

မောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း



(သာသနာ၏ အနှစ်သာရတရား)

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

[Dhammajāla - Dhamma Notes and Guide For Theological Exam]

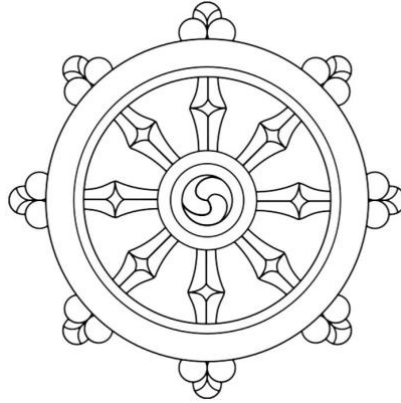
[7/9/2024]

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း



မာတိကာ

- ၁။ အပိုင်း (၁) နိဒါန်း ၊ ဗောဓိပက္ခိယ အဖွင့်
- ၂။ အပိုင်း (၂) သတိပဋ္ဌာန အဖွင့်
- ၃။ အပိုင်း (၃) သမ္မပ္ပဓာန အဖွင့်
- ၄။ အပိုင်း (၄) ဣဒ္ဓိပါဒ အဖွင့်
- ၅။ အပိုင်း (၅) ဣန္ဒြိယ၊ ဗလ အဖွင့်
- ၆။ အပိုင်း (၆ -၁၀) ဗောဇ္ဈင်္ဂ အဖွင့်
- ၇။ အပိုင်း (၁၁ -၁၅) မဂ္ဂ အဖွင့်

“ရေးသားရခြင်း ရည်ရွယ်ချက်”

အကျွန်ုပ် ဦးထွန်းထွန်းလင်းသည် တရားပိုင်ရှင်ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ တရားတော်ကို ပူဇော်သော အားဖြင့်၎င်း၊ ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တရားတော်များကို ပူဇော်သော အားဖြင့်၎င်း၊ စာအုပ်အလှူရှင် အန်တီဒေါ်တင်မေဦးနှင့်မိသားစုအား ကျေးဇူးဆပ်လိုသောအားဖြင့်၎င်း၊ သံသရာအဆက်ဆက်မှ ဆွေမျိုးတော်စပ် ဖူးကုန်သော ဓမ္မမိတ်ဆွေများအား ကျေးဇူးဆပ်လိုသော အားဖြင့်၎င်း (၂၈/၈ မှ ၇/၉/၂၀၂၄) မှတ်စုရေးသားရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဆုတောင်း - မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူသော သစ္စာလေးပါးမြတ်တရားကို အကျဉ်းပြလျှင် အကျယ်သိ၊ အကျယ်ပြလျှင် အကျဉ်းသိသောဉာဏ်ကို သံသရာခရီးတိုတိုဖြင့်ရရှိကာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

အမှာစကား - မေးခွန်းဖြစ်နိုင်သည်တို့ကို ခေါင်းစဉ်အခွဲများဖြင့် စီစဉ်ထားပြီး ExtraNoteကို (သိရုံ)ဟုရေးထား၏။

အပိုင်း(၁) နိဒါန်း ၊ ဗောဓိပက္ခိယ အဖွင့်

နိဒါန်း

မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမ - 'သာသနာ' သည် ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇-ပါးဖြစ်၏။ ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇-ပါးထဲမှ တစ်မျိုးမျိုးသည် မိမိ သန္တာန်၌ မတည်ဘူးဆိုလျှင် သာသနာတည်တယ်ဟု မဆိုနိုင်သောကြောင့် ထိုတရားတို့ကို သိအောင်၊ နှလုံးသားထဲ ရောက်အောင် ကျင့်ကြရမည်။

အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်း၌ ဗောဓိပက္ခိယအပိုင်းကို သီးခြားပြ၏။ လယ်တီဆရာတော် ဘုရားကြီးကလည်း ဗောဓိပက္ခိယဒီပနီ အမည်နဲ့ ဗောဓိပက္ခိယတရားတွေကို သီးသီးသန့်သန့် ထုတ်နုတ်ပြီး ရေးခဲ့၏။ထို့ကြောင့် သာသနာ၏တကယ့် အနှစ်သာရသည် ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇-ပါးသာ ဖြစ်၏။

မဇ္ဈိမနိကာယ် - သာမဂါမသုတ်

နိဂဏ္ဌနာဠုပ္ပတ္တ အကြောင်း

မြတ်စွာဘုရားနဲ့ခေတ်ပြိုင်ဖြစ်၏။

နိဂဏ္ဌ = ကိလေသာ နှောင်ကြိုးအထုံးအဖွဲ့များ မရှိသူ။

ဂျိန > ဂျိန်း = ကိလေသာတွေကို အောင်နိုင်သူ။ (ဒီကနေ့ခေတ် အခေါ်)

အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ လက်ရှိထွန်းကားနေဆဲဖြစ်တဲ့ ဘာသာ။ နိဂဏ္ဌနာဠုပ္ပတ္တစာပေမှာ **ဝဒ္ဓမာန- မဟာဝီရ** ဆိုတဲ့နာမည်နဲ့ ထင်ရှားပြီး၊ ဗုဒ္ဓဘာသာကျမ်းစာ မှာတော့ **နာဠုပ္ပတ္တ** ဆိုတဲ့နာမည်နဲ့ ဖော်ပြသည်။ နိဂဏ္ဌနာဠုပ္ပတ္တသည် - အဟိံသာတရားကို အဓိကထားဟော၏။

နိဂဏ္ဌနာဠုပ္ပတ္တဟောသော တရား

၁။ စတုယာမ သံဝရ - လေးဖက်လေးတန်မှ စောင့်စည်းမှုကို တင်းတင်းကြပ်ကြပ် ပညတ်ပြီး အကုသိုလ်ရှောင်ဖို့ ဟော၏။

အဟိံသာတရားနဲ့ ပတ်သက်၍ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်မှာ အစွန်းရောက်၏။ (ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကတော့ သက်ရှိသတ္တဝါတွေကို မညှဉ်းဆဲရဘူးဟု ဟော၏။) မြူမှုန်လေးကစပြီးတော့ အသက်ရှိတယ်၊ မြေကြီး၊ ရေ၊ မီး၊ လေတို့မှာလည်း အသက်ရှိသည်။ အားလုံးဟာ ဇီဝ-အသက်ရှိသော အရာများဖြစ်သောကြောင့် မညှဉ်းဆဲရ၊ မဖျက်ဆီးရဘူးဟု ပညတ်၏။

သစ်ပင်ခုတ်၊ မီးငြိမ်း၊ ရေစိမ်းသောက်၊ မြေကြီးကို တူးဆွရင်လည်း ပါဏာတိပါတ ဖြစ်၏။ သူ့ရဲ့အဟိံသာ ဟာ ရည်ရွယ်ချက်က ကောင်းလျက်သားနဲ့ မှန်ကန်မှုကိုကျော်လွန်သွားပြီး အစွန်း ရောက်သွားသည့် အတွက် သူ့ရဲ့ဝါဒဟာ အစွန်းရောက်ဝါဒ ဖြစ်သွားသည်။ (Over dosage of drug leads to toxicity)

မြေကြီးကို မတူးမဆွရ၊ သစ်ပင် မခုတ်ရဟူသော ပညတ်ချက်သည် တောင်သူလယ်သမားတို့အတွက် လိုက်နာဖို့ အင်မတန်မှ ခဲယဉ်း၍ တောင်သူလယ်သမားတို့က သူ့ကို မကိုးကွယ်ကြ။ ကုန်သည်တို့က သူ့ကို ကိုးကွယ်ကြသည်။ ကုန်သည်ဆိုတာ မြေကြီး တူးဆွစရာ၊ သစ်ပင်လည်း ခုတ်စရာမလိုဘဲ၊ သူများ လာရောင်းတာတွေကိုဝယ်ပြီး အမြတ်တင်ရောင်း စီးပွားရှာကြ၍ ပိုပြီးချမ်းကြ၏။

၂။ အပရိဂ္ဂဟ - ပိုင်ဆိုင်မှုအားလုံးကို စွန့်ခွဲခြင်းသည်၊ ဂျိန်းသာသနာဝင်ပြီဆိုလျှင် အဝတ်မဝတ်ရ။

ဂျိန်းဝါဒမှာ အကုသိုလ်ကိုရှောင်ခြင်းသည် ကောင်းတဲ့ အရာဖြစ်သော်လည်း အဟိံသာကို အစွန်းရောက် ယူဆသည့်အပြင် အတ္တဟူသော ထာဝရမြဲသည့် အရာကို လက်ခံ၏။ (အတ္တဝါဒဘောင်ကို မကျော်) (ဆိုလိုတာ - ဒီဘဝကနေ ဟိုဘဝ ကူးပြောင်းနေတဲ့ ဝိညာဉ်က ရှိတယ်၊ အဲဒီ ဝိညာဉ်ရဲ့ လွတ်မြောက်မှုကို ကြိုးစားရမယ်)(မြတ်စွာဘုရားက သဗ္ဗေ ဓမ္မာ အနတ္တာ- သဘာဝဓမ္မမှန်သမျှ အတ္တ မဟုတ်ဘူးလို့ ငြင်းဆိုထားသည်။)

အဋ္ဌကထာဆရာတွေက သူ့ဝါဒနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မှတ်ချက်ပြုပုံ

ဧတဿ ဝါဒေ ကိဉ္စိ သာသနာနုလောမမ္ပိ အတ္ထိ- နိဂဏ္ဌနာဠုပ္ပတ္တရဲ့ အယူဝါဒမှာ တချို့အချက် (မကောင်းမှု အကုသိုလ်မှန်သမျှ ရှောင်ရမယ်)ဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမနဲ့ သင့်လျော်တာပါ၏။ (မြတ်စွာဘုရားဟော - သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ- အကုသိုလ် မှန်သမျှ မလုပ်နဲ့)

အသုဒ္ဓလဒ္ဓိတာယ ပန သဗ္ဗာ ဒိဋ္ဌိယေဝ ဇာတာ - သူ၏ အယူအဆတို့သည် အဟိံသာ အစွန်းရောက်ခြင်း၊ အတ္တကို မစွန့်ခြင်းဟူသော အပြစ်အနာအဆာ မကင်းသည့်အတွက် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိထဲ ပါသွားသည်ဟု မှတ်ချက်ပြုကြသည်။ (eg. Food mixed with toxin)

ဗောဓိပက္ခိယတရား နဲ့ပတ်သက်ပြီး မကွဲဖို့ အရေးကြီးပုံ

နာဠပုတ္တသည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာနဲ့အတူ ဒေသတစ်ခုတည်းမှာ နေသော်လည်း တစ်ခါမှ မျက်နှာစုံညီတွေ့ဆုံပြီး စကားပြောဖူးတာ မရှိ။ သူတပည့်တွေကတော့ ဗုဒ္ဓနဲ့တွေ့ဆုံပြီး စကားပြောကြ၏။ **နာလန္ဒမြို့**မှာ အခြေစိုက်တဲ့နေပြီး သူ့ ကိုကိုးကွယ်သော **နာလန္ဒသူဌေးကြီး ဥပါလိ** ဗုဒ္ဓဘာသာ ကူးပြောင်းသွားတဲ့ အချိန်ကစပြီး သူ နာလန္ဒကို စွန့်ခွာပြီး **ပါဝါမြို့**ကို ပြောင်းသွား၏။ သိပ်မကြာမှီမကျန်း မမာဖြစ်ပြီး (မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်မစံမီ) သေဆုံးသွား၏။ နာဠပုတ္တ သေဆုံးသွားတဲ့အခါ သူတပည့်တွေ မညီညွတ်ကြဘဲ အယူဝါဒ ကွဲပြားသွားကြပြီး (ဒီကနေ့ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ) **ဆွေတမံဘရ** = အဝတ်ဖြူ ဝတ်တဲ့ဂိုဏ်း၊ **ဒီရှမ်ဘရ** = အဝတ် လုံးဝမဝတ်တဲ့ဂိုဏ်း၊ ဟူ၍ နှစ်ဂိုဏ်းကွဲသွား၏။ ထိုသတင်းကို **ရှင်စုန္ဒ** (ရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ညီ)က ယူဆောင်လာပြီး ရှင်အာနန္ဒကို လျှောက်တယ်။ ရှင်အာနန္ဒက မြတ်စွာဘုရားကို စိုးရိမ်တကြီးလျှောက်၏...

မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားလို့ရှိရင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တပည့်သားသံဃာတွေလည်း ဒီလိုများ ကွဲပြဲကုန်ရင် ခက်ရချည်ရဲ့။

မြတ်ဗုဒ္ဓက အာနန္ဒ၊ ငါဘုရားသာသနာမှာ -**ကိုယ်ကျင့်သီလ အခြေခံပိုင်း၊ ကျင့်ဝတ်သိက္ခာပိုင်း၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းပိုင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အငြင်းပွားတာ အရေးမကြီးဘူး၊ ဗောဓိပက္ခိယတရား နဲ့ပတ်သက်ပြီး မကွဲဖို့ အရေးကြီးတယ်လို့ မိန့်ဆိုတယ်။** ဗောဓိပက္ခိယတရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အငြင်းပွားမည်ဆိုလျှင် မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် ရောက်မည့် လမ်းကြောင်း ပျောက်သွားနိုင်သည်။

(ဆိုလိုတာ - ဗောဓိပက္ခိယ ၃၇-ပါးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး- သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါးကို ၅-ပါး တိုးလာမယ်/၁-ပါး လျှော့ပစ်မယ်၊ သမ္မပ္ပဓာန် ၄-ပါးကို ၅-ပါး ဖြစ်လာမယ်/ ၁-ပါး လျှော့မယ်၊ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးဟာ ၈-ပါး ဖြစ်မယ်၊ မဂ္ဂင် ၈-ပါးက ၉-ပါး ဖြစ်လာမယ်)

ဗောဓိပက္ခိယ

ဗောဓိ မည်ပုံ

၁။ **ဗုဒ္ဓုတိတိ ဗောဓိ**- သိတတ်သော အသိဉာဏ်သည် **ဗောဓိ** မည်၏။

၂။ **ဗောဓိ ဝုစ္စတိ စတူသု မဂ္ဂေသု ဉာဏံ** - သောတာပတ္တိမဂ်၊ သကဒါဂါမိမဂ်၊အနာဂါမိမဂ်၊အရဟတ္တမဂ် ဟုဆိုအပ်သော မဂ် ၄- ပါး၌ ဖြစ်သောမဂ်ဉာဏ်သည် **ဗောဓိ** မည်၏။

၃။ ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခသမုဒယ၊ ဒုက္ခနိရောဓ၊ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနီပဋိပဒါ ဟုဆိုသော သစ္စာ ၄-ပါးကိုသိသော ဉာဏ်ဖြစ်သောကြောင့် မဂ်ဉာဏ်သည် **ဗောဓိ** မည်၏။

(တခြားနေရာတွေမှာ **ဗောဓိရုက္ခမူလေ** - ဗောဓိဆိုတာ သစ်ပင်ကိုခေါ်တာလည်းရှိတယ်)

ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်တို့ သစ္စာ ၄ ပါးသိပုံ အထူး

ဝိပဿနာဉာဏ်သည် သစ္စာ ၄-ပါးထဲက အဓိက ဒုက္ခကိုသိ၏။ ဝိပဿနာဉာဏ်၏ အာရုံသည် ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်သောကြောင့် ဒုက္ခသစ္စာကိုအာရုံပြုပြီး မဂ္ဂသစ္စာ ဟူသော အကျင့်ကိုကျင့်ကာ သမုဒယသစ္စာ ကိုဖယ်ရှားပြီး နိရောဓ သစ္စာကို ဆိုက်ရောက်သွား၏။

မဂ်ဉာဏ်ရသောအခါမှ ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခသမုဒယ၊ ဒုက္ခနိရောဓ၊ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနီပဋိပဒါ ဆိုသော ၄-ခုစလုံးကို တစ်ပြိုင်တည်းသိ၏။

ဗောဓိပက္ခိယ (ဗောဓိ+ပက္ခိယ)မည်ပုံ

၁။ ဗောဓိဟုဆိုအပ်သော သစ္စာ ၄-ပါးကိုသိသော မဂ်ဉာဏ်၏ အသိုင်းအဝိုင်း၌ဖြစ်သောတရားတို့သည် **ဗောဓိပက္ခိယ** မည်၏။ (ပက္ခိယ မှ ပက္ခ - အသိုင်းအဝိုင်း။ မဂ်ဉာဏ်ရဲ့ အထောက်အကူဖြစ်နိုင်တဲ့တရားများ)

၂။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်း၌ ဖွင့်ဆိုပုံ

သတိပဋ္ဌာန်စသော ၃၇-မျိုးသော တရားတို့သည် သိတတ်သော အနက်သဘောရှိသောကြောင့် ဗောဓိ မည်၏။ ဗောဓိ ဟုဆိုအပ်သော အရိယာမဂ်၏ အသင်းအဝင်ဖြစ်သောကြောင့် **ဗောဓိပက္ခိယ** မည်၏။

(အရိယမဂ္ဂဉာဏဿ လို့မဆိုဘဲ အရိယမဂ္ဂဿ ပက္ခေ ဘဝတ္တာ ဆိုတဲ့ အသုံးဟာ တခြားကျမ်းနဲ့မတူဘူး။ အရိယာမဂ်လို့ဆိုတာ ဉာဏ်နဲ့တင် ဖွဲ့စည်းတာမဟုတ်ဘူး၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ ဆိုတဲ့ ၈-ခုရဲ့အပေါင်းကို မဂ္ဂလို့ခေါ်တာ ဖြစ်သော ကြောင့် အရိယမဂ္ဂလို့ ဆိုလိုက်သဖြင့် ကျန်တဲ့တရားတွေပါ ပါနေတယ်။ သို့သော် အဲဒီတရားတွေထဲမှာ အဓိကက အသိဉာဏ် ဖြစ်သောကြောင့် တခြားကျမ်းမှာတော့ ဉာဏ ဆိုတဲ့ စကား လုံးကို ထည့်ပြောတယ်။)

၃။ သမ္မောဟဝိနောဒနီ အဋ္ဌကထာ၌ ဖွင့်ဆိုပုံ

စတုသစ္စဗောဓိသင်္ခါတဿ မဂ္ဂဉာဏဿ ပက္ခေ ဘဝါနံ- သစ္စာ ၄-ပါးကို သိတတ်သောဉာဏ် (မဂ်ဉာဏ်)၏ အသင်းအပင်း၌ ဖြစ်သောတရားများသည် **ဗောဓိပက္ခိယ** မည်၏။

၄။ လယ်တီဆရာတော်ကြီး ဖွင့်ဆိုပုံ

စက္ကာရိ သစ္စာနိ ဗုဒ္ဓတီတိ ဗောဓိ - သစ္စာ ၄-ပါးကို သိတတ်သောကြောင့် ဗောဓိ မည်၏။

ဗုဒ္ဓန္တိ ဝါ တာနိ တံ သမင်္ဂိနော တောယာတိ ဗောဓိ - သစ္စာ ၄-ပါးကို ထိုဉာဏ်နှင့် ပြည့်စုံသောပုဂ္ဂိုလ်သည် သိသောကြောင့် ထိုဉာဏ်သည် ဗောဓိ မည်၏။

ပက္ခေတိ ကောဋ္ဌာသော - မဂ်ဉာဏ်၏ အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သောကြောင့် ဗောဓိပက္ခိယ မည်၏။

(မှတ်ချက်။ ထိုဉာဏ်ဆိုသည်မှာ - စတုမဂ္ဂဉာဏံ - သစ္စာ ၄-ပါးကို သိတတ်တဲ့ မဂ် ၄-ပါး၌ ယှဉ်သောဉာဏ်။ အစိတ်အပိုင်းဆိုသည်မှာ - သမ္မာဒိဋ္ဌိက မဂ်ဉာဏ်၊ ကျန်တာတွေက မဂ်ဉာဏ်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်း။)

ပက္ခ - အဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုပုံမတူကြခြင်း

ဝိညုဒ္ဓိမဂ်က - ပက္ခေ ဘဝတ္ထာ - အသင်းအပင်း၌ ဖြစ်ခြင်းသည်၊ **ဥပကာရဘာဝ** - ကျေးဇူးပြုလို့ ဖြစ်တယ်ဟု ပြော၏။

လယ်တီဆရာတော်ကြီးက - ပက္ခေတိ ကောဋ္ဌာသော - မဂ်ဉာဏ်၏ အစိတ်အပိုင်း ဖြစ်သောကြောင့် အသင်းအပင်းဟု ပြော၏။

ဗောဓိပက္ခိယတရားလို့ ပြောနိုင်တဲ့ အမည်နာမအစု ၇-မျိုး

သတိပဋ္ဌာန၊ သမ္မပ္ပဓာန၊ ဣဒ္ဓိပါဒ၊ ဗလ၊ ဣန္ဒြိယ၊ ဗောဇ္ဈင်္ဂ၊ မဂ္ဂင်္ဂ၊

(ဆောင်- သတိ၊ သမ္မာ၊ ဣဒ္ဓိပ။ ဣန္ဒြေ၊ ဗလ၊ ဗောဇ္ဈင်္ဂ။ မဂ္ဂ - ပက္ခဝင်)

ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇-ပါး

သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါး၊ သမ္မပ္ပဓာန် ၄-ပါး၊ ဣဒ္ဓိပါဒ် ၄-ပါး၊ ဣန္ဒြေ ၅-ပါး၊ ဗိုလ် ၅-ပါး၊ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါး၊ မဂ္ဂင် ၈-ပါး၊ ပေါင်း = ၃၇ပါး

ဗောဓိပက္ခိယသရုပ်

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို အရေအတွက်အားဖြင့် ၃၇-မျိုးပြထားသော်လည်း ပရမတ္ထရှုထောင့်ကကြည့်ရင် စိတ်၊ စေတသိက် ၂-မျိုးသာ ဖြစ်၏။ ချိုးပြီးဖော်ပြရမယ်ဆိုရင် စိတ်၊ (၁-ပါး)၊ စေတသိက် ၁၄- ပါး= ပေါင်း ၁၅-မျိုး

ဗောဓိပက္ခိယလို့ ခေါ်နိုင်တဲ့ စေတသိက် ၁၄-မျိုးမှာ -

သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ စေတသိက် ၇-ခုမှ - ကောဂ္ဂတာ၊

ပကိဏ်း စေတသိက် ၆-မျိုးမှ - ဝိတက်၊ ဝီရိယ၊ ပီတိ၊ ဆန္ဒ၊

သောဘနုစေတသိက်မှ - သဒ္ဓါ၊ သတိ၊ စိတ္တပဿဒ္ဓိ၊ ကာယပဿဒ္ဓိ၊ တတြမဇ္ဈတ္တတာ၊ သမ္မာဝါစာဝိရတီ၊ သမ္မာကမ္မန္တဝိရတီ၊ သမ္မာအာဇီဝဝိရတီ၊ ပညိန္ဒြေ၊

(မှတ်ချက်။ ရနိုင်သမျှယူထား၏။ အကယ်၍ ပဿဒ္ဓိကို ၁-ခုတည်းပေါင်းယူပြီး ရေတွင်လျှင် စိတ်-၁၊ စေတသိက်-၁၃ ပေါင်း ပရမတ္ထတရား ၁၄-မျိုးကို ဗောဓိပက္ခိယ လို့ခေါ်၏။)

ဗောဓိပက္ခိယတရားတို့၏ ကိစ္စတပ်ရာ ဌာနများ

ဝီရိယ ၉-ဌာန

သမ္ပပ္ပဓာန် ၄-ခု၊ ဝီရိယိဒိဓိပ္ပါဒ်၊ ဝီရိယိန္ဒြေ၊ ဝီရိယဗိုလ်၊ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်၊ သမ္မာဝါယာမမဂ္ဂင်။

ဝီရိယကို သမ္ပပ္ပဓာန်၌ ၄-ဌာန ယူရခြင်း

သမ္ပပ္ပဓာန်၌ ဝီရိယ၏ ဆောင်ရွက်ပုံ ၄-မျိုးရှိသောကြောင့်တည်း။ ၎င်းတို့မှာ -

(၁) မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်များကို မဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း။

(၂) ဖြစ်ပြီးသော အကုသိုလ်များကို ဖယ်ရှားဖို့ ဆောင်ရွက်ခြင်း။

(၃) မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်များကို ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း။

(၄) ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်များကို တည်တံ့တိုးပွားလာအောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း။ ဟူ၍ ဆောင်ရွက်မှု ၄-မျိုး (အားထုတ်သည့်ပုံစံ ၄- မျိုး) ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် ဝီရိယကို ၄ ဌာန ယူရ၏။

သတိ ၈-ဌာန

သတိပဋ္ဌာန် -၄၊ သတိန္ဒြေ၊ သတိဗိုလ်၊ သတိသမ္မောဇ္ဈင်၊ သမ္မာသတိမဂ္ဂင်။

သတိကို သတိပဋ္ဌာန်၌ ၄-မျိုးယူခြင်း

သတိပဋ္ဌာန်၌ ကာယာနုပဿနာသတိ၊ ဝေဒနာနုပဿနာသတိ၊ စိတ္တာနုပဿနာသတိ၊ ဓမ္မာနုပဿနာသတိ ဟူ၍ အာရုံ ၄ မျိုး ကွဲပြားနေသည့်အတွက်ကြောင့် သတိကို ၄-မျိုးဟု ယူရ၏။

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

ပညာ ၅-ဌာန- ဝိမံသိဒ္ဓိပါဒ်၊ ပညိန္ဒြေ၊ ပညာဗိုလ်၊ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်။

ဧကဂ္ဂတာ ၄-ဌာန - သမာဓိန္ဒြေ၊ သမာဓိဗိုလ်၊ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ သမ္မာသမာဓိမဂ္ဂင်။

သဒ္ဓါ ၂-ဌာန - သဒ္ဓိန္ဒြေ၊ သဒ္ဓါဗိုလ်။

တစ်ဌာနစီသာရှိသော တရား ၉-ပါး

ဆန္ဒ - ဆန္ဒိဒ္ဓိပါဒ်။

စိတ် - စိတ္တိဒ္ဓိပါဒ်။

ပီတိ - ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်။

ပဿဒ္ဓိ - ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်။

ဥပေက္ခာ - ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်။ (ဒီနေရာမှာ ဝေဒနာကိုမယူရ၊ တဩမဇ္ဈတ္တတာစေတသိက်ကိုယူ၏)***

ဝိတက် - သမ္မာသင်္ကပ္ပမဂ္ဂင်။

သမ္မာဝါစာ ဝိရတီ - သမ္မာဝါစာမဂ္ဂင်။

သမ္မာကမ္မန္တ ဝိရတီ - သမ္မာကမ္မန္တမဂ္ဂင်။

သမ္မာအာဇီဝ ဝိရတီ - သမ္မာအာဇီဝမဂ္ဂင်။

(မှတ်ချက်။ ဗောဓိပက္ခိယ တရားတို့သည် ကိစ္စတပ်ရာ ဌာန အများမှ အနည်း အရေအတွက်အတိုင်း အရေးကြီး၏။)

နိဒါန်း၊ ဗောဓိပက္ခိယ အဖွင့် ပြီး၏။

အပိုင်း(၂) သတိပဋ္ဌာန အဖွင့်

မဂ္ဂ (Path)

“ကိလေသေ မာရေန္တော နိဗ္ဗာနံ ဂစ္ဆတီတိ မဂ္ဂေါ” - ကိလေသာကို ဖယ်ရှား၍ နိဗ္ဗာန်သို့ ဆိုက်ရောက်စေ၏။

မဂ္ဂ = မ + ဂ

ပါဠိမှာ **မ** စကားလုံးရဲ့ အဆုံးသတ်ဟာပျောက်နေပြီး သက္ကဋ္ဌဘာသာမှာ **မ** ရဲ့ အဆုံးသတ် စကားလုံး **ရ်** ဆိုတာရှိတယ်။ **မရ်ဂ** တဲ့။ **မရ်** ဆိုတာ ဖျက်ဆီးတယ်၊ **ဂ** ဆိုတာ သွားရောက်တယ်။

မဂ္ဂ ၏ စွမ်းဆောင်ချက် နှစ်မျိုး

(၁) ကိလေသာ၊ စိတ်၏အပူအပန်တွေကို ဖျက်ဆီးပစ်ခြင်း၊

(၂) နိဗ္ဗာန်ကို ပို့ဆောင်ပေးခြင်း၊

အလုပ်နှစ်ခုကို လုပ်နိုင်တဲ့ **မဂ္ဂ** သည် **အရိယမဂ္ဂ** မြင့်မြတ်သော မဂ္ဂ ဖြစ်ပြီး သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာ- ကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိဟူသော မဂ္ဂင် ၈-ပါးနဲ့ ဖွဲ့စည်းထား၏။ ထို မဂ္ဂ ကို အသိဉာဏ်(**သမ္မာဒိဋ္ဌိ**)က ဦးဆောင်၏။ **သမ္မာသင်္ကပ္ပ**(ကြံတွေးမှု)၊ **သမ္မာဝါစာ**၊ **သမ္မာကမ္မန္တ**၊ **သမ္မာအာဇီဝ** (ကိုယ်ကျင့်ပိုင်းဆိုင်ရာ တရားများ၊ ရှောင်ကြဉ်သင့်သော အကုသိုလ်များကို ရှောင်ကြဉ်မှု)၊ **သမ္မာဝါယာမ** (မှန်မှန်ကန်ကန် ကြိုးစားအားထုတ်မှု)၊ **သမ္မာသတိ** (မှန်မှန်ကန်ကန် အမှတ်ရမှု)နှင့် **သမ္မာသမာဓိ** (မှန်ကန်စွာ စိတ်တည်ငြိမ်မှု).... ၊ဟူသော ၇-ခု ပေါင်းစပ်ထားသော စွမ်းအား များသည် သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဆိုသော အရိယမဂ္ဂဉာဏ်ကို အထောက်အကူပြုကြ၏။

သတိ၏ သတိပဋ္ဌာန်၊ ဣန္ဒြိယ၊ ဗလ၊ ဗောဇ္ဈင်္ဂ၊ မဂ္ဂ မည်ပုံ

၁။ မှန်ကန်စွာအမှတ်ရခြင်း - သမ္မာသတိသည် အာရုံ ၄-မျိုးရှိသောကြောင့် **သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါး** မည်၏။

၂။ သတိတရားသည် အမှတ်ရသည့်ကိစ္စ၌ ကြီးစိုးလွှမ်းမိုးတတ်သောကြောင့်

ဣန္ဒြိယ မည်၏။

၃။ သတိတရားသည် စွမ်းရည်သတ္တိ အပြည့်အဝရှိ၍ မေ့လျော့ခြင်းကို တွန်းလှန်နိုင်ခြင်း၊ မေ့လျော့ခြင်း - ပမာဒတရားက သူ့ကို လှုပ်ရှားယိမ်းယိုင်အောင် မလုပ်နိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် **ဗလ** မည်၏။

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

၄။ သတိတရားသည် အသိဉာဏ်ရဖို့ရာအတွက် အရေးပါသော အင်္ဂါဖြစ်သောကြောင့် **ဗောဇ္ဈင်္ဂ** မည်၏။

၅။ သတိတရား၏ စွမ်းဆောင်မှုသည် ကိလေသာတို့ကို ပယ်သတ်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကို အရောက် ပို့ဆောင်ပေးသောကြောင့် သတိသည် **မဂ္ဂင်္ဂ** မည်၏။

သတိ၏တာဝန်

အာရုံပေါ်၌ စိတ်ရောက်နေအောင် အာရုံကို ရယူပေးခြင်း။ (**အာရမ္မဏပဋိဂ္ဂဟိကာ** - အာရုံကို ယူပေးသောတရား)

စာပေကျမ်းဂန်တို့၌ "န ဟိ သတိဝိရဟိတာ ပညာနာမ အတ္ထိ" ဟုဆိုခြင်း

သတိဝိရဟိတာ သတိကင်းသော၊ **ပညာ နာမ** ပညာဆိုတာ၊ **န အတ္ထိ** မရှိ။ သတိ ရယူပေးသော အာရုံကိုမှ ပညာက သိရ၏။ အကယ်၍ သတိက အာရုံကိုယူမပေးဘူးဆိုလျှင် ပညာက အာရုံကိုသိနိုင်စွမ်း မရှိပါ။ ဥပမာ- စာအုပ်တစ်အုပ်ကို ဖတ်ချင်တယ်ဆိုရင် မျက်စိက စာအုပ်ကို မဖွင့်နိုင်ဘူး၊ လက်က ဖွင့်ပေးရ၏။

သတိ + ပဋ္ဌာန = သတိပဋ္ဌာန > သတိပဋ္ဌာန်

သတိ - အာရုံကို ရယူပေးခြင်း၊ အာရုံကို အမှတ်ရနေခြင်း၊ အာရုံကို အောက်မေ့ခြင်း။ (သတိ အရ - သတိ)

ပဋ္ဌာန - ထိုအာရုံ၌ စိတ်ကို တည်ရှိနေအောင် စွမ်းဆောင်ပေးခြင်း။ (ပဋ္ဌာန အရ - သတိ)

"အာရုံအပေါ်၌ စွဲစွဲမြဲမြဲတည်ရှိနေသော သတိတရားသည် **သတိပဋ္ဌာန** မည်၏။"

သတိ သည်သာလျှင် ပဋ္ဌာနဟု ဆိုရပုံ

သတိယေဝ ပဋ္ဌာနံ သတိပဋ္ဌာနံ သတိသည်သာလျှင် အာရုံကို ရယူပေး၏။ အာရုံ ထဲသို့ ပြေးဝင်ပြီးဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် 'သတိ'ကို 'ပဋ္ဌာန'ဟု ခေါ်ရကား သတိ သည်သာလျှင် ပဋ္ဌာနဟု ဆိုရ၏။

ဥပဋ္ဌိတာ သတိ၊ အသမ္ပဋ္ဌာ

သတိ သတိဟာ၊ **ဥပဋ္ဌိတာ**- အာရုံပေါ်မှာကပ်ပြီးတော့ တည်နေတယ်၊ **အသမ္ပဋ္ဌာ**- ထိုအာရုံဟာ စိတ်ထဲကနေ ပျောက်ကွယ်မသွားဘူး။

ဝါကျမှာပါဝင်တဲ့ စကားရပ်များကို အကြောင်းပြုပြီး သတိပဋ္ဌာန အဓပ္ပါယ် မှတ်သားရပုံ

(၁) **သတိပဋ္ဌာန** - အာရုံပေါ်၌ စွဲမြဲစွာ တည်ရှိနေသော သတိ။ (အရ - သတိသက်သက်)

(၂) **သတိပဋ္ဌာန** - သတိ၏ အာရုံ၊ သတိ၏ တည်ရှိရာ အာရုံ။ (အရ - အာရုံ၊ သတိတည်ရှိရာ အာရုံ)

(သတိယာ ပဋ္ဌာနံ သတိပဋ္ဌာနံ၊ သတိသည် ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မဟူသော အာရုံ ၄-မျိုးပေါ်မှာ တည်ရှိနေတယ်)

သတိပဋ္ဌာန အရ ကောက်ပုံ

၁။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်မှာ ... သတိပဋ္ဌာန အရ 'သတိ' ကိုရ၏။ အာရုံကို မယူရ။

၂။ စတုနံ သတိပဋ္ဌာနံ သမုဒယဉ္စ အတ္တင်္ဂမဉ္စ ပဇာနာတိ - သတိပဋ္ဌာန် တရား ၄-ပါးတို့ရဲ့ ဖြစ်မှုပျက်မှုကို သိတယ်၊ ဟူသောစကားရပ်မှာ ... သတိပဋ္ဌာန အရ- 'သတိ၏ အာရုံ' ကိုရ၏။

၃။ "စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ ဘာဝိတာ ဗဟုလိကတာ သတ္တဗောဇ္ဈင်္ဂေ ပရိပုရေတိ" - သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါးကို ပွားများ အားထုတ်လိုက်လို့ရှိရင် ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးဟာ ပြည့်သွားတယ်ဟူသောစကားရပ်၌... သတိပဋ္ဌာန အရ .. 'သတိ'ကိုရ၏။

(မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၌ "ဧကယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ" စတဲ့ပါဠိမှာလည်း "ယဒိံ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ"လို့ သတိပဋ္ဌာန ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို သုံးတယ်။ အဲဒီမှာလည်းပဲ "သတိပဋ္ဌာန"ဆိုတာ သတိကိုပဲပြောတယ်၊ သတိရဲ့အာရုံကို မပြောဘူး။)

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၌ "သတိပဋ္ဌာန"အရ... သတိကိုသာ ယူရပြီး၊ သတိ၏ အာရုံကို မယူရခြင်း

သတိ၏ အာရုံ ဖြစ်သော ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မတို့သည် သတ္တဝါတို့ကို မဖြူစင်စေနိုင်၊ သောက ပရိဒေဝမှ မလွန်မြောက်စေနိုင်၊ ဒုက္ခ ဒေါမနဿတို့ကို မချုပ်ငြိမ်းစေနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် သတိ၏ အာရုံကို မယူရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကာယ ဝေဒနာ စိတ္တ ဓမ္မ ဟူသော အာရုံ ၄-မျိုးပေါ်မှာ တည်ရှိ နေသော သတိတရားသည် သတ္တဝါတို့ကို စင်ကြယ်စေနိုင်၏၊ သောက ပရိဒေဝတို့ကို လွန်မြောက်နိုင်၏၊ ဒုက္ခ ဒေါမနဿတို့ကို ချုပ်ပျောက်သွား စေနိုင်၏၊ ဉာဏ-နိဗ္ဗာန် လမ်းကြောင်းကို တွေ့ရှိစေနိုင်၏၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်၏။ ထို့ကြောင့် ဤ၌ သတိကိုသာ ယူရပါသည်။

လယ်တီဆရာတော်ကြီး ဖွင့်ဆိုပုံ (အဋ္ဌကထာအဖွင့်နှင့်မတူတဲ့ ရှင်းပြချက်)

သတိပဋ္ဌာန

၁။ အကြီးအမှူးဖြစ်ပြီး အာရုံကိုအမှတ်ရသော သတိသည် **သတိပဋ္ဌာန** မည်၏။

(သမ္ပယုတ်တရားတို့၌ အကြီးအမှူးဖြစ်၍ ကာယ ဝေဒနာ စိတ္တ ဓမ္မဟူသော အာရုံတို့အပေါ်တွင် စွဲမြဲစွာတည်ရှိနေသော သတိသည် **သတိပဋ္ဌာန** မည်၏။)

(ဆိုလိုသည်မှာ - သတိဟာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်နေတဲ့ ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မှာ မဟာကုသိုလ်စိတ် ၈-ခုနဲ့ ယှဉ်ပြီးဖြစ်တယ်။ မဟာ ကုသိုလ်စိတ် ၈-ခု မှာ သတိနဲ့ ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက်တရားတွေ ပါတယ်။ သတိဟာ သမ္ပယုတ်တရားတွေရဲ့ဦးစီးဦးကိုင် ခေါင်းဆောင် ဖြစ်ပြီးတော့ သမ္ပယုတ်တရားတွေရဲ့ ဦးစီးရှေ့ဆောင် အနေ နဲ့ အာရုံကို ရယူပေးတယ်လို့ ဒီလိုပြောတယ်။)

(တစ်နည်း)

၂။ အာရုံတို့ပေါ်တွင် လျှောက်သွားနေသော အနေအထားမျိုး မဟုတ်ဘဲ မိမိဦးတည်ထားသော ကာယ ဝေဒနာ စိတ္တ ဓမ္မ ဟူသော အာရုံ ၄-မျိုးထဲမှ တစ်မျိုးမျိုးအပေါ်တွင် တည်ရှိနေသော သတိ (သတ်မှတ် ထားသော အာရုံအပေါ်၌ စွဲမြဲစွာတည်ရှိနေသော သတိ)သည် **သတိပဋ္ဌာန** မည်၏။

သတိပဋ္ဌာန ၄ ပါး

အာရုံက ၄-မျိုး ကွဲပြားသွားသည့်အတွက်ကြောင့် သတိပဋ္ဌာန်တရားကိုလည်းပဲ ၄-မျိုးခွဲခြားပြီးဟော၏။

ကာယ ဆိုတဲ့ အာရုံပေါ်မှာတည်တဲ့သတိကို ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန လို့ ခေါ်တယ်။

ဝေဒနာဆိုတဲ့ အာရုံပေါ်မှာ တည်ရှိတဲ့ သတိကို ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာနလို့ ခေါ်တယ်။

စိတ္တဆိုတဲ့ အာရုံပေါ်မှာတည်ရှိတဲ့ သတိကို စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာနလို့ ခေါ်တယ်။

ကျန်တဲ့ ဓမ္မအာရုံပေါ်မှာ တည်ရှိတဲ့ သတိကို ဓမ္မာ နုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ဒီလိုခေါ်တယ်။

ဝိပဿနာဉာဏ်အဆင့်၌ သတိ၏ စွမ်းဆောင်မှုတွေက တစ်ခုနဲ့တစ်ခု မတူကြပုံ

ဝိပဿနာဉာဏ်အဆင့်၌...

