



အာရှပါဌာနသစ်ပြ

ဆုတောင်းပြည့်ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကျမ်း အမှတ် (၃)

ရန်ကုန်မြို့ဆုတောင်းပြည့်ကျောင်းတိုက်

မဟာနာယကဆရာတော် အရှင်ပဏ္ဍိတ နန္ဒ ပဉ္စသင်္ဂ



မွေအံ

ဒုတိယအကြိမ်

ဆုတောင်းပြည့်ကျောင်းတိုက်ကြီး၏ ဦးစီးနာယက

အာဒိကမ္မိက ဆရာတော်

အရှင်ပဏ္ဍိစ္စာနန္ဒ၏ ထေရုပ္ပတ္တိကထာ

—

ဗ္ဗာဒ်မြင်ရာဒေသ
ရှင်ဘဝနှင့်
ထူးမြတ်သည့် ဆရာ
ဤကျမ်းပြုအရှင် ဆုတောင်းပြည့် ဆရာ
တော်အရှင်ပဏ္ဍိစ္စာနန္ဒ နှင့် ဤအတ္ထုပ္ပတ္တိ
ရေးသားသူ အကျွန်ုပ်မှာ ငယ်စဉ်မှ စ၍
အတူနေ အတူသွား စာသင်ဘက် ဆရာ
တူတပည့် ဖြစ်ခဲ့၍ ဆရာတော်၏ အကျဉ်းချုပ် အကြောင်း
အရာ အတ္ထုပ္ပတ္တိကို ရေးသား တင်ပြနိုင်သည့် အလျောက်
ရေးသား တင်ပြလိုပါသည်။

ဆရာတော်သည် ပဲခူးတိုင်း ပုတီးကုံးမြို့ သခွတ်စောက်ရွာ
အဖ ဦးချစ်ပြောင် အမိ ဒေါ်လှအံ့တို့မှ ၁၂၇၁ - ခုနှစ်
ပြာသိုလဆန်း ၅ - ရက် ကြာသပတေးနေ့တွင် ဗ္ဗာဒ်မြင်တော်
မူခဲ့ပါသည်။ ၁၂၈၃ - ခုနှစ် ၁၂ - နှစ်သား အရွယ်တွင် ပဲခူး
တိုင်း ပေါင်းတည်မြို့ မအူပင်ကျွေ့ရွာ ရွာဦးကျောင်း ဆရာ
တော် အရှင်ဇောတိက အထံ၌ ရှင်သာမဏေ ပြု၍ ပရိယတ္တိဓမ္မ
ကို သင်ကြားလေသည်။

မအူပင်ကျွေ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးမှာ ငယ်စဉ်ကပင် ပဋိပတ္တိ
ဓမ္မကို အလေးထားသည့် အလျောက် တောရ ဆောက်တည်၍

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ် ကြိုးပမ်းတော်မူခဲ့ရာ ယခုအခါ သက်တော် ၈၈ - ၀၁တော် ၆၈ - ၀၁သို့ ရောက်တော်မူသည့် တိုင် ကျန်းမာစွာဖြင့် သတိချွတ်ယွင်းမှု မရှိ တရားနှလုံးသွင်း လျက်ပင် အေးဆေးစွာ နေလေ့ ရှိပါသည်။ ယင်းဆရာတော် ကြီး ကိုယ်တိုင်ပင် ထိုစဉ်က တပည့်ငယ် ဖြစ်သော ရှင်ပဏ္ဍိတစွာ နန္ဒအား ပရိယတ် ပဋိပတ် နှစ်ရပ်လုံး ကျမ်းကျင်စေရန် ကြိုးမားသော ဆန္ဒတော်ဖြင့် သင်ကြား ပို့ချ ပြသတော်မူ လေသည်။

မြန်မာ့ပြည်ဘောင်
 ထွန်းပြောင်သာသနာ

ထိုစဉ်အခါက မြန်မာပြည် အထက် အရပ် - အောက် အရပ်တွင် ပရိယတ္တိ သာသနာတော်ကြီး အထူး

စည်ပင် ပြန့်ပြောလျက် ရှိရာ ရန်ကုန်မြို့ တောင်လုံးပြန်ရပ် အရှင်အာဒိစ္စဝံသ ကျောင်းတိုက်ကြီးမှာ အောက် မြန်မာ ပြည်တွင် အထူး ကျော်ကြားသော စာသင်တိုက်ကြီးအဖြစ် တည်ရှိလျက် စည်း စံနစ် ကျနစွာ နေထိုင် စားသောက်ခြင်း၊ စာပေကို အထူး ကြိုးစားခြင်း၊ အချိန်မဲ့ အပြင်မထွက်ခြင်း၊ ပွဲလမ်း သဘင် မကြည့်ရှုခြင်း၊ ငြင်းခုံ ခိုက်ရန် မပြုခြင်း စသော ကျောင်းတိုက် စည်းကမ်း ဥပဒေသများကို တင်းကြပ် စွာ လိုက်နာ ကျင့်သုံးရသောကြောင့် မြန်မာပြည် အနှံ့မှ ဘုန်းတော်ကြီးများ နှင့် မယ်တော် ခမည်းတော်များပါ မကျန် အားလုံးကပင် အရှင်အာဒိစ္စဝံသ ကျောင်းတိုက်သို့ ကိုယ်တိုင် လာ၍ မိမိတို့၏ တပည့် တပန်း ရဟန်း သာမဏေငယ်တို့အား

စာသင်ရန် ပို့အပ်ကြသည်မှာ လက်မခံနိုင်လောက်အောင် အလွန် များပြားလှပေသည်။

ဆရာတော်၏ အမည်မှာ မအူပင်ကော၊ ဆရာတော် ဘုရားကြီးသည်
 ၁၆ - နှစ်သား အရွယ် တပည့်ငယ်
 ရှင်ပဏ္ဍိစွာနန္ဒအား ပရိယတ်ကို ပို့မိ ကျမ်း
 ကျင်ရန် အတွက် ရန်ကုန်မြို့ အရှင်အာဒိစ္စဝံသကျောင်းတိုက်
 သို့ ကိုယ်တော်တိုင် ကြွရောက်၍ အရှင်အာဒိစ္စဝံသ၏ တပည့်
 ကြီး အရှင်ဝါယာမထံ အပ်နှံတော်မူသည်။ ထိုစဉ်က အရှင်
 အာဒိစ္စဝံသဆရာတော်ကြီးမှာ အင်္ဂလန်တွင် ဘာသန္တရ ဆည်း
 ပူးနေသဖြင့် တပည့်ကြီးများ ဖြစ်ကြသော အရှင်ဝါယာမ
 အရှင်ဣဿရိယ၊ အရှင်သေဠိလတို့အား စာသင်တိုက်ကို လွှဲအပ်
 ထားသော အချိန်အခါ ဖြစ်၍ ရှင်ပဏ္ဍိစွာနန္ဒသည် ယင်းဆရာ
 တော်ကြီး သုံးပါးထံတွင် အခြေခံ ပရိယတ် စာပေကို သင်
 ကြားရလေသည်။ ဆရာတော်ကြီးများကလည်း ရှင်ပဏ္ဍိစွာနန္ဒ
 အား အထူး ဂရုတစိုက် သင်ကြား ပေးလေသည်။ ဤအရှင်
 အာဒိစ္စဝံသဆရာတော်ကြီး အင်္ဂလန်မှ မြန်မာနိုင်ငံသို့ ပြန်လည်
 ကြွရောက်လာပြီး ကျောင်းတိုက်ရှိ တပည့် ကြီးငယ်တို့အား
 သင်ရိုး ပိဋကတ်တော်များနှင့် တကွ နိကာယ်ငါးရပ် ပါဠိတော်
 ကြီးများကို တိုက်ရိုက်လာ နိတတ္ထအဓိပ္ပာယ် နှင့် မပေါ်လွင်
 တိမ်မြုပ်နေ၍ အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ဆို ဆောင်ပေးမှ ရှင်းလင်း
 စွာ သိရသော နေယျတ္ထ အဓိပ္ပာယ်များကို အဋ္ဌကထာကြီး
 များနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကာ သင်ကြား ပြသပေးလေသည်။

ရဟန်းဖြစ်ချိန် ဖြစ်သွားသော
 ကောဇာ သက္ကရာဇ် ၁၂၉၁ ခု သာသနာ
 နှစ် ၂၄၇၃ ခုနှစ် တပို့တွဲလဆန်း ၁၄ ရက်
 နေ့တွင် ပေါင်းတည်မြို့ သဲကုန်းချောင်း
 ဥဒကုက္ကေပ သိမ်တွင် သဲကုန်းရွာ အမိ ဒေါ်ဆင် သား
 ကိုအောင်ချင်း သမီး မမြစောတို့၏ ပစ္စယာနဂ္ဂဟကို ခံယူကာ
 သဲကုန်းကျောင်း ဆရာတော် ဦးဂန္ဓမာကို ဥပဇ္ဈာယ် ပြု၍
 ရဟန်း အဖြစ်သို့ ရောက်ခဲ့လေသည်။

နိကာယ်ငါးဆင့်
 သင်နည်းစုံစုံ
 ပြည့်စုံလေ့လာ
 ရဟန်း ဖြစ်ပြီးနောက် ရန်ကုန်မြို့ အရှင် -
 အာဒိစ္စဝံသ ဆရာတော်ကြီးထံတွင် အခြေခံ
 စာပေများ သင်ကြား ပြီးသဖြင့် နိကာယ်
 ငါးရပ် ပိဋကတ်သုံးပုံ စာပေများကို ထင်မိ
 သင်ယူပြီးလျှင် မန္တလေး စာသင်နည်း၊ ပခုက္ကူ စာသင်နည်း၊
 အမရပူရ အဘိဓမ္မာ ညဝါသင်နည်းများ လေ့လာ သင်ကြား
 ရန် အတွက် တပည့် အရှင်ဇဏ္ဍိစွာနန္ဒအား ဆရာတော်ကြီး
 အရှင်အာဒိစ္စဝံသ ကိုယ်တိုင် အဘယ် တပည့်မှ မချီးမြှောက်
 ဘူးသည့် ပစ္စယာနဂ္ဂဟဖြင့် ချီးမြှောက်ကာ အထက်ပါ မြို့များ
 သို့ စာသင်လွှတ်လေသည်။

သာသနာကျိုး
 သည်ပိုးထမ်းဆောင်
 ပြီးနောက် ရန်ကုန်မြို့ ဆရာတော်ကြီး ထံမှောက်သို့ ပြန်လည်
 ဆိုက်ရောက်လာသော အခါ ဆရာတော်ကြီး၏ အမိန့် အ

အရှင်အာဒိစ္စဝံသ ကျောင်းတိုက်ကြီးတွင် ဓမ္မာစရိယ စာချ
အဖြစ်ဖြင့် လည်းကောင်း - တရားဓမ္မ ဟောပြော ညွှန်ပြသော
ဓမ္မဒေသက အဖြစ်ဖြင့် လည်းကောင်း - အဝေးနေ တပည့်ကြီး
များ မစုံလင်ခင် အရှင်ဣဿရိယနှင့် တွဲဖက် ကွပ်ကဲ
အုပ်ချုပ်ရန် အရှင်အာဒိစ္စဝံသ ဆရာတော်ကြီးက တာဝန်
ပေးအပ်သည်ကိုလည်းကောင်း - ၁၇ ဝါတိုင် သာသနာ့အကျိုး
ကျောင်းတိုက်အကျိုးကို သည်ပိုး ဆောင်ရွက်ခဲ့လေသည်။

တိုက်တာတည်ဆောက်
ရှေ့ဆောင်ဦးစီး

အရှင် အာဒိစ္စဝံသ ကျောင်းတိုက်
ကြီး၌ အရှင်အာဒိစ္စဝံသ ဆရာတော်
မရှိသည်နောက် ထိုကျောင်းတိုက်
တွင် နေလိုစိတ် မရှိသည်က တကြောင်း - ပရိယတ် နှင့် ပဋိပတ်
သာသနာ နှစ်ရပ်ကို ကြိုးပမ်း ဆောင်ရွက်လိုသည်က
တကြောင်း - လက်အောက်ရှိ တပည့် ရဟန်းငယ် ရှင်ငယ်
များကလည်း ဆရာတော် အရှင်ပဏ္ဍိစ္စာနန္ဒနှင့် မကွေမကွာ
သားလိရာသို့ လိုက်ပါ နေလိုကြသည်က တကြောင်း - စက်ဆန်း
လှိုင်မြေရပ် ဒါယကာကြီးဦးချိတ်၊ ဒါယိကာမကြီး ဒေါ်သိုက်
တို့ကလည်း ဆုတောင်းပြည့် စေတီတော် အနီး ကွက်လပ်တခု
တွင် တဲကျောင်းငယ် တဆောင် ဆောက်လုပ်၍ ပင့်ဆောင်
နေသည်က တကြောင်း - ဤသို့သော အကြောင်းများကြောင့်
၁၃၀၉ ခုနှစ် နယုန် လဆန်း ၁၂ ရက်နေ့တွင် တပည့် ၁၄
ပါးနှင့် တကွ မနိမိုး ထရိကာ ဆုတောင်းပြည့် တဲကျောင်း
ငယ်သို့ ကြွရောက်လာ၍ အနေဆင်းရဲ အစားဆင်းရဲ ခံကြကာ

ပျော်ရွှင် ချမ်းမြေ့စွာဖြင့် ပရိယတ္တဓမ္မကို ဦးတည် ကြိုးပမ်းကြသည်။

တရားကို လက်ကိုင်ထား၍ သာသနာစိတ် တကယ်ရှိသူ ရဟန်း သံဃာတို့အား သာသနာ ကြီးပွား တိုးတက်ရေးကို အားပေးလိုသူ ပစ္စယာနုဂ္ဂဟ ဒါယကာ ဒါယိကာမတို့ ပေါ်ပေါက်လာမြဲ ဖြစ်သဖြင့် မကြာမီပင် -

- တပ်မြေရပ် အမေမြိုင် နှင့် သမီး မတင်ညွန့် တို့မ မအမှာ တို့၏ ငါးသောင်းတန် တိုက်ကျောင်း တကျောင်း၊
- ရေကျော်ရပ် အဖ ဦးခင်သိန်း အမိ ဒေါ်စံမေ သမီး သိမ်အမ မစိန်တို့က တသိန်းတန် ဓမ္မဝိလာသီ အမည်ရှိ သိမ်တိုက် တခု၊
- ရေကျော်ရပ် ဦးဘရှင် ဒေါ်အေးရင်တို့၏ သုံးသောင်း ကျော်တန် ဓမ္မာရုံ တခု၊
- အမျှားကောင်းမှု မုခ်ဦး တန်ဆောင်း နတ်လမ်း အုတ် တံတိုင်း ဆွမ်းစားကျောင်း၊

စာသင် သံဃာတော်များ သီတင်းသုံးရန် ကျောင်းဆောင် ငယ်များ နှင့် ဇရပ် စသည့် သာသန အဆောက်အအုံများ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြစ်လာပြီး စာသင်သံဃာ (၁၀၀) ကျော် ဖြင့် ဆုတောင်းပြည့် ကျောင်းတိုက်ကြီးဟု ထင်ရှား ကျော်ကြား လာခဲ့သည့်ပြင် ၁၉၅၉ - ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၄ - ရက်နေ့ တွင် သာသနဝတ္ထုကံမြေ အဖြစ် နိုင်ငံတော် အစိုးရက လှူဒါန်း

ပူဇော်မှု ပြုသဖြင့် တိမ်မြုပ် ပျောက်ကွယ်လုနီးတတ် ဖြစ်လျက် ရှိသော သာသနာအောင်မြင်ဟောင်းသည် တဖန် လန်းဆန်း၍ လာခဲ့ပေသည်။

အောင်နိမိတ်ဆောင် ဖြစ်စေတီ ဆုတောင်းပြည့် ကျောင်းတိုက် အတွင်း တင့်တယ် သပ္ပာယ်စွာ စံပယ်လျက် ရှိသော ဆုတောင်း ပြည့် စေတီတော်ကား ကျောင်းတိုက်၏ အမှန်အစ ပဘဝ ဖြစ် သည့် သမိုင်းဝင် ရှေးဟောင်း စေတီတော် တဆူ ဖြစ်လေသည်။ သက္ကဇ် ၅၉၃ - ခုနှစ်တွင် ဓမ္မဝိလာသထေရ်၏ တိုက်တွန်း ချက် အရ ဒဂုန်မြို့စား ပုညလင်္ကာ တည်ထားခဲ့ခြင်း ဖြစ်၏။ ထိုမထေရ်၏ သာသနာပြုလုပ်ငန်း အောင်မြင်မှုကို ဂုဏ်ပြု လျက် စေတီတော်ကို ‘ဓမ္မဝိလာသ’ ဟူသော ဘွဲ့တော်ဖြင့် ပူဇော်ခဲ့လေသည်။

ဆုတောင်းပြည့် ဆရာတော်သည် ထိုစေတီ၏ အရိပ် အောက်ဝယ် ၁၃၀၉ - ခုနှစ်တွင် သာသနာပြု လုပ်ငန်း စတင် သည့် အချိန်မှ စ၍ စေတီတော်ကို ‘ဆုတောင်းပြည့်စေတီတော်’ ဟူသော ဘွဲ့တော်သစ်ဖြင့် ခြီးကျူး ပူဇော်ပြီး ပရိယတ္တိ စာပေ များကို ပို့ချ သင်ကြားရင်းဖြင့်ပင် တပည့် ဒါယကာ ဒါယိကာ မများကို တိုက်တွန်း ဟောပြောကာ စေတီတော် ပြုပြင်မှုကိုပါ ဦးစီး ဦးကိုင် ဆောင်ရွက်ခဲ့၏။

ယခုအချိန်တွင် ပုံတော်ဟောင်းကို ငုံ့အုပ်လျက် အချိုး အစား ကျန ပြေပြစ်သော ပုံစံတော်သစ် - မိုးကုတ် ကျောက်

လင်း စိန်ဖူးတော်သစ် - ရှေ့ရောင် တဖိတ်ဖိတ် တောက်လျက် ရှိသော ကြေးထီးတော်သစ် - နဝရတ် ကျောက်မြတ် ရတနာ ထိန်ထိန်ညီးသော လျှပ်စစ် ဓာတ်မီးရောင်တို့ဖြင့် တန်ခိုးတော် ရောင် တက်ကြွပြီး သာသနာတော် နှင့် ကျောင်းတိုက်၏ ဂုဏ် ရည်ကို မြှင့်တင်ပေးလျက် ရှိ၏။ ထီးတော် နှင့် ငှက်မြတ်နား ကိုတွင် တင်လှူ ပူဇော်ထားကြသည့် တလွင်လွင်နှင့် သာယာ ချိုအေးလှသော ရွှေဆည်းလည်း ငွေဆည်းလည်းသံတို့ကား သူတော်စင် အပေါင်း၏ စိတ်နှလုံးကို ကြည်နူး ချမ်းမြေ့စေ သည်သာ မက ဆရာတော်၏ သာသနာပြု လုပ်ငန်း အောင်မြင် မှုကို ကောင်းခြီး ပေးနေဘိသကဲ့သို့ပင် ဖြစ်ပေသည်။

ရုရုနှစ်ဖြာ ဆုတောင်းပြည့် ဆရာတော် သက်တော်
 ကိုယ်ဝန်သာဟု ၅၀ - ကျော် - ၆၀ - တွင်း ဝါတော် ၃၀
 ကျော် - ၄၀ - အတွင်း ရောက်ရှိလာသော
 အခါ ပရိယတ္တိစာပေ သင်ကြား ပို့ချခြင်းမျှဖြင့် အားရ
 တင်းတိမ်မှု မရှိသေးပဲ ပဋိပတ် ကျင့်စဉ် လမ်းသို့လည်း တက်
 လှမ်းလို့စိတ် တဖွားဖွား ပေါ်ပေါက်လာရာ ပရိယတ်ကိုလည်း
 လက်မလွှတ်နိုင်သေး ဆဖြင့် နာယက အဖွဲ့ ဓမ္မဝါစက တပည့်
 ကြီးများအား ပရိယတ်စာပေ ပို့ချမှု၊ တပည့် ရဟန်းငယ်
 ရှင်ငယ်တို့အား အုပ်ချုပ် ကွပ်ကဲမှု၊ ဗဟိရ ကျောင်းတွင်း
 ကျောင်းပြင် ကိစ္စများ ဆောင်ရွက်မှု စသည့် ပလိဗောဓ
 ကြောင့်ကြ ကြီးငယ် အသွယ်သွယ်တို့ကို ဝန်ဆောင်တစ်၊ ဝန်
 ဆောင် နှစ်၊ စသော အားဖြင့် အစဉ်အတိုင်း ကူညီ ထိန်းသိမ်း
 စောင့်ရှောက်ကြရန် မိန့်မှာ စီစဉ်တော်မူသည်။

ဆရာတော်မူကား ပလိဗောဓ ကိစ္စကို ရှောင်နိုင်သမျှ ရှောင်တော်မူကာ ငယ်ဆရာ ဖြစ်တော်မူသော မအူပင်ကျွေ ဆရာတော်ကြီး နည်း အတိုင်း ရံခါ ရံခါ တောရ ဆောက်တည် ထွက်ခွာတော်မူသည်မှာ ၁၃၃၁ - ခုနှစ်တွင် ကနီမြို့ ရွှေသိမ် တော် တောရသို့ တကြိမ်၊ ၁၃၃၆ - ခုနှစ်တွင် ပေါင်းတည်မြို့ ငန်းပတ် တောရသို့ တကြိမ် အားဖြင့် နှစ်ကြိမ် နှစ်ခါ ရှိခဲ့ ပါသည်။

ဆရာတော်သည် ရဟန်းငယ် ရှင်ငယ်တို့ အကျိုးငှာ ပရိယတ် စာပေကို ချပို့ သင်ကြားတော်မူသည့် နည်းတူ တပည့် ဒါယကာ ဒါယိကာမတို့ အကျိုးငှာ နေ့စဉ် နေ့တိုင်း အချိန် ကန့်သတ်၍ ဝိပဿနာကျင့်စဉ် တရားတော်များကို နည်းပေး ညွှန်ပြတော် မူသည်မှာ ၁၃၁၇ - ခုနှစ်မှ ၁၃၃၇ - ခုနှစ် အထိ နှစ်ပေါင်း ၂၀ - ရှိခဲ့လေပြီ။

သူတော်ချင်းချင်း ဆုတောင်းပြည့် ဆရာတော်သည် ငယ် ဇာတ်ချင်း သင့်လျော် ဆရာရင်း ဖြစ်တော်မူသော ပေါင်းတည် မြို့ မအူပင်ကျွေ ဆရာတော်ဘုရားကြီး သည် ရံခါ ရံခါ တောရ ဆောက်တည် ထွက်ခဲ့ပြီး ဝိပဿနာ ဘာဝနာ ပွားခြင်း ကိစ္စ ပြုသည်ကို ဆရာတော်သည် တွေ့ မြင် ဆည်းပူးခဲ့ရ၏။

ယင်း မအူပင်ကျွေ ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ယနေ့တိုင် ထင်ရှား ရှိနေ၍ သက်တော် ၈၈ - နှစ် ၀၂၁၀ - ၆၈ - ၀၂ ရနေတော်မူသဖြင့် သက်တော်ရှည် ဆရာတော်ကြီး အဖြစ်သို့

ရောက်နေလေသည်။ ဓမ္မာစရိယ ဖြစ်တော်မူသော သဲကုန်းမြို့
လေးဆူတောရ ဆရာတော်ဘုရားကြီး အရှင်ဣဿရိယသည်
လည်း ပြန်လွန်တော်မူသည် အထိ ဝိပဿနာဓုရကို ကြိုးပမ်း
သွားတော်မူခဲ့လေသည်။

ဤဆရာတော်ကြီးတို့ အထံမှ ပရိယတ် ပဋိပတ် ပညာရင်နို့
သောက်စို့ခဲ့ရ ဆည်းပူးခဲ့ရသော အရှိန်အဝါ အတွေ့အမြင်သို့
လိုက်၍ ယခု ဆုတောင်းပြည့် ဆရာတော်သည်လည်း ကျေးဇူး
ရှင် ဆရာတော်ကြီးများ နည်းတူ ပရိယတ်စာပေ သင်ကြား
ပေးခြင်း ဟူသော ဂန္ထဓုရ၊ ဝိပဿနာ ဘာဝနာ အားထုတ်
သင်ကြား ပြသပေးခြင်း ဟူသော ဝိပဿနာဓုရများကို ပူးတွဲ
ဆောင်ရွက် ကြိုးပမ်းနေတော်မူလျက် ဆရာ တပည့် စဉ်ဆက်
ဒိဋ္ဌာနုဂတိသို့ လိုက်၍ ကျင့်သုံး ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် သူတော်
ကောင်းဓာတ် ကူးစက်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကောင်းလေ၊ ကောင်းနည်း
နိဿယည်းရစေ

ဒိဋ္ဌာနုဂတိသည် အလွန် အရေး
ပါလှသည်။ မိဘတို့က ကောင်း
သည်ကို ပြုမူ ပြောဆိုလျှင်

သား သမီး များလည်း အတုလိုက်၍ ကောင်းသည်ကို ပြုမူ
ပြောဆိုလေ့ ရှိကြသည်။ ‘ဆရာ့စရိုက် တပည့်လိုက် - မိဘ
စရိုက် သားသမီးလိုက်’ ဆိုသည် စကားလည်း ဒိဋ္ဌာနုဂတိပင်
ဖြစ်တော့သည်။ မိဖက တရားစရိုက် ဝါသနာ ပါနေလျှင်
သား သမီးများကလည်း တရားစရိုက် ဝါသနာ ပါတတ်သည်။
မင်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက် ပြုရေးတွင်လည်း အထုံ ဝါသနာ

စရိုက် သဘောသည် အဓိက နေရာက ပါဝင်လျက် ရှိလေသည်။

ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင် ဝေနေယျတို့အား အထုံဝါသနာ စရိုက်သဘောကို လိုက်၍ ထိုသူနှင့် သင့်လျော်သော တရားသဘောကို ရွေးချယ် ဟောကြားတော် မူရလေသည်။ ထိုသဘောကို တွေးတောမိသော ဆုတောင်းပြည့် ဆရာတော်သည် အတိတ်ဘဝက အထုံဝါသနာ ပါရမီဓာတ်ခံ များပြားနေသူတို့ အတွက် မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုနိုင်၍ ဝိပဿနာ အထုံ ဝါသနာ ပါရမီဓာတ်ခံ နည်းပါးသူတို့ အတွက် အထုံ ဝါသနာ ပါရမီဓာတ်ခံ ပါရှိသွားရန် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ဝိပဿနာ ရှုနည်း ပွားနည်းများကို နေ့စဉ် သင်ကြား ပြသ နည်းပေး ညွှန်ပြတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာတော်သည် သင်ကြား ပြသ နည်းညွှန်ရုံဖြင့် အားရတင်းတိမ်တော် မမူသေးရကား ‘အာနာပါနအလင်းပြ ဆုတောင်းပြည့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်’ ခေါ်တွင် သမုတ် ဤကျမ်းစာအုပ်ကို အပတ်တကုတ် ရိုက်နှိပ် ထုတ်ဝေခြင်းဖြင့် ထာဝရ ဆုတောင်းပြည့် ဝိပဿနာဘာဝနာကြီးကို ထူထောင်ထားခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဦးခင်စိုး (ဟံသာဝတီ ပါဠိဆရာကြီး)
အစိုးရ ဂုဏ်ထူးဆောင် ဓမ္မာစရိယ

ယောဂီ ကိုအေးကြွယ်၏ တောင်းပန် လျှောက်ထားချက်

--

ရိုသေစွာ လျှောက်ထား တောင်းပန်အပ်ပါသည်
ဆရာတော် အရှင်သူမြတ်ဘုရား—

ရန်ကုန်မြို့ ပုဇွန်တောင် ဆုတောင်းပြည့် ကျောင်း
တိုက်သက်ဆိုင်ရာ သူတော်စင် ယောဂီအပေါင်းတို့အား
တဆယ့်နှစ်နှစ်တိုင် အချိန်ပေး အလုပ်ပေး ဟောပြောပြသ
ခဲ့သည့် အာနာပါန တရားတော်မြတ်၏ လုပ်ငန်းစဉ် -
ဟောပြောစဉ် - ပြသစဉ် - အားထုတ်စဉ်တို့ကို ကနိမြို့
ရွှေတော်သိမ်တောရ အာရညကင်ဓူဘင်ဆောင် ပုဂ္ဂိုလ်
တို့၏ နေရာ တောင်ပေါ်၌ သီတင်းသုံးနေခိုက် ဆရာ
ဆရာများ နည်းကို အမှီပြု၍ နောက်နောင် ယောဂီများ
အတွက် အာနာပါန အလုပ်ပြ ကျမ်းစာ တစောင်
ကို ရေးသား ချီးမြှင့်တော်မူပါမည့် အကြောင်း ရိုသေ
စွာ လျှောက်ထား တောင်းပန်အပ်ပါသည် ဆရာတော်
အရှင်သူမြတ် ဘုရား။

ယောဂီ ကိုအေးကြွယ်

(ကပ္ပိယကာရက)

ပေါက်တန်းရွာ၊ ပေါင်းတည်မြို့

ခေတ္တ - ကနိမြို့

၁၃၃၁ - ခု၊ ဒုတိယ ဝါဆိုလ

ဆရာတော်များ သြဝါဒ နာယုကြရန် ယောဂီများအတွက် ပြည့်စုံရမည့် အင်္ဂါ ၁၀ - ပါး

- ၁ - အလိုနဲ့၊ ရောင့်ရဲလွယ်၊ ဆိတ်ကွယ် မယုတ်၊ အားကို ထုတ်။
- ၂ - မခက်ထန်ပဲ၊ မစဉ်းလဲ၊ ဝမ်းထဲ မမက်၊ လာဘ် မသက်။
- ၃ - ကျော်စော မလို၊ သဒ္ဓါစို၊ ဘေးကို ထောက်ချင့်၊ လွတ်မြောက်သင့်။

အထက်ပါ ဆရာဆရာများ ဆုံးမသြဝါဒ ပေးထားသည့် အတိုင်း တရားအားထုတ်တော့မယ် ဆိုတဲ့ တရားဘက်သို့ ယောဂီ ကိုယ်တိုင် ဦးလှည့်လာပြီလားလို့ ဆိုလျှင် မသန်မမှုန် စိတ်ပါ ကိုယ်ပါ အားတက်သရော ကြုံလာလျှင် ဆုံလာတဲ့ ကံပဲဟု ဆုံး ဖြတ်ပြီးလျှင် ဆရာလုပ်သူတို့က ဟောပြော ပြသသည့် အလုပ် နည်း အတိုင်းသာ အားထုတ်ကြရန် တိုက်တွန်းလိုက်ရပေ၏။

အထူးအားဖြင့် ဟိုဆိုင်း၊ ဒီရွှေ - ဟိုပြောင်း၊ ဒီနေ့ - ဟိုရွေး၊ ဒီချယ် - ဟိုမတော်၊ ဒီမသင့် - မချင့်မရဲ ဖြစ်ကြရတဲ့ လောဘ ဒေါသ မောဟ အမှုတွေ များပြားလှတဲ့ ပလိဗောဇေတို့ဆီ သို့ ပြန်မရောက်စေပဲ ဆရာတိုက်ကျွေးသည့် တရားဆေးကို တပည့် လုပ်သူက ‘ရှောင်တခင် အောင်မြင်ဘို့ ဒီဆေးပဲ’ လို့ ယုံကြည် လေးစားစွာနဲ့ အားထုတ် သောက်မျိုခဲ့ပါလျှင် ကံလေသာ တည်ဟူသော အနာရောဂါတွေ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာစေနိုင်ကြောင်းကို ဆရာတော်များက တပည့်များ လိုက်နာကြစေရန်အလျှင်အားဖြင့် တိုက်တွန်းလိုက်ရပေ၏။

- | | |
|---------------------|-----------------------------------|
| ၁ - ဆရာတော် ဦးသံဝရ | } ရွှေသိမ်တော်တော်ရ၊
ကနိမြို့။ |
| ၂ - ဆရာတော် ဦးဉာဏိက | |
| ၃ - ဆရာတော် ဦးရေဝတ | |

နို့ : ဆော်ချက်

ဒုက္ခ အဆုံးကို ပြုနိုင်ကြောင်း

ကာယမိမံ သမ္မသထ၊ ဝိဇာနာထ ပုနပ္ပုနံ။

ကာယေ သဘာဝံ ဝိဒိတော၊ ဒုက္ခဿန္တံ ကရိယထ။

ဘိက္ခုဝေ—နိဗ္ဗာန်လိုလား ယောဂီအများတို့၊ တုမေ—သင်
ယောဂီ အများတို့သည်၊ ဣမံ ကာယံ—မိမိတို့သန္တာန်ဝယ် ထွက်
သက် ဝင်သက် ရှူရှိုက်ခိုက်၌ အရှိန်မစဲ တသဲသဲ ဖြစ်ပေါ်
လျက်နေသော ထွက်သက် ဝင်သက် ဝါယော ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ
နိမိတ်ရုပ်နှင့် တကွ ဖြစ်ပေါ်လျက် ရှိသော ရူပကာယ ရုပ်အ
ပေါင်း—ဤရုပ်အပေါင်းလျှင် အာရုံ ရှိသော မဟာကုသိုလ်
ဉာဏသမ္ပယုတ် စိတ္တုပ္ပါဒ် နာမ်အပေါင်းဟု ဆိုအပ်သော နာမ
ကာယ နာမ်အပေါင်းကို၊ သမ္မသထ—လက္ခဏာရေး သုံးပါး
ဉာဏ်ဆယ်ပါးဖြင့် အဖန်ဖန် ရှုမှတ် သုံးသပ်လိုက်ကြပါကုန်
လော့၊ ပုနပ္ပုနံ—အဖန်တလဲလဲ၊ ဝိဇာနာထ—နိဗ္ဗာန်အာရုံအထိ
သိလိုက်ကြပါကုန်လော့၊ ကာယေ—ရုပ်အပေါင်း နာမ်အ
ပေါင်းဟု ဆိုအပ်သော နှစ်မျိုးသော ကာယ၌၊ သဘာဝံ—
ရုပ် နာမ်တို့၏ ပျက်စီးခြင်း ဝယ်သဘောကို၊ ဝိဒိတော—သိကြ
ကုန်၍၊ ဝါ—အနုလောမဉာဏ် တိုင်အောင် သိကြကုန်သည် ရှိ
သော၊ ဒုက္ခဿန္တံ—ကိလေသာဒုက္ခ ခန္ဓာဒုက္ခ အဆုံးကို၊ ဝါ—
ကိလေသာဒုက္ခ ခန္ဓာဒုက္ခ အဆုံးသို့ ရောက်အောင်၊ တုမေ—
သင် ယောဂီအများတို့သည်၊ ကရိယထ—‘အာနာပါန အလုပ်ပြု
ကျမ်း’ လာ အလုပ်တရားများကို မပျက်မကွက် ဆက်လက်
အားထုတ်နိုင်ကြ ပါစေကုန်သတည်း။

အရှင်ကဝိန္ဒာစာ၊ (ပေါင်းတည်)

ရွှေသိမ်တော်တော်ရ၊ ကနီမြို့။

အကြောင်း အကျိုး ဖော်ပြချက်

—

ကိလေသာ သုံးမျိုး အဓိပ္ပာယ်
လွန်ကျူး ဆူပွက်၊ မျိုးမပျက်၊ သုံးချက် ကိလေသာ။

၁ - ဝိတိက္ကမ ကိလေသာ ဖြစ်ပုံ

ဝိတိက္ကမောတိ ကာယဝစီဒ္ဓါရေသု အဇ္ဈာစာရော။

မီးပြင်းတိုက်၍ ဆူဝေ လျှံဖိတ်သော ဆီကဲ့သို့ ကာယ ဝစီ
၂ - ပါးသော ဒွါရတို့၌ လွှမ်းမိုး နှိမ်နင်း လွန်ကျူးခြင်း
ပါဏာတိပါတ၊ အဒိန္နဒါနံ၊ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ ဟူသော
ကာယဒုစရိုက် (၃) ပါး - မုသာဝါဒ၊ ပိသုဏဝါစာ၊
ဖရသဝါစာ၊ သမ္ပပ္ပလာပ ဟူသော ဝစီဒုစရိုက် (၄) ပါး -
လွန်ကျူးခြင်း အပြစ်ကို ဝိတိက္ကမ ကိလေသာ ဟု မှတ်။

၂ - ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ ဖြစ်ပုံ

ဩကာသဒါနဝသေန ကိလေသာနံ စိတ္တေ ကုသလ
ပဝတ္တိံ ပရိယာဒိတ္တာ ဥဋ္ဌာနံ ပရိယုဋ္ဌာနံ။

ဖြစ်ခွင့် ကြုံကြိုက်ခွင့် ရခဲ့လျှင် ပင်ကိုယ် ပကတိ စိတ်၌
ကုသိုလ်ဖြစ်ခွင့်ကို အကုန်ယူ၍ ကုသိုလ် ဖြစ်ခွင့်ကို သိမ်းကြုံး
ဟန့်တားစေပြီးလျှင် ညစ်ညူး ယုတ်မာ ကိလေသာတို့၏ ဆူပွက်

ဟော့ရမ်း သောင်းကျန်း ထကြ မီးပူ အတွက် ပြင်မထွက်သော
ဆီကဲ့သို့ ကိုယ်တွင်း ဆူပွက်မှုကို ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ ဟု မှတ်။

၃ - အနုသယ ကိလေသာ ဖြစ်ပုံ

အပ္ပဟိနဘာဝေန သန္တာနေ အနုအနုသယနကာ
အနုရူပကာရဏလာဘေ ဥပ္ပဇ္ဇနာရဟာ အနုသယာ။

မပစ်ပယ်နိုင်သေးသည့် လောဘ ဒေါသ မောဟ မာန
ဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာ ဆိုရသည့် တရားကိုယ် ၆ - ပါး တရား ၇ -
ပါးတို့၏ မီးခြစ်တန့်မှာ စွဲကပ်နေသည့် မီးဓာတ်ကဲ့သို့ အခွင့်
အခါအား လျော်စွာ အသစ် အသစ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း -
ကိန်းအောင်းနေခြင်း ကိလေသာ မှန်သမျှကို အနုသယ
ကိလေသာ ဟု မှတ်ယူရသည်။

သိက္ခာသုံးပါး အဓိပ္ပာယ်

- ၁ - သီ၊ ဓိ၊ ညာမှန်၊ ဓမ္မက္ခန်၊ သတ်ရန် ကျင့်စဉ်လမ်း။
- ၂ - သီလ၊ သမာ၊ ဓိပညာ၊ ကျမ်းလာ သဘောသွား။

၁ - သီလ သဘော

သီလေန အပါယသမတိက္ကမနုပါယော ပကာသိ
တော ဟောတိ။

သီလဖြင့် အပါယ် လေးဘုံကို လွန်မြောက်နိုင်သည်။

၂ - သမာဓိ သဘော

သမာဓိနာ ကာမဓာတုသမတိက္ကမနုပါယော ပကာ
သိတော ဟောတိ။

သမာဓိဖြင့် လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည် ဟူသော ကာမဓာတ်ကို
လွှတ်မြောက်နိုင်သည်။

၃ - ပညာ သဘော

ပညာယ သဗ္ဗဘဝသမတိက္ကမနုပါယော ပကာသိး
တော ဟောတိ။

ပညာဖြင့် ဘဝသုံးပါး ဘုံသုံးဆယ့်တစ်ကို လွှန်မြောက်
နိုင်သည်။

မဂ္ဂင် ရှစ်ပါး သဘော

ရှစ်ပါး မဂ္ဂင်၊ နိဗ္ဗာန်ဝင်၊ လမ်းစဉ် ဤတရား။

၁ - သမ္မာဒိဋ္ဌိ = ကောင်းသော အမြင်၊

၂ - သမ္မာသင်္ကပ္ပ = ကောင်းသော အကြံ၊

၃ - သမ္မာဝါစာ = ကောင်းသော စကား၊

၄ - သမ္မာကမ္မန္တ = ကောင်းသော အမှု၊

၅ - သမ္မာအာဇီဝ = ကောင်းသော အသက်မွေးခြင်း၊

၆ - သမ္မာဝါယာမ = ကောင်းသော အားထုတ်ခြင်း၊

၇ - သမ္မာသတိ = ကောင်းသော အောက်မေ့ခြင်း၊

၈ - သမ္မာသမာဓိ = ကောင်းသော တည်ကြည်ခြင်း။

တိဟိ စ ခေါ အာရုံသော ဝိသာခ ခန္ဓေဟိ အရိယော
အဋ္ဌင်္ဂီကော မဂ္ဂေါ သင်္ဂဟိတော။

နိဗ္ဗာ B ဒုတိယအကြိမ်

မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး နှင့် သိက္ခာ သုံးပါး တွဲစပ်ပုံ ပြသည်

ယာ စာသုသော ဝိသာခ သမ္မာဝါစာ ယော စ သမ္မာ -
ကမ္မန္တော ယော စ သမ္မာအာဇီဝေါ ဣမေ ဓမ္မာ သီလက္ခန္ဓေ
သင်္ဂဟိတာ။

၁ - သမ္မာဝါစာ၊

၂ - သမ္မာကမ္မန္တ၊

၃ - သမ္မာအာဇီဝ - သီလ၌ ပေါင်း၍ သီလက္ခန္ဓ
မဂ္ဂင်။

ယော စ သမ္မာဝါယာမော ယာ စ သမ္မာသတိ ယော စ
သမ္မာသမာဓိ ဣမေ ဓမ္မာ သမာဓိက္ခန္ဓေ သင်္ဂဟိတာ။

၁ - သမ္မာဝါယာမ၊

၂ - သမ္မာသတိ၊

၃ - သမ္မာသမာဓိ - သမာဓိ၌ ပေါင်း၍ သမာ -
ဓိက္ခန္ဓမဂ္ဂင်။

ယာ စ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ယော စ သမ္မာသင်္ကပ္ပော ဣမေ ဓမ္မာ
ပညက္ခန္ဓေ သင်္ဂဟိတာ။

၁ - သမ္မာဒိဋ္ဌိ

၂ - သမ္မာသင်္ကပ္ပ - ပညာ၌ ပေါင်း၍ ပညက္ခန္ဓ
မဂ္ဂင်။

သီလေန အဓိသီလသိက္ခာ ပကာသိတာ ဟောတိ။

၁ - သီလကို အဓိသီလသိက္ခာဟု မှတ်။

သမာဓိနာ အဓိစိတ္တ သိက္ခာ။

၂ - သမာဓိကို အဓိစိတ္တသိက္ခာဟု မှတ်။

ပညာယ အဓိပညာ သိက္ခာ။

၃ - ပညာကို အဓိပညာသိက္ခာဟု အသီးသီး မှတ်
သားပြီးလျှင် ရှေ့သို့ -

ဝိသုဒ္ဓိ သုံးတန်း၊ အကျင့်မှန်၊ နိဗ္ဗာန် ရောက်မည်သာ။

၁ - သီလဝိသုဒ္ဓိ သဘော

ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ အဿာသပဿာသာနံ သံဝရဋ္ဌေန
သီလ ဝိသုဒ္ဓိ။

ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ - ကိုယ်ထည် ကိုယ်ဟန် ပျက်ပြုန်း ကုန်
ဆုံး အစတုန်းသည့် အနိမိတ္တအာရုံကို အဖန်ဖန် ရှုလျက်၊
အဿာသပဿာသာနံ - ထွက်လေ ဝင်လေတို့ကို၊ သံဝရဋ္ဌေန -
ထိ၊ သိ၊ သတိ စောင့်စည်းမှုကြောင့်၊ သီလဝိသုဒ္ဓိ - သီလ
ဝိသုဒ္ဓိ မည်၏။

ယော တတ္ထ သံဝရဋ္ဌော အယံ အဓိသီလသိက္ခာ။

တတ္ထ - ထိုသုံးပါးသော ဝိသုဒ္ဓိတို့တွင်၊ ယော သံဝရဋ္ဌော -
အကြင်သတိသံဝရသည်၊ အတ္ထိ - ရှိ၏၊ အယံ သံဝရဋ္ဌော -
ဤစောင့်စည်းမှု သတိသံဝရသည်၊ အဓိသီလသိက္ခာ - အဓိ
သီလသိက္ခာ မည်၏။

ထိ၊ သိ၊ သတိ စောင့်စည်းမှုကြောင့် ရအပ်သော သီလ
ဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်သည်နှင့် တပြိုင်နက် အဓိသီလသိက္ခာ ပြည့်စုံပြီး
ဖြစ်၏။

(က) အဓိသီလသိက္ခာဖြင့်—(သီလေန ကိလေသာနံ ဝီတိက္ကမပဋိပက္ခော ပကာသိတော ဟောတိ၊ ဝီတိက္ကမပ္ပဟာနံ ကိလေသာနံ ဝီတိက္ကမပဋိပက္ခတ္တာ သီလဿ) ဝီတိက္ကမ ကိလေသာကို တားမြစ် ပယ်ရှားအပ်ပြီး ဖြစ်၏။

၂- စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ သဘော

အဝိက္ခေပတ္တေန စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ။

အဝိက္ခေပတ္တေန - ထိ , သိ , သတိ၏ မပျံ့မလွင့် တည်ငြိမ်မှု သမာဓိကြောင့်၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ - စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ မည်၏။

ယော တတ္ထ အဝိက္ခေပတ္တော၊ အယံ အဓိစိတ္တသိက္ခာ။

တတ္ထ - ထိုသုံးပါးသော ဝိသုဒ္ဓိတို့တွင်၊ ယော အဝိက္ခေပတ္တော - မပျံ့မလွင့် အကြင်သမာဓိသည်၊ အတ္ထိ - ရှိ၏၊ အယံ - ဤသမာဓိသည်၊ အဓိစိတ္တသိက္ခာ - အဓိစိတ္တသိက္ခာ မည်၏။

ထိမ္မ , သိမ္မ ထိန္တိခ ကျကျအစဉ် ရှုမှတ်ကာ တည်ငြိမ်မှုကြောင့် ရအပ်သော စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်သည်နှင့် တပြိုင်နက် အဓိစိတ္တသိက္ခာ ပြည့်စုံပြီး ဖြစ်၏။

(ခ) အဓိစိတ္တသိက္ခာဖြင့် - (သမာဓိနာ ပရိယုဋ္ဌာနပဋိပက္ခော ပကာသိတော ဟောတိ၊ ပရိယုဋ္ဌာနပ္ပဟာနံ ပရိယုဋ္ဌာန ပဋိပက္ခတ္တာ သမာဓိဿ) ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာကို တားမြစ်ပယ်ရှားအပ်ပြီး ဖြစ်၏။

၃ - ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ သဘော

ဒဿနဋ္ဌေန ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ။

ဒဿနဋ္ဌေန - ထိမ္မ, သိမ္မ, ချုပ်ငြိမ်းမှု ဝယဉာဏ်၏ သဘောကို မြင်ခြင်းကြောင့်၊ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ - ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ မည်၏။

ယော တတ္ထ ဒဿနဋ္ဌော အယံ အဓိပညာသိက္ခာ။

တတ္ထ - ထိုသုံးပါးသော ဝိသုဒ္ဓိတို့တွင်၊ ယော ဒဿနဋ္ဌော - အကြင် ဝယဉာဏ်၏ သဘောကို မြင်ခြင်းသည်၊ အတ္ထိ - ရှိ၏၊ အယံ - ဤ ဉာဏ်အမြင်သည်၊ အဓိပညာသိက္ခာ - အဓိပညာသိက္ခာ မည်၏။

မလိုက်မရှု၊ လိုက်မရှု၊ သိမ္မ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရရောက်အပ်သော ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ၊ ၎င်းဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနှင့် တပြိုင်နက် အဓိပညာသိက္ခာ ပြည့်စုံပြီး ဖြစ်၏။

(ဂ) အဓိပညာသိက္ခာဖြင့် - (ပညာယ အနုသယပဋိပက္ခော ပကာသိတော ဟောတိ၊ အနုသယပ္ပဟာနံ အနုသယပဋိပက္ခတ္တာ ပညာယ) အနုသယကိုလေသာကို တားမြစ် ပယ်ရှာအပ်ပြီး ဖြစ်၏။

