

ဤစာအုပ်မှာ သိကောင်းစရာ ဆောင်ပုဒ်များ

- * ကိုယ်အမူအရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်။
- * စိတ်အမူအရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်။
- * ကောင်းဆိုးလတ်ပါ၊ ဝေဒနာ၊ ပေါ်တာသိရမည်။
- * သဘောတရား၊ ထင်ပေါ်ငြား၊ ပိုင်းခြားသိရမည်။
- * ဖြစ်တိုင်းရုပ်နာမ်၊ ချုပ်ပျက်ဟန်၊ ဧကန်ရှုရမည်။
- * ရှုမှတ်မှုမှာ၊ ရိုသေကာ၊ ကောင်းစွာပြုရမည်။
- * မနားမရပ်၊ ကြားမပြတ်၊ ရှုမှတ်မြဲရမည်။
- * ပညတ်ကိုခွာ၊ ပရမတ်သာ၊ မှန်စွာရှုရမည်။
- * လက္ခဏာစစ်တွင်၊ တစ်ခုမြင်၊ အကုန်ပင်သိတော့သည်။
- * မျက်စိအမြင်၊ ကောင်းသူပင်၊ မမြင်ကန်းပမာ။
- * နားအကြားတွင်၊ ကောင်းသူပင်၊ နားလျှင်ပင်းပမာ။
- * စကားပြောတွင်၊ ကောင်းသူပင်၊ အသွင်ဆုံပမာ။
- * ပြည့်ဝအားအင်၊ ရှိသူပင်၊ အားအင်နည်းပမာ။
- * ဤကဲ့သို့ပင်၊ ကျင့်နိုင်လျှင်၊ တရားမြင်မည်သာ။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ ဟောကြားခဲ့ပါ သိကောင်းစရာ ဓမ္မပဒေသာ

မဟာစည်နာယက
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ

သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိသာဆရာတော်
အရှင်ကုဏ္ဍလာဘိဝံသ

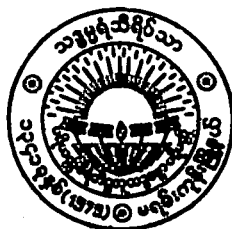
ရေးသားစီရင်အပ်သော

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ ဟောကြားခဲ့ပါ သိကောင်းစရာ ဓမ္မပဒေသာ



သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိသာ
ရန်ကုန်မြို့။

မဟာစည်နာယက
 အဝ္ဗမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ
သဒ္ဓမ္မရုံသီရိဝိသာခရာဇတံ အရှင်ကုဏ္ဍလာဘိဝံသ
 ရေးသားစီရင်အပ်သော
ပြည်ပတရားစခန်းများ၌
ဟောကြားခဲ့ပါ
သီကောင်းစရာ မမ္ဘပဒေသာ



သဒ္ဓမ္မရုံသီရိဝိသာ
 အမှတ် (၇) ဇေယျာစေတီလမ်း၊
 မရမ်းကမ်းမြို့နယ်၊ ရန်ကင်းမြို့။

ဘာသာရေးဆိုင်ရာ စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၄၁၉/၉၉) (၇)
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၁၃၀/၂၀၀၀) (၃)

ပုံနှိပ်ခြင်း - ပထမအကြိမ်

တုတ်ရေ - ၃၀၀၀

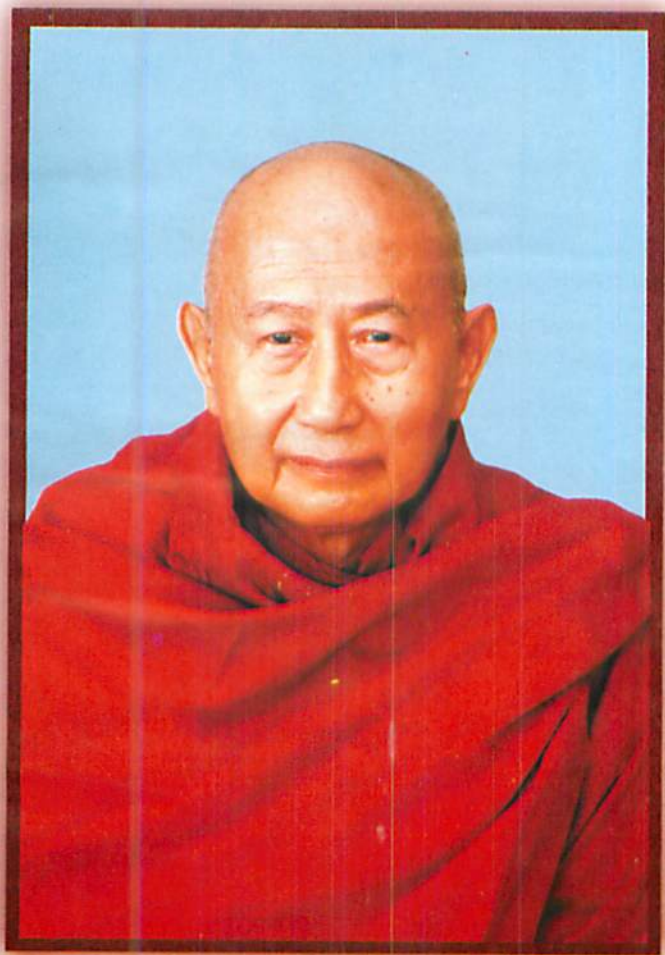
ထုတ်ဝေခြင်း - ၂၀၀၀ပြည့်နှစ်၊ မတ်လ

တန်ဖိုး ()ကျပ်

မျက်နှာဖုံး - သီရိနန္ဒာ ပုံနှိပ်တိုက်

ပုံနှိပ် - ထုတ်ဝေ

ဦးနန္ဒ [၀၃၅၉၇]၊ သီရိနန္ဒာ စာပုံနှိပ်တိုက်၊
အမှတ် - ၂၁၅၊ ၃၂လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့မှ ပုံနှိပ်၍၊
ဒု - ဗိုလ်မှူးကြီးတင်အောင် (အငြိမ်းစား) [၀၃၃၆၆၆]
သဒ္ဓမ္မရုံသီစာပေ၊ အမှတ် - ၇၊ ဇေယျာဝေမာလမ်း၊
မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့မှ ထုတ်ဝေသည်။



သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိံသာပဓာနနာယကဆရာတော်
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ
ဘဒ္ဒန္တကုဏ္ဍလာဘိဝံသ

မာတိကာ

အမှတ်စဉ်

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

၁။ ပထမနေ့

□ အရှင်မဟာကစ္ဆာယနမထေရ်၏

ဩဝါဒ(၄)ချက်။

၁

□ မြင်ကာမျှမတ္တတရားရသည့်သာဓက။

၆

□ လောကီနှင့်လောကုတ္တရာ ဆန့်ကျင်ပုံ။

၁၇

၂။ ဒုတိယနေ့

□ သတိပဋ္ဌာန်တရား(၄)ပါးဖြင့်ဝိပဿနာ

တရားအားထုတ်ရခြင်းအကျိုး(၂)မျိုး။

၂၁

□ အရှည်တည်တံ့နိုင်ခြင်းကို မြတ်စွာ

ဘုရား ဟောကြားပုံ။

၂၆

မာတိကာ

အမှတ်စဉ်

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

□ အလယ်ပိုင်း၊ အနောက်ပိုင်း၌ အကျိုးရရှိပုံ ၃၁

၃။ တတိယနေ့ □ ကုဋ္ဌန္တေ (၅)ပါး အဆင့်ဆင့်ကျေးဇူးပြုပုံနှင့် (၁)နိပါတ် ကုဋ္ဌန္တေထက်ကြောင်း တရား။ ၃၅

□ ထိုင်မှတ်၌ ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ ညွတ်၍ ရှုမှတ်ပုံ ၄၁

□ စင်္ကြံ၌ ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ ညွတ်၍ ရှုမှတ်ပုံ ၄၄

၄။ စတုတ္ထနေ့ □ (၂)နိပါတ် ကုဋ္ဌန္တေထက်ကြောင်း တရား။ ၄၇

□ ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်ရပုံ ၄၈

□ ထိုင်မှတ်၌ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ပုံ ၅၁

□ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ ၅၃

မာတိကာ

အမှတ်ခဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	<ul style="list-style-type: none"> □ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊ □ စကြို၌ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ပုံ၊ □ တရားတွေ့ပုံ၊ □ ဣရိယာပုထ်ကြီး (၄)ပါး၌ အထွေထွေ ရှုမှတ်ပုံ၊ 	<p>၅၅</p> <p>၅၇</p> <p>၅၉</p> <p>၆၂</p>
၅။ ပဉ္စမနေ့	<ul style="list-style-type: none"> □ ဝေဒနာ (၃)ပါးနှင့် ဝေဒနာ (၃)ပါး၌ ကိန်းနေသော အနုဿယ (၃)ပါး ပယ်ပုံ။ □ သည်းခံ၍ နိဗ္ဗာန်ရပုံ၊ □ သုခဝေဒနာ ရှုမှတ်ပုံ၊ □ ဥပေက္ခာဝေဒနာ ရှုမှတ်ပုံ၊ 	<p>၆၇</p> <p>၇၃</p> <p>၈၂</p> <p>၈၆</p>
၆။ ဆဋ္ဌနေ့	<ul style="list-style-type: none"> □ (၃)နိပါတ် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း တရား။ □ သွားလျက် ရှုမှတ်ပုံ □ သွားလျက်၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒ ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊ 	<p>၉၃</p> <p>၁၀၅</p> <p>၁၀၆</p>

မာတိကာ

အမှတ်စဉ်

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

□ သွားလျက်၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၀၆
□ သွားလျက်၌ သမ္မသနဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၀၇
□ သွားလျက်၌ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၀၈
□ သွားလျက်၌ ဘင်္ဂဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၁၀၉
□ ရပ်လျက် ရှုမှတ်ပုံ၊	၁၀၉
□ ရပ်လျက်၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၁၁
□ ရပ်လျက်၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၁၁
□ ထိုင်လျက် ရှုမှတ်ပုံ၊	၁၁၂
□ ထိုင်လျက်၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၁၃
□ ထိုင်လျက်၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၁၄
□ တစ်ခါရှိခိုးကုသိုလ်(၅)မျိုး ရပုံ၊	၁၁၅

မာတိကာ

အမှတ်ခဉ်

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

၇။ သတ္တမနေ့	□ သမ္ပဇဉာ = အထွေထွေအမှတ်များ ရှုမှတ်ပုံ၊	၁၁၉
	□ ကြည့်ရာမှာ ရှုမှတ်ပုံ၊	၁၁၉
	□ ကွေးဆန့်ရာမှာ ရှုမှတ်ပုံ၊	၁၂၂
	□ ကွေးရာ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၂၃
	□ ကွေးရာ၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၂၄
	□ ကွေးရာ၌ တရားတွေ့ပုံ၊	၁၂၄
	□ ဆန့်ရာ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၂၆
	□ ဆန့်ရာ၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၂၆
	□ ဆန့်ရာ၌ တရားတွေ့ပုံ၊	၁၂၇
	□ အသုံးအဆောင်များ ကိုင်ယူရာ၌ ရှုမှတ်ပုံ၊	၁၂၈

မာတိကာ

အမှတ်စဉ်

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

- ကိုင်ယူရာ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒ
ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊ ၁၂၉
- ကိုင်ယူရာ၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်
ဖြစ်ပုံ၊ ၁၃၀
- စားသောက်ရာ၌ ရှုမှတ်ပုံ၊ ၁၃၀
- သီလဖြင့် စားပုံ၊ ၁၃၁
- သမထဖြင့် စားပုံ၊ ၁၃၃
- ဝိပဿနာဖြင့် စားပုံ၊ ၁၃၄
- လက်လှမ်းရာ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒ
ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊ ၁၃၆
- လက်လှမ်းရာ၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ
ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊ ၁၃၇
- ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ရာ၌ ရှုမှတ်ပုံ၊ ၁၃၈
- ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ရာ၌ ကုသိုလ်
(၃)မျိုး ရပုံ၊ ၁၃၉
- အထွေထွေသမ္ပုဇဉ်အမှတ်ဖြင့်
ရဟန္တာဖြစ်ပုံ၊ ၁၄၃

မာတိကာ

အမှတ်ခဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၈။ အဋ္ဌမနေ	□ (၄)နံပါတ်ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း	
	တရား။	၁၄၇
	□ ရိပ်သာကျောင်း အင်္ဂါငါးပါး၊	၁၄၈
	□ ရိပ်သာကျောင်း လေးမျိုး၊	၁၄၉
	□ အာဟာရမျှတမှ ရဟန်း (၆၀)	
	တရားရ၊	၁၅၃
	□ စင်္ကြံသမာဓိက ကျေးဇူးပြုပုံ၊	၁၅၅
	□ သမာဓိဖြစ်အောင် စင်္ကြံလျှောက်ပုံ၊	၁၅၆
	□ စင်္ကြံအကျိုး (၅)မျိုး၊	၁၅၈
	□ စင်္ကြံ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၅၉
	□ စင်္ကြံ၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၆၀
	□ စင်္ကြံ၌ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၁၆၁
	□ စင်္ကြံ၌ အင်္ဂဉာဏ် ဖြစ်ပုံ၊	၁၆၂
	□ အနိစ္စဒုက္ခ အနတ္တသိပုံ၊	၁၆၃

ဓာတီကာ

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၉။ နဝမနေ့	<input type="checkbox"/> (၅)နံပါတ် ကုဋေထက်ကြောင်း တရား။	၁၆၅
	<input type="checkbox"/> ပီရိယ သမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်ပုံ၊	၁၇၆
	<input type="checkbox"/> ပီတိ သမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်ပုံ၊	၁၇၇
	<input type="checkbox"/> မ္ဗေဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်ပုံ၊	၁၇၉
၁၀။ ဒသမနေ့	<input type="checkbox"/> အားထုတ်ခြင်း (၃)မျိုးတရား။	၁၈၃
	<input type="checkbox"/> နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၁၈၅
	<input type="checkbox"/> ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၁၈၆
	<input type="checkbox"/> သမ္မသနဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၁၈၇
	<input type="checkbox"/> ဒုက္ခဟုသုံးသပ်၍ သိပုံ၊	၁၈၇
	<input type="checkbox"/> အနိစ္စဟုသုံးသပ်၍ သိပုံ၊	၁၈၈
	<input type="checkbox"/> အနတ္တဟုသိပုံ၊	၁၈၈

မာတိကာ

အမှတ်စဉ်

အကြောင်းအရာ

ခေမျက်နှာ

<input type="checkbox"/> ပရက္ကမဓာတ်ဖြင့်အားထုတ်ပုံ၊	၁၉၅
<input type="checkbox"/> ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၁၉၆
<input type="checkbox"/> ဘင်္ဂဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၁၉၉
<input type="checkbox"/> ဘယဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၂၀၁
<input type="checkbox"/> အာဒိနဝဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၂၀၁
<input type="checkbox"/> နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၂၀၁
<input type="checkbox"/> မုဗ္ဗိတုကမ္ပတာဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၂၀၂
<input type="checkbox"/> ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၂၀၂
<input type="checkbox"/> သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၂၀၄
<input type="checkbox"/> အနုလောမဉာဏ်နှင့်ဂေါတြဘူ ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၂၀၆
<input type="checkbox"/> သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ် ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၂၀၇
<input type="checkbox"/> ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ဖြစ်ပုံ၊	၂၀၇
<input type="checkbox"/> ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ် (၁၉)ပါး ဖြစ်ပုံ၊	၂၁၀



ဟောကြားမည့် တရားဇော်

ယနေ့ အရှင်မဟာကစ္ဆာယနမထေရ်၏ ဩဝါဒ (၄)ချက်ကို ဟောကြားပါမည်။ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားမတွေ့ကြသေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ မြန်မြန်တွေ့ချင်ကြပေသည်။ တရားတွေ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ ရှေ့သို့ မြန်မြန်တက်ချင်ကြပေသည်။ တရားထူး တရားမြတ်များကို မြန်မြန်ရချင်ကြပေသည်။

ဤကဲ့သို့ တရားတွေ မြန်မြန်တွေ့ရအောင်၊ တရားတွေ မြန်မြန်တက်ရအောင်၊ တရားထူး တရားမြတ်တွေ မြန်မြန်ရရအောင် အရှင်မဟာကစ္ဆာယနမထေရ်၏ ဩဝါဒ (၄)ချက်ကို လိုက်နာ၍ ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ကြရပေသည်။

J

သဒ္ဓမ္မရုံသိရိပိသာဆရာတော်

ဩဝါဒ (၄)ချက်မှာ . . .

(၁) စက္ခုမဿ ယထာအန္ဓော
မျက်စိအမြင် ကောင်းသောသူ ဖြစ်စေကာမူ၊ မမြင်
တဲ့သူလို ကန်းနေတဲ့သူလို ကျင့်ရမည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ မျက်စိအမြင်၊ ကောင်းသူပင်၊ မမြင်ကန်းပမာ၊

(၂) သောတဝါ ပဓိရောယထာ
နားအကြား ကောင်းသောသူ ဖြစ်စေကာမူ၊ နား
မကြားတဲ့သူလို၊ နားပင်းနေတဲ့သူလို ကျင့်ရမည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ နားအကြားတွင်၊ ကောင်းသူပင်၊ နားလျှင်ပင်
ပမာ၊

(၃) ပညာဝဿ ယထာ မူဂေါ
စကားပြောကောင်းသောသူ ဖြစ်စေကာမူ၊ စကား
မပြောတတ်တဲ့သူလို၊ အ၊ ဆွံ့နေတဲ့သူလို ကျင့်ရမည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ စကားပြောတွင်၊ ကောင်းသူပင်၊ အ၊ သွင်ဆွံ့
ပမာ၊

ဖြစ်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

(၄) ဗလဝါ ဒုဗ္ဗလောရီဝ

အားအင် ပြည့်ဝသောသူ ဖြစ်စေကာမူ၊ အားအင် နည်းပါးနေသောသူလို၊ လူမမာကဲ့သို့ ကျင့်ရမည် ဟူသော (၄)ချက်ကို လိုက်နာ၍ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ပြည့်ဝအားအင် ရှိသူပင်၊ အားအင်နည်းပမာ။

အရှင်မဟာကစ္စာယနမထေရ်၏ ဤဩဝါဒ (၄)ချက် ကို လိုက်နာ၍ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ သည် တရားသဘောများကို မြန်မြန်တွေ့ကြ၊ တရားတွေ ရှေ့ သို့ မြန်မြန်တက်ကြ၊ တရားထူး တရားမြတ်များကို မြန်မြန် ရရှိသွားနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ဤကဲ့သို့ပင် ကျင့်နိုင်လျှင် တရားမြင်မည်သာ။

အကျယ်မှာ . . .

(၁) ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ သည် မြို့ရွာထဲမှာ နေသည့်အတိုင်း မျက်စိကို ကျယ်ကျယ်

ပြန်ပြန် ကြည့်နေပါလျှင် စိတ်တွေ ပျံ့လွင့်နေ၍ သမာဓိ မဖြစ်နိုင်ပေ။ သမာဓိ မဖြစ်က ဝိပဿနာဉာဏ်များလည်း မဖြစ်တော့ပေ။ ဝိပဿနာဉာဏ်များ မဖြစ်ပါက မိမိတို့ အလို ရှိအပ်သော တရားထူး တရားမြတ်များကိုလည်း မရရှိနိုင် တော့ပေ။ ထို့ကြောင့် ယခုလို ဝိပဿနာတရား အားထုတ်နေ သည့်အခိုက်မှာ မိမိ၏ မျက်စိအကြည့်၊ မျက်စိအမြင် ဘယ်လို ပင် ကောင်းပါသော်လည်း မမြင်တဲ့သူလို ကန်းနေတဲ့သူလို ကျင့်ရမည် ဟု အရှင်မဟာကစ္စာယနမထေရ် မိန့်ကြားတော် မူခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

မျက်စိမမြင်တဲ့သူလို ကန်းနေတဲ့သူလို ကျင့်ရမည် ဟု ဆိုရာ၌ တကယ်မမြင်တဲ့ ကန်းနေတဲ့သူလို မျက်စိကို မှိတ် ထားရမည် ဟု ဆိုလိုသည် မဟုတ်ပေ။ မြင်လျှင် မြင်ကာမျှ မတ္တမှာ တည်အောင် မျက်စိကို ထားတတ်ရမည်ဟု ဆိုလိုရင်း ဖြစ်ပေသည်။

အဆင်းရူပါရုံ တစ်ခုကို သေသေချာချာ မြင်သိ တယ်ဆိုသည်မှာ အကြောင်း (၄)ချက်နှင့် ပြည့်စုံမှသာ မြင်သိ စိတ် ဖြစ်နိုင်ပေသည်။

မြည်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ မေ့ပသော

- (၁) မျက်စိအကြည်လည်း ရှိပါမှ
- (၂) အဆင်းရှူပါရုံလည်း ရှိပါမှ
- (၃) အရောင်အလင်းလည်း ရှိပါမှ
- (၄) နှလုံးသွင်းလည်း ရှိပါမှ ဤအကြောင်း (၄)ချက် ပြည့်စုံမှသာ သေသေချာချာ သိသည့် မြင်သိစိတ် ဖြစ်နိုင် ပေသည်။

ဥပမာ - - - ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်လို့ စင်္ကြံလျှောက်မှတ်နေသည့် ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကြွလိုက် သည့်အခါ ပေါ့ပေါ့တက်သွားတာ၊ လှမ်းလိုက်သည့်အခါ ပေါ့ ပေါ့ပြီး ရွေ့သွားတာ၊ ချလိုက်သည့်အခါ လေးလေးပြီး ကျသွား တာများကို တွေ့သိနေရ၍ ရှုမှတ်လို့ ကောင်းနေသည့်အခါ ယောဂီအနီးအနားက လူတစ်ယောက် ဖြတ်သွားပါသော် လည်း မည်သူပဲ၊ အမျိုးသားပဲ၊ အမျိုးသမီးပဲ ဟု ကွဲကွဲပြားပြား သေသေချာချာ မသိပေ၊ မြင်လျှင် မြင်ကာမျှ မတ္တမှာ တည် သွားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

မျက်စိအကြည်၊ အဆင်းရှူပါရုံ၊ အရောင်အလင်း၊ နှလုံးသွင်းခြင်းဟူသော အကြောင်း (၄)ချက်တို့တွင် နှလုံးသွင်း

၆

သစ္စမ္ပရုံသီရိပိသာဆရာတော်

မှ မရှိသောကြောင့် မြင်လျှင် မြင်ကာမျှမတ္တမှာ တည်သွားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ယောဂီသည် ကြွ၊ လှမ်း၊ ချ၊ ပေါ့၊ လေး ဟူသော အမှတ်များကိုသာ နှလုံးသွင်းနေသောကြောင့် မြင်လျှင် မြင် ကာမျှမတ္တမှာ တည်သွားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

မြင်လျှင် မြင်ကာမျှ မတ္တမှာ တည်တည်သွားသော အခါ ယောဂီအတွက် အမှတ်တွေ ဆက်၍ မှတ်အား၊ သမာဓိ အားများ ကောင်းလာသဖြင့် တရားမတွေ့သေးသော ပုဂ္ဂိုလ် တို့က တရားတွေ တွေ့ကြ၊ တရားတွေ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ ရှေ့သို့ တက်သွားကြ၊ တရားထူး တရားမြတ်တွေ မြန်မြန်ရသွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

မြင်ကာမျှမတ္တ တရားရသည့်သာဓက

မျက်စိကို မြင်ကာမျှမတ္တမှာ တည်အောင် ကြည့် သဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်သည်အထိ တရားထူး တရားမြတ်များ ရသွားသည့် သာဓကမှာ သက်တော် (၈၀)၊ ဝါတော် (၆၀) ရှိသည့် စိတ္တဂုတ္တမထေရ်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ စိတ္တဂုတ္တမထေရ် သည် ကုရဏ္ဍက အမည်ရှိသည့် လိုဏ်ဂူအတွင်းမှာ တရား

ကျင့်သုံး၍ နေလေ၏။ လိုက်ဂူနံရံမှာ ရေးထားသည့် အလွန် ကြည့်ချင်ဖွယ်ကောင်းသည့် ဝိပဿီ စသော ဘုရား (၇)ဆူ တို့၏ ပန်းချီကားတွေကိုလည်း တစ်ခါမျှ မော်၍ မကြည့်ပဲ စက္ခုန္ဓေ = မျက်စိကို စောင့်စည်း၍ နေလေ၏။ လိုက်ဂူဝ၌ ရှိနေသော ကံ့တော်ပင်ကိုလည်း တစ်ခါမျှ မော်၍မကြည့်ပဲ စက္ခုန္ဓေ = မျက်စိကို စောင့်စည်း၍ နေလေ၏။

ထိုကဲ့သို့ စက္ခုန္ဓေ = မျက်စိကို စောင့်စည်း၍ လိုက်ဂူအတွင်းမှာ တရားကျင့်နေသည့် သတင်းကို တိုင်းပြည် အုပ်ချုပ်သည့် မင်းကြီးကြားသိသောအခါ စိတ္တဂုတ္တမထေရ် ကြီးကို ဖူးမြင်လို၍ နန်းတော်သို့ကြွပါရန် သုံးကြိမ်တိုင်အောင် ပင့်စေပါသော်လည်း မကြွသဖြင့် မင်းကြီးက နန်းတော်အနီးရှိ မဟာဂါမရွာကြီး၌ ရှိကြသည့် နိဗ္ဗိကလေးငယ်ရှိသူ အမျိုးသမီး များကိုမောင်းခတ်၍ခေါ်ကာ အမျိုးသမီးတို့၏ရင်မှာ ရင်လွမ်း တဘက်ကို ပတ်စေ၍ ချိတ်ပိတ်ကာ မင်းတံဆိပ် နှိပ်ထားလေ ၏။ မဟာဂါမသို့ စိတ္တဂုတ္တမထေရ် မကြွလာခဲ့လျှင် ရင်လွမ်း တဘက်ကို မဖွင့်ရ၊ ကလေးတွေကို နို့မတိုက်ရဟု အမိန့်ထုတ် ထားလေသည်။

သဗ္ဗဗ္ဗရုံသိရိပိသာဆရာတော်

မင်းကြီး၏ အမိန့်ကို မထေရ်ကြီး တစ်ဆင့်ကြား သွားသောအခါ ကလေးတွေကို သနားသဖြင့် မဟာဂါမရွာ ကြီးသို့ ကြွလာလေ၏။ မဟာဂါမရွာသို့ ရောက်လာသော အခါ မင်းကြီးက နန်းတော်သို့ တစ်ဆင့် ပင့်လေ၏။ မထေရ် ကြီးသည် မကြွလျှင် မတော်၍ နောက်လိုက်သံဃာများနှင့် တကွ နန်းတော်သို့ ကြွကာ ဆွမ်းဘုဉ်းပေး၏။ အနုမောဒနာ တရား ဟောကြားလေ၏။ ဟောကြားပြီးသောအခါ မဟာ ဂါမသို့ ပြန်ကြွရာတွင် မင်းကြီးနှင့် မင်းကြီး၏ပရိသတ်၊ မိဖုရား ကြီးနှင့် မိဖုရားကြီး၏ပရိသတ်တို့သည် နန်းတော် ရင်ပြင် သင့်တော်ရာ အရပ်တိုင်အောင် လိုက်ပို့ကြလေ၏။

သင့်တော်ရာအရပ်မှ ပြန်ကြွရတော့မည့်အခါ မင်းကြီးက ရှေးဦးစွာ စိတ္တဂုတ္တမထေရ်ကြီး၏ ရှေ့မှောက်သို့ ဝင်ရောက်၍ ရှိခိုးကန်တော့လေ၏။ မထေရ်ကြီးက မင်းကြီး ကျန်းမာပါစေ၊ မင်းကြီး ချမ်းသာပါစေ . . . ဟု ဆုပေး၏။ မင်းကြီး ရှိခိုးကန်တော့ပြီးသောအခါ မိဖုရားကြီးက ဝင်ရောက် ၍ ရှိခိုးကန်တော့လေ၏။ မိဖုရားကြီး ရှိခိုး ကန်တော့သည့် အခါမှာလည်း မထေရ်ကြီးက မင်းကြီး ကျန်းမာပါစေ၊ မင်းကြီး ချမ်းသာပါစေ . . . ဟူ၍ပင် ဆုပေးလေ၏။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

ဤကဲ့သို့ (၇)ရက်တိုင်တိုင် မင်းကြီး လာကန်တော့ သည့်အခါမှာလည်း မင်းကြီး ကျန်းမာပါစေ၊ မင်းကြီး ချမ်းသာ ပါစေ ဟူ၍ ဆုပေး၊ မိဖုရားကြီး လာကန်တော့သည့်အခါမှာ လည်း မင်းကြီး ကျန်းမာပါစေ၊ မင်းကြီး ချမ်းသာပါစေ ဟူ၍ ပင် ဆုပေးနေသည်ကို မင်းကြီး သိသွားသောအခါ မထေရ် ကြီး၏ မြို့ထဲ နန်းတော်ထဲမှာ စက္ခုန္ဓေ = မျက်စိကို စောင့် စည်း၍ နေခြင်းသည် ပင်ပန်းလှပေသည်၊ လိုဏ်ဂူသို့ ပြန်ပို့ ပေးကြပါ ဟု အမိန့်ပေးသဖြင့် သက်ဆိုင်ရာ အမတ်ကြီးများ က လိုဏ်ဂူသို့ ပြန်ပို့ပေးလိုက်ကြပေသည်။

လိုဏ်ဂူသို့ ရောက်သည့်ညမှာ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရာတွင် ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘော၊ ဖြစ်မှု ပျက်မှု သဘော၊ ကုန်ပျက်မှုသဘော၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘော များ ရှေ့ကထက် ပို၍ ထင်ရှားလာကြပေသည်။ ထိုကဲ့သို့ ထင်ရှားလာသဖြင့် မထေရ်ကြီးသည် အချိန်ကို ကန့်သတ်၍ မထားတော့ပါ။ ညဉ့်ဦးယံ မှ သန်းခေါင်ယံ၊ သန်းခေါင်ယံ မှ မိုးသောက်ယံတိုင်အောင် ဆက်လက်၍ အားထုတ်လေ၏။ မိုးသောက်ယံသို့ ရောက်သောအခါ တရားတွေ အဆင့်ဆင့် တိုးတက်၍ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားလေ၏။

မထေရ်ကြီးသည် နန်းတော်သို့ မကြွမီ ရှေ့အခါက သက်တော် (၈၀)၊ ဝါတော် (၆၀)ရှိပါသော်လည်း ရဟန္တာ မဖြစ်သေးပါပဲ ယခု နန်းတော်ကပြန်ကြွလာသည့်အခါကျမှ ရဟန္တာဖြစ်သွားခြင်းသည် အထူးသတိပြုဖွယ်ကောင်းသည့် အချက်တစ်ခုပင် ဖြစ်ပေသည်။

မထေရ်ကြီးသည် အလွန်ကြည့်ချင်ဖွယ်ကောင်း သည့် မင်းကြီးနှင့် မင်းကြီး၏ ပရိသတ်၊ မိဖုရားကြီးနှင့် မိဖုရား ကြီး၏ ပရိသတ်တို့ကို မြင်လျှင် မြင်ကာမျှမတ္တမှာ တည် အောင် အထူး သတိထား၍ ကြည့်သောကြောင့် သတိအား ပိုကောင်းလာပေသည်။ သတိအား ပိုကောင်းလာသည်နှင့် အမျှ သမာဓိအား ပိုကောင်းလာပေသည်။ သမာဓိအား ပို ကောင်းလာသည်နှင့်အမျှ ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘော၊ ဖြစ်မှု ပျက်မှု သဘော၊ ကုန်ပျက်မှုသဘော၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတို့ကို သိသော ဝိပဿနာဉာဏ်များ ပို၍ ထင်ရှားစွာ ဖြစ်လာကြပေသည်။

တရားသဘောတွေ ပို၍ ထင်ရှားလာသောအခါ မထေရ်ကြီးသည် အားထုတ်သည့်အချိန်ကို ကန့်သတ်ထား

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

ခြင်း မရှိတော့ပါပဲ ညဉ့်ဦးယံ မှ သန်းခေါင်ယံ၊ သန်းခေါင်ယံ မှ မိုးသောက်ယံသို့တိုင်အောင် ဆက်လက်၍ အားထုတ်သောကြောင့် ယခုလို တရားတွေ အဆင့်ဆင့်တက်၍ ရဟန္တာဖြစ်သွားခြင်းဖြစ်ပေသည်။ တရားနာပရိသတ်များ ယောဂီများ စိတ္တဂုတ္တမထေရ်ကြီး၏ နည်းကို ယူဖို့ ကောင်းလှပါပေသည်။ ဤသာဓကသည် မြင်လျှင် မြင်ကာမျှမတူမှာ တည်အောင်ကြည့်သဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်သည်အထိ တရားထူး တရားမြတ်များ ရသွားသည့် သာဓကပင် ဖြစ်ပေသည်။

(၂) ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မြို့ရွာထဲမှာ နေသည့်အတိုင်း နားက အသံနောက်သို့ လိုက်၍ အသံ ဟူသမျှကို ကြားသိနေပါလျှင် စိတ်တွေ ယုံလွင့်နေ၍ သမာဓိ မဖြစ်နိုင်တော့ပေ။ သမာဓိ မဖြစ်လျှင် ဝိပဿနာဉာဏ်များလည်း မဖြစ်တော့ပေ။ ဝိပဿနာဉာဏ်များ မဖြစ်လျှင် မိမိတို့ အလိုရှိအပ်သော တရားထူး တရားမြတ်များကိုလည်း မရရှိနိုင်တော့ပေ။ ထို့ကြောင့် ယခုလို ဝိပဿနာတရား အားထုတ်နေသည့် အခိုက်မှာ မိမိ၏ နားအကြည် နားအကြားသည် ဘယ်လိုပင် ကောင်းငြားသော်လည်း နားမကြားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်လို ကျင့်ရမည် ဟု အရှင် မဟာကစ္စာယနမထေရ် မိန့်ကြားတော်မူခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

နားမကြားတဲ့သူလို၊ နားပင်းနေတဲ့သူလို ကျင့်ရ မည် ဟု ဆိုရာ၌လည်း နားကို ပိတ်ထားရမည် ဟု ဆိုလိုသည် မဟုတ်ပေ။ အသံနောက်သို့ စိတ်ကို မလိုက်သွားစေမူ၍ ကြားလျှင် ကြားကာမျှမတ္တမှာ တည်အောင် ကျင့်ရမည်ဟု ဆိုလိုရင်း ဖြစ်ပေသည်။

အသံတစ်ခုကို သေသေချာချာသိသည့် ကြားသိစိတ်ဖြစ်သည် ဆိုသည်မှာ . . .

- (၁) နားအကြည်လည်း ရှိပါမှ
- (၂) အသံ သဒ္ဓါရုံလည်း ရှိပါမှ
- (၃) အပိတ်အပင်လည်း မရှိပါမှ
- (၄) နှလုံးသွင်းလည်း ရှိပါမှ ဤအကြောင်း (၄)ချက်နှင့် ပြည့်စုံမှသာ အသံတစ်ခုကို သေသေချာချာ သိနိုင်ပေသည်။

ဥပမာ - - - ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် ဟု ထိုင်၍ ရှုမှတ်နေသည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဖောင်းတာများ အဆင့်ဆင့်၊ ပိန်တာများ အဆင့်ဆင့်ကို တွေ့သိနေရ၍ ရှုမှတ်လို့ ကောင်းနေသည့် အခိုက်မှာ လူအသံ၊ ကားအသံ၊ ကြက်၊

ငှက် စသော အသံတို့ပင် ရှိနေပါသော်လည်း ထိုအသံများကို ကွဲကွဲပြားပြား မသိပေ။ ကြားလျှင် ကြားကာမျှမတ္တမှာ တည်နေခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

နားအကြည့်၊ အသံ သဒ္ဓါရုံ၊ အပိတ်အပင်မရှိခြင်း၊ နှလုံးသွင်းခြင်း ဟူသော အကြောင်း (၄)ချက်တို့တွင် ကြားရသည့် အသံကို မည်သို့အသံယူ နှလုံးသွင်းမှု မရှိသောကြောင့် ကြားလျှင် ကြားကာမျှ မတ္တမှာ တည်သွားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ကြားလျှင် ကြားကာမျှ မတ္တမှာ တည်တည်သွားသော အခါ ယောဂီအတွက် အမှတ်တွေ ဆက်၍ မှတ်အား၊ သမာဓိအားများ စောင်းလာသဖြင့် တရားမတွေ့သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ တွေ့ကြ၊ တရားတွေ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ ရှေ့သို့ တက်ကြ၊ တရားထူး တရားမြတ်တွေ မြန်မြန်ရသွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

(၃) ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် စကားပြောကောင်းသောသူ ဖြစ်စေကာမူ၊ စကားမပြောတတ်တဲ့သူလို၊ အ၊ ဆွံ့နေသောသူလိုကျင့်ရမည် ဟု ဆိုရာ၌ စကား

ပြောခြင်းသည် စကားပြောသူယောဂီနှင့် နားထောင်သူ ယောဂီ
 (၂)ဦးလုံးပင် အမှတ်တွေ ကျသွားတတ်ကြပေသည်။ (၅)မိနစ်
 စကားပြောလျှင် (၁၀)မိနစ်ခန့် အမှတ်တွေ ကျသွားတတ်ကြ
 ပေသည်။ မပြောမီ စဉ်းစားတာ၊ ပြောပြီးသောအခါ ဘာတွေ
 ပြောမိတယ်လို့ ပြန်၍ စဉ်းစားတာများကို မရှုမှတ်နိုင်သော
 ကြောင့် (၁၀)မိနစ်ခန့် အမှတ်တွေ ကျသွားတတ်ကြပေသည်။

စကားပြောခြင်းဖြင့် အတူတကွ ဝိပဿနာတရား
 အားထုတ်နေကြသော အခြား ယောဂီများကိုလည်း
 အနှောက်အယှက် ဖြစ်စေသည်၊ အမှတ်တွေ ကျစေသည်
 ဖြစ်၍ တရားအတွေ့နွေး၊ တရားအတက်နွေး၊ တရားထူး
 တရားမြတ်များ ရတာ နွေးသွားတတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့်
 စကားပြောကောင်းသောသူ ဖြစ်စေကာမူ၊ စကားမပြောတတ်
 သူလို အနေ ဆွံ့နေတဲ့သူလို ကျင့်ရမည် ဟု အရှင် မဟာ
 ကစ္စာယန မထေရ် မိန့်ကြားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်
 စကားမပြောပဲ နေကြလျှင် အမှတ်တွေ ဆက်၍ မှတ်အား

ပြည်ပတရားခင်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

များ ကောင်းလာသောကြောင့် တရားမတွေ့သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ တွေ့ကြ၊ တရားတွေ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ် တို့က တရားတွေ ရှေ့သို့ တက်ကြ၊ တရားထူး တရားမြတ်များ မြန်မြန်ရသွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

(၄) ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အားအင်ပြည့်ဝ သန်စွမ်းသောသူများဖြစ်စေကာမူ အားအင် နည်းပါးနေသော လူမမာများကဲ့သို့ ကျင့်ရမည်ဟု ဆိုရာ၌ အားအင်ပြည့်ဝ သန်စွမ်းသည့်အတိုင်း မြန်မြန်ထက်ထက် ပြုလုပ်နေပါက ကိုယ်အမူအရာများက မြန်နေ၍ မှတ်သိစိတ် က မမှီနိုင်သောကြောင့် ပစ္စုပ္ပန် မတည့်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြ ပေသည်။

ပစ္စုပ္ပန် မတည့်ပါက အခိုက်အတန့်မျှသာ တည်ရှိ နိုင်သည့် ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့၏ သဘောများကို မတွေ့ သိကြရသဖြင့် တရားမတွေ့သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရား မတွေ့ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပေသည်။ တရားတွေ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကလည်း တရားတွေ ရှေ့သို့ မတက်နိုင်ပဲ ဖြစ်နေ တတ်ကြပေသည်။ တရားထူး တရားမြတ်များလည်း မရနိုင်ပဲ

ဖြစ်နေတတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် အားအင် ပြည့်ဝသူများ ဖြစ်စေကာမူ အားအင် နည်းပါးနေသော လူမမာကဲ့သို့ ကျင့်ရ မည်ဟု အရှင်မဟာကဏ္ဍာယနမထေရ် မိန့်ကြားတော်မူခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

တရားနာပရိသတ်များ ယောဂီများ သန္တာန်၌ရှိနေကြ သော ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့သည် ပစ္စုပ္ပန် အခိုက်အတန့် ၌သာ တည်ရှိနိုင်ကြပေသည်။ တစ်ဆံ့ချည် တစ်စက္ကန့်မျှ လွဲ သွားလျှင် မရှိတော့ပေ။ ကုန်ပျက်သွားပြီး ဖြစ်ပေသည်။ ကုန် ပျက်သွားပြီး၍ မရှိတော့သည့် တရားများကို လိုက်၍ ရှုမှတ် နေပါက သမာဓိ မဖြစ်နိုင်ပေ။ သမာဓိ မဖြစ်ပါက ဝိပဿ နာဉာဏ်များလည်း မဖြစ်တော့ပေ။ ဝိပဿနာဉာဏ်များ မဖြစ်လျှင် မိမိတို့ အလိုရှိအပ်သော တရားထူး၊ တရားမြတ် များကိုလည်း မရရှိနိုင်တော့ပေ။ ထို့ကြောင့် မှတ်သိစိတ်က မိ၍ ပစ္စုပ္ပန် တည်သွားရလေအောင် ကိုယ်အမူအရာများကို ဖြေးဖြေးသာသာ ပြုလုပ်ကြရပေသည်။

ကိုယ်အမူအရာများကို ဖြေးဖြေးသာသာ ပြုလုပ်၍ မှတ်သိစိတ်က မိသွားသဖြင့် ပစ္စုပ္ပန်တည်သွားသောအခါ

တရားသဘောများကို တွေ့သိကြရပေသည်။ တရားမတွေ့
သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ့ တွေ့ကြ၊ တရားတွေ့ပြီး
သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ့ ရှေ့သို့ တက်ကြ၊ တရားထူး
တရားမြတ်များ ရရှိသွားနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

လောကီနှင့် လောကုတ္တရာ ဆန့်ကျင်ပုံ

လောကီရေးရာ အလုပ်ကို လုပ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့
သည် မိမိတို့၏ မျက်စိကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ကြည့်နိုင်မှ
သူတစ်ပါးတို့ထက် ပို၍ ကြိုတင်ကာ မြင်နိုင်သောကြောင့်
အကျိုးများကြပေသည်။ လောကုတ္တရာရေးရာ ဝိပဿနာ
အလုပ်ကို အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မျက်စိအမြင်
ကောင်းသောသူပင် ဖြစ်စေကာမူ၊ မမြင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လို ကန်းနေ
တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို ကျင့်နိုင်မှသာလျှင် တရားတွေ့ မြန်မြန်တွေ့၊
တရားတွေ့ မြန်မြန်တက်၊ တရားထူး တရားမြတ်တွေ့ မြန်မြန်
ရသွားနိုင်ကြမည်ဖြစ်၍ အကျိုးများကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့
ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင်လျက် ရှိကြပေသည်။

လောကီရေးရာအလုပ်ကို လုပ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့
သည် အသံဟူသမျှကို ကွဲကွဲပြားပြား ကြားသိမှသာ ပို၍

အကျိုးများကြပေသည်။ လောကုတ္တရာရေးရာ ဝိပဿနာ အလုပ်ကို အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိတို့၏ နား အကြည် နားအကြား ဘယ်လိုပင် ကောင်းငြားသော်လည်း နားမကြားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်လို ကျင့်နိုင်မှသာ ပို၍ အကျိုးများကြ ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင်လျက် ရှိကြပေ သည်။

လောကီရေးရာအလုပ်ကို လုပ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ သည် စကားပြောကောင်း၍ သွက်လက်စွာ ပြောဆိုနိုင်မှသာ ပို၍ အကျိုးများကြပေသည်။ လောကုတ္တရာရေးရာ ဝိပဿနာ အလုပ်ကို အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် စကားပြော ကောင်းသည့် ဉာဏ်ပညာနှင့် ပြည့်စုံသော ပုဂ္ဂိုလ်ပင် ဖြစ်စေ ကာမူ အ၊ နေ၊ ဆွံ့ နေသောသူကဲ့သို့ ကျင့်နိုင်မှသာ ပို၍ အကျိုးများကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင် လျက် ရှိကြပေသည်။

လောကီရေးရာအလုပ်ကို လုပ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ သည် အားအင် သန်စွမ်းသည့်အတိုင်း မြန်မြန်ထက်ထက် ပြုလုပ်နိုင်မှသာ ပို၍ အကျိုးများကြပေသည်။ လောကုတ္တရာ

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

ရေးရာ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အားအင်သန်စွမ်းသောသူပင် ဖြစ်စေကာမူ အားအင်နည်းပါးနေသော လူမမာကဲ့သို့ သိမ်မွေ့စွာ ပြုလုပ်နိုင်မှသာ ပို၍ အကျိုးများကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ လောကီရေးရာအလုပ်နှင့် လောကုတ္တရာအလုပ်တို့သည် ဖြောင့်ဖြောင့်ဆန့်ကျင်လျက် ရှိကြပေသည်။

သဒ္ဓမ္မရံသီရိဝိသာဆရာတော်



ဟောကြားမည့် တရားတော်

ယနေ့ သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄)ပါးဖြင့် ဝိပဿနာ တရား အားထုတ်ခြင်း၏ အကျိုး (၂)မျိုးကို ဟောကြားပါမည်။ သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄)ပါးဖြင့် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ခြင်းသည် . . .

