ဤစာပြုရ ၊ ကုသလကြောင့်
ဘဝများစွာ ၊ သံသရာဝယ်
ပယ်ရှာကင်းဝေး ၊ ဗာလဘေးစင်
မနေးလျှင်စွာ ၊ မြတ်ပညာနှင့်
ဆရာသူတော် ၊ ပေါင်းသင်းဖော်၍
အလျော်ဓမ္မ ၊ ပွားကျင့်ရပြီး
ဘဝခန္ဓာ ၊ မတွယ်တာဘဲ
များစွာဒုက္ခ ၊ ငြိမ်းအေးရသည့်
အမတခေါ် ၊ ရွှေပြည်တော်သို့
ရွှင်ပျော်မုချ ရောက်စေသော်
ရှင်တော်ဗုဒ္ဓ မြောက်စေသော်
ဉာဏ်မျှော်ဒုက္ခ ပျောက်စေသော် ။ ။

ဘဒ္ဒန္တ ဇနသာရ

ပဏ္ဍိတာရုံစာစဉ် - ၁၃

အကောင်းတကာ့ အကောင်းဆုံး

ဘဒ္ဒန္တ ဇနသာရ

(ဓမ္မာစရိယ၊ အဂ္ဂမဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ)

2012.GRAPHIC DESIGN :KYAW MINN MOUNG

Generated by CamScanner from intsig.com

မန္တလေးမြို့ ညောင်ကန်တိုက်
(ပဏ္ဍိတာရုံကျောင်း)

ဘဒ္ဒန္တဇနသာရ

ဓမ္မာစရိယ၊ အဂ္ဂမဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

အကောင်းတကာ့အကောင်းဆုံး

(သာရသုတ္တန်တရားတော်)

Generated by CamScanner from intsig.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ–၁၀၀၀

ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၁၂ ခုနှစ်

ကွန်ပျူတာစာစီ နှင့် အတွင်းဖလင်

Dream City - 0973052433

မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း – ကျော်မင်းမောင်

ထုတ်ဝေသူ

ဆုလာဘ်ပြည့် ပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ် ၃၉၇/၁၃ လမ်း၊ (၃) ရပ်ကွက်

တောင်ဥက္ကလာပမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့

ဖုန်း–၀၁ ၅၇၁၆၈၀

ဖြန့်ချိသူ

ဇမ္ဗူဒီပစာပေ

အမှတ် ၉၇၊ ရွှေတိဂုံဘုရားအရှေ့မုခ်

ဖုန်း(အိမ်) ၃၈၁၈၃၃–၂၃၇

(ဆိုင်) ၃၇၈၆၅၃

ပဏ္ဍိတာရုံကျောင်း၊ ညောင်ကန်တိုက် မန္တလေး။

ဖုန်း – ၀၂–၆၃၁၂၈၊ ၀၉ ၂၀၃၂၆၇၅

တန်ဖိုး – ဓမ္မဒါန

မာတိကာ

–	နိဒါန်း	(က)
–	အကောင်းဆုံးတရားရှာပုံတော်	(ဂ)
၁။	တရားအဖွင့်	၁
၂။	မဟာကရုဏာတော်ရှင် ဦးထိပ်တင်	၃
၃။	သာဓုဆိုတာ ကောင်းတာပါ	၇
၄။	မကောင်းတဲ့တရား ရှိသေးသလား	၁၀
၅။	လှူကောင်းတရား ကျင့်စဉ်များ	၁၃
၆။	နတ်သား ခုနစ်ရာ ရောက်ရှိလာ	၁၅
၇။	ပေးလှူခြင်းဟာ ကောင်းမြတ်တာ	၁၇
၈။	မေ့လျော့ဝန်တို မလှူလို	၁၉
၉။	ကောင်းမှုမြော်မြင် ပေးလှူချင်	၂၂
၁၀။	နည်းနည်းရှိရင် နည်းနည်းလှူပါ	၂၄
၁၁။	ဝတ္ထုဒါန သိမှတ်ကြ	၂၇
၁၂။	စေတနာပါမှ လှူဖြစ်ကြတယ်	၂၉
၁၃။	အဘိဓမ္မာရှုထောင့်မှ ဒါနသဘာဝ	၃၁

Generated by CamScanner from intsig.com

၁၄။ ယုံကြည်သဒ္ဓါ ပေးလှူပါ ၃၄

၁၅။ တရားဟောတရားနာ လေးနက်စွာ ၃၆

၁၆။ သဒ္ဓါပြည့်စွမ်း လှူအောင်ပန်း ၃၈

၁၇။ ရွေးချယ်၍သာ ပေးလှူပါ ၄၀

၁၈။ စင်စင်ကြယ်ကြယ် ပေးလှူဖွယ် ၄၂

၁၉။ သီလစောင့်လျှင် ကောင်းသည်ပင် ၄၆

၂၀။ အကောင်းဆုံးသာ ရွေးချယ်ရာ ၄၉

၂၁။ အကောင်းဆုံး နိဗ္ဗာန် တို့ရည်သန် ၅၂

၂၂။ ပညတ်ရုပ်မှာ သံဝေဂရစရာ ၅၅

၂၃။ ဝိပဿနာရှုရာ ပရမတ်ရုပ်သာ ၅၈

၂၄။ ဝိပဿနာဆိုတာ မဝေးပါ ၆၀

၂၅။ ပညာမျက်စိရှိ ရောက်ဘိနိဗ္ဗူတာ ၆၂

၂၆။ အကြောင်းကြောင့်သာ အကျိုးဖြစ်လာ ၆၄

၂၇။ နာမ်ရုပ်သိလျှင် ဒိဋ္ဌိစင် ၆၆

၂၈။ ဒိဋ္ဌိပယ်ပြန် ဝိပဿနာဉာဏ် ၆၇

၂၉။ လက္ခဏာသုံးတန် ရှုမှတ်ရန် ၆၉

၃၀။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း
အကောင်းဆုံးတရား ၇၂

၃၁။ တောင်းဆုပတ္ထနာ ပို့မေတ္တာ ၇၅

၃၂။ ဆုတောင်း ၇၇

နိဒါန်း

မြတ်ဗုဒ္ဓဟောကြားတော်မူအပ်သော သာဓုသုတ္တန်ကို ပထမသင်္ဂါယနာတင် အရှင်မြတ်တို့က သံယုတ္တနိကာယ် ဒေဝတာသံယုတ်၊ သတုလ္လပကာယိကဝဂ္ဂ၊ သာဓုသုတ္တဟု နေရာချ သီကုံးထားပေသည်။ ၎င်းသုတ္တန်ကို ဆရာတော် ဗုဒ္ဓဝိသိဋ္ဌ တိပိဋကဓရ ဟောစဉ်တရား ဒုတိတတွဲ၌ မင်းကွန်းဆရာတော် ဗုဒ္ဓဝိသိဋ္ဌ တိပိဋကဓရ မဟာတိပိဋက ကောဝိဒ၊ တိပိကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားထားသော တရားတော်ကို မှီငြမ်းပြုပြီး ကျက်မှတ်၍ ဗုဒ္ဓကို ပူဇော်သောအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကို ပူဇော်သောအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ မိမိဉာဏ်မီသမျှ ထပ်ဆင့်၍ ဟောကြားထားသော တရားတော်ဖြစ်ပါသည်။

ဟောတရားမှ ရေးတရားဖြစ်လာအောင် စာအုပ်ဖြစ်လာအောင် လျှောက်ထား တောင်းပန်သူများ

Generated by CamScanner from intsig.com

ကတော့ ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ်၊ အင်သာရွာအနီး၊ အေးသစ္စာအလင်းရောင်ဓမ္မရိပ်သာ“စန်းလသစ္စာ” ကျောင်းဒါယကာ+ကျောင်းဒါယိကာမများ၊ ရဟန်းဒါယကာ+ရဟန်းဒါယိကာမများ ဖြစ်ကြသော ဖားကန့်မြို့ မရှိကထောင်ရပ်ကွက်၊ ဦးခင်မောင်မြင့်+ဒေါ်စန်းစန်းဌေး၊ သမီး မမွေးမွေးသက်၊ သား မောင်ရှိုင်းကိုကိုအောင်၊ သမီး မရွှန်းရွှန်းလဲ့ဖြိုး မိသားစုတို့ပဲဖြစ်ပါသည်။

မန္တလေးမြို့၊ မြို့သစ်ရပ်ကွက်၊ (တနှင့်မ) ရပ်ကွက်လုံးဆိုင်ရာ သံဃဒါန ဆွမ်းလောင်းပွဲတော်ကြီး (၁၂) ကြိမ်မြောက် လှူဒါန်းပူဇော်ကြတဲ့ အထိမ်းအမှတ်အကြို ဓမ္မသဘင်ပွဲတော်၌ အထက်ပါ ကျောင်းဒါယကာ ရဟန်းဒါယိကာ မိသားစုတို့က ၁၃၇၂ ခု၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော် (၁)ရက် (၂၀-၁၂-၂၀၁၀) ရက်နေ့ညအတွက် သီးခြားဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်အဖြစ် လှူဒါန်း၍ ဤအရှင်ကို ပင့်ဆောင်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းဟောတရားကိုပင် တရားစာအုပ်ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ပြုလိုပါသောကြောင့် လျှောက်ထားတောင်းပန်သဖြင့် တရားစာအုပ်ဖြစ်မြောက်အောင် စီစဉ်လိုက်ရပါသည်။

ဘဒ္ဒန္တ ဇနသာရ

ဓမ္မာစရိယ အဂ္ဂမဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

(ပဏ္ဍိတာရုံကျောင်း၊ ညောင်ကန်တိုက် မန္တလေးမြို့)

အကောင်းဆုံးတရား ရှာပုံတော်

စာရှုသူတို့ လက်ဝယ်ရောက်ရှိနေသော ဤတရားစာအုပ်ကလေးသည် “အကောင်းတကာ့အကောင်းဆုံးတရားတော်”ဟု အမည်ပေးထားသည်နှင့်အညီ အကောင်းဆုံးကို ရှာဖွေစိစစ်ထားသော တရားစာဖြစ်ပါသည်။ အဖြူတွေချည်းထဲမှ အဖြူတကာ့ အဖြူဆုံးကို ရှာရခြင်း ဖြစ်သဖြင့် နက်နဲခက်ခဲပါသည်။ ခက်ခဲသော မေးခွန်းပုစ္ဆာတစ်ရပ်ကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့်ရှာဖွေစိစစ်သုံးသပ်သွားပုံမှာ များစွာ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းပါသည်။

ဤတရားတော်ဟောကြားတော်မူသော ဆရာတော်ဘုရားမှာ မန္တလေးမြို့ ညောင်ကန်တိုက်၊ ပဏ္ဍိတာရုံကျောင်း အဂ္ဂမဟာဂန္ထဝါစက ပဏ္ဍိတဘွဲ့တံဆိပ်တော်ရ ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တ ဇနသာရဖြစ်ပါသည်။ ဆရာတော်ဘုရားမှာ သံဃာတော်ရာနှင့်ချီ၍ ငယ်လတ်ကြီးဓမ္မာစရိယ စာချတန်းစာဝါများ နေ့ဝါညဝါ ပို့ချ

Generated by CamScanner from intsig.com

ပေးနေသည်။ ကျောင်းတိုက်တာ အုပ်ချုပ်ရေးတာဝန်များကို ဆောင်ရွက်ရသည်။ မန္တလေးတိုင်း ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ် အောင်ချမ်းသာအုပ်စု အင်သာရွာအနီး တောအရပ်မှာ "အေးသစ္စာအလင်းရောင်ဓမ္မရိပ်သာ"ကို တည်ထောင်သည်။ မန္တလေးမြို့ သီတာအေးရပ်ကွက်ရေအလှူ၊ မကွေးတိုင်း မြိုင်မြို့နယ် တောမကျေးရွာရေအလှူ၊ ဇာတိရပ်ရွာဖြစ်သော ဧရာဝတီတိုင်း၊ ဘိုကလေးမြို့နယ် မရဲရွာသစ်ကျေးရွာ စေတီပုထိုးကျောင်းကန်လမ်း အိမ်အားလုံး လျှပ်စစ်မီးအလှူ၊ နာဂစ်မုန်တိုင်း ဘေးဒဏ်သင့်ကျေးရွာပေါင်း ၂၀ ဆန်ဆီဆေး အဝတ်အထည်အလှူ၊ ပျက်စီးသွားသော စေတီဘုရား ဘုန်းကြီးကျောင်း စာသင်ကျောင်းများပြင်ဆင်ထောက်ပံ့လှူဒါန်းခြင်း စသော ဘာသာသာသနာ လူမှုအကျိုးပြု ပရဟိတလုပ်ငန်းများ စွမ်းစွမ်းတမံ ဆောင်ရွက်တော်မူပါသည်။

စာသင်စာချ တရားပြကျောင်းတိုက်တာ အုပ်ချုပ်ရေးနှင့် ပရဟိတလုပ်ငန်းများ မအားလပ်သည့်ကြားက ဒါယကာ ဒါယိကာမများ အမှန်သိမြင် ကြည်လင်စေရေးအတွက် တရားဓမ္မများ ဟောကြားချီးမြှင့်တော်မူသည်။ သီလက္ခန္ဓာ ဝဂ္ဂနယ ဒီပကကျမ်း၊ သမထယာနိက ဝိသနာရှုပွားနည်း စသောကျမ်းစာ (၁၂)အုပ်ကိုလည်း ရေးသားပြုစုထုတ်ဝေတော်မူခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါ၏။

ယခု "အကောင်းတကာ့ အကောင်းဆုံး တရားတော်"မှာ သဂါထာဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော် ဒေဝတာသံယုတ် သတုလ္လပကာယိကဝဂ်၊ သာဓုသုတ္တန်အား တန်ဆာဆင် ဟောကြားထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ နတ်သားများက ဘုရားရှင်အား လျှောက်ထားသည့် ဒါနတရား၏ ဂုဏ်ရည်အမျိုးမျိုးကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ နာယူရမည်။ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသော အကောင်းတကာ့ အကောင်းဆုံး တရားတော်ကို တရားပြီးဆုံးခါနီးတွင် အထွဋ်တင် အဆီအနှစ်အဖြစ် ကျေနပ်အားရစွာ နာယူမှတ်သားကြရပါမည်။ ဆရာတော်က တရားပွဲအဖွင့်မှာ မေးခွန်းတစ်စဖြင့် တရားနာပရိသတ်အား နှိုးဆွလှုပ်ခတ်ပေးလိုက်သည်။ တရားပွဲပြီးဆုံးသည်အထိ ငြီးငွေ့စိတ်ပျံ့လွင့်ချိန်မရဘဲ ရွှင်လန်းတက်ကြွအားပါးတရ နာယူကြရသည့် တရားတော်ဖြစ်ပါ၏။

အကောင်းတကာ့အကောင်းဆုံး တရားကို လေ့လာမှတ်သား အသိပွားခြင်းဖြင့် ဓမ္မရသခံစားရရှိကြပြီး၊ အကောင်းဆုံးတရားကို ကိုယ်တွေ့ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ရှာဖွေတွေ့ရှိကာ ရယူပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြပါစေကြောင်း ဆန္ဒပြုလိုက်ရပါသည်။

စုးထက်

စိစဉ်သူ

Generated by CamScanner from intsig.com

အကောင်းဆုံးတရား

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

တရားအဓွင့်

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၄ ခု လှူဖို့လူတို့ဝေါဟာ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၂ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော် ၁ ရက်၊ ခရစ်နှစ် (၂၀–၁–၂၀၁၀) နေ့ ည ၈ နာရီ တိတိ အချိန်မှစတင်၍ မန္တလေးမြို့၊ မြို့သစ်ရပ်ကွက် (တ နှင့် မ) ရပ်ကွက်လုံးဆိုင်ရာ သံဃာ့ဒါနဆွမ်းလောင်းပွဲတော်ကြီး (၁၂)ကြိမ်မြောက် လှူဒါန်းပူဇော်ကြတဲ့ အထိမ်းအမှတ် အကြိုဓမ္မသဘင်ပွဲတော်ဖြစ်ပါတယ်။

ဓမ္မဒါနဓမ္မပူဇာ ပြုလုပ်ကြတဲ့ တရားပွဲ ကုသိုလ်ရှင်များကတော့ ရဟန်းဒါယကာ ဦးခင်မောင်မြင့်+ ရဟန်းဒါယိကာမ ဒေါ်စန်းစန်းငွေ၊ သား မောင်ရှိုင်း

Generated by CamScanner from intsig.com

ကိုကိုအောင် သမီး မမွေးမွေးသက်၊ မရွှန်းရွှန်းလဲ့ဖြိုး မိသားစုဖြစ်ပါတယ်။ ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်များနှင့် အတူ သံဃဒါန ဆွမ်းလောင်းလှူပွဲတော်ကြီးနှင့်တကွ အကြို ဓမ္မသဘင်ပွဲ ဖြစ်မြောက်ရေး အကျိုးတော်ဆောင် ဂေါပကလူကြီးမင်းများ၊ ယနေ့တရားပွဲမှာ ကြွရောက် နာယူကုသိုလ်ယူကြတဲ့ ဓမ္မပဋိဂ္ဂါဟက တရားချစ်ခင် သူတော်စင်များအားလုံး ဝိုင်းဝန်းလှူဒါန်း ဓမ္မဒါန ပြု လုပ်ကြတဲ့ တရားအလှူတော် ဓမ္မသဘင် ကုသိုလ်တော် ပွဲခင်းလေးဖြစ်ပါတယ်။

အားလုံးသော ဓမ္မဒါန ဓမ္မဿဝန ကုသိုလ်ရှင် သူတော်စင်အပေါင်းတို့အား မိမိတို့ရဲ့ စေတနာသဒ္ဒါ တရား ထက်သန်မှုကို ဂုဏ်ပြုချီးမြှောက်တဲ့ အနေအား ဖြင့် ဘုန်းကြီးက ဟောကြားချီးမြှင့်ပေးမယ့် တရား အမည်ကတော့ “အကောင်းဆုံးတရား”လို့ အမည်ပေး ထားပါတယ်။

တရားမှန်ရင် ဘယ်တရားဖြစ်ဖြစ် ကောင်းတယ် မဟုတ်လား။ ဘယ်တရားပဲ ဟောကြား ဟောကြား မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာတော် နိကာယ်ငါးရပ် ပိဋကတ်သုံးပုံ ထဲကနေ ထုတ်နှုတ်ပြီးတော့ တရားနာပရိတ်သတ်များ နားလည်လက်ခံနိုင်အောင် ရှင်းလင်းဟောပြကြတာ ချည်းပါပဲ။ ဘုရားဟောတရားတော်တွေ ပြန်လည်ဟော ကြားကြတာချင်းအတူတူ ဒီနေ့ ဘုန်းကြီးဟောကြား

မည့် တရားကို “အကောင်းဆုံးတရား” လို့ အမည်ပေး ရခြင်းမှာ အကြောင်းရှိပါတယ်။

တရားဆိုမှတော့ ကောင်းမှာချည်းပါ။ ကောင်းတဲ့ တရားတွေထဲမှာ နောက်ထပ်အကောင်းတွေ မကျန် အောင်ကုန်သွားတဲ့ အကောင်းတွေရဲ့ လမ်းဆုံးကိုရောက် တဲ့ အကောင်းဆုံးတရားလို့ ဆိုပါတယ်။ အကောင်း တွေ ဆုံးရှုံးသွားတဲ့ အကောင်းဆုံးလို့ အတွေး မချော် စေချင်ပါဘူး။ အကောင်းတွေနဲ့ ပတ်သက်ရင် ဒီထက် ဘာမှ မကျန်ရအောင် ကောင်းတဲ့တရား အဲဒီအဓိပ္ပာယ် နဲ့ အကောင်းဆုံးတရားလို့ ပြောတာနော်။

နောက်တစ်ခုက ဒီနေ့ဟောကြားမည့် တရားတော် ကို နိကာယ်ငါးရပ် ပိဋကတ်သုံးပုံရှိရာမှာ သုတ္တန္တပိဋက သံယုတ္တနိကာယ်မှာလာတဲ့ သာခုသုတ္တန်ကို မှီခိုအား ထား ဟောကြားမှာဖြစ်ပါတယ်။ သာခုသုတ္တန်နဲ့ လျော် ညီစွာ “အကောင်းဆုံးတရား” လို့ အမည်ပေးထားတဲ့ တရားတော်ကြီးကို စတင်ပြီးတော့ နာကြားကြည်ညို ကြရအောင်ပါ။

မဟာကရုဏာတော်ရှင် ဦးထိပ်တင်

အကောင်းဆုံးတရားဆိုတဲ့ သာခုသုတ္တန်ကြီးကို မဟောကြားမီ မနာကြားကြသေးမီ ဒီတရားတော်ရဲ့

Generated by CamScanner from intsig.com

ပိုင်ရှင်ဖြစ်တဲ့ မဟာကရုဏာတော်ရှင် မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးအား ဦးနှိမ်ချပြီးတော့ ဂါရဝ ရိုကျိုး ရှိခိုးကြပါမယ်။

အားလုံးသော တရားနာပရိသတ်အပေါင်းသူတော်ကောင်းတို့ရဲ့ စိတ်သန္တာန်မှာ အာရုံပြုထားဖို့ ဘုန်းကြီးပြောပြမယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ သူတော်ကောင်းတို့တစ်တွေရဲ့ အားထားကြည်ညို အလေးအမြတ်ပြုပြီးတော့ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ရာ မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးဟာ သတ္တဝါဝေနေယျတို့အပေါ်မှာ တုမနှိုင်းသာအောင် သနားကရုဏာကြီးမားတော်မူပါတယ်။ ဘယ်သူနဲ့မှမတူတဲ့ မဟာကရုဏာဓာတ်ကြီးနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ မြတ်စွာဘုရားပါတကားလို့ စိတ်ထဲက အာရုံပြုထားကြပါ။