ဤသို့အားဖြင့် -

ဟေတု ပဋိစ္စ သမ္ဘူတာ၊

ဟေတု ဘင်္ဂါ နိရုဇ္ဈရေ။

အကြောင်း အကျိုး ဆက်စပ်လျက် ရှိနေကြသည့် ဖြစ်ပျက်မှန်သမျှ တရားအားလုံးတို့သည် ချုပ်ငြိမ်းကြမည် အမှန်ပင် ဖြစ်ကြလေသောကြောင့် -

၁ ။ ဒုက္ခသစ္စံ ပရိဇာနဇ္ဇော -

သိအပ် သိသင့် သိထိုက် သိရမည့် ဒုက္ခ အစု။

၂ - သမုဒယသစ္စံ ပဇဟန္တော -
ပယ်အပ် ပယ်သင့် ပယ်ထိုက် ပယ်ရမည့် သမုဒယ
အစု။

၃ - နိရောဓသစ္စံ ဃန္တိကရောန္တော -
ချုပ်အပ် ချုပ်သင့် ချုပ်ထိုက် ချုပ်ရမည့် နိရောဓ
အစု။

၄ - မဂ္ဂသစ္စံ ဘာဝယန္တော -
ပွားအပ် ပွားသင့် ပွားထိုက် ပွားရမည့် မဂ္ဂ အစု။

အပေါင်းအစုတို့ဖြင့် ချယ်လှယ် မွမ်းမံအပ်ထသော - ကျင့်ရိုး
ကျင့်စဉ် ပရိကမ္မနိမိတ်၊ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်၊ ပဋိဘာဂနိမိတ် ဟူသော
အနှစ်သာရ ပါရှိထသော - အမှောင်ကိုခွင်း အလင်းသို့ ပို့ဆောင်
တတ်ထကော - ဝိပဿနာလုပ်ငန်း၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါး
စလုံး ပါရှိထသော - 'အာနာပါန အလင်းပြ ဆုတောင်းပြည့်
ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်ကျမ်း' ကို ရေးသား ဖော်ပြသည့် အတိုင်း
ရဟန်း ရှင် လူ ဟူသမျှ လိုက်နာ ကျင့်သုံးနိုင်ကြ ပါစေ
သတည်း။

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| ၁ - အရှင်ပညာရက္ခိတ | တိုက်အုပ်ဆရာတော် |
| ၂ - အရှင်ဉာဏိက | စာချ (ဓမ္မာစရိယ) ဆရာတော် |
| ၃ - အရှင်မာဏဝ | စာချ (ဓမ္မာစရိယ) ဆရာတော် |
| ၄ - အရှင်သုမနာနန္ဒ | စာချ (ဓမ္မာစရိယ) ဆရာတော် |
| ၅ - အရှင်ဓရဇောနန္ဒ | စာချ (ဓမ္မာစရိယ) ဆရာတော် |

နာယကအဖွဲ့
ဆုတောင်းပြည့်ကျောင်းတိုက်
အထက်ပုဇွန်တောင်၊ ရန်ကုန်။

ကျမ်းပြုဆရာတော်၏
ဥပယျာဇနကထာ

—

ရည်ညွှန်းချက် စဆုံးမမြင် နည်းရှင်ဉာဏ်ပြ မြတ်ဗုဒ္ဓနှင့်
သစ္စမှန်သိ အံ့ဘိမဂ္ဂင် ရှစ်အင်သံဃာ မြတ်ရ
တနာကို သိသာဦးခေါင်း ထိပ်ဝယ်ဆောင်းကာ ဘာဝ
နာကျမ်း နည်းအဆန်းကို ဆင်မြန်းဝတ်ရုံ ဉာဏ်စုံဖြန့်ခင်း
အလင်းမှောင်ပိတ် အာရုံဆိတ်သျှဉ်း ကိလေပြုန်းသည် စံနှုန်း
နေလ ထွန်းဘိသော်။

ကျမ်းပလ္လင် ဝိပဿနာဉာဏ် အမျိုးမျိုးတို့၏ ပေါ်ထွက်
ထွန်းလင်းရာ အားထားမှီခိုရာ - သွားလာ
ကျက်စား ပွားများရာ - သက်ဝင်ယုံကြည်ရာ - အတွေ့ လုပ်ငန်း
ချမှတ်ရာ - နည်းပေါင်းစုံ ဉာဏ်ပေါင်းခ ပဓာန အစစ် ဖြစ်ပေရာ -
အကြောင်း သတ္တိအား လျော်စွာ အကျိုးသတ္တိ ရရှိ ဆက်စပ်
ပွားများ အားထုတ်ရာ - ယထာဘူတ နည်းကျရှုမှတ် အနုအရင့်
အခွဲအခွာ ခြိမ်သန္တာန် အစုအပုံ အသေးအမွှား အများ
အနည်း ဒိဋ္ဌိ နှင့် သညာ - ဝိစိကိစ္ဆာ နှင့် သင်္ကာ ပယ်ရှားစေရန်
အမှန်စင်စစ် ကေန ဖြစ်ပေသော ရှေးဟောင်းပဒဝဏ်
ယောဂီ အကျင့်မြတ် နိဗ္ဗာနဓာတ်ကို ချဉ်းကပ်စေလိုကြောင်း
ကောင်းမြတ်သော ဘာဝနာ အားထုတ်စဉ် အပြည့် အစုံ ပါရှိ
သော ဤ ‘အာနာပါန အလင်းပြ ဆုတောင်းပြည့် ဝိပဿနာ
ကျင့်စဉ်ကျမ်း’ကို မှီငြမ်းသမ္မ အလေးပြု၍ ဝိပဿနာယာနိက

ခါး

ဥယျောဇနကထာ

ပဓာနစာရီ ယောဂီသုမြတ် မုချဆတ်ဆတ် အရိယာဇာတ်ဝင်
အောင်ပွဲ ဆင်နိုင်ရန် ကြည့်ရှု ပွားများ နိုင်ကြပါစေသော်။
(သဘာဝကို ပဓာနထားပြီး ရှုမှတ်ကြပါ)။

အရှင်ပဏ္ဍိတနန္ဒ
အာဒိကမ္ပိက မဟာနာယက ဆရာတော်
ဆုတောင်းပြည့်ကျောင်းတိုက်
အထက်ပုဇွန်တောင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဂုဏ်တော် နှင့် အာနာပါနကျင့်စဉ်

- (က) ရတနတ္ထယဂုဏာနုဿရဏေန စိတ္တံ သမ္ပဟံသေတွာ။
- (ခ) အာစရိယဂ္ဂဟံတော ကေပဒမ္ပိ အသမ္ပယုန္နေန။
- (ဂ) ဣဒံ အာနာပါနဿတိကမ္မဋ္ဌာနံ မနသိကာတဗ္ဗံ။
- (က) ရတနာသုံးပါး ဂုဏ်တော်ပွား စိတ်ထားရွှင်ပါစေ။
- (ခ) ဆရာထံမှ သင်သမျှ ဉာဏ်ဝ ထင်ပါစေ။
- (ဂ) အာနာပါန ပဓာန ဓမ္မကျင့်စဉ်ပေ။

[က]

- ၁ - အရဟံ
- ၂ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၃ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၄ - သုဂတော
- ၅ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၆ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ
- ၇ - သတ္ထာဒေဝ မနုဿာနံ
- ၈ - ဗုဒ္ဓေါ
- ၉ - ဘဂဝါ
- ၁၀ - ဘဂဝါ
- ၁၁ - ဗုဒ္ဓေါ
- ၁၂ - သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ

- ၁၃ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ
- ၁၄ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၁၅ - သုဂတော
- ၁၆ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၁၇ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၁၈ - အရဟံ

[ခ]

- ၁၉ - အရဟံ
- ၂၀ - အရဟံ

[ဂ]

- ၂၁ - အရဟံ
- ၂၂ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၂၃ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၂၄ - အရဟံ

[ဃ]

- ၂၅ - အရဟံ
- ၂၆ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၂၇ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၂၈ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၂၉ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၃၀ - အရဟံ

[င]

- ၃၁ - အရဟံ
- ၃၂ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၃၃ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၃၄ - သုဂတော
- ၃၅ - သုဂတော
- ၃၆ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၃၇ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၃၈ - အရဟံ

[ဝ]

- ၃၉ - အရဟံ
- ၄၀ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၄၁ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၄၂ - သုဂတော
- ၄၃ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၄၄ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၄၅ - သုဂတော
- ၄၆ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၄၇ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၄၈ - အရဟံ

[ဆ]

- ၄၉ - အရဟံ
- ၅၀ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၅၁ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၅၂ - သုဂတော
- ၅၃ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၅၄ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ
- ၅၅ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ
- ၅၆ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၅၇ - သုဂတော
- ၅၈ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၅၉ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၆၀ - အရဟံ

[ဇ]

- ၆၁ - အရဟံ
- ၆၂ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၆၃ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၆၄ - သုဂတော
- ၆၅ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၆၆ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ
- ၆၇ - သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ

ဂုဏ်တော် နှင့် အာနာပါနကျင့်စဉ်

- ၆၈ - သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ
- ၆၉ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ
- ၇၀ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၇၁ - သုဂတော
- ၇၂ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၇၃ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၇၄ - အရဟံ

[၅]

- ၇၅ - အရဟံ
- ၇၆ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
- ၇၇ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော
- ၇၈ - သုဂတော
- ၇၉ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၈၀ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ
- ၈၁ - သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ
- ၈၂ - ဗုဒ္ဓေါ
- ၈၃ - ဗုဒ္ဓေါ
- ၈၄ - သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ
- ၈၅ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ
- ၈၆ - လောကဝိဒ္ဓ
- ၈၇ - သုဂတော
- ၈၈ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော

၈၉ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ

၉၀ - အရဟံ

[ည]

၉၁ - အရဟံ

၉၂ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ

၉၃ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော

၉၄ - သုဂတော

၉၅ - လောကဝိဒ္ဓ

၉၆ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ

၉၇ - သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ

၉၈ - ဗုဒ္ဓေါ

၉၉ - ဘဂဝါ

၁၀၀ - ဘဂဝါ

၁၀၁ - ဗုဒ္ဓေါ

၁၀၂ - သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ

၁၀၃ - အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ

၁၀၄ - လောကဝိဒ္ဓ

၁၀၅ - သုဂတော

၁၀၆ - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော

၁၀၇ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ

၁၀၈ - အရဟံ

အာနာပါနအလင်းပြ ဆုတောင်းပြည့် ဝိပဿနာကျင့်စဉ် မာတိကာစဉ်

--

ခကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

- ၁ - အရှင်ဇဏ္ဍိစွာနန္ဒ၏ ထေရုပ္ပတ္တိကထာ က
- ၂ - ဖွားမြင်ရာဒေသ ရှင်ဘဝ နှင့် ထူးမြတ်သည့်ဆရာ က
- ၃ - မြန်မာ့ပြည်ဘောင် ထွန်းပြောင်သာသနာ ကာ
- ၄ - ဆရာ့ဝန်တာ သင့်ရာပို့အပ် ကိ
- ၅ - ရဟန်း ဖြစ်ချိန် ပြက္ခဒိန် ... ကိ
- ၆ - နိကာယ်ငါးအင် သင်နည်းဖုံဖုံ ပြည့်စုံလေ့လာ ကိ
- ၇ - သာသနာကျိုး သည်ပိုးထမ်းဆောင် ကိ
- ၈ - တိုက်တာတည်ထောင် ရွှေဆောင်ဦးစီး ကု
- ၉ - အောင်နိမိတ်ဆောင်ပြီ မြတ်စေတီ ကူ
- ၁၀ - ဓုရန္တဖြစ် ကိုယ့်ဝန်သာ ဟု ကဲ
- ၁၁ - သူတော်ချင်းချင်း ဓာတ်ချင်းသင့်လျော် ကော့
- ၁၂ - ကောင်းလေ့ ကောင်းနည်း နိဿယည်းရစေ ကော်
- ၁၃ - ယောဂီ ကိုအေးကြွယ်၏ တောင်းပန်လျှောက်
ထားချက် ကား
- ၁၄ - ဆရာတော်များ သြဝါဒနာယူကြရန်၊ ယောဂီများ
အတွက် ပြည့်စုံရမည့် အင်္ဂါ(၁၀)ပါး ခ

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

၁၅ -	နှိုးဆော်ချက်, ဒုက္ခအဆုံးကို ပြုနိုင်ကြောင်း	၁၆
၁၆ -	အကြောင်း အကျိုး ဖော်ပြချက် ၁၀
၁၇ -	ကိလေသာ သုံးမျိုး အဓိပ္ပာယ် ၁၀
၁၈ -	၁-ဝိတိက္ကမ ကိလေသာ ဖြစ်ပုံ ၁၀
၁၉ -	၂ - ဗရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ ဖြစ်ပုံ ၁၀
၂၀ -	၃ - အနုသယ ကိလေသာ ဖြစ်ပုံ ၁၀
၂၁ -	သိက္ခာ သုံးပါး အဓိပ္ပာယ် ၁၀
၂၂ -	၁ - သီလ သဘော ၁၀
၂၃ -	၂ - သမာဓိ သဘော ၁၀
၂၄ -	၃ - ပညာ သဘော ၁၁
၂၅ -	မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး သဘော ၁၁
၂၆ -	မဂ္ဂင် ရှစ်ပါး နှင့် သိက္ခာ သုံးပါး တွဲစပ်ပြသည်	၁၁
၂၇ -	၁ - သီလဝိသုဒ္ဓိ သဘော ၁၁
၂၈ -	၂ - စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ သဘော ၁၁
၂၉ -	၃ - ခြိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ သဘော ၁၁
၃၀ -	ကျမ်းပြုဆရာတော်၏ ဥယျောဇန ကထာ ၁၁
၃၁ -	ရည်ညွှန်းချက် ၁၁
၃၂ -	ကျမ်းပလ္လင် ၁၁
၃၃ -	ဂုဏ်တော် နှင့် အာနာပါန ကျင့်စဉ် ၁၁

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

၃၄ - အာနာပါနအလင်းပြ ဆုတောင်းပြည့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်, ပဏာမ	၁
၃၅ - သမထ ဝိပဿနာ သဘော		၂
၃၆ - အတ္တေ ဝိပဿနာ		၂
၃၇ - သတိသဘောထား, သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ			၃
၃၈ - ကောယနော ကိစ္စတခု, ပြုပြင် အားထုတ်ရမည့် အလုပ်	၄
၃၉ - ပုံစံ ဥပမာ - လေ့လာပြီးမှ အားထုတ်ပါ	---		၅
၄၀ - ရူပပရိဂ္ဂဟ - ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်း		၆
၄၁ - ရူပပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ပေါ်ပုံ		-	၇
၄၂ - နာမပရိဂ္ဂဟ - နာမ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်း		၇
၄၃ - နာမပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ပေါ်ပုံ		၈
၄၄ - နာမ် ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်း		၉
၄၅ - နာမရူပပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ပေါ်ပုံ		၉
၄၆ - ယောဂီ - သတိ မလစ်ပါစေနဲ့	၁၀
၄၇ - အယံ ကကစ္ဆပမာ - အောက်ပါပုံ အတိုင်း ရှုပါ ရှိုက်ပါ	၁၁
၄၈ - ပုဗ္ဗကိစ္စ ပြုရန်	---	---	၁၄
၄၉ - အလုပ် ပေးပြီ	၁၅

၈၈

အာနာပါန အလင်းပြ

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၅၀ - သတိ မလစ်စေရန်	၁၅
၅၁ - တရား ထိုင်နည်း	၁၆
၅၂ - သမာဓိ ချိန်ဆရန်	၁၇
၅၃ - ဆရာ သမ္မသနဉာဏ် ပေါ်လာပုံ	၁၈
၅၄ - သညာ ကင်းပါစေ (သတိမာ လောကေ သညာယ ပညာယ)	၁၉
၅၅ - သတိ ရှိပါစေ	၂၁
၅၆ - ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါ	၂၂
၅၇ - ထွက်လေ ဝင်လေကို သမ္မာဝါယာမ ဖြစ်အောင် ရှုရှိုက်သည့် အချိန်မှာ	၂၃
၅၈ - ဝိသုဒ္ဓိ သဘော	၂၆
၅၉ - တရား အားထုတ်မီ	၂၈
၆၀ - တရား အားထုတ်ပြီးသည့်နောက်	၂၈
၆၁ - ဥပစာတို့၌ နန်းထိုင်ပြီ	၂၈
၆၂ - ငြိမ်းပြီ ဟု ဆိုပေမင့် အထူး သတိပေးချက်	၂၉
၆၃ - ဥဒယဝယဉာဏ် အားကောင်းလာပြီ	၃၀
၆၄ - ဘဂ္ဂဉာဏ်သို့ သက်ဆင်းတော့မည်	၃၁
၆၅ - ဘဂ္ဂဉာဏ် အားကောင်းရန်	၃၁
၆၆ - သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပဟာနာယ	၃၂
၆၇ - ခဏော ဝေါပဋိပါဋိတော	၃၃
၆၈ - ပရတော နော စ အတ္တတော	၃၅

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၆၉ - နည်းမှန် လမ်းမှန်	၃၆
၇၀ - ထူးလှတဲ့ ဥပမာ	၃၇
၇၁ - ဘင်္ဂဉာဏ် အားကောင်းလာပြီ	၃၈
၇၂ - သမထ ဘာဝနာ စတုက္က, ဝေဒနာနုပဿနာ ရှုနည်း	၃၈
၇၃ - သမထဘာဝနာ စတုက္က, စိတ္တာနုပဿနာ ရှုနည်း	၄၁
၇၄ - အထူး သတိပြုရန်	၄၂
၇၅ - ဝိပဿနာသို့ ကူးပြီး	၄၃
၇၆ - ဝိပဿနာ ဘာဝနာ စတုက္က, ဓမ္မာနုပဿနာ ရှုနည်း	၄၄
၇၇ - အလုပ်ဆက်ရန်	၄၅
၇၈ - ဝိပဿနာ သဘော	၄၅
၇၉ - ဝိပဿနာယ ပရိညာတာ ခန္ဓာ နှုပ္ပဇ္ဇန္တိ, ဝိပဿနာနဲ့ ပိုင်းခြားပုံ	၄၆
၈၀ - ပယ်ပုံ ပယ်နည်း	၄၆
၈၁ - ယောဂီ ပဟာန်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်	၄၇
၈၂ - နိရောဓသဘော ပြောပြမယ်	၄၇
၈၃ - ဆရာဩဝါဒ နာယူရန်	၄၉
၈၄ - ဝိပဿနာဘုံသို့	၄၉
၈၅ - အလုပ်သမားတို့ ပုဗ္ဗကိစ္စလေးပါး သတိထား	၅၁
၈၆ - ဆရာတို့နည်း	၅၂

ဂါး အာနာပါန အလင်းပြ

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၈၇ - တိုက်တွန်းချက် အရ	၅၃
၈၈ - အပ္ပနာဘုံသို့	၅၃
၈၉ - ဉာဏ်စဉ် အသွားများကို	၅၄
၉၀ - ဉာဏ်စဉ် အသွား သဘောထား	၅၄
၉၁ - ယောဂီ အလုပ်ကို လက်မလွှတ်နဲ့	၅၈
၉၂ - ၁ - ပဌမ အနုလုံဇောစိတ်	၆၂
၉၃ - ၂ - ဒုတိယ အနုလုံဇောစိတ်	၆၃
၉၄ - ၃ - တတိယ အနုလုံဇောစိတ်	၆၃
၉၅ - ဒိန္နသညံ	၆၃
၉၆ - ဆရာလုပ်သူက တရားအဆုံးအဖြတ် ပေးနိုင်သလား	၆၅
၉၇ - အဆုံးအဖြတ် အတိအကျ နည်းပြသည်	၆၆
၉၈ - အောက်ပါ သာဓက ရှင်းလင်းချက်ကို အမှီ ပြုကြလေ - ဉာဏ်လေးပါး	၆၇
၉၉ - ကောယနော မဂ္ဂေါ တလမ်းသွား သတိတရား၊ အသီးသီး အားထားရန် သတိ၏ တည်ရာ (၃၂) ပါး	၆၈
၁၀၀ - ၁ - သတိပဋ္ဌာန် တရား လေးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်	၆၉
၁၀၁ - ၂ - သမ္မပ္ပဓာန် တရား လေးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်	၆၉

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

၁၀၂ - ၃ - လူဒွိပါဒ် တရားလေးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်	၇၀
၁၀၃ - ၄ - လူဒြေ တရား ငါးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်	—	၇၀
၁၀၄ - ၅ - ဗိုလ် တရား ငါးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်	—	၇၀
၁၀၅ - ၆ - ဗောဇ္ဈင် တရား ခုနစ်ပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်	—	၇၁
၁၀၆ - ၇ - မဂ္ဂင် တရား ရှစ်ပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်	၇၁
၁၀၇ - ဘုံသုံးဆင့် ငဋ်ဆင်းရဲကို မဂ္ဂင် ရှစ်ပါးဖြင့် ပွားများပုံ	၇၂
၁၀၈ - သင်္ခါရအာရုံ အားကောင်းရန် ရုပ် နာမ် ပွားနည်း	၇၃
၁၀၉ - ယောဂီ နားထောင်ပါ	၇၅
၁၁၀ - အားထုတ်သူ ယောဂီ အတွက်	—	၇၆
၁၁၁ - ယောဂီ တွန့်မသွားနဲ့	၇၆
၁၁၂ - အကျိုးပြု တိုက်တွန်းချက် - အာနာပါန စီးဖြန်း ရခြင်း အကျိုး ငါးပါး	—	၇၈
၁၁၃ - လက္ခဏာယာဉ် အလင်းပြအခန်း	၇၉
၁၁၄ - တိုက်တွန်းချက်	၇၉

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၁၅ - အလင်းပြပြီ ၈၁
၁၁၆ - အနိစ္စကို သန္တတိ ဖုံးလွှမ်းပုံ ၈၃
၁၁၇ - သန္တတိ အမျိုးအစား ၈၄
၁၁၈ - ဒုက္ခကို ဣရိယာပုထ် ဖုံးလွှမ်းပုံ ၉၀
၁၁၉ - ဆရာနည်းရ အနတ္တ ၉၇
၁၂၀ - အနတ္တကို သန ဖုံးလွှမ်းပုံ ၉၉
၁၂၁ - အနတ္တ သဘော ၁၀၀
၁၂၂ - လက္ခဏာ သုံးပါး အလင်းပြခဏ်း ၁၀၅
၁၂၃ - အကြောင်း အကျိုး သင်္ခါရ ၂ - ပါးကို မြင်အောင်ရှု ၁၀၆
၁၂၄ - ဆုံရ ကြုံရပေပြီ ၁၀၈
၁၂၅ - လက္ခဏာ နှင့် ပုဂ္ဂိုလ်သိကောင်းသည် ၁၁၅
၁၂၆ - လက္ခဏာ (ပဋိဝေဓ) ထိုးထွင်းဉာဏ် ၁၁၅
၁၂၇ - အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သဘော ၁၁၉
၁၂၈ - စက္ခုမန္တ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သဘော ၁၂၀
၁၂၉ - ရှင်တော်ဘုရား၏ အယူဝါဒ ၁၂၀
၁၃၀ - အကြောင်း အကျိုး ဆိုက်ဟန် ၁၂၂
၁၃၁ - ကျမ်းပြီး နိဂုံး ၁၃၃

အာနာပါနအလင်းပြ

ဆုတောင်းပြည့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်

—

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ပဏာမ

နာနာဗျူတဘဝံ ဗုဒ္ဓံ၊ အန္ဓကာရပဟာယကံ။
ဓမ္မဉ္စ ဉာဏပဇ္ဇောတံ၊ နတော သံဃံ နိဝါရဏံ။

အဟံ - ခန္ဓာငါးဝ သမူဟကို ပေါင်းထသမုတ် အကျွန်ုပ် သည်၊ နာနာဗျူတဘဝံ - အထူးထူး အပြားပြား မြောက်မြား လှစွာသော အံ့ဖွယ်တို့ကို ဖြစ်စေတော်မူနိုင်ထသော၊ အန္ဓကာ- ရပဟာယကံ - ရုပ် နာမ် ဓမ္မ သင်္ခါရတို့၏ ဖြစ်ပျက် အမှုကို ဖုံးကွယ်ပေတတ် အဝိဇ္ဇာ ဟူသော အမှောင်ခတ်ကို ပယ်လှန် ဖောက်ခွဲတော်မူတတ်ထသော၊ ဗုဒ္ဓဉ္စ - သစ္စာလေးဝ မြတ်ဓမ္မကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရားကိုလည်း ကောင်း၊ ဉာဏပဇ္ဇောတံ - ဆီမီးတန်ဆောင် အလင်းရောင်သို့ ပြောင်ပြောင်တောက်ဘိ ထိန်ထိန်ညီသား အနုလောမ အစရှိ သော ဉာဏ်အပြားဖြင့် ထွန်းလင်းပေတတ်သော၊ ဓမ္မဉ္စ - ဆယ် တန်သတ်မှတ် တရားတော်မြတ်ကိုလည်းကောင်း၊ နိဝါရဏံ - ကိလေသာအလှေ့ အမြွေးအယှက် မငဲ့မကွက် ဓမ္မစက်ဖြင့် ခုတ်ဖြတ်ပယ်ရှင်း အောင်မြင်ခြင်းသို့ ရောက်တော်မူပေသော၊ သံဃဉ္စ - ရှစ်ယောက် အရိယာ မြတ်သံဃာကိုလည်းကောင်း၊ နတော - နမာမိ - အဉ္စလီပဏာမ ဂါရဝဖြင့် ဦးနှိမ်ပျပ်ကျိုး ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

အာနာပါန အလင်းပြ

သမထ ဝိပဿနာ သဘော

သမထယာနိက = သမထ တရားကို အားထုတ်သည်။

ဝိပဿနာယာနိက = ဝိပဿနာ တရားကို အားထုတ်သည်။

အာနာပါန = သမထတရား ဝိပဿနာ တရား နှစ်ပါး
အားထုတ်သည်။

စေတနာ - ဤအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြင့်၊ ပဒံ - မဂ် ဖိုလ်
နိဗ္ဗာန်သို့၊ ယဂတိ - ပဇ္ဇတိ - ရောက်စေတတ်၏။ သမထော စ -
လထဝီ အာနာပါန စသော သမထ အကျင့်တရားသည် သာ
လျှင်၊ ယာနံ၊ ယာဉ် မည်၏။ ဝိပဿနံ - ဝိပဿနာကို၊ အနုယု -
ဥန္တဿ - အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အား၊ ဧတံ နာမံ - ဤသမထ
ဟူသော အမည်သည်၊ ဟောတိ - ဖြစ်၏။

သမထ၊ ဝိပဿနာ၊ စပ်လျက်ပါ၊ အာနာပါန၊ သက်
သေပြ။

ပညတ်၊ ပရဇော်၊ နှစ်ခုစပ်၊ စပ်တတ်သူမှ၊ အမြတ်ရ။

အနိမိတ္တ ဝိပဿနာ

ရူပနိမိတ္တံ - ရုပ် နိမိတ်ကို၊ ဝါ - ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ သူ
တပါး ယောက်ျား မိန်းမ ခေါင်း ကိုယ် ခြေ လက် စသည့်
အကြောင်းနိမိတ် ဟု ဆိုအပ်သည့် ရုပ် တရားကို၊ ဘယတော -
ဆင်းရဲရလှ ဒုက္ခအားဖြင့်၊ သမ္ပဿမာနော - ကောင်းစွာ ရှုမှတ်
အားထုတ်တတ်သော ယောဂီသည်၊ အနိမိတ္တေ - ကိုယ်ထည်
ကိုယ်ဟန် ပျက်ပြုန်း ကုန်ဆုံး အစတုန်းသည့် နိဗ္ဗာန် အာရုံ၌၊

အဓိမုတ္တတ္တာ— စူးဝင်နေသည့် အာရုံ အကျင့်မြတ် စိတ်ပရမတ်
ကြောင့်၊ ဖုဿ ဖုဿ — တွေ့ထိတိုင်း တွေ့ထိတိုင်း၊ ဝယံ — ရုပ်
ဆိုသည့် အပျက် သဘောကို၊ ပဿတိ — ဟန်အမှုအရာရှင်း
သညာကင်း၍ ပညာသာ လင်းတော့၏။

သညာကို ရှင်း၊ သင်္ကာ ကင်း၊ အထင်း နိဗ္ဗာန်သာ။
စရဏမျိုး၊ ထိတိုင်း တိုး၊ အကျိုး မဟပ္ပလာ။
အကျိုး တွေ့မှ၊ နိဗ္ဗာန်ရ၊ ရမှ အေးမည်သာ။

သတိ သဘောထား

သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ

သတိထား၍ အဘိဇ္ဈာ ခံသည့် အကုသိုလ် တရားတို့ကို
ပယ်ရှား သုခသင်ရာ၌ ‘ကာယ - ဝေ - စိတ္တ - ဓမ္မ’ ဤလေး
ချက်သော သတိထားရာ သတိပဋ္ဌာန်၏ အာရုံ လေးပါး
တည်းမှ တပါးပါးကိုမျှ မသုံးသပ် ဆင်ခြင်မူ၍ ဝိပဿနာ
ဉာဏ် မဂ်ဉာဏ်များကို ဖြစ်စေနိုင်သော ပညာဘာဝနာ မည်
သည် မရှိချေ။

စင်စစ်သော်ကား သတိပဋ္ဌာန်တရား လေးပါးတို့၏ အာရုံ
ဖြစ်သော ‘ကိုယ် - ဝေ - စိတ် - ဓမ္မ’ တရား လေးပါး စလုံး
ကို အပေါင်းအစုမှ အစိတ်အကွဲ အစိတ် အမှုာမှ အလုံးအရင်း
အကွဲအပြား အတုန့်အလိမ် အကွေ့အကောက် အမှား အမှန်
တို့၏ ဖောက်ပြန်မှု ကွဲလွဲမှု အမျိုးမျိုးကို တသဘောတည်း
တပေါင်းတည်း တညီတညွတ် ပေါင်းဆုံကြသည့် သမောဓာန
သမောသရဏ ကောဒိဘာဝ ခေါ် တခုတည်း တူညီမှုကို

တွေ့ရှိခံစား အာရုံမပြား ကာလ ဘာဝ သန္တာန် စသည်တို့၏
 တူညီမှု သဘော တခုကိုပင် မတွေ့ တွေ့ရလေအောင် - မရ
 ရလေအောင် - အားထုတ်ပါမှ အားထုတ်ခြင်းကိုပင် ကောယ
 နော ပါဠိတော် အဟောနှင့် သင့်လျော်မည့် အကျင့် ဟု
 ယောဂီ၏ သဘောသွားကို ဤသို့ ထားနှင့်ရမည် ဖြစ်သတည်း။

ကောယနော - ကိစ္စ တခု
 ပြုပြင် အားထုတ်ရမည့် အလုပ်

၁ - ယံ ပုဗ္ဗေ တံ ဝိသောသေဟိ၊
 ရှေးဟောင်း ကံ ကိလေသာတွေ ခြောက်သွေ့
 ပါစေ။

အလုပ် - အဟောင်းကိုလဲ မပြန်ရ၊ ပြန်က ကိစ္စများသည်။

၂ - ပစ္ဆာ တေ မာဟု ကိဉ္ဇနံ။
 နောင် အလားအလာ ကြောင့်ကြမှု ကိလေသာ
 တွေ မဖြစ်ပါစေလင့်။

အလုပ် - အသစ်ကိုလဲ မကြံ့ရ၊ ကြံ့လျှင် မဆုံး ကိစ္စများ
 သည်။

၃ - မဇ္ဈေ စေ နော ဂဟေဿသိ။
 ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ ရုပ် နာမ် သင်္ခါရမှာ အစွဲ ကင်း
 ပါစေ။

အလုပ် - အတွေ့ကိုသာ ရှုမှတ်ကြ၊ ကိစ္စ နည်းသည်။

ပစ္စုပ္ပန် ရုပ် နာမ်၌ မသာယာ၊ သာယာမှု ကင်းနိုင်အောင် ငါ့ကိုယ်၊ သူ့ကိုယ် ထင်မှတ်၍ အစွဲကင်းအောင် ထိုခဏ၌ ဤခဏ၌ ခဏမစဲပေါ်ပေါက် လာသည့် ရုပ် နာမ် ဓမ္မ သင်္ခါရ တို့ကို ရှုရှိုက်မှု အာနာပါန အလုပ်ဖြင့် အခွင့်အခါအား လျော်စွာ အချိန်ရသလောက် အားထုတ်သွားပါက သဘိပဋ္ဌာန် တရား တော်မြတ်ကို အမှန် တွေ့မြင် အားထုတ်နေခြင်းပင်ဖြစ်တော့၏။

ပုံစံ ဥပမာ

လေ့လာပြီးမှ အားထုတ်ပါ

ယထာ နာမ ကမ္မာရဿ ဘတ္တိဉ္စ ဂဂ္ဂါရနာဠိဉ္စ
တဇ္ဇဉ္စ ဝါယာမံ ပဋိစ္စ ဝါတော အပရာပရံ သဉ္စရတိ၊
ဧဝံ ဘိက္ခုနော ကရဇကာယဉ္စ နာသဖုဋ္ဌဉ္စ စိတ္တဉ္စ
ပဋိစ္စ အဿာသပဿာသကာယော အပရာပရံ သဉ္စရတိ။

ယထာနာမ - မျက်မှောက်မြင်ရ သဘာဝဖြင့် ချိန်ဆသိရာ ဥပမာကား၊ ကမ္မာရဿ - ရွှေပန်းထိမ်သည်၏၊ ဘတ္တိဉ္စ-ရွတ် တီးကိုလည်းကောင်း၊ ဂဂ္ဂါရနာဠိဉ္စ - ရွတ်တီးတန်ကိုလည်း ကောင်း၊ တဇ္ဇံ - ရွတ်တီးတန်အား လျော်သော၊ ဝါယာမဉ္စ- လုံ့လကိုလည်းကောင်း၊ ပဋိစ္စ-စွဲ၍၊ ဝါ-ရှေးရှုရောက်သည် ဖြစ်၍၊ ဝါတော-ရွတ်တီးလေသည်၊ အပရာပရံ - ထိုမှ ဤမှ၊ ဝါ-အဆင့်ဆင့်၊ သဉ္စရတိ ယထာ - ရွှေရှား၍ ဖြစ်သကဲ့သို့၊ ဧဝံ တထာ-ပုံစံနှိုင်းယူ ဤအတူ၊ ဘိက္ခုနော - ယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်၏၊ ကရဇကာယဉ္စ - ဝတ္ထုရုပ်ဟု ဆိုအပ်သော ကရဇ ကာယကို လည်းကောင်း၊ နာသဖုဋ္ဌဉ္စ - နှာခေါင်းဖုကိုလည်း ကောင်း၊ စိတ္တဉ္စ - သတိ ဝီရိယနှင့် တကွ ဖြစ်သော စိတ်ကို

လည်းကောင်း၊ ပဋိစ္စ-စွဲ၍၊ အဿာသပဿာသကာယော —
ထွက်သက် ဝင်သက်ဟု ဆိုအပ်သော ကာယ သင်္ခါရသည်၊
အပရာပရံ- ဟိုမှ သည်မှ အဆင့်ဆင့်၊ သဗ္ဗရတိ — လွှတ်ချည်
ဝင်ချည် ဖြစ်ရှာ၍ နေ၏။

အဓိပ္ပာယ်

ရွှေပန်းထိမ်သည် ယောဂီ
ဥပမာ ဖို စိုက် ဥပမေယျ ဖိုလ်စိုက်
၁ - ရွတ်တီး ဝတ္ထုရုပ် ခေါ် ကာယပသာဒ
၂ - ရွတ်တီးတန် နှာခေါင်းဖု
၃ - ဆွဲခြင်း လုံ့လ သတိ၊ ဝိရိယ ပါသော စိတ်၊

အကြောင်း သုံးပါးကြောင့် ဖြစ်သော လေလို - ရှူလေ
ရှိုက်လေသည် အကြောင်း သုံးပါးကြောင့် ဖြစ်၏။

ရူပ ပရိဂ္ဂဟ
ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်း

တတ္ထ အဿာသပဿာသကမ္မိကော ဣမေ အဿာ-
သပဿာသာ ကိံ နိဿိတာ၊ ဝတ္ထု နိဿိတာ၊ ဝတ္ထု
နာမ ကရဇကာယော၊ ကရဇကာယော နာမ စတ္တာရိ
မဟာဘူတာနိ ဥပါဒါရူပဉ္စေတိ ဧဝံ ရူပံ ပရိဂ္ဂဟာတိ။

တတ္ထ - တသ္မိံ အဓိကာရေ - ထိုသတိပဋ္ဌာန ဘာဝနာ
အရာ၌၊ အဿာသပဿာသကမ္မိကော-ထွက်သက် ဝင်သက်ကို
နှလုံးသွင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဣမေ အဿာသ ပဿာသာ-

ဤစိတ်ကြောင့် ဖြစ်သော ထွက်သက် ဝင်သက် လေတို့သက် ၊
 ကိံ - အဘယ်အရာကို၊ နိဿိတာ - မှီအပ်ကုန်သနည်း၊ ဝါ-
 နိဿိတာ - မှီကုန်သနည်း၊ ဝတ္ထု နိဿိတာ - ဝတ္ထု၌ မှီကုန်၏၊
 ဝတ္ထု နာမ - ဝတ္ထုမည်သည်၊ ကရဇကာယော - ကရဇကာယ
 တည်း၊ ကရဇကာယော နာမ - ဟဒယဝတ္ထု စသော ကရဇကာ
 ယ မည်သည်၊ စတ္တာရိ - လေးပါး ကုန်သော၊ မဟာဘူတာနိ
 စ - မဟာဘူတ်တို့ လည်းကောင်း၊ ဥပါဒါရူပဉ္စ - ဥပါဒါရုပ်
 လည်းကောင်း၊ ဣတိ ဧဝံ - ဤသို့၊ ရူပံ - ရုပ်ကို၊ ဝါ - ထွက်
 သက် ဝင်သက် အပေါင်း၌ ရအပ်သော ရုပ်အပေါင်းကို၊
 ပရိဂ္ဂဟာတိ - ရူပပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြင့် သိမ်းဆည်း၏။

ရူပပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ပေငါးပုံ

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ယောဂီ.... အာနာပါန တရားကို အားထုတ်လိုက်
 လျှင်ဆိုပဲ ယောဂီရဲ့ ထွက်လေ ဝင်လေတို့ဟာ ဟဒယ
 ဝတ္ထုနှင့် တကွ မဟာဘူတ်ရုပ်တရား ဥပါဒါရုပ် တရား
 တို့ကို သိမ်းဆည်းပြီးမှ ထွက်ရ ဝင်ရတဲ့ လေပဲဟု ဉာဏ်
 အမြင် ရောက်သောကြောင့် ရူပပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ပေငါး၏။

နာမ ပရိဂ္ဂဟ
 နာမ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်း

တတော တဒါရမ္မဏေ ဖဿပဉ္စမကေ နာမန္တိ။

တတော - ထိုသို့ ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းသော ရူပပရိဂ္ဂဟဉာဏ်
 မှ၊ တဒါရမ္မဏေ - ထိုထွက်သက် ဝင်သက်လျှင် အာရုံ ရှိသော၊

ဗဿပဉ္စမကေ-ငါးခုတို့၏ ပြည့်ကြောင်းဖြစ်သော ဗဿ၊ဝါ-
ဗဿလျှင် ငါးခုမြောက် ရှိသော၊ ဝါ-ဗဿ ဝေဒနာ သညာ
စေတနာ ဝိညာဉ် ဟု ဆိုအပ်သော ဗဿပဉ္စမကတို့ကို၊ ဝါ-
‘ဝေ သ ဗ စေ ဝိညာဉ်’ ဟု ဆိုအပ်သော ဝေဒနာ ပဉ္စကတို့ကို၊
ဝါ-‘ဝိ ဗ ဝေ သ စေတနာ’ ဟု ဆိုအပ်သော ဝိညာဏ ပဉ္စ-
မကတို့ကို၊ ဣမေ - ဤတရားတို့သည်၊ နာမံ - နာမ်သည်၊
ဟောန္တိ-ဖြစ်ကုန်၏၊ ဣတိ-ဤသို့၊ နာမံ-နာမ်ကို၊ ပရိဂ္ဂဟာတိ၊
နာမ-ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြင့် သိမ်းဆည်းအပ်၏။

နာမပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ပေါ်ပုံ

အဓိပ္ပာယ်။ ။ယောဂီ... ရုပ်တရားတို့ကို သိမ်းဆည်းပြီးသည့်
နောက် -

ဗ	ဝေ	သ	စေ	ဝိညာဏ်၊
ဝေ	သင်	ဗ	စေ	ဝိညာဏ်၊
သ	ဗ	ဝေ	စေ	ဝိညာဏ်၊
စေ	ဗ	ဝေ	သ	ဝိညာဏ်၊
ဝိ	ဗ	ဝေ	သ	စေတနာ၊

ယောဂီ...တရား အားထုတ်လို့ရှိလျှင် ထွက်လေ ဝင်လေ
တို့ကို အာရုံပြု၍ ဗဿပဉ္စမက ဝေဒနာပဉ္စမက စသည့်
ပဉ္စမက မျိုးစုံ နာမ်တရားတို့ရဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အကြောင်း
တို့ကို မိမိ၏ ပစ္စက္ခဉာဏ်ဝဉ်း ထင်လာ မြင်လာ ရခြင်း
သည် နာမ်တရားတို့ကို နာမပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြင့် သိမ်း
ဆည်းခြင်းပင် မည်၏။

နာမ် ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်း

ဧဝံ နာမရူပံ ပရိဂ္ဂဟေတွာ တဿ ပစ္စယံ ပရိယေသန္တော အဝိဇ္ဇာဒိပဋိစ္စသမုပ္ပါဒံ ဒိသ္မာ ပစ္စယပစ္စယုပ္ပန္နဓမ္မမတ္တမေဝေတံ။

ဧဝံ - ဤသို့၊ နာမရူပံ-နာမ်ရုပ်ကို၊ ပရိဂ္ဂဟေတွာ - သိမ်းဆည်း၍၊ တဿ-ထိုနာမ် ရုပ် တရား၏၊ ပစ္စယံ-အကြောင်းကို၊ ဝါ-ဇနကအကြောင်း ဥပထမ္ဘက အကြောင်းကို၊ ဝါ-ဝေးသော အကြောင်း နီးသော အကြောင်းကို၊ ဝါ- ပဋိသန္ဓေ အကြောင်း ပဝတ္တိအကြောင်းကို၊ ပရိယေသန္တော - ရှာမှီးသည် ရှိသော်၊ ဝါ - သုတမယဉာဏ် စိန္တာမယဉာဏ်တို့ဖြင့် ရှာမှီးသည် ရှိသော်၊ အဝိဇ္ဇာဒိပဋိစ္စသမုပ္ပါဒံ - အဝိဇ္ဇာ အစဇရာ မရဏ အဆုံး ရှိသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားကို၊ ဒိသ္မာ - မြင်သောကြောင့်၊ မြင်ရကား၊ ဧတံ-ဤပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပဋိစ္စသမုပ္ပန္န ဖြစ်သော တရားအပေါင်းသည်၊ ပစ္စယ ပစ္စယုပ္ပန္န ဓမ္မမတ္တမေဝ - အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်ရုံမျှ ဖြစ်သော တရားသာတည်း။

နာမရူပ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ပေါ်ပုံ

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ယောဂီ...နာမ် ရုပ် တို့ကို သိမ်းဆည်းရမည် ဆိုသော် ၎င်းနာမ် ရုပ်တို့၏ ဇနက ခေါ် ဖြစ်စေ တတ်တဲ့ အကြောင်း၊ ဥပထမ္ဘက ခေါ် ထောက်ပံ့ စေတတ်တဲ့ အကြောင်း၊ နီးသော အကြောင်း၊ ဝေးသော အကြောင်း၊ ပဋိသန္ဓေ အကြောင်း၊ ပဝတ္တိ

အကြောင်း များစွာမှ ကျယ်ဝန်းလှသော အကြောင်း
တို့ကား အခြား မဟုတ်၊ ကံ စိတ် ဥတု အာဟာရ
ခေါ် စတုသမုဋ္ဌာန် အကြောင်း အကျိုး မပြတ် ဒလစပ်
လှည့်ပတ်နေတဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ခေါ် ရုပ်တရား နာမ်
တရားတို့ကို သိမ်းဆည်းနေခြင်းပင် ကေန့် အမှန်
ဖြစ်တော့၏ ဟု ယောဂီ၏ ပစ္စက္ခဉာဏ်ဝဉ်း ထင်လာ
မြင်လာ တွေ့လာရခြင်းသည် နာမရူပပရိဂ္ဂဟဉာဏ်
ပေါ်ခြင်းသာ ဖြစ်၏။

ယောဂီ သတိ မလစ်ပါစေနှင့်

အညော သတ္တော ဝါ ပုဂ္ဂလော ဝါ နတ္ထိတိ ဝိတ္တိဏ္ဏ -
ကင်္ခေါ သပစ္စယနာမရူပေ တိလက္ခဏံ အာရောပေတွာ
ဝိပဿနံ ဝဇေဇ္ဇော အနုက္ကမေန အရဟတ္တံ ပါပုဏာတိ။

အညော - အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်သော အကျိုးတရားမှ
ဘဝါးသော၊ သတ္တော ဝါ - သတ္တဝါသည် လည်းကောင်း၊
ပုဂ္ဂလော ဝါ - ပုဂ္ဂိုလ်သည် လည်းကောင်း၊ နတ္ထိ - မရှိ၊ ဣတိ -
ဤသို့၊ ဝိတ္တိဏ္ဏကင်္ခေါ - ကူးမြောက်ပြီးသော ယုံမှားခြင်း ရှိသည်
ဖြစ်၍၊ ဝါ - ဝိစိကိစ္ဆာ ကင်းသည် ဖြစ်၍၊ သပစ္စယနာမရူပေ -
အကြောင်းနှင့် တကွ ဖြစ်သော နာမ် ရုပ်တို့ကို၊ တိလက္ခဏံ -
လက္ခဏာရေး သုံးပါးသို့၊ အာရောပေတွာ - တင်၍၊ ဝိပဿနံ -
ဝိပဿနာကို၊ ဝဇေဇ္ဇော - ပရိစ္စာဂ ပရိပါက၊ ပက္ခန္ဓန ပရိ
ပါကသို့ ရောက်အောင် ပွားများသော ယောဂီသည်၊ အနုက္က-
မေန - အစဉ်အတိုင်းအားဖြင့်၊ ဝါ - အာသေဝနာဘာဝနာ

ဗဟုလီကမ္မ သာတစ္ဆ ကြိယာ အစဉ်အတိုင်းအားဖြင့်၊ အရ -
ဟတ္တံ - အရဟတ္တဖိုလ်သို့၊ ပါပုဏာဘိ - ရောက်ရရှာလေ၏။

အဓိပ္ပာယ်။ ။ ယောဂီ ကံ, စိတ်, ဥတု, အာဟာရ လေးပါး
ကို အကြောင်းခံ၍ အကျိုးဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ နာမ် ရုပ်မှ
တပါး တခြားသော သတ္တဝါ ပုဂ္ဂိုလ် ဟိုလိုလို့၊ ဒီလို
လို, အကြောင်း အကျိုး မမြင် မစင်တဲ့ အစွဲ - လွဲ
လေတဲ့ အယူ - ပုလ္လတဲ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ - ရှင်းမှ မရှင်း
မကင်းနိုင်တဲ့ သညာ နဲ့ သင်္ကာ - ဘယ်မှမှ မရှိ သမ္မာဒိဋ္ဌိ
မဂ္ဂင်ဖြင့် ရုပ် နာမ် အနိစ္စ, ရုပ်နာမ် ဒုက္ခ, ရုပ်နာမ်
အနတ္တ ဟု -

