

ဆုဒ္ဓသရීတිပුစ්තက

အဂ္ဂမဟာပဏ්ච

ကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာဓမ္မဘဂရာတန်ဘရားကြီး

ရေးသားတော်မူအပ်သော

ကမ္မာန်းတရား
အားထုတ်ဝြင်းအကြောင်း



သာသန - ၂၅၅၂

ကောဇ် - ၁၃၇၀

(၁၈-ကြိမ်)

ခရစ် - ၂၀၀၈

သက်ဟဝတ္ထု။ လေးပါး

ပေးကမ်းရက်ရော , အပြောချိသာ၊
 သူကျိုးဆောင်ရွက် , မပျက်စေရာ။
 တန်းတူကိုယ်နှင့် , အသင့်ထားပါ
 စည်းလုံးမှု , လေးခုသက်ဟာ။

သီလကထာ ဒေသနာ

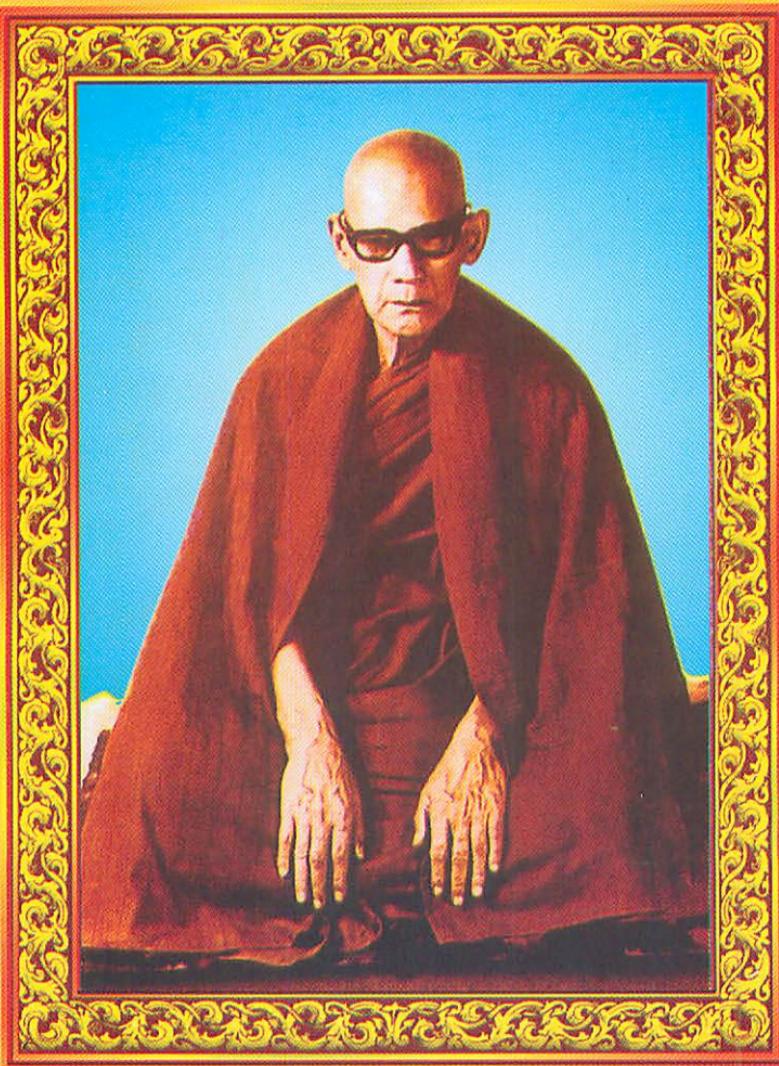
သီလရန်း , မွေးပုံကြိုင်စွာ၊
 သီလဆင်သိုင်း , ရူတိုင်းလုပါ။
 သီလစောင့်ဌား , မလားပါယ်ရွာ၊
 မြတ်သီလ , စိတ်ချကိုးကွယ်ရာ။

အသကောင်းရေးတရား

ကိစ္စမများ , စကားနည်းစေ၊
 အိပ်နေမှုနည်း , ကိုယ်တည်းပော်လေ။
 ရောနောမပြု , ချဲမှုရှောင်သွား၊
 အသကောင်းဖို့ အကြောင်းဂုဏ်ပြောက်ထွေ။

ဆဋ္ဌသဂ္ဃတိပုစ္စက၊ အရှင်မဟာပဏ္ဍာတ
နိုင်ငံတော်သူပါဒီဝရိယ၊ ကမ္မာသာသနပြု

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဓညဆရာတော်ဘရားကြီး



သက်တော် (၇၀) နှစ်၊ သိက္ခာတော် (၅၀) ပါ

၁၃-၀-၀၂ သောကြာနေ့တွင် ချို့မြှင့်ခဲ့သော နောက်ဆုံးပုတော်
၁၄-၀-၀၂ စနေနေ့တွင် စတိကမ္မာရောင် ချုပ်ပြုးတော်မှုသည်။

မဟာဓည်သာသနုရိပ်သာ
ဆဋ္ဌသီးတိပုဒ္ဓက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍာတ
ကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာဓည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

ရေးသားတော်မူအပ်သော

ကမ္မာန်းတရား

အားထုတ်ပြုခြင်းအကြောင်း



သာသနာ-၂၅၆၂ ကောဇာ-၁၃၇၀ ခရစ်-၂၀၀၈
၁၈-ကြိမ် -

မြန်မာရေဒါနီရာ ၈၁မှုပိုမြေးချက် ၂၀၂၄ခုနှစ်
ချက်မှုပိုမြေးချက် ၂၀၂၅ခုနှစ်

୭୩

၆၀၀၀ = ၆၀၀၀

JEEVAN | ଜୀବନ

၁၀၁

ပြိုးစောင်းရှိ (၀၂၁၀)

မှန်သာသနနာနိုင်ဟနာဒ္ဓ.ချုပ်

မဟာဓညိသာသနရုပ်သာ

အမှတ်(၁၆)၊ သာသနုပ္ပါယာလမ်း

ပဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ကျွန်ုပျိုတာမာစီ-ဂိုဏ်ဓားပျိုး(မဟာစည်)

၁၂

ବ୍ୟାକ୍ ଓ ଲେଖନ (୫ - ୦୧୯୭୨)

ခရီးကော်ပုနိပိုင်ဝိုက် အမှတ်(၇၉) ကဲ့သို့အောင်လမ်း

မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့၊ မြောင်းခြံ

ဤစာအုပ်

ဤ ကမ္မာန်းတရားအားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း စာအုပ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းအကြောင်းရင်းမှာ နိုင်ငံတော်ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့က ဂျပန်ပြည်တွင် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာထွန်းလင်း ပြန်ဖွားရန်အလိုက့်၏ စတင်ဆောင်ရွက်ရောတွင် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာ၏ အကြောင်းအရာဆိုင်ရာ ကျမ်းစာအုပ်များကိုလည်း အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ ဂျပန်ဘာသာဖြင့် ပုန်းမြတ်ဖြင့် ရည်ရွယ်ခဲ့ပေသည်။

သို့ ရည်ရွယ်ခဲ့သည့်အလျောက် ပထားမျိုးစွာအနေအားဖြင့် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာစာအုပ်တစ်အုပ် ဖြစ်ပြောက်ရေးအတွက် ရန်ကုန်ဖြူ။ ယူနိုင်ဟမိတိ ကျောင်းတိုက် အသိဝမ္မာကတိုက်၊ အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍာတိ၊ ဆရာတော်ဦးသေးမြို့သော ကျမ်းစာ၏မာတိကာတို့ကို ပါဝင်ရေးသားတော်မူကြပါမည်အကြောင်း နိုင်ငံတော်ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့က(၁၃-၁၁-၅၆)နေ့ဖြင့် လျောက်ထားခဲ့လသည်။

လျောက်ထားခြင်းခံရသော ဆရာတော်တို့အနေက် တစ်ပါးအပါအဝင် ဖြစ်တော်မူသော အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍာတိ မဟာဝည်ဆရာတော်ဘုရားသည်လည်း လျောက်ထားသည့် မာတိကာစဉ် (၁၆-၁၇ နှင့် ၁၈) တို့အရ အကျယ်ရေးသား ချီးမြှင့်တော်မူခဲ့လသည်။

ငှါးတို့အနေက် မာတိကာစဉ် ၁၆-တွင် အဘယ်ကြောင့်ကမ္မာန်း တရားကို အားထုတ်ရပါသနည်းဟူသော အမေးနှင့်အဖြေကို ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူတို့ ဖတ်ရှုနိုင်ရန်အလိုက့်၏ ဆရာတော်၏ခွင့်ပြုချက်အရ ကမ္မာန်းတရား အားထုတ်ခြင်း အကြောင်းဟူသော အမည်တပ်ဆင်၍ ဤစာအုပ်ကို စက်တင်ပုန်းမြတ်အပ်ပါသည်။

(ပု) မံုံးလားအောင်ဖြင့်

အမှတ် (၅၆) မိန့်မေတ္တာလမ်း၊
ဟာမစ်တစ်၊ ကုလိုင်း၊ ရန်ကုန်ဖြူ။

၁၃၂၀-၃၊ နဇ္ဈားလ (၂၁-၁၂-၈၉)

ကမ္မာန်းတရား

အားထုတ်ပြုခြင်းအကြောင်း

- အမေး။ ။ အဘယ်ကြောင့် ကမ္မာန်းတရားကို အားထုတ်ရပါ
သနည်း။
- အဖြူ။ ။ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်၍ အိုခြင်း၊ သေခြင်းစသောဆင်းရဲ
ဟူသမျှမှ လွှတ်ပြောက်ရန်အတွက် အားထုတ်ရပေ
သည်။

ထိုစကားကို ချွဲ၍ပြရပါလျှင် သတ္တဝါတို့သည် အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊
သေခြင်းမရှိဘဲ ဆင်းရဲခုက္ခကိုလည်း မတွေ့ရဘဲ အမြတ်စီးချမ်းသာ လျှက်သာ
နေလိုက်ပေသည်။ သို့သော် ထိုသို့အလိုရှိသည့်အတိုင်းကား မဖြစ်ကြရပေ၊
အိုလည်းအိုကြရ၏။ နာလည်းနာကြရ၏၊ ဘေးခုက္ခ အမျိုးမျိုးနှင့်လည်းတွေ့၍
စိုးရိမ်ပူဇွဲကြရ၏။ ငိုကြေးကြရ၏၊ ကိုယ်ဆင်းရဲအမျိုးမျိုး၊ စိတ်ဆင်းရဲ
အမျိုးမျိုးတို့ကိုလည်း မကြာခဏတွေ့ကြခံစားနေကြရ၏။ နောက်ဆုံးမှာ
သေလောက်အောင် ဆင်းရဲတစ်မျိုးမျိုးနှင့်တွေ့၍ မချိမဆန့်ဖြစ်ကာ သေဆုံး
သွားရလေ၏။ ဤသို့သေရုံနှင့် အပြီးမသတ်သေး၊ ဘဝမြဲ ခင်မင်တွယ်တာမှာ
မကင်းသေးသောပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ တစ်ဖန် ဘဝသစ်၌ ဖြစ်ကြပြန်သေး၏။
ထိုဖြစ်ရာဘဝသစ်မှာလည်း အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းရဲတို့ကို
နည်းတူပင် တွေ့ကြခံစားပြန်၏။ ဤနည်းဖြင့် သတ္တဝါတို့သည် တစ်ဘဝပြီး

၂

ကမ္မာန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

တစ်ဘဝ အသစ်အသစ်ဖြစ်ကာ အလိုမရှိသော ဆင်းခဲ့ခွဲက္ခို့ကို တွေ့ကြုခံစားနေကြရလေသည်။

သို့ဖြစ်နေကြရ၍ အကြောင်းရင်းဖော်မြှစ်ကို စီစစ်ကြည့်လျှင် ဘဝအသစ်အသစ် ဖြစ်ပေါ်နေသောကြောင့်သာလျှင် အိုခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းခဲ့များရှိချေသည်။ သို့မဟုတ်လျှင်ကား ငါးဆင်းခဲ့များမရှိနိုင်ဟု ထင်ရှားတွေ့ရ၏၊ ထို့ကြောင့် အိုခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းခဲ့ဟူသမျှမှ လွှတ်ပြောက်လိုလျှင် ဘဝအသစ်မဖြစ်ပေါ်နိုင်အောင် အားထုတ်ရပေမည်။

ဘဝအသစ်ဟူသည်မှာလည်း လက်ရှိဘဝ၌ ခင်မင်တွယ်တာသော တဏောရှိနေသောကြောင့်သာလျှင် (ဘဝဟောင်းမှသေခါနီးတွင် စွဲလမ်းခဲ့သော အာရုံကိုပင် ဤတွယ်လျက် စိတ်ဝိဉာဏ် အသစ်ဖြစ်ပေါ်ကာ) ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပေသည်။ သို့မဟုတ်လျှင်ကား မဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါ၊ ထို့ကြောင့် အသစ်မဖြစ်ပေါ်စေလိုလျှင် ထိုဘဝတဏော လုံးဝက်းပြိုးအောင် တရားကို အားထုတ်ရပေမည်။

ထိုတဏောမှာလည်း ဘဝဆိုင်ရာ ရုပ်, နာမ်တို့၏ အပြစ်ကို မဖြင့်ခြင်း၊ ထိုဘဝရုပ်, နာမ်တို့ထက် သာလွှန်ကောင်းမြတ်လျစွာသော နိဗ္ဗာန်တရားကို မသိမဖြင့်ခြင်းဟူသော ဤအကြောင်း J-ပါးကြောင့်သာလျှင် ဖြစ်လျက်ရှိပေသည်။ ရုပ်နာမ်တို့၏ အပြစ်ကိုဖြစ်ကာ နိဗ္ဗာန်ကို ထင်ရှားသိရလျှင်ကား ထိုဘဝတဏော မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ ဥပမာ-အလွန် ခေါင်းပါး၍ ဘေးရန်များလှသောအရပ်၌ နေထိုင်ရသော ဆင်းခဲ့သားသည် မိမိနေရင်းအရပ်၏အပြစ်ကို မပြင်သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ သာယာဝပြော၍ ဘေးရန်က်းသောအရပ်၌ သွားရောက်နေထိုင်လျှင် ချမ်းသာမည်ကို မသိသောကြောင့်လည်းကောင်း၊

ကမ္မာန်းတရားအပြား

၃

မိမိ၏နေရပ်ကိုပင် အထင်ကြီးကာ တွယ်တာလျက်ရှိပေသည်၊ မိမိနေရင်း
အရပ်၏အပြစ်ကိုလည်းကောင်း၊ သာယာဝပြာသော ထိအခြားအရပ်၏
ဂုဏ်များကိုလည်းကောင်း သိရပါမဲ မိမိနေရင်းအရပ်၏ မတွယ်တာတော့ဘဲ
သာယာဝပြာသော ထိအခြားအရပ်သို့သာ ပြောင်းအွေ့သွားလေရာသကဲ့
သို့ပင် ဤအချက်ကို သိအပ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဘဝအိုင်မင်တွယ်တာသော
တဏောလုံးဝ ကင်းပြစ်သွားစေလိုလျှင် ဘဝဆိုင်ရာရပ်နာမ်တို့၏အပြစ်ကို
မြင်၍နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မောက်သိမြင်ရန်လိုပေသည်။ ထိုသို့သိမြင်ခြင်းမှာလည်း
ကမ္မာန်းတရားကို အားထုတ်နိုင်မှသွားလျှင် ပြည့်စုံနိုင်ပေသည်။

သို့ဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကာ ဒါခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းစသော
ဆင်းခဲဟူသွေ့မှ လွတ်မြောက်လိုလျှင် ထိနိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မောက် သိမြင်ရန်
အတွက် ကမ္မာန်းတရားကို အားထုတ်အပ်ပေသည်။

ကမ္မာန်းတရားအပြား

ဤအရာ၏ ကမ္မာန်းဟူသည်မှာ-

၁။ သမထ ကမ္မာန်း။

၂။ ဝိပသုနာ ကမ္မာန်း ဟူ၍ J-မျိုးရှိ၏။

ထိုတွင်-

၁။ သမထကို အားထုတ်ခြင်းဖြင့် ရှုပစ္စာန် င-ပါးနှင့် အရှုပစ္စာန်
င-ပါးဟူသော လောက်ချောန်သမာပတ် င-ပါးကိုရနိုင်၏၊ ထိုချောန်တို့ကို
လေ့လာဖွားများခြင်းဖြင့် အသိညာဉ်၏သော အောက်ပါ လောက်ဘာတိုး

များကိုလည်း ရနိုင်သေး၏။

ငင်းတို့မှာ -

- ၁။ တစ်ယောက်တည်းဖြစ်ပါလျက် အများကဲသို့ ဖြစ်စေခြင်း၊
အများဖြစ်ပါလျက် တစ်ယောက်တည်းကဲသို့ ဖြစ်စေခြင်း၊
ကောင်းကင်ပျုံခြင်း၊ မေ့လျှိုးခြင်းစသည်ဖြင့် အတွေထွေ
အမျိုးမျိုး တန်ခိုးပန်ဆင်းနိုင်သော ကူးကြီးပို့ဆောင်ရွက်သော
အတိုင်း တန်ခိုးပန်ဆင်းနိုင်သော ကူးကြီးပို့ဆောင်ရွက်သော။
- ၂။ အဝေး၊ အနီး၊ အကြီး၊ အသေး အသံဟူသမျှကို ကြားသိနိုင်
သော ဒီမွှေးသောတ အဘိညား။
- ၃။ သူတစ်ပါး၏ စိတ်၊ အကြောင်းပို့ဆောင်ရွက်သိနိုင်သော စေတော့
ပရီယအဘိညား။
- ၄။ ရှေးကဖြစ်သူးသော ဘဝဟောင်းများကို ပြန်လှန်၍သိနိုင် သော
ပုံမွေးနိုင်သော အဘိညား။
- ၅။ အဝေး၊ အနီး၊ အကြီး၊ အသေး၊ ရုပ်ဆင်းသဏ္ဌာန်ဟူသမျှ
တို့ကို မြင်သိနိုင်သော ဒီမွှေးသော အဘိညား။

ဤပါးပါးတို့ပေတည်း။

သို့ ရာတွင် ထိစုန် အဘိညားတို့ဖြင့် ပြည့်စုံကာမျှဖြင့် အိုခြင်း၊
သေခြင်းစသော ဆင်းရဲ့ကွဲတို့မှကား မလွှတ်မြောက်သေးပေ ထိစုန်
မဆုတ်ယုတ် မပျက်စီးဘဲ သေသွားလျှင် ထိစုန်နှင့်ဆိုင်သော မြေဟွာဘုံသို့
ရောက်ကာ တစ်ကဲ့ကွဲ၊ နှစ်ကဲ့ကွဲ၊ လေးကဲ့ကွဲ၊ ရှုစ်ကဲ့ကွဲစသည်ဖြင့် ထိုဘုံ၏
သက်တမ်းရှိသလောက် အသက်ရှည်စွာ နေရုံမျှသာရှိပေသည်။ အသက်တမ်း

ကမ္မာန်းတရားအပြား

၅

ကုန်သောအခါမှာ ထိဘုံမှစတေ၍ လူဘုံ၊ နတ်ဘုံ၌ ဖြစ်ပြန်သည်။ ထိအခါမှာ အခြားလူများ၊ နတ်များနှင့် တန်းတူပင်ဖြစ်၍ အိခိုင်း၊ သေခိုင်းစသော ဆင်းရဲခုက္ခာတို့နှင့် တွေ့မြှုပင် တွေ့နေပြန်သည်။ ကံမကောင်းအကြောင်း မညီညာတ်လျှင် ငရဲ့တိရဲ့တာန်း၊ ပြီတာ၊ အသူရကာယ် အပါယ်စ-ဘုံသိုံး ကျရောက်၍ အပါယ်ဆင်းရဲ များစွာနှင့်လည်း တွေ့မြှုပင် တွေ့နေရသေးသည်။ သို့ဖြစ်၍ သမထသက်သက်ဖြင့် ဆင်းရဲခုက္ခာများမှ မလွှတ်မြောက်နိုင်ဟု သိအပ်ပေသည်။

J။ ဝိပဿနာကို အားထုတ်မှသာလျှင် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်၍ အိုရ ခြင်း၊ သေခိုင်းစသော ဆင်းရဲခုက္ခာဟူသမျှမှ လုံးဝလွှတ်မြောက်နိုင်ပေသည်။

ထိဝိပဿနာတရားအားထုတ်ခြင်းမှာလည်း-

c။ သမထကို အခြေခံပြု၍အားထုတ်ခြင်း။

J။ သမထကို အခြေခံမပြုဘဲ ဝိပဿနာသက်သက် အားထုတ် ခြင်းဟူ၍ J-မျိုးရှိပြန်၏။

ထိတွင် သမထကို အခြေခံပြု၍ အားထုတ်သောပုဂ္ဂိုလ်သည် သမထယာနိကမည်၏။ “သမထ အခြေခံဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့သွားသူ”ဟုဆိုလို၏။

သမထကို အခြေခံမပြုဘဲ ဝိပဿနာသက်သက်အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် သူဒ္ဓဝိပဿနာယာနိကမည်၏။ “ဝိပဿနာသက်သက်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့သွားသူ”ဟုဆိုလို၏။

၆

ကမ္မာန်းတရား အားထုတ်ခြင်းအကြောင်း

ထိတွင် သမထယာနိကလမ်းဖြင့် အားထုတ်လိုလျှင် ရှေးဦးစွာ
သမထယ် အားထုတ်ရသည်။

ထိသမထ ကမ္မာန်းမှာ ၄၀-ရှိသည်၊ ၄၇:တို့မှာ-

၁။ ကသိုက်း ၁၀-ပါး၊

၂။ အသုသ ၁၀-ပါး၊

၃။ အနုသတိ ၁၀-ပါး၊

၄။ မြဟ္မဝိဟာရ ၄-ပါး၊

၅။ အာရုံ ၄-ပါး၊

၆။ အာဟာရေ ပန္တကူးလသညှာ ၁-ပါး၊

၇။ ဓတ္တာတူ ဝဝတ္ထာန် ၁-ပါး၊

၉။ ၄၀ တို့ပေတည်း၊ ထိတွင်-

ကသိုက်း ၁၀-ပါးဟုသည်မှာ-

၁။ ပထဝါ(မြေ) ကသိုက်း၊

၂။ အာဖီ(ရေ) ကသိုက်း၊

၃။ တေဇော(ပါး) ကသိုက်း၊

၄။ ပါယော(လေ) ကသိုက်း၊

၅။ နိုလ(အညီ) ကသိုက်း၊

၆။ ဂိတ(အပါ) ကသိုက်း၊

၇။ လောဟိတ(အနီ) ကသိုက်း၊

၈။ ဉာဒိတ(အဖြူ) ကသိုက်း၊

ကမ္မတန်းတရားအပြား

?