- ကာယဆိုတာကို ရှုနေတဲ့ အချိန်မှာ ဝေဒနာကို မရှုနိုင်ဘူး၊ စိတ္တကို မရှုနိုင်ဘူး၊ ဓမ္မကို မရှုနိုင်ဘူး၊
- ဝေဒနာကို ရှုနေတဲ့အချိန်မှာ ကာယ စိတ္တ ဓမ္မ တွေကို မရှုဘူး၊
- စိတ္တကို ရှုနေတဲ့အချိန်မှာ ကာယ ဝေဒနာ ဓမ္မကို မရှုဘူး၊
- ဓမ္မကို ရှုနေတဲ့အချိန်မှာ ကျန်တဲ့ ၃-ခု မရှုဘူး၊

သုဒ္ဓါအာရုံ နဲ့ သူ တစ်ခုစီတစ်ခုစီသာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ အသီးသီးသောအာရုံမှာ အခိုက်အတန့် တစ်ခုစီတစ်ခုစီပဲဖြစ်တယ်။

အင်အားကြီးတဲ့ မဂ်စိတ် အခိုက်အတန့်၌ သတိ၏ စွမ်းဆောင်မှု တစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်ပုံ

သတိသည် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသော်လည်း ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မတို့ကို ရှုမှု အားလုံးသည် မဂ်စိတ်ခဏ၌ တစ်ပေါင်းတည်းတစ်ပြိုင်နက် ပြီးသွား၏။

သတိပြုစရာ

သဒ္ဓါကမြဲချုံးအရ သတိပဋ္ဌာနပုဒ်ဟာ နပုလ္လိင်ဖြစ်ပေမယ့် ဓမ္မာကို မြော်ရှုပြီး စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ လို့ ပုလ္လိင်နဲ့ ထားတာဖြစ်တယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါး ရေတွက်တဲ့အခါ သတိပဋ္ဌာန် လို့ နပုလ္လိင်နဲ့ပြတယ်။ ကာယာနုပဿနာ စသော ပုဒ်များမှာ ဝိဘင်္ဂပါဠိမှာ အနုပဿနာ အရ ပညာ လို့ ဆိုပါတယ်။ နောက်က သတိပဋ္ဌာန် ပုဒ်နဲ့တွဲတဲ့အခါ ကာယာ- နုပဿနာယ ပညာယ သမ္ပယုတ္တံ သတိပဋ္ဌာန် လို့ ဆိုရမှာ ဖြစ်တယ်။ သို့သော် ဋီကာကျော်ကျမ်းမှာ အနုပဿနာ အရ တိုက်ရိုက်သတိယူပြီး ဖွင့်ဆိုတာတွေရတယ်။

သတိပဋ္ဌာန်တရား ၄-မျိုး ဟောရခြင်း

"ဝေနေယျဟိတ" - ဝေနေယျ သတ္တဝါတို့၏ အကျိုးစီးပွား ဖြစ်ထွန်းဖို့ရန်အတွက် ဤ ၄-ခုမျိုးနှင့် လုံလောက်သောကြောင့်တည်း။

ဝေနေယျ ဆိုသည်မှာ -

ဆုံးမလို့ရသောပုဂ္ဂိုလ်၊ သွန်သင် ဆုံးမလို့ ရနိုင်သော အနေအထားရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်။ ဆုံးမသွန်သင်ရမည့် ပုဂ္ဂိုလ်(ဝိနိတဗ္ဗ)၊ ကောင်းသောဘက်ကို ဆောင်ကြဉ်းသွားရမည့် ပုဂ္ဂိုလ်၊ ပြုပြင်ပေးရမည့် ပုဂ္ဂိုလ်။

ဝေနေယျဟိတအတွက် မြတ်စွာဘုရားသည် သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ၄-မျိုးခွဲပြီး ဟောသည်ကို အဋ္ဌကထာဆရာ ရှင်းပြခြင်း

ဝေနေယျသတ္တဝါ (စရိုက်)

(၁) တဏှာစရိုက် - လိုချင်မှု အကျင့် ပါနေသောပုဂ္ဂိုလ်။

(တဏှာသည် ဖြစ်စေအပ်သော အကျင့်စရိုက်ရှိသူ၊ တွယ်တာမှုအာရုံတွေနောက် လိုက်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်၊ တွယ်တာမှုဓာတ်ခံရှိသူ)

(၂) ဒိဋ္ဌိစရိုက် - အတွေးအမြင် အကျင့်ပါနေသောပုဂ္ဂိုလ်။

(အမြင်မှားမှုသည် ဖြစ်စေတတ်သော အကျင့်စရိုက်ရှိသူ၊ အမြင်မှားမှု အတွင်းဓာတ်ခံရှိသူ၊ ဒိဋ္ဌိ အဇ္ဈာသယ ရှိသူ)

စရိုက်နှင့် သတိပဋ္ဌာန်

(၁) တဏှာစရိုက်ရှိသောသူကို မပြင်းထန်သူ၊ ပြင်းထန်သူ ၂-မျိုးခွဲရ၏။

တဏှာစရိုက် မပြင်းထန်သူအတွက် 'ကာယာနုပဿနာကိုဟော၏။

တဏှာစရိုက် ပြင်းထန်သူအတွက်.... ဝေဒနာနုပဿနာကို ဟော၏။

(၂) ဒိဋ္ဌိစရိုက်- ဒိဋ္ဌိစရိုက်ရှိသူကိုလည်း မပြင်းထန်သူ၊ ပြင်းထန်သူဟု နှစ်မျိုးခွဲရ၏။

ဒိဋ္ဌိစရိုက် မပြင်းထန်သူအတွက်.... စိတ္တာနုပဿနာကို ဟော၏။

ဒိဋ္ဌိစရိုက် ပြင်းထန်သူအတွက် ဓမ္မာနုပဿနာကို ဟော၏။

(တစ်နည်း)

ဝေနေယျသတ္တဝါ (ယာနိက)

(၁) သမထယာနိက သမထကို ယာဉ်အဖြစ် အသုံးပြုချင်သူ (သမထယာနိကပုဂ္ဂိုလ်)

(၂) ဝိပဿနာယာနိက ဝိပဿနာကို ယာဉ်အဖြစ် အသုံးပြုချင်သူ (ဝိပဿနာယာနိကပုဂ္ဂိုလ်)

ယာနိက နှင့် သတိပဋ္ဌာန်

(၁) သမထယာနိကပုဂ္ဂိုလ်မှာလည်း မထက်မြက်သောပုဂ္ဂိုလ်၊ ထက်မြက်သောပုဂ္ဂိုလ်ရှိ၏။

မထက်မြက်သောပုဂ္ဂိုလ် အတွက်... ကာယာနုပဿနာကို ဟော၏။

ထက်မြက်သောပုဂ္ဂိုလ် အတွက်... ဝေဒနာနုပဿနာကို ဟော၏။

(၂) ဝိပဿနာယာနိကပုဂ္ဂိုလ်မှာလည်း မထက်မြက်သောပုဂ္ဂိုလ်၊ ထက်မြက်သောပုဂ္ဂိုလ်ရှိ၏။

မထက်မြက်သောပုဂ္ဂိုလ်အတွက်... စိတ္တာနုပဿနာကို ဟော၏။

ထက်မြက်သောပုဂ္ဂိုလ်အတွက်... ဓမ္မာနုပဿနာကို ဟော၏။

(တစ်နည်း)

ဝေနေယျသတ္တဝါ (ဝိပုလ္လာသ)

ဝိပုလ္လာသ - ဖောက်ဖောက်ပြန်ပြန် ဖြစ်ခြင်း

ဝိပုလ္လာသ ၄-မျိုး

၁။ အသုဘော သုဘဝိပုလ္လာသ (မလှတာကို လှတယ်လို့ ထင်လာခြင်း)

၂။ ဒုက္ခေ သုခဝိပုလ္လာသ (ဆင်းရဲတာကို ချမ်းသာတယ်လို့ ထင်လာခြင်း)

၃။ အနိစ္စေ နိစ္စဝိပုလ္လာသ (မမြဲတာကို မြဲတယ်လို့ ထင်လာခြင်း)

၄။ အနတ္တနိ အတ္တဝိပုလ္လာသ (ကိုယ့်အလိုတိုင်းမဖြစ်တဲ့ အရာတစ်ခုကို ကိုယ့်အလို အတိုင်း ဖြစ်တယ်လို့ ထင်လာခြင်း)

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

(ဝိပလ္လာသ ၄-မျိုးကို ဖယ်ရှားဖို့ရာအတွက် သတိပဋ္ဌာန် ၄-မျိုး ဟောရ၏။ သံသရာမှာ မှားယွင်းလာတဲ့ ဝိပလ္လာသတွေကို မဖြေဘဲ ကိလေသာတွေကို ဖယ်ရှားပြီး နိဗ္ဗာန်ကို သွားဖို့၊ မဂ်ဉာဏ်ရဖို့ရာ မဖြစ်နိုင်သည့် အတွက်ကြောင့် ဖြေဆေးပေးတဲ့အနေနဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ၄ပါးဟောရ၏။)

ဝိပလ္လာသ နှင့် သတိပဋ္ဌာန်

ကာယာနုပဿနာကိုရှုခြင်းအားဖြင့် ... သုဘလို့ မှားယွင်းနေတဲ့ အမြင်ကြီးတစ်ခုဟာ ပျောက်ကင်းလာပြီး အသုဘဆိုတဲ့ သဘောဆိုတာ ထင်ထင်ရှားရှားသိလာတယ်။

ဝေဒနာနုပဿနာကို ရှုခြင်းအားဖြင့် ... ချမ်းသာတယ်လို့ ယူဆ နေတာဟာ သုခ မဟုတ်ဘူးဆိုတာကို ထင်ထင်ရှားရှားသိလာတယ်။ (သုခတောင်မှပဲ မြတ်စွာဘုရားက ဒုက္ခလို့ ရှုရ မယ်လို့ ဟောထားတာ။)

စိတ္တာနုပဿနာကို ရှုခြင်းအားဖြင့် ... မြဲတယ်လို့ ယူဆနေတဲ့ စိတ်ဟာ မမြဲဘူးဆိုတာကို ထင်ထင်ရှားရှားသိလာတယ်။

ဓမ္မာနုပဿနာကို ရှုခြင်းအားဖြင့် ကိုယ်စိတ်ကူးတာတွေ ကိုယ့်အလိုကျ အကုန်ဖြစ်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အယူအဆဟာ မှားယွင်းနေတယ်ဆိုတာကို ထင်ထင်ရှားရှားသိလာတယ်။

ဝိပလ္လာသ ၁၂-ပါးပြားပုံ

သုဘဝိပလ္လာသ၊ သုခဝိပလ္လာသ၊ နိစ္စဝိပလ္လာသ၊ အတ္တဝိပလ္လာသ ၄-မျိုးကို အမှတ်မှားခြင်း - **သညာ**၊ စိတ်ဖြင့် အသိမှားခြင်း - **စိတ္တ**၊ အယူမှားခြင်း - **ဒိဋ္ဌိ** ၃-မျိုးနှင့် မြောက်လျှင် ဝိပလ္လာသ ၁၂-ပါးပြား၏။

ဝိပလ္လာသ ၁၂ ပါး (သိရုံ)

(၁) အနိစ္စ၌ နိစ္စဟု အမှတ်မှားခြင်း - သညာဝိပလ္လာသ၊	(၇) အနတ္တ၌ အတ္တဟု အမှတ်မှားခြင်း - သညာဝိပလ္လာသ၊
(၂) အနိစ္စ၌ နိစ္စဟု အသိမှားခြင်း - စိတ္တဝိပလ္လာသ၊	(၈) အနတ္တ၌ အတ္တဟု အသိမှားခြင်း - စိတ္တဝိပလ္လာသ၊
(၃) အနိစ္စ၌ နိစ္စဟု အယူမှားခြင်း - ဒိဋ္ဌိဝိပလ္လာသ၊	(၉) အနတ္တ၌ အတ္တဟု အယူမှားခြင်း - ဒိဋ္ဌိဝိပလ္လာသ၊
(၄) ဒုက္ခ၌ သုခဟု အမှတ်မှားခြင်း - သညာဝိပလ္လာသ၊	(၁၀) အသုဘ၌ သုဘဟု အမှတ်မှားခြင်း - သညာဝိပလ္လာသ၊
(၅) ဒုက္ခ၌ သုခဟု အသိမှားခြင်း - စိတ္တဝိပလ္လာသ၊	(၁၁) အသုဘ၌ သုဘဟု အသိမှားခြင်း - စိတ္တဝိပလ္လာသ၊
(၆) ဒုက္ခ၌ သုခဟု အယူမှားခြင်း - ဒိဋ္ဌိဝိပလ္လာသ၊	(၁၂) အသုဘ၌ သုဘဟု အယူမှားခြင်း - ဒိဋ္ဌိဝိပလ္လာသ၊

(မှတ်ဖွယ်။ ၁၂-ပါးဟာ သောတာပန်ဖြစ်ရင်တောင် ကျန်နေသေး၏။ ရဟန္တာဖြစ်မှ ၁၂-ပါးလုံး အကုန်ပယ်၏။ သောတာပန်မှာ မလှတာကို လှတယ်လို့ ထင်နေသေးတယ်။ မချမ်းသာတာကို ချမ်းသာသေးတယ်လို့ ထင်နေတယ်။ သညာဝိပ္ပလ္လာသ၊ စိတ္တဝိပ္ပလ္လာသ၊ အချို့မပျောက်သေးဘူး၊ ဒိဋ္ဌိဆိုင်ရာ ဝိပ္ပလ္လာသတွေတော့ အကုန်ပျောက်သွားပြီ။)

(ဝေနေယျသတ္တဝါနှင့် သတိပဋ္ဌာန် - အကျဉ်းချုပ်)

သတိပဋ္ဌာန်	ကာယာနုပဿနာ	ဝေဒနာနုပဿနာ	စိတ္တာနုပဿနာ	ဓမ္မာနုပဿနာ
ပုဂ္ဂိုလ် + ဝိပ္ပလ္လာသ	တဏှာ -မပြင်းထန်သူ	တဏှာ-ပြင်းထန်သူ	ဒိဋ္ဌိ-မပြင်းထန်သူ	ဒိဋ္ဌိ-ပြင်းထန်သူ
	သထမ- မထက်မြက်သူ	သမထ-ထက်မြက်သူ	ဝိပဿနာ-မထက်မြက်သူ	ဝိပဿနာ-ထက်မြက်သူ
	အသုဘော သုဘဝိပ္ပလ္လာသ	ဒုက္ခေ သုခဝိပ္ပလ္လာသ	အနိစ္စေ နိစ္စဝိပ္ပလ္လာသ	အနတ္တနိ အတ္တဝိပ္ပလ္လာသ

သတိပဋ္ဌာန် အဖွင့် ပြီး၏။

အပိုင်း (၃) သမ္ပပ္ပဓာန အဖွင့်

သမ္ပပ္ပဓာန = (သမ္မာ + ပဓာန)

သမ္မာ - မှန်ကန်သော နည်းလမ်းဖြင့်၊ ပဓာန - ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု။

သမ္မောဟဝိနောဒနီ အဋ္ဌကထာကျမ်း၌ ဖွင့်ဆိုပုံ ၂မျိုး

(သမ္မောဟဝိနောဒနီ - ဝိဘင်းကျမ်းကို ဖွင့်ဆိုတဲ့ကျမ်း၊ သမ္မောဟ - တွေဝေခြင်းကို၊ ဝိနောဒနီ - ဖယ်ရှားပစ်ခြင်း။)

သမ္ပပ္ပဓာန = ကာရဏပဓာန ၊ ယောနိသောပဓာန

(၁) ကာရဏပဓာန - မှန်ကန်သော အကြောင်းတရားကို ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု။

(၂) ယောနိသောပဓာန - မှန်ကန်သောနည်းလမ်းဖြင့် စနစ်တကျ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု။

သမ္မာပဓာန ၄-မျိုး

(၁) အနုပ္ပန္နာနံ ပါပကာနံ ဓမ္မာနံ အနုပ္ပါဒါယ

မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တို့ကို မဖြစ်ရအောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု။

(ပြဿနာတစ်ခု မဖြစ်သေးရင် မဖြစ်အောင် လုပ်ရသလို။ မလောင်သေးတဲ့မီး မလောင်အောင် လုပ်ထားရသလို။)

(၂) ဥပ္ပန္နာနံ ပါပကာနံ အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ပဟာနာယ

အကြောင်းတိုက်ဆိုင်လို့ မကောင်းသော အကုသိုလ်တို့ မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်သွားပြီဆိုလျှင် ဖယ်ရှားဖို့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု။ (မီးလောင်ပြီဆိုရင်၊ ငြိမ်းရသလို)

(၃) အနုပ္ပန္နာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဥပ္ပါဒါယ

မိမိသန္တာန်၌ ကုသိုလ်တရားတို့ မဖြစ်သေးလျှင် ဖြစ်အောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု။

(လောကလူတွေဟာ ပိုက်ဆံမရှိသေးရင် ရအောင်တော့ ရှာတတ်သလို။ အိမ်မရှိသေးတဲ့လူက အိမ်ဆောက်သလို၊ ကားမရှိသေးတဲ့လူက ကားဝယ်ဖို့ကြိုးစားသလို။)

(၄) ဥပ္ပန္နာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဌိတိယာ

ဖြစ်ပြီးသား ကုသိုလ်တရားကို တည်တံ့အောင်၊ ပျောက်ပျက်မသွားရအောင်၊ တိုးသည်ထက် တိုးလာအောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု။

သမ္ဗုပ္ပန် ၄-မျိုး ဖွင့်ဆိုချက်

အထက်ပါ သမ္ဗုပ္ပန် ၄မျိုးနှင့်ပတ်သက်၍ ဝီရိယအားမထုတ်ခင်က **ဆန္ဒ ဇနေတိ** - အားထုတ်ဖို့ဆန္ဒကို ဖြစ်စေရမယ်။ ဆန္ဒလေး ပါလာလို့ရှိရင် **ဝါယမတိ** - စတင် အလုပ်လုပ်ပြီ။ **ဝီရိယံ အာရဘတိ** - တိုးအောင် ကြိုးစား လာပြီ အဆင့်မြှင့်လိုက်ပြီ။ **စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ** - စိတ်အားတွေကို မြှင့်ပေးလိုက်ပြီ။ **ပဒဟတိ** - အခိုင်အမာ ရပ်တည်လာပြီ။ **ပဒဟတိ** ပြီးနောက် မရေရအောင် အရိုးကြေကြေ အရည်ခန်းခန်း သက်စွန့်ကြိုးပမ်းအားထုတ်၏။

မြတ်စွာဘုရားဟောတော်မူပုံမှာ -

ငါဟာ အရိုးကြေကြေ အရည်ခန်းခန်းဆိုတဲ့ လုံ့လစွမ်းအားနဲ့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခဲ့လို့ အခုလို ထူးခြားတဲ့ သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကြီးကိုရတာ၊ သင်တို့လည်းပဲ ငါလိုအားထုတ်ကြမယ်ဆိုရင် မဂ်ဉာဏ် ကို ရနိုင်တယ်ဟူ၍ ဖြစ်၏။

မြတ်စွာဘုရား၏ စွဲမြဲသော အဓိဋ္ဌာန်ချက်

ကာမံ တစော စ နှာရု စ အဋ္ဌိ စ အဝသိဿတု ၊ ဥပသုဿတု သရီရေ မံသလောဟိတံ၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှာ အရိုးအရေ အကြောပဲ ကျန်ချင်ကျန်ပါစေ၊ အသွေးအသားတွေ ခြောက်ကပ်သွားပါ စေ၊ (သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကြီးကို) မရသေးသမျှ ငါမရပ်တန့်ဘူး၊ ရအောင် ကြိုးစားအားထုတ်မည်။

မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်

သံသရာ ဒီလောက်ကြာနေတာ မဖြစ်ဖူးတဲ့အကုသိုလ်ဆိုတာ မရှိနိုင်ဘူး၊ သို့သော် သံသရာမှာ မဖြစ်သေးတဲ့ အကုသိုလ်ဆိုတာ ရည်ညွှန်းမှု (၂)မျိုး ရှိတယ်။

(၁) အသမုဒါစာရ - တစ်စုံတစ်ခုကြောင့်/အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်။

ဥပမာ - ဝေဒေဟိကာအမျိုးသမီးကြီး

ကာဠီ (အစေခံ)က ဝတ္တရားကျေတဲ့အခါ သူ ဘယ်တော့မှ စိတ်ဆိုးစရာမရှိဘူး၊ အိမ်ကြည့်လိုက် အမြဲတမ်း သပ်သပ်ရပ်ရပ်၊ အိပ်ရာကထလျှင် မျက်နှာသစ်ရေ၊ သွားတိုက်စရာ၊ သောက်စရာ၊ မုန့်စသည်တို့က အဆင်သင့်ဆိုတော့ သူ စိတ်ဆိုးချိန်ကို မရှိတော့ဘူး၊ လုပ်မပေးတဲ့အခါကျမှ စိတ်ဆိုးမှု ပေါ်လာတာ။

(၂) အနန္တဘူတာရမ္မဏ - ကိုယ်တစ်ခါမှ မကြုံဖူးသေးသော အာရုံဖြစ်သောကြောင့် မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်။

မကြုံဖူးသေးသော အာရုံပေါ်၌ လောဘမဖြစ်ပုံ ဥပမာ....

Television မသုံးနိုင်သည့် အတွက်ကြောင့် television လိုချင်တဲ့ဆန္ဒ မပေါ်သလို၊ မင်းတုန်းမင်းကြီးခေတ်က ဖာလူဒါမရှိတော့ မင်းတုန်းမင်း ကြီး ဖာလူဒါသောက်ချင်စိတ် မရှိသလို။

ဖြစ်ပြီးသော အကုသိုလ်

ဥပ္ပန္န = ဖြစ်နေမှု (ဖြစ်ပေါ်နေသည်)

ဥပ္ပန္န ၄-မျိုး(၁) ဝတ္တမာန ဥပ္ပန္န၊ (၂) ဘုတ္တဝိဇ္ဇာ ဥပ္ပန္န၊ (၃) သြကာသကတ ဥပ္ပန္န၊ (၄) ဘူမိလဒ္ဓ ဥပ္ပန္န

(၁) ဝတ္တမာန ဥပ္ပန္န

ဖြစ်ဆဲဖြစ်သော အကုသိုလ်သည် ဝတ္တမာန ဥပ္ပန္န မည်၏။

(ဒေါသဖြစ်ရင် ဖြစ်ခိုက်၊ စိတ်ဆိုးနေသောအချိန်။)

(၂) ဘုတ္တဝိဇ္ဇာ ဥပ္ပန္န

ဖြစ်လာပြီးနောက် ချုပ်သွားသော အကုသိုလ်သည် ဘုတ္တဝိဇ္ဇာ ဥပ္ပန္န မည်၏။

(ဘုတ္တဝိဇ္ဇာ = ခံစားပြီး ပျောက်ကွယ်သွားခြင်း၊ ဖြစ်လာပြီး ပျောက်ကွယ်သွားခြင်း)

(၃) သြကာသကတ ဥပ္ပန္န

အကျိုးပေးတော့မည့် ကံတရားတစ်ခုသည် တခြားကံ၏ စွမ်းအားတို့ကို ဖယ်ရှားပစ်ပြီး အကျိုးပေးဖို့ရန် အဆင်သင့်ဖြစ်သွားချိန်သည်လည်းကောင်း၊ ကံကြောင့်ဖြစ်လာသော အကျိုးဝိပါက်တို့သည် ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ပျောက်သွားမည့် အနေအထား (ဖြစ်လတ္တံ့ဖြစ်သော အကျိုးတရား)သည်လည်းကောင်း သြကာသကတ ဥပ္ပန္န မည်၏။

(သြကာသကတ ၂-မျိုး = အကျိုးပေးဖို့ အခွင့် ရယူထားတဲ့ အတိတ်က ကံတရား၊ ဖြစ်တော့မယ့် အနေအထား ရောက်နေတဲ့ ကံရဲ့အကျိုးတရား)

အထက်ပါ ဥပ္ပန္န ၃ မျိုးသည် လုံ့လပြု ကြိုးစားပြီး ဖယ်ဖို့မလို၊ သဘာဝဟာ ဒီအတိုင်းပဲရှိနေမည်။ သမ္ပပ္ပဓာန် လုံ့လဝီရိယနှင့် ဖယ်ရှားရမည့်အရာမှာ ဘူမိလဒ္ဓ ဥပ္ပန္န ဖြစ်သည်။

(၄) ဘူမိလဒ္ဓ ဥပ္ပန္န

ဝိပဿနာ၏ အာရုံ ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် ခန္ဓာ ၅-ပါး (ဘူမိ) ၌ ဖြစ်လာနိုင်သော အနေအထားရှိသော ကိလေသာတို့ (ဘူမိလဒ္ဓ)သည် ဘူမိလဒ္ဓ ဥပ္ပန္န မည်၏။

ဥပမာ... Gas မီးခြစ်ဗူးလေးထဲမှ gas ၊ ဘီး.. အကုန်လုံးအဆင်သင့်ရှိတာက ဘူမိ။ အဲဒီ ဘူမိမှာမီးဖြစ်နိုင်တဲ့ အနေအထားတစ်ခု ရှိနေတာက ဘူတလဒ္ဓ။

အနုသယကိလေသာ

ခန္ဓာတို့၌ ကိန်းနေသော ကိလေသာကို အနုသယကိလေသာဟု ခေါ်၏။ အနုသယကိလေသာကို အတိတ်၊ အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ဟု ပြော၍မရပါ။ အကြောင်းမှာ - ဖြစ်မှ မဖြစ်သေးသော ကြောင့်တည်း။

ဖြစ်နေရင် ပစ္စုပ္ပန်၊ ဖြစ်မယ်ဆိုရင် အနာဂတ်၊ ဖြစ်ပြီးလို့ရှိရင် အတိတ်လို့ ခေါ်သင့်သော်လည်း **အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်းကိုဖွင့်သော ဋီကာကျော်ကျမ်းတွင်.... စွမ်းအားပြည့်နေသော အနာဂတ် ကိလေသာကို အနုသယဟု ဆိုထား၏။**

လယ်တီဆရာတော်ကြီးက အဲဒီ အဓိပ္ပါယ်ကို မမှန်ဘူးလို့ထောက်ပြ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်.....

သမ္မောဟဝိနောဒနီ အဋ္ဌကထာတွင် လူတို့၏ သန္တာန်၌ ကိန်းနေသော ကိလေသာဆိုသည်မှာ ဖြစ်နိုင်ခြေ အနေနှင့်သာရှိနေပြီး အကောင်အထည် ပေါ်နေခြင်းမဟုတ်သည့်အတွက်ကြောင့် ဖြစ်မှုကို အကြောင်းပြုပြီးမှ ခေါ်လိုရသော ပစ္စုပ္ပန် အတိတ် အနာဂတ်လို့ ပြောလိုမရနိုင်ပါ။ (ပစ္စုပ္ပန် အတိတ် အနာဂတ်ကနေ လွတ်နေတဲ့ အရာတစ်ခုလို့ ဖော်ပြကြ)

အနုသယဓာတ်ကို မဂ်က ဖယ်ရှားပစ်နိုင်သည်။ မဂ်က ကိလေသာကိုပယ်တယ်ဟုဆိုရာဝယ် ... ဖြစ်နေဆဲ ကိလေသာကို ပယ်၍မရ၊ ဖြစ်ပြီးသွားသော အတိတ်ဖြစ်ကိလေသာကိုလည်း ပယ်၍မရ၊ အနာဂတ်ကိလေသာသည် ဖြစ်မှမဖြစ်သေးသောကြောင့် ပယ်၍မရ။

ထို့ကြောင့် ပယ်တယ်ဆိုသည်မှာ ... ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ကိလေသာကို မဖြစ်သေးခင် မဖြစ်အောင် လုပ်လိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ **ဥပမာ** ..

(၁) အသီးသီးမယ့် သစ်ပင်တစ်ပင်ကို အသီးမသီးသေးခင်၊ အပွင့်လည်း မပွင့်သေးခင် အပင်ရဲ့ ရေသောက်မြစ်ကို ဖြတ်လိုက်လျှင် အပွင့်၊အသီးတို့ မဖြစ်၊မပွင့်အသီးနိုင်သလို။

(၂) မီးလောင်နိုင်တဲ့ အနေအထားတွေကို ဖျက်ဆီးပစ်လိုက်ခြင်းဖြင့် မီးလောင်ခြင်းဆိုတာ မဖြစ်တော့သလို။

မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်

မဖြစ်သေးသောကုသိုလ်ကို ဖြစ်အောင်လုပ်ရမည်ဟုဆိုရာဝယ်..... သမထကုသိုလ်၊ ဝိပဿနာကုသိုလ်၊ မဂ်ကုသိုလ်၊ ...တို့ဖြစ်ပါသည်။

ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်

ဖြစ်ပြီးသား ကုသိုလ်ကို တိုးပွားလာအောင် လုပ်ရမည်ဟုဆိုရာဝယ်.... သမထ၊ ဝိပဿနာ၊ ဒါန၊ သီလ၊ ...တို့ဖြစ်ပါသည်။

(မဂ်ကုသိုလ်ဆိုတာ ဖြစ်ကတည်းက စွမ်းအားပြည့်ဖြစ်ပြီး၊ နောက်ထပ်လည်း ပြန်မဖြစ်သောကြောင့် တိုးပွားအောင် လုပ်စရာမလို။)

သမ္မပ္ပဓာန အဖွင့် ပြီး၏။

အပိုင်း (၄) ကုဒ္ဒိပါဒ အဖွင့်

ကုဒ္ဒိပါဒ = ကုဒ္ဒိ + ပါဒ

ကုဒ္ဒိ - ပြီးစီးခြင်း၊ အောင်မြင်ခြင်း၊ တစ်စုံတစ်ခုသောအဆင့်သို့ ရောက်ရှိခြင်း။

ပါဒ - ပြီးစီးခြင်း၊ တစ်စုံတစ်ခုသောအဆင့်သို့ ရောက်ခြင်း၏ အကြောင်းတရား။

ကုဒ္ဒိပါဒ - တစ်စုံတစ်ခုကို ပြီးစီးအောင်မြင်စေနိုင်သောတရားသည် ကုဒ္ဒိ မည်၍ ထိုတရား၏ အထောက်အကူတရားများသည် ကုဒ္ဒိပါဒ မည်၏။

(ကုဒ္ဒိပါဒ - အစွမ်းတန်ခိုးကို ဖန်တီးနိုင်သော စွမ်းအားစုများ)

ရုပ်ရဲအစွမ်းတန်ခိုးနဲ့ စိတ်ရဲအစွမ်းတန်ခိုး

လောကမှာ အစွမ်းတန်ခိုးဆိုတာ ရုပ်ရဲအစွမ်းတန်ခိုးနဲ့ စိတ်ရဲအစွမ်းတန်ခိုး နှစ်မျိုးရှိရာ စိတ်ရဲ အစွမ်းတန်ခိုးကို ရုပ်ရဲအစွမ်းတန်ခိုးက မီအောင်မလိုက်နိုင်ဘူး။ ဒီခေတ်မှာရှိတဲ့ လူတွေမှာ စိတ်အစွမ်း တန်ခိုးတွေ လျော့ကျပြီး ရုပ်ရဲအစွမ်းတန်ခိုး တွေက ထက်မြက်နေကြတယ်။

ကောင်းကင်ပျံချင်လည်း လေယာဉ်ပျံနဲ့ သွားကြတယ်၊ ဒုံးပျံနဲ့လိုက်ပြီးသွားလို့ရှိရင်လည်း အာကာသထဲ ရောက်နိုင်တယ်၊ ရုပ်ဝတ္ထုဖက်က တိုးတက်လာလို့ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းကို အမှီပြုပြီး လူတွေဟာ လိုချင်တဲ့ အရာတစ်ခုကို စွမ်းဆောင်နိုင်ကြတယ်။ ရှေးတုန်းကတော့ စိတ်စွမ်းအားကို လေ့ကျင့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အောင်မြင်မှုကို ရရှိကြတယ်။ ကုဒ္ဒိပါဒ ဆိုတဲ့ စိတ်စွမ်းအားကို လူတွေရဲသန္တာန်မှာ တဖြည်းဖြည်း လေ့ကျင့်ပေး ခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်တယ်။

ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ရဲ့စွမ်းရည်သတ္တိ

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သာသနာတော်မှာ ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ရဲ့ စွမ်းဆောင်မှုတွေဟာ အလွန်ထင်ရှားတယ်။ နန္ဒောပနန္ဒနဂါးမင်းနဲ့ ယှဉ်ပြိုင်ပြီး အနိုင်တိုက်ခိုက်တဲ့အခါမှာ ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ရဲ့စွမ်းရည်သတ္တိတွေဟာ စိတ္တဝသိတာ စွမ်းအင်တွေရအောင် လေ့ကျင့်ထားလို့ အင်မတန်မှ ထူးခြားထက်မြက်တယ်။ (တခြား ရဟန်းတော်တွေဟာ တန်ခိုး အစွမ်းတွေရှိသော်လည်း ခိပ္ပနိသန္တိ လျင်လျင်မြန်မြန် စွမ်းနိုင်မှုမရှိကြ။)

ရှင်သာရိပုတ္တရာသည် တန်ခိုးရှိသော်လည်း ပညာကို အသုံးပြုပြီး အစွမ်းတန်ခိုးတွေကို အသုံးမချသည့် အတွက်ကြောင့် အစွမ်းတန်ခိုးအရာမှာ ရှင်မောဂ္ဂလာန်ရဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိကို မမီ၊ ဘုရားကလွဲရင် ရှင်မောဂ္ဂလာန်ရဲ့အစွမ်းတန်ခိုးကို မီနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် မရှိ။

ရှင်မောဂ္ဂလာန်သည် ဣဒ္ဓိပါဒ် ၄-ပါးကို စနစ်တကျလေ့လာပြီး တိုးတက်အောင် လုပ်ထားသောကြောင့်....

(၁) အောင်ခြင်း ၈-ပါးထဲမှ နန္ဒောပနန္ဒနဂါးမင်းကြီးကို ဆုံးမသော နေရာတွင် ရုတ်တရက် နဂါးမှုတ်ထုတ် လိုက်သော အဆိပ်ငွေ့တွေကို ကာကွယ်နိုင်၏။

(၂) သာဝတ္ထိပြည် ပုဗ္ဗရုံကျောင်း မိဂါရမာတာ ဝိသာခါကျောင်းအမကြီး ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းထားသော အခန်းပေါင်း ၁၀၀၀-ရှိပြီး ထုတည်ကြီးသော ပြာသာဒ်ကြီးကို ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ဟာ ခြေမနဲ့တင် ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှားသွားအောင် လုပ်နိုင်၏။

(၃) စူဠတဏှာသင်္ခယသုတ် (မဇ္ဈိမနိကာယ်၊ မူလပဏ္ဏာသ)မှာလည်း သိကြားမင်းကြီးက ရုတ်တရက် လာပြီး မြတ်စွာဘုရားကို မေးခွန်းမေးတယ်။ **တဏှာသင်္ခယဝိမုတ္တံ - တဏှာကုန်သွားတဲ့ နိဗ္ဗာန်မှာ ဘဝရဲ့ လွတ်မြောက်မှုကို ဘယ်လိုရတာပါလဲ?** မြတ်စွာဘုရားဖြေလိုက်လို့ သိကြားမင်းက ဝမ်းသာအားရ သာဓု ခေါ်တယ်။ သာဓုခေါ်သံကို တစ်ဖက်အခန်းမှာ သီတင်းသုံးနေတဲ့ ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်က ကြားလိုက်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားက ဘာတရားဟောလိုက်တုန်းလို့ သိချင်လို့ သိကြားနောက် လိုက်သွားတယ်။ သိကြား မင်းက နန္ဒဝန်ဥယျာဉ်သွားဖို့ ဂီရိမေခလာဆင်ကြီးပေါ် ရောက်နေပြီး၊ နတ်ပရိသတ် အခြံအရံနဲ့ ပျော်ပွဲစား ထွက်နေပြီ။ ရှင်မောဂ္ဂလာန်လည်းမြင်ရော ရှင်မောဂ္ဂလာန်ကိုကြိုဆိုပြီး ငါ့ကို တရားမေးတော့မှာပဲ ဆိုပြီး လန့်နေတယ်။ ထင်တဲ့အတိုင်းပဲ ရှင်မောဂ္ဂလာန်က ဘုရားက ဘာတရား ဟောလိုက်တာတုန်း ပြန်ပြော ပြစမ်းပါ။ သိကြားမင်းက တရားအစ ဖော်မရတဲ့အခါ ၊ အရှင်ဘုရား တစ်ခါတစ်ခါမှ ရောက်လာတာ ဆိုတော့ ဝေဇယန္တာပြာသာဒ်ကြီး လိုက်ပြီး ကြည့်ပါဦးလားတဲ့။ ပြာသာဒ်ထဲ လှည့်ပတ်ကြည့်ရင်း ရှင်မောဂ္ဂလာန်က ငါမေးထားတာတော့ သူ မဖြေဘဲနဲ့ မဟုတ်တာတွေ လိုက်ပြနေတယ်။ သိကြားမင်း လန့်သွားအောင် ဝေဇယန္တာပြာသာဒ်ကြီးကို ခြေမနဲ့တို့ပြီး လှုပ်လိုက်တာ ဝုန်းဝုန်း ဒိုင်းဒိုင်း ဖြစ်သွားတယ်။ သိကြားမင်းဟာ ပြူးတူးပြတ်ဖြစ်ပြီး ကြောက်ပြီ ဆိုတော့မှ ခုနက နာယူခဲ့တဲ့တရား ပြန်ပေါ်လာတယ်။

မှတ်ချက်။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဖြေကို ဓမ္မမိတ်ဆွေများ သိချင်မည် ဖြစ်၍ **စူဠတဏှာသင်္ခယသုတ်** (မဇ္ဈိမနိကာယ်၊ မူလပဏ္ဏာသ)မှကူးယူကာ ဖော်ပြထားပါသည်။ **(သိရုံ)**

သိကြားမင်း၏ အမေးကို မြတ်စွာဘုရားဖြေဆိုပုံ

ဤသာသနာ၌ ရဟန်းသည် -

တရားအားလုံးကို သက်ဝင်စွဲယူရန် မသင့်ဟု ကြားဖူး၏။ တရားအားလုံးကို အထူးသိ၏။ ပိုင်းခြား၍ သိ၏။ ခံစားမှုတို့ကို ခံစားသော် ထိုခံစားမှုတို့၌ မမြဲခြင်းသဘောကို အဖန်ဖန်ရှုလျက်နေ၏။ တပ်စွန်းမှု ကင်းသောအားဖြင့် အဖန်ဖန်ရှုလျက်နေ၏။ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကိုအဖန်ဖန် ရှုလျက်နေ၏။ လွတ်လွတ်စွန့်သော အားဖြင့် အဖန်ဖန်ရှုလျက်နေ၏။ (အကြောင်း ၇ ချက်)

ယင်းသို့ ရှု၍နေသော ရဟန်းသည် လောက၌ တစ်စုံတစ်ခုကိုမျှ မစွဲယူချေ။ မစွဲယူသော် မျက်မှောက် ကိုယ်တွေ့အားဖြင့်ပင် ငြိမ်းအေးလေ၏။ ဘဝ ဘဝ၌ ဖြစ်ရခြင်းကုန်ပြီ။ အကျင့်မြတ်ကို ကျင့်ပြီးပြီ၊ ပြုဖွယ်ကိစ္စပြီးဆုံးပြီ၊ ဒုက္ခငြိမ်းရေးအတွက် အခြားပြုဖွယ်ကိစ္စ မရှိတော့ပြီဟု သိမြင်လေ၏။(အကျိုး -၆)

ဣဒ္ဓိပါဒ် ၄-ပါး

အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်း - ဆန္ဒိဒ္ဓိပါဒေါ၊ ဝီရိယိဒ္ဓိပါဒေါ၊ စိတ္တိဒ္ဓိပါဒေါ၊ ဝိမံသိဒ္ဓိပါဒေါ။

၁။ ဆန္ဒိဒ္ဓိပါဒ်

“ဆန္ဒသမာဓိပဓာနသင်္ခါရသမန္တာဂတံ ဣဒ္ဓိပါဒံ ဘာဝေတိ”

“ဆန္ဒစွမ်းအားကို အခြေခံပြီး ရလာသော သမာဓိ၊ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုဟူသော ပဓာနသင်္ခါရ(ဝီရိယ)နှင့် ပြည့်စုံသော ဣဒ္ဓိပါဒ်ကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေ၏။”

(မှတ်ဖို့လိုသောစကား ၃-လုံး - ဆန္ဒ၊ သမာဓိ ၊ ပဓာနသင်္ခါရ)

၂။ ဝီရိယိဒ္ဓိပါဒ်

“ဝီရိယသမာဓိပဓာနသင်္ခါရ- သမန္တာဂတံ ဣဒ္ဓိပါဒံ ဘာဝေတိ”

“ဝီရိယဟူသော လုံ့လကို အခြေခံပြီး ရလာသော သမာဓိ၊ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုဟူသော ပဓာနသင်္ခါရ (ဝီရိယ)နှင့် ပြည့်စုံသော ဣဒ္ဓိပါဒ်ကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေ၏။”

ဝီရိယ ၂-ခု ထူးပုံ

အခြေခံသော ဝီရိယနှင့် ကြိုးပမ်းအားထုတ်သော ဝီရိယ။ ဝီရိယချင်း တူသော်လည်း level/degree ချင်း မတူပြပါ။ အခြေခံသော ဝီရိယသည် ဝီရိယဖြစ်၍ ပဓာနသင်္ခါရသည် အဆင့်မြင့်သော ဝီရိယ၊မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် ရသွားနိုင်သော ဝီရိယမျိုးဖြစ်၏။ ဤသို့ထူးပါသည်။

၃။ စိတ္တိဒ္ဓိပါဒ်

“စိတ္တသမာဓိပဓာနသင်္ခါရသမန္တာဂတံ ဣဒ္ဓိပါဒံ ဘာဝေတိ”

“စိတ်ကို အခြေခံပြီး ရလာသော သမာဓိ၊ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုဟူသော ပဓာနသင်္ခါရ(ဝီရိယ)နှင့် ပြည့်စုံသော ဣဒ္ဓိပါဒ်ကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေ၏။”

၄။ ဝိမံသိဒ္ဓိပါဒ

"ဝိမံသသမာဓိပဓာနသင်္ခါရသမန္တာဂတံ ဣဒ္ဓိပါဒံ ဘာဝေတိ"

"ဝိမံသဟူသော အသိပညာကို အခြေခံပြီး ရလာသော သမာဓိ၊ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုဟူသော ပဓာနသင်္ခါရ (ဝီရိယ)နှင့် ပြည့်စုံသော ဣဒ္ဓိပါဒ်ကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေ၏။"

"တစ်ငွယ်ငင် တစ်စင်ပါ"

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏တရားတွေမှာ တစ်ခါတစ်ရံ အဓိကတရားကိုသာ ဦးတည်ပြီးဟောသော်လည်း တစ်ခုတည်း မဟုတ်။ ဆိုပါစို့ - သမာဓိလို့ပြောတဲ့အခါ သမာဓိတစ်ခုတည်း မဟုတ်ဘူး၊ သမာဓိနဲ့ ယှဉ်ဖော် ယှဉ်ဖက် တွေ အကုန်ပါရမယ်။ ဆန္ဒ/ဝီရိယ/စိတ်/ဝိမံသ - လို့ ပြောလိုက်တာနဲ့ သူတစ်မျိုးတည်း မဟုတ်ဘူး၊ သူ့ရဲ့ ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက်တရားတွေ အများကြီးပါတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။

သမာဓိ နှင့် ဝီရိယတို့ အရေးပါပုံ

မြတ်စွာဘုရားက **"သမာဓိပဓာနသင်္ခါရ- သမန္တာဂတံ ဣဒ္ဓိပါဒံ"** - စွမ်းဆောင်တဲ့နေရာမှာ သမာဓိနဲ့ ဝီရိယဟာ အင်မတန်မှ အရေးပါတာကြောင့် ဣဒ္ဓိပါဒ်မှာ အခြေခံဖြစ်တဲ့ ဆန္ဒ ဝီရိယ စိတ္တ ဝိမံသတို့ရဲ့ နောက်ဆက်တွဲအနေနဲ့ထည့်ပြီး ဖော်ပြ၏။

ဗုဒ္ဓသုတ် - ဣဒ္ဓိပါဒ် ၄-ပါးကို စနစ်တကျ ပွားများ အားထုတ်ခဲ့လို့ လောကမှာ ဘုရားဆိုတာဖြစ်လာတယ်၊ ဣဒ္ဓိပါဒ် ၄-ပါးကို မပွားရင် ဘုရားဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ဟောထား၏။

ဣဒ္ဓိပါဒ် ၄-ပါးမှ တစ်ပါးပါးကို အခြေပြု၍ အောင်မြင်ပေါက်ရောက်သွားပုံ

ဣဒ္ဓိပါဒ် ၄-ပါးမှာ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဆန္ဒကိုအခြေပြုပြီးတော့ `သမာဓိနဲ့ ပဓာန သင်္ခါရနဲ့ ပြည့်စုံသွား အောင် ကြိုးစားတယ်၊ တချို့က ဝီရိယ/စိတ်/ဝိမံသကို အခြေပြုတယ်။

သမ္မောဟဝိနောဒနီအဋ္ဌကထာ - ရာထူးဌာနန္တရရဖို့ အခြေခံချင်း မတူပုံ - ဥပမာ ၄ ခု

ပထမလူ - ကိုယ့်အထက်လူကြီးကို ကျကျနန အလုပ်အကျွေးပြုပြီး လူကြီးကပ်ပြီး ရာထူးရတယ်။
ဒုတိယလူ - သူရသတ္တိကိုအခြေခံပြီးတော့ ရာထူးရအောင် ကြိုးစားတယ်။ **တတိယလူ** - အမျိုးဂုဏ် ဇာတိ ဂုဏ်ကြောင့်၊ သူ့ရဲ့မျိုးရိုးကြောင့် ရာထူးရတယ်။ **စတုတ္ထလူ** - ထက်မြက်တဲ့ ပညာကြောင့် ရာထူးရတယ်။
မင်းခစား ၄-ဦး၌- ခစားခြင်း၊ ရဲစွမ်းသတ္တိ၊ အမျိုးဂုဏ်၊ အသိပညာ ဟူ၍ ၄-မျိုး ကွဲပြားသလို ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာလည်းပဲ ဆန္ဒကို၎င်း၊ ဝီရိယို၎င်း၊ စိတ်ကို၎င်း၊ ဝိမံသ-ပညာကို၎င်း အကြောင်းပြု၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိကြ၏။

(၁) ရှင်ရဋ္ဌပါလ

ရဋ္ဌပါလက တစ်ဦးတည်းသော သူဌေးသား၊ ဘုရားထံ ရဟန်းပြုဖို့ မိဘတွေက ခွင့်မပြု။ ခွင့်တောင်းတဲ့ နေရာမှာပဲ မြေကြီးပေါ် မှာ ၇-ရက်တိတ် လှဲအိပ်နေလိုက်တယ်။ သူ့ သူငယ်ချင်းတွေက မိဘတွေကို နားချတော့မှ ကဲ-သင်္ကန်းဝတ်နဲ့ ဆိုရင် နောက်တွေ့နိုင်သေးတယ်။ သေသွားလို့ရှိရင် တွေ့ရမှာ မဟုတ်တော့ဘူးဆိုပြီး မိဘတွေက ခွင့်မပြုချင်ဘဲ ခွင့်ပြုလိုက်ရတယ်။ သာသနာ့ဘောင်ဝင်ပြီး တရားကို အားထုတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားတယ်။ သူ့ရဲ့အောင်မြင်မှုဟာ ဆန္ဒကိုအခြေခံတယ်။

(၂) ရှင်သောဏ

မဂဓတိုင်းသား၊ အလွန်ချမ်းသာ၊ သူ့ခန္ဓာကိုယ်က အင်မတန်မှနူးညံ့ပြီး သူ့ခြေဖဝါးမှာ အမွေးနု လေးတွေ ပေါက်နေတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားကိုနာပြီး တစ်ခါတည်း သင်္ကန်းဝတ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။ သုသာန်မှာနေပြီး စင်္ကြံလျှောက် တရားအားထုတ်တဲ့အခါ ခြေထောက်က အမွေးတွေလည်းကျွတ်၊ ခြေထောက်တွေကွဲ၊ သူ့စင်္ကြံလမ်းဟာ သွေးသံရဲရဲနဲ့ ဖြစ်နေတယ်။ လမ်းမလျှောက်နိုင်တဲ့အခါ ဒူးထောက် ပြီးသွားတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက သူ့ဆီကြွသွားပြီး သောဏ၊ ‘မင်း စောင်းတီးတတ်တယ် မဟုတ်လား?’ ‘တီးတတ်ပါ တယ်တဲ့’၊ ‘မင်း စောင်းကြိုးတွေ တအားတင်းပြီးတော့ တီးရင် ဘယ်လိုနေတုန်း?’ ‘မသာယာဘူး’ ‘ဒါဖြင့် စောင်းကြိုးကို လျော့လျော့လေးထားရင်ရော?’ ‘မသာယာဘူး’ ဒီတော့ စောင်းကြိုးဟာ မလျော့မတင်း ကလေးလုပ်ပြီး တီးမှ အသံသာတယ်။ အဲဒါလိုပဲ သိပ်ပြီး ပြင်းပြင်းထန်ထန် မလုပ်ဘဲ ဝီရိယနဲ့သမာဓိ မျှအောင်လုပ်ရမယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက နည်းလမ်းပေးတယ်။ ထိုနည်းအတိုင်း အားထုတ်တဲ့အခါ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။

သူက လုံ့လဝီရိယရှိပြီး အင်မတန်ကြိုးစားတော့ ဘယ်လောက်နာနာ ဂရုမစိုက်။ မြတ်စွာဘုရားက သူ့အပေါ်မှာ သနားတယ်။ သူ့မျှားနဲ့မတူဘူး၊ သူ့ခြေဖဝါးက ပိုနုတာ၊ အဲဒါကြောင့်မို့ သူ့ကို အကြောင်း ပြုပြီးတော့ သောဏ၊ မင်းခြေထောက်က မနင်းနိုင်ဘူးဆိုရင် ငါ တစ်လွှာဖိနပ် မင်းကို စီးခွင့်ပြုမယ် ဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရားကို ပြန်လျှောက်တယ်။ အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်ကို အထူးအခွင့်အရေး ပေးမယ်ဆိုရင် တပည့်တော်တစ်ယောက်တည်းဆို မယူချင်ပါဘူး၊ သံဃာတွေ အားလုံးကို တစ်လွှာဖိနပ် စီးခွင့် ပြုတယ် ဆိုရင်တော့ တပည့်တော်စီးပါ့မယ်။ အဲဒီကနေစပြီး ဖိနပ်စီးခွင့်ရသွားတာ၊ ဝိနည်းကျမ်းထဲမှာ မှတ်တမ်း ရှိတယ်။ ရှင်သောဏမထေရ်ဆိုတာ လုံ့လဝီရိယ ကို အခြေခံပြီးတော့ သမာဓိနဲ့ ပဓာနသင်္ခါရလို့ဆိုတဲ့ ဣဒ္ဓိပါ တွေကို ကြိုးပမ်းအားထုတ်လို့ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်သွားတာဖြစ်တယ်။

(၃) ရှင်သမ္ဘူတ

ရှင်အာနန္ဒာရဲ့ တပည့်၊ ဗုဒ္ဓ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုပြီးနောက်မှာ ရဟန်းဘဝ ရခဲ့တယ်။ စိတ်ဓာတ်ကို အခြေခံပြီး သမာဓိနဲ့ ပဓာနသင်္ခါရကို ကြိုးပမ်းအားထုတ်လို့ ရဟန္တာဖြစ်လာတယ်။ စိတ္တကို အခြေခံပြီး ဗုဒ္ဓိပါဒ ပြီးတယ်ဆိုတာ မထင်ရှားဘူး၊ သို့သော် **ရှင်သမ္ဘူတ မထေရ်ရဲ့ အဆုံးအမစကားများ**ကို ထေရဂါထာမှာ ယခုလို ဖော်ပြထားတယ်။

"နှေးနှေးလုပ်ရမယ့်နေရာ နှေးနှေးလုပ်၊ မြန်မြန်လုပ်ရမယ့်နေရာ မြန်မြန်လုပ်၊ မြန်မြန်လုပ်ရမယ့်နေရာ နှေးကွေးနေမယ်၊ နှေးနှေးလုပ်ရမယ့်နေရာ မြန်မြန်လုပ်မယ်ဆိုရင် ကောင်းကျိုး ချမ်းသာတွေ မရနိုင်။"

(၄) မောဃရာဇရသေ့

ပါရာယနဒေသနာမှာပါတဲ့ မောဃရာဇ ရဟန်းဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားက "လောကကြီးကို သုညလို့ မြင်အောင်ရှုလို့ ဝိပဿနာရှုနည်းကိုပေးတယ်။ သူလည်း အသိဉာဏ် ရင့်ကျက်လာတဲ့အခါမှာ ရင့်ကျက် လာတဲ့အသိဉာဏ်ကို အခြေပြု ပြီး ဝိပဿနာရှုလို့ မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ရတယ်။ ဝီမံသ ဆိုတဲ့ ဉာဏ်ကို အခြေပြုပြီးတော့ ရဟန္တာဖြစ်လာတယ်။

ဣဒ္ဓိနှင့် ဣဒ္ဓိပါဒ အရ

ဣဒ္ဓိပါဒ - ပြည့်စုံခြင်းရဲ့ အကြောင်း တရား။ **ဣဒ္ဓိ** - ပြည့်စုံမှု၊ အောင်မြင်ပေါက်ရောက်မှု။