- ၁ - ရုပ်နာမ် အစု၊ သုံးပါးပြု၊ ဉာဏ်၌ ဝိပဿနာ။
- ၂ - ရုပ်နာမ် အစု၊ စွန့်ခွာမှု၊ အပြု ဝိပဿနာ။
- ၃ - ရုပ်နာမ် အစု၊ ဘယ်ညာပြု၊ ရင့်မှု ဝိပဿနာ။
- ၄ - ရုပ်နာမ် အစု၊ နိဗ္ဗာန်ဆု၊ အရယူပါ၊ ဘာဝနာ။
- ၅ - ရဟန္တာမြတ်၊ ကိလေပြတ်၊ ဆုံးဇာတ် နိဗ္ဗူတာ။

အယံ ကာကစ္ဆပမာ

အောက်ပါ ပုံအတိုင်း ရှုပါ၊ ရှိုက်ပါ

ပုံစံ ပြမည်။ ။ ရုက္ခေ - ညီညွတ်သော မြေအတိုင်း ချထား
အပ်သော သစ်ပင်၌၊ ဖုဠကကစဒန္တာနံ - ထိတိုင်း ထိတိုင်းကုန်
သော လှသွားတို့၏၊ ဝသေန - အစွမ်းဖြင့်၊ ပုရိသဿ -

ယောကျ်ား၏၊ သတိ - အောက်မေ့ မှတ်သားခြင်းသည်၊ သုပ -
 ဦးတာ - ထင်သည်၊ ဟောတိ ယထာ စ - ဖြစ်သကဲ့သို့ လည်း
 ကောင်း၊ အာဂတော ဝါ - လူကို ငင်သောအခါ လူသမားသို့
 ရှေ့ရှုလာသည်လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ ဂတေ ဝါ - တွန်းသော
 အခါ လူသမားမှ ကင်းကွာသွားသည်လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊
 ကကစဒန္တေ - လူသွားတို့ကို၊ န မနသိကရောတိ စ - နှလုံး
 မသွင်းသကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ အာဂတေ ဝါ - လာသည်
 လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ ဂတေ ဝါ - သွားသည်လည်း ဖြစ်ကုန်
 သော၊ ကကစဒန္တာ - လူသွားတို့ကို၊ အဝိဒိတာ - မသိအပ်ကုန်
 သည်၊ န ဟောန္တိ ယထာ စ - မဖြစ်ကုန်သကဲ့သို့လည်းကောင်း၊
 ပဓာနဉ္စ - သစ်ကို ဖြတ်ခြင်း ဝီရိယသည်လည်း၊ ပညာယတိ
 ယထာ - ထင်ရှားသကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ပယောဂဉ္စ - သစ်ကို
 ဖြတ်ခြင်း ကရိယာကိုလည်း၊ သာဓေတိ ယထာ - ပြီးစေသကဲ့သို့
 လည်းကောင်း၊ ဝိသေသဉ္စ - အစိတ်အစိတ် ခွဲသဖြင့် ခွဲသား
 များသော အဖြစ်သို့ ရောက်ခြင်း - ထိုခွဲသား အကြီး အငယ်
 ဖြင့် ပြီးစေအပ်သော အကျိုးငှားကိုလည်း၊ အဓိဂစ္ဆတိ ယထာ -
 ရသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ သော ပုရိသော - ထို လူသမားသည်၊
 ကကစေန - လှူဖြင့်၊ ရုက္ခံ - သစ်ပင်ကို၊ ဆိန္ဒုန္တော - ဖြတ်လတ်
 သော၊ အာဂတာဂတေ - လာကုန် သွားကုန်သော၊ ကကစ -
 ဒန္တေ - လူသွားတို့ကို၊ အမနသိကရောန္တောပိ - နှလုံးသွင်း
 ခြင်းကို မပြုသော်လည်း၊ ဖုဠုဖုဠု ဌာနေယေဝ - ဧတေထိရာ
 ဧတေထိရာ အရပ်၌ သာလျှင်၊ သတိယာ - သတိကို၊ ဥပဋ္ဌပေ -
 တွာန - ကပ်၍ တည်စေသဖြင့်၊ အာဂတာဂတေ - လာတိုင်း
 သွားတိုင်းကုန်သော၊ ကကစဒန္တေ - လူသွားတို့ကို၊ ဇာနာတိ
 ယထာ - သိသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ သုတ္တပဒံ - တမျဉ်းကြောင်း

ကို၊ အဝိရဇ္ဈန္တော-မချွတ်မယွင်းစေမူ၍၊ ကတကိစ္စံ - စီးပွား
ကိစ္စကို၊ သာဓေတိ ယထာ - ပြီးစေသကဲ့သို့လည်းကောင်း -

ဝေမေဝ - ဤအတူ သာလျှင်၊ ဘိက္ခု - ရဟန်းသည်၊
(ယောဂီသည်) နာသိကဂ္ဂေ ဝါ-နာသီးဖျား၌လည်းကောင်း၊
မုခနိမိဇ္ဈတ္တ ဝါ-အထက်နှုတ်ခမ်း၌ လည်းကောင်း၊ သတိ -
သတိကို၊ ဥပဋ္ဌပေတော - ထင်စေ၍၊ နိသိန္ဒော - ထိုင်နေသည်၊
ဟောတိ - ဖြစ်၏၊ အာဂတေ ဝါ - လာသည်လည်း ဖြစ်ကုန်
သော၊ ဂတေ ဝါ - သွားသည်လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ အဿာသ-
ပဿာသာ - ထွက်လေ ဝင်လေတို့ကို၊ အပိဒိတာ စ - မသိအပ်
ကုန်သည်လည်း၊ ဝါ - မထင်ရှားကုန်သည်လည်း၊ န ဟောန္တိ -
မဖြစ်ကုန်၊ ပခာနဉ္စ - ဘာဝနာကို ပြီးစေတတ်သော ဝီရိယ
သည်လည်း၊ ပညာယတိ - ထင်၏၊ ပယောဂဉ္စ - နိဝရဏကို
ခွာတတ်သော သမာဓိကို ဆောင်တတ်သော ဘာဝနာနုယောဂ
ဘာဝနာကို အားထုတ်ခြင်းဟု ဆိုအပ်သော ပယောဂကိုလည်း၊
သာဓေတိ - ပြီးစေတတ်၏၊ ဝိသေသဉ္စ - အဆင့်ဆင့်သော
လောကီယဝိသေသ ပစ္စက္ခအထူး၊ လောကုတ္တရာဝိသေသ
ဗာမလွန်အထူးကိုလည်း၊ အဓိဂစ္ဆတိ - ရနိုင် ရောက်နိုင်၏။

၁ - ဆရာ့ဆရာ၊ ပုံပမာ၊ နှုတ်မှာ ရှု၊ ရှုတ်လိုက်ကြ။

၂ - ရှုတ် လိုက် သော ခါ၊ ဘာ ဝ နာ၊ ပမာ အရာ၊
အားထုတ်ကြ။

၃ - အားထုတ်ပါမှ၊ နိဗ္ဗာန်ရာ၊ ရမှ အေးမည်သာ။

၄ - အေးဆိုမှ အေး၊ တကယ် အေး၊ အအေးချင်းပြိုင်၊
သူ့မနိုင်။

၅ - မနိုင်လို့တား၊ မီးတရား၊ ဤကား အပြတ်၊
အပြီးသတ်။

ပုဗ္ဗကိစ္စ ပြုရန်

တရား အားထုတ်သူတိုင်း ရှေးဦးစွာ စေတီ ပုထိုး ရုပ်ပွား
ရွှေမောက်၌ ဝတ်ကြီး ဝတ်ငယ် ပြုပြီးလျှင် -

- ၁ - တပည့်တော်သည် အစမထင်သော သံသရာ၌ ဘုရား
ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ရဟန္တာ အနန္တဂိုဏ်းဝင် သူတော်စင်
တို့ကို တရံတဆစ် ပြစ်မှားဘူးငြားအံ့၊ ထိုအပြစ်တို့ကို
သည်းခံ ခွင့်လွှတ်တော် မူကြပါကုန် ဘုရား ဟု ဝန်ချ
ကန်တော့ရာ၏။
- ၂ - တရားထိုင်ဆဲ ခဏ၌ တပည့်တော်၏ ရုပ် နာမ် ခန္ဓာ
အသက် နှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကို လှူဒါန်းပါ၏၊ ပူဇော်
ပါ၏။
- ၃ - အရှင်ဘုရား - တပည့်တော်သည် အရှင်ဘုရားများ
သိတော်မူအပ်၊ ရတော်မူအပ်သော တရားတော်တို့ကို
ထပ်တူ ထပ်မျှ သိရပါလို၏၊ ရ-ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား
ဟု ပြုပြီးလျှင် -
- ၁ - မြတ်စွာဘုရား၏ ကျေးဇူးတော် ဂုဏ်တော်တို့ကို
နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ပါလေ။
- ၂ - တနေ့ တည၌ တရားတော် အံ့တုက် အသက်ရှင်နေရ
ပါမူ ကောင်းလေစွ ဟု နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ပါလေ။
- ၃ - ဖရဏ ခေါ် ပြန့်နှံ့သည့် မေတ္တာတရားများကို နှလုံး
သွင်း ပို့သပါလေ။

အလုပ်ပေးပြီ

အဿသတိ = ထွက်သက် ထုတ်ပါ။
 သောသတောဝ = သတိထား။
 ပဿသတိ = ဝင်သက် ရှိက်ပါ။

ယောဂီ....ထွက်သက်ကို တွန်းထုတ်၊ ဝင်သက်ကို ရှိက်ဆွဲ၊

သတိ မလစ်စေနဲ့

- ၁ - နှာသီးဝ သို့မဟုတ် အထက်နှုတ်ခမ်းဆီသို့၊
- ၂ - ထွက်လေ ဝင်လေ ဆိုတဲ့ အာရုံကလဲ တိုးပါရော ထိပါရော တိုက်ပါရော ဆိုကြပါစို့နဲ့၊
- ၃ - ပြုန်းကနဲ ဘွားကနဲ ကာယဝိညာဉ် ခေါ်တဲ့ အသိက မမြင်ရ မကြားရ မတွေ့ရတဲ့ နေရာမှ ပေါ်ပေါက်လာ ပြီးလျှင် -

ယောဂီ....သတိထား - ထိ၊ သိ။

- ၁ - နှာသီးဝ ရုပ်ခန္ဓာပေါ်မှာ၊
- ၂ - တွေ့နေတဲ့ ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၊
- ၃ - ထိတဲ့ အာရုံကို သညက္ခန္ဓာက အမှတ်ယူ၊
- ၄ - သတိထားတဲ့ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၊
- ၅ - သိတဲ့ ဝိညာဏက္ခန္ဓာနှင့် -

ပေါင်းစပ်ပြီးလျှင် ထိုအာရုံ ဒီအာရုံ အဟောင်းအာရုံ အသစ် အာရုံ များလှတဲ့ (ငဟဝတဗ္ဗ) ပယ်ရမည့် အာရုံတွေပဲ (ဝါ) အကုသိုလ် ဖြစ်ရမည့် ဝေဒနာ အာရုံတွေပဲဟု ယောဂီ၏ ဉာဏ်

က ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် ထိ-သိ အစဉ်မပြတ် (ပဟာယက) ဒလစပ် နာရီဝက် တနာရီ ထိုင်၊ ထ၊ လျောင်း အမျိုးမျိုး သော ဣရိယာပုထ် ခေါ် ပြောင်းလဲမှု တို့ဖြင့် အချိန်ရတိုင်း ပယ်ပါရော သတ်ပါရော၊ တအာရုံ တစိတ် တဝေဒနာမျိုးနဲ့ ရှင်းရှင်း လိုက်နေသည်ကို ကုသိုလ်တွေ့ရနေသည်- ကုသိုလ်တွေ့ ပွားနေသည် - တရားတွေ့ အားတုတ်နေသည်ဟု ယုံကြည်လိုက် ပါ ယောဂီ။

တရားထိုင်နည်း

ယေန ကေနစိ ဝါ ဣရိယာပထေန-
ထ၊ ထိုင်၊ လျောင်း

ဆရာရွှေမှောက် အများရွှေမှာ တရားထိုင် တရားအာရုံယူ စ ၎င်းအချိန်၌ ကိုယ်ကိုဖြောင့်မတ်စွာ ထား - တင်ပလွှင်နေထိုင် - ကြံ့ကြံ့ ထိုင် ညာဘက်လက်ကို ဘယ်ဘက်လက်ဖြင့် ပွေ့ပိုက်ပြီး လျှင် အနည်းဆုံး နာရီဝက် အများဆုံး သဒ္ဓါစွမ်းရှိသလောက် အချိန်ကို သတ်မှတ်ပြီး မလျော့သောလုံ့လ - ထက်သန်သော စေတနာ - အားကြီးသော သဒ္ဓါဖြင့် - ဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်စေတော့ ယောဂီ အားထုတ်မှုဖြင့် အပြတ်အသတ် အနိုင်ရပါရော၊ ဤသို့ ရပြီးသည့်နောက် မိမိနဲ့ သင့်လျော်မည့် ဣရိယာပုထ်ဖြင့် အချိန် ရှိတိုင်း အားထုတ်နိုင်ခဲ့လျှင် အာနာပါန ပေါက်ပြီလို့ မှတ်။

ဘဝ များစွာ သံသရာက ဖမ်းစား လာခဲ့တဲ့ သညာစုန်း သညာကဝေတို့ကို ဘူးပါမကျန် - အပင်းပါကျ - ငိုစရာလဲမရှိ - အနိဋ္ဌာရုံတွေ ကုန် - ရယ်စရာလဲ မရှိ - ဣဋ္ဌာရုံတွေကုန် - တုဏှိဘာ

ဝေ ရုပ်တိတ် နာမ်တိတ် သံသရာနိမိတ် အာရုံတွေ ဤအချိန်
မှာ အခိုက်အတန့် (တဒင်္ဂ) အားဖြင့် ရပ်ဆိုင်း ကုန်တော့၏။

— အားစိုက်ပြီး ငြိမ်ငြိမ် မှန်မှန် ရှူပါ။

— ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရှိတဲ့ ပလီပလာတွေ ပျောက်သွား
လိမ့်မည်။

— စိတ်ချပြီး မမြန်မနှေး ရှိုက်ပါ။

သမာဓိ ချိန်ဆရန်

ယောဂီ...ထိ၊ သိ၊ သတိ အလုပ် နှင့် အလုပ်များ ရလာခဲ့
ပါလျှင် သမာဓိ ရ၊ မရကို ချိန်ဆနိုင်ရန် အလုပ်ခွင်၌ အား
ထုတ်သူ ယောဂီတိုင်း ဤအဆုံးအဖြတ်ကို လက်ဝယ် ထား
သင့်သည်။

(၁) ထိတဲ့ နိမိတ်အာရုံကို မပြတ်မလတ် ရှူရင်း ရှိုက်ရင်း
အထိကို မလွှတ်ပဲ နှာသီးဝမှ ရှေ့တူရှူ တည့်တည့် နှစ်တောင့်
ထွာလောက်ဆီသို့ အရပ်ပမာဏကို မှန်းဆထားပြီးလျှင်—

(၂) ထွက်သက် ထွက်လိုသော ကုသိုလ်ဆန္ဒ၊ ဝင်သက် ဝင်
လိုသော ကုသိုလ်ဆန္ဒ၊ ထွက် ဝင်လိုသော ကုသိုလ်ဆန္ဒများ—

(၃) ထွက်သက် ထွက်သွားသည်ကို ဝမ်း မြောက် ခြင်း၊
ဝင်သက် ဝင်လာသည်ကို ဝမ်းမြောက်ခြင်း၊ ထွက်ဝင်
သည်ကိုပင် ဝမ်းမြောက်ခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့သော်
နှာသီးဝ အထိမှ အခိုးအငွေ့များ ထွက်သကဲ့သို့ ထင်လာသည်
ကို ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ပေါ်လာပြီ ထင်လာပြီဟု တရားအပေါ်
ယုံကြည်မှုနဲ့ ဆက်လက်အားထုတ်ရန်၊ ထမသွားနဲ့ - ရပ်မနေနဲ့ -

ရှုရှိုက်မြဲ ရှုရှိုက် - အားသာထုတ် - ပေါ်မြဲ ဓမ္မတာဟု မှတ်ပါ။
ပေါ်လာသည့် နိမိတ်အာရုံကို (၀၁) ဝေဒနာကို လောက်မှု
ထောက်မှု လောက်ရေး ထောက်ရေး ဂရုမစိုက်နဲ့၊ ဆက်လက်
ပြီး အားထုတ်သွားပါက မတုန်မလှုပ် ကြည်လင် ပြတ်သား
တဖွားဖွားနဲ့ အာရုံ ပဋိဘာဂနိမိတ် ဆင့်ကာ ဆင့်ကာ ပေါ်လာ
ပြန်ပါရော -

ကိုစွမပြီးသေး ရှုရှိုက်ပါလေ၊ ရှုလေ ရှိုက်လေ သမ္မသန
ဉာဏ် အနေရင့်သန်မှု တွားကျိုင်းမှု အားကောင်းမှု ဖြစ်လာ
ပြီးလျှင် -

ဆရာ သမ္မသနဉာဏ် ပေါ်လာပုံ

ထွက်လေ ဝင်လေတို့ကို သုံးသပ် ဆင်ခြင် အားထုတ် ပွား
ပွားသွားပါမှု ရှေးဦးစွာ ကိုယ်ကာယ တခုလုံး တကောင်လုံး
လည်းကောင်း - ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်း လည်းကောင်း -
အေးကနဲ ဖြစ်လိုက် ပူကနဲ ဖြစ်လိုက် ပရွက်ဆိတ်များ သန်းများ
ရွများ လျှောက်သွားနေတိသကဲ့သို့ တရွရွ ပေါ်လိုက် ဖြစ်လိုက်
နှင့် ရှိလာတတ်၏။ ထိုအခါ ထွက်လေ ဝင်လေဓာတ်ကို သတိ
က မထုတ်စေပဲ အာရုံ တပါးသို့ ခွာထွက်မသွားအောင် ထိန်း
သိမ်းနိုင်သော သမာဓိစိတ်ဓာတ်ကို ရရှိလာပြီ ဖြစ်၍ မီးခိုး အ
ရောင် - ဝိုက် အိမ်နံရံ အပေါက်တို့မှ မြင်တွေ့ရသော မြူခိုး
ရောင် ကဲ့သို့ အတန်းလိုက် ထပ်မြင် တွေ့မြင်လာတတ်၏။ သို့
မဟုတ် ရေမြုပ်ဆိုင် ရေဖြုပ်တုံး ရေပွက်ခဲကလေးတွေ စိတန်း
တက်ကြွ သက်ဆင်းနေသကဲ့သို့ တွေ့မြင် ဖြစ် - ပေါ်လာတတ်၏။
ထိုအခါ ဤငါ၏ ကိုယ်ခန္ဓာကြီးသည် အမာခံ ခိုင်ခံ့ တည်မြဲ
သည့် ဂုဏ်တုံး ရုပ်ခံကြီး ပေါက်ပါတကား၊ ဂုဏ်ကလာပ်မှုန့်

ကလေးတွေ တသိမ့်သိမ့် တသဲသဲ တရွရွ ခဏမစဲ ဖြစ်လိုက် ပျက်လိုက်နေသော သဘောတရားရှိသည့် ကိုယ်ကာယကြီးပါ တကား' ဟု ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ဉာဏ်ဝမှာ တဆင့်တက်ပြီး ကောင်းစွာ ထင်လာ မြင်လာလိမ့်မည်။

ဤအမြင်ကို မလွတ်ပဲ မိမိ၏ ကိုယ်တခုလုံးကို ခြုံ၍ ထင် မြင်လာအောင် ဖိဖိစီးစီး ရှုကြည့် ဆင်ခြင်နေရမည်။ ထိုသို့ ဆင်ခြင်နေရင်းပင် သဘာဝ အမှန်အတိုင်း ဉာဏ်ဝမှာ (စိတ် မှာ) ရုပ်ကလာပ်ကလေးတွေဟာ မျက်တောင်မခတ် လျှပ် တပြက်ခန့်မျှ မချုပ်မပျက်ပဲ ခိုင်မြဲတည်နေခြင်း တည်ငြိမ်နေ ခြင်း မရှိကြောင်းကို ကောင်းစွာ သိမြင်လာလိမ့်မည်။ တခု နှင့် တခု အစဉ်မပြတ် တစပ်တည်းကဲ့သို့ ထင်မြင်နေတော့၏။

ထိုသို့ ထင်မြင်လာက ပဌမ ရှုဆင်ခြင်စဉ်စက အသိဉာဏ် မျိုး မဟုတ်တော့ပဲ တဆင့်ထက် တဆင့် တိုးတက် နူးညံ့ သိမ်မွေ့ လာ၍ ကိုယ်ခန္ဓာ စိတ္တုပ္ပါဒ် ဖြစ်စဉ်မှာ အဝိဇ္ဇာ အမှောင်ဓာတ် ကြီးက အရှုံးပေးပြီး ပျောက်ကွယ် ငုပ်လျှိုးလျက် သမ္မသန ခေါ် ဝိဇ္ဇာဉာဏ် အလင်းပေါက်မြောက် ကောင်းစွာ အောင် မြင်ခြင်းသို့ ရောက်လာပြီဟု မှတ်၊ နိမိတ်ကောင်းစွာ ထင်လာ ပြီဟု မှတ်၊ သင်္ခါရအာရုံ ပေါ်လာပြီဟု မှတ်၊ ဥဒယဝယဉာဏ်မှ စသညာဏ်သို့ ယိုင်လာပြီ ကူးလာပြီဟု မှတ်။

သညာ ကင်းပါစေ

(သတိမာ လောကေ သညာယ ပညာယ)

နာသီးဝ အထိကို သတိနှင့် ကပ်၍ လိုက်နေခြင်းသည် ကိုယ်ပေါ်က သညာကို ရှင်းနေခြင်းကြောင့် -

၁။ ယောဂီရဲ့ ကဿာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် အလုပ် ပြည့်စုံရေးတဲ့၊ မထိလျှင် ထိအောင် - ထိလျှင် သတိ မလွှတ်ရအောင် နှလုံးသွင်းပြီး သညာကို ရှင်းနေခြင်းက -

၂။ ယောဂီရဲ့ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ပြည့်စုံရေးတဲ့၊ သတိက မပြတ် - အထိက မရပ် - ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ကို မလစ်လပ်ရအောင် ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်နေခြင်းက -

၃။ ယောဂီရဲ့ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် အလုပ် ပြည့်စုံရေးတဲ့၊ အထက်ပါ ပြည့်စုံရေး (၃) ပါး ပြည့်စုံလာပြီလားလို့ ဆိုလျှင် -

၄။ ယောဂီရဲ့ အလုပ်စခန်းမှာ ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ပြည့်စုံပြီ ဖြစ်သောကြောင့် သညာရှင်း - သင်္ကာ ကင်းပျောက်ရသည့် အတွက် ဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြားကာ အဟောင်း အသစ်ဆီသို့ မသွားတော့ပဲ ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ နာမ် ရုပ် တရားတို့ကို ရှုမှတ်နေခြင်း၊ ပွားများနေခြင်း သည် ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ပြီးမြောက်ရေးဆိုပဲ။ ယောဂီ... ပြည့်စုံရေးတွေကို ဖြည့်ဆည်းပူးရန် ယုံကြည်ပါဟု တိုက်တွန်းလိုက်ရ၏။

ဒီနှံ့ ဖလခနံ - 'ကျွန်း ရေပါ' သလို အလုပ် လုပ်ပြီ ဆိုလျှင် သတိထား သတိပဋ္ဌာန်တရား လေးပါးကို အားထုတ်နေခြင်းပင် ဖြစ်သောကြောင့် မိမိ ကိုယ်တိုင် ဥပနိဿယ အားကောင်း

သော လုံလောက်မှု ရှိပါက ပစ္စက္ခဘဝမှပင် အနာဂါမိဖိုလ် အရဟတ္တဖိုလ်တိုင် ရနိုင်သော နေယျပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်နိုင်ရုံသာ မက—

အကယ်၍ ချို့တဲ့သော အကြောင်း ရှိလာပြန်ပါကလဲ ဒုတိယ စသော ဘဝတို့၌ မဂ်ကို ရနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ် ကေန့် ဖြစ်ရ မည်သာ၊ ထိုသို့သော အကျိုးတရားများကို မြင်၍ အား ထုတ်သင့်ကြောင်း တိုက်တွန်းလိုက်ရ၏။

ဤအလုပ်တရားသည် မဂ် ဖိုလ်နှင့် နီးကပ်လွန်းသည့် အ တွက် အပါယ်ဘေးမှ တားဆီး၏ ဟု ဆုံးဖြတ်ပါ ယောဂီ။

သတိ ရှိပါစေ

ပဌမ။ ။(၁) ဒီဃံ ဝါ အဿသန္ဓော ဒီဃံ အဿသိသာ -
မိတိ ပဇာနာတိ။

အရှည် ထွက်သက် ရှည်ရှည် ရှူ။

ဒီဃံ ဝါ ပဿသန္ဓော ဒီဃံ ပဿသိသာ -
မိတိ ပဇာနာတိ။

အရှည် ဝင်သက် ရှည်ရှည် ရှူ။

ဒုတိယ။ ။(၂) ရဿံ ဝါ အဿသန္ဓော ရဿံ အဿသိသာ -
မိတိ ပဇာနာတိ။

အတို ထွက်သက် တိုတို ရှူ။

ရဿံ ဝါ ပဿသန္ဓော ရဿံ ပဿသိသာ -
မိတိ ပဇာနာတိ။

အတို ဝင်သက် တိုတို ရှူ။

ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါ

မေး။ ။ယောဂီ....ဘာပြုလို့ ရှူရှိုက်နေရသလဲ

ဖြေ။ ။အဘိညာဃ

ဤကဲ့သို့ ထူးသော အာနာပါန တရား တခုကို အားထုတ်
ပါမှ ရသော ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် သစ္စာလေးပါး အမြတ်တရား
ကို သိနိုင်ရန် အတွက် -

သမ္မောဓာယ

သစ္စာလေးပါး အမြတ်တရားကို မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် ပေါက်ပေါက်
ရောက်ရောက် သိနိုင်ရန် အတွက် -

နိဗ္ဗာနာယ

ခန္ဓာငါးပါး ဝတ္တရားကြီးတွေရဲ့ အကြွင်းမဲ့ ဘာကမှ မကျန်
တဲ့ အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်ရန် အတွက် ဒီ သုံးပါး
အတွက် အကျိုးသက်သက် အချက်မိမိ ထိသိကို သတိပြုရန်
ရှူရှိုက်နေပါသတဲ့၊ အသင် ယောဂီ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါ။

မေး။ ။ပင်ကိုယ် မူလလိုပဲ ရှူရ၊ ရှိုက်ရမှသာလား

ဖြေ။ ။နာသိကဂ္ဂေဝ

အားထုတ်သူက နှာရှည်ခွဲလျှင် နှာသီးဝဉ်း နှာခေါင်း
ပိစပ် (ဝါ) နှာတိုခွဲလျှင် အထက်နှုတ်ခမ်း၌ ထွက်လေ ဝင်လေ
တို့ရဲ့ တိုးမှု တိုက်မှု ထိမှု တခုခုကို သတိပြုပြီးလျှင် ရှည်ရှည်
ရှူလိုက် ရှည်ရှည် ရှူ၊ တိုတို ရှူလိုက် တိုတို ရှူ။

ယောဂီ... သြဋ္ဌာရိက ပင်ကိုယ် မူလ ရှုနေကျထက် မြင့်သက်
ပင့်သက်နဲ့ ရှုပါတဲ့ အသင် ယောဂီ။

မေး။ ။ဘာပြုလို့ မြင့်သက် ပင့်သက်နဲ့ ရှုရ ရှိက်ရ
မှာလဲ။

ဖြေ။ ။မြင့်ရ ပင့်ရတာက သမ္မာဝါယာမမဂ္ဂင်၊ သမ္မ-
ပ္ပဓာန်၊ ဗိုလ်၊ ဣန္ဒြေ စသည်တို့ ကျလာအောင်လို့ မှတ်ပါ
ယောဂီ။

တတိယ။ ။(၃) သဗ္ဗကာယပ္ပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမိတိ
သိက္ခတိ။

ထွက်သက် ချက်တိုင် နှလုံး နှာသီးဆုံး။

သဗ္ဗကာယပ္ပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမိတိ
သိက္ခတိ။

ဝင်သက် နှာသီး နှလုံး ချက်တိုင်ဆုံး။

တကိုယ်လုံး တကောင်လုံး နှံ့အောင်
ရှုပါလေ။

ယောဂီ...ညွှန်ပြချက်ကို သတိထား အား
ထုတ်ပါ။

ထွက်လေ ဝင်လေကို သမ္မာဝါယာမ ဖြစ်အောင်
ရှုရှိက်သည့် အချိန်မှာ

စုဏ္ဏ၊ ဝိစုဏ္ဏ၊ မုန့်မုန့်ညက်ညက် တရိပ်ရိပ် တသိမ့်သိမ့်
တဖွားဖွား အတုန်းအခဲ မဟုတ် - မုန့်မုန့်မှားမှား အနေက
ကလာပ ခေါ် ရုပ်မုန့်ကလေးတွေဟာ ဥဒယဝယ ဉာဏ်စဉ်နဲ့

တပြေးတည်း ထင်ထင်ရှားရှား တကိုယ်လုံး တကောင်လုံး ခန္ဓာ
ကိုယ် တခုလုံးမှာ ဝေဒနာက မထူးခြား တသားတည်း တပြေး
တည်း တပြင်တည်း ရောင်ဝါယုက်သန်း ဥဂ္ဂဟနိမိတ် အသွင်မှ
ပဋိဘာဂနိမိတ် အသွင်သို့ ကူးပြောင်း လိုက်လာပြီးလျှင် မိပြီ
မိပြီ ဟု ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါ။ မိပုံ မိနည်း သတိကြီးပါ။

ယောဂီ တမျိုး ၁။ ထွက်သက် ဝင်သက်၏ အစ နှာသီးဝ၌
ဖမ်းမိခြင်း။

ယောဂီ တမျိုး ၂။ ထွက်သက် ဝင်သက်၏ အလယ် ရင်ဝ၌
ဖမ်းမိခြင်း။

ယောဂီ တမျိုး ၃။ ထွက်သက် ဝင်သက်၏ အဆုံး ချက်၌
ဖမ်းမိခြင်း။

ယောဂီ တမျိုး ၄။ ထွက်သက် ဝင်သက်၏ စ လယ် ဆုံး၌
ဖမ်းမိခြင်း။

အာနာပါနတရားကို အားထုတ်ရာ၌ ၁ - ၂ - ၃ - ယောဂီ
များ အတွက် မပြည့်စုံသေး၊ ပင်ပန်းမှု ဒုက္ခဝေဒနာကို ဂရု
မစိုက်ပဲ ၄ - နိပါတ်ယောဂီ ဖြစ်လာသည် တိုင်အောင် (၀၇)
တကိုယ်လုံး ကောင်လုံးကျွတ် ကိုယ်ကောင်ပျောက် ဝေဒနာ
ပါလာသည့် တိုင်အောင် (၀၇) ဝေဒနာကို မဖြုတ်ပဲ အနိုင်ရသာ
သည်တိုင် အားထုတ်ပါ။

မေး။ ။ယောဂီ...ငြီးငွေ့သလား ပျင်းသလား။

ဖြေ။ ။အကျိုးပြ အချိုးကျ အားထုတ်ပါမည်။

အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးစလုံး အနှံ့ပြု၍ အားထုတ်
လျက် ရှိသော အမှန် ယောဂီ၏ -

၁ - အဓိသီလ သိက္ခာ = စောင့်စည်းမှု (သီလ)
အကျင့်။

၂ - အဓိစိတ္တသိက္ခာ = စူးစိုက်မှု (သမာဓိ)
အကျင့်။

၃ - အဓိပညာသိက္ခာ = ပြတ်သားမှု (ပညာ)
အကျင့်။

ဤသုံးမျိုး ပါဝင်သော အကျင့်ဖြင့် ကိုယ်ကာယ ခေါ်
တကိုယ်လုံး တကောင်လုံး၏ စောင့်စည်းမှု ကာယကံ ထိန်း
သိမ်းမှု ပါဏာတိပါတ၊ အဒိန္နာဒါန်၊ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ
ပေါင်း သုံးပါးသော ဒုစရိုက်တို့၏ မပြစ်မှားနိုင်အောင် တား
ဆီးမှု သံဝရဝိနည်း၊ နှုတ်လွန် စကားလွန် အပြောလွန် အလွန်
အလွန်တို့၏ စောင့်စည်းမှု ဝစီကံထိန်းသိမ်းမှု မုသာဝါဒ၊
ပိသုဏဝါစာ၊ ဖရုသဝါစာ၊ သမ္မပ္ပလာပ - ပေါင်း လေးပါး
သော ဒုစရိုက်တို့၏ လွန်ကျူးမှု မှန်သမျှတို့ကို ထိန်းသိမ်း
တားဆီးမှု သံဝရဝိနည်း၊ အကြံမှိုက် အတွေးမှား မသိဝိုးဝါး
ဘောင်မရှိ ကလနားလွတ်တို့၏ စောင့်စည်းမှု မနောကံ ထိန်း
သိမ်းမှု အဘိဇ္ဈာ၊ ဗျာပါဒ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ - ပေါင်း သုံးပါးသော
ဒုစရိုက်တို့၏ ဖြစ်ပေါ်ရေးကို ဟန့်တားနိုင်သည့် သံဝရဝိနည်း၊
ဤသုံးမျိုး ပါဝင်သော သံဝရဝိနည်းတို့ဖြင့် ထိန်းချုပ် ကွပ်ကဲ
ကာ အချိန်ပေးလျက် ကောင်းသော အခွင့်ကို မလွတ်စေပဲ
မြင့်မြတ်သော အာသိသ - တောင်းတ မြှော်လင့်လျက် ရှိပါ
သော ပတ္ထနာ - ဝေဒယိတသုခ ကေနအနှစ် ဤအာနာပါန
ကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံတော်၌ သတိပုဗ္ဗင်္ဂမ သတိရှေ့သွားပြု ဘာ
ဝနာ မနသိကာရ ပွားများ အားထုတ်မှုကို နှလုံးသွင်း အပြင်း

အထန် ကျင့်ကြံ အားထုတ်ခြင်းသည် ရှုရှိုက်ခြင်း ပင် ဖြစ်သောကြောင့် -

၁ - သီလဝိသုဒ္ဓိ = ကိုယ်၏ စောင့်စည်းမှု၊

၂ - စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ = စိတ်၏ စောင့်စည်းမှု၊

၃ - ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ = ပကတိ လူသားတို့၏ မျက်စိအမြင် မဟုတ် ဉာဏ်စဉ် ဖြစ်သောကြောင့် အကုသိုလ် တရားတို့၏ ဖြစ်ခွင့် မရပဲ အောင်မြင်မှုကို ဆောင်ရွက် စောင့်စည်းလျက် ရှိ၏။

ဝိသုဒ္ဓိ သဘော

ဝိဒိတံ - ထင်ထင် ရှားရှား၊ ပါကဋ္ဌံ - ပေါ်ပေါ် လွင်လွင် ရှုရှိုက်သည့် အကြိမ်တိုင်း ထိတိုင်း - အစ အလယ် အဆုံး အမှတ်မှာ မဆင်ရှား မှတ်လို့မရတော့ပဲ တညီတညွတ် တပြေးတည်း ဝေဒနာတွေ လိုက်လာပြီးလျှင် မစိုးရိမ်နဲ့ သောက ကင်းဝေးပြီး ဆွဲချင်တိုင်း ဆွဲ - တွန်းချင်တိုင်း တွန်း - နာကျင် ကိုက်ခဲ အသီးအခြား တမျိုးပြီး တမျိုး ဝေဒနာ ချယ်လှယ်မှုတွေ အုပ်စိုးမှုတွေ ရပ်တည်နေလို့ မဖြစ်မရ ဟိုကွက် သည်ကွက် အစွန်းက စိမ်း - အနားက ပြာ - အလယ်မှာ မှောင် - မယောင်နဲ့ ယောဂီ - ဖွပ်သာ ဖွပ် စင်၏။ ဆေးသာ ဆေး ပြောင်၏။ တွန်းသာ တွန်း ကွာ၏။ ခွာ၏။ ကျ၏။ ဆုတ်ဆုတ်ဖြူ မဟာကုသိုလ် ဉာဏသမ္ပယုတ် ဇောစိတ္တုပ္ပါဒ် အစဉ်တွေဟာ တသွင်သွင်နဲ့ ကျဆင်းလာပြီတဲ့ ယောဂီ ယုံကြည်ပါ။ ဗလဝသဒ္ဓါ အားကြီး ယုံကြည်ပါ။ တသွင်သွင်နဲ့ ကျဆင်းလာတာ

ကို စာအခေါ်နဲ့ ဆိုလျှင် ဥပစာရာတို့၌ သက်ဆင်းတော့မည် ဟုလိုသတည်း။

စတုတ္ထ။ ။(၄) ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ အဿသိဿာ -
မိတိ သိက္ခတိ၊

ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ ပဿသိဿာ -
မိတိ သိက္ခတိ၊

ထွက်သက်ကို ငြိမ်းအောင် ရှု၊

ဝင်သက်ကို ငြိမ်းအောင် ရှု၊

စည်းမဲ့ ကမ်းမဲ့ မရှု မရှိက်ရ၊

ဥပမာကို လေ့လာပြီး အလေ့အလာ
အလုပ် လုပ်ပါ။

ကြေးခွက်ကို လက်ဖြင့် တီးခတ်သကဲ့သို့ -

၁ - ရုန့်ရင်း ကြမ်းဟမ်းသော ထွက်လေ ဝင်လေမှ၊

၂ - အလယ် အလတ် ဖြစ်သော ထွက်လေ ဝင်လေမှ၊

၃ - နူးညံ့ သိမ်မွေ့သော ထွက်လေ ဝင်လေမှ၊

၄ - အလွန်တရာမှ နူးညံ့သိမ်မွေ့သော ထွက်လေ ဝင်လေ -

တို့ကို ဖြစ်စေလျက် မိမိ ရခဲ့သော ပဋိဘာဂ နိမိတ်ကို (၀၁)
အာရုံကို မလွတ်ပဲ အာရုံပြုကာ ရှုရှိက်ခြင်းသည် ‘ပဘာဝနာ’
ခေါ် ရုပ်ကို ပွားများနေခြင်း - ရုပ် အရှိန်ကို ကျဆင်းရန်
ရှုရှိက်နေခြင်းပင် ဖြစ်၏။

၁ - လေကို ကောင်းစွာ ရစေခြင်း၊

၂ - ထွက်လေ ဝင်လေတို့ကို ညီမျှစေခြင်း၊

၃ - ထွက်လေ ဝင်လေကို မှတ်ခြင်း၊

၄ - အမှတ်၌ ခိုင်မြဲမှု သမာဓိ၊

၎င်းလေးပါးသော အင်္ဂါတို့ဖြင့် နိဝရဏကိလေသာတို့ကို
ငြိမ်းစေခြင်း - ပဏာဝနာ ခေါ် နာမ်ကို ပွားများနေခြင်း
(၀၁) နာမ် အချိန်ကို ယုတ်လျော့စေခြင်းများကြောင့် -

တရား အားမထုတ်မီ

ယောဂီ၏ (၁) ကိုယ် (၂) စိတ် (၃) ကိုယ် စိတ်ကို
မှီသော ထွက်သက် ဝင်သက်တို့သည် အလွန်တရာမှ ကြမ်းတမ်း
ကုန်၏။

တရား အားထုတ်ပြီးသည့် နောက်

ယောဂီ၏ (၁) ကိုယ် (၂) စိတ် (၃) ကိုယ် စိတ်ကို
မှီသော ထွက်လေ ဝင်လေတို့သည် အလွန်တရာမှ နူးညံ့
သိမ်မွေ့ အေးမြ ကုန်၏။

ဗေဒ။ ။ ဘယ်အထိ သိမ်မွေ့ပါသလဲ။

ဖြေ။ ။ အတ္ထိ နှ ခေါ် - ရှိမှ ရှိပါသေးရဲ့လား (ထွက်
လေ ဝင်လေ)၊ - နတ္ထိ နှ ခေါ် - မရှိများ မရှိတော့ဘူးလား
ဟု ဤမျှ အထိ စူးစမ်း ရှာဖွေရတဲ့ အခြေသို့ပင် ဆိုက်ရောက်
ရချေသေး၏တဲ့ ယောဂီ။

ဥပစာဘုံ၌ နန်းထိုင်ပြီ

သုရဒ္ဓေ ပူပန် ဆင်းရဲခြင်း တောင်ထိပ်မှ ဝန်ထုပ် ဝန်ပိုး
နှင့် အပြေးဆင်းလာသော သူ၏ ကိုယ် စိတ်
နှစ်ပါးသည် အလွန် ဆင်းရဲ ပင်ပန်းသောကြောင့် နှာမဆန့်

ပါးစပ်ပါမကျန် ထွက်လေ ဝင်လေတို့သည် အကြမ်း အတမ်း
ပရမ်း ပတာ တမော တပန်း ဖြစ်ရသည်မှ -

အသရဗ္ဗေ ချမ်းသာပြီ၊ တောင်ခြေ အပန်းဖြေချိန်၌
ထိုသူ၏ ထွက်လေ ဝင်လေတို့သည်
တဖြေးဖြေး သိမ်မွေ့သည်ထက် သိမ်မွေ့ကုန်သလို ငြိမ်းပြီ၊
ငြိမ်းပြီ၊ ချမ်းသာလေစွတကား။

ငြိမ်းပြီ ဟု ဆိုပေမင့် အထူး သတိပေးချက်

၁ - ထွက်လေကို လည်းကောင်း

၂ - ဝင်လေကို လည်းကောင်း

၃ - အာရုံပဋိဘာဂ နိမိတ်ကို လည်းကောင်း

ဤသုံးပါးသော မနသိကာရတရားတို့ကို (၀၁) အားထုတ်
၍ ရှုရှုရိုက်ထားသည့် ဥဒယဝယဉာဏ်မှာ ပေါ်လာသည့် အရှိန်
အဝါတို့ကို သတိ အသိနဲ့ မကင်းစေပဲ လိုက်နေမှသာ - မျက်
ခြေမပြတ် စိုက်၍ ကြည့်ဘိသကဲ့သို့ ရှုနေမှသာ - သမထ ဝိပဿ
နာသို့ (၀၁) ဥပစာရဘုံမှ အပ္ပနာဘုံသို့ အရောက်မြန်မည်လို့
မှတ်။

နိမိတ်အာရုံအရေး ဘဝင်အေးရော့ ယောဂီ။

လိုက်မရှု သိမှု၌သာ သမထ ဝိပဿနာ (အလုပ်)

ပဌမ။ ။ ရှုထိ ရှိုက်ထိ၊

ဒုတိယ။ ။ ရှေ့ရှေ့ရှု - ရှိုက်ထိ၊ တိုတိုရှု - ရှိုက်ထိ၊

တတိယ။ ။အစ အလယ် အဆုံး သုံးချက်ညီ ရှုထိ
ရှိုက်ထိ၊

အားထုတ်လာခဲ့သော ယောဂါဝစရ ယောဂီသုမြတ်သည်
အလုပ်လုပ်ရင်း စတုတ္ထအဆင့်သို့ ရောက်လာပြီးလျှင် ရောက်
သည့်အချိန် က စ၍ နောက်နောက်က အားထုတ်လာခဲ့သော
ထိ၊ သိ အစဉ်ကို (၀၁) အရှည် အတို ရှုခြင်း - အကြမ်း အနု
ရှုခြင်း စသော အရှု အရှိက်တို့ကို ရုပ်သိမ်းပြီးလျှင် (၀၁)
လိုက် မရှုပဲ -

ထိ၊ ပေါ်၊ သိ၊ ရောက် (အလုပ်) ဆိုသည်ကား သမာဓိ
ရအောင် အားထုတ်လို့ သမာဓိ ရပြီလို့ ဆိုရသည်။

ပျောက်သည့် ထိမှာ ကိုယ်ကခွာ (အလုပ်)။

လိုအပ်သော သမာဓိကို ရပြီး ဖြစ်သောကြောင့် ထိ၊ နိမိတ်
အာရုံသည် ပျောက်သွားပြီ၊ ရောသွားပြီ၊ စပ်သွားပြီ ခဲ့လို့ မရ
ဆင်လာသော ပဋိဘာဂနိမိတ်သည် အာနာပါနဘာဝနာ၏
အာနာတတ်ကြောင့် တသိမ့်လိမ့် တဆွေ့ဆွေ့ အကြည်
တော်ငါးပါး တဖွားဖွား ဆိုသည့်အလား ပညတ် နှင့် ပရမတ်
သမထ နှင့် ဝိပဿနာ ဥပစာရဇော နှင့် အပ္ပနာဇောတို့
မရှေးမနှောင်း ကျလာပြီ၊ ကပ်လာပြီ၊ သဘိထား မလွှတ်နဲ့
ယောဂီ... သတိပေးပါရစေ အသိကို စိုက် - ဝေဒနာလိုက်လာပြီ၊
ခန္ဓာစိုက် ဝေဒနာလိုက် ခန္ဓာဉာဏ်စိုက် (ကောင်းလုံးကျွတ်)
မရွှေ့နဲ့ မပြောင်းနဲ့ သမာဓိတည်ငြိမ် ဉာဏ်အရှိန် တက်လာပြီ။

ဥဒယဝယဉာဏ် အားကောင်းလာပြီ

ထိုသို့ နေ့ရော ညဉ့်ပါ ထွက် ဝင် လေ ဓာတ် (၂) ပါး၏
ဖြစ်မှု၊ ပျက်မှု ဤ (၂) ချက်ကို မစောင့်ဆိုင်းပဲ အားသွန် ကြိုး

ပမ်းသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်ဓာတ်မှာ နေရောင်ခြည် အလင်းဓာတ်များ ပေါ်ထွက်လာသကဲ့သို့ မိမိ ခန္ဓာကိုယ် ကာယ ၌ တည်ရှိသော ပရမတ္ထဓမ္မ ရုပ်ကလာပ်ကလေးတွေကို ဟုတ်တိုင်းမှန်ရာ ကောင်းစွာ သိမြင်လာသည်ဟု မှတ်။

ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ သက်ဆင်းတော့မည်

နေရောင်ခြည် လရောင်ခြည် အလင်းဓာတ်သည် အားရှိစွာ ထွန်းလင်း တောက်ပလာသော အခါ ကောင်းစွာ ပိုင်းခြားဝတ္ထု ပစ္စည်းများကို ထင်ထင်ရှားရှားကြီး သိလာရသကဲ့သို့ ယောဂီ၏ ဉာဏ်ဝမှ လောကဓာတ် တခုလုံး၌ ရှိသော ရုပ်ကလာပ်ဓာတ်တွေ၏ တခု နှင့် တခု မဆက်စပ် မရောနှောပဲ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ဖြစ်ချည် ပျက်ချည် ပေါ်ချည် ငုပ်ချည်နှင့် အစဉ်သန္တတိပညတ်သည် ပြတ်ကာ ပြတ်ကာ ဖြစ်ပျက်လျက် ရှိနေသည်ကို ကောင်းစွာ ပိုင်ပိုင် အလုပ်ကို နိုင်နင်းစွာ ပိုင်းခြားသိမြင်၍ နေတော့၏။

ဘင်္ဂဉာဏ် အားကောင်းရန်

ထိုသို့ ယောဂီ၏ ဉာဏ်ဝမှာ သိမြင်လာနေမှ ဘဝသံသရာ အဆက်ဆက်က ဖြစ်ပေါ် ရရှိလာခဲ့သည့် ကိုယ်ခန္ဓာ အစဉ်တဏှာစွဲ မာနစွဲ ဒိဋ္ဌိစွဲတွေဟာ တဒင်္ဂ တခဏအားဖြင့် ကွယ်ပျောက်ကုန်တော့၏။ ထိုသို့ အစွဲ ကွယ်ပျောက်သော အခါ ဖြစ်မှု နှင့် ပျက်မှုကိုသာ တွေ့မြင်နေသော ဝိဇ္ဇာဉာဏ် သမာဓိဓာတ်သည် လွန်စွာ ထက်သန် အားကောင်းလာသောကြောင့် ဖြစ်ပျက် တရားသဘောတွေကို လျင်မြန်စွာ တွေ့မြင်ရပေလိမ့်

