ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်
ပဋ္ဌာန်းကာယသာသနာ့ဗိမာန်ကျောင်းတိုက်
ဒီယန်ကာယ်ကျောင်း
နာယကဆရာချေးဆရာတော်
ဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

ဘဒ္ဒန္တဝိစက္ခဏ

သုတရတနာ
မှတ်စုပဒေသာ

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၆၂ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၈၀ ခရစ်နှစ် ၂၀၁၉

အရှင်ဝိစက္ခဏ (တန့်ဆည်)

သာသန ဓဇဓမ္မာစရိယ၊ ဝိနယဓရ၊ ဝိသိဋ္ဌဝိနယဝိဒူ၊ ဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

ဓမ္မဒါန ကုသိုလ်ရှင်

ဦးထွန်းဝေ + ဒေါ်သင်းသင်းဝေ၊ သား မောင်သီဟထွန်း၊ မောင်ဇေယျာထွန်း

ထွန်းဝေဦး တိုင်းရင်းဆေး မိသားစု

ရန်ကုန်မြို့၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်

ပဋ္ဌာန်ကာယသာသနဗိမာန်ကျောင်း

နာယကစာချ

ဘဒ္ဒန္တဝိစက္ခဏ

ဖတ်ရှုလေ့လာ၊ ရှာဖွေ စုဆောင်း

ကောင်းမွန်စွာ ရေးသားပြုစုအပ်သော

သုတရတနာ
မှတ်စုပဒေသာ

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ကျမ်းပြုဆရာတော်၏ ထေရုပ္ပတ္တိအကျဉ်း	က
၂။	စာမိတ်ဆက်	စ
၃။	မိတ်ဆက်နိဒါန်း	ဆ
၄။	ဓမ္မဒါနပြုသူ၏ အမှာ	ဈ
အခန်း(၁)	**ရှင်ကျင့်ဝတ်များ**	
၄။	ရှင်ကျင့်ဝတ်များ	၁
၅။	ရခဲသော ဒုလ္လဘတရားငါးပါး	၂
၆။	ရှင်သာမဏေပြုရန် ခွင့်ပြုတော်မူခြင်း	၃
၇။	ရှင်ပြုသင့်သော အသက်အရွယ်	၈
၈။	ရှင်မပြုကောင်းသူများ	၉
၉။	ရှင်ပြုပုံအစီအစဉ်	၁၂
၁၀။	ကန်တော့ရန်	၁၃
၁၁။	သရဏဂုံသီလ ဆောက်တည်ရန်	၁၆
၁၂။	ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်ရန်	၁၉
၁၃။	ပစ္စည်းလေးပါးကို မြန်မာကဗျာဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ	၂၄
၁၄။	သုံးဆောင်ခြင်း (၄)မျိုး	၂၅
၁၅။	လိင်(၁၀)ပါးနှင့် လိင်ပြန်အဓိပ္ပါယ်	၂၇
၁၆။	ဒဏ် (၁၀)ပါး	၂၉
၁၇။	ရှင်သာမဏေများလိုက်နာရမည့် သိက္ခာပုဒ်များ	၃၀
အခန်း(၂)	**ရဟန်းတော်များကျင့်ဝတ်**	
၁၈။	ရဟန်းတော်များကျင့်ဝတ်	၃၃
၁၉။	ရဟန်း။ ဥဇင်းခေါ်ပုံ	၃၄
၂၀။	ရဟန်း(၈)မျိုး ပရိက္ခရာ(၈)ပါး၊ သင်္ကန်း(၉)ထည်	၃၅
၂၁။	ရဟန်းမခံမီ မေးရမည့်မေးခွန်း(၁၃)မျိုး	၃၈
၂၂။	မှီရာတရား (၄)ပါး	၄၂
၂၃။	မမှီဝဲအပ်သော တရား(၄)ပါး	၄၄
၂၄။	ရဟန်းတော်များ လိုက်နာရမည့်သိက္ခာပုဒ်များ	၄၉

အခန်း(၃) သီလ၏အစိပ္ပါယ်

၂၅။	သီလ၏ အစိပ္ပါယ်	၅၁
၂၆။	အာပတ်သင့်ခြင်းအကြောင်း(၆)ပါး အာပတ်ရပုံ	၅၂
၂၇။	မစားကောင်းသော အသား(၁၀)မျိုး	၅၃
၂၈။	ရဟန်း (၃)မျိုး	၅၅
၂၉။	ထင်းကုလားတုံးနှင့်တူသော ရဟန်း	၅၆
၃၀။	နတ်စုတိခါနီး ရဟန်းစုတိခါနီး နိမိတ်ငါးမျိုး	၆၀
၃၁။	အံ့ဖွယ်ရှစ်ဖြာ သာသနာ	၆၁
၃၂။	အဓိကရုဏ်း(၄)ပါး အဂတိတရား(၄)ပါး	၆၃
၃၃။	ကထိန်နှင့်စပ်၍ သိဖွယ်ရာ	၆၄
၃၄။	ဒေသနာကြားပုံ	၆၇
၃၅။	ဝုတင်ဆောက်တည်ပုံ	၆၈
၃၆။	လှူထွက်ရာ၌ သိကွာချပုံ	၇၀
၃၇။	ရဟန်းချမ်းသာ (၈)ပါး	၇၁
၃၈။	ရဟန်းများ အမျိုးသမီးများဆက်ဆံရေး	၇၂
၃၉။	မကောင်းမှုဟူသည် ဆိတ်ကွယ်ရာမရှိ	၇၃
၄၀။	ကျောင်းထိုင်အဂါကျောင်းအဂါ	၇၄
၄၁။	အိမ်လည်သောရဟန်းအပြစ်(၅)ပါး	၇၆
၄၂။	သီလစောင့်မှ နိဗ္ဗာန်ရ	၇၇
၄၃။	ကိလေသာပယ်သတ်နည်း (၆)မျိုး	၇၈

အခန်း(၄) ဗုဒ္ဓဘာသာ သိမှတ်ဖွယ်ရာများ

၄၄။	ဝင်(၉)ဝင်	၈၁
၄၅။	ဗုဒ္ဓဝင်အကျဉ်း	၈၂
၄၆။	ပါရမီ(၁၀)ပါး။ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါး။ ကြည့်ခြင်း(၅)ပါး	၈၂
၄၇။	အခါတော် ရနေ့ ဘုရားရှိခိုး	၈၇
၄၈။	သံဝေဇနီယ(၄)ဌာန အဝိဇဟိတ(၄)ဌာန	၈၉
၄၉။	ဗုဒ္ဓဝင်အနှစ်ချုပ်	၉၀
၅၀။	ဘုရားဂုဏ်တော်(၉)ပါး တရားဂုဏ်တော်(၆)ပါး	၉၂
၅၁။	သံဃာဂုဏ်တော်(၉)ပါး	၉၅
၅၂။	အနန္တငါးပါးဘုရားရှိခိုး	၉၇
၅၃။	ရှေးအခါက ဘုရားရှိခိုး	၉၈
၅၄။	ဆွမ်း,ရေချမ်း,ပန်း,ဆီမီးကပ်လှူပုံ	၁၀၀
၅၅။	ငါးပါးသီလခံယူ ဆောက်တည်ပုံ	၁၀၁
၅၆။	ကိုယ်ကျင့်သီလ စောင့်ထိန်းခြင်း/ပျက်စီးခြင်းအကျိုး (၅)ပါး	၁၀၂
၅၇။	ငါးပါးသီလ အကျိုးအပြစ်များ	၁၀၃
၅၈။	ဒု-သ-န-သော အဓိပ္ပါယ်	၁၀၅

၅၉။ သေအရက်သောက်ခြင်းအပြစ်များ ၁၀၇
၆၀။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရက်ထိုက်သော မိန်းမ(၂၀) ၁၀၈

အခန်း(၅) လူမှုရေးရာသိစရာ

၆၁။ လူမှုရေးရာ သိစရာ ၁၀၉
၆၂။ သိင်္ဂါလောဝါဒသုတ် ကျင့်ဝတ်များ ၁၀၉
၆၃။ ဂိဟိဝိနယ လူ့ကျင့်ဝတ်များ ၁၁၄
၆၄။ ဘုရားရှင်ကျေးဇူး ၁၁၇
၆၅။ ဒုစရိုက်တရား(၁၀)ပါး အကျယ်(၄၀) ၁၁၉
၆၆။ သတိပေးတိုက်တွန်းချက် ၁၁၉
၆၇။ သုစရိုက်(၁၀)ပါး ပုညကိရိယာဝတ္ထု(၁၀)ပါး ၁၂၀
၆၈။ သာသနာကွယ်ကြောင်းတရားများ (၁၅)ပါး ၁၂၂
၆၉။ သာသနာကွယ်ခြင်း(၅)မျိုး သာသနာ(၃)မျိုး ၁၂၃
၇၀။ သားသမီး(၃)မျိုး ၁၂၄
၇၁။ အိမ်ထောင်ပြုမည့်သူများ လိုက်နာရန်နှင့်စကား(၁၀)ခွန်း ၁၂၄
၇၂။ ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါး နောင်တ(၁၀)ပါး ၁၂၇
၇၃။ ဖြစ်တော်ပေါင်းချုပ်နှင့် စက်ကြီး(၁၃)ပါး ၁၂၈
၇၄။ သာသနာသက္ကရာဇ်တွက်ပုံ ၁၃၀
၇၅။ ပြည်ဆရာတော် နှလုံးအေးတဲ့ဆေး ၁၃၀
၇၆။ ပဋိသန္ဓေ လေးမျိုး ၁၃၁
၇၇။ နတ်ဘုရား လူမျိုးဘုရားမရှိခြင်းအကြောင်း ၁၃၂
၇၈။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရက်ထိုက်သော အခါလေးမျိုး ၁၃၃
၇၉။ ငါးပါးသီလတွင် အပြစ်အကြီးဆုံးသိက္ခာပုဒ် ၁၃၄
၈၀။ မိဘအမွေမခံယူနိုင်သော သားသမီး(၆)မျိုး ၁၃၅
၈၁။ မရောင်းဝယ်သင့်သော ကုန်စည်(၅)မျိုး ၁၃၅
၈၂။ အသက်ရှည်ကြောင်း ကုသိုလ်(၆)မျိုး ၁၃၅
၈၃။ မိဘအမွေခံထိုက်သော သားသမီး(၆)မျိုး ၁၃၆
၈၄။ ဥစ္စာ လေးမျိုး ၁၃၇
၈၅။ အလှူပေး အလှူခံ အင်္ဂါခြောက်တန် ၁၃၇
၈၆။ အပါယ်မကြောက် (၇)ယောက် ၁၃၈
၈၇။ ဘုရားနှစ်ဆူ တပြိုင်နက် မပွင့်ခြင်းအကြောင်း ၁၃၉
၈၈။ ဘုရားရှင် စကားတော်မြန်ခြင်းအကြောင်း ၁၃၉
၈၉။ အရှင်လတ်လတ် မြေမြိုသူများ ၁၄၀
၉၀။ ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါး ဖြစ်များသူတို့အပြစ်များ ၁၄၀
၉၁။ စာပေသင်ယူနည်းများ ၁၄၁
၉၂။ ယောက်ျားမြတ် လက္ခဏာ(၃၂)ပါး ၁၄၂
၉၃။ အံ့ဖွယ်တော်(၁၈)ပါး ဘုရားရှိခိုး ၁၄၅

၉၄။ ဘုရားဂုဏ်တော်ပွားရကျိုး ၁၄၆
၉၅။ ဘုရားရှင်၏ အမျိုး ၁၄၇
၉၆။ အနုဿတိ (၁၀)ပါး ၁၄၈
၉၇။ ထိုင်းနိုင်ငံ သံဃဒါနနှင့်ရေစက်ချပုံ ၁၄၉
၉၈။ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ် ၁၅၁
၉၉။ စက်လေးပါး၊ သမ္ပဒါလေးပါး ချမ်းသာလေးမျိုး ၁၅၂

အခန်း(၆) လောကီမှတ်ဖွယ် အသွယ်သွယ်

၁၀၀။ မိုးတားနည်း ၁၅၅
၁၀၁။ တပို့တွဲ ထမနဲထိုးပုံ ၁၅၆
၁၀၂။ အုံးမောင်းပြုလုပ်နည်း ၁၅၇
၁၀၃။ ရာသီ(၁၂)ပါး ပန်းနက္ခတ်ပွဲတော်များ ၁၅၈
၁၀၄။ ရာသီမိုး(၁၂)ပါးနှင့် မိုးအဟော ၁၅၉
၁၀၅။ မြန်မာလနှင့်တောင်သူလယ်သမား ၁၆၀
၁၀၆။ ဝိပါတ်တော်(၁၂)ပါး ၁၆၁
၁၀၇။ ကောသလအိပ်မက်(၁၆)ချက် ၁၆၂
၁၀၈။ ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်းများ ၁၆၄
၁၀၉။ ပြဿဒါး ရက်ရာဇာ နဂါးလှည့် ၁၆၅
၁၁၀။ မမွေးအပ်သော တိရစ္ဆာန် ၁၆၆
၁၁၁။ မမွေးအပ်သောနွား/မွေးအပ်သော နွား ၁၆၆
၁၁၂။ မိဘကျေးဇူး အကျေဆပ်နည်း ၁၆၇
၁၁၃။ ခရီးသွားသင့်မသင့်/ခရီးသွားအဟော ၁၆၇
၁၁၄။ ဥစ္စာပြောက်ကျွဲပျောက်အဟော ၁၆၈
၁၁၅။ အညံ့ဆုံးနစ် ၁၆၉
၁၁၆။ အောင်နိုင်ခြင်းတရား(၅)ပါး ၁၇၁
၁၁၇။ အံမျိုးသမီးဒုက္ခ (၅)မျိုး ၁၇၂
၁၁၈။ သတ္တုရာစ်ဖြိုသော မင်း(၅)ပါး ၁၇၂
၁၁၉။ လူ့ဘဝဖြင့်ရဟန္တာဖြစ်သူ (၅)ဦး ၁၇၂
၁၂၀။ ညွှေသည်ကဗျာများ ၁၇၃
၁၂၁။ တစ်ယောက်တည်းတရားနှင့်နေ ၁၇၄
၁၂၂။ ကိုယ်လုပ်ကိုယ်ခံ ၁၇၄
၁၂၃။ ဗုဒ္ဓတရား မေ့မထားနှင့် ၁၇၅

အခန်း(၇) မေတ္တာဘာဝနာကဏ္ဍ

၁၂၄။ ကိုယ်စောင့်တရား လေးပါး ၁၇၇
၁၂၅။ မေတ္တာပို့နည်း၊ မေတ္တာပွားနည်း၊ မေတ္တာအကျိုး ၁၇၇
၁၂၆။ ၅၂၈ မေတ္တာပွားပုံ ၁၈၀

၁၂၇။ မေတ္တာသုတ်လာ မေတ္တာပွားနည်း ၁၈၁
၁၂၈။ သီတဂူမေတ္တာပို့ ပဋ္ဌာန်းကာယ်မေတ္တာပို့ ၁၈၂
၁၂၉။ ဒီသာဖရဏ မေတ္တာပွားနည်း ၁၈၃
၁၃၀။ ဆုတောင်းအမျှဝေ ရေစက်ချ ၁၈၅

အခန်း(၈) သံဝေဂကဏ္ဍ

၁၃၁။ သေခြင်းတရား(၄)ပါး သေခြင်း(၂)မျိုး(၃)မျိုး ၁၈၇
၁၃၂။ သေပြီဟု ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြောင်း (၃)မျိုး ၁၈၉
၁၃၃။ မသိနိုင်သော အရာ(၅)မျိုး ၁၈၉
၁၃၄။ သေသွားရင် ဘာပါသွားလဲ ၁၉၀
၁၃၅။ မကယ်နိုင်ပါ ဘေးသုံးဖြာ ၁၉၀
၁၃၆။ လယ်တီ/မင်းကွန်း/မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်များသံဝေဂ ၁၉၁
၁၃၇။ ကြွတင်သတိ အကျိုးရှိ ၁၉၃
၁၃၈။ လယ်တီဆရာတော် မရဏသတိလင်္ကာ ၁၉၃
၁၃၉။ ဇာတိဒုက္ခ ဇရာဒုက္ခ အရှင်ဆောက်နှသံဝေဂ ၁၉၄
၁၄၀။ အိုတတ်ငါနှင့် အတ္တာငါ ၁၉၅
၁၄၁။ သက်တမ်းက တစ်ရာ/အချိန်မရွေး သေနိုင်တယ် ၁၉၅
၁၄၂။ မမေ့နေရင် သေတာပဲ ၁၉၇
၁၄၃။ သေမင်းမကြောက် ထိုသုံးယောက် ၁၉၈
၁၄၄။ ယနေ့အလုပ် ယနေ့ပြီးအောင်လုပ် ၁၉၉
၁၄၅။ သတိသံဝေ ယူကြလေ ၂၀၀
၁၄၆။ အသေလှအောင် လုပ်သင့်ပြီ ၂၀၁
၁၄၇။ အမြဲဆင်ခြင်ရမည်/မမှားရအောင်သတိဆောင် ၂၀၁
၁၄၈။ တားမရတဲ့ သေမင်း ၂၀၂
၁၄၉။ မသွားဘိနိုးလာတာ သုသာန်/ဘဝတကွေ့ခဏတွေ့ ၂၀၃
၁၅၀။ ဓမ္မဒေ့ဒ္ဓသ(၄)ပါး ၂၀၄
၁၅၁။ သင်သေသွားသော် ၂၀၅
၁၅၂။ သေသူရည်မှန်း ရက်လည်ဆွမ်း ၂၀၅
၁၅၃။ မရဏာနုဿတိပွားများနည်း (၂)မျိုး ၂၀၆
၁၅၄။ ကိုယ့်ဖို့ဥစ္စာ ကိုယ်တိုင်ရှာ ချိန်ခါရှိတုန်းစု ၂၀၉
၁၅၅။ အချစ်ကြောင့်ဖြစ်ရတဲ့ သောက ၂၁၀
၁၅၆။ ဂတိ(၅)မျိုး သံဝေဂဝတ္ထု(၈)ပါး ၂၁၁
၁၅၇။ ဇရာပန (၆)မျိုး ၂၁၂
၁၅၈။ တိပိဋကပြည်ဆရာတော် သံဝေဂကဗျာများ ၂၁၄
၁၅၉။ ဓမ္မကထိကဆရာတော်များ၏ သံဝေဂကဗျာများ ၂၁၅

အခန်း(၉) သိမှတ်ဖွယ် ကျင့်သုံးဖွယ်

၁၆၀။ မဟာစည် ဩဝါဒဆောင်ပုဒ်လင်္ကာများ ၂၃၃ -

၁၆၁။ မွေးနေ့ဆိုတာ အိုပွဲပါ ၂၂၆
၁၆၂။ ဆေးလှူ့အကျိုး(၁၀)ပါး ၂၂၇
၁၆၃။ သူမသာ ကိုယ်မသာ အောင်မင်္ဂလာဆရာတော် ၂၂၉
၁၆၄။ ဆုတောင်းတိုင်းသာ ပြည့်ချင်ရင် ၂၂၉
၁၆၅။ ဘဝတန်ဖိုး အလိုသုံးမျိုး ၂၃၁
၁၆၆။ သံယောဇဉ်(၁၀)ပါး ဝန်တိုခြင်း(၅)မျိုး ၂၃၁
၁၆၇။ သပ္ပုရိသဒါန (၅)မျိုး ၂၃၃
၁၆၈။ မဟာစည်၊ ယော၊ ဖြူး၊ မဟာဗောဓိမြိုင်၊
ဆရာတော်တို့၏ အဆုံးအမမှတ်စုများ ၂၃၅

အခန်း(၁၀) သမထဝိပဿနာ ဘာဝနာကဏ္ဍ

၁၆၉။ မဟာစည် ဝိပဿနာရှုနည်း ၂၄၁
၁၇၀။ ဖြူးဆရာတော် ဓမ္မဆောင်ပုဒ်မှတ်စုများ ၂၄၄
၁၇၁။ တရားမရနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်(၁၆)ယောက် ၂၄၇
၁၇၂။ ဘုရားရှေ့ သံဃာတော်များရှေ့ နေထိုင်နည်း ၂၄၈
၁၇၃။ မိုးကုတ်ဆရာတော် ဝိပဿနနာရှုနည်းနှင့်
မှတ်သားဖွယ် အဆုံးအမများ။ တရားထိုင်နည်းများ ၂၄၉

အခန်း(၁၁) လိုရာသုံးဂါထာများ

၁၇၄။ လိုရာသုံးဂါထာများ ၂၅၉
၁၇၅။ ပဋ္ဌာန်းကာယကျောင်း ဘုရားရှိခိုး(၂)ဂါထာ ၂၆၂
၁၇၆။ ရသေ့ကြီးဦးခန္တီ အောင်ဂါထာ ၂၆၆
၁၇၇။ သဗ္ဗမင်္ဂလာ လိုတရဂါထာ၊ နှစ်ပြောင်းချိန်ခါဂါထာ ၂၆၇
၁၇၈။ သဗ္ဗီတိယောဂါထာ ၂၆၈
၁၇၉။ အသက်အန္တရာယ်ကင်းရန် ၂၆၉
၁၈၀။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာ အားကိုးပါ ၂၇၀
၁၈၁။ သမ္ဗုဒ္ဓေဂါထာများ ၂၇၁

အခန်း(၁၂) မှတ်သားဖွယ်ရာအဆိုအမိန့်မှတ်စုများ

၁၈၂။ မှတ်သားဖွယ်ရာ အဆိုအမိန့်မှတ်စုများ ၂၇၅
၁၈၃။ မစိုးရိမ်ဆရာတော်၊ ကျော့လှ၊ ပထမရွှေကျင်၊ မဟာနန္ဒီ၊
ယော၊ မဟာဂန္ဓာရုံ၊ ရွှေဟသာ၊ ဦးဆောက်ရှု၊ မေတ္တာရှင်
အရှင်ဆန္ဒာဓိက၊ သဲအင်းဂူ၊ဓမ္မဓရ စသော
ဆရာတော်များ၏ အဆိုအမိန့် ဆုံးမစာ မှတ်စုများ ၂၇၅
၁၈၄။ ပါသုံးပါ၊ ချာသုံးချာ ကွာသုံးကွာ ၂၈၂
၁၈၅။ ရွှေမြိုင်ဦးသြဘာသ၊ ဓမ္မပီယဦးသံဝရ၊ ဆရာတော်ဦးရာဇ
မာဂဓီသာစည် စသော ဆရာတော်များ။ လူပုဂ္ဂိုလ်များ၏
မှတ်သားဖွယ်ရာ အဆိုအမိန့်မှတ်စုများ ၂၈၂

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

ထုတ်ဝေသည့်အကြိမ်	-	တတိယအကြိမ်
မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း	-	m. myint htay
ထုတ်ဝေသူ	-	ဦးထွန်းဝေ (မြ - ၁၄၅၃၁) အမှတ် ၅ ပြည်သာယာလမ်း ဘောက်ထော် ၁၆ရပ်ကွက်၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ကွန်ပျူတာစာစီ	-	ဒီနိုးစာပေ ၈၈၊ ၁၅၇ လမ်း၊ တာမွေ။
ပုံနှိပ်	-	ထွန်းပုံနှိပ်တိုက် ၂၉၂၇၊ အောင်မင်္ဂလာလမ်း၊ ဒဂုံစက်မှုဇုန်(၂) တောင်ဒဂုံ၊ ရန်ကုန်မြို့။
အုပ်ရေ	-	၃၀၀၀
တန်ဖိုး	-	ဓမ္မဒါန

တတိယအကြိမ် ထုတ်ဝေရာ၌

စာရေးသူ၏ အမှာစာ

'သုတရတနာမှတ်စုပဒေသာ'စာအုပ်ကို ၂၀၁၅ခုနှစ်တွင် ပထမအကြိမ် ဓမ္မဒါနပြု လှူဒါန်းခွင့်ရခဲ့ပါသည်။

မိမိ၏ အသက် ၅၅ နှစ်ပြည့်မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ်၊ ပြည်ထောင်စု သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရမှ (၇၁) ကြိမ်မြောက် လွတ်လပ်ရေးနေ့ သာသနာ တော်ဆိုင်ရာ ဘွဲ့တံဆိပ်များ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းရာ၌ အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ဘွဲ့တံဆိပ်တော်ကို ခံယူရရှိခြင်း အထိမ်းအမှတ်တို့အဖြစ် [illegible] ဦးထွန်းရွှေ၊ ထွန်းရွှေဝါတိုင်းရင်းဆေးက ဒုတိယအကြိမ် ဓမ္မဒါန [illegible] ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။

ရဟန်းဒါယကာ ဦးထွန်းရွှေက သူ၏ နှစ် ၅၀ပြည့် [illegible] ဓမ္မဒါနကုသိုလ်အဖြစ် ၂၀၁၉၊ ဩဂုတ်လတွင် တတိယအကြိမ် ထပ်မံ ထုတ်ဝေ လိုက်ပါသည်။

ဘဒ္ဒန္တဝိစက္ခဏ

ဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ

အလိမ္မာစာမှာရှိသည်

စာအုပ်စာပေလူ့မိတ်ဆွေ စသော မြန်မာဆိုးရိုးစကားများ ရှိငြားသော်လည်း ယခုခေတ်အချိန်အခါ သမယသည်ကား နိုင်ငံတကာနှင့်မတူ မြန်မာနိုင်ငံသား တော်တော်များများကား Facebook, Viber, Game စသော Online လူမှုကွန်ယက် မီဒီယာများဖြင့်သာ အချိန်ကုန်လွန်နေကြပြီး စာအုပ်စာပေဖတ်ရှုလေ့လာမှုမှာ အတော်ပင် နည်းပါးလာသည်ကို တွေ့မြင်ရသည်။

အဓိကတော့ အခုခေတ်လူငယ်တွေ စာမဖတ်ကြတော့ဘူး။ စာမဖတ်နိုင်ကြတော့ပါဘူး။ ဖတ်လည်း မဖတ်ကြတော့ဘူး၊ သူတို့ဖတ်တယ်ဆိုရင်လည်း အခုခေတ်မှာ အွန်လိုင်းပေါ်က အလွယ်တကူ တွေ့မြင်တာလောက်ပဲ နည်းနည်းပါးပါး ဖတ်ဖြစ်ကြတော့မှာပါ။ စာမဖတ်ကြတော့လို့ လူမှုပတ်ဝန်းကျင်မှာ သူတစ်ပါး အလိမ်ခံရခြင်းများ မကြားချင်မှအဆုံး တွေ့မြင်ကြားသိနေကြရပါသည်။

လူမှုကွန်ရက်မီဒီယာများကြောင့် သာသနာ့ဝန်ထမ်း ရဟန်းသာမဏေ သီလရှင်များရော အခြားသော လူကြီးလူငယ်များပါ စာပေဖတ်ရှုလေ့လာမှု တစ်ဖြည်းဖြည်းအားနည်းလာသည်ကို တွေ့မြင်ရပြီး ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်၏ အဆုံးအမ သာသနာတော်နှင့် ပို၍ပို၍ ဝေးကွာသွားသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆမိပါသည်။

တောရွာဘုန်းကြီးကျောင်းများတွင် ကျောင်းသားကိုရင်များ နည်းပါးသွားသည်ကို မြန်မာနိုင်ငံတစ်နိုင်ငံလုံး နီးပါး တွေ့မြင်ကြားသိနေကြရသည်။ ဒီကိစ္စကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအားလုံး အဖြေရှာသင့်ပါသည်။ ပေါ့ပေါ့လေး မတွေး သင့်ပါ။ သာသနာနောက်ပိုင်း ဆုတ်ကပ်ကာလကား ဒီထက်သာ ပိုပိုပြီးတော့ ဆိုးလာစရာ ရှိပါသည်။

ယခု ဒုတိယအကြိမ် ပြန်လည်ထုတ်ဝေမည့် ''သုတရတနာ မှတ်စုပဒေသာ စာအုပ်''ကို အကျဉ်းချုပ် ပြန်လည်မိတ်ဆက်ရမည်ဆိုလျှင် အခန်း(၁၂)

ခန်းဖြင့် စီစဉ်ရေးသားထားပါသည်။

အခန်း(၁)တွင် သာသနာတော်၏ အခြေခံဖြစ်သော ရှင်သာမဏေကျင့်ဝတ်များနှင့် ရှင်ပြုပေးပုံစသည်ကိုငင်း။

အခန်း(၂)တွင် ရဟန်းတော်များအတွက် လိုက်နာစရာကျင့်ဝတ်များနှင့် ရဟန်းခံပေးပုံ အစီအစဉ်များကို ငင်း။

အခန်း(၃)တွင် ရဟန်းရှင်လူမည်သူမဆို လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် ကိုယ်ကျင့်သီလများကို ငင်း။

အခန်း(၄)တွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ သိသင့်ထိုက်သော ဘုရားဖြစ်တော်စဉ်ဗုဒ္ဓဝင်ကို ငင်း။

အခန်း(၅)တွင် လူမှုဆက်ဆံရေး နယ်ပယ်၌ သိသင့်ထိုက်သော သားသမီး ကျင့်ဝတ်၊ မိဘကျင့်ဝတ် စသော သိင်္ဂါလောဝါဒသုတ်လာ ကျင့်ဝတ်များနှင့် အခြားသိသင့်သိထိုက် လိုက်နာသင့်သော ကျင့်ဝတ်များကို ငင်း။

အခန်း(၆)တွင် လောကီနယ်ပယ်အသွယ်သွယ်တွင် လိုက်နာဖွယ်ရာအဖြာဖြာကို ငင်း။

အခန်း(၇)တွင် မေတ္တာနှင့် စပ်သိမှတ်ဖွယ်ရာ အဖြာဖြာကို ငင်း။

အခန်း(၈)တွင် သံဝေဂကဏ္ဍတွင် သံဝေဂနှင့်စပ် ရှုမှတ်ဖွယ်ရာအဖြာဖြာကို စုံလင်စွာဖြင့် ငင်း။

အခန်း(၉) သိမှတ်ဖွယ် ကျင့်သုံးဖွယ် ကဏ္ဍတွင်မူ မဟာစည်ဆရာတော်စသော ဆရာတော်ကြီးများ၏ အဆုံးအမ သြဝါဒများကို ငင်း။

အခန်း(၁၀)တွင် မဟာစည်မိုးကုတ်ဆရာတော်ကြီးများ၏ ဝိပဿနာရှုနည်း အကျဉ်းချုပ်ကို ငင်း။

အခန်း(၁၁)တွင် ကျောင်းထိုင်ဆရာတော် ဓမ္မကထိက ဆရာတော်လောင်းများအတွက် လိုရာသုံးဂါထာများကို ငင်း။

အခန်း(၁၂)တွင် ရဟန်းပညာရှိ လူပညာရှိ နာမည်ကြီး ဆရာတော်ကြီးများ၊ စာရေးဆရာကြီးများ၏ မှတ်သားလိုက်နာဖွယ်ရာ အဆိုအမိန့်များကိုလည်း၊ တတ်နိုင်သမျှ စုံလင်စွာ ရှာဖွေ၍ ပြုစုရေးသားထားပါသည်

ပထမအကြိမ် စာအုပ်ထုတ်ဝေရာ၌ စာမျက်နှာ (၈၅) တောထွက်တော်မူရာနေ့သည် တနင်္ဂနွေနေ့မဟုတ် တနင်္လာနေ့ဟု ပြင်ဆင်ဖတ်ရှုပါရန်နှင့် များ/ပဏ္ဏဝ စသော ဏကြီး နှစ်လုံးဆင့်နေရာများ၌ ဖောင့်မတူသောကြောင့် အက်လိပ်အက္ခရာများ ဖြစ်နေသည်ကိုလည်း၊ အခြားသော သတ်ပုံအမှားများကိုလည်း အမှန်ပြင်ဆင်၍ ဖတ်ရှုကြပါရန် မေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်။

နိဂုံးချုပ်အနေအားဖြင့် မိမိအား လူ့ဘဝရောက်အောင် မွေးဖွားပေးခဲ့သော ခမည်းတော်ကြီး ဦးထွန်းမောင်+မယ်တော်ကြီး ဒေါ်ပိန်၊ မိမိအား ပညာသင်ကြားပေးခဲ့သော ဆရာသမားများ၊ ပစ္စည်းလေးပါး ထောက်ပံ့လှူဒါန်းကြသော ဒါယကာဒါယိကာမများ၊ ဒီဃနိကာယ်ကျောင်းဆောင်တွင် သီတင်းသုံးသည့် မိမိအား လိုအပ်ရာများကို ဖြည့်ဆည်းလှူဒါန်းပေးခဲ့သည့် ကျောင်းဒါယကာကြီး ဦးထွန်းရင်+ကျောင်းဒါယိကာမကြီး ဒေါ်မမကြည်၊ သမီး ဒေါ်မြင့်သီတာ၊ သား ဦးကျော်မင်း+ဇနီး ဒေါ်ခင်ဝါဝါမြင့် (လူထုမေတ္တာ) မြန်မာဆေးဆိုင် မိသားစု၊ ရဟန်းဒါယကာကြီး ဦးသာလွင်+ ရဟန်းဒါယိကာမကြီး ဒေါ်အေးချို (ရွှေညာသားဆေးဆိုင် နှင့် ထွန်းရွှေဝါဆေးတိုက်) မိသားစု၊ အမှာစာချီးမြင့်ပေးသည့် ဆရာတော် အရှင်ပညာသီဟာဘိဝံသ(တရားဦး ဓမ္မစကြာ) စာမူကို ပြင်ဆင်ပေးသော ဒီလိုင်းဂျာနယ်/ဓမ္မရိပ်မဂ္ဂဇင်းမှ မိုးထွန်း၊ လပြည့်ဝန်းကွန်ပျူတာစာစီ၊ ဆုလာဘ်ပြည့် ပုံနှိပ်တိုက်တို့အားလည်း၊ ယခုနှစ် မိမိ၏ အသက် (၅၅)နှစ်ပြည့် မွေးနေ့နှင့် ဂုဏ္ဍဝါစကပဏ္ဍိတ ဘွဲ့ရရှိခြင်း အထိမ်းအမှတ်အနေအားဖြင့် ဓမ္မဒါနပြု လှူဒါန်းနိုင်ရန်အတွက် စာအုပ် ကုန်ကျစရိတ်အားလုံးနှင့် အခြားလိုအပ်သည့် အရာများကို အမြဲမပြတ် ထောက်ပံ့ လှူဒါန်းပေးပါသော

ကျေးဇူးရှင် ရဟန်းဒါယကာ ဦးထွန်းရွှေ+ရဟန်းဒါယိကာမ ဒေါ်သင်းသင်းဆွေ သားမောင်သီဟထွန်း၊ မောင်ဇေယျာထွန်း(ထွန်းရွှေဝါ) တိုင်းရင်းဆေးဝါး ထုတ်လုပ်ရေး မိသားစုအားလုံးကို ၎င်း၊ အခြားခြားသော ကျေးဇူးတင်ထိုက်သော ကျေးဇူးရှင်များ အားလုံးကို အထူးပင် ကျေးဇူးတင်ရှိ ပါသည်။

ယခု တတိယအကြိမ်မြောက် ဓမ္မဒါနလှူဒါန်းထုတ်ဝေသော ရဟန်းဒါယကာ ဦးထွန်းရွှေ+ရဟန်းဒါယိကာမဒေါ်သင်းသင်းဆွေ၊ သားမောင်သီဟထွန်း၊ မောင်ဇေယျာထွန်း ထွန်းရွှေဝါတိုင်းရင်းဆေးမိသားစုအား အထူးပင်ဝမ်းမြောက် ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

အရှင်ဝိစက္ခဏ (၁၅-၈-၂၀၁၉)
သာသနာ့ ဓဇဓမ္မာစရိယ၊ ဝိနယဓရ၊ ဝိသုဒ္ဓဝိနယဝိဒူ၊
ဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ
အုပ်ချုပ်ရေးနှင့် နာယကစာချဆရာတော်
ဒီဃနိကာယ်ကျောင်းဆောင်
ပဋ္ဌာန်ကာယသာသနာ့ဗိမာန်ကျောင်းတိုက်၊
အမှတ်(၁၁)ရပ်ကွက်၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊
ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး။
ဖုန်း - ၀၉ ၅၀၂၄၇၂၇၊ ၀၉ ၇၆၅၀၂၄၇၂၇

ကျမ်းပြုဆရာတော် အရှင်ဝိစက္ခဏ၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း

ဖွားရာဇာတိနှင့်သက္ကရာဇ်

အရှင်ဝိစက္ခဏကို စစ်ကိုင်းတိုင်း၊ ရွှေဘိုခရိုင်၊ တန့်ဆည်မြို့နယ်၊ ဖလံချိုင်ရွာနေ ခမည်းတော် ဦးထွန်းမောင်+မယ်တော် ဒေါ်ပိန်တို့မှ ၁၃၂၅ ခုနှစ်၊ ကဆုန်လဆန်း (၂)ရက် (၂၄-၄-၁၉၆၃) ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် ဖွားမြင်တော်မူပါသည်။ မောင်ချစ်ပေါ်၊ မောင်ချစ်ချော၊ မောင်အောင်ဝင်း၊ မောင်ဆိုင်းဦး၊ မမာမာအေး၊ မမာမာဌွေးဟု မွေးချင်း (၆)ယောက်ရှိရာတွင် စတုတ္ထမြောက် သားရတနာ ဖြစ်ပါသည်။

သာမဏေရပဗ္ဗဇ္ဇမင်္ဂလာ

အသက်(၁၀)နှစ်သားအရွယ်တွင် ဖလံချိုင်ရွာ မဟာမုနိန္ဒာရာမကျောင်း ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒထံအပ်နှံပြီး၊ နောင်တော်ကြီး ဘဒ္ဒန္တနန္ဒာစာရအား ဥပဇ္ဈာယ် ပြုလျက် ဦးလေးဖြစ်သူ ဦးညို၊ ဒေါ်ချပ်ပြားမိသားစုနှင့် မိဘနှစ်ပါးတို့၏ ပစ္စယာ နုဂ္ဂဟကိုခံယူကာ ရှင်သာမဏေပြုတော် မူခဲ့ပါသည်။ ဘွဲ့အမည်မှာ ရှင်ဝိစက္ခဏ ဖြစ်ပါသည်။

ရွှေမန်းဆီသို့

ဘဒ္ဒန္တနန္ဒာစာရထံ၌ သင်ပုန်းကြီး ပရိတ်ကြီးစသော ပရိယတ္တိအခြေခံ ကျမ်းဂန်များကို လေ့လာဆည်းပူးခဲ့ပြီး ကျေးရွာမူလတန်းကျောင်းမှ စတုတ္ထတန်း အောင်မြင်ပြီးသည့်နောက် ၁၃၃၇ခုနှစ်တွင် မန္တလေးမြို့ ဘုရားကြီးအရှေ့ဘက် ရှိ မဟာနန္ဒိသေနာရာမကျောင်းတိုက် ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တနန္ဒိသေနာဘိဝံသ ထံတော်ရင်းသို့ အသက်(၁၂)နှစ်အရွယ်တွင် ရောက်ရှိခဲ့ပြီး ဆယ်စောင်တွဲ [illegible]၊ ပရိတ်ကြီး၊ လိုက်နာဘွယ်ရာ ဆုံးမစာစသော ပရိယတ္တိအခြေခံ ကျမ်းဂန်များကို လေ့လာသင်ယူခဲ့ပါသည်။

လောကစံကိုကြုံကြုံခံ

လွန်ခဲ့သော အနှစ်(၃၀)ကျော်မိမိတို့ ငယ်ရွယ်စဉ်က မန္တလေးတွင် ယခုကဲ့သို့ ဆွမ်းကွမ်းမပြည့်စုံဘဲ စားမှုသောက်မှုအတွက်များစွာ ဒုက္ခရောက်ခဲ့ရပါသည်။ မန္တလေးမြို့သည်ကား ဖုံထူခြင်ပေါယုံမက ''ပျင်းပျော်ပျက်ပြေးမန္တလေး'' ဟုပင်နာမည်ကြီးခဲ့ပေသည်။

နွေရာသီတွင် အလွန်ပူပြင်းပြီး မိုးရာသီတွင် ဗွက်ထကာ ဆောင်းရာသီတွင် အလွန်ချမ်းပါသည်။ ယခုအခါတွင်မူကား ဆွမ်းလောင်းအသင်းများပေါ်လာ၍ကြောင့် ဆွမ်းကွမ်းအကျွက် ဘာမျှပူပင်သောက မရောက်ရတော့ပေ။ မိမိတို့ နေခဲ့စဉ်က ကျောင်းတွင်းအပါတ်စဉ် အခါကုံးရေးဖြေ စာမေးပွဲကို တစ်လ(၂)ကြိမ်ကျင်းပကာ ကျရှုံးပါက ဒဏ်ထမ်းရပါသည်။ ထိုအပါတ်စဉ် စာမေးပွဲကို တခါမျှ မကျရှုံးခဲ့ဘဲ အပါတ်စဉ်တိုင်း အောင်မြင်ခဲ့ပါသည်။

ဥပသမ္ပဒမင်္ဂလာ

၁၃၄၅ခု၊ ကဆုန်လဆန်း (၈)ရက် (၁၉-၅-၈၃) ကြာသပတေးနေ့တွင် မန္တလေး မဟာနန္ဒီသေနာရာမကျောင်းတိုက် ခဏ္ဍသိမ်၌ ဘဒ္ဒန္တနန္ဒီသေနာဘိဝံသ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကို ဥပဇ္ဈာယ်ပြုလျက် မန္တလေးမြို့၊ ပွဲကုန်းလမ်းမတန်း ကာသာဆီစက်နှင့် ပွဲရုံလုပ်ငန်း အဖွားချစ်ဦးတင်ဖေ+ဒေါ်အုန်းရီ မိသားစုတို့၏ ပစ္စယာနုဂ္ဂဟကို ခံယူကာ မြင့်မြတ်ထက်တန်း ရဟန်းအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိခဲ့ပါသည်။

ရန်ကုန်ရွှေမြို့တော်သို့

ရဟန်းဖြစ်ပြီးနောက်ပိုင်း (၁)မန္တလေးမြို့၊ ၇၉×၈၀ကြား ၂၇လမ်း၊ ဒေါ်ကြည်ကြည်၊ ဒေါ်ရင်ရင်၊ ဒေါ်ခင်ခင်၊ မောင် ဦးသန်းမောင် မိသားစု (၂) ရဟန်း ဒကာဒကာမမိသားစုတို့မှ ဆွမ်းကွမ်းကိစ္စကို တာဝန်ယူလှူဒါန်းခဲ့ကြပြီး မဟာနန္ဒီသေနာရာမကျောင်းတိုက်၌ နေထိုင်စဉ် ဆရာတော်ဘုရားကြီးမှ

အထူးချီးမြှောက်တော်မူခဲ့ပြီး ပထမငယ်၊ ပထမလတ်၊ ပထမကြီးတန်းနှင့် ဝိနည်းရှေ့ပိုင်းနှစ်ကျမ်း၊ အာဂုံပြန်စာမေးပွဲများ၊ အောင်မြင်တော်မူခဲ့ကာ ''ထင်ရှား ပြောင်းသူကောင်းမဖြစ်''ဟူသော စကားပုံအတိုင်း ၁၃၅၃-ခုနှစ်၊ အသက် (၂၇)နှစ်အရွယ်တွင် ရန်ကုန်တိုင်း၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ပဌနီကာယသာသနဗိမာန် ကျောင်းတိုက် တိပိဋကပြည်ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တကောသလ္လထံတော်ရင်းသို့ ကြယ် ပုံဆေးတိုက် ရဟန်းဒကာကြီး ဦးထွန်းရှင်၏ ဆက်သွယ်ပေးမှုဖြင့် ရောက်ရှိခဲ့ ပါသည်။

ကျေးဇူးကြီးမား ဆရာသမားများ

ဖလံချိုင်ရွာ၊ မဟာမုနိန္ဒာရာမကျောင်းဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒ၊ နောင်တော် ကြီးဖြစ်သော ဆရာတော်ဦးနန္ဒာစာရ၊ ချောင်းဆုံမြောက်ကျောင်း ဆရာတော် ဦးပညာဝ၊ မန္တလေးမဟာနန္ဒိသေနာရာမကျောင်းတိုက် အဘိဓဇမဟာရဋ္ဌဂုရု ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တနန္ဒိသေနာဘိဝံသ၊ ဆရာတော်ဦးအရိယာဘိဝံသ၊ ဆရာတော် ဦးသူရိယာဘိဝံသ၊ ဆရာတော်ဦးတိလောကာဘိဝံသ၊ ဦးသောန၊ ဦးဝါသဝသီရိ၊ ဦးဓမ္မသေန စသော နာယကဆရာတော်များ၊ ကချင်ပြည်နယ် ရွှေကူမြို့ မင်္ဂလာကျောင်းဆရာတော် ဦးပဏ္ဍိတ၊ ပုသိမ်ကြီးမြို့နယ် ရန်ကင်းတောင် မြကျောက်ဆရာတော် ဦးခေမာစာရ၊ ရွှေရေးဆောင်တိုက် ဆရာတော် ဦးဝဇီရဗုဒ္ဓိ၊ တောင်ထီးလင်းဦးသြဘာသ၊ ဘုရားကြီးတိုက် ဆင်မင်းဆရာတော် ဦးသြဘာသာဘိဝံသ၊ မော်လမြိုင်မြို့ ဝဲပုံဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တဝိဇယာဘိဝံသ ဓမ္မသုခကျောင်း ဓမ္မကထိကဗဟုဇနဟိတဓရဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တတေဇောဒ [illegible] ကျိုက်မရောမြို့နယ်၊ ညောင်ပင်ဆိပ်ရွာ ပရိယတ္တိဓမ္မာရာမကျောင်း ဆရာတော် ဦး[illegible]သာဒရ၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ပဌနီကာယသာသနဗိမာန်ကျောင်း တိုက်နာယကဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက ပြည်ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တကောသလ္လ၊ ဆရာတော် [illegible] ဘဒ္ဒန္တဓေဇောဘာသ၊ ပိဋကနှစ်ပုံခွဲအောင် ဆရာတော်ဦး[illegible]

ဗဟုဇနဟိတရေ ဆရာတော် ဦးပညာသိဟာဘိဝံသနှင့် နာယက စာချ ဆရာတော်များ ဖြစ်ပါသည်။

အောင်မြင်ခဲ့သော စာမေးပွဲများ

ပထမငယ်၊ ပထမလတ်၊ ပထမကြီး၊ ဝိနည်းရေ့ပိုင်း အာဂုံ ဥဘတော ဝိဘင်္ဂရေ၊ ပဉ္စနိကာယသာသနနုဂ္ဂဟာဓမ္မာစရိယ၊ မန္တလေးပရိယတ္တိသာသနဟိ တဝိနယရေ၊ ရန်ကုန်နိကာယဖွော်တက ၁မ္မဝိသာရဒဝိနယဓရေ၊ မိုးကုတ်နိကာယ ဝုပိုသမိတ် ဝိနယကောဝိဒ၊ အစိုးရနိကာယ် ဝိသိဋ္ဌဝိနယဝိဒူ၊ ဝိနယဓရေ သာသနဓဇဓမ္မာစရိယဘွဲ့များကို ရရှိအောင်မြင်ခဲ့ပါသည်။

ပစ္စည်းလေးပါး လှူဒါန်းကြသော ရဟန်းဒါယကာ ရဟန်းဒါယိကာမများ

၁။ အဖွားချစ်သား ဦးတင်ဖေ၊ဒေါ်အုန်းရီ မိသားစု ကသာဆီစက်နှင့်ပွဲရုံလုပ်ငန်း၊ ရန်ကင်းသာယာရပ်ကွက်၊ ပုသိမ်ကြီးမြို့နယ်။

၂။ ဦးမြဟန်+ဒေါ်စောညွန့်မိသားစု၊ ဖလံချိုင်ရွာ

၃။ ဦးသာလွင်+ဒေါ်အေးချို မိသားစု ထွန်းရွှေဝါဆေးတိုက်နှင့် ရွှေညာသား ဆေးဆိုင်၊ ၂၄လမ်း၊လသာမြို့နယ်။

၄။ ဦးထွန်းရှင်+ဒေါ်တင်ဥ၊ ဦးရဲမောင် ၊ ဒေါ်ညွန့်ရွှေ ဦးညို+ဒေါ်ညွန့်ငွေ မိသားစု ကြယ်ပျံဆေးတိုက်၊ ၁၄၅လမ်း၊ တာမွေ။

၅။ ဦးဖိုးရှင်+ဒေါ်အေးစီ မိသားစု၊ သရက်တော(၄)လမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်မြို့နယ်။

၆။ ဦးတင်ဝင်း+ဒေါ်ခင်ဝင်း မိသားစု၊ ကျုံကဒွန်းရွာ၊ ဖျာပုံမြို့နယ်။

၇။ ဦးမှိုင်းတင်+ဒေါ်လှခင် သား ကိုဇော်မှိုင်ဦး+မဖြူဖြူလွင်၊ သမီးမစန်းစန်း မော်၊ မလင်းလင်းထိုက်မိသားစု ကြယ်သုံးလုံးစတိုး ငါးအိုးရွာ၊ မဘိမ်းမြို့နယ်။

၈။ ဦးသိန်းမောင်+ဒေါ်သန်းရွှေ၊ သမီး ဒေါ်မြညို၊ မကြည်ကြည်သိန်း၊ ဦးကျော်ငြိမ်း+ဒေါ်ခင်သိန်းရွှေ၊ ကိုခင်မောင်တင့် မိသားစု ငါးအိုးရွာ၊ မဘိမ်းမြို့နယ်။

၉။ ဆရာမကြီး ဒေါ်သိန်းတင်၊ ဒေါက်တာဒေါ်လေးခိုင် စသော ကုသိုလ်အာစိဏ္ဏကံ အဖွဲ့ သက်နှိုးကျွန်း။

၁၀။ ၂၀၁၁ ခု၊ ဒီဇင်ဘာ ၁၇ ရက်တွင် သွားရောက်ခဲ့သော ဒေါ်ဝင်းရီ၊ ဒေါ်အေးရှုန်၊ ဒေါ်တင်စော၊ ဒေါ်ခင်နု၊ ဒေါ်ခင်လှ၊ ဦးအောင်သောင်း၊ ဦးကြည်မြင့်+ဒေါ်မာမာအေး၊ ဦးအောင်ဝင်း+ဒေါ်စန်းစန်းဝင်း(မန္တလေး)၊ ဒေါ်ခင်ညို၊ ဒေါ်ကြင်ရီ၊ ဒေါ်စုစုအေး၊ ဒေါ်ထွေးရီ၊ ဒေါ်ခင်မာချို၊ ဒေါ်ခင်သေး၊ ဦးကျော်ဆွေ+မစိမ်းလှဲ့၊ မချောစုအောင်၊ မနှင်းအိအိသက် (ငါးအိုး) စသော မဟာတိုးဗုဒ္ဓဂါယာဘုရားဖူးအဖွဲ့။

၁၁။ ကိုမြင့်နိုင် (ခ) ကိုဖိုးဇော်+မတင်လှမိသားစု၊ သရက်တော(၄)လမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်မြို့နယ်။

၁၂။ ဦးထိမောင် + ဒေါ်တင်လှ၊ သား ကိုထိန်လင်းဦး+မကလျာလင်း၊ သမီး မမိုးစန္ဒာ၊ ကိုကျော်ကျော်ခိုင်+မသီသီမာ၊ သား မောင်စိုးပြေဝင်း မိသားစု (၈)လမ်း၊ ပုသိမ်ညွှန့်ရပ်ကွက်။

၁၃။ ဦးထွန်းရွှေ+ဒေါ်သင်းသင်းဆွေ၊ သား မောင်သီဟထွန်း၊ မောင်ဇေယျာထွန်း မိသားစု၊ ထွန်းရွှေဝါ တိုင်းရင်းဆေးဝါးထုတ်လုပ်ရေးနှင့် ငန်းစိန်ဆေးဆိုင် ပြည်သာယာလမ်း၊ ဘောက်ထော်၊ ရန်ကင်းမြို့နယ် တို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

စာမိတ်ဆက်

ကျောင်းတိုက်ရဲ့ စာချဆရာတော် အရှင်ဝိစက္ခဏ ကိုယ်တိုင်စုဆောင်းထားတဲ့ စာပေများ၊ အဆုံးအမများ၊ စတဲ့စတဲ့ စာကောင်းပေမွန်တို့ကို ''သုတရတနာ မှတ်စုပဒေသာ'' အမည်နဲ့ နွေရာသီ ယာယီဝတ်ကြမည့် ဒုလ္လဘရဟန်းသာမဏေတို့အတွက် ရည်ရွယ်ပြီး ရေးသားထားတဲ့ စာမူကို အမှာစာ ချီးမြှင့်ရန် လျှောက်ထားလို့ စာမိတ်ဆက်အနေနဲ့ အမှာစာ ရေးသားလိုက်ပါတယ်။

ခေတ္တဝတ်ကြတဲ့ ဒုလ္လဘရဟန်းသာမဏေများ၊ ရဟန်းသာမဏေဘဝနဲ့ သိသင့်သိထိုက်တဲ့ အကြောင်းအရာများသာမက၊ လူ့ဘဝအတွက်လည်း အရေးပါ အရာရောက်နိုင်တဲ့ သုတအဖြာဖြာ လောကီလောကုတ် အကျိုးများနိုင်တဲ့ စာများကို တွေ့ရပါတယ်။ သို့အတွက် ဒုလ္လဘရဟန်းသာမဏေများသာမက ရဟန်းရှင်လူ သုတလိုလားသူများအဖို့ များစွာအကျိုးရှိမည့် စာအုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

စာဖတ်နည်းနေတဲ့ခေတ်မှာ အဖိုးတန်တဲ့စာများကို မဖတ်ကြရင်နဲ့ အဖိုးတန်စာတွေနဲ့ မြန်မာလူမျိုးတို့ ဝေးကွာခဲ့ရပါတယ်။ ဒုလ္လဘရဟန်းသာမဏေများ (၇)ရက်အတွင်း အဖိုးတန်စာပေများနဲ့ ထိတွေ့ခွင့်ရကြရမှာမို့ အကျိုးများလှပါတယ်။

စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားနေသူများရဲ့ လုံ့လကို ကိုယ်ချင်းစာပါတယ်၊ ယခုလည်း အရှင်ဝိစက္ခဏရဲ့ ကြိုးစားအားထုတ်မှုကို အသိအမှတ်ပြုပါတယ်။ ဂုဏ်ပြုပါတယ်။ စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်အောင် စုဆောင်းရှာဖွေပြီးတော့ တင်ပြရတဲ့ ကိစ္စတွေဟာ အလွန်အချိန်ယူရပါတယ်။ အလွန်ဇွဲရှိရပါတယ်။ စိတ်ရှည်ရပါတယ်။ အခု ထိုအခက်အခဲတွေကို ကျော်ဖြတ်ပြီးမှ စာကောင်းပေမွန်တစ်အုပ် ဖြစ်ပေါ်လာတာပါ။

''သုတရတနာ မှတ်စုပဒေသာ''အမည်နဲ့ လိုက်လျောညီထွေရှိပါတယ်။ ရတနာအလား တန်ဖိုးများတဲ့ စာပေသုတများ၊ ပဒေသာကဲ့သို့ စုံလင်လှတဲ့ မှတ်စုများကို တဝကြီး တစ်ထိုင်တည်းနဲ့ သိကြရမှာမို့ စာဖတ်သုတများ၊ သုတလိုလားသူများအတွက် အထောက်အကူပြုနိုင်တဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်ကြောင်း သတင်းကောင်းပါးရင်း မိတ်ဆက်ပေးလိုက်ပါတယ်။

အားလုံး ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းနိုင်ကြပါစေ။
အရှင်ပညာသီဟာဘိဝံသ(တရားဦးဓမ္မစကြာ)

မိတ်ဆက်နိဒါန်း
နမောဇတော ဗုဒ္ဓဝီရဿ။

''သုတရတနာမှတ်စုပဒေသာ'' အမည်ရသော ဤစာအုပ်ကို မိမိနေထိုင်သီတင်းသုံးသည့် ရန်ကင်းမြို့နယ် ပဥ္စနိကာယသာသနဗိမာန်ကျောင်းတိုက်ကြီးသို့ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်းနီးပါး ရဟန်းဒါယကာ ဦးထွန်းရွှေ+ရဟန်းဒါယိကာမ ဒေါ်သင်းသင်းဆွေ ထွန်းရွှေဝါတိုင်းရင်းဆေးဝါးထုတ်လုပ်ရေးမိသားစုတို့မှ ပစ္စည်းလေးပါး ဒါယကာအဖြစ်ခံယူကာ ဒုလ္လဘရဟန်းခံ ရှင်ပြုအလှူတော်မင်္ဂလာကျင်းပလာခဲ့သည်မှာ (သတ္တမ)အကြိမ်သို့ပင် ရောက်ရှိလာခဲ့ပေပြီ။

စေတနာ သဒ္ဒါတရားထက်သန်စွာဖြင့် ဒုလ္လဘရဟန်းသာမဏေ အပါးတစ်ရာကျော်အား နှစ်သစ်ကူး အလုပ်ပိတ်ရက်တွင် မိမိတို့ကျောင်းတိုက်သို့ လာရောက်၍ ကုသိုလ်ယူလှူဒါန်းကြပြီးနောက် ဒုလ္လဘရဟန်းသာမဏေများအတွက် လိုက်နာကျင့်ကြံရမည့် ဘုရားရှင် အဆုံးအမတော်များကို ရေးသားသားသည့် စာအုပ်များ သီးခြားမရှိသေးသောကြောင့် ထိုဒုလ္လဘရဟန်း သာမဏေများအတွက် ဖတ်စရာမှတ်စရာ သာသနာအခြေခံဗဟုသုတများ ရေးသားပေးရသော် ကောင်းအံ့ဟူသော စိတ်ကူးအကြံဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့ပါသည်။

ထိုကဲ့သို့ ဒုလ္လဘရဟန်း သာမဏေများအတွက် ရေးသားရင်း ထိုဒုလ္လဘရဟန်းသာမဏေများ လူထွက်သွားသည့်နောက်တွင်လဲ ဗုဒ္ဓဘာသာ ထုံးတမ်းဝင်လာ ယဉ်ကျေးမှုအဆုံးအမများ လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ကာ သူများနှင့်ဆိုင်သော မှတ်စုမှတ်ရာများ အဆုံးအမများကိုလည်း ပါဝင်စေလျက် စုဆောင်းရှာဖွေ ရေးသားခဲ့ပါသည်။

ဤစာအုပ်သည် ဒုလ္လဘရဟန်းသာမဏေများအတွက်သာ ပထမရည်ရွယ်ခဲ့သော်လည်း နောက်ပိုင်းတွင် ဒုလ္လဘရဟန်းသာမဏေများအတွက်သာမကဘဲ ရဟန်းရှင်လူ အားလုံးအတွက် ရည်မှန်းကာ ရေးသားခဲ့ပါသည်။

ဤစာအုပ်နာမည် အပြည့်အစုံပေးရပါမူ ''ရှင်ရဟန်းကျင့်စရာနှင့် သုတရတနာ မှတ်စုပဒေသာ''ဟု အမည်ပေးရမည် ဖြစ်ပါသည်။ အမည်ရှည်သွားမည်စိုး၍ ''သုတရတနာမှတ်စုပဒေသာ''ဟူ၍သာ အမည်ပေးလိုက်ပါသည်။

မိမိသည် ငယ်စဉ်မှစကာ မှတ်စုရေးရသည်ကို ဝါသနာပါခဲ့၍ ဟိုမှဒီမှ

တွေ့သမျှ မြင်သမျှ ကြားသမျှ၊ မှတ်သားခဲ့သည်များကိုင်း၊ ဓမ္မကထိက ဆရာတော်များ၏ ဟောတရားများမှငင်း ယခုနောက်ပိုင်း ခေတ်စားလာသည့် Internet, Facebook တို့တွင် တွေ့ရှိရသည်များကို မှတ်သားမိသမျှ ရှာဖွေ စုဆောင်းကာ ရေးသားခဲ့ပါသည်။

မိမိသည် စာကိုကောင်းစွာ မရေးသားဘူးသောကြောင့် စာအရေးအသား မချောမွေ့မှု၊ အထားအသို အဆင်မပြေမှု၊ သတ်ပုံမှားယွင်းမှု၊ အထောက်အထား မခိုင်လုံမှု စသည်တွေ့ရှိခဲ့ပါက သည်းခံခွင့်လွှတ်၍ အမှန်ပြင်ကာ ဖတ်ရှုကြ ပါရန် တောင်းပန်အပ်ပါသည်။

နိဂုံးချုပ်အနေအားဖြင့် မိမိအား ပညာသင်ပေးခဲ့သော ဆရာသမားများ၊ ပစ္စည်းလေးပါး ထောက်ပံ့လှူဒါန်းကြသော ဒါယကာ ဒါယိကာမများ၊ Laptop computer နှင့် ဗုဒ္ဓဂါယာခရီးစရိတ် လှူဒါန်းသော တာမွေ ၁၅၇ လမ်းနေ ရဟန်းအမ ဒေါ်မြညို၊ သမီးမစန္ဒာစန်းမောင်၊ ထိုင်းနိုင်ငံခရီးစဉ်ကို ကူညီခဲ့ပါသော Wirat Niyomtham (ဦးမျိုးအောင်)၊ Oranut Niyomtam (ဒေါ်ချိုချိုဝေ) Foculty of Humanities, Naresuan University, Phitsanulok, Thailand တို့အားငင်း၊ ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အစစအရာရာ ကူညီခဲ့ကြ သူ အားလုံးအားငင်း၊ လပြည့်ဝန်း ကွန်ပျူတာစာစီအားငင်း၊ ဤစာအုပ်အတွက် မိမိ၏အသက်(၆၂)နှစ်ပြည့် မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ် ဓမ္မဒါနလှူဒါန်းနိုင်ရန်အတွက် စာအုပ်ကုန်ကျစရိတ်အားလုံးနှင့် အခြားလိုအပ်သည့်အရာများကို အမြဲမပြတ် ထောက်ပံ့လှူဒါန်းပေးပါသော ရဟန်းဒါယကာ ဦးထွန်းရွှေ + ရဟန်းဒါယိကာမ ဒေါ်သင်းသင်းဆွေ သားမောင်သီဟထွန်း၊ မောင်ဇေယျာထွန်း၊ ထွန်းရွှေဝါ တိုင်းရင်းဆေးဝါးမိသားစုအားလုံးကိုငင်း၊ အခြားသော ကျေးဇူးတင်ထိုက်သူ အားလုံးအား အထူးပင် ကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း ပြောကြားရင်း နိဂုံးချုပ်အပ် ပါသည်။

အရှင်ဝိစက္ခဏ
ဒီဃနိကာယ်ကျောင်းဆောင်
ပဥ္စနိကာယသာသနာ့ဗိမာန်ကျောင်းတိုက်
ကံဘဲ့ဘူတာရုံလမ်း၊ ရန်ကင်း၊ ရန်ကုန်။

ဓမ္မဒါနပြုသူ၏အမှာစာ

ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ပဉ္စနိကာယသာသနာ့ဗိမာန်ကျောင်းတိုက် ဒီဃနိကာယ်ကျောင်း၊ နာယကစာချဆရာတော် ဂန္ဓဝါစကပဏ္ဍိတ ဘဒ္ဒန္တဝိစက္ခဏ ရေးသားပြုစုအပ်သော သုတရတနာ မှတ်စုပဒေသာ စာအုပ်သည် လောကီ လောကုတ္တရာကောင်းကျိုးအဖြာဖြာတို့ ပေးဆောင်နိုင်မည့် စာအုပ်ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ၂၀၁၉၊ ဩဂုတ်လ၊ နှစ် ၅၀ ပြည့် ရွှေရတု မွေးနေ့ အမှတ်တရအဖြစ် ဤစာအုပ်ကို တတိယအကြိမ်ဓမ္မဒါနပြု လှူဒါန်းထုတ်ဝေလိုက်ပါသည်။

''သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ–အလှူတကာတွင် တရားအလှူအမြတ်ဆုံး'' ဖြစ်၏ ဟူသော မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ မိန့်မှာချက်အရ ဤဓမ္မဒါနစာအုပ်အတွက် အထူးပင်ဝမ်းမြောက်ပီတိ ဖြစ်ရပါသည်။

စာရှုသူအပေါင်း ကျန်းမာချမ်းသာလျက် သုခအဖြာဖြာနှင့်ပြည့်စုံကြပါစေ။ ဓမ္မစာပေကျေးဇူး ရရှိခံစားနိုင်ကြပါစေ။

ဦးထွန်းရွှေ

ထွန်းရွှေဝါ တိုင်းရင်းဆေး

အခန်း(၁)

ရှင်ကျင့်ဝတ်များ

နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

အခန်း(၁)

ရှင်ရဟန်းကျင့်ဝတ်၊ ရှင်ကျင့်ဝတ်များ

ဗုဒ္ဓံပူဇေမိ – ဗုဒ္ဓံ၊ မြတ်စွာဘုရားကို၊ ပူဇေမိ၊ ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဓမ္မံပူဇေမိ – ဓမ္မံ၊ တရားတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ၊ ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

သံဃံပူဇေမိ – သံဃံ သံဃာတော်မြတ်ကို ပူဇေမိ၊ ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ယော ဂဝံ နဝိဇာနာတိ နသော ရက္ခတိ ဂေါဂဏံ

ဧဝံ သီလံ အဇာနန္တော ကိံသော ရက္ခေယျသံဝရံ။ (ဝိ–၃–၁၃၇)

ယော၊ ဂေါပါလော၊ အကြင်နွားကျောင်းသားသည်။ ဂဝံ၊ မိမိကျောင်းရမည့် နွားအပေါင်းကို။ နဝိဇာနာတိ၊ မသိငြားအံ့။ သော၊ ဂေါပါလော၊ ထိုနွားကျောင်းသားသည်၊ ဂေါဂဏံ၊ နွားအပေါင်းကို။ နရက္ခတိ၊ ယထာ၊ မစောင့်ရှောက်နိုင်သကဲ့သို့။ [illegible]သော၊ ပမာထားတူ အလားတူသာလျှင်။ သီလံ၊ ကျင့်ဝတ်သီလကို။ အဇာနန္တော၊ မသိသော။ သော၊ ထိုသူသည်။ သံဝရံ၊ စောင့်ရှောက်အပ်သော သံဝရသီလကို။ ကိံရက္ခေယျ၊ အဘယ်ကဲ့သို့ စောင့်ရှောက်နိုင်ပါအံ့နည်း။

နွားကျောင်းသားသည် မိမိထိမ်းကျောင်းရမည့်နွားကို မသိလျှင် နွားများကို မထိန်းသိမ်းမစောင့်ရှောက်နိုင်ဘိသကဲ့သို့ ကျင့်ဝတ်သီလကို ဖြည့်ကျင့်စောင့်ရှောက်လိုသော ရဟန်းရှင်လူ ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးတို့သည်လည်း မိမိတို့ ဖြည့်ကျင့်ရမည့် သီလကိုမျှ မသိခဲ့ပါလျှင် သီလကို ဖြည့်ကျင့်ရန် မဖြစ်နိုင်သောကြောင့် မိမိတို့ ဖြည့်ကျင့်ရမည့် ကျင့်ဝတ်များကို သိထားကြရန် ''ရဟန်းရှင်လူများ'' ဖြည့်ကျင့်ရမည့် ကျင့်ဝတ်သီလများကို အကျဉ်းချုံး၍ ပြဆိုလိုက်ရပေသည်။

• • •

ရခဲသော ဒုလ္လဘတရားငါးပါး

၁။ ဘုရားပွင့်ရာ သာသနာ လွန်စွာတွေ့ခဲသည်၊
ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒေါဒုလ္လဘော။

၂။ သာသနာတွင်း လူဖြစ်ခြင်း လွန်မင်းခဲယဉ်းသည်။
မနုဿတ္တဘာဝေါ ဒုလ္လဘော။

၃။ ရတနာသုံးတန် ယုံကြည်ရန် အမှန်ခဲယဉ်းသည်။
ဒုလ္လဘာသဒ္ဓါသမ္ပတ္တိ။

၄။ သာသနာ့ဝန်ထမ်း ရှင်ရဟန်း ဆင်မြန်းဝတ်ဖို့ခဲယဉ်းသည်။
ပဗ္ဗဇ္ဇိတဘာဝေါ ဒုလ္လဘော။

၅။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန်တရားမှန် နာခံကျင့်ဖို့ ခဲယဉ်းသည်။
သဒ္ဓမ္မာဿဝနံ အတိဒုလ္လဘံ။
ဒုလ္လဘငါးပါး တွေ့ကြုံသား ပေါ့စားလက်လွှတ် မနေသင့်ပြီ။

ရရန်ခက်ခဲသော တရားများကို ဒုလ္လဘ ဟုခေါ်သည်။ ရရန်ခက်ခဲသော တရားငါးမျိုးတွင်–

၁။ ဂေါတမဘုရားရှင်၏သာသနာတော်နှင့် ကြုံကြိုက်နေခြင်း၊
၂။ ရရန်ခက်ခဲသော လူ့ဘဝကိုရရှိနေခြင်း။
၃။ ရတနာသုံးပါး၊ ကံ,ကံ၏အကျိုးတရားများကို သက်ဝင်ယုံကြည်သော သဒ္ဓါတရားနှင့်ပြည့်စုံနေခြင်း။
၄။ အင်မတန်မှ ရခဲလှသော ဒုလ္လဘရှင်အဖြစ် ရဟန်းအဖြစ်ကို ရရှိခြင်း၊
၅။ ဒုလ္လဘရှင်ရဟန်းအဖြစ်သို့ ခေတ္တခဏဖြစ်စေ၊ အပြီးတိုင်ဖြစ်စေ ရောက်ရှိလာရာ၌ ကြားနာရဖို့ရန် ခက်ခဲသော ဘုရားရှင်၏တရားတော်များကို နာကြား၍ တတ်စွမ်းသမျှ ကျင့်ကြံကြိုးစားပွားများအားထုတ်နိုင်ကြပါစေ။

◉ ◉ ◉

ရှင်သာမဏေပြုရန် ခွင့်ပြုတော်မူခြင်း

လောကသုံးခွင် ဘုံသုံးပြင်၌ အတုမရှိသော သဗ္ဗညုဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် ဗာရာဏသီပြည် မိဂဒါဝုန်တော၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ်အခါ တပည့်ရဟန်းများကို ခေါ်တော်မူ၍ အရပ်ရပ်သို့ တရားဟောသာသနာပြုစေလွှတ်တော်မူလေ၏။ ထိုအခါ ရဟန်းတော်တို့သည် တရားဟောကြားတော်မူ၍ ရှင်လောင်းရဟန်းလောင်းတို့ကိုရလျှင် မြတ်စွာဘုရားထံတော်သို့ ပို့ဆောင်ကြလေကုန်၏။

ထိုသို့ ပို့ဆောင်ကြခြင်းကြောင့် ရှင်လောင်း၊ ရဟန်းလောင်းတို့နှင့်တကွသော ထိုရဟန်းတို့သည် ပင်ပန်းကြလေကုန်၏။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ''အနုဇာနာမိ ဘိက္ခဝေ တုမှေဝ ဒါနိ တာသုတာသု ဒိသာသု တေသုတေသု ဇနပဒေသု ပဗ္ဗာဇေထ ဥပသမ္ပာဒေထ'' ချစ်သားရဟန်းတို့ ယခုအခါမှစ၍ သင်တို့ ကိုယ်တိုင်သာလျှင် ထိုထိုအရပ်ဒေသ ထိုထိုဇနပုဒ်တို့၌ ရှင်ပြုပေးခြင်း ရဟန်းခံပေးခြင်းကို ငါဘုရားခွင့်ပြုတော်မူ၏ဟု ရှင်အဖြစ် ရဟန်းအဖြစ် ပြု[illegible] ရဟန်းတို့ကို ခွင့်ပြုတော်မူလေ၏။

ထိုသို့ ခွင့်ပြုတော်မူရာ၌ သရဏဂုံသုံးပါး ရွတ်ဆိုခြင်းဖြင့် ရှင်အဖြစ် ရဟန်းအဖြစ်ကို ခွင့်ပြုပညတ်တော်မူခဲ့သော်လည်း အခါတပါး၌ ရာဓမည်သော ပုဏ္ဏားကို ရဟန်းပြုစေလို၍ အရှင်သာရိပုတ္တရာ လျှောက်ထားခြင်းကြောင့် သရဏဂုံသုံးပါးဖြင့် ရဟန်းခံပေးခြင်းကို ပယ်မြစ်တော်မူ၍ ဉတ္တိစတုတ္ထကမ္မဝါစာဖြင့် ရဟန်းပြုပေးရန် ခွင့်ပြုတော်မူ၏။

ထို့နောက် ကပိလဝတ်ပြည်၌ သားတော်ရာဟုလာ မင်းသားရှင်ပြုလိုသောအခါ အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်မြတ်ပင် လျှောက်ထားခြင်းကြောင့် သရဏဂုံဖြင့်သာ ရှင်ပြုပေးရန် ခွင့်ပြုတော်မူ၏။ ထို့ကြောင့် သရဏဂုံဖြင့် ရှင်ပြုသည့်အရာမှာ ဉတ္တိစတုတ္ထကမ္မဝါစာကို မပညတ်မီသာဟု မှတ်ရပါမည်။

• • •

ရှင်ပြုပေးပုံ ၊ ရှင်သာမဏေပြု ဤသုံးစု

ဘုရားရှင်သည် သားတော်ရာဟုလာ အမွေတောင်းခြင်းနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်အား ရှင်ပြုပေးရန် မိန့်တော်မူ၏။ အဘယ်ကဲ့သို့ ရှင်ပြုပေးရပါမည်နည်းဟု အရှင်သာရိပုတ္တရာ လျှောက်ထားသောကြောင့် ''အနုဇာနာမိ ဘိက္ခဝေ တီဟိ သရဏဂမနေဟိ သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇံ''ဟု သရဏဂုံသုံးပါးဖြင့် ရှင်ပြုပေးတော်မူရန် ဘုရားရှင် ခွင့်ပြုတော်မူခဲ့ပါသည်။

ပဌမံ ကေသမဿုံ ဩဟာရာပေတွာ၊ ကာသာယာနိ ဝတ္ထာနိ အစ္ဆာဒေတွာ ဧကံသံ ဥတ္တရာသင်္ဂံ ကာရာပေတွာ...

ဥက္ကုဋိကံ နိသီဒါပေတွာ အဉ္ဇလိံပဂ္ဂဏှာပေတွာ ဧဝံဝဒေဟီတိ ဝတ္တဗ္ဗော'' ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ ပ ။ တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမီတိ။

ရှေးဦးစွာ မုတ်ဆိတ်ဆံပင်တို့ကို ရိတ်ပယ်၍ ဖန်ရည်ဆိုးသော အဝတ်သင်္ကန်းတို့ဖြင့် ဖုံးလွှမ်းလျက် လက်ဝဲတဖက် ပခုံးထက်၌ ကိုယ်ဝတ်ကေသီကို ဝတ်စေ၍ ရဟန်းတို့၏ ခြေတို့ကို ရှိခိုးစေ၍ ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်စေလျက် လက်အုပ်ချီစေလျက် ငါဆိုသည့် သရဏဂုံသုံးပါးကို ပီသစွာ လိုက်ဆိုစေဟု သရဏဂုံပေးကာ

ရှင်သာမဏေပြုပေးရပါသည်။

အချုပ်အားဖြင့် ရှင်သာမဏေပြုပေးရာ၌

(၁) ဆံပင်ကို ရိတ်ခြင်း

(၂) သင်္ကန်းကို ဝတ်စေခြင်း

(၃) သရဏဂုံဆောက်တည်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

တရားသင်ကာ ဆံချရာ ဦးစွာပထမ၊

ဖန်ရည်တတ်စွမ်း၊ မြတ်သင်္ကန်း ဆင်မြန်းဒုတိယ၊

သရဏဂုံ ရွတ်ဆိုပုံ ပြည့်စုံတတိယ၊

ကိစ္စအစု ဤသုံးခု ရှင်ပြုခေါ်ဆိုရ၊ သရဏဂုံ ပီသရုံ ပြည့်စုံမြတ်သီလ။

ရှင်ပြုပေးလိုသော ရဟန်းသည် နူနာစသော ပဗ္ဗဇ္ဇဒေါသကင်း၍ မိဘတို့ခွင့်ပြုအပ်သော မောင်ရှင်လောင်းကို ခေါင်းရိတ်လိုသောအခါ ဥပစာသိမ်အတွင်း၌ ရဟန်းတို့ကို ပန်ကြား၍ ရိတ်အပ်၏။ ဆရာကိုယ်တိုင်သော်လည်းကောင်း၊ ရဟန်းရှင်လူ တစ်ဦးဦးကို စေခိုင်း၍သော်လည်းကောင်း၊ ဆံရိတ်ခြင်း၊ သင်္ကန်းဝတ်ပေးခြင်းသည်အပ်၏။ သရဏဂုံကိုကား ဆရာကိုယ်တိုင် ပေးအပ်၏။

သာသနာကြီးပွားလောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်ထူးဟု ယူဆလျှင် ဆရာကိုယ်တိုင်ရေချိုးဆိပ်သို့ဆောင်ခြင်း ဆံရေဆွတ်ခြင်း၊ ချေးပွတ်ခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ပြီးစီးအောင် ရှင်ပြုပေးအပ်၏။ ဝဲနာအိုင်းနာ စသည်ရှိလျှင် မိခင်ပမာ မရွံ့မရှာကောင်းစွာပွတ်တိုက်ကာ ရေချိုးပေးအပ်၏။ အကျိုးကား ပျင်းရိသဖြင့် လူထွက်လိုသော်လည်း ဤကျေးဇူးကြောင့် မဆုတ်မနစ်မူ၍ မထေရ်ကြီးအဖြစ်သို့ ရောက်အောင်ကျင့်နိုင်၏။

ရေချိုးသောအခါ ဆံချသောအခါတို့၌ သင်ကား ထင်ရှားကျော်ကြားသော ပြည့်စုံချမ်းသာ၏။ သင့်ကိုမှီ၍ ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် ငါတို့ချမ်းသာပေတော့အံ့ဟု မပြောဆိုအပ်။ တပါးသော ဝဋ်မှထွက်မြောက်ကြောင်း မဟုတ်သည့် အ...

စကားတို့ကို မပြောဆိုအပ်။

ဥါရှင်စိတ်ကို ကောင်းစွာထား၍ သတိတရားဖြစ်စေလော့။ ဆံပင်, မွေးညှင်း, ခြေသည်း၊ လက်သည်း၊ သွား၊ အရေထူအရေပါးဟူသော တစပဉ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို အဆင်းသဏ္ဌာန်အနံ့မိုရာ ဖြစ်ရာအားဖြင့် မတင့်တယ်၊ စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ကိုလည်းကောင်း၊ သတ္တဝါလည်းမဟုတ် အသက်လည်းမဟုတ်သည်ကိုလည်းကောင်း ထင်ရှားအောင် နှလုံးသွင်းပါလော့ဟု မင်္ဂလာစကားကို ပြောကြားရမည်။ ဤသို့သင်ကြားပေးသဖြင့် ဆင်ခြင်သုံးသပ်သည်ရှိသော် ပါရမီရင့်သန်ပါက ခေါင်းရိတ်ပူအဆုံး၌ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်ကြပါသည်။

• • •

၃၂ ကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်း

ဆံပင်၊ မွေးညှင်း၊ ခြေသည်းလက်သည်း၊ သွား၊ အရေ	(၅) ခု
အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ရိုးတွင်းချင်ဆီ၊ အညို့	(၅) ခု
နှလုံး၊ အသည်း၊ အမြှေး၊ အဖျဉ်း၊ အဆုတ်	(၅) ခု
အူမ၊ အူသိမ်၊ အစာသစ်၊ အစာဟောင်း၊ ဦးနှောက်	(၅) ခု
သည်းခြေ၊ သလိပ်၊ ပြည်၊ သွေး၊ ချွေး၊ အဆီခဲ	(၆) ခု
မျက်ရည်၊ ဆီကြည်၊ တံတွေး၊ နှပ် အစေး၊ ကျင်ငယ်	(၆) ခု

ဤသုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော ကောဋ္ဌာသ အဖို့အစုတို့သည် အဆင်းအားဖြင့်၎င်း၊ သဏ္ဌာန်အားဖြင့်၎င်း၊ အနံ့အားဖြင့်၎င်း၊ တည်ရာအရပ်အားဖြင့်၎င်း၊ မှီရာအကြောင်းအားဖြင့်၎င်း၊ စက်ဆုပ်စရာ ရွံရှာစရာဖြစ်ကုန်၏။ မတင့်တယ်ကြကုန်၊ သတ္တဝါလည်း မဟုတ်ကုန် အသက်လည်း မဟုတ်ကုန်။

• • •

ရှင်လောင်း ဆံချနေစဉ် ရွတ်ဆိုရန်

ဤငါ၏ ကိုယ်၌ ဆံပင်၊ မွေးညှင်း၊ ခြေသည်းလက်သည်း၊ သွား၊ အရေ အရေ၊ သွား၊ ခြေသည်းလက်သည်း၊ မွေးညှင်းဆံပင် ဤငါးမျိုးသည် အဆင်းအားဖြင့်ငင်း၊ သဏ္ဍာန်အားဖြင့်ငင်း၊ အနံ့အားဖြင့်ငင်း၊ မိုရာအကြောင်းအားဖြင့်ငင်း၊ တည်ရာအရပ်အားဖြင့်ငင်း၊ စက်ဆုတ်စရာ ရွံရှာစရာဖြစ်ကုန်၏။ ငါ့ကိုယ် ဒါ့ဟာ ငါပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါမဟုတ် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တသာ ဖြစ်ကုန်၏။

[ဤတစပဉ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဆရာက ရှင်လောင်းအား သင်ပေးထားနှင့်ရမည်။ သင်ပေးထားခွင့် မရလျှင် တစ်ယောက်က ဆိုပေးပြီး ဆံချစေရမည်။ ဘာမျှ မသင်ပေးဘဲ ဆံချခြင်းကို မပြုမိအောင် သတိထားသင့်၏။]

ရှေးဦးစွာ ဆံ မှတ်ဆိတ်ကို ရိတ်ပယ်စေပြီးလျှင် လူနံ့ပျောက်စေခြင်းငှါ ခေါင်းမှုန့် နံ့သာမှုန့်တို့ဖြင့် ဦးခေါင်းကိုငင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်ကိုငင်း၊ ပွတ်တိုက်ရေချိုးပေးပြီးမှ သင်္ကန်းတောင်း စသည်ကိုပြု၍ သင်္ကန်းဝတ်ပေးအပ်၏။

သရဏဂုံ ကိစ္စပြီးလျှင် သာမဏေဘုံ၌ တည်လေ၏။ သိက္ခာပုဒ်ဆောက်ကြည့်စေခြင်း ဥပဇ္ဈာယ်ပေးခြင်း ကိစ္စပြီးလျှင် သိက္ခာပုဒ်တို့ကို ဖြည့်ကျင့်နိုင်အောင် နားလည်ရာ စကားဖြင့် ထိုထိုသိက္ခာပုဒ်တို့၏ အဓိပ္ပါယ်ကို ပြောပြအပ်၏။

သိက္ခာပုဒ်ကိုလည်း နားမလည်သေး၊ သင်္ကန်းသပိတ် မကိုင်ဆောင်တတ်သေး၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ သွားလာခြင်း၊ စားသောက်ခြင်း စသည်တို့၌ မလိမ္မာသေးလျှင် အခြားဝေးဝေးသို့ မလွှတ်ရ။ အနီးအနား၌သာ နေစေ၍ မလိမ္မာသေးသော သူငယ်တို့ကဲ့သို့ စောင့်ရှောက်အပ်၏။ ဆယ်ပါးသော သိက္ခာပုဒ်မှ ပြုဘိသော အာမာသ, အနာမာသစသော အလုံးစုံသော ကပ္ပိယ, အကပ္ပိယ အပ်သည်၊ မအပ်သည်တို့ကို ပြောကြားအပ်၏။ ဝတ်ခြင်း၊ ရုံခြင်းစသော အာဘိသမာစာရိက ကျင့်ဝတ်တို့၌ လိမ္မာအောင် ဆုံးမအပ်၏။ သာမဏေသစ်ကလေးလည်း စိတ်မကျအောင် ဒုက္ခမထိုက်အောင် ကောင်းစွာကျင့်အပ်၏။

ရှင်ပြုသင့်သော အသက်အရွယ်

မြတ်စွာဘုရားရှင် ရာဇဂြိုဟ်ပြည်တွင် သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ်အခါ အမျိုးသားတစ်ဦးအိမ်၌ ရောဂါနှိပ်စက် ပျက်စီးကြသဖြင့် ကျန်ရစ်သော ဖခင်နှင့် သားငယ်တို့သည် သာသနာဘောင်သို့ဝင်၍ ရဟန်းခံရှင်ပြုကြ၏။ ဆွမ်းခံသွားရာ၌ ဆွမ်းလောင်းပြီးသောအခါ သားငယ် ကိုရင်ကလေးက ပြေးလာခဲ့၍ "ဖခင်အကျွန်ုပ်အားလည်း ပေးပါဦး"ဟု တောင်းလေ့ရှိသဖြင့် ဘိက္ခုနီ ရဟန်းမိန်းမနှင့်ရသော ကလေးဖြစ်ဟန်တူသည်ဟု လူတို့ကဲ့ရဲ့ခြင်းကြောင့် "နဘိက္ခဝေ ဦနပန္နရသဝဿော ဒါရကော ပဗ္ဗာဇေတဗ္ဗော" တဆယ့်ငါးနှစ်ပြည့်မှ ရှင်ပြုပေးရမည်ဟု သိက္ခာပုဒ် ပညတ်တော်မူသည်။

အခါတပါး အရှင်အာနန္ဒာ၏ အလုပ်အကျွေး ဒါယကာတစ်ဦး တစ်အိမ်လုံးပျက်စီးရာ သားငယ်နှစ်ယောက်သာ ကျန်ရစ်၏။ ရှေ့အလေ့အားဖြင့် ရဟန်းတော်များကိုတွေ့လျှင် ပြေးလာကြရာ ရဟန်းတို့က မောင်းမဲခြင်းကြောင့် ငိုယိုနေကြရသည်ကို အရှင်အာနန္ဒာမြင်ရလျှင် ရှင်ပြုပေးထားခြင်သော်လည်း တစ်ဆယ့်ငါးနှစ်မပြည့်သေး၍ မပြုပေးဝံ့သောကြောင့် ဘုရားရှင်အား လျှောက်ထားတောင်းပန်သောအခါ "ချစ်သား အာနန္ဒာ ထိုသူငယ်လေးတို့သည် မိမိစားသော ထမင်းခွက်၌ ကျီးလာနိုက်လျှင် ပျံသွားအောင် မောင်းနှင်နိုင်အံ့လော"ဟု မိန့်တော်မူ၏။ မောင်းနှင်နိုင်ပါသည်ဘုရားဟု လျှောက်ထားလတ်သော် "အနုဇာနာမိ ဘိက္ခဝေ ဦနပန္နရသဝဿံ ဒါရကံ ကာကုဍ္ဍေပကံ ပဗ္ဗာဇေတုံ"ဟု တစ်ဆယ့်ငါးနှစ်မပြည့်သေးသော်လည်း ကျီးမောင်းနိုင်သော သူငယ်ကို ရှင်ပြုပေးရန် ခွင့်ပြုတော်မူခဲ့ပါသည်။

ယခုကာလ တချို့သော အလှူဒကာ အလှူ့အမတို့သည် အလွန်ငယ်ရွယ်၍ သရဏဂုံကိုပင် ပီသအောင် မဆိုတတ်သေးဘဲ ရှင်ပြုပေးကြသည်မှာ ရှင်ဖြစ်မဖြစ်ကား အလွန်စဉ်းစားဘွယ်ကောင်း၏။ အသက်အရွယ်မည်မျှဟု မသတ်

ခဲ့သော်လည်း သရဏဂုံပီသ၍ သက်နိုးတောင်း သေသည်ကို ရှုမြင်ရသော သင်္ကန်းဝတ်ဖြင့် သိက္ခာပုဒ်ကိုလုံအောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်မှ ဝတ်ပြုများ အသုံးပြု ကောင်းမြတ်လှပါသည်။

ဘုရားရှင်လက်ထက်တော်၌ ခုနှစ်နှစ်သားဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်သွားသော ရှင်သံကိစ္စ၊ ရှင်သုခ၊ ရှင်သောပါက၊ ရှင်ဒဗ္ဗ စသော သာမဏေများ အပါအဝင် ခဲ့သော်လာ ငါးနှစ်သား ရဟန္တာသာမဏေများ၊ ထွန်းကားပေါ်ပေါက်လာရာမှ အဆက်ဆက် သာသနာငါးထောင်ပတ်လုံး ယနေ့တိုင်အောင် ရှင်ပြုခြင်းတို့သည် သာသနာတော်၌ ထင်ရှားစွာ ဖြစ်ပေါ်လာကြကုန်၏။

* * *

ရှင်မပြုကောင်းသူ (၁၁)ယောက်

၁။ ပဏ္ဍက – ယောက်ျားမဟုတ် မိန်းမမဟုတ် ပဏ္ဍုတ်

၂။ ထေယျသံဝါသက – အသွင်၊ အပေါင်းအဖော်ခိုးသောသူ

၃။ တိတ္ထိယပက္ကန္တက – တိတ္ထိအယူသို့ပြောင်းသွားသောသူ

၄။ တိရစ္ဆာန – တိရစ္ဆာန်

၅။ မာတုဃာတက – အမိသတ်သောသူ

၆။ ပိတုဃာတက – အဖသတ်သောသူ

၇။ အရဟန္တဃာတက– ရဟန္တာသတ်သောသူ

၈။ လောဟိတုပ္ပါဒက – ဘုရားရှင်အား သွေးစိမ်းတည်အောင်ပြုသောသူ

၉။ သံဃဘေဒက – သံဃာသင်းခွဲသောသူ

၁၀။ ဘိက္ခုနီဒူသက – ဘိက္ခုနီမကို ဖျက်ဆီးသောသူ

၁၁။ ဥဘတောဗျဥ္စနက – နိမိတ်နှစ်ခုရှိသော ဥဘတောဗျည်း

ဤရှင်မပြုကောင်းသော အဘဗ္ဗပုဂ္ဂိုလ် ၁၁ ယောက်တို့၌ အသက်နှင့်ဆည်

မပြည့်သောသူ ပါရာဇိကကျသောသူထည့်လျှင် ရဟန်းမခံကောင်းသူ ၁၃ ယောက်ဖြစ်၏။

* * *

ဝိနည်းမဟာဝါ ပါဠိတော်လာ ရှင်ပြုမပေးထိုက်သူ ၃၂ ယောက်

(၁) လက်ပြတ်သောသူ
(၂) ခြေပြတ်သောသူ
(၃) လက်ရောခြေရောပြတ်သောသူ
(၄) နားပြတ်သောသူ
(၅) နှာခေါင်းပြတ်သောသူ
(၆) နားနှာခေါင်းပြတ်သောသူ
(၇) လက်ချောင်းခြေချောင်းပြတ်သောသူ
(၈) ခြေမလက်မပြတ်သောသူ
(၉) အကြောမပြတ်သောသူ
(၁၀) ခြေချောင်းလက်ချောင်းပူးနေသူ
(၁၁) ကုန်းသူ
(၁၂) ပုကွသူ
(၁၃) လည်ပင်းကြီးနာရှိသူ
(၁၄) သံပူကပ်၍ တံဆိပ်ခတ်ထားသူ
(စင်ကာပူစသော နိုင်ငံတို့၌ ကြိမ်ဒဏ်ထိထားသူများ)
(၁၅) ကြိမ်ဒဏ်ပေးခံရသူ
(၁၆) တွေ့ရာအရပ်၌ သတ်စေဟူ၍ ကြော်ငြာထားသူ

၁၇) ခြေထိုင်းသူ (ခြေဒရွတ်ဆွဲသောသူ)

၁၈) ဆေးကုမရ ဆိုးဝါးလှသော အနာရောဂါဆိုးရှိသူ

၁၉) ဖောက်ပြန်သောအဆင်းရှိသဖြင့် ပရိသတ်ကိုဖျက်ဆီးသူ

၂၀) မျက်စိတစ်ဖက်ကန်းသူ

၂၁) လက်ခြေကောက်သောသူ

၂၂) ခြေခွင်သူ

၂၃) ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေသူ (သွက်ချာပါဒစွဲသောသူ)

၂၄) အသွားဆွံ့သူ (ခြေဆွံ့သောသူ)

၂၅) အိုမင်းမစွမ်းသောသူ

၂၆) မျက်စိနှစ်ဖက်ကန်းသူ

၂၇) စကားဆွံ့အသူ

၂၈) နားပင်းသူ

၂၉) ကန်းလည်းကန်း အလည်းအသူ

၃၀) ကန်းလည်းကန်း နားလည်းပင်းသူ

၃၁) အလည်းအ နားလည်းပင်းသူ

၃၂) ကန်းလည်းကန်း အလည်းအ နားလည်းပင်းသူ

အထက်ပါဝိနည်းမဟာဝါ ပါဠိတော် စာမျက်နှာ ၁၂၆ တွင် ဘုရားရှင် ဟောထားသည်ကိုထောက်၍ ပရိသတ်ဒူသကဖြစ်သောပုဂ္ဂိုလ် ၃၂ ယောက်ကို ရှင်ပြုမပေးသင့်ကြောင်း။ ယခုအခါ သာသနာတွင်းဝယ် အချို့သော ပရိသတ်ဒူသက ရဟန်းသာမဏေများကို တွေ့မြင်နေရသည်ဖြစ်၍ ယခုအခါ ရှင်ပြုပေး ရဟန်းခံပေးမည့် ရှင်ဒကာ ရှင်အမ ရဟန်းဒကာ ရဟန်းဒကာမများ ရဟန်း သံဃာတော်များ အသေအချာ စိစစ်ပြီးမှသာ လက်ခံ၍ ရှင်ပြုရဟန်းခံပေးသင့် ပေသည်။

အမှန်အားဖြင့် ပဗ္ဗဇ္ဇဒါသမှ ကင်းသော ရှင်လောင်းရဟန်းလောင်းများကို သာ သေချာစွာစိစစ်၍ သာသနာတော်ကြီး အရှည်ခန့်၍ တည်တံ့ရန် ကြိုးစား ရှာဖွေ၍ သာသနာဘောင်သို့ သွတ်သွင်းသင့်ပါသည်။

* * *

ရှင်ပြုပုံ အစီအစဉ်

ဆရာ့ထံသို့ သင်္ကန်းကပ်ရန်

သကလဝဋ္ဋ ဒုက္ခ နိဿရဏ နိဗ္ဗာနဿ သစ္ဆိကရဏတ္ထာယ ဣမံ ကာသာဝံ ဂဟေတွာ ပဗ္ဗာဇေထ မံ ဘန္တေ အနုကမ္ပံ ဥပါဒါယ။

ဘန္တေ၊ အရှင်မြတ်ဘုရား၊ သကလဝဋ္ဋ ဒုက္ခနိဿရဏ နိဗ္ဗာနဿ၊ အလုံးစုံ သောသံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ ကင်းလွတ်ထွက်မြောက်ရာနိဗ္ဗာန်ကို၊ သစ္ဆိကရဏ တ္ထာယ၊ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုပါရခြင်း အကျိုးငှာ။ ဣမံကာသာဝံ၊ ဘုရားတပည့်တော်၏လက်၌ရှိသော ဤသင်္ကန်းကို ဂဟေတွာ၊ ယူတော်မူ၍၊ မံ၊ ဘုရားတပည့်တော်ကို အနုကမ္ပံ၊ အစဉ်သနားခြင်း ကို၊ ဥပါဒါ ယ၊ အကြောင်းပြု၍ ပဗ္ဗာဇေထ၊ ရှင်သာမဏေဖြစ်အောင် ပြုပေးတော်မူကြပါ ဘုရား။

* * *

ဆရာ့ထံမှ သင်္ကန်းတောင်းရန်

သကလဝဋ္ဋ ဒုက္ခနိဿရဏ နိဗ္ဗာနဿ သစ္ဆိကရဏတ္ထာယ ဧတံ ကာသာဝံ ဒတွာ ပဗ္ဗာဇေထ မံ ဘန္တေ အနုကမ္ပံ ဥပါဒါယ။

ဘန္တေ၊ အရှင်မြတ်ဘုရား၊ သကလဝဋ္ဋဒုက္ခနိဿရဏ နိဗ္ဗာနဿ၊ အလုံးစုံ သော သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ ကင်းလွတ်ထွက်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို။ သစ္ဆိကရဏ တ္ထာယ၊ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုပါရခြင်း အကျိုးငှာ။

ဒေတာ်ကာသာဝံ၊ အရှင်ဘုရား လက်တော်၌ရှိသော ထိုသင်္ကန်းကို။ ဒတွာ၊ ပေး တော်မူ၍။ မံ၊ ဘုရားတပည့်တော်ကို၊ အနုကမ္ပံ၊ အစဉ်သနားခြင်းကို၊ ဥပါဒါယ၊ အကြောင်းပြု၍။ ပဗ္ဗာဇေထ၊ ရှင်သာမဏေဖြစ်အောင် ပြုပေးတော်မူပါဘုရား။

ထို့နောက် သင်္ကန်းဝတ်ပေးရမည်၊ ထိုသို့ဝတ်ပေးရာ၌ သင်းပိုင်ကို ဒူးအောက် သက်ရစ်သစ်ချ၍ ဝတ်ပေးရမည်။ ကိုယ်ဝတ်ကောသီကို ဒူးအောက်လက်လေး သစ်ချ၍ ညီညာစွာ ဝတ်ပေးရမည်။ ကိုယ်ဝတ်ကောသီသင်္ကန်းကိုလည်း အောက် အစွန်းနှစ်ဖက်ညီအောင် ဝတ်ပေးကာ ဆရာရှေ့သို့ ပြန်ကာထိုင်ရမည်။

• • •

ရှင်သာမဏေအဖြစ် ခွင့်တောင်းရန်

ဘန္တေ သံသာရ ဝဋ္ဋဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ ပဗ္ဗဇ္ဇံ ယာစာမိ၊ ဒုတိယမ္ပိ ဘန္တေ သံသာရဝဋ္ဋ ဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ ပဗ္ဗဇ္ဇံ ယာစာမိ၊ တတိယမ္ပိ ဘန္တေ သံသာရဝဋ္ဋ ဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ ပဗ္ဗဇ္ဇံ ယာစာမိ။

ဘန္တေ၊ အရှင်မြတ်ဘုရား။ သံသာရဝဋ္ဋ ဒုက္ခတော၊ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ၊ မောစနတ္ထာယ၊ ထွက်မြောက်ပါရခြင်းအကျိုးငှာ၊ ပဗ္ဗဇ္ဇံ၊ ရှင်သာမဏေအဖြစ်ကို၊ ယာစာမိ၊ တောင်းပန်ပါ၏ဘုရား။

ဒုတိယမ္ပိ၊ နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း။

တတိယမ္ပိ၊ သုံးကြိမ်မြောက်လည်း။

• • •

ကန်တော့ရန်

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ သဗ္ဗဒေါသ ပပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့ကို ပျောက်ပါစေခြင်း၊ အကျိုးငှာ၊ ပထမ ဒုတိယ၊ တတိယ တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မြောက်အောင် ဘုရားရတနာ၊ တရား

ရတနာ၊ သံဃာရတနာ ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့ကို အရိုအသေ အလေးအမြတ် လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျှော့ကန်တော့ပါ၏အရှင်ဘုရား။

ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့် အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုးငါးပါး၊ ဝိပတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျသနတရားငါးပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်သာဖြစ်၍ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏အရှင်ဘုရား။

မန္တလေး မဟာနန္ဒိသေနာရာမ ဆရာတော်နည်း ကန်တော့ရန်

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ ရှေးကမ္ဘာ အသချေလွန်လေပြီးသော အတိတ်ဘဝတို့၌လည်းကောင်း၊ ယခုဖြစ်ဆဲပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌လည်းကောင်း၊ မသိသည့်အလျောက် တွေဝေသည့်အလျောက် မလိမ္မာသည့်အလျောက် လွန်ကျူးပြစ်မှားမိသော သဂ္ဂန္တရာယ် မဂ္ဂန္တရာယ်ကိုပြုတတ်သော ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံတည်းဟူသော ခပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့သည်၊ အကယ်၍ ဘုရားတပည့်တော် သန္တာန်တွင် ထင်ရှားရှိငြားအံ့၊ ထိုအပြစ်တို့ကို ပျောက်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာလည်းကောင်း၊ သစ္စာလေးပါးတရားတို့ကို မျက်မှောက်ပြုပါရခြင်း အကျိုးငှာလည်းကောင်း၊ ဘုရားရတနာ တရားရတနာ သံဃာရတနာတည်းဟူသော သုံးပါးသော ရတနာတို့ကို အရိုအသေပြု၍ အလေးပြု၍ အမြတ်တနိုးပြု၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ဘုရား။