(၁) ကမ္ဘာ့အလင်းဓာတ်ကြီးဖြစ်သည့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ သာသနာတော်ကြီး အရှည်တည်တံ့နိုင်ခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိပေသည်။

(၂) မိမိတို့အတွက် အပါယ်တံခါးပိတ်သည့် သောတာပန် အဖြစ်မှစ၍ တရားထူး၊ တရားမြတ်များ ရရှိခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိစေသည်။ ဤအကျိုး (၂)မျိုးကို ရရှိနိုင်ပေသည်။

၂၂

အကျယ်မှာ . . .

(၁) ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ အဆုံးအမ = သာသနာတော်ကြီးသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် အမှန်ကို လိုလားကြသော ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားတို့အား လမ်း (၃)သွယ်ကို ထွန်းပြပေးနေသော အလင်းဓာတ်ကြီး တစ်ခု ဖြစ်ပေသည်။

ဤလမ်းကသွားလျှင် အမှောင်ဖြစ်သည့် အပါယ်ဘုံ ဘဝများသို့ ရောက်သွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ ဤလမ်းက သွားလျှင် အလင်းဖြစ်သည့် လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည်၊ ဗြဟ္မာပြည် သို့ ရောက်သွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ ဤလမ်းကသွားလျှင် ဘယ်သောအခါမှ ပြန်မမှောင်နိုင်သည့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရောက်သွားကြမည် ဖြစ်ပေသည် ဟု လမ်း (၃)သွယ်ကို ထွန်း ပြပေးလျက် ရှိပေသည်။

ခုစရိုက် (၁၀)ပါး အကျင့်လမ်းသည် အမှောင်ဖြစ် သည့် အပါယ်သံသရာ အပါယ်ဘုံဘဝများသို့ သွားရာလမ်း ကြောင်းဖြစ်သည်ဟု ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော် အလင်း ဓာတ်ကြီးက ထွန်းပြပေးလျက် ရှိပေသည်။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဓေသာ

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ဒုစရိုက်ဆယ်ပါး၊ အကျင့်လမ်းကား၊ အမှောင်
ဖြစ်ရာ၊ အပါယ်ရွာ၊ သွားရာလမ်းကြောင်း
ဖြစ်ပေသည်။

ဒုစရိုက် (၁၀)ပါးဆိုသည်မှာ ကာယဒုစရိုက်က
(၃)ပါး၊ ဝစီဒုစရိုက်က (၄)ပါး၊ မနောဒုစရိုက်က (၃)ပါး ဟူ၍
(၁၀)ပါး ဖြစ်ပေသည်။

သုစရိုက် (၁၀)ပါး အကျင့်လမ်းသည် အလင်းဖြစ်
သည့် လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည်၊ ဗြဟ္မာပြည်များသို့ သွားရာလမ်း
ကြောင်း ဖြစ်သည် ဟု ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော် အလင်း
ဓာတ်ကြီးက ထွန်းပြပေးလျက်ရှိပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သုစရိုက်ဆယ်ပါး၊ အကျင့်လမ်းကား၊
အလင်းဖြစ်ရာ၊ လူ နတ်ဗြဟ္မာ၊ သွားရာ
လမ်းကြောင်း ဖြစ်ပေသည်။

သုစရိုက် (၁၀)ပါးဆိုသည်မှာ - - - ကာယဒုစရိုက်
(၃)ပါးမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ ဝစီဒုစရိုက် (၄)ပါးမှ ရှောင်ကြဉ်

ခြင်း၊ မနောဒုစရိုက် (၃)ပါးမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း ဟူ၍ (၁၀)ပါး ဖြစ်ပေသည်။

သတိပဋ္ဌာန် (၄)ပါး အကျင့်လမ်းသည် နောင်ဘယ် သောအခါမှ ပြန်၍ မမှောင်နိုင်သည့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ သွား ရာလမ်းကြောင်း ဖြစ်သည်ဟု ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော် အလင်းဓာတ်ကြီးက ထွန်းပြပေးလျက် ရှိပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး၊ အကျင့်လမ်းကား၊
အမြဲလမ်းရာ၊ နိဗ္ဗာန်သာ၊ သွားရာလမ်းကြောင်း
ဖြစ်ပေသည်။

သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄)ပါး ဆိုသည်မှာ ကိုယ်အမူ အရာများ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းကို သိအောင် လိုက်၍ ရှုမှတ် နေခြင်းသည် ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ကိုယ်အမူအရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်။

ကောင်းသည့် သုခဝေဒနာ၊ မကောင်းသည့် ဆိုး သည့် ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ကောင်းသည်လည်း မဟုတ်၊ ဆိုးသည်

မြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

လည်း မဟုတ် အလယ်အလတ်ဖြစ်သည့် ဥပေက္ခာ ဝေဒနာ ဟူသော ဝေဒနာ (၃)မျိုးကိုသိအောင် လိုက်၍ ရှုမှတ်နေခြင်း သည် ဝေဒနာနုပဿနာ သံတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ကောင်းဆိုးလတ်ပါ၊ ဝေဒနာ၊ ပေါ်တာ သိရမည်၊

လောဘနှင့် တကွဖြစ်သောစိတ်၊ ဒေါသနှင့်တကွ ဖြစ်သောစိတ်၊ မောဟနှင့်တကွ ဖြစ်သောစိတ် စသည်ဖြင့် စိတ်အမူအရာများ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းကို သိအောင်လိုက်၍ ရှုမှတ်နေခြင်းသည် စိတ္တာနုပဿနာ သံတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်ပေ သည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ စိတ်အမူအရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်၊

မြင်ရာ၊ ကြားရာ၊ နံရာစသည်တို့၌ မြင်ရသည့်သဘော၊ ကြားရသည့်သဘော၊ နံရသည့်သဘောစသည်များကို ပိုင်း ခြား၍ သိအောင် လိုက်၍ ရှုမှတ်နေခြင်းသည် ဓမ္မာနုပဿနာ သံတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သဘောတရား၊ ထင်ပေါ်ငြား၊ ပိုင်းခြား
သိရမည်။

ဤကဲ့သို့ သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄)ပါးဖြင့် ဝိပဿနာ
တရား အားထုတ်ခြင်းသည် လမ်း (၃)သွယ်ကို ထွန်းပြပေးနေ
သည့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော် အလင်းဓာတ်ကြီး အရှည်
တည်တံ့နိုင်ခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိနိုင်ပေသည်။

အရှည်တည်တံ့နိုင်ခြင်းကို မြတ်စွာဘုရား ဧဟာကြားပုံ

တစ်ချိန်သောအခါ မြတ်စွာဘုရားသည် သာဝတ္ထိ
ပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူ၏။ ထို
အခါ အမျိုးအမည်အားဖြင့် မထင်ရှားသော ပုဏ္ဏားတစ်
ယောက် မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ရောက်လာလေ၏။ မြတ်စွာ
ဘုရားနှင့် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ချမ်းသာကြောင်း စကားများ
ကို ပြောဆိုရသဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ကြည်ညိုလှသည်ဖြစ်
၍ “မြတ်စွာဘုရား . . . မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံလွန်တော်
မူသွားပြီးသောအခါ မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမ သာသနာ
တော်သည် မည်မျှ ကြာရှည်စွာ အရှည်တည်တံ့နိုင်ပါသနည်း”
ဟု လျှောက်ထားသဖြင့် သာသနာအရှည် မတည်တံ့နိုင်ခြင်း

မြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

အကြောင်းနှင့် အရှည်တည်တံ့နိုင်ခြင်း အကြောင်းတို့ကို ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

“အို . . . ပုဏ္ဏား - - - ငါဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံလွန် တော်မူသွားပြီးသောအခါ ငါဘုရား၏ တပည့်သား သံဃာ တော်များနှင့် သာသနာတော်ကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ကြ သော ဒကာ၊ ဒကာမများတို့သည် သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄)ပါး ကို မပွားများကြလျှင်၊ သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄)ပါးတို့ဖြင့် ဝိပဿနာတရားကို ကြိမ်ဖန်များစွာ မလေ့လာ မပွားများကြ လျှင် ငါဘုရား၏ အဆုံးအမ = သာသနာတော်သည် အရှည် မတည်နိုင်တော့ပေ၊ ကွယ်သွားလိမ့်မည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သတိပဋ္ဌာန်တရား၊ မပွားများလျှင်၊ သာသနာ ပင်၊ အစဉ်ကွယ်လိမ့်မည်။

“အို . . . ပုဏ္ဏား - - - ငါဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံလွန် တော်မူသွားပြီးသောအခါ ငါဘုရား၏ တပည့်သား သံဃာ တော်များနှင့် သာသနာတော်ကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ကြသော ဒကာ၊ ဒကာမများတို့သည် သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄)ပါးကို ပွား

များနေကြလျှင်၊ သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄)ပါးတို့ဖြင့် ဝိပဿနာ
တရားကို ပွားများ အားထုတ်နေကြလျှင် ငါဘုရား၏ အဆုံး
အမ = သာသနာတော်သည် အရှည်တည်တံ့နေလိမ့်မည်
ဖြစ်ပေသည်” ဟု ဟောကြားတော်မူလိုက်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သာသနာမက္ခယ်ရန်၊ သတိပဋ္ဌာန်၊ အမှန်
ပွားရမည်။
သာသနာမက္ခယ်လို့ သတိပဋ္ဌာန်ကို ပွားကို
ပွားရမည်။

ဤကဲ့သို့ မြတ်စွာဘုရားသည် ပုဏ္ဏားအား ဟော
ကြားလိုက်သည်ကို ထောက်ထား၍ တရားနာပရိသတ်များ
ယောဂီများ သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄)ပါးဖြင့် ဝိပဿနာတရား
ကို အားထုတ်နေကြခြင်းသည် ကမ္ဘာ့အလင်းဓာတ်ကြီး ဖြစ်
သည့် မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်ကြီး အရှည်တည်တံ့
ခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိပေသည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသည့် မိမိတို့အတွက်
လည်း အပါယ်တံခါးပိတ်သည့် သောတာပန် အဖြစ်မှစ၍

ပြည်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

တရားထူး တရားမြတ်များကို ရရှိခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိစေနိုင်သည် ဟု ဆိုရာ၌ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အားထုတ်ခါစမှာ အကျိုးတရားများ ရရှိတာ မထင်ရှားကြပေ။ သို့သော် အကောင်းဆုံး အကျိုးအများဆုံး အလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ မိမိရရှိထားသည့် အချိန်ပိုများကို အကောင်းဆုံး၊ အကျိုးအရှိဆုံး အသုံးချချင်ပါလျှင် ဝိပဿနာတရားအားထုတ်၍ နေကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဘယ်လို အကျိုးအရှိဆုံး ဖြစ်နိုင်ပါသလဲ ဆိုပါလျှင်- ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်နေခြင်းသည် တစ်ဖက်က မိမိတို့ကို အပါယ်သံသရာ၊ အပါယ်ဆင်းရဲသို့ ကျရောက်စေတတ်သည့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စသော ကိလေသာတို့ကို ပယ်သတ်ခြင်း ကိစ္စကိုလည်း ပြီးမြောက်စေသည်။ တစ်ဖက်က မိမိတို့ကို နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရောက်ရှိစေနိုင်သည့် သမာဓိ ဉာဏ်များကို ရင့်ကျက် အားရှိစေခြင်းကိစ္စကိုလည်း ပြီးမြောက်စေသည်။ ဤကဲ့သို့ အကျိုးကိစ္စ (၂)မျိုးကို ပြီးမြောက်စေသောကြောင့် အကျိုးအရှိဆုံးအလုပ် ဖြစ်ပေသည်။

အရှင်းဆုံးပြောရပါလျှင် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်နေခြင်း ရှုမှတ်နေခြင်းသည် ရှုမှတ်ချက်တိုင်း ရှုမှတ်ချက်တိုင်း

အပါယ်သံသရာ၊ အပါယ်ဆင်းရဲများနှင့် ဝေးဝေးသွားစေပါသည်။ မှတ်ချက်တိုင်း မှတ်ချက်တိုင်း ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာနှင့် နီးနီးသွားစေပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ အကောင်းဆုံး၊ အကျိုးအရှိဆုံးအလုပ် ဖြစ်ပေသည်။

ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေ ပြုတိုင်း ပြုတိုင်း အပါယ်သံသရာ၊ အပါယ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရပါလိ၏။ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ လျင်မြန်စွာ ရောက်ရပါလိ၏ - ဟူသော ဆုတောင်း ပတ္တနာသည်လည်း ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ပွားများခြင်းဖြင့်ပင် ပြည့်စုံသွားနိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း အကောင်းဆုံး အကျိုးအရှိဆုံးအလုပ် ဖြစ်ပေသည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အစပိုင်းမှာ အကျိုးတရားများ ရရှိတာ မထင်ရှားကြပေ။ အလယ်ပိုင်း၊ နောက်ပိုင်းကျမှသာ အကျိုးတရားများ ရရှိတာ ထင်ရှားကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ အစပိုင်းမှာ အကျိုးတရားများ ရရှိတာ မထင်ရှားပါသော်လည်း သင်္ချာနည်းဖြင့် တွက်ကြည့်လျှင်တော့ အကျိုးတရားများ ရရှိတာ ထင်ရှားလှပေသည်။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အနည်းဆုံး တစ်စက္ကန့်မှာ ၁-မှတ်တော့ ရကြပေသည်။ ယောဂီဟောင်းများ အမှတ်ကောင်းသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များမှာတော့ တစ်စက္ကန့်မှာ ၂-မှတ်၊ ၃-မှတ်လည်း ရရှိနိုင်ကြပေသည်။

တစ်စက္ကန့်မှာ ၁-မှတ်ရတော့ တစ်နာရီထိုင်၍ မှတ်လိုက်သောအခါ အမှတ်ပေါင်း (၃၆၀၀) ရရှိကြပေသည်။ ထိုအမှတ်ပေါင်း (၃၆၀၀)တို့သည် ကုသိုလ်တရားများ ဖြစ်ကြပေသည်။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရောက်သည်အထိ အကျိုးပေးမည့် ကုသိုလ်တရားများပင် ဖြစ်ကြပေသည်။

ဤကဲ့သို့ သင်္ချာနည်းဖြင့် တွက်ကြည့်လျှင် အကျိုးတရားများ ရရှိတာ ထင်ရှားလှပေသည်။

အလယ်ပိုင်း၊ ဓနာကပိုင်း၌ အကျိုးရရှိပုံ

ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ပွားများကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အလယ်ပိုင်း၊ နောက်ပိုင်းသို့ ရောက်လာသောအခါ အကျိုးတရား (၅)မျိုး ရရှိတာ ထင်ရှား လာကြပေသည်။

- ၁။ စိတ်ကြည်လင်ခြင်း၊ စိတ်ချမ်းသာခြင်း အကျိုးကို လည်း ရရှိစေသည်။
- ၂။ စိတ်ဓာတ်တွေ ခိုင်မာလာခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိ စေသည်။
- ၃။ ဉာဏ်ပညာများ ထက်မြက်လာခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိစေသည်။
- ၄။ ရောဂါဝေဒနာများ ပျောက်ကင်းသွားခြင်း အကျိုး ကိုလည်း ရရှိစေသည်။
- ၅။ အပါယ်တံခါးပိတ်သည့် သောတာပန် အဖြစ်မှစ၍ တရားထူး တရားမြတ်များ ရရှိခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိစေသည်။ ဤကဲ့သို့ အကျိုး (၅)မျိုး ရရှိတာ ထင် ရှားကြပေသည်။

အကျယ်

၁။ ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ပွားများကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ သည် ရှုမှတ်ချက်တိုင်း ရှုမှတ်ချက်တိုင်း စိတ်ကို ညစ်နွမ်း စေတတ်သည့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စသော ကိလေသာ တို့ကို တစ်ခဏ၊ တစ်ခဏပယ်လိုက်သောကြောင့် စိတ်ကြည်လင် ခြင်း၊ စိတ်ချမ်းသာခြင်း အကျိုးကို ရရှိခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

၂။ ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ပွားများကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရှုမှတ်ချက်တိုင်း ရှုမှတ်ချက်တိုင်း စိတ်ကို ယိမ်းယိုင်စေတတ်သည့် အလွန်တပ်မက်ခြင်း အလွန်စွဲလမ်းခြင်း ဟူသော လောဘကြမ်း၊ အလွန်စိတ်ဆိုး အမျက်ထွက်ခြင်း ဟူသော ဒေါသကြမ်းတို့ကို ပယ် ပယ်ထားနိုင်သောကြောင့် စိတ်ဓာတ်တွေ ခိုင်မာလာခြင်းအကျိုးရရှိခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

၃။ ဝိပဿနာတရား ပွားများအားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မှတ်ချက်တိုင်း မှတ်ချက်တိုင်း အမှန်ကို ဖုံးလွှမ်း၍ အမှားကိုသာ သိစေတတ်သည့် မောဟကို ပယ် ပယ်လိုက်သောကြောင့် ဉာဏ်ပညာများ ထက်မြက်လာခြင်း အကျိုးကို ရရှိခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

၄။ ဝိပဿနာတရား ပွားများအားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သို့ ရောက်သွားသောအခါ ဝိပဿနာပီတိသုခ ဖြစ်ပေါ်လာကြသောကြောင့် သာမန်ရောဂါဝေဒနာများ ပျောက်ကင်းသွားကြပေသည်။ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်သွားသောအခါ ပြင်းထန်သော ရောဂါဝေဒနာဆိုးများ ပျောက်ကင်းသွားကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ရောဂါဝေဒနာ

ပျောက်ကင်းခြင်း အကျိုးကို ရရှိကြပေသည်။

၅။ ပိပဿနာတရား ပွားများ အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် အမှတ်တွေ ပြည့်သွားသောအခါ သောတာပတ္တိ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ကို ရရှိလာကြပေသည်။ သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားကြပေသည်။ အပါယ်တံခါး အပြီးတိုင် ပိတ်သွားကြပေသည်။ အကြာဆုံး (၇)ဘဝဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ ဝင်စံသွားကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ တရားထူး တရား မြတ်များ ရရှိခြင်း အကျိုးကို ရရှိနိုင်ကြပေသည်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသည့် အကျိုးတရား(၇)ပါးထိုထည်း ကေနံဓမ္မ ရရှိကြစေသည်။

ဒုတိယနေ့အတွက် ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာဆရာတော်

တတိယနေ့

ဟောကြားမည့် တရားတော်

ယနေ့ ဟောကြားမည့် တရားတော်မှာ ဣန္ဒြေ (၅)ပါး အဆင့်ဆင့် ကျေးဇူးပြုပုံနှင့် (၁)နံပါတ် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းကို ဟောကြားပါမည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားမတွေ့သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ မြန်မြန်တွေ့ချင်ကြပေသည်။ တရားတွေ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ ရှေ့သို့ မြန်မြန်တက်ချင်ကြပေသည်။ တရားထူး တရားမြတ်များ မြန်မြန်ရချင်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ တရားတွေ မြန်မြန်တွေ့၊ တရားတွေ မြန်မြန်တက်၊ တရားထူး တရားမြတ်တွေ မြန်မြန်ရလေရအောင် အဋ္ဌကထာဆရာများက ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း၊ တရားတက်ကြောင်း (၉)ပါး ဖွင့်ပြထားကြပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ကုန္ဒြေငါးပါး၊ ထက်ကြောင်းများ၊ ကိုးပါးရှိ
လေသည်။

ကုန္ဒြေက (၅)ပါး၊ ကုန္ဒြေထက်ကြောင်းက (၉)ပါး ရှိ
သည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ကုန္ဒြေ (၅)ပါးမှာ . . .

- ၁။ သဒ္ဓိန္ဒြေ = ယုံကြည်မှုအားကောင်းခြင်း၊
- ၂။ ဝီရိယိန္ဒြေ = လုံ့လစိုက်မှု ကြောင့်ကြစိုက်မှု အား
ကောင်းခြင်း၊
- ၃။ သတိန္ဒြေ = အမှတ်သတိရမှု အားကောင်းခြင်း၊
- ၄။ သမာဓိန္ဒြေ = စိတ်တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းခြင်း၊
- ၅။ ပညိန္ဒြေ = ဉာဏ်ပညာ အားကောင်းခြင်း ဟူ၍
(၅)ပါး ဖြစ်ပေသည်။

ဤကုန္ဒြေ (၅)ပါးတို့သည် ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်
ပွားများရာ၌ မှတ်ချက်တိုင်း မှတ်ချက်တိုင်း ထိုက်သည့်အား
လျော်စွာ လိုက်၍ ပါနေကြပေသည်။ ထိုကုန္ဒြေ (၅)ပါးတို့

ထက်သန်သွားသောအခါ ညီမျှသွားသောအခါတို့၌ တရား
မတွေ့သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ တွေ့သွားကြပေ
သည်။ တရားတွေ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က တရားတွေ ရှေ့သို့
တက်သွားကြပေသည်။ တရားထူး တရားမြတ်များ ရရှိသွား
ကြပေသည်။

ထို ဣန္ဒြေ (၅)ပါးတို့သည် အောက်အောက် ဣန္ဒြေ
များက အထက်အထက်ဣန္ဒြေများကို အဆင့်ဆင့် ကျေးဇူး
ပြုနေကြပေသည်။ သဒ္ဓိန္ဒြေ = ယုံကြည်မှု အားကောင်းသည်
နှင့်အမျှ ဝီရိယန္ဒြေ = လုံ့လစိုက်မှု အားကောင်းလာပေသည်။
သဒ္ဓိန္ဒြေက ဝီရိယန္ဒြေအား ကျေးဇူးပြုပေသည်။

ဝီရိယိန္ဒြေ = လုံ့လစိုက်မှု အားကောင်းသည်နှင့်အမျှ
သတိန္ဒြေ = အမှတ်သတိရမှု အားကောင်းလာပေသည်။
ဝီရိယန္ဒြေက သတိန္ဒြေအား ကျေးဇူးပြုပေသည်။

သတိန္ဒြေအားကောင်းသည်နှင့်အမျှ သမာဓိန္ဒြေ =
စိတ်တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းလာပေသည်။ သတိန္ဒြေက
သမာဓိန္ဒြေအား ကျေးဇူးပြုပေသည်။

သမာဓိန္ဒြေ = စိတ်တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းသည်နှင့်
 အမျှ ပညိန္ဒြေ = ဝိပဿနာဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ်လာပေသည်။
 အားကောင်းလာပေသည်။ သမာဓိန္ဒြေက ပညိန္ဒြေအား
 ကျေးဇူးပြုစေသည်။ ဤကဲ့သို့ အောက်အောက် ကုန္ဒေများက
 အထက် အထက် ကုန္ဒေများကို အဆင့်ဆင့် ကျေးဇူးပြုနေ
 ပေသည်။

သဒ္ဓိန္ဒြေ၌ သဒ္ဓါ + ကုန္ဒေဟူ၍ (၂)ပိုင်း ဖြစ်ပေသည်။
 သဒ္ဓါက - ယုံကြည်ခြင်း၊ ကုန္ဒေက အစိုးရခြင်း = အားကောင်း
 ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ သဒ္ဓါ = ယုံကြည်ခြင်း ဆိုသည်မှာ ဘုရား၊
 တရား၊ သံဃာ၊ ကံနှင့် ကံအကျိုး ဤ (၅)မျိုးကို ယုံကြည်ခြင်း
 ဖြစ်ပေသည်။

ဤယုံကြည်ခြင်း (၅)မျိုးတို့တွင် ယခုလို ဝိပဿနာ
 တရား အားထုတ်သည့်အခါမှာ မိမိအားထုတ်နေသည့် တရား
 အပေါ်၌ ယုံကြည်ခြင်းက အဓိက ဖြစ်ပေသည်။ ဖောင်းတယ်၊
 ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်၊
 ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်၊ ကိုင်တယ်၊ ယူတယ်၊ စားတယ်၊ ဝါး
 တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရင်းပင် အမှတ်တွေ ပြည့်သွား

ပြည်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

သောအခါ အပါယ်တံခါး ပိတ်သွားနိုင်ပေသည်။ နိဗ္ဗာန်ကို မြင်သွားနိုင်ပေသည်။ သောတာပန်ဖြစ်၍ အကြာဆုံး (၇)ဘဝ ဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ ဝင်စံသွားနိုင်ပေသည် ဟု မိမိရှုမှတ်ဆဲ တရား ပေါ်၌ ယုံကြည်ခြင်းက အဓိက ဖြစ်ပေသည်။

ယုံကြည်ခြင်း သဒ္ဓါတရား အားကောင်းသည်နှင့်အမျှ မနားမနေ မပြတ်မလပ် လုံ့လစိုက်ခြင်း ဝီရိယ အားကောင်း လာပေသည်။ လုံ့လစိုက်ခြင်း ဝီရိယအားကောင်းလာသည့် နှင့်အမျှ ပေါ်ရာ ပေါ်ရာ အာရုံများ၌ မေ့လျော့ခြင်း မရှိပါပဲ ရှုမှတ်နိုင်ခြင်းသတိ အားကောင်းလာပေသည်။ သတိ အား ကောင်းလာသည်နှင့်အမျှ ရှုမှတ်လိုက်သည့် အာရုံ၏ အစမှ အဆုံးတိုင်အောင် စိတ်တည်ငြိမ်ခြင်း သမာဓိ အားကောင်း လာပေသည်။

သမာဓိ အားကောင်းသည်နှင့်အမျှ ရုပ်တရား နှင့် နာမ်တရား ကွဲပြား ပိုင်းခြား၍ သိသော နာမရူပပရိစ္ဆေဒ ဉာဏ်စသော ဝိပဿနာဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ်လာကြပေသည်။ ဝိပဿနာဉာဏ်များ ပြည့်စုံသွားသောအခါ မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် တရားထူး တရားမြတ်များ ရရှိသွားကြပေသည်။

ဤကဲ့သို့ အဓိက ဖြစ်သည့် သဒ္ဓိန္ဒြေမှစ၍ အောက်
အောက်ဖြစ်သည့် ဣန္ဒြေများက အထက်အထက်ဖြစ်သည့်
ဣန္ဒြေများကို တရားထူး၊ တရားမြတ်များရသည်အထိ အဆင့်
ဆင့် ကျေးဇူးပြုလျက်ရှိကြပေသည်။

ဣန္ဒြေ (၅)ပါးတို့ အဆင့်ဆင့် ကျေးဇူးပြုပုံကို ဟော
ကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။ ယခု (၁)နံပါတ်
ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းကို ဟောကြားပါတော့မည်။

ဥပ္ပန္နုပ္ပန္နာနံ သင်္ခါရာနံ ခယမေဝ ပဿတိ။

တရားနာပရိသတ်များ၊ ယောဂီများ၏ သန္တာန်၌
အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် ရုပ်တရားနှင့်နာမ်တရား ဤ (၂)ပါးပင်
ရှိပေသည်။ ထိုရုပ်တရား၊ နာမ်တရား (၂)ပါးတို့သည် ဖြစ်ပေါ်
လာပြီးလျှင် အလျင်အမြန် အလျင်အမြန် ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်
သွားကြပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားသည်
များကို သိအောင် ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ စိတ်ကို ညွှတ်၍
ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ စိတ်ကို
ညွှတ်၍ ရှုမှတ်ခြင်းသည် ဣန္ဒြေထက်၍ တရားတက်ခြင်း၏
အကြောင်းတစ်ပါးမင် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ဖြစ်တိုင်း ရုပ်နာမ်၊ ချုပ်ပျက်ဟန်၊ ဧကန်ရှု
ရမည်။

ထိုင်မှတ်၌ ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ ညွတ်၍ ရှုမှတ်ပုံ

ကုန်ပျက်သည်ဘက်သို့ စိတ်ကိုညွတ်၍ ရှုမှတ်ရမည်
ဟု ဆိုရာ၌ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါ
ဖောင်းသည်အမူအရာသည် ပိန်တဲ့ဆီသို့ လိုက်၍ မပါ။
ဖောင်းဆုံးမှာ ကုန်ပျက်သွားပေပြီဟု စိတ်ကိုညွတ်၍ ရှုမှတ်
ကြရပေသည်။ ပိန်သည့် အမူအရာသည်လည်း ဖောင်းတဲ့
ဆီကို လိုက်၍မပါ။ ပိန်ဆုံးမှာ ကုန်ပျက်သွားပြီဟု စိတ်ကို
ညွတ်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဖောင်းဆုံး ပိန်ဆုံးတို့ကို
သိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ သမာဓိဉာဏ်များ
အားကောင်းလာသောအခါ ဖောင်းဆုံးမှာ ပျက်သွားတာ၊ ပိန်
ဆုံးမှာ ပျက်သွားတာများကို တွေ့သိလာကြမည် ဖြစ်ပေ
သည်။

ရှုမှတ်ခါစမှာတော့ တစ်ခါတစ်ရံသာ ကုန်ပျက်သွား
သည်များကို တွေ့မြင်ကြရပါသော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံမှာ
ကုန်ပျက်သွားသည်များကို မတွေ့မြင်ကြရပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြ

ပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ တစ်ခါတစ်ရံ ကုန်ပျက်သည်များကို
 တွေ့မြင်လိုက်၊ တစ်ခါတစ်ရံ မတွေ့မြင်ပဲ ဖြစ်နေလိုက်ရှိခဲ့
 သော် တကယ် ကုန်ပျက်တာတော့ မဟုတ်ပေ။ စိတ်ကထင်
 လို့ ဖြစ်ပေမည် ဟု မကုန်ပျက်သည့်ဘက်က စိတ်ကို ပြန်၍
 တင်းထားမိတတ်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ မတင်းမိစေရ၊ ကုန်
 ပျက်သည်များကို အသင့်အတင့် တွေ့လာရပေပြီ။ နောင်
 တော့ ကုန်ပျက်သည်များကို တကယ်ပင် တွေ့ရတော့မည်
 ဟု ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ပင် စိတ်ကို ညွှတ်၍ ရှုမှတ်ကြ
 ရပေသည်။

ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ စိတ်ကိုညွှတ်၍ ရှုမှတ်ဖန်များ
 သဖြင့် ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ရောက်လာသောအခါ ပကတိသော
 မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားသည် များကို
 မြင်ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။ ဖောင်းတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင်
 ဖောင်းသည့် အမူအရာများ ရိပ်ကနဲ ရိပ်ကနဲ ကုန်ပျက်သွား
 တာ၊ ပိန်တယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ပိန်တဲ့ အမူအရာများ
 ရိပ်ကနဲ ရိပ်ကနဲ ကုန်ပျက်သွားတာများကို မြင်ကြရမည် ဖြစ်
 ပေသည်။

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ ဘင်္ဂဉာဏ်များ တစ်ဆင့် အားရှိထက်သန်လာသောအခါ ဖောင်းတယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ဖောင်းသည့် အမူအရာများ ရိပ်ကနဲ ရိပ်ကနဲ ကုန်ပျက်သွားတာကို မြင်ပြီးသည့်အပြင် ဖောင်းတယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်သည့် မှတ်သိစိတ်ပါ လိုက်၍ ကုန်ပျက်သွားတာကို တွေ့မြင်လာတတ်ကြပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ တွေ့မြင်သွားသော အခါ ဖောင်းသည့် အမူအရာ ရုပ်တရားလည်း မမြဲ၊ မှတ်သိစိတ် နာမ်တရားလည်း မမြဲခြင်း အနိစ္စပဲ ဟု မြင်သိလာကြပေသည်။ ကုန်ပျက်သည်များက လျင်မြန်လှ၍ နှိပ်စက်နေသကဲ့သို့ ဖြစ်သဖြင့် ဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခဟုလည်း သိလာကြပေသည်။ ကုန်ပျက် နှိပ်စက်နေသည့် ဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခများကို မည်ကဲ့သို့မျှ ကာကွယ်လို့မရ၊ သူ့သဘောအတိုင်း နှိပ်စက်နေသောကြောင့် အစိုးမရခြင်း အနတ္တ ဟုလည်း သိလာကြပေသည်။

ဤကဲ့သို့ ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ စိတ်ကိုညွှတ်၍ ရှုမှတ်ကြရာတွင် ဉာဏ်ပညာထက်မြက်သော ပုဂ္ဂိုလ်များက ရုပ်တရား နာမ်တရား (၂)မျိုးလုံး ကုန်ပျက်သည်များကို တွေ့

မြင်ကြရပေသည်။ ဉာဏ်ပညာနဲ့သော ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ မှတ်စရာ ရုပ်တရားတစ်မျိုးပင် ကုန်ပျက်သွားသည်ကို တွေ့မြင်ကြရပေသည်။ သို့သော် စူးစိုက်၍ ရှုဖန်များလာသော အခါ ရုပ်တရား နာမ်တရား (၂)မျိုးလုံး ကုန်ပျက်သည်များကို မြင်လာတတ်ကြပေသည်။

စကြို၌ ကုန်ပျက်သည်တက်သို့ ညွတ်၍ ရှုမှတ်ပုံ

ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် ဟု စကြို လျှောက်၍ ရှုမှတ်ရာ၌ ကြွသည့်အမူအရာသည် လှမ်းသည့်ဆီသို့ လိုက်၍ မပါလာ၊ ကြွဆုံးမှာ ကုန်ပျက်သွားပေပြီ။ လှမ်းတဲ့ အမူအရာသည်လည်း ချတဲ့ဆီသို့ လိုက်၍ မပါလာ လှမ်းဆုံးမှာ ကုန်ပျက်သွားပေပြီ။ ချသည့် အမူအရာသည်လည်း ပြန်ကြွတဲ့ဆီသို့ လိုက်၍ မပါလာ ချဆုံးမှာ ကုန်ပျက်သွားပေပြီ ဟု စိတ်ကို ညွတ်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ကြွဆုံး၊ လှမ်းဆုံး၊ ချဆုံးတို့ကို သိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ သမာဓိ ဉာဏ်များ အားရှိထက်သန်လာသောအခါ ကြွဆုံး၊ လှမ်းဆုံး၊ ချဆုံးတို့မှာ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားသည်များကို တွေ့သိလာ ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ စိတ်ကိုညွှတ်၍ ရှုမှတ်ဖန်များ သဖြင့် ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ရောက်လာသောအခါ ပကတိသော မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့ ကြွသည်၊ လှမ်းသည်၊ ချသည့် အမူ အရာများကို ရှုမှတ်လိုက်တိုင်း ရှုမှတ်လိုက်တိုင်း ရိပ်ကနဲ ရိပ် ကနဲ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားသည်များကို မြင်ကြရမည် ဖြစ် ပေသည်။ ဘင်္ဂဉာဏ် တစ်ဆင့်အားရှိလာသောအခါ ကြွ၊ လှမ်း၊ ချသည့် အမူအရာ ရုပ်တရားများ ကုန်ပျက်သည်များကို မြင်ပြီးသည့်အပြင် ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် ဟု လိုက်၍ ရှုမှတ်နေသည့် မှတ်သိစိတ် နာမ်တရားပါ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက် သည်များကို တွေ့မြင်လာကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဟူ၍လည်း သိမြင်လာကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားသည့် မမြဲခြင်း အနိစ္စ လက္ခဏာ စစ် တစ်ခုကို မြင်သွားသောအခါ ကုန်ပျက်သည်များက လျင် မြန်လှသဖြင့် နှိပ်စက်နေသကဲ့သို့ ဖြစ်၍ ဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခကို လည်း တစ်ဆက်တည်းပင် မြင်လာကြပေသည်။ ဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခကို မြင်သွားသောအခါ ဤဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခများကို မည် ကဲ့သို့မှ ကာကွယ်လို့မရ သူ့သဘောအတိုင်း ကုန်ပျက် နှိပ်စက် နေသည်ဖြစ်၍ ကိုယ်အစိုးမရခြင်း အနတ္တကိုလည်း တစ်ဆက်

တည်းပင် သိမြင်လာကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် အနိစ္စ လက္ခဏာ စစ်တစ်ခုကို မြင်သွားလျှင် ဒုက္ခ၊ အနတ္တလက္ခဏာများကို လည်း တစ်ဆက်တည်းပင် မြင်သွားကြရပေသည်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလက္ခဏာများကို ပိုင်နိုင်စွာ သိသွားပြီးသောအခါ မိမိတို့ အလိုရှိအပ်သည့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရောက်သွားကြ ရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ လက္ခဏာစစ်တွင် တစ်ခုမြင်၊ အကုန်ပင်သိ တော့သည်။

(၁)နိပါတ် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းကို ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။ တတိယနေ့အတွက် ဟော ကြားတာလည်း အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

စတုတ္ထနေ့

ဟောကြားမည့် တရားတော်

ယနေ့ (၂)နံပါတ် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းတရားကို
ဟောကြားပါမည်။

