

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ

အလှူတကာတို့တွင် တရားအလှူသည်
အမြတ်ဆုံး

အမှန်တွေ့လျှင် ကျင့်ရဲရမည်
အမှားတွေ့လျှင် စွန့်ရဲရမည်
အမှန်တွေ့လျှက် မကျင့်ရဲ သင်ဆုံးရှုံးသွားမည်။
အမှားတွေ့လျှက် မစွန့်ရဲ သင်ဆုံးရှုံးသွားမည်။
မိမိကိုယ်ကို ကောင်းအောင်စောင့်ရှောက်ကြပါ။

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရည်များ

ဒေါ်ခင်အေးကြည် (စာရင်းစစ်အရာရှိ-ငြိမ်း) မြင်းခြံ။
ဦးစောဝင်းမော်+ဒေါ်ဥမ္မာချို (မိသားစု)
ဦးမျိုးမင်းဦး+ဒေါ်တင်တင်ခိုင် (မိသားစု)
Dr.ကံမြင့်+ Dr.ဒေါ်ခင်မြင့်ကြည် (ကလေးအထူးကု)

အဂ္ဂိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်း ဦးနန္ဒ (မန္တလေး)



အဂ္ဂိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်း

ဦးနန္ဒ (မန္တလေး)

ဒဿနပဟာတဗ္ဗ သောတာပတ္တိမဂ်
ဘာဝနာပဟာတဗ္ဗ အထက်မဂ်သုံးပါး

တို့၏
ကျင့်စဉ်များ

ဒို့တာဝန် အရေးသုံးပါး

ပြည်ထောင်စုမပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး
တိုင်းရင်းသား စည်းလုံးညီညွတ်မှု မပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး
အချုပ်အခြာအာဏာ တည်တံ့ခိုင်မြဲရေး ဒို့အရေး

နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေ ပေါ်ပေါက်ရေးသည်
ပြည်ထောင်စုသားအားလုံး၏ ပဓာနကျသောတာဝန်ဖြစ်သည်

ပြည်သူ့သဘောထား

- ပြည်ပအားကိုးယူဆီနိုရီး အဆိုးမြင်ဝါဒီများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော် တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကို နှောင့်ယှက်ပျက်ဆီးသူများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော်၏ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ဖက်နှောင့်ယှက်သော ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- ပြည်တွင်း ပြည်ပ အဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ်ချေမှုန်းကြ။

နိုင်ငံရေးဦးတည်ချက် ၄ ရပ်

- နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်ရေး၊ ရပ်ရွာအေးချမ်းသာယာရေးနှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး အမျိုးသားပြန်လည်စည်းလုံးညီညွတ်ရေး။
- ဒိုင်းမာသည့် ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေသစ် ဖြစ်ပေါ်လာရေး။
- ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေသစ်နှင့်အညီ ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော နိုင်ငံတော်သစ်တစ်ရပ် တည်ဆောက်ရေး။

စီးပွားရေး ဦးတည်ချက် ၄ ရပ်

- စိုက်ပျိုးရေးကို အခြေခံ၍ အခြားစီးပွားရေး ကဏ္ဍများကိုလည်း ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး။
- ရှေးကွက်စီးပွားရေးစနစ် ပီပြင်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာရေး။
- ပြည်တွင်း ပြည်ပမှ အတတ်ပညာနှင့် အရင်းအနှီးများ ဖိတ်ခေါ်၍ စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး။
- နိုင်ငံတော် စီးပွားရေးလစ်ရပ်လုံးကို ဖန်တီးနိုင်မှုစွမ်းအားသည် နိုင်ငံတော်နှင့် တိုင်းရင်းသားပြည်သူတို့၏ လက်ဝယ်တွင် ရှိရေး။

လူမှုရေး ဦးတည်ချက် ၄ ရပ်

- တစ်မျိုးသားလုံး၏ စိတ်ဓာတ်နှင့်အကျင့်စာရိတ္တ ပြင်ပေးရေး။
- အမျိုးဂုဏ်၊ ဇာတိဂုဏ်မြင့်မားရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်များ အမျိုးသားရေး လက္ခဏာများ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး။
- မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ် ရှင်သန်ထက်မြက်ရေး။
- တစ်မျိုးသားလုံး ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးနှင့် ပညာရည်မြင့်မားရေး။

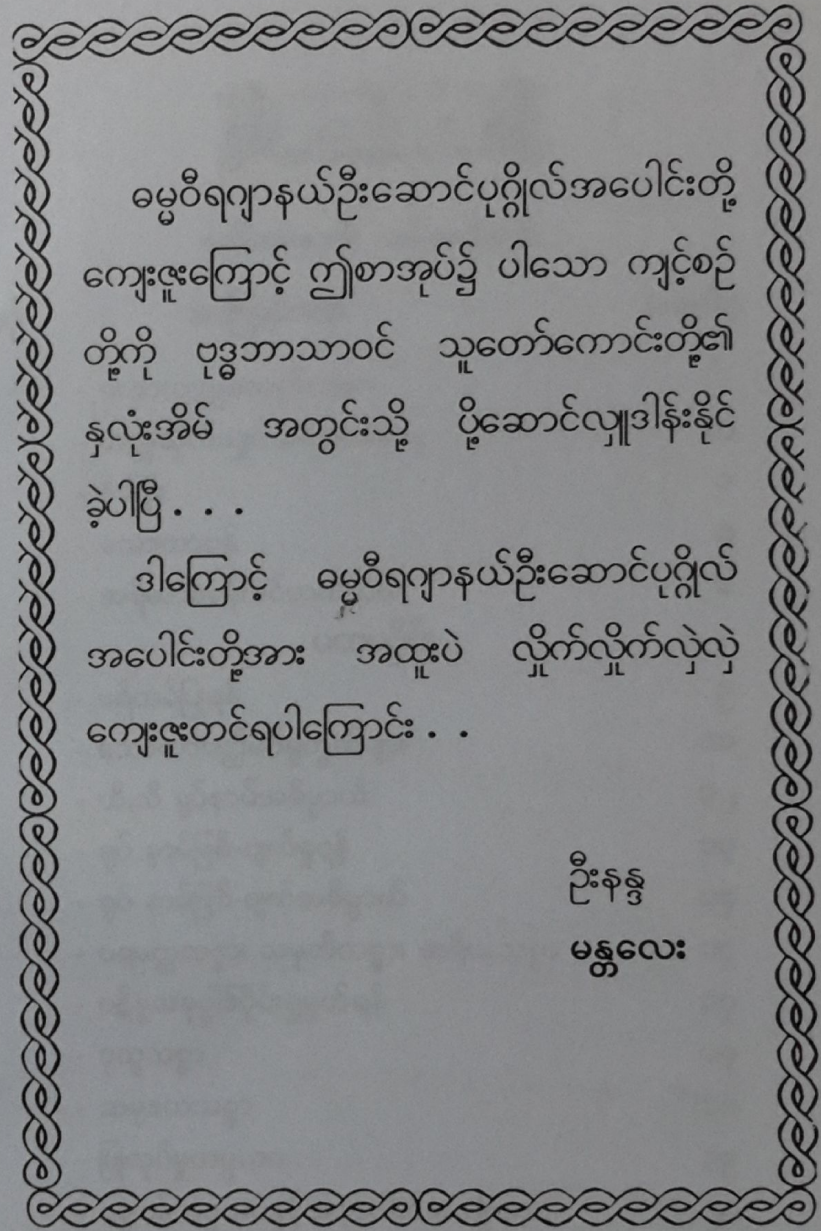
သီရိဗုဒ္ဓ နိဂါဏ်

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့၊ ပညာရေးအဖွဲ့ငယ်၏ ခွင့်ပြုချက်အရ သာသနာရေးဦးစီးဌာန၏ ၂၀-၅-၂၀၁၁ ရက်စွဲပါ စာအမှတ်-၃၈၉/ထွက်စာ/၇-စာပေစိစစ်/သသန-စာမေးပွဲ၏ ခွင့်ပြုချက်အရ ဦးအောင်သိန်းညွန့် (ဒုတိယ ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်)၊ သာသနာတော်ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးဦးစီးဌာန၊ ထုတ်ဝေခွင့် မှတ်ပုံတင် အမှတ်-၀၃၈၄၅ဖြင့် ထုတ်ဝေသည်။

တန်ဖိုး- ဓမ္မဒါန

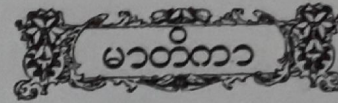
ပုံနှိပ်သူ - “ရွှေဘဝသစ်” ပုံနှိပ်တိုက်



ဓမ္မဝီရဂျာနယ်ဦးဆောင်ပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်းတို့ ကျေးဇူးကြောင့် ဤစာအုပ်၌ ပါသော ကျင့်စဉ် တို့ကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်ကောင်းတို့၏ နှလုံးအိမ် အတွင်းသို့ ပို့ဆောင်လျှင်ဒါနိုးနိုင် ခဲ့ပါပြီ . . .

ဒါကြောင့် ဓမ္မဝီရဂျာနယ်ဦးဆောင်ပုဂ္ဂိုလ် အပေါင်းတို့အား အထူးပဲ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ကျေးဇူးတင်ရပါကြောင်း . .

ဦးနန္ဒ
မန္တလေး



အရိယာစခန်း မဂ်တက်လမ်း

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	- မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ	
	တက္ကသိုလ်သျှင်သီရိ၏အမှာစာ	က
	- နိဒါန်း	၁
	- သောတာပန်	၁
	- အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်း	၆
	ပထမပိုင်း	
	- ပရိကမ်ပြုရန်	၉
	- သောတာပတ္တိမဂ်ရှုကွက်များ	၁၁
	- ထိ၊သိ ရုပ်နာမ်အဓိပ္ပာယ်	၁၂
	- ရုပ် နာမ်ဖြစ်-ပျက်ရှုရန်	၁၃
	- ရုပ် နာမ်ဖြစ်-ပျက်အဓိပ္ပာယ်	၁၄
	- ပရမတ္ထသစ္စာ၊ သမုတိသစ္စာ၊ အရိယသစ္စာ	၁၄
	- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပိုင်းရှုမှတ်ရန်	၁၇
	- ဒုက္ခသစ္စာ	၁၇
	- သမုဒယသစ္စာ	၁၈
	- ပြုလုပ်မှုကမ္မဘဝ	၁၉
	- ပစ္စုပ္ပန်ကမ္မဘဝနှင့်အနာဂတ်အကျိုးဘဝ	၂၀

ဝဋ်သုံးပါးရှုရန်	၂၁
ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရှုအဓိပ္ပာယ်	၂၂
သမ္မသနဉာဏ်ရှုကွက်	၂၄
သမ္မသနဉာဏ်အဓိပ္ပာယ်	၂၆
ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်တစ်ကိုယ်လုံးခြုံရှု	၂၇
ဥဒယဗ္ဗယရှုအဓိပ္ပာယ်	၂၈
- တစ်ကိုယ်လုံးကိုခြုံရင်းက ရှုတတ်အောင်	၂၈
- ပညာမဂ္ဂင်၊ သမာဓိမဂ္ဂင်အဓိပ္ပာယ်	၂၉
- ခေါင်းခါးခြေလက် ခြပ်လွတ်၍ရှုရန်	၂၉
- ပညတ်သန္တန် ခြပ်လွတ်ရှုအဓိပ္ပာယ်	၃၀
- ခန္ဓာဉာဏ်ရောက်	၃၁
- ခန္ဓာဉာဏ်ရောက်အဓိပ္ပာယ်	၃၁
- ကိလေသာ	၃၂
- သူ့အလိုလိုကုန်ဆုံး ဥပေက္ခာရှုရန်	၃၃
- ဥပေက္ခာအဓိပ္ပာယ်	၃၄
- ဖိုလ်ဝင်စားရန်	၃၅
- ဖိုလ်ဝင်စားအဓိပ္ပာယ်	၃၆
- ခဏိကသမာဓိယူပုံ	၃၈
- ဝိပဿနာ(၃)မျိုး	၃၈
- မဂ္ဂင်တရားကိုယ်(၈)ပါးစေတသိက်များ	၃၉
- ချုပ်ပုံ(၃)မျိုး	၃၉
- ပညာနှင့်သမာဓိ	၄၁
- သန္တိသုခ	၄၁

- တရားထူးအယူအဆ	၄၁
- ရှုဉာဏ်ကျန် အသိနာမ်ကျန်မတူ	၄၃
- လမ်းချော်သွားတတ်ခြင်း	၄၄
- ဝိပဿနာကိလေသာ(၁၀)ပါး	၄၅
- စစ်ဆေး၍ကျော်လွန်ပါ	၄၅
- ညစ်ညူးကြောင်းမထင်နိုင်သူများ	၄၆
- ဒဿနပဟာတဗ္ဗမဂ်	၄၆
ဒုတိယပိုင်း	
- ဘာဝနာပဟာတဗ္ဗမဂ်	၄၈
- အတ္တနယ(၄)မျိုး နည်း(၄)ထွေ	၅၂
- အတ္တနယ(၄)မျိုး	၅၃
- နည်း(၄)ထွေ	၅၃
- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အင်္ဂါ(၁၂)ပါးတို့၏	
လက္ခဏာ၊ ရသာ၊ ပစ္စုပ္ပန်	၅၉
- ဝိပဿနာအရှုခံများ	၆၃
- ရုပ်နာမ်တို့၏ဖြစ်ပျက်ပုံအစဉ်	၆၃
- ဘဝတို့ဆက်စပ်ပုံဥပမာ	၆၄
- ကံနှင့်ကိလေသာတို့၏သဘော	၆၅
- ဘဝသံသရာ	၆၇
- အဝိဇ္ဇာ	၆၇
- ယုံကြည်ချက်အားကောင်းလာအောင်	၆၈
- မမြင်ရတိုင်း မရှိဟုဆိုနိုင်ပါသလား	၆၈

- မြင်ရတဲ့အပေါ် မြင်ရတဲ့အတိုင်းဆုံးဖြတ်နိုင်လား	၆၉
- ရှေ့ဘဝ နောက်ဘဝ ရှိနိုင်ပုံဥပမာ	၇၀
- အထပ်ထပ်လည်၍ နေသောသံသရာ	၇၀
- လည်ပတ်မှု၌ ဆက်စပ်ပုံ	၇၁
- ကံဆိုတာဘာကိုခေါ်သလဲ	၇၂
- ကံဆိုတာရှိနေသလား၊ ပျောက်သွားသလား	၇၂
- ကံ၊ ကမ္မနိမိတ်၊ ဂတိနိမိတ်ထင်ပုံ	၇၄
- အင်္ဂါ(၁၂)ပါးကိုကြောင်းကျိုးခွဲရန်	၇၅
- အင်္ဂါ(၁၂)ပါးကိုခြင်းရာ ၂၀ ပွားပုံ	၇၅
- နိမိတ်နှင့်ခြင်းရာတို့ပေါင်းစပ်ဘဝသစ်ဖြစ်ပုံ	၇၇
- ပစ္စယပရိဂ္ဂဟနှင့်အဒ္ဓါပရိဂ္ဂဟ	၇၉
- သင်္ခါရနှင့်ကမ္မအထူး	၈၀
- ခန္ဓာ(၃)မျိုး	၈၀
- ဤမှစ၍ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရှုရန်	၈၁
- အင်္ဂါ(၁၂)ပါးအနက်အဓိပ္ပာယ်ကွင်းဆက်မြင်အောင်	၈၁
- ခြင်းရာ ၂၀ ၌(၃)ပါးဖြစ်ကြပုံ	၈၄
- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၌သစ္စာရှုကွက်	၈၅
- သမုဒယသစ္စာတွဲငြိမှုလောဘ	၈၆
- ပြုလုပ်မှုကမ္မဘဝ-ကံ	၈၇
- အနာဂါတ်၌အကျိုးဘဝ	၈၇
- အကြောင်းကံနှင့်အကျိုးရုပ်နာမ်	၈၈
- ရုပ်နာမ်ဘဝသံသရာ	၈၉
- သံသရာထွက်လမ်း	၈၉

- ရုပ်နာမ်ကံတို့၏သဘာဝ	၉၀
- စူဠသောတာပန်	၉၁
- ယောနိသောမနသိကာရဟူသည်	၉၃
- အယောနိသောမနသိကာရဟူသည်	၉၄
- စကြဝဠာထိဖြန့်ရှုရန်	၉၅
- စကြဝဠာတစ်ခုလုံး ရှုချေရန်	၉၈
- လမ်းလျှောက်ရင်းရှုရန်(၂)မျိုး	၉၉
- ရင်တွင်းသို့လွှမ်းခြုံရှုရန်	၁၀၀
- ဖိုလ်ဝင်စားရန်	၁၀၁
- စစ်ဆေးရန်	၁၀၁
- သောတာပတ္တိမဂ်၊ သကဒါဂါမိမဂ်	၁၀၂
- ဖိုလ်ဝင်စားရန်ရှုတဲ့အခါ ချုပ်တတ်ပုံ	၁၀၃
- အနာဂါမိမဂ်ရှုကွက်	၁၀၄
- ရွံရှာဖွယ်၊စက်ဆုပ်ဖွယ်ရှုရန်	၁၀၅
- အချုပ်ကိုမြင်အောင်ရှုရန်	၁၀၆
- ရင်တွင်းသို့လွှမ်းခြုံရှုရန်	၁၀၇
- ရုပ်နာမ်တို့၌ တွေဝေသူများ	၁၀၈
- ရုပ်နှင့်နာမ်	၁၀၈
- ဓာတ်ကြီးလေးပါး	၁၀၉
- ဓာတ်တို့၏သဘောလက္ခဏာ	၁၀၉
- ဓာတ်ကြီးလေးပါးတို့တစ်စုနှင့်တစ်စုမှီ၍ဖြစ်ပုံ	၁၁၀
- ဓာတ်တို့၏မမြဲနိုင်ပုံ	၁၁၀
- ဓာတ်တို့ကိုဖြစ်-ပျက်ရှုရာ၌	၁၁၁

- ဓာတ်လွန်ပြင်ရန် ၁၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- နှာမ်တရားများ ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- စေတသိက်(၅၂)ပါး ၂၅၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ပကိဏ်းစေတသိက်(၆)ပါး ၅၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- အကုသိုလ်စေတသိက်(၁၄)ပါး ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- သောဘဏစေတသိက်(၂၅)ပါး ၂၅၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ရုပ်နှာမ်အပေါင်းအစုဖြစ်ပျက်ရှုရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ရုပ်ယနချေရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- နှာမ်ယနချေရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ခန္ဓာငါးပါးဥပမာ ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ခန္ဓာ(၅)ပါးရှုရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ရူပက္ခန္ဓာရှုရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ဝေဒနက္ခန္ဓာရှုရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ဝေဒနာခံစားဆိုတာ ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- သညာက္ခန္ဓာရှုရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- သင်္ခါရက္ခန္ဓာရှုရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ဝိညာဏာက္ခန္ဓာရှုရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- အတ္တဒိဋ္ဌ၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိလွတ်ပုံ ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ရုပ်နှာမ်တို့၏ဘဝဆက်ပုံ ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- စိတ်နှင့်စေတသိက်တို့ ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ဒွါရ(၆)ပါးရှုရန် ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- ဖလသမာပတ်ဝင်စားရာ၌ ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
- နိဂုံး ၃၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀

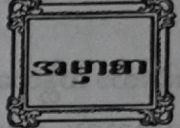
အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်း

ဤအရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်းသည် အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်းကို အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြထားပြီး အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်း၏ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြချက်ကို ဖော်ပြထားပါသည်။

မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ

တက္ကသိုလ်

သျှင်သိရိ (ဓမ္မစရိယာ ဘိ.အေ)၏



စာရေးသူသည် ဓမ္မစရိယာတော်ကတော်၏ အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်းကို အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြထားပြီး အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်း၏ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြချက်ကို ဖော်ပြထားပါသည်။

တစ်နေ့တွင် ဆရာဦးပြည်စိုးက ဆရာ... ဒီဆရာတော်စာမူကလေးဖတ်ကြည့်ပါဦး၊ ကျွန်တော်တို့ဂျာနယ်မှာလည်း ဝိပဿနာတရားအားထုတ်နည်းတွေထည့်ပေးနေတာ စုံနေပြီ၊ ယခုလည်း လယ်တီဆရာတော်ရဲ့ ဝိပဿနာရှုနည်းဒီပနီကိုထည့်နေတာက မပြတ်သေးဘူး၊ အဲဒါဆရာသဘောထားနှင့်မှတ်ချက်ကလေး လိုချင်လို့ပါ ဟုပြောပြီးဆရာတော်၏စာမူကို စာရေးသူအား ထိုးပေးပါသည်။

စာရေးသူက ဆရာတော်၏ အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်း စာမူကလေးကိုလက်ရိုက်ဖတ်လက်စနှင့် ရေးလက်စ စာမူကိုဖြတ်ပြီး ဖတ်မိလိုက်ပါသည်။

စာမူကိုဖတ်ပြီးသောအခါ စာရေးသူကိုယ်တိုင်က သန္တိသုခသို့ လှေကားခုနှစ်သွယ် စာအုပ်ကိုရေးသားထုတ်ဝေခဲ့သူဖြစ်ရာ ဆရာတော်၏ ရေးသားတင်ပြချက်ကလေးကိုဖတ်မိသောအခါ ဆရာတော်၏ရေးသား တင်ပြချက်ပါ ဝေါဟာရစကားလုံးဝါကျလေးများသည် အလွန်ချောမွေ့ ပြေပြစ်ပြီး မိမိအားအနီးအနားကနေနှုတ်နှင့်ပြောပြနေသကဲ့သို့ ချောချော မွေမွေ့နားထဲဝင်သလို ဖတ်ရသည်က ချောမွေ့လှပါသည်။ သာမန်လူသား တို့ဖတ်ရလျှင်ပင် အလွယ်တကူနားလည်နိုင်သော ဝေါဟာရစကားလုံး များဖြစ်ပါသည်။

စာရေးသူရေးသားခဲ့သော သန္တိသုခသို့ လှေကားခုနှစ်သွယ်ထက် ပင် စကားလုံးဝေါဟာရရှင်းသည်၊ လွယ်သည်၊ မှတ်မိလွယ်သည်၊ သို့အတွက် စာရေးသူက တာဝန်ခံဆရာဦးပြည်စိုးဟာ ဂျာနယ်တွင် ဝိပဿနာကျင့်စဉ်တွင် များစွာပါဝင်သော်လည်း ဤရေးသားတင်ပြချက် ကလေးသည် တစ်မျိုးကောင်း နားလည်လွယ်၍ ထည့်ပါဟု သဘောထား မှတ်ချက်ပေး လိုက်ရပါသည်။

ထိုအချိန်မှစ၍ ဆရာတော်အရှင်နန္ဒ ဆောင်းပါးများကို စာရေး သူ ဖတ်ရှုမကြည့်တော့ဘဲ စဉ်ဆက်မပြတ်ထည့်ခိုင်းလိုက်ပါသည်။ စာရေး သူက ဆရာတော်၏ဆောင်းပါးများသာ ဓမ္မဝီရဂျာနယ်ထဲတွင် လာသမျှ ထည့်ပေးနေသော်လည်း ဆရာတော်ကိုသိလည်းမသိ၊ ဖူးလည်းမဖူးဘူးပါ။ နောက်ဆုံးဆရာတော်၏ ကျောင်းနှင့်လိပ်စာပင်မသိခဲ့ပါ။ စာချောမွေ့မှု နားလည်လွယ်မှုနှင့် စာဖတ်သူတို့အကျိုးရှိမှုကိုသာ အဓိကထားပြီး မပြတ် ထည့်ပေးနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့ထည့်ပေးနေရင်း တစ်နေ့တွင် ဆရာတော်၏တပည့်ဦးပဉ္စင်း တစ်ပါးအိမ်သို့ကြွလာပြီး ဆရာတော်ကြီး၏ ဓမ္မဝီရပါဆောင်းပါးများကို

စုစည်းပြီးစာအုပ်ထုတ်လိုကြောင်းနှင့် ဒကာကြီးမှလိုအပ်တာ ကူညီပါဦးဟု လာရောက်အကူအညီတောင်းပါသည်။ ထိုအခါကျမှ စာရေးသူသည် ဆရာတော်၏ ဘွဲ့အမည်ဦးနန္ဒ မန်းတောင်ခြေ၊ တပ်ဦးဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းတိုက်၊ ဘုန်းတော်တို့ရပ်ကွက်၊ အောင်မြေသာဇံမြို့နယ် မန္တလေးဆိုသည်ကို သေချာစွာသိရပါတော့သည်။

ဆရာတော်က မိမိ၏အရိယာစခန်းမင်္ဂလာတက်လမ်း စာအုပ်တွင် အရိယာအဖြစ်ရောက်ရှိကြပြီး သန္တိသုခနိဗ္ဗာန်နန်းသို့ဝင်စံနိုင်ရန် အခြေခံ ကျင့်စဉ်မှသည် မဂ်ဖိုလ်ဆိုင်ရောက်နိုင်မည့်အထိ ကျင့်စဉ်အဆင့်ဆင့်ကို လွယ်လွယ်ကူကူသိနိုင်ရန် ဖတ်နိုင်ရန် ကျင့်နိုင်ရန် ဤစာအုပ်၌လမ်းညွှန် ရေးပြထားပါသည်။

လောကနိယာမသဘာဝတရားရှိ သက်ရှိ-သက်မဲ့အရာဝတ္ထုတို့ တွင် တစ်လောကလုံးရှိ-

- ဘုန်းတန်ခိုးအကြီးဆုံးသောပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ မရှိဆုံးသောပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ
- အချမ်းသာဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ အဆင်းရဲဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ
- အလှဆုံးသောပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ အရုပ်ဆိုးဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ
- ပညာအရှိဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ ပညာအမဲ့ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ
- ခွန်အားအကြီးဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ ခွန်အားအငယ်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေ
- ကျောက်နှင့်သံကဲ့သို့ အခိုင်မာဆုံးသေယ အရာဖြစ်စေ၊

ရွံ့ကဲ့သို့ချည့်နဲ့သောအရာဝတ္ထုဖြစ်စေ၊

သက်ရှိသတ္တဝါမှန်သမျှနှင့် သက်မဲ့အရာဝတ္ထုမှန်သမျှတို့သည် တည်မြဲခြင်းမရှိဖြစ်သမျှ ပျက်ရမည် အနိစ္စသဘာဝ၊ အိုရမည်၊ နာရမည်၊ သေရမည်၊ ချစ်နှစ်သက်သောသူများနှင့်ကွဲရမည်၊ ပျက်စီးရမည်ဟူသော ဆင်းရဲ (ဒုက္ခ) သဘာဝများ ဖြစ်ကြသည်။

အနိစ္စဒုက္ခသဘာဝနောက် အနတ္တသဘာဝရှိသည်။ အတ္တ၏ဆန် ကျင်ဘက်ဖြစ်ပါသည်။ ဤလောကလူသားတို့ ယုံကြည်ချက်တွင် အတ္တနှင့် အနတ္တဟူ၍ ဝါဒ (၂) မျိုးသာ ရှိပါသည်။

အတ္တဝါဒအရ ကောင်းကင်ဘုံဟူ၍ ပျက်စီးခြင်းမရှိဘဲ အစဉ် ထာဝရတည်မြဲနေသော ဘုံတစ်ဘုံရှိသည်။ ထိုဘုံကြီး၏ အရှင်သည်လည်း မည်သည့်အခါမျှ ပျက်စီးခြင်းမရှိဘဲ အစဉ်ထာဝရတည်ရှိလျက်ရှိသည်။ ဤပုဂ္ဂိုလ်ကြီးသည် အလိုရှိသမျှပြီးစီးစေနိုင်သော တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်တို့နှင့် ပြည့်စုံသည်။ သူသည် နေ၊ လ၊ နက္ခတ်၊ တာရာ၊ တော၊ တောင်၊ ရေ၊ မြေ၊ တိရစ္ဆာန်အစရှိသော တစ်လောကလုံးကို ဖန်ဆင်းသည်။

လူတို့သည် သေကြသော်လည်း ယင်းတို့၏ဝိညာဉ်သည်မသေ၊ တစ်နေ့သောအခါတွင် ကောင်းသောအလုပ်များကို လုပ်ခဲ့သောဝိညာဉ်တို့ သည် ကောင်းကင်ဘုံသို့ဝင်ခွင့်ရ၍ မကောင်းသောအလုပ်များကို လုပ်ခဲ့ သော ဝိညာဉ်များကမူ ငရဲသို့အပို့ခံရမည်။

ထိုဝိညာဉ်များသည် ကောင်းကင်ဘုံနှင့် ငရဲဘုံတို့တွင် အစဉ် ထာဝရတည်မြဲနေကြမည်။ ဤသည်ပင် အတ္တဝါဒဖြစ်သည်။

ဂေါတမဗုဒ္ဓက ထိုအတ္တဝါဒကိုလက်မခံ၊ အနတ္တဝါဒကိုလက်ခံပြီး တစ်လောကလုံးရှိ သက်မဲ့ဖြစ်သော နေလ၊ နက္ခတ်၊ တာရာ၊ တောတောင် ရေမြေအစရှိသည်တို့မှာ မည်သူကမူဖန်ဆင်းထားသည်မဟုတ် ဓာတ်ကြီး ငါးပါးဖြစ်သော-

- ၁။ ခက်မာသောဓာတ် (ပထဝီဓာတ်)
- ၂။ ဖွဲ့စည်းသောဓာတ် (အာပေါဓာတ်)
- ၃။ ပူ-အေးသောဓာတ် (တေဇောတ်)
- ၄။ လှုပ်ရှားသောဓာတ် (ဝါယောဓာတ်)

၅။ ဟင်းလင်းပြင်ဓာတ် (အာကာသဓာတ်) တို့၏ စုဝေးရာသာ ဖြစ်သည်။

သက်ရှိသတ္တဝါများတွင်လည်း မည်သူကမူဖန်ဆင်းထားသည် မဟုတ်၊ အထက်ပါဓာတ် (၅) ပါးဟူသော ရုပ်ဓာတ်နှင့်နာမ်ဓာတ်ဟူသော ဓာတ် (၆)ပါး စုဝေးရာဖြစ်သည်။

ဓာတ်ဆိုသည်မှာ သူသဘောသူဆောင်၊ သူသဘာဝသူဖြစ်နေ မှုပင်ဖြစ်သည်။ ထိုဓာတ်ခြောက်ပါးသည် ခေတ္တခဏကလေးမျှ မရပ်နားဘဲ ပြုပြင်ပြောင်းလဲနေသော သဘာဝရှိနေပါသည်။

ယင်း ဓာတ် (၆) ပါးတွင် အံ့ဩဖွယ်အကောင်းဆုံးဓာတ်မှာ စိတ်ဓာတ်ဖြစ်သည်။ ဤစိတ်ဓာတ်သဘာဝတွင်-

- ၁။ ဝေဒနာ = ခံစားတတ်သောသဘော
- ၂။ သညာ = မှတ်သားတတ်သောသဘော
- ၃။ သင်္ခါရ = တိုက်တွန်းတတ်သောသဘော
- ၄။ ဝိညာဏ = သိတတ်သောသဘော

ဟူသော ထူးခြားဆန်းကြယ်သော သတ္တိများရှိကြပါသည်။

ထိုစိတ်သည် အာရုံတစ်ခုခုနှင့် မည်သည့်အခါမျှကင်း၍ မနေနိုင် ပါ။ အာရုံဆိုသည်မှာ အခြားမဟုတ်၊ အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အတွေ့အထိ ဟူသော ခိတ်နှင့်အမြဲထိတွေ့နေသော သက်ရှိ-သက်မဲ့ တို့ပင် ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်နှင့်အာရုံတို့ ထိတွေ့သည်နှင့်တပြိုင်နက်တည်း ထိတွေ့သော စိတ်သည် ချုပ်ငြိမ်းသွားပြီး၊ စိတ်သစ်တစ်ခုပေါက်ဖွားလာသည်။ စိတ်သစ် သည် အာရုံတစ်ခုခုနှင့်ထိတွေ့ပြန်သည်။ ဤသို့ထိတွေ့လိုက်သည်နှင့် တပြိုင်နက် ယင်းစိတ်သည်ချုပ်ငြိမ်းသွားပြီး စိတ်သစ်တစ်ခုပေါက်ဖွားလာ ပြန်ပါသည်။



ဦးနန္ဒ (မန္တလေး)

ဤနည်းအားဖြင့် စိတ်အစဉ်ကြီးသည် မရပ်မနားဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိနေပါသည်။ စိတ်၏ဖြစ်မှု-ပျက်မှုသည် အလွန်လျင်မြန်လွန်းသဖြင့် မျက်စိတစ်မှိတ်၊ လျှပ်တစ်ပျက်အတွင်းတွင် ကုဋေတစ်သိန်းလောက် ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသည်။

ဤသို့ လျင်မြန်လွန်းလှသဖြင့် လူတစ်ယောက်တွင် မွေးစမှ သေသည်အထိ စိတ်တစ်စိတ်တည်းရှိမည်ဟု လူများစွာက ယုံကြည်နေကြသည်။

ဥပမာ... တစ်နာရီခန့်ထွန်းထားသော ဓာတ်မီးလုံးကိုကြည့်ပါက ဓာတ်မီးလုံးထဲတွင် တစ်နာရီလုံးလုံးလင်းနေသော ဓာတ်မီးကြီးမှာ တစ်ခုတည်း ထင်သကဲ့သို့ဖြစ်ပါသည်။ အမှန်မှာ မီးခလုတ်ကိုဖွင့်လျှင် ဖွင့်ချင်း ဓာတ်မီးလုံးထဲ၌ပေါ်ထွက်လာသော မီးဖွားကလေးမှာ ပေါ်ပြီးလျှင် ပေါ်ပြီးချင်း ပျောက်ကွယ်သွားလေပြီ။ တစ်နာရီအတွင်း လင်းနေသော ဓာတ်မီးမှာ အခြားမဟုတ် နောက်ထပ်၍ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ပေါ်လာသော ဓာတ်မီးဖွားကလေးဖြစ်သည်။ ဓာတ်မီးဖွားကလေးဖြစ်လိုက်၊ ပျက်လိုက်ဖြစ်နေသည်မှာ အလွန်လျင်မြန်လွန်းလှသဖြင့် တစ်နာရီအတွင်း လင်းနေသော ဓာတ်မီးဖွားတစ်ခုတည်းဖြစ်သည်ဟု လူအများကယုံကြည်နေကြခြင်းဖြစ်သည်။

သက်ရှိသတ္တဝါများအားလုံး၏ ကိုယ်တွင်းတွင်စိတ်အစဉ်ကြီးသည် စတင်ဖြစ်သည်မှသေဆုံးသည်အထိ ဤသို့ဖြစ်-ပျက်လျက် ရပ်နားခြင်း မရှိသေးပါ။ သက်ရှိသတ္တဝါတစ်ဦးတွင် မသေးမိနောက်ဆုံးဖြစ်ပေါ်သော စိတ်သည် အာရုံတစ်ခုနှင့်ထိတွေ့ပြီး ပျက်သွားသည်။ ထိုအချိန်တွင် ထိုသက်ရှိသတ္တဝါမှာ သေဆုံးသွားသော်လည်း ယင်း၏နောက်ဆုံးစိတ်နှင့် ယင်းထိတွေ့သောအာရုံတို့က မွေးဖွားပစ်ခဲ့သော စိတ်မှာမူကား အထက်တွင်ဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း စိတ်အစဉ်ကြီး ဆက်၍ဖြစ်စေသည်။



အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်း

ပေပေါ်တွင် ပုရွက်ဆိတ်တစ်ကောင်ကိုတင်ပြီး အလွန်ကြီးမားသော တူကြီးဖြင့်တအားကုန် ထုလိုက်လျှင် ပုရွက်ဆိတ်မှာရှာမတွေ့အောင် ကြေမွသွားမည်ဖြစ်သော်လည်း လျင်မြန်စွာသေဆုံးသွားသော ပုရွက်ဆိတ်၏စိတ်အစဉ်သည်ကား ပြတ်သွားခြင်းမရှိချေ။

ဤစိတ်အစဉ်မပြတ်သရွေ့ကာလပတ်လုံး ဤစိတ်အစဉ်ခေါ်သွားရာ အပါယ်လေးဘုံ၊ လူဘုံ၊ နတ်ပြည် (၆) ထပ်၊ ဗြဟ္မာဘုံ (၂၀)ဟူသော (၃၁) ဘုံအတွင်းသို့ သက်ဆင်းလည်ပတ်ကြရဦးမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့လည်ပတ်ကြရာတွင် သူ့အသက်သတ်ခြင်း စသောဒုစရိုက်အကုသိုလ်ပြုသူတို့မှာ အပါယ်လေးဘုံကျရောက် ဆင်းရဲခံရပြီး ဒါန၊ သီလ စသော သုစရိုက် ကုသိုလ်ပြုသူတို့မှာ လူ့ဘုံ၊ နတ်ဘုံသို့ ရောက်ကြရမည် ဖြစ်သည်။

- မည်သည့်ဘာသာဝင် မည်သည့်လူသားမဆို-
 - စိတ်ကိုတည်ငြိမ်အောင်ထားနိုင်လျှင်
 - သတ္တဝါအားလုံး ထိုအပေါ်တွင် မေတ္တာစိတ်ထားနိုင်လျှင်
 - ကိုယ်ထက်ဆင်းရဲသူများအပေါ် သနားစိတ်ထားနိုင်လျှင်
 - ကိုယ်ထက်ချမ်းသာအပေါ် ဝမ်းသာစိတ်ထားနိုင်လျှင်
- သေဆုံးပြီးနောက် ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်အစဉ်မှာ ဗြဟ္မာဘုံတွင်ဖြစ်ကြရမည်။

ဤနည်းအားဖြင့် သတ္တဝါတို့၏ စိတ်အစဉ်သည် အထက်တက်လိုက် အောက်ဆင်းလိုက်နှင့် တစ်ဘုံပြီးတစ်ဘုံလှည့်ပြီး ရပ်နားခြင်းမရှိဘဲ ထပ်တလဲလဲဖြစ်ပျက်လျက်ရှိနေကြရပါသည်။

ဤ (၃၁) ဘုံတွင် အပါယ်လေးဘုံသည် အဆိုးဆုံးဖြစ်သည်။ ယင်းနှင့်စာလျှင် လူ့ဘုံသည်ပို၍ သင့်ပါသည်။ လူ့ဘုံနှင့်စာလျှင် နတ်ဘုံ

သည်ပို၍သင့်ပြီး နတ်သက်သည်လူသက်ထက် အဆပေါင်းထောင်ပေါင်းများစွာရှည်သည်။ နတ်တို့သည် လူတို့ထက်ဆန္ဒပိုပြီး ပြည့်ဝကြသည်။ ထိုနတ်ဘုံနှင့်စာလျှင် ဗြဟ္မာဘုံသည် ပို၍အသက်ရှည်ချမ်းသာ ဆန္ဒပြည့်ဝကြသဖြင့် ပို၍သင့်ပါသည်။

သို့ရာတွင် ဤ (၃၁) ဘုံတွင် ဖြစ်နေသမျှကာလပတ်လုံးသည် တည်မြဲခြင်းမရှိ၊ သေဆုံးခြင်းကားရှိနေ၍ ဆင်းရဲများက အမြဲတွေ့နေရပေမည်။ ဤဆင်းရဲများကို မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကမျှ မလိုချင်ကြသော်လည်း စိတ်အစဉ်ကြီးဖြစ်နေသမျှ ရနေကြရမည်၊ ခံစားနေကြရမည် ဖြစ်ပေမည်။

ဤဆင်းရဲခံစားနေရသော စိတ်အစဉ်ကြီးရပ်သွားပြီး အေးချမ်းသော၊ ငြိမ်းချမ်းသော နိဗ္ဗာန်ကိုရရှိခံစားနိုင်ရန် မည်သို့ပြုလုပ်ရမည်နည်း စိတ်အစဉ်ကြီး ရပ်စဲသွားအောင် ဦးစွာလုပ်ဆောင်ရမည်။ လုပ်ငန်းမှာ မိမိ၌အမြင်မှန်ရအောင် ပြုလုပ်ရန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

လောကလူသားသည် အမြင်မှန်မရသရွေ့ မိမိကိုယ်ကိုဓာတ်ကြီး (၆) ပါး၏ အစုအဝေးမျှသာဖြစ်သည်ကို မသိနိုင်ကြပါ။ အဘယ်နည်းနှင့် မျှလည်း သက်ဝင်ယုံကြည်လက်ခံကြမည်မဟုတ်ပါ။ အမြင်မှန်မရသရွေ့ ဤအချက်ကို မတုန်လှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည်လက်ခံကြမည် မဟုတ်ပါ။ ဗုဒ္ဓက ဤသို့ဟောထားသဖြင့် ယုံကြည်ရမည်ဆိုသည့် အနေမျိုးဖြင့်သာ ယုံကြည်နေကြပါသည်။ မတုန်မလှုပ်သက်ဝင်ယုံကြည်ခြင်းမျိုး မဟုတ်ပါချေ။ အမြင်မှန်ရမှသာ မတုန်မလှုပ်သက်ဝင်ယုံကြည်ကြပါမည်။

ဤသို့ဆိုက အမြင်မှန်ရအောင် မည်သို့ပြုလုပ်ရပါမည်နည်း၊ ဘုရားရှိခိုးပူဇော်ရုံ ဘုရားရှေ့မှာဆုတောင်းရုံနှင့် အမြင်မှန်ရပါနည်လော၊ ဗုဒ္ဓသည် တန်ခိုးအာဏာဖြင့် မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုမျှ ကောင်း

အောင်လုပ်မပေးနိုင်ပါ ဆိုးအောင်လည်းလုပ်မပေးနိုင်ပါ။ ဤလမ်းကို လိုက်လျှင် အကောင်းဖြစ်မည်၊ ဤလမ်းကိုလိုက်လျှင် အဆိုးဖြစ်မည်၊ ဤမျှသာသတ္တဝါများကို လမ်းညွှန်ပြသနိုင်သည်။ အကောင်းလမ်းစဉ်ကို လိုက်သူသည် အကောင်းဖြစ်မည်။ အဆိုးလမ်းစဉ်လိုက်သူသည် အဆိုးခံစားရပါမည်။

ထို့ကြောင့် အမြင်မှန်ရလိုသောသူတို့သည် ဗုဒ္ဓလမ်းညွှန်ပြသော သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်တရားကို လေးစားလိုက်နာပြီး ကြိုးစားအားထုတ်ကြရမည်။ ဤဗုဒ္ဓစာပေလမ်းညွှန်ချက်တို့ကို ယနေ့ဆရာတော် ဦးနန္ဒ၏ “အရိယာစခန်း၊ မဂ်တက်လမ်း” စာအုပ်က လမ်းညွှန်ပေးနေပါပြီ။

အမြင်မှန်ရရန်အတွက်-

- ၁။ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း တိတိကျကျလိုက်နာရန်နှင့်
- ၂။ ကောင်းသောလုံ့လဝိရိယရှိရန် တို့သည် အရေးကြီးဆုံးသော အချက်ကြီးများပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤလုပ်ငန်းစဉ်တွင် (၁) မိမိ၏စိတ်ကိုအာရုံတစ်ခုခုတွင် စူးစိုက်ထားရန်နှင့် (၂) ထိုအာရုံပေါ်တွင် အစဉ်သတိရှိနေရန် ဟူ၍ အပိုင်း (၂) ပိုင်းရှိနေပါသည်။

အမြင်မှန်ရရန်အတွက် စူးစိုက်ထားရမည့်အာရုံများသည် အများအပြားရှိနေပါသည်။ ထိုအာရုံများထဲမှ မိမိအတွက် အနှစ်ခြိုက်ဆုံးသော အာရုံကိုရွေးယူနိုင်သည်။ ဥပမာ... အသက်ရှူလိုက်တိုင်း-ထုတ်လိုက်တိုင်းလေဖြင့် ထိခတ်လျက်ရှိသော နှာဖျားနှင့်အသက်ရှူလိုက်တိုင်း အသက်ရှူတိုင်း ထုတ်တိုင်း ပိန်လိုက်ဖောင်းလိုက်ဖြစ်နေသော ဝမ်းဗိုက် ရာတို့သည် ကောင်းသောအာရုံများ ဖြစ်ကြပါသည်။

ယင်းအာရုံများကို အသုံးပြုရခက်ခဲလျှင်လည်း အခြားအာရုံများ ထဲမှ မိမိနှစ်ခြိုက်ရာကို ရွေးချယ်နိုင်သည်။

- ကုလားထိုင်ပေါ်နေရင်း ထိုင်နေသည်၏အဖြစ်ကို လည်းကောင်း
- မိမိ၏ကျောနှင့် ကုလားထိုင်ထိနေလျှင် ထိနေသည့်အဖြစ်ကို လည်းကောင်း
- မိမိ၏တင်ပါးကုလားထိုင်နှင့်ထိနေလျှင် ထိနေသည့်အဖြစ်ကို လည်းကောင်း၊
- လမ်းလျှောက်နေသည့်အခါ ခြေကြွလိုက်ခြင်းကိုလည်းကောင်း
- ခြေလှမ်းလိုက်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ခြေချခြင်းကိုလည်းကောင်း

အာရုံအဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

စိတ်သည် တစ်ကြိမ်ဖြစ်လျှင် တစ်စိတ်သာဖြစ်နိုင်သည်။ ထိုစိတ်နှင့်အာရုံ တစ်ခုထိတွေ့လိုက်သည်နှင့် တပြိုင်နက်ကြိုက်လျှင် လောဘစိတ်သော်လည်းကောင်း၊ မကြိုက်လျှင် ဒေါသစိတ်သော်လည်းကောင်း၊ ပေါက်ဖွားလာသည်။ ဤလောဘစိတ်၊ ဒေါသစိတ်တို့သည် သတ္တဝါမှန်သမျှတို့အား အမြင်မှန်မရအောင် ဖုံးကွယ်ထားသော တိမ်သလ္လာဖြစ်ကြသည်။

သို့ဖြစ်ရာ အာရုံတစ်ခုနှင့်စိတ်တို့ထိမိလိုက်သည်နှင့်တပြိုင်နက် သတိကိုစိတ်မှာ ကပ်ထားလိုက်လျှင်ဖြစ်နေကျ လောဘစိတ်နှင့်ဒေါသစိတ်တို့ဖြစ်ပေါ်ခွင့်မရနိုင်တော့ပေ။ ဥပမာ... လူတစ်ယောက်သည် အလွန်ဒေါသထွက်လျက်ရှိစဉ် သူ့ကိုယ်သူဒေါသထွက်နေသည်ဟု သတိပြုလိုက်သည့်ခဏတွင် ယင်းဒေါသစိတ်များ ပျောက်ကွယ်သွားလေသည်။ ဤသို့ အာရုံပေါ်တွင် သတိကပ်ထားခြင်းဖြင့် အမြင်မှန်ကိုမမြင်ရအောင် ဖုံးအုပ်ထားသော တိမ်သလ္လာများကို ပယ်ရှားပစ်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

စိတ်သည် အလွန်လျင်မြန်မှုကြောင့် အမြင်မှန်ရအောင် အားထုတ်နေသောယောဂီသည် တစ်ခါတစ်ရံမိမိကိုယ်တိုင်က မိမိ၏သတိသည် မြဲနေသည်ဟု ထင်နေသော်လည်း ယင်းစိတ်များမှာ သတိလွန်ပြီးမှ ထွက်သွားနိုင်သည်။ ဤသို့ထွက်သွားနိုင်ခြင်းမှာ စက္ကန့်၏ဆယ်ပုံတစ်ပုံမျှသာဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ပေါင်းမှာ သိန်းသောင်းနှင့်ချီ၍ ဖြစ်-ပျက်ပြီးသာဖြစ်သဖြင့် ယင်းစက္ကန့်၏ဆယ်ပုံတစ်ပုံအတွင်းမှာပင် လောဘ၊ ဒေါသစိတ်များသည် ထိုယောဂီမသိလိုက်ရဘဲနှင့် သိန်းသန်းမျှဖြစ်ပျက်သွားနိုင်သည်။ ထိုလောဘ၊ ဒေါသစိတ်တစ်လုံးတစ်လေမျှရှိလျှင် အမြင်မှန်ကိုဘယ်နည်းနှင့်မျှမရနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် ယောဂီသည် သတိကိုအလစ်မပေးပဲမြင်သမျှကြားသမျှ၊ နံသမျှ၊ အရသာခံသမျှ၊ ထိတွေ့သမျှအာရုံများအပေါ်တွင် သတိကပ်၍ထားနိုင်အောင် ကြိုးစားကြရပါမည်။