ကန်တော့ရသော ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံစေတနာတို့ကြောင့် အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုးငါးပါး၊ ဝိပတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျသနတရားငါးပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန် တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏ဘုရား။

ယခုအခါကာလ ဒုလ္လဘ ဝတ်ကြသော ရဟန်းသာမဏေများ အချို့သော သူတို့သည် ရတနာသုံးပါး မိဘဆရာသမားဟူသော အနန္တအနန္တငါးပါးကို ဝိုင်းကန်တော့ကြရာဝယ် ရှိခိုးပုံမှာ များသောအားဖြင့် နည်းလမ်းမကျသည်ကို တွေ့မြင်ကြရသည်။ ထိုသို့ ရှိခိုးရာ၌ ''ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်ပြီး ထိခြင်းငါးပါးဖြင့် ထိ၍ ရှိခိုးဦးချရမည်''။

ထိခြင်းငါးပါးဖြင့် ရှိခိုးပုံကား

၁) ဆောင့်ကြောင့်ထိုင် (ခြေ)

၂) လက်ထောက် (လက်)

၃) ဒူးချ (ဒူး)

၄) တံတောင်ချ (တံတောင်)

၅) နဖူးချကာ ဦးချပါ။ (နဖူး)

ခြေလက်နဖူးတံတောင်ဒူး ဟူသော ထိခြင်းငါးပါးဖြင့်ထိ၍ ရှိခိုးရပါမည်။

◉ ◉ ◉

ဆရာဘုန်းကြီးဆုမေး

ဘုရားရတနာ တရားရတနာ သံဃာရတနာ ဟုဆိုအပ်သော ရတနာမြတ်သုံးပါး၊ ဆရာသမားတို့အား၊ ရှိသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ပူးမြှော်ဖန်လျှော့ ကန်တော့ရသော ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံစေတနာတို့ကြောင့် ဘေးရန်အန္တရာယ်ဟူသမျှတို့မှ ကင်းငြိမ်းလွင့်ပျောက် မရောက်ကြကုန်သည်သာဖြစ်၍ မိမိတို့သည် အလိုရှိအပ်သော တောင့်တအပ်သော ဆုမြတ်အပေါင်း ကောင်းကျိုးတရားတို့နှင့် ပြည့်စုံကြကုန်သည်ဖြစ်၍ ပရိယတ္တိသာသနာ ပဋိပတ္တိသာသနာ ဟုဆိုအပ်သော သာသနာတော်မြတ်နှစ်ပါးကို အဆက်ထက်ဆုံး ဆောင်ရွက် ဆောင်နိုင်ကြကုန်သည်ဖြစ်၍ ပဋိဝေဓသာသနာဟုဆိုအပ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် တရားတော်မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ရလွယ်ရောက်လွယ် မှတ်ကြောင်းဖြစ်ပါစေသတည်း

ကြသည် ဖြစ်ကြပါစေ။

ဟောတော်မူသည့်အတိုင်း ပြည့်စုံရပါလို၏ဘုရား။

◉ ◉ ◉

သရဏဂုံသီလ ဆောက်တည်ရန်

အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ဒသ သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဒုတိယမ္ပိ အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ဒသ သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံဒေထ မေ ဘန္တေ။

တတိယမ္ပိ အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ဒသ သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံဒေထ မေ ဘန္တေ။

အာမ ဘန္တေ။

◉ ◉ ◉

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။ (၃)ခေါက်ဆို။

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

တတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

အာမ ဘန္တေ။

ဆရာတပည့်နှစ်ဦးစလုံး သိထိလဓနိတ ဌာန်ကရိုဏ်းပယတ်များကို ကျနပီသစွာ ရွတ်ဆိုရမည်။ သရဏာဂုံပီသမှ ရှင်ဖြစ်နိုင်သည် ဓ–ဆ–ဃ စသော ဓနိတအက္ခရာများ၌ အသံကိုပြင်းပြင်းရွတ်ဆိုရပြီး ဗ–ဒ–ဂ စသော သိထိလ အက္ခရာများ၌ အသံကို ပေါ့ပေါ့ရွတ်ဆိုရမည်။ သေးသေးတင်ခေါ် နိဂ္ဂဟိတ်များကို ရွတ်ဆိုရာ၌ ပါးစပ်ပိတ်၍ နှာခေါင်းမှလေထုတ်ကာ ရွတ်ဆိုရပါသည်။

◉ ◉ ◉

သာမဏေ ၁၀ ပါး သီလဆောက်တည်ရန်

၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၃။ အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၅။ သုရာမေရယ မဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၆။ ဝိကာလဘောဇနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၇။ နစ္စဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူက ဒဿနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၈။ မာလာဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၉။ ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၁၀။ ဇာတရူပရဇတ ပဋိဂ္ဂဟဏာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

အာမဘန္တေ။

◉ ◉ ◉

၁၀ ပါးသီလ မြန်မာအဓိပ္ပာယ်အကျဉ်း

၁။ သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်ဖြတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရခြင်း၊

၂။ သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရခြင်း၊

၃။ မမြတ်သောမေထုန်အကျင့်မှ ရှောင်ကြဉ်ရခြင်း၊

၄။ လိမ်ညာဝါကြွားပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရခြင်း၊

၅။ သေရည်သေရက် မူးယစ်ဆေးဝါးသောက်စားမူးယစ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရခြင်း၊

၆။ နေ့လွဲညစာစားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရခြင်း၊

၇။ ကခြင်း၊ သီဆိုခြင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်း ကြည့်ရှုနားထောင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊

၈။ ပန်းပန်ခြင်းနံ့သာလိမ်းခြင်း စသည်တို့မှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊

၉။ မြင့်သောမြတ်သော နေရာတို့၌ နေထိုင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊

၁၀။ ရွှေငွေ စသည်တို့ ကိုင်တွယ်သုံးစွဲခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

ရှင်သာမဏေအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိလာကြကုန်သော ရှင်သာမဏေများသည် ဆရာသမားများ၏ပြောဆိုဆုံးမမှုများကို နာခံလျက် အားလုံးသော လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါများ ကြည်ညိုဖွယ်ဖြစ်အောင် သွားလာနေထိုင် စားသောက်ကြရာ၌ သတိထားကာ ကြိုးစားလိုက်နာသင့်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

ဥပဇ္ဈာယ်ယူရန်

ဥပဇ္ဈာယော မေ ဘန္တေ ဟောဟိ။ (၃ ကြိမ်)

ဘန္တေ အရှင်မြတ်ဘုရား၊ တွံ အရှင်ဘုရားသည်၊ မေ၊ ဘုရားတပည့်တော်၏ ဥပဇ္ဈာယော၊ အပြစ်ငယ် အပြစ်ကြီးအသီးသီးကို အနီးချဉ်းကပ် ဆုံးမသွန်သင်

တ်သော ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာသည်၊ ဟောပဲ၊ ဖြစ်တော်မူပါဘုရား၊

ပါသာဒိကေန သမ္မာဒေထ၊ ပါသာဒိကေန၊ လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအားလုံး တို့၏ ကြည်ညိုဖွယ်ကို ဆောင်တတ်သော ကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာဖြင့် ဝိသေသိကွ်၊ သိက္ခာသုံးရပ်သာသနာတော်မြတ်ကို၊ သမ္မာဒေထ၊ ပြည့်စုံစေကြ ကုန်လော။ အာမဘန္တေ။

• • •

ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်ရန်

၁၊ သင်္ကန်းဝတ်ရာ၌ ဆင်ခြင်ရန်

ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော စီဝရံ ပဋိသေဝါမိ၊ ယာဝဒေဝ သီတဿ ပဋိဃာတာ ယ ဥဏှဿ ပဋိဃာတာယ ဍံသ မကသ ဝါတာတပ သရီသပ သမ္ဖဿာနံ ပဋိဃာတာယ၊ ယာဝဒေဝ ဟိရိကောပိန ပဋိစ္ဆာဒနတ္ထံ။

ယောနိသော၊ သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့်၊ ပဋိသင်္ခါ ပဋိသင်္ခါယ၊ ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်၍၊ စီဝရံ၊ သင်္ကန်းကို၊ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏၊ သီတဿ၊ အအေးကို ယာဝပဋိဃာတာယဝေ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှါသာလျှင်။ ဍံသမကသ ဝါတာတပ သရီသပ သမ္ဖဿာနံ၊ မှက် ,ခြင်,ယင်,လေ,နေပူ,မြွေ, ကင်းသန်းတို့၏အတွေ့ တို့ကို၊ ယာဝပဋိဃာတာယဝေ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှါသာလျှင်။ စီဝရံ၊ သင်္ကန်းကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။ ယာဝဟိရိကောပိနပဋိစ္ဆာဒနတ္ထံ၊ ဟိရိဂုဏ်ကိုဖျက်ဆီးတတ်သော အင်္ဂါကြီးငယ်ကို ဖုံးလွှမ်းခြင်းအကျိုးငှာသာလျှင်၊ စီဝရံ၊ သင်္ကန်းကို၊ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။

မြန်မာသက်သက်– သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့် ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍ သင်္ကန်းကို မှီဝဲပါ၏။

၁ အအေးကိုပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်

၂။ အပူကိုပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်
၃။ မှက်ခြင်ယင်လေ နေပူ မြွေကင်းသန်းတို့၏အတွေ့တို့ကို ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာ လျှင် သက်န်းကို မှီဝဲပါ၏။
၄။ ဟိရိဂုဏ်ကို ဖျက်ဆီးတတ်သော အင်္ဂါကြီးငယ်ကို ဖုံးလွှမ်းခြင်းအကျိုးငှာ သာလျှင် သက်န်းကို မှီဝဲပါ၏။

၂။ ဆွမ်းစားရာ၌ ဆင်ခြင်ရန်

ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော ပိဏ္ဍပါတံ ပဋိသေဝါမိ နေဝ ဒဝါယ နမဒါယ န မဏ္ဍနာယ န ဝိဘူသနာယ ယာဝဒေဝ ဣမဿ ကာယဿ ဌိတိယာ ယာပနာယ ဝိဟိံသူပရတိယာ ဗြဟ္မစရိယာနုဂ္ဂဟာယ ဣတိပုရာဏဉ္စ ဝေဒနံ ပဋိဟင်္ခါမိ၊ နဝဉ္စ ဝေဒနံ နဥပ္ပါဒေဿာမိ ယာတြာစ မေ ဘဝိဿတိ အနဝဇ္ဇတာစ ဖာသုဝိဟာရောစ။

ယောနိသော၊ သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့်၊ ပဋိသင်္ခါ ပဋိသင်္ခါယ၊ ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍၊ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းအစရှိသော အာဟာရကို၊ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏ မဒါယ၊ ရွာသူသားငယ်တို့ကဲ့သို့ မြူးတူးပျော်ပါးကစားခြင်းငှာ၊ နေဝပဋိသေဝါမိ၊ မမှီဝဲပါ၊ မဒါယ၊ လက်ဝှေ့လက်ပန်းသည် စသည်တို့ကဲ့သို့ အားဟူသော မာန်ရစ်ခြင်းငှာ။ နပဋိသေဝါမိ၊ မမှီဝဲပါ၊ မဏ္ဍနာယ၊ နန်းတွင်းသူပြည့်တန်ဆာမတို့ကဲ့သို့ အရေအဆင်းလှပတင့်တယ်ခြင်းငှာ၊ နပဋိသေဝါမိ၊ မမှီဝဲပါ။ ဝိဘူသနာယ၊ ကျွမ်း သမားကခြေသည်တို့ကဲ့သို့ အသားအရေပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ၊ န ပဋိသေဝါမိ၊ မမှီဝဲပါ။ ဣမဿ ကာယဿ၊ ဤရူပကာယ၏၊ ယာဝဌိတိယာဝေ တည်ရုံငှါသာလျှင်၊ ယာဝ ယာပနာယဝေ၊ မျှတရုံငှာသာလျှင်၊ ယာဝဝိဟိံ သူပရတိယာဝေ၊ ပင်ပန်းခြင်းငြိမ်းရုံငှာ သာလျှင်၊ ယာဝဗြဟ္မစရိယာနုဂ္ဂဟာယဝေ၊ သာသနာ ဗြဟ္မစရိယ မဂ္ဂဗြဟ္မစရိယ နှစ်ပါးကို ချီးမြှောက်ရုံငှာသာလျှင်၊ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းအစရှိသော အာဟာရကို ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏၊ ဣတိ-

ဉမိနာပိဏ္ဍပါ တပ္ပဋ္ဌိသေဝနေန၊ ဤသို့ ဆွမ်းကို မှီဝဲသဖြင့်၊ ပုရာဏံ၊ အဟောင်းဖြစ်သော ဝေဒနဥ္စ၊ ဆင်းရဲဝေဒနာ ကိုလည်း၊ ပဋိဟင်္ခါမိ၊ ယ်ဖျောက်တို့၊ နဝံ၊ အသစ်ဖြစ်သော ဝေဒေနဥ္စ၊ ဆင်းရဲ ဝေဒနာကိုလည်း၊ ဥပ္ပါဒေဿာမိ၊ မဖြစ်စေအံ့၊ မေ၊ ငါ့အား၊ ယာတြာစ၊ မျှတခြင်းသည် လည်းကောင်း၊ အနဝဇ္ဇတာစ၊ အပြစ်မရှိခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ဖာသုဝိဟာ ရောစ၊ ချမ်းသာစွာနေရခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ဘဝိဿတိ၊ ဖြစ်လတ္တံ့၊ ဣတိ၊ ဤသို့ နှလုံးပြု၍၊ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းအစရှိသော အာဟာရကို၊ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။

မင်မာသက်သက်ဆင်ခြင်ပုံ= သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့် ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍ ဆွမ်းအစရှိသော အာဟာရကို မှီဝဲပါ၏။

ရွာသူသားငယ်တို့ကဲ့သို့ မြူးတူးပျော်ပါးကစားခြင်းငှာ မမှီဝဲပါ။

လက်ဝှေ့လက်ပန်းသည် စသည်တို့ကဲ့သို့ အားဟူသော မာန်ရစ်ခြင်းငှာ မမှီဝဲပါ။

နန်းတွင်းသူပြည့်တန်ဆာမတို့ကဲ့သို့ အရေအဆင်းလှပတင့်တယ်ခြင်းငှာ မမှီဝဲပါ။

ကျွမ်းသမား ကခြေသည်တို့ကဲ့သို့ အင်္ဂါကြီးငယ် ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ မမှီဝဲပါ။

ဤရုပကာယ၏ တည်ရုံငှာသာလျှင်

မျှတရုံငှာသာလျှင်

ပင်ပန်းခြင်းငြိမ်းရုံငှာသာလျှင်

သာသနာဗြဟ္မစရိယ မဂ္ဂဗြဟ္မစရိယနှစ်ပါးကို ချီးမြှောက်ရုံငှာသာလျှင် ဆွမ်းအစရှိသော အာဟာရကို မှီဝဲပါ၏။

ဤသို့ ဆွမ်းကိုမှီဝဲသဖြင့် အဟောင်းဖြစ်သော ဆင်းရဲဝေဒနာကိုလည်း ပယ်ဖျောက်အံ့။

၁၀။ အသစ်ဖြစ်သော ဆင်းရဲဝေဒနာကိုလည်း၊ မဖြစ်စေအံ့၊
၁၁။ ငါ့အားမျှတခြင်းသည်လည်းကောင်း၊
၁၂။ အပြစ်မရှိခြင်းသည်လည်းကောင်း၊
၁၃။ ချမ်းသာစွာနေရခြင်းသည်လည်းကောင်း ဖြစ်လတ္တံ့။ ဤသို့ နှလုံးသွင်း၍ ဆွမ်းအစရှိသော အာဟာရကို မှီဝဲပါ၏။

၃။ ကျောင်းအိပ်ရာနေရာ၌ ဆင်ခြင်ရန်

ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော သေနာသနံ ပဋိသေဝါမိ ယာဝဒေဝ သီတဿ ပဋိဃာတာယ ဥဏှဿ ပဋိဃာတာယ ဍံသ မကသ ဝါတာတပ သရီသပ သမ္ဖဿာနံ ပဋိဃာတာယ ယာဝဒေဝ ဥတုပရိဿယ ဝိနောဒန ပဋိသလ္လာနာရာမတ္ထံ။

ယောနိသော၊ သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့်၊ ပဋိသင်္ခါ-ပဋိသင်္ခါယ၊ ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍၊ သေနာသနံ၊ အိပ်ရာနေရာကျောင်းကို၊ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏၊ သီတဿ၊ အအေးကို၊ ယာဝပဋိဃာတာယဝေ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်၊ ဥဏှဿ၊ အပူကို၊ ယာဝပဋိဃာတာယဝေ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်၊ ဍံသမကသ ဝါတာတပ သရီသပသမ္ဖဿာနံ၊ မှက်ခြင်ယင်လေ နေပူ မြွေကင်းသန်းတို့၏ အတွေ့တို့ကို၊ ယာဝပဋိဃာတာယဝေ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်၊ သေနာသနံ၊ အိပ်ရာနေရာကျောင်းကို၊ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။ ယာဝဥတုပရိဿယ ဝိနောဒန ပဋိသလ္လာ နာရာမတ္ထံ၊ ဥတုဘေးရန်ကို ပယ်ဖျောက်ခြင်း ကိန်းအောင်းမွေ့လျော်ခြင်း အကျိုးငှာသာလျှင်၊ သေနာသနံ၊ အိပ်ရာနေရာကျောင်းကို၊ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။

မြန်မာသက်သက်ဆင်ခြင်ပုံ= သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့် ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍ အိပ်ရာနေရာကျောင်းကို မှီဝဲပါ၏။

၁။ အအေးကိုပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်

အပူကို ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်

မှက် ခြင် ယင် လေနေပူ မြွေကင်းသန်းတို့၏အတွေ့တို့ကို ပယ်ဖျောက်ရုံ ငှာသာလျှင် အိပ်ရာနေရာကျောင်းကို မှီဝဲပါ၏။

ဥတုဘေးရန်ကို ပယ်ဖျောက်ခြင်း၊ ကိန်းအောင်းမွေ့လျော်ခြင်းအကျိုးငှာ သာလျှင် အိပ်ရာနေရာကျောင်းကို မှီဝဲပါ၏။

၄။ ဆေးမှီဝဲရာ၌ ဆင်ခြင်ရန်

ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော ဂိလာနပစ္စယ ဘေသဇ္ဇ ပရိက္ခာရံ ပဋိသေဝါမိ၊ ယာဝဒေဝ ဥပ္ပန္နာနံ ဝေယျာဗာဓိကာနံ ဝေဒနာနံ ပဋိဃာတာယ အဗျာပဇ္ဈပရမတာယ။

ယောနိသော၊ သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့်၊ ပဋိသင်္ခါ-ပဋိသင်္ခါယ၊ ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍၊ ဂိလာနပစ္စယဘေသဇ္ဇ ပရိက္ခာရံ၊ အနာ၏ဆန့်ကျင်ဘက် အသက်၏အရံအကာ တန်ဆာအဆောက်အဦဖြစ်သော ဆေးကို၊ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏၊ ဥပ္ပန္နာနံ၊ ဖြစ်ပြီးဖြစ်ဆဲ ဖြစ်ကုန်သော။ ဝေယျာဗာဓိကာနံ၊ ဓာတ်ချောက်ချားခြင်း ကြောင့်ဖြစ်ကုန်သော။ ဝေဒနာနံ၊ ဆင်းရဲဝေဒနာတို့ကို၊ ယာဝပဋိဃာတာယဝေ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်၊ ယာဝအဗျာပဇ္ဈပရမတာယဝေ၊ အနာကြောင့်ဖြစ်သော ဆင်းရဲခြင်း၏မရှိခြင်းအကျိုးငှာသာလျှင်။ ဂိလာနပစ္စယ ဘေသဇ္ဇ ပရိက္ခာရံ၊ အနာ၏ဆန့်ကျင်ဘက် အသက်၏အရံအကာ တန်ဆာအဆောက်အဦဖြစ်သော ဆေးကို ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။

မြန်မာသက်သက်ဆင်ခြင်ပုံ။

သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့် ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍ အနာ၏ဆန့်ကျင်ဘက် အသက်၏အရံအကာ တန်ဆာအဆောက်အဦဖြစ်သော ဆေးကို မှီဝဲပါ၏

(၁) ဖြစ်ပြီးဖြစ်ဆဲဖြစ်ကုန်သော ဓာတ်ချောက်ချားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ကုန်သော ဆင်းရဲဝေဒနာတို့ကို ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်၊

(၂) အနာကြောင်ဖြစ်သော ဆင်းရဲခြင်း၏မရှိခြင်း အကျိုးငှာသာလျှင် အနာ၏ ဆန့်ကျင်ဘက်အသက်၏ အရံအကာ တန်ဆာအဆောက်အဦဖြစ်သော ဆေးကို မှီဝဲပါ၏။

• • •

ပစ္စည်းလေးပါးကို မြန်မာကဗျာဖြင့် ဆင်ခြင်ရန်

၁။ **သင်္ကန်း။** ချမ်းပူကိုဖျက်၊ ခြင်မှက်လေနေ၊ ကင်းမြွေလွဲသုန်၊ ဟိရိဂုဏ်ကို၊ ကုန်စေတတ်စွာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါကို၊ လုံပါစေလို၊ ကိုယ်ကိုစမ့်ဖို၊ ဆင်ပြင်မယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်မတမ်း၊ ဤသင်္ကန်းကို ဖုံးလွှမ်းသုံးဆောင်ပါသတည်း။

၂။ **ဆွမ်း။** ဤသည့်စားဘွယ်၊ အမယ်မယ်ကို၊ မြူးရယ်မာန်ကြွ၊ လှပ ရေဆင်း၊ ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ၊ မသုံးပါဘူး၊ လေးဖြာဓာတ်ဆောင်၊ ဤကိုယ်ကောင် သည်၊ ရှည်အောင်တည်လျက်၊ အသက်မျှတန်း၊ မမောပန်းငြား ဘုရားသာသနာ ကျင့်နှစ်ဖြာကို၊ ကျင့်ပါနိုင်စေ၊ ဝေဒနာဟောင်းသစ်၊ မဖြစ်စေရ၊ ယာပိုက်မျှလစ်၊ ခပ်သိမ်းပြစ်ကို၊ မဖြစ်လေအောင် ချမ်းမြေ့အောင်ဟု သုံးဆောင်မှီဝဲပါသတည်း။

၃။ **ကျောင်း။** ချမ်းပူကိုဖျက်၊ ခြင်မှက်လေနေ၊ ကင်းမြွေဝေးမှု၊ ဥတုဘေး ဘျမ်း၊ မသန်းကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်ကြောင်း၊ နေရာကျောင်းကို၊ ကိန်းအောင်း မှီခိုပါသတည်း။

၄။ **ဆေး။** ကျင်နာခံခက်၊ နှိပ်စက်ဖိစီး၊ ဖြစ်ပြီးဖြစ်လာဝေဒနာကို၊ စွန့်ခွာ ပယ်လျှင်း၊ ဆင်းရဲကင်း၍၊ လူမင်းမြတ်စွာ သာသနာကို၊ ကြည်သာရွှင်လန်း ဖြည့်စွမ်းနိုင်ဘို့၊ ရည်မှန်းသုံးဆောင်ပါသတည်း။

၅။ **ကြွင်းပစ္စည်းများ။** ဖိနပ်၊ ဆီမီး ထီး တောင်ဝှေးစ ဟူသမျှကို၊ အေးမြ

ချမ်းပူ၊ မြေငူသစ်ငုတ်၊ ခလုတ်ဆူးငြောင့်၊ မနှောင့်ဘေးဘျမ်း၊ မသန်းကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်၍၊ အားအင်ပြည့်မာ၊ သာသနာကို၊ ကောင်းစွာကျင့်ဆောင်၊ ပြည့်နိုင်အောင်ဟု၊ သုံးဆောင်မှီဝဲပါသတည်း။

ရန်ကင်း ပဋ္ဌာနီကာယ သာသနဗိမာန် တိပိဋက ပြည်ဆရာတော် ဦးကောသလ္လနည်း ပစ္စည်းလေးပါး ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်ပုံအကျဉ်း။

၁။ အရှက်အကြောက်ကို လုံခြုံရန် ဤသင်္ကန်းကို ဝတ်ရုံသုံးဆောင်ပါ၏။

၂။ မြတ်စွာဘုရား၏သာသနာတော်မြတ်ကြီးကို ထမ်းဆောင်နိုင်ရန် ဤဆွမ်းကို သုံးဆောင်ပါ၏။

၃။ အအေးအပူကို ပယ်ဖျောက်နိုင်ရန် ဤကျောင်း၌ နေထိုင်ပါ၏။

၄။ ရောဂါဝေဒနာကို ပယ်ဖျောက်နိုင်ရန် ဤဆေးကို မှီဝဲပါ၏။

၅။ အသက်ရှည်ကြာ ဘေးရောဂါတို့ ကိုယ်မှာမကပ် ပရိယတ်နှင့် ပဋိပတ်ရေး မျှော်ထောက်တွေးလျက် ဤဆေး၊ ဤဆွမ်း၊ ဤသင်္ကန်းနှင့် ရှင်လန်းဘွယ်ကောင်း ဤစံကျောင်းကို မှီအောင်းသုံးစွဲပါသတည်း။

◉ ◉ ◉

ပရိဘောဂ သုံးဆောင်ခြင်း ၄ မျိုး

၁။ ကိုယ်ကျင့်သီလမရှိဘဲ ပစ္စည်းလေးပါးကို သုံးဆောင်ခြင်းသည် ခိုးစားခြင်းနှင့် တူသောကြောင့် ထေယျပရိဘောဂ။

၂။ ပစ္စဝေက္ခဏာ မဆင်ခြင်ဘဲ သုံးဆောင်ခြင်းသည် ချေးငှားစားသည်နှင့်တူသောကြောင့် ဣဏပရိဘောဂ၊

၃။ ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်၍ သုံးဆောင်ခြင်းသည်လည်းကောင်း သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သုံးဆောင်ခြင်းသည်လည်းကောင်း အမွေခံအဖြစ်နှင့် တူသောကြောင့် ဒါယဇ္ဇပရိဘောဂ။

၄။ ရဟန္တာတို့၏သုံးဆောင်ခြင်းသည် တဏှာ၏ကျွန်အဖြစ်မှ လွတ်၍ ပိုင်ရှင်နှင့် တူသောကြောင့် သာမိပရိဘောဂတို့ ဖြစ်သည်။

* * *

ပစ္စဝေက္ခဏာ လေးပါးအဓိပ္ပာယ်

သင်္ကန်း၊ ဆွမ်း၊ ကျောင်း၊ ဆေး ပစ္စည်းလေးပါးကို မှီဝဲသောအခါ ထို ပစ္စည်းများအပေါ်၌ တပ်မက်ခြင်းစသော အာသဝတရားတို့ကို ပယ်မြစ်ဖို့ရန် ဉာဏ်ဖြင့်ဆင်ခြင်ရန် ဗုဒ္ဓရှင်တော်ဘုရား ဟောကြားဆုံးမတော်မူခဲ့သည်။ အဖန် ဖန် ဉာဏ်ဖြင့်ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှုမျိုးကို ပစ္စဝေက္ခဏာဟု ခေါ်ပါသည်။

ဆင်ခြင်ရာအခါများ

၁။ သင်္ကန်းကိုဝတ်တိုင်း ရုံတိုင်း သုံးဆောင်တိုင်း ဆင်ခြင်ရမည်။

၂။ စားသောက်မျိုခဲအပ်သော အစာအာဟာရဟူသမျှတို့ကို ဆွမ်းလုပ်တိုင်း ဆွမ်းလုပ်တိုင်း ဆင်ခြင်ရမည်။

၃။ အိပ်စရာ နေစရာ ထိုင်စရာ ကျောင်းဆောင်စောင်း၊ ခုတင် စသည်တို့ကို ဝင်တိုင်းထွက်တိုင်း သုံးဆောင်တိုင်း၊ ဆင်ခြင်ရမည်။

၄။ အဖျော် ပျားသကာ တင်လဲ စသော သောက်ဖွယ်လျက်ဖွယ် ဆေးဟူသမျှ တို့ကို သောက်တိုင်းစားတိုင်း လျက်တိုင်း ဆင်ခြင်ရမည်။

'ဆင်ခြင်သည်' ဆိုရာ၌ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို မသိနားမလည်ဘဲ ပါဠိသက် သက် ရွတ်ဆိုခြင်းသည် ဆင်ခြင်သည်မမည်။ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကိုမှတ်သား၍ ပစ္စည်းလေးပါးကို သုံးဆောင်သောအခါတိုင်း ဉာဏ်ဖြင့်သက်ဝင်၍ ဆင်ခြင်ရ သည်။ တစ်နေ့လုံး မဆင်ခြင်နိုင်လျှင် အရုဏ်မတက်မီ အနည်းဆုံးတစ်ကြိမ်မျှ ဖြစ်စေဆင်ခြင်ရမည်။

အရုဏ်တက်သည့်တိုင်အောင် တစ်ကြိမ်မျှ မဆင်ခြင်မိလျှင် 'ဣဏပရိ

ဘာဂ ပစ္စည်းလေးပါး လှူဒါန်းထားသူများထံမှ ကြွေးယူထားသည်နှင့်တူသောကြောင့် နောင်ဘဝတွင် ထိုပစ္စည်းလေးပါး အလှူရှင်တို့ထံတွင် ကြွေးပြန်ဆပ်ရမည်ဖြစ်၍ ကြွေးမတင်ရန် အနည်းဆုံး တစ်ကြိမ်တော့ ဆင်ခြင်သင့်ပါသည်။

* * *

လိင် ၁၀ ပါး ပါဠိအနက်

ဒသ ဟင်္ဂေဟိ သမန္နာဂတော သာမဏေရော နာသေတဗ္ဗော၊ ပါဏာတိပါတီ ဟောတိ၊ အဒိန္နာဒါယီ ဟောတိ၊ အဗြဟ္မစာရီ ဟောတိ၊ မုသာဝါဒီ ဟောတိ၊ သုရာမေရယ မဇ္ဇပါယီ ဟောတိ၊ ဗုဒ္ဓဿ အဝဏ္ဏံဘာသတိ၊ ဓမ္မဿ အဝဏ္ဏံဘာသတိ၊ သံဃဿ အဝဏ္ဏံဘာသတိ၊ မိစ္ဆာ ဒိဋ္ဌိကော ဟောတိ၊ ဘိက္ခုနီ ဒူသကော ဟောတိ၊ ဣမေဟိ ခေါ ဒသဟင်္ဂေဟိ သမန္နာဂတော သာမဏေရော နာသေတဗ္ဗော။

ဒသဟိ၊ ဆယ်ပါးကုန်သော၊ အင်္ဂေဟိ၊ အကြောင်းအင်္ဂါတို့နှင့်၊ သမန္နာဂတော၊ ပြည့်စုံသော၊ သာမဏေရော၊ သာမဏေကို၊ နာသေတဗ္ဗော၊ လိင်ပြန်စေအပ်၏။ ပါဏာတိပါတီ၊ သူ့အသက်ကိုသတ်လေ့ရှိသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ အဒိန္နာဒါယီ၊ အရှင်မပေးသော သူတပါးဥစ္စာကို ခိုးယူလေ့ရှိသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ အဗြဟ္မစာရီ၊ မမြတ်သော မေထုန်အကျင့်ကို ကျင့်လေ့ရှိသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ မုသာဝါဒီ၊ မဟုတ်မမှန်သော စကားကိုပြောဆိုလေ့ရှိသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ သုရာမေရယမဇ္ဇပါယီ၊ မေ့လျော့ခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်သော သေရည် သေရက်ကိုသောက်လေ့ရှိသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ ဗုဒ္ဓဿ၊ မြတ်စွာဘုရား၏၊ အဝဏ္ဏံ၊ ကျေးဇူးမဲ့ ကဲ့ရဲ့သောစကားကို၊ ဘာသတိ၊ ပြောဆို၏၊ ဓမ္မဿ၊ တရားတော်မြတ်၏၊ အဝဏ္ဏံ၊ ကျေးဇူးမဲ့ကဲ့ရဲ့သောစကားကို၊ ဘာသတိ

ပြောဆို၏၊ သံဃသဿ၊ သံဃာတော်မြတ်၏။ အဝဏ္ဏံ၊ ကျေးဇူးမဲ့ကဲ့ရဲ့သောစကားကို၊ ဘာသတိ၊ ပြောဆို၏။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကော၊ မှားသောအယူရှိသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ ဘိက္ခုနိဒူသကော၊ ဘိက္ခုနီမကို ဖျက်ဆီးသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဒသဟိ၊ ဆယ်ပါးကုန်သော၊ ဣမေဟိ ခေါ်အင်္ဂေဟိ၊ ဤအကြောင်း အင်္ဂါတို့နှင့်၊ သမန္နာ ဂတော၊ ပြည့်စုံသော၊ သာမဏေရော၊ သာမဏေကို၊ နာသေတဗ္ဗော၊ လိင်ပြန် စေအပ်၏။

• • •

လိင်,လိင်ကျ, လိင်ပြန် အဓိပ္ပာယ်

လိင် ၁၀ ပါးတွင် ၁ ပါးကိုဖြစ်စေ အားလုံးကိုဖြစ်စေ လွန်ကျူးသော ရှင်သာမဏေကို လူထွက်စေရမည်၊ လိင်ဟူသော စကားသည် လိင်္ဂဟူသော သဒ္ဒါမှ ဆင်းသက်လာသောစကားဖြစ်သည်၊ အသွင်ဟူသော အဓိပ္ပာယ်ကို ဆိုလိုသည်၊ ထိုအသွင်သည် ဂိဟိလိင်္ဂ၊ လူ့အသွင်၊ ပဗ္ဗဇ္ဇလိင်္ဂ၊ သာမဏေအသွင်ဟု အသွင်နှစ်မျိုးရှိသည်။

လိင် ၁၀ ပါးတွင် တစ်ပါးပါးကို ကျူးလွန်သော သာမဏေသည် သာမဏေအသွင်မှ နောင်အခါ စောင့်စည်းမှုမရှိက လူအသွင်သို့ လျောကျသည်ကို 'လိင်ကျ' သည်ဟုခေါ်သည်။

လူထွက်သည့် ရှင်သာမဏေမှာ ရှင်သာမဏေအသွင်မှ လူ့အသွင်ကို ပြန်ယူသောကြောင့် လိင်ပြန်သည်ဟု ခေါ်ပါသည်။

ဒဏ် ၁၀ ပါး ပါဠိအနက်

ဒသဟင်္ဂေဟိ သမန္နာဂတဿသာမဏေရဿ ဒဏ္ဍကမ္မံ ကာတဗ္ဗံ၊ ဝိကာလ ဘောဇနော ဟောတိ၊ နစ္စ, ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူက ဒဿနောဟောတိ၊

မာလာဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏမဏ္ဍန ဝိဘူသနော ဟောတိ၊ ဥစ္စာသယန
မဟာသယနော ဟောတိ၊ ဇာတရူပ ရဇတပဋိဂ္ဂဟဏောဟောတိ၊ ဘိက္ခုနံ
အလာဘာယ ပရိ သက္ကတိ၊ ဘိက္ခုနံ အဝါသာယ ပရိသက္ကတိ၊ ဘိက္ခုနံ
အနတ္ထာယ ပရိသက္ကတိ၊ ဘိက္ခူအက္ကောသတိ ပရိဘာသတိ၊ ဘိက္ခူ
ဘိက္ခူဟိဘေဒေတိ၊ ဣမေဟိ ခေါ ဒသဟင်္ဂေဟိ သမန္နာ ဂတဿ
သာမဏေရဿ ဒဏ္ဍကမ္မံ ကာတဗ္ဗံ။

ဒသဟိ၊ ဆယ်ပါးကုန်သော၊ အင်္ဂေဟိ၊ အကြောင်းအင်္ဂါတို့နှင့်၊ သမန္နာ
ဂတဿ၊ ပြည့်စုံသော၊ သာမဏေရဿ၊ သာမဏေအား၊ ဒဏ္ဍကမ္မံ၊ သဲဒဏ်
ဒဏ်ပေးခြင်းအမှုကို၊ ကာတဗ္ဗံ၊ ပြုအပ်၏၊ ဝိကာလဘောဇနော၊ နေလွဲညစာ
စားလေ့ရှိသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ နစ္စဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူက ဒဿနော၊ ကခြင်း
သီဆိုခြင်း တီးမှုတ်ခြင်းတို့ကို ကြည့်ရှုနားထောင်ခြင်းအလေ့ရှိသည်၊ ဟောတိ၊
ဖြစ်၏၊ မာလာဂန္ဓဝိလေပနဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနော၊ ပန်းပန်ခြင်း နံ့သာလိမ်း
ခြင်း၊ နံ့သာပျောင်းတို့ဖြင့် အတင့်အတယ် အပြေအပြစ်ပြုလေ့ရှိသည်။ ဟောတိ၊
ဖြစ်၏၊ ဥစ္စာသယနမဟာသယနော၊ မြင့်သောနေရာမြတ်သောနေရာတို့၌
နေလေ့ ရှိသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ ဇာတရူပရဇတ ပဋိဂ္ဂဟဏော၊ ရွှေငွေဒင်္ဂါး
ကြက်ဆံကို ကိုင်ခံလေ့ရှိသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ ဘိက္ခုနံ၊ ရဟန်းတို့အား၊အလာ
ဘာယ၊ လာဘ်မရစိမ့်သောငှာ၊ ပရိသက္ကတိ၊ အားထုတ်၏၊ ဘိက္ခုနံ၊ ရဟန်းတို့
အား၊ အဝါသာယ၊ နေရာမရစိမ့်သောငှာ၊ ပရိသက္ကတိ၊ အားထုတ်၏၊ ဘိက္ခုနံ၊
ရဟန်းတို့အား၊ အနတ္ထာယ၊ အကျိုးမဲ့ဖြစ်စိမ့်သောငှာ၊ ပရိသက္ကတိ၊ အားထုတ်
၏၊ ဘိက္ခူ၊ ရဟန်းတို့ကို၊ အက္ကောသတိ၊ ဆဲရေး၏၊ ပရိဘာသတိ၊ ခြိမ်းခြောက်
၏၊ ဘိက္ခူ၊ ရဟန်းတို့ကို၊ ဘိက္ခူဟိ၊ တစ်ပါးသောရဟန်းတို့နှင့်၊ ဘေဒေတိ၊ကွဲပြား
စေအောင်ကုန်းတိုက်၏၊ ဒသဟိ၊ ဆယ်ပါးကုန်သော၊ ဣမေဟိခေါအင်္ဂေဟိ၊
ဤအကြောင်း အင်္ဂါတို့နှင့်၊ သမန္နာဂတဿ၊ ပြည့်စုံသော၊ သာမဏေရဿ၊

သာမဏေအား၊ ဒဏ္ဍကမ္မ၊ သံဒဏ်ရေဒဏ်ပေးခြင်းအမှုကို၊ ကာတဖွဲ၊ ပြုအပ်၏။

* * *

ဒဏ်ပေးနည်း

ဒဏ် ၁၀ ပါးတွင် တစ်ပါးပါးကို လွန်ကျူးသော ရှင်သာမဏေအား ဒဏ်ပေးအပ်၏။ ဤနေရာ၌ ဒဏ်ဟူသည်မှာ ဤနေရာသို့ မလာရမနေရဟု တားမြစ်ခြင်းတည်း၊ သနေ့ မစားရ မသောက်ရ စသည် တားမြစ်ခြင်းကိုမူကား မပြုအပ်ပါ၊ အနိမ့်ဆုံး သံဒဏ် ရေဒဏ်ပေးခြင်းကိုသာ ဒဏ်ပေးသင့်ပါသည်။

ထိုဒဏ်မျိုးကို ပေးသည်ရှိသော် နောင်မကောင်းမှု အပြုအမူမှ ရှောင်လတ္တံ့ဟူသော သနားသောစိတ်ထားဖြင့် ပြုရမည်၊ ဤဒဏ်ကိုပေးသည်ရှိသော် သာမဏေသည် ပျက်စီးလတ္တံ့၊ ဤကျောင်းတိုက်မှ ထွက်သွားလတ္တံ့ဟု မကောင်းသော စိတ်ထားဖြင့် ကျောက်ခဲ စသော အလေးအပင်များကို ရွက်နိုင်းခြင်း၊ ရေငုပ်နိုင်းခြင်း စသည်တို့ကိုမူကား မပြုအပ်မပေးအပ်သောဒဏ်မျိုးတည်း။

ဒဏ် ၁၀ ပါး ပြီး၏။

ရှင်သာမဏေများ လိုက်နာရမည့်သိက္ခာပုဒ်များ

၁။ လိင် ၁၀ ပါး

၂။ ဒဏ် ၁၀ ပါး

၃။ သေခိယသိက္ခာပုဒ် ၇၅ ပါး

၄။ စုဒ္ဒသခန္ဓကဝတ် ၁၄ ပါး ပေါင်းလျှင် သိက္ခာပုဒ်ပေါင်း ၁၀၉ ပုဒ်ရှိကြောင်း တွေ့ရသည်။ ထိုတွင် သေခိယသိက္ခာပုဒ် ၇၅ ပါးနှင့် စုဒ္ဒသခန္ဓကဝတ် ၁၄ ပါးတို့ကို အကျယ်မပြတော့ပြီ၊ အခြားသော ရှင်ကျင့်ဝတ်စာအုပ် ဒွေမာတိကာစာအုပ်များ၌ ရှာဖွေလေ့လာဖတ်ရှု၍ အတတ်နိုင်ဆုံး လိုက်နာကျင့်ကြံကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

သေခိယသိက္ခာပုဒ် ၇၅ ပါးတွင် အစမှစ၍ ခမ္ဘကတဝဂ်- ၆ ခုမြောက် သိက္ခာပုဒ်အထိ ၂၆ ပါးသော သိက္ခာပုဒ်များကား သွားလာနေထိုင်ရာ၌ တင့်တယ် လျောက်ပတ်စေခြင်း အကျိုးငှာ ဟောတော်မူသော 'သာရုပ္ပသိက္ခာပုဒ်များ' ဖြစ်ကြပါသည်။

ခမ္ဘကတဝဂ် ၇ ခုမြောက် သိက္ခာပုဒ် မှ သုရုသုရုဝဂ် ၆ ခုမြောက်သိက္ခာပုဒ်အထိ ၃၀ သော သိက္ခာပုဒ်များကား ဆွမ်းဘောဇဉ်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ ပညတ်တော်မူခဲ့သော ''ဘောဇနပဋိသံယုတ္တ' သိက္ခာပုဒ်များဖြစ်ကြပါသည်။

သုရုသုရုဝဂ် ၇ ခုမြောက် သိက္ခာပုဒ်မှစ၍ ပါဒုကဝဂ် အဆုံးအထိ ၁၉ပါးသော သိက္ခာပုဒ်တို့သည်ကား တရားဟောခြင်းနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ပညတ်တော်မူအပ်သော 'ဓမ္မဒေသနာ သိက္ခာပုဒ်' များဖြစ်ကြပါသည်။

• • • • • • • • •

အခန်း(၂)

ရဟန်းတော်များကျင့်ဝတ်

အခန်း(၂)

ရဟန်းတော်များနှင့်စပ်လျဉ်းသော သိမှတ်ဖွယ်ရာများ

ရဟန်းလောက၌ အများသုံးဆိုရိုးစကားကား ''သိက္ခာတင် ပဥ္စင်၊ သိက္ခာချ လူထွက်''ဟု ဆိုသည်။ သိက္ခာတင်ရဟန်းခံရာ၌ ပြည့်စုံရမည့်တရား ၅ မျိုးရှိပြီး သိက္ခာချလူထွက်ရာ၌ကား အင်္ဂါ ၆ ပါးပြည့်စုံမှ သိက္ခာချမှု လူထွက်မှု ပြီးမြောက်သည်။

''ဝတ် ဉတ် သိမ် ကမ် ပရိသ် ငါးတန်သမ္ပတ္တိ'' ဆောင်ပုဒ်နှင့်အညီ မြတ်စွာဘုရားသာသနာတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လိုသော ရဟန်းလောင်းများ ပြည့်စုံရမည့် တရား ၅ မျိုးရှိသည်။

(၁) ဝတ္ထုသမ္ပတ္တိ– ရဟန်းလောင်းဟူသော ဝတ္ထုနှင့်ပြည့်စုံခြင်း၊

(၂) ဉတ္တိသမ္ပတ္တိ– ဉတ်၏ပြည့်စုံခြင်း၊

(၃) သီမာသမ္ပတ္တိ– သိမ်၏ပြည့်စုံခြင်း၊

(၄) ကမ္မဝါစာသမ္ပတ္တိ– ကမ္မဝါစာ၏ပြည့်စုံခြင်း၊

(၅) ပရိသာသမ္ပတ္တိ– ပရိသတ်၏ပြည့်စုံခြင်း။

၁။ ရဟန်းလောင်းသည် ပဋိသန္ဓေတည်သည်မှစ၍ အသက် ၂၀ ပြည့်ရခြင်း အဘဗ္ဗပုဂ္ဂိုလ် ၁၁ ယောက်တွင် ပါဝင်သူမဟုတ်ရခြင်း။

၂။ ဉတ်ကို ဌာန်ကရိုဏ်း၊ မှန်ကန်စွာ ရွတ်ဆိုခြင်း။

၃။ ရဟန်းခံမည့် သိမ်စတင်သမုတ်စဉ်က သိမ်ပျက်(၁၁)လုံးတွင် မပါဝင်စေမူ၍ သိမ်အစစ်ဖြစ်အောင် သမုတ်ထားသော သိမ်ဖြစ်ခြင်း။

၄။ ကမ္မဝါစာကို သိထိလဓနိတ ဌာန်ကရိုဏ်း ပယတ်ကျနစွာ ရွတ်ဆိုခြင်း။

၅။ မဇ္ဈိမဒေသဖြစ်လျှင် ရဟန်းစစ်စစ် အနည်းဆုံး ၁၀ ပါး မြန်မာနိုင်ငံကဲ့သို့ ပစ္စန္တရာဇ်အရပ်ဖြစ်လျှင် အနည်းဆုံး ရဟန်း ၅ ပါးရှိမှ ပရိသတ်ပြည့်စုံသည်။ ရဟန်းခံပေးနိုင်ပါသည်။

(ဆောင်) ဝတ္ထု၊သိမာ၊ ပရိသာ၊ ဉတ်ပါ၊ ကမ္မဝါထည်
ပဉ္စင်းမြောက်ရန်၊ အင်္ဂါးတန်၊ ဖောက်ပြန်ဝိပတ္တိ။

* * *

ရဟန်းဟူ ခေါ်ပုံ

ပြခဲ့သော အင်္ဂါများဖြင့် ပြည့်စုံသူကို ရဟန်းဟုလည်းကောင်း၊ ဦးပဉ္စင်းဟုလည်းကောင်း၊ ယခုအခါ ခေါ်ကြ၏။ ထိုတွင် ပုဂံပြည်အနော်ရထာမင်းလက်ထက်၌ ကြွလာသော ရှင်အရဟံကို အစပြု၍ နောက်နောက်ပုဂ္ဂိုလ်များကို ''အရဟံ၊ရဟံ၊ရဟန်း''ဟု အဆင့်ဆင့် အသံပြောင်းကာ ခေါ်လာခဲ့ကြသည်။ အရှင်အရဟံကိုလည်း အရဟန္တပုဒ်ကိုစွဲ၍ 'အရဟံ'ဟုခေါ်လာဟန်တူသည်။ ထိုရဟန်းအဖြစ်ကို ခံယူခြင်းကို 'ရဟန်းခံ'သည်ဟု ခေါ်ကြသည်။

ဦးပဉ္စင်း ခေါ်ပုံ

ဤရဟန်းတော်များကို ဥပသမ္ပန္န ပါဠိပုဒ်သို့ လိုက်၍ သီရိလင်္ကာသီဟိုဠ်၌ 'ဥပသမ်း' (သီဟိုဠ်သံဖြင့်) 'ဥပစမ်း' ဟုခေါ်ကြ၏။ ထို 'ဥပစမ်း' ကိုလိုက်၍

မြန်မာတို့က 'ဦးပစင်း'ဟု ခေါ်ခဲ့ရာ ကာလကြာသဖြင့် 'ဦးပဉ္ဇင်း'ဟု ခေါ်ဝေါ်ရေးသားကြသည်။ ၎င်း ဦးပဉ္ဇင်းမှ ပ–ကိုဖြုတ်၍ 'ဦးဇင်း' ဟုခေါ်ကြသေးသည်။ **(သီရိလက်၁၊ ထိုင်း စသည်တို့၌ သကို စ ဟု အသံထွက်သည်)**

ဝတ္ထုသီမာ စသော အင်္ဂါ ၅ ပါးနှင့်ပြည့်စုံ၍ မြင့်မြတ်သူဖြစ်သောကြောင့် "ပဉ္စအင်္ဂါနိ ယဿာတိ ပဉ္စင်္ဂီ၊ ဥတ္တမော ပဉ္စင်္ဂီ ဥပဉ္စင်္ဂီ" ဟူသော သဒ္ဒါနည်းအရ ဥပဉ္စင်္ဂီမှ ဦးပဉ္ဇင်းဖြစ်လာသည်ဟု ဆိုကြသေးကြောင်း အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏ ပါဠိမောက် ဘာသာဋီကာ၌ ပြဆိုထားသည်။

◉ ◉ ◉

ရဟန်း ၈ မျိုး

၁။ ဧဟိဘိက္ခုပသမ္ပဒါ = ဘုရားရှင်က ဧဟိဘိက္ခုဟု ခေါ်လိုက်ရုံမျှဖြင့် ရဟန်းဖြစ်သော ရဟန်း၊

၂။ သရဏာဂမနူပသမ္ပဒါ = သရဏဂုံဖြင့် ဖြစ်သော ရဟန်း၊

၃။ ဩဝါဒူပသမ္ပဒါ = ဘုရားရှင်၏ဩဝါဒကို ခံယူခြင်းဖြင့် ဖြစ်သော ရဟန်း။

၄။ ပဉှာဗျာကရဏူပသမ္ပဒါ = ဘုရားရှင်မေးသော ပုစ္ဆာကို ဖြေဆိုခြင်းဖြင့် ဖြစ်သောရဟန်း။

၅။ ဉတ္တိစတုတ္ထကမ္မူပသမ္ပဒါ = ဉတ္တိစတုတ္ထကမ္မဝါစာဖြင့် ရဟန်းခံပေးရသော ယခုအခါတွင် အသုံးပြုနေသော ရဟန်း။

၆။ ဂရုဓမ္မူပသမ္ပဒါ = ဂရုဓံရှစ်ပါးဖြင့် ဖြစ်သောရဟန်း။

၇။ ဥဘတောသံဃေဥပသမ္ပဒါ = ဘိက္ခုဘိက္ခုနီ ဥဘတော သံဃာ၌ ဖြစ်သော ရဟန်းမ။

၈။ ဒူတေနူပသမ္ပဒါ = တမန်ဖြင့် ဖြစ်သောရဟန်း။

ရဟာန်း ၈ မျိုးရှိသော်လည်း ယခုအခါ၌ ဥတ္တိစတုတ္ထကမ္မဝါစာဖြင့် ရဟာန်းခံပေးရသော "ဥတ္တိစတုတ္ထကမ္မုပသမ္ပဒါရဟာန်း" ၁ မျိုးသာ ရှိပါတော့သည်။

❀ ❀ ❀

ရဟာန်းလောကဓ္ဓ အသုံးများသော ပရိက္ခရာ ၈ ပါး

တိစီဝရဉ္စ ပတ္တော စ ဝါသိ သူစိစဗန္ဓနံ၊

ပရိဿာဝန မဋ္ဌေတေ ယုတ္တယောဂဿ ဘိက္ခုနော။

၁။ တိစီဝရ – သင်းပိုင်၊ ကေသီ၊ ဒုကုဋ်ဟူသော သင်္ကန်း ၃ ထည်။

၂။ ပတ္တ – သပိတ်

၃။ ဝါသိ – ပဲခွပ် (ဒန်ပူဖြတ်စရာ ဓားငယ်)

၄။ သူစိ – အပ်၊ အပ်ချည်

၅။ ကာယဗန္ဓန – ခါးပန်းကြိုး

၆။ ပရိဿာဝန – ရေစစ်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

❀ ❀ ❀

သင်္ကန်း ၃ ထည်

(ဆောင်) သင်း ကိုယ် ဒု အိပ် မျက် ပရိတ် နိသိဒ် မိုး အမာ

၁။ အန္တရဝါသက – ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းတွင် ဝတ်ရုံအပ်သော သင်းပိုင်၊

၂။ ဥတ္တရာသင် – ခန္ဓာကိုယ်အပေါ်ပိုင်းကို ဖုံးလွှမ်းဝတ်ရုံရသော ကိုယ်ဝတ်ကေသီ၊

၃။ သံဃာဋိ – နှစ်ထပ်သင်္ကန်းခေါ် ဒုကုဋ်၊

၄။ သေယျတ္ထရဏ – အိပ်ရာခင်း

၅။ မုခပုဉ္ဆန – မျက်နှာသုတ်ပဝါ

- ပရိက္ခာရစောဠ – စောင် ခြင်ထောင် ခေါင်းအုံး စသည်
- နိသီဒန – နိသီဒိုင်သင်္ကန်း
- ဝဿာဝါသိက – မိုးရေခံသင်္ကန်း
- ကဏ္ဍုပဋိစ္ဆာဒိ – အနာကိုဖုံးလွှမ်းသော အမာလွှမ်းသင်္ကန်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

ရဟန်းဘဝသို့ ဝင်ရောက်ကြမည့် ရဟန်းလောင်းများ သိရှိကြရန်

မြတ်စွာဘုရား၏ အံ့ဘွယ်ရှစ်ဖြာ သာသနာတော်အတွင်းသို့ စေတနာသဒ္ဓါ ရားထက်သန်စွာဖြင့် ရဟန်းခံကြမည့် ရဟန်းလောင်းများသည် ရှေ့တွင် ဆိုထားသည့် ရှင်မပြုကောင်းသူ အဘဗ္ဗပုဂ္ဂိုလ် ၁၁ ယောက်နှင့် ပဗ္ဗဇ္ဇာဒေါသ ရောက်သူ ၃၂ မျိုးတို့တွင် မပါဝင်စေမူ၍ အာဇာနည်ယောကျ်ားကောင်း စစ်ဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များကိုသာ ရွေးချယ်စိစစ်၍ ရဟန်းခံပေးသင့်ပါသည်။ သာသနာတော်၌ အမြဲတမ်းနေထိုင် သီတင်းသုံးမည့် ငယ်ဖြူရဟန်းလောင်း စေ၊ ခေတ္တခဏ အလုပ်အားလပ်ရက်တွင် ဒုလ္လဘရဟန်းဝတ်ကြမည့် ရဟန်း လောင်းများဖြစ်စေ ဘုရားရှင်ပညတ်တော်မူအပ်သော သိက္ခာပုဒ် အကျဉ်းအား ၂၂၇ သွယ် အကျယ်အားဖြင့် ကုဋေကိုးထောင်ကျော်သော သိက္ခာပုဒ်များ လိုက်နာကျင့်ကြံရပါမည်။

◉ ◉ ◉

ရဟန်းမခံမီ ရဟန်းလောင်းအား မေးမြန်းစိစစ်ရမည့် အန္တရာယ် ၁၃ မျိုး

၁။ ပရိသတ်အလယ် မတင့်တယ်စေနိုင်သော အနာကြီးငါးမျိုး ရှိ၊ မရှိ မေးမြန်းရမည်။

(က) ကုဋ္ဌံ – နူနာရောဂါ

(ခ) ဂဏ္ဍော – ထွက်မြင်းဘုအိုင်းအနာ၊

(ဂ) ကိလာသော – ပွေးကြီးဝဲကြီးစွဲသော အနာ၊

(ဃ) သောသော – ခယရုတ်ချောင်းဆိုး တီဘီပန်းနာ

(င) အပမာရော – ဝက်ရူး ကြက်ရူး စသော ရူးနှမ်းသော ရောဂါ။

၂။ လူသားစင်စစ်ဖြစ်ကြောင်း မေးမြန်းခြင်း၊
(လူယောင်ဖန်ဆင်းနိုင်သော နတ်နဂါးများရှိသည်)

၃။ ယောကျ်ားကောင်းစင်စစ်ဖြစ်ကြောင်း မေးရခြင်း၊
(ယောကျ်ားမပီသသော နပုံးပဏ္ဍုပ်များ ရဟန်းခံမရ)

၄။ သူကျွန်အဖြစ်မှ တော်လှန်ပြီးသူ ဖြစ်၏လောဟု မေးမြန်းရခြင်း၊
ကိုယ်စိုးကိုယ်ပိုင်သူဖြစ်ရခြင်း၊ (သူတစ်ပါးကျွန် ရဟန်းခံမပေးရ)

၅။ ကြွေးမြီကင်းသူ ဖြစ်၏လောဟု မေးမြန်းရခြင်း၊
(ကြွေးများရှိလျှင် ရဟန်းခံမပေးအပ်)

၆။ မင်းမှုထမ်း လခစား ဝန်ထမ်းမဟုတ်သူမှန်ရဲ့လားဟု မေးစိစစ်ရခြင်း၊
(ဝန်ထမ်းများ သက်နှုံးဝတ်ရန် ခွင့်ရက်ရထားလျှင် ရဟန်းခံ၍ရသည်)

၇။ အမိရင်းက ရဟန်းပြုရန် ခွင့်ပြု၏လောဟု မေးမြန်းရခြင်း၊

၈။ အဖရင်းက ရဟန်းပြုရန် ခွင့်ပြု၏လောဟု မေးမြန်းရခြင်း၊

၉။ အသက်၂၀ ပြည့်သူဖြစ်၏လောဟု မေးမြန်းရခြင်း၊
(ပဋိသန္ဓေမှစ၍ အသက် ၂၀ မပြည့်လျှင် ရဟန်းခံမရ)

၁၀ သင့်အား သပိတ်ပြည့်စုံပြီလောဟု မေးရခြင်း၊

(ကိုယ်ပိုင်သပိတ် ဖြစ်ရမည်၊ ငှားထားလျှင် မအပ်၊ သံသပိတ်မြေသပိတ် တစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်သင့်၏။ ယခုအခါ ကော်သပိတ်များ မအပ်ဟု ထင်ပါသည်)

၁၁ သင့်အား သင်းပိုင်၊ ကောသီ၊ ဒုကုဋ်ဟူသော သင်္ကန်းသုံးထည် ပြည့်စုံပြီလောဟု မေးရခြင်း) (ကိုယ်ပိုင်သင်္ကန်းဖြင့် ရဟန်းခံရမည်)

၁၂ သင်သည် အဘယ်အမည်ရှိသနည်းဟု မေးရခြင်း။

(နာမည်မမှည့် နာမည်မရှိဘဲ ရဟန်းခံမရ)

၁၃ သင်၏ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာသည် ဘယ်အမည်ရှိသနည်းဟု မေးရခြင်း။

(ဆရာ ဥပဇ္ဈာယ် မရှိဘဲ ရဟန်းခံ၍မရ)

ဤအန္တရာယ် (၁၃)မျိုး ရှိမရှိ ရဟန်းတော်တို့က သံဃာအလယ်၌ မေးမြန်းစစ်ဆေးရသည်။

ထိုသို့မေးမြန်းစိစစ်ပြီး ပြည့်စုံပါက ရဟန်းပြုခွင့်ပေးပါရန် တောင်းပန်ရမည်။

• • •

ရဟန်းအဖြစ် တောင်းပန်ပုံ

သံဃံ ဘန္တေ ဥပသမ္ပဒံ ယာစာမိ၊ ဥလ္လုမ္ပတု မံ ဘန္တေ သံဃော အနုကမ္ပံ ဥပါဒါယ။

ဒုတိယမ္ပိ ဘန္တေ သံဃံ ဥပသမ္ပဒံ ယာစာမိ၊ ဥလ္လုမ္ပတု မံ ဘန္တေ သံဃော အနုကမ္ပံ ဥပါဒါယ။

တတိယမ္ပိ ဘန္တေ သံဃံ ဥပသမ္ပဒံ ယာစာမိ၊ ဥလ္လုမ္ပတု မံ ဘန္တေ သံဃော အနုကမ္ပံ ဥပါဒါယ။

အနက်= ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား၊ သံဃံ၊ သံဃာတော် အရှင်မြတ်တို့ကို ဥပသမ္ပဒံ၊ မြင့်မြတ်ထက်တန်း ရဟန်းအဖြစ်ကို၊ ယာစာမိ၊ တောင်းပန်ပါ၏

ဘုရား၊ ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား၊ သံဃော၊ သံဃာတော်သည်၊ မံ၊ ဘုရားတပည့်တော်ကို၊ အနုကမ္ပံ၊ အစဉ်သနားသည်ကို၊ ဥပါဒါယ၊ အကြောင်းပြု၍ ဥလ္လုမ္ပတု၊ ယုတ်နိမ့် သော ရှင်သာမဏေအဖြစ်မှ ထုတ်ဆောင်၍ မြင့်မြတ်ထက်တန်း ရဟန်းအဖြစ်၌ တည်အောင်ပြုပေးတော်မူပါဘုရား။

ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား၊ ဒုတိယမ္ပိ၊ နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း၊ သံဃံ၊ သံဃာတော်အရှင်မြတ်တို့ကို၊ ဥပသမ္ပဒံ၊ မြင့်မြတ်ထက်တန်း ရဟန်းအဖြစ်ကို၊ ယာစာမိ၊ တောင်းပန်ပါ၏ဘုရား၊ ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား၊ သံဃော၊ သံဃာတော်သည်၊ မံ၊ ဘုရားတပည့်တော်ကို၊ အနုကမ္ပံ၊ အစဉ်သနားသည်ကို၊ ဥပါဒါယ၊ အကြောင်းပြု၍ ဥလ္လုမ္ပတု၊ မည်းညစ်သော အကုသိုလ်အဖို့မှ ထုပ်ဆောင်၍ ဖြူစင်သော ကုသိုလ်အဖို့၌ တည်အောင်ပြုပေးတော်မူပါဘုရား။

ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား၊ တတိယမ္ပိ၊ သုံးကြိမ်မြောက်လည်း၊ သံဃံ၊ သံဃာတော်ကို၊ ဥပသမ္ပဒံ၊ မြင့်မြတ်ထက်တန်း ရဟန်းအဖြစ်ကို၊ ယာစာမိ၊ တောင်းပန်ပါ၏ဘုရား၊ ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား၊ သံဃော၊ သံဃာတော်သည်၊ မံ၊ ဘုရားတပည့်တော်ကို၊ အနုကမ္ပံ၊ အစဉ်သနားသည်ကို၊ ဥပါဒါယ၊ အကြောင်းပြု၍၊ ဥလ္လုမ္ပတု၊ သံသရာတည်းဟူသော ဝဲဩဃရေအယဉ်မှ ထုပ်ဆယ်ကယ်တင်၍ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ကြည်းကုန်းထက်သို့ တည်အောင်ပြုပေးတော်မူပါဘုရား။

ထိုကဲ့သို့ ရဟန်းအဖြစ် သုံးကြိမ်တောင်းပန်ပြီးနောက် သံဃာတော်များ ဉတ်ကမ္မဝါစာဖြင့် ရဟန်းခံပြီး ဧဝမေတံ ဓာရယာမိ ဟူသော အဆုံး၌ ရဟန်းလောင်းသည် ရဟန်းဖြစ်မြောက်၍ သွားပါသည်။ ထိုသို့ ဉတ်ကမ္မဝါစာ အဆုံး၌ ရဟန်း၏သန္တာန်၌ ဘုရားရှင်ပညတ်ထားတော်မူခဲ့သော သိက္ခာပုဒ်များ တည်ရှိသွားပါသည်။

တာဝဒေဝ ဆာယာ မေတဗ္ဗာ၊ ဥတုပ္ပမာဏံ အာစိက္ခိတဗ္ဗံ၊ ဒိဝသဘာဂေါ

အာစိက္ခိတဗ္ဗော၊ သင်္ဂီတိ အာစိက္ခိတဗ္ဗာ၊ စတ္တာရော နိဿယာ အာစိက္ခိတဗ္ဗာ၊ ဝတ္တာရိ အကရဏီယာနိ အာစိက္ခိတဗ္ဗာနိဟူသော ဝိနည်း မဟာဝါပါဠိ လာရှိသည်နှင့်အညီ ရဟန်းဘဝသို့ ရောက်ရှိသွားသော ရဟန်းသစ်အား သိမ် တန်ဆောင်းအတွင်းမှ မထွက်ခွာမီ သိသင့်သိထိုက်သော အကြောင်းအရာ ၃ မျိုးကို ပြောပြရပါမည်။

အကြောင်းအရာ ၃ မျိုးက ဘာတွေလဲ။

၁။ မိမိ၏ရဟန်းဖြစ်တဲ့ ရက်လဥတုအချိန် စသော ရဟန်းရက်ချုပ်ကို ပြောပြခြင်းမှတ်သားခြင်း

၂။ သာသနာတော်ဝယ် ဆွမ်း သင်္ကန်း ကျောင်း ဆေး ဟူသော ပစ္စည်းလေးပါးကို မှီ၍ ရဟန်းတရား ကြိုးစားအားထုတ်ရန်ပြောကြားခြင်း။

၃။ သာသနာတော်၌ ရဟန်းအဖြစ်နှင့်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး လုံးဝကျူးလွန်မရသော ပါရာဇိက ၄ ပါးဟူသော သိက္ခာပုဒ်ကြီး ၄ ပုဒ်ကို ပြောကြားရမည်။

• • •

၁။ ရဟန်းရက်ချုပ်

ရဟန်းဘဝသို့ ရောက်ရှိလာသော ရဟန်းသစ်သည် မိမိရဟန်းဘဝသို့ ရောက်ရှိသည့် နေ့ရက် ဥတုအချိန်အခါ သံဃာအရေအတွက် ရဟန်းဒကာ ဒကာမ ဥပဇ္ဈာယ်စသည်ကို မှတ်သားထားရမည်။

အဘယ့်ကြောင့် ရဟန်းရက်ချုပ်ကို မှတ်သားရသနည်းဟူမူ သာသနာတော်တွင်းတွင် မိမိထက်အရင် ရဟန်းဘဝကို ရောက်လာသော ရဟန်းတော်များကို မိမိက ရှိခိုးမှု ခရီးဦးကြိုဆိုမှု အရိုအသေပြုမှုကို ပေးရမည်။ မိမိ၏နောက်မှ ရဟန်းဘဝသို့ ရောက်ရှိလာကြမှု ထိုရဟန်းတို့၏ ရှိခိုးမှု၊ ခရီးဦးကြိုဆိုမှု၊ အရို

အသေပေးမှု စသည်ကို ခံယူနိုင်သည်။ မိမိထက် သိက္ခာ ဝါ ကြီးသော ရဟန်းကို မိမိက အရိုအသေ စသည်ပြုရပြီး မိမိအောက် သိက္ခာဝါငယ်မှ သိက္ခာဝါငယ်သော ရဟန်းတို့၏အရိုအသေပြုမှု စသည်ကို ခံယူထိုက်ပါသည်။

(ရဟန်းရက်ချုပ်ကို ရှေ့တွင် သီးသန့်ဖော်ပြထားသည်။)

. . .

၂။ မှီရာတရား ၄ ပါး

(က) ဆွမ်း

သလုံးကြွက်သား အစွမ်းအားဖြင့် အိမ်စဉ်မလပ် သွားလာလှည့်ပတ် ဆွမ်းခံရပ်၍ တစ်လုတ်စာတစ်လုတ်စာရအပ်သော ဘောဇဉ်ကို အားကိုးသမှု မှီငြမ်းပြု၍ ရဟန်းတရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ရမည်။ ထိုသပိတ်ကို အမှီပြု၍ ဆွမ်းခံစားခြင်းကို ရဟန်းသစ်ဖြစ်သောသင်သည် ရဟန်းသိက္ခာသာဇီဝါတို့ ကိုယ်မှာဆက်တည်အသက်ရှည်သမျှကာလပတ်လုံးရသည့် ဆင်းရဲကြိတ်အံခဲလျက် အားလွဲသည်းခံအသိဉာဏ်ဖြင့် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်မှုကို ပြုထိုက်၏ပြုသင့်၏ ပြုရမည်၊ ပြုလေ။ ပိဏ္ဍိယာလောပဘောဇနထက် အပိုအလွန်ဖြစ်သော မိမိ၏ဘုန်းကံကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော သံဃာအား လှူအပ်သော ဆွမ်း၊ ရည်ညွှန်း၍လှူအပ်သော ဥဒ္ဒေသဘတ်၊ အိမ်သို့ပင့်ဖိတ်၍လှူအပ်သော နိမန္တနဆွမ်း၊ စာရေးတံမဲ ချလှူအပ်သော သလာကဘတ်၊ လဆန်းပက္ခ လဆုတ်ပက္ခ၌ လှူအပ်သော ပက္ခိကဆွမ်း၊ ဥပုသ်နေ့၌လှူအပ်သောဆွမ်း အထွက်တစ်ရက်နေ့၌ လှူအပ်သော ဆွမ်းစသည် တို့ကိုလည်း သုံးဆောင်ခံစားနိုင်ပါသည်။

ဣဏပရိဘောဂ မဖြစ်အောင် ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်၍ သုံးဆောင်ပါလေ။

(ခ) သင်္ကန်း

သာသနာဘောင်သို့ ဝင်ရောက်လာသော ရဟန်းသစ်သည် မြေပုံမှလွှား

မြေမှုန့်အားနှယ် စက်ဆုပ်ဖွယ်သို့ရောက်သော ပံ့သကူသင်္ကန်းကို (တနည်း) သုသာန်တို့ လူသေကောင်တို့ အမှိုက်ပုံတို့၌ စွန့်ပစ်အပ်သော အဝတ်များကို ကောက်ယူကာ ဖွပ်လျှော်ချုပ်ဆိုး၍ ဝတ်ရသော ပံ့သကူသင်္ကန်းကို ဝတ်ရုံသုံးဆောင်လျက် အသက်ထက်ဆုံး ရဟန်းတရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ရမည်။

လာဘ်လာဘကြီးမူ ဘုန်းကံကြီးမူ ယခုခေတ်၌ အရုံသင့်ချုပ်ပြီးသော စီဝိုင်စီသင်္ကန်း မာတင်သင်္ကန်း စသော သင်္ကန်းများကိုလည်း သုံးဆောင်ကောင်းပါသည်။

(ဂ) ကျောင်း

ရဟန်းဘဝ ဒုလ္လဘသို့ ရောက်ရှိလာသော ရဟန်းသစ်သည် သစ်တစ်ပင်ရင်း ဝါးပင်ရင်းတည်းဟူသော ကျောင်းကို အမှီပြု၍ အသက်ထက်ဆုံး ရဟန်းတရားများကို ကြိုးစားအားထုတ်ရမည်။ လာဘ်လာဘကြီးသော ဘုန်းကံကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်မူ တစ်ဖက်မိုးသောကျောင်း နှစ်ဖက်မိုးသောကျောင်း၊ ပြာသာဒ်ပြည် ပြာသာဒ်ဦးပြည်အုတ်တိုက်ကျောင်း၊ သစ်သားကျောင်း စသော ကျောင်းများကို အသုံးပြု၍ သံဃိကကျောင်းများ၌ ပရိဘောဂများမပျက်စီးစေဘဲ အပြစ်မဖြစ်အောင်နေထိုင်သီတင်းသုံးကာ ရဟန်းတရားများကို ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ပါသည်။

(ဃ) ဆေး

ကျန်းမာရေးမကောင်းမွန်သော ရဟန်းသစ်သည် ဆီးဖြူ သျှစ်သျှား၊ ဖန်းခါး၊ တို့ကို နွားကျင်ငယ်ရေဖြင့် စိမ်ထားအပ်သော ပူတိမုတ္တဘေသဇ္ဇဆေးကြီးကို မှီဝဲလျက် အသက်ထက်ဆုံး ရဟန်းတရားတို့ကို ကြိုးစားပွားများအားထုတ်ရမည်။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင်ခွင့်ပြုတော်မူအပ်သော ယင်းဆေးကို မှီဝဲသုံးဆောင်ပါက မည်သည့်ရောဂါမဆို ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။ မိမိဘုန်းကံကြောင့် အပိုအလွှံ

ဖြစ်သော ဆေးပစ္စည်းများဖြစ်သော ထောပတ် ဆီဦး ဆီပျားရည်တင်လဲ မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးနိုင်ငံခြားဆေးများကိုလည်း ကျန်းမာရေးမကောင်းပါက သုံးဆောင်နိုင်ပါသည်။

မှီခိုအားထားရာ တရား(၄)ပါး

၁။ သလုံးမြင်းခေါင်းဖြင့် ရင်းနှီး၍ ဆွမ်းခံကြွ၍ ရရှိလာသော ဆွမ်းကို အမှီပြုလျက် ရဟန်းတရားအားထုတ်ရခြင်း။

၂။ မြေမှုန့်အလိမ်းလိမ်းကပ်သော ပံ့သကူသင်္ကန်းကို အမှီပြု၍ ရဟန်းတရားအားထုတ်ရခြင်း။

၃။ သစ်ပင်ရင်းတည်းဟူသော ကျောင်းကို အမှီပြု၍ ရဟန်းတရားအားထုတ်ရခြင်း။

၄။ နွားကျင်ငယ်ရေဖြင့် စိမ်အပ်သော ဆီးဖြူ သျှစ်သျှား ဖန်ခါးသီးဆေးကို အမှီပြု၍ ရဟန်းတရားကို ကြိုးစားအားထုတ်ကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

● ● ●

၃။ လုံးဝ မပြုလုပ်ကောင်းသည့် တရား ၄ မျိုး

(၁) မေထုနမ္မေသိက္ခာပုဒ် = မြင့်မြတ်ထက်တန်း ရဟန်းဘဝသို့ရောက်ရှိလာသော ရဟန်းသစ်သည် မမြတ်သော မေထုန်အကျင့်ကို မမှီဝဲအပ်။ အောက်ထစ်ဆုံး တိရစ္ဆာန်မဒ္ဒသော်လည်း မမှားယွင်းအပ်၊ အကယ်၍ မှားယွင်းမိသည်ဖြစ်အံ့ ရဟန်းမဟုတ်တော့ပြီ၊ သာကီဝင်မင်းသား ဘုရားသားတော်မဟုတ်တော့ပြီ၊ ဥပမာအားဖြင့် လည်ပင်းပြတ်သွားသော ယောကျ်ားသည် ပြတ်သွားသော ဦးခေါင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကိုပြန်စပ်၍ အသက်မရှင်နိုင်သကဲ့သို့ မေထုန်အမှုကိုမှီဝဲသောရဟန်းသည်လည်း ရဟန်းမဟုတ် သာကီဝင်မင်းသား ဘုရားသားတော်မဟုတ်တော့ပြီ၊ ထိုမေထုန်မှီဝဲသော အကျင့်ကို သင် ပဋ္ဌင်းသစ်သည် သိက္ခာပုဒ်

ဘော်ကိုယ်၌ တည်သမျှကာလပတ်လုံး လုံးဝမလွန်ကျူးအပ်။

အာမဘန္တေ။

(၂) အဒိန္နာဒါနသိက္ခာပုဒ် = ရဟန်းဘဝ ဒုလ္လဘသို့ ရောက်ရှိလာသော ရဟန်းသစ်သည် မြက်ဝါးခြမ်းစိတ်ကို အစထား၍ အရှင်မပေးအပ်သော သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးလိုသောစိတ်ဖြင့် မယူအပ်၊ တစ်မတ်၊ တစ်မတ်ထိုက်သော ဥစ္စာကို ခိုးယူငြားအံ့၊ ရဟန်းမဟုတ်တော့ပြီ၊ ဥပမာအားဖြင့် အညှာမှကြွေကျပြီးသော သစ်ရွက်လျော်တို့ကို နဂိုအနေတစ်ဖန်ပြန်၍ စိမ်းစိုစေအံ့သောငှာ မည်သို့သော မြေသြဇာ ရေ စသည် ကျွေးပါသော်လည်း ဘယ်လိုမှ မတတ်နိုင်သကဲ့သို့ ထို့အတူ အရှင်မပေးအပ်သော သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးယူသောရဟန်းသည်လည်း ရဟန်းမဟုတ်၊ သာကီဝင်မင်းသား ဘုရားသားတော်မဟုတ်တော့ပြီ ထို့ကြောင့် သင်ရဟန်းသစ်သည် အသက်သိက္ခာ ကိုယ်မှာတည်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါလေ။

အာမဘန္တေ။

(၃) မနုဿဝိဂ္ဂဟသိက္ခာပုဒ် = မြင့်မြတ်ထက်တန်းရဟန်းဘဝသို့ ရောက်ရှိလာသော ရဟန်းသစ်သည် အောက်ထစ်ဆုံးအားဖြင့် ပိုးရွခြပုံးကို အစထား၍ သေစေလိုသော စေတနာရှိသည်ဖြစ်၍ လူ၏အသက်ကို မသတ်အပ်၊ သေစေလိုသော စိတ်စေတနာရှိလျက် ကိုယ်ဝန်ကျဆေးပေးခြင်းကို အစထား၍ လူ့အသက်ကိုသတ်ငြားအံ့၊ ထိုရဟန်းသည် ရဟန်းမဟုတ်တော့ပြီ၊ သာကီဝင်မင်းသား ဘုရားသားတော် မဟုတ်တော့ပြီ။ ဥပမာအားဖြင့် နှစ်ဖြာထက်ခြမ်း ဖျန်းဖျန်းကွဲ လပြီးသော ကျောက်ဖျာကြီးကို မည်သို့သော ပန်းရံဆရာတို့ဖြင့် မည်မျှ ကောင်းသော ဘိလပ်မြေစသည်တို့ဖြင့် ပြန်၍ဆက်စပ်ပါသော်လည်း ပကတိအကောင်းအတိုင်း တစ်ဖန်ပြန်မဖြစ်သကဲ့သို့ ထို့အတူ သေစေလိုသော စေတနာဖြင့် သူ့အသက်ကို သတ်သောရဟန်းသည်လည်း ရဟန်းမဟုတ်၊ သာကီဝင်မင်းသား

ဘုရားသားတော်မဟုတ်တော့ပြီ၊ ထို့ကြောင့် သင်ရဟန်းသစ်သည် ရဟန်းသိက္ခာကိုယ်မှာတည်သမျှ ကာလပတ်လုံး မနုဿဝိဂ္ဂဟသိက္ခာပုဒ်ဟု ဆိုအပ်သော လူ့အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါလေ။

အာမဘန္တေ။

(၄) ဥတ္တရိမနုဿဓမ္မသိက္ခာပုဒ် = မြင့်မြတ်ထက်တန်း ရဟန်းဘဝသို့ ရောက်ရှိလာသော ရဟန်းသစ်ဖြစ်သော သင်သည် ဘုန်းကြီးချင်၍ နာမည်ကြီးချင်၍ မိမိ၌မရှိသော ဈာန်တရား၊ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရားကို ရှိသယောင် လိမ်ညာဝါကြွား ပြောဆိုငြားအံ့၊ အောက်ထစ်ဆုံး ငါသည် တစ်ယောက်တည်းဆိတ်ငြိမ်ရာမှာပဲ ပျော်မွေ့ပါတယ်ဟူ၍ မပြောဆိုအပ်။ ယုတ်မာသော အလိုရမက် နှိပ်စက်သည်ဖြစ်၍ မိမိသန္တာန်၌ မရှိသော လူတို့၏ကုသိုလ်ကမ္မပထတရားထက် လွန်မြတ်သော ဈာန်မဂ်ဖိုလ်တရားကို ရှိသယောင်လိမ်ညာဝါကြွားပြောဆိုငြားအံ့ ရဟန်းမဟုတ်တော့ပြီ၊ သာကီဝင်မင်းသား၊ ဘုရားသားတော် မဟုတ်တော့ပြီ။ ဥပမာအားဖြင့် လည်ဆစ်ပြတ်လေပြီးသော ထန်းပင်သည် တဖန်အညွန့်အညှောက်ပေါက်ရောက်ခြင်းငှာ မတတ်နိုင်သကဲ့သို့ ထို့အတူပင် ယုတ်မာသော အလိုဆိုးဖြင့် မိမိသန္တာန်၌ ထင်ရှားမရှိသော ဈာန်မဂ်ဖိုလ်တရားကို ထင်ရှားရှိသယောင် လိမ်ညာဝါကြွားပြောဆိုသော ရဟန်းသည် ရဟန်းမဟုတ်တော့ပြီ။ သာကီဝင်မင်းသား ဘုရားသားတော် မဟုတ်တော့ပြီ။ ထို့ကြောင့် သင်ရဟန်းသစ်သည် ရဟန်းသိက္ခာကိုယ်မှာတည်သမျှ ကာလပတ်လုံး၊ ဥတ္တရိမနုဿဓမ္မသိက္ခာပုဒ်ဟု ဆိုအပ်သော ဘုန်းကြီးချင်လို့ နာမည်ကြီးချင်လို့ မိမိမှာမရှိသော ဈာန်တရား မဂ်တရား ဖိုလ်တရားကိုထင်ရှားရှိသယောင် လိမ်ညာဝါကြွား ပြောဆိုခြင်းမှလည်း အသက်ထက်ဆုံး ရှောင်ကြဉ်ပါလေ။

အာမဘန္တေ။

ရဟန်းဘဝ ဒုလ္လဘကိုရရှိပြီးသောသူသည် ယခုပြဆိုအပ်ပြီးသော လုံးဝ

လွန်ကျူးထိုက်သော သိက္ခာပုဒ်ကြီး ၄ ပုဒ် ပါရာဇိကသိက္ခာပုဒ် ၄ ပုဒ်ကိုသာ လိုက်နာရမည် မဟုတ်သေး၊ ရဟန်းတော်များအတွက် ဘုရားရှင် ပညတ်တော်မူအပ်သော အကျဉ်းအားဖြင့် ၂၂၇ သွယ် အကျယ်အားဖြင့် ကုဋေကိုးထောင်ကျော်သော သိက္ခာပုဒ်များကိုလည်း လိုက်နာကျင့်သုံးကြရမည်။

ထိုမျှ များပြားသော သိက္ခာပုဒ်များကို တပည့်တော်များ မသိရှိသည့်အတွက် အဘယ်ကဲ့သို့ ကျင့်ကြံလိုက်နာ စောင့်ထိန်းရမည်နည်းဟု မေးလာခဲ့သော် မသိနိုင် သိအောင်လုပ်ရမည် မသိဘဲ လွန်ကြူးမိသော်လည်း အပြစ်ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ဘုရားရှင်က သိက္ခာပုဒ်အားလုံးကို စောင့်ထိန်းနိုင်သောနည်းလမ်းကို ညွှန်ပြထားသည်။

သိက္ခာပုဒ်များကို စောင့်ထိန်းရန်နည်းလမ်းသုံးသွယ်

၁။ ကာယကံ – ခန္ဓာကိုယ်ဖြင့် လွန်ကြူးက အပြစ်ဖြစ်နိုင်လျှင် ထိုအလုပ်ကို မပြုလုပ်ဘဲ ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ (ကာယကံကို စောင့်ထိန်းခြင်း)

၂။ ဝစီကံ – နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုသဖြင့် အပြစ်ဖြစ်နိုင်သော ပြောဆိုမှုကို မပြုလုပ်ဘဲ ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ (ဝစီကံကိုကောင်းစွာ စောင့်ထိန်းခြင်း)

၃။ မနောကံ– စိတ်ဖြင့်ကြံစည်စိတ်ကူးသဖြင့် အပြစ်ဖြစ်နိုင်လျှင် ထိုကဲ့သို့ ကြံစည်စိတ်ကူးမှုများကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ (မနောကံကို စောင့်ထိန်းခြင်း)

မနောဒွါရေ အာပတ္တိ နာမနတ္ထိ– မနောကံဖြင့် ပြစ်မှားခြင်းကြောင့် အပြစ်မရှိဟု ဘုရားရှင်ဟောတော်မူထားသော်လည်း ရဟန်းဖြစ်လျက် စိတ်ဖြင့်ပြစ်မှားခြင်းသည် မကောင်း၊ ထိုမနောကံကို စောင့်ထိန်းခြင်းအကျိုးငှာ ဘုရားရှိခိုးခြင်း၊ ပုတီးစိပ်ခြင်း မေတ္တာဘာဝနာပွားများခြင်း၊ တရားထိုင်ခြင်း တရားအားထုတ်ခြင်းများဖြင့် စိတ်ကို တည်ငြိမ်စေရာ၏။

ထိုကဲ့သို့ ကံ ၃ ပါးကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းနိုင်လျှင် ဘုရားရှင် ပညတ်

တော်မူအပ်သော အကျဉ်းအားဖြင့် ၂၂၇ သွယ် အကျယ်အားဖြင့် ကုဋေကိုး ထောင်ကျော်သော သိက္ခာပုဒ်များကို စောင့်ထိန်းပြီး ဖြစ်သွားပါတော့သည်။

◉ ◉ ◉

သံဃာတော်များအား တောင်းပန်မှု

ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ ကမ္မဝါစာဆရာ ကာရကသံဃာတော် အရှင်သူမြတ်တို့ဘုရား အရှင်ဘုရားတို့၏ချီးမြှောက်မှုဖြင့် ဘုရားတပည့်တော်သည် မြင့်မြတ်သော ရဟန်းဘဝကိုရရှိခဲ့ပါသည်ဘုရား။ ထို့ကြောင့် အရှင်ဘုရားတို့အပေါ် တပည့်တော်က ပြုကျင့်ရမည့် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်များကို အနေဝေးခြင်း စသော အကြောင်းများကြောင့် မပြုလုပ်နိုင်သည်ကို ခွင့်ပြုပါကြောင်း တောင်းပန်လျှောက်ထားအပ်ပါသည် ဘုရား။

တပည့်တော်အပေါ်၌ အရှင်ဘုရားတို့က ချီးမြှောက်ရမည့် တာဝန်ဝတ္တရားများကိုလည်း မပြုလုပ်တဲ့ သက်တောင့်သက်သာ နေထိုင်နိုင်ရန် ခွင့်ပြုပါကြောင်း လျှောက်ထားအပ်ပါသည် ဘုရား။

◉ ◉ ◉

သပိတ်သင်္ကန်း အဓိဋ္ဌာန်တင်မှု

ဣမံ ပတ္တံ အဓိဋ္ဌာမိ
ဤသပိတ်ကို အဓိဋ္ဌာန်တင်ပါ၏။
ဣမံ သံဃာဋိံ အဓိဋ္ဌာမိ၊
ဤ နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကို အဓိဋ္ဌာန်တင်ပါ၏။
ဣမံ ဥတ္တရာသင်္ဂံ အဓိဋ္ဌာမိ၊
ဤ ကိုယ်ဝတ်ကေသီကို အဓိဋ္ဌာန်တင်ပါ၏။
ဣမံ အန္တရဝါသကံ အဓိဋ္ဌာမိ၊
ဤခါးဝတ်သင်းပိုင်ကို အဓိဋ္ဌာန်တင်ပါ၏။

ဝေတာနိ ပရိက္ခာရစောဠာနိတိ အဝိဋ္ဌာမိ၊

စောင်ခြင်ထောင် ခေါင်းအုံး စသော ပရိက္ခရာတို့ကို

ရဟန်းတို့အသုံးအဆောင်ဟူ၍ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပါ။

ရဟန်းဖြစ်စ ပြုသစ်စ ရဟန်းငယ်တို့အား ဟောကြားရမည့်တရား။ (၁) ငါ့ရှင်တို့ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလနှင့် ပြည့်စုံအောင်နေကြပါ (၂) ဣန္ဒြိယသံဝရသီလနှင့်ပြည့်စုံအောင်နေကြပါ (၃) စကားပြောနည်းကြပါ (၄) အစွန်အဖျားကျသော တောကျောင်း၌နေကြပါ (၅) မှန်ကန်သော သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်အမြင် ရှိကြပါစေ။ (အံ၂–၁၂၁)

◉ ◉ ◉

ရဟန်းတော်များ လိုက်နာရမည့် သိက္ခာပုဒ်များ

၁။	ပါရာဇိကသိက္ခာပုဒ်	၄ ပုဒ်
၂။	သံဃာဒိသိသ်သိက္ခာပုဒ်	၁၃ ပုဒ်
၃။	အနိယတသိက္ခာပုဒ်	၂ ပုဒ်
၄။	နိဿဂ္ဂိပါစိတ်သိက္ခာပုဒ်	၃၀ ပုဒ်
၅။	သုဒ္ဓပါစိတ် သိက္ခာပုဒ်	၉၂ ပုဒ်
၆။	ပါဋိဒေသနီ သိက္ခာပုဒ်	၄ ပုဒ်
၇။	သေခိယသိက္ခာပုဒ်	၇၅ ပုဒ်
၈။	အဓိကရဏသမထသိက္ခာပုဒ်	၇ ပုဒ်
	ပေါင်းသိက္ခာပုဒ် အကျဉ်း	၂၂၇ ပုဒ် ရှိပါသည်။

◉ ◉ ◉

သိက္ခာပုဒ်အကျယ်

နဝကောဋိသဟဿာနိ၊ အသီတိသတကောဋိယော၊

ပညာသသတသဟာသာနီ၊ ဆတ္တိံသစ ပုနာပရေ၊
ဓေတသံဝရဝိနယာ၊ သမ္ဗုဒ္ဓေန ပကာသိတာ၊
ပေယျာလမုခေနနိဒ္ဒိဋ္ဌာ၊ သိက္ခာဝိနယ သံဝရေ။

သိက္ခာပုဒ်သည် အကျဉ်းအားဖြင့် ၂၂၇ ပုဒ်ရှိပြီး အကျယ်အားဖြင့် (၉၁၈၀၅၀၃၆၀၀၀)ကုဋေ ကိုးထောင်တစ်ရာရှစ်ဆယ်ငါးသန်းသုံးသောင်းခြောက်ထောင်ရှိပါသည်။

(ဆောင်) ကိုးထောင့်တစ်ရာရှစ်ဆယ်သာ
သချာကောဋိကောက်၊
ငါးသန်းသုံးသောင်းခြောက်ထောင်ပေါင်း
များတောင်းပါတိမောက်။

(ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်– ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

နေ နတ် နီ တိုင် ဂနိုင် မိုး နံ ဟုန် ယာဉ် ဈာန် မှတ်ရန် သိက္ခာဂဏန်းတည်း။
၀ ၀ ၀ ၆ ၃ ၀ ၅ ၀ ၈ ၁ ၉

ပိဋကသချာသည် ပြောင်းပြန်ယူရသည်။

• • • • • • • • •

အခန်း (၃)

ရဟန်းသာမဏေများ
ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်များနှင့်စပ်လျဉ်းသော ဗဟုသုတများ

ဘုရားရှင်က ''ဝိနယောနာမ သာသနဿ အာယု'' ဝိနည်းတရားသည် သာသနာတော်၏အသက်ဖြစ်၏လို့ ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်။

''ဝိနယေဌိတေ သာသနံ ဌိတံ၊ ဝိနည်းတည်မှ သာသနာတည်မယ်တဲ့၊ ဒါ့ကြောင့်မို့ ရဟန်းသာမဏေအားလုံးတို့သည် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ သာသနာတော်မြတ်ကြီး အရှည်ခန့်၍ တည်တံ့ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် ပညတ်တော်မူခဲ့သော ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်များကို မကျိုးမပေါက်မပျောက်မကြားရအောင် စောင့်ထိန်းကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ဝိနည်းကျင့်ဝတ်, တစ်ပါးချွတ်က, လူနတ်မကြိုက်,ကဲ့ရဲ့ထိုက်၏။
ဝိနည်းကျင့်ဝတ်, တစ်ပါးမချွတ်က, လူနတ်ဦးခိုက်, ပူဇော်ထိုက်၏။

* * *

သီလ၏အဓိပ္ပာယ်

မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်သော စေတနာနှင့် ဝိရတီစေတသိက်များကို သီလဟုခေါ်သည်။ ထိုသီလသည် သီလ၊ အဓိသီလဟု နှစ်မျိုးရှိရာ သာသနာပကာလ၌ ဆောက်တည် ရနိုင်သော ၅ ပါး၊ ၈ ပါး၊ ၁၀ ပါးသီလတို့သည် သီလသာမည်၍

ဘုရားပွင့်မှ ဟောတော်မူသဖြင့် စောင့်ထိန်းရသော သီလကို အဓိသီလဟုခေါ် ပါသည်။

သီလနှစ်မျိုး

(၁) မပြုလုပ်ရဟုတားမြစ်ထားသဖြင့် ထိုအမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် ဝါရိတ္တ သီလ 'ရှောင်သီလ' မည်၏။ ပထမပါရာဇိက စသော သိက္ခာပုဒ်သီလမျိုးတည်း။ အဘိဓမ္မာတရားကိုယ်အားဖြင့် ဝိရတီနှင့်စေတနာတို့တည်း။

(၂) ပြုကျင့်ရမည်ဟု ပညတ်တော်မူသဖြင့် ပြုကျင့်ခြင်းသည် စာရိတ္တသီလ ''ဆောင်သီလ'' မည်၏။ မဟာဝဂ္ဂခန္ဓကဥ္စလာသော ဥပဇ္ဈာယဝတ်စသော ကျင့်ဝတ် သီလမျိုးတည်း။ ထိုသီလမျိုးကို ပြုကျင့်ခြင်းသည် ရှောင်ကြဉ်မှုမ ပါသောကြောင့် ဝိရတီသီလမဖြစ်၊ စေတနာသီလသာ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

လူများအတွက် သီလနှစ်မျိုး

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ စောင့်ထိန်းလိုက်နာရမည့် ငါးပါးသီလ စသည်တို့သည် ရှောင်ကြဉ်ရမည့် ဝါရိတ္တသီလ မည်ပါသည်။ (ရှောင်သီလ)

မိဘကျင့်ဝတ် ၅ ပါး၊ သားသမီးကျင့်ဝတ် ၅ ပါး စသည်တို့ကား ဆောင်ရမည့် စာရိတ္တသီလများ ဖြစ်ပါသည်။ (ဆောင်သီလ)

◉ ◉ ◉

အာပတ်(အပြစ်)သင့်ခြင်းအကြောင်း ၆ ပါး

၁။ အရှက်မရှိခြင်းဟူသော အလဇ္ဇိတာ

၂။ မသိခြင်းတည်းဟူသော အညာဏတာ၊

၃။ အပ်လေသလော၊ မအပ်လေသလောဟု ကုက္ကုစ္စနှိပ်စက်ခြင်းဟူသော ကုက္ကုစ္စပကတတာ၊

၁။ မအပ်သောအရာ၌အပ်၏ဟု မှတ်ထင်ခြင်းဟူသော အကပ္ပိယေကပ္ပိယ သညိတာ။
၂။ အပ်သောအရာ၌ပင် မအပ်ဟု ထင်မှတ်ခြင်းဟူသော ကပ္ပိယေအကပ္ပိယ သညိတာ။
၆။ သတိပျောက်ကင်းမေ့လျော့ခြင်းဟူသော သတိသမ္မောသာ တို့ဖြစ်ပါသည်

(ဆောင်) အလဇ်–အညာ ကုက္ကုစ္စာနှင့် အကပ္ပါထည့်နောက်ကပ္ပိတည်း. သတိ သမ္မောသတ် ဤခြောက်ရပ် အာပတ်သင့်ကြောင်းတည်း။

◉ ◉ ◉

အလဇ္ဇိပုဂ္ဂိုလ်၏လက္ခဏာ ၃ ပါး

၁။ မအပ်မှန်းသိလျက် စေတနာရှိလျက် အာပတ်သင့်အောင်ပြုခြင်း၊
၂။ မသိ၍သင့်ပြီးသော အာပတ်ကို လျှို့ဝှက်ကာ ဒေသနာမပြောဘဲနေခြင်း၊
၃။ ပစ္စည်းဝေဖန်မှု, တရားဆုံးဖြတ်မှု စသည်တို့၌ အဂတိလိုက်စားခြင်း၊

(ပရိဝါ) သဉ္စိစ္စ အာပတ္တိံ အာပဇ္ဇတိ၊ အာပတ္တိံ ပရိဂူဟတိ။ အဂတိဂမနဉ္စ ဂစ္ဆတိ၊ ဒေိသော ဝုစ္စတိ အလဇ္ဇိပုဂ္ဂလော။

◉ ◉ ◉

ရဟန်းသာမဏေများ မစားကောင်းသော အသား ၁၀ မျိုး

လူသား၊ ခွေးသား၊ မြင်းသား၊ ဆင်သား၊ ကျားသစ်သား၊ ကျားသား၊ ခြင်္သေ့ သား၊ ဝံသား၊ အောင်းသား၊ မြွေသား။

ဤသတ္တဝါ ၁၀ မျိုး၏အရိုးအရေ အသားအသွေး အမွေးတို့ပါ ရဟန်းနှင့် သာမဏေများ မအပ်စပ်ပါ။

(ဆောင်)လူ, ခွေး, မြင်း, ဆင်, သစ်, ကျားလျှင်, ခြင်္သေ့, ဝံ, အောင်း, မြွေ ၁၀ ပါး ရေသားသွေး အမွေးတို့ပါ မသုံးရာ ဆယ်ဖြာအမျိုးပေ။

အာပတ် ၇-ပုံ

အထက်တွင်ပြခဲ့သော အကြောင်း ၆ ပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးကြောင့် သင့်ရောက်သောရဟန်းတော်များအတွက် အပြစ်အာပတ်တို့ကား

၁။ ပါရာဇိကအာပတ်၊

၂။ သံဃာဒိသိသ်အာပတ်၊

၃။ ထုလ္လစ္စဥ်းအာပတ်၊

၄။ ပါစိတ်အာပတ်၊

၅။ ပါဋိဒေသနီအာပတ်၊

၆။ ဒုက္ကဋ်အာပတ်၊

၇။ ဒုဗ္ဘာသီအာပတ် ဟူ၍ ၇ ပုံရှိပါသည်။

ထိုတွင် ရှေ့ဖြစ်သော ပါရာဇိက, သံဃာဒိသိသ် အာပတ် ၂ ပုံတွင် ပါရာဇိကအာပတ်သင့်လျှင် လူထွက်ရခြင်း၊ သံဃာဒိသိသ် အာပတ်သင့်လျှင် ပရိဝါသ်ဆောက်တည်ခြင်း၊ မာနတ်ကျင့်ခြင်း။ သံဃာအပါး ၂၀ ဖြင့် အဗ္ဘာန်သွင်းခြင်းဟူသော ကြီးလေးသောကံဖြင့် ဖြေဖျောက်မှ ပြေသောကြောင့် 'ဂရုကအာပတ်' မည်၏။

ထုလ္လစ္စဥ်း စသော ကျန်အာပတ် ၅ ပုံကား ဒေသနာပြောကြားခြင်းဟူသော ပေါ့သောကံဖြင့် ဖြေဖျောက်ရသောကြောင့် 'လဟုကအာပတ်' ဟု ခေါ်ပါသည်။

အာပတ်သေးသည်ဖြစ်စေ ကြီးသည်ဖြစ်စေ မည်သည့်သိက္ခာပုဒ်ကိုမဆို စေတနာဖြင့် လွန်ကျူးပါက နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်ဈာန်မဂ်ဖိုလ်၏အန္တရာယ်ကို ပေးနိုင်သောကြောင့် အာပတ်မသင့်အောင် အပြစ်မဖြစ်အောင် နေထိုင်နိုင်က အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ (ပါတိမောက် ဘာသာဋီကာ)

＊ ＊ ＊

အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်ပုံ

အာပတ်သင့်ပြီး အာပတ်ကို မကုစားလျှင်

ဝိပ္ပဋိသာရ ခေါ် နှလုံးမသာယာမှု ဖြစ်၏။

ဝိပ္ပဋိသာရ ရှိနေလျှင် ပါမောဇ္ဇ ဝမ်းမြောက်မှုခေါ် အနုစားအသေးစား ပီတိမဖြစ်နိုင်။

ပီတိနုမဖြစ်လျှင် တိုးတက်လာသော ပီတိအရင့်စားမဖြစ်နိုင်၊

ပီတိအရင့်စားမဖြစ်လျှင် 'ပဿဒ္ဓိ' ခေါ် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး မငြိမ်းအေးနိုင်။