ဘုန်းကြီးတို့ ကျေးဇူးတော်သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရားဟာ လေးသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်း ဤမျှလောက်ကြာမြင့်တယ်လို့ ဂဏန်းချပြလို့မရအောင် ရှည်လျားလှတဲ့ ကမ္ဘာပေါင်းများစွာ ပါရမီတော်တွေ ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့တာပါ။ ပါရမီဆယ်ပါး၊ အပြားသုံးဆယ်၊ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါး၊ စရိယသုံးပါးတွေကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့တယ်ဆိုတာဟာ ဟောဒီသတ္တဝါတွေကို သနားတော်မူလွန်းလို့နော်။

ဘုရားအလောင်းတော် သုမေဓာရှင်ရသေ့ ဘဝမှာ သာဝကပါရမီဉာဏ် ရင့်သန်ပြီးသားမို့လို့ နိဗ္ဗာန်ဆုကို

ယူနိုင်တဲ့ စွမ်းအားရှိတဲ့ ယောကျာ်းမြတ်ဖြစ်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ဆုကြီးယူပြီး ကျွတ်တန်းဝင်ချင်ရင် ဝင်လို့ရတဲ့ အနေအထားမှာ ရှိပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ဆုကို ရနိုင်လျက်သားနဲ့ မယူတာဟာ သတ္တဝါတွေကို သနားတော်မူလို့ပါပဲ။

သတ္တဝါတွေဟာ ဩဃလေးဖြာ သံသရာကြီးထဲမှာ နစ်မွန်းမျောပါနေကြတာ သနားစရာကောင်းလိုက်တာ။ ငါတစ်ဦးတည်း နိဗ္ဗာန်ဆုကို ယူလိုက်လို့ရှိရင် သံသရာပင်လယ်ကြီးထဲမှာ မျောပါနေကြတဲ့ သတ္တဝါတွေကို ကယ်တင်ခွင့်ရမှာမဟုတ်ဘူး။ ဒီသတ္တဝါတွေကို နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ ကမ်းထက်ကုန်းမြင့်ပေါ် ဆယ်ယူကယ်တင်မယ်။ အဲဒီလို ကယ်တင်နိုင်တဲ့ အစွမ်းရှိအောင် ပါရမီတွေဖြည့်ဦးမယ်။ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်ကြီးရအောင် အနစ်နာခံတော်မူခဲ့တယ်။

ဘုရားအဖြစ်ရောက်မှ သတ္တဝါတွေကိုကယ်တင်နိုင်မှာဆိုတော့ ဘုရားမဖြစ်ဖြစ်အောင် သမ္မပ္ပဓာန် ဝီရိယတွေကို ကြီးကြီးမားမားထားပြီးတော့ ကြိုးစားတော်မူခဲ့တဲ့ မဟာကရုဏာတော်ရှင်မြတ်ဗုဒ္ဓဟာ အင်မတန်ကြည်ညိုစရာကောင်းလှပါတယ်။ မဟာကရုဏာရှင် မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးကို ဘုန်းကြီးက တရားပလ္လင်ထက်ကနေပြီးတော့ ဝစီဒွါရ နှုတ်ဟပြီးတော့ ရှိခိုးပူဇော်ပါမယ်။ တရားနာပရိသတ်အပေါင်း

Generated by CamScanner from intsig.com

ကိုလည်း မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ မဟာကရုဏာတော်ကြီး နဲ့ ပြည့်စုံတော်မူပုံကို အာရုံယူပြီးတော့ လက်အုပ်ချီမိုး ရှိခိုးထားကြပါ။

ယော ကပ္ပကောဋီဟိပိ အပ္ပမေယျံ။
ကာလံ ကရောန္တော အတိဒုက္ကရာနိ။
ခေဒံ ဂတော လောကဟိတာယ နာထော။
နမော မဟာကာရုဏိကဿ တဿ။

ယော နာထော= အကြင် လူသုံးပါးတို့၏ ကိုးကွယ်ရာ အရှင် ဘုရားသခင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး သည်။

ကပ္ပကောဋီဟိပိ = ကမ္ဘာကုဋေ အသိန်းတို့၏လည်း။

အပ္ပမေယျံ= အပ္ပမေယျာနိ= ရေတွက်ခြင်းငှာ မစွမ်း နိုင်ကုန်သော။

ကာလံ = လေးသချေ်္ ကမ္ဘာတစ်သိန်းကာလပတ်လုံး။

လောကဟိတာယ= လောကဟိတကာတုံ= သတ္တ လောက၏ အကျိုးစီးပွားကို ပြုတော်မူခြင်း ငှာ။

အတိဒုက္ကရာနိ = အလွန် ပြုနိုင်ခဲလှစွာသော ပါရမီ ဆယ်ပါး စရိယသုံးပါး စသည်တို့ကို။

ကရောန္တောပိ = ကရုဏာရှေးရှု ပြုမူခဲ့၍လည်း။

ခေဒံ= ကာယပရိဿမံ = ကိုယ်တော်၏ ပင်ပန်းခြင်း သို့။

ဂတော = ရောက်တော်မူခဲ့လေပြီ။

မဟာကာရုဏိကဿ = များစွာသော ကရုဏာရှိတော် မူထသော (ဝါ) မြတ်သောကရုဏာရှိတော် မူထသော။

တဿ နာထဿ= ထိုသုံးလောကထွဋ်ထား ရှင်တော် မြတ်ဘုရားအား။

နမော= နမာမ= ကိုယ်စိတ်နှလုံး သုံးပါးပြောင်းပျော့ မာန်ကိုလျှော့၍ ကန်တော့မြတ်နိုး ရှိခိုးပါ ၏မြတ်စွာဘုရား၊ မြတ်စွာဘုရား။

(သာဓု- သာဓု- သာဓုပါဘုရား)

မဟာကရုဏာတော်ပိုင်ရှင်ဖြစ်တဲ့ မြတ်ဗုဒ္ဓအား ရှိသေမြတ်နိုး ရှိခိုးပြီးတဲ့နောက် သူတော်ကောင်း အား လုံးအာရုံတစ်ပါး စိတ်မသွားဘဲနဲ့ ကျန်းကျန်းမာမာ ချမ်းချမ်းသာသာဖြင့် မိမိတို့လိုလားမျှတတဲ့ ဣရိယာ ပုတ်များနဲ့ တရားတော်မြတ်ကို နာကြားနိုင်ကြပါပြီ။

သာဓု ဆိုတာ ကောင်းတာပေါ့

ဘုန်းကြီး ဒီနေ့ဟောကြားမည့် သုတ္တန်က သာဓု သုတ္တန် ဖြစ်ပါတယ်။ သံယုတ္တနိကာယ် သဂါထာဝဂ္ဂ

Generated by CamScanner from intsig.com

သံယုတ်ပါဠိတော်မှာ လာရှိတဲ့ သာဓုသုတ္တန်ကြီးကို အခြေခံပြီးတော့ "အကောင်းဆုံးတရား" ကိုဟောကြားသွားပါမယ်။

သာဓု ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားလေးတစ်ခွန်းကို ဗုဒ္ဓဘာသာ မြန်မာလူမျိုးတွေ အမြဲတမ်းလို ပြောနေကြတယ်။ "သာဓု သာဓု သာဓု" လို့ ကောင်းတဲ့အမှုအရာလေးတွေ တွေ့တိုင်း ပြောလေ့ရှိတယ်နော်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု အလှူဒါန ပြုလုပ်တာကိုပဲ မြင်ရမြင်ရ၊ တရားလေးတစ်ပုဒ် ဂါထာလေးတစ်ခုကိုပဲ နာကြားရ နာကြားရ "သာဓု သာဓု လို့ပြောကြတယ်။ အဲဒီ သာဓု သာဓု သာဓု ဆိုတဲ့ပါဠိစကားရဲ့ အဓိပ္ပါယ်က "ကောင်းပါတယ် ကောင်းပါတယ်" တဲ့ ဒီလောက်တော့ လူတိုင်းသိပါတယ်နော်။

အခုလို တရားပွဲတွေ ကျင်းပတဲ့အခါမှာ တရားဟော ဓမ္မကထိက ဆရာတော်က ပါဠိဂါထာလေးရွတ် အနက်ကလေးပေးပြီးတော့ "သတည်း" ချလိုက်ရင်ပဲ ပရိသတ်က "သာဓု သာဓု သာဓုပါဘုရား" ဟုတ်လား အဲဒါ မြန်မာလိုတော့ "ကောင်းပါတယ် ဘုရား ကောင်းပါတယ် ဘုရား"ပေါ့။ ဓမ္မကထိက သဘောကျပြီးတော့ ဆက်ပြီးဟောအားရှိအောင် မကောင်းလည်းပဲ ကောင်းပါတယ် ဘုရား လုပ်ကြတာပဲနော်။

အဲဒီသာဓုဆိုတဲ့ ပါဠိလေးကို သီလက္ခန်အဋ္ဌကထာစတဲ့ သုတ္တန်အဋ္ဌကထာကြီးတွေမှာ အကျယ်တဝင့်ဖွင့်ဆိုထားတာရှိပါတယ်။

သာဓု သဒ္ဒေါ အာယာစန သမ္ပဋိစ္ဆန
သမ္ပဟံသန သုန္ဒရ ဒဠှီကမ္မာဒီသု ဒိဿတိ။

သာဓုဆိုတဲ့ ပါဠိစကားတစ်လုံးသည်။ **အာယာစန** = တောင်းပန်ခြင်း အနက်ကိုလည်း ဟောတယ်။ **သမ္ပဋိစ္ဆန** = ဝန်ခံခြင်း အနက်ကိုလည်း ဟောတယ်။ **သမ္ပဟံသန** = ချီးမွမ်းခြင်း အနက်ကိုလည်း ဟောတယ်။ **သုန္ဒရ** = ကောင်းတယ်ဆိုတဲ့ အနက်ကိုလည်း ဟောတယ်။ ပေါင်းလိုက်ရင် အနက်ခြောက်မျိုးတောင် ထွက်ပါတယ်။

အဲဒီလို ပါဠိလေးတစ်ခုက အနက်အဓိပ္ပာယ်တွေ များစွာထွက်နေပေမဲ့ အရကောက်ယူတဲ့ အခါမှာကျတော့ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ဆီလျော်တဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကိုပဲယူရပါတယ်။ ဒီသာဓုသုတ္တန်မှာလာတဲ့ သာဓုဆိုတဲ့ ပါဠိလေးက သုန္ဒရ = ကောင်းတယ်ဆိုတဲ့ အနက်ကိုပဲ ဟောတဲ့အတွက် ဒီနေရာမှာ သာဓုကို တခြားအနက်တွေ မယူရဘူး။ ကောင်းတယ်ဆိုတဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ် ယူပြီး သုံးစွဲရပါတယ်။

Generated by CamScanner from intsig.com

မကောင်းတဲ့တရား ရှိသေးသလား

သာစုက ကောင်းတဲ့တရားဆိုတော့ မကောင်းတဲ့တရားလည်း ရှိဦးမည့်သဘောပေါ့နော်။ ကောင်းတာက သာစုဆိုတော့ မကောင်းတာက နသာစု ဖြစ်မှာပေါ့။ လောကမှာ အဖြူရှိရင် အမည်းရှိတယ်။ ကောင်းတာရှိရင် မကောင်းတာလည်း ရှိရမှာပဲ။ ကုသိုလ်ရှိရင် အကုသိုလ် မရှိဘူးလား။ ဆန့်ကျင်ဘက်တရားက လောကမှာ ရှိနေတာပဲ။

အဲဒီတော့ သာစုသုတ္တန် အကောင်းဆုံးတရားကို မပြောခင် နသာစုဆိုတဲ့ မကောင်းတရားကို အရင်ပြောရအောင်။ ဇာတ်ပါဠိတော်နဲ့ စရိယာပိဋကအဋ္ဌကထာကြီးတွေမှာလာတဲ့ ဂါထာတစ်ပုဒ်ရှိတယ်။

အလသော ကာမဘောဂီ န သာဓု။
အသညတော ပဗ္ဗဇိတော န သာဓု။
ရာဇာ နသာဓု အနိသမ္မကာရိယော။
ပဏ္ဍိတော ကောဓနော တံ န သာဓု။

ကာမဘောဂီ = လူ့ဘုံဘဝ လူ့လောကထဲမှာ စီးပွားဥစ္စာရှာပြီးတော့ အသက်မွေးနေရတဲ့ အိမ်ထောင်သည်များမှာ၊ **အလသော** = ပျင်းရိနေရင်။ **နသာဓု** = မကောင်းဘူးတဲ့။ အိမ်ထောင်သည် အိမ်ထောင်ဦးစီးဖြစ်ပြီးတော့ မလုပ်ချင်မကိုင်ချင် ပျင်းရိနေရင်လည်းမကောင်းဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အိမ်ထောင်တစ်ခုမှာ ဥစ္စာစီးပွားဆိုတာ ရှိရတယ်။ စီးပွားချမ်းသာဥစ္စာဓနဘယ်လောက်ပဲရှိရှိ ရှိမှကောင်းတယ်။ အိမ်သူအိမ်သားဇနီးမယား သမီးသားတွေက သူတို့စားဝတ်နေမှုအတွက် အိမ်ထောင်ဦးစီးကိုပဲ အားကိုးရတာနော်။ အားကိုးအားထားဖြစ်တဲ့ အိမ်ထောင်ဦးစီးက ပျင်းနေရင်ဘယ်လို လုပ်ပြီး စီးပွားဥစ္စာဖြစ်ထွန်းမှာလဲ။ ဒါကြောင့်အိမ်ထောင်ဦးစီး ဖြစ်ပြီးတော့ ပျင်းနေရင်လည်းမကောင်းဘူးတဲ့။

နောက်တစ်ခါ

အသညတော ပဗ္ဗဇိတော န သာဓု။

ပဗ္ဗဇိတော = အိမ်ရာတည်ထောင် လူ့ဘောင်ကိုစွန့်ခွာပြီး ရဟန်းပြုလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ **အသညတော** = ကိုယ်နှုတ်စောင့်စည်းမှုမရှိရင်။ **န သာဓု** = မကောင်းဘူးတဲ့။ ရဟန်းတော်များကျတော့ ကိုယ်နှုတ်စောင့်စည်းရတယ်။ ကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာ သိမ်မွေ့ ရတယ်။ ရဟန်းဖြစ်ပြီး ပြောချင်ရာပြော လုပ်ချင်ရာလုပ်နေရင်လည်း မကောင်းဘူး။ ပြီးတော့

ရာဇာ န သာဓု အနိသမ္မကာရိယော

ရာဇာ = တိုင်းပြည်ကို အုပ်ချုပ်တဲ့မင်း ဘုရင်များသည်။ **အနိသမ္မကာရိယော** = စူစမ်းဆင်ခြင်မှုမရှိခဲ့ရင်။ **န သာဓု** = မကောင်းဘူတဲ့။ ဘုရင်များကျတော့ဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှိရတယ်။ ဘယ်သူတွေက ဘာတွေပဲ

Generated by CamScanner from intsig.com

လာပြောနေနေ ဟုတ်မဟုတ် သင့်မသင့် ကိုယ်ပိုင်ဦးနှောက်နဲ့ ဆင်ခြင်လေ့လာရမယ်။ ဘုရင်ဖြစ်ပြီးတော့ မဆင်ခြင် မစဉ်စားဘူးဆိုရင် မကောင်းဘူးတဲ့။ ပြီးတော့ တစ်ခါ–

ပဏ္ဍိတော ကောဓနော န သာဓု။

ပဏ္ဍိတော = ပညာရှိပုဂ္ဂိုလ်များသည်။ **ကောဓနော** = အမျက်ဒေါသကြီးနေမယ်ဆိုရင်။ **နသာဓု** = မကောင်းဘူး၊ ပညာရှိဆိုတာ အကျိုးအကြောင်း အဆိုးအကောင်းတွေ သိတယ်။ လူတွေက အားကိုးအားထား ပြုပြီးတော့ မေးရမြန်းရတယ်။ အဲဒီလိုမေးရမြန်းရမည့် ပုဂ္ဂိုလ်က စိတ်တိုတတ်ရင် မကောင်းဘူး။ သူ့တာဝန်က စိတ်ရှည်လက်ရှည်နဲ့ သူများမေးလာတာကို ဖြေပေးရမှာ၊ အဲဒါ စိတ်တိုနေရင် ကောင်းပါ့မလား။

လောကလူသား စီးပွားရှာစားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ပျင်းတာမကောင်းဘူး။ ရဟန်းတော်များကျတော့ ကိုယ်နှုတ်စောင့်စည်းမှုမရှိရင် မကောင်းဘူး။ ဘုရင်ဖြစ်ပြီး ဆင်ခြင်ဉာဏ်မသုံးရင် မကောင်းဘူး။ ပညာရှိများ စိတ်တိုရင် မကောင်းဘူးတဲ့။ မကောင်းတဲ့တရား နသာဓု လေးမျိုးပေါ့နော်။ မကောင်းတာကို မကောင်းတဲ့အတိုင်း ပစ်ထားလို့ မရဘူး။ ကောင်းအောင် လုပ်ရမှာပေါ့၊ ဒါကြောင့် လူသားဆိုရင် မပျင်းနဲ့၊ ရဟန်းဆိုရင် စောင့်

စည်း၊ ဘုရင်ဆိုရင် ရှုးစမ်းဆင်ခြင်၊ ပညာရှိမှန်ရင် စိတ်ရှည်၊ အဲဒီလို ပြုပြင်ပြောင်းလဲ ကျင့်သုံးလိုက်ရင် နသာဓုကနေ သာဓု ဖြစ်သွားမယ်။ ကောင်းတဲ့တရား ဖြစ်သွားပါတယ်။

လူကောင်းတရား ကျင့်စဉ်များ

ကောင်းတဲ့တရားရှိတော့ မကောင်းတဲ့တရားလည်း ရှိတာပေါ့နော်။ ဒီလိုဆိုရင် ကောင်းတဲ့လူ ရှိသလို မကောင်းတဲ့လူလည်း ရှိနိုင်တာပဲ။ ကောင်းတဲ့လူကို ပါဠိလိုပြောတော့ သာဓုနရ တဲ့။

ဇာတ်တော်ကြီးဆယ်ဖွဲ့ထဲမှာ ဝိဓုရဇာတ်က ဘုရားအလောင်းတော်ပညာရှိ အမတ်ကြီး ဝိဓုရကနေပြီးတော့ ပုဏ္ဏားကနတ်ဘီလူးကို ဟောထားတဲ့ သာဓုနရတရားဆိုတာရှိတယ်။ လူကောင်းတွေ လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် တရားကို သာဓုနရတရားလို့ ခေါ်ပါတယ်။ လူကောင်း သူကောင်း ဖြစ်ချင်ရင် ဒီတရားတွေ ရှိရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

သာဓုနရတရားတွေက ဘာတွေလဲ။ မြန်မာလိုပြောရအောင်။ တော်ကြာ လိုရင်းဖြစ်တဲ့ သာဓုသုတ္တန်ကို မရောက်ဘဲ နေလိမ့်မယ်။ နံပါတ်တစ်က ရှေးသူဟောင်းတို့ လမ်းကောင်းအကျင့်ကို လိုက်နာကျင့်သုံး

ခြင်း၊ နံပါတ်နှစ်က ပေးကမ်းစွန့်ကြဲခြင်းဖြင့် စိုသောလက်ကို မခြောက်စေခြင်း၊ နံပါတ်သုံးက မိန်းမတို့အလိုသို့ မလိုက်ခြင်း၊ နံပါတ်လေးက မိတ်ဆွေခင်ပွန်းတို့အား မပြစ်မှားခြင်းတဲ့။

ရှင်းရှင်းပြောရင် လူကောင်းသူကောင်းဖြစ်ချင်တဲ့သူဟာ ရှေးလူကြီး မိဘတွေရဲ့ အကျင့်ကောင်းတွေကို လိုက်ပြီးတော့ ကျင့်သုံးပါ။ လူကြီးတွေက အစဉ်အဆက်ချမှတ်ထားတဲ့ လမ်းစဉ်ကို ကိုယ့်လက်ထက်ကျမှ ဖောက်ဖျက်မပစ်ရဘူး။ ပေးကမ်းတဲ့ လူကိုချစ်ခင်ကြတယ်။ လူချစ်လူခင် ပေါများတာဟာ စိုသောလက်ရှိလို့ပဲ။ စိုသောလက်ကို မခြောက်စေနဲ့၊ ပေးသင့်တာကိုပေး၊ ကမ်းသင့်တာကိုကမ်း လုပ်ရတယ်။

မိန်းမအလိုကို မလိုက်ရဘူးဆိုတာတော့ ဝိဓုရအမတ်ကြီးက ပုဏ္ဏကကို တိုက်ရိုက်ပြောလိုက်တာဖြစ်မယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ပုဏ္ဏကဘီးလူးက ဣရန္ဒတီကို ကြိုက်တာကိုး၊ ဣရန္ဒတီက “ဝိဓုရအမတ်ကြီးရဲ့ အသည်းနှလုံးကို စားချင်တယ်” ပြောတာနဲ့ ပညာရှိအမတ်ကြီးကို နှိပ်စက်ညှဉ်းပမ်း လုပ်တာကို။ မိန်းမခိုင်းတိုင်း လျှောက်လုပ်နေရင် လူကောင်းမဟုတ်ဘူးတဲ့။ ဒကာကြီးတွေ မှတ်ထားပေါ့နော်။

နောက်ပြီးတော့ ကိုယ့်မိတ်ဆွေ ခင်ပွန်းကို မပြစ်မှားရဘူး။ ဆိုးတူကောင်းဘက် အတူတူနေတဲ့ မိတ်ဆွေ