တစ်ခါတစ်ရံ ပါဠိတော်တွေမှာ ဆန္ဒကိုပဲ ဣဒ္ဓိလို့ ခေါ်သလို ဣဒ္ဓိပါဒလို့လည်း ခေါ် ပုံ

အကြောင်းမှာ - ဆန္ဒသည် ဆန္ဒတစ်ခုတည်း ဖြစ်တာမဟုတ်ဘဲ၊ ဆန္ဒဖြစ်ပြီဆိုလျှင် သမာဓိနှင့် ပဓာနသင်္ခါရ (ဝီရိယ)တို့ တွဲလာသည့်အတွက်ကြောင့် ဖြစ်၏။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် - ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်သူတွေအတွက် မရှိမဖြစ်တဲ့အရာ ၃-ခု

အာတာပီ သမ္မဇာနော သတိမာ ၊ အာတာပ - လုံ့လ ဝီရိယ၊ **သတိမာ** - သတိတရား၊ **သမ္မဇာန** - ဆင်ခြင်တုံ ပညာ။

ဣဒ္ဓိနှင့် ဣဒ္ဓိပါဒ အရ ယူပုံ

ရှေ့ရှေ့ပိုင်းတွေက အကုန်လုံးသည် **ဣဒ္ဓိပါဒ**၊ နောက်နောက်က ရလာတဲ့အဆင့်တွေသည် **ဣဒ္ဓိ**။

(၁)သမထကျင့်စဉ်ကိုကျင့်ရာ၌၊

ရှေ့ပိုင်း ကျင့်နေတာ တွေမှန်သမျှ **ဣဒ္ဓိပါဒ**၊ ပထမဈာန်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန်၊ အရူပဈာန်တို့ရရှိမှုသည် **ဣဒ္ဓိ**။

ပထမဈာန်ရဖို့ရာအတွက် ရှေးဦးစွာကျင့်နေတဲ့ သြဒါတ ကသိုဏ်း (အဖြူရောင်ပေါ်မှာ)ကျင့်နေပြီဆိုရင် ပထမဈာန်မရခင် ရှေ့ပိုင်း လေ့ကျင့်နေတာမှန်သမျှ **ဣဒ္ဓိပါဒ**၊ လေ့ကျင့်လို့ အောင်မြင်ရရှိသွားတဲ့ ပထမဈာန်သည် **ဣဒ္ဓိ**။ ပထမဈာန် ရသွားပြီး ဒုတိယဈာန်ကိုတက်မည်ဆိုလျှင်၊ ပထမဈာန်သည် **ဣဒ္ဓိပါဒ**၊ ဒုတိယဈာန်သည် **ဣဒ္ဓိ**။

(၂)ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကိုကျင့်ရာ၌၊

ရှေ့ပိုင်းမှာ သတ္တဝါဆိုတဲ့ အမှတ်သညာ ပျောက်သွားအောင် ရုပ်နဲ့နာမ်နဲ့ ကွဲကွဲခြားခြားသိတဲ့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ထိုနာမ်ရုပ်ရဲ့အကြောင်းတရားကိုပါသိတဲ့ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ ဒီဉာဏ်နှစ်ခုဟာ **ဣဒ္ဓိပါဒ**။ (နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကို သွားဖို့အတွက် **ဣဒ္ဓိပါဒ**၊ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ရလာရင် **ဣဒ္ဓိ**။)

သမ္မသနဉာဏ် ဖြစ်ပြီးရင် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်တယ်။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် > ဘင်္ဂဉာဏ် > ဘယဉာဏ် > အာဒိနဝဉာဏ် > နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် > မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ် > ပဋိသင်္ခါဉာဏ် > သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် > သောတာပတ္တိမဂ်၊ သကဒါဂါမိမဂ်၊ အနာဂါမိ မဂ်ဆိုပြီး အသီးသီး ဖြစ်လာတယ်။

ဝိပဿနာဉာဏ်သည် **ဣဒ္ဓိပါဒ**၊ သောတာပတ္တိ မဂ်ဉာဏ်သည် **ဣဒ္ဓိ**၊ တစ်ခါ သကဒါဂါမိမဂ်ရဲ့ ရှေ့ပိုင်းမှာ ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်သည် **ဣဒ္ဓိပါဒ**၊ သကဒါဂါမိမဂ်သည် **ဣဒ္ဓိ**။

(၃)အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ အားထုတ်တယ် ဆိုလို့ရှိရင်၊

အာနာပါနပေါ်မှာ လေ့ကျင့်ပြီးတော့ သမာဓိ ရအောင် ကြိုးစားနေတာကို **ဣဒ္ဓိပါဒ**။ ရလာတဲ့ သမာဓိက **ဣဒ္ဓိ**၊/ ဝိပဿနာ ဆိုလို့ရှိရင် သောတာပန် ဖြစ်သွားမယ်.. **ဣဒ္ဓိ**။

ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်နေရင် အလုပ်မဂ္ဂင် ၅-ခု ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီ ၅-ခုဟာ အစွမ်းထက်လာပြီ၊ စွမ်းဆောင် နိုင်လာပြီဆိုရင် **ဣဒ္ဓိပါဒ**၊ ရရှိလာတဲ့ အကျိုးတရားက **ဣဒ္ဓိ**။

ဣဒ္ဓိပါဒ၏ စွမ်းရည်သတ္တိ

(၁) အာယုသင်္ခါရဖလသမာပတ် (မဟာပရိနိဗ္ဗာနသုတ်ထဲရော ဣဒ္ဓိပါဒသံယုတ်)

မြတ်စွာဘုရားဟာ သက်တော် ၈၀-ပြည့်ဖို့ ၁၀-လလောက်အလို ဝေဠုဝဏ္ဏလေးမှာ ဝါကပ်တဲ့အချိန်မှာ ရောဂါ ဖြစ်တယ်။ (မရဏန္တိကဝေဒနာ = သေမှရပ်မည့်ဝေဒနာ (ဝါ) သေခြင်းသို့ နီးကပ်သွားစေတယ်)

မြတ်စွာဘုရားဟာ အာယုသင်္ခါရဖလသမာပတ် (ဝိပဿနာကို အသေးစိတ်ရှုပြီးတော့ ဝင်စားရတဲ့ ဖလသမာပတ်)ကို ဝင်စားပြီး ရောဂါဝေဒနာတွေကို ဟန့်တားထားလိုက်တယ်။ (နောက် ၁၀-လကြာမှ သုဘဒ္ဒက သူ့ရဲ့ အသိဉာဏ်တွေက ရင့်ကျက် > ဘုရားဆီရောက်လာ > တရားဟောရမှာမို့)

မြတ်စွာဘုရားက ရောဂါပျောက်ပြီးတဲ့နောက်မှာပဲ အာနန္ဒာနဲ့ စာပါလစေတီဘက်ကို သွားမယ်ဆိုပြီး ညီအစ်ကိုနှစ်ပါး သွားကြတယ်။ "အာနန္ဒ၊ ဣဒ္ဓိပါဒ် ၄-ပါးကို ကျကျနန ပွားများလေ့လာ ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကိုယ့်အသက်ကို ဆွဲဆန့်လို့ရတယ်။ ဒါ မြတ်စွာဘုရားက စကားရိပ်သန်းတာ၊ ရှင်အာနန္ဒက အရှင်ဘုရား၊ အများသတ္တဝါတွေအကျိုးအတွက် သက်တမ်းစေ့အောင်တော့ နေပါဘုရား၊ လို့လျှောက်ရမှာ၊ ဘုရားက ၃ ခါတောင်ထပ်ပြောတယ်၊ ရှင်အာနန္ဒက ၃ခါလုံး မလျှောက်ဘူး။ (မာရ်နတ်ကြီးက လာပြီးတော့ ကြောက်စရာအာရုံတွေပြတာကို ကြည့်နေတာနဲ့ ဘုရား ဘာပြောလိုက်မှန်း သူ့မသိဘူးဖြစ်နေလို့) အဲဒါနဲ့ သုံးကြိမ်ပြည့်တဲ့အခါ အာနန္ဒ၊ ကဲ-မင်းသွားတော့၊ ငါတစ်ပါးတည်း နေတော့မယ်လို့ လွှတ်လိုက်တယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ မာရ်နတ်ကဝင်ပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်စံဖို့ လျှောက်တယ်၊ မြတ်စွာဘုရားက ဘာမှမပူနဲ့ ၊ နောက် ၃ လဆိုရင် ငါ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော့မယ်(အာယုသင်္ခါရဖလသမာပတ်ကို သုံးလပဲ ငါဝင်စားတော့မယ်)လို့ မြတ်စွာဘုရားက မာရ်နတ်ကို ကတိပေးလိုက်တယ်။ (အာယုသင်္ခါရလွှတ်တယ်လို့ဆိုလို)

အာယုသင်္ခါရလွှတ်တယ်ဆိုတာ - အသက်ကို ဆွဲဆန့်ထားသော ဖလသမာပတ်ကို သုံးလဟိုဘက် မဝင်စားတော့ခြင်း ဖြစ်၏။ အာယုသင်္ခါရဖလသမာပတ်ကို ဆက်ဆက်ပြီး ဝင်စားထားလို့ရှိရင် အသက်က ရှည်နေဦးမည်။

(၂) သုတ္တန်တစ်ခုခွဲ

ငါဟာ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးနဲ့ ဗြဟ္မာ့ပြည်ကို ရောက်အောင် သွားဖူးတယ်။ "မနောမယကာယ - စိတ်နဲ့ ဖန်တီးလိုက်တဲ့ ကိုယ်နဲ့လည်းပဲ ဗြဟ္မာ့ပြည်ကို သွားဖူးတယ်"ဟုဟောထား၏။

ဣဒ္ဓိပါဒ အဖွင့် ပြီး၏။

အပိုင်း (၅) ကုဋ္ဌိယ၊ ဗလ အဖွင့်

ကုဋ္ဌိယ၊ ဗလ

ကုဋ္ဌိယ နှင့် ဗလသည် စွမ်းဆောင်မှုကိစ္စချင်း ကွဲပြားခြားနားသောကြောင့် နှစ်မျိုးခွဲဟောသော်လည်း တရားဓမ္မမှာမူ အတူတူဖြစ်၏။

ကုဋ္ဌိယ နှင့် အဓိပတိ အစိုးရမှုနှစ်ခု ကွဲပြားခြားနားမှု

အဓိပ္ပါယ်	ကုဋ္ဌိယ - အစိုးရခြင်း။	အဓိပတိ - အစိုးရခြင်း။
အစိုးရမှု	ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ဌာနကိစ္စ၌သာ အစိုးရ၏။	အားလုံးကို ပြိုင်ဘက်မရှိ အစိုးရ၏။
စာပေ ကျမ်းဂန် ဥပမာ	ကုဋ္ဌိယ သည် ဝန်ကြီးနှင့်တူ၏။ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာဝန်ကြီးတွေက သူဌာနကိုပဲ လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိပြီး ကျန်ဌာနကို သူ လုပ်ပိုင်ခွင့် မရှိဘူး။ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ဆိုတဲ့ ဒီသဘာဝတရား ၅-ခုဟာ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ကိစ္စတွေမှာ သူတို့စိုးပိုင်ကြ၏။	အဓိပတိ သည် ဝန်ကြီးချုပ်၊ သမ္မတနှင့်တူ၏။ အကုန်လုံးနှင့် ဆိုင်ပြီး ဌာနအားလုံးပေါ်မှာ သူက ချုပ်ကိုင် နိုင်၏။

ဗောဓိပက္ခိယနှင့် ပတ်သက်သော ကုဋ္ဌိယမှာ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာတို့ဖြစ်၏။ (တခြားနေရာမှာ ကုဋ္ဌိ ၆-ပါးလို့ ပြောတာက မျက်စိ နား နှာ လျှာ ကိုယ် စိတ်)၊ ၎င်းတို့ကို ကုဋ္ဌိဟု ဆိုရခြင်းမှာ ဆိုင်ရာကိစ္စ၌ အစိုးရရရှိခြင်း၊ ချုပ်ကိုင်နိုင်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်၏။

သဒ္ဓါနှင့်ယှဉ်တွဲနိုင်သော စေတသိက်များ

သောဘနစေတသိက် ၂၅-ပါး၊ ပကိဏ္ဍိယစေတသိက် ၆-ပါး၊ သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ စေတသိက်က ၇-ပါး၊ တို့သည် သဒ္ဓါနှင့် ပြိုင်တူဖြစ်၏။ ပြိုင်တူချုပ်၏။ အာရုံတစ်မျိုးတည်းမှာ အာရုံပြုကြ၏။ မှီရာတစ်မျိုးတည်းမှာ ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။ (စေတသိက - သမ္ပယောဂလက္ခဏာ ၄-ပါး) သဒ္ဓါသည် မိမိနှင့် ယှဉ်ဖက် တရား တို့ကိုလည်း ယုံကြည်စေ၏။ မိမိ နောက်ကိုလည်း အကုန်လိုက် စေ၏။

သဒ္ဓါ၏ စွမ်းရည်သတ္တိ - ၂ မျိုး

(၁) ယုံကြည်ခြင်းကိစ္စ၌ စိုးပိုင်ခြင်း။ (ဣန္ဒြိယ) (၂) ဆန့်ကျင်ဘက်တရားတို့နှင့် ကြုံသောအခါ ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှားသွားမှု မရှိခြင်း။ (ဗလ)

မြတ်စွာဘုရား၏ ဗောဓိဉာဏ်ကို ယုံကြည်မှုသည် အဓိကအကျဆုံး

မြတ်စွာဘုရားက သဒ္ဓါဆိုတာ - **"သဒ္ဓဟတိ တထာဂတဿ ဗောဓိ"** မြတ်စွာဘုရား၏ ဗောဓိဉာဏ်ကြီးကို လက်ခံယုံကြည်ခြင်းကို သဒ္ဓါ ဟုမိန့်၏။ သဒ္ဓါဆိုတာ ကံ,ကံ၏ အကျိုးကို ယုံကြည်ခြင်း၊ ရတနာ ၃- ပါး ၏ဂုဏ်ကို ယုံကြည်ခြင်းဟုလည်းဆိုကြ၏။ မမှားပါ။ သို့သော် အဓိကကျသော မြတ်စွာဘုရား၏ ဉာဏ်တော်ကို ယုံကြည်ပြီဆိုလျှင် ကျန်အရာတို့အပေါ်၌ ယုံကြည်မှုသည် အလိုအလျောက် ပြီးသွား၏။
အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် - ကံ,ကံ၏အကျိုးသည် ဘုရားဟောဖြစ်ခြင်း၊ ရတနာ ၃-ပါးသည် မြတ်စွာဘုရား၊ ဘုရားဟောသောတရားနှင့် ဘုရား၏ တပည့်သားသာဝကတွေပင် ဖြစ်ခြင်း တို့ကြောင့် ဖြစ်၏။

ဣန္ဒြေ ၅-ပါး အဓိပ္ပါယ်

သဒ္ဓါဇ္ဈန္ဒ

အာရုံသို့ ပြေးဝင်ခြင်းကိစ္စ၊ ယုံကြည်ခြင်းကိစ္စ၊ ဆုံးဖြတ်ခြင်းကိစ္စတို့၌ လွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်ကြီးစိုးနိုင် သောကြောင့် သဒ္ဓါဇ္ဈန္ဒ မည်၏။

ဝီရိယိဇ္ဈန္ဒ

ပဂ္ဂဟကိစ္စ (မြှောက်ပင့်ပေးထားခြင်းကိစ္စ)၌ လွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်ကြီးစိုးနိုင်သောကြောင့် ဝီရိယိဇ္ဈန္ဒ မည်၏။

သတိဇ္ဈန္ဒ

ဥပဋ္ဌာနကိစ္စ (စိတ်နှင့်အာရုံကိုကပ်ပြီး တည်နေခြင်းကိစ္စ)၌ လွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်ကြီးစိုးနိုင်သောကြောင့် သတိဇ္ဈန္ဒ မည်၏။

သမာဓိဇ္ဈန္ဒ

စိတ်တည်ငြိမ်မှု (အတူဖြစ်ဖက်တရားတို့ကို ပေါင်းစုစေခြင်းကိစ္စ)၌ လွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်ကြီးစိုးနိုင် သောကြောင့် သမာဓိဇ္ဈန္ဒ မည်၏။

ပညိဇ္ဈန္ဒ

အမှန်တရားကိုမြင်ခြင်း ကိစ္စ၌ လွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်ကြီးစိုးနိုင်သောကြောင့် ပညိဇ္ဈန္ဒ မည်၏။

ဗိုလ် ၅-ပါး

သဒ္ဓါဗိုလ်

မယုံကြည်မှု ဟူသော ဆန့်ကျင်ဘက်တရားကြောင့် လှုပ်ရှားယိမ်းယိုင်မှု မရှိခြင်း၊ ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက် တရားတို့ အပေါ်၌ ခိုင်ခိုင်မာမာ ရပ်တည်နိုင်ခြင်းဟူသော အင်အားရှိသည့် အတွက်ကြောင့် သဒ္ဓါဗိုလ် မည်၏။

ဝီရိယဗိုလ်

ပျင်းရိမှု ဟူသော ဆန့်ကျင်ဘက်တရားကြောင့် လှုပ်ရှားယိမ်းယိုင်မှု မရှိခြင်း၊ ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက် တရားတို့ အပေါ်၌ ခိုင်ခိုင်မာမာ ရပ်တည်နိုင်ခြင်းဟူသော အင်အားရှိသည့် အတွက်ကြောင့် ဝီရိယဗိုလ် မည်၏။

(အကုသိုလ်တရားတို့ကို ဖယ်ရှားပစ်ဖို့၊ ကုသိုလ်တရားတို့ကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေဖို့ စွဲစွဲမြဲမြဲ ကြိုးပမ်း အားထုတ်မှုသည် **ဝီရိယ** မည်၏။ (ဝါ) မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်ကို မဖြစ်အောင်၊ ဖြစ်ပြီးသား အကုသိုလ်ကို ဖယ်ရှားဖို့ရန်၊ မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကိုဖြစ်အောင်၊ ဖြစ်ပြီးသား ကုသိုလ်တရားတို့ကို တည်တံ့အောင်၊ တိုးပွားလာအောင်၊ ကြိုးစားမှု ၄- ရပ်သည် **ဝီရိယ** မည်၏။)

သတိဗိုလ်

မေ့လျော့မှု ဟူသော ဆန့်ကျင်ဘက်တရားကြောင့် လှုပ်ရှားယိမ်းယိုင်မှု မရှိခြင်း၊ ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက် တရားတို့ အပေါ်၌ ခိုင်ခိုင်မာမာ ရပ်တည်နိုင်ခြင်းဟူသော အင်အားရှိသည့် အတွက်ကြောင့် သတိဗိုလ် မည်၏။

သမာဓိဗိုလ်

စိတ်ပျံ့လွင့်မှု ဟူသော ဆန့်ကျင်ဘက်တရားကြောင့် လှုပ်ရှားယိမ်းယိုင်မှု မရှိခြင်း၊ ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက် တရားတို့ အပေါ်၌ ခိုင်ခိုင်မာမာ ရပ်တည်နိုင်ခြင်းဟူသော အင်အားရှိသည့် အတွက်ကြောင့် သမာဓိဗိုလ် မည်၏။

ပညာဗိုလ်

ပညာကင်းမဲ့မှု (မောဟ/အဝိဇ္ဇာ)ဟူသော ဆန့်ကျင်ဘက်တရားကြောင့် လှုပ်ရှားယိမ်းယိုင်မှု မရှိခြင်း၊ ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက် တရားတို့ အပေါ်၌ ခိုင်ခိုင်မာမာ ရပ်တည်နိုင်ခြင်းဟူသော အင်အားရှိသည့် အတွက်ကြောင့် ပညာဗိုလ် မည်၏။

ဣန္ဒြေတို့၏ စွမ်းရည်သတ္တိ ထင်ရှားပုံ

- (၁) သဒ္ဓိန္ဒြေ သည် - သောတာပတ္တိယင်္ဂ ၄-မျိုး၌ ထင်ရှား၏။
- (၂) ဝီရိယိန္ဒြေ သည် - သမ္မပ္ပဓာန်တရား ၄-ပါး၌ ထင်ရှား၏။
- (၃) သတိန္ဒြေ သည် - သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါး၌ ထင်ရှား၏။
- (၄) သမာဓိန္ဒြေ သည် - ဈာန် ၄-ပါး၌ ထင်ရှား၏။
- (၅) ပညိန္ဒြေ သည် - သစ္စာ ၄ ပါး၌ ထင်ရှား၏။

သဒ္ဓိန္ဒြေ /သဒ္ဓါဗိုလ်၏ စွမ်းရည်သတ္တိ

သဒ္ဓိန္ဒြေ /သဒ္ဓါဗိုလ်၏ စွမ်းရည်သတ္တိကို **သောတာပတ္တိယင်္ဂ** - သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်၏ အင်္ဂါ ၄-ရပ်နှင့် ပတ်သက်၍ တွေ့နိုင်၏။

သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်၏ အင်္ဂါ ၄-ရပ်

- (၁) **ဗုဒ္ဓေ အဝေစ္စ ပဿာဒ** - ဘုရားဂုဏ်၌ သက်ဝင်ကြည်ညိုခြင်း။
 - (၂) **ဓမ္မေ အဝေစ္စ ပဿာဒ** - တရားဂုဏ်၌ ဉာဏ်နှင့် သက်ဝင်ပြီး ကြည်ညိုခြင်း။
 - (၃) **သံဃေ အဝေစ္စ ပဿာဒ** - သံဃာတို့၌ အသိဉာဏ်နှင့် သက်ဝင်ကြည်ညိုခြင်း။
 - (၄) **အရိယကန္တသီလ** - အရိယာတို့ မြတ်နိုးအပ်သော သီလ၊ သမာဓိ ဖြစ်စေနိုင်လောက်အောင် ခိုင်ခိုင်မာမာ မြတ်မြတ်နိုးနိုး ကျင့်သုံးခြင်း။
- (မှတ်ချက်။ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်(ဖြစ်ပြီးသူ)၏ အင်္ဂါ၄-ရပ်၊ သောတာပန် ဖြစ်ကြောင်း အင်္ဂါ ၄-ပါး။ ဒီ ၂ခုထဲက သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်၏အင်္ဂါ ၄ရပ် ကိုသာ သောတာပတ္တိယင်္ဂ အဖြစ် ယူရမည်။)

သောတာပန်ဖြစ်ကြောင်း အင်္ဂါ ၄-ပါး

- (၁) **သပ္ပုရိသသံသေဝ** - သဿူတော်ကောင်းကိုဆည်းကပ်ခြင်း။ (ဗဟိဒ္ဓ အကြောင်း)
- (၂) **သဒ္ဓမ္မဿဝန** - သူတော်ကောင်းတရားကို ကြားနာခြင်း။ (ဗဟိဒ္ဓ အကြောင်း)
- (၃) **ယောနိသောမနသိကာရ** - သင့်တင့်စွာ နှလုံးသွင်းခြင်း။
- (၄) **ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိ** - လောကုတ္တရာတရားနှင့် သင့်လျော်တဲ့အကျင့်ကို ကျင့်သုံးခြင်း။

သဒ္ဓါ၏စွမ်းအား၊ လုပ်ဆောင်ချက် အလွန်ထင်ရှားပုံ ဥပမာ

(၁) သူရမ္မဋ္ဌ ဝတ္ထု

မြတ်စွာဘုရားက သူရမ္မဋ္ဌ အိမ်ကြွပြီး တရားဓမ္မ ဟောတဲ့အခါ သောတာပန်ဖြစ်သွားတယ်။ ဘုရား အပေါ်မှာ ဘယ်လိုမှ မပြောင်းလဲတဲ့ ယုံကြည်ချက်နဲ့ ယုံကြည်သွားတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက တရားဟော ပြီးတော့ ကျောင်းတော်ကို ပြန်ကြွသွားလို့ မကြာခင်ဘဲ ပြန်ကြွလာတယ်။ သူရမ္မဋ္ဌ ရေ ... ခုနက ငါပြောခဲ့တဲ့ စကားလေးတစ်ခု ငါပြင်ပြီးတော့ ပြောချင်လို့ လာခဲ့တာ။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လို့ဟောခဲ့တဲ့ သင်္ခါရတရားတွေဟာ အကုန်လုံး အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီလိုပြောတဲ့အခါ သူရမ္မဋ္ဌက လုံးဝလက်မခံဘူး။ သင် ဘယ်သူ လဲ မေးတဲ့အခါ မာရ်နတ် ဖြစ်နေတယ်။

(၂) ဖုဿဒေဝထေရ ဝတ္ထု

သီဟိုဠ်ကျွန်း၊ အနုရာဓပူရမြို့ မဟာစေတီဘုရား (သီဟိုဠ် အခေါ် ရှုဝမ်ဝေလီ) ၌ နေ့စဉ် ဗုဒ္ဓာနုဿတိ ပွားသော မထေရ်ကြီးက ဘုရားကို သိပ်ကြည်ညိုတယ်။ ဘုရားကို အကြိမ်ကြိမ်ရှိခိုး၊ ဘုရားကို အာရုံပြုပြီး စိတ်ကြည်နူး နေပြီဆိုရင် နွားကြီးတစ်ကောင် က တက်တက်လာပြီးတော့ စေတီရင်ပြင်ကို မစင်တွေ စွန့်စွန့် သွားတယ်။ နေ့တိုင်းလာတာ၊ နွားအစစ် မဟုတ်လောက်ဘူး။ သင်ဘယ်သူလဲ လို့ မေးတော့ မာရ်နတ်ကြီး ဖြစ်နေတယ်။ မာရ်နတ်ကို မိတ်ဖွဲ့လိုက်ပြီး ဘုရားပုံ ဖန်ဆင်းပြစမ်းပါ လို့ ဆိုတဲ့အချိန်မှာ မာရ်နတ်က တကယ့်ကို ဘုရားနဲ့တူအောင် ဖန်ဆင်းပြတယ်။ သူကကြည်ညိုလွန်းအားကြီးလို့ ရှိခိုးလိုက်တဲ့အခါ မာရ်နတ်ကြီး လွင့်သွားတယ်။

ဣန္ဒြေ ၅-ပါး၊ ဗိုလ် ၅-ပါးကို အစွမ်းထက်လာအောင် လုပ်နည်း

(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်လာ နည်း ၉-မျိုး၊ အကျဉ်း)

- (၁) သင်္ခါရတရားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသင်္ခါရတရားတို့၏ ပျက်မှုကို မြင်အောင်ကြိုးစားပါ။
- (၂) ထိုသို့ မြင်ဖို့ရာအတွက် တလေးတစား ကြိုးစားမှုရှိရမည်။
- (၃) အမြဲတမ်း ကြိုးစားအားထုတ်မှု ရှိရမည်။
- (၄) သင့်လျော်လျောက်ပတ် ကောင်းမြတ်သော အကြောင်းတရားနှင့် ပံ့ပိုးပြီးကြိုးစားရမည်။
- (၅) သမာဓိနှင့် အာရုံကို ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ယူမှတ်ထားရမည်။
- (၆) ဗောဇ္ဈင်တရားနှင့် လျော်အောင် ကျင့်သုံးနိုင်ရမည်။

(၇) မိမိကိုယ်ကာယ မိမိ၏ အသက်ပေါ်၌ ငဲ့ကွက်မှု ကင်းရမည်။

(၈) ထိုငဲ့ကွက်နေမှုကို လွှမ်းမိုးပြီး ထွက်မြောက်အောင် ကြိုးစားရမည်။

(၉) ကိုယ့်လုပ်ငန်းမပြီးသေးဘဲ မရပ်နားရပါ။

ဗောဇ္ဈင်နှင့်လျော်အောင် ကျင့်သုံးခြင်းဆိုသည်မှာ -

စိတ်ဓာတ်တွေ ပျော့ညံ့နေလျှင် = ဓမ္မဝိစယ ဝီရိယ ပီတိ ဗောဇ္ဈင်တရားတို့နှင့် တိုးမြှင့်ပေးရမည်။

စိတ်ဓာတ်တွေ သိပ်တက်နေလျှင် = ပဿဒ္ဓိ၊ သမာဓိ၊ ဥပေက္ခာ ဗောဇ္ဈင်တရားတို့နှင့် လျှော့ချပေးရမည်။

ပဟိတတ္ထော ဟူသည် - ကိုယ်နှင့် အသက်ကို မငဲ့ကွက်ဘဲ နိဗ္ဗာန်သို့ စေလွှတ်အပ်သောစိတ် ရှိသည်ဖြစ်၍။

ပဟိတတ္ထံ ၌ - **အတ္တ** အရ 'စိတ်'ကိုရ၏။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ရလို့ ဖြစ်တာပျက်တာ မြင်လာတဲ့အခါ -

သဒ်ခါတရားတွေ ပိုထက်လာတယ်၊ ဉာဏ်တွေ ပိုထက်လာတယ်၊ ဝီရိယတွေ ပိုထက်လာတယ်၊ ချမ်းသာသုခတွေ ပိုမြဲလာတယ်။ (ဝိပဿနုပက္ခိလေသ ၁၀-ပါးထဲမှ အဓိမောက္ခဆိုတာ သဒ္ဓါ ဖြစ်၏။)

ဣန္ဒြေတွေထက်အောင် ကြိုးစား အားထုတ်ပြီး သဒ္ဓါ ဝီရိယ သတိ သမာဓိ ပညာဆိုတဲ့ ဣန္ဒြေတွေ ပြည့်စုံသွားပြီဆိုရင် -

၁- ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရဟန္တာ ဖြစ်တယ်၊

၂- ရဟန္တာ မဖြစ်သေးလို့ရှိရင် အနာဂါမ် ဖြစ်တယ်။

၃- အဲဒီထက် နည်းနည်းညံ့ရင် သကဒါဂါမ် ဖြစ်တယ်။

၄- အဲဒီထက် နည်းနည်းညံ့ရင် သောတာပန် ဖြစ်တယ်။

၅- အညံ့ဆုံးဆိုရင် ပုထုဇဉ် ဖြစ်တယ်။

ပုထုဇဉ်သည် ဣန္ဒြေ တို့၏ အပြင်ရောက်နေပုံ

“ယဿ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဣမာနိ ပဋိန္ဒြိယာနိ သဗ္ဗေန သဗ္ဗ သဗ္ဗထာ သဗ္ဗ နတ္ထိ။

တမဟံ ဗာဟိရော ပုထုဇ္ဇနပက္ခေ ဌိတော တိ ဝဒါမိ။ ”

ဒီဣန္ဒြေ ၅-ပါးသည် အချင်းခပ်သိမ်း လုံးဝ ဘယ်ဘက်ကမှ ပြည့်ပြည့်စုံစုံမရှိပါ။ အပြင်ရောက်နေသော ပုထုဇဉ်သည် တကယ့်ကို ဣန္ဒြေတို့၏ အပြင်ရောက်နေသော(ကင်းကွာနေသော) ပုထုဇဉ်ဖြစ်၏။

ဣန္ဒြိယသမ္ပန္န (ဣန္ဒြေတွေနှင့် ပြည့်စုံသောပုဂ္ဂိုလ်) ဟူသည် -

သဒ္ဓိန္ဒြေ၊ ဝီရိယိန္ဒြေ၊ သတိန္ဒြေ၊ သမာဓိန္ဒြေ၊ ပညိန္ဒြေ တို့ကို နိဗ္ဗာန်သို့ ဆိုက်ရောက်သည်ထိအောင် ပွားထား ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်မှ ဣန္ဒြေနှင့် ပြည့်စုံသည်ဟုဆို၏။

အာပဏသုတ် (သံယုတ္တနိကာယ်၊ မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်)

(အင်္ဂတိုင်း အာပဏနိဂုံး (အာပန - ဈေး)၌ သီတင်းသုံးတော်မူစဉ် ဘုရားရှင်က အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ လျှောက်ထားချက်အတိုင်း ပြန်လည်၍ ဣန္ဒြေ ငါးပါးဖြစ်ပုံကို ဟောတော်မူသည့်သုတ်။)

အရှင်သာရိပုတ္တရာ မေးလျှောက်ပုံ

(၁) အရှင်ဘုရား၊ သဒ္ဓါ- ယုံကြည်မှုရှိရင် ဝီရိယဆိုတာ ရှိလာတယ်၊ သဒ္ဓါနဲ့ ဝီရိယ နှစ်ခုရှိလာပြီ ဆိုရင် လည်း သတိဆိုတာ ရှိလာတယ်၊ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ ၃-မျိုးနဲ့ ပြည့်စုံလာလို့ရှိရင်လည်း သမာဓိဆိုတာ ရှိလာနိုင်ပါတယ်၊ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ ၄-မျိုး စုံလာပြီဆိုလို့ရှိရင် **အသိ** တစ်ခု ရနိုင်ပါတယ်"ဟု လျှောက်၏။

အသိ = (အနမတဂ္ဂ) သံသရာကြီးထဲ၌ အဝိဇ္ဇာ၏ အမှောင်ချထားခြင်း ခံရပြီး၊ တဏှာနှောင်ကြိုး တန်းလန်းနှင့် သံသရာလည်ခဲ့ရသည်မှာ အစတောင်မသိနိုင်ဘူးဟူသော "အသိ"။

အဝိဇ္ဇာ- အမှောင်တရားကြီးကို အကြွင်းမဲ့ ဖယ်ရှားပစ်လိုက်နိုင်ပြီဆိုလျှင်၊

-ထိုအဝိဇ္ဇာ၏ လုံးဝချုပ်ငြိမ်းရာ၊ သင်္ခါရတရားတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာ၊ သံသရာ၏ အဆုံးသတ်ရာ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ တကယ့်ငြိမ်းချမ်းပြီး မွန်မြတ်လှပါ ပေတယ်ဟူသော "အသိ"။

(၂) အရှင်ဘုရား၊ သဒ္ဓါဆိုတာ ရှိလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်သည် -

မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တွေမဖြစ်အောင်၊ ဖြစ်ပြီးသားအကုသိုလ်တွေ ဖယ်နိုင်အောင်၊ မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တွေ ဖြစ်လာအောင်၊ ဖြစ်ပြီးသား အကုသိုလ်တွေ တိုးပွားတည်တံ့လာအောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ် လာတယ်။

ကြိုးပမ်းအားထုတ်လာတဲ့အခါ၊ ကာယ ဝေဒနာ စိတ္တ ဓမ္မ ဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံတွေပေါ်မှာ အမြဲတမ်း အမှတ်ရတယ်။

အမှတ်ရပြီး၊ ထိုအာရုံတွေပေါ်မှာ စိတ်ကလေး ငြိမ်ကျနေတယ်။

ငြိမ်ကျလာတဲ့အခါ၊ သင်္ခါရတရားတွေဆိုတာ မမြဲဘူးလို့ သိရှိသွားတယ်။

သိရှိသွားပြီး အားထုတ်တဲ့အခါ၊ ဈာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန်ကိုရရှိပြီး

ဈာန်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာကိုလည်း ငါ ကိုယ်ထိလက်ရောက် ခံစားနေရပြီ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကိုလည်းပဲ ငါ ပညာဖြင့် ထိုးထိုးဖောက်ဖောက် မြင်နေပြီလို့ သူ့ကိုယ်သူ ယုံကြည်မှု ဖြစ်လာတယ်။ ဒီယုံကြည်မှုဟာ "တကယ့် သဒ္ဓါမြေ့ပါပဲ လို့ အရှင် သာရိပုတ္တရာက မြတ်စွာဘုရားကိုလျှောက်တယ်။

(မှတ်ချက်။ ဣန္ဒြေ ၅ပါးပြည့်စုံလာလျှင် ဖြစ်လာသော အသိ၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာ ပြောသော တကယ့် သဒ္ဓါမြေ့ ဟု မေးလာလျှင်ဖြေတတ်ပါစေ)

ဣန္ဒြေ၊ ဗလ အဖွင့် ပြီး၏။

အပိုင်း (၆ -၁၀) ဗောဇ္ဈင်္ဂ အဖွင့်

သံသရာဝဋ်က လွတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း၊ သံသရာမှ ထွက်ခွါပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ရောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း

နိဝရဏတရား ၅-ပါးကို မဖယ်ရှားဘဲ၊ သတိပဋ္ဌာန် အာရုံ ၄-မျိုးပေါ်မှာ စိတ်ကို အခြေမစိုက်ဘဲ၊ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးကို မိမိသန္တာန်မှာ မဖြစ်စေမပွားစေဘဲ ရောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ မရှိဘူး။

နယ်စပ်မြို့ဥပမာ -

တံခါးတစ်ပေါက်တည်းရှိတဲ့ မြို့ကလေးမှာ တံခါးကို တာဝန် ယူရတဲ့ တံခါးစောင့်ပုဂ္ဂိုလ်က တစ်သူစိတ်ထဲ မှာဘယ်လိုဆုံးဖြတ် သလဲဆိုရင် ဒီမြို့ထဲဝင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှန်သမျှ ဒီအပေါက်ကပဲ ဝင်တယ်၊ ထွက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် မှန်သမျှကလည်း ဒီအပေါက်ကပဲ ထွက်တယ်။ ထိုကဲ့သို့ သံသရာဝဋ်မှ ထွက်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဟာလည်းပဲ တစ်ခုတည်းသောအပေါက်ဆိုတာ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးကို မိမိသန္တာန်မှာ ဖြစ်စေရမယ်၊ တိုးပွား အောင် လုပ်ရမယ်ဆိုတဲ့ လမ်းကြောင်းပဲဖြစ်တယ်။

ဗောဇ္ဈင်္ဂ > ဗောဇ္ဈင် ဖြစ်လာပုံ

ဗောဓိအင်္ဂါကိုမှ ပါဠိစကားလုံးရဲ့ လုပ်ထုံးအတိုင်း ပြောင်းသင့်တာတွေ ပြောင်းလိုက်တဲ့အခါ သက္ကဋ ဘာသာမှာ **ဗောချင်္ဂ** လို့ ဖြစ်တယ်၊ ပါဠိဘာသာမှာ **ချ** ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို မသုံးတော့ဘဲ ထပ်ပြီးတော့ ပြောင်းလိုက်တဲ့အခါ **ဈ** ဖြစ်သွားတယ်၊ **ဗောဇ္ဈင်္ဂ**၊ နိုင်ငံတကာမှာ အသံထွက်တဲ့အခါမှာ ပါဠိကို **ဗောဇ္ဈင်္ဂ**လို့ မထွက်ဘူး **ဗောချင်္ဂ**လို့ ထွက်တယ်၊ မြန်မာလိုအသံထွက်မယ်ဆိုရင်တော့ **ဗောဇ္ဈင်္ဂ**၊ **ဂ** ဆိုတဲ့အသံကို ချန်ထားပြီး **ဗောဇ္ဈင်**လို့ ဒီလိုခေါ်နေ ကြတာ။

$$\text{ဗောဇ္ဈင်္ဂ} = \text{ဗောဓိ} + \text{အင်္ဂ}$$

ဗောဓိ ဆိုတာ -

၁။ **ဗောဓိရုက္ခမူလေ** ၌ ဗောဓိ သည် သစ်ပင်။

၂။ **ဗောဓိ ဝုစ္စတိ စတူသု မဂ္ဂေသု ဉာဏံ** ၌ ဗောဓိသည် မဂ် ၄-ပါး၌ရှိသော ပညာ အသိဉာဏ်။

၃။ အမည်နာမ ဗောဓိလို့ မှည့်ထားတာလည်းရှိသေး၏။

၄။ ဗောဇ္ဈင်္ဂမှာပါသော ဗောဓိဆိုတာ -

အညီအမျှဆောင်ရွက်နေသော သတိ၊ဓမ္မဝိစယ၊ ဝီရိယ၊ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ၊ သမာဓိ၊ ဥပေက္ခာ ဟူသော သဘာဝတရား ၇-ပါး၏ အစုအဝေး ဓမ္မသာမဂ္ဂီ သည် ဗောဓိ မည်၏။

၅။ ဗောဓိဆိုတာ -

အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေ သစ္စာ ၄-ပါး သိသောကြောင့်၎င်း၊ ကိလေသာတည်းဟူသော အိပ်ပျော်ခြင်းမှ နိုးစေသောကြောင့်၎င်း၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသောကြောင့်၎င်း ဗောဓိ မည်၏။

ဗောဇ္ဈင်္ဂ ဆိုတာ -

၁။ "ဗုဇ္ဈတိတိ ဗောဓိ၊ ဗုဇ္ဈတိ"

ကိလေသာဟု ဆိုအပ်သော အိပ်ပျော်ခြင်းမှ နိုး၏။ (သို့မဟုတ်) သစ္စာ ၄-ပါးကို မှန်ကန်စွာ သိ၏။ (သို့မဟုတ်) နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် ပြု၏။

၂။ "ဗောဓိယာ အင်္ဂါ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ"

ကိလေသာတို့မှ နိုးထစေတတ်သော (သို့) သစ္စာ၄-ပါးကို သိစေတတ်သော၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြု တတ်သော သဘာဝတရား ၇-ခု အစု အဝေးကြီး၏ အင်္ဂါရပ်တို့သည် ဗောဇ္ဈင်္ဂ မည်၏။

၃။ "ဗောဓိဿ အင်္ဂါ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ"

သိတတ်သော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်သည် ဗောဓိမည်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ အင်္ဂါရပ်တို့သည် ဗောဇ္ဈင်္ဂ မည်၏။

[ဗောဓိအရ- ပုဂ္ဂိုလ် ကိုရ၏။(ရဟန္တာ၊ သောတာပန်၊ တရားအားထုတ်နေလျှင် သိတတ်သောပုဂ္ဂိုလ် မှန်သမျှ)]

၄။ သံယုတ်ပါဠိတော် ဗောဇ္ဈင်္ဂသံယုတ်- ဗောဇ္ဈင်္ဂ၏ အဓိပ္ပါယ်

"ဗောဓာယ သံဝတ္တန္တိ တဿော ဗောဇ္ဈင်္ဂ"

ကိလေသာတည်းဟူသော အိပ်ပျော်ခြင်းမှနိုးဖို့အတွက် ဖြစ်သောကြောင့် ဗောဇ္ဈင်္ဂ မည်၏။ (သို့) သစ္စာ ၄-ပါးအား သိခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်သောကြောင့် (ဝါ) သစ္စာ ၄-ပါးအား သိဖို့အတွက် ဖြစ်ပေါ်လာသောကြောင့် ဗောဇ္ဈင်္ဂ မည်၏။ (ရဟန်းတစ်ပါး၏ အမေးကို မြတ်ဗုဒ္ဓရှင်းပြပုံ)

ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါး

သတိ၊ ဓမ္မဝိစယ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ၊ သမာဓိ၊ ဥပေက္ခာဟူသော ဗောဓိတရား ၇ ပါးသည် ကိလေသာ တည်းဟူသော အိပ်ပျော်ခြင်းမှ နိုးထလာစေတတ်သော တရားဖြစ်သောကြောင့် ဗောဓိ မည်၏။

၁။ သတိ

အာရုံပေါ်မှာ အမြဲတမ်း အမှတ်ရနေခြင်း၊ အာရုံနှင့်စိတ်ကို တွေ့ဆုံပေးခြင်းသဘော။ ကာယ ဝေဒနာ စိတ္တ ဓမ္မဟူသော အာရုံတို့နှင့်စိတ်ကို တွဲမိအောင် လုပ်ထားခြင်းသဘော။ (ထမင်းစားဖို့ ဟိုဟာ ဒီဟာလုပ်ဖို့ သတိရတာတို့ကို သတိလို့ မပြောနိုင်)

၂။ ဓမ္မဝိစယ

(ဓမ္မ သဘာဝတရားများကို၊ **ဝိစယ** စူးစမ်းဆင်ခြင်ခြင်း) ကိုယ့်သန္တာန်၌ ဖြစ်နေသော သဘာဝတရားတို့ကို စူးစမ်းဆင်ခြင်လေ့လာခြင်း။ သင်္ခါရတရားတို့၏ မမြဲတဲသဘော၊ ဆင်းရဲတဲသဘော၊ အစိုးမပိုင်တဲ သဘောတွေကို စိစစ်ပြီးတော့သိခြင်း။ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်၊ အပြစ်ရှိ၊ အပြစ်မရှိ လေ့လာဆန်းစစ်ပြီး သိသော အသိဉာဏ်သည် ဓမ္မဝိစယ မည်၏။

၃။ ဝီရိယ

ကောင်းသောတရားတွေ မဖြစ်သေးရင် ဖြစ်အောင်လုပ်ဖို့၊ ဖြစ်ပြီးရင် တိုးပွားလာအောင်လုပ်ဖို့၊ မကောင်း သောတရားတွေကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာ မဖြစ်အောင် ပိတ်ဆို့ဖို့၊ ဖြစ်ပြီးရင် ပယ်ဖို့ကြိုးစားခြင်းသဘော။

၄။ ပီတိ

ကာမဂုဏ်အာရုံတွေမှာ ဖြစ်တဲ့ပီတိ မဟုတ်ဘဲ၊ တရားထူးတရားမြတ်ကို သိရလို့ အသိဉာဏ်နဲ့ ပတ်သက် ပြီ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ပီတိ။

၅။ ပဿဒ္ဓိ

ကိုယ်ငြိမ်းချမ်းမှု၊ စိတ်ငြိမ်းချမ်းမှု။

၆။ သမာဓိ

အာရုံတစ်ခုပေါ်မှာ စိတ်က ငြိမ်နေခြင်းသဘော။ ပျံ့လွင့်ခြင်း၊ ပူလောင်ခြင်း၊ မငြိမ်းချမ်းခြင်း ဆိုတာတွေ မရှိဘဲ၊ ငြိမ်းချမ်းပြီးအာရုံတစ်ခုတည်းပေါ်မှာ စိတ်ဟာ တည်ငြိမ်ပြီးနေခြင်းသဘော။

၇။ ဥပေက္ခာ

သတိ၊ ပညာ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ၊ သမာဓိတို့ အားလုံးကို ဟန်ချက်ညီညီ ဖြစ်စေသော တရားသည် ဥပေက္ခာ မည်၏။ သဘာဝတရားအားလုံးကို တစ်ပြေးညီဆောင်ရွက်ခြင်းသဘော။

ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါး အစဉ်ထားပုံ

၁။ မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်နေသော တရားတို့ကို သတိထားမှုသည် အစဖြစ်သောကြောင့် သတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ပထမဦးစွာ ဟော၏။

၂။ သတိထားမိသော သဘာဝတရားတို့၏ အခြေအနေကို အသိဉာဏ်နှင့် စိစစ်သောကြောင့် သတိ သမ္မောဇ္ဈင်နောင် ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဟော၏။

၃။ ထိုကဲ့သို့ စူးစမ်းဆင်ခြင်သောအခါမှာ ကြိုးစားမှု လုံ့လဝီရိယ ရှိရသောကြောင့် ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင် နောင် ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဟော၏။

၄။ စူးစမ်းပြီးနောက် ကြိုးစားအားထုတ်လာပြီဆိုလျှင် ကြိုးစားအားထုတ်မှုအပေါ်၌ စိတ်ဝင်စားပြီး ပျော်လာ၊ နှစ်သက်လာ၊ ကျေနပ်လာသောကြောင့် ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်နောင် ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဟော၏။

၅။ ပီတိဖြစ်လာသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် ငြိမ်းချမ်းလာသောကြောင့် ပီတိ သမ္မောဇ္ဈင်နောင် ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဟော၏။

၆။ ခန္ဓာကိုယ်ငြိမ်းချမ်းလာလျှင် စိတ်ကလည်း ငြိမ်သွားသောကြောင့် ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်နောင် သမာဓိ သမ္မောဇ္ဈင်ကို ဟော၏။