စိတ်သည်တည်ငြိမ်လာပြီးနောက် လောဘနှင့်ဒေါသတို့စင်ကြယ်လာသည်နှင့်အမျှ အမြင်မှန်မြင်ရသော စခန်းသို့တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် တက်သွားသည်။ အမြင်မှန်မြင်ရသော စခန်းသို့မရောက်မီ အဆင့်ပေါင်း (၁၁) ဆင့်ရှိပါသည်။ ယင်းတို့မှာ-

- ၁။ ရုပ်-နာမ်တို့ကို ခွဲခြား၍ သိသောဉာဏ်
- ၂။ အကြောင်းနှင့်အကျိုးကိုခွဲခြားသိသောဉာဏ်
- ၃။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တကို သဘောပေါက်၍ သုံးသပ်ဆင်ခြင်သောဉာဏ်
- ၄။ ရုပ်-နာမ်တို့၏ဖြစ်ခြင်း-ပျက်ခြင်းကိုသိသောဉာဏ်
- ၅။ အာရုံနှင့်တကွ ယင်းကိုရှုသောစိတ်၏ပျက်ခြင်းကိုသိသောဉာဏ်
- ၆။ ရုပ်-နာမ်ကို ကြောက်ဖွယ်ဟုသိသောဉာဏ်
- ၇။ ရုပ်-နာမ်ကို အပြစ်ဟုသိသောဉာဏ်

- ၈။ လောကကြီးတစ်ခုလုံးငြီးငွေ့ဖွယ်ဟုသိသောဉာဏ်
 - ၉။ လောကကြီးမှ လွတ်မြောက်လိုသောဆန္ဒဖြစ်ပေါ်စေသောဉာဏ်
 - ၁၀။ လွတ်မြောက်စေရန် တစ်ဖန်အားထုတ်၍ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တကို အထူးသိသောဉာဏ်
 - ၁၁။ ဖြစ်-ပျက်နေသော ရုပ် နာမ်အပေါ်တွင်နှစ်သက်ခြင်း၊ ရွံ့မုန်းခြင်း ကင်း၍ လျစ်လျူရှုသောဉာဏ်
- ဤ (၁၁) ဆင့်ကို ကျော်လွန်သည်နှင့်တပြိုင်နက် အမြင်မှန်ကို မြင်ရသော ပထမစခန်းဟုခေါ်သော သောတာပန်စခန်းသို့ရောက်သော သူသည်-
- ၁။ သေဆုံးပြီးနောက် အပါယ်လေးဘုံတွင်မဖြစ်တော့
 - ၂။ ဆက်၍တရားအားမထုတ်နိုင်သော်မှ အပါယ်လေးဘုံမှ တစ်ပါးအခြားဘုံများတွင် အလွန်ဆုံးနောက်ထပ် (၇)ကြိမ်သာကျင်လည်ရတော့မည် (၈)ကြိမ်မဖြစ်တော့ချေ။
- သောတာပန်ဘဝသို့ရောက်ပြီးသောသူသည် အနတ္တတရားပေါ်တွင် မည်သည်နည်းနှင့်မျှ သံသယမရှိနိုင်တော့ပေ။ မိမိစိတ်နှင့်ပတ်သက်၍ ယူဆခဲ့သော အယူအဆများသည် အလိုအလျောက်ပျောက်ပြယ်သွားသည်။
- မိမိသည် ဝိညာဉ်ကောင်မဟုတ်၊ ဖန်ဆင်းထားသောသတ္တဝါမဟုတ်၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါး အစုအဝေးမျှသာဖြစ်သည်ဟူသောအချက်ကို မမှိတ်မသုန်ယုံကြည်လာသည်။
 - ရှေးကရံဖန်ရံခါဖြစ်ပေါ်ခဲ့ဖူးသော သံသယစိတ်များသည် ကိုယ်တွင်းတွင်မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ ပြန်၍မပေါ်တော့ချေ။

- ဤယုံကြည်ချက်ကြောင့် ထိုသောတာပန်စခန်းသို့ရောက်ပြီးသောသူ၏ လောဘ၊ ဒေါသတို့မှာ ရှေးကကဲ့သို့မဟုတ်ဘဲ အရှိန်သေသွားသည်။

ဥပမာ. . သောတာပန်မဖြစ်မီက လူတစ်ယောက်သည် သူ့အသက်သတ်ခြင်း စသောငါးပါးသီလကို ပြုလုပ်လိုက်ပြုလုပ်လိမ့်မည်၊ သောတာပန်စခန်းသို့ရောက်သောအခါမှပင် လောဘ၊ ဒေါသတို့အရှိန်သေသွားသောကြောင့် ထိုအမှုများကို မကျူးလွန်နိုင်တော့ချေ။

ထိုသောတာပန်စခန်းတွင် တင်းတိမ်မှုမရှိသောပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆက်လက်အားထုတ်ပါက ဒုတိယစခန်းဖြစ်သော သကဒါဂါမ်ရောက်မည်၊ ထိုစခန်းရောက်က လောဘ၊ ဒေါသတို့သည် သောတာပန်စခန်းရောက်စဉ်တို့ကထက် ပို၍ အရှိန်သေသွားမည်။

ဆက်လက်အားထုတ်ပါက တတိယအနာဂါမ်စခန်းရောက်မည်။ ထိုအနာဂါမ်စခန်းရောက်ပြီးသောသူသည် မိမိကိုယ်တွင် အလွန်အလွန်ထူးခြားသောအချက်ကြီးများဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို ကိုယ်တိုင်ထင်ထင်ရှားရှားကြီး တွေ့ရမည်။

ဤပုဂ္ဂိုလ်တွင် ကာမရာဂစိတ်၊ ဒေါသစိတ်၊ ကြောက်စိတ်တို့သည် အလျဉ်းမရှိတော့သလို ထိုစိတ်များပေါ်လာအောင်လုပ်ပေးနိုင်သူများ တစ်လောကလုံးတွင် ဘယ်မှာမှမရှိနိုင်တော့ပေ။

ယင်းပုဂ္ဂိုလ်သေပြီးနောက် ဗြဟ္မာဘုံတစ်ဘုံတွင် ဗြဟ္မာဖြစ်ချင်သောတွယ်တာမှုကလေးမှတစ်ပါး အခြားသက်ရှိသက်မဲ့များအားလုံးအပေါ်တွင် တွယ်တာမှုလုံးဝမရှိတော့ပေ။

စတုတ္ထအဆင့် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ဆိုက်ရောက်သောအခါတွင်မူ အနာဂါမ်၌နောက်ဆုံးကျန်နေသော တွယ်တာမှုကလေးတို့ပင် လုံးဝချုပ်

ငြိမ်းပျောက်စေပြီး ယင်းအရဟတ္တပုဂ္ဂိုလ်သေဆုံးသည့်အခါတွင် မရပ်မနား ဖြစ်ပျက်နေသောစိတ်အစဉ်သည် မည်သည့်ဘုံအတွင်းမှ ပြန်မဖြစ်တော့ဘဲ ဖြစ်ခြင်း၊ နာခြင်း၊ အိုခြင်း၊ သေခြင်းကင်းရာ ငြိမ်းအေးချမ်းသာသော မြတ်နိုးဗျာဠာသို့ရောက်ရှိသွားပါတော့သည်။

ဤကဲ့သို့သော အမြင်မှန်ရပြီး ဘဝမှန်ငြိမ်းချမ်းမှုကို ရရှိရန် ဗုဒ္ဓက နည်းပေးလမ်းပြခဲ့သည်။ ထိုနည်းပေးလမ်းပြမှုကို ဆရာတော်ဦးနန္ဒ၏ အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်းက စာဟောအရေးအသားဖြင့် ဆက်လက်လမ်းညွှန်ပြပေးနေပါသည်။

- ခွင့်သာခိုက်မှမလိုက်ချင်လျှင် အမိုက်နှင့်ပြင်ရှိသေးလိမ့်လား
- ခွင့်သာခိုက်မှ မရုန်းချင်လျှင် အရှုံးနှင့်ပြင်ရှိသေးလိမ့်လား
- ခွင့်သာဆဲမှာ မခဲလျှင် အလွဲနှင့်ပြင်ရှိသေးလိမ့်လား

ဟု လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး မိန့်ကြားထားသည့်အတိုင်း ဆရာတော်ဦးနန္ဒ၏ “အရိယာစခန်းမဂ်တက်လမ်း” စာအုပ်ကို အသေးစိတ်လေ့လာဖတ်ရှုပြီး ၃၁-ဘုံသံသရာဝဋ်ကလွတ်အောင် ဆရာတော်၏စေတနာဆန္ဒအတိုင်းဖြစ်အောင်ကြိုးစားအားထုတ်ကြပါဟု မှာကြားလိုက်ပါရစေ။

ဦးကိုကိုမြိုင်

အပုတ် (၅၅)၊ (စ) ရပ်ကွက်

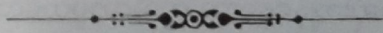
သုနန္ဒာ (၃)လမ်း၊ မြောက်ဥက္ကလာပမြို့နယ်

ဖုန်း-၉၆၉၀၃၂၄

မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ

တက္ကသိုလ်သျှင်သီရိ

(ဓမ္မာစရိယ ဘီ.အေ)



နိဒါန်း

သောတာပန်

သူတော်သူမြတ် မြဲဆည်းကပ်၍ မှတ်မှတ်သားသား တရားကိုနာဖြူစွာလုံး တစ်ဖြောင့်သုံး၍ အားသစ်ကျင့်ပြန် သောတာပန် ဖြစ်ရန်အင်္ဂါ ကြောင်းလေးဖြာတည်း။

- ၁။ သူတော်သူမြတ်တို့ကို အမြဲမပြတ် ဆည်းကပ်ပါ။ ဆွေးနွေးပါ။
- ၂။ မှတ်မှတ်သားသား တရားကိုနာယူပါ။ တရားစာဖတ်ပါ။
- ၃။ ဆရာသမားကမေးမြန်းတဲ့အခါ သိလျှင်သိတယ်။ မသိလျှင်မသိဘူးဟု အမှန်အတိုင်းဖြေပါ။
- ၄။ လိုလိုချင်ချင် မရရအောင် အားထုတ်မည်ဟု စိတ်ထား၍ အားထုတ်ပါ။ (ဤအင်္ဂါလေးပါးနှင့် ညီညွတ်လျှင် သောတာပန်ဖြစ်နိုင်သည်။)
- (က) သုတမယဉာဏ်၊ စိန္တာမယဉာဏ်၊ ဘာဝနာမယဉာဏ် ဟု လေ့လာလေ့ကျင့်ရန် ၃-ပါး။
- (ခ) သညာသိ - ဝိညာဉ်သိ - ပညာသိ။ လေ့လာအားထုတ်သောအခါ ရမည့်အသိဉာဏ် ၃-ပါး။
- (က) သုတမယဉာဏ်ဖြစ်ရေးအတွက် တရားကို မှတ်မှတ်သားသား နာယူပါ။ တရားစာကို မှတ်မိအောင်ဖတ်ပါ။ တရားကို မှတ်မိသောအခါ (သညာသိဖြစ်တော့၏)

- (ခ) စိန္တာမယဉာဏ်ဖြစ်ရေးအတွက် မိမိနာယူ မှတ်သားထားသော တရားတော်၏ဆိုလိုရိပ်အဓိပ္ပါယ်ကို စိတ်၌ပေါ်လွင်၍လာအောင် အကြိမ်ကြိမ် ကြံစည်စဉ်းစား၍ ကြည့်နေပါ။ တရားတော်၏ ဆိုလိုရိပ်အဓိပ္ပါယ်ကို စိတ်မှာထင်ရှားစွာ သိလာသောအခါ (ဝိညာဉ်သိဖြစ်တော့၏)
- (ဂ) ဘာဝနာမယဉာဏ်ဖြစ်ရေးအတွက် မိမိစိတ်၌ သိထားသော ထိုတရားတော်တို့၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများအားထုတ်၍နေပါ။ တရားတော်တို့၏ ညွှန်ကြားချက် အတိုင်းကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများ အားထုတ်၍နေသောအခါ လောက၌ရှိကြကုန်သော ရုပ်သဘာဝ၊ နာမ်သဘာဝတရားတို့၏ ဖြစ်ကြောင်း အခြေအမြစ်ကစ၍ ချုပ်ကြောင်းတို့ အထိ (အကုန်သိသော ပညာဉာဏ်သည် ဖြစ်ပေါ်၍လာကာ ဆင်းရဲ အပေါင်းမှ လွတ်မြောက်ရပေတော့လတ္တံ့။
(ဒါ့ကြောင့် သောတာပန်ဖြစ်ချင်လျှင် ရှေ့ကရေးခဲ့တဲ့အတိုင်း ညီညွတ်အောင် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ကြပါ။)
အကယ်၍ ယခုဘဝမှာပင် သောတာပန်များဖြစ်ခဲ့လျှင် နေလည်းနေတတ်ပြီ။ သေလည်းသေတတ်ပြီ။ ရတနာသုံးပါးကိုလည်း အထူးကြည်ညိုတတ်ပါပြီ။ ငါးပါးသီလတို့ကိုလည်းလုံသွားပေပြီ။ အပါယ် လေးပါးကိုလည်း ဘယ်တော့မှမရောက်ရတော့ပြီ။ ဘဝသံသရာဆင်းရဲ တွေလည်း အများကြီးလျော့သွားပြီ။ ဝိပဿနာတရားကို ဆက်လက်၍ ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားမထုတ်ဘဲနေတောင်မှ သေခါးနီး၌ကပ်၍နှိပ်စက်

တဲ့ အဆင်းရဲကိုရှုပြီးလျှင် သောတာပန်မှ သကဒါဂါမ်စသည်ဖြင့် အဆင့် ဆင့်တက်ပြီးလျှင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံရပါတော့လတ္တံ့တဲ့။ ဒါ့ကြောင့် ဣမေစ သုဘဒ္ဒဘိက္ခုသမ္မာ ဝိဟရေယျံ- အသုညောလောကေါ-အရဟန္တေဟိ အဿ။ သုဘဒ္ဒ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းတို့သည် ကောင်းစွာ (မှန် ကန်စွာ)ကျင့်ကုန်ငြားအံ့။ လောက၌ ရဟန္တာတို့သည် မဆိတ်သုဉ်း နိုင်တဲ့။ ဒီတော့ သောတာပန်ဖြစ်ရန်သာ အရေးကြီးပေသည်။

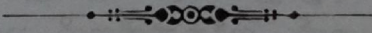
သောတာပန်ဖြစ်ရန်ကလည်း ယထာဘူတံ ဉာဏါယသတ္တာပရိ ယေသိ တဗ္ဗော။ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိအောင်ပြနိုင်သောဆရာကို ရှာပါတဲ့။ စာပေရဲ့ အဆိုကတော့ မြတ်စွာဘုရားထံမှ အကျင့်ကိုရနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံးပါပဲတဲ့။ မြတ်စွာဘုရားထံမှ မရနိုင်လျှင် လက်တွေ့ရှိကြ သော ရဟန္တာထံမှ ထို့နောင်အနာဂါမ်၊ ထို့နောင် သကဒါဂါမ်၊ ထို့နောင် သောတာပန်။ ထို့နောင် ဈာန်ရ။ (ကိုယ်တိုင်လက်တွေ့ရှိသောသူများ သည် သူများကိုလည်း တွေ့အောင်ပြနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်) ထို့နောင် လက်တွေ့မရှိစေကာမူ ပါဠိတော်အဋ္ဌကထာ- ဋီကာတို့ကို မွေနှောက် သုံးသပ်ညှိနှိုင်း၍ပြနိုင်သောဆရာများထံ နည်းခံ၍ အားထုတ်ရမည်ဟု ဆိုထားပါသည်။

ဒီတော့ ဒို့ခေတ်က ဘယ်သူဟာ သောတာပန်ပဲ၊ သကဒါဂါမ်ပဲ စသည်ဖြင့်သိရန်ခက်ခဲတဲ့ ခေတ်ဆိုတော့ ပါဠိဋ္ဌကထာဋီကာတို့ကို မွေ နှောက်ညှိနှိုင်း၍ပြနိုင်သော လယ်တီ၊ မဟာစည်၊ မိုးကုတ်၊ ဖါးအောက် စတဲ့ ဆရာတော်ကြီးများထံနည်းခံ၍ အားထုတ်ကြရမည်ဖြစ်တော့၏။ ဒို့များလည်း တစ်ချို့ဆရာတော်ကြီးများထံ လက်ထပ်နည်းခံ၍ ၎င်း၊

တစ်ချို့ဆရာတော်ကြီးများ၏ ရေးတော်မူကြကုန်သော ကျင့်စဉ်စာအုပ်များကိုကြည့်၍ ၎င်း အားထုတ်ခဲ့ရ၏။ ဉာဏ်ပွင့်ခဲ့ရ၏။ ဒါ့ကြောင့် ထိုဆရာတော်ကြီးများ၏ ကျင့်စဉ်တို့ကို ဦးထိပ်ထားလျက် မိမိအားထုတ်ခဲ့တဲ့ တစ်သန္တာန်အတွင်း၌ တွေ့ရှိချက်တို့ကိုလည်း နောင်ယောဂီများအတွက် အကူအညီရအောင်ဟု အာရုံပြုလျက် ဖော်ထုတ်၍ ရေးလိုက်ရပါတော့သည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့သည် ဝိပဿနာတရားတော်ကို အားထုတ်ဖြစ်ဖို့သာ အရေးကြီးပါသည်။ အကယ်၍ အားထုတ်ဖြစ်ခဲ့သော် တစ်စတစ်စနှင့် တရားတော်က ဆွဲဆောင်သွား၍ လိုရာပန်းတိုင်သို့ ရောက်နိုင်လေတော့၏။ ဒါ့ကြောင့် မိမိတို့နှင့်နီးစပ်ရာ တရားရိပ်သာ တစ်ခုသို့ဝင်၍ အားထုတ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်ကြစမ်းပါ။ အားထုတ်ဖြစ်ခဲ့လျှင်တော့ ပထမခြေလှမ်းအောင်ပြီဟု မှတ်ပါ။ နောက်ဆက်၍ အားထုတ်ပါများလာသောအခါ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ရုပ်သဘာဝ နာမ်သဘာဝတို့ကို တစ်စတစ်စနှင့် တွေ့၍လာပါလိမ့်မည်။ ဒီအခါ အားထုတ်ချင်တဲ့စိတ်သည် တိုးတက်၍လာပြီး တိုးတက်၍ အားထုတ်လာပါလိမ့်မည်။ ဒီတော့ အားထုတ်လေ စိတ်တည်ငြိမ်မှုရတဲ့ သမာဓိချမ်းသာကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ ဒီသမာဓိချမ်းသာကိုလည်း တွေ့လိုက်ကရော စိတ်ဟာအားထုတ်တဲ့ဖက်ကို အားသန်၍လာပါလိမ့်မည်။ ဒီတော့ အားထုတ်လေ သမာဓိချမ်းသာတွေ့လေ။ သမာဓိချမ်းသာတွေ့လေ အားထုတ်လေနှင့် ကြာတော့ ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်တို့ကိုမြင်သော ဝိပဿနာဉာဏ်သည် ဖြစ်ပေါ်၍လာရတော့၏။ ဝိပဿနာဉာဏ်

ဖြစ်ပေါ်၍လာသော ယောဂီသည် တရားကိုအားမထုတ်ဘဲ မနေနိုင်တော့ပြီ။ အားထုတ်မှု၌ မြဲ၍သွားတော့၏။ အားထုတ်မှု၌လည်း မြဲ၍သွားကရော ထူးကဲသောဝိပဿနာဉာဏ်ချမ်းသာသည် တွေ့ရလေတော့၏။ ဒီတွင် ယောဂီသည် အားထုတ်ရတာ နောက်ကျ၍သွားလေခြင်းဟု တမ်းတ၍ လာတော့၏။ ဒီတော့ ငါတော့ဖြင့် တရားထူးကို မရရအောင် အားထုတ်တော့မည်ဟု စိတ်ကို ပိုင်းဖြတ်လိုက်ပါ။ မိမိလက်ရှိ အားထုတ်၍နေသောဌာန၌ လချီ နှစ်ချီ အားထုတ်လို့မှ တရားထူးနှင့် ဆက်စပ်တဲ့ အရိပ်အရောင်မတွေ့ရလျှင် ဌာနစွဲ တရားစွဲမထားဘဲ တခြားဌာနတွေကို ပြောင်း၍ လိုက်၍ အားထုတ်ပါလေ။ မိမိ ရည်ရွယ်ထားတဲ့အတိုင်း တရားထူးတွေ့ခဲ့သော် နောင်အားထုတ်ကြမည့် ယောဂီများအတွက် အကူအညီရနိုင်အောင်ဟု လယ်တီကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်း ဩပနေယျိက ဂုဏ်တော်အဖွင့်၌ (ဈာန်အဘိညာဉ်မဂ်ဖိုလ်တရားရှိသူသည် ငါ့မှာ ဈာန်တရားရှိ၏။ ငါ့မှာ အဘိညာဉ်တရားရှိ၏။ ငါ့မှာ မဂ်တရား ရှိ၏။ ငါ့မှာ ဖိုလ်တရားရှိ၏ဟူ၍ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့်တရားကပ်၍ ပြုထိုက်သည်)ဟု ရေး၍ တိုက်တွန်းထားပါသည်။ ဒါ့ကြောင့် မိမိတို့တွေ့ရှိချက်တို့ကို နှုတ်ဖြင့်၎င်း စာဖြင့်၎င်း မထိန်ချန်ဘဲ လက်ဆင့်ကမ်းတော်မူနိုင်ကြပါစေသတည်း။



အရိယာစခန်း မဂ်တက်လမ်း

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ဝိပဿနာရှုစဉ်ကို ရေးတော့မည်ဖြစ်သောအခါ-

၁။ ဉာဏ်စဉ်နှင့် ကိုက်ရမည်။

၂။ ဝိသုဒ္ဓိအစဉ်နှင့် ကိုက်ရမည်။

၃။ ပရိညာသုံးပါးနှင့် ကိုက်ရမည်။

ဤအစဉ်သုံးပါးနှင့် ကိုက်ညီမှသာ ပြည့်စုံလုံလောက်သော ကျင့်စဉ်တစ်ခုဖြစ်နိုင်ပါမည်။ ဒါကြောင့် ဤကျင့်စဉ် အစဉ်သုံးပါးနှင့် ပြည့်စုံညီညွတ်အောင် ရေးရပါမည်။ ရေးတဲ့အခါမှာလည်း-

၁။ ဉာဏ်စဉ်(၁၀)ပါးတို့၌ အမြင်မှားဒိဋ္ဌိ တို့ကို ပယ်ခွာနိုင်အောင် နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ သမ္မသနဉာဏ်၊ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်၊ ဘင်္ဂဉာဏ်တို့အထိ သညာအနေအားဖြင့်

ရှင်းရှင်းလင်းလင်း နားလည်၍ ရှုတတ်အောင် ရှုနည်းတို့ကို အစဉ်အတိုင်းရေးပါမည်။ ရှုရင်း ရှုရင်း အမြင်မှားဒိဋ္ဌိတို့ကို ပယ်ခွာနိုင်ပြီးနောက် ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ်မှနေ၍ ဆက်လက်ပြီး အားထုတ်သောယောဂီသည် အမြင်မှန် သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်စဉ် တက်၍ ပေါက်ရောက်အောင်မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသောကြောင့် အထက်ပိုင်းဉာဏ်တို့ကိုတော့ မရေးတော့ပါ။

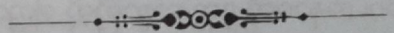
၂။ -ဝိသုဒ္ဓိအစဉ်အားဖြင့်အားမထုတ်မီ ရှေ့အဖို့ကသီလကို စင်ကြယ် အောင်ပြု၍ သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ထားရမည်။ ရှုစိတ်ကို နှာသီးဖျားမှာ ထားပြီး ဝင်လေထွက်လေတို့ကို မလွတ်တမ်းရှုနေသဖြင့် နီဝရဏတရားများကင်းနေသဖြင့် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဖြစ်နေခြင်း။ နှာသီးဖျားကစောင့်၍ ဝင်လေထိသိ ထွက်လေထိသိတို့ကိုရှု၍ ထိတာရုပ်၊ သိတာနာမ် ဟု ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ခွဲခြား၍ မြင်လာ သောအခါ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ခြင်း။

-ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်၌ ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ ပြုလုပ်မှု ကမ္မာဝ၊ အနာဂတ် ဒုက္ခ သစ္စာတို့ကို ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်၍ ရှုသဖြင့် ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ခြင်း။

-ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်းတို့ကို ရှုမြင်သဖြင့် မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ခြင်း။

-(ဆက်လက်၍ ရှုသောအခါ အထက်ဝိသုဒ္ဓိ ၂ ပါး တို့သည် လည်း ဖြစ်နိုင်တော့၏။)

၃။ -နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်(၂)ပါးတို့ကို ကွဲကွဲပြားပြားသိသော ဉာဏ်သည် ဉာတပရိညာမည်၏။
 -ရုပ်နာမ်တို့၏ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း တို့ကို မြင်သောဉာဏ်သည် တိရဏပရိညာမည်၏။ ရုပ်နာမ်တို့၏ အဖြစ်ချည့်လည်းကောင်း၊ အပျက်ချည့်လည်းကောင်း မြင်သောဘင်္ဂဉာဏ်မှစ၍ အထက် ပိုင်းဉာဏ်တို့သည် ပဟာနပရိညာမည်၏။ ဤအခြေခံ ၁၊ ၂၊ ၃ ပါးတို့နှင့်အညီ ရေးပါမည်။
 -ရေးတဲ့အခါမှာ ကျင့်စဉ်ကို အဓိပ္ပါယ် နှင့်တွဲ၍ သူ့အပိုင်းနှင့်သူ ခွဲ၍ ခွဲ၍ရေးပါမည်။ ရေးတဲ့အတိုင်း သူ့အပိုင်းနှင့်သူ ခွဲကျင့်လို့ စာဆိုနှင့်အညီ တွေ့ပြီးမှသာ နောက်တစ်ပိုင်း၊တစ်ပိုင်းကို ပြောင်း၍၊ပြောင်း၍ ရှုကြပါရန်။



ကျင့်စဉ် ပထမပိုင်း

ပရိကမ်ပြုရန်

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ် သုံးပါးနှင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ အပေါင်းတို့ ဘုရားတပည့်တော်အား သနားသဖြင့် အကြည်ညို၊ အဖူး မြှော်ခံ ကမ္မဋ္ဌာန်းချီးမြှင့် ကြွရောက်တော်မူပါဘုရား။ တပည့်တော်၏ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး၊ ခန္ဓာငါးပါး ကို လျှာဒါန်းပါ၏ဘုရား၊ တပည့်တော်၏ ဦးခေါင်းထက်၌ ကျောင်းအမှတ်ဖြင့် သီတင်းသုံးတော်မူပါဘုရား၊ တပည့်တော်အား သနားသဖြင့် ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း ချီးမြှင့်တော်မူပါ ဘုရား။ ဗုဒ္ဓ၊ ဓမ္မ၊ သံဃံ ပူဇော်ပါဘုရား (ဦးသုံးကြိမ်ချ၍ ကိုယ်ထိုင်တတ် သလို ထိုင်ပါ။)

အကျွန်ုပ်သည် အနမတဂ္ဂဘဝသံသရာ မှစ၍ ယခုအချိန်အထိ မပြစ်မှားသင့်သော ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးနှင့် အရိယာ သူတော်စင်အပေါင်းတို့အား ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ဖြင့် ပြစ်မှားမိသည်ရှိသော် ထိုအပြစ် တို့ကို ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ ဝန်ချကန်တော့ တောင်းပန်ပါ၏။ ကျေတော်မူကြပါ။ ကျွန်ုပ်အပေါ်၌ ပြစ်မှားကျူးလွန်သောပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်းတို့အား အပြစ်မယူ ခွင့်ပြုပါ၏။ ငှါအား ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်း၍ ကောင်းစွာအားထုတ်နိုင်ပါစေ သတည်း။ ငါ၏ အမိအဖ၊ အဖိုးအဖွား၊ ဆရာ သမားတို့မှစ၍ ခပ်သိမ်း ကုန်သော နတ်ဗြဟ္မာအပေါင်းတို့အားလည်းကောင်း၊ ခပ်သိမ်းကုန်သော

သတ္တဝါအပေါင်းတို့အားလည်းကောင်း၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ ကင်းလွတ် ငြိမ်း၍ ချမ်းသာကြပါစေကုန် သတည်း။ ငါ့အား သေခြင်းတရားသည် မြဲတော့၏။ ငါသည် မုချမသွေ သေရလိမ့်ဦးမည်။ ထို့ကြောင့် သေခြင်း စသော ဝဋ်ဆင်းရဲအပေါင်းတို့မှ လွတ်မြောက်အောင် ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ပေတော့အံ့။

တရားထိုင်ပြီးသွားလျှင် အမျှဝေရန် ငါ၏ကောင်းမှုတို့သည် အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ကုန်ရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ကို လွယ်ကူစွာ တွေ့ရှိရပါစေသတည်း။ ဤကောင်းမှုတို့၏အဖို့ကို မိခင် ဖခင်ကျေးဇူးရှင် တို့အားလည်းကောင်း၊ ဆရာသခင် ကျေးဇူးရှင်တို့အားလည်းကောင်း၊ ကိုယ်စောင့်နတ်၊ ကျောင်းစောင့်နတ်၊ သာသနာတော်စောင့်နတ်၊ နတ်ကောင်းနတ်မြတ်၊ နတ်ဗြဟ္မာအပေါင်းတို့မှစ၍ ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၌ ရှိရှိသမျှသော သုခိတ၊ ဒုက္ခိတ ဝေနေယျ သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား အမျှ . . . အမျှ . . . အမျှ ပေးဝေပါ၏။ အမျှရ၍ ချမ်းသာကြသည်ဖြစ်ကြ ပါစေသော် . . .

ဒဿနေနပဟာတဗ္ဗာ ဓမ္မာ

ဘာဝနာယပဟာတဗ္ဗာ ဓမ္မာ

- ၁။ ဒဿနေနပဟာတဗ္ဗာ-သောတာပတ္တိ မဂ်သည် ပယ်အပ်သော၊ ဓမ္မာ-သဘောတရားတို့ သည်၊ သန္တိ-ရှိကုန်၏။
- ၂။ ဘာဝနာယပဟာတဗ္ဗာ- အထက်မဂ် သုံးပါးတို့သည် ပယ်အပ် သော၊ ဓမ္မာ-သဘောတရား တို့သည်၊ သန္တိ- ရှိကုန်၏ဟူ၍ ဓမ္မသင်္ဂဏီကျမ်း၌ မြတ်စွာဘုရားသည် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပေ၏။

ဒါကြောင့် ဒဿနေနပဟာတဗ္ဗ သောတာပတ္တိမဂ်၏ရှုကွက်ကို ရှေးဦးစွာရေး၍ ဘာဝနာ ယပဟာတဗ္ဗ အထက်မဂ်သုံးပါးတို့၏ ရှုကွက်တို့ကို နောက်မှရေးပါမည်။

ရေးတဲ့အခါမှာ သူ့အပိုဒ်နှင့်သူ နံပါတ်စဉ်တပ်၍ရေးပါမည်။ နံပါတ်တစ်ခုခြင်း၏ အဆိုအတိုင်း ရှုလို့ ဉာဏ်မှာတကယ်ထင်လာမှသာ နောက်နံပါတ်စဉ် တစ်ခုတစ်ခု ပြောင်း၍-ပြောင်း၍ ရှုပါ။

သောတာပတ္တိမဂ် ရှုကွက်များ

၁။ ဝင်လေထွက်လေ၊ ထိ သိ ရုပ်နာမ်ရှုရန်

နာသီးဖျားက စောင့်၍ လေကို ပြင်း ပြင်းထန်ထန် တစ်ချက် ရှုကြည့်လိုက်ပါ။ နှာခေါင်းတွင်း တစ်နေရာရာ၌ လေအထိ ထင်ရှားတဲ့ နေရာကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ အဲဒီအထိ ထင်ရှားတဲ့နေရာကစောင့်၍ လေရှုလိုက်သည်နှင့် ဝင်လေဟာ အခုနထင်ရှားတဲ့နေရာကို ထိလိမ့်မည်။ အဲဒီထိတဲ့နေရာမှာ အေးကနဲသိတဲ့အသိကလေးကလည်း ပေါ်လာလိမ့် မည်။ (အဲဒီအထိနဲ့အသိကို ဝင်လေ ထိသိဟု ရှုမှတ်လိုက်ပါ။) တစ်ခါ ထွက်လာတဲ့လေ ကလည်း အဲဒီအထိ ထင်ရှားတဲ့နေရာကိုပဲ ထိလိမ့်မည်။ ထိတဲ့နေရာမှာပဲ နွေးကနဲသိတဲ့အသိကလေးလည်း ပေါ်လာလိမ့်မည်။ (အဲဒါကို ထွက်လေ ထိ သိ ဟု ရှုမှတ်လိုက်ပါ။) ဤကဲ့သို့ ရှုမှတ်လို့ နာသီးဖျား၌ ဝင်လေ ထိ သိ ထွက်လေ ထိ သိ တို့က ထင်ရှား၍လာသော အခါ (ထိတာက ရုပ်၊ သိတာက နာမ်ဟု) ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ခွဲခွဲကြည့်ပေးပါ။

(ရုပ်နာမ်ခွဲပါ)

လမ်းလျှောက်ရင်း ရှုရန်ကတော့... ခြေဖဝါးနှင့် မြေနှင့် ထိလိုက်သည်နှင့် ခြေဖဝါးထဲမှာ ထိ၊ သိ ကလေး ပေါ်ပေါ်လာတာကို မြင်အောင် ကြည့်၍ ထိတာရုပ်၊ သိတာနာမ်ဟု ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ခွဲခွဲပေးပါ။

ထိ၊ သိ ရုပ်နာမ်အဓိပ္ပါယ်

၁။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိဆိုတာ ဒီအရှိတရား ဖြစ်သော ပရမတ္ထ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာကြီးကို ငါ့ကိုယ်၊ ငါဟာ၊ ငါဟု စွဲငြိ၍နေသော အမြင်မှား ဖြစ်သည်။

၂။ အတ္တဒိဋ္ဌိဆိုတာ ဤခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိသော ရုပ်နာမ်ကို ရုပ်နာမ်ဟု အမှန်အတိုင်းမသိ၊ မြင်ဘဲ အသက်ကောင်၊ ဝိညာဉ် ကောင်၊ အတ္တကောင်၊ လိပ်ပြာကောင်ရှိသည်ဟု မှား၍မြင်သော အမြင်မှားဖြစ်သည်။

ဒါ့ကြောင့် နှာသီးဖျား၌ ထိသိပရမတ္ထ ရုပ်နာမ်တစ်စုံ အရှိတရား ကိုလည်း တွေ့လိုက်ကရော ဤပရမတ္ထရုပ်နာမ် ခန္ဓာကို ငါ့ကိုယ်၊ ငါဟာ၊ ငါ ဟု စွဲငြိ၍အမြင်မှားနေသော သက္ကာယဒိဋ္ဌိနှင့် ဤခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ အသက်ကောင်၊ ဝိညာဉ်ကောင်၊ အတ္တကောင်၊ လိပ်ပြာကောင်ရှိသည် ဟူသော အတ္တဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားတို့ကိုလည်း ပယ်ခွာပြီးသား ဖြစ်သွား တော့၏။

နောက်တစ်ခုက မိမိမတွေ့ မမြင်ဖူးသော လူတစ်ယောက်ကို လှမ်း၍မြင်သောအခါ ရုပ်ကိုယ်ကြီးကိုသာ မြင်ရ၏။ နာမည်ကိုကား မမြင်ရ။ ရုပ်က အရှိတရား ပရမတ်၊ နာမည်က မရှိတရား ပညတ်။

(ဒါ့ကြောင့် အရှိတရား ပရမတ်ကို ဝိပဿနာရှုရမည်။ မရှိတရား ပညတ်ကို ဝိပဿနာမရှုရ။) ရုပ်နာမ်က ပရမတ္ထသစ္စာ၊ နာမည်က သမုတိသစ္စာ (ဤကဲ့သို့ ရှုမှတ်လို့ ထိ၊ သိ ရုပ် နာမ်ကို ကွဲကွဲပြားပြား တွေ့ပြီးမှ နံပါတ်(၂) ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်ကို ကူး၍ရှုပါ။)

၂။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ရှုရန်

ရေးရမည့် ဉာဏ်စဉ်အလိုကတော့ နာမ ရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဟု အစဉ်အတိုင်းရေးရမည် ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း အားထုတ်တဲ့အစဉ်ကတော့ ထိသိရုပ် နာမ်ကို တွေ့ပြီးသွားလျှင် ထိုရုပ်နာမ်ကိုပဲဆက်၍ ဖြစ်ပျက်ရှုရတာက ပို၍အဆင် ပြေပါသည်။ ဒါ့ကြောင့် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ကိုပဲ ဆက်၍ရေးပါမည်။

နှာသီးဖျား၌ လေအထိထင်ရှားတဲ့နေရာက စောင့်၍ လေရှူ လိုက်သည်နှင့် နှာသီးဖျားမှာ ထိသိပေါ်လာတာသည်အဖြစ်၊ အရှူရပ် လိုက်လို့ နှာသီးဖျားမှာ ထိသိပျောက်သွားတာသည် အပျက် ဟု ရှုမှတ်လိုက်ပါ။ ထိသိ ရုပ်နာမ်ပေါ်လာတာသည် အဖြစ်၊ ထိသိ ရုပ်နာမ် ပျောက်သွားတာသည် အပျက်။ (ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်)

လမ်းလျှောက်ရှုရန်ကတော့ ခြေချလိုက်လို့ ခြေဖဝါးနဲ့ မြေထိတဲ့ အခါ ခြေဖဝါးထဲမှာ ထိသိ ပေါ်လာတာသည် အဖြစ်၊ ခြေကြွလိုက်လို့ ခြေဖဝါးထဲမှာ ထိသိပျောက်သွားတာသည် အပျက်ဟု ရှုပါ။

ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အဓိပ္ပါယ်

ရေးရမည့်ဉာဏ်စဉ်အလိုကတော့ နာမ ရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဟု အစဉ်အတိုင်း ရေးရမည် ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း အားထုတ်တဲ့အစဉ်ကတော့ ထိသိ ရုပ်နာမ်ကို တွေ့ပြီးသွားလျှင် ထိုရုပ်နာမ်ကိုပဲ ဆက်၍ ဖြစ်ပျက်ရှုရတာက ပို၍အဆင် ပြေပါသည်။ ဒါ့ကြောင့် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ကိုပဲ ဆက်၍ ရေးပါသည်။

ပရမတ္ထသစ္စာ-သမုတိသစ္စာ-အရိယသစ္စာ

၁။ ပရမတ္ထသစ္စာကား စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန်တို့ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်(၈၉)၊ စေတသိက် (၅၂)၊ ရုပ်(၂၈)၊ နိဗ္ဗာန်(၁) ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ကား အာရုံကိုသိခြင်း၊ ရယူခြင်း လက္ခဏာရှိသည်။ စေတသိက်(၅၂)ပါးကား ကိုယ့်လက္ခဏာနှင့်ကိုယ် အသီးသီး ရှိကြ၍ စိတ်နှင့်တွဲယှဉ်၍ဖြစ်သည်။ စိတ်နှင့်စေတသိက် နှစ်ပါး အပေါင်းကို နာမ်ဟုခေါ်သည်။ စိတ်က ရေနှင့်တူသည်။ စေတသိက်တို့က ဖြူနီကြောင်ကြား ဆေးမှုန့်တို့နှင့် တူသည်။ ရေနှင့်ဆေးမှုန့်တို့ပေါင်း၍ ရေမှ ပန်းချီရုပ်ဖြစ်လာသလို စိတ်နှင့် စေတသိက်တို့ ပေါင်း၍ ယူမှ အာရုံသည် ထင်ရှား၍လာတော့၏။ စိတ်ကလည်း သူ့ချည်းကတော့ မဖြစ်နိုင်၊ စေတသိက်တို့ကလည်း သူတို့ချည်းကတော့ မဖြစ်နိုင်။ စိတ်နှင့် စေတသိက်တို့ ပေါင်းမိ မှသာ နာမ်ဟု ဖြစ်နိုင်၏။

ရုပ်က အာရုံကိုမသိ၊ မယူမှု၍ ဖောက်ပြန် ပျက်စီးခြင်း လက္ခဏာ ရှိ၏။ ရုပ်(၂၈)ပါးကာ မြေ၊ ရေ၊ လေ၊ မီး၊ ဓါတ်ကြီးလေးပါးနှင့် ထိုဓာတ်ကြီးလေးပါးကို မှီ၍ဖြစ်သော ဥပါဒါရုပ်(၂၄)ပါးတို့ ဖြစ်သည်။

(ရှုတဲ့အခါကျတော့ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း က အဓိကဖြစ်သော မြေ၊ ရေ၊ လေ၊ မီးဟူသော ပူအေး၊ ယားနာ၊ တောင့်တင်း၊ လေးကန် တို့ကို ရှုရမည်ဖြစ်သည်။)

နိဗ္ဗာန်ကား ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်းမရှိ၊ အငြိမ်းခါတ်ဖြစ်သည်။

၂။ လောကသမုတိသစ္စာကား ထိုအရုံ ဖြစ်သော ပရမတ္ထရုပ်နာမ် တရားတို့အပေါ်၌ နာမည်မှည့်၍ ပညတ်တင်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ ဒီလောကသမုတိပညတ်ကလည်း မရှိ၍မဖြစ်သော တရားဖြစ် သည်။ ဒါ့ကြောင့် ကလေးတစ်ယောက် မွေးဖွားလာ၍ အသိ ကလေးကြွယ်လာသည်နှင့် အဖေခေါ်လိုက်၊ အမေခေါ်လိုက်ဟု သင်ပေးရ၏။ အသိကလေး ဒီထက်ဒီထက် အားကောင်း၍ လာသောအခါ ဒါက နင့်ဖိနပ်၊ နင့်အင်္ကျီ၊ နင့်လုံကွင်း၊ နင့်ထီး၊ ဒါက လှတယ်ခေါ်တယ်၊ ကောင်းတယ် ခေါ်တယ်၊ ခိုင်တယ် ခေါ်တယ်၊ မြဲတယ်ခေါ်တယ်၊ မပျက်စီးနိုင်ဘူး စသည်ဖြင့် သင်ပေးရ၏။ ဒီလောကဝေါဟာရတွေနှင့် အနေများလာသော အခါ မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ် ရုပ်နာမ်ကြီးကိုပင် ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့ဟာ၊ ငါ၊ ငါ့ပစ္စည်း၊ ငါ့သား၊ ငါ့မယား၊ ခိုင်တယ်၊ မြဲတယ်၊ မပျက်စီးနိုင်ဘူး ဟု အစွဲကြီး၍လာတော့၏။ မခွဲချင်မခွာချင်ဖြစ်၍ လာတော့၏။

မခွဲရ၊ မခွာရအောင်ဟု အမျိုးမျိုး ကြံဆ၍ လာတော့၏။ မသေနိုင် တဲ့ဆေး ရှာလာတော့၏။ ဤသို့အမြင်မှား ဒိဋ္ဌိတွေ အစွဲလွန်ပြီး လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့ ဖိစီးကာဖြင့် အို၊ နာ၊ သေ၊ ဝဋ် ကြမ္မာတွင်းက မလွတ်ကင်းရဘဲ ဖြစ်ရတော့လတ္တံ့။

၃။ အရိယသစ္စာ ထိသိ ရုပ်နာမ်တို့ကို နှာသီးဖျားက စောင့်၍ ရှုမှတ် နေသောအခါ ထိသိ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်တို့ကို အမှန်အတိုင်း တွေ့နေသဖြင့် ဤခန္ဓာကိုယ်တွင်းက အတ္တကောင်သည် မပျက် စီးဘဲ ခန္ဓာအိမ်အသစ် အသစ်သို့ ပြောင်း၍နေပေသည် ဟူသော သဿတဒိဋ္ဌိအမြင်မှား

(တစ်နည်း ဤခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ရုပ်နာမ်တို့သည် ဖြစ်ပျက်မပါ ဘဲ တစ်လုံးတစ်ခဲတည်း တစ်ဘဝ မှ တစ်ဘဝသို့ ခုန်၍ ကူးသကဲ့ သို့မြင်သော သဿတဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားနှင့်) ဤခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ရုပ်နာမ်တို့သည် ဖြစ်ပြီးပျက်၏။ ပျက်ပြီး တစ်ဖန်ပြန်၍ ဖြစ်နေ ပြန်သဖြင့် တစ်နည်း သေပြီးတဲ့နောက် တစ်ဖန် ဘာမှမဖြစ် တော့ဘူး ဟူသော ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားတို့ကိုလည်း ပယ်ခွာ ပြီးသားဖြစ်သွား၍ သဿတဒိဋ္ဌိ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိတို့မှာ လွတ်နေ၏။ ဒါ့ကြောင့် ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းတို့ကို မြင်အောင် ရှုမှတ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

မှတ်ချက်။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်တို့သည် ဆုံးသည်တိုင်အောင် ဖြစ်ပျက် ဖြစ်ပျက် ဟူသော အစဉ်အတန်းဖြင့် ကူးဆက်ကြလေ ကုန်တော့၏။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပိုင်း ရှုမှတ်ရန်

ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်တရားဟူသည် လောကအတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတို့၏ (အထူးသဖြင့်) မိမိ၌ ဖြစ်ရှိ၍ နေကြကုန် သော ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတို့၏ ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်၍ ဖြစ်နေကြ ပုံတို့ကို မြင်အောင် ရှုကြည့်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဒါ့ကြောင့် ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ ပြုလုပ်မှု ကမ္မဘဝ၊ အနာဂတ် ဒုက္ခသစ္စာတို့၏ ဆက်စပ်၍ ဖြစ်နေကြပုံတို့ကို မြင်အောင်ရှုကြည့်ရမည်ဖြစ်တော့၏။

ဒုက္ခသစ္စာ

မိမိ၏ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးအား ကြည့်လိုက်ပါ။ ရှုကယ် ရှုကယ်နှင့် ရှုလိုက်ရှိုက်လိုက်ဖြင့် လုပ်နေရသည်တို့ကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ ဘာကြောင့် လုပ်နေရသလဲ။ အဓိပ္ပာယ်မပေါ်လျှင် ရှုရှိုက်လိုက်မှုတို့ကို ရပ်ထားလိုက်ပါ။ တော်တော်လေးကြာသွားလျှင် ထူပူပြီး ဆင်းရဲလာ တာကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ နောက် အချိန်မီမရှုရလျှင် သေသွားလိမ့်မည်။ (ဒီတော့ ဆင်းရဲပြီး သေရမှာကြောက်လို့ ရှုရှိုက်မှုတို့ဖြင့် ပြုပြင်ပေးနေ ရတာပါလားလို့ သိထားလိုက်ပါ။)

ဒီခန္ဓာကိုယ် ရုပ်နာမ်ကြီးက လောကလေးနဲ့ ပြုပြင်ပေးနေမှုရဲ့နဲ့ လုံလောက်ပလားဆိုတော့ မလုံလောက်သေးပါ။ စားဝတ်နေရေးတို့ဖြင့် လည်း ပြုပြင်၍ ပေးနေရသေး၏။ စားဝတ်နေရေးတို့ဖြင့် ပြုပြင်မပေးလျှင် သေမှာပဲ။ ဒီလိုပြုပြင်၍ ပေးနေတဲ့ ကြားတည်းကကိပဲ ဖျားပြန်ပြီ၊ နာပြန်ပြီ

လာပြန်လို့ ဆေးဝါးနဲ့ပြင်ရပြန်သေး၏။ ဒီလိုဘက်စုံပြင်ပေးနေတော့ အမြဲတမ်းများ ကောင်းသွားရောလားဆိုတော့ အချိန်တန်တော့ သေရ ပြန်တာပါပဲ။ ဒီလိုမကောင်းလို့ ဘက်စုံပြင်ပေးနေရတာကြီးကို ပြန်၍ မြင်နေရအောင် အကြိမ်ကြိမ် ပြန်တွေးပေးပါ။ ပြန်တွေးလို့ မကောင်းလို့ ပြုပြင်ပေးနေရတာ ဟုတ်ပေတယ်ဟု ဉာဏ်မှာတွေ့လာသောအခါကျမှ သာ ငါ့ရထားသော ဤရုပ်နာမ်အစုကြီးသည် ဒုက္ခသစ္စာဟု အကြိမ်ကြိမ် ရှုပါ။

