



ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ခြင်း
အကြောင်း

ဤစာအုပ်

ဤကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခြင်းအကြောင်းစာအုပ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းအကြောင်းရင်းမှာ နိုင်ငံတော် ဗုဒ္ဓသာသနာ အဖွဲ့က ဂျပန်ပြည်တွင် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာထွန်းလင်း ပြန့်ပွားရန်အလို့ငှါ စတင်ဆောင်ရွက်ရာတွင် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓ သာသနာ၏ အကြောင်းအရာဆိုင်ရာ ကျမ်းစာအုပ်များကိုလည်း အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ ဂျပန်ဘာသာဖြင့် ပုံနှိပ်ဖြန့်ချိရန် ရည်ရွယ်ခဲ့ပေသည်။

သို့ ရည်ရွယ်ခဲ့သည့်အလျောက် ပထမဦးစွာ အနေအားဖြင့် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာ စာအုပ် တစ်အုပ်ဖြစ်မြောက်ရေး အတွက် ရန်ကုန်မြို့ ယူနီဘာစီတီကျောင်းတိုက် အဘိဓမ္မာကထိက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ဆရာတော် ဦးသေဌိလ စီစဉ်သော ကျမ်းစာ၏ မာတိကာတို့ကို ပါဝင်ရေးသားတော်မူကြမည့် ဆရာတော်များထံသို့ ခွဲဝေဆက်ကပ်၍ ရေးသားချီးမြှင့်တော် မူကြပါမည်အကြောင်း နိုင်ငံတော် ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့က (၁၃-၁၁-၅၆) နေ့စွဲဖြင့် လျှောက်ထားခဲ့လေသည်။

လျှောက်ထားခြင်းခံရသော ဆရာတော်တို့အနက် တစ်ပါးအပါအဝင် ဖြစ်တော်မူသော အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားသည်လည်း လျှောက်ထားသည့် မာတိကာစဉ် (၁၆-၁၇ နှင့် ၁၈)တို့အရ အကျယ်ရေးသား ချီးမြှင့်တော်မူခဲ့ လေသည်။

၎င်းတို့အနက် မာတိကာစဉ် ၁၆-တွင် အဘယ်ကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်ရပါသနည်း ဟူသော အမေးနှင့်အဖြေကို ရဟန်း၊ရှင်၊လူတို့ ဖတ်ရှုနိုင်ရန်အလို့ငှါ ဆရာတော်၏ခွင့်ပြုချက်အရ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခြင်း အကြောင်းဟူသော အမည် တပ်ဆင်၍ ဤစာအုပ်တွင် စက်တင် ပုံနှိပ်အပ်ပါသည်။

(ပုံ) မင်္ဂလာ ဦးအောင်မြင့်
အမှတ် ၅၆- စိန်မေတ္တာလမ်း
ဟာမစ်တစ်၊ ကုက္ကိုင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၂၀-ခု၊ နတ္ထော်လ (၂၁-၁၂-၈၅)

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား

အားထုတ်ခြင်းအကြောင်း

အမေး။ ။အဘယ်ကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်ရပါသနည်း။

အဖြေ။ ။နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်၍ အိုခြင်း၊ သေခြင်း၊ စသော ဆင်းရဲဟူသမျှမှ လွတ်မြောက်ရန်အတွက် အားထုတ်ရပေသည်။

ထိုစကားကို ချဲ့၍ပြရပါလျှင် သတ္တဝါတို့သည် အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းမရှိဘဲ ဆင်းရဲဒုက္ခကိုလည်း မတွေ့ရဘဲ အမြဲတမ်း ချမ်းသာလျှက်သာ နေလိုကြပေသည်။ သို့သော် ထိုသို့ အလိုရှိသည့်အတိုင်းကား မဖြစ်ကြပေ။ အိုလည်း အိုကြရ၏။ နာလည်းနာကြရ၏။ ဘေးဒုက္ခအမျိုးမျိုးနှင့်လည်း တွေ့၍ စိုးရိမ်ပူဆွေးကြရ၏။ ငိုကြွေးကြရ၏။ ကိုယ်ဆင်းရဲ အမျိုးမျိုး စိတ်ဆင်းရဲအမျိုးမျိုးတို့ကိုလည်း မကြာခဏ တွေ့ကြုံခံစားနေကြရ၏။ နောက်ဆုံးမှာ သေလောက်သော ဆင်းရဲ တစ်မျိုးမျိုးနှင့်တွေ့၍ မချိမဆန့်ဖြစ်ကာ သေဆုံးသွားရလေ၏။ ဤသို့ သေရုံနှင့် အပြီးမသတ်သေး၊ ဘဝ၌ ခင်မင်တွယ်တာမှု မကင်းသေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ တစ်ဖန်ဘဝသစ်၌ ဖြစ်ကြရပြန်သေး၏။ ထိုဖြစ်ရာဘဝသစ်မှာလည်း အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်း စသောဆင်းရဲတို့ကို နည်းတူပင် တွေ့ကြုံခံစားရပြန်၏။ ဤနည်းဖြင့် သတ္တဝါတို့သည် တစ်ဘဝပြီးတစ်ဘဝ အသစ် အသစ်ဖြစ်ကာ အလိုမရှိသော ဆင်းရဲဒုက္ခတို့ကို တွေ့ကြုံခံစားနေကြရလေသည်။

သို့ဖြစ်နေကြရာ၌ အကြောင်းရင်း ဖြစ်ကြည့်လျှင် ဘဝအသစ်အသစ် ဖြစ်ပေါ်နေသောကြောင့်သာလျှင် အိုခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းရဲများရှိချေသည်။ သို့မဟုတ်လျှင်ကား၊ ၎င်းဆင်းရဲများ မရှိနိုင်ဟု ထင်ရှားတွေ့ရ၏။ ထို့ကြောင့် အိုခြင်း၊ သေခြင်း စသော ဆင်းရဲဟူသမျှမှ လွတ်မြောက်လိုလျှင် ဘဝအသစ်မဖြစ်ပေါ်နိုင်အောင် အားထုတ်ရ ပေမည်။

ဘဝသစ်ဟူသည်မှာလည်း လက်ရှိဘဝ၌ ခင်မင်တွယ်တာသော တဏှာရှိနေသောကြောင့်သာလျှင် (ဘဝဟောင်းမှ သေခါနီးတွင် စွဲလမ်းခဲ့သော အာရုံကိုပင် ငြိတွယ်လျက် စိတ်ဝိညာဏ် အသစ်ဖြစ်ပေါ်ကာ) ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပေသည်။ သို့မဟုတ်လျှင်ကား မဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် ဘဝသစ်မဖြစ်ပေါ်စေလိုလျှင် ထိုဘဝတဏှာ လုံးဝကင်းငြိမ်းအောင် အားထုတ်ရပေမည်။

ထိုတဏှာမှာလည်း ဘဝဆိုင်ရာရုပ်၊ နာမ်တို့၏ အပြစ်ကိုမမြင်ခြင်း၊ ထိုဘဝရုပ်၊ နာမ်တို့ထက် သာလွန်ကောင်းမြတ် လှစွာသော နိဗ္ဗာန်တရားကို မသိမမြင်ခြင်းဟူသော ဤအကြောင်း ၂-ပါးကြောင့်သာလျှင် ဖြစ်လျက်ရှိပေသည်။ ရုပ်နာမ်တို့၏ အပြစ်ကိုမြင်ကာ နိဗ္ဗာန်ကို ထင်ရှားသိရလျှင်ကား ထိုဘဝတဏှာ မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ ဥပမာ-အလွန်ခေါင်းပါး၍ ဘေးရန် များလှသောအရပ်၌ နေထိုင်ရသော ဆင်းရဲသားသည် မိမိနေရင်းအရပ်၏ အပြစ်ကို မမြင်သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ သာယာဝပြော၍ ဘေးရန်ကင်းသောအရပ်၌ သွားရောက်နေထိုင်လျှင် ချမ်းသာမည်ကို မသိသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ မိမိ၏ နေရပ်ကိုပင် အထင်ကြီးကာ တွယ်တာလျက်ရှိပေသည်။ မိမိနေရပ်၏အပြစ်ကို လည်းကောင်း၊ သာယာဝပြောသော ထိုအခြား အရပ်၏ ဂုဏ်များကိုလည်းကောင်း သိရပါမူ မိမိနေရင်းအရပ်၌ မတွယ်တာတော့ဘဲ သာယာဝပြောသော ထိုအခြားအရပ် သို့သာ ပြောင်းရွှေ့သွားလေရာသကဲ့သို့ပင် ဤအချက်ကို သိအပ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဘဝ၌ခင်မင်တွယ်တာသော တဏှာ လုံးဝကင်းငြိမ်းသွားစေလိုလျှင် ဘဝဆိုင်ရာရုပ်နာမ်တို့ အပြစ်ကို မြင်၍နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်သိမြင်ရန်လိုပေသည်။ ထိုသို့ သိမြင်ခြင်းမှာလည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်နိုင်မှသာလျှင် ပြည့်စုံနိုင်ပေသည်။

သို့ဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကာ အိုခြင်း၊နာခြင်း၊သေခြင်း စသော ဆင်းရဲဟူသမျှလွတ်မြောက်လိုလျှင် ထိုနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် သိမြင်ရန်အတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်အပ်ပေသည်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းအပြား

ဤအရာ၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းဟူသည်မှာ-

- ၁။ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း၊
- ၂။ ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဟူ၍ ၂-မျိုးရှိ၏။

ထိုတွင်-

၁။ သမထကို အားထုတ်ခြင်းဖြင့် ရူပဈာန် ၄-ပါးနှင့် အရူပဈာန် ၄-ပါး ဟူသော လောကီဈာန်သမာပတ် ၈-ပါးကို ရနိုင်၏။ ထိုဈာန်တို့ကို လေ့လာပွားများခြင်းဖြင့် အဘိညာဉ်ခေါ်သော အောက်ပါလောကီ ဉာဏ်ထူးများကိုလည်းရနိုင်သေး၏။

၎င်းတို့မှာ-

၁။ တစ်ယောက်တည်းဖြစ်ပါလျက် အများကဲ့သို့ ဖြစ်စေခြင်း၊ အများဖြစ်ပါလျက် တစ်ယောက်တည်းကဲ့သို့ ဖြစ်စေခြင်း၊ ကောင်းကင်ပျံခြင်း၊ မြေလျှိုးခြင်း စသည်ဖြင့် အထွေထွေအမျိုးမျိုး တန်ခိုးဖန်ဆင်းနိုင်သော ဣဒ္ဓိဝိမအဘိညာဉ်။

- ၂။ အဝေး၊ အနီး၊ အကြီး၊ အသေး၊ အသံဟူသမျှကို ကြားသိနိုင်သော ဒိဗ္ဗသောတ အဘိညာဉ်။
- ၃။ သူတစ်ပါး၏ စိတ်၊ အကြံအစည်ကို သိနိုင်သော စေတော ပရိယအဘိညာဉ်။
- ၄။ ရှေးကဖြစ်ဘူးသော ဘဝဟောင်းများကို ပြန်လှန်၍ သိနိုင်သော ပုဗ္ဗနိဝါသ အဘိညာဉ်။
- ၅။ အဝေး၊ အနီး၊ အကြီး၊ အသေး၊ ရုပ်ဆင်းသဏ္ဍာန် ဟူသမျှတို့ကို မြင်သိနိုင်သော ဒိဗ္ဗစက္ခု အဘိညာဉ်။

ဤငါးပါးတို့ပေတည်း။

သို့ရာတွင် ထိုဈာန် အဘိညာဉ်တို့ဖြင့် ပြည့်စုံကာမျှဖြင့် အိုခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းရဲဒုက္ခတို့မှကား မလွတ်မြောက်သေးပေ။ ထိုဈာန်မဆုတ်ယုတ် မပျက်စီးဘဲ သေသွားလျှင် ထိုဈာန်နှင့်ဆိုင်သော ဗြဟ္မာဘုံသို့ရောက်ကာ တစ်ကမ္ဘာ၊ နှစ်ကမ္ဘာ၊ လေးကမ္ဘာ၊ ရှစ်ကမ္ဘာ စသည်ဖြင့် ထိုဘုံ၏ အသက်တမ်းရှိသလောက် အသက်ရှည်စွာ နေရုံမျှသာ ရှိပေသည်။ အသက်တမ်းကုန်သောအခါမှာ ထိုဘုံမှတော့၍ လူ့ဘုံ၊ နတ်ဘုံ၌ ဖြစ်ရပြန်သည်။ ထိုအခါမှ အခြားလူများ၊ နတ်များနှင့် တန်းတူပင်ဖြစ်၍ အိုခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းရဲဒုက္ခတို့နှင့် တွေ့မြင်ပင် တွေ့နေရပြန်သည်။ ကံမကောင်း အကြောင်း မညီညွတ်လျှင် ငရဲတိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကယ် အပါယ် ၄-ဘုံသို့ ကျရောက်၍ အပါယ်ဆင်းရဲများစွာနှင့်လည်း တွေ့မြင်ပင် တွေ့နေရသေးသည်။ သို့ဖြစ်၍ သမထသက်သက်ဖြင့် ဆင်းရဲဒုက္ခများမှ မလွတ်မြောက်နိုင်ဟု သိအပ်ပေသည်။

၂။ ဝိပဿနာကို အားထုတ်မှသာလျှင် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်၍ အိုခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်းရဲဒုက္ခ ဟူသမျှမှ လုံးဝ လွတ်မြောက်နိုင်ပေသည်။

ထိုဝိပဿနာတရားအားထုတ်ခြင်းမှာလည်း-

- ၁။ သမထကို အခြေခံပြု၍ အားထုတ်ခြင်း၊
- ၂။ သမထကို အခြေခံမပြုဘဲ ဝိပဿနာသက်သက်အားထုတ်ခြင်း ဟူ၍ ၂-မျိုးရှိပြန်၏။

ထိုတွင် သမထကို အခြေခံပြု၍ အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် သမထဟာနိကမည်၏ “သမထ အခြေခံဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ သွားသူဟု” ဆိုလို၏။

သမထကို အခြေခံမပြုဘဲ ဝိပဿနာသက်သက် အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် သုဒ္ဓိဝိပဿနာယာနိက မည်၏ “ဝိပဿနာသက်သက်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့သွားသူ” ဟုဆိုလို၏။

ထိုတွင် သမထယာနိကလမ်းဖြင့် အားထုတ်လိုလျှင် ရှေးဦးစွာ သမထကို အားထုတ်ရသည်။

ကမ္မဋ္ဌာန်း (၄၀)

ထိုသမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ ၄၀-ရှိသည်။ ၎င်းတို့မှာ-

- ၁။ ကသိုဏ်း ၁၀-ပါး၊
- ၂။ အသုဘ ၁၀-ပါး၊
- ၃။ အနုဿတိ ၁၀-ပါး၊
- ၄။ ဗြဟ္မဝိဟာရ ၄-ပါး၊

- ၅။ အာရပု ၄-ပါး၊
- ၆။ အာဟာရေ ပဋိကူလသညာ ၁-ပါး၊
- ၇။ စတုဓာတုဝ ဝတ္ထာန် ၁-ပါး၊

ဤ ၄၀ တို့ပေတည်း၊ ထိုတွင်-

ကသိုဏ်း ၁၀-ပါးဟူသည်မှာ-

- ၁။ ပထဝီ (မြေ) ကသိုဏ်း၊
- ၂။ အာပေါ(ရေ) ကသိုဏ်း၊
- ၃။ တေဇော (မီး) ကသိုဏ်း၊
- ၄။ ဝါယော (လေ) ကသိုဏ်း၊
- ၅။ နီလ (အညို) ကသိုဏ်း၊
- ၆။ ပီတ (အဝါ) ကသိုဏ်း၊
- ၇။ လောဟိတ (အနီ) ကသိုဏ်း၊
- ၈။ သြဒါတ (အဖြူ) ကသိုဏ်း၊
- ၉။ အာလောက (အလင်း) ကသိုဏ်း၊
- ၁၀။ အာကာသ (ဟင်းလင်းပြင်) ကသိုဏ်း၊

ဤ ၁၀-ပါးတို့ပေတည်း။

အသုဘ ၁၀-ပါးဟူသည်မှာ-

- ၁။ ဥဒ္ဓါမာတက-ဖူးဖူးရောင်နေသော သူသေကောင်၊
- ၂။ ဝိနီလက-ညိုမဲနေသော သူသေကောင်၊
- ၃။ ဝိပုဗ္ဗလ-ပြည်တစိုစိုယိုထွက်နေသော သူသေကောင်၊
- ၄။ ဝိစ္ဆိဒ္ဓက-ခါးပြတ်နေသောသူသေကောင်၊
- ၅။ ဝိက္ခာယိတက-ခွေး၊ မြေခွေး၊ ခဲစားထားသော သူသေကောင်၊
- ၆။ ဝိက္ခိတ္တက-လက်၊ ခြေ၊ ခေါင်း၊ ကိုယ် တခြားစီ ပစ်လွှင့်ထားအပ်သော သူသေကောင်၊
- ၇။ ဟတဝိက္ခိတ္တက-သတ်ဖြတ်၍ တခြားစီ ပစ်လွှင့်ထားအပ်သောသူသေကောင်၊
- ၈။ လောဟိတက-သွေးသံရဲ့ယိုထွက်နေသော သူသေကောင်၊
- ၉။ ပုဗ္ဗဝက-ပိုးလောက်ပြည့်နေသောသူသေကောင်၊
- ၁၀။ အဋ္ဌိက-အရိုးစုသူသေကောင်၊

ဤ ၁၀-ပါးတို့ပေတည်း။

အနုဿတိ ၁၀-ပါးဟူသည်မှာ-

- ၁။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ-မြတ်စွာဘုရား၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၂။ ဓမ္မာနုဿတိ-တရားတော်၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၃။ သံဃာနုဿတိ-သံဃာတော်၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၄။ သီလာနုဿတိ-မိမိ၏ သီလဂုဏ်ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၅။ စာဂါနုဿတိ-မိမိ၏စွန့်ကြဲ ပေးလှူခြင်းဂုဏ်ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၆။ ဒေဝတာနုဿတိ-နတ်တို့ကဲ့သို့ပင် မိမိမှာပြည့်စုံနေသော နတ်ပြည်ရောက်ကြောင်း၊ သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာဂုဏ် တို့ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၇။ ဥပသမာနုဿတိ-နိဗ္ဗာန်၏ ဂုဏ်ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၈။ မရဏာနုဿတိ-သေခြင်းတရားကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၉။ ကာယဂတာသတိ-ဆံပင်၊ အမွှေး၊ လက်သည်း၊ ခြေသည်း၊ သွား၊ အရေစသောစက်ဆုပ်ဖွယ် ကိုယ်စု ၃၂-မျိုးကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။
- ၁၀။ အာနာပါနုဿတိ-ဝင်သက်၊ ထွက်သက် ကိုအဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။

ဤ ၁၀-ပါးတို့ပင်တည်း။

ဗြဟ္မဝိဟာရ ၄-ပါးဟူသည်မှာ-

- ၁။ မေတ္တာ-သတ္တဝါတို့အား “ချမ်းသာကြပါစေ”ဟု နှလုံးသွင်းနေခြင်း။
- ၂။ ကရုဏာ-ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်နေကြသော သတ္တဝါတို့အား “ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ကြပါစေ”ဟု သနားလျက် နှလုံးသွင်းနေခြင်း။
- ၃။ မုဒိတာ-ပြည့်စုံကြွယ်ဝ ချမ်းသာနေကြသော သတ္တဝါတို့အား လက်ရှိချမ်းသာမှ မဆုတ်ယုတ်ကြဘဲ ချမ်းသာမြဲပင် ချမ်းသာနေကြပါစေ”ဟု ဝမ်းမြောက်လျက် နှလုံးသွင်းနေခြင်း။
- ၄။ ဥပေက္ခာ-သတ္တဝါတို့အား “မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ပြုထားသည့်ကံတရားအတိုင်းပင်”ဟု ကြောင့်ကြမပြုလျစ်လျူရှုနေခြင်း။

ဤ ၄-ပါးတို့ပေတည်း။

အာရပ္ပ ၄-ပါးဟူသည်မှာ-

- ၁။ အာကာသာနဉ္စာယတန-အဆုံးမရှိသော ကောင်းကင်ပညတ်ကိုရှုခြင်း။
- ၂။ ဝိညာနဉ္စာယတန-အဆုံးမရှိသော ပဌမာရပ္ပဝိညာဏ်ကိုရှုခြင်း။
- ၃။ အာကိဉ္စညာယတိ-ပဌမာရပ္ပ ဝိညာဏ်၏ စိုးစဉ်မျှ အကြွင်းမရှိသည်ကိုရှုခြင်း။
- ၄။ နေဝသညာနာသညာယတန-သညာမရှိတရီ ဈာန်၏ အာရုံဖြစ်သော တိတယာရပ္ပဝိညာဏ်ကို “ငြိမ်သက်သိမ်မွေ့ ပါပေသည်” ဟုရှုခြင်း။