၇။ စိတ်ကလေး ငြိမ်သွားသောအခါ သဘာဝတရား အားလုံး တစ်ပြေးညီ ဆောင်ရွက်နိုင်သွားသောကြောင့် သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်နောင် ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဟော၏။

(တစ်နည်း)

၁။ ထိုသတိစသည်တို့တွင် သတိကို ကိစ္စခပ်သိမ်း၌ လိုအပ်သော တရားဟု ဟောတော်မူသည်နှင့် အညီ ဗောဇ္ဈင်အားလုံးအတွက် ကျေးဇူးများသောကြောင့် ဦးစွာ ဟောတော်မူသည်။

၂။ သတိနှင့် ပြည့်စုံသော ရဟန်းသည် နာမ် ရုပ် အာရုံကို ပညာဖြင့် အနိစ္စစသော အပြားအားဖြင့် စူးစမ်း ဆင်ခြင်လေ့ရှိသောကြောင့် ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဒုတိယ ဟောတော်မူသည်။

၃။ ထိုသို့ စူးစမ်းဆင်ခြင်သော ရဟန်း၏ လုံ့လဝီရိယသည် ထက်သန်၏။ မတွန့်ဆုတ်တော့။ ထို့ကြောင့် ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ကို တတိယ ဟောတော်မူသည်။

၄။ အားထုတ်အပ်ပြီးသော လုံ့လရှိသော ရဟန်းအား ကိလေသာမိသ ကင်းသောပီတိ ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထို့ကြောင့် ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို စတုတ္ထ၊ ဟောတော်မူသည်။

၅။ ပီတိစိတ်ရှိသော ရဟန်း၏ ကိုယ်သည်၎င်း၊ စိတ်သည်၎င်း၊ ငြိမ်းအေး၏။ ထို့ကြောင့် ပဿဒ္ဓိ သမ္မောဇ္ဈင်တို့ကို ပဉ္စမ၊ ဟောတော်မူသည်။

၆။ ကိုယ်စိတ် ငြိမ်းအေး ချမ်းသာသော ရဟန်းအား စိတ်တည်ကြည်မှု ရ၏။ ၊ ထို့ကြောင့် သမာဓိ သမ္မောဇ္ဈင်ကို ဆဋ္ဌ ဟောတော်မူသည်။

၇။ သမာဓိ ထူထောင်မိသောအခါ စိတ်မငြိမ်သက်မှုအတွက် ကြောင့်ကြစိုက်ဘွယ် မရှိ၊ လျစ်လျူရှုသော အားဖြင့် အာရုံ၌ စိတ်ကို လွှတ်၍ ထားရကား တဩမဇ္ဈတ္တတာဟူသော ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်ကို သတ္တမ ဟောတော်မူသည်။

ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးသာ ဟောရခြင်းအကြောင်း (သိရုံ)

ဗောဇ္ဈင်ကို အဘယ်ကြောင့် ၇-ပါးသာ အယုတ်အလွန်မရှိပဲ ဟောရပါသနည်းဟု စောဒနာခဲ့သော် တွန့်တို ဆုတ်နစ်ခြင်း၊ ပျံ့လွင့်ခြင်း၏ ဆန့်ကျင်ဘက်အားဖြင့်၎င်း ဗောဇ္ဈင်အားလုံးတို့၌ လိုအပ်သောကြောင့်၎င်း ၇-ပါးသာ ဟောတော်မူ၏။

ရှင်းဦးအံ့ - ဘာဝနာစိတ် တွန့်တို ဆုတ်နစ်သောအခါ ဓမ္မဝိစယ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိဟူသော ဗောဇ္ဈင် ၃-ပါးတို့ကို ပွားရာ၏ဟု ဟောတော်မူခြင်းကြောင့် ထို၃-ပါးသည် တွန့်တို တို ဆုတ်နစ်ခြင်း၏ ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်သည်။ ဘာဝနာစိတ် ပျံ့လွင့်သောအခါ ပဿဒ္ဓိ၊ သမာဓိ၊ ဥပေက္ခာဗောဇ္ဈင် ၃-ပါးကို ပွားရာ၏ဟု ဟောတော်မူခြင်းကြောင့် ထို ၃-ပါးသည် ပျံ့လွင့်ခြင်း၏ ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်သည်။ ထို၆-ပါးသော ဗောဇ္ဈင်အားလုံး၌ သတိသည် လိုအပ်သောကြောင့် သတိနှင့်တကွ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးကို (အယုတ် အလွန်မရှိ) ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်သည်။

သတိသည် ချိန်ခွင်ပမာ ထိန်းညှိပုံ

လှုပ်ရှားမှုရှိသော ဗောဇ္ဈင် (၃)	ထိန်းညှိပေးသော ဗောဇ္ဈင် (၁)	ငြိမ်သက်သော ဗောဇ္ဈင် (၃)
ဓမ္မဝိစယ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိ	< သတိ >	ပဿဒ္ဓိ၊ သမာဓိ၊ ဥပေက္ခာ
စိတ်ငြိမ်သက်နေလျှင်ပွားပါ^	(BALANCE)	စိတ်လှုပ်ရှားနေလျှင်ပွားပါ^

အင်္ဂါသုတ်

ရွှေဖုတ်တဲ့ ပန်းတိမ်ဆရာဟာ ရွှေကိုလှော်ပြီး ချေးထုတ်တဲ့အခါမှာ အအေးခံတဲ့အခါ ခံ၊ အပူပေးတဲ့အခါ ပေးရသလိုပဲ စိတ်ထဲမှာရှိတဲ့ ချေးတွေကို ဆေးကြောထုတ်တဲ့အခါမှာ သန့်စင်မှု ရဖို့ရာအတွက် တစ်ခါ တစ်ရံ စိတ်ဓာတ်ကျနေပြီဆိုလို့ရှိရင် ဓမ္မဝိစယ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိတို့နဲ့မြှင့်တင်ပေးရမယ်၊ တစ်ခါတစ်ခါ စိတ်ဓာတ် အလွန်တက်နေပြီဆိုလို့ရှိရင် ပဿဒ္ဓိ၊ သမာဓိ၊ ဥပေက္ခာနဲ့ ပြန် လျှော့ချပေးရမယ်။

ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးပွားများခြင်း အကျိုး (၇)ပါး

ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးကို စနစ်တကျ မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်အောင်၊တိုးပွားလာအောင် လုပ်မည်ဆိုလျှင် -

၁) မျက်မှောက်ဘဝ၌ပင် မသေမိက အရဟတ္တဖိုလ်ကို ပြီးစေနိုင်၏။

၂) မျက်မှောက်ဘဝ၌ပင် မသေမိက အရဟတ္တဖိုလ်ကို မပြီးစေနိုင်ခဲ့မှု သေခါနီးအခါ၌ အရဟတ္တဖိုလ်ကို ပြီးစေနိုင်၏။

၃) မျက်မှောက်ဘဝ၌ပင် မသေမိက အရဟတ္တဖိုလ်ကို မပြီးစေနိုင်ခဲ့မှု သေခါနီးအခါ၌ အရဟတ္တဖိုလ်ကို မပြီးစေနိုင်ခဲ့မှု အောက်ပိုင်းသံယောဇဉ်ငါးပါးတို့ ကုန်ခြင်းကြောင့် (အသက်တမ်း၏) အလယ်၌ (အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်လျက်)ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရသော **အန္တရာပရိနိဗ္ဗာယီ** မည်သော အနာဂါမ်ဖြစ်နိုင်၏။

၄) အသက်တမ်း၏ ထက်ဝက်ကိုလွန်၍ (အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်လျက်) ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရသော **ဥပဟစ္စပရိနိဗ္ဗာယီ** မည်သော အနာဂါမ်ဖြစ်နိုင်၏။

၅) ပယောဂလုံ့လမပါပဲ (အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်လျက်) ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရသော **အသင်္ခါရပရိနိဗ္ဗာယီ** မည်သော အနာဂါမ် ဖြစ်နိုင်၏။

၆) ပယောဂလုံ့လနှင့်တကွ (အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်လျက်) ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရသော **သသင်္ခါရပရိနိဗ္ဗာယီ** မည်သော အနာဂါမ်ဖြစ်နိုင်၏။

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

၇)၊ အထက်ဘုံ၌ဖြစ်၍ အစဉ်အတိုင်းတက်ကာ အကနိဋ္ဌဘုံ၌ (အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်လျက်) ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရသော ဥဒ္ဓံသောတအကနိဋ္ဌဂါမီ မည်သော အနာဂါမ်ဖြစ်နိုင်၏။

(သံယုတ္တနိကာယ်၊ မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်မှ ကူးယူထားပါသည်။)

မဂ္ဂင် ၈-ပါး နှင့် ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါး (ဘယ်ဟာအရေးပါသလဲ?)

မဂ္ဂင် ၈ ပါး	ဗောဇ္ဈင် ၇ ပါး
နိဗ္ဗာန်သွားသော လမ်းကြောင်းအနေနှင့် ဟောသောအခါ မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို ဟော၏။	နိဗ္ဗာန်ကိုသိသော အသိပညာဖြစ်ဖို့အနေနှင့် ဟောသောအခါ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးကို ဟော၏
သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊ (နိဗ္ဗာန်သွားရင် သီလ လမ်းပေါ်လျှောက်ဖို့လိုလို့)	မပါ
သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်	ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်
သမ္မာသင်္ကပ္ပမဂ္ဂင် (ပညာကို အထောက်အကူပြုလို့)	မပါ (ပညာကို သိတဲ့နေရာ၌ အရေးမပါ)
သမ္မာဝါယာမမဂ္ဂင်	ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်
သမ္မာသတိမဂ္ဂင်	သတိသမ္မောဇ္ဈင်
သမ္မာသမာဓိမဂ္ဂင်	သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်
မပါ	ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ၊ ဥပေက္ခာ သမ္မောဇ္ဈင် (အသိဉာဏ်အတွက် ကျေးဇူးပြုလို့)

ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးမှ ၁၄-ပါး ဖြစ်လာပုံ (သိရုံ)

သတိ၊ ဓမ္မဝိစယ ဥပေက္ခာ ဤဗောဇ္ဈင် ၃-ပါးကို အဇ္ဈတ္တအာရုံ၌ ဖြစ်သော သတိ၊ ဗဟိဒ္ဓအာရုံ ဖြစ်သော သတိစသည်ဖြင့် ၂-ပါးစီ ဟောတော်မူ၏။ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ကို ကာယိကဝီရိယ၊ စေတသိကဝီရိယဟု ၂-ပါး ဝေဖန် ဟောတော်မူ၏။ ပီတိနှင့် သမာဓိဗောဇ္ဈင် ၂-ပါးကို ဝိတက် ဝိစာရယှဉ်သောပီတိ၊ မယှဉ်သော ပီတိ၊ ဝိတက် ဝိစာရယှဉ်သော သမာဓိ၊ မယှဉ်သော သမာဓိဟု ၂-ပါးစီ ဝေဖန် ဟောတော် မူ၏။ ပဿဒ္ဓိ သမ္မောဇ္ဈင်ကို ကာယပဿဒ္ဓိ စိတ္တပဿဒ္ဓိ ၂-မျိုး ဝေဖန် ဟောတော်မူသည်။ ဤသို့လျှင် သတိစသော ဗောဇ္ဈင်တစ်ပါးတစ်ပါးကို ၂-ပါးစီ ၂-ပါးစီ ဝေဖန်ဟောတော်မူသောကြောင့် ၁၄-ပါး ဖြစ်လာသည်။

မောဇ္ဈိန် နိဒ္ဒေသ

သတိသမ္ပောဇ္ဈင်

မြတ်စွာဘုရားက သတိံ စ ခွါဟံ သဗ္ဗတ္ထိကံ ဝဒါမိ ချစ်သားရဟန်းတို့၊ သတိကိုတော့ အမြဲတမ်း အလိုရှိအပ်တယ်။ တရားဓမ္မ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်နေတဲ့အခါမှာ သတိမပါရင် လုံးဝ မဖြစ်သည့် အတွက် အခါခပ်သိမ်းမှာ အလိုရှိအပ်တဲ့ သဘာဝ တရားဖြစ်တယ်လို့ မိန့်တော်မူ၏။

သတိ ၂-မျိုး

(၁) သတိထားမှု (Mindfulness) - ပစ္စုပ္ပန်အာရုံ၌ အာရုံနှင့် စိတ်တွဲမိနေအောင် ထိန်းထားသော သတိတရား။ [ဥပမာ - သတိပဋ္ဌာန်၌ ပါသော သတိ။]

(၂) အမှတ်ရမှု (Rememberance/Memory) - အတိတ်ကာလက မိမိသန္တာန်၌ တကယ်ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပြီး အချိန်အတော်ကွာလှမ်း(ကြာ)သော အကြောင်းအရာတို့ကို စိတ်ထဲက ပျောက်မသွားအောင် ထိန်းပေးထားသော သတိတရား။ [ဥပမာ - ဇာတိဿရ ၊ ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိ။]

အမှတ်ရမှု သတိ

သရိတာ အနုဿရိတာ - မှတ်မိနေတယ်၊ ပြန်ပြီးတော့ မှတ်မိနေတယ်၊ စိရကတမ္ပိ စိရဘာသိတမ္ပိ-ဟိုးအရင် တုန်းက၊ အကြာကြီးတုန်းက လုပ်ခဲ့တဲ့အလုပ်တွေ၊ ကြာလှပြီဖြစ်တဲ့ ပြောခဲ့တဲ့စကားတွေ ပြန်လှန်အောက်မေ့လို့ရှိရင် ထင်ထင် ရှားရှားကြီး ပေါ်လာတယ်။

(၁) ဇာတိဿရ

ဇာတိ-ဖြစ်ခဲ့သည့်ဘဝကို၊ သရ- အမှတ်ရခြင်း။ ဘဝဟောင်းကို ပြန်ပြောင်းအောက်မေ့တတ်ခြင်း။ တရားကျင့်လို့ မဟုတ်ဘဲ သဘာဝကိုက သူ့စိတ်ထဲမှာ မှတ်မိနေတာမျိုး ဖြစ်၏။

(၂) ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိ

သမာဓိကျင့်စဉ်ကိုကျင့်၍ အတိတ်ဘဝကို ပြန်သတိရနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်-ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့ကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ခြင်း ဟူသော နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် မပါဘူးဆိုလျှင် - အတိတ်ကမ္ဘာ ၄၀- ပဲ အမှတ်ရ၏။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာပဉ္စ သမထကျင့်စဉ်ကျင့်သော ယောဂီသူတော်စင်တို့သည် -

ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့ကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ခြင်း ဟူသော နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် မပါသောကြောင့် အတိတ်ကမ္ဘာ လေးဆယ်သာ အမှတ်ရ၏။ ကမ္ဘာ ၄၀-၌ သူတို့၏ သတိသည် ရပ်သွားသည့်အတွက် "- ငါ့ဘဝ စတာ လွန်ခဲ့တဲ့ ကမ္ဘာ ၄၀-က စတာ၊ ဒီမတိုင်ခင်က ငါမရှိဘူး ဟူသော အယူအဆအတွေးမျိုး ဝင်လာတတ်၏။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာတွင်း၌ သမထကျင့်စဉ် ကျင့်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် -

ရုပ်၊နာမ်တို့ကို ခွဲခြားသိနိုင်သောဉာဏ်ရှိ၍ သတိအား ပိုကောင်း၏။

ပုဂ္ဂိုလ်အလိုက် ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိ ဖြစ်ပုံ

မဟာသာဝကတို့သည် = သူတို့ပါရမီဖြည့်ခဲ့သည့် အတိုင်းအတာ ကမ္ဘာတစ်သိန်းကို ပြန်မှတ်မိ၏။

(အရှင်မဟာကဿပ၊ အရှင်အာနန္ဒ၊ အရှင်ဥပါလိ စသော မဟာသာဝက ၈၀ပါး)

အဂ္ဂသာဝကတို့သည် = တစ် အသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းကို ပြန်မှတ်မိ၏။

(အဂ္ဂသာဝက = အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊အရှင်မောဂ္ဂလာန်၊**အဂ္ဂသာဝိကာ** = ခေမာထေရီ၊ ဥပ္ပလာဝဏ္ဏာထေရီ)

ပစ္စေကဗုဒ္ဓတို့သည် = နှစ်အသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာ တစ်သိန်းကို ပြန်မှတ်မိ၏။

မြတ်စွာဘုရားတို့သည် = ၄/၈/၁၆ - အသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ပါရမီဖြည့်ရသည်ဆိုသော်လည်း သိချင်လို့ ဉာဏ်နှင့်မြော်ပြီး ကြည့်လိုက်လျှင် သတိစွမ်းအားပြည့်သည့်အတွက်ကြောင့် မဆုံးနိုင်အောင် မှတ်မိ၏။ (Unlimited /Infinity)

ပြန်ပြီးတော့ မှတ်မိခြင်းမှာ -

သတိကို အသိဉာဏ်က ပံ့ပိုးမှ ပိုပြီးမှတ်မိ၏။ ပညာသည်လည်း သတိပါမှ အစွမ်းထက်၏။ သတိနှင့်ပညာသည် အမြဲတမ်း ယှဉ်တွဲနေ၏။ ထို့ကြောင့် စာပေကျမ်းဂန်တို့၌ **န ဟိ သတိဝိရဟိတာ ပညာ နာမ အတ္ထိ** - ပညာဆိုတာ သတိမပါဘဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

လက္ခဏာ၊ ရသ(ကိစ္စ)၊ ပစ္စုပ္ပန်၊ ပဒဋ္ဌာန်

လက္ခဏာ = အမှတ်အသား။

ရသ(ကိစ္စ) = ဆောင်ရွက်မှု။

ပစ္စုပ္ပန် = ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ဉာဏ်၌ရှေ့ရှုထင်လာသောပုံရိပ်။

ပဒဋ္ဌာန် = နီးစွာသော အကြောင်း။

သတိ၏ လက္ခဏာ၊ ရသ(ကိစ္စ)၊ ပစ္စုပ္ပန်၊ ပဒဋ္ဌာန်

လက္ခဏာ	ဥပဋ္ဌာနလက္ခဏာ - အနီးကပ်တည်ရှိနေခြင်း လက္ခဏာ ရှိ၏။ (အာရုံတစ်ခုသည် စိတ်မှာ နီးကပ်တည်ရှိနေခြင်း လက္ခဏာ)
ရသ(ကိစ္စ)	အပိလာပနရသ - မပေါ်မေ့ရသောကိစ္စ ရှိ၏။ အမှတ်ရသောကိစ္စ ရှိ၏။ အသမ္မောဟရသ - စိတ်ထဲမှ အာရုံတစ်ခုကို ပျောက်မသွားအောင် ထိန်းပေးခြင်းကိစ္စ ရှိ၏။
ပစ္စုပ္ပန်	ဂေါစရာဘိမုခဘာဝ - အာရုံရှိရာသို့ အမြဲတမ်း မျက်နှာမူနေသော အနေအထားဖြင့် တွေ့ရ၏။
ပဒဋ္ဌာန်	သတိသည် ဉာဏ် နှင့် ယှဉ်ဖက်တရားတို့ကို အထောက်အကူပြုသောကြောင့်၎င်း (သို့မဟုတ်) အာရုံရှိသည့် အပေါ်၌ ဖြစ်သောကြောင့်၎င်း... အာရုံ (သို့မဟုတ်) သတိနှင့် ယှဉ်ဖက် တရားတို့သည် ပဒဋ္ဌာန် ဖြစ်၏။

သတိသည် ဗောဇ္ဈင်္ဂ မည်ပုံ (သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂ)

၁။ သတိသည် ကိလေသာတည်းဟူသော အိပ်ပျော်ခြင်းမှ နိုးထစေတတ်သောသဘာဝတရား ၇-မျိုးထဲ၌ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ် ပါဝင်သောကြောင့်၎င်း၊ သစ္စာ ၄-ပါးကို သိစေတတ်သော၊ သိအောင် လုပ်ပေးတတ်သော၊ စွမ်းဆောင်ပေးတတ်သော သဘာဝတရား ၇-မျိုးထဲ၌ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ် ပါဝင်သောကြောင့်၎င်း၊ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုနိုင်သော သဘာဝတရား ၇-မျိုးထဲ၌ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု အဖြစ် ပါဝင်သောကြောင့်၎င်း၊ သမ္မောဇ္ဈင်္ဂ မည်၏။ (သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂ)

၂။ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင် ဖွင့်ဆိုသော အဓိပ္ပါယ်

သတိသည် ဗောဇာယ သံဝတ္တတိ - အမှန်တရားကို သိဖို့ရန်အတွက် အရေးပါသောအကြောင်းတရား ဖြစ်၏။ ပါဠိသဒ္ဒါအရ သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဆိုတာ "သတိသည်ပင်လျှင် သမ္မောဇ္ဈင်္ဂ" ။ သတိတရားသည် ပင်လျှင် သိဖို့ရန်အတွက် အထောက်အကူဖြစ်သောကြောင့် သမ္မောဇ္ဈင်္ဂ မည်၏။

သတိသမ္ပောဇ္ဈင်ဖြစ်ကြောင်း တရားများ

(၁) သတိကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်သော အာရုံတို့အပေါ်၌ မှန်မှန်ကန်ကန် နှလုံးသွင်းပြီး ထပ်တလဲလဲ ဖြစ်အောင် လုပ်ပေးခြင်း။ (တစ်နည်း)

(၂) သတိကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သော အကြောင်းတရား ၄-မျိုး

(က) အပြင်အကြောင်း ၂-မျိုး

၁။ **မုဋ္ဌဿတိ ပုဂ္ဂလ ပရိဝဇ္ဇနတာ** - မေ့မေ့လျော့လျော့ (သတိမေ့လျော့)နေတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း

၂။ **ဥပဋ္ဌိတဿတိ ပုဂ္ဂလ သေဝနတာ** - သတိကောင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် အပေါင်းအသင်းလုပ်ခြင်း။

(ခ) အတွင်းအကြောင်း ၂-မျိုး

၁။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် **သမ္ပဇေပဗ္ဗ**၌လာသော ၇-ဌာနတို့တွင် **သတိသမ္ပဇေ** ဖြစ်အောင် လေ့ကျင့်ခြင်း။

၂။ **တဒမိမုတ္တတာ** - သတိရှိဖို့ရန်အတွက် စိတ်ကို ညွှတ်နေခြင်း။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် သမ္ပဇေပဗ္ဗ ၌လာသော ၇-ဌာန လေ့ကျင့်ခန်း

(မိမိ၏ နေ့စဉ်လှုပ်ရှားမှုတို့နှင့် ပတ်သက်ပြီး သတိသမ္ပဇေ ဖြစ်အောင် ကြိုးစားခြင်း)

၁။ **အဘိက္ကန္တေ ပဋိက္ကန္တေ သမ္ပဇေနကာရီ** - ခန္ဓာကိုယ်ကို ရှေ့တိုး-နောက်ဆုတ်၊ ရှေ့ရွှေ့-နောက်ရွှေ့ စသောလှုပ်ရှားမှုတို့၌ အမှတ်တမဲ့ မရွှေ့-မဆုတ်ဘဲ သတိသမ္ပဇေနှင့် ပြုလုပ်ပါ။

၂။ **သမိဇ္ဈိတေ ပဿာရိတေ သမ္ပဇေနကာရီ** - ခြေထောက်ဖြစ်စေ၊ လက်ဖြစ်စေ၊ ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်းစသော လှုပ်ရှားမှုတို့၌ အမှတ်တမဲ့ မကွေး-မဆန့်ဘဲ သတိသမ္ပဇေနှင့် ပြုလုပ်ပါ။

၃။ **သင်္ကန်းဝတ်ခြင်း၊ သပိတ်ကိုင်ခြင်း** - ရဟန်းတို့သည် သင်္ကန်းကိုင်ခြင်း၊ သပိတ်ပွေ့ခြင်း၊ သင်္ကန်းပြင်ဝတ်ခြင်း စသည်တို့၌ အမှတ်တမဲ့ မပြုလုပ်ဘဲ သတိသမ္ပဇေနှင့် ပြုလုပ်ပါ။

၄။ **အစာစားခြင်း၊ ရေသောက်ခြင်း** - စသည်တို့၌ အမှတ်တမဲ့ မပြုလုပ်ဘဲ သတိသမ္ပဇေနှင့် ပြုလုပ်ပါ။

၅။ **အညစ်အကြေးစွန့်သောအခါ၌** အမှတ်တမဲ့ မပြုလုပ်ဘဲ သတိသမ္ပဇေနှင့် ပြုလုပ်ပါ။

၆။ **ဣရိယာပုထ် ၄ပါး** တို့၌ အမှတ်တမဲ့ မပြုလုပ်ဘဲ သတိသမ္ပဇေနှင့် ပြုလုပ်ပါ။

၇။ **စကားပြောခြင်း၊ စကားမပြောချင်၍ တိတ်တိတ်နေခြင်း**(အိပ်နေ)တို့၌ သတိသမ္ပဇေနှင့် ပြောပါ၊ နေပါ

သတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂိဘာဝေတိ

အကြောင်းတရား ၄-မျိုးမျိုးနှင့် လေ့ကျင့်မည်ဆိုလျှင် သတိသမ္ပောဇ္ဈင်သည် မိမိ သန္တာန်၌ မဖြစ်သေးလျှင် ဖြစ်လာမည်၊ ဖြစ်ပြီးလျှင်လည်း တိုးတက်လာမည်။

ဘယ်အထိအောင် ပွားရမလဲ (ဘာဝေတိ)?

ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့် ယှဉ်တွဲလာသည် ထိအောင် ပွားရမည်၊ မဂ်စိတ်ပေါ်လာသည်ထိအောင် ပွားရမည်၊ ဖိုလ်စိတ်ပေါ်လာသည်ထိ ပွားရမည်။ နောက်ဆုံး နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုနိုင်သည်အထိ ပွားရမည်။

မြတ်စွာဘုရားဟောပုံ

(၁) "ဝိဝေကနိဿိတံ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂိ ဘာဝေတိ"

ကာမဂုဏ်အာရုံတို့မှ ကင်းလွတ်နေသော စိတ်အနေအထားရောက်သည်ထိအောင် သတိ သမ္ပောဇ္ဈင်ကို ပွားရမည်။

(၂) "ဝိရာဂ နိဿိတံ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂိ ဘာဝေတိ"

ကာမဂုဏ်အာရုံတို့မှ ပြတ်ကင်း(ပြတ်စဲ) နေသော စိတ်အနေအထားရောက်သည်ထိအောင် သတိ သမ္ပောဇ္ဈင်ကို ပွားရမည်။

(၃) "နိရောဓ နိဿိတံ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂိ ဘာဝေတိ"

ကာမဂုဏ် အာရုံတို့ ချုပ်ငြိမ်းသွားသော စိတ်အနေအထားရောက်သည်ထိအောင် သတိ သမ္ပောဇ္ဈင်ကို ပွားရမည်။

(၄) ဝေါဿဂ္ဂပရိဏာမီ (ဝေါဿဂ္ဂ + ပရိဏာမီ)

ဝေါဿဂ္ဂ ၂-မျိုး = ပရိစ္စာဂ- စွန့်လွှတ်ခြင်း၊ ပက္ခန္ဓာ - ပြေးဝင်ခြင်း။

ပရိဏာမီ - ရင့်ကျက်ခြင်း။

(ကိလေသာတို့ကို)စွန့်လွှတ်ပြီး၊ (နိဗ္ဗာန်သို့) ပြေးဝင်သွားလောက်အောင် ရင့်ကျက်သန်မာလာသော သတိမျိုးဖြစ်အောင် လုပ်ပါ။ (ဆိုလိုတာ - မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရသည်ထိ ပွားပါ)

ဝိဝေက ၅-မျိုး

၁။ တဒင်္ဂ ဝိဝေက = ကာမဂုဏ်အာရုံတို့မှ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်းကြောင့် လွတ်သွားခြင်း။

၂။ ဝိက္ခမ္ဘန ဝိဝေက = ကာမဂုဏ်အာရုံတို့ကို ခေတ္တခဏ ခွဲထားခြင်း။

၃။ သမုဇ္ဈေဒ ဝိဝေက = ကာမဂုဏ်အာရုံတို့မှ အနုသယဓာတ်ကိုပါ ဖယ်ရှားဖြတ်တောက်ပြီး လွတ်အောင်လုပ်ခြင်း။

၄။ ပဋိပဿဒ္ဓိ ဝိဝေက = ကာမဂုဏ်အာရုံတို့မှ အနုသယဓာတ်ကိုပါ ဖယ်ရှားဖြတ်တောက်ပြီး လွတ်အောင်လုပ်ခြင်းကို ထပ်ပြီး သေချာအောင် ပြန်လုပ်ခြင်း။

၅။ နိဿရဏ ဝိဝေက = ကာမဂုဏ်အာရုံတို့မှ လုံးဝ ထွက်ပေါက်ရသွားခြင်း။

ဝိဝေကနိဿိတ သတိ

၁။ ထွက်လေ ဝင်လေရှုရင်း လေဟူသော ဝါယော ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုံနှင့် လေ ထိသောနေရာ - ကာယပဿာဒတို့ သည် ရုပ်တရား၊ ထိသိစိတ်သည်နာမ်တရားဟု ကွဲကွဲပြားပြားသိသွားသော နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် တွဲပြီးဖြစ်ပေါ်လာသော သတိသည် = ဝိဝေကနိဿိတ သတိ ဖြစ်၏။

၂။ ရုပ်တရား၊နာမ်တရားတို့၏ အကြောင်းတရားတို့ကိုပါ သိလာသော ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်နှင့်တွဲပြီး ဖြစ်ပေါ်လာ သတိသည် = ဝိဝေကနိဿိတ သတိ ဖြစ်၏။

၃။ ရုပ်တရား၊နာမ်တရားတို့၏ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သိလာခြင်း၊ နောက်ဆုံး၌ အဖြစ်အပျက်တွေ မြင်လာခြင်း၊ ပျက်မှုတွေကို မြင်လာခြင်း၊ ကြောက်စရာကြီးဟု မြင်လာခြင်း၊ လွတ်ချင်လာခြင်း၊ ငြီးငွေ့ လာခြင်း၊ လွတ်ရာလွတ်ကြောင်းကို ရှာလာခြင်း စသော ဝိပဿနာဉာဏ် (ဇုပါး)တို့နှင့် တွဲပြီး ဖြစ်ပေါ် လာသော သတိသည် = ဝိဝေကနိဿိတ သတိ ဖြစ်၏။

သတိ နှင့် ဝိဝေက ၅-မျိုးတွဲစပ်ပုံ

သတိ	ဝိဝေက
၁။ ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့် ယှဉ်တွဲပြီးဖြစ်ပေါ်လာသော သတိ	တဒင်္ဂ ဝိဝေက
၂။ ဝိပဿနာရင့်သန်၍ မဂ်စိတ်ပေါ်လာပြီလျှင် မဂ်စိတ်နှင့် ယှဉ်တွဲပြီးဖြစ်ပေါ်လာသော သတိ	သမုဇ္ဈေဒ ဝိဝေက
၃။ ဖိုလ်စိတ်နှင့် ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော သတိ	ပဋိပဿဒ္ဓိ ဝိဝေက
၄။ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုနိုင်သော ဉာဏ်နှင့် ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော သတိ	နိဿရဏ ဝိဝေက
၅။ ဈာန်တရားတို့နှင့် ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော သတိ	ဝိက္ခမ္ဘန ဝိဝေက

ဝိဝေက ၈ ပါး (သိရုံ)

၁။ တဒင်္ဂိဝိဝေက = ခေတ္တခဏမျှ ကင်းဆိတ်ခြင်း၊

၂။ ဝိက္ခမ္ဘနိဝိဝေက = အချိန်အတော်ကြာကြာ ကင်းဆိတ်ခြင်း၊

၃။ သမုစ္ဆေဒဝိဝေက = အကြွင်းမဲ့ ပယ်သတ်ခြင်းဖြင့် ကင်းဆိတ်ခြင်း၊

၄။ ပဋိပဿဒ္ဓိဝိဝေက = ထက်ဝန်းကျင်စင်ကြယ်ခြင်း၊ ငြိမ်းအေးခြင်းတို့ဖြင့် ကင်းဆိတ်ခြင်း၊

၅။ နိဿရဏဝိဝေက = ထွက်မြောက်ခြင်းဖြင့် ကင်းဆိတ်ခြင်း၊

၆။ ကာယဝိဝေက = ဝတ္ထုကာမတို့မှ ကင်းဆိတ်ခြင်း၊

၇။ စိတ္တဝိဝေက = ကိလေသာကာမ၊ အလုံးစုံသောအကုသိုလ်တို့မှ ကင်းဆိတ်ခြင်း၊ (ဥပစာရဈာန်၊ အပ္ပနာဈာန်ကို ရခြင်း)

၈။ ဥပဓိဝိဝေက = (ကာမုပဓိ၊ ခန္ဓုပဓိ၊ ကိလေသုပဓိ၊ အဘိသင်္ခါရုပဓိ) ဥပဓိလေးဖြာမှ ကင်းဆိတ်ရာ

နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလျက်နေခြင်း၊

ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်

ဓမ္မဝိစယ

ဓမ္မ - သစ္စာ ၄-ပါးတရား + **ဝိစယ** - စူးစမ်းဆင်ခြင် သိမြင်ခြင်း။

သစ္စာ ၄-ပါးတရားကို စူးစမ်းဆင်ခြင် သိမြင်နိုင်သော ပညာသည် ကိလေသာတည်းဟူသော အိပ်ပျော်ခြင်း မှုနိုးထခြင်းအကြောင်း ဖြစ်သောကြောင့်၎င်း၊ သစ္စာ ၄-ပါးကို သိဖို့ရာအတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်သောကြောင့်၎င်း၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုဖို့ရာအတွက် အရေးကြီးသော အရာဖြစ်သောကြောင့်၎င်း၊ သဘာဝတရား ၇-မျိုး၏ အစုအဝေးဖြစ်ရကား ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင် မည်၏။

သစ္စာ ၄-ပါးကို စူးစမ်းဆင်ခြင်ပုံ (ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်)

ဝိပဿနာကျင့်နေသောအချိန်တွင် လောကုတ္တရာတရားကို မရသေးသောကြောင့် ကိုယ့်သန္တာန်၌ရှိသော ဒုက္ခသစ္စာ (ဝဋ်ဆင်းရဲထဲမှာ ဖြစ်ပေါ် နေတဲ့ ရုပ်တရား နာမ်တရား)ကို ဝိပဿနာ၏ အာရုံအဖြစ်ဖြင့် အမှန်မြင်အောင် မဂ္ဂသစ္စာနှင့် ရှုမြင်သုံးသပ် ဆင်ခြင်ရမည်။

ဒုက္ခ အထူး

အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တမှာပါသော- ဒုက္ခ = ဆင်းရဲခြင်း။

သုခ ဒုက္ခ သောမနဿ ဒေါမနဿ ဥပေက္ခာမှာပါသော - ဒုက္ခ = ဝေဒနာနှင့် တွဲလာသော ဒုက္ခသည် စိတ်၏ ခံစားချက်တစ်ခု။ (ဒေါသမူဒွေ၊ ဒုက္ခသဟဂုတ် ကာယဝိညာဏ်စိတ်၌ ယှဉ်သော ဒုက္ခဝေဒနာ)

ဒုက္ခသစ္စာ မှာပါသော - ဒုက္ခ - တဏှာကြည့်သော လောကီစိတ် စေတသိက် ၅၁ ပါး၊ ရုပ် ၂၈ ပါး။

ဝိပဿနာကျင့်ခြင်း ရည်ရွယ်ချက် (ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ခြင်း၏ အကျိုး)

၁။ ဒုက္ခသစ္စာကို အမှန်မြင်ဖို့။ (သိ)

၂။ အမှန် မြင်လာတာသည်နှင့် ဒုက္ခကို ဖြစ်ပေါ်စေသော ဒုက္ခသမုဒယကိုလည်း မြင်လာပြီး ဖယ်ရှားပစ်ရမယ့် တရားဖြစ်လို့ အသိဉာဏ်နှင့် ဖယ်ရှားပစ်ဖို့။ (ပယ်)

၃။ ဖယ်ရှားပစ်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဒုက္ခနိရောဓဟူသော နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုဖို့။ (ဆိုက်)

၄။ ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတရားတို့ကို အမှန်မြင်ဖို့ရန် သမ္မာဒိဋ္ဌိဦးဆောင်သော မဂ္ဂသစ္စာ ပွားများဖို့။ (ပွား)

မဂ်အိုက်၌ သစ္စာ ၄- ပါးသည် တစ်ပြိုင်နက် ဆောင်ရွက်ကြသည်။ ဝိပဿနာပိုင်းမှာဆိုလျှင် တစ်ပြိုင်နက် မဖြစ်ကြပါ။

ဥပမာ- ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ပြီဆိုတဲ့အချိန်မှာ ရှုမြင်ရမှာက - ဒုက္ခ၊ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ မျှော်မှန်းချက်က - ဒုက္ခနိရောဓ၊ ဒုက္ခနိရောဓ ရောက်ဖို့ရာအတွက် ဖယ်ရှားရမှာက - ဒုက္ခကို ဖြစ်စေတဲ့ ဒုက္ခသမုဒယ၊ ဖယ်ရှားပြီး ဒုက္ခနိရောဓဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ဆိုက်ထိတယ်။ ဒုက္ခကို ဖြစ်စေတဲ့ ဒုက္ခသမုဒယကို ဖယ်ရှားဖို့ရန် ပွားများရမှာက - ဒုက္ခနိရောဓ ဂါမိနိပဋိပဒါ။

သစ္စာ ၄-ပါး

၁။ **ဒုက္ခ** ဆိုတာ **ပရိညေယျ**၊ ပိုင်းပိုင်းခြားခြားပိုင်းခြားခြား သိရမယ်၊ ဒါဟာ ဒုက္ခအကုန်ပဲ ဂုန်ပဲ၊ ဒီထက်အပို အလွန် မရှိဘူး လို့ ဒီလိုပိုင်းခြားပြီးသိတာ။

(၂) **ဒုက္ခသမုဒယ** ဆိုတာ **ပဟာတဗ္ဗ**၊ ဖယ်ရှားပစ်ရမယ့်တရား၊ မိမိရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ အနုသယဓာတ်အနေနဲ့ ကိန်းနေတာမှအစ အကုန် လုံး ဖယ်ရှားပစ်ဖို့လိုတယ်။

(၃) **ဒုက္ခနိရောဓ** ဆိုတာ **သစ္စိကာတဗ္ဗ**၊ ဒုက္ခ အပြီးတိုင်ချုပ်ငြိမ်းသွားတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရမယ့်တရားဖြစ်တယ်။

(၄) **ဒုက္ခနိရောဓ ဂါမိနိပဋိပဒါ** (မဂ္ဂသစ္စာ) ဆိုတာ **ဘာဝေတဗ္ဗ**၊ ဖြစ်စေပွားစေရမယ့် တရားဖြစ်တယ်။

ဓမ္မဝိစယ၏ သစ္စာ ၄-ပါးကို စူးစမ်းစမ်းဆင်ခြင်ပုံ (သဘာဝလက္ခဏာရှုထောင့်)

ဥပမာ -

၁။ ဖဿ ဆိုတာ အာရုံနဲ့ စိတ်ကို ဆက်သွယ်ပေးတတ်တဲ့သဘော ဖုသနလက္ခဏာ၊ ဒုက္ခသစ္စာထဲမှ ပထဝီဆိုတာ မာတဲ့ပျော့တဲ့သဘော၊ တေဇော ဆိုရင် ပူတဲ့အေးတဲ့သဘောလို့ လက္ခဏာကို စူးစမ်းခြင်း။

၂။ ဆင်ခြင်ပြီးနောက် ဖဿ၊ ပထဝီ ဘာကြောင့် ဖြစ်ရသလဲဆိုတဲ့ အကြောင်းကိုပါသိလာခြင်း။

၃။ သိလာပြီးနောက် နာမ်တရားတွေ ထဲက ဖဿပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ရုပ်တရား တွေထဲက ပထဝီပဲဖြစ်ဖြစ်... မမြဲတဲ့ အနိစ္စ၊ မမြဲခြင်းကြောင့် ဒုက္ခ၊ မိမိကိုယ်တိုင် ဘာမှလုပ်နိုင်စွမ်း မရှိလို့၊ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း ဘာမှမဖြစ်လို့ အနတ္တ... လို့ထိအောင် စူးစမ်းဆင်ခြင်ခြင်း။

၄။ စူးစမ်းဆင်ခြင်၍ ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်သွားတဲ့အခါ မဂ်ဉာဏ်ပေါ်လာတယ်။ အဲဒီမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် ကိလေသာကို စွန့်ပယ်ပြီး နိဗ္ဗာန်သို့ပြေးဝင်တယ်။

ကျကျနန နားလည်ဖို့ အင်မတန်မှ အရေးကြီးပုံ

လေးလေးနက်နက် လုပ်ငန်းတစ်ခုလုပ်ပြီး၊ တရားဓမ္မ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အားထုတ်တော့မယ်ဆိုရင် အနည်းဆုံး ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ အာယတန ၁၂-ပါးစသည် သရုပ်လည်း သိရမယ်၊ Apply လည်း လုပ်တတ်ရမယ်။ အဲဒီလောက် သင်ထားပြီးတော့မှ ဝိပဿနာတရားကို ဘယ်လို ရှုရတယ်၊ သမထကသွားရင် ဝိပဿနာ ဘယ်လိုကူးရမယ်၊ ဝိပဿနာသက်သက် အားထုတ်ရင် ဘာက စ,ရှုရမယ်ဆိုတဲ့ ဒီလို သင်ကြားမှုတွေ မရှိဘဲနဲ့ အားထုတ်ရင် ဘာမှဖြစ်လာမှာ မဟုတ်ဘူး။

ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း လက်စွဲပြုရတဲ့ကျမ်းက ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်း၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ဟာ အရှင်မဟာ ဗုဒ္ဓဃောသ ရေးတာ။ ဘုရားနဲ့ နှစ်ပေါင်း ၁၀၀၀-လောက်နောက်မှ ရေးတာ၊ ယုံကြည်ရ ရဲ့လား၊ စိတ်ချရရဲ့လားလို့ တွေးကောင်းတွေးလိမ့်မယ်။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ဆိုတာ အစဉ်အလာအရ ဖွင့်ဆိုပြလာတဲ့ ကျင့်စဉ်တွေပဲ၊ အရှင် မဟာဗုဒ္ဓဃောသက သူကိုယ်တိုင် ပိဋက ၃-ပုံကို အဋ္ဌကထာ နဲ့တကွ လေ့လာပြီး တဲ့အခါ အနှစ်ချုပ်ထုတ်ပြီးရေးတာ။

ပုဂ္ဂိုလ် ၄ -မျိုး

၁။ ညွှန်တည။

ညွှန်တ - အကျဉ်းချုပ် ပြောလိုက်သည်နှင့်၊ **တည** - သိသောပုဂ္ဂိုလ်။

ဥပမာ - အရှင်သာရိပုတ္တရာ။ **ယေ ဓမ္မာ ဟေတုပ္ပဘဝါ တေသံ ဟေတုံ တထာဂတော** လို့ ပြောလိုက်တာနဲ့ သစ္စာ ၄-ပါးကို ကောင်းကောင်းကြီး သိသွားတယ်။ (အကြောင်းနဲ့အကျိုးကို ရှင်းပြလိုက်တာ သဘောကျပြီး သောတာပန် ဖြစ်သွားတယ်)။ နောက် ပဉ္စဝဂ္ဂီတွေထဲက အညာသိက္ခာဏ္ဍည မထေရ်။

၂။ ဝိပဋိတည။

ကျန်သော ပဉ္စဝဂ္ဂီ ၄-ပါးသည် သီးသန့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတွေပေးပြီး ထပ်ဆင့်အကျယ်ရှင်းပြမှ တရားထူးရတာ ဖြစ်သောကြောင့် ဝိပဋိတည။ပုဂ္ဂိုလ်။

၃။ နေယျ

သီးသန့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတွေပေးပြီး ထပ်ဆင့်အကျယ်ရှင်းပြလည်း တရားထူး မရဘူး၊ အချိန်မှန်မှန် ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားကို ၁၀-နှစ်၊ ၁၅ -နှစ်၊ အနှစ်-၂၀၊ အနှစ်-၃၀စသည် အားထုတ်မှ တရားထူး တရားမြတ် ရလာသော ပုဂ္ဂိုလ်။

၄။ ပဒပရမ

ဒီဘဝမှာ ရုပ်ရယ်နာမ်ရယ်ဟူသောစကားလုံးနှင့် အဆုံးသတ်သွား၏။ အနှစ်သာရကိုသိနိုင်သော စွမ်းရည် သတ္တိမရှိသောကြောင့် ဒီဘဝ၌ တရားထူး တရားမြတ် မရသော်လည်း နောက်ဘဝများအတွက် အထောက် အပံ့ ဖြစ်၏။ ဥပမာ - ကဿပသာသနာနှောင်းပိုင်း တောင်ကလာပ်ပေါ်မှ ရသေ့ ၅ဦး ။

ပုဂ္ဂိုလ် ၄ -မျိုး အကျယ်ကို မဟာဗုဒ္ဓဝင်နှင့် ဓမ္မပဒတို့မှ ကူးယူ၍ ဗဟုသုတအလို့ငှါ ဖော်ပြလိုပါသည်။

ဤ၌ မြတ်စွာဘုရားသည် ဗုဒ္ဓစက္ခုဖြင့် သတ္တလောကကို ကြည့်ရှုတော်မူသောအခါ

(၁) ရေမှပေါ်တက်၍ နေထွက်လျှင်ထွက်ခြင်း ယနေ့ပင် ပွင့်မည့်ကြာများကဲ့သို့ အကျဉ်းမာတိကာ ဥဒ္ဒေသမျှ ဟောလိုက်လျှင်ပင် သစ္စာလေးပါး တရားသိမြင် ကျွတ်တမ်းဝင်ကြမည့် **ညွှန့်တည။ပုဂ္ဂိုလ်။**

(၂) ရေမျက်နှာပြင်နှင့်အညီ တည်နေကာ နက်ဖြန် ပွင့်မည့် ကြာများကဲ့သို့ အကျဉ်းမာတိကာ ဥဒ္ဒေသကို ကြားနာရရှိဖြင့် ကျွတ်တမ်းမဝင်သေးပဲ ထိုမာတိကာ ဥဒ္ဒေသကို အကျယ်ဝိတ္ထာရ နိဒ္ဒေသပဒဘာဇနီ ခဲ့ထွင်၍ဟောမှ သစ္စာလေးပါး တရားသိမြင် ကျွတ်တမ်းဝင်ကြမည့် **ဝိပဋိတည။ပုဂ္ဂိုလ်။**

(၃) ရေအတွင်း၌ နစ်မြုပ်ကာ ဖွံ့ဖြိုးကြီးပွားလျက် တတိယနေ့ (သန်ဘက်ခါ)မှ ပွင့်မည့် ကြာများကဲ့သို့ တရားတော်ကို အကျဉ်းအကျယ် နာရသော်လည်း ထိုတထိုင်တည်း၌ ကျွတ်တမ်းမဝင်သေးပဲ ကလျာဏ မိတ်ဆွေတို့ကို မှီဝဲကာ ထိုတရားကို အဖန်ဖန် ပွားများလေ့လာ နှလုံးသွင်း၍ နောက်ရက် နောက်လ နောက်နှစ်တို့သို့ရောက်မှ သစ္စာလေးပါး တရားသိမြင် ကျွတ်တမ်းဝင်ကြ မည့် **နေယျပုဂ္ဂိုလ်။**