ခင်ပွန်းဆိုတာ ကျေးဇူးရှိတယ်။ မိတ်ဆွေကို မကောင်းကြံတာလည်း လူကောင်းမဟုတ်ဘူးတဲ့။ လူကောင်းမှန်ရင် မိတ်ဆွေကို မပြစ်မှားရဘူး။ လူကောင်းတရား လေးခု သိသွားပြီနော်။ ဣန္ဒြိယဇာတ်မှာလည်း လူကောင်းတရားလေးပါး ဟောထားတာ ရှိသေးတယ်။ တော်ကြာလိုရင်းမရောက်ဘဲ နေလိမ့်မယ် ဒီလောက်ဆိုရင် လူကောင်းသူကောင်းတွေရဲ့ ကျင့်စဉ်ကို သဘောပေါက်ရောပေါ့။ သာဓု သုတ္တန်တရားကို စလိုက်ကြဦးစို့ရဲ့။

နတ်သား ခုနှစ်ရာ ရောက်ရှိလာ

ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ် သာဝတ္ထိပြည်၊ဇေတဝန်ကျောင်းတော်မှာ သီတင်းသုံးစံပျော် နေတော်မူစဉ်အခါ ဒီသာဓုသုတ္တန်တရားတော်ကြီးကို ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

ဘုရားကိုယ်တော်မြတ်ကြီးဟာ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ဗုဒ္ဓကိစ္စ ငါးချက်ကို ဆောင်ရွက်တော်မူပါတယ်။ အခုလို ညဉ့်ဦးယံအခါမှာ ဘိက္ခု၊ ဘိက္ခုနီ ဥပါသကာ၊ ဥပါသိကာ ပရိတ်သတ်လေးပါးကို တရားဟောကြားတော်မူတယ်။ ညဉ့်နက်သန်းခေါင် ရောက်နေပေမယ့် ဆောင်ရွက်စရာ ဗုဒ္ဓကိစ္စကျန်နေသေးတယ်။

အထ ခေါ သမ္ဗဟုလာ သတ္တုလ္လပကာယိကာ ဒေဝတာယော အဘိက္ကန္တာယ ရတ္တိယာ အဘိက္ကန္တ

Generated by CamScanner from intsig.com

ဝဏ္ဏာ ကေဝလ ကပ္ပံ ဇေတဝနံ ဩဘာသေတွာ ယေန ဘဂဝါ တေနုပသင်္ကမိံသု၊ ဥပသင်္ကမိတွာ ဘဂဝန္တံ အဘိဝါဒေတွာ ဧကမန္တံ အဋ္ဌံသု။

အဘိက္ကန္တာယ = ညဉ့်ဦးယံလွန်လေပြီးသော၊ **ရတ္တိယာ** = သန်းခေါင်အခါ၌၊ **ဒေဝတာ** = နတ်သားတို့သည်၊ **ကေဝလကပ္ပံ ဇေတဝနံ** = ဇေတဝန်ကျောင်းတော်ကြီးကို၊ **အဘိက္ကန္တဝဏ္ဏာယ** = လွန်သော အဆင်းအရောင်ဖြင့်၊ **ဩဘာသေတွာ** = ကိုယ်ရောင် ကိုယ်ဝါတို့ဖြင့် ထွန်းလင်းတောက်ပစေ၍၊ **ယေန** = အကြင်အရပ်၌၊ **ဘဂဝါ** = ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးသခင်ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည်၊ **အတ္ထိ** = ရှိပါပေ၏၊ **တေန** = ထိုဘုရားရှိတော်မူရာ အရပ်သို့၊ **ဥပသင်္ကမိံသု** = အနီးအစပ်ရောက်အောင် ချဉ်းကပ်၍ လာကြပေကုန်ပြီးပြီ၊ **ဥပသင်္ကမိတွာ** = ချဉ်းကပ်ရောက်လာပြီးသကာလ၊ **ဘဂဝန္တံ** = မြတ်စွာဘုရားကို၊ **အဘိဝါဒေတွာ** = ရိုရိုသေသေ လက်အုပ်ကလေးတွေ ချီမိုး ရှိခိုး၍၊ **ဧကမန္တံ** = သင့်တင့်လျောက်ပတ်သော အရပ်၌၊ **အဋ္ဌံသု** = ရပ်တည်၍ နေကြကုန်လေ၏။

ဘုရားကိုယ်တော်မြတ် ညဦးယံတရားဟောပြီးလို့ လူပရိသတ် ကွဲသွားလို့ ညဉ့်နက်သန်ခေါင် အချိန်ရောက်တယ်ဆိုရင်ပဲ နတ်သားတွေ ကိုယ်ရောင်ကိုယ်ဝါ

တောက်ပစွာနဲ့ ဘုရားရှိရာ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်ထဲကို ရောက်လာကြတယ်တဲ့။ နတ်သားအရေအတွက်က ဘယ်လောက်ရှိသလဲဆိုတော့ ခုနစ်ရာ၊ နတ်သားတစ်ရာကို ဦးဆောင်တဲ့ နတ်သားတစ်ယောက်ပါတယ်။ နတ်သားခုနစ်ရာဆိုတော့ ခေါင်းဆောင်နတ်သား ခုနစ်ယောက်နဲ့ အုပ်စုခုနစ်စု လာကြတယ်ပေါ့။

အဲဒီ နတ်သားအုပ်စု ခုနစ်စုမှာ ခေါင်းဆောင်နတ်သားတွေက တစ်ဦးချင်း တစ်ဦးချင်း ထွက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်ထားကြတယ်။ သူတို့လျှောက်ထားတဲ့ စကားတွေကုန်အောင် ဒီနေ့ဟောရမှာနော်။

ပေးလှူခြင်းဟာ ကောင်းမြတ်တာ

ပထမအုပ်စု ခေါင်းဆောင်နတ်သား ဘုရားကို လျှောက်တာက

သာဓု ခေါ မာရိသ ဒါနံ။

သူ့စကားလေးက သာဓုနဲ့ စတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီသုတ္တန်ကို သာဓုသုတ္တန်လို့ ပြောတာပေါ့။ သူလျှောက်ထားတာ ကြည့်ရအောင်။

သာဓု ခေါ မာရိသ ဒါနံ။

မာရိသ = ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းတော်မူပြီးတဲ့ မြတ်စွာဘုရား။ **ဒါနံ** = အလှူဆယ်သင်း ပေးလှူခြင်း

Generated by CamScanner from intsig.com

ဆိုတာသည်။ **သာဓု** = ချီးမွမ်းအပ်ကောင်းမြွတ်လှပါတယ်ဘုရား။

အရှင်ဘုရား အလှူဆယ်သင်း ပေးလှူခြင်းသည် ချီးမွမ်းအပ်ကောင်းမြတ်လှပါတယ်ဘုရား တဲ့။ အလှူလှူတာ မကောင်းဘူးလား။ အလှူ လှူတာကို ပါဠိလိုဘယ်လိုခေါ်မလဲဆိုတော့ ဒါန။ မြန်မာလို ပြန်လိုက်တော့ လှူဒါန်းတယ်၊ ပေးကမ်းတယ်၊ စွန့်ကြဲတယ်၊ ဒီလို အဓိပ္ပာယ်ထွက်တယ်။ အဲဒါကို ဒါနလို့ ပါဠိတစ်လုံးတည်းနဲ့ သုံးလိုက်ရင် ပြည့်စုံတယ်။ လှူဒါန်းပေးကမ်းခြင်းဆိုတဲ့ သဘောတရားသည် ကောင်းပါတယ်တဲ့။ သူ့စကားက မကုန်သေးဘူး။ ဆက်ပြီးတော့ လျှောက်တယ်။

မစ္ဆေရာစ ပမာဒါစ၊ ဧဝံဒါနံ န ဒီယျတိ
ပုညံအာကင်္ခမာနေန၊
ဒေယျံ ဟောတိ ဝိဇာနတာ။ (သံ၊ ၁၊ ၁၉)

ဘန္တေ = ဘုန်းတော်ကြီးမား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား။ **ဧဝံ** = ဤသို့ အလှူဒါန ကောင်းပါသော်လည်းပဲ၊ **မစ္ဆေရာစ** = မပေးလိုမကမ်းလို၊ မလှူလို၊ မတန်းလိုတဲ့ မစ္ဆေရ နှိပ်စက်သောကြောင့် လည်းကောင်း၊ **ပမာဒါစ** = ရူပါရုံ၊ သဒ္ဒါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ ရသာရုံ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် ငါးပါးတွေမှာ ပျော်ပါးပြီးတော့ မေ့လျော့နေတဲ့အတွက်ကြောင့် လည်းကောင်း၊

ဒါနံ = အလှူဒါနကို၊ **နဒီယတိ** = မပေးလှူကြပါဘုရား။

ပေးလှူတာကောင်းတော့ ကောင်းတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူတိုင်း မပေးကြဘူး။ လူတိုင်း မလှူကြဘူး။ အဲဒီလို မပေးလှူတဲ့လူတွေ တပည့်တော် မြင်နေရတယ်ဘုရား။ သူတို့ဘာကြောင့် မလှူတာလဲဆိုတော့ အကြောင်းနှစ်ချက်တွေ့ပါတယ်။ နံပါတ်တစ်က **မစ္ဆေရာစ** = ဝန်တိုစေးနဲ နှမြောတွန့်တိုနေတဲ့ အတွက်ကြောင့် လည်းကောင်း၊ နံပါတ်နှစ်က **ပမာဒါစ** = ရူပါရုံ၊ သဒ္ဒါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ ရသာရုံ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ ဆိုတဲ့ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်တရားတွေမှာ မွေ့လျော်ပျော်ပါးပြီးတော့ မေ့လျော့နေတဲ့ အတွက်ကြောင့် လည်းကောင်း၊ အလှူအတန်းတွေ မလှူဒါန်းကြတာလို့ တွေ့ရပါတယ်ဘုရား။

မလှူတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ သန္တာန်ကို လေ့လာကြည့်ရင် အကြောင်းနှစ်ချက်တွေ့ရတယ်။ နံပါတ်တစ်အကြောင်းက မစ္ဆရိယ၊ နံပါတ်နှစ်အကြောင်းက ပမာဒတဲ့။ ဒီအကြောင်းနှစ်ချက်ကြောင့် မလှူကြတာပါလို့ နတ်သားက ဘုရားကို လျှောက်နေတာနော်။

မေ့လျော့ဝန်တို မလှူလို

မလှူဖြစ်တဲ့ အကြောင်းနှစ်ခုထဲမှာ မစ္ဆရိယဆိုတာက ဝန်တိုတယ်၊ နှမျောတယ်၊ စေးနဲတယ်၊ တွန့်တို

တယ်တဲ့။ လျှုလိုက်လို့ရှိရင် ကုန်သွားလိမ့်မယ်။ "ဟာ ဒီ ငါ့စားစရာလေး သူများပေးလိုက်လို့ရှိရင် ငါမစားရဘဲ နေလိမ့်မယ်" လို့ တွန့်တိုနေတာ မစ္ဆရိယပါပဲ။

ဒီနေ့တို့ မန္တလေးမြို့မှာ ဆွမ်းလောင်းအသင်းတွေ တော်တော်များများ ပေါ်လာတယ်နော်။ ဆွမ်းလောင်းအသင်းတွေ ဦးဆောင်တာ များသောအားဖြင့် လူငယ်တွေများတယ်။ ဒီရပ်ကွက်ကတော့ လူကြီးတွေလည်း ပါပါတယ်။ လူကြီးလူငယ် ပေါင်းစုပြီးတော့ ကောင်းမှုပြုကြတယ်ဆိုတာက မိမိတို့ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ မစ္ဆရိယဆိုတဲ့ အကုသိုလ်တရားကို မနှိမ်နင်းဘူးဆိုရင် ဘယ်မှာ ကောင်းမှုပြုနိုင်ပါ့မလဲ။ မစ္ဆရိယတရားကို ပယ်နိုင်တာက ဘုန်းကြီးတို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ အားတက်စရာ အကြောင်းတစ်ချက်ပဲလို့ မှတ်ရမယ်။

နောက်တစ်ချက်က ပမာဒ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ် ငါးပါးအပေါ်မှာ ပျော်ပါးမှု၊ စားမှု သောက်မှုတွေအပေါ်မှာတင် မေ့လျော့ ပျော်ပါးနေရင်လည်းပဲ အလှူအတန်းမလုပ်နိုင်ဘူး။ မေ့လျော့ပျော်ပါးမှု ပမာဒတရားကို မိမိတို့က အနိုင်ယူနိုင်လို့သာလျှင် ဒီကောင်းမှုကုသိုလ်တွေ ပြုနိုင်တယ်လို့ သဘောကျရမယ်။

အဲဒီတော့ ဓမ္မာရုံဘုရားပွဲတွေမှာ တရားပွဲတွေလည်းပဲ များပါတယ်။ ဇာတ်တွေ မထည့်နိုင်လို့လားမသိဘူး၊ ဓမ္မာရုံပွဲတွေဆိုရင် တရားပွဲတွေ တော်တော်

များတယ်နော်။ တချို့ကတော့ တရားပွဲလည်းထည့်တယ်၊ ဇာတ်ပွဲလည်းထည့်တယ်။ ဟိုတုန်းကတော့ ဇာတ်ပွဲနဲ့သာ ဘုရားပွဲတွေ ပြီးပြီးသွားကြတာနော်။

အခုတရားပွဲတွေ ပါလာတာဆိုတော့ တို့ဒကာဒကာမတွေက ဘယ်လိုရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ထည့်တယ်မသိဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ ဘာသွားသတိရသလဲဆိုတော့ ဘုန်းကြီးက စာချဘုန်းကြီးဆိုတော့ သံဃာတော်တွေကို ဓမ္မစရိယတန်းအတွက် သီလက္ခန်အဋ္ဌကထာစတဲ့ အဋ္ဌကထာကြီးတွေလည်း ချပေးရတယ်။ ပထမကြီးတန်းအတွက် အလင်္ကာချတဲ့ အခါမှာပါတဲ့ ဂါထာလေးတစ်ပုဒ်ကို သွားသတိရပါတယ်။

ပသန္နာ ရူပဝိဘဝံ၊ သုဏန္တာ မဓုရံ ဂိရံ။
စရန္တိ သာဓူ သမ္ဗုဒ္ဓ ကာလေ၊ ကေဥ္စိ ပရံမုခါ။

သမ္ဗုဒ္ဓကာလေ = ဘုရားမြတ်စွာ ထင်ရှားရှိတော်မူစဉ်အခါက၊ **ပသန္နာ ရူပဝိဘဝံ** = ၃၂ ပါးသော ယောကျ်ားမြတ် လက္ခဏာတော်ကြီး၊ လက္ခဏာတော်ငယ် ၈၀ တို့နဲ့ပြည့်စုံတဲ့ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ အဆင်းဓာတ်ကြီးကို၊ **ပသန္နာ** = ဖူးမြော်ကြကုန်လျက်။

မဓုရံဂိရံ = အင်္ဂါရှစ်ပါးနှင့်ပြည့်စုံတဲ့ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့အသံတော်ကြီးကိုလည်းပဲ၊ **သုဏန္တာ**

Generated by CamScanner from intsig.com

= ကြားနာကြကုန်လျက်၊ **ကောဠုပရုံမုခါ** = ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲ ဇာတ်ပွဲသဘင်တွေကို မျက်နှာလွှဲကြ ကုန်သည်ဖြစ်၍၊ **စရန္တိ** = သာဝတ္ထိရာဇဂြိုလ်ဆိုတဲ့ အဲဒီတုန်းက မြို့သူမြို့သားတွေဟာ ဘုရားဖူးကာ တရားနာကာဖြင့် ကောင်းစွာ မသွေ လှည့်လည်ခဲ့ကြပါ ပေကုန်သတည်း။

(သာဓု သာဓု သာဓုပါဘုရား)

ကောင်းမှုမြော်မြင် ပေးလှူချင်

ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်ပြီးတော့ သာသနာတော်ကြီး နေနှယ်လနှယ် ထွန်းလင်းတင့်တယ်နေတဲ့အချိန်မှာ လူသားတိုင်း လူသားတိုင်ရဲ့နှလုံးသားတွေဟာလည်း ဓမ္မတွေနဲ့ ထုံမွှမ်းပြီးတော့ ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ ရူပကာယ အဆင်းတော်ကို ဖူးမြော်၍လည်းကောင်း၊ ဘုရားရှင်ရဲ့ အသံတော်ကလည်း သာယာ တရားတော်ကလည်း နက်ရှိုင်း၊ အဲဒီလိုနက်ရှိုင်းတဲ့ ဓမ္မအသံတော်တွေကို ကြားနာ၍လည်းကောင်း၊ ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲတောင် မကြည့်ကြတော့ဘူးဆိုဘဲ။

ဒါပေမဲ့ တို့ဒီနေ့ဓမ္မပရိသတ်ကတော့ ကိုရီးယားကား ပြီးမှနဲ့တူတယ်နော်။ ဘာပဲပြောပြော ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲတွေကို မျက်နှာလွှဲပြီးတော့ တရားပွဲ ရောက်နေကြတာ

အားတက်စရာမကောင်းဘူးလားဗျာ။ ဒါကြောင့် ပထမနတ်သားက "အလှူဆယ်သင်း ပေးလှူခြင်းဟာ ကောင်းပါတယ်ဘုရား။ ကောင်းပင်ကောင်းငြား သော်လည်းပဲ လူတွေဘာကြောင့် မလှူနိုင်ကြတာလဲ ဆိုတော့ မစ္ဆရိယတရား၊ ပမာဒတရားတွေ လွှမ်းမိုးနေတဲ့အတွက်ကြောင့် မလှူနိုင်ကြတာပါဘုရား" လို့လျှောက်ကာ ဆက်ပြီးတော့ သူလျှောက်တယ်။

ပုညံအာကင်္ခ မာနေန၊
ဒေယျံဟောတိ ဝိဇာနတာ။

ဘန္တေ = ဘုန်းတော်ကြီးမား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား။ **ဝိဇာနတာ** = ပစ္စုန်ပွန်သံသရာ နှစ်ဖြာ အကြောင်းအကျိုး ကောင်းဆိုးသိမြင် ပညာရှင်ဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် **ပုညံအာကင်္ခမာနေန** = ပစ္စုန်ပွန်သံသရာ နှစ်ဖြာသောဘဝတွေမှာ ဖြူစင်ရင်းရှိတဲ့ ကောင်းမှုကို အလိုရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ **ဒေယျံဟောတိ** = အလှူဆယ်သင်း ပေးလှူခြင်းကို ကောင်းစွာမသွေ ပြုအပ်ပါပေတော့၏။

မစ္ဆရိယရှိရင် ပမာဒရှိရင်မလှူဖြစ်ဘူး။ ပစ္စုပ္ပန်သံသရာနှစ်ဖြာ ကောင်းဆိုး ကြောင်းကျိုးမြင်သိ ပညာရှိပုဂ္ဂိုလ်တွေသာလျှင် ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို အလိုရှိကြတဲ့အတွက် လှူဒါန်းဖြစ်ကြပါတယ်လို့ နတ်သားက လျှောက်ပါတယ်။ ပထမနတ်သား လျှောက်ထားတဲ့

အကြောင်းလေးတွေ လင်္ကာလေးရေးစပ်ပြီးတော့ အားလုံး ဓမ္မပရိသတ်ကြီးကို ဝေငှထားတာရှိပါတယ်။ ဒါလေးတော့ အိမ်ပါသွားအောင်လို့ ဟောတဲ့စနစ်လို့ မှတ်ပါ။

လင်္ကာလေးတွေ နောက်ကနေ လိုက်ဆိုပါ။

★ **အလှူဆယ်သင်း၊ ပေးလှူခြင်း၊**
ကောင်းခြင်း မြတ်ဒါန။
ဝန်တိုစေးနဲ၊ မေ့လျော့လဲ၊
ရှောင်လွှဲ မြတ်ဒါန။
ကောင်းမှုမြော်မြင်၊ ပညာရှင်၊
မှန်ပင်လှူသည်ပ။

နည်းနည်းရှိရင် နည်းနည်းလှူပါ

ပထမနတ်သားက ဂါထာလေးနဲ့ လျှောက်ထားတဲ့အခါ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်က မကန့်ကွက်ဘူး။ "သာဓု" တဲ့ "နတ်သား ကောင်းတယ် မင်းပြောတာလည်း ကောင်းတယ်ကွ၊ မှန်တယ်ကွ" လို့ မိန့်တော်မူလိုက်တော့ သိပ်ကျေနပ်သွားတယ်။

သူလျှောက်ချင်တာလေး လျှောက်ပြီးတော့ အဲဒီ ပထမအုပ်စုကနတ်သား ပြန်ဆုပ်သွားတော့ ဒုတိယ

အုပ်စုကနတ်သား ရှေ့နားတိုးလာတယ်။ ရှေ့တက်လာပြီး သူကဘာလျှောက်သလဲဆိုတော့

သာဓုခေါ မာရိသ ဒါနံ၊ အပ္ပကသ္မိံပိ သာဟုဒါနံ။

မာရိသ = ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းတော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား၊ **ဒါနံ** = အလှူဆယ်သင်း ပေးလှူခြင်းဆိုတာ၊ **သာဓု** = ကောင်းပါတယ်ဘုရား။ **အပိစ** = တပည့်တော် ဖြည့်စွက် လျှောက်ထားချက်ကလေး တစ်ခု တင်ပြချင်တာကတော့၊ **အပ္ပကသ္မိံပိ** = နည်းနည်းလေးရှိပြီးတော့ နည်းနည်းလေးလှူတာလည်းပဲ၊ **သာဟု** = ကောင်းပါတယ်ဘုရား။