ကျမ်းညွှန်း- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟ

သမုဒယသစ္စာ

ဒီရုပ်နာမ်ခန္ဓာ၊ ဒုက္ခသစ္စာ ဆင်းရဲအစုကြီးက ဆင်းရဲပြီး တွန်းကန်၍ ပေးနေသလိုဖြစ်နေခြင်းကြောင့် ချမ်းသာချင်တယ် ဟူသော တဏှာ (လောဘ) သမုဒယသစ္စာသည် ဖြစ်ပေါ်၍ လာရ၏။ (ချမ်းသာ လို့ ချမ်းသာချင်တာမဟုတ်၊ ဆင်းရဲလို့ ချမ်းသာချင်တာ ဖြစ်ရသည်ကို မြင်အောင် ကြည့်ပါ။) ဒီတဏှာလောဘသည် စားတဲ့နေရာ သွားတဲ့နေရာ နေရာတိုင်းမှာ ချမ်းသာချင်၊ ကောင်းချင်တဲ့သဘောဖြစ်သည်။ မည်သည့် ခံစားမှုကိုမှ မတင်းတိမ်နိုင်၊ မရောင့်ရဲနိုင်။ အမြဲတမ်း ခံစားလိုလျက်ရှိ၏။ လောကတွင်းမှာရှိသမျှသောခံစားမှုတို့ကို တင်းမတိမ်နိုင်၍ မနေရလို့ သေရရင်တောင် ဒီထက်ကောင်းတဲ့ ဒီထက်ပြည့်စုံတဲ့ ဘဝတွေကို ရရ ရောက်ရပါစေလို့ အာရုံပြု ဆုတောင်းစိတ်ညွတ်လိုက်လို့ နောက်ထပ် ဘဝ အသစ်-အသစ်တွေ ထပ်ခါ ထပ်ခါ ဖြစ်ခါ ဘဝ ဒုက္ခ၊ အို၊ နာ၊

သေ၊ သံသရာကြီးသည် ရှည်လျားရပေတော့၏။ ဒါကြောင့် မိမိဘဝ အတွင်း၌ ဖြစ်ခဲ့ဖူးသော ချမ်းသာချင်မှု၊ ကောင်းချင်မှု၊ တင်းမတိမ်နိုင် ဖြစ်ခဲ့ရမှု၊ မိမိသဘောကျနှစ်သက်သော အာရုံ ကို ထပ်ခါထပ်ခါတွေ့ပြီး သဘောကျနေချင်မှုသည် တဏှာလောဘဖြစ်၏။ ယုတ်စွာအဆုံး မိမိခန္ဓာ ကိုယ်ကြီးကိုပင် ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့ဟာ၊ ငါ ဟု တွယ်ငြိနေမှုသည်ပင် တဏှာ၊ လောဘဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ လောဘကို မြင်အောင်ကြည့်ပြီး သမုဒယ သစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ ဟု ရှုပါ။

ပြုလုပ်မှုကမ္မဘဝ

သမုဒယသစ္စာဟူသော တဏှာလောဘ၏ ချမ်းသာချင်မှု ကြောင့် ငါချမ်းသာအောင် တဏှာဦးစီးလျက် ကောင်းသော အသက် မွေးဝမ်းကြောင်းမှု၊ မကောင်းသော အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းမှု စသည် တို့ကို (ခန္ဓာဝန်ဒုက္ခကြီးကြောင့်) မဖြစ်မနေ ပြုလုပ်ကြရ၏။

- ကိုယ်ဖြင့် ပြုလုပ်တာဟူသ၍တို့သည်-ကာယကံ၊
- နှုတ်ဖြင့် ပြောဆိုတာ ဟူသ၍တို့သည်- ဝစီကံ၊
- စိတ်ဖြင့် တွေးတော ကြံစည်တာဟူသ၍တို့သည်- မနောကံ၊

ဤသို့ကံ ဖြစ်ကြရ၏။ ကောင်းတာလုပ်တော့ ကောင်းကံ၊ မကောင်းတာလုပ်တော့ မကောင်းကံ၊ အကျိုးပေးသောကံနှင့် အကျိုး မပေးသောကံ ဒါပဲထူးပါ၏။ မိမိတို့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ကံရဲ့ ပုံဟန်သန္တာန် သတ္တိကတော့ စိတ်ထဲမှာမြုပ်ထားသလိုဖြစ်၍ ရှိနေပါသည်။ ဒါကြောင့် မိမိတို့ပြုလုပ်ထားတဲ့ကံသည် ပြန်တွေး၍ စိတ်ထဲမှာပေါ်သည်။ မတွေးဘဲ

နှင့်လည်း ပေါ်သည်။ ဒါကြောင့် မိမိတို့လှူဒါန်းတဲ့ ကုသိုလ်သည် လှူဆဲမှာ လည်း ချမ်းသာသည်။ လှူပြီးတဲ့နောက် စိတ်ထဲမှာပေါ်တော့လည်း ချမ်းသာနေရသည်။ အကုသိုလ်ပြုလုပ်သောသူတိုင်းပင် ပြုဆဲမှာလည်း ဆင်းရဲနေရ၏။ ပြုပြီးတဲ့နောက်မှာလည်း ဆင်းရဲနေရ၏။ ဒါကြောင့် မိမိ တို့တရားရှုမှတ်ဆဲ၌ ကောင်းတဲ့အာရုံဖြစ်စေ၊ မကောင်းတဲ့အာရုံဖြစ်စေ (ကုသိုလ်အရိပ်ဖြစ်စေ၊ အကုသိုလ်အရိပ်ဖြစ်စေ) ပေါ်လာသောအခါ ကမ္မဘဝ၊ ကမ္မဘဝ (ကံကံ) ဟု ရှုမှတ်ပါ။

ပစ္စုပ္ပန်ကမ္မဘဝနှင့် အနာဂတ်အကျိုးဘဝ

ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ကမ္မဘဝနှင့် အနာဂတ်ဘဝ အကျိုးဒုက္ခတို့၏ ဆက်စပ်၍ဖြစ်ပုံ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ ပြုလုပ်ခဲ့သော ကုသိုလ်ကံအရိပ်သည် သေခါနီးကျတော့ စိတ်မှာပေါ်လာ၍ ချမ်းသာ၍ နေရပြန်၏။ ထိုချမ်းသာ နေတဲ့အခိုက်၌ သေသောသူသည် ကောင်းသော လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာဘဝသို့ ရောက်ရပေတော့၏။ (အို၊ နာ၊ သေကတော့ မလွတ်နိုင်၍ ဒုက္ခသစ္စာပင်) အကုသိုလ်တို့ကို ပြုသောသူတို့သည်လည်း သေခါနီးကျတော့ သူပြုခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်အရိပ်တို့သည် စိတ်မှာပေါ်လာ၍ ဆင်းရဲနေရတဲ့အခိုက် သေသောသူသည်လည်း အနာဂတ်ဘဝ၌ မကောင်းသော ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ် ဟူသော အပါယ်လေးဘုံ၌ ထိုက်ရာကို ရောက်ရပေ တော့လတ္တံ့၊ ဒါကြောင့် အနာဂတ်ဘဝဘက်သို့လှမ်း၍ ဆင်းရဲလတ္တံ့ဟုရှုပါ။

ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ ပြုလုပ်မှု ကမ္မဘဝ၊ အနာဂတ် ဒုက္ခသစ္စာ ဤလေးလုံးတို့ကို တစ်လုံး၊ တစ်လုံးလျှင် (၂)မိနစ်စီရှု၍ တစ်လုံးနှင့်တစ်လုံး ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်မှုကိုမြင်မှသာ တစ်ဆက်တည်း ပေါင်း၍ရှုပါ။

လင်္ကာမှာ-

“ဆင်းရဲလို့ ချမ်းသာချင်၊ ချမ်းသာချင်တော့ ပြုလုပ်၊ ပြုလုပ်တော့ ကံဖြစ်၊ ကံဖြစ်တော့ နောက်ထပ်ဘဝအသစ်တစ်ဖန် ဖြစ်ရဦးတော့လတ္တံ့၊ ဒုက္ခသစ္စာပင်”

ဝင်သုံးပါးဂူရန်

- ၁။ လွန်ခဲ့သော အတိတ်ဘဝက အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်တို့ ခြံရံပြီး ပြုခဲ့သောကုသိုလ်ကံကြောင့် ယခု ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ လူဟူသော အကျိုး၊ ဝိပါကဝဋ်ကြီးသည် ဖြစ်ရ၏။ ဒါကြောင့် ငါ့ရထားသော ဤရုပ်နာမ်ခန္ဓာအစုကြီးသည် အကျိုးဝိပါက ဝဋ်၊ ဝိပါကဝဋ် ဟု ရှုပါ။
- ၂။ ဤအကျိုးဝိပါကဝဋ်ဆင်းရဲကြီးကို မှီ၍လည်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စတဲ့ ကိလေသာတို့၏ ပူလောင်မှုတို့သည် ဖြစ်ရပြန်၏။ ဒါကြောင့် ကိလေသာတို့၏ ပူလောင်မှုတို့ကို မြင်အောင်ကြည့်၍ ကိလေသဝဋ်၊ ကိလေသဝဋ် ဟု ရှုပါ။
- ၃။ ကိလေသဝဋ်တို့၏ ပူလောင်၍ တိုက်တွန်းမှုတို့ကြောင့် လည်းကောင်း၊ မကောင်းမှု ပြုလုပ်မှုတို့သည် ဖြစ်ရပြန်တော့၏။

ဒါကြောင့် ကောင်းမကောင်း ပြုလုပ်မှုတို့ကို မြင်အောင်ကြည့်၍ ကမ္မဝင်္ဂ၊ ကမ္မဝင်္ဂဟု ရှုပါ။ ဤသို့ ဝဋ်သုံးပါး တို့၏ ဆက်စပ်ပုံတို့ကို ရှုပါ။ ဤသို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်ကို ရှုရာတို့၌ သစ္စာကိုရှုရှု ဝဋ်ကိုရှုရှု ကြောင်းကျိုးစပ်ကို မြင်အောင်ရှုနိုင်ဖို့သာ လိုရင်းဖြစ်သည်။ လမ်းလျှောက်ရင်း ရှုရန်ကတော့ ခြေဖဝါးထဲမှာ ထိ၊ သိ ပေါ်လိုက်-ပျောက်လိုက်ကိုပဲ ရှုပါ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရှုအဓိပ္ပါယ်

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကိုရှုရာ၌ အင်္ဂါ(၁၂)ပါးတို့၏အနက်နှင့် လက္ခဏာတို့ကိုတော့ အထိုက်အလျောက် သိထားသင့်ပါသည်။

ဒါကြောင့် ဒုတိယပိုင်း၌ရေးထားသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၌ ကြေညက် အောင်လေ့လာထားပါ။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်၌ အကြောင်းအကျိုး အစပ်အလွှာ (၈)သွယ်ရှိသည်တို့တွင် (၁)သွယ်၏ ကြောင်းကျိုးစပ်၍ သံသရာလည်ပုံအထိ ဉာဏ်၌မြင်ထားပါလျှင် လုံလောက်ပါသည်။

ဒါကြောင့် သစ္စာရှုကွက်နှင့် ဝဋ်ရှုပုံတို့ကိုပဲ ရေးပါသည်။ မိမိတို့ ဉာဏ်ပွင့်သလို ရှုကြပါ။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို ရှုရာ၌ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်ရသည်ဟု မြင်သောအခါ လောက၌ အကြောင်းဆိုတာ မရှိဟူသော အဟောတုကဒိဋ္ဌိအမြင်မှားနှင့် အကျိုးဆိုတာလည်း မရှိ (သူဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်တာပါ၊ တိုက်ဆိုင်လို့ ဖြစ်တာပါ)ဟူသော နတ္ထိကဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားတို့မှ လွတ်တော့၏။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကိုရှုလို့ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ပြုလို့ ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုးတို့ဖြစ်ရသည်ဟူသော ကြောင်းကျိုး

စပ်ကို မြင်သောအခါ ဖန်ဆင်းရှင် ရှိသည်ဟူသော အမြင်မှားမှ လည်းကောင်း၊ ကုသိုလ်ပြုလို့ ကုသိုလ်မမည်။ အကုသိုလ်ပြုလို့ အကုသိုလ် မမည်ဟူသော အကိရိယ အမြင်မှားဒိဋ္ဌိတို့မှလည်းကောင်း လွတ်တော့၏။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို ရှုသောအခါ အကြောင်းတစ်လဲ၊ အကျိုး တစ်လဲ ဖြစ်နေရသည်ကို မြင်သောအခါ ဤခန္ဓာကိုယ်တွင်းက အတ္တကောင်သည် မပျက်စီးဘဲ ခန္ဓာအိမ်အသစ် အသစ်သို့ ကူးပြောင်း၍ နေပေသည်ဟူသော သဿတဒိဋ္ဌိအမြင်မှားနှင့် သေလျှင်ပြတ်၏ နောက်ထပ်ဘာမှ မဖြစ်ဟူသော ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားတို့မှလည်း လွတ်ရလေတော့၏။ ဤပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရား တော်ကို ရှုရသဖြင့် အမြင်မှား ဒိဋ္ဌိကြီး (၅)မျိုးတို့မှလွတ်၍ သတ္တဝါတို့၏ ရုပ်နာမ်တို့သည် အကြောင်းကိုစွဲ၍ အကျိုးဖြစ်ရသည်။ အကျိုးကိုစွဲ၍လည်း အကြောင်းဖြစ်ရပြန်သည်။

ဤသို့ အကြောင်းတစ်လဲ၊ အကျိုးတစ်လဲဖြစ်၍ သံသရာလည် နေကြရပေသည်ဟု သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ် အမြင်မှန် ရလေတော့၏။

(ကြောင်းကျိုးဆက် အကျဉ်းချုပ်ကား လွန်ခဲ့ သော အတိတ်ဘဝ အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ-ဥပါဒါန်တို့ ခြံရံပြီး ပြုခဲ့သော ကောင်း၊ မကောင်းသော ကံတို့ကြောင့် ယခုပစ္စုပ္ပန်၌ ကောင်း၊ မကောင်းဘဝတို့သည် ဖြစ်ရ၏။ ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌လည်း အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်တို့ ခြံရံပြီးပြုသော ကောင်း၊ မကောင်းကံတို့ကြောင့်လည်း အနာဂတ်တို့၌လည်း ကောင်း၊ မကောင်းသော ဘဝတို့သည်လည်း ဖြစ်ရဦးတော့ လတ္တံ့တည်း)

အထူးသတိပြုရန်

လူတို့သည် စိတ်ကိုဆင်းရဲစေသော အာရုံများ စိတ်၌ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ ဆင်းရဲနေကြရ၏။ ထိုဆင်းရဲစေသော အာရုံကိုငါ့စိတ်၌ မဖြစ်နဲ့၊ မလာနဲ့ဟု တားကြည့်ပါ။ ရဲရဲလား။ မရလျှင် ငါသည် ငါ့ကိုယ်ငါ မပိုင်ပါလား၊ မနိုင်ပါလား။ ဤဆင်းရဲသည် ငါ့ကို သေချာပေါက် ဒုက္ခပေးတော့မှာပါလားဟု သိထားလိုက်ပါ။ ဤဆင်းရဲတို့မှလွတ်ချင်လျှင် အချိန်ရှိခိုက် လုံ့လစိုက်၍ ဝိပဿနာ တရားတော်ကိုသာ အားထုတ်ထားကြပါ။ ဤပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို စာဆိုနဲ့အညီ ဉာဏ်မှာတွေ့အောင် ရှုတတ်ပြီးမှ နောက်အပိုင်းမှာ ပြောင်း၍ ရှုပါ။

သမ္မသနဉာဏ်ရှုကွက်

ဤသမ္မသနဉာဏ်ရှုကွက်သည် ဓါတ်တွေ ကြွ၍ ဖြစ်ပျက်ပေါ်အောင်ရှုရမည့်နည်းဖြစ်သည်။ နှာသီးဖျားက စောင့်၍ လေရှုလိုက်သည်နှင့် ထိသိ ထိသိ ထိသိ ဟု အရှုနှင့် အရှိုက်ကို တစ်ဆက်တည်း တောက်လျှောက်တွဲ၍ ဆုံးသည့်တိုင်အောင် ရှုကြည့်၍ ဆုံးလည်းသွားကရော ထိသိကလေးတွေ ကုန်သွားပြီဟု ရှုလိုက်ပါ။ ဤကဲ့သို့ လေကို ရှုလိုက်တိုင်း ထိသိ ထိသိ ထိသိ ဟု ဆုံးလည်းသွား ကရော ကုန်သွားပြီဟု ရှုလို့ ရအောင် လေ့ကျင့်ထားပါ။ (ဤနည်း ခြုံရှုလို့ ဓါတ်အကြွနည်းတဲ့အခါတိုင်း ခြုံမရှုခင် ငါးမိနစ်လောက်ရှုပြီး မှ ခြုံရှုကို ဆက်ရှုပါ)

၁။ မျက်နှာကို ခြုံ၍ကြည့်လိုက်ပါ။ (မျက်နှာပုံစံပေါ်အောင်ကြည့်သည်မဟုတ်ပါ) မျက်နှာက ပူတာ၊ အေးတာ၊ ယားတာ၊ နာတာ၊

ကိုက်ခဲတာ၊ ရွရွ စသည်ဖြင့် ဓါတ်တစ်ခုခုကြွမှုကို မြင်အောင် ကြည့်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဓါတ်တစ်ခုခုတွေ့လျှင် ဆက်၍ ခြုံ၍ကြည့်နေပါ။ တစ်မိနစ် ခန့်ကြည့်လို့ ဘာမှမတွေ့လျှင်-

၂။ ရင်ဘက်ကို ပြောင်း၍ခြုံ၍ကြည့် လိုက်ပါ။ ရင်ဘတ်ကလည်း ပူ၊ အေး၊ ယား၊ နာ၊ တောင့်တင်း၊ လှုပ်ရွ တစ်ခုခုတွေ့နေလျှင် ဆက်၍ သာ ခြုံကြည့်နေပါ။ တစ်မိနစ်ခန့်ကြာလို့ ဘာမှ မတွေ့ပြန်လျှင်-

၃။ လက်ကလေးတွေ ထပ်ထားတဲ့ အပေါ်ကို ခြုံ၍ကြည့်နေပါ။ လက်ကလေးတွေက ပူနွေးနွေးလေးတွေ့နေလျှင် ထိုပူနွေးနွေးကို ဆက်၍ ခြုံကြည့်နေပါ။ လက်ထိပ်ကလေးတွေက လှုပ်ရွနေတာကို တွေ့နေပြန်လျှင်လည်း ဆက်၍သာ ခြုံကြည့်နေပါ။ တစ်မိနစ်လောက် ကြည့်လို့ ဘာမှမတွေ့မှ မျက်နှာ၊ ရင်ဘတ်၊ လက် ဒီသုံးနေရာကို တစ်လဲစီ တစ်လဲစီ ပြောင်း၍ ရှုကြည့်နေပါ။ လမ်းလျှောက်ရင်း ရှုရန်ခြေကို ခပ်ဆတ်ဆတ်ချလိုက်သောအခါ ခြေဖဝါးတည်းမှာ ဖျန်းခနဲ တုံ့ခနဲ တုံ့ခါသွားတာကို မြင်အောင် ကြည့်၍ လျှောက်ပါ။ တုန်ခါမှုတွေကို ကြည့်၍ လျှောက်ပါ။ ရှုဖန်များသောအခါ တဖြည်းဖြည်းနှင့် တုန်ခါမှုတွေသည် ခေါင်းအထိ တက်သွား၍ ခေါင်းရောက်၍ ဆုံးလည်းသွားကရော ကုန်သွားပြီဟု ရှုပါ။

သမ္မသနဉာဏ်အဓိပ္ပါယ်

မိမိရထားတဲ့ ဒီခန္ဓာကိုယ်၌ ရုပ်နှင့် နာမ် နှစ်ပါးသာရှိသည်။ ထိုနှစ်ပါးတို့တွင်-

- ၁။ နာမ်က စိတ်နှင့်စေတသိက်နှစ်ပါးကို ပေါင်းစပ်၍ ဖွဲ့စည်းထားတာဖြစ်သည်။
- ၂။ ရုပ်က မြေ၊ ရေ၊ လေ၊ မီး ဓါတ်ကြီး လေးပါးတို့ကို ပေါင်းစပ်၍ ဖွဲ့စည်းထားတာဖြစ်သည်။

မြေဓါတ်က မာတယ်၊ ကြမ်းတယ်၊ လေးတယ်။ ရေဓါတ်က ယိုစီးတယ်၊ ဖွဲ့စည်းတယ်။ လေဓါတ်က လှုပ်ရှားတယ်၊ တောင့်တင်းတယ်၊ ထောက်ကန်တယ်။ မီးဓါတ်က ပူတယ်၊ အေးတယ်တို့ ဖြစ်ကြ၏။

ဒါကြောင့် ဒီဓါတ်ကြီးတွေကြွလာအောင် မျက်နှာ၊ ရင်ဘတ်၊ လက်တို့ကို တစ်လဲစီ ပြောင်း၍-ပြောင်း၍ ခြုံကြည့်ရခြင်းဖြစ်သည်။ ခြုံကြည့်ခြင်းသည်လည်း ဓါတ်ကြွလွယ်ပါသည်။ အကယ်၍ ဓါတ်က အကြွနည်းနေလျှင်လည်း လေ အရှူအရှိုက်တို့ကို တစ်ဆက်တည်းတွဲ၍ ထိသိ ကုန်သွားပြီ။ ရှုနည်းတို့ကို ငါးမိနစ်လောက်ရှုပြီးမှ ခြုံရှုကို ပြန်၍ ရှုပါ။ ဓါတ်တွေ ကြွလာပါလိမ့်မည်။ ခန္ဓာကိုယ်၌ ဓါတ်တွေကြွလာမှ ဖြစ်ပျက်တို့ကို ထင်ရှားပါမည်။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် တစ်ကိုယ်လုံးခြုံရှု

မျက်နှာ၊ ရင်ဘတ်၊ လက်တို့ကို တစ်လဲစီ ခြုံရှုလို့ ပူ၊ အေး၊ ယား၊ နာ၊ တောင့်တင်း၊ လှုပ်ရှား စသည်တို့ကိုတွေ့လျှင် ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံးကို ခြုံ၍ ရှုကြည့်လိုက်ပါ။ ကြည့်ကြည့်ခြင်း ဘာမှမတွေ့လျှင် လျှောက်မရှာရ။ ဝင်လေ၊ ထွက်လေကို မသွားရ။ ခြုံ၍သာ ကြည့်နေပါ။ ကြာတော့ ပူအေး ယားနာ တောင့်တင်း စသည်တို့သည် တစ်နေရာရာက ပေါ်လာပါလိမ့်မည်။ ပေါ်လာလျှင် ခြုံ၍ ကြည့်ရင်းက ဖောက်ပြန်တယ်။ ဖောက်ပြန်တယ်ဟု ရှုပါ။ ရှုရင်းက ရှုကွက်ကလွတ်ပြီး စိတ်က ဟိုအာရုံ၊ ဒီအာရုံသို့ ပြေးသွားနေလျှင် မဆွဲရ၊ မဖမ်းရ။ စိတ်ဖောက်ပြန်နေတယ်ပဲ ရှုပါ။ (ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်)

လမ်းလျှောက်ရင်းရှုရန်ကတော့ မိမိ လျှောက်မည့်ဘက်ကို မျက်စိမှိတ်၍ ရပ်လိုက်ပါ။ တစ်ကိုယ်လုံးကို ခြုံ၍ ကြည့်လိုက်ပါ။ တစ်ကိုယ်လုံးက လှုပ်ရှုတ်ပျက်တို့ကိုတွေ့လာသောအခါ ရှေ့ကို တစ်လှမ်းလှမ်း၍ လှုပ်ရှုတ်ပျက်ကလေးတွေသည် ပါမလာဘဲ ရပ်တဲ့နေရာတွင် ကုန်ခဲ့တာကိုကြည့်၍ ကုန်ခဲ့ပြီ-ကုန်ခဲ့ပြီဟု ရှုလိုက်ပါ။ နောက်တစ်လှမ်း လှမ်း၍ လည်း ခုတ်နေရာတွင် ကုန်ခဲ့ပြီဟု ရှုပြီးလျှင် မျက်စိပွင့်၍ လှမ်းတိုင်း လှမ်းတိုင်း ကုန်ခဲ့ပြီ ကုန်ခဲ့ပြီဟု ရှု၍ ဆက်၍လျှောက်ပါလေ။

(လမ်းလျှောက်ရှုတဲ့အခါ ခန္ဓာကိုယ်ခြင်သန္တာန်ကြီးကသာ ရွေ့လျားနေပေမယ့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ဓါတ်ပရမတ်တွေကတော့ ဖြစ်တဲ့နေရာတွင်သာ ပျက်ကုန်ဆုံး၍ ဘယ်မှမရောက်ဟု သိထားလိုက်ပါ။)

ဥဒယပ္ပယဂ္ဂအဓိပ္ပါယ်

အရှင် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် ဖောက်ပြန်တို့က ဒုက္ခသစ္စာ။ ထိုခန္ဓာကိုယ် ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက် ဒုက္ခသစ္စာအတွင်း၌ အာရုံတိုက်လိုက်လျှင် ထ၍ ဖြစ်မည့်ကိန်း၍နေသည့် အနုသယခါတ် တဏှာ (လောဘ)သည် သမုဒယသစ္စာဖြစ်၏။ ရှုဉာဏ်က လောကီ ဝိပဿနာ မဂ္ဂသစ္စာဖြစ်၏။

ထိုလောကီဝိပဿနာမဂ္ဂသစ္စာ၌ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ(၂) ပါးက ပညာမဂ္ဂင်၊ သမ္မာ ဝါယမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ (၃)ပါးက သမာဓိမဂ္ဂင်၊ ခန္ဓာကိုယ် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် ဖောက်ပြန်ကို ရှုလိုက်လို့ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးကို တစ်ချက်မြင်လိုက်သည်နှင့် ဒီလောကီဝိပဿနာ ရှုဉာဏ်(၅)ပါးဟာ တစ်ပြိုင်နက် အလုပ်လုပ်ကြသည်။ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကို ရှုလိုက်လို့ ဖောက်ပြန်ဖြစ်ပျက်တို့ကို အမှန်အတိုင်း မြင်တာသည် ပညာမဂ္ဂင်တို့၏ သတ္တိသဘောဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ် ရှုကွက်အပေါ်၌ ရှုဉာဏ်ကို တည်ငြိမ်စွာရှုနိုင်အောင် ထိန်းထားခြင်းသည် (စိုက်ထားခြင်းသည်) သမာဓိမဂ္ဂင်တို့၏ သတ္တိသဘောဖြစ်သည်။

တစ်ကိုယ်လုံးကို ခြုံရင်းက ရှုတတ်အောင်

ဤရှုနည်းသည် မစိုက်ရ။ လိုက်မရှုရ။ ခြုံရင်းက ရှုတတ်အောင် လေ့ကျင့်ရမည်ဖြစ်သည်။ တစ်ကိုယ်လုံးကို ခြုံထားသည့်အတွက် ဘယ်နေရာကပဲ ပူအေး ယားနာ တောင့်တင်း စသည်ကို ပြုပြင်ခြင်း

ချက်ချင်းသိသည်။ သိသည်နှင့် ခြုံရင်းကပဲ ဖောက်ပြန်တယ်၊ ဖောက်ပြန်တယ်ဟု ရှုလိုက်ပါ။ စိတ်ကိုလည်း ရှုကွက်ကလွတ်ပြီး ဟိုအာရုံ၊ ဒီအာရုံကိုရောက်သွားမှာကြောက်ပြီး ထိန်းမထားရ။ ဆွဲမထားရ။ လွတ်သွားသည်နှင့် (လွတ်သွားတာ) ကို သတိရသည်နှင့် စိတ်ဖောက်ပြန်တယ်။ ဖောက်ပြန်တယ်ဟု ရှုလိုက်ပါ။ ဤကဲ့သို့ စိတ်ဖောက်ပြန်မှုကို ၂-၃ ကြိမ် လောက်ရှုမိသွားလျှင် စိတ်သည် ငြိမ်၍ အထွက်နည်းသွားပါလိမ့်မည်။

ပညာမဂ္ဂင်၊ သမာဓိမဂ္ဂင် အဓိပ္ပါယ်

ဖောက်ပြန်မှုကို ခြုံရင်းက ရှုတာသည် အမှန်အတိုင်း အရှိအတိုင်းမြင်အောင် ပညာမဂ္ဂင် ဦးစီး၍ ရှုခြင်းဖြစ်သည်။ ရှုကွက်ကို စိုက်၍ရှုခြင်း၊ ပေါ်ရာကိုလိုက်၍ရှုခြင်းသည် သမာဓိမဂ္ဂင်တို့ ဦးစီး၍ ရှုခြင်းဖြစ်သည်။ ဒါကြောင့် ဖောက်ပြန်မှုတို့ကို ပညာဦးစီး၍ ခြုံရင်းက ရှုတတ်အောင် လေ့ကျင့်ရခြင်းဖြစ်သည်။

ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်၊ ခြေလွတ်၍ရှုရန်

ခန္ဓာကိုယ်တွင်းသို့လှမ်း၍ ခြုံကြည့်လိုက် သောအခါ ပူ-အေး-ယား-နာ-တောင့်တင်း စသည်တို့က တော်တော်နှင့် ဖြစ်ပျက်မမြင်ရဘဲ ရပ်တည်သလိုဖြစ်နေသောအခါ ပေါ်လိုက်-ပျောက်လိုက် ဖြစ်၍လာအောင် ခန္ဓာကိုယ်၊ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်၊ ပညတ်၊ ခြေသန္တာန်တွေကို လွတ်၍ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ပူ-အေး-ယား-နာ-တောင့်တင်း စသည်တို့ကိုပဲကွက်၍မြင်အောင်ကြည့်၍ ဖောက်ပြန်နေတယ်၊ ဖောက်ပြန်နေတယ် ဟု ရှုပါ။ ရှုစိတ်ကလည်း ရှုကွက်ကို လွတ်၍ ဟိုအာရုံ၊ ဒီအာရုံသို့

ပြေးသွားနေလျှင် မဆွဲနှင့်၊ မထိန်းနှင့်၊ စိတ်ဖောက်ပြန်နေတယ်ပဲ ရှုလိုက်ပါ။

ပညတ်သန္တာန် ခြပ်လွတ်ရှုအဓိပ္ပါယ်

ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ပူအေး ယားနာ စသည်တို့ကို ခန္ဓာကိုယ်၊ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်၊ ခြပ်သန္တာန်တွေကိုလွတ်၍ ရှုရမည်ဖြစ်သည်။

ဥပမာ- လက်က ပူတာကိုတွေ့လျှင် လက်ဟူသော ခြပ်သန္တာန်ကို လွတ်၍ (လက်ကိုအာရုံမပြုဘဲ) ပူတာကိုချည့် ကွက်မြင်အောင်ကြည့်၍ ဖောက်ပြန်တယ်၊ ဖောက်ပြန်တယ် ဟု ရှုခြင်းဖြစ်သည်။ (ကျန်တဲ့ ယားနာတောင့်တင်းတို့ကိုလည်း ဤအတိုင်း ရှုရမည်ဖြစ်သည်) အကယ်၍ လက်ခြပ်ကို မလွတ်ဘဲ ပူတာကိုချည့် စိုက်၍ရှုနေလျှင် လက်ဟူသော ပညတ်ခြပ်ပါနေသည့်အတွက် ပူတာဟာ တော်တော်နှင့်မပျောက်ဘဲ ပို၍ပူလာသလိုဖြစ်နေလိမ့်မည်။ (ပူတာက ဓါတ်ပရမတ်ဖြစ်၍ ဥပါဒ်-ဋီ-ဘင်ရှိသည်၊ ဝိပဿနာရှုနိုင်သည်၊ လက်ခြပ်က ဥပါဒ်-ဋီ-ဘင်မရှိ၍ ဝိပဿနာ မရှုနိုင်။) ရုပ်နာမ်ပရမတ်ကို ဝိပဿနာရှုလျှင် ဖြစ်ပျက်မြင်၍ ကိလေသာမဝင်နိုင်။ ပညတ်ကို အာရုံပြုလျှင် စွဲငြိမှုဖြစ်၍ ကိလေသာ ဝင်နိုင်သည်။ ကိလေသာဟူသည် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဝိစ္စာဒိဋ္ဌိ စသည်ဖြင့် (၁၀)ပါးရှိသည်။

ခန္ဓာဉာဏ်ရောက်

ခန္ဓာကိုယ်၊ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက် ခြပ်သန္တာန် ပညတ်တွေကို လွတ်၍ ရှုဖန်များလာသောအခါ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ပူ-အေး-ယား-နာ- တောင့်တင်းစသော ပရမတ်တို့သည် တဖြည်းဖြည်းနှင့် ပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက်ဖြစ်၍လာလိမ့်မည်။ ဒါကိုပင်ခြံ၍ ခြပ်သန္တာန် တွေကိုလွတ်၍ ဆက်၍ ရှုနေပါ။ ပူ-အေး-ယား-နာ-တောင့် တင်း စတဲ့ ပရမတ်တို့သည် တဖြည်းဖြည်းနှင့် ဖျင်းဖျင်းရှိုန်ရှိုန် သုတ် သုတ် လှုပ်လှုပ်တို့ဖြစ်၍ သွားလိမ့်မည်။ ဒီအခါ ပညတ်ယနကျေ၍ ခန္ဓာကိုယ် ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက် ခြပ်သန္တာန်တွေပျောက်၍ လှုပ်ရွံ့ဖြစ်ပျက် ရုပ်နာမ်အစုကြီးကိုသာ မြင်နေရလိမ့်မည်။ ဒါကိုပင် ဆက်၍ ခြံ၍ ရှုကြည့်နေပါ။ (ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်၊ ဘင်္ဂဉာဏ် စသည်သို့)

ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် အဓိပ္ပါယ်

ဤရှုနည်းသည် ပေါ်ရာကိုလိုက်၍ မရှုရ၊ စိုက်၍မရှုရ၊ ခန္ဓာ ကိုယ်တွင်းက ဟိုနားက ပူတာပြလိုက်၊ ဒီနားက အေးတာ ပြလိုက်၊ တစ်နေရာက တောင့်တင်းပြလိုက်- နေရာများများ ဘယ်လို ပဲပြပြ ခွဲမရှုရ၊ အားလုံးပေါင်းပြီးခြံ၍သာ ရှုရမည်ဖြစ်သည်။ ခြံ၍ ရှုဖန်များ သောအခါ ပညတ်ခြပ် သန္တာန်တွေဟာ ယနကျေပြီး လှုပ်ရွံ့ နာမ်ရုပ် ဖြစ်ပျက်ကလေးတွေ ဖြစ်၍ သွားတော့၏။ ဒီအချိန်ကစ၍ လှုပ်ရှား ၁-ချက်ကို ရုပ်နာမ် အစုံဟု ဉာဏ်ကယူထားပါ။ ဤရုပ်နာမ် လှုပ်ရွံ့ ဖြစ်ပျက်ကလေးသည် ငါ့ရှုသည်ဖြစ်စေ၊ မရှုသည်ဖြစ်စေ သူ့အလို လိုက ဖြစ်ပျက် ကုန်ဆုံး၍ နေသဖြင့်

ငါသည် အားစိုက်၍ မရှုတော့ဘဲ သိရုံသာသိနေတော့မည်ဟု မလွတ်တမ်း ကြည့်၍ သိရုံသာသိနေလိုက်ပါလေ။ ကြာသော် လှုပ်ရှား ဖြစ်ပျက်ကလေး တွေသည် မြန်၍ လာပြီး အဖြစ်ကိုမဖြစ်ရတော့ဘဲ အပျက်ကိုချည့် မြင်ရက ကိလေသာတို့ကို တစ်စတစ်စပယ်ခွာ၍ အထက်ဉာဏ်သို့ တက်လှမ်းနိုင် ပါတော့လတ္တံ့။

ကိလေသာ

ခန္ဓာကိုယ်ကို ခြံ၍ ကြည့်သောအခါ ရုပ်ယန နာမ်ယနတို့ကြေ၍ ခေါင်းခါးခြေလက် ခြပ်သန္တာန်တို့ကို မမြင်ရတော့ဘဲ လှုပ်လှုပ်ရွရွ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အစုကြီးကိုသာ မြင်လာရလိမ့်မည်။ ဒီအခါ လောဘ ဒေါသ စသော ကိလေသာတို့၏ ပူလောင်ပုံတို့ကိုလည်း တစ်ခါတစ်ခါ ထင်ရှားစွာ တွေ့လာရလိမ့်မည်။ ကိလေသာဟာ အကြမ်း၊ အလတ်၊ အနုအားဖြင့် (၃)မျိုးရှိသည်။

- ၁။ ကာယကံ၊ ဝစီကံအထိ ကျူးလွန်သော ကိလေသာကို ဝိတိက္ကမ ကိလေသာ ဟု ခေါ်သည်။ (လွန်ကျူးတဲ့ကိလေသာ)
- ၂။ စိတ်မှာကပ်၍ ဒေါပွခြင်း တင်းမတိမ်နိုင်ခြင်းဖြစ်နေတဲ့ ကိလေသာကို ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာဟု ခေါ်သည်။ (စိတ်နှင့်ယှဉ်၍ ဖြစ်နေတဲ့ ကိလေသာ)
- ၃။ အာရုံတိုက်လိုက်လျှင် ထ၍ဖြစ်ပေါ်မည့် ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ရုပ်နာမ် ထဲမှာကိန်း၍နေတဲ့ တဏှာ (လောဘ)ကို အနုသယကိလေသာ ဟု ခေါ်သည်။ (ရုပ်ထဲနာမ်ထဲမှာ ကိန်းတဲ့ခါတ်) ဤသို့ (၃)မျိုးရှိသည်။

- ၁။ ဝိတိက္ကမကိလေသာကို သီလဖြင့် ထိန်း၍ သတ်ရမည်။
- ၂။ ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာကို စူးစိုက်၍ ရှုနိုင်သော သမာဓိဖြင့် သတ်ရမည်။
- ၃။ အနုသယကိလေသာကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ဖြင့်သာ အမြစ် ပြတ် ပယ်သတ်ရမည်။

လင်္ကာ

လွန်ကျူး ဆူပွက် မျိုးမပျက် သုံးချက် ကိလေသာ။
သီလ သမာဓိ ပညာ ဖိသတ်မည့် သုံးသိက္ခာ။
အနာနှင့်ဆေး သင့်အောင်ပေး၊ ပျောက် ရေးမခက်ပါ။
အနာမသိ ဆေးမရှိ၊ အနာသိက ဆေးရှိစွ။
ခန္ဓာကိုယ် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်တို့သည် ဒုက္ခသစ္စာ။
ထိုဒုက္ခသစ္စာအတွင်း၌ ကိန်း၍ နေသောအနုသယတဏှာ
(လောဘ)သည် သမုဒယသစ္စာ။ ထိုဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ တို့ကို
အမှန်အတိုင်း မြင်လာအောင် ရှုကြည့် နေမှုသည် လောကီ ဝိပဿနာ
မဂ္ဂသစ္စာ ဖြစ်တော့၏။

သူ့အလိုလိုကုန်ဆုံး ဥပေက္ခာရှုရန်

ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ရုပ်နာမ်ပရမတ်တွေသည် ယနကျေ၍ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက် ခြပ်သန္တာန်တို့ပျောက်ကာ လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ် ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်အစုကြီးကို မြင်လာသောအခါ ဤရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်တို့သည် ငါက ရှုသည်ဖြစ်စေ၊ မရှုသည် ဖြစ်စေ သူ့အလိုလိုကိုက အမြဲတမ်း ဖြစ်ပျက် ကုန်ဆုံး၍နေပေသည်။ ဒါကြောင့် ငါသည် အားစိုက်၍ မရှုတော့ဘဲ

သူ့အလိုလိုကုန်ဆုံးခြင်းကို ခြံရင်းက သိရုံသာ သိနေတော့အံ့ ဟု အလိုက်သင့် မလွတ်တမ်းကြည့်ရုံသာ ကြည့်နေပါလေ။ (အထူး သတိ၊ ခန္ဓာကိုယ် ပညတ်သန္တာန်ခြပ်ကြီးကသာ မျက်မြင်အားဖြင့် ခိုင်တယ် မြဲတယ်ဟု ထင်ရပေမယ့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ရုပ်နာမ်ခါတ်ပရမတ်တွေ ကတော့ ဖြစ်တဲ့နေရာတွင်သာ ပျက်ကုန်ဆုံး၍ နေကြပေသည်ဟု မပြတ်၊မပြတ် သတိပြုပါ။)

ဥပေက္ခာ အဓိပ္ပါယ်

နာမ်ရုပ်ဖြစ်ပျက်အစုကြီးသည် ကြီး၍ လာလိုက်၊ သေး၍လာ လိုက် ဖြစ်လာတတ်သည်။ ဒါကိုပင် မလွတ်တမ်း အလိုက်သင့်ကြည့်၍ နေပါ လေ။ ကြာသော် လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ် ရုပ်နာမ်အစု လေးဟာ သေးပြီး မျက်နှာအောက်ရောက်လာ သလိုဖြစ်ပြီး (ဂျင်ကလေးတစ်လုံးသည် ရပ်၍ မတ်၍ လည်နေသလို) တလှုပ်လှုပ်နှင့် ဖြစ်ပျက် အစုကလေးကို မျက်စိနှင့် မြင်နေရသလို ဉာဏ်ဖြင့်မြင်နေရလိမ့်မည်။ ဒါကို မလွတ်တမ်း ဆက်၍ ကြည့်နေရင်းက လောကီဝိပဿနယရှုဉာဏ် အားကောင်း၍လာကာ လောကုတ္တရာမဂ်ဉာဏ်သည် တစ်ကြိမ်ပေါ်လာ၍ အနုသယ သမုဒယ သစ္စာ တဏှာ (လောဘ)ကို ပယ်သတ်လိုက်သည် နှင့် လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် ဒုက္ခ သစ္စာ အစုကလေးပါ တစ်ပါတည်း ချုပ်ပျောက်၍ သွားတော့၏။ ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာတို့၏ ကျန်ရစ်သော လဟာပြင် ကဲ့သို့ ချုပ်ပျောက်ရာသည် နိရောဓသစ္စာ နိဗ္ဗာန်ဖြစ်တော့၏။ သမုဒယ သစ္စာ တဏှာကိုပယ်သတ်သော တစ်ကြိမ်သာ ဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်သည်

မဂ္ဂသစ္စာဖြစ်တော့၏။ ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာတို့၏ ချုပ်ပျောက်သွား ၍ ရှင်းကနဲငြိမ်းသက်သော အရသာကို တွေ့ရခြင်းသည် (သန္တိသုခ) ငြိမ်းသက်ချမ်းသာဖြစ်တော့၏။

ဒီတွင် ဒုက္ခသစ္စာ (ဆင်းရဲကိုသိ) သမုဒယသစ္စာ (ဆင်းရဲကြောင်း ကိုပယ်) နိရောဓသစ္စာ (ဆင်းရဲချုပ်ရာကိုဆိုက်) မဂ္ဂသစ္စာ (ဆင်းရဲချုပ် ကြောင်းကိုပွား) သိ၊ ပယ်၊ ဆိုက်၊ ပွား လေးပါးကိစ္စ အပိုင်ဆောင်ထား ဟူသတည်း။

ဖိုလ်ဝင်စားရန်

“ရှေ့ကဆိုခဲ့တဲ့အတိုင်း လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ် အရှုခံ ရုပ်နာမ်ဖြစ် ပျက်တို့၏ချုပ်ပျောက်မှု ကို (၃-၄) ကြိမ်လောက် ထပ်၍တွေ့နေပြန်လျှင် တရားထူးဟုတ်-မဟုတ် မဂ်မသိ ဖိုလ်နှင့်ညီဆိုတဲ့အတိုင်း ဓိဋ္ဌာန်၍ ဖိုလ်ပါဝင်စားကြည့်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဒါကြောင့် တစ်ကိုယ်လုံးကိုခြံ၍ ရှုကြည့်နေပါ။

လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ကလေးတွေကို မြင်လာ သောအခါ ဒီရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်ကလေးတွေသည် ရပ်နားပါစေ ဟု (၃)ကြိမ် ဓိဋ္ဌာန်၍ ခြံ၍သာကြည့်နေပါ။ တစ်ကိုယ်လုံးက လှုပ်ရှုဖြစ်ပျက် တွေသည် တဖြည်းဖြည်းနှင့်လျော့လျော့သွားပြီး လုံးဝအကုန် ချုပ်ပျောက် သွား၍ ငြိမ်ပြီးရှင်းနေသော ချုပ်ပျောက်ရာကို ဉာဏ်မှာ မြင်လာရလိမ့် မည်။ ငြိမ်ပြီးရှင်းနေတဲ့အရသာကိုလည်း တစ်ပါတည်း တွေ့လာရလိမ့် မည်။ ဒီအခါ ငြိမ်ပြီးရှင်းနေတဲ့ ချုပ်ပျောက်ရာကို ဆက်လက်ပြီး သိတယ် သိတယ် သိနေလိုက်ပါဦး။ ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံးက လှုပ်ရှုဖြစ်ပျက်တွေ

တစ်ခုမကျန် အကုန်ချုပ်ပျောက်သွားမှသာ သိတယ်ရပ်ပြီးလျှင် ချုပ်ပျောက်ရာကို အာရုံပြုနေပါလေ။ အာရုံပြုနိုင်သလောက် ငြိမ်သက် ချမ်းသာသန္တိသုခကိုလည်း တွေ့ရပါလိမ့်မည်။

မဂ်ကျတဲ့အခိုက်နှင့် ဖိုလ်ဝင်စားပုံအထူးကတော့ မဂ်ကျလိုက် သည်နှင့် တစ်ကိုယ်လုံးက လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်တွေသည် တစ်ပြိုင်နက် ချုပ် ပျောက်၍သွားကြ၏။ ဖိုလ်ဝင်စားရန် ရှုတဲ့အခါ လှုပ်ရွှင် ဖြစ်ပျက်တို့သည် ဖြည်းဖြည်းချင်းသာ ချုပ်ပျောက်ကြလေကုန်တော့၏။

ဖိုလ်ဝင်စားအဓိပ္ပါယ်

ဆိုခဲ့တဲ့အတိုင်း ဓိဋ္ဌာန်၍ ရလာပါလျှင် ဒီချုပ်ပျောက်မှုသည် တရားထူးဖြစ်သည်ဟု ယူဆပါသည်။ ဓိဋ္ဌာန်ပြု၍ ချုပ်ငြိမ်းမှုရအောင်သာ လေ့ကျင့်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ အဓိဋ္ဌာန်ပြု၍ အားထုတ်တိုင်း ချုပ်ငြိမ်းမှု ရလာလျှင် ဝသီဘော်နိုင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ဒီချုပ်ပျောက်ရာကို အာရုံပြုနိုင်သလောက် ငြိမ်သက်ချမ်းသာ ကိုတော့ တွေ့နေရပါ၏။ သို့သော်လည်း အပြင်ကအသံတိုက်လျှင်တော့ ကြားသိ၍နေရပါသေး၏။ သွား၍တော့မကပ်ပါ။ ကြားကာမျှ ဖြစ်ပါ၏။ မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း သိကာမျှတော့ ဖြစ်ပါ၏။ မစင်ကြယ်သော ဖိုလ် ဝင်စားမှုဟု ထင်ပါ၏။ ဘာကြောင့်နည်း။ ဝိပဿနာရှုခဲ့စဉ်တုန်းက စိတ်ဖြစ်တိုင်းပါသော ဧကဂ္ဂတာ၊ ခဏိကသမာဓိဖြင့် ရှုခဲ့သောကြောင့် စင်ကြယ်သောဖိုလ်ကို မဝင်စားနိုင်ခြင်းဖြစ်သည်ဟု ထင်ပါသည်။

သို့သော်လည်း ဒီမစင်ကြယ်သောဖိုလ်ကို ဝင်စားပါများရင်းက တစ်ခါတစ်ရံမျှသာ စင်ကြယ်သောဖိုလ်သို့ ရောက်တတ်ပါသည်။ စင်ကြယ်သောဖိုလ်ကား အခြားသောစိတ်မဝင်ဘဲ ဖိုလ်စိတ်တွေချည် တစ်ဆက်တည်းဖြစ်ခြင်းဖြစ်သည်။ လှုပ်လှုပ်ရုပ်ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ကလေး တွေသည် နဖူးကစ၍ ချုပ်လျှင် ချုပ်တဲ့နေရာကိုပဲ ဆက်၍ ခြုံကြည့်နေပါ။ ရင်ဘတ်ကစ၍ ချုပ်လျှင် ရင်ဘတ်ကိုပဲ ဆက်၍ခြုံကြည့်နေပါ။