(၄) ရေမှအထက်သို့ တက်လည်းမတက် ပွင့်လည်း မပွင့်တော့ပဲ ရေထဲမှာပင် ငါးစာ လိပ်စာ ဖြစ်ရမည့် အနာအဆာကင်း သော ကြာမျိုးကဲ့သို့ ယခုဘဝ မည်မျှပင် တရားကို နာယူလေ့လာပါများသော်လည်း မဂ်ဖိုလ်ကိုမရပဲ နောက်နောက်ဘဝတို့အတွက် တရားအထုံဝါသနာပါရှိမှုအကျိုးရှိ၍ ကိလေသာ တည်းဟူသော ငါး လိပ်တို့၏ အစာဖြစ်ကာ ဘဝဆုံးရသော **ပဒပရမပုဂ္ဂိုလ်** ဤပုဂ္ဂိုလ် လေးမျိုးတို့ကို အစုလိုက် အစုလိုက် မြင်တော်မူလေသည်။

သာဓကများ

၁။ အရှင်အဿဇိ ဟောကြားသောဂါထာနှင့်အဓိပ္ပာယ်

ယေဓမ္မာ ဟေတုပ္ပဘဝါ တေသံ ဟေတုံ တထာဂတော အာဟ၊

တေသဉ္စ ယော နိရောဓော ဧဝံဝါဒီ မဟာသမဏော။

ဥပတိဿသည် ဂါထာ၏ ပထမနှစ်ပါဒဆုံးလျှင်ပင် သောတာပန် ဖြစ်သွားလေတော့သည်။ ဤလောက၌ ဖြစ်ဖြစ်သမျှတို့သည် အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ကြကုန်၏။ ထိုအကြောင်းကို ငါတို့ဆရာဘုရားရှင်သည် ဟောကြား၏။ ဖြစ်ဖြစ်သမျှတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာနှင့် ထိုချုပ်ငြိမ်းရာသို့ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကိုလည်း ငါတို့ ဆရာ ဘုရားရှင်သည် ဟောတော်မူ၏။

၂။ ကဿပဘုရားသာသနာနှောင်းပိုင်း တောင်ကလာပ်ပေါ်မှ ရဟန်းများ

ကဿပဘုရားရှင်၏ သာသနာတော် ရွှေ့လျော့ဆုတ်နစ်နေသည့်အချိန်က ရဟန်းသာမဏေတို့၏ ဖောက်ဖောက်ပြန်ပြန် ကျင့်သုံးနေထိုင်ကြသည်ကို တွေ့မြင်ရသဖြင့် ရဟန်းခုနစ်ပါးတို့သည် ထိတ်လန့် စိုးရိမ်ခြင်းဖြစ်၍ တောသို့ဝင်ကာ တစ်ခုသော တောင်ထွတ်သို့ ထန်းလှေကားဖြင့်တက်ကာ လှေကားကို တွန်းချပစ်ပြီး အသက်ကို တွယ်တာငဲ့ကွက်ခြင်းမရှိဘဲ တရား အားထုတ်ကြလေသည်။

(၁) အကြီးဆုံးဖြစ်သော ရဟန်းသည် တစ်ညဉ့်မျှအလွန်တွင် ရဟန္တာဖြစ်သွားသည်။

(၂) ဒုတိယအကြီးဆုံး ရဟန်းသည် နှစ်ရက်မြောက်နေ့၌ အနာဂါမိဖိုလ်ကို ရသည်။ ကွယ်လွန်သော် ဗြဟ္မာပြည်သို့ လားရောက်ရသည်။ (**ပုရာဏသဟာယက** ဗြဟ္မာကြီး မည်၏။)

(၃) ကျန်ငါးဦးမှာ တရားထူးမရဘဲ အာဟာရပြတ်ကာ ခြောက်ကပ်ပိန်လို့ သေဆုံးပြီးနောက် နတ်ပြည်သို့ လားရောက်ကြရသည်။

မောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

နတ်သား ငါးယောက်တို့သည် ယခု ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားရှင် လက်ထက်၌ လူအဖြစ်ကိုရရှိပြီး တရားထူး
တရားမြတ်များ ရရှိကုန်၏။ ၎င်းတို့မှာ - **ပဏ္ဍုသာတိမင်း၊ ကုမာရကဿပ၊ မလ္လမင်းသားဒဗ္ဗ၊
ဗာဟိယဒါရုစီရိယ** နှင့် **သဘိယပရိဗိုဇ်** တို့ဖြစ်ကြသည်။

ပညာ၏ လက္ခဏာ, ရသ, ပစ္စုပ္ပန်, ပဒဋ္ဌာန်

လက္ခဏာ = နာမ်တရားတို့၏ သဘောကို ထိုးထွင်းသိခြင်းလက္ခဏာ ရှိ၏။

ရသ = ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ သဘောကို ဖုံးလွှမ်းတတ်သော မောဟ-အမှောင်ကို ဖျက်ဆီးခြင်းကိစ္စ ရှိ၏။

ပစ္စုပ္ပန် = မတွေ့မဝေသိခြင်းဟူသော ဟူသော ပစ္စုပ္ပန် (ဉာဏ်၌ ရှေးရှုထင်သော အခြင်းအရာ) ရှိ၏။

ပဒဋ္ဌာန် = စိတ်တည်ကြည်သောသူသည် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိ၏ မြင်၏ဟု ဟောတော်မူသောကြောင့်
သမာဓိ (စိတ် တည်ကြည်ခြင်း)သည် ပညာ၏ ပဒဋ္ဌာန် (နီးသောအကြောင်း) ဖြစ်၏။

ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်ကြောင်းတရား ၇-ချက် (အဋ္ဌကထာ)

[၂၊ ၄၊ ၅ = အပြင်အကြောင်း၊ ကြွင်း = အတွင်းအကြောင်း]

(၁) **ပရိပုစ္ဆကတာ** - တရားဓမ္မနှင့် ပတ်သက်ပြီး စူးစမ်းမေးမြန်းခြင်း။

(၂) **ဝတ္ထုဝိသင်္ကရိယာ** - ကိုယ်လက်သန့်စင်ခြင်း၊ မိမိ၏ပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်အောင်နေခြင်း။

(၃) **ဣန္ဒြိယ သမတ္တ ပဋိပါဒန** - သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိမျှအောင် သတိနှင့် ထိန်းညှိပေးခြင်း။

(၄) **ဒုပ္ပည ပုဂ္ဂလ ပရိဝဇ္ဇနာ** - ပညာမဲ့သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို အပေါင်းအသင်း မလုပ်ခြင်း။

(၅) **ပဏ္ဍိတ ပုဂ္ဂလ သေဝနတာ** - ပညာရှိသောပုဂ္ဂိုလ်ကို အပေါင်းအသင်း လုပ်ခြင်း။

(၆) **ဂမ္ဘီရဉာဏစရိယ ပစ္စဝေက္ခဏာ** - လေးနက်သော တရားတို့ပေါ်၌ ဉာဏ်ကျက်စားမှု /လေးနက်သော
တရားတို့ကိုသိအောင် ကြိုးစားခြင်း။

(၇) **တဒဓိမုတ္တတာ** - ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်ဖို့ အမြဲတမ်း စိတ်ကိုညွှတ်ထားခြင်း။

ဣန္ဒြိယ သမတ္တ ပဋိပါဒန

ဣန္ဒြေ ၅-ပါးတွင် သတိက ထိန်းမပေးဘူးဆိုလျှင် ဆိုင်ရာဆိုင်ရာကိစ္စများ မဆောင်ရွက်နိုင်သောကြောင့် ဣန္ဒြေကို မျှတအောင် ထိန်းညှိပေးရမည်။ ဆိုင်ရာ ကိစ္စများမှာ - **သဒ္ဓါ** - ဆုံးဖြတ်ခြင်းကိစ္စ၊ **ဝီရိယ** - စိတ်အားကို မြှင့်တင်ပေးသောကိစ္စ၊ **သတိ** - အာရုံနှင့်စိတ် တွဲကပ်နေအောင် လုပ်ပေးခြင်းကိစ္စ ၊ **သမာဓိ** - အာရုံပေါ်မှာ စိတ်တည်ငြိမ်ကျသွားအောင် ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းကိစ္စ၊ **ပညာ** - အမှန်တရားကို ထိုးထွင်းသိခြင်းကိစ္စ၊ တို့ဖြစ်၏။

သမထအကျင့်စဉ် ဖြစ်ပါက - သမာဓိကို စွမ်းအားမြှင့်ပေးခြင်း၊ ဝိပဿနာကျင့်စဉ် ဖြစ်ပါက - ပညာကို စွမ်းအားမြှင့်ပေးခြင်းဖြင့် ထိန်းညှိရမည်။ သတိကို အခြေခံ၍ သဒ္ဓါ နှင့် ပညာ၊ ဝီရိယ နှင့် သမာဓိ ကို ထိန်းညှိပေးရမည်။

သဒ္ဓါ နှင့် ပညာ

၁။ သဒ္ဓါကလွန်ကဲပြီး ပညာက အားနည်းနေသော ပုဂ္ဂိုလ်

မဟုတ်တဲ့အရာကို ဆုံးဖြတ်ပြီး မယုံသင့်တာတွေ ယုံ၏။ မျက်ကန်းယုံကြည်မှု။ ပညာမဲ့သဒ္ဓါ ဖြစ်တယ်။ ထို့ကြောင့် သဒ္ဓါကို ပညာနှင့် ပြန်ထိန်း ပေးရမည်။

၂။ ပညာကထက်ပြီး ယုံကြည်မှုက အားနည်းသောပုဂ္ဂိုလ်

ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသောပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားတတ်၏။ ဟိုဟာလက်မခံ၊ ဒီဟာလက်မခံဖြစ်ကာ အစွန်းရောက်ပြီး လမ်းချော်သွားတတ်၏။(ဆိုလိုတာ - ကုသိုလ်ဆိုတာ စိတ်ထဲမှာဖြစ်တာ၊ ပါးစပ်ကပြောစရာ မလိုဘူး၊ ကိုယ်ထိ လက်ရောက် လုပ်စရာမလိုဘူး၊ ကုသိုလ်ဆိုတာ စိတ်ထဲဖြစ်ရုံနဲ့ ပြီးတယ် ဆိုပြီး ဘာမှမလုပ်ဘူး")ဆေး ကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါနှင့် တူ၍ ကုရခက်သည်။

ဝီရိယ နှင့် သမာဓိ

သမာဓိ - အာရုံ တစ်ခုတည်းပေါ်မှာ ကျနေချိန် ဝီရိယက စိတ်ကိုတိုးမြှင့်လိုက်တဲ့အခါ ချိန်သား မကိုက်ဘဲ လွဲချော်ထွက်သွား၏။ ဝီရိယရဲ့ ကိစ္စ - စိတ်အားတွေ မြှင့်တင်ပေးတဲ့ကိစ္စ၊ သမာဓိရဲ့ ကိစ္စ - စိတ်တွေ အာရုံပေါ်မှာ စုကျသွားအောင် လုပ်ပေးတဲ့ကိစ္စ၊ ဝီရိယက လှုပ်ရှားပြီး၊ သမာဓိက တည်ငြိမ်နေ၏။ သိပ်လှုပ်ရှားလွန်းလို့ရှိရင်လည်း တည်ငြိမ်မှုတွေ ပျက်ပြားတယ်၏။

၁။ ဝီရိယများပြီး သမာဓိအားနည်းရင်.... ဥဒ္ဓစ္စဖြစ်တတ်၏။ စိတ်ဟာ စုစည်းလို့မရတော့ဘူး။

၂။ ဝီရိယက လျော့နည်းပြီး သမာဓိက စွမ်းအားတွေ တက်နေမယ်ဆိုရင်.... ထိနမိဒ္ဓဖြစ်တတ်၏။

ထို့ကြောင့် သတိက သဒ္ဓါနှင့် ပညာ၊ ဝီရိယနှင့် သမာဓိကို ထိန်းညှိပေးရမည်။ ထိုသို့ ထိန်းညှိပေးခြင်း အားဖြင့် မိမိသန္တာန်၌ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင် ဖြစ်လာနိုင်၏။

၁။ ရှင်ဝက္ကလိမထေရ် ဝတ္ထု [သဒ္ဓါလွန်ကဲသောအရာ၌ တေဒဂ်ဘွဲ့ဖြင့် ချီးမြှင့်ခံရသူ]

ဝက္ကလိမထေရ်သည် ဘုရားရှင်ကို အလွန်ကြည်ညိုသူ ဖြစ်သည်။ ကြည်ညိုလှသဖြင့် ပုဏ္ဏားမျိုးရိုးမှ ထွက်ကာ ရဟန်းပြုလာသူ ဖြစ်သည်။ စာပေ သင်ယူခြင်း၊ ပို့ချခြင်း၊ တရားဘာဝနာပွားများခြင်းကိုမူ မပြုလုပ်။ အချိန် ရှိသမျှ ဘုရားရှင်ကို မြင်နိုင်သည့် နေရာမှ ဖူးမြော်ကြည်ညိုနေသည်။ ဘုရားရှင် ကလည်း ဝက္ကလိမထေရ်၏ အသိဉာဏ် ရင့်သန်ချိန်ကို စောင့်နေတော်မူခြင်း ဖြစ်၍ တစ်စုံတစ်ရာ အပြစ်တင်ခြင်းမပြု။ သဒ္ဓါစွမ်းအား တက်ပြီး ပညာဉာဏ်နိမ့်ကျနေသောကြောင့် တရားထူးတရားမြတ် မရနိုင်ပဲရှိနေ၏။

ဝက္ကလိမထေရ်၏ အသိဉာဏ်ပညာ ရင့်သန်လာပြီဖြစ်သောနေ့တွင် ဘုရားရှင်က **ကံ တေ ဝက္ကလိ ဣမိနာ ပူတိကာယေန** ဒီခန္ဓာအပုပ်ကြီးကို ကြည့်နေလို့ မင်း ဘာအကျိုးရှိမှာလဲ၊ **ယော - ဓမ္မံ ပဿတိ၊ သော မံ ပဿတိ** ဓမ္မကိုမြင်မှ ငါ့ကို မြင်မှာလို့ မိန့်ကာ ငါဘုရားအပါးမှ ထွက်သွားလော့ ဟု နှင်တော် မူလိုက်သည်။ ဝက္ကလိမထေရ်သည် ဘုရားရှင်ကို ဖူးမြင်ခြင်းမပြုရလျှင် အသက်ရှင်နေ ခြင်းဖြင့် အကျိုးမရှိဟု တွေးတောကာ တောင်ပေါ်မှ ခုန်ချ၍ မိမိကိုယ်ကို အဆုံးစီရင်ရန် ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်ပေါ်သို့ တက်သည်။ ခုန်ချအံ့ဆဲအချိန်တွင် ဘုရားရှင်သည် မထေရ်ရှိရာသို့ ရောင်ခြည်တော်များ လွှတ်တော်မူသည်။ ရောင်ခြည် တော်များဖြင့် ဘုရားရှင်ကို ဖူးမြင်ရ၍ မထေရ်သည် ဝမ်းသာပီတိ ဖြစ်သည်။ ဘုရားရှင်ထံသွားရန် တောင်ထိပ်ပေါ်မှ ပထမခြေလှမ်း လှမ်းစဉ် မှာပင် ရဟန္တာဖြစ်တော်မူသည်။(ကြည်ညိုသော သဒ္ဓါကို ပညာနှင့် ညှိလိုက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်၏။) နောင်အခါ ဘုရားရှင်က သဒ္ဓါလွန်ကဲသော (သဒ္ဓါမိမုတ္တ) အရာတွင် တေဒဂ်ဘွဲ့ထူးဖြင့် ချီးမြှင့်တော်မူသည်။

၂။ ရှင်သောဏမထေရ် ဝတ္ထု

[ဝီရိယလွန်ကဲသောမထေရ်]

ဣဒ္ဓိပါဒ တွင် ပြန်၍ ရှုပါ။

ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်

ဝီရိယ = ဝီရ + ဣယ

"ဝီရာနံ ကမ္မံ ဝီရိယံ" - ရဲစွမ်းသတ္တိရှိသူ/ရဲရင့်သူတို့၏ လုပ်ရပ်။ ရဲရင့်သူတို့၏ ကြိုးစား အားထုတ်မှု။
(ရဲရင့်သောပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုတာ - ဘုရား၊ ပစ္စေကဗေဒါ၊ ရဟန္တာ)

ဝီရိယ၏ လက္ခဏာ, ရသ, ပစ္စုပ္ပန်, ပဒဋ္ဌာန်

လက္ခဏာ = ပဂ္ဂဟလက္ခဏာ - စိတ်ကို မြှင့်တင်ပေးခြင်း လက္ခဏာ ရှိ၏။ အတူ ဖြစ်ဘက်တရားတို့ကို မြှင့်တင်ပေးခြင်း လက္ခဏာ ရှိ၏။ (အားထုတ်ခြင်း လက္ခဏာ ရှိ၏။)

ရသ(ကိစ္စ) = ဥပတ္တန္တနရသ - ထောက်ပံ့ပေးခြင်း, ကျားကန် ပေးခြင်း ကိစ္စ ရှိ၏။

ပစ္စုပ္ပန် = အနောသီဒန - မြုပ်မသွားအောင် လုပ်ဆောင်ပေးမှုအဖြစ်/ မဆုတ်နစ်သည်၏အဖြစ်ဖြင့် ရှေးရှု ထင်လာ၏။ (တွန့်ဆုတ်နစ်မြုပ်သွားသော အနေအထား မရှိသည်၏ အဖြစ် ရှေးရှုထင်လာ၏။)

ပဒဋ္ဌာန် = ထိတ်လန့်မှု သံဝေဂရသူသည် အကြောင်းမှန် နည်းမှန်အားဖြင့် အားထုတ်၏ဟု ဟောတော်မူ သောကြောင့် ထိတ်လန့်မှု သံဝေဂလျှင် နီးသောအကြောင်း ရှိ၏။ တစ်နည်းကား ဝီရိယာရမ္ဘဝတ္ထုလျှင် နီးသောအကြောင်း ရှိ၏။

ပဂ္ဂဟ - မြှင့်တင်ပေးခြင်း

အကောင်းဖက်ကို၎င်း၊ အဆိုးဖက်ကို၎င်းမြှင့်တင်၏။ အဆိုးဖက်ကို မြှင့်တင်ခြင်းမှာ လောဘ ဒေါသ မောဟ ဣဿာ မစ္ဆရိယ စသည်တို့နှင့် တွဲလာသော ဝီရိယသည် ထိုလောဘစိတ်တို့ မြှင့်တက်လာအောင်၊ ဒေါသစိတ်တို့ ပြင်းထန်လာအောင်လုပ်ခြင်း ဖြစ်၏။ အကောင်းဖက်ကို မြှင့်တင်ခြင်းမှာ အလောဘ အဒေါသ အမောဟ မေတ္တာ ကရုဏာ စသည်တို့ကို မြှင့်တင်ပေးခြင်း ဖြစ်၏။

နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ အားထုတ်လျှင် လျော့လျော့ရဲရဲ လုပ်လို့ မရပုံ

"နယိဒံ သိထိလမာရဗ္ဗ၊ နယိဒံ အပ္ပေန ထာမသာ၊ နိဗ္ဗာန မဓိဂန္တဗ္ဗံ၊ သဗ္ဗဒုက္ခ ပမောစနံ။" ဒုက္ခဟူသမျှမှ လွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ပေါ့ပေါ့ လျော့လျော့ အားထုတ်လို့ရနိုင်တာ မဟုတ်ဘူး၊ သာမန် အစွမ်း အစနဲ့ ရနိုင်တာ မဟုတ်ဘူး။

ကုသိတ - ပျင်းရိသူ

ကုစ္ဆိတေန အာကာရေန သီဒတိတိ ကုသိတာ - စက်ဆုပ်ဖွယ် အခြင်းအရာအားဖြင့် မြုပ်သွားသူ။
စွမ်းဆောင်နိုင်မှုများ အားနည်းသွားသောကြောင့် သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာတို့ ပေါ်မလာဘဲ မြုပ်ဆင်းသွား
သူသည် ပျင်းရိသူ မည်၏။

ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင် ဖြစ်ကြောင်းတရား ၁၁-ချက်

(၁) အပါယ်ဒုက္ခကို ဆင်ခြင် စဉ်းစားခြင်း။

(၂) ဝီရိယ၏ အကျိုးကျေးဇူးတို့ကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း။

(၃) ဘုရားရဟန္တာတို့၏ သွားရာလမ်းဖြစ်သည်ဟု ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း။

(၄) **ပိဏ္ဍပါတ ပစာယန** - ဒကာ ဒကာမတို့ လှူသောဆွမ်းကို စားရသောအခါမှာ ဆွမ်းအပေါ်၌
အလေးအနက်ထားခြင်း။ (ပစ္စည်း ၄ပါးလုံးပါသည်)

(၅) **ဒါယဇ္ဇမဟတ္တ** - ဘုရားပေးသော ဓမ္မအမွေနှင့် ပတ်သက်ပြီး ကြီးကျယ်မှုကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း။

(၆) **သတ္တုမဟတ္တ** - မိမိ၏ ဆရာဖြစ်သော မြတ်စွာဘုရား၏ ကြီးကျယ်မှုကို
ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း။

(၇) **ဇာတိမဟတ္တ** - မိမိ၏ ဆရာဖြစ်သော မြတ်စွာဘုရား၏ မျိုးရိုးဇာတ် (သာကီဝင်မင်းတို့ဇာတ် -
ခတ္တိယဇာတ်)ကိုဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း။

(၈) **သဗြဟ္မစာရီ မဟတ္တ** - မိမိ၏ သီတင်းသုံးဖော် ပုဂ္ဂိုလ်တို့ လုံ့လဝီရိယထုတ်လို့ ကြိုးပွားတိုးတက်
သွားကြသည်ကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း။

(၉) ကြိုးစားအားထုတ်မှုမရှိသောပုဂ္ဂိုလ် (ပျင်းရိသူ)တို့နှင့် အပေါင်းအသင်း မလုပ်ခြင်း။

(၁၀) ကြိုးစားအားထုတ်မှုမရှိသောပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် အပေါင်းအသင်း လုပ်ခြင်း။

(၁၁) **တဒဓိမုတ္တတာ** - ဝီရိယဖြစ်ဖို့ရာအတွက် အမြဲတမ်း စိတ်ကိုညွှတ်ထားခြင်း။

ငရဲ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာ အသူရကာယ်ဆိုတဲ့ အပါယ် ၄ပါးကို ရောက်နေမယ်ဆိုရင်

မဖြစ်သေးတဲ့ အကုသိုလ်တွေ တားဆီးဖို့၊ ဖြစ်ပြီးသား အကုသိုလ်တွေကို ဖယ်ရှားပစ်ဖို့၊ မဖြစ်သေးတဲ့ အကုသိုလ်တွေဖြစ်ဖို့၊ ဖြစ်ပြီးသားအကုသိုလ်တွေ တိုးပွားဖို့ အားထုတ်ဖို့ဆိုတာ ဘာအခွင့်အရေးမှ မရှိဘူး။ အခုက ငါကြိုးစားအားထုတ်လို့ ဖြစ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အပါယ်ဘုံ ငါမရောက်ခင် ကြိုးစားမှ လို့ဆိုတဲ့ အတွေးနဲ့ ကိုယ့်စိတ်အားကို မြှင့်ပေးတာ။

ကြိုးစားအားထုတ်မှု၏ အကျိုးကျေးဇူးကို ဆင်ခြင်ပုံ

ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ကြိုးစားလိုက်တာ လေး အသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်း သူများတွေမလုပ်နိုင်တဲ့ အလုပ်တွေလုပ်ပြီး ပါရမီ ၁၀-ပါး အပြား-၃၀၊ စွန့်ခြင်းကြီး ၅-ပါး၊ စရိယာ ၃-ပါး တို့ကို ဖြည့်ကျင့် ခဲ့တယ်။ ကြိုးပမ်းအားထုတ်သည့် အတွက်ကြောင့် သုံးလောကမှာရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေအားလုံးဟာ ဦးထိပ်ထားပြီးတော့ ရှိခိုးကြတဲ့၊ ပူဇော်ကြရတဲ့ ဘုရားဆိုတာဖြစ်တာ။ ကြိုးစားလို့ ပစ္စေကဗုဒ္ဓ ဖြစ်တယ်၊ ကြိုးစားလို့ ရဟန္တာတွေ ဖြစ်တယ်။ ငါလည်းကြိုးစားမှပဲ၊ မကြိုးစား ရင် ရမှာမဟုတ်ဘူးလို့ ဆိုပြီးတော့ ကိုယ့်ရဲ့ ဝီရိယစွမ်းအားကို မြှင့်တင်ပေးရမယ်။

သဗြဟ္မစာရီ မဟတ္တ - သီတင်းသုံးဖော် ရဟန်းတို့ လုံ့လဝီရိယပြု၍ ကြီးပွားတိုးတက်ခြင်းကို ဆင်ခြင်ပုံ

ရဟန်းဇာတ်ရောက်နေစော ပုဂ္ဂိုလ်တို့က -

ငါတို့ရဲ့ တရားကျင့်ဖော် - ရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ ရှင်မောဂ္ဂလာန်၊ ရှင်မဟာကဿပ၊ ရှင်အာနန္ဒတို့ဟာ ဒိတ်ဒိတ်ကျဲတွေ ဖြစ်ရဲ့သားနဲ့ ငါက ပေါ့တီးပေါ့ဆ နေလို့ရှိရင် မသင့်တော်ဘူးလို့ ဆင်ခြင်ရမယ်။

ဘုရား၊ တရား ကိုးကွယ်တဲ့ ဥပါသကာ၊ ဥပါသိကာမတွေ အနေနဲ့က -

အနာထပိဏ်၊ ဝိသာခါ၊ ဆတ္တပါဏီ ဥပါသကာ၊ မဟာနာမဥပါသကာ၊ ဟတ္ထာဠဝက ဥပါသကာ တို့လိုပဲ ငါလည်း ဘုရားကိုးကွယ်တဲ့ ဥပါသကာ၊ ဥပါသိကာမတွေ ဖြစ်တယ်၊ ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့နေလို့ မသင့်တော်ဘူးလို့ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ရမယ်။

၁။ ရှင်မဟာမိတ္တ ဝတ္ထု

မဟာမိတ္တမထေရ်က တစ်နေ့ ဆွမ်းခံကြွသွားတဲ့အခါ၊ အမေလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ငါ့သမီး၊ ဘုန်းကြီးကြွလာ လို့ရှိရင် နှစ်ချို့ဆန်ကလေးနဲ့ချက်၊ အိုးထဲမှာ ထောပတ်၊ နို့၊ တင်လဲရှိတယ်၊ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ချက်ပြုတ်ပြီး ဆွမ်းလောင်းလိုက်ပါ။ အမေကတော့ မနေ့ကကျန်တဲ့ ထမင်းကြမ်းခဲလေး စားပြီးပြီ နေ့စာနှင့် ညစာကိုတော့ ဖြစ်သလိုပဲ ဟင်းရွက်လေးနဲ့ ယာဂုလေးနဲ့ ရောကြော်ပြီးတော့ သောက်ကြ တာပေါ့လို့ မှာနေတာကိုကြားလိုက်တယ်။

ကြားတော့ ငါ့ကို ဒီလို ဂရုတစိုက်ဆွမ်းလှူတာဟာ ငါ့ဆီက ပိုက်ဆံလိုချင်လို့ကျော်စောချင်လို့လည်း မဟုတ်၊ တကယ့်ကို သဒ္ဓါတရား စစ်စစ်နဲ့ လုပ်နေတာ။ သဒ္ဓါတရားကောသုတဲ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ဆွမ်းကို ပုထုဇဉ်ဘဝနဲ့ စားလို့ရှိရင် မသင့်တော်ဘူး၊ (ဒါ ဆွမ်းကို အလေးအနက်ထားတာလေ၊) ဒီကနေ့ပဲ ငါ ရဟန္တာဖြစ်အောင် ကြိုးစားမယ် ဆိုပြီး သပိတ်ကို အိတ်ထဲထည့်ပြီး ကျောင်းပြန်သွားတယ်။

ကျောင်းရောက်တဲ့အခါ အဓိဋ္ဌာန်လိုက်တယ်၊ ရဟန္တာ မဖြစ်မချင်း ဒီတင်ပလ္လင်ခွေကို မဖြုတ်ဘူး၊ ဒီနေရာက မထဘူးလို့ ကြိုးစားတယ်။ နဂိုကလည်းပဲ တရားအားထုတ်တဲ့အရှိန်က ရှိတယ်၊ အဲဒီအရှိန် ပေါ်မှာ ဝီရိယဆိုတဲ့ စိတ်စွမ်းအားတွေကို ထပ်မြှင့်လိုက်တဲ့အခါ သူဟာ မွန်းမလွဲခင်ပဲ ရဟန္တာကြီး ဖြစ်သွားတယ်။ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတဲ့အခါကျတော့မှ သပိတ်ကိုပိုက်၍ အိမ်ကိုကြွသွားတယ်။

သမီးလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ဒီနေ့ နေမြင့်မှ ကြွလာတယ်ဆိုပြီး သူ့အမေမှာထားတဲ့အတိုင်း ဆွမ်းလောင်းလိုက် တယ်။ သူ အကဲခတ်တယ်၊ ဒီကနေ့ ရဟန်းတော်ဟာ အခါတိုင်းထက် မျက်နှာ အဆင်းတွေ ကြည်လင်တယ်လို့ သူ့အမေလာတဲ့အခါပြောတယ်၊ သူ့အမေက ငါ့သမီး၊ ဒီနေ့တော့ တို့ဘုန်းကြီးတော့ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတာ သေချာပြီ။

၂။ ပိဏ္ဏပါတိကတိဿမထေရ် ဝတ္ထု

မဟာဂါမရွာ၌ ထင်းရောင်း၍ အသက် မွေးသော ဆင်းရဲသားတစ်ဦးရှိ၏။ သူ့ကို **ဒါရုာဏ္ဏကတိဿ**ဟု ခေါ်ကြ၏။ အင်မတန်မှ ဆင်းရဲသော်လည်း သားအမိ သားအဖ ၃-ယောက်လုံးသည် သဒ္ဓါတရား အလွန်ကောင်း၏။ ဘုန်းကြီးကို ဆွမ်းလောင်းချင်သော်လည်းသူတို့က ကောင်းကောင်း မတတ်နိုင်ကြပါ။ မတတ်နိုင်၍ ဆွမ်းကောင်းကို မလှူနိုင်။ သူ့ဆွမ်းကို ကိုရင်လေးတို့က လာလှူရင် ယူလိုက်ပြီး သူတို့ရှေ့မှာပဲ စွန့်ပစ်လိုက်ကြ၏။ ၃ နှစ် သမီးလေးကို ပိုက်ဆံ ၁၂-ကျပ်နှင့် သူများအိမ်မှာ အကူလုပ် ဖို့ဆိုပြီး ပို့လိုက်၏။

၁၂-ကျပ်နှင့် နွားမကြီး တစ်ကောင်ဝယ်ပြီး နွားနို့ညှစ်ကာ ထောပတ်ချက်၏။ ဆွမ်းကို ကောင်းကောင်း မွန်မွန် ချက်ပြီးတော့ သံဃာတွေကို မပျက်ကပ်တဲ့အခါ ခါတိုင်းလို မစွန့်ပစ်ကြတော့ပါ။ သူများအိမ် ကျွန်ခံနေရသော သမီးလေးကိုရွေးဖို့ သူ့လက်ထဲမှာ ပိုက်ဆံမရှိ၍ အဖဖြစ်သူက ကြံကြိတ် စက်တစ် စက်ကို သွားပြီး ၆လ အလုပ်လုပ်ရာ ၁၂-ကျပ်ရ၏။ သမီးလေးရွေးဖို့သွားရာ လမ်းတွင် ဘုန်းကြီးတစ်ပါး နှင့်တွေ့၏။ လူတစ်ယောက်ဆီမှ ထမင်းတစ်ထုပ်ကို ပိုက်ဆံ ၁၂-ကျပ်နှင့် ဝယ်လိုက်ပြီး ရဟန်းတော်ကို ဆွမ်းကပ်၏။ သူ့သမီးကို မရွေးနိုင်တော့ဘူး။

ရဟန်းတော်မထေရ်သည် ဒီဆွမ်းစားပြီးတော့ ဒီအကြောင်းတွေသိသောအခါ တရားဓမ္မ ကြိုးစားအား ထုတ်လိုက်တာ ရဟန္တာကြီး ဖြစ်သွား၏။ ရဟန္တာဖြစ်ပြီးမကြာခင်ပဲ ပရိနိဗ္ဗာန်စံသွား၏။ သူ့ဆွမ်းဒကာ မ,မှ ကြွေမယ်, ဆွမ်းဒကာမှ မ,မရင် မကြွေစေရလို့ အဓိဋ္ဌာန် ထားခဲ့၏။

သီဟိုဠ်၌ အုပ်ချုပ်နေသော "ကာကဝဏ္ဏတိဿ"ဘုရင်ကြီးက မီးသဂြိုဟ်ဖို့ ဒီအလောင်းကိုမ,တာ ဘယ်လို မှ,မရတဲ့အခါ ရဟန်းတွေကိုမေးတော့ ရဟန်းတွေက အဓိဋ္ဌာန်ခဲ့တဲ့အကြောင်းပြော၏။ ဘုရင်က အဲဒီလူကို ရအောင်ရှာခေါ် ပြီး အလောင်းကိုဖွင့်ကာ၊ မင်း ဆွမ်းကပ်လိုက်တဲ့ ဘုန်းကြီး ဒီဘုန်းကြီး ဟုတ်လားလို့ ဆိုတော့ ဟာ-ဟုတ်ပါတယ် ဆိုပြီးတော့ သူက ဝမ်းနည်းပမ်းနည်း ငိုကြွေးပြီး အစစ်ပါတဲ့၊ သူ့ဆွမ်းကပ် လိုက်တဲ့ ရဟန်းတော်ပါပဲ ဆိုတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ သူလည်းရှိခိုးပြီး လက်နဲ့ပင့်မဖို့လည်း လုပ်လိုက်ရော အလောင်းက ကောင်းကင်ရောက်သွားပြီး သူ့ဘာသာသူ တေဇာဓာတ်လောင်ပြီး ငြိမ်းသွားလေ၏။

ဝီရိယကို ဘယ်အတိုင်းအတာအထိ ပွားရမလဲ?

ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ကို **ဝိဝေကနိဿိတ** ဝိပဿနာနဲ့ တွဲသွားအောင်၊ မဂ်နဲ့တွဲသွားအောင်၊ ဖိုလ်နဲ့တွဲသွား အောင်၊ နိဗ္ဗာန်အထိ ဆိုက်ရောက်သွားအောင် ကျင့်ရမယ်။ (အကျယ်သည် သတိသမ္မောဇ္ဈင် ပွားနည်း အတိုင်း ဖြစ်၏။)

ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်

ပီတိ = အာရုံ၌ နှစ်သက်ကျေနပ်မှု။

နှစ်သက်ကျေနပ်နေသော အာရုံအပေါ်မူတည်၍ ပီတိ၏ တန်ဖိုးကို ဆုံးဖြတ်ခြင်း

၁။ သမ္မောဇ္ဈင် မဖြစ်သော ပီတိ

ကာမဂုဏ်အာရုံနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဖြစ်သော ပီတိသည် လောဘနှင့် တွဲလာ၍ ထိုပီတိသည် လောဘ အကျိုး ပေးသကဲ့သို့ အကျိုးပေးသော ပီတိဖြစ်၏။ ဤပီတိမျိုးသည် လက်မခံထိုက်သော ပီတိမျိုး ဖြစ်၏။

ဥပမာ - သားသမီးလိုချင်တဲ့ မိခင်ဖခင်တွေလည်း သားသမီးရလာတဲ့အခါ ပီတိဖြစ်ကြခြင်း။ အရောင်း အဝယ် လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ရောင်းအားဝယ်အားတွေ ကောင်းလာလို့ရှိရင် ကိုယ့်အလုပ်ပေါ်မှာ ပီတိ ဖြစ်ကြခြင်း။

၂။ သမ္မောဇ္ဈင် ဖြစ်သော ပီတိ

သမထ ကျင့်စဉ်တစ်ခုကိုကျင့်၍ ပထမဈာန်ရပြီး ကာမဂုဏ်အာရုံမှကင်းသော ချမ်းသာသုခကို ခံစားရခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော ပီတိသုခကို ဝိဝေကဇီပီတိသုခ ဟုခေါ်၏။ (ဝိဝေက = ကာမအာရုံနှင့် အကုသိုလ်မှ လွတ်ကင်းခြင်း။ လောဘအတွေးမှလွတ်သွားသော ပီတိသုခ)

ဝိဝေကဇီပီတိ = နိဝရဏတရားများ ကင်းသွားပြီး အကုသိုလ်တရားတို့ကို ဖယ်ရှားထားခြင်းကြောင့် ကောင်းမြတ်သော အာရုံတစ်ခုအပေါ်၌ ကြည်နူးနေသော ပီတိ, (ဓမ္မနဲ့ ပတ်သက်သော ပီတိ)။

သမထကျင့်စဉ်အရ ပထမဈာန်နဲ့ ယှဉ်တွဲလာသော ပီတိသည် အလောဘ အဒေါသ အမောဟဟူသော ကောင်းမြတ်သည့် အရည်အချင်းများရှိသော တရားတို့၏ပံ့ပိုးမှုနှင့် ဝိဝေကဇီပီတိ ဖြစ်၏။

ထိုထက်အဆင့်မြင့်သော ဒုတိယဈာန်ရလာပြီဆိုလျှင် သမာဓိကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ပီတိသည် သမာဓိဇီပီတိ ဖြစ်၏။

ဝိပဿနာတရားကို ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်သောကြောင့် ရလာသော ပီတိမျိုးသည် ဝိပဿနာပီတိ ဖြစ်၏။ (အမာနုသီ ရတိ ဟောတိ သမ္မာ ဓမ္မံ ဝိပဿတော) ဤပီတိမျိုးတို့သည် လက်ခံထိုက်သော ပီတိမျိုး ဖြစ်ကြ၏။

ပီတိ + သုခ

ပီတိသည် သုခဝေဒနာနှင့် ယှဉ်တွဲပြီးဖြစ်သော်လည်း သုခ မဖြစ်မီ ကြိုတင်ထင်ရှားလာသည်က ပီတိ ဖြစ်၏။ အာရုံ၏ အရသာကို တွေ့ရှိခံစားရပြီး နောက်ပိုင်းမှ ဖြစ်လာတာက သုခ ဖြစ်၏။ ပီတိ နှင့် သုခသည် ယှဉ်တွဲပြီးတော့ဖြစ်၏။ သို့သော် ထင်ရှားတာနှင့် မထင်ရှားတာကိုကြည့်ပြီး ရှေ့နောက်ဟု ပြောဆိုရခြင်း ဖြစ်၏။ ပီတိဖြစ်နေသောအချိန်တွင် သုခက မထင်ရှားပါ။ သုခ ဖြစ်လာသောအခါ နှစ်ခုစလုံး ထင်ရှား၏။ ထို့ကြောင့် ပီတိနှင့် သုခ တွဲဖြစ်တာကိုကြည့်ပြီး ယတ္ထ ပီတိ၊ တတ္ထ သုခံ ပီတိရှိသောနေရာမှာ သုခရှိ၏။ ယတ္ထ သုခံ၊ တတ္ထ နိယမတော ပီတိ သုခရှိတိုင်းတော့ ဧကန် ပီတိ မဖြစ်။ ဟုမိန့်ဆို၏။

ပီတိ ငါးမျိုး (သိရုံ)

- (၁) မွေးညှင်းထရုံသာပြု တတ်သော **ခုဒ္ဒကာပီတိ**၊
- (၂) လျှပ်စစ်ပြက် သကဲ့သို့ အကြိမ်ကြိမ်များစွာဖြစ်သော **ခဏိကာပီတိ**၊
- (၃) ကမ်းပေါ်သို့ တက်လာ၍ ပျက်ပျက်သွားသော ပင်လယ်လှိုင်းတံပိုးကဲ့သို့ ကိုယ်သို့တက်ရောက်၍ ပျက်သွားသော **ဩက္ကန္တိကာပီတိ**၊
- (၄) ကိုယ်ကို ပေါ့ပါးကြွတက်စေနိုင်လောက်အောင် အားကောင်းသော **ဥဗ္ဗေဂါပီတိ**၊
- (၅) လေပြည့်သောပူစီပေါင်းကဲ့သို့ တကိုယ်လုံးပျံ့နှံ့နေသော **ဖရဏာပီတိ**။

ပီတိ၏ လက္ခဏာ၊ ရသ(ကိစ္စ)၊ ပစ္စုပ္ပန်၊ ပဒဋ္ဌာန်

- လက္ခဏာ** = ဖရဏလက္ခဏာ - တစ်ကိုယ်လုံး ပျံ့နှံ့ခြင်း၊ **တုဋ္ဌိလက္ခဏာ** - ကျေနပ်ခြင်း လက္ခဏာ ရှိ၏။
- ရသ(ကိစ္စ)** = ကိုယ်နှင့်စိတ်ကို နှစ်မြို့စေတတ်သောကိစ္စ ရှိ၏။ **ပီဏနရသာ** - နှစ်မြို့စေခြင်းကိစ္စရှိ၏။
- ပစ္စုပ္ပန်** = **ဩဒျုပ္ပန်** - စိတ်အားတွေ တက်လာသော အနေအထား၊ ကာယစိတ္တ လန်းဆန်းလာ သော အနေအထားဟုယောဂီ၏ ဉာဏ်၌ ရှုမြင်ရ၏။
- ပဒဋ္ဌာန်** = **ပါမောဇူ** - ဝမ်းမြောက်မှုလျှင် နီးသော အကြောင်း ရှိ၏။

ပီတိ ဖြစ်ကြောင်းတရား

(၁) ဝမ်းသာစရာကင်းမဲ့/ပြုံးမရသောမျက်နှာရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို အပေါင်းအသင်းမလုပ်ခြင်း။ (ရှောင်)

(၂) ပီတိဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို အပေါင်းသင်းလုပ်ခြင်း။ (ဆောင်)

(တစ်နည်း)

ဆောင်သင့်တာက ပုဂ္ဂိုလ်မဟုတ်ဘဲ တရားနဲ့ပတ်သက်တယ်၊ ပီတိဖြစ်စေနိုင်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်းရမယ်၊

ပီတိ ဖြစ်ကြောင်းတရား ၁၁-ချက် (အဋ္ဌကထာ)

(၁) ပီတိကင်းမဲ့နေသော ပုဂ္ဂိုလ်ကိုရှောင်ခြင်း။

(၂) ပီတိရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံခြင်း။

(၃) ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ပွားများခြင်း။

(၄) ဓမ္မာနုဿတိ ပွားများခြင်း။

(၅) သံဃာနုဿတိ ပွားများခြင်း။

(၆) သီလာနုဿတိ ပွားများခြင်း။

(၇) စာဂါနုဿတိ ပွားများခြင်း။

(၈) ဒေဝတာနုဿတိ ပွားများခြင်း။

(၉) ဥပသမာနုဿတိ ပွားများခြင်း။

(၁၀) **ပသာဒနိယသုတ္တန္တ ပစ္စဝေက္ခဏာ** - ကြည်ညိုဖွယ်ကောင်းသော သုတ္တန်ကို ရွတ်ဖတ်ဆင်ခြင်ခြင်း။

(၁၁) **တဒဓိမုတ္တတာ** - ပီတိဖြစ်ဖို့ရာ စိတ်ကို အမြဲတမ်း ညွှတ်ထားခြင်း။

ဖုဿဒေဝဒတ္တရဝတ္ထု (ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွား၍ ပီတိဖြစ်နေသော မထေရ်)

သီဟိုဠ်ကျွန်း အနုရာဓပူရမြို့ မဟာစေတီ (သီဟိုဠ်အခေါ် ရှုဝမ်ဝေလီ)(မြန်မာပြည်က ကောင်းမှုတော် စေတီကြီးနဲ့ ခပ်ဆင်ဆင်တူတယ်)ရှိ၏။ ဖုဿဒေဝမထေရ်က အဲဒီမဟာစေတီအပေါ်မှာ ဘုရားဂုဏ်ကို ပွားပြီး သန့်ရှင်းရေးလုပ်၏။ တစ်နေ့တွင် သူ တံမြက်စည်းလှည်းထားတဲ့နေရာကို နွားကြီးတစ်ကောင်က တက်လာပြီး နွားချေးတွေပါချတာ၊ အဲဒီမှာ သူက ပြန်ပြီးတော့ တံမြက်စည်းတွေလှည်း နွားချေးတွေ ကျုံးရ ပြန်တယ်။ တစ်ရက်လည်း မဟုတ်ဘူး၊ နှစ်ရက်လည်း မဟုတ်ဘူး လာနေတာ၊ ဘယ်ကလာမှန်းလဲ မသိဘူး၊ ပြီးတော့လည်း ပျောက်သွားတယ်။ ဒီလိုနှောင့်ယှက်နေတာ ဘယ်သူလဲလို့ မေးတဲ့အခါ မာရ်နတ်ဖြစ်နေတယ်၊ မထေရ်ကြီးက အေး၊ မာရ်နတ်မင်း၊ ဘုရားကို မီတယ်မဟုတ်လား ဆိုတော့ မီပါတယ် တဲ့၊ ဘုရား မြင်ဖူးလို့ရှိရင် ငါ့ကို ဘုရားပုံစံ ဖန်ဆင်းပြစမ်းပါ၊ ငါ ဖူးချင်တယ်လို့ပြောတယ်။ မာရ်နတ်ကြီးက ဖန်ဆင်းတဲ့အခါမှာ သက်တော် ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားအဖြစ် ကြည်ညိုလိုက်တာ ပီတိတွေ တဖွားဖွားဖြစ်ပြီး နောက်ဆုံးမှာ အဲဒီပီတိကို ခွဲလိုက်တယ်။ ခွာပြီး ဝိပဿနာဘက်ကူး လိုက်တာ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။) / (ပရိဝါရဋ္ဌကထာ၊ ၁၇၄)

ပီတိ ခွာနည်း - ၂မျိုး (ဝိပဿနာ ရှုချင်ပြီဆိုရင် ပီတိကို ခွာပုံ)

၁။ ပီတိ၏ သဘာဝကို ဆင်ခြင်ခြင်း

ဘုရား အာရုံကို အာရုံပြုပြီး ပီတိဖြစ်နေလျှင် ဘုရားအာရုံကို လွှတ်ပြီး ဖြစ်နေသော ပီတိကိုရှု၏။ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ တကယ်ဖြစ်နေသော ပရမတ္ထတရား ပီတိကို သဘာဝလက္ခဏာအနေနှင့် ရှုတတ်ပြီ ဆိုလျှင် ဘုရားအာရုံ မဟုတ်တော့ဘဲ၊ ပီတိကို အာရုံပြုသော ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်သွားပြီဖြစ်၏။

၂။ ပီတိဖြစ်နေလျှင် ထို ပီတိ၏ စွမ်းအားကိုယူပြီး မိမိရှုနေကျ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပြောင်းရူခြင်း။

(အာနာပါနရူရင်း ပီတိဖြစ်လာလျှင် > ပီတိကို ခွဲ > အာနာပါနကို ပြန်ရှု။ - ဟုဆိုလို)

ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဘယ်ထိအောင် ပွားရမလဲ?