ဒုတိယနတ်သားက ဘာပြောလဲ "လှူဒါကောင်းတယ်ဘုရား။ ဒါပေမဲ့ နည်းနည်းကလေးရှိ နည်းနည်းကလေးလှူတာလည်း ကောင်းပါတယ်ဘုရား" တဲ့၊ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ပစ္စည်းရှိမှလှူမယ်လို့ စောင့်နေတတ်ကြတယ်။ ဒီလိုစောင့်နေတုန်း ကိုယ့်ပစ္စည်းမရှိခင် အသက်ဝိညာဉ် ကုန်ဆုံးသွားခဲ့မယ်ဆိုရင် လှူဖြစ်ပါဦးမလား။ တောင်ပေါ်သားများရဲ့ စာဆိုလေး ရှိတယ်။ "တစ်မူးရလို့ တစ်ပဲလှူ၊ တို့ရှမ်းတောင်သူ တူနိုင်ရိုးလား" တိုင်းရင်းသားတွေဟာ အင်မတန် ချစ်စရာကောင်းတယ်။ ဒါနနဲ့ ပတ်သက်လို့ရှိရင် အပြိုင်အဆိုင် လှူကြတာနော်။

Generated by CamScanner from intsig.com

နတ်သားရဲ့ စကားက မဆုံးသေးဘူး။ သူဆက်ပြီးတော့ လျှောက်တာက–

အပ္ပသ္မေကေ ပဝေစ္ဆန္တိ၊
ဗဟုနေကေ နဒိစ္ဆရေ။
အပ္ပသ္မာ ဒက္ခိဏာ ဒိန္နာ၊
သဟဿေန သမံ မိတာ။ (သံ၊ ၁၊ ၁၉)

ဘန္တေ = ဘုန်းတော်ကြီးမား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား။ **အပိစ** = တပည့်တော် ဖြည့်စွက်လျှောက်ထားချင်တာကတော့၊ **အပ္ပကသ္မိံပိ** = အနည်းငယ်လေးရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း၊ **အပ္ပသ္မိံ** = အနည်းငယ်လေးကနေ၊ **ဧကေ** = အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်၊ **ပဝေစ္ဆန္တိ** = ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးတော့ လှူဒါန်းကြပါတယ်ဘုရား၊ **ဧကေ** = အချို့သောပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့၊ **ဗဟုနာ** = များစွာသော ဥစ္စာပစ္စည်းတွေ ရှိနေကြကုန်သော်လည်းပဲ၊ **နဒိစ္ဆရေ** = မလှူကြပါကုန်ဘုရား၊ **အပ္ပသ္မာ** = အနည်းငယ်မှ၊ **ဒိန္နာ** = ပေးလှူအပ်သော၊ **ဒက္ခိဏာ** = မြတ်သောအလှူသည်၊ **သဟဿေန** = ထောင်ပေါင်းများစွာကိုင်ပြီးတော့ မလှူတဲ့လူရဲ့ လက်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ထောင်ပေါင်းများစွာသော ဥစ္စာနဲ့၊ **သမံ** = ညီမျှပါတယ်၊ **မိတာ** = နှိုင်းယှဉ်အပ်ပါတယ်ဘုရား။

နည်းနည်းလေးရှိ နည်းနည်းလေးလှူတာ ကောင်းပါတယ်ဘုရား။ အဲဒီလို နည်းနည်းလေးရှိ နည်းနည်းလှူတဲ့အတွက်ကြောင့်မို့၊ မလှူတဲ့လူရဲ့ လက်ထဲမှာထောင်ပေါင်းများစွာ ရှိနေတဲ့ဥစ္စာတွေထက် နည်းနည်းလေးရှိ နည်းနည်းလေးလှူတဲ့ လူရဲ့ဥစ္စာက မြတ်ပါတယ် ဘုရားလို့လျှောက်တာနော်။ ဒုတိယနတ်သားလျှောက်ထားတာကို တို့ပရိသတ် မှတ်မိသွားအောင်လင်္ကာကလေး ဆိုလိုက်ကြပါဦး။

★ **နည်းငယ်ဥစ္စာ၊ ခွဲလှူတာ၊ ကောင်းရာမြတ်ဒါန။**
အနည်းငယ်မှ၊ ခွဲလှူက၊ ညီမျှ ထောင်များစွာ။

ဝတ္ထုဒါန သိမှတ်ကြ

လှူတဲ့လူရဲ့ လက်ထဲမှာရှိတဲ့ တစ်ကျပ်သော ဥစ္စာသည် မလှူတဲ့လူရဲ့လက်ထဲမှာရှိတဲ့ ထောင်ပေါင်းများစွာသော ဥစ္စာနဲ့ညီမျှတယ်။ အဲဒီလို ဒုတိယနတ်သားကလျှောက်တော့ ဒါနနဲ့ပတ်သက်ပြီး နည်းနည်းလေးရှင်းတမ်းထုတ်ကြည့်ရအောင်။

တို့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ လှူနေကြတာပဲ။ အဲဒီဒါနထဲမှာ ပြည့်စုံအပ်တဲ့ တရားလေးတွေသိဖို့ မလိုအပ်ဖူးလား။ ဒါနက ဘယ်နှစ်မျိုးရှိသလဲဆိုရင် ဝတ္ထုဒါနနဲ့ စေတနာဒါန ဆိုပြီးတော့ နှစ်မျိုးရှိတယ်။ အဲ့ဒီ

နှစ်မျိုးထဲက ဝတ္ထုဒါနမှာလည်း သုံးမျိုးကွဲတယ်။ သုတ္တန်နည်း၊ ဝိနည်းနည်း၊ အဘိဓမ္မာနည်း ဆိုပြီးတော့၊ ဝတ္ထုဒါနက သုံးမျိုးရှိတယ်။ သုတ္တန်နည်းနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ဝတ္ထုဒါနက ဆယ်မျိုးရှိတယ်။ လက်ာလေးနဲ့ မှတ်မယ်။

★ **ထမင်းအဖျော်၊ တစ်ဖော်အိမ်ဝတ်**
မချွတ်ယာနံ၊ မာလာ နံ့ပြောင်း
အနံ့ကောင်းနှင့်၊ လျောင်းစက်ရန်ခင်း
အလင်း ဒီပ၊ ဤဆယ်ဝ
မှတ်ကြလှူဝတ္ထု။

အလှူဝတ္ထုဆိုတာ ထမင်းလည်း လှူနိုင်တယ်။ အဖျော်လည်း လှူနိုင်တယ်။ အဝတ်အထည်လည်း လှူနိုင်တယ်။ သွားရာလာရာ စီးနင်းသွားဖို့ရာ ယာဉ်ရထားလည်း လှူနိုင်တယ်။ ပန်းတွေ၊ နံ့သာတွေ၊ နံ့သာပြောင်းတွေ၊ အိပ်စရာအခင်းတွေ၊ ဆီမီးတွေ။ အဲဒီလိုဆယ်ပါးသော အလှူဝတ္ထုတို့ကို ဒါနဝတ္ထု၊ ဝတ္ထုဒါနလို့ ခေါ်တယ်။ ဒါက သုတ္တန်နည်းနဲ့ ပြောတာနော်။

ဝိနယပိဋကက ရှုထောင့်ကပြောပါဆိုတော့ လွယ်လွယ်လေး ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း၊ ကျောင်း၊ ဆေး၊ ပစ္စည်းလေးပါး။ အဲဒါ အလှူဝတ္ထု၊ ဝတ္ထုဒါန ဟုတ်လား။ အဘိဓမ္မာရှုထောင့်ကကြည့်ရင် ရူပါရုံ၊ သဒ္ဒါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊

ရသာရုံ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၊ ဓမ္မာရုံ၊ အာရုံခြောက်ပါး၊ လှူစရာဝတ္ထုခြောက်မျိုး၊ ဝတ္ထုဒါနခြောက်မျိုး ရှိတယ်။

သုတ္တန်နည်းက ဆယ်မျိုး။ ဝိနယရှုထောင့်ကကြည့်ရင်လေးမျိုး။ အဘိဓမ္မာ ရှုထောင့်ကကြည့်ရင်ခြောက်မျိုး။ အဲဒါက ဝတ္ထုဒါနပေါ့။ ဝတ္ထုဒါနတွေရှိနေပေမဲ့ မိမိရဲ့နှလုံးအိမ်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ ပေးချင်ကမ်းချင်လှူချင်တန်းချင်တဲ့ စေတနာဆိုတဲ့ နာမ်တရားလေးမရှိရင်လည်း မလှူနိုင်ဘူးနော်။ အဲဒါကိုတော့ စေတနာဒါနလို့ ခေါ်ပါတယ်။

စေတနာပါမှ လှူဖြစ်ကြတယ်

ဝတ္ထုဒါန ရုပ်တရား၊ စေတနာဒါန နာမ်တရား တစ်ခါတည်း တွဲသွားအောင်မှတ်ပါ။ အလှူ လှူတဲ့နေရာမှာ ရုပ်နဲ့နာမ်လေး တွဲသွားတာ သဘောပေါက်ဖို့နော်။

ဒကာ ဒကာမတွေ ဒီနေ့ လှူကြတန်းကြတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ရဟန်းဒါယကာ ဦးခင်မောင်မြင့်+ဒေါ်စန်းစန်းငွေးတို့ မိသားစု ဆိုလို့ရှိရင် ဘုန်းကြီးတရားစာအုပ်ရေးတဲ့နေရာမှာ “ကျေးဇူးနက်လေလား၊ ပေါက်ပင်လား” ဆိုတဲ့ တရားစာအုပ်ကလေးကစပြီးတော့ ရေးပါတယ်။ အခုတရားစာစဉ် (၁၂) ရောက်သွားပါပြီ။ စာအုပ်လေးတွေ ဖြစ်မြောက်အောင် ဦးခင်မောင်မြင့်တို့ မိသားစုက

Generated by CamScanner from intsig.com

လှူဒါန်းကြတယ်။ တရားစာအုပ်လှူတော့ လောကကြီးအတွက် အသုံးချစရာတစ်ခု လောကကြီးကို တန်ဆာဆင်နိုင်တဲ့ စာပေတစ်ခု ဖြစ်သွားတယ်။ လှူတဲ့နေရာမှာ တန်ဖိုးရှိအောင် လုပ်နိုင်ရင် ပိုမကောင်းဘူးလား။

အဲဒီတော့ လှူတဲ့နေရာမှာ အလှူပစ္စည်းတွေက လှူလိုက်တာက ဝတ္ထုဒါန။ အဲဒီဝတ္ထုတွေကို လှူတဲ့နေရာမှာ မျက်စိနဲ့မမြင်ရတဲ့ စေတနာလေးကို လှမ်းကြည့်လိုက်ပါ။ ထက်သန်တဲ့စေတနာ၊ လှူလိုတန်းလိုတဲ့စေတနာလေး မပါရင်လည်း လှူလို့မရပါဘူး။ စေတနာဒါနဟာလည်း အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါနဆိုတဲ့ ပုဒ်ကလေးကို အဋ္ဌကထာကဖွင့်တာက

ဒါနံနာမ သုဗုဒ္ဓိပုဗ္ဗိကာ တံ သမ္ပယုတ္တောဝ အလောဘော။

ဒါနံနာမ = ဒါနမည်သည်ကား၊ **သုဗုဒ္ဓိပုဗ္ဗိကာ** = အသိဉာဏ်ရှေ့သွားရမယ်။ **တံသမ္ပယုတ္တောဝ အလောဘော** = အဲဒီ အသိဉာဏ်ဟာ အလောဘနဲ့လည်း ယှဉ်ရမယ်။

အသိဉာဏ်ဆိုတာ ကံ ကံ၏အကျိုးတရားကို ယုံကြည်တဲ့ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ အခြေခံထားရမယ်။ ကံ ကံ၏အကျိုးတရားကို ယုံကြည်တဲ့ဉာဏ်လေး အခြေခံရမယ်။ အဲဒီဉာဏ်လေးနဲ့ယှဉ်တဲ့စေတနာ၊ စေတနာ၌ အလောဘနဲ့လည်း ယှဉ်ရမယ်တဲ့။

တို့နားလည်ထားတာက စေတနာလောက်ပဲ သိထားတာနော်။ စေတနာတင်မကသေးဘူး၊ အလောဘလည်း ပါသေးတယ်။ အလောဘဆိုတာ မလိုချင်တာ စွန့်လွှတ်နိုင်တဲ့သတ္တိ၊ လောဘနဲ့ အလောဘနဲ့က ဆန့်ကျင့်ဖက်ဖြစ်ပါတယ်။ စေတနာလေးက အလောဘနဲ့ ယှဉ်နေရမယ်တဲ့။

စေတနာနဲ့တွဲနေတဲ့ အလောဘစေတသိက်ကလေးဆိုတဲ့ နာမ်တရားလေးကြောင့် ဒီနေ့ အားလုံးသောဓမ္မပရိသတ်ကြီး လှူခြင်းဆိုတဲ့ဒါန အောင်မြင်တာဖြစ်ပါတယ်။ အလှူဒါနဝတ္ထုတွေ ဘယ်လောက်ရှိနေပေမဲ့ လို့ ကိုယ်ရဲ့စိတ်ထဲမှာ အဲဒီစေတနာလေးရယ်၊ အလောဘလေးရယ်၊ အသိဉာဏ်ဦးစီးမှုလေးရယ် သုံးခုမဆုံမိရင် ကောင်းမှုကုသိုလ်ပြုလို့မရပါဘူး။

အဘိဓမ္မာရှုထောင့်မှ ဒါနသဘာဝ

စေတနာ၊ အလောဘ၊ အသိဉာဏ် ဆိုတာတွေက နာမ်တရားပါ။ ဒီကနေ့ တရားပွဲကို လျှောက်လှမ်းလာကြတဲ့ယောဂီဓမ္မပရိသတ်အားလုံး ရုပ်ကလှမ်းလာတာ နာမ်ကစေခိုင်းလို့ လှမ်းလာတာဖြစ်ပါတယ်။

နာမ်ကနေ တရားပွဲကိုသွားမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်တယ်။ သွားဖို့ရာအတွက် စိတ္တဇဝါယောဓာတ်က ပံ့ပိုးပြီးတော့ ခြေလှမ်းလေးတွေ တစ်လှမ်းစီ တစ်လှမ်းစီ

Generated by CamScanner from intsig.com

လှမ်းလာတာဖြစ်ပါတယ်။ မိမိတို့လာတဲ့ ခရီးကို ပြန်ကြည့်ပါ။ အတွင်းကျကျ အဇ္ဈတ္တသန္တာန်မှာ လှေ့လာလိုက်ရင် ရုပ်နဲ့နာမ်၊ နာမ်က ခိုင်းလို့ ရုပ်ကလှမ်းလာတာပါ။

အဲဒီလို နာမ်ကခိုင်းလို့ ရုပ်ကလှမ်းလာပြီး ဒါနတွေ ပေးလှူကြတယ်။ ငါတို့ရဲ့ နှလုံးသားထဲမှာ စေတနာနဲ့ အလောဘ စေတသိက်တွေ ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီစေတနာနဲ့ အလောဘကို ပြန်ကြည့်လိုက်ရင် အသိဉာဏ် ဦးစီးပြီးတော့ ဖြစ်နေတာ တွေ့ရလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုဖြစ်နေတဲ့ ဒါနလေးကို စေတနာဒါနလို့ခေါ်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဝတ္ထုဒါန စေတနာဒါန နှစ်ပါးပြည့်စုံတဲ့ အတွက်ကြောင့် ဒါနဆိုတဲ့ မင်္ဂလာကြီး အောင်မြင်စွာ လုပ်နိုင်တာပါ။ ဒါနရဲ့သဘောကို အဘိဓမ္မာ ရှုထောင့်ကနေကြည့်ရင် လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်၊ ပဒဋ္ဌာန်ဆိုပြီးတော့ လေးချက်ခွဲပြီး မြင်နိုင်ရမယ်။ ဒါနက ဘယ်လို လက္ခဏာရှိသလဲ။

ဒါနံ နာမ ပရိစ္စာဂ လက္ခဏံ။

ဒါနံ နာမ = ဒါနဆိုတာ၊ **ပရိစ္စာဂလက္ခဏံ** = စွန့်ကြဲခြင်း လက္ခဏာရှိတယ်။

ဒါနရဲ့ရသက ဘာလဲဆိုတော့

လောဘဝိဒ္ဓံသန ရသ။

ဒါနံ နာမ = မည်သည်ကား၊ **လောဘဝိဒ္ဓံသန ရသံ** = လောဘနဲ့မစ္ဆရိယကို ထွင်းဖောက်ခြင်း အလုပ်ကိစ္စရှိ၏။ ဒါနက စစ်တိုက်တာနဲ့ တူသတဲ့၊ ဘာနဲ့စစ်တိုက်ရတာလဲ ဆိုတော့ လောဘနဲ့စစ်တိုက်ရတာ၊ မစ္ဆရိယနဲ့ စစ်တိုက်ရတာ၊ လောဘမစ္ဆရိယတွေကို ထွင်းဖောက်ခြင်းဟာ ဒါနရဲ့ အလုပ်ကိစ္စရသ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါနရဲ့ပစ္စုပဋ္ဌာန်က ဘာလဲ။

အနာသတ္တိ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

မငြိကပ်ခြင်းဆိုတဲ့ သဘောတရားဟာ ဉာဏ်အား ရှေ့ရှုပြီးတော့ ထင်လာတယ်။ အခု လှူဒါန်းထားတဲ့ ဥစ္စာပစ္စည်းတွေအပေါ်မှာ စွဲလမ်းငြိကပ်ခြင်း မရှိတော့ဘူး။ စွဲလမ်းငြိကပ်ခြင်း မရှိတဲ့သဘောတရားလေး၊ လှူဒါန်းနေတဲ့ လူတိုင်းလူတိုင်းရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ထင်လာတယ်။ အဲဒါက ဒါနရဲ့ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါနရဲ့ အကြောင်းတရား ပဒဋ္ဌာန်ကကော။

ဒေယျဝတ္ထုပဒဋ္ဌာနံ။

ပေးလှူအပ်သော ဝတ္ထုလျှင် နီးသောအကြောင်းရှိ၏။ စေတနာတွေ ဘယ်လောက်ပဲရှိနေ ရှိနေ၊ ပေးစရာ အလှူဝတ္ထုမရှိရင် ပေးလို့မရပါဘူး။ အလှူဒါနတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ရာ အလှူဝတ္ထုဟာ နီးစွာသော အကြောင်းဖြစ်ပါတယ်တဲ့။ စေတနာလေးဟာ

Generated by CamScanner from intsig.com

ဘယ်မှာ အကြောင်းခံသလဲမေးရင် လှူဖွယ်ဝတ္ထုဆိုတဲ့ ဒေယျဝတ္ထုမှာ အကြောင်းခံတယ်။ အဲဒီလို ဒါနရဲ့ သဘောကို လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်၊ ပဒဋ္ဌာန် အားဖြင့် အဘိဓမ္မာရှုထောင့်ကနေ ကွဲပြားအောင် မှတ်ထားရပါမယ်။

ယုံကြည်သဒ္ဓါ ပေးလှူပါ

နတ်သားတွေက ဒါနအကြောင်းကို သိသွားကြလို့ ဒါန ချီးမွမ်းခန်းတွေ ထုတ်နေကြတာနော်။ ဒုတိယ နတ်သား ပြီးသွားတဲ့အခါကျတော့ တတိယအုပ်စုရဲ့ ခေါင်းဆောင်နတ်သားက ဘုရားရှေ့ တိုးလာပြီးတော့ လျှောက်ပြန်တာပဲ။ သူလျှောက်ပုံက

သဒ္ဓါယပိ သာဟု ဒါနံ။

သဒ္ဓါယ = သဒ္ဓါတရားဖြင့်၊ **ဒါနံ** = ပေးလှူခြင်းသည်၊ **သာဟု** = ကောင်းပါတယ် ဘုရား၊ လှူတဲ့နေရာမှာ သဒ္ဓါတရားနဲ့ လှူတာက ကောင်းတယ်တဲ့။

လှူတဲ့နေရာမှာ သဒ္ဓါတရားနဲ့ ပြည့်စုံပါစေ။ သဒ္ဓါတရားဆိုတာ ယုံကြည်ချက်ပဲ။ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ စေတနာဒါန ဝတ္ထုဒါနတွေ လှူတဲ့အခါမှာ ယုံကြည်ချက်ကလေး ထည့်လိုက်ပါဦးတဲ့။

တို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း လှူနေကြတယ်။ လှူတဲ့နေရာမှာ ဘာယုံကြည်ချက်နဲ့ လှူတာလဲ။ ဘာကို

တောင့်တပြီးတော့ လှူတာလဲလို့ မေးကြည့်ပါ။ ဘာကို တောင့်တသလဲဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်ကိုတောင့်တပြီး လှူတယ်လို့ ဖြေကြတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို တောင့်တပြီးလှူတော့ တောင့်တတိုင်းကော ရရဲ့လား။ မရဘူး။ ဘာတွေလိုနေလို့ မရတာလဲဆိုတော့ အကျင့်တရား လိုနေလို့ပါ။

အလှူဒါန ပြုလုပ်တဲ့အခါတိုင်း နိဗ္ဗာန်ကို တောင့်တကြတယ်။ ဘာကြောင့်တောင့်တ ကြတာလဲဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်ထက် ကောင်းတာမရှိလို့ အကောင်းဆုံးကို တောင့်တကြတာ၊ ဒီနေ့တရားက အဲဒီအကောင်းဆုံးထိ ရောက်အောင်သွားကြရမှာနော်။ အဲဒီတော့ တတိယ နတ်သား လျှောက်တာက "သဒ္ဓါပြည့်စွာ လှူဒါန်းတာဟာလည်း ကောင်းပါတယ်ဘုရား" သဒ္ဓါက ယုံကြည်ရမယ်။ ရတနာသုံးပါးကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်စွာ လှူဒါန်းတာဟာ သဒ္ဓါဖြစ်ပါတယ်။