တတ္ထစ သက္ကစ္စ ကိရိယာယ သမ္မာဒေတိ။

ထိုသို့ ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ စိတ်ကို ညွှတ်၍ ရှုမှတ်
ရာ၌လည်း တကယ်တမ်း ကုန်ပျက်သည်များကို မြင်နိုင်
လောက်အောင် ရိရိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ကြရပေ
သည်။ ရိရိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ခြင်းဖြင့် ဣန္ဒြေ
(၅)ပါး ထက်သန်၍ တရားတွေ ရှေ့သို့ တက်သွားကြမည်
ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ရှုမှတ်မှုမှာ ရှိသေကာ၊ ကောင်းစွာပြုရမည်။

ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်ရပုံ

ရိုရိုသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ရမည် ဟု ဆိုရာ၌
 ရိုရိုသေသေဆိုသည်မှာ သွားသည့် ရပ်သည့် ထိုင်သည့်
 လျောင်းသည့် အမူအရာ၊ ကွေးသည့် ဆန့်သည့် အမူအရာ၊
 စားသောက်သည့် အမူအရာစသည့် ကိုယ်အမူအရာများကို
 ဖြေးဖြေးသာသာ သိမ်မွေ့စွာ ပြုလုပ်ရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။
 ဤကဲ့သို့ ကိုယ်အမူအရာများကို သိမ်မွေ့စွာ ပြုလုပ်မှသာ
 မှတ်သိစိတ်က မိအောင် ပစ္စုပ္ပန်တည်အောင် ရှုမှတ်လို့ ရကြ
 မည် ဖြစ်ပေသည်။

ပစ္စုပ္ပန်တည်အောင် ရှုမှတ်နိုင်မှသာ တရားသဘော
 များကို တွေ့သိကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။ တစ်ဆံချည် တစ်
 စက္ကန့်ဝက်မျှ လွဲသွားလျှင် တရားသဘောများကို တွေ့နိုင်
 တော့မည် မဟုတ်ပေ။ တရားနာပရိသတ်များ ယောဂီများ
 ၏ သန္တာန်၌ ရှိနေကြသော ရုပ်တရား နာမ်တရားများသည်
 ပစ္စုပ္ပန် အခိုက်အတန့်မျှသာ တည်ရှိနိုင်ကြပေသည်။ ဖြစ်ပြီး
 တာနှင့် အလျင်အမြန် ကုန်ပျက်သွားကြပေသည်။ ထို့ကြောင့်
 မြတ်စွာဘုရားက လျှပ်စစ်ရောင်နှင့် ဥပမာပြု၍ ဟောကြား
 တော်မူခဲ့ပါသည်။

ကောင်းကင်၌ လက်သွားသော လျှပ်စစ်ရောင်တို့သည် လက်ပြီးတာနဲ့ ဖျတ်ကနဲ့ ပျောက်ကွယ်သွားကြပေသည်။ မလက်ခင်ကလည်း ဤလျှပ်စစ်ရောင်များ ဘယ်တိမ်တိုက်ထဲမှာ ရှိနေသည် ဟု ရှာဖွေလို့ မရကြပေ။ လက်ပြီးသည့်နောက်ကာလ၌လည်း ဤလျှပ်စစ်ရောင်များ ဘယ်တိမ်တိုက်ထဲမှာ ကျန်ရှိနေသေးသည်ဟူ၍ မရှိကောင်းပေ။ လက်ပြီးတာနှင့်ပင် ပျောက်ပျက်သွားကြပေသည်။

ထို့အတူ တရားနာပရိသတ်များ၊ ယောဂီများ၏ သန္တာန်၌ ရှိနေကြသော ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့သည်လည်း မဖြစ်ပေါ်လာခင်က ဤခန္ဓာကိုယ်၏ မည်သည့် နေရာ၌ ရှိနေကြသည်၊ ပျက်သွားပြီးသောအခါမှာလည်း ဤခန္ဓာကိုယ်၏ မည်သည့် နေရာ၌ ကျန်ရှိနေခဲ့သည် ဟု မရှိကောင်းပေ။ ဖြစ်ပြီးတာနှင့် အလျင်အမြန် ကုန်ပျက်သွားကြပေသည်။ မည်သည့်နေရာမှာမှ မကျန်ခဲ့တော့ပေ။ ဖြစ်ခိုက် ပစ္စုပ္ပန် အခိုက်မျှသာ တည်ရှိနိုင်ကြပေသည်။

ငယ်ရွယ်စဉ်အခါမှစ၍ ယခုလို အသက်အရွယ်ကြီးရင့်လာသည်အထိ တွေ့မြင်နေရသည့် ဤရုပ် နာမ် ခန္ဓာ

ကိုယ်ကြီးသည် အမြဲတည်နေသည်ဟု ထင်ရပါသော်လည်း အမြဲတည်နေသည် မဟုတ်ပေ။ အလျင်အမြန် ဖြစ်ပျက် ပြောင်းလဲနေပေသည်။ ဖြစ်ပျက် ပြောင်းလဲမှုများက မြန်လွန်း လှသဖြင့် ဆက်နေသလိုဖြစ်၍ ငယ်ရွယ်စဉ်ကလည်း ဒီခန္ဓာ ကိုယ်၊ ဒီရုပ်၊ ဒီနာမ်တွေပဲ၊ ယခု အသက်အရွယ်ကြီးရင့်လာ သည့်အခါမှာလည်း ဒီခန္ဓာကိုယ်၊ ဒီရုပ်၊ ဒီနာမ်တွေပဲ ဟု ထင် နေကြရခြင်းသာ ဖြစ်ပေသည်။

ဥပမာ . . . မီးညှို့ထွန်းထားသည့် ဖယောင်းတိုင်ကို သာမန်အနေအားဖြင့် ကြည့်နေသောအခါ (၅)မိနစ်၊ (၁၀)မိနစ်ကြာသော်လည်း ဤမီးရောင်လေးပဲဟု ထင်ရပါ သော်လည်း တကယ် စင်စစ်တော့ မဟုတ်ပေ။ ရှေ့မီးရောင် အဟောင်းတွေ အလျင်အမြန် အလျင်အမြန် ကုန်ပျက်သွား ပြီးလျှင် နောက်မီးရောင် အသစ်တွေ အလျင်အမြန် အလျင် အမြန် ဆက်၍ ဖြစ်နေသောကြောင့် (၅)မိနစ်၊ (၁၀)မိနစ် ကြာသော်လည်း ဒီမီးရောင်ပဲလို့ ထင်နေရသလို ငယ်ရွယ်စဉ် ကလဲ ဒီခန္ဓာကိုယ်၊ ဒီရုပ်၊ ဒီနာမ်တွေပဲ၊ ယခုကြီးရင့်လာသည့် အခါမှာလည်း ဒီခန္ဓာကိုယ်၊ ဒီရုပ်၊ ဒီနာမ်တွေပဲ ဟု ထင်နေကြရ ခြင်းသာ ဖြစ်ပေသည်။ တစ်ဆံ့ချည် တစ်စက္ကန့်ဝက်မျှ တည်ရှိ

နေကြသည် မဟုတ်ပေ။ လျှပ်တစ်ပြက်အတွင်းမှာ ကုဋေ တစ်သိန်းကျော် ဖြစ်ပျက်နေကြပေသည်။

ထို့ကြောင့် ကိုယ်အမူအရာများကို သိမ်မွေ့စွာ ပြုလုပ် ၍ ပစ္စုပ္ပန်တည်အောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ပစ္စုပ္ပန်တည် အောင် ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတို့၏ သဘောများကို တွေ့သိကြရသောကြောင့် တရားမတွေ့သေး သော ပုဂ္ဂိုလ်များက တရားတွေ တွေ့ကြရပေသည်။ တရား တွေ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်များက တရားတွေ ရှေ့သို့ တက်သွားကြ ရပေသည်။ တရားထူး တရားမြတ်များရရှိသွားကြရပေသည်။

ထိုင်မှတ်၌ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ပုံ

စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ရမည်ဟု ဆိုရာ၌ ပစ္စုပ္ပန်လည်း တည်အောင်၊ ပရမတ်ကိုလည်း သိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ် ကြရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ပြသည့်နည်းဖြင့် ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထိုင်၍ ရှုမှတ်သောအခါ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ် ကြရပေသည်။

ယင်းကဲ့သို့ ရှုမှတ်ကြရာတွင် ဖောင်းတယ် ဟု ရှုမှတ်
 သည့်အခါ လေရှုသွင်းလိုက်သည်နှင့်အမျှ ဝမ်းဗိုက်အဆင့်
 ဆင့် ဖောင်းတက်လာသည်ကို ဖောင်းတယ်ဟု စိတ်ဖြင့်
 စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ အဆင့်ဆင့်များကို မီနိုင်သမျှ
 မီအောင်၊ ပစ္စုပ္ပန်တည့်နိုင်သမျှ တည့်အောင် ရှုမှတ်ကြရပေ
 သည်။ ဝမ်းဗိုက်ပုံသဏ္ဍာန် = ပညတ်ကိုတော့ ခွာနိုင်သမျှ
 ခွာ၍ တောင့်တင်း တွန်းကန်သည့် ပရမတ်သဘောကိုတော့
 သိနိုင်သမျှ သိအောင် စူးစိုက်၍ ဖောင်းတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြ
 ရပေသည်။

ပိန်တယ် ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါမှာလည်း လေရှုထုတ်
 လိုက်သည်နှင့်အမျှ ဝမ်းဗိုက်အဆင့်ဆင့် ပိန်ကျသွားသည်ကို
 ပိန်တယ် တု စိတ်ဖြင့် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ အဆင့်
 ဆင့်များကို မီနိုင်သမျှ မီအောင် ပစ္စုပ္ပန် တည့်နိုင်သမျှ တည့်
 အောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဝမ်းဗိုက်ပုံသဏ္ဍာန် ပညတ်ကို
 တော့ ခွါနိုင်သမျှ ခွါ၍ ရွေ့သွား၊ လှုပ်သွားသော ပရမတ်
 သဘောကိုတော့ သိနိုင်သမျှ သိအောင် စူးစိုက်၍ ပိန်တယ်
 ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ထိုင်တယ် ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါမှာလည်း ခေါင်း၊
 ကိုယ်၊ ခြေ၊ လက်ပုံသဏ္ဍာန် ပညတ်များကိုတော့ ခွါနိုင်သမျှ
 ခွါ၍ ထိုင်ချင်သည့် စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သည့် လေများက တွန်း
 ကန်ထား၍ တောင့်တင်းနေသည့် ပရမတ်သဘောကိုတော့
 သိနိုင်သမျှ သိအောင် စူးစိုက်၍ ထိုင်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြ
 ရပေသည်။

ထိတယ်ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါမှာလည်း ထိထားသည့်
 တင်ပါး၊ ကြမ်းစသော ပုံသဏ္ဍာန် ပညတ်များကိုတော့ ခွါနိုင်
 သမျှ ခွါ၍ ထိထားသဖြင့် ပူနေသည့်သဘော မာနေသည့်
 သဘော ပရမတ်များကိုတော့ သိနိုင်သမျှ သိအောင် စူးစိုက်
 ၍ ထိတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ပညတ်ကိုခွါ၊ ပရမတ်သာ၊ မှန်စွာရှုရမည်။

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်မြှုပ်

ရှုမှတ်ခါစ သမာဓိဉာဏ်များ မဖြစ်သေးမီမှာတော့
 မည်ကဲ့သို့မျှ ထူးခြားစွာ မသိရသေးပေ။ သမာဓိဉာဏ်များ
 ဖြစ်လာသောအခါ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိ

တယ်ဟု ရှုမှတ်နေစဉ်မှာပင် ထူးခြားစွာ သိလာကြပေသည်။
 ဖောင်းနေတာက တစ်ခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက တစ်ခြား၊
 ပိန်နေတာက တစ်ခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက တစ်ခြား၊ ထိုင်နေ
 တာက တစ်ခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက တစ်ခြား၊ ထိနေတာက
 တစ်ခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက တစ်ခြား၊ ဟူ၍ ကွဲပြားကာ
 သိလာကြပေသည်။

ဖောင်းတာ ပိန်တာ ထိုင်တာ ထိတာတို့က ဘာမျှ
 မသိတတ်သောကြောင့် ရုပ်တရား၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်
 ထိုင်တယ် ထိတယ်လို့ မှတ်သိ မှတ်သိလိုက်တာက သိတတ်
 သောကြောင့် နာမ်တရား ဟု နာမ်တရားနှင့် ရုပ်တရား
 ကွဲပြား၍ သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ နာမ်တရား နှင့်
 ရုပ်တရား ကွဲပြား၍ သိလာခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်
 ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဤခန္ဓာကိုယ်၌ ရုပ်တရားနှင့် နာမ်တရား ဤ (၂)ပါး
 ပင် ရှိပေသည်။ ငါ . . . ငါကောင်ဆိုတာ မရှိဟု သိလာ
 ကြပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ သိသွားခြင်းသည် အတ္တဒိဋ္ဌိ၊ သက္ကာယ
 ဒိဋ္ဌိတို့ကို ပယ်လိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ အပါယ်တံခါး

ပိတ်သွားဖို့ရာ အကောင်းဆုံး အခြေခံကို ရရှိလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်မြစ်ပုံ

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ တစ်ဆင့် အားရှိလာသောအခါ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင် တယ်၊ ထိတယ် ဟု ရှုမှတ်နေစဉ်မှာပင် ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိတာတို့က ရှေးက ပေါ်ပေါ်ပေးနေလို့ မှတ်သိ စိတ်က နောက်ကလိုက်၍ လိုက်၍ ရှုမှတ်နေရပေသည်။ ရှေး က ပေါ်ပေါ်ပေးနေကြသည့် ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိတာတို့က အကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ နောက်က လိုက်၍ လိုက်၍ မှတ်သိနေတာက အကျိုးတရား ဖြစ်သည် ဟု အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိမ်းဆည်း၍ သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိလာခြင်းသည် ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်သို့ ရောက်လာသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်ကို အဋ္ဌကထာဆရာများက မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်၌ သက်သာရာ ရသွားပြီး ဖြစ်ပေသည်။

ထောက်ရာတည်ရာ ရသွားပြီး ဖြစ်ပေသည် ဟု ဖွင့်ပြထားကြပေသည်။ မှန်လှပေသည်။ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်သို့ ရောက်လာသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အကြောင်းကောင်းရင် အကျိုးကောင်းသည်။ အကြောင်းဆိုးရင် အကျိုးဆိုးသည် ဟု သိနေကြသောကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတို့၏ ချမ်းသာဆင်းရဲသည် အကြောင်းမရှိ အလိုလို ချမ်းသာသည် အလိုလို ဆင်းရဲသည်ဟု ယူဆသော အယူဝါဒ၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတို့ကို ဗြဟ္မာဗိဿနိုး စသော တန်ခိုးရှင်များက ဖန်ဆင်းထားသည်ဟု ယူဆသော အယူဝါဒတို့ဖြင့် ဘယ်လိုပင် ဟောဟော ပြောပြော မယုံကြည်ကြတော့ပေ။ မတုန်လှုပ်ကြတော့ပေ။ သက်သာရာ ရနေကြပေသည်။ ထောက်ရာ တည်ရာ ရနေကြပေသည်။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်သို့ ရောက်လာသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည်၊ ဗြဟ္မာပြည် ဟူသော သုဂတိဘဝများ၌ ဖြစ်ဖို့ရာ မြဲသွားကြပေသည်။ အပါယ်ငရဲသို့ မကျရောက်နိုင်ကြတော့ပေ။ စူဠသောတာပန် ဖြစ်သွားကြပေပြီ ဟု အဋ္ဌကထာ ဆရာများက ဖွင့်ပြထားကြပေသည်။

စင်္ကြံ၌ စူးစူးစိုက်စိုက်ရှုမှတ်ပုံ

စင်္ကြံလျှောက်၍ ရှုမှတ်ခြင်းတို့သည် (၄)မျိုး ရှိပေသည်။ တစ်လှမ်းမှာ (၁)မှတ်၊ တစ်လှမ်းမှာ (၂)မှတ်၊ တစ်လှမ်းမှာ (၃)မှတ်၊ တစ်လှမ်းမှာ (၆)မှတ် ဟူ၍ (၄)မျိုး ရှိပေသည်။

တစ်လှမ်းမှာ (၁)မှတ်ဟု ဆိုရာ၌ ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဘယ်လှမ်းတယ် ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါ ခြေထောက်ပုံသဏ္ဍာန် = ပညတ်ကို တော့ ခွါနိုင်သမျှ ခွါ၍ ရှေ့သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့သွားသည့် သဘော ပရမတ်ကိုတော့ သိနိုင်သမျှ သိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ညာလှမ်းတယ်ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါမှာလည်း ခြေထောက်ပုံသဏ္ဍာန် = ပညတ်ကို တော့ ခွါနိုင်သမျှ ခွါ၍ ရှေ့သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့သွားသည့် သဘော ပရမတ်ကိုတော့ သိနိုင်သမျှ သိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

တစ်လှမ်းမှာ (၂)မှတ်ဟု ဆိုရာ၌ ကြွတယ်၊ ချဟယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ကြွတယ်ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါမှာ

ခြေထောက်ပုံသဏ္ဍာန် = ပညတ်ကိုတော့ ခွဲနိုင်သမျှခွဲ၍
 အပေါ်သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့တက်သွားသည့် ပရမတ်သဘော
 ကိုတော့ သိနိုင်သမျှသိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။
 ချတယ်ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါမှာလည်း ခြေထောက်ပုံသဏ္ဍာန်
 = ပညတ်ကိုတော့ ခွဲနိုင်သမျှခွဲ၍ အောက်သို့ အဆင့်ဆင့်
 ရွှေ့ကျသွားသည့် သဘော ပရမတ်ကိုတော့ သိနိုင်သမျှသိ
 အောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

တစ်လှမ်းမှာ (၃)မှတ်ဟု ဆိုရာ၌ ကြွတယ်၊ လှမ်း
 တယ်၊ ချတယ်ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ကြွတယ်လို့ ရှုမှတ်
 သည့်အခါမှာ ခြေထောက်ပုံသဏ္ဍာန် = ပညတ်ကိုတော့ ခွဲ
 နိုင်သမျှခွဲ၍ အပေါ်သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့တက်သွားသည့်
 သဘော ပရမတ်ကိုတော့ သိနိုင်သမျှ သိအောင် စူးစိုက်၍
 ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ လှမ်းတယ် ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါမှာ
 လည်း ခြေထောက်ပုံသဏ္ဍာန် = ပညတ်ကိုတော့ ခွဲနိုင်သမျှ
 ခွဲ၍ ရှေ့သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့သွားသည့် သဘော ပရမတ်
 ကိုတော့ သိနိုင်သမျှသိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေ
 သည်။ ချတယ် ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါမှာလည်း ခြေထောက်
 ပုံသဏ္ဍာန် = ပညတ်ကိုတော့ ခွဲနိုင်သမျှခွဲ၍ အောက်သို့

အဆင့်ဆင့် ရွှေ့ကျသွားသည့် သဘော ပရမတ်ကိုတော့ သိနိုင်သမျှသိ အောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

တရားဓမ္မပုံ

ကြွတယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့်အခါ ခြေထောက်ပုံ သဏ္ဍာန် = ပညတ်ကိုလည်း ခွါလို့ရသွားပြီးလျှင် အပေါ်သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့နေသည့် အစဉ် ပစ္စုပ္ပန်ကိုလည်း တည့်အောင် ရွှေ့နေသည့် သဘော ပရမတ်ကိုလည်း သိအောင် စူးစိုက်ကာ ရှုမှတ်လို့ ရသွားသောအခါ အပေါ်သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့တက်နေသည်ကို သိပြီးသည့်အပြင် ပေါ့ပေါ့ပြီး တက်သွားသည်ကိုလည်း သိလာကြပေသည်။ ပေါ့တာကို သိခြင်းသည် တေဇောဓာတ်နှင့် ဝါယောဓာတ်ကို သိခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

လှမ်းတယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့် အခါမှာလည်း ခြေထောက်ပုံသဏ္ဍာန် = ပညတ်ကိုလည်း ခွါလို့ ရသွားပြီး လျှင်၊ ရှေ့သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့နေသည့် အစဉ် ပစ္စုပ္ပန်ကိုလည်း တည့်အောင် ရွှေ့နေသည့် သဘော ပရမတ်ကိုလည်း သိအောင် စူးစိုက်ကာ ရှုမှတ်လို့ ရသွားသောအခါ ရှေ့သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့နေသည်ကို သိပြီးသည့်အပြင် ပေါ့ပေါ့ပြီး ရွှေ့သွား

သည်ကိုလည်း သိလာကြပေသည်။ ပေါ့တာကို သိခြင်းသည်
တေဇောဓာတ်နှင့် ဝါယောဓာတ်ကို သိခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ တေနှင့်ဝါမှာ၊ ဓာတ်နှစ်ဖြာ၊ ပေါ့တာထင်ရှား
သည်။

ချတယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့် အခါမှာလည်း ခြေ
ထောက်ပုံသဏ္ဍာန် = ပညတ်ကိုလည်း ခွါလို့ ရသွားပြီးလျှင်၊
အောက်သို့ အဆင့်ဆင့် ရွေ့ကျနေသည့် အစဉ် ပစ္စုပ္ပန်ကို
လည်း တည့်အောင်၊ ရွေ့နေသည့် သဘော ပရမတ်ကိုလည်း
သိအောင် စူးစိုက်ကာ ရှုမှတ်လို့ ရသွားသောအခါ အောက်သို့
အဆင့်ဆင့် ရွေ့နေသည်ကို သိပြီးသည့်အပြင် လေးလေးပြီး
ကျသွားသည်ကိုလည်း သိလာကြပေသည်။ လေးတာကို
သိခြင်းသည် ပထဝီဓာတ်နှင့် အာပေါဓာတ်ကို သိခြင်း ဖြစ်ပေ
သည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ပနှင့်အာမှာ၊ ဓာတ်နှစ်ဖြာ၊ လေးတာထင်ရှား
သည်။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ မေ့ပဓိသာ

တစ်လှမ်းမှာ (၆)မှတ်ဟု ဆိုရာ၌ ကြွစ၊ ကြွဆုံး၊ လှမ်းစ၊ လှမ်းဆုံး၊ ချစ၊ ချဆုံး ဟူ၍ (၆)မှတ်ဖြစ်ပေသည်။ ကြွစ = ခြေဖနောင့်ကပင် ကြွသေးသည်။ ကြွဆုံး = ခြေဖျား ကပါ ကြွတက်သွားပေပြီ။ လှမ်းစ = လှမ်းထွက်ခါစ။ လှမ်းဆုံး = နင်းချခါနီးမှာ အနည်းငယ် ခြေထောက်တန်သွားခြင်း။ ချစ = နင်းချခါစ။ ချဆုံး = ကြမ်းနှင့် မြေနှင့် ခြေထောက်ထိသွား ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ (၆)မှတ် ဖြစ်ပေသည်။

နောက်တစ်နည်း (၆)မှတ်မှာ . . . ကြွချင်တယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းချင်တယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချချင်တယ်၊ ချတယ် ဟူ၍ (၆)မှတ် ဖြစ်ပေသည်။ ခြေထောက် ကြွရတော့မည့် အခါ ရှေးဦးစွာ ကြွချင်သည့် စိတ် ဖြစ်လာသည်ကို ကြွချင် တယ်။ ထို့နောက် ကြွသည့် အမှုအရာပေါ်လာမှ ကြွတယ်။ လှမ်းရတော့မည့်အခါမှာလည်း ရှေးဦးစွာ လှမ်းချင်သည့် စိတ် ဖြစ်လာသည်ကို လှမ်းချင်တယ်၊ ထို့နောက် လှမ်းတဲ့ အမှု အရာ ပေါ်လာမှ လှမ်းတယ်။ ချရတော့မည့်အခါမှာလည်း ရှေးဦးစွာ ချချင်သည့် စိတ်ဖြစ်လာသည်ကို ချချင်တယ်။ ထို့နောက် ချသည့်အမှုအရာ ပေါ်လာမှ ချတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြ ရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ တစ်နည်းအားဖြင့် (၆)မှတ် ဖြစ်ပေသည်။

နောက်တစ်နည်း (၆)မှတ်မှာ . . . ကြွတယ်၊ မတယ်၊ လမ်းတယ်၊ ချတယ်၊ ထိတယ်၊ ဖိတယ် ဟူ၍ (၆)မှတ် ဖြစ်ပေသည်။ ကြွတယ် = ခြေဖနောင့်ကပဲ ကြွသေးတယ်၊ မတယ် = ခြေဖျားကပါ မ၊ တက်သွားပြီ ဖြစ်တယ်။ လှမ်းတယ် = တစ်ချက်တည်းပဲ ယူထားသည်။ ချတယ် = နင်းချခါစ၊ ထိတယ် = ခြေဖဝါး ကြမ်းမြေတို့နှင့် ထိသွားပြီးဖြစ်တယ်။ ဖိတယ် = ဟိုဘက် ခြေထောက် ကြွဖို့ရန် ဒီဘက် ခြေထောက်ကို ဖိနင်းလိုက်သောကြောင့် ဖိတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ တစ်နည်းအားဖြင့် (၆)မှတ် ဖြစ်ပေသည်။

ဣရိယာပုထ်ကြီး (၄)ပါး၌ အဓထေဇထေရှုမှတ်ပုံ

တရားထိုင်ရာမှ၊ တရားနာရာမှ ထရတော့မည့် အခါ အမြန်မထလိုက်ပါပဲ အထူးသတိပြု၍ စိတ်ကို အာရုံ ပြုကြည့်လိုက်သောအခါ ထချင်သည့်စိတ်များ ဖြစ်နေတာ ထင်ရှားနေတတ်ကြပါသည်။ ယင်းထချင်သည့်စိတ်ကို ထချင် တယ်၊ ထချင်တယ် ဟု ရှေးဦးစွာ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် ထသည့် ကိုယ်အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမှ ထတယ်၊ ထတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထချင်သည့်

စိတ်ကို ရှုမှတ်လို့ ရလာသောအခါ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး ရပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိကြရပေသည်။

ထချင်သည့်စိတ်က သိတတ်သောကြောင့် နာမ် တရား ဖြစ်သည်။ ထနေသည့် ကိုယ်အမူအရာများက မသိ ထတ်သောကြောင့် ရုပ်တရားဖြစ်သည်။ ထနေတာ ငါမဟုတ်။ နာမ်တရားနှင့် ရုပ်တရား ထနေခြင်း ဖြစ်ပေသည် ဟု နာမ် နှင့် ရုပ် ကွဲပြားကာ ပိုင်းခြား၍ သိခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒ ဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။

ထချင်သည့်စိတ်ကြောင့် ထ, ရသည်။ ထချင်သည့် စိတ်မရှိလျှင် ထလို့ မရကြပေ။ ထချင်သည့်စိတ်က အကြောင်း တရား ဖြစ်ပေသည်။ ထနေသည့် ကိုယ်အမူအရာများက အကျိုးတရား ဖြစ်ပေသည် ဟု အကြောင်းနှင့်, အကျိုးကို သိခြင်းသည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ထချင်သည့် စိတ်ကို ရှုမှတ်လို့ ရသွားသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဟူ သော ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါးကို မိမိတို့ ရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင် ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။

ရပ်ရာမှ သွားရတော့မည့်အခါ၊ သွားရာမှ ရပ်ရတော့မည့်အခါ၊ ရပ်ရာမှ ထိုင်ရတော့မည့်အခါ၊ ထိုင်ရာမှ လျောင်းရတော့မည့်အခါတို့၌ အထူးသတိထားလိုက်သည် ရှိသော် သွားချင်၊ ရပ်ချင်၊ ထိုင်ချင်၊ လျောင်းချင်သည့်စိတ် များဖြစ်နေသည်မှာ ထင်ရှားနေတတ်ကြပေသည်။ ယင်းသွားချင်၊ ရပ်ချင်၊ ထိုင်ချင်၊ လျောင်းချင်သည့် စိတ်တို့ကို သွားချင်တယ်၊ ရပ်ချင်တယ်၊ ထိုင်ချင်တယ်၊ လျောင်းချင်တယ် ဟု ရှေးဦးစွာ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် သွားသည့်၊ ရပ်သည့်၊ ထိုင်သည့်၊ လျောင်းသည့် ကိုယ်အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမှ သွားတယ်၊ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ လျောင်းတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

သွားချင်၊ ရပ်ချင်၊ ထိုင်ချင်၊ လျောင်းချင်သည့် စိတ်များကို ရှုမှတ်လို့ ရလာကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိတို့မှာ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး ရပြီဟု ကိုယ်တိုင် သိနိုင်ကြပေသည်။ သွားချင်၊ ရပ်ချင်၊ ထိုင်ချင်၊ လျောင်းချင်သည့် စိတ်များက သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရား ဖြစ်ပေသည်။ သွားသည့်၊ ရပ်သည့်၊ ထိုင်သည့်၊ လျောင်းသည့် ကိုယ်အမူအရာများက မသိတတ်သောကြောင့် ရုပ်တရားဖြစ်ပေသည် ဟု နာမ်

တရားနှင့် ရုပ်တရားကို ကွဲပြားကာ ပိုင်းခြား၍ သိခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။

သွားချင်၊ ရပ်ချင်၊ ထိုင်ချင်၊ လျောင်းချင်သော စိတ် တို့ကြောင့် သွားရ၊ ရပ်ရ၊ ထိုင်ရ၊ လျောင်းရပေသည်။ သွားချင်၊ ရပ်ချင်၊ ထိုင်ချင်၊ လျောင်းချင်သော စိတ်တို့က အကြောင်း တရားတို့ ဖြစ်ကြပေသည်။ သွားသည့်၊ ရပ်သည့်၊ ထိုင်သည့်၊ လျောင်းသည့် ကိုယ်အမူအရာများက အကျိုးတရားတို့ဖြစ် ကြပေသည် ဟု အကြောင်းနှင့်အကျိုးကို သိသောဉာဏ် သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ သွားချင်၊ ရပ်ချင်၊ ထိုင်ချင်၊ လျောင်းချင်သည့် စိတ်များကို သိအောင် ရှုမှတ်နိုင်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိတို့မှာ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် နှင့် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဟူသော ဤဉာဏ် (၂)ပါးကို ရလိုက်ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။ စတုတ္ထနေ့အတွက် ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံ သွားပါပြီ။

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာဆရာတော်





ဟောကြားမည့် တရားတော်

ယနေ့ ဝေဒနာ (၃)ပါးနှင့် ဝေဒနာ (၃)ပါး၌ ကိန်းအောင်းနေသော အနုသယ (၃)ပါး ပယ်ပုံကို ဟောကြားပါမည်။ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသည့် ဒေသနာအစဉ်အားဖြင့် သုခဝေဒနာက စ၍ ဟောကြားပါမည်။ ယောဂီများ ကျင့်စဉ်အားဖြင့် ဒုက္ခဝေဒနာကို စ၍ တွေ့သိကြရပေသည်။ ထို့ကြောင့် ကျင့်စဉ် ဖြစ်သည့် ဒုက္ခဝေဒနာမှ စ၍ ဟောကြားပါမည်။

- (၁) ဒုက္ခဝေဒနာ = ဆင်းရဲလှည့်ဝေဒနာ၊ ထိုဒုက္ခဝေဒနာ၌ ပဋိယာနုသယ ဒေါသ ကိန်းသည်။ ကိန်းသည် ဆိုသည်မှာ အဖန်ဖန် ဖြစ်ခြင်းပင်ဖြစ်ပေသည်။

- (၂) သုခဝေဒနာ = ချမ်းသာသည့်ဝေဒနာ၊ ထို သုခဝေဒနာ၌ ရောဂါနုသယ' လောဘကိန်းသည်။ အဖန် ဖန် ဖြစ်သည်။
- (၃) ဥပေက္ခာဝေဒနာ = ဆင်းရဲလည်းမဟုတ်၊ ချမ်း သာလည်း မဟုတ်၊ အလယ် အလတ်ဖြစ်သည့် ဝေဒနာ။ ထို ဥပေက္ခာဝေဒနာ၌ အဝိဇ္ဇာနုသယ မောဟကိန်း သည်။ အဖန်ဖန်ဖြစ်သည်။

ဤဝေဒနာ (၃)ပါး၌ ကိန်းနေသည့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟဟူသော အနုသယ (၃)ပါးကို ပယ်နိုင်မှသာ တရား နှာပရိသတ်များ ယောဂီများ အလိုရှိအပ်သည့် တရားထူး တရားမြတ်များကို ရရှိသွားနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဝေဒနာ (၃)ပါး၌ ကိန်းအောင်းနေသော အနုသယ (၃)ပါးကို ရှုမှတ်၍ ပယ်ပုံကို ဟောကြားပါမည်။ ရှေးဦးစွာ ဒုက္ခဝေဒနာ၌ ကိန်းနေသော ပဋိဿာနုသယ ဒေါသကို ပယ် ဖို့ရာမှာ ထိုဒုက္ခဝေဒနာကိုပင် ရှုမှတ်၍ ပယ်ကြရပေသည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်
 ဘို့သည် (၃)နံပါတ် သမ္မသနဉာဏ်သို့ ရောက်လာသော အခါ
 နာတာ၊ ကျင့်တာ၊ ကိုက်ခဲတာ၊ အောင့်တာ စသော ဒုက္ခ
 ဝေဒနာများကို ခံစားတွေ့သိကြရပေသည်။ ထိုဒုက္ခဝေဒနာ
 ကြောင့် စိတ်နှလုံး မသာယာမှု ဒေါမနဿ ဒေါသများ ဖြစ်
 ကြရပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ ဖြစ်ခြင်းကို ပဋိယာနုသယ ဒေါသ
 ကိန်းတယ် ဟု ဆိုရပေသည်။ ထို ပဋိယာနုသယ ဒေါသကို
 ပယ်ဖို့ရာမှာ ဒုက္ခဝေဒနာကိုပင် လွှမ်းမိုးအောင် ရှုမှတ်၍ ပယ်
 ကြရပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ဒုက္ခကိန်းလာ၊ ဒေါသသာ၊ မှန်စွာပယ်ရမည်။

ဒုက္ခာ ဘိက္ခဝေ ဝေဒနာ သလ္လတော ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။

ဒုက္ခဝေဒနာကို ဆူးငြောင့်ကို ပယ်နှုတ်သကဲ့သို့ လွှမ်း
 မိုးအောင် ရှုမှတ်၍ ပယ်ကြရမည် ဟု ဟောကြားတော်မူခဲ့
 ပါသည်။ တောအရပ်များ၌ အလုပ်လုပ်ကြသော သူတို့သည်
 လက်ဖဝါး ခြေဖဝါးတို့၌ ဆူးငြောင့်များ စူးလာသောအခါ
 ထိုဆူးငြောင့်တို့ကို ပယ်နှုတ်ပြီးမှ အလုပ်ကို ဆက်လုပ်မှသာ

အလုပ်ကိစ္စများ အချိန်မီပြီးမြောက်နိုင်ကြပေသည်။ ထို့အတူ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လည်း မိမိတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်၌ ဆူးငြောင့်နှင့် တူသည့် ဒုက္ခဝေဒနာများ ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ ဆူးငြောင့်ကို ပယ်နှုတ်သကဲ့သို့ ဒုက္ခဝေဒနာကို လွှမ်းမိုးအောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက်မှ အခြားရှုမှတ်ဖွယ်များကို ရှုမှတ်ကြရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ဒုက္ခပေါ်လျှင်၊ ငြောင့်တံကျင်၊ အမှန်ပင် ရှုရမည်။

ယခုခေတ်အခါမှာ ယောဂီများ ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုမှတ်ပုံ (၃)မျိုး ရှိပေသည်။

- ၁။ ဒုက္ခဝေဒနာကို ပျောက်သွားရအောင် ရည်ရွယ်၍ ရှုမှတ်တာက တစ်မျိုး၊
- ၂။ ဒီဒုက္ခဝေဒနာကို ဒီတစ်ထိုင်မှာ ဒီတစ်နေ့မှာ အပြတ် တိုက်ထုတ်မည်ဟု စိတ်ကြမ်းကြီး ထူထောင်၍ ရှုမှတ်တာက တစ်မျိုး၊

၃။ ဒုက္ခဝေဒနာ၏ သဘောကို သိအောင် ရှုမှတ်တာ
က တစ်မျိုးဟူ၍ (၃)မျိုး ရှိပေသည်။

အကျယ်

(၁) ဒုက္ခဝေဒနာကို ပျောက်သွားရအောင် ဟု
ရည်ရွယ်၍ ရှုမှတ်တာကို တရားကိုယ်ကောက်လိုက်တော့
လောဘပင် ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်တယ်ဆိုတာ
လောဘကင်းအောင် ရှုမှတ်တာ ဖြစ်ပေသည်။ ယခုတော့
မှတ်ချက်တိုင်း မှတ်ချက်တိုင်း လောဘကိလေသာ ကြားညှပ်
နေသောကြောင့် တရားတွေတော်တော်နှင့် မတွေ့၊ တော်
တော်နှင့် မတက်နိုင်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့်
ဒီရှုနည်းကိုလည်း မယူသင့်ပေ၊ မယူရပေ။

ဒုက္ခဝေဒနာကို မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူ
သည်မှာ . . .