ဝိဝေက နိဿိတံ - ကာမဂုဏ်အာရုံတို့မှ လွတ်ကင်းသွားခြင်း၊ လွတ်ကင်းသွားသော စိတ် အနေအထားဆိုက်သည်ထိအောင်ပွားရမည်။ **ဝိရာဂ နိဿိတံ** - ကာမဂုဏ်စိတ်တွေ ချုပ်ငြိမ်းသွားသည် ထိအောင်ပွားရမည်။ ဝိပဿနာပွားရင်းကနေပြီး မဂ်ဖိုလ်ရသည်ထိအောင် ပွားရမည်။ (အကျယ်သည် သတိသမ္မောဇ္ဈင် ပွားနည်းအတိုင်း ဖြစ်၏။)

ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်

ပဿဒ္ဓိ = ပူပန်မှုကင်းခြင်း။

လောဘ ဒေါသ မောဟ မာန စသော စိတ်ကို ပူလောင်စေတတ်သော ကိလေသာတို့ ငြိမ်းသွားပြီဆိုလျှင် ကာယပဿဒ္ဓိ စိတ္တပဿဒ္ဓိ ဖြစ်၏။ (ကာယပဿဒ္ဓိ၌ ကာယ အရ = စေတသိက်အစု၊ စိတ္တပဿဒ္ဓိ၌ စိတ္တ အရ = စိတ်)

ပဿဒ္ဓိ၏ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပ္ပန်၊ ပဒဋ္ဌာန်

လက္ခဏာ = ဥပသမလက္ခဏာ - ကိုယ်နှင့် စိတ်တို့၏ ပူပန်ခြင်းကို ငြိမ်းစေခြင်းလက္ခဏာ ရှိ၏။ (ပူပန်ခြင်းကင်းခြင်း၊ ငြိမ်းအေးခြင်း သဘောလက္ခဏာ ရှိ၏။)

ရသ(ကိစ္စ) = ကိုယ်နှင့်စိတ်ကို ပူပန်စေတတ်သော ကိလေသာတို့ကို ချိုးနှိမ်ပစ်ခြင်းကိစ္စရှိ၏။ (ကိုယ်နှင့် စိတ်တို့၏ ပူပန်ခြင်းကို နှိမ်နင်းဖျက်ဆီးခြင်းကိစ္စ ရှိ၏။)

ပစ္စုပ္ပန် = ကိုယ်နှင့် စိတ်တို့၏ ပူပန်တုန်လှုပ်ခြင်းကင်း၍ အေးချမ်းသည်၏အဖြစ်ဖြင့် ဉာဏ်အား ရှေးရှုထင်၏။

ပဒဋ္ဌာန် = အေးငြိမ်းသော ကိုယ်နှင့် စိတ်လျှင် နီးသောအကြောင်း ရှိ၏။

ပဿဒ္ဓိဖြစ်ကြောင်း တရား ၇- ချက် (အဋ္ဌကထာ)

(၁) ကိုယ်အနေနှင့်လည်းငြိမ်းမှိန်၊ စိတ်ကလည်း ပူပန်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။ (ရှောင်)

(၂) အမြဲတမ်း ကိုယ်စိတ်ငြိမ်းချမ်းနေသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးနှင့် ပေါင်းသင်းခြင်း။ (ဆောင်)

(၃) **ပဏီတ ဘောဇနသေဝနတာ** - မွန်မြတ်သော အစာအာဟာရ မှီဝဲခြင်း။

(ဝိနည်းကျမ်းထဲမှာ ပဏီတဘောဇနဆိုတာ - အသားဟင်း၊ ငါးဟင်း၊ ထောပတ်ထမင်း၊ ထောပတ်၊ ဆီဦး၊ ဆီ၊ ပျားရည်၊ တင်လဲ။)

(၄) **ဥတုသုခသေဝနတာ** - ကောင်းသောရာသီဥတုကို မှီဝဲရခြင်း။

မောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

(၅) **ဣရိယာပထသုခသေဝနတာ** - လျောင်း၊ ထိုင်၊ ရပ်၊ သွား ဣရိယာပုထံ ၄မျိုးထဲမှ မိမိအတွက် ချမ်းသာသော ဣရိယာပုတ်နှင့် နေခြင်း။

(၆) **မဇ္ဈတ္တပယောဂတာ** - ဘယ်ကိစ္စလုပ်လုပ် အစွန်းမရောက်ဘဲ အလယ်အလတ်၌ လုပ်ဆောင်မှု ရှိခြင်း။

(၇) **တဒမိမုတ္တတာ** - ပဿဒ္ဓိ ဖြစ်စေရမည်ဟု မိမိစိတ်ထဲ၌ စိတ်ကိုညွှတ်ထားခြင်း။

ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဘယ်ထိအောင် ပွားရမလဲ?

ပဿဒ္ဓိက သုခကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။ သုခက သမာဓိကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။ သမာဓိက ယထာဘူတဉာဏ ဒဿန (မှန်မှန်ကန်ကန်မြင်မှု) ကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်သည် ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး တက်ဖို့အတွက် အရေးကြီး၏။ မဂ်စိတ် ဖိုလ်စိတ် ပေါ်လာသောအခါ(မဂ်စိတ်သည် ကိလေသာကိုဖယ်ရှားလိုက်ပြီး ပူစရာမရှိ၍ ငြိမ်းချမ်းသွားသောကြောင့်)ပဿဒ္ဓိသည် အလိုအလျောက် ခိုင်ခိုင်မာမာ ဖြစ်သွား၏။ (အကျယ်သည် သတိသမ္မောဇ္ဈင် ပွားနည်းအတိုင်း ဖြစ်၏။)

သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်

သမာဓိ၏ လက္ခဏာ, ရသ, ပစ္စုပ္ပန်,ပဒဋ္ဌာန်

လက္ခဏာ = **အဝိက္ခေပလက္ခဏာ** - အာရုံအမျိုးမျိုးအပေါ်၌ လွင့်ပျံ့မှုမရှိခြင်း လက္ခဏာရှိ၏။ **အဝိသာရ လက္ခဏာ** - ပြန့်ကျဲပြီးမနေဘဲ စိတ်သည် အာရုံတစ်ခုတည်းအပေါ်၌ တည်ငြိမ်နေခြင်း လက္ခဏာ ရှိ၏။ (အာရုံတစ်ပါးသို့ မရွေ့လျား မပျံ့သွားခြင်း လက္ခဏာ ရှိ၏။ တစ်နည်း- ယှဉ်ဖက်တရားတို့ကို မပျံ့လွင့်စေခြင်း လက္ခဏာ ရှိ၏။)

ရသ = **စိတ္တစေတသိကာနံ သမ္ပိဏ္ဏနရသော**၊ စိတ် စေတသ စေတသိက်တွေကို စုပေးခြင်း ကိစ္စရှိ၏။

ပစ္စုပ္ပန် = **စိတ္တဋ္ဌိတိပစ္စုပ္ပန်** - စိတ်ငြိမ်ပြီးရပ်သွားခြင်း၊ အာရုံတစ်ခုပေါ် မှာတင် အထပ်ထပ် ဖြစ်နေခြင်း ဟူသော အနေအထားကို ရှုမြင်ရ၏။ (ငြိမ်သက်သည့်အနေအားဖြင့် ဉာဏ်အား ရှေးရှု ထင်၏။)

ပဒဋ္ဌာန် = အထူးအားဖြင့် (ဝါ- ယေဘုယျ သာမညအားဖြင့်) သုခလျှင် နီးသောအကြောင်း ရှိ၏။

(**ဝိက္ခေပ** = စိတ်သည် ငြိမ်မနေဘဲ ဟိုအာရုံ ရောက်သွားလိုက်၊ ဒီအာရုံရောက်သွားလိုက်ဖြစ်နေခြင်း)

သမာဓိ ဖြစ်ကြောင်းတရား - ၁၁ ချက်

- (၁) **ဝတ္ထုဝိသဒကိရိယာ** - ကိုယ်လက်သန့်စင်၊ ပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်အောင် နေခြင်း။
- (၂) **ဣန္ဒြိယ သမတ္တ ပဋိပါဒန** - သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိ မျှအောင် သတိ နှင့် ထိန်းညှိပေးခြင်း။
- (၃) **နိမိတ္တကုသလတာ** - နိမိတ်အာရုံတို့အပေါ်၌ လိမ္မာကျွမ်းကျင်မှုရှိခြင်း။
- (၄) **စိတ္တဿပဂ္ဂဏှနတာ** - စိတ်ဓာတ်များ အလွန်နိမ့်ကျနေလျှင် စိတ်ဓာတ်ကို မြှင့်တင်ပေးခြင်း။
- (၅) **နိဂ္ဂဏှနတာ** - စိတ်ဓာတ်များ အလွန်တက်ကြွနေလျှင် စိတ်ဓာတ်ကို နှိမ်ပေးရခြင်း။
- (၆) **သမ္ပဟံသနတာ** - အာရုံအပေါ်၌ နှလုံးသွင်း၍ စိတ်ကို ရွှင်လန်းအောင် လုပ်ပေးခြင်း။
- (၇) **အဇ္ဈုပေက္ခနတာ** - အာရုံပေါ်၌ နေသားတကျ ရှိနေလျှင် သိပ်ကြောင့်ကြမစိုက်ဘဲ အာရုံ၌မှီပြီး မျှမျှတတ ကြည့်ရှုနေခြင်း။
- (၈) **အသမာဟိတ ပုဂ္ဂလ ပရိဝဇ္ဇနတာ** - သမာဓိကင်းမဲ့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် အပေါင်းအသင်းမလုပ်ခြင်း။
- (၉) **သမာဟိတ ပုဂ္ဂလ သေဝနတာ** - သမာဓိရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် အပေါင်းအသင်းလုပ်ခြင်း။
- (၁၀) **ဈာနဝိမောက္ခ ပစ္စဝေက္ခနတာ** - သမထကျင့်စဉ် / ဝိပဿနာကျင့်စဉ် ဖြစ်စေ မိမိရသော ဈာန်ကို ဆင်ခြင်ပေးခြင်း/ မိမိရသော လွတ်မြောက်မှုကို ဆင်ခြင်ပေးခြင်း။
- (၁၁) **တဒဓိမုတ္တတာ** - သမာဓိသမ္ပောဇ္ဈင် ဖြစ်စေရမည်ဟု စိတ်ကိုညွှတ်ထားခြင်း။

သမာဓိသမ္ပောဇ္ဈင်ကို ဘယ်ထိအောင် ပွားရမလဲ?

ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်အထိ ရောက်အောင် ပွားများပေးရမည်။ (အကျယ်သည် သတိသမ္ပောဇ္ဈင် ပွားနည်းအတိုင်း ဖြစ်၏။)

ဥပေက္ခာသမ္ပောဇ္ဈင်

ဤ၌ စိတ်၏ ခံစားမှုဝေဒနာကိုမဆိုလိုဘဲ သင်္ခါရတရားနှင့် သတ္တဝါအပေါ်မှာ တည်ငြိမ်မှုရှိသော ဥပေက္ခာ ကိုဆိုလို၏။

ဥပေက္ခာ၏ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပ္ပန်၊ ပဒဋ္ဌာန်

လက္ခဏာ = **ပဋိသန္ဓိရဏ** - ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း အမှတ်လက္ခဏာ ရှိ၏။ (တစ်နည်း) **သမဝါဟိတ လက္ခဏာ** - တစ်ညီတည်း သယ်ဆောင်သွားခြင်း လက္ခဏာရှိ၏။

ရသ(ကိစ္စ) = **ဦးနာဓိကနိဝါရဏရသ** - (ဦးနာ - လျော့နေသောအနေအထား၊ **အဓိက** - လွန်ကဲသွားသော အနေအထား) အလျော့လည်းမခံ၊ အလွန်ကဲလည်းမခံဘဲ အလယ်အလတ် တည့်မတ်အောင် ထားနိုင်သောကိစ္စ ရှိ၏။ (တစ်နည်း) **ပက္ခပါတုပစ္ဆေနရသ** - ဘယ်ဘက်မှမလိုက်ဘဲ သဘာဝတရား အပေါ် /အာရုံအပေါ်၌ တည့်မတ်စေခြင်းကိစ္စ ရှိ၏။

ပစ္စုပ္ပန် = **မဇ္ဈတ္တဘာဝပစ္စုပ္ပန်** - အစွန်း မရောက်ဘဲ အလယ်အလတ်သဘောရှိစေသော တရားအနေနှင့် ရှုမြင်ရ၏။

ပဒဋ္ဌာန် = သတ္တဝါတို့၏ ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိသည်၏ အဖြစ်ကို ရှုခြင်းဟူသော ယောနိသော မနသိကာရလျှင် နီးသောအကြောင်း ရှိ၏။

ဥပေက္ခာ၏ ဖြစ်ကြောင်းတရားများ ၄-ချက်

(၁) သက်ရှိသတ္တဝါကိုဖြစ်စေ၊ သက်မဲ့ပစ္စည်းဝတ္ထုကိုဖြစ်စေ တွယ်တာတတ်သော / ခင်မင်တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးနှင့် အပေါင်းအသင်း မလုပ်ခြင်း။

(၂) သတ္တဝါ သင်္ခါရတို့ အပေါ်တွင် အလယ်အလတ် သဘောထားနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် အပေါင်းအသင်း လုပ်ခြင်း။

(၃) **သတ္တမဇ္ဈတ္တတာ** - သတ္တဝါတို့အပေါ်တွင် အလယ်အလတ်သဘော ထားနိုင်ရခြင်း။

သက်ရှိသတ္တဝါအပေါ်၌ အလယ်အလတ်ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်ပုံ ၂-မျိုး

(က) သားသမီးအပေါ် သိပ်တွယ်တာနေသည်ဆိုလျှင်..... သူလည်း သူ့ကံနဲ့သူလာတာ၊ ငါလည်း ငါ့ကံနဲ့ငါ တစ်နေ့ကျတော့ ငါလည်း ငါ့လမ်းသွားရမှာ၊ သူလည်း သူ့လမ်း သွားမှာပဲ၊ မမြင်ရမနေနိုင် ဖြစ်မနေနဲ့ ဟု ဆင်ခြင်စဉ်းစားဖို့ လို၏။

သားပဲဖြစ်ဖြစ် သမီးပဲဖြစ်ဖြစ် ညီအစ်ကိုမောင်နှမပဲဖြစ်ဖြစ် မမြင်ရ မနေနိုင်မဖြစ်အောင်.....ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိတယ်လို့ ဘုရားဟောထားတယ်၊ ငါကလည်း ငါ့ကံအတိုင်းသွားရမှာ၊ သူလည်း သူ့ကံအတိုင်းသွားရမှာ၊ မေတ္တာသက်ဝင် စောင့်ရှောက်ရုံကလွဲလို့ ဘာလုပ်နိုင်မှာလဲ၊ တွယ်တာနေလို့ ဘာလုပ်မှာလဲ ဟု ဆင်ခြင်စဉ်းစားပေးရမည်။

(ခ) သားသမီးအပေါ်မှာ တွယ်တာလျှင်..... သားသမီးဆိုတာ တကယ်ရှိရဲ့လား လို့ ဆင်ခြင်စဉ်းစားလိုက်။ မြတ်စွာဘုရားက သတ္တဝါဆိုတာမရှိဘူးလို့ဟောတယ်၊ ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်မျိုးပဲရှိတယ်၊ ငါ့မှာလည်း ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်မျိုးပဲရှိတယ်၊ သူ့မှာ လည်း ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်မျိုးပဲရှိတယ်။ သတ္တဝါ မရှိဘူး၊ မရှိတာကြီး ငါချစ်နေတာ ဖြစ်လိမ့်မယ်၊ တွယ်တာနေတာ ဖြစ်လိမ့်မယ်ဟု ဆင်ခြင်ပေးခြင်းအားဖြင့် သက်ရှိ သတ္တဝါအပေါ်မှာ တွယ်တာမှုလွန်ကဲတာကို လျော့ချနိုင်၏။

(င) **သင်္ခါရမဇ္ဈတာ** - သင်္ခါရဟူသော သက်မဲ့ပစ္စည်းအပေါ်၌ အလယ်အလတ် သဘောထားခြင်း။

သင်္ခါရဟူသော သက်မဲ့ပစ္စည်းတို့အပေါ်၌ အလယ်အလတ်ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်ပုံ ၂-မျိုး

(က) **အနိစ္စ** - ဘယ်ပစ္စည်းဖြစ်ဖြစ် မမြဲတဲ့ သင်္ခါရသဘောတရားအရ တစ်နေ့ကျ ပျက်စီးသွားမှာ၊ ဘယ်အရာမှ မမြဲဘူး။ မပိုင်တဲ့သဘောလေးတွေကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားကြည့်ခြင်းအားဖြင့် သင်္ခါရတရား အပေါ်မှာ အလယ်အလတ်သဘောထားနိုင်၏။

(ခ) **တာဝကာလိက** - ဘယ်ပစ္စည်းဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့် လက်ထဲကနေတာ ခဏပဲ၊ ထာဝရဆိုတာ မရှိဘူး။ဟု မမြဲခြင်းကို ဆင်ခြင်ခြင်းအားဖြင့် သင်္ခါရတရား အပေါ်မှာ အလယ်အလတ်သဘော ထားနိုင်၏။

(၅) **တဒဓိမုတ္တတာ** - ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင် ဖြစ်စေရမည်ဟု စိတ်ကို ညွှတ်ထားခြင်း။

ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဘယ်အထိအောင် ပွားရမလဲ?

သမထကျင့်စဉ်နှင့် ပဉ္စမဈာန်ရောက်အောင် ပွားရမည်၊ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်အရ ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ် အဆင့်ဆင့်တက်ပြီး မဂ်စိတ် ဖိုလ်စိတ် ပေါ်သည်ထိအောင် ပွားရမည်။ (အကျယ်သည် သတိသမ္မောဇ္ဈင် ပွားနည်းအတိုင်း ဖြစ်၏။)

အပိုင်း (၁၁ -၁၅) မဂ္ဂ အဖွင့်

မဂ္ဂ ၈-ပါး

မြတ်စွာဘုရား၏ တရားဓမ္မတို့သည် မဂ္ဂ ၈-ပါးနှင့်စပ်ပြီး မဂ္ဂ ၈-ပါးနှင့် နိဂုံးချုပ်၏။ ဓမ္မစကြာတရားကို မဂ္ဂ ၈-ပါးနှင့် စတင်ဟောပြီး နောက်ဆုံး သက်တော် ၈၀-ပြည့်လို့ ကုသိနာရုံ အင်ကြင်းပင် အစုံတို့ကြား ပရိနိဗ္ဗာန်စံ ညောင်စောင်းပေါ် လဲလျောင်းသော အချိန် သုဘဒ္ဒပရပိဇ်ကြီး၏ မေးခွန်းကို ဖြေသောအခါ ဌ်လည်း မဂ္ဂ ၈-ပါးကို ဟောခဲ့ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။

မြတ်စွာဘုရားသည် မဂ္ဂ ၈-ပါးကိုပင် “မဇ္ဈိမပဋိပဒါ” လို့ဟောခြင်း

ချမ်းသာသုခဆိုတာ - ခံစားသင့်သော ချမ်းသာသုခကို ခံစားရမည်၊ ဒုက္ခဆိုတာလည်းပဲ - အကျိုးရှိမယ့် ဒုက္ခမျိုး ခံသင့်တာခံရမည်။ ကာမချမ်းသာပဲ ခံစားရမည်ဟု တစ်ဖက်သတ် အစွန်း ရောက်တာလည်း မဟုတ်ပါ။ ဒုက္ခပဲခံရမည်ဟု တစ်ဖက်သတ် အစွန်းရောက်တာလည်း မဟုတ်ပါ။ ခံစားသင့်သော ချမ်းသာ ခံစား၊ ဒုက္ခခံသင့်သောအခါခံ၊ အကြောင်း-အကျိုးသိပြီး ကြိုးစားအားထုတ်ဖို့ လိုအပ်သည်ဟု မြတ်စွာ ဘုရားက ဆိုလို၏။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ၏ အကျိုး

"စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။"

(အယံ ခေါ် သာ မဇ္ဈိမာ ပဋိပဒါ - ဤမဂ္ဂရှစ်ပါးတည်းဟူသော အလတ်ဖြစ်သော အကျင့်သည်။)

စက္ခုကရဏီ - သစ္စာလေးပါးကို မြင်တတ်သော ပညာမျက်စိကို ပြုတတ်သော။

ဉာဏကရဏီ - သစ္စာလေးပါးကို သိခြင်းကို ပြုတတ်သော။

ဥပသမာယ - ကိလေသာငြိမ်းခြင်းတည်းဟူသော သဥပါ ဒိသေသ နိဗ္ဗာန်အကျိုးငှာ။

အဘိညာယ - သစ္စာလေးပါးကို ထူးသောဉာဏ်ဖြင့် သိခြင်းငှာ။

သမ္မောဓာယ - သစ္စာလေးပါးကို ကောင်းစွာ သိခြင်းငှာ။

နိဗ္ဗာနာယ - အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန် အကျိုးငှာ။

သံဝတ္တတိ - ဖြစ်၏။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါဆိုတာ -

အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌဂီကော မဂ္ဂေါ။

အရိယော အဖွင့်

အရိယော - ဖြူစင်မြင့်မြတ်သော။

အရိယ - ဝေါဟာရနှင့် ပတ်သက်ပြီး အရှင်မဟာဗုဒ္ဓယောသ၏ ဖွင့်ဆိုထားပုံ

၁။ တံ တံ မဂ္ဂဝဇ္ဈေဟိ ကိလေသေဟိ အာရကတ္တာ

ထိုထိုမဂ်ဖြင့် ပယ်သတ်ရသော ကိလေသာတို့မှဝေးသောကြောင့် အရိယ မည်၏။

၂။ အရိယဘာဝကတတ္တာ

(ပုထုဇ္ဇန = ပုထု- ကိလေသာတွေအများကြီးကို, ဇန- ဖြစ်စေ၏။/သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်။ / ယုတ်မာသော စိတ်အညစ် အကြေးတို့ ဖြစ်မှုများနေသော ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှန်သမျှသည် ပုထုဇ္ဇန မည်၏။)

ကိလေသာတို့ကို အမြဲတမ်းဖြစ်စေ တတ်သော (သို့မဟုတ်) ကိလေသာတို့နှင့် အမြဲတမ်း လုံးထွေးနေသော လူတန်းစား(ပုထုဇ္ဇန)တို့မှ ဆွဲထုတ်ပြီး မြင့်မြတ်ဖြူစင်သော ပုဂ္ဂိုလ် (အရိယာ) အဖြစ်ကို ရောက်အောင် လုပ်ပေးသောတရားသည် မဂ္ဂင် စပါး ဖြစ်၏။

၃။ အရိယဖလပဋိလာဘကရတ္တာ

အရိယပုဂ္ဂိုလ်တို့ မျက်မှောက်ပြုနိုင်သော အကျိုးတရားတို့ကို ရရှိဖို့ရန်အတွက် ဖြစ်ပေါ်စေတတ်သော အကြောင်းတရားသည် မဂ္ဂင် စပါးဖြစ်၏။

အနှစ်ချုပ်လျှင် , အရိယော =

၁။ ကိလေသာတွေက ဝေးကွာသွား အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်သော။

၂။ အရိယာ အဖြစ်ကို ရောက်ရှိစေနိုင်သော

၃။ မြင့်မြတ်သော ဖိုလ်တရားကို ရရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သော။

အဋ္ဌကိကော အဖွင့်

အဋ္ဌ = ရှစ်, အင်္ဂ = အစိတ်အပိုင်း, ဣက = ပါဝင်။ မဂ္ဂင် ၈ပါးသည် အစိတ်အပိုင်း ၈-ခုနှင့်ဖွဲ့ထား၏။ ၎င်းတို့မှာ -

၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ (Sammā ditṭhi) = မှန်သော အယူအမြင် (Right Understanding or Right View)

၂။ သမ္မာသင်္ကပ္ပ (Sammā saṅkappa) = မှန်သော အကြံ (Right Thought or Right Intention)

၃။ သမ္မာဝါစာ (Sammā vācā) = မှန်သော စကား (Right Speech)

၄။ သမ္မာကမ္မန္တ (Sammā kammanta) = မှန်သော အမှုအလုပ် (Right Action)

၅။ သမ္မာအာဇီဝ (Sammā ājīva) = မှန်သော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှု (Right Profession)

၆။ သမ္မာဝါယာမ (Sammā vāyāma) = မှန်သော အားထုတ်မှု (Right Effort or Right Diligence)

၇။ သမ္မာသတိ (Sammā sati) = မှန်သော အောက်မေ့ နှလုံးသွင်းမှု (Right Mindfulness)

၈။ သမ္မာသမာဓိ (Sammā samādhi) = မှန်သော တည်ကြည် စူးစိုက်မှု (Right Concentration)

မဂ္ဂေါ အဖွင့်

မဂ္ဂ = လမ်း

အဋ္ဌကထာဆရာဖွင့်ပြပုံ

၁။ နိဗ္ဗာန်တ္ထိကေဟိ မဂ္ဂိယတိ မဂ္ဂေါ

မဂ်ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်လိုချင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ ရှာရမည့်တရား။

၂။ နိဗ္ဗာနံ မဂ္ဂတိတိ မဂ္ဂေါ

မဂ်ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်ကို ရှာပေးတတ်သောတရား။

၃။ ကိလေသေ မာရေန္တော နိဗ္ဗာနံ ဂစ္ဆတိတိ မဂ္ဂေါ

မဂ်ဆိုတာ ကိလေသာတို့ကို ဖယ်ရှားပစ်ပြီး၊ နိဗ္ဗာန်ကို ပို့ဆောင်ပေးသောတရား။

မဂ္ဂင် ၈-ပါး အရေးပါပုံ

မဂ္ဂင် ၈ပါး မရှိတဲ့ သာသနာဟာ သောတာပန် ၊ သကဒါဂါမ် မရှိဘူး၊ အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာဆိုတာ မရှိနိုင်ဘူး။

မဂ္ဂင် ၈ပါး ရှေ့နောက်အစဉ်ဟောပုံ

၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိကို အစထားရ၍ဟောရခြင်း

သံသရာဝဋ်မှ ထွက်ဖို့ အတွက် အရေးကြီးဆုံးသည် အသိဉာဏ်ဖြစ်၏။ အသိဉာဏ်မပါလျှင် သံသရာဝဋ်မှ မထွက်နိုင်ပါ။ သံသရာထဲ လည်ခြင်းကို **အဝိဇ္ဇာ** = မောဟက လည်စေ၏။ မောဟကိုပယ်သတ် နိုင်သည်က အသိဉာဏ်ပဲဖြစ်၏။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ကြည့်လျှင် - သံသရာလည်သောနေရာ၌ **အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ** အဝိဇ္ဇာကိုဦးတည်ပြီး အဝိဇ္ဇာက စ၏။ သံသရာဝဋ်မှလွတ်ဖို့ရန် မဂ္ဂင် ၈-ပါး ဟောသောအခါ သမ္မာဒိဋ္ဌိဟူသော အသိဉာဏ် ကစပြီး ဟောပြန်၏

တကယ်ကျင့်စဉ်နှင့် ပြောမည်ဆိုလျှင် သီလ သမာဓိ ပညာ ၃-မျိုး ဖြစ်၏။ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ ၊ သမ္မာ အာဇီဝ - သည် သီလ၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ - သည် သမာဓိ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိနှင့် သမ္မာသင်္ကပ္ပ - သည် ပညာ။ သီလကို အရင် ကျင့်ပြီးတော့မှ သမာဓိကျင့်စဉ် ကျင့်ရမည်၊ ပြီးတော့မှ ပညာကျင့်စဉ် ကျင့်ရမည်။

သို့သော် မဂ္ဂင် ၈-ပါး၌ ပညာကို အစထားရခြင်းမှာ - သီလကျင့်လည်း ပညာပါရမည်၊ သမာဓိလုပ်လည်း ပညာပါရမည်၊ ပညာမပါသော သီလ သမာဓိသည် နိဗ္ဗာန်ကို မရှာပေးနိုင်ပါ။ အဋ္ဌကထာ ဆရာကြီး ကလည်း - **နိဗ္ဗာနာဓိဂမာယ ပဋိပန္နဿ ယောဂိနော ဗဟုပကာရတာ** - နိဗ္ဗာန်ရဖို့ တရားဓမ္မကို ကျင့်ကြံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် သမ္မာဒိဋ္ဌိဟာ ကျေးဇူးများတယ်ဟုဆို၏။ ထို့ကြောင့်မို့ သမ္မာဒိဋ္ဌိကို မြတ်စွာဘုရားက ပထမဆုံးဟောရခြင်း ဖြစ်၏။

၂။ သမ္မာဒိဋ္ဌိနောင် သမ္မာသင်္ကပ္ပကို ဟောရခြင်း

အမြင်မှန်ခြင်းသည် အတွေး မှန်မှ ဖြစ်၏။ တွေးမှုကြံမှုတို့ မပါဘဲ ပညာ ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်သောကြောင့် သမ္မာဒိဋ္ဌိနှင့် သမ္မာသင်္ကပ္ပကို တွဲဖက်ပြီး ဟောရခြင်းဖြစ်၏။

၃။ သမ္မာသင်္ကပ္ပနောင် သမ္မာဝါစာကို ဟောရခြင်း

စိတ်ကူးပြီးမှ ပြောတာဖြစ်သောကြောင့် သမ္မာသင်္ကပ္ပသည် သမ္မာဝါစာကိုလည်း အထောက်အကူပြုရကား သမ္မာသင်္ကပ္ပနောင် သမ္မာဝါစာကို ဟောရခြင်းဖြစ်၏။

၄။ သမ္မာဝါစာနောင် သမ္မာကမ္မန္တ ကိုဟောရခြင်း

မလုပ်ခင် ပြောဆိုမှုက အရင်လာတာ ဖြစ်သောကြောင့် သမ္မာဝါစာနောင် သမ္မာကမ္မန္တကို ဟောရခြင်း ဖြစ်၏။

၅။ သမ္မာကမ္မန္တနောင် သမ္မာအာဇီဝကို ဟောရခြင်း

အမှန်ပြော အမှန်လုပ်သော ပုဂ္ဂိုလ်မှသာ အသက်မွေးမှု မှန်ကန်နိုင်သောကြောင့် သမ္မာကမ္မန္တနောင် သမ္မာ အာဇီဝကို ဟောရခြင်းဖြစ်၏။

၆။ သမ္မာအာဇီဝနောင် သမ္မာဝါယမကို ဟောရခြင်း

မှန်ကန်စွာ အသက်မွေးသောပုဂ္ဂိုလ်သည် အကျိုးစီးပွားတွေရဖို့ရာအတွက် ကြိုးစားဖို့ လိုအပ်ခြင်းကို ပြလို၍ သမ္မာအာဇီဝနောင် သမ္မာဝါယမကို ဟောရခြင်းဖြစ်၏။

၇။ သမ္မာဝါယာမနောင် သမ္မာသတိကို ဟောရခြင်း

ကြိုးစားပြီဆိုလျှင် သတိကြီးစွာရမည်။ သတိထားနိုင်မှ မိမိ၏ကြိုးစားအားထုတ်မှုသည် တန်ဖိုးရှိမည် ဖြစ်သောကြောင့် သမ္မာဝါယာမနောင် သမ္မာသတိကို ဟောရခြင်း ဖြစ်၏။

၈။ သမ္မာသတိနောင် သမ္မာသမာဓိကို ဟောရခြင်း

ကြိုးစားပြီဆိုသောအချိန်တွင် သတိသည် အရေးကြီး၏။ သတိထား မှ သမာဓိအတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်သလား၊ အထောက်အကူ မဖြစ်ဘူးလားဆိုတာကို ရွေးချယ်နိုင်မည်ဖြစ်သောကြောင့် သမ္မာသတိနောင် သမ္မာသမာဓိကို ဟောရခြင်း ဖြစ်၏။

မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို သိက္ခာ ၃-ရပ်ဖြင့် ဝေဖန်ခြင်း

သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပသည် - **ပညာအစု၊**

သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝသည် - **သီလအစု၊**

သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိသည် - **သမာဓိအစု** ဖြစ်၏။

သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဟူသော သိက္ခာ ၃-ရပ် အကျင့်မြတ်နှင့် အကျဉ်းချုပ်ပြီး **ဗြဟ္မစရိယ** - မြတ်သော အကျင့်ကို ဖွဲ့စည်း ထားတာဖြစ်၏။

မဂ္ဂင် ၈ပါး အဓိပ္ပါယ် (သိရုံ)

သမ္မာဒိဋ္ဌိ - မှန်ကန်သော အသိအမြင်ကို ခေါ်သည်။ [ဒုက္ခသစ္စာကို သိမြင်ခြင်း၊ ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်ကြောင်း သမုဒယသစ္စာကို သိမြင်ခြင်း၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာ နိရောဓသစ္စာကို သိမြင်ခြင်း၊ ဒုက္ခချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက် ကြောင်းအကျင့်ကို သိမြင်ခြင်း၊]

သမ္မာသင်္ကပ္ပ - မှန်ကန်သော အကြံအစည်ကို ခေါ်သည်။ [ကာမဂုဏ်အစွဲမှ ထွက်မြောက်ရာကို ကြံစည် ခြင်း၊ သူတစ်ပါးတို့အတွက် ကောင်းစားရေး ချမ်းသာရေးကို ကြံစည်ခြင်း၊ သနားရေးရှု၍ သတ္တဝါတို့၏ ချမ်းသာရေးကို ကြံစည်ခြင်း၊]

သမ္မာဝါစာ - အသက်မွေးမှု နှင့် မဆိုင်ပဲ မှန်ကန်သောစကား ပြောဆိုခြင်းကို ခေါ်သည်။[မဟုတ်မမှန် ပြောဆိုခြင်း၊ ကုန်းတိုက်စကား ပြောခြင်း၊ ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းသော စကားကို ပြောခြင်း၊ အကျိုးမရှိ ပြန်ဖျင်းသော စကားကို ပြောဆိုခြင်းတို့မှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊]

သမ္မာကမ္မန္တ - အသက်မွေးမှု နှင့် မဆိုင်ပဲ မှန်ကန်သောအမှုကို ပြုခြင်းကို ခေါ်သည်။[သူ့အသက်သတ်ခြင်း၊ သူ့ဥစ္စာကိုခိုးယူခြင်း၊ ဝတ္ထုကာမဂုဏ်တို့၌မှားယွင်းစွာကျင့်ခြင်းတို့မှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊]

သမ္မာအာဇီဝ - မှန်ကန်သော အသက်မွေးမှု ပြုခြင်းကို ခေါ်သည်။ [အသက်မွေးမှုလုပ်ငန်း ပြုလုပ် ဆောင်ရွက်ပါက နှုတ်မှုစရိုက်ဆိုး (၄) ပါး၊ ကိုယ်မှုစရိုက်ဆိုး (၃) ပါးကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊]

သမ္မာဝါယာမ - မှန်ကန်သော အားထုတ်မှုကို ခေါ်သည်။ [မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို မဖြစ်စေရန် အားထုတ်ခြင်း၊ ဖြစ်ပြီးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို ဆက်လက် မဖြစ်ပေါ်စေရန် အားထုတ်ခြင်း၊ မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေရန် အားထုတ်ခြင်း၊ ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ထပ်မံ ပြန့်ပွားစေရန် အားထုတ်ခြင်း၊]

သမ္မာသတိ - မှန်ကန်သော အောက်မေ့မှုကို ခေါ်သည်။ [ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ်၊ ဓမ္မဟူသော ရုပ် နာမ် သဘာဝတို့၌ အကြိမ်ကြိမ် လေ့လာအောက်မေ့ခြင်း၊]

သမ္မာသမာဓိ - မှန်ကန်သော တည်ကြည်မှုကို ခေါ်သည်။ [ရုပ် နာမ် သဘာဝကို ရှုမြင်ဆင်ခြင်ရာ၌ စိတ်ကို ရုပ် နှင့် နာမ်တို့ အပေါ်တွင် တည်ငြိမ်စွာ ထားရှိခြင်း၊]

မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဖြစ်ပေါ်ပုံ (သိရုံ)

၁။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ စသော မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (အယူမှား) နိုင်ငံကြီးကို ဖျက်ဆီးပြီး သစ္စာလေးပါး အလင်း တရားကိုမြင်နိုင်သော သမ္မာဒိဋ္ဌိအယူရှိသူ၌။

၂။ ဝဋ်ဒုက္ခမှ ထွက်မြောက်ကြောင်းအကြံအစည်မျိုး၊ သတ္တဝါတပါးကို မပျက်စီးစေလိုသော အကြံအစည် မျိုး၊ သတ္တဝါတပါးကို မပင်ပန်းစေလိုသောအကြံအစည်မျိုးဟူသော သမ္မာသင်္ကပ္ပအကြံသာ ဖြစ်သည်။

၃။ ယင်း သမ္မာသင်္ကပ္ပ အကြံအစည်မျိုးရှိသောသူသည် ဝစီဒုစရိုက်တို့မှ လွတ်ကင်းစင်ကြယ် ကြည်ညို ဖွယ်ရှိသော အပြောအဆို ဝစီကံဟူသော သမ္မာဝါစာတမျိုးကိုသာ ပြောဆိုမည်ဖြစ်သည်။

၄။ ဒုစရိုက်ကင်းသော သမ္မာဝါစာရှိသူသည် ထို့ထက်ရုန်းရင်းသော ကာယဒုစရိုက်တို့မှ လွတ်ကင်း စင်ကြယ် ကြည်ညိုဖွယ်ရှိသော ကာယကံအမှု သမ္မာကမ္မန္တ အလုပ်မျိုးကိုသာ ပြုလုပ်မည် ဖြစ်သည်။

၅။ အမြင်များ၊ အကြံအစည်များ ကာယကံများ ဝစီကံများ စင်ကြယ်လျက်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ယုတ်ညံ့ သော အသက်မွေးမှုများကို ပြုလုပ်တော့မည်မဟုတ်သည့်အတွက် သမ္မာအာဇီဝ ဖြစ်လာသည်။

၆။ အမြင် အကြံ ကာယကံ ဝစီကံနှင့် အသက်မွေးမှု စင်ကြယ်သော် ဝီရိယသာ အမြဲတည်သောကြောင့် သမ္မာဝါယာမ ဖြစ်လာရပြန်ပါသည်။

၇။ ၈။ ထိုအခါ သီလ သမာဓိ ပညာ အမှုတို့၌ စွဲမြဲသော သမ္မာသတိမဂ္ဂင် နှင့် သမ္မာသမာဓိမဂ္ဂင်တို့လည်း ဆက်ကာဆက်ကာ တည်ရှိလာရသည်။

ထိုထိုမှတ်ဖွယ်

သမ္မာ = ချီးမွမ်းအပ်သော /ကောင်းသော/ မမှားသော (အဝိပရီတ)/Right

ဗုဒ္ဓေါ = ဗု + ဓ

ဗုဇ္ဈတိတိ ဗုဒ္ဓေါ = သိတတ်သောကြောင့် ဗုဒ္ဓ။ (ဗုဒ္ဓအရ - 'သိခြင်း' နှင့် 'ပုဂ္ဂိုလ်'ကိုရ၏)

ဝမ္ဗိကသုတ် = တောင်ပို့ထဲကရတနာတရားတော် အမည်နှင့်ဟောထား။ အာသီဝိသောပမသုတ် = မြွေကြီး လေးကောင် အကြောင်း။ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်တဲ့အခါ ဟိုဖက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်၊ ဒီဘက်ကမ်းမှာ အန္တရာယ်တွေရှိတယ်။ ဒီသုတ်ဟာ အနိစ္စလက္ခဏာ ဒုက္ခလက္ခဏာ အနတ္တလက္ခဏာ ဝိပဿနာရဲ့ လက္ခဏာ ၃-မျိုး ထဲမှာ ဒုက္ခလက္ခဏာနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုကြတဲ့ ရဟန်းတော်တွေ အတွက် သီးသန့်ဟောတဲ့ သုတ် ဖြစ်တယ်။

မဂ္ဂင် ၂-ပိုင်း

မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို ပုဗ္ဗဘာဂမဂ္ဂင်နှင့် မဂ်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသော လောကုတ္တရာမဂ္ဂင် ဟူ၍ ၂-ပိုင်း ခွဲမှတ်ရမည်။

(က) ပုဗ္ဗဘာဂမဂ္ဂင်

အခြေခံအနေနှင့် ရှေ့ပိုင်းမှာဖြစ်တာကို ပုဗ္ဗဘာဂ မဂ္ဂင်ဟု ခေါ်သည်။ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ဖို့ရာ ကြိုးစား နေသော အချိန်မှာဖြစ်မှာ (ရင့်ကျက်မှုမရှိသေးသော ရှေ့ပိုင်းမှာ) သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါစာ စသော မဂ္ဂင် ၈-ပါးတို့သည် တစ်စုတည်း တစ်လုံးတည်း မဖြစ်သေးဘဲ အချိန်ခါ အားလျော်စွာ တစ်မျိုးစီ တစ်မျိုးစီ ဖြစ်နေကြသည်။ ရှေ့ပိုင်းတွင် ကိလေသာကို အပြီးသတ် ပယ်သတ်တာ မဟုတ်ပေမယ့် တဒင်္ဂအားဖြင့် ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်း တရားနှင့် တစ်စစတစ်စစ ပယ်သတ်၏။ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန အနေနှင့်လည်း သမာဓိ၏ အစွမ်းဖြင့် အတော်အသင့် ခွဲခွာထားလို့ရ၏။

ရှေ့ပိုင်းတွင် ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ကိစ္စတို့၌ စွမ်းဆောင်မှုများ မညီမမျှမှု ဖြစ်၏။ ဆိုပါစို့ - မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊ အမြင်မှားမှုကို ဖယ်ရှားသောအခါမှာ သမ္မာဒိဋ္ဌိက ဖယ်ရှားပေး ရ၏။ မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပ၊ မှားယွင်းသော အတွေးကို သမ္မာသင်္ကပ္ပက ဖယ်ရှားပေး၏။ သူ့ကိစ္စသူ ဆောင်ရွက်ပြီး အလုပ်လုပ်နေကြ၏။ တစ်ခါတရံ သမ္မာဒိဋ္ဌိက သူ့ကိစ္စ ဆောင်ရွက်ပြီး၊ တစ်ခါတရံ သမ္မာသင်္ကပ္ပအလှည့်၊ တစ်ခါ တရံ သမ္မာဝါစာအလှည့် စသည်ဖြင့် တစ်စထောင်တစ်စလျော့ ဆိုင်ရာကိစ္စကို ဆောင်ရွက်ကြ၏။

(ခ) လောကုတ္တရာမဂ္ဂင်

လောကုတ္တရာမဂ်အဆင့် ရောက်သွားသောအခါ၊ စွမ်းအားသတ္တိတွေပြည့်ပြီး မဂ္ဂင် ၈-ပါးသည် တစ်စု တည်း ဖြစ်သွားကာ ကိလေသာကိုပယ်သတ်ခြင်း၊ နိဗ္ဗာန်သို့ ပြေးဝင်ခြင်းကိစ္စလည်း ပြီးပြည့်စုံ သွား၏။

မဂ္ဂင် နိဒ္ဒေသ

မဂ္ဂင်သံယုတ်၊ သံယုတ်ပါဠိတော်ရှိ ဝိဘင်္ဂသုတ်တွင် မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို အကျယ်ချဲ့ပြီး တစ်ခုစီ ရှင်းလင်း ဟောကြားထား၏။ အဘိဓမ္မာခုနစ်ကျမ်း အပါအဝင် ဝိဘင်္ဂပါဠိတော် မဂ္ဂင် ဝိဘင်္ဂအခန်းမှာလည်း သုတ္တန္တဘာဇနိယ အဘိဓမ္မဘာဇနိယ ပဉ္စပုစ္ဆက လို့ သုံးမျိုးခွဲခြား ရှင်းလင်းဟောကြားထား၏။

သမ္မာဒိဋ္ဌိ မဂ္ဂင်

မြတ်စွာဘုရားက ကတမာ ၈ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဒိဋ္ဌိ - သမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတာ ဘာလဲ?

မဂ္ဂင် ၈-ပါးထဲက သမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတာ...