ဖိုလ်ဝင်စားရန်ခြံ၍ ရှုနေတဲ့အခါ လှုပ်ရွှင် ဖြစ်ပျက်တွေက အားကောင်းပြီး မချုပ်နိုင်ဘဲ ဖြစ်နေလျှင် အသက်ရှူမှုကို ဖြည်းဖြည်းချင်း လျှော့လျှော့ပေးရခြင်း၊ တစ်ကိုယ်လုံး၏ရှုကွင်းကွင်းမှာ ချုပ်တဲ့နေရာ ကိုရှာ၍ ထိုချုပ်တဲ့နေရာကိုပဲ ရှုနေပါ။ တဖြည်းဖြည်းနှင့်ချုပ်ရာဟာ ကျယ်လာပြီး တစ်ကိုယ်လုံးချုပ်၍ ဝင်စားနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဝင်စားမှုကို (၁၀)ရက်လောက် ပြတ်သွားခဲ့လျှင် ဝင်စားချင်တဲ့အခါ တော်တော်နှင့် မဝင်စားနိုင်ဘဲ ဖြစ်သွားတတ်သည်။ (၄,၅)ရက်လောက် ပြန်၍ လေ့ကျင့်ပါ။

အထူးမှတ်ရန်

ဖိုလ်စိတ်တွေချည်တစ်သွင်တည်းဖြစ်၍ စင်ကြယ်သော ဖိုလ်ဝင်စားနိုင်ရန်ကတော့ ဈာန်သမာပတ်ဝင်စားနိုင်ခဲ့ပြီး ဝိပဿနာရှု၍ အရိယာဖြစ်လာသော ပုဂ္ဂိုလ်များမှသာ စင်ကြယ်သောဖိုလ်ကို ဝင်စားနိုင်မည်ဟုထင်ပါသည်။

သိထားသင့်သော ပဟုသုတများ

ခဏိကသမာဓိယူပုံ

- ၁။ မဟာစည်ဆရာတော်ကြီးက စိတ်ဖြစ်တိုင်းပါသော ဧကဂ္ဂတာ သမာဓိကို ခဏိကသမာဓိဟု ယူပါသည်။
- ၂။ ဖားအောက်တောရဆရာတော်ကြီးက ဥပစာရသမာဓိနှင့် ညီမျှသော သမာဓိကိုသာ ခဏိကသမာဓိဟု ယူပါသည်။

ဝိပဿနာ (၃)မျိုး

- ၁။ ရုပ်နာမ် (၂)ပါး၊ ခန္ဓာ (၅)ပါး၊ ဒုက္ခ သံစွာ၊ သမုဒယသစ္စာ စသော သင်္ခါရတရားတို့ကို လက္ခဏာယာဉ် (၃)ပါးတင်၍ ဝိပဿနာ ရှုသောဉာဏ်သည် ထက်သည်ဖြစ်စေ၊ နံ့သည်ဖြစ်စေ၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကိုတော့ ရနိုင်ပါသည်။
- ၂။ ဖိုလ်ဝင်စားနိုင်ရန်ရှုသော ဝိပဿနာဉာဏ်ကတော့ အလွန် အားကောင်း၍ တည်ငြိမ်မှ သာ ဝင်စားနိုင်ပါသည်။
- ၃။ နိရောဓသမာပတ်ဝင်စားနိုင်ရန် ရှုသောဝိပဿနာဉာဏ်ကတော့ မထက်လွန်း၊ မနွံလွန်းမှသာ ဝင်စားနိုင်ပါသည် ဟု ဖားအောက် တောရဆရာတော်ကြီး၏ စိတ္တသုတ္တန် စိတ္တ သူကြွယ် စာအုပ် စာမျက်နှာ(၃၄၈)၌လည်းကောင်း၊ ဖလသမာပတ်နှင့် ပတ်သက် ၍လည်း စာမျက်နှာ(၃၇၈)နှင့်(၃၄၉)တို့၌ လည်းကောင်း ရှင်းပြထားပါသည်။

မဂ္ဂင်တရားကိုယ် (ဂ)ပါး စေတသိက်များ

ပညာမဂ္ဂင်

- ၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ - မှန်စွာမြင်ခြင်း။
- ၂။ သမ္မာသင်္ကပ္ပ - မှန်စွာ ကြံစည်ခြင်း။
- သီလမဂ္ဂင်
- ၃။ သမ္မာဝါစာ - မှန်စွာပြောဆိုခြင်း။
- ၄။ သမ္မာကမ္မန္တ - မှန်စွာပြုလုပ်ခြင်း။
- ၅။ သမ္မာအာဇီဝ - မှန်စွာအသက်မွေးခြင်း။

သမ္မာသမာဓိမဂ္ဂင်

- ၆။ သမ္မာဝါယမ မှန်စွာအားထုတ်ခြင်း။
- ၇။ သမ္မာသတိ မှန်စွာအမှတ်ရခြင်း။
- ၈။ သမ္မာသမာဓိ မှန်စွာတည်ကြည်ခြင်း။

ဤ(၈)ပါးတို့တွင် ပညာမဂ္ဂင်(၂)ပါးနှင့် သမာဓိမဂ္ဂင် (၃)ပါးတို့သည် ဝိပဿနာရှုသောအခါ တစ်ပြိုင်နက်ဖြစ်ကြကုန်၏။ မဂ်စိတ်ပေါ်သောအခါ မဂ္ဂင်တရားကို (၈)ပါးစလုံး တစ်ပြိုင်နက်ဖြစ်ကြကုန်၏။ မဂ်စိတ်သည် (၁)ကြိမ်သာ ဖြစ်၏။ ဖိုလ်စိတ်တို့သည် အကြိမ်များစွာ ဖြစ်ကြကုန်၏။

ချုပ်ပုံ(၃)မျိုး

- ၁။ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကို ခြုံ၍ကြည့်ပါများသောအခါ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက် ခြပ်သန္တာန်တို့ကို မမြင်ရတော့ဘဲ လှုပ်လှုပ်ရုပ်ရုပ်နာမ်

ဖြစ်ပျက် အစုအဝေးကြီးကိုသာ မြင်လာရလိမ့်မည်။ ဒါကိုပဲ မလွတ်တမ်းခြံ၍ ကြည့်နေရင်းက ဖျတ်ခနဲဆို ရုပ်နာမ် ချုပ်ပျောက်သွားကာ ငြိမ်ပြီး ရှင်းနေတဲ့ ချုပ်ပျောက်ရာကို မြင်လာရ တတ်သည်။

၂။ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကိုခြံ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက် ဖြစ်သန္တာန်တို့ကို မမြင်ရတော့ဘဲ ရုပ် နာမ်ဖြစ်ပျက်အစုကြီးကိုသာ မြင်လာရ လိမ့်မည်။ ဒါကိုပင် ခြံ၍ကြည့်ရင်းက လှုပ်လှုပ်အစုကြီးဟာ သေးသွားပြီး မျက်နှာအောက်ရောက်လာသလို ဖြစ်ခါ ဂျင်လေး တစ်လုံးဟာ ရပ်ပြီးမတ်၍လည်နေသလို တလှုပ်လှုပ်နှင့် မျက်စိ နှင့်မြင်နေရသလို ဉာဏ်၌မြင်နေရတော့၏။ ဒါကို မလွတ်တမ်း ရှုကြည့်နေရင်းက ဖျတ်ဆို ချုပ်ပျောက်သွားကာ ငြိမ်ပြီး ရှင်းနေ တဲ့ ချုပ်ပျောက်ရာကို မြင်လာရတော့၏။

၃။ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်တို့ကို လွှတ်၍ ကြည့်နေရင်းက လှုပ်ရွ ဖြစ်ပျက် အစုအဝေးကြီးဟာ တဖြည်းဖြည်းနှင့်သေးသေးသွားပြီး ရင်တွင်းသို့ ရောက်သွားကာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ လှုပ်ရွ ဖြစ်ပျက် ကလေးတွေဟာ ချုပ်ပျောက်၍သွားတော့၏။ ဤသို့ ချုပ်ပုံ (၃)မျိုး ဖြစ်တော့၏။ ဘယ်လိုပဲ ချုပ်ချုပ်၊ ချုပ်သွားတဲ့နောက် ချုပ်ရာမြင်နေရခြင်းကတော့ အတူတူပါပဲ။ ငြိမ်သက်ချမ်းသာ တွေ့ရခြင်း ကတော့ အတူတူပါပဲ။

ပညာနှင့်သမာဓိ

၁။ လှုပ်ရွဖြစ်ပျက် အစုအပုံကြီးကို ခြံ၍ ရှုကြည့်နေရင်းက လှုပ်ရွ ဖြစ်ပျက်တွေ ချုပ်ပျောက်သွား၍ ငြိမ်ပြီးရှင်းနေတဲ့ ချုပ်ပျောက် ရာကို ဆက်၍မြင်နေရခြင်းသည် ပညာဦးစီးရှု၍ သမာဓိက နောက်လိုက်ဖြစ်၍ ချုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။

၂။ အရှုခံ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်တို့ကို လိုက်၍ စိုက်၍ ရှုနေသဖြင့် အရှုခံ ရော ရှုဉာဏ်ပါ ချုပ်ပျောက်သွား၍ အိပ်ပျော်သလိုချုပ်နေခြင်း သည် သမာဓိဦးဆောင်ရှု၍ ပညာက နောက်လိုက်ဖြစ်၍ ချုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။

သန္တိသုခ

သန္တိသုခဆိုတာ အရှုခံရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်တွေ ချုပ်ပျောက်သွားလို့ ချုပ်ပျောက်ရာကိုကြည့်ရင်း ငြိမ်၍ ရှင်း၍ ကြည့်၍နေတဲ့ ချမ်းသာကို ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

တရားထူးအယူအဆ

ယခုအခါ တရားထူးနှင့်ပတ်သက်၍ -
၁။ မဂ်ဉာဏ်ပေါ်၍ အရှုခံ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်တို့ ချုပ်ပျောက်၍ ထိုချုပ်ပျောက်ရာကိုဆက်လက်၍သိသော ဝိပဿနာရှုဉာဏ် ကျန်ခြင်းသည်သာ တရားထူးဟုလည်းကောင်း။

- ၂။ အရှင် ရှုဉာဏ် (၂)ပါးစလုံး ချုပ်ပျောက်သွားမှ တရားထူးဟု လည်းကောင်း (၂)မျိုး တွေ့နေရပါသည်။
- ၁။ မဂ်ဉာဏ်ပေါ်၍ အရှင်ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် ချုပ်ပျောက်သွား၍ ထိုချုပ်ပျောက်ရာကို ဆက်လက်၍ သိသော ဝိပဿနာရှုဉာဏ် ကျန်ခြင်း၌ အရှင်က ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်၍ ရှုဉာဏ်က ဝိပဿနာ မဂ္ဂသစ္စာဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာမဂ္ဂသစ္စာရှုဉာဏ်က အားကောင်း၍ လာသောအခါ လောကုတ္တရာမဂ္ဂသစ္စာ မဂ်ဉာဏ်သည် (၁)ကြိမ် ပေါ်လာ၍ အရှင် ဒုက္ခသစ္စာ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်၌ ကိန်း၍နေ သော အနုသယ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ တဏှာကို ပယ်သတ်လိုက် သည်နှင့် အရှင်ရုပ်နာမ် ဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်ပျက်ပါ တစ်ပါတည်း ချုပ်ပျောက်သွား၍ ဒုက္ခသစ္စာ ဆင်းရဲ၏။ ချုပ်ရာဖြစ်သော နိရောဓသစ္စာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဆိုက်ရောက်ရပြီး (ဝါ) မျက်မှောက်ပြုရပြီး (ဝါ) ဆင်းရဲချုပ်ရာ ငြိမ်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာကို ကိုယ်တိုင်မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ကဲ့သို့ ဉာဏ်၌ တွေ့ရ လေတော့၏။
- ၂။ အရှင် ရှုဉာဏ် နှစ်ပါးစလုံး ချုပ်ပျောက်သွားသောအခါ အိပ်ပျော် သကဲ့သို့ဖြစ်၍ ဒုက္ခသစ္စာ ဆင်းရဲ၏ချုပ်ပျောက်သွား၍ ဖြစ်ပေါ် လာသော နိရောဓသစ္စာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ ကဲ့သို့ မဖြစ်ရတော့ဘဲ အိပ်ပျော်တဲ့အရသာမျိုးကိုသာ တွေ့ရလေ တော့၏။ (ဤကား အရှင်ချုပ်နှင့် အရှင် ရှုဉာဏ်နှစ်ခုစလုံးတို့၏ ကွာခြားပုံပါတည်း)

မှတ်ချက်။ မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ခြုံငုံ ၍ ဖောက်ပြန်ဖြစ်ပျက်ကို (၁)ချက်ရှုလိုက်သည်နှင့် ပညာမဂ္ဂင်(၂)ပါးနှင့် သမာဓိမဂ္ဂင်(၃)ပါး၊ ဤ(၅)ပါးတို့သည် တစ်ပြိုင်နက် ဖြစ်ကြလေကုန်၏။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ ပညာမဂ္ဂင်(၂)ပါးတို့သည် ခန္ဓာ ကိုယ်တွင်း၌ ရှိကြကုန်သော ရုပ်နာမ်သဘာဝတို့ကို အမှန်အတိုင်း မြင်အောင်ရှုကြည့်နေခိုက် မဂ်ဉာဏ် ပေါ်၍ အရှင်ရုပ်နာမ်တို့ ချုပ်ပျောက်သွားခဲ့လျှင် ပညာချုပ်ဟု ခေါ်နိုင် မည်ဖြစ်သည်။ သမ္မာဝါယမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ ဤသမာဓိမဂ္ဂင် (၃)ပါးတို့သည် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ပေါ်လာသမျှသော ရုပ်နာမ်တို့ကို လိုက်၍ စိုက်၍ ရှုနေခိုက် အရှင် ရှုဉာဏ်(၂)ခုစလုံး ချုပ်ပျောက်၍ သွားခဲ့သော် သမာဓိချုပ်ဟု ဆိုနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ရှုဉာဏ်ကျန် အသိနာမ်ကျန်မတူ

- ၁။ ရှုဉာဏ်ကျန်ဆိုသည်မှာ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကို ခြုံ၍ရုပ်နာမ် လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တို့ကို ရှုနေရင်း မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ပေါ်လာ ၍ အရှင် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ကြီးသည် ချုပ်ပျောက်သွား၍ ချုပ် ပျောက်ရာကို ဆက်၍သိနေသော ဝိပဿနာရှုဉာဏ်ကျန်ခြင်း ကို ဆိုပါသည်။
- ၂။ အသိနာမ်ကျန်ဆိုသည်မှာ ရုပ်နာမ်တို့၏ အပျက်ချည် မြင်နေ ရင်းက ဖျက်ခနဲဖြစ်ကာ ရုပ်မပါတော့ဘဲ အသိနာမ်ကလေးချည် ကျန်ကာ အသိနာမ်ကလေးဟာ ရှုကွင်းအမှောင်ထဲမှာ အတွယ် ရှာသလို ဖြစ်နေတော့၏။ ရှေ့လည်းမတိုးနိုင်၊ နောက်လည်း မဆုတ်နိုင်၊ ဘေးလည်း မထွက်နိုင် ဖြစ်နေတော့၏။ ဒီအချိန်မှာ

(၁,၂) မိနစ်လောက် အသက်ရှူရပ်နေ ၏။ (၁,၂) မိနစ်လောက် ကြာမှသတိရပြီး အမှောင်ပျောက်ကာ အသက်ရှူမှု ဖြစ်တော့၏။ မောပန်းခြင်းလည်း မဖြစ်ပါ။ ဒါဟာ အရှုခံ၌ ရုပ်ပျောက်သွား၍ အသိနာမ်ကျန်ခြင်း ဖြစ်တော့၏။ (ဤသို့ ရှုဉာဏ်ကျန်နှင့် အသိနာမ်ကျန်တို့ မတူကြပါ။)

လမ်းချော်သွားတတ်ခြင်း

ခန္ဓာကိုယ်ကိုခြုံ၍ လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက် တို့ကိုရှုနေရင်းက ရှုကွက်က သေးသေးသွားတာကို ကပ်၍ရှုနေရင်းက မီးတောက်ကို မီးပန်းကို မျက်စိ နှင့်မြင်ရသကဲ့သို့ ဖြစ်ပြီးမှ ချုပ်ပျောက်၍သွားလျှင် တရားစစ်မဟုတ် လမ်းချော်သွားခြင်းဖြစ်သည်။ ရှုကွက်က သေးသေးသွားတာကို ရတော့ မယ်ထင်တယ်၊ ပေါ်တော့မယ်ထင်တယ် ဟု မျှော်ခေါ်မိရင်လည်း သမာဓိကျဲ၍ သွားတော့၏။ ရှုကွက်က သေးသေးသွားတာကို အလိုက်သင့် ကပ်၍ရှုမနေဘဲ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟု လက္ခဏာတင်၍ ရှုနေပြန်ရင် လည်း သမာဓိကျဲသွားပြန်တော့၏။ တရားထိုင်တာကြာလို့ ခြေထောက် တွေ တင်ပါးတွေ ပူလောင်နာကျင်လာတဲ့အခါ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးက လှုပ်ရှား ဖြစ်ပျက်တွေနှင့်ပေါင်း၍ ဖောက်ပြန်နေတယ်ဟု ရှုနေပါ။ တော်တော်ကြာအောင်ရှုလို့မှ ပူလောင်နာကျင်မှုတွေက လျော့မသွား လျှင် ပြင်လိုက်ပါ။

ဝိပဿနာကိလေသာ(၁၀)ပါး

အရောင်၊ ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ၊ သဒ္ဓါ၊ တစ်ဖြာဝီရိယ၊ သုခ၊ ဗုဒ္ဓိ၊ နိကန္တိနှင့် သတိ၊ ဥပေက္ခာ ဤဆယ်ပါးမှတ်ပါ အန္တရာယ်။

ထိုဆယ်ချက်တွင် မဂ်အထင် ပယ်ထွင်ရှင်းကာ အလင်းသာ မဂ္ဂါမဂ္ဂ ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အမြင် မနုမရင့်ရောက်သောအခါ ဤဝိပဿနာ ကိလေသာ(၁၀)ပါးတို့တွင် (၁)ပါးသော်လည်းကောင်း စသည်ဖြင့် (၁၀)ပါးလုံးသော်လည်းကောင်း တွေ့ရတတ်ပါသည်။

ဤဝိပဿနာကိလေသာတရားများ ပေါ်လာသောအခါ ရှေးတုန်းက မတွေ့ဖူးသောချမ်းသာကိုတွေ့ရသဖြင့် ငါတော့ဖြင့် ဧကန္တ တရားထူးကိုတွေ့ရပေပြီဟု ဝမ်းသာကျေနပ်ဖြစ်ကာ ရှေ့ဆက်၍ အား မထုတ်တော့ဘဲ ရပ်ဆိုင်း၍နေတတ်လေသည်။ ဒီရှေ့ဆက်၍ အားမထုတ်ဘဲနေတာကိုပင် အန္တရာယ်ဟု ဆိုပါသည်။

စစ်ဆေး၍ကျော်လွန်ပါ

ယခုငါတွေ့သောတရားချမ်းသာသည် တရားထူးဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် ထပ်၍တွေ့ရပါစေသတည်းဟု ဝိဋ္ဌာန်၍ အားထုတ်ပါ။ မိမိတွေ့ပြီးသော တရားကို ထပ်၍မတွေ့ရဘဲ အခြားသော ပီတိ ပဿဒ္ဓိ စတဲ့တရားတွေကို ပြောင်းလဲ၍ တွေ့နေရလျှင် မိမိတွေ့ခဲ့သောတရားသည် တရားထူး မဟုတ်သေးဟု ဆုံးဖြတ်ကာ ထိုတွေ့သမျှသော ပီတိပဿဒ္ဓိ စတဲ့တရား တွေကို လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တွေနှင့်ပေါင်း၍ ဖောက်ပြန်နေတယ်ဟု ရှုကြည့် လိုက်ပါ။

ညစ်ညူးကြောင်းမထင်နိုင်သူများ

ဝိပဿနာတရားကို ညစ်ညူးစေတတ်ကုန်သော ဥပတ္တိလေသတရား(၁၀)ပါးတို့သည် အဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ မထင်လေကုန်သနည်း ဟူမူ ကား-

- ၁။ အရိယာမဂ်ဖိုလ်သို့ ရောက်ပြီး သောပုဂ္ဂိုလ်၊
 - ၂။ သီလပျက်စီးခြင်း၊
 - ၃။ သမာဓိပျက်စီးခြင်း၊
 - ၄။ ပညာကျင့်စဉ် လွဲချော်ခြင်း၊
 - ၅။ ဝိပဿနာတရားကို အားမထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်။
- ဤပုဂ္ဂိုလ်များသည် ဝိပဿနာ ကိလေသာ မထင်နိုင်ပါ။

ဒဿနပဟာတဗ္ဗမဂ်

အကျဉ်းချုပ်အဓိပ္ပါယ် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခု လုံးကိုခြုံ၍ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက် ခြပ်တို့ကို လွတ်၍ ခန္ဓာကိုယ်က လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ် ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်တို့ကိုချည်းကွက်၍ မြင်အောင်ကြည့်ပြီး သူ့အလိုလို ဖောက်ပြန် ပျက်စီးကုန်ဆုံး၍ ကုန်ဆုံး၍ နေကြပေသည်ဟု ရှုသိနေလိုက်ပါ။ ကြာသော် ခန္ဓာကိုယ် ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက် ခြပ်တို့ကို မမြင်ရတော့ဘဲ တစ်ကိုယ်လုံးက လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် အစုအဝေးကြီး ကိုသာ မြင်နေရလိမ့်မည်။ ကြာသော် ထိုဖြစ်ပျက် အစုအဝေးကြီးဟာ တဖြည်းဖြည်းနှင့်သေးသေးသွားပြီး မျက်နှာအောက် ရောက်လာသလို ဖြစ်ခါ (ဂျင်ကလေးတစ်လုံးဟာ တလှုပ်လှုပ်နှင့် ရပ်၍ မတ်၍ လည်သလို) ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အစုကလေးဟာ တစ်လှုပ်လှုပ်နှင့် (မျက်စိနှင့်မြင်နေ

ရသလို) ဉာဏ်မှာမြင်နေရပြီး ဒါကိုဆက်၍ ရှုနေရင်းက ဉာဏ်အားပြည့် လာသောအခါ အရှုခံရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အစုကလေးဟာ ချုပ်ပျောက်သွား၍ ငြိမ်ပြီးရှင်းနေတာကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ ဒါဟာ ဒိဋ္ဌိနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာ ကိလေသာ(၂)ပါးကို အမြစ်ပါမကျန်ရအောင် ဒဿနပဟာတဗ္ဗ သောတာပတ္တိမဂ်ဖြင့် ပယ်သတ်လိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။

မှားယွင်းချက်

ဤအပိုင်းကို အဆုံးသတ်ပါတော့မည်။ ငါတို့မြန်မာနိုင်ငံ၌ ရှေးဦးစွာ ပရိယတ္တိ- သာသနာတော်မြတ်ကြီးသည် ပွင့်ထွန်းတော်မူခဲ့ပါ သည်။ လယ်တီဆရာတော်ကြီးတို့ခေတ်မှစ၍ အနယ်နယ် အရပ်ရပ် တို့မှ စ၍ ဝိပဿနာတရားတော်မြတ်ကြီးကို တရားရိပ်သာတွေ တည်ထောင် ကာ ပဋိပတ္တိသာသနာတော်မြတ်ကြီးလည်း ပွင့်ထွန်းတော်မူခဲ့ပြန်ပါပြီ။

ယခု (၆၈) ခုနှစ်မှစ၍ ပဋိပတ္တိသာသနာတော်မြတ်ကြီးသည် လည်း ထင်ရှားစွာ ပွင့်ထွန်းတော်မူခဲ့ပြန်ပါပြီဟု ဆိုလိုက်ချင်ပါတော့သည်။ ဝိပုတ္တိတစ်ပါတ်ပြန်ပါပြီ။ ဒါ့ကြောင့် သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့ ဝိပဿနာတရားတော်မြတ်ကြီးကို အားထုတ်ဖြစ်အောင်သာ အားထုတ် ကြပါဟု တိုက်တွန်းလိုက်ပါ၏။ အားထုတ်လို့ကတော့ ဧကန်ပင် တရား ထူးရပါလိမ့်မည်ဟု ဆိုလိုက်ချင်ပါတော့သည်။

- ဒဿနပဟာတဗ္ဗ သောပတ္တိမဂ် ရှုထွက်ပြီး၏။
- ညွှန်း။ - မဟာစည်ဆရာတော်ကြီး၏ ခဏိက သမာဓိ ယူပုံ
- ဖားအောက်ဆရာတော်ကြီး၏ ခဏိက သမာဓိယူပုံ



ဒုတိယပိုင်း

ဘာဝနာပဟာတဗ္ဗမဂ်

ဘာဝနာယပဟာတဗ္ဗ- အထက်မဂ်သုံးပါးသည် ပယ်အပ်သော၊
ဓမ္မာ- သဘောတရားတို့သည်၊ သန္တိ- ရှိကုန်၏။

ဘာဝနာပဟာတဗ္ဗ အထက်မဂ်သုံးပါးတို့ကို တွေ့ရန်၊ ရရန်က
တော့ သမာဓိအား၊ ဉာဏ်အား၊ ဘာဝနာအားကောင်းမှသာ တွေ့နိုင်
ရနိုင်ပါလိမ့်မည်။ သတိ၊ ဝီရိယနှင့် အားထုတ်မှုသာ ပဓာနဖြစ်သည်။

ဤအပိုင်းသည် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကစ၍ အသေးစိတ်၍
ပြန်၍ လေ့လာအားထုတ်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဒါကြောင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်
တရားတော်ကို မိုးကုတ်ဆရာတော်ကြီး၏ စက်ဝိုင်း ထောက်နည်းကစ၍
မှတ်မိနိုင်သလောက် မှတ်မိအောင် လေ့လာထားရမည်ဖြစ်သည်။
ထိုစက်ဝိုင်း၌ အဓိကတရားကိုယ်များကား-

- ၁။ အဝိဇ္ဇာ -ဘဝခန္ဓာ သံသရာတို့၏အပြစ်တို့ကို အမှန်အတိုင်း
မသိခြင်း။ (မသိခြင်းကြောင့်)
- ၂။ သင်္ခါရာ -ဘဝခန္ဓာတို့ကို ရရာရကြောင်း ကုသိုလ် အကုသိုလ်
တို့ကို ပြုလုပ်၏။ (ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့်)
- ၃။ ဝိညာဏ် -ဘဝအသစ်တဖန် ဝိညာဉ်သည် ဖြစ်ရပြန်တော့၏။
(ဖြစ်ရခြင်းကြောင့်)
- ၄။ နာမ်ရုပ် -ဘဝအသစ်တဖန် နာမ်ရုပ်သည် ဖြစ်ရပြန်တော့၏။
(ဖြစ်ရခြင်းကြောင့်)
- ၅။ သဠာယတန -အာယတန(၆)ပါး အာရုံကိုယူတဲ့ အပေါက်(၆)ပေါက်
ဖြစ်ရ၏။ (၆-ပေါက် ဖြစ်ခြင်းကြောင့်)
- ၆။ ဖဿ -အာရုံနှင့်စိတ်တို့ တွေ့ထိခြင်း။ (တွေ့ထိခြင်းကြောင့်)
- ၇။ ဝေဒနာ -အာရုံ၏အရသာကို ခံစားခြင်း။ (ခံစားခြင်းကြောင့်)
- ၈။ တဏှာ -အာရုံကို ကပ်ငြိခြင်း။ (ကပ်ငြိခြင်းကြောင့်)
- ၉။ ဥပါဒါန် -အာရုံကို စွဲလမ်းခြင်း၊ လက်မလွှတ်ခြင်း။ (လက်မလွှတ်
ခြင်းကြောင့်)
- ၁၀။ ကမ္မဘဝ -ကံဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ခြင်း။ (ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့်)
- ၁၁။ ဇာတိ -အနာဂတ်၌ ဘဝအသစ်တစ်ဖန် ဖြစ်ရဦးတော့လတ္တံ့။
(ဖြစ်ရလတ္တံ့ကြောင့်)
- ၁၂။ ဇရာ၊ မရဏ အိုခြင်း၊ သေခြင်း၊ စိုးရိမ်ခြင်း၊ ငိုကြွေးခြင်း၊ ပူဆွေးခြင်း
ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း၊ ပြင်းစွာပူလောင်
ခြင်းတို့သည် ဖြစ်ရပေတော့အံ့။
(ဤကား ဘဝဖြစ်လျှင် ဖြစ်ရမည့် အကျိုးဆက်များ)

ဤအင်္ဂါ(၁၂)ပါးတို့ကို အရကျက်၍ ဤ(၁၂)ပါးတို့၏ တစ်ခုနှင့် တစ်ခု ဆက်စပ်၍ဖြစ်နေပုံ အနက်အဓိပ္ပါယ်တို့ကို ဉာဏ်၌ ထင်မြင်၍ လာအောင် လေ့လာ၍ထားရပါမည်။

အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာအရင်းခံ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံကြောင့် ရုပ်နာမ်ပေါ်၊ အပင်မှမျိုး၊ မျိုးမှအပင်၊ အမျှင်မပြတ်၊ ဆက်စပ်သည့်ဟန်၊ ကံကြောင့် နာမ်ရုပ်၊ နာမ်ရုပ်ကြောင့်ကံ၊ အဖန်ဖန်၊ ဖြစ်ပြန်နည်းအလျော်၊ ဗြဟ္မာ သိကြား စသည်များက၊ ထင်ရှားပြုပြင်၊ စီရင်ဖန်ဆင်း၊ အကြောင်းရင်း ကြောင့်၊ လူနတ်များစွာ၊ သတ္တဝါတို့ ဖြစ်လာရမှု၊ မဟုတ်ဟု ဉာဏ်ဖြင့် ရှု၍မျှော်။

လူနတ်များစွာ သတ္တဝါတို့၏ဘဝများစွာ ဆက်စပ်၍ သံသရာ လည်ရပုံတို့ကို အကျဉ်းချုံး၍ပြသောလင်္ကာဖြစ်သည်။ အရကျက်၍ အဓိပ္ပါယ်ပေါ်အောင် အကြိမ်ကြိမ်ပြန်၍ စဉ်းစားကြည့်ထားပါ။

- ၁။ မူလနှစ်ဖြာ
-အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာ ဖြစ်ပါသည်။
- ၂။ သစ္စာ(၂)ခု
-သမုဒယသစ္စာ၊ ဒုက္ခ သစ္စာတို့ ဖြစ်ပါသည်။
(စက်ဝိုင်း၌ (၁)ကွက်မှ အစဉ်အတိုင်းထောက်ပါ)
- ၃။ (၄)ခုအလွှာ
-အတိတ်အကြောင်း (၁)လွှာ။ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး(၁)လွှာ။
ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းတစ်လွှာ။ အနာဂတ်အကျိုး(၁)လွှာ တို့ ဖြစ်ပါသည်။

- ၄။ အင်္ဂါ(၁၂)ပါးတရားကိုယ်များနှင့်
အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ(လ) ဇာတိ ဇရာ မရဏတို့ဖြစ်ပါသည်။
- ၅။ (၃)ပါးအစပ်
-သင်္ခါရနှင့် ဝိညာဉ် (၁)စပ်။ ဝေဒနာနှင့် တဏှာ(၁)စပ်။
ကမ္မဘဝနှင့် ဇာတိ(၁)စပ်တို့ဖြစ်ပါသည်။
- ၆။ (၂)ရပ်မူလ
-တဏှာနှင့် အဝိဇ္ဇာတို့ ဖြစ်ပါသည်။
- ၇။ ဝဋ်(၃)ဝဋ်နှင့်
-ကိလေသဝဋ်(၃)ပါး၊ ကမ္မဝဋ်(၂)ပါး၊ ဝိပါကဝဋ်(၈)ပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။
- ၈။ ကာလ(၃)ဖြာ
-လွန်လေပြီးသော အတိတ်ကာလ၊ ယခုဖြစ်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်ကာလ၊
နောင် ဖြစ်လတံ့ အနာဂတ်ကာလတို့ ဖြစ်ပါသည်။
- ခြင်းရာ ၂၀
-အတိတ်အကြောင်း အခြင်းအရာ(၅)ပါး။ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး
အခြင်းအရာ(၅)ပါး။ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း အခြင်းအရာ(၅)ပါး။
အနာဂတ်အကျိုး အခြင်းအရာ (၅)ပါးတို့ဖြစ်ပါ သည်။
ဤကဲ့သို့ မိုးကုတ်ဆရာတော်ကြီး၏ စက်ဝိုင်းကို ထောက်ရလေ
သည်။ ဤစက်ဝိုင်းကား အင်္ဂါ(၁၂)ပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ဘဝဖြစ်ပုံ
ဘဝတွေဖြစ်၍ သံသရာလည်ရပုံတို့ကိုပြသော စက်ဝိုင်း ဖြစ်သည်။

ဒါကြောင့် ဤစက်ဝိုင်းကညွှန်ပြတဲ့ ပုံစံအတိုင်း မိမိကိုယ်တိုင် ရုထားသော ဤရုပ်နာမ် ခန္ဓာတို့သည် (၁)ခုနှင့်(၁)ခု ကျေးဇူးပြု၍ နာရီ မလပ်၊ မိနစ်မလပ် ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်၍ ဘဝသံသရာလည်ရပုံတို့ကို အရိယာစခန်း မဂ်တက်လမ်းအထိ မြင်အောင်ကြည့်၍ လေ့လာထားရ မည် ဖြစ်သည်။ ဒါမှသာ ဘဝသံသရာဆင်းရဲတို့၏ အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် လည်၍ ဖြစ်နေရပုံတို့ကို ဉာဏ်၌တွေ့မြင်ရပြီး ထွက်မြောက်လိုသောစိတ် သည် ဖြစ်ရပေတော့လိမ့်။

အတ္တနယ(၄)မျိုး နည်း(၄)ထွေ

အမြင်မှား ဒိဋ္ဌိကြီး (၅)မျိုးတို့ကို ပယ်စွန့်နိုင်ရန် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်ကိုလေ့လာရာ၌ ကြိုတင်၍ သိထားသင့်သော နည်း(၄) ထွေကား-

- ၁။ ဧကတ္တနည်း။
- ၂။ နာနတ္တနည်း။
- ၃။ အဗျာပါရနည်း။
- ၄။ ဧဝံဓမ္မနည်းဟူ၍ (၄)မျိုးရှိပါသည်။

ဤနည်း(၄)ထွေကို နားလည်မှသာ ရုပ်နာမ်တို့၏ အတွင်း၌ရှိ သော သိမ်မွေ့သော ပကတိသတ္တိတို့ကို ဉာဏ်၌တွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။ ရုပ်နာမ်တို့၏ ပကတိသတ္တိတို့ကို ဉာဏ်၌တွေ့ထားမှသာ အမြင်မှား ဒိဋ္ဌိကြီးတို့ကို ပယ်ဖျောက်နိုင်မည် ဖြစ်တော့၏။ ဒါကြောင့် ဤနည်း(၄)ထွေတို့ကို ဉာဏ်၌ အထူးထင်ရှားလာအောင် လေ့လာထား ကြပါရန်

အတ္တနယ ၄-မျိုး

ဧကတ္တနည်းသည် အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ စသော သဘောတရား တို့သည် ခန္ဓာအစဉ်တစ်ခုတည်း၌ ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်၍ ဖြစ်ကြသော ကြောင့် (တစ်ခုတည်းမဟုတ်သော်လည်း) ထိုကြောင်းကျိုးဆက်သဘော တရားတို့ကိုပင် တစ်စဉ် တစ်တန်း တစ်ခုတည်းဟု သိကြောင်းဖြစ်၏။

နာနတ္တနည်းသည် အဝိဇ္ဇာ စသော သဘောတရားတို့ကို တစ်လုံး တစ်ခဲတည်းမဟုတ်ဘဲ တစ်ကွဲတစ်ပြား တစ်ခြားစီဟု သိကြောင်းဖြစ်၏။

အဗျာပါရနည်းသည် အဝိဇ္ဇာ စသည်တို့၌ သင်္ခါရ စသည်တို့၏ ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ရန် ကြောင့်ကြဗျာပါရ မရှိဟု သိကြောင်းဖြစ်၏။

ဧဝံဓမ္မတာနည်းသည် ဗျာပါရမရှိသော်လည်း အဝိဇ္ဇာ၌ သင်္ခါရ ဖြစ်ဖို့ရန် ကျေးဇူးပြုနိုင်သော ထုံးစံဓမ္မသတ္တိရှိသည်ဟု သိကြောင်းဖြစ်၏။ ဤကား အတ္တနယနည်း (၄)မျိုးဖြစ်၏။

နည်း ၄-ထွေ

၁။ ဧကတ္တနည်း

အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရ ဖြစ်ရာ၊ သင်္ခါရကြောင့် ဝိညာဉ်ဖြစ်ရာ ဤသို့ စသည်ဖြစ်ရာတို့၌ အကြောင်းအကျိုးအားဖြင့် ရုပ်နာမ်သန္တတိ အစဉ်အတန်းကြီးတစ်ခုသည် တစ်သန္တာန်တည်း၌ အဆက်မပြတ်ဖြစ် နေရကား (အစဉ်အတန်းတစ်ခုဖြစ်သည်ဟု) သိအပ်သောနည်းသည် ဧကတ္တနည်းမည်၏။

ဥစ္စေဒဒိဋ္ဌိ သဿတဒိဋ္ဌိတို့မှလွတ်

ဤသမ္မာဒိဋ္ဌိအမြင်မှန်ဉာဏ်သည် အတိတ်အကြောင်းတရားနှင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးတရား ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းတရားနှင့် အနာဂတ်အကျိုးတရားတို့၏ ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်လျက် အထပ်ထပ်ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်အစဉ်အတန်း၏ မပြတ်စဲမှုကို ထိုးထွင်း၍ သိမြင်နေသော အသိဉာဏ်ဖြစ်ရကား သေလျှင်ပြတ်၏ နောက်ထပ်ဘာမှမဖြစ်ဟု စွဲယူသော ဥစ္စေဒဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားမှလွတ်၏။ ထိုသို့ ရုပ်နာမ်တို့၏ ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်မှုသဘောကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာမြင်သောဉာဏ်သည် သေလျှင် အတ္တသည်မပြတ် မြဲ၏ယူသော သဿတဒိဋ္ဌိအမြင်မှားကိုလည်း ပယ်နိုင်၏။ (ဧကတ္တနည်း ပြီး၏)

၂။ နာနတ္တနည်း

ဧကတ္တနည်းအရ အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်သည်။ အဝိဇ္ဇာအကြောင်းသင်္ခါရအကျိုး၊ သင်္ခါရကြောင့် ဝိညာဉ် ဖြစ်သည်။ သင်္ခါရအကြောင်း ဝိညာဉ်အကျိုး။ ဤသို့ အကြောင်းတစ်လဲ အကျိုးတစ်လဲတို့ ဖြစ်ပေါ်၍လာနေသော အဝိဇ္ဇာ သင်္ခါရ ဝိညာဉ်နာမ်ရုပ် (လ) ဇာတိဇရာ မရဏ စသော အကြောင်းတရား အကျိုးတရားတို့၏ ကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာအသီးသီးတို့ကို ပိုင်းခြားမှတ်သား၍ သိထားခြင်းသည် နာနတ္တနည်းမည်၏။

ယင်းနာနတ္တနည်းကို သန္တတိ(အစဉ်အတန်းယန) သမူဟ (အပေါင်းယန) ကိစ္စ (အလုပ် လုပ်တဲ့ ယန) အာရမ္မဏ (အာရုံယန) ဟူသော ရုပ်တုံးရုပ်ခဲ နာမ်တုံးနာမ်ခဲတို့ကို ဖျက်ဆီးလျက် ပရမတ်သဘော

သို့ ဉာဏ်အမြင်ဆိုက်အောင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အင်္ဂါရပ်တို့ကို လက္ခဏာရသ ပစ္စုပ္ပန်- ပဒဋ္ဌာန်တို့နည်းအားဖြင့် သိမ်းဆည်းထားရ၏။

အတိတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်၊ အနာဂတ် ရုပ်နာမ် သန္တတိအစဉ်တို့သည် တစ်စဉ်တစ်တန်းတည်း မှန်သော်လည်း ရုပ်ကလာပ်၊ နာမ်ကလာပ်၊ စိတ္တလက္ခဏာတစ်ခုခြင်းမြင်အောင် သန္တတိယနပဒဋ္ဌာန် ပြုအောင် သိမ်းဆည်းရ၏။ ရုပ်ကလာပ်၊ နာမ်ကလာပ်တစ်ခု၏ အတွင်း၌တည်သော ပရမတ္ထ ဓါတ်သားတို့ကို တစ်လုံးစီ၊ တစ်လုံးစီဉာဏ်ဖြင့် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ ဤကား ပထဝီ၊ ဤကား အာပေါ၊ ဤကား တေဇော၊ ဤကား ဝါယော ဟုလည်း ကောင်း၊ ဤကား ဖဿ၊ ဤကား ဝေဒနာဟု စသည်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ သမူဟယန ဟူသော ရုပ်တုံး၊ ရုပ်ခဲ၊ နာမ်တုံး၊ နာမ်ခဲတို့ကို ပြိုကွဲသွားအောင် သိမ်းဆည်းရ၏။ တစ်ဖန် ရုပ်လုပ်ငန်း၊ နာမ်လုပ်ငန်း ကိစ္စယနကိုလည်း ပြိုကွဲသွားအောင် သိမ်းဆည်းရ၏။ ယင်းသို့ သိမ်းဆည်းနိုင်လျှင် နာနတ္တနည်းကို သိသည်မည်၏။ ဤသို့ ကိုယ်ပိုင် လက္ခဏာအသီးသီး ရှိပေမယ့်လို့ အကြောင်းတစ်လဲ အကျိုးတစ်လဲနှင့်ပဲ ဆက်စပ်မှုကတော့ ရှိနေပေ၏။ ဆက်စပ်မှုကတော့ရနေပေ၏။ ဒါ့ကြောင့် နာနတ္တနည်း မည်၏။ ဤနာနတ္တနည်းကို သိသည်မည်၏။ ဤနာနတ္တနည်းကို မှန်ကန်စွာသိသောသူသည် လည်း ဥစ္စေဒ၊ သဿတဒိဋ္ဌိတို့မှ လွတ်၏။ (နာနတ္တနည်း ပြီး၏။)

၃။ အဗျာပါရနည်း

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်၏ ဆက်စပ်မှု၌ အကြောင်းတရားဘက်၌ အကျိုးတရားတို့ကို ဖြစ်ပေါ်၍လာအောင် ပြုလုပ်မည်ဟူသော

ကြောင့်ကြဗျာပါရမရှိ ကင်းနေ၏။ အကျိုးတရားများဘက်၌လည်း အကြောင်းတရားများသည် ထင်ရှားရှိခဲ့သော် ငါတို့အကျိုးတရားများ သည်လည်း ထင်ရှားဖြစ်ကြမည်ဟူသောကြောင့် ကြဗျာပါရမရှိ ကင်းနေ မည်။

အဝိဇ္ဇာ၌ ငါသည် သင်္ခါရတရားဖြစ်စေ ရမည်ဟု ကြောင့်ကြဗျာ ပါရမရှိ။ သင်္ခါရတရားတို့၌လည်း ဝိညာဉ်ကို ဖြစ်စေရမည်ဟူသော ကြောင့်ကြဗျာပါရမရှိ ကင်းနေ၏။ ဤသို့ စသည် ဖြင့် အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ စသောတရားတို့၌ ကြောင့်ကြ ဗျာပါရမရှိ ကင်းကင်းနေမှုကြောင့် အဗျာပါရ နည်းမည်၏။

ဤအဗျာပါရနည်းကို မှန်ကန်စွာသိသောသူသည် ကံကြောင့် နာမ်ရုပ်၊ နာမ်ရုပ်ကြောင့် ကံ၊ အဖန်ဖန်လျော်စွာသာဖြစ်သည်။ ဖန်ဆင်းရှင် အတ္တမရှိ၊ အဖန်ဆင်းခံရသော ဇီဝအတ္တမရှိဟု သိ၍ အတ္တဒိဋ္ဌိစွဲပြု၏။

ဤအဗျာပါရနည်းဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်၏။ အဝိဇ္ဇာအကြောင်း၊ သင်္ခါရ အကျိုး၊ တစ်ခါ သင်္ခါရကြောင့် ဝိညာဉ်ဖြစ်၏။ သင်္ခါရအကြောင်း ဝိညာဉ်အကျိုး။ ဤ၌ သင်္ခါရသည် အကျိုးလည်းဖြစ်၏။ အကြောင်းလည်း ဖြစ်နိုင်ပြန်သည်။ ဒီသဘောကိုပင် (သဘာဝ နိယာမ အားဖြင့်ပြီးသော အလိုလို အကြောင်းဖြစ်မှုသဘောသည်ရှိ၏ ဟု ဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။) ထိုသဘောတရားကို နားမလည်လျှင် ပြုလုပ်သော်လည်း ပြုလုပ်သည် မမည်ဟူသော အကြောင်း အကျိုးနှစ်ရပ်လုံးကို ပယ်သော အကိရိယဒိဋ္ဌိ ဖြစ်၏။

သဘာဝနိယာမဟူသည် မီးညွန့်သည် အထက်သို့တက်၏။ လေသည် ဖီလာကန်လွန် သွားခြင်းသဘောရှိ၏။ ဤသို့ စသည်ဖြစ်ပုံ သည် သဘာဝနိယာမအားဖြင့်ပြီးသော မြသောထုံးစံဓမ္မတာဖြစ်သကဲ့သို့ အဝိဇ္ဇာစသော အကြောင်းတရားသည် ထင်ရှားရှိလတ်သော် သင်္ခါရ စသော အကျိုးတရားတို့သည်လည်း ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်၍လာရ၏။ အဝိဇ္ဇာ စသော အကြောင်းတရားသည် ထင်ရှားမရှိလတ်သော် သင်္ခါရစသော အကျိုးတရားတို့သည်လည်း ထင်ရှားမဖြစ်နိုင်တော့ပေ။

တစ်နည်း အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ သင်္ခါရ၊ ကံ ဟူသော အကြောင်းတရားတို့သည် ထင်ရှားရှိခဲ့သော် ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ ဟူသော အကျိုးတရားတို့သည်လည်း ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်၍လာရ၏။ အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ သင်္ခါရ၊ ကံဟူသောအကြောင်းတရားတို့သည် ထင်ရှားမရှိလတ်သော် ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာဟူသော အကျိုးတရားတို့သည် လည်း ထင်ရှားမဖြစ်တော့ပေ။ ဤသည်တို့ကိုပင် (သဘာဝနိယာမသိဒ္ဓ ဟေတုဘာဝ)ဟူသော မြမြသောသဘောအားဖြင့် အလိုလိုပြီးစီး၍နေ သော (အကြောင်းတရား၏ ဖြစ်နိုင်မှုသဘောဟု) ဆိုလိုပေသည်။

ဤသဘာဝနိယာမ၏ မြသောသဘောအားဖြင့် ပြီးစီး၍နေ သော စွမ်းအင်သတ္တိရှိမှုသဘောကို နားမလည်ပါက ကံ၊ ကံ၏အကျိုး တို့ကို ပစ်ပယ်၍နေသော အကိရိယဒိဋ္ဌိဖြစ်နိုင်၏။

၄။ ဧဝံဓမ္မတာနည်း

နိမ္မ နိချဉ် ဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ အဝိဇ္ဇာ စသော အကြောင်းတရား တို့ကြောင့် အကျိုးတရားများဖြစ်ခဲ့သော် အကြောင်းနှင့်လျော်ညီသော သင်္ခါရစသော အကျိုးတရားများသာ ဖြစ်ပေါ်၍ လာရပေမည်။ အကြောင်းတရားနှင့် မလျော်သော အခြားသောအကျိုး တစ်စုံတစ်ရာ မဖြစ်နိုင်ပါ။

တစ်နည်း အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ သင်္ခါရ၊ ကံဟူသော အကြောင်းတရားတို့ကြောင့် အကျိုးတရားများဖြစ်ခဲ့သော် အကြောင်း တရားနှင့်လျော်ညီသော ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတနာ၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ ဟူသောအကျိုးတရားတို့သာ ဖြစ်ပေါ်၍ လာရပေမည်။ အကြောင်းနှင့် မလျော်သော မည်သည့်အကျိုးကိုမျှ မပေးနိုင်ပါ။ ဤသည်မှာ ဧဝံဓမ္မတာ နည်းဖြစ်ပေသည်။