- ၉။ အာလောက(အလင်း) ကသိတ်း၊
 ၁၀။ အာကာသ(ဟင်းလင်းပြင်) ကသိတ်း၊
ဤ ၁၀-ပါးတို့ပေတည်း။

အသုသ ၁၀-ပါးဟူသည်မှာ-

- ၁။ ဉာဏ်မာတက- ဖူးဖူးရောင်နေသောသူသေကောင်၊
 ၂။ ဝိနိုလက- ညီမဲ့နေသော သူသေကောင်၊
 ၃။ ဝိပုဇွဲက- ပြည်တစို့ ယိုတွက်နေသော သူသေကောင်၊
 ၄။ ဝိစီဒွဲက- ခါးပြတ်နေသော သူသေကောင်၊
 ၅။ ဝိကွာယိတက- ခွေး၊ မြေခွေး ခဲစားထားသော သူသေ
 ကောင်၊
 ၆။ ဝိကွိုတွေက- လက်, ခြေ, ခေါင်း, ကိုယ် တဗြားစီပစ်လွှင့်ထား
 အပ်သော သူသေကောင်၊
 ၇။ ဟတစိကွိုတွေက- သတ်ဖြတ်၍ တဗြားစီ ပစ်လွှင့်
 ထားအပ်သော သူသေကောင်၊
 ၈။ လောဟိတက- သွေးသံရဲရဲ ယိုတွက်နေသော သူသေ
 ကောင်၊
 ၉။ ပုဇွဲဝက- ပိုးလောက်ပြည့်နေသော သူသေကောင်၊
 ၁၀။ အမြိုက်- အရှိုးစုသူသေကောင်၊
ဤ ၁၀-ပါးတို့ပေတည်း။

အနုသုတိ ၁၀-ပါးဟူသည်မှာ-

- ၁။ ဗုဒ္ဓနသုတိ- မြတ်စွာတုရား၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၂။ ဓမ္မနုသုတိ- တရားတော်၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၃။ သံယာနုသုတိ- သံယာတော်၏ ဂုဏ်တော်ကို အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၄။ သီလာနုသုတိ- မိမိ၏ သီလရုဏ်ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင် အောက်မေ့ခြင်း။
- ၅။ ဓရနုသုတိ- မိမိ၏စွန်းကြံ ပေးလှုခြင်းဂုဏ်ကို အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၆။ အဝတာနုသုတိ- နတ်တို့ကဲသို့ ပင် မိမိမှာပြည့်စုံ နေသာ နတ်ပြည်ရောက်ကြောင်း သွှေ့၊ သီလ၊ သုတ၊ ဓရ၊ ပညာရုဏ်တို့ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၇။ ဥပသမာနုသုတိ- နိဗ္ဗာန်၏ရုဏ်ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင် အောက်မေ့ခြင်း။
- ၈။ မရဏာနုသုတိ- သေခြင်းတရားကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင် အောက်မေ့ခြင်း။
- ၉။ ကာယကတာသုတိ- ဆံပင်၊ အနွေး၊ လက်သည်း၊ ခြေသည်း၊ သွား၊ အရေစသာ စက်ဆုပ်ဖွယ်ကိုယ်စုံ ၃၂-မျိုးကို

ကမ္မဏ္ဍန်းတရားအပြား

၉

အဖန်ဖန်ဆင်ခြင် အောက်မေ့ခြင်း။

၁၀။ အာနာပါနသုတိ- ဝင်သက်၊ ထွက်သက်ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။

ဤ ၁၀-ပါးတို့ပင်တည်း။

မြဟ္မဝိဟာရ ၄-ပါးဟူသည်မှာ-

၁။ မေတ္တာ- သတ္တဝါတို့အား “ချမ်းသာကြပါစေ”ဟု နှလုံးသွင်းနေခြင်း။

၂။ ကရာဇာ- ဆင်းရဲခုက္ခ ရောက်နေကြသော သတ္တဝါတို့အား “ဆင်းရဲမှုလွတ်မြောက်ကြပါစေ”ဟု သနားလျက် နှလုံးသွင်းနေခြင်း။

၃။ ပုဒ္ဓတာ- ပြည့်စုကြယ်ဝ ချမ်းသာနေကြသော သတ္တဝါတို့အား “လက်ရှိချမ်းသာမှ မဆုတ်ယုတ်ကြဘဲ ချမ်းသာမြှုပင် ချမ်းသာနေကြပါစေ”ဟု ဝိုးမြောက်လျက် နှလုံးသွင်းနေခြင်း။

၄။ ဥပေက္ခ- သတ္တဝါတို့အား “ဖိမိတို့ကိုယ်တိုင် ပြုထားသည့်က်တရားအတိုင်းပင်”ဟု ကြောင့်ကြမပြုလျှစ်လျှော့နေခြင်း။
ဤ ၄-ပါးတို့ပေတည်း။

အာရွှေ ၄-ပါးဟူသည်မှာ-

၁။ အာကာသာန္တာယတန်- အဆုံးမရှိသော ကောင်းကင်ပည်ကိုရှုခြင်း။

ကမ္မဘန်းတရား အေးထုတ်ခြင်းအကြောင်း

- ၂။ ဝိညာဉာယတန်- အဆုံးမရှိသော ပဋိမာရုပ္ပါညာဏ်ကို ရှုခြင်း။
- ၃။ အာကိုဒ္ဓညာယတန်- ပဋိမာရုပ္ပါညာဏ်၏ စီးစဉ်းမျှ အကြောင်း မရှိသည်ကို ရှုခြင်း။
- ၄။ နေဝယညာနာသညာယတန်- သညာမရှိတရှိ ရွာနှင့်၏ အာရုံဖြစ်သော တတိယာရုပ္ပါညာဏ်ကို “ပြိုမ်သက်” သိမ်မွေ ပါပေသည်”ဟု ရှုခြင်း။

အာဟာရပုန္တကူလသညာဟူသည်မှာ-

တားသောက်အပ်သော အစာအဟာရကို စက်ဆုပ်ဖွယ်
ဟန္တလုံးသွင်းဆင်ခြင်းသော အမှတ်သညာပေတည်း။

စတုစာတိဝဝတ္ထာန်ဟူသည်မှာ-

ရှင်ကိုယ်တွဲ ပထဝါ, အာပေါ်, တေဇော, ဝါယော ဟူသောတတိ င-ပါးအစာမျှရှိသည်ကို ပိုင်းစား၍ ရှုခြင်း
ပေတည်း။

သမထအားထုတ်ပုံ အကျဉ်း

ထိုသမထကမ္မဘန်း ၄၀-တို့တွင် ပထဝါကသိုံးကို အေးထုတ်
လို့သောသူသည် ပကတိမြေပြင်ကိုဖြစ်စေ၊ ပြုလုပ်ထားသော မြေပုံသဏ္ဌာန်
ကသိုံးဝန်းကိုဖြစ်စေ မျက်စီဖြေ့ကြည့်ရှုလျက် “ပထဝါ ပထဝါ ပထဝါ- မြေ
မြေ မြေ”ဟု အဖန်ဖန် နှလုံးသွင်းနေရ၏။ ဤသို့ နှလုံးသွင်းဖန်များ သောအခါ
ထိုကသိုံးနီးမံတ်သည် မျက်စီမံတ်ထားသော်လည်း မျက်စီဖွင့်လျက်

ကြည်နေစဉ်ကကဲ့သို့ပင် ထင်ရှားပေါ်နေလိမ့်မည်။ သို့ထင်ပေါ်နေသည်ကို ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ဟု ခေါ်သည်။ ဤသို့ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ထင်နေလျှင် အလိုက္ခရာအရပ်သို့ သွားရောက်လျက် ထိုင်ရင်းဖြစ်စေ၊ ရပ်ရင်းဖြစ်စေ၊ သွားရင်းဖြစ်စေ၊ လျောင်းရင်းဖြစ်စေ၊ ထိုဥဂ္ဂဟနိမိတ် ကသိုက်းအာရုံကိုသာလျှင် “မြေ မြေ မြေ”ဟု စိတ်ဖြင့် အမြန်လုံးသွေးနေရ၏။

ဤသို့၊ နှလုံးသွေးနေစဉ် စိတ်သည် တစ်ခြားတစ်ပါးသို့လည်း ထွက်၍သွားတတ်၏။ သွားပုံမှာ စိတ်တို့ကိုအာရုံတွေကိုလည်း ကြော်လည်း နေတတ်၏။ ငှါးကို ကာမစွဲနှစ်ဝါဝရဏဟုခေါ်သည်။ စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုးလျက်လည်း ကြော်လည်း နေတတ်၏။ ငှါးကိုဗျာပါဒ၊ နိဝရဏဟုခေါ်သည်။ အားထုတ်ရသည်၌ လျော့ခဲခြားဖြစ်ကာ စိတ်ထိုင်းဆိုးပုံမြို့၌လည်း နေတတ်၏။ ငှါးတို့ကို ထိနိုဒ်နှစ်ဝါဝရဏ ဟုခေါ်သည်။ စိတ်မတည်ဖြစ်ဘဲ၊ ပျော်လွှာ့၌လည်း နေတတ်၏။ ပြုမှားမပြုမှားခဲ့ဖူးသည်ကို ပြန်လည်စဉ်းစားလျက် စိတ်ယူနို၍ လည်းနေတတ်၏၊ ငှါးတို့ကို ဥခွဲခွဲ ကုဋ္ဌနှစ်ဝါဝရဏဟုခေါ်သည်။ အားထုတ် ဆဲတရားလုပ်ငန်းအပေါ်၌ “မှန်မှန်ပါမည်လော၊ အကျိုးရှိမှန်ပါမည်လော၊ တရားထူးကိုရမှန်ပါမည်လော” ဤသို့စသည်ဖြင့် စဉ်းစားဝေဖန်၍လည်း နေတတ်၏၊ ငှါးကို ဂိုဏ်းကို ဆက်လက်၍ စိတ်မကူးဘဲ ဖြတ်ခဲ့၍ စိတ်ကိုမှုလ ကသိုက်းအာရုံ၌သာ ရှုံးစိုက်ထားလျက် “မြေ မြေ မြေ”ဟု အမြေမပြတ်နှစ်လုံးသွေးနေရ၏၊ အကယ်၍ ကသိုက်းအာရုံ ပျောက်သွားလျှင် ပကတီကသိုက်းဝန်းရှိရှားနှိုးသွား၍ မျက်လိမ့် ကြည်ရှာလျက် တစ်ဖန်

၁၂

ကမ္မားတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

ထင်မြှုထင်ပေါ်လာအောင် နှလုံးသွင်းရ၏။ တစ်ဖန် ဥက္ကဟနိမိတ် ထင်ပေါ်လာ ပြန်လျှင် အလိုဂျိရာအရပ်၌ နေထိုင်လျက် ရွှေးရှုနည်းတူပင် မပြတ်နလုံးသွင်း နေရ၏။

ဤသို့ နှလုံးသွင်းဖန်များသောအခါ ထိကသိတ်းဝန်းသည် မူလက နှင့်မတူဘဲ အရောင်အဆင်းနှင့်တကွ အလွန်သန့်ရှင်းကြည်လင်စွာ ထင်ပေါ်လာ၏။ ငြင်းကို ပဋိဘာဂနိမိတ်ဟု ခေါ်သည်။ ထိအခါ၌ စိတ်သည်လည်း ကာမစွဲနှစ်စေသော နိဝင်ရဏာတို့မှကင်းစင်၏။ ထိပဋိဘာဂနိမိတ်အာရုံး၌ သာလျှင် ရူးစိုက် တည်ပြုလျက်မပြတ်ဖြစ်နေ၏။ ထိသို့တည်ပြုစွာ ဖြစ်နေသည်ကို ဥပစာရသမာဓိ ဟုခေါ်သည်။

ဤ ဥပစာရသမာဓိအားဖြင့် ပဋိဘာဂနိမိတ်အာရုံကို မပြတ် နှလုံးသွင်းနေသောသူအား စိတ်သည် ထိကသိတ်းပဋိဘာဂနိမိတ်အာရုံထဲ၌ သက်ဝင်နေသိသကဲ့သို့ တစ်ကြိုးတည်း တည်ပြုလျက်ဖြစ်နေသည်။ ငြင်းကို အပွဲနာသမာဓိဟုခေါ်သည်။

ဤ အပွဲနာသည် ပထမရာန်, ဒတိယရာန်, တတိယရာန်, စတုတေဇာန်ဟူ၍ ၄-ပါး အပြားရှိ၏။ ထိတွင် ရှေးဦးစွာရအပ်သော ပထမ ရာန်၍-

၁။ အာရုံကို ကြေစည်ခြင်း (ဂိတက်)

၂။ အာရုံကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်းခြင်း (ဂိစာရ)

၃။ အာရုံး၌ နှစ်သို့အားရခြင်း (ဂိတ်)

၄။ စိတ်ခြောင်လန်းချမ်းသာခြင်း (သူခ)

၅။ တစ်ခုတည်းသော အာရုံး၏သာ ရူးစိက်တည်ပြီးနေခြင်း
(ကောဂ္ဂတာ)

ဟူသောရာနှင့်အကိုင်းပါးလုံး ထင်ရှား၏။

ပထမရာနှင့်ရပြီးသော ပုဂ္ဂလိုသည် ထိရာနှင့်ပါဝင်သော ဝိတက်နှင့်
ပို့ဆောင်ရွက်မြင်၍ လွန်မြောက်အောင် အားထုတ်သဖြင့် ခုတိယ
ရာနှင့်ရ၏။ ထိရာနှင့် ပိတ်၊ သုခ၊ ကောဂ္ဂတာဟူသောရာနှင့်အကိုင်း
ပါးထင်ရှား၏။

တစ်ဖန် ပိတ်ကို အပြစ်မြင်၍ လွန်မြောက်အောင် အားထုတ်သဖြင့်
တုတိယရာနှင့်ရ၏။ ထိရာနှင့် သုခ၊ ကောဂ္ဂတာ ဟူသောရာနှင့်အကိုင်း
ပါးထင်ရှား၏။

တစ်ဖန် သုခကိုအပြစ်မြင်၍ လွန်မြောက်အောင် အားထုတ်သဖြင့်
စတုတွေရာနှင့်ရ၏။ ထိရာနှင့် ပိတ်မရှင်မညီးအလယ်အလတ်သဘော
ဥပော်နှင့် ကောဂ္ဂတာဟူသော ရာနှင့်အကိုင်းပါးပင် ထင်ရှား၏။

ဤသည်ကား ပထဝိကသို့၏့၌ အားထုတ်ပုံနှင့် ရာနှင့်သမစိ ၄-
ပါးဖြစ်ပုံပေတည်း၊ ကြွင်းသောကသို့၏့ ၉-ပါးတို့၌လည်း နည်းတူပင်
သိအပ်၏။

အသုဘက္မ္မာန်းကို ရှုလိုသောသူသည် ဖူးဖူးရောင်နေသော
သူသေကောင်စသည်ကို မျက်စီဖြင့်ကြည်ရ၍ “ဖူးဖူးရောင်သော သူသေ
ကောင်၊ ဖူးဖူးရောင်သော သူသေကောင်၊ ဖူးဖူးရောင်သော သူသေကောင်
ဟု ဤသို့စသည်ဖြင့် အဖန်ဖန် နှစ်းသွင်းနေရ၏။ ပထဝိရှုပုံနှင့်တူပြီး

၁၄

ကမ္မာန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

အထူးကား ဤအသုသာကမ္မာန်း၌ ပထမစျောန်ကိုသာရနိုင်သည်။ ဤမျှသာတူး၏။

အနုသုတီ ၁၀-ပါးတို့ဘွင် ကာယဂတာသတီ ကမ္မာန်း၌လည်း ပထမစျောန်ကိုသာ ရနိုင်သည်။ ဗုဒ္ဓနသုတီမှ မရဏာနသာတီတိုင်အောင် ၈-ပါးသော အနုသုတီတို့၌လည်းကောင်း၊ အဟာရေပဋိကူလသညာနှင့် စတုတေတဝိဝတ္ထာန်တို့၌လည်းကောင်း ဤ ကမ္မာန်း ၁၀-ပါးတို့မူကား ဥပစာရသမာစိမျှကိုသာ ရနိုင်သည်။

မဖွော, ကရာဏာ, မှန်တာတို့၌ အောက်ရှာန် ၃-ပါးကိုသာရနိုင်သည်။ ၄၏းတို့၌ တတိယစျောန်ကို ရပြီးပုဂ္ဂိုလ်သည် ဥပောက္ဍာကိုဖွားစေလျှင် စတုတ္ထစျောန်ကိုရနိုင်၏။

ကသိုက်းတို့၌ ရှာန် ၄-ပါးလုံးကို ရပြီးပုဂ္ဂိုလ်သည် အရှုပ်ကမ္မာန်း ၄-ပါးကို အစဉ်အတိုင်းအားထုတ်၍ အရှုပ် ရှာန် ၄-ပါးကို ရနိုင်သည်။

အာနာပါနကို အားထုတ်ပုံအကျဉ်း

အာနာပါနသုတီ ကမ္မာန်းကို အားထုတ်လိုသောသူသည် ဆိတ်ပြို ရာအရပ်၌ တင်ပျော်ခွဲလိုက်ဖြစ်စေ၊ ကြာရည်စွာနေနိုင်မည် အခြား နည်းဖြင့် ဖြစ်စေ ထိုင်လျက်၊ အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို ဖြောင့်မတ်စွာထားပြီးလျှင် ရှေးဦးစွာ စိတ်ကို နှာသီးဝံ့ရှုးစိုက်၍ ထားရ၏။ နှာသီးဖျား၌ဖြစ်စေ၊ အထက်နှုတ်ခမ်း၌ ဖြစ်စေ ထိပါးတိုက်နိုက်လျက် ဝင်ချည်တွက်ချည် မပြတ်ဖြစ်နေသော ဝင်လေ တွက်လေကို ထင်ရှားတွေ့လိမ့်မည်။ ထိုလေကို ထိနိုက်ရာဌာနမှ တောင့်၍

“ဝင်သည်ထွက်သည်၊ ဝင်သည်ထွက်သည်”ဟု ဝင်းတိုင်း ထွက်တိုင်း မပြတ်ရှု နေရ၏။ ဝမ်းထဲသို့ ဝင်သွားသောလေ၏ နောက်ကိုလည်း မလိုက်ရ၊ နှာသီးဝမှ အပြင်သို့ ထွက်သွားသော လေ၏နောက်ကိုလည်း မလိုက်ရ၊ နှာသီးဖျားနှင့် နှုတ်ခမ်းတို့၏ ထင်ရှားသော တိုက်ခိုက်ရာကိုသာစောင့်၍ ရှုနေရ၏။

ဤသို့ရှုနေစဉ် တစ်ခြားသို့ ထွက်သွားသော နိဝင်ရဏ်တိများလည်း နှုတ်ခိုက်မည်၊ ထိသို့ဖြစ်လာလျှင် ထိအာရုံများကို ဆက်လက်မစဉ်းစားဘဲ ဝင်လေထွက်လေမှာသာ စိတ်ကိုရုံးခိုက်ထားလျက် “ဝင်သည် ထွက်သည်၊ ဝင်သည်ထွက်သည်”ဟု ရှုမြဲ မပြတ်ရှုနေရ၏။

ဤနည်းဖြင့် ဝင်လေထွက်လေကို ထိခိုက်ရာဌာနကတောင့်၍ မပြတ်ရှုနေလျှင်-

၁။ ရည်စွာ ရှုရှိကိုမိသော ဝင်လေ ထွက်လေကိုလည်း ထင်ရှားသီရ၏။

၂။ တို့စွာရှုရှိကိုမိသော ဝင်လေ ထွက်လေကိုလည်း ထင်ရှားသီရ၏။

၃။ နှာသီးဖျား နှုတ်ခမ်းတို့၏ ထိပါးတိုက်ခိုက်လျက် ဝင်စထွက်စမျှင်မျှင်ကလေးမှစ၍ ဝင်ဆုံးထွက်ဆုံး မျှင်မျှင်ကလေးအထိ ဝင်လေ ထွက်လေတို့၏ အစအလယ်အဆုံး အကုန်လုံးကိုလည်း ထင်ရှားသီရ၏။

၄။ ပကတိကြမ်းတမ်းသော ဝင်လေ ထွက်လေတို့ တဖြည်းဖြည်းသိမြေသွားသည်ကိုလည်း ထင်ရှားသီရ၏ ထိသို့သိမြေသွားသီရ၏။

သွားသဖြင့် နောက်ဆုံးမှာ ဝင်သက် ထွက်သက်လုံးဝမရှိသကဲ့သို့၊
ဖြစ်နေသည်ကိုလည်း တွေ့ရ၏။

ထိအပါ ရူစရာ ဝင်လေ ထွက်လေကို မတွေ့ရသည့်အတွက် ဝင်လေ
ထွက်လေကို ရှာ၍လည်း နေမီတတ်သည်၊ ဘယ်လိုဖြစ်သွား သနည်းဟု
ဓာတ်းစား၍လည်း နေမီတတ်၏။ မရှုတော့ဘဲ ရပ်နား၍လည်း နေတတ်၏။

ထိသို့ ရပ်နား၍ကားမနေအပ်၊ ရှုနေကျဖြစ်သော နှာသီးဖျားနှင့်
နှုတ်ခမ်းတို့၌သာလျှင် စိတ်ကို ရူးစိုက်ထားလျက် ရှုမြှုပ်ရှုနေရမည်။ ထိသို့
ရှုနေလျှင် သိမ်မွေ့သားဝင်လေ ထွက်လေများသည်လည်း ထင်ရှား
ပေါ်လာပါလိမ့်မည်၊ ထိသို့ ထင်ရှားပေါ်လာသော ဝင်လေထွက်လေများကို
ရှုမြှုပြုတိရှုနေလျှင် ထိဝင်လေ ထွက်လေများထူးခြားစွာ ဖြစ်လာသည်ကို
တွေ့ရပါလိမ့်မည်၊ အောက်ပါများမှာ ဝိသုဒ္ဓမဂ်၌ ပြဆိုထားသော ထူးခြားစွာ
ထင်ပုံများပေါ်သည်း။

ထိဝင်လေ ထွက်လေသည် အချို့မှာ တောက်ပလျက် ကြယ် တာရာ
ကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ကျောက်နိုဟတ်ကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ပုလ ပုတီးကုံးကဲ့သို့
လည်းကောင်း၊ ထင်ပေါ်၏၊ အချို့မှာမူ ကြမ်းတမ်းသော အတွေ့ရှုလျက်
ဝါပင်ရိုးကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ သစ်သားနှစ် တံခါးကျည် (မင်းထုတ်)ကဲ့သို့
လည်းကောင်း ထင်ပေါ်၏၊ အချို့မှာမူ ရှည်သော ဓောက်လုံးကြီး (လည့်ဆွဲ
တန်ဆာ)ကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ပန်းကုံးကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ စီးခိုးသွေ့နှင့်ကဲ့သို့
လည်းကောင်း ထင်ပေါ်၏၊ အချို့မှာမူ ပြန်ကျယ်သော ပင့်ကူအိမ်ကဲ့သို့
လည်းကောင်း၊ တိမ်လွှာကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ရထားသီးကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊

အာနပါနကို အားထုတ်ပုံအကျဉ်း

၁၇

လဝန်းနေဝန်းကဲ့သို့၊ လည်းကောင်း ထင်ပေါ်၏၊ ဤသို့၊
တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးမတူဘဲ အာရုံထင်ပုံ ကွဲပြားခြင်းမှာလည်း သညာခြင်းမတူဘဲ
ကွဲပြားကြသောကြောင့်ပင် ဖြစ်သည်ဟု စိသုဒ္ဓမဟိန့် ပြဆိုထား၏။