ဤ လေးပါးတို့ပေတည်း။

အာဟာရေပဋိကူလသညာဟူသည်မှာ-

စားသောက်အပ်သောအစာအဟာရကို စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်သော အမှတ်သညာ ပေတည်း။

စတုဓာတုဝဝတ္တာန်ဟူသည်မှာ-

ရုပ်ကိုယ်ထဲ၌ ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယောဟူသောဓာတ် ၄-ပါးအစုအမျှရှိသည်ကို ပိုင်းခြား၍ ရှုခြင်းပေတည်း။

သမထအားထုတ်ပုံအကျဉ်း

ထိုသမထကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀-တို့တွင် ပထဝီကသိုဏ်းကို အားထုတ်လိုသောသူသည် ပကတိမြေပြင်ကို ဖြစ်စေ၊ ပြုလုပ်ထားသောမြေပုံသဏ္ဍာန် ကသိုဏ်းဝန်းကိုဖြစ်စေ မျက်စိဖြင့်ကြည့်ရှုလျက် “ပထဝီ ပထဝီ ပထဝီ-မြေ မြေ မြေ”ဟု အဖန်ဖန် နှလုံးသွင်းနေရ၏။ ဤသို့ နှလုံးသွင်းဖန်များသောအခါ ထိုကသိုဏ်း နိမိတ်သည် မျက်စိမှိတ်ထားသော်လည်း မျက်စိဖွင့်လျက် ကြည့်နေစဉ်သကဲ့သို့ပင် ထင်ရှားပေါ်နေလိမ့်မည်။ သို့ထင်ပေါ်နေသည်ကို ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ဟုခေါ်သည်။ ဤသို့ ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ထင်နေလျှင် အလိုရှိရာအရပ်သို့ သွားရောက်လျက် ထိုင်ရင်းဖြစ်စေ၊ ရပ်ရင်းဖြစ်စေ၊ သွားရင်းဖြစ်စေ၊ လျောင်းရင်းဖြစ်စေ၊ ထိုဥဂ္ဂဟ နိမိတ်ကသိုဏ်းအာရုံကိုသာလျှင် “မြေ မြေ မြေ”ဟု စိတ်ဖြင့် အမြဲနှလုံးသွင်းနေရ၏။

ဤသို့ နှလုံးသွင်းနေစဉ် စိတ်သည် တခြားတပါးသို့လည်း ထွက်၍သွားတတ်၏။ သွားပုံမှာ စိတ်ကြိုက်အာရုံတွေကို လည်း ကြံစည်နေတတ်၏။ ၎င်းကို ကာမစ္ဆန္ဒ နိဝရဏဟုခေါ်သည်။ စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုးလျက်လည်း ကြံစည်နေတတ်၏။ ၎င်းကိုဗျာပါဒ၊ နီဝရဏဟု ခေါ်သည်။ အားထုတ်ရသည်၌ လျော့ရဲရဲ ဖြစ်ကာ စိတ်ထိုင်းမှိုင်း ပျက်ရိ၍လည်း နေတတ်၏။ ၎င်းတို့ကို ထိနမိန္ဒနိဝရဏဟု ခေါ်သည်။ စိတ်မတည်ငြိမ်ဘဲ၊ ပျံ့လွင့်၍လည်းနေတတ်၏။ ပြုမှား ပြောမှားခဲ့ဖူးသည်ကို ပြန်လည်စဉ်းစားလျက် စိတ်ပူပန်၍လည်းနေတတ်၏။ ၎င်းတို့ကို ဥဒ္ဓစ္စက္ကမ္ဘန္တနိဝရဟု ခေါ်သည်။ အားထုတ်ဆဲ တရားလုပ်ငန်း အပေါ်၌ “မှန်မှန်ပါမည်လော၊ အကျိုးရှိမှ ရှိပါမည်လော၊ တရားထူးကို ရမှရနိုင်ပါမည်လော” ဤသို့စသည်ဖြင့် စဉ်းစားဝေဖန်၍လည်း နေတတ်၏။ ၎င်းကို ဝိစိကိစ္ဆာနိဝရဏဟု ခေါ်သည်။ ဤနိဝရဏစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ထိုအာရုံများကို ဆက်လက်၍ စိတ်မကူးဘဲဖြစ်ခဲ့၍ စိတ်ကိုမူလကသိုဏ်းအာရုံ၌သာ စူးစိုက်ထားလျက် “မြေမြေမြေ”ဟု အမြဲ မပြတ်

နှလုံးသွင်းနေရ၏။ အကယ်၍ ကသိုဏ်းအာရုံ ပျောက်သွားလျှင် ပကတိကသိုဏ်းဝန်း ရှိရာဌာနသို့ သွား၍ မျက်စိဖြင့် ကြည့်ရှုလျက် တစ်ဖန် ထင်မြင်ထင်ပေါ်လာအောင် နှလုံးသွင်းရ၏။ တစ်ဖန် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်၊ ထင်ပေါ်လာပြန်လျှင် အလိုရှိရာ အရပ်၌ နေထိုင်လျက် ရှေးနည်းတူပင် မပြတ်နှလုံးသွင်းနေရ၏။

ဤသို့ နှလုံးသွင်းဖန်များသောအခါ ထိုကသိုဏ်းဝန်းသည် မူလကနှင့်မတူဘဲ အရောင်အဆင်းနှင့်တကွ အလွန် သန့်ရှင်းကြည်လင်စွာ ထင်ပေါ်လာ၏။ ၎င်းကို ပဋိဘာဂနိမိတ်ဟု ခေါ်သည်။ ထိုအခါ၌ စိတ်သည်လည်း ကာမစ္ဆန္ဒ စသော နိဝရဏတို့မှ ကင်းစင်၏။ ထိုပဋိဘာဂနိမိတ်အာရုံ၌သာလျှင် စူးစိုက်တည်ငြိမ်လျက် မပြတ်ဖြစ်နေ၏။ ထိုသို့တည်ငြိမ်စွာ ဖြစ်နေသည်ကို ဥပစာရသမာဓိဟုခေါ်သည်။

ဤဥပစာရသမာဓိအားဖြင့် ပဋိဘာဂနိမိတ်အာရုံကို မပြတ်နှလုံးသွင်းနေသောသူအား စိတ်သည် ထိုကသိုဏ်း ပဋိဘာဂ နိမိတ်အာရုံထဲ၌ သက်ဝင်နေဘိသကဲ့သို့ တစ်ကြိမ်တည်း တည်ငြိမ်လျက်ဖြစ်နေသည်။ ၎င်းကို အပ္ပနာသမာဓိဟု ခေါ်သည်။

ဤအပ္ပနာသည် ပထမဈာန်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန် ဟူ၍ ၄-ပါး အပြားရှိ၏။ ထိုတွင် ရှေးဦးစွာ ရအပ်သော ပထမဈာန်၌-

- ၁။ အာရုံကိုကြံစည်ခြင်း (ဝိတက်)
- ၂။ အာရုံကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်ခြင်း (ဝိစာရ)
- ၃။ အာရုံ၌ နှစ်သိမ့်အားရခြင်း (ဝီတိ)
- ၄။ စိတ်ရွှင်လန်းချမ်းသာခြင်း (သုခ)
- ၅။ တစ်ခုတည်းသောအာရုံ၌သာ စူးစိုက်တည်ငြိမ်ခြင်း (ဧကဂ္ဂတာ)

ဟူသောဈာန် အင်္ဂါငါးပါးလုံး ထင်ရှား၏။

ပထမဈာန်ကိုရပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ထိုဈာန်၌ပါဝင်သော ဝိတက်နှင့် ဝိစာရတို့ကို အပြစ်မြင်၍ လွန်မြောက်အောင် အားထုတ်သဖြင့် ဒုတိယဈာန်ကိုရ၏။ ထိုဈာန်၌ ဝီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ ဟူသော ဈာန်အင်္ဂါ ၃-ပါးထင်ရှား၏။

တဖန်ဝီတိကို အပြစ်မြင်၍ လွန်မြောက်အောင် အားထုတ်သဖြင့် တိတယဈာန်ကိုရ၏။ ထိုဈာန်၌ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ ဟူသော ဈာန်အင်္ဂါ ၂-ပါးထင်ရှား၏။

တစ်ဖန် သုခကိုအပြစ်မြင်၍ လွန်မြောက်အောင် အားထုတ်သဖြင့် စတုတ္ထဈာန်ကိုရ၏။ ထိုဈာန်၌စိတ်မရွှင် မညှိုး အလယ်အလတ်သဘော ဥပေက္ခာနှင့် ဧကဂ္ဂတာဟူသော ဈာန်အင်္ဂါ ၂-ပါးပင် ထင်ရှား၏။

ဤသည်ကား ပထဝီကသိုဏ်း၌ အားထုတ်ပုံနှင့် ဈာန်သမာဓိ ၄-ပါးဖြစ်ပုံပေတည်း။ ကြွင်းသောကသိုဏ်း ၉-ပါးတို့ ၌လည်း နည်းတူပင် သိအပ်၏။

အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရှုလိုသောသူသည် ဖူးဖူးရောင်နေသော သူသေကောင် စသည်ကို မျက်စိဖြင့်ကြည့်ရှု၍ “ဖူးဖူး ရောင်သော သူသေကောင် ဖူးဖူးရောင်သော သူသေကောင်”ဟု ဤသို့စသည်ဖြင့် အဖန်ဖန်နှလုံးသွင်းနေရ၏။ ပထဝီ ရှုပုံနှင့် တူပြီး၊ အထူးကား ဤအသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ပထမဈာန်ကိုသာရနိုင်သည်။ ဤမျှသာထူး၏။

အနုဿတိ ၁၀-ပါးတို့တွင် ကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း၌လည်း ပထမဈာန်ကိုသာရနိုင်သည်။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိမှ မရဏနုဿတိတိုင်အောင် ၈-ပါးသော အနုဿတိတို့၌လည်းကောင်း၊ အာဟာရပဋိကူလသညာနှင့် စတုဓာတုဝတ္ထုတို့၌ လည်းကောင်း ဤကမ္မဋ္ဌာန်း ၁၀-ပါးတို့၌မူကား ဥပစာရသမာဓိမျှကိုသာ ရနိုင်သည်။

မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာတို့၌ အောက်ဈာန် ၃-ပါးကိုသာရနိုင်သည်။ ၎င်းတို့၌ တတိယဈာန်ကို ရပြီးပုဂ္ဂိုလ်သည် ဥပေက္ခာကိုပွားစေလျှင် စတုတ္ထဈာန်ကိုရနိုင်၏။

ကသိုဏ်းတို့၌ ဈာန် ၄-ပါးလုံးကို ရပြီးပုဂ္ဂိုလ်သည် အာရပ္ပကမ္မဋ္ဌာန် ၄-ပါးကို အစဉ်အတိုင်း အားထုတ်၍ အရူပ ဈာန် ၄-ပါးကို ရနိုင်သည်။

အာနာပါနကို အားထုတ်ပုံအကျဉ်း

အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်လိုသောသူသည် ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်၌ တင်ပျဉ်ခွေလိုက် ဖြစ်စေ၊ ကြာရှည်စွာ နေနိုင်မည့် အခြားနည်းဖြင့်ဖြစ်စေ ထိုင်လျက်၊ အထက်ပိုင်းကိုယ်ကိုဖြောင့်မတ်စွာ ထားပြီးလျှင် ရှေးဦးစွာစိတ်ကို နှာသီးဝ၌ စူးစိုက်၍ထားရ၏။ နှာသီးဖျား၌ဖြစ်စေ၊ အထက်နှုတ်ခမ်း၌ဖြစ်စေ ထိပါးတိုက်ခိုက်လျက် ဝင်ချည်ထွက်ချည် မပြတ်ဖြစ်နေသော ဝင်လေ ထွက်လေကို ထင်ရှားတွေ့လိမ့်မည်။ ထိုလေကို ထိခိုက်ရာဌာနမှ စောင့်၍ “ဝင်သည်ထွက်သည်၊ ဝင်သည်ထွက်သည်”ဟု ဝင်တိုင်း ထွက်တိုင်း မပြတ်ရှုနေရ၏။ ဝမ်းထဲသို့ ဝင်သွားသောလေ၏ နောက်ကိုလည်းမလိုက်ရ၊ နှာသီးဝမှ အပြင်သို့ထွက်သွားသော လေ၏ နောက်ကိုလည်း မလိုက်ရ၊ နှာသီးဖျားနှင့် နှုတ်ခမ်းတို့၌ ထင်ရှားသော တိုက်ခိုက်ရာကိုသာ စောင့်၍ ရှုနေရ၏။

ဤသို့ရှုနေစဉ် တခြားသို့ ထွက်သွားသော နီဝရဏစိတ်များလည်း ရှိလိမ့်မည် ထိုသို့ဖြစ်လာလျှင် ထိုအာရုံများကို ဆက်လက်မစဉ်းစားဘဲ ဝင်လေထွက်လေမှာသာ စိတ်ကိုစူးစိုက်ထားလျက် “ဝင်သည်ထွက်သည်၊ ဝင်သည် ထွက်သည်” ဟူ၍မြဲ မပြတ်ရှုနေရ၏။

ဤနည်းဖြင့် ဝင်လေထွက်လေကို ထိခိုက်ရာဌာနက စောင့်၍ မပြတ်ရှုနေလျှင်-

- ၁။ ရှည်စွာ ရှုရှိက်မိသော ဝင်လေ ထွက်လေကိုလည်း ထင်ရှားသိရ၏။
- ၂။ တိုစွာရှုရှိက်မိသော ဝင်လေ ထွက်လေကိုလည်း ထင်ရှားသိရ၏။
- ၃။ နှာသီးဖျား နှုတ်ခမ်းတို့၌ ထိပါးတိုက်ခိုက်လျက်ဝင်စ ထွက်စမျှင်မျှင်ကလေးမှစ၍ ဝင်ဆုံး ထွက်ဆုံး မျှင်မျှင်ကလေးအထိ ဝင်လေ ထွက်လေတို့၏ အစအလယ်အဆုံး အကုန်လုံးကိုလည်း ထင်ရှားသိရ၏။
- ၄။ ပကတိကြမ်းတမ်းသော ဝင်လေ ထွက်လေတို့ တဖြည်းဖြည်းသိမ်မွေ့သွားသည်ကိုလည်း ထင်ရှားသိရ၏ ထိုသို့သိမ်မွေ့သဖြင့် နောက်ဆုံးမှာ ဝင်သက်ထွက်သက်လုံးဝ မရှိသကဲ့သို့ ဖြစ်နေသည်ကိုလည်း တွေ့ရ၏။

ထိုအခါ ရှုစရာ ဝင်လေထွက်လေကို မတွေ့ရသည့်အတွက် ဝင်လေထွက်လေကို ရှာ၍လည်း နေမိတတ်သည်။ ဘယ်လိုဖြစ်သွားသနည်းဟု စဉ်းစား၍လည်းနေမိတတ်၏။ မရှုတော့ဘဲရပ်နား၍လည်း နေတတ်၏။

ထိုသို့ ရပ်နား၍ကားမနေအပ်၊ ရှုနေကျဖြစ်သော နှာသီးဖျားနှင့် နှုတ်ခမ်းတို့၌သာလျှင် စိတ်ကို စူးစိုက်ထားလျက် ရှုမြဲပင်ရှုနေရမည်။ ထိုသို့ရှုနေလျှင် သိမ်မွေ့သောဝင်လေ ထွက်လေများသည်လည်း ထင်ရှားပေါ်လာပါလိမ့်မည်။ ထိုသို့ ထင်ရှားပေါ်လာသော ဝင်လေ ထွက်လေများကို ရှုမြဲမပြတ်ရှုနေလျှင် ထိုဝင်လေ ထွက်လေများထူးခြားစွာ ဖြစ်လာသည်ကို တွေ့ရပါလိမ့်မည်။ အောက်ပါများမှာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ ပြဆိုထားသော ထူးခြားစွာ ထင်ပုံများပေတည်း။

ထိုဝင်လေထွက်လေသည် အချို့မှာ တောက်ပလျက် ကြယ်တာရာကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ကျောက်နီပုတီးကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ပုလဲပုတီးကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ထင်ပေါ်၏။ အချို့မှာမူ ကြမ်းတမ်းသော အတွေ့ရှိလျက် ဝါပင်ရိုးကဲ့သို့ လည်းကောင်း သစ်သားနှစ် တံခါးကျည်(မင်းတုတ်)ကဲ့သို့ လည်းကောင်း ထင်ပေါ်၏။ အချို့မှာမူ ရှည်သော ဆောက်လုံးကြိုး (လည်ဆွဲတန်ဆာ) ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ပန်းကုံးကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ မီးခိုးညွန့်ကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ထင်ပေါ်၏။ အချို့မှာမူ ပြန့်ကျယ်သော ပင့်ကူအိမ်ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ တိမ်လွှာကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ရထားဘီးကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ လဝန်းနေဝန်း ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ထင်ပေါ်၏။ ဤသို့ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦးမတူဘဲ အာရုံထင်ပုံကွဲပြားခြင်းမှာလည်း သညာခြင်းမတူဘဲ ကွဲပြားကြသောကြောင့်ပင် ဖြစ်သည်ဟု ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ ပြဆိုထား၏။

ဤသို့ ထူးခြားစွာ ထင်ပေါ်သောအာရုံကို ပဋိဘာဂနိမိတ်ဟုခေါ်သည်။ ထိုပဋိဘာဂနိမိတ်ထင်သော ကာလမှစ၍ ဘာဝနာသမာဓိမှာလည်း ဥပစာရသမာဓိမည်၏။ ဤဥပစာရသမာဓိဖြင့် ရှုမြဲဆက်လက်၍ ရှုနေလျှင် မကြာမှီပင် ရှေး၌ ပြခဲ့သည့်အတိုင်း အပ္ပနာဈာန်သမာဓိ ၄-ပါးသို့ ရောက်သွားနိုင်ပေသည်။

ဤသည်ကား သမထယာနိကလမ်းဖြင့် အားထုတ်လိုသောပုဂ္ဂိုလ်အား ရှေးဦးစွာသမထကို အားထုတ်ပုံ အကျဉ်း ပေတည်း။

သမထအားထုတ်ပုံ အကျဉ်းပြီး၏။

ဝိပဿနာအားထုတ်ပုံအကျဉ်း

ဝိပဿနာ အားထုတ်လိုသောသူသည် သတ္တဝါတို့၏ သန္တာန်၌ ရုပ်နှင့်နာမ် ဤတရား ၂-မျိုးသာရှိသည် ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ထိုရုပ်နာမ်တရားတို့မှာလည်း ဆိုင်ရာအကြောင်းတရားတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နေကြသည်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲသောတရား၊ ဆင်းရဲသောတရား၊ အတ္တ-အသက်ကောင် မဟုတ်သော သဘောတရားမျှ ဟူ၍လည်းကောင်း၊ အကျဉ်းအားဖြင့်ဖြစ်စေ အကျယ်အားဖြင့်ဖြစ်စေ ကြားနာမှတ်သားဖူးသော သုတနှင့် ပြည့်စုံပြီးဖြစ်ရမည်။

ဤသို့ သုတနှင့်ပြည့်စုံသော သူသည် ပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း ရရှိထားသော သမာဓိဈာန်ကို ရှေးဦးစွာ ဝင်စား၍ (မိမိ သန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်စေ၍) ထိုဈာန်ကိုပင်စ၍ ရှုရ၏။ ထို့နောက်ဒွါရ ၆-ပါး၌ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသော မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ သိမှု၊ စသည်တို့ကို သူဖြစ်ပေါ်လာသည့်အတိုင်း မပြတ်ရှုနေရ၏။ ဤသို့ရှုဖန်များ၍ ကိုယ်စိတ်ပင်ပန်းလာလျှင် နိုင်နင်းသော ထို ဈာန်ကိုပင် ပြန်၍ ဝင်စားရ၏။ ၁၅-မိနစ်၊ မိနစ်-၃၀ စသည်ဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်ပိုင်းခြားထားသည့် အချိန်စေ့၍ ဈာန်မှထသောအခါ ထိုဈာန်ကိုပင် စ၍ရှုပြီးလျှင် ဒွါရ ၆-ပါး၌ပေါ်လာသမျှကို ရှေးနည်းအတိုင်းပင် မပြတ်ရှုသွားရသည်။ ကိုယ်၊ စိတ်ပင်ပန်း လာပြန်လျှင် ဈာန်ကိုဝင်စားပြန်၍ ဈာန်မှထသောအခါ ရှုမြင်ပုံရှုသွားရသည်။ ဝိပဿနာသမာဓိ အားရှိလာသော အခါ၌မူကား ကိုယ်၊ စိတ်ပင်ပန်းခြင်း မရှိတော့ဘဲ နေ့ရောညာဉ်ပါ မပြတ်မစဲရှုမြင်သွားနိုင်ပေ၏။