မည်၊ ထိုအခါ ခန္ဓာကိုယ်ပဉ္စက ခြပ် တခုလုံး၌ ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်ကလာပ်တွေကို တခု နှင့် တခု မရောစပ်ပဲ အာကာသခေါ် ဟင်းလင်းဓာတ်က ပိုင်းခြားလျက် ဖြစ်ပျက်နေသည်ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ဉာဏ်ဝမှာ ကောင်းမွန် မှန်ကန်သော သဘော သဘာဝအတိုင်း တွေ့မြင်လာလိမ့်မည်။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပဟာနာယ

ထိုအခါ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ စင်ကြယ်သော ဝိဇ္ဇာဉာဏ် သမာဓိဖြင့် အာရုံပြုကာ ရှုကြည့် ပွားများ ဆင်ခြင်လိုက်သည် နှင့် တပြိုင်နက် အဇ္ဈတ္တ ဗဟိဒ္ဓ သန္တာန်၌ တသားတည်း တပြေးတည်း တထပ်တည်း ရုပ်ကလာပ်ကလေးတွေ လျင်လျင်မြန်မြန် ဖြစ်ပျက်နေပုံကို ဉာဏ်ဝ၌ တွေ့မြင်လာလိမ့်မည်။ ထိုသို့ သမာဓိ ဉာဏ်ဝ၌ တွေ့မြင်လာက အစိုင် အခဲ အတုံး အတစ် ဖြစ်သော ဆနာဏ္ဍာန သမူဟပညတ် အစွဲတွေ ငုပ်ကွယ် ပျောက်ပျက် သွားပြီး ပရမတ်အစစ် သဘာဝမှန် ရုပ်ကလာပ်ဓာတ်တွေ တဖွားဖွား လျင်မြန်စွာ ပေါင်းဆုံ ဖြစ်ပျက်နေသည်ကို တွေ့မြင် ရလိမ့်မည်။ သို့မှသာလျှင် ပညတ် ပျောက်၍ ပရမတ်ဓာတ်သို့ ဆိုက်ရောက်သည်ဟု မှတ်။

ဤသို့ ရောက်မှ သာလျှင် တဏှာ ဥပါဒါန် အစွဲတွေ ကွယ် ငုပ် ထွက်ပြီး ပျောက်ကွယ်ကြပြီး ‘ခန္ဓာကိုယ် ပဉ္စက ခြပ်ကြီး တခုလုံးဟာ ငါ့ဥစ္စာတည်း - ငါ့ဖြစ်၏ - ငါ့ပိုင်ကိုယ်အတ္တတည်း’ ဟု စွဲမက်မှတ်ထင်နေခြင်းသည် ဘာကမှ မဟုတ်ပါတကားဟု သိမြင်၍ အစွဲသုံးပါးတို့သည် တဒဂ် တဒဂ်ပေါင်း များစွာ ကွယ် ငုပ် ချုပ်ငြိမ်း ပျောက်ကွယ်နေသောကြောင့် တရက် နှစ်ရက်

စသည်ဖြင့် လည်းကောင်း တလ နှစ်လ စသည်ဖြင့် လည်းကောင်း ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ သမာဒိဋ္ဌိ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ဝမှာ အမြင် ထက်သန်နေတတ်၏။

ခဏော ဝေါ ပဋိပါတိတော

အမြင်သန်သလောက် တဏှာအစွဲ စသည် ကွယ်ပျောက် ချုပ်ငြိမ်း နေတတ်၏။ ‘ဝိရာဂေါ နိဗ္ဗာနံ၊ နိရောဓော နိဗ္ဗာနံ’ ဟူသော ဩဝါဒ အတိုင်း တဒဂ် သန္တိသုခ ရှေ့တော်ပြေး နိဗ္ဗာန် ဟု သိလေ။ ထိုအခါ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ထိုသုခကို ခံစားလျက် နေ့ရော ညဉ့်ပါ ဒလစပ်တည်း ငိမိစီးစီး ဉာဏ်ကုန် လွတ်ကာ ဆင်ခြင် ပွားများ အားထုတ်သော စိတ်ဓာတ်သည် လွန်စွာ ကြည်လင် သန့်ရှင်း စင်ကြယ်ခြင်းကို ရ၍ ခန္ဓာကိုယ် ကာယ၌ တည်ရှိ ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ် ကလာပ် နှင့် စိတ်ဓာတ် တို့သည် တဖိတ်ဖိတ် တောက်ပြောင် ပြိုးပြိုးပြက် အရောင် အလင်းဓာတ်တွေ ထွက်ပေါ်လာသော အခါ အရောင်အလင်း ပဲ ဟု အမှတ်မပြု ဂရုမစိုက် အလုပ်ကြောင့် အမှန်တွေ ပေါ်လာသည့် ဉာဏ်ရောင်ထွေ မှန်ရောင်တွေသာဘည်း ဟု ဖြစ်မှု ပျက်မှုကို အရှိန်မရပ် တစပ်တည်း ထင်မြင်နေသော ကြောင့် ထိန် မိဒ္ဓ စသည့် နိဝရဏတရားဆိုး တရားညစ်တို့၏ ကွယ်ငုပ် ပျောက်ပျက် ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသို့ ရောက်ကြလေကုန် တော့၏။

မှတ်ရန်။ ။ ထိုအခါ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် အိပ်ရမှန်း မသိ၊ စားရ သောက်ရမှန်း မသိ၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်ကိုမျှ စွန့်ရ မှန်း မသိအောင် အစွဲမှား အမှတ်မှား သဘာဝတွေ ကွယ် ပျောက်နေတတ်သည်။ တခါတရံ ရှေ့မှောက်၌ ဟူသော

အမှတ်သညာပါ ကွယ်ဝှံ ပျောက်နေတတ်၏။ ယင်းသို့ ဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းကား ဘဝသံသရာက ခန္ဓာကိုယ် အစဉ်၌ အစွဲသန်ကာ အထင်အမြင် အယူအဆ မှားမှား လာခဲ့သော အတ္တဒိဋ္ဌိစွဲကြီး ပျောက်ကွယ် သွားသော ကြောင့် လည်းကောင်း၊ ခန္ဓာကိုယ် ခြေ သန္တာန်၌ အတုံး အခဲပညတ်စာနခဲ အစွဲ ပျက်စီး ပြိုကွဲ၍ အမှန် သဘာဝ ပရမတ် ရုပ်ဓာတ် တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်နေသောကြောင့် လည်းကောင်း၊ မျက်စိ နား နှာ လျှာ ဦးခေါင်း လက် ပေါင်း ခြေ စသည့် ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ် အပိုင်းတို့ကို ရှာမရ ရှာမတွေ့ သီးခြား ဟူ၍ မရှိတော့ပဲ ပရမတ် ရုပ် ကလာပ် ဓာတ်တွေကိုသာ သိမြင် တွေ့ကြုံနေရသောကြောင့် လည်း ကောင်း ဟု ဆိုရလေသည်။

ပညတ်သဘောကို ပရိညာဉာဏ်ဖြင့် ခန္ဓာ ကိုယ်ပေါ်မှာ ပေါ်လာတဲ့ အာရုံ တရားများ နှင့် ထိ သိ သတိ ထားပြီး ရှုမှတ်ကာ သမ္မပ္ပဓာန် ဖြစ်အောင် ဖိလိုက်လျှင် အပ္ပနာ- သမာဓိ ခေါ် အလင်းရောင် အောက်မှာ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ အပေါင်းအစိတ်-တစိတ် တဒေသ ဖောက်ပြန် ရွှေ့ရှား သညာ အမျိုးမျိုး-ခံစားမှု အမျိုးမျိုး - ဖြစ်ပေါ် ချုပ် ပျောက်ပြီးလျှင် ပဋိဘာဂနိမိတ်အား လျော်စွာ ပိုင်းပိုင်း ခြားခြားကြီး သိမြင်လာပါလိမ့်မည်။ ဤအခိုက် ရှုမှတ်လိုက် လျှင် ခြေ လက် သန္တာန် သရုပ် သကောင် ယောက်ျား မိန်းမ လူ နတ် မြဟွာ ငါ သူတပါး ဆိုတဲ့ သန္တာနုပညတ်၊ ပူ အေး ဆိုတဲ့ သန္တတိပညတ်များကို ခဏိကဇာတိ ခဏခဏ ဖြစ်လိုက် ပေါ်လိုက်-ခဏိကမရဏ ခဏခဏ ပျက်လိုက် ပျောက်လိုက်-အပေါ် အဖြစ်မစဲ အပျောက်အပျက် တသဲ

သဲ တရုရ ရေပွက်ငယ် ဟူသမျှကို ကိုယ်တွေ့ မျက်မှောက် ရှုမြင်ရသကဲ့သို့ ပွားများ အားထုတ်သော ယောဂီ၏ ဉာဏ် အစဉ်မှာ မပြတ် မြင်နေရခြင်းကို ဉာဉ်သက္ကာယကို သေ ကိန်းကျအောင် ထူးကဲသော ပရိညာဉာဏ်ဖြင့် ကြိတ်ချေ ခြင်း ဟု ဆိုရပါမည်။

ပရတော နော စ
အတ္တတော ထိုစခန်းသို့ ဆိုက်ရောက်လာသော အခါ
မူလတရား အားမထုတ်မီ ကာလက စွဲလမ်း
မှတ်ထင်ခဲ့သော နိစ္စသညာ အမှားစွဲတွေ
ကွယ်ပျောက်၍ ခန္ဓာကိုယ် တခုလုံး၌ အနိစ္စသညာ ဝိဇ္ဇာ
ဉာဏ် အမြင်မှန်တွေ တမြင်တည်း မြင်နေရကာ စားမှု
သောက်မှု စသော အမှု ကိစ္စ အမျိုးမျိုး နှင့် ဣရိယာပုထ်
လေးပါး စလုံး၌ ဒုက္ခသာ ထင်မြင်နေ၍ အထင်မှား အမြင်
မှား အမှတ်မှားတွေ မှန်သမျှ ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက် သွား
ကြလေကုန်၏။ ထိုသို့ သဘာဝတရား လမ်းမှန်ကို ပိုင်ပိုင်
နိုင်နိုင် ထင်မြင် တွေ့နေရသောကြောင့် ဣဿာ မစ္ဆရိယ
စသော အကုသိုလ် တရားတွေ ကင်းကွာနေလေလေ - ဝိပဿနာ
ဝိဇ္ဇာဉာဏ် ထက်သန် စူးရှလေလေ ဖြစ်သောကြောင့် ယောဂီ
ပုဂ္ဂိုလ်၏ ဉာဏ်ဝဉ်း 'ဪ... ပကံတိ မျက်စိဖြင့် တွေ့မြင်နေရ
သော ခန္ဓာကိုယ် တကောင်လုံးသည် အလွန် သေးငယ်သည့်
မြွေမှန်ကလေးတွေ ပေါင်းစပ် နေခြင်းပါတကား' ဟု ကောင်း
စွာ ထင်မြင်လာလတ္တံ့။

ယင်းသို့ ထင်မြင်လာသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ခန္ဓာ နာမ်
ရုပ် ဖြစ်စဉ်မှာ လွန်စွာမှ ကြည်လင် သန့်ရှင်း စင်ကြယ်လာ၍
တကိုယ်လုံးမှ ပြုံးပြုံးပြက် တည်ကြည် ဖြစ်သော သမာဓိ

နှင့်လဲ ပြည့်စုံခြင်း - စိတ္တဇ ရုပ် ဓာတ် ကလာပ်တို့သည် တကိုယ်
လုံး ပြန့်နှံ့၍ ပြိုးပြိုးပြက် ကိုယ်ရောင် ကိုယ်ဝါ အလင်း အကြည်
ဓာတ်တွေ ထွက်ပေါ်ခြင်း - ၎င်းတို့ကြောင့် ဝိပဿနာဉာဏ်
သမာဓိသည် နေရောင်ခြည် လရောင်ခြည် ကြယ်နက္ခတ် ရောင်
ခြည်တို့နှင့် မတူ မရောစပ်သည့် အလွန်အလွန် ထူးဆန်း
အံ့ဩဖွယ်ရာ ဤဘဝတွင် မတွေ့ဘူး မကြုံဘူး တကြိမ် တခါမျှ
မထင် မမြင်ဘူးသော သဘောတရားကို တွေ့မြင်၍ လာလတ္တံ့ ၊
ဤသို့တွေ့ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း - တွေ့မြင်လာခြင်းသည် လမ်းမှန်
တရားမှန် တွေ့မြင်ခြင်း ဟု မှတ်၊ တရားမှန် တွေ့မြင်ရခြင်း
သည်ပင် လက္ခဏာရေးသုံးပါးတို့ဖြင့် ရှုမှတ်နေသည့် ဝိပဿနာ
အလုပ်ပင် ဖြစ်တော့၏။

နည်းမှန် လမ်းမှန် ဝိပဿနာ နည်းမှန် လမ်းမှန်ကြောင့်
ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ထိုထူးဆန်း လွန်ကဲ
သော အလင်းရောင် အကြည်ဓာတ်တွေကို လွန်မင်းစွာ နှစ်
သက်ခြင်း ပီတိသည် ခန္ဓာကိုယ် တခုလုံး ပြန့်နှံ့၍ အလင်းရောင်
အကြည်ဓာတ်ကို သံလိုက်ဓာတ်ဖြင့် ဆွဲထားသကဲ့သို့ မလွှတ်နိုင်
မခွာနိုင်အောင် ဖြစ်ပြီးလျှင် ပီတိ သုခကို နေ့ရော ညဉ့်ပါ ခံစား
ကာ နေရလတ္တံ့ ၊ ယင်းသို့ ခံစားနေခိုက်၌ အင်တိုက် အားတိုက်
ဖိစီး၍ ပွားများ အားထုတ်ခဲ့သောကြောင့် ဖြစ်မှု ပျက်မှု
တရားတွေ ငုပ်လျှိုး ကွယ်ပျောက်ကုန်လတ္တံ့ ။

မှတ်ချက် အလင်းရောင် အကြည်ဓာတ်ကို တွယ်တာ ခုံမင်
နှစ်သက် သာယာစွာ ခံစားနေခြင်းကို (ဝါ)
ပေါ်သွားကို ဖော့၍ လိုက်နေခြင်းကို ဖင်၏ အန္တရာယ်
ဘေးရန် - ဖိုလ်အိပ်ရာမှ ခုံမင် ဘေးရန် - ဝိပဿနာ ညစ်နွမ်း ပျက်

စီးကြောင်း၊ ဘေးရန် ဟု အတိအကျ နာယူ မှတ်သားပြီး လျှင် ဆက်မလိုက်ရ၊ ဝေဒနာပဲဟု ဆုံးဖြတ်ပြီး တွင်တွင်ကြီး သာ မရပ်မနား ဆက်တိုက် ရှုမှတ်နေရမည်သာ အမှန် ကေနိ တည်း။

ထိုသို့ မိမိရရ ဒင်တိုက် အားတိုက် ဖိဖိစီးစီး အားထုတ်လာ ခဲ့သော် ဖြစ်မှု ပျက်မှု ဝေဒနာ အစုံကို ပြန်လည် ထပ်ရှုဖန် များလာသော် - ဆင်ခြင်ဖန် များလာသော် - ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ဉာဏ်ဝမှာ ရှေးကထက် အဆပေါင်း များစွာ ဉာဏ်အမြင် ထက်မြက် စူးရှလာသောကြောင့် သိမ့်ကနဲ ငြိမ့်ကနဲ ရိပ်ကနဲ ဝေ့ကနဲ ခန္ဓာကိုယ် တခုလုံး လွန်လွန်မင်းမင်း လျင်လျင် မြန် မြန်ကြီး ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်း ဝေဒနာ တခုကို ထင်မြင် တွေ့ လာရလတ္တံ့၊ ဤကဲ့သို့ ဖြစ်မှု ပျက်မှု ဘာဝနာ နှစ်ပါးကို ပိုင် ပိုင်နိုင်နိုင်ကြီး ထင်မြင်နေသည်ကို ဥဒယဝယဉာဏ် ဟူ၍ ပိုင်း ခြား သတ်မှတ် ပညတ်အပ်သည်။

ထူးလှတဲ့ ဥပမာ ဥဒယဝယဉာဏ် ထက်မြက် စူးရှ ရင့်ကျက်လာသော အခါ သဘာဝ လမ်းမှန် အတိုင်း ဩဘာသ ခေါ် အရောင် အလင်းဓာတ်သည် ဖြစ်ပေါ်လာရ မြဲ ဓမ္မတာပင်တည်း၊ နေ၊ လ၊ နက္ခတ်၊ ကြယ်တာရာ အပေါင်း တို့သည် ထွက်ပေါ်လာချိန်တိုင်က မထွက်ပါနဲ့၊ မပေါ်ပါနဲ့၊ မလာပါနဲ့၊ မလင်းပါနဲ့ ဟု မည်သူမျှ ဟန့်တား ပိတ်ပင်ခြင်း ငှာ မစွမ်းနိုင်ဘိသကဲ့သို့ ကွယ်ပျောက်ချိန် ရောက်ပါကလဲ မဝင် ပါနဲ့ မပျောက်ပါနဲ့ ဟု ပြုလုပ် ပြောဆိုခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်ပဲ ဓမ္မတာ အလျောက် ပျောက်ပျက်ကြရမည်သာ ဟူဘိသကဲ့ သို့တည်း။

ယောဂီ - သင့် အတွက် ဤဥဒယဝယ
 ဘင်္ဂဉာဏ် အားကောင်းလာပြီ ဉာဏ် ရင့်ကျက် သန်စွမ်းဖို့ရန် လွန်စွာ
 မှ အရေးကြီး၏။ အရေးကြီးပုံကား -
 ၎င်းဉာဏ်ကို အကြမ်းစား အလတ်စား အငယ်စား ဖြစ်မှု ပျက်
 မှ အစားစားမှ တဆင့်ထက် တဆင့် အနုဆုံး အဆင့် အတန်း
 ဖြစ်ပျက်မှုတို့ကို အထူး သတိမူ၍ ပွားများ ဆင်ခြင် အားထုတ်
 ကုန်ရာသည်။ အားထုတ်သည့် အတိုင်း ဉာဏ်သည် တဖြည်းဖြည်း
 ရင့်သန်လာပြီးလျှင် အထက် အထက် ဉာဏ်တွေကို ခဏချင်း
 အဆင့် မှန်မှန်နှင့် တက်ရန် ကူးရန် လွယ်ကူတော့၏။ လွယ်ကူ
 သည့် အတိုင်း ရှုမှတ်။

ယောဂီ၏ အနုဆုံး ဖြစ်ပျက်မှုကို လွှတ်၍ အဖြစ် အာရုံ၌
 ဝင်စား၍ မရတော့ပဲ ပျက်မှုချည်းကိုသာ အတွင်း (အဇ္ဈတ္တ)
 အပြင် (ဗဟိဒ္ဓ) နှစ်ပါးနှင့် လောကကြီး တခုသုံးကို ဉာဏ်ငဲ့
 ကာ အာရုံပြု၍ ရှုကြည့် ဆင်ခြင်လိုက်သော အခါ တရိပ်ရိပ်
 တသုတ်သုတ် တဖြုတ်ဖြုတ် တစီစီနှင့် အပျက်တွေကို (ဥပ္ပဇ္ဇိ-
 တွာ နိရုဇ္ဈိန္နိ) ရှုမှတ်။ အဖြစ်ကား ယောဂီ အတွက် မထင်
 ရှား၊ အပျက်သာ ထင်ရှားသောကြောင့် ဘင်္ဂဉာဏ် ခေဏ
 ဝယဉာဏ် ဟု ပိုင်းခြား သတ်မှတ်ရလေသည်။

သမထဘာဝနာ စတုက္က
 ဝေဒနာနုပဿနာ ရှုနည်း

- ၁ - ပီတိပ္ပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ၊
 ပီတိပ္ပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ၊
 ပါဠိတော်အစဉ် ပြီး၏။

ပီတိပုဋိသံဝေဒီ - စိတ်နှစ်သက်၍ တိုးတက် ရှင်လန်းခြင်း
 ပီတိကို အသီး အသီး ကောင်းစွာ သိအပ်သည်ကို ပြုလျက်၊
 အဿာသိဿာမီတိ-ထွက်သက် မှတ်ကာ ထုတ်လိုက်ပါအံ့ ဟူ၍၊
 ပဿသိဿာမီတိ-ဝင်သက် ရှိက်ကာ သွင်းလိုက်ပါအံ့ ဟူ၍၊
 သိက္ခတိ - ကျင့်ကြံ အားထုတ်ပါ၏။

ပါဠိတော် အစဉ် အနက် ပြီး၏။

အလုပ်။ ။ ပီတိ ထင်ရှားအောင် ထွက်သက် ဝင်သက်ကို
 ရှုရ ရှိက်ရမည်။

အဓိပ္ပာယ်။ ၁ - ခုဒ္ဒကာပီတိ = ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ကြက်သီး မွေး
 ညှင်း တဖျန်းဖျန်း ထခြင်းကို နှစ်သက်ခြင်း။
 ၂ - ခဏိကာပီတိ = လျှပ်စစ်ကဲ့သို့ ခဏ ခဏ
 ပြိုးပြိုးပြက် နှစ်သက်ခြင်း။
 ၃ - ဩက္ခန္တိကာပီတိ = လှိုင်းတံခိုးကဲ့သို့ ကိုယ်ကို
 သက်၍ သက်၍ နှစ်သက်ခြင်း။
 ၄ - ဥဗ္ဗေဂါပီတိ = ကောင်းကင်သို့ ပျံတက်
 သကဲ့သို့ ကိုယ်ကို ပင့်မြှောက်၍ နှစ်
 သက်ခြင်း။
 ၅ - ဖရဏာပီတိ = ရေဖြင့် ပြည့်သော စည်ပေါင်း
 ကဲ့သို့ တကိုယ်လုံး ပြန့်နှံ့၍ နှစ်သက်ခြင်း။
 အဓိပ္ပာယ် ပြီး၏။

၂ - သုခပုဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ၊
 သုခပုဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။

ပါဠိတော်အစဉ် ပြီး၏။

သုခပုဋိသံဝေဒီ - သုံးပါးကုန်သော ဈာန်တို့၏ အစွမ်းဖြင့်
စိတ်ချမ်းသာခြင်းကို ကောင်းစွာ သိအပ်သည်ကို ပြုလျက်၊
အဿသိဿာမီတိ - ဟူ၍၊ ပဿသိဿာမီတိ - ဟူ၍၊
သိက္ခတိ-၏။

ပါဠိတော်အစဉ် အနက် ပြီး၏။

၃ - စိတ္တသင်္ခါရပုဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ၊
စိတ္တသင်္ခါရပုဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။

ပါဠိတော်အစဉ် ပြီး၏။

စိတ္တသင်္ခါရပုဋိသံဝေဒီ - လေးပါးသော ဈာန်တို့၏ အစွမ်း
ဖြင့် ဝေဒနာ သညာ ဟူသော စိတ္တသင်္ခါရကို ပတ္တမြားလက်တင်
ဉာဏ်အား ထင်စေလျက်၊ အဿသိဿာမီတိ -- ဟူ၍၊ ပဿ
သိဿာမီတိ - ဟူ၍၊ သိက္ခတိ - ၏။

ပါဠိတော်အစဉ် အနက် ပြီး၏။

၄ - ပဿမ္ဘယံ စိတ္တသင်္ခါရံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ၊
ပဿမ္ဘယံ စိတ္တသင်္ခါရံ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။

ပါဠိတော်အစဉ် ပြီး၏။

စိတ္တသင်္ခါရံ - လေးပါးကုန်သော ဈာန်တို့၏ အစွမ်းဖြင့်
အရှု၊အရှိက်ပြင်း၍ ရုန့်ရင်းသော ထွက်သက် ဝင်သက်လျှင်
အာရုံရှိသော ဝေဒနာ သညာ ဟူသော စိတ္တသင်္ခါရကို၊ ပဿ-
မ္ဘယံ - ပဿမ္ဘယန္တော - သာယာဖြေးညှင်း ရှု၊ရှိက်ခြင်းဖြင့်

ငြိမ်းအေးစေလျက်၊ အဿသိဿာမီတိ - ဟူ၍၊ ပဿသိဿာ -
မီတိ - ဟူ၍၊ သိက္ခတိ - ဤ။

ပါဠိတော်အစဉ် အနက် ပြီး၏။

ဝေဒနာနုပဿနာ သမထဘာဝနာ ကုသိုလ်
ဒုတိယ စတုက္ကရုနည်း ပြီး၏။

သမထဘာဝနာ စတုက္က
စိတ္တာနုပဿနာ ရှုနည်း

၁ - စိတ္တပ္ပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ၊
စိတ္တပ္ပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။

ပါဠိတော်အစဉ် ပြီး၏။

စိတ္တပ္ပဋိသံဝေဒီ - အာရုံလိုက်စား စိတ်တရားကို ထင်ရှား
စေလျက်၊ အဿသိဿာမီတိ - ဟူ၍၊ ပဿသိဿာမီတိ - ဟူ၍၊
သိက္ခတိ - ဤ။

ပါဠိတော်အစဉ် အနက် ပြီး၏။

၂ - အဘိပ္ပမောဒယံ စိတ္တံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ၊
အဘိပ္ပမောဒယံ စိတ္တံ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။

ပါဠိတော်အစဉ် ပြီး၏။

စိတ္တံ - ငြိမ်ဝပ်ပိပြားစိတ်တရားကို၊ အဘိပ္ပမောဒယံ - အလွန်
အမင်း ရှင်လန်းခြင်း ပီတိကို ဖြစ်စေလျက်၊ အဿသိဿာမီတိ -
ဟူ၍၊ ပဿသိဿာမီတိ - ဟူ၍၊ သိက္ခတိ - ဤ။

ပါဠိတော်အစဉ် အနက် ပြီး၏။

၃ - သမာဒဟံ စိတ္တံ အဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ၊
သမာဒဟံ စိတ္တံ ပဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ။

ပါဠိတော်အစဉ် ပြီး၏။

စိတ္တံ - ကြံစည်တွေးတော စိတ်သဘောကို၊ သမာဒဟံ -
တည်ကြည်မှုကို ဖြစ်စေလျက်၊ အဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ ပဿ-
သိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ သိက္ခတိ - ၏။

ပါဠိတော်အစဉ် အနက် ပြီး၏။

၄ - ဝိမောစယံ စိတ္တံ အဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ၊
ဝိမောစယံ စိတ္တံ ပဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ။

ပါဠိတော်အစဉ် ပြီး၏။

စိတ္တံ - ကြံစည်တွေးတော စိတ်သဘောကို၊ ဝိမောစယံ -
နီဝရဏစခန်းမှ လွတ်စေလျက်၊ အဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊
ပဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ သိက္ခတိ - ၏။

ပါဠိတော်အစဉ် အနက် ပြီး၏။

စိတ္တာနုပဿနာ တတိယစတုက္က ပြီး၏။

သမထဘာဝနာ ဈာန်ခဏ်း ပြပုံ ပြီး၏။

အထူးသတိပြုရန်။ ။ ဤဆိုင်ခဲပြီး ဒုတိယ စတုက္က တတိယ
စတုက္က သမထဘာဝနာကို ဈာန်သက်သက် ရှုမှတ်သော
ယောဂီတို့ အတွက် ပွားများ လေ့လာအပ်သည့်ဟု
ဆရာမြတ်တို့ အဆို ရှိတော်မူကြကုန်၏။

ဆရာမြတ်တို့ ညွှန်ပြတော်မူသည့် အတိုင်း ပဌမစတုက္က ဥပစာရတို့မှ နောက်ဆုံး စတုတ္ထစတုက္က အပ္ပနာတို့သို့ မဂ် ဖိုလ် ရယူရေး အတွက် ဒုတိယစတုက္က တတိယ စတုက္ကသို့ တိုက်ရိုက် မသွားပဲ စတုတ္ထစတုက္ကသို့ အလုပ်စခန်း အနေ ဖြင့် သွားသင့် ကူးသင့်ကြောင်းကို နည်းကျ နည်းရအား လျော်စွာ ဤနည်းအတိုင်း ‘ဆုတောင်းပြည့် ယောဂီ အများတို့’ လိုက်နာ ကျင့်ကြံကြကုန်သတည်း။

ဝိပဿနာသို့ ကူးပြီ

နိမိတ္တေ ဌပယံ စိတ္တံ၊ နာနာကာရံ ဝိဘာဝယံ။
ဓိရော အဿာသပဿာသေ၊ သကံ စိတ္တံ နိဗ္ဗတိ။

ဓိရော-အာနာပါနတရားကို အားထုတ်သော ယောဂီသည်၊
အဿာသပဿာသေ-ထွက်သက် ဝင်သက်၌၊ နာနာ ကာရံ -
အရှည် အတို ရှုရှိုက်ခြင်း၊ အကြမ်း အနု ရှုရှိုက်ခြင်း စသော
အထူးထူးသော အခြင်းအရာကို၊ ဝိဘာဝယံ - ကွယ်ပျောက်စေ
လျက်၊ နိမိတ္တုပ္ပတ္တိတော - နိမိတ် ဖြစ်သည်မှ ရသည်မှ၊ ပဌာ
ယ - အစပြု၍၊ တေ အာကာရာ - အတို အရှည် စသည့် ထိုသို့
သော အခြင်း အရာ အာကာရတို့ကို၊ အမနသိကရောတော -
အာရုံမပြုသော ယောဂီအား၊ အန္တရဟိတာ ဝိယ-ကွယ်ပျောက်
ကုန်သကဲ့သို့၊ ဟောန္တိ - ဖြစ်ကုန်၏၊ နိမိတ္တေ - ပဋိဘာဝနိမိတ်
အာရုံ၌၊ စိတ္တံ - ယောဂီ၏ စိတ်ကို၊ ဌပယံ - ထားလျက်၊ သကံ
စိတ္တံ - အာရုံ၌ ထားပြီးသော မိမိ စိတ်ကို၊ နိဗ္ဗတိ - ပြစ်စွဲစွာ
ပွဲချည် စိုက်ထားရာ၏၊ စိုက်ထားလေ မလွှတ်နဲ့။

ဝိပဿနာဘာဝနာ စတုက္က

ဓမ္မာနုပဿနာ ရှုနည်း

- ၁ - အနိစ္စာနုပဿီ - သင်္ခါရတရားတို့၏ မမြဲခြင်းကို အဖန်ဖန် ရှုလျက်၊ အဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ ပဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ သိက္ခတိ-၏။
- ၂ - ဝိရာဂါနုပဿီ - ရာဂ ကင်းခြင်းကို အဖန်ဖန် ရှုလျက်၊ အဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ ပဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ သိက္ခတိ-၏။
- ၃ - နိရောဓာနုပဿီ - သင်္ခါရတရားတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကို အဖန်ဖန် ရှုလျက်၊ အဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ ပဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ သိက္ခတိ-၏။
- ၄ - ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ - သင်္ခါရ တရားတို့၏ တဖန် စွန့်ပစ်ခြင်းကို အဖန်ဖန် ရှုလျက်၊ အဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ ပဿသိဿာမိတိ - ဟူ၍၊ သိက္ခတိ - ၏။

သတိ။ ။ အဿသိဿာမိ - ထွက်သက် မှုတ်ကာ ထုတ်လိုက်ပါအံ့။

ပဿသိဿာမိ - ဝင်သက် ရှိက်ကာ သွင်းလိုက်ပါအံ့။

ဓမ္မာနုပဿနာ စတုတ္ထစတုက္က ပြီး၏။

အလုပ်ဆက်ရန်

သညာအနိစ္စ။ ။သညာ အမျိုးမျိုးတို့၏ မမြဲမှု၊

ပညာ အနိစ္စ။ ။ရုပ် နာမ်တို့၏ မမြဲမှုသဘော၊

ခယဝိရာဂ အစွန္တဝိရာဂ ခယနိရောဓ အစွန္တနိရောဓ	}	သင်္ခါရတရားတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းမှု သဘော၊
--	---	---------------------------------------

ပရိစ္စာဂပဋိနိဿဂ္ဂ။ ။စွန့်လွှတ်ခြင်းဟု ဆိုအပ်သော စေလွှတ်ခြင်း သဘော၊

ပက္ခန္ဓနု ပဋိနိဿဂ္ဂ။ ။နိဗ္ဗာန်သို့ ပြေးဝင်ခြင်းဟု ဆိုအပ်သော စေလွှတ်ခြင်းသဘော၊

ဝိပဿနာ သဘော

ဝိပဿနာယ အပရိညာတာ ခန္ဓာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ။

အာရုံ မှန်သမျှကို ဝိပဿနာ ဉာဏ်ဖြင့် မပိုင်းခြားလို့ သာ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ် နာမ် တရားတွေဟာ ဖြစ်ချင်တိုင်း ဖြစ်နေကြသည်။ လည်ချင်တိုင်း လည်နေကြသည်။ ခန္ဓာ ငါးပါးဟာ အခွင့်ရတိုင်း ဖြစ်နိုင်အောင် ဖြစ်တဲ့နေ့မှ အစပြု၍ အနုသယမျိုး အကုသိုလ် အဆိုးတရားတို့သည် ၎င်းအဆိုးတရားမျိုးကြောင့် လူဆိုး၊ သူဆိုး ဖြစ်ကြရတဲ့ ပုထုဇဉ်ဆိုး၊ ပုထုဇဉ်မှိုက်တို့၏ သန္တာန်၌ (၀၁) ငါးကောင် သူကောင်၌ ဝိပဿနာနဲ့ မတွေ့ မခြင်း ကိန်း၍၊ တည်၍၊ ရင်ဆိုင်၍ သာ နေကြရကုန်၏။

ဝိပဿနာယ ပရိညာတာ ခန္ဓာနုပဇ္ဇန္တိ။

ဝိပဿနာနဲ့ ပိုင်းခြားပုံ

- ၁ - ဉာတပရိညာ - ရုပ်လို့၊ နာမ်လို့၊ ရုပ်နာမ်လို့ ပိုင်းခြားပြီးလျှင် မသိ သိအောင် - ပိုသိအောင် - ပိုင်ပိုင်ကြီး သိအောင် ရှုမှတ်ပါ။
- ၂ - တိရဏပရိညာ - ရုပ်နာမ်ကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလို့ ပိုင်းခြားပြီးလျှင် မသိ သိအောင် - ပိုသိအောင် - ရှုမှတ်ပါ။
- ၃ - ပဟာနပရိညာ - မဂ်ဖြင့် ပယ်သည့်တိုင် ပိုင်းခြားပြီးလျှင် မပယ်ရသေးက ပယ်နိုင်အောင် ရှုမှတ်ပါ။

ပယ်ပုံ ပယ်နည်း

- ၁ - ရဇ္ဇန ခေါ် မက်မော သာယာခြင်း လောဘကို အနိစ္စကို မြင် လောဘစင် ဤတွင် မဂ်ရကြောင်း၊
- ၂ - ဒုဿန ခေါ် ပြစ်မှား ဆိုးဝါးခြင်း ဒေါသကို ဒုက္ခကို မြင် ဒေါသစင် ဤတွင် မဂ်ရကြောင်း၊
- ၃ - မုယုန ခေါ် တွေ့ဝေ မိန်းမော ဖုံးလွှမ်းခြင်း မောဟကို အနတ္တကိုမြင် မောဟစင် ဤတွင် မဂ်ရကြောင်း၊
- ၄ - သက္ကာယ ခေါ် မရှိကို အရှိထင်တဲ့ ဒိဋ္ဌိသညာကို အမြင်အထင် သညာစင် ဤတွင် မဂ်ရကြောင်း၊
- ၅ - သံသယ ခေါ် သင်္ကာမကင်းတဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာကို ယုံထင်ကြောင်ထင် အမှားစင် ဤတွင် မဂ်ရကြောင်း၊

ယောဂ ပဟာနိရဲ့ အဓိပ္ပာယ်

- မေး။ ။ ဗဟာန = ဗယ်တယ်ဆိုတာ ဘာကို ဆိုလိုပါသလဲ။
- ဖြေ။ ။ သုဋ္ဌနိရောဓ = အကောင်းဆုံး ချုပ်ခြင်းကို ဆိုတာ ပါပဲ။
- မေး။ ။ နိရောဓ = ချုပ်တဲ့ အဓိပ္ပာယ် သဘောကျပါရဲ့လား။
- ဖြေ။ ။ န ဥပဋ္ဌာန = လူရယ်၊ နတ်ရယ်၊ ကိုယ်ကောင်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ စသည့် မထင်တော့ဘူး။
- န - နိဗ္ဗဒ္ဓ = လူစိတ် နတ်စိတ် သတ္တဝါစိတ် ပျောက်ကုန် တာတွေကို နိရောဓလို့ သဘောကျပါတယ်။

နိရောဓသဘော ပြောပြမယ်

- ၁ - တဒင်္ဂနိရောဓ = ကာမကုသိုလ်က ပယ်တဲ့ ကိလေသာ မရှိ ချုပ်ခြင်း။

အထူး။ ။ ဤ၌ တဏှမ္ပ (တဏှကလေး) ကိလေ သာကို ပယ်ခြင်းလို့ မယူဆနဲ့ အအေး ကို အပူနဲ့ သတ်လိုက်သလို ပယ်သင့်တာ မှန်သမျှကို အဆင့်ဆင့် ဗယ်နေသည့် ဝိပဿနာဉာဏ်ကို တဒင်္ဂလို့ အသေ အချာ မှတ်သားစေချင်ပါတယ်။

- ၂ - ဝိက္ခမ္ဘနိရောဓ = မဟဂ္ဂုတ်ကုသိုလ်က ပယ်တဲ့ နိဝ ရဏ၏ မရှိခြင်း ချုပ်ခြင်း။

- ၃ - သမုစ္ဆေဒနိရောဓ = မဂ်က ပယ်တဲ့ ကိလေသာ၏ မရှိ ခြင်း ချုပ်ခြင်း။

၄ - ပဋိပဿဒ္ဓိနိရောဓ = မဂ်ဖိုလ်က ပယ်တဲ့ ကိလေသာ၏
မရှိခြင်း ချုပ်ခြင်း၊

၅ - သစ္စနိရောဓ = မဂ္ဂသစ္စာ၏ အာရုံ (နိဗ္ဗာန်) လို့ ဆိုရတဲ့
နိရောဓ (ဝါ) ချုပ်ခြင်း (ဝါ) ရုပ်နာမ်
တို့ မထင်တော့ခြင်း (ဝါ) ပျောက်ပျက်

ကုန်ဆုံးခြင်းတွေလို့ ဆိုရတဲ့ အမျိုးအစား အခိုက်အတန့်အား
ဖြင့် မည်မျှပင် များစေဦးတော့ သဘောအားဖြင့် တခုသာ ရှိ
သော နိဗ္ဗာန်သို့ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် မှန်မှန်ကြီး လိုက်ခဲ့ရာ ဝေ
ဒနာပစ္စယာမှ တဏှာသို့ မသွားပဲ (ဝါ) ဝေဒနာမှာ ရပ်
လျက်—

ယောဂီ ။ ။ သံသရာစက် ပြတ်ဆိုတာ ပုံကြီး အဝိုင်းကြီး ခွဲ
နေရန်၊ ပြုနေရန်၊ ကြည့်နေရန် လိုသေးသလား၊
သညာမလိုပါ၊ ပညာစခန်းပါ။

ယောဂီ။ ။ ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာကိုသာ နာနာကြီး ကိုင်ပါ၊
တဏှာ မပြတ်ပေဘူးလား၊ မချုပ်ပေဘူးလား၊
ဝေဒနာကိုသာ ခေါင်းကျိုးအောင် လိုက်၊ တဏှာ
ဘက်သို့ မကူးစေနဲ့ မြန်လှချည်လား။

ယောဂီ။ ။ ဝေဒနာ နိရောဓော နိဗ္ဗာန် = ဝေဒနာ အကြွင်းမဲ့
ချုပ်ငြိမ်းတာက နိဗ္ဗာန်။

ယောဂီ။ ။ မကျေနပ်သေးဘူးလား၊ ဝိမုတ္တိယူဂခေတ် အာနာ
ပါနတရားကို အားထုတ်လို့ အကြောင်းတိုက်
ဆိုင်ခဲ့လျှင် တရူ တရိုက် တထိုင်နဲ့ မဂ် ဖိုလ်

နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်တယ် ဆိုတဲ့ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒခေတ် တရားရဲ့ အဆုံးအဖြတ် ရှိသားပဲ။

ယောဂီ။ ။အောက်ပါ ဉာဏ်စဉ်အချုပ် စိတ်အလုပ်ကို ကြည့်ပါ။ ယောဂီ ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ဆရာဩဝါဒ နာယူရန်

ဦးလည်မသုန် အမုန်မပေါ် ဆယ်ကျော်မရောက် ပြန်မခေါက်ပဲ လျောက်ပတ်စွာ နားထောင်ပါလော့။

ဝိပဿနာဘုံသို့

သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

ကာယသ္မိံ - ထွက်သက် ဝင်သက် အပေါင်း၌၊ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ - ကိုယ်၊ နှာခေါင်း၊ စိတ်ကို စွဲ၍ ဖြစ်သော သဘောကို အဖန်ဖန် တလဲလဲ ရှုသည် ဖြစ်၍၊ ဝိဟရတိ - နေ၏။ (ထိ၊ သိ၊ သတိ၊ ဖြစ်)

ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

ကာယသ္မိံ - ထွက်သက် ဝင်သက် အပေါင်း၌၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ - ကိုယ်၊ နှာခေါင်း၊ စိတ်ကို စွဲ၍ ပျက်သော သဘောကို အဖန်ဖန် တလဲလဲ ရှုသည် ဖြစ်၍၊ ဝိဟရတိ - နေ၏။ (ထိ၊ သိ၊ သတိ၊ ပျက်)

သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

ကာယသ္မိံ - ထွက်သက် ဝင်သက် အပေါင်း၌၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ - ကိုယ်၊ နှာခေါင်း၊ စိတ်ကို စွဲ၍ ဖြစ်

သော နိမိတ်အာရုံ၏ ဖြစ်ကြောင်း ပျက်ကြောင်း သဘောကို
အဖန်တလဲလဲ ရှုသည် ဖြစ်၍၊ ဝိဟရတိ - နေ၏။

ထိ ပေါ်၊ သိ ရောက် - ဖြစ်။
ပျောက် သည့် ထိ မှာ - ပျက်။

အလုပ် - ပျောက်သည့် ထိမှာ၊ ကိုယ်က ခွာ။
ခွာပါသော်လည်း သိ ကို စွဲ။
စွဲသည့် သိမှာ၊ ဝေဒနာ။

ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ ဟူသော စတုတ္ထနည်းမှ တဆင့်
ဝိပဿနာဘုံသို့ တက်လိုသော ယောဂီသည် ရှုရှိုက်လို့ ထိတဲ့
အထိကို (ပါ) ရှုရှိုက်လို့ ရလာတဲ့ ဥပစာရသမာဓိမှ ရှုမှု
ရှိုက်မှုကို လျော့လိုက်ပြီးသည့်နောက် ရှုမှု ရှိုက်မှုက အလိုလို
သိမ်မွေ့လာပြီးလျှင် အပ္ပနာသမာဓိသို့ ကူးလာပြီးလျှင် ဝေဒနာ
လိုက်လာပြီ ဖြစ်သောကြောင့် -

ဤခန္ဓာကိုယ်၏ အတွင်း၌ ဒလစပ် အရိန်မစဲ တသဲသဲ
တသိမ့်သိမ့် တရိပ်ရိပ် ပေါ်နေသည့် ပဋိဘာဂနိမိတ်။

(ဝါ) ကောင်လုံးကျွတ် သန့်ရှင်း စင်ကြယ်သော ပဋိဘာဂ
နိမိတ်။

(ဝါ) ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ယောက်ျား မိန်းမ ကိုယ် ခေါင်း
မျက်စိ စသည် မရှိတော့ပဲ -

(ဝါ) ၁ - ရုပ်ဟာ ငါ၊ ငါဟာ ရုပ်၊ ငါထဲမှာ ရုပ်
ရှိတယ်၊ ရုပ်ထဲမှာ ငါ ရှိတယ်။

- ၂ - ဝေဒနာဟာ ငါ၊ ငါဟာ ဝေဒနာ၊ ငါထဲ
မှာ ဝေဒနာ ရှိတယ်၊ ဝေဒနာထဲမှာ ငါ
ရှိတယ်။
- ၃ - သညာဟာ ငါ၊ ငါဟာ သညာ၊ ငါထဲမှာ
သညာ ရှိတယ်၊ သညာထဲမှာ ငါ ရှိတယ်။
- ၄ - သင်္ခါရဟာ ငါ၊ ငါဟာ သင်္ခါရ၊ ငါထဲမှာ
သင်္ခါရ ရှိတယ်၊ သင်္ခါရထဲမှာ ငါ ရှိတယ်။
- ၅ - ဝိညာဏ်ဟာ ငါ၊ ငါဟာ ဝိညာဏ်၊ ငါထဲ
မှာ ဝိညာဏ် ရှိတယ်၊ ဝိညာဏ်ထဲမှာ ငါ
ရှိတယ်။

ဆိုခဲ့ပြီး သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အမျိုးအစားများဟာ အချိုးကျ
ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ကြရတော့သည်။

အလုပ်သမားတို့ ပုဗ္ဗကိစ္စလေးပါး သတိထား

- ၁ - ရူပပရိဂ္ဂဟ = ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်း၊
- ၂ - နာမပရိဂ္ဂဟ = နာမ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်း၊
- ၃ - ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ = အကြောင်း ရုပ်, နာမ်တို့ကိုသိမ်း
ဆည်းခြင်း၊
- ၄ - အဒ္ဓါနာပရိဂ္ဂဟ = ရုပ် နာမ်တို့၏ ကာလ သုံးပါးကို
သိမ်းဆည်းခြင်း -

အားဖြင့် လေးမျိုးသော သိမ်းဆည်းခြင်းတို့တွင် ရုပ်ကို သိမ်း
ဆည်းရာ၌ အလွန် အရေးပါလှ၏၊ ဆရာလို၏၊ နည်းကျမှ
နည်းပြမှ နည်းရမှ နန်းထိုင်ရ၏။

ဆရာတို့နည်း

အထူး သတိပြုကြပါရန် -

ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်း နှစ်မျိုး ရှိသည့် အနက် -

၁ - အာဂမသုတဖြင့် သိမ်းဆည်းခြင်း၊

ဆရာကောင်းတို့ အထံ၌ ဆရာက ပြသည့် အတိုင်း ရုပ်တရားတို့၏ အရေအတွက် အနေအထား သဘော သဘာဝတို့ကို တခုမကျန် သင်ကြား နာခံ မှတ်သားရ၍ တခုမကျန် နှုတ်တက် အာဂမ္မိဆောင်၍ ရုပ် တရားတို့ကို သုတမယဉာဏ်ဖြင့် သိမ်းဆည်းခြင်းသည် အာဂမသုတ (၁) နံပါတ်ဖြင့် သိမ်းဆည်းခြင်း ခေါ်၏။

သိမ်းဆည်းနိုင်ကြပါစေ -

၂ - (၁) နံပါတ် သုတမယ ပင် မရှိစေကာမူ -

ဆရာကောင်းတို့၏ သြဝါဒကို အလွန် ယုံကြည်လှသဖြင့် ထိုသြဝါဒသို့ လိုက်၍ သမာဓိကို ထူထောင်ခြင်း၊ အားကောင်းလှသဖြင့် အာလောကသညာကြောင့် ယထာဘူတ အားရှိလှ၍ ရုပ်တရားတို့၏ ဖြစ်ပွား ချုပ်ပျက်ဟန်ကို ပစ္စက္ခဉာဏ် (၀၁) ကိုယ်တွေ့ အလုပ်ဖြင့် ကေနံ တွေ့မြင် ကြုံကြိုက်ရလျက် ဘာဝနာမယ ဉာဏ်ဖြင့် သိမ်းဆည်းခြင်းသည် အဓိဂမသုတဖြင့် (၀၁) အဓိသီလ အဓိစိတ္တ အဓိပညာ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ဖြင့် သိမ်းဆည်းခြင်း မည်၏ ဟု -