သဒ္ဓါမှာ ယုံကြည်ရမည့် သဒ္ဓေယျဝတ္ထု ငါးပါးရှိပါတယ်။ အဲဒါကတော့ ရတနာသုံးပါးရယ်၊ ကံရယ်၊ ကံရဲ့အကျိုးတရားရယ်၊ ရတနာသုံးပါးရဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ယုံကြည်တယ်။ ကံ ကံ၏ အကျိုးတရားကို ယုံကြည်တယ်။ အဲဒီယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားပြည့်စုံစွာနဲ့ လှူဒါန်းရမယ်။

တရားဟော တရားနာ လေးနက်စွာ

ဒါနဲ့ပတ်သက်တဲ့ စာတွေကအများကြီးနော်။ တတိယနတ်သားက ဆက်လျှောက်တယ်။

ဒါနဉ္စ ယုဒ္ဓဉ္စ သမာန မာဟု၊
အပ္ပါပိ သန္တာ ဗဟုကေ ဇိနန္တိ။
အပ္ပမ္ပိ စေ သဒ္ဒဟာနော ဒဒါတိ၊
တေနေဝ သော ဟောတိ သုခီ ပရတ္ထာ။

(သံ၊ ၁၊ ၂၀)

ဘုန်းကြီးတို့က ပါဠိတော်ဟောစဉ်နဲ့ ဟောတာဆိုတော့ စာကတော့ ရွတ်ရတယ်။ စာမပါဘဲနဲ့ ဟောရတာဆိုတော့ ဆားမပါတဲ့ဟင်းကိုစားရသလိုပဲ ဘုန်းကြီးတို့ခံစားရတယ်။ ပရိသတ်ကတော့ ဘယ်လိုခံစားရသလဲမသိဘူး။ လွယ်လွယ်ပဲ ဗမာလိုဟောပေါ့၊ ဗမာလိုဟောတော့ မြန်မာစကားပြေနဲ့ ပိုသိတာပေါ့လို့များ ကောက်ချက် ချနေကြမယ်ထင်တယ်။ စာမပါဘဲနဲ့ နာရတဲ့တရားသည် ဆားမပါတဲ့ ဟင်းစားရတာနဲ့ တူမနေဘူးလား။

တို့မန္တလေးမြို့က နားတွေက နားကြီးတယ်၊ နားကျယ်တယ်။ စာမပါရင် ကြိုက်မှာမဟုတ်ဘူး။ စာမပါဘဲနဲ့ ဟောလို့ရရင် ဒီစာတွေကို ဘုန်းကြီးတွေက ကျက်ပါဦးမလား။ မကျက်လို့ရှိရင် ဒီစာတွေ မကွယ်ဘူးလား။ စာတွေကွယ်ရင် ပိဋကတ် ကွယ်မယ်၊

ပိဋကတ်ကွယ်ရင် တရားတွေလည်း ကွယ်တော့မှာပေါ့၊ အင်မတန် ကြောက်ဖို့ကောင်းပါတယ်။ အန္တရာယ်သိပ်ကြီးပါတယ်။

ဓမ္မကို နာတဲ့အခါ ဓမ္မအသံကို ကြားဖို့လိုတာပေါ့၊ ဒယ်အိုးဆရာတော် ဩဝါဒခံတဲ့ပွဲမှာ ရွှေကျင်သာသနာပိုင် ဆရာတော်ဩဝါဒပေးတာက “အခုခေတ်တရားဟောတာကွာ Lap Top လေးတွေ Computer လေးတွေနဲ့၊ ပါဠိကျက်စရာမလိုဘူးလို့ ပြောတယ်။ တော်တော် စိတ်မကောင်းဘူး။ အဲဒါ အန္တရာယ်ကြီးတယ်” တဲ့။

သက်တော်ကိုးဆယ်ကျော် ဆရာတော်ကြီး ဩဝါဒပေးတာနော်။ ပါဠိကို ရွတ်ကြပါတဲ့၊ ဒကာ ဒကာမတွေ ပါဠိကို နားလည်လည် မလည်လည် ရွတ်ကြပါ။ ပါဠိကို ရွတ်လိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ဗိုက်နာပျောက်တယ်။ ခေါင်းကိုက်ပျောက်တယ်။ ခေါင်းခဲ ပျောက်တယ်တဲ့။ ဆရာတော်ကြီးက ဓမ္မကထိကပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပါဠိတော်နဲ့၊ အဋ္ဌကထာနဲ့ ဋီကာနဲ့ ဟောကြပါ ဆိုပြီးတော့ ဩဝါဒပေးထားပါတယ်။

သီတဂူ ဆရာတော်ကြီး ဦးဉာဏိဿရကလည်း ဒယ်အိုးဆရာတော် ဩဝါဒခံယူတဲ့ပွဲမှာ ဩဝါဒပေးထားသေးတယ်။ “အနီးစခန်း ဆရာတော်ကြီးမိန့်ကြားသွား တာရှိတယ်။ ပလ္လင်ပေါ်ရောက်သွားရင်

Generated by CamScanner from intsig.com

ဇာတ်မင်းသား လိုမလုပ်နဲ့တဲ့" ပလ္လင်ပေါ်ရောက်သွားတာ တရားဟောဖို့ ရောက်သွားတာနော်။ တရားဟောဖို့ ရောက်သွားရင် တရားပဲ ဟောရမှာပေါ့။ သီချင်းဆိုဖို့မှ မဟုတ်ဘဲ။ ဇာတ်မင်းသားဆိုတာ သီချင်းဆိုပြရမှာ၊ ဓမ္မကထိကဆိုတာ တရားဟောရမှာပေါ့။

မန္တလေးတိုင်း ဥက္ကဋ္ဌဟောင်း မြတောင်းရွှေဝါဝင်းဆရာတော်ကြီးကလည်း **"ဓမ္မံသ ကထိကော ဓမ္မကထိကော၊ ဓမ္မံသ** = တရားကို၊ **ကထိကော** = ဟောကြားတတ်၏။ **ဣတိကသ္မာ** = ထို့ကြောင့်၊ **ဓမ္မကထိကော** = ဓမ္မကထိကမည်၏ တဲ့၊ တရားကို ဟောမှ ဓမ္မကထိက မည်တယ်၊ ဟောတဲ့နေရာမှာလည်း အဘိဓမ္မတရားကို ဟောမှ ဓမ္မကထိက စစ်စစ်ဖြစ်တယ်" လို့ ဩဝါဒပေးတော်မူပါတယ်။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးတွေ ဩဝါဒပေးသွားတာ သိပ်လေးနက်တာပဲ။ တို့ ပရိသတ်ကြီးလည်း လေးနက်တဲ့ ပရိသတ် ဖြစ်စေချင်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့လည်း လေးနက်တဲ့တရားကိုပဲ ဟောဖို့ ရည်ရွယ်ချက်ထားရှိပါတယ်။

သဒ္ဓါပြည့်စွမ်း လှူအောင်ပန်း

တတိယနတ်သား လျှောက်ထားတာက...

ဒါနဉ္စ ယုဒ္ဓဉ္စ သမာန မာဟု

အပ္ပာပိသန္တာ ဗဟုကေ ဇိနန္တိ

ဒါနဉ္စ = အလှူပေးခြင်းသည် လည်းကောင်း၊ **ယုဒ္ဓဉ္စ** = စစ်တိုက်ခြင်းသည် လည်ကောင်း၊ **သမာနံ** = တူမျှပါတယ်ရယ်လို့၊ **အာဟု** = ဘုရားစသောရှေးရှေးသော သူတော်ကောင်းတို့သည် ငြိမ့်ငြောင်းသံချိုမိန့်ဆိုတော်မူခဲ့ကြပါ၏။ **အပ္ပါပိသန္တာ** = တစ်ယောက်တည်းသော စစ်ဗိုလ်ချုပ်ကြီး ဖြစ်လင့်ကစား၊ **ဗဟုကေ** = များစွာသော ရန်သူတို့ကို၊ **ဇိနာတိ** = အောင်မြင်အောင် တိုက်ခိုက်အနိုင်ယူနိုင်ပေ၏။

ဒါနပြုတာ စစ်တိုက်တာနဲ့တူတယ်။ ဘာတူတာလဲဆိုရင် စွန့်လွှတ်တာချင်း တူတာတဲ့။ စစ်မြေပြင်စစ်တလင်းမှာ အရည်အချင်းပြည့်ဝတဲ့ စစ်ဗိုလ်ချုပ်ကြီးဟာ တစ်ယောက်တည်းပင် ဖြစ်လင့်ကစား များစွာသော ရန်သူတွေကို အောင်နိုင်သလိုပဲ တို့ဒကာဒကာမတွေရဲ့ နှလုံးအိမ်ထဲမှာ သဒ္ဓါဦးစီးတဲ့ စိတ်ကလေးရှိနေရင် မစ္ဆရိယစတဲ့ ကိလေသာရန်သူတွေကို အောင်မြင်ပြီးတော့ အလှူဒါန ပြုလုပ်နိုင်ကြတော့တာပဲ။

သဒ္ဓါဦးစီးတဲ့ ကာမာဝစရ ကုသိုလ်စိတ်၊ ဒီကာမာဝစရ ကုသိုလ်စိတ်ထဲမှာ သတိဝီရိယ ပညာပြဋ္ဌာန်းပြီးတော့ သဒ္ဓါဦးစီးလွှမ်းမိုးလာပြီဆိုရင် မစ္ဆရိယစတဲ့ ဟိုဘက်က ကိလေသာရန်သူတွေကို အောင်နိုင်တယ်။ သဒ္ဓါနဲ့ ပြည့်စုံလှူဒါန်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ပစ္စုပ္ပန်သံသရာနှစ်ဖြာသော ကောင်းကျိုးတွေ တိုးပွားနိုင်ပါ

Generated by CamScanner from intsig.com

တယ်တဲ့။ တတိယနတ်သားက ဘုရားကို အဲဒီလို လျှောက်တယ်။ ဘုရားကလည်း "သာဓု ခေါ်တော်မူလိုက်တော့ နတ်သားကျေနပ်ပြီးတော့ နောက်ဆုတ်သွားတယ်။ တတိယနတ်သား လျှောက်ထားတာလေး လင်္ကာလေးနဲ့ မှတ်ရအောင်။

သဒ္ဓါပြည့်စွာ၊ လှူဒါန်းကာ၊ ကောင်းရာ မြတ်ဒါန။
ဒါနနှင့်မှု၊ စစ်တိုက်သူ၊ တစ်မူတူတော့တာ။
မပေးလှူရက်၊ မစွန့်ရက်၊ နှစ်ချက်မပြုရာ။
တစ်ယောက်ဗိုလ်ချုပ်၊ များတိုက်ထုတ်၊
အဟုတ် အောင်တော့တာ။
သဒ္ဓါပြည့်စွမ်း၊ ဒါနခန်း၊ အောင်ပန်းသုခဖြာ။

ရွေးချယ်၍သာ ပေးလှူပါ

တတိယအုပ်စုက ခေါင်းဆောင်နတ်သား သူ လျှောက်ချင်တာ လျှောက်ထားပြီး ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်က "သာဓု" ခေါ်လိုက်တော့ ကျေနပ်သွားတယ်။ သူလည်းလျှောက်ထားပြီးရော၊ စတုတ္ထနတ်သားအလှည့် ရောက်လာပြီး သူက ဘုရားရှေ့တိုးလာပြီးတော့ ဘယ်လိုလျှောက်ထားသလဲ။

သာဓု ခေါ မာရိသဒါနံ၊ အပ္ပကသ္မိမ္ပိ သာဟုဒါနံ။
သဒ္ဓါယပိ သာဓုဒါနံ၊
အပိစ ဓမ္မလဒ္ဓဿာပိ သာဟုဒါနံ။

အပိစ–တပည့်တော်ဖြည့်စွက်ဟာ လျှောက်ထားလိုတာကတော့။ **ဓမ္မလဒ္ဓဿ**–မိမိကောင်းရာကောင်းဝယ် သမ္မာအာဇီဝဖြင့် ရအပ်တဲ့ ဓမ္မိယလဒ္ဓဥစ္စာကို။ **ဓမ္မလဒ္ဓဿ၊** သူတော်ကောင်းတရားရ၍ သူတော်ကောင်းတရားလက်ကိုင်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အား။ **ဒါနံ၊** ပေးလှူခြင်းသည်။ **သာဓု**–ချီးမွမ်းအပ်ကောင်းမြတ်လှပါသည်ဘုရား။

ပထမနတ်သားလျှောက်တဲ့အတိုင်း အလှူလှူတာ ကောင်းပါတယ်ဘုရား။

ဒုတိယနတ်သားက နည်းနည်းလေးရှိရင် နည်းနည်းလေးလှူတာလည်း ကောင်းပါတယ်ဘုရား။

တတိယနတ်သားက နည်းနည်းလေး သဒ္ဓါတရားနဲ့ လှူတာလည်း ကောင်းပါတယ်ဘုရား။

ယခုတပည့်တော် ဖြည့်စွက်လျှောက်ထားချက်ကတော့ ဓမ္မလဒ္ဓပစ္စည်းတွေကို ဓမ္မလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်တို့အား လှူဒါန်းတာ ပိုပြီးတော့ ချီးမွမ်းအပ်တယ်လို့ လျှောက်ထားချင်ပါတယ်ဘုရား။

ယောဓမ္မလဒ္ဓဿ ဒဒါတိ ဒါနံ၊
ဥဋ္ဌာန ဝီရိယာဓိဂတဿ ဇန္တု။
အတိက္ကမ္မ သော ဝေတရဏိံ ယမဿ၊
ဒိဗ္ဗာနိ ဌာနာနိ ဥပေတိ မစ္စော။

မာရိသ– ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းတော်မူပြီးသော

မြတ်စွာဘုရား။ **ယော**–အမှတ်မထင် အကြင်သူသည် **ဥဠာနဝီရိယဓိကတဿ**–မိမိရဲ့ကိုယ်အားဉာဏ်အား ဤနှစ်ပါးလုံ့လဝီရိယကို ရှေ့ထား၍ ရှာဖွေရရှိအပ်သော။ **ဓမ္မလဒ္ဓဿ**–ဓမ္မိယလဒ္ဓဥစ္စာကို။ **ဓမ္မလဒ္ဓဿ**–ရအပ်ပြီးသော သူတော်ကောင်းတရားရှိသော အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်အား။ **ဒါနံ**–အလှူဒါနကို။ **ဒဒါတိ**–ပေးလှူပြောအံ့၊ **သော**– ထိုဓမ္မိယလစ္စဥစ္စာကို ဓမ္မလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်အားလှူဒါန်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ **ယမဿ**–ယမခေါ် ယင်းငရဲမင်း၏။ **ဝေတရဏီံ**–အာဏာပျံ့နှံ့ရာ ဝေတရဏီခေါ်သော ကြိမ်ပိုက်ချောင်းငရဲကအစ ငရဲကြီးရှစ်ထပ် ဥဿဒ ငရဲငယ်သုံးဆယ့်နှစ်ထပ်တို့ကို၊ **အတိက္ကမ္မ**–၍။ ဒိဗ္ဗာနိ ဌာနာနိ နတ်ပြည်လောကဘုံဌာနသို့။ **ဥပေတိ**–ဘဝပဋိသန္ဓေ ကပ်ရောက်နေရပါသည်ဘုရား။

စင်စင်ကြယ်ကြယ် ပေးလှူမှုယ်

အလှူပေးတဲ့နေရာမှာ အလှူဝတ္ထုဟာ စင်ကြယ်ဖို့လိုတယ်။ ရိုးရိုးသားသား သမ္မာအာဇီဝနဲ့ ရှာဖွေထားတဲ့ပစ္စည်းဖြစ်ရမယ်။ တောင်သူလယ်လုပ် ရောင်းဝယ်ဖောက်ကား မှန်မှန်ကန်ကန်နဲ့ ရိုးရိုးသားသား ရှာဖွေထားတဲ့ပစ္စည်းဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်။ ခိုးဆိုးတိုက်ခိုက်ပြီးတော့မှ ရလာတဲ့ပစ္စည်းနဲ့ လှူတာထက် သမ္မာ

အာဇီဝ သက်မွေးမှု စင်ကြယ်စွာနဲ့ လှူတဲ့ပစ္စည်းဖြစ်ရမယ်။

ဒါကြောင့် စတုတ္ထနတ်သား လျှောက်ထားတာက ဓမ္မိယလဒ္ဓ တရားသောနည်းလမ်းနဲ့ ရှာဖွေထားတဲ့ ဥစ္စာပစ္စည်းတွေနဲ့ လှူတာက ပိုကောင်းပါတယ်လို့ လျှောက်တာ၊ လင်္ကာလေးတွေ လိုက်ဆိုလိုက်ပါ။

လုံ့လနှင့်သာ၊ ရှာဖွေရာ၊
ရရာပစ္စည်းမြတ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်အား၊
လှူဒါန်းပြား၊ ရောက်သွားနတ်တို့ရွာ။

အပိစ ဝိစယ သာရဒါနံ။

ဝိစယ–ရွေးချယ်ပြီးတော့။ **ဒါနံ**– ပေးလှူခြင်းသည်။ **သာရ**–ချီးမွမ်းအပ် မြတ်လှစွာသောတရားဖြစ်ပါတယ်ဘုရား။

တပည့်တော်လျှောက်ထားချင်တာကတော့ လှူတဲ့နေရာမှာ ရွေးချယ်ပြီးတော့ လှူတာက ကောင်းပါတယ်ဘုရားတဲ့။ လှူတဲ့နေရာမှာ ရွေးချယ်ပြီးတော့ လှူတာ ကောင်းတယ်။ ဘာတွေ ရွေးချယ်ရမလဲဆိုတော့ အလှူဝတ္ထုကိုလည်း ရွေးချယ်ပါ။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း ရွေးချယ်ပါ။ အလှူဝတ္ထုကို မိမိတို့တတ်နိုင်သလောက် မွန်မွန်မြတ်မြတ်လေးဖြစ်အောင် လှူရမယ်။ တို့ဆွမ်းလောင်းအသင်းက ဒကာဒကာမ

Generated by CamScanner from intsig.com

တွေ သန့်သန့်စင်စင်ဖြစ်အောင် ရွေးလို့၊ ရေတောင်မှ သန့်စင်တဲ့ရေလေးနဲ့ ရွေးပြီးဆေးကြောလို့ အမွှန် အမြတ် မလုပ်ဘူးလားဗျာ။ အဲဒီလို သန့်သန့်စင်စင် ဖြစ်အောင် အလှူဝတ္ထု ရွေးချယ်ပါ။ မိမိတို့တတ်နိုင် သလောက်ကလေး မွှန်မွှန်မြတ်မြတ်လေးဖြစ်အောင် လှူလိုက်ရင် ဒါနပတိဖြစ်တာပေါ့။ ဒါနက သုံးမျိုး ရှိတယ်။ ဒါနဒါသ၊ ဒါနသဟာယ၊ ဒါနပတိတဲ့။ ကျွန် အလှူရယ်၊ သူငယ်ချင်းအလှူရယ်၊ အရှင်သခင် အလှူ ရယ် အဲဒီသုံးမျိုးထဲမှာ ဒါနပတိဆိုတဲ့ အရှင်သခင် အလှူဖြစ်အောင်လို့ကောင်းကောင်းမွှန်မွှန်လေး ရွေးပြီး တော့ လှူရမယ်။ ညံ့ညံ့လှူရင် အညံ့စားအလှူပဲ ဖြစ်လိမ့်မယ်။ လှူတဲ့နေရာမှာ ပဏီတဒါန ဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်နော်။ အလှူဝတ္ထုကိုသာ ရွေးချယ်ရမှာ မဟုတ်သေးဘူး။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း ရွေးချယ်ရ ဦးမယ်။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သီလဝန္တ၊ သီလရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ဖို့ လိုသေးတယ် သီလဝန္တပုဂ္ဂိုလ်ကိုလှူမှ မြတ်သောအလှူ၊ အကျိုးပေးထက်သန်တဲ့အလှူ ဖြစ် တော့မှာပေါ့။

ဝိစေယျ ဒါနံ သုဂတံ ပ္ပသတ္ထံ ယေဒက္ခိဏေယျာ
ဣဓဇီဝလောကေ၊ ဧတေသုဒိန္နနိ မဟပ္ဖလာနိ
ဗီဇာနိ ဝုတ္တာနိယထာ သုခေတ္တေ။
(သံ၊ ၁၊ ၂၀)

မာရိသ = ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းတော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား၊ **ဒါနံ** = အလှူဒါနကို၊ **ဝိစေယျ** = ရွေးချယ်ပြီးတော့ ပေးလှူသင့်ပါတယ်ဘုရား။ ရွေးချယ် ပေးတဲ့ အလှူဒါနကို၊ **သုဂတပသတ္ထံ** = ဘုရားအစရှိ သော သူတော်ကောင်းတို့သည် ချီးမွမ်းအပ်ပါတယ် ဘုရား။ **ဣဓဇီဝလောကေ** = အသက်ရှင်နေကြတဲ့ ဟောဒီလောကကြီးထဲမှာ၊ **ဒက္ခိဏေယျာ** = မြတ်သော အလှူကိုခံတော်မူထိုက်တဲ့၊ **ယေ** = အကြင်မြင့်မြတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်၊ **သန္တိ** = ရှိကြပါပေကုန်တယ်ဘုရား၊ **ဧတေသု** = ထိုမြတ်သောအလှူကို ခံထိုက်တဲ့ သူတော် ကောင်းတို့၌၊ **ဒိန္နာနိ** = ပေးလှူအပ်ကုန်သော အလှူတို့သည်၊ **မဟပ္ဖလာနိ** = ကြီးကျယ်ဖွံ့ဖြိုး ကောင်း မြတ်သောအကျိုးကို ပေးကြပါတယ်ဘုရား။