ထိုအခါ ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း ရုပ်နှင့်နာမ် ၂-ခုထဲ တွဲလျက် တွဲလျက် ဖြစ်နေသည်ကို အလိုလိုပင် ထင်ရှားသိလာလိမ့် မည်။ အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်လျက် ဖြစ်နေသည်ကိုလည်း ထင်ရှားသိလာလိမ့်မည်။ ရှုချက်တိုင်း ရှုချက်တိုင်းမှာ ပေါ်လာ သည့်အာရုံရော၊ ရှုသိနေသည့်စိတ်ရော ကုန်ဆုံးပျောက်ကွယ်သွားသည်ကိုချည်း တွေ့ရသောကြောင့် မမြဲဟူ၍လည်း သိမြင် သဘောကျလာလိမ့်မည်။ နှစ်သက်သာယာဖွယ် အားကိုးဘွယ်မရှိသော ဆင်းရဲချည်းဟူ၍လည်း သိမြင်သဘောကျလာ လိမ့်မည်။ (အတ္တမဟုတ် အသက်ကောင်မဟုတ်၊ ဝိညာဉ်ကောင်မဟုတ်) သူ့သဘောအတိုင်း ဖြစ်ပျက်နေသော သဘောတရား မျှချည်း ဟူ၍လည်း သိမြင်သဘောကျလာလိမ့်မည်။

ဤအနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဉာဏ်အသိအမြင်များ ကောင်းကောင်းရင့်သန်ပြည့်စုံသောအခါမှာ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ်၍ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ထင်ရှား တွေ့မြင်ရလေတော့သည်။

ဤသည်ကား သမထယာနိကလမ်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်အောင် အားထုတ်ပုံအကျဉ်းပေတည်း။

သုဒ္ဓဝိပဿနာယာနိက၏ရှုပုံ

ယခုအခါ သုဒ္ဓဝိပဿနာယာနိကလမ်းဖြင့် ဝိပဿနာရှုပုံကို ပြဆိုအံ့။

ရှေး၌ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ရုပ်နာမ် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောတို့ကို ကြားနာမှတ်သားဖူးသော သူသည် သမထကို မထူထောင်တော့ဘဲ ဝိပဿနာသက်သက်ကိုသာ အားထုတ်လိုလျှင် ဆိတ်ငြိမ်သောအရပ်၌ တင်ပျဉ်ခွေလျက်ဖြစ်စေ ကြာရှည် စွာ ထိုင်နေနိုင်သည့် အခြားနည်းဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ထိုင်နေလျက် ကိုယ်ထဲ၌ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်နေသော ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ် တရားတို့ကို ဖြစ်တိုင်း၊ ဖြစ်တိုင်း မပြတ်ရှုနေ၏။

ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ငါးပါးဟူသည်မှာ ဖြစ်ခိုက်၊ ကြားခိုက်၊ နံသိခိုက်၊ စားသိခိုက်၊ ထိသိခိုက်၊ ကြံသိခိုက် ဟူသော ဤခဏ ၆-ပါးတို့၌ ထင်ရှားတွေ့နေသော တရားများပင် ဖြစ်သည်။

ထိုတွင် မြင်ခိုက်၌ မြင်ရသောအဆင်းရုပ်ကို လည်းကောင်း၊ မြင်ရာဌာန မျက်စိရုပ်ကို လည်းကောင်း၊ ထင်ရှားတွေ့ရ ၏။ ၎င်းတို့မှာ ရုပ်ခန္ဓာ တရားစုမျှသာဖြစ်သည်။ နှစ်သက်သာယာဖွယ်လည်းမဟုတ်၊ အတ္တ-အသက်ကောင်၊ ငါကောင်လည်း မဟုတ်၊ သို့သော် ၎င်းတို့ကို မြင်တိုင်းမြင်တိုင်း မရှုမိသော သူတို့မှာ “ချက်ချင်းပင် ပျောက်ပျောက်သွားသည်၊ မမြဲဘူး” ဟူ၍လည်း မသိကြ၊ “ခဏမစဲ ဖြစ်ပြီးခဏမစဲ ပျောက်ပျက်နေသည် ဆင်းရဲချည်း” ဟူ၍လည်း မသိကြ၊ “အတ္တမဟုတ်၊ အသက်ကောင်မဟုတ်၊ သူ့သဘောအတိုင်း သူဖြစ်ပျက်နေသော အနတ္တသဘောတရားမျှသာ” ဟူ၍လည်း မသိကြ၊ ထို့ကြောင့် ထိုမြင်ရသော အဆင်းနှင့် မျက်စိတို့ကို နှစ်သက်သာယာလျက်လည်း စွဲလမ်းကြ၏။ အတ္တကောင်အသက်ကောင်၊ ငါကောင်ဟု

ထင်မှတ်လျက်လည်း စွဲလမ်းကြ၏။ ဤသို့ သာယာထင်မှတ်လျက်စွဲလမ်း အပ်သောကြောင့် ထိုအဆင်းရပ်နှင့် မျက်စိတို့ကို “ရုပ်ဥပါနက္ခန္ဓာ”ဟု ခေါ်ရပေသည်။

ထို့ပြင် အဆင်းအာရုံကို မြင်သိခြင်း(စက္ခုဝိညာဏ်)၊ ခံစားခြင်း(ဝေဒနာ)၊ မှတ်သားခြင်း(သညာ)၊ မြင်ရအောင် အားထုတ်ခြင်း (သင်္ခါရ)၊ ဟူသော အသိနာမ် တရားစုများကိုလည်း (ထိုမြင်ခိုက်မှာပင်) ထင်ရှားလေ၏။ ၎င်းတို့မှာလည်း နာမ်ခန္ဓာတရားစုမျှသာဖြစ်သည်။ နှစ်သက်သာယာဖွယ်လည်းမဟုတ်၊ အတ္တ-အသက်ကောင် ငါကောင်လည်းမဟုတ်၊ သို့သော် ၎င်းတို့ကို ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း မရှုမိသောသူတို့မှာ မမြဲဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆင်းရဲဟူ၍လည်းကောင်း၊ အနတ္တဟူ၍ လည်းကောင်း၊ မသိကြသောကြောင့် နှစ်သက်သာယာလျက် စွဲလမ်းကြ၏။ “ငါကပင် မြင်သည်၊ ငါကပင် ခံစားသည်၊ ငါကပင် မှတ်သားသည်၊ ငါကပင်စူးစိုက်ကြည့်သည်”ဟု အတ္တကောင်၊ အသက်ကောင်၊ ငါကောင် ထင်မှတ်လျက်လည်း စွဲလမ်းကြ၏။ ဤသို့သာယာထင်မှတ်လျက် စွဲလမ်းအပ်သောကြောင့် ထိုနာမ်တရားတို့ကိုလည်း “ဝိညာဏ်ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ”ဟု ခေါ်ရပေသည်။

ဤသည်ကား မျက်စိဖြင့် အဆင်းကို မြင်ခိုက် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့ကို ထင်ရှားပုံပေတည်း။ နားဖြင့်အသံကိုကြားခိုက်၊ နှာခေါင်းဖြင့် အနံ့ကိုနံသိခိုက် လျှာဖြင့်အရသာကို စားသိခိုက်၊ ကိုယ်ဖြင့် အတွေ့အထိကို ထိသိ ခိုက်၊ နှလုံးဖြင့် သဘောအာရုံကိုကြံသိခိုက်တို့၌လည်း ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့ ထင်ရှားပုံကို နည်းတူပင် သိအပ်၏။ အထူးကား သဘောအာရုံမှာ ရုပ်နာမ်နှစ်မျိုးလုံးနှင့် ဆိုင်၏။ ဤမျှသာထူးသည်။

ဤသို့ ခဏ ၆-ပါး၊ ဌာန ၆-ပါးလုံး၌ ရုပ်နာမ်တရားတို့ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်နေကြသော်လည်း အားထုတ်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ထိုဖြစ်ပေါ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ်တို့ကို ဖြစ်ပေါ်စဉ်အတိုင်းလိုက်၍ ရှုရ၏။ စာသင်ရာ၌လည်း လွယ်လွယ်ကူကူကစ၍ သင်ရသကဲ့သို့ပင်တည်း။

သုဒ္ဓဗိပဿနာအကျဉ်းချုပ်

ထို့ကြောင့် ရုပ်နာမ်နှစ်မျိုးတို့တွင် သာ၍ထင်ရှားသော ရုပ်ကိုစ၍ရှုရ၏။ ထိုရုပ်တို့တွင်လည်း မြင်ရာ ကြားရာ နံသိရာ စားသိရသော ဥပါဒါရုပ်တို့ထက် တွေ့ထိရသော ဘူတရုပ်တို့ကသာ၍ ထင်ရှား၏ ထို့ကြောင့် ကိုယ်ထဲ၌ တွေ့ထိရသော ရုပ်ကိုစ၍ရှုရ၏။

သို့ဖြစ်၍ အထူးထင်ရှားသော ထိုအတွေ့ထိရုပ်ကို ရှုရန်အတွက် ထိုင်နေသည့်တစ်ကိုယ်လုံးကို သတိနှင့်စိုက်၍ “ထိုင်သည် ထိုင်သည်”ဟု မပြတ်ရှုနေရ၏။ ထိုသို့ရှုနေရင်း တင်ပါးကဖြစ်စေ၊ ခြေထောက်ကဖြစ်စေ တစ်နေရာမှ တွေ့ထိမှု ကိုလည်း ထင်ရှား တွေ့ရလိမ့်မည်။ ထိုအခါ တွေ့ထိမှုနှင့်တွဲ၍ “ထိုင်သည်၊ ထိုင်သည်၊ ထိုင်သည်၊ ထိုင်သည်”ဟု ထိုင်နေသော ကိုယ်ထဲမှာ တစ်လှည့်၊ ထိနေသောနေရာမှ တစ်လှည့်အားဖြင့် တစ်လှည့်စီ မပြတ်ရှုနေရမည်။

“ထိုင်သည်၊ ထိုင်သည်”ဟု ဤနည်းဖြင့် ရှုနေသည်ကို ခက်သည်ဟုထင်လျှင် ဝင်လေ ထွက်လေ ထိခိုက်ရာ၌ စူးစိုက်၍ “ထိုင်သည် ထိုင်သည် ထိုင်သည်”ဟု ဤသို့လည်းရှုနိုင်သည်။ သို့မဟုတ် အသက်ရှုတိုင်း ဝမ်းဗိုက်ထဲ၌ ဖောင်းချည် ပိန်ချည် တောင့်တင်း လှုပ်ရှားလျက် တွေ့ထိရသော ရုပ်ကိုလည်း ရှုနိုင်သည်။

ရှုပုံမှာ-ရေးဦးစွာ စိတ်သတိကို ဝမ်းဗိုက်၌စူးစိုက်ထားပါ။ ဖောင်းတက်လာလိုက် ပိန်ကျသွားလိုက်နှင့် တောင့်တင်း လှုပ်ရှားလျက်၊ ဗိုက်ထဲမှာတွေ့ထိမှုများ မပြတ်ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ စိတ်စိုက်ထားရုံမျှဖြင့် မထင်ရှားသေးလျှင် ဗိုက်မှာလက်နှင့်ထိထားပါ။ အသက်အောင့်ထားခြင်း၊ မြန်မြန်ရှုခြင်း ပြင်းပြင်းရှုခြင်းများကိုကား မပြုရ၊ ပကတိရှုနေကျအတိုင်း မှန်မှန်သာရှုလျက်ရှိနေရမည်။ ဖောင်းတက်လာခိုက်မှာ ဖောင်းသည်ဟုရှုပါ။ တစ်ရွေ့ချင်းဖောင်းတက်လာသည်ကို အစမှ အဆုံးတိုင်အောင် အစဉ်မပြတ် သိလျက်ရှိပါစေ၊ ပိန်ကျခိုက်မှာလည်း ပိန်သည်ဟုရှုပါ။ တစ်ရွေ့ခြင်းပိန်ကျသွားသည်ကို အစဉ်မပြတ်သိလျက်ရှိပါစေ၊ ဖောင်းတိုင်းပိန်တိုင်း “ဖောင်းသည်၊ ပိန်သည်၊ ဖောင်းသည်၊ ပိန်သည်၊ ဖောင်းသည်၊ ပိန်သည်” ဟု မပြတ်ရှုနေပါ။

အထူးသတိပြုရန်-ဖောင်းသည် ပိန်သည် စသောအမည်ကလေးများမှာ နှုတ်ကရွတ်ဆိုရန်မဟုတ်၊ စိတ်ဖြင့်သာလျှင် အမည်တပ်၍ ရှုနေရန်ဖြစ်သည်။ ထိုအမည်မှာလည်း လိုရင်းမဟုတ်၊ ကိုယ်ထဲ၌တကယ် ဖြစ်ပေါ်လာသော တောင့်တင်း လှုပ်ရှားတွေ့ထိမှု စသည်ကိုသိခြင်းကသာ လိုရင်းဖြစ်သည်။ သို့သော်အမည်မပါဘဲ စိတ်သက်သက်ဖြင့် ရှုနေလျှင် အာရုံနှင့် စိတ်ကောင်းကောင်း မကပ်ခြင်း၊ အသီးသီးပိုင်းခြား၍ မသိခြင်း၊ ဝီရိယလျော့လျော့သွားခြင်းစသော အပြစ်များဖြစ်တတ်သည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်ဖြင့်အမည်တပ်၍ ရှုရန်ညွှန်ကြားထား ခြင်းဖြစ်ပေသည်။

ဤသို့ “ဖောင်းသည် ပိန်သည်၊ ဖောင်းသည်ပိန်သည်”ဟု ရှုနေစဉ်မှာပင် တခြားတစ်ပါးအာရုံများဆီသို့ ထွက်ထွက် သွားသော စိတ်များလည်း ရှိလိမ့်မည်။ ထိုစိတ်များကို သူဖြစ်သည့်အတိုင်းပင် ရှုရမည်။

ရှုပုံမှာ-တခြားသို့ထွက်သွားသည်ဟု ထင်လျှင် ၎င်းစိတ်ကို ထွက်သည်ဟု ရှုလိုက်ပါ။ ကြံသည်ဟု သိလျှင် ကြံသည် ဟု ရှုလိုက်ပါ။ စဉ်းစားသည်ဟု ထင်လျှင် စဉ်းစားသည်ဟုရှုလိုက်ပါ။ လိုချင်လျှင် လိုချင်သည်ဟု၊ နှစ်သက်လျှင် နှစ်သက် သည်ဟု၊ စိတ်ဆိုးလျှင် စိတ်ဆိုးသည်ဟု၊ စိတ်ပျက်လျှင် စိတ်ပျက်သည်ဟု၊ ပျင်းလျှင် ပျင်းသည်ဟု၊ ပျော်လျှင် ပျော်သည်ဟု ဤသို့စသည်ဖြင့် ထိုစိတ်ပျောက်သွားသည့်တိုင်အောင် ဆင့်ကာဆင့်ကာရှုရမည်။ ထိုစိတ်ပျောက်သွားသောအခါ “ဖောင်းသည် ပိန်သည် ဖောင်းသည် ပိန်သည်”ဟု မူလရှုနေကြအတိုင်းပင် ပြန်၍မပြတ်ရှုနေရမည်။

ကိုယ်ထဲ၌ ညောင်းမှု၊ ပူမှု၊ နာကျင်ကိုက်ခဲမှု၊ စသောမခံသာမှု ဒုက္ခဝေဒနာများဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ထိုမခံသာမှုကိုပင် စူးစိုက်၍ “ညောင်းသည် ညောင်းသည်၊ ပူသည် ပူသည်၊ နာသည် နာသည်” စသည်ဖြင့် ရှုနေရမည်။ ထိုမခံသာမှု ပျောက်ငြိမ်းသွားသောအခါ ဖောင်မှုပိန်မှုကိုသာလျှင် ရှုမြဲမပြတ်ရှုနေရမည်။ သို့ရာတွင်-ညောင်းမှုပူမှု စသည် ပြင်းထန်လှ သဖြင့် အလွန်မခံသာလှသောအခါ လက်၊ ခြေ၊ ကိုယ်၊ အနေအထိုင်များကို ပြောင်းလဲပြုပြင်ပေးရ၏။ ထိုအခါ လှုပ်ရှားပြုပြင် ပေးသော ကိုယ်အမူအရာများကို စူးစိုက်၍ “ကွေးသည် ကွေးသည်၊ ဆန့်သည် ဆန့်သည်၊ လှုပ်သည် လှုပ်သည်၊ ရွေ့သည် ရွေ့သည်၊ ကြွသည် ကြွသည်၊ ချသည် ချသည်” စသည်ဖြင့် သူဖြစ်ပေါ်သည့်အတိုင်း အစဉ်မပြတ် လိုက်၍ရှုသွား ရသည်။ ထိုအမူအရာပြီးဆုံးသွားသောအခါ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကိုသာ ပြန်၍ရှုမြဲပင် ရှုနေရမည်။

တစ်စုံတစ်ရာကို “ကြည့်မိလျှင် ကြည့်သည်မြင်သည်၊ ကြည့်သည်မြင်သည်”ဟု ရှုရသည်။ မကြည့်ဘဲအလိုလို မြင်သွားလျှင် မြင်သည် မြင်သည် ဟုရှုရသည်။ နားထောင်မိလျှင် “နားထောင်သည် ကြားသည်၊ နားထောင်သည် ကြားသည်” ဟု ရှုရသည်။ အလိုလိုကြားရလျှင် “ကြားသည် ကြားသည်”ဟု ရှုရသည်။ စဉ်းစားမိလျှင် “စဉ်းစားသည် စဉ်းစားသည်”ဟု ရှုရသည်။ ပြီးလျှင် ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ရှုမြဲပင်ရှုနေရသည်။

ထိုင်ရာမှထသောအခါ၊ ရပ်သောအခါ၊ လှဲအိပ်သောအခါ၊ စသည်တို့၌လည်း ပြုတိုင်းပြုတိုင်းသော ကိုယ်အမူအရာ များကို စေ့စေ့စပ်စပ်ရှုလျက်သာ ပြုပြင်ရသည်။ လမ်းလျှောက်သွားသောအခါ၌ ခြေလှမ်းတိုင်း၊ ခြေလှမ်းတိုင်း လှုပ်ရှားမှုများ ကို အစမှအဆုံးတိုင် သေသေချာချာ သိအောင်စူးစိုက်၍ “သွားသည် သွားသည်”ဟု ဖြစ်စေ၊ “လှမ်းသည် လှမ်းသည်”ဟု ဖြစ်စေ၊ “ကြွသည် လှမ်းသည် ချသည်”ဟု ဖြစ်စေ၊ စေ့စေ့စပ်စပ် ရှုလျက် ရှုလျက်သာ သွားရသည်။

အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့်ဆိုလျှင် ကွေးမှု ဆန့်မှုစသော လက်လှုပ်ရှားပြုပြင်မှု ဟူသမျှကို ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း သိအောင် ရှုရသည်။ ကိုယ်ထဲ စိတ်ထဲ၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝေဒနာဟူသမျှကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း သိအောင်ရှုရသည်။ စိတ်ကူး စဉ်းစားမှု ဟူသမျှကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း သိအောင်ရှုရသည်။ ဤလိုအကြောင်းထူးများမရှိဘဲ ငြိမ်လျက်ထိုင်နေသောအခါ လဲလျောင်းနေသော အခါများမှာ ကိုယ်ထဲမှ ထင်ရှားသော အတွေ့အထိတစ်ခုခုကို မပြတ်ရှုနေရသည်။ ဤ၌ကား အထူးထင်ရှား၍ ပြောပြရန် လွယ်ကူသော ဖောင်းမှု ပိန်မှုကိုသာပင်တိုင်ထား၍ ရှုရန် ညွှန်ကြားထားပေသည်။ သို့သော် အလိုရှိပါလျှင် ပထမက ပြခဲ့သော ထိုင်မှု ထိမှုတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ဝင်လေ ထွက်လေ၏ ထိမှုကိုလည်းကောင်း၊ ပင်တိုင် ထား၍လည်း ရှုနိုင်သေး၏။

ပေါ်ရာ ပေါ်ရာကို အလွယ်တကူရှုနိုင်သော အခါ၌ကား ဤကဲ့သို့ပင်တိုင် ရှုစဉ်းထားရန်မလိုတော့ပြီ။ မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း နံသိတိုင်း စားသိတိုင်း ထိသိတိုင်း ကြံသိတိုင်း ပေါ်သမျှကို ဖြစ်ပေါ်လာစဉ်အတိုင်းပင် ရှုသွားရသည်။