ဤသို့ ထူးစွာ ထင်ပေါ်သောအာရုံကို ပဋိဘာဂနိမိတ်ဘု၏ သည်။
ထိပဋိဘာဂနိမိတ်ထင်သောကာလမှုစဉ် ဘာဝနာသမာဓိမှာလည်း ဥပစာရ
သမာဓိမည်၏။ ဤညပစာရသမာဓိဖြင့် ရှုမြစ်ဆက်လက်၍ ရှုနေလျှင် မကြာမိပင်
ရှေးပြုပြုခဲ့သည့်အတိုင်း အပွဲနာရာန်သမာဓိ ငါ-ပါးသို့၊ ရောက်သွားနိုင်ပေါ်သည်။
ဤသည်ကား သမထယာနိကလမ်ဖြင့် အားထုတ်လိုသောပုဂ္ဂိုလ်အား
ရှေးဦးစွာသမထကို အားထုတ်ပုံ အကျဉ်းပြီး၏။

ပိပသုနာအားထုတ်ပုံ အကျဉ်းပြီး၏။

ဝိပဿနာကို အားထုတ်လိုပေါ်သောသူသည် သတ္တဝါတို့၏ သန္တာန်၌ ရုပ်နှင့်နာမ် ဤတရား ၂-ပျိုးသာရှိသည်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ထိုရုပ်နာမ် တရားတို့မှာလည်း ဆိုင်ရာအကြောင်း တရားတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နေကြ သည်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ခဏမစ် ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မဖြစ်သော တရား၊ ဆင်းရဲသောတရား၊ အတွေးအသက်ကောင်မဟုတ်သော သဘောတရားမှုဟူ၍ လည်းကောင်း၊ အကျိုးအားဖြင့်ဖြစ်စေ အကျယ်အားဖြင့်ဖြစ်စေ ကြားနာ မှတ်သားဖူးသော သုတနှင့် ပြည့်စုံပြီးဖြစ်ရမည်။

ဤသို့ သုတနှင့်ပြည့်စုံသောသူသည် ပြဆိုခဲ့သည်အတိုင်း ရရှိထား သော သမဂ္ဂဓရာန်ကို ရွှေ့ပြီးစွာဝင်စား၍ (မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်စေ၍) ထိုဓရာန် ကိုပင်စဉ် ရှုရ၏။ ထို့နောက် ဒ္ဓါရ ၆-ပါး၌ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသော မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ သိမှု စသည်တို့ကို သူဖြစ်ပေါ်လာသည်အတိုင်း မပြတ်ရှုနေရ၏။ ဤသို့ ရှုဖန်များ၍ ကိုယ်စိတ်ပင်ပန်းလာလျှင် နိုင်နိုင်းသော ထိုဓရာန်ကိုပါပြန်၍ ဝင်စားရ၏။ ၁၉-မိနစ်၊ မိနစ်-၃၀ စသည်ဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်ပိုင်းခြားထားသည် အချိန်စွဲ၍ ဓရာန်မှထသောအခါ ထိုဓရာန်ကိုပင် စဉ်ရှုပြီးလျှင် ဒ္ဓါရ ၆-ပါးပေါ်လာသမျှကို ရွေးနည်းအတိုင်းပင် မပြတ်ရှုသွားရသည်။ ကိုယ်၊ စိတ်ပင်ပန်းလာပြန်လျှင် ဓရာန်ကိုဝင်စားပြန်၍ ဓရာန်မှထသောအခါ ရှုမြှုပင် ရှုသွားရသည်။ ဝိပဿနာသမဂ္ဂဓရာန်အားရှိလာသောအခါ၌မြှုမှုကား ကိုယ်၊ စိတ်ပင်ပန်းခြင်းမရှိတော့ဘဲ နေ့ရောညွှေပါ မပြတ်မစ် ရှုမြှုရသွားနိုင်ပေါ်။

ဝိပဿနာအားထုတ်ပုံအကျဉ်း

၁၉

ထိအခါရှုတိုင်း၊ ရှုတိုင်း ရုပ်နှင့်နာမ် ၂-ခုထဲတွဲလျက် တွဲလျက် ဖြစ်နေသည်ကို အလိုလိုပင် ထင်ရှားသီလာလိမ့်မည်။ အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်လျက် ဖြစ်နေသည်ကိုလည်း ထင်ရှားသီလာလိမ့်မည်။ ရှုချက်တိုင်း ရှုချက်တိုင်းမှာ ပေါ်လာသည့် အာရုံရော၊ ရှုသီနေသည့်စိတ်ရော ကုန်ဆုံး ပျောက်ကွယ် သွားသည်ကိုချည်းတွေ့ရသောကြောင့် မမြေဟူ၍လည်း သီမြင် သဘောကျလာလိမ့်မည်။ နှစ်သက်သာယာဖွယ် အားကိုးဖွယ်မရှိသော ဆင်းရဲချည်းဟူ၍လည်း သီမြင်သဘောကျလာလိမ့်မည်။ (အတွေ့မဟုတ် အသက်ကောင်မဟုတ်၊ ဝိညာဉ်ကောင်မဟုတ်) သူ့သဘောအတိုင်း ဖြစ်ပျက် နေသော သဘောတရားချည်းဟူ၍လည်း သီမြင်သဘောကျလာ လိမ့်မည်။

ဤ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္ထ ဥက္ကာ၏အသီအမြှင်များ ကောင်းကောင်း ရင့်သန်ပြည့်စုံသောအခါမှာ မဂ်ဥက္ကာ၏ နိုလ်ဥက္ကာများဖြစ်ပေါ်၍ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှာက်ထင်ရှား တွေ့မြင်ရလေတော့သည်။

ဤသည်ကား သမထယာန်ကလမ်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်အောင် အားထုတ်ပုံအကျဉ်းပေတည်း။

သုဒ္ဓဝိပဿနာယာန်က၏ရှုပုံ

ယခုအခါ သုဒ္ဓဝိပဿနာယာန်ကလမ်းဖြင့် ဝိပဿနာရှုပုံကို ပြဆိုအံး။

ရှေးချွေပြခဲ့သည့်အတိုင်း ရုပ်နာမ် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္ထသဘောတို့ကို ကြားနာမှတ်သားဖူးသောသူသည် သမထကိုမထူထောင်တော့သဲ ဝိပဿနာ သက်သက်ကိုသာ အားထုတ်လိုလျှင် ဆိတ်ပြိုမြှင့်သောအရပ်၌ တင်ပျဉ်ခွဲလျက်

ဖြစ်စေ၊ ကြာရည်စွာ ထိုင်နေနိုင်သည့် အေားနည်းဖြင့် ဖြစ်စေ၊ ထိုင်နေလျက် ကိုယ်တဲ့ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်နေသော ဥပါဒါနက္ခနာဝါး ပါး ရပ်နာမ်တရားတို့ကို ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ဖပြတ်ရှုနေ၏။

ဥပါဒါနက္ခနာဝါးပါးဟူသည်မှာ မြင်ခိုက်၊ ကြားခိုက်၊ နံသိခိုက်၊ စားသိခိုက်၊ ထိသိခိုက်၊ ကြေသိခိုက်ဟူသော ဤခဏ ၆-ပါးတို့၌ ထင်ရှားတွေ၊ နေသော တရားများပါးဖြစ်သည်။

ထိုတွင် မြင်ခိုက်၌ မြင်ရသောအဆင်းရပ်ကိုလည်းကောင်း၊ မြင်ရာဏာန မျက်စိရပ်ကိုလည်းကောင်း ထင်ရှားတွေ ရ၏၊ ရှင်းတို့မှာ ရပ်ခန္ဓာတရားစု မျှသာဖြစ်သည်။ နှစ်သက်သာယာဖွံ့ဖြိုးလည်း မဟုတ်၊ အတွေးအသက်ကောင်၊ ပါကောင်လည်းမဟုတ်၊ သို့သော် ရှင်းတို့ကို မြင် တိုင်း မြင်တိုင်း မရှိမေသော သူတို့မှာ ချက်ခြင်းပင် ပျောက်ပျောက်သွားသည်။ မမြှော်းဟူ၍လည်း မသိကြ၊ “ခဏမစဲဖြစ်ပြီး ခဏမစဲ ပျောက်ပျောက်နေသည့် ဆင်းရချည်း”ဟူ၍လည်း မသိကြ၊ “အတွေးမဟုတ်၊ အသက်ကောင်မဟုတ်၊ သူ့သဘောအတိုင်းသူ ဖြစ်ပျောက်နေသော အနတ္ထသဘောတရားများသာ” ဟူ၍လည်းမသိကြ၊ ထို့ကြောင့် ထိုမြင်ရသောအဆင်းနှင့် မျက်စိတို့ကို နှစ်သက်သာယာလျက်လည်း စွဲလမ်းကြ၏၊ အတွေးကောင် အသက်ကောင် ပါကောင်ဟုထင်မှတ်လျက်လည်း စွဲလမ်းကြ၏၊ ဤသို့ သာယာထင်မှတ် လျက် စွဲလမ်းအပ်သောကြောင့် ထိုအဆင်းရပ်နှင့် မျက်စိတို့ကို “ရပ်ဥပါဒါနက္ခနာ”ဟုခေါ်ရပေသည်။

ထို့ပြင် ထိုအဆင်းအာရုံခိုက် မြင်သိခြင်း (စက္ခတိညာဏ်) ခံစားခြင်း (ဝေဒနာ) မှတ်သားခြင်း(သညာ) မြင်ရအောင် အားထုတ်ခြင်း(သခါရ)

ဝိပဿနာအော်တုတ်ပုံအကျဉ်း

၂၁

ဟူသောအသိနာမ် တရားစုများကိုလည်း (ထိမြင်ခိုက်မှာပင်) ထင်ရှားလေ ၏၊ ငြင်းတို့မှာလည်း နှစ်ခွဲဗာတရားစုမျှသာဖြစ်သည်။ နှစ်သက်သာယာဖွေ့ယ် လည်းမဟုတ်၊ အတ္ထ-အသက်ကောင် ပါကောင်လည်းမဟုတ်၊ သို့။ သော် ငြင်းတို့ကိုဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း မရှိမောသူတို့မှာ မမြှုပူ၍လည်းကောင်း၊ ဆင်းရဲဟူ၍လည်းကောင်း အနတ္ထဟူ၍လည်းကောင်း မသိကြသောကြောင့် နှစ်သက်သာယာလျက် ခွဲလမ်းကြ၏၊ “ပါကပင် မြင်သည်၊ ပါကပင်အေားသည်၊ ပါကပင်မှတ်သား ပါကပင် ရူးစိုက်ကြည့်သည်”ဟု အတ္ထကောင်၊ အသက် ကောင်၊ ပါကောင် ထင်မှတ်လျက်လည်း ခွဲလမ်းကြ၏၊ ဤသို့သာယာ ထင်မှတ်လျက် ခွဲလမ်းအပ်သောကြောင့် ထိနာမ်တရားတို့ကိုလည်း “ဝိညာဏ်ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ”ဟုခေါ်ရပေသည်။

ဤသည်ကား မျက်စီဖြင့် အဆင်းကို မြင်ခိုက် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဝါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့ ထင်ရှားပုံပေတည်း၊ နားဖြင့် အသံကိုကြားခိုက်၊ နာခေါင်းဖြင့် အနဲ့ကိုနဲ့သိခိုက်၊ လျှေဖြင့် အရသာကို စားသိခိုက်၊ ကိုယ်ဖြင့် အတွေ့အထိကို ထိသိခိုက်၊ နှလုံးဖြင့် သဘောအာရုံကို ကြေသိခိုက်တို့၌ လည်း ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဝါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့ ထင်ရှားပုံကို နည်းတူပင် သိအပ်၏၊ အထူးကား သဘော အာရုံမှာ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖျိုးလုံးနှင့် ဆိုင်၏၊ ဤမှုသာတူးသည်။

ဤသို့ ခယ ၆-ပါး၊ ဌာန ၆-ပါးလုံး၌ ရုပ်နာမ်တရားတို့ ထင်ရှားဖြစ် ပေါ်နေကြသော်လည်း အားထုတ်ခါစုရှိလိမှာ ထိဖြစ်ပေါ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ် တို့ကို ဖြစ်ပေါ်စဉ်အတိုင်းလိုက်၍ ရှုရ၏၊ စာသင်ရှု၍လည်း လွယ်လွယ် ကူကူကာစုံ သင်ရသကဲ့သို့ပ်တည်း။

သုဒ္ဓဝိပသုနာအကျဉ်းချုပ်

ထို့ကြောင် ရုပ်နာမ်နှစ်မျိုးတို့တွင် သာ၌ထင်ရှားသော ရုပ်ကို စုံကြရ၏။ ထိုရုပ်တို့တွင်လည်း မြင်ရ ကြားရ နဲ့သို့ရ တားသိရသော ဥပါဒ်ရှုပ် တို့ထက် တွေ့ထိရသော ဘုတေရာ်တို့ကသာ၌ ထင်ရှား၏၊ ထို့ကြောင် ကိုယ်ထဲ၌ တွေ့ထိရသော ရုပ်ကိုစုံ ရှုရ၏။

သို့ဖြစ်၍ အထူးထင်ရှားသော ထိုအတွေ့ထိ ရုပ်ကိုရှုရန်အတွက် ထိုင်နေသည့် တစ်ကိုယ်လုံးကို သတိနှင့်နိုက်၍ “ထိုင်သည် ထိုင်သည်ဟု” မပြတ် ရှုနေရ၏။ ထိုသို့ရှုနေရင်း တင်ပါးကဖြစ်စေ ခြေထောက်ကဖြစ်စေ တစ်နေရာမှ တွေ့ထိမှုကိုလည်း ထင်ရှားတွေ့ရလိမ့်မယ်၊ ထိုအခါ တွေ့ထိ မှန်င့် တွဲ၍ “ထိုင်သည် ထိသည်၊ ထိုင်သည် ထိသည်” ဟုထိုင်နေသော ကိုယ်ထဲမှာတစ်လှည့် ထိနေသောနေရာမှာ တစ်လှည့်အားဖြင့် တစ်လှည့်စီ မပြတ်ရှုနေရမည်။

“ထိုင်သည် ထိသည်” ဟု ဤနည်းဖြင့် ရှုနေသည်ကို ခက်သည့် ဟုထင်လျှင် ငင်လေ တွေက်လေ ထိနိုက်ရာ၌ ရှုံးနိုက်၍ “ထိသည် ထိသည် ထိသည်”ဟု ဤသို့လည်းရှုနိုင်သည်။ သို့မဟုတ် အသက်ရှုတိုင်း ဝမ်းမိုက်ထဲ၌ ဖောင်းချည် ပိန်ချည် တောင့်တင်း လူပ်ရှားလျက် တွေ့ထိရသောရုပ်ကိုလည်း ရှုနိုင်သည်။

ရှုပ်မှာ-ရှေးဦးစွာ စိတ်သတိကို ဝမ်းမိုက်၌ ရှုံးနိုက်ထားပါ။ ဖောင်းတက်လာလိုက် ပိန်ကျသွားလိုက်နှင့် တောင့်တင်းလူပ်ရှားလျက် မိုက်ထဲ မှာတွေ့ထိမှုများမပြတ် ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ စိတ်နိုက်ထားရှုမှုဖြင့်

ဝိပဿနာအားထုတ်ပုံအကျဉ်း

၂၃

မထင်ရှားသေးလျှင် မိက်မှာ လက်နှင့်ထိထားပါ၊ အသက်အောင့်ထားခြင်း၊ မြန်မြန်ရှာခြင်း ပြင်းပြင်းရှာခြင်းများကိုကား မပြုရ၊ ပကတ္တရှာနေကျအတိုင်း မှန်မှန်သာ ရှုလျက်ရှိနေရမည်၊ ဖောင်းတက်လာခိုက်မှာ ဖောင်းသည်ဟရှုပါ၊ တစ်ရွှေခြင်းဖောင်းတက်လာသည်ကို အစမှုအဆုံးတိုင်အောင် အစဉ်မပြတ် သိလျက်ရှိပါစေ၊ ပိန်ကျခိုက်မှာလည်း ပိန်သည်ဟရှုပါ တစ်ရွှေ ခြင်းပိန်ကျ သွားသည်ကို အစဉ်မပြတ်သိလျက်ရှိပါစေ၊ ဖောင်းတိုင်း ပိန်တိုင်း “ဖောင်းသည်၊ ပိန်သည်၊ ဖောင်းသည်၊ ပိန်သည်၊ ပိန်သည်” ဟုမပြတ် ရှုနေပါ။

အထူးသတ္တိပြုရန် - ဖောင်းသည်၊ ပိန်သည်စသော အမည် ကလေးများမှာ နှုတ်ကရွတ်ဆိုရန်မဟုတ်၊ စိတ်ဖြင့်သာလျှင် အမည်တပ်၏ ရှုနေရန်ဖြစ်သည်၊ ထိုအမည်မှာလည်း လိုရင်းမဟုတ်၊ ကိုယ်ထဲ၌ တကယ်ဖြစ်ပေါ်လာသော တောင့်တင်း၊ လူပုံရှား တွေ့ထိမှုစသည်ကို သိခြင်းကသာ လိုရင်းဖြစ်သည်၊ သို့သော အမည်မပါဘဲ စိတ်သက်သက် ဖြင့် ရှုနေလျှင် အာရုံနှင့်စိတ် ကောင်းကောင်းမကပါခြင်း၊ အသီးသီးပိုင်းခြား၏ ဓမ္မခြင်း၊ ဝိဒီယလျှော့လျှော့သွားခြင်းစသော အပြစ်များဖြစ်တတ်သည်၊ ထိုကြောင့် စိတ်ဖြင့်အမည်တပ်၏ ရရန်ညွှန်ကြားထားခြင်းဖြစ်ဖြစ်ပေသည်။

ဤသို့ “ဖောင်းသည် ပိန်သည်၊ ဖောင်းသည် ပိန်သည်” ဟရှုနေ စဉ်မှာပင် တဗြားတစ်ပါးအာရုံများဆီသို့၊ ထွက်ထွက်သွားသော စိတ်များ လည်းရှုလိမ့်မည်၊ ထိုစိတ်များကို သူဖြစ်သည့်အတိုင်းပင်ရှုရမည်။

ရှုပုံမှာ- တဗြားသို့ထွက်သွားသည်ဟုထင်လျှင် ငါးစိတ်ကို ထွက် သည်ဟရှုလိုက်ပါ၊ ကြြသည်ဟုထင်လျှင် ကြြသည်ဟရှုလိုက်ပါ၊ စဉ်းစား

သည်ဟုထင်လျှင် စဉ်းစားသည်ဟရရလိုက်ပါ၊ လိုချင်လျှင် လိုချင်သည်ဟု နှစ်သက်လျှင် နှစ်သက်သည်ဟု၊ စိတ်ဆိုးလျှင် စိတ်ဆိုးသည်ဟု၊ စိတ်ပျက်လျှင်စိတ်ပျက်သည်ဟု၊ ပျင်းလျှင် ပျင်းသည်ဟု၊ ပျော်လျှင်ပျော်သည်ဟု ဤသို့စသည်ဖြင့် ထိနိတ်ပျောက်သွားသည့်တိုင်အောင် ဆင့်ကာဆင့်ကာ ရှုရမည်၊ ထိနိတ်ပျောက်သွားသောအခါ “ဖောင်းသည် ပိန်သည် ဖောင်းသည် ပိန်သည်” ဟု မူလရှုနေကြအတိုင်းပင်ပြန်၍ ပြောတိရှုနေရသည်။

ကိုယ်ထဲမြှု ညောင်းမူ၊ ပူမူ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲမူ စသောမခံသာမူ ခုက္ခတေဇနာများ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ထိမခံသာမူကိုပုံစံရှိနိုင်၍ “ညောင်းသည် ညောင်းသည်”၊ ပူသည် ပူသည်၊ နာသည်နာသည်” စသည်ဖြင့် ရှုနေရမည်၊ ထိမခံသာမူ ပျောက်ပြီးသွားသောအခါ ဖောင်းမူ ပိန်မှုကိုသာလျှင် ရှုမြှု မပြတ် ရှုနေရမည်၊ သို့ရာတွင်- ညောင်းမူ ပူမူစသည် ပြင်းထန်လှသွားဖြင့် အလွန်မခံသာလှသောအခါ လက်၊ ခြေ၊ ကိုယ် အနေအထိုင်များကို ပြောင်း လဲပြေပြင်ပေးရ၏၊ ထိအခါ လှုပ်ရှုံးပြုပြင်ပေးသော ကိုယ်အမှုအရာများကို စူးစိုင်၍ “ကျွေးသည် ကျွေးသည်၊ ဆန်းသည် ဆန်းသည်”၊ လူပ်သည် လူပ်သည် ရွှေသည် ရွှေသည်၊ ကြွေသည် ကြွေသည်၊ ချသည် ချသည်” စသည်ဖြင့် သူဖြစ်ပေါ်သည့်အတိုင်း အစဉ်မပြတ်လိုက်၍ ရှာသွားရသည်၊ ထိအမှုအရာပြီးဆုံးသွားသောအခါ ဖောင်းမူ ပိန်မှုကိုသာ ပြန်၍ ရှုမြှုပ်င် ရှုနေရမည်။

တစ်ခုတစ်ရာကို ကြည့်မိလျှင် “ကြည့်သည် မြင်သည်၊ ကြည့်သည်မြင်သည် ဟရရသည်” ဟုရရသည်၊ မကြည့်ဘဲ အလိုလိုမြင်သွားလျှင် မြင်သည် မြင်သည် ဟရရသည်၊ နားထောင်မိလျှင် “နားထောင်သည် ကြားသည်”

ဂိသသနာအားထုတ်ပုံအကျဉ်း

၂၅

နားထောင်သည် ကြားသည်” ဟူရှုရသည်၊ အလိုလိုကြားရလျှင် ကြားသည် ကြားသည်ဟရရရသည်၊ စဉ်းစားမိလျှင် စဉ်းစားသည် စဉ်းစားသည်” ဟု ရှုရသည်၊ ဖြီးလျှင် ဖောင်းမှု ပိန့်မှုကို ရဲမြေပင်ရှုနေရသည်။

ထိုင်ရှာမှ ထသောအခါ, ရပ်သောအခါ, လွှဲအိပ်သောအခါ, စသည်တို့၌လည်း ပြုတိုင်း ပြုတိုင်းသော ကိုယ်အမှုအရာများကို စွဲစွဲ စပ်စပ်ရှုလျက်သာ ပြုပြင်ရသည်၊ လမ်းလျောက်သွားသောအခါ၌ ခြေလှမ်း တိုင်းခြေလှမ်းတိုင်း လှပ်ရှားမှုများကို အစမှုအဆုံးတိုင် သေသေချာချာ သိအောင်ရှုံးစိတ်၍ “သွားသည် သွားသည်”ဟုဖြစ်စေ “လှမ်းသည် လှမ်းသည်”ဟုဖြစ်စေ，“ကြွေသည် လှမ်းသည် ချုသည်”ဟုဖြစ်စေ, စွဲစွဲစပ်စပ် ရှုလျက် ရှုလျက်သာသွားရသည်။

အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့်ဆိုလျှင် ကျွဲ့မှ ဆန့်မှုစသော ကိုယ်လက် လှပ်ရှား ပြုပြင်မှုဟူသမျှကို ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း သိအောင် ရှုရသည်၊ ကိုယ်ထဲ စိတ်ထဲ၌ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသိအောင် ရှုရသည်၊ စိတ်ကူးစဉ်းစားမှု ဟူသမျှကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း သိအောင် ရှုရသည် ဤလိုအကြောင်းထူးများ မရှိဘဲဖြစ်လျက် ထိုင်နေသောအခါ လဲလျောင်းနေသောအခါများမှ ကိုယ်ထဲမှ ထင်ရှားသော အတွေ့အထိ တစ်ခုခုကို မပြတ်ရှုနေရသည်။ ဤမြို့ကား အထူးထင်ရှား၍ ပြောပြန် လွယ်ကြသော ဖောင်းမှု ပိန့်မှုကိုသာပ်တိုင်ထား၍ ရှုရန် ညွှန်ကြားထားပေသည်၊ သို့သော အထိန္ဒိပါလျှင် ပထမက ပြခဲ့သော ထိုင်မှ ထိသိမှုတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ဝင်လေ ထွက်လေ၏ ထိမှုကိုလည်း ကောင်း ပ်တိုင်ထား၍လည်း ရှုရန်သေး၏။

၂၆

ကမ္မဘန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

ပေါ်ရာ ပေါ်ရာကို အလွယ်တကူရှုခိုင်သောအခါး၌ကား ဤကဲ့သို့
ပင်တိုင် ရှုစဉ်ထားရန်မလိုတော့ပြီ၊ မြှင့်တိုင်း ကြားတိုင်း နံသိတိုင်း စားသိတိုင်း
ထိသိတိုင်း ကြားသိတိုင်း ပေါ်သမျှတို့ဖြစ်ပေါ်လာစဉ်အတိုင်းပင် ရှုသွားရသည်။

ယောကီသည် ဤနည်းဖြင့် မပြတ်ရှုနေလျှင် သမာဓိဉာဏ်အားရှိလာ
သောအခါမှာ တစ်စက္ကန့်အတွင်းမှာပင် စိတ်အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဖြစ်ပျက်နေ
သည်ကို ကိုယ်တိုင်ပင် တွေ့သိရ၏။ သို့သော် ရှုခါစယောဂီမှာ ထို့ကြောင်းမြန်စွာ
မသိနိုင်သေးပေ၊ ဤအရာ၏ စာဖတ်သင်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ကောင်းကောင်းတတ်ပြီး
ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ စာဖတ်နေးပုံ၊ မြန်ယူဗုံးနှင့် နိုင်းယုံဗျာ၏ သိနားလည်အပ်၏၊ သို့သော်
အားထုတ်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း တစ်စက္ကန့်၊ တစ်စက္ကန့်လျှင့် ရှုသိမှုတစ်ကြိမ်၊
တစ်ကြိမ်ကျထက်မနည်း ရှုသိနိုင်အောင် အမြှေမပြတ်အားထုတ်၏ ရှုနေရသည်။

ဂိပသာနာအားထုတ်ပုံအကျဉ်းပြီး၏

ဝိပဿနာ သမဟမိဉာဏ်မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

၂၇

ဝိပဿနာသမဟမိဉာဏ် မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ယခြားဖို့ခဲ့သည့်အတိုင်း တစ်စက္ကန့်မှာ တစ်ကြိမ်
တစ်ကြိမ်ထက်မနည်း မပြတ်ရှုနိုင်ရန် အားထုတ်နေသော်လည်း အားထုတ်
ခါဝါရှုနိုင်ရှုမှု မရှုမိဘဲ မေ့သွားသော ကိုယ်အမူအရာ စိတ်အမူအရာတို့လည်း
များစွာပင် ရှိပေလိမ့်မည်၊ သမထပ်းကပြုခဲ့သည့်အတိုင်း တဗြားတစ်ပါးသို့
ရောက်နေသော နိုဝင်ရဏ်ထိများလည်း များစွာပင် ရှိပေလိမ့်မည်၊ အထူးမှာ
သမထလုပ်ငန်းစဉ်၌ မေ့သောစိတ် အဗြားသို့ထွက် သွားသောစိတ်များကို
ရှုနိုင်မလိုပြီ၊ ရှုမြှုသမထအာရုံကို ပြန်စွဲရန်သာလိုပေသည်။

ဤဝိပဿနာလုပ်ငန်းစဉ်ကား ထိုမေ့သွားသည့်စိတ်များ တဗြား
သို့ထွက်သွားသည့် စိတ်များကို ရှုသိရ၏၊ ထိုသို့ ရှုသိပြီးမှ ဖောင်းမှု၊ ပိန်းမှု
စသော ရှုမြှုကိုပြန်၍ ရှုသွားရပေသည်၊ ဤကားသမထနှင့် ဝိပဿနာတို့၌
နိုဝင်ရဏ်ကို ပယ်ခြင်းနှင့်စပ်၍ လုပ်ငန်းစဉ်ထူးခြားပုံ တစ်ရပ်ပေတည်း။

[သမထဘာဝနာ တစ်ခုတည်းသောအာရုံ၌ စိတ်တည်
တုံးနေအောင် သမထအာရုံကိုသာ မပြတ်ရှုနေရ၏၊ သမထအာရုံ
မဟုတ်သော ရှုပ်နာမ်အာရုံကိုကား ရှုရန်ဘာဝန်မရှိ၊ ထို့ကြောင့်
တစ်ရုံတစ်ခါ ကြောင်း စဉ်းစားနေသော နိုဝင်ရဏ်ထိများ ဖြစ်ပေါ်
လာသော်လည်း ငါးထို့ကား ရှုရန်မလို၊ ယယ်ရန်သာလို၏။]

ဝိပဿနာ ဘာဝနာမှာမူ ဒ္ဓရ ၆-ပါးကဖြစ်ပေါ် သမျှ
ရှုပ်နာမ်တို့ကို ရှုရသောကြောင့် တစ်ရုံတစ်ခါ၌ မရှုမိဘဲ မေ့လျက်
တဗြားကိုစဉ်းစားမိသော စိတ်များ လိုချင် နှစ်သက်မှုစသော နိုဝင်ရဏ်

စိတ်များဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ထိစိတ်များကိုလည်း ရှုအပ်သည်သာ၊ မရှုမိလျှင် ထိစိတ်များမျှလည်း နိစွဲ၊ သုခ၊ အတ္ထဟု စွဲလမ်းမှုကျရောက် မည်ချည်သော၊ သို့ဖြစ်၍ ထိသို့သောစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် သမထ အလုပ်မှာကဲ့သို့၊ (အသတိအမန်သိကာရ) နှလုံးမသွင်းဘဲ ထားရှုံးဖြင့် ကိစွဲမပြီးသေး၊ ငှင်းတို့ကိုလည်း သဘာဝလက္ခဏာ သာမည့် လက္ခဏာတို့ပြီ့ မှန်ကန်စွာသိအောင် ရှုမှုသာလျှင် စွဲလမ်းမှုက်း စေနိုင်၍ ပိပသုနာကိစွဲပြီးပေသည်။ ဤကား ထပ်၍ ရှင်းချက် ဖြစ်သည်။

ဤသို့၊ ရှုဖန်များသောအခါ၌ တဗြားသို့၊ ပျုံလွှင့်သောစိတ်မှာ မရှုသလောက်ပင် ကင်းပြိုးနေလိမ့်မည်၊ တဗြားသို့ စိတ်ထွက်လျှင်လည်း ချက်ခြင်းပင်သိနိုင်၍ ချက်ခြင်းပင် ထိစိတ် ပြတ်စွဲသွားလိမ့်မည်၊ တစ်ခုတစ်ခါမှာ တဗြားသို့ထွက်သွားရန် စိတ်ဦးလှည့်လိုက်သည်ကိုပင် ရှုသိနိုင်၍ တဗြားသို့၊ မထွက်တော့ဘဲ ရှုမြှုပင်တစ်စဉ်တည်း အခြေမပျက် ရှုသိနေနိုင်သည်ကိုလည်း တွေ့ရလိမ့်မည်၊ ထိုအခါမှာ ရှုရာရှုရာ အာရုံး ကပ်ကန် ကပ်ကန် အံကျ ကိုက်လျှက် တည်တည်နေသော သမတိသည် ပိပသုနာခဏိက သမတိ မည်၏၊ ကာမဖွေနှုန်းစသော နိဝင်ရဏာတို့မှ ကင်းနေသောကြောင့် သမထလမ်းက ဥပစာရသမတိနှင့်လည်း ညီမြှုပ်၏၊ ပျုံလွှင့်ပြေးသွားနေသော ထိနိဝင်ရဏာနှင့် ရောနောခြင်းမရှိဘဲ ရှုသိမှု ဘာ ဝနာမိတ်ချည်း ရှု့နောက် တစ်စိတ်တည်း စင်ကြယ်လျက် ရှိသောကြောင့် စိတ္ထိသူနှိမ်လည်းမည်၏။

ဂိပသာနာ သမဂ္ဂဉာဏ်မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

၂၉

ထိအခါ ရှုတိုင်းရှုတိုင်း ရှုမိသည့်ဖောင်းမှ ပိန့်မှုစသော ရုပ်အပေါင်း
ကို အသိနာမ်နှင့်လည်းကောင်း၊ အခြားရပ်များနှင့်လည်းကောင်း၊ မရောယုက်
စေဘဲ သီးသန့်ပိုင်းခြား၍၏၊ ရှုမှ ကြော်မှ မြင်မှုစသော နာမ်းအပေါင်းကို
လည်း ရုပ်နှင့်လည်းကောင်း၊ အခြားနာမ်များနှင့်လည်းကောင်း မရောယုက်
ဘဲသီးသန့်ပိုင်းခြား၍၏၊ တစ်ကြိုမ်တစ်ကြိုမ်ရှုခိုက်မှာပင် နာမ်နှင့်ရုပ်အသိ
စိတ်ကို တစ်ခြားပိုင်းခြား၍၏ ဤသို့နှင့်ရုပ်ကို ပိုင်းခြား၍ သီခြင်းသည်
နာမရှုပါပရီစွေ့ဉာဏ်မည်၏။

ထိသို့၊ သီဖန်များသောအခါ ဤကိုယ်ထဲ၌ ဖောင်းမှပိန့်မှုလှပ်ရှားမှ
စသော (အာရုံကို မသိတတ်သည့်) ရုပ်တရားနှင့် ရှုသိမှု၊ မြင်သိမှုစသော
(အာရုံကိုသိတတ်သည့်) နာမ်တရားဟန်၍ ဤရှုပ်နာမ် ပု-မြို့သာရှိသည်။ ဤရှုဗုံ
နာမ်မှတစ်ပါး ပုရှိလ်သတ္တဝါကောင်မည်သည် မရှိတော့ပြီ ဟုသိမြင်သော
ကျော်၊ ရှုနေရင်းပင် ဤသို့သိမြင် သော့ကျော့ဗြိုင်းသည် ဒီဇိုဟုခွဲဖြစ်၏။

ထို့နောက် ဆက်လက်၍ အားထုတ်နေလျှင် ရှုတိုင်း၊ ရှုတိုင်း
အကြောင်းအကျိုး ဆက်ပေါ်၍ ထိရှုပ်နာမ်များ ဖြစ်ပေါ်နေကြသည်ကိုလည်း
သိမြင်သော့ကျေလား၊ သိပုံကား ကျွေးချင် ဆန့်ချင်၊ လူပ်ရှားပြုပြင်ချင်
သောစိတ်ကြောင့် ကွွေးရပ် ဆန့်ရပ် လုပ်ရှားပြုပြင်ရပ်များ ဖြစ်ပေါ်လာ
ကြသည်ကိုလည်းကောင်း အမူအအေးဘတ်ကြောင့် ပူရပ်၊ အအေးရပ်များ
ပြေားလဲဖြစ်ပေါ်လာကြသည်ကိုလည်းကောင်း၊ အဓာအဟာရကြောင့် ရုပ်သစ်
များဖြစ်ပေါ်လာကြသည်ကိုလည်းကောင်း၊ မျက်မောက်တွေ့လျက် သိမြင်
သော့ကျော်၏။

ထို့ပြင် မျက်စိနှင့် အဆင်း၊ နားနှင့်အသံ စသည်ရှိ၍ မြင်မှု ကြားမှ စသည်တို့ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကိုလည်းကောင်း၊ ဖောင်းမှူး ပိန့်မှုစသော ရွှေစရာအာရုံရှိ၍ ရွှေသိမှုဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို လည်းကောင်း၊ နှလုံးသွင်းမှုရှိ၍ ထိုထိုအာရုံများဆီသို့ စိတ်ကရောက်ရောက်သွားသည်ကိုလည်းကောင်း မျက်မောက်တွေ့လျက် သိမြင်သဘောကျ၏။

ထို့ပြင် “ကောင်းသည် ချမ်းသာသည်” ဟုထင်သော အပိုစွာ ကောင်းစားချမ်းသာချင်သော တရားတို့ကြောင့် ကြွေစည်အားထုတ် ပြုလုပ် နေကြသည်ကိုလည်းကောင်း။ ထိုပြုလုပ်ရာကိုပင် စွဲလမ်း၍ စိတ်ဝိယာက် အသစ်အသစ် ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကိုလည်းကောင်း၊ သေခြင်းဟူသည်မှာလည်း ရှုသိရသော ဤစိတ်ကလေးမျိုး နောက်ဆုံးပေါ်ရှုပွဲသွားခြင်း ပင်ဟု၍ လည်းကောင်း၊ ဘဝသစ်ဖြစ်ခြင်းဟူသည်မှာလည်း မိုးရာရုပ်နှင့်တာကွ စိတ်ကလေး မျိုး အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းပင်ဟု၍လည်းကောင်း ဤသို့ စသည်ဖြင့်လည်း သိမြင်သဘောကျ၏။

ဤသို့ အကြောင်းတရားပါ သိမြင်ခြင်းသည် ပစ္စယပဏီရှုဟာဟူ၍ မည်၏။

ဤသို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုးမျှသာ ဆက်စပ်လျက်ဖြစ်နေသည် ကိုသဘောကျသောအခါ “ရှေးကလည်း ဒီလို အကြောင်းအကျိုး ရပ်နာမ် မျှသာ ရှိခဲ့သည်။ နောင်လည်း ဒီလို အကြောင်းအကျိုး ရပ်နာမ်မျှသာရှိ မည်”ဟု၍လည်း သိမြင်သဘောကျ၏။ ဤသို့ သိမြင် သဘောကျခြင်းသည် ကခါဝိတရာဇ်သုဒ္ဓမည်၏။

ဝိပဿနာ သမဂ္ဂဘဏ်မဂ္ဂဖိတ်ဘဏ်ဖြစ်ပုံ

၃၁

အကြောင်းအကျိုး ရှင်နာမဲ့မျှသာရှိသည်ဟု မသိသေးမီက ထိရှင် နာမဲ့များကိုပဲ အတွေ့ကောင်, ဝါကောင်, ထင်မှတ်၍ “ရှေးကလည်း ငါရှိ ခဲ့လေသလေ ? ယခုမှာ ရှိလာလေသလေ ? ဒီဝါဟာ သေပြီးသည့် နောက်မှာလည်း ရှိပြီးမည်လေလေ” ဟု ဤသို့ တွေးတောယုံမှာမူမျိုး ဖြစ် ပေါ်နိုင်၏။ ယခုမှာကား ထိယုံမှာမူမျိုး မဖြစ်နိုင်တော့ပြီ၊ ထိယုံမှာမူမျိုးကို လွန်မြောက်သွားပြီဟု ဆိုလို၏။

ဆက်လက်၍ အားထုတ်နေလျှင် ရှုတိုင်းရှုတိုင်းသော ရှင်နာမဲ့ များသည် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးလျှင် ပျောက်ပျောက်သွားကြသည်ကိုသာတွေ့ရ သောကြောင့် မမြေဟူ၍လည်း သုံးသပ်ဆင်ခြင်မိ၏။ အနိစ္စသမ္မသနဘဏ် ပင်တည်း။

ဖြစ်လိုက် ပျက်လိုက်နှင့် ဖြစ်ပျက်မှုကမပြတ် နိုင်စက်နေသည်ကို သာ တွေ့ရသောကြောင့် နှစ်သက်သာယာဖွေ၍ အားကိုဖွယ်မရှိ ကြောက် ဖွယ်ကောင်းသော ဆင်းရဲချည်း ဟူ၍လည်း သုံးသပ်ဆင်ခြင်မိ၏။ ဒုက္ခ သမ္မသနဘဏ်ပင်တည်း။

ကိုယ့်အလိုအတိုင်းမဖြစ်မှု၍ သူ့သဘောအတိုင်းသာ ဖြစ်ပျက်နေ သည်ကို တွေ့ရသောကြောင့် “အစိုးရသော အတွေ့ကောင် ဝါကောင်မဟုတ်၊ အနတ္ထသဘောတရားချည်း” ဟူ၍လည်းသုံးသပ်ဆင်ခြင်မိ၏။ အနတ္ထ သမ္မသနဘဏ်ပင်တည်း။

ဤသို့ သုံးသပ်ဆင်ခြင်၍ အားရသောအခါ မသုံးသပ်မဆင်ခြင် တော့ဘဲ ရှုရှုသာရူလျက်ရှိ၏။ ထိအခါ ရှုရင်းရှုရင်း ရှုမိသောအာရုံ၏

အစဖြစ်ပေါ်လာပုဂ္ဂိုလည်း ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာသိရ၏။ ထိုအာရုံ၏ တိကန့်
ပြတ်သွားပုဂ္ဂိုလည်း ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာသိရ၏၊ အလင်းရောင်များ၊
နှစ်သက်အားရမှုများ၊ စိတ်အေးချမ်းသာမှုများ၊ ဘုရားတရားနှင့်စပ်သော
သဒ္ဓကြည်ညီမှုများ၊ ထက်သန်သော အားထုတ်လိုမှုများ၊ ဝမ်းသာမှုများ၊
အလွန်လျှပ်မြန်သန်ရှင်းသော သိမှုများ၊ ရှုစရာအာရုံတွေကို အလွတ်မရှိအောင်
အမှတ်ရလျက် ရှုနိုင်မှုများ၊ အထူးကြောင့်ကြုပြုရသဲ ရှုနိုင်မှုများ၊ ရှုရသည်၌
ပျော်လျက်နှစ်သက်သာယာယူမှုများဟူသော ဤထူးခြားသော သဘောတရားတို့
သည်လည်း ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ကုန်၏။ ထိုကြောင့် ယောက်သည် မိမိ၏
ဖြစ်မှုများကိုမပြောရသဲ မနေနိုင်လောက်အောင် ဝမ်းသာ တက်ကြလျက်ရှိ
တတ်ကုန်၏၊ တရားထူးကိုရပြီဟန်လည်း ထင်မှတ်၏၊ နှင့် ဥဒုပုမ္ပယ
ညာ၏နှင့် မဂ်မှားပေတည်း။

ထိုအလင်းရောင် စသည်တို့ကို “တရား” မဟုတ်သေးဟန်
လည်းကောင်း၊ “ပေါ်လာသမှုကို ရှုံးမှုမပြတ်ရှုနေခြင်းသည်သာလျှင် တရားထူး
ကိုရရန် ပိုဟသုနာလမ်းမှန်ဖြစ်သည်”ဟန် လည်းကောင်း ကျမ်းဂန်ဗဟိုသာ
အရဖြစ်စေ၊ ဆရာသမားတို့စကားအရဖြစ်စေ ယုံကြည်ဆုံးဖြတ်ရ၏၊
ထိုသို့ဆုံးဖြတ်လိုက်ခြင်းသည် မရှိမရှုဟနာဒသနဝိသုဒ္ဓမည်၏။

ထိုသို့ဆုံးဖြတ်ပြီးနောက် ဆက်လက်၍ရှုနေလျှင် ထို အလင်းရောင်
နှစ်သိမ့်အားရမှု စသည်တို့သည် တဖြည်းဖြည်း နည်း၍နည်း၍သွား၏။
ရှုသိမှုမှာလည်းသာ၍ ရှင်းလင်း၏၊ လက်ခြေတစ်ကွေး တစ်ဆန့်အတွင်း
ခြေတစ်လျှော်း အတွင်းမှာပင် တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ မရောက်ဘဲ တရွေ့ချင်း

ဂိပသာနာ သမဂ္ဂဘဏ်မဂ်ဖိလိဘဏ်ဖြစ်ပုံ

၃၃

တရွေချင်း ဖြစ်ပျက်သွားသော လှပ်ရှားမူပေါင်းများစွာတို့ကို တစ်ပိုင်းစီတစ်ပိုင်းစီ ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာသိရ၏။ ဉာဏ်အလေသမှ လွှတ်သော ရှင်သော ဥဒုယူမွှယ် ဘဏ်ပေတည်း။

ထိဘဏ်အားကောင်းလာသောအခါ အသိသည် တို့၏လျင်မြန်လာ၏။ ထို့ကြောင့် အာရုံးအစဖြစ်မှုထက် အဆုံးပျောက်မှုကိုသာ သာ၍ ထင်ရှားစွာတွေ့ရ၏၊ ရှုရသောအာရုံများမှာ ကုန်ဆုံး၍ ပျောက်ပျက်နေနှင့် သကဲ့သို့ထင်ရ၏။ လက်, ခြေ, ခေါင်း၊ ကိုယ်စေသော ပုံသဏ္ဌာန် အထည် ပြပိကို မတွေ့ရတော့ဘဲ တရိပ်ရိပ်နှင့် ပျောက်ပျောက်နေသည်ကိုသာ ရှုတိုင်း ရှုတိုင်းတွေ့ရ၏။ ရှုသိနေသောစိတ်ကလေးပါ သူ့အာရုံနှင့်အတူ ရှုံးနောက် ဆင့်လျက်တစ်ပါတည်း ပျောက်ပျောက်သွားသည်ကိုတွေ့ရ၏၊ ဤသို့ ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း အာရုံရော အသိစိတ်ပါ တစ်စုံလုံး တစ်စုံလုံး ပျောက်ပျောက်သွား သည်ကို သိခြင်းသည် ဘင်္ဂဘဏ်မည်၏။

ရှုတိုင်းသိတိုင်း အာရုံရော အသိစိတ်ပါ တစ်ပျက်တည်းပျက်နေ သည်ကိုသာ တွေ့ရသောကြောင့် “ကြောက်စရာကောင်းသည်”ဟု ထင်မြင် သဘောကျလာ၏၊ ဘယ်ဘဏ်ပေတည်း။

“မကောင်းဘူး”ဟု အပြစ်လည်းမြင်လာ၏။ အာဒီနဝါဘဏ် ဖေ တည်း။

“နစ်သက်ပျော်မွေ့ဖွယ်မရှိ၊ ပျော်ရီးရီးမွေ့ဖွယ်”ဟူ၍လည်း ထင်မြင် လာ၏။ နိမ့်ဒါဘဏ်ပေတည်း။

“ဒီလိုဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်တွေမရှိမှ ကောင်းမည်”ဟု ရုပ်နာမ်ဆင်းရဲများမှ လွှတ်မြောက်ရန် မွှေ့ကြွည်သော ဉာဏ်လည်းဖြစ်လာ၏၊ မှန့်တုကများတွေကြည်ပေတည်း။

ထိုအခါ လွှတ်မြောက်စေရန် အထူးကြောင့်ကြပြု၍ တစ်ဖန်ရှာသဖြင့် အနိစ္စ၊ ခုက္ခ၊ အနတ္တသဘောတို့ကို ရှင်းလင်းစွာသိမြင်၏၊ အထူးအားဖြင့် ခုက္ခသဘောများကို အလွန်ထင်ရှားစွာ တွေ့ရတတ်၏၊ ပဋိသနီဉာဏ်ပေတည်း။

ထိုပဋိသနီဉာဏ်အားပြည့်သောအခါ ရှုသိမှုသည် ကြောင့်ကြမစိုက်ရသဲ သူ့အလိုလိုပင် သိလျက်သိလျက် နာရီစက်များကဲ့သို့၊ သွားနေ၏၊ အကောင်းအဆိုးအာရုံ၏ သဘောနောက်သို့၊ မလိုက်ဘဲ သိရုံမှုသိရုံမှုသာ လျှစ်လျှော်လျှောက်ရှိနေ၏၊ အလွန်ပင် ဉာဏ်သာသိမ်မွေ့လှပေ၏၊ သူ့အရှိန်နှင့် သူ သိလျက်သိလျက်သွားနေသည်မှာ တစ်နာရီ နှစ်နာရီ သုံးနာရီလည်း ကြောသွားတတ်၏၊ ထိုမှုကြောသော်လည်း ဉာဏ်းဉာဏ်ပင်ပန်းခြင်းကား မရှိပေ၊ ဤသို့အကောင်းအဆိုး အာရုံနောက်သို့လည်းမလိုက် ကြောင့်ကြ လည်းမစိုက်ရသဲ သဘောမှန်ကို သိရုံမှုကြောရှည်စွာ သိသိသွားနေခြင်းသည် သံရှုပေကွာ ဉာဏ်မည်၏။

ဤသို့၊ သူ့အရှိန်နှင့်သူ သိလျက်သိလျက် အလိုလိုသွားနေရာထဲက အထူးသွက်လက်လျှင်မြှင့်သော အသိကလေးများ ဖြစ်ပေါ်လာဖြန်၏၊ ထိုအသိကလေးများမှာ ဝုဒ္ဓနမည်သောမ်းဆီသို့၊ တဟုန်တိုး တက်သွားသော ဝုဒ္ဓနကိုဖိန့်ဝိသသနာဉာဏ် မည်၏။

ဝိပဿနာ သမဂ္ဂဉာဏ်မင်္ဂလာဏ်ဖြစ်ပုံ

၃၅

ထိတူးခြားသော အသိကလေးများမှာလည်း ထိခဏ္ဍာ ၆-ပါးတွင် ထင်ရှားပေါ်လာသော “ရုပ်နာမ်အာရုံကိုပင် ဖမြဲဟူ၍သော လည်းကောင်း၊ ဆင်းခဲဟူ၍သော လည်းကောင်း၊ အနတ္တဟူ၍သော လည်းကောင်း” သိမြှင့်လျက် ဖြစ်ပေါ်ပေသည်။ ထိတွင် နောက်ဆုံးအကြိမ်အသိမှာ ပရိကံ ဥပစာ အနဲ့ချုပ် အောသုံးခုပါဝင်သော အနုလောမဉာဏ်ပေတည်း။ ရှုံးပိသဿနာဉာဏ် နောက်မင်္ဂလာဏ်တို့နှင့် သင့်လျှပ်စွာဖြစ်သော ဉာဏ်ဟု ဆိုလို၏။

ရှုံးရင့်သော ဥဒုယွေယဉာဏ်မှစ၍ ဤအနုလောမဉာဏ်တိုင်အောင် ဉာဏ် ၉-ပါးအပေါင်းသည် ပဋိပဒါဉာဏာဒသနှစ်သုဒ္ဓိ မည်၏။

ထိဉာဏ်အခြားမြဲဗြို့ အသိစိတ်သည် ရုပ်နာမ်ဆင်းခဲချုပ်သော နိဗ္ဗာန် အာရုံသို့ကျရောက်သွား၏၊ ရေါ်ကြော့ဘဏ်ပေတည်း၊ ပုထုဇွန်အနွယ်ကို ဖြတ်ကာ အရိယာအနွယ်သို့၊ ဝင်ရောက်သွားသော ဉာဏ်ဟုဆိုလိုသည်။

ထို့နောက် နိဗ္ဗာန်ကိုပင် မျက်မောက်တွေ့သိမြှင့်လျက် သောတာ-ပတ္တိမင်္ဂလာဏ် ပိုလ်ဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏၊ ထိတွင် မင်္ဂလာဏ်ကို ဉာဏာ ဒသနှစ်သုဒ္ဓိဟု ခေါ်သည်။

ထိုမင်္ဂလာဏ်ဖြစ်ခိုက် အချိန်မှာ တစ်စက်နှုန်းမျှပင်မကြာပေ၊ ထို့နောက် ထူးခြားစွာ တွေ့သိရသော မင်္ဂလာဏ်နိဗ္ဗာန်တို့ကို ပြန်လည်၍ ဆင်ခြင်မိ၏၊ ပစ္စဝေကွောဏာဉာဏ်ပေတည်း။

ဤအစီအစဉ်အတိုင်း ပစ္စဝေကွောဏာဉာဏ်တိုင်အောင် ပြည့်စုစွာ တွေ့မြင်သောသူသည် သောတာပန်အဖြစ်သို့၊ ရောက်နေသောသူပေတည်း။

၃၆

ကမ္မတာန်းတရား အော်ထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

သောတာပန်များ-

- ၁။ သဏ္ဌာယဒီပြို- ရပ်နာမ်အပေါင်းကို အဖွဲ့ကောင်းဟု ထင်မှတ်ခြင်း။
- ၂။ ဝိစိကိုဇာ- ဘုရား၊ တရား၊ သံယာ,အကျင့်သိက္ခာတို့နှင့် စပ်၍ ယုံမှားခြင်း။
- ၃။ သီလဗ္ဗတပရာမာသ-အရိယမဂ်လမ်းအကျင့်မှ တစ်ပါးသော အလေ့အကျင့်များကို နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကောင်းဟု ယုံကြည်ယူမှားခြင်း။

ဟူသော ဤသံယာအိုးပါးကော်ငြိမ်း၏၊ ထိုပြင် ငါးပါးသီလလည်း ကျိုးခြင်း ပျက်ခြင်းမရှိဘဲ သူ့သဘာဝအတိုင်းပင် လုံခြုံစင်ကြယ်လျက်ရှိ၏။

ထို့ကြောင့် သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အပါယ် င-ပါးမှ လုံးဝလွတ် ကြောက်၏၊ လူ့ဘုံး၊ နတ်ဘုံးတို့မှာလည်း အလွန်ဆုံး ဂ-ဘဝမျှသာ ကျင်လည်၍ ဂ-ဘဝမြောက်တွင် ရဟန္တာဖြစ်ကာ နိဗ္ဗာန်သို့ ဝင်စံရလေသည်။

ထိုသောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိရပြီးသော စိလ်တရားသို့ ဝင်ရောက် ရည်သန်၍ ဂိပသုနာရှုလျင် ထိုစိလ်သို့ဝင်ရောက်လျက် ငါးမိန်း၊ ဆယ်မိန်း၊ နာရီဝက်၊ တစ်နာရီစသည်ဖြင့် ဖလသမာပတ်၌ တည်နေနိုင်၏။ ဝသီဘော်နိုင်နှင့်လျင် အလျင်အမြန်လည်း တင်စားနိုင်၏၊ တစ်နေ့လုံး တစ်ညွှန်လုံးသော်လည်း ကြောရည်စွာ ထိုဖလသမာပတ်၌ တည်နေနိုင်၏။

မရသေးသောမဂ်စိလ်များသို့ ရောက်ရန်ရည်သန်၍ ဥပါဒါနက္ခာနာ ငါးပါးတို့ကို နည်းတူပင် ရူပါမူကား ဥွှေယဗ္ဗယဉ်၏သော ဂိပသုနာ

ဝိပဿနာ သမဂ္ဂဘဏ်မဂ်ဖိလ်ဘဏ်ဖြစ်ပဲ

၃၇

ဉာဏ်များနည်းတူပင် အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပြီးလျှင် ဉူး၏နှုန်းရင်ကျက်ပါမှု သကဒါဂါမိမောက် ဖိုလ်ဘဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့ဖြင့်ကာ သကဒါဂါမ်းအဖြစ်ထို့ ရောက်သွားလေသည်။ သကဒါဂါမ်းမှာ ကြမ်းတမ်းသော ကာမရာကနှင့် များပါဒတို့လည်း ကင်းပြီးသွားပြန်၏၊ ထို့ကြောင့် သကဒါဂါမ်းပုဂ္ဂိုလ်သည် လူဘုရားနတ်ဘုရားတို့၌ အလွန်ဆုံးနှစ်ဘဝများသာ ဖြစ်ပြီးလျှင် ရဟန္တာဖြစ်ကာ နိဗ္ဗာန်သို့ ဝင်စံရလေတော့သည်။

ထိုသကဒါဂါမ်းပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း ဖိုလ်ဝင်စားလို၍ ဝိပဿနာရှုလျှင် ရပြီးသောဖိုလ်သို့ရောက်၏၊ အထက်မဂ်ဖိုလ်သို့ ရောက်ရန်ရည်သန၏ ဝိပဿနာရှုလျှင်ကား နည်းတူပင် ဝိပဿနာဘဏ်များ အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပြီးလျှင် အနာဂတ်မောက် ဖိုလ်ဘဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုတွေ့ဖြင့်ကာ အနာဂတ်အဖြစ်သို့ ရောက်သွားလေ၏၊ အနာဂတ်မှာကား ကာမရာကနှင့် များပါဒတို့ လုံးဝကောင်းပြီး၏၊ ထို့ကြောင့် အနာဂတ်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကာမဘုရားတစ်ဖန်မဖြစ်တော့ဖြီ၊ ရုပ်၊ အရှုပ်ဖွံ့ဗာဘုရားတို့၌သာဖြစ်၍ ထိုဘုရားတို့၌ပင် ရဟန္တာဖြစ်ကာ နိဗ္ဗာန်စံဝင်ရ လေတော့သည်။

ထိုအနာဂတ် ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း ဖိုလ်ဝင်စားလို၍ ဝိပဿနာရှုလျှင် ရပြီးဖိုလ်သို့ရောက်၏၊ အထက်မဂ်ဖိုလ်သို့ရောက်ရန် ရည်သန၏ ဝိပဿနာ ရှုလျှင်ကား နည်းတူပင်ဝိပဿနာဘဏ်များ အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပြီးလျှင် အရဟန္တာမဂ်ဘဏ်၊ ဖိုလ်ဘဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုတွေ့ဖြင့်ကာ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်သွားလေတော့၏။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ ၁-ရူပရာဂ၊ ၂-အရူပရာဂ၊ ၃-မာန၊ ၄-ဉာဏ်၊
၅-အပိုဒ္ဓဟူသော ဤအကြောင်းသံယောဇ် တိုးပါးနှင့်တကွ ကိုလေသာ
ဟူသမျှအလုံးစုံ ကင်းပြိုး၏၊ ထို့ကြောင့် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ နောင်တစ်ဖန်
ဘဝအသစ်ဖြစ်ရခြင်း မရှိတော့ပြီ၊ ထိုဘဝမှာပင် အသက်အပိုင်းအခြား
ကုန်ဆုံးသောအခါ ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံရလေတော့သည်။

ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံပြီးသော အချိန်မှစ၍ ဘဝအသစ်ဖြစ်ပေါ်ခြင်းမရှိ
သောကြောင့် အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းရဲဟူသမျှမှ လုံးဝ
လွတ်မြောက်လျက်ရှိလေတော့၏၊ ဤသို့ လွတ်မြောက်သွားခြင်း အကျိုးကိုပင်
ရည်ရွယ်၍ ဤကျမ်းထုံး၏ အစဉ်-

အဘယ်ကြောင့် ကမ္မဘန်းတရားကို အားထုတ်ရသနည်း။
ဟူသောမေးခွန်းကို-

နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်၍ အိုခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းရဲဟူသမျှမှ
လွတ်မြောက်ရန်အတွက် အားထုတ်ရပေးသည်။

ဟုဖြေဆိုခဲ့ပေသည်။

သို့ဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်ကိုရောက်ကာ အိုခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းရဲ
ဟူသမျှမှ လွတ်မြောက်လုံးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဤကျမ်း၌ ညွှန်ကြား
ထားသည့်အတိုင်း အားထုတ်နိုင်ကြ၍ ဆင်းရဲပြိုးသောနိဗ္ဗာန်သို့ လျှင်မြန်စွာ
ဆိုက်ရောက်ကြပါစေသတည်း။

ဂိသသနာသမာနိဉာဏ်မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံပြီး၏။

ဇန်နဝါရီတွေ့
ဝမ်းမြှင့်မှုလူပိရားရုပ်ကို
ရှုအိပ်ကြောင်းသာဓက

ဝမ်းမြှင့်၏ ဖောင်းခိုက် ပိန်ခိုက်ခြေထင်ရားသော တောင့်တင်း လျှပ်ရားမူများသည် ပါယောတတ် ဖော်ပြောရုပ်ဖြစ်သောကြောင့် “ဖောင်းသည် ပိန်သည်”ဟူ၍လျှက် ငြင်တောင့်တင်း လျှပ်ရားမူတို့ကို မှန်ကန်စွာသိခြင်း သည်—

ရှုပံ့ ဘိက္ခဝေ ယောနိသော မန်သီ ကရောထ၊ ရှုပါနိစွာတွေ
ယထာဘူတံ သမန်ပသာထ၊ ရဟန်းတို့ ရပ်ကိုသင့်လျှော် မှန်ကန်စွာ
နှလုံးသွေးကြ-ရှုကြကုန်လော၊ ရုပ်၏ မမြေခြင်းကိုလည်း ဟုတ်တိုင်း
မှန်စွာ ရှုကြကုန်လေ့ဗဲ့။

အနိစွာဆောင် ဘိက္ခဝေ ရှုပံ့ အနိစွာဆို ပသာတီ၊ သာသော
ဟောတီ သမ္မာဒီပြို- ရဟန်းတို့ ရဟန်းသည် မမြေသည်သာလျှင်
ဖြစ်သော ရုပ်ကိုမမြေဟု ရှုမြင်၏၊ ထိုရဟန်း၏ ထိုရှုမြေခြင်းသည်
သမ္မာဒီပြို အမြောင်မှန်ပေတည်း။

ဤသို့အစုရိသော ခန္ဓာသုတေသနများတွင်တော်တို့နှင့်လည်း ညီညာတ်
၏၊ မဟာသတိပြောနသုတ်လာ ခန္ဓာဓမ္မပသုနာပြုလည်း အတွင်းဝင်၏၊
ထိုပြင်-

ဖော်ပြော ဘိက္ခဝေ ယောနိသော မန်သီ ကရောထ၊ ဖော်ပြော
နိစွာတွေ ယထာဘူတံ သမန်ပသာထ-ရဟန်းတို့ တွေ့ထိရသော

၄၀

ကမ္မတန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

အာရုံတို့ကို သင့်လျော်မှန်ကန်စွာ နှလုံးသွင်းကြ ရူကြကုန်လေ့၊
တွေ့ထိရသော အာရုံတို့၏ မဖြေခြင်းကိုလည်း ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ
ရူကြလေ့။

(သံ- J-၃၅၅)

အနိမ့်စွေးယော ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခ၍ ဖော်ပွဲ အနိစွာတိ ပသာတိ၊
သာသာ ဟောတိ သမ္မာဒီမို့-ရဟန်းတို့ . . . ရဟန်းသည် မမြဲ
သည်သာလျှင် ဖြစ်ကုန်သော တွေ့ထိရသော အာရုံတို့ကို မဖြဲ့ကုန်ဟု
ရှုပြင်၏၊ ထိရဟန်း၏ ထိရှုပြင်ခြင်းသည် သမ္မာဒီမို့ အဖြင့်မှန်ပေတယ်း။
(သံ- J-၃၅)

ဖော်ပွဲ အဘိဓာန် ပရီဇာန် ပိရာဇ် ပဇော် ဘဏ္ဍာ အကြောင်း
အကွက္ခကွက္ခယာယ-ရဟန်းတို့ . . . တွေ့ထိရသော အာရုံတို့ကို
ရှေးရှုသိလျှင်၊ ပိုင်းခြားသိလျှင်၊ တက်မက်ပြောလေလျှင်၊ ပယ်စွန်း
လျှင် ဆင်းရဲကုန်ခြင်းငါး၊ ဆင်းရဲကုန်ရာ အရဟာတ္ထိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို
မျက်မောက်ပြေခြင်းငါး ထိက်ပေ၏။ (သံ J-၂၅၀)

ဖော်ပွဲ အနိစွာတော့ အန်တော့ ပသာတော့ အဝိဇ္ဇာ ပဟိယတိ၊
ဝိဇ္ဇာ ဥပ္ပစ္စတိ၊ တွေ့ထိရသောအာရုံတို့ကို မဖြေဟု သိမြင်သောသူအား
အဝိဇ္ဇာကို ပယ်အပ်၏(အဝိဇ္ဇာ ပျောက်ကောင်း၏)ဝိဇ္ဇာဥပ္ပစ္စ ဖြစ်၏၏၏။

(သံ J-၂၅၉)

ဝမ်းပိုက်လှပ်ရားရပ်ကို ရှုအပ်ကြောင်း သာကေ

6

ဤသို့အစိုးဆောင်ရွက်သော သူ၏ယတ္ထနသံပါတ်အောင် ပါမိတ်နှင့်လည်း
ညီညွတ်၏၊ မဟာသတိပဋိနသံတ်လာ အာယတ္ထနဓမ္မနပသံနှင့်လည်း
အတွင်းဝင်၏၊ ထို့ပြင်-

ယာ စော ခေါ် ပန် အဖွဲ့တိကာ ဝါယောဘတု စ ဗုဒ္ဓရာ
ဝါယောဘတု၊ ဝါယောဘတုယောသာ၊ ထံ “နေတဲ့ မမှ
နေသာဟာမသို့၊ နေမသာ အတွေ့”တိ ဝေမြတ် ယထာဘူတု
သမ္မပ္မညာယ ဒင့်း၊

အကြပ်ကိုယ်တွင်း ဝါယောဓာတ်သည်လည်းကောင်း၊ အကြပ်ကိုယ်ပ ဝါယောဓာတ်သည်လည်းကောင်း ရှိ၏၊ ငါး ၂-မျိုးလုံးသည် ဝါယောဓာတ်ချည်းသာတည်း၊ ငါးဝါယောဓာတ်ကို “ဤသည်ကား ငါ့ဉာဏ်မဟုတ်၊ ဤသည်ကား ငါမဟုတ်၊ ဤသည်ကား ငါ၏အထူ မဟုတ်”ဟု ဤသို့၊ အမှန်သိသောပညာဖြင့် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ရမြင်အပ်၏။ (၁ ၂-၈၅၊ ၂ ၃-၈၅)

ଶ୍ରୀହୃଦୀକଣ୍ଠ ପିତ୍ରତମାନ ପିତ୍ରତମାନ ପିତ୍ରତମାନ
ପିତ୍ରତମାନ ପିତ୍ରତମାନ ପିତ୍ରତମାନ ପିତ୍ରତମାନ ପିତ୍ରତମାନ

၄၂

ကမ္မဘန်းတရား အားထုတ်ခြင်းအကြောင်း

ဒုက္ခံ သိက္ခဝဝ အရိယသစွဲ ပရီညျယျံ- ရဟန်းတို့- ဒုက္ခံ
အရိယသစွာကို ပိုင်းပြားသိအပ်၏။ (သ ၃-၃၈၂)

ဤသို့အစရိသော သစွာအေသနပါမိတော်တို့နှင့်လည်း ညီညွတ်၏၊ မဟာသတိပဋိနသုတ်လာ အရိယသစွာ ဓမ္မာနပသနာ့ခြားလည်း အတွင်း
ဝင်၏။

အထက်ပါ သာကေပါမိတို့ဖြင့် ဝစ်ဖိုက်၏ ဖောင်းမူ ပိန့်မှုဟု ၏သော
တောင့်တင်းထွေ့ရားမှုကို ရှာအပ်ကြောင်းလည်း ထင်ရှား၏၊ ထိဖောင်းမူ ပိန့်မှုကို
ရှုမြင်ခြင်းဖြင့် မှန်ကန်စွာသိမြင်သော သစွာဒီဇို, ဝစ်စွာညားဖြစ်ပေါ်၍ မိဇ္ဇာဒီဇို,
အဝိဇ္ဇာတို့ကို ပယ်နိုင်ကြောင်း၊ မဂ်ဖိုလ် နိုဗာန်သို့လည်း ဆိုက်ရောက်နိုင်
ကြောင်းလည်း ထင်ရှား၏။

ယထာယထာ ငါ ပန်သု ကာယော ပဏီဟိတာ ဟောတိ
တထာ တထာ နဲ့ ပဇာနာတိ- ထိရဟန်း၏ ရုပ်ကိုယ်သည် အကြောင်း
အကြောင်းအခြင်းအရာအားဖြင့် တည်နေလျှင် ထိထိ အခြင်းအရာ
အားဖြင့် ထိရုပ်ကိုယ်ကိုသိ၏။

(ဒ ၂-၂၃၂၊ ၇-၇၁)

အထက်ပါ မဟာသတိပဋိနသုတ်ပါမိတော်၌ “ယထာယထာ-
အကြောင်းအကြောင်း အခြင်းအရာ၊ တထာ တထာ- ထိထိအခြင်းအရာ”ဟူသော
စကားတို့ဖြင့် ကိုယ်အမူအရာ အလုံးစုံကို ထိက်ရိုက်ပြုလျက်ရှိ၏၊ ထိ
ကိုယ်အမူအရာ အလုံးစုံသည်လည်း သက်ဆိုင်ရာတစ်ဦးသုတ်၊ အခြားပါမိုး
တို့နှင့်အညီ ပိသနာရှုအပ်သော ရှုပ်တရားချည်သာလျှင်ဖြစ်၏၊ ထို ကိုယ်အမူ

ဝမ်းမိုက်လှပ်ရှားရုပ်ကို ရှုအပ်ကြောင်း သာက

၄၃

အရာရပ်တို့တွင် ပိပသနာမရှုကောင်းသော ရုပ်မည်သည် မရှိချေ၊ သို့ဖြစ်၍
ဤပိဋ္ဌကိုလည်း ဤအရာ၏ သာဓကတစ်ပုံဖြစ်ဖြင့် မှတ်အပ် ပေ၏။

ဤ ပနေကဇ္ဈာ ရှုတွေ့ပွဲကာရု သမထု အနှစ်ဒေတွာဝ
ပွဲပါဒီနက္ခန္တေး အနိစ္ာဒီဟိ ပိပသတိ၊ အယု ပိပသနာ။