ဒုက္ခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော ဒုက္ခံဝေဒနံ ဝေဒယာ
မိတိ ပဇာနာတိ။

ဒုက္ခဝေဒနာကို သိအောင် ရှုရမည်ဟု ဟောကြားပါသည်။ ယခုတော့ ယောဂီများက ပျောက်အောင် ရှုမှတ်နေကြပေသည်။ မြတ်စွာဘုရား၏ အလိုကျ မဟုတ်၍ တရားတွေ တော်တော်နှင့် မတွေ့၊ တရားတွေ တော်တော်နှင့် မတက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် ပျောက်အောင် မရှုမှတ်ကြရပေ။ သိအောင် ရှုမှတ်ကြရပေမည်။

(၂) ဒီဒုက္ခဝေဒနာကို အပြုတ်တိုက်ထုတ်မည်ဟု စိတ်ကြမ်းကြီး ထူထောင်၍ ရှုမှတ်တာကို တရားကိုယ်ကောက်လိုက်တော့ ဒေါသ ဒေါမနဿပင် ဖြစ်ပေသည်။ တရားရှုမှတ်တယ်ဆိုတာ ဒေါသ ဒေါမနဿကင်းအောင် ရှုမှတ်တာ ဖြစ်သည်။ ယခုတော့ ရှုမှတ်ချက်တိုင်း ရှုမှတ်ချက်တိုင်း ဒေါသ ဒေါမနဿ ကိလေသာများ ကြားညှပ်နေသောကြောင့် တရားတွေ တော်တော်နှင့် မတွေ့၊ တော်တော်နှင့် မတက်နိုင်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဒီရှုနည်းမှတ်နည်းကိုလည်း မယူသင့်ပေ။ မယူရပေ။

(၃) ဒုက္ခဝေဒနာ၏ သဘောကို သိအောင် ရှုမှတ်တာကတော့ မြတ်စွာဘုရား၏ အလိုကျ မှန်ကန်သော ရှုမှတ်နည်းဖြစ်၍ ယူကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

သဘောသိမှ ဥဒယ၊ဝယ မြင်နိုင်သည် - ဟု ဆိုသည့် အတိုင်း သဘောကိုသိမှ ဥဒယ = ဖြစ်၊ ဝယ = ပျက်ကို မြင် နိုင် သိနိုင်ပေသည်။

ယောဂီများ တရားရှုမှတ်နေစဉ် ပြင်းထန်သည့် ဒုက္ခ ဝေဒနာဖြစ်ပေါ်လာခဲ့သော် ရှေးဦးစွာ သည်းခံမည်ဟု နှလုံး သွင်းကြရပေသည်။ သည်းခံမှ နိဗ္ဗာန်ရ ဆိုသည်မှာ ဝိပဿနာ တရား ပွားများ အားထုတ်သည့်အခါ အသုံးအကျဆုံးပင် ဖြစ်ပေသည်။ ဒီဝေဒနာ ဒီတစ်ထိုင်လုံးပင် ခံနေရတော့မည် လား ဟု ကြောင့်ကြ ပူပန်မှုများလည်း မရှိစေရ။ ဝေဒနာ သူ့သဘောအတိုင်း နာမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။ ရှုမှတ်ဖို့ရာ ကတော့ မိမိ၏ တာဝန် ဖြစ်ပေသည် ဟု စိတ်ကို အေးအေး ထားကြရပေသည်။

သည်းခံ၍ နိဗ္ဗာန်ရပုံ

ရှေးအခါက မထေရ်တစ်ပါးသည် တရားထူး တရား မြတ်များ ရချင်၍ ညလုံးပေါက် တရားအားထုတ်တော်မူ၏။ နံနက်ကျတော့ ပြင်းထန်သော လေထိုးသည့် ရောဂါဖြစ်လာ ပေသည်။ ပျံလွန်တော်မူမည့် ရောဂါဝေဒနာပင် ဖြစ်ပေ

သည်။ ရပ်၍၊ ထိုင်၍၊ နေလို့မရအောင် ပြင်းထန်လှသဖြင့်
 လျောင်းချကာ ပြင်းထန်စွာ ခံနေရ၏။ လူးလိမ့်ကာခံနေရ၏။
 သင်္ကန်းများကိုပင် လုံခြုံအောင် မထိန်းသိမ်းနိုင်တော့၍ အနီး
 အနားမှာ ရှိကြသည့် ရဟန်းများက လုံခြုံအောင် ဖူးပေး ပြုပြင်
 ပေးနေရပေသည်။

ဤကဲ့သို့ လူးလိမ့်နေစဉ်မှာ ဗဟုသုတရှိသည့် ပိဏ္ဏ
 ပါတိက မထေရ်ရောက်လာကာ သတိပေးစကား ပြောကြား
 လေ၏။ အို . . . အရှင်ဘုရား ရဟန်းဆိုတာ သည်းခံခြင်း
 သဘောရှိပါသည် ဟု ပြောကြားလိုက်ရာ . . . သာဓုပါ
 ဘုရား . . . သည်းခံပါတော့မည်ဘုရား ဟု တစ်ခွန်းတည်း
 ပြန်လျှောက်ထားကာ ငြိမ်သက်သွားလေ၏။ သည်းခံပြီး ထို
 နာနေသည့် ဝေဒနာကို စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်လိုက်ရာ အနာဂါမ်
 အဖြစ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုပြီးမှ ပျံလွန်တော်မူသွားပေသည်။

ထိုမထေရ်သည် သည်းမခံပဲ လူးလိမ့်နေခဲ့သော်
 သမာဓိ မဖြစ်၍ ဝိပဿနာဉာဏ်များလည်း မဖြစ်သဖြင့်
 တရားရနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုနိုင်မည်
 မဟုတ်ပေ။ ယခုတော့ ပိဏ္ဏပါတိက မထေရ်၏ သတိပေး

ချက်ကြောင့် သည်းခံလိုက်၍ အနာဂါမ် အဖြစ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသောအားဖြင့် ရသွားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ဤမထေရ် ကဲ့သို့ ဒုက္ခဝေဒနာကို သည်းခံ၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ဒုက္ခဝေဒနာ ပြင်းထန်လာသောအခါ ယောဂီများက ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း တင်းထားတတ်ကြပေသည်။ စိတ်ကိုလည်း တင်းထားတတ်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ မတင်းထားမိစေရ။ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း အနည်းငယ်လျော့၊ စိတ်ကိုလည်း အနည်းငယ်လျော့၍ ဒုက္ခဝေဒနာပေါ်မှာ စိတ်ကို တည့်တည့် ချ ကြည့်ရပေသည်။ ဒီဝေဒနာနာနေသည်မှာ အသားပေါ် အရေပေါ်လောက်ပင် နာသည်။ အကြောထိအောင် နာသည်။ အရိုးထိအောင် နာသည်။ ရိုးတွင်း ချဉ်ဆီထိအောင် နာသည်ဟု နာပုံ အတိုင်း အရှည် ပမာဏကို သိအောင် စိတ်ဖြင့် စူးစိုက်၍ ကြည့်ကြရပေသည်။

နာပုံ အတိုင်းအရှည် ပမာဏကို သိပြီးမှ နာတယ်၊ ကျင်တယ်၊ အောင့်တယ် စသည်ဖြင့် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ (၄) (၅)ချက်လောက် ဆင့်ကာ ဆင့်ကာ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ပိုနာ၊ ပိုကျင်၊ ပိုအောင့်တာများကို သိလာတတ်

ကြပေသည်။ အထွဋ်အထိပ်သို့ ရောက်အောင် နာပြီးသော အခါ အကြောင်းအားလျော်စွာ ထိုဝေဒနာ ပြန်၍ လျော့လာ တတ်ပေသည်။ သက်သာလာတတ်ပေသည်။ ဝေဒနာလျော့ လာပါသော်လည်း မှတ်သိစိတ်ကိုတော့ မလျော့မူ၍ ဆင့်ကာ ဆင့်ကာ (၄)(၅)ချက်လောက် ရှုမှတ်လိုက်လျှင် တစ်မျိုးသက် သာ၊ တစ်မျိုးသက်သာ၊ တစ်ခြားနေရာသို့ ရွေ့ရွေ့သွားတာ များကို တွေ့သိလာကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဤကဲ့သို့ ဝေဒနာများ တိုး၍ တိုး၍ နာပြီးလျှင် ပြန် ၍ ပြန်၍ လျော့လာသည်ကို သိခြင်းသည် ဝေဒနာ၏ သဘောကို သိခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ ဝေဒနာသည် အမြဲ တစ်ဆက်တည်း နာနေသည် မဟုတ်၊ အမြဲတမ်း ပြောင်းလဲ နေသည်ဟု သိလာသောအခါ မှတ်အားတွေ ပိုကောင်းလာ တတ်ကြပေသည်။ ဆင့်ကာ ဆင့်ကာ ရှုမှတ်၍ မှတ်အားတွေ တစ်ဆင့် ပိုကောင်းလာသောအခါ ဝေဒနာများ တစ်ချက်မှတ်၊ တစ်ချက်ယှီနာ ။ တစ်ခြားနေရာသို့ ရွေ့ရွေ့သွားသည်များ ကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ အထွဋ်အထိပ်သို့ ရောက်အောင် နာပြီးသောအခါ အကြောင်းအားလျော်စွာ ထိုဝေဒနာပြန်၍ လျော့လာတတ်ပေသည်။ တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက်သက်သာ၊

တစ်ခြားနေရာသို့ ရွှေ့ရွှေ့သွားသည်ကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ ဝေဒနာ၏ သဘောကို ပို၍ သိလာသဖြင့် မှတ်အားတွေ ပို၍ ကောင်းလာကြပေသည်။

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ တစ်ဆင့်အားရှိလာသောအခါ နာတယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် နာနေသည့် သဘောများ ပေါ်ပြီးတာနှင့် ပျောက်ပျောက်သွားတာကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ ပေါ်တာက ဖြစ်၊ ပျောက်ပျောက်သွားတာက ပျက်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ ဖြစ်၊ ပျက်ကို မြင်သွားသောအခါ နာနေတာကို သိတာက အဓိက မဟုတ်တော့ပေ။ ဖြစ်နေ၊ ပျက်နေတာကို သိတာက အဓိက ဖြစ်လာပေသည်။ နာတာကို မှတ်သိစိတ်က လွှမ်းမိုးသွားပြီ ဖြစ်ပေသည်။

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ရောက်လာသောအခါ နာတယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ဖြစ်တာက မထင်ရှားတော့ပါပဲ နာနေသည့် သဘောများ ပျက်ပျက် သွားတာကပင် ထင်ရှားလာကြပေသည်။ မှတ်သိစိတ်များ ကုန်ပျက်သွားတာများလည်း ထင်ရှားလာတတ်ကြပေသည်။ နာ

တာကို မှတ်သိစိတ်က လွှမ်းမိုးသွားပြီး ဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ လွှမ်းမိုးသွားသောအခါ ဒုက္ခဝေဒနာ၌ ကိန်းနေသော ပဋိယာ နုသယ ဒေါသကို ပယ်ခြင်းကိစ္စ ပြီးမြောက်သွားပြီး ဖြစ်ပေသည်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာများကိုလည်း ထင်ရှားစွာ တွေ့သိလာကြရပေသည်။ တရားတွေ ရှေ့သို့ ထူးထူးခြားခြားလည်း တက်သွားတတ်ကြပေသည်။ မိမိတို့၏ ပါရမီအားလျော်စွာ တရားထူး တရားမြတ်များကိုလည်း ရရှိသွားနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဤနေရာ၌ ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာစေနှင့် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသည်ကိုလည်း သိထားသင့်ကြပေသည်။ တစ်ချိန်သောအခါ မြတ်စွာဘုရားသည် ဘဂ္ဂတိုင်း သုသုမာရဂိရမြို့၏ အနီး တောအုပ်တစ်ခုမှာ သီတင်းသုံးနေတော်မူ၏။ ထိုအခါ သုသုမာရဂိရမြို့၌ မြတ်စွာဘုရားနှင့် ဘဝငါးရာ သားအဖတော်ခွဲဖူးသည့် နက္ကလပိတာ သူဌေးကြီးသည်လည်း နေထိုင်လျက် ရှိပေသည်။ ထိုသူဌေးကြီးသည် အသက်အရွယ် အိုမင်းသည့် နောက်ဆုံး အရွယ်သို့ ရောက်လာ၍ အားအင်များ နည်းပါးလာသဖြင့် ရောဂါဝေဒနာများ ဖိစီးလာလေ၏။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားကို အထူး

သတိရလာသဖြင့် မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ထွက်လာခဲ့လေ၏။

မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ရောက်လာသောအခါ မြတ်စွာ
ဘုရား . . . တပည့်တော်သည် အလွန်အိုမင်း၍ အားအင်
တွေ ကုန်ခန်းလာသဖြင့် ရောဂါ ဝေဒနာများ ပိစီးကာ
ကျန်းမာတယ်လို့ကို မရှိတော့ပါဘုရား၊ နောင်များလည်း
မြတ်စွာဘုရားထံသို့ လာနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပါဘုရား၊
ထို့ကြောင့် တပည့်တော်နှင့် သင့်လျော်သည့် တရားတစ်ပုဒ်
ကို ဟောကြားပေးတော်မူပါဘုရား . . . ဟု လျှောက်ထား
လေ၏။

မြတ်စွာဘုရားက မိန့်ကြားတော်မူသည်မှာ အို . . .
သူဌေးကြီး လောကမှာ ငါကျန်းမာသည် ငါရောဂါမရှိဟု ပြော
သောသူသည် မသိလို့၊ မိုက်လို့ ပြောတာ ဖြစ်သည် ဟု
မိန့်ကြားတော်မူပြီးလျှင် သူဌေးကြီး ကိုယ်သာနာပါစေ စိတ်
မနာစေနှင့်၊ စိတ်မနာအောင်ကျင့် ဟု ဟောကြားတော်မူလိုက်
ပါသည်။ သူဌေးကြီးလည်း ထိုတရားကို အလွန်သဘောကျ
၍ ရှိခိုးဦးချကာ မြတ်စွာဘုရားထံမှ ထွက်လာခဲ့ပြီးလျှင် အရှင်
သာရိပုတ္တရာထံ သွား၍ ရှိခိုး ဦးချလေ၏။

အရှင်သာရိပုတ္တရာက သူဌေးကြီး . . . ဘယ်ကများ
 လာခဲ့ပါသလဲ - ဟု နှုတ်ဆက်စကား မိန့်ကြားလိုက်ရာ သူဌေး
 ကြီးက မြတ်စွာဘုရားထံမှ လာခဲ့ပါသည်ဟု လျှောက်ထား
 လေ၏။ မြတ်စွာဘုရားက တရားများ ဟောလိုက်ပါရဲ့လား
 ဟု မေးလိုက်သောအခါ တပည့်တော်ကဲ့သို့သောသူကို ဘယ်
 တရားမဟောပဲ ရှိပါ့မလဲ။ တရားဟောလိုက်ပါသည် ဟု
 လျှောက်ထားလေ၏။ ဘာတရားများ ဟောလိုက်ပါသလဲ ဟု
 မေးလိုက်ပြန်ရာ ကိုယ်သာနာပါစေ၊ စိတ်မနာပါစေနှင့် စိတ်
 မနာအောင်ကျင့် ဟု ဟောကြားလိုက်ပါတယ်ဘုရား ဟု
 လျှောက်ထားလေ၏။

ထိုသို့ လျှောက်ထားလိုက်သောအခါ အရှင်သာရိ
 ပုတ္တရာသည် ပညာအရာမှာ အတော်ဆုံး၊ တေဒဂ်ရသော
 ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည်အားလျော်စွာ ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်းနာ၊
 ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာကို သိသင့်သည် ဟု မြင်တော်မူပြီး
 လျှင် သူဌေးကြီး . . . ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်းနာ၊ ကိုယ်
 သာနာ၍ စိတ်မနာသည့် အဓိပ္ပါယ်ကို မြတ်စွာဘုရားထံမှာ
 လျှောက်ထားခဲ့ပါရဲ့လား ဟု မေးတော်မူပြန်ရာ သူဌေးကြီးက
 တပည့်တော် မလျှောက်ထားခဲ့မိပါ။ တပည့်တော်နှင့် ကိုက်ညီ

ပြည်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ခမ္မပဒေသာ

သည့် တရားကို နာကြားရ၍ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်ပြီး မြတ်စွာဘုရားထံမှ ထွက်လာခဲ့မိပါသည်ဘုရား။

ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်းနာ၊ ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာ တရား၏ အဓိပ္ပါယ်ကို အရှင်ဘုရား ဟောကြားမှသာ နာကြားရပါမည်။ နောင်များလည်း အရှင်ဘုရားတို့ထံ တပည့်တော် လာနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပါ။ ဟောကြားပေးတော်မူပါဘုရား ဟု လျှောက်ထားသဖြင့် အရှင်သာရိပုတ္တရာက ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်းနာ၊ ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာ တရား၏ အဓိပ္ပါယ်ကို ဟောကြားတော်မူပါသည်။

ကိုယ်လည်း နာ၊ စိတ်လည်း နာဆိုသည်မှာ ရုပ်နှင့် နာမ်မကွဲပါပဲ တစ်ပေါင်းတည်း ငါ ဟု ထင်နေလျှင် ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်းနာ ဖြစ်ပေသည်။ ရုပ်၊ ကိုယ်က နာသည်နှင့်အမျှ စိတ်ကလည်း ဆင်းရဲနေ၍ ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်း နာ ဖြစ်ကြရပေသည်။ ဤနေရာ၌ အရှင်သာရိပုတ္တရာက အတ္တဒိဋ္ဌိ (၂၀) ကို ဟောကြားတော်မူလိုက်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ရုပ်နာမ်ကိုပင်၊ ငါကောင်ထင်၊ စွဲလျှင် ကိုယ်စိတ်နာ။

ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာဆိုသည်မှာ ဒုက္ခဝေဒနာကို လွှမ်းမိုးအောင် ရှုမှတ်နိုင်သောကြောင့် ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာ၊ ရုပ်နှင့်နာမ် ကွဲပြားအောင် ရှုမှတ်နိုင်သောကြောင့် ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာ ဖြစ်ကြပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ရုပ်နာမ်ပေါ်ဆဲ၊ ရှုမှတ်ခွဲ၊ ကိုယ်ပဲနာပါ
စိတ်မနာ၊

ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာသည် ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဧကန်မုချ အားဖြင့် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပေသည်။ ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာ၊ ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်းနာ (၂)မျိုးလုံး ဖြစ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဝေဒနာကို လွှမ်းမိုးအောင် ရှုမှတ်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် သေက္ခပုဂ္ဂိုလ် (၇)ယောက်တို့ ဖြစ်ကြပေသည်။ ကိုယ်လည်းနာ စိတ်လည်းနာ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဧကန်မုချအားဖြင့် အန္တပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ပေသည်။

သုခဝေဒနာ ရှုမှတ်ပုံ

ဒုက္ခဝေဒနာကို ဟောကြားတာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၌ ကိန်းနေသည့် ဒေါသကို ပယ်ပုံကို ဟောကြားတာ အသင့်အတင့်

ပြည့်စုံသွားပါပြီ။ ယခု သုခဝေဒနာကို ရှုမှတ်ပုံနှင့် သုခ
ဝေဒနာ၌ ကိန်းနေသော လောဘကို ပယ်ပုံ ဟောကြားပါ
တော့မည်။

ချမ်းသာသည့် သုခဝေဒနာ၌ ရာဂါနုသယ = လော
ဘကိန်းသည်ဟု ဆိုရာ၌ မိမိတို့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ချမ်းသာသည့်
သုခဝေဒနာ ပေါ်လာသောအခါ မရှုမှတ်တတ်လျှင်၊ ရှုမှတ်
တတ်သော်လည်း မရှုမှတ်လျှင် အဖန်ဖန် သာယာနှစ်သက်
သည့် လောဘ ဖြစ်လာပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ သာယာနှစ်
သက်မှုများ အဖန်ဖန် ဖြစ်ခြင်းကို ကိန်းသည် ဟု ဆိုရပေ
သည်။ ထိုကိန်းလာသော လောဘကို ပယ်ကြရမည် ဖြစ်ပေ
သည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သုခကိန်းလာ၊ ရာဂသာ၊ မှန်စွာပယ်ရမည်။

ချမ်းသာသည့် သုခဝေဒနာသည် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်
အနုပိုင်းမှာ ဖြစ်လာတတ်ကြပေသည်။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်
အနုပိုင်းသို့ ရောက်လာကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်
ကိုယ်ကလည်း ပေါ့ပါး၊ စိတ်ကလည်း ပေါ့ပါး၊ ကိုယ်ကလည်း

နူးညံ့၊ စိတ်ကလည်း နူးညံ့၊ ကိုယ်ကလည်း ငြိမ်းအေး၊ စိတ်ကလည်း ငြိမ်းအေး၊ ကိုယ်ကလည်း ချမ်းသာ၊ စိတ်ကလည်း ချမ်းသာ ဖြစ်ကြပေသည်။

လူသာမန် မဆိုထားနှင့် နတ်သာမန်တို့ပင် မခံစား၊ မတွေ့သိနိုင်သည့် ဝိပဿနာ ပီတိသုခတို့ကို ခံစား တွေ့သိ နေကြရသည်ဖြစ်၍ ယင်းသုခဝေဒနာ၌ သာယာ နှစ်သက်ခြင်း ရာဂါနုသယ = လောဘများ အဖန်ဖန် ဖြစ်နေတတ်ကြပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ အဖန်ဖန် ဖြစ်နေခြင်းကို ကိန်းတယ် ဟု ဆိုရပေသည်။ ယင်းရာဂါနုသယ = လောဘကို ပယ်ဖို့ ရာ သုခဝေဒနာကို ဒုက္ခလို့ ထင်လာရအောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

သုခါ ဘိက္ခုဝေ ဝေဒနာ ဒုက္ခတော ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။

မိမိတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်၌ ချမ်းသာသည့် သုခဝေဒနာ ပေါ်လာလျှင် ထိုသုခဝေဒနာကို ဒုက္ခလို့ ထင်မြင်လာရအောင် ရှုမှတ်ကြရမည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

ဆောင်ပုဒ်။ ။ သုခပေါ်လျှင်၊ ဒုက္ခထင်၊ အမှန်ပင် ရှုရမည်။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သို့ ရောက်လာကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကိုယ်ကလည်း ချမ်းသာ၊ စိတ်ကလည်း ချမ်းသာသည့် သုခဝေဒနာများနှင့် တွေ့ကြရပေသည်။ ယင်း သုခဝေဒနာတို့တွင် ကိုယ်ချမ်းသာတာက ထင်ရှားလျှင် ကိုယ်ချမ်းသာကို ချမ်းသာတယ်၊ ချမ်းသာတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ စိတ်ချမ်းသာတာက ထင်ရှားလျှင် စိတ်ချမ်းသာတာကို ချမ်းသာတယ်၊ ချမ်းသာတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ဝိပဿနာဉာဏ်များ အားရှိသောအခါ ချမ်းသာတယ်၊ ချမ်းသာတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ချမ်းသာသည့် သုခဝေဒနာများ ပေါ်လာပြီးလျှင် ပျောက်ပျောက်သွားတာကို တွေ့သိကြရပေသည်။ ပေါ်တာက ဖြစ်၊ ပျောက်ပျောက်သွားတာက ပျက်ပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ တစ်ဆင့် အားရှိ ထက်သန်လာသောအခါ ဖြစ်တာ ပျက်တာများက အလွန်လျင်မြန်လှသဖြင့် နှိပ်စက်နေသကဲ့သို့ ဖြစ်၍

ဆင်းရဲပါလား၊ ဒုက္ခပါလား ဟု စိတ်ထဲ ဉာဏ်ထဲမှာ ထင်လာကြပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ ဒုက္ခလို့ ထင်လာသောအခါ သုခဝေဒနာ၌ ကိန်းနေသည့် ရာဂါနုသယ = လောဘကို ပယ်ခြင်းကိစ္စ ပြီးမြောက်သွားပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ ပယ်ခြင်းကိစ္စ ပြီးမြောက်သွားသောကြောင့် တရားတွေ ရှေ့သို့ ထူးထူးခြားခြား တက်သွားနိုင်ကြပေသည်။ မိမိတို့၏ ပါရမီအား လျော်စွာ တရားထူး တရားမြတ်များ ရသွားနိုင်ကြပေသည်။

ဥပေက္ခာဝေဒနာ ရှုမှတ်ပုံ

သုခဝေဒနာ၌ ကိန်းနေသော ရာဂါနုသယ = လောဘကို ပယ်ပုံ သုခဝေဒနာကို ရှုမှတ်ပုံတို့ကို ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။ ယခု ဥပေက္ခာဝေဒနာ၌ ကိန်းနေသော အဝိဇ္ဇာနုသယ = မောဟကို ပယ်ပုံ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာ ရှုမှတ်ပုံတို့ကို ဟောကြားပါတော့မည်။

ဥပေက္ခာဝေဒနာ၌ အဝိဇ္ဇာနုသယ = မောဟကိန်းသည် ဟု ဆိုရာ၌ ယောဂီများ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်၍ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်သောအခါ ဥပေက္ခာဝေဒနာဖြစ်တာ ပို၍ ထင်ရှားပါသည်။ ဥပေက္ခာဝေဒနာ

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

အဖြစ်များသည့် သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်၏ ဂုဏ်များကို ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဆောင်ပုဒ်များဖြင့် ဖော်ပြပေးခဲ့ပါသည်။

ကြောက်နှစ်သက်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းပေသည်။
ချမ်းသာဆင်းရဲ ရှုမြဲတူညီ၊
ကြောင့်ကြမပြု၊ မှတ်ရှုလွယ်သည်။
သင်္ခါရု ညီမျှဂုဏ်သုံးမည် . . . ဟု ဖော်ပြပေးခဲ့ပါသည်။

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်ရှိလာကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လောကဓေးရာ၊ ဓမ္မဓေးရာ၊ ကြောက်စရာ အာရုံအမျိုးမျိုးတို့နှင့် တွေ့ကြုံရပါသော်လည်း ကြောက်ခြင်းများ မရှိတော့ပေ၊ ကင်း နေတတ်ကြပေသည်။

အလွန်စွဲလမ်းစရာ၊ အလွန်နှစ်သက်စရာ အာရုံများနှင့် တွေ့ကြုံရပါသော်လည်း အလွန်စွဲလမ်းခြင်း၊ အလွန်နှစ်သက်ခြင်းများ မရှိကြတော့ပေ၊ ကင်းနေကြပေသည်။ ချမ်းသာမှုများနှင့် တွေ့ကြုံရပါသော်လည်း အလွန်တက်ကြွမှု၊

အလွန်ဝမ်းသာမှုများ မရှိကြတော့ပေ၊ ဣန္ဒြေရလျက်ပင် ရှိကြပေသည်။ ဆင်းရဲမှုများနှင့် တွေ့ကြုံရပါသော်လည်း အလွန်စိတ်ဆင်းရဲမှု၊ အလွန်နှလုံးမသာယာမှုများ မရှိကြတော့ပေ၊ ဣန္ဒြေရလျက်ပင် ရှိကြပေသည်။

သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်လာကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရှုမှတ်ဖွယ်အာရုံတို့ကို ရှုမှတ်ရသည့်အခါမှာလည်း အလွန်ကြောင့်ကြစိုက်၍ မရှုမှတ်ရတော့ပါ။ လွယ်ကူစွာ ရှုမှတ်နေကြရပေသည်။ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာများကလည်း အလိုလို ပေါ်ပေးနေသကဲ့သို့ဖြစ်၍ မှတ်သိစိတ်များကလည်း အလိုလို ရှုမှတ်နေသကဲ့သို့ လွယ်ကူစွာ ရှုမှတ်နေကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ လွယ်ကူလှ၍ ချမ်းသာသည့် ဘက်သို့လည်း မကျ၊ ဆင်းရဲသည့်ဘက်သို့လည်း မကျသည့် ဥပေက္ခာဝေဒနာများ ဖြစ်နေကြပေသည်။ ထို ဥပေက္ခာဝေဒနာ၌ အဝိဇ္ဇာနုသယ = မောဟဝင်၍ ကိန်းလာတတ်ပေသည်။ ထို အဝိဇ္ဇာနုသယ = မောဟကိုလဲ ပယ်နိုင်မှသာ ရှေ့သို့ တရားတွေတက်၍ တရားထူး တရားမြတ်များ ရရှိသွားနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ဥပေက်ကိန်းလာ၊ မောဟသာ၊ မှန်စွာပယ်
ရမည်။

ထိုအဝိဇ္ဇာနုသယ = မောဟကို ပယ်ဖို့ရာ အနိစ္စ ဟု
ထင်မြင်အောင် ရှုမှတ်နိုင်မှသာ ပယ်နိုင်မည် ဖြစ်ပေသည်။

အဒုက္ခမသုခါ ဝေဒနာ အနိစ္စတော ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။

ဆင်းရဲလည်း မဟုတ်၊ ချမ်းသာလည်း မဟုတ်သည့်
ဥပေက္ခာဝေဒနာကို အနိစ္စလို့မြင်အောင် ရှုမှတ်ကြရမည် ဟု
မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ဥပေက်ပေါ်လျှင်၊ မြမထင်၊ အမှန်ပင်
ရှုရမည်။

ဥပေက္ခာဝေဒနာ၌ ကိန်းလာသည့် အဝိဇ္ဇာနုသယ=
မောဟကို ပယ်ဖို့ရာ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို အနိစ္စလို့ ထင်မြင်
လာအောင် ရှုမှတ်ကြရမည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား
တော်မူသည့်အတိုင်း မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါ

ရှေးခေတ်အခါများက သမာဓိဉာဏ်များ အားကောင်းကြ
 သောပုဂ္ဂိုလ်တို့ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို ရှုမှတ်နိုင်ကြမည်
 ဖြစ်ပေသည်။ ယခုခေတ်အခါမှာမူ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို
 ဝိပဿနာရှုနိုင်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များ မရှိကြတော့ပေ။ ဥပေက္ခာ
 ဝေဒနာက မထင်ရှားသောဝေဒနာ ဖြစ်သောကြောင့် မရှုမှတ်
 နိုင်ကြခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

အဋ္ဌကထာဆရာများက ဥပေက္ခာဝေဒနာကို
 ကျောက်ဖျာပေါ်မှ သမင်၏ ခြေရာနှင့် ဥပမာပြု၍ ဖွင့်ပြ
 ထားကြပေသည်။ ကျောက်ဖျာပေါ်သို့ သမင် ဖြတ်ကျော်သွား
 သောအခါ အတက်ခြေရာနှင့် အဆင်းခြေရာများ မြေကြီး
 မှာ ထင်ရှားစွာ တွေ့ကြရပေသည်။ ကျောက်ဖျာပေါ်မှ ခြေ
 ရာကို ထင်ရှားစွာ မတွေ့ကြရပေ။ ထိုအတူ ထင်ရှားသော
 သမင်၏ အတက်ခြေရာနှင့် သုခဝေဒနာတူပေသည်။
 အဆင်းခြေရာနှင့် ဒုက္ခဝေဒနာ တူပေသည်။ ကျောက်ဖျာ
 ပေါ်မှ မထင်ရှားသော သမင်၏ ခြေရာနှင့် ဥပေက္ခာဝေဒနာ
 တူပေသည် ဟု ဖွင့်ပြထားကြပေသည်။

ထိုမထင်ရှားသောဥပေက္ခာဝေဒနာကို ရှုမှတ်လို့ မရ
 ကြသောကြောင့် ပင်ကိုယ် ရှုမှတ်မြဲဖြစ်သည့် ဖောင်း၊ ဂိန်

ပြည်ပတရားခင်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

စသည်များကို အနိစ္စလို့ ထင်အောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်နေကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဘင်္ဂဉာဏ် အခြေခံရှိကြသည်ဖြစ်၍ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် လို့ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်လိုက်သောအခါ ဖောင်းသည့် အမူ အရာများ ပိန်သည့် အမူအရာများ ရိပ်ကနဲ၊ ရိပ်ကနဲ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားသည်ကို မြင်လာတတ်ကြပေသည်။ ထို့နောက် ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ တစ်ဆင့် အားရှိ ထက်သန်လာသောအခါ ဖောင်းသည့် ပိန်သည့် အမူအရာများ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားသည်ကို မြင်ပြီးသည့်အပြင် မှတ်သိစိတ်များပါ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားကြသည်ကို မြင်ကြရပေသည်။ ဖောင်းသည့် ပိန်သည့် ရုပ်တရားများနှင့် မှတ်သိစိတ်နာမ်တရားဟူ၍ နှစ်ပါးလုံးပင် မမြဲခြင်း အနိစ္စပါလား ဟု အနိစ္စဉာဏ် ဖြစ်လာမည် ဖြစ်ပေသည်။

မမြဲခြင်း အနိစ္စဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ ဥပေက္ခာဝေဒနာ၌ ကိန်းနေသော အဝိဇ္ဇာနုသယ = မောဟကို ပယ်ခြင်းကိစ္စများ ပြီးမြောက်သွားပေသည်။ နေအလင်းရောင် ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ အမှောင်များ ကင်းပျောက်သွားသကဲ့သို့ ဖြစ်ပေသည်။ ရှေ့သို့ တရားတွေ အဆင့်ဆင့်

တိုးတက်သွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ မိမိတို့၏ ပါရမီ အား
လျော်စွာ တရားထူး တရားမြတ်များ ရရှိသွားကြမည် ဖြစ်
ပေသည်။

ဥပေက္ခာဝေဒနာ၌ ကိန်းနေသော အဝိဇ္ဇာနုသယ =
မောဟကို ပယ်ပုံနှင့် ရှုမှတ်ပုံတို့ကို ဟောကြားတာ အသင့်
အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။ ပဉ္စမနေ့အတွက် ဟောကြားတာ
လည်း အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာဆရာတော်



ဟောကြားမည့် တရားတော်

ယနေ့ ဟောကြားမည့် တရားတော်မှာ ဣန္ဒြေထက်
ကြောင်း (၉)ပါးတို့တွင် (၃)နံပါတ် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းကို
ဟောကြားပါမည်။

သာတစ္ဆ ကိရိယာယ သမ္ပါဒေတိ။

မပြတ်မလတ် ရှုမှတ်ခြင်းဖြင့် ဝိပဿနာဉာဏ်ကို ပြီး
စေ၏။ ဣန္ဒြေကို တက်စေ၏ ဟု ဆိုလိုပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ မနားမရပ်၊ ကြားမပြတ်၊ ရှုမှတ်မြဲရမည်။

(၁)နံပါတ် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းက ကုန်ပျက်သည့်
ဘက်သို့ စိတ်ကိုညွှတ်၍ ရှုမှတ်တာ ဖြစ်ပေသည်။ (၂)နံပါတ်

ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းက ကုန်ပျက်သည့်ဘက်သို့ စိတ်ကို ညွတ်
 ၍ ရှုမှတ်သည့်နေရာမှာလည်း တကယ်တမ်း ကုန်ပျက်သည်
 များကို မြင်နိုင်လောက်အောင် ရိုရိုသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက်
 ရှုမှတ်တာ ဖြစ်ပေသည်။ (၃)နံပါတ် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းက
 ရိုရိုသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်သည့်အပြင် ရှေ့အမှတ်နဲ့
 နောက်အမှတ်၊ ရှေ့သမာဓိနဲ့ နောက်သမာဓိ၊ ရှေ့ဉာဏ်နဲ့
 နောက်ဉာဏ် ဆက်စပ်အောင် ရှုမှတ်တာ ဖြစ်ပေသည်။

မပြတ်မလပ် မီးပွတ်သည့် ယောက်ျားလို ရှုမှတ်ကြ
 ရမည် ဖြစ်ပေသည်။ မီးခြစ် မပေါ်သေးသည့် ရှေးခေတ်
 အခါက သစ်သားချင်း ဝါးချင်းပွတ်၍ မီးမွှေး မီးညှိထွန်းကြ
 ရပေသည်။ သစ်သားချင်း ဝါးချင်း ပွတ်၍ မီးမွှေးသော
 ယောက်ျားသည် ပူလာလေလေ၊ အားစိုက်၍ ပွတ်ရလေလေ
 ဖြစ်ပေသည်။ ပူလွန်းမက ပူလာသောအခါ မီးပွင့်လာသကဲ့
 သို့ ရှေ့အမှတ်နဲ့ နောက်အမှတ်တွေ ဆက်စပ်အောင် ရှုမှတ်
 လိုက်မှ မှတ်အားတွေ ကောင်းလာပြီးလျှင် တရားမတွေ့သေး
 သော ပုဂ္ဂိုလ်များက တရားတွေတွေ့ကြ၊ တရားတွေ့ပြီးသော
 ပုဂ္ဂိုလ်များက တရားတွေ ရှေ့သို့ တက်ကြ၊ တရားထူး တရား
 မြတ်တွေ ရရှိသွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

မြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

အမှတ်တွေ မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နိုင်ဖို့ရာမှာ မြတ်စွာ
ဘုရား သမ္မုဇဉပိုင်းမှာ ဟောကြားသည့် အထွေထွေ အသေး
စိတ် အမှတ်တွေကို ဆပ်စပ်အောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။
မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသည့် အထွေထွေ သမ္မုဇဉအမှတ်
တွေကို ရှုမှတ်နိုင်ဖို့ရာ အဋ္ဌကထာဆရာများက အခြေခံ
သမ္မုဇဉ (၄)မျိုးကို ဖွင့်ပြထားကြပါသည်။

၁။ သတ္တကသမ္မုဇဉ = အလုပ်တစ်ခုကို ပြုလုပ်တော့
မည့်အခါ မိမိအတွက်အကျိုး
အရှိဆုံးအလုပ်ကို ဉာဏ်ဖြင့်
ဆင်ခြင်၍ ရွေးချယ် ထားရ
မည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ မပြုလုပ်ခင် ကျိုးဆင်ခြင်ကာ သတ္တက၊
ခေါ်ကြသမ္မုဇဉ်။

၂။ သပ္ပာယ်သမ္မုဇဉ = အကျိုးအရှိဆုံး အလုပ်ပင်
ဖြစ်ပါသော်လည်း ဤအချိန်
မှာ ဤအရပ်ဒေသမှာ ဤ

ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ပြုလုပ်ဖို့ရာ
သင့်မသင့် ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်
၍ ရွေးချယ်ရပေမည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သင့်မသင့်လျှင်၊ တွေးဆင်ခြင်ကာ၊ သပ္ပာယ်၊
ခေါ်ကြသမ္မတို့။

၃။ ဂေါစရသမ္မဇည = အလုပ်ခွင်သို့ ရောက်လာ
သောအခါ မိမိအလုပ်ကို
မပြတ်မလပ် ပြုလုပ်နေရမည်၊
မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေရမည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ မြဲမပြတ်ပင်၊ ရှုမှတ်လျှင်ကာ၊ ဂေါစရ၊
ခေါ်ကြသမ္မတို့။

၄။ အသမ္မောဟသမ္မဇည = မိမိတို့အလုပ်၌မတွေ့မဝေ ပိုင်း
ပိုင်းခြားခြား ကောင်းစွာသိရ
မည်ဟူ၍ (၄)မျိုးဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ မတွေ့ဝေပင်၊ သိပြန်လျှင်က၊ အမောဟ၊
ခေါ်ကြသမ္မဇဉ်၊

(၁) အလုပ်တစ်ခုကို ပြုလုပ်တော့မည့်အခါ မိမိအတွက် အကျိုးအရှိဆုံးအလုပ်ကို ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်၍ ရွေးချယ်ရမည် ဟု ဆိုရာ၌ တရားနာပရိသတ်များ ပြုလုပ်နေကြသည့် ကုသိုလ်များမှာ (၄)မျိုး ရှိပေသည်။ ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ သမထကုသိုလ်၊ ဝိပဿနာကုသိုလ် ဟူ၍ (၄)မျိုး ရှိပေသည်။ ထိုကုသိုလ် (၄)မျိုးတို့တွင် ဘယ်ကုသိုလ်သည် မိမိအတွက် အကျိုးအရှိဆုံး ဆိုပါလျှင် ဝိပဿနာကုသိုလ် သည် မိမိအတွက် အကျိုးအရှိဆုံး ဟု ရွေးချယ်ခြင်းသည် သတ္တကသမ္မဇည ဖြစ်ပေသည်။ တရားနာပရိသတ်များ ယောဂီများ ရွေးချယ်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ကြပေသည်။ တရားရကြောင်း အခြေခံကောင်းတစ်ခုကို ရထားပြီ ဟု ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်ဖွယ် ဖြစ်ပေသည်။

တရားနာပရိသတ်များ ယောဂီများအတွက် ဒါနကုသိုလ်သည်လည်း အကျိုးရှိပေသည်။ ဒါနကုသိုလ်ချည်း သက်သက်ဆိုပါလျှင် လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည်ခြောက်ထပ်တို့၌

အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဘဝပေါင်းများစွာ လူ့စည်းစိမ် နတ်စည်းစိမ်များကို ခံစားရရှိနိုင်ကြပေသည်။ သို့သော် ဒါနကုသိုလ်ကောင်းမှု အရှိန်များ ကုန်သွားသောအခါ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ် ဟူသော အပါယ် (၄)ဘုံသို့ ပြန်ရောက်ကြမည်ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဒါနကုသိုလ် အလုပ်ကို အကောင်းဆုံး အကျိုးအရှိဆုံးအလုပ်ဟု မဆိုနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

တရားနာပရိသတ်များ ယောဂီများအတွက် သီလကုသိုလ်သည်လည်း အကျိုးရှိပေသည်။ သီလကုသိုလ်ချည်း သက်သက်ဆိုပါလျှင် ဒါနကုသိုလ်ကဲ့သို့ပင် လှူပြည်၊ နတ်ပြည် ခြောက်ထပ်တို့၌ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဘဝပေါင်းများစွာ လူ့စည်းစိမ်၊ နတ်စည်းစိမ်တို့ကို ခံစားရရှိနိုင်ပေသည်။ သို့သော် ထိုသီလကုသိုလ်ကောင်းမှုအရှိန်များ ကုန်သွားသောအခါ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ်ဟူသော အပါယ် (၄)ဘုံသို့ ပြန်ရောက်သွားကြမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် သီလကုသိုလ် အလုပ်ကိုလည်း အကျိုးအရှိဆုံး အလုပ်ဟု မဆိုနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

တရားနာပရိသတ်များ ယောဂီများအတွက် သမထကုသိုလ်သည်လည်း အကျိုးရှိပေသည်။ သမထကုသိုလ်ချည်း

သက်သက်ဆိုပါလျှင် ဗြဟ္မာပြည်မှာ ကမ္ဘာနှင့်ချီ၍ ဗြဟ္မာ၏ စည်းစိမ်ချမ်းသာကို ခံစားရရှိနိုင်ကြပေသည်။ သို့သော် သမထကုသိုလ်ကောင်းမှုအရှိန်များ ကုန်သွားသောအခါ ငရဲ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ် ဟူသော အပါယ် (၄)ဘုံ သို့ ပြန်၍ ရောက်သွားကြမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် သမထကုသိုလ်အလုပ်ကို အကျိုးအရှိဆုံးအလုပ် ဟု မဆိုနိုင် ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

တရားနာပရိသတ်များ ယောဂီများအတွက် ဝိပဿနာကုသိုလ်သည် အကြောင်းညီညွတ်လျှင် အမှတ်တွေ ပြည့် သွားလျှင် ယခုဘဝမှစ၍ အပါယ်တံခါး အပြီးတိုင်ပိတ်သည့် သောတာပန်ဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသောအားဖြင့် ရောက် သွားနိုင်ပေသည်။ အကြာဆုံး (၇)ဘဝဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ ဝင်စံ သွားနိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာကုသိုလ်အလုပ်သည် မိမိတို့အတွက် အကျိုးအရှိဆုံး အလုပ်ပင် ဖြစ်ပေသည်။

ယခုတရားနာပရိသတ်များ ယောဂီများ ဝိပဿနာ အလုပ်ကို ရွေးချယ်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ရွေးချယ် ခြင်းသည် သတ္တကသမ္ပဇဉ် ဖြစ်ပေသည်။ တရားရဖို့ရာ အခြေခံကောင်းတစ်ခု ဖြစ်ပေသည်။

၂။ အကျိုးအရှိဆုံးအလုပ်ကို ရွေးချယ်ထားပြီးပင် ဖြစ်ပါသော်လည်း ဤအချိန်ကာလမှာ ဤအရပ်ဒေသမှာ ဤပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ပြုလုပ်ဖို့ရာ သင့်မသင့် ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်၍ ရွေးချယ်ရမည် ဟု ဆိုရာ၌ အကျိုးရှိသည့်အလုပ်ပင် ဖြစ်ပါသော်လည်း မိမိတို့အတွက် ကုသိုလ်မဖြစ်သည့် အချိန်ကာလ၌ မပြုလုပ်ရ၊ ကုသိုလ်မဖြစ်သည့် အရပ်ဒေသ၌ မပြုလုပ်ရ၊ ကုသိုလ်မဖြစ်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် မပြုလုပ်ရ၊ ကုသိုလ်ဖြစ်နိုင်သည့် အချိန်ကာလ၊ ကုသိုလ်ဖြစ်နိုင်သည့် အရပ်ဒေသ၊ ကုသိုလ်ဖြစ်နိုင်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များကို ရွေးချယ်၍ ပြုလုပ်ရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။ လောကီရေးရာအလုပ်ဆိုပါလျှင်လည်း မိမိအတွက် အကျိုးရှိမည့် အချိန်ကာလ အရပ်ဒေသ ပုဂ္ဂိုလ်များကို ရွေးချယ်၍ ပြုလုပ်ရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဥပမာ . . . ကုသိုလ်ရလို၍ တန်ခိုးကြီးဘုရားများသို့ သွား၍ ဖူးမည်ဆိုလျှင် ထိုတန်ခိုးကြီးဘုရား၌ ကခုန် တီးမှုတ်ခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ပွဲသဘင်များ အကြီးအကျယ် ကျင်းပနေသည့် အချိန်ကာလသည် မသင့်လျော်သော အချိန်ကာလဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ကုသိုလ်ရလို၍ ဘုရားဖူးသွားမည့် ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထိုအချိန်ကာလမျိုး၌ မသွားရပေ၊ ပွဲသဘင်