ယောဂီသည် ဤနည်းဖြင့် မပြတ်ရှုနေလျှင် သတိဉာဏ်အား ရှိလာသောအခါမှာ တစ်စက္ကန့်အတွင်းမှာပင် စိတ်အကြိမ် ပေါင်းများစွာ ဖြစ်ပျက်နေသည်ကို ကိုယ်တိုင်ပင်တွေ့သိရ၏။ သို့သော် ရှုခါစယောဂီမှာ ထိုမျှလျှင်မြန်စွာ မသိနိုင်သေးပေ။ ဤအရာ၌ စာဖတ်သင်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ကောင်းကောင်းတတ် ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ စာဖတ်ရေးပုံ မြန်ပုံများနှင့် နှိုင်းယှဉ်၍ သိနားလည် အပ်၏။ သို့သော် အားထုတ်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း တစ်စက္ကန့် တစ်စက္ကန့်လျှင် ရှုသိမှုတကြိမ်၊ တစ်ကြိမ်ကျ မနည်းရှုသိနိုင် အောင် မမြဲမပြတ်အားထုတ်၍ ရှုနေရသည်။

ဝိပဿနာအားထုတ်ပုံအကျဉ်းပြီး၏။

ဝိပဿနာသမာဓိဉာဏ် မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

ယခုပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း တစ်စက္ကန့် တစ်စက္ကန့်မှာရှုသိမှုတကြိမ် တကြိမ်ထက်မနည်း မပြတ်ရှုနိုင်ရန် အားထုတ်နေသော်လည်း အားထုတ်ခါစပုဂ္ဂိုလ်မှာ မရှုမိဘဲ မေ့သွားသော ကိုယ်အမူအရာ စိတ်အမူအရာတို့လည်း များစွာပင်ရှိပေလိမ့်မည်။ သမထဝိပဿနာက ပြခဲ့သည့်အတိုင်း တခြားတပါးသို့ ရောက်နေသော နီဝရဏ စိတ်များလည်း များစွာပင်ရှိပေလိမ့်မည်။ အထူးမှာ သမထလုပ်ငန်းစဉ်၌ မေ့သောစိတ် အခြားသို့ သွားသောစိတ်များကို ရှုရန်မလိုပြီ၊ ရှုမြဲသမထအာရုံကို ပြန်၍ရှုရန်သာ လိုပေသည်။

ဤဝိပဿနာလုပ်ငန်းစဉ်ကား ထိုမေ့သွားသည့် စိတ်များတခြားသို့ ထွက်သွားသည့်စိတ်များကိုလည်း ရှုသိရ၏။ ထိုသို့ရှုသိပြီးမှ ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှုစသော ရှုမြဲကို ပြန်၍ရှုသွားရပေသည်။ ဤကားသမထနှင့် ဝိပဿနာတို့၌ နီဝရဏကို ပယ်ခြင်းနှင့်စပ်၍ လုပ်ငန်းစဉ် ထူခြားပုံတစ်ရပ်ပေတည်း။

(သမထဘာဝနာမှာ တစ်ခုတည်းသောအာရုံ၌ စိတ်တည်တံ့နေအောင် သမထအာရုံကို သာမပြတ်ရှုနေရ၏။ သမထအာရုံ မဟုတ်သော ရုပ်နာမ်အာရုံကိုကား ရှုရန်တာဝန်မရှိ၊ ထို့ကြောင့် တစ်ရံတစ်ခါ၌ ကြံစည်စဉ်းစားနေသော နီဝရဏစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာသော်လည်း ၎င်းတို့ကား ရှုရန်မလို၊ ပယ်ရန်သာလို၏။

ဝိပဿနာဘာဝနာမှာမူ ဒွါရ ၆-ပါးကဖြစ်ပေါ်သမျှ ရုပ်နာမ်တို့ကို ရှုရသောကြောင့် တစ်ရံတစ်ခါ၌မရှုမိဘဲ မေ့လျက် တခြားကို စဉ်းစားမိသော စိတ်များလိုချင်နှစ်သက်မှု စသော နီဝရဏစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ထိုစိတ်များကိုလည်း ရှုအပ်သည်သာ၊ မရှုမိလျှင် ထိုစိတ်များ၌လည်း နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တ၊ ဟု စွဲလမ်းမှု ကျရောက်မည် ချည်းသာ၊ သို့ဖြစ်၍ ထိုသို့သောစိတ်များဖြစ်ပေါ်လာလျှင် သမထအလုပ်မှာကဲ့သို့ (အသတိအမနသိကာရ) နှလုံးမသွင်းဘဲ ထားရုံမျှဖြင့် ကိစ္စမပြီးသေး၊ ၎င်းတို့ကိုလည်း သဘာဝလက္ခဏာ သာမညလက္ခဏာ တို့ဖြင့် မှန်ကန်စွာ သိအောင် ရှုမှသာလျှင် စွဲလမ်းမှုကင်းစေနိုင်၍ ဝိပဿနာ ကိစ္စပြီးပေသည်။ (ဤကားထပ်၍ရှင်းချက်ဖြစ်သည်။)

ဤသို့ရှုဖန်များသောအခါ တခြားသို့ ပျံ့လွင့်သောစိတ်မှာ မရှိသလောက်ပင် ကင်းငြိမ်းနေလိမ့်မည်။ တခြားသို့ စိတ်ထွက်လျှင်လည်း ချက်ချင်းပင်သိနိုင်၍ ချက်ချင်းပင် ထိုစိတ်ပြတ်စဲသွားလိမ့်မည်။ တစ်ရံတစ်ခါမှာ တခြားသို့ထွက်ရန် စိတ်ဦးလှည့်လိုက်သည်ကိုပင် ရှုသိနိုင်၍တခြားသို့ မထွက်တော့ဘဲ ရှုမြဲပင်တစ်စဉ်တည်း အခြေမပျက် ရှုသိနေနိုင်သည်ကိုလည်း တွေ့ရလိမ့်မည်။ ထိုအခါမှ ရှုရာ၊ ရှုရာအာရုံ၌ ကပ်ကနဲ၊ ကပ်ကနဲအံကျ ကိုက်လျက်တည်တည်နေသော သမာဓိသည် ဝိပဿနာခဏိက သမာဓိမည်၏။ ကာမစ္ဆန္ဒစသော နီဝရဏတို့မှ ကင်းနေသောကြောင့် သမထလမ်းက ဥပစာရသမာဓိနှင့်လည်း ညီမျှ၏။ ပျံ့လွင့်ပြေးသွားနေသော ထိုနီဝရဏနှင့် ရောနှောခြင်းမရှိဘဲ ရှုသိမှုဘာဝနာစိတ်ချည်း ရှေ့နောက် တစ်စိတ်တည်း စင်ကြယ်လျက် ရှိသောကြောင့် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိလည်းမည်၏။

ထိုအခါ ရှုတိုင်း၊ ရှုတိုင်း ရှုမိသည့် ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှု စသော ရုပ်အပေါင်းကို အသိနာမ်နှင့်လည်းကောင်း၊ အခြားရုပ်များနှင့်လည်းကောင်း၊ မရောယှက်စေဘဲ သီးသန့်ပိုင်းခြား၍ သိ၏။ ရှုမှု၊ သိမှု၊ မြင်မှု စသော နာမ်အပေါင်းကိုလည်း ရုပ်နှင့်လည်းကောင်း၊ အခြားနာမ်များနှင့်လည်းကောင်း မရောယှက်စေဘဲ သိခြားပိုင်းခြား၍ သိ၏။ တစ်ကြိမ်၊ တစ်ကြိမ် ရှုခိုက်မှာပင် ကိုယ်ရုပ် အသိစိတ်ကို တစ်ခြားစီပိုင်းခြား၍သိ၏။ ဤသို့နာမ်နှင့် ရုပ်ကို ပိုင်းခြား၍ သိခြင်းသည် နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်မည်၏။

ထိုသို့သိဖန်များသောအခါ “ဤကိုယ်ထဲ၌ ဖောင်းမှု ပိန်မှု လှုပ်ရှားမှုစသော (အာရုံကို မသိတတ်သည့်) ရုပ်တရားနှင့် သိမှု၊ မြင်သိမှု စသော (အာရုံကိုသိတတ်သည့်) နာမ်တရားဟူ၍ ရုပ်နာမ် ၂-မျိုးသာရှိသည်။ ဤရုပ်နာမ်မှတစ်ပါး ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါကောင်မည်သည် မရှိတော့ပြီ”ဟု သိမြင်သဘောကျ၏ ရှုနေရင်းပင် ဤသို့သိမြင် သဘောကျသွားခြင်းသည် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိမည်၏။

ထို့နောက်ဆက်လက်၍ အားထုတ်နေလျှင် ရှုတိုင်း၊ ရှုတိုင်း အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်၍ ထိုရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်ကိုလည်း သိမြင်သဘောကြလာ၏။ သိပုံကား ကွေးချင် ဆန့်ချင်၊ လှုပ်ရှားပြုပြင်ချင်သောစိတ်ကြောင့် ကွေးရပ်၊

ဆန့်ရုပ်၊ လှုပ်ရှားပြုပြင်ရုပ်များ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်ကိုလည်းကောင်း၊ အအေးဓာတ်ကြောင့် ပူရုပ်၊ အေးရုပ်များ ပြောင်းလဲ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်ကိုလည်းကောင်း၊ အစာအာဟာရကြောင့် ရုပ်သစ်များ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်ကိုလည်းကောင်း၊ မျက်မှောက် တွေ့လျက် သိမြင်သဘောကျ၏။

ထို့ပြင် မျက်စိနှင့်အဆင်း၊ နားနှင့်အသံ စသည်ရှိ၍မြင်မှု ကြားမှု စသည်တို့ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်ကို လည်းကောင်း၊ ဖောင်းမှု ပိန်မှုစသော ရူစရာအာရုံရှိ၍ ရှုသိမှု ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို လည်းကောင်း၊ နှလုံးသွင်းမှုရှိ၍ ထိုထိုအာရုံများဆီသို့ စိတ်က ရောက်ရောက်သွားသည်ကိုလည်းကောင်း မျက်မှောက်တွေ့လျက် သိမြင်သဘောကျ၏။

ထို့ပြင် “ကောင်းသည်၊ ချမ်းသာသည်”ဟု ထင်သော အဝိဇ္ဇာကောင်းစားချမ်းသာချင်သော တဏှာတို့ကြောင့် ကြံစည် အားထုတ်ပြုလုပ်နေကြသည်ကိုလည်းကောင်း၊ ထိုပြုလုပ်မိရာကိုပင် စွဲလမ်း၍ စိတ်ဝိညာဏ်အသစ် အသစ် ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို လည်းကောင်း၊ သေခြင်းဟူသည်မှာလည်း ရှုသိရသော ဤစိတ်ကလေးမျိုး နောက်ဆုံး ပျောက်ကွယ်သွားခြင်းပင်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ဘဝသစ်ဖြစ်ခြင်း ဟူသည်မှာလည်း မှီရာရုပ်နှင့်တကွ ဤစိတ်ကလေးမျိုး အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းပင် ဟူ၍ လည်းကောင်း ဤသို့စသည်ဖြင့်လည်း သိမြင်သဘောကျ၏။

ဤသို့အကြောင်းတရားပါ သိမြင်ခြင်းသည် ပစ္စယပရဂ္ဂဟဉာဏ်မည်၏။

ဤသို့အကြောင်းနှင့်အကျိုးမျှသာ ဆက်စပ်လျက်ဖြစ်နေသည်ကို သဘောကျသောအခါ “ရှေးကလည်းဒီလို အကြောင်းအကျိုး ရုပ်နာမ်မျှသာ ရှိခဲ့သည်၊ နောင်လည်း ဒီလိုအကြောင်းအကျိုး ရုပ်နာမ်မျှသာရှိမည်” ဟူ၍လည်း သိမြင် သဘောကျ၏။ ဤသို့ သိမြင် သဘောကျခြင်းသည် ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ မည်၏။

အကြောင်းအကျိုး ရုပ်နာမ်မျှသာရှိသည်ဟု မသိသေးမီက ထိုရုပ်နာမ်များကိုပင် အတ္တကောင်၊ ငါကောင်၊ ထင်မှတ်၍ “ရှေးကလည်း ငါရှိခဲ့လေသလော? ယခုမှဘဲ ရှိလာလေသလော? ဒီငါဟာ သေပြီးသည့် နောက်မှာလည်း ရှိဦးမည်လေလော” ဟု ဤသို့ တွေးတောယုံမှားမှုမျိုး ဖြစ်ပေါ်နိုင်၏။ ယခုကား ထိုယုံမှားမှုမျိုး မဖြစ်နိုင်တော့ပြီ၊ ထိုယုံမှားမှုမျိုးကို လွန်မြောက် သွားပြီဟု ဆိုလို၏။

ဆက်လက်၍ အားထုတ်နေလျှင် ရှုတိုင်း ရှုတိုင်းသော ရုပ်နာမ်များသည် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးလျှင် ပျောက်ပျောက် သွားကြသည်ကိုသာ တွေ့ရသောကြောင့် မမြဲဟူ၍လည်း သုံးသပ်ဆင်ခြင်မိ၏။ အနိစ္စသမ္မသနဉာဏ် ပင်တည်း။

ဖြစ်လိုက် ပျက်လိုက်နှင့် ဖြစ်ပျက်မှုကမပြတ် နှိပ်စက်နေသည်ကိုသာ တွေ့ရသောကြောင့် နှစ်သက်သာယာဖွယ် အားကိုးဖွယ်မရှိ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဆင်းရဲချည်း” ဟူ၍လည်း သုံးသပ်ဆင်ခြင်မိ၏ ဒုက္ခသမ္မသနဉာဏ်ပင်တည်း။

ကိုယ့်အလိုအတိုင်း မဖြစ်မှု၍ သူ့သဘောအတိုင်းသာ ဖြစ်ပျက်နေသည်ကို တွေ့ရသောကြောင့် “အစိုးရသော အတ္တကောင် ငါကောင်မဟုတ်၊ အနတ္တသဘောတရားချည်း” ဟူ၍လည်း သုံးသပ်ဆင်ခြင်မိ၏။ အနတ္တသမ္မသနဉာဏ်ပင် တည်း။

ဤသို့သုံးသပ်ဆင်ခြင်၍ အားရသောအခါ မသုံးသပ်မဆင်ခြင်တော့ဘဲ ရှုရုံသာရှုလျက်ရှိ၏။ ထိုအခါ ရှုရင်းရှုရင်း ရှုမိသောအာရုံ၏ အစဖြစ်ပေါ်လာပုံကိုလည်း ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ သိရ၏။ ထိုအာရုံ၏ တိကနံ ပြတ်ဆုံးသွားပုံကိုလည်း ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ သိရ၏။ အလင်းရောင်များ၊ နှစ်သိမ့်အားရမှုများ စိတ်အေးချမ်းသာမှုများ၊ ဘုရားတရားနှင့်စပ်သော သဒ္ဓါ ကြည်ညိုမှုများ၊ ထက်သန်သော အာထုတ်လိုမှုများ၊ ဝမ်းသာမှုများ၊ အလွန်လျင်မြန်သန့်ရှင်းသော သိမှုများ၊ ရှုစရာ အာရုံတွေကို အလွတ်မရှိအောင် အမှတ်ရလျက် ရှုနိုင်မှုများ၊ အထူးကြောင့်ကြမပြုရဘဲ ရှုနိုင်မှုများ၊ ရှုရသည်၌ ပျော်လျက် နှစ်သက်သာယာမှုများ ဟူသော ဤထူးခြားသော သဘောတရားတို့သည်လည်း ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ကုန်၏။ ထို့ကြောင့် ယောဂီသည် မိမိ၏ ဖြစ်မှုများကို မပြောရဘဲ မနေနိုင်လောက်အောင် ဝမ်းသာ တက်ကြွလျက်ရှိတက်ကြွ၏။ တရားထူးကို ရပြီ ဟူ၍လည်း ထင်မှတ်၏။ နုသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်နှင့် မဂ်ဖိုလ် ပေတည်း။

ထိုအလင်းရောင် စသည်တို့ကို “တရား” မဟုတ်သေး ဟူ၍လည်းကောင်း၊ “ပေါ်လာသမျှကို ရှုရုံမျှ မပြတ်ရှုနေခြင်း သည်သာ တရားထူးကိုရရန် ဝိပဿနာလမ်းမှန်ဖြစ်သည်” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ကျမ်းဂန်ဗဟုသုတအရဖြစ်စေ ဆရာသမား တို့က စကားအဖြစ်စေ ယုံကြည်ဆုံးဖြတ်ရ၏။ ထိုသို့ဆုံးဖြတ်လိုက်ခြင်းသည် ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ မည်၏။

ထိုသို့ဆုံးဖြတ်ပြီးနောက် ဆက်လက်၍ရှုနေလျှင် ထိုအလင်းရောင်နှစ်သိမ့်အားရမှု စသည်တို့သည် တဖြည်းဖြည်း နည်း၍ သွား၏။ ရှုသိမှုမှာလည်းသာ၍ ရှင်းလင်း၏။ ခြေတစ်ကွေး တစ်ဆန့်အတွင်း ခြေတစ်လှမ်းအတွင်းမှာ တစ်နေရာမှ

တစ်နေရာသို့ မရောက်ဘဲ တရွေ့ချင်း တစ်ရွေ့ခြင်း ပျက်သွားသော လှုပ်ရှားမှုပေါင်းများစွာတို့ကို တစ်ပိုင်းစီ တစ်ပိုင်းစီ ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ သိရ၏။ ဥပက္ခိလေသမှ လွတ်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ပေတည်း။

ထိုဉာဏ်အား ကောင်းလာသောအခါ အသိသည် တိုး၍ လျင်မြန်လာ၏။ ထို့ကြောင့် အာရုံ၏ အစဖြစ်မှုထက် အဆုံး ပျောက်မှုက သာ၍ထင်ရှားစွာ တွေ့ရ၏။ ရှုရသောအာရုံများမှာ ကုန်ဆုံး ပျက်နေသကဲ့သို့ ထင်ရ၏။ လက်၊ ခြေ၊ ခေါင်း၊ စသော ပုံသဏ္ဍာန် အထည်ဒြပ်ကို မတွေ့ရတော့ဘဲ တရိပ်ရိပ် ပျောက်ပျောက်နေသည်ကိုသာ ရှုတိုင်းရှုတိုင်းတွေ့ရ၏။

ရှုသိသော စိတ်ကလေးပါ သူ့အာရုံနှင့်အတူ ရှေ့နောက် ဆင့်လျက် တစ်ပါတည်း ပျောက်ပျောက်သွားသည်ကို တွေ့ရ၏။ ဤသို့ ရှုတိုင်း၊ ရှုတိုင်း အာရုံရော အသိစိတ်ပါ တစ်စုံလုံး တစ်စုံလုံး ပျောက်ပျောက်သွားသည်ကို သိခြင်းသည် ဘဂံဉာဏ်မည်၏။

ရှုတိုင်းသိတိုင်း အာရုံရော အသိစိတ်ပါ တစ်ပျက်တည်း ပျက်နေသည်ကိုသာ တွေ့ရသောကြောင့် “ကြောက်စရာ ကောင်းသည်” ဟု ထင်မြင်သဘောကျလာ၏ ဘယဉာဏ်ပေတည်း။

“မကောင်းဘူး” ဟု အပြစ်လည်းမြင်လာ၏။ အာဒိနဝဉာဏ်ပေတည်း။

“နှစ်သက်ပျော်မွေ့ဖွယ် မရှိ၊ ပျင်းရိငြီးငွေ့ဖွယ်” ဟူ၍လည်း ထင်မြင်လာ၏။ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ပေတည်း။

“ဒီလိုဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်တွေမရှိမှ ကောင်းမည်” ဟု ရုပ်နာမ်ဆင်းရဲများမှ လွတ်မြောက်ရန် မျှော်ကြည့်သော ဉာဏ်လည်း ဖြစ်လာ၏။ မုဉ္ဇိတုကမျတာဉာဏ် ပေတည်း။

ထိုအခါလွတ်မြောက်စေရန် အထူးကြောင့်ကြပြု၍ တစ်ဖန်ရှုသဖြင့် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောတို့ကို ရှင်းလင်းစွာ သိမြင်၏။ အထူးအားဖြင့် ဒုက္ခသဘောများကို အလွန်ထင်ရှားစွာ တွေ့ရတတ်၏။ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ပေတည်း။