ဥပမာအားဖြင့် ပြောရမယ်ဆိုရင်၊ **သုခေတ္တေ** = ကောင်းသော လယ်ယာမြေမှာ၊ **ဗီဇာနိ** = ပိုးထိုး လောက်ကိုက်မပါတဲ့ မျိုးစေ့တို့ကို စိုက်ပျိုးကြဲချ လိုက် တဲ့အခါမှာ၊ **မဟပ္ဖလာနိ** = ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် ကြီးပွားတဲ့ အသီးဖလတွေကို ရသကဲ့သို့၊ **ဧဝံတထာ** = ပမာထား ယူ ထို့အတူသာလျှင်၊ **မဟပ္ဖလာနိ** = လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်ဖွံ့ဖြိုး ကောင်းမြတ်သော အကျိုးတို့ကို ရရှိနိုင် ပါတယ်ဘုရားရယ်လို့၊ **ဣမံဂါထံ** = ဤဂါထာကို၊

Generated by CamScanner from intsig.com

အဘာသီ = ရွှေနားတော်ကြားအောင် လျှောက်ထား
လိုက်ပါပေတော့သတည်း။

(သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓုပါဘုရား)

လင်္ကာလေးတွေ ဆိုလိုက်ကြရအောင်။

❄ **ရွေးချယ်၍သာ၊ လှူဒါန်းတာ၊**
ကောင်းရာမြတ် ဒါန၊
❄ **ပုဂ္ဂိုလ်ဝတ္ထု၊ ရွေးချယ်ပြု၊ လှူမှုမြတ်ဒါန။**
❄ **လယ်ကောင်းမြေမှာ၊ ကြဲဗီဇာ၊**
လွန်စွာသီးတော့တာ။
❄ **ထိုနည်းမခြား၊ အကျိုးများ၊ ကြိုးစားလှူအပ်စွာ။**

ဂါထာပါဠိလေးတွေနဲ့ အကိုက်လင်္ကာလေးတွေ စီပြီးတော့ ဓမ္မဒါန စာရွက်ကလေးတွေရိုက်ပြီး ဝေထားပါတယ်။ အိမ်ရောက်ရင် သေချာပြန်ဖတ်ကြည့်ကြပါ။ ဒီနေရာတင် ရအောင် ချပေးနေရင် သိပ်ကြာသွားမယ်။ တရားက သိပ်ရှည်သွားမယ်နော်။

သီလစောင့်လျှင် ကောင်းသည်ပင်

ငါးယောက်မြောက်နတ်သားက လျှောက်ထားလိုက်တော့ မြတ်စွာဘုရား သာဓု သုံးကြိမ်ခေါ်တော်မူတယ်။ နတ်သားတွေလျှောက်ထားတဲ့ စကားကို ဘုရား

သာဓု ခေါ်တယ်ဆိုတာက ကောင်းတယ် မှန်တယ်လို့ အတည်ပြုပေးလိုက်တာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဘုရားသာဓု ခေါ်လိုက်ပြီ ဆိုရင် အဲဒီစကားဟာ ဘုရားဟော ဖြစ်သွားပြီလို့ သဘောပေါက်ပါ။

နောက်တစ်ခါ နံပါတ်ခြောက်နတ်သားက ဘယ်လို လျှောက်ထားပြန်ပါလိမ့်။

သာဓုခေါမာရိသ ဒါနံ၊ အပ္ပကသ္မိမ္ပိသာဓု ဒါနံ။
သဒ္ဓါယပိသာဓု ဒါနံ၊ ဓမ္မလဒ္ဓဿာ ပိသာဓုဒါနံ၊
ဝိစေယျ ဒါနမ္ပိ သာဟု ဒါနံ။

အရှင်ဘုရား လှူတာလည်း ကောင်းပါတယ်ဘုရား။ နည်းနည်းရှိ နည်းနည်းလှူတာလည်း ကောင်းပါတယ်ဘုရား၊ သဒ္ဓါတရားနဲ့လှူတာလည်း ကောင်းပါတယ်ဘုရား၊ စင်ကြယ်တဲ့ ဥစ္စာပစ္စည်းတွေနဲ့ လှူတာလည်းကောင်းပါတယ်ဘုရား၊ ရွေးချယ်ပြီးတော့ လှူတာလည်းကောင်းပါတယ်ဘုရား။

ရှေ့နတ်သားငါးယောက်လျှောက်သွားတဲ့ စကားတွေလည်း ကောင်းပါတယ်။ အပိစ တဲ့။ ဟော အပိစလေးနဲ့တက်လာတယ်။ နောက်တစ်မျိုး ဖြည့်စွက်ပြီး လျှောက်ထားချင်တာကတော့ တဲ့။

Generated by CamScanner from intsig.com

အပိစခေါ ပါဏေသု ပိ–သာဓုသံယမော။

သတ္တဝါတွေကို သနားစောင့်ရှောက် ပြီးတော့ မညှဉ်းဆဲဘဲနေရင် ပိုကောင်းပါတယ်ဘုရား။ ဒီစကား လေးက သတ္တဝါတွေကို မညှဉ်းဆဲပါနဲ့ မနှိပ်စက်ပါနဲ့ ဆိုတာ ဘာပြောတာလဲ။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရာမဏီ လုပ်လိုက်ပါတဲ့။ သူ့အသက်ကို မသတ်နဲ့ မညှဉ်းဆဲ ပါနဲ့။ ဒါက ပိုကောင်းပါတယ် မဟုတ်လား ဘုရားတဲ့။

ယော ဝါဏဘူရာနိ အဟေဌယံ စရံ၊
ပရူပဝါဒါ ကရောန္တိ ပါပံ။
ဘီရုံ ပသံသန္တိ န ဟိ တတ္ထ သူရံ၊
ဘာယာဟိသန္တော န ကရောန္တိပါပံ။

ယော = အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ **ပါဏာဘူတာနိ** = သက်ရှိသတ္တဝါတို့ကို၊ **အဟေဌယံ** = မညှဉ်းဆဲ မနှိပ်စက်ဘဲနဲ့၊ **စရံ** = ကျင့်ပြီးတော့နေတယ်၊ **ပရူပဒါ ဒနံ** = သူများတွေကဲ့ရဲ့မှာ စိုးသောကြောင့်လည်းပဲ၊ **ပါပံ** = မကောင်းမှုကို၊ **နကရောန္တိ**= မပြုကြပါကုန်၊ **သန္တာ** = သူတော်ကောင်းတို့သည်၊ **ဘီရုံ** = အကုသိုလ် တရားတွေမှကြောက်တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို၊ **ပသံသန္တိ** = ချီးမွမ်းကြပါတယ်ဘုရား၊ **တတ္ထ** = ထိုသူတစ်ပါး တို့ရဲ့ အသက်ကိုသတ်ခြင်းဆိုတဲ့ ဒုစရိုက်တွေ၌၊ **သူရံ**– ရဲရင့်သောညကို။ **နပသံ သန္တိ**=မချီးမွမ်းကြပါကုန်ပါ

F4R

ဘုရား၊ **သန္တော** = သူတော်ကောင်းတို့သည်၊ **သယာဟိ** = သူတစ်ပါးတွေ ကဲ့ရဲ့မှာကြောက်တဲ့အတွက်ကြောင့် မို့လို့၊ **ပါပံ** = မကောင်းမှုကို၊ **နကရောန္တိ** = ပြုတော် မမူကြပါကုန်ဘုရား၊ **ဣတိ** = ဤသို့၊ **ဣမံဂါထံ** = ဤဂါထာကို၊ **အဘာသိ** = ရွှေနားတော်ကြားအောင် လျှောက်ထား လိုက်ပါပေ တော့သတည်း။

(သာဓု သာဓု သာဓုပါဘုရား)

သီလစောင့်တာက ဒါနထက်ပိုပြီးတော့ ကောင်း တယ်ဘုရားလို့ လျှောက်တာနော်။ သူလျှောက်တဲ့ စကားလေးကို လင်္ကာနဲ့ဆိုကြည့်ကြမယ်။

သံယမတရား၊ ရင်ဝယ်ထား၊
ကျင့်အား မြတ်သီလ။
မကောင်းမှုများ၊ ကြောက်သူအား၊
ဘုရား ချီးမွမ်းရာ။
မကောင်းမှုဟူ၊ ရဲရင့်သူ၊ တစ်မူ ရှုံ့ချရာ။

အကောင်းဆုံးသော ရွေးချယ်ရာ

နတ်သားခြောက်ယောက် လျှောက်ထားတဲ့ စကား တွေကို အကျဉ်းချုံးလိုက်ရင် နံပါတ်တစ် နတ်သားက လှူတာကောင်းပါတယ်ဘုရား၊ နံပါတ်နှစ် နတ်သားက နည်းနည်းကလေးရှိရင် နည်းနည်းကလေး လှူတာ

Generated by CamScanner from intsig.com

ကောင်းပါတယ်ဘုရား။ နံပါတ်သုံး နတ်သားက သဒ္ဓါတရားနဲ့ လှူတာ ကောင်းပါတယ်ဘုရား၊ နံပါတ်လေး နတ်သားက ဓမ္မိယလဒ္ဓ စင်ကြယ်တဲ့ဝတ္ထုကို လှူတာ ကောင်းပါတယ်ဘုရား၊ နံပါတ်ငါး နတ်သားက အလှူခံ ကိုလည်း ရွေးချယ် အလှူဝတ္ထုကိုလည်း ရွေးချယ်ပြီးတော့ လှူတာကောင်းပါတယ်ဘုရား၊ နံပါတ်ခြောက် နတ်သားကျတော့ သီလစောင့်တာ ကောင်းပါတယ် ဘုရားတဲ့။

နတ်သားတွေ လျှောက်တိုင်း မြတ်စွာဘုရားက သာဓုခေါ်တော်မူတာချည်းပါပဲ။ နတ်သားတစ်ယောက် ကျန်နေသေးတယ်။ ခုနစ်ယောက်မြောက်နတ်သား သူကတော့ ရှေ့ကနတ်သားတွေ လျှောက်တာကို နားထောင်ထားတဲ့သူဆိုတော့၊ ရှေ့ငါးယောက်က ဒါန ကောင်းတယ်၊ ဒါနငါးမျိုးငါးစား ခွဲသွားကြတယ်။ ခြောက်ယောက်မြောက်က သီလကောင်းတယ်၊ အဲဒီတော့ ခုနစ်ယောက်မြောက် နတ်သားကတော့ အသစ် မလျှောက်တော့ဘူး။

ဘန္တေ = ဘုန်းတော်ကြီးမား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား။ **ဧတေသံဒေဝါနံ** = ထိုနတ်သားတို့ရဲ့၊ **ဝါစာနံ ဘာသိတာနံ** = ပြောအပ်သော စကားတို့တွင်၊ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့စကားက၊ **သုဘာသိတံ** = သုဘာသိတ ဖြစ်ပါသလဲ ဘုရား။

အရှင်ဘုရား အဲဒီနတ်သားတွေ ပြောသွားကြတဲ့ အထဲမှာ ဘယ်သူပြောတဲ့စကားသည် အကောင်းဆုံးလဲ ဘုရားလို့လျှောက်တယ်။ အဲဒီတော့ ဘုရားကိုယ်တော်မြတ်က ဘယ်လို မိန့်တော်မူသလဲဆိုတော့–

သာဓုခေါ ဒေဝတာ ပရိယာယေန

တုမှာကံ = သင်တို့ရဲ့ စကားတွေဟာဆိုရင်၊ **ပရိယာယေန သာဓု** = သူ့အကြောင်းနဲ့သူ သာဓုခေါ် ကောင်းပါတယ်။ သူ့စကားနဲ့သူ ကောင်းနေကြတာပဲ။ ဒါနပြုပုံ ပြုနည်းတွေ ပြောပြသွားတာလည်း ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့

မမ ဝစနံ သုဏာထ။

မမ = ငါဘုရားရဲ့၊ **ဝစနံ** = စကားကို၊ **သုဏာထ** = နာကြပါကုန်လော့။

မင်းတို့ချည်းပဲ လျှောက်နေတာ ငါ့စကားကိုလည်း မင်းတို့ နာကြပါဦးတဲ့။ ခုနစ်ယောက်မြောက်နတ်သားက ဘယ်သူ့စကား အကောင်းဆုံးလဲလို့ လျှောက်လိုက်တော့ မြတ်စွာဘုရားက သူ့ဟာနဲ့သူတော့ ကောင်းတာချည်းပါပဲကွာ။ မင်းတို့ချည်း လျှောက်မနေကြနဲ့ဦး၊ ငါဘုရားလည်း ဟောပါဦးမယ်၊ ငါဘုရားစကားကို လည်းနာကြပါဦးလို့ မိန့်တော်မူလိုက်တာပါ။ နံပါတ် ခုနစ်နတ်သားက ဘယ်သူ့စကား အကောင်းဆုံးလဲ လျှောက်တယ်၊ ဘုရားက ငါ့စကားကို နာယူကြဦးလို့

Generated by CamScanner from intsig.com

မိန့်တော်မူတယ်။ အဲဒီနှစ်ခုကို လင်္ကာကလေးဆိုကြမယ်။

❄ **မည်သူ့စကား၊ ကောင်းဆုံးထား၊**
ဟောကြားမြတ် ဗုဒ္ဓ။

❄ **သင်တို့စကား၊ အသာထား၊**
တရားနာကြပါ။

အကောင်းဆုံး နိဗ္ဗာန် တို့ရည်သန်

သဒ္ဓါဟိဒါနံ ဗဟုဓာ ပသတ္ထံ။
ဒါနာစ ခေါ ဓမ္မပဒံဝ သေယျော။
ပုဗ္ဗေစဟိ ပုဗ္ဗတရေစသန္တော။
နိဗ္ဗာနမေ ဝဇ္ဈာဂမုံ သပညာ။

(သံ၊ ၁၊ ၂၀)

ဒေဝတာယော = အိုနတ်သားတို့။ **သဒ္ဓါ** = သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍၊ **ဒါနံ** = ပေးလှူခြင်းဆိုတဲ့ သဒ္ဓါတရားကို၊ **ဗဟုဓာ** = များစွာကုန်သောအခြင်းအရာအားဖြင့်၊ **ပသတ္ထံ** = ကောင်းတယ်ကောင်းတယ်ဟူ၍ ချီးမွမ်းအပ်ပါပေ၏။

ဒါနာစ = ဒါနသီလထက်၊ **ဓမ္မပဒံဝ** = နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ ဓမ္မပဒနိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ဝိပဿနာအကျင့်ဆိုတဲ့ ဓမ္မပဒကသာလျှင်၊ **သေယျော** = ရည်မှန်းချက်

တစ်ကဏ္ဍပန်းတိုင်၊ ကျတဲ့အတွက်ကြောင့် အကောင်းဆုံးအမြတ်ဆုံး ဖြစ်ပါပေ၏။

ဟိသစ္စံ = ငါပြောတဲ့စကားသည် မှန်လှပါပေ၏။ **ပုဗ္ဗေစ** = ရှေးကပွင့်သွားတဲ့ ကဿပဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး တို့သည်လည်းကောင်း၊ **ပုဗ္ဗတရေစ သန္တော** = ကဿပဘုရားရှင်ရဲ့ ရှေ့နားမှာပွင့်သွားတဲ့ ဝိပဿီအစရှိတဲ့ ဘုရားရှင် တို့သည်လည်းကောင်း၊ **သပညာ** = ဝိပဿနာပညာစက္ခု အသီးသီးရှိတော်မူကုန်ကြသည် ဖြစ်၍သာလျှင်၊ **နိဗ္ဗာနမေဝ** = နိဗ္ဗာန်သို့သာလျှင်၊ **အဇ္ဈဂမုံ** = မျက်မှောက်ထင်ထင် အရဟတ္တဖိုလ် ဉာဏ်အမြင်ဖြင့် ကောင်းစွာမသွေ ဆိုက်ရောက်တော်မူကြပါပေကုန်သတည်း။

(သာဓု သာဓု သာဓုပါဘုရား)

မြတ်စွာဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက နတ်သားတွေကိုပြောတယ်။ မင်းတို့ပြောတဲ့ စကားတွေလည်း မှန်ပါတယ်။ ငါပြောတဲ့စကားကိုလည်း နားထောင်ကြ။ အလှူဒါန ပေးလှူတာလည်း ကောင်းပါတယ်။ သီလဆောက်တည်တာလည်း ကောင်းပါတယ်။ ဒါနသီလထက် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းအကျင့် ဓမ္မပဒက ပိုပြီးတော့ ကောင်းတယ်လို့ မိန့်တော်မူလိုက်တယ်။

နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ တို့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်ကောင်းတွေရဲ့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကြီး မဟုတ်လား။ တို့

Generated by CamScanner from intsig.com

တတွေဟာ သံသရာခရီးသွားနေကြတဲ့ သံသရာခရီးသည်တွေပဲ။ သံသရာခရီးသည်တွေ ဘယ်မှာခရီးဆုံးမလဲဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်နော်။ နိဗ္ဗာန်မရောက်မချင်း ခရီးမဆုံးဘူး။ ခရီးသွားနဲ့ ခရီးနား ကြည့်လိုက်ရင် ခရီးသွားတွေမို့ နိဗ္ဗာန်မရောက်မချင်း ခရီးသွားနေကြရဦးမှာပဲ။ နိဗ္ဗာန်ရောက်မှ ခရီးဆုံးကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဓမ္မပရိသတ် ရည်မှန်းထားတာက နိဗ္ဗာန်တရားဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ ရည်မှန်းချက်တစ်ကဏ္ဍ ပန်းတိုင်မကျမချင်း ခရီးဆုံးပမလား။ ဒါကြောင့် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကျင့်ဆိုတဲ့ ဓမ္မပဒသည် ရည်မှန်းချက်တစ်ကဏ္ဍ ပန်းတိုင်ကျတဲ့အတွက်ကြောင့် အမြတ်ဆုံးဖြစ်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဟောတာနော်။

ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက စကားခိုင်မြဲအောင် ဒဠှီကရဏ ဝါကျနဲ့ ပြောတယ်။ **ဟိသစ္စံ** = ငါပြောတဲ့စကား မှန်လှပါပေ၏ တဲ့။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးရဲ့ ရှေ့မှာ ပွင့်တော်မူသွားတဲ့ ကဿပ ဘုရားရှင်လည်း ဒီဝိပဿနာပညာစက္ခုအမြင်ရှိတော်မူတဲ့အတွက် သစ္စာလေးပါး တရားသိမြင်နိဗ္ဗာန်ဝင်တော်မူခဲ့တာပါပဲ။ ရှေ့ရှေ့က ကဿပဘုရားရှင်ရဲ့ရှေ့နားမှာ ပွင့်တော်မူသွားကြတဲ့ ဝိပဿီစတဲ့

ဘုရားရှင်တွေလည်း ဒီဝိပဿနာ ပညာစက္ခု ရှိတော်မူကြလို့ သစ္စာသိမြင် အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် နိဗ္ဗာန်ဝင်တော်မူခဲ့ကြတာပါပဲ တဲ့။

တို့ပရိတ်သတ်ရဲ့ ရည်မှန်းချက် ခရီးဆုံး လိုလားချက်ပန်းတိုင်က နိဗ္ဗာန်နော်။ နိဗ္ဗာန်ကိုဘာလို့ လိုချင်ကြတာလဲဆိုတော့ အကောင်းဆုံးမို့ လိုချင်ကြတာပေါ့။။ နိဗ္ဗာန်ကဘာဖြစ်လို့ အကောင်းဆုံးလဲ၊ ဒုက္ခတွေအကုန်လုံး ငြိမ်းသွားတဲ့အတွက်ကြောင့် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လင်္ကာကလေးတွေ ဆိုကြည့်လိုက်ကြပါ။

❄ **ဒုက္ခခပ်သိမ်း၊ ချုပ်ပြတ်ငြိမ်း၊**
ဇာတ်သိမ်းပြည် နိဗ္ဗာန်။

ပညတ်ရုပ်မှာ သံဝေဂရစရာ

ဓမ္မပဒံဝါ သေယျော ဆိုတဲ့ပါဠိမှာ ဓမ္မပဒပုဒ်ကို ဒီနေရာမှာနှစ်ခုဖွင့်တယ်။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ ဓမ္မပဒ၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ဝိပဿနာဉာဏ်ဆိုတဲ့ ဓမ္မပဒ၊ အဲဒီနှစ်မျိုးကို ဓမ္မပဒလို့ခေါ်ပါတယ်။

ဒါဖြင့် နိဗ္ဗာန်အကြောင်းကတော့ တစေ့တစောင်းသိကြပါပြီ။ ဒုက္ခခပ်သိမ်းကင်းငြိမ်းတဲ့ အတွက်ကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို လိုချင်ကြတယ်။ နိဗ္ဗာန်ဟာ အကောင်းဆုံးပဲ အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ဘာနဲ့သွားမှ ရောက်မလဲ

Generated by CamScanner from intsig.com

ဆိုတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့သွားမှ ရောက်မယ်။

ဂဂ်ါဝါဠု သဲစုမကပွင့်တော်မူကြတဲ့ နောက်ဆုံး ဂေါတမဗုဒ္ဓရောက်အောင် ဘုရားရှင်တိုင်း ဘုရားရှင်တိုင်းသည် နိဗ္ဗာန်ကိုရသွားကြတဲ့ အရိယာသာဝက အားလုံးတို့သည် ဝိပဿနာဉာဏ်မျက်စိနဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရသွားကြပါတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်မျက်စိနဲ့ ရသွားကြတာဖြစ်တော့ ဝိပဿနာအကြောင်း အရိပ်အမြွက် ကျမ်းညွှန်းလေးလောက် ဘုန်းကြီးပြောပြပါမယ်။ ဝိပဿနာဆိုတာ ဘာကိုခေါ်တာလဲ။