ပြည်ပတရားခရီးများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

များ မရှိ၍ ဆိတ်ငြိမ်သော အချိန်ကာလကို ရွေးချယ်၍ သွား
ဖူးကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ သင့်လျော်သောအချိန်ကို ရွေးချယ်
ခြင်းသည် သပ္ပာယ်သမ္မည ဖြစ်ပေသည်။

ယခုတရားနာပရိသတ်များ၊ ယောဂီများလည်း ယခု
အချိန်ကာလသည် အအေး၊ အပူ အသင့်အတင့်ညီမျှသည့်
အချိန်ကာလဖြစ်သည်။ ဤရိပ်သာသည် ဝိပဿနာတရား
အားထုတ်ဖို့ရာ သင့်တော်သည့် အရပ်ဒေသဖြစ်သည်။ ဤ
ဆရာတော်သည် မိမိတို့အတွက် သင့်တော်သည့် ကမ္မဋ္ဌာန်း
ဆရာဖြစ်သည်ဟု ရွေးချယ်ခြင်းသည် သပ္ပာယ်သမ္မည ဖြစ်
ပေသည်။ တရားရဖို့ အခြေခံကောင်းတစ်ခု ဖြစ်ပေသည်။

၃။ အလုပ်ခွင်သို့ ရောက်လာသောအခါ မိမိတို့အလုပ်
ကို မပြတ်မလပ် ပြုလုပ်နေရမည်။ မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေရ
မည် ဟု ဆိုရာ၌ လောကီရေးရာဘက်က စီးပွားရေး ကြီးပွား
ရေးလုပ်သူတို့ကလည်း မိမိတို့လုပ်ငန်းများ တိုးတက်လာရ
အောင် မပြတ်မလပ် လုပ်ကိုင်ကြရပေသည်။ ဓမ္မရေးရာဘက်
က ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကလည်း
မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ မပြတ်မလပ်

ပြုလုပ်နေခြင်း ရှုမှတ်နေခြင်းတို့သည် ဂေါစရသမ္ပဇည ဖြစ်ပေသည်။

ယခုအခါ တရားနာပရိသတ်များ၊ ယောဂီများ ကျေးဇူးတော်ရှင်မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ပြသည့်အတိုင်း ထိုင်၍ ရှုမှတ်သည့်အခါ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်ဟု ရှုမှတ်ခြင်း၊ စကြိုလျှောက်၍ ရှုမှတ်သည့်အခါ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ခြင်း၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်၊ ကိုင်တယ်၊ ယူတယ်စသည်ဖြင့် အထွေထွေအသေးစိတ်တို့ကို ရှုမှတ်ခြင်းတို့ဖြင့် မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေခြင်းသည် ဂေါစရသမ္ပဇည ဖြစ်ပေသည်။

၄။ မိမိတို့၏ အလုပ်၌ မတွေ့မဝေ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ကောင်းစွာသိရမည် ဟု ဆိုရာ၌ လောကီရေးရာ စီးပွားရေး ကြီးပွားရေးများကို လုပ်ကြသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များကလည်း မိမိတို့၏ လုပ်ငန်းများ တိုးတက်နိုင်ခြင်း၏အကြောင်း မတိုးတက်နိုင်ခြင်း၏ အကြောင်းတို့ကို မှန်ကန်စွာ သိကြရမည်။ ဓမ္မရေးရာဘက်က ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ မေ့ပဓာနာ ၁၀၃

လည်း ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်တာကို မှန်ကန်စွာ သိကြရမည်။ ဤကဲ့သို့ မှန်ကန်စွာ သိခြင်းသည် အသမ္မောဟသမ္မုဇဉ ဖြစ်ပေသည်။

ယခုအခါ တရားနာပရိသတ်များ၊ ယောဂီများ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်ဟု ရှုမှတ်နေရာတွင် ဝိပဿနာ သမာဓိဉာဏ်များ ဖြစ်လာသောအခါ ဖောင်းတား၊ ပိန်တား၊ ထိုင်တား၊ ထိတားတို့က တစ်ခြား၊ မှတ်သိ မှတ်သိ လိုက်တာကတစ်ခြားဟု ကွဲပြားကာ သိလာကြပေသည်။

ဖောင်းတား၊ ပိန်တား၊ ထိုင်တား၊ ထိတားတို့က မသိတတ်သောကြောင့် ရုပ်တရားဖြစ်သည်။ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်ဟု လိုက်၍ လိုက်၍ မှတ်သိ မှတ်သိနေတာက သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရားဖြစ်သည်ဟူ၍ ကွဲပြားကာ ပိုင်းခြား၍ သိလာခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ မှန်ကန်စွာ သိလာသောကြောင့် အသမ္မောဟသမ္မုဇဉ ဖြစ်ပေသည်။

အဋ္ဌကထာဆရာများ ဖွင့်ပြသည့် အခြေခံ သမ္မုဇဉ (၄)ပါးကို ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

ယခု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသည့် သမ္ပဇဉ်များကို ဟော
ကြားပါတော့မည်။

အဘိက္ကန္တေ ပဋိက္ကန္တေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ။

ရှေ့သို့တက်သွားသောအခါ၌ဖြစ်စေ၊ နောက်သို့ ပြန်
၍ ဆုတ်လာသောအခါ၌ဖြစ်စေ အမှတ်သတိနှင့် ပြုလုပ်ရ
မည်ဟု ဟောကြားတော်မူပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ရှေ့သို့သွားခိုက်၊ နောက်ဆုတ်ခိုက်မှာ၊
သိဉာဏ်ပါ၊ ရှုတာသမ္ပဇဉ်။

ရှေ့သို့တက်နှင့် နောက်သို့ ဆုတ်ပုံ (၄)မျိုးကို အဋ္ဌ
ကထာဆရာများက ဖွင့်ပြထားကြပါသည်။

- ၁။ သွားလျက်နှင့် ရှေ့သို့တက်၊ နောက်သို့ဆုတ်ပုံ။
- ၂။ ရပ်လျက်နှင့် ရှေ့သို့တက်၊ နောက်သို့ဆုတ်ပုံ။
- ၃။ ထိုင်လျက်နှင့် ရှေ့သို့တက်၊ နောက်သို့ဆုတ်ပုံ။
- ၄။ လျောင်းလျက်နှင့် ရှေ့သို့တက်၊ နောက်သို့ဆုတ်ပုံ
ဟူ၍ (၄)မျိုး ဖွင့်ပြထားပါသည်။

သွားလျက်ရှုမှတ်ပုံ

၁။ သွားလျက်နှင့် ရှေ့သို့တက်၊ နောက်သို့ဆုတ်ဟု ဆိုရာ၌ စင်္ကြံလျှောက်၍ ရှုမှတ်သောအခါ ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ်၊ ကြွတယ်၊ ချတယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်၍ သွားခြင်းသည် ရှေ့သို့တက်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

နောက်သို့ဆုတ်ဆိုသည်မှာ စင်္ကြံအဆုံးမှာ ခေတ္တရပ်၍ နောက်သို့ပြန်ဆုတ်၊ နောက်သို့ပြန်လှည့်ခြင်းဖြစ်ပေသည်။ နောက်သို့ပြန်လှည့်မည့်အခါမှာ လှည့်ချင်သည့်စိတ်ကို အထူးသတိပြုလိုက်သောအခါ လှည့်ချင်သည့်စိတ်များ ထင်ရှားနေတတ်ပါသည်။ ယင်းလှည့်ချင်သည့်စိတ်ကို လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်ချင်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် လှည့်ချင်သည့်စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သည့် လေများက တွန်းပေးနေ၍ လှည့်သည့် ကိုယ်အမူအရာများ ပေါ်လာမှ လှည့်တယ်၊ လှည့်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ဤသမ္ပုဇေအရာ၌ ကာယာနုပဿနာပိုင်းဖြစ်၍ ကိုယ်အမူအရာများကိုသာ ရှုမှတ်ရမည် ဖြစ်ပေသည်။ သို့

သော် ထင်ရှားရာမှစ၍ ရှုမှတ်နိုင်သည်ဟု မြတ်စွာဘုရား ခွင့်ပြုထားသောကြောင့် လှည့်ချင်သည့် စိတ်ကစ၍ ရှုမှတ် ရခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

သွားလျက်၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

လှည့်ချင်သည့်စိတ်ကို ရှုမှတ်လို့ ရလာသောအခါ မိမိ မှာ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါးရပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ပေသည်။ ကိုယ်တိုင်ပင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပေသည်။ လှည့်ချင်သည့်စိတ်က သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရား ဖြစ်သည်။ လှည့်နေသည့် ကိုယ်အမှုအရာများက မသိတတ်သောကြောင့် ရုပ်တရား ဖြစ်သည်။ လှည့်နေသည်မှာ ငါမဟုတ်၊ နာမ်နှင့် ရုပ် (၂)ပါး လှည့်နေတာဖြစ်သည် ဟု သိသွားပေသည်။ ဤကဲ့သို့ သိခြင်း သည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ ဤနာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို မိမိရလိုက်ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ပေ သည်။ ကိုယ်တိုင်ပင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပေသည်။

သွားလျက်၌ ပစ္စယပရိက္ခဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

လှည့်ချင်သည့်စိတ်ကြောင့် လှည့်ရသည်။ လှည့်ချင် သည့်စိတ် မရှိပဲ လှည့်လို့မရကြပေ။ လှည့်ချင်သည့်စိတ်က

အကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ လှည့်နေသည့် ကိုယ်အမှုအရာများက အကျိုးတရား ဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်း နှင့် အကျိုးကို သိခြင်းသည် - ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကို မိမိရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ပေသည်။ ကိုယ်တိုင်ပင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိ၍ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်သို့ ရောက်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ကို အဋ္ဌကထာဆရာများက စူဠသောတာပန် ဟု ဆုံးဖြတ်ပေးကြပါသည်။

သွားလျက်၌ သမ္မသနဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

သမ္မသနဉာဏ်သို့ ရောက်နေသော ယောဂီများဖြစ်လျှင် လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်တယ်၊ လှည့်တယ် ဟု ရှုမှတ်သောအခါမှာ အလွန်လေးလံ ပင်ပန်း ဆင်းရဲစွာ လှည့်နေကြရပေသည်။ လှည့်ရသည်မှာ ဆင်းရဲဒုက္ခတစ်မျိုးပါလားဟု ဒုက္ခကိုသုံးသပ်၍ သိလာတတ်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဒုက္ခကို သုံးသပ်၍ သိသော ဉာဏ်သည် သမ္မသနဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။

သွားလျက်၌ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အနုပိုင်းသို့ ရောက်နေကြသော ယောဂီများဖြစ်လျှင် လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်တယ်၊ လှည့်တယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်သောအခါ သွက်သွက် လက်လက် ပေါ့ပေါ့ပါးပါးဖြင့် ချမ်းသာစွာ လှည့်ကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ချမ်းသာစွာ လှည့်ရခြင်းသည် များသောအားဖြင့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အနုပိုင်းသို့ ရောက်နေသော ယောဂီများ တွေ့သိကြရပေသည်။ အချို့သော ယောဂီများမှာ လှည့်တယ်၊ လှည့်တယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့်အခါ သွက်လက် ပေါ့ပါးလွန်း၍ (၂)ပတ်၊ (၃)ပတ်လည်း လည်သွားတတ်ကြပေသည်။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အရင့်ပိုင်းသို့ ရောက်နေကြသော ယောဂီများ ဖြစ်လျှင် လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်တယ်၊ လှည့်တယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်သောအခါ လှည့်သည့် အမူအရာများ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးလျှင် ပျက်ပျက် သွားတာကို တွေ့သိကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ တွေ့သိလာခြင်းဖြင့် မိမိတို့ ဝိပဿနာရှုမှတ်သည်မှာ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အရင့်ပိုင်း သို့ ရောက်လာပြီဟု သိကြရပေသည်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ

များကလည်း ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အရင့်ပိုင်းသို့ ရောက်ပြီ ဟု ဆုံးဖြတ်ပေးကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

သွားလျက်၌ ဘင်္ဂဉာဏ်ပြစ်ပုံ

ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ရောက်နေကြသော ယောဂီများဖြစ် လျှင် လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်တယ်၊ လှည့်တယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်သောအခါ ခေါင်း ကိုယ် ခြေလက် ပုံသဏ္ဍာန် များ မထင်ရှားတော့ပါပဲ လှည့်နေသည့် ကိုယ်အမူအရာများ ရိပ်ကနဲ၊ ရိပ်ကနဲ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားတာကို တွေ့သိကြ ရမည် ဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ တွေ့သိခြင်းဖြင့် မိမိတို့ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ခဲ့သည်မှာ ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ရောက် နေပြီ ဟု သိကြရပေသည်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများကလည်း ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ရောက်ပြီဟု ဆုံးဖြတ်ပေးကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ရပ်လျက် ရှုမှတ်ပုံ

သွားလျက်နှင့် ရှေ့သို့တက်၊ နောက်သို့ဆုတ်ပုံကို ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။ ယခု ရပ် လျက်နှင့် ရှေ့သို့တက်၊ နောက်သို့ဆုတ်ပုံကို ဟောကြားပါ တော့မည်။ ရပ်လျက် ရပ်ရာမှ ကုန်းညွတ်၍ ပြုလုပ်စရာများ

ရိုလာသောအခါ အမြန်မကုန်းညွတ်ချလိုက်ပါပဲ၊ စိတ်ကို အထူးသတိထား၍ အာရုံပြုကြည့်ကြရပါသည်။ အာရုံပြု ကြည့်လိုက်သောအခါ ကုန်းညွတ်ချင်သည့်စိတ်များ ဖြစ်နေ သည်မှာ ထင်ရှားနေတတ်ကြပေသည်။ ယင်းကုန်းညွတ်ချင် သည့်စိတ်ကို ညွတ်ချင်တယ်၊ ညွတ်ချင်တယ် ဟု ရှေးဦးစွာ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် ညွတ်သည့် ကိုယ်အမူအရာ များ ဖြစ်ပေါ်လာမှ ညွတ်တယ်၊ ညွတ်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြ ရပေသည်။

ကုန်းညွတ်လျက် ပြုဖွယ်ကိစ္စများကို ပြုလုပ်ပြီး၍ ပြန်ထူရတော့မည့်အခါမှာလည်း အမြန်ပြန်၍ မထူလိုက်ပါပဲ၊ စိတ်ကို အထူး သတိထား၍ အာရုံပြုကြည့်ရပါသည်။ အာရုံ ပြုကြည့်လိုက်သောအခါ ထူချင်သည့်စိတ်များ ထင်ရှားနေ တတ်ကြပါသည်။ ယင်းထူချင်သည့်စိတ်ကို ရှေးဦးစွာ ထူချင် တယ်၊ ထူချင်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပါသည်။ ထို့နောက် ထူ သည့် ကိုယ်အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမှ ထူတယ်၊ ထူတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ရုပ်လျက်၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ညွတ်ချင်၊ ထူချင်သည့်စိတ်ကို ရှုမှတ်လို့ ရသွားသော အခါ မိမိမှာ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး ရပြီဟု ကိုယ်တိုင်မင် သိနိုင် ပါသည်။ ကိုယ်တိုင်ပင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြပေသည်။ ညွတ်ချင်၊ ထူချင်သောစိတ်များက သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရား ဖြစ်သည်။ ညွတ်နေ၊ ထူနေသည့် ကိုယ်အမူအရာများက မသိ တတ်သောကြောင့် ရုပ်တရား ဖြစ်သည်။ ညွတ်နေ၊ ထူနေခြင်း သည် နာမ်တရား နှင့် ရုပ်တရား (၂)ပါး ဖြစ်ပေသည်။ ငါဆို တာ မရှိ၊ နာမ် ရုပ် (၂)ပါးသာ ရှိသည် ဟု နာမ်နှင့် ရုပ်ကို ကွဲပြားကာ ပိုင်းခြား၍ သိခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤနာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို မိမိရလိုက်ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ပေသည်။ ကိုယ်တိုင်ပင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပေ သည်။

ရုပ်လျက်၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ညွတ်ချင်၊ ထူချင်သောကြောင့် ညွတ်ရ၊ ထူရသည်။ မညွတ်ချင်၊ မထူချင်ပဲနှင့် ညွတ်လို့ ထူလို့မရကြပေ။ ညွတ်ချင်၊ ထူချင်သည့်စိတ်များက အကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ ညွတ်နေ၊ ထူနေသော ကိုယ်အမူအရာများက အကျိုးတရား ဖြစ်သည်။

ဟု သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိလာခြင်းသည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင်ဖြစ်ပေသည်။ ဤပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကိုလည်း မိမိရလိုက်ပြီဟု ယောဂီများ ကိုယ်တိုင်ပဲ သိနိုင်ကြပေသည်။ ကိုယ်တိုင်ပဲ ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြပေသည်။

အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိ၍ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် သို့ ရောက်လာသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်၌ သက်သာရာ ရသွားပေပြီ။ ဆောက်တည်ရာ ရသွားပေပြီ။ ကောင်းမြတ်သည့် လှူပြည်၊ နတ်ပြည်၊ ဗြဟ္မာပြည်တို့၌ ဖြစ်ဖို့ရာလည်း မြဲသွားပေပြီ။ စူဠသောတာပန်လည်း ဖြစ်သွားပေပြီ ဟု အဋ္ဌကထာဆရာများက သတ်မှတ်ပေး၊ ဆုံးဖြတ်ပေးကြပါသည်။

ထိုင်လျက် ရှုမှတ်ပုံ

ထိုင်လျက်နှင့် ရှေ့သို့တက်၊ နောက်သို့ဆုတ် ရှုမှတ်ရာ၌ ဘုရားရှိခိုးသောအခါ ရှုမှတ်ရသည်မှာ ပို၍ ထင်ရှားပေသည်။ ထိုင်လျက် ဘုရားကို ရှိခိုးရမည့်အခါ အမြန် ရှိမခိုးချလိုက်ပါ။ စိတ်ကို အထူး အာရုံပြုကြည့်လိုက်လျှင် ရှိခိုးချင်

သည့်စိတ်များ ဖြစ်နေတာ ထင်ရှား နေတတ်ပေသည်။
ယင်းရှိခိုးချင်သည့်စိတ်ကို ရှိခိုးချင်တယ်၊ ရှိခိုးချင်တယ် ဟု
ရှေးဦးစွာ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် ရှိခိုးသည့်
ကိုယ်အမှုအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမှ ရှိခိုးတယ်၊ ရှိခိုးတယ် ဟု
ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ရှိခိုးဦးချပြီး ပြန်ထူရမည့် အခါမှာလည်း အမြန်ပြန်
၍ မထူလိုက်ပါပဲ စိတ်ကို အထူး အာရုံပြုကြည့်လိုက်လျှင်
ပြန်ထူချင်သည့်စိတ်များ ဖြစ်နေတာ ထင်ရှားနေတတ်ကြ
ပေသည်။ ယင်းပြန်ထူချင်သည့်စိတ်ကို ထူချင်တယ်၊ ထူချင်
တယ် ဟု ရှေးဦးစွာ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် ဆူသည့်
ကိုယ်အမှုအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမှ ထူတယ် ထူတယ် ဟု
ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ရှိခိုးချင်သည့်စိတ်၊ ထူချင်သည့်
စိတ်တို့ကို ရှုမှတ်လိုရသွားသောအခါ မိမိမှာ ဉာဏ်စဉ်
(၂)ပါးရပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ပါသည်။ ကိုယ်တိုင်ပင်
ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါသည်။

ထိုင်လျက်၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ရှိခိုးချင်သည့်စိတ်၊ ထူချင်သည့်စိတ်တို့က သိတတ်
သောကြောင့် နာမ်တရားများ ဖြစ်ကြပေသည်။ ရှိခိုးသည့်

ပြန်ထူသည့် ကိုယ်အမူအရာများက မသိတတ်သောကြောင့် ရုပ်တရားများဖြစ်ကြသည်။ ဤကဲ့သို့ နာမ်နှင့် ရုပ်ကို ကွဲပြား ပိုင်းခြား၍ သိသောဉာဏ်သည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤနာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို မိမိတို့ ရလိုက်ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။ ကိုယ်တိုင်ပင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြပေသည်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများကလည်း ဆုံးဖြတ်ပေးကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ထိုင်လျက်၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ရိုခိုးဦးချင်သည်စိတ်၊ ထူချင်သည်စိတ်များကြောင့် ရိုခိုးရသည်၊ ပြန်ထူရသည်၊ ရိုခိုးချင်သည်၊ ပြန်ထူချင်သည် စိတ်များ မရှိပါပဲ၊ ရိုခိုးလို့မရ၊ ပြန်ထူလို့ မရကြပေ။ ရိုခိုးချင်သည်စိတ်၊ ပြန်ထူချင်သည်စိတ်များက အကြောင်းတရားများ ဖြစ်ကြပေသည်။ ရိုခိုးနေသည့်၊ ပြန်ထူနေသည့် ကိုယ်အမူအရာများက အကျိုးတရားများ ဖြစ်ကြပေသည်။ ဤသို့ အကြောင်း နှင့် အကျိုးကို သိသောဉာဏ်သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကို မိမိတို့ ရလိုက်ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။ ကိုယ်တိုင်ပင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြပေသည်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများကလည်း

ဆုံးဖြတ်ပေးကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

တစ်ခါရှိခိုး ကုသိုလ် (၅)မျိုး ရပုံ

၁။ ရှိခိုးချင်သည့်စိတ်ကို ရှိခိုးချင်တယ်၊ ရှိခိုးချင်တယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့်အခါ စိတ်ကို ရှုမှတ်ရသော ကြောင့် စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ်ရရှိကြပေသည်။

၂။ ရှိခိုးသည့် ကိုယ်အမူအရာများကို ရှိခိုးတယ်၊ ရှိခိုးတယ်ဟု ရှုမှတ်ရသည့်အခါ ကိုယ်ကာယကို ရှုမှတ်ရသောကြောင့် ကာယာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ်ရရှိကြပေသည်။

၃။ နေထိုင်မကောင်းခိုက် ရှိခိုးချလိုက်သောအခါ ရင်ကအောင့်၊ ကျောက် အောင့်စသည့် ဝေဒနာများကို အောင့်တယ်၊ အောင့်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်လိုက်သောအခါ ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုမှတ်ရသောကြောင့် ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ်ရရှိကြပေသည်။

ရှိခိုးနေသည့်အခိုက် ကိုယ်ချမ်းသာ၊ စိတ်ချမ်းသာ
များ ဖြစ်နေ၍ ချမ်းသာတယ်၊ ချမ်းသာတယ် ဟု
ရှုမှတ်လိုက်သောအခါ သုခဝေဒနာကို ရှုမှတ်ရ
သောကြောင့် ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် အဖြစ်
ဖြင့် ကုသိုလ် ရရှိကြပေသည်။

၄။ ရှိခိုးနေသည့်အခိုက် အသံတစ်ခုခုကို ကြားရသော
ကြောင့် ထိုအသံကို ကြားတယ် ကြားတယ် ဟု ကြား
ကာမျှမတ္တသဘော၌ တည်အောင် ရှုမှတ်လိုက်သော
အခါ သဘောတရားကို ရှုမှတ်ရသောကြောင့်
ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ် ရရှိ
ကြပေမည်။

၅။ မြတ်စွာဘုရားအား ကြည်ညိုသည့် စိတ်ဖြင့် ရှိခိုး
ရသောကြောင့် ပဏာမကုသိုလ်ကိုလည်း ရရှိကြ
ပေသည်။ ဤသို့ သတိပဋ္ဌာန် (၄)ပါးဖြင့် ဝိပဿနာ
တရား ရှုမှတ်တတ်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်သည် တစ်ခါ
ရှိခိုးလျှင် ကုသိုလ် (၅)မျိုး ရရှိနိုင်ပေသည်။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၁၁၇

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ကုသိုလ်များများ၊ ရလိုငြား၊ ပွားများ
သတိပဋ္ဌာန်၊

ဆဋ္ဌနေ့ (၆)ရက်မြောက်နေ့အတွက် ဟောကြားတာ
အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပိသာဆရာတော်



ဟောကြားမည့် တရားတော်

ယနေ့ (၇)ရက်မြောက်သည့် တရားစခန်း၌ ဟောကြားရမည့် တရားတော်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသည့် ကျန်ရှိသေးသည့် သမ္မဇေသ = အထွေထွေ အမှတ်များကို ဆက်၍ ဟောကြားပါမည်။

ကြည့်ရာမှာ ရှုမှတ်ပုံ

အာလောကိတေ ဝိလောကိတေ သမ္မဇာနကာရီ ဟောတိ။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် တဲတဲကြည့်လိုက်သောအခါမှာလည်း အမှတ်သတိ ဖြင့် ကြည့်ရမည်၊ စောင်းငဲ့ပြီး ကြည့်သည့် အခါမှာလည်း

အမှတ်သတိဖြင့် ကြည့်ရမည် ဟု ဟောကြားပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ အတဲဲ့စောင်းဝဲ ကြည့်တဲဲ့အခိုက်မှာ၊
သိဉာဏ်ပါ၊ ရွာတာသမ္မဇဉ်၊

တဲဲ့တဲဲ့ကြည့်သည့်အခါမှာဖြစ်စေ၊ စောင်းဝဲ၍ ကြည့်
သည့်အခါမှာဖြစ်စေ အမှတ်သတိဖြင့် ကြည့်ရမည် ဟု ဟော
ကြားတော်မူသဖြင့် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်နေကြသော
ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အပေါ်သို့လည်း မော်၍ မကြည့်
ကောင်းပေ၊ နောက်သို့ ခေါင်းကို လှည့်၍လည်း မကြည့်
ကောင်းပေ၊ အမှတ်တွေ ပျက်သွားတတ်ကြပေသည် ဟု ရှေ့
ဆရာမြတ်တို့က မိန့်ကြားကြပေသည်။

ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ ဘဝိဿတိ။

ကြည့်စရာ အဆင်းရူပါရုံ တစ်ခုခုနှင့် တွေ့ကြုံရသော
အခါ မြင်လျှင် မြင်ကာမျှ မတ္တမှာ တည်အောင် ကြည့်ကြရ
ပေသည်။ မြင်လျှင် မြင်ကာမျှမတ္တဆိုသည်မှာ အမျိုးသားလား၊
အမျိုးသမီးလား၊ အရပ်မြင့်သလား၊ နိမ့်သလား၊ ပုသလား၊

အသားက ဖြူသလား၊ မဲသလား စသည်ဖြင့် မကွဲပြားအောင် ကြည့်ရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။

မြင်ကာမျှမတ္တမှာ ကြည့်ဖို့ရာမှာ သုံးဆင့်ထား၍ ကြည့်ကြရပေသည်။ အဆင်းရူပါရုံတစ်ခု ကြည့်ရတော့မည့် အခါ ရှေးဦးစွာ ကြည့်ချင်သည့်စိတ်များ ဖြစ်လာတတ်ကြပေသည်။ ယင်းကြည့်ချင်သည့် စိတ်ကို ကြည့်ချင်တယ်၊ ကြည့်ချင်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် ကြည့်တဲ့ မျက်လုံး အမူအရာများ ဖြစ်လာကြပေသည်။ အပေါ်မျက်ခွံက အပေါ်သို့တက်၊ အောက်မျက်ခွံက အောက်သို့ကျတာ အတွင်းမျက်လုံးအိမ်က အားယူလိုက်သည်များကို ကြည့်တယ်၊ ကြည့်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် မြင်လာသည့်အခါကျမှ မြင်တယ်၊ မြင်တယ် ဟု မြင်ကာမျှမတ္တသဘောမှာ တည်အောင် ကြည့်ကြရပေသည်။

ဤကဲ့သို့ (၃) ဆင့်ထား၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

(၃)ဆင့်ထား၍ ရှုမှတ်ကြရာတွင် ဝိပဿနာကုသိုလ် (၃)မျိုး ရရှိကြပေသည်။

၁။ ကြည့်ချင်တယ်၊ ကြည့်ချင်တယ် ဟု ရှုမှတ်သည့် အခါ မှာ ကြည့်ချင်သည့်စိတ်ကို ရှုမှတ်ရသောကြောင့် စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ်ရရှိ ကြပေသည်။

၂။ ကြည့်တယ်၊ ကြည့်တယ် ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါမှာ ကြည့်သည့် မျက်လုံးအမှုအရာ ကာယကို ရှုမှတ်ရ သောကြောင့် ကာယာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်အဖြစ် ဖြင့် ကုသိုလ်ရရှိကြပေသည်။

၃။ မြင်တယ်၊ မြင်တယ်ဟု ရှုမှတ်ရသည့်အခါမှာ မြင်ကာ မျှမတ္တသဘော၌ တည်အောင် ရှုမှတ်ကြရသော ကြောင့် ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ် ရရှိကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဝိပဿနာ ကုသိုလ် (၃)မျိုး ရရှိကြပေသည်။

ကျေးဇူးတင်ရာမှာ ရှုမှတ်ပုံ

သမိစ္ဆိတေ ပသာရိတေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ။

ပြည်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ မေ့ပဇော

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် လက်ခြေတို့ကို ကွေးသည့်အခါမှာ ဖြစ်စေ၊ ဆန့်သည့် အခါမှာဖြစ်စေ အမှတ်သတိဖြင့် ပြုလုပ်ကြရမည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ကွေးဆန့်ခိုက်မှာ၊ သိဉာဏ်ပါ၊ ရွတာသမ္ပဒဉ်၊

လက်ကို ကွေးရတော့မည့်အခါ အထူး သတိထားကာ စိတ်ကို အာရုံပြုလိုက်လျှင် ကွေးချင်သည့်စိတ်များ ဖြစ်နေတာ ထင်ရှား နေတတ်ပါသည်။ ယင်းကွေးချင်သည့် စိတ်ကို ရှေးဦးစွာ ကွေးချင်တယ်၊ ကွေးချင်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် ကွေးသည့် လက်အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမှ ကွေးတယ်၊ ကွေးတယ်ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ကွေးချင်သည့်စိတ်ကို ရှုမှတ်လို့ ရသွားသောအခါ မိမိမှာ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါးရပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။

ကွေးရာ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ကွေးချင်သည့်စိတ်က သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရားဖြစ်သည်။ ကွေးနေသည့် လက် အမူအရာများက မသိတတ်သောကြောင့် ရုပ်တရားဖြစ်သည်။ ကွေးနေတာ ငါ

မဟုတ်၊ နာမ်တရား နှင့် ရုပ်တရား (၂)ပါး ကွေးနေတာ ဖြစ်သည် ဟု သိခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပေ သည်။ ဤနာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို မိမိရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ် တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။

ကွေးရာ၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ကွေးချင်သည့်စိတ်ကြောင့် ကွေးရသည်။ ကွေးချင် သည့် စိတ်မရှိပါပဲ ကွေးလို့မရကြပေ။ ကွေးချင်သည့်စိတ်က အကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ ကွေးသည့် လက်အမှုအရာများ က အကျိုးတရားဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုး ကို သိသောဉာဏ်သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကိုလည်း မိမိရလိုက်ပြီဟု ကိုယ်တိုင် ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ကွေးချင်သည့်စိတ်ကို ရှုမှတ် လို့ ရသောအခါ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး မိမိရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင် ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။

ကွေးရာ၌ တရားတွေ့ပုံ

ကွေးတယ် ဟု ရှုမှတ်သောအခါ လက်ပုံသဏ္ဍာန် ဖြစ်- ပညတ်ကိုးတော့ ခွဲနိုင်သမျှ ခွဲ၍ အပေါ်သို့ ရွှေ့နေသည့်

သဘောပရမတ်ကို သိနိုင်သမျှ သိအောင် ရှုမှတ်ရပေသည်။ အဆင့်ဆင့်ရွှေ့နေသည့် အစဉ်ကိုလည်း ပစ္စုပ္ပန် တည့်နိုင်သမျှ တည့်အောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ရှုမှတ်လို့ ရသွားသောအခါ လက်အမှုအရာ အပေါ်သို့ ရွှေ့ရွှေ့ပြီး တက်လာသည်ကို တွေ့ပြီးသည့်အပြင် ပေါ့ပေါ့ပြီး တက်လာသည်ကို ကိုယ်တိုင်ပင် တွေ့ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။ ပေါ့တာကို သိတာ တေဇောဓာတ်နှင့် ဝါယောဓာတ်ကို သိတာ ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ တေနှင့်ဝါမှာ၊ ဓာတ်နှစ်ဖြာ၊ ပေါ့တာ ထင်ရှားသည်။

တေ-က တေဇောဓာတ်၊ အခိုးဓာတ်၊ အငွေ့ဓာတ်၊ အပေါ့ဓာတ် ဖြစ်သည်။ ဝါ-က ဝါယောဓာတ်၊ အပေါ့ဓာတ် ဖြစ်သည်။ ကွေးတယ် ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါ ဤဓာတ် (၂)ပါး ကို တွေ့သိခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ကွေးရာမှ ပြန်ဆန့်ရတော့မည့်အခါမှာလည်း အမြန် ပြန်မဆန့်လိုက်ပါပဲ အထူးသတိထားကာ စိတ်ကို အာရုံပြု ကြည့်လျှင် ဆန့်ချင်သည့် စိတ်တွေ ဖြစ်နေတာ ထင်ရှားနေ

တတ်ပါသည်။ ယင်းဆန့်ချင်သည့်စိတ်ကို ရှေးဦးစွာ ဆန့်ချင်
တယ်။ ဆန့်ချင်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက်
ဆန့်သည့် လက်အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမှ ဆန့်တယ်။ ဆန့်
တယ်ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဆန့်ချင်သည့်စိတ်ကို ရှုမှတ်
လို့ရသွားသောအခါ မိမိမှာ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး ရပြီဟု ကိုယ်
တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။

ဆန့်ရာ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဆန့်ချင်သည့်စိတ်က သိတတ်သောကြောင့် နာမ်
တရားဖြစ်သည်။ ဆန့်သည့်လက်အမူအရာများက မသိတတ်
သောကြောင့် ရုပ်တရား ဖြစ်သည်။ ဆန့်နေတာ ငါမဟုတ်၊
နာမ်တရား ရုပ်တရား (၂)ပါး ဆန့်နေတာ ဖြစ်သည် ဟု
သိခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤနာမ
ရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို မိမိရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြ
ပေသည်။

ဆန့်ရာ၌ ပစ္စယပရိစ္စဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဆန့်ချင်သည့်စိတ်ကြောင့် ဆန့်ရသည်။ ဆန့်ချင်
သည့်စိတ်မရှိပဲ ဆန့်လို့မရကြပေ။ ဆန့်ချင်သည့်စိတ်က

အကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ ဆန့်နေသည့် လက်အမူအရာများက အကျိုးတရားဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုးကိုသိသောဉာဏ်သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်သည်။ ဤပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကိုလည်း မိမိရလိုက်ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဆန့်ချင်သည်စိတ်ကို ရှုမှတ်လို့ ရသွားသောအခါ မိမိမှာ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါးရပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။

ဆန့်ရာ၌ တရားစတွ့ပုံ

ဆန့်တယ်၊ ဆန့်တယ်ဟု ရှုမှတ်သောအခါ လက်ပုံ သဏ္ဍာန်ခြပ် = ပညတ်ကို ခွဲနိုင်သမျှခွဲ၍ အောက်သို့ ရွှေ့ကျသွားသော သဘောကို သိနိုင်သမျှ သိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့ကျနေသည့် အစဉ် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကို တွေ့နိုင်သမျှ တွေ့အောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ အောက်သို့ ရွှေ့ရွှေ့ကျသွားတာကို သိပြီးသည့်အပြင် လေးလေးပြီး ရွှေ့ကျသွားသည်ကို ကိုယ်တိုင်ပင် တွေ့သိလာကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ လေးလေးပြီး ကျသွားတာကို သိတာ ပထဝီဓာတ်နှင့် အာပေါဓာတ်ကို သိတာ ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ပနှင့်အာမှာ၊ ဓာတ်နှစ်ဖြာ၊
လေးတာ ထင်ရှားသည်။

ပ-က ပထဝီ = မြေဓာတ်၊ အမာဓာတ်၊ အလေး
ဓာတ်ဖြစ်သည်။ အာ-က အာပေါဓာတ်၊ ရေဓာတ်၊ အလေး
ဓာတ်ဖြစ်သည်။ ဆန့်တယ်၊ ဆန့်တယ် ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါ
ဤဓာတ် (၂)ပါးကို တွေ့ရခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

အသုံးအစဆောင်များ ကိုင်ယူရာ၌ ရှုမှတ်ပုံ

သယံဇာတ ပတ္တစီဝရဓာရဏေ သမ္ပလောနကာရီ
ဟောတိ။

နှစ်ထပ်သင်္ကန်း၊ ကိုယ်ရုံနှင့် သင်းပိုင်သင်္ကန်းတို့ကို
ကိုင်ဆောင်ရာ ဝတ်ရုံရာ၌လည်းကောင်း၊ သပိတ်၊ ပန်းကန်၊
ခွက်စသော ပရိက္ခရာပစ္စည်းများကို ကိုင်ဆောင်ရာ၌ လည်း
ကောင်း အမှတ်သတိဖြင့် ပြုလုပ်ကြရမည် ဟု မြတ်စွာဘုရား
ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သင်္ကန်း သပိတ်၊ ပရိက္ခရာ၊ ဆောင်ယူခိုက်
မှာ၊ သိဉာဏ်ပါ၊ ရှုတာသမ္ပဇဉ်။

မြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

ရဟန်းတော်များမှာ သင်္ကန်း သပိတ် အသုံးအဆောင် ပရိက္ခရာတို့ကိုကိုင်ယူရမည့်အခါ အသုံးပြုရမည့်အခါ ယောဂီ များမှာလည်း အဝတ်အထည် ပန်းကန် ခွက်စသော ပစ္စည်း များကို ကိုင်ရမည့်အခါ အသုံးပြုရမည့်အခါတို့၌ အထူးသတိ ထား၍ မိမိစိတ်ကို အာရုံပြုကြည့်လိုက်ပါလျှင် ကိုင်ချင်၊ ယူချင် သည့် စိတ်များ ဖြစ်နေတာ ထင်ရှားနေတတ်ကြပေသည်။ ယင်းကိုင်ချင် ယူချင်သည့်စိတ်များကို ကိုင်ချင်တယ်၊ ယူချင် တယ် ဟု ရှေးဦးစွာ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် ကိုင် သည့် ကိုယ်လက်အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမှ ကိုင်တယ်၊ ကိုင်တယ်၊ ယူတယ်၊ ယူတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ကိုင်ယူရာ၌ နာမရူပဗေဒိစန္ဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဤကဲ့သို့ ကိုင်ချင်သည့်၊ ယူချင်သည့် စိတ်ကို ရှု မှတ်လို့ ရသွားသောအခါ မိမိမှာ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး ရသွား ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။ ကိုင်ချင်၊ ယူချင်သည့် စိတ်များက သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရား ဖြစ်ပေသည်။ ကိုင်သည့်၊ ယူသည့် ကိုယ်လက်အမူအရာများက မသိတတ် သောကြောင့် ရုပ်တရား ဖြစ်ပေသည်။ ကိုင်နေတာ၊ ယူနေ တာ ငါမဟုတ်၊ နာမ်နှင့် ရုပ်သာ ဖြစ်သည်ဟု နာမ်တရား

နှင့် ရုပ်တရား ကွဲပြား ပိုင်းခြား၍ သိခြင်းသည် နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤနာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို မိမိ ရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပါသည်။

ကိုင်ယူရာ၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ကိုင်ချင်၊ ယူချင်သောစိတ်ကြောင့် ကိုင်ရ ယူရပေ သည်။ ကိုင်ချင်၊ ယူချင်သည့်စိတ်များက အကြောင်းတရား ဖြစ်သည်။ ကိုင်နေ ယူနေသော ကိုယ်လက် အမှုအရာများက အကျိုးတရားဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိသောဉာဏ်သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပေသည်။ ဤ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကိုလည်း မိမိရလိုက်ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ကိုင်ချင်၊ ယူချင်သည့် စိတ်များ ကို ရှုမှတ်လို့ ရသွားသောအခါ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး မိမိရလိုက် ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။