(အကြောင်းနှင့်မလျော်သော အကျိုးကို မဖြစ်နိုင်ဘဲ အကြောင်း နှင့်လျော်သောအကျိုးကိုသာ ဖြစ်စေနိုင်သောနည်းကို ဧဝံဓမ္မတာနည်းဟု မှတ်ပါ။)

ဤဧဝံဓမ္မတာနည်းကို မှန်ကန်စွာ သိမြင်ခဲ့သော် အကြောင်း ဆိုတာမရှိဟု စွဲဟူသော အဟေတုကဒိဋ္ဌိကိုလည်းကောင်း၊ မကောင်းမှု ကောင်းမှုတို့ကိုပြုသော်လည်း ပြုသည်မမည်ဟုစွဲယူ၍ အကြောင်းအကျိုး နှစ်ရပ်လုံးတို့ကိုပစ်ပယ်သော အကိရိယဒိဋ္ဌိကိုလည်းကောင်း ပယ်စွန့်နိုင်၏။

သို့ကြောင့် အသင်ယောဂီသည် အကြောင်းကိုစွဲ၍ အကျိုးဖြစ် သော အကျိုးကိုစွဲ၍လည်း အကြောင်းဖြစ်နိုင်သော ဤပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်

တရားတော်ကြီးကို သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်ဖြင့် ကိုယ်တိုင် ထွင်းဖောက်သိမြင်ရ လေအောင် မိစ္ဆာဝါဒ မိစ္ဆာ ဒဿန မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားအမျိုးမျိုးတို့ကို ပယ်သတ်နိုင်ရေးအတွက် အကောင်းဆုံးသော လက်နက်ကြီးတစ်ခု ဖြစ်ပေသည်ဟု ဦးထိပ်ရွက်ပန်ဆင်လျက် နာယူမှတ်သားလေရာ သတည်း။

ညွှန်း- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာ

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အင်္ဂါ (၁၂)ပါးတို့၏ လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌါန်

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အင်္ဂါ (၁၂)ပါးတို့၏ လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌါန် ပဒဋ္ဌာန်တို့ကို ရှေးဦးစွာ ဖတ်မှတ်၍ ကျက်မှတ်၍ လေ့ကျင့်ထားပါ။

၁။ အဝိဇ္ဇာသည် ပရမတ္ထတရားတို့၏ သဘောအမှန်ကို မသိခြင်း လက္ခဏာ။ ယှဉ်ဖက် သမ္ပယုတ်တရားတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ထိုအဝိဇ္ဇာနှင့် ပြည့်စုံသောပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်းကောင်း၊ ပြင်းပြ တွေဝေစေခြင်း ရသ။

ပရမတ္ထဓမ္မာရုံ၏ သဘောအမှန်ကို ဖုံးလွှမ်းတတ်သောတရားဟု ဉာဏ်အား ထင်လာခြင်း ပစ္စုပဋ္ဌါန်။

အာသဝေါတရား (၄)ပါးလျှင် နီးစွာသောအကြောင်း ပဒဋ္ဌါန်။

၂။ သင်္ခါရသည် ကံဖြစ်အောင်ပြုခြင်း၊ ပြုပြင်ခြင်း ပြုစီမံခြင်း သဘောလက္ခဏာ။ ပဋိသန္ဓေကို ဖြစ်စေခြင်း၌ အားထုတ်ခြင်း ရသ။

- စေတနာပဓာနဟု ဉာဏ်အားထင်လာ၏။ ပစ္စုပဋ္ဌါနိ။
- အဝိဇ္ဇာလျှင် နီးသောအကြောင်း ပဒဋ္ဌါနိ။
- ၃။ ဝိညာဏ်သည် အာရုံကိုသိခြင်း ရယူခြင်းလက္ခဏာ။
ရုပ်နာမ်တို့၏ ရှေ့သွားခေါင်းဆောင် ပြုခြင်း ရသ။
ရှေးဘဝနှင့်တကွ ဆက်စပ်တတ်သော တရားဟု ပစ္စုပဋ္ဌါနိ။
သင်္ခါရလျှင် တစ်နည်းမှီရာဝတ္ထုရုပ်နှင့် ထင်လာသောအာရုံ
လျှင် ပဒဋ္ဌါနိ။
- ၄။ သဠာယတနသည် ထိခတ်ခြင်း အားထုတ်ခြင်း။ တစ်နည်း
အာယတနမည်သော စိတ်-စေတသိက်တို့ကို ချဲ့ထွင်ခြင်း
သဘော (လ) မြင် ကြား နံ စား ထိ သိခြင်း (ရသ)။
ထိုက်သည်အားလျော်စွာ ပဉ္စဝိညာဏဂါတ်၊ မနောဂါတ်၊
မနောဝိညာဏဂါတ်တို့၏ မှီရာဝတ္ထုအဖြစ်ဖြင့် ဝင်ထွက်ရာ
ဒွါရအဖြစ်ဖြင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောတရားဟု (ပစ္စု) နာမ်ရုပ်လျှင်
(ပဒ)
- ၅။ ဖဿသည် အာရုံကိုတွေ့ထိသော ဒေခြင်းအရာအားဖြင့်
ဖြစ်ခြင်းသဘော (လ)
အာရုံကို ပွတ်ချုပ်ထိပါးခြင်း အာရုံ၌ထိခြင်းသဘော (ရသ)
ဝတ္ထု အာရုံ ဝိညာဉ် ၃-ပါးတို့ ပေါင်းဆုံခြင်း ဖြစ်ပေါ်လာ
သောသဘောဟု (ပစ္စု) သဠာယတနလျှင် (ပဒ)
- ၆။ ဝေဒနာသည် အာရုံ၏အရသာကို ခံစားခြင်း။ (လ) အာရုံ၏
အရသာကို သုံးဆောင်ခြင်း (ရသ) သုခ ဒုက္ခ သဘောတရားဟု
(ပစ္စု)ဖဿလျှင် (ပဒ)

- ၇။ တဏှာသည် ဒုက္ခ၏အကြောင်း ဖြစ်ခြင်းသဘော (လ)ထိုထို
အာရုံ ထိုထိုဘဝတို့၌ လွန်စွာနှစ်သက်ခြင်း (ရသ) စိတ်၏ (ဝါ)
ပုဂ္ဂိုလ်၏ ထိုထိုအာရုံ ထိုထိုဘဝတို့၌ မရောင့်ရဲနိုင်သည်၏
သဘောတရားဟု (ပစ္စု) ဝေဒနာလျှင် (ပဒ)
- ၈။ ဥပါဒါန်သည် အာရုံကို ပြင်းစွာစွဲလန်းခြင်း၊ စွဲမြဲစွာယူခြင်း (လ)
မှားယွင်းစွာသောအားဖြင့် အာရုံကို မလွတ်ခြင်းသဘော (ရသ)
တဏှာ၏ ခိုင်မြဲမှုသဘောတရား။ ဒိဋ္ဌိအယူမှားမှုသဘောတရား
ဟု (ပစ္စု) တဏှာလျှင် (ပဒ)
- ၉။ ဘဝ (ကမ္မဘဝ) ကံဟူသော ကံဖြစ်ခြင်းသဘော (လ) ဥပပတ္တိ
ဘဝတို့ကို ဖြစ်စေခြင်း (ရသ) ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်တရားဟု
(ပစ္စု) ဥပါဒါန်လျှင် (ပဒ)။
- ၁၀။ ဇာတိသည် ထိုထိုဘဝ၌ ဘဝတစ်ခုဖြင့် ပိုင်ခြားအပ်သောခန္ဓာ
အစဉ်၏လက်မွန်အစအသစ်ဖြစ်ခြင်း၊ ရှေးဦးစွာ ထင်ရှားဖြစ်ခြင်း
သဘော (လ) ထိုတစ်ခုသောဘဝဖြင့် ပိုင်းခြားအပ်သော ခန္ဓာ
အစဉ်ကို ဝဋ်သားသတ္တဝါအား ရောယူလော့ဟု ဆောင်နှင်းပေး
အပ်သကဲ့သို့ ဖြစ်ခြင်း (ရသ) အခြားမဲ့သော အတိတ်ဘဝက
ဤပစ္စုပုန်ခန္ဓာအစဉ်ကို ထင်ရှားပေါ်လွင်တတ်သော ပေါ်လာ
စေတတ်သော သဘောဟု (ပစ္စု) ကမ္မဘဝလျှင် (ပဒ)
- ၁၁။ ဇရာသည် တစ်ခုသောဘဝ၌ အကျုံးဝင်သော ခန္ဓာတို့၏ရင့်ရော်
ဟောင်းမြည့်သည်၏အဖြစ်ဟူသော ရင့်ကျက်ခြင်း (လ)
သေခြင်း-ပျက်ခြင်း မရဏသို့ ကပ်ဆောင်ခြင်း (ရသ) ကောင်း
သောအရွယ်၏ ပျက်စီးကြောင်းသဘောတရား (ပစ္စု) ဇာတိလျှင်
(ပဒ)

- ၁၂။ မရကသည် တစ်ခုသောဘဝဖြင့်ပိုင်းခြားအပ်သောခန္ဓာအစဉ်၏ ရွေ့လျားခြင်းသဘော၊ ပစ္စုပ္ပန်၌ ရွေ့လျားခြင်းသဘော (လ) ပြည့်စုံသော ဘဝခန္ဓာတို့၏ကွေ့ကွင်းခြင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်း (သမ္ပတ္တိရသ) ဇရာလျှင် (ပဒ)
- ၁၃။ သောကသည် အတွင်း၌ လောင်မြိုက်ခြင်း စိတ်ပူပန်ခြင်း သဘော (လ) စိတ်ကို ထက်ဝန်းကျင်လောင်မြိုက်ခြင်း (ရသ) ဉာတိဗျသန စသည်တို့အားလျော်စွာ ထိုဂုဏ်အပြစ်တို့အား လျော်စွာ အဖန်ဖန်စိုးရိမ်ခြင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်းသဘောတရား (ပစ္စု) တွေ့ထိအပ်သော ဉာတိဗျသန စသော အမျိုးမျိုးသော အနိဋ္ဌာရုံလျှင် (ပဒ)
- ၁၄။ ပရိဒေဝသည် အဖန်ဖန် ငိုကြွေးမြည် တမ်းခြင်း၊ ပြောဆို (လ) ဂုဏ်အပြစ်တို့ကို ထုတ် ဖော်ပြောဆိုခြင်း (ရသ)၊ ပရိဒေဝကိန်း ရာ သတ္တဝါတို့၏ (သို့) စိတ်၏ မရပ်မတည် ချာချာလည်ခြင်း သဘောတရား ဟု (ပစ္စု) တွေ့ထိအပ်သော ဉာတိဗျသန စသော အနိဋ္ဌာရုံလျှင် (ပဒ)
- ၁၅။ ဒုက္ခ- ကိုယ်ကို နှိပ်စက်ခြင်းသဘော (လ) ပညာမဲ့တို့၏ နှလုံး မသာယာခြင်းကို ပြုခြင်း (ရသ) ကိုယ်၌မိ၍နာကျင်မှု သဘော တရားဟု (ပစ္စု) ကိုယ်ဒုက္ခကို ဖြစ်စေတတ်သောသဘောလျှင် (ပဒ)
- ၁၆။ ဒေါမနဿ- စိတ်ကို နှိပ်စက်ခြင်း သဘော(လ) ဗျာပါဒဒေါသနှင့် ယှဉ်သည့်အစွမ်းဖြင့် စိတ်ကို ညှင်းဆဲတတ်ခြင်း (ရသ) ယင်း

- ဒေါမနဿကိုဖြစ်စေသော အနိဋ္ဌာရုံလျှင် (ပစ္စု) သက်ကြီး ရှိုက်ငင် ပြင်းစွာပူပန်ခြင်း (ပဒ)
- ၁၇။ ဥပါယာသ- စိတ်ကို ထက်ဝန်းကျင်မှ လောင်ခြင်းသဘော (လ) ညည်းတွားခြင်းကိုပြုခြင်း ကိစ္စ (ရသ) ဉာတိဗျသန စသောအာရုံ ၌ ကိုယ်-စိတ်၏နစ်မြုပ်ခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်သော (ပစ္စု)

ဝိပဿနာအရှုခံများ

ဝိပဿနာအရှုခံတရားများ ရုပ်နာမ် ၂ ပါး၊ ခန္ဓာ ၅ ပါး၊ အာယတန ၁၂ ပါး၊ ဓါတ် ၁၈ ပါး၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အင်္ဂါ ၁၂ ပါး၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ တို့ဖြစ်သည်။ ထိုအရှုခံတို့သည် ရှုပုံရှုနည်းက ကွာခြား ကြသော်လည်း ပရမတ်သား ဓါတ်သားတို့ကတော့ အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ ဒါကြောင့် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်တို့က တော့ ရထားသင့်ပါသည်။ ဒါမှသာ ရုပ်ကိုလည်းကောင်း၊ နာမ်ကို လည်းကောင်း၊ ရုပ်နာမ်အစုံတို့၏ ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်ပုံတို့ကို လည်းကောင်း ဝိပဿနာတင်၍ ရှုနိုင်မည်ဖြစ်တော့၏။

ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်ပုံအစဉ်

- လွန်ခဲ့သောဘဝက ရုပ်နာမ်တို့သည် သေဆုံးသည့်တိုင်အောင် ဖြစ်ပျက်ဖြစ်ပျက်နှင့် အစဉ်အတန်း။
 ယခု ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ပဋိသန္ဓေမှစ၍ သေဆုံးသည့်တိုင်အောင် ရုပ်နာမ်တို့သည် ဖြစ်ပျက်ဖြစ်ပျက်နှင့် အစဉ်အတန်း။

အနာဂတ်ဘဝတို့မှာလည်း နိဗ္ဗာန် မရမချင်း ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်အစဉ်အတန်း။ ဤကဲ့သို့ ဤရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် အစဉ်အတန်း တို့သည် မရပ်မနား မပြတ်ခြားဘဲ တစ်ဘဝမှ တစ်ဘဝသို့ တစ်စဉ် တစ်တန်းတည်း ဆက်စပ်လျက် ဖြစ်ကြလေကုန်တော့၏။ လူပဲ နတ်ပဲ ဗြဟ္မာပဲ ခွေး နွား တိရစ္ဆာန်ပဲဟု ဆိုတဲ့ နာမည်တွေကတော့ ရောက်ရာ ဘဝရဲ့အခိုက်အတန့်သာ သတ်မှတ်ချက်ဖြစ်သည်။

ဘဝတို့ ဆက်စပ်ပုံဥပမာ

အသံ-အရိပ်-မီး-တံဆိပ်-ခပ်နှိပ် တူလေသည်

၁။ အသံ- လိုက်ရှိသောနေရာ၌ အော်လိုက်သောအခါ ရိုက်ခတ်၍ အသံတစ်သံပေါ်လာပြန်၏။ ထိုလိုက်သံသည် ပဌမအော်လိုက် သော အသံလည်းမဟုတ်။ ထိုပဌမအော်လိုက်သောအသံနှင့် ကင်း၍ဖြစ်ပေါ်လာသည်လည်းမဟုတ်။ ပဌမအော်လိုက်သော အသံက ကျေးဇူးပြုလိုက်သဖြင့် ဒုတိယလိုက်သံသည် ဖြစ်ပေါ် လာရသကဲ့သို့ ထို့အတူပဲ. . .
လွန်ခဲ့သောအတိတ်ဘဝက အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန်တို့ ခြံရံကာ ပြုခဲ့သော သင်္ခါရ ကမ္မ တို့၏ သတ္တိအရှိန်အဟုန်တို့ကြောင့် အရှိန်အဟုန်တို့က ပစ်ပို့လိုက်သကဲ့သို့ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ယခု ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ ဟူသော အကျိုးရုပ်နာမ် ၅ ပါးတို့သည် ဖြစ်ပေါ်၍လာရ၏။

(အတိတ်အကြောင်း ၅ ပါးတို့ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး ၅ ပါးတို့ ဖြစ်ပေါ်၍လာရပုံ)

- ၂။ အရိပ် - လူသည် နေပူထဲကိုထွက်၍ ရုပ်လိုက်သောအခါ လူရိပ် ပေါ်လာ၏။ ထိုအရိပ်သည် လူလည်းမဟုတ်။ လူမှကင်းပြီး ဖြစ်လာသည်လည်းမဟုတ်သော လူနှင့်အရိပ်တို့ ဆက်စပ်၍ ဖြစ်ပေလာသည်တို့ကို မြင်အောင်ကြည့်၍ သိပါ။
- ၃။ မီး- ဖယောင်းတိုင်မီးကို နောက်ဖယောင်းတိုင်တစ်တိုင်ဖြင့် တို့ညှိလိုက်သောအခါ မီးကူးလာ၏။ ထိုကူးလာသောမီးသည် ပထမဖယောင်းတိုင်က မီးလည်းမဟုတ်။ ပထမဖယောင်းတိုင် ကမီးနှင့်ကင်း၍ဖြစ်လာသည်မဟုတ်ဘဲ ဆက်စပ်သည်ကို မြင်အောင်ကြည့်၍ သိပါ။
- ၄။ တံဆိပ်- ဆေးရေးတံဆိပ်တုံး နှိပ်လိုက်သောအခါ စက္ကူပေါ်၌ ဆေးရေးတံဆိပ်ဆိုင်ရာ ပေါ်လာ၏။ ထိုပေါ်လာသော ဆေးရေး တံဆိပ်ရာသည် တံဆိပ်တုံးနှင့်ကင်း၍ ဖြစ်ပေါ်လာသည် မဟုတ် ဘဲကူးစက်မှုကို မြင်အောင်ကြည့်၍ သိပါ။ ဤကူးစက်မှုဥပမာ တို့ကိုကြည့်၍ တစ်ဘဝနှင့် တစ်ဘဝတို့ ကူးစက်ပုံတို့ကို သိပါ။

ကံနှင့် ကိလေသာတို့၏သဘော

ထိုဥပမာတို့အတူပဲ လူတို့သည် လွန်ခဲ့ သောအတိတ်ဘဝက အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန် ကိလေသာတို့ခြံရံကာ ပြုခဲ့သော သင်္ခါရကမ္မတို့၏ သတ္တိအရှိန်အဟုန်တို့ကြောင့် ဘဝအသစ်တစ်ဖန် ဒုက္ခသစ္စာတို့ ဖြစ်ကြ

ပြန်တော့၏။ ထိုအဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန်တို့ ခြံရံကာ ပြုခဲ့သောကံဖြစ် သော်လည်း သေခါနီးကျတော့ ထိုကံကို အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန်တို့က တစ်ဖန်ပြန်၍ မခြံရံနိုင်လျှင် ထိုကံသည် ဘဝအသစ်တစ်ဖန် ဒုက္ခသစ္စာကို မဖြစ်စေနိုင်တော့ပေ။ ဒါကြောင့် ဘဝအသစ်အသစ် ဒုက္ခသစ္စာတို့ကို ဖြစ်စေနိုင်သော အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန် ဟူသော ကိလေသာတို့ကို ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ဖြင့် ပယ်သတ်ရခြင်းဖြစ်လေ သည်။

သတိ- လွန်ခဲ့သော အတိတ်ဘဝက အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန်တို့ ခြံရံကာပြုခဲ့သော သင်္ခါရကံတို့သည် အတိတ်ဘဝဖက်မှာပင် ဖြစ်ပျက် ကုန်ဆုံးသွား၍ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝဘက်သို့ ပါမသွားပါ။ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ၊ ဥပါဒါန် သင်္ခါရကံတို့၏ အရှိန်အဟုန်တို့ဖြင့် ပစ်ပို့လိုက်သကဲ့သို့ ဖြစ်သဖြင့်သာ ပစ္စုပ္ပန်၌ ဘဝအသစ် ဝိညာဉ် နာမ်ရုပ် သဠာယတန ဖဿ ဝေဒနာတို့ သည်သာ ဖြစ်ရခြင်းဖြစ်လေသည်။

အထက်မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တို့သို့ တက်လှမ်းနိုင်အောင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို ကျယ်ကျယ်ဝန်းဝန်း ဖတ်ထားခြင်း၊ မှတ်ထားခြင်း၊ ကျက်နိုင်သရွေ့ ကျက်ထားခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ထားရပါ မည်။ ဒါမှသာ သညာမှပညာသို့ကူး၍ ဉာဏ်ပွင့်ကာ ရုပ်နာမ်တို့၏ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ တစ်ခုနှင့်တစ်ခုကြောင်းကျိုးပြု၍ မရပ်မနား ဆက်စပ်၍ နေမှုတို့ကို ဉာဏ်၌မြင်ကာ ဘဝဒုက္ခ သံသရာဒုက္ခတို့ကို ငြီးငွေ့ကာဖြင့် ဘဝချုပ်ကြောင်း သံသရာချုပ်ကြောင်းတို့ကို ဉာဏ်လက်လှမ်းကာ လာရပေတော့မည်။ ဒါကြောင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို သညာရော

ပညာရော လောကဥပမာရော ဘက်စုံသုံး၍ လေ့လာကြိုးကုတ် အားထုတ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဘဝသံသရာ

မြတ်စွာဘုရားသခင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးကတော့ အတိတ်- အနာဂတ်-ပစ္စုပ္ပန် ကာလ ၃ ပါး၊ ဘဝ ၃ ပါး ရှိနေပုံတို့ကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်ကိုဟောတော်မူ၍ ညွှန်ပြခဲ့လေပြီ။ ဟောတော်မူခဲ့သည့် အတိုင်း အတိတ် အနာဂတ် ဘဝသံသရာတို့ ရှိနေပုံတို့ကို ရှေးဦးစွာ သညာဖြင့် နောက်မှာ ဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်းမြင်ရလေအောင် အမှန် တရားကို အမှန်အတိုင်းမသိရအောင် ဖုံးကွယ်တတ်သော အဝိဇ္ဇာ ဟူသော မောဟကို တစ်စတစ်စနှင့် ပယ်ခွာတွန်းလှန်၍ ကြည့်ရမည် ဖြစ်သည်။

ညွှန်း- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာတော်

အဝိဇ္ဇာ

အဝိဇ္ဇာဟူသော (မောဟ)သည် ရုပ်နာမ် ဓမ္မ သင်္ခါရတရားတို့၏ သဘာဝတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်၍ ဖြစ်ပုံတို့ကိုလည်း ကောင်း အမှန်အတိုင်းမသိခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ဒါကြောင့် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ ဉာဏ်ရရေးအတွက် အကြောင်းအကျိုးကို ခွဲခြား၍ သိသောဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာရေးအတွက် ရုပ်ကို နာမ်ကို အကြောင်းကို အကျိုးကို

ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်တို့ကိုလည်းကောင်း ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိမြင်၍ လာအောင် လေ့လာကြိုးကုတ် အားထုတ်ရမည် ဖြစ်သည်။

ယုံကြည်ချက်အားကောင်းလာအောင်

ယခုအခါ ငါတို့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေသည် မိမိနဲ့ဖလာအားဖြင့်တော့ ရှေ့ဘဝ၊ နောက်ဘဝ ရှိသည်ဟု ယုံကြည်ကြပေသည်။ သို့သော်လည်း ရှေ့ဘဝ နောက်ဘဝတို့က မျက်စိဖြင့် တိုက်ရိုက်မြင်ရသောအရာများ မဟုတ်ကြသဖြင့် တကယ်တမ်း ဆန်းစစ်ကြည့်လိုက်တော့ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်ကြီး မဟုတ်လှပါ။ ယောင်ဝါးဝါး ယုံကြည်ခြင်းသာ ဖြစ်ပေသည်။ ဘာကြောင့် ယောင်ဝါးဝါး ယုံကြည်ခြင်းဖြစ်ရသနည်း။ မိမိ၏ ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့်သုံးသပ်၍ လက်ခံရသည်မဟုတ်သောကြောင့် ယောင်ဝါးဝါး ဖြစ်ရပေသည်။ ဒါ့ကြောင့် ရှေ့ဘဝ နောက်ဘဝ ရှိ-မရှိတို့ကို ပေါ်လွင်၍လာအောင် မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူအပ်သော တရားတော်တို့ကို ရှေ့သွားပြု၍လည်းကောင်း၊ အမှီပြု၍လည်းကောင်း၊ ယခုရောက်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၏ သဘာဝတရားဆက်စပ်မှုတို့ကိုလည်းကောင်း သုံးသပ်၍ ရှုကြည့်ရမည်ဖြစ်ပေသည်။

မမြင်ရတိုင်း မရှိဟု ဆိုနိုင်ပါသလား

ရှေ့ဘဝဟူသည် လွန်ခဲ့သော အတိတ်ဘဝကို ဆိုပါသည်။ အနာဂတ်ဘဝဟူသည် နောင်ဖြစ်မည့်အနာဂတ်ဘဝကို ဆိုပါသည်။ ဒီတော့ အတိတ်-အနာဂတ်တို့သည်ကား ယခုရောက်ဆဲ မဟုတ်ကြသဖြင့်

လက်တွေ့အားဖြင့် မမြင်ရပါ။ သို့မမြင်ရသောကြောင့် မရှိဟု ဆိုနိုင်ပါ့မလား။ လေကို မြင်ရပါသလား၊ မမြင်ရပါ။ မမြင်ရလို့ မရှိဟု ဆိုနိုင်ပါသလား။ လူကို လေတိုးထိ၍ သိနေရသဖြင့် မရှိဟု မဆိုနိုင်ပါ။ ဒီကဲ့သို့ပင် အသံကို အနံ့ကို မြင်ရပါသလား၊ မမြင်ရပါ။ မမြင်ရလို့ မရှိ ဟု ဆိုနိုင်ပါသလား၊ မဆိုနိုင်ပါ။ ဘာကြောင့်နည်း။ ဆိုင်ရာဒွါရတို့နှင့်ကျတော့ တွေ့သိရ၍ ရှိမှန်းသိနေရသောကြောင့် မရှိဟု မဆိုနိုင်ပါ။ ဒီကဲ့သို့ပင် ရှေ့ဘဝ နောက်ဘဝတို့ကလည်း ဉာဏ်နှင့်ရှာလျှင် ဧကန်ပင် တွေ့ရမည် ဖြစ်ပါတော့၏။

မြင်ရတဲ့အပေါ် မြင်ရတဲ့အတိုင်း ဆုံးဖြတ်နိုင်မလား

မျက်စိနှင့် တိုက်ရိုက်မြင်ရတဲ့အပေါ်မှာရော မြင်ရတဲ့အတိုင်း ဆုံးဖြတ်လျှင် မှန်နိုင်ပါ့မလား။ ဟိုအဝေး မျက်စိတစ်ဆုံးကို လှမ်း၍ ကြည့်လိုက်ပါ။ မိုးနဲ့မြေတို့ ထိနေသည်ကို မြင်နေရလိမ့်မည်။ မြင်ရသည် အတိုင်း ထိနေပေသည်ဟု ဆုံးဖြတ်လျှင် မှန်ပါ့မလား၊ မမှန်နိုင်ပါ။ ဘာကြောင့်နည်း။ မိုးနဲ့မြေတို့က တကယ်ထိနေသည်မဟုတ်။ ဝေးလံလှ၍ မျက်မြင်အင်အား ကုန်ဆုံးနေသောကြောင့် ထိနေသယောင် အမြင်မှားနေခြင်းဖြစ်ပေသည်ဟု ဆုံးဖြတ်မှသာ အမှန်သို့ ရောက်နိုင်ပေတော့မည်။

တစ်ခါ အနီးအဝေးကို မြင်ရသော မှန်ပြောင်းနှင့် ကြည့်လိုက်သောအခါ သစ်ပင်၊ တောတောင်တို့သည် နီးလာလိုက် ဝေးသွားလိုက်နှင့် မြင်နေရလိမ့်မည်။ မြင်ရသည့်အတိုင်း သစ်ပင်၊ တောတောင်တို့က

တကယ်ပင် ရွှေ့လာလိုက်၊ ရွှေ့သွားလိုက်လုပ်နေသည်မဟုတ်။ မှန်ပြောင်း
၏လှည့်စားချက်ကြောင့်သာ အမြင်မှားခြင်းဖြစ်သည်ဟု ဉာဏ်ဦးစီး၍
ဆုံးဖြတ်မှသာ အမှန်သို့ ရောက်နိုင်ပါလျှင် မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့မဟုတ်သော
တမလွန်လောကကို ရှာရန်၌ကျတော့ အဘယ်ဆိုဖွယ်ရာ ရှိအံ့နည်း။
ဉာဏ်ဦးစီးမှုသည်သာ ပဓာန ဖြစ်တော့၏။

ရှေ့ဘဝ နောက်ဘဝ ရှိနိုင်ပုံဥပမာ

အိပ်ပျော်နေသောသူသည် အိမ်မက်ထဲ၌ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ
မက်နေလျှင် အဲဒီမှာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်နေတဲ့ ဘဝတစ်ခု။ ဒီမှာ
လည်း တုံးလုံးကြီးက ရှိနေပြန်၏။ တစ်ခါ အိပ်မက်ထဲ၌ ကြောက်လန့်
ပြေးလွှားနေရလျှင် အဲဒီမှာ ကြောက်လန့်နေရတဲ့ ဘဝတစ်ခု။ ဒီမှာလည်း
တုံးလုံးကြီးက ရှိနေပြန်၏။ ဒါဟာ လူတိုင်းတွေဖူးတဲ့ နှစ်ဘဝဥပမာပင်
တည်း။ ဒါ့ကြောင့် ရှေ့ဘဝ နောက်ဘဝတို့က ရှိနိုင်ပေတော့၏။

အထပ်ထပ်လည်၍နေသော သံသရာ

လောကအတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော သဘာဝတရားတို့၏ မရပ်
မတည်လည်နေပုံတို့ကို သုံးသပ်၍ ကြည့်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဒါ့ကြောင့်
နွေဇိုးဆောင်း ဟူသော ဥတုတို့သည် တစ်လဲစီ မရပ်မတည် လည်ပတ်၍
နေကြပေကုန်၏။ နေ လ နက္ခတ်တို့သည်လည်း ဘယ်သူမှ တွန်းအား
မပေးရဘဲ ဝင်လိုက်ထွက်လိုက်နှင့် လည်ပတ်၍ နေကြပေကုန်၏။
သစ်ပင်တို့သည်လည်း ရွက်စိမ်း ကြွေလိုက် ရိုးတံဖြစ်၍ ရွက်နုထိုးလိုက်ဖြင့်
လည်ပတ်၍ နေကြပေကုန်၏။ ဒါ့ကြောင့် လောကကြီးတစ်ခုလုံးကို ခြုံ၍

ဉာဏ်နှင့်သုံးသပ်၍ ကြည့်လိုက်သောအခါ ဘယ်ဟာတစ်ခုမှ ရပ်တည်၍
မနေနိုင်ဘဲ လည်ပတ်၍ နေကြရသည်ကိုသာ တွေ့ကြရပေတော့၏။

ဒါ့ကြောင့် ဘဝသံသရာအတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော သတ္တဝါ
ဟူသမျှတို့သည်လည်း မွေးလျှင်သေမည်။ သေလျှင်မွေးမည်ဟူသော
မွေးသေတို့သည်လည်း လည်ပတ်၍ နေကြရကုန်တော့လတ္တံ့တည်း။

လည်ပတ်မှု၌ ဆက်စပ်ပုံ

အတိတ်၊ အနာဂတ်တို့သည် ယခုရောက် ဆဲအချိန်၏ ရှေ့ပိုင်းကို
အတိတ်၊ နောက်ပိုင်းကို အနာဂတ်ဟု ခေါ်သည်။ ယခု တို့တတွေ၏စိတ်
သည် ယခုရောက်ဆဲအာရုံတွင် မနေဘဲ လွန်ခဲ့ပြီး သော အတိတ်အာရုံကို
လှမ်းတွေး၍လည်း အာရုံပြုသည်။ မရောက်ရ မဖြစ်ရသေးတဲ့အနာဂတ်
ကိုလည်း လှမ်းတွေး၍ အာရုံပြုသည်။ ဒီတော့ ဤစိတ်သည် ပစ္စုပ္ပန်မှ
နေ၍ အတိတ်ကို လှမ်းတွေး၍ ပစ္စုပ္ပန်နှင့်အတိတ်ကို ဆက်စပ်ပေးသလို
ဖြစ်နေသည်။ ဤစိတ်သည် ပစ္စုပ္ပန်မှ အနာဂတ်ကို လှမ်းတွေး၍လည်း
ပစ္စုပ္ပန်နှင့်အနာဂတ်ကိုလည်း ဆက်စပ်ပေးသလို ဖြစ်နေပြန်သည်။

ဒီတော့ အတိတ်အာရုံကို လှမ်းတွေးသောအခါ အတိတ်အာရုံ
နှင့် အတိတ်ရုပ်နာမ်တွေ၊ အနာဂတ်အာရုံကို လှမ်းတွေးသောအခါ
အနာဂတ်အာရုံနှင့် အနာဂတ်ရုပ်နာမ်တွေသည် စိတ်ထဲမှာ ဆက်စပ်၍
ဖြစ်နေရ၏။ ဒါ့ကြောင့် ဤဆက်စပ်ပုံတို့ကို အမှီပြု၍ အတိတ်ဘဝနှင့်
ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝနှင့် အနာဂတ်ဘဝတို့ဆက်စပ်၍ ဖြစ်နိုင်ပုံတို့
ပါတည်း။

(ပစ္စုပ္ပန်၌ရှိသော ဥပမာတို့ကိုယူ၍ သုံးသပ်ခြင်းသည် ပြီး၏။)

ကံဆိုတာ ဘာကိုခေါ်သလဲ

ကံဆိုတာ မိမိပြုလုပ်သမျှသော ကိုယ်ဖြင့် ပြုလုပ်တဲ့ ကာယကံမှု၊ နှုတ်ဖြင့်ပြုလုပ်တဲ့ ဝစီကံမှု၊ စိတ်ဖြင့် တွေးတောကြံစည်တဲ့ မနောကံမှု တို့ကို ကံဟုခေါ်သည်။ ဒါ့ကြောင့် ကံကတော့ အချိန်မရွေး ဖြစ်နေပါ၏။ အကျိုးပေးသောကံနှင့် အကျိုးမပေးသောကံ ဒါပဲထူးပါ၏။

ကံဆိုတာ ရှိနေသလား၊ ပျောက်သွားသလား

သားရှင်ပြု သမီးနားထွင်း အလှူဒါနပြုသောအခါ ပြုပြီးသည်နှင့် အချိန်တန်တော့ အလှူခံ လှူရန် အသိုင်းအဝိုင်းပုံသဏ္ဍာန်တို့သည် မရှိကြတော့ပေ။ သို့ပင် မရှိငြားသော်လည်း ပြန်တွေးလိုက်သောအခါ စိတ်ထဲမှာ ပေါ်လာရ၏။ မတွေးဘဲနှင့်လည်း ပေါ်လာရ၏။ ဒါ့ကြောင့် ထိုအလှူခံ လှူရန်ပုံဟန်သဏ္ဍာန်သတ္တိတို့သည် စိတ်ထဲမှာ မြှုပ်ထားသလို ဖြစ်၍ ကုန်ဆုံးမသွားပါ။ ရှိနေပါသည်။ တစ်ခါလှူတဲ့အခါမှာ ပစ္စည်းအား ဖြင့် မိမိက ကုန်ကျရခြင်းဖြစ်၏။ ဒါကို မနှမြောတဲ့အပြင် အပြစ်ကင်း၍ ကောင်းကျိုးပေးနိုင်သည် ဟူသော ယုံကြည်ချက်ကြောင့် ဝမ်းမြောက် ကြည်နူးမှုပင်ဖြစ်နေရ၏။ ဒါကို ကုသိုလ်ရတယ်လို့ ဆိုရ၏။ ဒီကုသိုလ်ကို အကြိမ်ကြိမ်တွေး အကြိမ်ကြိမ်ပေါ် အကြိမ်ကြိမ်ချမ်းသာ၍ နေရ၏။

ဒါ့ကြောင့် ဒီကုသိုလ်သည် ဧကန်ပင် ကောင်းကျိုးပေးနိုင်သည် ဟူသော ယုံကြည်ချက်ကြောင့် မနှမြောတဲ့အပြင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာပင် ဖြစ်နေရ၏။ ဒီကုသိုလ်က ဘဝကူးတော့ ဘယ်လိုကူညီမှုတွေပေးသလဲ။

လူတို့သည် သေခါနီးကြတော့ ရုပ်ကိုယ်ကြီးက မလှုပ်နိုင်တော့ဘဲ စိတ်ကလေးကတော့ အားနည်းစွာဖြင့် သိပျက် သိပျက်နှင့် ဖြစ်၍ နေပေ၏။ ဒီအချိန်မှာ သူပြုခဲ့ဖူးသော ကုသိုလ်အရိပ်သည် ပေါ်လာရ၏။ ဒီအခါ စိတ်ကသွားကပ်၍ ချမ်းသာနေရ၏။ ဒီချမ်းသာ၍နေတုံး သေသောသူသည် ကောင်းသော လူ နတ် ချမ်းသာဘဝသို့ ရောက်ရ လေတော့၏။

ခိုး ဆိုး တိုက်ခိုက် သူ့အသက်သတ်ခြင်း စတဲ့ မကောင်းတာကို ပြုလုပ်သောသူတို့သည်လည်း ပြုလုပ်ဆဲမှာလည်း ဆင်းရဲနေရ၏။ ပြုလုပ် ပြီးတဲ့နောက်မှာလည်း စိတ်ဆင်းရဲနေရ၏။ သေခါနီးကျတော့လည်း ဒီမကောင်းတဲ့အာရုံတွေကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲနေရ၏။ ဒီလို စိတ်ဆင်းရဲနေ တုန်း သေသောသူသည် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ်ဟူသော အပါယ်လေးဘုံသို့ ဆိုက်ရောက်ရပေတော့လတ္တံ့။ မိမိပြုလုပ်သော ကောင်းမှု-မကောင်းမှုတို့သည် မိမိတို့အားသာ ကောင်းကျိုး-ဆိုးကျိုးတို့ ဖြစ်ရပေတော့မည်ဟု ဆက်စပ်မှုကို မြင်အောင်ကြည့်ထားပါ။

(အကျိုးပေးသင့်လျက်သားနှင့် အခွင့်မသင့်၍ အကျိုးမပေးလိုက် ရသောကံနှင့် ပြုလုပ်စဉ်တုန်းက စေတနာမထက်သန်ဘဲ ပြုကာမျှသာ ဖြစ်သောကံတို့သည် အကျိုးမပေးနိုင်သော အဟောသိကံတို့ဟု မှတ်ပါ။)

ကံ, ကမ္မနိမိတ်, ဂတိနိမိတ်ထင်ပုံ

ဘဝဇာတ် မကုန်သေးသောသူတို့သည် သေခါနီး၌ ကံ, ကမ္မနိမိတ်, ဂတိနိမိတ် ၃ မျိုးတို့တွင် တစ်မျိုးမျိုးသောနိမိတ်သည် စိတ်မှာထင်လာရ၏။ လွန်ခဲ့သောဘဝက ပြုခဲ့သောကံဖြစ်စေ။ ကမ္မာ ပေါင်းများစွာက ပြုခဲ့သောကံဖြစ်စေ၊ သေခါနီး၌ စိတ်မှာ အထူးပင် ထင်ရှား၍လာ၏။ ဥပမာ- ကျောင်းဆောက်လုပ်လှူဒါန်းခဲ့တုန်းက ကုသိုလ်စေတနာတွေသည် စိတ်မှာ တဖွားဖွားဖြစ်ခဲ့ငြားအံ့။ ယခု သေခါနီးမှာလည်း ထိုကုသိုလ်စေတနာတွေသည် တစ်ခြားကုသိုလ် အကုသိုလ်စေတနာတို့ထက် ပေါ်လွင်ထင်ရှား၍နေသဖြင့် ပြန်အမှတ် ရ၍ ကုသိုလ်စေတနာတို့သည် တဖွားဖွား ဖြစ်လာပြန်၏။ (ဒါဟာ ရှေးက ပြုခဲ့ဖူးသော အမှတ်အသားဖြင့် ကံအာရုံထင်ခြင်းတည်း) ထိုကုသိုလ် စေတနာကြောင့် ကောင်းသောဘဝဘုံဌာနသို့ ရောက်ရခြင်းဖြစ်၏။

တစ်နည်း- သားရှင်ပြုခဲ့ဖူးသောသူသည် သေခါနီး၌ ယခုပင် တစ်ဖန်ရှင်ပြုနေရသကဲ့သို့ ဖြစ်နေခြင်းသည် ကံနိမိတ်ထင်ခြင်းတည်း။ သားရှင်ပြုစဉ်က အလှူခံ၊ လှူရန် ရှင်သာမဏေနှင့် အသိုင်းအဝိုင်းတို့ကို ပြန်၍မြင်နေရခြင်းသည် ကမ္မနိမိတ်ထင်ခြင်းတည်း။ ထိုကုသိုလ်ကြောင့် ရောက်ရမည့် ဘုံဘဝ ဘုံဌာန အမိဝမ်းရေ နတ်ဗိမာန် ပဒေသာပင် စသော အာရုံတို့ကို ထင်မြင်နေရခြင်းသည် ဂတိနိမိတ်ထင်ခြင်းတည်း။ ဤနိမိတ်တို့နှင့်ဆိုင်ရာ အမိဝမ်းရေအတွက် လူ့ဘဝ၊ နတ်ဗိမာန်အတွက် နတ်ဘုံဌာနသို့ ရောက်ရခြင်းတည်း။

သူ့အသက်သတ်ခဲ့ဖူးသောသူတို့သည်လည်း သေခါနီး၌ ယခုပင် သတ်နေရသလို ကံနိမိတ်ထင်ခြင်း။ သတ်ခဲ့စဉ်ကပါဝင်သော ဒုတ်၊ မီး၊ လက်နက် စသည် ကမ္မနိမိတ်ထင်ခြင်း။ ထိုအကုသိုလ်ကံကြောင့် ရောက်ရ မည့် ငရဲအိုး၊ ငရဲထိန်း၊ ငရဲမီးလျှံ၊ ခွေးနက်ကြီး စသော ဂတိ နိမိတ် ထင်ခြင်း။ ဤသုံးမျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးထင်ခိုက် သေသောသူသည်လည်း ထိုအကုသိုလ်နိမိတ်အားလျော်စွာ မကောင်းသောဘဝ ဘုံဌာနသို့ ရောက်ရလေတော့၏။

အင်္ဂါ ၁၂-ပါးကို ကြောင်းကျိုးခွဲရန်

အဝိဇ္ဇာ သင်္ခါရသည် အတိတ်အကြောင်း အတိတ်ဘဝ။ ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတနာ၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာသည် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး။ တဏှာ ဥပါဒါန်ဘဝသည် ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ။ ဇာတိ၊ ဇရာ၊ မရဏသည် အနာဂတ် အကျိုး အနာဂတ်ဘဝတို့ဖြစ်သည်။

အင်္ဂါ ၁၂ ပါးကို ခြင်းရာ ၂၀ ပွားပုံ

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အင်္ဂါ ၁၂-ပါးတို့ကို ခြင်းရာ ၂၀ ဖြစ်အောင် ဖြန့်ပွားပုံ... ကံ ၃၊ ကံ ၂၊ ဝိပါတ် ၈၊ ၁၂ ဖြစ်နိုင်စေ ဟူသော လင်္ကာအရ ကိလေသ ဝဋ် ၃-ပါး၊ ကမ္မဝဋ် ၁-ပါးခွဲ၊ ဝိပါကဋ် ၇-ပါးခွဲတို့၏ တရားကိုယ်တို့ကို ဖော်ထုတ်ရမည်ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် အင်္ဂါ ၁၂-ပါးတို့တွင် အဝိဇ္ဇာသည် ကိလေသဝဋ် ဖြစ်၍ သင်္ခါရသည် ကမ္မဝဋ် ဖြစ်သည်။ ဒါ့ကြောင့် ကိလေသဝဋ် ၃-ပါး ဖြစ်အောင် အဝိဇ္ဇာနောက် ဝဋ်တူဖြစ်သော တဏှာ၊ ဥပါဒါန်ထည့်၍

အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန်ဟု ကိလေသဝဋ် ၃-ပါး ဖြစ်သည်။ ကမ္မဝဋ် ၂-ပါး ဖြစ်အောင် ကံတူဖြစ်သော သင်္ခါရနောက် ကမ္မထည့်၍ သင်္ခါရကမ္မ ဟု ကမ္မဝဋ် ၂-ပါးဖြစ်တော့၏။ အားလုံးပေါင်းသော် အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန် သင်္ခါရ ကမ္မ ဟူ၍ အတိတ်အကြောင်း ၅-ပါးဖြစ်တော့၏။ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန်သည် ကိလေသဝဋ် ပူလောင်၊ သင်္ခါရကမ္မသည် ကမ္မဝဋ်ပြုလုပ်။

ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး ၅-ပါးကား ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန ဖဿ၊ ဝေဒနာတို့ဟူတည်း။

ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ၅-ပါးကား ဝဋ်တူ ဖြစ်သော တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ အဝိဇ္ဇာနှင့် ကံတူဖြစ်သော သင်္ခါရ ကမ္မတို့ပင်တည်း။ အနာဂတ်အကျိုး ၅-ပါးကား အနာဂတ်အင်္ဂါ၌ ဇာတိ ဇရာ မရဏ ဟူသော ဂုဏ်ကို ပြထားသဖြင့် တရားကိုယ်ကောက်သောအခါ (ဂုဏ်၏တည်ရာဒြပ်ကို ကောက်ရသဖြင့်) အထည်ကိုယ်ဒြပ်ဖြစ်သော ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ ၅-ပါးတို့ပင်တည်း။ ဒါကြောင့်-

- ၁။ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန် သင်္ခါရ ကမ္မ (ကျက်ထားပါ) ဟူသော အတိတ်အကြောင်း ၅-ပါး။
- ၂။ ဝိညာဏ် နာမ်ရုပ် သဠာယတန ဖဿ ဝေဒနာဟူသော ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး ၅-ပါး။
- ၃။ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန် သင်္ခါရ ကမ္မ ဟူသော ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ၅-ပါး။
- ၄။ ဝိညာဏ် နာမ်ရုပ် သဠာယတန ဖဿ ဝေဒနာ ဟူသော အနာဂတ်အကျိုး ၅-ပါး- ပေါင်း ခြင်းရာ ၂၀ ဖြစ်တော့၏။

နိမိတ်နှင့် ခြင်းရာတို့ပေါင်းစပ် ဘဝသစ် ဖြစ်ပုံ

လူတစ်ယောက်သည် အတိတ်ဘဝက နောက်တစ်ဖန် လူ့ဘဝ ကိုပင် တောင့်တ၍ အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်တို့ ခြံရံကာ ကုသိုလ်သင်္ခါရ ကမ္မတို့ကို ပြုလုပ်၏။ လူဟူသော အသိမှားမှု အဝိဇ္ဇာ၊ လူ့ဘဝကို တွယ်ငြိမှုတဏှာ လူ့ဘဝကို စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်၊ လူ့ဘဝကို ရရာ ရကြောင်း ပြုလုပ်မှု ကုသိုလ်သင်္ခါရ ထိုသင်္ခါရစေတနာ၏ ကမ္မသတ္တိ ဤအတိတ်ကြောင်း ၅-ပါးတို့သည် စုံ၍ သွားတော့၏။

နောင် ထိုသူ၏ သေခါနီး၌ ထိုပြုလုပ်ခဲ့သော ကုသိုလ်၏ အရိပ် နိမိတ်ဖြစ်သော (ကံ၊ ကမ္မ နိမိတ်၊ ဂတိနိမိတ် ၃ မျိုးတို့တွင် တစ်မျိုးမျိုးသော နိမိတ်သည် ထင်လာပြန်တော့၏။ ထိုနိမိတ်ကို အတိတ်အကြောင်းဖြစ် သော အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ သင်္ခါရ ကမ္မတို့ကလည်း ခြံရံ၍လာကြ ပြန်၏။ (အဝိဇ္ဇာကလည်း ခန္ဓာ ၅-ပါးကို ဖြစ်စေ နိုင်၏၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ သင်္ခါရ ကမ္မသတ္တိတို့ကလည်း ခန္ဓာ ၅-ပါးကို ဖြစ်စေနိုင်ကြသဖြင့်) ထို ကုသိုလ်ရှင် သေသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် သင်္ခါရ ကမ္မ သတ္တိတို့၏ အရှိန် အဟုန်တို့က ဘဝအသစ်သို့ပစ်၍ ပို့လိုက်သကဲ့သို့ဖြစ်ပြီး နောက်ထပ်ဘဝ အသစ်တစ်ဖန် ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ ဟူသော အကျိုးတရား ၅-ပါး ဝဋ်ဆင်းရဲကြီးတို့သည် ဖြစ်ရပြန်တော့၏။

