

မင်းကွန်းတိပိဋကဓရ ဆရာတော်ကြီး၏

၄၀၀

ဟောစဉ်တရားတော်များ

ဩကာသကာနိဝေဇာဓိနိဒ္ဒိ

နှင့်

သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော်



SERMONS

MINGUN TIPITAKADHARASAYADAW

OBEISANCE AND

TAKING THE PRECEPTS

တိပိဋကဓရ ဆရာတော်ကြီး၏ ဟောစဉ်တရားတော်များနှင့် မော်ကွန်းအဖွဲ့က ထုတ်ဝေသည်။

ဓမ္မဒါန



ဩတုသတန်တော့ခန်း

နှင့်

သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော်

SERMONS
MINGUN TIPITAKADHARA
SAYADAW
OBEISANCE AND
TAKING THE PRECEPTS



ဆရာတော်အရှင်ဝိစိတ္တသာရာဘိဝံသ

၏

ဟောစဉ်တရားတော်များ

ဩကာသကန်ဇေတဝုခန်း

နှင့်

သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော်

တိပိဋက=နိကာယ

စာအုပ်စာပေနှင့် မော်ကွန်းအဖွဲ့ ထုတ်ဝေသည်။

ဓမ္မဒါန

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

၂၀၀၆၊ ဧပြီလ

အုပ်ရေ ၁၅၀၀

ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသူ

ဦးအောင်သန်း(၂)

အတွင်းရေးမှူး

တိပိဋက=နိကာယ စာအုပ်စာပေနှင့် မော်ကွန်းအဖွဲ့
အမှတ် ၁၂၊ စကားဝါလမ်း၊ ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

SERMONS

Abhidhaja Mahā Raṭṭhaguṇu

Tipitakadhara Dhammabhaṇḍāgārika

Bhaddhanta Vicittasārābhivamsa

Mingun Sayadaw

ဘာသာပြန်သူ
ဦးဝင်းဖေ
အဖွဲ့ဝင်
မြန်မာစာအဖွဲ့.

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

Obeisance and Taking the Precepts

(for the advancement from knowledge by testimony
to knowledge by thinking and meditation)

Okāsa-recitation compared to the call of the peacock

When virtuous Buddhists gather at religious charities in accordance with traditional Myanmar cultural practice, the prompter peals the thunder of the *Dhamma* by announcing: "Let us pay obeisance to the Three Jewels." Like the simultaneous joy us call of the peacocks, ke-ka ke-ka, in the forest when they hear the thunder in the south at the start of the rainy season, virtuous Buddhists, when they hear the prompter peal the number of the *Dhamma* by announcing: "Let us pay obeisance to the Three Jewels," simultaneously begin the obeisance to the Three Jewels by reciting: "*okāsa, okāsa, okāsa.*"

The three words representing the first *okāsa*, the second *okāsa* and third *okāsa* are the language of address in *Pāli* in a religious matter when virtuous Buddhists as human beings place the Three Jewels on their heads and pay obeisance.

နမော တဿ တဂဝတော အရဟတေ။ သဒ္ဓာသမ္ဗုဒ္ဓဿ
ဩကာသကန်တော့စန်းနှင့် သီလေယူရှင်းတမ်း
တရားစတော်

(သုတမယဉာဏ်မှ စိန္တာမယ ဘာဝနာမယဉာဏ်အထိ
တိုးပွားရန် ရည်ရွယ်ဟောကြားခြင်း၊)

ရွှေဥဒေါင်းတွန်သံနှင့် ဩကာသဆိုသံ။

မြန်မာတို့ ယဉ်ကျေးမှု ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ ထိုထိုသာသနာရေး
ကောင်းမှုကုသိုလ်ပြုရာ သဘင်ပွဲများ၌ ဗုဒ္ဓဘာသာသူတော်စင်တို့ စုရုံး
စည်းဝေးမိကြစဉ် နိဗ္ဗာန်ဆော် ပြုလုပ်မယ့် ပုဂ္ဂိုလ်က “ရတနာသုံးပါး
ကန်တော့ကြပါစို့ခင်ဗျား” ဆိုတဲ့ ဓမ္မယောသက’ တရားမိုးချုန်း ပေး
လိုက်တယ်။ လောကဥပမာ-မိုးဦးကျ တောင်က မိုးချုန်းလိုက်ရင်
တောထဲမှာရှိတဲ့ ရွှေဥဒေါင်းတို့သည် တပြိုင်နက် “ကောကာ ကောကာ” လို့
ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သာယာတွန်ကျူးတဲ့အသံကို ပြိုင်ပြီးတော့ လှက်ကြ
သလို ထိုအတူ ဗုဒ္ဓဘာသာ သူတော်ကောင်းအပေါင်းတည်း ဟူသော
ရွှေဥဒေါင်းတို့သည် နိဗ္ဗာန်ဆော်လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က “ရတနာသုံးပါး ကန်
တော့ကြပါစို့ခင်ဗျား” ဆိုတဲ့ တရားမိုးချုန်းပေးလိုက်ရင် တစ်ပြိုင်နက်
တညီတညွတ်တည်း “ဩကာသ ဩကာသ ဩကာသ” စပြီး ရတနာ
သုံးပါး ကန်တော့တဲ့ စာတမ်းကို ရွတ်ဆိုကြတယ်။

ဤတွင် ပထမဩကာသ၊ ဒုတိယဩကာသ၊ တတိယဩကာသ
လို့ ဩကာသ သုံးပုဒ်ဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာ သူတော်စင်များ အနေဖြင့်
ရတနာသုံးပါး ဦးထိပ် ထားပြီးတော့ လူဖြစ်လာတဲ့အတိုင်း ယခုလို
သာသနာရေးကိစ္စ၌ ရတနာသုံးပါးကို ပူဇော်လိုက်တဲ့ ပါဠိလို ဦးတည်
တိုင်တည် ပြောဆိုတဲ့စကား ဖြစ်ပါတယ်။

၁။ ဓမ္မယောသက=ကုသိုလ်ဝ တရားပြုလုပ်ရန် နှိုးဆော်ကြားကြော်သူ။

Obeisance and Taking the Precepts

The meaning of *okāsa*

Okāsa means the location for the performance of obeisance, adoration, worship and paying respect. The *Buddha* Jewel possesses nine qualities beginning with *arahata*, "worthy of homage". The *Dhamma* Jewel possesses six qualities beginning with *svākkhātātā* "well expounded." The *Saṅgha* Jewel possesses nine qualities beginning with *suppaṭipannatā*, "right practice". The *Buddha* Jewel is the location for the performance of obeisance, adoration, worship and paying respect. Thus, the first *okāsa* of the *Buddha* Jewel.

The *Dhamma* Jewel possesses the six qualities, hence, it is the location for the performance of obeisance, adoration, worship and paying respect. Thus, the second *okāsa*. The *Saṅgha* Jewel possesses the nine qualities, hence, it is the location for the performance of obeisance, adoration, worship and paying respect. Thus, the third *okāsa*.

Obeisance merit compared to cool, limpid water

After thus addressing the Three Jewels in *Pāli*, in the case of one who has in deed, speech or thought unwittingly committed offence against the Three Jewels, teachers and parents and so unwittingly been smeared with the grime of punishment for wrong deed, wrong speech and wrong thought, then in order to be cleansed of that grime one has to say:

ဩကာသအဓိပ္ပာယ်

ဩကာသဆိုတာ ရှိခိုးခြင်း၊ မြတ်နိုးခြင်း၊ ပူဇော်ခြင်း၊ အရိုအသေ ပြုခြင်း၏တည်ရာလို့ အနက်အဓိပ္ပာယ်ရှိတယ်။ ဤတွင် ဘုရားရတနာ မှာ အရဟတာ အစရှိသော ဂုဏ်တော်ကိုးပါး၊ တရားရတနာမှာ သွာက္ခာတတာ အစရှိသော ဂုဏ်တော်ခြောက်ပါး၊ သံဃာရတနာမှာ သုပ္ပဋိပန္နတာ အစရှိသော ဂုဏ်တော်ကိုးပါး အသီးသီးရှိကြသည့် အတွက် ဘုရားရတနာလည်းပဲ ရှိခိုးခြင်း၊ မြတ်နိုးခြင်း၊ ပူဇော်ခြင်း၊ အရိုအသေပြုခြင်း၏ တည်ရာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုရားရတနာမှာ ပထမ ဩကာသ။

တရားရတနာလည်းပဲ ကျေးဇူးဂုဏ်ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော ကြောင့် ရှိခိုးခြင်း၊ မြတ်နိုးခြင်း၊ ပူဇော်ခြင်း၊ အရိုအသေပြုခြင်း၏ တည်ရာဖြစ်လို့ ဒုတိယဩကာသ။ သံဃာရတနာမှာ သုပ္ပဋိပန္နတာ အစရှိသော ဂုဏ်တော်ကိုးပါးနှင့် ပြည့်စုံသောကြောင့် ရှိခိုးခြင်း၊ မြတ်နိုးခြင်း၊ ပူဇော်ခြင်း၊ အရိုအသေပြုခြင်း၏ တည်ရာဖြစ်တဲ့အတွက် တတိယ ဩကာသလို့ ဆိုတယ်။

ပဏာမကုသိုလ်နဲ့ စကြာညစ်စရစား

အဲဒီလို ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို ပါဠိလို တိုင်တည် ပြီးတဲ့အခါ မိမိတို့သည် အကယ်၍ ရတနာသုံးပါး ဆရာသမား လူကြီး မိဘများအား မတော်တဆ ပြုမှား၊ ပြောမှား၊ ကြံမှားမိခဲ့တဲ့ ကာယကံ အပြစ်ဘေး၊ ဝစီကံအပြစ်ဘေး၊ မနောကံအပြစ်ဘေး အကုသိုလ်အညစ် အကြေးတွေ မတော်တဆ လိမ်းထည်းနေခဲ့သော် ထိုအပြစ်အညစ် အကြေးတွေကို စင်ကြယ်ဖို့ရာ ရည်သန်ချက်ဖြင့် -

Obeisance and Taking the Precepts

"for the elimination of all offences committed by deed, speech or thought"

And in order to be cleansed of the grime of offences committed by deed, speech or thought unwittingly against the Three Jewels - Buddha, *Dhamma*, *Saṅgha* and teachers and parents, one has to say:

"I respectfully and humbly raise my hands together in obeisance, adoration, worship and subdued pride to the *Buddha* Jewel, the *Dhamma* Jewel and *Saṅgha* Jewel."

For each syllable of this obeisance to the Three Jewels there arise meritorious consciousness and mental factors at least 49 times in the heart. This may be linked to taking a preliminary bath. It is washing oneself with the cool and limpid waters of obeisance, meritorious consciousness and mental factors.

At the moment of washing, because one humbles oneself, bends one's mind towards the Three Jewels and pays obeisance well, all the grime of offences by deed, speech and thought committed against the Three Jewels is totally washed away.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော်

ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ သဗ္ဗဒေါသ ခပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့ကို ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ ...

လို့ ဆိုကြရတယ်။

ယခုပြောသလို ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါး ဆရာမိဘတို့ အား မတော်တဆ ပြုမှား၊ ပြောမှား၊ ကြံမှားမိခဲ့သော ကာယကံအပြစ် ဒေါသ၊ ဝစီကံအပြစ်ဒေါသ၊ မနောကံအပြစ်ဒေါသ အညစ်အကြေးတွေ မိမိတို့ကိုယ်မှာ လိမ်းထည်းနေခဲ့သည်ရှိသော် ထိုအပြစ်များကင်းဝေး စင်ကြယ်ဖို့ရာ ရည်သန်ချက်ဖြင့် -

ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ၊ ရတနာမြတ်သုံးပါး ကို့ကို ရိုသေမြတ်နိုး၊ လက်အုပ်မိုး၍၊ ရှိခိုးပူဇော်၊ ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား ...

ဆိုတဲ့ ဤအက္ခရာမျိုး ဤအသံမျိုး တစ်လုံးတစ်လုံးတွင် ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို ညွတ်ကိုင်တဲ့ ပဏာမ မဟာကုသိုလ်စိတ် စေတသိက်ပါင်း အနည်းဆုံး လေးဆယ့်ကိုးခါ လေးဆယ့်ကိုးခါ ဟဒယဝတ္ထု ပေါ်မှာဖြစ်တယ်။ အဲဒီဖြစ်တဲ့ မဟာကုသိုလ်စိတ်တွေဟာ ပဏာမရေချိုး လိုက်တာနဲ့ တူတယ်။ ထိုပဏာမ ကုသိုလ်စိတ် စေတသိက်တည်းဟူသော ရေကြည်ရေအေးတို့ဖြင့် မိမိတို့ကိုယ်ကို ဆေးကြောဖွပ်လျှော်လိုက်ခြင်း ဖြစ်တယ်။

ဒီလို ဆေးကြော ဖွပ်လျှော်လိုက်တဲ့အခါမှာ မိမိက မာန်မာနချပြီး တော့ ရတနာသုံးပါးကို ညွတ်ကိုင်တဲ့ ပဏာမ မဟာကုသိုလ်စိတ် စေတသိက်တို့ဖြင့် စိတ်က ညွတ်ကိုင် မာန်မာနချပြီး ကောင်းစွာ ကန်တော့တဲ့အတွက် ထိုအချိန်မှာ မိမိတို့သန္တာန်၌ ရတနာသုံးပါးနှင့် စပ်သော ကာယကံအပြစ်ဘေး အညစ်အကြေး၊ ဝစီကံအပြစ်ဘေး အညစ်အကြေး၊ မနောကံအပြစ်ဘေး အညစ်အကြေးတို့ စင်ကြယ် သွားပေတယ်။

Asking for boon compared to dyeing

In life, after washing clean a piece of cloth one dyes it with the colour one wishes, be it light blue, light yellow, light green or light purple. So also after cleansing oneself of the grime of offences the virtuous Buddhist prays for a desired boon.

There are two variant forms of what is said before asking for the boon:

1. "for the meritorious act and will of obeisance"
2. "as a consequence of paying obeisance"

It is not wrong to say, "as a consequence paying obeisance". It agrees with the text:

tassa kammaṣṣa vipākena.

So our ancestral teachers and parents have said, "as a consequence of paying obeisance". They have handed down this teaching in accordance with the next:

tassa kammaṣṣa vipākena.

Now some hold the opinion that this expression should not be about an effect but about a cause as in, "for the meritorious act and will of obeisance". They do not like, "as a consequence." They do not like it because they fail to think of and consider, "*tassa kammaṣṣa vipākena*". The original was, "*tassa*

ဇုတောင်းနဲ့စားဆိုးခြင်းတူပုံ

အဲဒီလို ရေမိုးချိုးပြီးစလို အပြစ်ဘေး အညစ်အကြေးတို့မှ စင်ကြယ် သွားတော့ လောကဥပမာအားဖြင့် အဝတ်တစ်ခုကို စင်ကြယ်သန့်ရှင်း အောင် ဖွပ်ပြီးတော့ ထိုအဝတ်ပေါ်မှာ ကိုယ်ကြိုက်တဲ့ မဲနယ်အပြာနု ကလေးကိုလည်း ဆိုးတတ်ကြ၏။ အဝါနုကလေးကိုလည်း ဆိုးတတ် ကြ၏။ အစိမ်းနုကလေးကိုလည်း ဆိုးတတ်ကြတယ်။ မရန်းရောင် ကလေးကိုလည်း ဆိုးတတ်ကြတယ်။ အဲဒီလို ကိုယ်ကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ ဆေး ဆိုးသလို ထိုအတူ ဗုဒ္ဓဘာသာ သူတော်စင်တို့လည်းပဲ မိမိတို့ နှစ်သက်တဲ့ အကျိုးတရား ဆုများကို တောင်းခြင်း ဖြစ်တယ်။

ဆုမတောင်းမီ-

ကန်တော့ရသော ကုသိုလ်ကံစေတနာတို့ကြောင့် -

ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့် -

လို့ နှစ်မျိုးပဲ ဆိုကြတယ်။ “ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့်” ဆိုတာလည်း မမှားပါဘူး။ အေး ဒါက ဘာနဲ့တူသလဲဆိုတော့ ...

ကဿ ကမ္မဿ ဝိပါကေန -

ဆိုတဲ့ စာများနဲ့ သွားညှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရှေးက ဆရာသမား မိဘ ဘိုးဘွားတွေဟာ “ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့်” လို့ ဆိုခဲ့ ကြတယ်။ “တဿ ကမ္မဿ ဝိပါကေန” အစရှိသော စာသုံးပေသုံး အတိုင်း ရှေးက မိဘဆရာသမားများက အဆက်ဆက် သင်ပေးခဲ့ ကြတယ်။

အခုကျတော့ အချို့ ယူတတ်ကြတယ်။ အေး ... အကျိုးမဟုတ် ဘူးကွဲ့။ “ရှိခိုးရသော ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံ စေတနာတို့ကြောင့်” ဒါက အကြောင်းတရားကွဲ့။ ဒါကြောင့် သူတို့က “အကျိုးအားကြောင့်” ကို မကြိုက်ဘူး။ မကြိုက်တာက ခုနကပြောသလို “တဿ ကမ္မဿ

6 Obeisance and Taking the Precepts

kamassa that meritorious act's, *vipākena*, consequence." Such and such a consequence is intended. "Let the consequences of paying obeisance to the Three Jewels be that which will be said" is the meaning.

Prayer for boon

"May I ever be liberated from and quenched of the four woeful states, the three epochs of affliction, the eight incongenial locations, the five enemies, the four misfortunes and the five losses."

Here, six separate items are presented in one statement. This is brevity and conciseness. The elaboration follows.

1. To be ever liberated from and quenched of the four woeful states.
2. To be ever liberated from and quenched of the three epochs of affliction.
3. To be ever liberated from and quenched of the eight incongenial locations.
4. To be ever liberated from and quenched of the five enemies.
5. To be ever liberated from and quenched of the four misfortunes.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၉

ဝိပါကေန ကို မထောက်ထား မစဉ်းစားမိလို့ မကြိုက်တာ ဖြစ်တယ်။ ရှေးကမူရင်းက တဿ=ထိုကောင်းမှုကုသိုလ်ကံ၏။ ဝိပါကေန=အကျိုးအားကြောင့်လို့ ရှိတယ်။ အကျိုးအားကြောင့် ဆိုပေမယ့်လို့ သူရမယ့် အကျိုးဟာ ဟောဒါဟောဒါ ဖြစ်ပါစေလို့ ရည်ရွယ်ချက်ရှိတယ်။ အေး... ဒီလို “ရတနာသုံးပါးအား ကန်တော့ရတဲ့ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံရဲ့ အကျိုးတရားတွေဟာ အခုပြောမှာ ဖြစ်ပါစေ”လို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။

ဆုစတောင်းရှင်းတမ်း

အပါယ်လေးပါး ကပ်သုံးပါး ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး ရန်သူမျိုးငါးပါး ဝိပတ္တိတရားလေးပါး ဗျသနတရားငါးပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍ -

ဆိုတာက စကားခြောက်ခွန်းကို တစ်ခွန်းတည်း ပေါင်းပြီးတော့ ပြောလိုက်တဲ့ စကားဖြစ်တယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဘုန်းကြီးတို့ အလင်္ကာသဘောပြောရင် စကားကို သမာသ်ချုံးပြီး ပြောတဲ့အတွက် ဒီစာပိုဒ်တွေဟာ ဩဇေဏ်ရောက်တယ်၊ ဩဇေဏ်ရောက်တဲ့ စာပိုဒ်တွေ ဖြန့်လိုက်ရင်...

- (၁) အပါယ်လေးပါးကလည်းပဲ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့ ကိုယ်ဖြစ်ရပါလို့၏။
- (၂) ကပ်သုံးပါးကလည်းပဲ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့ ကိုယ်ဖြစ်ရပါလို့၏။
- (၃) ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါးကလည်းပဲ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့ ကိုယ်ဖြစ်ရပါလို့၏။
- (၄) ရန်သူမျိုးငါးပါးကလည်းပဲ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့ ကိုယ်ဖြစ်ရပါလို့၏။
- (၅) ဝိပတ္တိတရားလေးပါးကလည်းပဲ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့ ကိုယ်ဖြစ်ရပါလို့၏။

Obeisance and Taking the Precepts

6. To be ever liberated from and quenched of the five losses.

So the six items are spelled out as six sentences. That is the meaning.

Four woeful states

The four woeful states wished to be liberated from are as here.

1. Hell
2. Animal State.
3. Miserable ghost (*peta*)
4. Titan (*asura*)

One prays for the boon of freedom from these states in every rebirth.

The three epochs of affliction

The three epochs are as follows:

1. The epoch of killing (*satthantara kappa*).
2. The epoch of disease (*rogantara kappa*).
3. The epoch of famine (*dubbhikkhantara kappa*)

The epoch of killing is when people in great anger kill and murder with a variety of weapons. May we be delivered of such an epoch.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၁၁

(၆) ဗျာသနတရား ငါးပါးကလည်းပဲ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်
ငြိမ်းတဲ့ ကိုယ်ဖြစ်ရပါလို့၏။

လို့ စကားခြောက်ခွန်း ခြောက်ဝါကျထွက်လာတယ်။ အေး ...
အဓိပ္ပာယ်တွေ ဒီအတိုင်း ရှိနေရမယ်။

အပါယ်လေးပါး

ဒီလို မိမိတို့ ကင်းလွတ်ငြိမ်းလိုတဲ့ အပါယ်လေးပါးက -

- (၁) ငရဲရှိတယ်၊
- (၂) တိရစ္ဆာန်ရှိတယ်၊
- (၃) ပြိတ္တာရှိတယ်၊
- (၄) အသူရကာယ်ရှိတယ်။

အဲဒီလေးပါးကို အပါယ်လေးပါး ခေါ်တယ်။ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊
အသူရကာယ် အပါယ်လေးပါးမှ ဘဝတိုင်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့ ကိုယ်
ဖြစ်ရပါလို့၏လို့ ဆုတောင်းခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ကပ်သုံးပါး

ကပ်သုံးပါးက “သတ္တန်၊ ရောဂန်၊ ဒုဗ္ဗိက္ခန်၊ သုံးတန်ကပ်အပြား”
ဆိုတဲ့အတိုင်း -

- (၁) သတ္တန်န္တရကပ်၊
 - (၂) ရောဂန္တရကပ်၊
 - (၃) ဒုဗ္ဗိက္ခန္တရကပ်၊
- များဖြစ်ပါတယ်။

(၁) သတ္တဝါတွေ ဒေါသအားကြီး၍ တုတ်၊ ဓား၊ လက်နက်တို့ဖြင့်
ရိုက်နှက်ပုတ်ခတ် ထိုးနှက်သက်ဖြတ် သေကျေပျက်စီးတဲ့ အချိန်ပိုင်းကို
သတ္တန္တရကပ် ဆိုက်တယ်လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီကပ်မှလည်း မိမိတို့ လွတ်
မြောက်ရပါလို့၏။

Obeisance and Taking the Precepts

The epoch of disease is when people in great ignorance do what should not be done, eat what should not be eaten, behave in an unreasonable manner and thus contract disease and die. The epoch of such affliction is the epoch of disease. May we be delivered of such an epoch in every rebirth.

The epoch of famine is when people in great greed suffer famine and are destroyed. May we be delivered of such an epoch:

Such is the prayer for boon.

The eight incongenial locations

The eight incongenial locations are faulty locations. The nether locations are hell, of animals and of miserable ghosts. These three are faulty locations. Titans (*asura*) are included in miserable ghosts because the two locations are contiguous.

These three locations are incongenial because whether one is a denizen of hell, or an animal or a miserable ghost or a titan, one cannot acquire *magga*, "Way" knowledge and is *phala*, "Fruition". Because these locations are antagonistic to *magga-phala* and *Nibbāna*, they are called faulty.

(၂)က ရောဂန္တရကပ် ဆိုတာ သတ္တဝါတွေ မောဟ ထူပြော၍ မလုပ်သင့်တာတွေလုပ်၊ မစားသင့်တာတွေစား၊ ဣရိယာပထ အပြု အပြင် အဆင်အခြင် ကင်းမဲ့ကုန်တော့ မရောက်သင့်တဲ့ ကပ်ရောဂါများ ရောက်ပြီး သေကျေပျက်စီးရတယ်။ အဲဒီလို ကပ်ရောဂါမျိုး ရောက်တာ ကို ရောဂန္တရကပ် ဆိုက်တယ်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီလို ကပ်ဆိုးမှလည်း ဘဝတိုင်း လွတ်မြောက်တဲ့ကိုယ် ဖြစ်ရပါလို့၏။

(၃)က ဒုဗ္ဗိက္ခန္တရကပ်၊ သတ္တဝါတွေ လောဘအားကြီးရင် အစာ ရေစာ ခေါင်းပါးတယ်။ အဲဒီလို ခေါင်းပါးလို့ ပျက်စီးဆုံးရှုံးခြင်းကို ဒုဗ္ဗိက္ခန္တရကပ် ဆိုက်တယ်လို့ခေါ်တယ်။ ထိုဒုဗ္ဗိက္ခန္တရကပ်မှ လည်းပဲ တပည့်တော်များ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့ကိုယ် ဖြစ်ရပါလို့၏။ အဲဒီလို ဆုတောင်းခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး

ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါးဆိုတာ အပြစ်သင့်သောအရပ် ရှစ်မျိုးလို့ ဆိုလိုတယ်။ အောက်က ငရဲရယ်၊ တိရစ္ဆာန်ရယ်၊ ပြိတ္တာရယ် အဲဒီသုံးဘုံ အပြစ် သင့်တယ်။ အဲဒီသုံးဘုံမှာ အသူရကာယ်ကို ပြိတ္တာထဲ ထည့်ထားတယ်။ ပြိတ္တာဆိုတဲ့စကားထဲမှာ အသူရကာယ်ဘုံပါ ထည့်သွင်း ထားတယ်လို့ အောက်မေ့ပါ။ ဘာပြုလို့ ထည့်သွင်းရသလဲ၊ သီးခြား ဘာကြောင့် မယူရသလဲဆိုတော့ ပြိတ္တာနဲ့အသူရကာယ်ဘုံဟာ အသီးသီး အဆက် အသွယ် ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် ပြိတ္တာဆိုလိုက်ရင် အသူရကာယ်ဘုံပါ ပါသွားတယ်။

ဘာအပြစ်သင့်သလဲဆိုတော့ ငရဲမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တိရစ္ဆာန်မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ပြိတ္တာအသူရကာယ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် အေး အဲဒီအောက်မှာ သွား ဖြစ်ရင် ထိုဘဝမှာ မဂ်ဖိုလ် မရနိုင်တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် အန္တရာယ် အပြစ်သင့်နေတဲ့ အရပ်မို့ “အပြစ်သင့်နေသောအရပ်”လို့ ဆိုလိုတယ်။

Looking at the 16 abodes of the gods (*brahma*) it will be seen that the life expectancy of mindless beings is 500 aeons (*mahā kappā*). They have only a physical body; they have no mind. It is not possible to obtain *magga-phala* in that abode. Thus, it is an incongenial location.

There is one location above and three locations below, altogether four. The other four locations can be sought in the human abode.

1. One will not obtain *magga-phala* and *Nibbāna* in a wild and remote land where the *Sāsana*, Buddha's Dispensation" does not flourish. Since this is so, the place where the *Sāsana* does not flourish and *magga-phala* and *Nibbāna* cannot be obtained is an incongenial location.

2. Even if we were born in a region where the *Sāsana* flourishes, such as the Middle Region, if one were born blind, deaf or dumb, one would not be obtain *magga-phala* in that life. With no sight how can behold the images and pagodas? With no sense of hearing how can one listen to the *Dhamma*? Without the ability to listen to the *Dhamma* one cannot hear from others. Not hearing the sermons one would not be able to develop the right attitude. Without the right attitude one cannot practise according to the *Dhamma*. Without the practice one cannot obtain *magga-phala* and *Nibbāna*. To be disabled in sight and hearing and speech is a factor which hin-

တစ်ခါ အထက်ကိုကြည့်လိုက်၊ ရူပါဝစရံဗြဟ္မာဘုံ တစ်ဆယ့်
ခြောက်ဘုံရှိတဲ့အနက်က အသညသတ် ဗြဟ္မာဘုံဆိုတာ မဟာတပ်
ငါးရာကြာ အသက်ရှည်ဟယ်။ ရုပ်ချည်းပဲ သက်သက်ရှိတယ်။ နာမ်
မရှိဘူး။ အဲဒီဘုံမှာလည်း မဂ်ဖိုလ်ကို ရဖို့ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့် အဲဒီဘုံ
လည်း မဂ်ဖိုလ်ရဲ့ အန္တရာယ် အပြစ်သင့်နေတဲ့ အရပ်ဖြစ်လို့ သူ့ကို
ရပ်ပြစ်တစ်ပါးလို့ တွက်ရတယ်။

အထက်က တစ်ပါး၊ အောက်က သုံးပါး၊ လေးပါးရှိသွားပြီ၊
ကျန်တဲ့ ရပ်ပြစ်လေးပါးကို လူ့ပြည်မှာ ရှာရအောင်။

(၁) သာသနာ မထွန်းကားသော တိုင်းစွန်ပြည်နား အရိုင်းအစိုင်း
ဒေသဟာလည်းပဲ အဲဒီဒေသမျိုးမှာ သွားဖြစ်နေရင် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရဖို့
မဖြစ်ဘူး၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အန္တရာယ် အပြစ်သင့်လို့ သာသနာ မထွန်း
ကားသော တိုင်းစွန်ပြည်နား ပစ္စန္တရစ် အရပ်များကိုလည်း ရပ်ပြစ်
တစ်ပါးလို့ ဆိုရတယ်။

ဒီလူ့ပြည်မှာ သာသနာထွန်းကားတဲ့ မဇ္ဈိမဒေသ အရပ်မှာပဲ
ဖြစ်တယ် ထားပါဦးတော့။ မိမိကိုယ်တိုင်က မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ အင်္ဂါ
ကြီးငယ် ချို့တဲ့နေရင်လည်းပဲ ထိုဘဝမှာ မဂ်ဖိုလ် မရဘူး၊ ဘာပြုလို့
မရသလဲ။ မျက်စိမှမပါဘဲ၊ ဘုရားဘယ်လို ဖူးမလဲ၊ နားမှမပါဘဲ၊ တရား
ဘယ်နှယ်လုပ်နာမလဲ၊ နာမဖြစ်ဘူး၊ ဒီလို တရား မနာရလို့ရှိယင်”
ပရတောဃောသ” ဆိုတဲ့ ပစ္စည်း ချို့တဲ့သွားပြီ၊ တရားမနာရရင်
“ယောနိသော မနသိကာရ” မရှိဘူး။ ယောနိသော မနသိကာရ မရှိရင်
“ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ်” မကျင့်ကြံတော့ဘူး၊ မကျင့်ရင် မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်
မရဘူး၊ ဒါကြောင့် မျက်စိ၊ နား၊ နှာ အင်္ဂါကြီးငယ် ချို့တဲ့ခြင်းသည်ပင်

၁။ သူတစ်ပါးထံမှ ကြားနာရသော တရားသံ။
၂။ သင့်လျော်သော နည်းလမ်းဖြင့် နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်မှု နှလုံးသွင်းလိမ္မာမှု။
၃။ တရားတော်နှင့်အညီ တရားကျင့်ကြံ အားထုတ်မှု

ders the acquisition of *magga-phala* and *Nibbāna*. Because such a place is not to be established it is taken as an incongenial location.