ခးစသောက်ရာ၌ ရှုမှတ်ပုံ

အသိတေ ပိတေ ဒါယိတေ သာယိတေ သမ္ပဇာန ကာရီ ဟောတိ။

ရဟန်းတော်များမှာ သင်္ကန်း သပိတ် အသုံးအဆောင် ပရိက္ခရာတို့ကိုကိုင်ယူရမည့်အခါ အသုံးပြုရမည့်အခါ ယောဂီ များမှာလည်း အဝတ်အထည် ပန်းကန် ခွက်စသော ပစ္စည်း များကို ကိုင်ရမည့်အခါ အသုံးပြုရမည့်အခါတို့၌ အထူးသတိ ထား၍ မိမိစိတ်ကို အာရုံပြုကြည့်လိုက်ပါလျှင် ကိုင်ချင်၊ ယူချင် သည့် စိတ်များ ဖြစ်နေတာ ထင်ရှားနေတတ်ကြပေသည်။ ယင်းကိုင်ချင် ယူချင်သည့်စိတ်များကို ကိုင်ချင်တယ်၊ ယူချင် တယ် ဟု ရှေးဦးစွာ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် ကိုင် သည့် ကိုယ်လက်အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမှ ကိုင်တယ်၊ ကိုင်တယ်၊ ယူတယ်၊ ယူတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

ကိုင်ယူရာ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဤကဲ့သို့ ကိုင်ချင်သည့်၊ ယူချင်သည့် စိတ်ကို ရှု မှတ်လို့ ရသွားသောအခါ မိမိမှာ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး ရသွား ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။ ကိုင်ချင်၊ ယူချင်သည့် စိတ်များက သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရား ဖြစ်ပေသည်။ ကိုင်သည့်၊ ယူသည့် ကိုယ်လက်အမူအရာများက မသိတတ် သောကြောင့် ရုပ်တရား ဖြစ်ပေသည်။ ကိုင်နေတာ၊ ယူနေ တာ ငါမဟုတ်၊ နာမ်နှင့် ရုပ်သာ ဖြစ်သည်ဟု နာမ်တရား

နှင့် ရုပ်တရား ကွဲပြား ပိုင်းခြား၍ သိခြင်းသည် နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤနာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို မိမိ ရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပါသည်။

ကိုင်ယူရာ၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ကိုင်ချင်၊ ယူချင်သောစိတ်ကြောင့် ကိုင်ရ ယူရပေ သည်။ ကိုင်ချင်၊ ယူချင်သည့်စိတ်များက အကြောင်းတရား ဖြစ်သည်။ ကိုင်နေ ယူနေသော ကိုယ်လက် အမှုအရာများက အကျိုးတရားဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိသောဉာဏ်သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပေသည်။ ဤ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကိုလည်း မိမိရလိုက်ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ကိုင်ချင်၊ ယူချင်သည့် စိတ်များ ကို ရှုမှတ်လို့ ရသွားသောအခါ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး မိမိရလိုက် ပြီဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။

ခားသောက်ရာ၌ ရှုမှတ်ပုံ

အသိတေ ပိတေ ခါယိတေ သာယိတေ သမ္ပဇာန ကာရီ ဟောတိ။

ဆွမ်းဘောဇဉ်များကို စားသည့်အခါ၊ အရည်များ ကို သောက်သည့်အခါ၊ လျက်ဖွယ်များကို လျက်စားသည့်အခါ၊ သစ်သီးခဲဖွယ်များကို ခဲစားသည့်အခါတို့၌လည်း အမှတ်သတိ ဖြင့် စားသောက်ရမည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော် မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ စားသောက်ခိုက်မှာ၊ သိဉာဏ်ပါ၊
ရွတာသမ္ပဇဉ်၊

စားဖွယ်၊ သောက်ဖွယ်များကို စားသုံးသည့်အခါ မှာ ကုသိုလ်ရအောင် စားသုံးခြင်း (၃)မျိုး ရှိပေသည်။

၁။ သီလဖြင့် ကုသိုလ်ရအောင် စားခြင်း၊

၂။ သမထဖြင့် ကုသိုလ်ရအောင် စားခြင်း၊

၃။ ဝိပဿနာဖြင့် ကုသိုလ်ရအောင် စားခြင်း ဟူ၍ ကုသိုလ်ရအောင် စားသုံးခြင်း (၃)မျိုး ရှိပေသည်။

သီလဖြင့် စားပုံ

၁။ သီလဖြင့် ကုသိုလ်ရအောင် စားသုံးခြင်း ဟု ဆိုရာ ၌ ဤစားဖွယ်၊ သောက်ဖွယ်၊ သစ်သီးခဲဖွယ်တို့ကို စားသုံးခြင်း

သည် (ရဟန်း သာမဏေတို့အတွက်) ရွာသူသားငယ်တို့ကဲ့
 သို့ မြူးတူးပျော်ပါး ကစားဖို့ရာ စားသုံးသည် မဟုတ်ပါ။ ကျွမ်း
 သမား ကချေသည်တို့ကဲ့သို့ အရေအဆင်း လှပတင့်တယ်ဖို့
 ရာ စားသုံးသည် မဟုတ်ပါ။ လက်ဝှေ့သမား၊ နပန်းသမား
 စသည်တို့ကဲ့သို့ အားမာန်တွေ တက်လာဖို့ရာ စားသုံးသည်
 မဟုတ်ပါ။ ဤရူပကာယ၏ တည်ရုံငှာသာလျှင်၊ မျှတရုံငှာ
 သာလျှင်၊ ပင်ပန်းခြင်းငြိမ်းရုံငှာသာလျှင်၊ သာသနာအကျင့်
 မဂ်ဖိုလ်အကျင့်တို့ကို ကျင့်နိုင်ရုံငှာသာလျှင် သုံးဆောင်မှီဝဲခြင်း
 ဖြစ်သည် ဟု ဉာဏ်သက်ဝင်ကာ ဆင်ခြင်၍ စားသုံးခြင်း
 သည် သီလကုသိုလ်ဖြစ်အောင် စားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

လူပုဂ္ဂိုလ် ယောဂီများအတွက် ဤကဲ့သို့ အကျယ်
 မဆင်ခြင်နိုင်ငြားသော်လည်း ဤစားဖွယ်၊ သောက်ဖွယ်၊ သစ်
 သီးခဲဖွယ်တို့ကို စားသုံးခြင်းသည် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ
 တရားကို အချိန်ပြည့် ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ဖို့ရာသာ စားသုံး
 ခြင်းဖြစ်သည် ဟု ဉာဏ်သက်ဝင်ကာ ဆင်ခြင်၍ စားသုံးခြင်း
 သည် သီလကုသိုလ်ရအောင် စားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ကျင့်နိုင်ဖို့ရာ၊ ဆင်ခြင်ကာ၊ စားတာသီလမည်။

သမထဖြင့် စားပုံ

၂။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် သမထဖြင့် စားသုံးခြင်း ဟု ဆိုရာ၌ ဤတရားစခန်း တရားရိပ်သာ၌ အတူတကွ တရားအားထုတ်နေကြသော အားလုံးသော ရဟန်းရှင်လူ ယောဂီ သူတော်စင်အပေါင်းတို့သည် ဤစားဖွယ်၊ သောက်ဖွယ်၊ သစ်သီးခဲဖွယ်တို့ကို ချမ်းသာစွာ သုံးဆောင်နိုင်ကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာဖြင့် မိမိတို့ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။ စားသုံးဖွယ် ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ကို လှူဒါန်းကြသော ဆွမ်းအလှူရှင်များလည်း ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာဖြင့် မိမိတို့ခန္ဓာဝန်ကိုရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။ သံဃာတော်များနှင့် ယောဂီသူတော်စင်များအတွက် ဝေယျာဝစ္စ ဆောင်ရွက်ပေးကြသော သူတော်စင်အပေါင်းတို့သည် လည်း ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာဖြင့် မိမိတို့ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

အရပ်ဆယ်မျက်နှာနေ အားလုံးသောသတ္တဝါတို့သည်လည်း ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ။

ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာဖြင့် မိမိတို့ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေဟု မေတ္တာပွား၍ စားသုံးခြင်းသည် သမထကုသိုလ်ရအောင် စားသုံးခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ မေတ္တာပွားကာ၊ စားသုံးတာ၊ မှန်စွာ
သမထမည်။

ဝိပဿနာဖြင့် စားပုံ

၃။ ဝိပဿနာဖြင့် ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် စားသုံးခြင်း ဟု ဆိုရာ၌ ဆွမ်းစားဖို့ရာ နေရာသို့ ရောက်သွား၍ ဆွမ်းခဲဖွယ်များကို မြင်သောအခါ မြင်တယ်၊ မြင်တယ် ဟု ရှုမှတ်ရပါသည်။ ဆွမ်းပွဲဆီသို့ လက်လှမ်းလိုက်သောအခါ လက်လှမ်းတယ်၊ လက်လှမ်းတယ်၊ ဆွမ်းနှင့်လက်နဲ့ ဇွန်းနှင့်ထိသောအခါ ထိတယ်၊ ထိတယ်၊ ဆွမ်းလုတ်ကိုယူတော့ ယူတယ်၊ ယူတယ်၊ ခေါင်းကိုင့်တော့ ငုံ့တယ်၊ ငုံ့တယ်၊ ဝါးစပ်ကိုဟတော့ ဟတယ်၊ ဟတယ်၊ ဆွမ်းလုတ်ကို ခွဲတော့ ခွဲတယ်၊ ခွဲတယ်၊ လက်ကို ပြန်ချတော့ ချတယ်၊ ချတယ်၊ ဝါးတော့ ဝါးတယ်၊ ဝါးတယ်၊ အရသာကိုသိတော့ သိတယ်၊ သိတယ်၊ မျိုတော့ မျိုတယ်၊ မျိုတယ် ဟု ရှုမှတ်၍ စားခြင်းသည် ဝိပဿနာကုသိုလ်ဖြစ်အောင် စားခြင်း ဖြစ်သည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ စားသုံးမှုရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ စားတာဝိပဿ်မည်။

စားသည့်အမှုအရာကို ရှုမှတ်ခါစမှာတော့ အားလုံး ရှုမှတ်လို့ရနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ မရနိုင်သော်လည်း စိတ်တော့ မပျက်ရပေ။ နောက် သမာဓိဉာဏ် အားရှိလာသောအခါ အားလုံးပင် ရှုမှတ်လို့ ရလာပါလိမ့်မည်။ ရှုမှတ်ခါစမှာ မိမိ အတွက် အထင်ရှားဆုံး အမှုအရာ တစ်ခုကို အဓိကထား၍ ရှုမှတ်ရပါမည်။ လက်လှမ်းတာက ထင်ရှားရင် လက်လှမ်း တာကို မလွတ်တမ်း လက်လှမ်းတယ်၊ လက်လှမ်းတယ်ဟု ရှုမှတ်ကြရပါမည်။ ခေါင်းငုံ့တာက ထင်ရှားလျှင် ခေါင်းငုံ့တာ ကို မလွတ်တမ်း ငုံ့တယ်၊ ငုံ့တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပါမည်။ ဝါး တာက ထင်ရှားလျှင် ဝါးတာကို မလွတ်တမ်း ဝါးတယ်၊ ဝါး တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပါမည်။ ထင်ရှားရာ တစ်ခုခုကို အဓိက ထား၍ ရှုမှတ်ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ရိုရိုသေသေစူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်နိုင်ရအောင် ဝါးတဲ့အခါမှာ အပေါ်မေးနှင့် အောက်မေး (၂)ခုရှိရာတွင် ဘယ်မေးက လှုပ် နေသလဲဟု မေးဖူးပါတယ်။ တချို့ယောဂီများက (၂)ခုလုံး

လှုပ်တယ် ဟု ဖြေကြပါသည်။ အချို့သော ယောဂီများက အထက်မေးက၊ အချို့သောယောဂီများက အောက်မေးက လှုပ်တယ် ဟု ဖြေကြပါသည်။ အောက်မေးတစ်ခုကပင် လှုပ်နေသည်၊ အောက်မေးက အောက်သို့ နိမ့်ကျလိုက်၊ အထက်သို့ မြင့်တက်လိုက်ဖြင့် လှုပ်နေတာကို မြန်မာဝေါဟာရအားဖြင့် ဝါးတယ်၊ ဝါးတယ်ဟု ရှုမှတ်ကြပေသည်။

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ် အား ရှိလာသောအခါ စားသုံးသည့် အမူအရာများကို ပြုချင်သည့် စိတ်များကိုပါ ရှုမှတ်လို့ ရလာကြပေသည်။ ဤပြုချင်သည့် စိတ်များကို ရှုမှတ်လို့ ရလာသောအခါ မိမိတို့မှာ ဉာဏ်စဉ် (၂)ပါး ရပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြပေသည်။

လက်လှမ်းရာ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဥပမာ . . . ဆွမ်းပွဲဆီသို့ လက်လှမ်းရတော့မည့် အခါ အထူးသတိထား၍ စိတ်ကို အာရုံပြုကြည့်လိုက်လျှင်၊ လက်လှမ်းချင်သည့်စိတ်များ ဖြစ်နေတာ ထင်ရှားနေတတ်ပါသည်။ ယင်းလက်လှမ်းချင်သည့်စိတ်ကို လှမ်းချင်တယ်၊ လှမ်းချင်တယ် ဟု ရှေးဦးစွာ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက်

လက်လှမ်းသည့် အမှုအရာများ ဖြစ်လာမှ လက်လှမ်းတယ်၊ လက်လှမ်းတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြပေသည်။ လက်လှမ်းချင် သည့်စိတ်က သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရားဖြစ်သည်။ လက်လှမ်းနေသည့် အမှုအရာများက မသိတတ်သောကြောင့် ရုပ်တရားဖြစ်သည်။ လက်လှမ်းနေတာ ငါမဟုတ်၊ နာမ်တရား နှင့် ရုပ်တရား ဖြစ်ပေသည် ဟု နာမ်နှင့် ရုပ်ကွဲပြား ပိုင်းခြား ၍ သိခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပေသည်။ ဤနာမ ရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို မိမိရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင် ကြပေသည်။

လက်လှမ်းရာ၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

လက်လှမ်းချင်သည့်စိတ်ကြောင့် လက်လှမ်းသည့် အမှုအရာများ ဖြစ်ကြပေသည်။ လက်လှမ်းချင်သည့် စိတ်မရှိ ပဲ လက်လှမ်းလို့ မရကြပေ။ လက်လှမ်းချင်သည့်စိတ်က အကြောင်းတရား ဖြစ်သည်။ လက်လှမ်းသည့် အမှုအရာများ က အကျိုးတရားဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုး ကိုသိတာ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပေသည်။ ဤပစ္စယပရိဂ္ဂဟ ဉာဏ်ကိုလည်း မိမိရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင် သိနိုင်ကြ ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဆွမ်းစားရာ၌ လက်လှမ်းချင်သည့် စိတ်

ကို ရှုမှတ်လို့ ရသောအခါ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ပစ္စယ
ပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဤ (၂)ပါးကို မိမိရလိုက်ပြီ ဟု ကိုယ်တိုင်ပင်
သိနိုင်ကြပေသည်။

ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ရာ၌ ရှုမှတ်ပုံ

ဥစ္စာရပဿာဝကမေ့ သမ္ပဇနကာရီ ဟောတိ။

ကျင်ကြီးစွန့်သည့်အခါမှာလည်း အမှတ်သတိဖြင့် စွန့်
ရမည်၊ ကျင်ငယ်စွန့်သည့် အခါမှာလည်း အမှတ်သတိဖြင့်
စွန့်ရမည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်၊ စွန့်ပယ်ခိုက်မှာ၊
သိဉာဏ်ပါ၊ ရှုတာသမ္ပဇနာ၊

ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်များစွန့်ရာတွင် စွန့်သည့်ကိုယ်
အမူအရာများကို ရှုမှတ်ရမည်ဟု သမ္ပဇညပိုင်းအနေဖြင့်
ဟောကြားတော်မူထားပါသည်။ သို့သော် ထင်ရှားရာက စ၍
ရှုမှတ်နိုင်သည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ခွင့်ပြုတော်မူထားသော
ကြောင့် စွန့်ချင်သည့်စိတ်က စ၍ ရှုမှတ်နိုင်ကြပေသည်။

ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်ရာ၌ ကုသိုလ် (၃)မျိုးရပုံ

ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်များ စွန့်ရတော့မည့်အခါမှာ စွန့်ချင်သည့်စိတ်များ ထင်ရှားနေတတ်ကြပေသည်။ ယင်းစွန့်ချင်သည့်စိတ်ကို စွန့်ချင်တယ်၊ စွန့်ချင်တယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထို့နောက် ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်များ ပကတိသောတည်ရာဌာနမှ အောက်သို့ ရွေ့ရွေ့ကျလာသော အမူအရာကို ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ထိုသို့ စွန့်နေသောအခါ အောင့်မှုနာမူ ကျင်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့လျှင် အောင့်တယ်၊ နာတယ်၊ ကျင်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ရှုမှတ်ပါက ဝိပဿနာကုသိုလ် (၃)မျိုး ရရှိကြပေသည်။

၁။ စွန့်ချင်တယ်၊ စွန့်ချင်တယ် ဟု ရှုမှတ်သောအခါ စွန့်ချင်သော စိတ်ကိုရှုမှတ်ရသောကြောင့် စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ်ရရှိကြပေသည်။

၂။ စွန့်တယ်၊ စွန့်တယ် ဟု ရှုမှတ်ရသောအခါ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်တို့ အောက်သို့ ရွေ့ကျသည့် ကိုယ်အမူအရာများကို ရှုမှတ်ကြရသောကြောင့် ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ်ရရှိကြပေသည်။

၃။ အောင့်တယ်၊ နာတယ်၊ ကျင့်တယ် ဟု ရှုမှတ်ရသော အခါ အောင့်သည့်၊ နာသည့်၊ ကျင့်သည့် ဒုက္ခဝေဒနာများကို ရှုမှတ်ရသောကြောင့် ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် အဖြစ်ဖြင့် ကုသိုလ်ရရှိကြပေသည်။

မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်နှင့် တွေ့ကြုံရ၍ မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမကို ခံယူကြရသော တရားနာ ပရိသတ်များနှင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တင့်တယ်သည့် စားသောက်သည့် ကိုယ်အမူအရာများ၌သာ ရှုမှတ်၍ ကုသိုလ်ရကြသည် မဟုတ်ပေ။ မတင့်တယ်သည့် စွန့်ပစ်သည့် ကိုယ်အမူအရာများ၌လည်း ရှုမှတ်ကြရသောကြောင့် ကုသိုလ်များ ရရှိကြပေသည်။ ယခုလို သာသနာတော်ကြီး ရှိနေခိုက် လူ့ပြည်မှာ လူဖြစ်ခြင်းသည် အကျိုးများလှပေသည် ဟု အလွန်ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်ဖွယ်ကောင်းလှပါပေသည်။

ဂတေ ဌိတေ နိသိန္ဓေ သုတ္တေ ဇာဂရိယေ ဘာသိတေ
တုဏှိဘာဝေ သမ္မဇာနကာရီ ဟောတိ။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ သွားသည့်၊ ရပ်သည့်၊ ထိုင်သည့်၊ လျောင်းအိပ်သည့်

အခါ၊ စကားပြောသည့်အခါ၊ စကားမပြောပဲနေသည့်အခါတို့
၌လည်း အမှတ်သတိဖြင့် ပြုလုပ်၍ နေကြရမည် ဟု မြတ်စွာ
ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သွားရပ်ထိုင်မျိုး၊ အိပ်နိုးခိုက်မှာ၊
သိဉာဏ်ပါ၊ ရှုတာသမ္ပဇဉ်၊
စကားပြောဆို မဆိုခိုက်မှာ၊
သိဉာဏ်ပါ၊ ရှုတာသမ္ပဇဉ်၊

သွားတဲ့အခါ တစ်လှမ်းမှာ (၁)မှတ်၊ တစ်လှမ်းမှာ
(၂)မှတ်၊ တစ်လှမ်းမှာ (၃)မှတ်၊ တစ်လှမ်းမှာ (၆)မှတ် ဟူသော
စင်္ကြံအမှတ် (၄)မျိုးတို့တွင် တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် ရှုမှတ်၍ သွားကြ
ရမည်။ ရပ်သည့်အခါမှာ ရပ်ချင်သည့်စိတ်က စ၍ ရှုမှတ်ရ
မည်။ ထိုင်သည့်အခါမှာလည်း ထိုင်ချင်သည့်စိတ်ကစ၍
ရှုမှတ်ရမည်။ အိပ်လျောင်းသည့်အခါမှာလည်း အိပ်ချင်သည့်
စိတ် လျောင်းချင်သည့်စိတ်ကစ၍ ရှုမှတ်ကြရမည်။ အိပ်ရာမှ
နိုးလာသည့်အခါမှာလည်း သိတယ်၊ သိတယ်၊ နိုးတယ်၊
နိုးတယ် ဟု ရှုမှတ်ကြရမည်။

စကားပြောသည့်အခါမှာ ပြောချင်တယ် ပြောချင်
 တယ်၊ ပြောတယ်၊ ပြောတယ်။ စကားမပြောပဲ နေတဲ့အခါမှာ
 လည်း သွားနေသည့်အခိုက်မှာ ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်း
 တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရမည်။ ရပ်နေသည့်အခိုက်မှာ
 ရပ်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိတယ် ဟု ရှုမှတ်နေရ
 မည်။ ထိုင်နေသည့်အခိုက်မှာ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊
 ထိုင်တယ်၊ ထိတယ် ဟု ရှုမှတ်နေရမည်။ လျောင်းနေသည့်
 အခိုက်မှာ လျောင်းတယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိတယ်
 ဟု ရှုမှတ်နေရမည်။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်သည် ယခုမိမိ ရှု
 မှတ်ဆဲ ဝိပဿနာတရားဖြင့် အမှတ်များ ပြည့်သွားသောအခါ
 အပါယ်တံခါးပိတ်သည့်အဆင့် သောတာပန် အဖြစ်မှစ၍
 မဂ် ဖိုလ်တရားထူး တရားမြတ်များ ရသွားနိုင်သည်ဟု
 ယုံကြည်ချက် အပြည့်အဝရှိ၏။ ဝိပဿနာတရားကိုလည်း
 ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်လျက်ရှိ၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား သွား
 လျက် သွားတယ်၊ သွားတယ် ဟု ရှုမှတ်နေစဉ်၊ ရပ်လျက်
 ရပ်တယ် ရပ်တယ် ဟု ရှုမှတ်နေစဉ်၊ ထိုင်လျက် ထိုင်တယ်၊
 ထိုင်တယ် ဟု ရှုမှတ်နေစဉ်၊ လျောင်းလျက် လျောင်းတယ်၊

လျောင်းတယ် ဟု ရှုမှတ်နေစဉ်၊ စားနေသည့်အခိုက် စားတယ်၊ စားတယ် ဟု ရှုမှတ်နေစဉ် မဂ်ဖိုလ်တရားထူး တရားမြတ်များကို မရနိုင်ဟူ၍ မရှိပေ၊ ရကို ရနိုင်ပေသည် ဟု အဋ္ဌကထာဆရာများ က ဖွင့်ပြထားကြပေသည်။ ယုံကြည်အားကိုးစရာ ကောင်းလှပါပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သွားရပ်ထိုင်လျောင်း၊ ခဲစားကောင်းစွာ၊
ရွာစဉ်မှာ၊ ရပါမြတ်တရား၊

အထွေထွေသမ္မုဇဉ်အမှတ်ဖြင့် ရဟန္တာ ဖြစ်ပုံ

ပထမသင်္ဂါယနာတင်ခါနီးမှာ အရှင်မဟာကဿပကို ရဟန္တာများက ပထမသင်္ဂါယနာ တင်ရန်အတွက် သံဃာတော်ငါးရာ ရွေးချယ်ဖို့ရန် အရှင်မဟာကဿပအား တာဝန်ပေးကြ၏။ ရွေးချယ်ရမည့် သံဃာတော်များမှာ ၁။ ရဟန္တာဖြစ်ရမည်၊ ၂။ ပိဋကတ်သုံးပုံဆောင်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ရမည် ဟူသော အင်္ဂါ (၂)ပါးဖြင့် ရွေးချယ်ရမည် ဟု တာဝန်ပေးကြပေသည်။

အရှင်မဟာကဿပသည် အရှင်အာနန္ဒာကို ရွေးချယ်ရန်အတွက် တစ်ပါးချန်ထား၍ သင်္ဂါယနာတင် မထေရ် (၄၉၉)ပါးကို ရွေးချယ်လိုက်လေ၏။ အရှင်အာနန္ဒာကို မရွေး

ချယ်ခြင်း အကြောင်းမှာ အရှင်အာနန္ဒာသည် သောတာပန် ဖြစ်၍ ရဟန္တာမဖြစ်သေးသောကြောင့် ချန်ထားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ အခြားပိဋကတ်သုံးပုံဆောင် ရဟန္တာများကို မရွေးချယ်ခြင်းအကြောင်းမှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားအပ်သော ပိဋကတ်များကို အရှင်အာနန္ဒာကသာ အပြည့်စုံဆုံး နာကြားရသည့်ဖြစ်၍ အရှင်အာနန္ဒာ မပါဝင်ခဲ့သော် သင်္ဂါယနာတင်မှာ ပိဋကတ်တော်များ အပြည့်အစုံ ပါဝင်နိုင်မည် မဟုတ်သောကြောင့် အခြား ပိဋကတ်သုံးပုံဆောင် ရဟန္တာများကိုလည်း မရွေးချယ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

အရှင်မဟာကဿပသည် အရှင်အာနန္ဒာကို ချန်ထား၍ သင်္ဂါယနာတင်မထေရ် (၄၉၉)ပါးကို ရွေးချယ်လိုက်၏။ ရဟန္တာမဟုတ်၍ အရှင်အာနန္ဒာကို မရွေးချယ်ခြင်း အကြောင်းကို သင်္ဂါယနာတင် မထေရ်ကြီးများထံ တင်ပြလျှောက်ထားသောအခါ သင်္ဂါယနာတင် မထေရ်ကြီးများက အရှင်အာနန္ဒာကိုပင် ရွေးချယ်ဖို့ရန် မိန့်ကြားသဖြင့် အရှင်အာနန္ဒာကို ရွေးချယ်လိုက်ပေသည်။ ရွေးချယ်လိုက်ပြီးသောအခါ ရဟန္တာ မထေရ်ကြီးတို့သည် အရှင်အာနန္ဒာကို ရဟန္တာဖြစ်အောင် ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ဖို့ ရာ တိုက်တွန်းကြလေ၏။

ပြည်ပတရားခံခန်းမှား၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၁၄၅

အရှင်အာနန္ဒာသည် ရဟန္တာဖြစ်ရန်အတွက် အချိန်ပြည့် ကြိုးစား အားထုတ်ပေသည်။ သို့သော် နက်ဖြန် နံနက် သင်္ဂါယနာတင်တော့မည် ဖြစ်သော်လည်း အရှင်အာနန္ဒာသည် ရဟန္တာ မဖြစ်သေးပေ။ ညဉ့်ဦးယံမှစ၍ သန်းခေါင်ယံ တိုင်အောင် စင်္ကြံလျှောက်၍ အားထုတ်နေပေသည်။ သန်းခေါင်ယံကျော်သောအခါ ကျောင်းအခန်းတွင်းသို့ ဝင်၍ ကုတင်ပေါ် အသာအယာထိုင်ချပြီး လဲလျောင်းချလိုက်ရာ တွင် လျောင်းတယ်၊ လျောင်းတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်ရာ ကျောနှင့် အိပ်ရာ ကုတင် မထိမီ (၃)မင်၊ (၃)ဖိုလ် အဆင့်ဆင့် တက်၍ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားလေသည်။ လျောင်းတဲ့ သမ္ပဇဉ = အထွေထွေအမှတ်ဖြင့် ရဟန္တာ ဖြစ်သွားခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် သမ္ပဇဉ = အထွေထွေအမှတ်သည် မိမိတို့အတွက် အားကိုးဖွယ်ရာ ကောင်းသည့် အမှတ်တစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပေသည်။

သတ္တမနေ့အတွက် ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပိသာဆရာတော်

အဋ္ဌမနေ့

ဟောကြားမည့် တရားတော်

ယနေ့ (၈)ရက်မြောက် တရားစခန်း၌ ဟောကြား
မည့် တရားတော်မှာ (၄)နံပါတ် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း ဖြစ်ပါ
သည်။

သပ္ပာယ်ကိရိယာယ သမ္မာဒေတီ။

သင့်လျော်သည့်ကျောင်း၊ သင့်လျော်သည့် ဆွမ်းခံ
ရွာ၊ သင့်လျော်သည့်စကား၊ သင့်လျော်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်၊ သင့်လျော်
သည့် အာဟာရဘောဇဉ်၊ သင့်လျော်သည့် ဥတု၊ သင့်လျော်
သည့် ဣရိယာပုထ်ဟူသော သင့်လျော်ရာ (၇)မျိုးကို အမှီပြု
၍ ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ခြင်းသည် ဣန္ဒြေထက်
ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း တစ်ပါးပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ သင့်လျော်လှစွာ ခုနစ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာမှီရမည်။

ရိပ်သာကျောင်းအင်္ဂါ (၅)ပါး

၁။ သင့်လျော်သည့် ရိပ်သာကျောင်း ဟု ဆိုရာ၌ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် တရားထူး တရားမြတ်များ ရသည်အထိ ရည်မှန်း၍ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အင်္ဂါ (၅)ပါးနှင့် ပြည့်စုံသည့် ရိပ်သာကျောင်းကို မှီဝဲနေထိုင်၍ အားထုတ်ကြရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။ အင်္ဂါ (၅)ပါးမှာ . . .

- ၁။ မိမိတို့ မူလနေရာ အရပ်နှင့် သိပ်လည်းမဝေး၊ သိပ်လည်း မနီးသော ရိပ်သာကျောင်း ဖြစ်ရမည်။
- ၂။ လူသူရှင်း၍ အသံတိတ်ဆိတ်သော ရိပ်သာကျောင်း ဖြစ်ရမည်။
- ၃။ မှက်၊ ခြင်၊ ယင်၊ ရန်နည်းသည့် ရိပ်သာကျောင်း ဖြစ်ရမည်။
- ၄။ အဝတ်အထည်၊ စားဖွယ်သောက်ဖွယ်၊ ဆေးပစ္စည်း စသည့် ပစ္စည်းလည်း ရလွယ်သည့် ရိပ်သာကျောင်း ဖြစ်ရမည်။

ပြည်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၁၄၉

၅။ တရားကို မြင်အောင် ပြပေးနိုင်သည့် မိတ်ကောင်း
ဆရာကောင်းရှိရမည် - ဟူ၍ (၅)ပါး ဖြစ်ပေသည်။
ဤအင်္ဂါ (၅)ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော ရိပ်သာကျောင်း၌
နေထိုင်၍ အားထုတ်ရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဤအင်္ဂါ (၅)ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော ရိပ်သာကျောင်း၌
နေထိုင်၍ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီ
ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားမြန်မြန်တွေ့၊ တရားမြန်မြန်ရှေ့သို့တက်၊
တရားထူး တရားမြတ်များ မြန်မြန်ရသွားနိုင်ကြမည် ဟု ဆို
လိုပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ မဝေးလှခြင်း၊ လူသူရှင်း၍၊ ကင်းဆိတ်အသံ၊
မှက်ခြင်ရန်နည်း၊ ပစ္စည်းလည်းလွယ်၊
မိတ်ကောင်းရယ်၊ ငါးသွယ်ကျောင်းအင်္ဂါ။

ရိပ်သာကျောင်း (၄)မျိုး

ရိပ်သာကျောင်း (၄)မျိုးရှိသည် ဟု မြတ်စွာဘုရား
ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ (၄)မျိုးမှာ . . .

- ၁။ တရားလည်း မထင်ရှား၊ ပစ္စည်းလည်း ရှားပါးသည့် ရိပ်သာကျောင်း၊
- ၂။ တရားတော့မထင်ရှား၊ ပစ္စည်းတော့ ပေါများသည့် ရိပ်သာကျောင်း၊
- ၃။ တရားတော့ ထင်ရှားပြီး၊ ပစ္စည်းကတော့ ရှားပါးသည့် ရိပ်သာကျောင်း၊
- ၄။ တရားလည်း ထင်ရှား၊ ပစ္စည်းလည်း ပေါများသည့် ရိပ်သာကျောင်း ဟူ၍ (၄)မျိုး ရှိပေသည်။

ဤရိပ်သာကျောင်း (၄)မျိုးတို့တွင် (၁)နံပါတ် ရိပ်သာကျောင်းနှင့် (၂)နံပါတ် ရိပ်သာကျောင်းတို့သည် တရားမထင်ရှား၍ မနေသင့်သော ရိပ်သာကျောင်းတို့ဖြစ်ကြပေသည်။ (၃)နံပါတ် ရိပ်သာကျောင်းနှင့် (၄)နံပါတ် ရိပ်သာကျောင်းတို့သည် တရားထင်ရှားသောကြောင့် မိမိရည်မှန်းထားသည့် တရားထူး တရားမြတ်များ ရသည်အထိ ဆက်လက်၍ နေထိုင်ကာ အားထုတ်ကြရမည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်

- ၁။ မထင်တရား၊ ပစ္စည်းရှား၊ ထွက်သွားမပန်ရာ၊
- ၂။ မထင်တရား၊ ပစ္စည်းများ၊ ထွက်သွားပန်ကြားကာ၊
- ၃။ တရားထင်ရှား၊ ပစ္စည်းရှား၊ မသွားကပ်နေရာ၊
- ၄။ တရားထင်ရှား၊ ပစ္စည်းများ၊ နှင်ထုတ်စေကာ မသွားရာ၊

၂။ သင့်လျော်သည့် ဆွမ်းခံရွာ ဟု ဆိုရာ၌ ဆွမ်းခံဘုဉ်းပေး၍ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ရဟန်းတော်များ အတွက် မဝေးလွန်း၊ မနီးလွန်းဖြစ်၍ သင့်လျော်သည့် ဘောဇဉ်များ ရလွယ်သည့် ဆွမ်းခံရွာ ရှိရမည်။ သင့်လျော်သည့် ဆွမ်းခံရွာကို အမှီပြု၍ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။

၃။ သင့်လျော်သည့် စကားဟု ဆိုရာ၌ အလိုနည်းခြင်းနှင့်စပ်သော စကား၊ ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်းနှင့် စပ်သော စကား၊ အပေါင်းအဖော်တို့နှင့် ရောနှောခြင်းမရှိ ခွဲခွါ၍နေခြင်းနှင့် စပ်သော စကား၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာသို့ ချဉ်းကပ်၍ ရှုမှတ်နေခြင်းနှင့် စပ်သော စကား၊ စွဲစွဲမြဲမြဲ ကြိုးစား၍ အားထုတ်နေခြင်းနှင့်

စပ်သော စကား၊ သီလကို လုံခြုံ အောင် စောင့်ထိန်းခြင်းနှင့်
 စပ်သော စကား၊ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိနှင့်စပ်သော စကား၊
 ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာနှင့်စပ်သော စကား၊ ဝိမုတ္တိခေါ်
 သည့် ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တို့နှင့်စပ်သော စကား၊ ဝိမုတ္တိဉာဏဒဿန
 ဟု ခေါ်သည့် ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်နှင့်စပ်သော စကား
 ဟူသော သင့်လျော်သည့် စကား (၁၀)ခွန်းကိုသာ ဝိပဿနာ
 တရား အားထုတ်နေသည့်အခိုက် ပြောကြရမည် ဟု ဆိုလို
 ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ လိုနည်း ရောင့်ရဲ ဖော်ကွဲဆိတ်ငြိမ်၊ ကြိမ်ကြိမ်
 လုံ့လ၊ သီလသမာ၊ ပညာဝိမုတ်၊ ဝိမုတ္တိဉာဏ်၊
 ဤဆယ်တန်း၊ ပြောရန်စကားတည်း။

၄။ သင့်လျော်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်ဟု ဆိုရာ၌ မိမိကဲ့သို့ အမှတ်
 ကိုသာ မပြတ်မလပ် စိပ်စိပ်မှတ်၍ စကားမပြောပဲ နေတတ်
 သော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် အတူနေ၍ အားထုတ်ရမည်
 ဟု ဆိုလိုပါသည်။

၅။ သင့်လျော်သည့် အာဟာရဘောဇဉ် ဟု ဆိုရာ၌
 အလွန်တက်သည့် အစာအာဟာရလည်းမဟုတ်၊ အလွန်

သက်သည့် အစာအာဟာရလည်း မဟုတ်၊ အအေး အပူလည်း မျှတ၊ ကြေလွယ် ကျက်လွယ်လည်းဖြစ်သည့် အစာအာဟာရဘောဇဉ်များကို မှီဝဲသုံးဆောင်ရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။

အာဟာရမျှတမှ ရဟန်း (၆၀) တရားရ

မာတိကာမာတာ ကိုးကွယ်သောကျောင်း၌ နေထိုင်၍ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ရဟန်း (၆၀)တို့သည် မာတိကာမာတာ အမည်ရသည့် ဆွမ်းဒကာမထံမှ သင့်လျော်မျှတသည့် ဆွမ်း ဘောဇဉ် အာဟာရမရမီကတရားမရကြပါ။ မာတိကာမာတာ အမည်ရသည့် ဆွမ်းဒကာမထံမှ သင့်လျော်မျှတသည့် ဆွမ်းဘောဇဉ် အာဟာရကို ရကြမှ ရဟန္တာဖြစ်သည်အထိ တရားထူး တရားမြတ်များ ရသွားကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိတို့နှင့် သင့်လျော်သော ဆွမ်းဘောဇဉ် အာဟာရများကို မှီဝဲကြရပေသည်။

၆။ သင့်လျော်သည့် ဥတုဟု ဆိုရာ၌ အအေးအပူမျှတသည့် အရပ်ဒေသ၊ အအေး အပူမျှတသည့် အချိန်ကာလ

တို့ကို ရွေးချယ်၍ ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ကြရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ရန်ကုန်မြို့၊ မော်လမြိုင်မြို့ စသည်တို့မှ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် နတ်တော်၊ ပြာသို အလွန်အေးသည် အချိန်၌ ရှမ်း ပြည်၊ တောင်ကြီး၊ ကလေးစသည်သို့ သွားရောက်၍ ဝိပဿနာ တရား အားထုတ်ပါက အအေးဒဏ်များကို ခံနေရ၍ သမာဓိ ဉာဏ်များ မဖြစ်နိုင်ကြပေ။ တန်ခူး၊ ကဆုန် အလွန်ပူသည့် အချိန်၌ မန္တလေး၊ ပခုက္ကူတို့သို့ သွားရောက်၍ ဝိပဿနာ တရား အားထုတ်ပါက အပူဒဏ်များကို ခံနေရ၍ သမာဓိ ဉာဏ်များ မဖြစ်နိုင်ကြပေ။ အချိန်ကုန် လူပန်းဖြစ်ကြပေမည်။ ထို့ကြောင့် အအေး အပူမျှတသည့် ရန်ကုန်၊ မော်လမြိုင် စသောအရပ်ဒေသများနှင့် အအေးအပူမျှတသည့် အချိန် ကာလတို့ကို ရွေးချယ်၍ ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ကြရ ပေသည်။

၇။ သင့်လျော်သည့် ဣရိယာပုထ်ဟု ဆိုရာ၌ (၁) သွား ခြင်းဣရိယာပုထ်၊ (၂) ရပ်ခြင်းဣရိယာပုထ်၊ (၃) ထိုင်ခြင်း ဣရိယာပုထ်၊ (၄) လျောင်းခြင်း ဣရိယာပုထ်တို့တွင် မိမိ

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၁၅၅

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သောအခါ မည်သည့် ဣရိယာ ပုထံ၌ ရှုမှတ်ရတာ ပို၍ သမာဓိဉာဏ်ဖြစ်သလဲ ဟု ဆင်ခြင် ၍ မိမိအတွက် သမာဓိဉာဏ်များ ပို၍ ဖြစ်သည့် ဣရိယာပုထံ ၌ အချိန်ကြာကြာယူ၍ အားထုတ်ကြရမည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်၍ ဉာဏ်စဉ်များ တော် တော်မြင့်ပြီး တရားရှုလို့ကောင်းနေသည့် ယောဂီများသည် ဝိပဿနာဉာဏ်များ ပြောင်းလဲမှုကြောင့် ထိုင်မှတ်လို့ မကောင်းတော့ပဲ ခဏခဏ ပြောင်းချင် ပြင်ချင် ဖြစ်နေတတ် ကြပေသည်။ သည်းမခံနိုင်တော့ ခဏခဏပြောင်းရာ ပြင်ရ ဖြစ်နေတတ်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ထိုင်၍ ရှုမှတ်ရာ၌ ရှုမှတ် လို့ မကောင်းတော့ပါပဲ၊ ခဏခဏဣရိယာပုထံကို ပြင်နေကြ ရပါလျှင် ထိုင်မှတ်ကို လျော့၍ စင်္ကြံ လျှောက်ခြင်း ဣရိယာ ပုထံဖြင့် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

စင်္ကြံသမာဓိက ကျေးဇူးပြုပုံ

စင်္ကြံ လျှောက်၍ အမှတ်ကောင်းလာသောအခါ ထိုင်မှတ်ကို ကျေးဇူးပြု၍ ထိုင်မှတ်လည်း ပြန်၍ ကောင်း လာတတ်ကြပေသည်။ စင်္ကြံအမှတ်သည် ထိုင်မှတ်ကိုလည်း