တစ်ခါ ဒီရုပ်နာမ်ခန္ဓာအကျိုး ဝိပါကဝဋ်ကြီးကို မှီ၍လည်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စတဲ့ ကိလေသာတရားတို့က ပူလောင်၍ တွန်းကန်ပြန်သဖြင့် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံဟူသော ပြုလုပ်မှု သင်္ခါရကမ္မတို့သည်လည်း ဖြစ်ရပြန်၍ ဤပစ္စုပ္ပန်၌ပင် အကြောင်းပြန်၍

ဖြစ်ရပြန်တော့၏။ ဤပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းကံ ၅-ပါးတို့ကြောင့်လည်း နောင်ဖြစ်လတ္တံ့သော အနာဂတ်ဘဝ၌ ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတနာ၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ ဟူသော အကျိုးတရား ၅-ပါးတို့သည်လည်း ဖြစ်ရလိမ့် ဦးမည်ဟူသော ဘဝသံသရာကွင်းဆက်ကို မြင်အောင်ကြည့်ပါ။

ဤသို့ အတိတ်အကြောင်း ၅-ပါးတို့ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး ၅-ပါးကိုမှီ၍လည်း ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ၅-ပါးတို့ဖြစ်ရပုံ၊ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ၅ ပါးကိုမှီ၍လည်း အနာဂတ်ဘဝအကျိုး ၅-ပါးတို့ ဖြစ်ရလတ္တံ့သော ကွင်းဆက်ကိုမြင်အောင် ကြည့်ပါ။ သမုဒယသစ္စာ ဟူသည်-

မြတ်စွာဘုရားသည် အဘိဓမ္မာ ဝိဘင်း ပါဠိတော် (အဘိ ၂-၁၁၂-၁၁၈၂) ၌-

- (၁) တဏှာကို သမုဒယသစ္စာဟု လည်းကောင်း။
 - (၂) တဏှာနှင့်တကွသော ကိလေသာအားလုံးကို သမုဒယသစ္စာဟု လည်းကောင်း။
 - (၃) အကုသိုလ်တရားအားလုံးကို သမုဒယသစ္စာ ဟုလည်းကောင်း။
 - (၄) အကုသိုလ်တရားအားလုံးနှင့် သံသရာဝဋ်ကို လည်ပတ်စေတတ်သော အလောဘ၊ အဒေါသ၊ အမောဟ ဟူသော ကုသလမူလတရား(၃)ပါးတို့ကို သမုဒယသစ္စာဟုလည်းကောင်း။
 - (၅) အကုသိုလ်တရားမှန်သမျှနှင့် သံသရာကို လည်စေတတ်သော အာသဝေါတရားတို့၏ အာရုံ ဖြစ်သော ကုသိုလ်ကံမှန်သမျှကို သမုဒယသစ္စာ ဟုလည်းကောင်း။
- ဤသို့ သမုဒယသစ္စာကို (၅)နည်းခွဲ၍ ဟောကြားတော်မူ၏။

ရဟန်းတို့ ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်း သမုဒယသစ္စာတရားဟူသည် အဘယ်နည်း။ အဝိဇ္ဇာဖြစ်ခြင်းကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်၏။ သင်္ခါရဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဝိညာဉ်ဖြစ်၏။ ဝိညာဉ်ဖြစ်ခြင်းကြောင့် နာမ်ရုပ် ဖြစ်၏။ (လ) ကမ္မဘဝဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဇာတိဖြစ်၏။ ဇာတိဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဇရာ၊ မရဏဖြစ်၏။ သောကာ၊ ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ၊ ဒေါမနဿ၊ ဥပါယာသတို့သည် ဖြစ်ပေါ်၍လာကြကုန်၏။ ဤသို့ ချမ်းသာမဖက် သက်သက်သော ဤဒုက္ခတုံး ဒုက္ခအစုံအပုံဖြစ်ကြောင်း တရားတည်း။ တစ်နည်း ဒုက္ခတုံး၊ ဒုက္ခအစုံအပုံဖြစ်ခြင်းသည် ထင်ရှား၏။ (အံ ၁-၁၇၈)

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟနှင့် အဒ္ဓါပရိဂ္ဂဟ

တိတ္ထာယတနသုတ္တန်၌ အကြောင်းတရားနှင့်အကျိုးတရားတို့၏ ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်မှု သဘောတရားကိုပင် သမုဒယသစ္စာဟု ဟောတော်မူထား၏။ ဒါ့ကြောင့် လိုရင်းမှတ်သားရန်ကတော့ ဤပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ မည်သည့်နေရာ၌မဆို ရုပ်နာမ်တို့၏အကြောင်းနှင့်အကျိုးတို့သာ ရှိကုန်၏ဟူ၍မြင်သောဉာဏ်သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ ဉာဏ်မည်၏။ အတိတ်ဘဝနှင့် အနာဂတ်ဘဝတို့၌လည်း ရုပ်နာမ်တို့၏ အကြောင်းအကျိုးတို့သာ တည်းဟု မြင်သောဉာဏ်သည် အဒ္ဓါပရိဂ္ဂဟ မည်၏။

သင်္ခါရနှင့်ကမ္မအထူး

သင်္ခါရနှင့် ကမ္မအထူးကတော့ မလှူမီ ရှေ့အဖို့၌ ပြုလုပ်မှု ဟူသမျှနှင့်စေတနာတို့သည် သင်္ခါရမည်၏။ လှူဆဲမှစ၍ နောက်ကာလ သည် ကမ္မ။ ဤသို့ ရှေ့နောက်ကွာခြား၍ ထူး၏။ ဤပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၌ ရေးခဲ့သော အမျိုးမျိုးသော စာပိုဒ်တို့ကို သဘောဆိုင်အောင် အကြိမ်ကြိမ် ဖတ်မှတ်ပြီးမှ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရှုကွက်တို့ကို ရှုကြပါရန် တိုက်တွန်းလိုက်ပါ၏။

ခန္ဓာ (၃)မျိုး

ပရမတ္ထတရား ၄ ပါးတို့ကား စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန် တို့ဖြစ်ပါသည်။

၁။ ပဉ္စက္ခန္ဓာကား ရုပ် ၂၈ ပါးသည် ရူပက္ခန္ဓာ၊ ဝေဒနာ စေတသိက် သည် ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၊ သညာစေတသိက်သည် သညာက္ခန္ဓာ။ ဝေဒနာသညာမှ ကြွင်းသော စေတသိက် ၅၀ သည် သင်္ခါရ က္ခန္ဓာ။ စိတ် ၈၉ သည် ဝိညာဏက္ခန္ဓာ။ နိဗ္ဗာန်သည် ခန္ဓာ ဟူသော အရေအတွက်မှ လွတ်၏။ (ခန္ဓာဟူသည် ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတို့၏ အပေါင်းအစုကို ခေါ်သည်)

၂။ ပဉ္စပါဒါနက္ခန္ဓာကား အာသဝေါတရားတို့၏ အာရုံဖြစ်သော ရူပဒါနက္ခန္ဓာ၊ ဝေဒနူပါဒါနက္ခန္ဓာ၊ သညုပါဒါနက္ခန္ဓာ၊ သင်္ခါရရူပါ ဒါနက္ခန္ဓာ၊ ဝိညာဏု ပါဒါနက္ခန္ဓာတို့ဖြစ်သည်။

၃။ ဥပါဒါန်ခန္ဓာကား ဥပါဒါန်တရားတို့၏ စွဲယူ၍ စိတ်မှာဖြစ်သော ဥပါဒါန်ခန္ဓာဖြစ်၏။

ဤမှစ၍ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရှုရန်

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပထမရှုနည်း- အဝိဇ္ဇာ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် သင်္ခါရ ဖြစ်သည်။ အဝိဇ္ဇာက အကြောင်း၊ သင်္ခါရက အကျိုး၊ သင်္ခါရဖြစ်ခြင်း ကြောင့် ဝိညာဉ်ဖြစ်သည်။ သင်္ခါရအကြောင်း၊ ဝိညာဉ်အကျိုး။ (လ) ဇာတိဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဇရာ၊ မရဏ ဖြစ်သည်။ ဇာတိက အကြောင်း၊ ဇရာ၊ မရဏက အကျိုးဟုလည်းကောင်း။

တစ်ဖန် ဇာတိဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဇရာ မရဏဖြစ်သည်။ ဘဝ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဇာတိဖြစ်သည်။ ဥပါဒါန်ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဘဝဖြစ်သည်။ (လ) အဝိဇ္ဇာဖြစ်ခြင်းကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်သည်ဟု လည်းကောင်း။ ဤသို့ အသွားအပြန် ဆက်စပ်မှုကို မြင်အောင်ကြည့်၍ ရှုပါ။

အင်္ဂါ (၁၂)ပါး အနက်အဓိပ္ပါယ် ကွင်းဆက်မြင်အောင်

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ရရေးအတွက် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အင်္ဂါ ၁၂-ပါး တို့၏အနက်အဓိပ္ပါယ်နှင့် အတိတ်၊ အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်တို့၏ကြောင်းကျိုး ဆက်စပ်မှုတို့ကို ရှေးဦးစွာသညာဖြင့်၊ နောက် ပစ္စုပ္ပန်ဉာဏ်ဖြင့် ပီပီပြင်ပြင် ဉာဏ်မှာထင်ရှား၍ လက်ခံလာအောင် ရှုကြည့်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဆောင်ပုဒ်လင်္ကာ

အမှန်မသွား၊ အမှားမြင်ကာ၊ အဝိဇ္ဇာကြောင့်၊ ချမ်းသာလိမ့်မိုး၊ ရည်မျှော်ကိုးလျက်၊ ၃-မျိုးမှုကံ၊ ပြုစီမံ၍၊ ဝိညာဏ်တွယ်စပ်၊ နာမ်ရုပ် ကပ်လျက် ၆ ရုပ် အာယတန ဖဿ ၆ ဖြာ ဝေဒနာနှင့် တဏှာ ၆ တန် ဥပါဒါန်ကြောင့် ဖြစ်ရန်အကြောင်း ကံဆင့်လောင်း၍ ဆိုးကောင်းဘဝ

ဖြစ်ပြန်ရာ အိုနာသေရေး ပူအဆွေးနှင့် ကိုယ်ဆွေး စိတ်နှမ်းပူပန်ရသည် လုံးဝဆင်းရဲစုသာတည်း။

၁။ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ

ဘဝသံသရာတို့၏ ဆင်းရဲနေရမှုတို့ကို အမှန်အတိုင်း မသိမူ၍ ဘဝသံသရာတို့၏ ဆင်းရဲပြစ်တို့ကိုပင် အကောင်းထင်အောင် (လိုချင်အောင်) မှောင်ချထားသလိုဖြစ်ခြင်းကြောင့်၊

၂။ သဒ္ဓါရာ

ကောင်းမကောင်းဘဝတို့ကို ရရာ ရကြောင်း ကုသိုလ် အကုသိုလ် တို့ကို ပြုလုပ်၏။ (ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့်)

၃။ ဝိညာဏ

ဘဝအသစ်တစ်ဖန် ဝိပါကဝဋ်ဆင်းရဲတို့သည် စ၍ဖြစ်ခြင်း ကြောင့်၊

၄။ နာမရူပံ

စေတသိက်နာမ်နှင့် ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်တို့သည်လည်း ပဋိသန္ဓေ စိတ်နှင့်တွဲယှဉ်၍ ဖြစ်ရ၏။ နာမ်ရုပ်ဖြစ်ခြင်းကြောင့်၊

၅။ သဠာယတနံ

မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကာယ၊ မန၊ ဒွါရ၊ ပသာဒ ဟူသော အကြည်ဓါတ် ၆-ပါးတို့ ဖြစ်ခြင်းကြောင့်။

၆။ ဖဿ

အာရုံနှင့် စိတ်တို့တွေ့ခြင်း။ တွေ့ထိခြင်းကြောင့်။

၇။ ဝေဒနာ

အာရုံ၏အရသာကို ခံစားခြင်း။ ခံစားခြင်းကြောင့်။

၈။ တဏှာ

အာရုံကို တပ်မက်နှစ်သက်ခြင်းသည် ဖြစ်ပြန်၏။ တပ်မက် နှစ်သက်ခြင်းကြောင့်။

၉။ ဥပါဒါနံ

အာရုံကိုစွဲလမ်းခြင်းသည် ဖြစ်ပြန်၏။ စွဲလမ်းခြင်းကြောင့်။

၁၀။ ဘဝေါ

(ကမ္မဘဝ) ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနော ကံတို့ကို ပြုပြန် ဖြစ်ပြန်၏။ ကံ ၃-မျိုးဖြစ်ခြင်းကြောင့်။

၁၁။ ဇာတိ

နောင်၌ ဘဝအသစ်တစ်ဖန်သည် ဖြစ်ပြန်တော့လတ္တံ့။ ဘဝ အသစ်ဖြစ်ရလတ္တံ့ကြောင့်။

၁၂။ ဇရာ၊ မရဏ

အိုခြင်း၊ သေခြင်း၊ စိုးရိမ် ငိုကြွေး ပူဆွေးခြင်း၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း၊ ပြင်းစွာ ပူပန်ခြင်းတို့သည် ဖြစ်ကြရ၍ ချမ်းသာမမက် သက်သက်သော ဆင်းရဲအစုသာတည်းဟု ဇာတိ၏ အကျိုးဆက်ကို မြင်အောင်ရှုပါ။

ခြင်းရာ ၂၀ ၌ ဝဋ်(၃)ပါးဖြစ်ကြပုံ

အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်တို့သည် ကိလေသဝဋ်စိတ်ကိုပူလောင်စေသည်။ ဆင်းရဲစေသည်။ သင်္ခါရနှင့်ကမ္မတို့သည် ကံဖြစ်အောင် ပြုလုပ်၍ ကမ္မဝဋ်ဖြစ်သည်။ ကိလေသဝဋ်နှင့် ကမ္မဝဋ် ၅-ပါးတို့သည် ဘဝကိုဖြစ်စေသော အကြောင်းတရားတို့ဖြစ်ကြသည်။ ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ ဤ ၅-ပါးတို့သည် အကျိုးဒုက္ခသစ္စာဖြစ်၍ ဆင်းရဲသော ဝိပါကဝဋ်တရားများ ဖြစ်ကြသည်။ ဤသို့အတိတ်အကြောင်း ၅-ပါး၊ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး ၅-ပါး၊ ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်း ၅-ပါး၊ အနာဂတ်အကျိုး ၅-ပါး၊ ပေါင်း ခြင်းရာ ၂၀ တို့သည် ဝဋ် ၃-ပါးဖြစ်၍ လည်ပတ်ကြကုန်တော့၏။

ဤသို့ အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကိလေသာတို့ ခြံရံကာ ပြုခဲ့သော သင်္ခါရ၊ ကမ္မသတ္တိတို့ကြောင့် ယခု ပစ္စုပ္ပန်၌ ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ ဟူသော ဤဒုက္ခ သစ္စာ အကျိုးတရား ၅-ပါးတို့သည် ဖြစ်ရ၏။ ဤပစ္စုပ္ပန်၌ တဏှာ ဥပါဒါန် အဝိဇ္ဇာတို့ ခြံရံကာ ပြုခဲ့သော သင်္ခါရကမ္မသတ္တိတို့ကြောင့်လည်း နောင်အနာဂတ်၌ ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာဟူသော အကျိုးတရား ဒုက္ခသစ္စာ တို့ဖြစ်၍ ဆင်းရဲလတ္တံ့ဟု ခြင်းရာ ၂၀ ၌ ဝဋ် ၃-ပါးတို့ကို မြင်အောင် ကြည့်၍ ရှုပါ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၌ သစ္စာရှုကွက်

မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ခြံငုံ၍ ကြည့်လိုက်ပါ။ ရှုကယ်-ရှုကယ်နှင့် မရပ်မနား သူ့အလိုလို အလုပ်လုပ်နေရသည်တို့ကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ ဘာကြောင့် လုပ်နေရသလဲဟု စဉ်းစားကြည့်လိုက်ပါ။ ဉာဏ်၌ အဖြေပေါ်မလာလျှင် ရှုရှိုက်မှုကို တော်တော်လေးကြာအောင် ရပ်ထားလိုက်ပါ။ ထူပူပြီး ဆင်းရဲလာတာကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ အချိန်မီ မရှုရလျှင် သေရလိမ့်ဦးမည်။ ဒါဆိုလျှင် ဆင်းရဲပြီး သေရမှာကြောက်လို့ ရှုရှိုက်မှုတို့ဖြင့် ပြုပြင်ပေးနေရတာပါလားဟု သိထားလိုက်ပါ။ ဒီရုပ်နာမ်ခန္ဓာကြီးဟာ ရှုလေ ရှိုက်လေတို့ဖြင့် ပြုပြင်နေရုံနှင့် လုံလောက်ပလားဆိုတော့ မလုံလောက်သေးပါ။ စားဝတ်နေရေးတို့ဖြင့်လည်း ပြုပြင်၍ ပေးနေရသေး၏။ ပြုပြင်မပေးလျှင် ဆင်းရဲပြီး သေရမှာပဲဟု ဖြစ်တော့၏။ ဒီလို ပြုပြင်ပေးနေတဲ့ ကြားထဲကကိုပဲ ဖျားပြန်ပြီ၊ နာပြန်ပြီနဲ့ဖြစ်လာလို့ ဆေးဝါးနဲ့ပြင်ရပြန်သေး၏။ မပြင်လျှင် သေမှပဲ ဖြစ်တော့၏။ ဒီရုပ်ခန္ဓာကြီးဟာ အပျက်ဖက်ကို ဦးတည်နေ၍ အမြဲမပြတ် ဘက်စုံပြုပြင်ပေးနေရတာကို မြင်အောင်ကြည့်ပါ။ ဒီလို အမြဲတမ်းပြုပြင်ပေးနေရလို့ အမြဲတမ်းများ ကောင်းသွားရောလားဆိုတော့ အချိန်တန်တော့ တစ်ဘဝကုန်ဆုံးတုံးရပြန်တော့၏။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဒွိတစ်တွေရထားတဲ့ ဒီရုပ်နာမ်ခန္ဓာကြီးဟာ ချမ်းသာမယောင်နဲ့ ဆင်းရဲအစုကြီး ဒုက္ခသစ္စာကြီးဟု အကြိမ်ကြိမ်ရှုပါတဲ့။

ညွှန်း- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်

သမုဒယသစ္စာ တွဲငြိမှုလောဘ

မိမိရထားတဲ့ ဒီဒုက္ခသစ္စာကြီးက ဆင်းရဲပြီး တွန်းကန်၍ ပေးမှုကြောင့်လည်း ရှုလေရှိက်လေ စားဝတ်နေတို့ဖြင့် ပြုပြင်၍ ပေးလိုက်လို့ ဆင်းရဲမှုသက်သာသွားတာကို တကယ့်ချမ်းသာကြီးထင်ပြီး ထပ်ခါထပ်ခါ ပြုပြင်ပေးလိုသော သမုဒယ သစ္စာတဏှာ (လောဘ)သည် ဖြစ်ပေါ်၍ လာရလေတော့၏။ ဒီတွင် ပစ္စုပ္ပန်၌ပင် ဒုက္ခသစ္စာဆင်းရဲနှင့် သမုဒယ သစ္စာချမ်းသာခြင်းတို့သည် (ဆက်စပ်၍) သွားရတော့၏။ (ဆင်းရဲလို့ ချမ်းသာချင်) ဖြစ်သွားတော့၏။

လောဘသမုဒယသစ္စာသည် ဘယ်လောက်များ ချမ်းသာချင်၍ တွယ်ငြိမှုတွေဖြစ်ပွားလာပါသလဲလို့ဆိုလျှင် မိမိရထားသော ဒီဒုက္ခသစ္စာကြီး၏ဆင်းရဲနေမှုကို ပြုပြင်ပေးလိုက်လို့ ဆင်းရဲသက်သာသွားတာကိုပင် တကယ့်ချမ်းသာကြီးထင်ပြီး ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့ဟာ၊ ငါ့ဟု လည်းကောင်း။ သူ့ကိုယ်၊ သူ့ဟာ၊ သူ့ဟုလည်းကောင်း တွယ်ငြိလိုက်ပါသေး၏။ မိမိနှင့်ဆိုင်သည်ဖြစ်စေ၊ မဆိုင်သည်ဖြစ်စေ သပ်သပ်ယပ်ယပ် မြင်တွေ့လိုက်သည်နှင့် တွယ်ငြိလိုက်ပါတော့၏။ သေပြီးတဲ့နောက်မှာတောင် ငါ့ရဲ့ဘွဲ့ကျန်ရစ်အောင်ဟု တွယ်ငြိ၍ သေတွင်းသို့ ဝင်လိုက်ပါသေး၏။ ဒီပစ္စုပ္ပန်ဘဝအတွင်းမှာပင် တွယ်ငြိလို့အားမရတဲ့အပြင် မမြင်ရသေးတဲ့ နောက်ဘဝကိုပင်လှမ်း၍ လူတွင်... လူမင်း၊ လှယမင်းလေးတွေနှင့်လည်းကောင်း၊ နတ်တွင်... နတ်မင်း၊ လှယမင်းလေးတွေ တစ်ဘက်ငါးရာနှင့်လည်းကောင်း ခံစားရပါစေသတည်း ဟု ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို အထူး

ပြု၍ တွယ်ငြိလိုက်ပါသေး၏။ ဒါ့ကြောင့် မိမိကိုယ်တိုင် တွယ်ငြိမှုတွေဖြစ်၍ ဆင်းရဲခဲ့တာတို့ကို မြင်အောင်ကြည့်၍ သမုဒယသစ္စာ သမုဒယသစ္စာ ဟု အကြိမ်ကြိမ်ရှုပါ။

ပြုလုပ်မှုကမ္မဘဝ = ကံ

ဤရုပ်နာမ်ခန္ဓာဆင်းရဲကြီးကို ပြုပြင်ထောက်ပံ့၍ ပေးနိုင်အောင် ကလည်း ကောင်းသောပြုလုပ်အသက်မွေးမှုကြောင့် (ကောင်းကံ) ငါ့ချမ်းသာအောင် သူ့အသက်သတ်ခြင်းစသည်နှင့် မကောင်းသောပြုလုပ်အသက်မွေးမှုတို့ကြောင့်လည်း မကောင်းကံတို့သည် ဖြစ်ထားရပြန်တော့၏။ ထိုမှတစ်ပါးလည်း ကံ-ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်၍ ပြုလုပ်သော ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကြောင့်လည်း ကောင်းကံတို့သည် ဖြစ်ထားရပြန်တော့၏။ ဤသို့ကောင်းသောပြုလုပ်မှုတို့ကို အာရုံပြု၍ (ကောင်းမှုကံကောင်းမှုကံဟု ရှုပါ။) မကောင်းသောပြုလုပ်ခဲ့မှုတို့ကိုလည်း (မကောင်းကံ-မကောင်းကံဟု ရှုပါ။)

အနာဂတ်၌ အကျိုးဘဝ

ဤသို့ ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝက တဏှာအရင်းခံပြီး ပြုခဲ့တဲ့ကောင်းကံကြောင့် အနာဂတ်ဘဝ၌ ကောင်းသော လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာဘဝတို့ကို ရာရပေတော့မည်။ ထိုလူ၊နတ်၊ဗြဟ္မာဘဝတို့သည်လည်း စားဝတ်နေ အခို-နာ-သေတို့က မလွတ်ကြပြန်သဖြင့် (ဆင်းရဲလတ္တံ့ ဆင်းရဲလတ္တံ့ဟု) အကြိမ်ကြိမ်ရှုပါ။ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝက မကောင်းမှုတို့ကို ပြုခဲ့သောကြောင့်

လည်း အနာဂတ်ဘဝ၌ အပါယ်လေးပါးသို့ ကျရောက်ရမည်ဖြစ်သော ကြောင့် ဆင်းရဲလတ္တံ့ ဆင်းရဲလတ္တံ့ ဟု ရှုပါ။

မှာထားချက်

ယခုရေးခဲ့တဲ့ မိမိရထားသော (အကျိုး ဒုက္ခသစ္စာ)နှင့် ချမ်းသာ ချင်တဲ့ (သမုဒယသစ္စာ)တို့၏ အဆက်အစပ်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ ဤသမုဒယသစ္စာနှင့် ပြုလုပ်မှု(ကမ္မဘဝ)တို့၏ (အဆက်အစပ်)တို့ကို လည်းကောင်း၊ ယခုပြုလုပ်ခဲ့သော (အကြောင်းကံ)တို့နှင့် (အနာဂတ် အကျိုး)ဘဝတို့၏ (အဆက်အစပ်တို့ကိုလည်းကောင်း) အကြိမ်ကြိမ်ရှုပြီး ပါမှ ကျန်သောအတိတ် (အကြောင်းကံ)နှင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး ရုပ်နာမ်တို့၏ (အဆက်အစပ်)တို့ကို တစ်ဖန်ပြန်၍ ရှုပါ။

အကြောင်းကံနှင့် အကျိုးရုပ်နာမ်

လောက၌ ပြုလုပ်တာဟူသ၍တို့သည် (အကြောင်း) ထိုအကြောင်းနှင့်လျော်ညီအောင် ဖြစ်ပေါ်လာတာဟူသ၍တို့သည် (အကျိုး) ဤသို့အကြောင်း၏သဘောနှင့် အကျိုး၏သဘောတို့ကို ခွဲခြား၍ သိထားပါ။

မိမိ ယခုဘဝ၏အစသည် အမိဝမ်းမှ အစပြုဖြစ်ပေါ်ခဲ့၍ တဖြည်းဖြည်းနှင့်ပြောင်းလဲ၍ ကုန်ဆုံးမှုဖြစ်ပေါ်နေသော အကျိုးရုပ်နာမ် တို့၏ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံးနေရ၍ ပဋိစ္စသမုပ္ပန္န ဟုခေါ်သည်။ ထိုရုပ်နာမ် တို့၏အကြောင်းတို့သည်ကား လွန်ခဲ့သော အတိတ်ဘဝက အဝိဇ္ဇာ အရင်းခံပြီး မိမိပြုလုပ်ခဲ့သောကောင်းမှုကံ၏အကြောင်းနှင့် ဤပစ္စုပ္ပန်၌

မိမိရထားသော လူ့ဘဝအကျိုးရုပ်နာမ်တို့၏ (အကြောင်းနှင့်အကျိုး)တို့၏ အဆက်အစပ်တို့ကို မြင်အောင်ကြည့်၍ရှုပါ။ အကြောင်းကိုစွဲ၍ အကျိုး ဖြစ်ခြင်းသည် (ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ) အကျိုးဖြစ်၍ ကုန်ဆုံး၍နေခြင်းသည် (ပဋိစ္စသမုပ္ပန္န)။

ရုပ်နာမ် ဘဝ သံသရာ

ဤသို့ဖြင့် အတိတ်၊ အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ရှုကွက်တို့သည် စုံ၍ သွားပေပြီ။ ထိုအတိတ်၊ အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်တို့ကိုပင် တစ်ဖန်ပြန်၍ ဉာဏ်နှင့်ဆက်စပ်မှုပြု၍ ဘဝသံသရာတို့ကိုဖော်ထုတ်၍ ကြည့်ရမည် ဖြစ်သည်။ အတိတ်ဘဝက ပြုခဲ့မှုအကြောင်းကံကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ အကျိုးရုပ်နာမ်ဖြစ်။ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးရုပ်နာမ်ကိုစွဲ၍လည်း ပစ္စုပ္ပန်၌ပင် လောဘ၊ သမုဒယသစ္စာဖြစ်ပြန်။ ပစ္စုပ္ပန်လောဘသစ္စာ၏ တွန်းကန်မှု ကြောင့်လည်း ပစ္စုပ္ပန်၌ ပြုလုပ်မှုကမ္မဘဝဖြစ်ပြန်။ ပစ္စုပ္ပန်ပြုလုပ်မှု ကမ္မ ဘဝကြောင့်လည်း အနာဂတ်ဘဝ၌ အကျိုးရုပ်နာမ်ဖြစ်တို့ကို အသွား အပြန်ဆက်စပ်မှုတို့ကိုကြည့်၍ အကြိမ်ကြိမ်ရှု၍ ဘဝသံသရာတို့ကို မြင်ထားပါ။ ရှုဖန်များလာသောအခါ မဆုံးနိုင်သောဘဝ သံသရာကြီးကို ဉာဏ်၌မြင်ကာ ငြီးငွေ့၍ လာတော့လတ္တံ့။ သံသရာလည်လမ်းပြီး၏။

သံသရာထွက်လမ်း

ဘဝသံသရာလည်လမ်းရှိက သံသရာမှ ထွက်ရာလမ်းလည်း ရှိရမည်ဟု မြတ်စွာဘုရားသည် ထွက်လမ်းကို ညွှန်ပြတော်မူခဲ့လေသည်။

ဤပစ္စုပ္ပန်၌ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ အဝိဇ္ဇာ၊ ကိလေသာတို့ ခြံရံကာ ပြုလုပ်ခဲ့သောကြောင့် ကမ္မဘဝ (ကံ) ဖြစ်ရ၏။ သို့သော် ထိုကံသည် ပြုပြီးရုံနှင့်တော့ အကျိုးမပေးနိုင်သေးပါ။ သေခါနီးကျမှ ထိုကံကို အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန်ကိလေသာတို့က တစ်ဖန်ပြန်၍ ခြံရံကာ ပေးနိုင်မှသာ ဘဝအသစ်ဖြစ်သော အကျိုးတို့ကိုပေးနိုင်လေသည်။ ဒါ့ကြောင့် ထိုကံ တို့ကို အကျိုးမပေးနိုင်အောင် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကိလေသာတို့ကို တစ်ခဏမှစ၍ လုံးဝပြတ်စဲသွား၍ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်အောင် ရှုမှတ်ပယ်သတ်၍ နေရမည်ဖြစ်သည်။ ဒါ့ကြောင့် လောဘ၊ ဒေါသ ဖြစ်လျှင် ဖြစ်တယ်၊ ဖြစ်တယ် ဟု လည်းကောင်း၊ မဖြစ်လျှင် မဖြစ်ဘူး၊ မဖြစ်ဘူးဟု ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ရုပ်ထဲ နာမ်ထဲ၌ ကိန်းအောင်း၍ နေသော အနုသယကိလေသာကိုလည်းကောင်း၊ ဣရိယာပုတ်လေးပါး သတိကပ်ခါ ရှုမှတ်ပယ်သတ်၍ နေရမည်ဖြစ် သည်။

ရုပ်နာမ်ကံတို့၏သဘာဝ

အတိတ်ဘဝက ရုပ်နာမ်ကံတို့သည် အတိတ်ဘဝဘက်မှာပင် ဖြစ်ပျက်ပြတ်စဲခဲ့၍ ထိုကံ၏ သတ္တိအရှိန်တို့ကသာ ပစ်ပို့လိုက်သကဲ့သို့ ဖြစ်၍ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝဘက်၌ အသစ်တစ်ဖန် ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပေါ်၍ လာ ရပုံကို ဉာဏ်နှင့်မြင်အောင်ကြည့်ပါ။

စူဠသောတာပန်

ရေးခဲ့ပြီးသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟပိုင်း၌ ရှေ့ပိုင်းကို ကြေညက်၍ နေအောင် ဖတ်မှတ်၍ နောက်ပိုင်း၌ ကျင့်စဉ်များထဲက တစ်နည်းဖြစ်ဖြစ် မိမိဉာဏ်မှာထင်ရှားသော ကျင့်နည်း၏ ရုပ်နာမ်တို့၏ လက္ခဏာ၊ ရသတို့ကို အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဉာဏ်၌ ထင်မြင်၍ ထားပါလျှင် စူဠသောတာပန်ဖြစ်၍ ကောင်းသောဘဝတိသို့ သာ ရောက်ရပေတော့မည်။ ဒါ့ကြောင့် သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့သည် အနည်းဆုံး ဤစူဠသောတာပန်အဆင့်ကိုတော့ ရောက်အောင်အားထုတ် ထားသင့်ပါသတည်း။

အထူးမှတ်သား၍ လေ့ကျင့်ရန်

ဤပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နည်းတို့၌ ရှေ့ကဆိုခဲ့တဲ့အတိုင်း လေ့လာရှုမှတ် ရလို့ အထိုက်အလျောက် ကြေညက်၍ သွားပါလျှင် မိမိ၏ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ တို့၏အတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်၍ လာသော တကယ့်အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန် တို့ကို ဝိပိပြင်ပြင်မြင်အောင် သတိကပ်၍ ရှုကြည့်ရမည်ဖြစ်သည်။

မိမိက တွေး၍လည်းကောင်း၊ မတွေးဘဲသော်လည်းကောင်း ဝိသဘာဝ (ဆန့်ကျင်ဘက်)အာရုံသည် စိတ်မှာပေါ်လာသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဒါဟာ ကိလေသာအာရုံ၊ ရာဂအာရုံ၊ ဆင်းရဲမည့် အာရုံဟု မသိတော့ဘဲ ဆက်တွေး၍ ကောင်းနေတတ်၏။ သဘောကျနေတတ်၏။ တော်တော်နှင့်အတွေးမရပ်ဘဲ ဖြစ်နေတတ်၏။ တော်တော်ကြာသွားမှ ဟု၊ မဟုတ်သေးဘူးဟု သတိရလိုက်တော့မှ အတွေးရပ်သွားတတ်၏။

ထိုအာရုံလည်း ပျောက်သွားတော့၏။ (ဒါကို ကောက်ချက်ချလိုက်ပါ) ကိလေသာအာရုံ၊ ရာဂအာရုံ၊ ဆင်းရဲမည့်အာရုံ ဟု မသိခြင်းသည် အဝိဇ္ဇာ ဟုလည်းကောင်း၊ ထိုကိလေသာအာရုံ၊ ကာမအာရုံတွေကို ဆက်၍ တွေးချင်နေတာ လက်မလွှတ်ချင်တာသည် တဏှာ၊ ဥပါဒါန် ဟုလည်းကောင်း၊ မပြတ်နိုင်အောင် ဆက်၍အတွေး ဖြစ်နေတာသည် ကမ္မဘဝဟုလည်းကောင်း။ ဟ၊ မဟုတ်သေးဘူး သိလိုက်တာသည် (သတိနှင့် ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ဟု လည်းကောင်း။ ဤသို့ အဝိဇ္ဇာ-မသိမှု၏ တိုက်တွန်းအားကြောင့် တဏှာ -ဥပါဒါန်နှင့် အာရုံတို့၏ဆွဲအားကြောင့် အတွေးရှည်ကြီးတွေနှင့်ပျောနေရတာကို မြင်အောင်ကြည့်၍ တရားကိုယ် တွေကို ကောက်ကောက်ကြည့်ပေးပါ။

တစ်ခါ မိမိမကျေနပ်သောအာရုံသည် တွေး၍လည်းကောင်း၊ မတွေးဘဲသော်လည်းကောင်း စိတ်မှာပေါ်လာသောအခါ ဒါဟာ ဒေါသ ဖြစ်စေမည့်အာရုံ၊ ဆင်းရဲစေမည့်အာရုံဟုမသိဘဲ ဆက်တွေး၍ ဒေါသ ဖြစ်နေ၏။ ထိုအာရုံကိုမလွှတ်ဘဲ ဆက်၍-ဆက်၍ တွေးနေပြန်၏။ တော်တော်ကြာမှသတိရလို့ အာရုံက ပျောက်သွား၏။ ဒေါသအဖြစ် လည်း ရပ်သွား၏။ ဒေါသဖြစ်လျှင် ဆင်းရဲမည့်ဟု မသိခြင်းသည် အဝိဇ္ဇာ။ ထိုအာရုံကို တွယ်ငြိနေ၍ မလွှတ်ခြင်းသည် တဏှာနှင့်ဥပါဒါန်။ ထိုအာရုံကိုပျောက်မသွားအောင် ဆက်၍ဆက်၍တွေးပေးနေခြင်းသည် ကမ္မဒါ။ သတိရ၍ ပူလောင်မှန်းသိခြင်းသည် ဝိဇ္ဇာဉာဏ်။ ဤသို့ မိမိ တို့မှာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ အဝိဇ္ဇာတို့ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ဝိဇ္ဇာဉာဏ်သွင်း၍ တရားကိုယ်တို့ကို ကောက်၍ သိသိပေးပါ။ ထို အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊

ကမ္မဘဝတို့ ဖြစ်တိုင်းလည်း လက္ခဏာရသတို့ တင်တင်ပေးပါ။ ဤသို့ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တိုစိတိုစိ အဖြစ်ကလေးတွေကို သတိ ကပ်၍ ရှုမှတ်လေ့ကျင့်ပါ။

ယောနိသောမနသိကာရဟူသည်

ဤကား ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဤကား သမုဒယ သစ္စာ၊ ဤကား နိရောဓသစ္စာ၊ ဤကား မဂ္ဂသစ္စာတည်းဟု နည်းမှန်လမ်းမှန် နှလုံးသွင်း ခြင်းတည်း။

ဤသို့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် စသော ချမ်းသာကိုရခြင်း၏ အကြောင်း ဟုတ်သောအားဖြင့် အာရုံကို စိတ်၌ထားခြင်း၊ အာရုံကို နည်းမှန်လမ်းမှန် နှလုံးသွင်းခြင်းတည်း။

- ၁။ အနိစ္စဖြစ်သော ခန္ဓာ ၅-ပါး၌ အနိစ္စဟု လည်းကောင်း။
- ၂။ ဒုက္ခဖြစ်သော ခန္ဓာ ၅-ပါး၌ ဒုက္ခဟု လည်းကောင်း။
- ၃။ အနတ္တဖြစ်သော ခန္ဓာ ၅-ပါး၌ အနတ္တဟု လည်းကောင်း။
- ၄။ အသုဘဖြစ်သော ခန္ဓာ ၅-ပါး၌ အသုဘဟု လည်းကောင်း။

ဤ စသော မှန်ကန်သောနည်းအားဖြင့် လည်းကောင်း၊ သစ္စာ ၄-ပါးနှင့် လျော်သောနည်းအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ အမှန်အတိုင်း နှလုံး သွင်းခြင်းသည် ယောနိသောမနသိကာရပင်တည်း။

အယောနိသော မနသိကာရဟူသည်

- ၁။ အနိစ္စဖြစ်သော ခန္ဓာ ၅-ပါး၌ နိစ္စဟုလည်းကောင်း။
- ၂။ ဒုက္ခဖြစ်သော ခန္ဓာ ၅-ပါး၌ သုခဟု လည်းကောင်း။
- ၃။ အနတ္တဖြစ်သော ခန္ဓာ ၅-ပါး၌ အတ္တဟု လည်းကောင်း။
- ၄။ အသုဘဖြစ်သော ခန္ဓာ ၅-ပါး၌ သုဘဟု လည်းကောင်း။

မမှန်မကန်မြင်ခြင်းတို့တည်း။

အထက်ပါရှင်းလင်းချက်များနှင့်အညီ ရုပ်တရားဟုလည်းကောင်း၊ နာမ်တရားဟု လည်းကောင်း၊ အကြောင်းတရားဟုလည်းကောင်း၊ အကျိုးတရားဟုလည်းကောင်း၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ အသုဘဟု လည်းကောင်း၊ ရူပါရုံကို ရုပ်တရားဟု လည်းကောင်း။ ဤသို့ ရုပ်နာမ် ပရမတ်အာရုံတို့ကို နှလုံးသွင်းခြင်းသည်လည်း ယောနိသောမနသိကာရ ပင်တည်း။ ဤပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပိုင်း၌ ရေးခဲ့တာသည် ဖားအောက်တောရ ဆရာတော်ကြီး၏နည်းကို အများအားဖြင့် ရှေ့သွားပြု၍ ရေးခဲ့ပါသည်။

အထက်မဂ်များသို့ တက်ရန်ရှုရာမှာ ဘာဝနာပဟာတဗ္ဗမဂ်များ ဖြစ်၍ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်ခဲ့၍ ရှုနိုင်လေ ကောင်းလေဖြစ်ပါ၏။ အဘိဓမ္မာ တရားတော်များကို နားလည်လေ ကောင်းလေ ဖြစ်ပါတော့သတည်း။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပိုင်းပြီး၏။



မှတ်ချက်ပြုကြပါ။

လူတိုင်း... လူတိုင်းတို့သည် ချမ်းသာချင်ကြသည်။ လူတိုင်း... လူတိုင်းတို့လည်း ကိုယ်သဘောကျတဲ့အာရုံ၊ ကိုယ်သဘောမကျတဲ့အာရုံ တို့ကို အမြဲတစေ တွေ့နေကြရ၏။ ကိုယ်သဘောကျတဲ့အာရုံကို တွေ့တဲ့ အခါ ချမ်းသာနေရ၏။ ကိုယ်သဘောမကျတဲ့အာရုံတွေကို တွေ့တဲ့အခါ ဆင်းရဲနေကြရ၏။ ဒီတော့ ကိုယ်သဘောမကျတဲ့အာရုံတွေကို ငါ့စိတ်မှာ မပေါ်နဲ့ မလာနဲ့လို့ တားထားပြီး ကိုယ်သဘောကျတဲ့အာရုံတွေချည်း ငါ့စိတ်မှာ အမြဲပေါ်ပါ။ အမြဲနေပါလို့ ခိုင်းကြည့်ပါ။ ရရဲ့လား၊ မရဘူး ဆိုရင်တော့ ငါ့စိတ်ငါမနိုင်သေးပါလားလို့ သတိထားပေတော့။ သူဖြစ်ချင် ရာဖြစ်မှာကတော့ သေချာ၏။

စကြဝဠာထိ ဖြန့်ရှုရန်

ရှေ့က ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပိုင်းကို ချဲ့ရေးပြီး၍ ယခုအခါ မိမိခန္ဓာနှင့် တကွ လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တွေကို စကြဝဠာတစ်ခုလုံးအထိ ဖြန့်၍ရှုချေရ မည်ဖြစ်တော့၏။ ဒါ့ကြောင့်...