ထိုပဋိသင်္ခါဉာဏ် အားပြည့်သောအခါ ရှုသိမှုသည်ကြောင့်ကြမစိုက်ရဘဲ သူ့အလိုလိုပင် သိလျက်သိလျက် နာရီ စက်များကဲ့သို့ သွားနေ၏။ အကောင်းအဆိုးအာရုံ၏ သဘောနောက်သို့ မလိုက်ဘဲ သိရုံမျှသိရုံမျှသာ လျစ်လျူလျက် ရှိနေ၏။ အလွန်ပင်ညင်သာသိမ်မွေ့လှပ၏။ သူ့အရှိန်နှင့်သူ သိလျက်သိလျက် သွားနေသည်မှာ တစ်နာရီ နှစ်နာရီ သုံးနာရီလည်း ကြာသွားတတ်၏။ ထိုမျှကြာသော်လည်း ညောင်းညာပင်ပန်းခြင်းကားမရှိပေ။ ဤသို့အကောင်း အဆိုးအာရုံ နောက်သို့လည်း မလိုက်ကြောင့်ကြလည်းမစိုက်ရဘဲ သဘောမှန်ကို သိရုံမျှကြာရှည်စွာ သိသိသွားနေခြင်းသည် သင်္ခါရပေက္ခာ ဉာဏ်မည်၏။

ဤသို့သူ့အရှိန်နှင့်သူ သိလျက်သိလျက် အလိုလိုသွားနေရာထဲက အထူးသွက်လက်လျှင်မြန်သော အသိကလေးများ ဖြစ်ပေါ်လာပြန်၏။ ထိုအသိကလေးများမှာ ဝုဋ္ဌာနမည်သော မဂ်ဆီသို့တဟုတ် ထိုးတက်သွားသော ဝုဋ္ဌာနဂါမိနိဝိပဿနာ ဉာဏ်မည်၏။

ထိုထူးခြားသော အသိကလေးများမှာလည်း ထိုခဏ၌ ဒွါရ ၆-ပါးတွင် ထင်ရှားပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်အာရုံကိုပင် မမြဲဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆင်းရဲဟူ၍သော်လည်းကောင်း အနတ္တဟူ၍သော်လည်းကောင်း” သိမြင်လျက် ဖြစ်ပေါ်ပေသည်။ ထိုတွင် နောက်ဆုံးအကြိမ်အသိမှာ ပရိကံဥပစာ အနုလုံခေါ် ဇောသုံးခုပါဝင်သော အနုလောမဉာဏ်ပေတည်း။ ရှေးဝိပဿနာ ဉာဏ် နောက်မဂ်ဉာဏ်တို့နှင့် သင့်လျော်စွာ ဖြစ်သောဉာဏ်ဟု ဆိုလို၏။

ရှေးရင့်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မှစ၍ ဤအနုလောမဉာဏ်တိုင်အောင် ဉာဏ် ၉-ပါးအပေါင်းသည် ပဋိပဒါ ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိမည်၏။

ထိုဉာဏ်အခြားမဲ့၌ အသိစိတ်သည် ရုပ်နာမ်ဆင်းရဲချုပ်သော နိဗ္ဗာန်အာရုံသို့ကျရောက်သွား၏။ ဂေါတြဘုဉာဏ် ပေတည်း ပုထုဇဉ်အနွယ်ကိုဖြတ်ကာ အရိယာအနွယ်သို့ ဝင်ရောက်သွားသော ဉာဏ်ဟုဆိုလိုသည်။

ထို့နောက်နိဗ္ဗာန်ကိုပင် မျက်မှောက်တွေ့သိမြင်လျက် သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။ ထိုတွင်မဂ်ဉာဏ်ကို ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိဟု ခေါ်သည်။

ထိုမဂ်ဖိုလ် ဖြစ်ခိုက်အချိန်မှာ တစ်စက္ကန့်မျှပင်မကြာပေ။ ထို့နောက်ထူးခြားစွာ တွေ့သိရသော မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်တို့ကို ပြန်လည်၍ ဆင်ခြင်မိ၏။ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ပေတည်း။

ဤအစဉ်အတိုင်း ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်တိုင်အောင် ပြည့်စုံစွာတွေ့မြင်သော သူသည် သောတာပန်အဖြစ်သို့ ရောက်နေ သောသူပေတည်း။

သောတာပန်မှာ-

၁။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ-ရုပ်နာမ်အပေါင်းကို အတ္တကောင်ဟု ထင်မှတ်ခြင်း။

၂။ ဝိစိကိစ္ဆာ-ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာအကျင့်သိက္ခာတို့နှင့် စပ်၍ယုံမှားခြင်း။

၃။ သီလဗ္ဗတပရာမာသ-အရိယာမဂ်လမ်းအကျင့်မှ တစ်ပါးသော အလေ့အကျင့်များကို နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကောင်းဟု ယုံကြည်ယူမှားခြင်း။

ဟူသော ဤသံယောဇဉ်သုံးပါးကင်းငြိမ်း၏။ ထို့ပြင် ငါးပါးသီလလည်းကျိုးခြင်း ပျက်ခြင်းမရှိဘဲ သူ့သဘာဝအတိုင်းပင်လုံခြုံ စင်ကြယ်လျက်ရှိ၏။

ထို့ကြောင့် သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အပါယ် ၄-ပါးမှ လုံးဝလွတ်မြောက်၏။ လူ့ဘုံ၊ နတ်ဘုံတို့မှာလည်း အလွန်ဆုံး ၇-ဘဝမျှသာ ကျင်လည်၍ ၇-ဘဝမြောက်တွင် ရဟန္တာဖြစ်ကာ နိဗ္ဗာန်သို့ ဝင်စံရလေသည်။

ထိုသောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိရပြီးသော ဖိုလ်တရားသို့ ဝင်ရောက်ရန် ရည်သန်၍ ဝိပဿနာရှုလျှင် ထိုဖိုလ်သို့ ဝင်ရောက်လျက် ငါးမိနစ်၊ ဆယ်မိနစ်၊ နာရီဝက်၊ တစ်နာရီ စသည်ဖြင့် ဖလသမာပတ်၌ တည်နေနိုင်၏။ ဝသီဘော် နိုင်နင်းလျှင် အလျင်အမြန်လည်းဝင်စားနိုင်၏။ တစ်နေ့လုံး တစ်ညလုံးသော်လည်း ကြာရှည်စွာ ထိုဖလသမာပတ်၌ တည်နေ နိုင်၏။

မရသေးသောမဂ်ဖိုလ်များသို့ ရောက်ရန်ရည်သန်၍ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါးတို့ကို နည်းတူပင် ရူပါမူကား ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ် ဝိပဿနာဉာဏ်များနည်းတူပင် အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပြီးလျှင် ဣန္ဒြေလည်း ရင့်ကျက်ပါမူ သကဒါဂါမိမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ဖြင့်နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့မြင်ကာ သကဒါဂါမိအဖြစ်သို့ ရောက်သွားလေသည်။ သကဒါဂါမိမှာ ကြမ်းတမ်းသော ကာမရာဂနှင့် ဗျာပါဒတို့ ကင်းငြိမ်းသွားပြန်၏။ ထို့ကြောင့် သကဒါဂါမိပုဂ္ဂိုလ်သည် နတ်ဘုံတို့၌ အလွန်ဆုံးနှစ်ဘဝမျှသာ ဖြစ်ပြီးလျှင် ရဟန္တာဖြစ်ကာ နိဗ္ဗာန်သို့ ဝင်စံရလေတော့သည်။

ထိုသကဒါဂါမိ ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း ဖိုလ်ဝင်စားလို၍ ဝိပဿနာရှုလျှင် ရပြီးသောဖိုလ်သို့ရောက်၏။ အထက် မဂ်ဖိုလ်ရောက်ရန် ရည်သန်၍ ဝိပဿနာရှုလျှင်ကားနည်းတူပင် ဝိပဿနာဉာဏ်များ အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပြီးလျှင် အနာဂါမိ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုတွေ့မြင်ကာ အနာဂါမိအဖြစ်သို့ ရောက်သွား၏။ အနာဂါမိမှာကား ကာမရာဂနှင့်ဗျာပါဒတို့ လုံးဝကင်း၏။ ထို့ကြောင့် အနာဂါမိပုဂ္ဂိုလ်သည် ကာမဘုံ၌ တစ်ဖန်မဖြစ်တော့ပြီ။ ရူပ၊ အရူပဗြဟ္မာဘုံတို့၌သာဖြစ်၍ ထိုဘုံ တို့၌ပင် ရဟန္တာဖြစ်ကာ နိဗ္ဗာန်ဝင်စံရလေတော့သည်။

ထိုအနာဂါမိပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း ဖိုလ်ဝင်စားလို၍ ဝိပဿနာရှုလျှင် ရပြီးဖိုလ်သို့ရောက်၏။ အထက်မဂ်ဖိုလ်သို့ ရောက်ရန် ရည်သန်၍ ဝိပဿနာရှုလျှင်ကား နည်းတူပင် ဝိပဿနာဉာဏ်များ အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပြီးလျှင် အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့မြင်ကာ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်သွားလေတော့၏။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ ၁-ရူပရာဂ၊ ၂-အရူပရာဂ၊ ၃-မာန၊ ၄-ဥဒ္ဓစ္စ၊ ၅-အဝိဇ္ဇာဟူသော ဤအကြွင်း သံယောဇဉ် ငါးပါး နှင့်တကွ ကိလေသာ ဟူသမျှအလုံးစုံ ကင်းငြိမ်း၏။ ထို့ကြောင့် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ နောင်တဖန်ဘဝ အသစ်ဖြစ်ခြင်း မရှိတော့ ပြီ။ ထိုဘဝမှာပင် အသက်အပိုင်းအခြား ကုန်ဆုံးသောအခါ ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံရလေတော့သည်။

ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံပြီးသော အချိန်မှစ၍ ဘဝအသစ်ဖြစ်ပေါ်ခြင်းမရှိသောကြောင့် အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်း၊ စသော ဆင်းရဲဟူသမျှမှ လုံးဝလွတ်မြောက်လျှက် ရှိလေတော့၏။ ဤသို့လွတ်မြောက်သွားခြင်း အကျိုးကိုပင် ရည်ရွယ်၍ ဤ ကျမ်းငယ်၏အစဉ်-

အဘယ်ကြောင့်ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်ရသနည်း။ ဟူသောမေးခွန်းကို

နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်၍ အိုခြင်း၊ သေခြင်း၊ စသော ဆင်းရဲဟူသမျှမှ လွတ်မြောက်ရန်အတွက် အားထုတ်ရပေသည်။

ဟုဖြေဆိုခဲ့ပေသည်။

သို့ဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်ကိုရောက်ကာ အိုခြင်းသေခြင်းစသော ဆင်းရဲဟူသမျှမှ လွတ်မြောက်လိုသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဤ ကျမ်း၌ ညွှန်ကြားထားသည့်အတိုင်း အားထုတ်နိုင်ကြ၍ ဆင်းရဲငြိမ်းသောနိဗ္ဗာန်သို့ လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်ကြပါစေ သတည်း။

ဝိပဿနာသမာဓိဉာဏ် မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံပြီး၏။

**နောက်ဆက်တွဲ
ဝမ်းဗိုက်မှလှုပ်ရှားရှုပ်ကို
ရှုအပ်ကြောင်းသာဓက**

ဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းခိုက် ပိန်ခိုက်၌ထင်ရှားသော တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုများသည် ဝါယောဓာတ် ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်ဖြစ်သော ကြောင့် “ဖောင်းသည် ပိန်သည်” ဟုရှုလျက် ၎င်းတောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုတို့ကို မှန်ကန်စွာသိခြင်းသည်-

ရူပံ ဘိက္ခဝေယောနိသော မနသိကရောထ၊ ရူပါနိစ္စတဉ္စ
ယထာဘူတံ သမနုပဿထ၊ ရဟန်းတို့ ရုပ်ကိုသင့်လျော် မှန်ကန်စွာ
နှလုံးသွင်းကြ-ရှုကြကုန်လော့၊ ရုပ်၏ မမြဲခြင်းကိုလည်း ဟုတ်တိုင်း
မှန်စွာ ရှုကြကုန်လော့။ (သံ ၂-၄၂)

အနိစ္စညဝ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုရူပံ အနိစ္စန္ဒိပဿတိ၊ သာဿဟောတိ သမ္မာဒိဋ္ဌိ-ရဟန်းတို့ ရဟန်းသည် မမြဲသည် သာလျှင်ဖြစ်သော ရုပ်ကို မမြဲဟု ရှုမြင်၏။ ထိုရဟန်း၏ ထိုရှုမြင်ခြင်းသည် သမ္မာဒိဋ္ဌိ အမြင်မှန်ပေတည်း။

ဤသို့အစရှိသော ခန္ဓသံယုတ်ဒေသနာ ပါဠိတော်တို့နှင့်လည်း ညီညွတ်၏။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်လာ ခန္ဓမ္မာ နုပဿနာ၌လည်းအတွင်းဝင်၏။ ထို့ပြင်-

ဖောဋ္ဌဗ္ဗ ဘိက္ခဝေ ယောနိသော မနသိကရောထ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ
နိစ္စတဉ္စ ယထာဘူတံ သမနုပဿထ-ရဟန်းတို့ တွေ့ထိရသော အာရုံ
တို့ကို သင့်လျော် မှန်ကန်စွာ နှလုံးသွင်းကြ ရှုကြကုန်လော့၊ တွေ့ထိ
ရသော အာရုံတို့၏ မမြဲခြင်းကိုလည်း ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ရှုကြလော့။
(သံ ၂-၃၅၅)

အနိစ္စယေဝ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဖောဋ္ဌဗ္ဗ အနိစ္စာတိ ပဿတိ၊
သာဿ ဟောတိ သမ္မာဒိဋ္ဌိ-ရဟန်းတို့ . . . ရဟန်းသည် မမြဲသည်
သာလျှင် ဖြစ်ကုန်သော တွေ့ထိရသော အာရုံတို့ကို မမြဲကုန်ဟု ရှုမြင်
၏ ထိုရဟန်း၏ ရှုမြင်ခြင်းသည် သမ္မာဒိဋ္ဌိ အမြင်မှန်ပေတည်း။ (သံ
၂-၃၅)

ဖောဋ္ဌဗ္ဗ အဘိဇာနံ ပရိဇာနံ ဝိရာဇယံ ပဇဟံ သဗ္ဗော
ဒုက္ခက္ခယာယ-ရဟန်းတို့ . . . တွေ့ထိရသော အာရုံတို့ကို ရှေးရှု
သိလျှင်၊ ပိုင်းခြားသိလျှင်၊ တက်မက်ပြယ်စေလျှင်၊ ပယ်စွန့်လျှင်
ဆင်းရဲကုန်ခြင်းငှါ၊ ဆင်းရဲကုန်ရာအရဟတ္တဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်
ပြုခြင်းငှါ ထိုက်ပေ၏။ (သံ ၂-၂၅၀)

ဖောဋ္ဌဗ္ဗအနိစ္စတော ဇာနတော ပဿတော အဝိဇ္ဇာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊
တွေ့ထိရသော အာရုံတို့ကို မမြဲဟု သိမြင်သောသူအား အဝိဇ္ဇာကို

ပယ်အပ်၏။ (အဝိဇ္ဇာ ပျောက်ကင်း၏။) ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်၏။ (သံ ၂-၂၅၉)

ဤသို့အစရှိသော သဗ္ဗဃတနသံယုတ် ဒေသနာပါဠိတော်နှင့်လည်း ညီညွတ်၏ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် လာအာယ တနဓမ္မာနုပဿနာ၌လည်း အတွင်းဝင်၏။ ထို့ပြင်-

ယာစေ ခေါ ပန အဇ္ဈတ္တိကာ ဝါယောဓာတု ယာ စ ဗာဟိရာ ဝါယောဓာတု၊ ဝါယောဓာတုယေ ဝေသာ၊ တံ “နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ နမေသော အတ္တာ” တိ ဧဝမေတံ ယတာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ၊

အကြင်ကိုယ်တွင်း ဝါယောဓာတ်သည် လည်းကောင်း၊ အကြင် ကိုယ်ပ ဝါယောဓာတ်သည် လည်းကောင်းရှိ၏။ ၎င်း ၂-မျိုး လုံးသည် ဝါယောဓာတ်ချည်းသာတည်း၊ ၎င်းဝါယောဓာတ်ကို “ဤ သည်ကား ငါ့ဥစ္စာမဟုတ်၊ ဤသည်ကား ငါမဟုတ်၊ ဤသည်ကား ငါ၏ အတ္တ မဟုတ်”ဟု ဤသို့ အမှန်သိသောပညာဖြင့် ဟုတ်တိုင်း မှန်စွာ ရှုမြင်အပ်၏။ (မ ၂-၈၅။ မ ၃-၂၈၅)

ဤသို့အစရှိသော ဓာတုဒေသနာ ပါဠိတော်နှင့်လည်း ညီညွတ်၏။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်လာ ဓာတု မနသိကာက ကာယာနုပဿနာ၌လည်း အတွင်းဝင်၏။ ထို့ပြင် ဝမ်းဗိုက်၏ တောင့်တင်း လှုပ်ရှားမှု ဝါယောရုပ်သည် ရုပ်ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခသစ္စာတရား ဖြစ်သောကြောင့်-

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ၊ ပဉ္စပါဒါ နက္ခန္ဓာ တိဿ ဝစနိယံ-ရဟန်းတို့ . . . ဒုက္ခအရိယ သစ္စာ ဟူသည် အဘယ်နည်း။ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါးပင်ဟူ၍ ဖြေဆိုအပ်၏။ (သံ ၃-၃၇၃)

ဒုက္ခံ ဘိက္ခဝေ အရိယသစ္စံ ပရိညေယျံ၊ ရဟန်းတို့-ဒုက္ခ အရိယသစ္စာကို ပိုင်းခြားသိအပ်၏။ (သံ ၃-၃၈၂)

ဤသို့အစရှိသော သစ္စာဒေသနာ ပါဠိတော်တို့နှင့်လည်း ညီညွတ်၏။ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ်လာ အရိယသစ္စာ ဓမ္မာနုပဿနာ၌လည်း အတွင်းဝင်၏။

အထက်ပါ သာဓကပါဠိတို့ဖြင့် ဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းမှု ပိန်မှုဟုခေါ်သော တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုကို ရှုအပ်ကြောင်း လည်း ထင်းရှား၏။ ထိုဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ရှုမြင်ခြင်းဖြင့် မှန်ကန်စွာ သိမြင်သော သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်၍ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊ အဝိဇ္ဇာတို့ကို ပယ်နိုင်ကြောင်း၊ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်သို့လည်း ဆိုက်ရောက်နိုင်ကြောင်းလည်း ထင်းရှား၏။

ယထာယထာ ဝါပနဿကာယော ပဏိဟိတော ဟောတိ တထာ တထာနံ ပဇာနာတိ-ထိုရဟန်း၏ ရုပ်ကိုယ်သည် အကြင် အကြင် အခြင်းအရာဖြင့် တည်နေလျှင် ထိုထို အခြင်းအရာအားဖြင့် ထိုရုပ်ကိုယ် ကိုသိ၏။ (ဒီ ၂-၂၃၂၊ မ-၇၁)

အထက်ပါ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ပါဠိတော်၌ “ယထာ ယထာ-အကြင်အကြင် အခြင်းအရာ၊ တထာတထာ-ထိုထို အခြင်းအရာ”ဟူသော စကားတို့ဖြင့် ကိုယ်အမူအရာ အလုံးစုံကို တိုက်ရိုက်ပြလျက်ရှိ၏။ ထိုကိုယ်အမူအရာအလုံးစုံသည်လည်း သက်ဆိုင်ရာ တခြားသုတ်၊ အခြားပါဠိတို့နှင့် အညီဝိပဿနာရှုအပ်သော ရုပ်တရားချည်းသာလျှင်ဖြစ်၏-ထိုကိုယ်အမူအရာ ရုပ်တို့တွင် ဝိပဿနာမရှုကောင်းသော ရုပ်မည်သည် မရှိချေ။ သို့ဖြစ်၍ ဤပါဠိကိုလည်း ဤအရာ၌ သာဓကတစ်ရပ်အဖြစ် ဖြင့် မှတ်အပ်ပေ၏။

ဣဓ ပနေကစ္ဆော ဝုတ္တပ္ပကာရံ သမထံ အနုပ္ပ ဒေတွာဝ
ပဉ္စပါဒါနက္ခန္ဓေ အနိစ္စာဒီဟိ ဝိပဿတိ၊ အယံ ဝိပဿနာ။ (မ-ဋ္ဌ-၁-
၁၁၃)

ဤ(သာသနာ)၌ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား သမထ ပုဗ္ဗင်္ဂမနည်း၌ ပြဆိုခဲ့သော သမထကို မဖြစ်စေတော့ဘဲ ငါးပါးသော
ဥပါဒါနက္ခန္ဓာတို့ကို မမြဲသော အခြင်းအရာစသည်တို့ဖြင့် ရှု၏။ ၎င်းသည် ဝိပဿနာပေတည်း။