3. Suppose we were born in a land like Myanmar, Sri Lanka, Thailand or Cambodia where the *Sāsana* flourished but if one were not a Buddhist but professed another religion, one would not obtain *magga-phala* and *Nibbāna*. Because it is a hindrance to the acquisition of *magga-phala* and *Nibbāna*, profession of a wrong faith is called an incongenial location.

4. To live in a historical period when the *Sāsana* does not flourish is also to live in an incongenial location.

We pray to be delivered of such incongenial locations in every rebirth.

The five enemies

May we be delivered of water, fire, ruler, thief and wicked inheritor in every rebirth. Only water, fire, ruler, thief and wicked inheritor who are aberrant are enemies.

Water is life-giving. Without water animals could not live. But when water is aberrant it is a danger. Such water is an enemy.

Without fire how can people cook, work, earn a living. That is fire in itself, fire which is not aberrant. It is the friend of the people. But when it turns

မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၏ အန္တရာယ် အပြစ်သင့်သော တရားတစ်မျိုး ဖြစ်တယ်။ တည်ရမယ့် အရပ်တော့ မဟုတ်ဘူး။ အရပ်တွေက များလို့ သူ့ကို ရပ်ပြစ်တစ်ပါးလို့ပဲ ဆိုရတယ်။

ကောင်းပြီ။ မဇ္ဈိမတိုက် သာသနာထွန်းကားသလို ဒီမြန်မာပြည်၊ သီဟိုဠ်၊ ယိုးဒယား၊ ကမ္ဘောဒီးယား သာသနာထွန်းကားတဲ့ အရပ်များ မှာပင် ဖြစ်လင့်ကစား မိမိကိုယ်တိုင်က ဗုဒ္ဓဘာသာ မဟုတ်ဘဲ အယူဝါဒ တစ်ပါးမှာ ဖြစ်နေရင်လည်းပဲ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရဖို့ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အန္တရာယ် အပြစ်သင့်နေတာပဲ။ ဒါကြောင့် အယူဖောက်ပြား မှားယွင်းနေခြင်းကိုလည်းပဲ ရပ်ပြစ်တစ်ပါးလို့ ခေါ်ရတယ်။

သာသနာပြင်ပ အချိန်လည်းပဲ ရပ်ပြစ်တစ်ပါးလို့ ဆိုရတယ်။

အေး ... အဲဒီလို ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါးများမှလည်းပဲ တပည့်တော် ဘဝ တိုင်း ဘဝတိုင်း ကင်းလွတ်ရတဲ့ကိုယ် ဖြစ်ရပါလို့၏လို့ ဆုတောင်းတယ်။

ရန်သူမျိုးငါးပါး

“ရေ၊ မီး၊ မင်း၊ သူခိုး၊ အမွေခံဆိုး၊ ဒီရန်သူငါးမျိုးမှ ဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်း လွတ်မြောက်ရတဲ့ကိုယ် ဖြစ်ရပါလို့၏” လို့ ဆိုလိုရင်း ဖြစ် တယ်။

ဖောက်ပြန်သောရေ၊ ဖောက်ပြန်သောမီး၊ ဖောက်ပြန်သောမင်း၊ သူခိုး၊ အမွေခံဆိုးတို့သာ ရန်သူများ ဖြစ်ကြတယ်။

ရေသည် တစ်နည်းအားဖြင့် လူ၏ အသက်သခင် ကျေးဇူးရှင် ဖြစ်သည်။ သူမရှိယင် သတ္တဝါများ အသက်မရှင်နိုင်။ သို့သော် ဖောက်ပြန်ချက်ရှိလာတဲ့ ရေကျတော့ ရေက အန္တရာယ် ဖြစ်လာတယ်။ အေး အဲဒီရေမျိုး။

မီးလည်းပဲ မီးမရှိရင် လူတွေသွားလာ ချက်ပြုတ်လုပ်ကိုင် စား သောက်လို့ ဘယ်ဖြစ်မလဲ။ အဲဒါ ပကတိမီး၊ မဖောက်မပြန်တဲ့ မီးမျိုး

aberrant, towns and villages catch fire. Such aberrant fire is an enemy.

When the ruler regards the citizens as a child of his breast and reigns in accordance with the code of conduct of a ruler, then he is the parent of the people. But when he devises various schemes that are ill and persecutes the people, he belongs to the list of enemies.

Wicked thieves and wicked inheritors are also enemies. We thus pray to be delivered of these five kinds of enemies in every rebirth.

The four misfortunes

There are four misfortunes.

1. Misfortune of the historical period (*Kāla-vipatti*)
2. Misfortune of the physical basis (*upadhi-vipatti*)
3. Misfortune of the activity (*payoga-vipatti*)
4. Misfortune of the realm of rebirth (*gati-vipatti*)

Kāla-vipatti is a destructive period like the Second World War when meritorious deeds cannot be performed.

Upadhi-vipatti is the loss of sight, hearing, smell or limbs. Such disability is to be feared because they can be accompanied by adverse circumstances with deleterious effect.

ဖြစ်တယ်။ အဲဒီမီးမျိုးဟာ လူတွေရဲ့ မိတ်ဆွေပဲ။ သို့သော် ဖောက်ပြန် ပျက်စီးပြီးတော့ မြို့လောင် ရွာလောင် စသည်ဖြင့် လောင်ကျွမ်း ဖောက် ပြန်လာတဲ့ မီးကျတော့ ရန်သူပဲ။

ထို့အတူပဲ မင်းလည်း တိုင်းသူပြည်သားများ အပေါ်မှာ ရင်ဝယ် သားကဲ့သို့ သဘောထားပြီးတော့ ရာဇဓမ္မနဲ့အညီ တိုင်းပြည်အုပ်ချုပ် မင်းပြုလုပ်နေရင် ထိုမင်းဟာ ပြည်သူပြည်သားတို့ရဲ့ မိဘပဲ။ အေး တိုင်းသူပြည်သားတို့ မဆင်းရဲ ဆင်းရဲအောင် အမျိုးမျိုးကြံဆောင် နှိပ်စက်နေရင် ထိုမင်းမျိုးသည် ရန်သူစားရင်းပါဝင်တဲ့ မင်းမျိုးဖြစ်တယ်။

လူဆိုး သူခိုး အမွေခံဆိုးတို့ ဆိုတာလည်း ရန်သူမျိုးပဲ။ အဲဒီလို ရန်သူမျိုးငါးပါးမှ ဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်း လွတ်မြောက်ရတဲ့ကိုယ် ဖြစ်ရ ပါလို့၏လို့ ဆုတောင်းခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပတ္တိတရားလေးပါး

ဝိပတ္တိလေးပါးက -

- (၁) ကာလဝိပတ္တိ၊
- (၂) ဥပဓိဝိပတ္တိ၊
- (၃) ပယောဂဝိပတ္တိ၊
- (၄) ဂတိဝိပတ္တိ-

လို့ ဝိပတ္တိလေးပါးရှိတယ်။

ကာလဝိပတ္တိဆိုတာ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်တုန်းကလို ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်လို့မဖြစ်တဲ့ အင်္ဂါပျက်ကြီးမျိုး ဖြစ်တယ်။ အဲဒါ ကာလဝိပတ္တိလို့ ခေါ်တယ်။

ဥပဓိဝိပတ္တိ ဆိုတာ မိမိမှာ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ အင်္ဂါကြီးငယ် ချို့တဲ့ နေခြင်းကို ဥပဓိဝိပတ္တိလို့ ခေါ်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ဒီဝိပတ္တိကို ကြောက်ရ သလဲ။ ကြောက်ရတာပေါ့။ ဝိပတ္တိတွေ ကြုံနေရင် အကုသိုလ်ကံတွေက မကောင်းကျိုးပေးတယ်။ အဲဒါကြောင့် ဒီဝိပတ္တိကို ကြောက်ရတယ်။

Payoga-vipatti is when effort is directed towards a realisation of unfortunate results rather than favourable ones. We pray for deliverance from such misfortune of activity in every rebirth.

Gati-vipatti refers to the nether worlds. When misfortune arises, unwholesome *kamma*, "result of action", can give rise to unfavourable effects. Your continuous, ever-following unwholesome *kamma* joins up with this *vipatti* and produces unfavourable effects. We pray for deliverance from these four misfortunes in every rebirth.

The reverse of this is success or fortune. When there is fortune, continuous, ever-following wholesome *kamma* has the opportunity to produce bountiful results and one moves around happily. That is why one prays for deliverance from misfortune in every rebirth.

The five losses

There are five kinds of losses.

1. Loss of relatives (*ñāti-vyasana*).
2. Loss of wealth (*bhoga-vyasana*).
3. Loss of health (*roga-vyasana*).
4. Loss of self-conduct (*sīla-vyasana*).
5. Loss of belief (*ditthi-vyasana*).

ပယောဂဝိပတ္တိ ဆိုတာ မိမိပြုလုပ်တဲ့ အလုပ်ဟာ ကောင်းကျိုးရဖို့ မဟုတ်ဘဲ ဆိုးပြစ်ရဖို့ အလုပ်ကို အားထုတ်မိခြင်းကို ပယောဂဝိပတ္တိလို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီလို ဆိုးပြစ်ရဖို့ အလုပ်ကို အားထုတ်မိခြင်း ပယောဂဝိပတ္တိမှလည်းပဲ ဘဝတိုင်း လွတ်မြောက်ရတဲ့ကိုယ် ဖြစ်ရပါလို့၏လို့ ဆုတောင်းခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဂတိဝိပတ္တိဆိုတာ အောက်အပါယ်ဘုံကို ဂတိဝိပတ္တိလို့ ခေါ်တယ်။ ဒီဝိပတ္တိလေးပါး ဆိုက်ရောက်နေရင် အကုသိုလ်ကံတွေက ဒီဝိပတ္တိနဲ့ ပေါင်းပြီး မကောင်းကျိုးပေးတတ်တယ်။ မိမိတို့မှာ ရှိရင်းစွဲ အကုသိုလ် အပ္ပရာပရိယဝေဒနီယကံက ဒီဝိပတ္တိအဖော်ရရင် မကောင်းကျိုးကို အကျိုးပေးဆက်ခွင့်ရတယ်။ မကောင်းတာကို အကျိုးပေးတယ်။ ဒီဝိပတ္တိလေးပါးမှ ဘဝတိုင်း လွတ်မြောက်တဲ့ကိုယ် ဖြစ်ရပါလို့၏လို့ ဆုတောင်းခြင်း ဖြစ်တယ်။

အေး ... ဒီက ပြန်လိုက်ရင် သမ္ပတ္တိလေးပါးရှိတယ်။ သမ္ပတ္တိလေးပါး ဖြစ်လို့ရှိရင် ကုသိုလ်အပရာ ပရိယဝေဒနီယ ကံတွေက ကောင်းကျိုးပေးခွင့်ရတယ်။ ကောင်းသောအကျိုးကို ပေးတယ်။ ချမ်းချမ်းသာသာ သွားလာရတယ်။ အဲဒါကြောင့် ဝိပတ္တိတရား လေးပါး တို့မှလည်းပဲ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့ကိုယ် ဖြစ်ရပါလို့၏လို့ ဆုတောင်းခြင်းဖြစ်တယ်။

ဗျသနတရားငါးပါး

- ဗျသနတရားငါးပါးဆိုတာ -
- (၁) ဉာတိဗျသန -
- (၂) ဘောဂဗျသန -
- (၃) ရောဂဗျသန -
- (၄) သီလဗျသန -
- (၅) ဒိဋ္ဌိဗျသန -

Obeisance and Taking the Precepts

Ñati-vyasana is the destruction of relatives and the survival alone without anyone to depend upon. Since this is a cause of suffering it is not desired.

Bhoga-vyasana is the loss of wealth till there is nothing left even to pick up. This too is a cause of suffering.

Roga-vyasana is the loss of health. This too causes suffering.

Diṭṭhi-vyasana is the deviation of belief.

Sila-vyasana is the loss of self-conduct and the inability to observe the five precepts. The five big abstinences should be observed as a rule of human conduct. If one commits the offences and fails to abstain from them then it is the loss of self-conduct.

In these five kinds of losses, the loss of belief and the loss of self-conduct cause suffering not only in the present but also in the round of rebirth by causing suffering in hell. They are therefore more frightening.

We pray to be delivered of these terrible five kinds of losses.

To be free of the 62 wrong views

The 62 wrong views (*micchā-diṭṭhi*) could be included in addition to the five losses. It is because one will take the road to the nether worlds if wrong views are held in the rebirths.

ဉာ၊ ဘော၊ ရောဂါ၊ သီလာ၊ ဒိဋ္ဌိ။ အတိုချုပ် ဒီလိုခေါ်တယ်။

ဉာတိဗျသန ဆိုတာ ဆွေမျိုးတို့ ပျက်စီးပြီး တစ်ကောင်ကြွက် တစ်မျက်နှာ ခိုရာ ကိုးရာမဲ့ဖြစ်ခြင်းကို ခေါ်တယ်။ သူလည်း ဆင်းရဲ ဒုက္ခရောက်ခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်လို့ သူ့ကို မလိုချင်ဘူး။

ဘောဂဗျသန ဆိုတာ စီးပွားဥစ္စာ ကုန်းကောက်စရာ မရှိအောင် ပျက်စီးဆုံးရှုံးခြင်းကို ခေါ်တယ်။ ဒါလည်းပဲ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ကြောင်း ဖြစ်တယ်။

ရောဂဗျသနဆိုတာ ရောဂါဝေဒနာ စွဲကပ်နေခြင်းကို ခေါ်တယ်။ သူလည်း ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ကြောင်းဖြစ်လို့ သူ့ကိုလည်း မလိုချင်ဘူး။

ဒိဋ္ဌိဗျသနဆိုတာ အယူဖောက်ပြားခြင်းကို ခေါ်တယ်။

သီလဗျသနဆိုတာ ကိုယ်ကျင့်တရား ဖောက်ပြားပြီး ငါးပါးသီလ တောင် မတည်ခြင်းမျိုးကို ခေါ်တယ်။ ရှောင်ရမယ်ဆိုတဲ့ အမှုကြီးငါးမျိုးကို လူ့ကျင့်ဝတ်သဖွယ် သဘောထားပြီး ရှောင်ရမယ်။ ဒီလိုမရှောင်ဘဲ ဒီအမှုကြီး ငါးမျိုးကို လွန်ကျူးပြုမှားနေခြင်းကို သီလဗျသနလို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒီ ဗျသနတရားငါးမျိုးတွင် ဒိဋ္ဌိဗျသနနှင့် သီလဗျသနတို့က ပစ္စုပ္ပန်မှာသာ ဆင်းရဲစေသည်မဟုတ်၊ သသရာမှာလည်းပဲ အပါယ် လေးပါး ကျပြီးတော့ ဆင်းရဲစေတတ်တယ်။ ဒီတော့ ပိုပြီးတော့ ကြောက်စရာ ကောင်းတယ်ပေါ့။

အဲဒီ ဗျသနတရားငါးမျိုး တရားဆိုးတို့မှလည်းပဲ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့ကိုယ် ဖြစ်ရပါလို့၏လို့ ဆုတောင်းခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ၆၂ ပါးမှလည်း ကင်းလွတ်ရပါလို့၏

အေး ... ဗျသနတရားငါးပါးအပြင် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ခြောက်ဆယ့်နှစ်ပါး ကိုလည်း ထည့်ရမယ်။ ဘာပြုလို့လဲဆိုရင် ထိုထိုဘဝတို့မှာ မိမိက မိစ္ဆာ ဒိဋ္ဌိအယူ မှောက်မှားနေရင် မိမိပဲ အပါယ်သွားကြောင်း မကောင်းတဲ့ လမ်းကို ရောက်လိမ့်မယ်။

That is why, "may we be ever free of the 62 wrong views" should be inserted. This is because some say at the end. "may we attain *jhāna*, *magga-phala* and *Nibbāna*." Our teachers handed down reference to *magga-phala* and *Nibbāna* but some people want *jhāna* very much. So, in addition to the supramundane *magga-phala* and *Nibbāna* people ask for the mundane *jhāna* they like.

So in the list of ills one prays to be delivered of, there should be included the terrible 62 wrong views. If there are wrong views one can never attain *magga-phala* and *Nibbāna*. In travelling the rounds of rebirth one may go with one's own knowledge (*kammasakata pañña*). Embryo Buddhas travel the rounds of rebirth with one knowledge. They do not commit acts which will send them to the nether worlds. So one should pray to be ever delivered of the 62 wrong views.

Six statements are involved in the one sentence praying to be ever delivered. Additionally, one prays to attain *magga-phala* and *Nibbāna* in the final rebirth, thus taking a bath and cleansing oneself with the preliminary cool and limpid waters and dyeing the cloth of one's pile of factors (*khandhā*) with the colour of one's wishes.

ဒါကြောင့် “မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ခြောက်ဆယ့်နှစ်ပါးမှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ် ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍” ဆိုတာလေး ထည့်သင့်တယ်။ ဒါကို ဘာလို့ ပြောရသလဲဆိုရင် အချို့က နောက်ဆုံးမှာ “ဈာန်တရား၊ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏ဘုရား”လို့ ဆိုကြတယ်။ ဆရာသမား၊ မိဘများ ချပေးတုန်းကတော့ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားပဲ။ သို့သော်ဈာန်ကို တယ်လိုချင်ကြတယ်။ ဒီတော့ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားဆိုတဲ့ လောကုတ္တရာနဲ့ တွဲပြီး ဈာန်ဆိုတဲ့ လောကီတရားကို ကြိုက်လို့ တောင်းကြတယ်။

အေး ... အခုလည်းပဲ ကင်းလွတ်ဖို့ရာထဲမှာ တယ်ကြောက်စရာ ကောင်းတာက မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ခြောက်ဆယ့်နှစ်ပါး ဖြစ်တယ်။ သူက အားကြီး ကြောက်စရာကောင်းတယ်။ အေး ... မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဖြစ်နေရင် ဘယ်လိုမှ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရမဖြစ်ဘူး။ ဒီတော့ သံသရာခရီးမှာ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ မဟုတ်ဘဲ ကမ္မဿကတာ ပညာနဲ့လည်းပဲ ခရီးသွားနိုင်တယ်နော်။ အေး ... ဘုရားလောင်းကြီးများ သံသရာ ဘဝခရီးကို လာခဲ့တာ ကမ္မဿကတာ ပညာနဲ့ လာခဲ့ကြတယ်။ အပါယ်လားကြောင်း မကောင်းမှုကို မပြုကြပါဘူး။ ဒါကြောင့် ထို “မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ခြောက်ဆယ့် နှစ်ပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍” လို့ ဆုတောင်းသင့်တယ်။

အေး ... စာခြောက်ပိုဒ်ကို တစ်ပိုဒ်တည်းနဲ့ ပေါင်းပြီး အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍ ကင်းလွတ်ငြိမ်းရပါလို၏လို့ ဆိုလိုတယ်။ ယင်းသို့ ကင်းလွတ်ငြိမ်းပြီးလျှင် အဆုံးဘဝ၌ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏အရှင်ဘုရားလို့ ပဏာမ ရေကြည် ရေအေးဖြင့် ဆေးကြော ရေမိုးချိုးပြီးတော့ မိမိတို့ ခန္ဓာအစဉ်ဟူသော အဝတ်မှာ ကိုယ်ကြိုက်တဲ့ဆု တည်းဟူသော ပတ္တနာဆေးကို ဆိုးပေးတယ်။

Granting the boon

After the teacher has shown to the virtuous devotees how deep is the meaning of the wishes spoken by word of mouth and has satisfied them thus, the monk granting the boon should now do so.

"May the noble wishes be fully and completely realised."

This style of granting the boon is proper. *Pacceka Buddhas* also grant such a boon.

icchitam, patthitam, tuyham, khippam eva samijjhatu.

To accord with this boon-granting verse of *Pacceka Buddhas* the boon to be granted should be thus: "May the required and desired noble wish be fully and completely granted rapidly." In this case the wish and the boon will coincide like the jaws of the mouth.

If instead of doing this should the monk granting the boon recite such boon as he has learnt by heart, the wish and the boon will not coincide and will be like in the saying, "the tucked longyi and the buttocks do not coincide." Therefore monks who give the precepts should take notice.

Seeking refuge and taking the precepts in *Pāḷi*

After the boon has been granted virtuous Buddhists take the precepts. There are four parts to the taking and establishing of the precepts.

ဆုပေးနည်း

ဒါယကာ ဒါယိကာမအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့ ...

ယခု နှုတ်ကမြှောက်ဆိုတဲ့ ဆုတောင်းစကားတွေဟာ ဤမျှလောက် အဓိပ္ပာယ် လေးနက်ပါတယ်လို့ ဆရာဒါယကာ ပြောပြီးဆိုပြီး သဘော ကျပြီးသား ဆိုရင်ဖြင့် ဆုပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က ဘယ်လို ဆုပေးဖို့ ကောင်းသလဲဆိုရင် ...

အလိုရှိအပ် တောင့်တအပ်သော ဆုမြတ်အပေါင်း တလုံးတဝ တည်း ပြည့်စုံကြပါစေ -

လို့ပေးရင် တော်တော်ကောင်းတယ်။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်များလည်း အဲဒီဆုမျိုးပဲ ပေးတယ်။

ဣစ္ဆိတံ ပတ္တိတံ တုယံ၊ ခိပ္ပမေဝ သမိဇ္ဈတု။

တုယံ=သင်၏။ ဣစ္ဆိတံ=အလိုရှိအပ်သော။ ပတ္တိတံ=တောင့်တအပ် သော ဆုအဝဝသည်။ ခိပ္ပမေဝ=လျင်မြန်ဆော့စွာသာလျှင်။ သမိဇ္ဈတု= ပြည့်စုံပါစေသတည်းဆိုတဲ့ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါဆုနှင့် ဂါထာနှင့် ကိုက်အောင် ဆိုရင် “အလိုရှိအပ် တောင့်တအပ်သော ဆုမြတ်အပေါင်းတို့ တလုံးတဝ တည်း လျင်မြန်စွာ ပြည့်စုံကြပါစေ” လို့ ဆုပေးရမယ်။ အဲဒါဆုတောင်းနဲ့ ဆုပေး မေးမလွဲတဲ့ ဆုပေးမျိုးဖြစ်တယ်။

ဒီလိုမဟုတ်ဘဲနဲ့ သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က သူကျက်ထားလို့ ရထားတဲ့ ဆုပေးကြီး လျှောက်ဆိုပေးနေရင် ဆုတောင်းတခြား၊ ဆုပေး ကတခြား ‘ခါးတောင်းတခြား တင်တခြား’ ဖြစ်မယ်။ ဒီတော့ သီလ ပေးတဲ့ ကိုယ်တော်များ သတိပြုကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သရဏဂုံသီလကို ပါဠိလို ဧပးယူကြပုံ

အဲဒီလို ဆုနှင့်ပြီးတဲ့အခါမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာ သူတော်စင်တွေက သီလ ခံယူကြတယ်။ အဲဒီ သီလခံယူဆောက်တည်ကျင့်သုံးတဲ့ ကိစ္စမှာ အပိုင်း လေးပိုင်းရှိတယ်။

Obeisance and Taking the Precepts

1. Requesting the refuge and the precepts.
2. Adoration of the Buddha with "*namo tassa*"
3. Seeking refuge in the Three Treasures.
4. Taking the five or eight precepts.

Ancestral parents, elders and teachers have always recited all the above four parts in *Pāḷi*. Successive generations of parents, elders and teachers have always recited these four parts in *Pāḷi*, in undertaking matters concerned with the *Dhamma* because *Pāḷi* is the natural, expressive language, the Aryan language used by the *Buddha*, and it is the great hope and noble purpose that their children, grand-children and great grand-children will be greatly helped in attaining the Aryan Way, because *Māgadhi* language is said to promote insight (*paṭisambhidā-ñāna*) and that their descendents will become noble and virtuous people, complete with the four-fold knowledge, that is, analysis of meanings in extension (*atthapaṭisambhidā*), conditions or causal relations (*dhammapaṭisambhidā*), of meanings in intension (*niruttipaṭisambhidā*) and definitions to which things knowable are presented (*paṭibhāna-paṭisambhidā*).

After the boon has been granted by the presiding monk the virtuous Buddhists say this.

"*ahaṃ, bhante tisaranena saha, pañca silam dhammayācāmi annu-gaḥaṃ katvā silam detha me bhante.*"

Just as boys and girls who have bathed tell their parents. "Father and Mother, we have bathed, please give us flowers, good clothes and fragrant cosmetics

- (၁) သရဏဂုံသီလ တောင်းခံတဲ့အပိုင်း၊
- (၂) မြတ်စွာဘုရားအား နမောတဿဖြင့် ရှိခိုးတဲ့အပိုင်း၊
- (၃) သရဏဂုံသုံးပါးကို ဆောက်တည်တဲ့အပိုင်း၊
- (၄) ငါးပါးသီလ ရှစ်ပါးသီလကို ဆောက်တည်ခံယူကျင့်သုံးတဲ့ အပိုင်း -

လို့ အပိုင်းလေးပိုင်း ရှိတယ်။

အဲဒီလေးပိုင်းလုံးပင် မိဘဘိုးဘွား အဆက်ဆက်သော လူကြီးများ၊ အဆက်ဆက်သော ဆရာသမားများက လေးပိုင်းလုံးကို ပါဠိလိုပဲ ဆိုရိုး ပြုခဲ့ကြတယ်။ ဒီလူကြီး မိဘ ဆရာသမား အဆက်ဆက်တို့ရဲ့ မျှော်လင့်ချက်က ပါဠိဘာသာသည် သဘာဝနိရုတ္တိဘာသာ မြတ်စွာဘုရားတို့ ပြောဆိုတဲ့ အရိယဂေါဟာရဘာသာဖြစ်လို့ ထိုဘာသာဖြင့် ဓမ္မကိစ္စကို ရွက်ဆောင်ရလျှင် တို့သား၊ တို့သမီး၊ တို့မြေး၊ တို့မြစ်တွေ အရိယမဂ်ကို ရကြတဲ့အခါမှာ မာဂဓိဘာသာသည် ပဋိသမ္ဘိဒါဉာဏ်အား ကျေးဇူးပြုတယ်ဆိုတဲ့အတိုင်း အတ္တပဋိသမ္ဘိဒါ၊ ဓမ္မပဋိသမ္ဘိဒါ၊ နိရုတ္တိပဋိသမ္ဘိဒါ၊ ပဋိဘာနပဋိသမ္ဘိဒါဆိုတဲ့ ပဋိသမ္ဘိဒါ လေးပါးရတဲ့ ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တ အရိယာသူတော်စင်တွေ ဖြစ်ကြပါစေလို့ မျှော်လင့်ချက်ကြီးစွာ ရည်ရွယ်ချက် မွန်မြတ်လှစွာဖြင့် ပါဠိလို လေးပိုင်းလုံးကို ဆိုရိုးပြုခဲ့ကြတယ် သူတော်ကောင်းတို့။

အဲဒီလို သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က ဆုပေးပြီးတဲ့အခါမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာ သူတော်စင်တွေက -

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံဒေထ မေ ဘန္တေ - လို့ ဆိုရတယ်။

ရေမိုးချိုးပြီးတဲ့ အမျိုးသား အမျိုးသမီးတို့သည် မိဘများထံ “အမေတို့ အဖေတို့ ရေမိုးချိုးပြီးလို့ ပန်းကောင်းပန်ချင်လို့ ပန်းပေးပါ၊ အဝတ်ကောင်း ဝတ်ချင်လို့ အဝတ်ကောင်းပေးပါ၊ နဲ့သာကောင်း လိမ်းချင်လို့

because we wish to wear flowers, good clothes and good cosmetics," so also virtuous people when they are clean after having cleansed themselves with preliminary cool and limpid water of the offences of deed, speech and thought, committed against the Three Jewels now ask for the flowers of Refuge, the five good clothes of the five precepts and the five fragrant cosmetics of the set of five precepts.