ဤ(သာသနာ)၌ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား သမထုပုံစံမနည်း၌
ပြခိုခဲ့သော သမထကို မဖြစ်စေတော့ဘဲ ပါးပါးသောဥပါဒီနက္ခန္တေးတို့ကို
မဖြေသောအခြင်းအရာစသည်တို့ဖြင့် ရှု၏၊ ငှင်းသည် ပိပသနာပေတည်း။

အထက်ပါအနွေကထာဖြင့် သမထကို အားမထုတ်ဘဲ ပိပသနာ
ကပင်စ၍ အားထုတ်ကောင်းသည်ကိုလည်းဖြင်း။

သီလဝတာရုသော ကော်မြိုက ဘိက္ခနာ ပွဲပါဒီနက္ခန္တာ
အနိစ္ာတော့ ခုက္ခတော့ ॥ပဲ။ အနတ္ထတော့ ယောနီသော မနသီ
ကာတ္ထာ။ပဲ။ ဌာနဲ့ ခေါ် ပနေတဲ့ အာရုသော ဝိဇ္ဇာတိ၊ ယု သီလဝါ
ဘိက္ခူ ဤမေ ပွဲပါဒီနက္ခန္တေး အနိစ္ာတော့ ခုက္ခတော့။ပဲ။ အနတ္ထတော့
ယောနီသော မနသီ ကရောက္ခာ သောတာပတ္တိဖလဲ သို့ကရေယျ။
(သံ ၂-၁၃၆)

ပုံရှင်ကော်မြိုက သီလနှင့်ပြည့်စုံသော ရဟန်းသည် ဥပါဒီ-
နက္ခန္တာပါးပါးတို့ကို အနိစ္ာ၊ ခုက္ခ၊ အနတ္ထဟုနည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ နှလုံးသွင်းအပ်
ရှုအပ်၏၊ သီလနှင့် ပြည့်စုံသော ရဟန်းသည် ဤဥပါဒီနက္ခန္တာ ပါးပါးတို့ကို
အနိစ္ာဟု၊ ခုက္ခဟု၊ အနတ္ထဟု နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ နှလုံးသွင်းလျှင် ရှုလျှင်
သောတာပတ္တိဖိုလ်ကို ပျက်မောက်ပြနိုင်ရန် အကြောင်း ရှုပေ၏။

အထက်ပါ သီလဝန္တသတ်ဖြင့် ဥပါဒါနက္ခန္တဝါးပါးကို မှန်စွာရှုလျင် သောတာပန်စသည်ဖြစ်နိုင်ကြောင်း ထင်ရှားပြ၏၊ ဖောင်းမူ၊ ပိန်မှုသည် ဥပါဒါနက္ခန္တပြုပါဝင်သော ဝါယောရပ်ပေတည်း။

ထံ ကို မည်သိ မာလုကျုပုတ္တ၊ ယေ တေ စက္ခိုဝိယေယျာ ရှုပါ အဖို့ အဖို့ပုံဗွာ နဲ့ စ ပသုသိ၊ နဲ့ စ တေ ဟောတိ ပသောယျိုး၊ အတ္ထိ တေ တာတ္ထိ ဆန္တာ ဝါ ရှာရေး ဝါ ပေမံပါတီ၊ နောဟော ဘန္တိ။

(သံ J-၂၉၉)

မာလုကျုပုတ္တရဟန်း . . . ယခု မေးမည့်အချက်ကို ဘယ်လို ထင်သလဲ၊ မျက်စီဖြင့်မြင်နိုင်သည် အကြောင်အဆင်းရှုပါရုတ္တိကို သင် ဖမြဲ့မှုးသေး၊ ယခုလည်း မြင်ဆဲမဟုတ်၊ မြင်ရလိမ့်မည်ဟရှုံးလည်း သင့်မှာ စိတ်ကူးမဖြစ်သေးဘူးဆိုပါတော့၊ ထိုသို့သော အဆင်းရှုပါရုတ္တိ၌ သင့်မှာ နှစ်သက်ခြင်း၊ တက်မက်ခြင်း၊ ချို့ခင်ခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါမည်လောဟု မြတ်စွာဘုရားက မေးစတော်မူ၏၊ မဖြစ်နိုင်ပါဟု မာလုကျုပုတ္တရဟန်းကဖြေ၏၊ (အသံ၊ အနံ၊ အရသာ၊ အတွေ့၊ သဘောအာရုံတို့၌လည်း နည်းတူပ် မေးသည် ဖြဖေသည်။)

တွေ့ စ တေ မာလုကျုပုတ္တ ဒီဇြေသုတာမှတ်ပို့ညာတေသူ ဇမ္မာသူ ဒီဇြေ ဒီဇြေမတ္ထုံး ဘဝိသုတီ၊ သူတေ သုတာမတ္ထုံး ဘဝိသုတီ၊ မှတေ မှတ်မတ္ထုံး ဘဝိသုတီ၊ ဂို့ညာတေ ဂို့ညာတာမတ္ထုံး ဘဝိသုတီ။

(သံ၁ J-၂၉၉)

မာလုက္ခာပူဇာရဟန်း..... မြင်ရ ကြားရ တွေ့ရသီရသာ
ဤအာရုတိပြုလည်း (ရှုနေလျှင်) သင့်မှာမြင်ရသည်၍ မြင်ရုံး
ဖြစ်လိမ့်မည်၊ ကြားရသည်၍ ကြားရုံးဖြစ်လိမ့်မည်၊ တွေ့ရသည်၍
တွေ့ရုံးဖြစ်လိမ့်မည်၊ သိရသည်၍ သိရုံးဖြစ်လိမ့်မည်၊ (မြင်ရုံး
သည်ထက်ပို၍ နှစ်သက်ခြင်း မဖြစ်နိုင်အောင် ရှုမှတ်နေရမည်ဟု
ဆိုလို၏၊ ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှုသည် တွေ့ရသာသဘောတည်း။)

န သော ရှုဇ္ဈာတိ ရှုပေသု၊

ရှုပံ့ ဒိသွာ ပဋိသုသတေား။

န သော ရှုဇ္ဈာတိ သဇ္ဇာသု၊

သဒ္ဓံ သုတွာ ပဋိသုသတေား။

န သော ရှုဇ္ဈာတိ ဂဇ္ဇာသု၊

ဂဒ္ဓံ ယုတွာ ပဋိသုသတေား။

န သော ရှုဇ္ဈာတိ ရသောသု၊

ရသံ ဘောတွာ ပဋိသုသတေား။

န သော ရှုဇ္ဈာတိ ဖသောသု၊

ဖသံ ဖသု ပဋိသုသတေား။

န သော ရှုဇ္ဈာတိ စမ္မာသု၊

စမ္မံ ညွား ပဋိသုသတေား။

အဆင်းကို မြင်ပြီးလျှင် (ငှင်းကို) တစ်ဖန် အမှတ်ရသောသူသည်
မြင်ရသာ အဆင်းပုံးပြု မတပ်မက်ပြီ။

၄၆

ကမ္မာန္တန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

အသံကိုကြားပြီးလျှင် (ရင်းကို) တစ်ဖန့် အမှတ်ရသောသူသည်
ကြားရသော အသံတို့၏ မတပ်မက်ပြီ။

အနဲ့ကိုနဲ့ပြီးလျှင် (ရင်းကို) တစ်ဖန့် အမှတ်ရသောသူသည် နံသော
အနဲ့တို့၏ မတပ်မက်ပြီ။

အရသာကို စာသီပြီးလျှင် (ရင်းကို) တစ်ဖန့် အမှတ်ရသောသူသည်
စာသီရသော အရသာတို့၏ မတပ်မက်ပြီ။

အတွေ့ကို ထိသီပြီးလျှင် (ရင်းကို) တစ်ဖန့် အမှတ်ရသောသူသည်
ထိသီရသော အတွေ့တို့၏ မတပ်မက်ပြီ။

သဘောအာရုံကို ကြုသီပြီးလျှင် (ရင်းကို) တစ်ဖန့် အမှတ်ရသောသူ
သည် ကြုသီရသော သဘောအာရုံတို့၏ မတပ်မက်ပြီ။

အထက်ပါ မာလုကျုပုတ္တသုတ်ဖြင့် အာရုံ ၆-ပါးကို ဝိဉာဏ် ၆-
ပါးဖြင့် သီပြီးလျှင် ချက်ချင်းပင် ရှုလျက် အမှတ်ရသောသူမှာ တပ်မက်
ခြင်းစသော ကိုလေသာမဖြစ်နိုင်သည်ကိုပြု၏။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာရှုသူ
သည် မိမိသွားနှင့် လောလောဆယ်ဖြစ်ပေါ်သွားသော မြှင့်မှု၊ ကြားမှု၊ စံမှု
စာသီမှု၊ ထိသီမှု၊ ကြုသီမှုတို့ကို ရှုအပ်ကြောင်းထင်ရှား၏။ ထိုတွင်ဝစ်းမိုက်
တောင့်တင်းလှပ်ရှားမှုသည် ထိသီမှု၏ အတွင်းဝင်လျက်ရှိ၏။ ထို့ကြောင့်ပင်
ဖောင်းနိုက်၊ ဝိနိုင်ရှိ၍ “ဖောင်းသည် ဝိနိုင်သည်”ဟု ချက်ချင်းရှုရပေသည်။

သဗ္ဗာ ဘိက္ခဝေ အဘိဓာုယျ၊ ကိုဒ္ဓ ဘိက္ခဝေ သဗ္ဗာ အဘိဓာုယျ၊ စက္ခာ
ဘိက္ခဝေ အဘိဓာုယျ၊ ရှုပါ အဘိဓာုယျ၊ စက္ခာဝိဉာဏ် အဘိဓာုယျ၊
စက္ခာသမ္မသော အဘိဓာုယျ၊ ယမ္မား စက္ခာသမ္မသုပစ္စယာ ဉာဏ်တိ

ဝေဒယိတံ သူခံ ပါ ခုက္ခာ့ ပါ အခုက္ခာမသုခံ ပါ၊ တုံး အဘိဉာဏ်ယျံ၊ သောတံ အဘိဉာဏ်ယျံ၊ သု၏ အဘိဉာဏ်ယျံ။ပေ။ယာနံ အဘိဉာဏ်ယျံ၊ ဂန္ဗာ အဘိဉာဏ်ယျံ။ပေ။ နိုင်း အဘိဉာဏ်ယျံ။ ရသာ အဘိဉာဏ်ယျံ။ပေ။ ကာယာ အဘိဉာဏ်ယျံ၊ ဖော်ပွား အဘိဉာဏ်ယျံ ။ပေ။ မဇား အဘိဉာဏ်ယျံ၊ ဝမ္မာ အဘိဉာဏ်ယျံ။
(သ-၃-၂၉၈)

ရဟန်းတို့၊ အလုံးစုံကိုရှေးရပြု၍ သီအပ်၏၊ အဘယ်အလုံးစုံ ကိုရှေးရပြု၍ သီအပ်သနည်းဟူ၍ ရဟန်းတို့.... မျက်စိကို ရှေးရပြု၍ သီအပ်၏၊ အဆင်းတို့ကို ရှေးရပြု၍ သီအပ်ကုန်၏၊ မြင်သိစိတ်ကို ရှေးရပြု၍ သီအပ်၏၊ ပျက်စိအတွေ့ကို ရှေးရပြု၍ သီအပ်၏၊ မျက်စိအတွေ့ကြောင့် ချမ်းသာသော ခံစားမူဖြစ်စေ၊ ဆင်းရဲသော ခံစားမူဖြစ်စေ၊ မဆင်းရဲ မချမ်းသာသော ခံစားမူဖြစ်စေ ဖြစ်ပေါ်၏၊ ထိုခံစားမူကို ရှေးရပြု၍ သီအပ်၏။

နားကို ရှေးရပြု၍ သီအပ်၏၊ အသံတို့ကို ရှေးရာ ပြု၍ သီအပ်ကုန်၏။
ပါ။ နာခေါင်းကို၊ အန့်တို့ကို ရှေးရပြု၍ သီအပ်ကုန်၏။ပါ။ လျှာကို၊ အရသာတို့ကို ရှေးရပြု၍ သီအပ်ကုန်၏၊ နှလုံးကို၊ သဘောအာရုံတို့ကို ရှေးရပြု၍ သီအပ်ကုန်၏။ ။ပါ။

အထက်ပါ အဘိဉာဏ်ယျံသုတေဇ် ဒ္ဓါရ ၆-ပါး၌ ထင်ရှားစွာပေါ် လာသမျှ ရပ်နာမ်အလုံးစုံကို ရှုမှတ်၍ သီအပ်ကြောင်း ထင်ရှားပြ၏၊ ဝမ္မားမိန္ဒကိုလည်း ရှုအပ်ကြောင်း ထင်ရှား၏။

သုတေသန ပရိတ္ထယ်၏၊ ကိုယ့် သိက္ခင္ဝေ သုတေသန ပရိတ္ထယ်၏၊
စက္ခာ၊ သိက္ခင္ဝေ ပရိတ္ထယ်၏၊ ရူပါ ပရိတ္ထယ်၏၊ စက္ခာဝိဘဏ်
ပရိတ္ထယ်၏ ။ပ။ ကာယော ပရိတ္ထယ်၏၊ အေဒြော ပရိတ္ထယ်၏၊
ကာယဝိဘဏ် ပရိတ္ထယ်၏ ။ပ။ မဇော ပရိတ္ထယ်၏၊ ဓမ္မာ
ပရိတ္ထယ်၏၊ မဇောဝိဘဏ် ပရိတ္ထယ်၏ ။ပ။

(သိ J-J၆၈)

ရဟန်းတို့ အလုံးစုကို ပိုင်းခြား၍ သိအပ်၏၊ အဘယ်အလုံး
စုကို ပိုင်းခြား၍ သိအပ်သနည်းဟူမှ ရဟန်းတို့ မျက်စိကို ပိုင်းခြား၍
သိအပ်၏ ။ပါ။ အဆင်းတို့ကို ပိုင်းခြား၍ သိအပ်ကုန်၏၊ မြင်သိတိကို
ပိုင်းခြား၍သိအပ်၏။ပါ။ ကိုယ်ကို ပိုင်းခြား၍သိအပ်၏၊ အတွေ့ကိုပိုင်း
ခြား၍သိအပ်၏၊ ထိသိတိကို ပိုင်းခြား၍ သိအပ်၏၊ နှလုံးကို၊ သဘော၊
အာရုံတို့ကို ကြသိတိကို ပိုင်းခြား၍ သိအပ်၏ ။ပါ။

အထက်ပါ ပရီညျေယဉ်သတ်ဖြင့်လည်း ခွဲရ ၆-ပါး ထင်ရှားပေါ်လာသမျှ ရပ်နာမ်အလုံးစုကိပင် အဖြစ်အပျက် အနိစ္စ လက္ခဏာစသည်တိ၊ ဖြင့် ပိုင်းခြား၍ သိအပ်ကြောင်း ထင်ရှားပြ၏၊ ဝမ်းစိုက်၏ဖောင်းမူ ပိန့်မူ သည် ကာယွဲရှု ထင်ရှားသော ဝါယောဖော်ပြုရပ်ဖြစ်၍ ငြင်ကိုလည်း ရှုအပ်ကြောင်း ထင်ရှား၏။

ကမ္မာန်းတရားအားထုတ်ပြေားအကြောင်း ပြီး၏

မဟာဓည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟောကြားသော
ဓမ္မဓဒသနာဆောင်ပုဒ်များ

ဥပရိပဏ္ဍာသပါဋ္ဌဝတော် သဗ္ဗာယတနိဘဂ္ဂသုတေသန
ဆောင်ပုဒ်များ

တွင်းပြင် အာယတန်, စညာဏန့်, ဖသာဇြာက်မည် ကြေးည်
ဓိုးတား, ဆယ့်ရှစ်ပါးနှင့်, သတ္တဝါခြေထောက်, သုံးဆယ့်ခြောက်ကို,
မျက်မောက်ထင်စွာ, သိမြင်ကာဖြင့်, ဤမှာနိုဖွယ်, ထိဟာပယ်လော, သုံးသွယ်
လာရှိ, သတိပြာန်, မိုးရန်ဟု, သုတ္တန်မြတ်စွာ, ညွှန်ပြပါသည်, သဗ္ဗာယတန်
ဂိဘင်းတည်း။

- ၁။ စိတ်စေများစွာ, အားထုတ်ရာ, ချွဲကာအာယတန်။
- ၂။ ဆင်းရဲရှည်စွာ, ဖြစ်စေတာ, မှတ်ပါအာယတန်။
- ၃။ စိတ်စေနေရာ, ထွက်ပေါ်ရာ, ဖြစ်ရာအာယတန်။
- ၄။ အကြောင်းတစ်ဖြာ ပေါင်းဆုံးရာ, မှတ်ပါအာယတန်။
- (၁) စက္ကာယတန်-မျက်စီအကြောင်း၊ သောတာယတန်- နား
အကြောင်း၊ ယာနာယတန်-နှာခေါင်းအကြောင်း၊ ဖိရာယတန်-လျှာ
အကြောင်း၊ ကာယာယတန်-ကိုယ်အကြောင်း၊ မနာယတန်-စိတ် အကြောင်း၊
ဤအတွင်းဘက်အကြောင်း ၆-ပါးကို အဖွဲ့ကအာယတန်ဟု ခေါ်သည်။

၂၀

ကမ္မဘန်းတရား အားထုတ်ပြုခြင်းအကြောင်း

(၂) ရူပါယတန်-အဆင်းအကြောင်း၊ သရိုပါယတန်-အသံ အကြောင်း၊ ဂန္ဓာယတန်-အနံ့အကြောင်း၊ ရသာယတန်-အရသာ အကြောင်း၊ ဖော်ပွဲယတန်-အတွေ့အကြောင်း၊ ဓမ္မယတန်-သဘော အကြောင်း၊ ဤပြင်ပအကြောင်း ၆-ပါးကို ဟပိရအာယတန် ဟု ခေါ်သည်။

(၃) စက္ခတိညာဏ်-မြင်သီမှု၊ သောတာဝိညာဏ်-ကြားသီမှု၊ ယာန်ဝိညာဏ်-နံသီမှု၊ နိုတာဝိညာဏ်-စားသီမှု၊ ကာယဝိညာဏ်-တိတွေ့မှု၊ မနောဝိညာဏ်-ကြုသီမှု၊ ဤသီမှု ၆-ပါးကို ဝိညာဏ်ဟုခေါ်သည်။

(၄) စက္ခသမ္မသု-မြင်တွေ့မှု၊ သောတသမ္မသု-ကြားတွေ့မှု၊ ယာနသမ္မသု-နံတွေ့မှု၊ နိုသမ္မသု-စားတွေ့မှု၊ ကာယသမ္မသု-တိတွေ့မှု၊ မနောသမ္မသု-ကြုတွေ့မှု ဤတွေ့မှု ၆-ပါးကိုဖသုဟုခေါ်သည်။

ရုပ်နာမိတို့၏အမည်နှင့် အရေအတွက်ကို ဆင်ခြင်ရှုသီလျင် ပညာတ်ကို သိသည်၊ အမှန် သဏ္ဌာန်နှင့် တွေ့မြင်လျင်ပဲ ပညာတ်ကိုမြင်သည်၊ ရုပ်နာမိတို့၏ လက္ခဏ၊ ရသ၊ ပစ္စပြေနှင့် သီပါမှ ပရမတ်အစစ် ကိုသိသည်။

၁။ အဆင်းထင်ကြောင်း ကောင်းကောင်းကြည်သည်။

(လက္ခဏ)

အဆင်းဆီသို့၊ မြင်ပို့ပေးသည်၊ (ရသ)

သူ့ကိုမြှို့၍၊ မြင်မှုဖြစ်သည်၊ (ပစ္စပြေနှင့်)

မျက်စီး၊ သီတိုက် ဤသုံးမည်။

၂။ မျက်စီးပွဲ၊ တိုက်နိုက်ပေါ်သည်၊

မြင်သီခံရ၊ ကိစ္စရှိသည်။

မြင်မှုရောက်သွား၊ ကျက်စားရာမည်။

အဆင်း၌၊ သိတိက် ဤသုံးမည်။

၃။ မျက်စီမံရင်း၊ အဆင်းမြင်သည်။

အဆင်းကိုမှု၊ သူကသိသည်။

အဆင်းခါးရှေးရှု၊ သူပြုနေသည်။

မြင်သိ၌၊ သိတိက် ဤသုံးမည်။

၄။ စိတ်နှင့်အဆင်း၊ ထင်လင်းတွေ့သည်။

စိတ်ကိုအဆင်း၌၊ သိတိက်စေသည်။

မျက်စီအဆင်း၊ မြင်ခြင်းစုံသို့။

မြင်တွေ့၌၊ သိတိက် ဤသုံးမည်။

(၅) မျက်စီဖြင့် အဆင်းကိုမြင်ပြီးလျင် ဝမ်းသာဖွယ်အဆင်းကို
ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။ နှလုံးမသာယာဖွယ် အဆင်းကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။
သာမန်အဆင်းကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။ ဤသို့အားဖြင့် မြင်ရာ၌ ဆင်ခြင်
စဉ်းစားမှ ၃-ပါး။

နားဖြင့် အသံကို ကြားပြီးလျင် ဝမ်းသာဖွယ်အသံကို ဆင်ခြင်
စဉ်းစားသည်။ (နည်းတူပင်)။

နာခေါင်းဖြင့် အနဲ့ကိုနံပြီးလျင် (နည်းတူပင်)။

လျှောဖြင့်အရုသာကို စားသံပြီးလျင် (နည်းတူပင်)။

ကိုယ်ဖြင့်အတွေ့ကို ထိသံပြီးလျင် (နည်းတူပင်)။

နိတ်ဖြင့် သဘောအာရုံကို ကြော်ပြီးလျှင် ဝစ်းသာဖွယ် အာရုံကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်၊ နှလုံးမသာယာဖွယ် အာရုံကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်၊ သာမန်အာရုံကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်၊ ဤသို့အားဖြင့် ကြော်ရှုံး ဆင်ခြင်စဉ်းစားမှူ ၃-ပါး၊ ဤ ၁၈-ပါးကို မနောပစ်စာရဟန်ခေါ်သည်။

(၆) အာရုံ ၆-ပါး၌ ကာမဂုဏ်နှင့်စပ်သော ဝစ်းသာမှူ ၆-ပါး၊ နှလုံးမသာမှူ ၆-ပါး ဥပေါ် ၆-ပါး၊ ဤ ၁၈-ပါးမှာ ဝဋ္ဌနှစ်သိတာတွေပါ တို့၏ ခြေထောက်များဖြစ်သည်၊ ဤခြေထောက်တို့ဖြင့် သံသရာဝဏ္ဏထဲ၌ ကျင်လည်နေကြသည်။

အာရုံ ၆-ပါး၌ ဝိပဿနာနှင့်စပ်သော ဝစ်းသာမှူ ၆-ပါး၊ နှလုံးမသာမှူ ၆-ပါး ဥပေါ် ၆-ပါး ဤ ၁၈-ပါးမှာ ဝဏ္ဏနှစ်သိတာတွေပါတို့၏ ခြေထောက်များဖြစ်သည်၊ ဤခြေထောက်တို့ဖြင့် သံသရာဝဏ္ဏမှ လွှတ်မြောက်ကြ ရသည်။