ကျေးဇူးပြုပေသည်။ အထွေထွေအသေးစိတ်အမှတ်ကိုလည်း ကျေးဇူးပြုပေသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုင်မှတ်၍ မကောင်းသော အခါ စင်္ကြံအမှတ်ကို အားပြုကြရပါသည်။ စင်္ကြံမှတ်၏ အကူအညီကို ယူကြရပေသည်။ စင်္ကြံ၌ ရရှိသော သမာဓိသည် ကြာမြင့်စွာ တည်နိုင်ပေသည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ထိုင်မှတ်ကို ကျေးဇူးပြုနိုင်ခြင်း၊ အထွေထွေအမှတ်ကို ကျေးဇူးပြုနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

သမာဓိပြစ်စအောင် စင်္ကြံလျှောက်ပုံ

စင်္ကြံသမာဓိ မဖြစ်သေး၍ စင်္ကြံသမာဓိဖြစ်အောင် လျှောက်လိုသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် စင်္ကြံလမ်းကို ရှည်ရှည်ဝေးဝေးထား၍ မလျှောက်ရပေ။ ဖိနပ်စီး၍ မလျှောက်ရပေ။ မျက်စိကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်ကြည့်၍ မလျှောက်ရပေ။ စင်္ကြံလမ်းအရှည်ကို (၁၀)ပေ၊ (၁၅)ပေ၊ ပေ(၂၀)ခန့်ထား၍ လျှောက်ကြရပေသည်။ ဖိနပ်မစီးပဲ လျှောက်ကြရပေသည်။ မျက်စိကို ရှေ့လေးတောင်ခန့် ဘေးလေးတောင်ခန့်မှာ ထား၍ မျက်လွှာချကာ လျှောက်ကြရပေသည်။ ဖြစ်နိုင်လျှင် မျက်စိအနည်းငယ်မှိတ်၍ လျှောက်ကြရပါသည်။ စင်္ကြံသမာဓိ မကြာခဏ ဖြစ်လာတတ်ကြပေသည်။

စင်္ကြံသမာဓိ ဖြစ်ခါစမှာ မည်ကဲ့သို့ တရားသဘောများ တွေ့ရသည်၊ ပေါ့တာ လေးတာတို့ တွေ့ရသည် စသည်ဖြင့် မပြောနိုင်သေးပေ။ ယောဂီကိုယ်တိုင် စင်္ကြံလျှောက်ရာ၌ သမာဓိဖြစ်နေသည်ဟုတော့ သိနေပေသည်။ ယခုသွားနေတာကတော့ အမှတ်နှင့် သွားနေတာ ဖြစ်သည်။ ယခု သွားနေတာကတော့ အမှတ်မပါပဲ သွားနေတာ ဖြစ်သည် ဟု ယောဂီကိုယ်တိုင် သိနေပေသည်။

စင်္ကြံလျှောက်ရာ၌ သမာဓိဖြစ်သွားသောအခါ စင်္ကြံလျှောက်၍ ရှုမှတ်သည်ကို အထူး စိတ်ဝင်စားလာကြပေသည်။ ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ စင်္ကြံသမာဓိဉာဏ်အားရိလာသောအခါ ကြွတယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် အပေါ်သို့ ပေါ့ပေါ့တက်သွားတာ၊ ရှေ့သို့ လှမ်းလိုက်လျှင် ပေါ့ပေါ့ပြီး ရှေ့သို့ ရွေ့ရွေ့သွားတာ၊ ချတယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်သည့်အခါ အောက်သို့ လေးလေးကျသွားတာများကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ပေါ့တာ၊ လေးတာများကို သိလာသောအခါ ထိုင်မှတ်ရာမှာလည်း ပို၍ ကောင်းလာတာ၊ အထွေထွေ အမှတ်မှာလည်း ပို၍ ကောင်းလာတာများကို

ယောဂီများကိုယ်တိုင်ပင် သိလာကြပေသည်။ စင်္ကြံအမှတ်က ထိုင်မှတ်နှင့် အထွေထွေအမှတ်တို့ကို ကျေးဇူးပြုခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

စင်္ကြံအကျိုး (၅)မျိုး

စင်္ကြံ၌ သမာဓိဖြစ်အောင် လျှောက်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အကျိုး (၅)မျိုး ရရှိကြသည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

- ၁။ အဒ္ဓါနက္ကမော = မမောမပန်း ခရီးဝေး၊ ခရီးရှည် သွားနိုင်ခြင်း၊
- ၂။ ပဓာနက္ကမော = ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ရာ၌ လုံ့လ စွမ်းအင်များ ထက်သန်လာခြင်း၊
- ၃။ အပ္ပါဗာဝေါ = အနာရောဂါများ ပျောက်ကင်းခြင်း၊
- ၄။ သမ္မာပရိဏာမံ ဂစ္ဆတိ = စားအပ်သော အစာများ ကြေကျက်လွယ်ခြင်း၊

ပြည်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ

၅။ စိရဋ္ဌိတိကော = စကြံ၌ရအပ်သော သမာဓိသည် ကြာမြင့်စွာ တည်တံ့နိုင်ခြင်း ဟူသော ဤအကျိုး (၅)မျိုး ရရှိကြပေသည်ဟု ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ခရီးသွားနိုင် ကြံ့ခိုင်အားအဖိ ကင်းစင်ရောဂါ၊
 အစာကြေကျက်၊ မပျက်သမာဓိ၊ ငါးခုရှိ၊
 သွား၏စကြံအကျိုးတည်း။

စကြံ၌ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

စကြံလျှောက်မှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ ကောင်းကောင်း ဖြစ်လာသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် ဟု ရှုမှတ်သောအခါ ကြွတယ် လို့ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ကြွနေတာက တစ်ခြား၊ ရှုမှတ်လိုက်တာက တစ်ခြား၊ လှမ်းတယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် လှမ်းနေတာက တစ်ခြား၊ ရှုမှတ်လိုက်တာက တစ်ခြား၊ ချတယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ချနေတာက တစ်ခြား၊ ရှုမှတ်လိုက်တာကတစ်ခြား ဟု ကွဲပြား

ကာ သိလာကြပေသည်။ ကြွတာ၊ လှမ်းတာ၊ ချတာတို့က မသိတတ်သောကြောင့် ရုပ်တရားဖြစ်သည်။ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်လို့ မှတ်သိ၊ မှတ်သိလိုက်တာက သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရား ဖြစ်သည်ဟု နာမ်နှင့် ရုပ်ကို ကွဲပြားပိုင်းခြား၍ သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ နာမ်နှင့် ရုပ်ကို ကွဲပြားပိုင်းခြား၍ သိလာခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

စကြို၌ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

စကြိုလျှောက်၍ ရှုမှတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ တစ်ဆင့် အားရှိလာသောအခါ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် ဟု ရှုနေစဉ်မှာပင် ကြွတာ၊ လှမ်းတာ၊ ချတာတို့က ရှေ့က ပေါ်ပေါ်ပေးနေလို့ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် ဟု မှတ်သိစိတ်က လိုက်၍ လိုက်၍ ရှုမှတ်နေရပေသည်။ ကြွတာ၊ လှမ်းတာ၊ ချတာတို့က အကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် ဟု လိုက်၍ လိုက်၍ ရှုမှတ်နေတာက အကျိုးတရား ဖြစ်သည်ဟု သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုးကိုသိခြင်းသည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။

ယောဂီများ စင်္ကြံ၌ သမ္မသနဉာဏ်ဖြစ်တာ မထင်ရှား
ကြပေ။ ထို့ကြောင့် စင်္ကြံ၌ သမ္မသနဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို မဟော
ကြားတော့ပေ။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို ဟောကြားပါမည်။

စင်္ကြံ၌ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်
တို့သည် ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ
တစ်ဆင့် အားရှိလာသောအခါ ကြွတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်
လျှင် အပေါ်သို့ အဆင့်ဆင့် ရွေ့တက်သွားတာ၊ လှမ်းတယ်
ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ရှေ့သို့ အဆင့်ဆင့် ရွေ့သွားတာ၊ ချ
တယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် အောက်သို့ အဆင့်ဆင့် ရွေ့ကျ
သွားတာများကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ ကိုယ်အမူအရာ
များ အလွန်ပေါ့ပါးတာကိုလည်း တွေ့သိလာကြပေသည်။
ကြွစနှင့် ကြွဆုံး၊ လှမ်းစနှင့် လှမ်းဆုံး၊ ချစနှင့် ချဆုံးတို့ကို
အထူး သိလာကြပေသည်။ ကြွစ ဖြစ်၊ ကြွဆုံး ပျက်၊ လှမ်းစ
ဖြစ်၊ လှမ်းဆုံး ပျက်၊ ချစ ဖြစ်၊ ချဆုံး ပျက်တို့ဖြစ်ကြပေသည်။
ဤကဲ့သို့ ဖြစ်ပျက် သိခြင်းသည် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်ပေ
သည်။

ထို့နောက် ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိ
 ဉာဏ်များ တစ်ဆင့် အားရှိ ထက်သန်လာသောအခါ ကြွ၊
 လှမ်း၊ ခုတို့၌ အဆင့်ဆင့်တို့သည် ကြားပြတ် ကြားပြတ် သွား
 ကြပေသည်။ တစ်ဆင့် ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားပြီးမှ နောက်တစ်
 ဆင့် ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်သွားတာကို တွေ့သိလာကြပေသည်။
 အဆင့်ဆင့်တို့ ဖြစ်ပြီးလျှင် ပျက်ပျက်သွားတာကို သိခြင်း
 သည် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။

၁ ကြိမ် ဘင်္ဂဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ
 တစ်ဆင့် အားရှိထက်သန်လာသောအခါ ကြွတယ်လို့ ရှုမှတ်
 လိုက်လျှင် ကြွဆုံးမှာ ရိပ်ကနဲ ကုန်ပျက်သွားတာ၊ လှမ်းတယ်
 ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် လှမ်းဆုံးမှာ ရိပ်ကနဲ ကုန်ပျက်သွားတာ၊
 ချတယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ချဆုံးမှာ ရိပ်ကနဲ ကုန်ပျက်သွား
 တာကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ တွေ့သိလာခြင်း
 သည် ဘင်္ဂဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ ဘင်္ဂဉာဏ်တစ်ဆင့်
 အားရှိလာသောအခါ ကြွတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ကြွသည်

အမူအရာများ ကုန်ပျက်သွားတာ၊ ကြွတယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်
သည့် မှတ်သိစိတ်ပါ ကုန်ပျက်သွားတာ၊ လှမ်းတယ် ဟု ရှုမှတ်
လိုက်လျှင် လှမ်းသည့် အမူအရာများ ကုန်ပျက်သွားတာ၊
လှမ်းတယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့် မှတ်သိစိတ်ပါကုန်ပျက်သွား
တာ၊ ချတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ချသည့် အမူအရာများ
ကုန်ပျက်သွားတာ၊ ချတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့် မှတ်သိစိတ်
ပါ ကုန်ပျက်သွားတာများကို တွေ့သိလာကြပေသည်။

အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တသိပုံ

ကြွသည်၊ လှမ်းသည်၊ ချသည့် အမူအရာများလည်း
မမြဲခြင်းအနိစ္စ၊ မှတ်သိစိတ်များလည်း မမြဲခြင်း အနိစ္စ၊ ကုန်
ပျက်သည်များက လျင်မြန်လှ၍ နှိပ်စက်နေသကဲ့သို့ဖြစ်၍
ဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခ၊ နှိပ်စက်နေသည့် ဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခများကို
မည်ကဲ့သို့မျှ ကာကွယ်လို့မရ၊ ကိုယ်အစိုးမရခြင်း အနတ္တ ဟု
သိလာကြပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ လက္ခဏာစစ်တွင်း တစ်ခုမြင်၊ အကုန်ပင်
သိတော့သည်။

ကုန်ပျက်သည့် အနိစ္စလက္ခဏာစစ် တစ်ခုကို မြင်
 သွားသောအခါ ဒုက္ခလက္ခဏာစစ်၊ အနတ္တလက္ခဏာစစ်တို့
 ကိုလည်း အကုန်ပင် သိသွားကြပေသည်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊
 အနတ္တ လက္ခဏာများကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိသွားကြသောအခါ
 ဉာဏ်စဉ် အဆင့်ဆင့်တက်၍ မိမိတို့ အလိုရှိအပ်သည့် နိဗ္ဗာန်
 ချမ်းသာသို့ ရောက်သွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

အဋ္ဌမနေအတွက် ဟောကြားတာ အသင့်အတင့်
 ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိသာဆရာတော်



ဟောကြားမည့် တရားတော်

ယနေ့ (၉)ရက်မြောက် တရားစခန်း၌ ဟောကြား
မည့် တရားတော်မှာ (၅)နိပါတ် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း ဖြစ်ပေ
သည်။

သမာဓိဿစ နိမိတ္တဂ္ဂဟနေန။

ရှုမှတ်လိုကောင်းသည့်၊ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ ဖြစ်
သည့် အကြောင်း နိမိတ်များကို မှတ်သားထားခြင်းသည်
ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း တစ်ပါး ဖြစ်သည်
ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ စိတ်တည်ငြိမ်ကြောင်း၊ နိမိတ်ဟောင်း၊
ကောင်းကောင်းမှတ်ရမည်။

ဝိပဿနာရှုမှတ်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တစ်ခါတစ်ရံ ရှုမှတ်လို့ကောင်းကြပေသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ရှုမှတ်လို့ မကောင်းပဲ ဖြစ်ကြရပေသည်။ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိအား ကောင်းသည့်အခါ ရှုမှတ်လို့ ကောင်းသွားကြပေသည်။ စိတ် တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ အားနည်းသွားသောအခါ ရှုမှတ်လို့ မကောင်းပဲ ဖြစ်လာတတ်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ရှုမှတ်လို့ ကောင်း၊ ရှုမှတ်လို့ မကောင်း ဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းများ ကို မှတ်သားထားကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

နေရာထိုင်ခင်းက ညီညွတ်သဖြင့် သမာဓိဖြစ်၍ ရှုမှတ်လို့ ကောင်းခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ အအေး အပူ ဥတုက မျှတသဖြင့် သမာဓိဖြစ်၍ ရှုမှတ်လို့ ကောင်းခြင်းလည်း ဖြစ် ပေသည်။ သင့်လျော်သော အာဟာရကို မှီဝဲရသဖြင့် သမာဓိ ဖြစ်၍ ရှုမှတ်လို့ ကောင်းခြင်းလည်း ဖြစ်ပေသည်။ တိတ်ဆိတ် သည့် နေရာဌာနဖြစ်သဖြင့် သမာဓိဖြစ်၍ ရှုမှတ်လို့ ကောင်း ခြင်းလည်း ဖြစ်ပေသည်။ ဝီရိယက မလျော့မတင်း ဖြစ်သဖြင့် သမာဓိဖြစ်၍ ရှုမှတ်လို့ ကောင်းခြင်းလည်း ဖြစ်ပေသည် စသည်ဖြင့် သမာဓိဖြစ်ကြောင်း နိမိတ်ဟောင်းများကို ကောင်း ကောင်း မှတ်သားထားကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဤကဲ့သို့ မှတ်လို့ကောင်းသည့် သမာဓိဖြစ်ကြောင်း နိမိတ်ဟောင်းများကို မှတ်သားထားကြသဖြင့် နောင်တရား ရှုမှတ်၍ မကောင်းသောအခါ နေရာထိုင်ခင်း မညီညွတ် သဖြင့် ရှုမှတ်လို့ မကောင်းခဲ့သော် နေရာထိုင်ခင်းကို ညီညွတ် အောင် ပြုပြင်ကြရပေသည်။ အပူ အအေး မမျှတသဖြင့် ရှုမှတ်လို့ မကောင်းခဲ့သော် အပူ အအေးမျှတအောင် ပြုပြင် ကြရပေသည်။ သင့်တော်သော အာဟာရကို မမှီဝဲရသဖြင့် ရှုမှတ်လို့ မကောင်းခဲ့သော် သင့်တော်သော အာဟာရကို မှီဝဲ သုံးဆောင်ကြရပေသည်။ ဆူညံသောနေရာဌာနဖြစ်သဖြင့် ရှုမှတ်လို့ မကောင်းခဲ့သော် ဆိတ်ငြိမ်ရာဌာနကို ရှာမှီး၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဝီရိယလျော့လွန်း၊ တင်းလွန်းသဖြင့် ရှု မှတ်လို့ မကောင်းခဲ့သော် ဝီရိယကို ညီမျှအောင် ပြုပြင်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ပြုပြင်၍ ရှုမှတ်ကြပါက စိတ် တည်ငြိမ်မှု သမာဓိအား ပြန်၍ ကောင်းလာသဖြင့် ရှုမှတ်လို့ ကောင်းလာတတ်ကြပေသည်။

တရားရှုမှတ်လို့ ကောင်းခြင်း၊ မကောင်းခြင်းတို့ သည် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အတိတ် အတိတ်ဘဝ၊ အတိတ် အတိတ် အချိန်ကာလများ က ဆည်း

ပူးခဲ့ကြသော သမထနှင့် ဝိပဿနာဟူသော အကြောင်းတို့
ကြောင့်လည်း ရှုမှတ်လို့ ကောင်းခြင်း၊ မကောင်းခြင်းများ ဖြစ်
ကြရပေသည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်
အတိတ် အတိတ်ဘဝများက ဆည်းပူးခဲ့သော အကြောင်း
အားလျော်စွာ (၄)မျိုး ကွဲပြားလျက် ရှိပေသည်။

၁။ ဒုက္ခာပဋိပဒါ ဒန္တာဘိညာ = ဝိပဿနာတရား အား
ထုတ်သောအခါ ငြိငြိ
ငြင်ငြင် ပင်ပင်ပန်းပန်း
လဲ အားထုတ်ကြရပေ
သည်။ တရားလည်း အ
တွေ့နှေးသောပုဂ္ဂိုလ်။

၂။ ဒုက္ခာပဋိပဒါဒိပ္ပါဘိညာ = ဝိပဿနာတရား အား
ထုတ်သောအခါ ငြိငြိ
ငြင်ငြင် ပင်ပင်ပန်းပန်း
အားထုတ်ရသော်လည်း
တရားတော့ မြန်မြန်တွေ့
သော ပုဂ္ဂိုလ်။

ပြည်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၁၆၉

၃။ သုခါပဋိပဒါ ဒန္တာဘိညာ = ဝိပဿနာတရား အား ထုတ်သောအခါ ချမ်းချမ်း သာသာ လွယ်လွယ်ကူ ကူပင် အားထုတ်ရပါ သော်လည်းတရားတော့ အတွေ့နှေးသောပုဂ္ဂိုလ်။

၄။ သုခါပဋိပဒါ ဒိပ္ပါဘိညာ = ဝိပဿနာတရား အား ထုတ်သောအခါ ချမ်းချမ်း သာသာ လွယ်လွယ်ကူ ကူလည်း အားထုတ်ရ၍ တရားလည်း မြန်မြန်တွေ့ သော ပုဂ္ဂိုလ်ဟူ၍ (၄) မျိုးကွဲလျက် ရှိပေသည်။

(၁) ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သောအခါ ပြိုပြိုငြင်ငြင် ပင်ပင်ပန်းပန်းလည်း အားထုတ်ရသည်၊ တရားလည်း အတွေ့နှေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရှေးအတိတ်ဘဝ၊ အတိတ် အချိန်ကာလများက သမထတရားလည်း အားမထုတ်ခဲ့ဖူး

ခြင်း၊ ဝိပဿနာတရားလည်း အားမထုတ်ခဲ့ဖူးခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။

(၂) ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သောအခါ ငြိငြိငြင်ငြင် ပင်ပင်ပန်းပန်းလည်း အားထုတ်ရပြီး တရားတော့ မြန်မြန် တွေ့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အတိတ်အတိတ် ဘဝ၊ အတိတ် အတိတ်အချိန်ကာလများက သမထတရားကို အားမထုတ် ခဲ့ဖူး၍ ဝိပဿနာတရားကိုသာ အားထုတ်ခဲ့ဖူးခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။

(၃) ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သောအခါ ချမ်းချမ်း သာသာ လွယ်လွယ်ကူကူတော့ အားထုတ်ရပြီး တရားတော့ အတွေ့နှေးကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အတိတ် အတိတ်ဘဝ၊ အတိတ်အတိတ်အချိန်ကာလများက သမထတရားကိုသာ အားထုတ်ခဲ့၍ ဝိပဿနာတရားကို အားမထုတ်ခဲ့ဖူးခြင်း ကြောင့် ဖြစ်ကြရပေသည်။

(၄) ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသောအခါ ချမ်းချမ်း သာသာ လွယ်လွယ်ကူကူလည်း အားထုတ်ရပြီး တရားလည်း

မြန်မြန်တွေ့ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အတိတ်အတိတ်ဘဝ၊ အတိတ်အတိတ်အချိန်ကာလများက သမထတရားကိုလည်း အားထုတ်ခဲ့ဖူးခြင်း၊ ဝိပဿနာတရားကိုလည်း အားထုတ်ခဲ့ဖူးခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ကြရပေသည်။

ဤပုဂ္ဂိုလ် (၄)မျိုးတို့တွင် (၁)နံပါတ်ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် (၂)နံပါတ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားအတွေ့နှေး၍ စိတ်ဓာတ်များကျဆင်းသွားတတ်ကြပေသည်။ စိတ်ဓာတ်များ မကျဆင်းသွားရအောင် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများက တရားတွေ့နိုင်သည့် ရှုနည်းမှတ်နည်းများကို ညွှန်ပြ၊ ဟောပြပေးကြရပေသည်။

ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်သောအခါ ငြိငြိငြင်ငြင် ပင်ပင်ပန်းပန်းလည်း ရှုမှတ်ရ၊ တရားလည်း အတွေ့နှေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား သည်းခံခြင်းကို အဓိကထား၍ ရှုမှတ်ကြရမည် ဟု ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများက ညွှန်ပြ၊ ဟောကြားပေးကြရပေသည်။ ငြိငြိငြင်ငြင် ပင်ပင်ပန်းပန်း ရှုမှတ်ရခြင်းသည် ဒုက္ခဝေဒနာများနေ၍ ဖြစ်ကြရပေသည်။ ထိုဒုက္ခဝေဒနာကို သည်းမခံပါပဲ ခဏခဏ ပြင်ပေးနေလျှင် သမာဓိမဖြစ်၍ ဝိပဿနာဉာဏ်များလည်း မဖြစ်သဖြင့် တရားအတွေ့နှေး

နေမည်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ ထို ဒုက္ခဝေဒနာကို သည်းခံ၍
ခဏခဏ မပြုပြင်ပေးပါပဲ သည်းခံ၍ ရှုမှတ်နေလျှင် သမာဓိ
ဖြစ်လာမည် ဖြစ်ပေသည်။ သမာဓိ ဖြစ်လာသောအခါ
ဝိပဿနာဉာဏ်များ ဖြစ်လာ၍ တရားတွေ့သွားကြမည် ဖြစ်
ပေသည်။

ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်သောအခါ ချမ်းချမ်းသာသာ
လွယ်လွယ်ကူကူတော့ ရှုမှတ်ရပြီး တရားအတွေ့နှေးသော
ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်မှုကို အဓိကထား၍ ရှုမှတ်
ကြရမည် ဟု ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများက ညွှန်ပြ၊ ဟောကြားပေး
ရပါသည်။ ချမ်းချမ်းသာသာ လွယ်လွယ်ကူကူ ရှုမှတ်လို့ရနေ
ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် စူးစိုက်မှု မရှိပါပဲ အမှတ်ဖြစ်ရုံသာ
ရှုမှတ်နေတတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် တရားအတွေ့နှေး
ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများက ရိုရိုသေသေ
စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်စေရပါသည်။ ရှေးဦးစွာ ဖောင်းစနှင့်
ဖောင်းဆုံး၊ ပိန်စနှင့် ပိန်ဆုံးတို့ကို သိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်
စေရပေသည်။ အစနှင့် အဆုံးတို့ကို စူးစိုက်ကာ ရှုမှတ်လို့

ရသွားကြလျှင် ဖောင်းစ က ဖြစ်ပြီး၊ ဖောင်းဆုံးမှာ ပျက်သွား
တာ၊ ပိန်စက ဖြစ်ပြီး၊ ပိန်ဆုံးမှာ ပျက်သွားတာကို တွေ့သိ
လာတတ်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဖြစ်ပျက်ကို တွေ့သိလာ
သောအခါ ဖောင်းပိန်မှတစ်ပါး အခြား ရှုမှတ်စရာများ၌
လည်း ဖြစ်-ပျက်ကို တွေ့သိလာကြသည်ဖြစ်၍ တရားတွေ့
သွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်ဟု ရှုမှတ်သည့်အခါ
မှာလည်း ကြွစနှင့် ကြွဆုံး၊ လှမ်းစနှင့် လှမ်းဆုံး၊ ချစ နှင့်
ချဆုံးတို့ကို သိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ စူးစိုက်
ကာ ရှုမှတ်လို့ ရသွားသောအခါ ကြွစက ဖြစ်၊ ကြွဆုံးက
ပျက်၊ လှမ်းစကဖြစ်၊ လှမ်းဆုံးက ပျက်၊ ချစကဖြစ်၊ ချ-ဆုံးက
ပျက်တာများကို တွေ့သိသွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့
တွေ့သိသွားခြင်းသည် ဖြစ်-ပျက်တရားကို တွေ့သိခြင်း ဖြစ်
ပေသည်။

အချိန်နာရီက မပြည့်သေး၍ ရှေ့ဣန္ဒြေထက်
ကြောင်း တစ်ခုကို ဟောကြားပေးပါဦးမည်။

ဗောဇ္ဈင်္ဂါနိ အနုပဝတ္တတာယ။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြရာတွင် စိတ်ဓာတ်
တွေ တက်ကြွလွန်း၍ စိတ်တွေ ပျံ့လွင့်နေသောအခါ၌ သင့်
လျော်သော ဗောဇ္ဈင်တရားတို့ကို ပွားများရမည်။ စိတ်ဓာတ်
တွေ ကျဆင်းလွန်း၍ ပျင်းရိငြီးငွေ့လာသောအခါ၌လည်း
သင့်လျော်သော ဗောဇ္ဈင်တရားတို့ကို ပွားများကြရမည် ဟု
ဆိုလိုပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ သင့်လျော်လျောက်ပတ်၊ ဗောဇ္ဈင်မြတ်၊
မပြတ်ပွားရမည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြရာတွင် စိတ်ဓာတ်
တွေ တက်ကြွလွန်း၍ စိတ်တွေ ပျံ့လွင့်နေသောအခါ ပွား
များသင့်သော ဗောဇ္ဈင်တရားများမှာ သုခနှင့်ဒုက္ခ - ချမ်းသာ
နှင့် ဆင်းရဲတို့တွင် တစ်ဘက်ဘက်၌ မကျစေမှု၍ အလယ်
အလတ်၌ ရှုခြင်းဖြင့် ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ပွားများ
ပေးကြရမည်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်အောင် ရှုမှတ်ပေးခြင်းဖြင့် သမာဓိ
သမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ပွားများပေးကြရပေသည်။ ကိုယ်စိတ်
တို့ကို ငြိမ်းအေးအောင် ထားပေးခြင်းဖြင့် ပဿဒ္ဓိ သမ္မောဇ္ဈင်
ဖြစ်အောင် ပွားများပေးကြရပေသည်။ ဤဗောဇ္ဈင်တရား
(၃)ပါးတို့ကို ပွားများ ပေးကြရပေသည်။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၁၇၅

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ တက်ကြွပျံ့လွင့် စိတ်မြင့်သောခါ၊ ဥပေက္ခာ
သမာဓိ ပဿဒ္ဓိ၊ ပွား၏ဟောဇ္ဈင်္ဂါ။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရာတွင် တရားတွေ သိပ်
ဆိုးနေ၍၊ တရားတွေ သိပ်ကျနေ၍ စိတ်ဓာတ်တွေ သိပ်ကျ
လာသောအခါ ပွားများရမည့် ဟောဇ္ဈင်တရားများမှာ . . .
တရားမရရင် ငရဲကျရမည့် ဆင်းရဲကို တကယ်မြင်အောင်
ဆင်ခြင်ခြင်းဖြင့် ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ပွားများကြရ
ပေသည်။

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာတို့၏ ကြည်ညိုဖွယ် ဂုဏ်
တော်တို့ကို အဖန်ဖန် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ခြင်းဖြင့် ပီတိ
သမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ပွားများကြရပေသည်။ အို-နာ-သေ
ရေး ဒုက္ခဘေးတို့ကို တကယ်တမ်း ဉာဏ်မှာထင်အောင်
ဆင်ခြင်ခြင်းဖြင့် ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ပွားများ
ကြရပေသည်။ ဤဟောဇ္ဈင်တရား (၃)ပါးကို ပွားများကြရမည်
ဖြစ်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ဘာဝနာစိတ် လျော့နိမ့်သောခါ၊ ဝီရိယာပီတိ
ဓမ္မိ၊ ပွား၏ဟောဇ္ဈင်္ဂါ။

ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်ဖြစ်စေရန် ဆင်ခြင်ပုံ

အို . . . ဝိပဿနာတရား အားထုတ်နေသော သူ
တော်ကောင်း . . . ဘာကြောင့် သင် စိတ်ဓာတ်တွေ ကျနေ
သလဲ၊ ယခုအခါ သင့်သန္တာန်မှာ . . .

- ၁။ အလွန်ရခဲသည့် လူ့အဖြစ်ကို ရထားပေသည်။
- ၂။ အလွန်ရှင်နိုင်ခဲ့သည့် အသက်ရှင်နေခြင်းကို ရထား
ပေသည်။
- ၃။ အလွန်ကြားနာရခဲသည့် အပါယ်တံခါးကို ပိတ်စေ
နိုင်သည့် သူတော်ကောင်းတရားတို့ကိုလည်း နာ
ကြားနေရပေသည်။
- ၄။ အလွန်တွေ့ကြုံနိုင်ခဲ့သည့် သာသနာတော်ကြီး နှင့်
တွေ့ကြုံနေရပေသည်။

ဤရခဲခြင်းတရား (၄)ပါး ရရှိထားသည့်အခိုက် သင်
ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးစား အားထုတ်လျှင် အပါယ်တံခါး
ပိတ်သွားနိုင်သည်။ နိဗ္ဗာန်ကို မြင်သွားနိုင်ပေသည်။

စိတ်ဓာတ်ကျကာ ပျင်းရိပြီးငွေ့၍ အားမထုတ်ပဲ နေ
လိုက်လျှင် တရားမရတော့ပါပဲ နောင်ဘဝ တစ်ခုခု၌ ငရဲသို့

ကျရောက်နိုင်ပေသည်။ ထိုအခါ ငရဲဆင်းရဲတွေခံရ၍ မျက်
 ရည်ကြီးငယ်များကျကာ လူ့ဖြစ်စဉ်အခါက သာသနာတော်
 ကြီးနှင့် တွေ့ကြုံရပါလျက် ပျင်းရိငြီးငွေ့၍ ဝိပဿနာတရား
 အားမထုတ်ခဲ့ခြင်းကြောင့် ယခုလို ငရဲဆင်းရဲတွေ ခံနေရတာ
 ဖြစ်သည် ဟု နောင်တ ပူပန်မှုများ ဖြစ်ရလိမ့်မည် ဟု ငရဲ
 ဆင်းရဲကို တကယ်ထင်အောင် ဆင်ခြင်လိုက်လျှင် ဝီရိယ
 ပြန်၍ တိုးတက်လာသဖြင့် ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင် ဖြစ်သွားနိုင်
 ပေသည်။ ကြီးကြီးစားစား အားထုတ်သဖြင့် တရားတို့ မှတ်
 လို့ ပြန်ကောင်းလာတတ်ပေသည်။ မိမိတို့၏ ပါရမီအားလျော်
 စွာ တရားထူး တရားမြတ်များ ရသွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်ပုံ

ပီတိတို့သည် သမ္မောဇ္ဈင်ထိုက်သော ပီတိနှင့် သမ္မော
 ဇ္ဈင်မထိုက်သော ပီတိဟူ၍ (၂)မျိုး ရှိပေသည်။

- ၁။ ကာမာမိသာပီတိ၊ လောကီမိသာပီတိ၊ ဝဇ္ဇာမိသာ
 ပီတိတို့သည် သမ္မောဇ္ဈင်မထိုက်သော ပီတိများ ဖြစ်
 ကြပေသည်။

၂။ ဘုရားဂုဏ်၊ တရားဂုဏ်၊ သံဃာဂုဏ်နှင့်စပ်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ပီတိတို့သည် သမ္မောဇ္ဈင်ထိုက်သော ပီတိတို့ ဖြစ်ကြပေသည်။

၁။ ကာမာမိသာပီတိ ဟူသည် လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာတို့ကို ရရှိခံစားရ၍ ဖြစ်လာသော နှစ်သက်မှု ပီတိ မျိုး ဖြစ်ပေသည်။ လောကီမိသာပီတိဟူသည် လောကရေးရာဖြစ်သည့် စီးပွားရေး ကြီးပွားရေး နိုင်ငံရေးတို့ကို ဆောင်ရွက်၍ အောင်မြင်လာသောအခါ ဖြစ်ပေါ်လာသော နှစ်သက်မှု ပီတိမျိုး ဖြစ်ပေသည်။ ဝဇ္ဇာမိသာပီတိဟူသည် . . . ဘဝသမ္ပတ္တိ - ဘဝ၏ မြင့်မြတ်မှု၊ ဘောဂသမ္ပတ္တိ - စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပေါများကြွယ်ဝမှုတို့ကို တောင်တ၍ ပြုခဲ့သော ကောင်းမှုကုသိုလ်တို့၏ ပြည့်စုံခြင်းကို နှစ်သက်မှု ပီတိမျိုး ဖြစ်ပေသည်။ ဤပီတိ (၃)မျိုးတို့သည် သမ္မောဇ္ဈင် မထိုက်သော ပီတိတို့ ဖြစ်ကြပေသည်။

ဘုရားဂုဏ်တော်တို့ကို ပွားများသဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော နှစ်သက်မှုပီတိ၊ တရားဂုဏ်တော်တို့ကို ပွားများသဖြင့် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသောပီတိ၊

သံဃာဂုဏ်တော်တို့ကို ပွားများသဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသောနှစ်သက်မှု ပီတိတို့သည် သမ္မောဇ္ဈင်ထိုက်သော ပီတိတို့ ဖြစ်ကြပေသည်။ တရားရကြောင်း ဖြစ်သော ပီတိတို့ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာတို့၏ ကြည်ညိုဖွယ်ဂုဏ်တော်များကို အဖန်ဖန် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ခြင်း၊ ဝိပဿနာတရားကို ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်စသည်သို့ ရောက်အောင် အားထုတ်ခြင်းတို့ဖြင့် ပီတိသမ္မောဇ္ဈင် ဖြစ်အောင် ပွားများကြရပေသည်။

ဤကဲ့သို့ ဆင်ခြင်ပေးပါက ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်၍ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းများ ပျောက်ကင်းကာ ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်နိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်သောကြောင့် တရားတွေ့ရှေ့သို့ တက်သွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ မိမိတို့၏ ပါရမီအား လျော်စွာ တရားထူး တရားမြတ်များ ရသွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဓမ္မဝိဓယသမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်ပုံ

အိုမင်းမစွမ်း ဖြစ်သွားသောအခါ သတိကလည်း မေ့ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း မခိုင်တော့၍ ဝိပဿနာတရားကို

အားထုတ်နိုင်တော့မည် မဟုတ်ပေ။ ယခုလို မအိုသေးခင် သတိလည်းကောင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်လည်း ခိုင်ခံ့သည့် အခိုက် မှာ ဝိပဿနာတရားကို အပါယ်တံခါးပိတ်သည့် အဆင့်အထိ အားထုတ်မှ တော်မည် ဟု ဆင်ခြင်ပေးရမည်။

ပြင်းထန်သည့် သေလောက်သည့် ရောဂါများ စွဲကပ် သွားသောအခါ ရောဂါဝေဒနာများက လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်ထား ၍ ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်နိုင်တော့မည် မဟုတ်ပေ။ ယခုလို ကျန်းမာနေသည့်အခိုက်မှာ ဝိပဿနာတရားကို အပါယ်တံခါးပိတ်သည်အထိ အားထုတ်မှ တော်မည် ဟု ဆင်ခြင်ပေးရမည်။

မသေသေးခင် ဝိပဿနာတရားကို အားမထုတ်လျှင် သေသွားပြီးသည့်နောက် ဝိပဿနာတရား အားမထုတ်နိုင် သည့် ယုတ်နိမ့်သည့် ဘုံဘဝများသို့လည်း ရောက်သွားနိုင် ပေသည်။ ငရဲသို့လည်း ကျရောက်သွားနိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် မသေခင် အသက်ရှင်နေခိုက်မှာ ဝိပဿနာတရား ကို အပါယ်တံခါးပိတ်သည်အထိ အားထုတ်မှ တော်မည် ဟု ဆင်ခြင်ပေးရမည်။

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ မေ့ပဇေသာ

ဤကဲ့သို့ ဆင်ခြင်ပေးပါက ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်၍ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းများ ပျောက်ကင်းကာ ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်သဖြင့် တရားတွေ ရှေ့သို့ တက်သွားနိုင်ပေသည်။ မိမိတို့၏ ပါရမီအားလျော်စွာ တရားထူးတရားမြတ်များ ရသွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

နဝမနေ့အတွက် ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

သဒ္ဓမ္မရံညီရိပ်သာဆရာတော်



ဟောကြားမည့် တရားတော်

ယနေ့ ဆယ်ရက်မြောက် တရားစခန်းသိမ်းပွဲ၌ ဟောကြားမည့် တရားတော်မှာ အားထုတ်ခြင်း (၃)မျိုး တရားတော်ဖြစ်ပါသည်။ အားထုတ်ခြင်း (၃)မျိုး ဆိုသည်မှာ . . .