The meaning is that we disciples now ask for the flowers of the Refuge, the five good clothes of the five precepts and the five fragrant cosmetics of the set of five precepts which we desire.

Asking for the Refuge and the precepts

Venerable sir, we disciples request the flower of the Three Refuges, and the good clothes and fragrant cosmetics of the five precepts.

Venerable sir, please reward us by giving in compassion the flower of the Three Refuges and the good clothes and fragrant cosmetics of the five precepts.

This is very much like children asking their parents for goods flowers, good clothes and good cosmetics. The request is not made perfunctorily but is made twice and thrice. And the request is made in *Pāli*.

နဲ့သာကောင်းပေးပါ”လို့ တောင်းခံကြသလို သူတော်ကောင်းတွေဟာ မိမိရဲ့ကိုယ်မှာ ရတနာသုံးပါးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ အပြစ်ဘေး အညစ်အကြေးတွေကို ပဏာမ ရေကြည်ရေအေးနဲ့ ဆေးကြောသုတ်သင် ရေမိုးချိုးပြီးတော့ ခန္ဓာကိုယ်စင်ကြယ်နေတဲ့ ဤ အချိန်မှာ သရဏဂုံ တည်းဟူသော ဦးဆောက်ပန်း၊ ငါးပါးသီလ တည်းဟူသော ဝတ်ကောင်းစားလှ ငါးမျိုး၊ တစ်နည်း ငါးပါးသီလ တစ်စုံ တည်းဟူသော နဲ့သာကောင်း ငါးမျိုး။

(သီလကို တုဏ္ဏီလဇာတ်မှာ နဲ့သာလို့ အဟောရှိပါတယ်။)

အေး ... အဲဒီတော့ တပည့်တော်တို့သည် သရဏဂုံ ဦးဆောက်ပန်း ငါးပါးသီလတည်းဟူသော ဝတ်ကောင်းစားလှငါးမျိုး၊ နဲ့သာကောင်း ငါးမျိုးကို ပန်လို ဝတ်လို လိမ်းသခြယ်လှယ်လိုပါသည် ဘုရား၊ ခြယ် လှယ်ဖို့ရာ တောင်းခံပါတယ်လို့ အဓိပ္ပာယ် ရှိတယ်။

သရဏဂုံ သီလတောင်းအနက်

ဘန္တေ=အရှင်ဘုရား။ အဟံ=တပည့်တော်သည်။ တိသရဏေန= သရဏဂုံသုံးပါးဟူသော ဦးစိုက်ပန်းနှင့်။ သဟ=တကွ။ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ= ငါးပါးသီလ ကိုယ်ကျင့်တရားဟု ဆိုအပ်သော ဝတ်ကောင်းစားလှ ငါးမျိုး၊ နဲ့သာကောင်းငါးမျိုးကို။ ယာစာမိ=ပန်ရလိုကြောင်း ဝတ်ရလို ကြောင်း လိမ်းရလိုကြောင်း တောင်းခံပါ၏။

ဘန္တေ=အရှင်ဘုရား။ အနုဂ္ဂဟံ=ချီးမြှောက်သည်ကို။ ကတ္တာ=ပြု၍။ မေ=တပည့်တော်အား။ သီလံ=သရဏဂုံသုံးပါး ဦးဆောက်ပန်းနှင့် တကွ ငါးပါးသီလတည်းဟူသော ဝတ်ကောင်းစားလှငါးမျိုး၊ နဲ့သာ ကောင်း ငါးမျိုးကို။ ဒေထ=ကရုဏာရှေးရှု ပေးတော်မူကြပါ။

မိဘထံ သားသမီးများက ပန်းကောင်း၊ အဝတ်ကောင်း၊ နဲ့သာ ကောင်း တောင်းတာနဲ့ အင်မတန် တူပါတယ်။ တောင်းတာက ခြေ

Obeisance and Taking the Precepts

So the presiding monk declares

"yaṃ ahaṃ vadāmi taṃ vadetha."

The disciples say *"āma blante"*

If somebody should ask, "what are you doing?" don't say you don't know. You must know. It has this meaning. The flower of the Refuge, the good clothes and fragrant cosmetics cannot concretely be handed over as real flowers, good clothes and fragrant cosmetics. They can be realised and established only by word of mouth. So the manner of realisation and establishment will be recited in *Pāḷi* and should be repeated without error. And it must be repeated as recited. With this in mind the presiding monk declares.

"yaṃ ahaṃ vadāmi taṃ vadetha".

The meaning of *yaṃ ahaṃ vadāmi*

When the presiding monk declares in *Pāḷi*, "I will pronounce the request for Refuge and the five precepts in *Pāḷi*, repeat after me without error," the disciples say, *"āma bhante"*, "Yes, Venerable sire".

ပေါက် လက်ခါ တစ်ကြိမ်သာ တောင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒုတိယမိ
နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း တောင်းတယ်။ တတိယမိ သုံးကြိမ်မြောက်လည်း
ဒီအတိုင်း တောင်းတယ်။ ပါဠိလို တောင်းနေတာနော်၊ အဲဒီတော့
သီလပေးတဲ့ ဘုန်းကြီးက ဘာမြက်သလဲ ...

ယ'မဟံ ဝဒါမိ၊ တံ ဝဒေထ -

လို့ မြက်တယ်။ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေက “အာမဘန္တေ” ဆိုကြတယ်။
တစ်ယောက်သောသူက “အဲဒါ ခင်ဗျားတို့ ဘာလုပ်ကြတာလဲ” လို့
မေးရင် မသိပါဘူးလို့တော့ မပြောနဲ့၊ သိမှဖြစ်မယ်။ ဒီဟာက ဒီလို
အဓိပ္ပာယ် ရှိတယ်။ သရဏဂုံတည်းဟူသော ဦးဆောက်ပန်း၊ ငါးပါး
သီလ တည်းဟူသော အဝတ်ကောင်းငါးမျိုး၊ နံ့သာကောင်း ငါးမျိုးဟာ
ပကတိပန်း ပကတိအဝတ် ပကတိနံ့သာများလို အထည်ခြပ် ဝတ္ထုကြီး
ကိုင်ပြီးတော့ ရှေး-ပန်တော့၊ ရှေး-ဝတ်တော့၊ ရှေး-လိမ်းတော့လို့
အထည်ခြပ်နဲ့ ကိုင်ပေးလို့ ရကောင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ အေး ... နှုတ်နဲ့
မြက်ဆိုဆောက်တည်မှ ရကောင်းတာဖြစ်လို့ ဆောက်တည်ပုံ ပါဠိ မမှား
အောင် ရှေ့က ဆိုပေးမယ်၊ ဆိုပေးတဲ့အတိုင်း လိုက်ဆိုကြ။ အဲဒီ
အဓိပ္ပာယ်နဲ့ သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က -

“ယ' မဟံဝဒါမိ၊ တံ ဝဒေထ” လို့ ဆိုတယ်။

ယ မဟံ ဝဒါမိ အနက်

“သာဓဝေါ=နှလုံးပျော့ပျောင်း သူတော်ကောင်းတို့။ ယံ=အကြင်
သရဏဂုံဆောက်တည်ပုံ ငါးပါးသီလ ခံယူပုံကို။ အဟံ=ငါသည်။
ဝဒါမိ=ရှေ့ကတိုင်တည် ဆိုပေးပါအံ့။ တံ=ထို ငါဆိုအပ်တဲ့ ပါဠိတော်
ကို။ တုမေု=သင်သူတော်ကောင်းတို့သည်။ ဝဒေထ=အတုလိုက်ကာ
မမှားအောင်ဆိုကြပါ” လို့ သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က ပါဠိလို ပြောတော့
ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေက “အာမဘန္တေ” ဘန္တေ=အရှင် ဘုရား။ အာမ
သာဓု=ကောင်းပါပြီ အရှင်ဘုရားလို့ ဝန်ခံလိုက်တာနော်။

The adoration "*namo tassa*"

***Namo tassa* said thrice**

The presiding monk then recites the shortest adoration.

"namo tassa bhagavato aruhato sammāsambuddhassa"

The meaning is to worship with the shortest form of adoration before establishing the Three Refuges.

The presiding monk recites the *namo tassa* once, the disciples say it three times. This has meaning. If a curious person asks why the disciples say *namo tassa* thrice while the presiding monk says it only once, don't reply casually that you don't know. Don't ever say you don't know. Reply firmly as follows.

"We repeat it thrice because our ancestral parents, elders and teachers traditionally said it thrice."

Don't say weakly that you don't know. Don't ever say you don't know.

The questioner will ask again. "Why did your parents, elders and teachers say it thrice". Reply boldly.

နမောတဿ ဘုရားရှိခိုး
နမောတဿ သုံးစခေါက်ဆိုရပုံ

ပြီးတော့မှ သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က -

“နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ” ဆိုတဲ့ အတိုဆုံး ဘုရားရှိခိုးစာပိုဒ်ကို ဆိုပေးတယ်။ အေး တို့ သရဏဂုံ မဆောက်တည်မီ တိုတိုတုတ်တုတ် ဘုရားရှိခိုးကြဦးဖို့လို့ အဓိပ္ပာယ် ရဟယ်။

သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က နမောတဿ ဘုရားရှိခိုး စာပိုဒ်ကို တစ်ခေါက်ချပေးတယ်။ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေက သုံးခေါက် ဆိုကြတယ်။ ဒါဟာ အဓိပ္ပာယ်ရှိတယ်။ ဒီနေရာမှာ အမေးအမြန်း ထူတဲ့ လူများက မေးလိမ့်မယ်။ နေစမ်းပါဦးဗျာ၊ ခင်ဗျားတို့ ဆရာ ဒါယကာမှာ သီလပေးတဲ့ဆရာက “နမောတဿ” တစ်ခေါက်ဆိုပါလျက်နဲ့ ခင်ဗျား တို့ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေက ဘာပြုလို့ သုံးခေါက် ဆိုရသလဲလို့ မေးလိမ့်မယ်။ “မသိပါဘူးဗျာ” လို့ ပေါ့ပေါ့မပြောလိုက်ပါနဲ့၊ မသိပါဘူး ဗျာဆိုတဲ့ စကားကို လုံးဝကို မထည့်နဲ့၊ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေက ဘာဖြစ်လို့ သုံးခေါက်ဆိုရသလဲမေးရင် ရဲရဲ တောက် ဒီလိုဖြေလိုက်ပါ။

“ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ မိဘဘိုးဘွား အထက်အထက် လူကြီးများ ဆရာ သမားများက သုံးခေါက်ဆိုရိုးပြုခဲ့လို့ ကျုပ်တို့ဆိုသဗျာ”

မသိပါဘူးဗျာလို့ ပျော့ပျော့နဲ့ မပြောနဲ့၊ မသိပါဘူးဗျာကို ထည့်ကို မထည့်နဲ့။

ဒီတော့ မေးတဲ့လူက ထပ်ပြီး မေးလိမ့်ဦးမယ်။ နေပါဦး ခင်ဗျားတို့ မိဘဘိုးဘွား အထက်အထက် လူကြီးများ ဆရာသမားများက ဘာကြောင့် သုံးခေါက် ဆိုရိုးပြုခဲ့တာလဲလို့ မေးလိမ့်မယ်။ အဲဒီအခါမှာ ရဲရဲတောက် ဤကဲ့သို့ ဖြေလိုက်ပါ။

This adoration "*namo tassabhagavato arahato sammāsambuddhassa*" is so important in Buddhism things are not complete if is lacking. This is testified by the fact that all books on Buddhism, be it small as the palm of the hand or big, in *Pāli* or in Myanmar, all books on Buddhist literature, if turned to the first page, this "*namo tassa*" is to be found. I have not seen any book on Buddhist literature which does not have this "*namo tassa*".

A book without *namo tassa*

I have come across one book, only one book until now. It is the book written by **Manug Myint Swe**.¹ He translated the Five Hundred and fifty *Jatakas*. He showed me the manuscript. I told him seriously: "Your book does not have "*namo tassa*". Buddhist literature has to have "*namo tassa*."

I spoke to him seriously but he printed it as it was. So there was no "*namo tassa*". When he gave me a copy of the printed book I looked and found no "*namo tassa*." When I asked him why he had not inserted "*namo tassa*" though I had asked him to do so he just laughed. I asked him: "Do you do this in imitation of the *Mūla-ṭīka* master?"

In our literature when the reverend commentator wrote the commentary on the *Abhidhamma* he first paid obeisance with introductory verses and undertaking, and only then did he write the commentary.

1. U Myint Swe (M.A. London, A.P.)

ဤ “နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ” ဆိုသော ဘုရားရှိခိုးစာပိုဒ်သည် ဗုဒ္ဓဘာသာနယ်ပယ်မှာ သူမပါလျှင် မပြီးသလောက် အရေးပါ အရာရောက်သဗျာ”လို့ ပြောလိုက်ပါ။ ဘာကိုထောက်ပြီးတော့ ပြောသလဲလို့မေးရင် ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ ပတ်သက် တဲ့ စာပေမှန်သမျှ စာအုပ်တိုင်း စာအုပ်တိုင်းကို ကြည့်ပါ။ တစ်ဝါး လက်လေးသစ်လောက်ရှိတဲ့ စာအုပ်ကလေးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဧရာမ အထူကြီး စာအုပ်ကြီးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ပါဠိဘာသာနဲ့ စာအုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မြန်မာဘာသာနဲ့ စာအုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဗုဒ္ဓဘာသာ စာပေမှန်သမျှ ပထမဆုံး စာသားမျက်နှာ ကို လှန်လိုက်ရင် ဒီ နမော တဿကို အလျင်တွေ့တာပဲ။ နမော တဿ မပါတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ စာအုပ်ရယ်လို့ ဘုန်းကြီးတို့ တယ်မတွေ့ရဘူး။

နမော တဿ မပါတဲ့ စာအုပ်

တစ်အုပ်တော့ တွေ့ရတယ်။ အခုအချိန်ကျအောင် တစ်အုပ်တည်းပဲ တွေ့ရသေးတယ်။ ဘာလဲဆိုတော့ မောင်မြင့်ဆွေ ရေးတဲ့ စာအုပ်ပဲ။ သူက ငါးရှာငါးဆယ်ကို ဘာသာပြန်တယ်။ သူ့စာအုပ် လက်ရေးမူတုန်း ကလည်း ဘုန်းကြီးကိုပြတယ်။ ပြတော့ “မင်းဟာ နမော တဿမှ မပါတဲ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဗုဒ္ဓစာပေဆိုတာ နမော တဿ ပါရတယ်ကွဲ့” ဒီလို အလေးအနက် ပြောလိုက်တယ်။ ဒါပေမယ့် သူ ဒီအတိုင်း ရိုက် တယ်။ ဒီအတိုင်းရိုက်တော့ “နမောတဿ” မပါဘူး၊ ရိုက်ပြီးတဲ့စာအုပ် လည်း ဘုန်းကြီးကို တစ်အုပ်လာလှူလို့ ကြည့်တော့ နမောတဿ မပါလို့ “မင်းကို ငါ နမောတဿ အထည့်ခိုင်းတာ ဘာပြုလို့ မင်းမထည့် သလဲ” မေးတော့ သူက ရယ်တယ်။ ဒီတော့ “မင်းက မူလဋီကာဆရာကို အားကျပြီးတော့ ဒီလိုလုပ်တာလား”လို့ မေးမိတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ စာပေထဲမှာ အဋ္ဌကထာဆရာကြီးက အဘိဓမ္မာ အဋ္ဌကထာ ဖွင့်တဲ့အခါကျတော့ -

၁။ ဦးမြင့်ဆွေ (မဟာဝိဇ္ဇာ လန်ဒန်၊ တွဲဖက်ပါမောက္ခ၊ ပါဠိဋ္ဌာန)

*Karunā viya sattesu
paññā yassa mahesino
ñeya dhammesu sabbesu
pavattitha yathāruci.*

But for the *Mūla-ṭikā* exegesis of this *aṭṭhakathā* there is no prefatory verse of obeisance. Instead, the exegesis begins with "*dhammasaṃvaṇṇanāyama*". But the palm leaf version contains *namo tassa*. For a top master like the *Mūla-ṭikā* master we can offer an explanation. The *Mūla-ṭikā* master believes in his own concentration powers and probitude. He does not pay preparatory obeisance because he believes that his powers of concentration will persist till the end of the work. It is possible to provide an explanation for such masters. So I had to speak to that lay disciple. "You imitate that *Mūla-ṭikā* master. The *Sāsana* may offer an explanation for the *Mūla-ṭika* master but it will not offer any for you. You will be said to be a worthless person." I told him over his book. He is a familiar.

Thus it should be known that "*namo tassa*" adoration is very important in Buddhism.

The importance of *namo tassa*

We should once again consider why this "*namo tassa*" is important. There are five phrases in this "*namo tassa*" adoration. *Namo, tassa, bhagavato,*

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော်

ကရုဏာ ဝိယ သတ္တေသု၊ ပညာ ယဿ မဟေသိနော။

ဧယုဓမ္မေသု သံဗ္ဗေသု၊ ပဝတ္တိတ္ထ ယထာရစိ။

စတဲ့ ဂန္ဓာရဗ္ဗ ပဏာမဂါထာတွေနဲ့ ခြံခြံရံရံ ဘုရားရှိခိုးပြီးတော့မှ ပဋိညာဉ်တွေ ပြုပြီးတော့မှ အဋ္ဌကထာကို ဖွင့်ဆိုတယ်။

အဲဒီ အဋ္ဌကထာကိုဖွင့်တဲ့ မူလဋီကာကျတော့ အဲဒီလို ဘုရားရှိခိုးတဲ့ ပဏာမဂါထာ မပါဘူး၊ ပဏာမဂါထာမပါဘဲ “ဓမ္မ သံဝဏ္ဏ နာယံ” က စတယ်။ ဒီ့သော် သူ့စာမှာတော့ ပေမူထံမှာ နမောတဿ ပါတယ်နော်။ အေးဆိုကြပါစို့။ မူလဋီကာဆရာလို အင်မတန် ထိပ်သီးဆရာကြီးများ ကျတော့ ဘုန်းကြီးတို့ စာပေနယ်မှာ ဖြေပြောလို့ ရတယ်။ မူလဋီကာ ဆရာက မိမိရဲ့သမာဓိ မိမိယုံကြည်တယ်။ မိမိရဲ့ ကျမ်းပြီးအောင် မိမိမှာ သမာဓိရှိတယ် ခိုင်တယ်ဆိုတာ ယုံကြည်လို့ ပဏာမ မပြုတာ၊ ဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးကျတော့ ဖြေပြီးတော့ ပြောလို့ရတယ်။ အေး ... ခုနက ဒါယကာလေးလည်း ပြောရတယ်။ “မင်းက မူလဋီကာဆရာကို အားကျ လို့ကွာ၊ ဟိုက မူလဋီကာမို့ သာသနာက ဖြေယူတာ၊ မင်းကျတော့ ဖြေမှာမဟုတ်ဘူး၊ ‘အလကားလူပါ’ ပဲလို့ အပြောခံရမယ်လို့ ဘုန်းကြီး လည်း သူ့စာအုပ်ပေါ်မှာ အဲဒီလိုပဲ သူ့ကို ပါးစပ်နဲ့ ဝေဖန်ပြောလိုက် တယ်။ တပည့်လို့ပဲ ခင်မင်နေတဲ့ ဒါယကာလေးပါပဲ။

အေး ... ဆိုလိုတာက “နမော တဿ” ဘုရားရှိခိုးဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာ ကရားနယ်ပယ်မှာ ဤမျှလောက် အရာရောက်တယ်၊ အရေးပါတယ် ဆိုတာ ဤအချက်ကို ထောက်သဖြင့် သိရပါတယ်။

နမောတဿ ဘုရားရှိခိုး အရေးပါပုံ

ဘာဖြစ်လို့ ဒါလောက်အရေးပါ အရာရောက်သလဲလို့ တစ်ခါ ထပ်ပြီးတော့ စဉ်းစားရင် ဤနမော တဿ ဘုရားရှိခိုး စာပိုဒ်ကို ဘုန်းကြီးတို့ သဒ္ဒါသဘောအရ နမောက တစ်ပုဒ်၊ တဿက တစ်ပုဒ်၊

arahato, sammā-sambudhassa. This adoration of five phrases summarises in praise and prayer the three great qualities of Buddha: the *bhagava* attribute, *arahan* attribute, *sammā-sambuddha* attribute.

The meaning is taught by our teachers as follows.

bhagavato : possessor of the qualities of *bhagava*

arahato : quality of *arahan*

sammā-sambuddhassa : quality of *sammā-sambuddha*

tassa : to that Buddha

namo : I pray and adore respectfully

The depth of meaning of this short piece becomes clear when it is translated into Myanmar. Why *bhagavato* is translated thus, and what the qualities of *bhagava*, *arahan* and *samma-sambudaha* are will be shown later. The translation presently given provides quick, effective and easily understandable meaning. Such translation makes one realise that this little piece is one of adoration, praising the three great qualities of Buddha, namely *bhagava*, *arahan* and *samma-sambuddha*. Such realisation enhances and feeling of adoration.

ဘဂဝတောက တစ်ပုဒ်၊ အရဟတောက တစ်ပုဒ်၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿက တစ်ပုဒ်၊ ငါးပုဒ်တည်းရှိတဲ့ စာတစ်ပိုဒ်ပါ။ အဲဒီ ငါးပုဒ်တည်းရှိတဲ့ ဘုရား ရှိခိုး စာတစ်ပိုဒ်က ဘဂဝါဂုဏ်၊ အရဟံဂုဏ်၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဂုဏ် ဆိုတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဂုဏ်တော်ကြီးသုံးပါးကို ငုံ့ပြီးတော့ ချီးမွမ်း ဘုရား ရှိခိုးတဲ့ စာပိုဒ် ဖြစ်ပါတယ်။

ဆရာသမားများထံ စာတက်မယ်ဆိုရင် ဟောဒီလို အနက်တွေ ရလိမ့်မယ်။

- ဘဂဝတော = ဘဂဝါဂုဏ်ရှင် ဖြစ်တော်မူထသော၊
- အရဟတော = အရဟံဂုဏ်ရှင် ဖြစ်တော်မူထသော၊
- သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ = သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဂုဏ်ရှင် ဖြစ်တော်မူထသော၊
- တဿ = ထိုမြတ်စွာဘုရားအား၊
- နမော = ရိုသေမြတ်နိုး အကျွန်ုပ်ရှိခိုးပါ၏။

စာကလေးတိုတိုနဲ့ ဘယ်လောက် အနက်အဓိပ္ပာယ် လေးနက်သော ဘုရားရှိခိုးလဲဆိုတာ အနက် ဒီလို မြန်မာပြန်ကြည့်လိုက်ရင် ပိုသိပါ တယ်။ ဒီလို ဘဂဝတော = ဘဂဝါဂုဏ်ရှင် ဖြစ်တော်မူထသောလို ဘာကြောင့် အနက်ပေးရသလဲ၊ အေး ... မိမိတို့ နောက်လည်းပဲ ဘဂဝါ ဂုဏ်ဆိုတာ ဘာခေါ်တယ်၊ အရဟံဂုဏ်ဆိုတာ ဘာခေါ်တယ်၊ သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဂုဏ်ဆိုတာ ဘာခေါ်တယ်ဆိုတာ သိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒါ ကြောင့် အခုပေးတဲ့ အနက်ဟာ မြန်မြန်ထက်ထက် သိလွယ်တဲ့ နာမ သတ် အနက်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို အနက်ပေးကြည့်လိုက်ရင် “ဪ ... ဒီစာပိုဒ်ဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဘဂဝါဂုဏ် အရဟံဂုဏ် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဂုဏ် ဒီဂုဏ်တော်ကြီး သုံးပါးဖြင့် ချီးကျူးပြီးတော့ ဘုရား ရှိခိုးတဲ့ စာပိုဒ်ပါလား” လို့ သိရတဲ့အတွက် သဒ္ဓါတရားတွေ ပိုပြီးတော့ ဖြစ်မယ်။

**Wise men who recited the *namo tassa*
adoration prayer**

Though the prayer is short, because it makes adoration with the three great qualities even during the life of *Buddha*, *Sākka*, *Sahampati Brahmā*, the human king *Bimbisāra*, King *Pasenadi Kosala*, the brahmins *Brahmāyu*, *Pokkarasāti* and *Janussoni* adoringly venerated the Buddha three times with this *namo tassa*.

You must have heard that the *ariya brahmin* lady *Dhanañjanī*, during the life of *Buddha*, did not give heed to any danger but worshipped the *Buddha* three times this *namo tassa*. It is in the texts.

So give this answer. This *namo tassa* prayer is one of adoration and used by all wise human beings wise *deva* and wise braham. Thus, our ancestors, parents, elders and teachers have recited this traditional prayer three times.

And for you virtuous persons to know this venerable prayer by yourselves let us say this prayer *namo tassa* in Myanmar language. Repeat after me.

"I worship and venerate the *Buddha* who possesses the *bhagava* quality, the *arahan* quality, the *sammā-sambuddha* quality." Repeat three times.

Now you have reverently worshipped the Buddha with a mind that is knowledgeable, virtuous and dominated by the three good bases through understanding of each and every word.

နမောတဿ ဆီ၍ ရှိခိုးခဲ့သည့် ပညာရှင်များ

အဲဒီလို စာပိုဒ် တိုပေမယ်လို့ ဂုဏ်တော်ကြီးသုံးပါးနဲ့ ဘုရားရှိခိုးတဲ့ စာပိုဒ်ဖြစ်လို့ ဘုရားရှင်လက်ထက်တော်တုန်းက သိကြားမင်း၊ သဟမ္ပတိ ဗြဟ္မာမင်း၊ လူ့ပြည်က ဗိမ္ဗိသာရမင်းတို့၊ ပဿေနဒီ ကောသလမင်းတို့၊ ပုဏ္ဏားပညာရှိ ဖြစ်ကြတဲ့ ဗြဟ္မာယုပုဏ္ဏားတို့၊ ပေါက္ခရသာတိပုဏ္ဏားတို့၊ ဇာဏုဿောဏိပုဏ္ဏားတို့ ဘုရားရှင်အား ဒီနမောတဿနဲ့ သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် တမြတ်တနိုး ရှိခိုးကြပါတယ်။

အားလုံးကြားဖူးကြပါလိမ့်မယ်။ ဘုရားရှင်လက်ထက်က “ဓနဉ္ဇာနီ” အရိယာ ပုဏ္ဏားမကြီးဆိုရင် ဘယ်အန္တရာယ်ကိုမှ မရေတွက်ဘူး၊ ဘုရားကို ဒီ နမော တဿနဲ့ တမြတ်တနိုး သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ရှိခိုးတာ စာထဲမှာ တိုက်ရိုက်လာရှိပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဖြေလိုက်ပါ။ “ဤ နမော တဿ ဘုရားရှိခိုးစာပိုဒ်သည် လူပညာရှိ၊ နတ်ပညာရှိ၊ ဗြဟ္မာပညာရှိ ပညာရှိတိုင်း တမြတ်တနိုး ရှိခိုးအပ်တဲ့ ဘုရားရှိခိုး စာပိုဒ်ဖြစ်လို့ ကျွန်ုပ်တို့၏ အမိ အဖ အဘိုး အဘွား အထက်အထက် လူကြီးများ ဆရာသမားတို့က သုံးခေါက် ဆိုရိုးပြုခဲ့တယ်ဗျာ” အဲဒီလို ရဲရဲကြီး ဖြေလိုက်ပါ။

မိမိတို့ ကိုယ်တိုင်လည်း မြတ်နိုးလောက်တဲ့ ဘုရားရှိခိုးမှန်းသိအောင် ခုတဖန် ဒီနမောတဿ စာပိုဒ်အရ မြန်မာဘာသာ သက်သက် ဖြင့် ဘုရားရှိခိုးရအောင် သူတော်ကောင်းတို့၊ ကဲ ... လိုက်ဆိုကြ။

“အကျွန်ုပ်သည် ဘဂဝါဂုဏ်ရှင် အရဟံဂုဏ်ရှင် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဂုဏ်ရှင် ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားအား ရိုသေမြတ်နိုး ရှိခိုးပါ၏” (သုံးခေါက်ချပေးသည်။)

အဲဒီလို ဆိုလိုက်တော့ လုံးတိုင်း ခွန်းတိုင်း အနက်အဓိပ္ပာယ်သိပြီး တော့ တိဟိတ်ဥက္ကဋ္ဌ မဟာကုသိုလ် ဉာဏသမ္ပယုတ် စိတ္တုပ္ပာဒ်တို့ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို တမြတ်တနိုး မိမိတို့ ရှိခိုးပြီးပြီ။

Accepting the Three Refuges

When the devotees accept the Three Refuges from the presiding monk who says :

Buddham saranam gacchāmi

Dhammam saranam gacchāmi

Sangham saranam gacchāmi

the devotees joyously recite after him.

We take refuge in the *Buddha*

We take refuge in the *Dhamma*

We take refuge in the *Sangha*

Figuratively, the Buddha Refuge, the *Dhamma* Refuge, the *Sangha* Refuge are like three flowers. When the devotees are given the flowers, they gladly accept and wear these three full-blooming flowers, and thus the bunch of Refuge flowers are planted on their heads.

The presiding monk then gives the second bunch of Refuge flowers which the devotees wear in their hair.

The presiding monk then gives the third bunch of flowers. Now the devotees have three bunches of Refuge flowers which they wear on the right, the left and middle of their heads.