ပဿဒ္ဓိကိုယ်စိတ်မငြိမ်းအေးလျှင် 'သုခ' ခေါ် ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာမှု မဖြစ်နိုင်။

သုခမဖြစ်လျှင် သမာဓိ မရ၊

သမာဓိမရလျှင် 'ယထာဘူတ' လမ်းမှန်ကျအောင် မသိ၊

ယထာဘူတ လမ်းမှန်နည်းမှန်မသိလျှင် မည်မျှပင် ကြိုးစားအားထုတ်ပါသော်လည်း ချမ်းမဂ်ဖိုလ်ကိုမရနိုင်ပါ။

ဤကဲ့သို့သော အစဉ်ဖြင့် အလွန်သေးငယ်သော ဒုက္ကဋ်အာပတ်သည်ပင် ချမ်းမဂ်ဖိုလ်၏အန္တရာယ်ကို ပြုနိုင်ပါသည်။ အာပတ်မသင့်လျှင်ကား ဝိပ္ပဋိသာရ မဖြစ်၍ ပါမောဇ္ဇစသည် အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ကာ ကြိုးစားပါလျှင် လွယ်ကူချမ်းသာ စွာဖြင့် ဘာမျှအခက်အခဲမရှိဘဲ ချမ်းမဂ်ဖိုလ်ကို ရနိုင်ပါ၍ အတတ်နိုင်ဆုံး အာပတ် မသင့်အောင် နေထိုင်သင့်ပါကြောင်း သိက္ခာပုဒ်များကို လိုက်နာသင့်ပါကြောင်း ထပ်လောင်း၍ နှိုးဆော်တိုက်တွန်းလိုက်ရပေသည်။

◉ ◉ ◉

ရဟန်း ၃ မျိုး

သာသနာတော်၌ ရဟန်းတော်များစွာရှိရာ အကျဉ်းချုံးလျှင်

၁။ ပညာပဗ္ဗဇိတ – ပညာကို လိုလားသော ရဟန်းမျိုး၊

၂။ သဒ္ဓါပဗ္ဗဇိတ – သာသနာတော်ကို ယုံကြည်၍ ပြုသောရဟန်း၊

၃။ ဘယာပဗ္ဗဇိတ– လုပ်ကိုင်စားသောက်ရမည်ကို ကြောက်၍ ပြုသော ရဟန်းမျိုးဟူ၍ ၃ မျိုးရှိလေသည်။

ပညာ ပဗ္ဗဇိတော ပညံ၊ သဒ္ဓံ သဒ္ဓါ ပဗ္ဗဇိတော၊

ဘယာပဗ္ဗဇိတော လာဘံ၊ အနုယုဥ္ဇန္တိ သာသနေ၊

ပညာ ပဗ္ဗဇိတရဟန်းသည် ပိဋကတ် ၃ ပုံ ပရိယတ်ကို တတ်မြောက်အောင် ကြိုးစား၏။

သဒ္ဓါပဗ္ဗဇိတ ရဟန်းသည် သမထဝိပဿနာ ဘာဝနာအားထုတ်မှု ပဋိပတ်ကို ကြိုးစားအားထုတ်၏။

ဘယာပဗ္ဗဇိတရဟန်းသည် ပစ္စည်းရမှုကို လိုရင်းပြု၍ လာဘ်ရရေးကိုသာ ကြိုးစားအားထုတ်၏။ ပစ္စည်းဥစ္စာကိုသာ စုဆောင်းလေ့ရှိပါသည်။

⊛ ⊛ ⊛

နှစ်ပက်အရှုံးဘဝမှ လွတ်ကင်းကြရန် သတိပေးဂါထာ

၁။ ဂိဟိဘောဂေါ ပရိဟီနော သာမညတ္တဥ္စ ဥဘတော၊

ပရိဓံသမာနော ပကိရေတိ ဆဝါလာတံဝ နဿတိ။

၂။ ကုသော ယထာ ဒုဂ္ဂဟိတော ဟတ္ထမေဝါနုကန္တတိ၊

သာမညံ ဒုပ္ပရာမဋ္ဌံ၊ နိရယာယူပကဍ္ဎတိ။ (သံယုတ်ပါဠိတော်)

၁။ ဒုဿီလော၊ အလဇ္ဇီဒုဿီလ ဖြစ်သော ရှင်ရဟန်းသည်၊ ဂိဟိဘောဂါစ၊ ပျော်ပျော်ပါးပါး သားမယားနှင့် ခံစားအပ်သောလူတို့စည်းစိမ်မှလည်းကောင်း၊ သာမညတ္တဥ္စ၊ ပရိယတ်သင်ကြားခြင်း ပဋိပတ်ပွားများခြင်းဟူသော ရှင်ရဟန်းတို့၏စည်းစိမ်မှလည်းကောင်း၊ ပရိဟီနော၊ ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီး၏၊ ဥဘတော၊ နှစ်ပါးစုံသော စည်းစိမ်မှ၊ ပရိဓံသမာနော၊ ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးသည်ဖြစ်၍။ ပကိရေတိ၊ ဖရိုဖရဲဖြစ်ရ၏။ ဆဝါလာတံဝ၊ သင်္ချိုင်း၌ ထင်းမီးစကဲ့သို့(ဝါ)ရွာတောမသုံး ထင်းကုလားတုံးကဲ့သို့ နဿတိ၊ အကျိုးမဲ့ပျက်စီးရ၏။

[illegible] ရဟန်းပင်ဖြစ်သော်ငြား ထင်းကုလားတုံးတူသူ၊
ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်နိုင်ပ့ါ ညွှန်ပြတော်မူ။
ရဟန်းတရား၊ ပွားများမှုမပြုသူ၊ အဘိဇ္ဈာထူ ကိလေပွား၊
ထိုသူကား ထင်းကုလား ပမာတူသူ ဘဂဝါမူ
နှိုင်းယှဉ်ပြတယ် မှတ်ကြစေသား။ (စိန်မမ)

ဒုဂ္ဂဟိတော၊ ပေ့ါတီးပေ့ါတော့ လျော့တိလျော့ရဲကိုင်၍ နုတ်အပ်သော၊ [illegible]သော၊ သမန်းမြက်ဖုတ်သည့်၊ ဟတ္ထမေဝ၊ မခိုင်ပေ့ါပျက်ကိုင်သူ့လက်ကိုပင် [illegible] အနုကန္တတိယထာ၊ စူးရှဘိသကဲ့သို့၊ ဒုပ္ပရာမဋ္ဌံ၊ မကောင်းသဖြင့် သုံးသပ် [illegible]သော။ သာမညံ၊ ရှင်ရဟန်းအဖြစ်သည်၊ သမဏမေဝ၊ ရှင်ရဟန်းကိုသာ [illegible] အနုကန္တတိ၊ စူးရှဖျက်ဆီး၏၊ နိရယာယံ၊ အပါယ်ငရဲသို့၊ ဥပကဍ္ဎတိ၊ [illegible]။

သချိုင်းကုန်းတွင် သူသေကောင်ဖုတ်၍ ကြွင်းကျန်သော 'ထင်းကုလားတုံး' [illegible]သည် မီးသွေးလည်းမရ၊ မီးလည်းမတောက်၍ တောရွာနှစ်ခုစလုံး အသုံးမကျ [illegible]ကဲ့သို့ ထို့အတူ သင်္ကန်းဝတ်ဖြင့်နေသဖြင့် ကာမဂုဏ်ချမ်းသာကိုမှီဝဲ၍ မရ [illegible]ကောင်းသောကြောင့် လူ့အရသာကိုလည်း မသိလိုက်ရ၊ အပေါင်းအဖော်၌ [illegible]သော်ခြင်း၊ စကားဝိုင်းဖွဲ့ခြင်း၊ အအိပ်ကြူးခြင်း၊ လည်ပတ်ခြင်း၊ လှံ့လဝီရိယ [illegible]ခြင်း၊ ပျင်းရိခြင်းဖြင့် ပရိယတ် ပဋိပတ်တို့၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်း [illegible]ရ နှစ်ဖက်ရှုံးဖြစ်၍ ရဟန်းတို့၏အရသာကိုလည်း မသိလိုက်ရသောကြောင့်။ [illegible]သေကောင်ဖုတ်သည် ဘာမှအသုံးမကျသည့် 'ထင်းကုလားတုံး' နှင့်တူသော [illegible]န်းမျိုးမဖြစ်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်သင့်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

အနာဂါတ်ကာလမှာ ရဟန်းတွေ ဘယ်လိုဖြစ် ပဏ္ဏရဂေါတ္တမည်သော ရသေ့ လျှောက်ထားချက်ဖြင့် ဆရာဖြစ်သော ဆဋ္ဌာဘိညရဟန္တာ မှသာ မဓေစ်ရှုမြတ်ဟောကြားအပ်သော (၃၂) ဂါထာအနက်မှ (၁၁) ခုမြောက်ဂါထာ

ဥဒ္ဓတာစ ဘဝိဿန္တိ၊ နီလစီဝရပါရုတာ၊
ကုဟာထဒ္ဓါလပါသိင်္ဂီ စရိဿန္တျရိယာဝိယ။

ဘာ်ကျ- ရဟန်းတို့သည်၊ အနာဂတေ၊ နောင်အခါကာလ၌၊ ဥဒ္ဓတာစ၊ ပြာပုံခဲကျ၊ ထောင်းထောင်းထသို့ ခဏမတည် မနိုင်ကြည်သော စိတ်ရှိကုန်သည် လည်း၊ ဘဝိဿန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်လတ္တံ့။ နီလစီဝရပါရုတာစ၊ မလျော်မအပ်ဆိုးရည် တပ်လျက် ဖပ်ဖပ်စိုစို စိမ်းလဲ့ညိုသော သင်္ကန်းကို ဝတ်ရုံကြကုန်သည်လည်း၊ ဘဝိဿန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်လတ္တံ့၊ ကုဟာ၊ ချာန်မဂ်အနီးရောရှိရောရာ ပြောဆိုခြင်း စသော ကုဟနဝတ္ထု လှည့်ပတ်မှုဖြင့် သူ့ကိုလိမ်လည်ကြည်ညိုစေမှု အံ့ဩဘွယ် ပြုကြကုန်သည်ဖြစ်၍လည်း၊ အရိယာဝိယ၊ အရိယာသူတော်ကောင်းတို့ကဲ့သို့၊ စရိဿန္တိ၊ စားကြသွားကြ ကျင့်ကြကုန်လတ္တံ့။ ထဒ္ဓါစ၊ ဒေါသမျက်မာန် ခက်ထန် ကြမ်းကြုတ်သော စိတ်နှလုံးရှိကုန်သည်ဖြစ်၍လည်း၊ စရိဿန္တိ၊ စားကြသွားကြ ကျင့်ကြကုန်လတ္တံ့။ လပါစ၊ ပစ္စည်းလိုငှာ ဒါယကာတို့အား ညှာတာချိုးမြှောက် ငြိမ်းခြောက်မောင်းမဲ ဆဲရေးရှုတ်ချ ပြောဆိုခြင်းစသည်ဖြင့် ပြောဆိုကြကုန်သည် ဖြစ်၍လည်း၊ စရိဿန္တိ၊ စားကြသွားကြ ကျင့်ကြကုန်လတ္တံ့၊ သိင်္ဂီစ၊ သမင်သား ကောင် စိုင်ပြောင်သိုးဆိတ် အဟိတ်မုန်ယို ကျွဲနွားကိုယ်၌ ဦးချိုပမာ ထင်ရှား စွာသော ကိလေသာမှု ဟန်ယူပြုလုပ်ကုန်သည်ဖြစ်၍လည်း၊ စရိဿန္တိ၊ စားကြ သွားကြ ကျင့်ကြကုန်လတ္တံ့။

◉ ◉ ◉

ပျင်းရိသော ရဟန်း၏အပြစ်

ဒုက္ခံ ဘိက္ခဝေ ကုသီတော ဝိဟရတိ ပါဠိတော်အရ ပျင်းရိသောသူသည် ဆင်းရဲစွာနေရခြင်း ဣန္ဒြေခြောက်ပါး တံခါးခြောက်ပေါက် မလုံခြုံခြင်းစသော အကုသိုလ်အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပြီး ထိုမှပြောင်းပြန် 'အာရဒ္ဓဝီရိယော ခေါ်သော ဘိက္ခဝေ သုခံ ဝိဟရတိ' ပါဠိတော်အရ မပျင်းရိသော လုံ့လဝီရိယအားထုတ်ခြင်းရှိသောသူသည် ချမ်းသာစွာ နေရခြင်းစသော အရဟတ္တဖိုလ် နိဗ္ဗာန်တိုင်အောင် အကျိုးထူးတရားများ ခံစားနိုင်သောကြောင့် ရဟန်းတရားများကို ကြိုးစားအားထုတ်သင့်ပါသည်။

ကုသီတ ပုဂ္ဂလဿ ဟိ ဆဒ္ဒွါရာနိ အဂုတ္တာနိ ဟောန္တိ၊ တီဏိကမ္မာနိ အသုဒ္ဓါနိ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလံ အပရိယောဒါတံ၊ ဘိန္နာဇီဝေါ ကုလူပကောတိ၊ သောသမြဟ္မစာရီနံ အက္ခိမှိ ပတိတရဇ်ဝိယ ဥပဃာတကရော ဟုတွာ ဒုက္ခံ ဝိဟရတိ၊ ပိဋ္ဌမဒ္ဒနောစေဝဟောဟိ၊ လဏ္ဍာပူရဏောစ သတ္တု အဇ္ဈာသယံ ပဟာတုံ နသက္ကောတိ၊ ဒုလ္လဘံ ခဏံ ဝိရောဓေတိ၊ တေန ဘုတ္တော ဥဒ္ဒိပ္ပိကောပိ န မဟပ္ဖ လော ဟောတိ။ (နိဒါနဝဂ္ဂသံယုတ် အဋ္ဌကထာ)

အနက်ပေးပုံ။ ဟိ၊ အကယ်မလွဲ၊ ကုသီတ ပုဂ္ဂလဿ၊ ပျင်းရိသောပုဂ္ဂိုလ်အား၊ ဆဒ္ဒွါရာနိ၊ စက္ခုစသော ခြောက်ဒွါရတို့သည်၊ အဂုတ္တာနိ၊ မလုံခြုံကုန်သည်၊ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ တီဏိကမ္မာနိ၊ ကာယကံ စသောကံသုံးပါးတို့သည်၊ အသုဒ္ဓါနိ၊ မစင်ကြယ်ကုန်သည်၊ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ အာဇီဝဋ္ဌမကံ၊ အသက်မွေးခြင်းလျှင် ရှစ်ခုမြောက်ဖြစ်သော၊ သီလံ၊ သီလသည်၊ အပရိယောဒါတံ အသက်ဝန်းကျင်မှ မဖြူစင်သည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဘိန္နာဇီဝေါ၊ သီလပျက်ခြင်းဖြင့် အသက်ရှင်သော လူပျင်းသည်၊ ကုလူပကော၊ ဒါယကာအိမ်သို့ လည်ပတ်ကပ်ရောက်တတ်သည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ သော၊ ထိုသူပျင်းသည်၊ သမြဟ္မစာရီနံ သီတင်းသုံးဖော်ငါးဦးတို့၏၊ အက္ခိမှိ၊ မျက်စိ၌၊ ပတိတရဇ်ဝိယ၊ ကျရောက်သော မြူမှုန်ကဲ့သို့၊ ဥပဃာတကရော၊ နှိပ်စက်ခြင်းကို ပြုတတ်သည်...

ဖြစ်၍၊ ဒုက္ခ၊ ဆင်းဆင်းရဲရဲ၊ ဝိဟရတိ၊ နေရ၏၊ ပိဋ္ဌမဒ္ဒနောစေဝ၊ ညောင်စောင်း အင်ပျဉ် (ခုတင်) ကို နှိပ်နင်းဖိစီးခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ လဏ္ဍပူရဏောစ၊ မစင်ကျင်ကြီးကို ပြည့်စေတတ်သည်လည်းကောင်း၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏၊ သတ္ထု၊ မြတ်စွာဘုရား၏၊ အဓ္ဓာသယံ၊ အလိုဆန္ဒတော်ကို၊ ဂဟေတုံ၊ ယူခြင်းငှာ၊ နသက္ကောတိ၊ မစွမ်းနိုင်၊ ဒုလ္လဘံ၊ ရနိုင်ခဲသော၊ ခဏံ၊ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒ နဝမခဏကို၊ ဝိရောဓေတိ၊ ချွတ်ချော်စေ၏၊ တေန၊ ထိုသို့ ချွတ်ချော်စေသောကြောင့်၊ ဝါ၊ ထိုသူပျင်းသည်၊ ရဋ္ဌပိဏ္ဍောပိ၊ တိုင်းသားပြည်သူ ကြည်ဖြူရွှင်လန်း လှူသော ဆွမ်းသည်လည်း၊ မဟပ္ဖလော၊ ကြီးမြတ်သော အကျိုးရှိသည်၊ နဟောတိ, မဖြစ်။

* * *

နတ်စုတိခါနီးနှင့် ရဟန်းစုတိခါနီး နိမိတ်ငါးပါးနှိုင်းယှဉ်ချက်၊ နတ်ပြည်မှ စုတိ (စုတေ) ခါနီးသော နတ်တို့၏ ပုဗ္ဗနိမိတ် ၅ ပါး

၁။ ပန်ဆင်ထားသော နတ်ပန်းများ ညှိုးလာခြင်း၊
၂။ ဝတ်ဆင်ထားသော အဝတ်တန်ဆာများ ညစ်နွမ်းလာခြင်း၊
၃။ လက်ကတီးကြားမှ ချွေးများထွက်လာခြင်း၊
၄။ ပကတိကိုယ်ရေအဆင်းမလှမပ ဖြစ်လာခြင်း၊
၅။ နတ်ပြည်၌မတည်နိုင် မပျော်မွေ့နိုင် ဖြစ်လာခြင်း၊

ဤနိမိတ်ငါးပါး ရှေ့ပြေးထင်လာပြီး မကြာမီ နတ်များစုတိပျက်ကြွေ သေလွန်ရသကဲ့သို့၊

စုတေခါနီး (လူထွက်ခါနီးသော) ရဟန်းများသည်လည်း

၁။ သီလတည်းဟူသော ပန်းများညှိုးနွမ်းလာ၏။
၂။ အဝတ်သင်္ကန်းကို မပြုပြင်နိုင် ညစ်နွမ်းလာ၏။
၃။ ကိလေသာတည်းဟူသော ချွေးများထွက်လာ၏။
၄။ ကိုယ်ရေအဆင်း မကြည်လင် မျက်နှာမရွှင် ဖြစ်လာ၏။
၅။ သာသနာတော်၌ မပျော်ပိုက် မတည်နိုင်သောစိတ်ဖြစ်လာ၏။

ဤနိမိတ်ငါးပါးထင်လာလျှင် ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်များစွာကို စောင့်ထိန်းရသော ဒုလ္လဘရခဲလှသည့် ရဟန်းအဖြစ်မှ ရွေ့လျောတော့မည် (ဝါ) ရဟန်းဘဝမှ စုတေတော့မည့် (လူထွက်တော့မည်)ဟု သိနိုင်ပါပေသည်။

(ဩဝါဒပေါင်းစုံ ဓမ္မကြေးမုံ)

⊙ ⊙ ⊙

အံ့ဖွယ် (၈) ဖြာ သာသနာ
မဟာသမုဒ္ဒရာ၏အံ့ဖွယ် (၈) ဖြာ

အစဉ်နက်ဝှမ်း ကမ်းကိုမလွန်၊ ရှုံ့ဖွယ်ဆယ်ပစ်၊ တမည်ဖြစ်ခြင်း၊ မယွင်းမတိုး၊ ဆားမျိုးရသာ၊ ရတနာဆယ်မျိုး၊ ကြီးသူ့နေရာ၊ ရှစ်ဖြာအံ့ဖွယ်၊ သမုဒ်နွယ်သို့ စင်ကြယ်လှစွာ၊ သာသနာတည်း။

(၁) 'အစဉ်နက်ဝှမ်း' သမုဒ္ဒရာသည် ကမ်းစပ်၌ တစ်ထွာတတောင်မှစ၍ အစဉ်အတိုင်း ယူဇနာရှစ်သောင်းလေးထောင်တိုင်အောင် အံ့ဖွယ်ရာအစဉ် နက်ရှိုင်းသွားသကဲ့သို့ ဤသာသနာတော်သည်လည်း ငါးပါးသီလအကျင့်မှစ၍ အရဟတ္တဖိုလ်သို့တိုင် ရောက်ရန်ကျင့်စဉ်တိုင်အောင် အံ့သြဘွယ်ရာ ခက်ခဲနက်နဲ သိမ်မွေ့ခြင်းဟူသော 'အနုပုဗ္ဗသိက္ခာသာသနာ'

(၂) 'ကမ်းကိုမလွန်' သမုဒ္ဒရာရေသည် ကမ်းကိုမလွန်ကောင်းသော အံ့သြဖွယ်ရှိသကဲ့သို့ သာသနာတော်သည်လည်း တပည့်ရဟန်းတို့အား ပညတ်အပ်သော သိက္ခာပုဒ်တို့မှ အသက်မွေးမှုဟူသော အကြောင်းကြောင့် မလွန်ကျူးခြင်းဟူ

သော 'ဝေလာနတိက္ကမနသာသနာ'။

(၃) 'ရွှံ့ဖွယ်ဆယ်ပစ်' မဟာသမုဒ္ဒရာသည် အပုပ်ကောင်တို့ကို ကမ်းပေါ်သို့ လျင်မြန်စွာ အံ့သြဖွယ်ရာ မှုတ်ထုတ်လွှင့်တင်သကဲ့သို့ သာသနာတော်သည်လည်း ဒုသီလရဟန်းယုတ်ကို သံဃာအလယ်မှ အံ့သြဖွယ်ရာ ထုတ်ပယ်ခံရခြင်းဟူသော 'ဒုသီလ ဥက္ခိပနသာသနာ'

(၄) 'တမည်ဖြစ်ခြင်း' ဂင်္ဂါ၊ ယမုနာ၊ အစိရဝတီ၊ သရဘူမဟီ ဟူသော မြစ်ကြီးငါးသွယ် မြစ်ငယ်ငါးရာမှ စီးဝင်သောရေများသည် ဂင်္ဂါမြစ်ရေ ယမုနာမြစ်ရေ ဟူသော အမည်ပျောက်၍ သမုဒ္ဒရာရေဟူသော အမည်တစ်ခုတည်းသာ တွင်သကဲ့သို့ သာသနာတော်သည်လည်း ခတ္တိယဗြဟ္မဏဝေဿသုဒ္ဒဟူသော အမျိုးလေးပါးမှ ရဟန်းပြုကြသောသူတို့သည် ခတ္တိယဗြဟ္မဏ စသော အမည်များပျောက်၍ အံ့သြဘွယ်ရာ သကျပုတ္တသာကီဝင် မြတ်စွာဘုရား၏သားတော်ဟူသော အမည်တစ်ခုတည်းတွင်ခြင်းဟူသော ''ဧကနာမသာသနာ''

(၅) 'မယွင်းမတိုး' မဟာသမုဒ္ဒရာရေသည် အခြားမြစ်ရေတို့ စီးဝင်ခြင်း မိုးရွာခြင်းကြောင့် အံ့သြဖွယ်လျော့ခြင်းလျှံခြင်းမရှိသကဲ့သို့ သာသနာတော်၌လည်း ရဟန်းများ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုခြင်းကြောင့် နိဗ္ဗာနဓာတ် ယုတ်လျော့ခြင်း ပိုလျှံခြင်း မရှိခြင်းဟူသော 'အနူနာပူရသာသနာ''။

(၆) 'ဆားမျိုးရသာ' မဟာသမုဒ္ဒရာရေသည် အံ့သြဖွယ်ရာ ငန်သော အရသာတစ်ခုတည်းသာရှိသကဲ့သို့ ဤသာသနာတော်၌လည်း ဓမ္မက္ခန္ဓာ ရှစ်သောင်းလေးထောင် အင်္ဂါအားဖြင့် ၉ ပါး စသည်များပြားသော်လည်း အံ့သြဖွယ်ရာ ဝိမုတ္တိရသအားဖြင့် တစ်ပါးတည်းသာရှိခြင်းဟူသော ''ဧကရသသာသနာ''။

(၇) 'ရတနာဆယ်မိုး' မဟာသမုဒ္ဒရာကြီးသည် ပုလဲ ပတ္တမြား စသော အံ့သြဘွယ်ရာ ရတနာဆယ်ပါးရှိသကဲ့သို့ သာသနာတော်သည်လည်း သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး သမ္မပ္ပဓာန်လေးပါး စသော အံ့သြဖွယ်ရာ ဗောဓိပက္ခိယရတနာ ၃၇ ဖြာရှိခြင်းဟူသော ''ရတနာကရသာသနာ''။

ဂ) 'ကြီးသူ့နေရာ' မဟာသမုဒ္ဒရာသည် အံ့ဩဖွယ်ရာ ယှဉ်နောတစ်ရာ နှစ်ရာ သုံးရာ အတ္တဘောရှိသောတိမိ၊ တိမိင်္ဂလာစသော ငါးသတ္တဝါကြီးတို့၏နေရာ ဖြစ်သကဲ့သို့ ထို့အတူ ဤသာသနာတော်မြတ်၌လည်း သောတာပန်အစ ရဟန္တာ အဆုံးရှိသော အံ့ဩဖွယ်ရာကြီးမြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏နေရာဖြစ်ခြင်းဟူသော "မဟန္တဝါသသာသနာ" တို့ ဖြစ်ပါသည်။ (စူဠဝါ ၃၇၉၊ အင်္ဂုတ္တိုရ်တတိယ နာ-၃၆ ဥဒါန်းပါဠိတော် နှာ(၇၈))

သာသနာတော်ကြီးသည် အံ့ဖွယ်ရှစ်ဖြာနှင့်ပြည့်စုံသော အလွန်ထူးမြတ်သည့် သာသနာတော်ကြီးဖြစ်ပေသည်။ ငါတို့သည် ရှေးဘုန်းရှေးကံထက်သန်ကြီးမား သူများဖြစ်၍ ဤကဲ့သို့သော သာသနာတော်ကြီးနှင့်တွေ့ကြုံကာ အင်မတန်မှ ထောာသော သာသနာတော်ထမ်း ရှင်ရဟန်းအဖြစ်သို့ ရောက်ရလေသည်။ ဤကဲ့သို့ ရောက်ရခိုက်အခါဝယ် အလဇ္ဇီဒုဿီလ ဒုဗ္ဗစရဟန်းမျိုးမဖြစ်စေဘဲ သီလဝန္တ ရဟန်းကောင်း ရဟန်းမြတ်များဖြစ်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်သင့်ပါ သည်။

• • •

အခိကရုဏ်း ၄ ပါး

၁။ [illegible]တစ်ခုသော တရားကို တစ်ဖက်က ဓမ္မ တစ်ဖက်က အဓမ္မ ဟု ငြင်းခုံခြင်း၊ တစ်ဖက်က ဝိနယ တစ်ဖက်က အဝိနယဟု ငြင်းခုံခြင်း စသည်ဖြင့် [illegible]တစ်ဖက် ငြင်းခုံခြင်းကို (ငြင်းခုံ၍မတည့်ကြဘဲ ကွဲပြားနေခြင်းကို) [illegible]။

၂။ [illegible] သံဃာဒိသေသ်သင့်ခြင်းများကို သီလဝိပတ္တိ (ကိုယ်ကျင့်သီလ [illegible]) ခေါ်၏။

[illegible] မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဖြင့် အသက်မွေးမှုကို အာဇီဝဝိပတ္တိ အရိယာရဟန်းကဲ့ [illegible] ဒိဋ္ဌိဝိပတ္တိ ဟု ခေါ်၏။ ထိုဝိပတ္တိတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် (ငါ့ရှင် ပါရာဇိက [illegible]) စွပ်စွဲစောဒနာမှုကို 'အနုဝါဒါဓိကရုဏ်း'။

၃။ ပါရာဇိ, သံဃာဒိသေသ် စသောအာပတ် ရပုံ သင့်ရောက်နေခြင်းကို 'အာပတ္တာဓိကရုဏ်း'။

၄။ အပလောကနကံ ဉတ္တိကံ, ဉတ္တိဒုတိယကံ, ဉတ္တိစတုတ္ထကံ ၄ ပါးတွင် တစ်ပါးပါးကို ပြုကြခြင်းကို 'ကိစ္စာဓိကရုဏ်း' ဟု ခေါ်ပါသည်။

* * *

လူ့လောက ရဟန်းလောက၌ အသုံးများသည် အဂတိလေးပါး

၁။ ဆန္ဒာဂတိ = ချစ်သဖြင့် မလားအပ်သည်သို့ လားခြင်း။

၂။ ဒေါသာဂတိ = မုန်းသဖြင့် မလားအပ်သည်သို့ လားခြင်း။

၃။ မောဟာဂတိ = မိုက်မဲတွေဝေမသိသဖြင့် မလားအပ်သည်သို့ လားခြင်း။

၄။ ဘယာဂတိ = ကြောက်သဖြင့် မလားအပ်သည်သို့ လားခြင်း။

* * *

ကထိန်သင်္ကန်းနှင့်စပ်လျဉ်းသော ကဗျာများ ကထိန်ခင်းပုံ

ကထိန်ခင်းလို ထိုပုဂ္ဂိုလ် ပင့်ဆိုသံဃာလေး။
လေးပါးသံဃာ ကမ္မဝါ ညှပ်ကာသင်္ကန်းပေး။
သင်္ကန်းဟောင်းကို ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုသစ်ဝတ္ထု ဗိန္ဒုထိုးကာရေး။
ဗိန္ဒုပြီးလျှင် ဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီးလျှင် ခင်းရသေး။
ခင်းပြီးတဖန် နုမောဒံ ပြုရန်တိုက်တွန်းပေး။
ကြွင်းသံဃာက နုမောဒ ပြုကာကိစ္စအေး။

* * *

ကထိန်သင်္ကန်းလှူဒါန်းရသော အကျိုးတရား

- ရွှေဝါရုပ်ဆင်း ညစ်ကင်းရောင်ဝါ၊
ကိုယ်မှာပူကင်း နူခြင်းခန္ဓာ၊
တထောင်ပုဆိုး ရောင်မျိုးစုံစွာ၊
ပိုးထည်မြတ် ရအပ်ပဒေသာ၊
နောက်ဆုံးတွင် ဘုန်းရှင်ရဟန္တာ။
- လှပအဆင်း ချမ်းသာခြင်းလည်း ဘေးကင်းလည်လည် အသက်ရှည်၏။ ပေါက်သည်ပဒေသာ ကြီးဗလာနှင့် ပညာပြည့်ဝ နိဗ္ဗာန်ရသည်၊ ချစ်ဝကထိန် လှူကျိုးတည်း။
- နှောင်ဖွဲ့လွတ်မြောက်, မပျောက်ဥစ္စာ၊ အစာဆိပ်ကင်း၊ စိုးမင်းပိုင်သ၊ လိုတရသည်၊ ငါးဝကထိန်လှူကျိုးတည်း။

• • •

ကထိန်အလှူခံသော ရဟန်းတော်များ ရနိုင်သော ကထိန်အာနိသင် ၅ ပါး

[illegible] မကြား လိုရာသွား ပြစ်များမရှိပြီ။ အနာမန္တစာရ၊
[illegible] ဘည်ထဲမှာထားလိုရာ ထားကာသွားနိုင်သည်။ အသမာဒါနစာရ၊
[illegible] ပါးတူပင်ဂိုဏ်းဘောဇဉ် စားချင်စားနိုင်သည်။ ဂဏဘောဇန၊
[illegible] ကန်းများစွာ ငါးလမှာ သိမ်းကာထားနိုင်သည်။ ယာဝဒတ္ထစီဝရ
[illegible] လှူညား သင်္ကန်းများ သူ့အားသာဖြစ်သည်။ ယောစတတ္ထစီဝရုပ္ပါဒ
[illegible] ပါက် ဇနေတိ''တူသော အကျိုးကိုရမည်ဟူသော စကားအရ
[illegible] သင်္ကန်းလှူဒါန်းကြသော ကထိန်သင်္ကန်းအလှူရှင် ကထိန်ဒကာ
[illegible] မများရနိုင်သော အကျိုး ၅ မျိုး
[illegible] နည်းတူဘဲ ရမြဲကျိုးငါးမည်။

၁။ တားဆီးကင်းကွာ လွတ်လပ်စွာ လိုရာသွားနိုင်သည်။

၂။ တာဝန်ကိစ္စ မလေးရ ပေါ့လှလေတော့သည်။

၃။ စားလိုရာများ စားသော်ငြား ဘေးကားမသင့်ပြီ။

၄။ ပစ္စည်းအများ သိမ်းပိုက်ထား ဘေးကားမရှိပြီ။

၅။ ကိုယ့်ပစ္စည်းများ သူတစ်ပါး ယူသွားကင်းပသည်။ ကထိန်ဒကာ ကျိုးငါးဖြာ လျော်စွာရနိုင်သည်။ သာမန်ကျိုးလဲ များစွာဘဲ ရလည်းရနိုင်သည်။

• • •

ဒေသနာကြားရာ၌ မှတ်သားရန်

မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏ ပါတိမောက်ဘာသာဋီကာ စာမျက်နှာ (၄၆၆) ၌ ဒေသနာပြောကြားရာ၌ သံဃာ,ဂိုဏ်း,ပုဂ္ဂိုလ်ထံ ပြောကြားနိုင်ကြောင်း ရေးသားထားသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။ (သို့သော်) ဝိနည်းဝိမတိဝိနောဒနီဋီကာ ၂ စာမျက်နှာ ၃၀၇ အဖွင့်ပုဒ်ရေ (၄၂၅) တွင် ဒိဋ္ဌိနံ အာဝိကမ္မာနီတိ အာပတ္တိလဒ္ဒိနံ ပကာသနာနိ၊ အာပတ္တိဒေသနာ ကမ္မာနီတိ အတ္ထော။ ယထာ စတူဟိ ပဉ္စဟိ ဒိဋ္ဌိ အာဝိကတာ ဟောတီတိ ယထာအာဝိကတေ စတူဟိပဉ္စဟိ ဧကီဘူတေဟိ ဧကဿ ပုဂ္ဂလဿ သန္တိကေ အာပတ္တိ ဒေသိတာ နာမဟောတိ. ဧဝံ ဒေသေတီတိအတ္ထော၊

ဧဝံ ဒေသေန္တောစ အတ္တနာ သဒ္ဓိံ တယောဝါ စတ္တာရောဝါ ဘိက္ခူ ဂဟေတွာ ဧကဿ သန္တိကေ ဒေသေတိ၊ ဧဝံ ဒေသေတုံ နဝဋ္ဋတိ၊ ဒေသိတာ စ အာပတ္တိ နဝုဋ္ဌာတိ၊ ဒေသနာပစ္စယာ ဒုက္ကဋ္ဋဥ္စဟောတိ၊ ဒ္ဒိန္နံ တိဏ္ဏံ ပန ဧကတော ဒေသေတုံ ဝဋ္ဋတိ။ ပါဠိကိုထောက်၍ နှစ်ပါးသုံးပါးသာ ဒေသနာကြားသင့်ပြီး ထို့ထက်ပိုလွန်၍ ဒေသနာမကြားသင့်ကြောင်း မှတ်သားသင့်ပေသည်။

• • •

ဒေသနာ ပြောကြားပုံ
သိတင်းငယ်က သိတင်းကြီးထံ ပြောပုံ

॥ အဟံ ဘန္တေ သမ္ဗာ အာပတ္တိယော အာဝိကရောမိ॥

॥ သာဓု သာဓု သာဓု॥

॥ အဟံ ဘန္တေ သမ္ဗဟုလာ နာနာဝတ္ထုကာ သဗ္ဗာအာပတ္တိယော အာပဇ္ဇိံ တာ တုမှမူလေ ပဋိဒေသေမိ॥

॥ ပဿသိ အာဝုသော တာအာပတ္တိယော॥

॥ အာမ ဘန္တေ ပဿာမိ॥

॥ အာယတိံ အာဝုသော သံဝရေယျာသိ॥

॥ သာဓု သုဋ္ဌု ဘန္တေ သံဝရိဿာမိ॥

॥ သာဓု သာဓု သာဓု

သိတင်းကြီးမှ သိတင်းငယ်ကို ဒေသနာကြားပုံ

॥ အဟံ အာဝုသော သဗ္ဗာအာပတ္တိယော အာဝိကရောမိ

॥ သာဓု ဘန္တေ သာဓု သာဓု॥

॥ အဟံ အာဝုသော သမ္ဗဟုလာ နာနာဝတ္ထုကာ သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော အာပဇ္ဇိံ တာတုမှမူလေ ပဋိဒေသေမိ॥

ပဿထ ဘန္တေ တာ အာပတ္တိယော॥

အာမ အာဝုသော ပဿာမိ॥

အာယတိံ ဘန္တေ သံဝရေယျာထ॥

သာဓု သုဋ္ဌုအဟံ အာဝုသော သံဝရိဿာမိ॥

သာဓု ဘန္တေ သာဓု သာဓု॥

သုဒ္ဓသဘာဂ အာပါတ်အတွက်ကြားပုံ

အဟံ ဘန္တေ သမ္ဗဟုလာ နာနာဝတ္ထုကာ သဗ္ဗာ

အာပတ္တိယော အာပဇ္ဇိတွာတုမှမူလေ ပဋိဒေသေမိ။

ကြီး။ ။ ပဿသိ အာဝုသော တာအာပတ္တိယော၊

ငယ်။ ။ အာမဘန္တေ ပဿာမိ။

ကြီး။ ။ အာယတိံ အာဝုသော သံဝရေယျာသိ။

ငယ်။ ။ သာဓုသုဋ္ဌု ဘန္တေ သံဝရိဿာမိ။

ကြီး။ ။ သာဓု အာဝုသော သာဓု သာဓု။

◉ ◉ ◉

ဒွတ္တိံသာကာရ (၃၂) ကောဋ္ဌာသပါဠိ

(၅) အတ္ထိ ဣမသ္မိံ ကာယေ ကေသာ လောမာနခါ ဒန္တာတစော၊
(၅) မံသံ နှာရု အဋ္ဌိ အဋ္ဌိမိဉ္ဇံ ဝက္ကံ၊
(၅) ဟဒယံ ယကနံ ကိလောမကံ ပိဟကံ ပပ္ဖာသံ၊
(၅) အန္တံ အန္တဂုဏံ ဥဒရိယံ ကရီသံ မတ္ထလုင်္ဂံ၊
(၆) ပိတ္တံ သေမှံ ပုဗ္ဗော လောဟိတံ သေဒေါ မေဒေါ၊
(၆) အဿု ဝသာ ခေဠော သိင်္ဃာဏိကာ လသိကာ မုတ္တံ။

(ရှေ့တွင်မြန်မာလိုပါပြီး)

◉ ◉ ◉

ဓုတင် (၁၃) ပါး ဆောက်တည်ပုံ

၁။ ပိဏ္ဍပါတ်ဓုတင် = အတိရေကလာဘံ ပဋိက္ခိပါမိ
ပိဏ္ဍပါတိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

၂။ သပဒါနစာရိကဓုတင် = လောလုပ္ပစာရံ ပဋိက္ခိပါမိ
သပဒါန စာရိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

၃။ ခလုပစ္ဆာဘတ္တိကဓုတင် = အတိရိတ္တဘောဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ၊
ခလုပစ္ဆာဘတ္တိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] ယထာသန္တတိဓုတင် = သေနာသနလောလုပ္ပံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ ယထာသန္တတိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] နေသဇ္ဇဓုတင် = သေယျံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ နေသဇ္ဇိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] ရုက္ခမူဓုတင် = ဆန္နံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ ရုက္ခမူလိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] အဗ္ဘောကာသိဓုတင် = ဆန္နဥ္စ ရုက္ခမူလဥ္စ ပဋိက္ခိပါမိ၊ အဗ္ဘောကာသိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] ...သနိက်ဓုတင် = နာနာသနဘောဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ ကောသနိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] ...ပိဏ္ဍိကဓုတင် = ဒုတိယဘာဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ ပတ္တပိဏ္ဍိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] ...ဝရိတ်ဓုတင် = စတုတ္ထကစီဝရံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ တေစီဝရိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] ...ကူဓုတင် = ဂဟပတိ ဒါနစီဝရံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ ပံသုကူလိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] ...သာန်ဓုတင် = နသုသာနံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ သောသာနိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

[illegible] ...ညကင်ဓုတင် = ဂါမန္တသေနာသနံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ အာရညိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

...ဓုတင်ဟူသည့် ဓုတင်္ဂဟူသော ပါဠိမှလာ၍ ကိလေသာကို ခါတွက်တတ် သော... ပယ်ခွာတတ်သောကြောင့် ဓုတင်ဟုခေါ်သည်။ ထိုဓုတင်များကို ...တည်ခြင်းဖြင့်

- အလိုနည်း၍ ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း၊

- ဆိတ်ငြိမ်ရာသို့ကပ်၍ လူတို့နှင့်မရောနှောခြင်း။
- ကိလေသာကိုပယ်သတ်နိုင်ခြင်း။
- သဘောမခက်ထန် ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲမှု မာန်မာနမရှိခြင်း။
- ဝမ်းစာကိုမငဲ့ကွက် လာဘ်လာဘ အခြံအရံ အကျော်အစောကို မလို လားခြင်း
- သဒ္ဓါတရားနှင့်ပြည့်စုံခြင်း

စသော အကျိုးတရားများကို ရရှိနိုင်ပြီး သီလ သမာဓိပညာတရားများ တိုးပွားကာ အဆုံးစွန်သော ဘဝ၌ နိဗ္ဗာန်တိုင်ထိ မျက်မှောက်ပြုနိုင်၍ ဝုတ် တရားများကို စွမ်းအားရှိသလောက် ကျင့်ကြံကျိုးကုတ် အားထုတ်သင့်ပါသည်

◉ ◉ ◉

သိက္ခာချမှု

သိက္ခာတင်ပဋ္ဌက် သိက္ခာချဆဋ္ဌက်

သိက္ခာတင်ရာ၌ အင်္ဂါ ၅ ပါးရှိ၍ သိက္ခာချရာ၌ အင်္ဂါ ၆ ပါးရှိပြီး ယင်း အင်္ဂါ ၆ ပါးညီမှ သိက္ခာကျသည်။

(ဆောင်ပုဒ်) စိတ်၊ ခေတ်၊ ကာလ၊ ပယောဂ၊ ဇာန၊ ပုဂ္ဂလာ

အင်္ဂါခြောက်လီ ပြည့်စုံညီ ကျပြီတင်သိက္ခာ။

၁။ စိတ်။ ။ တကယ့်ကို လူထွက်လိုသောစိတ်ပါမှ စိတ်ရှိမှ သိက္ခာကျ သည်။ စိတ်မပါဘဲ ပြောင်သလို လှောင်သလို ချလျှင်မကျ အတင်းအကြပ် ထွက်ခိုင်းလျှင် မကျ။

၂။ ခေတ်။ ။ သိက္ခာချနည်းကိုပြသော 'ဗုဒ္ဓံ ပစ္စက္ခာမိ (ဘုရားကို စွန့်ပါ၏) ဂိဟီတိမံ ဓာရေဟိ (တပည့်တော်ကို လူဟူ၍ မှတ်ပါ) စသော ဝါကျများကို သိက္ခာချသောခေတ်ပုဒ်ဟု ခေါ်သည်

၃။ ကာလ။ ။ ပစ္စက္ခာမိ၊ စွန့်ပါ၏။ ဓာရေဟိ၊ မှတ်ပါလော၊ ဟူသော ပစ္စုပ္ပန်

ကာလဖြင့်ဖြစ်စေ၊ အလံအကျိုးမရှိ စသော အနာမဋ္ဌကာလ ဖြင့်ဖြစ်စေဆိုမှ သိက္ခာကျသည်။ ပစ္စက္ခာသိ၊ စွန့်ခဲ့ပြီ၊ ပစ္စက္ခိ သံ၊ စွန့်တော့အံ့ ဟု အတိတ်ကာလ အနာဂါတ်ကာလ စသည်ဖြင့်ချလျှင်လည်းကောင်း၊ ယန္နူနာဟံ သိက္ခံ ပစ္စက္ခေ ယျံ ငါသိက္ခာချရလျှင် ကောင်းမှာဘဲဟူသော ကြံစည်မှု ပရိကပ္ပစကားဖြင့်ချလျှင် လည်းကောင်း သိက္ခာမကျ။

၃။ ပယောဂ။ ။ နှုတ်မြွက်ခြင်းဟူသော ဝစီပယောဂ နှုတ်မြွက်၍ 'ဗုဒ္ဓံ ပစ္စက္ခာမိ' စသည်ဖြင့်ဆိုမှ သိက္ခာကျသည်၊ စာရေး၍ ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်လက်ပြ၍ဖြစ်စေချလျှင်မကျ။

၄။ ဝိဇာနန။ ။ (သိခြင်း၊ နားလည်ခြင်း) 'ဗုဒ္ဓံ ပစ္စက္ခာမိ' စသည်ဖြင့် ခေတ် ပုဒ်တွေပါသော စကားကိုဆိုပြီးသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် 'ဤသူ ဟာ လူထွက်လိုလိုပေါ့' ဟု နားထောင်သူက သိမှ နားလည် မှ သိက္ခာကျသည်၊ နားမလည်လျှင်မကျ။

၅။ ပုဂ္ဂလ။ ။ (သိက္ခာချသောပုဂ္ဂိုလ် သိက္ခာချသည်ကို နားထောင်သော ပုဂ္ဂိုလ်) ထိုနှစ်မျိုးလုံးပင် သွေးပျက်သောအရူးလည်းမဟုတ်ရ၊ ဘီလူးဖမ်းစား၍ စိတ်ပျံ့လွင့်နေသူလည်း မဟုတ်ရ၊ ရောဂါ ဒဏ်ကို ပြင်းစွာခံစားနေရသူလည်း မဟုတ်ရ၊ ပကတိလူလား ရိုးရိုးဖြစ်မှ သိက္ခာကျသည်။ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ထံတွင်သာ သိက္ခာချရသည် အများထံတွင် ချမရ၊ ဤအင်္ဂါ (၆) ပါးညီမှ သိက္ခာကျသည်။

◉ ◉ ◉

ရဟန်းချမ်းသာ ၈ ပါး

၁။ ငွေသည်းဥစ္စာ စုဆောင်းသိမ်းဆည်းရမှု မရှိခြင်း။

၂။ အပြစ်ကင်းသော ဆွမ်းကို ရှာမှီးရခြင်း၊
၃။ ငြိမ်းအေးပြီးသော ဆွမ်းကိုသုံးဆောင်ရခြင်း၊
၄။ တိုင်းပြည်၏အခွန်အတုတ်ကို နှိပ်စက်ညှင်းဆဲမှုမရှိခြင်း၊
၅။ အဆောက်အဦတို့၌ တပ်မက်မှုဆန္ဒရာဂ ကင်းခြင်း၊
၆။ ခိုးသားဓားပြတို့ လုယက်မှုဘေးရန်မရှိခြင်း၊
၇။ မင်းစိုးရာဇာများနှင့် ဆက်ဆံမှုမရှိခြင်း၊
၈။ အရပ်လေးမျက်နှာတို့၌ အပိတ်အပင် အဆီးအတားမရှိ သွားလာနိုင်ခြင်း၊
(အဘိဋ္ဌ ၁၊ ၃၇) (ဇာဋ္ဌ ၁၊ ၅၀)

◉ ◉ ◉

ရဟန်းသံဃာများ မာတုဂါမ (မိန်းမ) နှင့် စပ်လျဉ်းသော မှတ်သားဘွယ်

အခါတစ်ပါး၌ အရှင်အာနန္ဒာမထေရ်သည် မြတ်စွာဘုရားရှင်အား မာတုဂါမ များနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အဘယ်ကဲ့သို့ နေထိုင်ရပါမည်နည်းဟု လျှောက်ထားရ

– မာတုဂါမများကို မတွေ့မမြင်အောင်နေရမည်ဟု ဘုရားရှင် မိန့်ကြားတော်မူ ပါသည်။

မလွှဲမရှောင်သာ အကယ်၍များတွေ့ရင်ကော ဘုရား ?

– စကားမပြောဖြစ်အောင် နေရမယ်။

မဖြစ်မနေ စကားပြန်ပြောရမယ်ဆိုရင်ကော ဘုရား ?

– မိမိရဲ့အမေရင်း အမရင်း နှမရင်းကဲ့သို့ စိတ်မျိုးထားပြီး ပြောဆိုပါ၌ ဘုရားရှင် မိန့်တော်မူခဲ့ပါတယ်။ (ဒီ–၂–၁၁၆)

> မမြင်အောင်နေ မြင်ရချေများတွေ စကားမပြောရာ
> စကားပြောရ မိနမ စိတ်က ရည်မှတ်ရာ။

◉ ◉ ◉

ဆွမ်းမခံအပ်သော အိမ် ၆ မျိုး

သေတင်းကုပ် (ဘုံဆိုင်–အရက်ဆိုင်) ပြည့်တန်ဆာမအိမ် [illegible]မုဆိုးမအိမ် [illegible]ပျိုကြီးအိမ်၊ ပဏ္ဍုပ်အိမ်၊ ဘိက္ခုနီကျောင်း။

(သုရာသောက်ထုပ် သေတင်းကုပ်၊ ပဏ္ဍုပ်၊ ဘိက္ခုမြ၊
ပျိုကြီးဂေဟာ၊ ပြည့်တန်ဆာ လင်ကွာမုဆိုးမ
ဤခြောက်အိမ်တွင် ကျွမ်းတဝင် ဆွမ်းလျှင်မခံရ)

* * *

မကောင်းမှုဟူသည် ဆိတ်ကွယ်ရာမရှိ

နတ္ထိလောကေ ရဟောနာမ ပါပကမ္မံ ပကုဗ္ဗတော၊
သဗ္ဗပဌမံ ဟိဿ တံ ပါပံ အတ္တနာ ဇာနာတိ၊ တတော အာရက္ခဒေဝတာ.
အထညာပိ ပရစိတ္တဝိဒူနိယော ဒေဝတာ။ (ဝိ ၁ ၄ ၁ နှာ ၁၈၁)

လောက၌ မကောင်းမှုပြုသော ရဟန်းဖြစ်စေ, သာမဏေဖြစ်စေ, [illegible]င်စေ ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ် လုံးဝမရှိပါ။

ဘာကြောင့်နည်း ?

မိမိပြုလုပ်ထားသော ထိုမကောင်းမှုကို မိမိကိုယ်တိုင် သိနေသော [illegible] ဖြစ်ပါသည်။ ထိုမှနောက်၌ မိမိတို့ရဲ့ကိုယ်စောင့်နတ်များ အခြားသော [illegible]စိတ်ကို သိနိုင်သော လူနတ်များကလည်းတဆင့် သိနိုင်၍ မကောင်းမှု [illegible] ဆိတ်ကွယ်ရာလုံးဝ မရှိနိုင်ပါ။ ထိုသို့ ဆိတ်ကွယ်ရာမရှိသောကြောင့် [illegible]ကြီးသည်မဟုတ် အားလုံးသော အကုသိုလ်မကောင်းမှုမှန်သမျှ မပြုလုပ် [illegible]ပြောဆိုမိအောင် မကြံစည်မိအောင် ရှောင်ကြဉ်ကြရမည်ဖြစ်ပါသည်။

* * *

ကျမ်းဂန်လာ တောင်းပန်ကန်တော့ပုံ

အစ္စယော မံ ဘန္တေ အစ္စာဂမာ ယထာဗာလံ ယထာမူဠှံ
ယထာအကုသလံ ယွာဟံ ဧဝ မကာသိံ၊ တဿ မေ ဘန္တေ အယျော
အစ္စယံ အစ္စယတော ပဋိဂ္ဂဏှာတု အာယတိံ သံဝရာယ။

ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား၊ ယထာဗာလံ၊ မိုက်မဲသည့်အလျောက်၊ ယထာမူဠှံ၊ တွေဝေသည့်အလျောက်၊ ယထာအကုသလံ၊ မလိမ္မာသည့်အလျောက်၊ မံ၊ ဘုရားတပည့်တော်သို့၊ အစ္စယော၊ အပြစ်သည်၊ အစ္စဂမာ၊ လွှမ်းမိုး၍ရောက်ခဲ့ပြီ၊ ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား၊ ယွာဟံ–ယောအဟံ၊ အကြင်ဘုရားတပည့်တော်သည် ဧဝံ၊ ဤသို့၊ အကာသိံ၊ ပြုမိပါပြီ၊ ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား၊ အယျော၊ အရှင်ဘုရားသည်၊ တဿမေ၊ ထိုဘုရားတပည့်တော်၏၊ အစ္စယံ၊ အပြစ်ကို၊ အစ္စယတော၊ အပြစ်အားလျော်စွာ၊ ဝါ၊ အပြစ်မှ၊ အာယတိံ၊ နောင်အခါ၌ သံဝရာယ၊ စောင့်ရှောက်ခြင်းအကျိုးငှာ၊ ပဋိဂ္ဂဏှာတု၊ အနာမယူ သည်းခံတော်မူပါဘုရား။

* * *

ကျောင်းထိုင်ပုဂ္ဂိုလ် ပြည့်စုံရမည့် အင်္ဂါ ၅ ပါး

၁။ ဆယ်ဝါပြည့်ရခြင်း (၂) ဘိက္ခုပါတိမောက် ဘိက္ခုနီပါတိမောက်တို့ကို ပဒဘာဇနီနှင့်တကွ အကျယ်တတ်သိနားလည်ရခြင်း။

၃။ ကံကြီးကံငယ်ဆောင်ပုံကို နားလည်ရခြင်း။

၄။ မဟာဝါ ခန္ဓက စူဠဝါခန္ဓကဥ္စလာသော ကျင့်ဝတ်များကိုနားလည်ရခြင်း ။ နာမ်တရား ရုပ်တရားတို့ကို သေချာကျနစွာ ဟောပြောနိုင်ခြင်း။။

(ဝိဠ ၃–၅၅)

(ဆောင်ပုဒ်) ဆယ်ဝါပြည့်တင်း, ဝိဘင်းနှစ်ဖြာ ကမ္မာကမ္မ ခန္ဓကနှင့်
နာမ်ရုပ်ပိုင်ပိုင် ဟောပြနိုင် ကျောင်းထိုင်ငါးအင်္ဂါ။

''ဝိနည်းမတတ် ကျောင်းထိုင်လတ် အာပတ်မဆုံးရာ'' ဟု လယ်တီဆရာ

ကြီး၏ အဆိုအမိန့်အရ ဝိနည်းမကျွမ်းကျင် မလိမ္မာသော ကျောင်းထိုင်
ကြီးသည် အာပတ်များ များစွာသင့်၍ ဒုက္ခရောက်နိုင်သောကြောင့် စာတတ်
ဘတ် ပညာတတ် အကျင့်သိက္ခာ ကောင်းမွန်သော ကျောင်းထိုင်ပုဂ္ဂိုလ်များ
ရွေးချယ်၍ ကိုးကွယ်က ကျောင်းထိုင်ဘုန်းကြီးရော ကျောင်းလှူသည့်
ကျောင်းဒကာပါ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်ပို၍ အကျိုးများနိုင်ပါသည်။

ကျောင်းပြည့်စုံရမည့် အင်္ဂါ ၅ ပါး

ကျောင်းဆောက်လုပ်လှူဒါန်းကြမည့် ကျောင်းဒကာ ကျောင်းဒကာမများ
သည် ယခုပြလတ္တံ့သော အင်္ဂါ ၅ ပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ကျောင်းများကို သေချာ
ရွေးရှာ၍ သာသနာတော်ကြီးအကျိုးများအောင် လှူဒါန်းသင့်ပါသည်။

ရွာမ်းခံရွာနှင့် မဝေးလွန်း မနီးလွန်း သွားလာရေးလွယ်ကူရာအရပ်ဖြစ်ခြင်း၊
နေ့အချိန်၌ လူတို့နှင့်မရောပြွမ်း၊ ညဥ့်အခါ၌ ကျောင်းအနီး ခရီးသွားတို့
ကားပြောသံမရှိခြင်း၊ မြို့ရွာသူ ဆူညံသံမရှိခြင်း၊
မှက်ခြင်လေနေပူမြွေကင်းသန်း စသော တွားသွားသတ္တဝါတို့၏ တွေ့ထိ
ကိုက်ခဲခြင်းမှ ကင်းခြင်း၊
ထိုကျောင်း၌ နေထိုင်သော ရဟန်းအား ဆင်းရဲပင်ပန်းမှုကင်း၍ ပစ္စည်း
လေးပါးစသည်ရမှု လွယ်ကူပေါ်များခြင်း၊
ပရိယတ် အကြားအမြင်များသော မိတ်ဆွေရဟန်းများ ရလွယ်ခြင်း
(သာရတ္ထဒီပနီ ၂၂၀၉

ဆောင်ပုဒ်)

မဝေးနီးမော၊ မရောလူရှင်၊ မှက်ခြင်ပါးနည်း
ပစ္စည်း၊ မိတ်ဆွေ ရလွယ်လေ ငါးထွေ ကျောင်းအင်္ဂါ။

သိတင်းသုံးဖော် ၅ ဦး

၁။ ရဟန်းယောကျာ်း

၂။ ရဟန်းမိန်းမ

၃။ သာမဏေယောကျာ်း

၄။ သိက္ခမာန်မ

၅။ သာမဏေမ။

ကုလအမျိုးလေးပါး

၁။ ခတ္တိယ–မင်းမျိုး။

၂။ ဗြဟ္မဏ–ykPÖm;မျိုး။

၃။ ဝေဿ–ကုန်သည်မျိုး။

၄။ သုဒ္ဒ–သူဆင်းရဲမျိုး။

ပရိသတ် ၄ ပါး

၁။ ဘိက္ခု–ရဟန်းပရိသတ်။

၂။ ဘိက္ခုနီ–ရဟန်းမပရိသတ်။

၃။ ဥပါသကာပရိသတ်။

၄။ ဥပါသိကာမပရိသတ်။

အိမ်သို့အမြဲကပ်တတ်သော ကုလူပကရဟန်းအပြစ် ၅ ပါး

၁။ မာတုဂါမဿအဘိဏှဒဿနံ– မာတုဂါမကို အမြဲမြင်တွေ့နေရခြင်း၊

၂။ ဒဿနေသတိသံသဂ္ဂေါ– အမြဲမြင်တွေ့ရသဖြင့် ကိုယ်လက်နှီးနှောမှုဖြစ်ခြင်း၊

၃။ သံသဂ္ဂေသတိဝိဿာသော– ကိုယ်လက်နှီးနှောခြင်းကြောင့် အကျွမ်းဝင်မှု

ဖြစ်ခြင်း။

၃။ ဝိသာသေသတိသြတာရော–အကျွမ်းဝင်ခြင်းကြောင့် ကိလေသာဘက်သို့ သက်ဝင်ခြင်း၊

သြတိဏ္ဏစိတ္တသေသတံဘိက္ခုနော ပါဋိကင်္ခံ အနဘိရတော ဝါ ဖြဟ္မစရိယံ ...သတိ အညတရံ ဝါ သံကိလိဋ္ဌံ အာပတ္တိံ အာပဇ္ဇိဿတိ သိက္ခံ ဝါ ပစ္စက္ခာယ ...နာယာ ဝတ္တိဿတိ။ ကိလေသာသက်ဝင်နေသော ရဟန်းအား ညစ်ညူး ...သော အာပါတ်သို့ရောက်၍ သာသနာတော်ဝယ် မပျော်ပိုက်တော့ဘဲ လူထွက် ...ခြင်း။

(၆-၅-၂၃၅)

သီလစောင့်မှ နိဗ္ဗာန်ရ

...ဝတ္တံ အပရိပူရေန္တော သီလံ နပရိပူရတိ၊
အသုဒ္ဓသီလော ဒုပ္ပညော စိတ္တေကဂ္ဂံ နဝိန္ဒတိ။
...ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ကို (ကျင့်ဝတ်သီလကို) မဖြည့်ကျင့်သော ရဟန်းသာမဏေ ... သီလကို ဖြည့်ကျင့်သည်မမည်၊ မစင်ကြယ်သော သီလရှိသော ပညာ ...သော ရဟန်းသာ မဏေသည် သီလမရှိသောကြောင့် စိတ်၏ငြိမ်သက် ...ကြည်ခြင်း 'သမာဓိ'တရားကို မရနိုင်ပါ။
...ဝိက္ခိတ္တစိတ္တော နေကဂ္ဂေါ သမ္မာ ဓမ္မံ နပဿတိ၊
...သမာနော သဒ္ဓမ္မံ ဒုက္ခာ နပရိမုစ္စတိ။
...ဝတ်သော တံခွန်ကဲ့သို့ ပြန့်လွင့်သောစိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ စိတ်ခာတ် ...ကြည်သော ရဟန်းသာမဏေသည် ကောင်းစွာ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တရားကို ...မြောက်မပြုနိုင်၊ မမြင်နိုင်၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တရားကို မျက်မှောက်မပြုနိုင် ...သော ရဟန်းသာမဏေသည် ဝဋ်ဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်းမှ မလွတ်မြောက်

နိုင်ပါ။

၃။ တသ္မာဟိ ဝတ္တံပူရေယျ ဇိနပုတ္တော ဝိစက္ခဏော၊ဩဝါဒံ ဗုဒ္ဓသေဋ္ဌဿ တသ္မာနိဗ္ဗာန–မေဟိတိ။

ထို့ကြောင့်သာလျှင် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် ကျင့်ဝတ်သီလမှန်သမျှ ဖြည့်ကျင့်ရမည်၊ ချီးမွမ်းအပ်သောသူတို့ထက် အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းတော်မူအပ်သော မြတ်စွာဘုရား၏အဆုံးအမတော်ကို ရိုသေလေးစားလိုက်နာကြလျက် အမြော်အမြင်ပညာနှင့် ပြည့်စုံသော ဘုရားသားတော် ရဟန်းသာမဏေ လူပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်ကား ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် ကျင့်ဝတ်သီလများကို ပြည့်စုံအောင် ဖြည့်ကျင့်ပါက မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန်မုချ မျက်မှောက်ပြုကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

• • •

ရဟန်းသာမဏေများ ကိလေသာပယ်သတ်နည်း (၆) မျိုး

(၁) ဝတ်အကျင့်ပြုလုပ်ခြင်း (၂) ပရိယတ်စာပေ သင်ကြားပို့ချလေ့လာခြင်း၊ (၃) ဓုတင်ဆောက်တည်ခြင်း (၄) သမာပတ်ဝင်စားခြင်း (၅) ဝိပဿနာရှုပွားခြင်း၊ (၆) နဝကမ္မခေါ် အမှုသစ်ပြုလုပ်ခြင်း ယင်း ၆ မျိုးကို ပြုလုပ်အားထုတ်နေခြင်းသည် ကိလေသာတို့ကို အခိုက်အတန့်အားဖြင့် တဒင်္ဂပယ်သတ်နိုင်သည်။

(၁) ဝတ်အကျင့်ဟူသည်– တံမြက်လှည်းခြင်း ဆရာဝတ် တပည့်ဝတ်စသော ၈၂ မျိုးသော ဝတ်အကျင့်ငယ် ၁၄ မျိုးသော ဝတ်အကျင့်ကြီးတို့ ဖြစ်သည်။ ထိုဝတ်အကျင့်မှတဆင့်တက်၍ ဝိပဿနာရှုပွားသော် မိလက္ခတိဿမထေရ်ကဲ့သို့ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်သည်။

(၂) ပရိယတ်စာပေကျမ်းဂန်သင်အံလေ့ကျက်ခြင်းမှ တစ်ဆင့်တက်၍ ဝိပဿနာရှုပွားသော် မလိယဒေဝမထေရ် တိဿဘူတိမထေရ်ကဲ့သို့ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်သည်။

(၃) ဓုတင်အကျင့်(၁၃)မျိုးတို့တွင် တစ်ခုခုသော ဓုတင်ကိုကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် မဟာသိဝမထေရ်ကဲ့သို့ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်သည်။

(၄) သမာပတ်ရှစ်ပါးကို ဝသီဘော်နိုင်နင်းအောင် လေ့လာဝင်စားခြင်းဖြင့် မဟာတိဿမထေရ်ကဲ့သို့ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်သည်။

(၅) ဝိပဿနာရှုပွားနေခြင်းဖြင့် (၆၀) သော ရဟန္တာတို့ကဲ့သို့ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်သည်။

(၆) နဝကမ္မခေါ် ကျောင်းဆောက်ခြင်းစသော အမှုကိစ္စကို ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကိလေသာငြိမ်ဝပ်နိုင်သည်၊ တစ်ဆင့်တက်၍ ဝိပဿနာရှုပွားသော် တိဿမထေရ်ကဲ့သို့ ကိလေသာကုန်ခမ်း၍ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်သည်။ (အံဋ္ဌ ၁၊ ၂၇)

ဤသည်ကား တဒင်္ဂဝိက္ခမ္ဘန အားဖြင့် ကိလေသာငြိမ်းအေး ငြိမ်ဝပ်စေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကိလေသာကို အမြစ်ပြတ်ပယ်သတ်ရန်ကား မဂ်ဉာဏ်လေးပါး ဖိုလ်ဉာဏ်လေးပါး ဖြစ်ပေါ်အောင် ပွားများရပါမည်။

အခန်း(၄)

ဗုဒ္ဓဘာသာ သိမှတ်စရာများ

အခန်း(၄)

ဗုဒ္ဓဘာသာ သိမှတ်စရာများ

ဝင် ၉ ဝင်

၁။ ဗုဒ္ဓဝင် = ဘုရားအစဉ်အဆက်ကို ပြသောကျမ်း
၂။ မဟာဝင် = ဆွေတော်မျိုးတော်အစဉ်အဆက်ကို ပြသောကျမ်း
၃။ ရာဇဝင် = မင်းအစဉ်အဆက်ကို ပြသောကျမ်း
၄။ အနာဂတဝင် = နောင်လာလတ္တံ့သော ဘုရားအစဉ်အဆက်ကို ပြသောကျမ်း
၅။ ဓာတုဝင် = ဘုရား၏ဓာတ်တော်တို့၏အစဉ်အဆက်ကိုပြသောကျမ်း
၆။ ဝိဟာရဝင် = ကျောင်းကြီးတို့၏အစဉ်အဆက်ကို ပြသောကျမ်း
၇။ ထူပဝင် = စေတီပုထိုးတို့၏အစဉ်အဆက်ကို ပြသောကျမ်း
၈။ ဗောဓိဝင် = မြတ်စွာဘုရားပွင့်တော်မူရာ ဗောဓိပင်အကြောင်းကို ပြသောကျမ်း
၉။ သာသနာဝင် = သာသနာတော်အစဉ်အဆက်ကို ပြသောကျမ်း

● ● ●

ဗုဒ္ဓဝင်အကျဉ်း

၁။ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားအလောင်းတော်သည် ဤဘဒ္ဒကမ္ဘာမှ ပြန်၍ ရေတွက်သည်ရှိသော် လေးသင်္ချေနှင့်ကမ္ဘာတစ်သိန်းထက်၌ သုမေဓာရသေ့ ဖြစ်ခဲ့လေသည်။ သုမေဓာရှင်ရသေ့သည် ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားခြေတော်ရင်း၌ ကိုယ်တော်တစ်ဦးတည်း နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကိုရယူနိုင်သော်လည်း ဩဃလေးပြား သံသရာ၌ နစ်မွန်းမျောပါနေကုန်သော ဝေနေယျသတ္တဝါအပေါင်းတို့ကို ကြင်နာ သနားတော်မူလှသဖြင့် ယူတော်မမူခဲ့ပေ။

၂။ သုမေဓာရှင်ရသေ့ဘဝမှစ၍ ဝေဿန္တရာမင်းဘဝတိုင်အောင် မရေမတွက် နိုင်သော ဘဝများစွာတို့၌

(က) ရွှေငွေဆင်မြင်းအစရှိသည်တို့ကို လှူခြင်း၊ ဒါနပါရမီ

(ခ) ခြေလက်၊ နား နှာခေါင်းအစရှိသည်ကို လှူခြင်းဒါနဥပပါရမီ။

(ဂ) ကိုယ် အသက်ကိုလှူခြင်း ဒါနပရမတ္ထပါရမီ အစရှိသော ပါရမီသုံးဆယ် တို့ကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့လေသည်။

• • •

ဘုရားအလောင်းတော်တို့ ဖြည့်ကျင့်ဆည်းပူးအပ်သော ပါရမီ (၁၀) ပါး

၁။ ဒါနပါရမီ – စွန့်ကြဲပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်း၊
(စည်းစိမ်ဥစ္စာကိုယ်အင်္ဂါအသက်ကို စွန့်လှူခြင်း)

၂။ သီလပါရမီ – ကိုယ်ကျင့်သီလကောင်းအောင် စောင့်ထိန်းခြင်း

၃။ နေက္ခမ္မပါရမီ – တောထွက်ခြင်း (မကောင်းမှုမှရှောင်ကြဉ်ခြင်း)

၄။ ပညာပါရမီ – ပညာဖြင့်အများအကျိုးသယ်ပိုးခြင်း၊
(လောကီလောကုတ္တရာ ပညာများကို သင်ကြားပို့ချခြင်း)

၅။ ဝီရိယပါရမီ – ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း၊

ခန္တီပါရမီ – သည်းခံခွင့်လွှတ်ခြင်း၊
သစ္စာပါရမီ – မှန်ကန်သောစကားကိုသာ ပြောဆိုခြင်း၊
အဓိဋ္ဌာနပါရမီ – စိတ်ဓာတ်မြဲမြံခိုင်ခံ့အောင် ဆောက်တည်ခြင်း၊
မေတ္တာပါရမီ – မေတ္တာဓာတ်အပြည့်အဝထားခြင်း၊
(သတ္တဝါအားလုံးတို့ကို ချမ်းသာစေချင် ကောင်းစားစေချင်သောစိတ် အမြဲတည်ရှိခြင်း)
ဥပေက္ခာပါရမီ – လျစ်လျူရှုခြင်း၊ ဘက်မလိုက်ဘဲ မျှတစွာကျင့်သုံးခြင်း
(မိတ်ဆွေရန်သူနှစ်ဦးတို့အပေါ်၌ ချစ်စိတ်မုန်းစိတ်မရှိခြင်း)

ပုဒ်) ဒါန သီလ နေက္ခမ္မ ပညာဝီရိယာ
ခန္တီ သစ္စဓိဋ္ဌာန မေတ္တာဥပေက္ခာ။

စွန့်ခြင်းကြီး ငါးပါး

ပြင် ဘုရားလောင်းသည် အလွန်စွန့်နိုင်ခဲလှစွာသော
) ပဒေသရာဇ်၊ ကေရာဇ်၊ စကြာမင်းတို့၏ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာကို စွန့်ခြင်းဟူသော ဓနပရိစ္စာဂ၊
သားသမီးကို စွန့်ခြင်း ပုတ္တပရိစ္စာဂ၊
ဒနီးမယားကို စွန့်ခြင်း ဘရိယပရိစ္စာဂ၊
ခြေ လက် နား နှာခေါင်း အစရှိသော အင်္ဂါကြီးငယ်ကို စွန့်ခြင်း အင်္ဂပရိစ္စာဂ၊
ယ်အသက်ကို စွန့်ခြင်း ဇီဝိတပရိစ္စာဂ
အပ်သော စွန့်ခြင်းကြီး ငါးပါးကို ဖြည့်စွမ်းတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဘဝများစွာ သံသရာကာလပတ်လုံး ပါရမီတော်တို့ကို ဖြည့်ကျင့်နောက် ဘုရားအလောင်းတော်သည် တုသိတာနတ်ပြည်၌ သေတသော နတ်သားဖြစ်ခဲ့လေသည်။ နတ်သားဖြစ်စဉ် တုသိတာနတ်တို့

၏အရေအတွက်အားဖြင့် အနှစ်လေးထောင်၊ လူတို့၏အရေအတွက်အားဖြင့် နှစ်ပေါင်းငါးဆယ့်ခုနစ်ကုဋေခြောက်သန်းကာလပတ်လုံး နတ်စည်းစိမ်ကို ခံစားပြီးလျှင် စုတေခါနီးလတ်သော် စကြဝဠာတိုက်တစ်သောင်းမှ နတ်ဗြဟ္မာတို့က 'ဘုရား' ဖြစ်ချိန်တန်ပါပြီ၊ လူ့ပြည်သို့ဆင်း၍ ဘုရားဖြစ်တော်မူပါ' ဟု ဘုရားအလောင်းတော်ကို တောင်းပန်ကြလေသည်။

ကြည့်ခြင်းငါးပါး

၅။ တောင်းပန်မှုကိုလက်မခံမီ ဘုရားအလောင်းတော် သေတုကေတု နတ်သားသည်

(က) ကာလ – ဘုရားဖြစ်ရာအချိန်ကာလ၊
(ခ) ဒီပ – ဘုရားဖြစ်ရာ ကျွန်းအရပ်၊
(ဂ) ဒေသ – ဘုရားဖြစ်ရာ အရပ်ဒေသ၊
(ဃ) ကုလ – ဘုရားဖြစ်ရာ အမျိုးအနွယ်၊
(င) မာတုအာယုပရိစ္ဆေဒ – ဘုရားအလောင်းတော်၏မယ်တော် ဖြစ်မည့် သူ၏အသက်အပိုင်းအခြား၊

ဟူသော ကြည်ခြင်းကြီး ငါးပါးတို့ကို ကြည့်ရှုတော်မူလေသည်။

ပဋိသန္ဓေယူတော်မူခြင်း

၆။ ထိုကဲ့သို့ ကြည့်ခြင်းကြီးငါးပါးဖြင့် ကြည့်ရှုတော်မူပြီး နတ်ပြည်မှ စုတေကာ မဟာသက္ကရာဇ် ၆၇ ခု ဝါဆိုလပြည့် ကြာသပတေးနေ့၌ ကပိလဝတ်ပြည့်ရှင်ဘုရင် သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီး၏ တောင်ညာဒေဝီမိဖုရားကြီး မယ်တော် မာယာ၏ဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေတည်နေလေသည်။

ဖွားမြင်တော်မူခြင်း

၇။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် မဟာသက္ကရာဇ် ၆၈ ခု ကဆုန်လပြည့်

သောကြာနေ့ဝယ် ဒေဝဒဟပြည်နှင့် ကပိလဝတ်ပြည်၏အကြား နီပေါနိုင်ငံ သုမ္ဗနီသာမော အင်ကြင်းတောဝယ် မယ်တော်မာယာ၏ဝမ်းကြာတိုက်မှ မီးရှူး သန့်စင်ဖွားမြင်တော်မူလေသည်။

တောထွက်တော်မူခြင်း

၈။ ဖွားမြင်သည်မှ ၁၆ နှစ်အရွယ်သို့ ရောက်သောအခါ ကပိလဝတ်ရာဇဝင် တွင် မည်သည့်မင်းမျှ မခံစားဘူးသော ရမ္မ၊ သုဘ၊ သုရမ္မဟူသော ရွှေနန်းသုံး ဆောင်တွင် ယသော်ဓရာမိဖုရားနှင့် ထိမ်းမြားလက်ထပ်၍ မင်းသမီးလေးသောင်း ခြံရံလျက် မင်းစည်းစိမ်ကိုခံစားနေစဉ် တစ်နေ့သောအခါဝယ် သူအို၊ သူနာ၊ သူသေ၊ ရဟန်းဟူသော နိမိတ်ကြီးလေးပါးကို မြင်သဖြင့် ငြီးငွေ့ထိတ်လန့်ခြင်း ဖြစ်၍ မဟာသက္ကရာဇ် ၉၇ ခုနှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့် တနင်္ဂနွေနေ့၌ သက်တော် ၂၉ နှစ် အရွယ်တွင် တောထွက်၍ ရဟန်းပြုတော်မူလေသည်။

ဘုရားအဖြစ်သို့ရောက်ရှိခြင်း

၉။ ရဟန်းပြုတော်မူပြီးနောက် တောအရပ်မြိုင်တခွင် လှည့်လည်ကာ အလွန် ပြင်းထန်သော ဒုက္ကရစရိယာအကျင့်ကို ၆ နှစ်ပတ်လုံး ကျင့်တော်မူသဖြင့် ဘုရား ဖြစ်ရန်ကျရောက်သော မဟာသက္ကရာဇ် ၁၀၃ ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ နံနက် အဇပါလ ဆိတ်ကျောင်း ညောင်ပင်ရင်း၌ သူဌေးသမီး သုဇာတာ လှူအပ် သော ယနာနို့ဆွမ်းကို နေရဉ္ဇရာမြစ်ကမ်းနား၌ ဘုဉ်းပေးတော်မူ၍ ညနေချမ်း အခါ ဗောဓိမဏ္ဍိုင်သို့ ကြွတော်မူပြီးလျှင် သုဒ္ဓိယမောင်စင် အမည်ရှိသော မြက်ရိတ်သမား လှူအပ်သော မြက်ရစ်ဆုပ်ကိုကြဲဖြန့်လိုက်သောအခါ ထိုခဏ ထိုမြက်ရစ်ဆုပ်သည် မဟာဗောဓိပင်ရင်း၌ အပရာဇိတပလ္လင် ဖြစ်လာလေ သည်။

ဘုရားအလောင်းတော်သည် ထိုပလ္လင်ထက်၌ ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေနေတော်မူစဉ် နေမဝင်မီ ဒေဝပုတ္တမာရ် (မာနတ်ကို) အောင်မြင်တော်မူ၍ ညဉ့်ဦးယံတွင်

ရှေး၌နေခဲ့ဖူးသော ခန္ဓာစဉ်ကို အောက်မေ့တတ်သိတတ်သော ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိဉာဏ်ကို ရတော်မူသည်။ သန်းခေါင်ယံ၌ နတ်တို့၏မျက်စိနှင့်တူသော ဉာဏ်မျက်စိဖြင့် စုတေခါနီးသော သတ္တဝါ စသည်တို့ကို မြင်တတ်သော ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်ကိုလည်းကောင်း၊ မိုးသောက်ယံ၌ အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ကုန်ခြင်းကိုပြုတတ်သော အာသဝက္ခယဉာဏ်ကို ရတော်မူ၍ သက်တော် (၃၅)နှင့် အရွယ်မဟာသက္ကရာဇ် ၁၀၃ ခု၊ ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ မိုးသောက်ယံဝယ် လောကသုံးပါးတွင် အတုမရှိသော သဗ္ဗညုဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူလေသည်။

ဓမ္မစကြာတရားဦးဟောတော်မူခြင်း

၁၀။ ဘုရားဖြစ်တော်မူပြီးသောအခါ ဗာရာဏသီပြည် ဣသိပတနမိဂဒါဝုန်တောသို့ မဟာဗောဓိမဏ္ဍိုင်မှ ခြေလျင်ကြွတော်မူ၍ ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးပါးနှင့် စကြဝဠာတိုက်တစ်သောင်းမှ ချဉ်းကပ်ရောက်လာကြသော နတ်ဗြဟ္မာအပေါင်းတို့အား ထိုနှစ်ဝါဆိုလပြည့် စနေနေ့တွင် ဓမ္မစကြာတရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူပါသည်။

ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူခြင်း

၁၁။ မြတ်စွာဘုရားသည် နတ်တို့၏စည်ကြီးကို ဆော်ရွှမ်းတီးခတ်သကဲ့သို့ တရားဒေသနာတော်ကို လှည့်လည်ဟောကြားကာ ဘုံသုံးပါးနှင့် စကြဝဠာပေါင်းတိုက်တစ်သောင်းမှ လူ နတ် ဗြဟ္မာသတ္တဝါများကို နိဗ္ဗာန်သို့ပို့ဆောင်တော်မူခဲ့ပါသည်။ ဤသို့အားဖြင့် ဝါတော်လေးဆယ့်ငါးဝါ သက်တော်ရှစ်ဆယ်ပြည့်ပြီး မဟာသက္ကရာဇ် ၁၄၈ ခုနှစ် ကဆုန်လပြည့် အင်္ဂါနေ့တွင် ဝေသာလီပြည် မလ္လာမင်းတို့၏ကုသိနာရုံမည်သော အင်ကြင်းဥယျာဉ်အတွင်း၌ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူခဲ့ပါသည်။ ထိုသို့ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူချိန်တွင် စကြဝဠာတစ်သောင်းရှိ ကမ္ဘာမြေကြီးသည် လှုပ်ခါလျက် ကျော်ကြားခဲ့ပါသည်။

တေဇောဓာတ်လောင်တော်မူခြင်း

၁၂။ မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူပြီးသည့်အခါ ကြည့်ရှုဖူးမြော်၍ မငြီးငွေ့နိုင်လောက်အောင် ရွှေအဆင်းကဲ့သို့ ဝင်းဝါသော အလောင်းတော်ကို သို့နှစ်ကဆုန်လဆုတ် တနင်္ဂနွေနေ့တွင် အခိုးအငွေ့မပါ သန့်ရှင်းသော တေဇော ဓါတ်က လောင်ကျွမ်းပူဇော်ပါသည်။ ဘုရားရှင်၏အဓိဋ္ဌာန်ချက်အရ ဤကဲ့သို့ လောင်ကျွမ်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ တေဇောဓာတ်လောင်ကျွမ်းတော်မူပြီး နောက် ဓာတ်တော်မွေတော် ရှစ်စိတ်၊ ကြွင်းကျန်ရစ်ခဲ့ပါသည်။

ပုဒ္ဓဝင်အကျဉ်းချုပ်ပြီး၏။

◉ ◉ ◉

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
အခါတော်ရှနစ်နေ့ဗုဒ္ဓဝင်ဘုရားရှိခိုး

၁။ ပဋိသန္ဓေယူတော်မူသောနေ့

သုံးလူ့ရှင်ပင် ကျွန့်ထိပ်တင်၊ သောင်းခွင်စကြဝဠာ၊ နတ်ပြဟ္မာတို့ ညီညာ ... တောင်းပန်မှုကြောင့် ရတုနဂို ရွှန်းရွှန်းစိုသည် ဝါဆိုလပြည့် ကြွက်မင်းနေ့ ... ချမ်းမြေ့ကြည်ဖြူ သန္ဓေယူသည် နတ်လူငြိမ်းဖို့ ကိန်းပါကို။ (မ)

၂။ ဖွားမြင်တော်မူသောနေ့

သန္ဓေယူခါ ဆယ်လကြာသော် မဟာသက္ကရာဇ် ခြောက်ဆယ့်ရှစ်ကြို ...ဆန်လပြည့် သောကြာနေ့ဝယ် ချမ်းမြေ့စုံညီ လုမ္ဗိနီ၌ မဟီလိုက်ဆူ ဖွား ...မူသည် နတ်လူအောင်မြို့လမ်းပါကို။ (သိ)

၃။ တောထွက်တော်မူသောနေ့

ဖွားမြင်မြောက်သော် ဆယ့်ခြောက်နှစ်ရွယ် ပျိုနုနယ်၌ သုံးသွယ်ရွှေနန်း ...မြန်းပြီးလစ် ဆယ့်သုံးနှစ်လျှင် ဘုန်းသစ်လျံဆူ စံတော်မူ၍ ရွယ်မူနဖြိုး

နှစ်ဆယ့်ကိုးဝယ် လေးမျိုးနိမိတ် နတ်ပြဟိတ်ကြောင့် ရွှေစိတ်ငြင်ငြို သံဝေပိုက ဝါဆိုလပြည့် ကျားမင်းနေ့ဝယ် ချမ်းမြေ့ရဂုံ တောရပ်လှုံသည် စုံမြိုင်ပင်ရိပ် ခန်းမှာကိုး။ (ကြ)

၄။ ဘုရားဖြစ်တော်မူသောနေ့

တောရပ်မြိုင်ပေါ် ခြောက်နှစ်ပျော်၍ ခါတော်တစ်ဖုံ ပွင့်ချိန်ကြုံက၊ ကဆုန်လပြည့် ဆင်မင်းနေ့ဝယ်၊ မြေ့ပရမေ၊ ပလ္လင်ဗွေထက်၊ ရွှေညောင်တော်ကြီး ဗိတာန်ထီးနှင့်၊ မငြီးကြည်ဖြူနေတော်မူလျက်၊ ရန်မြူခပင်း အမိုက်သင်းကို၊ အရှင်းပယ်ဖျောက် အလင်းပေါက်က၊ ထွန်းတောက်ဘုန်းတော်၊ သောင်းလုံး ကျော်သည်၊ သုံးဘော်လူတို့ ငြိမ်းပါကို။ (လျင်)

၅။ ဓမ္မစကြာဟောတော်မူသောနေ့

ဘုရားဖြစ်ခါ မိဂဒါသို့၊ စကြာရွှေဖွား ဖြန့်ချီသွား၍၊ ငါးပါးဝဂ္ဂီစုံအညီနှင့်၊ မဟီတစ်သောင်း တိုက်အပေါင်းမှ၊ ခညောင်းကပ်လာ နတ်ဗြဟ္မာအား၊ ဝါဆို လပြည့် စနေနေ့ဝယ်၊ ကြွေ့ကြွေ့လျံတက်၊ ဓမ္မစက်ကို၊ မိန့်မြွက်ထွေပြား ဟောဖော်ကြားသည်၊ တရားနတ်စည် ရွှမ်းတယ်ကို။(တွေး)

၆။ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူသောနေ့

တရားနတ်စည် ခေတ်ယွမ်းလည်က၊ သုံးမည်ဘုံသိုက် တစ်သောင်းတိုက် ဝယ်၊ ကျွတ်ထိုက်သသူ နတ်လူဗြဟ္မာသတ္တဝါကို၊ ခေမာသောင်သို့ ဖောင်ကုတို့ ဖြင့်၊ ဆောင်ပို့ပြီးခါ၊ ဝါလေးဆယ့်ငါး၊ သက်ကားရှစ်ဆယ်၊ စုံပြည့်ကြွယ်က၊ ရာလေးဆယ့်ရှစ်၊ သက္ကရာဇ်ဝယ်၊ နယ်မလ္လာတိုင်း စံနိုင်းမယုတ်၊ ကုသိနာရုံ အင်ကြင်းစုံ၌၊ ကဆုန်လပြည့် အင်္ဂါနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့နိဗ္ဗူ စံတော်မူသည်၊ ဝှမ်းဆူသောင်းလုံး ကျော်တယ်ကို။ (ဆ)

၇။ တေဇောဓာတ်လောင်တော်မူသောနေ့

နိဗ္ဗူစံပြီ ရှုမအီသား၊ သိင်္ဂီရွှေလှော် အလောင်းတော်ကို၊ ထိုရော်ကဆုန်

...ဆုတ်ကြံ၍၊ ဂဠုန်နွေ့ဝယ်၊ ခိုးငွေ့မနှော၊ ခါတ်တေဇောလျှင်၊ ရှင်စောညက် ... ဝိဠာန်ချက်ဖြင့်၊ လျှံတက်ကော်ရော် မီးပူဇော်သည်၊ မွေတော်ရှစ်စိပ်၊ ...ငြိုင်းတယ်ကို။ (ဦး)

ထိုခုနစ်နေ့ သာချမ်းမြေ့ကို၊ ဆွေ့ဆွေ့ကြည်ဖြူ အာရုံယူလျက်၊ သုံးလု ...နှစ်၊ မြတ်ထက်မြတ်သား၊ ကိုယ်တော်ဘုရားကို၊ သုံးပါးမှန်စွာ ဝန္ဒနာဖြင့်၊ ...ဦးခိုက်ဖြိုးဖြိုး ကျွန်ရှိခိုးသည်။ ကောင်းကျိုးခပ်သိမ်း ကြွယ်စေသော်။

◉ ◉ ◉

အခါတော် ၇ နေ့

မ, သိ, ကြ, လျှင်, တွေး, ဆ, ဦး

(မ) ကြာသပတေးနေ့	=	ပဋိသန္ဓေယူတော်မူသည်
(သိ) သောကြာနေ့	=	ဖွားမြင်တော်မူသည်
(ကြ) တနင်္လာနေ့	=	တောထွက်တော်မူသည်
(လျှင်) ဗုဒ္ဓဟူးနေ့	=	ဘုရားဖြစ်တော်မူသည်
(တွေး) စနေနေ့	=	ဓမ္မစကြာတရားဟောတော်မူသည်
(ဆ) အင်္ဂါနေ့	=	ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူသည်
(ဦး) တနင်္ဂနွေနေ့	=	တေဇောဓာတ်လောင်တော်မူသည်

◉ ◉ ◉

သံဝေဇနိယ လေးဌာန

ဖွား၊ ပွင့်၊ ဟော၊ စံ ဤလေးတန် မှတ်ရန် သံဝေဇနိယ၊

အဝိဇဟိတ လေးဌာန

ဖွား၊ ပွင့်၊ မြဲ၊ နေ၊ ဆင်းနတ်ပြေ၊ မှတ်လေ အဝိဇဟိတ။

သံဝေဇနိယ လေးဌာန

... ဖွား = ဘုရားလောင်းဖွားမြင်တော်မူရာ နီပေါနိုင်ငံ လုမ္ဗနီဥယျာဉ်

၂။ မွင့် = ဘုရားပွင့်တော်မူရာ အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဗုဒ္ဓဂယာ

၃။ ဟော = ဓမ္မစကြာဟောတော်မူရာ အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဗာရာဏသီ မိဂဒါဝုန်

၄။ စံ = ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူရာ အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဝေသာလီ ကုသိနာရုံ

အဝိဇဟိတ လေးဌာန

၁။ ဖွား = ဖွားမြင်တော်မူရာ နီပေါနိုင်ငံ လုမ္ဗနီ

၂။ မွင့် = ဘုရားဖြစ်တော်မူရာ အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဗုဒ္ဓဂယာ

၃။ မြဲနေ = ဘုရားအမြဲသီတင်းသုံးရာနေရာ အိန္ဒိယနိုင်ငံ သာဝတ္ထိဇေတဝန် ကျောင်း

၄။ ဆင်းနတ်ပြေ= တာဝတိံသာမှ ဆင်းသက်ရာနေရာ အိန္ဒိယနိုင်ငံ သင်္ကဿနဂို။

◉ ◉ ◉

ဗုဒ္ဓဝင်အနှစ်ချုပ်

၁။ လူအမည် = သိဒ္ဓတ္ထ

၂။ ဘုရားဘွဲ့တော် = ဂေါတမ

၃။ မိဘအမည် = သုဒ္ဓေါဒနမင်းနှင့် သိရိမဟာမာယာဒေဝီ

၄။ ကြင်ယာတော် = ယသော်ဓရာ၊ ဘဒ္ဒကစ္စနာ၊ ဗိမ္ဗာ၊ ရာဟုလမာတာ (အမည်လေးမျိုး)

၅။ ရင်သွေးတော် = ရာဟုလာ

၆။ ယောက်ဖတော် = ဒေဝဒတ်

၇။ မိထွေးတော် = မဟာပဇာပတိဂေါတမီ

၈။ နေပြည်တော် = ကပိလဝတ်ပြည် (သက္ကတိုင်း–မဇ္ဈိမဒေသ)

၉။ ဖွားရာဌာန = လုမ္ဗိနီဥယျာဉ်၊ နီပေါ

၁၀။ ဖွားမြင်သည့်နှစ် = ဘီစီ–၆၂၄

၁၁။ နန်းစံနှစ် = ၁၃ နှစ် (အသက် ၁၆ နှစ်မှ ၂၉ နှစ်အထိ)

၁၂။ နိမိတ်ကြီးများ = သူအို၊ သူနာ၊ သူသေ၊ ရဟန်း

၁၃။ ဗျာဒိတ်ခံယူသောဘဝ = သုမေဓာရသေ့ဘဝ

၁၄။ ဗျာဒိတ်ပေးသောဘုရား = ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရား။

၁၅။ ပါရမီဖြည့်ဖက် = သုမိတ္တာအမျိုးသမီး၊

၁၆။ ပါရမီဖြည့်ရာကာလ = လေးအသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း
(သုမေဓာဘဝမှ ဝေဿန္တရာဘဝအထိ)

၁၇။ ပါရမီဖြည့်ရခြင်း၏
ရည်ရွယ်ချက် = သတ္တဝါများ၏ အကျိုးစီးပွားအတွက်

၁၈။ ဒုက္ကရစရိယာ = ခဲယဉ်းစွာ ပြုကျင့်ရသောအကျင့်

၁၉။ ကျင့်သောနေရာ = ဥရုဝေလတော

၂၀။ ကျင့်သောနှစ် = ၆ နှစ်

၂၁။ တောထွက်သောအရွယ် = ၂၉ နှစ် (ဘီစီ ၅၉၅)

၂၂။ ဘုရားဖြစ်ချိန်သက်တော် = ၃၅ နှစ် (ဘီစီ ၅၈၉)

၂၃။ ဘုရားပွင့်ချိန်သက်တမ်း = ၁၀၀ တမ်း

၂၄။ ပဥ္စဝဂ္ဂီငါးဦးအမည် = ကောဏ္ဍည၊ ဝပ္ပ၊ ဘဒ္ဒိယ၊ မဟာနာမ်၊
အဿဇိ

၂၅။ တရားဦးစဟောသည့်ဌာန = ဗာရာဏသီပြည်၊ မိဂဒါဝုန်တော

၂၆။ ပထမဆုံးသာဝကများ = ပဥ္စဝဂ္ဂီငါးဦး

၂၇။ နောက်ဆုံးသာဝက = ဘုဘဒ္ဒပရိဗိုဇ်

၂၈။ ပထမဆုံးဖူးတွေ့ရသော = တပုဿ၊ ဘလ္လိက ကုန်သည်ညီနောင်၊
လူသားများ ဥက္ကလာပတိုင်းသား

၂၉။ လက်ယာရံအဂ္ဂသာဝက = အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ ဥပတိဿ၊ ဓမ္မသေနာ
ပတိ (အမည် ၃ မျိုး)

၃၀။ လက်ဝဲရံ = အရှင်မောဂ္ဂလာန်၊ ကောလိတ၊(အမည်၂ မျိုး)

၃၁။ အသုံးအမသာသနာ = ပရိယတ္တိ၊ ပဋိပတ္တိ၊ ပဋိဝေဓ

၃၂။ ကျင့်စဉ်သိက္ခာ = သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ
၃၃။ ချမှတ်သောလမ်းစဉ်= မဇ္ဈိမပဋိပဒါ (မဂ္ဂင်လမ်းစဉ်)
၃၄။ စရိယသုံးပါး = လောကတ္ထစရိယသတ္တဝါအများအကျိုးကျင့်ခြင်း
ဉာတတ္ထစရိယ ဆွေမျိုးများအကျိုးငှာကျင့်ခြင်း
ဗုဒ္ဓတ္ထစရိယ ဘုရားဖြစ်ရန်အကျိုးငှာကျင့်ခြင်း

◉ ◉ ◉

ဂုဏ်တော်ဘုရားရှိခိုး

ဘုရားဂုဏ်တော် (၉) ပါး ပါဠိ

ဣတိပိ သော ဘဂဝါ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊ သုဂတော၊ လောကဝိဒူ၊ အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ၊ သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါတိ နဝဂုဏောဟိ တိလောကေ ကိတ္တိဗျာပိတံ ဇေကံ ဓမ္မရာဇဟံ တံ ဗုဒ္ဓံ တီဟိ ပဏာမေဟိ အာဒရံ နမာမိ။

ဘုရားဂုဏ်တော် (၉)ပါး အနက်

၁။ ဣတိပိ ဣမိနာစကာရဏေန၊ ဤသို့ လူမင်းနတ်မင်း ဗြဟ္မာမင်းတို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော အကြောင်းကြောင့်လည်း၊ သောဘဂဝါ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ အရဟံ၊ အရဟာမည်တော်မူပါပေ၏။

၂။ ဣတိပိ ဣမိနာစကာရဏေန၊ ဤသို့ မဖောက်မပြန် သယမ္ဘုဉာဏ်ဖြင့် ခပ်သိမ်းသောတရားတို့ကို မိမိအလိုလို ကိုယ်တော်တိုင်သာလျှင် ထိုးထွင်း၍ သိမြင်တော်မူသောအကြောင်းကြောင့်လည်း သောဘဂဝါ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရား သည် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ မည်တော်မူပါပေ၏။

၃။ ဣတိပိ ဣမိနာစကာရဏေန၊ ဤသို့ ဝိဇ္ဇာသုံးပါး၊ ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး စရဏ တဆယ့်ငါးပါးတို့နှင့်ပြည့်စုံတော်မူသော အကြောင်းကြောင့်လည်း၊ သောဘဂဝါ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နမည်တော်မူပါပေ၏။

၄။ ဣတိပိ ဣမိနာစကာရေန၊ ဤသို့ ကောင်းသောစကားကိုဆိုတော်မူတတ်သော အကြောင်းကြောင့်လည်း၊ သောဘဂဝါ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ သုဂတော၊ သုဂတမည်တော်မူပါပေ၏။

၅။ ဣတိပိ ဣမိနာစကာရေန၊ ဤသို့ သတ္တလောကသင်္ခါရလောက ဩကာသလောကဟုဆိုအပ်သော လောကသုံးပါးကို သိမြင်တော်မူသော အကြောင်းကြောင့်လည်း၊ သောဘဂဝါ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ လောကဝိဒူ၊ လောကဝိဒူ မည်တော်မူပါပေ၏။

၆။ ဣတိပိ ဣမိနာစကာရေန၊ ဤသို့အတုမရှိသည်ဖြစ်၍ လူယောက်ျား နတ်ယောက်ျား၊ တိရစ္ဆာန်ယောက်ျားတို့ကို လိမ္မာယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမတော်မူတတ်သော အကြောင်းကြောင့်လည်း၊ သောဘဂဝါ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ အနုတ္တရောပုရိသဓမ္မသာရထိ၊ အနုတ္တရော ပုရိသဓမ္မသာရထိ၊ မည်တော်မူပါပေ၏။

၇။ ဣတိပိ ဣမိနာစကာရေန၊ ဤသို့ နတ်လူတို့ကို ပစ္စုပ္ပန်၌ဖြစ်သော အကျိုးစီးပွား တမလွန်၌ ဖြစ်သောအကျိုးစီးပွား၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ပရမတ္ထဖြစ်သော အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်တော်မူတတ်သည်ဖြစ်၍ နတ်လူတို့၏ ဆရာဖြစ်တော်မူသောအကြောင်းကြောင့်လည်း၊ သောဘဂဝါ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ၊ သတ္ထာဒေဝမနုဿာန မည်တော်မူပါပေ၏။

၈။ ဣတိပိ ဣမိနာစကာရေန၊ ဤသို့ သစ္စာလေးပါးတရားတို့ကို သိမြင်တော်မူသော အကြောင်းကြောင့်လည်း၊ သောဘဂဝါ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓမည်တော်မူပါပေ၏။

၉။ ဣတိပိ ဣမိနာစကာရေန၊ ဤသို့ ဣဿရိယ ဓမ္မ, ယသ, သီရိ ကာမပယတ္တဟု ဆိုအပ်သော ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးနှင့်ပြည့်စုံတော်မူသော အကြောင်းကြောင့်လည်း၊ သောဘဂဝါ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဘဂဝါ၊ ဘဂဝါ မည်တော်မူပါပေ၏။

ဣတိ၊ ဤသို့၊ နဝဂုဏေဟိ၊ ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော်တို့နှင့် တိလောကေ၊ လောကသုံးပါး၌ ကိတ္တိဖျာပိတံ၊ နှံ့သောကျော်စောခြင်း ရှိတော်မူထသော၊ ဇကံ၊ ပြိုင်ဘက်ကင်းမြောက်တစ်ယောက်တည်းသော ဖြစ်တော်မူထသော၊ ဓမ္မရာဇံ၊ တရားမင်းဖြစ်တော်မူထသော၊ တံ ဗုဒ္ဓံ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားကို၊ အဟံ၊ တပည့်တော်သည်၊ တီဟိပဏာမေဟိ၊ ကာယပဏာမ ဝစီပဏာမ မနောပဏာမဟု ဆိုအပ်သော သုံးပါးသော ပဏာမတို့ဖြင့်၊ အာဒရံ၊ ရိုသေစွာ၊ နမာမိ၊ ဂုဏ်တော်ထုံမွှမ်း ပုံတော်မှန်းလျက် ချီးမွမ်းထောမနာ ပဏာညွတ်ကျိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးကန်တော့ပါကုန်၏ အရှင်ဘုရား။