အထက်ပါ အဋ္ဌကထာဖြင့် သမထကို အားမထုတ်ဘဲ ဝိပဿနာကပင်စ၍ အားထုတ်ကောင်းသည်ကိုလည်း ပြ၏။

သီလဝတာဝုတော ကောဋ္ဌိက၊ ဘိက္ခုနာ ပဉ္စပါဒါနက္ခန္ဓာ
အနိစ္စတော ဒုက္ခတော။ပ။ အနတ္တတော ယောနိသော မနသိကာတဗ္ဗာ၊
။ပ။ ဌာနံ ခေါ ပနေတံ အာဝုသော ဝိဇ္ဇတိယံ သီလဝါ ဘိက္ခု ဣမေ
ပဉ္စပါဒါ နက္ခန္ဓေ အနိစ္စတော ဒုက္ခတော ။ပ။ အနတ္တတော ယောနိ
သော မနသိကာရောဇ္ဇော သောတာပတ္တိဖလံ သစ္စိကရေယျ။ (သံ ၂-
၁၃၆)

ငါ့ရှင်ကောဋ္ဌိက . . . သီလနှင့် ပြည့်စုံသော ရဟန်းသည် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါးတို့ကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟု
နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ နှလုံးသွင်းအပ် ရှုအပ်၏။ သီလနှင့် ပြည့်စုံသော ရဟန်းသည် ဤဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ငါးပါးတို့ကို အနိစ္စဟု၊
ဒုက္ခဟု၊ အနတ္တဟု နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ နှလုံးသွင်းလျှင် ရှုလျှင် သောတာပတ္တိဖိုလ်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရန် အကြောင်း
ရှိပေ၏။

အထက်ပါ သီလဝန္တသုတ်ဖြင့် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ငါးပါးကို မှန်စွာရှုလျှင် သောတာပန် စသည် ဖြစ်နိုင်ကြောင်း
ထင်ရှားပြ၏။ ဖောင်းမှု ပိန်မှုသည် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ၌ပါဝင်သော ဝါယောရုပ်ပေတည်း။

တံ ကိ မညတိ မာလုကျပုတ္တ၊ ယေ တေ စက္ခု-ဝိညေယျာ
ရူပါ အဒိဋ္ဌာ အဒိဋ္ဌပုဗ္ဗာ န စ ပဿ သိ၊ န စ တေ ဟောတိ
ပဿေယျန္တိ၊ အတ္တိ တေ တတ္ထ ဆန္ဒော ဝါ ရာဂေါ ဝါ ပေမံ ဝါတိ၊
နောဟေတံ ဘန္တေ။ (သံ ၂-၂၉၅)

မာလုကျပုတ္တရဟန်း ယခု မေးမည့် အချက်ကို ဘယ်လိုထင်သလဲ၊ မျက်စိဖြင့်မြင်နိုင်သည့် အကြင်အဆင်း
ရူပါရုံတို့ကို သင်မြင်ဖူးသေး၊ ယခုလည်းမြင်ဆဲမဟုတ်၊ မြင်ရလိမ့်မည်ဟူ၍လည်း သင့်မှာစိတ်ကူး မဖြစ်သေးဘူးဆိုပါတော့၊
ထိုသို့သော အဆင်းရူပါရုံတို့ ၌သင့်မှာ နှစ်သက်ခြင်း၊ တပ်မက်ခြင်း၊ ချစ်ခင်ခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါမည်လောဟု မြတ်စွာဘုရားက
မေးတော်မူ၏။ မဖြစ်နိုင်ပါဟု မာလုကျပုတ္တရဟန်းက ဖြေ၏။ (အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အတွေ့၊ သဘော အာရုံတို့၌လည်း
နည်းတူပင် မေးသည် ဖြေသည်။)

ဧတ္တစ တေ မာလုကျပုတ္တ၊ ဒိဋ္ဌသုတ မုတ ဝိညာ တေသု
ဓမ္မေသု ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊ သုတေသုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊
မုတေ မုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊ ဝိညာတေ ဝိညာတမတ္တံ ဘဝိဿတိ။
(သံ၊ ၂-၂၉၅)

မာလုကျ ပုတ္တရဟန်း မြင်ရ၊ ကြားရ၊ တွေ့ရ၊ သိရသော ဤအာရုံတို့၌လည်း (ရှုနေလျှင်) သင့်မှာမြင်ရသည်၌
မြင်ရုံမျှ ဖြစ်လိမ့်မည်၊ ကြားရသည်၌ ကြားရုံမျှဖြစ်လိမ့်မည်၊ တွေ့ရသည်၌ တွေ့ရုံမျှဖြစ်လိမ့်မည်၊ သိရသည်၌ သိရုံမျှဖြစ်လိမ့်
မည်၊ (မြင်ရုံမျှ စသည်ထက်ပို၍နှစ်သက်ခြင်း မဖြစ်နိုင်အောင် ရှုမှတ်နေရမည်ဟု ဆိုလို၏။ ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှုသည် တွေ့ရသော
သဘောတည်း။)

န သော ရဇ္ဇတိ ရူပေသု၊
ရူပံ ဒိသွာ ပဋိဿတော။
န သော ရဇ္ဇတိ သဒ္ဒေသု၊
သဒ္ဒံ သုတွာ ပဋိဿတော။
န သော ရဇ္ဇတိ ဂန္ဓေသု၊

ဂန္ဓံ ဃာတွာ ပဋိဿတော။
 န သော ရုဇ္ဇတိ ရသေတု၊
 ရသံ ဘောတွာ ပဋိဿတော။
 န သော ရုဇ္ဇတိ ဖဿေသု၊
 ဖဿံ ဖုဿ ပဋိဿတော။
 န သော ရုဇ္ဇတိ ဓမ္မေသု၊
 ဓမ္မံ ဥ တွာ ပဋိဿတော။ (သံ ၂-၂၉၇)

အဆင်းကို မြင်ပြီးလျှင် (၎င်းကို) တစ်ဖန်အမှတ်ရသော သူသည် မြင်ရသော အဆင်းတို့၌ မတပ်မက်ပြီ။

အသံကို ကြားပြီးလျှင် (၎င်းကို) တစ်ဖန် အမှတ်ရသောသူသည် ကြားရသော အသံတို့၌ မတပ်မက်ပြီ။

အနံ့ကို နံပြီးလျှင် (၎င်းကို) တစ်ဖန် အမှတ်ရသောသူသည် နံ့သော အနံ့တို့၌ မတပ်မက်ပြီ။

အရသာကို စားသိပြီးလျှင် (၎င်းကို) တစ်ဖန် အမှတ်ရသောသူသည် စားသိရသော အရသာတို့၌ မတပ်မက်ပြီ။

အတွေ့ကို ထိသိပြီးလျှင် (၎င်းကို) တစ်ဖန် အမှတ်ရသောသူသည် ထိသိရသော အတွေ့တို့၌ မတပ်မက်ပြီ။

သဘောအာရုံကို ကြံသိပြီးလျှင် (၎င်းကို) တစ်ဖန် အမှတ်ရသောသူသည် ကြံသိရသော သဘောအာရုံတို့၌ မတပ်မက်ပြီ။

အထက်ပါ မာလုကျပုတ္တ သုတ်ဖြင့် အာရုံ ၆-ပါးကို ဝိညာဏ် ၆-ပါးဖြင့် သိပြီးလျှင် ချက်ချင်းပင် ရှုလျက် အမှတ်ရသောသူမှာ တပ်မက်ခြင်းစသော ကိလေသာ မဖြစ်နိုင်သည်ကို ပြ၏။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာရှုသူသည် မိမိသန္တာန်၌ လောလောဆယ်ဖြစ်ပေါ်သွားသော မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားသိမှု၊ ထိသိမှု၊ ကြံသိမှုတို့ကို ရှုအပ်ကြောင်း ထင်ရှား၏။ ထိုတွင် ဝမ်းဗိုက် တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုသည် ထိသိမှု၌ အတွင်းဝင်လျက်ရှိ၏။ ထို့ကြောင့်ပင် ဖောင်းခိုက်၊ ပိန်ခိုက်၌ “ဖောင်းသည် ပိန်သည်” ဟု ချက်ချင်းရှုရပေသည်။

သဗ္ဗံ ဘိက္ခဝေ အဘိညေယျံ၊ ကိဇ္ဇဘိက္ခဝေ သဗ္ဗံ
 အဘိညေယျံ၊ စက္ခု ဘိက္ခဝေ အဘိညေယျံ၊ ရူပါအဘိညေယျံ၊
 စက္ခုဝိညာဏံ အဘိညေယျံ၊ စက္ခုသမ္ပယော အဘိညေယျော၊ ယမ္ဗိဒံ
 စက္ခု သမ္ပဿပစ္စယာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ဝေဒယိတံ သုခံ ဝါ ဒုက္ခံ ဝါ အဒုက္ခ
 မုသခံ ဝါ၊ တမ္ဗိ အဘိညေယျံ၊ သောတံ အဘိညေယျံ၊
 သဒ္ဓါအဘိညေယျာ။ပ။ ဃာနံ အဘိညေယျံ၊ ဂန္ဓာ အဘိညေယျာ။ပ။
 ဇိဝှာအဘိညေယျာ၊ ရသာ အဘိညေယျာ။ပ။ ကာယောအဘိညေယျော၊
 ဖောဋ္ဌဗ္ဗအဘိညေယျာ။ပ။ မနောအဘိညေယျော၊ ဓမ္မာအဘိညေယျာ။
 ပ။ (သံ-၃-၂၅၈)

ရဟန်းတို့ အလုံးစုံကို ရှေးရှုပြု၍ သိအပ်၏။ အဘယ်အလုံးစုံကို ရှေးရှုပြု၍ သိအပ်သနည်းဟူမူ ရဟန်းတို့ မျက်စိကို ရှေးရှုပြု၍ သိအပ်၏အဆင်းတို့ကို ရှေးရှုပြု၍ သိအပ်ကုန်၏ မြင်သည့်စိတ်ကို မျက်စိအတွေ့ကို ရှေးရှုပြု၍ သိအပ်၏။ မျက်စိအတွေ့ကြောင့် ချမ်းသာသောခံစားမှု ဖြစ်စေ၊ ဆင်းရဲသော ခံစားမှု ဖြစ်စေ၊ မဆင်းရဲ မချမ်းသာသော ခံစားမှုဖြစ်စေ ဖြစ်ပေါ်၏။ ထိုခံစားမှုကို ရှေးရှုပြု၍ သိအပ်၏။

နားကို ရှေးရှုသိအပ်၏ အသံတို့ကို ရှေးရှုသိအပ်ကုန်၏။ပ။ နှာခေါင်းကို၊ အနံ့တို့ကို ရှေးရှုသိအပ် ကုန်၏။ပ။ လျှာကို အရသာတို့ကို ရှေးရှုသိအပ်ကုန်၏။ပ။ နှလုံးကို၊ သဘောအာရုံတို့ကို၊ ရှေးရှုသိအပ်ကုန်၏။ပ။

အထက်ပါ အဘိညေယျသုတ်ဖြင့် ဒွါရ ၆-ပါး၌ ထင်ရှားပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်အလုံးစုံကို ရှုမှတ်၍ သိအပ်ကြောင်း ထင်ရှားပြ၏။ ဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းမှုပိန်မှုသည် ကာယဒွါရ၌ထင်ရှားသော ဝါယောဖောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်ဖြစ်၍ ၎င်းကိုလည်း ရှုအပ်ကြောင်းထင်ရှား၏။

သဗ္ဗံ ဘိက္ခဝေ ပရိညေယျံ၊ ကိဉ္စ ဘိက္ခဝေ သဗ္ဗံ ပရိညေယျံ၊
စက္ခု ဘိက္ခဝေ ပရိညေယျံ၊ ရူပါပရိညေယျာ၊ စက္ခုဝိညာဏံ
ပရိညေယျံ။ပ။ ကာယောပရိညေယျော၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာပရိညေယျော၊ ကာယ
ဝိညာဏံ ပရိညေယျံ။ပ။မနော ပရိညေယျော၊ ဓမ္မာပရိညေယျော၊ မနော
ဝိညာဏံ ပရိညေယျံ။ပ။ (သံ ၂-၂၅၈)

ရဟန်းတို့ အလုံးစုံ ပိုင်းခြား၍သိအပ်၏။ အဘယ်အလုံးစုံကို ပိုင်းခြား၍သိအပ်သနည်းဟူမူ ရဟန်းတို့
မျက်စိကို ပိုင်းခြား၍ သိအပ်၏။ပ။ အဆင်းတို့ကိုပိုင်းခြား၍ သိအပ်ကုန်၏။ မြင်စိတ်ကို ပိုင်းခြား၍ သိအပ်၏။ပ။ ကိုယ်ကို
ပိုင်းခြား၍ သိအပ်၏။ အတွေ့ကို ပိုင်းခြား၍သိအပ်ကုန်၏။ ထိသိစိတ်ကို ပိုင်းခြား၍ သိအပ်၏။ပ။ နှလုံးကို၊ သဘောအာရုံ
တို့ကို၊ ကြံသိစိတ်ကိုပိုင်းခြား၍ သိအပ်၏။ပ။

အထက်ပါ ပရိညေယျသုတ်ဖြင့်လည်း ဒွါရ ၆-ပါး၌ထင်ရှားပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်အလုံးစုံကိုပင် အဖြစ်အပျက် အနိစ္စ
လက္ခဏာ စသည်တို့ဖြင့် ပိုင်းခြား၍သိအပ်ကြောင်း ထင်ရှားပြ၏။ ဝမ်းဗိုက်၏ဖောင်းမှု ပိန်မှုသည် ကာယဒွါရ၌
ထင်ရှားသော ဝါယောဖောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်ဖြစ်၍ ၎င်းကိုလည်းရှုအပ်ကြောင်းထင်ရှား၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ခြင်းအကြောင်းပြီး၏။

**မဟာစည်ဆရာတော်ဟောကြားသော
ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်များ
ဥပရိပက္ခာသပါဠိတော် သဋ္ဌာယတနဝိဘင်္ဂသုတ်မှ
ဆောင်ပုဒ်များ**

တွင်းပြင် အာယတန၊ ဝိညာဏနှင့်၊ ဖဿခြောက်မည်၊ ကြံစည်စဉ်းစား၊ ဆယ့်ရှစ်ပါးနှင့်၊ သတ္တဝါခြေထောက်၊
သုံးဆယ့်ခြောက်ကို၊ မျက်မှောက်ထင်စွာ၊ သိမြင်ကာဖြင့်၊ ဤမှာမှီဖွယ်၊ ထိုဟာပယ်လော၊ သုံးသွယ်လာရှိ၊ သတိပဋ္ဌာန်၊
မှီဝဲရန်ဟု၊ သုတ္တန်မြတ်စွာ၊ ညွှန်ပြပါသည်၊ သဋ္ဌာယတနဝိဘင်္ဂတည်း။

- ၁။ စိတ်စေ့များစွာ၊ အားထုတ်ရာ၊ ချဲ့ကာအာယတန။
- ၂။ ဆင်းရဲရှည်စွာ၊ ဖြစ်စေတာ၊ မှတ်ပါအာယတန။
- ၃။ စိတ်စေ့နေရာ၊ ထွက်ပေါ်ရာ၊ ဖြစ်ရာအာယတန။
- ၄။ အကြောင်းတစ်ဖြာ၊ ပေါင်းဆုံရာ၊ မှတ်ပါအာယတန။

(က) စက္ခုယတန-မျက်စိအကြောင်း၊ သောတာယတန-နားအကြောင်း၊ ယာနာယတန-နှာခေါင်း အကြောင်း၊ ဇိဝှာ
ယတန လျှာအကြောင်း၊ ကာယာယတန-ကိုယ်အကြောင်း၊ မနာယတန-စိတ်အကြောင်း၊ ဤအတွင်းဘက်အကြောင်း ၆-ပါး
ကို အဇ္ဈတ္တိက အာယတနဟုခေါ်သည်။

(၂) ရူပါယတန-အဆင်းအကြောင်း၊ သဒ္ဓါယတန-အသံအကြောင်း၊ ဂန္ဓာယတန-အနံ့အကြောင်း၊ ရသာယတန-
အရသာအကြောင်း၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာယတန-အတွေ့အကြောင်း၊ ဓမ္မာယတန-သဘောအကြောင်း၊ ဤပြင်ပအကြောင်း ၆-ပါးကို
ဗာဟိရအာယတန ဟုခေါ်သည်။

(၃) စက္ခုဝိညာဏံ-မြင်သိမှု၊ သောတာဝိညာဉ်-ကြားသိမှု၊ ယာနဝိညာဉ်-နံ့သိမှု၊ ဇိဝှာဝိညာဉ်-စားသိမှု၊ ကာယ
ဝိညာဉ်-ထိတွေ့မှု၊ မနောဝိညာဉ်-ကြံသိမှု၊ ဤသိမှု ၆-ပါးကို ဝိညာဉ်ဟုခေါ်သည်။

(၄) စက္ခုသမ္မဿ-မြင်တွေ့မှု၊ သောတာသမ္မဿ-ကြားတွေ့မှု၊ ယာနသမ္မဿ-နံ့တွေ့မှု၊ ဇိဝှာသမ္မဿ-စားတွေ့မှု၊
ကာယသမ္မဿ-ထိတွေ့မှု၊ မနောသမ္မဿ-ကြံတွေ့မှု၊ ဤတွေ့မှု ၆-ပါးကို ဖဿဟု ခေါ်သည်။

ရုပ်နာမ်တို့၏ အမည်နှင့်အရေအတွက်ကို ဆင်ခြင်၍ သိလျှင်ပညတ်ကို သိသည်။ အမှုန့်သဏ္ဍာန်နှင့်တွေ့မြင်လျှင်ပဲ
ပညတ်ကိုမြင်သည်။ ရုပ်နာမ်တို့၏ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို သိပါမှ ပရမတ်အစစ်ကိုသိသည်။

- ၁။ အဆင်းထင်ကြောင်းကောင်းကောင်းကြည်သည်။ (လက္ခဏ) ဆင်းဆီသို့၊ မြင်ပို့ပေးသည်။ (ရသ) သူ့ကိုမှီ၍၊ မြင်မှုဖြစ်သည်။ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်) မျက်စိ၌၊ သိထိုက် ဤသုံးမည်။
- ၂။ မျက်စိထဲ၌၊ တိုက်ခိုက်ပေါ်သည်။ မြင်သိခံရ၊ ကိစ္စရှိသည်။ မြင်မှုရောက်သွား၊ ကျက်စားရာမည်။ အဆင်း၌၊ သိထိုက်ဤသုံးမည်။
- ၃။ မျက်စိမှီရင်း၊ အဆင်းမြင်သည်။ အဆင်းကိုမျှ၊ သူကသိသည်။ အဆင်းဆီရေးရှု၊ သူပြုနေသည်။ မြင်သိ၌၊ သိထိုက်ဤသုံးမည်။
- ၄။ စိတ်နှင့်အဆင်း၊ ထင်လင်းတွေ့သည်။ စိတ်ကိုအဆင်း၌၊ သိထိုက်စေသည်။ မျက်စိအဆင်း၊ မြင်ခြင်းစုံညီ။ မြင်တွေ့၌၊ သိထိုက်ဤသုံးမည်။

(၅) မျက်စိဖြင့်အဆင်းကိုမြင်ပြီးလျှင် ဝမ်းသာဖွယ်အဆင်းကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။ နှလုံးမသာယာဖွယ် အဆင်းကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။ သာမန်အဆင်းကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။ ဤသို့အားဖြင့် မြင်ရာ၌ ဆင်ခြင်စဉ်းစားမှု ၃-ပါး။

- နားဖြင့်အသံကို ကြားပြီးလျှင် ဝမ်းသာဖွယ်အသံကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။ (နည်းတူပင်)။
- နာခေါင်းဖြင့် အနံ့ကိုနံပြီးလျှင် (နည်းတူပင်)။
- လျှာဖြင့်အရသာကို စားသိပြီးလျှင်(နည်းတူပင်)။
- ကိုယ်ဖြင့်အတွေ့ကို ထိသိပြီးလျှင်(နည်းတူပင်)။

စိတ်ဖြင့်သဘောအာရုံကို ကြံသိပြီးလျှင် ဝမ်းသာဖွယ်အာရုံကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။ နှလုံးမသာယာဖွယ် အာရုံကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။ သာမန်အာရုံကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်။ ဤသို့အားဖြင့် ကြံသိရာ၌ ဆင်ခြင်စဉ်းစားမှု ၃-ပါး၊ ဤ ၁၈-ပါး ကို မနောပဝိစာရဟု ခေါ်သည်။

(၆) အာရုံ ၆-ပါး၌ ကာမဂုဏ်နှင့်စပ်သော ဝမ်းသာမှု ၆-ပါး၊ နှလုံးမသာယာမှု ၆-ပါး၊ ဥပေက္ခာ ၆-ပါးဤ ၁၈-ပါးမှာ ဝဇ္ဇနိဿိတသတ္တဝါတို့၏ ခြေထောက်များဖြစ်သည်။ ဤခြေထောက်တို့ဖြင့် သံသရာဝဋ်ထဲ၌ ကျင်လည်နေ ကြသည်။