သရဏဂုံ သုံးပါး စံယူဝံ

ထို့အတူ သရဏဂုံခံယူတဲ့ နေရာမှာလည်းပဲ သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က -

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

လို့ ရှေ့က ဆိုပေးတော့ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေက ဝမ်းပန်းတသာ ဒီအတိုင်း လိုက်ဆိုကြတယ်။

“ဗုဒ္ဓံ=မြတ်စွာဘုရားကို။ သရဏံ=ကိုးကွယ်ရာဟူ၍။ ဂစ္ဆာမိ=တပည့်တော် တပည့်တော်မ ဆည်းကပ်သိမှတ်ပါ၏ဘုရား။

ဓမ္မံ=တရားတော်ကို။ သရဏံ=ကိုးကွယ်ရာဟူ၍။ ဂစ္ဆာမိ=တပည့်တော် တပည့်တော်မ ဆည်းကပ်သိမှတ်ပါ၏ဘုရား။

သံဃံ=သံဃာတော်ကို။ သရဏံ=ကိုးကွယ်ရာဟူ၍။ ဂစ္ဆာမိ=တပည့်တော် တပည့်တော်မ ဆည်းကပ်သိမှတ်ပါ၏ဘုရား။

ဒီအဓိပ္ပာယ်နော်။

ဤစကားရပ်ကို ဘုန်းကြီးတို့ ဥပမာအလင်္ကာနဲ့ ပြောလို့ရှိယင် ဗုဒ္ဓံသရဏဂုံ ပန်းပွင့်ကြီး၊ ဓမ္မံသရဏဂုံပန်းပွင့်ကြီး၊ သံဃံသရဏဂုံ ပန်းပွင့်ကြီး သုံးဆင့်ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို စွင့်စွင့်ပွင့်နေတဲ့ သရဏဂုံ ပန်းခိုင်ကြီးတစ်ခိုင်ကို ရှေး ပန်တော့လို့ ပေးလိုက်တော့ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေကလည်းပဲ နှစ်လိုအားရ ဝမ်းပန်းတသာ လိုက်ဆိုယူ လိုက်တဲ့အခါ မိမိတို့ ခေါင်းပေါ်မှာ သုံးပွင့်သုံးဆင့် ပန်းသုံးဆင့် စွင့်စွင့် ကြီး ပွင့်နေတဲ့ သရဏဂုံ ပန်းခိုင်ကြီးတစ်ခိုင် စိုက်ပြီးသား ဖြစ်လာတယ်။

ဒီအချိန်မှာ သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က ဒုတိယမ္ဗိ နှစ်ကြိမ်မြောက် လည်းပဲ သရဏဂုံ ပန်းခိုင်ကြီးတစ်ခိုင် ပေးပြန်တယ်။ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေလည်းပဲ ဒုတိယမြောက် သရဏဂုံ ပန်းခိုင်ကို ပန်လိုက်

This is the time when parents as their children whether they have worn the flowers. The question is put because the parents wish to tell them to wear such clothes and put on such cosmetics after adorning themselves with the flowers.

The presiding monk asks:

sarana gamanam paripunnam

The devotees answer:

āma bhante

Benevolent devotees, have you now completed finding shelter with the Refugees?

Figuratively, have you now completed putting the Refuge flowers in your hair?

The devotees reply: "Yes, reverend. We have completed putting the full-blooming Refuge flowers in our hair."

Now the presiding monk will give the five precepts just as the parents give their children good clothes and various cosmetics.

He recites the precepts one by one, beginning

pāṇāpātā veramaṇi sikkhāpadaṃ samādiyāmi

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော်

ပြန်ပါတယ်။

ဒီတော့ သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က တတိယမြို့ သုံးကြိမ်မြောက် လည်း ပန်းခိုင်တစ်ခိုင် ပေးပြန်တယ်။ ဒီတော့ သရဏဂုံပန်းခိုင် သုံးခိုင် ဘယ်တစ်ခိုင် ညာတစ်ခိုင် အလယ်ကောင်က တစ်ခိုင် အားလုံး သရဏဂုံသုံးခိုင် မိမိတို့ရဲ့ ခေါင်းပေါ်မှာ ပန်ကြပြီးပြီ။

ဒီအချိန်မှာ မိဘက သားသမီးကို ပန်းပန်ပြီးကြပလားလို့ မေးတယ် နော်၊ ပန်းပန်ပြီးရင် အဝတ် ဒါဝတ်၊ နံ့သာ ဒါလိမ်းလို့ ပြောချင်လို့ မိဘက မေးတယ်။ အဲဒီလိုပဲ သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က -

“သရဏဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ”

လို့ မေးလိုက်တယ်။ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေက -

“အာမ ဘန္ဓေ” လို့ ဖြေဆိုကြတယ်။

“သာဓဝေါ=နှလုံးပျော့ပျောင်း သူတော်ကောင်းတို့။ သရဏဂမနံ= သရဏဂုံသည်။ ပရိပုဏ္ဏံ=ပြည့်စုံပြီလား” ဒါရိုးရိုးမေးတာ၊ ဥပမာ အလင်္ကာ သဘောနဲ့ပြောရရင် “သရဏဂုံပန်း ဆင်မြန်းတာ ပြည့်စုံကြ ပြီးစီးကြပြီလား” လို့ မေးတာ။

ဒီတော့ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေက “အာမ ဘန္ဓေ=သရဏဂုံ ပြည့် စုံပါပြီဘုရား=သရဏဂုံပန်း လန်းလန်းစွင့်စွင့် ပန်ဆင်ပြီးပါပြီ ဘုရား” လို့ဆိုတော့ အဝတ်ကောင်း တစ်ထည် တစ်ထည်စီ၊ နံ့သာကောင်း တစ်မျိုးတစ်မျိုးစီ ရှေ့ဝတ်၊ ရှေ့လိမ်းလို့ မိဘတွေက သားသမီးတွေကို ပေးသလို သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က သိက္ခာပုဒ်ငါးပါးကို -

ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ - ကစပြီး တစ်ပါးတစ်ပါးစီ ငါးပါးပြည့်တဲ့အထိ တိုင်တည်ပေးတယ်။ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေကလည်း တစ်ပုဒ်စီ တစ်ပုဒ်စီ ဝမ်းပန်းတသာ ဆိုကြ ယူကြ ဆောက်တည်ကြတယ်။

The meaning of precept

It is not easy to understand the meaning of precept.

Sikkhāpada is code of conduct. The code of conduct to be practised is threefold: precept, concentration and wisdom.

1. *sīla-sikkhā* . precept to be practised
2. *samādhi-sikkhā* : concentration to be practised
3. *paññā-sikkhā* : wisdom to be practised

are the codes of conduct to be practised.

You will not succeed if you by-pass the precepts and practice concentration and wisdom. It is not possible. Precept is like the earth. All enterprises to be successful need to be firmly established on the ground of precept.

Thus, precept is the base for the upper stages of concentration and wisdom.

သိက္ခာပုဒ် အဓိပ္ပာယ်

ဒီနေရာမှာ သိက္ခာပုဒ်ဆိုတဲ့ စကားဟာ နားလည်ဖို့ရန် မလွယ်ဘူး။ အေး ... သိက္ခာပုဒ် ဆိုသော စကားသည် “သိက္ခာပဒ” ဟူသော ပါဠိမှာ (ဒ)ကို အသတ်သတ်လိုက်၊ ပြီးတော့ ပစောက်အောက်က ရွတ်ဆိုလို့ ကောင်းအောင် ဝါစာသိလိမ္မာဖြစ်အောင် ဆိုပြီးတော့ တစ်ချောင်းငင်(၂) သရ ထည့်ပြီး “သိက္ခာပုဒ်” လို့ ခေါ်လိုက်တာ။

သိက္ခာပဒမှာ သိက္ခာ ဆိုတာ ကျင့်အပ်သောတရားကို ခေါ်တယ်။ ထိုကျင့်ရမယ့်တရားက သီလရယ်၊ သမာဓိရယ်၊ ပညာရယ် သုံးမျိုး ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် -

- (၁) သီလသိက္ခာ=သီလတည်းဟူသော ကျင့်ရမယ့်တရား၊
 - (၂) သမာဓိသိက္ခာ=သမာဓိတည်းဟူသော ကျင့်ရမယ့်တရား၊
 - (၃) ပညာသိက္ခာ=ပညာတည်းဟူသော ကျင့်ရမယ့်တရား၊
- လို့ သိက္ခာသုံးပါး ကျင့်ရမယ့် တရားသုံးမျိုး ရှိပါတယ်။

ယင်းသုံးမျိုးတွင် သီလသိက္ခာ=သီလတည်းဟူသော ကျင့်ရမယ့် တရားကို မကျင့်ဘဲ ကျော်ပြီးတော့ သမာဓိ ပညာတို့ကို ပွားများ အားထုတ်လို့ မအောင်မြင်နိုင်ဘူးနော်၊ မအောင်မြင်နိုင်ဘူး။ သီလသည် မြေကြီးနဲ့တူတယ်။ ခပ်သိမ်းသော အမှုကိစ္စကို မြေပေါ် ကြံ့ကြံ့တည်ပြီး တော့မှ သမာဓိနဲ့ ပညာကို ပွားလို့ အောင်မြင်နိုင်တယ်။

အေး ... အဲဒါကြောင့် သီလသိက္ခာသည် အထက်ဖြစ်သော သမာဓိ ပညာ သိက္ခာနှစ်ပါး၏ ပဒ=အခြေခံ အကြောင်းရင်း ဖြစ်တယ်။ ပဒ ဆိုတာ အခြေခံ အကြောင်းရင်းလို့ အဓိပ္ပာယ် ရတယ်။ ဒါကြောင့် သီလကို ပါဠိလို သိက္ခာပဒ၊ မြန်မာလို သိက္ခာပုဒ်လို့ ခေါ်တယ်။ မြန်မာ လို အဓိပ္ပာယ် ထပ်ပြောပြစမ်းပါဦးလို့ဆိုရင် အထက်ဖြစ်သော သမာဓိ ပညာ သိက္ခာနှစ်ပါးရဲ့ ပြည့်စုံရာ ပြည့်စုံကြောင်းဖြစ်တဲ့အတွက် သီလကို “သိက္ခာပဒ=သိက္ခာပုဒ်” လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

In order to understand the meaning of the five precepts, each will be recited and established in *Pāli* and *Myanmar*, oh, virtuous people.

Taking the five precepts

1. *pānātipātā veramani sikkhāpadaṃ samādiyāmi*

I establish, accept and practice the precept and training by abstaining from killing and taking another's life.

2. *adinnādānā veramani sikkhāpadaṃ samādiyāmi*

I establish, accept and practise the precept and training by abstaining from taking what is not given to me.

3. *Kāmesu micchācārā veramani sikkhāpadaṃ samādiyāmi*

I establish, accept and practise the precept and training by abstaining from misdemeanour in sexual realtions.

4. *musāvādā veramani sikkhāpadaṃ samādiyāmi*

I establish, accept and practise the precept and training by abstaining from speaking falsely.

5. *surāmeraya majjhappamādaṭṭhānā veramani sikkhāpadaṃ samādiyāmi*

I establish, accept and practise the precept and training by abstaining from taking intoxicants.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၅၃

အေး ... သီလယူတဲ့နေရာမှာ ဒီသိက္ခာပုဒ်ငါးပါးကို တစ်ပါးတစ်ပါးကို အနက်အဓိပ္ပာယ်သိအောင် ပါဠိလိုတစ်ခေါက်၊ နှစ်ခေါက်၊ နှစ်ခေါက် ဆောက်တည်ခံယူ ကျင့်သုံးကြရမယ် သူတော်ကောင်းတို့။

ငါးပါးဆီလ ခံယူပုံ

- ၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ=အကျွန်ုပ်သည် သူ့အသက်ကို သတ်ဖြတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ် သီလကို ဆောက်တည်ပါ၏၊ ခံယူပါ၏၊ ကျင့်သုံးပါ၏။
- ၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ=အကျွန်ုပ်သည် အရှင်မပေးသော သူ့ဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ် သီလကို ဆောက်တည်ပါ၏၊ ခံယူပါ၏၊ ကျင့်သုံးပါ၏။
- ၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ=အကျွန်ုပ်သည် ကာမတရားတို့၌ ဖောက်ဖောက်ပြားပြား ကျင့်မှားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ် သီလကို ဆောက်တည်ပါ၏၊ ခံယူပါ၏၊ ကျင့်သုံးပါ၏။
- ၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ=အကျွန်ုပ်သည် မုသားစကား ပြောကြားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ် သီလကို ဆောက်တည်ပါ၏၊ ခံယူပါ၏၊ ကျင့်သုံးပါ၏။
- ၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ=အကျွန်ုပ်သည် ယစ်မူးကြောင်း၊ ကောင်းမှုတို့၌ မေ့လျော့ကြောင်း ဖြစ်သော သေရည်သေရက်ကို သောက်သုံးခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ် သီလကို ဆောက်တည်ပါ၏၊ ခံယူပါ၏၊ ကျင့်သုံးပါ၏။

Obeisance and Taking the Precepts

Taking the *Myanmar* along with the *Pāli*, even children can understand that one has established not to kill and not to steal and understanding this one realises the value of what one has done.

Reminder by presiding monk

Just as parents tell the children how becoming the flowers, clothes and cosmetics are and asks them to be careful not to let the flowers wither the clothes dirty and the cosmetics fade, so also the presiding monk now recites this.

*tisaranena saha pañcasilaṃ sādhukaṃ katvā
appamādena sampādeṭha*

"Virtuous devotees, having reverently established the three Refuges along with the five precepts, guard them with vigilance."

အေး ... အဲဒီလို ပါဠိတစ်ချက် မြန်မာတစ်ချက် ဆောက်တည်လိုက်ရင် ကလေးများတောင်မှ အဓိပ္ပာယ်သိသွားတယ်။ သူ့အသက်သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ဖို့၊ သူ့ဥစ္စာခိုးမှုမှ ရှောင်ဖို့ ငါတို့ ဆောက်တည်ထားတယ်လို့ နားလည်သွားတော့ မိမိတို့ရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်ဟာ ဘယ်လောက်တန်ဖိုးရှိတယ်ဆိုတာ အလေးအနက် သိသွားတယ်။

သီလပေးဘုန်းကြီး၏ တိုက်တွန်းသတိပေးချက်

အဲဒီလို သီလပေးပြီးတဲ့အခါ မိဘလုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က သားရေ၊ သမီးရေ ဒီပန်း ဒီအဝတ် ဒီနံ့သာတွေဟာ သားတို့ သမီးတို့နဲ့ သိပ်တင့်တယ်တာပဲ။ ဒီပန်းတွေ နွမ်းမသွားအောင်၊ ဒီအဝတ်တွေ ညစ်မသွားအောင်၊ ဒီနံ့သာတွေ ပြယ်မသွားအောင် ငါ့သား ငါ့သမီးတို့ ဂရုစိုက်ပြီး ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ကြလို့ ပြောသလို သီလပေးတဲ့ ကိုယ်တော်က-

တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ သာဓုကံ ကတွာ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ-

လို့ ရွတ်ဆို သတိပေးလိုက်တယ်။

သာဓဝေါ=နှလုံးပျော့ပျောင်း သူတော်ကောင်းတို့။ တုမှေ=သင် သူတော်ကောင်းတို့သည်။ တိသရဏေန=သရဏဂုံသုံးခန်း ဦးစိုက်ပန်းနှင့်။ သဟ=တကွ။ ပဉ္စသီလံ=ငါးပါးသီလဟု ဆိုအပ်သော ဝတ်ကောင်းစားလှ ငါးမျိုး၊ နံ့သာကောင်း၊ နံ့သာပျောင်းငါးမျိုးကို။ သာဓုကံ ကတွာ=ကောင်းမွန်ရိသေသည်ကိုပြု၍။ အပ္ပမာဒေန=မမေ့မလျော့ မပေါ့မတန် ထက်သန်သော သတိတရားဖြင့်။ သမ္မာဒေန=သရဏဂုံပန်းတွေ နွမ်းမသွားအောင် ငါးပါးသီလ အဝတ်တွေ ညစ်မသွားအောင်၊ တစ်နည်း-ငါးပါးသီလ တည်းဟူသော နံ့သာကောင်းတွေ ပြယ်မသွားအောင် မကျိုးမပေါက် မကျားမပြောက်ရအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပြည့်စုံကြပါစေလို့ သတိပေးတိုက်တွန်းလိုက်တယ်။

The devotees then accept, saying: "*āma bhante*," "yes, reverend."

You have now understood word by word accepted and established the Refuges and precepts. Hence, I grant the boon that you may be able to practise energetically in this life charity, morality, concentration and wisdom according to the *Nidhikanda Sutta*, and thereby to easily attain *arahatta* Fruition and *Nibbāna* where all suffering ceases.

We must consider seriously the wording of the boon. I have delivered sermons since my eighth or tenth year of monkhood. Devotees have listened to me. It has been a long time since I began preaching and devotees listened to my sermons. Now that I am 68, I have changed my mind. My mind has changed in this manner. I have preached for a long time and devotees have listened to me for a long time. But has there been any progress?

The four stages of listening to a sermon

Buddha's words in *Sotānugata Sutta* of *Anguttara Nikāya* comes to mind.

sotānugatānam bhikkhave dhammānaṃ vacasā paricitānaṃ manasānupekkhitānaṃ, diṭṭhiyā suppaṭividdhānaṃ cattāro ānisansā pāṭikankhā
(A.1.504)

အဲဒီအခါ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေက “အာမ ဘန္တေ=ကောင်းပါပြီ အရှင်ဘုရား” လို့ ဝန်ခံလိုက်ကြပါတယ်။

သရဏဂုံသီလကို လုံးတိုင်း ခွန်းတိုင်း သိပြီးတော့ ဆောက်တည် ခံယူပြီးကြပြီ။ စောစောက ဒါန သီလ သမာဓိ ပညာ ကျင့်ဖွယ်ရာ လေးပါး နိဗ္ဗိကဏ္ဍသုတ္တန်လာ တရားတို့ကို ဘဝမခြား ပွားများကြိုး ကုတ် အားထုတ်နိုင်ကြပါစေ၊ အားထုတ်နိုင်ကြသဖြင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ပရမတ်ကို အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် မျက်မှောက်ပြုလွယ်နိုင် ကြသည် ဖြစ်ပါစေလို့ ဘုန်းကြီး ဆုညွှန်းခဲ့တယ်။

အဲဒီ ဆုညွှန်းစကားလည်း ပြန်ပြီးတော့ အလေးအနက် စဉ်းစား ရမယ်။ ဘုန်းကြီးများသည် ရဟန်းရှစ်ဝါ ဆယ်ဝါလောက်က စပြီးတော့ တရားဟောခဲ့တယ်။ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေလည်း တရားနာခဲ့ကြ တယ်။ တရားဟောခဲ့တာ၊ နာခဲ့တာ ကြာကြပြီ။ သို့သော် ယခု ဘုန်းကြီး အသက် ခြောက်ဆယ်ရှစ်ပိုင်းရောက်လာတော့ တစ်မျိုးစိတ်ပြောင်းသွား ခဲ့တယ်။ ဘယ်လို ပြောင်းလဲသွားသလဲဆိုတော့ ဪ တို့တရားဟောခဲ့ တာလည်း ကြာခဲ့ပြီ၊ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေလည်း စာရားနာခဲ့တာ ကြာခဲ့ပြီ၊ တို့ရဲ့ တရားဟောမှု တရားနာမှုဟာ တိုးတက်မှု ရှိရဲ့လားလို့ စဉ်းစားမိတယ်။

တရားနာသူတို့ လိုက်နာရမည့် အဆင့်စလးဆင့်

အဲဒီလို စဉ်းစားမိတော့ အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတဲ့ “သောတာနုဂတသုတ္တန်” ကို သွားသတိရတယ်။ အဲဒီ သုတ္တန်မှာ -

သောတာနုဂတာနံ ဘိက္ခဝေ ဓမ္မာနံ ဝစသာပရိစိတာနံ
မနသာနုပေက္ခိတာနံ ဒိဋ္ဌိယာ သုပ္ပဋိဝိဒ္ဓါနံ စတ္တာရော
အာနိသံသာ ပါဠိကင်္ခါ။ (နာ၊ ၁၊ ၅၀၄)

Obeisance and Taking the Precepts

1. *sotānugata* means what comes to the ear, the knowledge which comes after hearing the sermon.
 2. *vacasā paricitānaṃ* means what is acquired by learning selected parts of the sermon. Listen to the sermon, then learn by heart important points in the sermon which need to be practised.
 3. *manasānupekkitānaṃ* means to regard with the mind what has been learnt by rote. Consider by thinking the sermon so acquired.
 4. *diṭṭhiyā suppaṭividdhānaṃ* means to endeavour to penetrate with wisdom, to try to gain insight through meditation the knowledge one has gained through hearing and learning. Hence, there are four stages.
-
1. Listen to the sermon and gain knowledge by hearing.
 2. Learn by rote to gain knowledge by learning.
 3. Consider what is learnt to gain knowledge by thinking.

လို့ ဟောတော်မူထားတယ်။ အဲဒီတရားတော်မှာ -

(၁) သောတာနဂတ-ဆိုတာ သောတဒွါရသို့ အစဉ်ရောက်သော တရား (ဝါ) တရားနာတဲ့ အခါဖြစ်တဲ့ သုတမယဉာဏ်ဖြင့် တရားနာထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်တယ်။

(၂) ဝစသာပရိစိတာနံ-က အဲဒီလို တရားနာပြီးတော့ ကောင်းနိုး ရာရာ အရေးကြီးတဲ့ တရားစာပိုဒ်များကို နှုတ်ဖြင့် လေ့လာ ထားတဲ့ တရားတဲ့။ ဆိုလိုတာက တရားလည်း နာပါ။ နာပြီးတော့ အဲဒီအထဲက အရေးတကြီး လိုက်နာကျင့်သုံးရမယ့် တရားသဘောတွေကို နှုတ်နဲ့ရအောင် ဆောင်ထားပါ။ ဒါက ဒုတိယအလုပ်။ ပြီးတော့ နှုတ်နဲ့ ဆောင်ရုံတင် မဟုတ်ဘူး...

(၃) မနုသာနုပေက္ခိတာနံ-တဲ့။ အဲဒီ နှုတ်ဆောင်ထားတဲ့ တရားကို စိတ်နဲ့ ဆင်ခြင်ကြည့်ပါ။ စိန္တာမယဉာဏ်ဖြင့် တစ်ဆင့်တက်ပြီး တော့ မိမိတရားသဘောကို စဉ်းစားပါ။ အဲဒီ စိန္တာမယဉာဏ် ဖြင့် ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီးတဲ့နောက်-

(၄) ဒိဋ္ဌိယာသုပ္ပဋိဝိဒ္ဓါနံ-အရ ပညာဖြင့် ထိုးထွင်း၍ သိအောင် ကြိုးကုတ်အားထုတ်ပါ (ဝါ) သုတမယဉာဏ်ဖြင့် မိမိနာကြား ၍ နှုတ်မှာလေ့လာထားသော တရားကို ဘာဝနာမယဉာဏ် ဖြင့် ထိုးထိုးထွင်းထွင်းသိအောင် အားထုတ်ပါလို့ ဆိုလိုတယ်။

ဒီတော့ အဆင့်လေးဆင့် ရှိတယ်နော်။

- (၁) သုတမယဉာဏ်ဖြစ်အောင် တရားနာ၊
- (၂) ဓာရဏဉာဏ်ဖြစ်အောင် နာထားတဲ့အထဲက တရားကို နှုတ်ရ ဆောင်၊
- (၃) အဲဒီဆောင်ထားပြီးတဲ့ တရားကို စိန္တာမယဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင် စဉ်းစား၊

4. Endeavour to realise *anicca, dukkha, anatta* to gain knowledge by meditation.

If you practise in this manner you will certainly gain our benefits.

The four sure benefits

What are these four sure benefits? Practise to attain these four stages and you will realise what follows.

1. If you have past virtue you will attain Way and Fruition in this life. Do not be sorry if you do not. The gate of hell will be closed. In the next life you will be closed. In the next life you will be reborn in the realm of devas. You will spontaneously recall to mind the Teaching you have realised. Nobody need tell you. You will recall it by yourself and quickly realise Way and Fruition.

*aandho bhikkhave satuppādo,
atha so satto khippam eva visesagāmi hoti*

This is the first benefit.

2. Should you not recall the Teaching, there are many meeting places and teaching halls in the realm of *devas*. Monks with psychic powers come to preach in those halls. You will then recall that what the monk is preaching is the

(၄) အဲဒီလို စဉ်းစားလို့ သဘောပေါက်လာပြီဆိုတော့ ဘာဝနာ မယဉာဏ်ဖြင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဝိပဿနာဘာဝနာရောက် အောင် အားထုတ်ပါ။

ယင်းသို့ အားထုတ်ရင် အကျိုးလေးပါးကို မြေလက်ခတ်မလွဲ ဧကန်ရရမယ် ချစ်သားတို့တဲ့။

ဧကန်ရရှိမည့် အကျိုးလေးပါး

အဲဒီ မြေလက်ခတ်မလွဲ ဧကန်ရတယ်ဆိုတဲ့ အကျိုးလေးပါးက ဘာလဲ။ တရားပေါ်မှာ အခုပြောတဲ့ အဆင့်လေးဆင့် ပြည့်စုံအောင်သာ ကြိုးစားပါ။ ကြိုးစားလျှင် -

(၁) ပါရမီရှိခွဲရင် ယခုဘဝမှာပဲ မဂ်ဖိုလ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အကယ်၍ မရလျှင် ဝမ်းမနည်းပါနဲ့။ အပါယ်တံခါး ပိတ်ပါတယ်နော်။ ဒုတိယ ဘဝမှာ နတ်ပြည်မှာ ဖြစ်လိမ့်မယ်။ ဖြစ်တဲ့အခါမှာ မိမိနုလုံးသွင်းထားတဲ့ ပွားများထားတဲ့ တရားတွေကို အလိုလို သတိရလာလိမ့်မယ်။ ဘယ်သူကမှ ပြောလို့ မဟုတ်ဘူး။ အလိုလို သတိရတယ်။ အဲဒီလို သတိရလာတဲ့အခါ သတိရတာကမှ နှေးပါသေးတယ်။ မဂ်ဖိုလ်ဆိုတဲ့ တရားထူးကို ရတာ အလွန်မြန်ပါတယ် ချစ်သားတို့တဲ့။

ဒန္တော ဘိက္ခုဝေ သတုပ္ပါဒေါ၊ အထ သော သတ္တော ခိပ္ပမေဝ ဝိသေသဂါမိ ဟောတိ။

လို့ ဟောထားပါတယ်။ ဒါက (၁) အကျိုးတရား ဖြစ်ပါတယ်။

(၂) အဲဒီလို ကိုယ့်သဘောကိုယ် တရားကို အမှတ်မရချင် ရှိပါစေတဲ့၊ ထိုထိုနတ်ပြည်မှာ တရားဟော တရားနာတဲ့ ဓမ္မသဘာတွေ၊ ဓမ္မသာလာတွေ ရှိတယ်။ အဲဒီ ဓမ္မသာလာတွေမှာ လူ့ပြည်လောကက တန်ခိုးရှိတဲ့ ဣဒ္ဓိမန္တ ရဟန်းတော်များ ကြွလာပြီးတော့လည်းပဲ တရားဟောတတ်တယ်တဲ့။ အဲဒီအခါမှာ ဪ... လူ့ပြည်တုန်းက ငါ

Go

Obeisance and Taking the Precepts

Teaching you realised as a human being. You will quickly realise Way and Fruition.

3. Should you not recall by these two methods there is a third. In those teaching halls divine beings and brahmas like *Sahampati* and *Sanārikumāra* come to preach. On hearing those sermons you will remember that you practised meditation as a human being and will recall the Teaching. When you do that you will quickly attain Way and Fruition.
4. Should you not attain realisation by these three methods, do not worry. Persons who once discussed the Teaching with you and practised along with you will be present. One of them will remind you,

idampi samma sarati, idampi samma sarati

"Friend, as a human being you discussed and practised the Teaching. Bring it back to mind."

You will recall the Teaching then and quickly attain Way and Fruition.