⊙ ⊙ ⊙

တရားဂုဏ်တော် ၆ ပါး ပါဠိ

သွာက္ခာတော ဘဂဝတာဓမ္မော သန္ဒိဋ္ဌိကော အကာလိကော ဧဟိပဿိကော ဩပနေယျိကော ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟီတိ ဆဂုဏေဟိ သမ္ပန္နာဂတံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓပူဇိတံ သဒ္ဓမ္မာဟံ တီဟိ ပဏာမေဟိ အာဒရံ နမာမိ။

၁။ ဘဂဝတာ၊ မြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဓမ္မော၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ဓမ္မက္ခန်ဟု ဆယ်တန်ထင်ပေါ် တရားတော်မြတ်ကို။ သွက္ခာတော၊ ကြားနာရုံပင် အပူစင်၍ ကျင့်လျှင်ချမ်းသာ ကျင့်ပြီးခါလည်း လွန်စွာငြိမ်းချမ်း နိဗ္ဗာန်နန်းနှင့် စခန်းသင့်အောင် မှန်းလင့်ရည်ရော် ကောင်းစွာဟောတော်မူအပ်ပါပေ၏။

၂။ ဓမ္မော၊ တရားတော်မြတ်သည်၊ သန္ဒိဋ္ဌိကော၊ ကျင့်ဆောင်သောသူတို့အား ယခုဘဝ ပစ္စက္ခ၌ပင် ဒိဋ္ဌကိုယ်တွင် တွေ့မြင်ခံစားရသော ဂုဏ်ကျေးဇူး အထူးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။

၃။ အကာလိကော၊ ကာလမရွေ့ကျင့်သည့်နေ့ပင် တွေ့မြင်ယုံကြည်ရသော ကောင်းကျိုးချမ်းသာနှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူ၏။

၄။ ဧဟိပဿိကော၊ လာရောက်ရှုမြင် ယခုပင်လျှင် ကျေးဇူးတင်မြဖြစ်၍

သောပါရှုပ် ကျင့်ကြံပါဟု မပါပါအောင် ခေါ်ဆောင်သွတ်သွင်း တိုက်တွန်းခြင်းငှာ ထိုက်တန်စွာသော ဂုဏ်ထူးဝိသေသနှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူ၏။

၅။ ဩပနေယျိကော၊ မိမိကာယ အဇ္ဈတ္တတွင် ရရှိပေါက်ရောက် ကိုယ်တွေ့ ခံမြှောက်အောင် ကပ်၍ဆောင်ထိုက်သော ဂုဏ်ထူးဝိသေသနှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူ၏။

၆။ ဝိညူဟိ၊ ပညာရှိသူ ရှင်လူအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည်၊ ပစ္စတ္တံ မိမိစိတ်၌၊ ဝေဒိတဗ္ဗော၊ ချမ်းသာလေစွ ကောင်းလေစွဟု ကာယစိတ္တ သုခနှစ်ပြင် ထင်ထင်ရှားရှား ခံစားသိမြင်ရသော ဂုဏ်ထူးဝိသေသနှင့်လည်း ပြည့်စုံတော် မူ၏။

ဣတိ၊ ဤသို့ ဆဂုဏေဟိ၊ ခြောက်ပါးသောဂုဏ်တော်တို့နှင့် သမန္နာဂတံ၊ ပြည့်စုံတော်မူထသော၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓပူဇိတံ၊ မြတ်စွာဘုရားသည် ပူဇော်တော်မူအပ်သော၊ သဒ္ဓမ္မံ၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ဓမ္မက္ခန်ဟု ဆယ်တန်ထင်ပေါ် တရားတော်မြတ်ကို၊ အဟံ၊ ခန္ဓာအာယတန ဓာတ်စုမျှကို ကာယသမုတ် အကျွန်ုပ်သည်၊ တီဟိပဏာမေဟိ၊ သုံးပါးသော ပဏာမတို့ဖြင့်၊ အာဒရံ၊ ရိုသေစွာ၊ နမာမိ၊ သဒ္ဒါစိတ်ဖော အာရုံပြော၍ မနောဝစီ ကာယညီလျက် ဦးချိုလက်မိုး ကြာငုံဖြိုးသို့ ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။

* * *

သံဃာဂုဏ်တော် ၉ ပါး ပါဠိ

သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ သာမီစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌပုရိသပုဂ္ဂလာ၊ ဧသ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ အာဟုနေယျော၊ ပါဟုနေယျော၊ ဒက္ခိဏေယျော၊ အဉ္ဇလိကရဏီယော၊ အနုတ္တရံ ပုညခေတ္တံ လောကဿာတိ နဝဂုဏေဟိ ပါကဋံ ပဋိသမ္ဘိဒါဘိညာဒျဂုဏသမ္ပန္နံ အရိယာသံဃာဟံ

တိပဟိ ပဏာမေဟိ အာဒရံ နမာမိ။

၁။ ဘဂဝတော၊ မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝကသံဃော၊ တပည့်သားသံဃာ တော်သည်၊ သုပ္ပဋိပန္နော၊ ကောင်းစွာကျင့်တော်မူ၏။

၂။ ဘဂဝတော၊ မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝကသံဃော၊ တပည့်သား သံဃာ တော်သည်၊ ဥဇုပ္ပဋိပန္နော၊ ဖြောင့်မတ်စွာကျင့်တော်မူ၏။

၃။ ဘဂဝတော၊ မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝကသံဃော၊ တပည့်သား သံဃာ တော်သည်၊ ဉာယပ္ပဋိပန္နော၊ နိဗ္ဗာန်အကျိုးငှာ ကျင့်တော်မူ၏။

၄။ ဘဂဝတော၊ မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝကသံဃော၊ တပည့်သား သံဃာ တော်သည်၊ သာမိစိပ္ပ ဋိပန္နော၊ အရိုအသေပြုသင့်ပြုထိုက်အောင်ကျင့်တော်မူ၏။

၅။ ယဒိဒံယာနိစတ္တာရိ ပုရိသ ယုဂါနိ၊ အကြင်လေးပါးသောယောကျ်ား မြတ်အစုံတို့သည်၊ ယဒိဒံ ယေဣမေအဋ္ဌပုရိသပုဂ္ဂလာ၊ အကြင်အသီးသီး ရှစ် ယောက်သော ယောကျ်ားမြတ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်၊ သန္တိ၊ ရှိကုန်၏၊ ဘဂဝတော၊ ရွှေဘုန်းတော်သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏၊ ဧသ ဧသော သာဝကသံဃော၊ ထိုအစုံလေးယောက်အသီးသီး ရှစ်ယောက်သော ယောကျ်ားမြတ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်၊ အာဟုနေယျော၊ တံ့ပြန်ကြီးလေး အကျိုးပေးသဖြင့် အဝေးမှ ယူဆောင်၍မူ လည်း ကြည်ဖြူလေးမြတ် ပူဇော်အပ်သည့် လာဘ်သပ်ပကာ အဖြာဖြာကို ကောင်းစွာသိမ်းပိုက် ခံယူခြင်းငှာလည်း ထိုက်တန်တော်မူပါပေ၏။

၆။ ပါဟုနေယျော၊ ဝေးရပ်မြို့နယ် များညွှေ့သည်ဖို့ ရည်ရွယ်မှန်းထား ပစ္စည်းများကို ဘုရားတစ်ဆူပွင့်တော်မူမှ ပေါ်လာကြသည့် ကမ္ဘာညွှေ့ကောင်း သူတော်ကောင်းမို့ အကြောင်းထိုက်စွာ ပေးလှူခြင်းငှာလည်း ထိုက်တန်တော် မူပါပေ၏။

၇။ ဒက္ခိဏေယျော၊ တမလွန်စခန်းကြီးပွားလမ်းဖို့ မျှော်မှန်းရည်ရွယ် ပေး လှူဖွယ်ကို ရည်ရွယ်သမျှ အကျိုးရသဖြင့် တစမကျန် အလှူခံခြင်းငှာလည်း ထိုက်တန်တော်မူ၏။

၈။ အဋ္ဌလီကရဏီယော၊ တစ်လောကလုံး ကိုင်းညွှတ်ရုံးလျက် ရှင်ပြုံးကြည်ရှိသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးခြင်းငှာလည်း ထိုက်တန်တော်မူပါပေ၏။

၉။ ဘဂဝတော၊ ရွှေဘုန်းတော်သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ သေဝေသော ကသံဃော၊ အစုံလေးပါး သီးခြားရှစ်ဖော် သံဃာတော်အပေါင်း ဤအရိ သူတော်ကောင်းသည်၊ လောကဿ၊ လူနတ်ပြဟ္မာသတ္တဝါအပေါင်းတို့၏၊ နဲ့ဘွဲ့ရ အနုတ္တရော၊ အတုမရှိသော၊ ပုညက္ခေတ္တံ-ပုညက္ခေတ္တော၊ ကုသိုလ် ကောင်းမှု မျိုးစေ့စု၏ ကြီးထုမြင့်မား စွင့်စွင့်ကားလျက် ဖွံ့ထွားဖွယ်ရာ လယ်ယာ ကောင်းအတူ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။

ဣတိ၊ ဤသို့၊ နဝ ဂုဏောဟိ၊ ကိုးပါးသောဂုဏ်တော်တို့နှင့်၊ ပါကဋ္ဌ၊ ရှားကျော်စောသော၊ ပဋိသမ္ဘိဒါ ဘိညာဒျုဂုဏာသမ္မန္န၊ ပဋိသမ္ဘိဒါ အဘိညာဉ် ရှိသော ဂုဏ်တော်အပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံတော်မူထသော၊ အရိယာသံဃံ၊ ကောင်းစိတ်ဓာတ် မြင့်မြတ်ကြည်လင် သူတော်စင်ကောင်း အရိယာသံဃာ မြတ် အပေါင်းကို၊ အဟံ၊ ဘုရားတပည့်တော်သည်၊ တီဟိပဏာမေဟိ၊ သပဏာ မ ဝစီပဏာမ၊ မနောပဏာမဟု ဆိုအပ်သော သုံးပါးသော ဏာမတို့ဖြင့် အာဒရံ၊ ရိုသေစွာ၊ နမာမိ၊ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျော့ ခဲ့ပါ၏ဘုရား။

◉ ◉ ◉

အနန္တငါးပါး ဘုရားရှိခိုး

၁။ ဗုဒ္ဓဂုဏော အနန္တောဟု ကျော်စောထင်ရှား သုံးပါးရပ်သူ နတ်လူပြဟ္မာ ဝါကို ခေမာသာခေါင် နိဗ္ဗာန်သောင်သို့ ရွှေဖောင်မဂ္ဂင် သဗ္ဗညာဉ်ဖြင့် ခင်ဆောင်ယူ ပို့တော်မူသည် နတ်လူတို့ထိပ်ပန်း ရဟန်းတို့ဆရာ အစိန္တေ အနန္တဂုဏ်အင် ကျေးဇူးရှင်ကို အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ၊ ၏။

၂။ ဓမ္မဂုဏော၊ အနန္တောဟု တည်သောကမ္ဘာ သတ္တဝါ လူနတ် အထပ်

ထပ်ကို လေးမြတ်ကြင်နာ အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာသံယောဇ် ကိလေသာမှ ဆေးကြောသုတ်သင် မြူမတင်အောင် ရှောင်ကြဉ်ပေတတ် တရားမြတ်ကို၊ အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေ ဝန္ဒာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

၃။ သံဃာဂုဏော အနုတ္တရော၊ လောဘဒေါသ မောဟကင်းကွာ တဏှာကာမ ကိလေသနှင့် ရာဂအမိုက် နှစ်မြိုက်မပျော် မမွေ့လျော်ဘဲ၊ ရှင်တော်ဟောကြား၊ မြတ်တရားကို မှတ်သားကြည်ညို မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်းမှန်သည် မြတ်ပွန်ထေရ်ကျော် သံဃာတော်တို့ ဂုဏ်တော်ကြီးစွ အနန္တကို၊ အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

၄။ မာတာပိတုဂုဏော အနုတ္တရော၊ အပြောကျယ်စွာ သံသရာဝယ်၊ မာတာပိတာမိနှင့်ဖတို့ ရေကြည်ကလလ၊ တည်ဦးစက၊ ချီချဉ်ပူစပ် ရှင်းရှင်းပြတ်အောင်၊ မပြတ်ယုယ မိဘတို့မှာ၊ စိုးရိမ်စွာဖြင့်၊ အစာဆိမ့်အေး၊ နို့ချိုပေး၍၊ မွေးသည့်မိခင်၊ ကျေးဖရှင်ကို၊ အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေ ဝန္ဒာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

၅။ အာစရိယဂုဏော အနုတ္တရော၊ မိန့်ဟောအရ ကောက်ယူပြသော်၊ နယနည်းနာအဖြာဖြာကို၊ လိမ္မာစေကြောင်း မေတ္တာလောင်း၍၊ မကောင်းကိုကြဉ်ကောင်းရာယှဉ်လျက်၊ နှုတ်မြွက်သံချို ဆုံးမဆိုသား၊ အဟိုများစွာ သံသရာဝယ်၊ သုံးသွယ်သောကာပ် လေးရပ်အပါယ်၊ ရှစ်သွယ်ရပ်ပြစ် ဆိုးညစ်ယုတ်မာ၊ အဖြာဖြာကို၊ ခေမာဘုမ္မိ ဘေးမရှိအောင်၊ နိဗ္ဗာန်သောင်သို့ ရောက်အောင်ပြဋ္ဌာန်းသွန်သင်ပေတတ်၊ ဆရာမြတ်ကို၊ အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေ ဝန္ဒာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

* * *

ရှေးအခါက သုံးခဲ့သော ဘုရားရှိခိုး

ဩကာသ ဩကာသ ဩကာသ အစိန္တေယျ အစိန္တေယျ၊ အပ္ပမေယျ အပ္ပမေယျ၊ မနှိုင်းယှဉ်အပ်သော ကျေးဇူးတော်အစုံ ဂုဏ်တော်မြတ်အပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဣသရိယ, ဓမ္မ, ယသ, သိရီ, ကာမ, ပယတ္တ တည်းဟူသော ဘုန်းတော်

...ခြောက်စုံ တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဒုက္ခ သမုဒယ နိရောဓနှင့် မဂ္ဂတစ်ဖြာ လေးသစ္စာကို ပိုင်းခြားထင်ထင် ...မြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဒေဝပုတ္တ ကိလေသနှင့် ခန္ဓမစ္စု၊ အဘိသင်္ခါ မာရ်ငါးဖြာကို ကြွင်းမဲ့ကုန်စင် ...အောင်မြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ရူပ ရူပဝိလာသဂ္ဂ ရူပအစိန္တေယျ၊ ဉာဏာဉာဏဝိလာသဂ္ဂ ဉာဏ အစိန္တေယျ၊ ...တ ဝါစာ ဝိလာသဂ္ဂ ဝါစာအစိန္တေယျ၊ ဣဒ္ဓိ ဣဒ္ဓိ ဝိလာသဂ္ဂ ဣဒ္ဓိ အစိန္တေယျ ...တည်းဟူသော အစိန္တေယျ လေးပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

နီလ ပီတ လောဟိတ, ဩဒါတ, မဉ္ဇိဋ္ဌ, ပဘဿရာတည်းဟူသော ရောင် ...ခြည်တော်ခြောက်သွယ်တို့နှင့် တင့်တယ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဤသို့ စသည်ဖြင့် ချီးမွမ်းအံ့သြ၍ မကုန်ခမ်းနိုင် အဆိုင်ဆိုင်သော ...ကိုသရေ အထွေထွေသော ဘုန်းတန်ခိုးအမျိုးမျိုးသော လောကီ လော ...ကုတ္တရာ ကျေးဇူးတော်ဂုဏ်တော်အပေါင်းတို့၏ မပြောင်းမလဲ တခဲနက်စုဝေး ...တည်ရာ ဖြစ်တော်မူသော၊ သက်တော်ထင်ရှား ကိုယ်တော်မြတ်ဘုရားကို၊ ...အာရုံပြု၍၊ ကိုယ်တော်မြတ်ထားတော်မူခဲ့သော–ကိုယ်စားတော်၊ ရုပ်ပွားတော်၊ ...ဆင်းတုတော်၊ စေတီတော်၊ ပုထိုးတော်၊ မွေတော်၊ ဓာတ်တော်၊ ဆံတော်၊ ...အံတော်၊ ညဏ်တော်၊ နဖူးသင်းကျစ်တော်၊ သွားတော်လေးဆယ် စွယ်တော် ...သေးချောင်း၊ ညှပ်ရိုးတော်နှစ်ချောင်း၊ ဓာတ်ပေါင်းရှစ်စရွတ်၊ ပိဋကတ်သုံးပုံ၊ ...မွေကုန္ဒာ ပေစာတော်အပေါင်း၊ ရှစ်သောင်းလေးထောင်၊ ကျမ်းကုန်အောင်တို့ကို ...ဘုရားတပည့်တော် လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျော့ ကန်တော့ပါ၏ ...အရှင်ဘုရား။

ဤသို့ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျော့ ကန်တော့ပါရသော ကောင်းမှုကံ ...စေတနာတို့ကြောင့်၊ အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရစ်ပြစ်ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုးငါးပါး၊ ...ပ္ပတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျသနတရား ငါးပါးတို့မှ၊ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်း ...သည်ဖြစ်၍ ဇာတိ၊ ဇရာ၊ ဗျာဓိ၊ မရဏ၊ သောက၊ ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ၊ ဒေါမနဿ၊

ဥပါယာသ၊ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတည်းဟူသော တစ်ဆယ့်တစ်ပါးသော မီး တို့၏ ကင်းရာ ကုန်ရာ ငြိမ်းရာ ချုပ်ရာဖြစ်သော အသင်္ခတဓာတ် နိဗ္ဗာန်မြတ် ချမ်းသာကို လျင်မြန်စွာ ရောက်ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

⊛ ⊛ ⊛

၁။ ဆွမ်းတော်ကပ်နှင့်ဆုတောင်း

အရဟာတာဒိ နဝရဂုဏေဟိ၊ အရဟံ အစရှိသော ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော် တို့နှင့်၊ သမန္နာဂတံ၊ ပြည့်စုံတော်မူသော၊ နာထံ၊ လူနတ်တို့၏ကိုးကွယ်ရာဖြစ် တော်မူသော၊ ဗုဒ္ဓံ၊ သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဥဒ္ဒိဿ၊ ရည်မှတ်၍ စေတီယဿ၊ ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ ဥဒ္ဒိဿစေတီ ပရိဘောဂ စေတီတော်မြတ်အား (ဝဏ္ဏ ဂန္ဓ ရသ သမ္ပန္နံ၊ အဆင်းအနံ့အရသာနှင့် ပြည့်စုံ သော၊ ကပ္ပိယံ ပိဏ္ဍပါတ ခါဒနီယ ဘောဇနီယံ၊ ဤဆွမ်းခဲဘွယ် ဘောဇဉ်ချိုချဉ် အရသာကို)

ဒေမိ၊ လှူဒါန်းပူဇော် ဆက်ကပ်ပါ၏ ဘုရား။

မေ၊ တပည့်တော်၏၊ ဣဒံ ပုညံ၊ ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယံ၊ အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ ကုန်ရာကုန်ကြောင်းဖြစ်သော အရဟတ္တဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို၊ ဝဟံ၊ ပေါက်ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု၊ ဖြစ်ပါ စေသတည်း။

⊛ ⊛ ⊛

၂။ ရေတော်ကပ်နှင့်ဆုတောင်း

(ကွင်းစကွင်းပိတ်) အတွင်းမှ စာသားများသာ ပြောင်းဆိုရန်၊ ကျန်အားလုံး တူပါသည်။

(ဝိသုဒ္ဓံ၊ အထူးသဖြင့် သန့်ရှင်းကြည်လင်သော၊ ကပ္ပိယံ ပါနီယ ပရိဘော ဇနီယံ၊ ဤသောက်တော်ရေ သုံးဆောင်တော်ရေကို)

⊛ ⊛ ⊛

၃။ ပန်းတော်ကပ်နှင့်ဆုတောင်း

(ဝဏ္ဏ ဂန္ဓ သမ္ပန္နံ၊ အဆင်းအနံ့နှင့် ပြည့်စုံသော၊ ဣမံ ပုပ္ဖံ၊ ဤပန်းကို)

• • •

၄။ ဆီမီးတော်ကပ်နှင့်ဆုတောင်း

(အာလောက သမ္ပန္နံ၊ အရောင်အလင်းနှင့် ပြည့်စုံသော၊ ဣမံ ပဒီပဇာလံ၊ ဤဆီမီးလျှံကို)

• • •

ငါးပါးသီလခံယူဆောက်တည်ပုံ

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဒုတိယမ္ပိ အဟံဘန္တေ ----

တတိယမ္ပိ အဟံဘန္တေ ----

အာမဘန္တေ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။ (၃ ခေါက်)

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ တတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဘုရားရှင်ကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏။

တရားတော်ကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏။

သံဃာတော်ကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏။

သရဏဂုံ ဆောက်တည်ခြင်းအကျိုး

ဘုရားကိုးကွယ် တံခိုးကြွယ် အပါယ်မကျ ချမ်းသာရ၊
တရားကိုးကွယ် ပညာကြွယ် အပါယ်မကျ ချမ်းသာရ၊
သံဃာကိုးကွယ် စည်းစိမ်ကြွယ် အပါယ်မကျ ချမ်းသာရ။
အာမဘာဂ္ဂေ။

၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
သူ၏အသက် ရက်စက်မညှာ မသတ်ပါ သတ်တာရှောင်ပါမည်။
၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
သူ၏ဥစ္စာ မခိုးပါ ခိုးတာရှောင်ပါမည်။
၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
သူများအိမ်ယာ မမှားပါ၊ မှားတာ ရှောင်ပါမည်။
၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ၊
မုသားလိမ်ညာ မပြောပါ၊ လိမ်တာရှောင်ပါမည်၊
၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ
မူးယစ်သေစာ မသောက်ပါ၊ မူးတာရှောင်ပါမည်။
အာမဘာဂ္ဂေ။

• • •

ကိုယ်ကျင့်သီလ စောင့်ထိန်းခြင်းအကျိုးတရား ၅ ပါး

၁။ သီလနှင့်ပြည့်စုံသောသူသည် မမေ့မလျော့ မပေါ့မဆနေလေ့ရှိခြင်းကြောင့် အသုံးအဖြုန်းမများနိုင်သဖြင့် များစွာသော စည်းစိမ်ဥစ္စာကို စုဆောင်းနိုင်၏။
၂။ လူတော်လူကောင်းတစ်ယောက်ဟု နာမည်ကျော်ကြားထင်ရှား၏။
၃။ မည်သည့်ပရိသတ်၊ မည်သည့်အဖွဲ့အစည်းမဆို မျက်နှာမပျက်ရဘဲ ရဲရဲဝံ့ဝံ့ သွားနိုင်ဝင်နိုင် ပြောဆိုနိုင်၏။

၄။ သေခါနီးရောက်သော်လည်း သတိမပျောက်ဘဲ မတွေမဝေ ကြည်ကြည်
လင်လင် အပူအပင်မရှိ အေးအေးချမ်းချမ်း သေရ၏။

၅။ သေပြီးသည့်နောက် ကောင်းရာသုဂတိ လားရ၏။

သီလခေါ်ဆို ကိုယ်ကျင့်တရား၊ စင်ကြယ်ငြားမူ
စီးပွားတိုးလျက်၊ နာမည်တက်၍၊ ရှုံ့ရှက်ကြောက်ကင်း
ပွဲလည်ခြင်း၏၊ သေခြင်းဆိုက်လတ် သတိကပ်လျက်
ရောက်လတ်နတ်ဝယ် ဤငါးသွယ် ရဘွယ်ကောင်းကျိုးတည်း။

ကိုယ်ကျင့်သီလပျက်ခြင်း အကျိုးတရား ၅ ပါး

၁။ စီးပွားဥစ္စာ ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးပြီး ရရှိထားသော စည်းစိမ်ဥစ္စာများ ကြာမြင့်စွာ မတည်ခြင်း။

၂။ နာမည်ပျက်ခြင်း

၃။ လူပုံအလယ်မျက်နှာငယ်ရခြင်း

၄။ အော်ဟစ်ညည်းညူ ရပ်ပျက်ဆင်းပျက် သေဆုံးရခြင်း

၅။ ကွယ်လွန်ပြီးနောက် အပါယ်လေးပါးသို့ ရောက်ရခြင်း။

ပျက်ခြင်းသီလ ကြောင်းခြင်းငါးကို မှတ်ကြစိမ့်ငှာ ကမ္ဘည်းသာပိမ့်၊

ဥစ္စာစည်းစိမ်၊ ဆိပ်ညှိမ်ခပင်း ဆုတ်ယုတ်ခြင်းနှင့် သီတင်းမကောင်း ကြိုင်နံ့လှောင်း၏၊ လူပုံအလယ် မျက်နှာငယ်လျက် တသွယ်ထိပ်ကြောက် လွန်စိတ်နောက်လျက် ပွေနောက်ဘိလျင်း သေရခြင်းတည်း၊ မယွင်းမှန်စွ သေပြီးကလည်း လေးဝအပါယ် လားအံ့ရွယ်သည် ငါးသွယ်သီလ ပျက်ကြောင်းပေတကား။

• • •

ငါးပါးသီလ အကျိုးအပြစ်ဆောင်ပုဒ်များ

(၁) ပါဏာတိပါတ်၊ သူ့သက်သတ်က၊ ချို့လတ်အင်္ဂါ၊ မွဲပြာရုပ်သွင်၊ အားအင်
ယိုယွင်း၊ လျင်ခြင်းလည်းဝေး၊ ဘေးကိုကြောက်တတ်၊ အသင်

အနာများလျက် ချွေးရုံပျက်၍ အသက်တိုလျ ပြစ်များစွာသည် ရှောင်ကာ အပြန်အကျိုးတည်း။

(၂) သူတစ်ပါးဟာ ခိုးမိပါမူ ဥစ္စာနည်းမွဲ ဆင်းရဲငတ်ဘိ လိုရှိမရ ဘောဂပျက်စီး၊ ရေမီးသူခိုး မွေခံဆိုးနှင့် မင်းဆိုးအပြား ရန်မျိုးငါးကြောင့်၊ ပျက်ပြားဥစ္စာ ပြစ်များစွာသည် ရှောင်ခွာအပြန်အကျိုးတည်း။

(၃) မိစ္ဆာစာရ ကျူးလွန်ကလည်း မုန်းကြသူများ ရန်သူပွား၍ ရှားပါးလာဘ်တိတ်၊ ချမ်းသာဆိတ်၍ ကုတ္တိပဏ္ဍုပ် မျိုးယုတ်ခါခါ မျက်နှာမလှ အရှက်ရလျက် လက္ခဏာကျွေး ယွင်းသွေချို့သိမ် စိုးရိမ်များစွာ ချစ်သူကွာသည် ရှောင်ခါ အပြန် အကျိုးတည်း၊

(၄) မုသားစကား ပြောဆိုငြားမူ စကားမပီ သွားမညီနှင့် ပုပ်ညှီပါးစပ် ခြောက် ကပ်ကိုယ်ရေ ကျွေနောက် ပုံယွင်းဖောက်၍ မရောက်ဩဇာ နှုတ်လျာကြမ်း ထော် လျပ်ပေါ်လော်လီ စိတ်မကြည်သည် ရှောင်ခါ အပြန်အကျိုးတည်း။

(၅) သေရည်သောက်လင့် သင့် မသင့်ဌ ရေးခွင့်မသိ၊ ပျင်းရိမေ့ရူး ကျေးဇူး မဆပ် ဟိရောတ္တပ်ကင်း ခပင်းများထို အကုသိုလ်ကို မငြိုလွယ်စွာ ပြုတတ် စွာသည် ရှောင်ကာ အပြန်အကျိုးတည်း။

* * *

ငါးပါးသီလဆောက်တည်ရကျိုး

ငါးဖြာတရား ရှောင်ပယ်ရှားလျှင် ကြီးမားအကျိုး ပြောင်းပြန်တိုး၏၊ အကျိုး ဝစီ ကျင့်ကောင်းပြီးသည့် ပဥ္စသီဥပုသ် မယုတ်အားကိုး ဤကျင့်ရိုးကား ကောင်း ကျိုးကုသိုလ် မကင်းလိုတည်း။ နေ့ကိုစောင့်က နေ့ဘို့ရ၍ ညလည်းထို့တူ ... သားမူလျက် ရန်မြူကင်းပ ကောင်းကျိုးရဘို့ နေ့ညအမြဲ ဝတ်ပုလဲသို့ ဆ... နိုင်ကြစေကုန်သတည်း။

* * *

ကာမေသု မိစ္ဆာစာရကံအပြစ်

ဒု,သ,န,သော

မိစ္ဆာစာရကံပြုသော သူဌေးသားလေးယောက်

ဗာရာဏသီပြည် ကဿပဘုရား သာသနာ၌ ကုဋေလေးဆယ်မျှ ကြွယ်ဝသော သူဌေးသားလေးယောက်တို့သည် ကုသိုလ်ကောင်းမှု မပြုကြဘဲ သူတစ်ပါး သားမယားကိုသာ ဥစ္စာပေး၍ အသက်ရှည်သမျှ ကျူးလွန်ပျော်ပါးသည်။

ဤအကုသိုလ်ကံကြောင့် ထိုသူဌေးသားလေးယောက်တို့သည် မဟာအဝီစိငရဲကြီး၌ မြေကြီးတစ်ယူဇနာနှင့် သုံးဂါဝုတ်အပေါ်သို့ တက်အောင် ရှည်မြင့်စွာ ခံစားရပြီးမှ လောဟကုမ္ဘီ ကြေးနီသံအိုးငရဲတွင် ဦးခေါင်းဖောက်ထိုးကြ၍ မွက်ဆဲသော ယာဂုဆန်ပြုတ်အိုး၌ ငုတ်လျှိုးသောဆန်လုံးကဲ့သို့ အနှစ်သုံးသောင်းနစ်မြုပ်ပြီးမှ တဖန်အနှစ်သုံးသောင်း ကာလကြာတက်ရသဖြင့် အိုးအဝသို့ရောက်ရှိသည့်ကာလ မိမိတို့အချင်းချင်း မှားယွင်းခဲ့ကြပုံကို ပြောဆိုကုန်သဖြင့် ဒု-သ-န-သော အက္ခရာတစ်လုံးစီ ရွတ်မိလျှင် ပြောလိုသော အဓိပ္ပာယ် ဂါထာမပြီးဆုံးမီ တစ်ဖန်ငရဲ၌ ငုပ်မြုပ်ကြရလေသည်။

ဒု-သ-န-သော ဟု ဆိုအပ်သော အသံကြီးလေးသံကို ဘုရားထံသွားရောက်ပြီး ကောလသမင်းကြီး လျှောက်ထား၍ ဘုရားရှင် ဖြေဆိုခဲ့သော ၄ ဂါထာမှာ-

(၁) ဒုဇ္ဇီဝိတ မဇီဝိမှ၊ ယေသန္နော နဒဒမှသေ၊
ဝိဇ္ဇမာနေသု ဘောဂေသု၊ ဒီပံ နာကမှ အတ္တနော။

ဤကဲ့သို့ အစဆုံး ဒုတစ်လုံးမျှသာ ပြောနိုင်၍ ငရဲ၌ နစ်မြုပ်ရပြန်၏။

မြန်မာပြန်- အချင်းတို့ ငါတို့သည် ပစ္စည်းဥစ္စာ ပြည့်စုံကြကုန်လျက် မပေးလှူမိကုန်၊ မိမိတို့အားကိုးရာ ကျွန်းပမာဏ ကုသိုလ်ကိုလည်းမပြုမိ ကြကုန်၊ ငါတို့အမှားဖက်၍ အသက်မွေးမိကြကုန်၏။

(သ) သင္ဂဝသသသဟသသာနိ၊ ပရိပုဏ္ဏာနိ သဗ္ဗသော၊
နိရယေ ပစ္စမာနာနံ၊ ကဒါအန္တော ဘဝိဿတိ၊

မြန်မာပြန်– အချင်းတို့ လောဟကုမ္ဘီငရဲ၌ ငါတို့ခံရသည်မှာ အနှစ်ခြောက်သောင်းရှိပေပြီ၊ အဘယ်သောအခါမှ အဆုံးတိုင်ရောက် လွတ်မြောက်ကြရမည်ကုန်အံ့နည်း။

(န) နတ္ထိအန္တော ကုတောအန္တော နအန္တော ပဋိဒိဿတိ၊
တဒါဟိ ပကတံပါပံ မမ တုယှဉ္စ မာရိသာ။

မြန်မာပြန်– သူငယ်ချင်းတို့ သူဌေးသားဖြစ်စဉ် သင်တို့ ငါတို့အား ပြုမှားမိခဲ့သော အကုသိုလ် မကောင်းမှုကံကား အဆုံးတွင် မရှိခဲ့ချေ။

(သော) သောဟံ နူနကတော ဂန္တွာ၊ ယောနိံလဒ္ဓါန မာနုသိံ၊
ဝဒညူ သီလသမ္ပန္နော၊ ကာဟာမိ ကုသလံ ဗဟုံ။

မြန်မာပြန်– ထိုငါသည် သံရည်ပွက်ပွက် ပူချက်မခဲ ဤငရဲမှ လွတ်၍တဖန်လူဖြစ်ပြန်သော် အလှူခံ၏ ကျေးဇူးကိုသိ သီလရှိသည်ဖြစ်၍ ဒါနသီလစသည်ပေါင်းစု များစွာသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို ကြိုးစားအားထုတ်ပြုလုပ်ပါတော့အံ့။

ဤသို့အပ်ခဲ့ပြီး မိစ္ဆာစာရ အကုသိုလ်ကံကြီးကြောင့် သူဌေးသားလေးယောက်တို့သည် ယခုထက်တိုင် မပေါ်နိုင်ဘဲ ငရဲအိုး၌ စောက်ထိုးမိုးမျှော်ညှိုးရော်နွမ်းလျ ခံစားနေရပုံကို သိမြင်ကြကုန်လျက် သူတစ်ပါးသားသမီးများကိုဖျက်ဆီးခြင်းဟု ဆိုအပ်သော ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံမှ ဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ကြပါလေ။

• • •

သွေးရည်အရက်သောက်ခြင်းကြောင့် ယခုပစ္စုပ္ပန် မျက်မှောက်ဘဝ၌ ရရှိနိုင်သော အပြစ်များ

၁။ မျက်မှောက်စီးပွားဥစ္စာ ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၊
၂။ ငြင်းခုံခိုက်ရန် ဖြစ်ပွားကြရခြင်း၊
၃။ အနာရောဂါတို့ဖြစ်ပွားတည်ခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်ခြင်း၊
၄။ အကျော်အစောမဲ့ဖြစ်ရခြင်း၊ နာမည်ပျက်ခြင်း၊
၅။ အရှက်အကြောက်မရှိခြင်း၊
၆။ အတတ်ပညာ ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၊

သွေးရည်အရက်သောက်ခြင်းကြောင့် နောင်အနာဂတ်ဘဝ၌ ခံစားရမည့် အပြစ်များ

၁။ ငရဲကြီး ငရဲငယ် အသွယ်သွယ်၌ ဖြစ်ရခြင်း၊
၂။ တိရစ္ဆာန်ဘုံ၌ ဖြစ်ရခြင်း၊
၃။ ပြိတ္တာဘုံ၌ ဖြစ်ရခြင်း၊
၄။ အလုံးစုံတို့အောက် ယုတ်ညံ့ရခြင်း၊
၅။ အယုတ်ဆုံးလူဖြစ်လျှင် ရူးသွပ်ရခြင်း၊
၆။ စကားမပီမသ ဆွံ့အအရည်ယိုခြင်း၊
၇။ ပြန့်လွင့်သောစိတ်ရှိခြင်း၊
၈။ *ပဋိသန္ဓေအားဖြင့် ထိုင်းမှိုင်းတွေဝေခြင်း စသည်တည်း။*

ယခုအခါ နေရာတကာတွင် အလွယ်တကူ ဈေးပေါပေါ ဝယ်ယူ၍ရနေသော ကောင်းကျိုးလုံးဝ မပေးသည့် မူးယစ်ဆေးဝါး အရက်သေစာ စသည်များကို ဝေးဝေးက ရှောင်ကြပါလေ။

◉ ◉ ◉

ကာမမေသုမိစ္ဆာစာရကံ ထိုက်နိုင်သော မသွားလာထိုက်သော မိန်းမ (၂၀)

(၁) အမိစောင့်ရှောက်အပ်သော မိန်းမ
(၂) အဖစောင့်ရှောက်အပ်သော မိန်းမ
(၃) မိဘနှစ်ပါး စောင့်ရှောက်အပ်သော မိန်းမ
(၄) မောင်စောင့်ရှောက်အပ်သော မိန်းမ
(၅) ညီမ အစ်မ စောင့်ရှောက်အပ်သော မိန်းမ
(၆) ဆွေမျိုးစောင့်ရှောက်အပ်သော မိန်းမ
(၇) အနွယ်တူသူစောင့်ရှောက်အပ်သောမိန်းမ
(၈) သီတင်းသုံးဖော်တို့ စောင့်ရှောက်အပ်သောမိန်းမ
(၉) အစောင့်အရှောက်ထားသော မိန်းမ
(၁၀) မင်းတို့သည် ဒဏ်ထားသောမိန်းမ
(၁၁) ဥစ္စာဖြင့် ဝယ်အပ်သော မိန်းမ
(၁၂) အလိုတူ၍နေသော မိန်းမ
(၁၃) စည်းစိမ်အလို့ငှာနေသော မိန်းမ
(၁၄) အဝတ်ပုဆိုးအလို့ငှာနေသော မိန်းမ
(၁၅) ရေခွက်၌လက်စုံချ၍ မိဘတို့က ထိမ်းမြားသောမိန်းမ
(၁၆) ခေါင်းခုကိုပယ်ချစေ၍ ယူအပ်သောမိန်းမ
(၁၇) ကျွန်လည်းဖြစ် မယားလည်းဖြစ်သော မိန်းမ
(၁၈) အမှုလုပ်လည်းဖြစ် မယားလည်းဖြစ်သော မိန်းမ၊
(၁၉) စစ်မြေပြင်အရပ်မှ ဆောင်ယူအပ်သော သုံ့ရမိန်းမ၊
(၂၀) တစ်ခဏမျှပေါင်းဖော်အပ်သော ပြည့်တန်ဆာမိန်းမ။

(ဒီဋ္ဌ ၃-၂၃၁၊ အဘိဋ္ဌ-၁-၁၄၁)

အခန်း(၅)

[illegible] သိစရာ

အခန်း(၅)

လူမှုရေးရာ သိစရာ
သိင်္ဂါလောဝါဒသုတ်လာကျင့်ဝတ်များ

(က) သားသမီးကျင့်ဝတ်ငါးပါး

၁။ မိဘကိုလုပ်ကျွေးမွေးမြူရခြင်း၊
၂။ မိဘတို့၏ကိစ္စကြီးငယ်ကို ဆောင်ရွက်စီမံရခြင်း၊
၃။ အမွေခံထိုက်အောင် ကျင့်ကြံနေထိုင်ရခြင်း၊
၄။ ကွယ်လွန်သူမိဘတို့အတွက် ရည်မှန်း၍ လှူဒါန်းအမျှဝေခြင်း၊
၅။ မိဘတို့၏အမျိုးအနွယ် မပျက်အောင် စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းရခြင်း၊

မိဘများ၏သားသမီးအပေါ် မျှော်လင့်ချက် ငါးမျိုး

မိဘနှစ်ဖြာ အိုမင်းလာ ပြန်ကာလုပ်ကျွေးကြလိမ့်မည်၊
မိဘတို့မှာ ပြုဖွယ်ရာ ကူကာ လုပ်ပေးကြလိမ့်မည်၊
မွေခံထိုက်ရာ ကျင့်ဖွယ်ရာ ကျင့်ကာ မွေခံကြလိမ့်မည်၊
မျိုးရိုးစဉ်လာ ရှည်မြင့်ကြာ တည်ရာပြုကြပေလိမ့်မည်၊
ကွယ်လွန်သောအခါ လှူဘွယ်ရာ လှူကာမျှဝေကြလိမ့်မည်၊

(ဆောင်ပုဒ်လင်္ကာ) ကျွေးမွေးမပျက်၊ ဆောင်ရွက်စီမံ၊ မွေခံထိုက်စေ
လျှုမျှဝေ၏၊ စောင့်လေမျိုးနွယ်၊ ဝတ်ငါးသွယ်၊
ကျင့်ဘွယ်သားတို့တာ။

(ခ) မိဘကျင့်ဝတ်ငါးပါး

၁။ မကောင်းမှု ဒုစရိုက်တို့ကို မပြုရန် တားမြစ်ရခြင်း၊
၂။ ကောင်းရာကို သွန်သင်ဆုံးမညွှန်ပြရခြင်း၊
၃။ အတတ်ပညာများကို သင်ပေးရခြင်း၊
၄။ အရင်းအနှီးထုတ်ပေးရခြင်း
၅။ ထိမ်းမြားမင်္ဂလာပြုလုပ်ပေးရခြင်း၊
(ဆောင်ပုဒ်) မကောင်းမြစ်တား၊ ကောင်းရာညွှန်လတ်၊ အတတ်သင်စေ၊
ပေးဝေနှီးရင်း၊ ထိမ်းမြားခြင်းလျှင်၊ ဝတ်ငါးအင်၊ ဖခင်မယ်တို့တာ။

(ဂ) တပည့်ကျင့်ဝတ် ငါးပါး

၁။ ထကြွလံ့လ ဝီရိယရှိရခြင်း
၂။ ဆိုဆုံးမသည် နာခံခြင်း၊
၃။ ဆရာကြွလာမှု ခရီးဦးကြိုဆိုခြင်း၊
၄။ ဆရာထံပါး၌ တစ်နေ့သုံးကြိမ် ခစားလုပ်ကျွေးခြင်း၊
၅။ ဆရာသင်ကြားလိုက်သည်ကို သင်ႇကြံႇအံႇရွတ်ရခြင်း။
(ဆောင်ပုဒ်) ညီညာထကြွ၊ ဆုံးမနာယူ၊ လာမူကြိုဆီး၊ ထံနီးလုပ်ကျွေး၊
သင်ႇတွေး အံ့ရွတ်၊ တပည့်ဝတ်၊ မချွတ်ငါးခုသာ။

(ဃ) ဆရာကျင့်ဝတ်ငါးပါး

၁။ အတတ်ပညာကို ကောင်းစွာသင်ပေးရခြင်း၊
၂။ ဆုံးမပဲ့ပြင် သွန်သင်ရခြင်း၊
၃။ ပညာကို ဆရာစားမချန်, မချွင်းမချန် သင်ပေးရခြင်း၊

...င်းအန္တရာယ်ကို ကာကွယ်ပေးရခြင်း၊

၅။ သင့်လျော်သော ဆရာသမားကောင်းတို့ထံ၌ ပညာတိုးတက်ရန် အပ်နှံခြင်း

...ာင်ပုဒ်) အတတ်လည်းသင်၊ ပွဲပြင်ဆုံးမ၊ သိပ္ပမချန်၊ ဘေးရန်ဆီးကာ
သင့်ရာအပ်ပို့၊ ဆရာတို့၊ ကျင့်ဘို့ဝတ်ငါးဖြာ။

(င) လင်ကျင့်ဝတ်ငါးပါး

ဇနီးမယားကို မထေမဲ့မြင် မပြုရခြင်း၊

ရှာဖွေ၍ ရရှိလာသော စည်းစိမ်ဥစ္စာများကို အပ်နှံရခြင်း၊

မိမိဇနီးမယားမှတစ်ပါးသော အမျိုးသမီးများနှင့် မဖောက်ပြန်ရခြင်း၊

အဝတ်တန်ဆာ ရတနာများဆင်ပေးရခြင်း၊

မြတ်မြတ်နိုးနိုး ကြင်ကြင်နာနာ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရခြင်း၊

...ာင်ပုဒ်) မထေမဲ့ကင်း, အပ်နှင်းဥစ္စာ, မိစ္ဆာမမှား, ဝတ်စားဆင်ယင် မြတ်နိုး
ကြင် ငါးအင်လင်ကျင့်ရာ။

(စ) ဇနီးမယားကျင့်ဝတ်ငါးပါး

...မှုကိစ္စကြီးငယ်ဟူသမျှကို လုပ်ဆောင်ရခြင်း

...င်ယောကျ်ားအပ်နှံထားသော စီးပွားဥစ္စာကို ကောင်းစွာထိန်းသိမ်းရခြင်း

...လင်ယောကျ်ားမှတပါး အခြားသော ယောကျ်ားနှင့်မဖောက်ပြားခြင်း

...က်မိဘဆွေမျိုးများအား သင့်လျော်အောင် ပေးကမ်းချီးမြှင့်ရခြင်း၊

...ဆောင်မှုကိစ္စတို့၌ မပျင်းမရိ ထကြွလုံ့လဝီရိယရှိရခြင်း၊

...ဒ်) အိမ်တွင်းမှုလုပ်၊ သိမ်းထုပ်သေချာ၊ မိစ္ဆာကြဉ်ရှောင်
လျော်အောင်ဖြန့်ချီ၊ ပျင်းရိမမူ၊ ဝတ်ငါးဆူ၊ အိမ်သူကျင့်အပ်စွာ

ဆ) မိတ်ဆွေကောင်းကျင့်ဝတ်ငါးပါး

...ာမ်းချီးမြှင့် မြှောက်စားရခြင်း၊

...နှင့်တန်းတူ ထား၍ ပြုရခြင်း၊

...ကျိုးစီးပွားကို ဆောင်ရွက်ပေးရခြင်း၊

၄။ ချစ်ဘွယ်သောစကားကိုသာ ချိုသာစွာ ပြောဆိုရခြင်း၊

၅။ ကတိသစ္စာတည်ခြင်း၊

(ဆောင်ပုဒ်) ပေးကမ်းချီးမြှင့်၊ ကိုယ်နှင့်ယှဉ်ထား၊ စီးပွားဆောင်ရွက်၊ နှုတ်မြွက်
ချိုသာ၊ သစ္စာမှန်စေ၊ ဝတ်ငါးထွေ၊ ကျင့်လေမိတ်သဟာ။

(၈) အရှင်သခင်ကျင့်ဝတ်ငါးပါး

၁။ အဝတ်အထည် ဝစွာ ကျွေးမွေးပေးကမ်းရခြင်း

၂။ အငှမ်းအားလျော်စွာ စေခိုင်းရခြင်း

၃။ ကျန်းမာရေးမကောင်းမွန်သည့်အခါ ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း

၄။ ကောင်းမြတ်သော အစာအာဟာရကို ဝေငှမျှဝေ ကျွေးမွေးရခြင်း

၅။ နေ့စဉ်အလုပ်ဌာနၥ်လည်း လွန်မင်းစွာ မပင်ပန်းစေမူ၍ ပွဲလမ်းသဘင်အခါ
ကြီးရက်ကြီးတို့၌ သင့်လျော်အောင် ပေးကမ်း၍ ခွင့်လွှတ်ရခြင်း၊

(ဆောင်ပုဒ်) ဝစွာကျွေးမွေး၊ ပြုရေးစီရင်၊ နာလျှင်ကုစေ၊ ငှဝေရသာ၊ အခါကို
လွှတ်၊ အရှင်ဝတ် မချွတ်ငါးခုသာ။

(၉) အလုပ်သမားကျင့်ဝတ် ငါးပါး (ကျွန်)

၁။ အလုပ်ရှင်၏နောက်မှ အိပ်ရာဝင်ရခြင်း၊

၂။ အလုပ်ရှင်၏ရှေ့ဦးစွာ အရင်အိပ်ယာမှထရခြင်း၊

၃။ အရှင်ကပေးသည်ကိုသာ ယူရခြင်း၊

၄။ အလုပ်ကိစ္စကို စေ့စပ်အောင် ဆောင်ရွက်ရခြင်း၊

၅။ အလုပ်ရှင်၏ဂုဏ်ကျေးဇူးကိုသာ ပြောဆိုရခြင်း၊

(ဆောင်ပုဒ်) အိပ်သော်နောက်ကျ၊ ထသော်ကားရှေ့၊ ပေးမှယူအပ်
စေ့စပ်ဆောင်ရွက်၊ ကျေးဇူးမြွက်၊ ငါးချက်ကျွန်ကျင့်ရာ။

(၁၀) ဒါယကာကျင့်ဝတ် ငါးပါး

၁။ မေတ္တာစိတ် သက်ဝင်ရခြင်း

၂။ ဆောင်ရွက်ရန်ကိစ္စကို မေတ္တာစိတ်ဖြင့် ဆောင်ရွက်ခြင်း၊

ခင်မင်ချိုသာသောစကားကို ပြောဆိုရခြင်း၊

အလိုရှိပါက အလျှုခံနိုင်ရန် ဖိတ်ကြား၍ ထားရခြင်း၊

တတ်စွမ်းသမျှ ပေးကမ်းလှူဒါန်းရခြင်း။

ဆောင်ပုဒ်) မေတ္တာစိတ်သက်၊ ဆောင်ရွက်ချစ်ကြင်၊ ခင်မင်နှုတ်ချို၊ လိုလျှင်
ဖိတ်ကြား၊ တတ်အားလှူစေ ဝတ်ငါးထွေပြုလေ ဒါယကာ။

(၄) ဆရာရဟန်းကျင့်ဝတ်ခြောက်ပါး

မကောင်းမှုကို မပြုကြရန် တရားပြ၍ တားမြစ်ရခြင်း၊

လမ်းကောင်းလမ်းမှန်ကို ညွှန်ပြရခြင်း၊

မကြားဘူးသေးသော တရားအသစ်ကို ဟောပြောရခြင်း၊

ကြားဘူးသည်ကို မှတ်မိအောင် ထပ်မံ၍ ဟောကြားရခြင်း၊

နတ်ရွာရောက်ကြောင်း တရားလမ်းကောင်းကို ညွှန်ပြရခြင်း၊

မေတ္တာစိတ်ဖြင့် အစဉ်စောင့်ရှောက်ရခြင်း။

ဆောင်ပုဒ်) မကောင်းမြစ်တား၊ ကောင်းရာညွှန်လစ်၊ အသစ်ဟောကြူး၊ နာဘူး
ထပ်မံ၊ နတ်ထံတင်ရာ၊ မေတ္တာလည်းပြု ရဟန်းမှုခြောက်ခုလွှန် သချာ။

(၅) ကျေးဇူးတုံ့ပြန်သူ မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ်ငါးပါး

မေ့ လျော့ စောင့် လာ ဥစ္စာစောင့်ရှောက်၊ ကြောက်လန့်ပယ်လေ့ဘေး
ဘွ့မစွန့်၊ ဆက်ညွှန့်သားမြေး၊ မြတ်လေးပူဇော် ဤငါးဖော်ကား ညီလျော်တို့
သမ်း ကျင့်ဝတ်တည်း။

ဒိဂုံး) ကျမ်းသိဂါလ သုတ်ဝယ်ပြ သုံးဝမြတ်ဆရာ၊
ကျင့်ဝတ်မပြေ ပါယ်လေးထွေ လားလေရှည်မြင့်ကြာ။
ဤသည်ဝတ်ကုံ ဆွေမျိုးစုံ ခြောက်ဘုံထက်နတ်ရွာ၊

လှည်းဘီးပြင်က နားစောင် ချသို့ မိဘနှင့်သား မယားနှင့်လင် အရှင်နှင့်
နှိ၊ ထေရ်မွန်ဒကာ၊ မိတ်သဟာနှင့် ဆရာတပည့် တည့်တည့်မချွတ် ကျင့်ဝတ်
င် ဖြူသန့်စင်မှု၊ ရှင်လည်းမကွေ့ သေလည်းမကွာ နတ်ရွာလူ့ပြည်

သည်အတူ စံစားမှု၍ နိဗ္ဗူရွှေပြည်၊ ဝင်အံ့သည်တည်း၊ မတည်ကျင့်ဝတ်၊ ချွတ်သူတို့မှာ မလွတ်သာသည်၊ လေးရွာဖို့လုံးလုံး လူဖြစ်ရုံး။

သင်္ဂဟာဆရာတော် သိင်္ဂါလောဝါဒဆုံးမစာ ပြီး၏။

◉ ◉ ◉

ဆရာတော်ဦးမုနိ ဂိဟိဝိနယ ရေးကျန့်ဓော်

ဆုံးမစာ

(က) ဥစ္စာစည်းစိမ် ပျက်စီးကြောင်း ခြောက်ပါး

သေစာသောက်စား၊ လမ်းသွားခါမဲ့၊ ရှုငဲ့သဘင်၊ ပျော်ရွှင်အံလောင်း မကောင်းမိတ်ဖျင်း၊ ပျင်းရိခြင်းကား၊ ယိုယွင်းဥစ္စာ ပျက်ကြောင်းတည်း။

(ခ) သေအရက်သောက်ခြင်းအပြစ်ခြောက်ပါး

ဥစ္စာယုတ်ခြင်း၊ ငြင်းခုံများစွာ၊ ရောဂါထူပြော၊ ကျော်စောမဲ့တုံ၊ မလုံအင်္ဂါ ပညာနည်းပါး ဤခြောက်ပါးကား သောက်စားသေစာ အပြစ်တည်း။

(ဂ) အခါမဲ့သွားလာခြင်း အပြစ်ခြောက်ပါး

ကိုယ့်သားမယား၊ တခြားဥစ္စာ၊ လုံရာမဲ့ရှောင်း၊ မကောင်းအရာ၊ ရွံ့ရှာဖေ အပ်၊ ယိုးစွပ်ရောက်မှုဆင်းရဲစု၊ ခြောက်ခုခါမဲ့သွားပြစ်တည်း။

(ဃ) သဘင်ပွဲလမ်း အပြစ်ခြောက်ပါး

ကခြင်းတလီ၊ သီခြင်းတသီး၊ မှုတ်တီးတသင်း၊ ပြိန်ဖျင်းတအုပ်၊ လက်ခုပ် တတည်း၊ အိုးစည်တဖြာ၊ ရှိရာရှာ၍၊ ဥစ္စာပျက်မှု ဤခြောက်ခုကား ကြည့်ရှု သဘင် အပြစ်တည်း။

(င) လောင်းကစား အပြစ်ခြောက်ပါး

အောင်သူရန်ပွား၊ ရှုံးသားစိုးရိမ်၊ စည်းစိမ်လျော့ပါး၊ တရားသဘင်၊ မငံ

သက်သော၊ မိတ်ဆွေနိမ့်ဆို၊ မလိုထိမ်းမြား ဤခြောက်ပါးကား ပျော်ပါးကြွအန် အပြစ်တည်း။

(စ) မိတ်ဆွေပျက် ခြောက်ပါး

ကြွအန်ကြူးထ၊ မိန်းမကြူးထွေ၊ သေစာကြူးမူ အတုပြုငြား၊ လှည့်စား သောက်၊ မျက်မှောက်လှည့်ချက် နိုင်ထက်လုယူ၊ ဤသူခြောက်ပါး၊ မိတ်ဖြစ် ကြောင့် ပျက်ပြားမိတ်ဆွေအပြစ်တည်း။

ဆ) ပျင်းရိခြင်း အပြစ်ခြောက်ပါး

အချမ်းပြင်းဝှန်၊ အလွန်ပူနိုး၊ မိုးချုပ်လှမော၊ စောလှလွန်ရောင်၊ ဆာလောင် ဝမ်းဝလွန်းထွေ၊ နေကပညာ မပွားရာသည် ခြောက်ဖြာပျင်းသူ အပြစ် တည်း

ဇ) အကြီးအကဲကျင့်ဝတ်ခြောက်ပါး

သကြွ၊ နိုးကြား၊ သနားသည်းခံ၊ ဝေဖန်ကြည့်ရှု၊ ဤခြောက်ခုကား၊ ကြီးသူ တရားတည်း။

ဈ) ကိုယ်ကျိုးကိုသာ ငဲ့သော အဆွေခင်ပွန်းတု လေးယောက်

က်ချည်းလာ၍ ဥစ္စာဆောင်သယ် နည်းငယ်ဖြင့်,သာ များစွာလိုရှိ ဘေးထိ ခါ ပြုလာတုံဘိ မိမိကျိုးငှာ မှီလာပေါင်းယှဉ် လေးယောက်စဉ်ကား ဘျှာရတည်း။

ည) နှုတ်ဖြင့်,သာ ဟန်ဆောင်သော အဆွေခင်ပွန်းတု လေးယောက်

ပြစ်စွေစပ်၊ တထပ်နောက်မှီး၊ ချည်းစည်းသဂြိုဟ်၊ ပေးလိုစဟန်၊ ပစ္စုပ္ပန် ခ်ပျက်ပြား၊ ဤလေးပါးကား မှတ်သားဝေဖန်ရမတည်း။

ဋ) ချစ်ဖွယ်ကိုသာဆိုတတ်သော အဆွေခင်ပွန်းတုလေးယောက်

ကောင်းခွင့်ပြု၊ ကောင်းမှုကိုလျင်၊ ဆင်ခြင်မရှု၊ ခွင့်ပြုသည်ပင်၊ ရှေ့တွင်

သျှိုးမွမ်း၊ ဖုံးလွှမ်းကွယ်လျှင်၊ ကဲ့ရဲ့ချင်းသည်၊ လေးအင်ဝိယဘာဏီတည်း။

(ဌ) ပျက်စီးလွယ်သောသူလေးယောက်

သောက်ထုပ်သေရက်၊ ညဉ့်နက်လမ်းသွား၊ ရှုစားသဘင်၊ ပျော်ရွှင်အန်စာ လေးရပ်မှာပင် တကွထင်သည် လေးအင်ပါယသဟဲတည်း။

(ဍ) ကျေးဇူးရှက်ဆောင်သော အဆွေခင်ပွန်းစစ်လေးယောက်

မေ့လျော့စောင်လာ၊ ဥစ္စာစောင့်ရှောက်၊ ဘေးရောက်ကိုးကွယ်ပြုဖွယ်ရှိက နှစ်ဆဥစ္စာ၊ ချေးပေးလာသည် လေးဖြာဥပကာရတည်း။

(ဎ) ဆင်းရဲမကွာ၊ ချမ်းသာမပစ်သော အဆွေခင်ပွန်းစစ်လေးယောက်

လျှို့ဝှက်စကား၊ ကြားစေတုံလျက်၊ သူလျှို့ဝှက်၍၊ ဘေးတွေ့မစွန့် မတွန့်တို ပါ၊ သူ့ကိုညှာလျက်၊ ကိုယ့်သက်စွန့်မြောက် ဤလေးယောက်ကား မှတ်လောက် ချမ်းသာ ဆင်းရဲတည်း။

(ဏ) အကျိုးစီးပွားကို ပြောကြားတတ်သော အဆွေခင်ပွန်းစစ်လေးယောက်

မကောင်းမြစ်တာ ကောင်းရာသွင်းထား၊ မကြားစထောင်း၊ အကြောင်းကြား လာ၊ နတ်ရွာလမ်းပြ၊ ဤလေးဝကား၊ မည်ရအတ္ထက္ခာယီတည်း။

(တ) အစဉ်သနားတတ်သော အဆွေခင်ပွန်းစစ်လေးယောက်

ဥစ္စာခမ်းနား၊ မပွားသမြို့၊ မနှစ်လိုငြား၊ ပွားကရွှင်မြူး၊ ကျေးဇူးမဲ့ကိုဆိုသော် တားမြစ်၊ ကျေးဇူးဖြစ်ကို၊ ဆိုသော်ချီးမွမ်း၊ သူတို့တမ်းကား မိတ်ကျွမ်း အနု ကမ္ပတည်း။

(ထ) အလေးအမြတ်ပြုအပ်သော အရပ်ခြောက်မျက်နှာ

အရှေ့မိဘ၊ တောင်မှာ ဆရာ၊ နောက်မှာမယား၊ မြောက်ကားမိတ်ဆွေ အောက်ခြေကျွန်များ၊ အထက်ကား ပုဏ္ဏားရဟန်း ခြောက်ရပ်တည်း။

(ဒ) အလောင်းအလျာ အလိုတော်ခြောက်ပါး

လောဘ ဒေါသ မောဟကင်းလို တောခိုတဖြာ ဆိတ်ရာငြိမ်သက် ဝင့်မှ ထွက် ခြောက်ချက်လောင်းလျှာ အလိုတော်တည်း။

(ဓ) အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်ရမည့်တရားငါးပါး

အိုခြင်းတဖြာ၊ နာခြင်းတထွေ၊ သေခြင်းတခြား၊ ကွဲပြားတတန် ကံလျှင်ဥစ္စာ ဤငါးဖြာကို မကွာနေ့ည ဉာဏ်သက်ဝင်၍ ဆင်ခြင်ကြ။

(န) အကျိုးဆောင်သောတရားတစ်ပါး

သေခြင်းတစ်ပါး ဤတစ်ပါးကား စီးပွားများမြောင် အကျိုးဆောင်သည် အိုအောင် အောက်မေ့စီးဖြန်းကြ။

◉ ◉ ◉

ဘုရားရှင်ကျေးဇူး

- ဘုရားရှင်တော်၊ မပွင့်ပေါ်လျှင်၊ လူတော်အများ စိတ်ကောင်းထားလည်း ဤကားကုသိုလ် အကုသိုလ်နှင့် ထိုထိုဘုံဘဝ မသိရ များလှအပြစ်တွေ။
- ဘုရားရှင်တော် ပွင့်ထွန်းပေါ်၍ ဟောဖော်ညွှန်ကြား မြတ်တရားကြောင့် ဤကားကုသိုလ် အကုသိုလ်နှင့် ထိုထိုဘုံဘဝ သိကြရ များလှကျေးဇူးပေ။

ကျေးဇူးတော်ရှင် ဘုရားရှင်ကို ဦးတင်မပြတ် ကျေးဇူးဆပ်ဖို့ အမြတ်ရတနာ [illegible]ဝါနိုင်ရာဝန်ထမ်း ကိုယ်စီစွမ်း ကြိုးပမ်းကြပါလေ။

ဒုစရိုက် (၁၀) ပါး

မကောင်းသောကိုယ်မှု နှုတ်မှု စိတ်မှုကို 'ဒုစရိုက်' ဟု ခေါ်၏။

၁။ ကာယဒုစရိုက် (၃) ပါး

၂။ ဝစီဒုစရိုက် (၄) ပါး

၃။ မနောဒုစရိုက် (၃) ပါး အားဖြင့် ၁၀ ပါးရှိ၏။

ကာယဒုစရိုက် (၃) ပါး

၁။ ပါဏာတိပါတ — သူ့အသက်သတ်မှု

၂။ အဒိန္နာဒါန – သူ့ဥစ္စာခိုးမှု

၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ – သူ့သားမယား၌ လွန်ကျူးပြစ်မှားမှု

(ဆောင်ပုဒ်) သက်သတ်၊ ခိုးမှု၊ ကာမေသု သုံးခုကာယကံ။

ဝစီဒုစရိုက် (၄) ပါး

၁။ မုသာဝါဒ – လိမ်လည်လှည့်စားပြောဆိုမှု

၂။ ပိသုဏာဝါစာ – ချောပစ်ကုန်းတိုက်မှု

၃။ ဖရုသဝါစာ – ကြမ်းတမ်းစွာဆဲဆိုမှု

၄။ သမ္ဖပ္ပလာပ – အကျိုးမရှိ ပိန်ဖျင်းသောစကားကို ပြောဆိုမှု

(ဆောင်ပုဒ်) လှည့်စား၊ ရန်တိုက်၊ မိုက်မိုက်ကန်းကန်း နှုတ်ကြမ်းလေခြင်း၊
ပိန်ဖျင်းစကား ပြောဆိုငြား လေးပါးဝစီကံ။

မနောဒုစရိုက် (၃) ပါး

၁။ အဘိဇ္ဈာ – သူတစ်ပါးစည်းစိမ်ဥစ္စာကို မိမိပိုင်ဖြစ်အောင် မတရား ကြံစည်မှု

၂။ ဗျာပါဒ – သူတစ်ပါးကို သေကြေပျက်စီးရန် ကြံစည်မှု

၃။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ – ဖောက်ပြန်အယူမှားယွင်းမှု

(ဆောင်ပုဒ်) သူ့ဥစ္စာမှန် မတရားကြံ၍ ဖောက်ပြန်သေကြေ ပျက်စေလိုငြား
အယူမှား သုံးပါးမနောကံ။

* * *

ဒုစရိုက်လေးဆယ်

၁။ သာဟတ္ထိယ – ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်ခြင်း ၁၀ ပါး

၂။ အာဏတ္တိက – စေခိုင်းတိုက်တွန်းခြင်း ၁၀ ပါး

၃။ ဝဏ္ဏဘာသန – ချီးမွမ်းခြင်း ၁၀ ပါး

၄။ သမနုည – စိတ်သဘောတူခြင်း ၁၀ ပါး

ဤသို့အားဖြင့် ပါဏာတိပါတစသော ဒုစရိုက်တရားတစ်ပါးတစ်ပါး၌ ဆယ်ပါးစီဖြစ်သောကြောင့် အကျယ်လေးဆယ် ရှိပါသည်။

ယင်းဒုစရိုက် (၁၀)ပါးကို အပါယ်သို့လားရောက်ကြောင်း မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံဖြစ်သောကြောင့် 'အကုသလကမ္မပထတရား ၁၀ ပါး' ဟုလည်း ခေါ်ပါသည်။

(ဆောင်ပုဒ်) ကိုယ်တိုင်တိုက်တွန်း ချီးမွမ်းစိတ်တူ မြှောက်ပွားမှု

မှတ်ယူ ဒုစရိုက် လေးဆယ်တည်း။

ဒုစရိုက် တစ်ဆယ် တနည်းဝယ်ကား အပါယ်လေးဝ လားလေရ

ကြောင့် မုချအကုသလ ကမ္မပထ ခေါ်ဆိုကြ၏။

သတိပေး တိုက်တွန်းချက်

ဤဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော အပါယ်လားကြောင်း မကောင်းသော အကုသိုလ်ကံ အစရှိသော ဒုစရိုက်တရား အကုသလကမ္မပထတရားများကို မိမိတို့သန္တာန်ဝယ် နည်းသည်ဖြစ်စေ၊ များသည်ဖြစ်စေ မဖြစ်ပွားရအောင် အထူးသတိဆောင်၍ ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့်– ကျောက်ခဲသည် ငယ်သည်ဖြစ်စေ ကြီးသည်ဖြစ်စေ ရေထဲသို့ ပစ်ချလိုက်ပါက နစ်မြုပ်မြဲ ဓမ္မတာဖြစ်သကဲ့သို့ ထို့အတူ မကောင်းမှုအကုသိုလ်ကံသည်လည်း နည်းသည်ဖြစ်စေ များသည်ဖြစ်စေ အပါယ်လေးပါးသို့ ပို့ဆောင်မည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ ပတ္တနှာ ၁၀၈ ၌ ''တော်ပါပကမ္မံ နာမအပ္ပကမ္ပိ ...ညီတဖွဲ့။'' ဤမကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံမည်သည်ကား မကြီးကျယ်လှ နည်းငယ်မျှဟူ၍ မထေမဲ့မြင်မပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ထားသောကြောင့် ကြီးသည်ဖြစ်စေ ငယ်သည်ဖြစ်စေ အကုသိုလ်မကောင်းမှုများကို မပြုလုပ်ဘဲ တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ကြဉ်ကြပါရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်လိုက်ရပါသည်။

◉ ◉ ◉

သုစရိုက် (၁၀) ပါး

ကောင်းသောအကျင့်ကို သုစရိုက်ဟုခေါ်ပါသည်။

၁။ ကာယသုစရိုက် (၃) ပါး

၂။ ဝစီသုစရိုက် (၄) ပါး

၃။ မနောသုစရိုက် (၃) ပါး အားဖြင့် ၁၀ ပါးရှိပါသည်။

ကာယသုစရိုက် (၃) ပါး

၁။ ပါဏာတိပါတဝိရတိ – သူ့အသက်သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု

၂။ အဒိန္နာဒါနဝိရတိ – သူ့ဥစ္စာခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု

၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရဝိရတိ – သူ့သားမယားကို လွန်ကျူးပြစ်မှားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု

ဝစီသုစရိုက် (၄) ပါး

၁။ မုသာဝါဒဝိရတိ – လုည့်စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု

၂။ ပိသုဏာဝါစာဝိရတိ – ကုန်းတိုက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု

၃။ ဖရုသဝါစာဝိရတိ – ဆဲရေးခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု

၄။ သမ္ဖပ္ပလာပဝိရတိ – အတင်းအဖျင်းပြောခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု

မနောသုစရိုက် (၃) ပါး

၁။ အနဘိဇ္ဈာ – သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ကိုယ်ဥစ္စာဖြစ်လိုမှု ရှေ့ရှုကြံခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု

၂။ အဗျာပါဒ – သူတစ်ပါးကို ပျက်စီးစေလိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု

၃။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ – ကောင်းသောအယူကို ယူမှု။

(ဆောင်ပုဒ်) သူ့သက်မသတ် မခိုးလတ်နှင့် ရှောင်အပ်အိမ်ရာ ဤသုံးဖြာ မှတ်ပါ ကာယကံ၊ မလိမ်ကုန်းချော၊ ဖျင်းမပြောနှင့်၊ နုသောပြောစကား၊ ဤလေးပါး မှတ်သားဝစီကံ။

မလိုသူ့ဟာ မဖျက်ပါဘဲ မှန်စွာယူငြား၊ ဤသုံးပါး မှတ်သားမနောကံ
ဒုစရိုက်တရား ရှောင်ရှားသမှု ကောင်းအောင်ပြု မှတ်ရှုသုစရိုက်တည်း။

• • •

ပုညကြိယာဝတ္ထု (၁၀) ပါး

ယခုဘဝ၌ စိတ်ကောင်းခြင်း၏တည်ရာ၊ နောင်သံသရာဘဝ၌ စီးပွားချမ်းသာ၏တည်ရာအကြောင်းဖြစ်၍ ကေန်စင်စစ်ပြုသင့်ပြုထိုက်သော ကုသိုလ်ကောင်းမှုများကို ''ပုညကြိယာဝတ္ထု''ဟု ခေါ်၏။

၁။ ဒါန – စွန့်ကြဲပေးကမ်းလှူဒါန်းမှု
၂။ သီလ – ဆိုင်ရာကျင့်ဝတ်သီလများကို စောင့်ထိန်းမှု၊
၃။ ဘာဝနာ – သမထဝိပဿနာ ဘာဝနာအားထုတ်ပွားများမှု၊
၄။ အပစာယန – ရိုသေထိုက်သူကို ရိုသေလေးစားမှု၊
၅။ ဝေယျာဝစ္စ – သူတစ်ပါး၏ကုသိုလ်ကိစ္စ၌ ပါဝင်ကူညီဆောင်ရွက်မှု
၆။ ပတ္တိဒါန – မိမိပြုသော ကုသိုလ်အဖို့ကို အမျှပေးဝေမှု
၇။ ပတ္တာနုမောဒန – သူတစ်ပါးအမျှပေးဝေလျှင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သာဓုခေါ်မှု၊
၈။ ဓမ္မဿဝန – တရားစကားကို နားထောင်နာယူမှု
၉။ ဓမ္မဒေသနာ – ပစ္စည်းလာဘ်လာဘ မငဲ့ကွက်ဘဲ တရားဟောကြားမှု
၁၀။ ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မ – အယူကိုဖြောင့်မှန်စွာယူမှု

(ဆောင်ပုဒ်) ဒါနသီလ ဘာဝနာနှင့် အပစာယနာ၊ ရိုသေစွာ ဝေယျာဝစ္စဖြင့်
ပတ္တိဒါန အမျှပေးဝေ၊ ခေါ်လေသာဓု၊ ပတ္တာနုမော၊ ဟောလေ
သမျှ နာယူက ဓမ္မဿဝနနှင့် ကိုယ်တိုင်ဟောပြ ဓမ္မဒေသနာ
ဖြောင့်စွာယူမှု ဒိဋ္ဌိဇုကမ် ဤဆယ်တန် မှတ်ရန်ပုညကြိတည်း။

သာသနာကွယ်ခြင်းအကြောင်းတရား (၁၅) ပါး

(၁) ရဟန်းရှင်လူများ တရားမနာယူခြင်း၊
(၂) စာပေကျမ်းဂန်များကို မသင်ကြားခြင်း၊
(၃) နှုတ်တက်အာဂုံအရမဆောင်ခြင်း၊
(၄) အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို သိအောင်မပြုခြင်း
(၅) ပဋိပတ်ကို မကျင့်ခြင်း၊

တစ်နည်း

(၁) စာပေသင်ကြားမှုအလုပ်ကို ပယ်ဖြုတ်ထားခြင်း
(၂) တရားအကျယ်မဟောခြင်း
(၃) စာပေကျမ်းဂန်ကိုအကျယ်မပို့ချခြင်း၊
(၄) စာပေကျမ်းဂန်ကိုအကျယ်မသရဇ္ဈာယ်ခြင်း
(၅) အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို မကြံစည်ခြင်း၊

တစ်နည်း

(၁) မမှန်မကန်သောပုဒ်ပါဠိအက္ခရာများကို လေ့ကျက်သင်ကြားခြင်း
(၂) ဆရာသမားတို့၏အဆုံးအမကို မနာယူခြင်း၊
(၃) စာချပေးမည့် စာချပုဂ္ဂိုလ်ရှားပါးခြင်း၊
(၄) ကျောင်းလုပ်မှုစသော အချင်းချင်းခိုက်ရန်ကွဲပြားခြင်း၊
(၅) လာဘ်လာဘပေါ်များအောင်ပြုလုပ်အားထုတ်ခြင်း

(ဆောင်ပုဒ်) အဂုတ္တိုရ်လာ သာသနာကွယ်ကြောင်း တရားပေါင်းကား ရဟန်း များတို့ တရားမနာ. စာပေမသင်. နှုတ်တွင်မဆောင်. သိအောင်မပြု. ဓမ္မာနုဓမ္မ ပဋိပတ်ခွာ ဤငါးဖြာတည်း။

ထဝါတို့ဖြင့် စာသင်ပယ်လျော၊ ကျယ်မဟောကြ၊ ကျယ်မချနှင့် ကျင့်ရှာ မအံ၊ မကြံမစည် ဤငါးမည်တည်း။

ဝါတနည်းမှာ၊ အက္ခရာပုဒ်ပျက်၊ လေ့ကျက်သင်ကြ၊ ဆုံးမခက်သူ စာချ

ရှား၊ လာဘ်များအောင်ဖန်၊ နိုက်၍ကွဲပြား၊ ဤငါးပါးသည် ဘုရားသာသနာ ကွယ်ကြောင်းတည်း။

(အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်၊ ဒု၊ သဒ္ဓမ္မသမ္မောသသုတ် ၁၅၅)

◉ ◉ ◉

သာသနာကွယ်ခြင်း (၅) မျိုး

(၁) *အဓိဂမအန္တရဓာန – မဂ်ဖိုလ်စသော တရားထူးများ ကွယ်ပျောက်ခြင်း၊*

(၂) ပဋိပတ္တိအန္တရဓာန – ကိုယ်ကျင့်သီလကွယ်ပျောက်ခြင်း

(၃) ပရိယတ္တိအန္တရဓာန – ပိဋကသုံးပုံ ပါဠိအဋ္ဌကထာ ဋီကာများကွယ်ပျောက်ခြင်း

(၄) လိင်္ဂအန္တရဓာန – ရဟန်းအသွင်အပြင်များ ကွယ်ပျောက်ခြင်း၊

(၅) ဓာတုအန္တရဓာန – ဘုရားရှင်၏ဓာတ်တော်မွေတော်များ ကွယ်ပျောက်ခြင်း။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၆၇)

◉ ◉ ◉

သာသနာ (၃) မျိုး

၁။ ပရိယတ္တိသာသနာ – ပိဋကတ်သုံးပုံဖြင့် သိမ်းယူအပ်သော အလုံးစုံသော ဘုရားစကားတော်များ (သိစရာ အဆုံးအမ)

၂။ ပဋိပတ္တိသာသနာ – ဓုတင်ဆယ့်သုံးပါး ခန္ဓကဝတ်ဆယ့်လေးပါး ၈၂ ပါးသော မဟာဝတ်ကြီးများ သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာအကျင့်များ (ကျင့်စရာ အဆုံးအမ)

၃။ ပဋိဝေဓသာသနာ – မဂ်လေးပါး၊ ဖိုလ်လေးပါး၊ နိဗ္ဗာန်တရားများ၊ (မျက်မှောက်ပြုရမည့်အဆုံးအမ)

(ဝိ၊ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၁၉၀)

◉ ◉ ◉

သားသမီး (၃) မျိုး

(၁) အတိဇာတသားသမီး = (ရတနာသုံးပါးကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ခြင်း၊ ငါးပါး သီလစောင့်ထိန်းခြင်း စသည်ဖြင့်) မိဘတို့ထက်သာလွန်၍ ဖြစ်သော သားသမီး)

(၂) အနုဇာတသားသမီး = ( )မိဘတို့နှင့်တန်းတူညီတူဖြစ်သော သားသမီး

(၃) အဝဇာတသားသမီး = ( ) မိဘတို့အောက် ယုတ်လျော့သော သားသမီး၊

(ခုဒ္ဒက ၂၃၈)

◉ ◉ ◉

အိမ်ထောင်ပြုမည့်အမျိုးသား အမျိုးသမီးများ လိုက်နာရန်

လူ့ဘဝရောက်လာကြသည့် သားသမီးများ အရွယ်ရောက်လာကြသည့်အခါ မိဘများက ဝတ္တရားရှိသည့်အတိုင်း အိမ်ထောင်ချပေးကြလေသည်။ ထိုသို့ အိမ်ထောင်ချပေးပြီးနောက် အိမ်ထောင်ပြုကြသည့် ဇနီးမောင်နှံတို့သည် ဘုရား ဟောဒေသနာဖြစ်သော လင်ကျင့်ဝတ်၊ မယားကျင့်ဝတ်များကို ကျေပွန်ကြလျက် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်ကြလျက် သည်းခံနိုင်သည်များကို သည်းခံခွင့်လွှတ် ကျင့်ဝတ်နှင့်အညီ နေထိုင်သွားကြမည်ဆိုလျှင် ''လင်နှင့်မယား မေတ္တာထား စီးပွားလွန်ချမ်းသာ''ဆိုသည့်အတိုင်း ဘဝတစ်သက်တာ ကာလ ပတ်လုံး စီးပွားဥစ္စာများ တိုးတက်၍ စိတ်ချမ်းသာကိုယ်ကျန်းမာကာ သာယာ သောအိမ်ထောင်တစ်ခုကို တည်ထောင်နိုင်ကြရုံမျှမကဘဲ ''သဒ္ဓါ သီလ စာဂ ပညာ'' လေးမျိုးသောတရားများ တူညီကြပါက ဒီဘဝတင်မက နောင်ဘဝ အဆက်ဆက် ဒီလင်ဒီမယား ဒီမိသားစုတွေ ဆုံတွေ့ကြပြီး နိဗ္ဗာန်တိုင်ထိ အကျိုး ရှိနိုင်ပါသည်။

တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး အပြစ်မြင်ပြီး ကျင့်ဝတ်သီလတွေ ဖောက်ပြန်နေကြမယ့် စည်းမစောင့်ဘူးဆိုရင်တော့ ''မယားနဲ့လင် အပြစ်မြင် နေ့စဉ်အမြဲ ရန်ဖြစ်မြဲ''

သို့တဲ့အတိုင်း နှောင်ကြိုးလင်မယားပဲ ဖြစ်သွားနိုင်တာမို့ ကိုယ့်တာဝန် သူ့တာဝန် ကိုယ့်ကျင့်ဝတ် သူ့ကျင့်ဝတ်များကို ကျေပွန်ကြလျက် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အမျိုးကောင်းသားသမီးများပီပီ အမျိုးဘာသာ သာသနာကို စောင့်ထိန်းနိုင်ကြသူများ ဖြစ်အောင် ကြိုးစားကြပါကုန်။

◉ ◉ ◉

တန်ဖိုးထားအပ်သော စကားကြီး (၁၀) ခွန်း

ဇေတဝန်ကျောင်းဒါယကာ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးသည် သမီးဖြစ်သူ စူဠသုဘဒ္ဒါအားလည်းကောင်း၊ ဓနဉ္စယသူဌေးကြီးသည် သမီးဖြစ်သူ ဝိသာခါ ကျောင်းအမအားလည်းကောင်း၊ လက်ထပ်မင်္ဂလာပြုလုပ်ပေးပြီး ယောင်နောက် ဆုံးပါ "လင်ယောကျ်ားနောက်သို့လိုက်ပါသွားကြသည့် သမီးများအား ယောက္ခမအိမ်မှာ နေတတ်ထိုင်တတ် စားတတ်သောက်တတ် ကျင့်သုံးတတ်ရန် ဩဝါဒစကားကြီး (၁၀)ခွန်း မှာကြားခဲ့ပါတယ်။

အမ္မ သသုရကုလေ ဝသန္တိယာနာမ၊ အန္တော အဂ္ဂိ ဗဟိ နနီဟရိတဗ္ဗော။ ဗဟိအဂ္ဂိ အန္တော နပဝေသေတဗ္ဗော၊ ဒဒန္တဿေဝ ဒါတဗ္ဗံ၊ အဒဒန္တဿ နဒါတဗ္ဗံ၊ ဒဒန္တဿာပိ အဒဒန္တဿာပိ ဒါတဗ္ဗံ၊ သုခံ နိသီဒိတဗ္ဗံ၊ သုခံ ဘုဉ္ဇိတဗ္ဗံ၊ သုခံ နိပဇ္ဇိတဗ္ဗံ၊ အဂ္ဂိ ပရိစရိတဗ္ဗော၊ အန္တော ဒေဝတာ နမဿိတဗ္ဗာ။ (ဓမ္မပဒ ၂၅၁)

၁။ အိမ်တွင်းကမီး အပြင်မထုတ်ရ၊ အိမ်တွင်းက ရန်စကားကို အပြင်သို့ မရောက်စေရာ။

၂။ အိမ်ပြင်ကမီး အိမ်တွင်းမသွင်းရ။ အိမ်ပကရန်စကားကို အိမ်တွင်းသို့ မရောက်စေရာ။

၃။ ပေးတတ်သောသူကိုသာ ပေးရမယ်။

ကိုယ့်ပစ္စည်းကိုချေးတာပဲဖြစ်ဖြစ် ခဏငှားတာပဲဖြစ်ဖြစ် ပြန်ပြီးပေးဆပ်တတ်သူကိုသာ ချေးငှားပါ ပေးပါ။

၄။ မပေးတတ်သူကိုမပေးရ။

ခဏာချေးငှားတာဖြစ်ပေမယ့် တချို့သူများဟာ ပြန်မပေးတတ်ဘူး။ အဲဒီလိုလူများကို နောက်ဘာမှ မပေး မချေး မငှားပါနဲ့။

၅။ ပေးသည်ဖြစ်စေ မပေးသည်ဖြစ်စေ ပေးရမယ်။

ဆင်းရဲသော ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေတို့သည် ရောက်လာကုန်သည်ရှိသော် ထိုသူတို့သည် ပြန်ပေးခြင်းငှာတတ်နိုင် ကုန်သည်ဖြစ်စေ၊ မတတ်နိုင်ကုန်သည်ဖြစ်စေ ထိုသူတို့အား ပေးရမည်။

၆။ ချမ်းသာစွာ နေရမယ်။

ယောက္ခမ လင်ယောက်ျားတို့ကိုမြင်၍ ထသင့်ရာအခါ၌ ထိုင်၍မနေရ။

၇။ ချမ်းသာအောင် စားရမယ်၊

ယောက္ခမလင်ယောက်ျား မိဘတို့ကို ရှေးဦးစွာ ကျေနပ်အောင် ကျွေးမွေးပြီး ကျန်သမျှ နောက်မှ စားရမယ်။

၈။ ချမ်းသာအောင် အိပ်ရမယ်၊

ယောက္ခမလင်ယောက်ျားတို့အား ပြုသင့်ပြုထိုက်သော ခြေလက်ဆုပ်နယ်ခြင်း အစရှိသော ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်တို့ပြုလုပ်၍ နောက်မှ မိမိအိပ်ရာ၏။

၉။ မီးကို ကျွေးမွေးသုတ်သင်ရမယ်။

မီးဆိုတာ သုံးတတ်ရင် မိတ်ဆွေအကျိုးရှိတယ်၊ မသုံးတတ်ရင် ရန်သူ၊ အရမ်းအန္တရာယ်များတယ်။ ဒီလိုပဲ ချွေးမများဟာလည်း ယောက္ခမ လင်သားအပေါ် ဝတ္တရားကျေအောင် စောင့်ရှောက်ရင် သူတို့က ပြန်ပြီးချီးမြှောက်ကြတယ်၊ ဝတ္တရားမကျေခဲ့ရင် ဖိနှိပ်ချုပ်ချယ်ကြတယ်၊ ဒါကြောင့် မီးနဲ့တူတဲ့ယောက္ခမ လင်သားမိဘတို့ကို ရိုသေစွာ လုပ်ကျွေးပြုစုပါ။

(၁၀) အိမ်တွင်းနတ်ကို မပြတ်ရှိခိုးရမယ်။

မိရိုးဖလာ အစဉ်အဆက်ကိုးကွယ်လာကြတဲ့ အိမ်တွင်းနတ်ကို ကိုးကွယ်ပူဇော်ပသချိန်မှာ မပြတ်မလပ် အမြဲတမ်း ကိုးကွယ်ပသရင် သူတို့တန်ခိုး

သတ္တရှိသလောက် ကူညီစောင့်ရှောက်ကြတယ်၊ ပျက်ကွက်ခဲ့ရင် နိုင်ငံစက်ဖမ်းစား ခံရောင့်ယှက်မှုများ ပြုတတ်ပါတယ်။ ဒီလိုပဲ လင်သားစတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာလည်း အိမ်ဦးနတ်နဲ့တူလို့ ရိုသေလေးမြတ်မပြတ် ပူဇော်ရှိခိုးရပါမယ်။

* * *

ခင်ပွန်းကြီး (၁၀)ပါး

ဗုဒ္ဓါ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါစ၊ သာဝကာ အဂ္ဂသာဝကာ၊
မာတာပိတု ဂုရုသတ္ထာ ဒါယကာ ဓမ္မဒေသကာ။

(၁) သဗ္ဗညုဘုရား (၂) ပစ္စေကဗုဒ္ဓါဘုရား (၃) မဟာသာဝကများ (၄) အဂ္ဂသာဝကအစုံ (၅) အမိ (၆) အဘ (၇) ကျောက်ထီးတန်အလေး ပြုအပ်သော ဆရာ (၈) အဖန်ဖန်အထပ်ထပ်ဆုံးမတတ်သောဆရာ၊ (၉) ပစ္စည်း ဥစ္စာပေးကမ်းတတ်သောသူ (၁၀) တရားသဘောဟောပြောတတ်သူ။

* * *

နောင်တ (၁၀) ပါး

(၁) အသက်အရွယ် ငယ်ရွယ်စဉ်က အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းအတတ်ပညာ ကို မသင်ယူခဲ့ခြင်း (၂) ငယ်ရွယ်စဉ်ရှေးအခါ၌ ပစ္စည်းဥစ္စာကို ရှာဖွေစုဆောင်းမှု မပြုခြင်း (၃) သူတစ်ပါး၏အချစ်ကို ဖျက်ဆီးခဲ့မိခြင်း (၄) သူ့အသက်သတ်မှုကို ပြုမိခြင်း (၅) သူတစ်ပါးသားမယားကို ဖျက်ဆီးခဲ့မိခြင်း (၆) ပစ္စည်းဥစ္စာများရှိပါ လျက်အလှူဒါန မပြုမိခြင်း (၇) ရှေးအခါ၌ မိမိတတ်နိုင်လျက် အိုမင်းသောမိဘ နှစ်ပါးကို မလုပ်ကျွေးမိခြင်း၊ (၈) သူတော်ကောင်းတို့၏ဆုံးမစကားကို မနာယူ ခဲ့ခြင်း (၉) သီလရှိအကြားအမြင်များကုန်သော ရဟန်းykPÖm;တို့သို့ ဆည်းကပ် ၍မလုပ်ကျွေးမိခြင်း (၁၀) ရှေးအခါ၌ သုစရိုက်တရား ကိုယ်ကျင့်သီလတရားကို မကျင့်မိခြင်း။ (ဇာတ္တ၊ ၄၊ ၁၇၈ ဇနသန္ဓဇာတ်)

(ဆောင်ပုဒ်) ငယ်ခါကလျှင်မသင်ပညာ၊ ဥစ္စာမစု၊ သူချစ်ကိုဖျက်၊ သူ့သက်သတ်စား၊

သူမယားဦးပစ်မှားတုံဘိ၊ ပစ္စည်းရှိလျက် စိုးစိမ်မလှူ၊ မွေးမြူမိဘ မပြုရနှင့်၊ ဆုံးမမနာ ပညာရှိထံ နည်းခံမမှတ်၊ အမြွတ်မကျင့် ဤဆယ်ဆင့်ကား ကြီးရင့်ဇရာ အိုသော အခါဘွင် ပူဆာနောင်တ ရတတ်စွာတည်း။

နောင်တဆယ်ပါးကို ဖတ်ရှုသိမြင်ကြသူတို့သည် မိမိတို့သည် နောင်တရပြီး ကုန်သည်ရှိသော် မိမိတို့၏သားသမီး မြေးမြစ်များ၊ မိမိတို့၏တပည့်များ နောင်မှ နောင်တမရကြစေရန် အသက်အရွယ် ငယ်ရွယ်စဉ်အခါ၌ ပညာရေးကို အားပေး ချီးမြှင့် တိုက်တွန်းကြကုန်လျက် တရားသောသမ္မာအာဇီဝ အသက်မွေးမှုဖြင့် စီးပွားဥစ္စာများကို ကြိုးစားရှာဖွေစုဆောင်းကြလျက်၊ သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ် ဖြတ်ခြင်းစသော ဗုဒ္ဓဘာသာ၏အခြေခံကျင့်ဝတ်သီလဖြစ်သော ငါးပါးသီလကို ခါးဝတ်ပုဆိုးကဲ့သို့ လုံခြုံစွာ စောင့်ထိန်းကျင့်ကြံကျကုန်လျက်၊ မိမိတို့ပစ္စည်းဥစ္စာ ရှာဖွေစုဆောင်း၍ တတ်စွမ်းနိုင်သလောက် ဒါနသီလ ဘာဝနာကုသိုလ်ကောင်းမှု တို့ကို ကြိုးစားအားထုတ်ကာ သက်ရှိထင်ရှား မိဘဆရာသမားများကို တတ်နိုင် သလောက် ပြုစုစောင့်ရှောက်သင့်ပါသည်။ ပညာရှိသူတော်ကောင်း မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်း ဆရာသမားကောင်း မိဘကောင်းတို့၏ သားသမီးတပည့်ပီသစွာ နောင်တပူပန်မှုများမှလွတ်ကင်းပြီး ယခုဘဝမှာလည်း ကျန်းမာချမ်းသာ၍ နောင် သံသရာဘဝများမှာလည်း ကောင်းရာသုဂတိလားရောက်ပြီး အဆုံး၌ နိဗ္ဗာန် တိုင်ထိ ရောက်ရှိနိုင်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြဖို့ နှိုးဆော်တိုက်တွန်းလိုက်ပါ သတည်း။

• • •

ပြစ်တော်ပေါင်းချုပ် ဘုရားရှိခိုး

အကြေးကြာ ဆယ့်ခြောက်ခါနှင့်၊ ဟသ်ာကိုးဖြစ်၊ ခြောက်ဖြစ်ကားနို၊ ကြေးညိုသုံးခါ၊ သံသာကျူးဟိတ် ကရုဝိတ်ငါး၊ လေးကားကိန္နရီ၊ စာမရီဆယ့်ငါး၊ မျောက်ကားတဆယ်၊ ဆင်ဝယ်ဆယ့်တစ်၊ နွားဖြစ်ဆယ့်လေး၊ ကေသိန္ဓဝ။

ဘွဲ့အဌတည်း၊ သံမြသာဒဿောင်း၊ ဥဒေါင်းနှစ်ခါ၊ သာလိကာသတ္တု ဒွါဒသကြက်၊ ကိတဆယ့်သုံး၊ ပေါင်းရုံးများလှ၊ တရာ့သုံးဆယ်၊ ခြောက်ပြစ်ဝယ်၌၊ အန္တရာယ် င်းဘိ ဘေးမရှိသည်၊ မုနိထွဋ်ထား မြတ်ဘုရားကို၊ တပည့်တော်သည် ရိုသေ ဘ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။

◎ ◎ ◎

ခရုးပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ အိပ်ရာဝင်တိုင်း အမြဲမပြတ်ရွတ်ဆိုအပ်သော စက်ကြီး တစ်ဆယ့်သုံးပါး

သြောင်းတစ်ရာ့ရှစ်ကွက် ဗုဒ္ဓစက်

တစ်ဆယ့်လေးချက် ဓမ္မစက်

တစ်ဆယ့်ရှစ်ချက်သံဃာစက်

ရောင်ဝင်းလျက် ရှင်ရင်း ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါရဟန္တာစက်၊

င့်မိုရ်တောင်ဦး မြင့်ခေါင်ကျူးလျက် မိဘစက်၊

ကျေးဇူးကို အထူးသိလျက် ဆရာ့စက်၊

ရဇိန်လက်နက် ပြဟ္မာစက်

ကြိုးလက်နက် သိကြားစက်

သောင်မီးကျလျက် နတ်တို့စက်

ဘွဲ့ဖြူလက်နက် ဘီလူးစက်

ဘောင်ဟုန်ပြင်းလျက် ဂဠုန်စက်

အာခံတွင်းက ဝင်းဝင်းတောက်လျက် နဂါးစက်

သုံးထောင်သချာ ဟေမဝန္တာမှာ အာဏာစိုးလျက် သီဟစက်

က်ကြီးတစ်ဆယ့်သုံးပါး ရွတ်သံကြားက ဘေးများမြင်မှု မကောင်းစုကို

ကြဉ်ရှောင် အောင်စေတတ်သည်၊ မြတ်သည့်ဆရာ ပညာတည်း။

ဿြောင်း နမော ဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန၊ ဩြောင်း နမော ဓမ္မာနုဘာဝေန၊ ဩြောင်း

နမောသံဃာ နဘာဝေန သြောင်းနမော ဒူရေ ဒူရေ သွာဟုံဟုံ။

◉ ◉ ◉

သာသနာသက္ကရာဇ်တွက်ပုံ

မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူသော နှစ်မှစ၍ သာသနာ သက္ကရာဇ်ကို စတင်ရေတွက်သည်၊ အိမ်နီးချင်း ထိုင်းနိုင်ငံတွင်မူ သူ့နိုင်ငံတွင် သီးခြားသက္ကရာဇ် အသုံးမပြုဘဲ သာသနာသက္ကရာဇ်ကိုသာ အသုံးပြုကြသည်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ စွာရှိသော မိမိတို့မြန်မာနိုင်ငံ၌ သာသနာသက္ကရာဇ်ကို ခရစ်သက္ကရာဇ်လောက် အသုံးမပြုကြ၊ မြန်မာဖြစ်ပြီး မြန်မာသက္ကရာဇ်အသုံးမပြုကြသူ မသိကြသူများစွာ ရှိနေပေသည်။ သာသနာသက္ကရာဇ်ကိုမူကား ပို၍ပင် ဝေးနေပါသည်။ သာသနာ သက္ကရာဇ်ကိုလည်း အမှန်တကယ် သိထားသင့်ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် သာသနာနှစ်ငါးထောင်ထားတော်မူခဲ့သည်ဖြစ်၍ ၎င်းငါးထောင်ထဲမှ သာသနာ သက္ကရာဇ်နုတ်လျှင် ကျန်သောနှစ်မှာ အနာဂတ်သာသနာနှစ် ဖြစ်ပေသည်။

(ဆောင်) ကောဇာသက္ကရာဇ် တည်လစ်ပြီးမှ ဇကဇကာ အဋ္ဌဒွေတို့
ပေါင်းတုံပါက သာသနာနှစ် အတိတ်ဖြစ်၏။

ယခုရောက်ဆဲကောဇာသက္ကရာဇ်	၁၃၇၆
ပေါင်းရမည့်ဂဏန်း	+ ၁၁၈၂
သာသနာသက္ကရာဇ်	၂၅၅၈

သာသနာ ၅၀၀၀–၂၅၅၈ = ၂၄၄၂ အနာဂတ်သာသနာနှစ် ကျန်တော့သည်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ကြိုးစားပြုကြပါကုန်သော်။

◉ ◉ ◉

တိပိဋကပြည်ဆရာတော်၏

နှလုံးအေးတဲ့ဆေး

အထုပ်ကလေး တပြင်ပြင်၊
အထုပ်ရှင်မှာ သေလို့သွား၊ ကျန်တဲ့သူတွေ ဝေလို့စား၊
အထုပ်ရှင်မှာ အလကား ဘာကမှလည်း ပါမသွား၊
သေရွာကျတော့ အပါယ်လား၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ အခက်သား။
ကုသိုလ်ပုညပြုမှတော်၊
အဖော်ပါမှ စိတ်မှာအေး၊ ဘဝပန်ခါ ရိက္ခာဆေး၊
ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ ဒုက္ခပေး၊ သက်တမ်းလေးက အတိုလေး၊
အိုဘေး နာဘေး မကင်းသေး၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်မှ ဒုက္ခအေး။
အို သူတော်ကောင်းတို့
ကိုယ့်ပစ္စည်းကို နမြော စောစောကသိမ်း၊
ကိုယ်မသိမ်းလို့ သူများယူ မပူပါလေနဲ့၊
ထုပ်မယ့်ထုပ် လုံအောင်ထုပ်၊ သိမ်းမယ့်သိမ်းလုံအောင်သိမ်း
သောက ကိုယ်မှာငြိမ်း။
ကိုယ့်ကိုလည်း သူမပိုင် သူ့ကိုလည်း ကိုယ်မပိုင်၊
ဘယ်သူ့ကိုမှဘယ်သူမပိုင် ကိုယ့်ကိုသော်မှ ကိုယ်မပိုင်၊
အချိန်တန်လျှင် ကံအတိုင်းဖြစ်၊
ပစ္စည်းကိုလဲ လူကပစ်၊ လူကိုလဲ ပစ္စည်းကပစ်၊
ဖြစ်ချင်တာဖြစ်တဲ့ လောကသံသရာမှာ အနိုင်လုလာလျှင်
အဆုံးပေး၊ အမုန်းဘေးမှဝေး၊ နှလုံးအေးတဲ့ဆေး။

ပဋိသန္ဓေ (၄) မျိုး

အဏ္ဍဇပဋိသန္ဓေ – ကြက်ငှက်စသော အဥ်မှဖြစ်သော ပဋိသန္ဓေ
ဇလာဗုဇပဋိသန္ဓေ – လူစသည်တို့ကဲ့သို့ သားအိမ်မှဖြစ်သောပဋိသန္ဓေ

(၃) သံသေဒဇပဋိသန္ဓေ – ဝါးပင်မှဖြစ်သော ဝေဠုဝတီ မန်ကျည်းပင်မှဖြစ်သော စိဥ္စမာဏဝိကာ စသော အညှီအဟောက်အပုပ်အစင် စသည်၌ဖြစ်သော ပဋိသန္ဓေ။

(၄) ဩပပါတိကပဋိသန္ဓေ – နတ်ဗြဟ္မာစသည်တို့ကဲ့သို့ ကိုယ်ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသော ဥပပါတ်ပဋိသန္ဓေ။ (ဒီ ၃၊ ၁၉၂)

အဏ္ဍဇ၊ ဇလာဗုဇ နှစ်မျိုးသည် ဝမ်းဗိုက်ထဲကိန်းအောင်းရသောကြောင့် ဂဗ္ဘသေယျက ပဋိသန္ဓေဟုခေါ်သည်။