- ၁။ အာရမ္မဓာတ်ဖြင့် ရှေ့ဦးပထမစ၍ အားထုတ်ခြင်း
- ၂။ နိက္ကမဓာတ်ဖြင့် ထွက်မြောက်အောင် အားထုတ်ခြင်း
- ၃။ ပရက္ကမဓာတ်ဖြင့် အဆင့်ဆင့် တိုးတက်အောင် အားထုတ်ခြင်း ဟူ၍ (၃)မျိုး ရှိပေသည်။

(၁) အာရမ္မဓာတ်ဖြင့် ရှေ့ဦးပထမစ၍ အားထုတ်ခြင်း ဟူသည် - တရားစခန်းသို့ ရိပ်သာသို့ ဝင်ရောက်၍ ဝိပဿနာ တရား အားထုတ်တော့မည်ဟု ဆုံးဖြတ်ပြီးသော အချိန်မှစ၍ အိမ်တွင်း အိမ်ပ လုပ်ငန်းများကို ပြီးပြတ်အောင် လုပ်ကိုင်

ဆောင်ရွက်ကြရပေသည်။ ဤလုပ်ငန်းများ ပြီးပြတ်အောင်
 လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်းသည်လည်း အာရမ္မဓာတ်ဖြင့်
 ရှေးဦးပထမ အားထုတ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ တရားစခန်း
 မှာ မိမိအသုံးပြုဖို့ရာ အိပ်ရာခင်း၊ ဓာတ်ဘူး၊ ရေခွက်၊ ရေဘူး
 စသည်များကို စုဆောင်းပြုလုပ်ခြင်းသည်လည်း အာရမ္မ
 ဓာတ်ဖြင့် ရှေးဦးပထမ အားထုတ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ ထို
 ကဲ့သို့ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်သည်မှစ၍ ကုသိုလ်တရားများ ရရှိ
 နေကြပြီ ဖြစ်ပေသည်။

တရားစခန်းရိပ်သာသို့ ရောက်သွားသောအခါ ဆရာ
 သမားများထံမှ အလုပ်ပေးတရားများကို နာကြားပြီးလျှင်
 မပြတ်မလပ် ကြိုးစား၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ကျေးဇူးတော်
 ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ကြားသောနည်းဖြင့်
 ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထိုင်မှတ်
 သောအခါ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ် ဟူ၍
 ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ရှုမှတ်ခါစ သမာဓိဉာဏ်များ မဖြစ်သေး
 မီမှာတော့ မည်ကဲ့သို့မှ ထူးခြားစွာ မသိကြရသေးပေ။ (၂)ရက်၊
 (၃)ရက်ရ၍ သမာဓိဉာဏ်များ ဖြစ်လာသောအခါ ထူးခြားစွာ
 သိလာကြပေသည်။

နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဖောင်းတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ဖောင်းနေတာက တစ်ခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက တစ်ခြား၊ ပိန်တယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ပိန်နေတာက တစ်ခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက တစ်ခြား၊ ထိုင်တယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ထိုင်နေတာက တစ်ခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက တစ်ခြား၊ ထိတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ထိနေတာက တစ်ခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာကတစ်ခြား ဟု ကွဲပြားကာ သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ကွဲပြားကာ သိလာခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိတာတို့က မသိတတ်သောကြောင့် ရုပ်တရားဖြစ်သည်။ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ် ဟု လိုက်၍ လိုက်၍ မှတ်သိနေတာက သိတတ်သောကြောင့် နာမ်တရား ဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ ရုပ်တရား နှင့် နာမ်တရား (၂)ပါး ကွဲပြား၍ သိလာခြင်းသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤနာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၌ အာရမ္မဓာတ်ဖြင့် ရှေ့ဦးပထမစ၍ အားထုတ်နေခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဆက်ဆက်ကာ အားထုတ်၍ သမာဓိဉာဏ်တစ်ဆင့် အားရှိလာသောအခါ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်ဟု ရှုမှတ်နေစဉ်မှာပင် ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိတာတို့က ရှေ့က ပေါ်ပေါ်ပေးနေ၍ မှတ်သိစိတ်က နောက်မှ လိုက်၍ လိုက်၍ ရှုမှတ်နေတာပဲ။ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိတာတို့က အကြောင်းတရား ဖြစ်သည်။ မှတ်သိစိတ်က အကျိုးတရား ဖြစ်သည် ဟု အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိခြင်းသည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ ဤပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၌ အားထုတ်နေခြင်းသည်လည်း အာရမ္မဓာတ်ဖြင့် ရှေ့ဦးပထမစ၍ အားထုတ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ ကုသိုလ်တရား ရရှိနေကြပေသည်။

အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိသည့် ဤပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်သို့ ရောက်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်၌ ထောက်ရာတည်ရာ ရရှိသွားပေပြီ။ သက်သာရာ ရရှိသွားပေပြီ၊ လှူပြည်၊ နတ်ပြည်၊ ဗြဟ္မာပြည်

ဟူသော ကောင်းမြတ်သည့် သုဂတိဘဝများ၌ ဖြစ်ဖို့ရာ မြဲ
သွားပေပြီ။ စူဠသောတာပန် ဖြစ်သွားကြပေပြီ ဟု အဋ္ဌကထာ
ဆရာများက သတ်မှတ် ဆုံးဖြတ်ကြပါသည်။

သမ္မသနဉာဏ် ဖြစ်ပုံ

ဆက်ကာ ဆက်ကာရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ တစ်
ဆင့်အားရှိလာသောအခါ အနိစ္စပဲ၊ ဒုက္ခပဲ၊ အနတ္တပဲ ဟု သုံး
သပ်၍ သိသော (၃)နိပါတ် သမ္မသနဉာဏ်သို့ ရောက်ရှိလာ
ကြပေသည်။ သမ္မသနဉာဏ်သို့ ရောက်လာကြသော ယောဂီ
ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထိုင်မှတ်သောအခါ ထိုင်ပြီး၍ မကြာမီမှာ ပင်
နာတာ၊ ကျင်တာ၊ အောင့်တာ၊ ကိုက်ခဲတာ၊ မူးတာ၊ ယား
တာ၊ အော့ချင် အန်ချင်ရှိတာ၊ ယိမ်းယိုင်တာ စသော ဒုက္ခ
ဝေဒနာများ ဖြစ်ပေါ်လာကြပေသည်။

ဒုက္ခဟု သုံးသပ်၍ သိပုံ

ဤကဲ့သို့ နာတာ၊ ကျင်တာ၊ အောင့်တာ၊ ကိုက်ခဲ
တာ၊ မူးတာ၊ ယားတာ၊ အော့ချင်၊ အန်ချင်ရှိတာ၊ ယိမ်းယိုင်
တာများနှင့် တွေ့ရသည့်အခါ ယောဂီ၏စိတ်တွင် ထင်လာ
သည်မှာ ဒုက္ခအလွန်များသည့် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးပါလား၊ ဒုက္ခ

တံး ဒုက္ခခဲကြီးပါလား ဟု ဒုက္ခကို ဆင်ခြင် သုံးသပ်၍ သိလာကြပေသည်။

အနိစ္စဟု သုံးသပ်၍ သိပုံ

ဤဒုက္ခဝေဒနာများသည်လည်း ယခုနာလိုက်၊ ယခုကျင်လိုက်၊ ယခုအောင့်လိုက်၊ ယခုမူးလိုက်၊ ယခုအန်ချင်လိုက်၊ ယိမ်းယိုင်လိုက်နှင့် ခဏမစဲ ပြောင်းလဲနေပါလား၊ မမြဲခြင်း အနိစ္စပါလား ဟု အနိစ္စကို ဆင်ခြင် သုံးသပ်၍ သိလာကြပေသည်။

အနတ္တဟု သိပုံ

ဝိပဿနာတရားကို မိမိလာအားထုတ်ခြင်းသည် ချမ်းချမ်းသာသာနှင့် တရားတွေ မြန်မြန်တွေ့ချင်၊ တရားတွေ မြန်မြန်တက်ချင်၍ လာအားထုတ်တာ ဖြစ်သည်။ ယခုတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခ အမျိုးမျိုးတွေနှင့် တွေ့နေရပေသည်။ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် ကိုယ်ဖြစ်ချင်သည့်အတိုင်း ဖြစ်လို့မရ၊ သူ့သဘောအတိုင်း ဖြစ်နေ၍ ကိုယ်အစိုးမရသည့် အနတ္တပါလား ဟု အနတ္တကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်၍ သိလာကြပေသည်။

ဤကဲ့သို့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟု သုံးသပ်၍ သိသောဉာဏ်သည် သမ္မသနဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဤသမ္မသနဉာဏ်၌ ဒုက္ခဝေဒနာတွေများ၍ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ ဖြစ်ကြရပေသည်။ ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းလည်း ဖြစ်ကြရပေသည်။ ထို ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲနှင့် ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းများကို နိက္ကမဓာတ်ဖြင့် လွန်မြောက်အောင်၊ ထွက်မြောက်အောင် အားထုတ်ကြရပေသည်။

ဤသမ္မသနဉာဏ်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဒုက္ခဝေဒနာများကို လွှမ်းမိုးအောင် ရှုမှတ်နိုင်မှသာ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲနှင့် ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းတို့မှ လွန်မြောက်၍ ထွက်မြောက်သွားကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဒုက္ခဝေဒနာကို လွှမ်းမိုးအောင် ရှုမှတ်နည်း ဟောကြားပေးပါမည်။ ယခုခေတ်အခါ ယောဂီများ ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုမှတ်ကြသည်မှာ (၃)မျိုး ရှိပေသည်။

- ၁။ ဒီဒုက္ခဝေဒနာကို ပျောက်သွားရအောင်ဟု ရည်ရွယ်၍ ရှုမှတ်ခြင်းက တစ်မျိုး၊

၂။ ဒုက္ခဝေဒနာကို ဒီတစ်ထိုင်မှာ၊ ဒီတစ်နေ့မှာ အပြုတ်
တိုက်ထုတ်မည် ဟု စိတ်ကြမ်းကြီး ထူထောင်၍ ရှု
မှတ်ခြင်းက တစ်မျိုး၊

၃။ ဒုက္ခဝေဒနာ၏ သဘောကို သိအောင် ရှုမှတ်ခြင်းက
တစ်မျိုး ဟူ၍ (၃)မျိုး ရှိပေသည်။

(၁) ဒုက္ခဝေဒနာကို ပျောက်သွားရအောင် ရည်ရွယ်၍
ရှုမှတ်ခြင်းကို တရားကိုယ်ကောက်လိုက်တော့ လောဘဖြစ်
သည်။ ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်တယ်ဆိုတာ လောဘကင်း
အောင် ရှုမှတ်တာဖြစ်သည်။ ယခုတော့ မှတ်ချက်တိုင်း မှတ်
ချက်တိုင်းမှာ လောဘကိလေသာ ကြားညှပ်နေသောကြောင့်
တရားတွေတော်တော်နှင့်မတွေ့၊ တော်တော်နှင့် မတက်နိုင်
ပဲ ဖြစ်တတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဒီ ရှုနည်း မှတ်နည်းကို
မယူသင့်ပေ၊ မယူရပေ။

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသည်မှာ . . .

ဒုက္ခံဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာ
မိတိ ပဇာနာတိ

ပြည်ပတရားခခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၁၉၁

မိမိကိုယ်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဒုက္ခဝေဒနာကို သိအောင် ရှုရမည် ဟု ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ ယခုတော့ ယောဂီများက ပျောက်အောင် ရှုမှတ်ကြပေသည်။ မြတ်စွာဘုရား အလိုကျ မဟုတ်၍ တရားတွေ တော်တော်နှင့် မတွေ့၊ တရားတွေ တော်တော်နှင့် မတက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဒုက္ခဝေဒနာကို ပျောက်အောင် မရှုမှတ်ရပေ၊ သိအောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။

(၂) ဒီ ဒုက္ခဝေဒနာကို အပြုတ်တိုက်ထုတ်မည် ဟု စိတ်ကြမ်းကြီး ထူထောင်၍ ရှုမှတ်ခြင်းကို တရားကိုယ်ကောက်လိုက်တော့ ဒေါသ - ဒေါမနဿ ဖြစ်ပေသည်။ ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်တယ်ဆိုတာ ဒေါသ ဒေါမနဿကင်းအောင် ရှုမှတ်တာ ဖြစ်ပေသည်။ ယခုတော့ မှတ်ချက်တိုင်းမှာ ဒေါသ ဒေါမနဿ ကိလေသာ ကြားညှပ်နေသောကြောင့် တရားတွေ တော်တော်နှင့်မတွေ့၊ တရားတွေ တော်တော်နှင့် မတက်နိုင်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဒီ ရှုနည်း မှတ်နည်းကို မယူသင့်ပေ၊ မယူရပေ။

(၃) ဒုက္ခဝေဒနာ၏ သဘောကို ရှုမှတ်သည့်နည်းကတော့ မှန်ကန်သော နည်းဖြစ်သည်။ မြတ်စွာဘုရား၏ အလို

ကျ ရှုမှတ်သော နည်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဒီရှုနည်း မှတ်
 နည်းကိုတော့ ယူကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။ သဘောသိမှ၊
 ဥဒယ၊ ဝယမြင်နိုင်သည် - ဟု ဆိုသည့်အတိုင်း သဘောကို
 = ဒုက္ခဝေဒနာ၏ သဘောကို သိမှ ဥဒယ-ဖြစ်၊ ဝယ-ပျက်
 ကို သိနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။ ဒုက္ခဝေဒနာကို လွှမ်းမိုးနိုင်
 ကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်နေစဉ်မှာ ပြင်းထန်သည့်
 ဒုက္ခဝေဒနာများ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ဒီဝေဒနာကို သည်းခံမည်
 ဟု ရှေးဦးစွာ နှလုံးသွင်းကြရပေသည်။ သည်းခံမှ နိဗ္ဗာန်ရ
 ဆိုသည်မှာ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သည့်အခါ အသုံး
 အကျဆုံး ဖြစ်ပေသည်။ ဒီ ဒုက္ခဝေဒနာကို ဒီ တစ်ထိုင်လုံး
 ပင် ခံနေရတော့မည်လားဟု ကြံစည်ကာ ကြောင့်ကြပူပန်မှု
 များလည်း ဖြစ်လာတတ်ကြပေသည်။ ယင်းကြောင့်ကြ ပူပန်
 မှုများလည်း မရှိစေရ။ ဒုက္ခဝေဒနာ သူ့သဘောအတိုင်း သူ
 နာမည်ဖြစ်ပေသည်။ ရှုမှတ်ဖို့ရာမှာ မိမိတာဝန် ဖြစ်သည်
 ဟု စိတ်ကို အေးအေးထားကြရပေသည်။

ယောဂီများက ပြင်းထန်သော ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်
 လာလျှင် ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း တင်းလိုက်တတ်ကြပေသည်။

စိတ်ကိုလည်း တင်းလိုက်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့လည်း မတင်းမိစေရ၊ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း အနည်းငယ်လျော့ပေး၊ စိတ်ကိုလည်း အနည်းငယ် လျော့ပေး၍ ဝေဒနာပေါ်မှာ စိတ်ကို တည့်တည့် ချကြည့်ရပေသည်။ အသားပေါ်၊ အရေပေါ် လောက်ပင် နာသည်၊ အကြောထိအောင် နာသည်၊ အရိုးထိအောင်နာသည်၊ ရိုးတွင်းချဉ်ဆီထိအောင် နာသည် ဟု နာနေပုံ အတိုင်းအရှည် ပမာဏကို သိအောင် စူးစိုက်ကြည့်ကြရပါသည်။

ဤကဲ့သို့ နာနေပုံ အတိုင်းအရှည် ပမာဏကို သိပြီးမှသာ နာတယ်၊ ကျင်တယ်၊ အောင့်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ၄-၅-ချက်ခန့် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်လိုက်သော အခါ တစ်မျိုးပြီးတစ်မျိုး ပိုနာတာကို သိလာတတ်ကြပေသည်။ အထွဋ်အထိပ်သို့ ရောက်အောင် နာပြီးသောအခါ အကြောင်းအားလျော်စွာ ဝေဒနာပြန်၍ လျော့လာတတ်ပေသည်။ ၄-၅-ချက်ခန့် ဆင့်ကာ ဆင့်ကာ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် တစ်မျိုးသက်သာ၊ တစ်မျိုးသက်သာတာ၊ တစ်ခြားနေရာသို့ ရွေ့ရွေ့သွားတာကို သိလာတတ်ကြပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ တိုးတိုး၍ နာ၊ ပြန်ပြန်၍ လျော့သွားတာကို သိခြင်းသည် ဝေဒနာ၏ သဘောကို သိခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဒုက္ခဝေဒနာ၏ သဘောကို သိသွားသောအခါ ယောဂီများမှာ အမှတ်တွေ ပို၍ ကောင်းလာတတ်ကြပေသည်။ ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ တစ်ဆင့် အားရှိလာသောအခါ နာတယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက်ပိုနာ တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက်ပိုနာလာတာကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ အထွဋ်အထိပ်သို့ ရောက်အောင် နာပြီးသောအခါ ဒုက္ခဝေဒနာလည်း အကြောင်းအားလျော်စွာ ပြန်၍ လျော့လာတတ်ပေသည်။ လျော့လာပါသော်လည်း အမှတ်ကို မလျော့လိုက်ပါပဲ ဆင့်ကာ ဆင့်ကာ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက်သက်သာ၊ တစ်ချက်မှတ်တစ်ချက်သက်သာလာတာကို တွေ့သိလာတတ်ကြပေသည်။ ဒုက္ခဝေဒနာ၏ သဘောကို ပို၍ သိလာခြင်းဖြစ်ပေသည်။ မှတ်အားတွေ ပို၍ တစ်ဆင့် ကောင်းလာကြပေသည်။

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ် တစ်ဆင့် အားရှိလာပြန်သောအခါ နာတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ဒုက္ခဝေဒနာများ ပေါ်လာပြီးလျှင် ပျောက်ပျောက်သွားတာကို တွေ့သိကြရပေသည်။ ပေါ်တာက ဖြစ်၊ ပျောက်ပျောက်သွားတာက ပျက် ဖြစ်ပေသည်။ ဒုက္ခဝေဒနာ၏ ဖြစ် ပျက်ကို သိသွားသောအခါ မှတ်သိစိတ်က ဒုက္ခဝေဒနာကို လွှမ်းမိုးသွား

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၁၃၅

ပြီ ဖြစ်ပေသည်။ နာတာ-က အဓိက မဟုတ်တော့ပေ။ ဖြစ်
တာ-ပျက်တာကို သိနေတာက အဓိက ဖြစ်သွားပေသည်။

ထို့နောက် ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိ
ဉာဏ်တစ်ဆင့် အားရှိလာပြန်၍ ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ရောက်လာ
သောအခါ နာတယ်လို့ ရှုမှတ်လျှင် ဒုက္ခဝေဒနာများ ဖြစ်တာ
က မထင်ရှားတော့ပါပဲ။ ပျောက်ပျောက်သွားတာ၊ ပျက်ပျက်
သွားတာက ပို၍ ထင်ရှားလာကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ အပျက်
ကို မြင်သွားသောအခါ မှတ်သိစိတ်က ဒုက္ခဝေဒနာကို ပို၍
လွှမ်းမိုးသွားပြီဖြစ်သောကြောင့် နာတာကို မခံစားရတော့ပါ
ပဲ ရှုမှတ်လိုသာ ကောင်းနေတတ်ကြပေသည်။ ဒုက္ခဝေဒနာ
ကြောင့် ဖြစ်နေသော ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲနှင့် ပျင်းရိ
ငြီးငွေ့မှုများ မရှိတော့ပေ။ ယင်းကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲနှင့်
ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းတို့မှ ထွက်မြောက်သွားကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့
အားထုတ်ခြင်းသည် နိက္ကမဓာတ်ဖြင့် ထွက်မြောက်အောင်
အားထုတ်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ပရက္ကမဓာတ်မြင့် အားထုတ်ပုံ

နိက္ကမဓာတ်ဖြင့် ထွက်မြောက်အောင် အားထုတ်ပုံ
ကို ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။ ယခု

ပရတ္တမဓာတ်ဖြင့် အဆင့်ဆင့် တိုးတက်အောင် အားထုတ်ပုံကို ဟောကြားပါတော့မည်။ ပရတ္တမဓာတ်ဖြင့် အဆင့်ဆင့် တိုးတက်အောင် အားထုတ်ပုံကို (၄)နံပါတ် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် မှစ၍ ဟောကြားပေးပါမည်။

သမ္မသနဉာဏ် နှင့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်တို့သည် တစ်ဉာဏ် နှင့် တစ်ဉာဏ် အဆိုးအကောင်းအားဖြင့် ထူးခြားစွာ ကွဲပြားသောဉာဏ်တို့ ဖြစ်ကြပေသည်။ သမ္မသနဉာဏ်က ဒုက္ခဝေဒနာတွေများ၍ ဆိုးသောဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်က သုခဝေဒနာတွေများ၍ ကောင်းသောဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်၍ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သို့ ရောက်လာကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကိုယ်ကလည်း ပေါ့ပါး၊ စိတ်ကလည်း ပေါ့ပါး၊ ကိုယ်ကလည်း နူးညံ့၊ စိတ်ကလည်း နူးညံ့၊ ကိုယ်ကလည်း ဖြောင့်မတ်၊ စိတ်ကလည်း ဖြောင့်မတ်၊ ကိုယ်ကလည်း ခန့်ကြမ်း၊ စိတ်ကလည်း ခန့်ကြမ်း ဖြစ်ကြရပေသည်။ အောက်အောက်ဉာဏ်များ၌ (၁)နာရီမှာ

ပြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၁၉၇

(၁)ခါ၊ (၂)ခါပြင်၍ ထိုင်ခဲ့ကြရသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သို့ ရောက်လာသောအခါ တစ်နာရီမှာ တစ်ခါမျှ မပြင်ရတော့ပါပဲ ချမ်းသာလွယ်ကူစွာ (၁)နာရီ ပြည့်အောင် ထိုင်နိုင်သွားကြပေသည်။ အောက်အောက် ဉာဏ်များ၌ တစ်နာရီမှာ မပြင်ပဲနှင့် ထိုင်ခဲ့သည့် ယောဂီများ မှာတော့ (၂)နာရီ (၃)နာရီ စသည်ဖြင့် ဆက်၍ ထိုင်နိုင်သွား ကြပေသည်။ ကိုယ်ကလည်း ခန့်ကြမ်း၊ စိတ်ကလည်း ခန့်ကြမ်း ရှိလို့ ဖြစ်ကြပေသည်။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်၍ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သို့ ရောက်လာကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကိုယ်ကလည်း လေ့လာပြီးသား၊ စိတ်ကလည်း လေ့လာပြီးသားဖြစ်၍ မှတ် စရာ ဖောင်းပိန်စသော အာရုံနှင့် မှတ်သိစိတ်တို့ အလိုလို ရှုမှတ်နေသကဲ့သို့ လွယ်လွယ်ကူကူဖြင့် ရှုမှတ်နေကြရပေ သည်။ ကိုယ်ကလည်း ငြိမ်းအေး၊ စိတ်ကလည်း ငြိမ်းအေး စွာဖြင့် ရှုမှတ်နေကြရပေသည်။ ကိုယ်ကလည်း ချမ်းသာ၊ စိတ် ကလည်း ချမ်းသာစွာဖြင့် ရှုမှတ်နေကြရပေသည်။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သို့ ရောက်နေကြသောယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် ဆိတ်ငြိမ်ရာကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းသို့ ဝင်ရောက်၍ ရပ်

တရား၊ နာမ်တရားတို့၏ ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်း သဘောတို့ကို ရှုမှတ်နေလိုက်ရာ ဝိပဿနာပီတိသုခတို့ ဖြစ်လာ၍ ယင်း ဝိပဿနာ ပီတိသုခတို့ဖြင့် ပျော်မွေ့နေရတာ လူသာမန် မဆို ထားနှင့် နတ်သာမန်တို့ပင် မပျော်မွေ့နိုင်သည့် ပျော်မွေ့ခြင်း တို့ဖြင့် ပျော်မွေ့နေရသည် ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား တော်မူသည့်အတိုင်း အမှတ်ကောင်းသည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ ကိုယ်တိုင်ပင် တွေ့သိကြရပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ ပျော်မွေ့ နေကြသောကြောင့် တရားတွေ ရှေ့သို့မတက်တော့ပဲ ရပ်နေ တတ်ကြပေသည်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ရှုမှတ်ကောင်းဆုံး သာယာစွဲ အထဲရပ် နေသည်။

ယင်းကဲ့သို့ သာယာစွဲလမ်းကာ တရားတွေ မရပ် သွားစေမူ၍ ပရက္ကမဓာတ်ဖြင့် အဆင့်ဆင့် တိုးတက်သွားရ အောင် အားထုတ်ကြရပေသည်။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သို့ ရောက် နေကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် ဟု ရှုမှတ်သောအခါ ဖောင်းစနှင့် ဖောင်းဆုံး၊ ပိန်စနှင့် ပိန် ဆုံးကို အထူးသိအောင် ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ ဖောင်းစနှင့်

မြညီပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ မေ့ပစေသာ ၁၉၉

ဖောင်းဆုံး၊ ပိန်စနှင့် ပိန်ဆုံးတို့ကို စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်လို့ ရသွား
သောအခါ ဖောင်းစ-က ဖြစ်၍ ဖောင်းဆုံးမှာ ပျက်သွားတာ၊
ပိန်စ-က ဖြစ်၍ ပိန်ဆုံးမှာ ပျက်သွားတာများကို တွေ့သိ
လာတတ်ကြပေသည်။ သမာဓိဉာဏ်တစ်ဆင့် အားရှိလာ
သောအခါ ဖောင်းတာလည်း အဆင့်ဆင့်၊ ပိန်တာလည်း
အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပြီးလျှင် ပျက်ပျက်သွားသည်များကို တွေ့သိ
လာကြပေမည် ဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဖြစ်ပျက်တို့ကို တွေ့
သိသွားကြသောအခါ သာယာမှုများ ကင်းပျောက်၍ တရား
တွေ အဆင့်ဆင့်တိုးတက်သွားကြမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဘင်္ဂါဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ
တစ်ဆင့် အားရှိလာသောအခါ ဖောင်းတယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်
လျှင် ဖောင်းစ-က မထင်ရှားတော့ပါပဲ၊ ဖောင်းဆုံးမှာ ပျက်
သွားတာကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ ပိန်တယ်ဟု ရှုမှတ်
လိုက်သောအခါ ပိန်စ-က မထင်ရှားတော့ပါပဲ ပိန်ဆုံးမှာ
ပျက်သွားတာကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ ဘင်္ဂါဉာဏ် ဖြစ်
လာခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်၍ ဘင်္ဂဉာဏ် အားရှိ ထက်သန်လာသောအခါ ဖောင်းတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ဖောင်းသည့် သဘောများ ပျက်သွားတာကို တွေ့မြင်ပြီးသည့် အပြင် ဖောင်းတယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့် မှတ်သိစိတ်ပါ ကုန်ပျက်သည်များကို တွေ့သိလာကြပေသည်။ ပိန်တယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့်အခါမှာလည်း ပိန်သည့် သဘောများ ကုန်ပျက်သွားသည်ကို တွေ့မြင်ပြီးသည့်အပြင် ပိန်တယ်ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့် မှတ်သိစိတ်ပါ ကုန်ပျက်သွားသည်ကို တွေ့မြင်ပြီးသည့်အပြင် ပိန်တယ် ဟု ရှုမှတ်လိုက်သည့် မှတ်သိစိတ်ပါ ကုန်ပျက်သည်များကို တွေ့သိလာကြပေသည်။

ယင်းကဲ့သို့ တွေ့သိလာသောအခါ ဖောင်းသည့် ပိန်သည့် သဘောများလည်း မမြဲ၊ မှတ်သိစိတ်များလည်း မမြဲ ဟု မမြဲခြင်း အနိစ္စကို သိလာကြပေသည်။ ကုန်ပျက်သည်များက လျင်မြန်သဖြင့် နှိပ်စက်နေသကဲ့သို့ ဖြစ်၍ ဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခကိုလည်း သိလာကြပေသည်။ ဒီလို ကုန်ပျက် နှိပ်စက်နေသည့် ဆင်းရဲဒုက္ခများကို မည်ကဲ့သို့မျှ ကာကွယ်လို့မရ၊ သူ့သဘောအတိုင်း ကုန်ပျက် နှိပ်စက်နေ၍ ကိုယ်အစိုးမရခြင်း အနတ္တဟု အနတ္တကိုလည်း သိလာကြပေသည်။ ဤကဲ့

သို့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတို့ကို သိသွားပြီးသည့်အခါ တရား
တွေ အဆင့်ဆင့် တိုးတက်သွားနိုင်ကြပေသည်။

ဘယဉာဏ် မြစ်ပုံ

ဤကဲ့သို့ ကုန်ပျက်သည်များက လျင်မြန်လှ၍ အချိန်
မရွေး ပျက်စီးသွားနိုင်သည့် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးပဲ ဟု ကြောက်လာ
ခြင်းသည် ဘယဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

အာဒိနဝဉာဏ် မြစ်ပုံ

အပျက်တွေက မြန်လွန်းလှ၍ ရိက္ခံ ပုတ်ဆွေးနေသကဲ့
သို့ ဖြစ်သဖြင့် ဘာတစ်ခုမျှ ကောင်းသည့် ခန္ဓာကိုယ်ကြီး
မဟုတ်ပေ။ စက်ဆုတ်စရာ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဖြစ်သည် ဟု အပြစ်
မြင်လာခြင်းသည် အာဒိနဝဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေ
သည်။

နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် မြစ်ပုံ

ဘယ်အရာကိုပင် ရှုကြည့် ရှုကြည့် အပျက်ကိုသာ
တွေ့နေရသောကြောင့် သာယာဖွယ် နှစ်သက်ဖွယ် တစ်ခုမျှ
မရှိ၊ ငြီးငွေ့ဖွယ်ရာ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဖြစ်သည်ဟု ငြီးငွေ့ဖွယ်

ရာ ထင်လာခြင်းသည် နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

မုဋ္ဌိတုကမ္ပတာဉာဏ် ဖြစ်ပုံ

ငြီးငွေ့ဖွယ်ရာ ထင်ပြီးသည့်နောက် ဤဘဝ ဤခန္ဓာကိုယ်မှ လွတ်မြောက်လိုသော စိတ်များ ဖြစ်လာကြပေသည်။ ဤဘဝ ဤခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း မလိုချင်၊ နောက်နောင် ဖြစ်ရမည့် လူဘဝ၊ နတ်ဘဝ၊ ဗြဟ္မာဘဝ ဘယ်ဘဝကိုမျှ မလိုချင် စွန့်ပစ်ချင်သည့် အသိဉာဏ် ဖြစ်လာကြပေသည်။ ရှုမှတ်ဆဲဖြစ်သည့် အမှတ်များကိုပင် မမှတ်ချင်တော့ပဲ လွတ်ထားလိုက်ချင်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဖြစ်လာခြင်းသည် မုဋ္ဌိတုကမ္ပတာဉာဏ် ဖြစ်လာခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

ပဋိသင်္ခါဉာဏ် ဖြစ်ပုံ

ဤကဲ့သို့ လွတ်မြောက်ချင်ပါသော်လည်း မရှုမှတ်ပဲနေ၍ မလွတ်မြောက်နိုင်ပေ၊ ရှုမှတ်မှသာ လွတ်မြောက်နိုင်မည် ဟု အသိဉာဏ်ဝင်ကာ တစ်ဖန် ပြန်၍ ရှုမှတ်သော ဉာဏ်သည် ပဋိသင်္ခါဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤပဋိသင်္ခါဉာဏ်

၌ နာတာ၊ ကျင်တာ၊ ကိုက်ခဲတာစသော ဒုက္ခဝေဒနာများ ပြန်၍ ဖြစ်လာတတ်ကြပေသည်။ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲ များ ဖြစ်လာတတ်ကြပေသည်။ အချို့သော ယောဂီများမှာ ကိုယ်ဆင်းရဲထက် စိတ်ဆင်းရဲဖြစ်တာက ပို၍ များလာတတ် ကြပေသည်။

ကြည်ညိုလေးစားခဲ့သည့် ရတနာသုံးပါး မိဘ ဆရာသမားများကို မကြည်ညိုတော့ပါပဲ ပြစ်မှားလိုသည့် စိတ် များလည်း ဖြစ်လာတတ်ကြပေသည်။

ခဏခဏ ပြောင်းချင် ရွှေ့ချင်သည့် စိတ်များ ဖြစ် လာတတ်ကြပေသည်။ ထိုင်မှတ်ရာတွင် ခဏခဏ ခြေလက် များကို ရွှေ့ချင် ပြောင်းချင်စိတ်များ ဖြစ်၍ ခဏခဏ ပြောင်း ရွှေ့မိနေတတ်ကြပေသည်။ ထိုင်မှတ်ရာမှ ထ၍ စင်္ကြံလျှောက် ချင်၊ စင်္ကြံလျှောက်ရာမှ ပြန်ထိုင်ချင်စိတ်များ ဖြစ်၍ ခဏ ခဏ ပြောင်းလဲ ရှုမှတ်နေတတ်ကြပေသည်။ အိမ်ပြန်ချင် သည့်စိတ်များ ခဏခဏဖြစ်နေတတ်ကြပေသည်။ ပြန်လည်း ပြန်သွားတတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများ က ထိုညာဏ်ကို အိမ်ပြန်တဲ့ညာဏ် ဟု ဆိုကြပေသည်။

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ပြစ်ပုံ

ခဏခဏ ပြောင်းချင် ပြင်ချင်ပါသော်လည်း မပြောင်း
မပြင်ပေးပဲ သည်းခံ၍ ရှုမှတ်ကြရပေသည်။ သည်းခံ၍
ရှုမှတ်သဖြင့် သမာဓိဉာဏ်များ အားရှိထက်သန်လာသော
အခါ အကောင်း၊ အဆိုး သင်္ခါရုတို့ကို လျစ်လျူရှုနိုင်သော
သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်သွားကြပေသည်။ သင်္ခါ
ရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်သွားသောအခါ ဆင်းရဲခြင်းဒုက္ခတို့
ကင်းပျောက်၍ ချမ်းသာနှင့် ဆင်းရဲတို့ကို အညီအမျှ ရှုမှတ်
နိုင်လာကြပေသည်။

ထိုသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်၏ ဂုဏ်များကို ကျေးဇူးတော်
ရှင်မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဆောင်ပုဒ်များဖြင့် ဖွင့်
ပြခဲ့ပါသည်။

ကြောက်နစ်သက်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းပေသည်
ချမ်းသာဆင်းရဲ ရှုမြဲတူညီ
ကြောင့်ကြမပြု၊ မှတ်ရှုလွယ်သည်
သင်္ခါရု ညီမျှ ဂုဏ်သုံးမည် ဟု ဖွင့်ပြခဲ့ပါသည်။

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်လာကြသော ယောဂီ
 ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လောကနှင့် ဓမ္မ (၂)ဌာနလုံးတို့၌ ကြောက်
 စရာ နှစ်သက်စရာတို့နှင့် တွေ့ပါသော်လည်း အလွန်အလွန်
 ကြောက်တာ၊ အလွန်အလွန်နှစ်သက်တာများ မရှိကြတော့
 ပေ။ ချမ်းသာမှု၊ ဆင်းရဲမှုများနှင့် တွေ့ပါသော်လည်း ချမ်းသာ
 မှုတို့၌ အလွန်သာယာနှစ်သက်ခြင်း၊ ဆင်းရဲမှုတို့၌ အလွန်
 စိတ်နှလုံးမသာမယာခြင်းတို့ မရှိပါ။ အညီအမျှ ရှုမှတ်နိုင်
 ကြပေသည်။ ရှုမှတ်ရသည့်အခါမှာလည်း ကြောင့်ကြသိပ်
 မစိုက်ရတော့ပါ။ လွယ်လွယ်ကူကူဖြင့် ရှုမှတ်နိုင်ကြပေသည်။

ကြာရှည်စွာလည်း တည်မြဲသူတည်
 ကြာလေသာ၍၊ သိမ်မွေ့လေသည်
 အာရုံတစ်ပါး၊ ယုံသွားကင်းသည်
 သင်္ခါရု ထူးမှုဂုဏ်သုံးမည်။

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်လာကြသော ယောဂီ
 ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထိုင်မှတ်၊ ရပ်မှတ်၊ စကြိုလျှောက်မှတ်ရာတွင်
 အမှတ်တွေ မပြတ်ပဲ တစ်ဆက်တည်း (၂)နာရီ၊ (၃)နာရီ
 ဆက်၍ တည်တံ့အောင် ရှုမှတ်နိုင်ကြပေသည်။ မှတ်စရာ

အာရုံ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိတာတို့က ကြာလေ
ကြာလေ သိမ်မွေ့ သိမ်မွေ့လာကြပေသည်။ အလွန်ပေါ့ပါး
သိမ်မွေ့၍ ဝါဂွမ်းပုံပေါ်မှာ ထိုင်နေရသလို အအေးငွေ့၊ အပူ
ငွေ့လေးများဖြင့် တို့တို့ ပေးနေသလို၊ ပက်ဖျန်း ပက်ဖျန်း
ပေးနေသလို တွေ့သိကြရပေသည်။

မှတ်စရာအာရုံ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိ
တာတို့၌ မှတ်သိစိတ်သည် ကပ်လျက်ရှိပေသည်။ ကပ်လွန်း
အားကြီး၍ ကြောက်စရာအာရုံ၊ နှစ်သက်စရာ အာရုံများ
ဆီသို့ ပို့ကြည့် ဖြန့်ကြည့်ပါသော်လည်း ထိုအာရုံများ၌ ကြာ
ရှည်စွာ မတည်ပါ။ ရှုမှတ်မြဲ ဖောင်း၊ ပိန်၊ ထိုင်၊ ထိတို့၌သာ
ပြန်၍ ကပ်နေပေသည်။ အာရုံတစ်ခြားသို့ ပြန်သွားခြင်း မှ
ကင်းနေပေသည်။

အနုလောမဉာဏ်နှင့် ဂေါတြဘူဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် ရင့်ကျက်လာသောအခါ မဂ်
ဖိုလ်နှင့်လျော်သော အနုလောမဉာဏ် ဖြစ်လာပေသည်။ အနု
လောမဉာဏ် ဖြစ်ပြီးသောအခါ ပုထုဇဉ်အနွယ်ကို ဖြတ်၍
အရိယာအနွယ်သို့ ဝင်ရောက်သည့် ဂေါတြဘူဉာဏ် ဖြစ်လာ
ပေသည်။

သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသည့် ဂေါတြဘူဉာဏ်ဖြစ်ပြီးသော အခါ စိတ်တစ်ခုမှ မခြားပါပဲ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်လာပေသည်။ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပြီးသောအခါ စိတ်တစ်ခုမှ မခြားတော့ပါပဲ သောတာပတ္တိဖိုလ်ဉာဏ် ဖြစ်လာပေသည်။ ဂေါတြဘူဉာဏ်သည် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုပါသော်လည်း ကိလေသာပယ်ခြင်းကိစ္စကိုတော့ မပြုလုပ်နိုင်ပေ။ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်သည် အပါယ်သို့ ကျရောက်စေနိုင်သည့် ဒိဋ္ဌိနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာနှင့် လောဘကြမ်း၊ ဒေါသကြမ်း၊ မောဟကြမ်းစသော ကိလေသာတို့ကို ပယ်သတ်လျက် အပါယ်သံသရာမှ အပြီးတိုင် လွတ်သွားကြရပေသည်။

ပစ္စဇေက္ခဏာဉာဏ် ဖြစ်ပုံ

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်လာပြီးသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်များ အားပြည့်လာသောအခါ မှတ်စရာအာရုံနှင့် မှတ်သိစိတ်တို့ချုပ်ပြတ်သွားကြပေသည်။ ချုပ်ငြိမ်းသွားကြပေသည်။ ချုပ်ငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်သို့ အာရုံပြုသောအားဖြင့် ရောက်သွားကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် ယောဂီ

များက ချုပ်ငြိမ်းပုံများကို ဤကဲ့သို့ ပြောလေ့ရှိကြပေသည်။
 လေးလံသည့် ဝန်ထုပ်ကြီးကို တွန်းချလိုက်သလိုပင် အာရုံ
 နှင့် မှတ်စိတ်တွေ အကုန်လုံးပြုတ်ကျသွားပေသည်။ အကျဉ်း
 အကြပ်အနှောင်အဖွဲ့ထဲမှ ရုတ်တရက် လွတ်သွားသလို အာရုံ
 နှင့် မှတ်စိတ်တွေ လွတ်သွားကြပေသည်။ စသည်ဖြင့် ပြောကြ
 ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ချုပ်ငြိမ်းပုံများကို ပြောလေ့ရှိကြပေသည်။

ဤကဲ့သို့ ချုပ်ငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်သွားသော
 အချိန်ကာလသည် မကြာလှပေ။ တစ်ခဏလေးပင် ဖြစ်ပေ
 သည်။ ထို့နောက် ထိုသို့ ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်ပုံကို ပြန်၍
 ဆင်ခြင်တတ်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ချုပ်ငြိမ်းသွားသော
 သဘောသည် နိဗ္ဗာန်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ ချုပ်ငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်ကို
 မျက်မှောက် တွေ့သိသွားခြင်းသည် မဂ် ဖိုလ်တို့ ဖြစ်ကြပေ
 သည် ဟု ဆင်ခြင်မိတတ်ကြပေသည်။

ယခုလို ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်သွားရာမှ ပြန်သိလာ
 သောအခါ စိတ်တွေက အလွန်သန့်ရှင်း ကြည်လင်နေကြ
 ပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ သန့်ရှင်း ကြည်လင်နေခြင်းကိုလည်း

ပြန်၍ ဆင်ခြင်မိတတ်ကြပေသည်။ မိမိစိတ်၌ ကိလေသာတွေ နည်းပါးသွားသောကြောင့် ယခုလို သန့်ရှင်း ကြည်လင်သွားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ သို့သော် ကိလေသာတွေတော့ မကုန်သေးပေ။ ပြန်၍ မှတ်ရဦးမည်ပင် ဖြစ်ပေသည် ဟု ဆင်ခြင်မိတတ်ကြပေသည်။ ဤကဲ့သို့ဆင်ခြင်ခြင်းသည် ပစ္စဝေက္ခဏာ ဉာဏ် ဖြစ်ပေသည်။

ဤကဲ့သို့ ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်ပြီးသောအခါ သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်၏ ဆင်ခြင်ခြင်းတို့သည် (၅)မျိုး ရှိပေသည်။

- ၁။ ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို ဆင်ခြင်ခြင်း
- ၂။ မဂ်ကို ဆင်ခြင်ခြင်း
- ၃။ ဖိုလ်ကို ဆင်ခြင်ခြင်း
- ၄။ ပယ်ပြီးသည့် ကိလေသာကို ဆင်ခြင်ခြင်း
- ၅။ မပယ်ရသေးသော ကိလေသာကို ဆင်ခြင်ခြင်း ဟူ၍ (၅)မျိုး ရှိပေသည်။

ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ် (၁၉)ပါး ဖြစ်ပုံ

- သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ် ဆင်ခြင်တာက = (၅)မျိုး
 - သကဒါဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ် ဆင်ခြင်တာက = (၅)မျိုး
 - အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ် ဆင်ခြင်တာက = (၅)မျိုး
 - ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ် ဆင်ခြင်တာက = (၄)မျိုး
- ဟူ၍ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ် (၁၉)ပါး ဖြစ်ပေသည်။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် ကိလေသာ ကုန်သွားပြီး ဖြစ်သောကြောင့် မပယ်ရသေးသော ကိလေသာကို ဆင်ခြင်ဖွယ် မရှိတော့သဖြင့် (၄)မျိုးကိုသာ ဆင်ခြင်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ပရတ္တမဓာတ်ဖြင့် ဉာဏ်စဉ်များ အဆင့်ဆင့် တက်အောင် အားထုတ်ကြရပေသည်။ အားထုတ်ခြင်း (၃)မျိုးကို ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

ဤကဲ့သို့ တရားစခန်းသိမ်းပွဲ၌ အားထုတ်ခြင်း (၃)မျိုး တရားကို နာကြားရသဖြင့် နာကြားရသောအတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံပွားများအားထုတ်နိုင်ကြပြီးလျှင် မိမိတို့ အလိုရှိအပ် တောင့်တအပ်သော တရားထူး တရားမြတ်တို့ကို လွယ်

မြည်ပတရားစခန်းများ၌ဟောကြားခဲ့ပါ ဓမ္မပဒေသာ ၂၁၁

ကူသောအကျင့်ဖြင့် လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှောက်
ပြုနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပိသာဆရာတော်