ဆရာ ပြသည့် နည်း နှစ်မျိုးတို့တွင် မိမိနှင့် ကံဆုံ ပါရမီ ကြုံ ဖြစ်သည့် အဓိဂမသုတဖြင့်သာ (၀၁) နောက်ဆိုသည့်

ဒုတိယ နည်းဖြင့်သာ နိဗ္ဗာန်အရောက် ခန္ဓာစိုက် ဝေဒနာလိုက်ရန် (ဝါ) ဝိပဿနာဝေဒနာကမ္မဋ္ဌာန်းကိုစီးဖြန်းနိုင်ကြပါစေသော ဟု ဆရာ့နည်းရ ဆုတောင်းပြည့်က တိုက်တွန်းလိုက်ရသည်။

တိုက်တွန်းချက် အရ

ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းမိသော အခါ ပဋိဘာဂနိမိတ်သည် ကြည်လင် ပြတ်သားစွာ ထင်လာခိုက် ၎င်းအချိန်၌ ကာမစွန္ဒ ခေါ် လောဘ၊ ဗျာပါဒ ခေါ် ဒေါသ၊ ထိန မိဒ္ဓ ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ ဝိစိကိစ္ဆာဟု ဆိုအပ်သော နိဝရဏတရား ငါးပါးတို့သည် ဆုတ်ခွာ ဖယ်ရှားကြလျက် ကိလေသာတို့သည် ကုန်ခန်းသကဲ့သို့ ငြိမ်သက်စွာ တည်နေကြ၍ ယောဂီ၏ စိတ်သည် ဥပစာတို့၌ တည်နေတော့၏။

အပ္ပနာဘုံသို့

အလုပ်။ ။ မလိုက်အရှု လိုက်မရှု သိမှု၌သာ သမထ ဝိပဿနာ၊

အဓိပ္ပာယ် ‘မလိုက်အရှု’ = ခန္ဓာကိုယ်မှာရှိတဲ့ ဝေဒနာမျိုးစုံကို တမျိုးတည်း ဖြစ်သွားအောင်၊ ချုပ်သွားအောင် အလုပ်လုပ်တဲ့ ယောဂီ နောက်သို့ မပါမခြင်း မလိုက်မခြင်း ရှုပါလေ၊ ရှိုက်ပါလေ၊ ရှုရှိုက်ခြင်းသည် ဤ၌ ပဓာန။

အဓိပ္ပာယ် ‘လိုက်မရှု’ = တရားအားထုတ်ချိန် ယောဂီရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရှိတဲ့ ဝေဒနာတွေဟာ (ဝါ) နာမှု၊ ကျင်မှု၊ ကိုက်မှု၊ ခဲမှု မခံသာသည့် ဝေဒနာမျိုးစုံတွေ ပေါ်လာပါက မလိုက်နဲ့၊ ဂရုမစိုက်နဲ့၊ သက်သာသွားအောင်

မလုပ်နဲ့၊ မလုပ်ကောင်းဘူး၊ ကြိတ်မှိတ်ပြီး သည်းခံပါလေ၊ အလုပ်ကို မဖျက်နဲ့။

အဓိပ္ပာယ် ‘သိမ္မုဋ္ဌိသာ သမထဝိပဿနာ’ = သမထမှ ဝိပဿနာသို့ (ဝါ) သမထ အလုပ်သည် ဝိပဿနာအလုပ်နှင့် တစပ်တည်း တဆင့်တက်ခြင်း မျှသာတည်း ဟု ယုံကြည်ပါ။ အားကြီးသော သဒ္ဓါကို မလွှတ်ပါနဲ့ဟု ဆိုလိုသည်။ (သဒ္ဓါ မေ ဗီဇံ) သဒ္ဓါတရားသည် အားထုတ်သူ ယောဂီတိုင်း၏ မျိုးစေ့ပမာ လွန်စွာမှ အားထားရသည်ဟု ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါ မရှိခဲ့ပါလျှင် တဖြေးဖြေး ခန်းခြောက် သွားမည်သာတည်း။ သဒ္ဓါသည် ဖွေးဖွေးဖြူသော လရောင်ထက် ပိုမို စင်ကြယ်သည်။

ဉာဏ်စဉ် အသွားများကို

စာတွေ့မှ - အထပ်ထပ် ဖတ်ပါ၊ ကြည့်ပါ၊ ကျက်ပါ။

ကိုယ်တွေ့ကျလျှင် - ‘ကျွန်းလျှင် ရေပါတာ’ လို ပစ္စက္ခအလုပ် နောက်သို့ ထပ်ချပ်မကွာ ပါလာပြီ ဖြစ်သောကြောင့် ယောဂီကိုယ်တိုင်က ဉာဏ်တွေ့ကို မစဉ်ရ၊ အလုပ်က စဉ်လိမ့်မည်။

ဉာဏ်စဉ်အသွား သဘောထား

သော သတောဝ အဿသတိ၊

သော သတောဝ ပဿသတိ၊

အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊

အဓိပ္ပာယ် ငါ ရှူသည် - ငါ ရှိုက်သည် - မဟုတ်၊ ငါ ဆိုတဲ့
မာန် မာနကို မရှိစေမူ၍ သတိထားလိုက်လျှင်
ရှူသည် , ရှိုက်သည် ဆိုတာ ရုပ်အပေါင်း နာမ်အပေါင်းပဲလို့
ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ ယောဂီရဲ့ ဉာဏ်ဝမှာ မာန မရှိကြောင်းကို သတိ
ရလျက် ရှိ၏။

(၁) ဥဒယဝယဉာဏ်၊

အဟုတော သမ္ဘောန္တိ၊
မထင်ရာမှ ပေါ်လာကြ ဖြစ်ရ နာမ်ရုပ်မှာ၊
ဟုတော ပဋိဝေန္တိ၊
ထင်တဲ့အတိုင်း ညမဆိုင်း နေ့တိုင်း ပျက်
ကြရ။

(၂) အင်္ဂဉာဏ်

ဥပ္ပဇ္ဇိတော နိရုဇ္ဈဘိ၊
အဖြစ်မပါ အပျက်သာ သေချာအဖြစ်
အပျက်ဖြစ်၊

(၃) ဘယဉာဏ်

နိရောဓ ဒဿနံ။
အပျက်ကိုမြင် အကြောက်ထင် ဉာဏ်ယှဉ်
ဝိပဿနာ။

(၄) အာဒိနဝဉာဏ်

အာဒိနဝမေဝ ပဿတိ။

အပြစ်ကိုမြင် သားရဲထင် ဉာဏ်ယှဉ်တောအုပ်
ပယ်ခွာထုတ်။

(၅) နိဗ္ဗိဒဉာဏ်

အနုပ္ပါဒေါ ခေမံ။

ရုပ်နာမ်ဓမ္မ ငြီးငွေ့ကြ ငြိမ်းထ နိဗ္ဗူတာ။

(၆) မုစ္ဆိတုကမ္ပတဉာဏ်

မုစ္ဆိတုကာမံ။

လွတ်မြောက်လိုငြား ဆုံသုံးပါး ငါး , ဖားပမာ
ပုံတူသာ။

(၇) ပဋိသန္ဓိဉာဏ်

သုမုတ္တံ မုဉ္ဇတိ။

သန္ဓိရအား ပျော့နည်းပါး ဉာဏ်အားထင်မြင်
နောက်ကိုမြင်။

(၈) သန္ဓိရုပေက္ခာဉာဏ်

မဇ္ဈတ္တော ဟောတိ။

တူယ်တာပြစ်ကင်း သန္ဓေရှင်း သက်ဆင်း
ခေမာမြင်။

ဘဝယောနိ ငါးဂတိ ဌိတိဝါသာ လွန်
မြောက်ရာ။

ရိပ်ခနဲမြင် နိဗ္ဗာန်ပင် မမြင်ပါဘူး ရှေ့မကူး။

နောက်သို့မပြန် နေရာမှန် အနေမှန်မှ အတည်
ကျ။

န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။

ယောဂီ....နိဗ္ဗာန် အာရုံကို မြင်ဆဲ တွေ့ဆဲ မြင်လု တွေ့လု နိဗ္ဗာန်နှင့် နီးကပ်လျက် ရှိသော ယောဂီ၏ ‘ဘူမိလဒ္ဓ’ ခေါ် ကိလေသာတို့၏ ပယ်ခြင်းကို (ဝါ) အမတဘုံသို့ ရွှေ့ရလျက် ပွားများနေသည့် အခါ ဝေဒနာ ပညာ လိုက်နေသည့် အချိန် အတွင်းမှာ အောက် အမည်ပါ ဉာဏ်စဉ်တို့သည် စာတွေ့မှ ကိုယ်တွေ့သို့ (ဝါ) အနုမာနမှ ပစ္စက္ခသို့ (ဝါ) ဝိညာဏမှ ပညဝါပက္ခသို့ (ဝါ) ပညဝါပက္ခမှ ကေန္တပညာသို့ -

ယောဂီ ကြည့်စမ်း

- ၁ - ထူလွန်းသော တိမ်တိုက်မှ
- ၂ - မထူလွန်းသော တိမ်တိုက်သို့
- ၃ - မထူလွန်းသော တိမ်တိုက်မှ သိမ်မွေ့သော တိမ်တိုက်သို့

သုံးကြိမ်တိတိ လေဖြင့် တိုက်ထုတ် လွင့်စင်ရသကဲ့သို့ ထို့ အတူ ကိလေသာ အမှိုက်မှောင်ကို ပရိကံ ဥပစာ အနုလုံ ဟု အနုလုံ သုံးပါး အနုလောမဉာဏ်ဖြင့် တိုက်ထုတ် လွင့်စင်စေ လျက် ဥဒယဝယဉာဏ် အစ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်တိုင် ရှစ်ပါး သော ဉာဏ်စဉ်တို့နှင့် လိုက်လျောညီစွာ သင်္ခါရအာရုံ၌ ဦးစီး ဦးကိုင် နိဗ္ဗာန်အာရုံသို့ ရွှေ့ရလျက် - ‘န - ဒ - မ - ပ - ဥ - နု - ဘူ - မဂ် - ဖိုလ် - ဖိုလ် - ဖိုလ် - ဘွင် - ဘွင်’ ဟူသော ဝိပဿနာ ဇောစိတ် အစဉ်သည် နိယာမ အစဉ်အလာ မေဃာအားဖြင့် (နု) အနုလောမဉာဏ် အမည်ဖြင့် အောက်ပါ အကြောင်း အကျိုး အဆက် အစပ်တို့၏ အစဉ်ကို မကျော်လွန်စေရပဲ ဖြေရှင်းပုံကို သတိပြုရန် -

အကြောင်း		အကျိုး
အနုလောမံ	—	ဂေါတြဘူသ
ဂေါတြဘူ	—	မဂ္ဂဿ
ဂေါဒါနံ	—	မဂ္ဂဿ
မဂ္ဂေါ	—	ဖလဿ
နိဗ္ဗာနံ	—	အာဝဇ္ဇနာယ
အဆက်	—	အစပ်

ခန္ဓေ အနိစ္စတော ဒုက္ခတော အနတ္တတော ဝိပဿန္တိ။

ယောဂီ.... ဝိပဿနာနယ်သို့ ရောက်လာတဲ့ ပဌမဇော
စေတနာသည် ရှေးဦးစွာ မိမိ အာရုံပြုလျက် ရှိသော သင်္ခါရ
တရားတို့ကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဟု အာရုံပြုကာ (ပရိကံ) ဟု
အမှတ်အသား ပြုလိုက်၏။ ၎င်းပရိကံ အတိုင်း နောက်ထပ်
(၂) ကြိမ်မြောက် အာရုံပြုတဲ့ ဇောစိတ်ကို (ဥပစာ) ဟု
အမှတ်အသား ပြုပြန်၏။ ၎င်းပရိကံ အတိုင်း နောက်ထပ် (၃)
ကြိမ်မြောက် အာရုံပြုတဲ့ ဇောစိတ်ကို (အနုလုံ) ဟု အမှတ်
အသား ပြုပြန်၏။ ဤကဲ့သို့ (၃) ကြိမ်မြောက် အနုလုံသို့
ဆိုက်ရောက်လာသည့် အခါ -

ယောဂီ အလုပ်ကို ဥဒယဝယဉာဏ်မှ အစပြု၍ သင်္ခါရပေက္ခာ
လက်မလွှတ်နဲ့ ဉာဏ် တိုင်အောင် ရှစ်ပါးသော ဉာဏ်တို့၏
သဘော သဘာဝကိုလည်းကောင်း-အထက်
၌ အားထုတ်ရမည့် ဗောဓိပက္ခိယတရားတို့၏ သဘော သဘာဝ
ကိုလည်းကောင်း - ‘ မ - ပ - ဥ - န - ဘူ - မဂ် - ဖိုလ် - ဖိုလ် -

ဖိုလ် - ဘဝင်' ဟူသော ဝိပဿနာဇောစိတ် အစဉ်သည် နိယာမ အစဉ်အလာ ဓမ္မတာ အားဖြင့် -

(မ) မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်းစိတ်။

စိတ်မှာ ထင်လာ မြင်လာသည့် အာရုံ တရားတို့ကို ဆင်ခြင် သုံးသပ်တတ်သော စိတ်။

(ပ) ပရိကံ စိတ်။

ဘာဝနာအား လျော်စွာ ပေါ်လာသည့် အာရုံကို ဂရုတစိုက် အဖန်ဖန် အသပ်သပ် ပွားများအားထုတ် သော စိတ်။

(ဥ) ဥပစာ စိတ်။

အပ္ပနာ ခေါ် စူးစူးစိတ် မဂ်စိတ် ဖိုလ် စိတ်တို့၏ မနီး - မဝေး ဖြစ်၍ ပွားများသည့် စိတ်၊ အနုလုံ၏ အနီး-မဂ် စိတ်နှင့် မဝေးသော ဧကန္တ ဖြစ်သော စိတ်။

(န) အနုလုံစိတ်။

မဂ်အား လျော်စွာ ဖြစ်ပွားနိုင်သော စိတ်။

(ဘူ) ဂေါတြဘူ စိတ်။

ပုထုဇန အနွယ် ကာမ အနွယ်တို့ကို ဖြတ်တောက် လျက် ကိလေသာ အနုသယ တရားဆိုး တရားညစ် အကျင့်ဆိုး အကျင့်ညစ်တို့ကို ခေါင်းပါး အားနည်း သွားအောင် ချိုးဖဲ့ ဖျက်ဆီးတတ်သော စိတ်။

(မင်္ဂ) မင်္ဂ စိတ်။

တရားဆိုး တရားညစ်တွေကို နောက်ထပ် တဖန် မဖြစ်
ရလေအောင် သတ်ဖြတ် ဖျက်ဆီးတတ်သော လောင်
မီး မိုးကြိုးစက်ကဲ့သို့ ထက်မြက် စူးရှသော စိတ်။

(ဖိုလ်) ဖိုလ် စိတ်။

ဖိုလ်ပုဂ္ဂိုလ် အဖြစ်သို့ ရောက်သော စိတ်၊ ၎င်းစိတ်
ဖြင့် တရားဆိုး တရားညစ်တို့ကို ငြိမ်းအေးစေလျက်
ပဋိပဿဒွိပဟာန်ဖြင့် ပယ်ရှားလျက် ရှိသော စိတ်။

(ဘွင်) ဘွင်စိတ်။

ဖြစ်ပေါ်လျက် ရှိသော စိတ် အစဉ်များကို ပိုင်းခြား
ရပ်နားစေလျက် အသစ် အသစ် ဖြစ်ပွားရေးကို
ငုံ့လင့်လျက် ရှိသော စိတ်။

ဤကဲ့သို့ အစဉ်အလာ မပြတ် မရပ်မနား ဆီမီးလုံ့ မြစ်ရေ
အယဉ်တို့ အလားတူ ဖြစ်ကြရကုန်၏။ အထက်ပါ အကြောင်း
အကျိုး အဆက် အစပ်တို့၏ အစဉ်ကို မကျော်လွန်စေရပဲ ဖြစ်
ကြရပြီးသည့်နောက် အောက်ပါ ဖြေရှင်းပုံကို သတိပြုရန် လွန်
စွာမှ သတိရစေ၍ -

အကြောင်း

အကျိုး

အနုလောမံ	—	ဂေါတြဘုဿ
ဂေါတြဘူ	—	မဂ္ဂဿ
ဂေါဒါနံ	—	မဂ္ဂဿ
မဂ္ဂေါ	—	ဖလဿ
နိဗ္ဗာနံ	—	အာဝဇ္ဇနာယ
အဆက်	—	အာပိ

သင်္ခါရေ အနိစ္စတော ဒုက္ခတော အနတ္တတော ဝိပဿန္တိ။

ယောဂီ...ဝိပဿာနာယသို့ ရောက်ခဲ့တဲ့ ပဌမဇော စေတနာသည် ရှေးဦးစွာ မိမိ အာရုံပြုလျက်ရှိသော သင်္ခါရတရားတို့ကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု အာရုံပြုကာ (ပရိကံ) ဟု အမှတ်အသား ပြုလိုက်၏။ ၎င်းပရိကံ အတိုင်း နောက်ထပ် နှစ်ကြိမ်မြောက် အာရုံပြုသည့် ဇောစိတ်ကို (ဥပယော) ဟု အမှတ်အသား ပြုလိုက်ပြန်၏။ ၎င်းပရိကံ အတိုင်း နောက်ထပ် သုံးကြိမ်မြောက် အာရုံပြုတဲ့ ဇောစိတ်ကို (အနုလံ) ဟု အမှတ်အသား ပြုပြန်၏။ ဤသို့ သုံးကြိမ်မြောက် အနုလံသို့ ဆိုက်ရောက်လာသည့် အခါ -

ယောဂီအလုပ်ကို
'လက်မလွှတ်နဲ့။' ဥပယဝယဉာဏ်မှ အစပြု၍ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် တိုင်အောင် ရှစ်ပါးသော ဉာဏ်တို့၏ သဘော သဘာဝကို လည်းကောင်း၊ အထက်၌ အားထုတ်ရမည့် ဗောဓိပက္ခိယတရားတို့၏ သဘော သဘာဝကို လည်းကောင်း၊ ပွားများအားထုတ်လျက်လျော်စွာ

ရရောက်ရန် အလင်းဓာတ်ကို ဖြစ်စေသော ဉာဏ်ကို အနုလောမ ဉာဏ်ဟုပင် ခေါ်ဆိုရလေသည်။

ထို အနုလောမဉာဏ်သည် ဥပမာအားဖြင့် ညဉ့်နက် သန်းခေါင် ထွက်ပေါ်လာသော လပြည့်ဝန်းသည် ဆီးနှင်းမြူ တိမ် ကင်းရှင်း၍ ပကတိအားဖြင့် သန့်ရှင်း စင်ကြယ် နှစ်သက် ဖွယ်သော အလင်းရောင်ခြည်တို့နှင့် ပြည့်ဝရကား တန်းခိုး သတ္တိ စွမ်းပကား ရှိသကဲ့သို့ အနုလောမ ဘာဝနာဉာဏ်သည် အဝိဇ္ဇာ အာရုံသော အမှိုက်မှောင်ကို စူး၍ ဖောက်ထွင်း သုခ်သင်ရှင်းလင်း၍ အလင်းရောင်ကို ပေးစွမ်းနိုင်သော အား သတ္တိထူး ရှိသည်ဟု ယုံကြည်ရာသည်။

မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်း၊ ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလောမစိတ်တို့၏ အာရုံကား (သင်္ခါရ) အာရုံသာတည်း၊ ဂေါတြဘူ မဂ် ဖိုလ် တို့၏ အာရုံကား (နိဗ္ဗာန်) အာရုံသာတည်း၊ အာရုံ ထူးခြား ပုံကို သတိပြုကြရန်။

ပဌမ အနုလုံနှင့် ယှဉ်သော ဉာဏ်သည် ဥပစာရ
 ဇောစိတ်မှ ပွားများ ယှိလာခဲ့သော ခန္ဓာ
 ကိုယ်၌ ရှိသော တေဘုမ္မကသင်္ခါရ လောကီ
 ရုပ် နာမ် တရားအစုကိုပင် အာရုံပြု၍ လက္ခဏာ
 ယဉ် သုံးပါးဖြင့် ရှုဆင်ခြင်ကာ သစ္စာလေးပါး တရားကို
 ဖုံးလွှမ်းတတ်သော ကိလေသာ အညစ်အကြေး အထူအထည်ကို
 စွမ်းပကားအလိုက် ပယ်ရှင်း သုခ်သင်လျက် သင်္ခါရအာရုံ၌
 အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု ပွားများကာ ပဌမ အနုလုံဇောစိတ် ဖြစ်၍
 ချုပ်၏။

၂
ဒုတိယအနုလုံ
ဇောစိတ်

ဒုတိယ အနုလုံ ဇောစိတ်နှင့် ယှဉ်သော
ဉာဏ်သည် ပဌမ အနုလုံ ဇောစိတ်မှသည်
ပွားများအပ်သော ဘာဝနာ ဝိပဿနာ
သမာဓိမှ ကျေးဇူးပြုအပ်သော အာသေဝန
သတ္တိ အလေ့အလာများသည်ကို ရ၍ ကြည်လင် ပြတ်သားစွာ
ခန္ဓာကိုယ် ပဉ္စက ဖြစ်၌ ရှိသော သင်္ခါရတရားအစုကို အာရုံပြု၍
လက္ခဏာယဉ် သုံးပါးဖြင့် ရှုဆင်ခြင် ပွားများကာ ပဌမ
အနုလုံစိတ် ကောဉ် ပယ်အပ်ပြီးသည်မှ အကြွင်း ကိလေသာ
များကို ထက်ဝက်ခန့် သုခိသင်လျက် ထိုသင်္ခါရအာရုံကိုပင်
လက္ခဏာရေး သုံးပါးဖြင့် ရှေ့ရှု ပွားများကာ ဒုတိယ
အနုလုံဇောစိတ် ဖြစ်၍ ချုပ်၏။

၃
တတိယအနုလုံ
ဇောစိတ်

တတိယ အနုလုံ ဇောစိတ်နှင့် ယှဉ်သော
ဉာဏ်သည် ဒုတိယ အနုလုံမှ ရအပ်သော
သမာဓိကို တဆင့် ပွားများ အားထုတ်၍
ရခဲ့သော အာရုံ ဖြစ်ရကား ပဌမ ဒုတိယ
အနုလုံတို့နည်းတူ အားအဆင့်ကို ထက်သန်စေသောအားဖြင့်
ကျန်ရှိနေသည့် ကိလေသာ လေးပုံ သုံးပုံခန့် ပယ်ရှင်း သုခိသင်
လျက်၊ ထိုသင်္ခါရအာရုံကို ထိုလက္ခဏာရေးသုံးပါးဖြင့် ပွားများ
လျက် တတိယ အနုလုံ ဇောစိတ် ဖြစ်၍ ချုပ်၏။ (အနုလုံက
နိဗ္ဗာန်ကို ကောဉ် အာရုံ မပြုနိုင်။)

ဒိန္နသညံ

အနုလုံမှ တဆင့် ပုထုဇဉ်အနွယ်၊ ကိလေသာ
အနွယ်ကို ဖြတ်တောက်လျက် အရိယာ အနွယ်၊
မဂ်အနွယ်ကို ပွားစေတတ်သော ဂေါတြဘူမိတ်သို့ ပဝတ္တနိမိတ္တ
ဖြစ်တဲ့ သင်္ခါရအာရုံမှ တပါး တခြားသော အပဝတ္တ အနိမိတ္တ

အသင်္ခါရ ဖြစ်သည့် နိဗ္ဗာန်အာရုံကို မဂ်အား အချက်ပေးလျက် -

၁ - သပ္ပုရိသုပနိဿယ = ဆရာကောင်းကို အမှီရပေလို့သာ။

၂ - သဒ္ဓမ္မဿန = သဒ္ဓါ, သီလ, သုတ, စာဂ, ပညာ, ဗျာဓိ, ဩတ္တပ္ပ ဟူသော သုတော် ကောင်းတရား ရှိပေလို့သာ။

၃ - ယောနိသောမနသိကာရ = ယောနိသော အကြောင်းကောင်းပေလို့သာ။

၄ - ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ် = မဂ်ဖိုလ် ရနိုင်တဲ့ အကျင့်မို့သာ, ရအပ်သည့် ထူးမြတ်သည့် သောတာပတ္တိမဂ်တကြိမ်။

၁ - လဒ္ဓဿာသော = ဘဝရဲ့ သက်သာမှုကို ရခဲ့ပေပြီ။

၂ - လဒ္ဓပတိဋ္ဌော = ဘဝရဲ့ ဆောက်တည်ရာကို ရခဲ့ပြီ။

၃ - နိယတဂတိကော = လူဂတိ နတ်ဂတိ ဆိုတဲ့ ကောင်းမွန်တဲ့ ဂတိကို ရခဲ့ပေပြီ။

အလွန်အမင်း ခဲယဉ်းလှတဲ့ အရမ္မါးကိုမှ ရခဲ့သော အရိယာ
တို့တွင် (၂)ခုမြောက် ရအပ်သော သောတာပတ္တိဖိုလ် (၂)
ကြိမ် (၃) ကြိမ်၊ ထို့နောက် ဘဝင်။

ထို့နောင် မိမိ အလေ့အကျင့်ပြုလို့ လေ့ကျက်ခဲ့ဘူးသော
နိဗ္ဗာန်အာရုံကို လည်းကောင်း၊ မိမိ အားထုတ်လို့ ရခဲ့ဘူးသော
သောတာပတ္တိဖိုလ်ကို လည်းကောင်း အာရုံပြု၍ အပြန်အလှန်
ဆင်ခြင်တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အား ပစ္စဝေက္ခဏာ ဇောစိတ်များ
ကျဆင်းလျက် -

ကာယေန အမတံ ဓာတု ဖုဿိဘ္ဗာ နိရုပဓိ။

ကိုယ်တွေ့ နိဗ္ဗာန် ဘေးရန်မရှိ အေးမြခဲ့ပြီ၊ (နိဗ္ဗာန်နန်း
ထိုင်ပြီ။)

ဆရာလုပ်သူက တရား ယောဂီ တို့ အောက်ပါ
တရား အဆုံးအဖြတ် အဆုံး အဖြတ်ကို သိပ်သိပ် သဲသဲ
ပေးနိုင်သလား အသဲမှာ သံမှိုနှင့် စွဲသကဲ့သို့
အစွဲ အမြဲ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါ။

တဉ္စ ဉာဏံ နာနုမာနိကံ၊ သံသယာပေက္ခာဘာဝတော။

တဉ္စ ဉာဏံ - ထိုမဂ်ဉာဏ်သည်လည်း၊ နာနုမာနိကံ - မိုးနှင့်
မြေမက များပြားလှ ကျယ်ဝန်းလှသော ဒိဋ္ဌိတိုင်း၊ ဝိစိကိစ္ဆာ
တိုင်း၊ သီလဗ္ဗတပရာမာသတိုင်း - ၎င်းတို့တို့ ပယ်ရာ သစ္စာလေး
ပါး အမြတ်တရားတို့ကို သိအပ် သိသင့် သိထိုက်သော အရာ
ဌာနတို့၌ ငါ ပယ်ပြီးပြီ၊ ငါ ထိုးထွင်း၍ သိပြီးပြီ ဟူသော အသိ
ဉာဏ်မျိုးသည် အနုမာနမှန်းဆ မြော်မှန်း ရော်ရမ်း၍ သိရ

သော အသိမျိုး မဟုတ် - ကိုယ်ဘိုင် ကိုယ်ကျ သိသော ပစ္စက္ခ မျက်မှောက် အသိမျိုးမှသာ တကယ်သိ ကေန်သိ တွေး တောစရာမရှိ တပါးသူက ဆုံးဖြတ်ပေးနိုင်သော ပေးရသော အခွင့်အရေးမျိုး မဟုတ်။ ကသ္မာ - အဘယ့်ကြောင့်နည်း။ သံသယာပေက္ခာဘာဝတော - ပယ်အပ်ပြီးလော ထိုးထွင်း၍ သိအပ်ပြီးပြီလော ဟူသော မရေမရာ ဇဝေဇဝါ မသေမချာ နဝေနဝါ ဟူသည့် ယုံမှားသံသယမျိုးကို ငဲ့ခြင်း မရှိသည်၏ အဖြစ်ကြောင့်တည်း။

တိုက်ရိုက်တိတိ ဖြောင့်ဖြောင့်မှန်မှန် အယိမ်းအယိုင် မရှိ ဉာဏ်အသိမျိုးကို မဂ်ဉာဏ်ဟု မှတ်။

အဆုံးအဖြတ် အတိအကျ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် ပြုရခြင်း နည်းပြသည် ဟူသည် ဒုက္ခသစ္စာ သမုဒယသစ္စာ တို့၌ ကဲ့သို့ သမ္မသနအားဖြင့် သုံးသပ်စရာ အရာဝတ္ထု မရှိ၊ အကြောင်းမူကား မဂ္ဂသစ္စာဖြင့် ဒုက္ခသစ္စာတို့၏ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဖြစ်ဟန်ကို လည်းကောင်း၊ သမုဒယသစ္စာတို့၏ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဖြစ်ဟန်ကို လည်းကောင်း သုံးသပ်သည်ရှိသော် ဆန္ဒရာဂ စသော ကိလေသာကို ပယ်၏။ ထိုသို့ ပယ်ခြင်းသည် သမုစ္ဆေဒသို့ ရောက်ပါမူကား နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက် ပြုသည် မည်၏။ မဂ္ဂသစ္စာကိုလည်း ပွားများပြီးသည် မည်၏။

အောက်ပါ သာဓက ရှင်းလင်းချက်ကို အမှီပြုကြလေ
ဉာဏ်လေးပါး

၁	၂	၃	၄
သဝန	သမ္မသန	ပဋိဝေဓ	ပစ္စဝေက္ခဏာ
ဒုက္ခသစ္စာ	ဒုက္ခသစ္စာ	ဒုက္ခသစ္စာ	ဒုက္ခသစ္စာ
သမုဒယသစ္စာ	သမုဒယသစ္စာ	သမုဒယသစ္စာ	သမုဒယသစ္စာ
နိရောဓသစ္စာ		နိရောဓသစ္စာ	နိရောဓသစ္စာ
မဂ္ဂသစ္စာ		မဂ္ဂသစ္စာ	မဂ္ဂသစ္စာ

ဇယားပါ ပုံအတိုင်း သစ္စာတို့၌ ရအပ်သော အသီးသီး
သော ဉာဏ်တို့ကို စဉ်းစား ချိန်ဆနိုင်ခြင်းသည် ကောင်းမွန်
ပြတ်သားသော အဆုံးအဖြတ်ကို ရခြင်းပင် မဟုတ်ပါစေ။
ထို့ကြောင့် -

ဇရာမရဏာဒီသု စတုသု ဉာဏေသု ပဌမံ သဝန-
သမ္မသန ပဋိဝေဓ ပစ္စဝေက္ခဏဉာဏာနိ ဟောန္တိ၊
တထာ ဒုတိယံ၊ တတိယံ ပန သမ္မသနံ ဌပေတော
တိဝိဓမေဝ ဟောတိ၊ တထာ စတုတ္ထံ၊ လောကုတ္တရ-
ဓမ္မေသု ဟိ သမ္မသနံ နာမ နတ္ထိ။

ဇရာမရဏာဒီသု - ပဋိသန္ဓေ တည်နေခြင်း ဇာတိ၏ အကျိုး ဆက် ဖြစ်ကုန်သော အိုခြင်း ဇရာ၊ သေခြင်း မရဏ စသည်တို့၌၊ စတုသု - လေးပါးကုန်သော၊ ဉာဏေသု-ဉာဏ်တို့တွင်၊ ပဌမံ - ဒုက္ခသစ္စာသည်၊ သဝန သမ္မသန ပဋိဝေဓ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏာ - နိ - နာကြားခြင်း သဝနဉာဏ်၊ သုံးသပ်ခြင်း သမ္မသနဉာဏ်၊ မျက်မှောက်ပြုခြင်း ပဋိဝေဓဉာဏ်၊ ဆင်ခြင်ခြင်း ပြန်လည် သုံးသပ်ခြင်း ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်တို့သည်၊ ဟောန္တိ - ဖြစ်ကုန် ၏၊ တထာ - ထို့အတူ၊ ဒုတိယံ - သမုဒယသစ္စာသည်၊ ဟောန္တိ - ဖြစ်ကုန်၏၊ တတိယံ ပန - နိရောဓသစ္စာသည်ကား၊ သမ္မသနံ - သုံးသပ်သော သမ္မသနဉာဏ်ကို၊ ဌပေတွာ-ထား၍။ တိဝိဓမေဝ - ကြွင်းသော ဉာဏ်သုံးပါးသည်သာလျှင်၊ ဝါ - သဝန၊ ပဋိဝေဓ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ ဉာဏ်သုံးပါး အပေါင်းသည် သာလျှင်၊ ဟောတိ - ဖြစ်၏၊ တထာ - ထို့အတူ၊ စတုတ္ထံ - မဂ္ဂသစ္စာသည်၊ ဟောတိ - ဖြစ်၏၊ ဟိ - ထင်ရှားစေဦးအံ့၊ လောကုတ္တရဓမ္မေသု - လောကုတ္တရာတရားတို့၌၊ သမ္မသနံ နာမ - သုံးသပ်ခြင်း သမ္မသနဉာဏ်သည်၊ နတ္ထိ - မရှိ။

ဤကား ကေခဲ၊ တွေ့နိုင်ခဲ၊ သိနိုင်ခဲသော အဆုံးအဖြတ် တည်း။

- ကောယနော မဂ္ဂေါ, တလမ်းသွား သတိတရား။
- အသိးသိး အားထားရန် သတိ၏ တည်ရာ (၃၂) ပါး
- ၁။ ။ ကာယစတုတ္ထကို ပဌမဈာန်၏ အစွမ်းဖြင့် ၄ ၄ သတိ ၈
 - ၂။ ။ ပီတိစတုတ္ထကို ဒုတိယဈာန်၏ အစွမ်းဖြင့် ၄ ၄ သတိ ၈
 - ၃။ ။ စိတ္တစတုတ္ထကို စတုကဈာန်၏ အစွမ်းဖြင့် ၄ ၄ သတိ ၈

၄။ ။ဝိပဿနာစတုက္ကကို ဝေဒနာ၏ အစွမ်းဖြင့် ၄ ၄ သတိ ၈
စုစုပေါင်း သတိ၏ ပွားရာ ၁၆ ၁၆ သတိ ၃၂။

၁။ သတိပဋ္ဌာန် တရား လေးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်

၁။ ။ထွက်သက် ဝင်သက် ကိုယ်မှာ သတိ - ကာယာ -
နုပဿနာပွား။

၂။ ။ထွက်သက် ဝင်သက် ဝေဒနာမှာ သတိ - ဝေဒနာ -
နုပဿနာပွား။

၃။ ။ထွက်သက် ဝင်သက် စိတ်မှာ သတိ - စိတ္တာနုပ -
ဿနာပွား။

၄။ ။ထွက်သက် ဝင်သက် ဉာဏ်မှာ သတိ - ဓမ္မာနုပဿ -
နာပွား။

၂။ သမ္ပပ္ပဓာန် တရား လေးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်

၁။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား မဖြစ် - အကုသိုလ်
တန့်။

၂။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ဖြစ် - အကုသိုလ်
ပယ်။

၃။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား မဖြစ် - ကုသိုလ်
ပေါ်လာ။

၄။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ဖြစ် - ကုသိုလ်
ဆင့်လာ။

၃။ ဣဒ္ဓိပါဒ် တရား လေးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်

၁။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ဆန္ဒတွေ့ကများ။

၂။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ဝီရိယတွေ့ကများ။

၃။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား စိတ်တွေ့ကများ။

၄။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ဉာဏ်တွေ့ကများ။

၄။ ဣန္ဒြေ တရား ငါးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်

၁။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ယုံကြည်မှုတွေ့ကများ။

၂။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား အားထုတ်မှုတွေ့ကများ။

၃။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား သတိတွေ့ကများ။

၄။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား တည်ငြိမ်မှုတွေ့ကများ။

၅။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ပိုင်းခြားမှုတွေ့ကများ။

၅။ ဗိုလ်တရား ငါးပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်

၁။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ယုံကြည်မှုတွေ့ကများ။

၂။ ။ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား အားထုတ်မှုတွေ့ကများ။

- ၃။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား သတိတော့ကများ။
 ၄။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား တည်ငြိမ်မှုတော့ကများ။
 ၅။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ပိုင်းခြားမှုတော့ကများ။

၆။ ဗောဇ္ဈင်တရား ခုနစ်ပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်

- ၁။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား သတိတော့ကများ။
 ၂။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ပိုင်းခြားမှုတော့ကများ။
 ၃။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား အားထုတ်မှုတော့ကများ။
 ၄။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား နှစ်သက်မှုတော့ကများ။
 ၅။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ငြိမ်းမှုတော့ကများ။
 ၆။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား တည်ငြိမ်မှုတော့ကများ။
 ၇။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ဘက်မလိုက်မှုတော့ကများ။

၇။ မဂ္ဂင်တရား ရှစ်ပါး အားထုတ်မှု ကုသိုလ်

- ၁။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ပိုင်းခြားမှုတော့ကများ။
 ၂။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား ပယ်ဖို့ရန် ကြံတာတော့ကများ။

- ၃။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား မကောင်းမပြော
ရန်တွေ့ကများ။
- ၄။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား မကောင်းမလုပ်
ရန်တွေ့ကများ။
- ၅။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတို့ ပွား မကောင်းမမွေး
ရန်တွေ့ကများ။
- ၆။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား အကောင်းလုပ်
ရန်တွေ့ကများ။
- ၇။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား အကောင်း သတိ
ရမှု တွေ့ကများ။
- ၈။ ။ ထွက်လေ ဝင်လေ သဒ္ဓါတိုးပွား အကောင်း တည်
ငြိမ်မှုတွေ့ကများ။

ခုနစ်ဌာန (၃၇) ပါး ဗောဓိပက္ခိယ တရား
ပွားများနည်း ပြီး၏။

—

ဘုံသုံးဆင့် ဝဋ်ဆင်းရဲကို မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဖြင့် ပွားများပုံ

- ၁။ ။ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ မြင်ပစေ မြင်လေအကြည့် သမ္မာ-
ဒိဋ္ဌိ။
- ၂။ ။ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ ကြံပစေ ကြံလေကြံကြ သမ္မာ-
သင်္ကပ္ပ။
- ၃။ ။ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ ဆိုပစေ ဆိုလေဆိုပါ သမ္မာဝါစာ။
- ၄။ ။ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ လုပ်ပစေ လုပ်လေလုပ်ကြ သမ္မာ-
ကမ္မန္တ။

- ၅။ ။ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ မွေးမြူစေ မွေးလေ မွေးကြ
သမ္မာအာဇီဝ။
- ၆။ ။ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ အားထုတ်စေ ထုတ်လေ ထုတ်ကြ
သမ္မာဝါယာမ။
- ၇။ ။ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ အောက်မေ့စေ အောက်မေ့ ပြန်
ကြည့် သမ္မာသတိ။
- ၈။ ။ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ တည်ပါစေ တည်လေ အကြည့်
သမ္မာသမာဓိ။

ဤသို့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပွားများခဲ့လျှင် မိစ္ဆာမဂ္ဂင်ခေါ် အကုသိုလ်
သတိ နည်းပါး (နဲပါး) ၏။

သင်္ခါရအာရုံ အားကောင်းရန် ရုပ် နာမ် ပွားနည်း

ခန္ဓေ ပဋိစ္စ ဝတ္ထု။

နာမ် ခန္ဓာစွဲ ရုပ်ပေါ်မြဲ အကဲမလှ ပျက်ပြုန်းကြ အနိစ္စ
ဒုက္ခ အနတ္တ။

ခန္ဓေ ပဋိစ္စ ခန္ဓာ။

နာမ်ခန္ဓာစွဲ နာမ်ပေါ်မြဲ အကဲမလှ ပျက်ပြုန်းကြ အနိစ္စ
ဒုက္ခ အနတ္တ။

ဝတ္ထု ပဋိစ္စ ခန္ဓာ။

ရုပ်ခန္ဓာစွဲ နာမ်ပေါ်မြဲ အကဲမလှ ပျက်ပြုန်းကြ အနိစ္စ
ဒုက္ခ အနတ္တ။

ခန္ဓေ ပဋိစ္စ ခန္ဓာ။
 နာမ်ခန္ဓာစွဲ နာမ်ပေါ်မြဲ အကဲမလှ ပျက်ပြုန်းကြ အနိစ္စ
 ဒုက္ခ အနတ္တ။

မဟာဘူတေ ပဋိစ္စ မဟာဘူတာ။
 ရုပ်ခန္ဓာစွဲ ရုပ်ပေါ်မြဲ အကဲမလှ ပျက်ပြုန်းကြ အနိစ္စ ဒုက္ခ
 အနတ္တ။

ခန္ဓာ ဝတ္ထုဿ။
 ရိပ်ခနဲမြင် ဘဝင်ထင် အစဉ်မှတ်ပ ပျက်ပြုန်းကြ အနိစ္စ
 ဒုက္ခ အနတ္တ။

ဝတ္ထု ခန္ဓာနံ။
 ရိပ်ခနဲမြင် ခန္ဓာထင် အစဉ်မှတ်ပ ပျက်ပြုန်းကြ အနိစ္စ
 ဒုက္ခ အနတ္တ။

သင်္ခါရေ အနိစ္စတော ဒုက္ခတော အနတ္တတော ဝိပဿတိ။
 နာမ်သင်္ခါရ ပေါင်းဆုံကြ ပျက်ရမည်သာ ဓမ္မတာ အနိစ္စ
 ဒုက္ခ အနတ္တ။

ရုပ်သင်္ခါရ ပေါင်းဆုံကြ ပျက်ရမည်သာ ဓမ္မတာ အနိစ္စ
 ဒုက္ခ အနတ္တ။

ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ ပေါင်းဆုံကြ ပျက်ရမည်သာ ဓမ္မတာ
 အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ။

အရိုသင်္ခါရ ပေါင်းဆုံကြ ပျက်ရမည်သာ ဓမ္မတာ အနိစ္စ
 ဒုက္ခ အနတ္တ။

မရိုသင်္ခါရ ပေါင်းဆုံကြ ပျက်ရမည်သာ ဓမ္မတာ အနိစ္စ
 ဒုက္ခ အနတ္တ။

နာမ်ခန္ဓာတပါး သင်္ခါရ၊ ရုပ်ခန္ဓာတပါး သင်္ခါရ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ။

နာမ်ခန္ဓာအများ သင်္ခါရ၊ ရုပ်ခန္ဓာ အများ သင်္ခါရ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ။

နာမ်ခန္ဓာ အများ ကုဋေကုဋာ သင်္ခါရ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ။

ရုပ်ခန္ဓာ အများ ကုဋေကုဋာ သင်္ခါရ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ။

နာမ်ခန္ဓာ မျက်စိတမ္ဘိတ် ကုဋေတသိန်း သင်္ခါရ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ။

ရုပ်ခန္ဓာ မျက်စိတမ္ဘိတ် ကုဋေ (၅၀၀၂၃၅၂၉၄၁) ငါးရာကျော် သင်္ခါရ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ။

ယောဂီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပွားနည်းမှ အစ ညွှန်ပြခဲ့သည့် နာမဇောတပါး လုပ်ငန်း အရပ်ရပ်တို့ကို သိမ်းသွင်းပြီးလျှင် အာနာပါနတရားကို လက်ဆုပ် လက်ကိုင် ပိုင် ပိုင် နိုင်နိုင်ကြီး အားထုတ်ခဲ့သော် အကုသိုလ်များ နှလံ့ မထူ နိုင်အောင်၊ တခါတည်း ငုပ်လျှိုးသွားအောင်၊ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ ပြုတ်သွားအောင်၊ လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတသိန်း ပါရမီတော် တွေ ဖြည့်ကျင့် ဆည်းပူးတော်မူပါမှ ရနိုင်ခဲ့တဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးရဲ့ ဂုဏ်သတ္တိတွေဟာ ဘယ်လောက် ထက်မြက် စူးရှပါသလဲ၊ အား ထုတ်သူ ယောဂီရဲ့ အထံသို့ နိဗ္ဗာန်တိုင် စီးဆင်းနေပါသလဲလို့ ကံမြင့်လို့ ကံကြီး ကောင်းနေပုံ၊ အားထုတ်ရကျိုး နပ်နေပုံ များကို အောက်နားက အတိုင်း တိုက်ဆိုင်ကြည့်ပေရော့ ယောဂီ။

အားထုတ်သူ ယောဂီ အတွက်

- ၁။ ။ အလွန် နက်နဲလှတဲ့ ဂမ္ဘီရဂုဏ်ဟာ ပေါ်လွင်လာပြီ။
- ၂။ ။ မြင်နိုင်ခဲ့တဲ့ ဒုဒ္ဓသဂုဏ်ဟာ မြင်လာရပြီ။
- ၃။ ။ သိနိုင်ရန် အလွန် ဝန်လေးလှတဲ့ ဒုရုနုဗောဓဂုဏ်ဟာ ဝန်ပေါ်သွားပြီ။
- ၄။ ။ အလွန် ငြိမ်းအေးလှတဲ့ သန္တဂုဏ်ဟာ အေးမြလာပြီ။
- ၅။ ။ အလွန် မှန်မြတ်လှတဲ့ ပဏီတဂုဏ်ဟာ အမြတ်တွေ့လာပြီ။
- ၆။ ။ လူသာမန်တို့ မကြုံဆနိုင်တဲ့ အဘက္ကောဝစရဂုဏ်ဟာ သိလာရပြီ။
- ၇။ ။ အလွန် နူးညံ့သိမ်မွေ့လှတဲ့ နိပုဏဂုဏ်ဟာ သိမ်မွေ့လာရပြီ။
- ၈။ ။ ပညာရှင်တို့သာ ခံစားအပ်တဲ့ ပဏ္ဍိတဝေဒနီယဂုဏ်ဟာ ခံစားခွင့် ရလာပေပြီ။

ယောဂီ
တွန်မသွားနဲ့။
ယောဂီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး မဆုံးသေးဘူးလား ဆိုပြီး
တွန်များ မသွားပါလေနဲ့၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပွား
များရတဲ့ အကျိုးတွေဟာ -

- ၁။ ။ ကာယယကံ ဝစီကံကို နိုင်လို့ ဝိတိက္ကမ ကိလေသာကို ပယ်နိုင်စွမ်း ရှိသောကြောင့် အစရဲ့ကောင်းခြင်း (အာဒိကလျာဏ) ဂုဏ် (အပါယ်ဘုံမှ လွတ်)။

၂။ ။ရုန့်ရင်းသော မနောကံကို နိုင်လို့ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာကို ပယ်နိုင်စွမ်း ရှိသောကြောင့် အလယ် ၏ ကောင်းခြင်း (မဇ္ဈေကလျာဏ) ဂုဏ် (ကာမ ဘုံမှ လွတ်)။

၃။ ။အကုသိုလ် မနောကံကား မဖြစ်၊ ကုသိုလ် မနောကံ သာ ဖြစ်ခွင့် ရှိ၍ အနုသယကိလေသာကို ပယ်နိုင် စွမ်း ရှိသောကြောင့် အဆုံး၏ ကောင်းခြင်း (ပရိ ယောသာနကလျာဏ) ဂုဏ် (ဘုံသုံးပါးမှ လွတ်)။

ယောဂီ...အာနာပါန ထွက်လေ ဝင်လေကို သတိထား လိုက်လျှင် သတိပဋ္ဌာန်တရားလေးပါး၊ ဗောဇ္ဈင်တရား ခုနစ် ပါး၊ ဝိဇ္ဇာ ခေါ် မင်္ဂလေးတန် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၊ ဝိမုတ္တိ ခေါ် ဖိုလ်လေးပါး— ၎င်းတရားများကို နိဗ္ဗာန်သို့ အာရုံညွတ်ကာ ပွားများ ဖြည့်တင်းလျက် ရှိသောကြောင့်—