These four ways to the attainment of Way and Fruition is preached by the *Buddha* in that *Sutta*.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၆၁

အားထုတ်တာ အခု ဤအရှင်ဟောတဲ့ တရားပါကလားလို့ တရားကို ပြန်ပြီးတော့ သတိရလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို သတိရတဲ့အခါ သတိရနေတာက နှေးသေးတယ် ချစ်သားတို့တဲ့၊ ထိုသို့ သတိရလာလျှင် ထိုသတ္တဝါသည် လျင်လျင်မြန်မြန် မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို ရတယ်တဲ့။

(၃) ဒီနှစ်နည်းနဲ့ မရဘူးဘဲထားဦး၊ အဲဒီနတ်ပြည်က ဓမ္မသာလာ ဓမ္မာရုံတွေမှာ ဓမ္မကထိက နတ်သားတွေ၊ ဓမ္မကထိက ဗြဟ္မာတွေ၊ သဟမ္ပတိတို့လို သနင်္ဂမာရတို့လို ဗြဟ္မာတွေလာပြီး တရားဟောတယ်။ အေး ... အဲဒီလို ဟောတဲ့အခါမှာ တရားတော်ကို နာကြားရ၍ ဩော်... ငါ လူ့ပြည်တုန်းက ဒီတရားတွေ အားထုတ်ခဲ့တာပဲလို့ ပြန်ပြီး သတိရလာ ပါလိမ့်မယ်။ သတိရလျှင် သတိရတာက နှေးပါသေးတယ်တဲ့၊ ထို သတ္တဝါဟာ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို လျင်မြန်စွာ ရမည်ဖြစ်ပါတယ်။

(၄) အဲဒီသုံးနည်းနဲ့ တရားမရဘူးဘဲ ထားပါဦး။ မပူပါနဲ့တဲ့။ မိမိ တို့နဲ့ တရားဆွေးနွေးဖော် ဆွေးနွေးဖက်၊ တရားကျင့်ဖော် တရား ကျင့်ဖက် ပုဂ္ဂိုလ်တွေ နတ်ပြည်မှာ ရှိကြတယ်၊ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်တွေထဲက တစ်ဦးဦးက -

ဣဒမ္မိ သမ္မ သရသိ၊ ဣဒမ္မိ သမ္မ သရသိ - လို့ သတိပေးလိမ့် မယ်တဲ့။

“မိတ်ဆွေ၊ တို့လူ့ပြည်တုန်းက ဤတရားတို့ကို ဆွေးနွေးခဲ့တယ်၊ နှလုံးသွင်းခဲ့တယ်၊ ဒီတရားကိုပဲ မိတ်ဆွေ ပြန်အောက်မေ့စမ်းဟေ့” လို့ အချင်းချင်း ပြောလိမ့်မယ်တဲ့။ ပြောတဲ့အခါ မိမိတို့ အားထုတ်ခဲ့တဲ့ တရားတွေကို ပြန်ပြီးတော့ အမှတ်ရလိမ့်မယ်။ အဲဒီအခါမှာ သတိရ အမှတ်ရတာကမှ နှေးပါသေးတယ်။ ထိုသတ္တဝါသည် လျင်လျင်မြန်မြန် မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို ရမည်ဖြစ်ပါတယ်လို့ လေးမျိုးသောနည်းဖြင့် မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို ရနိုင်တဲ့အကြောင်း ဟောထားချက် ရှိတယ်နော်။

Change in method of preaching

I thought thus. On my part, I preach at the level of knowledge of whatever I preach, while the devotees, on their part, get knowledge at the level of hearing. At the most they learn selected portions of the sermon to acquire knowledge by thinking and knowledge by meditation remain. Hence, I begin to consider. From now on I will preach so that even if the devotees cannot leave their homes for nights to meditate in the big meditation centres they will be able to develop knowledge by thinking and by meditation in their own homes by contemplating my sermons.

So I decided to change my way of preaching. It will be necessary to start with the acceptance of the precepts such that even children can establish them. Children too will develop a mind that is knowledgeable and meritorious, what more for the elders.

Four meritorious acts according to the *Nidhikaṇṭa Sutta*

Buddha told His "sons and daughters" to gather and accumulate well the four meritorious acts of charity, morality, concentration and wisdom.

တရားမဟာနည်း မူစပြောင်းပြီ

ဒီတော့ စဉ်းစားကြည့်တယ်။ ဪ... တို့ဟာ တို့ဘက်ကလည်း ဟောတဲ့ ဒေသနာဉာဏ်လောက်၊ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေဘက်ကလည်း နားထောင်တဲ့ သုတမယဉာဏ်လောက်၊ ဒီအထက် တက်ရင်လည်းပဲ ဆောင်၍ကောင်းတဲ့ တရားလင်္ကာများ ဆောင်ထားတာလောက် ဒါလောက်ပဲရှိတယ်။ ဓာရဏဉာဏ်လောက်ပဲ ရှိသေးတယ်။ တို့မှာ စိန္တာမယဉာဏ်၊ ဘာဝနာမယဉာဏ်ဆိုတဲ့ အထက်နှစ်ဆင့် ကျန်သေးတယ်။ ဒီတော့ ငါ့ဟာ အခုချိန်ကစပြီးတော့ ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေ ကမ္မဋ္ဌာန်းဋ္ဌာနကြီးသွားပြီး အိမ်ပစ်ရာပစ် ညဉ့်အိပ်ညဉ့်နေသွားပြီး တရားအားမထုတ်နိုင်သေးစေကာမူ မိမိတို့အိမ်မှာနေရင်း စိန္တာမယဉာဏ်၊ ဘာဝနာမယဉာဏ်နဲ့ တရားကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားနိုင်အောင် တရားကို ပွားများနိုင်အောင်ဟောမှ တော်တော်လို့ ဘုန်းကြီးစိတ်ထဲမှာ အောက်မေ့တယ်။

အဲဒါကြောင့် တရားဟောပုံ မူတစ်မျိုး ပြောင်းပြီးတော့ ဟောမှ ဖြစ်မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။ ဒီလိုဆိုရင် သီလခံတာကစပြီး ကလေးများပါသိအောင် ဆောက်တည်ခံယူရမယ်၊ ကလေးများလည်းပဲ ဉာဏသမ္ပယုတ် မဟာကုသိုလ် စိတ္တုပ္ပါဒ်တွေဖြစ်မယ်၊ လူကြီးများအဖို့တော့ ပြောစရာ မရှိဘူး၊ အကျိုးများတယ်။

နိမိကဏ္ဍသုတ်လာ ကောင်းမွန်လေးမျိုး

ပြီးတော့ နိမိကဏ္ဍသုတ္တန်မှာလည်းပဲ မြတ်စွာဘုရားက သားတော် သမီးတော်များအား -

- (၁) ဒါန (၂) သီလ (၃) သမာဓိ (၄) ပညာ

အဲဒီလေးမျိုးကို ကောင်းစွာသိမှီး သိမ်းဆည်းရမယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်း -

*Yasa dānena sīlena, samyamena damena ca,
nidhi sunihito hoti, itthiyā purisassa vā.*

"Rich devotee, my female disciple or male disciple must gather, accamulate and store well the four elements of charity, morality, concentration and wisdom". why?

*eso nidhi sunihito, ajeyyo anugāmiko,
pahāya gammanīyesu, etaṃ ādāya gacchati.*

Buddha's teaching is most significant.

Four meritorious acts as inscparable possessions

The meritorious deeds of charity, morality, concentration and wisdom gathered, accumulated and stored cannot be robbed by an enemy. They will follow you throughout *samsāra* to *Nibbāna*. You cannot tell them to remain behind. They will follow you truly.

You have gold and silver adoringly saved and stored. These are related to the five enemies-water, fire, ruler, thief and evil inheritor. These enemies can rob you of these possessions. But the four meritorious properties of charity, morality, concentration and wisdom cannot be robbed from you by any enemy.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်တမ်းတရားတော်



ယဿ ဒါနေနု သီလေန၊ သံယမေန ဒမေန စ။

နိဓိ သုနိဟိတော ဟောတိ၊ ဣတ္ထိယာ ပုရိသဿ ဝါ။

လို့ သာဝတ္ထိသူဌေးအား တရားနာခံထားပြီး ဟောထားခဲ့ပါတယ်။

ဒါယကာသူဌေး၊ ငါဘုရားရဲ့ တပည့်မ အမျိုးသမီး ဥပါသိကာ၊ ငါဘုရားရဲ့ တပည့်သား အမျိုးသား ဥပါသကာဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ တရားလေးပါးကို ကောင်းစွာသိမှီ သိမ်းဆည်းစုဆောင်းရမယ်။ ဘာပြုလို့လဲဆိုတော့ -

ဧသော နိဓိ သုနိဟိတော၊ အဇေယျော အနုဂါမိကော။

ပဟာယ ဂမနိယေသု၊ ဧတံ အာဒါယ ဂစ္ဆတိ။

လို့ ဘုရားဟောထားတာ အင်မတန် လေးနက်ပါတယ်။

ကောင်းမှုလေးဖြာနဲ့ အနုဂါမိကဥစ္စာ

ဒါယကာသူဌေးတဲ့၊ အဲဒီလို ကောင်းစွာ သိမှီသိမ်းဆည်း စုဆောင်း အပ်တဲ့ ဤဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဆိုတဲ့ ကောင်းမှုလေးပါး ကုသိုလ်ဥစ္စာများဟာ ဘယ်ရန်သူကမှ ကိုယ့်အပေါ်မှာ အနိုင်ကျင့်ပြီး တော့ မယူနိုင်သော ဥစ္စာမျိုးလည်း မှန်တယ်။ သံသရာတစ်လျှောက် နိဗ္ဗာန်ရောက်အောင် မိမိနောက်က ကောက်ကောက်လိုက်ပါတယ်။ နင် နေရစ်ခဲ့လို့ဆိုလို့ မနေဘူး။ ကိုယ့်နောက်က လိုက်ပါတဲ့ အနုဂါမိဥစ္စာ လည်း မှန်တယ်။

အေး ... ချစ်သား ချစ်သမီးတို့၊ မိမိတို့ အမြတ်တနိုး ကြီးစား စုဆောင်းထားတဲ့ ရွှေ၊ ငွေ ဥစ္စာ ရတနာဆိုတာ ရှိတယ်။ အဲဒီ ရွှေ ငွေ ဥစ္စာ ရတနာသည် ရေရန်သူ၊ မီးရန်သူ၊ မင်းရန်သူ၊ သူခိုးရန်သူ၊ အမွေခံ ဆိုးရန်သူ ဆိုတဲ့ ရန်သူမျိုးငါးပါးနဲ့ အမြဲဆက်ဆံနေတယ်။ ဒီရန်သူများ က အနိုင်ကျင့်ပြီးတော့ ယူသွားနိုင်တဲ့ ဥစ္စာမျိုးဖြစ်တယ်။ ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ကောင်းမှုလေးပါး ကုသိုလ်ဥစ္စာများကျတော့ ဘယ် ရန်သူကမှ အနိုင်ကျင့်ပြီးတော့ မယူနိုင်ဘူးတဲ့။

That is why if you are asked to show properties which cannot be robbed by the five enemies you must show charity, morality, concentration and wisdom which follow you continually.

Gold, silver, precious stones, animate and inanimate properties which have been and are being laboriously accumulated do not follow you through *saṃsāra*. They stay behind in this life. Sometimes they stay behind too early even in this life. What follows you through *saṃsāra* up to *Nibbāna* are charity, morality, concentration and wisdom, the four meritorious properties.

Inanimate properties such as gold and silver, animate properties such as elephants, horses, buffaloes and oxen sometimes do not follow you even to the end of this life. Sometimes your wealth is destroyed till you have nothing to bend and pick up. This is they forsaking you. If it is not they who forsake you then it is you who forsake them when you die. When you depart on dying, the only belongings, you can carry with you through *saṃsāra* are meritorious charity morality, concentration and wisdom.

Therefore, dear sons and daughters, carefully gather, accumulate, store and retain the four properties of charity, morality, concentration and wisdom. *Buddha* is giving you the right view, virtuous persons, in telling you to accumulate charity, morality, concentration and wisdom above gold and silver.

ဒါကြောင့် ရန်သူမျိုးငါးပါးတို့က အနိုင်ကျင့်ပြီး ယူမသွားနိုင်အောင် ဥစ္စာပြပါဆိုရင် ဤဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ကောင်းမှုလေးပါး အနုဂါမိက ကုသိုလ်တရားကိုပဲ ပြရမယ်။

အေး ... ချစ်သား ချစ်သမီးတို့၊ အလေးဂရုပြုပြီး စုထားတဲ့ စုနေကြ တဲ့ ရွှေငွေစိန် ကျောက်သံပတ္တမြား အစရှိတဲ့ သက်ရှိသက်မဲ့ ပစ္စည်းတွေ ဟာ သံသရာကို မလိုက်ဘူး၊ ဒီဘဝမှာပဲ နေရစ်ခဲ့ကြတယ်။ တစ်ခါ တလေ ဒီဘဝမှာတောင် အစောကြီး သူတို့က နေရစ်တယ်။ သံသရာ တစ်လျှောက် နိဗ္ဗာန်ရောက်အောင် လိုက်မှာက ဒီဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ကောင်းမှုလေးပါးပဲ ဖြစ်တယ်။

ဒီရွှေငွေ အစရှိတဲ့ သက်မဲ့ဥစ္စာ ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား အစရှိတဲ့ သက်ရှိဥစ္စာတွေက မလိုက်ဘူး။ တစ်ခါတလေ ဒီဘဝတောင် ဆုံးအောင် မလိုက်ဘူးနော်။ စောစောစီးစီး ဥစ္စာပျက်ကပ်နဲ့ ကြုံပြီးတော့ ကုန်းကောက်စရာမရှိတဲ့ ဘဝရောက်သွားကြသေးတယ်။ အဲဒါ သူတို့က ကိုယ့်ကို စွန့်သွားတာပဲတဲ့။ ကိုယ်က သေပြီဆိုရင် ဒါတွေကို အကုန် စွန့်ပစ်ပြီးတော့ သွားရတာပဲတဲ့။ အဲဒီလို သွားတဲ့အခါမှာ ချစ်သား ချစ်သမီးတို့ မိမိကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာအနေနဲ့ သံသရာမှာ အထုပ်ပြုပြီး ယူသွား နိုင်တာက ဒါနကောင်းမှု၊ သီလကောင်းမှု၊ သမာဓိကောင်းမှု၊ ပညာ ကောင်းမှုဆိုတဲ့ ကုသိုလ်လေးပါးပဲ ရှိတယ်တဲ့။

ဒါကြောင့် ချစ်သား ချစ်သမီးတို့၊ ဒီ ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ကောင်းမှုလေးပါး ဥစ္စာများကို ဂရုတစိုက် စုဆောင်းကြ ဆည်းပူးကြ သိုမှီးကြ သိမ်းဆည်းကြ။ မြတ်စွာဘုရားကတော့ ရွှေငွေထက် ဒီ ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာကို စုဆောင်းကြဖို့ အမြင်မှန်ပေးနေပါတယ် သူတော်ကောင်းတို့။

Furthermore, these continuing meritorious properties provide you with good looks, a good voice, a good form, a good height, many attendants, sway, the good life of a human being, the good life of a deva, or, in brief, it gives support till Way, Fruition and *Nibbāna*. Buddha preached to this extent in the *Nidhikaṇṭa Sutta*.

I thought then that I should preach the practise of a accumulating and saving these four: charity, morality, concentration and wisdom. And so that even-children may understand morality I make them establish the precepts in *Pāli* and Myanmar languages.

As for charity, virtuous Buddhists ~~ceaselessly give~~ daily in charity and whatever they can. ~~It cannot~~ be said today that virtuous Buddhists are scant in practising the continuous property of charity. Everybody tries hard.

Then you need to develop good concentration. The wisdom of *vipassanā* should also be practised.

Now, virtuous male and female devotees have well established the continuing property of morality.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်တမ်းတရားတော် ၆၉

ဒီတွင် ဘယ်ကမလဲ၊ ဒီ ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာကောင်းမှု
လေးဝါး အနုဂါမိက ဥစ္စာများသည် အဆင်းလှခြင်း၊ အသံကောင်းခြင်း၊
ပုံပန်းသဏ္ဍာန် တင့်တယ်ခြင်း၊ အရပ်အမောင်းကောင်းခြင်း၊ အခြေအရံ
ပေါများခြင်း၊ အစိုးရခြင်း၊ လူမင်းစည်းစိမ်၊ နတ်မင်းစည်းစိမ်၊ တိုတို
ချုပ်ပြောရရင် လူချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ၊ ကုန်ကုန်
ပြောလို့ရှိရင် ချစ်သား ချစ်သမီးတို့ တောင့်တတဲ့ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်
နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်တိုင်အောင် ကျေးဇူးဆောင်နိုင်တယ်။ ကျေးဇူးပြုနိုင်
တယ်။ အဲဒီထိအောင် ဟို နိဗ္ဗိကဏ္ဍသုတ္တန်မှာ ဘုရားဟောထားတယ်။

ဒီတော့ -

- (၁) ဒါန (၂) သီလ (၃) သမာဓိ (၄) ပညာ

ဒီလေးမျိုးကို ဆည်းပူးစုဆောင်းဖို့၊ လက်တွေ့ကျင့်သုံးဖို့ ငါဟောမှ
ပဲလို့ စိတ်က တစ်မျိုးဖြစ်သွားပြီး သီလကိုလည်း ကလေးကစပြီး နား
လည်အောင် ပါဠိတစ်ခေါက် ခြန်မာတစ်ခေါက် ဆောက်တည်စေပါ
တယ်။

သီလပြီးရင် ဒါနဆိုတာကတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာ သူတော်ကောင်းတွေ
ဟာ အလှူရေစက် လက်နှင့်မကွာ နေ့စဉ်နေ့စဉ် စွမ်းအားရှိသမျှ လှူဒါန်း
နေကြတယ်။ ဒါနအနုဂါမိက ဥစ္စာကတော့ ကနေ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ သူတော်
စင်တွေဟာ ဘယ်သူမှ နည်းတယ်လို့ မဆိုနိုင်ပါဘူးနော်၊ အားလုံး
ကြီးစားကြတယ်။

ပြီးတော့ သမာဓိကောင်းမှုကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။
ပညာခေါ်တဲ့ ဝိပဿနာကိုလည်း လက်တွေ့ ကျင့်သုံးဖို့ လိုအပ်လာပါ
ပြီ။ ဤတွင် သီလအနုဂါမိက ဥစ္စာကို ဒါယကာ ဒါယိကာမအပေါင်း
သူတော်ကောင်းတို့ ကောင်းကောင်းကြီး ဆောက်တည်မိပြီ၊ ကျင့်သုံး
မိပြီ။

Obeisance and Taking the Presents

Good concentration

Let's move on to concentration. Earlier you said the prayer: "*namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa*" three times: You cited Buddha's three qualities of *bhagavā*, *arahan* and *sammā sambuddha* in the prayer.

Now in developing meritorious concentration let us try to establish it on the bhagava quality.

The six glories

The *bhagavā* entirely and completely possessed of the six glories, mastery, *dhamma*, fame, splendour, wish achievement, effort.

Thus should the term *bhagavā* be elaborated.

Buddha possesses these six glories.

1. The glory of mastery (*Issariya*)
2. The glory of dhamma. (*Dhamma*)
3. The glory of fame. (*Yasa*)
4. The glory of splendour. (*Sirī*)
5. The glory of achievement. (*Kāma*)
6. The glory of endeavour. (*Payatta*)

သမာဓိကောင်းမှု

အေး ... သမာဓိအကြောင်း သွားရအောင်၊ မိမိတို့ ဘောဇာက ဘုရားရှိခိုးတာ “နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ” လို့ သုံးခေါက်ရှိခိုးခဲ့တယ်။ အကျွန်ုပ်သည် ဘဂဝါဂုဏ်ရှင်၊ အရဟံဂုဏ်ရှင်၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဂုဏ်ရှင် မြတ်စွာဘုရားအား ရိုသေမြတ်နိုး ရှိခိုးပါ၏လို့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဂုဏ်တော်သုံးပါးကို ပြောခဲ့တယ်။

ယခု သမာဓိကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ရယူတဲ့နေရာမှာ အဲဒီဂုဏ်တော် သုံးပါးထဲက “ဘဂဝါဂုဏ်တော်”ဖြင့် သမာဓိကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ရယူ ကြည့်ရအောင်။

ဘုန်းတော်ခြောက်ပါး

ဘဂဝတော၊ ဣဿရိယ၊ ဓမ္မ၊ ယသ၊ သိရီ၊ ကာမ၊ ပယတ္တ တည်း ဟူသော ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူထသော။

ဘဂဝတောကို အကျယ်အနက်ပေးတဲ့အခါ အဲဒီအတိုင်း ပေးရ မယ်။ အဲဒီမှာ ဘဂဝါဂုဏ်တော်အရ ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံ တယ်ဆိုတာ -

- (၁) ဣဿရိယဘုန်းတော်
- (၂) ဓမ္မဘုန်းတော်
- (၃) ယသဘုန်းတော်
- (၄) သိရီဘုန်းတော်
- (၅) ကာမဘုန်းတော်
- (၆) ပယတ္တဘုန်းတော်

လို့ မြတ်စွာဘုရားမှာ ဘုန်းတော်ခြောက်ပါး ရှိတယ်။

Obeisance and Taking the Precepts

It is easy to state these glories but difficult to understand them distinctly. In order to understand and meritoriously contemplate the qualities of Buddha, the six glories will now be explained.

Glory of mastery over supramundane consciousness (*issariya*)

The ability to dominate the mind in a manner unequalled by others is the glory of mastery. I will tell you how much *Buddha* masters the mind. Of the eight kinds of supramundane consciousness, the *arahatta* Fruition consciousness occurs daily with the Buddha.

Buddha's mastery of *arahatta* Fruition attainment consciousness is stated in the *Mūla-tīkā*.

*cittissarā hi Buddha bhagavanto
dhammaṃ desentāpi yaṃ muhuttaṃ tuṅhī
bhavitabbaṃ hoti, iaṃ muhuttaṃ
phalasmaṇṇaṃ samāpajjanti, pageva
aññasamiṃ kāle* (Mūla-tīkā 1 . 48)

Since *Buddha* possesses mastery over the mind in the course of a sermon while the devotees offer their joyous applause, in that short moment of time, the *Buddha* enters into *arahatta* Fruition attainment consciousness. Buddha can accomplish this because of the supreme mastery over mind.

ဒီ ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးကို လွယ်လွယ်ပြောပြနိုင်ကြတယ်။ သို့သော် ဣဿရိယဘုန်းတော်ဆိုတာ ဘာခေါ်တယ်၊ ဓမ္မဘုန်းတော်ဆိုတာ ဘာခေါ်တယ်၊ ကွဲကွဲပြားပြား သိဖို့ကတော့ မလွယ်ဘူး။ သိပြီးတော့ ဘဂဝါဂုဏ်တော်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို အောက်မေ့တဲ့ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ သမာဓိကောင်းမှုကို ပွားရအောင်လို့ ဘုန်းတော်ခြောက်ပါး အကြောင်းပြောမယ်။

လောကုတ္တရာ ဣဿရိယဘုန်းစတင်

(၁) ဣဿရိယ ဘုန်းတော်ဆိုတာ ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ စိတ်ကို သူမတူတန်အောင် စိုးပိုင်နိုင်နင်းမှုကို ဣဿရိယဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ ကိုယ်တော်စိတ်ကို ဘယ်လောက်တောင် စိုးပိုင်နိုင်နင်းသလဲဆိုတော့ ပြောပြမယ်။ လောကုတ္တရာစိတ် ရှစ်ပါးထဲမှာ ဘုရားဖြစ်တဲ့အခါမှာ နေ့စဉ်တစေ ဖြစ်ခွင့်ရှိတာက အရဟတ္တဖိုလ်ဖြစ်တယ်။

အရဟတ္တဖိုလ် သမာပတ်ကို မြတ်စွာဘုရားသည် ဘယ်လောက် နိုင်နိုင်နင်းနင်း ဝင်စားသလဲဆိုရင် -

စိတ္တိဿရာ ဟိ ဗုဒ္ဓါ ဘဂဝန္တော ဓမ္မံ ဒေသေန္တာပိ ယံ မဟုတ္တံ
တုဏှိ ဘဝိတဗ္ဗံ ဟောတိ၊ တံ မဟုတ္တံ ဖလ သမာပတ္တိ
သမာပဇ္ဇန္တိ၊ ပဂေဝ အညသ္မိံ ကာလေ' -

လို့ မူလဋီကာမှာ တိုက်ရိုက်ဆိုထားတယ်။

စိတ္တိဿရိယ ဘုန်းတော်ရှင် ဖြစ်တော်မူကြတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားတို့သည် တရားဟောနေတုန်း တရားကို ဒါယကာ ဒါယိကာမများက ဝမ်းသာလွန်းလို့ သာဓု သာဓု သာဓု လို့ အနုမောဒနာပြုနေခိုက် အားလပ်ချိန်ကလေးမှာပင် အရဟတ္တဖိုလ်သမာပတ်ကို ဝင်စားတော်မူကြတယ်။ အေး ... စိတ်ကို အစိုးရလွန်းလို့ စိတ်ကို စိုးပိုင်နိုင်နင်းလွန်း

၁။ မူလဋီကာ၊ ၁၊ ၄၈။

Buddha's disciples cannot enter into *arahatta* Fruition attainment consciousness in that moment while the audience at a sermon are joyously giving their applause. Even *Shin Sāriputta* cannot enter into *arahatta* Fruition attainment during that moment of applause. Why? It is because *Shin Sāriputta* does not possess the glory of mastery over mind. *Buddha* possesses that glory.

For *Buddha* there are only two moments of consciousness between one thought process and another. There are just the vibration of *bhavanga* and its arrest. Then the next thought process arises. At the end of that thought process there is again *bhavanga* vibration and *bhavanga* arrest. Then the next thought process arises. There are only two moments of *bhavanga* between two thought processes. *Bhavanga* does not occur much in *Buddha's* consciousness.

So *Buddha* can enter into *arahatta* Fruition attainment in that short moment while the devotees are giving applause. *Buddha* has so much mastery over the mind. This is mastery over supramundane consciousness.

Glory of mastery over mundane consciousness

In the mundane sphere there are eight masteries such as *aṇimā*.

Aṇimā is the ability to make oneself as small as an atom. For instance, one can make oneself so small

လို့ ဝင်စားတာ၊ သည့်ပြင်အခါမှာတော့ ပြောစရာမရှိတော့ဘူးတဲ့။

ကဲ ... ဆိုကြပါစို့ရဲ့၊ သာဝကဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ တရားဟောတယ်၊ တရားနာပရိသတ်က ဒီတရားကို သဘောကျလို့ သာဓု သာဓု သာဓု သုံးကြိမ်ခေါ်နေတဲ့ အချိန်ကလေးမှာ ဖလသမာပတ်ကို မဝင်စားနိုင်ဘူး၊ ကိုင်း ... ကုန်ကုန်ပြောမယ်၊ အရှင်သာရိပုတ္တရာကြီးတောင် အဲဒီ သာဓု ခေါ်နေတဲ့ အချိန်အတွင်းမှာ အရဟတ္တဖိုလ် သမာပတ် မဝင်စားနိုင်ဘူး၊ ဘာပြုလို့တုံး။ အရှင်သာရိပုတ္တရာမှာ စိတ္တိဿရိယ ဘုန်းတော်မရှိဘူး။ ဘုရားမှာမှ ဒီဘုန်းတော်က ရှိတာ။

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားကျတော့ တစ်ဝီထိနဲ့ တစ်ဝီထိကြားမှာက ဘဝင်က နှစ်ကြိမ်ပဲ ခြားတယ်။ ခြားတဲ့ဘဝင်ကလည်း “ဘဝင်စလန ဘဝင်ပစ္ဆေဒ” ဆိုပြီးနောက် တစ်ဝီထိ ကူးသွားတယ်။ တစ်ဝီထိဆုံးပြန် တော့ “ဘဝင်စလန ဘဝင်ပစ္ဆေဒ” ဆိုပြီး နောက်တစ်ဝီထိ ကူးသွား တယ်။ တစ်ဝီထိနဲ့တစ်ဝီထိကြား ဘဝင်နှစ်ကြိမ်သာ ခြားတယ်။ အဲဒီ တော့ ဘုရားမှာက ဘဝင်စိတ်က အဖြစ်နည်းတယ်။

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားဟာ တရားဟောနေစဉ် ဝေနေယျတို့က သာဓုခေါ်နေခိုက် အချိန်ကလေးမှာပင် အရဟတ္တဖိုလ်သမာပတ်ကို ဝင်စားနိုင်တယ်။ အဲဒါကို လောကုတ္တရာစိတ္တိဿရိယ ဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။

လောကီဣဿရိယဘုန်းတော်

ထို့အတူ လောကီပိုင်းဆိုင်ရာမှာလည်းပဲ အဏိမာစတဲ့ ဣဿရိယ ရှစ်ဖော် လောကီတန်ခိုးတော်ဆိုတာ ရှိတယ်။

အဏိမာဆိုတာ ကိုယ်တော်ကို အဏုမြူသဖွယ် သေးသေးငယ်ငယ် လေးဖြစ်အောင် ဖန်ဆင်းပိုင်တဲ့ တန်ခိုးတော်ဖြစ်တယ်။ ဘယ်လောက် များ ဖန်ဆင်းပြနိုင်သလဲဆိုရင် မုန်ညင်းစေ့ကလေးအတွင်းမှာ ပရိက္ခရာ

as to be able to walk about with the eight requisites within a mustard seed. That is *aṇimā* glory. This is possible because of mastery of higher spiritual powers (*abhiññā*).

Mahimā is the ability to make oneself so huge beyond the reach of others. The ability to make oneself small or huge at will is the glory of mastery over mundane consciousness.

In brief, mastery over mundane and supermundane consciousness is the glory of mastery. One may thus pray to *Buddha* of the glory of mastery.

Adoration of the Buddha's glory of mastery

*paramañca sake citte,
atthissariya matthakaṃ
lokiyā aṇimādīpi, abhissara namatthu te.*

"Lord of the glory of mastery, unmatched by anyone, excellent in the mental process of *arahatta phala*, "fruition of the *arahatta* consciousness "possessed of the mastery of supermundane consciousness through the proficient ability to enter at will into the peace of *phala-sampatti*, "fruition attainment", possessed of the universal fame of the mastery of the eight mundane spiritual powers such as *aṇimā*, *mahimā*, *laghimā*, *patti* spectacularly manifest in the glory of mastery.