• • •

နတ်ဘုရားနှင့် လူပျိုဘုရား မရှိရခြင်းအကြောင်း

ဓမ္မဝေနေယျာနံ အတ္တာယ ဓမ္မတန္တိယာ ဌပနသာဝိယ ဓာတုဝေနေယျာနံ အတ္တာယ ဌပနသ ကုစ္ဆိတဗ္ဗတ္တာ န ဟိ ဩပပါတိကာနံ ပရိနိဗ္ဗာနတော ဥဒ္ဒံ သရီရဓာတုယောတိဋ္ဌန္တိ၊ တသ္မာ ဩပပါတိကာ နဟောန္တိ၊ မဟာဗောဓိ သတ္တော မနုဿဘာဝဿ ပါကဋ္ဋ ကရဏာယ ဒါရပရိဂ္ဂဟမ္ပိ ကရောန္တော ယာဝပုတ္တ မုခဒဿနာ အဂါရမဇ္ဈေဘိဋ္ဌန္တိ။ (ဥပရိပဏ္ဏာသ ဋီကာ)

မြန်မာဆိုရိုးစကား၌ "ဗောဓိ ကုက္ကို ညောင်ထိုထို လူပျိုဘုရား မရှိဘြား" ဟူသော စကားကြားဖူးပါသည်။ အကယ်၍ ဘုရားအလောင်းသည် ဩပပါတိက ပဋိသန္ဓေ နတ်ပြည်၌ နတ်သားကဲ့သို့ ပဋိသန္ဓေ တည်နေသည်ရှိသော် ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူသောအခါ ဓာတ်တော်မွေတော်များ မကြွင်းကျန်ဘဲ ပရိနိဗ္ဗာန်စံရလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် နတ်ဘုရား မရှိခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှင်သည် လူသားစင်စစ် ဖြစ်သည်ကို ထင်ရှားပြခြင်းအကျိုးငှာ အိမ်ထောင်ပြုခြင်း သားတစ်ယောက် ဖွားမြင်သည့်တိုင်အောင် အိမ်ရာတည်ထောင် လူ့ဘောင်၌ နေထိုင်ခြင်းတို့ကို ပြုတော်မူခဲ့ပါသည်။ ဘုရားရှင် လူစင်စစ်မှ ဟုတ်ပါ့မလားဟူသော သံသယကို ပယ်ဖျောက်ခြင်းအကျိုးငှာ အိမ်ထောင်ပြုရခြင်းဖြစ်၍ လူပျိုဘုရားလည်း မရှိနိုင်တော့ပါ။

• • •

ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ

ကာမပိုင်ဖြစ်သော်လည်း မှိဝဲက ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံ ထိုက်သောအခါ ...မျိုး

... အကာလဟူသည် = (က) သေခါနီး (ခ) ကိုယ်ဝန်ရှိဆဲ (ဂ) သားငယ်ကို ...ကဆဲ (ဃ) အလိုမတူ (င) ယောနိ၌အနာစွဲကပ်သောအခါတို့သည် မှိဝဲ ...သောအခါမဟုတ်၍ ထိုအချိန်၌ မှိဝဲက မိစ္ဆာစာရ ဖြစ်၏။

အဒေသဟူသည် = (က) ဘုရားကျောင်းစေတီရှိရာအရပ် (ခ) စာပေ ...ကြားတရားနာယူရာအရပ် (ဂ) ဆရာသမားတို့နှင့်နီးကပ်ရာအရပ် (ဃ) ...တို့နှင့်နီးကပ်ရာအရပ် ဤအရပ်တို့သည် မမှိဝဲသင့်သောအရပ်ဖြစ်၍ မှိဝဲက ...စာရဖြစ်၏။

... အနင်္ဂဟူသည် – ပဿာဝမဂ်မှတစ်ပါး ဝစ္စမဂ် မုခမဂ် စသည်တို့တည်း ...အင်္ဂါတို့၌မှိဝဲရ၊ မှိဝဲက မိစ္ဆာစာရ ဖြစ်၏။

... အဓမ္မဟူသည် – သွားလာလွန်ကျူးခြင်းငှာ မထိုက်ကုန်သော မာတုရက္ခိ ...သော အဂမနီယ မိန်းမ (၂၀) တို့နှင့်တကွ အမိ၊ အမ၊ နှမ၊ သီလရှင်၊ ...မိ။ တူမ၊ ရသေ့မ စသည်တို့တည်း ထိုသူတို့၌ မမှိဝဲရ၊ မှိဝဲက မိစ္ဆာစာရ ...ဖြစ်၏။ (ဆဂတိဒီပနီ စိန်မမ)

• • •

တကျော်စေရာ ပြုပေမယ့် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံမထိုက်သူ

... ပိုင်သောမယား၊

... ပိုင်သူစောင့်ရှောက်သူတို့က အခွင့်ပေးထားသောမိန်းမ၊

... ပိုင်သူစောင့်ရှောက်သူမရှိ လွှတ်ထားသော အရူးမ၊

ဤသုံးမျိုး မှိဝဲသော်လည်း ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံ မထိုက်ဟူ၏။

(သုခမှတ်စု သုံးပါးစု)

ငါးပါးသီလတွင် အပြစ်အကြီးဆုံးသိက္ခာပုဒ်

အပိစေတ္တ သုရာမေရယ မဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနမေဝ မဟာသာဝဇ္ဇံ၊ နတထာ ပါဏာတိပါတာဒယော၊ ကသ္မာ မနုဿ ဘူတဿာပိ၊ ဥမ္မတ္တက ဘာဝသံဝတ္တနေန အရိယမဂ္ဂန္တရာယ ကရဏတောတိ။ (ခုဒ္ဒကဋ္ဌ ၁၉)

ဤငါးပါးသောကံတို့တွင် သုရာမေရယမဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာန 'သေရည်သေရက် မူးယစ်ဆေးဝါးသောက်သုံးခြင်းသည်သာလျှင် အပြစ်အကြီးဆုံးဖြစ်၏။ အဘယ် ကြောင့်နည်းဟူမူ သုရာမေရယကံသည် လူဖြစ်သောသူအားလည်း ရူးသော အဖြစ်ကိုပြုသဖြင့် အရိယာမဂ်ဖိုလ်၏အန္တရာယ်ကို ပြုတတ်သောကြောင့်တည်း၊

ယသ္မာ ပန မဇ္ဇပါယီ အတ္ထံ နဇာနာတိ၊ ဓမ္မံ နဇာနာတိ၊ မာတုပိအန္တရာယံ ကရောတိ၊ ပိတုဗုဒ္ဓ ပစ္စေက ဗုဒ္ဓတထာဂတသာဝကာနမ္ပိ အန္တရာယံ ကရောတိ ဒိဋ္ဌေဝဓမ္မေ ဂရဟံ၊ သမ္ပရာယေ ဒုဂ္ဂတိံ အပရာ ပရိယေ ဥမ္မာဒဉ္စ ပါပုဏာတိ

(သုတ္တနိဋ္ဌ၊ ၂၊ ၂၆)

သေရည်သေရက် မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်သုံးသောသူတို့သည် အကျိုး အကြောင်းကိုမသိ၊ အဆိုးအကောင်းကိုမသိ၊ အမိအဘကိုပင် အန္တရာယ်ပြုတတ် ၏။ ဘုရား ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ သာဝကတို့ကို အန္တရာယ်ပြုတတ်၏။ မျက်မှောက်ဘဝ၌ လည်း ဘုရားအလောင်း သူတော်ကောင်းတို့၏အကဲ့ရဲ့ကို ခံရ၏။ တမလွန်ဘဝ ၌လည်း အပါယ်လေးပါး လားရောက်ရ၏။ သံသရာဘဝအဆက်ဆက်၌လည်း ရူးခြင်းသို့ ရောက်နိုင်သောကြောင့် ငါးပါးသီလတွင်အပြစ်အကြီးဆုံးဖြစ်သော ယခုအခါ မြန်မာနိုင်ငံတွင် အပေါ်များဆုံး ဒုက္ခအရောက်ဆုံးဖြစ်သော သေရည် သေရက် မူးယစ်ဆေးဝါးများကို သောက်စားမူးယစ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြပါကုန်

* * *

မိဘအမွေမခံထိုက်သော သားသမီး ၆ မျိုး

ဒိန္နက သားသမီး၊ သူတစ်ပါးကပေး၍ ရသောသားသမီးမျိုး၊
သဟောဗုသားသမီး၊ ဝယ်ယူ၍ရသော သားသမီးမျိုး၊
နာနုပ္ပဝသားသမီး၊ မိမိမယားသူတစ်ပါးနှင့်ပျော်ပါးသွား၍ရသော သားသမီး
ဝိဋ္ဌိတသားသမီး၊ ပျော်ပါးကစားမြူးတူးရာမှရသော သားသမီးမျိုး၊
သွာနုတ္တသားသမီး၊ မိဘစကားနားမထောင် ခွေးနှင့်တူသောသားသမီးမျိုး
သာတဘတ္တသားသမီး၊ ထမင်းငတ်၍ မှီခိုလာသည့် သားသမီးမျိုး
(မနုကျယ် ဒသသမတွဲ ပုဒ်မ ၈၁)

• • •

ရောင်းဝယ်ဖောက်ကားမှု မပြုသင့်သောအရာ ငါးမျိုး

သတ္တလက်နက် (၂) မနုဿလူ (၃) မံသကြက်ဝက်စသော တိရစ္ဆာန်
မဇ္ဇသောအရက် (၅) ဝိသ–အဆိပ်။
လက်နက်မှာ သူတစ်ပါးတို့ကို ညှင်းဆဲခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်သောကြောင့်
ရောင်းအပ်၊
မှာ သူ့ကျွန်အဖြစ်ကို ပြုခြင်းကြောင့် မရောင်းအပ်၊
ဝက် စသည်မှာ သတ်ခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်သောကြောင့် မရောင်းအပ်
အဆိပ်မှာ သတ္တဝါသေခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်သောကြောင့်၊
ရည်အရက် မူးယစ်ဆေးဝါးမှာ ယစ်မူးမေ့လျော့ခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်
ကြောင့် မရောင်းအပ်။ (အံ၊ဋ္ဌ ၃၊ ၅၃)

• • •

အသက်ရှည်ကြောင်းတရား (၆) ပါး

ဒွိကျွန်းမှ ဝသဘမင်းကြီးသည် ဗေဒင်ဆရာများက နန်းသက် ၁၂
သည်မည်ဟောကြား၍ ထို့ထက် နန်းသက်ရှည်ရန် ရဟန္တာအရှင်မြတ်

တို့ထံချဉ်းကပ်လျှောက်ထား၍ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ၆ မျိုးကို ပြုလုပ်အားထုတ်က နန်းသက်လဲ ရှည်မည် အသက်လည်းရှည်မည်ဟု ဟောကြား၍ ပြုလုပ်ခဲ့ရာ (၄၄) နှစ်တိုင် နန်းစံခဲ့ရပါသည်။

အသက်ရှည်ချင်သူ ကျန်းမာရေးကောင်းချင်သူ ရာထူးဌာနန္တရတည်မြဲချင်သူ များ ဤကုသိုလ် ၆ မျိုးကို ကြိုးစားအားထုတ်ရာ၏။

(၁) ရေစစ်၊ ရေသန့်စက်၊ ရေတွင်းရေကန် စသည့်အလှူ၊

(၂) ဆေးပစ္စည်းလှူဒါန်းမှု၊

(၃) ကျောင်းဆောက်လှူဒါန်းမှု၊

(၄) ကျောင်းအို ဘုရားအို တံတားပျက်စသည် အဟောင်းပြုပြင်မှု၊

(၅) ငါးပါးသီလလုံခြုံမှု၊

(၆) ဥပုသ်နေ့၌ ရှစ်ပါးသီလလုံခြုံမှု။

(ဆောင်) **ရေစစ်၊ ဆေး၊ ကျောင်း၊ အဟောင်းပြုပြင်**
ငါးအင်သီလ၊ ဥပေါသထ ခြောက်ဝ သက်ရှည်ကြောင်း၊
သီဟိုဠ်ကျွန်းက ဝသဘ ဟောပြ ရဟန္တာပေါင်း။ (သဓ္ဓမင်္ဂလာ ၃၀၆)

• • •

မိဘအစေခံထိုက်သော သားသမီး ၆ မျိုး

(၁) ဩရသ – ရင်၌ဖြစ်သောသား၊

(၂) ခေတ္တဇ – ကျွန်မနှင့်ရသောသား၊

(၃) ဟေတ္ထိမ – အမြှောင်မယားသား၊

(၄) ပုဗ္ဗက – မယားပါလင်ပါ အသက်သား၊

(၅) ကိတ္တိမ – အမွေခံသားအဖြစ်ဖြင့် အထင်အရှား မွေးစားထားသောသား၊

(၆) အပတိဋ္ဌ – (ဆရာဇီဝကကဲ့သို့) ကောက်ယူ၍မွေးသောသား

(သုခမှတ်စု ၁၃၅)

• • •

ဥစ္စာခေလးမျိုး

… ရွှေ့ပြောင်း၍မရကောင်းသော လယ်ယာမြေစသည်တို့ကား ထာဝရဥစ္စာ
… ရွှေ့ပြောင်း၍ ရကောင်းသော ရွှေငွေကျွဲနွား စသည်တို့ကား ဇင်္ဂမဥစ္စာ၊
… အင်္ဂါခြေလက်အလားကဲ့သို့ သွားလာရာ၌ပါရှိသော အတတ်ပညာများသည်
…သမဥစ္စာ၊

… ဒါနသီလဘာဝနာ စသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုများကား အနုဂါမိကဥစ္စာ၊
ထိုဒါနသီလဘာဝနာစသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုများသည် ပြုလုပ်အားထုတ်
…သော သူ၏နောက်သို့ နိဗ္ဗာန်ရသည့်တိုင်အောင် ဘဝသံသရာတစ်လျှောက်
… အစဉ်လိုက်ပါစောင့်ရှောက်မည်ဖြစ်သောကြောင့် "အနုဂါမိကဥစ္စာ
…မိကရွှေအိုးမြှုပ်' သည်ဟု ခေါ်သည်။ ရွှေအိုးမြှုပ်နှံရာ (၇) ဌာန
…ဘုရားဘိတော် (၂) သံဃာ (၃) ပုဂ္ဂိုလ် (၄) ညှော်သည် (၅) မိခင် (၆) ဖခင်
…ခြေသက်အသက်ကြီးသော အစ်ကို အစ်မ။

• • •

အလှူပေး အလှူခံ အင်္ဂါခြောက်တန်

…ဗ္ဗေဝ သုမနောဒါနာ ဒဒံစိတ္တံ ပသာဒယေ၊
…တွာ စတ္တမနောဟောတိ သော ပုညသသမ္ပဒါ။

…လှူပေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မလှူမီကဝမ်းမြောက်ခြင်း ပုဗ္ဗစေတနာ
…အခါ၌ နှမြောတွန့်တိုမှုအစရှိသော အညစ်အကြေးတွေ မဝင်လာစေဘဲ
…သည်လင်လင် ရွှင်ရွှင်ပျပျ ဝမ်းမြောက်ကြတာကို မုဉ္စစေတနာ။
…ခန်းပြီးတဲ့အခါမှာလည်း ကိုယ်လှူပြီးအလှူဒါနကို အာရုံပြုပြီးတော့
…ဝမ်းသာ ရွှင်ရွှင်လန်းလန်း ဖြစ်နေတာကို 'အပရစေတနာ' လို့ခေါ်
… အဲဒီလို စေတနာသုံးပါးထက်သန်လျှင် အရွယ်သုံးပါးလုံးမှာ အကျိုး
…သန်ပါတယ်။

…ခံသံဃာတော်များဘက်ကလည်း လိုချင်တပ်မက်မှု လောဘရှေ့ရှု

ပြီးတော့ အလှူမခံဘဲ 'ငါတို့သည် ရာဂကင်းအောင် ကျင့်ကြမယ်၊ ဒေါသကင်းအောင်ကျင့်ကြမယ်၊ မောဟကင်းအောင် ကျင့်ကြမယ်' ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နှလုံးသွင်းနဲ့ အလှူခံကြလျှင် အလှူခံဘက်က အင်္ဂါသုံးပါးနဲ့ပြည့်စုံပါတယ်။ အလှူပေး ပုဂ္ဂိုလ်အင်္ဂါသုံးပါး အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ပြည့်စုံရမယ့် အင်္ဂါသုံးပါး အဲဒီခြောက်ပါးနဲ့ပြည့်စုံခြင်းကို 'ဆဠင်္ဂသမန္နာဂတ' ကုသိုလ်လို့ ဘုရားရှင်ဟောတော်မူခဲ့တာကြောင့် အလှူပေးပုဂ္ဂိုလ်များ စေတနာသုံးတန်ညီအောင် လှူတတ်ကြပါစေ။

(ဆောင်ပုဒ်) ဒါနပြုရာ ဤခြောက်ဖြာ မှန်စွာစုံရမည်၊ မလှူ . လှူဆဲ. လှူပြီးလည်း စိတ်ထဲကြည်ရမည်၊ လှူဒါန်းသူတွက် ဤသုံးချက် မပျက်စုံရမည်။

လော.ဒေါ.မောလည်း ဤသုံးနည်းကင်းပြီး ဖြစ်ရမည်။ မကင်းသော်လည်း ကင်းအောင်ပဲ ကျင့်ဆဲဖြစ်ရမည်၊ အလှူခံဘက် ဤသုံးချက် မပျက်စုံရမည်၊ အင်္ဂါခြောက်ဝပြည့်စုံမှ မုချကျိုးကြီးမည်။

* * *

အပါယ်မကြောက် စုနစ်ယောက်

(၁) သရဏဂုံ သုံးပါးအမြဲဆည်းကပ်ခြင်း

(၂) ငါးပါးသီလမြဲခြင်း

(၃) စာရေးတံမဲချလှူဒါန်းခြင်း

(၄) ပက္ခဆွမ်းလှူဒါန်းခြင်း

(၅) ဝါဆိုသင်္ကန်းလှူဒါန်းခြင်း

(၆) ရေတွင်းရေကန် စသည်လှူဒါန်းခြင်း

(၇) ကျောင်းဆောက်လုပ်လှူဒါန်းခြင်း

ဤကုသိုလ်ကောင်းမှု (၇) မျိုးကို အားထုတ်ပြုလုပ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ် ဂတိမြဲသလို သုဂတိဘဝမြဲနိုင်သောကြောင့် အပါယ်တံခါး ပိတ်နိုင်သော ကုသိုလ်များဖြစ်ပါသည်။ (အံ့ဌ ၃၊၆)

(ဆောင်) တိသရဏ၊ ငါးသီလ၊ မဲချစာရေးတံ၊ ဆယ့်ငါးရက်ဆွမ်း၊ ဝါသကံန်း၊ လှူဒါန်းသောက်ရေကန်၊ ကျောင်းလှူတစ်ဝ နိဗ္ဗဒ္ဒ ပုညရှိသူမှန် သောတာလိုပဲ ဂတိမြဲ သူလဲပယ်မပြန်။

• • •

ဘုရားနှစ်ဆူတစ်ပြိုင်နက် မပွင့်ခြင်းအကြောင်း

ယံ ဧ ကိဿာ လောကဓာတုယော ဒွေအရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ အပုဗ္ဗံ အစရိမံ ဥပ္ပဇ္ဇေယျုံ၊ နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ။ (အံ ၁၊ ၂၉)

လောကဓာတ်တစ်ခုအတွင်း၌ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဘုရားရှင်နှစ်ဆူ တစ်ပြိုင်နက် ပွင့်ရိုးထုံးစံမရှိ၊ အဘယ်ကြောင့်နည်း ?

၁။ အနုတ္တရိယတ္တာ၊ ထူးဆန်းအံ့သြဘွယ်မရှိတော့ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊

၂။ ဒေသနာယစဝိသေသာဘာဝတော၊ ဘုရားနှစ်ဆူဟောတော်မူသော တရားတော်များ၏ထူးခြားမှုမရှိခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊

၃။ ဝိဝါဒဘာဝတော၊ နှစ်ဆူသော ဘုရားရှင်တို့၏တပည့်များ အချင်းချင်း ငြင်းခုံကွဲပြားခြင်းဖြစ်နိုင်သောကြောင့်လည်းကောင်း ဤအကြောင်းသုံးပါးကြောင့် ဘုရားနှစ်ဆူတစ်ပြိုင်နက် မပွင့်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ (အံဋ္ဌ-၁၊ ၃၅၉)

• • •

ဘုရားရှင်စကားတော် လျင်မြန်ခြင်းအကြောင်း

([illegible]) လူများတစ်ခွန်း ရှစ်ခွန်းအာနန် အာနန်တစ်ခွန်း ခြောက်ခွန်းဆယ်တန် တို့ဘုရား တရားဟောပုံမြန်။

လူများစကားတစ်ခွန်းပြောလျှင် အရှင်အာနန္ဒာ ရှစ်ခွန်းပြောနိုင်ပြီး အရှင်အာနန္ဒာ တစ်ခွန်းပြောလျှင် မြတ်စွာဘုရားက ၁၆ ခွန်းပြောဆိုနိုင်၏။ လူများ တစ်ခွန်းပြောလျှင် မြတ်စွာဘုရားသည် ၁၂၈ ခွန်း ပြောနိုင်၏။ ဤမျှလျင်မြန်စွာ မြတ်စွာဘုရား ဘာကြောင့်စကားပြောနိုင်ရပါသနည်း ?

မြတ်စွာဘုရား၏လျှာတော်၏နူးညံ့ခြင်း၊ နှုတ်ခမ်းတော်၏ကောင်းစွာထိခြင်း၊ ပြောဟောလိုသော စကားတော်များလျှောကျကြွင်းကျန် မနေရစ်ခြင်း၊ ဘဝင်စိတ်အလျဉ် လျင်မြန်စွာရပ်တန့်၍ ဝိထိစိတ်အယဉ်သာ အဖြစ်များခြင်းတို့ကြောင့် ဘုရားရှင်အား စကားတော်လျင်မြန်တော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဘဂဝတော ဟိ ဇိဝှာ မုဒုတာ ဒန္တာဝရဏံ သု ဖုသိတံ
ဝစနံ အဂလိတံ ဘဝင်္ဂ ပရိပါသော လဟုကော။ (သာရတ္ထ ၂၊ ၃၁)

* * *

ဘုရားရှင်လက်ထက် အရှင်လတ်လတ် မြေမျိုသူများ

(၁) သုပ္ပဗုဒ္ဓမင်း (၂) ဒေဝဒတ် (၃) စိဥ္စမာန (၄) နန္ဒကဘီလူး
(၅) ဘိက္ခုနီမဖျက်ဆီးသော နန္ဒလုလင်။ (မိလိန္ဒ ၁၀၈)

* * *

ခင်ပွန်းကြီး ၁၀ ပါးကို ပြစ်မှားသူတို့၏အပြစ် ၁၀ ပါး

(၁) ကြီးစွာသော ရောဂါဝေဒနာများကို ခံစားရခြင်း၊
(၂) စည်းစိမ်ဥစ္စာ ဆုတ်ယုတ်တတ်ခြင်း
(၃) အိမ်မီးလောင်ခံရခြင်း
(၄) ကိုယ်အင်္ဂါပျက်စီး၍ သက်တမ်းကုန်ရခြင်း
(၅) နူနာရောဂါ စသည်ကဲ့သို့ ကုသရခက်ခဲသော ရောဂါစွဲကပ်ခြင်း
(၆) စိတ်ဖောက်ပြန်ကာ ရူးသွပ်ခြင်း
(၇) မင်းဘေးမင်းဒဏ်သင့်ခြင်း
(၈) သူတစ်ပါး အစွပ်စွဲခံရခြင်း
(၉) ဆွေမျိုးများနှင့် ကွဲကွာရတတ်ခြင်း
(၁၀) ရွှေငွေကျွဲနွား စသည် ပျက်ပြားဆုံးရှုံးတတ်ခြင်း၊

ထို့ကြောင့် ခင်ပွန်းကြီး ဆယ်ပါးကို ပြစ်မှားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြပါလေ။

ပရိယတ္တိစာပေ သင်ယူနည်း (၃) မျိုး

၁။ အလဂဒ္ဒူပမပရိယတ္တိ၊ လာဘ်ပူဇာ သက္ကာရတို့ကို ရလို၍ သင်ယူသော ပရိယတ်သည် မြွေဖမ်းဥပမာရှိသော သင်ယူခြင်းမည်၏။ အပမ်းမတော်လျှင် ပြန်၍ကိုက်တတ်သည်။ ၎င်းပညာသင်နည်းမျိုးဖြင့် မသင်ကြားရာ၊ မိမိပတ်ဝန်းကျင်ကို တစ်စုံတစ်ရာ အကျိုးမပြုနိုင်၊ ရှာမှီးထားသည့် ပညာဗဟုသုတက မိမိကိုသာ ပျက်စီးအောင် ဖန်တီးမည်။

၂။ နိဿရဏတ္ထပရိယတ္တိ၊ မဂ်ဖိုလ်တို့ကို ရလို၍ သင်ယူသော ပရိယတ်သည် သံသရာမှထွက်မြောက်ကြောင်း ဖြစ်သော သင်ယူခြင်းမည်၏။

၃။ ဘဏ္ဍာဂါရိကပရိယတ္တိ။ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏သင်ယူခြင်း ပရိယတ်သည် ဘဏ္ဍာစိုက်သို့ သင်ယူခြင်းမည်၏။ (ဝိဋ္ဌ၊၁၊ ၁၉)

သွောင် စာမတတ်မှု အခေါက်ထူ လူထဲရှင်ထဲ သုံးမကျ၊

စာတတ်ပြန်လျှင် စိတ်ကြီးဝင် လူမြင်တိုင်းက အော့ချင်ကြ၊

သို့မဖြစ်အောင် သတိဆောင် အမောင်ခဲပါမှ။ (ရွှေကျင်ဆရာတော်ကြီး)

◉ ◉ ◉

ဇီဝကဆေးဆရာစာသင်နည်း

ဗဟုံ စဂဏှာတိ – များများလည်းသင်၊

ခိပ္ပံ စ ဂဏှာတိ – မြန်မြန်လည်းသင်၊

သုဋ္ဌုစဥပဓာရေတိ – ကောင်းစွာဆောင်ထား၊

ဂဟိတဥ္စနသမ္မုဿတိ– ရှေ့ခွက်မှာတည် ခြသေ့ဆီသဖွယ် သင်ယူပြီးသမျှ မမေ့ပျောက်ရအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ရမည်။

◉ ◉ ◉

အရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ ပညာရှိအင်္ဂါ ၈ ပါး

သု၊ စိ၊ ပု၊ ဘာ၊ ဝိ၊ လိ၊ သိ၊ ဓာ ဝိနိမုတ္တောပဏ္ဍိတော နာမနတ္ထိ၊

(၁) သု - သုဏေယျ - ကြားနာရာ၏
(၂) စိ - စိန္တေယျ - ကြံစည်ရာ၏
(၃) ပု - ပုစ္ဆေယျ - မေးမြန်းရာ၏
(၄) ဘာ - ဘာသေယျ - ရွတ်အံသရဇ္ဈာယ်ရာ၏
(၅) ဝိ - ဝိစာရေယျ - စူးစမ်းစိစစ်ရာ၏
(၆) လိ - လိခေယျ - ရေးမှတ်ရာ၏
(၇) သိ - သိက္ခေယျ - လေ့လာသင်ယူရာ၏
(၈) ဓာ - ဓာရေယျ - နှုတ်တက်ဆောင်ထားရာ၏

အထက်ပါ ရှုစ်နည်းဖြင့် အောင်မြင်အောင် စာပေကို ကြိုးစားသင်ယူရာ၏။

* * *

'မဟာပုရိသ ယောကျ်ားမြတ်တို့၏လက္ခဏာ ၃၂ မျိုး'

၁။ ဘုရားရှင်၏ခြေဖဝါးတော်ကား အချိုင့်အခွက်မရှိ၊ မြေ၌ကောင်းစွာ တည်အောင် ညီညာချောပြေလှ၏။

၂။ ခြေဖဝါးအပြင်၌ အကန့်တထောင်ရှိကုန်သော စက်လက္ခဏာရှိ၏။

၃။ ဖနောင့်တော်ကား ခြေ၏လေးပုံတစ်ပုံမျှ ရှည်သွယ်၏။

၄။ လက်ချောင်းများကား အရင်းတုတ်လျက် အဖျားရှည်သွယ်၏။

၅။ လက်/ခြေဖဝါးတော်များကား နူးညံ့နုနယ်လှ၏။

၆။ လက်ချောင်းခြေချောင်းတော်များကား တညီတည်းဖြစ်လျက် ဇာကွပ်ထားသော ပြတင်းပေါက်ကဲ့သို့ ဖြစ်၏။

၇။ ဖမျက်တော်များကား အထက်၌ မြင့်လျက်တည်နေ၏။

၈။ ခြေသလုံးတော်များကား ဇဏီသားကောင်၏ခြေသဖွယ်လုံးသွယ်လျက်ရှိ၏

၉။ ကိုယ်တော်ကား မကိုင်းမကုန်းရဘဲ မတ်မတ်ရပ်လျက်ပင် ဒူးနှင့်ခြေကို လက်ဖြင့်သုံးသပ်နိုင်လောက်အောင် အထက်အောက်ညီညွတ်မှုအား
၁၀၊ အအိမ်၌ ဖုံးလွှမ်းထားသော ယောကျ်ားနိမိတ်ရှိခြင်း၊
၁၁။ ကိုယ်တော်၏အရေအဆင်းမှာ ရွှေအဆင်းရှိခြင်း၊
၁၂။ ချောမွေ့သောအရေရှိ၏၊ အရေ၏ချောမွေ့ခြင်းကြောင့် ကိုယ်တော်၌ မြူ အညစ်အကြေးသည် မလိမ်းကြံမကပ်ငြိခြင်း၊
၁၃။ မွေးညှင်းများကား မွေးညှင်းတွင်းတစ်ခု၌ တစ်ချောင်းစီသာပေါက်ရောက်ခြင်း
၁၄။ ထိုမွေးညှင်းများကား မျက်စဉ်းညိုရောင်အသွေးရှိလျက် လက်ယာရစ်လည်ကာ အထက်သို့ အဖျားလှည့်လျက်ရှိ၏။
၁၅။ ဗြဟ္မာမင်းကဲ့သို့ ဖြောင့်စင်းသောကိုယ်ဟန်ရှိခြင်း၊
၁၆။ လက်ဖမိုး ခြေဖမိုး ပခုံးစွန်းနှစ်ဖက် လည်ကုပ်ဟူသော ခုနစ်ဌာနတို့ကား အကြောအရိုး မထင်ရအောင် အသားပြည့်ဖြိုးလျက်ရှိ၏။
၁၇။ ခြင်္သေ့မင်း၏ရှေ့ပိုင်းကိုယ်ကဲ့သို့ ပြည့်ဖြိုးသော ကိုယ်ရှိခြင်း၊
၁၈။ လက်ပြင်ရိုးနှစ်ခုအကြားမှာ ကြောရိုးလက်ပြင်မပေါ်ထင်အောင် အသား ပြည့်ဖြိုးလျက်တည်၏။
၁၉။ ကိုယ်တော်မှာ ဝန်းဝိုင်းသော ပညောင်ပင်ပမာ အရပ်နှင့်အလံ ပမာဏ ညီမျှလျက်ရှိခြင်း၊
၂၀။ လည်ပင်းလည်တိုင်တော်ကား အညီအမျှ လုံးဝန်းလျက်ရှိ၏။
၂၁။ ဘုရားရှင်၌ အရသာကိုဆောင်ယူနိုင်သော အကြောများခုနစ်ထောင်မျှ ရှိ၏
၂၂။ မေးတော်ကား ခြင်္သေ့မင်းအောက်မေးကဲ့သို့ ပြည့်ဖြိုးလှ၏။
၂၃။ သွားတော်များကား လေးဆယ်အတိရှိ၏။ (ပကတိလူများ ၃၂ ချောင်းရှိ၏
၂၄။ သွားတော်များအားလုံး တညီတည်းရှိ၏။
၂၅။ မကျဲသော သွားတော်ရှိခြင်း၊

၂၆။ စွယ်တော်များကား ဆွတ်ဆွတ်ဖြူလျက်ရှိ၏။
၂၇။ ရှည်ပြန့်နူးညံ့သော လျှာရှိ၏။
၂၈။ အသံတော်ကား ဗြဟ္မာမင်းအသံကဲ့သို့ အလွန်ကောင်း၏။
၂၉။ မျက်လုံးတော်ကား ညိုရမည့်နေရာ၌ အလွန်ညိုလျက်ရှိ၏။
၃၀။ မျက်လုံးအိမ်ကား မွေးကာစ နွားနီကလေး၏မျက်လုံးအိမ်အသွင် ကြည်လင်လှ၏။
၃၁။ မျက်မှောင်တော်နှစ်ခုအကြား၌ ဖြူစင်နူးညံ့သော လဲဝါဂွမ်းနှင့်တူသော ဥဏ္ဏာလုံ မွေရှင်တော်ရှိ၏။
၃၂။ သင်းကျစ်ဆောင်းသကဲ့သို့သော ဦးခေါင်းတော်ရှိခြင်း။ (မ ၂၊ ၃၃၆)
(ပရိတ်ကြီးနိဿယသစ် နှာ ၅၅၇- သရုပ်စုံအဘိဓာန် ၅၁၄)

⊙ ⊙ ⊙

သူမြတ်လက္ခဏာ ၃၂ ပါး

ဗုဒ္ဓိသဘွဲ့ သုံးဆယ့်နှစ်မည် ဆင်းကြန်သည်ကား ရှည်ခြင်းငါးပါး၊ လျှာပါး၊ နှာခေါင်း၊ ဦးခေါင်းနှင့်လက် တချက်မေးဖျား မှတ်သားခြင်းရာ တိုမှာ လေးချက်၊ ကျောဘက်မြင်းခေါင်း လည်ချောင်းနိမိတ်၊ ဘိသိတ်နီသား ခွန်နှစ်ပါးကား လက်ဝါးအပြင် အင်္ဂါတတန် မျက်ဆန်ခြေသည်း လက်သည်း နှုတ်သီးထိုပြီဖဝါး ပြည့်ငြားခြောက်ခု ဖုဖုလက်မိုး ဘမိုးဘဝါ၊ ပခုံးသားနှင့် ပါးစောင် လည်ချောင်း ဖောင်းဖောင်းမျက်ဆံ တဖန်ငါးဖြာ နူးညံ့ရာကား ကိုယ်မှာတတန် ခြေငံစကား ပြောကြားအသံ ဆံပင်နှုတ်ဖျား ဤငါးပါးတည်း၊ မှတ်သားရာမူ ဆူခြင်းသုံးခု ပါးစောင်တုနှင့် ပေါင်ဟုဝမ်းပြည့် တရှည့်နက်ခြင်း ချက်တွင်းတချက် အသံနက်သည် ရေတွက်ပေါင်းဆ ဗုဒ္ဓိသကို ယောကျ်ားအထွဋ်ရှ္ သူမြတ်လက္ခဏာ ကျမ်းဟောင်းလာသည် သေချာကျက်မှတ်စေသတည်း။

(ဗုဒ္ဓဘာသာ မူလသင်ခန်းစာ မူရင်းသတ်ပုံ) ၅၆

မှတ်ချက်။ ။ ဤ ၃၂ ပါးသော လက္ခဏာတော်တို့ကို လက္ခဏာတော်ကြီး

ပါးဟုခေါ်ပါသည်။ လက္ခဏာတော်ငယ် (၈၀) သီးခြားရှိပါသေးသည် ဘောသားလိုက ပရိတ်ကြီးနိဿယသစ်စာမျက်နှာ ၁၅၉ တွင်ကြည့်ပါလေ

◉ ◉ ◉

အံ့ဖွယ်တော် (၁၈) ပါး ဘုရားရှိခိုး

၁။ ဘိုရှည်မရှိ နှစ်သစ်တိလတ် ဆံတော်မြတ် သိမှတ်အံ့ဖွယ်တော်။

၂။ ရွှေကြာသကာ်နီး ဝတ်ရုံလွှမ်းလည်း ညစ်နွမ်းမရှိ ပကတိ သိရှိအံ့ဖွယ်တော်။

၃။ မြတ်ဘုရားနှင့်ရှစ်ပါးပရိက္ခရာ ကင်းကွာလေးသစ် မထိလစ် စင်စစ်အံ့ဖွယ်တော်။

၄။ အလိုရှိသော် သပိတ်တော်သည် လက်ပေါ်ချက်ချင်း ရောက်လာလျှင်း ထင်လင်းအံ့ဖွယ်တော်။

၅။ လက်တော်ဆေးလျှင် သပိတ်စင်နှင့် သပိတ်ဆေးလျှင် လက်တော်စင် မြတ်ရှင်အံ့ဖွယ်တော်။

၆။ မုန့်ညင်းစေ့တွင်း မြတ်ရှင်ယင်းသည် ကြွခြင်းဖန်ဖန် မြတ်စကြံ အမှန်အံ့ဖွယ်တော်၊

၇။ ဆယ်မျက်နှာဝယ်ရောင်ခြောက်သွယ်တို့ ပြန့်ကျယ်လွှမ်းခြုံ ထွန်းလင်းတုံ မှတ်ယုံ အံ့ဖွယ်တော်၊

၈။ မြတ်ဘုရားနှင့်အလားနည်းတူ ဆုဆူဘုရား ဖန်ဆင်းသွား များပြား အံ့ဖွယ်တော်၊

၉။ ဇာတိအာဏာ ဝိသယာကား ခေတ်သုံးပါးမှာ ရောင်ဝါလင်းမှု မှောင်အောင် ပြု၍ မှောင်ထုအစု လင်းအောင်ပြု မှတ်ရှုအံ့ဖွယ်တော်၊

၁၀။ တရားဒေသနာ ဟောသောခါဝယ် အင်္ဂါရှစ်ရပ် သံတော်မြတ်ကို ထက်ဝန်းဘဝဂ် အောက်ဘက်ဝီစိ ကြားစေဘိ မှတ်သိအံ့ဖွယ်တော်၊

၁၁။ ဝတီနန်းမှ ကြွမြန်းဆင်းရာ ထိုအခါဝယ် လူမှာနတ်မြင် နတ်ပင်လူက ချက်ချင်းပ မြင်ရအံ့ဖွယ်တော်၊

၁၂။ ပဋိသန္ဓေ စံနေသောအခါ၊ ဖွားမြင်ခါနှင့် ဖြစ်ခါဘုရား၊ ဟောကြားဓမ္မစက်၊ လွှတ်ချက်အာယု၊ စံမူနိဗ္ဗာန် ဤခြောက်တန်ဝယ် အောက်ခံမြေကြီး တုန်လှုပ်ပြီးကာ နိမိတ်ဖြာ ဖြစ်လာအံ့ဖွယ်တော်။

၁၃။ မြင်းမိုရ်ထိပ်ပန်း ဝတိန်နန်းဝယ် နှစ်လှမ်းသုံးဖဝါး နင်းကြွသွား ဘုရားအံ့ဖွယ်တော်၊

၁၄။ မြေဦးကြွသော် မြတ်ဇိနော်မှာ ခြေရာတော်ပင် နင်းမထင် ကြည်လင်အံ့ဖွယ်တော်၊

၁၅။ ကျွတ်သင့်မကျွတ်သင့် ပိုင်းဖြတ်လင့်၍ နုရင့်ဣန္ဒြေသိမြင်ပေ မှတ်လေအံ့ဖွယ်တော်၊

၁၆။ မျက်လုံးနားတော် စသော်များစွာ ကိုယ်အင်္ဂါမှ ရောင်ဝါထိန်ညီး ရေမီးအစုံ တန်ခိုးဂုဏ် ကြည်ယုံအံ့ဖွယ်တော်။

၁၇။ ပရမတ်ပညတ် များလတ်ဖုံဖုံ တရားစုံကို အကုန်အစင် မသိမြင်အောင် ပိတ်ပင်ဆီးတား မရှိငြား ထင်ရှားအံ့ဖွယ်တော်၊

၁၈။ ဉေယျငါးခု တရားစုကို သဗ္ဗညုတံ မြတ်ရွှေဉာဏ်ဖြင့် ကြွင်းကျန်မရှိ အကုန်သိ မုနိအံ့ဖွယ်တော်၊

အံ့ဖွယ်တော်ဖြစ် တစ်ဆယ့်ရှစ်နှင့် များလစ်ဂုဏ်တော် တန်ခိုးတော်ဖြင့်၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြား ရှင်တော်ဘုရားကို ဝပ်တွားရိုကျိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏ဘုရား။

(သဗ္ဗမင်္ဂလာ ၆၅၄)

❁ ❁ ❁

ဘုရားဂုဏ်တော်ပွားများရကျိုးများ

(၁) စေတီအိမ်နှင့်တူသည်ဖြစ်၍ သူတစ်ပါးတို့ရှိခိုးခံထိုက်ခြင်း၊

(၂) ရဲရင့်တည်ကြည်ခြင်း

(၃) သေသည်၏အခြားမဲ့၌ သုဂတိဘဝကို ရရှိခြင်း၊

၄။ နောင်ဘုရားနှင့်တွေ့သောအခါ သစ္စာလေးပါးတရားကို လွယ်ကူစွာသိခြင်း
၅။ မြင့်မြတ်သောအမျိုး၌ ဖြစ်ရခြင်း
၆။ သူတစ်ပါးတို့၏ အရိုအသေပြုမှုကို ခံရခြင်း
၇။ ဦးမွမ်းထိုက်သော ကိုယ်အင်္ဂါနှင့် ပြည့်စုံခြင်း
၈။ အဆင်းလှခြင်း၊
၉။ ကိုယ်အနံ့ ပျံ့နှံ့မွှေးကြိုင်ခြင်း
၁၀။ ခံတွင်းအနံ့ ပျံ့နှံ့မွှေးကြိုင်ခြင်း
၁၁။ ကြီးကျယ်သော ဉာဏ်ပညာနှင့်ပြည့်စုံခြင်း
၁၂။ နက်နဲသော ဉာဏ်ပညာနှင့်ပြည့်စုံခြင်း
၁၃။ ထက်သော ဉာဏ်ပညာနှင့်ပြည့်စုံခြင်း
၁၄။ လျင်မြန်သော ဉာဏ်ပညာနှင့်ပြည့်စုံခြင်း
၁၅။ ရွှင်သော ဉာဏ်ပညာနှင့်ပြည့်စုံခြင်း
၁၆။ သန်းကြွယ်သော ဉာဏ်ပညာနှင့်ပြည့်စုံခြင်း
၁၇။ ကောင်းသော စကားကို ဆိုနိုင်ခြင်း

ဤအကျိုးတရားများ ရနိုင်ပါသည်။

(၁၁၁၆) ကျမ်းဂန်နှင့်ညီ စေတီအတူ၊ စိတ်မှုတည်ကြည်၊ ရောက်မည်နတ်ရွာ၊ ဘွေ့ခါသိလွယ်၊ မြတ်နွယ်အမျိုး၊ ရိုကျိုးခံရ၊ ပြည့်ဝအင်္ဂါ၊ ဆင်းလှစွာနှင့်၊ ကိုယ်မှာအနံ့၊ ခံတွင်းနံ့တို့၊ သင်းပျံ့မွှေးကြူ၊ ကြီးမှုပညာ၊ နက်စွာ ထက်၊ ရွှင်၊ လျင်မြန်သန်းကြွယ်၊ ကောင်းကြွယ်စကား ဆိုနိုင်ညားသည် ဘုရားဂုဏ်တော် ပွားကျိုးတည်း။

(သဗ္ဗမင်္ဂလာ ၃၅၂)

ဘုရားရှင် အမျိုး

၁။ ဇယသေန မင်း၏သားတော် သီဟဟနုမင်းကို ဒေဝဒဟမင်း၏သမီးတော် ကစ္စနာနှင့် စုံမက်ပေါင်းဖော်ရာမှ သုဒ္ဓေါဒန၊ ဓောတောဒန၊ သက္ကောဒန၊ သုက္ကောဒန အမိတောဒန သားတော် ၅ ပါး

နှစ်မတော်အမိတာ ပါလိတာ သမီးတော် ၂ပါး ဖွားမြင်

၂။ ဇယသေနမင်း၏သမီးတော် ယသောဓရာနှင့်ဒေဝဒဟမင်း၏သားတော် အဥ္စနမင်းတို့ စုံမက်ပေါင်းဖော်ရာမှ မဟာမာယာ၊ ပဇာပတိဂေါတမီသမီးတော် နှစ်ပါး၊ မောင်တော် ဒဏ္ဍပါဏိ၊ သုပ္ပဗုဒ္ဓသားတော်နှစ်ပါး ထွန်းကား။ ၎င်းတို့တွင် သုပ္ပဗုဒ္ဓ နှင့်အမိတာတို့မှ ဘဒ္ဒကဥ္စနာခေါ် ယသောဓရာနှင့် ဒေဝဒတ်မောင်နှမဖွား မြင်၊ သုဒ္ဓေါဒနနှင့်မဟာမာယာတို့မှ ဘုရားလောင်း သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဖွားမြင်

• • •

အနုဿတိ ၁၀ ပါး

၁။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ – ဘုရားရှင်၏အရဟံအစရှိသော ဂုဏ်တော်များကို အဖန်တလဲလဲ အောက်မေ့ခြင်း၊

၂။ ဓမ္မာနုဿတိ – သွာက္ခာတတာစသော တရားဂုဏ်တော်များကို အဖန်တလဲလဲ အောက်မေ့ခြင်း၊

၃။ သံဃာနုဿတိ – သုပ္ပဋိပန္နတာစသော သံဃာ့ဂုဏ်တော်များကို အဖန်တလဲလဲ အောက်မေ့ခြင်း၊

၄။ သီလာနုဿတိ – မကျိုးမပေါက် မပြောက်မကျားသော အလွန်သန့်ရှင်းစင် ကြယ်သော မိမိ၏သီလဂုဏ်ကို အဖန်တလဲလဲအောက်မေ့ခြင်း၊

၅။ စာဂါနုဿတိ– မစ္ဆေရအညစ်အကြေးမှ ကင်းသော မိမိ၏ပေးကမ်းစွန့်ကြ လှူဒါန်းခြင်းဂုဏ်ကို အဖန်တလဲလဲ အောက်မေ့ခြင်း၊

၆။ ဒေဝတာနုဿတိ– နတ်ဗြဟ္မာတို့ကို သက်သေအရာ၌ထားလျက် မိမိ၏သဒ္ဓါ စသောဂုဏ်ကို အဖန်တလဲလဲ အောက်မေ့ခြင်း၊

၇။ မရဏာနုဿတိ– သေရဦးမည်ကို အဖန်တလဲလဲ အောက်မေ့ခြင်း၊

၈။ အာနာပါနုဿတိ–ထွက်သက်ဝင်သက် ထွက်လေဝင်လေလျှင် အာရုံရှိသော သတိ၊

၉။ ကာယဂတာသတိ– ဆံပင်မွေးညင်းစသော သုံးဆယ့်နှစ်ကောဋ္ဌာသ

အာရုံပြုသောအားဖြင့် ဖြစ်သော သတိ၊

ဥပသမာနုဿတိ– ဆင်းရဲခပ်သိမ်းတို့၏ချုပ်ငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်[illegible]ကို

အဖန်တလဲလဲ အောက်မေ့ခြင်း။

(ဝိသုဒ္ဓိ–၁–၁၀၇၊ သာရတ္ထဒီ[illegible])

THAILANDနိုင်ငံ သံဃာ့ဒါနပြုရာ၌ လူများလျှောက်ထားပုံ

မယံ ဘန္တေ ဣမာနိဆပရိဝါရာနိ ဘတ္တာနိ ဘိက္ခုဆံဃဿ ဩနောဇေ
[illegible] ဆာဓု နော ဘန္တေ ဘိက္ခုဆံဃော ဣမာနိဆပရိဝါ ရာနိဘတ္တာနိ
[illegible]ဏာတု အမှာကံ ဒီဃရတ္တံ ဟိတာယ သုခါယ။

မြန်မာပြန်။ ။ အရှင်ဘုရား ဘုရားတပည့်တော်တို့သည် အခြံအရံလှူဒါန်း
[illegible]ရာနှင့်တကွ ဖြစ်ကုန်သော ဤဆွမ်းတို့ကို ရဟန်းသံဃာအား လှူဒါန်းပါ၏။
[illegible]ဘုရား တောင်းပန်ပါကုန်၏။ ရဟန်းသံဃာတော်တို့သည် အခြံအရံလှူ
[illegible]စွည်းနှင့်တကွ ဖြစ်ကုန်သော ဤဆွမ်းတို့ကို တပည့်တော်တို့၏ရှည်မြင့်စွာ
[illegible] နေ့ညဥ့်ပတ်လုံး အစီးအပွားအလို့ငှာ ချမ်းသာအလို့ငှာ အလှူခံတော်မူ
[illegible]ဘုရား။

ထိုင်းနိုင်ငံတွင် ကုသိုလ်ကောင်းမှုတစ်ခုခုကို ပြုလုပ်ပြီးလျှင် ရေစက် သွန်းချ
[illegible]ည့်ခလေ့ရှိပါသည်။ သို့သော် မြန်မာပြည်မှာကဲ့သို့ ရေစက်ခွက်များ အများ
[illegible]ပြင်ပေးစရာမလို၊ ရေစက်ချခါနီး ဟိုလူ့ထိုးပေး ဒီလူ့ထိုးပေးနှင့် အလုပ်
[illegible] အိမ်ထောင်ဦးစီး သို့မဟုတ် ကုသိုလ်ကောင်းမှုရှင် တဦးတည်းမှ ရေစက်
[illegible] ဘစ်ခွက်တည်းကိုကိုင်ကာ ရေစက်ချလျက် ကျန်မိသားစုဆွေမျိုးများက
[illegible]က်သွန်းချသော ကုသိုလ်ရှင်၏ခန္ဓာကိုယ် နေရာအနှံ့ထိစေကာ ကုသိုလ်
[illegible]ကြသည်။

(THAI) ထိုင်းရေစက်ချပါဠိအနက် (သကိုဆသံနှင့်ဆို)

ယထာ ဝါရိဝဟာပူရာ ပရိပူရေန္တိသာဂရံ၊
ဧဝမေဝဣတောဒိန္နံ ပေတာနံ ဥပကပ္ပတိ၊
ဣစ္ဆိတံ ပတ္ထိတံ တုံယှံ ခိပ္ပမေဝသမိဇ္ဈတု၊
သဗ္ဗေပူရေန္တု သင်္ကပ္ပါ စန္ဒော ပန္နရသော ယထာ၊

ဝါရိဝဟာ၊ ရေအထုဓါ်စု၍တည်ရာ ထည်ဝါခန့်ဟီး မြစ်ကြီးတို့သည် ပူရာ၊ ကမ်းလုံကမ်းထက်ပြည့်လျှံတက်၍ ဝါ၊ ကမ်းကိုကျော်လွှန်ပြည့်လျှံကုန်သည်ရှိသော်၊ သာဂရံ၊ အံ့ဘွယ်ရှစ်လီပြည့်စုံညီစွာ မဟာသမုဒ္ဒရာကို၊ ပရိပူရေန္တိယထာ၊ ပြည့်စေကုန်သကဲ့သို့၊ ဧဝမေဝ၊ ဤနည်းမခြား အလားတူသာလျှင်၊ ဣတော၊ ချမ်းသာသုခ ပြည့်ဝစုံညီ၊ ဤလူ့ပြည်မှ၊ ဒိန္နံ၊ ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေအတူနေတို့ ပေးဝေအစုမြတ်ကောင်းမှုသည်၊ ပေတာနံ၊ ဝိညာဉ်အသက် ကင်းကွာထွက်၍ မချွတ်အမှန် သေမင်းထံသို့ သွားသောသူတို့အား၊ ဥပကပ္ပတိ၊ ရည်ရွယ်မှန်းဆမြတ်ဒါနကို ဝမ်းမြောက်နုမော် သာခုခေါ်ကာ ရွှင်ပျော်အားရ သုံးဆောင် ခံစားကြရပေကုန်တော့သတည်း။

ဣစ္ဆိတံ၊ အလိုရှိအပ်သော၊ ပတ္ထိတံ၊ တောင့်တအပ်သော၊ ယံယံဝရံ အကြင်ဆုထူးဆုမြတ်သည်၊ အတ္ထိ၊ ရှိ၏၊ တံတံဝရံ၊ ထိုဆုထူးဆုမြတ်သည်၊ တုယှံ၊ သင့်အား ခိပ္ပမေဝ၊ လျင်မြန်စွာသာလျှင်၊ သမိဇ္ဈတု၊ ပြည့်စုံပါစေသတည်း၊ ပန္နရသော၊ တစ်ဆယ့်ငါးရက် လပြည့်နေ့၌ ပေါ်ထွက်လာသော စန္ဒောယထာ၊ လပြည့်ဝန်းကဲ့သို့၊ သဗ္ဗေ၊ ကြွင်းမဲ့ဥသုံ အလုံးစုံကုန်သော၊ သင်္ကပ္ပါ၊ အကြံအစည်ဟူသမျှတို့သည်၊ ပူရေန္တု၊ ပြည့်စုံကြပါစေကုန်သတည်း။

(ချွန်ဘူရီ ဦးသာဂရစာအုပ်မှ)

• • •

ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ်လုပ်

ကိုယ့်ဝန်ကိုယ်ထမ်း ကိုယ့်လမ်းကိုသွား၊ သူတစ်ပါးတို့၏မသင့်လျော်သော အပြုအမူကိုလည်းကောင်း၊ ကောင်းမှုပြုမပြုကိုလည်းကောင်း၊ မရှုမြင်မဆင်ခြင် ၍ မိမိကိုယ်ကိုသာ ကောင်းမှုပြုမပြုကိုသာ ရှုမြင်ဆင်ခြင်သင့်ပါသည်၊ အခါ တစ်ပါး၌ မြတ်စွာဘုရားသည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်း၌ သီတင်းသုံး တော်မူစဉ် သူဌေးမတစ်ယောက်သည် မြတ်စွာဘုရားအား အိမ်သို့ပင့်၍ တရား နာလေလျှင် ထိုသူဌေးမက သားအဖြစ်အမှတ်ပြု၍ ကျွေးမွေးထားသော ပါဝေယျ ကတက္ကဒွန်းသည် မစ္ဆေရတရားနှိပ်စက်၍ သည်းမခံနိုင်ရကား၊ ဘုရားရှင်နှင့် သူဌေးမတို့ကို ဆဲရေးကဲ့ရဲ့လေ၏။ ထိုအခါ ဘုရားရှင်က သူဌေးဒါယိကာမ ၏ စိတ်နှလုံးမသာယာသည်ကို သိတော်မူ၍ ၎င်း၏စိတ်နှလုံးမသာယာသည်ကို ငြိမ်းအေးစေရန်။

န ပရေသံ ဝိလောမာနိ န ပရေသံ ကတာကတံ၊

အတ္တနောဝ အဝေက္ခေယျကတာနိ အကတာနိစ။ ဟူသော

ဂါထာကို ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်။

အနက်= ပရေသံ၊ သူတစ်ပါးတို့၏၊ ဝိလောမာနိ၊ မလျော်ကြမ်းကြုတ် ဝန်တို သော စကားယုတ်တို့ကို၊ နမနသိကာတဗ္ဗာနိ၊ နှလုံးမသွင်းအပ်ကုန်၊ ပရေသံ၊ သူတစ်ပါးတို့၏၊ ကတာကတံ၊ ကောင်းမှုမကောင်းမှုပြုအပ်သည် မပြုအပ်သည် ကို နဩလောကေတဗ္ဗံ၊ မကြည့်ရှုအပ်၊ အတ္တနောဝ၊ မိမိ၏သာလျှင်၊ ကတာ နိစ၊ ကောင်းမှုမကောင်းမှု ပြုသည်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ အကတာနိစ၊ ကောင်းမှု မကောင်းမှုမပြုသည်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ အဝေက္ခေယျ၊ ကြည့်ရှုဆင်ခြင်ရာ၏။ (ဓမ္မပဒပုပ္ဖဝဂ်)

သူတစ်ပါး၏အပြစ်ကို ရှုခြင်းမြင်ခြင်းသည် လမ်းမှန်မကျ။ မိမိနှင့်မဆိုင် သို့သော် ယခုအခါ လူရာဟန်းတော်တော်များများသည် သူများအပြစ်ကိုသာ မြင်ကြအပြစ်ပြောကြပြီး ကိုယ့်အပြစ်ကိုယ်မရှုသူ မမြင်သူက များပေသည် မိမိကိုယ်တိုင်ပြုမှ အကျိုးခံစားရမည်ဖြစ်၍ မိမိဘာတွေကို ပြုမိသည် မပြုရသေး

ဟု တွေးတောဆင်ခြင်၍ မိမိ၏ဟာကွက်ပျောက်ကွက်ကိုသာ မဟာမပျော့ရလေအောင် ကြည့်ရှုကြိုးစားကာ နေထိုင်သင့်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

ပြည့်စုံစေသား စက်လေးပါး

ပဋိရူပေ ဝသေဒေသေ အရိယမိတ္တကရော သိယာ
သမ္မာပဏိဓိသမ္ပန္နော ပုဗ္ဗေပုညကရော နရော
သေ့ ခန့် ယသော ကိတ္တိ သုခဥ္စေတံ မိဝတ္တတိ။

၁။ ပဋိရူပဒေသဝါသစက် – သင့်တင့်လျောက်ပတ်ကောင်းမြတ်သော အရပ်၌ နေထိုင်ခြင်း၊

၂။ သပ္ပုရိသူပနိဿယစက်– ဘုရားအရိယာစသော သူတော်ကောင်းတို့၌ မှီခိုဆည်းကပ်ရခြင်း၊

၃။ အတ္တသမာပဏိဓိစက်– မိမိစိတ်အစဉ်ကို ကုသိုလ်ကောင်းမှုဖြစ်ကြောင်းကောင်းစွာထားနိုင်ခြင်း

၄။ ပုဗ္ဗေစကတပုညတာစက်– ရှေးရှေးဘဝက ပြုခဲ့ဖူးသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုရှိခြင်း

ဤသမ္ပတ္တိ စက်လေးပါးနှင့် ပြည့်စုံသူမှာ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပညာတရားများ တိုးတက်ကြီးပွားနိုင်ပြီး အခြံအရံ အကျော်အစော ချမ်းသာသုခအမျိုးမျိုးကို ရရှိနိုင်ပါသည်။ သင့်လျော်သော အရပ်၌နေရခြင်း၊ ရှေးကောင်းမှုရှိခြင်း၊ သူတော်ကောင်းအမှီရခြင်း၊ မိမိကိုယ်စိတ်ကို ကောင်းစွာထားခြင်း၊ ဤလေးပါးနှင့်ယခုဘဝပြည့်စုံသောသူမှာ နောက်ဘဝ၌လည်း ပြည့်စုံတတ်၏။ ဤကဲ့သို့ အဆက်မပြတ် လည်သွားတတ်သောကြောင့် စက္က–စက် ဟုခေါ်ပါသည်။ ယင်းဂါထာကို ဝဲပျံဆရာတော်ကြီးကမူ သူဌေးဖြစ်နည်းဂါထာဟုခေါ်သည်။ ပြည့်စုံရမည့် စက်လေးပါးပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားလျှင် ဧကန်မုချ မိမိတို့လိုလားသော အကျိုးတရားကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

လူ့ချမ်းသာဖြစ်ရန် ပြည့်စုံရမည့် သမ္ပဒါတရားလေးပါး

၁။ ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ – အရာရာတွင် ထကြွလုံ့လ ဝီရိယနှင့်ပြည့်စုံခြင်း၊

၂။ အာရက္ခသမ္ပဒါ – မပျောက်ပျက်ရအောင် စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းမှုနှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊

၃။ သမဇီဝိတသမ္ပဒါ– ညီညွတ်မျှတသော အသက်မွေးမှုနှင့်ပြည့်စုံခြင်း၊

၄။ ကလျာဏမိတ္တသမ္ပဒါ – မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းနှင့်ပြည့်စုံခြင်း၊

(သာင်) **လုံ့လအားသည်း၊ ပစ္စည်းကွယ်ကာ၊ ချွေတာသုံးလေ**

မိတ်ဆွေကောင်းဖက်၊ ကောင်းဖို့တွက် လေးချက်သမ္ပဒါ။

မိမိတို့ဝီရိယအား ပညာအားရှိသည့်အလျောက် တိုးတက်ကြီးပွားလာသော ပစ္စည်းဥစ္စာများ သုံးစွဲပုံကို ဘုရားရှင်က ဟောဖော်ညွှန်ပြခဲ့ပါသည်။

စတုဓာ ဝိဘဇေ ဘောဂေ ပဏ္ဍိတော ဃရမာဝသံ

ဧကေန ဘောဂေဘုဉ္ဇေယျ ဒွိဟိကမ္မံ ပယောဇယေ

စတုတ္ထေန နိဓာပေယျ အာပဒါသု ဘဝိဿတိ။

မိမိတို့ရှာဖွေရရှိလာသော ပစ္စည်းဥစ္စာများကို လေးစုလေးပုံပုံထားပြီး တစ်ပုံကို သုံးဆောင်စားသောက်ပါ၊ နှစ်ပုံကိုတော့ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံထားပါ၊ ကျန်တစ်ပုံကိုတော့ ဘေးရန်အန္တရာယ်ကျရောက်လာရင် ဖြေရှင်းဖို့ စုထားပါတဲ့။ မိမိတို့ သုံးဆောင်စားသောက်မယ့် တစ်ပုံထဲကမှ ခွဲဝေလှူဒါန်းမှုပြုရမှာဖြစ်ပါတယ်။

◉ ◉ ◉

သုခချမ်းသာလေးမျိုး

၁။ အတ္ထိသုခ – ငါ့မှာရှိသည်ဟု တွေးမိသောအခါ ဖြစ်သော ချမ်းသာ၊ အလုပ်ကြိုးစားခြင်းဖြင့် ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ရလာသောအခါ ငါ့မှာပစ္စည်းဥစ္စာတွေရှိသည်ဟု တွေးမိတိုင်းဖြစ်သော စိတ်ချမ်းသာမှု ဝမ်းသာမှု၊ ၂။ ဘောဂသုခ – သုံးဆောင်ခံစားခြင်းကြောင့်ဖြစ်သော ချမ်းသာ၊ အလုပ် ကြိုးစားခြင်းဖြင့် ရလာသော ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို သုံးဆောင်ခံစားလာရသောအခါ ဖြစ်သော စိတ်ချမ်းသာမှု ဝမ်းမြောက်မှု၊ တချို့ကား ပစ္စည်းတော့ရှိပါ၏ ရောဂါဝေဒနာကြောင့် နှမြောသော

ကြောင့် မသုံးဆောင်မခံစား၊ ထိုသူတို့မှာ ဘောဂသုခ မရနိုင်။

၃။ အာနဏျသုခ – ကြွေးမရှိသောကြောင့်ဖြစ်သော ကြွေးကင်းမှုချမ်းသာ၊ ကြွေးတင်နေသောသူမှာ ထိုကြွေးအတွက် အမြဲပူပန်ရခြင်း၊ ကြွေးမဆပ်နိုင်သော အခါ စိတ်ဆင်းရဲရခြင်း၊ ကြွေးရှင်တို့ကိုမ်းမောင်းခံရခြင်း၊ တရားစွဲခံရခြင်း စသည် ဖြင့် ဒုက္ခများလှ၏။ အလုပ်ကြိုးစား၍ ပစ္စည်းဥစ္စာပြည့်စုံသောသူမှာ ထိုကြွေးဒုက္ခ မရှိ၍ မိမိ၏ကြွေးမြီကင်းရှင်းပြည့်စုံခြင်းကို တွေးမိတိုင်း ပီတိသောမနဿ ဖြစ်ရသော စိတ်ချမ်းသာမှုပင်တည်း။ (ယူတော့ပြုံးပြုံး တောင်းလျှင်မုန်း၏)

၄။ အနဝဇ္ဇသုခ – အပြစ်မရှိခြင်းကြောင့်ဖြစ်သော ချမ်းသာ၊ မိမိ၌အပြစ်မရှိသော ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထားသုံးပါးပြည့်စုံသည်ကို တွေးမိသောအခါဖြစ်သော စိတ်ချမ်း သာမှုတည်း၊

ရှိချမ်းသာဖြစ်စေ၊ သုံးဆောင်ခံစားမှုချမ်းသာဖြစ်စေ၊ ကြွေးကင်းမှုချမ်းသာ ဖြစ်စေ အဓိကလိုရင်းမှာ အပြစ်ကင်းသော ချမ်းသာဖြစ်ရန် အလွန်အရေးကြီး ပါသည်။ အားလုံးသော ချမ်းသာများမှာ သမ္မာအာဇီဝတရားသဖြင့် ရလာသော ပစ္စည်း များကြောင့် ဖြစ်ရသော ချမ်းသာများတည်း။ ဝိသမလောဘဖြင့် မတရား စီးပွားရှာ သူမှာ မိမိ၏မတရားမှုကို အာရုံပြုမိသောအခါ စိတ်ဆင်းရဲတတ်၍ အဘယ်မှာ စိတ်ချမ်းသာမှုအပြည့်အစုံ ရနိုင်ပါအံ့နည်း၊ ထို့ကြောင့် မိစ္ဆာအာဇီဝ ဝိသမ လောဘများဖြင့် ချမ်းသာကို မရှာသင့်ပေ။

(အင်၊ အာနဏျသုတ်–၃၈၀)

ကောင်းခြင်းလေးဖြာ လူ့ချမ်းသာ

(ဆောင်) ရှိသင့်သမျှ စုထားမှ မုချချမ်းသာမည်၊
အသုံးချပုံ အကွက်စုံ လူ့ဘုံချမ်းသာမည်၊
ကြွေးပေးစရာ ကင်းမှသာ လူ့ရွာချမ်းသာမည်၊
အပြစ်ကင်းမှု စိတ်ထားဖြူ ထိုသူချမ်းသာမည်၊
ချမ်းသာလေးရပ် ပြည့်စုံလတ် ကောင်းမြတ်လူ့ခေါ်သည်။

⊛ ⊛ ⊛ ⊛ ⊛ ⊛

အခန်း(၆)

လောကီမှတ်ဖွယ်
အသွယ်သွယ်

အခန်း (၆)

လောကီမှတ်ဖွယ် အသွယ်သွယ်

အလှူမင်္ဂလာ ပြုလုပ်ခါနီး ရက်ကောင်းရက်မြတ် ရက်ရာဇာ ရွေးထား ပြီး ထိုနေ့ရက်ရောက်သောအခါ အခါမဲ့မိုးရွာတတ်သည်။ ထိုအခါ မြန်မာရိုးရာ မိုးတားနည်း' ကိုသုံး၍ မိုးတားကြသည်။ ယုံတာမယုံတာ အပထား တစ်နေ့ မဟုတ် တစ်နေ့ကြုံလာခဲ့ပါက အသုံးဝင်နိုင်ပြီး လူတိုင်းပြုလုပ်နိုင်ကြပါသည်။

မိုးတားနည်း

ပွဲတင်မည့်သူသည် အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလဆောက်တည်ရမည်၊ ဝါးလုံး အစိုအစိမ်းတွေဖြင့် ကျောင်းတော်ပုံဆောက်၊ အမိုးကိုလဲ ဖက်ရွက်အစိမ်းဖြင့်မိုး၊ မီးခွက်အကြီးကြီးတစ်ခုရှာ ဆီအပြည့်ထည့် မီးစာအနီရောင်တစ်ခုလုပ်ပြီး မီးပူဇော် ရမည်၊ ကန်တော့ပွဲကိုတော့ အုန်းသီးငှက်ပျောသီး စသည် စုံစုံလင်လင် ပြုလုပ် ပွဲထိုးရပါမည်။ ထို့နောက် အောက်ပါဂါထာကို (၇) ခေါက် ရွတ်ရမည်။

ဒိနေဒိနေ နမာမဟံ ဥပဂုတ္တမဟာထေရံ၊

မာရဝန္တနာဘိတေဇံ သော နော ဌာနံ အာဂစ္ဆတု၊

အန္တရာယေ ဝိဓမိတွာန သုခံ ဒေတု ပုနပ္ပုနံ၊

လက်အုပ်ချီ ရွတ်ဆိုပူဇော်ပြီးလျှင် အပြင်ကိုထွက်၍ မိမိမရွာစေချင်သော နေရာဌာနများကို သတ်မှတ်ထားပြီး ကောင်းကင်ကိုမော့ကာ (ဤတိပိဋော

အန္တောကာလေ အဝိဇ္ဇာမိ) ဟု ခုနစ်ခေါက်ထပ်ပြီး ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ရမည်။ ပွဲမပြီးမချင်း မီးစာနှင့်ဆီမကုန်အောင် စောင့်ကြည့်ရမည်။ မီးမငြိမ်းစေရ၊ ပွဲပြီးလျှင် ချက်ချင်းသိမ်းဆည်းရမည်။ ဖယောင်းတိုင်အကြီးဖြင့်လည်း ထွန်းနိုင်သည်။

(ဂမ္ဘီရမဂ္ဂဇင်းမှ)

⊛ ⊛ ⊛

တပို့တွဲလနှင့်ထမနဲပွဲ ထမနဲထိုးပုံ

ထမနဲထိုးရန်ဖို့ စာချိုးလို့မှာခဲ့မယ်၊ တစ်စိတ်ဆန် ကောက်ညှင်းရယ်နှင့် တစ်ပိဿာဆီအမှန်သွင်းပါလို့ ဂျင်းကသုံးဆယ် မြေပဲဖြူလှော်တခွက်ကယ်နှင့် အုန်းသီးဆံအတူဖက်ပါလို့၊ နှမ်းမပျက် ဤနည်းနှယ်၊ ရေစင်ကြယ်ပထည့်ရိုး၊ လက်နှစ်သစ်သာပ၊ တွက်စစ်ကာ ဆားချိန်တဆယ်သားရယ်နှင့် ရောနှောကာ လူအများတို့ရယ် အားသစ်လို့ထိုး။

(မန်လည်ဆရာတော်)

(တနည်း) စားတော်ရဆန်ပေါက်ပါ လေးပြီသာထည့်မြဲ နှမ်းဆီလဲထည့်ပြန်၊ မြေပဲဆန်အဌသုညယ်နှင့် ဒွတ္တိသတိလဗိဇ္ဇ အုန်းသီးစိတ်ကျပ်ဝီသံငယ် လောန တံချိန်သတ်နှင့် ချင်းနုဖတ်သိဂီမျှင်ရွေ သုံးကျပ်မသွေ။ (တေးထပ်)

ထမနဲ ၁ ဒယ်၌

၁။ ကောက်ညှင်းဆန် ၄ ပြည်

၂။ နှင်းဆီ ၁ ပိဿာ

၃။ မြေပဲဆန် ၈၀ သား

၄။ နှမ်း ၃၂ ကျပ်သား

၅။ အုန်းသီးစိတ် ၂၀ သား

၆။ ဆား ၇ ကျပ်သား ရေသင့်အောင်ထည့်၍ထိုး

(၁၆-၁-၂၀၁၀ မြန်မာ့အလင်း)

⊛ ⊛ ⊛

'အုံးမောင်း ပြုလုပ်နည်း'

ဘန်းကြီးကျောင်း အုံးမောင်းတဲ့ခေါက်ကြသည်

ပြုလုပ်ပုံဘယ်လိုရှိ သိစမ်းချင်သည်။

ထိပ်အဝတိုင်းရမည်၊ လေးပြန်ညီအပေါက်လျား။

တစ်ပြန်ကား ထိပ်ဖျားသူချန်၍ အနံမှု ၆ ခါချိုးပါလို့ တစ်ချိုးယူပါလျှင်လေ

ဒေးနိုခွင် အကုန်ကြာလိမ့်မယ် များသိစေသား။

အုံးမောင်း–တုံး–ကုလားတက်ပြုလုပ်လိုလျှင် တုံးအလျားသည် ထိပ်ပမာဏ

ပြန်ရှိရမည်။ အပေါက်အလျားသည် ဟိုဘက်သည်ဘက် ထိပ်ဝပမာဏ

ပြန်စီချန်၍ အလယ်မှာ လေးပြန်ရှိရမည်။ အပေါက်အနံသည် ထိပ်ဝပမာဏ

တစ်ချိုး ရှိရမည်။ နှုတ်ခမ်းသားလက် ၄ သစ်မှ အောက်၌ ဘေးနှစ်ဘက်

၍ ဖောက်ရမည်။ ထို့ကြောင့် ပညာရှိများက

ထိပ်ဝတစ်ပြန် အနားချန်၊ လေးပြန်အဝထား။

ထိပ်ဝခြောက်ချိုး ပယ်ငါးချိုး တစ်ချိုးအဝထား။

သက်လေးသစ်အောက် ကား၍ဖောက် တောင်မြောက်အဝေးကြား

သက်ရိုက်ကက်ကင်း။ ဘေးရန်ရှင်း သတင်းကျော်ထင်ရှား။

ဤကဲ့သို့ စပ်ဆိုခဲ့ပါသည်။ (အပုဗ္ဗပဋ္ဌာကထနကျမ်း ၅၅)

သက်ရိုက်ကက်ကင်းဟူရာ၌ ပိန္နဲသားဖြင့် အုံးမောင်းလုပ်သည်ဖြစ်အံ့၊ လက်

ဘုတ်ကို ကက်ကင်းကျသော တမာသားဖြင့် လုပ်ရမည်။ ထွန်းကြည်ခါး

ဘက်၊ ခန္တီဒေါက်ချာ၊ လယ်တီတောင်ဖေး ကျားပုံမကောက်၊ ပိန္နဲတမာစသည်။

• • •

မြန်မာရာသီ ၁၂ ပါး၊
ပန်းနက္ခတ်နှင့်ပွဲတော်များ

(၁) တန်ခူးလ - မိဿရာသီ

စိတြနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ရင်ခတ်ကံ့ကော်ပွင့်၊ သင်္ကြန်ပွဲ၊

(၂) ကဆုန်လ - ပြိဿရာသီ

ဝိသာခါနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ စကားပန်း၊ ညောင်ရေသွန်းပွဲ၊

(၃) နယုန်လ - မေထုန်ရာသီ

ဇေဋ္ဌနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ စံပယ်မြတ်လေးပွင့်၊ စာပြန်ပွဲ၊

(၄) ဝါဆိုလ - ကရကဋ်ရာသီ

အာသဠ်နက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ပုန်းညက်ပွင့် ပဉ္စင်းခံပွဲ၊

(၅) ဝါခေါင်လ - သိဟ်ရာသီ

သရဝဏ်နက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ခတ္တာပွင့်၊ စာရေးတံမဲပွဲ၊

(၆) တော်သလင်း - ကန်ရာသီ

ဘဒြနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ရင်းမာပွင့်၊ လှေပွဲ၊

(၇) သီတင်းကျွတ် - တူရာသီ

အဿဝဏီ နက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ကြာမျိုးငါးပါးပွင့်မြင့်မိုရ်မီးပွဲ

(၈) တန်ဆောင်မုန်း - ဗြိစ္ဆာရာသီ

ကြတ္တိကာနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ခဝဲပွင့်၊ ကထိန်ပွဲ

(၉) နတ်တော်လ - ဓနုရာသီ

မိဂသီနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ဂမုန်းအင်သဇင်ပွင့်နတ်ပွဲ၊

(၁၀) ပြာသိုလ - မကာရရာသီ

ဖုဿျနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ခွာညိုပွင့် မြင်းခင်းသဘင်ပွဲ၊

(၁၁) တပို့တွဲလ - ကုမ်ရာသီ

မာဃနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ပေါက်လဲပွင့်၊ မီးပုံပွဲယာဂုပွဲ၊

၁၂) တပေါင်းလ - မိန်ရာသီ

ဖဂ္ဂုဏနက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ အင်ကြင်းသရဖီ ပိတောက်ဖူး၊ သဲပုံစေတီပွဲ။

• • •

ရာသီမိုး ၁၂ ပါး

၁) သကြံန်မိုး - တန်ခူးမည်မှတ် ဖက်ဆွတ်ရေတိုး သကြံန်မိုး၊
၂) မြေသင်းမိုး - ကဆုန်လအတွင်း မြေသင်းပျံ့ပျံ့ မိုးနံ့နံ့၊
၃) မြက်သားမိုး - နယုန်မိုးသေး မြက်သားမွေး၊
၄) မိကျောင်းမိုး - ဝါဆိုတစ်ကြောင်း မိကျောင်းဖွေးဖွေး မိုးအေးအေး၊
၅) မိုးဖွဲဖွဲ - ဝါခေါင်တစ်ကြောင်း ထနောင်းကြောင်ခြစ် ဆူးရစ်ပွင့် ကာ မိုးမရွာ ရွာပါသော်လည်း တဖွဲဖွဲ။
၆) စားဖိုဆင်းရဲမိုး- တော်သလင်းတိမ်ညို့ စားဖိုသည်ဆင်းရဲ မိုးမစဲ။
၇) ပလ္လင်ဆေးမိုး - သီတင်းကျွတ်တွင် ပလ္လင်ဆေးမိုး ရွာသွန်းဖြိုး။
၈) ဆီးနှင်းတစ်လိုက်မိုးတပြိုက် - တန်ဆောင်မုန်းအတွင်း ဆီးနှင်းတလိုက် မိုးတစ်ပြိုက်။
၉) ခါးလှီးမိုး - နတ်တော်ရောက်ငြား မိုးသားမငြိမ် ဆင်ရာတိမ် နတ်အိမ်ခြောက်မိုး မိုးခါးလှီး။
၁၀) နှမ်းပျက်မိုး - ပြာသိုအတွင်း ဆီးနှင်းရောယှက် နှမ်းထောင်ပျက်၊
၁၁) ကျန်မိုးကြွင်း- တပို့တွဲ ဖွဲ့နွဲ့ရွာခြင်း ကျန်မိုးကြွင်း၊
၁၂) မိုးသားကြူး - တပေါင်းတန်ခူး မိုးသားကြူး။

(မြန်မာမင်းအုပ်ချုပ်ပုံဒု)

• • •

"နှစ်ဆန်း ၁ ရက် ကြုံသောနေ့ကို မှတ်၍ မိုးယူအဟော"

နှစ်ဆန်းရက်တွင် နဂါးဆင် ကြုံလျှင် မိုးမကောင်း၊ ဥပါဒ်အန္တရာယ် အသွယ်သွယ် ပြည်နယ်များတတ်ကြောင်း။

ကြွက်နှင့်ဂဠုန် နှစ်ဆန်းကြုံ သုံးပုံရွှေမိုးကောင်း၊ ဥပါဒ်ကင်းစင် သာစည်ပင် ပြည်ခွင်အေးငြိမ်းကြောင်း။

နှစ်ဆန်းရက်ဦး ကျားနှင့်ပူး မိုးဦးမိုးနှောင်းကောင်း၊

ခြင်္သေ့ကြုံသော် လယ်နှောင်းတော် မပျက် မိုးဦးရှောင်း။ (မူလသင်ခန်းစာ)

* * *

" မြန်မာလများ၌ တောင်သူလယ်သမားအသုံးများမှတ်ရန်"

မြန်မာနှစ်ဆန်း ၁ ရက်နေ့မှစ၍ ရက်ပေါင်း ၁၄၀ ပြည့်သော ဝါခေါင်လ၌ 'ဖျောက်ဆိပ်မွှန်းတည့်' သည်။

ရက်ပေါင်း ၁၅၄ ရက်မြောက်သော တော်သလင်းလ၌ 'ဖျောက်ဆိပ်မွှန်းလွဲ' ၍ နှမ်းကြဲရသည်။

ရက်ပေါင်း ၁၈၀ မြောက်သော သီတင်းကျွတ်လ၌ သရဝဏ်မွှန်းတည့်၍ ကောက်သားဝင်သည်။

ရက်ပေါင်း ၂၂၅ ရက်မြောက်သော တန်ဆောင်မုန်းလ၌ ဖျောက်ဆိပ်မြေလူးသည်။

ရက်ပေါင်း ၂၄၄ ရက်မြောက်သော နတ်တော်လ၌ သံမြိတ်လွတ်သည်။

ရက်ပေါင်း ၂၅၈ ရက်မြောက်သော ပြာသိုလ၌ နဂါးနေရောင်လွတ်၍ မုယင်းပျိုးကြသည်။

ရက်ပေါင်း ၃၁၀ မြောက်သော တပို့တွဲလ၌ မုယင်းကောက်သားဝင်သည်။

* * *

ဝိပါက်တော် (၁၂) ပါး

ဝိပါက်သည် ကမ္မဝိပါက်၊ ကိလေသဝိပါက်၊ ဝိပါကဝိပါက် ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိရာ ဘုရားရဟန္တာဖြစ်သွားလျှင် ကမ္မဝိပါက်၊ ကိလေသဝိပါက်တို့မှာ အကျိုး ပေးတော့ဘဲ ငြိမ်းပျောက်သွားပြီး ဝိပါကဝိပါက်မှာမူ ဘုရားရဟန္တာဖြစ်သွား သော်လည်း ရှောင်လွှဲ၍မရ၊ အရှင်မောဂ္ဂလာန်မထေရ် ခိုးသားငါးရာအသတ်ခံရ သကဲ့သို့ ဘုရားရှင်သော်မှလည်း ရှောင်လွှဲ၍မရနိုင်သောကြောင့် ပဋိတော် ၁၂ ပါးဟုလည်း ခေါ်ကြပါသေးသည်။ အကျဉ်းမြန်မာကဗျာများကိုသာ ပြဆိုလိုက် သည်။ အကျယ်သိလိုမူ ပိဋကသုံးပုံသရုပ်စုံအဘိဓာန် စာမျက်နှာ ၆၁၈ နှင့် အ၊ ပ–၁၊ ၃၄၇) တို့တွင် ရှုပါလေ။

၁) ဒုက္ကရစရိယာ ခြောက်နှစ်ကြာ ကျင့်ရှာဘယ်ဝိပါက်၊
ကဿပမည်တွင် ဘုရားရှင် ပြစ်တင် ဝစီတွက်။
၂) စိဉ္စမာဏ ကိုယ်ဝန်ပြ စွဲရာ ဘယ်ဝိပါက်၊
ရှင်ပစ္စေကာ ကျင့်ယုတ်မာ စွဲရဝစီတွက်၊
၃) သုန္ဒရီ ပရိဗိုဇ်မ စွပ်စွဲရ ရေးကဘယ်ဝိပါက်။
ရှင်ပစ္စေက ဒုဿီလ ပြောထ ဝစီတွက်။
၄) သုန္ဒရီသေ တိတ္ထိတွေ စွဲလေ ဘယ်ဝိပါက်၊
ရှင်ရသေ့အား ကျင့်ဖောက်ပြား ပြောကြားဝစီတွက်၊
၅) ဘုရားခြေမ ကျောက်မှန်ကျ ရေးကဘယ်ဝိပါက်၊
ညီငယ်ပျိုနု အမွေလု ကျောက်ထုသတ်သည့်တွက်၊
၆) လူသတ်လေးသမား စေလွှတ်ငြား ဘုရားဘယ်ဝိပါက်၊
ဆွမ်းခံကြွဝင် ပစ္စေရှင် လမ်းတွင်ခဲပစ်ချက်။
၇) နာဠာဂီရိဆင် တိုက်သည့်အင် ဘုန်းရှင်ဘယ်ဝိပါက်၊
ဆွမ်းခံကြွဝင် ပစ္စေရှင် လမ်းတွင်ဆင်တိုက်ချက်။
၈) ခြေမကိုက်လှ ဇီဝက ခွဲရ ဘယ်ဝိပါက်၊

မင်းဖြစ်လေညား သေသောက်စား သူများသတ်သည့်တွက်။

(၉) ခေါင်းတော်ရန်ဖန် ခဲရပြန် ဘယ်ကံ ဘယ်ဝိပါက်၊
တံငါအပေါင်း ငါးဦးခေါင်း ထုထောင်းဝမ်းမြောက်ချက်။

(၁၀) ဆွမ်းမှယောဆန် စားရပြန် ရှေးကံ ဘယ်ဝိပါက်၊
သံဃာတော်များ ဆွမ်းကြမ်းစား ပြစ်မှားဝစီတွက်။

(၁၁) ခါးတော်ရန်ဖန် နာရပြန် ရှေးကံ ဘယ်ဝိပါက်၊
လက်ဝှေ့သမား တစ်ဖက်သား ခါးချိုးသတ်သည့်တွက်။

(၁၂) ဝမ်းတော်လားရ ကြီးဒုက္ခ ဖြစ်ရဘယ်ဝိပါက်၊
ဆေးခမပေးငြား သူဌေးသား ဝမ်းသွားဆေးပေးချက်။

ဝိပါက်ရောက်ရေး ကြောက်သွေးတုန်ဖွယ် ဘုရားသော်လည်း ရှောင်လွဲမလွယ် တွေ့ကြုံမြဲမို့ တဝဲလယ်လယ် မလွတ်သေး ဝဋ်ကြွေးခက်လှတယ်။

ကြင်နာထောက်ထား သနားမျှော်ခေါ် ကုသိုလ်ပွားမှု အားပြုကြနော်၊ နှိပ်စက်ညှင်းပန်း သရမ်းပျက်ချော် ရှောင်ကြဉ်ရေး ဝဋ်ကြွေးစင်ဖို့နော်။

• • •

ကောသလအိပ်မက် ၁၆ ချက်

(၁) နွားနက်လေးခု ဝှေ့မှုဟန်ပြင် မဝှေ့ကြဘဲ ရှောင်လွဲသည်မြင်၊
အရှေ့အနောက် တောင်မြောက်မိုးဆင် ခြိမ်းသံပေး မိုးဝေးလွင့်ပျောက်စင်၊

(၂) မြေကမကြွ ငယ်လှသစ်ပင် ဖူးငုံရင့်ပြီး ပွင့်သီးတွေမြင်၊
အရွယ်မမျှ ပျိုမမယ်ခင် သမီးသား လင်ထား အိမ်ထောင်ချင်။

(၃) ယနေ့ဖွားစ နွားမနို့သာ မိခင်နွားကြီး စို့ပြီးနေရှာ၊
သမီးနှင့်သား စီးပွားပိုင်ရာ မိနှင့်ဘ ကျွေးမှစားရမှာ။

(၄) နွားကြီးမကြိုက် ဝန်တိုက်နွားငယ် မရုန်းနိုင်ဘဲ ဝပ်လဲနေတယ်၊
ကြီးသူပယ်ရှား မြှောက်စား လူငယ် တိုင်းပြည်ရေးရှုပ်ထွေးမွှေတော့မယ်။

(၅) ခံတွင်းနှစ်ခွ မြင်းလှရာဇာ ကျွေးကျွေးသမျှ မဝနိုင်ပါ။

မြ
ဒွေးအိုထံဆက် ရွှေခွက်သိန်းတန် ကျင်ငယ်အမြဲ ခွက်ထဲစွန့်ပြန်၊
မျိုးမြတ်သမီး ပစ္စည်းမက်ဟန် အမျိုးယုတ် လင်လုပ်ပေါင်းဆက်ဆံ၊
ရှေ့ကကျစ်ချ လွန်စကြိုးကို ခွေးမဒိုးစား ကိုက်ဝါးကာမျို၊
သင်ကြီးပစ္စည်း သိမ်းဆည်းမသို လင်မြှောင်အား မယားလောကွတ်ပို့။
အိုးငယ်ချိုးနှိုး အိုးကြီးရေလျှံ အိုးကြီးကိုပဲ ရေဆွဲလောင်းပြန်၊
ဆင်းရဲသူများ ဝတ်စားမကျန် အခွန်အတွက် နှိပ်စက်ငွေတောင်းခံ။
ကြာမျိုးငါးဝ ပွင့်ကြရေကန် ရေလယ်နောက်လျက် ကမ်းဖက်ကြည်ပြန်၊
မြို့တွင်းပွေရှုပ် ခွန်တုတ်တောင်းခံ မြို့ပြင်ကွက် ပြည့်နက်စည်ကားရန်။

(၁၀) တစ်အိုးတည်းချက် အကျက်မညီ ထမင်းမာဆတ် ပျော့နပ်သုံးလီ၊
မင်းနှင့်လူများ တရားမမှီ မိုးသုံးစား ကွက်ကျားရွာချမည်။

(၁၁) မွေးထုံနံ့ကြူ စန္ဒကူးသိန်းတန် ပုန်းရည်နှင့်လဲ သုံးစွဲစားပြန်၊
အလဇ္ဇီများ တရားဖိုးတန် ငွေနှင့်လဲ အမြဲဟောမည်မှန်။

(၁၂) သံကြေးမပေါင်း ဘူးတောင်းဘူးအုံ ရေတွင်စုပ်စုပ် နစ်မြုပ်လုံးစုံ၊
ပညာရှိများ စကားဥသုံ ပြောသမျှ လောကသုံးမကုန်။

(၁၃) အိမ်လုံးတောင်လုံး ကျောက်တုံး ကျောက်ဖြာ ရေမှာဘွားဘွား ထင်ရှား
ပေါ်ခါ၊ ရဟန်းရှင်ဆိုး လူဆိုးများသာ ဂုဏ်ရောင်တိုး တန်ခိုးပေါ်ထွက်မှာ။

(၁၄) အဆိပ်ပြင်းတောက် မြွေဟောက်ကြီးကို ဖားငယ်မများ ကိုက်ဝါးကာမျို၊
ကညာယူထား သက်ကြားဘိုးအို မယားဆဲ အမြဲအော်ငေါက်ဆို။

(၁၅) အဆင်းမည်းနက် ကျီးငှက်ထံမှာ ရွှေဟင်္သာ ခစားနေရရှာ၊
ပညာသီလ ပြည့်ဝသူဟာ သူယုတ်အား ဝတ်တွားနေရမှာ။

(၁၆) ဆိတ်ကိုမြင်ငြား ကြောက်အားပြင်းထန် ခြသေ့်သစ်ကျား ခုန်လွှားပြေးမြန်၊
သူယုတ်မာများ ထောင်လွှားနိုင်ငံ သူတော်ကောင်းပုန်းအောင်းတောမြိုင်ယံ၊
ဥသဘာ ရက္ခာ ဂါဝိယော ဂဝါစ အဿော ကံသော သိင်္ဂါလီ၊

ပေါက္ခရဏီစ အပါကာစန္နံ၊ လာဗူနိ သိဒ္ဒန္တိ သီလာ ပ္လဝန္တိ၊
မဂ္ဂျကိယော ကဏ္ဍသပ္ပေဂိလန္တိ၊ ကာကံ သုပဏ္ဏာ ပရိဝါရယန္တိ၊
တသာ ဝကာ ဧဠကာနံ ဘယာဟိ ဝိပရိယာသော။

(ဇာတကပါဠိ ၁ နှာ ၁၈၊ မဟာသုပိနဇာတ် သာရတ္ထဒီပ ၂-၃၀၅)

ကောသလာအိပ်မက် ၁၆ ချက် အကျယ်ရှုလိုမူ သာရတ္ထဒီပနီကာ၌ ဖြစ်စေ ပိဋကသုံးပုံသရုပ်စုံ အဘိဓာန်စာအုပ် စာမျက်နှာ ၂၇ ၌ဖြစ်စေ ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

• • •

ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်း တရား ၄ မျိုး

၁။ နဋ္ဌဂဝေသန္တိ ပျောက်သောအရာကိုသိလျှင်သိခြင်း ရှာဖွေသိမ်းဆည်းရခြင်း

၂။ ဇိဏ္ဏံပဋိသင်္ခရောန္တိ–ချွတ်ယွင်းပျက်စီးလျှင်ပြုပြင်သုံးစွဲရမယ်၊

၃။ ပရိမိတပါနဘောဇနာစဟောန္တိ– အတိုင်းအတာ ဝင်ငွေထွက်ငွေနဲ့မျှတအောင် စားသောက်သုံးဆောင်တတ်ရမယ်။

၄။ သီလဝန္တံ ကုလတ္ထိဝါ ပုရိသံဝါ အာဓိပစ္စဌာနေ ဌပေန္တိ–ကိုယ်ကျင့်သီလနှင့် ပြည့်စုံသူကိုသာ အကြီးအမှူးအရာထားရမယ်။

(ဆောင်) ပျောက်လျှင်ဖွေရှာ ပျက်တာပြုပြင် သုံးလျှင်ညီမျှ သီလရှိသည့် ဥာဏ်ရှိသူအား အမှူးထား ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်း။

• • •

ကြီးပွားချမ်းသာမည့်အကြောင်းအရာ ၆ မျိုး

အိမ်တစ်အိမ်သို့ အလည်အပါတ်သွားရောက်သည့်အခါ မီးဖိုခန်း၊ သောက်ရေအိုး၊ ဧည့်ခန်း၊ အိမ်သာ၊ အိပ်ခန်း၊ ဘုရားခန်းဘုရားစင်၊ ဤခြောက်မျိုးသန့်သန့်ရှင်းရှင်း ကြည်ကြည်လင်လင်ရှိပြီဆိုလျှင် ထိုအိမ်၌နေထိုင်ကြသောသူများ မုချ ကြီးပွားတော့မည်ဟု မှတ်ပါ။

မီးပို ရေအိုး ညှော်မျိုး အိမ်သာ အိပ်ရာ ဘုရားခန့်ညားခြောက်ဖြာ သန့်ပြန့် သိမ်းဆည်း အုပ်စီးနိုင်ပါ ထိုသူများကြီးပွားတော့မည်သာ။

ပျက်တာလည်းပြင် ပျောက်လျှင်လည်းရှာ သေချာသိမ်းထား

သုံးငြားပစ္စည်း သင်သိမ်းဆည်း ပစ္စည်းပေါ်များကြောင်း။

. . .