အာရုံ ၆-ပါး၌ ဝိပဿနာနှင့်စပ်သော ဝမ်းသာမှု ၆-ပါး၊ နှလုံးမသာယာမှု ၆-ပါး၊ ဥပေက္ခာ ၆-ပါး၊ ဤ ၁၈-ပါးမှာ ဝိဝဇ္ဇနိဿိတ သတ္တဝါတို့၏ ခြေထောက်များဖြစ်သည်။ ဤခြေထောက်တို့ဖြင့် သံသရာဝဋ်မှ လွတ်မြောက်ကြရသည်။

အနုပဿနာ ၃-ပါးဆောင်ပုဒ်

- (က) ၁။ ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက အနိစ္စတရား။
- ၂။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်သွားတာက အနိစ္စလက္ခဏာ။
- ၃။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွယ်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရ၍ မမြဲဟုရှုတာက အနိစ္စနုပဿနာဉာဏ်။
- (ခ) ၁။ ဖြစ်ပျက်နှစ်ရပ် နှိပ်စက်အပ်တဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက ဒုက္ခတရား။
- ၂။ ဖြစ်ပျက်နှစ်ရပ် မပြတ်နှိပ်စက်တာက ဒုက္ခ လက္ခဏာ။
- ၃။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ ဖြစ်ပျက်နေတာကို တွေ့ရ၍ ဆင်းရဲဟု ရှုတာက ဒုက္ခနုပဿနာဉာဏ်။
- (ဂ) ၁။ သူ့သဘောအတိုင်းဖြစ်ပျက်နေတဲ့နာမ်ခန္ဓာက အနတ္တတရား။
- ၂။ အလိုအတိုင်းမဖြစ်တာက အနတ္တလက္ခဏာ။
- ၃။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ အလိုအတိုင်းမဖြစ်တာကို တွေ့ရ၍ အစိုးမရ၊ ငါကောင်မဟုတ်ဟု ရှုတာက အနတ္တနုပဿနာဉာဏ်။

အနတ္တနုပဿနာတရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ

- (က) ၁။ ကိုယ်ထဲမှာ အလိုအတိုင်းအစိုးရတဲ့ ငါကောင်ရှိသည်ဟု ထင်တာက သာမီအတ္တစွဲ။
- ၂။ ကိုယ်ထဲမှာ အမြဲတမ်းတည်နေတဲ့ ငါကောင်ရှိသည်ဟု ထင်တာက နီဝါသီသ အတ္တစွဲ။
- ၃။ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်အမှုအရာဟူသမျှကို ငါကောင်ကပင်ပြုလုပ်သည်ဟု ထင်တာက ကာရက အတ္တစွဲ။
- ၄။ အကောင်းအဆိုးဟူသမျှကို ငါကောင်ကပင်ခံစားသည်ဟု ထင်တာက ဝေဒကအတ္တစွဲ။

- (ခ) ၁။ ရှေ့နောက်တရား ခဏပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ်သန္တတိဃနတည်း။
- ၂။ ရုပ်နာမ်အများ၊ သဘောပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ်သမူဟဃနတည်း။
- ၃။ ရုပ်နာမ်အများ၊ ကိစ္စပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ်ကိစ္စဃနတည်း။
- ၄။ နာမ်သဘောများ၊ အာရုံပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်ပေါ်လတ်အာရမ္မဏဃနတည်း။
- ၅။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ မပိုင်းခြား၍၊ လေးပါးဃန၊ ထင်ပေါ်က၊ အတ္တစွဲလမ်းသည်။
- ၆။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ ရှုပိုင်းခြား၍၊ လေးပါးဃန၊ ကြေပျက်မှ၊ အနတ္တဉာဏ်ဖြစ်သည်။
- ၇။ ဉာဏ်မှန်အနတ္တ၊ ပြည့်စုံမှ၊ အရိယမဂ်ဉာဏ်ဆိုက်ရောက်သည်။
- ၈။ ပညတ်အနိစ္စ၊ သိရုံမျှ၊ အနတ္တဉာဏ်မပိုင်။
- ၉။ ပညတ်ဒုက္ခ၊ သိရုံမျှ၊ အနတ္တဉာဏ်မပိုင်။
- ၁၀။ ပရမတ်အနိစ္စ၊ သိမြင်မှ၊ အနတ္တဉာဏ်ပိုင်သည်။
- ၁၁။ ပရမတ်ဒုက္ခ၊ သိမြင်မှ၊ အနတ္တဉာဏ်ပိုင်သည်။
- ၁၂။ လက္ခဏာစစ်တွင်၊ တစ်ခု၊ မြင်၊ အကုန်ပင်သိတော့သည်။

**မဂ်ဝိထိစိတ်ဖြစ်စဉ်တရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ
(ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၂-၃၀၈)**

- ၁။ ဝိပဿနာရှုဆဲ ယောဂီအား အရိယမဂ် ဖြစ်လိုလတ်သော် ထိုအခိုက်၌ထင်ရှားသော အာရုံတစ်ခုခုကို နှလုံးသွင်းလျက် မနောဒွါရဝဇ္ဇန်း စိတ် ရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။
- ၂။ ထို့နောက်ထိုအာရုံကိုပင် မမြဲဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ ဆင်းရဲဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ သဘောတရားမျှ ဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ သိလျက်ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံဟု ခေါ်သော ဇောစိတ်သုံးကြိမ် အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ကြ။
- ၃။ ထို့နောက် ဖြစ်ပျက်မှု သင်္ခါရအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်သို့ ကျရောက်သွားသော ဂေါတြဘူဇောစိတ်ဖြစ်ပေါ်သည်။
- ၄။ ထို့နောက် ထိုချုပ်ငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်၌ပင် သက်ဝင်တည်နေလျက် မဂ်ဇောတစ်ကြိမ်၊ ဖိုလ်ဇောနှစ်ကြိမ်၊ အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ကြသည်။
- ၅။ ထို့နောက် တွေ့သိပြီးကာစဖြစ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တို့ကို ပြန်လှည့်၍ဆင်ခြင်လျက် မနောဒွါရဝဇ္ဇန်းတစ်ကြိမ်၊ ပစ္စဝေက္ခဇော ၇-ကြိမ် ဖြစ်ပေါ်လျှင် ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သွားသည်။

ဤသည်ကား အရိယမဂ် ဝိထိစိတ်အစဉ် ဖြစ်ပုံပေတည်း။

မဂ်ဝင်ပုံ ဥပမာ

၁။ မြောင်းခုန်လိုငြား၊ ယောက်ျားဇာနည်၊
ရှစ်လှမ်းပြေးသွား၊ ဟုန်အားယူပြီ။
နွယ်ကြိုးကိုင်ဆွဲ၊ ခုန်လွှဲလေသည်။
ဟိုဘက်ကျ၊ လွတ်ချကြွကြွတည်း။

မဂ်ဝင်ပုံ ဥပမေယျ

၂။ ဘဝဟိုကမ်း၊ မျှော်တမ်းယောဂီ၊
ဖြစ်ပျက်ဉာဏ်မှ၊ ပြေးစပြုသည်။
ရုပ်နာမ်ကိုင်ဆွဲ၊ သူလည်းခုန်သည်။
နိဗ္ဗာန်တွေ့၊ လွတ်၍ပြေးဝင်သည်။

ဘဝတန်ဖိုးတရားတော်ဆောင်ပုဒ်

ဖြစ်ပျက်နှစ်ဖြာ၊ မမြင်ပါဘဲ၊ တစ်ရာအသက်၊ ရှည်သည်ထက်လည်း၊ ဖြစ်ပျက်နှစ်တန်၊ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို၊ အမှန်မြင်
လျက်၊ ဉာဏ်စဉ်သက်၍၊ တစ်ရက်တာမျှ၊ သက်ရှင်ရသော် လောကလူ့ရွာ၊ ကောင်းမြတ်သာသည်၊ မြတ်စွာဗုဒ္ဓမိန့်ခွန်းတည်း။

**သံယုတ်ပါဠိတော်
(၁-၃၀) အစ္ဆရာသုတ်**

၁။ လမ်းဖြောင့်မည်တွင်၊ ထိုမဂ်ပင်၊ ရပ်ခွင်ဘေးမဲ့နိဗ္ဗာန်ပါ။
၂။ လုံ့လနှစ်လီ၊ ဘီးတပ်သည်၊ မမြည်ရထားထိုမဂ်ပါ။
၃။ ရှက်ကြောက်၊ နှစ်တန်၊ နောက်မှီခဲ၊ ကာရန်အမှတ်သတိပါ။
၄။ ဝိပဿ်ရှေ့သွား၊ မဂ်ဉာဏ်ကား၊ ရထားမောင်းသူဆိုရပါ။
၅။ ဤလိုရထား၊ ရှိသူများ ယောက်ျားမိန်းမလူတိုင်းမှာ။
၆။ မဂ္ဂင်ယာဉ်ကြီး၊ ငြိမ်ငြိမ်စီး၊ အပြီးနိဗ္ဗာန်ဆိုက်ရောက်ပါ။

ဓမ္မပဒ(၃၄၈)ဂါထာ

၁။ ရှေ့၊ နောက်၊ အလယ်၊ သုံးပါးဝယ်၊ ငြိတွယ်စွန့်လွှတ်လိုက်ရမည်။
၂။ ဘဝနက်ဝှမ်း၊ တစ်ဘက်ကမ်း၊ တက်လှမ်းဆိုက်ရောက်ပါလိမ့်မည်။
၃။ အလုံးစုံမှာ၊ စိတ်လွှတ်ခါ၊ ချမ်းသာငြိမ်းအေးပါလိမ့်မည်။
၄။ တစ်ဖန်ဖြစ်ခြင်း၊ အိုသေခြင်း၊ အလျှင်းမရောက်ကင်းလိမ့်မည်။

(က) ရှေ့မှာလည်းလွှတ်ရမည်၊ နောက်မှာလည်းလွှတ်ရမည်၊ အလယ်မှာလည်း လွှတ်ရမည်။

(ခ) သို့လွှတ်လျှင် ဘဝတစ်ဘက်ကမ်းသို့ ရောက်မည်၊ နေရာတိုင်းမှာလည်း စိတ်လွှတ်လပ်မည်၊
ဖြစ်ခြင်း အိုခြင်း၊ သေခြင်းသို့လည်း မရောက်ဘဲ ကင်းမည်။

သံယုတ်နှင့် သုတ္တနိပါတမှ အာဇ္ဇဝကသုတ်

၁။ ကောင်းမြတ်လှစွာ၊ လူ့ဥစ္စာ၊ ဘယ်အရာပေးနည်း၊
ကောင်းမြတ်လှစွာ၊ လူ့ဥစ္စာ သဒ္ဓါတရားတည်း။
၂။ ကောင်းကောင်းလေ့လာ၊ ဘယ်အရာ၊ ချမ်းသာ ဆောင်ပေးပါသနည်း။
ကောင်းကောင်းလေ့လာ၊ တရားဟော၊ ချမ်းသာ ဆောင်ပေးပါသတည်း။

- ၃။ အရသာထဲမှာ၊ ကောင်းလှစွာ၊ ဘယ်အရာပေနည်း။
အရသာထဲမှာ၊ ကောင်းလှစွာ၊ သစ္စာစကားတည်း။
- ၄။ သက်ရှင်ဆဲမှာ၊ ဘယ်လိုဟာ၊ လွန်စွာကောင်းသနည်း။
ပညာဖြင့်သာ၊ သက်ရှင်တာ၊ လွန်စွာကောင်းသတည်း။
- ၅။ ဩဃာရေအလျင်ကို အဘယ်ဖြင့် ကူးမြောက်ပါသနည်း။
သဒ္ဓါတရားဖြင့် ကူးမြောက်ပါသည်။
- ၆။ ရေပြင်ကျယ်ကို အဘယ်ဖြင့်ကူးမြောက်ပါသနည်း။
မမေ့မှုဖြင့် ကူးမြောက်ပါသည်။
- ၇။ ဆင်းရဲကို အဘယ်ဖြင့် ကျော်လွန်ပါသနည်း။
ဝီရိယဖြင့် ကျော်လွန်သည်။
- ၈။ အဘယ်ဖြင့် လုံးဝစင်ကြယ်ပါသနည်း။
ပညာဖြင့် လုံးဝစင်ကြယ်ပါသည်။
- ၉။ ဘယ်သို့ပညာ၊ ရနိုင်ပါ၊ ဥစ္စာဘယ်သို့ရသနည်း။
မမေ့မြော်မြင်၊ ယုံကြည်လျှင်၊ နာချင်ပညာရပေသည်။
သင့်တာပြုက၊ ဇွဲလုံ့လ၊ ထကြွဥစ္စာရပေသည်။
- ၁၀။ ဘယ်သို့ပြုပေ၊ ကျော်စောလေ၊ မိတ်ဆွေဘယ်သို့ရသနည်း။
သစ္စာဖြင့်ပင်၊ ဂုဏ်ပေါ်ထင်၊ ပေးလျှင်မိတ်ဆွေပေါများသည်။
- ၁၁။ ဤလောကမှ၊ ပြောင်းသွားရ၊ ကင်းပစိုးရိမ်ဘယ်သို့နည်း။
လုံ့လသစ္စာ၊ ပေးလှူတာ၊ ပညာဤလေးမည်။
ပြည့်စုံပါလျှင်၊ သဒ္ဓါရှင်၊ နောင်တွင် စိုးရိမ်ကင်းဝေးသည်။

ဟတ္ထကအဇ္ဈာဝကမင်း၏ဂုဏ်ရှစ်ပါး
(အံ- ၃-၅၃)

- ၁၂။ သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ ပြည့်ဝဟိရိ၊
ဩတ္တပံ၊ သုတ၊ စာဂစုံသည်။
ပညာဉာဏ်ကြီး၊ လိုနည်းပေသည်၊
ဟတ္ထက၊ ပြည့်ဝဂုဏ်ရှစ်မည်။

သင်္ဂဟ ဝတ္ထုလေးပါး

- ၁၃။ ပေးကမ်းရက်ရော၊ အပြောချိုသာ၊
သူ့ကျိုးဆောင်ရွက်၊ မပျက်စေရာ။
တန်းတူ ကိုယ်နှင့်၊ အသင့်ထားပါ၊
စည်းလုံးမှု၊ လေးခုသင်္ဂဟ။

မူလပဏ္ဏာသ ပါဠိတော် ရထဝိနိတသုတ်

- ၁။ လိုနည်းရောင့်ရဲ၊ ဖော်ဆိတ်စဲ၊ မစွဲအားထုတ် ကျင့်ပါလေ။
- ၂။ သီလ သမာ၊ ဉာဏ်ပညာ၊ နှစ်ဖြာဝိမုတ်စုံပါစေ။
- ၃။ ကထာဝတ္ထု၊ ဂုဏ်ဆယ်ခု ရှေးရှုကိုယ်မှာထင်ပါစေ။

- ၁။ သူ့လက်ရှိ ကိုယ့်လက်ရှိထက် ကောင်းတယ်ထင်တာက အကြံစား။
- ၂။ မရှိတဲ့ဂုဏ်နဲ့ ထင်ပေါ်ကျော်စောချင်တာက ပါပိစ္ဆာ။
- ၃။ ရှိတဲ့ဂုဏ်ကို ဖော်ပြချင်တာ အတိုင်းထက် အလွန်လိုချင်တာက မဟိစ္ဆာ။

ဤအလိုသုံးပါးကင်းလျှင် အလိုနည်းသောအပ္ပိစ္ဆာ ပုဂ္ဂိုလ်ခေါ်သည်။

- ၁။ ရရာ နိုင်ရာ၊ သင့်တော်ရာ၊ သုံးဖြာရောင့်ရဲသည်။
- ၂။ အဝတ်၊ အစာ၊ ဆေးနေရာ၊ ပွားပါသုံးခုစီ။
- ၃။ ရောင့်ရဲတရား၊ ဆယ့်နှစ်ပါး၊ မှတ်သားကျင့်လည်းကျင့်ရမည်။

- ၁။ တစ်ကိုယ်တည်းနေလျှင် ကာယဝိဝေကပြည့်စုံသည်။
- ၂။ သမာပတ် ရှစ်ပါးဖြင့်နေလျှင် စိတ္တဝိဝေက ပြည့်စုံသည်။
- ၃။ အရိယမဂ်ဖိုလ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုတွေ့မြင်လျှင် ဥပဓိဝိဝေက ပြည့်စုံသည်။

ဝိဇ္ဇာသုံးပါး ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး

- ၁။ သုံးပါးဝိဇ္ဇာ၊ ပု ဒိ အာ၊ ပညာဉာဏ်မျက်စိ။
- ၂။ ရှစ်ပါးဆိုက၊ ထည့်သွင်းရ၊ ဝိ မ စေ ဣ ဒိ။

ဖော်ပြချက်။

- ။ ပု-ပုဗ္ဗေဝါသဉာဏ်၊ ဒိ-ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်၊ အာ-အာသဝက္ခယဉာဏ်၊
- ဝိ-ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မ-မနောမယိဒ္ဓိဉာဏ်၊ စေ-စေတောပရိယဉာဏ်၊
- ဣ-ဣဒ္ဓိဝိဓဉာဏ်၊ ဒိ-ဒိဗ္ဗသောတဉာဏ်။

မဟာသမယဗွဲတော်၌ မဂ်ဖိုလ်ရကြောင်းတရား အကျဉ်းဆောင်ပုဒ်

- ၁။ ရာဂစရိတအတွက် သမ္မာပရိတ္တာဇနိယသုတ် (ခု၊ ၁-၃၃၂) လောကီမင်္ဂလာ၊ တဏှာသုံးသွယ်၊ ချစ်မုန်းပယ်၍၊ မှီတွယ်ကင်းစင် သံယောဇဉ်၊ လွတ်လျှင်ထွက်နိုင်သည်။
- ၂။ ဒေါသစရိတအတွက် ကလဟဝိဝါဒသုတ် (ခု၊ ၁-၄၁၃) နာမ်နှင့်၊ ရုပ်-က၊ ဖဿပေါ်ကာ၊ သာယာစဖွယ်၊ မုန်းဖွယ်ထင်ရှားလိုလား ပြန်လျက်၊ ချစ်ဖွယ်တွက် ရန်ဘက်ငြင်းခုံသည်။
- ၃။ မောဟစရိတအတွက် မဟာဗျူဟသုတ် (ခု၊ ၁-၄၁၈) ရှေးအာသဝ၊ ပယ်ချစွန့်ပစ်၊ အသစ်မပြု၊ လိုမှုမလိုက်သိမ်းပိုက်မစွဲ၊ မလူးလဲ၊ လွတ်မြဲမှန်ပေသည်။
- ၄။ ဝိတက္ကစရိတအတွက် စူဠဗျူဟသုတ် (ခု၊ ၁-၄၁၅) ကိုယ့်အယူသာ၊ ဂုဏ်တင်ပါက၊ ညံ့ရာကျ၍၊ ဒိဋ္ဌိမြင်အောင်၊ အသိဆောင်၊ ရန်ဆောင်ကင်းတော့သည်။
- ၅။ သဒ္ဓါစရိတအတွက် တုဝဠကသုတ် (ခု၊ ၁-၄၂၁) သီလအရေး၊ ဖြူစင်တွေး၍၊ ငြိမ်းအေးနိဗ္ဗာန်၊ ရည်သန်ညွတ်လတ်၊ အမြဲမှတ်၊ ကျင့်တတ်စေရမည်။
- ၆။ ဗုဒ္ဓိစရိတအတွက် ပုရာဘောဒသုတ် (ခု၊ ၁-၄၁၃) ရှုမှတ်အစဉ်၊ လျစ်လျူထင်၍၊ သုံးအင်မာန ပယ်နိုင်မှ သန္တပုဂ္ဂိုလ်မည်။

(၁၃၂၁-ခု၊ နယုန်လပြည့်မှာဟောသည်။)