တသ္မာ ဟဝေ အပ္ပမဒတ္တာ၊ အနုယုဉ္ဇေထ ပဏ္ဍိတော။
ဧဝံ အနေကာနိသံသံ၊ အာနာပါနဿတိ သဒါ။

မမေ့ မလျော့ မပေါ့မဆ အကျိုးရ အကျိုးများ လွန် စွာမှ တိုးပွား နေ ည မခြား အမျိုးကောင်းသား အမျိုး ကောင်း သမီးသည် အာနာပါနကို ထွက်လေ ဝင်လေလျှင် သတိထားပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို ပွားများ အားထုတ်ရာ၏၊ ပွားများ အားထုတ်ပါလေ။

အရှင်ပဏ္ဍိတောနန္ဒ
အာဒိကမ္မိက မဟာနာယက ဆရာတော်
ဆုတောင်းပြည့် ကျောင်းတိုက်၊
အထက်ပုဇွန်တောင်လမ်း၊ ရန်ကုန်။

အကျိုးပြု တိုက်တွန်းချက်
အာနာပါန စီးဖြန်းရခြင်း အကျိုး ငါးပါး

- ၁။ ။ မျက်ဝါးထင်ထင် ယုတ်စွာအဆုံး ကလျာဏပုထုဇန့်
နှင့် ညီမျှသော စူဠသောတာပန် အဖြစ်သို့ ရောက်
နိုင်ခြင်း၊ ထို့ထက် အလွန် သောတာပန် သကဒါ
ဂါမ် အနာဂါမ် ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်ခြင်း။
- ၂။ ။ မရောက်သေးက ဘေးဆိုက်ခါနီး ရဟန္တာ အဖြစ်
သို့ ရောက်နိုင်ခြင်း။
- ၃။ ။ မရောက်သေးက နတ်ပြည်၌ ဓမ္မကထိက နတ်သား၏
တရားကို ကြားနာရ၍ ရဟန္တာ အဖြစ်သို့ ရောက်
နိုင်ခြင်း။
- ၄။ ။ မရောက်သေးက အရိမေတ္တေယျ ဘုရားမပွင့်မီ
ပစ္စကဗုဒ္ဓါ အဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်ခြင်း။
- ၅။ ။ မရောက်သေးက အရိမေတ္တေယျ အစရှိကုန်သော
ဘုရားရှင်တို့၏ ခြေတော်ရင်း၌ ဗာဟိယမထေရ်
စသည်တို့ကဲ့သို့၏ ခိပ္ပါဘိည ရဟန္တာ အဖြစ်သို့
ရောက်နိုင်ခြင်း။

ဤသို့သော အကျိုးတရားများကို ယုံကြည်လေးစား မိမိ
ကိုယ်ကို ကိုယ်တိုင် ဆုံးမ အားပေး အားထုတ်ကြမည် ဆိုလျှင်
မလွဲစတမ်း ရမ္မိလမ်းကို အပြင်းအသန် အားသွန် ကြိုးပမ်း၍
လိုက်နာ ကျင့်ကြံနိုင်ကြစေကုန်သတည်း။

အရှင်မုနိန္ဒ
ကံသာကျောင်းဆရာတော်
ခေတ္တ - ကနီမြို့၊
၁၃၃၁ - ခု၊ တော်သလင်းလ။

လက္ခဏာယာဉ် အလင်းပြအခဏ်း

တိုက်တွန်းချက်

ဝိပဿနာ ဆယ်တန်သို့ တက်လှမ်း ဆွတ်ခူးလိုသော ယောဂီသည် - လောကီဘုံမှ လောကုတ္တရာဘုံသို့ ကူးမြောက်လိုသော သူတော် သူမြတ်သည် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဟူသော သုံးပါးသော ယာဉ်တို့ကို အထူးသဖြင့် လိမ္မာစေရာ၏။ လိမ္မာစေရန် အမှီနည်း လိုအပ်တဲ့ လိုအပ်သည့်အတိုင်း အာနာပါနအလင်းပြ ကျမ်းပြု ဆရာတော်သည် ဆရာမြတ်တို့ အထံမှ ရအပ်သော အမွေအနှစ်ကို အမြတ်တနိုး ကိုးစား ယုံကြည် ရှုမှတ်သူတို့ စိတ်တွင် ထင်လေ့က် အာနာပါန အလင်းပြကျမ်း၏ ကျောရိုးသဖွယ် ကျင့်ကြံ အားထုတ်အပ်သော တရား၏ အဆီ အနှစ် ဩဇာအရသာနှင့် ပြည့်စုံသော အကျိုးသွားများကို မျက်ဝါး ထင်ထင်ရှင်းလင်း ပြတ်သားစွာ သိမြင်နိုင်ရန် ‘လက္ခဏာယာဉ် အလင်းပြအခဏ်း’ ကို ရေးသား ဖော်ထုတ် လိုက်ရပေသတည်း။ ကျင့်ကြံ အားထုတ်နိုင်ကြပါစေ။

မေး။ ။အဘယ်တရားသည် အနိစ္စ မည်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ။ရုပ် နာမ် ခန္ဓာ စသည်တို့သည် မမြဲသည် ဖြစ်၍ အနိစ္စ မည်ပါသည်။

မေး။ ။အဘယ်တရားသည် အနိစ္စ လက္ခဏာ မည်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ။အနိစ္စ မည်သော ရုပ် နာမ် ခန္ဓာ စသော တရားတို့သည် ဖြစ်၍ ပျက်ခြင်း - ပျက်၍ ဖြစ်ခြင်းအားဖြင့် အစဉ်မပြတ် ဥပါဒ် ဌာ ဘင် တို့သည် ဆီမီးအလုံ့ မြစ်ရေအယာဉ်တို့ကဲ့သို့ မျက်စိတမှိတ်ခန့်မျှ ရပ်တန့် တည်မြဲခြင်း မရှိ - အစမထင် သံသရာမှ စ၍ အသစ်တဖန် နိဗ္ဗာန်မြတ်သို့ ခိုလှုံသည့် အထိ စပ်၍ စပ်၍ မပြတ် ဖြစ်ပျက်လျက် ရှိနေကြခြင်းသည် အနိစ္စ လက္ခဏာ။

ထိုသည့် အနိစ္စလက္ခဏာကို သာလျှင် မိမိ ရရ ထိထိ ယှယှ ကျန သေချာစွာ ပါးပါးနပ်နပ်နှင့် ရုပ်ကို တွေ့လျှင် ဖြစ်ပျက် - နာမ်ကို တွေ့လျှင် ဖြစ်ပျက် - ခန္ဓာကို တွေ့လျှင် ဖြစ်ပျက် - တွေ့သမျှ ပျက်သည် တိုင်အောင် နှလုံးသွင်း အားထုတ်နိုင်ခဲ့လျှင် အနိစ္စလက္ခဏာကို ပိုင်သည်ဟု မှတ်ရာ၏။

မေး။ ။အဘယ်တရားသည် ဒုက္ခ မည်သနည်း။

ဖြေ။ ။မကောင်းသဖြင့် စက်ဆုပ် ရွံရှာဘွယ် ဖြစ်၍ ဥပါဒ် ဌာ ဘင် တို့ဖြင့် အစဉ်မပြတ် စပ်၍ စပ်၍ တူးဖွိုခြင်း စားခြင်း သုံးဆောင်ခြင်း သဘောတို့ကြောင့် ဒုက္ခ မည်၏။

မေး။ ။အဘယ်တရားသည် ဒုက္ခလက္ခဏာ မည်သနည်း။

ဖြေ။ ။ရုပ် နာမ် ခန္ဓာ စသော တရားတို့သည် မကောင်းသဖြင့် တူးဖွိုခြင်း စသော သဘောတရားကို ခံစားထိုက်သောကြောင့် ထိုရုပ် နာမ် ခန္ဓာ စသော တရားတို့သည် အစဉ်တစိုက် လိုက်၍ အရိပ်ပမာ နှိပ်စက်ခြင်း ဆင်းရဲခြင်း သဘောသည် ဒုက္ခလက္ခဏာ မည်၏။ ။ထိုဒုက္ခလက္ခဏာကို မသိသေးလျှင် သိအောင် နာခံ မှတ်သားရာ၏။

မေး။ ။အဘယ်တရားသည် အနတ္တ မည်သနည်း။

ဖြေ။ ။ရုပ် နာမ် ခဉ္စာ စသော တရားတို့ကို မိမိက ပိုင်သည် မဟုတ် - မပိုင်သောကြောင့်သာ မိမိ အလိုကျ ပြစ်၊ ထိုကြောင့် အနတ္တ မည်ပါသည်။

မေး။ ။အဘယ်တရားသည် အနတ္တလက္ခဏာ မည်ပါ သနည်း။

ဖြေ။ ။အလုပ်တရားဖြင့် တိုက်ရိုက် ရှုနိုင်ကား အနိစ္စ ဒုက္ခ လက္ခဏာတို့ဖြင့် ကောင်းစွာ သိမြင်အပ်သော အာဟာသ ပဿာသ၏ အာရုံ ပဋိဘာဂဒီမိတ်၌ တရိပ်ရိပ် ပေါ်ခြင်း ပျောက်ခြင်း ပျက်စီးခြင်း မပြတ် နှိပ်စက်ခြင်းဖြင့် အနိန္ဒမစဲ တသဲသဲ ဖြစ်ပျက်၍ နေသော ရုပ် နာမ် ခဉ္စာ သင်္ခါရတို့သည် ဖြစ်၍ ပျက်ခဲ့၏၊ ပျက်၍လည်း ဖြစ်ခဲ့ပြန်၏၊ ဤသို့ အခဉ်တစိုက် ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် ကိုယ် ဟူ၍ စွဲလမ်းစရာ အနှစ်သာရ မရှိရကား အနတ္တလက္ခဏာ မည်၏ ဟု မှတ်ရာ၏။

အလင်းပြုပြီ

တိဏကဋ္ဌသမံ လောကံ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။

န ညံ ပတ္ထယတေ ကိဉ္စိ၊ အညတြ အပ္ပဋ္ဌိသန္နိယာ။

လောကံ - ခန္ဓာငါးပါး တည်းဟူသော လောကကို၊
တိဏကဋ္ဌသမံ - မြက်၊ ထင်း၊ အမှိုက်နှင့် အတူတူ၊ ယဒါ - အမြှောင်
အခါ၌၊ ပညာယ - ဝိပဿနာ ပညာဖြင့်၊ ပဿတိ - ပြု၏၊
တဒါ - ထိုအခါ၌၊ အပ္ပဋ္ဌိသန္နိယာ - တဖန် ပဋိသန္ဓေ နေခြင်း
ကင်းသော အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို၊ အညတြ - ကြည်၍၊ အနာဂံ -
နိဗ္ဗာန်မှ တပါးသော၊ ကိဉ္စိ - ဘုံသုံးပါး၌ တစုံတခုသော

တောင့်တ ကြောင့်ကြရမည့် ဟူသမျှကို၊ န ပတ္တယတေ -
တောင့်တ ကြောင့်ကြ၍ မလိုတော့ပြီ။

ခန္ဓာငါးပါး၊ လောကကို မြက်၊ ထင်း၊ အမှိုက်နှင့် တူအောင်
ဝိပဿနာပညာဖြင့် ရှုမှတ်ရမည် ဆိုသော် ၎င်းစကားတော်
အရ အာနာပါနတရားကို အားထုတ်ရမည်၊ အာနာပါန
တရားကို အားထုတ်ခြင်းသည် လက္ခဏာယာဉ် သုံးပါး
ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့် ကူးမြောက်ရန် အတွက် ဖြစ်သည်။
ထိုသို့ ကူးမြောက်မှ သာယျာန၊ ယောဂီ အလိုရှိအပ်သော နိဗ္ဗာန်
သို့ ရောက်နိုင်ချေမည်။

ကံ စိတ် ဥတု အာဟာရ ဟူသော အကြောင်းတရားတို့
ကြောင့် ဖြစ်ပျက်လျက် ရှိသည့် ရုပ် နာမ် အကျိုးတရားတို့ကို
အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် အနုလုံ အစဉ်လိုက် - ပဋိလုံ အပြန်လိုက်
အားဖြင့် ဘာဝနာဒယဉာဏ်ကို ပိုင်ပိုင်ကြီး စေစားပြီးလျှင်
မျက်စိ တမှိတ်ခန့်မျှ ရပ်တည်ခြင်း မရှိသည် ဖြစ်၍ အနိစ္စမမြဲ -
ဝယ ကုန်ခြင်း - ဝယ ပျက်ခြင်း - ဝိရာဂ ကင်းခြင်း - နိရောဓ
ချုပ်ငြိမ်းခြင်း သဘောသာတည်းဟု သိရာ၏။ သိနိုင်ရန်
အားထုတ်ရာ၏။ ဤသို့အားဖြင့် အကြောင်းဖြစ်ပျက် ဥဒယ
ဝယ - အကျိုး ဖြစ်ပျက် ဥဒယ ဝယ - အစုံအစုံတို့ကို သဘော
ပေါက်၍ သိခဲ့လျှင် ရုပ် နာမ် ခန္ဓာ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါတို့၏
အနိစ္စ လက္ခဏာ ဖြစ်ဟန်ကို ကော်မုချ တွေ့ကြုံရမည်သာတည်း။

ရှုပုံ အိက္ခဝေ အနိစ္စံ

အကြောင်းတရားသည် ပင် အကျိုး

အကျိုးတရားသည် ပင် အကြောင်း -

ဟု မပြတ် ဒဿနပ် ဖြစ်ပျက်နေသည့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ရဟတ်

ကို (၀၂) သံသရာအစဉ်ကို အနိစ္စလက္ခဏာ အားဖြင့် မပြတ် ရှုမှတ်နေပါမှ— ‘ ဘိက္ခဝေ — ယောဂီအများတို့၊ ရူပံ — ရုပ် တရားသည်၊ အနိစ္စံ — ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းကြောင့် မမြဲသော သဘော လက္ခဏာ ရှိ၏၊ ’—ဝေဒနာ, သညာ, သင်္ခါရ, ဝိညာဏ် ဟု ဆိုအပ်သော နာမ်တို့သည်လည်း ၎င်းနည်းတူ မမြဲသော သဘောလက္ခဏာ ရှိကုန်၏၊ (ရုပ် နာမ် နှစ်ဖြာ - စပ်လျက်ပါ)

အနိစ္စကို သန္တတိ ဖု် လွှမ်းပုံ

သန္တတိဝိကောပိတာယ အနိစ္စလက္ခဏံ ယာထာဝ သရသတော ဥပဋ္ဌာတိ။

သန္တတိဝိကောပိတာယ — သန္တတိ အစဉ်ကို ပြိုကွဲ ပျက်စီး အောင် ဖျက်ဆီးနိုင်သည် ရှိသော်၊ အနိစ္စလက္ခဏံ—ချုပ်ပျောက် ၍ မမြဲသော အနိစ္စလက္ခဏာသည်၊ ယာထာဝသရသတော — အကြင် ဟုတ်မှန်တိုင်းသော မိမိတို့၏ သဘောလက္ခဏာကို ထိုးထွင်း၍ သိသည် ဖြစ်၍၊ ဥပဋ္ဌာတိ—ဉာဏ်အား ရှေးရှုထင် လာရ၏။

သန္တတိတို့၏ အစဉ်ကို မပျက် ပျက်အောင် မှတ်၍ ရှုနိုင် သော ယောဂီအား ချုပ်ပျောက်၍ မမြဲသော အနိစ္စလက္ခဏာ သည် ကောင်းစွာ ထင်လာရတော့၏၊ သတ္တဝါတို့၏ သန္တာန် အစဉ်၌ ခန္ဓာ အာယတနတို့သည် အစဉ်မပြတ် စပ်၍ စပ်၍ ချုပ်ပျောက်တတ်သော အနိစ္စလက္ခဏာသည် --

၁ - ခဏတို့၏ အစွမ်းအားဖြင့် ဖြစ်ပျက်၍ ချုပ် ပျောက်ခြင်း၊

၂ - သန္တတိ တို့၏ အစွမ်းအားဖြင့် ပျက်၍ ချုပ်
ပျောက်ခြင်း -

ဤသို့ အားဖြင့် နှစ်ပါး ရှိ၏။

ထိုတွင် ဥပါဒ် ဌီ ဘင် ဟု ဆိုအပ်သော ခဏတို့၏ အစွမ်း
အားဖြင့် ဖြစ်ပျက်၍ ချုပ်ပျောက်ခြင်းကို ရှင်တော်မြတ်ဘုရား
တို့၏ ဉာဏ်တော်မှ သာလျှင် မှီအောင် လိုက်နိုင်တော်မူ၏။
ထိုမှ တပါးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်ကား သန္တတိတို့၏ အစဉ်
ပျက်ရုံ ပျက်ရုံမျှ ဖြစ်ပျက်ပြီးလျှင် ချုပ်ပျောက်ခြင်းကို အနိစ္စ
လက္ခဏာ ထင်အောင် ရှုကြရကုန်၏။ ထို့ကြောင့် သန္တတိ
တို့၏ အမျိုးအစား အပြားများကို ရှေးဦးစွာ သိနှင့် လေ့လာ
ထားရ၏။ သန္တတိ ပျက်အောင် အားထုတ်နိုင်ခဲ့လျှင် ခဏက
အပျက်သို့ ရောက်တော့သည် သာတည်း။

—

သန္တတိ အမျိုး အစား

- ၁ - အဒ္ဓါနသန္တတိ = အချိန် နာရီ ရက်နေ့ စသည်
ကို ပိုင်းဖြတ်သည်။
- ၂ - ဒ္ဓါရသန္တတိ = မျက်စိ နား နှာ စသည်ကို
ပိုင်းဖြတ်သည်။
- ၃ - ပုဗ္ဗာပရသန္တတိ = ရှေးအစွန်း နောက်အစွန်း
ရှေးနောက် အစွန်းကို ပိုင်း
ဖြတ်သည်။
- ၄ - အာရမ္မဏသန္တတိ = အာရုံကို ပိုင်းဖြတ်သည်။

၅ - သဘာဝသန္တတိ = သဘောကို ပိုင်းဖြတ်သည်
ဟု ငါးမျိုး အပြားရှိ၏။

သန္တတိ ငါးမျိုး အဓိပ္ပာယ်

၁ - အဒ္ဓါနသန္တတိ အဓိပ္ပာယ်

၁ - အတိတ်ဘဝ၌ ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည် ပစ္စုပ္ပန်
ဘဝသို့ မပါ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည် အနာဂတ်
သို့ မပါ၊ ပစ္စုပ္ပန်၌သာ ချုပ်ပျောက်ရလေ၏။ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌
လည်း အရွယ်သုံးပါး - ဆယ်ပါး - ဆောင်း - နွေ - မိုး - ဟူသော
ဥတုသုံးပါး - ပထမလ-ဒုတိယလ - တတိယလ- နေ့ယာမ် - စသည်
တို့၌ မျက်စိတမှိတ်က စ၍ နှစ်မှိတ်သော မျက်စိသို့ မပါ -
ချုပ်ပျောက်တတ်သော အနိစ္စလက္ခဏာ၏ သန္တတိ ဖြစ်ဟန်ကို
ဧကန် သိသော ဉာဏ်သည် အဒ္ဓါနသန္တတိကို ပျက်အောင်
ရှုနိုင်သောဉာဏ် မည်၏၊ (သန္တတိ အစဉ်ကို အနိစ္စလက္ခဏာက
တုန်းလှန်ခြင်း မဖုံးလွှမ်းခြင်းတည်း။)

၂ - ဒွါရသန္တတိ-အစဉ်အားဖြင့် ရှုမှတ်

၂ ဤကဲ့သို့ အဒ္ဓါနသန္တတိဖြင့် ! အနိစ္စ လက္ခဏာကို
ကောင်းစွာ မမြင်ပါမူ ဒွါရသန္တတိဖြင့် မြင်အောင် ရှုမှတ်
ရမည်။ ရှုမှတ်ပုံကား စက္ခုဒွါရ၌ ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည်
သောတဒွါရသို့ မပါ၊ သောတဒွါရ, သာနဒွါရ, ဇီဝှာဒွါရ,
ကာယဒွါရ၌ ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည် မိမိတို့နှင့် မသက်ဆိုင်
သည့် ဒွါရသို့ မပါ၊ ဆိုင်ရာ မနောဒွါရ၌သာ ချုပ်ပျောက်
ကြရလေ၏။

ပဒေသဝုတ္တိ ဖြစ်ရာအရပ်အားဖြင့် ရှုမှတ်။

ပရမတ္ထတရားတို့၏ ဖြစ်ခြင်းသည် ဒွါရအစဉ်အားဖြင့်သာ ဖြစ်သည် မဟုတ်၊ ဥပဋ္ဌာနကာရဏ အကြောင်းပေါ်ရာ၌ ဖြစ် မြဲ ဖြစ်သောကြောင့် စက္ခုဒွါရ ဖြစ်၍လည်း မနောဒွါရ ဖြစ် တတ်၏၊ မနောဒွါရ ဖြစ်၍လည်း စက္ခုဒွါရ၌ ဖြစ်တတ်၏၊ စက္ခု ဖြစ်၍လည်း သောတ ဖြစ်တတ်၏၊ သောတ ဖြစ်၍ လည်း စက္ခု ဖြစ်တတ်၏၊ ဤသို့ ကမောက်ကမ အကြောင်း ဖြစ်ရာ ဟူသမျှသည် အကျိုးတရားတို့၏ ဖြစ်မြဲ ဓမ္မတာ ဖြစ် သောကြောင့် ဒွါရအစဉ်အားဖြင့် လည်းကောင်း ဖောက်ပြန် သော ဝိပရိတဒွါရ အစဉ်အားဖြင့် လည်းကောင်း ကျရောက် သမျှသော ဒွါရ ဟူသမျှ၌ ကျရောက်တိုင်း ကျရောက်တိုင်း အနိစ္စတို့၏ ဖြစ်ဟန်ကို ကေန သိသော ဉာဏ်သည် ဒွါရသန္တတိ ၌ အနိစ္စလက္ခဏာကို ကေန သိသောဉာဏ် မည်၏။

၃ - ပုဗ္ဗပရသန္တတိ

ရှေး နောက် အစဉ်အားဖြင့် ရှုမှတ်

၃။ ဒွါရ အစဉ်အားဖြင့် အနိစ္စလက္ခဏာကို ကောင်းစွာ မမြင်သေးပါမူ ရှေးဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည် နောက်ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သို့ မပါ ပါမြဲ ဓမ္မတာမဟုတ်- ချုပ်ပျောက်ရလေ တော့၏၊ အကြောင်းမူကား ရူပါရုံ အဆင်းတခုသည် တကြိမ် ဖြစ်လျှင် တကြိမ် ချုပ်ရလေ၏၊ နှစ်ကြိမ် ဖြစ်လျှင် နှစ်ကြိမ် ချုပ်ပျောက်ရမြဲတည်း။

၄ - အာရမ္မဏသန္တတိ-အာရုံကို ဖြတ်စဉ်

မမြင်သေးတာ အမှန်ပါ - တားလိုက်ကြစို့၊ ယောဂီ၊

အနိစ္စလက္ခဏာကို မမြင်သေးပါမူ အာရမ္မဏသန္တတိဖြင့်

အနိစ္စလက္ခဏာကို မြင်အောင် ရှုရာ၏။ ရူပါရုံ အဆင်းတခု တည်း၌ ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည် ရူပါရုံ အဆင်းတခုသို့ မပါ ချုပ်ပျောက်ရ၏။ အစိတ် အစိတ်အားဖြင့် ရှုမှတ်ခဲ့သော် ဒဿန ကိစ္စ မြင်ခိုက် ရူပါရုံ ရုပ် နာမ်သည် အလယ်သို့ မရောက်မီ - အလယ် ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည် အဆုံးသို့ မရောက်မီ - အနား ရှေးဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည် အတွင်းသို့ မရောက်မီ - အထောင့် ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည် အလျား အနံသို့ မရောက်မီ - ချုပ် ပျောက်ရလေ၏။ ထို့အတူ သဒ္ဓါရုံ ဂန္ဓာရုံ ရသာရုံ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ ဓမ္မာရုံတို့ကိုလည်း ဤနည်းအတူ အနိစ္စလက္ခဏာ ပေါ်အောင် ရှုမှတ်ရာ၏။

၅ - သဘာဝသန္တတိ သဘာဝကို ဖြတ်စဉ်

၅။ မမြင်သေးတာ အမှန်ပါ-တားလိုက်ကြစို့၊ ယောဂီ။

အနိစ္စလက္ခဏာ မမြင်သေးပါမူ သဘာဝ သန္တတိဖြင့် မြင် အောင် ရှုရာရ၏။ ရူပါရုံ အဆင်း တခုတည်းကို စူးစိုက် ကြည့်ရှုစဉ်ကာလ၌ ရှေးဖြစ်သော ရုပ် နာမ်သည် နောက် ရုပ် နာမ်သို့ မပါမူ၍ ချုပ်ပျောက်ရ လေသကဲ့သို့ သဒ္ဓါရုံ ဂန္ဓာရုံ ရသာရုံ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ ဓမ္မာရုံ သဘော အခိုက်၌လည်း ရှေး နောက် ရုပ် နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပုံ ပျက်ပုံ ဖြစ်ဟန် ပျက်ဟန် မှန် သမျှကို တခုမကျန် သိအောင် အားထုတ်လေရာ၏။ အပြင် အာရုံ ၆ - ပါးနှင့် အလားတူ အတွင်း အဇ္ဈတ္တယတ ၆ - ပါး တို့၏ ရှေး နောက် ဖြစ်ပျက်ဟန်ကိုလည်း ရှုရမည်။ ကေန့် အမှန် သာတည်း။ ဤအမှန်သည် ပုဗ္ဗာပရသန္တတိ၌ အနိစ္စလက္ခဏာကို ရှုနိုင်သောဉာဏ် မည်၏။

အနိစ္စလက္ခဏာ

၁ - သတ္တဝါတို့၏ အနိစ္စ

၂ - သင်္ခါရတို့၏ အနိစ္စ

ဟူ၍ နှစ်ပါး အပြားရှိပြန်၏။ ထိုတွင် -

၁။ သတ္တဝါတို့၌ ဖြစ်သော အနိစ္စသည် ရုပ်သဘောသည် နာမ် မဖြစ်၊ နာမ်သဘောသည် ရုပ် မဖြစ်၊ ချုပ်ပျောက်ရလေ ၏။ ကမ္မဇရုပ်သည် ဥတုဇရုပ် မဖြစ်၊ ဥတုဇရုပ်သည် အာဟာရ ဇရုပ် မဖြစ်၊ ဥပါဒါရုပ်သည် စိတ္တဇရုပ် မဖြစ်မူ၍ ချုပ်ပျောက် ရ၏။

နာမ်ဓာတ်မှာ အဆင်းကို တွေ့ထိတတ်သော ဖဿသဘော သည် ခံစားတတ်သော ဝေဒနာ မဖြစ်၊ ခံစားတတ်သော ဝေဒ နာသဘောသည် မှတ်တတ်သော သညာ မဖြစ်၊ လောဘသည် မောဟ မဖြစ်၊ အကုသိုလ်သည် ကုသိုလ် မဖြစ်၊ ဝိရတီသည် အပ္ပမညာ မဖြစ်၊ ဤသို့ အပေါင်းအားဖြင့် လည်း ကောင်း အစိတ်အားဖြင့်လည်းကောင်း သဘာဝ အစဉ်အတိုင်း အစဉ်ကို ကေနံ မြင်ခဲ့ပါလျှင် အနိစ္စလက္ခဏာသည် ကေနံ ထင်လာရ၏။

၂။ သင်္ခါရတို့၏ အနိစ္စလက္ခဏာ ထင်လာ မြင်လာပုံကား မြေ၊ ရေ၊ လေ၊ မီး၊ တော၊ တောင်၊ သစ်ပင် စသည်တို့၌ ဥတုဇ ဖြစ်သော ရုပ်ဓာတ်တို့သည် ဥတုဇရုပ်ကို ဆောင်ကုန်လျက် အနိစ္စ ဖြစ်ကြရကုန်၏။ ကံကြောင့် ဖြစ်သော ဥတု - စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သော ဥတု - အာဟာရကြောင့် ဖြစ်သော ဥတု - ၎င်းသုံးပါး တို့တွင် ကံကြောင့် ဖြစ်သော ဥတုသည် ဤကံရှင်တို့၏ ချုပ် သော ကာလ၌ ဇောတိကသုဌေး စသည်တို့၏ ဘုံနန်း စသည် တို့ကဲ့သို့ ချုပ်ကြရလေကုန်၏။

စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သော ဥတုဇရုပ်သည် စိတ်၏ သတ္တိကုန်
သော အခါ အရညဝါသီ ရှားတောအရပ်၌ သီတင်းသုံးနေ
တော်မူသော အရှင်ခဒိရရေဝရကို ကြည်ညိုလှူသက ကျောင်း
ဖန်ဆင်း၍ မြင်သကဲ့သို့ ချုပ်ပျောက်ကြလေကုန်၏။

အာဟာရကြောင့် ဖြစ်သော ဥတုဇရုပ်သည် အာဟာရ၏
သတ္တိကုန်သော အခါ ချုပ်ပျောက်ကြလေကုန်၏။ လူတို့မှာ
အာဟာရသတ္တိ(၇)ရက် - နတ်တို့မှာ အာဟာရသတ္တိ တလခန့် -
စသည် ကုန်ခဲ့သော် အာဟာရသတ္တိ ချုပ်ပျောက်ကြ လေ
ကုန်၏။

ဤသို့ အားဖြင့် သင်္ခါရတို့၏ အနိစ္စ စသည်တို့သည် ဓမ္မဘာ -
ရူပဓမ္မတာ သဘာဝမျှသာ ဖြစ်၏။ ရူပက္ခန္ဓာကား မဖွဲ့စကောင်း
သတ္တဝါတို့၏ ရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ် အစဉ်သည်သာ ရူပက္ခန္ဓာ
ဖွဲ့စကောင်း၏။ ထိုသို့ ခန္ဓာ ဖွဲ့စကောင်းသည် ဖြစ်စေ - မဖွဲ့
စကောင်းသည် ဖြစ်စေ - ရုပ်ဖြစ်စေ - နာမ် ဖြစ်စေ - ရုပ် နာမ်
နှစ်ပါး ဖြစ်စေ - ဤတရား အပေါင်းတို့၏ သဘာဝအစဉ်ကို
မလွန်ဆန်နိုင်ရကား သန္တတိ၏ အနိစ္စဖြစ်ဟန်ကို အောက်ပါ
အတိုင်း သိအပ်၏။

ခဏဘင်္ဂေါ ဗုဒ္ဓါနံ ဝိသယော၊ သန္တတိဘင်္ဂေါ ပန
သာဝကာနံ ဝိသယော။

ခဏဘင်္ဂေါ—ဥပါဌံ ၌ ဘင် တို့ဖြင့် ချုပ်ပျောက်သော
ခဏဘင်္ဂေါ၊ ဗုဒ္ဓါနံ—ရှင်တော် ဘုရားတို့၏၊ ဝိသယော—အရာ
တည်း၊ သန္တတိဘင်္ဂေါ ပန - သန္တတိ အစဉ်အားဖြင့် ချုပ်ပျောက်

ခြင်းကိုကား၊ သာဝကာနံ—တပည့် သာဝကတို့၏၊ ဝိသယော—
အရာတည်း။ ဣတိ—ဤသို့၊ ဒဋ္ဌဗျော—မှတ်အပ်၏။

အနိစ္စကို သန္တတိ ဖုံးလွှမ်းပုံ အလင်းပြဆိုခဏ်း ပြီး၏။

ဒုက္ခကို ဣရိယာပုထ် ဖုံးလွှမ်းပုံကို ပြဆိုခြင်း

ဣရိယာပုထ် သညာ ဒိဋ္ဌိ စသည်တို့က သတ္တဝါတို့ကို ညွှန်
ပြနေသည့် အတွက်ကြောင့် ဒုက္ခလက္ခဏာကို မဆင်နိုင်ကြကုန်၊
ဆင်းရဲသော ဒုက္ခလက္ခဏာကို ရှေးဦးစွာ ဣရိယာပုထ်သည် -
၎င်းနောက် သညာ - ၎င်းနောက် ဒိဋ္ဌိ စသည်တို့က ဖုံးလွှမ်း
ကြ၏။ ထို့ကြောင့် ဒုက္ခလက္ခဏာကို မြင်အောင် ထင်အောင်
မရှုနိုင်ကြကုန်။ ဒုက္ခလက္ခဏာ ထင်မြင်နိုင်အောင် ရှေးဦးစွာ
ဣရိယာပုထ် သညာ ဒိဋ္ဌိ စသည်တို့ကို ပြုကွဲ ပျက်စီးအောင်
ဖြိုခွဲ ဖျက်ဆီးရာ၏။ ဖြိုခွဲ ဖျက်ဆီးနိုင်ရန် ပြဆိုလတံ့သော
ဣရိယာပုထ်တို့၏ အဓိပ္ပာယ်များကို နားလည်အောင် လေ့လာ
ရာ၏။

လေ့လာရန်ကား ဣရိယာပုထ်သည် -

၁ - ရုန့်ရင်း ကြမ်းတမ်းသော ဩဋ္ဌာရိက ဣရိယာပုထ်

၂ - နူးညံ့ သိမ်မွေ့သော သုခုမ ဣရိယာပုထ်

ဟူ၍ နှစ်မျိုး အပြား ရှိ၏။

ထိုတွင် သွားဆဲ ဖြစ်သော သူသည် သွားရန် ဟန်ချီနေပါမူ
မီးတောက်ကဲ့သို့ ဆင်းရဲသော ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။
ဤဖြစ်ပေါ်လာရသည့် ဒုက္ခဝေဒနာကို မစောင့်ဆိုင်း မမှတ်
သားမီ ထိုင်သော ဣရိယာပုထ်ကို ပြောင်းရွှေ့လိုက်သည်နှင့်

တပြိုင်နက် ထိုင်သော ဣရိယာပုထ်သည် လည်းကောင်း၊
 ‘ချမ်းသာ၏’ ဟူသော အမှတ် သညာသည်လည်းကောင်း၊
 ‘ငါ ချမ်းသာ၏’ ဟူသော အယူအစွဲ ဒိဋ္ဌိသည်လည်းကောင်း၊
 ဖြစ်ထိုက်သော ဒုက္ခဝေဒနာ၏ အမှန်ကို ဖုံးလွှမ်း ကာကွယ်၏။
 ထို့ကြောင့် ဆင်းရဲသော ဒုက္ခဝေဒနာကို မဆင်နိုင် - သတိ
 လွတ်လျက်သာ ရှိနေတော့၏။

အထက်ပါ ဣရိယာပုထ် ၂ - မျိုးကို သင့်သလို ဉာဏ်ဖြင့်
 ချင့်ချိန်ပြီးလျှင် ကြွင်းသော ဣရိယာပုထ်တို့၏ ဖုံးလွှမ်းပုံကို
 လည်း အသင့်အားဖြင့် နှလုံးသွင်း မှုနိုင်ရန် ညွှန်ပြအံ့။

၁ - သွားသော ဣရိယာပုထ်

သွားသော သူသည် တလှမ်းတည်းသော ခြေ၌ ဖြစ်သော
 ဒုက္ခဝေဒနာကို ဒုတိယ ခြေလှမ်းနှင့် စပ်၍ ဒုက္ခကို ကွယ်ပျောက်
 အောင် ဖျောက်၏။ ‘ချမ်းသာ၏’ ဟူသော သညာဖြင့်
 လည်းကောင်း၊ ‘ငါ ချမ်းသာ၏’ ဟူသော အယူအစွဲ ဒိဋ္ဌိဖြင့်
 လည်းကောင်း၊ ဒုက္ခဝေဒနာကို ကွယ်ပျောက်အောင် ဖျောက်
 ကြကုန်၏။ ထို့ကြောင့် ဒုက္ခဝေဒနာကို ထင်အောင် မရှုမှတ်
 နိုင်ကုန်၊ ဤအတူ ဒုတိယ ခြေလှမ်း တတိယ ခြေလှမ်း - ခြေလှမ်း
 တိုင်း သညာ ဒိဋ္ဌိ ဖုံးလွှမ်းပုံကို သိကြလေ။

၂ - ရပ်သော ဣရိယာပုထ်

တဖန် ပြန်၍ ရပ်ခြင်း - ရှေ့သို့ တက်၍ ရပ်ခြင်း - နောက်သို့
 ဆုတ်၍ ရပ်ခြင်း - စသည်တို့ဖြင့် ပြုပြင်၍ ရပ်သည့် အကြိမ်ငါးရ
 တို့၌ ဖုံးလွှမ်းပုံကို သိကြလေ။

၃ - ထိုင်သော ဣရိယာပုထ်

ပြုပြင်၍ ပြုပြင်၍ ထိုင်သည့် ကိစ္စ အားလုံးတို့၌ ဖုံးလွှမ်းပုံ
ကို သိကြလေ။

၄ - အိပ်သော ဣရိယာပုထ်

လကျောဘက်သို့ စောင်း၍ အိပ်ခြင်း - လက်ဝဲဘက်သို့ စောင်း
၍ အိပ်ခြင်း - ပက်လက် အိပ်ခြင်း - မှောက်၍ အိပ်ခြင်း - ဤသို့
အိပ်ခြင်းနှင့် စပ်၍ ဖုံးလွှမ်းပုံတို့ကို သိကြလေ။

၅ - ခြေလက် လှုပ်ရှားခြင်းနှင့် စပ်သော ဣရိယာပုထ်

မလှုပ်ရှားမူ၍ နေပါမူ ဒုက္ခသည် ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ ဤသို့
မဟုတ် ခြေလက် စသည်တို့ကို လှုပ်၍ နေသောကြောင့် ဖြစ်
ထိုက်သော ဒုက္ခဝေဒနာကို သညာ ဒိဋ္ဌိ စသည်တို့ဖြင့် ‘ချမ်း
သာ၏’ ဟူ၍ လည်းကောင်း ‘ငါ ချမ်းသာ၏’ ဟူ၍ လည်း
ကောင်း ဖုံးလွှမ်းကာကွယ်၏။ ထို့ကြောင့် ကာယဝိညတ်နှင့်
စပ်သော ဣရိယာပုထ်သည် ဒုက္ခကို မထင်နိုင် မမြင်နိုင်။

၆ - ထွက်သက် ဝင်သက်နှင့် စပ်သော ဣရိယာပုထ်

ရှုသာ ရှု၍ မရှိက်ပါမူ - ရှိုက်သာ ရှိုက်၍ မရှုပါမူ သည်း
ထန်သော ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ ထိုသို့ကား မဟုတ်၊
ရှု၍ ရှိုက်ပြန်ရ၏။ ရှိုက်၍ ရှုပြန်ရ၏။ ဤသို့ ထွက်သက် ဝင်
သက်ဟု ဆိုအပ်သော ကာယသင်္ခါရကို တနာရီ အခိုက် ထွက်သက်
(၃၆၀) - ဝင်သက် (၃၆၀) - ပေါင်း (၇၂၀)
သော ထွက်သက် ဝင်သက်တို့ကို ရှုရှိုက်၍ နေကြရသဖြင့် ဖြစ်
ထိုက် ဖြစ်သင့် ရသင့် ရထိုက်သော ဒုက္ခဝေဒနာကို မရထိုက်ဘဲ

‘ချမ်းသာသည်’ ‘ငါ သက်သာသည်’ ဟူသော သညာ ဒိဋ္ဌိ စသည်တို့ဖြင့် ဖုံးလွှမ်း ကာကွယ်လျက် ရှူရှိုက်နေကြရ၏။ ထို့ကြောင့် ထွက်သက် ဝင်သက် ခေါ် ကာယသင်္ခါရသည် ဒုက္ခကို မထင်နိုင်။

၇ - လှုပ်ရှားမှုနှင့် စပ်သော ဣရိယာပုထ်

မျက်တောင် ခတ်ခြင်း - လျှာလှုပ်ခြင်း - နှုတ်ခမ်းလှုပ်ခြင်း - ဦးခေါင်းငြိမ်ခြင်း - လက် ခြေ လှုပ်ခြင်း - စသော လှုပ်ရှားမှု ဣရိယာပုထ် မှန်သမျှတို့ကို မလှုပ်ရှားစေမူ၍ မျက်တောင် မခတ်ပဲ ဆိတ်ဆိတ် ငြိမ်ငြိမ် ကြည့်နေပါမူ သည်းထန်သော - ပြင်းပြသော - အခံရ အနေရ ခက်သော ဒုက္ခဝေဒနာသည် ကေနိ ဖြစ်ပေါ်လာရမည်သာတည်း။ ကြွင်း လှုပ်ရှားမှု တို့၌လည်း ဤနည်းအတူသာတည်း။ မလှုပ်ရှားပဲ နေရမည့် အစား လှုပ်ရှားမှုတို့ဖြင့် ဖြစ်နေသောကြောင့် ‘ချမ်းသာ၏’ ‘ငါ ချမ်းသာ၏’ ‘သက်သာ၏’ ဟူသော သညာ ဒိဋ္ဌိ စသည်တို့သည် ဖုံးလွှမ်းရကား ဒုက္ခဝေဒနာကို မရူမှတ်နိုင်။

ဤသို့လျှင် သရုပ်သကောင် အမျိုးအစား အပိုင်းအဖြတ် သတ်မှတ်ချက် အဓိပ္ပာယ်တို့ဖြင့် ပြည့်စုံ လုံလောက်အောင် ဣရိယာပုထ် အကြမ်းစား သြဋ္ဌာရိက လေးပါး၊ အနုစား ဣရိယာပုထ် သုခုမ ၃ - ပါး - ပေါင်း ၇ - ပါးသော ဣရိယာပုထ်တို့ဖြင့် ဖုံးလွှမ်းလျက် ရှိသော သညာ ဒိဋ္ဌိ စသည့် အယုတ်တရားများကို ကင်းရှင်းအောင် ပယ်စွန့်ကြရ၏။

အမှာစကား။ ။ ဤလောက၌ သတ္တဝါတို့သည် ဆန်းကြယ်သော အနာရောဂါ ဝေဒနာ ဖြစ်သော အခါ၌လည်း

ကောင်း အလွန် အိုမင်းသော အခါ၌လည်းကောင်း
သောခါနီး အခါကာလ၌လည်းကောင်း ဆင်းရဲ ငြိုငြင်
ပင်ပန်းသော အခါ၌လည်းကောင်း အလို မပြည့်သော
အခါ၌လည်းကောင်း ဤသို့ သော အခါကာလတို့၌
သာလျှင် ဒုက္ခ ဟု ထင်မှတ်ကြကုန်၏။

အကြောင်းမူကား ရောဂါကင်းခြင်း အန္တရာယ်
ကင်းခြင်း ဘေးကင်းခြင်း အခြေအခံ ပြည့်စုံခြင်း
စွမ်းပကား သတ္တိရှိခြင်း စည်းစိမ်ဥစ္စာ ကုန်လုံကြွယ်ဝ
ခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ပြည့်စုံသော သူသည် ‘ချမ်းသာ၏’
ဟူ၍ လည်းကောင်း ‘ငါ ချမ်းသာ၏’ ဟူ၍ လည်း
ကောင်း ‘ငါမှ ငါ’ ဟူ၍ လည်းကောင်း ‘နတ် ချမ်း
သာ၏’ ဟူ၍ လည်းကောင်း ‘ဗြဟ္မာ ချမ်းသာ၏’ ဟူ၍
လည်းကောင်း ခေါ်ဝေါ် ပြောဆို စွဲလမ်း မှတ်ထင်
ကြကုန်၏။

ထိုသို့ ပြောဆိုကြခြင်းသည် အဟုတ် အမှန် သဘော
တရားကို မသိ ကြလေ သော ကြောင့်သာ၊ စင်စစ်
ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ ချမ်းသာ ဘု မသမုတ်အပ်၊ ဆင်းရဲ
အစစ် ဆင်းရဲ အစုသာတည်း ဟု ပရမတ်ကို မသိ
ကြကုန်။

ပရမတ် ဆင်းရဲကို သိအောင် ပြဆိုရလျှင် -

၁ - ဒုက္ခ ဒုက္ခ

၂ - ဝိပဓိကာမ ဒုက္ခ

၃ - သင်္ခါရ ဒုက္ခ

၄ - ပဋိစ္ဆန္ဒ ဒုက္ခ

၅ - ဘဝပဋိစ္ဆန္ဒ ဒုက္ခ

၆ - ပရိယာယ ဒုက္ခ

၇ - နိပ္ပရိယာယ ဒုက္ခ

ဟူ၍ ၇ - ပါး အပြားရှိ၏။ ၎င်း ၇ - ပါး အရကို အဓိပ္ပာယ် ရှင်းရှင်း ညွှန်ပြရသော် -

၁ - ဒုက္ခ ဒုက္ခ

ဒုက္ခဝေဒနာဖြင့် နှိပ်စက်ခံနေရရှာသော ငရဲသတ္တဝါ၊ ပြိတ္တာ၊ သည်းထန်သော ရောဂါ ဝေဒနာ နှိပ်စက်ခံစားရသူ၊ ၃၂ - ပါး သောကံကြမ္မာ သင့်သောသူ - ဤသူတို့သည် အလွန်သည်းခံနိုင် ခက်သော ဒုက္ခဝေဒနာကို ဒုက္ခအရောက်ဆုံး ခံစားနေရသည် ဖြစ်သောကြောင့် ဒုက္ခ ဒုက္ခ ဟု သိသင့်ပေသည်။

၂ - ဝိပရိဏာမ ဒုက္ခ

ရောဂါ စသော အန္တရာယ် ဘေးဒဏ် ရန်မာန် ပပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းသည်ဖြစ်၍ ဘောဂသမ္ပတ္တိ ခေါ် စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာ တို့၏ ပြည့်စုံခြင်း - ဘာသမ္ပတ္တိခေါ် လူ့ရဲ့ ပြည့်စုံခြင်း - ယသ သမ္ပတ္တိ ခေါ် အခြံအရံ ပေါများခြင်း - ကိစ္ဆိသမ္ပတ္တိ ခေါ် ကျော်စောထင်ပေါ်ခြင်း စသော ဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံဆဲ ဖြစ်သော ဂဟပတိမဟာသာလ ဗြဟ္မဏမဟာသာလ ခတ္တိယမဟာသာလ ပဒေသရာဇ် ကေရာဇ် မန္ဒုတ်စကြာ စတုမဟာရာဇ် တာဝတိံ သာ စသော လူ့ နတ် ဗြဟ္မာ တို့သည် လောကအနေအားဖြင့် ချမ်းသာ၏ ဟူ၍ ခေါ်ဝေါ် ပြောဆို သမုတ်ကြကုန်၏။

ထိုသို့ သမုတ်အပ်သော ချမ်းသာ ဟူသမျှတို့သည် (သံဝေဂ-
ဉာဏ်) အရှေ့ ဦးတည်စွန်းမှ ထွက်ပေါ်လာသော နေလုလင်
သည် အပရဂေါယာန အနောက်ကျွန်းသို့ ရောက်လျှင်
(ဓမ္မတာကို မလွန်ရှာနိုင်) ကွယ်ပျောက်ရသကဲ့သို့ လည်း
ကောင်း ကောင်းကင်သို့ တဟုန်ထိုး စူးစူး ထိုးတက်သော
တရက်မျှ တောက်သော မီးတောက် မီးလှံသည် ကွယ်ပျောက်ရ
သကဲ့သို့ လည်းကောင်း အလွန်အားဖြင့် တသက်လျာမျှသာ
ခံစားရကုန်လျက် ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ကြရကား ကွယ်
ပျောက်ကြရလေသောကြောင့် ဝိပရိကာမ ဒုက္ခ ဟု သိသင့်
ရှုသင့် မှတ်သင့်ပေသည်။

၃ - သင်္ခါရဒုက္ခ

ဘုရား ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ရဟန္တာ အရှင်မြတ်တို့သည် ဒုက္ခ
ဝေဒနာကို လျစ်လျူရှုတော်မူနိုင်ကုန်၏။ သုခဝေဒနာကိုလည်း
ထိုနည်းတူစွာ လျစ်လျူရှုတော်မူနိုင်ကုန်၏။ ဥပေက္ခာဝေဒနာ
ဖြင့်သာ အခါခပ်သိမ်း ကိန်းဝပ်သောစိတ် ရှိတော်မူသည်၏
အဖြစ်ကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့ သန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသည့်
ဝေဒနာ မှန်သမျှကို သင်္ခါရအနေဖြင့် ဖြစ်သောကြောင့် သင်္ခါရ
ဒုက္ခ ဟု သိသင့်ပေသည်။