ရှစ်ပါးလွယ်ပြီးတော့ လူးလားတုံခေါက် စကြံလျှောက်နေတဲ့ ပုံတော် ထိအောင် ကိုယ်တော်ကို ဖန်ဆင်းပြနိုင်တယ်။ အဲဒါမျိုးကို အဏိမာ ဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီဟာ အဘိညာဉ်စိတ်ကို နိုင်နင်းပုံကို ပြောတာ။

မဟိမာ ဘုန်းတော်ဆိုတာ ကိုယ်တော်က ကြီးပြရမယ်ဆိုလို့ ရှိရင် အို ... သူတစ်ဖက်သားတို့ လိုက်မမိအောင် ကြီးပြနိုင်တယ်။ ကိုယ်တော် ကို ကြီးအောင် ဖန်ဆင်းနိုင်တာကို မဟိမာဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီလို ကိုယ်တော်ကို ကြီးအောင် သေးအောင် ဖန်ဆင်းနိုင်တဲ့ တန်ခိုး တော်တွေကို လောကီဣဿရိယ တန်ခိုးတော်လို့ ခေါ်တယ်။

အေး ... အတိုချုပ်ကတော့ လောကီလောကုတ္တရာ စိတ်တော်ကို အစိုးရခြင်းဟာ ဣဿရိယဘုန်းတော် ဖြစ်ပါတယ်။ ထိုဣဿရိယ ဘုန်းတော်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ရှိခိုးလိုလျှင် ဟောဒီလို ရှိခိုးရမယ်။

ဣဿရိယ ဘုန်းတော်ဘွဲ့ ဘုရားရှိခိုးပုံ

ပရမဇ္ဇ သကေ စိတ္တေ၊ အတ္ထိဿရိယမတ္ထကံ။
လောကီယာ အဏိမာဒီပိ၊ အဘိဿရ နမတ္ထု တေ။

အဘိဿရ=ဣဿရိယ ပုညဂုဏ်နှုန်း ရွှေဘုန်းတော်ရှင် မြတ် သခင်ဘုရား။ တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ သကေစိတ္တေ=ကိုယ်တော်မြတ် ၏ နာမ်ဓာတ်ဝိညာဉ် စိတ်အစဉ်၌။ ဝါ-သကေ စိတ္တေ=ဝိသယဇ္ဈတ္တ အမှတ်ပြသား အရဟတ္တဖလဝိညာဉ် စိတ်အစဉ်၌။ ပရမံ=သူမတူတန် ကဲလွန်ထူးမြတ်လှစွာသော။ မတ္ထကံ=အထွတ်အဖူး ထိပ်ဦးတိုင်မြောက် ပေါက်ရောက်တော်မူပြီးထသော။ ဣဿရိယံ=ဖလသမာပတ် ချမ်းသာ မြတ်ကို စိတ်ညွတ်ကာပင် ကြာမတင်ဘဲ ဝင်စံနိုင်ရိုး ဝသီမျိုးဖြင့် ပိုင်စိုး နိုင်နင်းတော်မူခြင်း တည်းဟူသော လောကုတ္တရာ စိတ္ထိဿရိယ ဘုန်း တော်သည်လည်းကောင်း။ လောကီယာ=လောကတစ်လွှား ကျော်

Obeisance and Taking the Precepts

"Lord of the glory of mastery, let the humble, respectful crouch, bowed head, raised hands and lowered pride of the preaching monk and the assembly be the unerring and absolute adoration of the Lord."

We have now adored the Buddha's glory of mastery. So remember well that *issariya* means the mastery of the mind in a manner that cannot be matched.

Glory of the nine supra-mundane elements (*dhamma*)

Dhamma glory is the four *magga*, the four *phala* and their object, *Nibbāna*. These nine supremundane elements are called the glory of *dhamma*. If it is asked whether the four *magga*, the four *phala* and *Nibbāna* attained by *Shin Sāriputta*, *Shin Mogallāna* and *Shin Maha Kassapa* are not called the glory of the *dhamma*, the reply should be that they are not so called. It is because in the case of *Buddha* these nine supermundane elements not only eradicate *kilesa*, "the defilements," they eradicate even the last trace of the flavour or inclination concerned with the defilements. The *magga-phala* and *Nibbāna* of the disciples cannot remove the flavour and inclination; they can only eradicate the defilements.

ထင်ရှားကုန်သော။ အဏိမာဒိပိ=အဏိမာမဟိမာ လဃိမာပတ္တိ အစရှိ
သား ဣဿရိယရှစ်ဖော် လောကီတန်ခိုးတော်တို့သည်လည်းကောင်း။
အတ္တိသန္တိ=ထင်ရှားပုံသေ ရှိကုန်ပေ၏။

အဘိဿရ=ဣဿရိယ ပုညဂုဏ်နှုန်း ရွှေဘုန်းတော်ရှင် မြတ်
သခင်ဘုရား။ တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ နော=တရားဟောပုဂ္ဂိုလ် တရား
နာပုဂ္ဂိုလ် ခေါ်ဆိုသမုတ် အကျွန်ုပ်တို့၏။ နမော=တုပဝပ်ရိုးကျိုး
လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးမာန်လျှော့ ကန်တော့ဦးညွတ်ခြင်းသည်။ အတ္ထု=
မြေလက်ခတ်နဲ့ မလွဲပုံသေ ဖြစ်ပါစေသား မြတ်စွာဘုရား။

ဣဿရိယ ဘုန်းတော်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ရှိခိုးပြီးပြီ။ အေး ...
ဒီတော့ ဣဿရိယဘုန်းတော်ဆိုတာ ကိုယ်တော်ရဲ့ စိတ်အစဉ်ကို
သူမတူတန်အောင် စိုးပိုင်နိုင်နင်းခြင်းကို ဣဿရိယဘုန်းတော်လို့
ခေါ်တယ်ဆိုတာ စွဲစွဲမြဲမြဲ မှတ်ထားပါ။

ဓမ္မဘုန်းတော်

(၂) ဓမ္မဘုန်းတော်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားမှာ ရတဲ့ မဂ်လေးပါး
ဖိုလ်လေးပါးနှင့် ထိုမဂ်ဖိုလ်တို့ရဲ့ အာရုံဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ဟူသော လောကု
တ္တရာတရားကိုးပါးကို ဓမ္မဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။ ဒီနေရာမှာ အရှင်
သာရိပုတ္တရာ၊ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်၊ အရှင်မဟာကဿပတို့လည်း
လောကုတ္တရာမဂ်လေးပါး ဖိုလ်လေးပါး နိဗ္ဗာန်ကို ရကြတယ် မဟုတ်
လား။ အဲဒီ သာဝကတွေရဲ့ လောကုတ္တရာတရားကိုးပါးကို ဓမ္မဘုန်းတော်
လို့ မဆိုဘူးလား မေးရင် မဆိုရပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် ဘုရားရဲ့
မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ကိုးတန်သော လောကုတ္တရာ တရားတော်မြတ်က
ကိလေသာကိုပယ်တဲ့ နေရာမှာ ကိလေသာကိုချည်းပဲ ပယ်တာ မဟုတ်
ပါဘူး။ ကိလေသာရဲ့ အထုံအခိုး တန်ခိုးအငွေ့ ဓာတ်ဝါသနာကိုပါ
ပယ်တယ်။ သာဝကတို့ရဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကတော့ ဝါသနာကို မပယ်
နိုင်ဘူး။ ကိလေသာကိုသာ ပယ်နိုင်တယ်။

Thus, the supremundane *magga-phala* and *Nibbāna* of the disciples cannot be called the glory of *dhamma*. Only the nine supermundane *magga-phala* and *Nibbāna* of Buddha can be called the glory of *dhamma*.

Adoration of the dhamma glory of Buddha

savāsnaṣaṃkileṣa,
pahāyidhīra atthi te.
nava lokuttaro dhammo,
dhammavanta namatthu te.

"Lord of the topmost intellectual power to decide what is and what is not beneficial, possessed of the ability to eradicate the 1500 defilements without remainder of flavour or inclination, the four *magga*, the four *phala* and *Nibbāna*, being the nine supremundane elements are spectacularly manifest in the glory of *dhamma*.

"Lord of the glory of *dhamma*, let the humble respectful crouch, bowed head, raised hands and lowered pride of the preaching monk and the assembly be the unerring and absolute adoration of the Lord.

We have now unerring and absolute adoration of the Lord."

We have now adored the *dhamma* glory of Buddha.

အဲဒါကြောင့် သာဝကတို့ရဲ့ လောကုတ္တရာ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ဓမ္မဘုန်းတော်လို့ မဆိုနိုင်ဘူး၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ လောကုတ္တရာ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ကိုးတန်သော တရားကိုမှ ဓမ္မဘုန်းတော်လို့ ဆိုနိုင်တယ်။

ဓမ္မဘုန်းတော်ဘွဲ့ ဘုရားရှိခိုးပုံ

ထိုဓမ္မဘုန်းတော်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ရှိခိုးရင် ဒီလို ရှိခိုးကြရမယ်။ သဝါသနသံကိလေသ-ပဟာယီ ဓီရ အတ္ထိ တေ။

နဝ လောကုတ္တရော ဓမ္မော၊ ဓမ္မဝန္တ နမတ္ထု တေ။

ဓီရ=အကျိုးရှိသင့် မရှိသင့်ကို ချိန်နှင့်နှိုင်းပြိုင် ဆုံးဖြတ်နိုင်သား မဏ္ဍိုင်ခေါင်ဖူး ဉာဏ်ထူးဉာဏ်ညွှန် ရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ သဝါသနသံကိလေသပဟာယီ=ဂါသနာ အငွေ့အသက်နှင့်တကွ တစ်ထောင့်ငါးရာ ကိလေသာတို့ကို ပယ်ခွာ လတ်လတ် အကြွင်းမဲ့ သတ်တတ်သော။ နဝလောကုတ္တရော=မဂ်လေးပါး ဖိုလ်လေးပါး နိဗ္ဗာန်အားဖြင့် ကိုးပါးသင်္ချာ လောကုတ္တရာ တရား တည်းဟူသော။ ဓမ္မော=ဓမ္မနှုန်းခေါ် ရွှေဘုန်းတော်သည်။ အတ္ထိ=ထင်ရှားပုံသေ ရှိပါပေ၏။ ဓမ္မဝန္တ=ဓမ္မဂုဏ်နှုန်း ရွှေဘုန်းတော်ရှင် မြတ်သခင်ဘုရား။ တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ နော=တရားဟောပုဂ္ဂိုလ် တရားနာပုဂ္ဂိုလ် ခေါ်ဆိုသမုတ် အကျွန်ုပ်တို့၏။ နမော=တုပ်ဝပ်ရိုးကျိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးမာန်လျှော့ ကန်တော့ဦးညွှတ်ခြင်းသည်။ အတ္ထု=မြေ လက်ခတ်နဲ့ မလွဲပုံသေ ဖြစ်ပါစေသား မြတ်စွာဘုရား။

ဓမ္မဘုန်းတော်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရား၏ မဂ်လေးပါး ဖိုလ်လေးပါး နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ လောကုတ္တရာတရားကိုးပါးကို ဓမ္မဘုန်းတော်လို့ ခေါ် တယ်။

Glory of fame (*yasa*)

The fame of Buddha's physical qualities, the fame of Buddha's mental qualities spread to the high heavens. This fame is the true and correct reflection of the qualities. Such fame is the glory of *yasa*.

Though some are famous close study reveals discrepancy between fame and actuality. It is not so with the *Buddha*.

Adoration of *Buddha's* glory of fame

yathā bhuccagato dhīra,
yaso tilokavyāpako.
atisuddhopi te atthi,
yasvanta namatthu te.

"Lord of the topmost intellectual power to decide what is and what is not beneficial, possessed of the glory of fame which comes into possession for being inevitably true without any hint of exaggeration or boastfulness, which penetrates through the three worlds, fame which is totally pure, fame of the physical and mental qualities which rises to the zenith spectacularly in the glory of fame.

ယသဘုန်းတော်

(၃) ယသဘုန်းတော်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားမှာ သရီရဂုဏ် ရှုပကာယနှင့် ပတ်သက်တဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးတွေ၊ ဓမ္မဂုဏ် နာမကာယဓမ္မနှင့် ပတ်သက်တဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးတွေဟာ ဘဝဂ်တိုင်အောင် ပျံ့လှိုင်ပြီး ကျော်စောတဲ့ ကောင်းသတင်းသံတွေ လွှမ်းခြုံနေတယ်။ အဲဒီ ကောင်းသတင်းသံသည် အမှန်အတိုင်း ကျော်စောတဲ့ ကောင်းသတင်းသံကို ယသဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။

အချို့မှာ သတင်းကောင်း ကျော်ကြားသော်လည်း အထဲဝင်ကြည့်လိုက်ရင် ကြားတာနဲ့ တခြားစီ ဖြစ်နေတယ်။ ဘုရားမှာက ဒီလို မဟုတ်ဘူး။ ကျော်ကြားတဲ့အတိုင်း ဟုတ်မှန်တယ်။ ဟုတ်မှန်တဲ့အတိုင်း ကျော်ကြားခြင်းဆိုတဲ့ ကိစ္စိသန္တကို ပါဠိလို ယသဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။ ထိုယသဘုန်းတော်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ရှိခိုးလိုလျှင် ဒီလိုရှိခိုးကြတယ်။

ယသဘုန်းတော်ဘွဲ့ဘုရားရှိခိုးပုံ

ယထာဘုစွဂတော ဓီရ၊ ယသော တိလောကဗျာပကော။

အတိသုဒ္ဓေါပိ တေ အတ္ထိ၊ ယသဝန္တ နမတ္တု တေ။

ဓီရ=အကျိုးရှိသင့် မရှိသင့်ကို ချိန်နှင့်နှုန်းပြိုင် ဆုံးဖြတ်နိုင်သား မဏ္ဍိုင်ခေါင်ဖူး ဉာဏ်ထူး ဉာဏ်ညွှန် ရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ ယထာဘုစွဂတော=အကြားမပါ အဝါမဖက် သက်သက်ဟုတ်မှန် ဂုဏ်နေဟန်ကြောင့် ခြေမှန်မျက်မှောက် လက်တော်ရောက်ရအပ်သော။ တိလောက ဗျာပကော=လောကသုံးရပ် ထုတ်ချင်းခတ်အောင် နဲ့စပ်ထင်ရှား ကျော်ကြားစွာထသော။ အတိသုဒ္ဓေါပိ=အလွန်အမင်း သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သည်လည်းဖြစ်သော။ ယသော=သရီရ

"Lord of the glory of fame, let the humble, respectful crouch, bowed head, raised hands and lowered pride of the preaching monk and the assembly be the unerring and absolute adoration of the Lord."

The glory of fame is the Buddha's true fame of the physical and mental glory which rises to and encompasses the high heavens.

Glory of splendour (*sirī*)

Buddha possesses the 32 major signs and 80 minor signs of the *mahā-purisa*, "great person." The sublimity of the physical beauty such as to arouse the wish to ceaselessly adore is the glory of splendour.

The splendour and glory of the 32 major signs and the 80 minor signs cause people, deva and brahma not to stop adoring the *Buddha*. This is the glory of splendour.

ဓမ္မဂုဏ်နှစ်ဝ၏ ကျနဟုတ်မှန် ဘဝဂ်တိုင် ကျော်စောသံခေါ်တဲ့ ယသဘုန်းတော်သည်။ အတ္ထိ=ထင်ရှားပုံသေရှိပါပေ၏။

ယသဝန္တ=ယသဂုဏ်နှုန်း ရွှေဘုန်းတော်ရှင် မြတ်သခင်ဘုရား။ တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ နော=တရားဟောပုဂ္ဂိုလ် တရားနာပုဂ္ဂိုလ် ခေါ်ဆိုသမုတ် အကျွန်ုပ်တို့၏။ နမော=တုပ်ဝပ်ရိုက်ရှိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးမာန်လျှော့ ကန်တော့ဦးညွတ်ခြင်းသည်။ အတ္ထု=မြေလက်ခတ်နံ မလွဲပုံသေ ဖြစ်ပါစေသား မြတ်စွာဘုရား။

ယသဘုန်းတော်ဆိုတာ တိုတိုချုပ်ပြောရရင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဟုတ်မှန်သည့်အတိုင်း သရီရဂုဏ် ဓမ္မဂုဏ်တို့ ဘဝဂ်တိုင်း လွှမ်းခြုံကျော်ကြားခြင်းကို ယသဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။

သိရီဘုန်းတော်

(၄) သိရီဘုန်းတော်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရား မဟာပုရိသလက္ခဏာတော်ကြီး သုံးဆယ့်နှစ်ပါး၊ ရှစ်ဆယ်သော လက္ခဏာငယ်တို့ဖြင့် ကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ်တို့၏ ဖူးမဝ ရှုမဝ အလွန်လှပ သပ္ပာယ်တင့်တယ်မှုဆိုတဲ့ အသရေအစုကို သိရီဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။ သိရီဘုန်းတော်ဆိုတာ ရူပကာယရဲ့ ဂုဏ်တစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

ဆိုကြပါစို့၊ မြတ်စွာဘုရားမှာ သုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော မဟာပုရိသလက္ခဏာတော်ကြီး၊ ရှစ်ဆယ်သော လက္ခဏာငယ်များ ရှိတယ်။ အဲဒီလက္ခဏာတော်ကြီးငယ် အသွယ်သွယ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတဲ့ ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ အင်္ဂါကြီးငယ် အသွယ်သွယ်ဟာ လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ ဖူးမြော်မဝနိုင်အောင် လှပတင့်တယ် ကျက်သရေ ရှိတော်မူတယ်။ အဲဒါကို သိရီဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။ ထိုသိရီဘုန်းတော်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ရှိခိုးကြစို့။ ဒီဂါထာကို သိရီဘုန်းတော်ဘွဲ့ ဘုရားရှိခိုးဂါထာလို့ ခေါ်တယ်။

Adoration of the glory of splendour

dassanārambhajanānam,

nayanābhīppasādikā.

sabbhīngīgasirī atthi,

sirīmantā namatthu te.

"Lord of the glory of splendour, possessed of the 32 glorious sings, such that all beings, persons, deva take so much delight in watching and adoring the spectacular realisation of the glory of splendour.

"Lord of the glory of splendor let the humble, respectful crouch, bowed head, raised hands and lowered pride of the preaching monk and the assembly be the unerring and absolute adoration of the Lord."

The glory of splendour is the glory whereby one wishes never to stop adoring the major and minor signs. This is a physical glory.

Glory of achievement (*kāma*)

The ability to realise the wish for Buddha's benefit and the benefit of all sentient beings is the glory of achievement. Everybody wishes to realise one's own benefit and the benefit of others. It is *chanda*, "willingness". But do they realise their wish? No.



သီရိဘုန်းတော်ဘွဲ့ ဘုရားရှိခိုးပုံ

ဒဿနာရမ္မဇနာနံ၊ နယနာဘိပ္ပသာဒိကာ။

သဗ္ဗင်္ဂင်္ဂံသီရိ အတ္ထိ၊ သီရိမန္တ နမတ္ထု တေ။

သီရိမန္တ=သီရိဂုဏ်နှုန်း ရွှေဘုန်းတော်ရှင် မြတ်သခင်ဘုရား။ တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ ဒဿနာရမ္မဇနာနံ=ဖူးမြော်လိုမှု လုံ့လပြုသား ပြောထုနတ်လူ သတ္တဝါဟူဟူသမျှတို့၏။ နယနာဘိပ္ပသာဒိကာ=ဖူးတိုင်း မြန်ရှက် မစွန့်ရက်အောင် မျက်စိအရသာ ဆောင်စွမ်းကာဖြင့် လွန်စွာ ရွှန်းစို ကြည်ညိုဖွယ်ဖြစ်သော။ သဗ္ဗင်္ဂင်္ဂံသီရိ=ဗာတ္ထိံသလက္ခဏာ သီတာနုဗျည်း ရှုမငြီးတို့ဖြင့် နုလည်းနုနယ် ကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ်တို့၏ တင့်တယ်ခြင်း အသရေ အစုတည်းဟူသော သီရိဘုန်းတော်သည်။ အတ္ထိ=ထင်ရှားပုံသေ ရှိပါပေ၏။

သီရိမန္တ=သီရိဂုဏ်နှုန်း ရွှေဘုန်းတော်ရှင် မြတ်သခင်ဘုရား။ တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ နော=တရားဟောပုဂ္ဂိုလ် တရားနာပုဂ္ဂိုလ်ခေါ်ဆိုသမုတ် အကျွန်ုပ်တို့၏။ နမော=တုပ်ဝပ်ရိုကျိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးမာန်လျှော့ ကန်တော့ဦးညွတ်ခြင်းသည်။ အတ္ထု=မြေလက်ခတ်နံ မလွဲပုံသေ ဖြစ်ပါစေသား မြတ်စွာဘုရား။

သီရိဘုန်းတော်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ်တို့ကို တစ်နေ့လုံး ထိုင်ဖူးလို့လည်းပဲ မဝနိုင်အောင် သပ္ပာယ်တင့်တော်မှုကို သီရိဘုန်းတော်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ရူပကာယ ဘုန်းဂုဏ်တစ်မျိုး ဖြစ်တယ်။

ကာမဘုန်းတော်

(၅) ကာမဘုန်းတော်ဆိုတာ ကိုယ်တော်အကျိုး သူတစ်ပါးအကျိုးကို လိုလားတဲ့အတိုင်း ပြီးမြောက်စေနိုင်တဲ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ဆန္ဒတော်ကို ကာမဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။ ဘယ်သူမဆို ကိုယ့်အကျိုးသူ့အကျိုးကို လိုလားတတ်ကြပါတယ်။ ထိုလိုလားမှုကို ဆန္ဒစေတသိက်လို့ ခေါ်

Obeisance and Taking the Precepts

In Buddha's case, while an embryo *Buddha* there was the intention (*āgama chanda*) to forward one's own interest. Then as *Buddha* there was the higher intention (*adhigama chanda*) to forward the interest of all sentient beings. Both these intentions were realised through *Buddha's* wish.

We all have intentions but these are not realised. Buddha realised both kinds of intentions through his wish. That wish being realised is the glory of achievement.

Adoration of glory of achievement

*attham parattham vāpi,
dhīra te yaṃ yamicchitaṃ.
atthi nibbattikā mopi
kā mavanta namatthu te.*

"Lord of the intellectual power to decide what is and what is not beneficial, upholding one's interest and the interest of others as an embryo *Buddha*, and upholding to interest of all sentient beings as an All-Enlightened Buddha, there is the spectacular realisation of these three wishes in the glory of achievement.

တယ်။ သို့သော် လိုလားတဲ့အတိုင်း တို့သူငါတွေ ပြီးကြရဲ့လား၊ မပြီး ကြဘူး။

မြတ်စွာဘုရားကျတော့ ဆန်းလိုက်တာ၊ ဟိုအလောင်းတော်ဘဝ တွေမှာလည်း ကိုယ့်အကျိုး သူ့အကျိုး လိုလားတောင့်တတဲ့ အာဂမဆန္ဒ တော် ရှိခဲ့တယ်။ ဘုရားဖြစ်လာတဲ့ အချိန်မှာလည်းပဲ ဝေနေယျတို့၏ အကျိုးကို သယ်ပိုးတော်မူလိုတဲ့ အဓိဂမ ဆန္ဒတော် ဖြစ်ခဲ့တယ်။ ဖြစ်ခဲ့တဲ့ အတိုင်းလည်း ကိုယ်တော်အကျိုး ဝေနေယျတို့၏အကျိုးကို ပြီးမြောက် စေနိုင်တယ်။ အဲဒီလို အကျိုးနှစ်မျိုးလုံးကို ပြီးစေနိုင်တဲ့ ဆန္ဒတော် ဖြစ်ပါတယ်။

တို့သူငါတွေမှာ ဆန္ဒကတော့ ရှိပါတယ်။ သို့သော် ရှိတဲ့အတိုင်း မပြီးဘူး။ ဘုရားနဲ့ ဆန္ဒခြင်း မတူဘူး၊ ဘုရားဆန္ဒတော်က ကိုယ့်အကျိုး သူ့အကျိုး ဤနှစ်မျိုးကို ပြည့်ဖြိုးလေအောင် ရွက်ဆောင်နိုင်တဲ့ ဆန္ဒ တော် ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီဆန္ဒတော်ကို ကာမဘုန်းတော်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ထိုကာမဘုန်းတော်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားအား ရိုသေမြတ်နိုး ရှိခိုးရအောင် သူတော်ကောင်းတို့။

ကာမဘုန်းတော်ဘွဲ့ ဘုရားရှိခိုးပုံ

အတ္ထံ ပရတ္ထံ ဝါပိ၊ ဓီရ တေ ယံ ယမိစ္ဆိတံ။

အတ္ထိ နိဗ္ဗတ္တိကာမောပိ၊ ကာမဝန္တ နမတ္ထု တေ။

ဓီရ=အကျိုးရှိသင့် မရှိသင့်ကို ချိန်နှင့်နှုန်းပြိုင် ဆုံးဖြတ်နိုင်သော မဏ္ဍိုင်ခေါင်ဖူး ဉာဏ်ထူးဉာဏ်ကွန် ရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ ယံ ယံ အတ္တတ္ထံ ဝါ=အကြင် အမျိုးမျိုး ကိုယ်တော်မြတ်၏ အကျိုးကိုလည်းကောင်း။ ယံ ယံ ပရတ္ထံ ဝါပိ= အကြင် အမျိုးမျိုး ဝေနေယျတို့၏ အကျိုးကိုလည်းကောင်း။ ဣစ္ဆိတံ= “ဗုဒ္ဓေါ ဗောဓေယျံ မုတ္တော မောစေယျံ တိဏ္ဍော တာရေယျံ” အကြံသုံးပါး

"Lord of the glory of achievement, let the humble respectful crouch bowed head, raised hands and lowered pride of the preaching monk and the assembly be the unerring and absolute adoration of the Lord."

The mental factor of willingness through which *Buddha's* own benefit and the benefit of all sentient beings is realised is the glory of achievement.

Glory of endeavour (*payatta*)

The glory of endeavour is *sammāvāyāma*, "right endeavour", energy and effort in the power of the *Buddha*. It is endeavour unmatched.

Adoration of glory of endeavour

*payatto sabbalokassa,
gāravāpatti hetuko.
vāyāmo sopi te atthi,
payattavā namatthu te.*

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၉၁

နှလုံးထား၍ လိုလားတောင့်တတော် မူအပ်ခဲ့သည့်အတိုင်း။ နိဗ္ဗတ္တိ
ကာမောပိ=ရွယ်တိုင်းမဖောက် ခရီးရောက်အောင် ပြီးမြောက်တော်မူစေ
နိုင်သည့် အာဂမဆန္ဒ အဓိဂမဆန္ဒတော်တည်းဟူသော ကာမဘုန်းတော်
သည်လည်း။ အတ္ထိ=ထင်ရှားပုံသေ ရှိတုံပေ၏။

ကာမဝန္တ=ကာမဂုဏ်နှုန်း ရွှေဘုန်းတော်ရှင် မြတ်သခင်ဘုရား။
တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ နော=တရားဟောပုဂ္ဂိုလ် တရားနာပုဂ္ဂိုလ်
ခေါ်ဆိုသမုတ် အကျွန်ုပ်တို့၏။ နမော=ကုပ်ဝပ်ရိုးကျိုး လက်စုံမိုး၍
ရှိခိုးမာန်လျှော့ ကန်တော့ဦးညွတ်ခြင်းသည်။ အတ္ထု=မြေလက်ခတ်နံ
မလွဲပုံသေ ဖြစ်ပါစေသား မြတ်စွာဘုရား။

ကာမဘုန်းတော်ဆိုတာ ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့အကျိုး ဝေနေယျတို့ရဲ့
အကျိုးတို့ကို မျှော်ကိုးတောင့်တတော်မူတဲ့အတိုင်း ပြီးစေနိုင်သော
မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တန်ခိုးရှိတဲ့ ဆန္ဒစေတသိက်တော်ကို ကာမဘုန်းတော်
လို့ ခေါ်တယ်။

ပယတ္တဘုန်းစတော်

(၆) နောက်ဆုံး ခြောက်ခုမြောက် ပယတ္တဘုန်းတော် ဆိုတာ
မြတ်စွာဘုရား သန္တာန်မှာဖြစ်တဲ့ သမ္မာဝါယာမ မဂ္ဂင်လို့ ခေါ်ဆိုရသော
သမ္မပ္ပဓာန် လုံ့လ ဝီရိယတော်ကို ခေါ်တယ်။ သူမတူတန်တဲ့ သမ္မပ္ပဓာန်
လုံ့လဝီရိယမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ ပယတ္တဘုန်းတော်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရား
ကို ရှိခိုးရင် ဟောဒီလို ရှိခိုးရမယ်။

ပယတ္တဘုန်းစတော်ဘွဲ့ ဘုရားရှိခိုးပုံ

ပယတ္တော သဗ္ဗလောကဿ၊ ဂါရဝါပတ္တိ ဟေတုကော။
ဝါယာမော သောပိ တေ အတ္ထိ၊ ပယတ္တဝါ နမတ္ထုတေ။

"Lord of the glory of endeavour, possessed of the powerful effort which is the basis of the accomplishment of the Teacher respected and adored by all the words and which is spectacularly manifest in the glory of endeavour.

"Lord of the glory of endeavour, let the humble, respectful crouch the bowed head, raised hands and lowered pride of the preaching monk and the assembly be the unerring, absolute adoration of the Lord."

Six glories in brief

You now understand the six glories.