လောကီမှတ်ဖွယ် အသွယ်သွယ်

ပြဿဒါးရက်ရွေးနည်း

တမာ၊ သက်ရင်း၊ အင်ကြင်း၊ ဆူးရစ် လေးလစစ်စစ် ပြဿဒါးဖြစ်။

တမာ သက်ရင်း အင်ကျင်းဆူးလေ တန်ခူးလေမှစ၍ရေ မှတ်လေ ပြဿဒါး

ရက်ရာဇာရွေးနည်း

တန်ခူးကျော်လှ၊ ထွန်းပကဆုန်၊ နယုန်ညွှန့်စ၊ အောင်လှဝါဆို၊ သာလိုဝါခေါင်၊ မြတောင်တော်သလင်း၊ သီတင်းကျွတ်ဆီ၊ သောရီတန်ဆောင်မုန်း၊ ချမ်းတုံးနတ်တော်၊ မိနော် ပြာသို၊ မိညို တပို့တွဲ၊ ထဲဝင်တပေါင်း ဆောင်တိုင်း ကောင်းသည့် ရက်ကောင်းရာဇာ့ ရာဇာတည်း။

နဂါးလှည့်ရွေးနည်း

တတာကနောက်၊ နဝါဝါမြောက်၊ တော်ကျွတ်မုန်းရှေ့

နတ်ပြာတွဲတောင် နဂါးလှည့်ကိုရှောင်၊

သစ်ပင်မစိုက်ရာ စိုက်ရာသောရက်

တစ်ခြောက်ခုနစ်၊ တစ်ဆယ့်နှစ် သစ်ပင်မစိုက်ရာ၊

ဆန်းဆုတ်ထိုရက် စိုက်လေပျက်၊ ဆက်ဆက်မှတ်ကြပါ၊

ကျူးလာမိုးသက် ပျိုးကြဲရက် စန်းလက်ကောင်းစေရာ။

မိုးယံဟောလက်ာ

ကေန်ရွှာသား မြစ်နားရေစမ်း၊ နေ့နှစ်ဆန်းက သုံးထပ်ချ ဗုဒ္ဓထပ်ဓာ မိုးသည် သေချာနှလုံးသွင်း။

မမွေးအပ်သောတိရစ္ဆာန်

မမွေးအပ်စွာ သတ္တဝါကား ခွေးမှာအကြောင် ကြောင်မှာအနက် ကြက်မှာအညို ခိုမှာအပြာ လူမှာ နူတတ်ခမ်းတွဲ ကျွဲမှာအဖြူ နွမ်းမူနွားက အသသရွေ့သွင်၊ ဆင်တွင်ကာဟိုင်း၊ ဆိုတိုင်းအရ မမွေးကြနှင့်၊ မွေးကချည်းနှီး ကျိုးမပြီးသည် ပျက်စီးလိမ့်မည် အမှန်တည်း။

မမွေးအပ်သောနွား

မမွေးအပ်သွား ဂေါဏနွားကို ထင်ရှားကျမ်းလာ မိန့်ဆိုမှာအံ့၊ သေချာမှတ်သား ခွဲယူထားလော့ အသားပွနှင့် တင်ကနိမ့်ရှောင်း ပေါင်နေစောင်းလျက် မြင်းခေါင်းကြီးမား သွားကြားရေယို ချိုတယ်လူးပေါက် မျက်တွင်းဟောက်နှင့် ခြေထောက်ခွင်ခွင် မြေကတ်လျင်မူ မြေစဉ်မတက် ခြေကိုခတ်ထည့် နံကြပ်နံတို ခေါင်းတိုမွေးရှည် လည်ပင်းရှည်နှင့် မြီးရှည်မွေးကြမ်း တခန်းနှာရောင်စင်း ဤနွားသင်းကား ကောင်းခြင်းမပေး ဘေးလည်းသင့်တတ် ပျက်စီးတတ်သည်၊ မမွေးအပ်သော နွားတို့တည်း။

မွေးအပ်သောနွား

မွေးသင့်သောနွား ထုတ်ဆိုကြားအံ့ မြီးဖျားတချက် ခြေလေးဘက်၌ ဖြူလျက်မွေးညှင်း အမြီးရင်းနှင့် လည်ပင်း၌မွေ့ မရှည်နားရွက် မျက်စိမျက်နှာ တိုလှစွာ၍ ခွာလေးဘက်ရှည် ထိပ်လည်၌ကြာ ကြောမှာမွေးနု ဤနွားစုကား ပွားမူရွှေငွေ ကောင်းကျိုးတွေ၍ မွေးလေကြီးပွား ချမ်းသာများမည် မှတ်သားအမြဲအစဉ်တည်း။

ကျွဲနွားခမျာ ပင်ပန်းရှာ

မောင်တို့မယ်တို့ သိစေဖို့ ငါတို့တိုက်တွန်းခြင်း၊
မြေပြင်အလုံး ထွန်လှည်းရုန်း မဆုံးလယ်ယာခင်း။
လူတို့အကျိုး လိုတိုင်းလိုက် မောဟိုက်လွန်အမင်း။
ခိုင်းရာစေရာ လုပ်ရရှာ ခါခါရိုက်နှက်ညှဉ်း။
မိုးလုံး နွေလုံး တကုန်းကုန်း ထွန်ရုန်းလှည်းတိုက်သည်၊

ကျွေးတာကိုစား ရိုက်ပုတ်လား သနားညှာထိုက်သည်၊
မိဘအသွင် ကျေးဇူးရှင် မွန်ပင်ဖြစ်တော့သည်၊
သူများညှဉ်းဆဲ ကိုယ့်မှာလည်း ညှဉ်းဆဲခံရမင်း၊
မိုရာကျွဲနွား မွေးမြူထား သနားစိတ်ပြောင့်စင်း။
မိဘအသွင် ကျေးဇူးရှင် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်း၊
ရှင်တော်ဘုရား၊ ဟောမြွက်ထား မှတ်သား လူခပင်း။

မိဘတို့အား ကျေးဇူးဆပ်နည်း ၄ မျိုး

၁။ သဒ္ဓါတရား မရှိသော မိဘတို့ကို သဒ္ဓါတရားနှင့်ပြည့်စုံစေရန် ဆောက်တည်စေခြင်း။
၂။ သီလမရှိသော မိဘတို့ကို သီလနှင့်ပြည့်စုံစေရန် ဆောက်တည်စေခြင်း။
၃။ နှမြောဝန်တိုသော မိဘတို့ကို ပေးကမ်းစွန့်ကြဲမှုနှင့် ပြည့်စုံစေရန် ဆောက်တည်စေခြင်း။
၄။ ပညာမရှိသော မိဘတို့ကို ပညာနှင့်ပြည့်စုံစေရန် ဆောက်တည်စေခြင်း။

(အံ ၁၊ ၆၃)

ခရီးသွားအဟော

ခရီးသွားလို ထိုရပ်ကြိုဟ်နှင့် သက်ကိုနှော၀ထား ရှစ်ခုစား၍
တစ်ကားမင်းပူ၊ နှစ်မူဆင်းရဲ၊ အောင်ပွဲတြိန်း၊ ချမ်းငြိမ်းစတု
၅ ခုလာဘ်သပ်ပကာ ဆမှာနာဖျား သတ်ကားခိုးသူ သုဉ်းမူအမှန်၊
အိမ်မပြန်တည်း။

ခရီးမသွားအပ်၊ တိုက်နတ်နေရာ

အုံးပေါင်သူ၊ ချစ်သူထံ၊ စံထွန်းဦး၊ လူးအုံကြာ၊
ပျံခြင်စွာ၊ သူဇာလေး၊ ထွေးလှမယ်။ (အဓိပ္ပါယ်ကား)
အုန်း၊ တနင်္ဂနွေသားသည်၊ ပေါင်၊ ကြာသပတေးနေ့ကို၊ သူ သောကြာ

အရပ်သို့မသွားကောင်း၊ ချစ် တနင်္လာသားသည် သူ သောကြာနေ့၌ ထံ၊ စနေအရပ်သို့ မသွားကောင်း၊ စံ၊ အင်္ဂါသားသည် ထွန်း၊ စနေနေ့၌ ဦး၊ တနင်္ဂနွေ အရပ်သို့ မသွားကောင်း၊ လူး၊ ဗုဒ္ဓဟူးသားသည် အုံ၊ တနင်္ဂနွေနေ့၌ ကြဲ၊ တနင်္လာအရပ်သို့ မသွားကောင်း၊ ပျံ၊ ကြာသပတေးသားသည်၊ ခြင်၊ တနင်္လာ နေ့၌ စွာ၊ အင်္ဂါအရပ်သို့ မသွားကောင်း၊ သု၊ သောကြာသားသည်၊ ဇာ-အင်္ဂါ နေ့၌၊ လေး၊ ဗုဒ္ဓဟူးအရပ်သို့ မသွားကောင်း၊ ထွေး၊ စနေသားသည်၊ လှ၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့၌ မယ်၊ ကြာသပတေးအရပ်သို့ မသွားကောင်း။

ခရီးသွား ယတြာ

အုပ်တောင်း၊ ကြောင်အိပ်၊ စိတ် လက်မီးကင်၊ ရိပ်လယ်မှန်ကြည့်၊ ပြီးပြီ ထွက်ဝင်၊ သလျှင်ဝစွာ၊ တမှာရန်တွေ့ ခုနစ်နေ့ခရီးမမေ့သင့်။

အုပ်-တနင်္ဂနွေနေ့ ခရီးသွားလျှင်၊ တောင်း-တစ်ခုခုတောင်းပြီးမှ သွားလေ၊ တနင်္လာနေ့ ပြန်အိပ်ပြီးမှသွား၊ အင်္ဂါနေ့ လက်မီးကင်ပြီးသွား

ဗုဒ္ဓဟူး ရာဟုနေ့ မှန်ကြည့်ပြီးသွား၊ ကြာသပတေး ဝင်လိုက်ထွက်လိုက် လုပ်ပြီးမှသွား၊ သောကြာနေ့ ဝဝစားပြီးသွား၊ စနေနေ့ ရန်တွေ့ပြီးမှသွား၊

(မန္တလေး ဓမ္မိကာရာမ မင်္ဂလာအုဌ် ကျောင်းဆရာတော်ပေး)

နေ့စွဲဥစ္စာပျောက် ဟောကိန်း

အိုကြင်ရာ၊ ဥဒကော၊ ကြာကန်သူဝနေ၊ စိတ်တူ၏ဂူပေ၊ လှဒီသာဂါမေ၊ ပျော်ရွှင်ရာ ပဗ္ဗတေ၊ သင်တို့မောင်မင်္ဂေ၊ တို့ဆောင်ပန်းအာသန္ဓေ။

(၁) အို- တနင်္ဂနွေနေ့ဥစ္စာပျောက်မူ၊ ကြင် တနင်္လာမည်သောအရှေ့အရပ်သို့ ထုတ်ယူလေ၏။ ရာ-ရာဟုမည်သော အနောက်မြောက်အရပ်တွင်၊ ဥဒကော၊ ရေ၏အနီး၌ရှိလေ၏။

(၂) ကြာ-တနင်္လာနေ့ဥစ္စာပျောက်မူ၊ ကန်- တနင်္လာမည်သော အရှေ့အရပ် သို့ ထုတ်ယူလေ၏။ သူ-သောကြာမည်သော မြောက်အရပ်တွင်၊ ဝနေ၊ တော၌ ရှိ၏။

) စိတ်–အင်္ဂါနေ့ဥစ္စာပျောက်မူ၊ တူ–စနေမည်သော အနောက်တောင်အရပ်သို့ တ်ယူလေ၏။ တနင်္ဂနွေမည်သော အရှေ့မြောက်အရပ်တွင်၊ ဂူပေ၊ ွင်းလိုဏ်၊ ဂူ–သေတ္တာစသည်အတွင်း၌ ရှိလေ၏။

) လှ– ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ဥစ္စာပျောက်မူ၊ ဒီ–စနေမည်သော အနောက်တောင်အရပ်သို့ တ်ယူလေ၏။ သာ–သောကြာမည်သော မြောက်အရပ်တွင်၊ ဂါမေ–ရွာ၌ရှိလေ ၏။

) ပျော်– ကြာသပတေးနေ့ဥစ္စာပျောက်မူ၊ ရွှင်–ရာဟုမည်သော အနောက် ြာက်အရပ်သို့ ထုတ်ယူလေ၏။ ရာ–ရာဟုမည်သော အနောက်မြောက်အရပ် ှင်ပင်လျှင် ပဗ္ဗတေ၊ တောင်၌ရှိလေ၏။

) သင်–သောကြာနေ့ဥစ္စာပျောက်မူ၊ တို့–စနေမည်သော အနောက်တောင် ရပ်သို့ ထုတ်ယူလေ၏။ မောင်၊ ကြာသပတေးမည်သော အနောက်အရပ်တွင် ဂ္ဂ၊ လမ်း၌ရှိလေ၏။

 တို့–စနေနေ့ဥစ္စာပျောက်မူ၊ ဆောင်–အင်္ဂါမည်သော အရှေ့တောင်အရပ်သို့ တ်ယူလေ၏။ ပန်း–ကြာသပတေးမည်သော အနောက်အရပ်တွင်၊ အာသန္နေ နီးအနား၌ ရှိနိုင်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

အညွှံ့ဆုံးနှစ် (ရာဟုသုံးထပ်ကိန်း)

ဥ–လှ–ရွှာ၊ ကြာ–တော–သား၊ စမ်း–ပါ–အေး၊ လေး–ရွှာ–က

မြ–ဦး–လူ၊ သူ–ဇ–မောင်၊ တောင်–သာ–စွာ။

 ဥ– တနင်္ဂနွေသားသည်၊ လှ–ဗုဒ္ဓဟူးဂြိုဟ်စား၍၊ ရွှာ–ရာဟု၌သက်ရောက် င် အညွှံ့ဆုံးနှစ်ဖြစ်၏။

ကြာ–တနင်္လာသားသည်၊ တော–စနေဂြိုဟ်စား၍၊ သား–သောကြာ၌သက် ောက်လျှင် အညွှံ့ဆုံးနှစ်ဖြစ်၏။

 စမ်း–အင်္ဂါသားသည်၊ ပါ–ကြာသပတေးဂြိုဟ်စား၍၊ အေး–တနင်္ဂနွေ၌ သက်

ရောက်လျှင် အညံ့ဆုံးနှစ်ဖြစ်၏။

၄။ လေး–ဗုဒ္ဓဟူးသားသည်၊ ရာ–ရာဟုဂြိုဟ်စား၍၊ က– တနင်္လာ၌သက်ရောက်လျှင် အညံ့ဆုံးနှစ်ဖြစ်၏။

၅။ မြ– ကြာသပတေးသားသည်၊ ဦး–တနင်္ဂနွေဂြိုဟ်စား၍၊ လူ–ဗုဒ္ဓဟူး၌ သက်ရောက်လျှင် အညံ့ဆုံးနှစ်ဖြစ်၏။

၆။ သူ–သောကြာသားသည်၊ ဇ–အင်္ဂါဂြိုဟ်စား၍၊ မောင်–ကြာသပတေး၌ သက်ရောက်လျှင် အညံ့ဆုံးနှစ်ဖြစ်၏။

၇။ တောင်–စနေသားသည်၊ သာ–သောကြာဂြိုဟ်စား၍၊ စွာ၊ အင်္ဂါ၌ သက်ရောက်လျှင် အညံ့ဆုံးနှစ်ဖြစ်၏။

⊛ ⊛ ⊛

ရှေးကကောင်းလို့ ခုကောင်း

ရှေးကကောင်းလို့ ခုကောင်းပါတယ်၊ ခုကောင်း နောင်ကောင်းပါလိမ့်မယ်
ရှေးကဆိုးလို့ ခုဆိုးပါတယ်၊ ခုဆိုး နောင်ဆိုးပါလိမ့်မယ်။

(လယ်တီဦးဝိလာသ)

⊛ ⊛ ⊛

နောင်ဘဝ ချမ်းသာရအောင်

ရှေးခါဒါန နည်းခဲ့ကြလို့ မွဲရခုခါ
ခုခါဒါနနည်းပြန်ကလည်း မွဲရနောင်ခါ ဖြစ်ဦးမှာမို့
ခုခါကပင် ကြိုတင်၍သာ နောင်ခါဘဝ မမွဲရအောင်
ဒါနထွေထွေ ပြုသင့်ပေသည် လူတွေသတိရှိဖို့သော်။

⊛ ⊛ ⊛

ဩဝါဒပါတိမောက်

သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊ ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ၊
သစိတ္တပရိယောဒါပနံ ဧတံ ဗုဒ္ဓါနသာသနံ။

အကုသိုလ်ဟူသမျှ မပြုရ ရှောင်ခွာ၊
ကုသိုလ်ဟူသမျှ မရအရပြုပါ။
မိမိတို့စိတ်ကလေး ဖြူဖွေးအေးစေရာ အဲဒီသုံးပါး
ဘုရားတိုင်း အမြဲတမ်းမှာခဲ့တာ။
အကုသိုလ်ကင်း၊ ကုသိုလ်သွင်း၊ စိတ်ရှင်းဖြူပါစေ။

◉ ◉ ◉

အောင်နိုင်ခြင်း တရားငါးပါး

၁။ အက္ကောဓေန ဇိနေ ကောဓံ ဇိနာတိ–ဒေါသအမျက်ထွက်နေသူကို အမျက်မထွက်သဖြင့် အောင်နိုင်ခြင်း။

၂။ အသာဓုံ သာဓုနာ ဇိနာတိ – မကောင်းယုတ်မာသူကို ကောင်းသဖြင့် အောင်နိုင်ခြင်း။

၃။ ကဒရိယံ ဒါနေန ဇိနာတိ – နှမြောဝန်တိုသူကို ပေးကမ်းခြင်းဖြင့် အောင်နိုင်ခြင်း။

၄။ အလိကံ သစ္စေန ဇိနာတိ– မဟုတ်မမှန်ချွတ်ယွင်း သစ္စာကင်းသူကို မှန်ကန်တော်ဖြောင့်ခြင်းဖြင့် အောင်နိုင်ခြင်း။

၅။ သဗ္ဗအကုသလံ ကုသလေန ဇိနာတိ– ခပ်သိမ်းသောမကောင်းမှုအကုသိုလ်ကို ကုသိုလ်တရားဖြင့် အောင်နိုင်ခြင်း။

◉ ◉ ◉

အမျိုးသမီးတို့၏ အာဝေဏိကဒုက္ခ ၅ ပါး (သုစမှတ်စု နှာ ၁၀၀)

(၁) ဆွေမျိုးတို့နှင့်ကွေကွင်း၍ လင်၏နောက်သို့ လိုက်ရခြင်း
(၂) ဥတုလာရခြင်း
(၃) ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရခြင်း
(၄) သားဖွားရခြင်း
(၅) လင့်ခြေရင်း၌ လုပ်ကျွေးရခြင်း။

◉ ◉ ◉

သက္ကရာဇ် ဖြိုသောမင်း ၅ ပါး

(၁) ဘိုးတော်အဥ္စနမင်း၊ ကပိလဝတ်ပြည်တွင် ဒေဝီလရသေ့ကို အမှီပြု၍မဟာသက္ကရာဇ် ၈၆၄ရကို ဗာဏာသိန္ဓုဆပသျှကိန်းအရ ၈၆၄၅ ဖြင့် ဖြို၍ အတိုသက္ကရာဇ် ၂ ထားသည်။

(၂) အဇာတသတ်မင်း၊ ရာဇဂြိုဟ်ပြည်တွင် မဟာကဿပမထေရ်ကို အမှီပြု၍ မဟာသက္ကရာဇ် ၁၅၀ ကို ဗသျှပေဒရှုပကိန်းအရ ၁၄၈ ဖြင့် ဖြို၍ အတိုသက္ကရာဇ် ၂ ထားသည်။

(၃) သုမုန္ဒြီမင်း၊ သရေခေတ္တရာပြည်တွင် အမတ်ပုဏ္ဏားတို့ကို အမှီပြု၍ မဟာသက္ကရာဇ် ၅၆၂ ကို 'ဒေါဒေါရသ' ကိန်းအရ ၆၂၂ ဖြင့် ဖြို၍ အတိုသက္ကရာဇ် ၂ ထားသည်။

(၄) မဟာသဃ်ရာဇ်မင်း၊ ပုဂံပြည်တွင် အမတ်ပုဏ္ဏားတို့ကို အမှီပြု၍ မဟာသက္ကရာဇ် ၅၆၂ ကို 'ဆစပဥ္စ' ကိန်းအရ ၅၆၀ ဖြင့်ဖြို၍ အတိုသက္ကရာဇ် ၂ ထားသည်။

(၅) မိုးညှင်းမင်းတရား၊ အဝပြည်တွင် အမတ်ပုဏ္ဏား ရဟန်းတို့ကို အမှီပြု၍ မဟာသက္ကရာဇ် ၈၀၀ ကို 'ဗသျှုဆိန္ဒြမုနိ' ကိန်းအရ ၇၉၈ ဖြင့် ဖြို၍ အတိုသက္ကရာဇ် ၂ ထားသည်။

လူ့ဘဝဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်သူ ၅ ဦး

(၁) ဥဂ္ဂသေနသူကြွယ်
(၂) သန္တတိအမတ်ကြီး
(၃) ဝိတသောကလုလင်
(၄) ဗာဟိယဒါရုစိရိယပရိဗိုဇ်
(၅) ခမည်းတော်သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီး

(လူ့ဘဝဖြင့် ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်လျှင် သက်န်းဝတ်ထားမှ အသက်ရှည်

နိုင်သည့် သို့မဟုတ်ပါက ပရိနိဗ္ဗာန် ပြုကြရသည်) ထို့ကြောင့် သက်န်းကို အရဟတ္တဓဇ အရဟတ္တဖိုလ်အလံတံခွန်ဟုခေါ်သည်။

⊙ ⊙ ⊙

ဧည့်သည် (၁)

မင်းတို့လာလည်း ငါ့မှာတားပိုင်ခွင့်မရှိပါ။
မင်းတို့သွားလည်း ဟန့်တားပိုင်ခွင့်မရှိပါ။
ငါသည်ပင်မူ ခေါ်သူမရှိ ရောက်လာမိစဉ်
နှင်သူမရှိ ပြန်ဘို့ရှိ၏။
ငါနေသည့်အိမ် ငါ၏အိမ်ဟု ငါ့အိမ်မှာထား ငါ့မယားနှင့်
ငါ့သားသမီး ငါ့ပစ္စည်းဟု ယူသီးစိတ်စွဲ အမှတ်လွဲခဲ့၊
အမှန်မှာမူ–ငါလာသောအခါ လက်ဗလာတည်း၊
ပြန်ပါရလျှင် လက်ချည်းပင်တည်း၊ ငါ့တွင်ကိုယ်ပိုင်မရှိပါတကား။
လာသူလာလည်း လာစမ်းပစေ မဆီးလေနှင့်၊
သွားသူသွားလည်း သွားစမ်းပစေ မတားလေနှင့်၊
တို့တစ်တွေမှာ– သဘာဝလျှင် အမိရင်ဝယ် တွင်တွင်ခိုနား
ခရီးသွားသည့်အားလုံး 'ဧည့်သည်'ချည်းပါတကား။

(ပန်းမော် ရွှေညို)

⊙ ⊙ ⊙

ဧည့်သည် (၂)

လာတုန်းကလည်း တစ်ယောက်တည်းနော်၊ လက်တွဲခေါ်ကာ ဖော်မပါဘူး။
ဥစ္စာချည်းနှီး ကိုယ်ထီးတည်း။
ပြန်သွားတော့လည်း တစ်ယောက်တည်းနော် လက်တွဲခေါ်ကာ
ဖော်မပါဘူး၊ ဥစ္စာချည်းနှီး ကိုယ်ထီးတည်း၊

လာပြီးတော့နား၊ မသွားသေးခင် ချိန်လေးတွင်မှ
ဝန်းကျင်ယှက်နွယ် နှောင်ကြိုးသွယ်၍ ပြုံးရယ်မဲ့ ငိုချစ်မုန်းပိုကြ
မလိုဒေါသ လိုလောဘနှင့် ဘဝရိပ်မြုံ ကကြိုးစုံခဲ့
ကံကုန်မိုးချုပ် လက်တွဲဖြုတ်ကာ သုတ်သုတ်ဆောလျင် ခရီးနှင်၍
နိဝင်ပြန်သွား ခဏနားသည့် တို့များ 'ဧည့်သည်'ပါတကား။

◉ ◉ ◉

တစ်ယောက်တည်းတရားနှင့်နေ

လောကတစ်လွှား လူအများကား တရားကင်းလျက် ဘယ်သို့ပျက်လည်း
မပျက်ကိုယ်သာ တည်ဖို့ရာတည်း
တစ်ရာတစ်ယောက် ဖြစ်ဖို့ရောက်ဖို့ တစ်ယောက်တစ်ရာ မဖြစ်ရာဘူး၊
သိက္ခာသုံးရပ် အကျင့်မြတ်ကို ရှုမှတ်စွဲမြဲ တစ်ယောက်တည်းဖြင့်
ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်မှန်ကို ရှုဉာဏ်မိမိ ပျက်ဆုံးသိလျက်
အတိဒုက္ခ လွတ်ကြောင်းမှန်ကို မြန်မြန်သုတ်သုတ် ယခုအားထုတ်လော့။
(မဟာဗောဓိမြိုင် ဆရာတော်)

◉ ◉ ◉

ကိုယ်လုပ်တာကိုယ်ခံ

လောကစီးပွား တလမ်းသွားသာ မယားစားဖို့ သားစားဖို့ဟု
ကိုယ့်ဖို့နောင်ဘေး မတွေးမဆ မိုက်အန္ဓဖြင့်
လောဘအလို လိုက်မပို့နှင့်၊ ဤကိုယ်ပျက်ပြား ဘဝလားသော်
မယားမပါ သားမပါဘူး၊ ကိုယ့်တာကိုယ်ခံ စာရေးတံသို့
ကိုယ့်ကံအလျောက် မြေကြီးအောက်ဝယ် မီးတောက်ဟုန်းဟုန်း
ငရဲပုန်း၍ ပြေးပုန်းမရ မိမယ်တ၍ ဒုက္ခခံမှု ကိုယ်တစ်ခုဖြင့်
ကိုယ်ပြု ကိုယ်ကျူးကံလွန်တည်း။ (မဃဒေဝ ၃၃)

◉ ◉ ◉

ဗုဒ္ဓတရား မေ့မထားနှင့်

ပျက်စီးတိုင်းလျှင် မပူပင်နှင့် မပျက်စီးကာ ခိုင်မြဲပါက
ဘယ်မှာ 'အနိစ္စ' ရှိမည်နည်း။
ဆင်းရဲကြုံမူ မညည်းညူနှင့် ချမ်းသာချည်းသာ ကြုံနေပါက
ဘယ်မှာ 'ဒုက္ခ' ရှိမည်နည်း။
လုပ်တိုင်းမဖြစ် စိတ်မညစ်နှင့် ကိုယ်လုပ်တိုင်းသာ ဖြစ်နေပါက
ဘယ်မှာ 'အနတ္တ' ရှိမည်နည်း။
အာရုံဟူသမျှ မတောင့်တနှင့် အာရုံတိုင်းသာ တောင့်တပါက
ဘယ်မှာ 'လောဘ' ဆုံးမည်နည်း။
အရာရာမျိုး စိတ်မဆိုးနှင့် နေရာတိုင်းသာ စိတ်ဆိုးပါက
ဘယ်မှာ 'ဒေါသ' ဆုံးမည်နည်း။
သိဉာဏ်မလိုက် သင်မမိုက်နှင့် သိဉာဏ်ကင်းကွာ မိုက်နေပါက
ဘယ်မှာ 'မောဟ' ဆုံးမည်နည်း။
ဗုဒ္ဓတရား မေ့မထားနှင့် ဆုံးမတိုင်းသာ ကျင့်ကြံပါက
ဘယ်မှာ 'နိဗ္ဗာန်' ဝေးမည်နည်း။

အခန်း(၇)

[illegible]

အခန်း (၇)

မေတ္တာ ဘာဝနာ ကဏ္ဍ
စတုရာရက္ခ ကိုယ်စောင့်တရားလေးပါး

(၁) ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ – ဘုန်းတော်ခြောက်ဖြာ ကိလေသာမရှိ အသိကုန်ဝင် ဘုရားရှင်အား ကြည်လင်စေတနာ ရှိခိုးပါ၏ မြတ်စွာဘုရား မြတ်စွာဘုရား။

(၂) မေတ္တာဘာဝနာ – သတ္တဝါအားလုံး ငါသို့ပမာ ငါ့ထက်သာအောင် ချမ်းသာချိုးစုံ ကိုယ်လုံးထုံ ပြည့်စုံကြပါစေ။

(၃) အသုဘဘာဝနာ– အသေကောင်ပမာ ငါ့ခန္ဓာသည် ကောင်းစွာပြုပြင်ဘန်ဆာဆင်လည်း အမြင်သာဟုတ် အတွင်းပုပ် စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာပါတကား။

(၄) မရဏာဿတိဘာဝနာ– ဇနီးမယား သမီးသားနှင့် စီးပွားဥစ္စာ ရတနာကျက်သရေ ထိန်ထိန်ဝေလည်း သေချိန်စေ့က တစ်နေ့ကျ မုချသေရမှာပါတကား။

(ပြည်ဆရာတော် ဦးကောသလ္လ)

• • •

“မေတ္တာပို့နည်း မေတ္တာပွားနည်းအဖုံဖုံ”

မေတ္တာအကျိုး ၁၁ ပါး။ မေတ္တာပွားသူ၌ အေးချမ်းရွှင်ကြည် တည်ငြိမ်သောစိတ်ရှိရာ ထိုစိတ်ကြောင့်ပင် မေတ္တာမပွားသူ လူသာမန်တို့ကဲ့သို့ ဟောက်

ခြင်း လူးလိမ့်ခြင်းမရှိ၊ သမာပတ်ဝင်စားသော ပုဂ္ဂိုလ်ပမာ တည်ငြိမ်သက်သာ ချမ်းသာစွာ အိပ်ရတတ်၏။ အိပ်စဉ်က ချမ်းသာစွာ အိပ်ရသောကြောင့် နိုးသော အခါလည်း ညည်းတွားခြင်း၊ တွန့်လိမ်ခြင်း စသော ဖောက်ပြန်မှုမရှိ သက်သာ ချမ်းသာစွာ နိုးရတတ်၏။ တည်ငြိမ်အေးမြသော ကိုယ်စိတ်ရှိနေသော ထိုမေတ္တာ ပွားသူ၌ ဓာတ်ချောက်ချားခြင်းစသော ဖောက်ပြန်မှုမရှိသောကြောင့် မကောင်း သော အိပ်မက်ဆိုးများလည်း မမြင်မက်ရတော့ပေ။ သတ္တဝါတို့အပေါ်မှာ ချစ် မြတ်နိုးလျက်ရှိနေသော မေတ္တာပွားသူ၏မေတ္တာဓာတ်မှာ ဓာတ်ခိုက်လျက်ရှိရာ ထိုသူအား လူတို့က ချစ်ကြ၏။ နတ်တို့ကလည်း ချစ်မြတ်နိုးကြသည်ပင်။ ထိုသို့ ချစ်မြတ်နိုးကြသောကြောင့် နတ်တို့က စောင့်ရှောက်ကြ၏။

မေတ္တာသည် အကာအကွယ် အဆီးအတားကောင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ရာ ပွား သူအား အဆိပ်၊ လက်နက်မီးများ မထိမလောင် မစူးရှနိုင်ပေ။ မေတ္တာပွားသူ၌ ကိုယ်စိတ်အေးငြိမ်းခြင်း၊ ပဿဒ္ဓိဖြစ်လျက်ရှိ၏။ ယင်းပဿဒ္ဓိမှာ သမာဓိဖြစ် ကြောင်းဖြစ်ရာ စိတ်လျင်မြန်စွာ တည်ကြည်ပေတော့သည်။ မေတ္တာဓာတ်အမြဲ ကိန်းနေသဖြင့် မျက်နှာအဆင်း အလွန်ကြည်လင်လှပ၏။ ထိုအေးချမ်းတည်ငြိမ် သော ကိုယ်စိတ်ရှိနေသောကြောင့်ပင် သေသောအခါ မတွေမဝေဘဲ အိပ်ပျော် သွားရသလို သေရတတ်၏။ အရဟတ္တဖိုလ်ထိ မပေါက်နိုင်သေးလျှင် ဗြာန့် အခြေရောက်နေသော ထိုမေတ္တာပွားသူမှာ ဗြဟ္မာပြည်သို့ ရောက်ရသည်။

(အင်၊ ကောဒသက ၅၄၂)

(ဆောင်ပုဒ်) အိပ်လျှင်ချမ်းသာ၊ နိုးချမ်းသာ၊ ကင်းကွာအိပ်မက်ဆိုး၊
လူလည်းချစ်ခင်၊ နတ်ချစ်ခင်၊ စောင့်ချင်နတ်မျိုးမျိုး၊
မီးဆိပ်ဓားလုံ ကင်းစင်ပြန်၊ လျင်မြန်စိတ်တည်ရိုး၊
ရွှင်ကြည်မျက်နှာ တွေဝေကွာ ညင်သာသေရကျိုး၊
လားလေဗြဟ္မာ ဆယ့်တစ်ဖြာ မေတ္တာပွားရကျိုး။

တစ်နည်းမေတ္တာအကျိုး

နံနက်အခါ ထမင်းအိုးကြီးတစ်ရာ၊ နေ့လယ် အခါတစ်ရာ၊ ညဦးအခါ တစ်ရာ တစ်နေ့သုံးကြိမ်ချက်၍ ကျွေးမွေးလှူဒါန်းရသော ဒါနထက် တစ်နေ့ သုံးကြိမ် နွားနို့တညှစ်စာ အချိန်ပိုင်းကလေး၌ မေတ္တာပွားရ သော ကုသိုလ်က သာလွန်၍ အကျိုးကြီးသည်ဟု ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင် ဟောကြားထား တော်မူခဲ့ပါသည်။

(နိဒါနဝဂ္ဂ ဩက္ခာသုတ် ၄၅၅)

(ဆောင်) တစ်နေ့သုံးခါ၊ အိုးတစ်ရာဖြင့် ချက်ကာထမင်း ကျွေးမွေးခြင်းထက်

မယှဉ်းစင်စစ်၊ နို့တစ်ညှစ်စာ၊ ကြိမ်သုံးခါမျှ မေတ္တာပွားများ၊

ကျိုးကြီးမားသည်၊ ဘုရားမြွက်စွာ မိန့်ခွန်းတည်း။ (မဟာစည်)

(ဆောင်) လောင်းဝေလာမ၊ လှူမှုစ၍ သံဃိကလှူ ကျောင်းလှူဒါန ဟူသမျှ

နှင့် သုံးဝသရဏဂုံ၊ ငါးစုံသီလ ဟူသမျှထက် မပျက်မှန်စွာ

နို့သာတရှူ ချိန်မူတွင်းမျှ ပွားထမေတ္တာ ကျိုးကြီးစွာဟု

မြွက်စွာဗုဒ္ဓ ဟောဖော်ပြသည် မှတ်ကြလေလော မသုတ်တော်တည်း။

မေတ္တာပို့ မေတ္တာပွားရာ၌ မေတ္တာစ၍ မပွားအပ်သူ၊ အစဉ်အတိုင်း မေတ္တာပွားအပ်သူ၊ မေတ္တာလုံးဝမပွားအပ်သူ ဟူ၍ သုံးမျိုးရှိသည်။ ဆောင်ပုဒ် အတိုင်းသာ မှတ်ကြကုန်။

(ဆောင်) မုန်းထားသောသူ၊ လွန်ချစ်သူနှင့် လယ်လူတစ်ဖြာ

ရန်သူမှာ မေတ္တာစ၍ မပွားသင့်။

မိမိစယူ ချစ်သူနောက်ဆို ပို၍ချစ်သူ ကိုယ့်ရန်သူ ပွားမူစဉ်တိုင်းသင့်၊

လိင်မတူရာ သေသူမှာ မေတ္တာမပွားသင့်။

(သပြေကန်)

• • •

ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်ပါဠိတော်လာ (၅၂၈)သွယ် မေတ္တာ
ပိုင်းခြားကန့်သတ်ခြင်းမရှိသော အနောဓိသပုဂ္ဂိုလ်(၅)မျိုး

(၁) သဗ္ဗေသတ္တာ – အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့သည်
(၂) သဗ္ဗေပါဏာ – အလုံးစုံသော အသက်ရှိသောသူတို့သည်
(၃) သဗ္ဗေဘူတာ – အလုံးစုံသော ကိုယ်ထင်ရှားဖြစ်သူတို့သည်
(၄) သဗ္ဗေပုဂ္ဂလာ – အလုံးစုံသောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်
(၅) သဗ္ဗေအတ္တဘာဝပရိယာပန္နာ – အလုံးစုံသော အတ္တဘော၌ အကျုံးဝင်သူတို့သည်

အပိုင်းအခြားအကန့်အသတ်ခွဲခြားထားသော ဩဒိသပုဂ္ဂိုလ် ၇ မျိုး

(၁) သဗ္ဗာဣတ္ထိယော – အလုံးစုံသောမိန်းမတို့သည်
(၂) သဗ္ဗေပုရိသာ – အလုံးစုံသောယောကျ်ားတို့သည်
(၃) သဗ္ဗေအရိယာ – အလုံးစုံသော အရိယာတို့သည်
(၄) သဗ္ဗေအနရိယာ – အလုံးစုံသော ပုထုဇဉ်တို့သည်
(၅) သဗ္ဗေဒေဝါ – အလုံးစုံသော နတ်တို့သည်
(၆) သဗ္ဗေမနုဿာ – အလုံးစုံသော လူတို့သည်
(၇) သဗ္ဗေဝိနိပါတိကာ – အလုံးစုံသော အပါယ်ဘုံသားတို့သည်

ပွားနည်း ၄ ပါး

(၁) အဝေရာဟောန္တု – ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ
(၂) အဗျာပဇ္ဈာဟောန္တု – စိတ်ဆင်းရဲခြင်းကင်းကြပါစေ
(၃) အနီဃာဟောန္တု – ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်းကင်းပါစေ
(၄) သုခီအတ္တာနံ ပရိဟရန္တု – ချမ်းသာစွာဖြင့် မိမိခန္ဓာဝန်ကို ဆောင်ရွက်နိုင်ပါစေ။

ဘုံသုံးဆယ့်တစ်ဘုံတွင် မေတ္တာပို့ရမည့်ပုဂ္ဂိုလ် (၁၂)မျိုး မေတ္တာပို့ရမည့်

အခြင်းအရာပွားနည်း (၄)ပါး ပုဂ္ဂိုလ်တစ်မျိုးလျှင် ပွားနည်းလေးပါးစီရှိသောကြောင့် ၁၂ x ၄ = ၄၈ ပါးရ၏။ အရပ်ဒေသကား ၁၀ မျက်နှာရှိ၍ တစ်ရပ်တစ်မျက်နှာ စီ၌ အထက်ပါ ၄၈ ပါးစီ ပွားရသောကြောင့် ၄၈ x ၁၀ = ၄၈၀ ဖြစ်၏။

အရပ်ဆယ်မျက်နှာကို မှတ်သား၍ ပို့သောမေတ္တာ ၄၈၀ အရပ်မျက်နှာ မမှတ်သားဘဲပို့သောမေတ္တာ ၄၈ ပါးတို့ကို ပေါင်းလျှင် (၅၂၈)သွယ်မေတ္တာ ဖြစ်ပါသည်။

(ဆောင်) **နောဓိပဥ္စသြသတ္တ ဒွါဒပုဂ္ဂိုလ်စစ်၊**

ပဟာန္တလေးသွယ် မြှောက်ပါကွယ် လေးဆယ့်ရှစ်ပါးဖြစ်။

အရပ်ဆယ်ဝ ထပ်မြှောက်က လေးရာရှစ်ဆယ်ဖြစ်၊

နှစ်ရပ်ပေါင်းပါ ပွားမေတ္တာ ငါးရာနှစ်ဆယ့်ရှစ်။

မေတ္တာခံငြား ဆယ့်နှစ်ပါး ပွားနည်းလေးနှင့်မြှောက် ၁၂ x ၄ = ၄၈
ရပ်ဆယ်မျက်နှာမြှောက်ပြီးကာ ပေါင်းပါအစကောက် ၄၈ x ၁၀ = ၄၈၀
ငါးရာနှစ်ဆယ်ရှစ်ရကယ် မှတ်ပွယ်မေတ္တာပေါက်၊ ၅၂၈

• • •

မေတ္တာသုတ်လာ မေတ္တာပွားနည်း ၁၁ နည်း

၁။ လုံးစုံများစွာသတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊
ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၂။ ကြောက်တတ်၊ မကြောက်တတ် နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၃။ မြင်အပ်မမြင်အပ် နှစ်ရပ်များစွာသတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊
ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ၊

၄။ ဝေးနေနီးနေ နှစ်ထွေများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ
ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ၊

၅။ ဘဝဇာတ်ဆုံး မဆုံးများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ
ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ၊

၆။ ရှည်တိုအလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာသတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ
ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
၇။ ကြီးငယ်အလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာသတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ
ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ၊
၈။ ဆူကြုံအလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာသတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ
ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ၊
၉။ လူအချင်းချင်း လှည့်ပတ်ခြင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ။
၁၀။ အထင်သေးခြင်းအချင်းချင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ။
၁၁။ ဆင်းရဲလိုခြင်းအချင်းချင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ။

◉ ◉ ◉

သီတဂူမေတ္တာပို့

ဘုံသုံးဆယ့်တစ် ဖြစ်ဖြစ်များစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ
ဘုံသုံးဆယ့်တစ် ဖြစ်ဖြစ်များစွာ သတ္တဝါ ဘယာဘေးမှဝေးပါစေ
မြင်ဖူး မမြင်ဖူး နှစ်ဦးများစွာ သတ္တဝါ ဘယာဘေးမှဝေးပါစေ
မြင်အပ် မမြင်အပ် နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ ဘယာဘေးမှဝေးပါစေ၊
ဝေးနေ နီးနေ နှစ်ထွေများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ဘေးရန်ကွာ ချမ်းသာကြပါစေ၊
မေတ္တာနှလုံး ကိုယ်စီသုံး ရွှင်ပြုံးကြပါစေ၊
မေတ္တာရန်သူ ဒေါသမူ အပူကင်းပါစေ၊
ခန္တီ၏ရန် ဒေါသမာန် တွန်းလှန်နိုင်ပါစေ၊
ခန္တီနှလုံး အစဉ်သုံး ရွှင်ပြုံးကြပါစေ၊
မေတ္တာရေစမ်း ကိုယ်စီဖြန်း အေးချမ်းကြပါစေ၊
ဒို့မေတ္တာစွမ်း ကမ္ဘာလွှမ်း ငြိမ်းချမ်းကြပါစေ။

◉ ◉ ◉

မဥ္စနိုကာယ်မေတ္တာပို့

၁။ ဤကျောင်းတိုက်တွင်းမှာ ဝေနေယျာ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ
ဘေးရန်ပယ်ရှင်း စိုးရိမ်ကင်း ဆင်းရဲမရှိဖြစ်ပါစေ။
၂။ မိဘဆရာ ဉာတကာ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊
ဘေးရန်ပယ်ရှင်း စိုးရိမ်ကင်း ဆင်းရဲမရှိဖြစ်ပါစေ။
၃။ ဤမြို့တွင်းမှာ ဝေနေယျာ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊
ဘေးရန်ပယ်ရှင်း စိုးရိမ်ကင်း ဆင်းရဲမရှိဖြစ်ပါစေ။
၄။ ဤတိုင်းပြည်မှာ ဝေနေယျာ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊
ဘေးရန်ပယ်ရှင်း စိုးရိမ်ကင်း ဆင်းရဲမရှိ ဖြစ်ပါစေ၊
၅။ စကြဝဠာ အနန္တာ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊
ဘေးရန်ပယ်ရှင်း စိုးရိမ်ကင်း ဆင်းရဲမရှိဖြစ်ပါစေ။

• • •

ဒိသာဖရဏ မေတ္တာပွားနည်း

၁။ အရှေ့အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။
၂။ အနောက်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။
၃။ မြောက်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။
၄။ တောင်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့

ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။

၅။ အနောက်တောင်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။

၆။ အနောက်မြောက်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။

၇။ အရှေ့မြောက်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။

၈။ အရှေ့တောင်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။

၉။ အောက်အရပ်၌ရှိသော ထက်ဝန်းကျင် အနန္တစကြဝဠာ
အပါယ်ဘုံသား အနန္တသတ္တဝါတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။

၁၀။ အထက်အရပ်၌ရှိသော ထက်ဝန်းကျင် အနန္တစကြဝဠာ အနန္တနတ်ပြဟ္မာတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ ဒေါသခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းကြပါစေ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းကြပါစေ။

• • • • •

အကျင့်မြတ်ဖြင့်ပူဇော်

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံပူဇေမိ၊
ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံပူဇေမိ၊
ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံပူဇေမိ။

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ၊ ဤလောကုတ္တရာတရားကိုးပါးအား လျော်သောကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်အကျင့်မြတ်ဖြင့်၊ ဗုဒ္ဓံ၊ မြတ်စွာဘုရားကို၊ ပူဇေမိ၊ ပူဇော်ပါ၏အရှင်ဘုရား။

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ၊ ဤလောကုတ္တရာတရားကိုးပါးအား လျော်သောကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်အကျင့်မြတ်ဖြင့်၊ ဓမ္မံ၊ တရားတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ၊ ပူဇော်ပါ၏အရှင်ဘုရား။

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ၊ ဤလောကုတ္တရာတရားကိုးပါးအား လျော်သောကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်အကျင့်မြတ်ဖြင့်၊ သံဃံ၊ သံဃာတော်အရှင်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ၊ ပူဇော်ပါ၏အရှင်ဘုရား။

အဒ္ဓါဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ ဇာတိဇရာဗျာဓိမရဏမှာ ပရိမုစ္စိဿာမိ။ ဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ၊ ဤလောကုတ္တရာတရားကိုးပါးအား လျော်သောကျင့်ဝတ် ပဋိပတ်အကျင့်မြတ်ဖြင့်၊ အဒ္ဓါ၊ မချွတ်ကေန်၊ ဇာတိဇရာဗျာဓိမရဏမှာ၊ ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းဆင်းရဲ အိုရခြင်းဆင်းရဲ၊ နာရခြင်းဆင်းရဲ သေရခြင်းဆင်းရဲမှ၊ ပရိမုစ္စိဿာမိ၊ လွတ်မြောက်ရပါလို၏အရှင်ဘုရား။

ဆုတောင်း

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယံ ဝဟံ ဟောတု။

မေ၊ တပည့်တော်၏၊ ဣဒံ ပုညံ၊ ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယံ၊ အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ကင်းရာကုန်ရာ ချုပ်ရာငြိမ်းရာဖြစ်သော အရဟတ္တဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို၊ ဝဟံဝဟန္တော၊ ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ဆုတောင်း။ အမျှဝေ။

ဤသို့ပြုရ မြတ်ပုညကြောင့် ချမ်းမြအေးကြည် ဘေးမဲ့မည်သည် ရွှေပြည် ထုတ်လျှောက်၊ လမ်းမကောက်ဘဲ ရောက်ရပါလို ထိုထိုဘဝ ကျင်လည်ရလည်း ဒုက္ခဘေးဒဏ် ရန်မာန်အပေါင်း မကောင်းဟူသမျှ မတွေ့ရဘဲ သဗ္ဗညုတ္ထ မဂ်လာ ကို လွယ်ကာတတိုင်းရစေသော်။

ယနေ့ယခု ပြုပြုသမျှ မြတ်ပုည၏ ဖို့ဘာဂကို၊ မိဘဆရာ ဆွေသဟာနှင့် ကိုယ်မှာစောင့်ကြပ်၊ ကိုယ်စောင့်နတ်က အရင်းစ၍ ရှိသမျှလုံးစုံ၊ ဘုံသုံးဆယ့် တစ် ဖြစ်ဖြစ်သမျှ ဝေနေယျကို ရကြပါစေ ပေးငှဝေသည် များထွေသာဓုခေါ် စေသော်။

အမျှဝေ ရေစက်ချ

ဤသို့ပြုရ မြတ်ပုညကို ကြီးထမြင့်ခေါင် မြင့်မိုရ်တောင်ဦး မကကျူးသား ကျေးဇူးအရှင် မွေးမိခင်နှင့် ဖခင်တို့အား ရငြားပါစေ အမျှဝေ၏။

မသွေနိစ္စ ဤကာယကို စောင့်ထပေတတ် ကိုယ်စောင့်နတ်လည်း မလပ်စေရ ပေးဝေငှ၏။

မိတ္တဆွေညာ ဆရာသမား ဘိုးဘွားကစ ယမရာဇာ ဒေဝါယက္ခ ကုန္ဒ ဘုမ္မာ အာကာသနတ် အထူးမှတ်၍ မပြတ်ပုည ကုသလကို ရကြပါစေ အမျှ ဝေ၏။

သဗ္ဗေသတ္တာ သတ္တဝါဟု နာနာလောက အနန္တတွင် မပြတ်စဉ်ကာ သတ္တဝါသ ဘုံကိုးဝနှင့် ဝိညာဏဋ္ဌိတိ တည်ရှိခုနစ်ပါး များပြားလုံးစုံ ဘုံသုံးဆယ့် တစ် ဖြစ်ဖြစ်သမျှ ဝေနေယျအား အမျှကုသိုလ် ပေးဝေလို၏။

ထိုထိုကုသလ မြတ်ပုညကို အမျှရသည် ဖြစ်ကြပါစေသော်၊ ဝသုန္ဒရေ သီလာပံသု မြေအထုလည်း သက်သေမူ၍တည်စေသော်။ အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော။

သာဓု သာဓု သာဓု။

အခန်း(၈)

အခန်း (၈)

'သံဝေဂကဏ္ဍ'

လူ့ဘဝသို့ ရောက်လာသောသူမှန်သမျှ တစ်နေ့မှာတော့ သေဆုံးခြင်း၊ မရဏတရားနှင့် ကေန်မုချတွေ့ကြုံရမည် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ သေဆုံးကြရာ၌ သံယောဇဉ်စပ်သလောက် ပူဆွေးသောက ဖျာပါဒ ရောက်ကြရပါသည်။ မသေခင်က ကြိုတင်ကာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုများကို ကြိုးစားအားထုတ်ပြီး အသေလှအောင် လုပ်သင့်ပါသည်။ ငါသည်မုချသေရမည်၊ အချိန်ပိုင်းသာ လိုတော့သည်၊ အသေမဦးခင် ဉာဏ်ဦးအောင် ဒါနသီလ ဘာဝနာတရားများကို အားထုတ်သင့်ပါသည်။

သေခြင်းတရားကို နှလုံးသွင်းမှု မရဏာဿတိ ဘာဝနာကို နေ့စဉ်ပြုလုပ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် 'ငါသေသွားသောအခါ ကုသိုလ်သာလျှင် အားကိုးစရာရှိပါပေသည်တကား' ဟု အမြဲအမှတ်သတိရနေသောကြောင့် ဘုန်းကံကြီးမားလာဘ်များမှု၌ ကြောင့်ကြမစိုက်တော့ဘဲ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ကိစ္စစုကိုသာ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဘာဝနာပွားမှုတိုင်အောင် အမြဲပြုရှ်နေပေလိမ့်မည်။

မသေခင် ကုသိုလ်ကောင်းမှုများများ ပြုနိုင်ကြပါစေ။

* * *

သေခြင်းတရား လေးပါး

အသက်ရှိသော သတ္တဝါမှန်သမျှ မုချသေရမည်၊ ထိုသေခြင်းသည်

၁။ သက်တမ်းကုန်ခြင်းကြောင့်သေခြင်း အာယုက္ခယမရဏ

၂။ ကံအစွမ်းကုန်ခြင်းကြောင့်သေခြင်း ကမ္မက္ခယမရဏာ

၃။ အသက်တမ်းကံစွမ်းနှစ်မျိုးလုံးကုန်ခြင်းကြောင့်သေခြင်း ဥဘယက္ခယမရဏာ

၄။ ထိုအသက်တမ်းကံစွမ်းနှစ်မျိုးလုံးရှိသော်လည်း ရှေ့ဘဝက ပါလာသော အကုသိုလ်ကံကြောင့် ကားတိုက်သေခြင်း ရေနစ်သေခြင်း ကြိုးဆွဲချသေခြင်း စသော လတ်တလောသေဆုံးခြင်း ဥပစ္ဆေဒကမရဏာ။

လူတို့၏သေခြင်းတရားကို ဘုရားရှင်က ''ဝါတမုခီဠီတော ပဒီပေါဝိယ' လေတိုက်ရာ တံခါးဝ၌ ထွန်းထားအပ်သော ဆီမီးခွက်နှင့်တူ၏ဟောထားရာ ဆီမီးခွက်သည် မီးစာကုန်၍လည်း ငြိမ်းနိုင်၏။ ဆီကုန်၍လည်း ငြိမ်းနိုင်၏။ မီးစာရောဆီပါ နှစ်မျိုးလုံးကုန်၍လည်း ငြိမ်းနိုင်၏။ မီးစာဆီနှစ်မျိုးလုံးရှိသေးပါသော်လည်း လေတိုက်ခြင်း လူတို့ငြိမ်းသတ်ခြင်းစသော အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် မီးငြိမ်းနိုင်သကဲ့သို့ သေခြင်းလေးမျိုးကိုလည်း ယင်းဥပမာကဲ့သို့ မှတ်ရမည်။

◉ ◉ ◉

သေခြင်း ၂ မျိုး

၁။ ကာလမရဏာ – ကုသိုလ်ကံကုန်ခြင်း သက်တမ်းကုန်ခြင်း ယင်းနှစ်ပါးတို့၏ကုန်ဆုံးခြင်းကြောင့်သေခြင်း။

၁။ အကာလမရဏာ– အသက်တမ်းစသည် မကုန်သေးဘဲ ဥပစ္ဆေဒကကံကြောင့် မသေသင့်ဘဲ သေရခြင်း။

◉ ◉ ◉

သေခြင်း ၃ မျိုး

၁။ ခဏိကမရဏာ – ပဋိသန္ဓေစိတ်ဖြစ်ပြီး နောက်အခါ၌ ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ ပျက်ခြင်း ခဏခဏ သေခြင်း။

၂။ သမ္မုတိမရဏာ – မောင်ဖြူသေပြီ စသည်ဖြင့် လောက၌ သမုတ်အပ်သော သေခြင်း။

၃။ သမုစ္ဆေဒမရဏ- ကိလေသာကုန်ပြီးသော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏နောက်ထပ် ပဋိသန္ဓေနေခြင်းမရှိသော အကြွင်းမဲ့ပြတ်စဲခြင်းဟူသော သေခြင်း

(အဘိဋ္ဌ ၂-၃၉)

* * *

သေပြီဟု ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြောင်း ၃ မျိုး

၁။ အသက်ဟုဆိုအပ်သော ဇီဝိတိန္ဒြေသည် ခန္ဓာကိုယ်မှစွန့်ခွာခြင်း၊

၂။ ကိုယ်ငွေ့ဟုဆိုအပ်သော ကမ္မဇတေဇောသည် ခန္ဓာကိုယ်မှစွန့်ခွာခြင်း၊

၃။ သိတတ်သော ဝိညာဏ်တရားသည် ခန္ဓာကိုယ်မှ စွန့်ခွာခြင်း

(မ၊၁၊ ၃၇၀)

* * *

ကြိုတင်ပြီးမသိနိုင်သောအရာ ၅မျိုး

၁။ ဘယ်အသက်အရွယ်မှာ သေရမယ်လို့ မသိနိုင်၊

၂။ ဘယ်အနာရောဂါနဲ့ သေရမယ်လို့ မသိနိုင်

၃။ ဘယ်အချိန်အခါကာလမှာ သေရမယ်လို့ မသိနိုင်၊

၄။ သေပြီးနောက် အလောင်းကောင်ကို ဘယ်သုသာန်မှာ မြှုပ်နှံသင်္ဂြိုဟ်ရမည် ဆိုတာ မသိနိုင်။

၅။ သေပြီးနောက် ဘယ်ဂတိလားရောက်ရမယ်ဆိုတာ မသိနိုင်။

ဇီဝိတံ ဗျာဓိကာလော စ၊ ဒေဟနိက္ခေပနံ ဂတိ။

ပဉ္စေတေ ဇီဝလောကသ္မိံ အနိမိတ္တာ န နာယရေ (သံဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၉)

(ဆောင်) ဘယ်သက်ရွယ်မှာ ဘယ်ရောဂါနဲ့ ဘယ်ခါကာလ ဘယ်ဒေသရှိ ဘယ်ဂတိ၌ သေရမည့်တာ တို့သူငါ မှန်စွာမသိပါတကား။

* * *

'သေသွားရင် ကိုယ့်နောက် ဘာပါသွားလဲ'

၁။ လူတစ်ယောက်သေသွားလျှင် သူပိုင်ဆိုင်သော ရှာဖွေစုဆောင်းထားသော ပစ္စည်းဥစ္စာ ရွှေငွေတိုက်တာ စသည်တွေကတော့ အိမ်မှာပဲထားခဲ့ရပါတယ်။

၂။ သေသောသူနဲ့ သံယောဇဉ်စပ်ကြတဲ့ ဇနီးမယားလင်ယောကျ်ား သားသမီး ဆွေမျိုးဉာတကာတွေကတော့ သုသာန်ထိသာလိုက်ပါပို့ဆောင်ပြီး ကိုယ့်အိမ် ကိုယ်ပြန်ကြပါတယ်။

၃။ သေသွားသောသူရဲ့နောက်ကိုတော့ သူလုပ်ထားတဲ့ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ် ကံနှစ်ပါးကပဲ သွားသောသူနောက်သို့ အရိပ်သည် ထပ်ချပ်မကွာ လိုက်ပါ သွားသကဲ့သို့ ဘဝသံသရာတစ်လျှောက်လုံး မိမိပြုထားတဲ့ကံများကသာ လိုက်ပါ အကျိုးပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မသေခင်က ကုသိုလ်ကောင်းမှု ကြိုတင်ကာ ပြုလုပ်အားထုတ်ကြပါလေ။

အတ္တာဂေဟေ နိဝတ္တန္တိ သုသာနေ မိတ္တဗန္ဓဝါ

သုကတံ ဒုက္ကတံကမ္မံ ဆာယာဝ အနုယာယတိ။

(ဆောင်) မနေရလို့ သေကြသောအခါ ကိုယ့်နောက်ကိုများ ဘာများပါမှာ ပစ္စည်းစုစု တစ်ခုမပါ ဇနီးမယားသမီးသားမပါ ကိုယ်ပြုထားကံများသူတို့ပါ။

• • •

မကယ်နိုင်ရှာတေးသုံးဖြာ

၁။ အိုခြင်းဘေး

၂။ နာခြင်းဘေး

၃။ သေခြင်းဘေး

ဒီတရားသုံးပါးဟာ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ဘယ်လောက်ပင် ချစ်ခင်ပေမယ်လို့ သူတစ်ပါးကို မအိုရအောင် မနာရအောင် မသေရအောင် ဘယ်လိုနည်းနှင့်မျှ မကယ်နိုင်ပါ။ ဘာဖြစ်လို့ မကယ်နိုင်တာလဲ ? မိမိကိုယ်တိုင်က အိုခြင်းတရား နာခြင်းတရားတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်နေရပြီး တစ်နေ့သေခြင်းတရားနဲ့ ဧကန်မုချ ရင်ဆိုင်

...လိမ့်ဦးမယ်။ ဒီတရားတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်ပြီးနေရတော့ သူတစ်ပါးကို ဘယ်လိုလုပ် ...ဘယ်ဆယ်စောင့်ရှောက်နိုင်ပါ့မလဲ။ ဒါကြောင့် တစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ကိုယ်တား ...င်လို့လည်းမရပါဘူး။ မအိုပါစေနဲ့လို့လည်း တောင့်တလို့မရပါဘူး။ ရေဘေး ...ဘေးတိုင်းပြည်ပျက်တဲ့ဘေးဆိုးတွေနဲ့ တွေ့ကြုံတဲ့အခါ အလွန်ချစ်ကြခင်ကြ ...င် ဆယ်ပုံတစ်ပုံ ဆယ်ရေးတစ်ရေး ကယ်မယ်ဆိုရင် ကယ်...ပေမယ့် ...ဘေးသုံးမျိုးကိုတော့ ဘယ်သူမှ လုံးဝကယ်လို့မရနိုင်ပါဘူး။

...ဘောင်) ရေဘေး မီးဘေး ပြည်ပျက်ဘေးကား ဆယ်ရေးတစ်ရေး ကယ်နိုင် ...သေး၏။ အိုဘေး နာဘေး သေခြင်းဘေးဟု ဤဘေးသုံးပါး လွန်ကြီးမားကား ...ားနှင့်အမိ ဖြစ်တုံဘိလည်း မျက်စိအောက်တွင် ရင်ခွင်တင်လျက် သက်သက် ...ပိုင် မကယ်နိုင်ဘူး၊ လက်မှိုင်ချကာ နေရစ္စာရှင့်။

• • •

နုမြင်နုပျောက်

အသက်စည်းစိမ် ခန္ဓာအိမ်ကား တိမ်တခဲနက် ကြည့်ရင်းပျက်သို့ မျက်စိ ...အောက်တွင် လွင့်ပျောက်စဉ်၍ သခါရစက် သူ့ပိုင်နက်၌ သွက်သွက်လည်ကာ ...ရှရှာသည် ခန္ဓာ အနိစ္စပါတကား။

လယ်တီဆရာတော် သံဝေဂလင်္ကာ

၁။ နုနယ်ရုပ်ဆင်း ပျိုမြစ်ခြင်းကား အိုမင်းနောက်ဆုံးရှိချေ၏။
၂။ ဥစ္စာဆင်မြင်း ပေါ်များခြင်းကား ယိုယွင်းနောက်ဆုံးရှိချေ၏။
၃။ ဝိညာဏ်ထင်လင်း သက်ရှင်ခြင်းကား သေမင်းနောက်ဆုံးရှိချေ၏။
၄။ ချစ်ခင်ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံခြင်းကား ကွေကွင်းနောက်ဆုံးရှိချေ၏။
၅။ တက်ကြွားကြွကြွ မြင်သမျှကား လျောကျနောက်ဆုံး ရှိချေ၏။
၆။ ခံမင်ခယ ချစ်သမျှကား သောကနောက်ဆုံးရှိချေ၏။
၇။ ပွဲလယ်ပြင်ပ ချီးမွမ်းကြလည်း ရှုတ်ချနောက်ဆုံးရှိချေ၏။
၈။ ကြည်သာရွှင်ပြ ချမ်းသာလှလည်း ဒုက္ခနောက်ဆုံး ရှိချေ၏။

• • •

မင်းကွန်းဆရာတော် သံဝေဂ ဓမ္မလင်္ကာ

ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရတို့ ကိုယ်ကဏ္ဍပုံ ဖြစ်လိုတုံလည်း တစ်ဖုံဆင်ကွဲ
သူတနည်းဖြင့် ဖောက်လွဲတတ်စွာ ဓမ္မတာကို ပညာစက္ခု မျှော်ထောက်ရှု၍
ယခုပင်လျှင် မအိုခင်က ကြိုတင်ကောင်းမှု ကြိုးစားပြုလော၊
ယခုပင်လျှင် မနာခင်က ကြိုတင်ကောင်းမှု ကြိုးစားပြုလော၊
ယခုပင်လျှင် မသေခင်က ကြိုတင်ကောင်းမှု ကြိုးစားပြုလော၊

ရတုချိန်ထောက် ဤခါရောက်မှ ချုပ်ပျောက်ခန္ဓာ သေပိမ့်ငှာဟု သတ္တဝါ ခပင်း ရှင်သေမင်းနှင့် မိတ်သင်းဖွဲ့လျက် တစ်စက်ကမှ မရှိကြဘူး။ 'အပ္ပမာဒေန ဘိက္ခဝေ သမ္ပာဒေထ' ဘုရားစကား လိုက်နာပွားသည် တရားလက်မလွှတ် ကြစေနှင့်။

* * *

မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် သံဝေဂကဗျာ

ငါတို့နေရာ ဤကမ္ဘာ တဏှာအုပ်စိုးသည်၊
တဏှာစေရာ မနေသာ ဖွေရှာဆက်ရသည်၊
ရသည့်ဥစ္စာ ချစ်သူပါ စွန့်ခွာသွားရသည်၊
တကာယ့်အရေး တကာယ့်ဘေး ဘယ်သွေးဘယ်သား မကာယ်ပြီ။
ငါနှင့်ရွယ်တူ ငါ့အောက်လူကြီးသူ သေကြများလှပြီ၊
ခဏမစဲ အိုစမြဲ ကိုယ်လည်းသေဘက်နီးခဲ့ပြီ။
ဇရာမီးတောင် ကိုယ်ထဲလောင် သေအောင်မြိုက်တော့သည်၊
မသေရခင် သွားလမ်းစဉ် ကြိုတင်ပြင်သင့်ပြီ။
ဒါန သီလ ဘာဝနာ လမ်းသာတွင်လိမ့်မည်၊
မဂ္ဂင်ယာဉ်ကြီး အမြန်စီး ခရီးထွက်တော့မည်။

* * *

ကြို့တင်သတိ အကျိုးရှိ

တစ်နေဝင်လျက် တစ်နေထွက် နေ့ရက်နာရီ ကုန်ခဲ့ပြီ၊
နာရီတွေပြောင်း ရက်တွေပြောင်း လပေါင်းဆင့်ဆင့် တက်ခဲ့ပြီ၊
လပေါင်းစုတွေ ကုန်လွန်စေ သစ်ဝေ တစ်နှစ်ဆန်းတော့မည်။
တစ်နှစ်ဆန်းလျှင် ငါ့အသွင် တွင်တွင်ဆန်းစစ်ကြည့်သင့်ပြီ။
တစ်နှစ်တာတွင် မဆင်ခြင် ပျော်ချင်သမျှ ပျော်ခဲ့သည်။
တစ်နှစ်တာတွင် မဆင်ခြင် မော်ချင်သမျှ မော်ခဲ့သည်။
အရွယ်ချင့်သော် တော်သင့်နော် ပျော်မော်အကြွား နားသင့်ပြီ၊
ပျော်မော်မကင်း မေ့လျော့လျှင်း သေမင်းငါ့ကို ညှင်းတော့မည်။
သေမင်းလက်တွင် မရောက်ခင်က ကြို့တင်စဉ်းစား မြတ်တရား
ကြိုးစားသင့်လှပြီ။

(ရွှေတိဂုံဘုရားမှ)

• • •

လယ်တီဆရာတော် မရဏသတိလင်္ကာ

မှတ်ကာစွဲယူ များဖိုလ်လူတို့ နိဗ္ဗူမရ ဆင်းရဲကြလိမ့်၊
လောကသုံးခွင် ဘုံအပြင်ဝယ် ဖြစ်လျှင်ပျက်မြဲ မှန်မလွဲတည်း။
သုံးစွဲဖို့ရာ မြတ်ဥစ္စာကို ကြမ္မာကံပေးရပြန်သေးလည်း ပျက်ရေးတဖန်
တွေ့ကြုံပြန်၏။
ချစ်လှျံလှျံဝေဝေ ချစ်သူတွေနှင့် ချစ်လေသမျှ ပေါင်းဖော်ကြလည်း
ကွဲရမည်မှာ မလွဲသာတည်း။
ရှည်စွာအသက် တည်ရှိလျက်လည်း ပုခက်နှင့်ပေ ဝေးလေလေ၌
နီးလေ ပျဉ်ခေါင်း အမှန်အောင်းလိမ့်၊ အကြောင်းမလျော် သုံးရက်ကျော်က
ပုပ်စော်ညှီနံ့ ရန်တွေ့ပြန်သို့ အမှန်ချစ်သူ မကပ်မူဘဲ လျစ်လျူရှုသည်း
တကာယ်မုန်း၏။

နောက်ဆုံးရောက်ခါ မြို့ပြည်ရွာနှင့် ဆွေညာအများ စွန့်ပယ်ထား၍ သွားရေ အပြီး လူမနီးသည့် တောကြီးဆိတ်ညံ မြေသုသာန်ဝယ် မြှုပ်နှံဘိခြင်း ခြောက်ပေ တွင်း၌ စင်းစင်းအိပ်ကာ မလွဲသာဘဲ နေရနဲ့ကို စွဲမြဲ၍သာ ဆင်ခြင် ပါလော။

သခါရမြို့ လောကီဘုံ၌ နိုလုံဝင်စံ ပုထုဇဉ်တို့ လောကစံလွတ်ကြောင်း လမ်းကောင်းမဂ္ဂင် ရှစ်အင်ဓမ္မ အဝဝကို နေ့ညမကွာ ကြိုးစားရာသည် ခေမာ ရောက်မှ အေးမည်တည်း။

(သဗ္ဗမင်္ဂလာ ၄၀၁)

• • •

ဇာတိပဋိသန္ဓေနေရခြင်း ဒုက္ခ

စာသစ်စာကျက် အောက်ထက်ဝန်းရံ ပုပ်နံညှီလောင်း ကျဉ်းမြောင်းမဲမိုက် မိဝမ်းတိုက်ဝယ် ဘင်၌လောက်လို ကျောက်ကိုဝမ်းပြု ဒူးနှစ်ခုကြား ဦးခေါင်းထား လျက် မေးကြားလက်ဆုပ်၊ သစ်ငုတ်တိုမှာ မျောက်အိုကုပ်သည့်နှယ် မလှုပ်မ ယှက် သေသောက်လက်ဝယ် ဆိတ်သူငယ်လို အလမ္မာယ်မိ မြွေငယ်ချိသို့ အမိစပ်ခါ။ ပူအေးစားက ကိုယ်သားဆတ်ဆတ် သတ်ပြတ်တစေ ဆယ်လနေ၍ လေကမ္မဇ ဦးစောက်ချသား မင်္ဂဝသို့ရောက် သံကောက်ပေါက်မှ ဆွဲမြောက်ဆင် ပြောင် သံဘောင်ကြိတ်ခြေ ပုံနေရယိက ပြင်သို့ကျလည်း အပ်ဆွသည့်ဟန် ကြီးပြန်ဒုက္ခ ပြစ်များလှသည် လက်စဇာတိမူရင်းတည်း။

ဇရာဒုက္ခ

ဆံဖြူသွားကျွေ ပါးရေတွန့်ကာ မျက်စိမှုန်သည်
တုန်ရီရမ်းခါ ခါးကိုင်းနားထိုင်း အကြောပြိုင်းပေါ်လာ
အော် ခန္ဓာတို့သဘော အိုဇရာ။

• • •

ဓမ္မဒူတ အရှင်ဆေကိန္ဒ သံဝေဂလင်္ကာ

အိုသူကမွေး အိုသွေးပါလာ အိုမှာမလွဲ အိုမြဲသေချာ
ငါလည်းပဲ အမြဲအိုရမှာ။
နာသူကမွေး နာသွေးပါလာ နာမှာမလွဲ နာမြဲသေချာ
ငါလည်းပဲ အမြဲနာရမှာ။
သေသူကမွေး သေသွေးပါလာ သေမှာမလွဲ သေမြဲသေချာ
ငါလည်းပဲ အမြဲသေရမှာ။

◉ ◉ ◉

THE OLE MAN AND THE SEA

အိုတံငါနှင့် အဏ္ဏဝါ ကမ္ဘာမှာ စာဆိုတစ်ခုရှိ၊
ပင်လယ်ထဲက ငါးကြီးတစ်ကောင် တံငါအိုက ကမ်းကိုဆောင်
လမ်းခရီးမှာ ငါးမန်းတွေဆွဲ အရိုးအသားတွေ ဖရိုဖရဲ၊
ကမ်းကိုရောက်လို့ ကြည့်သောအခါ အရိုးပြိုင်းပြိုင်းကျန်တော့တာ
ဘဝဆိုတာ ဒီလိုပဲ နောက်ဆုံးတစ်နေ့ ဘာကျန်လဲ၊
ရွှေတွေငွေတွေ ရှာလိုက်တာ ဂုဏ်ရောနာမည်ရောပါ၊
ဘယ်သူ့အတွက်လဲ ဘာအတွက်လဲ သေချာမသဲကွဲ၊
တဖြည်းဖြည်းနဲ့ အိုမင်းလာ နာခြင်းကလည်း ကပ်လျက်ပါ၊
ရောဂါကျွမ်းတော့ သေမင်းဆွဲ မြေမှာဘုန်းဘုန်းလဲ
ကိုယ့်မှာဘာကျန်လဲ။

(HEMINGWAY)

◉ ◉ ◉

အချိန်မရွေးသေနိုင်တယ်

သာယမေကေ နဒိဿန္တိ ပါတောဒိဋ္ဌာ ဗဟူဇနာ၊
ပါတော ကေနဒိဿန္တိ သာယံဒိဋ္ဌာ ဗဟူဇနာ။

ရဟန်းရှင်လူအဆူဆူ ထိုထိုများစွာသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို နံနက်ခင်းအခါက မြင်အပ်တွေ့အပ်ပါပေကုန်၏။ မနက်ခင်းက မြင်ရထိုထိုအချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ညနေခင်းအခါကျတော့ မမြင်ကြရပါပေကုန်။

နေ့မြင်ညပျောက် ညမြင်နေ့ပျောက် လောကသဘာဝသူသူငါငါ သတ္တဝါမှန်သမျှ မသေနိုင်တဲ့အခါရယ်လို့ မရှိဘူး။ သေခြင်းသဘောတရားဆိုတာက သေမယ်ထင်ပေမယ့် သေချင်မှသေတာ၊ မသေဘူးထင်ပေမယ့် သေသွားရတယ် သေမင်းက အချိန်မရွေးဘူး၊ တချို့ ကိုယ်နဲ့ရင်းနှီးတဲ့မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းတွေ မနက်က တွေ့လိုက်ပေမယ့် ညနေကျဆုံးချင် ဆုံးသွားတာပဲ၊ ညနေက တွေ့လိုက်ပေမယ့် မနက်ကျတော့ သေချင်သေသွားတာပဲ။ ဒါကြောင့် သေခြင်းဆိုတဲ့ မရဏတရားဟာ အချိန်မရွေး ငါ့ထံရောက်လာနိုင်ပါလားလို့ သတိသံဝေဂရကြပြီး ဒါနသီလ ဘာဝနာအစု မြတ်ကောင်းမှုတွေကို ကြိုးစားအားထုတ်ကြပါစို့လို့ တိုက်တွန်းနှိုးဆော်လိုက်ရပါသည်။

မနာချင်လို့ ငါကဆိုလည်း ဆိုတိုင်းမရ နာကြရ အနတ္တခန္ဓာကိုယ် မအိုချင်လို ငါကဆိုလည်း ဆိုတိုင်းမရ အိုကြရ အနတ္တ ခန္ဓာကိုယ်၊ မသေချင်လို့ ငါကဆိုလည်း ဆိုတိုင်းမရ သေကြရ အနတ္တခန္ဓာကိုယ်။

* * *

သက်တမ်းတစ်ရာ

အဗ္ဗောဝဿသတံ သဗ္ဗေလောကေ သကမ္မနိဿိတာ

မရဏံ ဝေ ဂမိဿန္တိ ဇာတာနံ ဟိ မရဏံ ဓုဝံ။

နှစ်ပေါင်းတစ်ရာအတွင်းမှာ ဘယ်သူမှ မြဲမှာမဟုတ်ဘူး၊ အင်မတန် ကံကောင်းတဲ့ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အနည်းအကျဉ်းလောက်ပဲ တစ်ရာကျော်နေရတာ ရှိပါတယ်၊ သို့သော် များသောအားဖြင့် တစ်ရာအတွင်း ခုခေတ် ခုနစ်ဆယ်လောက်ဆို တယ်မဟုတ်ချင်ဘူး၊ ခုနစ်ဆယ် ရှစ်ဆယ် ဒီအတွင်း သေကြတာချည်း များနေတယ်၊ အဲဒါကြောင့် ကိုယ့်အလုပ်လုပ်ကြရင်း လုပ်ရင်းကိုင်ရင်း နေရင်းထိုင်ရင်းနဲ့ အနှစ်တစ်ရာအတွင်းမှာ အကုန်သေကြမှာချည်းပါပဲ။

စားသမျှ မစင်၊ ထားသမျှမသေခင်

ပြုသမျှကုသိုလ်အပင်၊ ယခုကာလ ဘဝကောင်းတွင်

စားလဲစား ထားလဲထား ပြုလဲပြုမှတော်မည်ထင်။

(ဒီပဲရင်းဆရာတော်)

◉ ◉ ◉

မမေ့နေရင် မသေဘာပဲ

အပ္ပမာဒေါ အမတံပဒံ ပမာဒေါ မစ္စုနော ပဒံ

အပ္ပမတ္တာ နမီယန္တိ ယေပမတ္တာယထာမတာ။

အပ္ပမာဒေါ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့၌ မမေ့မလျော့ခြင်းသည်၊ အမတံပဒံ၊ မသေရာမှန် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းဖြစ်ပါပေ၏။ ပမာဒေါ၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆ ပမာဒဆိုသောတရားသည်။ မစ္စုနော၊ အသေမစဲ တသေတည်းသေရခြင်း၏၊ ပဒံ၊ အကြောင်းရင်းအစစ် တကယ်တမ်းဖြစ်ပါပေ၏။ အပ္ပမတ္တာ၊ ကုသိုလ်တရားတွေ ကြိုးစား၍ မမေ့မလျော့ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် နမီယန္တိ၊ မသေမကျေနေကြရသေကုန်၏။ ယေ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်၊ ပမတ္တာ၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆ ပမာဒတရားအားကြီးကြလေကုန်၏။ တေ၊ ထိုပမာဒတရားအားကြီးကြတဲ့ မေ့လျော့ကြတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ မတာယထာ၊ သူသေနှင့်မခြား အလားတူကြပါပေကုန်သတည်း။

မမ္မပဒ ပါဠိတော်မှာ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ဟောတော်မူခဲ့တာက ကုသိုလ်ကောင်းမှုမှာ မမေ့ရင် နိဗ္ဗာန်ရောက်နိုင်တယ်၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆနေရင် သေနိုင်တယ်၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆ ပမာဒတရားအားကြီးတဲ့သူတွေဟာ သူသေနဲ့မခြား အလားတူတယ်ဆိုတဲ့အတိုင်း ခြောက် တစ်နေ့ကျရင် ငါတို့လည်း သေခြင်းဆိုတဲ့ ဒီအဖြစ်ဆိုးနဲ့ ကေန်ကြုံတွေ့ရမယ်၊ မကြုံခင် ကြိုတင်ပြီးတော့ ကုသိုလ်တရားတွေနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆောက်တည်ရာ မှီခိုရာ အားထားရာ ရှိသူတွေဖြစ်အောင် ကြိုးစားကြမယ်ဆိုတဲ့ သတိသမ္ပဇဉ တရားရှေ့ထားပြီး

တော့ ပွားများ သင့်ပွားများထိုက် ကြိုးစားသင့်ကြိုးစားထိုက်တဲ့ကုသိုလ်တွေကို ကြိုးစားအားထုတ် နိုင်ကြပါစေ။

(ဆောင်) ပစ္စည်းကပေါ ရုပ်ချောသူတွေ ပစ္စည်းမရှိ နတ္ထိမနေ
ဂုဏ်ရှိဂုဏ်မဲ့ဆိုတဲ့သူတွေ အဆုံးကြ လုံးဝအားလုံးသေ။

◉ ◉ ◉

သေမင်းမကြောက် ထိုသုံးယောက်

မိမိတို့သန္တာန်မှာ များစွာဆည်းပူးပြုလုပ် အားထုတ်ခဲ့ဖူးသော ဒါန၊ သီလ၊ သမထဝိပဿနာ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုရှိနေပြီဆိုလျှင် သေမှာကို ဘာမှကြောက်စရာမလို၊ ရဲရဲဝံ့ဝံ့ သေမင်းကို ရင်ဆိုင်နိုင်ပါပြီ။ ဘုရားရှင်လက်ထက်တော်အခါကလည်း ဒါနသီလသမထဝိပဿနာ များစွာပြုလုပ်အားထုတ်ထားသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ၎င်းတို့မကွယ်လွန်မီကသာလျှင် နတ်ပြည် ၆ ထပ်ရှိ အချို့သော နတ်သားနတ်သမီးများက လူ့ဘဝကို ချည်ပုဆိုး၊ မြေအိုး၊ တဲအိမ်နှင့်တူပြီး နတ်ဘဝကိုတော့ ပိုးပုဆိုး၊ ရွှေအိုး၊ တိုက်အိမ် ဥပမာပေးကာ သေမင်းကို ရင်ဆိုင်နိုင်ရန် တိုက်တွန်းခဲ့ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် သေခြင်းတရားကို မကြောက် မရွံ့ ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ရင်ဆိုင်နိုင်ရန် တတ်နိုင်သမျှ ဒါန သီလ ဘာဝနာကုသိုလ်ကောင်းမှုများကို များများကြီးပြုလုပ်အားထုတ်သင့်ပါကြောင်း အကျိုးမျှော်၍ နှိုးဆော် တိုက်တွန်းလိုက်ရပါသည်။

(ဆောင်) ကိုယ့်ဒါနထောက် ရဲရဲတောက် သေမင်းမကြောက်ပြီ။
ချည်ပုဆိုးစုတ်ရာ ပိုးပုဆိုးသာ သေခြာသုံးရပမာညီ။
ကိုယ့်သီလထောက် ရဲရဲတောက် သေမင်းမကြောက်ပြီ။
မြေအိုးကွဲရာ ရွှေအိုးသာ သေခြာသုံးရပမာညီ။
ကိုယ့်ဝိပဿနာထောက် ရဲရဲတောက် သေမင်းမကြောက်ပြီ။
တဲအိမ်ပြိုရာ တိုက်အိမ်သာ သေခြာသုံးရပမာညီ။

◉ ◉ ◉

မြူနှင်းခနဲ့ ခသေနိုင်

တစ်ရက်ကုန်ပြန် ငါ့ရုပ်နာမ် အမှန်တစ်ရက်အိုလာပြီ၊
တစ်ရက်ကုန်ပြန် ငါ့ရုပ်နာမ် အမှန်တစ်ရက် နာလာပြီ၊
တစ်ရက်ကုန်ပြန် ငါ့ရုပ်နာမ် အမှန်တစ်ရက် သေဖို့နီးလာပြီ၊
မမျှော်လင့်ဘဲ ဖြုန်းခနဲ အိုလည်းအိုနိုင်တယ်၊
မမျှော်လင့်ဘဲ ဖြုန်းခနဲ နာလည်းနာနိုင်တယ်၊
မမျှော်လင့်ဘဲ ဖြုန်းခနဲ သေလည်းသေနိုင်တယ်။

❀ ❀ ❀

ယနေ့အလုပ် ယနေ့ပြီးအောင်လုပ်

အဇ္ဇေဝ ကိစ္စံ အာတပ္ပံ၊ ကောဇညာ မရဏံ သုဝေ၊
နဟိ နော သင်္ဂရံတေန မဟာသေနေန မစ္စုနာ။

အဇ္ဇေဝ၊ နက်ဖြန်သဘက်ပြုရက်မရွေ့ ယနေ့ပင်လျှင်။ အာတပ္ပံ၊ ဒါနသီလ ဘာဝနာဟု သုံးဖြာအလုပ် တကယ်တမ်းအားထုတ်ခြင်းကို။ ကိစ္စံကာတဗ္ဗံ၊ ဆော လျှင်မသွေပြုသင့်ပေ၏။ သုဝေ၊ ယနေ့လွန်မြောက် တမိုးသောက်ရာ နက်ဖြန် ဒါ၌။ ဇီဝိတံဝါ၊ သက်မြတ်မခင် ရှင်ရမည်ကိုလည်းကောင်း။ မရဏံဝါ၊ သက် မြတ်ပျက်ကြွေသေရမည်ကိုလည်းကောင်း။ ကော၊ ဘယ်သူဘယ်ဇာတ် ဘယ် နတ်ဗြဟ္မာ ဘယ်သတ္တဝါတို့သည်၊ ဇညာ၊ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိနိုင်ပါအံ့နည်း။ သေနာ၊ ငါတို့အား၊ မဟာသေနေန၊ လက်နက်ဘုတ်ဓားရောဂါအားဖြင့် များသော ဗိုလ်သည်ရှိသော၊ တေနမစ္စုနာ၊ ထိုသုံးဘုံပိုင်နင်း အာဏာပြင်းသည့် သေမင်း ကြီးနှင့်၊ သင်္ဂရံ၊ မိတ်ဆွေဖွဲ့လျက်၊ လက်ဆောင်ဆက်၍ စစ်ဖက်ယှဉ်ပြိုင် အောင်နိုင်ရန်အတွက် အချိန်းအချက်သည်၊ နဟိအတ္ထိ၊ အမှန်ပင်တည့် မရှိ သည်သာတည်း။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဓမ္မပဒပါဠိတော်မှာ ဟောထားတာရှိပါတယ်၊ ယနေ့ အလုပ် ယနေ့ပြီးအောင်လုပ်ပါတဲ့ ဦးဇင်းတို့မြန်မာပြည်က လူတွေ တော်တော်

များများဟာ လုပ်စရာရှိတဲ့အလုပ်ကို ပြီးအောင်မလုပ်ဘဲ နေ့ရွှေ့ညရွှေ့ ရွှေ့တတ်ကြတယ်၊ သာမန်အလုပ်ကိစ္စကို ရွှေ့ဆိုင်းတာ ပြဿနာမရှိပေမယ့် ဒါနသီလဘာဝနာအလုပ်ကိုတော့ မရွှေ့ဆိုင်းဘဲ ချက်ချင်းလုပ်သင့်ပါတယ်။ တစ်ခါတုန်းက ဝေဘူဆရာတော်က တရားထောက်တဲ့ ဒကာကို ဒကာကြီး ဘယ်တော့တရားစအားထုတ်မလဲလို့ မေးတဲ့အခါ မနက်ဖြန်ခါကျမှ အားထုတ်တာပေါ့ဘုရားလို့ လျှောက်သတဲ့။ နောက်နေ့တစ်ခါ မေးပြန်တော့လည်း နက်ဖြန်ခါလို့ပဲပြောတော့ မဆုံးနိုင်တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် သားရေးသမီးရေး စီးပွားရေး၊ ကြီးပွားရေးတွေနဲ့ အချိန်ပြုန်းမနေဘဲ ယခုပင်လျှင် ဒါနသီလ ဘာဝနာအလုပ်တွေကိုစပြီး ကြိုးစားအားထုတ်လိုက်ပါ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် သေခြင်းတရားက ဒီနေ့သေမလား မနက်ဖြန်သေမလား ပြောလို့မရတဲ့အတွက် ဒီနေ့လုပ်စရာရှိတဲ့ဒါနသီလဘာဝနာအလုပ်တွေကို အသေမဦးခင် ဉာဏ်ဦးအောင် ကြိုးစားအားထုတ်သင့်ပါကြောင်း အကျိုးမျှော်ကာ နှိုးဆော်တိုက်တွန်းလိုက်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

"သတိသံဝေ ယူကြလေ"

လောကမှာ ထွက်လာသော နေသည် မုချဝင်သွားရသကဲ့သို့ ထိုနည်းတူစွာပဲ မွေးဖွားလာကြတဲ့ ခန္ဓာငါးပါးရုပ်နာမ်တရား ရထားကြတဲ့ ပုပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါတိုင်း သတ္တဝါတိုင်း နောက်ဆုံး မုချသေဆုံးကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ 'အလုံးစုံသောသတ္တဝါအပေါင်းတို့သည် သေရခြင်းသဘောရှိကြလေကုန်၏၊ သေရခြင်းသဘောကို မလွန်မြောက်နိုင်ကြကုန်သောကြောင့်

သူများအိုတာမြင်ရင် ငါလည်းပဲ သူ့လိုအိုရဦးမယ်လို့ သံဝေဂ ယူတတ်ရတယ်။ သူများတွေကျန်းမာရေးမကောင်းတာကိုတွေ့မြင်ရရင် ငါလည်းပဲ သူ့လိုနာရဦးမယ် အဲဒီလိုလည်း သံဝေဂယူတတ်ရမယ်၊ သူတစ်ပါးတွေ ကွယ်လွန်သေဆုံးနေတာကို မြင်ရကြားရတဲ့အခါမှာလည်း ငါလည်းပဲ တစ်နေ့ကျရင် သူတို့လို မုချသေရဦးမယ်လို့ သတိသံဝေဂ ယူကြရမှာဖြစ်ပါတယ်။

◉ ◉ ◉

အသေလှအောင် လုပ်သင့်ပြီ

(ဆောင်) ငါနှင့်ရွယ်တူ ငါ့အောက်လူ ကြီးသူသေကြ များလှပြီ
ခဏမစဲ သေစမြဲ ငါလည်း သေဘက်နီးခဲ့ပြီ၊
မသေသေးမီ ပါရမီ ငါသည်ဖြည့်မှ တော်တော့မည်။
မသေမီက အချေကျ အသေလှအောင် လုပ်သင့်သည်၊
အသေမလှ အပါယ်ကျ ဘဝဆုံး၍ နစ်နာမည်၊
မသေပါလို ငါကဆိုလည်း ဆိုတိုင်းမရ သေကြရ
အနိစ္စသာ ဖြစ်တော့သည်။

(တရားဦးဓမ္မစကြာ)

တရားရှုကြပါ

တစ်နေ့ တစ်နေ့ တရွေ့ရွေ့ ပြောင်းရွှေ့အိုနေတာ။
ပြင်နေသော်လည်း အပိုပဲ အိုမြဲဓမ္မတာ
အိုနေတယ်ဟု သတိပြု တရားရှုကြပါ။

◉ ◉ ◉

မမြဲသုံးချက် မြဲသုံးချက်

ပျိုခြင်းမမြဲ အိုခြင်းမြဲ ငါလည်းအိုရမှာပါတကား၊
မာခြင်းမမြဲ နာခြင်းမြဲ ငါလည်းနာရမှာပါတကား၊
နေခြင်းမမြဲ သေခြင်းမြဲ ငါလည်းသေရမှာပါတကား၊

◉ ◉ ◉

အမြဲဆင်ခြင်ရမည့်တရား

နုပျိုနေတဲ့ ငါ့ရဲ့ခန္ဓာ တစ်နေ့နေ့ကျ အိုရမှန်စွာ၊
အိုရမည့်ဘေး မျှော်တွေးခါခါ မြတ်ဓမ္မ နေ့ညဆင်ခြင်ပါ။
ကျန်းမာနေတဲ့ ငါ့ရဲ့ခန္ဓာ တစ်နေ့နေ့ကျ နာရမှန်စွာ၊
နာရမည့်ဘေး မျှော်တွေးခါခါ မြတ်ဓမ္မ နေ့ညဆင်ခြင်ပါ။

သက်ရှင်နေတဲ့ ငါ့ရဲ့ခန္ဓာ တစ်နေ့နေ့ကျ သေရမှန်စွာ၊
သေရမည့်ဘေး မျှော်တွေးခါခါ မြတ်ဓမ္မ နေ့ညဆင်ခြင်ပါ။
ချစ်ခင်နေတဲ့ ငါ့ရဲ့ဆွေညာ တစ်နေ့နေ့ကြ ခွဲရမှန်စွာ၊
ခွဲရမည့်ဘေး မျှော်တွေးခါခါ မြတ်ဓမ္မ နေ့ညဆင်ခြင်ပါ။

(ဦးဝိသာရဒ)

* * *

မမှားရအောင် သတိဆောင်

မအိုသေးခင် တရားဝင် ဉာဏ်စဉ်တက်လိမ့်မည်၊
အိုသောအခါမှ တရားမရ မှားကြပါလိမ့်မည်။
မနာသေးခင် တရားဝင် ဉာဏ်စဉ်တက်လိမ့်မည်၊
နာသောအခါမှ တရားမရ မှားကြပါလိမ့်မည်။
မသေသေးခင် တရားဝင် ဉာဏ်စဉ်တက်လိမ့်မည်။
သေသောအခါမှ တရားမရ မှားကြပါလိမ့်မည်။

(ရွှေနှင်းဆီ)

* * *

တားမရတဲ့ သေမင်း

မသေရလို ငါကဆို ငါဆိုမရပါ။
မသေရလို တောင်းဆုကို ငါဆိုမရပါ။
မသေချင်လည်း သေမှာပဲ တားလည်းမရပါ။
မသေဖို့ရန် တာဝန်ခံ အမှန်မရှိပါ။
မသေဖို့ရန် အာမခံ အမှန်မရှိပါ။
ရဟန်း ပုဏ္ဏား စသည်များ ဆီးတားမရပါ။
ဗြဟ္မာမာနတ် အရပ်ရပ် တားလပ်မရပါ။
အိုတဲ့ခန္ဓာ ရရှိလာ အိုတာတားမရ။

နာတဲ့ခန္ဓာ ရရှိလာ နာတာတားမရ။
သေမယ့်ခန္ဓာ ရရှိလာ သေမှာတားမရ။
အကုသိုလ်ကံ ကျိုးပေးဟန် အမှန်တားမရ။

(ဆင်ဖြူတောင်)

* * *

မသွားဘဲနီးလာတာ သုသာန်
သွားပါရက်နဲ့ ဝေးနေတာ နိဗ္ဗာန်

ဆုတ်ကပ်ကာလ လူ့ဘဝ တိုလှလူ့အသက်၊
ဦးခေါင်းမီးလောင် ငြိမ်းအောင်ကျင့်ငြား၊ ပမာလား စွမ်းအားမြင့်အောင်တက်။
သတိထားကာ စဉ်းစားပါ မှန်စွာကဲ့ရဲ့လျက်။
သေခြင်းတရား မရောက်ငြားသည့် အများသတ္တဝါ
မရှိပါ နီးလာသေဖို့ရက်။
မသွားဘဲသာ နီး၍လာ မှန်စွာ သုသာန်ဖက်၊
သွားပါသော်လည်း ဝေးနေမြဲ ချွတ်လွဲနိဗ္ဗာန်တွက်၊
ခန္ဓာရသမျှ သေဆုံးရ မှုချကောန်ပျက်၊
ဘဝတစ်ကွေ့ ခဏတွေ့ မမေ့ရအောင် ကြိုးစားတက်။

* * *

ဘဝတစ်ကွေ့ ခဏတွေ့

မအိုရလို ငါကဆိုလည်း မရဘဲ မလွဲအိုကြရ။
မနာရလို ငါကဆိုလည်း မရဘဲ မလွဲနာကြရ။
မသေရလို ငါကဆိုလည်း မရဘဲ မလွဲသေကြရ။
ချုပ်နာမ်အစု ငါးခုခန္ဓာ သေမျိုးသာ သူငါအားလုံး သေကြရ၊
မသေမီတွင် အထုပ်ပြင် ကြိုတင်ကြိုးစားမှ၊

အားကိုးစရာ ပြည့်စုံပါ သေခါစိတ်အေးရ။
ဘဝတစ်ကွေ့ ခဏတွေ့ မမေ့ရအောင် ကြိုးစားကြ။

(ယောဆရာတော်)

◉ ◉ ◉

ငါသာအိုရ ကြံတွေးဆ သောကအပူ ရောက်တတ်သည်၊
ငါသာသေရ ကြံတွေးဆ သောကအပူ ရောက်တတ်သည်၊
သောကပူလွှမ်း စိတ်မချမ်း ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ရတတ်သည်၊
သူငါအိုရ ရှုမြင်ဆ သောကအပူငြိမ်းပျောက်သည်။
သူငါသေရ ရှုမြင်ဆ သောကအပူ ငြိမ်းပျောက်သည်။
သောကပူကင်း ငြိမ်းချမ်းခြင်း ထင်လင်းသုခရနိုင်သည်။

(ဖြူးဆရာတော်)

အိုခြင်းသဘော မအိုသော လူရောနတ်ရော မရှောင်သာ။
သေခြင်းသဘော မသေသော လူရောနတ်ရော မရှောင်သာ။

◉ ◉ ◉

ဓမ္မုဒ္ဒေသ ၄ ပါး

၁။ အိုနာသေသို့ မောင်းနှင်ပို့ လူတို့မမြဲပါတကား၊
၂။ စောင့်ရှောက်သူမဲ့ ကိုးရာမဲ့ အားနွဲ့လှချေတကား၊
၃။ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ မရှိပါ စွန့်ခွာသွားရမည်သာတကား။
၄။ လိုမပြည့်ဝ အားမရ တဏှာကျွန်ချည်းပါတကား။
ဓမ္မုဒ္ဒေသ ဤလေးဝ ဗုဒ္ဓဟောကြားသတိထား။

(မဟာစည်)

◉ ◉ ◉

သင်သေသွားသော်

လူ့ပြည်လောက လူ့ဘဝကား
အိုရ နာရ သေရဦးမည် မှန်ပေသည်တည်း။
သို့တပြီးကာ၊ သင်သေသွားသော်
သင်ဖွားသည့်မြေ သင်တို့မြေသည်
အခြေတိုးမြင့် ကျန်ကောင်းသင့်၏။
သင်၏မျိုးသား စာစကားလည်း
ကြီးပွားတက်မြင့် ကျန်ကောင်းသင့်၏။
သင်ဦးချ၍ အမျှဝေရာ စေတီသာနှင့် သစ္စာအရောင်
ဉာဏ်တန်ဆောင်လည်း ပြောင်လျက်ဝင်းလျက် ကျန်စေသတည်း။

(ဆရာဇော်ဂျီ)

• • •

စိန်ခေါ်ခြင်း

အိုရမည်သာ– အိုမှာတွေးကြောက် စိတ်မခြောက်ဘူး။ များမြောက် ဒါနပြုထားပြီ၊
နာရမည်သာ– နာမှာမကြောက် စိတ်မနောက်ဘူး၊ ဆောက်တည်သီလ ရှိထား
ပြီ။ အိုခြင်းနာခြင်း ဖြစ်လာခြင်းကား သေမင်းခေါ်ရန် သတင်းမှန်
ကို ကေန်လာရောက် ပြောခြင်းတည်း။
ဪသေမင်းအရှင်– သင်၏ရှေ့ပြေး အိုနာဘေးကြောင့် မျှော်တွေးဘာဝနာ
ပွားခဲ့ပြီ၊ ငါကားသင့်ကို စောင့်၍ကြိုနေ ခေါ်လေလာလော
ရှင်သေမင်း။ (ကျိုက္ကာဘာစန္ဒ)

• • •

သေသူရည်မှန်း ရက်လည်ဆွမ်း

သွမ်းသွပ်အလှူ ပေးမည့်သူ ဗိုလ်လူလေ့လာကုန်။
ဂုဏ်ရှိလျှူခံ လှူစိတ်မှန် လှူရန် ပစ္စည်းစုံ၊

မျှပေးဝေမှု၊ ခေါ်သာစု ငါးခုသိသင့်ပုံ။
ကိလေကင်းကွာ ကင်းရန်သာ ကျင့်ကာနေကြကုန်။
ကြားမြင်ကြွယ်ဝ ကံယုံမှ တည်ရသရဏာဂုံ။
တစ်ယောက်ဦးတည် များတွက်ရည် စိတ်တည်တတ်စေကုန်၊
စားသောက်ဝတ်ခိုစီးဖို့ကို လှူလိုငါးမျိုးစုံ၊
လွန်သူ့တွက်တာ ရည်မှန်းကာ မျှသာဝေကြကုန်။
တစ်ဖက်ဘဝ ရောက်သူက ခေါ်ရသာစုစုံ။

• • •

'သတိသံဝေဂယူကြလေ'

သေခြင်းတရားနှင့် ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရား ရရှိထားသော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အားလုံး ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ကြရမည်မှာ ဧကန်ဖြစ်ပေသည်။ ထိုကဲ့သို့ သေခြင်း တရားနှင့်မရင်ဆိုင် မကြုံတွေ့မီ သေခြင်းတရားနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အမြဲတမ်း အောက်မေ့အမှတ်ရကာ သတိသံဝေဂ ယူသင့်ပါသည်။

ထိုကဲ့သို့ သတိသံဝေဂယူနိုင်ကြရန် ဘုရားရှင်က 'သေခြင်းတရားကို အမြဲ တမ်း အမှတ်ရစေရန် မရဏာနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း ပွားများနည်းများကို ဟောကြား တော်မူခဲ့ပါသည်။ ထိုမရဏာနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းများကို ပွားများကြလျက် 'ဘေး တမလွန်ကွယ်လွန်သွားသောပုဂ္ဂိုလ်အား အကြောင်းပြု၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ''သောက၊ ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ၊ ဒေါမနဿ၊ ဥပါယာသ'' စသော မီးတောက်မီးလျှံ များကို တရားရေဖြင့် ငြိမ်းအေးနိုင်ကြပါစေ။

• • •

မရဏာနုဿတိ ပွားနည်း ၇ မျိုး

၁။ ယသမဟတ္တတော = အခြွေအရံများသော မဟာသမ္မတမင်း မဟာသမုဒ္ဒ မင်း စသည်တို့သည်လည်း သေခြင်း၏အလိုသို့ လိုက်ရဘိ၏။ ငါ့အားဆိုမှသော အဘယ်မှာရှိအံ့နည်းဟု သေခြင်းကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

၂။ ပုညမဟတ္တတော = စောတိက-ဇဋိလ-မေဏ္ဍက စသောကောင်းမှု ကုသိုလ်ကံ အလွန်ကြီးမားသောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း သေရသေး၏၊ ငါ့အားဆိုဖွယ် အဘယ်ရှိအံ့နည်းဟု သေခြင်းကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

ထာမမဟတ္တတော= ဝါသုဒေဝ ဗလဒေဝဘီမသေန စသော အားအင်ကြီးမားသော မင်းတို့သော်မှလည်း သေရသေး၏။ ငါ့အားဆိုဘွယ် အဘယ်ရှိအံ့နည်းဟု သေခြင်းကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

ဣဒ္ဓိမဟတ္တတော= တန်ခိုးကြီးမားသော အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန် စသည်တို့သော်မှလည်း သေမင်း၏အလိုကို လိုက်ရသေး၏။ ငါ့အားကိုးဖွယ်မရှိဟု သေခြင်းကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

ပညာမဟတ္တတော= ပညာကြီးမားသော အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ် စသည်တို့သော်မှလည်း သေမင်း၏အလိုသို့ လိုက်ပါရသေး၏။ ငါ့အားဆိုဖွယ်မရှိ သေခြင်းတရားကိုအဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

ပစ္စေကဗုဒ္ဓတော= ပစ္စေကဗုဒ္ဓါတို့သော်မှလည်း သေခြင်းမှ မလွတ်ကုန်၊ အား ဆိုဖွယ်မရှိဟု သေခြင်းကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓတော= ဘုရားရှင်တို့သော်မှလည်း သေခြင်းမှမလွတ်ကုန်၊ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဆိုဖွယ်ရာမရှိဟု သေခြင်းကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

(ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၂၂၅)

အိုရမည့်ဘေး မရောက်သေး မျှော်တွေးဆင်ခြင်ပါ၊
မအိုရခင် ကောင်းမှုပင် ကြိုတင်ပြုထားပါ။

• • •

မရဏာနုဿတိပွားများပုံ ၈ ပါး

ဓကပစ္စုပဋ္ဌာနတော= သူသတ်သမား၏သတ်ဖြတ်ခြင်းကိုခံရတော့မည့် ကဲ့သို့ သေခြင်းတရားကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

တ္တိဝိပတ္တိတော= အသက်ရှင်မှုနှင့်ပြည့်စုံနေမှုသည် သေဆုံးပျက်စီးရ

ခြင်းလျှင်အဆုံးရှိ၏ဟု သေခြင်းတရားကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

၃။ ဥပသံဟရဏတော= သူတစ်ပါးတို့၏သေခြင်းကိုတွေ့မြင်ရ၍ မိမိ၏သေခြင်း တရားကို အနီးသို့ ကပ်ဆောင်၍ အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

၄။ ကာယဗဟုသာဓာရဏတော= ခန္ဓာကိုယ်၏များစွာသော သတ္တဝါတို့နှင့် ဆက်ဆံသောအားဖြင့် သေခြင်းတရားကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

၅။ အာယုဒုဗ္ဗလတော = အသက်၏အားနည်းသောအားဖြင့် သေခြင်းကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

၆။ အနိမိတ္တတော = သေခြင်း၏အပိုင်းအခြားမရှိသောအားဖြင့် အဖန်ဖန်ပွား ရခြင်း။

၇။ အဒ္ဓါနပရိစ္ဆေဒတော= တိုတောင်းသောလူတို့၏အသက်တမ်းကာလအပိုင်း အခြားအားဖြင့် သေခြင်းကို အဖန်ဖန်ပွားရခြင်း။

၈။ ခဏပရိတ္တတော= အသက်ရှင်သော ခဏ၏တိုတောင်းသောအဖြစ်အား ဖြင့် သေခြင်းတရားကို အဖန်ဖန်ပွားများရခြင်း။

(ဝိသုဒ္ဓိ။ ၁၊ ၂၂၃) (သရုပ်စုံ ၄၄၁)

ဝေဘူတောင်မှု ပမာပြု အရိုးမကပြီ။
မသွားဘဲနီး ထိုခရီး မြေကြီးသုသာန်ပြည်။
ဘဝတိုင်းသေ သချိုင်းမြေ ပွားစေခဲ့လှပြီ။
ငါ့ထက်ကြီးသူ ငါ့အောက်လူ ရွယ်တူသေကြများလှပြီ။
ခဏမစဲ အိုနာမြဲ ကိုယ်လည်းသေဘက်နီးခဲ့ပြီ။
မသေရမီ ပါရမီ ငါသည်ဖြည့်မှတော်တော့မည်။

* * *

ကိုယ့်ဖို့ဥစ္စာကိုယ်တိုင်ရှာ ချိန်ခါရှိတုန်း စုပါလေ

၁။ ရာထူးဂုဏ်သိမ် စည်းစိမ်ဥစ္စာ အဖြာဖြာသည်
ငါ့ဟာငါ့ဟာ သမုတ်ပါလည်း ခန္ဓာကြွေပျောက်
သေပြီးနောက်ဝယ် ကိုယ့်နောက်မပါ
(အိမ်ဂေဟာ၌) စုကာပုံလစ် ကျန်နေရစ်၏။
ဆွေမျိုးမိဘ အဝဝသည် ချစ်ကြသော်လည်း
မလွဲမသွေ ကွဲရပေမည်၊ သေရာကိုယ့်နောက်
တစ်ယောက်မပါ ငိုယိုကာဖြင့် မြှုပ်ရာသင်္ချိုင်း
မြေလုပ်တိုင်းမှ မဆိုင်းမတွ ပြန်လေကြ၏။
၂။ ကိုယ်တိုင်စီမံ ကုသိုလ်အကုသိုလ်ကံသာ
မကွာကိုယ့်နောက် တကောက်ကောက်ပဲ လိုက်တတ်မြဲမို့
ကိုယ့်ဖို့ဥစ္စာ ကိုယ်တိုင်ရှာ ချိန်ခါရှိတုန်း
ရအောင်ဖြည့်။

(ရွှေးဆရာတော်)

* * *

ကိုယ်ပြုသည့်ကံ ကိုယ့်ထံပြန်

ရွှေငွေပတ္တမြား တိုက်ကားခြံတွေ သေရာမလိုက် အိမ်၌ကျန်နေ
ဆွေမျိုးသားချင်း သင်းပင်းမိတ်ဆွေ
သုသာန်ပို့ အိမ်သို့ပြန်ကြပေ။
မိမိပြုထား နှစ်ပါးကံသာ
အရိပ်လိုပဲ အမြဲမကွာ၊
သေသည့်နောက်သို့ ကောက်ကောက်လိုက်ကာ၊
ဤသဘော တွေးတောဆင်ခြင်ပါ။