၄ - ပဋိစ္ဆန္ဒဒုက္ခ

သုတပါးတို့ မသိမမြင်အပ်သော ဝေဒနာ ဖြစ်သောကြောင့်
ပဋိစ္ဆန္ဒဒုက္ခ ဟု သိသင့် ရှုသင့်ပေသည်။

၅ - ဘဝပဋိစ္ဆန္ဒဒုက္ခ

သုတပါးတို့ မသိ မမြင်အပ်သော ဝေဒနာ ဖြစ်သောကြောင့်
ဘဝပဋိစ္ဆန္ဒဒုက္ခ ဟု သိသင့် အပ်ပေသည်။

၆ - ပရိယာယဒုက္ခ

ဤ ဒုက္ခမျိုးတို့တွင် အစဆုံး ဒုက္ခဒုက္ခကို ချန်လှပ်၍
ကြွင်းသော ဒုက္ခမျိုးကို ပရိယာယဒုက္ခဟု သိသင့် အပ်ပေ
သည်။

၇ - နိပ္ပရိယာယဒုက္ခ

အစစသော ဒုက္ခဒုက္ခသည် နိပ္ပရိယာယဒုက္ခ ဟု သိအပ်
သင့်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် လောကသုံးပါး၏ မျက်စိတမှိတ်ခန့်
မျှသော ချမ်းသာကို အဘယ်သူ ရနိုင်ပါအံ့နည်း၊ စင်စစ်
ရနိုင်အံ့သော အကြောင်း မရှိချေ။

ဒုက္ခကို ဣရိယာပုတ် ဖုံးလွှမ်းပုံ အလင်းပြဆိုခဏ်း ပြီး၏

—

ဆရာနည်းရ အနတ္တ

၁ - ရုပ် အနတ္တ ရှုနည်း

အကြင် အကြင် ယောဂီသည် မိမိ သန္တာန်၌ အရှိန်မစဲ
တသဲသဲ ဖြစ်၍ နေသော ရုပ်အပေါင်းတို့၌ တခု ဖြစ်စေ - နှစ်ခု
ဖြစ်စေ - အနည်းကို ဖြစ်စေ - အများကို ဖြစ်စေ - အားလုံးကို
ဖြစ်စေ - 'ငါ၏ သန္တာန်၌ မဖြစ်စေသတည်း၊ ဤရုပ်သည်
မည်ကဲ့သို့ ဖြစ်စေသတည်း' စသည်ဖြင့် တောင့်တပါသော်
လည်း မိမိ အလိုသို့ မလိုက်၊ သူ့သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်၍သာ
ပျက်ရှာခဲ့၏။ ထို့ကြောင့် ရုပ်တရား ဟူသမျှသည် မိမိ အလိုသို့
မလိုက်ရကား အနတ္တ မှန်ပေ၏။

မင်္ဂလာ ၇ ဒုတိယအကြိမ်

၂ - ဝေဒနာ အနတ္တ ရှုနည်း

အကြင် အကြင် ယောဂီသည် မိမိ သန္တာန်၌ အရှိန်မစဲ တသဲသဲ ဖြစ်၍ နေသော ဝေဒနာ အပေါင်းတို့၌ တခုဖြစ်စေ - နှစ်ခု ဖြစ်စေ - အနည်းကို ဖြစ်စေ - အများကို ဖြစ်စေ - အားလုံးကို ဖြစ်စေ - 'ဤဝေဒနာသည် ငါ၏ သန္တာန်၌ မဖြစ်စေသတည်း၊ ဤဝေဒနာသည် မည်ကဲ့သို့ ဖြစ်စေသတည်း' စသည်ဖြင့် တောင့်တပါသော်လည်း မိမိ အလိုသို့ မလိုက် - သူ့ သဘော အတိုင်းသာ ဖြစ်၍ ပျက်ရှာခဲ့၏။ ထို့ကြောင့် ဝေဒနာတရား ဟူသမျှသည် မိမိ အလိုသို့ မလိုက်ရကား အနတ္တ မှန်ပေ၏။

၃ - သညာ အနတ္တ ရှုနည်း

အကြင် အကြင် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိ သန္တာန်၌ အရှိန်မစဲ တသဲသဲ ဖြစ်၍ နေသော သညာအပေါင်းတို့၌ တခု ဖြစ်စေ - နှစ်ခု ဖြစ်စေ - အနည်းကို ဖြစ်စေ - အများကို ဖြစ်စေ - အားလုံးကို ဖြစ်စေ - 'ဤသညာသည် မဖြစ်စေသတည်း၊ ဖြစ်စေသတည်း' စသည်ဖြင့် တောင့်တပါသော်လည်း မိမိ အလိုသို့ မလိုက် - သူ့ သဘောအတိုင်းသာ ဖြစ်၍ ပျက်ရှာခဲ့၏။ ထို့ကြောင့် သညာတရား ဟူသမျှသည် မိမိ အလိုသို့ မလိုက်ရကား အနတ္တ မှန်ပေ၏။

၄ - သင်္ခါရ အနတ္တ ရှုနည်း

အကြင် အကြင် ယောဂီသည် မိမိ သန္တာန်၌ အရှိန်မစဲ တသဲသဲ ဖြစ်၍ နေသော သင်္ခါရ အပေါင်းတို့၌ တခု ဖြစ်စေ - နှစ်ခု ဖြစ်စေ - အနည်းကို ဖြစ်စေ - အများကို ဖြစ်စေ - အားလုံးကို ဖြစ်စေ - 'ဤဗ္ဗသသည် မဖြစ်စေသတည်း၊ ဤဗ္ဗသသည်

ဖြစ်စေသတည်း’ စသည်ဖြင့် တောင့်တပါသော်လည်း မိမိ အလိုသို့ မလိုက် - သူ့သဘောအတိုင်းသာ ဖြစ်၍ ပျက်ရှာခဲ့၏။ ထို့ကြောင့် သင်္ခါရတရားဟူသမျှသည် မိမိ အလိုသို့ မလိုက် ရကား အနတ္တ မှန်ပေ၏။

၅ - ဝိညာဏ် အနတ္တ ရှုနည်း

၊ အကြင် အကြင် ယောဂီသည် မိမိ သန္တာန်၌ အရှိန်မစဲ တသဲသဲ ဖြစ်နေသော ဝိညာဏ် အပေါင်းတို့၌ တခု ဖြစ်စေ - နှစ်ခု ဖြစ်စေ - အနည်းကို ဖြစ်စေ - အများကို ဖြစ်စေ - အား လုံးကို ဖြစ်စေ - ‘ဤဝိညာဏ်သည် ငါ၏ သန္တာန်၌ မဖြစ်စေ သတည်း၊ ဖြစ်စေသတည်း’ စသည်ဖြင့် တောင့်တပါသော်လည်း မိမိ အလိုသို့ မလိုက် - သူ့သဘော အတိုင်းသာ ဖြစ်၍ ပျက်ရှာ ခဲ့၏။ ထို့ကြောင့် ဝိညာဏ်တရား ဟူသမျှသည် မိမိ အလိုသို့ မလိုက်ရကား အနတ္တ မှန်ပေ၏။

—

အနတ္တကို သန ဖုံးလွှမ်းပုံ အလင်းပြခန်း

အနတ္တ လက္ခဏာ၌ သဘောတရားတို့သည် အလွန်အမင်း ထင်နိုင်ခဲ့ကုန်၏။ အနိစ္စလက္ခဏာ ဒုက္ခလက္ခဏာ ၂ - ပါးတို့မှာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ပွင့်တော်မမူသော်လည်း ရှင်းနိုင်ကြကုန်၏။ အနတ္တလက္ခဏာမှာမူကား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ပွင့်တော်မမူ သာလျှင် ဟောကြားတော်မူအပ်သော တရားတော်ကို အစဉ်မှီး သဖြင့် ရှင်းတော်မူနိုင်ကြကုန်၏။ ထို့ကြောင့်—

နာနာဓာတုယော ဝိနိဗ္ဗိတော သနဝိနိဗ္ဗော
ကတေ အနတ္တလက္ခဏံ ယာထာဝ သရသတော
ဥပဋ္ဌာတိ။

နာနာဓာတုယော - အထူးထူးသော ရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ် တို့ကို၊ ဝိနိဗ္ဗုတိတော - ထုတ်ချင်းလျှိုထွင်းအောင် ဖြိုခွဲ ဖျက်ဆီး၍၊ ဃနဝိနိဗ္ဗောဂေ - အစုအပေါင်း အစိုင်အခဲကို အသီးအခြား ပြုခြင်းကို၊ ကတေ-ပြုအပ်သည် ရှိသော်၊ ယာထာဝသရသတော - အကြင် ဟုတ်မှန်သော မိမိတို့၏ သဘောလက္ခဏာကို ထိုးထွင်း၍ သိသဖြင့်၊ အနတ္တလက္ခဏံ - အတ္တမှ ဆိတ်သုဉ်းသော လက္ခဏာသည်၊ ဥပဋ္ဌာတိ - ကောင်းစွာ ထင်လာရ၏။

အနတ္တသဘော

အထူးထူးသော ဓာတ်တို့ကို ဖြိုခွဲလိုခြင်း - တခဲနက်သော အစိုင်အခဲတို့ကို အသီးသီး ခွဲခွာလိုခြင်း - ထုနှက် ချေမှုန်းလိုခြင်း - အလိုဆန္ဒ အဇ္ဈာသယ ပြင်းထန်သော ယောဂီသုမြတ်သည် ရှေးဦးစွာ အထူးထူးသော ဓာတ်တို့ကို သာမည အားဖြင့်လည်းကောင်း အစိတ်အစိတ် အားဖြင့် လည်းကောင်း ဖြိုခွဲ ဖျက်ဆီး၍ ကြည့်ရှုရာ၏။ ကြည့်ရှုတတ်ပါမူကား တခဲနက်သော ဃနတို့ကိုလည်း (၀၂) သမူဟဃန, ကိစ္စဃန, အာရမ္မဏဃန တို့ကိုလည်း အသီးသီး ခွဲခွာနိုင်လေရကား -

အနတ္တလက္ခဏာသည် လေမုန်တိုင်း တည်းဟူသော ဝိရိယဖြင့် အင်ဇွာ အစရှိသော တိမ်တောင် တိမ်တိုက် တိမ်ပြေတို့ကို တိုက်လွှင့်စေရကား အနတ္တလက္ခဏာကို ကောင်းစွာ ရှုမြင်နိုင်သော အမောဟ တည်းဟူသော နေလုလင် ဖြစ်ပေါ်ထွန်းလင်းလာရတော့၏။ (ဤကား အနတ္တ လက္ခဏာတည်း။)

ဓာတ်တို့သည် သာမညအားဖြင့် ရုပ်ဓာတ်၊ နာမ်ဓာတ် ဟူ၍ ၂ - ပါး အပြား ရှိ၏။ ဝိသေသအားဖြင့် စိတ်၊ စေတ သိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန် ဟူ၍ ၄ - ပါး အပြား ရှိ၏။ ထို ၄ - ပါး တို့တွင် စိတ်သည် စက္ခုဝိညာဏဓာတ်၊ 'သောတဝိညာဏ ဓာတ်၊ သာနဝိညာဏဓာတ်၊ ဇီဝှာဝိညာဏဓာတ်၊ ကာယဝိညာ ဏဓာတ်၊ မနောဓာတ်၊ မနောဝိညာဏဓာတ်အားဖြင့် ၇ - ပါး၊ ရုပ်သည် စက္ခုဓာတ် စသော သြဋ္ဌာရိက ဓာတ် ၁၀ - ပါး၊ စေတသိက် ၅၂-ခု၊ သုခုမရုပ် ၁၆၊ နိဗ္ဗာန် ဟူသော ဓမ္မဓာတ်— ဤသို့အားဖြင့် နာမ်ဓာတ်သည် ၇ - ခုခွဲ၊ ရုပ်ဓာတ်သည် ၁၁ - ခုခွဲ ရှိ၏ ဟူ၍ သာမည ဝိသေသ ခွဲခြား စိတ်ဖြာ၍ သိအပ်၏။

အနတ္တလက္ခဏာ ထင်အောင် သမူဟ ဃနကိုဖြိုခွဲ

အကြင်ကာလ၌ စက္ခု၊ ရူပ၊ အာသောက မနသိကာရ= 'မျက်စိ၊ အာရုံ၊ အလင်း၊ နှလုံးသွင်းခြင်း တည်းဟူသော လေး ပါးသော အကြောင်း ပေါင်းဆုံသည် ရှိသော် - ပေါင်း၍ တခုသော အဆင်းကို မြင်လိုက်သည် ရှိသော် 'ငါ မြင်၏' ဟူ ၍ အဇ္ဈတ္တ အစွဲကို အတ္တ ပြုလိုက်၏။ 'လူကို မြင်၏ - တစ် တရာကို မြင်လိုက်၏' ဟူ၍ ဗဟိဒ္ဓအတ္တကို အစွဲပြုလိုက်၏။ ဤ ကဲ့သို့သော အမြင်မျိုး မြင်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး အနတ္တကို မမြင်နိုင်၊ အကြောင်းမှန်ကို ရှာသည်ရှိသော် မြင်အပ်သော လူသဏ္ဌာန် စသည် ရူပါရုံ အဆင်းမျှသာ ဖြစ်၍ မြင်တတ်သော ဝိညာဏ်စိတ်သည် စက္ခုဝိညာဏ်သာ ဖြစ်၏။ ငါ မြင်သည်လည်း မဟုတ်၊ လူလည်း မဟုတ်၊ အနတ္တသဘောချည်းသာ ဖြစ်၏။

အကြောင်း ၄ - ပါးတို့ကြောင့် ခဏမျှ ဖြစ်ပါလာသော ရုပ် ဓာတ် နာမ်ဓာတ် ရုပ်သဘော နာမ်သဘောတို့ကို မခွဲခြားနိုင်

ပါမူ သမ္မဟဿနသ ဖြစ်၏။ အနတ္တ မဆိုက်၊ သမ္မဟဿနကို အာနာပါန အလုပ်တရားဖြင့် ခဲ့ခြားသည် ရှိသော် အနတ္တသ ဖြစ်၏။ ဤအတူ -

ကိစ္စ သနကို ဖြိုခွဲ

- ၁ - မြင်တတ်သော စက္ခုဝိညာဏ်သည် - ဒဿနကိစ္စ
- ၂ - တွေ့ထိတတ်သော ဖဿသည် - ဖုဿနကိစ္စ
- ၃ - ခံစားတတ်သော ဝေဒနာသည် - ဝေဒယိတကိစ္စ
- ၄ - မှတ်တတ်သော သညာသည် - သညာနနကိစ္စ
- ၅ - စေ့ဆော်တတ်သော စေတနာသည် - စေတယိတကိစ္စ
- ၆ - တည်ကြည်တတ်သော ကေဂ္ဂတာသည် - ဓိတိကိစ္စ
- ၇ - စောင့်ရှောက်တတ်သော

ဇီဝိတိန္ဒြေသည် - ပါလနကိစ္စ

- ၈ - ဆင်ခြင်တတ်သော မနသိကာရသည် - အာဝဇ္ဇနကိစ္စ

ဤသို့လျှင် နာမ်ဓာတ် ၈ - ပါးတို့သည် သူ့ကိစ္စနှင့် သူ့ဆောင်ရွက်ကြကုန်၏။ နာမ်ဓာတ်များ ဆောင်ရွက်သလို ရုပ်ဓာတ် အသီးသီးတို့ကလည်း -

- ၁ - ပထဝီဓာတ်သည် ခိုင်ခံ့ခြင်း - ဌိတိကိစ္စ
- ၂ - အာပေါဓာတ်သည် ဖွဲ့ခြင်း - အာဗန္ဓနကိစ္စ
- ၃ - တေဇောဓာတ်သည် ရင့်ကျက်ခြင်း - ဇီရဏကိစ္စ
- ၄ - ဝါယောဓာတ်သည် တွန်းကန်လှုပ်ရှားခြင်း - စလနကိစ္စ

ဤသို့အားဖြင့် အသီးသီး ကိစ္စအား လျော်စွာ ဆောင်ရွက်ကြပါလျက် 'ငါ မြင်သည်-သူ မြင်သည်' ဟု ဖုံးလွှမ်းလျက်

ကိစ္စသနကို မခွဲခြားနိုင်သောကြောင့် အနတ္တလက္ခဏာကို မမြင်နိုင်ကုန်။

--

အာရမ္မဏ သနကို ပြိုခွဲ

ဤရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ် ၂ - ပါးတို့တွင် နာမ်ဓာတ်သည် အာရုံပြုတတ်သော အာရမ္မဏိက တရားမည်၏။ ရုပ်ဓာတ်သည် အာရုံ မပြုတတ်သော အနာရမ္မဏ တရားမည်၏။ ထို ၂ - ပါးတို့တွင် စက္ခုဝိညာဏ်သည် ရူပါရုံ အဆင်းကို မြင်လျက် အာရုံပြု၏။ ဖဿသည် တွေ့လျက် အာရုံပြု၏။ ဝေဒနာသည် ခံစားလျက် အာရုံပြု၏။ စေတနာသည် ပြုပြင်လျက် အာရုံပြု၏။ မနသိကာရသည် ဆင်ခြင်လျက် အာရုံပြု၏။ ဤသို့ အာရမ္မဏ အနာရမ္မဏ တရားတို့သည် ပေါင်းဆုံသည် ဖြစ်ပါလျက် ‘ငါ မြင်၏ - သူ မြင်၏’ ဟူ၍ အာရမ္မဏ သနကို မခွဲနိုင်သောကြောင့် အနတ္တကို မမြင်နိုင်။ အကြောင်းမှာကား တခုတည်းသော အာရုံကို မြင်သော အခိုက်အတန့်၌ ‘ငါ မြင်သည် - သူ မြင်သည်’ မဟုတ်။ ခန္ဓာ ၅ - ပါး ရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ် တရားတို့သည် သမူဟအားဖြင့် ပေါင်း၍ ကိစ္စအားဖြင့် ဆောင်ရွက်ခြင်း - အာရမ္မဏ တရားတို့သည် အာရုံပြုခြင်းမျှသာ ဖြစ်ကြလေသောကြောင့် စင်စစ် အနတ္တသာ ဖြစ်ပေ၏။ ‘ငါ မြင်သည် - သူ မြင်သည်’ မဟုတ်။ ခန္ဓာ ၅ - ပါး ရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ် တရားတို့၏ အမူအရာ မျှသာ ဖြစ်ချေ၏။

အထူးသတိထား

၁ - အနိစ္စလက္ခဏာကို ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင် ရှုမှတ်လိုသော ယောဂီသည် ပြဆိုခဲ့ပြီးသော သန္တတိ ငါးမျိုးကို မပြတ် ပြတ်

ရန် - မပျက် ပျက်ရန် - ရှုမှတ်မှသာ အနိစ္စ လက္ခဏာကို ပိုင်သည်။

၂ - ဒုက္ခလက္ခဏာကို အမိအရ ရှုမှတ်လိုသော ယောဂီသည် အကြမ်းစား ဣရိယာပုတ် ၄ - ပါ - အနုစား ဣရိယာပုတ် ၃ - ပါး - ပေါင်း ၇ - ပါးသော ဣရိယာပုတ်တို့၏ သဘောကို ပြဆိုခဲ့ပြီး ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းအတိုင်း ရှုမှတ်မှသာ ဒုက္ခလက္ခဏာကို ပိုင်သည်။

၃ - အနတ္တလက္ခဏာကို ပေါက်ရောက်အောင် ရှုမှတ်လိုသော ယောဂီသည် အထူးထူးသော ရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ် ထုတ်ချင်း လျှိုထွင်းအောင် အသီးသီး လေ့လာပြီးလျှင် ပြဆိုခဲ့သော သမ္မဟဿန၊ ကိစ္စဿန၊ အာရမ္မဏဿန - ဤသုံးပါးသော ဿနတို့ကို ပြုကွဲပျက်စီးအောင် ရှုသည်ရှိသော် အနတ္တလက္ခဏာကို ပိုင်သည်။

တာသု တာသု ဝိနိဗုဇ္ဈိတွာ ဒိဿမာနာသု ဟတ္ထေန ပရိမဇ္ဈိယမာနော ဖေဏပိဏ္ဍောဝိယ ဝိလယံ ဂစ္ဆန္တိ ဧတေ ဓမ္မာ ယထာပစ္စယံ ပဝတ္တမာနာ သုညာ ဓမ္မမတ္တာတိ အနတ္တလက္ခဏံ ပါကဋတရံ ဟောတိ။

တာသု တာသု - ထိုထိုသို့သော အထူးထူးသော ရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ်တို့ကို၊ ဝိနိဗုဇ္ဈိတွာ - ထုတ်ချင်း ထိုးထွင်း၍၊ ဒိဿမာနာသု - ကောင်းစွာ မြင်အပ်ကုန်သည် ရှိသော်၊ ဟတ္ထေန - လက်ဖြင့်၊ ပရိမဇ္ဈိယမာနော - ဆုပ်နယ် ချေဖျက်အပ်သော၊ ဖေဏပိဏ္ဍောဝိယ - ရေမြုပ်ဆိုင်ကြီး ကဲ့သို့၊ ဝိလယံ - အလိုအလျောက် ပျောက်ပျက်ခြင်းသို့၊ ဝါ - ငါ ဟူသော အတ္တ - ငါ၏ ဥစ္စာ ဟူသော အတ္တနိယတို့၏ ပျောက်ပျက်ခြင်းသို့၊ ဂစ္ဆန္တိ - ရောက်ရလေ

ကုန်၏။ ယထာပစ္စယံ—အကြောင်းအား လျော်စွာ၊ ပဝတ္တမာ
 နာ—ဖြစ်ပေါ်လာကုန် သာ၊ ဧတေ ဓမ္မာ—ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရ
 တို့သည်၊ သုညာ—ငါ ဟူသော အတ္တ - ငါ၏ ဥစ္စာ ဟူသော
 အတ္တနိယမှ သုဉ်းခဲ့ကုန်၏။ ဓမ္မမတ္တာ—ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သဘာဝမျှတို့
 သာလျှင်တည်း၊ ဣတိ—ဤသို့၊ အနတ္တလက္ခဏံ—အနတ္တလက္ခဏာ
 သည်၊ ယာထာဝသရသတော—ဟုတ်မှန်တိုင်းသော မိမိတို့၏
 သဘောလက္ခဏာကို ထိုးထွင်း၍ သိသဖြင့်၊ ဥပဋ္ဌာတိ—ဉာဏ်၌
 ကောင်းစွာ ထင်လာရ၏။ အနတ္တလက္ခဏံ—အနတ္တလက္ခဏာ
 သည်၊ ပါကဋ္ဌတရံ—အလွန်အလွန် ထင်ရှားသည်၊ ဟောတိ—
 ဖြစ်၏။

အနတ္တကို သနဗုံးလွှမ်းပုံ အလင်းပြဆိုခဏ်း ပြီး၏။

—

လက္ခဏာ ၃ - ပါး အလင်းပြခဏ်း

- ၁ - လက္ခဏာရေး ၃ - ပါးကို ထင်သောသူ တယောက်။
- ၂ - လက္ခဏာရေး ၃ - ပါးကို မြင်သောသူ တယောက်။
- ၃ - လက္ခဏာရေး ၃ - ပါးကို မြဲသောသူ တယောက်။

ဟူ၍ သုံးမျိုး သုံးစား ပြားလျက် ရှိ၏။ ထိုတွင် —

၁ - အန္ဓဗာလ ပုထုဇဉ်ကဏ်းတို့သည် ဆရာကောင်းတို့နှင့်
 တွေ့ကြုံပါသော်လည်း သန္တတိ အပိုင်းအခြား ပရိစ္ဆေဒ - လူရိယာ
 အပိုင်းအခြား ပရိစ္ဆေဒ - သန အပိုင်းအခြား ပရိစ္ဆေဒတို့ကို
 ခွဲခြားနိုင်ကြောင်း ဖြစ်သော ရုပ် နာမ် ခန္ဓာ အာယတန ဇာတ်
 သစ္စာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တို့ကို ကောင်းစွာ မသိမမြင်သည် ဖြစ်၍
 ထင်ရုံသာ ထင်နိုင်ကြ၏။ မမြင်နိုင်။

၂ - ကလျာဏ ပုထုဇဉ် ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်ကား ရုပ် နာမ် ခန္ဓာ စသည်တို့ကို ဆရာကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံရသဖြင့် ကောင်းစွာ ခွဲဝေနိုင်ရကား သန္တတိ စသည်တို့ကို ကောင်းစွာ ပိုင်းခြား ဝေဖန်နိုင်သည် ဖြစ်၍ ထင်လည်း ထင် - မြင်လည်း မြင်နိုင်ကုန်၏။ မြဲသာ မမြဲနိုင်ကုန်၊ ဆည်းပူးအပ်ပြီးသော ပါရမီ ဒဗ္ဗ သမ္ဘာရတို့နှင့် ပြည့်စုံသည် ဖြစ်၍ အောက်မဂ် ၃ - ပါးကို ဆွတ်ခူးနိုင်သော သောတာပန် သကဒါဂါမ် အနာဂါမ် အဖြစ် ဖြင့် အနိစ္စလက္ခဏာ အနတ္တလက္ခဏာ ၂ - ပါးကို ထင်လည်း ထင်နိုင်ကုန်၏။ မြင်လည်း မြင်နိုင်ကုန်၏။ မြဲလည်း မြဲနိုင်ကုန်၏။ ဒုက္ခလက္ခဏာကိုကား ထင်ရုံ မြင်ရုံမျှသာ မမြဲနိုင်ကုန်သေး။ အသေကွဲတို့သို့ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်မှ သာလျှင် လက္ခဏာရေး သုံးပါးတို့သည်ထင်လည်း မြင်လည်း မြဲလည်း ထင် မြင် မြဲကုန်၏။ ထို့ကြောင့် အလွန် ခက်ခဲသည်။ အလွန် နက်နဲသည်။ အလွန် သိမ်မွေ့သည်။ အလွန် သိနိုင်ခဲသည်။ ပညာ ရှိသူတို့သာ လိုက်နာ ကျင့်သုံးနိုင်ကုန်၏။

အကြောင်း အကျိုး သင်္ခါရ ၂ - ပါးကို မြင်အောင်ရှု

စုတိ ပဋိသန္ဓေ နှစ်ထွေသော အကြားတို့၌ မျက်စိ တမှိတ် ခန့်မျှ ရပ်နားခြင်း မရှိသည် ဖြစ်၍ ပျက်တတ်ကုန်၏။ ပျက်၍ ဖြစ်တတ်ကုန်၏။ အကြောင်းရင်းသာ မှန်ပါမှုကား ပြုပြင်တတ်သော အဝိဇ္ဇာ သင်္ခါရ တဏှာ ဥပါဒါန် ဘဝ ဟူသော အဘိသင်္ခါရတရားတို့ကို အနိစ္စ ဟုမြင်မှသာလျှင် အနိစ္စ ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ အကြောင်းသင်္ခါရ အနိစ္စ ဖြစ်ခဲ့လျှင် အကျိုးသင်္ခါရ ဖြစ်သည်။ ဝိညာဏ် နာမ် ရုပ် သဠာယတန ဖဿ ဝေဒနာ တို့သည် အမှန်မူချ အနိစ္စသာ ဖြစ်ရလေကုန်၏။ ထိုသို့ သင်္ခါရ ၂ - ပါးတို့၏

အနိစ္စအမှန် ကေန ဖြစ်ဟန်ကို ရှုမှတ်နိုင်သော ယောဂီ သူမုန်ကို သင်္ခါရ နယ်မှ လွတ်မြောက်ပြီးလျှင် သင်္ခါရ ကင်းသော ဝိသင်္ခါရ နယ်သို့ ကျရောက်ကြောင်း ကောင်းမြတ်သော ဒေသနာနည်း ဖြင့် အားထုတ်သည် ဖြစ်သောကြောင့် သောတာပန် ဟူ၍ပင် သမုတ်အပ်၏။ ထိုမှ တဆင့် သင်္ခါရ ၂ - ပါးတို့၏ အနိစ္စ ဖြစ် ဟန်ကို အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ထုံအပ်သည် ဖြစ်၍ သမ္မသန အစရှိသော ဝိပဿနာဉာဏ် ဆယ်တန်တို့၏ အားကို ကောင်းစွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါမူ -

အကြင်အခါ၌ အကြောင်း သင်္ခါရတို့၏ အနိစ္စသည် ခိုင်မြဲ စွာ ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ ထိုသို့ ဖြစ်ပေါ်လာသည် ရှိသော် အကြောင်းသင်္ခါရတို့သည် ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ခြင်းသို့ ရောက်ရကား ဧကတောဝုဠာနဉာဏ် ဟု ဆိုအပ်သော ဂေါတြဘူ - ထိုမှ တဆင့် မနေးမမြန် ထက်သန်သော ဇောအဟုန်ဖြင့် အကျိုး သင်္ခါရတို့၏ ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ပြန်ရကား ဥဘတောဝုဠာန ဉာဏ် ဟု ဆိုအပ်သော မင်္ဂသို့ တက်လှမ်းပြန်သောကြောင့် ထိုသို့ သော သူမုန်ကို သောတာပန် ဟူ၍ သမုတ်ရလေ၏။ ထိုသို့ အားဖြင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာရေး သုံးပါးကို ရှုဆင်ခြင် ရာ၌ အကြောင်း သင်္ခါရတို့သည် မချုပ်ငြိမ်းသမျှ ကာလပတ်လုံး ဖိုလ်သို့ မျက်မှောက် မပြုနိုင်၊ ဖိုလ်သို့ မျက်မှောက် မပြုနိုင်သမျှ ကာလပတ်လုံး အသင်္ခတဓာတ်သို့ ဆိုက်အောင် မရောက်နိုင်၊ ရောက်နိုင်ရန် အတွက် ညွှန်ပြခဲ့သည့် အတိုင်း သံသရာတည်းဟူ သော ဝဋ်ဆင်းရဲ ဝဲဩဿ ရေအယဉ်မှ ကေန ထွက်မြောက် လိုသော ယောဂီ သူမြတ်သည် အကြောင်း သင်္ခါရတို့၏ အနိစ္စ ကို ပဌာန ပြု၍ အကြောင်း သင်္ခါရတို့၏ အနိစ္စကို ရှုခြင်း -

အကျိုးသင်္ခါတို့၏ အနိစ္စကို ရှုခြင်း— ဤနှစ်တန်ကို အလေးပြု၍ ရှုခြင်းအားဖြင့် နှစ်ပါးသော ဝိပဿနာကို ဦးထိပ်ထားလျက် နှလုံးသွင်း ပွားများ ဆင်ခြင်ရာ၏။

—

ဆုံရ ကြုံရ ပေပြီ

အနိစ္စ စသော လက္ခဏာရေး သုံးပါးတို့ကို တဘဝပင် မဆို ထားဘဲဦး - ဘဝအရာ အထောင် ကြင်လည်ရငြားသော်လည်း အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ တရားတို့၏ သဘာဝ အမှန်ကို ကော် သိနိုင် ခဲ့လှ၏။ ဘုရား အစ ရှိသော သူတော်ကောင်း သူမုန် သူမြတ်တို့၏ ဟောကြားတော်မူအပ်သော အနိစ္စ စသော လက္ခဏာကို ကြား ရ နာရ ခဲ့၏။ ကြားနာရပါသော်လည်း အလွန် ယုံကြည်နိုင် ခဲ့၏။ ယုံကြည်ပါသော်လည်း အလွန် အားထုတ်နိုင်ခဲ့၏။ အား ထုတ်ပါသော်လည်း မဂ္ဂင်နှင့် အလွန် ညီညွတ်နိုင်ခဲ့၏။

သံသရာဘေးကို အလွန် ကြောက်လေ့ရှိသော ယောဂီ သည် ကြားနာရသော အခိုက်၌ လွန်စွာ အားထုတ်ခြင်းကို မဆုတ်မနစ် ပြုကြကုန်ရာ၏။ ထိုသို့ မဆုတ်မနစ် အားထုတ်သဖြင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာတို့ကို ကောင်းစွာ သိမြင်အပ်သည် ရှိသော် အလှုံ့ပြောင်ပြောင် တောက်သော မီးသည် မိမိ စွဲငှါ အပ်သော လောင်စာကိုလည်း လောင်ကျွမ်းစေ၏။ မီးတောက် ကိုလည်း ဖြစ်စေ၏။ ဤကဲ့သို့ အနိစ္စ စသော လက္ခဏာရေး သုံးပါးကို ကောင်းစွာ မြင်သော ယောဂီသည် အကုသိုလ် ကိုလည်း ပယ်ဖျောက် လောင်ကျွမ်းစေနိုင်၏။ ကုသိုလ်ဘုရား ကိုလည်း ကြီးပွား ပြန့်ပွားစေ၏။

ဥပမာ - တဦးတယောက်သော သူသည် ရူပါရုံ အဆင်းကို မြင်လိုက်သော အခါ လှ၏ ဟု ထင်လိုက်အံ့၊ အာသဝေါ တရားလေးပါးတို့တွင် ကာမာသဝ ခေါ် လောဘ ဖြစ်ပေါ်လာ ၏၊ ဤကဲ့သို့ လှလိုသည် ဖြစ်အံ့၊ ဘဝါသဝခေါ် လောဘ ဖြစ် ရပြန်၏၊ မိန်းမ ယောကျ်ား ထင်လိုက်အံ့၊ ဒိဋ္ဌာသဝ ခေါ် ဒိဋ္ဌိ ဖြစ်ပေါ်လာရ၏၊ ဤသို့ သုံးပါးသော အာသဝေါတရားတို့၏ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကို မသိလိုက်သည် ရှိသော် အဝိဇ္ဇာသဝ ခေါ် မောဟ ဖြစ်ပေါ်လာရ၏၊ ဖြစ်ပေါ်လာရာသည့် အာသဝေါ တရားတို့ကို ဖြစ်ပေါ်လာခိုက် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာ တို့ဖြင့် ရှုမှတ်လိုက်လျှင် အာသဝေါတရားတို့သည် ဆက်၍ ဖြစ်ပေါ်ခွင့် မရှိ၊ ချုပ်ငြိမ်း ရလေသကဲ့သို့ ကြွင်းသော အာရုံ ငါးပါးတို့သည်လည်း အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သာ ထင်ခဲ့ပါမူ ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ရလေကုန်၏။

အာရုံ ၆ - ပါးတို့တွင် တပါးပါးသော အာရုံ ဖြစ်ပေါ် လာခိုက် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သညာတို့ကို ကောင်းစွာ မမြင် သည် ဖြစ်အံ့၊ တဏှာ ၁၀၈ - တထောင်ငါးရာသော ကိလေသာ တို့သည် ထိုအာရုံ၌ ရပ်တည်ခြင်း မရှိ၊ ကပ်ငြိ စွဲကပ်ကုန်လျက် သံသရာ တည်းဟူသော ဝဋ်ဒုက္ခ ဝဲဩဃ ကိလေသာဝဋ်ကြောင့် ကမ္မဝဋ် - ကမ္မဝဋ်ကြောင့် ဝိပါကဝဋ် - ဝိပါကဝဋ်ကြောင့် ကိလေသာဝဋ် - ဤသို့ ပတ်ပတ်လည် ငှပ်ပိုးလျက် ရှိသော နှစ်ခု သော သန္တာန်ငယ်တို့သည် ဂင်္ဂါ ဝဲဩဃ၌ နှစ်မြုပ်ရာ သကဲ့သို့ လည်းကောင်း ဆုံလည်သော နှားသတ် ယန္တရား ချားရဟတ် ကဲ့သို့လည်းကောင်း ရပ်တည်ခြင်းမရှိ၊ ဘဝလမ်းမမြင် - ဘဝ၏ အဆုံးကို မမြင် - စုတိ ပဋိသန္ဓေ - ပဋိသန္ဓေ စုတိဖြင့် အကြိမ်

ကြိမ် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် အတန်တန် တပြောင်းတပြန် အလူး
အလဲ ခံစားကြကုန်လျက် ဖြစ်ကြကုန်၏။

အနိစ္စ စသော လက္ခဏာရေးကို ကောင်းစွာ မြင်သော
ယောဂီသည် ပြဆိုခဲ့သော ဝဋ်ဆင်းရဲ ဝဲဩဇာတို့မှ တွန့်လိပ်
ကင်းကွာလျက် ကိလေသာကိုယ်သည် မြေးသုက် ပိတ်ဖုံးခြင်း
မရှိရကား နိဗ္ဗာန် ဟူသော ဝိမုတ္တိရသကို ရရှိ ခံစားရလေ
သတည်း။

‘ ရှုပ် အနိစ္စ - ရှုပ်ပါရမ္မဏံ အနိစ္စ ’ အစရှိသော လက္ခဏာကို
ကောင်းစွာ ရိပ်စားမိခဲ့လျှင် ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်ရခြင်း -
ဝိမုတ္တိရသ ဂုဏ်ထူးကို ရရာခြင်း - ရှုပ်ရုံ အစရှိသော အာရုံ
၆ - ပါးတို့တွင် တပါးပါးသော အာရုံကို မသာယာခြင်း -
မဖောက်ပြန်ခြင်း - မှားသောအားဖြင့် မယူခြင်း ဟူသောဂုဏ်၊
သံသရာကို ချဲ့ထွင်ကြောင်း တရားတို့မှ ကင်းလျက် နိပ္ပဗ္ဗဂုဏ်၊
ဖိုလ် ဟူသော အတ္ထဂမ္ဘီရဂုဏ်၊ မဂ် ဟူသော ဓမ္မဂမ္ဘီရဂုဏ်၊
ဘဝစက်ကို ပြတတ်သော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဟူသော ဒေသနာ
ဂမ္ဘီရဂုဏ်၊ ခယ ဝယ ဟူသော ပဋိဝေဓဂမ္ဘီရဂုဏ်၊ ဤသို့
သော ဂုဏ်တို့ကို မျက်မှောက် ပြုရခြင်း တွေ့ရှိခံစားရခြင်း
ဟူသော သန္တိဋ္ဌိကဂုဏ်၊ အနိစ္စကို ရှုသည် ရှိသော် အနိစ္စကို
ရှုခိုက် ကိလေသာတို့၏ ဖြစ်ခွင့် အချိန်ကာလ မရှိ - အခါ
မလင့် အကျိုးပေးခွင့် ရှိသော အကာလိကဂုဏ်၊ အနိစ္စကို ရှုခိုက်
တဏှာချင်း ကိလေသာ၏ မရှိခြင်းကို ကြည့်နိုင်ရှုနိုင်ခွင့် ရှိသော
ဟိပဿိကဂုဏ်၊ ရဲရဲငြိသော အရောင်သည် ရဲရဲပြောင်သော
အလင်းနှင့် အနီးကပ် ရှိသကဲ့သို့ ကိလေသာတို့၏ မရှိခြင်းကို
မြင်ရ - ဉာဏ်အမြင် ကပ်ရခြင်း ဟူသော သြပါနေယျိကဂုဏ်၊

ကိုလေသာတို့၏ မရှိခြင်းကို မြင်ရ ကပ်ရ တွေ့ရခြင်းသည် သူတပါးအား မေးမြန်းဘွယ် မရှိ - မိမိရှု မိမိကိုယ်တိုင်ပင် မြင်ရ တွေ့ရခြင်း ဟူသော ပစ္စတ္တဝေဒိတဗ္ဗောဝိညူဟိဂုဏ် - ဤသို့ ဂုဏ်တော် ၆ - ပါးတို့ကို ကော် ရရာ ရကြောင်း ဖြစ်ရုံမျှ မက ထို့ထက်ပင် သာလွန် များမြတ်သော အကျိုးတရားများကား အနိစ္စလက္ခဏာကို မြင်ဆဲ ခဏ၌ ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ စသော -

၁ - သီလဝိသုဒ္ဓိ = သီလ တို့၏ စင်ကြယ်ခြင်း ကြောင့် သီလဝိသုဒ္ဓိလည်း ဖြစ်ပြန်၏။

၂ - စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ = စိတ်တို့၏ စင်ကြယ်ခြင်း ကြောင့် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ။

၃ - ခဉ္စိဝိသုဒ္ဓိ = အယူကို ပြောင့်မတ်စွာ ထားနိုင်ခြင်းကြောင့် ခဉ္စိ ဝိသုဒ္ဓိ။

၄ - ကင်္ခါဝိတရုဏဝိသုဒ္ဓိ = မြဲသလော မမြဲသလော ချမ်းသာသလော ဆင်းရဲ သလော ကိုယ် ဟုတ် သလော ကိုယ် မ ဟုတ် သလော ဟု ယုံမှား ကင်း ခြင်းကြောင့် ကင်္ခါဝိတရုဏဝိသုဒ္ဓိ။

၅ - မဂ္ဂါမဂ္ဂညဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ = သညာဝိပ္ပလ္လာသ အစ ရှိ သော ချွတ်ချော် ကိမ်းပါး သော ကုမ္မဂ္ဂပဋိပန္န ခေါ်

လမ်းလွဲ အကျင့်ကို လွှတ်၍
ပယ်၍ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ
ဟူသော မဂ္ဂပဋိပက္ခ လမ်း
စဉ်သို့ သက်ခြင်းကြောင့်
မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ။

၆ - ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ = လောကုတ္တရာ မဂ်၏ ရှေး
အဘို့၌ ဖြစ်သော ပဉ္စဂီက
မဂ်တို့ သည်လည်း လော
ကုတ္တရာ မဂ် နှင့် အလားတူ
အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဟူသော
အကျင့်မြတ်သည်ပင် ဖြစ်
သောကြောင့် ပ ဋိ ပ ဒါ
ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ။

ဤပြဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော ဝိမုတ္တိဂုဏ်၊ နိပ္ပပဉ္စဂုဏ်၊ ဂမ္ဘီရဂုဏ်၊
သုက္ခာတ စသောဂုဏ် ဝိသုဒ္ဓိ စသော ဂုဏ်တော်တို့ဖြင့် အနိစ္စ
စသော လက္ခဏာတို့သည် တင့်တယ် - အလွန် ကင်းတယ် - အထူး
သဖြင့် တင့်တယ်ကုန်ရကား ချီးမွမ်းဘွယ် ရှိပေစွာ၊ ခက်ခဲသည်
ဖြစ်ပေစွာ၊ အလွန်သိနိုင်သည် ဖြစ်ပေစွာ၊ တိဟိတ်ပဋိပက္ခ
ပညာဖြင့် ပညာရှိကုန်သောကမ္မဇပညာ ဝိပဿနာပညာ ပါဠိ
ဟာရိယပညာတို့နှင့် ပြည့်စုံသော သူမှန် သူမြတ်တို့၏ အရာ
ပေတည်း။

ထို့ကြောင့် အနိစ္စ အစရှိသော ဒေသနာမျိုး တို့၌ -
ရှေး သူမှန်သူမြတ်တို့သည် ‘အဘိက္ကန္တံ ဘော ဂေါတမ = ရှင်
ပင်ဘုရား - အလွန် နှစ်သက်ဖွယ် ရှိပေစွာတကား’ ဟု အံ့သြ

ချီးမွမ်း၍ ဥပမာ ထင်ရှား ဆိုရသော် မှောက်သော အိုးကို လှန်၍ ပြသကဲ့သို့ လည်းကောင်း ဖူးလွှမ်းသော ဥစ္စာကို လှုပ်၍ ပြသကဲ့သို့ လည်းကောင်း ခရီးမှားသော သူကို ခရီးမှန် လမ်းမှန် ရောက်အောင် ပြသကဲ့သို့ လည်းကောင်း အမိုက်မှောင်၌ နေသောသူကို ဆီမီး စသည်ဖြင့် ထွန်းပြသကဲ့သို့ လည်းကောင်း ဤဥပမာ လေးမျိုးတို့ဖြင့် ချီးကျူး အံ့အဲသော ဂုဏ်ကို ထုတ်ဖော်လျက် လက်စုံ ချီမိုး ရှိခိုး ပူဇော်ကြကုန်၏။ အဘယ်ကြောင့် ချီးကျူး ပူဇော်ကြကုန်သနည်း။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဟူ၍ ကောင်းစွာ ရှုမှတ်နိုင်သော ယောဂီသည် ထိုသို့ ဖြင့် ရှုမှတ်အပ်သော အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ တရားတို့၌ ကေနိ မုချ ပါရှိသည့် အကျိုးဂုဏ်တို့ကြောင့် ဖြစ်၏။

ဂုဏ်တို့ကား—

- ၁ - အာသဝ အစရှိသော အကုသိုလ်တို့၏ အပြစ်ကင်းခြင်းဂုဏ်၊
- ၂ - မရဘူးသေးသော ကျင့်ဆဲ သေက္ခမေတို့ကို ရခြင်းဂုဏ်၊
- ၃ - အစမထင်သော သံသရာမှ စ၍ မဖြစ်ဘူးသေး မရဘူးသေး ယေုံကြည်ဘူးသေးသော သဒ္ဓါယုံကြည်မှုကို ရခြင်းဂုဏ်၊
- ၄ - မရဘူးသေးသော ဝိပဿနာပညာ ဖော်ပညာတို့ကို ရရှိစေနိုင်ခြင်းဂုဏ်၊
- ၅ - သံသရာမှ ထွက်မြောက်ကြောင်း ကောင်းပြတ်သော အဟေတ္တဖိုလ် အကျိုးကို ရရှိနိုင်ခြင်းဂုဏ်။

- ၆ - ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင် ဟောကြားတော်မူအပ်သော ဒေသနာတို့ကို သိနိုင်ခြင်းဂုဏ်၊
- ၇ - နက်နဲစွာ သိနိုင်ခြင်းဂုဏ်၊
- ၈ - ပေါ်လွင် ထင်ရှားသောဂုဏ်၊
- ၉ - ကြားနာလွယ်သောဂုဏ်၊
- ၁၀ - နှလုံးသို့ သက်ဝင်လွယ်သောဂုဏ်၊
- ၁၁ - မိမိ ကိုယ်ကို ချီးမြှောက်ခြင်း မရှိ - တရားတော်၏ အကျိုးကိုသာ ထုတ်ဖော် ဟောပြောတော်မူခြင်းဂုဏ်၊
- ၁၂ - သူတပါးတို့အား ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချခြင်း မရှိမူ၍ တရားတော်၏ သဘောကိုသာ ဟောပြောတော်မူခြင်းဂုဏ်၊
- ၁၃ - လှ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့အား သနားတော်မူခြင်းဂုဏ်၊
- ၁၄ - အနိစ္စ စသော တရားတို့ကို သိအောင်တော်မူသောဂုဏ်၊
- ၁၅ - ကြားနာရသူတို့ကို ရှင်ပြစေနိုင်သောဂုဏ်၊
- ၁၆ - မာန်ရစ်ခြင်းကို ပယ်ချနိုင်သောဂုဏ်၊
- ၁၇ - ချမ်းသာ မှန်သမျှကို ပေးစွမ်းနိုင်သောဂုဏ်၊
- ၁၈ - လက်ပေါ်တင်ထားသော ပတ္တမြားကဲ့သို့ ထင်ထင်ရှားရှား အကျိုးစီးပွားကို ပေးစွမ်းနိုင်သောဂုဏ်၊

ဤသို့ ဆိုအပ်ပြီးသော ဂုဏ်တော် အထပ်ထပ်တို့ဖြင့် ပြည့်စုံလှသော အနိစ္စဒေသနာ ဒုက္ခဒေသနာ အနတ္တဒေသနာတော်၌ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ဆွတ်ခူးနိုင်ကြပေကုန်သော အရိယာ သုမ္မန် ပညာရှင် ဂုဏ်တော်ရှင်တို့ ယှဉ် မြတ်စွာဘုရား အပေါ်၌ ချီးကျူးအံ့ဩ ကျေးဇူးဆပ်၍ မဆုံးနိုင်ကုန်တော့သတည်း။

လက္ခဏာ နှင့် ပုဂ္ဂိုလ်
သိကောင်းသည်

၁ - ဩဠိယ န ပုဂ္ဂိုလ် - ထိုင်း မှိုင်း လေးကံ ဉာဏ်ပဋိဘာန်
လျော့နည်း ပါးရှားသည့် အတွက် လက္ခဏာကို
မမြင်။