ဒိဗာနိကာယ်မဟာဝဂ္ဂစက္ကဝတ္တိသုတ်

- ၁။ ရှစ်သောင်းအာယု၊ အစပြု၍၊ ပါမုပိကာ ဖဘိဇိဗျာနှင့်၊ မိစ္ဆာသုံးငါး၊ အ-ကုပ္ပား၍၊ လျော့ပါးထက်ဝက်၊ ဇု-ဆင့်ပျက်သည်၊ အသက်ရာတမ်းရောက်သတည်း။
- ၂။ ဆယ်နှစ်တန်းမှ၊ တစ်ဖန်စ၍၊ ကမ္မပထာ၊ ကုဆယ်ဖြာနှင့်၊ သုံးဖြာငါးမျိုး၊ ကုသိုလ်တိုး၍ ထမ်းပိုးပြန်လျက်၊ ဆယ်နှစ်ဆင့်တက်သည်၊ အသက်ရှစ်သောင်းရောက်လိမ့်တည်း။
- ၃။ အကုသိုလ်သုံးပါးဟူသည်မှာ (၁) အဓမ္မရာဂ-လူ့အကျင့်မဟုတ်သော တပ်မက်မှု၊ (၂) ဝိသမလောဘ-မမျှတသောအလို၊ (၃) မိစ္ဆာဓမ္မ-မူမမှန်သောရာဂတို့ပင်ဖြစ်သည်။
- ၄။ အကုသိုလ်ငါးပါးဟူသည်မှာ (၁) အမိအပေါ်၌ကျင့်ဝတ်ပျက်ခြင်း၊ (၂) အဘအပေါ်၌ ကျင့်ဝတ်ပျက်ခြင်း၊ (၃) ရဟန်းများအပေါ်၌ ကျင့်ဝတ်ပျက်ခြင်း၊ (၄) သူတော်ကောင်းများအပေါ်၌ ကျင့်ဝတ်ပျက်ခြင်း၊ (၅) ကြီးသူတို့အားမရှိသေခြင်းတို့ပင် ဖြစ်သည်။
- ၅။ ကုသိုလ်သုံးဖြာ ဟူသည်မှာ အဓမ္မရာဂစသည်ကို ပယ်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။
- ၆။ ကုသိုလ်ငါးမျိုးဟူသည်မှာ အမိ၊ အဘ၊ ရဟန်း၊ သူတော်တို့ အပေါ်၌ ကျင့်ဝတ်ကျေခြင်းနှင့် ကြီးသူတို့အား ရိုသေခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

နိဝရဏငါးပါးတရားတော်

- ၁။ နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင်ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၂။ စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုး၊ ရောဂါမျိုး၊ နိမ်ချိုးပယ်ဖျောက်လေ။
- ၃။ ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိ၊ ချုပ်နှောင်မိ၊ မှတ်သိပယ်ဖျောက်လေ။
- ၄။ ပျံ့လွင့်ပူပန်၊ သူ့ကျွန်ခံ၊ အမြန်ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၅။ ယုံမှားဒွိဟ၊ လမ်းနှစ်ခွ၊ တွေ့ကပယ်ဖျောက်လေ။

သံယောဇဉ် ၁၀-ပါးတရားတော်

- ၁။ အာရုံငါးဝ၊ တပ်စွဲက၊ ကာမသံယောဇဉ်။
- ၂။ သုံးပါးဘဝ၊ တပ်စွဲက၊ ဘဝသံယောဇဉ်။
- ၃။ အမျက်ဒေါသ၊ စိတ်ဆိုးက၊ ပဋိဇာသံယောဇဉ်။
- ၄။ ကိုယ်သာတော်လှ၊ ထင်မှတ်က၊ မာနသံယောဇဉ်။
- ၅။ ရုပ်နာမ်ကိုဘဲ၊ ငါကောင်စွဲ၊ ယူလွဲဒိဋ္ဌိပင်။
- ၆။ တရားမှန်တွင်၊ မယုံချင်၍၊ ဆင်ခြင်နှိုင်းညှိ၊ ဝေဖန်ကြည့်၊ ဝိစိကိစ္ဆာပင်။
- ၇။ နွားခွေးတူစွာ၊ ကျင့်တာကောင်းမြတ်၊ ယူစွဲမှတ်သိလဗ္ဗတပင်။
- ပူဇော်ပသ၊ လှေကျင့်မျှဖြင့်၊ ဘဝနောင်ခါ၊ မြဲချမ်းသာ၊ ယူတာလဲပဲ၎င်းပင်။
- ၈။ ကိုယ်ထက်သူများ၊ ကောင်းစားသည်ကို၊ မနာလို၊ ခေါ်ဆို ကုသုသာပင်။
- ၉။ ကိုယ်လိုသူများ၊ ကောင်းစားမည်မှ၊ ဝန်တိုကမစ္ဆရိယပင်။
- ၁၀။ သစ္စာလေးတန်၊ ပြောင်းပြန်ထင်ကာ၊ မသိတာ အဝိဇ္ဇာသံယောဇဉ်။
- ၁၁။ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ၊ မလွတ်ရအောင်၊ ချည်နှောင်တတ်စွာ၊ ဤဆယ်ဖြာ၊ အဘိဓမ္မာသံယောဇဉ်။

**ဒါနကထာ ဒေသနာ
(ဒီ-ဋ-၂-၆၂)**

ချမ်းသာအပေါင်း၊ ရကြောင်းမှန်စွာ၊
စည်းစိမ်ဘောဂ၊ မြစ်မ-တည်ရာ။
အောက်တန်းမကျ၊ ကယ်မသူမှာ၊
မြတ်ဒါန၊ စိတ်ချကိုးကွယ်ရာ။
ဣဒံဒါနံ နာမ သုခါနံ နိဒါနံ၊ သမ္ပတ္တိနံ မူလံ၊
ဘောဂါနံပတိဋ္ဌာ၊ ဝိသမဂတဿ တာဏံ။

သီလကထာဒေသနာ (ရင်း)

သီလရနံ၊ မွေးပျံ့ကြိုင်စွာ၊
သီလဆင်သိုင်၊ ရှုတိုင်းလှပါ။
သီလစောင့်ငြား၊ မလားပါယ်ရွာ၊
မြတ်သီလ၊ စိတ်ချကိုးကွယ်ရာ။

**မဆုတ်ယုတ်ကြောင်းတရား ၆-ပါး
(အံ ၂-၂၇၄)**

ကိစ္စများ၊ စကားနည်းစေ၊
အိပ်နေမှုနည်း၊ ကိုယ်တည်းပျော်လေ။
ဆုံးမလွယ်ကြောင်း၊ မိတ်ကောင်းရှိစေ၊
မဆုတ်ရေး၊ အားပေးဂုဏ်ခြောက်ထွေ။

**အသေကောင်းရေးတရား
(အံ ၂-၂၆၀)**

ကိစ္စများ၊ စကားနည်းစေ၊
အိပ်နေမှုနည်း၊ ကိုတည်းပျော်လေ။
ရောနှောမပြု၊ ချဲ့မှုရှောင်သွေ၊
အသေကောင်းဖို့၊ အကြောင်းဂုဏ်ခြောက်ထွေ။

ဩကာသမ္မုမ္ဗန်ကန်တော့ခန်း

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ တည်းဟူသော၊ အပြစ်ခပ်သိမ်း၊ ပပျောက်ငြိမ်း၍၊
အသက်ရှည်စွာ၊ အနာမဲ့ရေး၊ ရန်ဘေးကင်းကြောင်း၊ ကောင်းမှုမဂ်လာ၊ ဖြစ်ပါစေခြင်း အကျိုးငှါ၊ ဘုရားရတနာ၊ တရား
ရတနာ၊ သံဃာရတနာ တည်းဟူသော ရတနာမြတ်သုံးပါး၊ (ဆရာသမား) တို့ကို၊ အရိုအသေ၊ လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော်၊
ဖူးမြော်မာန်လျှော့၊ ကန်တော့ပါ၏။ (အရှင်ဘုရား)။

**(ဆူပေးမည်ပူဂြိုလ်ရှိလျှင် ဤတွင်ရပ်ပါ)
ဆူပေးမည့် ပူဂြိုလ်မရှိလျှင်
အောက်ပါ ဆူတောင်းကို ဆက်တောင်းပါ။**

ကန်တော့ရသော ဤကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့် အပါယ် (၄)ပါး၊ ကပ် (၃) ပါး၊ ရပ်ပြစ် (၈) ပါး၊ ရန်သူမျိုး
(၅) ပါး၊ ဝိပတ္တိတရား (၄) ပါး၊ ဗျာသနတရား (၅) ပါး၊ အနာမျိုး (၉၆) ပါး၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (၆၂) ပါးတို့မှ၊ အခါခပ်သိမ်း
ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်သာဖြစ်၍၊ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန် တရားတော်မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ရပါလို၏ (အရှင်ဘုရား)။

ဂုဏ်တော် ၉-ပါး ဘုရားရှိခိုး

အစိန္တေယျ၊ အစိန္တေယျ၊ အပ္ပမေယျ။ အပ္ပမေယျ၊ မကြံဆ မနှိုင်းယှဉ်နိုင်ကောင်းသော ဂုဏ်တော်ပေါင်းအနန္တနှင့် လုံးဝဥသည့် ပြည့်စုံတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၁။ (က) **အရဟံ**-လွန်ကဲထူးမြတ်သော သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဉာဏ ဒဿနဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင့် လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ ပူဇော် အထူးကို ခံတော်မူထိုက်ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(ခ) **အရဟံ**-ဝါသနာနှင့်တကွ တစ်ထောင့်ငါးရာကိလေသာ အညစ်အကြေးတို့မှ ကင်းဝေး စင်ကြယ် တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(ဂ) **အရ-ဟံ** လောဘ ဒေါသ မောဟ အစရှိသော ကိလေသာရန်သူတို့ကို ပယ်သတ်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။

(ဃ) **အရ-ဟံ** သံသရာစက်၏ ထောက် အကန့်တို့ကို ချိုးဖျက်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။

(င) **အ-ရဟံ** မျက်မှောက် မျက်ကွယ် အချင်းခပ်သိမ်း စင်ကြယ်၍ ဆိတ်ကွယ်ရာ မရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၂။ **သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ**-သစ္စလေးပါး ခပ်သိမ်းသော တရားတို့ကို သူတပါးအထံ နည်းမခံဘဲ ကိုယ်တိုင် ဉာဏ်အဟုန် အစွမ်းဖြင့် စူးစမ်းရှာဖွေကာ မှန်ကန်စွာ သိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၃။ **ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော**-ဝိဇ္ဇာမည်သော ဉာဏ်ထူး ၃-ပါး၊ ဉာဏ်ထူး ၈-ပါး၊ စရဏမည်သော အခြေခံ အကျင့်တရား ၁၅-ပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၄။ (က) **သုဂတော**-သတ္တဝါတို့အား အကျိုးများကြောင်း ဟုတ်မှန်သော စကားကောင်းကိုသာ မြွက်ဆို တော်မူ တတ်ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(ခ) **သုဂတော**-မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ တင့်တယ်သော အမူအရာဖြင့် ကောင်းစွာသွားခြင်း၊ ကောင်းစွာဖြစ်ခြင်း ရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၅။ **လောကဝိဇူ**-လောက၏ အကြောင်းအရာ အလုံးစုံကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူပေသော မြတ်စွာ ဘုရား။

၆။ (က) **အနုတ္တရော**-အမြင့်အမြတ်ဆုံး ဖြစ်သော သီလဂုဏ် သမာဓိဂုဏ် ပညာဂုဏ် ဝိမုတ္တိဂုဏ် ဝိမုတ္တိ ဉာဏဒဿနဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင့် လောကဓာတ်အလုံး၌ အမြင့်အမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

(ခ) **ပုရိသဒမ္မသာရထိ**-ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာအသိ မရှိကြသေး မပြည့်ဝသေး၍ ဆုံးမပေးထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာပြည့်ဝ အချိုးကျအောင် ဆုံးမသွန်သင်တော် မူတတ်ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(ဂ) **အနုတ္တရော ပုရိသ ဒမ္မသာရထိ**-ဆုံးမ ထိုက်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ညွှန်ကြားသွန်သင် ပဲ့ပြင်ဆုံးမမှု၌ အတုမရှိ အမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၇။ **သတ္တာဒေဝ မနုဿနံ**-ချမ်းသာကြောင်း လမ်းကောင်ညွှန်ပြ ဆုံးမတော်မူတတ်၍ လူနတ်တို့၏ ဆရာ မြတ်အစစ်ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၈။ **ဗုဒ္ဓေါ**-တရားအလုံးစုံကို အကုန်သိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၉။ ဘဂဝါ-ဘုန်းတော်အနန္တ ကံတော်အနန္တ ဉာဏ်တော်အနန္တ တန်ခိုးတော်အနန္တတို့နှင့် လုံးဝဥသယံ ပြည့်စုံ တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ-အစရှိသော ကိုးပါးသောဂုဏ်တော် ဆယ်ပါးသောဂုဏ်တော် အနန္တဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် အပေါင်းတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိုသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိစိုး ပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

ဉာဏ်စဉ် ၁၆ ပါးဘုရားရှိခိုး

၁။ နာမရူပပရိစ္ဆေဒံ၊ တပ္ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟံ၊
တံသမ္မသန္နံ ဥဒယ-ဗ္ဗယဉာဏဉ္စ ဘင်္ဂံ။

၂။ ဘယဉာဏံ အာဒီနဝ-ဉာဏဉ္စနိဗ္ဗိဒံ အထ၊
မုဉ္ဇိတုကမျတံ ပဋိ သင်္ခံ သင်္ခါရူပေက္ခကံ။

၃။ အနုလောမဉ္စဂေါတြဘုံ၊ မဂ္ဂဉာဏံ ဖလံတထာ၊
ပစ္စဝေက္ခဏာ ဉာဏန္တိ၊ တိလောကမှိပိကေနစိ။

၄။ အဒေသိယေ သာသနိကေ၊ ဉာဏိမေ သောဠသုတ္တရေ၊
ဒေသေတာရံ ပဝတ္တာရံ၊ ဗုဒ္ဓံတိဟာဒရံ နမေ။

- (၁) နာမရူပပရိစ္ဆေဒံ-နာမ်ရုပ်တရားတို့ကို ပိုင်းခြား၍သိသော နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် လည်းကောင်း။
- (၂) တပ္ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟံ-ထိုနာမ်ရုပ်တို့၏ အကြောင်းတရားကို ပိုင်းခြား၍သိသော ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် လည်းကောင်း၊
- (၄) ဥဒယဗ္ဗယဉာဏဉ္စ-နာမ်ရုပ်တို့၏ အသစ်အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်ပေါ်ပြီးလျှင် တခဏချင်း ပျက်စီး သွားခြင်းကို ရှုမှတ်ထင်ထင်သိမြင်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်လည်းကောင်း။
- (၅) ဘင်္ဂံ-နာမ်ရုပ်တို့၏ ပျက်စီးခြင်းကိုသာ ရှုမှတ်ထင်ထင် သိမြင်သော ဘင်္ဂဉာဏ် လည်းကောင်း။
- (၆) ဘယဉာဏဉ္စ-နာမ်ရုပ်တို့၏ ပျက်စီးခြင်းကို သိမြင်ရသဖြင့် ကြောက်လန့်ဖွယ်ဘေးကြီး အဖြစ်ဖြင့် ထင်မြင်သော ဘယဉာဏ်လည်းကောင်း၊
- (၇) အာဒီနဝဉာဏဉ္စ-နာမ်ရုပ် သင်္ခါရတို့၌ ကိုးကွယ်ရာ မထင်မပြစ်မြင်သော အာဒီနဝဉာဏ်လည်းကောင်း၊
- (၈) နိဗ္ဗိဒံ-နာမ်ရုပ်သင်္ခါရတို့၌ မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့သော နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်လည်းကောင်း။

အထ-အနက်သဘောတူသော ရှေ့ဉာဏ်သုံးခုမှ တစ်ပါးအနက်သဘောမတူသော နောက်ဉာဏ်သုံးခုကား။

- (၉) မုဉ္ဇိတုကမျတံ-နာမ်ရုပ်သင်္ခါရတို့မှ အလွန်အမင်းလွတ်ကင်းထွက်မြောက်လိုသော မုဉ္ဇိတုကမျတာဉာဏ် လည်းကောင်း။
- (၁၀) ပဋိသင်္ခံ-အလွန်အမင်းလွတ်ကင်းထွက်မြောက်လိုလှသဖြင့် ထိုနာမ်ရုပ်နှစ်ပါးကိုပင် အနိစ္စအစရှိသော လေးဆယ်သော အခြင်းအရာတို့ဖြင့် တွင်တွင်အားထုတ်၍ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ အနေအားဖြင့် ကောင်းကြီး ထင်မြင်သော ပဋိသင်္ခါဉာဏ်လည်းကောင်း။
- (၁၁) သင်္ခါရူပေက္ခကံ-အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ အနေအားဖြင့် ကောင်းကောင်းထင်မြင်၍ လွတ်မြောက်ရာ လွတ်မြောက်ကြောင်းကို ရသဖြင့် အလွန်ပြင်းထန်သော လုံ့လကိုလည်း မပြု၊ ထိုနာမ်ရုပ်သင်္ခါရတို့၌

ကြောက်လန့်ခြင်း နှစ်ပါးကိုလည်း ပယ်စွန့်၍သိရုံသိရုံသာ အညီအမျှရှုသောသင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် လည်းကောင်း။

- (၁၂) အနုလောမဉ္ဇ-အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတို့တွင် တစ်ပါးပါးကို အာရုံပြု၍ ဥဒယဗ္ဗယစသော ရှေးဉာဏ် ရှစ်ပါးနှင့် နောက်မဂ္ဂသစ္စာအားလျော်သော (ဂေါတြဘု၏ ရှေ့အခြားမဲ့၌ နှစ်ကြိမ်သုံးကြိမ်ဖြစ်သော) အနုလောမဉ္ဇဉာဏ်လည်းကောင်း။
- (၁၃) ဂေါတြဘုံ-ပုထုဇဉ်အနွယ်ကို ဖြတ်၍ အရိယာအနွယ်ဇာတ်သို့ ရောက်စေလျက် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြု၍ မဂ်၏ ရှေ့အဖို့၌ တစ်ကြိမ်မျှသာဖြစ်သော ဂေါတြဘုဉာဏ်လည်းကောင်း။
- (၁၄) မဂ္ဂဉာဏ်-နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုလျက် သစ္စာလေးပါးကို တစ်ပြိုင်နက်သိသော မဂ်ဉာဏ် လည်းကောင်း။
- (၁၅) ဖလံ- မဂ်ဉာဏ်ကဲ့ကသို့ပင် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလျက် ဖြစ်သော ဖိုလ်ဉာဏ်လည်းကောင်း။
- (၁၆) တထာ-ထိုမှတစ်ပါး၊ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်-မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်နှင့် ပယ်ပြီးသော ကိလေသာ မပယ်ရ သေးသော ကိလေသာအားဖြင့် ဤငါးပါးသောတရားအစုတို့ကို ပြန်လှန်၍ ဆင်ခြင်သော ပစ္စဝေက္ခဏာ ဉာဏ် လည်းကောင်း။

ဣတိ-ဤသို့၊ တိလောကမိ-ကာမရူပ အရူပဟု လောကသုံးဖြာ၊ စကြဝဠာရှိသမျှ အနန္တမဆုံး လောကကြီး တစ်ခု လုံး၌ ကေနစိပိ-နတ်လူဗြဟ္မာ သတ္တဝါ တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှသော်လည်း အဒေသိယေ-မကြားမနာ ကြံစည်ကာဖြင့် ယထာ ဘူတ အမှန်အကန်ကျအောင် ဟောပြခြင်းငှါ မစွမ်းနိုင်ရာ ကောင်းကုန်သော၊ သာသနိကေ-ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော်ကြီး အတွင်း၌သာလျှင် ပေါ်လင်းဖြစ်ထွန်း နိုင်ကောင်းကုန်သော၊ ဥတ္တရေ-လောကီပညာ အရပ်ရပ်တို့ထက် ထူးကဲမြင့်မြတ် ကုန်သော၊ ဣမေသောဠသဉာဏေ-ဤ ၁၆-ပါးသော ဉာဏ်တို့ကို၊ ဒေသေတာရံ-မိမိကိုယ်တော်တိုင် ပိုင်ပိုင်လှလှ အမှန် အကန်သိရ၍ လှစ်ဟဖော်ထုတ် ဟောကြားတော်မူတတ်ပေထသော၊ ပဝတ္တာရံ-မိမိကိုယ်တော်တိုင် ပိုင်နိုင်ပြီးစီး ဖြစ်စေပြီးမှ ခိုမှီးကပ်လာ ဗြဟ္မာ၊ နတ်လူကျွတ်ထိုက်သူမှန်သမျှ ကလျာဉပုထုဇဉ် အရိယာသခင်တို့၏ ကြည်လင်သော စိတ်သန္တာန်ဝယ် အဖန်ဖန်အားဖြင့် ဖြစ်ပွားစေတော်မူတတ်ပေထသော၊ ဗုဒ္ဓိ-သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ရှင် မြတ်စွာဘုရားသခင်ကို၊ အဟံ-ဘုရား တပည့်တော်သည်၊ တီဟိ-ကာယညွတ်ချီ ဝစီ မန သုံးဒွါရတို့ဖြင့်၊ အာဒ-ဂုံ ရိုသေစွာ နမေ နမာမိ-ကြည်ညိုမြတ်နိုးလက်အုပ် မိုး၍ ရိုခိုးပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။