ဒုက္ခေ ဉာဏံ၊ ဒုက္ခသမုဒယေ ဉာဏံ၊ ဒုက္ခနိရောဓေ ဉာဏံ၊

ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိယ ပဋိပဒါယ ဉာဏံ၊ အယံ ဝုစ္စတိ သမ္မာဒိဋ္ဌိ

ဒုက္ခနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိဉာဏ်၊ ဒုက္ခသမုဒယနှင့် ပတ်သက်ပြီးဖြစ်ပေါ်လာသော အသိဉာဏ်၊ ဒုက္ခနိရောဓနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိဉာဏ်၊ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိယပဋိပဒါ နှင့် ပတ်သက်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိဉာဏ်၊ ၄ မျိုးသည် သမ္မာဒိဋ္ဌိ မည်၏။

(သမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတာ သစ္စာ ၄-ပါးကို အမှန်သိသော ဉာဏ်။)

၁။ ဒုက္ခေ ဉာဏံ၊

ဒုက္ခနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိဉာဏ်၊

ဒုက္ခကိုသိတယ်ဆိုတာ - ဒါသာ ဒုက္ခ၊ ဒါပြင် ဒုက္ခဆိုတာ မရှိဘူးလို့ ဒီလိုသိတာ တစ်ခု၊ ဒီဒုက္ခဟာ ဘာလုပ်ရမလဲဆိုတာသိတာ တစ်ခု။

၂။ ဒုက္ခ သမုဒယေ ဉာဏံ

ဒုက္ခသမုဒယနှင့် ပတ်သက်ပြီးဖြစ်ပေါ်လာသော အသိဉာဏ်၊

သမုဒယကိုသိတယ်ဆိုတာ - ဒုက္ခကို ထုတ်လုပ်နေတာ သူပဲလို့သိတာတစ်ခု၊ ဖယ်ရှားရမှာလို့ သိတာ တစ်ခု။

၃။ ဒုက္ခနိရောဓေ ဉာဏ်

ဒုက္ခနိရောဓနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိဉာဏ်၊

နိရောဓကို သိတယ်ဆိုတာ - ဒုက္ခအားလုံးက ချုပ်ငြိမ်းရာလို့ သိတာ တစ်ခု၊ မျက်မှောက်ပြုရမှာ ဖြစ်တယ်လို့ သိတာ တစ်ခု၊

[နိဗ္ဗာန်ဟာ ဒုက္ခနိရောဓ ဖြစ်တယ်လို့ သိတာ တစ်ခု၊ မျက်မှောက်ပြုရမယ့်အရာဖြစ်တယ်လို့ သိတာ တစ်ခု။] (မျက်မှောက်ပြုတယ်ဆိုတာ - ကိုယ်တွေ့ တွေ့တာ၊ အသိဉာဏ်နဲ့တွေ့တာလို့ဆိုလို)

၄။ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါယ ဉာဏ်

ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိဉာဏ်၊

မဂ္ဂသစ္စာကိုသိတယ်ဆိုတာ - မဂ္ဂသစ္စာက ဒါပဲလို့သိတာ တစ်ခု၊ မဂ္ဂသစ္စာ ဆိုတာ ပွားများရမယ့်တရား ဖြစ်တယ်လို့ သိတာ တစ်ခု။

သမ္မာဒိဋ္ဌိ - ၅ မျိုး

[မဂ္ဂင် ၈-ပါး၌ ဖွဲ့စည်းထားသော သမ္မာဒိဋ္ဌိသည် အဆင့်အမြင့်ဆုံး သမ္မာဒိဋ္ဌိ (ဝိပဿနာသမ္မာဒိဋ္ဌိ)၊ အခြေခံသမ္မာဒိဋ္ဌိ မှာ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ]

၁) ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ*

၂) ဈာန သမ္မာဒိဋ္ဌိ

၃) ဝိပဿနာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ*

၄) မဂ္ဂ သမ္မာဒိဋ္ဌိ

၅) ဖလ သမ္မာဒိဋ္ဌိ

သမ္မာဒိဋ္ဌိကို ဉာဏ် ၃ ပါးဖြင့် ဟောပုံ

၁။ သစ္စဉာဏ်

ဓမ္မစကြာမှာ သစ္စဉာဏ်ဆိုတာ - ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာဘာလဲ၊ သမုဒယသစ္စာဆိုတာ ဘာလဲ၊ နိရောဓသစ္စာဆိုတာ ဘာလဲ၊ မဂ္ဂ သစ္စာဆိုတာ ဘာလဲ။ဟု တစ်ခုစီတစ်ခုစီ ရှင်းလင်းစွာသိသောဉာဏ်ကို ဆိုလို၏။

၂။ ကိစ္စဉာဏ်

ဒုက္ခသစ္စာ ဆိုတာ ပိုင်းခြား၍ သိဖို့ဖြစ်၏။ သမုဒယသစ္စာဆိုတာ ဖယ်ရှားပစ်ဖို့ ဖြစ်၏။ နိရောဓသစ္စာ ဆိုတာ မျက်မှောက်ပြုဖို့ ဖြစ်၏။ မဂ္ဂသစ္စာဆိုတာ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားစေဖို့ဖြစ်၏။ ဟု လုပ်ရမည့် ကိစ္စကိုသိသော ဉာဏ်ကိုဆိုလို၏။

၃။ ကတဉာဏ်

ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြား၍ သိပြီးပြီ။ သမုဒယသစ္စာဆိုတာ ဖယ်ရှားပြီးပြီ။ နိရောဓသစ္စာဆိုတာ မျက်မှောက်ပြုပြီးပြီ။ မဂ္ဂသစ္စာဆိုတာ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားစေပြီးပြီ။ ဟု လုပ်ပြီးသည်ကို သိသော ဉာဏ်ကိုဆိုလို၏။

သမ္မာဒိဋ္ဌိ,က သစ္စာကိုသိသည် ဆိုရာ၌ သိပုံသိနည်း ၂-မျိုး (ပဋိဝေဓ ၂-မျိုး)

(၁) သဝနပဋိဝေဓ

တရားနာပြီး သို့မဟုတ် စာပေဖတ်ပြီး သစ္စာ ၄-ပါးကိုသိသော အသိ။ (ကြားနာပြီးသိသော အသိ)

(၂) ဘာဝနာပဋိဝေဓ

မိမိကိုယ်တိုင် လက်တွေ့ဘာဝနာပွားများပြီး ဘာဝနာဉာဏ်နှင့် သိသော အသိ။(ပွားများပြီးသိသော အသိ)

ဤ ၂-ခုသည် အခြေခံအားဖြင့် လိုအပ်ချက်ဖြစ်၏။ သဝနပဋိဝေဓနှင့် သိသောဉာဏ်၊ ဘာဝနာပဋိဝေဓ နှင့် သိသောဉာဏ်ကို သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဟုခေါ်၏။

မဂ်စိတ်နှင့်အတူ ယှဉ်တွဲလာသော သမ္မာဒိဋ္ဌိ၏ ကိစ္စ

၁။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကို လုံးဝဖယ်ရှားလိုက်၏။

၂။ ကိလေသာကို ဖယ်ရှားလိုက်၏။

၃။ နိဗ္ဗာန်ကိုလည်း အာရုံပြုနိုင်၏။

၄။ ယှဉ်ဖက်တရားတို့ကိုလည်း နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုစေ၏။

သမ္မာဒိဋ္ဌိ အကျယ်ပြဆိုချက်

၁။ ဒုက္ခ ဉာဏ်

ဒုက္ခေ ဉာဏံ - ဒုက္ခကိုသိတယ်ဆိုတာ -

ရုပ် ၂၈-ပါး၊ လောကီစိတ် ၈၁-မျိုး၊ လောဘမှတစ်ပါး စေတသိက်-၅၁ပါးဟူသော ဒုက္ခ၏ သရုပ်ကို သိ၏။

ဘာကြောင့် ဒုက္ခလို့ ခေါ်တာတုန်း?

ဒီထဲမှာ 'ငါ ငါ့ဟာ'လို့ ကိုယ်ကသာထင်တာ၊ တကယ်တော့ 'ငါ'ဆိုတာလည်း မရှိဘူး၊ ငါ့ဟာဆိုတာလည်း မရှိဘူး၊ သဘာဝတရားသက်သက် မျှသာ ဖြစ်၏။

ဒုက္ခ = ဒု + ခ = ဒု- ကျေနပ်စရာမကောင်းဘူး၊ ပြဿနာတွေ အားလုံးဟာ ဒီမှာရှိတယ်၊ ခ ကိုယ်ထင် တဲ့အတိုင်း တစ်ခုမှမရှိ၊ သုညဖြစ်၏။

သုခကိုလည်း ဘာလို့ ဒုက္ခလို့ ခေါ်လဲ?

သုခဟာ ဌိတိသုခ - ရှိနေတုန်းချမ်းသာ၏။ ဝိပရိဏာမဒုက္ခ ပြောင်းသွားတာနှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဒုက္ခ ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် သုခကိုလည်း ဒုက္ခလို့ ခေါ်၏။

ဒုက္ခသစ္စာဆိုတာ ဒါပဲ၊ ဒါထက်မပိုဘူးလို့ ကြားနာသင်ယူလို့ သိတာက သဝနပဋိဝေဓ၊ နောက်ထပ် ဒုက္ခသစ္စာကို ကိုယ့်ဉာဏ်နှင့် ရှုဆင်ခြင်ပွားများအားထုတ်လို့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာသောအခါ ဘာဝနာပဋိဝေဓ၊ ပိုင်းခြားပြီး သိရတာမို့ ပရိညေယျသစ္စာလို့ပြော၏။

ဒုက္ခသစ္စာသည် ဖယ်ဖို့ရန်မဟုတ် -

မျက်စိ နား နှာ လျှာ ကိုယ် ဟူသော ရုပ်တရားတို့သည် ဖယ်ပစ်ရမည့်အရာတွေ မဟုတ်ပါ။ သို့သော် ရုပ်တို့၏ သဘာဝကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိဖို့လိုပါသည်။

ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိတယ်ဆိုတာ -

ဒါက ရုပ်၊ ဒါက ရုပ် သဘာဝတရားသက်သက်မျှသာ ဖြစ်၏။ တစ်သံသရာလုံး ထင်လာသော ငါဆို တာလည်း မဟုတ်၊ ငါ့ဟာဆိုတာလည်း မဟုတ်၊ ငါ့ဟာဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲလို့ မေးလိုက်လိုက်လျှင် တစ်ခုမှ ကိုယ်ပိုင်တာရှိမှမရှိ၊ ပြောနေသောအချိန်လေးအတွင်းမှာပဲ ပြောင်းသွားပြီ ဖြစ်၏။

(၂) ဒုက္ခသမုဒယ ဉာဏ်

ဒီဒုက္ခကို ဘယ်အရာက ထုတ်လုပ်နေတာတုန်း၊ ဘာကြောင့် ဒုက္ခဖြစ်တာလဲ?

တဏှာကြောင့် ဒုက္ခဖြစ်လာရ၏။ လိုချင်တာနှင့် တွယ်တာတာ ၂ခုလုံးသည် တဏှာ ဖြစ်သည်။ မရသေးလျှင် လိုချင်၏။ ရပြီးလျှင် တွယ်တာ၏။ ထိုတဏှာ၏ ဆောင်ရွက်မှု ၂-မျိုး/တဏှာ၏ သဘာဝကြောင့် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတို့ ဆက်လက် ဖြစ်ပေါ်နေရ၏။ ထို့ကြောင့်၊ တဏှာက ဒုက္ခသမုဒယ ဒုက္ခတွေကို ထုတ်လုပ်သောအကြောင်းတရားပဲလို့ ပထမ **သဝနပဋိဝေဓ**နှင့် သိပြီးနောက် **ဘာဝနာပဋိဝေဓ**နှင့် ပွားများအား ထုတ်သောအခါ တကယ့်ကို တွယ်တာမှုကင်းလျှင် ဒါတွေ ဖြစ်စရာမရှိတော့ဘူး။ ဒီတွယ်တာမှုကြောင့် ဖြစ်နေတာ ဒါကို ဖယ်မှဖြစ်မယ်လို့ သိ၏။ ပဟာတဗ္ဗ - တဏှာဆိုတာ ဖယ်ရှားပစ်ရမယ့်အရာတစ်ခု ဖြစ်တယ်လို့သိတာသည် ဒုက္ခသမုဒယ ဉာဏ် မည်၏။

ဘယ်လိုလုပ် ဖယ်ရှားတာတုန်း?

ဒုက္ခလို့ သတ်မှတ် ထားသောတရားများကို ရှုရင်းရှုရင်းနှင့် ပျက်တာတွေချည်းပဲ မြင်လာသောအခါမှာ ဖြစ်မှုပျက်မှုတွေက အမြဲတမ်း နှိပ်စက်နေသော အရာကြီး ဖြစ်လို့ ဒုက္ခပါလားဆိုတာမြင်လာ၏။ ထိုသို့ မြင်လိုက်ခြင်းသည်ပင်လျှင် တဏှာကို ဖယ်ခြင်း ဖြစ်၏။

(ရုပ်နာမ် ဓမ္မသင်္ခါရတို့ကို ကြည့်ပြီး အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောတို့ကို မြင်လိုက်သောအခါ ဘဝကြီး တစ်ခုလုံးကို စိတ်ပျက်သွား၏။ ထိုသို့ စိတ်ပျက်သွားခြင်းသည်ပင်လျှင် တဏှာကို ဖယ်ခြင်းဖြစ်၏။)

(၃) ဒုက္ခနိရောဓ ဉာဏ်

ဒုက္ခဆိုသော ရုပ်တရားနာမ်တရားတို့အားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားမှု၊ ကျင့်လို့ ချုပ်ငြိမ်းသွားအောင် အကြောင်းတရားတွေကို ဖယ်ရှားလိုက်လို့ အကျိုးတရားတွေ ရပ်သွားသော ချုပ်ငြိမ်းမှုသည် အင်မတန်မှ ချမ်းသာတာပဲဟု ရှေးဦးစွာသိခြင်းသည် **သဝနပဋိဝေဓ**။ (နိရောဓသစ္စာကို သဝနပဋိဝေဓနှင့်ပုံ။) ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရင်း အားထုတ်ရင်း သင်္ခါရတရားတွေအပေါ်မှာ စိတ်ပျက်မှုတွေ များလာပြီး တွယ်တာမှုများ လျော့ကျလာပြီး နောက်ဆုံးမှာ တွယ်တာမှုအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားသောအခါ သင်္ခါရတရားတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းမှု နိဗ္ဗာန်ဆိုတာကိုလည်း မြင်လိုက်၏။ မျက်မှောက်ပြုလိုက်၏။ ဤသို့သိခြင်းသည် **ဘာဝနာပဋိဝေဓ**။ ထိုးထွင်း၍ သိလိုက်သော ဘာဝနာပဋိဝေဓသည် **သစ္စိကိရိယာပဋိဝေဓ** ဖြစ်၏။ (မျက်မှောက်ပြုပြီးပြီး နိရောဓသစ္စာကိုသိပုံ)

မြတ်စွာဘုရားက ချုပ်မှု နိရောဓကို ၂-ခု ဟောထား၏။

မြတ်စွာဘုရားက ဓမ္မစကြာဒေသနာ၌..... **နိဗ္ဗာန်ကို** **ဒုက္ခနိရောဓ** ဟု နာမည်ပေးထား၏။
(ဒုက္ခသမုဒယနိရောဓလို့ နာမည်မပေးပါ) သစ္စာ ၄-ပါးမှာ ဒုက္ခနိရောဓ (ဒုက္ခ၏ချုပ်ငြိမ်းမှု၊ နိပါတ်(၁) သစ္စာ၏ ချုပ်ငြိမ်းမှု)သည် နိဗ္ဗာန်ဟု ဆို၏။

သို့သော် **"ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓော အရိယသစ္စံ"** ဟုရှင်းသောအခါ **"ယော တဿာ ယေဝ တဏှာယ အသေသဝိရာဂနိရောဓော"** ဆိုပြီး နိပါတ်(၂) သစ္စာ၏ ချုပ်ငြိမ်းမှုကိုပြ၏။

(**ဆိုလိုတာ** - ပထမသစ္စာ၏ ချုပ်ငြိမ်းမှုသည် ဒုတိယသစ္စာ ချုပ်ငြိမ်းမှသာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ အကြောင်း တရားချုပ်မှ အကျိုးတရားဆိုတာ ချုပ်လို့ရတယ်။)

(၄) ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိယာ ပဋိပဒါယ ဉာဏံ

ဒုက္ခချုပ်အောင် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်လို့ရှိရင် ဘာရှုရမှာတုန်း ?

ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်သော ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ရှုပါ။

ဝိပဿနာအာရုံကို၊ သစ္စာ ၄-ပါးနှင့် ပြောမည်ဆိုလျှင်....

မဂ္ဂသစ္စာကို ထူထောင်၊ ဒုက္ခသစ္စာကိုရှုရင်း လေ့ကျင့်ခြင်းဖြစ်၏ (မဂ္ဂင် ၈ပါးဖြင့် ဒုက္ခသစ္စာကို ကြည့်ခြင်း)

မဂ္ဂသစ္စာကို ဘယ်လိုထူထောင်ရမလဲ?

သီလဆောက်တည်လိုက်ပြီး **သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ** မဂ္ဂင် ၃-ခုကို ထူထောင်လိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

ကျန်သော မဂ္ဂင် ၅-ခုမှာ တရားကို ကြိုးစားထိုင်ခြင်းသည် **သမ္မာဝါယာမ**၊ ဒုက္ခသစ္စာ ဆိုသော ရုပ်နာမ် အာရုံနှင့် စိတ်ကို အမြဲတမ်း တွေ့ပေးနေခြင်းသည် **သမ္မာသတိ**၊ အာရုံအပေါ်မှာ စိတ်ငြိမ်သွားအောင် ကြိုးစားခြင်းသည် **သမ္မာသမာဓိ**၊ အာရုံ အပေါ်မှာ မမြဲသော သဘောတွေကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်းသည် **သမ္မာသင်္ကပ္ပ**၊ မမြဲတာတို့ကို ကောင်းကောင်းရှင်းရှင်းကြီး သိသွားခြင်းသည် **သမ္မာဒိဋ္ဌိ** ဖြစ်၏။

မဂ္ဂင် ၈-ပါးနှင့် ဒုက္ခသစ္စာကို ကြည့်ခြင်း၏ အကျိုးရလဒ်ကဘာလဲ?

၁) အတွယ်အတာ တဏှာကို ဖယ်ရှားခြင်း၊

၂) နိရောဓ ဟူသော ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခသမုဒယတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းမှုနိဗ္ဗာန်ကို တွေ့ခြင်း။

နိရောဓကို တွေ့ပြီး/မျက်မှောက်ပြုပြီး တွယ်တာမှု၊ လိုချင်မှု အားလုံးကို ဖယ်ရှားလိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

ဘယ်ပေါ်မှာ ဖယ်ရှားတာတုန်း?

ဒုက္ခပေါ်မှာ ဖယ်ရှား၏။ လိုချင်မှု တွေ့ရှိသော ဒုက္ခမှာ တဏှာလုံးဝငြိမ်းသွားတာကို **တဏှာက္ခယ** လို့ခေါ်၏။

(ဘုရားအနေကဇာတင်က၊ **အနေကဇာတိ သံသာရုံ** ရဲ့ နောက်ဆုံးအပိုဒ်မှာ **တဏှာနံ ခယမဇ္ဈဂါ-** တဏှာ ကုန်အောင် ရှင်းပစ်နိုင်တဲ့ အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်ကို ရလိုက်တယ် ဆိုတာပါတယ်၊ ဘုရား ရလိုက်တာက တဏှာကုန်သွားတာကိုပဲရတယ်၊ တဏှာကုန်မှ ဒုက္ခကုန်တာ ဖြစ်၏။ တဏှာကို ကုန်အောင် အရဟတ္တမဂ်နဲ့ အရဟတ္တဖိုလ်ကပဲ လုပ်တယ် ကျန်တာတွေက ကုန်အောင်မလုပ်နိုင်ဘူး)

ဒါဖြင့်အခြေခံ သမ္မာဒိဋ္ဌိ မရှိဘူးလား?

အခြေခံသမ္မာဒိဋ္ဌိ ရှိပါသည်။ ၎င်းမှာ - **ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ** = ကံ၊ကံ၏အကျိုးသိသောဉာဏ် (ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာလို့မြင်သော အမြင်)

[ကုသိုလ်လုပ်လုပ် အကုသိုလ်လုပ်လုပ် ကုသိုလ်၊အကုသိုလ် ဆိုတာရှိတယ်၊ ကုသိုလ်၊အကုသိုလ်ရဲ့ အကျိုးတရားတွေဆိုတာ ရှိတယ်လို့မြင်တာသည် ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ]

[မြတ်စွာဘုရားက **ယံ ကမ္မံ ကရိဿန္တိ ကလျာဏံ ဝါ ပါပကံ ဝါ၊ တဿ ကမ္မဿ ဒါယာ ဒေါ** - ကိုယ် ဘာလုပ်လုပ်၊ ကောင်းတာလုပ်လုပ် ဆိုးတာလုပ်လုပ် ဒီကံရဲ့ အမွေ ကိုယ်ပဲခံယူရမယ်၊ လို့ဟော၏။ ထိုသို့ခံယူသော အသိဉာဏ်ကိုပဲ သမ္မာဒိဋ္ဌိလို့ခေါ်၏။ သမ္မာဒိဋ္ဌိမှ မရှိရင် ဗုဒ္ဓဘာသာတောင် မဖြစ်နိုင်၊ နတ်ပြည်ဆိုတာ မရောက်နိုင်။]

အခြေ ခံသမ္မာဒိဋ္ဌိထက် တစ်ဆင့်တက်လာသော သမ္မာဒိဋ္ဌိကို **ဝိပဿနာသမ္မာဒိဋ္ဌိ** လို့ ခေါ်၏။

ဝိပဿနာသမ္မာဒိဋ္ဌိ ရှိလျှင်.....

ရုပ်နှင့်နာမ် ကွဲလာပြီး၊ ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာဆိုတာ မရှိဘူး၊ ရုပ်နာမ်-မျိုးသာရှိတယ်။ ထို ရုပ်နာမ်တွေပေါ်မှာ ဉာဏ်စဉ်တက်တက်သွားပြီး တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် အမြင်တွေ ရှင်းရှင်း ရှင်းရှင်းသွားသောအခါ တွယ်တာ

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

မူများ ပါးပါး ပါးပါးသွားပြီး နောက်ဆုံးတွင် ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်းဆိုတာ မရှိဘဲ သင်္ခါရတရားတို့အပေါ်မှာ လျစ်လျူရှုနိုင်သော အနေ အထားရှိသည့် **သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်**အထိ ရောက်သွား၏။ (သင်္ခါရတရားတို့၏ သဘာဝကိုသိပြီးတော့ စိတ်ဓာတ် တည်ငြိမ်မှု ရသွားသော ဉာဏ်။)

ဝိပဿနာဉာဏ်ထဲမှ အဆင့် မြင့်ဆုံးဖြစ်သော သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်ရပြီးတော့မှ **'အနုလောမ'**ဆိုသော ပေါင်းကူး ဉာဏ် ပေါ်လာ၏။ အနုလောမဉာဏ် ချုပ်တာနှင့်တစ်ပြိုင်နက် မဂ်ရောက်သွား၏။ မဂ်ရောက် သွားလျှင် နိဗ္ဗာန်ဟူသော နိရောဓကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပြီဖြစ်၏။ ထိုအခါမှ သစ္စာ ၄-ပါးပြည့်စုံသွား ၏။

မဂ်ကိစ္စ ၄-ချက် တစ်ပြိုင်နက်ပြီးပုံ

မဂ်စိတ်ဖြစ်တာနှင့် တစ်ပြိုင်နက် -

- ၁။ ဒုက္ခသစ္စာကိုလည်း ပိုင်းခြားသိခြင်းကိစ္စ၊
- ၂။ သမုဒယသစ္စာကို ဖယ်ရှားလိုက်သော ကိစ္စ၊
- ၃။ နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုခြင်း ကိစ္စ၊
- ၄။ မဂ္ဂသစ္စာ ပွားခြင်းကိစ္စ၊ တို့ပြီးသွားပြီ ဖြစ်၏။

ဥပမာ -

ဖယောင်းတိုင်မီးတောက်လေးသည် ပေါ်လာသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် -

- ၁။ မီးစာကို လောင်ပြီး သူ့အတိုင်းအတာအရတိုစေခြင်း၊
 - ၂။ ဖယောင်းဆီကို ကုန်ခန်းသွားစေခြင်း၊
 - ၃။ အမှောင်ကို ပယ်ဖျောက်စေခြင်း၊
 - ၄။ အလင်းရောင်ကို ဖြစ်ပေါ်စေခြင်း၊ ဟူသောကိစ္စ ၄-ပါးတို့ကို တစ်ပြိုင်နက်ဖြစ် စေနိုင်ကြသကဲ့သို့
- (ရှေ့ပိုင်းမှာဆိုလျှင် တစ်ခုစီတစ်ခုစီပဲ ဖြစ်၏။ ဒုက္ခကို ပိုင်းခြားသိနေမယ်၊ သမုဒယက မပယ်ရသေးဘူး၊ ရှေ့ပိုင်း ဝိပဿနာဉာဏ်မှာ ဒီလိုဖြစ်တယ်၊ မဂ်စိတ်ပေါ် ပြီဆိုလို့ရှိရင် တစ်ပြိုင်နက်တည်း ဖြစ်သွား၏။)

[စွဲလမ်း ၊ ကုန်ခန်း.....စာလုံးပေါင်းတို့ကိုဆန့်ကျင်ဘက်အားဖြင့် သတိပြု၍ မှတ်ပါလေ။]***

သမ္မာသင်္ကပ္ပ မဂ္ဂင်

သမ္မာသင်္ကပ္ပ = မှန်မှန်ကန်ကန် တွေးတောဆင်ခြင်မှု Right thought ဆိုတာ - နိက္ခမ္မသင်္ကပ္ပ၊ အဗျာပါဒ သင်္ကပ္ပ၊ အဝိဟိသာသင်္ကပ္ပ။

တွေးတောဆင်ခြင်မှုကို သင်္ကပ္ပ၊ ဝိတက္က လို့လည်း ဟောတယ်၊ ကြံစည်တယ်လို့ မြန်မာ ပြန်ကြ၏။ ဝိတက်ဆိုတာ အာရောပန လက္ခဏာအာရုံကို စိတ်ပေါ်မှာ တင်ပေးခြင်း သဘာဝ လက္ခဏာရှိ၏။ **(စိတ္တံ အာရမ္မဏံ အာရောပေတိ၊ စိတ္တံ စိတ်ကို၊ အာရမ္မဏံ- အာရုံပေါ်သို့၊ အာရောပေတိတင်ပေး၏။)**

ဝိတက်၏ အစွမ်းမပါဘဲ အာရုံသို့ရောက်သော စိတ် = **အဝိတက္ကစိတ်**

အဝိတက္ကစိတ် ၂ -မျိုး

သဘာဝ အဝိတက္ကစိတ် = ဒွေပဉ္စဝိညာဏ် ၁၀ ပါး (သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏစေတသိက် ၇ပါးယှဉ်၏)

ဘာဝနာဗလ အဝိတက္ကစိတ် = ပထမဈာန်ကြဉ်သော ဈာန်စိတ် ၅၆ ပါး။

မကောင်းအတွေး ၃မျိုး (မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပ)ကို ကောင်းသော အတွေး ၃မျိုး(သမ္မာသင်္ကပ္ပ)ဖြင့် ဖယ်ရှားခြင်း

ကာမဝိတက္က

လိုချင်စရာအာရုံကို လောဘနှင့်တွေးသော အတွေးကို ကာမဝိတက်ဟု ခေါ်၏။ထို ကာမဝိတက်ဆိုသော အတွေးသည် မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပ - လမ်းမှားနေသော အတွေးဖြစ်၏။

နေက္ခမ္မသင်္ကပ္ပ

ကာမဂုဏ်အာရုံအတွေးတို့မှ လွတ်ကင်းအောင် ကာမမှလွတ်သွားစေတတ်သော အတွေးမျိုး (နေက္ခမ္မ သင်္ကပ္ပ)နှင့် တွေးရမည်။ ကာမဝိတက်၏ သဘာဝကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားလိုက်သည်နှင့် လွတ်သွားနိုင်၏။

ပဟာန ၃မျိုးဖြင့် ဖယ်ရှားခြင်း

၁) တဒင်္ဂီပဟာန

ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့် သင်္ခါရ အာရုံတစ်ခုခုကို ရှုမယ် သို့မဟုတ် ထိုဝိတက်၏ သဘာဝကို ဆင်ခြင်စဉ်းစား နေမည်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုမှတ်မယ်ဆိုလျှင် တဒင်္ဂီအားဖြင့် ကာမအာရုံမှ ထွက်ခွာပစ်လိုက်ခြင်းဖြစ်၏။ (ဝိပဿနာရှုတာနဲ့ခွာတာ)

၂) ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန

သမာဓိကျင့်စဉ် တစ်ခုကို ကျင့်ပြီး ပထမဈာန်ရသွားပြီဆိုလျှင် ကာမအာရုံ တို့ကို ဝိက္ခမ္ဘနပဟာနအားဖြင့် ခပ်လှမ်းလှမ်းရောက်အောင် ခွာထားခြင်း ဖြစ်၏။ (သမာဓိစွမ်းအားနဲ့ခွာတာ)

၃) သမုစ္ဆေဒပဟာန

ဝိပဿနာဉာဏ်ကို အဆင့်မြှင့်လိုက်သော အခါ နောက်ဆုံးမှာ ကာမအတွေးကို တွေးစေသော လောဘကို ပယ်သတ်နိုင်သည့် မဂ်စိတ် (အနာဂါမိမဂ်စိတ်)ကို ဆိုက်ရောက်သွားပြီဆိုလျှင် သမုစ္ဆေဒပဟာနအားဖြင့် ကာမဝိတက်ကို ပယ်သတ်လိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။ အနာဂါမိမဂ်စိတ်သို့ရောက်၍ သမုစ္ဆေဒပဟာနဖြင့် ကာမဝိတက်ကိုဖယ်ရှားပြီး နေက္ခမ္မဝိတက်ကို ကူးပြောင်းသွားမှ သမ္မာသင်္ကပ္ပသည် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြစ်သွား၏။

ဗျာပါဒဝိတက္က

ဗျာပါဒဝိတက္က ဒေါသနှင့် တွေးသောအတွေး၊ မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပ- လမ်းမှားနေသော အတွေး။

အဗျာပါဒသင်္ကပ္ပ

မေတ္တာနှင့်တွေးသော အတွေး၊

ပဟာန ၃မျိုးဖြင့် ဖယ်ရှားခြင်း

၁) တဒင်္ဂီပဟာန

မေတ္တာကမဋ္ဌာန်းပွားပြီး ဒေါသက လွတ်ထွက်သွားတယ်ဆိုလျှင် ဗျာပါဒ ဝိတက်က လွတ်သွားပြီး၊ အဗျာပါဒ ဝိတက္ကကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာ တည်ဆောက်ပြီးသား ဖြစ်သွားပြီ၊ ဖြစ်သည်။/ သဘာဝတရား တစ်ခုခုကို ရှုမှတ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်လို့ တဒင်္ဂီအားဖြင့် ဒေါသကို ဖယ်လိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

၂) ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန

မေတ္တာကမဋ္ဌာန်းပွားပြီး ဈာန်ရလာသောအခါ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာနအားဖြင့် သမာဓိ စွမ်းအားနှင့် ဗျာပါဒ အတွေးကို အတော်ကြာကြာပယ်ခွာထားနိုင်၏။

၃) သမုစ္ဆေဒပဟာန

ဝိပဿနာဉာဏ်ကို အဆင့်မြှင့်လိုက်သော အခါ နောက်ဆုံးမှာ အနာဂါမိမဂ်, အနာဂါမိဖိုလ် ရောက်တာနှင့် တစ်ပြိုင်နက် သမုစ္ဆေဒပဟာနအားဖြင့် နောက်ထပ်ဒေါသဆိုတာ ဖြစ်စရာ အငုတ်တောင် မကျန်အောင် အကုန်လုံး ဖယ်ရှားပစ်လိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။ ထိုအခါ ဗျာပါဒဝိတက်ဟူသော မိစ္ဆာဝိတက်ဟာ လုံးဝလွတ် သွားပြီး အဗျာပါဒဝိတက်ဟုခေါ်သော အဒေါသနှင့်ယှဉ်သော မှန်ကန်သာအတွေး သမ္မာသင်္ကပ္ပသည် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြစ်လာ၏။

ဝိဟိသာဝိတက္က

ညှဉ်းဆဲ သတ်ဖြတ်လိုသော အတွေး။

အဝိဟိသာသင်္ကပ္ပ

ကရုဏာနှင့် တွေးသောအတွေး၊

ပဟာန ၃မျိုးဖြင့် ဖယ်ရှားခြင်း

၁) တဒင်္ဂီပဟာန

ဝိဟိသာဆိုတာ သူများကို ညှဉ်းဆဲလိုတဲ့ ရက်စက်တဲ့သဘောဟာ မကောင်းဘူးလို့ ဆင်ခြင်လိုက်သော အခါ ဝိဟိသာဝိတက်သည် တဒင်္ဂီပဟာနအားဖြင့် ပယ်ရှားပြီး ဖြစ်၏။ / ဝိပဿနာအာရုံတစ်ခုခုကို ရှုလိုက် မည်ဆိုလျှင်လည်း လွတ်ထွက်သွား၏။

၂) ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန

ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်းပွားပြီး ဈာန်ရလာသောအခါ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာနအားဖြင့် သမာဓိ စွမ်းအားနှင့် ရက်စက်လို သော အတွေးကို အတော်ကြာကြာပယ်ခွာထားနိုင်၏။

၃) သမုစ္ဆေဒပဟာန

ဝိပဿနာဉာဏ်ကို တိုးမြှင့်ပြီး ကျင့်သောအခါ အနာဂါမိမဂ် အနာဂါမိဖိုလ် ရောက်သွားပြီဆိုလျှင် သမုစ္ဆေဒပဟာနအားဖြင့် အမြစ်ပါမကျန်, ဝိဟိသာဆိုသော ရက်စက်သော အတွေးကို ဖယ်ရှား ပစ်လိုက် နိုင်တယ်။ ရက်စက်မှု သဘောတရားကို ဖယ်ရှားပစ်လိုက်ပြီး တွေးသော အတွေးတွေသည် အဝိဟိသာ သင်္ကပ္ပ ဖြစ်သော မှန်ကန်သာအတွေး သမ္မာသင်္ကပ္ပ သည် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြစ်လာ၏။

သမ္မာဝါစာ မဂ္ဂင်

(သမ္မာဝါစာဆိုတဲ့ မဂ္ဂင်တရားဟာ သမ္မာသင်္ကပ္ပဆိုတဲ့ မှန်မှန် ကန်ကန် တွေးတောမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာ တယ်။ သမ္မာဝါစာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မြတ်စွာဘုရားက ဝိဘင်္ဂသုတ်နဲ့ အဘိဓမ္မာဝိဘင်း ပါဠိတော်မှာ မေးခွန်းထုတ်ပြီးတော့ ရှင်းပြထားတယ်။)

သမ္မာဝါစာ = ချီးမွမ်းဖွယ်ကောင်းသောစကား (သို့) မှန်ကန်သောစကား။

(သမ္မာဝါစာ ဆိုတာ ဝိရတီစေတသိက်တစ်ခုရဲ့ နာမည်ဆိုတာ အဆင့်အမြင့်ဆုံးကို ရည်ညွှန်းပြီး ပြော၏။)

သမ္မာဝါစာဆိုသည်မှာ -

မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ - လိမ်လည်ပြောဆိုခြင်းမှရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ ပိသုဏဝါစာ ဝေရမဏိ - တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး မတည့်အောင်သွေးခွဲစကားပြောခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ် ခြင်း၊ ဖရုသဝါစာ ဝေရမဏိ - တစ်ဖက်သား နားမချမ်းသာအောင်၊ ဒေါသကို ဖြစ်စေတတ်လောက်အောင် ဆဲဆိုကြမ်းတမ်းသော စကားကို ပြောဆို ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ သမ္မပ္ပလာပါ ဝေရမဏိ - အကျိုးစီးပွား ချမ်းသာသူကို ပျက်စီးစေတတ်သော စကားကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ (တစ်နည်း)

လိမ်ပြောခြင်း၊ ကုန်းတိုက်ခြင်း၊ ကြမ်းတမ်းသောစကားကိုပြောဆိုခြင်း၊ သမ္မပ္ပလာပါ ပြောခြင်းဟူသော ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါးမှရှောင်ကြဉ်ကြောင်း စေတနာ (သို့မဟုတ်) ရှောင်ကြဉ်မှု ဝိရတီသည် သမ္မာဝါစာ မည်၏။ (ဝစီဒုစရိုက် ၄-ခုမှရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် သမ္မာဝါစာ မည်၏။)

မုသာဝါဒ

မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ အရ - မုသာဝါဒမှ ရှောင်ဖို့ တွန်းအားပေးသောစေတနာ (ရှောင်ကြဉ်ကြောင်း စေတနာ)ကိုရ၏။

[လောကီအခိုက် - ရှောင်ကြဉ်ကြောင်း စေတနာ ၊ လောကုတ္တရာအခိုက် - ရှောင်ကြဉ်မှု ဝိရတီ ယူရ၏။]

ပိသုဏဝါစာ

ပိသုဏ စကားလုံးဖြစ်ပေါ်လာပုံ

ပိသုဏဆိုသော ဒီစကားလုံးက အတိုကောက်လုပ်ထားသော စကားလုံးဖြစ်၏။ ပိ ဆိုတာ ပိယ - ချစ်ခင်မှု၊ သု ဆိုတာ သုည ဆိတ်သုဉ်းသွားအောင်၊ ဏ ဆိုတာ ကရဏ- ပြုလုပ်ခြင်း။ ပိယဆိုတဲ့ဆီက ပိကို ယူ၏၊ သုညက သုကို ယူ၏၊ ကရဏကဏ ကြီးကို ယူပြီး ပိသုဏလို့ စကားလုံးကို တီထွင် အသုံးပြုတာဖြစ်၏။

မောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

ပိသုဏ္ဍဝါစာ အရ - တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မေတ္တာသက်ဝင်ချစ်ခင်မှုကို ဆိတ်သုဉ်းသွားအောင်လုပ်သော စေတနာကို ရ၏။

ပိသုဏ္ဍဝါစာ ဝေရမဏိ အရ - တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မေတ္တာသက်ဝင်ချစ်ခင်မှုမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်း စေတနာကို ရ၏။

ဖရုသဝါစာ

ဖရုသဝါစာ ဝေရမဏိ အရ - ဆဲရေး တိုင်းထွာသော စကားမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းစေတနာကို ရ၏။

သမ္မပ္ပလာပ

သမ္မ + ပလာပ = သမ္မ - ဟိတသုခ ပျက်စီးစေသောစကား၊ မျိုးကို၊ **ပလာပ** - ပြောခြင်း။

သမ္မဆိုတာ

သံ ဟိတသုခံ လပတိ ဧတေနာ တိ သဒ္ဓံ လို့ ဆိုတဲ့အတိုင်း = ဟိတသုခ ပျက်စီးစေသောစကား၊

သံဆိုတာ ဟိတသုခ၊ (**ဟိတ**- အခြေအနေကောင်း၊ **သုခ** - ထို အခြေ အနေကောင်းက ဖြစ်ပေါ်စေသော ချမ်းသာမှု)

သမ္မပ္ပလာပ ကို ပိန်ဖျင်းသောစကား၊ အနှစ်သာရကင်းမဲ့သောစကား ဟုဆိုရပုံ

အနှစ်သာရကင်းမဲ့သောစကားသည် ဟိတသုခကို ပျက်စီးစေ၏။ ဥပမာ -စပါးနှံကလေးတွေ ထွက်လာ သောအခါ အထဲမှာ အဆံမပါဘဲ စပါးက အခွံချည်းပဲဖြစ်နေသောကြောင့် စပါးစေ့လေးတို့သည် ပိန်ပိန် လေးတွေ ဖြစ်ကုန်၏။ ဤသည်ကို ပိန်ဖျင်းသည်ဟုဆို၏။

သမ္မပ္ပလာပ ဟုခေါ်ရခြင်း

ထိုစကားမျိုးသည် -

၁။ တန်ဖိုးလည်း မရှိ၊

၂။ အနှစ်သာရလည်း မရှိ၊

၃။ ဓမ္မနဲ့ပတ်သက်တာလည်း မဟုတ်၊

၄။ အကျိုး တရားနဲ့ ပတ်သက်တာလည်း မဟုတ်၊

၅။ ကာလဆိုတဲ့ အချိန်အခါကိုက်တဲ့ စကားမျိုးလည်း မဟုတ်၊

၆။ မှတ်သားလောက်တဲ့ စကားမျိုးလည်း မဟုတ်၊

၎င်းစကားကို နားထောင်ခြင်းဖြင့် လူတစ်ဦး တစ်ယောက်၏ ရသင့်ရထိုက်သော အကျိုးစီးပွားများ မရဘဲ ပျက်စီးရုံသာ ရှိရသောကြောင့် ထိုစကားမျိုးကို သမ္မပ္ပလာပ ဟုခေါ်ရ၏။

(မှတ်ချက်။ ကာလဝါဒီ၊ ဘူတဝါဒီ၊ အတ္တဝါဒီ၊ ဓမ္မဝါဒီဟူသော စကားမျိုး မဟုတ်လျှင် သမ္မပ္ပလာပ ထဲထည့်ရမည်။)

အဋ္ဌကထာ ဆရာကြီးများထုတ်ပြသော နမူနာ

အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ ရက်ရှည်ကြီး ဇာတ်လမ်းဇာတ်ကွက်နှင့် ပြနေသော သီတာဒေဝီ ရာမလက္ခဏာဆိုသော ရာမာယဏဇာတ်ကြီးကို သမ္မပ္ပလာပဟု ညွှန်းပြီးပြောလေ့ရှိ၏။ ရာမာယဏဇာတ်တော်ကြီး တစ်ခုလုံးဟာ ရှည်ပြီးတော့ လချီပြီး က၊ရတယ်။ အဲဒီဇာတ်ကြီးကို နားထောင်နေတော့ လူတွေဟာ အလုပ်အကိုင်၊ အကျိုးစီးပွားတွေပျက်ပြားကြရတယ်။

မိစ္ဆာဝါစာ/ ဝစီဒုစရိုက် ၄-မျိုး

လိမ်ပြောခြင်း၊ ကုန်းတိုက်ခြင်း၊ ကြမ်းတမ်းသောစကားကိုပြောဆိုခြင်း၊ သမ္မပ္ပလာပ ပြောခြင်း၊

(က) လောကီ အဆင့် (ရှေ့ပိုင်း)

ရှေ့ပိုင်းတွင် မိစ္ဆာဝါစာ ၄-မျိုးထဲမှ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီကိုရှောင်၏။ ဆိုလိုသည်မှာ -

မုသာဝါဒ မှ ရှောင်ခိုက်တွင် မုသာဝါဒ တစ်ခုသာရှောင်သည် ကျန် ၃မျိုးနှင့်မဆိုင်။

ပိသုဏဝါစာမှ ရှောင်ခိုက်တွင် ပိသုဏဝါစာတစ်ခုသာရှောင်သည် ကျန် ၃မျိုးနှင့်မဆိုင်။

ဖရုသဝါစာမှ ရှောင်ခိုက်တွင် ဖရုသဝါစာတစ်ခုသာရှောင်သည် ကျန် ၃မျိုးနှင့် မဆိုင်။

သမ္မပ္ပလာပမှ ရှောင်ခိုက်တွင် ဖရုသဝါစာတစ်ခုသာရှောင်သည် ကျန် ၃မျိုးနှင့် မဆိုင်။ ဤသို့ တစ်ပြိုင်နက် မဟုတ် သည့်အတွက်ကြောင့် ရှောင်ကြဉ်သော အခိုက်အတန့်လေးတွေ ကလည်း မတူညီကြပါ။

(ခ) လောကုတ္တရာအဆင့် (နောက်ပိုင်း)

လောကုတ္တရာမဂ်စိတ်ပေါ်လာသောအခါ ကိလေသာတို့ကို ဖယ်လိုက်၏။ မုသာဝါဒ၊ ပိသုဏဝါစာ၊ ဖရုသဝါစာ၊ သမ္မပ္ပလာပတို့၏ အကြောင်းတရားဖြစ်သော ကိလေသာအားလုံးပါသွားသောကြောင့် ရှောင်ကြဉ်မှု ပီရတီသည် တစ်ခုတည်း တစ်ပြိုင်နက် ပြီးသွား၏။

သမ္မာကမ္မန္တ မဂ္ဂင်

သမ္မာ = မှန်ကန်သော ၊ ကမ္မ = ကမ္မန္တ = အလုပ်/အမှု

ကာယဒုစရိုက် ၃-ပါး = ပါဏာတိပါတ၊ အဒိန္နာဒါန၊ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ။

သမ္မာကမ္မန္တဆိုသည်မှာ -

ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီ - သူတစ်ပါးအသက်ကိုသတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊

အဒိန္နဒါနာ ဝေရမဏီ - သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊

ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ ဝေရမဏီ -သူတစ်ပါးသားမယားကို ပြစ်မှားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

(တစ်နည်း)

သူတစ်ပါးအသက်ကိုသတ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်း၊ သူတစ်ပါးသားမယားကို ပြစ်မှားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်း စေတနာ (သို့မဟုတ်) ရှောင်ကြဉ်မှု ဝိရတီ သည် သမ္မာကမ္မန္တ မည်၏။ (ကာယဒုစရိုက် ၃-ခုမှရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် သမ္မာကမ္မန္တ မည်၏။)

(က) လောကီ အဆင့် (ရှေ့ပိုင်း)

သမ္မာဝါစာ နှင့်နည်းတူသိရန်

(ခ) လောကုတ္တရာ အဆင့် (နောက်ပိုင်း)

သမ္မာဝါစာ နှင့်နည်းတူသိရန်

သမ္မာအာဇီဝ မဂ္ဂင်

သမ္မာအာဇီဝ ဆိုသည်မှာ -

မိစ္ဆာအာဇီဝမှ ရှောင်ကြဉ်ပြီး အပြစ်ကင်းသော အသက်မွေးမှုနှင့် အသက်မွေးခြင်း။ (တစ်နည်း)

ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါး+ကာယဒုစရိုက် ၃ပါး - တို့မှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်း စေတနာ (သို့) ရှောင်ကြဉ်မှု ဝိရတီ သည် သမ္မာအာဇီဝ မည်၏။

ပါရိသုဒ္ဓါဇီဝ

သမ္မာအာဇီဝ အသက်မွေးမှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး တချို့သူတို့ကတော့ **ပါရိသုဒ္ဓါဇီဝ** = စင်ကြယ်သန့်ရှင်းသော အသက်မွေးမှု - ဟုသုံး၏။

မိစ္ဆာအာဇီဝ = မစင်ကြယ် မသန့်ရှင်းသော အသက်မွေးမှု။ ဝစီဒုစရိုက် ၄-ပါး၊ ကာယဒုစရိုက် ၃-ပါးနှင့် အသက်မွေးမှု

လူပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက် မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်ပုံ

ဝစီဒုစရိုက်နှင့် ပတ်သက်၍

၁။ လိမ်လည်ပြီး(မုသာဝါဒနှင့်) စီးပွားရှာခြင်း၊ ဆေးအတု/ပစ္စည်းအတုများပြုလုပ်ရောင်းချ အသက်မွေးခြင်း၊ ဈေးရောင်းရာတွင် အလေးချိန် မမှန်မကန်ပြုလုပ်ခြင်း။

၂။ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် မတည့်အောင်လုပ်ပြီး နေရာဝင်ယူကာ ပိသုဏ္ဍဝါစာနှင့် စီးပွားရှာခြင်း။

၃။ တစ်ယောက်ကို ခြိမ်းခြောက်ကြိမ်းဝါးပြီး အခွင့်ကောင်း ယူကာ ဖရုသဝါစာနှင့်စီးပွားရှာခြင်း။

၄။ လူတစ်ယောက် အကျိုးမဲ့အောင်ပြောပြီး သမ္မပ္ပလာပနှင့် စီးပွားရှာခြင်း။ တို့ဖြင့် အသက်မွေးမှုသည် မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်၏။

ဒုစရိုက်/မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်-မဖြစ်?

သက်သက် လိမ်ချင်လို့ လိမ်တာရယ်၊ ကြောက်လို့လိမ်တာရယ်က ဒုစရိုက်သာ ဖြစ်၏။ မိစ္ဆာအာဇီဝ မဖြစ်။ အသက်မွေးမှုကို အကြောင်းပြုမှသာ မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်၏။

၁။ သူများအသက် သတ်ခြင်း။

၂။ သူများဥစ္စာခိုးခြင်း။

၃။ သူတစ်ပါးသားမယား ပြစ်မှားခြင်း။ တို့ဖြင့် အသက်မွေးမှု ပြုလျှင် မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်၏။

ဒုစရိုက်/မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်-မဖြစ်?

