

အနတ္တလက္ခဏသုတ် နိဒါန်း

ဧဝံ မေ သုတံ... ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ ဗာရာဏသီယံ ဝိဟရတိ ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ။ တတြခေါ ဘဂဝါ ပဉ္စဝဂ္ဂိယေ ဘိက္ခု အာမန္တေသိ ၊ ဘိက္ခုဝေါတိ။ ဘဒ္ဒန္တေတိ ၊ တေ ဘိက္ခုဘဂဝတော ပစ္စဿောသုံ။ ဘဂဝါ ဧတဒဝေါစ။

အခါတစ်ပါး၌ မြတ်စွာဘုရားသည် ဗာရာဏသီပြည် ဣသိပတန မိဂါဝုန်တော၌ သီတင်းသုံးတော်မူနေ၏။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရား သည် ပဉ္စဝဂ္ဂိရဟန်းတို့ကို ချစ်သားရဟန်းတို့ ဟု မိန့်တော်မူ၏။ အရှင်ဘုရားဟု ထိုရဟန်းတို့သည် မြတ်စွာဘုရားအား ပြန်ကြား လျှောက်ထားကြကုန်၏။

(အရှင်ကောဏ္ဍည၊အရှင်ဝပ္ပ, အရှင်ဘဒ္ဒိယ, အရှင်မဟာနာမ်, အရှင်အဿဇိ (ပဉ္စဝဂ္ဂိရဟန်းငါးပါး)

Thus have I heard: The Exalted One was at one time residing at Benares in the Deer Park at Isipatana. There, the Exalted One addressed the group of five monks saying: "Monks," and they replied to Him, "Venerable Sir." Then the Exalted One said:

ရူပက္ခန္ဓာ အနတ္တ ဖြစ်ပုံ

၁ - ရူပံ ဘိက္ခဝေ အနတ္တာ

၂ - ရူပဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘိဝဿ၊

၃ - နယိဒံ ရူပံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ၊

၄ - လဗ္ဘေထ စ ရူပေ - 'ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ မာ အဟောသီ'တိ။

၁ - ယသ္မာ စခေါ ဘိက္ခဝေ ရူပံ အနတ္တာ၊

၂ - တသ္မာ ရူပံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။

၃ - န စ လဗ္ဘတိ ရူပေ - 'ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ မာ အဟောသီ'တိ။

(ရဟန်းတို့၊ ရုပ်သည် (အတွင်းသား အထည်ကိုယ်) အတ္တကောင် မဟုတ်၊ အတ္တကောင်ဟုတ်ပါမူ ဤရုပ်သည် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ ရာ မဖြစ်နိုင်လေရာ၊ ထို့ပြင် ငါ၏ ရုပ်သည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့လို့ ရုပ်၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ ရလေရာ၏။

အမှန်အားဖြင့်တော့ ရုပ်ဟာ (အတွင်းသား အထည်ကိုယ်)အတ္တကောင် မဟုတ်၊
အတ္တကောင်မဟုတ်သောကြောင့်ပင် ဤရုပ်သည် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာလဲ ဖြစ်နေချေသည်။ ထို့ပြင် “ငါ၏ရုပ်သည်
ဒီလိုအကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလိုအဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့” လို့ ရုပ်၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ မရပဲရှိချေသည်။)

"Form (rupa or matter) is not soul (atta). If form, monks, were soul, then this form would not lead to
affliction, and one would be able to say, 'Let my form be thus. Let my form not be thus.'

Since form is not soul, it leads to affliction and no one can say, 'Let my form be thus. Let my form not be
thus.'"

ဇီဝအတ္တနှင့် ပရမအတ္တ

ဇီဝအတ္တ ဆိုတာက လူ နတ် တိရစ္ဆာန်စသော သတ္တဝါတို့၏ အတွင်းသား အထည်ကိုယ် အတ္တကို ဆိုတာပါ။
သတ္တဝါတဦးတဦးမှာ အသီးအသီးအတ္တတစ်ခုစီ အထည်ကိုယ် ရှိနေတယ်လို့ ယူဆ စွဲလမ်းထားကြတယ်။ အဲဒီ အတ္တခေါ်တဲ့ အသက်ကောင်
ဝိညာဏ်ကောင် လိပ်ပြာကောင်ကို ဘုရားသခင်က ဖန်ဆင်းထားတယ်လို့အချို့က ယူဆကြတယ်။ တချို့ကတော့ ဘုရားသခင်ရဲ့
အတ္တကြီးထဲမှ ကွဲထွက်လာတဲ့ အတ္တအသေးကလေးများကို ဇီဝအတ္တခေါ်တယ်လို့ ဆိုကြတယ်။

ပရမအတ္တ ဆိုတာကတော့ သတ္တဝါတွေနှင့်တကွ ကမ္ဘာလောကကြီးကို ဖန်ဆင်းတတ်တဲ့ ဘုရားသခင်၏ အတ္တ
အထည်ကိုယ်ကြီးဘဲ။ အဲဒီဘုရားသခင်၏ အတ္တကြီးက ကမ္ဘာ လောကထဲမှာ နေရာတကာ၌ ပြန့်နှံ့နေတယ်လို့လဲ တချို့က
ယူဆပြောဆိုကြတယ်။ တချို့ကတော့ ကောင်းကင်ဘုံမှာ တည်ရှိနေတယ်လို့ ယူဆပြောဆိုကြပါတယ်။ အဲဒီလိုယူဆပြောဆိုကြတာကတော့
အတွေးအကြံမျှဖြင့် ပြောနေကြတာပါ။ အဲဒီ ပရမအတ္တ ဆိုတဲ့ ဘုရားသခင် ဆိုတာကို ဘယ်သူမှတွေ့ဖူးကြတာလဲ မဟုတ်ပါဘူး။
ဘုရားသခင်က ဖန်ဆင်းတယ် ဆိုတာလဲ အတွေးအကြံမျှပါ။ အဲဒီလို အတွေးအကြံအယူအစွဲတွေဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား
မပွင့်မီကတည်းက ရှိနေပါတယ်။

အတ္တစွဲ လေးမျိုး

အသက်ရှင်နေတဲ့အတ္တကောင်အနေဖြင့် ထင်မြင်စွဲလမ်းရာမှာ (၁) သာမီအတ္တစွဲ၊ (၂) နိဝါသီအတ္တစွဲ၊ (၃) ကာရက
အတ္တစွဲ၊ (၄) ဝေဒကအတ္တစွဲ-လို့ အတ္တစွဲလမ်းပုံ လေးမျိုးရှိတယ်။

(၁) ကိုယ်ထဲမှာ အလိုအတိုင်းအစိုးရတဲ့ ငါကောင်ရှိသည်ဟုထင်တာက သာမီအတ္တစွဲ။

(၂) ကိုယ်ထဲမှာ အမြဲတမ်းတည်နေတဲ့ ငါကောင်ရှိသည်ဟု ထင်တာက နိဝါသီအတ္တစွဲ။

(၃) ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ် အမှုအရာဟူသမျှကို ငါကောင်ကပင်ပြုလုပ်သည်ဟု ထင်တာက) ကာရကအတ္တစွဲ။

(၄) အကောင်းအဆိုး ဟူသမျှကို ငါကောင်ကပင် ခံစားသည်ဟု ထင်တာက ဝေဒကအတ္တစွဲ။