ပညတ္တိံ ဌပေတွာ ဝိဝိဓေဟိ အကာရေဟိ ပဿတီတိ ဝိပဿနာ။

ပညတ္တိံ = ပညတ်ကို၊ **ဌပေတွာ** = ခွာပြီးသော ကာလ၊ **ဝိဝိဓေဟိ အာကာရေဟိ** = အနိစ္စ အစရှိသော အထူးထူးသောအခြင်းအားဖြင့်၊ **ပဿတိ** = ရှုတတ်၏၊ **ဣတိကသ္မာ** = ထို့ကြောင့်၊ **ဝိပဿနာ** = ဝိပဿနာမည်၏။

ပညတ်ကိုခွာ၍ ပရမတ်သား ဓာတ်သားအနှစ်ကို ပညာမျက်စိဖြင့် အနိစ္စအချက်၊ ဒုက္ခအချက်၊ အနတ္တအချက် မြင်အောင်ရှုတာကို ဝိပဿနာ လို့ခေါ်တယ်။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ၊ ရှုတယ်ဆိုတာ ပုတီးလေးကိုင်ပြီး 'အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ' လုပ်နေတာ

ဝိပဿနာမဟုတ်ဘူး။ ဝိပဿနာသို့ မရောက်သေးဘူး။ ဝိပဿနာရောက်အောင် "ပညတ္တိံ ဌပေတွာ" ဆိုတဲ့ အတိုင်း ပညတ်နဲ့ပရမတ် ကွဲဖို့မလိုဘူးလား။

ပညတ်နဲ့ပရမတ် ကွဲဖို့လိုတယ်ဆိုတော့ လူသားလောကကြီးတစ်ခုလုံး၊ သတ္တလောကကြီး တစ်ခုလုံးကို ကြည့်လိုက်ပါ။ ပညတ်ဆိုတာ ဘာလဲလို့မေးလိုက်ရင် ခေါ်လို့လွယ်အောင် အမည်မှည့်ထားတဲ့ အရာအားလုံးသည် ပညတ်လို့ မှတ်လိုက်ပါ။ လူ၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမ၊ ရဟန်း၊ ဘုန်းကြီး၊ မယ်သီလ အဲဒီလိုခေါ်ဖို့ လွယ်အောင် အမည်မှည့်ထားတာတွေ အားလုံးဟာ ပညတ်ပါပဲ။

အဲဒီပညတ်ကြီးကို ကြည့်ပြီးတော့ ဝိပဿနာ ရှုလို့မရဘူး။ မိမိကိုယ်ကို မိမိပြန်ကြည့်လိုက်ရင် ဟောဒီ မိမိခန္ဓာကိုယ်မှာ ငယ်ထိပ်ကနေ ခြေဖျားကျအောင် တစ်လံလောက်ရှိတယ်။ အရပ်ပုတဲ့လူပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အရပ်ရှည်တဲ့လူပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်အလံနဲ့ကိုယ် တိုင်းတာလိုက်ရင် တစ်လံပဲ ရှိကြတာချည်းပါပဲ။ **'ဗျာမသိုင်ယေဝ ကဠေဝရေ၊ ဗျာမမတ္တေ ကဠေဝရေ'** လို့ တစ်လံမျှလောက်ရှိတဲ့ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှာလို့ ဘုရားက ဒီအတိုင်း ဟောထားပါတယ်။

အဲဒီ တစ်လံမျှလောက်ရှိတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ကြည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်၊

Generated by CamScanner from intsig.com

မျက်စိ၊ နားရွက်၊ နှာခေါင်းစသည်ဖြင့် အမည်မှည့်ထားတာလည်း ပညတ်ပါပဲ အဲဒီခန္ဓာကိုယ်ရုပ်ကလပ်ကြီး မျက်စိနဲ့မြင်လို့ ကြည့်လို့ရတဲ့ အရာအားလုံးသည် ဘာတွေလဲဆိုတော့ ရုပ်လို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒီရုပ်မှာလည်း ပညတ်ရုပ်ရယ် ပရမတ်ရုပ်ရယ်လို့ ခွဲလိုက်တဲ့အခါမှာ ပသာစက္ခုနဲ့ မြင်ရတဲ့ အရာအားလုံးဆိုတဲ့ ရုပ်သည် ပညတ်ရုပ်၊ ပညတ်ရုပ်ကြီးကို ကြည့်ပြီးတော့ ဝိပဿနာရှုလို့ မရပါဘူး။ အဲဒီပညတ်ရုပ်ကြီးကိုကြည့်ပြီး ဘာဖြစ်နိုင်သလဲဆိုတော့ သံဝေဂဖြစ်စေနိုင်တယ်။ အဘွားအိုကြီးကို ကြည်ပြီးတော့ တုန်တုန်ချိချိ၊ ခေါင်းတွေကဖြူလာပြီ၊ ခါးကကိုင်းနေပြီး၊ တောင်ဝှေးလေးဆွဲနေတာ မြင်ရတော့ "ဩော်...ငါတို့လည်းအိုရင် ဒီလိုဖြစ်မှာပဲ" လို့ သံဝေဂ မရဘူးလား။ အဖိုးကြီးကိုကြည့်ရင်လည်း သံဝေဂရတာပဲနော်။ ပညာမျက်လုံးနဲ့ ကြည့်ရင်တော့ ဒါတွေဟာ တရားတွေပါပဲ။

ဝိပဿနာရှုရာ ပရမတ်ရုပ်သာ

ဒေဝဒူတသုတ်မှာ ပြောထားတာက သူအိုကြီးကို ကြည့်လိုက်တဲ့အခါမှာလည်း သူအိုကြီးက ကိုယ့်ကို တရားဟောနေတာတဲ့၊ ကလေးလေးကို ကြည့်လိုက်ရင်လည်း ကလေးလေးက တရားဟောနေတာပဲတဲ့၊ ဓမ္မမျက်လုံးနဲ့ ကြည့်ဖို့တော့ လိုတာပေါ့နော်။

ပသာဒမျက်လုံးနဲ့ ဓမ္မမျက်လုံး၊ ဉာဏမျက်လုံးရှိတယ်။ စာလိုပြောရင်တော့ ပသာဒစက္ခုနဲ့ ဓမ္မစက္ခု၊ ဉာဏစက္ခုပေါ့။ ဓမ္မစက္ခုနဲ့ ကြည်ပုံ ကြည့်နည်း၊ ပရိသတ်ကို လက်တွေ့ပြမယ်။ မျက်စိမှိတ်ပြီးတော့ မိမိခန္ဓာကိုယ်ကြီးထဲမှာ ဉာဏ်နဲ့စိုက်ကြည့်လိုက်ပါ။ တခြားကို အာရုံမရောက်ပါစေနဲ့။

ကြည့်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ ဘာတွေပေါ်လာသလဲ၊ ပူတဲ့သဘော၊ အေးတဲ့သဘော၊ ထုံတဲ့သဘော၊ ကျင်တဲ့သဘောတွေ မပေါ်ဘူးလား။ အဲဒီ မိမိအဇ္ဈတ္တသန္တာန်မှာပေါ်တဲ့ ရုပ်တွေကိုမှ ပရမတ္ထရုပ်လို့ခေါ်ပါတယ်။ ပရမတ္ထရုပ်ကို ဉာဏ်နဲ့ကြည့်တော့ မြင်ရတယ်။ ရိုးရိုးပသာဒစက္ခု မျက်စိနဲ့ ကြည့်ရင် မမြင်ရဘူး။ ပရမတ္ထရုပ်ဆိုတာ ဉာဏ်နဲ့ကြည့်မှ မြင်ရပါတယ်။

ဉာဏ်နဲ့ကြည့်လိုက်တော့ ရှိန်းရှိန်းသုတ်သုတ် လှုပ်လှုပ်ရွရွ တောင့်တင်း လေးလံ၊ ပေါ့ပါးယိမ်းယိုင်၊ လှုပ်ရှားတဲ့သဘောတရားတွေ ဖောက်ပြန်ပြီးတော့ ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်တရားတွေကို မြင်နိုင်တယ်။ ဖောက်ပြန်မှုမှန်သမျှသည် ရုပ်၊ ဘာတွေနဲ့ ဖောက်ပြန်သလဲ ထပ်မေးရင် ပူမှုနဲ့ ဖောက်ပြန်တယ်၊ အေးမှုနဲ့ ဖောက်ပြန်တယ်၊ လေးမှုနဲ့ ဖောက်ပြန်တယ်၊ လှုပ်မှုနဲ့ ဖောက်ပြန်တယ်၊ ထုံမှုနဲ့ ဖောက်ပြန်တယ်၊ ကျင်မှုနဲ့ ဖောက်

Generated by CamScanner from intsig.com

ပြန်တယ်။

အဲဒီဖောက်ပြန်မှု သဘောတရားလေးတွေကို မျက်စိမှိတ်ပြီး ဉာဏ်နဲ့ကြည့်ရင် မြင်ရတယ်။ အဲဒီ သဘောတရားလေးတွေကို ရုပ်လို့ ခေါ်ပါတယ်၊ "ရုပ္ပတီတိရူပံ" **ရုပ္ပတိ** = ဖောက်ပြန်တတ်၏၊ **ဣတိ တသ္မာ** = ထို့ကြောင့်၊ **ရူပံ** = ရုပ်မည်၏ ဆိုတဲ့အတိုင်း ပညတ်ရုပ်သည်လည်း ဖောက်ပြန်တာပဲ၊ ပရမတ်ရုပ်ကြီး ကလည်း ဖောက်ပြန်တာပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဝိပဿနာရှုတဲ့ အခါကျတော့ ပညတ်ရုပ်ကြီးကို ရှုလို့ မရဘူး။ ပရမတ် ရုပ်ကို ရှုရပါတယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာ မဝေးပါ

ပရမတ်ရုပ်ကို ရှုလိုက်တဲ့အခါကျတော့ ပူတဲ့ရုပ် ကလေးသည် အကြာကြီးမပေါ်ဘူး။ ဖျတ်ကနဲဖျတ်ကနဲ ပျောက်သွားပါတယ်။ ပူရာကနေ အေးရာကို ပြောင်း သွားတယ်။ အေးရာကနေ တောင့်ရာ၊ တောင့်ရာကနေ လေးရာ၊ လေးရာကနေ လှုပ်ရာကိုပြောင်းသွားတယ်။

အဲဒီလို ပြောင်းသွားတာလေးတွေကို မြင်အောင် ကြည့်ဖို့ရာဆိုတာ သမာဓိရှိဖို့လိုပါတယ်။ သမာဓိရှိရင် ရှိသလောက်မြင်ပါတယ်။ အဲဒီလိုမြင်အောင် ကြည့်မှ ရုပ်အစစ်ကို မြင်ပါတယ်။ ပရမတ်ရုပ်ကို မြင်ပါတယ်။

ပရမတ်ရုပ်ကို မြင်တဲ့အခါ စိုက်ပြီးတော့ ရှုတဲ့

အခါကျတော့ ဤဖောက်ပြန်မှုတွေ အားလုံးဟာ မမြဲ ဘူးဆိုတာ သိတဲ့အခါကျမှ အနိစ္စဉာဏ်ပေါ်ပါတယ်။ အနိစ္စဉာဏ်တစ်ချက်ပေါ်အောင် မိမိတို့ရဲ့ သမထကို အခြေခံတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ အားထုတ်မှ ပေါ်တာပါ။

ဝိပဿနာ အားထုတ်လို့ အနိစ္စဉာဏ် ပေါ်ပါများ လာတဲ့အခါကျတော့ ဉာဏ်စဉ်တွေ တဖြည်းဖြည်း ရင့်လာတယ်။ သမ္မသနဉာဏ်၊ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်၊ ဘင်္ဂဉာဏ်၊ မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ် အစရှိတဲ့ ဝိပဿနဉာဏ် အဆင့် ဆင့် ပေါ်သွားတယ်ဆိုရင် မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့ နီးစပ် လာပါတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်မပါဘဲနဲ့ နိဗ္ဗာန်မရောက် ပါဘူး။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ် ကြီးက "ဓမ္မပဒံဝသေယျ" နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ ဓမ္မပဒ၊ နိဗ္ဗာန်ကိုရောက်ကြောင်း ဝိပဿနာဆိုတဲ့ ဓမ္မပဒ နှစ်ပါး ကသာလျှင် အမြတ်ဆုံးလို့ မိန့်တော်မူခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီတော့ တို့ဓမ္မပရိသတ်ကြီး ခန္ဓာကိုယ်ကြီး အတွင်းမှာ မိမိတို့ရဲ့ ရုပ်နာမ်ကွဲဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ရုပ်နာမ်ကွဲဖို့ဆိုရင် ပညတ်ကိုခွာ၊ ပရမတ်ကို ရှာရမယ်။ ပရမတ်ကို ရှာလိုက်တဲ့အခါကျတော့ ဖောက်ပြန်မှု သဘောလေးပေါ်လာတာ သည်ရုပ်၊ ပူရင် ပူတယ်လို့ နောက်ကလိုက်သိနေတဲ့ သိသဘောကလေးက နာမ်၊

Generated by CamScanner from intsig.com

ဖောက်ပြန်မှုကလေးက ရုပ်၊ သိသဘောလေးကနာမ် ဒါဆိုရင် ရုပ်နာမ်ကွဲသွားပါပြီ။

ဝိပဿနာဆိုတာ အဝေးကြီးမဟုတ်ပါဘူး။ လိုချင်တဲ့စိတ်ရှိဖို့လိုတယ်။ ကြိုးစားစိတ်ရှိဖို့ လိုတယ်နော်။ ဖောက်ပြန်တဲ့သဘောလေးက ရုပ်၊ သိတဲ့သဘောလေးက နာမ်၊ အဲဒါလေးကို အိမ်ကျရင် သေသေချာချာပြန်ပြီးတော့ လေ့လာကြည့်ကြစမ်းပါ။

ပညာမျက်စိရှိ ရောက်ဘိနိဗ္ဗုတာ

ဖောက်ပြန်တဲ့သဘောက ရုပ်၊ သိတဲ့သဘောက နာမ်။ အဲဒီရုပ်နာမ်အရှုခံပေါ်မှာ ထပ်ပြီးတော့ လေ့လာကြည့်လိုက်တဲ့အခါ ခဏမစဲ တသဲသဲ ပြိုကွဲသွားတဲ့သဘော၊ ပြောင်းလဲသွားတဲ့သဘောတွေ တွေ့လာလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို ပြိုကွဲသွားတယ် ပြောင်းလဲသွားတယ်ဆိုတာ မြဲလို့လား၊ မမြဲလို့လား၊ မမြဲလို့ပေါ့။

မမြဲတာ ဘာလဲ အနိစ္စ၊ မမြဲတဲ့ အနိစ္စဉာဏ်တစ်ချက်ပေါ်ဖို့ရာ မဝေးပါဘူး။ အဲဒီလိုအနိစ္စဉာဏ်ပေါ်လာတာနဲ့ ဒုက္ခ အနတ္တ ဆိုတာလည်း ရှုပါမှတ်ပါပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီ ဓမ္မရသကို ရောက်များရင် ပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီ ဓမ္မရသကို ရောက်သွားမှသာလျှင် မိမိတို့သည် အကောင်းတွေဆုံးတဲ့၊ အကောင်းဆုံးဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်ပါတယ်။

ဒါက လမ်းညွှန်လေးပဲ ရှိသေးတယ်။ အဲဒီလမ်းညွှန်ချက်လေးအတိုင်း တို့တစ်တွေက မနေမနားကြိုးစားအားထုတ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အကောင်းဆုံးဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်ပါတယ်။ ဒါဒီနေ့ ဘုန်းကြီးက ဓမ္မပရိသတ်ကို အကောင်းဆုံး ဓမ္မလက်ဆောင်ပေးတဲ့တရား။ "အကောင်းဆုံးတရား" ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီထက်ကောင်းတဲ့တရား မရှိတော့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက "ဓမ္မပဒံဝသေယျော" နိဗ္ဗာန်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ဝိပဿနာတရားကသာ အမြတ်ဆုံးလို့ နတ်သားတွေကို ဟောတော်မူခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

မြတ်ဗုဒ္ဓနတ်သားခုနစ်ယောက်နဲ့ အတူပါလာတဲ့ နတ်သား ခုနစ်ရာကို ဟောကြားခဲ့တဲ့ တရားလက်ဆောင်ပုဒ်ကလေးနဲ့ ဆိုကြည့်ရအောင်။

❄ သင်တို့စကား၊ အသာထား၊ တရားနာကြပါ။
ဒါနသီလ၊ တို့ထက်သာ၊ မှတ်ပါ ဝိပဿနာ။
ဝိပဿနာကျင့်၊ အထက်ဆင့်၊
ရောက်လင့် နိဗ္ဗုတာ။
ဓမ္မပဒ၊ ဤနှစ်ဝ၊ မုချ အကောင်းဆုံးပါ။
ဝိပဿီစ၊ ကဿပ၊ ရှေးက မြတ်ဗုဒ္ဓါ။
ပညာမျက်စိ၊ သီးသီးရှိ၊ ရောက်ဘိနိဗ္ဗုတာ။

Generated by CamScanner from intsig.com

အကြောင်းကြောင့်သာ အကျိုးဖြစ်လာ

အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ချင်ရင် တို့တစ်တွေမှာ ဘာမျက်စိရှိရမှာလဲ၊ ပညာမျက်စိရှိရမယ်။ ကဲ... ပညာမျက်စိရှိပြီ။ ဘာဉာဏ်လဲလို့ ထပ်မေးရင် ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာဉာဏ် ဆယ်ပါးမှာ အခြေခံဖြစ်တဲ့ဉာဏ်က နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နော်။ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဆိုတာ ရုပ်နာမ်ကို ပိုင်းခြားသိတဲ့ ဉာဏ်ဖြစ်ပါတယ်။ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဟာ အခြေခံလိုရင်း ဖြစ်တဲ့အတွက် အဲဒီဉာဏ်ရဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါကြောင့် လင်္ကာကလေးနဲ့ မှတ်သားလိုက်ကြပါ။

ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ၊ ပိုင်းခြားကာ၊ မှတ်ပါပရိစ္ဆေဒ ဉာဏ်။

အခုနက ဘုန်းကြီးတို့ ပြောပြီးသားလေးတွေ ပြန်ကောက်ကြဦးစို့။ ဖောက်ပြန်တဲ့ သဘောတရားလေး သည် ရုပ်၊ သိတဲ့သဘောလေးသည် နာမ်၊ အဲဒီရုပ်နဲ့ နာမ်သည် အကြောင်းကင်းပြီး ဖြစ်လာတာလား၊ အကြောင်းနဲ့ ဖြစ်တာလားဆိုတော့ အကြောင်းနဲ့ဖြစ်တာပါ။ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်တာ။

ရုပ်တွေဖြစ်ဖို့ရာအတွက် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ အကြောင်းတရားလေးချက် လိုပါတယ်။ ကံကြောင့်လည်း ဒီရုပ်တွေ ဖြစ်တယ်။ စိတ်ကြောင့်

လည်းဖြစ်တယ်။ ဥတုကြောင့်လည်းဖြစ်တယ်။အာဟာရကြောင့်လည်း ဖြစ်တယ်။ ပစ္စုပ္ပန်မှာ အကြောင်း တရားလေးပါးနော်။ ပစ္စုပ္ပန်မှာ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ အကြောင်းတရားလေးပါးရှိတယ်။ ရုပ် ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ရာ အကြောင်းတရားတွေပေါ့။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့ပြောရရင် နောက်ကနေပြီးတော့ အကြောင်းတရားတွေရှိတယ်။အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကမ္မဘဝ ဆိုပြီးတော့ အကြောင်းတရား ငါးပါးကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ ဇာတိဆိုတဲ့ ပဋိသန္ဓေ ရတယ်။ အဲဒီဇာတိ ပဋိသန္ဓေကြီးရရင် နာမ်ရုပ်တွေ ရတော့တာပဲ။

ဒါဖြင့် ဒီလူ့ဘဝမှာ လူရယ်လို့ဖြစ်လာတာ အကြောင်း ကင်းပြီးတော့ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး။အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်လာတာလို့ လက်ခံနိုင်ရမယ်။ အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်တယ်ဆိုရင် ဖြဟ္မာ ဗိဿနိုး စသည်က ဖန်ဆင်းတယ်ဆိုတဲ့ဝါဒ လက်ခံ ဦးမလား၊ အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်လာတယ်ဆိုတဲ့ အဟေတုက ဝါဒကြီးကို လက်ခံဦးမလား၊ လက်မခံတော့ဘူးနော်။

ဒီ ဒိဋ္ဌိ အယူတွေကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ပယ်သတ်နိုင်တယ်ဆိုတာ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ရှိလို့ ပယ်သတ်နိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို ဝိပဿနာဉာဏ်တွေရှိမှ ဒိဋ္ဌိအယူတွေကိုပယ်နိုင်တာပါ။ အကြောင်းကြောင့် အကျိုး

Generated by CamScanner from intsig.com

ဖြစ်တာကို တို့ဓမ္မပရိသတ်ကြီး တကယ်သိမယ် ဆိုရင် အဟေတုကဝါဒနဲ့ ဖန်ဆင်းရှင်ဝါဒတွေကို လက်မခံတော့ပါဘူး။ ဗြဟ္မာဗိဿနိုး တန်းခိုးရှင်တွေက ဖန်ဆင်းလိုက်လို့ ကမ္ဘာပေါ်မှာ လူသားတွေ ဖြစ်လာရတယ် ဆိုတဲ့ ဝါဒကို လက်မခံတော့ပါဘူး။ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်လာတာပါလို့ ရှင်းရှင်းလေး ဘုရားရှင်က ဟောထားပါတယ်။