- (က) ၁။ ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက အနိစ္စတရား၊
၂။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်သွားတာ အနိစ္စလက္ခဏာ။
- ၃။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွပ်ဗျာတိသွားတာကို တွေ့ရှု မဖြဟု ရှုတာက အနိစ္စနှပသံနာညာ၏။
- (ခ) ၁။ ဖြစ်ပျက်နှစ်ရပ် နှုပ်စက်အပ်တဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက ဒုက္ခတရား။
၂။ ဖြစ်ပျက်နှစ်ရပ် မပြတ်နှုပ်စက်တာက ဒုက္ခလက္ခဏာ။

ဓမ္မအေသနာဆောင်ပုဒ်များ

၅၃

- ၃။ ရူမှတ်ဆဲမှာ ဖြစ်ပျက်နေတာကို တွေ့ရ၏ ဆင်းခဲဟူ၍တာက
ခုက္ခာနုပသုနာဉာဏ်။
- (က) ၁။ သူ့သဘောအတိုင်း ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက အနတ္ထ
တရား။
- J။ အလိုအတိုင်းမဖြစ်တာက အနတ္ထလက္ခဏာ။
- ၂။ ရူမှတ်ဆဲမှာ အလိုအတိုင်းမဖြစ်တာကို တွေ့ရ၏ အစိုးမရ,
ငါကောင်မဟုတ်ဟူ၍တာက အနတ္ထနုပသုနာဉာဏ်။
- အနတ္ထနုပသုနာတရားတတိ ဆောင်ပုဒ်များ
- (က) ၁။ ကိုယ်ထဲမှာ အလိုအတိုင်းအစိုးရတဲ့ ငါကောင်ရှိသည်ဟု
ထင်တာက သာမီအတွေ့။
- J။ ကိုယ်ထဲမှာ အမြေတမ်းတည်နေတဲ့ ငါကောင်ရှိသည်ဟု
ထင်တာက နိုဝင်းသီ အတွေ့။
- ၃။ ကိုယ်, နှုတ်, စီတ်အမူအရာဟူသမျှကို ငါကောင်ကပင်
ပြုလုပ်သည်ဟု ထင်တာက ကာရက အတွေ့။
- ၄။ အကောင်းအဆိုးဟူသမျှကို ငါကောင်ကပင် ခံစားသည်ဟု
ထင်တာက ဝေဒကအတွေ့။
- (ခ) ၁။ ရွှေ့နောက်တရား ခဏပြားလျှက်, ပိုင်းခြားမပြတ်, ငါကောင်
မှတ်, ပေါ်လတ်သန္တာတိယနတ္ထ်း။
- J။ ရုပ်နာမ်အများ၊ သဘောပြားလျှက်, ပိုင်းခြားမပြတ် ငါကောင်
မှတ်, ပေါ်လတ်သမူဟယနတ္ထ်း။

၁၄

ကမ္မဘန်းတရား အားထုတ်ရခိုင်းအကြောင်း

- ၃။ ရပ်နာမ်အများ၊ ကိစ္စပြားလျက်, ပိုင်းခြားမပြတ်, ငါကောင်မှတ်, ပေါ်လတ်ကိစ္စပူးနတည်း။
- ၄။ နာမ်သဘောများ၊ အာရုံပြားလျက်, ပိုင်းခြားမပြတ်, ငါကောင်မှတ်, ပေါ်လတ်အာရမ္မဏေယနတည်း။
- ၅။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ မပိုင်းခြား၍, လေးပါးယန, ထင်ပေါ်က, အတွေ့လမ်းသည်။
- ၆။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ ရဲပိုင်းခြား၍, လေးပါးယန, ကြွေ့ပျက်မှ, အနတ္ထညာဏ်ဖြစ်သည်။
- ၇။ ညာဏ်ပုန်အနတ္ထ, ပြည့်စုံမှ, အရိယမဂ်ညာဏ်ခိုက်ရောက်သည်။
- ၈။ ပညာတ်အနိစ္စ, သီရိမျှ, အနတ္ထညာဏ်မပိုင်။
- ၉။ ပညာတ်ခုက္ခ, သီရိမျှ အနတ္ထညာဏ်မပိုင်။
- ၁၀။ ပရမတ်အနိစ္စ, သီမြောင်မှ, အနတ္ထညာဏ်ပိုင်သည်။
- ၁၁။ ပရမတ်ခုက္ခ, သီမြောင်မှ အနတ္ထညာဏ်ပိုင်သည်။
- ၁၂။ လက္ခဏာစိတ္ထုင်, တစ်ခုမြှင့်, အကုန်ပင်သီတော့သည်။
- မဂ်ဝိသိမိတ်ဖြစ်စဉ်တရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ

(ဂိသုဒ္ဓမဂ်၂-၃၀၈)

- ၁။ ဂိပသာနာရှုဆဲယောဂိအား အရိယမဂ်ဖြစ်လို လတ်သော်ထိအနိဂုံး ထင်ရှားသော အာရုံတစ်ခုခုကို နှလုံးသွင်းလျက်မနေ့ခွဲရာဝန္တန်းစိတ် ရေးဦးစွာဖြစ်ပေါ်လာသည်။

- ၂။ ထိနောက် ထိအာရုံကိုပင် မဖြေဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ ဆင်းရဲ
ဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ သဘောတရားမှုဟူ၍ သော်လည်း
ကောင်း သီလျက် ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံဟု၏သော
ဇော်တိသုံးကြို့မဲ့ အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပေါ်ကြသည်။
- ၃။ ထိနောက် ဖြစ်ပျက်သမှု သခါရအားလုံး ချုပ်ပြို့မဲ့ နိဗ္ဗာန်
သို့၊ ကျရောက်သွားသော ဂါဌာ့ဘူး ဇော်တိဖြစ်ပေါ်သည်။
- ၄။ ထို့နောက် ထိချုပ်ပြို့မဲ့ နိဗ္ဗာန်ပြုပင် သက်ဝင်တည်နေလျက်
မင်္ဂလာတစ်ကြို့မဲ့၊ ဖိုလ်ဇောန်ကြို့မဲ့၊ အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်
ကြသည်။
- ၅။ ထို့နောက် တွေ့သီပြီးကာစဖြစ်သော မင်္ဂလာနိဗ္ဗာန်တို့ကို
ပြန်လှည်း၍ ဆင်ခြင်လျက် မနေ့ခွဲရာဝစ္စန်းတစ်ကြို့မဲ့၊
ပစ္စဝေကွယာအောင် ၇-ကြို့မဲ့ဖြစ်ပေါ်လျှင် ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်
သွားသည်။
- ဤသည်ကား အရိယမင်း ဒီထိနိတ်အစဉ်ဖြစ်ပုံပေတည်း။

မင်္ဂလာန်ပုံဥပမာ

- ၁။ မြောင်းခန်လိုင်း၊ ယောက်ဗျားအနည်း၊
ရှစ်လှမ်းပြေးသွား၊ ဟုန်အားယူပြီ၊
နွယ်ကြိုးကိုင်ဆွဲ၊ ခုန်လွှဲလေသည်၊
ဟိုဘက်ကျေ၊ လွှတ်ချုပ်ကြို့တည်း။

၅၆

ကမ္မတန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

ပဂံဝင်ပုံဥပပေယျ

၂။ ဘဝဟိုကမ်း၊ မျှော်တမ်းယောဂါ၊
 ဖြစ်ပျက်ဉာဏ်မှ၊ ပြေးစပြုသည်၊
 ရုပ်နာမ်ကိုင်စဲ့၊ သူလည်းခုန်သည်၊
 နိဗ္ဗာန်တွေ့၊ လွှတ်၍ ပြေးဝင်သည်။

ဘဝတန်ဖိုးတရားဓတ်၏ဆောင်ပုဒ်

ဖြစ်ပျက်နှစ်ဖြာ၊ မဖြင့်ပါဘဲ၊ တစ်ရာအသက်၊ ရည်သည်ထက် လည်း၊
 ဖြစ်ပျက်နှစ်တန်၊ ရပ်နှင့်နာမ်ကို၊ အမှန်မြင်လျက်၊ ဉာဏ်စဉ်တက်၍၊
 တစ်ရက်တာမျှ၊ သက်ရှင်ရသော်၊ လောကလူ့ရွာ၊ ကောင်းမြတ်သာသည်၊
 မြတ်စွာမှုဒ္ဒေးမိန့်ခွန်းတည်း။

သံယုတ်ပါဌ္ဂီ္ဂဓတ်

(၁-၃၀) အဇ္ဈားသတ်

- ၁။ လမ်းဖြောင့်မည်တွင်၊ ထိုမဟိုပင်၊ ရပ်ခွင့် ဘေးမဲ့နိဗ္ဗာန်ပါ။
- ၂။ လုံးလုန်လီ၊ ဘီးတပ်သည်၊ မမြည်ရထား ထိုမဟိုပါ။
- ၃။ ရှက်ကြောက် နှစ်တန်၊ နောက်မှီခဲ့၊ ကာရန်အမှတ်သတိပါ။
- ၄။ ဝိပသိရှေ့သွား၊ မဂ်ဉာဏ်ကား၊ ရထားမောင်းသူဆိုရပါ။
- ၅။ ဤလိုရထား၊ ရှိသူများ၊ ယောက်းများ မိန့်းမ လူတိုင်းမှာ။
- ၆။ မရှင်ယာ၌ကြီး ဤမြို့မြို့မြို့း၊ အပြီးနိဗ္ဗာန်ဆိုက်ရောက်ပါ။

ဓမුණුවාණාභාරිඛ්‍යා:

၅၇

ဓමුපම දූෂණ-රිතා

- ၁။ ගුෂ්, නොගි, ආලයි ත්‍යාපි: යය ප්‍රියුයුත් දූත් එහිගිරු රුහුත් ||
- ၂။ වාංශගිරුම්:; තත්තාගිරුම්:; තගිරුම්: එහිගිරු රෙශාගිරු පිලිදිග් මැනු ||
- ၃။ ආදාශය් අඩු, පිත් දූත් බි, බුම්: වාංශුම්: තො: පිලිදිග් මැනු ||
- ၄။ තත්ත්වු ප්‍රිත් මුද්; ඇත් තෙ මුද්; ආලුද්: ම රෙශාගිරු ගර්ද: එදිග් මැනු ||
- (က) ගුෂ් අඩු මැනු: දූත් රුහුත්, නොගි අඩු මැනු: දූත් රුහුත්
ආලයි අඩු මැනු: දූත් රුහුත් ||
- (ග) ත්‍යා දූත් දූත් වාංතත්තාගිරු ගර්ද: ත්‍යා. රෙශාගිරු මැනු | නො
ආත්‍යින්: අඩු පිත් දූත් එදිග් මැනු | ප්‍රිත් මුද්: ඇත් මුද්:
තෙ මුද්: ත්‍යා මැනු: ම රෙශාගිරු වෘග්‍රහ: මැනු ||

ත්‍යා දූත් අඩු දූත් පිත් අඩු මැනු ආදාශ ගැනීම්

- ၁။ ගෙවාද්: මුත් දූත්, දූත්, වායි ජාගා පෙනුය්: ||
- ගෙවාද්: මුත් දූත්, දූත්, වාස් තාගා: තැනුය්: ||
- ၂။ ගෙවාද්: ගෙවාද්: දෙළු ලා වායි ජාගා බුම්: වාණාභාරි පෙ: පි
වානුය්: ||
- ගෙවාද්: ගෙවාද්: දෙළු ලා තාගා: භා බුම්: වාණාභාරි පෙ: පි
වාතානුය්: ||
- ၃။ පාඨා පාඨා වායි ජාගා, ගෙවාද්: දූත්, වායි ජාගා පෙනුය්: ||

၂၈

ကမ္မတန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

- အရသာထဲမှာ, ကောင်းလွှာ, သဇာစကားတည်း။
- ၄။ သက်ရှင်ဆဲမှာ, ဘယ်လိုဟာ, လွန်စွာကောင်းသနည်း။
ပညာဖြင့်သာ, သက်ရှင်တာ, လွန်စွာကောင်းသနည်း။
- ၅။ ဉာယရေအလွယ်ကို အဘယ်ဖြင့်ကူးမြောက်ပါသနည်း။
သဇာတရားဖြင့် ကူးမြောက်ပါသည်။
- ၆။ ရေပြိုကျယ်ကို အဘယ်ဖြင့် ကူးမြောက်ပါသနည်း။
မမေ့မှုဖြင့် ကူးမြောက်ပါသည်။
- ၇။ ဆင်းခဲကို အဘယ်ဖြင့် ကျော်လွန်ပါသနည်း။
ဝီရိယဖြင့် ကျော်လွန်သည်။
- ၈။ အဘယ်ဖြင့် လုံးဝ စင်ကြယ်ပါသနည်း။
ပညာဖြင့် လုံးဝစင်ကြယ်သည်။
- ၉။ ဘယ်သို့ပညာ, ရနိုင်ပါ, ဉားသယ်သို့ ရသနည်း။
မမေ့မြော်မြင်, ယုံကြည်လွယ်, နာချင်ပညာရပေသည်။
သင့်တာပြုက, ဒွဲလုံးလ, ထကြွေ ဉားရပေသည်။
- ၁၀။ ဘယ်သို့ပြုပေ, ကျော်စောလေ, မိတ်ဆွေ ဘယ်သို့ရသနည်း။
သဇာဖြင့်ပင်, ရဏ်ပေါ်ထင်, ပေးလွှင်မိတ်ဆွေ ပေါ်များသည်။
- ၁၁။ ဤလောကမှ, ပြောင်းသွားရ, ကင်းပစီးရိမ် ဘယ်သို့နည်း။
လုံးလသဇာ, ပေးလှုံးတာ, ပညာဤုံးလေးမည်။
ပြည့်စုံပါလွယ်, သဒ္ဓရှင်, နောင်တွင်စိုးရိမ် ကင်းဝေးသည်။

ဓမුණොවාණෝර්භයිජුවා:

၅၉

ဟාසුග පාඨාංකපදි: ගීරුණ් රුතිපි:

(අ- ၃-၄၃)

၁၂။ තැඹී, තේල, ප්‍රේන්ඩිඩී,
 වූත්‍යාර්, තුත තාගත්‍යාර්
 පෙනානාණ්ඩී:, දින්න්දී:පෙනාර්
 හාසුග, ප්‍රේන්ඩ දාත්‍යාර්ඩ්ඩාර්

වර්හ ටැංක්ලා:පි:

၁၃။ පෙ:ගම්:බැංගා, මාප්‍රාජ්‍යාවා।
 වූ.ගුෂ්ඩාණ්ඩාර්, මපුගැංගා॥
 තක්:තු ගියින්ද්, ඇවද්‍යාපි:
 තුන්:දාය්:මු, ලෙ:ඇවග්හා॥

මුලපසුව පිළිටත් රෙඛිත්තාචාර්

၁။ දින්න්දී: රැංග්දුඩ්, ජේඩිත්ඩ්, මුඟාආ:යුත් ගුංඩ්පිලෙ॥
 ၂။ තේල, තාභ, නාය්‍යාඩා, කුල්ප්‍රාටිඡාත් අංඩ්පිලෙ॥
 ၃။ ගාංසු, දාත්‍යාඩාඇ, රුජ්ඩ්‍යාඩා යැංඩ්පිලෙ॥

၁။ වූ.ලග්ඩ්‍යාඩා ගියින්ලග්ඩ්‍යාතාග් ගොංඡාය්‍යාය්ඩ්‍යාග ආංඩ්පු॥
 ၂။ ම්‍රිත්ඩ්‍යාඩාඇ. යැංඩ්ප්‍රාග්‍යාඩා පිංඩ්පු॥

၆၀

ကမ္မဘန်းတရား အားထုတ်ပြောင်းအကြောင်း

- ၃။ ရှိတဲ့ဂတ်ကို ဖော်ပြချင်တာ အတိုင်းထက်အလွန်လိုချင်တာက
မဟိုစွာ။
ဤအလိုသုံးပါးကင်းလျှင် အလိုနည်းသော အပိုစွာ ပုဂ္ဂိုလ်ခေါ်
သည်။
- ၁။ ရရာ နိုင်ရာ, သင့်တော်ရာ, သုံးဖြာရောင့်ရဲသည်။
၂။ အဝတ်, အစာ, ဆေးနေရာ, ပွဲးပါ သုံးခုစီ။
၃။ ရောင့်ရဲတရား၊ ဆယ်နှစ်ပါး၊ မှတ်သားကျင့်လည်း ကျင့်ရမည်။
- ၁။ တစ်ကိုယ်တည်းနေလျှင် ကာယဝိဝေကပြည့်စုံသည်။
၂။ သမာဟတ်ရှစ်ပါးပြင့်နေလျှင် စိတ္တာဝိဝေက ပြည့်စုံသည်။
၃။ အရိယမဂ်စိတ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုတွေ့မြင်လျှင် ဥပမာဏဝိဝေကပြည့်စုံ
သည်။
- ဒိဇ္ဇာသုံးပါး ဒိဇ္ဇာရှစ်ပါး
- ၁။ သုံးပါးပိဋ္ဌာ, ပု ဒီ အာ, ပညာဉာဏ်မျက်နှာ။
၂။ ရှစ်ပါးဆိုက, ထည့်သွင်းရ, ဒီ မ စေ လူ ဒီ။
ဖော်ပြချက်။ ပု-ပု-ပုမွှုပါသညာ၏၊ ဒီ-ဒီမွှုစွာညာ၏၊
အာ-အာသတ္တယညာ၏၊ ဒီ-ဒီယသနာညာ၏၊
ပ-ပအောမပို့ညာ၏၊ စေ-စေသာပရိယညာ၏၊
လူ-လူခို့ပြော၏၊ ဒီ-ဒီမွှုသောတညာ၏။

ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်များ

၆၁

**မဟာသမယပွဲတော်၌ မဂိုဏ်ရကြောင်းတရား
အကျဉ်းဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ ရာဂစရိတအတွက် သမ္မပရီဗ္ဗာဇ္ဈာယ်သုတေ (ခုခံ-၃၃၂) လောကီ
မင်္ဂလာ, တဏ္ဍာသုံးသွယ်, ချစ်မှန်းပယ်၏၏၊ ဖိုတွယ်ကင်းစင်,
သံယောဇ်၊ လွှတ်လျှင်ထွက်နိုင်သည်။
- ၂။ ဒေါသစရိတအတွက် ကလဟဝိဒေသုတေ (ခုခံ-၄၁၃)
နာမ်နှင့်ရပ်ကာ, အသပေါ်ကာ, သာယာစွဲယ်, မှန်းဖွယ်ထင်ရား
လိုလားပြန်လျက်, ချစ်ဖွယ်တွက် ရန်ဘက်ပြင်းခံသည်။
- ၃။ ဓမ္မဟစရိတအတွက် မဟာဓာ၎ဗ္ဗာသုတေ (ခုခံ-၄၁၈)
ရှေးအသဝေ, ပယ်ချွန်းပစ်, အသစ်မပြု, လိုမှုမလိုက် သီမ်းပိုက်မစွဲ
မလူးလဲ, လွှတ်မြှုပ်နည်ပေသည်။
- ၄။ ဝိတက္ကစရိတအတွက် ရှေ့ဓာ၎ဗ္ဗာသုတေ (ခုခံ-၄၁၅)
ကိုယ့်အယူသာ, ဂဏ်တင်ပါက, ညံ့ရာကျော်, ဒီဇွဲမြှင်အောင်, အသိ
ဆောင်, ရန်တောင်ကင်းတော့သည်။
- ၅။ သဒ္ဓိစရိတအတွက် တုဝန္တကသုတေ (ခုခံ-၄၂၁)
သီလအရေး, အြောက်တွေး၏၏, ြို့အေးနီဗ္ဗာန်, ရည်သန် ညွှတ်လတ်,
အမြှုတ်, ကျင့်တတ်စေရမည်။
- ၆။ ဓိဋ္ဌစရိတအတွက် ပုရာဘေးသုတေ (ခုခံ-၄၁၃) ရှုမှတ် အစည်း၊
လျှစ်လျှို့ထင်၏၏, သုံးအင်မာန် ပယ်နိုင်မှ သန္တပုဂ္ဂိုလ်မည်။
(၁၃၂၁-ခ၊ နယ့်နှုန်းလပြည့်မှာဟောသည်)

၆၂

ကမ္မဘန်းတရား အားထုတ်ခြင်းအကြောင်း

ဒီယနိကာယ် မဟာဝရူ စဉ်ဝါးသုတ်

- ၁။ ရှစ်သောင်းအာယု, အစပြု၍, ပါ, မှ, ဂိ, ကာ, । ဖ သိမ် ဗျာနှင့်, မိဇ္ဈာသုံးပါး, အ-ကုပ္ပါး၍, လျော့ပါးထက်ဝက်, ဥ-ဆင့်ပျက်သည်, အသက်ရာတမ်း ရောက်သတည်း။
- ၂။ ဆယ်နှစ်တမ်းမှ, တစ်ဖန်စ၍, ကမ္မပထာ, ကုဆယ်ဖြာနှင့်, သုံးဖြာ ပါးမျိုး၊ ကုသိုလ်တိုး၍, ထပိုးပြန်လျက်, ဆယ်နှစ်ဆင့်တက်သည်, အသက်ရှစ်သောင်း ရောက်လိမ့်တည်း။
- ၃။ အကုသိုလ်သုံးပါးဟူသည်မှာ (၁)အမွှရာဂ-လူ၊ အကျင့်မဟုတ် သော တပ်မက်မှာ၊ (၂) စိသမလောဘ-မမွှတသောအလို၊ (၃)မိစ္စ ဓမ္မ- မူမှုနှင့်သောရာဂတို့ပင်ဖြစ်သည်။
- ၄။ အကုသိုလ်ပါးပါးဟူသည်မှာ - (၁) အမိအပေါ်၍ ကျင့်ဝတ်ပျက် ခြင်း၊ (၂) အဘအပေါ်၍ကျင့်ဝတ်ပျက်ခြင်း၊ (၃) ရဟန်းများ အပေါ်၍ကျင့်ဝတ်ပျက်ခြင်း၊ (၄) သူတော်ကောင်းများအပေါ်၍ ကျင့်ဝတ်ပျက်ခြင်း၊ (၅) ကြီးသူတို့အား မရိသေခြင်းတို့ပင်ဖြစ် သည်။
- ၅။ ကုသိုလ်သုံးဖြာ ဟူသည်မှာ အမွှရာဂစသည်ကို ပယ်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။
- ၆။ ကုသိုလ်ပါးမျိုးဟူသည်မှာ အမိ, အဘ, ရဟန်း, သူတော်ကောင်း တို့ အပေါ်၍ ကျင့်ဝတ်ကျခြင်းနှင့် ကြီးသူတို့အား ရိသေခြင်း တို့ပင်ဖြစ်သည်။

ဓမුඩෙවානාණෝධ්‍යභූජා:

၆၃

နိဝင်ရဏလီပါးတရားတတ်

- ၁။ နှစ်သက်လိုချင်, ကြွေးဖြေတင်, အလျင်ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၂။ စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုး, ရောဂါဖျိုး, နှစ်ချိုးပယ်ဖျောက်လေ။
- ၃။ ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိုး, ချုပ်နောင်မိ, မှတ်သိပယ်ဖျောက်လေ။
- ၄။ ပုံးလွင်ဗူးပန်, သူ့ကျွန်းခံ, အမြန်ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၅။ ယဉ်ယူးဒိုဟ, လမ်းနှစ်ခွဲ, တွေ့ကပယ်ဖျောက်လေ။

သံယောဇ္ဈာ ၁၀-ပါး တရားတတ်

- ၁။ အာရုံလီးဝ, တပ်စွဲက, ကာမသံယောဇ္ဈာ။
- ၂။ သုံးပါးဘဝ, တပ်စွဲက, ဘဝသံယောဇ္ဈာ။
- ၃။ အမျက်ဖော်သ, စိတ်ဆိုးက, ပဋိယသံယောဇ္ဈာ။
- ၄။ ကိုယ်သာတော်လှ, ထင်မှတ်က, မာနသံယောဇ္ဈာ။
- ၅။ ရှုပ်နာမ်ကိုပဲ, ငါကောင်စွဲ, ယူလွှဲဒို့ပင်။
- ၆။ တရားမှန်တွင်, မယုံချင်၍, ဆင်ခြင်နှင့်ဦးညှိုး, ဝေဖန်ကြည်,
ရိစိကိုဗ္ဗာပင်။
- ၇။ အွေးအွေးတူစွာ, ကျင့်တာကောင်းမြတ်, ယူစွဲမှတ် သီလ္မာတပင်။
ပူဇော်ပသ, လေ့ကျင့်မှုဖြင့်, ဘဝနောင်ခါ, မြှချမ်းသာ, ယူတာ လဲပဲ
ငှင့်းပင်။

၆၄

ကမ္မာန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

- ၈။ ကိုယ်ထက်သူများ၊ ကောင်းစားသည်ကို၊ မနာလို့၊ ခေါ်ဆို လူသား
ပင်။
- ၉။ ကိုယ်လိုသူများ၊ ကောင်းစားမည်ဖုံး၊ ဝန်တိုက မစွဲခိုယ်ပင်။
- ၁၀။ သွားလေးတန်း၊ ပြောင်းပြန်ထင်ကာ၊ မသိတာ အပိုဒ္ဓသံယောဇ်။
- ၁၁။ ဝဋ်ဆင်းရဲမှု၊ မလွှတ်ရအောင်၊ ချည်နောင်တတ်စွာ၊ ဤဆယ်ဖြာ၊
အဘိဓမ္မသံယောဇ်။

ဒီဇိုင်းတရား

(ဒီ-၉-၂၂)

ချမ်းသာအပေါင်း၊ ရကြောင်းဖုန်စွာ၊
စည်းစိမိဘေး၊ မြတ်မ-တည်ရာ။
အောက်တန်း မကျွဲ၊ ကယ်မသူမှာ၊
မြတ်ဒါန်၊ စိတ်ချကိုးကွယ်ရာ။
လူဒံ ဒါန် နာမ သုခါန် နိဒါန်၊ သမ္မတ္ထီန် မူလံ၊
ဘောဂါန် ပတိဌာ၊ စိသမဂတာသု တာဏံ။

သီလကိုယ်တရား (ရှင်း)

သီလရန်း၊ ဖွေးပုံးကြိုင်စွာ၊
သီလဆင်သိုင်း၊ ရှုတိုင်းလှပါ၊
သီလတော့ဌား၊ မလားပါယ်စွာ၊
မြတ်သီလ၊ စိတ်ချကိုးကွယ်ရာ။

ဓမ္မဒေသနာဂောင်ပုဒ်များ

၆၅

မထုတ်ယူတ်ကြောင်းတရား ၆-ပါး

(အ ၂-၂၇၄)

ကိစ္စမများ၊ စကားနည်းစေ
 အိပ်နေမှုနည်း၊ ကိုယ်တည်းပျော်လေ။
 ဆုံးမလွယ်ကြောင်း၊ မိတ်ကောင်းရှိစေ၊
 မထုတ်ရေး၊ အားပေး ရုဏ်ပြောက်ထွေ။

အသေဇကာင်းရေး တရား

(အ ၂-၂၆၀)

ကိစ္စမများ၊ စကားနည်းစေ
 အိပ်နေမှုနည်း၊ ကိုယ်တည်းပျော်လေ။
 ရောနောဖြုံး၊ ချုံမှုရောင်သွေ့၊
 အသေဇကာင်းစို့ အကြောင်း ရုဏ်ပြောက်ထွေ။

၆၆

ကမ္မတန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

ဉာဏ်သမူမှန်ကန်တော့ခန်း

ဉာဏ်သ၊ ဉာဏ်သ၊ ဉာဏ်သ၊ ကာယကံ၊ ဝစိကံ၊ မနောကံ၊
တည်းဟူသော အပြုံးပြုချင်း၊ ပပျောက်ဖြေား၍ အသက်ရည်စွာ၊ အနာမဲ့
ရေး၊ ရန်ဘေးကောင်းကြောင်း၊ ကောင်းမှုမင်းလာ၊ ဖြစ်ပါစေခြင်း၊ အကျိုးငါး၊
ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံယာရတနာတည်းဟူသော ရတနာမြတ်
သုံးပါး (ဆရာသဗား။)တို့ကို၊ အရိုအသေ လက်အပ်ပိုး၍ ရှိခိုးပူဇော်
မာန်လျှော့၊ ကန်တော့ပါ၏။(အရှင်ဘုရား။)

(ဓာပေးမည့်ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလျှင် ဤတွင်ရပ်ပါ။)

ဓာပေးမည့်ပုဂ္ဂိုလ်မရှိလျှင်
အောက်ပါဓာတော်းကို ဆက်တော်းပါ။

ကန်တော့ရသော ဤကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့် အပါယ် ၄-
ပါး၊ ကပ် ၃-ပါး၊ ရပ်ပြု ၈-ပါး၊ ရန်ဘူးမျိုး ၅-ပါး၊ ဝိပဋ္ဌာတရား ၄-ပါး၊
ဈာသနတရား ၅-ပါး၊ အနာမျိုး ၉၆-ပါး၊ မိုးစွာဖြို့ ၂၂-ပါးတို့မှ အခါခိုံသိမ်း
ကောင်းလွတ်ပြုများသည်သာဖြစ်၍ မင်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိုဗာန်တရားတော်မြတ်ကို
လျှင်မြန်စွာ ရပါလို၏။ (အရှင်ဘုရား)

ဂုဏ်တော်ကိုးပါး ဘုရားရှိခိုး

၆၇

ဂုဏ်တော်ကိုးပါး ဘုရားရှိခိုး

အစီအနွေ့
အစီအနွေ့
အပွဲ့မေယျ အပွဲ့မေယျ မကြံးဆ မနှိုင်း
ယုဉ်နိုင်ကောင်းသော ဂုဏ်တော်အပေါင်းအနွေ့နှင့် လုံးဝေါသုံး ပြည့်စုံတော်
မူသော မြတ်စွာဘုရား။

- ၁။ (က) အရဟံ-လွန်ကဲထူးမြတ်သော သီလရဏ်၊ သမာဓိရဏ်၊
ပညာရဏ် ဝိမုတ္ထိရဏ် ဝိမုတ္ထိပြောဏာဒသုန္တရဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံ
တော်မူသောကြောင့် လူနတ် မြဟာ သတ္တုပါအပေါင်းတို့၏
မူဇားအထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား။
- (ခ) အရ-ဟံ-ပါသနာနှင့်တကွ တစ်ထောင့်ဝါးရာ ကိုလေသာ
အည်းအကြေးတို့မှ ကင်းဝေးစင်ကြယ်တော်မူပေသော မြတ်စွာ
ဘုရား။
- (ဂ) အရ-ဟံ-လေသာ ဒေါသ မောဟအစရှိသော ကိုလေသာ
ရန်သူတို့ကို ဖယ်သတ်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။
- (ဃ) အရ-ဟံ-သံသရာစက်၏ ထောက်အကန့်တို့ကို ချိုးဖျက်
တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။
- (င) အ-ရဟံ- မျက်မောက် မျက်ကွယ် အခါခပ်သိမ်း စင်ကြယ်
၍ ဆိတ်ကွယ်ရာမရှိသော မြတ်စွာဘုရား။

၆၈

ကမ္မားတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

- ၂။ သမ္မာသမ္မာဒ္ဓါ-သစ္ာလေးပါး ခိုးသီမိုးသောတရားတို့ကို
သူတစ်ပါးအထံ နည်းမခံဘဲ ကိုယ်တိုင်ညှင်းအဟန် အစွမ်းဖြင့်
ရှုံးစမ်းရှာဖွေကာ မှန်ကနိစ္စာ သိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၃။ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္မာဒ္ဓါ-ဝိဇ္ဇာမည်သော ညာဏ်ထူး ၃-ပါး ညာဏ်
ထူး ၈-ပါး၊ စရဏမည်သောအခြေခံ အကျင့်တရား ၁၅-
ပါးတို့နှင့် ပြည့်စုတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- (၄) (က) သုဂတ္တာ-သတ္တဝါတို့အား အကျိုးများအကြောင်း ဟုတ်မှန်သော
စကားကောင်းကိုသာ မြှုက်ဆိုတော်မူပေတတ်သော မြတ်စွာ
ဘုရား။
- (၄) (ခ) သုဂတ္တာ-မရှင်ရှစ်ဖြာ တင့်တယ်သောအမှုအရာဖြင့် ကောင်းစွာ
သွားခြင်း ကောင်းစွာဖြစ်ခြင်းရှိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၅။ လောကပိဋ္ဌး-လောက၏ အကြောင်းအရာအလုံးစုံကို အကုန်
အစင်းသိမြင်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၆။ (က) အနှစ္စရော-အမြင်အမြှတ်ဆုံးဖြစ်သော သိလုပ်န် သမဂ္ဂ ရှင်
ပညာရှင် ဝိမှတ္တိရှင် ဝိမှတ္တိညာဏာဒသသနရှင်တို့နှင့် ပြည့်စု
တော်မူသောကြောင့် လောကတတ်အလုံး၌ အမြင့်မြတ်ဆုံး
ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၆။ (ခ) ပုရိသဒမသရတိ- ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာအသိ မရှိကြသေး
မပြည့်ဝသေး၍ ဆုံးပေးထိုက်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ယဉ်ကျေး

လိမ္မာ ပညာပြည့်ဝ အချိုးကျအောင် ဆုံးမသွန်သင်တော်မူတတ်
ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

- ၆။ (က) အန္တာရော ပုရိသဒမွေသာရတိ- ဆုံးမထိက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား
ဆွန်ကြားသွန်သင် ပဲပြင်ဆုံးမမှုပြ အတုမရှိအမြတ်ဆုံး ဖြစ်
တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၇။ သတ္တာဒေဝမန်သာန်- ချမ်းသာရကြောင်း လမ်းကောင်း ဆွန်ပြ
ဆုံးမတော်မူတတ်၍ နတ်လူတို့၏ ဆရာမြတ်အစိုး ဖြစ်တော်
မူသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၈။ မှန္ဒြီ- တရားအလုံးခိုက် အကုန်သီတော်မူသော မြတ်စွာ
ဘုရား။
- ၉။ ဘဂဝါ- ဘုန်းတော်အနှစ် ကံတော်အနှစ် ဉာဏ်တော်အနှစ်
တန်ခိုးတော်အနှစ်တို့၏ လုံးဝါသုံး ပြည့်စုံတော်မူပေသော
မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံအစရှိသော ကိုပါးသောဂုဏ်တော်၊ ဆယ်ပါးသော ဂုဏ်တော်,
အနှစ်ဂုဏ်တော်၊ ကျေးဇူးတော်အပေါင်းတို့၏၏ ပြည့်စုံတော်မူသော သက်တော်
ထင်ရှား သွားညာမြတ်စွာဘုရားကို ဘုရားတာပည့်တော်သည် ရိုသေမြတ်နိုး
လက်အုပ်စိုး၍ ရိုစိုးပူဇော်ဖြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

၇၀

ကမ္မဘာန်းတရား အားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

ဉာဏ်စဉ် ၁၆-ပါး ဘုရားရှိခိုး

- ၁။ နာမရုပပရီဇ္ဈိုဒ်၊ တပွဲဗျယ ပရီဂုဟံ။
တံသမ္မသန် ဥဒုယ- မွယ်ဉာဏ္ဍာ ဘင်း။
- ၂။ ဘယဉာဏ် အာဒီနဝ- ဉာဏ္ဍာ နိမ့်ခံ အထာ
မှိုတုကမ္မတ ပဋိ -သံး သခါရ့ ပေကွက်။
- ၃။ အနုလောမွှေ ဂါဌာဘုံး၊ မရှုဉာဏ် ဖလံတထာ
ပစ္စဝေကွယာ ဉာဏ္ဍာ၏၊ တိလောကမိုပ် ကေနစိ။
- ၄။ အဒေသိယေ သာသနကော၊ ဉာဏ်မေ သောမြှုသုတ္တရော၊
အသေတာရုံ ပဝတ္တာရုံ၊ မှုခံတိဟာဒရုံ နမေ။
- (၁) နာမရုပပရီဇ္ဈိုဒ်-နာမရုပတရားတို့ကို ပိုင်းခြား၍ သိသော
နာမရုပပရီဇ္ဈိုဒ်အဉာဏ်လည်းကောင်း။
- (၂) တပွဲဗျယ ပရီဂုဟံ- ထိနာမရုပတို့၏ အကြောင်းတရားကို
ပိုင်းခြား၍သိသော ပစ္စယပရီဂုဟာဉာဏ် လည်းကောင်း။
- (၃) တံသမ္မသန်- ထိနာမရုပတို့ကို အနိစ္စ ခုက္ခ အနတ္တအားဖြင့်
သုံးသပ်ဆင်ခြင်၍သိမြင်သော သမွသနဉာဏ်လည်းကောင်း။
- (၄) ဥဒုယမွယဉာဏ္ဍာ- နာမရုပတို့၏ အသစ်အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာ
ခြင်း ဖြစ်ပေါ်ပြီးလျှင် တခဏချင်းပျက်စီးသွားခြင်းကို ရှုမှတ်
ထင်ထင်သိမြင်သော ဥဒုယမွယဉာဏ် လည်းကောင်း။

ဉာဏ်စဉ် ၁၆-ပါး ဘုရားရှိခိုး

၇၁

- (၅) ဘင်္ဂ- နာမ်ရပ်တို့၏ ပျက်စီးခြင်းကိုသာ ရှုမှတ်ထင်ထင် သိမြင်သော ဘင်္ဂဉာဏ်လည်းဇူဂာင်း။
- (၆) ဘယဉာဏ္ဍာ- နာမ်ရပ်တို့၏ ပျက်စီးခြင်းကိုသိမြင်ရသဖြင့် ကြောက်လန့်ဖွယ် အေးကြီးအပြစ်ဖြင့် ထင်မြင်သော ဘယဉာဏ် လည်းကောင်း။
- (၇) အာဒီနဝိဉာဏ္ဍာ- နာမ်ရပ် သံရဲရတို့၌ ကုံးကွယ်ရာမထင် အပြစ်မြင်သော အာဒီနဝိဉာဏ် လည်းကောင်း။
- (၈) နိမ့်ဒံ- နာမ်ရပ်သံရဲရတို့၌ မပျော်မမွေ့ ပြီးငွေ့သော နိမ့်ဒံ ဉာဏ် လည်းကောင်း။

အထ-အနက်သဘောတူသော ရှေ့ဉာဏ်သုံးခုမှ တစ်ပါး အနက်သဘောမတူသော နောက်ဉာဏ်သုံးခုကား။

- (၉) မှို့တုကမ္မာတံ့- နာမ်ရပ်သံရဲရတို့မှ အလွန်အမင်းလွတ်ကင်း ထွက်မြောက်လိုသော မှို့တုကမ္မာတာဉာဏ် လည်းကောင်း။
- (၁၀) ပဋိသံပံ့- အလွန်အမင်းလွတ်ကင်း ထွက်မြောက်လိုလှသဖြင့် ထိုနာမ်ရပ်နှစ်ပါးကိုပင် အနိစ္စအစရှိသော လေးဆယ်သော အခြင်းအရာတို့၌ တွင်တွင်အားထုတ်၍ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနဇ္ဈ အနေအားဖြင့် ကောင်းကောင်ကြီး ထင်မြင်သော ပဋိသံဉာဏ် လည်းကောင်း။

၇၂

ကမ္မတန်းတရား အေားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း

- (၁၁) သဒါရပေါ်ကံ- အနိစ္စ ခုက္ခ အနတ္တ အနေအားဖြင့် ကောင်းကောင်းထင်ပြော၍ လွတ်မြောက်ရာ လွတ်မြောက် ကြောင်းကိုရသဖြင့် အလွန်ပြေားထန်သော လုံးလကိုလည်း မပြု၊ ထိနာခဲ့ရပ်သဒါရတို့၌ ကြောက်လန်ခြင်း၊ နှစ်သက်ခြင်း နှစ်ပါး ကိုလည်း ပယ့်စွန်၍ သိရုံးသိရုံးသာ အညီအမျှရှုသော သဒါရ-ပေါ်ဘုံး လည်းကောင်း။
- (၁၂) အနလောမခွဲ- အနိစ္စ ခုက္ခ အနတ္တတို့တွင် တစ်ပါးပါးကို အာရုံပြု၍ ဥဒယူမယစသော ရေးဘုံးရှုပါးနှင့် ရောက်မဂ္ဂ သစ္ာအားလျှော်သော (ဂေါ်တွေဘူး၏ ရွှေအခြားမျိုး နှစ်ကြိုင် သုံးကြိုင်ဖြစ်သော)အနလောမဘုံး လည်းကောင်း။
- (၁၃) ဂေါ်တွေဘုံး- ပုထုဇ္ဇာအနွယ်ကိုဖြတ်၍ အရိယာအနွယ်အတ် သို့ ရောက်စေလျက် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြု၍ မင်္ဂလာရွှေအနှစ် တစ်ကြိုင် မျှသာဖြစ်သော ဂေါ်တွေဘုံး လည်းကောင်း။
- (၁၄) မဂ္ဂဘုံး- နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မောက်ပြုလျက် သစ္ာလေးပါးကို တစ်ပြော်နက်သိသော မင်္ဂလာဘုံး လည်းကောင်း။
- (၁၅) ဖလံ- မင်္ဂလာဘုံးကဲ့သို့ပင် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလျက်ဖြစ်သော ဖိုလ်ဘုံး လည်းကောင်း။
- (၁၆) တထာ- ထိမှုတစ်ပါး၊ ပစ္စဝေါးကာဘုံး- မင်္ဂလိလ်နိဗ္ဗာန် နှင့်ပယ်ပြီးသော ကိုလေသာ မပယ်ရသေးသော ကိုလေသာ

ညာတိစဉ် ၁၆-ပါး ဘုရားရှိခိုး

၇၃

အားဖြင့် ဤပါးပါးသော တရားအစုတို့ကို ပြန်လည်၍ ဆင်ခြင်
သော ပစ္စဝေကွယာညာတိစဉ် လည်းကောင်း။

ဗုတိ-ဤ၏၊ တိလောကမြို့-ကာမရှပ အရှပဟု လောကသုံးဖြာ
စကြာဝဲဗုတိသူမျှ အနန္တမဆုံး လောကကြီးတစ်ခုလုံး၌။ ကောနမိပိ-နတ်လူ
မြေဟာ သတ္တဝါ တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှသော်လည်း။ အဒေသီယော-မကြားမနာ
ကြေစည်ကာဖြင့် ယထာဘူတ အမှန်အကန်ကျအောင် ဟောပြ ခြင်းငါး
မစွမ်းနိုင်ရာကောင်းကုန်သော၊ သာသနကော- ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနတော်ကိုး
အတွင်း၌သာလျှင် ပေါ်လင်းဖြစ်ထွန်းနိုင်ကောင်း ကုန်သော၊ ညွှန်ရေး
လောကီပညာ အရပ်ရပ်တို့ထက် ထူးကဲမြင်မြတ် ကုန်သော၊ ဣမေ သောဇ္ဈသ-
ညာဏေ-ၤ၍ ၁၆-ပါးသော ညာတို့ကို၊ ဒေသာရုံ-မိမိကိုယ်တော်တိုင်
ပိုင်ပိုင်လှလှ အမှန်အကန်သီရ၍ လှစ်ဟထုတ်ဖော် ဟောကြားတော်မူတာတ်
ပေထသော၊ ပဝတ္တာရုံ-မိမိကိုယ်တော်တိုင် ပိုင်နိုင်ပြီးနီး ဖြစ်စေပြီးမှ နိုးကပ်လာ
မြေဟာ၊ နတ်လူ ကျွတ်ထိုက်သူမှန်သူမျှ ကလျာဏာပုထုတ်၍ အရိယာသခင်တို့၏
ကြည်လင်သော စိတ် သန္တာန်ဝယ် အဖန်ဖန်အားဖြင့် ဖြစ်ပွားစေတော်မူတာတ်
ပေထသော၊ ဗုဒ္ဓ- သဗ္ဗာသုတေသနတော်ရှင် မြတ်စွာဘုရားသခင်ကို၊ အဟံ-
ဘုရားတယည် တော်သည်၊ တီဟီ- ကာယာသူတ်သီး ဝစီ မန သုံးချိရတို့ဖြင့်၊
သာဒရုံ- ရှိသေစွာ၊ နမေ နဟာမိ- ကြည်ညီမြတ်နီး လက်အပ်မိုး၍ ရှိနီးပါ၏
မြတ်စွာဘုရား။

ကမ္မာန်းတရားအားထုတ်ရခြင်းအကြောင်း ရှိကိန်းပဲသည့်အကြောင်း

ပထမအကြောင်း	၁၃၁၈-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၅၀၀၀
ဒုတိယအကြောင်း	၁၃၂၀-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၅၀၀၀
တတိယအကြောင်း	၁၃၂၁-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၁၀၀၀၀
ဓတ္ထတွေအကြောင်း	၁၃၂၂-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၁၀၀၀၀
ပဋိမအကြောင်း	၁၃၂၃-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၁၀၀၀၀
ဆင့်မအကြောင်း	၁၃၂၇-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၃၀၀၀၀
သတ္တုမအကြောင်း	၁၃၂၂-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၁၀၀၀၀
အငြာမအကြောင်း	၁၃၃၉-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၁၀၀၀၀
နဝမအကြောင်း	၁၃၄၁-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၁၀၀၀၀
ဒသမအကြောင်း	၁၃၄၄-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၅၀၀၀
ကောဒသမအကြောင်း	၁၃၄၆-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၅၀၀၀
ဒွါဒသမအကြောင်း	၁၃၄၇-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၅၀၀၀
တောရဒသမအကြောင်း	၁၃၄၈-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၃၀၀၀
ရုဒ္ဓသမအကြောင်း	၁၃၄၉-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၁၀၀၀
ပန္တရသမအကြောင်း	၁၃၅၂-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၁၀၀၀
သောဇ္ဇာသမအကြောင်း	၁၃၅၃-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၃၀၀၀
သတ္တုရသမအကြောင်း	၁၃၅၆-ခန့်စီ	အုပ်ပေါ်	၅၀၀၀