နာသီးဖျားကစောင့်၍ ဝင်လေထိသိ ထွက်လေထိသိတို့ကို ရှုမှတ်ပါ။ နောက် နာသီးဖျားကစောင့်၍ပဲ ထိသိပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက်ကဲ့ ရှုမှတ်ပါ။ နောက် နာသီးဖျားကစောင့်၍ပဲ အရှုနှင့်အရှိုက် တစ်ဆက် တည်းတွဲ၍စရှုလိုက်သည်နှင့် ထိသိ-ထိသိဟု အရှုအရှိုက်ဆုံး၍ ရပ်လည်းသွားကရာ ထိသိကလေးတွေ ကုန်သွားပြီဟု ရှုမှတ်ပါ။ အရှုနှင့်အရှိုက် တစ်ဆက်တည်းတွဲ၍ ရပ်သွားတိုင်း ကုန်သွားပြီကို ဓါတ်တွေကြွတဲ့အထိ များများရှုထားပါ။

ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးက လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်တွေ အားကောင်းလာ သောအခါ မိမိထိုင်ထား သော တင်ပါးနှင့်မြေနှင့် ထိတဲ့နေရာက လှုပ်ရွှင် ဖြစ်ပျက်တွေကို မြေသို့ကူးသွားအောင်ဟု ဉာဏ်ဖြင့် ကူးကူးပေးပါ။

(စိတ်ကူးဖြင့်မှန်း၍ကူးပေးခြင်းမဟုတ်၊ မြေသို့ တကယ်ကူး သွားအောင် ကူးပေးခြင်းဖြစ်သည်။)

မိမိခန္ဓာကိုယ်တင်ပါးက လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်တွေသည် ယူဇနာ နှစ်သိန်းလေးသောင်း အထုရှိသော မြေသို့ကူးသွားပြီဟု ဉာဏ်မှာတွေ့ လာသောအခါ ခန္ဓာကိုယ်နှင့်မြေကို ဆင်းလိုက်တက်လိုက် များများရှူပေး ပါ။ ခန္ဓာကိုယ်နှင့်မြေကို လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်တွေ တစ်ပြင်တည်းမြင်လာ သောအခါ မြေအောက်က လေးသိန်းရှစ်သောင်းအထုရှိသောရေကို လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်တွေကို ကူးကူးပေးပါ။ ရေထုကိုကူးသွားလျှင် ရေထု အောက် ကိုးသိန်းခြောက်သောင်းအထုရှိသော လေထုကို ကူးပေးပါ။ လေထုအောက်က (လဟာပြင်ကို အောက်အဇ္ဈာကာသ ခေါ်သည်။ လှုပ်ရွှင်မကူးရတော့ပါ။) ဤကဲ့သို့ ရုပ် နာမ်လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်တွေကို ခန္ဓာကိုယ် နှင့်တကွ မြေထု၊ ရေထု၊ လေထုတိုင်အောင် ဆင်းလိုက် တက်လိုက်နှင့် တစ်ပြင်တည်းဖြစ်၍သွားအောင် ရှူပေးပါ။

ဤမြေပြင်မှအထက် ယူဇနာရှစ်သောင်းလေးထောင် အမြင့် ဆောင်သော မြင်းမိုရ်တောင် ရှိ၏။ ဤမြေပြင်မှ တောင်တစ်ဝက်အထိ စတုမဟာရာဇ်နတ်တို့ဌာန။ တောင်ထိပ်က တာဝတိံသာနတ်တို့ဌာန။ ထိုမှ အထက်ကောင်းကင်၌ ယာမာ၊ တုသိတာ၊ နိမ္မာနရတီ၊ ပရနိမ္မိတ ဝဿဝတီနတ်အသီးသီးတို့၏ဌာန။ ထိုမှ အထက်ဗြဟ္မာ (၂၀)အထိ

လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ် ဖြစ်ပျက်တို့ကို အဆင့်ဆင့်ကူး၍ သွားအောင်ဟု ဉာဏ်နှင့်ဖြန့်၍ဖြန့်၍ ရှူပါ။ (အကယ်၍ လွယ်လွယ်ကူကူနှင့် ဖြန့်၍မရ လျှင် ခန္ဓာကိုယ်မှ မြင်းမိုရ်တောင် နတ်ပြည် ဗြဟ္မာ (၂၀)ဟု သညာဖြင့် ဖြန့်ပါ) ဗြဟ္မာ ၂၀ ရဲ့အထက်ကျတော့ လဟာပြင်အထက် အဇ္ဈာကာသ ခေါ်သည်။ ဖြန့်စရာမလို။ ထိုအထက်လဟာပြင် အောက်လဟာပြင်တို့၏ အတွင်း၌ရှိကြကုန်သော သတ္တဝါဟူသမျှတို့ကို သတ္တလောက။ ပြုပြင် ပြောင်းလဲနေတာ ဟူသမျှတို့ကို သင်္ခါရလောက။ ထိုသတ္တသင်္ခါရတို့၏ တည်ရာသည် ဩကာသလောက။ ဒါ့ကြောင့် လဟာပြင်အတွင်း၌ ရှိကြ ကုန်သော မိမိခန္ဓာကိုယ်နှင့်တကွ သတ္တသင်္ခါရ ဩကာသလောကတို့၌ ရှိကြကုန်သော ရုပ်နာမ်လှုပ်ရွှင် ဖြစ်ပျက်တို့ကို တစ်ပြင်တည်းဖြစ်၍ သွားအောင်ဟု ဖြန့်၍ ဖြန့်၍ ရှူပေးပါ။ ဖြန့်ရှူလို့ မိမိခန္ဓာကိုယ်နှင့် စကြာဝဠာကြီးတစ်ခုလုံး၌ ရုပ်နာမ် လှုပ်ရွှင် ဖြစ်ပျက်တို့ကို တစ်ပြင်တည်း မြင်လာသောအခါ (ဤလောက၌ ငါ သူတစ်ပါး ယောက်ျား မိန်းမ ဆိုတာ တကယ်မရှိ။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အတိ သာရှိ၏ဟု သိ၊ သိပေးလိုက်ပါ။

စကြဝဠာတစ်ခုလုံး ရှုချေရန်

ရပ်ချည်းဖြစ်ပျက်ရှုရန်-

မိမိခန္ဓာကိုယ်နှင့်တကွ စကြဝဠာကြီးတစ်ခုလုံးကို လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက် တွေ့ကို တစ်ပြင်တည်းမြင်အောင် ရှုလို့ရလာသောအခါ ဤလှုပ်ရွှင် ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်လေးတွေကိုပင် ရုပ်ကလေးတွေ၏ ဖြစ်ပျက်ကလေးတွေချည့်ဟု ဉာဏ်နှင့်ယူပြီး စကြဝဠာတစ်ခုလုံးသို့ ဖြန့်၍ရှုချေပါ။

နာမ်ချည်းဖြစ်ပျက်ရှုချေရန်-

မိမိခန္ဓာကိုယ်၌ တွေ့သမျှသော လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်တို့ကိုပင် အသိ နာမ်ကလေးတွေ၏ ဖြစ်ပျက်ကလေးတွေချည့် ဟု ဉာဏ်နှင့်ပြောင်း၍ စကြဝဠာတစ်ခုလုံးသို့ ဖြန့်၍ရှုချေပါ။

ရုပ်နာမ်အစုံ ဖြန့်၍ရှုရန်-

မိမိခန္ဓာကိုယ်၌တွေ့သမျှသော လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်ကလေးတွေကိုပင် ရုပ်နာမ်အစုံတို့၏ ဖြစ်ပျက်ကလေးချည့်ဟု ဉာဏ်နှင့်ယူ၍ စကြဝဠာ တစ်ခုလုံးသို့ ဖြန့်၍ရှုချေပါ။ ဤသို့ မိမိခန္ဓာကိုယ်နှင့်တကွ စကြဝဠာတစ်ခု လုံးသို့ ရုပ်ချည့် နာမ်ချည့် ရုပ်နာမ်အစုံချည့်ဟု ယနကြေအောင် ဖြန့်၍ ဖြန့်၍ ရှုချေပေးပါ။ (လှုပ်ရွှင်တစ်ချက်လျှင် အဖြစ်ရော အပျက်ရောပါသည် ဟု သိထားပါ။)

လမ်းလျှောက်ရင်း ရှုရန် (၂)မျိုး

- ၁။ လမ်းလျှောက်ရှုရန်- ခြေထောက်ကို ခပ်ဆတ်ဆတ်ချလို မြေနဲ့ ထိလိုက်သည်နှင့် ခြေဖဝါးထဲမှာ ဖျန်းကနဲ တုန်ခါသွားတာကို မြင်အောင် ကြည့်၍လျှောက်ပါ။ တုန်ခါမှုကိုကြည့်၍ လျှောက်ပါ များလာသောအခါ ခြေဖဝါးက တုန်ခါမှုဟာ တဖြည်းဖြည်းနှင့် ခြေဖဝါးမှ ခြေသလုံး၊ ပေါင်၊ ခါး၊ ကျော၊ ခေါင်းအထိ တက်သွား တာကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ တုန်ခါဖြစ်ပျက်တွေ ခေါင်းလည်း ရောက်ကရော ဆုံးသွားတာကို မြင်အောင်ကြည့်၍ ကုန်သွား ပြီဟု ရှုလိုက်ပါ။
- ၂။ မိမိလျှောက်မဲ့ဘက်ကိုရပ်၍ မျက်စိမှိတ်၍ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်တွေကို ဉာဏ်နှင့်မြင်အောင်ကြည့်၍ လှမ်းလိုက် ပါ။ ရပ်နေတုန်းက လှုပ်ရွှင်ဖြစ်ပျက်တွေသည် ခြေလှမ်းလိုက် သည်နှင့် ရပ်တဲ့နေရာတွင်သာ ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံးခဲ့၍ ပါမလာ တာကိုမြင်အောင်ကြည့်၍ ကုန်ခဲ့ပြီ ဟု ရှုလိုက်ပါ။ နောက်တစ် လှမ်းလှမ်း၍လည်း ကုန်ခဲ့တာကို မြင်အောင်ကြည့်၍ ကုန်ခဲ့ပြီဟု ရှုပြီးလျှင် မျက်စိဖွင့်၍ ဆက်၍လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်း ကုန်ခဲ့ပြီဟု ရှု၍လျှောက်ပါလေ။ ဤကဲ့သို့ လမ်းလျှောက်ရှုတဲ့အခါ ခန္ဓာ ကိုယ်ခြံကြီးကသာ ရွေ့လျားနေပေမယ့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ဓါတ်ပရမတ်တွေကတော့ ဘယ်မှမရွေ့ ဘယ်မှမရောက်ဖြစ်တဲ့ နေရာတွင်သာ ကုန်ဆုံး၍နေပေသည်ဟု သိထားလိုက်ပါ။
(ဤလမ်းလျှောက်ရှုပုံ ၂ မျိုးစလုံးကို မဖြစ်မနေ တွေ့အောင် ရှုထားရမည်ဖြစ်သည်။)

ရင်တွင်းသို့လှမ်းခြံ၍ရှုရန်

ခန္ဓာကိုယ် ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေလက် တို့ကိုလွှတ်၍ တစ်ကိုယ်လုံးခြံ၍ ကြည့်လိုက်ပါ။ လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တို့ကို တွေ့လာသောအခါ ငါ့ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ဖြစ်ပျက်ကဲ့သို့ စကြာဝဠာကြီး တစ်ခုလုံး ဖြစ်ပျက်တွေဟု ဖြန့်၍ ဖြန့်၍ ပေးနေပါ။ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ဖြစ်ပျက်တွေကို ကြည့်လိုက် စကြာဝဠာကြီး တစ်ခုလုံးသို့ ဖြန့်လိုက်ဖြင့် ပြုလုပ်နေပါ။ ကြာသော် စကြာဝဠာကြီးသို့ ဖြန့်၍မရတော့ပဲ ရှုဉာဏ်သည် ဗဟိဒ္ဓကို အတွယ်လွတ်ခါ သူ့အလိုလို ရင်တွင်းသို့ ရောက်၍ သွားလိမ့်မည်။ (နုလုံးဗူးအတွင်းသို့လည်း ရောက်သွားတတ်သည်) ဒါကိုပင် ဆက်၍ ခြံကြည့်နေပါ။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ကလေးတွေသည် ရှုကွင်းတွင်း၌ သိမ်သိမ်ရွေ့ရွေ့ဖြင့် ဟိုနား ပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက် ဒီနား ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက် ဖြစ်နေတာကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ ဒါကို အလိုက်သင့်မလွတ်အောင် ခြံ၍ ကြည့်ရုံသာကြည့်နေပါ။ (မမှတ်ရပါ) ကြာသော် ရှုဉာဏ်အားကောင်းလာပြီး မဂ်ဉာဏ်ပေါ်ကာ ဖြစ်ပျက်ကလေးတွေဟာ အပြီးအပိုင်ချုပ်ပျောက်သွားပြီး ချုပ်ပျောက်ရာနှင့် ငြိမ်ရှင်းသောအရသာကိုလည်း တစ်ပါတည်းတွေ့ရလိမ့်မည်။ ဒီကဲ့သို့ ရင်တွင်း ချုပ်ပျောက် (နုလုံးဗူးချုပ်ပျောက်တို့ကို) ၂-၃ ကြိမ် ထပ်၍ တွေ့ပါလျှင် ဓိဋ္ဌာန်၍ ဖိုလ်ဝင်စားကြည့်ပါ။

လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တို့ကို စကြာဝဠာသို့ အကြိမ်ကြိမ်ဖြန့်လို သူ့အလိုလို ရင်တွင်း မဆင်းခဲ့သော် မိမိခန္ဓာတွင်းမှာလည်း လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်၊ ရွေး၊ နွား၊ ကြက်၊ ဝက် စသော တိရိစ္ဆာန်တွေရဲ့ခန္ဓာတွင်းမှာလည်း လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက် နတ်တွေရဲ့ ခန္ဓာတွင်းမှာလည်း လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက် ဗြဟ္မာတွေရဲ့ခန္ဓာတွင်းမှာလည်း လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တွေပါပဲဟု ပိုင်းခြားရှု ချေပြီးမှ စကြာဝဠာကို ပြန်ဖြန့်၍ ရှုချေပါ။

ဖိုလ်ဝင်စားရန်

ယခု ငါတွေ့သောတရားသည် သကဒါ ဂါမိမဂ် ဟုတ်ခဲ့လျှင် သကဒါဂါမိဖိုလ်ကို ဝင်စားနိုင်ရပါစေသတည်း ဟု ၃-ကြိမ် အဓိဋ္ဌာန်၍ ရင်တွင်းသို့ လှမ်း၍ခြံကြည့်နေပါ။ ရင်တွင်းက လဟာပြင်ရှုကွင်းတွင်း၌ လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်ကလေးတွေသည် ဟိုတစ်ချက် သည်တစ်ချက်ပြု၍ ချုပ် သွားလျှင် ၂-၃ ကြိမ်အထိ ချုပ်ပျောက်မှုကို ထပ်၍တွေ့နေလျှင် ဓိဋ္ဌာန် တိုင်း တွေ့အောင်လေ့ကျင့်ပါ။ နောက် ဖိုလ်စိတ်နှင့် ကြာကြာနေနိုင် အောင်ကတော့ လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တွေ ချုပ်သွားတဲ့နောက် ငြိမ်ပြီးရှင်းနေတဲ့ အရသာကို ဆက်၍ သိတယ်-သိတယ်ဟု သိနေလိုက်ပါဦး။ တစ်ကိုယ်လုံး က လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တွေ အကုန်ရပ်သွားမှသာ သိတယ်ကိုလွှတ်ပြီး ငြိမ်ရှင်း နေတဲ့နေရာကိုပဲ ဆက်၍ အာရုံပြုနေပါလေ။

စစ်ဆေးရန်

ငါသည် သောတာပတ္တိဖိုလ်ကို ဝင်စား နိုင်ရပါစေသတည်း ဟု တစ်ကိုယ်လုံးကို ခြံ၍ ကြည့်နေပါ။ တစ်ကိုယ်လုံးက လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တွေ သည် ချုပ်ပျောက်၍ သွားခဲ့သော် သောတာပတ္တိဖိုလ်စိတ် ပြန်ပေါ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဓိဋ္ဌာန်တိုင်း သောတာပတ္တိမချုပ်ဘဲ သကဒါဂါမိ ဓိဋ္ဌာန်၍ ရင်တွင်းတွင်းမှာပဲ လွယ်လွယ်ကူကူ ချုပ်ပျောက်ခဲ့လျှင် သကဒါဂါမိ ဟု ယူဆရမည်ဖြစ်တော့၏။

သောတာပတ္တိမဂ်- သကဒါဂါမိမဂ်

- ၁။ သောတာပတ္တိမဂ်၏ ရှုကွက်က ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကိုခြုံ၍ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်တို့ကို လွတ်၍ ရုပ်နာမ်လှုပ်ရှုပ်ပျက်တို့၏ အစုအပုံကိုသာ မလွတ်တမ်းရှုကြည့်နေရင်းက ဉာဏ်အားပြည့်၍ လာသောအခါ မဂ်ဉာဏ်ပေါ်၍ အနုသယကိလေသာကို ဖြတ်လိုက်သည်နှင့် လှုပ်ရှုပ်ပျက် အစုအပုံကြီးပါ တစ်ခါတည်း ချုပ်ပျောက်သွား၍ လဟာပြင်ကဲ့သို့ ချုပ်ပျောက်ရာသည် ပေါ်၍ လာတော့၏။ ငြိမ်သက်သောချမ်းသာသည်လည်း ပါ၍ လာတော့၏။
- ၂။ သကဒါဂါမိရှုကွက်က ရင်တွင်းသို့ လှမ်း၍ ခြုံကြည့်လိုက်သော အခါ ပထမတော့ လဟာပြင်ကဲ့သို့ ဟာတာတာကိုတွေ့ရ၏။ ဟာတာတာကိုပဲ ခြုံ၍ ကြည့်နေသောအခါ လှုပ်ရှုပ်ပျက် ကလေးတွေပေါ်လာ၍ ရှုကွင်းတွင်း၌ လှုပ်ရှုပ် ပျက်ပျက်ကလေး သည် ဟိုတစ်ချက် ဒီတစ်ချက် တစ်ချက်ချင်း ဖြစ်ပျက်နေကြ၏။ ဒါကို ခြုံကြည့်နေရင်းက ရှုဉာဏ်အားကောင်းလာသောအခါ အနုသယကိလေသာကို ဖြတ်လိုက်သည်နှင့် တစ်ချက်ချင်း ဖြစ်ပျက်ကလေးဟာ ချုပ်ပျောက်၍ သွားတော့၏။ ငြိမ်သက် ချမ်းသာလည်း ပါလာတော့၏။ ဤသို့ သောတာပတ္တိမဂ် ရှုကွက်နှင့် သကဒါဂါမိ မဂ်ရှုကွက်တို့ ကွာခြားကြပေတော့၏။

အထူးသတိပြုရန်

သောတာပတ္တိမဂ်ကိုရပြီး၍ သကဒါဂါမိမဂ်ကိုရရန် တက်၍ ရှုသောအခါမှာ ရင်တွင်းက ရှုကွက်ချုပ်မှသာ သကဒါဂါမိမဂ်သို့ ရောက်သည်။ အကယ်၍ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးက လှုပ်ရှုပ်ပျက်တွေကို မျက်စိနှင့်မြင်ရသကဲ့သို့ဖြစ်ရင်းက ချုပ်ပျောက်တာဟူသ၍ တို့သည် သောတာပတ္တိဖိုလ်ပေါ်သို့ ပြန်၍ ကျရောက်ခြင်းသာဖြစ်သည်။ သကဒါဂါမိမဂ်ဖိုလ် မဟုတ်သေးကြောင်း သတိပြုပါ။

ဖိုလ်ဝင်စားရန်ရှုတဲ့အခါ ချုပ်တတ်ပုံ

- ၁။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ရှုကွင်းတစ်ခုလုံးကို မလွတ်တမ်းကြည့်နေရင်းက ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်၊ ခြပ်တို့ကို မမြင်ရတော့ဘဲ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက် အစုအပုံကြီးသည် ဖြုတ်ဆို ချုပ်ပျောက်သွား၍ ငြိမ်ပြီး ရှင်းနေတဲ့ ချုပ်ပျောက်ရာကို တွေ့ရတတ်သည်။
- ၂။ နောက် မလွတ်တမ်း ခြုံကြည့်နေရုံနဲ့ မချုပ်တဲ့အခါ ရှုကွင်း အတွင်း တစ်နေရာ၌ အလိုလိုငြိမ်၍ နေတာကို မြင်အောင် ရှာကြည့်၍ ထိုငြိမ်နေတာကို ခြုံ၍ သာကြည့်နေပါ။ ကြာသော် ငြိမ်ရာသည် ကျယ်လာ၍ တစ်ကိုယ်လုံးသို့ ပြန့်၍ သွားလိမ့်မည်။
- ၃။ နောက် ရှုကွင်းတစ်ခုလုံးက ဖြစ်ပျက်တွေက အားကောင်းလွန်း ပြီး ချုပ်ငြိမ်းမှုမရနိုင်လျှင် ရုပ်ချည် နာမ်ချည် ရုပ်နာမ်အစုံချည် စကြဝဠာထိ ဖြန့်၍ ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြန်၍ ခြုံကြည့်ရင်းက ချုပ် တတ်ပါသည်။ ဤသို့ ဖိုလ်ဝင်စားခါနီး၌ တွေ့ရတတ်သည်။

အနာဂါမိမဂ်ရှုကွက်

အနာဂါမိမဂ်သို့တက်ရန် ရှုကွက်ကတော့ ရှေ့ကရေးခဲ့တဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပိုင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ပြန်၍ဖတ်ပါ။ ရုပ်နာမ်တို့သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု တွန်းကန်ပေးသလိုဖြစ်ပြီး ဆက်စပ်မှုတို့ကိုမြင်အောင် အကြိမ်ကြိမ် ပြန်၍ရှုထားပါ။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အင်္ဂါရပ်တစ်ခုခြင်းတို့၏ သဘာဝလက္ခဏာတို့ကို ဉာဏ်၌ထင်အောင် လေ့ကျင့်ထားပါ။ အကြိမ်ကြိမ်ပြန်၍ရှုထားပါ။

ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကို ခြုံ၍ခေါင်း၊ ခါး၊ မြေ၊ လက်၊ ခြေတို့ကို လွှတ်၍ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အစုအပုံကြီးကိုသာ မြင်လာအောင်ရှုနေပါ။ နောက် ရုပ်ချည့် နာမ်ချည့် ရုပ်နာမ်အစုံချည့်ဟု စကြဝဠာတစ်ခုလုံးထိ ဖြန့်၍-ဖြန့်၍ ရှုကြည့်နေပါ။ ကြာသော် ဗဟိဒ္ဓမှာ ယနကြေ၍ ရှုဉာဏ်သည် ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သို့ ပြန်၍ရှုလျက်သား ဖြစ်လာလိမ့်မည်။

ဒီအခါ တစ်ကိုယ်လုံးက ဖြစ်ပျက်တွေကို နေရာမလပ် တစ်ပြိုင်နက်မြင်လာအောင်ဟု အာရုံပြု၍ ခြုံ၍ခြုံ၍ ဖြန့်၍ရှုကြည့်ပေးနေပါ။

တစ်ကိုယ်လုံးက နေရာမလပ် ဖြစ်ပျက်တွေကို တစ်ပြိုင်နက်မြင်လာသောအခါ ဤကဲ့သို့ မြင်လာမှုကို အကြိမ်ကြိမ်လေ့ကျင့်ထားပါ။ (ဤအပိုင်း၌ ဤတစ်ပြိုင်နက်မြင်မှုရှုကွက်သည် အဓိကဖြစ်သည်။)

ရွံ့ရှာဖွယ် စက်ဆုပ်ဖွယ်ရှုရန်

နောက်တစ်ခုက မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရွံ့ရှာဖွယ်၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်တို့ကို ရှုရမည်ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိကြကုန်သော မျက်စိ (၂)၊ နား(၂)၊ နှာခေါင်း(၂)၊ ပါးစပ်(၁)၊ ကျင်ကြီး(၁)၊ ကျင်ငယ်(၁) ဤဒွါရ(၉)ပေါက်တို့မှ ထွက်၍ ကျလာကြကုန်သော အညစ်အကြေးတို့ကို သုတ်သင်ရှင်းလင်း၍ ပေးရတိုင်း ရွံ့ရှာဖွယ် စက်ဆုပ်ဖွယ်တွေပါလားဟု အာရုံပြု၍ ရှုရှုပေးပါ။ ဤရွံ့ရှာဖွယ်၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်တို့သည် မိမိခန္ဓာကိုယ်တွင်းမှ ထွက်လာကြသည်ဖြစ်၍ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိကြကုန်သော ရွံ့ရှာဖွယ်၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်တို့ကိုလည်း လှမ်း၍လှမ်း၍ ရှုပါ။

ဘယ်လောက်ပင်ကောင်းတဲ့ စားဖွယ်၊ သောက်ဖွယ်ဖြစ်ပါစေ၊ ပါးစပ်ထဲရောက်လို့ လုံးထွေးပြီး ဝါးလိုက်သည်နှင့် သွားရည်များနှင့် ရောထွေးကာ ခွေးအံဖတ်ကဲ့သို့ ရွံ့ရှာဖွယ် စက်ဆုပ်ဖွယ်တွေဖြစ်လာပြီး အစာသစ်၊ အစာဟောင်းဖြစ်၍ (ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်ဖြစ်၍) ဆက်စပ်သွားပုံတို့ကို ဉာဏ်နှင့်မြင်အောင်ကြည့်၍ ရွံ့ရှာဖွယ် စက်ဆုပ်ဖွယ်တို့ ဟု အကြိမ်ကြိမ်ရှုပါ။

ရှုဖန်များလာသောအခါ ခန္ဓာရုပ်နာမ်ကြီး၏ အပြစ်တို့ကိုမြင်၍ တွယ်ငြိမှုတွေ လျော့ပါးသွားပြီး ပျင်းမုန်းငြီးငွေ့မှုတွေ ဖြစ်လာလိမ့်မည်။ လောကကြီးကို ပျင်းမုန်းငြီးငွေ့မှုတွေဖြစ်လာတော့ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှ လွတ်ချင်လာလိမ့်မည်။ လွတ်ချင်လာမှ လွတ်အောင်အားထုတ်၍ လွတ်မြောက်ရပေတော့လတ္တံ့။ ဤအပိုင်းသည် အားထုတ်မှုအင်အား၊ ဉာဏ်အင်အား၊ သမာဓိအင်အား သိပ်ကောင်းမှသာ အဆင်ပြေနိုင်

ပါမည်။ ဒါ့ကြောင့် ဝိပဿနာဉာဏ်အားကောင်းအောင် စိတ်ရှည်ရှည် ဖြင့် အားထုတ်ကြပါ။

အချုပ်ကိုမြင်အောင်ရှုရန်

အာရုံတို့မည်သည် အာရုံပြုလိုက်မှ စိတ်မှာပေါ်လာ၍ အာရုံမပြု သောအခါ စိတ်မှာပေါ်မလာဘဲ အလိုလိုချုပ်၍နေပေသည်။ ဒီကဲ့သို့ အာရုံမပြုတဲ့အခိုက် ချုပ်နေတာကိုမြင်အောင် ကြည့်၍ လေ့ကျင့်ရမည် ဖြစ်သည်။

ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကိုခြုံ၍ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးက လှုပ်ရှားဖြစ် ပျက်တွေကို တစ်ပြိုင်နက်မြင်အောင်ဟုသာ ကြည့်နေပါ။ ရှုကြည့်လို့ တစ်ပြိုင်နက်မြင်နေတဲ့အခိုက် အပြင်အာရုံတွေ စိတ်မှာပေါ်မလာလို့ အလိုလိုချုပ်နေတာကို တစ်ခါ တစ်ခါ သတိပြု၍ သိသိပေးပါ။ နောက် လှုပ်ရှား ဖြစ်ပျက်တွေကို တစ်ပြိုင်နက်မြင်နေရတဲ့အခိုက် စိတ်သည် အပြင်မထွက်သည့်အတွက် အပြင်အာရုံတွေ စိတ်မှာပေါ်မလာလို့ အလိုလိုချုပ်နေတာကို သိသိပေးပါ။ ငယ်ငယ်တုန်းက တွေ့ကြုံပြုလုပ် ခဲ့တဲ့ ကောင်းအာရုံ၊ မကောင်းအာရုံတို့သည်လည်းကောင်း၊ လွန်ခဲ့တဲ့ အချိန်ကတွေ့ကြုံပြုလုပ်ခဲ့သော ကောင်းအာရုံ၊ မကောင်းအာရုံတို့သည် လည်းကောင်း အာရုံပြုလိုက်တဲ့အခါ စိတ်မှာပေါ်လာ၍ အာရုံမပြုသော အခါ စိတ်မှာပေါ်လာဘဲ ချုပ်ဆုံးနေမှုကိုလည်း ချုပ်နေကြပေသည်ဟု သိသိပေးပါ။ ဤကဲ့သို့ စိတ်ကအာရုံမပြုလို့ အာရုံတို့၏ချုပ်ဆုံးနေမှုကို တစ်ခါတစ်ခါ ရှုရှုပေးပါ။

တစ်ပြိုင်နက်ဖြစ်ပျက်နှင့်အချုပ်ကိုရှုရန်

ရုပ်နာမ်လှုပ်ရှား ဖြစ်ပျက်တွေကို တစ်ကိုယ်လုံးက တစ်ပြိုင်နက် မြင်အောင်ဟု အာရုံပြု၍ ပြု၍ ခြုံ၍ရှုကြည့်နေပါ။ ဒါဟာ တစ်ကိုယ်လုံးက ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်တွေကို တစ်ပြိုင်နက် ဖြစ်ပေါ်၍လာအောင် ရှုဉာဏ်ဖြင့် ဆွ၍ ဆွ၍ ရှုနေခြင်းဖြစ်သည်။ တစ်ကိုယ်လုံးက ရုပ်နာမ် လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တွေကို တစ်ပြိုင်နက် မြင်လာသောအခါ မလွတ်အောင်သတိကပ်၍ ခြုံ၍သာ ကြည့်နေပါ။ ကြည့်နေရင်းက ရှုဉာဏ်သည် ရင်တွင်းနှလုံးတွင်းသို့ ရောက်သွား ပြန်ရင်လည်း ဆက်လက်၍ ခြုံ၍သာကြည့်နေပါ။ အရှုခံ ရုပ်နာမ်က ဃန ကျေ၍ ရှုကြည့်တိုင်း လှုပ်ရှားဖြစ်ပျက်တွေကို တစ်ကိုယ်လုံးက တစ်ပြိုင်နက် မြင်နေပါ များလျှင်၊ စိတ်က အာရုံမပြု၍ အာရုံတွေ သူ့အလိုလို ချုပ်နေပုံနှင့် တစ်ကိုယ်လုံးက တစ်ပြိုင်နက် ဖြစ်ပျက်တွေကို ရှုနေခိုက် အခြားအာရုံတွေ စိတ်မှာ မပေါ်လာဘဲ အလိုလိုချုပ်နေပုံတို့ကို သတိပြု၍ အာရုံတွေ အလိုလို ချုပ်နေတယ် ချုပ်နေတယ်ဟု များများရှုပါ။

ဤနေရာ၌ ဒွါရကိုးပေါက်က အညစ်အကြေးရှုကွက်ကို တစ်ခါတစ်ရံ သာ ရှု၍ တစ်ကိုယ်လုံးက တစ်ပြိုင်နက် ရှုကွက်နှင့် အာရုံတွေကိုအာရုံမပြု၍ အလိုလို ချုပ်နေပုံတို့ကို များများရှုပါ။ ရှုအားကောင်း၍လာသောအခါ အတိတ် အနာဂတ်နှင့် ဗဟိဒ္ဓအာရုံတို့ ချုပ်ပျောက်သွားခါ ပစ္စုပ္ပန်နှင့် အဇ္ဈတ္တအာရုံတို့သာ ကျန်တော့၏။ ထိုပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တ လှုပ်ရှား ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်တို့ကိုပဲ ဆက်၍ခြုံ ရှုနေရင်းက ရှုဉာဏ်အားကောင်းလာသောအခါ မဂ်ဉာဏ်ပေါ်၍ လှုပ်ရှား ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်တို့သည် ချုပ်ပျောက်သွားခါ လဟာပြင်ကဲ့သို့ ချုပ်ပျောက် ရာသည် ပေါ်၍လာခါ ငြိမ်သက်သော အရသာသည်လည်း ပါ၍လာတော့၏။

မှတ်ချက်။ ဒီအချိန်ကစပြီး ဘယ်အချိန်ပဲရှုလိုက်ရှုလိုက် ပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တ အာရုံကိုသာ တွေ့ရလေတော့၏။

မှာထားချက်

ဤအနာဂါမိရှုကွက်၌ တစ်ကိုယ်လုံးက လှုပ်ရှားပြန်ပျက် တစ်ပြိုင်နက်မြင်မှုသည်သာ အဓိကဖြစ်သည်။ ကျန်တဲ့ရှုကွက်တွေက မိမိ ရှုရင်းလိုရာမရောက်တဲ့အခါ ချဲ့၍ချဲ့၍ ရှုရန်ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် မိမိခန္ဓာတစ်ပြိုင်နက် ဖြစ်ပျက်နှင့် စကြဝဠာဖြစ်ပျက်တို့ကို များများဖြန့် ရှုချေပါ။'

ရုပ်နာမ်တို့၌ တွေ့ဝေသူများ

- ၁။ တစ်ချို့က ရုပ်ကိုသာရှုတတ်ပြီး နာမ်ကိုကျတော့ မရှုတတ်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် ရုပ်ကို ကြေညက်အောင်ရှုပြီးမှ ရုပ်နှင့်ကပ်၍ နာမ်ကို ရှုပါ။
- ၂။ တစ်ချို့က နာမ်ကိုရှုတတ်ပြီး ရုပ်ကို မရှုတတ်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် 'နာမ်ကိုကြေညက်အောင် ရှုပြီးမှ နာမ်နှင့်ကပ်၍ ရုပ်ကိုဖမ်းရှုပါ။
- ၃။ တစ်ချို့က ရုပ်ရော နာမ်ရော မရှု တတ်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် ၃၂ ကောဋ္ဌာသမှ စ၍ရှုပါ။

ရုပ်နှင့်နာမ်

ပရမတ္ထတရားလေးပါးကား စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

ရုပ်နှင့်နာမ်တို့ကိုခွဲ၍ အစိတ်စိတ်ရှုရန်က ရုပ်ဓါတ်ကြီး ၄-ပါး တို့ကိုပေါင်းစု၍ ဖွဲ့စည်းထားခြင်းဖြစ်သည်။ နာမ်က စိတ်နှင့်စေတသိက် ၂-ပါးတို့ကိုပေါင်းစပ်၍ ဖွဲ့စည်းထားခြင်း ဖြစ်သည်။ ဒါ့ကြောင့် ဓါတ်ကြီး

ဓါတ်ကြီး ၄ ပါး

- ၁။ ပထဝီ = မြေဓါတ်= ခိုင်မာခြင်း၊ ကြမ်းခြင်း၊ ချောခြင်းလက္ခဏာ။
- ၂။ အာပေါ = ရေဓါတ်= ယိုစီးခြင်း၊ ဖွဲ့စည်းခြင်း လက္ခဏာ။
- ၃။ တေဇော = မီးဓါတ်= ပူခြင်း၊ အေးခြင်းလက္ခဏာ။
- ၄။ ဝါယော = လေဓါတ်= ထောက်ကန်ခြင်း၊ တွန်းကန်ခြင်းလက္ခဏာ။

ဓါတ်တို့၏ သဘောလက္ခဏာ

ဥပမာ- ခဲလေးတစ်လုံးကို နှိပ်ကြည့်လိုက်သောအခါ မာတဲ့ သဘောကိုတွေ့ရလိမ့်မည်။ ဒါဟာ ပထဝီဓါတ်ရဲ့ မာတဲ့သဘော လက္ခဏာကို တွေ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ခဲကလေးကို လက်နှင့်ခွဲဖြဲ ကြည့် လိုက်ပါ။ ကွဲပြဲမသွားတာသည် အာပေါဓါတ်၏ ဖွဲ့စည်းတဲ့သဘော လက္ခဏာကိုတွေ့ရခြင်း ဖြစ်သည်။ ခဲကလေးကို ဆုပ်ကိုင်ကြည့်လိုက်ပါ။ ပူတဲ့သဘောကို (သို့) အေးတဲ့သဘောကို တွေ့ရလိမ့်မည်။ ဒါဟာ တေဇောဓါတ်ရဲ့သဘော လက္ခဏာကိုတွေ့ရခြင်းဖြစ်သည်။ ခဲကလေးကို လက်ဆုပ်ထဲထည့်၍ လှုပ်ယမ်းကြည့်လိုက်ပါ။ ဂလောက်ဂလောက် လှုပ်နေလိမ့်မည်။ ဒါဟာ ဝါယောဓါတ်၏ လှုပ်ရှားတဲ့သဘောလက္ခဏာကို တွေ့ရခြင်းဖြစ်သည်။ ဒီကဲ့သို့ ဓါတ်ကြီး ၄-ပါးတို့၏ သဘောလက္ခဏာ တို့ကို တွေ့သိထားမှ ဝိပဿနာရှုတဲ့အခါ ဓါတ်ကြီး ၄-ပါးတို့၏ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းတို့ကို အလွယ်နှင့်တွေ့နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

ခါတ်ကြီး ၄-ပါးတို့ တစ်စုနှင့်တစ်စု မှီ၍ဖြစ်ပုံ

ခုတင်တစ်ခု၌ အခြေလေးချောင်းတို့သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မှီ၍တည်နေသကဲ့သို့ ခါတ်ကြီး ၄-ပါးတို့သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မှီ၍တည်၍ ဖြစ်နေကြကုန်၏။

ခါတ်တို့၏မမြနိုင်ပုံ

ခဲကလေးတစ်လုံးကို နှိပ်ကြည့်လိုက်ပါ။ မာတာကိုတွေ့လျှင် ပထဝီခါတ် ထင်ရှားလာတာ ဖြစ်သည်။ နှိပ်တာကို လွှတ်လိုက်သည်နှင့် မာတာသည် ပျောက်သွားတော့၏။ မမြ။ တစ်ခါ ခဲကလေးကို ဆုပ်ကြည့်လိုက်ပါ။ ပူတဲ့တေဇောခါတ်ကို တွေ့ရ၏။ တေဇောခါတ် ထင်ရှားလာတာဖြစ်၏။ ခုနက မာခါတ်သည် တေဇောခါတ်၏ နောက်လိုက်ဖြစ်သွား၍ မထင်ရှားတော့။ ခဲကလေးကိုဆုပ်၍ ခလောက် လိုက်ပါ။ လှုပ်ရှားနေတာတွေ့ရ၏။ ဒါဟာ လှုပ်ရှားဝါယောခါတ် ထင်ရှား လာတာဖြစ်၏။ ခုနက မာခါတ် ပူခါတ်တို့က မထင်ရှားတော့ဘဲ ဝါယော ခါတ်၏နောက်လိုက်ဖြစ်သွားတော့၏။ ဤကဲ့သို့ ခါတ်တစ်ပါးက ထင်ရှားလာလျှင် ကျန်တဲ့ ခါတ် ၃-ပါးက နောက်လိုက်ဖြစ်၍ မထင်ရှား။

ဒါ့ကြောင့် ခါတ်တို့ရဲ့သဘောသက်တမ်းဟာ ထင်ရှားတဲ့အခိုက် အတန့်ကလေးသာဖြစ်၍ မမြခြင်းဖြစ်သည်။ (ဖြစ်ပျက်)

ခါတ်တို့ကို ဖြစ်ပျက်ရှုရာ၌

ခါတ်တို့ကိုဖြစ်ပျက်ရှုရာ၌ ခါတ်ကို ၁-လုံးချင်းလိုက်၍ ခွဲ၍ရှုစရာ မလိုပါ။ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကိုခြုံ၍ ပူ-အေး-ယား-နာ-တောင့်တင်း လှုပ်ရှား စသည်တို့ကိုအကုန်ပေါင်း၍ ဖောက်ပြန်တယ်၊ ဖောက်ပြန်တယ် လို့ရှုနေတာကိုက ပေါ်သမျှခါတ်တွေကို အကုန်ရှုပြီးသားဖြစ်သွား တော့၏။ ရှုသားကျလို့ ရင့်ကျက်လာသောအခါမှသာ ပူတာကို တွေ့ လိုက်သည်နှင့် တေဇောခါတ်ရဲ့လက္ခဏာပါလားဟု တောင့်တင်းလှုပ်ရှား နေတာကိုတွေ့လိုက်သည်နှင့် ဝါယောခါတ်ရဲ့လက္ခဏာပါလားဟု၊ မာတာ ကြမ်းတာကိုတွေ့လိုက်သည်နှင့် ပထဝီခါတ်ရဲ့လက္ခဏာပါလားဟု၊ ယိုစီးတာကိုတွေ့လိုက်သည်နှင့် အာပေါခါတ်ရဲ့ လက္ခဏာပါလားဟု ခါတ်တို့ရဲ့လက္ခဏာတို့ကို ဉာဏ်နှင့်သိသိပေးပါ။

ခါတ်တို့၏သဘောလက္ခဏာ

- မာ, ကြမ်း, လေး, ပျော့, ချော, ပေါ့- ပထဝီခါတ်။
- ယိုစီး, ဖွဲ့စည်း- အာပေါခါတ်။
- ပူ, အေး- တေဇောခါတ်။
- ထောက်ကန်, တွန်းကန် လှုပ်ရှား ဝါယောခါတ်တို့ ဖြစ်ကြသည်။

ခါတ်လွန်ပြင်ရန်

တရားအားထုတ်ရင်း ခါတ်လွန်ကဲတာ ဖြစ်တတ်သည်။ ဥပမာ- တရားထိုင်ရှုမှတ်လိုက်သည်နှင့် ခဏကြာလျှင် ခေါင်းပေါ်မှာ ခဲနှင့်ဖိထား သလိုလေးလာတတ်ခြင်း။ တစ်ကိုယ်လုံး ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှားလာတတ်ခြင်း။

အပူခါတ်တွေ လွန်ကဲလာတတ်ခြင်း။ ဤသို့ စသည်ဖြင့် လွန်ကဲလာတတ်သည်။ လွန်ကဲလာသောခါတ်ကို ဆန့်ကျင်ဘက်ခါတ်ဖြင့်ရှု၍ ပြင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ- မာလျှင် ပျော့တဲ့ခါတ်ဖြင့်၊ လေးလျှင် ပေါ့တဲ့ခါတ်ဖြင့်၊ ပူလျှင် အေးတဲ့ခါတ်ဖြင့် ဤသို့ လွန်ကဲသောခါတ်ကို ဆန့်ကျင်ဘက်ခါတ်ဖြင့်ရှု၍ ပြင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ- တရားမှတ်လိုက်သည်နှင့် ခေါင်းပေါ်မှာ လေးတဲ့ခါတ် လွန်ကဲလာလျှင် တစ်ခြားရှုစရာကို ရှုလို့ မရတော့ဘဲ လေးတာကြီးကသာ ထင်ရှားနေတော့၏။ ဒီအခါ လက်ကို ပက်လက်လှန်၍ မြောက်မြောက်ကြည့်ပါ။ (သို့) အသက်ရှူလိုက်လို့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး မြောက်မြောက်တက်သွားပြီး ပေါ့ပေါ့သွားတာကို ဉာဏ်နှင့် မြင်အောင်ကြည့်၍ ပေါ့တာကို တစ်ကိုယ်လုံးသို့ နှံ့အောင်ဖြန့်ရှူပေးပါ။ ပေါ့တာ တစ်ကိုယ်လုံးသို့နှံ့သွားလျှင် လေးတာသည် ပျောက်သွားတော့၏။ ဤကဲ့သို့ လွန်သောခါတ်ကို ခန္ဓာကိုယ်တွင်း ဆန့်ကျင်ဘက်ခါတ်သွင်း၍ ပြန်ရမည်။

နာမ်တရားများ

စိတ်နှင့်စေတသိက်(၂)ပါး အပေါင်းကို နာမ်ဟုခေါ်သည်။ စိတ်(၈၉)နှင့် စေတသိက်(၅၂) ကိုပေါင်း၍ နာမ်(၅၃)ဟု ခေါ်သေးသည်။ စိတ်က သိခြင်း၊ လက္ခဏာ (၁)ပါးသာရှိသည်။ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ဖြစ်၊ အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ဖြစ်၊ ဝိဘတ်၊ ကြိယာစိတ်ဖြစ်ဖြစ် သိခြင်းလက္ခဏာ (၁)ပါးသာ ရှိသည်။ စေတသိက်(၅၂)ပါးကတော့ ကိုယ့်လက္ခဏာနှင့်ကိုယ် အသီးသီးရှိကြသည်။ ရုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ် နာမ်ပဲဖြစ်ဖြစ် လက္ခဏာတို့ကိုတော့ မှတ်ကိုမှတ်မိရမည်ဖြစ်သည်။

စိတ်၏လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန် ပဒဋ္ဌာန်။
 စိတ်သည် သိခြင်းလက္ခဏာ စေတသိက်တို့၏အာရုံကိုယူရာ၌ ပဓာနအချုပ် ခေါင်းဆောင်သောကိစ္စ။ စိတ်များကို အဆက်မပြတ် ရအောင် ဖွဲ့စပ်တတ်သည်ဟု ဉာဏ်အားထင်လာ၏။ ယှဉ်ဖက် စေတသိက်နာမ်နှင့်ရုပ်တို့သည် စိတ်ဖြစ်ဖို့ရာ နီးစွာသောအကြောင်း ဖြစ်၏။ ဤသို့စိတ်၏လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်၊ ပဒဋ္ဌာန်တို့ကို သိပါလေ။
 စိတ်သည် ပင်ကိုယ်သဘောကတော့ ကြည်လင်၏။ သန့်ရှင်းခြင်း သဘောရှိ၏။ စေတသိက်တို့နှင့် ပေါင်းယှဉ်၍ သွားသောအခါ ကောင်း၊ မကောင်းသောစိတ်တို့ဟူ၍ ဖြစ်သွားရတော့၏။
 စိတ်(၈၉)ပါးကား- ကာမ၊ ရူပ၊ အရူပ-လောကုတ္တရာစိတ်တို့ ဖြစ်ကြသည်။
 ကာမစိတ်(၅၄), ရူပ(၁၅), အရူပ(၁၂), လောကုတ္တရာစိတ်(၈)တို့ ဖြစ်ကြသည်။
 ကာမစိတ်(၅၄)ပါးကား- အကုသိုလ်စိတ် (၁၂)၊ အဟိတ်စိတ် (၁၈)၊ ကာမသောဘဏစိတ် (၂၄)တို့ဖြစ်သည်။
 ကာမဘုံ၌ အဖြစ်များသောကြောင့် ကာမစိတ်ခေါ်သည်။ ရူပဘုံ၌ အဖြစ်များသောကြောင့် ရူပစိတ်ခေါ်သည်။ အရူပဘုံ၌ အဖြစ်များသောကြောင့် အရူပစိတ်ဟုခေါ်သည်။ လောကုတ္တရာ အဝတ္ထာဘုံ၌ ဖြစ်သောကြောင့် လောကုတ္တရာစိတ်ဟု ခေါ်သည်။

စေတသိက်(၅၂)ပါး

စိတ်ဖြစ်တိုင်း အမြဲတမ်းယှဉ်၍ဖြစ်သော စေတသိက်(၇)ပါး။

- ၁။ ဖဿ = အာရုံနှင့်စိတ်တို့ တွေ့ထိခြင်း လက္ခဏာ။
- ၂။ ဝေဒနာ = အာရုံ၏အရသာကို ခံစားခြင်း လက္ခဏာ။
- ၃။ သညာ = အာရုံကို မှတ်သားခြင်းလက္ခဏာ။
- ၄။ စေတနာ = ယှဉ်၍ဖြစ်ဘက်စိတ် စေတသိက်တို့ကို စေ့ဆော်ခြင်း လက္ခဏာ။
- ၅။ ဧကဂ္ဂတာ = တည်ကြည်ခြင်း၊ တည်ငြိမ်ခြင်း လက္ခဏာ။
- ၆။ ဇီဝိတိန္ဒြေ = နာမ်တရားတို့ကို စောင့်ရှောက်ခြင်း နာမ်သက် လက္ခဏာ။
- ၇။ မနသိကာရ = နှလုံးသွင်းခြင်း၊ အာရုံပြုခြင်း လက္ခဏာ။

ပကိဏ်းစေတသိက်(၆)ပါး

စိတ်(၈၉)တို့နှင့် အချို့ယှဉ်၍၊ အချို့ မယှဉ်သော ပကိဏ်း စေတသိက်(၆)ပါး။

- ၁။ ဝိတက် = အာရုံကို ကြံစည်ခြင်း၊ အာရုံပေါ်သို့ စိတ်ကိုတင်ပေးခြင်း လက္ခဏာ။
- ၂။ ဝိစာရ = အာရုံကိုဆက်ကာ၊ ဆက်ကာ သုံးသပ်ခြင်း လက္ခဏာ။
- ၃။ အဓိမောက္ခ = အာရုံကို ဆုံးဖြတ်ခြင်းလက္ခဏာ။
- ၄။ ဝိရိယ = အားထုတ်ခြင်း၊ ရူပစိတ်ကို ဘေးကို မထွက်ရအောင် တွန်းကန်ထားခြင်းလက္ခဏာ။

- ၅။ ပီတိ = အာရုံကို နှစ်သက်ခြင်းလက္ခဏာ။
- ၆။ ဆန္ဒ = ပြုလိုကာမျှဖြစ်ခြင်း လက္ခဏာ။
(သဗ္ဗစိတ္တ သာဓာရဏ စေတသိက်(၇)နှင့် ပကိဏ်းစေတသိက် (၆)ပါး ပေါင်း (၁၃)ပါးကို အညသမန်း စေတသိက်ဟု နာမည်တစ်မျိုး ခေါ်သေး၏။)

အကုသိုလ်စေတသိက် (၁၄)ပါး

- ၁။ မောဟ = တွေဝေခြင်း၊ အမှန်ကို မသိခြင်း။
- ၂။ အဟိရိတ = အကုသိုလ်ပြုရမှာကို မရှက်ခြင်း။
- ၃။ အနောတ္တပ္ပ = အကုသိုလ်ပြုရမှာ မလန့်ခြင်း။
- ၄။ ဥဒ္ဓစ္စ = ပျံ့လွင့်ခြင်း၊ ပျင်းရိခြင်း။
- ၆။ ဒိဋ္ဌိ = အမြင်မှားခြင်း၊ အယူမှားခြင်း။
- ၇။ မာန = ထောင်လွှားခြင်း။
- ၈။ ဒေါသ = ကြမ်းတမ်းခြင်း၊ ဖျက်ဆီးခြင်း။
- ၉။ ဣဿာ = ငြူစူခြင်း၊ မနာလိုခြင်း။
- ၁၀။ မစ္ဆရိယ = ဝန်တိုခြင်း၊ နှမြောခြင်း။
- ၁၁။ ကုက္ကစ္စ = ပြုပြီးအကုသိုလ် မပြုလိုက်မိသော ကုသိုလ်တို့ကို နောင်တကြောင့်ကြပူပန်ခြင်း။
- ၁၂။ ထိန = ထိုင်းမှိုင်းခြင်း။
- ၁၃။ မိဒ္ဓ = ငိုက်မျဉ်းခြင်း။
- ၁၄။ ဝိစိကိစ္ဆာ = သို့လော သို့လော ယုံမှားခြင်း။

ဤ(၁၄)ပါးသော စေတသိက်တို့နှင့် ယှဉ်၍ဖြစ်သောစိတ်တို့ကို အကုသိုလ်စိတ်ဟု ခေါ်၏။

သောဘဏစေတသိက်(၂၅)ပါး

- ၁။ သဒ္ဓါ = ယုံကြည်ခြင်း။
- ၂။ သတိ = အမှတ်ရခြင်း။
- ၃။ ဟိရိ = အကုသိုလ်ပြုရမှာရှက်ခြင်း။
- ၄။ ဩတ္တပ္ပ = အကုသိုလ်ပြုရမှာ လန့်ခြင်း။
- ၅။ အလောဘ = အာရုံကို မကပ်ငြိခြင်း၊ မတွယ်တာခြင်း။
- ၆။ အဒေါသ = မကြမ်းတမ်းခြင်း၊ မေတ္တာဖြစ်ခြင်း။
- ၇။ တတြမေဇ္ဇတ္တတာ = ယှဉ်ဖက်တရားတို့ကို ညီမျှစေခြင်း။
- ၈။ ကာယပဿဒ္ဓိ = နှစ်စတသိက်ပူငြိမ်းခြင်း။
- ၉။ စိတ္တပဿဒ္ဓိ = စိတ်ပူငြိမ်းခြင်း။
- ၁၀။ ကာယလဟုတာ = စေတသိက်၏ လျင်မြန်ပေါ့ပါးခြင်း။
- ၁၁။ စိတ္တလဟုတာ = စိတ်၏လျင်မြန်ပေါ့ပါးခြင်း။
- ၁၂။ ကာယမုဒုတာ = စေတသိက်၏နူးညံ့ခြင်း။
- ၁၃။ စိတ္တမုဒုတာ = စိတ်၏နူးညံ့ခြင်း။
- ၁၄။ ကာယကမ္မညတာ = စေတသိက်၏ခံ့ခြင်း။
- ၁၅။ စိတ္တကမ္မညတာ = စိတ်၏ခံ့ခြင်း။
- ၁၆။ ကာယပါဂုညတာ = စေတသိက်နာကျင်မှုကို ငြိမ်းစေခြင်း။
- ၁၇။ စိတ္တပါဂုညတာ = စိတ်နာကျင်မှုကို ငြိမ်းစေခြင်း။
- ၁၈။ ကာယုဇကတာ = စေတသိက်၏ဖြောင့်မတ်မှု။

- ၁၉။ စိတ္တုဇကတာ = စိတ်၏ဖြောင့်မတ်မှု၊ ဤစေတသိက် (၁၉)ပါး တို့နှင့် အမြဲယှဉ်၍ဖြစ်သောစိတ်ကို တင့်တယ်သောစိတ်၊ ကောင်းသောစိတ်တို့ဟု ခေါ်ကြကုန်၏။
- ၂၀။ ကရုဏာ = သနားခြင်း။
- ၂၁။ မုဒိတာ = ဝမ်းမြောက်ခြင်း။
- ၂၂။ သမ္မာဝါစာ = ကောင်းစွာပြောဆိုခြင်း။
- ၂၃။ သမ္မာကမ္မန္တ = ကောင်းစွာပြုလုပ်ခြင်း။
- ၂၄။ သမ္မာအာဇီဝ = ကောင်းစွာအသက်မွေးခြင်း။
- ၂၅။ ပညိန္ဒြေ = ကောင်းစွာသိခြင်း၊ အမှန်အတိုင်းသိခြင်း။

ဤသို့ သောဘဏစေတသိက်(၅၂)ပါးတို့ ဖြစ်ကြကုန်၏။ ဤစေတသိက်(၅၂)ပါးတို့၏ အနက်တို့သည်ပင် လက္ခဏာမည်၏။ အရကျက်ပါ။ ဤသို့ စိတ်၊စေတသိက်တို့နှင့် ရုပ်တို့စုံ၍သွားပေပြီ။ ထိုစိတ်၊ စေတသိက်၊ရုပ်တို့၏ ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်း၍ ဖြစ်ပျက်ပုံတို့ကို ရှုရမည်ဖြစ်တော့၏။