(ဓမ္မပီယဆရာတော်)

အချစ်ကြောင့်ဖြစ်ရတဲ့ သောက

ကမ္ဘာလောကကြီးထဲမှာ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ လူတွေ သေဆုံးနေကြတယ်။ ရန်ကုန်မြို့က ရေဝေးသုသာန်မှာတင် တစ်ရက်ကို အနည်းဆုံး ငါးဆယ်ကနေ တစ်ရာလောက် သင်္ဂြိုဟ်ပေးနေရတယ်။ မိမိရဲ့ဆွေမျိုးသားချင်း မိမိချစ်ခင်တဲ့သူ မိမိတို့နဲ့သံယောဇဉ်မရှိတဲ့သူမဟုတ်လို့ရှိရင် ဘယ်သူမှမငိုကြပါဘူး။ ဘယ်သူမှ ဝမ်းမနည်းကြပါဘူး။ စိတ်ထဲမှာလည်း မတုန်လှုပ်ကြပါဘူး။

ရေဝေးသုသာန်မှာလုပ်နေတဲ့ ဝန်ထမ်းတွေ နာရေးအဖွဲ့တွေ အခြားအခြားသော လူတွေတော်တော်များများဟာ မိမိတို့နဲ့ ဘာမှသံယောဇဉ် မစပ်ကြတော့ သူတို့မှာ ဘာမှပူဆွေးသောက ဗျာပါဒမဖြစ်ကြပါဘူး။ သေဆုံးသွားတဲ့အလောင်းတွေကို နေ့စဉ်နေ့တိုင်း တွေ့နေရပေမယ့် သံယောဇဉ်မစပ်ကြတော့ ဝမ်းနည်းကြေကွဲမှု ဘာမှမဖြစ်ကြပါဘူး။

အေး ကိုယ်တွယ်တာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး သေဆုံးသွားပြီဆိုရင် ရင်ဘတ်စည်တီး ရှိုက်ကြီးတငင် ငိုကြရတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုံးဆိုရင် အဲဒါ တွယ်တာမှု၊ တွယ်တာမှု သံယောဇဉ်ရှိတဲ့နေရာမှာ သောကလာတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။

လူတွေကတော့ 'သောကကင်းဝေးနေနိုင်ရေး' ဆိုပြီးတော့ ပိုက်ဆံရှိရင် သောကကင်းလိမ့်မယ် သားသမီးတွေရှိရင် သောကကင်းလိမ့်မယ်၊ အရာရာပြည့်စုံရင် သောကကင်းလိမ့်မယ်ထင်ကြတာ၊ မဟုတ်ဘူး။ ပိုက်ဆံရှိလေလေ သောကများလေလေ၊ သားသမီးများလေလေ သောကများလေလေ၊ အလုပ်တွေချဲ့လေလေ သောကများလေလေပဲ၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ အတွယ်အတာ သံယောဇဉ်တွေ များလာတာကိုး၊ အတွယ်အတာတွေများလေလေ သောကများလေလေ၊ အဲဒီလို သိတာဟာ ပညာလို့ခေါ်ပါတယ်။

သောက ဘယ်ကစသလဲ။ ချစ်ခင်မှုက စတယ်၊ 'ပိယတော ဇာယတေ သောကော' မြတ်စွာဘုရားက သောကဆိုတဲ့တရားဟာ 'ပိယတော ဇာယတေ' ချစ်ခင်မှုက အစပျိုးလာတာပါ၊ ဒါကြောင့်မို့ တရားမေ့နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ အခုင်

သိပါ၊ သောကကင်းပြီးတော့ နေချင်တယ်ဆိုရင် ဘာလုပ်ရမလဲ၊ တွယ်တာမှု ချစ်ခင်မှုကို လျှော့ရမယ်၊ လောဘတဏှာကို လျှော့ရမယ်၊ တဏှာလောဘ လျှော့ဘဲနဲ့ သောကကို ကင်းအောင်လုပ်လို့မရပါဘူး၊ သောကကင်းတဲ့ဘဝမျိုး [illegible] မနေနိုင်ပါဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ သောကကင်းပြီး နေနိုင်အောင် ချစ်ခင်မှု [illegible] မှု လိုချင်မှု စတဲ့ သံယောဇဉ်တွေ နည်းနိုင်သမျှနည်းအောင် [illegible]ို့ အကျိုးမျှော်ကာ တိုက်တွန်းနှိုးဆော်လိုက်ရပါသည်။

(ဒေါက်တာနန္ဒမာလာဘိဝံသ နှစ်ဦးကာလမေ့လက်ဆောင်)

◉ ◉ ◉

ဂတိ ငါးမျိုး

[illegible] လူ့ဘဝမှသေပြီး လူ့ဘဝ၌ ပြန်ဖြစ်ခြင်း မနုဿဂတိ၊

[illegible] လူ့ဘဝမှသေပြီး ကုသိုလ်ကောင်းမှုများစွာပြုထားသောကြောင့် နတ်ပြည် ရောက်လျှင် ဒေဝဂတိ၊

[illegible] လူ့ဘဝမှသေပြီး ကြီးမားသော အကုသိုလ်အမှုများကို ပြုမိမှားလျှင် ငရဲဘုံသို့ရောက်ခြင်း နိရယဂတိ၊

[illegible] လူ့ဘဝမှသေပြီး အကုသိုလ်ကံကြောင့် တိရစ္ဆာန်ဘုံသို့ရောက်လျှင် [illegible]ရစ္ဆာနဂတိ၊

[illegible] လူ့ဘဝမှသေပြီး မသေခင် သားစွဲသမီးစွဲ ပစ္စည်းဥစ္စာများ စွဲလန်းပြီး သေလျှင် ပြိတ္တာဘုံသို့ ရောက်နိုင်သော ပေတဂတိ။

ဟူ၍ လားရာဂတိ ငါးမျိုးရှိပါသည်။ မသေခင် ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုနိုင်သည့် [illegible]န်တွင် ဘဝနောင်ရေး စိတ်အေးရမည့် ဒါနသီလ ဘာဝနာအမှု မြတ်ကောင်း [illegible] ယခုပင်လျှင် ကြိုတင်ကာ ကြိုးစားအားထုတ်ဖို့ အချိန်သင့်နေပြီဖြစ်ပါ [illegible] အကျိုးမျှော်ကာ နှိုးဆော်တိုက်တွန်းလိုက်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

သံဝေဂ ဝတ္ထု ၈ ပါး

(၁) ဇာတိ – ပဋိသန္ဓေ တည်နေရခြင်း ဆင်းရဲ

(၂) ဇရာ – အိုရခြင်းဆင်းရဲ

(၃) ဗျာဓိ – နာရခြင်းဆင်းရဲ

(၄) မရဏ – သေရခြင်းဆင်းရဲ

(၅) အပါယဒုက္ခ – အပါယ်၌ဖြစ်ရခြင်းဆင်းရဲ

(၆) အတီတေဝဋ္ဋမူလကံဒုက္ခံ – အတိတ်ဘဝ၌ ဝဋ်လျှင် အရင်းခံရှိသောဆင်းရဲ

(၇) အနာဂတေဝဋ္ဋမူလကံဒုက္ခံ – အနာဂတ်ဘဝ၌ ဝဋ်လျှင်အရင်းခံရှိသော ဆင်းရဲ

(၈) ပစ္စုပ္ပန္နေအာဟာရပရိယေဋ္ဌိမူလကံဒုက္ခ– ပစ္စုပ္ပန်ယခုဘဝ၌ အစာအာဟာရကို ရှာဖွေရခြင်းလျှင် အရင်းခံရှိသော ဆင်းရဲ။

(ဒီ၊ ၂၊ ၁၈၄)

* * *

သေဘေးကိုမကြောက်ရွံ့သူ အင်္ဂါ ၄ ပါး

၁။ မြတ်စွာဘုရား၌ မတုန်မလှုပ် ကြည်ညိုခြင်းနှင့်ပြည့်စုံခြင်း

၂။ တရားတော်၌ မတုန်မလှုပ် ကြည်ညိုခြင်းနှင့်ပြည့်စုံခြင်း

၃။ သံဃာတော်၌ မတုန်မလှုပ် ကြည်ညိုခြင်းနှင့်ပြည့်စုံခြင်း

၄။ ကျိုးပေါက်ပြောက်ကျားခြင်းမရှိသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့ နှစ်သက်ချီးမွမ်းအပ်သော ငါးပါးသီလနှင့်ပြည့်စုံခြင်း။

(သံ၊ ၃၊ ၃၃၇)

* * *

ဈာပန (၆) မျိုး

ရုပ်ခန္ဓာ အလောင်းကောင်ကို သင်္ဂြိုဟ်မှု ပြုရာ၌ ဈာပနအမျိုးအစားမှာ–

၁။ ဘူမိဈာပန – မြေမြှုပ်သင်္ဂြိုဟ်ခြင်း၊

၂။ အဂ္ဂိရျာပန – မီးရှို့၍ သင်္ဂြိုဟ်ခြင်း၊
၃။ ဥဒကရျာပန– ရေမျှော၍ သင်္ဂြိုဟ်ခြင်း၊
၄။ သကုဏာရျာပန – မြောက်ကျွန်းမှာကဲ့သို့ ငှက်ချိုဆောင်၍ သင်္ဂြိုဟ်ခြင်း၊
၅။ ထူပရျာပန – အုတ်ဂူပြသာဒ်ထည့်သွင်း၍ သင်္ဂြိုဟ်ခြင်း၊
၆။ အာကာသရျာပန – အရှင်အာနန္ဒာ စသူတို့ကဲ့သို့ကောင်းကင်ယံတွင် တေဇောဓာတ် လောင်ကျွမ်း၍ သင်္ဂြိုဟ်ခြင်း။

(မာဃဝီသာစည်)

(ဗြဟ္မာပြည်မှာ တဝင်းဝင်း ဝက်စားကျင်းမှာ တရှုပ်ရှုပ်)
သစ္စာမသိ ဒိဋ္ဌိမကွာ ပုဂ္ဂိုလ်မှာလျှင် လူတွင်စကြာ
နတ်မှာသိကြား၊ မိုးဖျားဗြဟ္မာ ဖြစ်တုံပါလည်း
ခန္ဓာပြိုကွဲ ကုသိုလ်စံက ဖောက်လွဲပါယ်ရွာ
ရောက်မြဲသာတည်း။

- လောဘနှင့်သေ ပြိတ္တာပြည် ရောက်လေကြောင်းသာ၊
ဒေါသနှင့်သေ ငရဲပြည် ရောက်လေကြောင်းသာ၊
- သတ္တလောကဓာတ် လူနတ်ဗြဟ္မာတွေ မြတ်စွာဘုရား၏တရားစစ်တွေ
ရှိသေလေးစားကျင့်အားပိုစေ နိဗ္ဗာန်နန်း စံမြန်းနိုင်ပါစေ။
လောဘ ဒေါသ မောဟထိန်ဝေ ဤမီးသုံးပါး ကြီးမားပလေ၊
နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း သူတော်ကောင်းတရားတွေ
ကမ္ဘာတည်သရွေ့ ထွန်းပနိုင်ပါစေ။

(အောင်ဆန်းဆရာတော်)

◉ ◉ ◉

တိပိဋကပြည်ဆရာတော်

သံဝေဂကဗျာလင်္ကာများ

သံဝေဂယူရန် ကဗျာလင်္ကာများမှ အလွန်ပင်များပြားလှပါသည်။ ဆရာတော် သံဃာတော်များနှင့် လူပုဂ္ဂိုလ်အသီးသီးတို့ ရေးသားထားသော လက်လှမ်းမီရာများကိုသာ ရှာဖွေစုဆောင်း၍ ရေးသားထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သံဝေဂ ရနိုင်ကြပါစေ။ (စာရေးသူ)

* * *

သေခြင်းတရား အပန်ဖန်ပွား

မိုးပျံမြေလျှိုးကြီးတန်ခိုးနဲ့ ပုန်းလျှိုးနေခို မသေလိုတဲ ဤကိုယ်မှုချ မနေရဘူး၊
သားနှင့်သမီး မြေးနှင့်ဥစ္စာ ဆွေမျိုးဉာနှင့် မကွာမကွေ မသေရဘဲ အတူမြဲ၍
မကွဲတစ်စိ ဘယ်မှာရှိလိမ့်။
ဇရာမရဏ ဒုက္ခဝဋ်တွင်း အိုရခြင်းနှင့်
သေမင်းလွတ်အောင် ဘယ်သို့ရှောင်အံ့၊
တောင်ခုနစ်ထွေ ရေခုနစ်ထပ် လေးရပ်ကျွန်းခွင်
ကောင်းကင်သမုဒ္ဒရာ စကြာဝဠာမြေထဲ
ပုန်းခိုလွဲလည်း အမြဲမချွတ် သေဘေးဝဋ်မှ
မလွတ်ဖို့သာ မလွဲရာတည်း။
ကောင်းကင်မြေလျှိုး ရေဝယ်တိုး၍ ပုန်းလျှိုးနေခို
မသေလိုလည်း ဤကိုယ်မှုချ မနေရဘူး။

* * *

ကုသိုလ်သည်သာ ကိုယ့်ဥစ္စာ

လူဖြစ်ကြုံလတ် လူ့ဘုံရပ်၌ ထူးမြတ်သည်ဆို ထိုကုသိုလ်ကို ဟိုလဟိုဒေ့ ချိန်မရွေ့ဘဲ ယနေ့ပင်သာ အားထုတ်ရာ၏။ သေချာကေန် နက်ဖန်သဘော

သေမည့်ရက်ကို ချိန်းချက်မရှိ ဘယ်သူသိလိမ့်၊ ရုပ်ဓာတ်နာမ်ဓာတ် ပရမတ်
စစ် ဖြစ်ပျက်နှစ်သွယ် မမြင်ကွယ်သော် ရှစ်ဆယ်ကိုးဆယ် အရွယ်ကျော်ကာ
တစ်ရာလှလှ နေရစေဦး၊ လူဖြစ်ကြုံထူး မမြတ်ဖူးတဲ့ ဖြစ်ပျက်နှစ်ပါး၊ ထိုတရား
ကို ထင်ရှားသိမြင် တစ်ရက်ပင်သာ နေရပါလျက် တစ်ရာထက်သာ မြတ်လှ
ပါသည်၊ ဉာဏ်မှာတင်၍ မြင်ဖို့တည်း။

◉ ◉ ◉

သတိသံဝေ ယူကြစေ

ကိုယ့်ပစ္စည်းကိုယ်နှမြော စောစောကသိမ်း၊
ကိုယ်မသိမ်းလို့ သူများယူ မပူပါလေနဲ့၊
ထုပ်မယ့်ထုပ် လုံအောင်ထုပ်၊ ပြေးမယ့်ပြေး လွတ်အောင်ပြေး
မထုပ်မိလို့ မပြေးသာ၊ မညည်းပါလေနဲ့၊
မခွဲလိုပါ မြတ်ဒါနာ သေချာဆုတောင်းပြု၊
မကွဲလိုပါ ကုသလာ ညီညာစုပေါင်းပြု၊
မကွဲလိုပါ သခါရာ မြဲစွာသတိပြု။
ကုသိုလ်ကံပေး မရသေး နှောင့်နှေးဗျာပါမရှိရာ၊
ကုသိုလ်သည်သာ ကိုယ့်ဥစ္စာ မှန်စွာသိ၍အားထုတ်ပါ။
ဘုံဆိုင်ပစ္စည်း ရန်သူနီး လှူပြီးမှသာ စိတ်ချရာ။
ကုသိုလ်သည်သာ ကိုယ့်နောက်မှာ အရိပ်ပမာ အေးသာယာ။

◉ ◉ ◉

ရှောင်၊ ဆောင်၊ ရှုပွားအလုပ်များ

အမြဲအားထား ကိုးကွယ်ရမှာက	– ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ
နေ့စဉ်ပြုလုပ်ရမှာက	– ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ
ရန်သူအစစ်ဖြစ်တာက	– လောဘဒေါသ မောဟ
အမြဲနှလုံးသွင်းရမှာက	– အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ။

◉ ◉ ◉

ကြိုးတင်မြဲရာ ကိုယ့်ရိက္ခာကား

ဒါနကိုပင် မသေခင် ကြိုတင်ပြုပါ ကိုယ့်ရိက္ခာ
သီလကိုပင် မသေခင် ကြိုတင်ပြုပါ ကိုယ့်ရိက္ခာ
ဘာဝနာကိုပင် မသေခင် ကြိုတင်ပြုပါ ကိုယ့်ရိက္ခာ
မနေရလို့ သေရသောခါ ကိုယ့်ဘို့ကိုများ ဘာများပါမှာ
ပစ္စည်းအစု တစ်ခုမပါ ကိုယ်ပြုကြေား ကံများပါတော့မှာ။

◉ ◉ ◉

နှလုံးအေးတဲ့ဆေး

ရောက်တဲ့အရပ်မှာ ပျော်အောင်နေ၊
တွေ့တဲ့လူနဲ့ တည့်အောင်ပေါင်း၊
ရှိတာလေးနဲ့ လှအောင်ဝတ်၊
ရတာလေးနဲ့ ဝအောင်စား
အနိုင်လိုသူကို အရှုံးပေး နှလုံးအေးတဲ့ဆေး။

◉ ◉ ◉

သံဝေဂ ကဗျာ

တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ တရွေ့ရွေ့ယွင်းယို၊
နောက်ပြန်လို့ မပျိုပြီ ရှေ့ကိုသာ အိုမြဲ
သွားကျိုးလို့ ဆံပင်ဖြူတယ်
ငယ်ရုပ်မူ ဖောက်ပြန်လို့လွဲ။
မေးချွန်းလို့ပါးပိန် ခါးတင်လိမ်နောက်တွဲ
အရိုးတွေကျဲကျဲနှင့် လဲလုလုရုပ်မခိုင်၊
နားအူကာခါးကုန်း တစ်ကိုယ်လုံး ယိမ်းလို့သာယိုင်
ဇရာမင်းသူကိုင်လျှင် မနိုင်နိုင်အိုမြဲပ၊
မလွဲဘူး ပုံမသေ ခွဲကြသံဝေ၊

မအိုနိုင်တဲ့ နိဗ္ဗူမြေကို ဆောင်ပို့သူတွေ
ကယ်မသူတွေ ရှာကြပါကွဲ့လေး။

(လူထုမေတ္တာ ဦးထွန်းရင် ၈၄ နှစ်မွေးနေ့မှ)

● ● ●

မသေခင်ကျွေး သေမှမငိုနဲ့

ငါ့ကိုချစ်လျှင် ယခုကပင် ချစ်ခင်ယုယ ပြုစုကြလော့။
ယူနိုင်တုန်းခါပေးကြပါ၊
စားနိုင်တုန်းခါ ကျွေးကြပါ၊
မစားနိုင်မှ မကျွေးကြနဲ့၊
သေသွားခါမှ မငိုကြနဲ့၊
ငါ သေပြီးမှ ငါ့တွက်မျှော်ကိုး ဟုတ်နိုးနိုးနှင့်
အကျိုးလုလု ရစေပဟု
ဘယ်မျှကုန်ကုန် စည်းစိမ်ပုံလျက်၊
လှူရုံဒါန ရမရကို ငါဘယ်လိုမှ မသိရနိုင်။

● ● ●

အလှည့်မကျ စောင့်နေရ

အလှည့်မကျ စောင့်နေရ များလှတို့သူငါ၊
မရဏာမင်း ဆင့်ခေါ်လျှင်း ချက်ချင်းလိုက်ရပါ၊
စောင့်၍နေဆဲ ရိုက္ခာခဲ အမြဲစုကြပါ။
ခံသော်လည်း မရဘဲ အိုမြဲအိုရမှာ၊
ဆက်ဆောင်ထိုးလဲ မရဘဲ အိုမြဲအိုရမှာ၊
တောင်းပန်သော်လည်း မရဘဲ အိုမြဲအိုရမှာ။

● ● ●

သေမင်းလွတ်ရာ မရှိပါ

မိုးကောင်းကင်ထဲ ပုန်းနေလည်း လွတ်မြဲမရှိပါ၊
သမုဒ္ဒရာအလယ် ပြဿဒ်တည် ပုန်းကွယ်မလွတ်ပါ၊
ထိုထိုတောင်စောင်း ပုန်းခိုအောင်း လွတ်ကြောင်းမရှိပါ။
ဘုရားလိုဏ်ခေါင်း ပုန်းခိုအောင်း လွတ်ကြောင်းမြင်တော့တာ၊
တရားလိုဏ်ခေါင်း ပုန်းခိုအောင်း လွတ်ကြောင်းမြင်တော့တာ၊
သံဃာလိုဏ်ခေါင်း ပုန်းခိုအောင်း လွတ်ကြောင်းမြင်တော့တာ။

(ဦးဝိသာရဒ)

* * *

အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်အပ်

မိမိပြုထား နှစ်ပါးကံသာ အရိပ်လိုပဲ အမြဲမကွာ
ဖြစ်ရာဘဝ နောက်ကလိုက်ပါ ဤသဘောတွေးတော ဆင်ခြင်ပါ။
အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းတဖြာ ချစ်ကြသူနဲ့ခွဲရတတ်စွာ
ကံမှတစ်ပါး အားထားဘွယ်ရာ ဘယ်မရှိ သတိပြုကြပါ။
အဘိဏှသုတ် ဖော်ထုတ်ကာသာ ဗုဒ္ဓဘုရား ဟောကြားခဲ့တာ
ကျားမမခြား ပွားများစရာ ထိုငါးပါးမှတ်သားအပ်လှစွာ။

* * *

မသေခင်ချစ် သေရင်ပစ်

မသေခင်ချစ် သေရင်ပစ် မြဲတာမပါ ဤခန္ဓာ၊
မသေခင်ချစ် သေရင်ပစ် ချမ်းသာမပါ ဤခန္ဓာ၊
မသေခင်ချစ် သေရင်ပစ် အနှစ်မပါ ဤခန္ဓာ၊
မသေခင်ချစ် သေရင်ပစ် စိုးမရတာ ဤခန္ဓာ၊
မသေခင်ချစ် သေရင်ပစ် အုပ်ချုပ်မရတာ ဤခန္ဓာ၊
မသေခင်ပေါင်း သေလျှင်ခေါင်း အကောင်းမပါ ဤခန္ဓာ၊

ငါ့ထက်ကြီးသူ ငါ့အောက်လူ မည်သူမဆို အိုရမည်။
မအိုခင်က ကုသလ ပြုမှသင့်တော်မည်။
ငါ့ထက်ကြီးသူ ငါ့အောက်လူ မည်သူမဆို သေရမည်။
မသေခင်က ကုသလ ပြုမှသင့်တော်မည်။
ငါ့ထက်ကြီးသူ ငါ့အောက်လူ မည်သူမဆို ပျက်ရမည်။
မပျက်ခင်က ကုသလ ပြုမှသင့်တော်မည်။

● ● ●

ဘားမရပါ

တစ်နေ့ကွယ် သေနယ်သို့ တစ်ခါကူး
မေ့လျော့ကာ သေဘူးထင်ပါရဲ့
နေ့ကွယ်တာ အခါများလျှင်
သေနယ်ရွာ တစ်ခါသွားရမယ်
ဘားမရဘူး။

● ● ●

သေမယ့်နေ့ရောဂါ ကုမရပါ

ဝိဇ္ဇာဓော်ကြီ တပသီနှင့် လောကီဣဒ္ဓိပါဒ် လွန်ကြီးမြတ်သည့် မိုးနတ်ပြဟ္မာ ဖြစ်စေကာလည်း ပညာဆေးဝါး မန္တရားဖြင့် ကုစားစေဦး၊ တန်ခိုးဖန်ဆင်း အို သေခြင်းမှ ရှောင်ကွင်းဘယ်မှာ လွတ်နိုင်ရှာလိမ့်။

● ● ●

နီး၍နီး၍ လာလေပြီ

၁။ တစ်ရက်ကုန်တိုင်း ကုန်သွားတိုင်း ချိန်ပိုင်းတိုလို့ ယွင်းသွေချို့
နေဖို့တစ်ရက်လျော့ခဲ့ပြီ၊ သေဖို့တစ်ရက် နီးလာပြီ၊
၂။ တစ်လကုန်တိုင်း ကုန်သွားတိုင်း ချိန်ပိုင်းတိုလို့ ယွင်းသွေချို့

နေဖို့တစ်လ လျော့ခဲ့ပြီ သေဖို့တစ်လ နီးလာပြီ၊

၃။ တစ်နှစ်ကုန်တိုင်း ကုန်သွားတိုင်း ချိန်ပိုင်းတိုလို့ ယွင်သွေချို့

နေဖို့တစ်နှစ် လျော့ခဲ့ပြီ သေဖို့တစ်နှစ် နီးလာပြီ။

* * *

အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာဆုံးမရာ လွန်စွာအခက်ဆုံး၊
အရွယ်ရှိခိုက် လုံ့လစိုက် ကျင့်လိုက်ဉာဏ်ထက်တုံး၊
မိုးလွန်ကာမှ ထွန်ကိုချ ဗာလနောက်ပိတ်ဆုံး၊
ဆင်ခြေဆင်လက် ချိန်ရွေ့ရက် အခက်ကြုံကြဦး၊
တဏှာလှည့်သမျှ ငံ့ခံကြ ဘဝသံသာလုံး၊
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာ အားကိုးရာ မှန်စွာဉာဏ်လက်သုံး။

(ဘဒ္ဒန္တနန္ဒာစာရ အထိမ်းအမှတ်စာစောင်မှ)

* * *

ငါနှင့်ရွယ်တူ ငယ်ကြသူနှင့် ကြီးသူစားစား
လူအများကား သနားမှုကင်း ရှင်သေမင်း၏
ထန်ပြင်းလက်နက် ပြစ်ဒဏ်ချက်ကြောင့်
အသက်စွန့်ခွာ သေရရှာသို့၊ ပမာတို့လဲ သေရမြဲပင်
မသေခင်က ကြိုတင်စုဆောင်း၊ ကုသိုလ်ပေါင်းသာ
အားကိုးရာသည် ဒါမှအေးကြောင်း အစစ်မလွဲတည်း။ (မဏ္ဍိုင်ဆရာတော်)

* * *

အမှန်တရား

ငါ့အသက်ဟာ မခိုင်မာ သေချာသေရမည်၊
ငါ၏သေခြင်း ခိုင်မာတင်း မယွင်းသေရမည်၊
ငါသည်မုချ မသွေပ သေရပါလိမ့်မည်၊

ငါ့အသက်ဟာ သေခြင်းသာ မုန်စွာဆုံးတော့သည်၊
အသက်သည်သာ မခိုင်မာ သေချာမမြဲသည်၊
သေခြင်းမရဏံ နိယတံ အမှန်မြဲတော့သည်။

◉ ◉ ◉

နောက်ဆုံးတော့ သေရမှာပါ

ဘုန်းကံကြီးမား၊ ခြွေရံများ၍ ခွန်အားပြည့်မတ်
ကဗ္ဗိပါဒ်နှင့် အတတ်ပညာ ကြီးသူပါတည်း၊
သတ္တဝါအားလုံး ကုန်အောင်ချုံး
နောက်ဆုံးသေရမည်တကား။

◉ ◉ ◉ ◉ ◉ ◉ ◉ ◉ ◉

အခန်း(၉)

အခန်း (၉)

သိဖွယ်မှတ်ဖွယ် ကျင့်သုံးဖွယ်
မဟာစည်ဆရာတော်ဩဝါဒဆောင်ပုဒ်များ

၁။ သွားတာ ရပ်တာ ထိုင်လျောင်းတာ မှန်တာသိရမည်။
၂။ ရှေ့သွားနောက်ပြန် ရှုကြည့်ဟန် အမှန်သိရမည်။
၃။ ကွေးတာဆန့်တာ ကိုင်ယူတာ မှန်စွာသိရမည်။
၄။ စားတာသောက်တာ ခဲလျက်တာ မှန်စွာသိရမည်။
၅။ ကျင်ကြီးတစ်ဖြာ ကျင်ငယ်ပါ စွန့်တာသိရမည်။
၆။ ကိုယ်အမူအရာ ပြုတိုင်းမှာ မှန်စွာသိရမည်။

၁။ စိတ်အလိုကျ လွှတ်ထားက ကာမသုခါနုယောဂါ၊
၂။ ပင်ပန်းရုံမျှ အားထုတ်က အတ္တကိလမထာနုယောဂါ၊
၃။ စိတ်တည်ရုံမျှ ရှုနေက သမထဘာဝနာ၊
၄။ သတိဉာဏ်မြတ် ဖြစ်အောင်မှတ် ဝိပဿနာပါ၊

၅။ ခြောက်ဒွါရမှ ပေါ်သမျှ သိကာဝိပဿနာ။
၆။ ယထာဘူတ သိပါမှ မဂ္ဂဉာဏ်ပေါ်လာ။

ဝိပဿနာရှုပုံ

ဝိပဿနာ ဉာဏ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာရှု၍ ဖြစ်သနည်း။ ?
စွဲလမ်းနိုင်ရာ ငါးခန္ဓာ မှန်စွာရှု၍ ဖြစ်သတည်း။
ဘယ်အကျိုးငှာ ထိုခန္ဓာ ဘယ်ခါရှုရပါသနည်း။ ?
မစွဲဘို့ရာ ဖြစ်ဆဲမှာ မှန်စွာ ရှုရပါသတည်း။
ဖြစ်ခိုက်မရှု ရုပ်နာမ်စု စွဲမှုဝင်ရောက်သည်။
မြဲတယ် ကောင်းတယ် ငါကောင်နှယ် တကယ်ထင်တတ်သည်။
ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု ရုပ်နာမ်စု စွဲမှုကင်းပျောက်သည်။
မမြဲဆင်းရဲ သဘောပဲ ဉာဏ်ထဲရှင်းတော့သည်။
ဝိပဿနာရှုနည်း မှုသေစည်း သိမ်းဆည်းထားရမည်။

ဘုရားရှင်တို့ အဆုံးအမ

၁။ အကုသိုလ်များ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊
ကုသိုလ်တရား ဖြစ်ပွားစုံစေ၊
မိမိစိတ်ဓာတ် ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ၊
ဤသုံးပါး ဘုရားဆုံးမပေ။
၂။ မနာလိုကင်း ဝန်တိုရှင်း လက်ငင်းချမ်းသာကြရမည်။
၃။ အပါယ်ဘေးငြိမ်းခွင့် ဉာဏ်အဆင့် အသင့်ရောက်ပါစေ။
ထိုဉာဏ်ဖြင့်လည်း မတော်ဘဲ ဆင်းရဲငြိမ်းပါစေ၊
ဖြစ်ပေါ်လာငြား စိတ်ကြမ်းများ ပယ်ရှားနိုင်ပါစေ။

မီး (၁၁) တန်

၄။ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတဖြာ၊ ဖြစ်၊ အို၊ သေရေး၊ ပူဆွေးငိုကာ
ကိုယ်၊ စိတ်၊ ဒုက္ခ၊ ပူရပြင်းစွာ၊ မြင်၊ ကြား၊ သိတိုင်းမဆိုင်းမှတ်ပါ။

ရုပ်နာမ်မပြဲ ဆင်းရဲချည်းသာ၊
ငါကောင်လဲပျောက် မျက်မှောက်မြင်ကာ
ဆယ့်တစ်သီး ဤမီးငြိမ်းစေရာ။

(ညြဝါဒဝမ္မအမွေ)

◉ ◉ ◉

အနှစ်တွေထုပ်ယူကြပါ

စီးပွားဥစ္စာ အနှစ်ရှာ ပြုပါ ဒါနမှတ်၊
ခန္ဓာထဲမှာ အနှစ်ရှာ ပြုပါ သီလမှတ်၊
အသက်ဇီဝိ အနှစ်ရှာ ပြုပါ ဘာဝနာမှတ်။

စိတ်တက်ကြွစွာ လှူသူမှာ ဥစ္စာပစ္စည်းလုံခြုံသည်။
စည်းကမ်းသီလ စောင့်ထိန်းက ဘဝခန္ဓာလုံခြုံသည်။
ဘာဝနာပွားရှုသူများ စိတ်ထားလုံခြုံသည်။

◉ ◉ ◉

အချိန်ရှိခိုက် လှံ့လစိုက်

အချိန်သည်လည်း မရပ်ဘဲ အမြဲသွားနေသည်၊
အရွယ်သည်လည်း မရပ်ဘဲ အမြဲကြီးနေသည်၊
သို့ကြောင့်သာပဲ အသင်လည်း အမြဲတက်အောင် လုပ်ရမည်။

◉ ◉ ◉

ပရဟိတဆိုတာ ပေးဖို့သက်သက်ပါ

ကိုယ်ကျိုးမပါ သူ့တွက်တာ ငါကား ဆောင်ရွက်ရ၊
ကရုဏာထား မေတ္တာထား စွမ်းအားဖြည့်ပေးရ၊
သူ့ကိုစောင့်ရှောက် ကိုယ့်ဂုဏ်မြောက် ထွန်းတောက်စွမ်းအားရ၊

မွေးနေ့ဆိုတာ အိုပွဲပါ

တစ်နှစ်တစ်ခါ မွေးနေ့ပါ လူမှာခေါ်ရိုးရှိ၊
တကယ်ပြောင်းတာ ရုပ်နာမ်ပါ ခန္ဓာမမြဲသိ၊
ရုပ်နာမ်ဓမ္မမမြဲကြ ခဏခဏ ပြောင်းနေ၏။
သေမင်းမှတ်တိုင် နောက်တတိုင် ရင်ဆိုင်ရောက်လာ၏။
မွေးနေ့ဆိုတာ အိုပွဲပါ သေချာဉာဏ်ဖြင့်ကြည့်၊
အသက်သိက္ခာကြီးစရာ လူမှာနှစ်မျိုးရှိ၊
အသက်ကြီးရုံ အားမစုံ အကုန်ကြောက်ရ၏။
အသိမကြွယ် အကျင့်ကွယ် အိုပယ်ဖြစ်သွား၏။
အကျင့်သိက္ခာကြီးမှသာ မှန်စွာစိတ်အေး၏။
ကြီးလေလှလေ အေးမြပေ လူတွေချစ်ကြ၏။
အသိမှန်ကန် ကိုယ့်ဖို့ကျန် ဇာနယ်စိတ်အေး၏။

(ယောဆရာတော်)

မွေးနေ့လှူရကျိုး

မွေးနေ့မွေးရက် ကုသိုလ်ဆက်က
မပျက်သိက္ခာ လွန်ကျန်းမာ၍
ချမ်းသာအကြောင်း ပွားစီးကြောင်းဟု
ရှေးဟောင်းပုံရှု ပမာပြုသော်
ဒီဃာယုသာ၊ ပမာလားသို့
ရှည်လျားအသက် ကုသိုလ်ဆက်သည်
မှတ်သားမွေးနေ့ လှူကျိုးတည်း။

(မြှာရာမဆရာတော်)

• • •

ဘဝတစ်ခေါက် ခဏရောက်

အငှားမျှသာ ဤခန္ဓာ ချိန်ခါစေ့လျှင် ပြန်အပ်ရ။
အငှားကိုပင် အပိုင်ထင် အမြင်လွဲ၍ မေ့တတ်ကြ။
မခိုင်းရက်ပါ သနားညှာ အစာကျွေး၍ စောင့်ရှောက်ရ။
အချိန်စေ့ပေါ့ ပြန်အပ်တော့ မေ့လျော့သူတွေ ပူဆွေးရ။
လိမ္မာပါးနပ် အသုံးတတ် ပြန်အပ်ချိန်မှာ စိတ်အေးရ။
ဘဝတစ်ခေါက် ခဏရောက် မကြောက်ရအောင် ကျိုးစားကြ။
အသိမှန်ကန် ကိုယ့်ဖို့ကျန် ကောန်မြတ်တဲ့လူ့ဘဝ။

◉ ◉ ◉

ဆေးလှူဒါန်းရကျိုး (၁၀) မျိုး

၁။ ရုပ်ရည်အဆင်းလှပခြင်း
၂။ အသက်ရှည်ခြင်း
၃။ ချမ်းသာမှုရရှိခြင်း
၄။ ခွန်အားဗလကြီးမားသန်စွမ်းခြင်း
၅။ ဉာဏ်ပညာကြွယ်ဝခြင်း
၆။ လုံ့လဝီရိယကြီးမားခြင်း
၇။ သူတစ်ပါးတို့ ရှိသေလေးစားမှုကိုခံရခြင်း
၈။ ချစ်သူနှင့်မကွဲမကွာ အတူနေရခြင်း
၉။ ဘေးရန်ကင်းရှင်းခြင်း
၁၀။ အခြွေအရံပေါ်များခြင်း

ဆေးလှူပါရ မြတ်ဒါနကြောင့် ဆင်းလှသက်ရှည် ချမ်းသာတည်၍
ခွန်အားစည်ဗလ ဉာဏ်ကြွယ်ဝ၏၊ လုံ့လကြီးထွေ သူရှိသေလျက် မကွေ
ချစ်သူ ဘေးမပြူဘဲ ပြောထူခြွေရံ ဤဆယ်တန်သည် မှတ်ရန်
ဆေးလှူ အကျိုးတည်း။

(သဗ္ဗမင်္ဂလာ ၅၁၃)

တစ်နည်း

သက်ရှည်၊ ဆင်းလှ၊ စေချမ်းသာ၊ ပညာ၊ ခွန်အား၊ လွန်ကြီးမား၍၊ များပြားခြွေရံ၊ ဘေးရန်နှင့်လွဲ၊ ဆင်းရဲမကပ်၊ လူနတ်ရှိသေ၊ မကွေချစ်သူ၊ ဆယ်ပါးမူ ဆေးလှူကျိုးဖလ။

◉ ◉ ◉

နှိုင်းယှဉ်ချက်

ဥပုသ်စောင့်သွား တရားနာသော် ဘိတ်ဆုံးနောက်နား
ထောင့်ကြားကမျှော်၊ မျက်တောင်စဉ်းလို့
ငိုက်ရင်းအိပ်ပျော် တရားဆုံး၊ တုံးလုံးစက်တော်ခေါ်။
ဇာတ်ရုံဇာတ်ပွဲ မဲမဲမှောင်မှောင် သူ့ထက်ငါသွား
ရှေ့နားရောက်အောင် မတ်တပ်ကြည့်လို့ မျက်စိကြောင်တောင်
အာရုံကျင်း မိုးလင်းမငိုက်ပေါင်။

(ချမ်းမြေ့ကဗျာမှ)

◉ ◉ ◉

ထာဝရကုသိုလ်

သစ်သီးဥယျာဉ် ပန်းဥယျာဉ် ထို့ပြင် လမ်းတံတား
ရေအိုးစင်လှူ ရေတွင်းလှူ ကျောင်းလှူကြသူများ
အမြဲထာဝရ ကြည်နူးရ ပွားကြကုသိုလ်များ။

(သံယုတ်ဝနရောပသုတ်)

◉ ◉ ◉

သူမသာ ကိုယ်မသာ

ယောဂီတို့အားလုံးဟာ မသာလောင်း၊ ဗလာလောင်း
ပြာလောင်းတွေဗျ ကြာသော်မနေကြစေနဲ့၊
မသာမဖြစ်ခင် တရားကို ထိထိမိမိ အားထုတ်ထားကြဗျ။
အားလုံးဟာ တစ်နေ့သေကြရမယ့် မသာလောင်းတွေပါ၊
သေတဲ့အခါ ဘာမှမယူနိုင်ဘဲ လက်ချည်းဗလာ
သွားကြရမှာမို့ ဗလာလောင်းတွေပါ။
သေပြီးနောက်ပိုင်း မီးလောင်ပြာကျရမှာမို့လို့ ပြာလောင်းတွေပါ။
သူလည်း မသာလောင်း ကိုယ်လည်းမသာလောင်း
ဘာမှတော့ သိပ်မထူးလှပါ။

(အောင်မင်္ဂလာဆရာတော်)

• • •

'ဆုတောင်းတိုင်းသာ ပြည့်ချင်ရင်'

ယဿ ဟိ ပဥ္စဓမ္မာ အတ္ထိ နပဏ္ဏနာ၊ တဿဂတိ အနိဗဒ္ဓါ။
အကြင်သူအား သဒ္ဓါသီလ သုတ စာဂပညာ ဤငါးဖြာနှင့် ပြည့်စုံသော်
လည်း ဆုမတောင်း၊ ထိုသူအား ဂတိမမြဲ၊ (လိုအင်ဆန္ဒမပြည့်)
ယဿ ပဏ္ဏနာ အတ္ထိ၊ နပဥ္စ ဓမ္မာ၊ တဿပိ အနိဗဒ္ဓါ။
အကြင်သူအား ဆုပင်တောင်းသော်လည်း အထက်ပါ တရားငါးပါးနှင့်
မပြည့်စုံ၊ ထိုသူအားလည်း ဂတိမမြဲ။ (ဆုတောင်းမပြည့်)
ယဿံ ဥဘယံ အတ္ထိ၊ တဿံ ဂတိ နိဗဒ္ဓါ၊
အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား အထက်ပါတရားငါးပါးနှင့်လည်း ပြည့်စုံ၊ ဆုလည်း
တောင်း၏၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ဂတိလည်းမြဲ၏၊ ဆုတောင်းတိုင်းလည်း ပြည့်စုံ၏။

(မဋ္ဌ၊ ၃၊ ၁၀၄)

(ဆောင်) ထိုထိုများစွာ သတ္တဝါ၌ သဒ္ဓါ သီလ သုတစာဂါ
ပညာတရား ဤငါးပါးနှင့် ပြည့်ညားသူသာ လိုရာရလျှင်
ပတ္ထနာဆုတောင်း တောင်းတိုင်းမုချ ရတတ်စွတည်း၊
ပဥ္စမမှာ ဤငါးဖြာနှင့် ကင်းကွာသူပေါင်း ဆုပင်တောင်းလည်း
တောင်းတိုင်းမရ ကျမ်းဝယ်ပြဏ်။ (မဃဒေဝ ၂၅၃)

● ● ●

သင်္ဂဟဝတ္ထုလေးပါး

ပေးကမ်းရက်ရော အပြောချိုသာ
သူ့ကျိုးဆောင်ရွက် မပျက်စေရော
တန်းတူကိုယ်နှင့် အသင့်ထားပါ
စည်းလုံးမှု လေးခုသင်္ဂဟာ။
ဒါန၊ ပိယဝါစာ၊ အတ္တစရိယာ၊ သမာနတ္တတာ။

● ● ●

သီလကျေးဇူး

သီလရနံ့ မွှေးပျံ့ကြိုင်စွာ သီလဆင်သိုင်း ရှုတိုင်းလှပါ
သီလစောင့်ညား မလားပယ်ရှာ မြတ်သီလ စိတ်ချကိုးကွယ်ရာ။

● ● ●

သီလကျေးဇူး

ကိစ္စမများ စကားနည်းစေ အိပ်နေမှုနည်း
ကိုယ်တည်းပျော်လေ ရောနှောမပြု ချဲ့မှုရှောင်သွေ
အသေကောင်းဖို့ အကြောင်းဂုဏ်ခြောက်ထွေ။

● ● ●

ဘဝတန်ဖိုး

ဖြစ်ပျက်နှစ်ဖြာ မမြင်ပါဘဲ တစ်ရာအသက် ရှည်သည်ထက်သည်၊
ဖြစ်ပျက်နှစ်တန် ရုပ်နှင့်နာမ်ကို အမှန်မြင်လျက်
ဉာဏ်စဉ်တက်၍ တစ်ရက်တာမျှ သက်ရှင်ရသော်
လောကလူ့ရွာ ကောင်းမြတ်သာသည် မြတ်စွာဗုဒ္ဓ မိန့်ခွန်းတော်ပြီး။
(မဟာစည်)

* * *

အလှိုသုံးမျိုး

သူ့လက်ရှိကို ကိုယ့်လက်ရှိထက် ကောင်းတယ်ထင်တာက အတြိစ္ဆာ။
မရှိတဲ့ဂုဏ်နဲ့ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားချင်တာက– ပါပိစ္ဆာ။
ရှိတဲ့ဂုဏ်ကို ဖော်ပြချင်တာ အတိုင်းထက်အလွန် လိုချင်တာက မဟိစ္ဆာ။
ဤအလိုသုံးပါးကင်းလျှင် အလိုနည်းသော ‘အပိစ္ဆ’ ပုဂ္ဂိုလ်ဟု ခေါ်သည်။
(မဟာစည်)

* * *

သံယောဇဉ် (၁၀) ပါး

အာရုံငါးဝ တပ်စွဲက ကာမသံယောဇဉ်၊
သုံးပါးဘဝ တပ်စွဲက ဘဝသံယောဇဉ်၊
အမျက်ဒေါသ စိတ်ဆိုးက ပဋိဃသံယောဇဉ်၊
ကိုယ်သာတော်လှ ထင်မှတ်က မာနသံယောဇဉ်၊
နာမ်ကိုပဲ ငါကောင်စွဲ ယူလွဲဒိဋ္ဌိပင်။
ဘုရားမှန်တွင် မယုံချင်၍ ဆင်ခြင်နှိုင်းညို့ ဝေဖန်ကြည့် ဝိစိကိစ္ဆာပင်၊
နွားခွေးတူစွာ ကျင့်တာကောင်းမြတ် ယူစွဲမှတ် သီလဗ္ဗတပင်၊
ဘာပသ လော့ကျင့်မှုဖြင့် ဘဝနောင်ခါ မြဲချမ်းသာ၊ ယူတာလည်းပဲ
ဝံးပင်။

၈။ ကိုယ့်ထက်သူများ ကောင်းစားသည်ကို မနာလို ခေါ်ဆို ဣဿာပင်၊
၉။ ကိုယ့်လိုသူများ ကောင်းစားမည်မှ ဝန်တိုက မစ္ဆရိယပင်၊
၁၀။ သစ္စာလေးတန် ပြောင်းပြန်ထင်ကာ မသိတာ အဝိဇ္ဇာသံယောဇဉ်၊
ဝဋ်ဆင်းရဲမှ မလွတ်ရအောင် ချည်နှောင်တတ်စွာ ဤဆယ်ဖြာ အဘိဓမ္မာ သံယောဇဉ်။

• • •

မစ္ဆရိယ ဝန်တိုခြင်း ငါးမျိုး

၁။ အာဝါသမစ္ဆရိယ – အဆောက်အဦနေရာထိုင်ခင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဝန်တိုခြင်း
၂။ ကုလမစ္ဆရိယ – ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေ ဒကာ ဒကာမများနှင့် ပတ်သက်၍ ဝန်တိုခြင်း၊
၃။ လာဘမစ္ဆရိယ – လာဘ်လာဘ၌ ဝန်တိုခြင်း။
၄။ ဝဏ္ဏမစ္ဆရိယ – အဆင်း၌လည်းကောင်း ဂုဏ်ကျေးဇူး၌လည်းကောင်း ဝန်တိုခြင်း၊
၅။ ဓမ္မမစ္ဆရိယ – တရားဓမ္မနှင့်ပတ်သက်၍ ဝန်တိုခြင်း

• • •

အသိမှန်ကန် ကိုယ့်ဗိုကျန်

ဘို့သုံးဖို့၊ ခန္ဓာစု မြေကြွေးဘို့၊
ပစ္စည်းစု ထိုက်သူဘို့၊
တရားစု မိမိဘို့။
ခန္ဓာစုက မြေကြွေးရ ဒုက္ခအပူတိုးရုံသာ။
ပစ္စည်းစုမှု ဘုံဆိုင်ဟူ ထိုက်သူသုံးကြပါ။
အနေမရဲ သေမရဲ အမြဲကြောက်ရပါ။
တရားစုမှ ကိုယ်ပိုင်ရ မုချစိတ်အေးပါ။

အနေလည်းရဲ သေလည်းရဲ အမြဲကိုယ့်နောက်ပါ။
အသိမှန်ကန် ကိုယ့်ဖို့ကျန် အမှန်စိတ်ချမ်းသာ။

(ယောဆရာတော်)

⊙ ⊙ ⊙

လူဆိုသည်မှာ

- ကုနှင့်အကု ဤနှစ်ခု ခွဲပြတတ်မှ လူခေါ်တယ်။
သိသည့်အလျောက် အကုဖျောက် များမြောက်ကုသိုလ် လူခေါ်သည်။
- ကျိုးမဲ့ကျိုးရှိ နှစ်မျိုး၏ ခွဲသိတတ်လို့ လူခေါ်တယ်၊
ကျိုးမဲ့ကိုဖျောက် ကျိုးရှိရောက် ရွေးကောက်တတ်မှ လူခေါ်တယ်။
- ကြောင်းကျိုးနှစ်ခု ခွဲဝေပြု သိမှုရှိမှ လူခေါ်တယ်၊
ကောင်းကြောင်းပြုမှ ကောင်းကျိုးရ မုချ လူခေါ်တယ်၊
မကောင်းကြောင်းပြုက မကောင်းကျိုးရ မုချ လူခေါ်တယ်၊
- အကျိုးရှိလား မရှိလား ခွဲခြားသိမှ လူခေါ်တယ်၊
သင့်တော်ရဲ့လား မတော်လား ခွဲခြားသိမှ လူခေါ်တယ်၊
ချပ်နောမ်နှစ်ရပ် စဉ်မပြတ် ရှုမှတ်နိုင်မှ လူခေါ်တယ်။
မမြဲဆင်းရဲသဘောပဲ အသိကွဲပါမှ လူခေါ်တယ်။ (ဖြူး)

စိတ်ထားကောင်းက ချမ်းသာရ၏။
စိတ်ထားမကောင်းက ဆင်းရဲရ၏။
တရားမဲ့စွာ ပစ္စည်းရှာ မိစ္ဆာအာဇီဝ။
တရားမကွာ ပစ္စည်းရှာ သမ္မာအာဇီဝ။

သပ္ပုရိသဒါန (၅) မျိုး

၁။ သဒ္ဓါယ ဒါနံ ဒေတိ။ ရတနာသုံးပါး ကံ ကံ၏အကျိုးတရားကို ယုံကြည်
သော သဒ္ဓါတရားဖြင့် ပေးလှူခြင်း။
၂။ သက္ကစ္စဒါနံဒေတိ။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်နှင့်လှူဘွယ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတို့ကို ရိုရိုသေသေ

လေးလေးစားစား လှူခြင်း၊
၃။ ကာလေန ဒါနံ ဒေတိ၊ အခါကာလအားလျော်စွာ လှူဒါန်းခြင်း။
၄။ အနုဂ္ဂဟိတစိတ္တော ဒါနံဒေတိ။ ပစ္စည်းဝတ္ထု လှူဒါန်းသောအခါ တွယ်တာ
ငဲ့ကွက်မှုမရှိ လွတ်လွတ်စွန့်ကြဲခြင်း။
၅။ အတ္တာနဉ္စပရဉ္စ အနုပဟစ္စဒါနံဒေတိ– မိမိသူတစ်ပါး နှစ်ဦးသားတို့ကို
မထိခိုက်စေဘဲ လှူဒါန်းခြင်း

(ဆောင်) သဒ္ဓါကြည်ညို ရိုသေလုစွာ အခါကိုသိ မစွန်းငြိဘဲ
မထိမပါး လှူတုံငြား၊ ငါးပါးသပ္ပုရိသ မြတ်ဒါန၊

သပ္ပုရိသဒါနအကျိုး (၅) မျိုး

၁။ သဒ္ဓါကြည်ရွှင် လှူဒါန်းလျှင် ရုပ်သွင်အဆင်းလှ။
၂။ ရိုသေလှူငြား သူ့စကား အများနာယူကြ။
၃။ အခါသင့်သဖြင့် လှူတုံလင့် ချိန်သင့်ကောင်းကျိုးရ။
၄။ မစွန်းငြိတောင်း လှူတုံရှောင်း အကောင်းသုံးဆောင်ရ။
၅။ မထိမပါး လှူတုံငြားမှု ထိုသောသူ၏ ပြောထူများပြား စည်းစိမ်အား ငါး...
ရန်မစ။ (မေတ္တာရှင်)

'မိတ်ဆွေစစ်'

ပေးနိုင်ခဲတာ ပေးမှသာ မှန်စွာ မိတ်ဆွေစစ်၊
ခက်တဲ့ကိစ္စ လုပ်ပေးမှ မုချမိတ်ဆွေစစ်၊
သည်းခံဖို့ရန် ခက်ခဲပြန် သည်းခံနိုင်မှ မိတ်ဆွေစစ်၊
ကိုယ်တိုင်ပြုညား ကောင်းမှုများ စွမ်းအားပြည့်တဲ့မိတ်ဆွေစစ်၊
ကိုယ်ကချစ်မှ သူကတဖန် ကိုယ့်ကိုပြန် အမှန်ကောင်းစွာချစ်။
(ယောဆရာ...)

* * *

ပေါင်းသင်းရမည့်မိတ်ဆွေ

နိဟီယတိ ပုရိသော နိဟီနသေဝီ၊
န စ ဟာယေထ ကဒါစိ တုလျသေဝီ၊
သေဋ္ဌမုပနမံ ဥဒေတိ ခိပ္ပံ။
တသ္မာတ္တနာ ဥတ္တရိတရံ ဘဇေထ။

(သေဝိတဗ္ဗသုတ်၊ မနောဇဇာတ်)

မိမိထက် ယုတ်ညံ့သူကို ပေါင်းလျှင် မိမိပါယုတ်ညံ့သူဖြစ်ရသည်။
မိမိနှင့်တန်းတူသူကို ပေါင်းလျှင် မိမိမှာမဆုတ်ယုတ်။
မိမိထက် အဆင့်အတန်းမြင့်မားသူကိုပေါင်းလျှင် လျင်မြန်စွာ
တိုးတက်ကြီးပွားနိုင်ပါသည်။

သူမပါ ဘယ်ဟာမှမပြီး သူ့ချည်းတော့လည်းမပြီး
မင်းမပါ ဘယ်ဟာမှမပြီး မင်းချည်းတော့လည်းမပြီး၊
ငါမပါ ဘယ်ဟာမှမပြီး ငါချည်းတော့လည်း မပြီး၊
မင်းသူငါ လူတကာစုံမှ အလုံးစုံ အကုန်ပြီး

* * *

ကျေးဇူးရှင်ကို မပြစ်မှားနဲ့

ယဿ ရုက္ခဿ ဆာယာယ နိသီဒေယျ သယေယျ ဝါ
န တဿ သာခံ ဘိန္ဒေယျ မိတ္တဒုဗ္ဘောဟိ ပါပကော။

အကြင်သစ်ပင်၏အရိပ်၌ ခေတ္တခဏ ထိုင်မှုလည်း ထိုင်ဘူး၊ အိပ်မှုလည်း အိပ်ဘူးအံ့ ထိုသစ်ပင်၏အကိုင်းအခက်ကို မဖျက်ဆီးမချိုးဖဲ့သင့်ပေ။ ထိုကဲ့သို့ ပြုလုပ်မိလျှင် ကျေးဇူးရှင်ကိုပစ်မှားသော လူယုတ်မာနှင့်တူသည်ဟု ဇာတကပါဠိတော်၌ ဘုရားရှင်ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ထိုနည်းတူစွာပင် မိမိတို့အား

နေစရာ ထိုင်စရာတွေပေး၊ စားစရာသောက်စရာတွေကျွေး ပညာတွေ သင်ပေးခဲ့သော မိမိတို့အရိပ်ခိုခဲ့သော ကျောင်းတော်တို့ကို ကျေးဇူးမဆပ်ချင်နေ ပါစေ ကျေးမစွပ်မိပါစေနှင့်၊ သူတော်ကောင်းစိတ်ထားကာ ကျေးဇူးသိနိုင်ကြပါစေ။

(ဦးဝိစက္ခဏ)

မိဘကျေးဇူး မြင့်မိုရ်ဦး အထူးဆပ်ကြလေ၊ မိဘနှစ်ပြာရှိနေပါလျက် ကျေးဇူး မသိ မဆပ်ဘိက တစ်သက်လုံးလုံး လူပြစ်ရှုံး၏။

(အေးချမ်းမွန်)

◉ ◉ ◉

ဆာနာနှိပ်စက်အကူစက်

ရောဂါထဲမှာ ဆာလောင်တာ လွန်စွာအဆိုးဆုံး၊
တစ်နေ့နှစ်ခါ ကုပါသော်လည်း မပျောက်ဖဲ ကုမြဲတစ်သက်လုံး၊
ဆာနာပျောက်ရန် အသိဉာဏ် ရည်သန်ဘောဇဉ်သုံး၊
ဆာနာပျောက်စေ မေတ္တာဝေ ပေးလေတရားသုံး။

(ယော)

◉ ◉ ◉

'ဉာဏ်ရည်ကိုပြ ခွဲခြမ်းတု'

- ခြေထောက်မပါ မြွေသတ္တဝါလည်း၊
  လိုရာကိုပြေး ရောက်နိုင်သေး၏။
- ဦးခေါင်းမပါ၊ ပုဇွန်မှာလည်း၊
  လိုရာကိုပြေး ရောက်နိုင်သေး၏။
- ငါ့မှာလက်ခြေ စုံလင်ပေခဲ့ ကထွေဦးခေါင်း
  ပြည့်စုံရှောင်းခဲ့၊ အပေါင်းအင်္ဂါ စုံလင်ပါသော်၊
  လိုရာပန်းတိုင် ငါလှမ်းကိုင် အနိုင်ရဖို့ သေချာလှ။

- ကြက်တူရွေးပင် စကားသင်ပေး ပြောတတ်သေး၏။
- မျောက်ကလေးပင် လူတို့သင်ပေး ကတတ်သေး၏။
- ငါကားလူသား ငါလူသားတည်း၊ လူသားတို့မာန်
လှံ့လသန်၍ ဉာဏ်ရည်ကိုပြ၊ ဖွံဖြိုးတုသော်၊
ဤလူ့ပြည်မှာ မစွမ်းရာ ဘယ်ဟာတွေမှ မရှိကြ။

(တိပိဋက ယောဆရာတော်)

* * *

၁။ ကျောင်းကြမ်းနင်း ကျောင်းတွင်းချေးသေးပါ။

ငါသည် ကျောင်းသစ် တစ်လုံးလုံး လက်ခံရရှိသောနေ့၏ ပထမဦးဆုံး ယင်းကျောင်းထက်သို့ တက်အံ့ဆဲဆဲ အခါမျိုးတွင်

အင်း – ကျောင်းတော့လက်ခံပြီးပြီ

သည်ကျောင်းပေါ်မှာနေပြီး မင်း ဘာလုပ်မယ်လို့ စိတ်ကူးထားတုံးဟူသော စကား ဦးဦးဖျားဖျား မေးထားကြည့်တတ်ခဲ့၏။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်

ကျောင်းပေါ်ရောက် ကျောင်းပျော်လောက်နှင့်ပင် ပြီးစီးသွားလေ့ရှိပြီး မူရင်းကိစ္စမေ့ အတွေ့ကြော မျောသွားတတ်လှသောကြောင့်။

၂။ ကျောင်းဆွမ်းစား ကျောင်းဘုရားရန်လုပ်

ငါသည် ဆွမ်းအသစ် တစ်ထပ် တစ်ထပ် စားသုံးခွင့်ရလေတိုင်း မစားသုံးမီ မင်းသည်ဆွမ်းစားပြီး ဘာလုပ်မယ်စိတ်ကူးထားလဲဟူ၍တီးခေါက်ကြည့်ရ၏။ စားပြီးသည့်နောက်လည်း အင်း သူများတကာလှူသောဆွမ်း ဝမ်းသာအား ဖြင့်တော့ စားခဲ့ပြီးပြီ။

သူ့ဆွမ်းစားပြီးနောက် သူ့အတွက် ဘာလုပ်ပေးဖို့ စိတ်ကူးထားသေးလဲ ... ကြည့်ရသေး၏။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်

ဆွမ်းဆိပ်တက်၍ ဆွမ်းသက်ဝင်သွားလေသောအခါ တဏှာမာန ပပဉ္စတို့ နိုးထလာလေ့ရှိသောကြောင့်။

၃။ ကျောင်းဆေးသောက် ကျောင်းအောက်မျှောက်မထား

ငါသည် အများတကာတို့ လှူဒါန်းထားသော ဆေးကို မှီဝဲခွင့်ရလေတိုင်း

အင်း သူများတကာတို့ လှူသော အသက်ကယ်ဆေးကိုတော့ သောက်သုံးပြီးပြီ၊ သက်ရှည်ကျန်းမာ ခွန်အားများ တိုးပွားလာခဲ့သော် မင်းဘာကိစ္စများ ဆောင်ရွက်ဖို့ စိတ်ကူးထားလဲ မေးကြည့်ရ၏။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်

ဆေးမှီဝဲ၍ ရသောအသက်ဖြင့် ဘုရားအာဏာစက်ကို တော်လှန်လျက်ရှိတတ်လေသောကြောင့်။

၄။ ကျောင်းသက်နီးဝတ် ကွင်းညွတ်ကျောင်းပတ်ထောင်

ငါသည် သင်္ကန်းသစ်များကို လက်ခံရရှိလေတိုင်း

အင်း အများတကာကတော့ မင်းကိုရဟန်းဆိုပြီး သင်္ကန်းစည်းပေးနေပြီ၊ မင်းကတော့ ရဟန်းလုပ် ရဟန်းရှပ် ပေါက်ပါရဲ့လား မေးကြည့်ရသေး၏။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်

သင်္ကန်းဝတ်ပြီးခါမှ သင်္ကန်းညွှတ်ဖြင့် သူတကာတို့သို့ ကွင်းလျောထောင်သောအကျင့် ခေါင်းထဲဝင်လာတတ်သောကြောင့်။

၅။ ဝမရှိဘဲ ဝိမလုပ်နှင့်

မကောင်းမှုပြုသူက ကောင်းဟန်ဆောင်ခြင်း၊

ကောင်းမှုပြုသူက ကောင်းသထက်ကောင်းဟန်ဆောင်ခြင်း၊ ထိုဟန်ဆောင်ခြင်းနှစ်မျိုးတို့ကား ဝမရှိဘဲ ဝိဖြစ်ရန် ကြိုးစားခြင်းသာတည်း။

၆။ အသစ်ရှုပ် သိက္ခာတစ်ပုဒ်တိုး

အဟောင်းရှုပ် သိက္ခာတစ်ပုဒ် ညှိုးလိမ့်မည်။

* * *

အိမ်ထောင်ရှင်အမျိုးသမီးများအတွက်

၇။ လင်သား မယားပွေ၊ အိမ်နေမ အလုပျက်နေလို့၊
မြန်မာအမျိုးသမီး တော်တော်များများ အိမ်ထောင်ကျပြီး သားသမီးများ
ရလာလျှင် မိမိကိုယ်ကို ပြုပြင်မှုထိန်းသိမ်းမှု အလှပြင်မှု စသည်
မပြုလုပ်ကြတော့သဖြင့် လင်ယောကျ်ားများ
စိတ်ပျက်ကာ ဖောက်ပြန်တတ်ကြသည်။
အပျိုဘဝကကဲ့သို့ပင် အလှအပကို ဂရုစိုက်သင့်ပါကြောင်း
အသိပေးနှိုးဆော်လိုက်ရပါသည်။

(မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော် ဓမ္မနီတိကထာ)

❁ ❁ ❁ ❁ ❁ ❁ ❁ ❁ ❁

အခန်း(၁၀)

အခန်း (၁၀)

သမထဝိပဿနာ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း တရားအားထုတ်ရန် ဘုရားရှင်၏နှိုးဆော်ချက် ကျေးဇူးတော်ရှင်မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဝိပဿနာရှုမှတ်နည်း

ဈာယထ ဘိက္ခဝေ မာ ပမာဒတ္ထ

မာပစ္ဆာ ဝိပ္ပဋိသာရိရော အဟုဝတ္ထ၊

အယံ ခေါ် အမှာကံ အနုသာသနီ။

ဘိက္ခဝေ၊ ရဟန်းတို့၊ ဈာယထ၊ ရှုကြမှတ်ကြကုန်လော့။

သမထဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်ကြကုန်လော့၊ မာပမာဒတ္ထ၊ မမေ့ကြကုန်လင့်၊ မရှုမှတ်ကြဘဲမနေကြကုန်လင့်၊ ပစ္ဆာ၊ အခွင့်ကောင်းလွန်ပြီးသော နောင်အခါ၌၊ ဝိပ္ပဋိသာရိနော၊ မရှုမှတ် မအားထုတ်ခဲ့သည်မှာ မှားလေစွဟု နောင်တရကာ နှလုံးမသာကုန်သည်၊ မာအဟုဝတ္ထ၊ မဖြစ်ကြပါစေကုန်လင့်၊ အယံ၊ ဤသတိပေးနှိုးဆော်သောစကားသည်၊ ခေါ၊ သင်တို့အား၊ အမှာကံ၊ ငါဘုရားတို့၏၊ အနုသာသနီ၊ အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ပေးတော်မူအပ်သော အဆုံးအမတော်တည်း။

(နှီးဆော်တိုက်တွန်းချက်)

အို သူတော်ကောင်းတို့ လူဖြစ်နေစဉ် ယခုအခါသည်သာလျှင် ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်နိုင်သည့်အခါပေတည်း။ ဤဝိပဿနာအလုပ်ဖြင့် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်၏၊ အပါယ်ဆင်းရဲသံသရာဝဋ်ဆင်းရဲတို့မှ လွတ်ကင်းထွက်မြောက်နိုင်၏၊ ဤမျှကြီးကျယ်သောအကျိုးကို ပေါ့လျော့ပျင်းရိစွာ အားထုတ်၍ ဘယ်မှာရနိုင်ပါအံ့နည်း။

အိုသူတော်ကောင်း

မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ဟူသော အလွန်ကြီးမားသောအကျိုးကို ရစေနိုင်သော ဝိပဿနာအလုပ်ကို ပြင်းထန်စွာ ကြိုးစားအားထုတ်ပါလော။

သင်မပျင်းနဲ့ မမေ့မလျော့ ကြိုးစားအားထုတ်ပါလော့။

◉ ◉ ◉

ဝိပဿနာ၏ပဓိကင်္ဂ

ယခုဘဝမှာပင် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ ဆိုက်ရောက်အောင် တကယ်အားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားထုတ်မည့်ကာလအတွင်း၌ပင် ပလိဗောဓကြောင့်ကြမှုဟူသမျှကို ပြတ်စဲစေအပ်၏။ သီလကိုလည်း စင်ကြယ်စေအပ်၏။ ဤသီလသည် မဂ်ဉာဏ်အား ကျေးဇူးပြုပါစေဟု စိတ်ကို ညွတ်စေအပ်၏။ တရားအားထုတ်ဖူးသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကဲ့ရဲ့ပြစ်မှားဖူးသည့်အတွက် အရိယူပဝါဒကံ 'အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကို ပြစ်မှားမိသောကံ၌ ယုံမှားသံသယရှိလျှင် ပြစ်မှားဘူးသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား သည်းခံပါဟု ကန်တော့တောင်းပန်အပ်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အထံသို့ မသွားနိုင်လျှင် ဆရာသမားထံ၌ ကန်တော့တောင်းပန်အပ်၏။ မိမိကိုယ်ကို ဘုရားအားစွန့်လှူအပ်နှင်းထားလျှင် 'အားထုတ်ဆဲ၌ ကြောက်မက်ဖွယ်အာရုံ ထင်ပေါ်လာသော်လည်း အကြောက်ကင်းခြင်း အကျိုးရှိသည်ဟူ၍လည်းကောင်း' ဆရာသမားအား အပ်နှင်းထားလျှင် ဆရာသမားက အားမနာဘဲ ဆုံးမသွန်သင်ပြုပြင်ပေးနိုင်ခြင်းအကျိုးရှိသည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ အဋ္ဌကထာ၌ မိန့်ဆိုထား

သောကြောင့် တရားအားထုတ်မည့်ကာလအတွင်း၌ မိမိကိုယ်ကို ဘုရားအား ငှန့်လှူအပ်နှင်းထားခြင်း၊ အားမနာဘဲ ဆုံးမသွန်သင်ပါဟု ဆရာအား အပ်နှင်း ထားခြင်းသည် အလွန်ကောင်း၏။

ထိုသို့မအပ်နှင်းထားသော်လည်း ဆရာစကားကို ရိုသေစွာလိုက်နာ၍ မဆုတ် မနစ် အားထုတ်သွားလျှင်ကား ရသင့်ရထိုက်သော ဉာဏ်ထူးတရား ထူးများကို ရနိုင်သည်သာတည်း။ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာဟူသော ဆင်းရဲခပ်သိမ်း၏ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန် သည် ကောင်းမြတ်၏၊ ထိုနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်သိမြင်လျက် ကိလေသာတို့ကို ကင်းစေနိုင်သော မဂ်တရားသည်လည်းကောင်း မြတ်၏။

ထိုမဂ်တရား နိဗ္ဗာန်တရားထူးများကို ဤဝိပဿနာအကျင့်ဖြင့် ကေန်မုချ တွေ့မြင်ရပေတော့မည်ဟု စိတ်ကိုညွှတ်စေအပ်၏။ ဘုရားရဟန္တာ အရိယာ သူမြတ်တို့၏ သွားမြဲလမ်းဖြစ်သော ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်ရပေတော့ မည်ဟု ဆင်ခြင်လျက် စိတ်ကိုတက်ကြွစေအပ်၏။

ထို့နောက် မြတ်စွာဘုရား၏ဂုဏ်တော်များကို တတ်သိသမျှ နှလုံးသွင်း၍ ဦးချိုးကန်တော့အပ်၏။ ကျောင်းစောင့်နတ်များမှစ၍ ခပ်သိမ်းသောသတ္တဝါတို့ကို "ကျန်းမာကြပါစေ ချမ်းသာကြပါစေ"ဟု မေတ္တာပို့အပ်၏။ အသုဘနှင့်သေခြင်း တရားတို့ကိုလည်း စွမ်းနိုင်ပါက တခဏမျှ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်အပ်၏။ ထို့နောက် ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေ၍ဖြစ်စေ တစ်ပါးသောထိုင်နည်းဖြင့်ဖြစ်စေ ထိုင်နေပြီးလျှင် [illegible]အားထုတ်ပါလေ၊ ခြေအချင်းချင်း မဖိမညှပ် ချောင်ချိစွာထိုင်၍ အားထုတ် [illegible] သာ၍ကောင်းမွန်ပါသည်။

◉ ◉ ◉

တရားထိုင်တရားအားထုတ်မှုနှင့်စပ်လျဉ်းသော ဆောင်ပုဒ်ကဗျာများ

တင်ပလ္လင်ခွေကာ ထိုင်နေပါ ဖြောင့်စွာခါးကိုထား၊
မလှုပ်ကျနေ ငြိမ်ငြိမ်နေ စိတ်တွေမလွင့်ပါး၊
မျက်စိမှိတ်ကာ ခေါင်းတည့်ပါ၊ ဝမ်းမှာစိတ်ကိုထား၊
ဖောင်းတာပိန်တာ စိတ်စိုက်ကာ မှတ်ပါယောဂီများ။

ပူတာ နာတာ ဖြစ်ပေါ်လာ မှတ်ပါယောဂီများ၊
ထုံတာ ကျဉ်တာ ကိုက်ခဲလာ မှတ်ပါယောဂီများ၊
မျက်နှာလွှဲတာ စိတ်ကူးတာ မှတ်ပါ ယောဂီများ၊
သဘောတရား ဖြစ်ပေါ်ငြား မှတ်ပါ ယောဂီများ။

ခန္ဓာငါးဝ မပိုင်ကျ မုချမှတ်လိုက်ပါ၊
မပိုင်လေညား ခန္ဓာငါး ရှုပွားပယ်သင့်တာ၊
ရှုပွားပယ်က ခုနောင်ဘဝ မုချချမ်းသာမှာ။

အားကိုးအားထား ပြုငြားစရာ၊ မိဘဘိုးဘွားလင်သားဆွေညာ
ဟုတ်ပါရဲ့လား စဉ်းစားခုခါ ကမ္မဋ္ဌာန်းလုပ်ငန်းအစစ်ပါ၊

စိတ်တည်ရုံမျှ ရှုမှတ်က သမထဘာဝနာ၊
စိတ်တည်ရုံသာမကပါပဲ နှစ်ဖြာရုပ်နာမ်
သိမြင်ရန် ရှုပြန်ဝိပဿနာ။

အဟောင်းပျောက်တော့ အသစ်ပေါ်သည်
ပေါ်တဲ့အသစ် အဟောင်းဖြစ်သည်
ဟောင်းလျှင်သစ်လျက် ကြောင်းဆက်ခါတည်

ငါမဟုတ် နာမ်ရုပ် မှန်လေသည်။

ဖြစ်ခိုက်ရှုမှတ် သဘာဝ မုချသိမြင်သည်၊
သဘောသိမှ ဥဒယ ဝယမြင်နိုင်သည်။

ဣန္ဒြေခြောက်ပါး အစောင့်ထား တံခါးလုံရမည်၊
အဆင်းမြင်လတ် ရှုမှတ်သူသည် ငါသူတစ်ပါးအမှားမသိ
အကုသိုလ်များ မပွားရာပြီ ဤသို့အား တံခါးလုံရမည်။
(အသံ၊ အနံ့၊ အစာစား၊ အတွေ့၊ သဘောသိ)

မမြင်ရရာ ကိလေသာ သူ့ဟာသူငြိမ်းသည်၊
မြင်ရရာမှာ ကိလေသာ ကိန်းကာဖြစ်နိုင်သည်

အဆင်းမျက်စိ ဆုံမိသောခါ မြင်မှုတရား ထင်ရှားဖြစ်လာ
မြင်တာတပ်မက် နှစ်သက်သူမှာ လောဘမီးလောင်ကြီးလောင်တော့တာ
အဆင်းမျက်စိ ဆုံမိသောခါ မြင်မှုတရားထင်ရှားဖြစ်လာ၊
မြင်တာရွံမုန်း နှလုံးမသာ ဒေါသမီးလောင်ကြီးလောင်တော့တာ၊
အဆင်းမျက်စိ ဆုံမိသောခါ မြင်မှုတရား ထင်ရှားဖြစ်လာ၊
မြင်တယ်လို့မှမသိတဲ့သူဟာ မောဟမီးလောင်ကြီးလောင်တော့တာ၊

ကုသိုလ်ပုညပြုကြလျှင်လျှင် အမိကသားစောင့်ညားတူပင်၊
ကိုယ်ပြုနိုင်မှ ကိုယ်ကပိုင်ရှင် ခွင့်ကြုံညား ကိုယ့်အားစောင့်မည်ပင်။

အိမ်မီးလောင်စဉ် ရေယူငင် လျှင်လျှင်ငြိမ်းရာသည်၊
မီးမငြိမ်းက အိမ်ပြာကျ ဒုက္ခဆက်ဆက် ရောက်တတ်သည်။
ပညာရှိကား သောကများ တရားရေဖြင့်ငြိမ်းရာသည်။

ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ကြပါ။

ဝိပဿနာမရှုပါ ကိလေသာဖြစ်သည်၊
ကိလေဖြစ်ကာ ကံနှစ်ဖြာပြုကာနေတော့သည်။
ကံပြုသူမှာ ငါးခန္ဓာ ရကာနေတော့သည်။
ခန္ဓာရလာ ဆင်းရဲမှာ သေချာနေတော့သည်။

(ဖြူးဆရာတော် ဦးနရပတိတရားတော်များမှ

သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး

ကိုယ်အမူအရာ ဖြစ်တိုင်းမှာ မှန်စွာမှတ်ရမည်၊ ကာယာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်
ကောင်းဆိုးလတ်ပါဝေဒနာ ပေါ်တာမှတ်ရမည်။ ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်
စိတ်အမူအရာဖြစ်တိုင်းမှာ မှန်စွာမှတ်ရမည်။ စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်
သဘောတရားဖြစ်ပေါ်ပြား ပိုင်းခြားမှတ်ရမည်။ ဓမ္မာနုပဿနာသပတိပဋ္ဌာန်

● ● ●

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ချိန်မဟုတ်သောအခါ (၅) ပါး

၁။ ဇိဏ္ဏဇရာဘိဘူတ– ဇရာထောင်း၍ အိုမင်းရွတ်တွ ဘာမှမလုပ်နိုင်သောအခါ
၂။ ဗျာဓိနာဘိဘူတ– မကျန်းမမာ အနာရောဂါနှိပ်စက်သောအခါ၊
၃။ ဒုဘိက္ခာဒုလ္လဘပိဏ္ဍ– ဝတ်မွတ်ခေါင်းပါးအစာရှားသောအခါ၊
၄။ ဝိဝါဒဘယပတ္တ – အသင်းကွဲ ပါတီကွဲ ဝါဒကွဲ လူမျိုးကွဲ ပြည်ထဲရေးသူ
ထပြီး အချင်းချင်းတိုက်ခိုက်နေသောအခါ၊
၅။ သံဃဘိန္န – သံဃာအချင်းချင်း ကွဲပြားပြီး အငြင်းပွားနေသောအခါ။

အရိယာဖြစ်အောင် တရားအားထုတ်ခွင့်မရသောကာလကြီးငါးပါးဟူ၍ ခေါ်ပါသည်။ (အံ ၂, ၅၈) အခါအခွင့်သင့်တုံး ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ငယ် ရွယ်စဉ်အခါ၌ တရားကိုအားထုတ်သင့်လှပါသည်။

● ● ●

တရားမရနိုင်သောပုဂ္ဂိုလ် (၁၆) ယောက်

၁။ တိရစ္ဆာန်
၂။ ပြိတ္တာ
၃။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ
၄။ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသောပုဂ္ဂိုလ်
၅။ အမိသတ်သူ
၆။ အဖသတ်သူ
၇။ ရဟန္တာသတ်သူ
၈။ ဘုရားရှင်အား သွေးစိမ်းတည်အောင်ပြုသူ
၉။ သံဃာသင်းခွဲသူ
၁၀။ ရဟန်းယောင်ဆောင်သောသူ
၁၁။ တိတ္ထိဘောင်သို့ပြောင်းသောသူ
၁၂။ ဘိက္ခုနီမ (သီလရှင်၊ ယောဂီမ) များကို ဖျက်ဆီးသူ
၁၃။ သံဃာဒိသိသ်အာပတ်သင့်နေသော ရဟန်းများ
၁၄။ ပဏ္ဍုက်
၁၅။ ဥဘတောဗျည်း
၁၆။ အသက်လေးနှစ် ဆယ့်ငါးရက်အောက် အလွန်ငယ်သောပုဂ္ဂိုလ်

(မိလိန္ဒ ၂၉၈)

ဘောင်) တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ မိစ္ဆာများနဲ့ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲ ပဋ္ဌာနန်၊ ရဟန်းယောင်ဆောင်၊ တိတ္ထိပြောင်းလို့ ဘိက္ခုနီကောင်းဖျက်ဆီးပြန်၊ သံဃာဒိသိသ်အာပတ်ရှုတ်လို့ ပဏ္ဍုက်၊ ဥဘတော၊ ငယ်လှပြန်၊ ခုနစ်နှစ်ကွယ် ပျမ်းမျှကြေးနဲ့ လေးနှစ်ဆယ့်ငါးအရဟံ၊ တရားမတန် ဆယ့်ခြောက်ထဲမှာ ကိုယ်လည်းပါမပါ ငင်ခန်။

(ဖြူး)

◉ ◉ ◉

ဘုရားရှေ့ သံဃာတော်များရှေ့မှောက်၌နေထိုင်နည်း

၁။ ရတနာသုံးပါး ဆရာသမားတို့အား ရှိခိုးပူဇော် ကန်တော့သောအခါ သီလ တောင်းသောအခါ တောင်းပန်လျှောက်ထားသောအခါမျိုး၌ 'ဥက္ကုဋိကံ နိသီဒိတွာ အဉ္ဇလိံ ပဂ္ဂဟေတွာ' ဟူသော ပါဠိအရ ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်ကာ လက်အုပ်ချီမိုး ရှိခိုးနေရမည်။ (အမျိုးသားများအတွက်)

၂။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များကို ဆည်းကပ်ခစားထိုင်နေသောအခါ တရားနာသောအခါတို့၌မူ ''ဇဏ္ဏုကာနိ နိပတိတွာတဿာဘိမုခံကရိတွာ'' ဟူသော ပါဠိတော်နှင့်အညီပုဆစ်ဒူးချကာတုံ့ပိုင်းထိုင်နေရမည်။(အမျိုးသမီး/သား)

၃။ ဝိပဿနာ ဘာဝနာတရား ရှုမှတ်ပွားများသောအခါမျိုး၌ ''ပလ္လင်္ကံ အာဘုဇိတွာ ဥဇုံ ကာယံ ပဏိဓာယ'' ဟူသော ပါဠိတော်အရ ရဟန်းတော်များနှင့် အမျိုးသား အမျိုးသမီးအားလုံး မည်သူမဆို တင်ပလ္လင်ခွေ၍ ကိုယ်ကိုဖြောင့်မတ်စွာထားကာ ထိုင်ရမည်။

နည်းမှန်လမ်းမှန် တရားဝင်ကား ထိုင်ခြင်းဣရိယာပုထ်တို့တွင် တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်ခြင်းကား ကိုယ်ခန္ဓာကို မျှတသက်သာစေ၍ သမာဓိတရား မြန်မြန်ရလွယ်စေတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် အမျိုးသမီးများ တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်လိုက ထိုင်နိုင်ပါသည်။ (ထက်ဝက်ကဗျာ မေးဖြေလွှာကျမ်း ၂၂၄)

၁။ ဖြစ်ပျက်မြင်မှ အနိစ္စဒိဋ္ဌသိနိုင်သည်။

၂။ ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက အနိစ္စတရား၊

၃။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်သွားတာက အနိစ္စလက္ခဏာ၊

၄။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွယ်ပျောက်သွားတာကိုတွေ့ရ၍ မမြဲဟုသိတာက အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်

၅။ အနိစ္စမြင် ဒုက္ခထင်သည်၊ ဒုက္ခထင်တော့ အနတ္တမြင်သည်၊ အနတ္တမြင်မှ နိဗ္ဗာန်ခွင် ပြေးဝင်ဆိုက်ရောက်သည်။ နိဗ္ဗာန်မြင်က အပယ်မှ လုံးဝလွတ်မြောက်သည်။

* * *

မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
ဝိပဿနာရှုနည်း

သက်ာဆောင်ပုဒ် = မူလနှစ်ဖြာ သစ္စာနှစ်ခု လေးခုအလွှာ အင်္ဂါဆယ့်
နှစ်ပါး တရားကိုယ်များနှင့် သုံးပါးအစပ် နှစ်ရပ်မူလ
ဝဋ်သုံးဝနှင့် ကာလသုံးဖြာ၊ ခြင်းရာနှစ်ဆယ် ဤ
ရှစ်သွယ်ကို အလွယ်ကျက်မှတ် သိစေအပ်သည်။
သံသရာမှ လွတ်ကြောင်းတည်း။

အဝိဇ္ဇာနှင့်တဏှာရင်းခံ ဥပါဒါန်၊ ကံကြောင့်ရုပ်နာမ်ပေါ်။ အပင်မှမျိုး မျိုးမှအပင် အမျှင်မပြတ် ဆက်စပ်သည့်ဟန်၊ ကံကြောင့်နာမ်ရုပ်၊ နာမ်ရုပ်ကြောင့်ကံ အဖန်ဖန်ဖြစ်ပြန်နည်းအလျော်၊ ပြဟ္မာသိကြားစသည်များက ထင်ရှားပြုပြင် စီရင်ပန်ဆင်း အကြောင်းရင်းကြောင့် လူနတ်များစွာ သတ္တဝါတို့ ဖြစ်လာရမှု မဟုတ်ဟု ဉာဏ်ဖြင့်ရှု၍မျှော်။

• • •

တရားအားမထုတ်ခင် ကြိုတင်ပြုလုပ်ရမည့်အမှုကိစ္စငါးပါး

၁။ တပည့်တော်တို့သည် ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးတို့ကို မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးနှင့် ကျေးဇူးတော်ရှင် အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရားကြီးတို့အား လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၂။ တပည့်တော်တို့သည် မိုက်မဲတွေဝေ မသိမလိမ္မာခဲ့သည့်အလျောက် ရတနာသုံးပါး မိဘဆရာပုဂ္ဂိုလ်သူမြတ်တို့အပေါ်၌ ကံသုံးပါးတို့ဖြင့် ပြစ်မှားမိသည်ရှိသော် ဘေးအပြစ်တို့မှ ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ တောင်းပန်ဝန်ချ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၃။ ကိုယ်စောင့်နတ် အိမ်စောင့်နတ် ကျောင်းစောင့်နတ် တောစောင့်နတ် တောင်စောင့်နတ် သာသနာတော်စောင့်နတ်၊ နတ်များနှင့်တကွ ရှိရှိသမျှ သက်ရှိသတ္တဝါ

အနန္တတို့သည် ဘေးမသီရန်မခ အန္တရာယ်ကင်းပပြီး ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။
၄။ တပည့်တော်တို့သည် ရှေးရှေးဘဝ ယခုဘဝပြုပြုသမျှ ဒါနသီလ ဘာဝနာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့သည် တပည့်တော်တို့ အလိုရှိအပ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ရခြင်းရောက်ခြင်း အကျိုးငှာ လျင်မြန်စွာ ကျေးဇူးပြုပါစေသတည်း။
၅။ တပည့်တော်တို့သည် ဘဝများစွာ ခန္ဓာပျက်ကြွေ သေခဲ့ရသည့် ဘဝတွေမှာ များလှပေပြီ၊ ယခုဘဝမသေခင်၊ အသေဂဒြိုဟ်မီ ဉာဏ်ဦးအောင် တရားတော်ကို ကြိုးစားအားထုတ်ပါဦးမည် အရှင်ဘုရား။

• • •

တရားထိုင်နည်း အကျဉ်းချုပ်

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အရညဂတောဝါ ရုက္ခမူလ

ဂတောဝါ သုညာဂါရဂတောဝါ ဟူသော ဒေသနာတော်ဖြင့် ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက

၁။ လူမနေ လူမရှိတဲ့ တောအရပ်သို့ သွားရောက်၍ဖြစ်စေ၊
၂။ အရိပ်ကောင်းတဲ့သစ်ပင်အောက်ကို သွားရောက်၍ဖြစ်စေ၊
၃။ ဆိတ်ငြိမ်အေးချမ်းတဲ့ ဘုရားတန်ဆောင်း၊ ကျောင်း၊ ဓမ္မာရုံ၊ ရိပ်သာများသို့ သွားရောက်၍ဖြစ်စေ၊ တရားအလုပ် အားထုတ်ကြပါလို့ အားယူကာစ တရားသမားများအတွက် တရားအားထုတ်ဖို့ရာ သင့်လျော်လျောက်ပတ်သောနေရာဌာန (၃) နေရာကို ညွှန်ပြတော်မူခဲ့ပါတယ်။

'နိသီဒတိ ပလ္လင်္ကံ အာဘုဇိတ္ဝာ ဥဇုံ ကာယံ ပဏိဓာယ'

ဟူသော ဒေသနာတော်ဖြင့် ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက ထိုင်တဲ့ ဣရိယာပုတ်ရယ်၊ ရပ်တဲ့ဣရိယာပုတ်ရယ်၊ သွားတဲ့ဣရိယာပုတ်ရယ်၊ လျောင်းတဲ့ဣရိယာပုတ်ရယ်ဆိုတဲ့ ဣရိယာပုတ် (၄)မျိုးရှိတဲ့အထဲက အားယူကာစ တရားသမားများအနေနဲ့ 'ထိုင်တဲ့ဣရိယာပုတ်'နဲ့ အားထုတ်ကြဖို့ မိန့်ကြားခဲ့ပါတယ်။

ထိုင်တဲ့ ဣရိယာပုတ်မှာလည်း ထိုင်တဲ့ပုံစံအမျိုးမျိုးရှိတဲ့အထဲက ခန္ဓာကိုယ်မပင်ပန်းဘဲနဲ့ တရားအားထုတ်နိုင်အောင် တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်ပြီးတော့ အားထုတ်ကြပါလို့ ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

အားထုတ်ကာစ တရားသမားများအနေနဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မပင်ပန်းဘဲနဲ့ ချမ်းချမ်းသာသာ တရားအားထုတ်နိုင်အောင် ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက၊ တင်ပလ္လင်ခွေပြီးတော့ အားထုတ်ကြပါလို့ ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့တဲ့အတိုင်း တရားအလုပ်အားထုတ်ကြမယ့်ဘုန်းကြီးတို့ ပရိတ်သတ်ကို၊

ရှေးဦးစွာ ခန္ဓာကိုယ်မပင်ပန်းဘဲနဲ့ ချမ်းချမ်းသာသာ ထိုင်တတ်ဖို့ရာအတွက် တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်တတ်အောင် ကျေးဇူးပြုပြီး ပြောပေးပါမယ်၊

မိမိတို့တစ်တွေ ခြေထောက်နှစ်ဖက်ထပ်ပြီးတော့ တင်ပလ္လင်ခွေ ထိုင်ကြမယ်ဆိုလို့ရှိရင်၊

သွေးပြန်ကြော လေပြန်ကြောများပိတ်ပြီးတော့ သမာဓိမရခင် ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ နာကျင်ကိုက်ခဲတဲ့ ဝေဒနာတွေပေါ်နိုင်ပါတယ်၊ ပေါ်တတ်ပါတယ်။

သွေးပြန်ကြော လေပြန်ကြောများ ပိတ်ပြီးတော့ သမာဓိမရခင် ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ နာကျင်ကိုက်ခဲတဲ့ ဝေဒနာတွေမပေါ်ကြရအောင် မပေါ်နိုင်အောင် တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်ကြတဲ့အခါမှာ ခြေထောက်နှစ်ဖက်ကိုထပ်ပြီး မထိုင်ကြပါနဲ့၊

ဘယ်ခြေထောက်ကို အတွင်းကထား၊ ညာဘက်ခြေထောက်ကို အပြင်ကထားပြီးတော့ တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်ကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ထိုင်တဲ့အခါမှာလည်း မိမိရဲ့ပေါင်နဲ့ကြမ်းပြင်ကြားမှာ အခုအခံတွေ မပါပါစေနဲ့ မရှိပါစေနဲ့။ မိမိရဲ့ပေါင်ကို ကြမ်းပြင်နဲ့ထိအောင် မိအောင် တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်ပါ။

ဘယ်ခြေထောက်ကို အတွင်းကထား ညာဘက်ခြေထောက်ကို အပြင်ကထားပြီးတော့ မိမိပေါင်ကို ကြမ်းပြင်နဲ့ထိအောင် တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်ပြီးကြပြီဆိုလို့ရှိရင် မိမိတို့တစ်တွေ ထိုင်ထားကြတဲ့ တင်ပလ္လင်ခွေများရဲ့အပေါ်မှာ လက်ဖဝါးနှစ်ဖက်ကို ပြန့်အောင်ဖြန့် ဘယ်လက်ဖဝါးကို အောက်ကထား ညာလက်ဖဝါး

အပေါ်ကထားပြီးတော့ လက်မထိပ်ခြင်း နှစ်ခုထိကာ၊ အမှတ်အသားပြုထားကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လက်မထိပ်နှစ်ခု ထိထားတယ်ဆိုတာ အမှတ်အသားပြုထားတာပါ၊ အကယ်၍ မိမိရဲ့ခန္ဓာကိုယ်က ရှေ့ကိုတိုးနေမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဟောဒီလက်ထိပ်နှစ်ခုဟာ ပူးသွားပါလိမ့်မယ်။ အကယ်၍ မိမိခန္ဓာကိုယ်က နောက်ကိုယိုင်နေမယ်ဆိုလို့ရှိရင် လက်မထိပ်နှစ်ခုဟာ ကွဲသွားပါလိမ့်မယ်။

မိမိရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို ရှေ့တိုးနောက်ယိုင် မဖြစ်ကြရအောင် လက်ဖဝါးနှစ်ဖက်ကို ပြန့်အောင်ဖြန့် ဘယ်ဘက်လက်ဖဝါးအောက်ကထား ညာဘက်လက်ဖဝါး အပေါ်ကထားပြီးတော့ လက်မထိပ်ချင်းနှစ်ခုထိကာ အမှတ်အသားပြုပြီးတော့ ထိုင်ကြရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ထိုင်တဲ့ဣရိယာပုတ်များဖြင့် တရားအလုပ်အားထုတ်ကြတဲ့အခါမှာ အထက်ပိုင်းခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်တဲ့ခါးက ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ်မရှိဘူး၊ ရှေ့ကိုတိုးနေမယ် နောက် ကိုယိုင်နေမယ်၊ ဘေးတစ်ဖက်တစ်ချက်ကို ကိုင်းနေကြမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ခန္ဓာကိုယ် မှာ ကြောရိုး (၁၈)ချောင်းရှိပါတယ်။ အဲဒီကြောရိုး (၁၈)ချောင်းဟာ တစ်ခုနဲ့ တစ်ခု အချိတ်အဆက် မမိတဲ့အတွက် သမာဓိမရခင် ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ နာကျင် ကိုက်ခဲမှု ဝေဒနာတွေ ပေါ်ပေါက်နိုင်ပါတယ်၊ ပေါ်လာတတ်ပါတယ် သမာဓိ မရခင် ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ နာကျင်ကိုက်ခဲတဲ့ဝေဒနာတွေ မပေါ်နိုင်အောင် မပေါ် လာအောင်။

မိမိတို့ရဲ့အထက်ပိုင်းခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်တဲ့ ခါးကို ရှေ့ကိုလည်း တိုးမနေကြပါစေနဲ့၊ နောက်ကိုလည်း ယိုင်မနေကြပါစေနဲ့၊ မိမိတို့ရဲ့အထက်ပိုင်းခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်တဲ့ခါးကို ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ်ဖြစ်အောင် ထိုင်ကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အထက်ပိုင်းခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်တဲ့ခါးကို ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် ဖြစ်နေဖို့ရာအတွက် မိမိတို့ရဲ့ရှေ့ကို နှစ်တောင်ခန့်လောက်မှန်းပြီးတော့ မျက်လွှာချကာ ထိုင်ကြမယ် ဆိုလို့ရှိရင် မိမိတို့ရဲ့အထက်ပိုင်းခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်တဲ့ခါးဟာ ရှေ့ကိုလည်း

ဘိုးမနေတော့ပါဘူး။ နောက်ကိုလည်း ယိုင်မနေတော့ပါဘူး။ ဘေးတစ်ဖက်ဘက်ချက်ကိုလည်း ကိုင်းမနေတော့ပါဘူး၊ အထက်ပိုင်းခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်တဲ့ခါးဟာ ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ်ကလေး ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီလို ဘယ်ခြေထောက်ကို အတွင်းကထား၊ ညာဘက်ခြေထောက်ကို အပြင်ကထားပြီးတော့ မိမိတို့ရဲ့ပေါင်ကို ကြမ်းပြင်နဲ့ထိအောင် မိအောင် ထိုင်ပြီးကြပြီ၊ မိမိတို့ရဲ့ရှေ့ကို နှစ်တောင်ခန့်လောက်မှန်းပြီး မျက်လွှာချထိုင်မိကြလို့

မိမိတို့ရဲ့အထက်ပိုင်း ခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်တဲ့ခါးဟာ ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် ဖြစ်နေကြပြီဆိုလို့ရှိရင် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာဝတ္ထုများကို တွေ့မြင်နေကြရတဲ့ မွေးရာပါမျက်လုံးများကို အနည်းငယ်မှိတ်ထားပါ။ မျက်လုံးကို အများကြီးပင်ပန်းအောင်မမှိတ်ပါနဲ့၊ မျက်လုံးကို အနည်းငယ် မှိတ်ပြီးရင် ပါးစပ်ကိုလည်း အနည်းငယ်ပိတ်ထားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

မျက်လုံးကို အနည်းငယ်မှိတ် ပါးစပ်ကိုအနည်းငယ်ပိတ်ပြီးပြီဆိုလို့ရှိရင် မိမိ တို့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို 'ရှေ့တိုးနောက်ယိုင် ဘယ်စောင်းညာရွဲ့' လှုပ်မနေစေဘဲ ခန္ဓာကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် တည်ငြိမ်အောင် ထားကြရမှာဖြစ်ပါတယ်။

'တင်ပလ္လင်ခွေကာ ထိုင်နေပါ ခါးမှာ ဖြောင့်အောင်ထား၊

မျက်လုံးမှိတ်ကာ ပါးစပ်ပိတ်ကာ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ငြိမ်အောင်ထား'

ဟူသော လင်္ကာဆောင်ပုဒ်များအတိုင်း ဣရိယာပုထ်ကို ပီပြင်အောင် သေချာအောင် ထိုင်ကြပါ။

တရားအားထုတ် တရားထိုင်လို့ ခန္ဓာကိုယ်များလည်း မပင်ပန်းကြပါစေနဲ့။ စိတ်များလည်း မနွမ်းကြပါစေနဲ့။

စိတ်မနွမ်းအောင် စိတ်ကိုအတင်းအကြပ် ထိန်းချုပ်မထားကြပါနဲ့၊ အရပ်ထဲရွာထဲမှာနေသလို ကိုယ့်အိမ်ကိုယ့်ယာမှာနေသလို စိတ်ကိုလွတ်လွတ်လပ်လပ်ထားပြီးတော့ထိုင်ပါ။ ခန္ဓာကိုယ် မပင်ပန်းကြရအောင် ထိုင်နိုင်သလောက်ပဲထိုင်ကြပါ။

တရားအလုပ် အားထုတ်တဲ့အခါမှာ

ဣရိယာပုတ်တွေကို ပြောင်းလို့ရွှေ့လို့ အကုသိုလ်လည်း မဖြစ်ပါဘူး။ အပြစ်လည်းမရှိပါဘူး။ မိမိတို့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို ထိုင်နိုင်သလောက်ပဲ ထိုင်ပါ။

ကာယိကဒုက္ခကို သည်းမခံနိုင်တော့ဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ်မနိုင်တော့ဘူးဆိုလို့ရှိရင် ပြောင်းပြီးတော့ ထိုင်ပါ။ ရွှေ့ပြီးတော့ထိုင်ပါ။ ကာယိကဒုက္ခ သည်းမခံနိုင်တဲ့အချိန် ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ဒဏ်မခံနိုင်တဲ့အချိန်မှာ၊ ပြောင်းရွှေ့ပြီး ဣရိယာပုတ်ကိုပြင်ပြီး ထိုင်ကြမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ခန္ဓာကိုယ်လည်း မပင်ပန်း၊ စိတ်လည်း မနွမ်းတော့ပါဘူး။

မိမိတို့တစ်တွေ ကြိုးစားအားထုတ်လာကြတာ အချိန်တွေများလာပြီ ရက်တွေများလာပြီဆိုလို့ရှိရင် တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် တစ်ရက်ထက်တစ်ရက် ဣရိယာပုတ်တွေ အပြောင်းအရွှေ့ အပြုအပြင် နည်းနည်းလာကြပါလိမ့်မယ်။

တရားတော်ကို ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားနဲ့သာ ကြိုးစားအားထုတ်နေပ[illegible]

တရားအလုပ်ကို ကြိုးစားအားထုတ်လာကြတာ (၁၀) ရက် (၁၅)ရက်ရှိလာပြီဆိုလို့ရှိရင် တစ်နာရီဆိုတဲ့ အဓိဋ္ဌာန်အချိန်အတွင်းမှာ ဣရိယာပုတ်[illegible] မပြောင်းလဲ မရွှေ့ဘဲ ထိုင်နိုင်လာပါလိမ့်မယ်။

အကယ်၍ အခါအခွင့်သင့်လို့ ရက်ရှည်လများ ဆက်လက်ကြိုးစားအားထုတ်ကြမယ်ဆိုလို့ရှိရင် တစ်နာရီခွဲ၊ နှစ်နာရီအစရှိသဖြင့် မိမိတို့တစ်တွေ ပိုင်း[illegible] သတ်မှတ်ထားတဲ့အချိန်အတွင်းမှာ ဣရိယာပုတ်တွေ မပြောင်းမရွှေ့ မပြုမပြင်ရဘဲ ကြာကြာထိုင်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက အားထုတ်ခါစ အားယူခါစ တရားသမားများအတွက် ထိုင်တဲ့ဣရိယာပုတ်နဲ့ အားထုတ်ကြဖို့ ထိုင်တဲ့ဣရိယာပုတ်မှာလည်း ထိုင်တဲ့ပုံစံအမျိုးမျိုးရှိတဲ့အထဲက ခန္ဓာကိုယ်မပင်မပန်း ချမ်းချမ်းသာသာ တရားအလုပ် ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်အောင် တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်ပြီးတော့ အားထုတ်ကြပါလို့ ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့တဲ့ဒေသနာတော်အတိုင်း တရားအလုပ် အားမထုတ်ခင်