၂ - အတိခာဝန ပုဂ္ဂိုလ် - တည်ငြိမ်မှု ရပ်တည်မှု ထောက်
တည်မှု ကိုးစားမှု မရှိ အလွန် ပြေးလွှားသည့်
အတွက် လက္ခဏာကို မမြင်။

၃ - စက္ခုမန္တ ပုဂ္ဂိုလ် - ဉာဏ်အမြင်ရှင်းသည့် အတွက် လက္ခဏာ
ကိုမြင်။

အထင်အရှား ပြဆိုရသော် ၁ - ၂ - ပုဂ္ဂိုလ် ၂ - ယောက်
ဘို့သည် တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေပင် နေငြားသော်လည်း လက္ခဏာရေး
သုံးပါးကို ထိုးသွင်း၍ မသိနိုင်ကြကုန်၊ နောက်၌ ထင်ရှား
ပြလတံ့။

—

လက္ခဏာ (ပဋိဝေဓ) ထိုးတွင်းဉာဏ်

ပက္ခန္ဓနဓာတ်။ ။ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင် ဟောကြား
တော်မူအပ်သော ‘ ရူပံ အနိစ္စံ ’ အစရှိသော ဒေသနာ
မြတ်ကို ကြားသိရသည်နှင့် တပြိုင်နက် ကြားသိရသော ထိုသူ
တို့၏ စိတ်သည် ‘ ဪ...ငါ့အား သံသရာမှ လွတ်မြောက်
ကြောင်း ကောင်းမြတ်သော ဒေသနာတော်ကို ကြားသိရပေပြီ၊
ကိုးကွယ်ရာကို ရပေပြီ၊ ပုံးအောင်းရာကို ရပေပြီ၊ လည်းလျောင်း
ရာကို ရပေပြီ ’ ဟု ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူအပ်

သော ဒေသနာတော်၌ သက်ဝင် ယုံကြည်၍ နိဗ္ဗာန်ကို ကိုင်းစေ ရှိခြင်းစေ ဝှမ်းစေတတ်သော စိတ်ဖြင့် သက်ဝင် ယုံကြည်၏။ တောင်ဖျားမှ စီးဆင်းလာသော ရေသည် သမုဒ္ဒရာသို့ ရှေးရှု စီးဆင်းလာသကဲ့သို့ မိမိ၏ အားထုတ်လျက် ရှိသော စိတ်ကို သမုဒ္ဒရာနှင့် တူသော နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်အောင် အနိစ္စဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာတို့ဖြင့် စီးဆင်းစေရာ၏။

ပဿိဒီဇာတ်။ ။ ‘ရူပံ အနိစ္စံ’ အစရှိသော ဒေသနာတော် မြတ်ကို ကြားသိရသော အခါမှ စ၍ အနိစ္စတိုက်သော သဘာဝ ဟူသမျှသည် နိစ္စ သုခ အတ္တ သညာ သုံးပါးတို့ကို မသက်ဝင် မရောနှောစေမူ၍ ဝိပုလ္လာသ ခေါ် ဖောက်ပြန်မှု မှန်သမျှတို့ကို သန့်ရှင်း စင်ကြယ်စေလျက် လွန်စွာမှ ကြည်သော ဝိပဿနာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်သည် ကောင်းစွာ တည်လာ၏။ ဥပမာအားဖြင့်— စကြာမင်း၏ ပတ္တမြားရတနာသည် မည်မျှလောက်ပင် နောက် ကျိသော ရေကိုပင်သော်လည်း ကြည်လင် စေနိုင် သကဲ့သို့ ယုတ်ညံ့ ဆိုးဝါးသော ဝိပုလ္လာသ ကိလေသာတရား မှန်သမျှ တို့ကို ပယ်ရှား သုခသင်၍ ဝိပဿနာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်သည် ကောင်းစွာ ကြည်လင်စေနိုင်ရာ၏။ ဩဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၊ အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ် ၂ - ဦးတို့သည်ကား ထိုကဲ့သို့ မကြည်နိုင်ကုန်။

သံဋ္ဌိတိဇာတ်။ ။ ‘ရူပံ အနိစ္စံ’ အစရှိသော ဒေသနာမြတ် ကို ကြားသိသော အခါမှ စ၍ မိမိစိတ်၌ မြဲမြံ တည်တံ့စွာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ် အမြင်သည် တည်လာ၏။ ဥပမာအားဖြင့်— အလျား ရှစ်တောင် အစောက် သုံးယူဇနာ ရှိသော ကျောက် တိုင်တန်းကို မြေ၌ ထက်ဝက် မြုပ်အောင် စိုက်ထားအပ်သည် ရှိသော် အရပ် ဆယ်မျက်နှာမှ လာသော မုန်တိုင်းတို့သည်

မည်မျှပင် တိုက်ခတ် တိုးဝှေ့ကြငြားသော်လည်း တုံ့လှုပ် ယိမ်း
ယိုင်ခြင်း မရှိသကဲ့သို့ ရှုမှတ်လျက် ရှိသော မိမိ၏ စိတ်ကို အနိစ္စ
သညာမှတစ်ပါး နိစ္စသညာသို့လည်းကောင်း ဒုက္ခသညာမှ တစ်ပါး
သုခသညာသို့လည်းကောင်း အနတ္တသညာမှတစ်ပါး အတ္တသညာ
သို့လည်းကောင်း လှုပ်ရှား ပြောင်းရွှေ့ခြင်း မရှိ၊ မြဲမြံတည်တံ့
စေနိုင်ရ၏။ သြဠိယနပုဂ္ဂိုလ်၊ အတိဝေဝန ပုဂ္ဂိုလ်ကား ထိုကဲ့သို့
မတည်တံ့နိုင်ကုန်။

အဓိမုတ္တိဓာတ်။ ။ ‘ရူပံ အနိစ္စံ’ အ.မရှိသော ဒေသနာ
တော်မြတ်ကို ကြားသိသော အခါမှ စ၍ ဒွါရ ၆ - ပါး - အာရုံ
၆ - ပါး ဟူသမျှသည် နိစ္စအာရုံ သုခအာရုံ အတ္တအာရုံ တစ်ပါး
သို့ မသွားမူ၍ အနိစ္စအာရုံ ဒုက္ခအာရုံ အနတ္တအာရုံသို့
သွားလျှင် မြဲမြံစွာ စေလွှတ်ထားနိုင်၏။ ဥပမာအားဖြင့်—
တောအုပ်မှ ဖမ်းယူလာသော သမင်ရိုင်း၊ ငှက်ရိုင်းတို့ကို မြဲစွာ
ကိုင်လျက် ဖမ်းယူခဲ့ပြီးလျှင် သနားသောအားဖြင့် လွှတ်လိုက်
သည်ရှိသော် ငှက်မုဆိုး၊ သားမုဆိုးတို့၏ အိမ်ကို ပြန်လာခြင်း
မရှိ တခါတည်း ထွက်ပြေးသကဲ့သို့ ရှုမှတ်သော ယောဂီ၏
စိတ်ကို နိစ္စသညာ သုခသညာ အတ္တသညာသို့ တဖန် ပြန်၍
မလာတော့ပြီ။ တခါတည်း ကြီးသော အကြောင်းတရားများ
ကို ချုပ်စေခဲ့ပြီးသော် အကြောင်းငယ်များကို ချုပ်စေရ၏။
အကြောင်းငယ်များ ချုပ်စေပြီးနောက် အကြောင်းကြီးများ
ချုပ်စေရ၏။ ဣရိယာပုတ်ကြီး သေးပါး - ဣရိယာပုတ်ငယ်
သုံးပါးတို့ ကဲ့သို့ ကြီးကြီး ငယ်ငယ်သော အကြောင်းတရား
မှန်သမျှတို့ကို ချုပ်ငြိမ်းစေသဖြင့် နိဗ္ဗာန် တိုင်အောင် စေလွှတ်

နိုင်ရာ၏။ သြဠိယနပုဂ္ဂိုလ်၊ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်တို့ကား ထိုကဲ့သို့ မစေလွှတ်နိုင်ကြကုန်။

သြဠိယန ပုဂ္ဂိုလ် အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ် ၂ - ယောက်တို့သည် အနိစ္စ စသော ဒေသနာတော်မြတ်ကို ကြားနာရပါသော်လည်း မယုံကြည်နိုင်၊ ယုံကြည်ပါသော်လည်း မမြဲနိုင်၊ မြဲနိုင်ပါသော်လည်း နိဗ္ဗာန်တိုင်အောင် မစေလွှတ်နိုင်ကြကုန်။

သြဠိယနပုဂ္ဂိုလ်၏ သဘောမူကား သဿတဒိဋ္ဌိနှင့် အမြဲ ယှဉ်နေတတ်ကုန်၏။ အဘယ်ကဲ့သို့ ယှဉ်နေပါသနည်း၊ ‘ဪ... ငါသည် ရှေးကလည်း လူဖြစ်ခဲ့ဘူးလှပြီ၊ ယခုလည်း ဖြစ်ဆဲ နောင်လည်း ဖြစ်လိမ့်၊ ဤနည်းအတူ မိမိသည်လည်းကောင်း အခြားသူသည် လည်းကောင်း နတ်ဖြစ်သည် ဗြဟ္မာ ငရဲ တိရစ္ဆာန် မင်း ပုဏ္ဏား ရသေ့ ရဟန်း ဖြစ်သည် စသည်ဖြင့် မရှိတရားတို့ကို ရှိသကဲ့သို့ ယူတတ်ကုန်သည်။ ကျောက်တောင် ကျောက်ခဲ အိမ် ကျောင်း ရေတွင်း ရေကန် အဝတ် ပုဆိုး စသော အသက်မရှိသော အဝိညာဏက ဝတ္ထုမျိုး ဟူသမျှတို့၌ မရှိသည်ကို ရှိယောင်မူသကဲ့သို့ ယူငင်သုံးစွဲ ပြောဆိုတတ်ကြကုန်၏။ ထိုကဲ့သို့ ယူငင် သုံးစွဲ ပြောဆိုကြသော သူတို့သည် အမိဝမ်းတွင်းမှ စက္ခုအလင်းကို မရသော သူကန်းကို စက္ခုအလင်း ရသော သူမိုက်တို့က ‘နေသည် အနောက်မှ ထွက်သည်၊ အရှေ့သို့ ဝင်သည်၊ တောင်မှ ထွက်၍ မြောက်သို့ ဝင်သည်’ ဟု ပြောဆိုကြလျှင် ဟုတ်ပေလိမ့်မည် ဟု မှတ်ယူ ယုံကြည် သုံးစွဲ ပြောဆိုသကဲ့သို့ ရှေးရှေးသော သဿတဒိဋ္ဌိ အယူရှိနှင့်သော သြဠိယန ပုဂ္ဂိုလ်တို့က ပြောဆိုခဲ့လျှင် ပညာ သညာ ဟူ၍ စက္ခုအလင်း မရှိသော နောက်နောက်သော သြဠိယန

ပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် ယုံကြည် သုံးစွဲ မှတ်ယူ ပြောဆိုကြကုန်၏။
 ထိုသြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ဘုရား အစရှိသော သူတော်ကောင်း
 တို့သည် ကျွတ်တန်းသို့ ဝင်အောင် တာဝန်မယူနိုင်ကုန်။

ဘတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သဘော

ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိနှင့် အမြဲမပြတ် ယှဉ်၍ ယူငင်
 သုံးစွဲ ပြောဆိုတတ်ကြကုန်၏။ မရှိသည်ကို မရှိ မရှိ ဟူသော
 အယူဝါဒဖြင့် အယောင်ဆောင် ပြောဆို သုံးစွဲကြကုန်၏။
 လူသေသည် · နတ်သေသည် · ကျွဲ နွားသေသည် · သူသေသည် ·
 ငါသေသည် · အစရှိသည်ဖြင့် သဇီဝ အသက်ရှိသော သတ္တဝါ
 တို့၏ ပျက်စီးခြင်း၌ လည်းကောင်း၊ သစ်ပင် တော တောင်
 ရေ မြေ အဝတ် ပုဆိုး စသည်တို့သည် စုတ်ပြတ် ပျက်စီးကုန်၏
 စသည်ဖြင့် အသက် မရှိသော နိဇ္ဇီဝတို့သည် လည်းကောင်း
 ‘ငါသည် လူ နတ် ဗြဟ္မာ အပါယ်တို့၌ မဖြစ်လို့ · ဤဘဝမှ
 သေသော် ဘာမျှ မဖြစ်သော် တော်ပြီ’ စသည်ဖြင့် မရှိသော
 ဝတ္ထု အမျိုးမျိုးတို့ကို မရှိသော အမူအယာဖြင့် ယူငင် သုံးစွဲ
 ပြောဆိုတတ်ကုန်၏။ ထိုသို့ ပြောဆိုတတ်ကုန်သော သူတို့သည်
 အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်တို့ မည်ကုန်၏။ ဤလောက၌ ငါ့ အဖိုး
 အဖွား အမေ အဖေ ညီအကို မောင်နှမ သားသမီး စသည်
 တို့သည် သေကုန်၏ · စသည်ဖြင့် ယူငင် သုံးစွဲ ပြောဆိုကြခြင်း
 သည်လည်း အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်တို့ပင်တည်း။ ထိုအတိဓာဝန
 ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတို့၏ သဘောကို ကောင်းစွာ
 မသိ မမြင်ကြလေသောကြောင့် ယူငင် သုံးစွဲ အကျိုးလွဲ
 ပြောဆိုကြကုန်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့ကိုလည်း ဘုရား အစရှိသော

သုတော်ကောင်းတို့သည် အကျွတ်တရားကို ရအောင် ဟောကြား ဆုံးမတော် မမူနိုင်ကုန်။

စက္ခုမန္တ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သဘော

ပညာ တည်းဟူသော မျက်စိနှင့် ပြည့်စုံသောသူကို စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်ဟူ၍ မှတ်အပ်၏။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဆရာကောင်းနှင့် တွေ့ကြုံသောနေ့က စ၍ ကောင်းသော တရားကို ကြားနာရ၏။ ကြားနာ၍ နှလုံးသွင်းခြင်း စသည်ဖြင့် သုတော်ကောင်းကို မှီဝဲရခြင်း - သုတော်ကောင်းတရားကို ကြား နာ ရ ခြင်း - အသင့်အားဖြင့် နှလုံးသွင်းနိုင်ခြင်း - မဂ် ဖိုလ် အား လျော်သော အကျင့်ကို ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်ခြင်း-ဟူသော တရားတို့နှင့် ပြည့်စုံလုံလောက်ခြင်း ရှိကြကုန်၏။ သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၊ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်တို့ ယူငင် သုံးစွဲ အထင်လွဲ၍ ပြောဆိုကြသော စကားအမူအယာကို ကြားနာရခြင်း - မြင်ရခြင်း - တွေ့ကြုံရခြင်း ရှိပါငြားသော်လည်း ၎င်းတို့ အယူကို မယူ၊ အကြောင်းမှာမူ သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်တို့က လူဖြစ်သည်ဟု ဆို၏။ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်တို့က လူသေသည်ဟု ဆို၏။ ထိုစကားကို ကြားသော်လည်း စက္ခုမန္တ ပုဂ္ဂိုလ်တို့က အဘယ်မှာ လူဖြစ်အံ့နည်း၊ အဘယ်မှာ လူသေအံ့နည်း။

ရှင်တော်ဘုရား၏ အယူဝါဒ

အဝိဇ္ဇာ သင်္ခါရ တဏှာ ဥပါဒါန် ဘဝ ဟူသော အကြောင်းတရား မကင်းသောကြောင့် ဝိညာဏ် နာမ် ရုပ် သဠာယတန ဖဿ ဝေဒနာ ဟူသော အကျိုးတို့၏ ဖြစ်ခြင်းမျှသာ ဖြစ်ချေ၏။ အကြောင်းတရားတို့ကြောင့် အကျိုးတရားတို့ ဖြစ်ပေါ်လာရ

သည်ကို ဖြစ်မှန်း မသိကြချေ။ လူဖြစ်သည်ဟု ယူကြကုန်၏။ အကျိုးတရားတို့၏ အကြောင်းကား ရှိသလော၊ ဖြစ်၍ ချုပ်ငြိမ်း ကြသည်ကို လူသေသည်ဟု ယူကြကုန်၏။ အကျိုးတရားတို့၏ အနိစ္စသဘာဝ ဇရာ မရဏတို့၏ သဘာဝမျှသာတည်း။ ဟုတ်မှန်သော သဘောကို ဟုတ်မှန်သော ပညာမျက်စိဖြင့် ကြည့်ရှုသည် ရှိသော် လူဖြစ်သည်ကိုလည်း မမြင်ရ လူသေသည်ကိုလည်း မမြင်ရ အကြောင်းအကျိုးတို့၏ အစဉ်မပြတ် စပ်၍ အနိစ္စတို့၏ ဖြစ်ခြင်းမျှကိုသာလျှင် မြင်တော်မူကြကုန်၏။ ထို့အတူ နတ်ဖြစ်သည် နတ်သေသည် ဗြဟ္မာဖြစ်သည် ဗြဟ္မာသေသည် ဟူရာ၌လည်း လူတိုင်း အလုံးစုံတို့၌ ရှုမှတ် ဆင်ခြင် (ဉာဏ်) အတိုင်း အတာ ပြုအပ်ကုန်၏။

ဤနည်းကို မိုး၍ အသက်ရှိသော သဝိညာဏက ဟူသမျှတို့သည် အကြောင်းအကျိုး ဖြစ်၍ အကျိုးတရားတို့၏ အနိစ္စဇရာ မရဏ ဖြစ်ဟန်ကို ကေနံ သိကြလေ၏။ အသက်မရှိသော အဝိညာဏက ဖြစ်သော သစ်ပင်မျိုးစုံ တော တောင် ရေ မြေ မီး စသည်တို့၌လည်း သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၊ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အလိုကား သစ်ပင် ဖြစ်သည် - သစ်ပင် သေသည် - စပါးပင် နွယ်ပင် ဖြစ်သည် - သေသည် - မီးတောက်သည် - မီးသေသည် - လေလာသည် - မလာသည် - နေပူသည် - နေမပူသည် - မိုးရွာသည် - မိုးမရွာသည် စသည်ဖြင့် သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၊ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ မှားသော အယူ အစွဲကို ကေနံ အမှန် ထင်မှတ်ကြပြီးလျှင် ယူငင် သုံးစွဲ ပြောဆိုတတ်ကြကုန်၏။

စက္ခုမန္တ ဉာဏ်အမြင်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကား ဥတု , မျိုးစေ့ ,

မြေ ဟူသော သုံးပါးသော အကြောင်းတို့ကြောင့် ပထဝီ အစရှိသော အဋ္ဌကလာပ် ရုပ် ရှစ်ခု တို့သည် အနိစ္စသဘာဝ ဒုက္ခသဘာဝ အနတ္တသဘာဝ မျှသာတည်း။ စင်စစ်အားဖြင့် သစ်ပင် ဖြစ်သည် - သစ်ပင် သေသည် မဟုတ်။ ဥတုဇ ဟူသော အကြောင်းကြောင့် ဥတုဇ ဟူသော အကျိုးတို့သည် ယထာ ရဟ ဖြစ်ကြကုန်၍ ချုပ်ကြရလေကုန်၏။ အမှန်ကို ယူငင် သုံးစွဲ ပြောဆိုခြင်းကား စက္ခုမန္တ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သဘောတည်း။

ဩဠိယနပုဂ္ဂိုလ်၊ အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အယူ ဖြစ်သော သဿတဒိဋ္ဌိ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် မှမ်းမံ ထုံမှမ်းအင်သော မိစ္ဆာ ဒိဋ္ဌိ ပေါင်းစုံ အယူ - ဘုရား အစရှိသော သူတော်ကောင်းတို့ သည် ဟောဖော်ညွှန်းပြ ဆိုဆုံးမအပ်သော တရားတော်ကို ကြားနာရ၍ ဤအယူကား ဩဠိယန ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အယူတည်း - ဤအယူကား အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အယူတည်း ဟု အမှန် ကိုသိသော ယထာဘူတဉာဏ်၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်၊ ဝယဉာဏ် သုံးပါး တို့တွင် တပါးပါးသော သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်အမြင်ဖြင့် ကောင်းစွာ မြင်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် စက္ခုမန္တ ဉာဏ်အမြင်နှင့် ပြည့်စုံ လောက်သောသူ မည်၏။

—
အကြောင်း အကျိုး ဆိုက်ဟန်

ရူပါရုံ၌ ခဲ့ပြချက်

၁ - အကြင်အခါ၌ တစုံတခုသော ရူပါရုံ အဆင်းကို မြင် သည်ရှိသော် သူ့ကို ငါ မြင်သည် ထင်အံ့ (သဿတဒိဋ္ဌိ အယူ) ဩဠိယန ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်၏။ သူ့ကို ငါ မမြင် ဟု ထင်အံ့ (ဥစ္ဆေဒ အယူ) အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်၏။

၂ - အကြင်အခါ တစုံတခုသော ရူပါရုံ အဆင်းကို မြင် သည်ရှိသော် သူ့ကို ငါ မမြင် ဟု ထင်အံ့ (ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အယူ) အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်၏။

၃ - အကြင်အခါ တစုံတခုသော ရူပါရုံ အဆင်းကို မြင် သည်ရှိသော် ‘ ဪ...မြင်ရခြင်းသည် အမြင် ဟူသည် ရူပါရုံ အဆင်း ရုပ် နှင့် စက္ခုပသာဒ မျက်စိ အကြည်ရုပ်တို့ ကိရိက် ကြကုန်၏။ စက္ခုဝိညာဏ် နာမ်က ရူပါရုံ အဆင်းကို မြင် သည်။ မြင်သော အခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ် နာမ်တို့ သည် မြင်သော ဝိညာဏ် အခိုက်၌ပင်လျှင် ချုပ်ငြိမ်း ကွယ် ပျောက်ကြလေသောကြောင့် မမြဲပါတကား။ အနိစ္စ ဆင်းရဲလှ ချေ၏။ ဒုက္ခ ပိုင်စိုး ပိုင်ရ အတည်မကျ အနတ္တ ’ ဟု ကောင်း စွာ သိမှတ်နိုင်ခြင်းသည် စက္ခုမန္တ ပုဂ္ဂိုလ်၏ ဉာဏ်အမြင် ကေန ဖြစ်လေ၏။

ဤကဲ့သို့ ရူပါရုံ ဒိဋ္ဌိ သုံးမျိုး - ပုဂ္ဂိုလ်သုံးမျိုး - လက္ခဏာ သုံးပါးကို ခွဲခြားသည့် နည်းတူ ကြွင်းကျန်နေသေးသည့် လူ နတ် ဗြဟ္မာ ခွေး ဝက် ငှက် ကြက် ဆင် မြင်း ကျွဲ နွား အစရှိ သော အသက်ရှိသော သဝိညာဏက ဝတ္ထုမျိုးကို မြင်ရာ၌ လည်းကောင်း သစ်ပင် တော တောင် အိမ် ကျောင်း ရေတွင်း ရေကန် အဝတ် ပုဆိုး ရေ မြေ လေ နေပူ ကြယ် လနက္ခတ် တာရာ ဆွဲကြိုး နားပျောင်း လက်စွပ် နံ့သာ အစရှိသော အသက်မရှိသော သဝိညာဏ ဝတ္ထုမျိုး မှန်သမျှတို့ကို မြင်ရာ၌ လည်းကောင်း ခွဲခြား သိကြလေ။

သဒ္ဓါရုံ၌ ခဲ့ပြချက်

သဒ္ဓါရုံ အသံသည် ဥပမာအားဖြင့် လူသံကို ကြားလိုက်အံ့၊
 သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၏ သဿဘဒိဋ္ဌိ အယူဖြင့် ကြားသည် မည်၏။
 လူသံကို မကြားအံ့၊ အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ်၏ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အယူ
 ဖြင့် ကြားသည် မည်၏။ ကြားခြင်းသည် သဒ္ဓါရုံ အသံ နှင့်
 သောတပသာဒ အကြည်ဓာတ်ရုပ် ထိခိုက်၍ သောတဝိညာဏ်
 နာမ်က ကြားသည်။ ကြားသော ခဏ၌ ဖြစ်ပေါ်လာသည့်
 ရုပ် နာမ် တို့သည် ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ရမည် အမှန်သာ
 တည်း။ ဟု အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တကို ကောင်းစွာ သိအပ်ရကား
 ထိုသို့ သိရခြင်းသည်ပင် စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်၏ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်အမြင်
 ပင်သာတည်း။ ဤနည်းအတူ အသက်ရှိသော ကြက်သံ ဝက်သံ
 စသည့် တိရစ္ဆာန်တို့၏ အသံကို ကြားရာ၌လည်းကောင်း စည်သံ
 စောင်းသံ ယာဉ်သံ ဟူကုန်သော သက်သံတို့၏ အသံကို ကြား
 ရာ၌လည်းကောင်း ပြဆိုခဲ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ် သုံးစားတို့၏ ဒိဋ္ဌိ
 အပြားတို့ကို သိအပ်ကုန်၏။

ဂန္ဓာရုံ၌ ခဲ့ပြချက်

အနံ့ကို နံသော အခိုက်၌ လူနံ့ ဟု ထင်မှု သြဋ္ဌိယန ပုဂ္ဂိုလ်
 တို့၏ သဿတ - လူ၏ အနံ့ မနံ ဟု ထင်မှု အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ်
 တို့၏ ဥစ္ဆေဒအယူ - အနံ့ကို နံရာ၌ ဂန္ဓာရုံအနံ့နှင့် ဃာန
 ပသာဒ နှာခေါင်း၏ အကြည်ဓာတ် ရုပ်တို့ ထိခိုက်သော
 အခါ ဃာနဝိညာဏ်က နံသည်။ နံသော အခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်
 လာကြသည့် ရုပ် နာမ် တို့သည် ချုပ်ငြိမ်းကြသည်သာတည်း
 ဟု အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာကို ပေါ်လွင် ထင်ရှားစွာ
 သိအပ်သည်ရှိသော် စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်၏ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်အမြင်

ပင် ဖြစ်လေ၏။ ဤနည်း အတူ သာလျှင် ဆင် မြင်း ကျဲ နွား တို့၏ သက်ရှိ အနံ့ကို နံရာ၌လည်းကောင်း ပန်း ရေမွှေး နံ့သာမျိုးစုံတို့၏ သက်မဲ့ အနံ့ကို နံရာ၌လည်းကောင်း ပြဆို ခဲ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ် သုံးစားတို့၏ ဒိဋ္ဌိ အပြားတို့ကို သိကုန် ရာ၏။

ရသာရုံ၌ ခဲ့ပြချက်

အရသာကို စားသော အခိုက်၌ သကြား သကာကို စား သည် ဟု ထင်ပါမှုကား ဩဠိယနုပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သဘာဝအယူ - သကြား သကာကို မစားဟု ထင်မှု အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ဥစ္ဆေဒအယူ ဟု မှတ်။ အရသာကို ခံစားရာ၌ ရသာပျံ့ အရသာ ရုပ်နှင့် ဇိဝှိပါသာဒ ခေါ် လျှာ အကြည်ရုပ်တို့ကိခိုက် ပေါင်း ဆုံကြ၍ ဇိဝှိဝိညာဏ် နာမ်က စားသည်။ စားသော အခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ် နာမ်တို့သည် ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက် ကြကုန်၏ ဟူ၍ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာကို ပေါ်လွင် ထင်ရှားစွာ သိရှိလာသော အင်္ဂါ စက္ခုမန္တ ပုဂ္ဂိုလ်အား သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်အမြင်သည် ထိုးထွင်း၍ ဟည်လျက် ရှိ၏။ ဤနည်းအတူသာလျှင် အကြွင်း အရသာ ပေါ်သမျှ၌ ပုဂ္ဂိုလ် သုံးစားတို့၏ ဒိဋ္ဌိ အပြားတို့ကို သိကုန်ရာ၏။

ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၌ ခဲ့ပြချက်

အတွေ့ အထိကို တွေ့ထိသော အခိုက်၌ ယောကျ်ား မိန်းမ နှင့် တွေ့ထိသည်ဟု ထင်ပါမှု ဩဠိယနုပုဂ္ဂိုလ်၏ သဘာဝအယူ - ယောကျ်ား မိန်းမနှင့် မတွေ့ မထိဟု ထင်ပါမှု အတိဓာဝန ပုဂ္ဂိုလ်၏ ဥစ္ဆေဒအယူ - အတွေ့ အထိကို တွေ့ထိရာ၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ

အတွေ့ အထိ ရုပ်နှင့် ကာယပသာဒ ခေါ် ကိုယ်အကြည်ရုပ်တို့ ထိခိုက်ကြ၍ ကာယဝိညာဏ်က မောဠဗ္ဗာရုံ အတွေ့ရုပ်ကို ထိသည်။ ထိသောအခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည့် ရုပ် နာမ်တို့ သည် တွေ့ထိသည်နှင့် တပြိုင်နက် မဆိုင်း မဆုတ် ဖြုတ်ခနဲ ကွယ်ပျောက် ချုပ်ငြိမ်းလေကုန်၏။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာတို့သည်လည်း ကောင်းစွာ ထင်မြင်လာရကား စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်အား သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ် အမြင် ထင်လာရ၏။ သက်ရှိ သတ္တဝါ သက်မဲ့ အရာဝတ္ထု မှန်သမျှတို့၌ ပုဂ္ဂိုလ် သုံးစားတို့၏ ဒိဋ္ဌိအပြားတို့ကို ပိုင်းခြားနိုင်ရာ၏။

ကာယဝိညာတ်၌ ခွဲပြချက်

ကိုယ်ပေါ်မှာ ဖြစ်လာသမျှ လှုပ်ရှားမှု အမျိုးမျိုးတို့သည် ကာယဝိညာတ်တို့ပင် မည်ကုန်၏။ ထိုလှုပ်ရှားမှု ရွေ့လျားမှု ဖောက်ပြန်မှုမျိုးတို့ကို ‘ငါလှုပ်သည်’ ဟု ထင်မှု သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၏ သဿတအယူ - ‘ငါ မလှုပ်’ ဟု ထင်မှု အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်၏ ဥစ္ဆေဒအယူ - လှုပ်ခြင်း မည်သည် နာမ်က ခိုင်း၍ ရုပ်က လှုပ်သည်။ လှုပ်သော အခိုက်၌ ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်တို့သည် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ချုပ်ကြလေကုန်၏ဟု လက္ခဏာကို ကောင်းစွာ သိမြင်သည် ရှိသော် စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်၏ သမ္မာဒိဋ္ဌိအယူ - ဤသို့လျှင် လှုပ်ရှားမှု မှန်ကန်သမျှတို့၌ ကောင်းစွာ ပိုင်းခြားနိုင်ရာ၏။

အထူး သတိပြုရန်။ ။ လှုပ်လှုပ်လေသမျှ အမှုအယာအားလုံး တို့သည် အသက် ရှိသော သဝိညာဏက ဝတ္ထုရုပ်မျိုး မှာ စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သော စိတ္တဇ ဝါယောဓာတ်

ကြောင့်ဖြစ်စေ - ဥတုကြောင့် ဖြစ်သော ဥတုဇဝါယော
ဓာတ်ကြောင့် ဖြစ်စေ - လှုပ်ရှားသည်ယု မှတ်။

—

ဝစီဝိညာတ်၌ ခဲပြချက်

နှုတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ လှုပ်ရှားမှု ဝစီဝိညာတ်၌
ငါ စကားပြောသည် ' ဟု ထင်မှု သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၏ သဿတ
အယူ - 'ငါ စကားမပြော' ဟု ထင်မှု အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်၏
ဥစ္ဆေဒအယူ - စကားပြောခြင်းသည် နာမ်က ခိုင်း၍ ရုပ်က
ပြောသည်၊ ပြောဆိုသော အခိုက်၌ ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်တို့
သည် ချုပ်ကြလေကုန်၏၊ ချုပ်ပျောက်ခြင်းသည်ပင် အနိစ္စ၊
ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဟု ကောင်းစွာ သိမြင်ခြင်းသည်ပင် ဖြစ်သော
ကြောင့် စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်၏ သမ္မာဒိဋ္ဌိအယူ ဖြစ်၏၊ ဤလျှင်
နှုတ်၏ လှုပ်ရှားမှု၌ ပုဂ္ဂိုလ် သုံးယောက်တို့၏ အယူကို သိအပ်၏။

အထူး သတိပြုရန်။ ။ နှုတ်သံ ဟူသည် ကံကြောင့် ဖြစ်
သော ကမ္မဇပထဝီ၊ စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သော စိတ္တဇ
ပထဝီ - ပေါင်း ၂ - ပါးတို့ကြောင့် ဝိညာတ္တိသဒ္ဓါအသံ
ဖြစ်ပေါ်လာသည် မည်၏၊ မိုးသံ၊ လေသံ၊ တော်လဲသံ
စသော သဒ္ဓါရုံ အသံရုပ်တို့ကား ဥတုဇပထဝီ - အချင်း
ချင်း ထိခိုက်ကြ၍ သဒ္ဓါနဝက ကလာပ်မျှသာ - ဝိညာတ်
အသံမျှသာ ဖြစ်၏ ဟု မှတ်၊ ဤသို့လည်း ပုဂ္ဂိုလ် သုံး
ယောက်တို့၏ အယူကို သိအပ်၏။

မနော နှင့် ရူပါရုံ

မနောသည် ဣဋ္ဌ အနိဋ္ဌ ကောင်း မကောင်းသော ရူပါရုံ အဆင်းကို ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့၊ ‘ဤအဆင်းသည် လှ၏’ ဟု ကြံမိပါမူ သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၏ သဿတဒိဋ္ဌိ အယူ - ‘ဤအဆင်းသည် မလှ’ ဟု ကြံမိပါမူ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်၏ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိအယူ - ဤအဆင်းသည် ဝတ္ထုကို မှီ၍ နာမ်က ကြံသည် - ကြံသော အခိုက်၌ ဖြစ်သော ရုပ် နာမ်တို့သည့် ကြံဖန်သော အခိုက်၌ ချုပ်ပျောက်ကုန်ရကား အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဟု ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြင့် သိမြင် လေ သောကြောင့် စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်၏ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်အမြင်သည် ဒလဟော စီးဆင်းသော ရေအယဉ်ကဲ့သို့ သက်ဆင်း၍ ထိုအာရုံ၌ တည်လေ၏။

မနော နှင့် သဒ္ဓါရုံ

မနောသည် ဣဋ္ဌ အနိဋ္ဌ ကောင်း မကောင်းသော သဒ္ဓါရုံ အသံကို ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့၊ ဤအသံသည် သာယာ၏ ဟု ကြံမိပါမူ သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၏ သဿတဒိဋ္ဌိ အယူ - (မသင့်) ဤအသံသည် မကောင်း ဟု ကြံမိပါမူ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်၏ ဥစ္ဆေဒအယူ - (မသင့်) ဤအသံသည် ဝတ္ထုရုပ်ကို မှီ၍ နာမ်က ကြံသည်၊ ကြံသောအခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာကုန်သော ရုပ် နာမ် တို့သည် ကြံဖန်သော အခိုက်၌ ချုပ်ပျောက်ကုန်ရကား အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတို့ သာတည်း ဟု ဉာဏ်ဖြင့် သိလေသောကြောင့် စက္ခုမန္တတို့၏ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်အမြင်သည် (သင့်) သက်ဆင်း၍ တည်လေ၏။

မနော နှင့် ဂန္ဓာရုံ

မနောသည် ဣဋ္ဌ အနိဋ္ဌ ကောင်း မကောင်းသော ဂန္ဓာရုံ အနံ့ကို ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့။ ဤအနံ့သည် မွေးကြိုင်၏ ဟု ကြံမိပါမူ ဩဠိယနပုဂ္ဂိုလ်၏ သဿတအယူ—(မသင့်) ဤ အနံ့သည် စက်ဆုတ်ဖွယ် ရှိ၏ ဟု ကြံမိပါမူ အတိဓာနပုဂ္ဂိုလ် ၏ ဥစ္ဆေဒအယူ—(မသင့်) ဤအနံ့သည် ဝတ္ထုရုပ်ကို မှီ၍ နာမ်က ကြံသည်။ ကြံသော အခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာကုန်သော ရုပ် နာမ်တို့သည် ကြံဖန်သော အခိုက်၌ ချုပ်ပျောက်ကုန်ရ ကား အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ တို့သာတည်း ဟု ဉာဏ်ဖြင့် သိသော ကြောင့် စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်၏ ဉာဏ်အမြင်သည် (သင့်) သိလျက် တည်၏။

မနော နှင့် ရသာရုံ

မနောသည် ဣဋ္ဌ အနိဋ္ဌ ကောင်း မကောင်းသော ရသာရုံ အရသာကို ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့။ ဤအရသာသည် ချို၊ ချဉ် ဖန်၊ စပ်၊ ငန်၊ ဝါး စသော အရသာတို့တွင် တပါးပါးကို မြိန်၏ ဟု ကြံမိပါမူ ဩဠိယနပုဂ္ဂိုလ်၏ သဿတအယူ—(မသင့်) ဤအရသာသည် မမြိန်ဟု ကြံပါမူ အတိဓာနပုဂ္ဂိုလ်၏ ဥစ္ဆေဒ အယူ—(မသင့်) ဤအရသာသည် ဝတ္ထုရုပ်ကို မှီ၍ နာမ်က ကြံ သည်။ ကြံသောအခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာကုန်သော ရုပ် နာမ်တို့ သည် ကြံဖန်သောအခိုက်၌ ချုပ်ပျောက်ကုန်ရကား အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတို့သာတည်း ဟု ဉာဏ်ဖြင့် သိသောကြောင့် စက္ခုမန္တ ပုဂ္ဂိုလ်၏ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်အမြင်သည် (သင့်) ကောင်းစွာ တည်လျက်ရှိ၏။

မနော နှင့် ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ

မနောသည် ဣဋ္ဌ အနိဋ္ဌ ကောင်း မကောင်းသော အတွေ့အထိ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံကို ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့။ ဤအတွေ့ အထိသည် နူးညံ့ သိမ်မွေ့ ပျော့ပျောင်းသော အတွေ့ အထိဟု ကြံမိပါမူ သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်၏ သဿတအယူ—(မသင့်) ဤအတွေ့ အထိသည် ကြမ်းတမ်း ခက်ထန်သော အတွေ့ အထိဟု ကြံမိပါမူ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်၏ ဥစ္ဆေဒအယူ—(မသင့်) ဤအတွေ့ အထိသည် ဝတ္ထုရုပ်ကို မှီ၍ နာမ်က ကြံသည်။ ကြံသော အခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာကုန်သော ရုပ် နာမ်တို့သည် ကြံဖန်သော အခိုက်၌ ချုပ်ပျောက်ကုန်ရကား အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဟု ဉာဏ်ဖြင့် သိလေသောကြောင့် စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်၏ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်အမြင်သည် ကောင်းစွာ သက်ဝင်လျက် ရှိ၏။

မနော နှင့် ဓမ္မာရုံ

မနောသည် ဣဋ္ဌ အနိဋ္ဌ ကောင်း မကောင်းသော ဓမ္မာရုံကို ကြံသည်ရှိသော် —

- မျက်စိဖြင့် ကြည်လင် ပြတ်သားစွာ မြင်ရသည် ဟု ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့။
- နားဖြင့် ကြည်လင် ပြတ်သားစွာ ကြားရသည် ဟု ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့။
- နှာဖြင့် ကောင်းကောင်း နံသည် ဟု ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့။

- လျှာဖြင့် ပြိန်ယှက်စွာ ခံစားလိုက်သည် ဟု ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့၊
- ကိုယ်ဖြင့် ထိရောက်စွာ တွေ့လိုက်သည် ဟု ကြံလိုက်သည် ဖြစ်အံ့၊
- ထိုသို့ ကြံမိပါမူ သြဋ္ဌိယန ပုဂ္ဂိုလ်၏ သဿတအယူ— (မသင့်) ထိုကဲ့သို့ မမြင်ရ မကြားရ မနံရ မစားရ မတွေ့ရ ဟု ကြံမိပါမူ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်၏ ဥစ္ဆေဒအယူ— (မသင့်) ပဿာဒရုပ် ဟူသည် မှီရာဝတ္ထု ရုပ်နှင့် မကင်းကောင်း မှီမှသာ ဖြစ်ရ၏ဟု ကြံမိပါမူ ကြံသောအခိုက်၌ လည်းကောင်း ပဿာဒ နှင့် ဝတ္ထုရုပ်တို့သည် ကြံစည်သော အခိုက်၌ ချုပ်ပျောက်ကုန်သော ရုပ် နာမ် တို့သည် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ တို့သာတည်း ဟု သိသော ဉာဏ်အမြင်သည် စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်၏ သိသော ဉာဏ်အမြင် မည်၏။

ဤနည်း အတူသာလျှင် ကြွင်းသော ဓမ္မာရုံ ဖြစ်ထိုက်သော ရုပ်တို့အပေါ်၌ မရှိကို အရှိ ကြံပါမူ သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သဿတအယူ— (မသင့်) အရှိကို မရှိ ကြံပါမူ အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ဥစ္ဆေဒအယူ— (မသင့်) အရှိကို အရှိ - မရှိကို မရှိ ဟု ကြံပါမူ စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သမာဒိဋ္ဌိအယူ— (သင့်) ပုဂ္ဂိုလ် သုံးမျိုးနှင့် ဒိဋ္ဌိ သုံးပါးတို့ အထင်အရှား ပြုဆိုခဲ့သည့် အတိုင်း လေ့လာ ပွားများ မှတ်သား နာယူ ကြလေကုန်၊ လေ့လာဖန် များခဲ့သော် ၎င်းပုဂ္ဂိုလ် သုံးယောက်တို့တွင် သြဋ္ဌိယနပုဂ္ဂိုလ် နှင့် အတိဓာဝနပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ နှလုံးသွင်းဟန်ကို ကြည့်ရှု စစ်ဆေးရသော် သံသရာ တည်းဟူသော ဝဋ်ဆင်းရဲ

ဝဲဩဃသ္မိသာ အာရုံတိုင်း အာရုံတိုင်း သက်ဝင်နေကြောင်းကို ကောင်းကောင်းကြီး သိလင့်ကြကုန်၊ စက္ခုမန္တပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား သံသရာတည်းဟူသော ဝဋ်ဆင်းရဲ ဝဲဩဃမှ အာရုံတိုင်း အာရုံတိုင်း ထွက်မြောက်နေကြောင်းကို ကောင်းကောင်းကြီး သိလင့်ကြကုန်။

ပညာ တည်းဟူသော မျက်စိ အမြင် ရှိတော်မူကြကုန်သော သူတော်. သူမြတ် အပေါင်းတို့သည် ထို့ထက် တိုးတက် မြင့်မားခြင်းဖြင့် ဝင်းဝင်း ထိန်တောက် အံ့လောက်စဖွယ် နယချယ်၍ သွယ်သွယ်ဝင်းဝင်း လင်းလင်းဝေဖြာ ဉာဏ်ပဒေသာဖြင့် ဖွင့်လှစ်ပြသ ဆိုဆုံးမနိုင်ကြပါစေသော်။

လက္ခဏာယာဉ် အလင်းပြခန်း ပြီး၏။

ကျမ်းပြီးနိုး ဤမျှဖြင့် ရန်ကုန်မြို့ အထက် ပုဇွန်တောင် ဆုတောင်းပြည့် ကျောင်းတိုက် အာဒိကမ္မိက ဆရာတော် အရှင်ပဏ္ဍိတနန္ဒ 'သည်' “ဒုက္ခကင်းရာ ဝဋ်သစ္စာနှင့် တဏှာမဲ့ကင်း သက်သက်ရှင်း၍ ငြိမ်းခြင်းသေတ္တာ မြိုက်ဆီစု သား အနုပါဒိသ် ကြွင်းမဲ့တိတ်အောင် နိမိတ်အပ္ပာ ကင်း ဆိတ်ကွာလျက် မဂ္ဂါရမ္မဏ ဝိရာဂဟု အမတဓာတ် အမြတ်ဆုံး ထား ဤတရားကား မမှားနိရောဓသစ္စာတည်း ” ဟူသော မဃ ဒေဝလင်္ကာရ သစ္စာလေးပါး မြတ်တရားကို ရှေ့သွားပြုကာ တိမ်မြုပ်နက်နဲ ခက်ခဲ သိမ်မွေ့လှသော ဝိပဿနာ တရားတော် မြတ်ကို ဖော်ပြ ရှင်းလင်း ရေးသားအပ်သော ‘အာနာပါန အလင်းပြ ဆုတောင်းပြည့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်ကျမ်း’ သည် သာသနာနှစ် ၂၅၂၃, ကောဇာ ၁၃၃၁ - ခုနှစ် တော်သလင်း လအတွင်း ပြီးဆုံးခြင်းသို့ ရောက်လတ်သတည်း။

အတူ မရှိ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်ဖြင့် ပိုင်းခြား သိမြင် တော်မူအပ်သော ဉာဏ်စဉ် ဒေသနာတော် အရပ်ရပ်သည် ရှုမှတ်သူ ယောဂီ ဝေနေယျပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သန္တာန်ဝယ် ကိန်းဝပ် စံပယ်တော်မူ၍ တရားပေါ် တရားပေါက် တရားမြင် တရား ကြား တရားတွေ့ တရားသိ တရားမိ အဖြစ်သို့ ရောက်အောင် ကယ်မ စောင့်ရှောက်ပါစေသတည်း။

အာနာပါန အလင်းပြ
ဆုတောင်းပြည့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်ကျမ်း
ပြီး၏။

အမှူး အမှန် ပြင်ဆင်ချက်

<u>အမှူး</u>	<u>အမှန်</u>	<u>နံပါတ်</u>	<u>ကြောင်းရေ</u>
ကျမ်းကျင်	ကျွမ်းကျင်	က၁	၆
အ	အရ	ကီ	၂၂
သွားလိရာ	သွားလိုရာ	ကု	၁၅
ဟောပြု	ဟောပြော	ကား	၅
ရွှေတော်သိမ်	ရွှေသိမ်တော်	ကား	၈
သမာ	သမ္မာ	၃၃	၂
သန	သဝန	၆၄	၅
အဇ္ဈတ္တာယတ	အဇ္ဈတ္တာယတန	၈၇	၂၁
၄ - ပါ	၄ - ပါး	၁၀၄	၄
အကြိမ်	အကြိမ်	၁၀၇	၆
နှားသတ်	နှား	၁၀၉	၂၂
ဘတိဓာဝန	အတိဓာဝန	၁၁၉	၄
သုက္ခာတ	သုက္ခာတ	၁၁၂	၁၅

အာသီသပတ္တနာ

ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊

ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။

ဖြစ်မှုပျက်မှု မရှုပေရော နှစ်တရာသက် ရှည်သည့်ထက်ပင်
ဖြစ်ပျက်ဓမ္မ ရှုဆစ္စေ့မြင် တရက်ပင်က ရှင်လျှင်အသက်
အမြတ်ထွက်ရှင်။

ဓမ္မဒါနကောင်းမှုရှင်များ

- (၁) သိမ်တိုက်အမ ဒေဝီစိန်၊ ဂ၅ - ရေကျော်လမ်း
ရန်ကုန်မြို့။ ၁၀၀၀
- (၂) ယောဂီ ဒေဝီအုန်းသင်၊ တပ်မြေ၊ ပုဇွန်တောင်၊
ရန်ကုန်မြို့။ ၁၀၀၀
- (၃) ကွယ်လွန်သူ တိုက်ကျောင်းအမ ဒေဝီတင်ညွန့်၊
တပ်မြေ၊ ပုဇွန်တောင်၊ ရန်ကုန်မြို့။ ၁၀၀၀
- (၄) ကွယ်လွန်သူ အဖ ဦးအောင်ဖိုး - အမိဒေဝီငွေကဲ
တို့အား ရည်မှန်းလျက် သား - ကိုစိုးသိန်း၊ သမီး
မမြင့် ကြည်၊ သဲ ကုန်း ရွာ၊ ပေါင်း တည်မြို့။
..... ၁၀၀၀