နာမ်ရုပ်သိလျှင် ဒိဋ္ဌိစင်

အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်တာလို့ မြတ်စွာဘုရားက ရှင်းရှင်းလေး ဟောထားတယ်။ အကြောင်းမရှိဘဲနဲ့ အကျိုးမရှိဘူး။ ဘယ်နေရာမှာမှ အကြောင်းနဲ့ကင်းပြီးဖြစ်တဲ့ အကျိုးတရားဆိုတာ မရှိပါဘူး။ ကောင်းမှုတွေ ကောင်းကျိုးတွေလည်း ကောင်းတဲ့အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်တယ်။ မကောင်းမှုအကျိုးကို ခံစားရတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း မကောင်းတဲ့ အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်တာပဲ။ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်တာချည်းပါလို့ သေချာပေါက် လက်ခံရမှာနော်။

အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်တာလို့ လက်ခံလိုက်ရင် အဟေတုကဝါဒကို ပယ်နိုင်သွားပါတယ်။ ဤကား ရုပ်ပဲ၊ ဤကား နာမ်ပဲလို့ ပိုင်ခြားပြီးတော့ သိလိုက်ရတဲ့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကြောင့် တစ်

သံသရာလုံး စွဲထားတဲ့ ငါဆိုတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကွာသွားပါတယ်။

ဖောက်ပြန်တဲ့ သဘောတရားတွေသည် ရုပ်၊ ဒီရုပ်ကြီးကို ငါမပိုင်ဘူး။ ရုပ်ရဲ့ သဘောတရားကို "ဤကားရုပ်ပါ" လို့ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် တစ်သံသရာလုံးစွဲလာတဲ့ သူငါယောကျ်ား မိန်းမစွဲလာတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကြီး ကွာသွားပါတယ်။ အတ္တဒိဋ္ဌိနဲ့ စွဲလာတဲ့ အတ္တဒိဋ္ဌိကြီးလည်း ကွာသွားပါတယ်။ အဲဒါ ဘယ်ဉာဏ်က ခွာပေးလိုက်တာလဲ ဆိုတော့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်က ခွာပေးလိုက်တာပဲ။ နာမ်ကို နာမ်၊ ရုပ်ကို ရုပ်လို့သိလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုက်နက် ဒိဋ္ဌိကွာသွားတာပါ။

ဒိဋ္ဌိတွေ ပယ်ဖြန် ဝိပဿနာဉာဏ်

ရှေ့ကိုတက်လိုက် ကြဦးစို့။ ထင်ရှားတဲ့ ရုပ်တရားကို ကြည့်လိုက်တဲ့ အခါကျတော့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ပေါ်လာတဲ့ ပူမှု၊ အေးမှု၊ တင်းမှု၊ တောင့်မှု၊ လေးမှု၊ လှုပ်မှု ဆိုတဲ့သဘောတရားလေးသည် ခဏခြင်း၊ စက္ကန့်ခြင်း၊ မိနစ်ခြင်း မခြားဘဲ ပျက်ပျက်သွားတဲ့ အပျက်လေးတွေ မြင်ရတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အနိစ္စမမြဲဘူး ဆိုတာ ယောဂီတို့ မြင်လာရလိမ့်မယ်။

Generated by CamScanner from intsig.com

အဲဒီလို အနိစ္စဉာဏ် တစ်ချက်ပေါ်လာတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် နိစ္စ မြဲပါတယ်ဆိုတဲ့ သဿတဒိဋ္ဌိကို ပယ်တယ် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ တရားတော်တွေက တကယ်လုပ်ကြည့်ရင် တကယ်သိပါတယ်။

ရုပ်တရားတွေက ဖြစ်ပြီးရင် ပျက်တယ်ဆိုပေမဲ့ ပြတ်သွားတာတော့မဟုတ်ဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ဖြစ်နေတဲ့ အတိတ်ကပေးလိုက်တဲ့ ကမ္မဇရုပ်တွေက ဆက်ပြီးတော့ ဖြစ်နေတယ်။ ဥတု၊ စိတ်၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်တွေကလည်း တရစပ်ဖြစ်နေပါတယ်။ ရှေ့က ရုပ်တွေ ပျက်သွားသလို နောက်ကရုပ်တွေကလည်း အစားထိုးနေတယ်။

ပျက်ခြင်းနဲ့အစားထိုးခြင်း ဖြစ်နေတာနော်။ ပျက်သွားတာကို မြင်လိုက်တာနဲ့ အနိစ္စတစ်လုံးရတယ်။ အစားထိုးတာကို မြင်လိုက်တာနဲ့ ဥပ္ပါဒဆိုတာရတယ်။ ဥပ္ပါဒကို မြင်လိုက်တာနဲ့ သေရင်ပြတ်တာပဲကွာဆိုတဲ့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိကို ပယ်ပါတယ်။

ဒိဋ္ဌိဘယ်နှစ်ချက် ပယ်သွားနိုင်ပြီလဲ။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပယ်နိုင်တယ်၊ သဿတ ဒိဋ္ဌိပယ်နိုင်တယ်၊ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိပယ်နိုင်တယ်၊ အတ္တ ဒိဋ္ဌိပယ်နိုင်တယ်၊ အဟေတုကဒိဋ္ဌိပယ်နိုင်တယ်။ အဲဒါ ဝိပဿနာဉာဏ်ရမှ ဒိဋ္ဌိတွေကို ပယ်နိုင်တာလို့မှတ်ပါ။

လက္ခဏာသုံးတန် ရှုမှတ်ရန်

ဝိပဿနာဉာဏ်ရရင် ဒိဋ္ဌိတွေကို တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် ပယ်သွားလိုက်တဲ့အခါကျတော့ ဟိုဘက်မှာ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ အသုဘဉာဏ်တွေ ရသွားတယ်။ အနတ္တဉာဏ်တွေ ရသွားပြီဆိုရင် ကိလေသာတွေကို အဆင့်ဆင့်ပယ်သွားပါတယ်။

အဲဒီတော့ အနိစ္စဉာဏ်တစ်လုံးရဖို့က အရေးကြီးတာပေါ့။ အနိစ္စဉာဏ်တစ်လုံးရအောင် ဘယ်လိုရှုရမှာလဲ။ ရှေးဦးစွာ ဘာဖြစ်လို့ အနိစ္စ ခေါ်တယ်ဆိုတာ အရင်ပြောရအောင်။ အဋ္ဌကထာတွေမှာ အနိစ္စမည်ကြောင်း ဆယ်ချက်လောက် ဖွင့်ပြထားတယ်။ "ဥပ္ပါဒဝယဝန္တတာယ" လို့ဆိုထားတယ်။ အဲဒီထဲကလေးချက်လောက်ပဲ ဘုန်းကြီးတို့ပြောပြမယ်။ အနိစ္စရဲ့ အဓိပ္ပာယ်လေးချက်ကို လင်္ကာလေးလိုက်ဆိုပါ။

❄ **ဖြစ်လျှင် ပျက်ရ၊ ခဏတည်ပြန်**
ဖောက်ပြန်ပျက်ပြား၊ ပယ်ရှားနိစ္စ
သဘာဝ၊ အနိစ္စ မည်ကြောင်းလေး။

ဖြစ်ပြီးတော့ ပျက်သွားတာဟာ အနိစ္စ၊ ခဏလေးတည်တဲ့သဘောက အနိစ္စ၊ ပျက်သွားတဲ့ အစွန်းလေးမြင်ရတာ အနိစ္စ၊ မြဲပါတယ် ဆိုတဲ့သဘောရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်က အနိစ္စ ဆိုပြီး အနိစ္စလေးချက်ရှိတယ်။ အဲဒီ

Generated by CamScanner from intsig.com

လေးချက်ထဲမှာ တစ်ခုခုကိုမှတ်လိုက်လို့ တစ်ခုခုကို သဘောကျရင် အဲဒါ အနိစ္စဉာဏ်ပေါ်တာပဲ။

အနိစ္စပြီးတော့ ဒုက္ခကိုပြောပြမယ်။ လူတွေပါးစပ်ဖျားမှာ 'ဒုက္ခ ဒုက္ခ' လို့ပြောနေကြတယ်။ အဲဒီဒုက္ခ ဘယ်လိုပေါ်သလဲ။ ဒုက္ခလေးချက်ကိုလည်း လက်လေးနဲ့မှတ်ကြရအောင်။

❄ **အမြဲပူပန်၊ အခံခက်လှ**
ဒုက္ခတည်ရာ၊ ပယ်ရွာသုခ
သဘာဝ၊ ဒုက္ခမည်ကြောင်းလေး။

ဒုက္ခ ဘယ်လိုပေါ်သလဲဆိုရင် ပူပန်မှုလေး ပေါ်လာတယ်။ အမြဲတမ်း ပူပန်နေတဲ့ သဘောသည် မဆင်းရဲဘူးလား။ အဲဒါ ဒုက္ခပဲပေါ့။ မခံချိမခံသာ အခံရခက်တဲ့ သဘောလေးဟာလည်း ဒုက္ခပဲ။ ဆင်းရဲမှုတွေတည်ရာ၊ စုဝေးရာ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကလည်း ဒုက္ခပဲ။ 'သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ' လို့ ဘုရားက ပြထားတယ်နော်။ ဒုက္ခရတယ်ဆိုမှတော့ သုခ မလာတော့ဘူး။ အဲဒီလို သုခမလာတော့တာလည်း ဒုက္ခပဲ။ ဒုက္ခ လေးချက်ပေါ်သွားပါပြီ။

ဒုက္ခပြီးတော့ အနတ္တကိုပြောမယ်။ အနတ္တဉာဏ်ရချင်ရင် အနတ္တဆိုတာဘာလဲ အရင်သိအောင် လုပ်ရမယ်။ အနတ္တကလည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခတွေလိုပဲ လေးချက်

ပေါ်အောင် လုပ်ရမှာ။ အနတ္တလေးချက်ကို လက်နဲ့ဆိုကြည့်မယ်။

❄ **လိုမလိုက်အင်၊ အရှင်မဲ့ထုံး**
ဆိတ်သုဉ်းကာရကာ၊ ပယ်ခွာအတ္တ
သဘာဝ၊ အနတ္တ မည်ကြောင်းလေး။

အနတ္တဆိုတာ ဘာလဲမေးတော့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ဖြစ်ပြီးတော့ ပျက်နေတယ်။ နှိပ်စက်နေတယ်။ အဲဒီ နှိပ်စက်နေတဲ့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ကိုယ့်အလိုများ လိုက်ရဲ့လား။ ဒီကနေ့ အသက် ၇၀ ၈၀ ရှိနေတဲ့ အဘိုးကြီး အဘွားကြီးတွေ ၁၆ နှစ် ပြန်ဖြစ်ချင်တယ် ဆိုရင်ရမလား။ ဒီကနေ့ နေမကောင်းတဲ့လူ အိပ်ရာထဲ လဲနေတဲ့သူ 'ချက်ချင်းကောင်းစေသတည်း' ဆိုလို့ ကောရရဲ့လား။ အဲဒါ အစိုးမရလို့ပေါ့။

အစိုးမရတဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို 'အစိုးရတယ်၊ အစိုးရတယ်' နဲ့ ဘုရားနဲ့တစ်သက်လုံး ငြင်းလာခဲ့တာ ဒီကနေ့ မငြင်းနဲ့တော့ ဘုရားပြောတာ လက်ခံလိုက်ပါ။ အနတ္တဆိုတဲ့အတိုင်း အလိုမလိုက်ဘူး။ အရှင်သခင်မရှိဘူး။ ပြုလုပ်ပေးတဲ့သူလည်း မရှိဘူး။ အတ္တ အနှစ်သာရလည်း မရှိဘူး။ အနတ္တလို့ပြောတာ လက်ခံလိုက်ပါ။

Generated by CamScanner from intsig.com

နိစ္စမဟုတ်၊ သုခမဟုတ်၊ အတ္တ မဟုတ်ဘူး။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လို့ လက်ခံလိုက်တာနဲ့ နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီးသွားမယ်။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ အကောင်းဆုံးမဟုတ်လား။ နိဗ္ဗာန်နဲ့နီးတာ အကောင်းဆုံးနဲ့ နီးသွားတာပါပဲ။ နိဗ္ဗာန် ရောက်သွားရင်တော့ အကောင်းဆုံးကို ရောက်သွား ပြီးလို့ သဘောပေါက်ပါ။ ဒါလောက်ဆိုရင် ယောဂီတို့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ရှုတတ်ပါပြီ။

နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကောင်းဆုံးတရား

အကောင်းဆုံးတရားဆိုတဲ့ အနှစ်ကလေးတွေ ထုတ်ပြောနေတာနော်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ရှုမှတ်တတ်ရင် ရုပ်နဲ့နာမ် ခွဲတက်သွားမယ်။ ရုပ်နဲ့ နာမ် ကွဲဖို့ရာ ဝိပဿနာအလုပ်ရဲ့ အဓိကအချက်ပဲ။ ရုပ်ဆိုတာ ဘာလဲ၊ နာမ်ဆိုတာ ဘာလဲ၊ ဝိပဿနာဆိုတာ ဘာလဲ။ ကွဲကွဲပြားပြားသိအောင် လင်္ကာကလေးနဲ့ မှတ်ကြရမယ်။

❄ **ဖောက်ပြန်သမျှ၊ ရုပ်ဟူစွ၊ သိက နာမ်ခေါ်ရာ။**
ပေါ်ရာပေါ်ရာ၊ ရှုမှတ်ပါ၊ အဲဒါဝိပဿနာ။
ပေါ်သိ ပေါ်သိ၊ နိဗ္ဗာန်ထိ။

ဖောက်ပြန်တာကရုပ်၊ သိတာကနာမ်။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ပေါ်လာသမျှကို ရှုမှတ်တာက ဝိပဿနာ။ ပေါ်လာ

တိုင်း ပေါ်လာတိုင်း သိသိနေရမယ်။ သိပါများလာရင် နိဗ္ဗာန်ရောက်မယ်။ နိဗ္ဗာန်ထိ ရောက်သွားပြီဆိုတော့ အကောင်းမဆုံးဘူးလား။ ဒါဖြင့် အကောင်းဆုံးတရားကို သိမ်းလို့ရပြီမို့ အကောင်းဆုံးတရားကို သိမ်းကြပါစို့ရဲ့။

မြတ်စွာဘုရားက နတ်သားတွေကို ဟောတဲ့ဂါထာနဲ့ သိမ်းကြစို့။

သဒ္ဓါ ဟိ ဒါနံ ဗဟုဓာ ပသတ္ထံ။
ဒါနာစ ခေါ ဓမ္မပဒံဝ သေယျော။
ပုဗ္ဗေစဟိ ပုဗ္ဗတရေစ သန္တော။
နိဗ္ဗာနံ မေဝဇ္ဈဂမုံ သပ္ပညာ။

ဥပါသကာ ဥပါသိကာယော = အို ဒကာ ဒကာမ အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့။ **သဒ္ဓါ** = သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍၊ **ဒါနံ** = ပေးလှူခြင်းဆိုတဲ့ ဒါန တရားကို၊ **ဗဟုဓာ** = များသော အခြင်းအရာအားဖြင့်၊ **ပသတ္ထံ**= ချီးမွမ်းအပ် ချီးမွမ်းထိုက်ပါ၏။ **သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ** = များစွာသော ဘုရားရှင်တို့သည်၊ **ပသတ္ထံ** = ကောင်းတယ် ကောင်းတယ်ဟူ၍ ချီးမွမ်းတော်မူကြပါပေကုန်၏။

စခေါ– အထူးဖြည့်စွက်၍ ငါဘုရား မိန့်ကြားလိုတာကတော့။ ဒါနသီလထက်၊ **ဓမ္မပဒံ** = နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့

Generated by CamScanner from intsig.com

ဓမ္မပဒကသာလျှင် (ဝါ) နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း **ဝိပဿနာ**=အကျင့်ဆိုတဲ့ ဓမ္မပဒကသာလျှင်၊ **သေယျော** = ရည်မှန်းချက် တစ်ကဏ္ဍ ပန်းတိုင်ကျတဲ့အတွက် အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းအပ် ကောင်းမြတ်လှပါပေ၏။

ဟိသစ္စံ = ငါပြောတဲ့စကား မှန်လှပါပေ၏။ **ပုဗ္ဗေ** = ရှေး၌ပွင့်တော်မူကြတဲ့ ကဿပ စသော ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးတို့သည် လည်းကောင်း၊ **ပုဗ္ဗတရေစ သမ္ဗုဒ္ဓါ** = ကဿပဘုရားရှင်ရဲ့ ရှေ့နားမှာ ပွင့်တော်မူကြတဲ့ ဝိပဿီ အစရှိတဲ့ ဘုရားရှင် သူတော်ကောင်းကြီးတို့သည် လည်းကောင်း၊ **သဗ္ဗညာဂ** = ဝိပဿနာ ပညာမျက်စိ အသီးအသီး ရှိတော်မူကြသည် ဖြစ်၍သာလျှင်၊ **နိဗ္ဗာနမေဝ** = နိဗ္ဗာန်သို့သာလျှင်၊ **အဇ္ဈာဂမုံ** = ကိုယ်တိုင်မျက်မှောက် အရဟတ္တဖိုလ် ဉာဏ်ဖြင့် ဆိုက်ရောက်တော်မူကြပါတယ် ရယ်လို့၊ **ဘဂဝါ** = ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးသခင် ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက၊ **ဒေသေတိ** = ကရုဏာရှေ့ထား မေတ္တာအားဖြင့် ကောင်းစွာမသွေ ဟောကြားတော်မူ လိုက်ပါပေသတည်း။

(သာဓု သာဓု သာဓုပါဘုရား)

တောင်းဆုပတ္ထနာ မို့မေတ္တာ

ဣတိဓမ္မံ ဒေသေတွေန၊
ယံတံ အဓိဂတံ မယာ။
ပုညာ တဿာနုဘာဝေန၊
လောကနာထဿ သာသနာ။
ဩဂါဟေတွာ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊
သီလာဒိ ပဋိပတ္တိယာ။
သဗ္ဗေပိ ဒေဟိနော ဟောန္တု၊
ဝိမုတ္တိ ရသ ဘာဂိနော။

ဣတိ ဣမိနာ အနုက္ကမေန = ဤသို့ သဒ္ဒါအစဉ် အနက် အစဉ်ဖြင့်၊ **ဓမ္မံ** = အကောင်းဆုံးတရားဆိုတဲ့ ဒေသနာတော်မြတ်ကို၊ **ဒေသေတွေန** = ကရုဏာ ရှေ့ထား မေတ္တာအားဖြင့် ဟောကြားရသဖြင့်၊ **မယာ** = ဇနသာရ ဟု နာမသမုတ် နာမ်နှင့် ရပ်သည်၊ **ယံ ပုညံ** = အကြင် ဓမ္မဒေသနာ ကုသိုလ်ထူးကို၊ **အဓိဂတံ** = ကောင်းစွာမသွေ ရအပ်ပါပေပြီ။ **တုမှေပိ** = တရားချစ်ခင် စိတ်ကောင်းဝင်ကြတဲ့ သင်သူတော်စင် အပေါင်းတို့သည်လည်းပဲ၊ **ယံ** = အကြင် ဓမ္မသဝန ကုသိုလ်သူးကို၊ **အဓိဂတံ** = ကောင်းစွာမသွေ ရအပ်ပါ ပေပြီ။

Generated by CamScanner from intsig.com

ပုညာတသနုဘာဝေန = ဓမ္မသဿဝန ဓမ္မဒေသနာ ကုသိုလ်ထူး၏ တန်ခိုးရှိန်စော် အာနုဘော်တော်ကြောင့်၊ **လောက နာထဿ** = လူသုံးပါးတို့၏ ကိုးကွယ်ရာ သခင်ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး၏၊ **သာသနံ** = အံ့ဖွယ်ရှစ်ဖြာ သာသနာတော်မြတ်ကြီးကို၊ **ဝိသုဒ္ဓိယာ** = အထူးသဖြင့် စင်ကြယ်လှစွာသော၊ **သီလာဒိ ပဋိပတ္တိယာ** = သီလစသော အကျင့်မြတ်အပေါင်းဖြင့်၊ **ဩဂါဟေတွာ** = သက်ဝင်ယုံကြည်နိုင်သည်ဖြစ်၍၊ **ဒေဟိနော** = ခန္ဓာငါးပါး လက်ကိုင်ထားတဲ့ သင်တရားနာ ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည်၊ **ဝိမုတ္တိ ရသ ဘာဂိနော** = အရဟတ္တဖိုလ်ဆိုတဲ့ ဝိမုတ္တိ ရသကြီးကို ကိုယ်စီကိုယ်င ခံစား စံစားနိုင်ကြကုန်သည်၊ **ဟောန္တု** = ကောင်းစွာမသွေ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ **ဟောန္တု** = ယနေ့ယခု ပို့လွှတ်လိုက်ရတဲ့ မေတ္တာဓာတ်အရှိန်စော် အာနုဘော်ကြောင့်အချိန်မကြာ ကိုယ်စီကိုယ်င ပြည့်ဝတော်မူနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

(သာဓု သာဓု သာဓုပါဘုရား)

အရှင်ဇနသာရ

ဆုတောင်း

ဤစာပြုရ ကုသလကြောင့်
ဘဝများစွာ သံသရာဝယ်
ပယ်ရှာကင်းဝေး ဗာလဘေးစင်
မနေးလျှင်စွာ မြတ်ပညာနှင့်
ဆရာသူတော် ပေါင်းသင်းဖော်လို့
အလျော်ဓမ္မ ပွားကျင့်ရပြီး
ဘဝခန္ဓာ မတွယ်တာဘဲ
များစွာဒုက္ခ အေးငြိမ်းရသည့်
အမတ ခေါ် ရွှေပြည်တော်သို့
ရှင်ပျော်မုချ ရောက်စေသော်
ရှင်တော်ဗုဒ္ဓ မြှောက်စေသော်
ဉာဏ်မျှော်ဒုက္ခ ပျောက်စေသော်

ဦးဇနသာရ