1. Glory of mastery is the matchless dominance and mastery of the *Buddha's* own mind.
2. Glory of *dhamma* is the nine supramundane factors of the four *magga*, four *phala* and *Nibbāna* attained by the *Buddha*.
3. Glory of fame is the fame of physical and mental attributes which rises to and encompasses the high heavens.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၉၃

ပယတ္တဝါ=ပယတ္တဂုဏ်နှုန်း ရွှေဘုန်းဆော်ရှင် မြတ်သခင်ဘုရား။
တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ သဗ္ဗလောကဿ=အလုံးစုံ လောကရှိသမျှ
နတ်အပေါင်း၏။ ဂါရဝါပတ္တိဟေတုကော=စိုးခန့်သမှု အလေးပြုအပ်
သည့် ဂရုဘွဲ့ယူ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဆူ၏ အဖြစ်သို့ စင်စစ်ဆိုက်ရောက်ကြောင်း
ကောင်းမြတ်သော အခြေခံဖြစ်သော။ ဝါယာမော=သမ္မပ္ပဓာန်ကိစ္စ
တတ်စွမ်းလှသား ပဓာနသည်ာ သမ္မာဝါယာမ မဂ္ဂင်ဟုဆိုအပ်သော။
သောပိ ပယတ္တော=ပယတ္တနှုန်းခေါ် ထိုဘုန်းတော်သည်လည်း။ အတ္ထိ=
ထင်ရှားပုံလေ ရှိပါပေ၏။

ပယတ္တဝါ=ပယတ္တဂုဏ်နှုန်း ရွှေဘုန်းတော်ရှင် မြတ်သခင်ဘုရား။
တေ=ရှင်ပင်ဘုရားအား။ နော=တရားဟောပုဂ္ဂိုလ် တရားနာပုဂ္ဂိုလ်
ခေါ်ဆိုသမုတ် အကျွန်ုပ်တို့၏။ နမော=တုပ်ဝပ်ရိုကျိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုး
မာန်လျှော့ ကန်တော့ဦးညွတ်ခြင်းသည်။ အတ္ထု=မြေလက်ခတ်နဲ မလွဲ
ပုံသေ ဖြစ်ပါစေသား မြတ်စွာဘုရား။

ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးအကျဉ်း

ဘုန်းတော်ခြောက်ပါး နားလည်သွားပြီ။

(၁) ဣဿရိယ ဘုန်းတော်ဆိုတာ ကိုယ်တော်ရဲ့စိတ်တော်ကို
သူမတူတန်အောင် စိုးပိုင်နိုင်နင်းခြင်းကို ခေါ်တယ်။

(၂) ဓမ္မဘုန်းတော်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်မြတ်ရတဲ့
မဂ်လေးပါး ဖိုလ်လေးပါး နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးကို
ခေါ်တယ်။

(၃) ယသဘုန်းတော်ဆိုတာ ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ ရူပကာယဂုဏ်
တွေ၊ ဓမ္မကာယဂုဏ်တွေ မှန်ကန်တဲ့အတိုင်း ဘဝဂ်တိုင် လွှမ်းခြုံပြီးတော့
ကောင်းသောသတင်း ကျော်စောခြင်းကို ခေါ်တယ်။

4. Glory of splendour is the set of 32 major signs and 80 minor signs of the great personality which is magnificent and adorable.
5. Glory of achievement is the realisation of the wish for one's own benefit as well as for the benefit of all sentient beings. People have wishes but only the wishes of Buddha are fully and completely realised.
6. Glory of endeavour is that matchless, powerful effort which makes the whole world hold it as the standard set by a Teacher.

Development of meritorious meditation on Buddha

Now you know well the meanings of glory of mastery, glory of *dhamma*: the six glories. Now let us meditate three times on the meritorious contemplation of *Buddha* through six glories which constitute the attributes of *Bhagavā*.

Lord Buddha, whose fame rises to the top of *akaniṭṭha brahmā* world as being possessed of the six glories of mastery, *dhamma*, fame, splendour, achievement and endeavour.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၉၅

(၄) သီရိဘုန်းတော်ဆိုတာ မဟာပုရိသ လက္ခဏာတော်ကြီး သုံးဆယ့်နှစ်ပါး၊ ရှစ်ဆယ်သော လက္ခဏာငယ်တို့ဖြင့် တစ်ကိုယ်လုံး ကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ်တို့၏ သပ္ပာယ်တင့်တယ် လှပမှုအသရေစုကို သီရိဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။

(၅) ကာမဘုန်းတော်ဆိုတာ ကိုယ်တော့အကျိုး ဝေနေယျတို့၏ အကျိုးကို အလိုတော်ရှိတိုင်း ပြီးစေနိုင်တဲ့ အာဂမမန္တတော် အဓိဂမဆန္ဒတော် နှစ်ပါးကိုခေါ်တယ်။ ဆန္ဒကတော့ သူ့သူငါငါ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် တို့သူငါမှာဖြစ်တဲ့ ဆန္ဒက ဆန္ဒအတိုင်း မပြီးနိုင်ဘူး၊ ဘုရားမှာသာ ဆန္ဒတော်အတိုင်း အကုန်ပြီးအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဆန္ဒတော်ကိုသာ ကာမဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။

(၆) ပယတ္တဘုန်းတော်ဆိုတာ လောကကြီးတစ်ခုလုံးက ဆရာလို့ တင်ယူလောက်အောင် စံထားလောက်အောင် ကြီးမားလွန်မြတ်တဲ့ သမ္ပပဓာန် လုံ့လဝီရိယကို ပယတ္တဘုန်းတော်လို့ ခေါ်တယ်။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ သမာဓိ စကောင်းမှုကုသိုလ်ပွား များပုံ

နောင် အသံကြားလိုက်ရင် ငြော် ... ဣဿရိယ ဘုန်းတော်ဆိုတာ ဘာကိုခေါ်တယ်၊ ဓမ္မဘုန်းတော်ဆိုတာ ဘာကို ခေါ်တယ်လို့ ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးအကြောင်း ကောင်းကောင်းသိသွားပြီ။ အဲဒီ ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးဖြင့် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဘဂဝါဂုဏ်ကို အာရုံပြု၍ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ သမာဓိကောင်းမှုကုသိုလ်တရားကို သုံးခေါက်လေးပတ် ပွားကြံ့အောင် သူတော်ကောင်းတို့။

ဣဿရိယဘုန်းတော်၊ ဓမ္မဘုန်းတော်၊ ယသ ဘုန်းတော်၊ သီရိဘုန်းတော်၊ ကာမဘုန်းတော်၊ ပယတ္တဘုန်းတော် တည်းဟူသော ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင့် ဘဂဝါဟူသော

So bhagavā itipi bhagavā.

So bhagavā itipi araham

So bhagavā itipi sammāsambuddho

So bhagavā itipi vijjācaraṇasampanno

So bhagavā itipi sugato

So bhagavā itipi lokavidū

So bhagavā itipi annuttaropurisa-dammasārathi

So bhagavā itipi satthādevamanussānaṃ

So bhagavā itipi buddho

So bhagavā itipi bhagavā

When you tell the beads in adoration of the *Buddha's* attributes, you say in *Pāḷi* as taught by parents and teachers to their children and grandchildren in order to train them in the language of *Pāḷi* which is the natural language of analysis and of the noble ones (*ariya*) so that at the time of attainment of *magga-phala*, they will be noble ones who have attained mastery in analysis (*patisambhidā-patta*).

But if you know the meaning of "so *bhagavā iti pi*" in Myanmar and say it before you let fall one bead of "So *bhagavā iti pi*", you will be joyously respectful and gain much merit by contemplation of *Buddha* with just one rosary bead.

ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့် အကနိဋ္ဌဗြဟ္မာပြည်တိုင် ပျံလှိုင်းကျော်စောတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား ... မြတ်စွာဘုရား ... သော ဘဂဝါ ဣတိပိ ဘဂဝါ။

မိမိတို့ ဂုဏ်တော်ပုတီးစိတ်တဲ့အခါမှာ -

သော ဘဂဝါ ဣတိပိ အရဟံ၊

သော ဘဂဝါ ဣတိပိ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊

သော ဘဂဝါ ဣတိပိ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊

သော ဘဂဝါ ဣတိပိ သုဂတော၊

သော ဘဂဝါ ဣတိပိ လောကဝိဒူ၊

သော ဘဂဝါ ဣတိပိ အနုတ္တရောပုရိသဒမ္မသာရထိ၊

သော ဘဂဝါ ဣတိပိ သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ၊

သော ဘဂဝါ ဣတိပိ ဗုဒ္ဓေါ၊

သော ဘဂဝါ ဣတိပိ ဘဂဝါ -

လို့ ပါဠိသက်သက်ဆိုပြီး စိပ်တာကတော့ မိဘဘိုးဘေး ဆရာသမား များက တို့သား တို့သမီး တို့မြေးများ သဘာဝနိရတ္တိ အရိယဝေါဟာရ ပါဠိဘာသာကို အလေ့အလာပြုတဲ့အတွက် အရိယာမဂ်ဖိုလ်ရတဲ့အခါမှာ ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တအရိယာ ဖြစ်ကြပါစေဆိုတဲ့ အနေဖြင့် ပါဠိလို အဆို ခိုင်းခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

သို့သော် “သော ဘဂဝါ ဣတိပိ ဘဂဝါ” ဆိုတာ ဟောဒီ အဓိပ္ပာယ် ရတယ်လို့ ကြည်ညိုဝမ်းမြောက်နိုင်အောင် ရှေးဦးစွာ မြန်မာဘာသာဖြင့် ဘဂဝါဂုဏ်တော် ပေါ်အောင်ဆိုပြီးမှ “သော ဘဂဝါ ဣတိပိ ဘဂဝါ” လို့ ဆိုပြီး ပုတီးတစ်လုံးချရင် ဘဂဝါတစ်ခေါက်နဲ့ပဲ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ သမာဓိ ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေ အများကြီး ရနိုင်ပါတယ်။

Meritorious *vipassanā*, "insight knowledge"

After gaining well meritorious concentration, let us now gain meritorious *vipassanā*, "insight". If one meditates according to the chapter on "The Soil in which Understanding Grows" of the *Visuddhimagga*, the objects of meditation are:

1. name-and-form and pile of five factors
2. twelve bases
3. eighteen elements
4. the two noble truths of suffering and origin
5. the mundane faculties
6. dependent origination

Embryo Buddhas meditate on dependent origination. Also to gain *mahāvajira-vipassanā* insight one must meditate on dependent origination. *Nāma-rūpa* must be meditated on by way of the pile of five factors, the twelve bases, the eighteen elements, the noble truths, the faculties and dependent origination.

Now I wish you to meditate by way of the eighteen elements because this year, on the occasion of the 30th *Abhidhamma Day* celebrated by the *Yangon Abhidhamma Propagation Association*, all organisations celebrating the Day throughout the country are distributing over a hundred thousand leaflets of extracts from the seven books of the *Pāli Abhidhammā*.

ဝိပဿနာပညာ စကောင်းမှုကုသိုလ်

သမာဓိကောင်းမှုကုသိုလ်တွေကို လုံလောက်စွာ ရယူပြီးတော့ ဝိပဿနာပညာ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ရယူကြရအောင် သူတော်ကောင်းတို့။

ဝိပဿနာပညာ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ရယူတဲ့နေရာမှာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ပညာဘူမိနိဒ္ဒေသမှာ လာတဲ့အတိုင်းရှုရင် အရှုခံတရားအနေဖြင့်-

- (၁) ရုပ်နာမ်-နှစ်ပါး ခန္ဓာငါးပါး၊
- (၂) သို့မဟုတ် အာယတန ကစ်ဆယ့်နှစ်ပါး၊
- (၃) သို့မဟုတ် ဓာတ် တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါး၊
- (၄) သို့မဟုတ် ဒုက္ခနဲ့သမုဒယ သစ္စာနှစ်ပါး၊
- (၅) သို့မဟုတ် လောကီ ဣန္ဒြေများ၊
- (၆) ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် -

တရားများကို ဝိပဿနာ ရှုရမယ်။ ဘုရားလောင်းများ ဝိပဿနာရှုတာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ဦးတည်ပြီးတော့ ရှုတာဖြစ်တယ်။ မဟာဝဇီဝ ဝိပဿနာဉာဏ်ဆိုတာလည်း ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို အရှုခံထားပြီးတော့ ဦးတည်ပြီးတော့ ရှုတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ရုပ်နာမ်တရား သဘောကို ခန္ဓာ အာယတန၊ ဓာတ်၊ သစ္စာ၊ ဣန္ဒြေ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အနေနဲ့ ကြည့်ပြီးတော့ ရှုတာ။

ယခု ဓာတ် တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးအနေဖြင့် ကြည့်ပြီး ရှုစေချင်တယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ယခုနှစ် ရန်ကုန်မြို့ အဘိဓမ္မာ ပြန့်ပွားရေး အသင်းကြီးက အကြိမ်သုံးဆယ်မြောက် အဘိဓမ္မာ အခါတော်နေ့ ကျင်းပတဲ့အခါမှာ တစ်နိုင်ငံလုံးမှာရှိတဲ့ အဘိဓမ္မာ အခါတော်နေ့ ကျင်းပတဲ့ အသင်းအဖွဲ့ အသီးသီးသို့ အဘိဓမ္မာခုနစ်ကျမ်း ပါဠိတော် အချို့ကို ရိုက်နှိပ်ပြီး စာရွက်ရေတစ်သိန်းကျော် ဓမ္မဒါန ဖြန့်ဖြူးတယ်။

Eighteen *dhātu* arranged by the *Vibhaṅga*

We too have received those leaflets. I am to open the 30th *Abhidhamma Day* celebrations as an Instructional Teacher. I received the leaflets also when I arrived here. In the leaflet carrying the extract from *Abhidhamma* :

atthārasadhātuyo-cakkhudhātu, rūpadhātu,
cakkhuvīññānadhātu
sotadhātu, saddadhātu, sotavīññānadhātu
ghānadhātu gandhadhātu.
ghānavīññānadhātu
jivhādhātu, rasadhātu, jivhāvīññānadhātu
kāyadhātu, phoṭṭhabbhadhātu,
kāyavīññānadhātu manodhātu,
dhammadhātu, manovīññānadhātu.

The 18th *dhātu*, arranged in groups of three, are extracted from the *Pāḷi* of Buddha's *Vibhaṅga*.

When I saw that *Pāḷi* I was happy. I thought that it would be good if the devotees could practice *vipassanā* according to this series. They would come to see the cause-effect relations.

Previously the 18 *dhātu* were arranged in this manner.

cakkhudhātu, sotadhātu, ghānadhātu.
jivhādhātu, kāyadhātu
rūpadhātu, saddadhātu, gandhadhātu,
rosadhātu, phoṭṭabbhadhātu
cakkhuvīññānadhātu, sotavīññānadhātu.
ghanavīññānadhātu, jivhāvīññānadhātu,
kāyavīññānadhātu

ဝိဘင်းကျမ်းက ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးစဉ်ပဲ့

ဘုန်းကြီးတို့ နေရာမှာလည်းပဲ အဘိဓမ္မာအခါတော်နေ့ ကျင်းပလို့ ဒီစာရွက်တွေရတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ကိုယ်တိုင်လည်း အဘိဓမ္မာ ပြန်ပွားရေးအသင်း၏ အကြိမ်သုံးဆယ်မြောက် အဘိဓမ္မာအခါတော်နေ့မှာ သြဝါဒါစရိယအနေဖြင့် အခါတော်ပွဲ ဖွင့်ရမှာမို့ ဒီရောက်လာတော့ စာရွက်တွေကို အားလုံးရပါတယ်။ အဲဒီစာရွက်တွေထဲမှာ ဝိဘင်းကျမ်းအတွက် ထုတ်လိုက်တဲ့ စာရွက်ထဲမှာ -

- အဋ္ဌာရသဓာတုယော၊ စက္ခုဓာတု ရူပဓာတု စက္ခုဝိညာဏဓာတု၊
- သောတဓာတု၊ သဒ္ဓဓာတု၊ သောတဝိညာဏဓာတု၊
- ဃာနဓာတု၊ ဂန္ဓဓာတု၊ ဃာနဝိညာဏဓာတု၊
- ဇိဝှာဓာတု၊ ရသဓာတု၊ ဇိဝှာဝိညာဏဓာတု၊
- ကာယဓာတု၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဓာတု၊ ကာယဝိညာဏဓာတု၊
- မနောဓာတု၊ ဓမ္မဓာတု၊ မနောဝိညာဏဓာတု -

လို့ ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးကို သူ့အစုကလေးနဲ့သူ သုံးပါးတစ်စု သုံးပါးတစ်စု ဓာတုဝိဘင်းမှာ ဘုရားဟောခဲ့တဲ့ပါဠိကို ထုတ်ပြထားတယ်။

အဲဒီပါဠိကိုမြင်တော့ ဘုန်းကြီးစိတ်ထဲမှာ ဟာ ... ဟန်ကျလိုက်တာ၊ တို့ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေကို ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါး ဝိပဿနာ နှလုံးသွင်းကို ခု အစဉ်အတိုင်း ကျင့်သုံးစေရရင် အင်မတန် ကောင်းမယ်၊ အကြောင်းအကျိုးတွေကိုလည်း အတော်မြင်လာမယ်လို့ ဘုန်းကြီးစိတ်ထဲမှာ မြင်လာပါတယ်။

- ဟိုတုန်းက ရခဲ့ကြတဲ့ ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးကတော့ -
- စက္ခုဓာတ် သောတဓာတ် ဃာနဓာတ် ဇိဝှာဓာတ် ကာယဓာတ်၊
- ရူပဓာတ် သဒ္ဓဓာတ် ဂန္ဓဓာတ် ရသဓာတ် ဖောဋ္ဌဗ္ဗဓာတ် စက္ခု
- ဝိညာဏဓာတ် သောတဝိညာဏဓာတ် ဃာနဝိညာဏဓာတ် ဇိဝှာ
- ဝိညာဏဓာတ် ကာယဝိညာဏဓာတ် မနောဓာတ် မနော

manodhātu, manoviññānadhātu dhammadhātu.

When we recited the *mātikā*, "list of contents." to the *Dhātukathā*, "commentary," it was arranged in this manner

**A day's activities according to *Buddha's*
*Abhidhamma***

I was pleased with the way the 18 *dhātu* were arranged in the *Vibhaṅga*. If you ask how many kinds of activities are undertaken by people each day the answer will be that home-dwellers have so much to do, how can that be counted, That is how we see it. But according to *Buddha* there are only six kinds. Seen with eye of reality, there are only six kinds of daily activities. These are the six.

1. The activity of seeing various objects with the eye.
2. The activity of hearing various sounds with the ear.
3. The activity of smelling various smells with the nose.
4. The activity of tasting various tastes with the tongue.
5. The activity of feeling various sensations of smoothness, heat, cold, softness, hardness with the body.
6. The activity of thinking about various physical and mental objects with the mind.

ဝိညာဏဓာတ် ဓမ္မဓာတ်-

လို့ပဲ ရခဲ့ကြတယ်။ မာတိကာ၊ ဓာတုကထာ ဆိုကြတုန်းကလည်း ဒီ အစဉ်အတိုင်းပဲ ဆိုခဲ့ရတော့ ဒီအတိုင်းပဲ ရခဲ့ကြတယ်။

ဗုဒ္ဓဇာဘိဓမ္မာအရ တစ်စနုတာလုပ်ငန်းများ

ယခု ဓာတုဝိဘင်းပါဠိတော်မှာ ဟောထားတဲ့ ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ် ပါးစဉ်ပုံကို တော်တော်ကို စိတ်ထဲမှာ သဘောကျသွားတယ်။ လူတွေကို ဒါယကာတို့ တစ်နေ့လုံး အလုပ်လုပ်တာ ဘယ်နှစ်မျိုးလုပ်သလဲလို့ မေးရင် “ဃရာဝါသော ဗဟုကိစ္စော” ဆိုတဲ့အတိုင်း အိမ်၌နေတဲ့လူဆို တာ အလုပ်ကိစ္စ သိပ်များတယ်၊ ဘယ်ရေနိုင်ပါ့မလဲ၊ အများကြီးပေါ့လို့ ဖြေလိမ့်မယ်။ အဲဒါ တို့သူငါ အမြင်ဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အမြင် ဆိုလို့ရှိရင်တော့ ခြောက်မျိုးပဲ ရှိတယ်။ အဲဒီလို ပရမတ္ထမျက်စိနဲ့ကြည့် ရင် တို့တစ်တွေရဲ့ တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းဟာ ခြောက်မျိုးပဲ ရှိတယ်လို့ ပြောရလိမ့်မယ်။ ဒီခြောက်မျိုးဟာ-

- (၁) မျက်စိဖြင့် အဆင်းမျိုးစုံ ရူပါရုံကို ကြည့်တဲ့အလုပ်၊
- (၂) နားဖြင့် အသံမျိုးစုံ သဒ္ဓါရုံကို နားထောင်တဲ့အလုပ်၊
- (၃) နှာခေါင်းဖြင့် အနံ့မျိုးစုံ ဂန္ဓာရုံကို နမ်းရှူတဲ့အလုပ်၊
- (၄) လျှာဖြင့် အရသာမျိုးစုံ ရသာရုံကို လျက်တဲ့စားတဲ့အလုပ်၊
- (၅) ကိုယ်ဖြင့် အကြမ်းအနု အပူအအေး အပျော့အမာအတွေ့မျိုးစုံ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံကို တွေ့ထိတဲ့အလုပ်၊

(၆) စိတ်ဖြင့် ရုပ်နာမ်မျိုးစုံ ဓမ္မာရုံကို ကြံတွေးသိတဲ့အလုပ် - များဖြစ်ပါတယ်။

Conceptually diverse activities

The days activities as seen by *Abhidhamma* are only these six. It seems diverse only conceptually. We are not only think they are many conceptually, we also see them wrong.

Taṇhā, māna, diṭṭhi in seeing

When we see a visual object with the eye we do not simply say, "the eye sees". We say, "I see with my eye", thus attaching *taṇhā*, "craving", of possession to the eye. When I say that I see *Maung Pyu* with my eye, there is the attachment of *taṇhā* in saying, "my eye", there is the attachment of person-ality in saying, "*Maung Pyu*", and there is attachment of *māna*, "pride", in saying, "I see". This is according to *Abhidhamma*.

There is error in each word. In fact, the pile of factors which goes by the name of *Maung Pyu* is perceived by a sensitive element of the eye to give rise to visual consciousness. But we say with *taṇhā*, attachment that the sensitive eye element is my eye, with *diṭṭhi*, "wrong view", of person that the visual object is *Maung Phy*, and with *mana*, "pride", that the visual consciousness is my own seeing. So there is error in all three statements.

Buddha teachers in accordance with reality in order to eradicate these three obsessions. Seeing in reality, is "the perception of various visual objects by

ပညတ်အရ လုပ်ငန်းများစနစ်ပုံ

တစ်နေ့လုံးလုပ်တဲ့ လုပ်ငန်းဟာ ဒီခြောက်ပါးမှလွဲလို့ ဘာမှမရှိဘူး။ အဘိဓမ္မာမျက်စိဖြင့်ကြည့်ရင် ဒီခြောက်မျိုးပဲ ရှိတယ်။ အများကြီး ဖြစ်နေတာက ပညတ်အနေနဲ့ များနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ များရုံတင် မဟုတ်သေးဘူး။ အဲဒီပညတ်အပေါ်မှာ တို့တစ်တွေက အမှားပြောသေးတယ်။

မြင်ခြင်းကိစ္စ၌ တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိစွဲပုံ

ဥပမာ-မျက်စိဖြင့် အဆင်းကိုမြင်တဲ့နေရာမှာ “မျက်စိနဲ့ မြင်တယ်” လို့ ရိုးရိုးမပြောဘူး။ “ငါ့မျက်စိနဲ့မြင်တယ်၊ ငါ့မျက်စိနဲ့မြင်တယ်” လို့ မျက်စိမှာ ငါ့ဥစ္စာဆိုတဲ့ တဏှာစွဲက ပါသေးတယ်။ ငါ့မျက်စိနဲ့ မောင်ဖြူကို ငါမြင်လိုက်တယ်လို့ ပြောတဲ့နေရာမှာ ငါ့မျက်စိဆိုတုန်းက တဏှာအစွဲတစ်ခုပါပြီး မောင်ဖြူကိုဆိုတော့ ပုဂ္ဂိုလ်ပါသွားတယ်။ ငါမြင်တယ်ဆိုတော့ မာနခွဲဖြစ်သွားတယ်။ အဘိဓမ္မာသဘောနဲ့ကြည့်ရင်။

ဒီတော့ လုံးတိုင်းလုံးတိုင်းမှာ အစွဲတွေက မှားနေတယ်။ အမှန်ကတော့ စက္ခုပသာဒခေါ်တဲ့ မျက်စိအကြည်ဖြင့် မောင်ဖြူလို့ ခေါ်ဆိုပညတ် သမုတ်အပ်တဲ့ ခန္ဓာအစဉ်မှာရှိတဲ့ ရူပါရုံကို အာရုံပြုပြီးတော့ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်တာပါပဲ။ အဲဒီမှာ မျက်စိအကြည်ကိုလည်း ငါ့မျက်စိလို့ တဏှာနဲ့စွဲတယ်။ ရူပါရုံကိုလည်း မောင်ဖြူလို့ ပုဂ္ဂလဒိဋ္ဌိအစွဲနဲ့ ပြောတယ်။ စက္ခုဝိညာဏ်က မြင်တာကို ငါ့ကိုယ်တိုင်မြင်တာလို့ စက္ခုဝိညာဏ်ကို ငါ့လို့ စွဲပြန်တယ်။ အဲဒီလို စကားသုံးခွန်းလုံးမှာ အစွဲသုံးခုပါနေတယ်။

အဲဒီ အစွဲသုံးခုပြုတ်အောင် မြတ်စွာဘုရားက ပရမတ္ထတရားသာ အမြင်ကို ဟောချင်တယ်။ မြင်မှုဆိုတဲ့ကိစ္စမှာ ပရမတ္ထဉာဏ်မျက်စိနဲ့ သုံးလိုက်ရင် “စက္ခုပသာဒခေါ်သော မျက်စိအကြည်ဖြင့် အဆင်းမျိုးရံ

the sensitive element of the eye". Seeing is visual consciousness the arising of the thought-process at the eye door (*cakkhu-dvāra*). We see the forest, the hill, the house, the monastery, the town, the village, the river, the stream. We see so many things, as much as the world of concepts is wide. In reality, it is the eye seeing a visual object.

***Taṅhā, māna, diṭṭhi* in hearing**

Likewise, we say, "we hear with our own ears the voice of *Nga Pyu*." When we say, "with my ears, "the *taṅhā* for possession arises with regard to the sensitive element of the ear. In talking about *Nga Pyu*'s voice we hear with the wrong view of personality. Saying we hear it ourselves is being obsessed with *māna* of ear-consciousness. This is seeing with the eye of reality of *Abhidhamma*.

Thus, there is error in every word. Only if we see it in terms of *anicca*, "impermanence," *dukkha*, "suffering", and *anatta*, "non-soul", will the error be eradicated. When I saw the arrangement in the *Vibhaṅga* distributed this year by the *Abhidhamma* Propagation Association, this knowledge arose in me.

Meditation on the 18 *dhātu*

Dhātu meditation is on the 18 *dhātu*. The *Pāli* texts require meditation on *anicca*, *dukkha* and *anatta*.

ရူပါရုံကို မြင်တယ်”လို့ ပြောရတယ်။ မြင်တယ်ဆိုတာ စက္ခုဝိညာဏ် စိတ် စက္ခုဒွါရ ဝိထိစိတ်တွေ ဖြစ်တာကို ခေါ်တယ်။ အဘိဓမ္မာကတော့ အဲဒါပဲ။

တို့တစ်တွေမှာ မြင်လိုက်ကြတာက တောကိုမြင်တယ်။ တောင်ကို မြင်တယ်၊ အိမ်ကိုမြင်တယ်၊ ကျောင်းကိုမြင်တယ်၊ မြို့ကိုမြင်တယ်၊ ရွာကိုမြင်တယ်၊ မြစ်ကိုမြင်တယ်၊ ချောင်းကိုမြင်တယ်၊ အမြင်တွေက အလွန်ပေါ့တယ်။ ပညတ်နယ် ကျယ်ကျယ်သလောက် အဲဒါတွေက ကျယ်ကုန်တယ်။ အရုပ်ကတော့ စက္ခုဖြင့် ရူပါရုံကို မြင်တာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ကြားခြင်းကိစ္စနှင့် တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိစွဲပုံ

ထို့အတူပဲ ကြားတဲ့ကိစ္စမှာလည်းပဲ “ငါ့နားဖြင့် ငဖြူရဲ့အသံကို ငါကိုယ်တိုင်ကြားတာ”လို့ ပြောကြတယ်။ ငါ့နားဖြင့်ဆိုတော့ သောတ ပသာဒခေါ်တဲ့ နားအကြည်ကို ငါ့ဥစ္စာဆိုတဲ့ တဏှာစွဲနဲ့ သွားစွဲတယ်။ ငဖြူရဲ့အသံ ဆိုတဲ့နေရာမှာ အသံကို ငဖြူလို့ သူသွားစွဲနေတယ်။ အသံ ဟာ အသံပါပဲ။ ငဖြူရဲ့အသံဆိုတော့ ပုဂ္ဂလဒိဋ္ဌိနဲ့စွဲပြီး ပြောခြင်းဖြစ် တယ်။ ငါကိုယ်တိုင်ကြားတာ ဆိုတာက သောတဝိညာဏ် ဖြစ်တာကိုပဲ ငါလို့ မာနစွဲနဲ့ စွဲလိုက်ပြန်တယ်။ အဲဒီလို အဘိဓမ္မာပရမတ္ထတရားမျက်စိ နဲ့ကြည့်ရင် ဒီအတိုင်း မြင်ရတယ်။

အဲဒီလို လုံးတိုင်း ခွန်းတိုင်း အစွဲတွေက မှားနေတယ်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလို့ ရှုမှ အဲဒီအမှားက ပြုတ်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနှစ် အဘိဓမ္မာပြန်ပွားရေးအသင်းက ဖြန့်တဲ့ ဓာတုဝိဘင်း ပါဠိတော်အစဉ်ကို တွေ့ရတော့ ဒီအသိဉာဏ်တွေ ပေါ်လာတယ်။

ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါး ကမ္မဋ္ဌာန်း

ဓာတ်ကမ္မဋ္ဌာန်းကတော့ အဲဒီဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ရှုဖို့ကတော့ ပါဠိတော်တွေမှာ တိုက်ရိုက်လာပါ

Seeing various visual objects with the eye means:

1. The eye as the sensitive element is *cakkhu-dhātu*.
2. The various visual objects are *rūpa-dhātu*.
3. Seeing as eye-consciousness is *cakkhaviññāṇa-dhātu* dependent on the eye.