ရှေးဦးစွာ ကြိုတင်၍ ထိုင်တတ်အောင် ပြောကြားပေးပါတယ်။

(တရားထိုင်နည်း အကျဉ်းချုပ်ကို ချမ်းအေးဆရာတော်
ဘဒ္ဒန္တနာဂသေနာဘိဝံသ တရားလမ်းညွှန်အလုပ်သင်မှ)

* * *

မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
ဓမ္မသံဝေဂ ဩဝါဒများ

၁။ ငါသည် မုချသေရမည် အချိန်ပိုင်းသာ လိုတော့သည်၊

၂။ ရခဲတဲ့ လူ့ဘဝလေးမှာ အလကားအချိန်တွေ မဖြုန်းလိုက်ပါနဲ့။

၃။ ဝိပဿနာ အားမထုတ်ဘဲနဲ့ နေ့ရွှေ့ညရွှေ့ ရွှေ့နေတာသည် ဉာဏ်ကမဦးဘဲနဲ့ အသေကဦးသွားရင် ကိုယ့်အတွက်နာမယ်၊

၄။ ရှေ့နောက်ခွဲတတ်ပါစေ၊ မိမိအရေးက ရှေ့ထား၊ သားရေးသမီးရေး စီးပွားရေးက နောက်ထား၊

၅။ ယခု သားနဲ့သမီးနဲ့ ဆွေနဲ့မျိုးနဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေနဲ့ မသိပြုံး ပြုံးနေသလောက် မသိပျော် ပျော်နေသလောက် နောင်သေခါနီး အိပ်ရာညောင်စောင်းပေါ်မှာ မျက်ရည်ကျရပါလိမ့်မယ်။

၆။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သနားရင် ဝိပဿနာလုပ်ကြ၊
ကိုယ့်ကိုယ်ကို မသနားရင် သားရေးသမီးရေး စီးပွားရေးလုပ်ကြ၊

၇။ ဘဝကူးကောင်းအောင် မလုပ်ပါနဲ့၊
ဘဝချုပ်ငြိမ်း ရုပ်သိမ်းအောင်လုပ်ပါ၊

၈။ အိုရာက နာရာမရောက်ခင် ဝိပဿနာလုပ်ပါ၊

၉။ သူများစိတ် အကဲမခတ်နှင့် မှားသော်ရှိ မှန်သော်ရှိ ကိုယ့်စိတ်ကိုကိုယ် အကဲခတ်တာမှ အမှန်ရမည်၊

၁၀။ ကိုယ့်စိတ်ဖြစ်တာ ကိုယ်မသိတာ အရှုပ်အဆိုးဆုံး၊

၁၁။ ကိုယ်စိတ်ဖြစ်တာ ကိုယ်အကဲခတ်နိုင်မှ ဝိပဿနာ၊

၁၂။ ခန္ဓာကိုယ်က မွေးကတည်းက အသေဘက်သို့ ပြေးနေတယ်၊
၁၃။ ဘယ်ဗေဒင်မှ မယုံကြနဲ့၊ ခန္ဓာက သူ့လမ်းသူပြေးနေတော့ မနေ့ကထက်
ယနေ့သေဖို့ တစ်ရက်နီးသွားပြီဆိုတာ ယုံလိုက်ပါ။
၁၄။ ခန္ဓာ၏ဝတ္တရားက အသေရှာတာ၊
ဉာဏ်၏ဝတ္တရားက အသေရှောင်တာ။
၁၅။ ခန္ဓာက အပြေးသွားနေတော့ အသေကဦး၍
ဉာဏ်ကနောက်ကျသွားလိမ့်မယ်။
၁၆။ အပြေးမရပ်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ် သုသာန်မရောက်ခင်
မဂ္ဂင်အလုပ် မြန်မြန်လုပ်ပါ။
၁၇။ သက်တမ်း ခပ်တိုတိုလေးမှာ ခပ်ခိုခိုလုပ်နေရင်တော့ အသေစောသွားက
ကိုယ်ကျိုးနည်းလိမ့်မယ်။
၁၈။ အလကားနေနေသ၍ အမှားနေခြင်းလို့သာမှတ်ပါ။
၁၉။ နိဗ္ဗာန်သည် ကံ၏အကျိုးမဟုတ်၊
ဉာဏ်၏အကျိုးဖြစ်၏။
၂၀။ လူပြောသူပြောတွေကို မယုံနဲ့၊
မိမိခန္ဓာက ပြောတာကိုသာ အယုံကြီး ယုံလိုက်ပါ။
၂၁။ ဒါန သီလသည် ကိလေသာရောဂါ သက်သာရုံရမယ်၊
ဝိပဿနာအလုပ်လုပ်မှသာ ရောဂါပျောက်မယ်၊
၂၂။ တရားနာတယ်ဆိုတာ ဒီအချိန်မှာ မတရားအလုပ်မလုပ်တဲ့အချိန်ပဲ၊
၂၃။ ကြားတဲ့တရားနဲ့ သိတဲ့တရား နှစ်ခုထပ်ရင် သောတာပန် တည်နိုင်တယ်

• • •

တရားဆောင်ပုဒ်များ

ယုံကြည်ကျန်းမာ၊ စိတ်ဖြောင့်စွာနှင့်
လွန်စွာအားထုတ်၊ နာမ်နှင့်ရုပ်ကို
ဖြစ်ချုပ်ဉာဏ်မြင်၊ ဤငါးအင်
မှန်ပင်မဂ်ရကြောင်း။

ဖြစ်ပျက်သမျှ သင်္ခါရ ဒုက္ခသစ္စာမှတ်။
ဖြစ်ပျက်မှုတွင် ငါကောင်ထင် ခင်မင်သမုဒယမှတ်၊
ရုပ်နာမ်အားလုံးဖြစ်ပျက်သုံး ချုပ်ဆုံးနိဗ္ဗာန်မှတ်၊
ချုပ်ဆုံးမှုတွင် ဉာဏ်သက်ဝင် သိမြင်မဂ်ဟုမှတ်။

မစွန့်ကာမ ဆရာမရှိ ဝီရိယလျော့ အားအင်ပျော့ကာ လွန်စွာယူမှား
ဤငါးပါးတရား မဂ်ဖိုလ်ဝေးလေသတည်း။

သူတော်ဆည်းကပ် မြတ်တရားနာ လျော်စွာအကျင့်၊ မဂ်ဖိုလ်ခွင့်
ရလင့်ကေန်သာ၊
သတိထား၊ ဝီရိယစိုက်၊ ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင်ကြည့်။

⦾ ⦾ ⦾

ဝိပဿနာအကျိုးပြလင်္ကာ

လက်ရှိခန္ဓာ မတွယ်တာနှင့် နောင်လာဘဝ မတောင့်တဘဲ ကြောင့်ကြဖွဲ့ဖြင့် အမြဲမပြတ် ဝိပဿနာ လေ့လာကြိမ်ကြိမ် အာစိဏ္ဏကံဖြစ်ကြောင်းဖန်မူ ထိုသည့်သူကား အယူမလွဲ ဂတိမြဲ၏။ မီးစွဲလောင်မှ ရေကိုတသော် မရဖြစ်အင် ပုံနှိုင်းယှဉ်၍ မဂ္ဂသန္ဓေ တည်မြဲနေအောင် မသေခင်က ပြင်ဆင်တောက်လျှောက် ဒေမမပျောက်နှင့် ချွေးပေါက်ယိုစီး သေခါနီးဝယ် အပြီးမုချ မဂ္ဂရလိမ့်၊ ကိစ္စအလျော် အကြောင်းပေါ်၍ မတော်တဆ မဂ်မရဦး ဘဝအစွန် တမလွန်တွင် ထူးချွန်အံ့ လောက် နတ်ပြည်ရောက်၍ မဖောက်မပြန် သောတာပန်အစစ် ကေန်ဖြစ်သည်

မလစ် ဝိပဿနာအကျိုးတည်း။

ဒါနနည်းတော့ မွဲတတ်တယ်၊
သီလနည်းတော့ ရောဂါတွယ်၊
သမထနည်းတော့ စိတ်ဆင်းရဲမယ်၊
ဝိပဿနာနည်းတော့ နိဗ္ဗာန်နဲ့လွဲမယ်။

အိုဖို့ရလာ တို့ခန္ဓာ ချိန်ခါရောက်က အိုလိမ့်မည်၊
နာဖို့ရလာ တို့ခန္ဓာ ချိန်ခါရောက်က နာလိမ့်မည်၊
သေဖို့ရလာ တို့ခန္ဓာ ချိန်ခါရောက်က သေလိမ့်မည်၊
မသေခင်ချစ် သေလျှင်ပစ် အနှစ်မပါ တို့ခန္ဓာ။
မသေလျှင်ဟုတ် သေလျှင်ပုတ် စက်ဆုပ်စရာ ကိုယ်ခန္ဓာ။

ဖြစ်လေသမျှ မမြဲရ အနိစ္စခန္ဓာကိုယ်၊
အိုနာသေရ ဆင်းရဲလှ ဒုက္ခခန္ဓာကိုယ်။
ဘာတစ်ခုမျှ စိုးမရ အနတ္တခန္ဓာကိုယ်။
ခန္ဓာမှတစ်ပါး အခြား၌ ရှာနေဖွယ်မရှိပါ။
ခန္ဓာသည်သာ ဒုက္ခအစစ် ဖြစ်၏။
ဝိပဿနာဉာဏ်သုံးပါးတွင် ရှေးဦးစွာအနိစ္စထင်မြင်မှုသည်။
အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်၏။

(လယ်တီဆရာတော်)

အခန်း(၁၁)

လိုရာသုံး ဂါထာများ

အခန်း (၁၁)

ကျောင်းထိုင်ဆေရ်ဘုန်း လိုရာသုံးဂါထာများ

ကရုဏာသီတလဟာဒယံ၊ ပညာပဇ္ဇောတ ဝိဟတမောဟတမံ၊
သနရာမရလောကဂရုံ၊ ဝန္ဒေ သုဂတံ ဂတိဝိမုတ္တံ၊
ဧတေနသစ္စဝဇ္ဇေန၊ သုခိတာ ဟောန္တု ပါဏိနော။ (ဒီဠ ၊ ၁)

ကရုဏာသီတလဟာဒယံ၊ မဟာကရုဏာတော်မြတ်အလင်းဓာတ်ဖြင့် လပ်လပ်ဖွေးလှ အေးမြစည်ပင် ကြည်လင်သော ရွှေစိတ်နှလုံးတော်လည်း ရှိတော်မူပေထသော၊ ပညာပဇ္ဇောတဝိဟတမောဟတမံ၊ အရဟတ္တမဂ်ပညာတည်းဟူသော ဆီမီးရောင်ဖြင့် အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အမိုက်မှောင်ကို ပယ်ဖျောက်တော်မူပြီးထသော၊ သနရာမရလောကဂရုံ၊ လူနတ်ပြဟ္မာ သတ္တဝါအားလုံးတို့၏ညွှတ်ခုံးဦးခိုက် အလေးအမြတ်ပြုထိုက်သော ဆရာတစ်ဆူဖြစ်တော်မူပေထသော။ ဂတိဝိမုတ္တံ၊ ဒေဝမနုဿနိရယနှင့် ပေတတိရစ္ဆာန်လားရန်အရှိ ငါးတန်သော ဂတိမှလည်း အထူးသဖြင့် ကင်းလွတ်တော်မူပြီးထသော။ သုဂတံ၊ စကားချောက်ခွန်း၊ လူ့ဘွဲ့ထွန်းလည်း နှစ်ခွန်းကိုသာ ကျိုးရှိရာကို ကောင်းစွာမသွေ ဆိုတော်မူတတ်ပေထသော။ ဗုဒ္ဓံ၊ သစ္စာလေးပါးမြတ်တရားကို ပြတ်သားထင်ထင် သိမြင်

ပေတတ် ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးကို၊ အဟံ၊ ဘုရားတပည့်တော်သည်၊ သာဒရံ၊ လေးမြတ်ကြည်ညို ရှိသေခြင်းရှိသည်ဖြစ်၍၊ တီဟိ၊ လက်အုပ်အခွလီ နှုတ်သံချီလျက် ကြင်ရွှင်မနော သုံးပါးသော ပဏာမတို့ဖြင့်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ၊ အများသူငါဘေးရန်ကွာ၍ ချမ်းသာစေကြောင်း ဆုမွန်တောင်းလျက် ဦးခေါင်းညွတ်ကျိုး လက်စုံမိုးကာ ရှိခိုးပါ၏၊ မြတ်စွာဘုရား။ ဧဝေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊ ဤသို့ နှုတ်သံဖော်ထုတ်ပြန်၍ ဟုတ်မှန်သော ပဏာမသစ္စာစကားကို ပြောဆိုရလေသောကြောင့်၊ ပါဏိနော၊ များလှသောင်းသောင်း သတ္တဝါအပေါင်းတို့သည်၊ သုခိတာ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်းရှိကြကုန်သည်၊ ဟောန္တု၊ ဖြစ်ကြပါစေကု[illegible]ည်း။

(သီတဂူဆရာတော်)

သီတဂူ "မေတ္တာပို့ဆုတောင်း"

မေတ္တာနိသာကရော လောကေ၊ သမ္မာ ဘာတု သုခံကရော၊

မေတ္တာသီတလရံသိဟိ၊ သုခန္တု ဖုသိတာ ပဇာ။

လောကေ၊ သတ္တဝါအလီလီ နိုမှီပေါ်လတ် လောကဓာတ်ကမ္ဘာအတွင်း၌၊ မေတ္တာနိသာကရော၊ မေတ္တာအေးလူ ဖွေးဖြူပဝင်းငွေလမင်းကြီးသည်၊ သမ္မာ၊ သတ္တဝါတစ်တွေ အေးမြစေဖို့ အသရေရွှန်းကာ ကောင်းမွန်စွာ၊ သုခံကရော၊ သူလည်းဝမ်းသာ ငါလည်းရွှင်ပြုံး နှလုံးစိတ်ဝမ်း၊ လန်းလာယခု ချမ်းသာကိုပြုလျက်။ ဘာတု၊ ရန်လည်းကင်းဝေး ဘေးလည်းမခ အအေးရဖို့ ရွှန်းမြအသရေထွန်းပပါစေသတည်း။ *မေတ္တာသီတလရံသိဟိ*။ မေတ္တာဖွေးလျှပ် အအေးဓာတ်ဆောင်သည့် အရောင်အဝါတို့သည်၊ ဖုသိတာ၊ အဖုံဖုံလွှမ်းထုံမွမ်းမလပ်၊ တွေ့ထိအပ်ကုန်သော၊ ပဇာ၊ ကမ္ဘာထက်ဗွေ အပြည်ပြည်၌ တည်နေများစွာ သတ္တဝါတို့သည်၊ သုခန္တု၊ ကိုယ်စိတ်အေးကာ ဘေးရန်ကွာ၍ ဝမ်းသာတကွ ချမ်းသာကြပါစေကုန်သတည်း။

⊛ ⊛ ⊛

ဗောဓိမူလေ ပလ္လင်္ကမှိ မာရံ သသေန အာဝုဓံ၊

ဂဟေတွာ ပါရမီခဂ္ဂံ ယောဇိနာတိ ဇယုသသဝေါ၊

သဗ္ဗဝေရီ ပဟန္တာန အဟံ ဝန္ဒာမိ သိရသာ။

ဇယုသသဝေါ၊ လောကဓာတ်စက်ခရိုင်မှာ ဘယ်သူပဲပြိုင်ပြိုင် အောင်နိုင်စွာ ပွဲပွင့်ထူး၍ အောင်ပွဲဝင်ပုဂ္ဂိုလ်လည်း ဖြစ်တော်မူပေတသော၊ ယောဇိနော၊ ငါးပါး မာန်ဝန့် ရန်အညွန့်ကို မရှုံ့မထိပ် ခြင်္သေ့စိတ်ဖြင့် နင်းနှိပ်ကြိမ်ဖန် အောင်ပွဲခံ၍ အောင်လံလွှင့်ထူ အကြင်အောင်တော်မူမြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဗောဓိမူလေ၊ မြစ်ဖျားဦးခိုက် မဏ္ဍိုင်သီရိ ဗောဓိသစ်မင်း ပင်ခြေရင်း၌၊ ပလ္လင်္ကမှိ၊ နဝရတ်ကိုး သွယ်၊ ဖြိုးကြွယ်လောက်ခမန်း၊ နှစ်သက်၍ နဝန်းအိမ်ယှက်သန်းကာ တက်လှမ်း ခံနေတော်မူရာ ရတနာအမြုတေ ကျက်သရေညွတ်ရှုံး အထွဋ်ဆုံးဖြစ်သော ပလ္လင်ဗွေဌာန၌၊ နိသိန္နော၊ လေးသစ္စာ ဖူးခိုင်ကို ခူးနိုင်အောင်ခူးမည်ဟု ရည်စူး ချက်အဓိဋ္ဌာန်ဖြင့် စိတ်သန်သန်စံနေတော်မူလျက်၊ သသေနအာဝုဓံ၊ ဝဲယာရှေ့ နောက် တောင်ကြီးတွေပေါက်သလို ဘယ်ကလောက်အင်အား ကုဋေပေါင်းများ မှာ တွက်သား၍ မရနိုင်သဖွယ် ကြီးကျယ်ငြိမ့်ညောင်း စစ်သည်အပေါင်းနှင့် အစောင်းထက်မြက် မီးကုန်ယမ်းကုန် အစွမ်းဟုန်နှင့်တကွ ချီတက်၍လာသော၊ မာရံ၊ လောကဓာတ်စက်ခရိုင်ကို သိမ်းကြုံးကာစိုးပိုက်၍ ငါလက်ကိုင်လုပ်မည်ဟု [illegible]ဘ်မာသောအကြံအားဖြင့် မာန်ပွားထောင်ထောင် မာန်နတ်မိုက်အယုတ် [illegible]ကောင်ကို၊ ပါရမီခဂ္ဂံ၊ တစ်သိန်းထက်လေးသင်္ချေ ဘဝတိုင်းဖြင့် မသွေအောင် [illegible]သွေတွေဖြည့်ဆည်းပူးခဲ့တဲ့ ပါရမီတည်းဟူသော စိန်သံလျက်ကို ဂဟေတွာ၊ [illegible]မှုပြိုင်လာလျှင် အနိုင်သာခွင်းမည်ဟု ရဲတင်းစွာ စွဲကိုင် တော်မူပြီးလျှင်၊ သဗ္ဗဝေရီ၊ အတွင်းရန် အပြင်ရန် ဘေးဒဏ်အန္တရာယ် ရန် အသွယ်သွယ် [illegible]သမျှတွေကို၊ ပဟန္တာန၊ ကိုယ်တော်တန်ခိုး အစွမ်းကုန်နှိုး၍ ဖျက်ချိုးပယ် [illegible] နယ်ကန့်တော်မူပြီးလျှင်၊ ဇိနာတိ၊ ခုတ်ထွင်ဖြတ်ပိုင်း၍ အလိုရှိတိုင်း [illegible]မြင်တော်မူခဲ့လေပြီ၊ လောကနာယကံ၊ လူနတ်ဗြဟ္မာပေါင်း များစွာတို့၏

ကျောက်ထီးတန္ဒု အလေးအမြတ်ပြုအပ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ထူး ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တစ်ဆူ ကိုးကွယ်ရာဟူ ဆရာတစ်ဆူအာခေါင်လည်း အကြီးအမှူးလည်း ဖြစ်တော်မူပေထသော၊ ဗုဒ္ဓ၊ သစ္စာလေးရပ် တရားမြတ်ကို ပြတ်သားထင်ထင် လက်ဝါးပြင်ဝယ် အသာတင်ထား ပတ္တမြားကဲ့သို့ ကိုယ်တိုင်လည်း သိတတ် သူတစ်ပါးကိုလည်း သိစေတော်မူထသော၊ တံဇိနံ၊ ငါးပါးမာန်ဝံ့ ရန်အညွန့်ကို မရွံ့မထိတ် ခြသေ့စိတ်ဖြင့် နင်းနှိပ်ကြိမ်ဖန် အောင်ပွဲခံ၍ အောင်လံလွှင့်ထူ ထိုအောင်တော်မူမြတ်စွာဘုရားကို၊ အဟံ၊ တပည့်တော်သည်၊ သိရသာ၊ ဦးခေါင်းရတနာမြတ်အင်္ဂါဖြင့်။ ဝန္ဒာမိ၊ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး သုံးပါးပြောင်းပျော့ မာန်ကိုလျော့၍ ကန်တော့မြတ်နိုး ရှိခိုးလိုက်ပါ၏အရှင်ဘုရား။

◉ ◉ ◉

ဘုရားရှိခိုး

သံသရစာရကံလောကံ နိစ္စံဒုက္ခေန ပီဠိတံ၊

နိဗ္ဗာနပုရံ ပါပေတိ ယာနတ္တ ယေနသော ဇိနော။

ယောဇိနော၊ ငါးပါးမာန်ဝံ့ ရန်အညွန့်ကို မရွံ့မထိပ် ခြသေ့စိတ်ဖြင့် နင်းနှိပ်ကြိမ်ဖန်အောင်ပွဲခံ၍ အောင်လံလွှင့်ထူ အကြင်အောင်တော်မူ မြတ်စွာဘုရားသည် အတီတေ၊ လွန်လေပြီးသမယ ရှေးယခင်ကာလက၊ ကပ္ပေ၊ အမှန်မုချ မနုဿဗြာဓေ ဤလူ့ပြည်၌၊ သဗ္ဗပါဏီနံ၊ ခပ်သိမ်းများစွာ သတ္တဝါတို့၏၊ ဟိတာယ၊ လောကီလောကုတ်မယုတ် တိုးပွားအကျိုးများစေခြင်းငှာ၊ ဥပ္ပန္နော၊ ကောင်းစွာမသေ့ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်ခဲ့လေပြီ၊ သောဇိနော၊ ပွင့်ထွန်းပေါ်ငြား ထိုအောင်တော်မူမြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဗောဓိပလ္လင်္ကေ၊ အပရာဇိ အမည်ရှိတဲ့ ဗောဓိညောင်ရွှေပလ္လင်ဗွေ၌၊ ပဉ္စတ္တာလီသဝဿာနိ၊ လေးဆယ့်ငါးဝါ ရှည်ကြာသမယကာလပတ်လုံး၊ ဓမ္မဒေသေတွာ၊ တရားရေအေး အမြိုက်ဆေးကို တိုက်ကျွေးပြီးတော်မူပြီး၍၊ ဒုက္ခေန၊ ဇာတိအစ ဒုက္ခဥဿုံ အလုံးစုံမြင့်၊ နိစ္စပီဠိတံ၊ နေ့မင်ညမစဲ တသဲသဲလျှင် အမြဲမပြတ် နှိပ်စက်အပ်ထသော၊ သံသာရစာရကံလောကံ

မချွတ်မှန်စွာ ကျွတ်လမ်းရှာကြတဲ့ သံသရာခရီးသွား လူအများတွေကို၊ ယာနတ္တ ယေန၊ ဒါနသီလဘာဝနာဟု သုံးဖြာဖောင်းစီး ယာဉ်တော်ကြီးဖြင့်၊ နိဗ္ဗာနပူရံ၊ အပူဟူ၍ မြူငွေ့မတင် သန့်ရှင်းစင်သည့် ကြည်လင်အေးမြ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော နန်းအမတဆီသို့၊ အာရယ၊ ကိုယ်မပင်စိတ်မပန်း ချမ်းချမ်းသာသာ ကောင်းစွာ သီးသီး ငြိမ့်ငြိမ့်စီး၍၊ ပါပေတိ၊ အတိမဟာကရုဏာဖြင့် ကောင်းစွာမသွေ ရောက် စေတော်မူခဲ့လေပြီ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓံ၊ အဘိညေယျာ ပရိညာနှင့် ပဟာတဗ္ဗသစ္စာက ဟု မဂ္ဂဘာဝနာလေးသစ္စာကို ဆရာမထား ကိုယ့်ဉာဏ်သွားဖြင့် ပိုင်းခြားထင်ထင် ဟိတ်ဖိုလ်ယှဉ်လျက် လက်ပြင်တင်ထား ပတ္တမြားသို့ ထင်ရှားကေန် မဖောက်ပြန် ဘဲ ဟုတ်မှန်စွာ သိတော်မူတတ်ထသော၊ ဘဂဝန္တံ၊ ဣဿရိယ ဓမ္မ ယသ သိရိကာမပယတ္တမည် ခြောက်လီသောဂုဏ် ဘုန်းတော်ဟုန်နှင့် လုံးစုံများစွာ ပြည့်စုံတော်မူတတ်ထသော၊ တံဇိနံ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားကို၊ အဟံ၊ ခန္ဓာအာယတန ဓာတ်စုများကို ငါဟုသမုတ် အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ၊ သဒ္ဓါစိတ်ဖော အာရုံ ပျော၍ ကာယဝစီ မနောမှီလျက် အဋ္ဌလီညွတ် ကျိုးလက်အုပ်မိုးကာ ကန်တော့ မြတ်နိုး ရှိခိုးလိုက်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

(အထက်ပါ နှစ်ဂါထာ ပဋ္ဌနိကာယသာသနဗိမာန် ဘုရားရှိခိုးပါသည်)

* * *

မိခင်တူစွာစိတ်ထားပါ

မာတာယထာ နိယံပုတ္တ မာယုသာ ဧကပုတ္တမနုရက္ခေ၊
ဝေမ္ပိ သဗ္ဗဘူတေသု မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။

မာတာ၊ မြင့်မိုရ်တောင်ဦးမကကြီးသည် ကျေးဇူးအရှင် မွေးမိခင်သည်၊ နိယံပုတ္တံ၊ မိမိရင်နှစ် အရင်းဖြစ်၍ လွန်ချစ်စဖွယ် သားသူငယ်ဖြစ်သော၊ ဧကပုတ္တံ၊ အဖွယ်မမှိတဲ့ တစ်ယောက်တည်းသောသားကလေးကို၊ အာယုသာ၊ သား၏ အသွက် ကိုယ့်အသက်ကို ငဲ့ကွက်၍သာမနေပါဘဲနဲ့၊ အနုရက္ခေယထာ၊ မျက်စိ အောက်က မပျောက်ရအောင် စောင့်ရှောက်လေဘိသကဲ့သို့၊ ဝေံတထာ၊ ပမာ

ထားယူ ထို့အတူသာလျှင်၊ သဗ္ဗဘူတေသု၊ ရှိသမျှ ဥသသုံ လုံးစုံများစွာ သတ္တဝါတို့၏အပေါ်မှာ၊ အပရိမာဏံ၊ ဤမျှ၌သာ ဤသူ၌သာ ဤနေရာ၌သာ ငါ့မေတ္တာဟု နေရာကိုပိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်ကိုပိုင်းကာ အတိုင်းအရှည်မရှိရလေအောင်၊ မာနသံ၊ အေးမြကြည်လင်တဲ့မေတ္တာစိတ်အစဉ်ကို၊ ဘာဝယေ၊ ဘာဝေယျာထ၊ တစ်လုံးတည်းနဲ့ စိတ်မှာစွဲအောင် ကောင်းစွာမသွေ ထုံမွှန်း၍၊ ပွားများ၍နေကြလေကုန်ရာသတည်း။

(၁၃၇၆ ခု၊ ဝါခေါင်လပြည့်ကျော် (၇) ရက်၊ (၁၇–၈–၁၄) ဦးထိမောင် ဒေါ်တင်လှ မိသားစု၏အရှင် ဝိစက္ခဏသိက္ခာထပ်၌ ရွှေပြည်ဟိန်းဆရာတော်ဟောကြား)

• • •

သဗ္ဗမင်္ဂလာ လို့တရင်္ဂါထာ

ဒိဝါ တပတိ အာဒိစ္စော ရတ္တိမာ ဘာတိ စန္ဒိမာ၊
သန္နဒ္ဓေါ ခတ္တိယောတပတိ ဈာယီ တပတိ ဗြာဟ္မဏော၊
အထ သဗ္ဗမဟောရတ္တိံ ဗုဒ္ဓေါတပတိ တေဇသာ။
ဣမိနာ တေဇသမ္ဗန္ဓာ သာဓဝေါ ဟောန္တု သဗ္ဗဒါ။

အနက်။ အာဒိစ္စော၊ ရောင်ခြည်တစ်ထောင်မကဆောင်သည့် ထွန်းပြောင်ထိန်လင်း ရှင်နေမင်းသည်၊ ဒိဝါ၊ မိုက်မှောင်ပယ်ခွင်း အလင်းရောက်လာ နေ့အခါ၌သာလျှင်၊ တပတိ၊ ထွန်းလင်းကျက်သရေ တင့်တယ်နိုင်ပေ၏၊ စန္ဒိမာ အေးမြချမ်းသာ ရောင်ဝါပဝင်း ရွှေလမင်းသည်၊ ရတ္တိံ အလင်းရောင်ပျောက် မိုက်မှောင်ရောက်လာ ညဉ့်အခါ၌သာလျှင်၊ အာဘာတိ၊ ထွန်းလင်းကျက်သရေ တင့်တယ်နိုင်ပေ၏၊ ခတ္တိယော၊ ရေမြေသနင်း ပြည့်ရှင်မင်းသည်၊ သန္နဒ္ဓေါ ရတနာစိန်ကျောက် ထိန်ထိန်တောက်သည့် မင်းမြောက်တန်ဆာ ဝတ်စားဆင်ယင်မှသာလျှင်၊ တပတိ၊ ထွန်းလင်းကျက်သရေ တင့်တယ်နိုင်ပေ၏။ ဗြာဟ္မဏော၊ အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာအရှင်မြတ်သည်၊ ဈာယီ၊ ဈာန်သမာပတ် အဘိဉာဏ်

ားမှသာလျှင်၊ တပတိ၊ ထွန်းလင်းကျက်သရေတင့်တယ်နိုင်ပေ၏။ အထ၊ ိမှတပါး၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ သုံးလောကကျော်ကြား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော် ာ်သည်ကား၊ သဗ္ဗမဟောရတ္တိံ နေ့ရောညဉ့်ပါ ဘယ်ခါမဆိုင်း အချိန်ရှိတိုင်း သာလျှင်၊ တေဇသာ၊ ကျက်သရေတန်ခိုးတင့်တယ်ခြင်း အမျိုးမျိုးဖြင့်၊ တပတိ၊ ွန်းလင်းကျက်သရေ ဂုဏ်တက်ဝေအောင် ထူးထွေဆန်းကြယ် အံ့ဩဖွယ်လျှင် ကယ်ပင် တင့်တယ်တော်မူပါပေသတည်း။ ဣမိနာ၊ မှန်ကန်လှစွာသော ာ်သစ္စာစကားကြောင့်၊ သာဓဝေါ၊ ဘုရား ဒကာဘုရားအမ အစထား၍ များလှ သောင်းသောင်း သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့သည်၊ သဗ္ဗဒါ၊ နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း၊ တေဇသမ္ပန္နာ ကျက်သရေတန်ခိုး တင့်တယ်ခြင်း အမျိုးမျိုးတို့နှင့် ည်စုံကြကုန်သည်၊ ဟောန္တု၊ စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

စိတ်ထားတူရင် အကျိုးပေးတူမယ်

တိဋ္ဌန္တေ နိဗ္ဗုတေစာပိ သမေ စိတ္တေ သမံဖလံ၊
စေတောပဏိဓိ ဟေတုဟိ သတ္တာဂစ္ဆန္တိ သုဂတိံ။

တိဋ္ဌန္တေစ၊ သက်တော်ထင်ရှားမြတ်စွာဘုရား၌လည်းကောင်း၊ နိဗ္ဗုတေစ၊ ရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူသွား ကိုယ်တော်အစား ရုပ်ပွားဆင်းတုတော်နှင့် စေတီပုထိုး အမျိုးမျိုး၌လည်းကောင်း၊ စိတ္တေ၊ ရိုသေလေးမြတ် သဒ္ဓါရောင်ဖိတ် ကြည်ညို သောစိတ်သည်၊ သမေ၊ တူညီခဲ့သည်ရှိသော်၊ ဖလံ၊ လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန် ထင်ရှားအကျိုးတရားသည်၊ သမံ၊ မပိုမသာ တူမျှပါ၏၊ ဟိသစ္စံ၊ မှန်၏၊ စေတော ပဏိဓိဟေတု၊ စိတ်ကိုကောင်းစွာထားနိုင်ခြင်း ဟူသောအကြောင်း ကြောင့် (ဝါ) စိတ်ဓာတ်၏မြင့်မြတ်ခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့်၊ သတ္တာ၊ လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့သည်၊ သုဂတိံ၊ သုဂတိဘုံဘဝသို့၊ ဂစ္ဆန္တိ၊ ကေန်မသွေ ရောက်ကြရ လေကုန်သတည်း။

ရဲသေ့ကြီး ဦးစန္ဒီ သာသနာပြုနိုင်အောင် အထောက်အပံ့ ဖြစ်ခဲ့သော အရဟံ ဇယံ အောင်ဂါထာတော်

အရဟံ ဗဟိအန္တဇယံ သုဂတံ၊ အ,မိတံ ဝိရဇံ လလိတံ အတုလံ၊
စရဏံ တိဘဝူပသမံ ယမကံ၊ သုခဒံ သရဏံ ပ,နမာမိ ဇိနံ။

အရဟံ – လူမင်းနတ်မင်း ဗြဟ္မာမင်းတို့၏ ဝပ်စင်းကော်ရော် ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်ပါပေထသော။
ဗဟိအန္တဇယံ– အတွင်းရန် အပြင်ရန်တို့ကို အောင်တော်မူပြီးထသော၊
သုဂတံ – ကောင်းသောစကားကို ဆိုတော်မူပါပေထသော (ဝါ) ကောင်းသော နိဗ္ဗာန်သို့ ကြွသွားတော်မူပါပေထသော။
အမိတံ – မနှိုင်းယှဉ်အပ်သော ကိလေသာမြူ ကင်းတော်မူပါပေထသော၊
ဝိရဇံ – ရာဂ အစရှိသော ကိလေသာမြူ ကင်းတော်မူပါပေထသော၊
လလိတံ – ရောင်ခြည်တော်ခြောက်သွယ်ဖြင့် ကွန့်မြူးစံပယ် တင့်တယ်တော်မူပါပေထသော
အတုလံ – သီလအစရှိသော ဂုဏ်တို့ကြောင့် တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူနှင့် တူတော်မမူပေထသော
စရဏံ – နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကောင်းနှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါပေထသော
တိဘဝူပသမံ – ဘဝသုံးပါး ဘုံသုံးပါးတို့၌ ကိလေသာအပူမီးတို့ကို ငြိမ်းအေးစေတော်မူပါပေထသော
ယမကံ – ရေမီးအစုံအစုံ အစရှိသော တန်ခိုးပြာဋိဟာတို့ကို ပြစွမ်းတော်မူနိုင်ပါပေထသော၊
သုခဒံ – လူ့ချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာတို့ကို ပေးတော်မူတတ်ပါပေထသော၊
သရဏံ – လူနတ် နဂါး သိကြား ဗြဟ္မာ သတ္တဝါဝေနေ့ များဗိုလ်ခြေတို့၏

အားထားကိုးကွယ်ရာအစစ် ကေန်ဖြစ်တော်မူပါပေထသော၊
အဓိ – မာရ်ငါးပါးတို့ကို အောင်မြင်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရားကို၊ အဟံ၊
အကျွန်ုပ်သည်၊ ပဏာမာမိ၊ ကိုင်းညွတ်ရိုကျိုးသဒ္ဒါမိုး၍ ရှိခိုးဦးညွတ်ပါ၏၊ မြတ်စွာ
ဘုရား။

● ● ●

ကျွန်းကိုင်းမှီ ကိုင်းကျွန်းမှီ

သာဂါရာ အနာဂါရစ ဥ,ဘော အညောညနိဿိတာ၊
အာရာဓယန္တိ သဒ္ဓမ္မံ၊ ယောဂက္ခေမ မနုတ္တရံ။

သာဂါရာစ၊ အိမ်ရာတည်ထောင်လူတို့ဘောင်၌ နေကြသော လူအပေါင်း
တို့သည်လည်းကောင်း၊ အနာဂါရာစ၊ အိမ်ရာမထောင် ရဟန်းဘောင်၌ နေကြ
သော ရဟန်းတော်များတို့သည်လည်းကောင်း၊ ဥဘော၊ လူနဲ့ရဟန်း ရဟန်းနဲ့လူ
နှစ်ဦးသားတို့သည်၊ အညောညနိဿိတာ၊ ကျွန်းကိုကိုင်းမှီ ကိုင်းကျွန်းမှီသို့
ဘူညီမယွင်း အချင်းချင်း ရိုင်းပင်းမှီခိုကြကုန်၍၊ အနုတ္တရံ၊ အတုမရှိမြတ်တော်
မူသော၊ ယောဂက္ခေမံ။ ယောဂလေးပါးတို့၏ ကုန်ရာဖြစ်သော၊ သဒ္ဓမ္မံ၊ ပရိယတ္တိ
ပဋိပတ္တိ ပဋိဝေဓ ဟုဆိုအပ်သော သဒ္ဓမ္မသုံးဖြာ ဘုရားမြတ်သာသနာတော်
မြတ်ကြီးကို၊ အာရာဓယန္တိ၊ တူတွဲပြီးမြောက် ခရီးရောက်အောင် ချီးမြှောက်ကြရ
လေကုန်သတည်း။

● ● ●

နှစ်ပြောင်းချိန်ခါ သံဝေဂဂါထာ

သက်မန္တာ ဝယောဝုဍ္ဎိ၊ ဇိဏ္ဏာ မရဏသန္တိကာ၊
ဇီဝိတုံ နာဂတေရသာ၊ ဘဂေါနုတာ ဒိနေဒိနေ။

သက်မန္တာ၊ နှစ်ဟောင်းကုန်လျက် နှစ်သစ်ဘက်ဆီ ပြောင်းရွှေ့၍လာခဲ့ကြပါ
ပေပြီ။ ဝယောဝုဍ္ဎိ၊ အသက်အားဖြင့် တစ်နှစ်တိုးကာ ကြီး၍ကြီး၍ လာခဲ့ကြပေ

ကုန်ပြီ။ ဇိဏ္ဏာ၊ အရွယ်ယိုယွင်း၍ အိုမင်းလာကြပါပေကုန်ပြီ။ မရဏာသန္တိကာ၊ သေခြင်းဘက်သို့ တစ်နေ့တိုးကာ နီးကပ်၍လာခဲ့ကြပါပေပြီ။ အနာဂတေ၊ နောင်လာလတ္တံ့သော အနာဂတ်ကာလ၌။ ဇီဝိတံ၊ အသက်ရှည်ဖို့ရာ။ ရသာ၊ တရွေ့ရွေ့တိုးကာ တို၍တို၍ လာခဲ့ပါပေကုန်ပြီ။ ဒိနေဒိနေ၊ နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း၊ ဘင်္ဂေါ နတာ၊ ပျက်ခြင်းဘက်သို့ ယိုင်လျက်တိုးလျက်သာ ဆိုက်ရောက်ခဲ့ပါပေပြီတကား။

● ● ●

ရရန်ခက်တဲ့ နာမည်

ရညော မာတာ မဟေသီတိ သုလဘံ နာမ မိတ္တိနံ၊

ဗုဒ္ဓမာတာတိ ယံ နာမံ၊ ဧတံ ပရမဒုလ္လဘံ။

ရညော၊ ဘုရင်မင်းတရား၏၊ မာတာ၊ မယ်တော်ဖြစ်သော၊ မဟေသီ၊ မိဖုရားကြီးတည်း၊ ဣတိ၊ ဤကဲ့သို့သော၊ နာမံ၊ လောကနဲ့ဆက်နွယ်သော နာမည်မျိုးမှာ၊ ဣတ္ထီနံ၊ အမျိုးသမီးအသီးသီးတို့အတွက်၊ သုလဘံ၊ မခက်ခဲဘဲ ရလွယ်ပါပေသည်ဘုရား။ ဗုဒ္ဓမာတာတိ၊ သူ့ထက်ထူးခြား ဘုရားမယ်တော်ဟူသော၊ ယံ နာမံ၊ လောကုတ္တရာမှီ အကြင်အမည်ထူးသည်၊ အတ္ထိ၊ ရှိပါပေ၏၊ ဧတံ နာမံ၊ ဘုရားမယ်တော်အခေါ်ထူးလည်း ထိုနာမည်မျိုးကတော့၊ ပရမဒုလ္လဘံ ကမ္ဘာ့ ကမ္ဘာ ကြာကြီးကြာမှ ရခဲထူးချွန် အလွန်ရခဲသော အမည်သာဖြစ်ပါပေတော့သတည်း။

● ● ●

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာ၍ အသက်ရှည်ပါစေ

သဗ္ဗီတိယော ဝိဝဇ္ဇန္တု၊ သောကော ရောဂေါ ဝိနဿတု၊

မာတေ ဘဝန္တွန္တရာယ၊ သုခီဒီဃာ ယုကောဘဝ။

သဗ္ဗီတိယော၊ အလုံးစုံသော ဘေးအပေါင်း ရန်အပေါင်း အန္တရာယ်အပေါင်း မကောင်းဟူသမျှ အနန္တတို့သည်၊ ဝိဝဇ္ဇန္တု၊ ကုသိုလ်ရှင် စေတနာရှင်တို့ထံ

မရောက် အဝေးမှပင် ကွင်းဖယ်ရှောင်ရှားကြပါစေကုန်သတည်း။ သောကော၊ ငိုးရှိမ်သောက ပူဆွေးရခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ရောဂါ၊ ၉၆ ဖြာ ဘေးရောဂါ အပေါင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊ ဝိနဿန္တု၊ ကုသိုလ်ရှင် စေတနာရှင်တို့ထံမှောက် မကျမရောက် အဝေးမှပင် ကင်းစင်လွင့်ပျောက်ခြင်းသို့ ရောက်ပါစေသတည်း၊ ဘတုမှာကာ၊ သင်ကုသိုလ်ရှင်စေတနာရှင်တို့အား၊ အန္တရာယာ၊ တစ်စုံတစ်ခု သော ဘေးရန်အန္တရာယ်အသွယ်သွယ်တို့သည်၊ မာဘဝန္တု၊ တစိုးတစ်စိ ဘယ် သောအခါမှ မဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း၊ တွံတုမေ၊ သင်ကုသိုလ်ရှင် စေတနာရှင်တို့သည်၊ သုခီ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်း ရှိကြကုန် သည်ဖြစ်၍၊ အာယုဒီဃာ၊ အာယုကပ်ကျော်တက်အောင် သက်တမ်းရှည် နိုင်ကြကုန်သည်၊ ဘဝန္တု၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သောဟူ၍ ဆုတောင်းပတ္ထနာပြု ဒိုက်လေကုန်ရာသတည်း။

(အရှင်ပညာသီဟာဘိဝံသ)

'ဘေးရန်ကင်းလို့ ရွတ်ပါဗျို့'

အဋ္ဌာန မေတံ ဘိက္ခဝေ အနဝကာသော၊ ယံ ပရူပက္ကမေန တထာဂတံ ဇီဝိတာ ဝေါရောပေယျ၊ အနုပက္ကမေန ဘိက္ခဝေ တထာဂတာ ပရိနိဗ္ဗာယန္တိ၊ ဂစ္ဆတေန သစ္စဝဇ္ဇေန ပရူပက္ကမေန မမမ္ပိ အညောဇီဝိတာ မာ ဝေါရောပေတု။

(ဝိစူဠဝါ ၃၅၅)

မြတ်စွာဘုရားရှင်၏အသက်တော်ကို သူတစ်ပါးလုံ့လပယောဂဖြင့် အန္တရာယ် မပြုနိုင်၊ သူတစ်ပါး ပယောဂကင်း၍ မိမိတို့အလိုအလျောက်သာ မြတ်စွာဘုရား ရှင်တို့သည် ပရိနိဗ္ဗာန်စံလွန်တော်မူကြကုန်၏။ ဤမှန်ကန်သော သစ္စာစကား ကြောင့် ငါ့ကိုလည်း တစ်ပါးသောသူသည် အသက်အန္တရာယ် မပြုနိုင်ပါစေ သတည်း။ ဤကဲ့သို့ သစ္စာပြုပါလေ။

(တစ်နည်း) ဗုဒ္ဓါနံ့ ဇီဝိတသာ န သက္ကာ ကေနစိ အန္တရာယော ကာတုံ၊
တထာ မေ ဟောတု။

ဘုရားရှင်တို့၏အသက်တော်၏အန္တရာယ်ကို တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူ သည် ပြုခြင်းငှာ မတတ်ကောင်း။ ထို့အတူ ငါ့အားလည်း ဖြစ်ပါစေသတည်း။

◉ ◉ ◉

ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး

အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော၊ ကော ဟိ နာထော ပရောသိယာ၊
အတ္တနာဟိ သုဒန္တေန၊ နာထံ လဘတိ ဒုလ္လဘံ။

အတ္တာဟိ–အတ္တာဝေ၊ မိမိသည်သာလျှင်၊ အတ္တနော၊ မိမိ၏၊ နာထော၊ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်၏၊ ဟိ၊ ထိုစကားသည်မှန်၏။ ပရော၊ မိမိမှတစ်ပါးဖြစ်သော ကော၊ အဘယ်မည်သောသူသည်၊ နာထော၊ အဘယ်သူ၏ကိုးကွယ်ရာသည်၊ သိယာ၊ ဖြစ်နိုင်ပါအံ့နည်း။ အတ္တနာဟိ– အတ္တနာဝေ၊ မိမိသည်သာလျှင် (ဝါ) မိမိကိုယ်တိုင်သာလျှင်၊ သုဒန္တေန၊ ကောင်းစွာဆုံးမခြင်းဖြင့်၊ ဒုလ္လဘံ၊ ရခဲလှစွာသော၊ နာထံ၊ အရဟတ္တဖိုလ်တည်းဟူသော မှီခိုရာကို၊ လဘတိ၊ ကောင်းစွာပိုင်ပိုင် ရရှိနိုင်ပါပေ၏။

ဘုရားရှင် ဓမ္မပဒ ပါဠိတော်မှာ ဟောတော်မူခဲ့တဲ့ ဒေသနာတော်အရ ''ကိုယ့်ဝန်ကိုယ်ထမ်း ကိုယ့်လမ်းကိုယ်သွား'' ဆိုရိုးစကားအတိုင်း မိမိကိုယ်ကို အားကိုးရမယ် သူတစ်ပါးကိုအားမကိုးပါနဲ့ မိမိကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်ထားတဲ့ ကုသိုလ် ကောင်းမှုသည်သာ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာဖြစ်သောကြောင့်၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုသည်သာ အားကိုးရာအစစ် ဖြစ်ပါပေသည်။

◉ ◉ ◉

ဆောင်ထားသင့်သော ဂါထာများ

စ ဓ ဗ ဝ ဂါထာ

စက္ခုမာ စရမာစိဏ္ဏော၊
ဓမ္မညူ ဓမ္မသာမိကော၊
ဗလူပေတော ဗလဒဇ္ဇော၊
ဝရဒေါ ဒေတု မေ ဝရံ။

သမ္ဗုဒ္ဓေဂါထာများ

၁။ အရှေ့ကျွန်းသမ္ဗုဒ္ဓေ

သမ္ဗုဒ္ဓေ အဋ္ဌဝီသဉ္စ သဗ္ဗတေဇံ သဗ္ဗဂုဏံ၊
သဗ္ဗသုခံ လဘာတုမေ၊ ဆရဝီ ဆာရာ ဆရိစ ဆာယံ။
ပဉ္စဗုဒ္ဓါ မဟာတေဇံ၊ သဗ္ဗညုတာ ဉာဏဝရံ၊
သဗ္ဗသတ္တုရ သဗ္ဗဘယံ၊ ဝိနာသန္တု အသေသတော။

၂။ အနောက်ကျွန်း သမ္ဗုဒ္ဓေ

သမ္ဗုဒ္ဓေ အဋ္ဌဝီသဉ္စ ဒွါဝီသဉ္စ ဣမေဗုဒ္ဓေ။
ကောဋီသ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓေ၊ ဒွတ္တိံသစ မဟာဗုဒ္ဓေ၊
ပဉ္စဝီသာ ဗုဒ္ဓေ နေတ္တိံ၊ တေတ္တိံသ ဗုဒ္ဓဘာဝနာ၊
ဧတေန ဗုဒ္ဓဂုဏေန တေသံ ဓမ္မဉ္စ သံဃဉ္စ
အာဒရေန နမာမဟံ နမက္ကာရာ နုဘာဝေန၊
ဟိတွာ သဗ္ဗေ ဥပဒ္ဒဝေ အနေကာအန္တရာယာပိ၊
ဝိနာသန္တု အသေသတော။

၃။ တောင်ကျွန်းသမ္ဗုဒ္ဓေ

သမ္ဗုဒ္ဓေ အဋ္ဌဝီသဉ္စ၊ ဒွါဒသဉ္စ သဟဿကေ၊
ပဉ္စသတ သဟဿာနိ၊ နမာမိ သိရသာမဟံ၊

အပ္ပကာ ဝါဠုကာ ဂင်္ဂါ အနန္တာ နိဗ္ဗုတာ ဇိနာ၊
တေသံ ဓမ္မဉ္စ သံဃဉ္စ၊ အာဒရေန နမာမဟံ၊
နမက္ကာရာ နုဘာဝေန ဟိတွာ သဗ္ဗေ ဥပဒ္ဒဝေ၊
အနေက အန္တရာယာပိ ဝိနဿန္တု အသေသတော။

၄။ မြောက်ကျွန်းသမ္ဗုဒ္ဓေ

သမ္ဗုဒ္ဓေ အဋ္ဌဝီသဉ္စ၊ ဒွါဒသဉ္စ သဟဿကေ၊
ပဉ္စသတ သဟဿာနိ၊ ဂင်္ဂါယံ ဝါဠုကာ pkaPÖ?
ပရာဇေတွာ မဟာဖုလ္လေ၊ နမာမိ သိရသာမဟံ၊
တေသံ ဓမ္မဉ္စသံဃဉ္စ အာဒရေန နမာမဟံ၊
နမက္ကာရာ နုဘာဝေန ဟိတွာ သဗ္ဗေ ဥပဒ္ဒဝေ၊
အနေက အန္တရာယာပိ ဝိနဿန္တု အသေသတော။

၅။ အောင်သမ္ဗုဒ္ဓေ

သမ္ဗုဒ္ဓေ အဋ္ဌဝီသတိ၊ မမဂဏ္ဍတိ ပုရတော၊
ပဉ္စဗုဒ္ဓါ မဟာတေဇာ၊ မမသီသေ နိသေသတိ။
ဒိဗ္ဗတီတံ မံ ရက္ခန္တု၊ မေ ဖယမင်္ဂလံ အဂ္ဂံ၊
သဗ္ဗေပိ မေ နမဿာမိ၊ ဂုဏော အာပတ္တိ ပုဂ္ဂလေ။
အရိယာနဉ္စ သဗ္ဗသံ၊ သာဝကာနဉ္စ သဗ္ဗသော။

ပြည်မြို့ဝေပုလ္လာရာမ ဆရာတော်
ဏုဏ္ဍာသယ လိုတရ

မဏိဇောတ ပတ္တမြားရတနာ ဂါထာတော် (၄) ဂါထာ

၁။ ဒီဝါတပတိ အာဒိစ္စော၊ ရတ္တိမာဘာတိ စန္ဒိမာ၊

သန္တုဋ္ဌေါ ခတ္တိယော တပတိ၊ ဈာယီ တပတိ ဗြာဟ္မဏော။
အထ သဗ္ဗမဟောရတ္တိံ ၊ ဗုဒ္ဓေါ တပတိ တေဇသာ၊
ဒေတေန သစ္စဝဇ္ဇေန သောတ္ထိမေ ဟောတု ဇယ မင်္ဂလံ။

၂။ ဖုဋ္ဌဿ လောကဓမ္မေဟိ
စိတ္တံ ယဿ နကမ္ပတိ
အသောကံ ဝိရဇံ ခေမံ။

၃။ တုဋ္ဌေဟိ တုဋ္ဌေဟိ မမတုဋ္ဌေဟိ၊
ပိယေဟိ ပိယေဟိ မမပိယေဟိ၊
သိဋ္ဌေဟံ သိဋ္ဌေဟံ မမသိဋ္ဌေဟံ၊
ရာဇစိတ္တံ ပိယံမှိုင်းမှိုင်း၊ အမစ္စရာဇ စိတ္တံ ပိယံမှိုင်းမှိုင်း
အမစ္စစိတ္တံ ပိယံမှိုင်းမှိုင်း၊ ဒေဝစိတ္တံ ပိယံမှိုင်းမှိုင်း
ဒေဝီစိတ္တံ ပိယံမှိုင်းမှိုင်း၊ ပုရိသစိတ္တံ ပိယံမှိုင်းမှိုင်း
ကုတ္ထိစိတ္တံ ပိယံမှိုင်းမှိုင်း၊ သဗ္ဗစိတ္တံ ပိယံမှိုင်းမှိုင်း
ပြောင်း ဖေဟိ ဖေဟိ ဗလံခြင်း၊
ပြောင်း ဖေဟိ ဖေဟိ ဗလံကပ်၊
ပြောင်း ဖေဟိ ဖေဟိ ဗလံခြင်းကပ်လေ။

၄။ သဗ္ဗဟိတ မင်္ဂလာနိ၊ ပုညာဘိ သိရီသောဘဏီ၊
သူရဿတီ စ မေ မာတာ၊ နိစ္စံ ရက္ခန္တု မံ သဒါ။

အခန်း(၁၂)

မှတ်သားဖွယ်ရာ အဆိုအမိန့်မှတ်စုများ

အခန်း (၁၂)

မှတ်သားဖွယ်ရာ အဆိုအမိန့်များ

- ဘုရားမဖြစ်သေးသမျှ မိမိကိုယ်ကို ဘယ်တော့မှ ပြည့်စုံပြီဟု မအောက်မေ့ပါနှင့်။
- မိမိကို သူများက ချီးမြှောက်စေလိုလျှင် မိမိက အရင်ဦးအောင် သူများကို ချီးမြှောက်ပါလေ။
- မိမိကို သူများက လေးစားစေလိုလျှင် မိမိက အရင်ဦးအောင် သူတစ်ပါးကို လေးစားပါလေ။
- အကောင်းကြိုက်လျှင် သူများထက် အပင်ပန်းခံရမည်ကို မကြောက်ပါနှင့်။

(မစိုးရိမ်ဆရာတော်)

သူတစ်ပါးချမ်းသာစေလိုသောစိတ်ကိုသာ ရအောင်မွေးပါ၊
မိမိ တကယ်ချမ်းသာလာပါလိမ့်မည်။

(ကော့လှာဆရာတော်)

အပြစ်ပြဆုံးမသူကို ရွှေအိုးပေးသူဟု ဆည်းကပ်ရမည်၊
ပန်းပဲဆရာ အထုမခံရသော သံတုံးသံခဲသည် လက်နက်ကောင်းအဖြစ်သို့
မရောက်နိုင်၊
ဆရာကောင်း အဆုံးအမ မခံရသော တပည့်သည်
ပညာတတ် သူတော်ကောင်းမဖြစ်နိုင်။

(ပထမရွှေကျင်ဆရာတော်)

သာသနာကိုစွဲဆောင်ရွက်တဲ့နေရာမှာ ဟိုငဲ့သည်ငဲ့ မငဲ့ပါနဲ့
ငဲ့ရင် စောင်းတယ်၊ စောင်းရင် မှောက်တော့တာပဲ၊
သာသနာစိတ်ရှိမှသာ ခန္ဓာကိုယ် ဆင်းရဲပင်ပန်းမှုကို ပဓာန
မထားဘဲ သာသနာပြုလုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်နိုင်တယ်။
သူတစ်ပါးကြည်ညိုအောင် နေဖို့ထက် မိမိကိုယ်ကို မိမိ ကြည်ညိုအောင်
နေတတ်ဖို့က အရေးကြီးတယ်။
အထက်တန်း ရောက်ချင်ရင် အလုပ်လုပ်ကြပါ ကြိုးစားကြပါ၊
အလုပ်မလုပ်လျှင် မကြိုးစားလျှင်တော့ ဘယ်နည်းနှင့်မျှ အထက်တန်း
မရောက်နိုင်ဘူး။

(မန္တလေး နန္ဒိသေနဆရာတော်)

တရားအလုပ် လုပ်တယ်ဆိုတာ ကိုယ့်အကြောင်းကို ကောင်းကောင်း
သိအောင်လုပ်တာ၊ သူများအကြောင်းကို သိဖို့ထက်
ကိုယ့်အကြောင်းကိုသိဖို့က ပိုအရေးကြီးပါတယ်။

(ယောဆရာတော်)

မိမိကိုယ်ကို အမြဲတမ်း ပြုပြင်နေရမည်၊
ဘယ်အချိန်ထိ ပြုပြင်နေရမလဲဆိုရင်
သေသည့်အချိန်ထိ ပြုပြင်နေရမည်။

ငယ်ငယ်ကစပြီး ကောင်းကောင်းနေကြ၊
ကြီးခါမှ ကောင်းကောင်းနေမယ်လို့ မလုပ်ကြနဲ့၊
ငယ်ငယ်တုန်းက မဟုတ်တာတွေ လုပ်ထားမိရင်
ကြီးခါကြရင် နောင်တတွေ ရကုန်ရော၊
'ဝိပ္ပဋိသာရ' လို့ခေါ်တဲ့ နှလုံးမသာယာမှုတွေ ဖြစ်ကုန်ရော၊
ဒါကြောင့် ကောင်းကောင်းနေကြ။

(မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

အများအကျိုး ရွက်သယ်ပိုးက ခနိုးခနဲ့ ဆိုကဲ့ရဲ့လည်း
မဖွဲ့မစောင်း ကိုယ့်လမ်းကြောင်းကို စိတ်ကောင်းနှင့်ယှဉ်
ရှေးရှုနှင်လော။

(ရွှေဟင်္သာဆရာတော်)

ကိုယ်တည်းတစ်ယောက် ချမ်းသာရောက်ဖို့ ခုလောက်ကြိုးကုတ်
အားမထုတ်ဘူး၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာ၏
ရှေးခါဘိုးဘ လက်ထက်ကလျှင် ရသည့်တန်ဖိုး ထပ်မညှိုးဖို့
အားကြိုးမာန်တက် ငါဆောင်ရွက်သည် ဆက်လက်တည်တံ့ပါစေသော်

မရှိတာကို ရှိဟန်ပြတော့ ကုန်တာပဲ အဖတ်တင်တယ်
မသိတာကို သိဟန်ပြတော့ မယုံတာပဲ အဖတ်တင်တယ်။

(ဦးဆေကိန္ဒ)

❋ ❋ ❋

အပြစ်ကင်းဖို့ အရေးကြီး

သာသနာတော်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် လူ့ဘောင်လူ့လောကမှာပဲဖြစ်ဖြစ်
အပြစ်ကင်းစင်တဲ့သူတွေ အရည်အချင်းရှိတဲ့
သူတွေအတွက်သာ နေရာကောင်းဆိုတာ ရှိပါတယ်၊

အပြစ်မကင်းဘဲနဲ့ အရည်အချင်းမရှိဘဲနဲ့
နေရာကောင်းကို မရနိုင်ပါဘူး၊ တရားထူးလည်း မရနိုင်ပါဘူး။

(Facebook မှ)

- နှံ့သာဖြူပင်သည် အသက်ကြီးလေ အနှစ်ပြည့်လေ ပိုမွှေးလေဖြစ်၏။
ထို့အတူ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကြည်ညိုလိုသူသည်
အသက်ကြီးလေ သီလ သမာဓိ ပညာ သိက္ခာသုံးပါး
ကြီးမား များပြားလာလေဖြစ်အောင် ကြိုးစားအပ်၏။
- သူတစ်ပါးကို စိတ်ချမ်းသာအောင် လုပ်ပေးရတာလောက်
ပီတိဖြစ်ရတဲ့ အရသာမျိုး ဘယ်မှာမှ ရှိမယ်မထင်ဘူး
ယူရတဲ့အရသာထက် ပေးရတဲ့အရသာက ပိုကောင်းတယ်ဆိုတာ
ပေးနေကျလူတွေမှပဲ သိတယ်၊ ယူနေကျလူတွေ
မသိနိုင်ပါဘူး။

(မေတ္တာရှင်)

'အလကားရလေ ခံရလေ'

အလကားရတဲ့ အရာမှန်သမျှ အလကားပါပဲ၊
ရတာကိုက အလကားလို့ ဆိုထားတာကိုး၊
တစ်ခုခု အလကားရလို့များ သွားဝမ်းမသာလိုက်ပါနဲ့၊
နောက်ကွယ်မှာ ဒုက္ခတွေ ကပ်ပါနေတယ်၊
အလကားရလေ ခံရလေ ဆိုတာကို စွဲစွဲမြဲမြဲ မှတ်ထားပြီး၊
ဘယ်အရာကိုမှ အလကား မလိုချင်လိုက်ပါနဲ့။

ကောင်းမှုကံတပဲမျှ မဖွေရှာရင်တော့
အထောင်းအထုခံ ငရဲကျဖို့ သေချာပါတယ်။

(အရှင်ဆန္ဒာဓိက)

လူ့ဘဲ့တန်းတဲ့အခါ စနစ်ရှိပါ

စည်းမရှိ ကမ်းမရှိ နေကြ ထိုင်ကြ စားကြ သောက်ကြတာ၊
လူ့တော့ တန်းတော့လည်း အိတ်သွန်ဖာမှောက် ကုန်ကုန်ခမ်းခမ်း၊
နောက်တစ်နေ့ကျတော့လည်း ငတ်ကရော။
ဒီတော့ လှူမိတာ မှားလေခြင်း ဖြစ်ကရော။
အစစအရာရာ စနစ်ရှိရမှာ၊ စီးပွားရှာတဲ့အခါ စနစ်ရှိရသလို
လှူတဲ့တန်းတဲ့အခါလည်း စနစ်ရှိရမှာပဲ။

(မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

ကိလေသာဆိုတာ

ကိလေသာဆိုတာ ဘိုးတော်ဦးပိုင်းရဲ့ ကြောင်လိုပါပဲ၊
ကြွက်မတွေ့ခင်တုန်းက လိမ္မာလိုက်တာ လွန်ရော
ကြွက်လည်းတွေ့ရော အဲဒီနောက်ကို တန်းတန်းစွဲ လိုက်တော့တာပဲ၊
ဒီလိုပဲ-ကိလေသာဆိုတာ အာရုံနဲ့တွေ့ရင် ထကြွတော့တာပဲ၊
မထကြွအောင် သတိဆိုတဲ့ ရှုမှတ်မှုကမပြတ် တရစပ်ရှိနေနိုင်မှ
တော်ကာကျမှာ။

(ရွှေဥမင်ဆရာတော်)

ပညာရှိလူမိုက်

ကိုယ်လုပ်နေတာ၊ မှားမှန်းသိရင် သိတာနဲ့ ချက်ချင်းပြင်လိုက်ပါ၊
အဲဒါ ပညာရှိ၊
မှားမှန်းသိလျက်နဲ့ ဆက်လုပ်နေရင် အဲဒါ လူမိုက်၊
အမိုက်တကာ့ အမိုက်ထဲမှာ စိတ်မိုက်မဲတာဟာ ကြောက်စရာအကောင်းဆုံး
ဒါကြောင့် ကိုယ့်ဘဝကိုချစ်ရင် စိတ်မမိုက်မဲပါနဲ့၊
လူမိုက်လည်း အဖြစ်မခံပါနဲ့။

(ဓမ္မဒါယာဒ အရှင်နန္ဒသာရ)

လူသေရင်သေ မသေရင် ကိလေသာသေ

ချမ်းသာအစစ်ကို လိုချင်ရင် ဆင်းရဲမှုမှန်သမျှကို ခံရဲတဲ့သတ္တိကိုမွေးပါ
အနာခံမှ အသာစံရမှာ၊ သူများတွေတောင် ရသေးတာ၊ ငါဘာဖြစ်လို့
မရရမှာလဲ၊ 'လူသေရင်သေ မသေရင် ကိလေသာသေ' ဒီစိတ်မွေးပါ။

(သဲအင်းဂူဆရာတော်)

ဖြစ်ဖို့မလွယ် ပျက်ဖို့လွယ်

သစ်ပင်တစ်ပင်ကို ပျိုးထောင်ဖို့ဆိုရင် အချိန်အကြာကြီး ယူရတယ်၊
ဒါပေမဲ့ ဖျက်ဆီးလိုက်ရရင်တော့ ခဏလေးနဲ့ ပျက်စီးနိုင်ပါတယ်၊
ဒီလိုပါပဲ ဘဝတစ်ခုကို ပျိုးထောင်ဖို့ဆိုရင် အချိန်အကြာကြီး ယူရတယ်၊
ဒါပေမဲ့ ဖျက်ဆီးလိုက်ရင်တော့ ခဏလေးနဲ့ ပျက်စီးနိုင်ပါတယ်။

(မေတ္တာရေစင် အရှင်ဓမ္မပါလ)

ကုသိုလ်ကောင်းမှု မြန်မြန်ပြု

ကုသိုလ်ကောင်းမှု တစ်ခုခုလုပ်မယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာရင် ချက်ခြင်း လုပ်ဖြစ်အောင် လုပ်လိုက်ပါ။ ဖြည်းဖြည်းနှေးနှေး ကုသိုလ်လုပ်ရင် အကျိုးပေးတဲ့ အခါ ဖြည်းဖြည်းနှေးနှေးပဲ အကျိုးပေးလိမ့်မယ်၊ ဒါကြောင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်မယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ဖြစ်ပြီဆိုတာနဲ့ အချိန်မဆိုင်းဘဲ ဖြစ်မြောက်အောင်လုပ်ပါ

(ဓမ္မပဒ ၄၅ ၂-၃)

ပါပသ္မိံရမတီမနော

ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုလုပ်နေတဲ့အခါမှာပဲ စိတ်ဟာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုမှာ ပျော်မွေ့တယ်၊ အဲဒီနောက်မှာတော့ စိတ်ဟာ မကောင်းမှုအကုသိုလ်မှာဘဲ ပျော်မွေ့တယ်။

(ဓမ္မပဒ)

အမြဲတမ်းပြောနေပေမယ့် မတတ်တာက စကား၊
အမြဲတမ်းစားနေပေမယ့် မဝတာကအစား၊
အမြဲတမ်း အားထုတ်နေပေမယ့် မရတာက တရား။

(ရှေးဆရာတော်များ)

တရားအားထုတ်ကြပါ

မအားဘူးလို့ မပြောပါနဲ့၊ တရားကအားကြပါလို့ မပြောပါဘူး၊ တရားအလုပ်ဆိုတာ အားတဲ့သူတွေရဲ့ အလုပ်လို့ ဘုရားကမဟောပါဘူး၊ ယူလည်းမယူဆပါဘူး၊ တရားအလုပ်ဆိုတာ ချမ်းသာခြင်တဲ့ သူတွေရဲ့အလုပ်ပါ။ ဒုက္ခအပူတွေကြောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့အလုပ်ပါ။ (ယောဆရာတော်)

လူကောင်းဖြစ်အောင် ကြိုးစား

လူ့အသိုင်းအဝိုင်းအပေါ်မှာ စေတနာထားတယ်
မေတ္တာထားတယ် ကောင်းစေခြင်တယ်ဆိုရင်
ကိုယ့်ကိုကိုယ် ပိုပြီးတော့ ကောင်းတဲ့လူဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။

(အမည်မသိ)

တပည့်ကောင်းမှ ဆရာကောင်းမယ်

ဆရာကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်ရင်
တပည့်ကောင်းတစ်ယောက်တော့ ဖြစ်ထားရမယ်။

(၁၅-၁၂-၁၃ ဒေးလီးအလဲဗင်း)

◉ ◉ ◉

အဓိကနဲ့ သာမည

တစ်ခါတလေ ကိုယ့်ဘဝမှာ အရေးမကြီးတာတွေကို အချိန်ပေးပြီး အရေးကြီးသလို လုပ်နေတတ်ကြတယ်၊ အရေးမကြီးတာတွေကို အချိန်ပေးမိလို့ တကယ့် အရေးကြီးတာတွေ လက်လွတ်ဆုံးရှုံးသွားတယ်၊ အဓိကနဲ့သာမည ခွဲခြားထားနိုင်မှသာ ရေရှည်မှာ စိတ်ချမ်းသာတဲ့သူတစ်ယောက် ဖြစ်နိုင်မယ်။

(ဒွေးသားမဟောကျော်)

အခွင့်အရေးလက်မလွှတ်နဲ့

အခွင့်ကောင်း အခါကောင်းကို လက်လွှတ်ဆုံးရှုံး မခံသင့်၊ အခွင့်ကောင်း အခါကောင်းကို လက်လွှတ်ဆုံးရှုံးသွားလျှင် စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးရတတ်တယ်။

(ဦးဝိစက္ခဏ)

* * *

အိမ်ထောင်ပြုမည့် အမျိုးသား အမျိုးသမီးများ ပါသုံးပါ, ချာသုံးချာ, ကွာသုံးကွာ ရှောင်ကြဉ်ကြပါလေ။

ပါသုံးပါ (၁) အနာရောဂါပါလာသူ

(၂) စားမည့်သောက်မည့်လူပို ပါလာသူ

(၃) အကြွေးပါလာသူ

ချာသုံးခါ (၁) အကျင့်စာရိတ္တနုံချာသူ

(၂) အသိဉာဏ်နုံချာသူ

(၃) ဘဝအကျိုးပေးနုံချာသူ

ကွာသုံးကွာ (၁) ဘာသာကွာသူ

(၂) လူမျိုးကွာသူ

(၃) စိတ်ဓါတ်ကွာသူ (FB မှ)

* * *

မိဘကျေးဇူး ဆပ်မှုးပြီလား

မိဘကို လုပ်ကိုင်ကျွေးမွေးခွင့်ဆိုတာ ကိုယ်ရခြင်တိုင်း ရတာမဟုတ်ဘူး၊ အချက်လေးချက်နဲ့ ညီမှသာ လုပ်ကိုင်ကျွေးမွေးခွင့် ရနိုင်ပါတယ်။

(၁) မိဘနှစ်ပါး သက်ရှိထင်ရှား ရှိနေခြင်း

(၂) မိဘနှစ်ပါး မိမိတို့ကို မှီခိုနေရခြင်း

(၃) ကျွေးမွေးနိုင်သော သဒ္ဓါတရားရှိခြင်း

(၄) မိဘကို လုပ်ကိုင်ကျွေးမွေးနိုင်သော ပစ္စည်းဥစ္စာရှိခြင်း

မိဘကျေးဇူးကိုသိ၍ ရှိနေသော မိဘတို့ကို ကျေးဇူးဆပ်ဖြစ်အောင် ဆပ်ကြ ပြုစုလုပ်ကျွေးကြ၊ မိဘတွေကို မပြုစု မလုပ်ကျွေးရင် ကိုယ့်အလှည့်ကျရင် ဝဋ်လည်တတ်တယ်။ (ဦးဇဝန)

ဦးစွာပထမ	**Firsly, we must study**
မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ စာကိုသင်	The teaching of the Buddha.
သင်ပြီးရင် ကျင့်ကြံဖြန့်ဖြူး	After that, we must practies and spread
မူးတူးတူး မှိုင်တိုင်တိုင်	Without working anything don't be living
ဒီတိုင်းကြီး ငိုင်မနေနဲ့	By doing so, effect no
ထိုင်နေရင် ဘာမှဖြစ်မလာတာမို့	To take long the Buddha's sound
သာသနာအရှည်ကြာစေဖို့	Let us try hard with the
ခေတ်မှီမှီနဲ့ ကြိုးစားစို့။	new work.

(ဓမ္မရေ အရှင်ကုမာရ)

အလုပ်ဟာ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်ရယ်၊ မလုပ်သင့် မလုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်ရယ် နှစ်မျိုးထဲက လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်ကို မလုပ်ဖူးဆိုရင် မလုပ်သင့်မလုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်ကိုပဲ လုပ်မိတတ်ကြတယ်။
(အရှင်ဝိစက္ခဏမှတ်စု)

ကိုယ့်အမှားမြင် ကိုယ်ပြုပြင် အစဉ်မှန်တော့မှာ။

မုသာဝါဒတရားတစ်ခုကို ကျူးလွန်နိုင်သော လူလိမ်အဖို့ မပြုနိုင်သော အကုသိုလ်မရှိ။ (ဓမ္မပဒ ၃၉)

သူများကိုသာ လိမ်လို့ရခြင်ရမယ်
ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘယ်တော့မှ လိမ်လို့မရ။ (ဦးဝိစက္ခဏ)
မမှားခင် မမှားအောင် ဆင်ခြင်ပါ၊

မှားသွားပြီဆိုရင်လည်း အမှားကိုပြင်ဆင်ပါ။ (တရုပ်ပညာရှိတိန်တိ)

အဆုံးမသတ်နိုင်တာကို အစမလုပ်ပါနဲ့။ (အဲဗစ်ပရက်စလေ)

လုပ်ငန်းချဲ့ရန် ငွေလိုအပ်လျှင်ချေးယူပါ။
ဟိတ်ဟန်ပြု ကြွားဝါလိုသည့်အတွက်မူ ငွေမချေးပါနှင့်။
မြင်အောင်ကြည့်ပါ၊ ကြားအောင်နားထောင်ပါ။
သိအောင်စဉ်းစားပါ၊ မှားမှာမစိုးနဲ့ အဆုံးအဖြတ်ပေးပါ။
လဲမှာမကြောက်နဲ့ အသက်ရှင်အောင်နေပါ။
ဖောက်ထားတဲ့လမ်းကို မလျှောက်နဲ့၊ လမ်းမရှိတဲ့လမ်းကိုလျှောက်ပြီး
သူများတွေအတွက် လမ်းဖေါက်ပေးပါ။
တခြားသူကို ဦးဆောင်ချင်တဲ့သူဟာ မိမိကိုယ်ကို
ဦးဆောင်ဘို့ လိုအပ်ပါတယ်။
မကောင်းမြင်တဲ့ အကျင့်ကိုလက်မခံပါနဲ့၊
အမြဲတမ်းအကောင်းမြင်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။
ကိုယ့်ကိုယ်ကို သံသယစိတ်တွေ ဖျောက်ပစ်ပါ။

(ပါမောက္ခဒေါက်တာအောင်ထွန်းသက်)

(၂၁-၆-၀၉)

* * *

အဆုံးအဖြတ်

လူသာမာန်တစ်ဦး၏ အဆုံးအဖြတ်သည် တစ်ဦးတည်းအပေါ်သာ သက်ရောက်၍ အရေးမကြီးလှသော်လည်း ခေါင်းဆောင်တစ်ဦး၏ အဆုံးအဖြတ်သည် လူမျိုး၊ နိုင်ငံ၊ မျိုးဆက်သစ်များထံသို့ ဆန့်ကျင်ဘက် အကျိုးတရားများကို သက်ရောက်စေပါသည်။ (ဒေါက်တာနေဇင်လတ် ၊ ၁၉-၆-၀၉)

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း အကျင့်သိက္ခာဖြူစင်သင့်၏။
အကြောင်းကား–ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦး မကောင်းတာလုပ်လျှင်

မိမိသာမက ရတနာသုံးပါးနှင့် ဆရာမိဘတို့ပါ သိက္ခာကျနိုင်သောကြောင့် ပင်တည်း။ (ဦးသံဝရ)

ဘယ်တော့မှ လွယ်လွယ်ကတိမပေးပါနဲ့
ကတိပေးပြီးရင်လည်း တသက်လုံးတည်ပါစေ။ (ဂန္ဒီ)

ကိုယ်ကြိုက်တာကိုယ်လုပ်
ကိုယ်လုပ်တာ ကိုရလိမ့်မယ်။ (သုဝိစိတ္တ)

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆင်းရဲရင်တဘဝ တခန္ဓာပဲ၊
အကျင့်စာရိတ္တနဲ့ စိတ်ဓါတ်တွေ ပျက်စီးပြီဆိုရင်
သံသရာထဲ တဝဲလည်လည်နဲ့ ရုန်းမထွက်နိုင်တော့ဘူးဆိုတာ
သတိပြုပါ။ (ဦးကိတ္တိဗလ၊ သီတဂူ)

အကျိုးတရားကောင်းကောင်းလိုချင်ရင် အကြောင်းတရားကို
အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်လုပ်၊
အကြောင်းကောင်းအောင်မလုပ်ဘဲနဲ့ အကျိုးကောင်းကောင်း
မမျှော်လင့်ပါနဲ့။ (ဦးဇဝန ပဲခူး)

လူမုန်းလျှင် ပုန်းလို့ရတယ်
ကံမုန်းလျှင် ပုန်းလို့မရဘူး။ (တွံတေးဆရာတော်)

အသက်ကြီးလျှင် လူကြီးဖြစ်ပါစေ၊
လူကြီးဖြစ်လျှင် လူကြီးစကားပြောတတ်ပါစေ၊
ရတဲ့အချိန်ကို တန်ဖိုးရှိရှိ အသုံးချနိုင်ပါစေ။ (ရွှေမြိုင်ဦးသြဘာသ)

စံပြခေါင်းဆောင်

စံပြခေါင်းဆောင်ဟူသည် မိမိကိုယ်တိုင်တည့်မတ်သော
လမ်းကြောင်းပေါ်သို့ လျှောက်လှမ်းပြီးလျှင်

နောက်လိုက်ငယ်သားများကိုလည်း တည့်မတ်သော
လမ်းကြောင်းပေါ်သို့ ရောက်အောင် တင်ပေးနိုင်သူ
ဖြစ်သည်။ (ဆရာတော်ဦးရာဇဓမ္မ)

ထူးမခြားနား

သူလိုကိုယ်လို နေရိုးနေစဉ် ကျင့်ရိုးကျင့်စဉ်
ထူးမခြားနား နေနေကြရင်ဖြင့် သံသရာထဲမှ
ဘယ်နည်းနဲ့မှ လွတ်မြောက်မှာမဟုတ်ဘူး။

(မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

အများအတွက် လုပ်ပေးဖို့ဆိုရင်
ကိုယ်တိုင်က အရည်အချင်းပြည့်နေဖို့လိုတယ်။ (ဦးဆောက်ဇွ)

နာယက မတင်ထိုက်သူ (၆) ဦး

နိုင်ငံရေး စီးပွားရေး လူမှုရေး ဘာသာရေး တိုက်တာအုပ်ချုပ်ရေး စသော လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ရာ၌ ခေါင်းဆောင်မတင်ထိုက်သူ ခြောက်ဦး။

၁။ ပုတ်သင်ညိုကဲ့သို့ သူတစ်ပါးလုပ်သမျှ ခေါင်းညိတ်တတ်သူ
၂။ ဂဏန်းကဲ့သို့ လက်မထောင်တတ်သူ၊
၃။ လေလာရာယိမ်းပါ၍ ကိုင်းပင်ကဲ့သို့ မတည်ငြိမ်သူ၊
၄။ နွားသိုးကဲ့သို့ အရွယ်မာန်တက်၍ တဏှာမာန်စွက်ထားသောသူ၊
၅။ လိပ်ကဲ့သို့ ကိုယ့်ဘက်ကိုယက်သူ
၆။ ခွေးအကဲ့သို့ စားပိုးနင့်အောင်စား၍ ဖိမ်ခံတတ်သူ၊

(ဆောင်) ကဏန်း၊ ပုတ်သင်၊ ကိုင်းပင်၊ နွားသိုး၊ လိပ်မျိုး၊ ခွေးအ၊
ဤခြောက်ဝ နာယက မတင်ထိုက်။

(မာဂဓီသာစည်)

သူမိုက်စကား တထောင်များလည်း စီးပွားကင်းဝေး

မကောင်းဆေးတည်း၊ သူ့ကိုချီးမြှောက် ကိုယ့်ဂုဏ်မြှောက်ပါ
သူ့ကိုဂုဏ်နှိမ့် ကိုယ့်ဂုဏ်နှိမ့်၏၊
သူ့ကိုစောင့်မ သူကကိုယ့်ကို ကြည်ညိုမေတ္တာ စောင့်နိုင်ရာပါ

(ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ)

မဖြတ်သောသေခြင်း

လူတစ်ယောက်ဟာ သူတစ်ပါးကို ကူညီထောက်ပံ့
ပေးကမ်းနိုင်စွမ်းရှိပါလျက် မထောက်ပံ့
မကူညီ မပေးကမ်းဘဲ သေဆုံးသွားခဲ့လျှင်
ထိုကဲ့သို့သော သေဆုံးခြင်းသည် မဖြတ်သော
သေဆုံးခြင်း ဖြစ်သည်။ (အင်ဒရူးကာနက်ဂျီ)

ဘဝအောင်မြင်မှုဆိုတာ

ဘဝအောင်မြင်မှုဆိုတာ ရွှေတွေ ငွေတွေ စိန်တွေ ဝတ်ကောင်း
စားလှတွေနဲ့ မတိုင်းတာ မသတ်မှတ်ကြပါနဲ့၊
တကယ့်ဘဝ အောင်မြင်မှုဆိုတာကို မိမိဟာ အများအတွက်
ဘယ်လောက်လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့သလဲ
ဆိုတဲ့ အချက်နဲ့ပဲ တိုင်းတာပါ။

(ဂျော့ဝါရှင်တန်)

ဝဋ်ဆိုတာလည်တတ်တယ်

ဆရာသမားကို ဒုက္ခပေးသော တပည့်
မိဘကိုဒုက္ခပေးသော သားသမီး
ကျေးဇူးရှင်ကို ကျေးဇူးကန်းသောသူတို့သည်
မည်သည့်အခါမှ မကြီးပွား၊ မတိုးတက်၊
ကြီးပွားတိုးတက်သော်လည်း တာရှည်မခံ၊
ထိုသူတို့သည် မကြာမီ ဝဋ်ပြန်လည်ကြလိမ့်မည်။ (ဓမ္မဇျူဟာ)

ရစ်ခဲ့လှတဲ့ လူ့ဘဝ

ဖြူဟွားပြည်မှ အပ်ကိုချ မြေကအပ်တစ်စင်း အပ်သွားချင်းသာ ထိဖို့ရာ လွန်စွာမခဲရင်း၊ လူဘဝကို ရရှိရန် ထို့ထက် လွန်ခဲရင်း။

(ဦးဝိစက္ခဏ)

၁။ လူတွေဆင်းရဲနေတာ ဒါနမပြုခဲ့လို့ချည်း မဟုတ်ဘူး၊
သီလအခြေမပါကြလို့ ခေတ်ကြီးက နောက်ဆုတ်နေပြီ၊
သောက်ဖို့ဆေးတွေ ပေါပါရဲ့နဲ့ အသက်မရှည်ကြတာ သီလစောင့်မှု
အားနည်းနေကြလို့ပဲ။

၂။ လောကမှာ နာမည်ကြီး ပစ္စည်းပေါတယ်ဆိုတာ
အလကားပါ၊ သေတော့ ကိုယ့်ရဲ့သီလ သမာဓိ
ပညာကိုပဲ အားကိုးရမှာ။

(မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးလမ်းလျှောက်ပါ၊ အလဲအကွဲ
ကြုံလျှင် ပြန်ထပါ၊ မလဲဘူးသော ကလေးမရှိ၊
မငိုဘူးသော လူကြီးမရှိ၊ အံ့မခဲနိုင်လျှင်
အောင်မြင်မှု ဘယ်တော့မှမရနိုင်။ (ဆရာအောင်သင်း)

သိပြီးပေမယ့် မကျင့်နိုင်သေးရင်
မသိတာနဲ့ အတူတူပဲ။ (ဆရာတော် ဦးဇောတိက)

အလိုရှိနေသမျှ ဘယ်တော့မှအလိုမပြည့်
အလိုမရှိတော့မှ အလိုပြည့်မည်။ (ဦးသံဝရ)

ဘုရားရှင်၏ နောက်ဆုံးဩဝါဒစကား

ဟန္ဒ ဒါနိ ဘိက္ခဝေ အာမန္တယာမိ ဝေါ ဝယဓမ္မာ

သင်္ခါရာ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။

ချစ်သားတို့ သင်တို့အား ယခုနောက်ဆုံးစကား မှာကြားပေအံ့။ ဖြစ်ပေါ်သမျှ သဘာဝ သင်္ခါရတရားတို့သည် ပျက်စီးခြင်းသဘောရှိကုန်၏။ မမေ့မလျော့သော သတိတရားဖြင့် သီလသမာဓိ ပညာတရားတို့ကို ပြည့်စုံတိုးပွားအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ရစ်ကြပါကုန်လော့။

ကြီးပွားဖို့မှန်း မြတ်ရဟန်း

ရဟန်းဆိုတာ လူတွေထက် လောဘနည်းအောင် ဒေါသနည်းအောင် မောဟနည်းအောင် ကျင့်ရမယ်၊ ရဟန်းကိစ္စ နှစ်ဝရှဉ္ဓ လုံ့လအားသီး ဟိတ်ဟန်နည်း၍ ပစ္စည်းမသို စိတ်မတို ခင်ပျိုကြီးပွားကြောင်း ခင်အိုလည်း ကြီးပွားကြောင်း။ (ဓမ္မသဘာ)

ဆရာကောင်းကိုရှာပါ

ဥပတိဿနဲ့ ကောလိတတို့ဟာ သိဥ္စည်းဆရာဆိုတဲ့ ဆရာယုတ်ကို ပယ်စွန့်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားတည်းဟူသော ဆရာကောင်းကို ရှာမှီးခဲ့လို့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ အရှင်မောဂ္ဂလာန်ဆိုတဲ့ အဂ္ဂသာဝကတွေ ဖြစ်လာရတာပါ။

အင်္ဂုလိမာလဟာလည်း ဒိသာပါမောက္ခဆရာဆိုတဲ့ မကောင်းတဲ့ဆရာကြောင့် လက်ညှိုးတွေဖြတ် လူတွေသတ်ခဲ့ပေမယ့် မြတ်စွာဘုရားတည်းဟူသော ဆရာကောင်းထံ ဆည်းကပ်မိလို့ ရဟန္တာမထေရ်တစ်ပါး ဖြစ်သွားခဲ့ရပါတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ မကောင်းတဲ့ဆရာကို စွန့်ပယ်ပြီး ဆရာကောင်းကို ရှာဖွေကြပါလော့။

(ဦးဝိစက္ခဏ)

ကုသိုလ်မရချင် နေပါစေ၊ ငရဲမကြီးပါစေနှင့်

အမြတ်မရချင် နေပါစေ၊ အရှုံးမပေါ်ပါစေနှင့်

ကောင်းသတင်းမကြားရနေပါစေ၊ ဆိုးသတင်းမကြားရပါစေနှင့်
ရုပ်မလှချင်နေပါစေ၊ သဘောမဆိုးပါစေနှင့်
မချစ်ခင်ချင်နေပါစေ၊ အမုန်းမခံပါရစေနှင့်
နားမထောင်ချင် နေပါစေ၊ နှုတ်လုံ့ထိုးမခံပါရစေနှင့်
ကျေးဇူးမတင်ချင် နေပါစေ၊ အတင်းပြောမခံပါရစေနှင့်
မကူညီချင်နေပါစေ၊ အနှောင့်အယှက် မခံပါရစေနှင့်
မချီးမွမ်းချင်နေပါစေ၊ အကဲ့ရဲ့မခံပါရစေနှင့်။

(ဦးဇနိယ)

မကျင့်ဘဲနဲ့ မမြတ်ချင်နဲ့၊ မသင်ဘဲနဲ့ မတတ်ချင်နဲ့
မလုပ်ဘဲနဲ့ မရချင်နဲ့၊ မဟုတ်ဘဲနဲ့ မဟချင်နဲ့
မဆင်ဘဲနဲ့ မလှချင်နဲ့၊ မရှိဘဲနဲ့ မကြွားချင်နဲ့
မခေါ်ဘဲနဲ့ မလည်ချင်နဲ့၊ မတော်ဘဲနဲ့ မဝတ်ချင်နဲ့
မချစ်ဘဲနဲ့ မပိုးချင်နဲ့၊
အမုန်ပြောသောစကားသည် ချိုသာခဲ၏။
တတ်သိနားလည်သူသည် ငြင်းခုန်ခဲ၏။
စာနာတတ်သူသည် ရိုင်းရိုင်းပြပြ ပြောခဲ၏။

(ရွှေဘိုစုဆရာတော်)

* * *

တရားအားထုတ်ဖို့ အချိန်တန်ပြီ

၁။ ရန်သူဝိုင်းထား ထိုယောကျ်ားကား ပြေးသွားဘို့ရာ လမ်းပေါက်သာလျက် ပြေးမထွက် လမ်းတွက်မဟုတ်ချေ။
၂။ မစင်လူးလျှင် အေးကြည်လင်သည့် ရေစင်ရှိလျက် မဆေးရက် ရေတွက် မဟုတ်ချေ။
၃။ အနပ္ပကာမ်း ဘေးဘျမ်းများစွာ သံသရာမှ ထွက်ရာလမ်းစ သမထဝိပဿနာ

ကိလေသာဘင် သန့်စင်လျှော်ဆေး ရေအေးလေးမဂ် ရှိပါလျက်ကို မထွက်ပြေးလို မဆေးလို နင့်ကိုယ်နင့်တွက်ပေ။ (ခင်္ဂီးဆရာတော်)

အစားကိုနည်းစေ ၊ စကားကိုနည်းစေ

အလုပ်ကိုမဲလေ ၊ အအိပ်အနေနည်းစေ

အနားအရပ်ကိုနည်းစေ။

မြန်မာဆိုရိုးစကား၌ ''အစားမတော်တလုပ် အသွားမတော်တလှမ်း'' ဟူသော စကားအတိုင်း အစားတစ်လုပ်မှားသွားက ဒုက္ခရောက်တတ်၍ အစားအသောက် စားသောက်တတ်ရန် တရားအားထုတ်မည့် ယောဂီများအတွက် နည်းပေးညွှန် ပြတော်မူခဲ့ပါသည်။

အစားကြီးသောပုဏ္ဏား (၅)ယောက်

၁။ စားသောနေရာတွင် မထနိုင်တော့၍ ငါ့လက်ကိုဆွဲစမ်းပါဟု ဆွဲထူရသော အာဟာရဟတ္ထကပုဏ္ဏား။

၂။ စားသောနေရာတွင်ပင် လှဲအိပ်ရလောက်အောင် အစားကြီးသော တတြဝဋ္ဋက ပုဏ္ဏား။

၃။ ပုဆိုးမဝတ်နိုင်လောက်အောင် အစားကြီးသော အလံသာဋကပုဏ္ဏား။

၄။ ပါးစပ်ပေါက်က ကျီးနှိုက်၍စားနိုင်သော ''ကာကမာသကပုဏ္ဏား။

၅။ စားသမျှ အန်ထွက်အောင် အစားကြီးသော ဘုတ္တဝမိတကပုဏ္ဏား။

ဤပုဏ္ဏား၊ ငါးယောက်ကဲ့သို့ မစားမူ၍ လေးလုပ်ငါးလုပ်စာမျှချန်ပြီး ရေကို သောက်လျှင် တစ်နေ့လုံး မပင်မပန်း တရားအလုပ်ကို အားထုတ်နိုင်ပါသည်။

စတ္တာရော ပဉ္စအာလောပေ၊ အဘုတွာ ဥဒကံ ပိဝေ၊

အလံ ဖာသုဝိဟာရာယ ပဟိတတ္တဿ ဘိက္ခုနော၊

(ဘာသာအလင်းပြကျမ်း)

ဘုရားမကဲ့ရဲ့အောင်နေ၊ ကိုယ်ကြိုက်သလိုနေ၊

ကိုယ်မကြိုက်လျှင် မလုပ်နှင့်၊ သူတစ်ပါးအတင်းမပြောနှင့်၊

သူတစ်ပါးစိတ်မဆိုးအောင်နေ၊ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း မရှိစေရ၊
ခုကြပ်မှနောင်ချောင်မည်၊ ခုချောင်မှု နောင်ကျပ်မည်။

(ဘဒ္ဒန္တနန္ဒိသေန၏ ဆုံးမစာမှ)

တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ

ဉာဏ်အားမကောင်းဘူး၊ ဝီရိယအားမကောင်းဘူး၊
သဒ္ဓါအားမကောင်းဘူး၊ သမာဓိအားမကောင်းဘူး၊
အဲဒီအားမကောင်းတာတွေကို အားကောင်းအောင်မွေးတာ
ပွားတာကို တရားအားထုတ်တယ်ခေါ်တာ။

(ရွှေဥမင်ဆရာတော်)

ကိုယ့်ကိုတကယ်ထိထိရောက်ရောက်
နှိပ်စက်နိုင်တာ ကိုယ်ဘဲရှိတယ်၊
ကိုယ့်ကို တကယ်ကူညီနိုင်တာလဲ
ဘယ်သူရှိမလဲ ကိုယ်ပဲပေါ့။ (မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

အလကားလူ

သင့်ဆီကို ဘယ်အရာကမှ အကြောင်းမဲ့သက်သက်
အလကားရောက်မလာနိုင်ပါဘူး၊
အလကားတွေကို မျှော်လင့်နေလို့ကတော့ သင်ဟာ အလကားလူပါပဲ။
အလကားလူတို့ရဲ့ တမလွန်ကတော့ အပါယ်လေးပါးပါပဲ။

(အရှင်စန္ဒဇောတိသာသနာ့နွယ်)

''လူမိုက်ကိုလည်းမပေါင်းနဲ့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း လူမိုက်အဖြစ်မခံနဲ့''

လူမိုက်မပေါင်းနဲ့ဆိုတော့ လူမိုက်ကိုမပေါင်းဖြစ်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရ ဦးမှာလဲဆိုရင် ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က အရက်သောက်နေရင် အရက်ဆိုင်သွား

အရက်သမားနဲ့တွေ့မှာပဲ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က ဖဲရိုက်နေရင် ဖဲဝိုင်းရောက်ပြီး ဖဲသမားနဲ့ တွေ့မှာပဲ၊ အဲဒီတော့ လူမိုက်ကိုမပေါင်းနဲ့ဆိုတာဟာ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် လူမိုက်မဖြစ်မှုရမယ်၊ လူမိုက်ကိုလည်း မပေါင်းနဲ့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လဲ လူမိုက်အဖြစ် မခံနဲ့လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ (ဆရာတော်ဦးဆောကိန္ဒ)

တရားထူးရခြင်ရင်

လူ့သက်တမ်းက တိုတိုလေးဆိုတာ မမေ့လိုက်ပါနဲ့၊
သဒ္ဓါရှိတဲ့စိတ်က လှူဖို့ပဲစဉ်းစားတယ်၊
တဏှာရှိတဲ့စိတ်က ယူဖို့လောက်ပဲ စဉ်းစားတယ်
ဘာပဲလုပ်လုပ်၊ ဘာပဲပြောပြော၊ ဘာပဲတွေးတွေး
ငါ မပါတော့ဘူးဆိုရင် တရားထူးရဖို့နီးပြီလို့မှတ်ပါ။

(အရှင်သုစိတ္တ)

''ဆိုးမှဆိုးတဲ့ခေတ်''

၁။ ဘုရားရှေ့မှောက် အရက်သောက် ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ခေတ်။
၂။ ဘုန်းကြီးကိုလဲ ဆဲလိုဆဲ ငရဲကျမယ့်ခေတ်။
၃။ မိဘကိုလဲ ဆဲလိုဆဲ ငရဲကျမယ့်ခေတ်။
၄။ ဆရာမိဘ မရိုသေကျ အပါယ်ကျမယ့်ခေတ်။
၅။ ဆံပင်ဆေးဆိုး အမျိုးမျိုး ကိုးယိုးကားယားလုပ်တဲ့ခေတ်။
၆။ ရှေ့ကွဲနောက်ကွဲ အလယ်ကွဲ တကယ်ရဲတဲ့ခေတ်။
၇။ မိဘမောင်ဘွား အလေးမထား မလေးစားတဲ့ခေတ်။
၈။ နွားသတ်ဝက်သတ် ကြက်တွေသတ် ရက်စက်ရဲတဲ့ခေတ်။
၉။ လာဘ်စားမြတ်စား တွေ့ရာစား တရားကင်းတဲ့ခေတ်။
၁၀။လင်ကြီးရှိလျက် လင်ငယ်မက် သစ္စာမရှိတဲ့ခေတ်။
၁၁။မယားကြီးရှိလျက် မယားငယ်မက် သစ္စာမရှိတဲ့ခေတ်။
၁၂။သူတော်တရား မလေးစား တရားကင်းတဲ့ခေတ်။

၁၃။ တရားထိုင်ရင်း အချင်းချင်း အတင်းပြောတဲ့ခေတ်။
၁၄။ ပါးစပ်ကဘုရား လက်ကားယား အမှားကျင့်တဲ့ခေတ်။
၁၅။ သေရင်အဖြစ်ဆိုး ငရဲအိုး ဘုရားခိုးတဲ့ခေတ်။
၁၆။ သေရင်တောက်လျှောက် ငရဲရောက် ဌာပနာဖောက်တဲ့ခေတ်။
၁၇။ ညီအစ်ကိုမောင်နှမ မေတ္တာမမျှ အမွေလုကြတဲ့ခေတ်။
၁၈။ အရပ်တကာထဲ ဘုရားပွဲ ငရဲသွားမယ့်ခေတ်။
၁၉။ ဘုရားတွေခိုး ငရဲအိုး ဖောက်ထိုးကျမယ့်ခေတ်။
၂၀။ ဘာသောညာသော အလေးမထား မလေးစားတဲ့ခေတ်။

(ကထိကမေတ္တာစံ နတ်မောက်)

• • •

နိဂုံး

သုတရတနာ မှတ်စုပဒေသာ အမည်ရသော ဤကျမ်းစာအုပ်ကို ၁၃၇၆ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း (၃) ရက်၊ (၂၄-၁၁-၂၀၁၄) နေ့တွင် စတင်ရေးသားခဲ့ပြီး ၁၃၇၆ ခုနှစ် တပေါင်းလဆန်း (၁၂)ရက် (၁-၃-၂၀၁၅) တနင်္ဂနွေနေ့တွင် ပြီးဆုံးအောင်မြင်ခြင်းသို့ ရောက်ခဲ့ပါသည်။

သစ္စာလေးတန် သိစွမ်းနိုင်၍ သုံးတန်ကံများ ရိုးသားဖြောင့်မတ်၊ ဆုံးမအပ်ရာ အဖြာဖြာကို၊ လိုက်နာအားသစ်၊ ဇမ္ဗူရာဇ်ရွှေစင်ပမာ၊ ကံသုံးဖြာအတွေ့ သိမ်မွေ့သူဖြစ်ရပါလို၏။

လေးတန်ပစ္စယ၊ ရသမျှတင်းတိမ် ဂုဏ်ရှိန်မကျယ် မွေးမြူလွယ်ကာ၊ တိုထွာအလုပ် သိပ်မရှုပ်ဘဲ၊ အလုပ်ပင့်ထောက် စားသောက်နေရေး၊ နောင်ရေးမစော၊ တတောထွက်ဝင်၊ တစ်ပင်ထွက်သွား ငှက်များပမာ၊ ပရိက္ခာရာရှစ်စုံ ကိုယ်ဝယ်ရုံကာ၊ ပေါ့ပါးစွာမနေး အသက်မွေးနိုင်သူ ဖြစ်ရပါလို၏။

ကောင်းဆိုးအာရုံ တွေ့ကြုံပါလည်း မဖြုံစိတ်ထား တရားနှလုံး အရှိန်သုံးကာ၊ ငြိမ်စွာက္ကန္ဓြေ ရင့်လေပညာ မကြမ်းပါဘဲ ဆွေမျိုးများတွင် အမြင်မတွယ်ကဲ့ရဲ့ဖွယ်အမှု မပြုသူစင်စစ် ကောင်းစွာဖြစ်ရပါလို၏။

ဤကျမ်းစာပြု မြတ်ကောင်းမှုကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ ကင်းငြိမ်းရာအမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်၏ရရာရကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်း ဖြစ်ပါစေသတည်း။

သုခိတာ၊ ဟောထ၊ ဒုက္ခာမုစ္စထ
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်းမှ လွတ်မြောက်အေးငြိမ်းကြပါစေ။
အမှားတွေ့သော် အမှန်ပြင်နိုင်ကြပါစေ။

အရှင်ဝိစက္ခဏ (၁-၃-၂၀၁၅)
Email: wiset khana63@gmial.com
Facebook: wisat khana63@gmail.com