ရုပ်နာမ်အပေါင်းအစု ဖြစ်ပျက်ရှုရန်

ရုပ်နာမ်တို့၏ အပေါင်းအစုလိုက် သန္တတိအစဉ်အတန်းယနကို ပိုင်းဖြတ်၍၊ ပိုင်းဖြတ်၍ ရှုချေရန်ကတော့ နှာသီးဖျားက စောင့်၏။ ဝင်လေ တစ်ရှုကို ထိ၊သိ တစ်ချက်တည်းယူလျှင် ထိ၊သိ ရုပ်နာမ်အတွက် တစ်စုံသာရ၏။ ထွက်လေတစ်ရှိုက်ကို ထိ၊သိတစ်ချက်သာယူလျှင် ထိ၊သိ

ရုပ်နာမ်တစ်စုံသာရ၏။ အကယ်၍ ဝင်လေကိုစ၍ ရှုလိုက်သည်နှင့် ထိသိ၊ ထိသိ၊ ထိသိ ဟု ဉာဏ်နှင့်စိပ်၍ (ပိုင်း၍) ယူလျှင် ထိသိရုပ်နာမ်အစုံ ကလေးတွေ (၃,၄)ခု ရ၏။ ဤကဲ့သို့ နှာသီးဖျားကစောင့်၍ ဝင်လေတစ်ရှု ဌိ ထိသိရုပ်နာမ်အစုံ (၄)ချက်။ ထွက်လေတစ်ရှိုက်၌လည်း ထိသိရုပ်နာမ် အစုံ (၄)ချက်တို့သည် ကွဲ၍ထွက်လာအောင် လေ့ကျင့်ပါ။ ပထမစ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ထိသိပျက်သွားပြီးမှ နောက်ထိသိ ဖြစ်ပျက် နောက် ထိသိ ဖြစ်ပျက် ဟု ရှုလေလည်း ဆုံးသွားရော ထိသိ(၄)ချက်လည်း ကုန်သွားရော။ ထွက်လေ၌လည်း ဤအတိုင်းပင် ရှုရမည်ဖြစ်သည်။

ဤကဲ့သို့ ရုပ်နာမ်အစုံလေးတွေသည် အဆင့်ဆင့်ပေါ်လာပြီး အဆင့်ဆင့် ပျက်သုဉ်းသွားသည်ကိုမြင်အောင် ဉာဏ်နှင့်ရှုခြင်းကိုလည်း ရုပ်နာမ်သန္တတိအစဉ်ကို ယနကျေအောင် ရှုချေသည်ဟုခေါ်၏။ ခန္ဓာ ကိုယ်ရှုကွင်းတွင်း၌ ပြေးသလိုဖြစ်နေသော ရုပ်မှုန်အစဉ်အတန်းကလေး တွေကိုလည်း ပိုင်း၍၊ ပိုင်း၊ ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။

ရုပ်ယနချေရန်

ခန္ဓာကိုယ်တွင်းမှာ ပေါ်လာသော ပူတာကို ရှေ့ပူတာနှင့် နောက် ပူတာကို ဉာဏ်နှင့်ပိုင်း၍၊ ပိုင်း၍ ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။ နောက် တောင့်တင်းတာ၊ ယားတာ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲတာ ဟူသ၍တို့ကိုလည်း ရှေ့နှင့်နောက်ကို ဉာဏ်နှင့်ပိုင်း၊ ပိုင်းပြီး ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။

နာမ်ယနချေရန်

ရှေးဦးစွာ နာမ်ချည့်သက်သက်ကို ယနချေရန် မဖြစ်နိုင်သေးပါ။ ရုပ်ဖြစ်ပျက်နှင့်တွဲ၍ နာမ်လည်း ဖြစ်ပျက်ဟု ရှုရပါဦးမည်။ ဥပမာ- ထိသိ ရုပ်နှင့်နာမ်တို့တွဲ၍ ဖြစ်ပျက်ရှုသလိုရှုရင်းက ရုပ်ကိုလွှတ်ထားခဲ့ပြီး နာမ်ဖြစ်ပျက်ချည်းဟု အာရုံပြုတတ်လာမှသာ နာမ်ချည့်ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။

(နောက် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးက လှုပ်လှုပ် ရွရွဖြစ်ပျက်ကလေး တွေကိုပင် အသိနာမ်ကလေးတွေ၏ ဖြစ်ပျက်ဟု ရုပ်ကိုဉာဏ်နှင့် နာမ်ပြောင်း၍လည်း ဖြစ်ပျက်ရှုချေပါ။)

ခန္ဓာ(၅)ပါး ဥပမာ

ခန္ဓာ(၅)ပါးတို့ကို ရှုတော့မည်ဖြစ်သောအခါ ရှေးဦးစွာသိထား ရမည့် ဥပမာကား ငရုတ်၊ ကြက်သွန်၊ ဆီ၊ ဆား၊ အချဉ်ရွက်(၅)မျိုးကို ပေါင်း၍ချက်ထားသောအခါ စပ်ချဉ်ဟင်း၌ ဆားရဲ့အရသာကို သိလို၍ မြည်းကြည့်သောအခါ ဆားရဲ့အရသာကို တွေ့ရသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ကြက်သွန်ရဲ့အရသာကို အာရုံပြု၍ မြည်းကြည့်သောအခါ ကြက်သွန်ရဲ့ အရသာကို တွေ့ရသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဤအပေါင်းအစုဖြစ်သော ခန္ဓာ(၅)ပါး၌ မိမိရှုလိုသော ခန္ဓာ(၁)ပါးပါးကို ဉာဏ်၌ တွေ့၍လာအောင် ခွဲ၍ ရှုနိုင်ရမည်ဖြစ်သည်။ (ခန္ဓာဟူသည် အပေါင်းအစုကိုခေါ်သည်။)

ခန္ဓာငါးပါးဂုရုန်

ခန္ဓာငါးပါးကား ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဉ်တို့ ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာ(၅)ပါးတို့တွင် ရုပ်ခန္ဓာက(၁)ပါး။ နာမ်ခန္ဓာက(၄)ပါးတို့ ဖြစ်သည်။

ရုပ်(၂၈)ပါးသည် ရူပက္ခန္ဓာမည်၏။ ဝေဒနာစေတသိက်သည် ဝေဒနာက္ခန္ဓာမည်၏။ သညာစေတသိက်သည် သညာက္ခန္ဓာမည်၏။ ဝေဒနာသညာမှကြွင်းသော စေတသိက်(၅၀) သင်္ခါရက္ခန္ဓာမည်၏။ စိတ်(၈၉)သည် ဝိညာနာဏာက္ခန္ဓာ မည်၏။ ဤသို့လျှင် ခန္ဓာ(၅)ပါး ဖြစ်၏။

ရူပက္ခန္ဓာဂုရုန်

ပူတာ၊ အေးတာ၊ ယားတာ၊ နာတာ၊ တောင့်တင်းတာ၊ ကိုက်ခဲတာ စတဲ့ ဓါတ်တစ်ပါးပါး ခန္ဓာကိုယ်ပေါ် ပေါ်ပေါက်လာခဲ့သော် ထိုဓါတ်ကို ရှေ့ဖြစ်ပျက် နောက်ဖြစ်ပျက် ဉာဏ်နှင့်ပိုင်း၍ ရှုပါ။ လေ့ကျင့်ပါ။ ခန္ဓာကိုယ်ခြုံကြည့်နေရင်းက ပူတာပေါ်လာလျှင် ရှေ့ပူတာနှင့် နောက် ဆက်၍ ဆက်၍ ပူနေတာကို ပိုင်း၍ ပိုင်း၍ ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။ ဤကဲ့သို့ပဲ အခြားဘယ်ဓါတ်ပဲပေါ်ပေါ် ရှေ့နဲ့နောက်ပိုင်း၍ ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။ (မပေါ်တဲ့ ဓါတ်ကိုရှာ၍ ရှုမနေရပါ။)

ခန္ဓာကိုယ်ကိုခြုံ၍ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်၊ ခြပ်တို့ကို လွှတ်၍ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက ပူ၊ အေး၊ ယား၊ နာ၊ တောင့်တင်း စတဲ့ ဓါတ်တွေချည်း ကွက်၍မြင်အောင်ရှုကြည့်နေပါ။ ခြပ်တွေလွှတ်၍ ရှုကြည့်ပါများသော

အခါ ပူ၊ အေး၊ ယား၊ နာ၊ တောင့်တင်းတို့သည် တဖြည်းဖြည်းနှင့် ပေါ်လိုက်- ပျောက်လိုက် ဖြစ်၍လာလိမ့်မည်။ ဒါကို ဆက်၍ ခြုံကြည့်၍ နေသောအခါ ပူ၊ အေး၊ ယား၊ နာ၊ တောင့်တင်းတို့သည် ရှိန်ရှိန်သုတ်သုတ် လှုပ်လှုပ်တို့ဖြစ်ကာ ယနကြေ၍သွားလိမ့်မည်။ ဒါကိုပင် ခြုံ၍ ရှုကြည့်နေ ပါလေ။

ဝေဒနာက္ခန္ဓာဂုရုန်

ဝေဒနာသည် သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာ ဟူ၍ (၃)ပါး။ တစ်နည်း- သုခ ဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ သောမနဿဝေဒနာ၊ ဒေါမနဿဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာဟူ၍ ၅-ပါးဖြစ်သည်။

သုခဝေဒနာ- အာရုံကို ကောင်းသဖြင့်ခံစားခြင်း။ ဒုက္ခဝေဒနာ- အာရုံကိုမကောင်းသဖြင့် ခံစားခြင်း။ သောမနဿဝေဒနာ- အာရုံကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာခံစားခြင်း။ ဒေါမနဿဝေဒနာ အာရုံကိုဆင်းရဲသဖြင့် ခံစားခြင်း။ ဥပေက္ခာဝေဒနာ- အာရုံကို (အားမစိုက်ဘဲ) လစ်လျူရှုသဖြင့် ခံစားခြင်းတို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

ဝေဒနာ - ခံစားဆိုတာ

ဝေဒနာသည် အာရုံ၏အရသာကို ခံစားတာဆိုတာဟာ- ချို၊ ချဉ်၊ ငန်၊ စပ် ပေါင်း၍ ချက်ထားသောဟင်းထဲ၌ပါသော ဆား၏အရသာကို တွေ့ရအောင်ဟု ပထမတော့ တို့တို့ပြီးမြည်းကြည့်နေ၏။ နောက်တစ်ဖြည်း ဖြည်းကျတော့ ငန်တဲ့အရသာဟာ တခြားသော ချို၊ ချဉ်၊ စပ်၊ ဖန် အရသာတို့ထက် အထူးထင်ရှားစွာ တွေ့လာရတဲ့သဘောမျိုးကိုပင် အာရုံ ၏အရသာကို ခံစားသည်ဟု ခေါ်ရ၏။ (အာရုံ၏အရသာကိုပါ ရှုရပါမည်)

ဒါ့ကြောင့် ဤရှုရာ၌ကတော့ ယောဂီတို့၏ဉာဏ်၌ အလွယ်တကူ ရှုနိုင်မည်ဖြစ်သော အာရုံတို့၏အရသာကို ခံစားသော ဝေဒနာ၏ဖြစ်ပျက် နှင့် ကောင်း မကောင်း- အာရုံတို့၏ဖြစ်ပျက်ကိုသာ ရှုရမည် ဖြစ်ပါသည်။

သုခဝေဒနာ -ခန္ဓာကိုယ်၌ ရာသီဥတု အစာ အာဟာရတို့၏ ညီညွတ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်၍ လာသော အရသာကို လည်းကောင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်၌ ကောင်းသောထိတွေ့မှုတို့ ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်၍ လာသော အရသာကိုလည်းကောင်း ခံစားသော သုခဝေဒနာကို မြင်အောင်ကြည့်၍ ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။ အာရုံတို့၏ဖြစ်ပျက်ကိုလည်း ရှုပါ။

ဒုက္ခဝေဒနာ -ခန္ဓာကိုယ်၌ မကောင်းသောရာသီဥတု အစာအာဟာရ တို့ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်၍ လာသော အရသာကိုလည်းကောင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်၌ မကောင်းသောတွေ့ထိမှုတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်၍ လာသော အရသာကိုလည်းကောင်း ခံစား သော ဒုက္ခ ဝေဒနာကို ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။

ဥပေက္ခာဝေဒနာ-ငါ၏ခန္ဓာကိုယ်၌ ရှိကြကုန်သော ရုပ်၊ နာမ်၊ လှုပ်ရွဲ ဖြစ်ပျက်တို့သည် ငါက ရှုသည်ဖြစ်စေ၊ မရှုသည်ဖြစ်စေ၊ သူ့အလိုလိုကိုက ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံး၍ နေကြသဖြင့် ငါသည် အားစိုက်၍ မရှုတော့ဘဲ သူ့အလိုလို ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံး ကို သိရုံသာသိနေတော့အံ့ဟု အလိုက်သင့်သိရုံသာ သိနေပါ။ အပြင်လောက၌ ရှိကြကုန်သော လူ၊ ခွေး၊ နွား၊ သစ်ပင်၊ တော၊ တောင်၊ ရေ၊ မြေ၊ သမုဒ္ဒရာ၊ ရာသီဥတု စသော ရုပ်နာမ်တို့သည်လည်း

ငါက အာရုံပြုသည်ဖြစ်စေ၊ မပြုသည်ဖြစ်စေ သူ့အလိုလိုကိုက အမြဲမပြတ် ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံး၍ နေကြပေသည်တကားဟု တစ်ခါတစ်ခါ အာရုံ ပြုပြု ပေးပါလေ။

သညာက္ခန္ဓာရှုရန်

သညာသည် အာရုံကို ထပ်ခါထပ်ခါ သိနိုင်ရန် မှတ်သားထားခြင်း သဘောဖြစ်သည်။ အမိဝမ်းကကျွတ်၍ သိတတ်စကတည်းက မှတ်မိ မှုကို လေ့ကျင့်၍ လာခဲ့ရပေသည်။ သညာအရာကား ကျယ်ဝန်းလှပေ၏။ ဤကား ခိုင်၏၊ ဤကား မြဲ၏၊ ဤကား မပျက်စီးနိုင် အမြဲတည်၏ မှတ်ထားဟုလည်းကောင်း၊ ဤကား ကောင်း၏၊ ဤကား လှပတင့်တယ် ၏မှတ်ထားဟုလည်းကောင်း၊ လောကသမုတိပညတ်တို့ကို မှတ်မိအောင် ဟု သင်ကြားထားရ၏။ ထိုလောကသမုတိပညတ်ဖြစ်သော ခိုင်၏၊ မြဲ၏၊ ကောင်း၏တို့သည်ကား အခိုက်အတန့်သာ ခိုင်ခြင်း၊ မြဲခြင်း၊ တည်တံ့ခြင်း၊ ကောင်းခြင်းတို့သာ ဖြစ်ကြပါကုန်၏။ တကယ့်အခိုင်အမြဲ ကောင်းခြင်းတို့ မဟုတ်ကြပါ။ သို့သော်လည်း ဒီခိုင်၏၊ မြဲ၏၊ ကောင်း၏တို့နှင့်ကား နေ့စဉ်နှင့်အမျှ အမြဲတစေ အသုံးပြုနေရသဖြင့် စိတ်၌ တကယ့်အခိုင်ကြီး၊ အမြဲကြီး၊ အကောင်းကြီးဟု စူးနစ်၍ နေလေတော့၏။ ဒါ့ကြောင့် မိမိ၏ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကြီးသည်ပင် မပျက်စီးနိုင်သေးဟု ယောင်မှားလေတော့၏။ ပရမတ္ထနယ်မြေမှာတောင် တကယ့်မမြဲတဲ့ အနိစ္စကို နိစ္စဟုလည်းကောင်း၊ တကယ့်ဆင်းရဲတဲ့ ဒုက္ခကို သုခဟုလည်းကောင်း၊ တကယ့်အနှစ်မရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အနတ္တကို အနှစ်ရှိတဲ့ ခိုင်မြဲတဲ့အတ္တ ဟုလည်းကောင်း၊ တကယ့် ဆင်းရဲတဲ့ဒုက္ခကို သုခ ဟုလည်းကောင်း အမှတ်မှားလေတော့၏။ အမှတ်

မှားတော့ အသိလည်းမှားပြန်တော့၏။ အသိမှားတော့ အယူအမြင်လည်း မှားရပြန်တော့၏။ ဤကဲ့သို့ အမှတ်မှား၊ အသိမှား အယူအမှားတို့ကြောင့် ဘဝသံသရာဆင်းရဲကြီးတို့သည် ဆုံးစမရှိ ကျယ်ပွားရလေကုန်တော့၏။

သညာရှုရန် - မိမိ၏ရုပ်နာမ်အရှိကို ငါ့ကိုယ်ကြီး ဟု အသိဖြစ် လိုက်သည်နှင့် သညာအလိမ်မိသည် ဟု သိလိုက်ပါ။ ရုပ်နာမ်အရှိကို ရုပ်နာမ်ဟု အသိ မဖြစ်ဘဲ သူဘယ်သူပဲ၊ ဘယ်ဝါပဲဟု အသိဖြစ်လိုက် သည်နှင့် သညာလိမ်မိသည်ဟု သိထားလိုက်ပါ။ ရုပ်နာမ်တို့၏မမြဲခြင်း အနိစ္စကို နိစ္စဟု ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲ ဒုက္ခကို သုခဟု ရုပ်နာမ် တို့၏ အနှစ်မရှိ၍ ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံး အနတ္တကို အနှစ်ရှိတဲ့ အတ္တဟု ရုပ်နာမ်တို့၏ အမြဲမပြတ်ဖောက်ပြန်နေသော မတင့်တယ်သော အသုဘ ကို တင့်တယ်သော သုဘဟု အမြင်မှားခြင်းတို့ကိုမြင်အောင် ကြည့်၍ သညာ၏အမှတ်မှားခြင်းကြောင့် ဝိညာဉ်၏ အသိမှား ဒိဋ္ဌိ၏အမြင်မှား ခြင်းတို့ ဖြစ်ကြရသည်ဟု ရှုပါ။

သင်္ခါရက္ခန္ဓာရှုရန်

စိတ်(၈၉)က အာရုံကိုသိခြင်း၊ ရယူခြင်းလက္ခဏာ တစ်ပါးတည်း သာရှိ၏။ စေတသိက် (၅၂)က စိတ်နှင့်တွဲယှဉ်၍ မိမိတို့၏အသီးသီးသော လက္ခဏာဖြင့် အထူးထူးအပြားပြားသော အာရုံတို့ကို ခံစားခြင်း၊ မှတ်သားခြင်း၊ ပြုပြင်ခြင်း၊ ခြယ်လှယ်ခြင်း၊ အမွမ်းတင်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ် ကြကုန်၏။ ဒါ့ကြောင့် ဝေဒနာသညာနှုတ် ကျန် စေတသိက်(၅၀)တို့သည် သင်္ခါရက္ခန္ဓာမည်၏။

သင်္ခါရက္ခန္ဓာရှုရန် - အလုပ်သမား ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက် သည် သူ၏အလုပ်သမားများကို ထကြဟော့ အလုပ်လုပ်ကြရအောင်ဟု ဆော်ဩ၍ သူလည်း အတူတူဝင်ရောက် အလုပ်လုပ်သကဲ့သို့ ထို့အတူ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ အကြုံးဝင်သော ဝေဒနာသညာကြွင်းသော စေတသိက် (၅၀)တို့တွင်ပါသော စေတနာစေတသိက်သည် ယှဉ်ဖက်စေတသိက်တို့ နှင့်တကွ စိတ်ဖြစ်နိုင်အောင် နှိုးဆော်တိုက်တွန်း ဝိုင်းဝန်းပြုလုပ်ပေးကြ၏။

ဒါ့ကြောင့် ကောင်းသောစိတ် စေတသိက်တို့ဖြစ်ပေါ်လာသည် နှင့်ဆော်ဩတိုက်တွန်းသော စေတနာစေတသိက်ကို မြင်အောင်ကြည့်၍ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ သင်္ခါရက္ခန္ဓာဟု ရှုပါ။

စိတ်သိခြင်းလက္ခဏာတစ်မျိုးသာ ရှိသည်။ လောဘစေတသိက် နှင့်ပေါင်းယှဉ်ရမှ လောဘစိတ်ဟုလည်းကောင်း၊ ဒေါသစေတသိက်နှင့် ပေါင်းယှဉ်ရမှ ဒေါသစိတ်ဟု၊ မာနစေတသိက်နှင့် ပေါင်းယှဉ်ရမှ မာန စိတ်ဟု၊ ဣဿာစေတသိက်နှင့်ပေါင်းယှဉ်ရမှ ဣဿာစိတ်ဟု၊ မစ္ဆရိယ စေတသိက်နှင့် ပေါင်းယှဉ်ရမှ မစ္ဆရိယစိတ်၊ သဒ္ဓါစေတသိက်နှင့် ပေါင်းယှဉ်ရမှ သဒ္ဓါစိတ်ဟု လည်းကောင်း၊ စိတ်နှင့်စေတသိက်(၅၀) ဤအတိုင်း ပေါင်းယှဉ်၍ ဖြစ်ကြရ၏။

ဒါ့ကြောင့် လောဘဖြစ်လျှင် လောဘ ဖြစ်ပျက်၊ ဒေါသဖြစ်လျှင် ဒေါသဖြစ်ပျက်၊ မာနဖြစ်လျှင် မာနဖြစ်ပျက်၊ သဒ္ဓါဖြစ်လျှင် သဒ္ဓါဖြစ် ပျက်၊ ပညာဖြစ်လျှင် ပညာဖြစ်ပျက် စသည်ဖြင့် စိတ်မှာပေါ်လာတိုင်း ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။ (စေတသိက်တို့ကို အကုန်ရှုရမည်ဟု မဟုတ်ပါ။ မိမိစိတ်၌ ထင်ရှားလာသော စေတသိက်တို့ကိုသာ မလွတ်တမ်းရှုနိုင်ဖို့သာ လိုရင်း ဖြစ်ပါသည်။)

ဝိညာဏာက္ခန္ဓာရှုရန်

ဝိညာဏာက္ခန္ဓာရှုရန်ကတော့ မြင်တာ ဟူသ၍ကို သိတယ်၊ သိတယ်။ ကြားတယ်ဟူ၍ကို သိတယ်၊ သိတယ်။ နံတာဟူသ၍ကို သိတယ်၊ သိတယ်။ ချို၊ ချဉ်၊ ငန့်၊ စပ် အရသာဟူသ၍ကို သိတယ်၊ သိတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်၌ သိတာဟူသည်တို့ကိုလည်း သိတယ်၊ သိတယ်ဟု ခွဲရ (၆)ပါးက ထင်ရှားတာဟူသ၍တို့ကို သိတယ်၊ သိတယ်ချည်းလိုက်၍ ရှုမှတ်ပါ။

ဤကား စိတ်(၈၉)၊ စေတသိက် (၅၂)၊ ရုပ် (၂၈)အပေါင်းအစု တို့ကို ခန္ဓာ(၅)ပါးခွဲ၍ ဖွဲ့ပြခြင်း ရှုရခြင်းဖြစ်သည်။

စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်တို့သည် တစ်လုံးခြင်းကတော့ မဖြစ်နိုင်၊ ဆိုင်ရာ၊ ဆိုင်ရာ အပေါင်းအစုလိုက်သာ ဖြစ်နိုင်ကြကုန်၏။ ဥပမာ-ခန္ဓာ ကိုယ်၌ ထိလိုက်သည်နှင့် အသိနာမ်ကလေးပါ ကပ်၍လိုက်လာပြီ။ ထိတာက ရုပ်၊ သိတာက နာမ်ဟု ရုပ်၊ နာမ်(၁)စုံ ဖြစ်တော့၏။ ထိုရုပ်၊ နာမ် (၁)စုံ ကို ခန္ဓာခွဲ၍ ဖွဲ့လိုက်သော် ရုပ်က ရူပက္ခန္ဓာ၊ နာမ်၌ ပါသော သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ စေတသိက်(၅)ပါးတို့တွင် ဝေဒနာစေတသိက်သည် ဝေဒနာက္ခန္ဓာ မည်၏။ သညာစေတသိက်သည် သညာက္ခန္ဓာမည်၏။ ဝေဒနာသညာမှကြွင်းသော စေတသိက်(၅၀)ပါးသည် သင်္ခါရက္ခန္ဓာမည်၏။ စိတ်သည် ဝိညာဏာက္ခန္ဓာမည်၏။ ဤသို့ ထိ၊ သိ၌ ခန္ဓာ(၅)ပါး ဖြစ်တော့ ၏။ ဤအတိုင်းပင် စေတသိက်ယှဉ်၍ဖြစ်တာက အတူတူဖြစ်သည့် အတွက် မြင်သိ၌ ခန္ဓာ(၅)ပါး။ ကြားသိ၌ ခန္ဓာ(၅)ပါး။ နံသိ၌ ခန္ဓာ (၅)ပါး။ လျက်သိ၌ ခန္ဓာ(၅)ပါး။ ဤသို့ မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိတို့၌ ခန္ဓာ(၅)ပါးစီ ဖြစ်တော့၏။

အတ္တဒိဋ္ဌိ၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိလွတ်ပုံ

ဤသို့ ရုပ်ကို ရုပ်မှန်းသိ။ ဝေဒနာကို ဝေဒနာမှန်းသိ။ သညာကို သညာမှန်းသိ။ သင်္ခါရ ကို သင်္ခါရမှန်းသိ။ ဝိညာဏ်ကို ဝိညာဏ်မှန်းသိ တော့ ဘာအကျိုးရှိသလဲ။ ရုပ်ကို ငါဟု၊ ဝေဒနာကို ငါဟု၊ သညာကို ငါဟု၊ သင်္ခါရကို ငါဟု၊ ဝိညာဉ်ကို ငါဟု စွဲယူသော အတ္တဒိဋ္ဌိအမြင်မှားကို ပယ်ပြီးသား ဖြစ်သွားတော့၏။ နောက် ရုပ်နာမ်(၂)ပါး၊ ခန္ဓာ (၅)ပါး အရှိတရားကို ငါ၊ သူတစ်ပါးသော ယောက်ျား၊ မိန်းမဟု ပညတ်ကို စွဲငြိ၍ဖြစ်သော သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားကိုလည်း ပယ်ခွါပြီးသား ဖြစ်သွား ပြန်တော့၏။

ထို၊ သိ ရုပ်နာမ်(၂)ပါးကို တွေ့သိလိုက်သည်နှင့် ဤခန္ဓာကိုယ် တွင်း၌ အသက်ကောင်၊ ဝိညာဉ်ကောင်၊ အတ္တကောင်သည် မရှိ၊ ရုပ်နှင့် နာမ်သာ ရှိသည်ဟူသော အမြင်မှန်ကိုရ၏။

ရုပ်၊ နာမ်(၂)ပါး၊ ခန္ဓာ (၅)ပါးတို့၏ ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်းတို့ကို ဉာဏ်မှာမြင်လိုက်သည် နှင့် ခန္ဓာကိုယ်ရုပ်ကြီးကသာ ပျက်စီး၍ ခန္ဓာကိုယ် တွင်းက အတ္တကောင်ကတော့ မပျက်စီးဘဲ ခန္ဓာအိမ် အသစ်အသစ်သို့ ပြောင်း၍နေပေသည်ဟူသော သဿတဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားမှ လွတ်မြောက် တော့၏။

သတ္တဝါတို့သည် ဗြဟ္မာ၊ သိကြား စသည်များက ဖန်ဆင်း၍ ဖြစ်လာကြသည်မဟုတ်၊ မိမိပြုသော ကံကြောင့်သာ ဘဝအသစ် အသစ် တွေ့သည် ဖြစ်လာရပေသည်ဟူသော ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ (ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကိုယုံကြည်သော) ဉာဏ်အမြင်ကိုလည်း ရလိုက်ကရော

သေလျှင် ပြတ်စဲ၏။ နောက်ထပ် ဘာမှမဖြစ်ဟူသော ဥစ္စေဒဒိဋ္ဌိ အမြင်မှား မှလည်း လွတ်တော့၏။ ဤသို့ ရုပ်, နာမ် (၂)ပါး၊ ခန္ဓာ(၅)ပါးတို့ကို ခွဲ၍ရှုခြင်းကြောင့် အမြင်မှားဒိဋ္ဌိအမျိုးမျိုးတို့ကို ပယ်နိုင်၏။ ပြီးလျှင် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ နိဗ္ဗာန်တိုင်အောင် တက်လှမ်းနိုင်တော့၏။ ခန္ဓာ (၅)ပါးကို ရှုရာ၌(၅)ပါးစလုံးကို စုံအောင်ရှုနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ မိမိဉာဏ်၌ (၁)ပါး ထင်လျှင် (၁)ပါး၊ (၂)ပါးထင်လျှင် (၂)ပါး စသည်ဖြင့် ထင်ရှား အောင်ရပါ။

ရုပ်, နာမ်တို့၏ ဘဝဆက်ပုံ

ဒို့ ယခုရထားတဲ့ ဒီရုပ်, နာမ်ခန္ဓာကြီးဟာ လွန်ခဲ့တဲ့ဘဝက မိမိ ပြုခဲ့သောကံအရှိန်ကြောင့် ဒီဘက်မှာ ရုပ်,နာမ် (၁)စုံစ၍ဖြစ်ပြီးသည်နှင့် ပျက်, ဖြစ်ပျက်-ဖြစ်ပျက်နှင့် ဒီဘဝဆုံးသည့်တိုင်အောင် ဖြစ်ပျက်နှင့် သွား၍ ဒီဘဝဆုံးသည်နှင့် ကံအရှိန်ကြောင့် ဟိုဘက်ဘဝကိုသွား၍ ရုပ်,နာမ်(၁)စုံစ၍ ဖြစ်ပြီးသည်နှင့် ပျက်, ဖြစ်ပျက်-ဖြစ်ပျက်နှင့် သွား လေဦး။ ဒီကဲ့သို့- ရုပ်, နာမ်တို့သည် တစ်ဘဝနှင့်တစ်ဘဝ ဖြစ်ပျက်ဖြင့် ကူးဆက်ကြလေကုန်တော့၏။

စိတ်နှင့်စေတသိက်တို့

စိတ်သည် အာရုံကိုသိခြင်း၊ ရယူခြင်း လက္ခဏာရှိ၏။ ယှဉ်၍ဖြစ် သောစေတသိက်တို့ကို ခေါင်းဆောင်ခြင်းအလုပ်ကို လုပ်၏။ သို့သော် လည်း စိတ်ဟာ သူ့ချည့်ကတော့ မဖြစ်နိုင်။ စေတသိက်တို့က ဝိုင်းဝန်း ကူညီကြမှသာ ဖြစ်နိုင်၏။ စေတသိက်တို့ကလည်း သူတို့ချည့်ကျတော့

မဖြစ်နိုင်။ စိတ်ကိုမှီရမှသာ ဖြစ်နိုင်ကြကုန်၏။ ဤသို့ စိတ်နှင့်စေတသိက် တို့သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မှီ၍ဖြစ်ကြကုန်၏။ မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ်နှင့် ဖြစ်ပျက်ကလေးတွေကိုပင် အသိနာမ်ကလေးတွေ ဟု ဉာဏ်နှင့်ပြောင်း၍ ပြောင်း၍ ရှုပါ။ နောက် အသိနာမ်ကလေးတွေ၏ ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။ ဤအဆင့်သည် ကိလေသာပါး၍ ဉာဏ်အားကောင်းနေပြီ ဖြစ်၍ အဘိဓမ္မာတရားတော်များကို နားလည်လေ-ကောင်းလေဖြစ်ပါ၏။ ဝိထိစဉ်၏သဘောများကို နားလည်လေသာ၍ကောင်းပါ၏။

ဒွါရ(၆)ပါး ရှုရန်

- ၁။ မျက်စိအကြည်ကို အပြင်က ရှုပါရုံအဆင်းက တိုက်ခတ်၍ မြင်သိစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ မျက်စိအကြည်ရုပ် ဖြစ်ပျက်အပြင်က ရှုပါရုံလည်း ဖြစ်ပျက်။ မြင်သိစိတ်ကလေးလည်း ဖြစ်ပျက် ဟု တစ်ခုခြင်း ဖြစ်ပျက်လည်း ရှုနိုင်သည်။ (၃)ပါးစလုံး ဖြစ်ပျက် လည်း ရှုနိုင်သည်။
- ၂။ နားအတွင်းက အကြည်ရုပ်ကို အသံ တိုက်ခတ်၍ ကြားသိစိတ် ကလေး ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ နားအတွင်းက အကြည်ရုပ်ကို လည်းကောင်း၊ အသံကိုလည်းကောင်း၊ ကြားသိစိတ်ကို လည်းကောင်း၊ တစ်ခုခြင်းသော်လည်းကောင်း၊ (၃)ပါးလုံးသော် လည်းကောင်း ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။
- ၃။ နှာခေါင်းပေါက်ဆုံရာ၌ရှိသော အကြည်ရုပ်ကို အနံ့တိုက်ခတ်၍ နံသိစိတ်ကလေး ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ နှာခေါင်းအတွင်းက အကြည် ရုပ်ကိုလည်းကောင်း၊ အနံ့ရုပ်ကိုလည်းကောင်း၊ နံသိ စိတ်ကို

လည်းကောင်း ဖြစ်ပျက်ရပါ။ (၃)ပါးစလုံး စုံအောင်လည်း ရှုနိုင်ပါသည်။

၄။ လျှာအလည်၌ ကြာပွင့်သန္တာန်ရှိသော အကြည်ရုပ်ကို ချို၊ ချဉ်၊ ငန်၊ စပ် ရသာခါတ်၏ အရသာသိစိတ်ကလေးပေါ် ဖြစ်ပျက်ရှုနိုင် ပါသည်။

၅။ ခန္ဓာကိုယ်က ကာယအကြည်ကို ထိတွေ့ခါတ်ထိခပ်၍ ဖြစ်ပေါ် လာသော ထိသိစိတ်ကို ဖြစ်ပျက်ရပါ။ (၃)ပါးစုံအောင် ရှုနိုင်က ရှုပါ။

၆။ မနောဘဝင်အကြည်ကို (ပသာဒ၊ သုခုမ၊ စိတ်၊ စေတသိက်၊ နိဗ္ဗာန်၊ ပညတ်) ဓမ္မာရုံတို့တိုက်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော တွေးတော ကြံစိတ်တို့ကို တစ်ခုခြင်း ဖြစ်ပျက် (၃)ခုစလုံးစုံအောင် ရှုနိုင်က ရှုပါ။

ယံကိဉ္စိသမုဒယဓပွံ သဗ္ဗတံ နိရောဓ ဓမ္မန္တိ

ဖြစ်ခြင်းဟူသမျှတို့သည် ချုပ်ဆုံးခြင်းသာ အဆုံးရှိကြပေကုန်၏ လို့ဆိုတဲ့အတိုင်း ခန္ဓာကိုယ်တွင်း ရှုကွင်းတွင်းတို့၌ ရှိကြကုန်သော ရှုလေ၊ ရှိုက်လေနှင့်တကွ ရုပ်ဖြစ်ပျက်၊ နာမ်ဖြစ်ပျက် ဖောက်ပြန်မှုဟူသ၍ တို့ကို ဉာဏ်နှင့်အားလုံး ပေါင်းခြံ၍ သူ့အလိုလို ဖောက်ပြန်ပျက်စီး၍ ကုန်ဆုံး ကုန်ဆုံးဟု မလွတ်တမ်း ကြည့်ရုံသာ ကြည့်နေပါ လေ။

သူ့အလိုလို ဖောက်ပြန်ပျက်စီးကို အလိုက်သင့်ခြံ၍ ကြည့်နေ ရင်းက ရှုကွက်ကို အလို လိုပြောင်း၍ပြောင်း၍ မြင်နေတာသည် ဉာဏ် တက်၍ နေခြင်းဖြစ်သည်။ အကယ်၍ ခြံ၍ ရှုဖန်များလာသောအခါ

ဉာဏ်မတက်ဘဲဖြစ်၍ စိတ်ပျံ့လွင့်မှုများလာတတ်၏။ ဒီအခါ စိတ်ကို မဆွဲရာ မထိန်းရ။ အပြင်လောကမှာရှိကြတဲ့ လူ၊ ခွေး၊ နွား၊ သစ်ပင်၊ တော၊ တောင်၊ ရေ၊ မြေ၊ သမုဒ္ဒရာတို့၏အတွင်းမှာလည်း ငါ၏ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းက လှုပ်ရှား ဖြစ်ပျက်တွေ့ကဲ့သို့ ဖြစ်ပျက်တွေ့ချည့်ပဲဟု ဖြန့်၍ ဖြန့်၍ ရှုပေးပါ။ ရှုစိတ်က ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြန်၍ ကပ်လာမှသာ ခြံရှုနေပါ။

ဖလသမာပတ်ဝင်စားရာ၌

ဖလသမာပတ်ဝင်စားခြင်းသည် သူတော်စင်များ မိမိတို့ရသော လက်ငင်းချမ်းသာဖြင့် နေခြင်းဖြစ်သည်။ (ဒိဋ္ဌဓမ္မသုခဝိဟာရဟု ခေါ်၏) ဖလသမာပတ်က စင်ကြယ်သောဖလနှင့် မစင်ကြယ်သောဖလဟု (၂)မျိုး ရှိ၏။ ယခု ဤစာရေးသူ ကျင့်ခဲ့သောကျင့်စဉ်သည် မစင်ကြယ်သော ဖိုလ်ကို ဝင်စားနိုင်သောကျင့်စဉ် ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာရှုခဲ့စဉ်တုန်းက စိတ်ဖြစ်ရာ၌ ပါသော ခဏိကသမာဓိဖြင့် ရှုခဲ့သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ မိမိတို့ဆိုင်ရာ တရားထူးရပြီးသည်နှင့် ဖိုလ်ဝင်စားနိုင်အောင် လေ့ကျင့် ထားရပေသည်။ အကယ်၍ (၉-၁၀) ရက်အထိ မဝင်စားဘဲ ပစ်ထားလျှင် တော် တော်နှင့် ပြန်၍ မဝင်စားနိုင်ပါ။ ဝင်စားချင်လျှင် ဝိပဿနာဉာဏ် အားကောင်းလာအောင် (၃-၄) ရက်လောက် အားထုတ်ပြီးမှသာ ကြိုးကြား ကြိုးကြား ဝင်စားနိုင်ခြင်း ဖြစ်တတ်သည်။ အရိယာဖြစ်ပြီးသား ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ဖလသမာပတ်မဝင်စားနိုင်ပေမယ့်လို့ အရိယာတရား ကတော့ ပျောက်မသွားပါ။ အရိယာဟာ အရိယာပါပဲ။

ကိလေသာရှုရန်

၁။ ဒေါသ = မိမိစိတ်ကိုကြည့်လိုက်ပါဒေါသမဖြစ်တာကိုတွေ့လျှင် ဒေါသမဖြစ်ဖူးမဖြစ်ဖူးဟု ရှုနေပါ။ ဒေါသဖြစ်လာတာကိုတွေ့လျှင် ဒေါသဖြစ်တယ်ဖြစ်တယ်ဟု ပျောက်သွားတဲ့အထိ ရှုနေပါ။ ပျောက်သွား လျှင်အေးချမ်းတယ်အေးချမ်းတယ်ဟု ရှုနေပါ။

၂။ လောဘ = မိမိစိတ်ကိုကြည့်လိုက်ပါ လောဘမဖြစ်တာကိုတွေ့လျှင် လောဘမဖြစ်ဖူးဟုရှုနေပါ။ လောဘဖြစ်လာတာကိုတွေ့လျှင်လောဘ ဖြစ်တယ်ဖြစ်တယ်ဟု ပျောက်သွားတဲ့အထိရှုကြည့်နေပါ။ ပျောက်သွား လျှင်အေးချမ်းတယ်အေးချမ်းတယ်ဟုရှုနေပါ။

၃။ မာန = မိမိစိတ်ကိုကြည့်လိုက်ပါမာနမဖြစ်တာကိုတွေ့လျှင် မာနမဖြစ် ဖူးမဖြစ်ဖူးဟုရှုနေပါ။ မာနဖြစ်လာတာကိုတွေ့လျှင် မာနဖြစ်တယ် ဖြစ်တယ်ဟု ပျောက်သွားတဲ့အထိရှုနေပါ။ ပျောက်သွားလျှင် အေးချမ်းတယ်အေးချမ်းတယ်ဟု ရှုနေပါ။

၄။ ဤကဲ့သို့ကိလေသာတို့ကို ရှုရာဝယ် ကိလေသာ (၁၀)မျိုးရှိသည့် အတွက် မိမိစိတ်၌ထင်ရှားသောကိလေသာတို့ကို ဒေါသ၊ လောဘ၊ မာန၊ တို့ကဲ့သို့ရှုပါ။ ဒါဟာဝိပဿနာ သမာဓိဖြင့်ပရိယုဋ္ဌာန် ကိလေသာကို ပယ်ခြင်းဖြစ်သည်။

၅။ အနုသယကိလေသာဓာတ်သည် ရုပ်နာမ်တို့၏အတွင်း၌ ကိန်း၍နေ သဖြင့်ရုပ်ချည်းရှု၍-ရုပ်ချည်းချုပ်လျှင်-အနုသယမပြတ်။ နာမ်ချည်းရှု ၍နာမ်ချည်းချုပ်လျှင် အနုသယမပြတ်။ ရုပ်နာမ်အစုံရှု၍ချုပ်မှသာ အနုသယ ပြတ်၏။ ဒါဟာအနုသယကိလေသာကို မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် ပယ်သတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

၆။ မိမိနှင့်နကိုကသိထားသောသူသည် ထိုသူကိုအာရုံပြု၍ စိတ်ထဲမှာ

ထပ်မံပြောရှင်းချက်များ

ပေါ်လာသော ဥပါဒါန်ရုံပုံရိပ်သည် အကျိုး။ ထိုအနစ်အသားမရှိသော ဥပါဒါန်အကျိုးပုံရိပ်ကို စွဲမှီ၍ ငါသူကောင်းမကောင်းလိုက်နေသဖြင့် အဝိဇ္ဇာတဏှာ-ဥပါဒါန်တို့ တစ်ဖန်ပြန်၍ဖြစ်ခြင်းသည်အကြောင်း။ ဤသို့အကြောင်းကိုစွဲ၍အကျိုးဖြစ် အကျိုးကိုစွဲ၍လည်း အကြောင်း ဖြစ်၍ ဆက်စပ်ပုံတို့ကိုသိထားပါ။

၇။ ဖိုလ်စိတ်ပေါ်ရန်ဝိပဿနာရှုတဲ့အခါဖြစ်စေ။ အထက်မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်သို့ တက်ရန် ရှုတဲ့အခါမှာဖြစ်စေ-အမှုန်အမွှားတွေနှင့် ဥပါဒါန်ပုံရိပ်-ခန္ဓာကိုယ်အသားတွေက-လှုပ်လှုပ်ဖြုတ်ဖြုတ်တို့ကို အကုန်ပေါင်းခြံ၍ ရှုကြည့်ရမည်ဖြစ်သည်။

၈။ မဂ်ဉာဏ်ပေါ်သောအခါ ဖြစ်ပျက်တို့သည်တစ်ပြိုင်နက်ချုပ်ပျောက် ကြ၍ဖို လ် ဝင် စားရန်ဖြစ်သောအခါ ဖြစ်ပျက်တို့သည် ဖြည်းဖြည်းခြင်းသာ ချုပ်ပျောက်ကြလေကုန်၏။

၉။ တရားထိုင်လိုက်သည်နှင့် ဖြစ်ပျက်ကိုမတွေ့ရပဲ ငြိမ်ပြီးနေတာကိုပဲတွေ့ နေလျှင်-ထိုငြိမ်နေတာကိုပဲသိတယ်သိတယ်ဟု ရှုနေပါ။ လှုပ်လှုပ်ဖြစ် ပျက်ကလေးတွေပေါ်လာမှသာ တစ်ကိုယ် လုံးခြံရှုနေပါ။

၁၀။ မျက်စိ၌မြင်သိ၊ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ၊ နာမ်၌ကြားသိရုပ်နာမ်ခန္ဓာ၊ ကိုယ်၌ ထိသိရုပ်နာမ်ခန္ဓာ၊ မနော၌တွေ့တောကြံစည်သိရုပ်နာမ်ခန္ဓာ ဤသို့ဒွါရ (၆)ပါးတို့၌ အသီးသီးရုပ်နာမ်ခန္ဓာတို့ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံးကြ လေ ကုန် တော့၏။ (၁)ဒွါရ၌ရုပ်နာမ်ခန္ဓာဖြစ်ခိုက် ကျန်တဲ့ဒွါရတွေမှာ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ မဖြစ်ချုပ်၍နေကြပေကုန်၏။ ဒွါရ(၆)ပါး၌ (၁-ပါး၊၁ပါး) ကိုသတိပြု၍ ခွဲခြားခွဲခြားရှုပါ။

နိဂုံး

ဤစာအုပ်ကို အဆုံးသတ်ပါတော့မယ်။ ဒဿနာပဟာတဗ္ဗမဂ် နှင့်ဘာဝနာပဟာတဗ္ဗမဂ်တို့ကို သူ့ရှုကွက်နှင့်သူ့သူ့ချုပ်ပုံနှင့်သူတို့ကို အသီးသီးကွဲပြားအောင် ခွဲခြား၍တော့ရေးခဲ့ပါပြီ။ ဒါပေမယ့် ဆရာ့ထံ လက်ထပ်နည်းခံ၍ အားထုတ်တာလောက်တော့ လွယ်လွယ်ကူကူ အဆင်မပြေနိုင်ပါ။ ဆရာနဲ့ဆိုတော့ ဆရာကစစ်ဆေးလိုက် ပြင်ပေးလိုက် နှင့်ဆိုတော့ အခက်အခဲနည်းပြီး အောင်မြင်နိုင်ပါသည်။ ဒါတောင်မှ ဒီဘာဝနာပဟာတဗ္ဗ အထက်မဂ်သုံးပါးတို့၏ အပိုင်းက အင်မတန်သိမ်မွေ့စူးရှသော ကျန်အနုသယကိလေသာတို့ကို ပယ်သတ်ရမည်ဖြစ်၍ ပါရမီ ကံအား၊ ဉာဏ်အား၊ ဝီရိယအား၊ ကျင့်အားသိပ်လိုပါသည်။ စာအုပ်ကိုကြည့်ပြီးအားထုတ် မည့်သူများကတော့ ကျင့်စဉ်ဗဟုသုတ အင်အား သိပ်လိုပါသည်။ ဒါ့ကြောင့် ဆရာ့ဆရာများ ရေးတော်မူကြ သော ကျင့်စဉ် စာအုပ်များကို များများဖတ်ထားပါ။ ဒီအချိန်မှာ စိတ်၊ စေတသိတ်၊ ရုပ်၊ အဘိဓမ္မာတရားတို့ကို လေ့လာနိုင်လေ၊ ကောင်းလေ ဖြစ်ပါ၏။ အထူးသဖြင့် မိမိ၏ ခန္ဓာတွင်းက ရုပ်နာမ်တို့၏ အချိန်မရွေး ကြောင်းကျိုး ဆက်စပ်၍ ဖြစ်နေမှုတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာတော်၏ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတို့၏ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ကျေးဇူးပြု၍ ဆက်စပ်နေပုံ တို့ကိုလည်းကောင်း၊ လေ့လာဖတ်ကြားမှတ်သား နာယူ၍ထားပါ။ ဒီလို ဆိုရင် သိပ်ခက်ခဲ၍ ရနိုင်တော့မည်

မထင်ဟု မဖြစ်ပါနှင့်။

စာအနေနှင့် ဖြစ်သင့်သမျှ ချဲ့ရေးနေလို့သာ အကျယ်ကြီး
အခက်ကြီးထင်ရတာပါ။ ကျမ်းလျှောက်လျှင် မဆုံး။ ကျမ်းပေါက်လျှင်
တစ်လုံးဆိုသကဲ့သို့ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ကို ရပြီးသောသူသည်
ကျင့်ရင်း ရှုရင်းဖြင့် ရှေ့ဉာဏ်က နောက်ဉာဏ်ကို အဆင့်ဆင့်ကျေးဇူး
ပြုခြင်းဖြင့် အောင်မြင်နိုင်ပါသည် ပါရမီရှင်အပေါင်း သူတော်
ကောင်းတို့။

* * * ပြီးပါပြီ * * *

ဦးနန္ဒ

မန်းတောင်ခြေ

တပ်ဦးဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းတိုက်

ဘုန်းတော်တိုးရပ်ကွက်

အောင်မြေသာစံမြို့နယ်၊ မန္တလေးမြို့