Likewise, hearing various sounds with the ear means.

1. Ear is *sotadhātu*.
2. Sounds are *saddadhātu*.
3. Hearing as ear consciousness is *sotaviññāṇa-dhātu*.

So one sees there *dhatu* if one looks with the eye of reality.

There are three *dhātu* in smelling various smells with the nose.

1. The nose is *ghānadhātu*.
2. The various smell are *ghāndadhātu*.
3. Smelling as smell consciousness is *ghānaviññānadhātu*.

There are three *dhātu* also when the tongue perceives various tastes.

1. The tongue is *jivhādhātu*.
2. The various tastes are *rasadhātu*.
3. Tasting as taste consciousness is *jivhāviññāṇa-dhātu*.

In the feeling of roughness, smoothness, cold, heat, softness, hardness felt by the body as the three *dhātu*.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၁၀၉

တယ်။

(၁) မျက်စိကို အရကောက်လိုက်ရင် မျက်စိအကြည်ခေါ်တဲ့ စက္ခုဓာတ်၊

(၂) အဆင်းမျိုးစုံ ရူပါရုံက ရူပဓာတ်၊

(၃) မြင်တယ်ဆိုတာ စက္ခု၌ မှီပြီးဖြစ်တဲ့ စက္ခုဝိညာဏဓာတ် လို့ ဓာတ်သုံးပါး ထွက်လာတယ်။

ထို့အတူ နားဖြင့် အသံမျိုးစုံ သဒ္ဒါရုံကို ကြားတယ်ဆိုတဲ့ နေရာမှာ လည်း -

(၁) နားက သောတဓာတ်၊

(၂) အသံမျိုးစုံ သဒ္ဒါရုံက သဒ္ဒဓာတ်၊

(၃) ကြားမှုသောတဝိညာဏ်က သောတဝိညာဏဓာတ်။

အဲဒီလို ပရမတ္ထမျက်စိနဲ့ ရှာကြည့်ရင် ဓာတ်သုံးခု တွေတယ်။

ပြီးတော့ နှာခေါင်းဖြင့် အနံ့မျိုးစုံ ဂန္ဓာရုံကို နမ်းရှူတယ်ဆိုတဲ့ နေရာမှာလည်း -

(၁) နှာခေါင်းက ဃာနဓာတ်၊

(၂) အနံ့မျိုးစုံ ဂန္ဓာရုံက ဂန္ဓဓာတ်၊

(၃) နမ်းရှူတာက ဃာနဝိညာဏဓာတ် - လို့ ဓာတ်သုံးလုံး။

လျှာဖြင့် အရသာမျိုးစုံ ရသာရုံကို လျက်တယ် စားတယ်ဆိုတဲ့ ကိစ္စမှာလည်းပဲ -

(၁) လျှာက ဇိဝှာဓာတ်၊

(၂) အရသာမျိုးစုံ ရသာရုံက ရသဓာတ်၊

(၃) စားတယ်လျက်တယ်ဆိုတာက ဇိဝှာဝိညာဏဓာတ်လို့ ဓာတ်

သုံးလုံး။

ကိုယ်ဖြင့် အကြမ်းအနု အပူအအေး အပျော့အမာစတဲ့ အတွေ့မျိုးစုံ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံကို တွေ့ထိတယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ -

Obeisance and Taking the Precepts

1. The body is *kāyadhātu*.
2. The various touch objects are *poṭṭhabbadhātu*.
3. Touching as touch consciousness is *kaya-viññāṇadhātu*.

In the consciousness of various physical and mental objects there are three *dhātu*.

1. The mind is *manodhātu*.
2. The perception of the various physical and mental object is *dhammadhātu*.
3. Consciousness is *manodhātu*.

Thus there are altogether 18 *dhātu*. The above six statement themselves display their basic *dhātu* nature.

If you consider reality as the 18 *dhātu* in groups of three, you will realise that "seeing with the eye" is concerned with the sensitive eye-element. You will realise its impermanent nature, its suffering nature, the non-disposable and non-immutable nature. You will realise that it is neither your own, nor your soul so that you will not appropriate it with carving as your eye.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော်

- (၁) ကိုယ်က ကာယဓာတ်၊
- (၂) အတွေ့မျိုးစုံ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံက ဖောဋ္ဌဗ္ဗဓာတ်၊
- (၃) တွေ့ထိတာက ကာယဝိညာဏဓာတ် -

လို့ ဓာတ်သုံးလုံး။

စိတ်ဖြင့် ရုပ်နာမ်မျိုးစုံ ဓမ္မာရုံကို သိတယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ -

- (၁) စိတ်က မနောဓာတ်၊
- (၂) ရုပ်နာမ်မျိုးစုံ ဓမ္မာရုံက ဓမ္မဓာတ်၊
- (၃) သိတာက မနောဝိညာဏဓာတ် -

လို့ ဓာတ်သုံးလုံးစီ ရတော့ အားလုံး ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ စကားကြီး ခြောက်ခွန်းဟာ စကားထဲက ဓာတ်သဘောတွေ ဇာတိပြုနေကြတယ်။ အဲဒီလို မြင်ရမယ်။

ပရမတ္ထဖြစ်တဲ့ -

- စက္ခုဓာတ်၊ ရူပဓာတ်၊ စက္ခုဝိညာဏဓာတ်၊
- သောတဓာတ်၊ သဒ္ဓဓာတ်၊ သောတဝိညာဏဓာတ်၊
- ဃာနဓာတ်၊ ဂန္ဓဓာတ်၊ ဃာနဝိညာဏဓာတ်၊
- ဇိဝှာဓာတ်၊ ရသဓာတ်၊ ဇိဝှာဝိညာဏဓာတ်၊
- ကာယဓာတ်၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဓာတ်၊ ကာယဝိညာဏဓာတ်၊
- မနောဓာတ်၊ ဓမ္မဓာတ်၊ မနောဝိညာဏဓာတ် -

ဆိုတဲ့ ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးကို သုံးပါးတစ်စု သုံးပါးတစ်စု ပရမတ္ထ ရုပ်နာမ်ခိုက်အောင် ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်ကြည့်လို့ သိလာပြီဆိုရင် မျက်စိဖြင့် ဆိုတာမှာ မျက်စိအကြည်ရုပ်ကလေးကို မြင်လာတယ်။ သူ့ရဲ့မမြဲတဲ့ အနိစ္စသဘော၊ ဆင်းရဲတဲ့ ဒုက္ခသဘော၊ အစိုးမရတဲ့ မခိုင်မာတဲ့ အနတ္တ သဘောကို ပေါ်အောင် မြင်လာတယ်။ သူ့ကို ငါ့မျက်စိ ငါ့မျက်စိလို့ တဏှာနဲ့ မစွဲအောင် ငါ ငါ့ဥစ္စာ ငါ့လိပ်ပြာ ဘာမှမဟုတ်ဘူးလို့ သိရမယ်။

Obeisance and Taking the Precepts

See three *dhātu* each in seeing and hearing

In the statement that one sees various visual objects with the eye, there are three *dhātu*.

1. The sensitive physical element in the eye (*cakkhudhātu*)
2. The physical element of the visual object (*rūpadhātu*)
3. The consciousness which is dependent upon the eye. (*cakkhuvīññādhātu*)

Likewise, see the three *dhātu*.

1. The sensitive physical element in the ear.
2. The physical element of the aural object.
3. The consciousness which is dependent on the ear.

See the three *dhātu*.

1. The sensitive physical element in the nose.
2. The physical element of the odorous object.
3. The consciousness which is dependent upon the nose.

Likewise, see in the terms of the Myanmar language.

1. The sensitive physical element in the tongue.
2. The physical element of the sapid object
3. The consciousness which is dependent on the tongue.

Likewise, use your own language to see closely the reality of *jivhādhātu*, *rasadhātu*, *jivhāvīññādhātu* in this.

မြင်ရာကြားရာ စသည်၌ ဓာတ်သုံးပါးစီ မြင်စအောင်ရှု

မျက်စိဖြင့် အဆင်းမျိုးစုံ ရူပါရုံကို ငါမြင်တယ်ဆိုတဲ့ စကားမှာ-

- (၁) မျက်စိတွင်မည် ရုပ်အကြည်လည်းကောင်း (စက္ခုဓာတ်)၊
- (၂) အဆင်းတွင်မည် ရုပ်ထိုဤလည်းကောင်း (ရူပဓာတ်)၊
- (၃) မျက်စိ၌မှီ ဝိညာဏ်သည်လည်းကောင်း (စက္ခုဝိညာ-

လို့ ဓာတ်သုံးမျိုး ထွက်လာတယ်။

ထို့အတူ -

- (၁) နားဟုတွင်မည် ရုပ်အကြည်လည်းကောင်း၊
- (၂) အသံတွင်မည် ရုပ်ထိုဤလည်းကောင်း၊
- (၃) နား၌စွဲမှီ ဝိညာဏ်သည်လည်းကောင်း၊

လို့ ဓာတ်သုံးခုကို မြင်ပါစေ။

- (၁) နှာခေါင်းတွင်မည် ရုပ်အကြည်လည်းကောင်း၊
- (၂) အနံ့တွင်မည် ရုပ်ထိုဤလည်းကောင်း၊
- (၃) နှာခေါင်း၌မှီ ဝိညာဏ်သည်လည်းကောင်း၊

လို့ မြန်မာဘာသာနဲ့ ဖြည်းဖြည်းမြင်ပါစေ။

- (၁) လျှာဟုတွင်မည် ရုပ်အကြည်လည်းကောင်း၊
- (၂) အရသာတွင်မည် ရုပ်ထိုဤလည်းကောင်း၊
- (၃) လျှာ၌စွဲမှီ ဝိညာဏ်သည်လည်းကောင်း၊

လို့ ဇီဝာဓာတ် ရသဓာတ် ဇီဝာဝိညာဏဓာတ် ပရမတ္ထတရားသား မြင်အောင် အမိမြန်မာဘာသာနဲ့ စူးစိုက်ကြည့်ပါ။

1. The physical element in the body.
2. The physical element of the touch object
3. The consciousness which is dependent upon the body.

See the *Kāyadhātu*, the *poṭṭhabbadhātu*, the *kāyaviññāṇadhātu*.

1. The physical element in the mind.
2. The physical element of the *Dhammu*.
3. The consciousness of the physical element.

See the *Manodhātu*, *DhammaDhātu*, *Manoviññāṇadhātu*.

Development of *vipassanā* insight of impermanence, suffering, non-soul into the three *dhātu*

The physical eye-element, the physical visual object, the consciousness which depends on the eye do not endure for long, it happens in a moment, and in a moment perishes. (This is seeing the impermanence)

There is much suffering in being afflicted with this becoming and perishing.

(One is continually being afflicted and burnt by the fires *jāti*, "birth", and *marana*, "death", which carry the natures of becoming and perishing.)

There is no immutable and firm pith.

(၁) ကိုယ်ဟုတွင်မည် ရုပ်အကြည်လည်းကောင်း၊

(၂) အတွေ့တွင်မည် ရုပ်ထိုဤလည်းကောင်း၊

(၃) ကိုယ်၌စွဲမှီ ဝိညာဏ်သည်လည်းကောင်း၊

လို့ ကာယဓာတ် ဖောဋ္ဌဗ္ဗဓာတ် ကာယဝိညာဏဓာတ် ဆိုတဲ့ ဓာတ်သုံးပါးကို မြင်အောင်ရှုပါ။

(၁) မနောတွင်မည် ရုပ်အကြည်လည်းကောင်း၊

(၂) ဓမ္မတွင်မည် ရုပ်ထိုဤလည်းကောင်း၊

(၃) မနောတွင်မည် ဝိညာဏ်သည်လည်းကောင်း -

လို့ မနောဓာတ်၊ ဓမ္မဓာတ်၊ မနောဝိညာဏဓာတ် သုံးပါးကို မြင်အောင် ကြည့်ရမယ်။

ဓာတ်သုံးပါးကို အနိစ္စ ဓုက္ခ အနတ္တဟု ဝိဝဿနာပွားပုံ

အဲဒီလို မြင်အောင်ကြည့်ပြီး ရှုပြီးတဲ့နောက် -

မျက်စိတွင်မည် ရုပ်အကြည်လည်းကောင်း၊ အဆင်းတွင်မည် ရုပ်ထိုဤလည်းကောင်း၊ မျက်စိ၌မှီ ဝိညာဏ်သည်လည်းကောင်း၊ မြင့်ရှည်ကာလ မတည်ထာဘဲ (ဒီတရားတွေဟာ ကာလရှည်မြင့်စွာနဲ့ မတည်ဘဲနဲ့) ခဏဖြစ်လျက် ခဏပျက်၏။ (အဲဒါ အနိစ္စလက္ခဏာ ပေါ်အောင် ဆင်ခြင်တဲ့ နည်းဖြစ်တယ်)

ဖြစ်ပျက်နှစ်တန် နှိပ်စက်ဒဏ်ဖြင့် တစ်ရံမစဲ လွန်ဆင်းရဲ၏။

(ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းဆိုတဲ့ ဥပါဒ်သဘော ဘင်သဘောဖြစ်တဲ့ ဇာတိ မီး မရဏမီးတို့ တညီးညီး တပြောင်ပြောင် အလောင်ခံနေရတယ်။ အနှိပ်စက် ခံနေရတယ်။ “ဥဒယဗ္ဗယ ပဋိပိဋနဋ္ဌေန”ကို ကြည့်ပြီးတော့ ဒီလင်္ကာကို စီခြင်းဖြစ်ပါတယ်)

(ပြီးတော့) ခိုင်မြဲကျောမာ နှစ်မပါဘူး။

This is to enable the full investigating comprehension (*ūraṇapariññā*) to arise so that *anatta* can be boldly adjudged.

If one sees with the eye of knowledge, one sees truly their nature of impermanence, suffering and non-soul.

If one sees penetratingly with the eye of knowledge, one sees with *vipassanā* insight that the eye, the object and eye-consciousness are, all three, truly impermanent, truly suffering and truly non-soul.

Removing *taṇhā*, *māna*, *diṭṭhi* momentarily

To see *anicca* removes once the pride of I. To see *dukkha* removes once the greed of "my possession", to see *anatta* removes once the wrong view.

"Seeing with the eye of knowledge, one sees truly *anicca*, *dukkha*, *anatta*" means removing once *taṇhā*, *māna* and *diṭṭhi*.

"My property my soul" is not true at all.

It will be wrong to hold the eye, visual object and eye-consciousness as "my property, my soul", Even as you are about to do so, those have vanished. You search for, so as to hold on, what has vanished. But if you consider that, "I, my possession, my soul, is not there at all", then for one moment, you remove *taṇhā*, *māna* and *diṭṭhi*.

ဒါက “အသာရကဋ္ဌေန” ကိုကြည့်ပြီး စီခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ အနတ္တလို့ ရဲရဲတောက် ဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့ ဝိပဿနာတီရဏ ပရိညာဖြစ်အောင် အခြေခံပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို အခြေခံသုံးခု ပြီးပြီဆိုတော့ -

ပညာစက္ခု၊ မြော်ထောက်ရှုလျှင်၊ သူ့သဘာဝ၊ အနိစ္စနှင့်၊ ဒုက္ခ အနတ္တာ၊ မှန်လှစွာ၏။

ဉာဏ်ပညာမျက်စိနဲ့ စူးစူးစိုက်စိုက်ကြည့်လျှင် စက္ခု၊ ရူပ၊ စက္ခု ဝိညာဏ် သုံးခုတို့ရဲ့ သဘာဝဟာ အနိစ္စ ဧကန် မှန်လှ၏။ ဒုက္ခ ဧကန် မှန်လှ၏။ အနတ္တဧကန် မှန်လှ၏လို့ ဝိပဿနာ ရှုလိုက်ပါ။

တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိတို့ကို တခဏီပယ်ပုံ

အနိစ္စလို့ ရှုလိုက်ရင် ငါ ငါဆိုတဲ့ မာနကို တစ်ကြိမ်ပယ်လိုက်ပါ တယ်။ ဒုက္ခကို ရှုလိုက်ရင် ငါ့ဥစ္စာဆိုတဲ့ လောဘကို တစ်ကြိမ်ပယ်လိုက် ပါတယ်။ အနတ္တလို့ ရှုလိုက်ရင် ဒိဋ္ဌိကို တစ်ကြိမ်ပယ်လိုက်ပါတယ်။

ဒီ ပရမတ္ထ သဘာဝဓမ္မတွေဟာ မကောင်းတဲ့ ဘက်မှာလည်း မကောင်းသလို အကုသိုလ်တွေ တိုးပွားတယ်။ ကောင်းတဲ့ဘက်မှာ လည်း ကောင်းသလို ကုသိုလ်တွေ တိုးပွားတယ်။

“ပညာစက္ခု၊ မြော်ထောက်ရှုလျှင်၊ သူ့သဘာဝ၊ အနိစ္စနှင့်၊ ဒုက္ခ အနတ္တာ၊ မှန်လှစွာ၏” လို့ ရှုမြင်လျှင် တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိတစ်ကြိမ် ပြုတ်ပါတယ်။

(ပြီးတော့) ငါ ငါ့ဥစ္စာ ငါ့လိပ်ပြာလို့ ဘာတစ်ခုမျှ မဟုတ်ကြဘူး။

အခုပြောတဲ့ မျက်စိရယ်၊ အဆင်းရယ်၊ စက္ခုဝိညာဏ်ရယ် အဲဒီ သုံးမျိုးကို ငါ ငါ့ဥစ္စာလို့ ငါ့လိပ်ပြာလို့ သွားစွဲရင် လွဲမယ်။ ကိုယ်က စွဲမယ်ကြံရုံ ရှိသေးတယ်။ ဟိုက မရှိတော့ဘူး။ မရှိတာကိုဘဲ ကိုယ်က ထပ်ရှာပြီး စွဲတယ်။ အဲဒီတော့ ငါ ငါ့ဥစ္စာ ငါ့လိပ်ပြာတို့ ဘာတစ်ခုမျှ

Seeing "not I" removes pride for one moment. Seeing "not my possession", removes greed for one moment. Seeing. "not my soul" removes the wrong view of "my soul, my *atta*, my self" for one moment.

For each occasion, you remove *tanhā*, *māna*, *diṭṭhi* twice momentarily. As these moments of removal grow you will be able to discard by arresting (*vikkhambana-pahāna*). This is done by concentration (*samādhi*). With the attainment of neighbourhood concentration (*upacāra-samādhi*), one can discard *tanhā*, *māna* and *diṭṭhi*.

As you advance from neighbourhood concentration to attainment concentration (*appana-samadhi*) and *magga-phala*, you can eradicate *tanha*, *mana* *ditthi* for ever (*samuccheda-pahana*). You must start with momentary removal, only then can you move on to arrest through neighbourhood concentration. And as you strive further you will eradicate them through the attainment concentration of *ariya-magga*.

Poem on *vipassanā* effort on the
18 *dhātu*

So let us now try to attain preparatory concentration (*parikamma-samādhi*) to remove the errors momentarily. Lower your eyes to watch the 18 *dhātu* in triads. Concentrate on what you are saying. Repeat after me.

မဟုတ်ကြဘူးလို့ ရှုလိုက်ရင် တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိတို့ကို တဒဂံအားဖြင့် ပယ်ပြီးသား ဖြစ်တယ်။

ငါမဟုတ်ဘူးလို့ ရှုလိုက်သဖြင့် မာနကို တဒဂံပယ်လိုက်တယ်။ ငါ့ဥစ္စာမဟုတ်ဟု ရှုလိုက်သဖြင့် ငါ့ဥစ္စာလို့ ထင်နေတဲ့ တဏှာကို အတင်းလိုက် အတင်းဖျက်ပြီး ပညာက တစ်ခဏပယ်လိုက်တယ်။ ငါ့လိပ်ပြာမဟုတ်ဘူးလို့ ရှုလိုက်သဖြင့် ငါ့လိပ်ပြာ ငါ့အတ္တ ငါ့ကိုယ်ကောင် ထင်နေတဲ့ ဒိဋ္ဌိကို ပညာက တိုက်ဖျက်ပြီး ပယ်လိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ခေါက် တစ်ခေါက်မှာ တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိတို့ကို နှစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ် တဒဂံအပယ်နှင့် ပယ်ပြီးသားဖြစ်တယ်။ အဲဒီ တဒဂံပယ်အားကြီးလာ တော့မှ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်နဲ့ ပယ်နိုင်တယ်။ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဆိုတာ သမာဓိ နဲ့ ပယ်တာ၊ ဥပစာရ သမာဓိလောက်ရောက်ရင် တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိကို ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်နဲ့ ပယ်နိုင်ပြီ။

အဲဒီ ဥပစာရသမာဓိမှ အထက်တက်လို့ မဂ်သမာဓိ ဖိုလ်သမာဓိ ခေါ်တဲ့ အပ္ပနာသမာဓိ ရောက်သွားရင် သမုဇ္ဈေဒပဟာန်ဖြင့် တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိကို အမြစ်ပြတ်အောင် ပယ်နိုင်တယ်။ အဲဒီလို သမုဇ္ဈေဒပဟာန် နဲ့ အမြစ်ပြတ်ပယ်နိုင်အောင် တဒဂံပယ်နည်းက စ၊ ရမယ်။ ကိုယ်လက် လှမ်းမီတဲ့ တဒဂံပဟာန်နဲ့ ကြိုးစားမှ ဒုတိယ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန် ဥပစာရ သမာဓိ ရောက်မယ်။ နောက်ဆက်ပြီး ကြိုးစားမှ သမုဇ္ဈေဒပဟာန်ဖြင့် ပယ်နိုင်တဲ့ အရိယမဂ်တည်းဟူသော အပ္ပနာသမာဓိ ဖြစ်မယ်။

ဓာတ် ၁၀ ပါး ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း လင်္ကာကြီး

ဒီတော့ မိမိတို့ လက်လှမ်းမီတဲ့ တဒဂံပဟာန်ဖြင့် ပယ်တဲ့ ပရိကမ္မ သမာဓိလောက်ပဲ ရယူကြပါဦးစို့။ ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးကို သုံးပါး တစ်တွဲ ဝိပဿနာရှုရအောင် စက္ခုမြေ့မျက်လွှာကို အောက်သို့

The physical element of the eye, the physical element of visual objects, the eye-consciousness which depends on the eye do not endure for long, happens for a moment and then quickly perishes. Incessant affliction by this double process causes much suffering. If you see with knowledge that there is no immutable or enduring thing then you will see that their nature is truly *anicca*, *dukkha*, *anatta* and that "I, mine and my soul" are nothing but just phenomena (*cakkhudātu*, *rūpadhātu*, *cakkhuvīññādhātu*).

(Likewise for the ear, the nose, the tongue, the body and the mind.)

If you consider thus, the jewel of *vipassanā* insight which looks correctly upon the 18 *dhātu* as *anicca*, *dukkha*, *anatta* will be established in you.

Now you have acquired the merit of charity. You have also established the Refuges and moral conduct in *Pāli* and *Myanmar* and have thus acquired the merit of abstinence. You have acquired the merit of concentration by adoring *Buddha* in terms of the *Bhagavā* attribute and by meditating on it. You have also gained the accompanying property (*anugāmika*) of *vipassanā* insight by considering the 18 *dhātu* as *anicca*, *dukkha*, *anatta*. These four acquisitions are the support and base for the realisation of the four *magga* knowledge as taught by *Buddha*.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၁၂၁

နည်းနည်းချထားကြ၊ မိမိတို့ ဆိုတဲ့ တရားထဲမှာ စိတ်ကို စူးစိုက်ထားပါ။
အားလုံးလိုက်၍ ဆိုကြပါ။

မျက်စိတွင်မည်၊ ရုပ်အကြည်လည်းကောင်း၊ အဆင်းတွင်မည်၊
ရုပ်ထိုဤလည်းကောင်း၊ မျက်စိ၌မှီ၊ ဝိညာဏ်သည်လည်းကောင်း၊ မြင့်
ရှည်ကာလ၊ မတည်ထာဘဲ၊ ခဏဖြစ်လျက်၊ ခဏပျက်၏။ ဖြစ်ပျက်
နှစ်တန်၊ နှိပ်စက်ဒဏ်ဖြင့်၊ တစ်ရံမစဲ၊ လွန်ဆင်းရဲ၏။ ခိုင်မြဲကျောမာ၊
နှစ်မပါဘူး၊ ပညာစက္ခု၊ မြော်ထောက်ရှုလျှင်၊ သူ့သဘာဝ၊ အနိစ္စနှင့်၊
ဒုက္ခ အနတ္တ၊ မှန်လှစွာ၏။ ငါ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့လိပ်ပြာတို့၊ ဘာတစ်ခုမျှ၊
မဟုတ်ကြသည်၊ ဓမ္မသက်သက်ပါတကား။ (စက္ခုဓာတ်၊ ရူပဓာတ်၊
စက္ခုဝိညာဏဓာတ်)

- နားဟုတွင်မည်၊
- နှာခေါင်းတွင်မည်၊
- လျှာဟုတွင်မည်၊
- ကိုယ်ဟုတွင်မည်၊
- မနောတွင်မည် ...။

ဤကဲ့သို့ ဆင်ခြင်လိုက်လို့ရှိရင် မိမိတို့ရဲ့ သန္တာန်မှာ ဓာတ်
တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလို့ရှုတဲ့ ဝိပဿနာ ပညာ
စတုတ္ထအနဂါမိက ကောင်းမှုဥစ္စာ ရတနာကို ကောင်းစွာ ရနိုင်ပါတယ်။

ယခုလည်းပဲ မိမိတို့မှာ အလှူရေစက် လက်နှင့်မကွာ လှူဒါန်းပေး
ကမ်းနေတဲ့ ဒါနကောင်းမှုတွေကို ရရှိပြီးပြီ။ သရဏဂုံသီလကို ပါဠိ
မြန်မာ နှစ်ဘာသာဖြင့် ဆောက်တည်ခံယူ ကျင့်သုံးပြီးပြီ။ သီလ
ကောင်းမှုကိုလည်း ရကြပြီ။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဘဂဝါဂုဏ်တော်ကို
အမျိုးမျိုး အာရုံပြု၍ ရှိခိုးတဲ့ သမာဓိကောင်းမှုကုသိုလ်၊ ဘဂဝါဂုဏ်ကို
အနုဿတိဖြစ်အောင် ပွားများတဲ့ သမာဓိကောင်းမှု ကုသိုလ်တွေကို

Conclusion

For these four meritorious acts may you attain the four magga knowledge. *arahatta-phala* and *Nibbāna*. And in the final life, may you pass into *anupādā-nibbāna*, whereby there is no more happening again in any life's womb, condition of life, station of consciousness, abode of sentient beings or world of beings as name-and-form or pile of five factors and the fuel of suffering be lit not again. And having attained *anupādā-nibbāna*, may samsara's big flame of the round of productive acts, the round of defilements and the round of result be extinguished completely and for evermore.

Sādhu, Sādhu, Sādhu.

ဩကာသကန်တော့ခန်းနှင့်သီလယူရှင်းတမ်းတရားတော် ၁၂၃

လည်း ရပြီးကြပြီ။ ဓာတ်တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးတို့ရဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဖြစ်ပုံကို ဆင်ခြင်ပွားများတဲ့ ဝိပဿနာပညာတည်းဟူသော အနုဂါမိက ဥစ္စာလည်းပဲ မိမိတို့ ရကြပြီ။ ဤဥစ္စာလေးပါးဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောတဲ့အတိုင်း မဂ်ဉာဏ်လေးပါးရဲ့ ဥပနိဿရည်း အထောက်အပံ့ ပစ္စည်း ဖြစ်ပါတယ်။

တရားတော်နိဂုံး

ဤကောင်းမှုလေးပါးကြောင့် မိမိတို့သည် မဂ်ဉာဏ်လေးထောက် အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရတဲ့ကိုယ် ဖြစ်ပါစေကုန် သတည်း။ နိဗ္ဗာန်ကို အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် မျက်မှောက်ပြုရပြီး နောက်ဆုံးဘဝ ပရိနိဗ္ဗာန စုတိစိတ်မှ အခြားမဲ့ နောက်ကာလ၌ တစ်စုံ တစ်ခုသော ဘဝယောနိ ဂတိ ဝိညာဏဋ္ဌိတိ သတ္တာဝါသ သတ္တနိကာယ ၌မှ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ ခန္ဓာငါးပါး ဒုက္ခသစ္စာ ဝဋ်မီးစာ တရားတို့ တစ်ဖန် အသစ်မဖြစ်ခြင်းတည်းဟူသော အနုပ္ပာဒနိရောဓ အနုပါဒါ ပရိနိဗ္ဗာန် ကိုယ်စီ စံရသဖြင့် ကမ္မဝဋ် ကိလေသဝဋ် ဝိပါကဝဋ် တည်းဟူသော ဝဋ်ဒုက္ခခပ်သိမ်း သံသရာ မီးတောက်မီးလျှံကြီး အပြီးတိုင် ငြိမ်းကြပါစေ ကုန်သတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓု။

ဩကာသကန်တော့ခန်း၊ သီလယူရှင်းတမ်းနှင့်
နိမိကဏ္ဍသုတ်လာ ကောင်းမှုလေးမျိုး တရားတော်
ပြီးပြီ။