သူများအသက်ကို သတ်ရာ၌ မုန်းလို့ သတ်တာ၊ တစ်ခုခုကြောင့်သတ်တာ ဆိုလျှင် ဒုစရိုက်သာ ဖြစ်၏။
အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းဖို့ သတ်လျှင် မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်၏။

သူများဥစ္စာ ခိုးရာ၌ သက်သက်မုန်းလို့ ဖျက်လို ဖျက်ဆီး ခိုးတာမျိုးသည် ဒုစရိုက်သာ ဖြစ်၏။ ခိုးပြီး
အသက်မွေးမှုပြုလျှင် မိစ္ဆာအာဇီဝဖြစ်၏။

သူတစ်ပါးသားမယား ဇော်ကားရာ၌ ကိုယ့်စိတ်ရဲ့ ဖောက်ပြန်မှုကြောင့် ဇော်ကားတာက ဒုစရိုက်သာ
ဖြစ်၏။ တစ်ယောက်ယောက်ကနေ ပိုက်ဆံ ပေးပြီး ဇော်ကားခိုင်းလို့ ဇော်ကားတာက တစ်မျိုး။
ပိုက်ဆံရလို့ ဇော်ကားတာက မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်၏။

ရဟန်းတို့အတွက် သမ္မာအာဇီဝ ဖြစ်-မဖြစ်

ဘုန်းကြီးများသည် - ဒကာဒကာမတွေ ကြည်ညိုအောင်၊ ကိုယ့်ကို လှူလာအောင် ဆွယ်တရားဟောခြင်း။
ဗေဒင်ဟောခြင်း၊ ဆေးကုခြင်း၊ စသည်ဖြင့်ရလာသောပစ္စည်းများသည် စင်ကြယ်သောပစ္စည်းမဟုတ်ပေ။
(သမ္မာအာဇီဝ မဖြစ်)

ဆွမ်းခံလို့ရသောပစ္စည်း၊ တစ်အိမ်တစ်ဇွန်း ဆွမ်းရပ်လို့ စေတနာအလျောက်လှူသော ပစ္စည်းသည်
သာလျှင် ရဟန်းတော်တွေအတွက် သမ္မာအာဇီဝဖြစ်၏။

(က) လောကီ အဆင့် (ရှေ့ပိုင်း)

သမ္မာဝါစာ နှင့်နည်းတူသိရန်

(ခ) လောကုတ္တရာ အဆင့် (နောက်ပိုင်း)

သမ္မာဝါစာ နှင့်နည်းတူသိရန်

သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ တို့ကို ၂-မျိုးခွဲပြီးဖော်ပြခြင်း

(မဇ္ဈိမနိကာယ်၊ မဟာစတ္တာလီသကသုတ္တန်)

၁။ ရှေ့ပိုင်း

လောကီနှင့်ပတ်သက်သော - သမ္မာဝါစာ/သမ္မာကမ္မန္တ / သမ္မာအာဇီဝဖြစ်၏။

ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါး/ ကာယဒုစရိုက် ၃ပါး/ ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါး+ကာယဒုစရိုက် ၃ပါး - တို့မှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်း စေတနာကို ရ၏။ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ၊ တစ်ခါတစ်ရံ ရှောင်ကြဉ်ကြသည်။

သာသဝ - အာသဝေါတရားတို့၏ အာရုံဖြစ်၏။

ပုညဘာဂိယ - မဟာကုသိုလ်စိတ်၌ယှဉ်သော သမ္မာဝါစာ/သမ္မာကမ္မန္တ / သမ္မာအာဇီဝ။

ဥပဓိဝေပက္က - ခန္ဓာဟူသော အကျိုးတရားကို ဖြစ်ပေါ်ရင့်ကျက်စေ၏။ ကောင်းရာဘုံဘဝကို ရောက်စေ ၏။ သံသရာထဲ၌ အကျိုးပေး၏။

၂။ နောက်ပိုင်း

လောကုတ္တရာမဂ်စိတ်နှင့်ယှဉ်တွဲလာသော - သမ္မာဝါစာ/သမ္မာကမ္မန္တ/သမ္မာအာဇီဝဖြစ်၏။ အဆင့်မြင့်၏။

ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါး/ ကာယဒုစရိုက် ၃ပါး/ ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါး+ကာယဒုစရိုက် ၃ပါး - တို့မှ ရှောင်ကြဉ်မှု ဝိရတီကို ရ၏။

အနာသဝ - အာသဝေါတရားတို့၏ အာရုံမဖြစ်ကြပါ။

လောကုတ္တရာမဂ်စိတ်၌ယှဉ်ခိုက်တွင် မဂ်စိတ်က ကိလေသာအားလုံးကိုပယ်လိုက်တာနှင့်တစ်ပြိုင်နက် ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါး/ ကာယဒုစရိုက် ၃ပါး/ ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါး+ကာယဒုစရိုက် ၃ပါး -တို့၏ အကြောင်းတရား များကိုလည်း တစ်ပြိုင်နက် ပယ်ပယ်လိုက်ပြီး ဖြစ်သောကြောင့် သမ္မာဝါစာ/သမ္မာကမ္မန္တ / သမ္မာအာဇီဝ တို့သည် တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ဖြစ်မနေ တော့ဘဲ ပယ်သတ်မှုကိစ္စအားလုံး တစ်ပြိုင်နက် တစ်ပေါင်းတည်း ပြီးသွားကြ၏။

ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါး/ ကာယဒုစရိုက် ၃ပါး/ ဝစီဒုစရိုက် ၄ပါး+ကာယဒုစရိုက် ၃ပါး -တို့ကို အကြွင်းမဲ့ ဖျက်ဆီးပြီးသောအခါ သမ္မာဝါစာ/သမ္မာကမ္မန္တ / သမ္မာအာဇီဝတို့သည်လည်း ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြစ်လာ၏။

[မှတ်ချက်။ ပေါင်း၍ ရေးထားသော်လည်း မဟာစတ္တာလီသကသုတ္တန်အရ သမ္မာဝါစာ/သမ္မာကမ္မန္တ / သမ္မာအာဇီဝတို့ကို ၂မျိုးခွဲ၍ ဟောပုံကို တစ်ခုစီ ခွဲ၍ မေးလျှင် ဖြေတတ်ပါစေ။]

ရှောင်တတ်သော သဘော မရှိရင် ဝိရတီလို့ မခေါ်တော့ဘူးလား?

အဝင်အထွက် လုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ မလုပ်သည်ဖြစ်စေ တံခါးက - တံခါးပဲဖြစ်သလို မဂ်စိတ်နှင့်ယှဉ်သော ဝိရတီသည် ရှောင်ကြဉ်မှုကိစ္စ ပြီးသွားသော်လည်း ဝိရတီသာ မည်၏။

သမ္မာဝါယာမ မဂ္ဂင်

သမ္မာဝါယာမ - မှန်ကန်သော ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု (သမ္မပ္ပဓာန်တရား ၄-ပါး)

(က) လောကီအဆင့် (ရှေ့ပိုင်း)

(၁) မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တွေမဖြစ်အောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု၏ရှေ့က ဆန္ဒရှိသည်။ **"အနုပ္ပန္နာနံ ပါပကာနံ အနုပ္ပါဒါယ ဆန္ဒ ဇနေတိ ဝါယမတိ"**

ဆန္ဒသည် ဦးဆောင်သွား၏။

ဆန္ဒ၏စွမ်းရည်သတ္တိသည် အင်မတန်မှကြီး၏။ အဓိပတိပစ္စယောဉ်းလည်း ဆန္ဒပါ၏။ ဣဒ္ဓိပါဒ်လည်း တစ်စုံတစ်ခု အောင်မြင်ရာအတွက် ကြီးမားသော အကြောင်းတရားတစ်ခုဖြစ်ပါ၏။ **ဆန္ဒဝတော ကိ နာမ ကမ္မံ န သိဇ္ဈတိ။** ဆန္ဒရှိလို့ ရှိရင် ဘယ်အလုပ်မဆိုအောင်တယ် လို့ပြော၏။

မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တို့ကို မိမိ ကိုသန္တာန်၌ မဖြစ်စေ ချင်သော ဆန္ဒ ရှိသည့်အတွက်ကြောင့် ထိုအကုသိုလ်တို့ မဖြစ်ရအောင် စောင့်စည်းခြင်းဟူသော ကြိုးစားအားထုတ်မှုသည် **သမ္မာဝါယာမ**။

(၂) အကုသိုလ်တွေဖြစ်လာရင် ဖယ်ရှားဖို့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု (နည်းတူ)

(၃) ကုသိုလ်တွေ မဖြစ်သေးရင် ဖြစ်အောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု (နည်းတူ)

(၄) ဖြစ်လာပြီးလို့ရှိရင် တိုးပွားလာ အောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု ...(နည်းတူ)

ဟူ၍ ရှေ့ပိုင်းတွင် သမ္မာဝါယာမ၏ ဆောင်ရွက်မှု ၄-မျိုး ကွဲနေပါသည်။ ထိုအားထုတ်မှု ၄မျိုးသည် သူ့အချိန်နှင့်သူကွားပြားခြားနားသော အချိန်ပိုင်းတို့တွင် ဖြစ်နေပါသည်။ (ကဒါစိ ၊ နာနာ)

(ခ) လောကုတ္တရာအဆင့် (နောက်ပိုင်း)

မဂ်စိတ်ပေါ်လိုက်တာနှင့် တစ်ပြိုင်နက် မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်အောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု စသော ကိစ္စ ၄ပါးလုံး ပြီးပြည့်စုံသွားပြီး သမ္မာဝါယာမ တစ်ခုတည်းဖြစ်သွားပါသည်။ (ဧကတော)

သမ္မာသတိ မဂ္ဂင်

သမ္မာဝါယာမ၏ စွမ်းဆောင်မှု ကြိုးပမ်းအားထုတ်သောအခါ မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်၊ ဖြစ်ပြီးသော အကုသိုလ်၊ မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်၊ ဖြစ်ပြီးသား ကုသိုလ်လို့ ဆိုတာကို သိရှိအောင် သတိက သတင်းပေးတာ ဖြစ်သည်။ မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တွေကို ပိတ်ဆို့ရန် သတိက စောင့်ပေးသောကြောင့် သတိကို စေတသော အာရက္ခော၊ စိတ်၏ အစောင့်အရှောက် လို့ ပြော၏။

အကုသိုလ် ဖြစ်ရခြင်း

ပြင်ပက အာရုံနှင့် အတွင်းက အယောနိသောမနသိကာရ - မမှန်မကန် နှလုံးသွင်းမှု၊ ၂-ခု ပေါင်းလိုက်သောကြောင့် အကုသိုလ် ဖြစ်လာရ၏။

နိဗ္ဗာန်ကိုသွားဖို့ရာအတွက် အကုသိုလ် မဖြစ်အောင် ဆိုပိတ်တဲ့နေရာမှာ ဒီသတိက ဘာကို စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုရမှာလဲ၊ ဘယ်အာရုံတွေနဲ့ သူ့ကို တွဲပေးထားရမလဲ?

သတိက သတိပဋ္ဌာန်တရား ၄-ပါး (ကာယာနုပဿနာ၊ ဝေဒနာနုပဿနာ၊ စိတ္တာနုပဿနာ၊ ဓမ္မာနုပဿနာ) ဟူသော အာရုံ ၄မျိုးကို စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုရပြီး၊ အကုသိုလ်တရားတို့ မဖြစ်ဖို့ရန် ကြိုးစားအားထုတ်မှု - ဝါယာမနှင့် တွဲပေးထားရပါမည်။

(က) လောကီအဆင့် (ရှေ့ပိုင်း)

ကာယာနုပဿနာသတိ

လူတွေမှာ ကာယအပေါ်မှာ သတိလွတ်သွားတာနှင့် တစ်ပြိုင်နက် ကာယအပေါ်မှာ တွယ်တာမှုဆိုတာ လာသည်။ တပ်မက်မှုတဏှာသည် ကာယကိုအကြောင်းပြုပြီး ဖြစ်နေသောကြောင့် ကာယကို သတိထားရမည်။

သတိထားတယ်ဆိုတာ - တင့်တယ်တယ်လို့ ထင်နေသောအထင် ပျောက်ဖို့၊ မတင့်တယ်ဘူးဆိုတာမြင်ဖို့ အတွက်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ မမြင်ဘဲ တင့်တယ်တယ်လို့ ရှုလိုက်တာနှင့် တစ်ပြိုင်နက် တွယ်တာမှု၊ လိုချင်မှု၊ တပ်မက်မှုများ ဝင်လာတော့သည်။

ဝေဒနာနုပဿနာသတိ

လူတွေမှာ စိတ် ခံစားချက် (ဝေဒနာ)အပေါ်၌ အကုသိုလ် အဖြစ်များ၏။ ကောင်းသော ခံစားမှုအပေါ်မှာ တွယ်တာပြီး မကောင်းသော ခံစားမှုအပေါ်မှာ ဒေါသဖြစ်ကြ၏။ ထိုသို့ အကုသိုလ်တရားများ မဖြစ်စေရန် ဝေဒနာ၏ သဘာဝကိုသိပြီး အဲဒီ တွယ်တာမှုတွေ့မှန်းတီးမှုတွေ မဖြစ်ရအောင်လို့ သတိထားရမည်။

မြတ်စွာဘုရားက **သုခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော သုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီ' တိ ပဇာနာတိ**၊ သုခဝေဒနာကို ခံစားလို့ရှိရင် သုခဝေဒနာကို ခံစားတယ်လို့ သိရမယ် လို့ ဟောတယ်။ ဒီလို မသိဘူးဆိုလို့ရှိရင် ငါခံစားတယ်လို့လည်း လာနိုင်တယ်၊ ငါ့ဝေဒနာ လို့လည်း စွဲလမ်းသွားနိုင်တယ်၊ ဝေဒနာဟာ ဝေဒနာပဲဆိုတဲ့ သဘောကို ရှုမြင်ခိုင်းခြင်း ဖြစ်၏။

စိတ္တာနုပဿနာသတိ

လူတွေဟာ ကိုယ့်စိတ်လေးအပေါ်မှာ တွယ်တာမှုရှိကြ၏။ ငါ့စိတ် လို့လည်း ထင်ကြ၏။ စွဲလမ်းမှုလေးတွေ ရှိကြ၏။ စိတ်၏ သဘာဝနှင့် ပတ်သက်ပြီးလည်း အကုသိုလ် မဖြစ်ရအောင် စိတ္တာနုပဿနာကို ဟောထားပါသည်။

ဓမ္မာနုပဿနာသတိ

ခန္ဓာ ၅- ပါးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အာယတနပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နီဝရဏတရားတွေပဲဖြစ်ဖြစ် ကျန်တာတွေ အကုန်လုံးကို ဓမ္မာနုပဿနာထဲ ထည့်ပေးလိုက်ပြီး အားလုံးဟာ သဘာဝတရား သက်သက်မျှသာ ဖြစ်တယ်ဆိုတာကို သတိထားပြီး ရှုရမည်။ ထိုသို့ သတိထားတတ်လာတဲ့အခါ အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်တော့ပါ။

အကုသိုလ်တရားတို့ မဖြစ်အောင် ပိတ်ဆို့ဖို့ရန် သတိကို ကြိုးစားအားထုတ်မှု ဝါယာမနှင့် တွဲထားရမည်။

ကာယကို ရှုသောအချိန်မှာ ကာယာနုပဿနာသတိ၊ ဝေဒနာကို ရှုသောအခါမှာ ဝေဒနာနုပဿနာသတိ၊ စိတ်ကို ရှုသော အချိန်မှာ စိတ္တာနုပဿနာသတိ၊ ဓမ္မကို ရှုသောအခါမှာ ဓမ္မာနုပဿနာသတိ။ သူ့အချိန်ပိုင်း လေးတွေနှင့်သူ သွား၏၊ တစ်ပြိုင်နက် မဖြစ်ကြပါ။

(ခ) လောကုတ္တရာ အဆင့် (နောက်ပိုင်း)

လောကုတ္တရာမဂ်စိတ် ရောက်လာပြီဆိုလျှင် သတိ၏ စွမ်းဆောင်မှုကိစ္စသည် တစ်ပြိုင်နက်တည်း ပြီးသွား၏။

သမ္မာသမာဓိ မဂ္ဂင်

သမ္မာသမာဓိဆိုသည်မှာ - ရူပါဝစရဈာန် ၄-ပါး၌ ရှိသော ဧကဂ္ဂတာ။

ဈာန်၌ လောကီဈာန်၊ လောကုတ္တရာဈာန် ဟူ၍ ရှိ၏။

လောကုတ္တရာ စိတ် ၈-ပါး (အကျဉ်း)

သောတာပတ္တိမဂ်စိတ်၊ သကဒါဂါမိမဂ်စိတ်၊ အနာဂါမိမဂ်စိတ်၊ အရဟတ္တမဂ်စိတ်၊

သောတာပတ္တိဖိုလ်စိတ်၊ သကဒါဂါမိဖိုလ်စိတ်၊ အနာဂါမိဖိုလ်စိတ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်စိတ်၊

လောကုတ္တရာ စိတ် ၄၀-ပါး (အကျယ်)

လောကုတ္တရာစိတ် အကျဉ်း ၈ပါးကို ရူပါဝစရ - ပထမဈာန်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန်၊ ပဉ္စမဈာန်အားဖြင့် မြှောက်ပွားခြင်းအားဖြင့် ၄၀-ပါး ဖြစ်လာ၏။ (၈ x ၅ = ၄၀)

သမာဓိ (ဧကဂ္ဂတာ) အရ = လောကီဈာန်၌ရှိသော သမာဓိ၊ လောကုတ္တရာဈာန်၌ရှိသော သမာဓိ ၂မျိုးလုံးကို ယူရ၏။

(က) လောကီ အဆင့် (ရှေ့ပိုင်း)

ပထမဈာန်ဆိုတာ - ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ တို့၏ အစုအပေါင်း။

ဧကဂ္ဂတာ = သမာဓိ = အာရုံတစ်ခုပေါ်မှာ စိတ်တည်ငြိမ်မှု။

ဈာန်သည်လည်း ကိလေသာ၊ ကာမဂုဏ်အာရုံတို့ကို ဖယ်ရှားသော စွမ်းရည်သတ္တိရှိ၏။

နိဝရဏ ၅ပါးကို ဈာန်အင်္ဂါ ၅ပါးနှင့် အသီးသီးဖယ်ပုံ (ဝိ-ထိ၊ စာ- စိ၊ ပီ- ဗျာ၊ သု-ဥဒါ၊ ဧ-ကာ)

ဝိတက်(ကြံတွေးမှု)သည် = အိပ်ငိုက်ခြင်း-ထိနမိဒ္ဓကို ဖယ်ရှား၏။

ဝိစာရ(ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှု)သည် = သို့လောသို့လော ယုံမှားသံသယ ဖြစ်နေသော ဝိစိကိစ္ဆာကို ဖယ်ရှား၏။

ပီတိ(ရင်ထဲနှလုံးထဲမှာ ဖြစ်လာသော နှစ်သက်မှု)သည် = အမျက်ဒေါသ - ဗျာပါဒကို ဖယ်ရှား၏။

သုခ(စိတ်ငြိမ်သက်ငြိမ်းချမ်းမှု)သည် = စိတ်ပျံ့လွင့်မှု ပူပန်မှု - ဥဒ္ဓစ္စ၊ ကုက္ကုစ္စကို ဖယ်ရှား၏။

ဧကဂ္ဂတာ(သမာဓိ)သည် = ကာမဂုဏ်အာရုံတို့ကို လိုချင်သော ကာမစ္ဆန္ဒ ကို ဖယ်ရှား၏။

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း

ထိုသို့ ဖယ်ရှားခြင်းကြောင့် ရလာသော ချမ်းသာသုခကို ဝိဝေကဇ ပီတိသုခ နိဝရဏတွေ ကင်းကွာသွားသော၊ ကာမဂုဏ်အာရုံက စိတ်တွေ ကင်းကွာသွားသော၊ အကုသိုလ်တို့မှ ကွာထွက်သွားသော အကုသိုလ်တို့မပါသော ပီတိသုခ ဟုခေါ်၏။

အထက်ထက်စွာသို့တက်လှမ်းပုံ

ထို့အတူ ပထမစွာန်ရသူသည် ဒုတိယစွာန်၊ တတိယစွာန်၊ စတုတ္ထစွာန်သို့တက်လှမ်းလိုပါက စွာန်အင်္ဂါရပ်တို့ကို ဖယ်ဖယ်ပြီး တိုးမြှင့်သွားရ၏။

(ခ) လောကုတ္တရာအဆင့် (နောက်ပိုင်း)

လောကုတ္တရာမဂ်အိုက်၌ သမာဓိ၏ စွမ်းရည်သတ္တိများ အပြည့်ဖြစ်သွား၍ ကာမဂုဏ်အာရုံတို့ကို တပ်မက်သော တဏှာ ကိလေသာအားလုံးကို နောက်ထပ် ပေါ်ခွင့်မရအောင် တစ်ပြိုင်တည်း ဖယ်ရှားပစ်လိုက်၏။ လောကုတ္တရာအိုက်တွင် စွာန်တရားတို့သည် နိဗ္ဗာန်ကိုအာရုံပြုပြီး ကိလေသာတွေကို ဖယ်ရှားကာ နိဗ္ဗာန်ဘက်ကို ပြေးဝင်သွား၏။ နိဗ္ဗာန်၏ သန္တိ လက္ခဏာကိုလည်း ရှုမြင်နိုင်သော စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိလာ၏။

မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို အမည်အမျိုးမျိုးအားဖြင့် ဟောတော်မူပုံ

မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို.....

၁။ **မဇ္ဈိမပဋိပဒါ** - ဓမ္မစကြာဒေသနာတော်၌ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လို့ ဟော၏။

၂။ **ဗြဟ္မစရိယ** - မဂ္ဂင်မဂ္ဂသံယုတ်၌ ဗြဟ္မစရိယလို့ ဖော်ပြ၏။ (Noble Practice)

၃။ **အမတဂါမိမဂ္ဂ** - သုတ္တန်တစ်ခု၌ အမတဂါမိမဂ္ဂ - မသေရာနိဗ္ဗာန်ကို ရောက်စေတတ် တဲ့ လမ်းကြောင်းလို့ ဟော၏။ (The path to deathless)

၄။ **သမ္မတ္တ** - မပြောင်းလဲတဲ့တရား (ထာဝရမှန်ကန်တဲ့တရား)လို့ဟော၏။(Ever truth)

၅။ **သမ္မာပဋိပဒါ** - နိဗ္ဗာန် ရောက်ဖို့၊ နိဗ္ဗာန်သွားဖို့ တကယ့်မှန်ကန်တဲ့ ကျင့်စဉ်တစ်ခု ဖြစ်တယ်လို့ ဟော၏။ (Right practice/Right way)

၆။ **သာမည** - ကိလေသာကို ငြိမ်းစေတတ်တဲ့တရားလို့ ဟော၏။ [သာမညဆိုတာ **သမဏ** က လာတာ။ **သမဏဿ ဘာဝေါ သာမညံ**]

[**ကိလေသာ၏ ပူစေတတ်ပုံ** - လောကလူတို့ ရင်ထဲပူရခြင်း၏ တရားခံအစစ်မှာ ကိလေသာ ဖြစ်၏။ သုတ္တန်တစ်ခုမှာ ရှင်သင်္ဂါမဇိက လူ့ဘဝကနေ အိမ်ထောင်ရှိလျက် သာသနာ့ဘောင် ဝင်ပြီးတော့ တရား အားထုတ်တဲ့အခါ သူ့ဇနီးဟောင်းက သူ့မှာ ကလေးငယ်ငယ်နဲ့ မလုပ်စားနိုင်၊လူထွက်ပြီး လုပ်ကျွေးဦးလို့ ပြောတယ်။ ရှင်သင်္ဂါမဇိက ရဟန္တာဖြစ်နေလို့ မျက်လွှာချပြီးနေတယ်၊ ပြောမရတဲ့အခါ လုပ်မကျွေးနိုင်ဘူး ဆို ကလေးကို ပစ်ထားခဲ့မယ်ဆိုပြီး ရှင်သင်္ဂါမဇိကမှာ ပက်လက် အရွယ် ကလေးငယ်ကို ထားပစ်ခဲ့ပြီး ဇနီးလုပ်သူ ထွက်သွားတယ်။ရှင်သင်္ဂါမဇိက ကလေးကို လုံးဝမကြည့်ဘူး၊ ဒီအတိုင်းနေတယ်။ ထိုအခါ-ငါတို့အပေါ်မှာ သံယောဇဉ်ပြတ်သွားပြီ ဆိုပြီး သူ့ကလေးပြန်ယူပြီး အိမ်ပြန်သွားတယ်။ ထိုအကြောင်း **ဥဒါနပါဠိ**မှာ မှတ်တမ်းတင်ထားတယ်။]

၇။ **ဗြာဟ္မည** - ဗြာဟ္မဏ အဖြစ်ကို ရောက်စေတတ်သောတရား၊ အကုသိုလ်တွေမှန်သမျှကို တွန်းလှန်ဖယ်ရှားနိုင်သောတရားလို့ ဟော၏။ [ဗြာဟ္မညဆိုတာ ဗြာဟ္မဏက လာတာ။ ဗြာဟ္မဏ - ကိလေသာတွေကို တွန်းလှန် ဖယ်ရှားထား တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်။]

၈။ **ဗြဟ္မယာန၊ ဓမ္မယာန၊ အနုတ္တရသင်္ဂါမဝိဇယ** - လို့လည်း ခေါ်၏။

[ဗြဟ္မယာန - မြင့်မြတ်သောယာဉ်၊ ဓမ္မယာန - တရားယာဉ်၊ အနုတ္တရ - အကောင်းဆုံး အမြတ်ဆုံး အတုမဲ့ အနှိုင်းမဲ့၊ သင်္ဂါမဝိဇယ - စစ်ပွဲကို အောင်မြင်ခြင်း။]

ပုဗ္ဗင်္ဂမ (Forerunner)

သူရိယဿ ဘိက္ခဝေ ဥဒယတော ဧတံ ပုဗ္ဗင်္ဂမံ၊ ဧတံ ပုဗ္ဗနိမိတ္တံ၊ ယဒိဒံ အရုဏှကံ နံနက် နေမထွက်ခင် ထွက်လာသော အရောင်နီနုလေးကို အရုဏ်လို့ခေါ်၏။ ထိုအရောင်နီနုလေးသည် နေ၏ရှေ့ပြေးဖြစ်၏။

မဖြစ်သေးသော မဂ္ဂင်တရားတို့ကို ဖြစ်ပေါ်လာစေတတ်သော ရှေ့ပြေးအကြောင်းတရား ၇-မျိုး

(၁) ကလျာဏမိတ္တ - မိတ်ကောင်းရှိခြင်း၊

ကလျာဏမိတ္တဆိုသည်မှာ သာမန်မိတ်တွေမျိုးကိုပြောတာ မဟုတ်ဘဲ မြတ်စွာဘုရားလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ကိုဆိုလို၏။ အရှင်သာရိပုတ္တရာအတွက် ဥပတိဿပုရဗိုဇ်ဘဝတုန်းက တရားထူးတရားမြတ်ရဖို့ အရှင် အဿဇိသည် ကလျာဏမိတ္တ။ ကလျာဏမိတ္တနှင့် ဆုံဆည်းခြင်းသည် မဂ္ဂင် ၈-ပါး ပွားဖို့ရာအတွက် အရေးပါသော ရှေ့ပြေး အကြောင်းတရားတစ်ခုဖြစ်၏။

[**မြတ်စွာဘုရားဟောထားလို့ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ သိရတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားက ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ ကလျာဏမိတ္တ။ အရှင်အာနန္ဒက ဒီတရားတွေ မှတ်သားထားလို့ ကြားနာခွင့်ရတယ်၊ အရှင်အာနန္ဒဟာ ကလျာဏမိတ္တပဲ။ ဒီကနေ့ ခေတ်မှာ တရားဓမ္မ စသင်ပေးတဲ့ ဆရာတော်ကြီးတွေ၊ လူပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာလည်းပဲ ကလျာဏမိတ္တပဲ။]**

ကလျာဏမိတ္တသည် ရာနှုန်းပြည့်ဖြစ်ပုံ

ကလျာဏမိတ္တသည် မဖြစ်သေးသော မဂ္ဂင်တွေ ဖြစ်ပေါ်ဖို့ အရေးပါသော အကြောင်းတစ်ခုဖြစ်ပုံနှင့် ပတ်သက်ပြီး အရှင်အာနန္ဒ၏ အမြင်နှင့် အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ အမြင် ၂-ခုကို မဂ္ဂသံယုတ်၌ ဆိုထား၏။

၁။ အရှင်အာနန္ဒ က

မဂ္ဂင် ၈-ပါးဆိုသော ဗြဟ္မစရိယကို ဆရာကနည်းပြပြီး၊ တပည့်က ကြိုးစား၏။ ကြိုးစားလို့ တရားထူး တရားမြတ်ရတယ် ဆိုသောကိစ္စဝယ် ဆရာ၏အကူအညီက တစ်ဝက်၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားမှုက တစ်ဝက် ၅၀+၅၀ ဟု စဉ်းစား၏။ ရှင်အာနန္ဒက မြတ်စွာဘုရားကိုလျှောက်တယ်၊ အရှင် ဘုရား၊ ကလျာဏမိတ္တဆိုတဲ့ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းဟာ ဗြဟ္မစရိယကို ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်တဲ့ နေရာမှာ ထက်ဝက် လောက် အကျိုးပြုတယ်လို့ တပည့်တော်ယူဆပါတယ် တဲ့။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက အာနန္ဒ - အဲဒီလို မပြောနဲ့ ။ ကလျာဏမိတ္တ မရှိလျှင် အားထုတ်မှုက မဖြစ်၊အားထုတ်မှုက ကလျာဏမိတ္တ ကြောင့် လုပ်တာဖြစ်ရသောကြောင့် အပြည့်အဝ ၁၀၀% အကျိုးပြုကြောင်း ရှင်းပြ၏။

၂။ အရှင်သာရိပုတ္တရာသည်

ပညာကြီးမားသူဖြစ်၏။ ကလျာဏမိတ္တက လမ်းညွှန်လို့ ဗြဟ္မစရိယကိုသိတယ်။ ကြိုးစားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ကြိုးစားတယ်။ သိတာလည်းပဲ ကလျာဏမိတ္တရဲ့ ကျေးဇူးပဲ။ ဒီလိုလုပ်ဖြစ်တာလည်း ကလျာဏမိတ္တ ကြောင့်ပဲ။ ဒါ့ကြောင့် ကလျာဏမိတ္တဟာ ဗြဟ္မစရိယကို ကျင့်တဲ့နေရာမှာ ၁၀၀% အကျိုးပြုတယ်လို့ လျှောက်၏။ မြတ်စွာဘုရားက အရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့အမြင်ကို လက်ခံတယ်။

[**မင်္ဂလသုတ်မှာ အသေဝနာ စ ဗာလာနံ၊ ပဏ္ဍိတာနဉ္စ သေဝနာ** - လူဖြစ်လာပြီ ဆိုလျှင် အပေါင်းအသင်းက အရေးကြီးတယ်။ အပေါင်းအသင်း မှားသွားရင် လမ်းကြောင်း လွဲသွားနိုင်တယ်။ အပေါင်းအသင်းမှန်မှ လမ်းကြောင်းမှန်တယ်။ ဒါ့ကြောင့်မို့လို့ မင်္ဂလာတရားမှာလည်း အပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှုကို မြတ်စွာဘုရားက ရှေ့တန်းဟောတာ၊ ဒါဟာ ကလျာဏမိတ္တ အရေးကြီးကြောင်း ဟောတာဖြစ်၏။]

(၂) သီလသမ္ပဒါ - ကိုယ်ကျင့်သီလနှင့် ပြည့်စုံနေမှု၊ မဂ္ဂင် ၈-ပါး ပွားများအားထုတ်ဖို့အရေးပါ၏။ မဂ္ဂင် ၈-ပါး ထဲမှာလည်း သီလပါ၏။ သီလမှာ အခြေခံ သီလက အဆင့်မြင့်သော သီလကိုအထောက်အကူပြု၏။ သီလက သီလကိုအကျိုးပြုခြင်းဖြစ်၏။ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်သည် မဖြစ်သေးသော မဂ္ဂင်တွေ ဖြစ်နိုင်၏။

သီလအရေးပါပုံ - အင်အားကို အသုံးပြုပြီး အလုပ်လုပ်တဲ့လူတွေဟာ မြေကြီး ပေါ်မှာရပ်ပြီး မြေကြီးကို အမှီပြုပြီးလုပ်ကြတယ်။ ဥပမာ-တိုက်ဆောက်တယ်ဆိုလျှင် မြေကြီးဆိုသော အမာခံရှိမှ လုပ်လို့ရသလို။

(၃) ဆန္ဒသမ္ပဒါ - မဂ္ဂင် ၈ပါးပွားချင်သော ဆန္ဒရှိမှု၊ သီလတော့ရှိပြီး မဂ္ဂင် ၈-ပါး ပွားချင်သောဆန္ဒ မရှိသောလူသည် မဂ္ဂင် ၈-ပါး ပွားမည်မဟုတ်ပါ။ ဆန္ဒသမ္ပဒါ မဖြစ်သေးသမျှ မဂ္ဂင် ၈-ပါး ပွားတာဟာ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ မဖြစ်နိုင်ပါ။

(၄) အတ္တသမ္ပဒါ - ကောင်းမွန်သော စိတ်ဓာတ်နှင့်ပြည့်စုံခြင်း၊ ကိုယ့်အကျိုး ကိုယ့်စီးပွားကို လိုလားသော စိတ်ဓာတ်နှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊

(၅) ဒိဋ္ဌိသမ္ပဒါ- မှန်ကန်သောအမြင်မှု၊ မှန်ကန်သော အမြင်ပေါ်၌ အမှီပြုပြီးအဆင့်မြင့်သော သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဖြစ်၏။

(၆) အပ္ပမာဒသမ္ပဒါ - မဂ္ဂင် ၈-ပါးပွားဖို့ သတိရှိမှု၊ စွဲစွဲမြဲမြဲ ခိုင်ခိုင်မာမာ သတိကပ်နေမှ မဂ္ဂင် ၈-ပါး ပွားများမှု ဖြစ်နိုင်၏။

(၇) ယောနိသောမနသိကာရ သမ္ပဒါ - မှန်ကန်သောနှလုံးသွင်းနှင့် ပြည့်စုံမှု၊

မဂ္ဂင် ၈-ပါးနှင့် ပွားများသောအခါမှာ ဘယ်လိုရည်ရွယ်ချက်နှင့် ပွားရတာလဲ?

၁။ ကာမဂုဏ်အာရုံတို့မှ ကင်းလွတ်သွားအောင် ကာမဂုဏ် အာရုံတို့ကို ဖယ်ရှားနိုင်အောင် မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို ပွားပါ။

၂။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ သီလဗ္ဗတပရာမာသ - သံယောဇဉ်တို့မှ ကင်းလွတ်ချင်လျှင် မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို ပွားပါ။

၃။ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ တွယ်တာမှုတွေ ချုပ်ငြိမ်းသွားအောင် လုပ်ချင်တယ်ဆိုလျှင်လည်း မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို ပွားပါ။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်မှာ အားထုတ်မှုတစ်ခုက အကျိုး ၇-မျိုးကိုဖြစ်ပေါ်စေတယ်ဟု ဟောထား၏။

သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ- သတ္တဝါတွေ ကိလေသာအညစ်အကြေး စင်ကြယ်ဖို့ရန်၊

သောက ပရိဒေဝ - တွေက လွန်မြောက်ဖို့ရန်၊

ဒုက္ခ ဒေါမနဿ - တွေ ချုပ်ငြိမ်းသွားဖို့ရန်၊

နိဗ္ဗာန်လမ်းကြောင်းကြီး - ကိုတွေ့ဖို့ရန်၊

နိဗ္ဗာန် - ကို လက်တွေ့သိပြီး နေနိုင်အောင်၊ လက်တွေ့မျက်မှောက်ပြုဖို့ရန်...သတိပဋ္ဌာန်ကို ကြိုးစား ရမည်ဟု မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၌ ဟော၏။ ထို့အတူ မဂ္ဂသံယုတ်၌လည်း ဤသို့ဟောထား၏။

သုတ္တန်တစ်ခု၌ တရားဆိုတာ သူ့အလုပ်နဲ့သူ လုပ်ရမည့်ဟာမျိုးဖြစ်ကြောင်း ဟောထားပုံ

သစ္စာ ၄-ပါးမှာ... ပိုင်းခြားပြီးသိဖို့လုပ်ရမှာက ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဖယ်ရမှာက သမုဒယသစ္စာ ၊မျက်မှောက်ပြုရ မှာက နိရောဓသစ္စာ၊ တိုးပွားစေရမှာက မဂ္ဂသစ္စာလို့ပါရှိ၏။

မှားမှားယွင်းယွင်းကျင့်ကြခြင်း

ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးရှိလို့ ခေါင်းကိုက်ရတာ၊ ဗိုက်ဆာ ရတာ၊ နားကိုက်ရတာစသည်ဖြင့် ဒုက္ခသုက္ခ တွေဖြစ် ရတယ်။ ခန္ဓာ ကိုယ်ကြီးမရှိရင် ကောင်းမှာပဲလို့ နှလုံးသွင်းလွဲတဲ့အတွက်ကြောင့် ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်မရှိတဲ့ အရူပဘုံကို ရောက်သွားတယ်။ ဒီစိတ်ကလေးရှိလို့ လိုချင်တာ၊ သံယောဇဉ်ဖြစ်တာ၊ စိတ်မရှိရင် ကောင်းတယ်ဆိုပြီး တရားအားထုတ်လို့ အသညသတ်ဘုံ ရောက်သွားတယ်။ ရုပ်နဲ့နာမ်မဟုတ်ဘဲ တကယ်က ကိလေသာကို ပယ်ရမှာဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ သူ့အလုပ်နဲ့သူလုပ်ဖို့ လိုအပ်တယ်။

မဂ္ဂသံယုတ်က သုတ္တန်တစ်ခုမှာ

၁။ အဘိညာ ပရိညေယျ၊

အဘိညာ - ထူးခြားသောအသိဉာဏ်နှင့် သိပြီးမှ၊ ပရိညေယျ- ပိုင်းခြားသိရမည့်တရားမှာ - ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ၅-ပါး ဖြစ်သည်။

၂။ အဘိညာပဟာတဗ္ဗ၊

အဘိညာ - ထူးခြားသောအသိဉာဏ်နှင့် သိပြီးမှ၊ ပဟာတဗ္ဗ - ဖယ်ရှားပစ်ရမည့်တရားမှာ - အဝိဇ္ဇာ နှင့် ဘဝတဏှာ ဖြစ်သည်။

၃။ အဘိညာသစ္စိကာတဗ္ဗ၊

အဘိညာ - ထူးခြားသောအသိဉာဏ်နှင့်သိပြီးမှ၊ သစ္စိကာတဗ္ဗ - မျက်မှောက်ပြုရမည့်တရားမှာ - ဝိဇ္ဇာ နှင့် ဝိမုတ္တိ ဖြစ်သည်။ (ဝိဇ္ဇာ - မဂ်ဉာဏ်၊ ဝိမုတ္တိ - ဖိုလ်ဉာဏ်နှင့် နိဗ္ဗာန်)

၄။ အဘိညာဘာဝေတဗ္ဗ၊

အဘိညာ - ထူးခြားသော အသိဉာဏ်နှင့်သိပြီး၊ ဘာဝေတဗ္ဗ - မိမိသန္တာန်၌ဖြစ်အောင်၊ တိုးပွားအောင် လုပ်ရမည့်တရားမှာ - သမထ နှင့် ဝိပဿနာ ဖြစ်သည်။ သမထဆိုတာ သမာဓိကို ဦးတည်ပြီးတော့ ကျင့်ရ၏။ ဝိပဿနာဆိုတာ ပညာကို ဦးတည်ပြီးတော့ ကျင့်ရ၏။ **သမထော သုခဿ အာသန္နော** - သမထဟာ ချမ်းသာ သုခနဲ့ နီးတယ်၊ **ဝိပဿနာ ဒုက္ခဿ အာသန္နာ** - ဝိပဿနာက ဒုက္ခနဲ့နီးတယ်၊ **အဋ္ဌကထာ ဥပမာ** -သမထကျင့်ပြီးမှ ဝိပဿနာကျင့်သောသူက သံသရာဆိုသော ရေအလျဉ်ကို သင်္ဘော၊ လှေတို့ဖြင့် ကူးတာနှင့်တူပြီး၊ ဝိပဿနာသက်သက်ကျင့်သောသူက လက်ပစ်ကူးတာနှင့်တူ၏ဟုပါရှိ၏။

သမ္မာဒိဋ္ဌိကို ဘယ်အတိုင်းအတာအထိ ပွားမလဲ?

၁။ ရာဂဝိနယပရိယောသာနံ - ရာဂပျောက်ကင်းသည်အထိပွားပါ။ ရာဂအဆုံး ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်၊

ဒေါသဝိနယပရိယောသာနံ - ဒေါသပျောက်ကင်းသွားသည်အထိ ပွားပါ။ ဒေါသအဆုံး ဆိုတာလည်း နိဗ္ဗာန် ဖြစ်၏။

မောဟဝိနယပရိယောသာနံ - မောဟ ပျောက်ကင်းသွားသည်အထိ ပွားပါ။ မောဟ အဆုံး ဆိုတာလည်း နိဗ္ဗာန် ဖြစ်၏။ (ဆိုလိုတာ - မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို နိဗ္ဗာန်တွေ့သည်ထိအောင် ပွားပါ)

နိဗ္ဗာန်ကဘယ်မှာရှိလဲ?

မိမိရှုနေသော သင်္ခါရတရားတို့ ချုပ်ငြိမ်းသွားပြီး၊ တဖြည်းဖြည်း သင်္ခါရတရားတို့အပေါ်မှာ အတွယ်အတာများ ငြိမ်းသွားကာ သင်္ခါရတရားတို့၏ သဘာဝများကို မြင်ရင်း မြင်ရင်း နောက်ဆုံးမှာ သင်္ခါရတရားတွေ ချုပ်ငြိမ်းသွား၏။ သင်္ခါရတရားတွေ ချုပ်ငြိမ်း သွားသည့်အဆုံးမှာ ငြိမ်းချမ်းသော သဘာဝတရားတစ်ခုရှိ၏။ ထိုအရာသည် နိဗ္ဗာန် ဖြစ်၏။ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလိုက်(မြင်လိုက်)သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် သင်္ခါရတို့ပေါ်၌ တွယ်သော ကိလေသာများကို ဖယ်ပစ်လိုက်၏။ **(ရုပ်နာမ်တရားများ - ကံ, စိတ်, ဥတု, အာဟာရ နှင့်၊ တခြားအကြောင်းတို့က စုပေါင်းထုတ်လုပ်ထားသောကြောင့် သင်္ခါတ ဖြစ်၏။ နိဗ္ဗာန်သည်ကား - ကံ, စိတ်, ဥတု, အာဟာရ နှင့် တခြားအကြောင်းတို့က စုပေါင်းထုတ်လုပ် မထားသောကြောင့် အသင်္ခါတ ဖြစ်၏။)** ကောင်းကင်မှာ လပြည့်ဝန်းကြီးထွက်နေသော်လည်း တိမ်မည်းကြီးက ဖုံးအုပ်ထားလျှင် လကို မမြင်ရဘူး။ သင်္ခါရတို့က လွှမ်းမိုးထားပြီး သင်္ခါရအာရုံတို့နှင့် ဖြစ်နေသော ကိလေသာ တိမ်မည်းကြီး မဖယ်နိုင်လို့ရှိလျှင် သင်္ခါရတို့၏ ဟိုဘက်က နိဗ္ဗာန်ကို မမြင်ရနိုင်ပါ။

၂။ အမတပရိယာသာန

သုတ္တန်တစ်ခုမှာ **အမတပရိယောသာန** - နိဗ္ဗာန်ကို အဆုံးထား ပွားပါလို့ ပွားရမည့်အတိုင်းအတာတစ်ခု မြတ်စွာဘုရားက ဟောထား၏။

၃။ ဝိဝေကနိဿိတ, ဝိရာဂနိဿိတ, နိရောဓနိဿိတ

သုတ္တန်တစ်ခုမှာ **ဝိဝေက** - ကိလေသာတို့၏ ဝေးကွာသွားမှု။ **ဝိရာဂ** - ကိလေသာတို့၏ ကင်းပြတ်မှု၊ **နိရောဓ** - ကိလေသာတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းမှု၊ အထိ သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပ စသော မဂ္ဂင် ၈ပါးကိုပွားပါလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောထား၏။

၄။ ဝေါဿဂ္ဂပရိဏာမီ

ဝဿဂ္ဂ - ကိလေသာတွေကို စွန့်ပစ်ပြီး (**ပရိစ္စာဂ**)၊ နိဗ္ဗာန်ဘက်ကိုပြေးဝင်ဖို့(**ပက္ခန္ဓန**)၊ ရင့်သန်လာအောင် (**ပရိဏာမီ**)အထိ မဂ္ဂင် ၈ ပါးကိုပွားပါ။

မောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း မှတ်စု ပြီး၏။

(7 – September – 2024)

“အမှတ်တရစကား”

ကျွန်ုပ် ဦးထွန်းထွန်းလင်းသည် ပညာဘူမိတက္ကသိုလ်မှ ကျင်းပသော သုတဓမ္မဒီပလိုမာတန်းဆိုင်ရာ မှတ်စု အကျဉ်းချုပ် ဇယားများ (Level- 1, Level- 2, Level- 3)နှင့် စာမေးပွဲအထောက်အကူပြု ဆက်စပ် အတိုအထွာမှတ်စုများကို သင်ဆရာ၊ မြင်ဆရာတို့၏ ကျေးဇူးဖြင့် ရေးသားခဲ့ပါသည်။

ယခုအခါ သုတဓမ္မဂဝေသီတန်းဆိုင်ရာ မိလိန္ဒပဉ္စ၊ ပါရာယနဒေသနာ၊ ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း မှတ်စုတို့ကိုလည်း ရေးသားပြီးစီးခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် BA တန်းမှတ်စုများကို ရေးသားရာ၌ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တရားတော်များကို အသေးစိတ်မနာကြားခဲ့ရပါ။ အချိန်မပေး နိုင်သည်က တစ်ကြောင်း၊ မိမိရောက်ရှိနေသော အတန်းထက် ကြိုတင်၍ ရေးသားရသည်က တစ်ကြောင်းဖြစ်ပါသည်။ ဆရာမကြီး ဒေါ်ခင်လှတင်၏ ပို့ချမှုများကိုလည်း အချိန်မပေးနိုင်၍ နာယူမှု မပြုလုပ်နိုင်ခဲ့ပါ။

မိလိန္ဒပဉ္စ မှတ်စုရေးသားရာတွင် တခြားသော ဆရာများကဲ့သို့ စေတသိက်အစု၊ စိတ်အစု၊ ရုပ်အစု၊ နိဗ္ဗာန် စသည်ဖြင့် မခွဲမတွဲဘဲ ဟောစဉ်အတိုင်း ပဉ္စနိပါတ်အလိုက် ရှာဖွေမှုလွယ်ကူစေရန်၎င်း၊ မင်းကြီး၏ အမေးနှင့် ရှင်နာဂသေန၏ အဖြေတို့ကိုသာ ရွေးထုတ်၍၎င်း လိုရင်းသာ ရေးသားခဲ့ပါသည်။

ပါရာယနဒေသနာ မှတ်စုရေးသားရာတွင်လည်း မူရင်း ဝတ္ထု မေး+ဖြေကို ဖတ်ရှုကိုးကား၍ ပုဏ္ဏား ၁၆ ယောက်၏ အမေးနှင့် မြတ်စွာဘုရား၏ အဖြေတို့ကိုသာ လိုရင်းထုတ်နှုတ်၍ ရေးသားခဲ့ပါသည်။

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း မှတ်စုရေးသားရာတွင် အများကြီး အားစိုက်ခဲ့ရပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် တရားတော်များကို ကျွန်ုပ်၏ ပညာဖြင့် နားလည်ရန် မလွယ်ကူသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟ၊ အဘိဓမ္မတ္ထဝိဘာဝိနီ၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ္ဂအဋ္ဌကထာ တို့အပြင် မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ ဓမ္မပဒ၊ မဇ္ဈိမနိကာယ်၊ သံယုတ္တနိကာယ်တို့ကိုလည်း ဖတ်ရှု ကိုးကား၍ ရေးသားခဲ့ရပါသည်။

မှတ်စုရေးသားခြင်းသည် ဝါသနာအရဖြစ်ပါသည်။ အတတ်ပညာရှင်မဟုတ်၍ အမှားအယွင်းပါခဲ့လျှင်လည်း မေတ္တာထား၍ ခွင့်လွှတ်ပေးဖို့ တောင်းပန်အပ်ပါသည်။ စာမျက်နှာနည်းဖို့၊ စာလုံးကြီးဖို့၊ A4 Portrait၊ compareလုပ်ရန် မလိုအပ်ဘဲ ဇယားတွေမထည့်မိဖို့၊ သိစေချင်တဲ့ ဗဟုသုတ အပိုတို့ကိုလည်းထည့်ပေးဖို့ စသည်ဖြင့် ရည်ရွယ်ပြီး ရေးဖြစ်ပါသည်။

ဓမ္မမိတ်ဆွေများကို မှာချင်သည်မှာ BA တန်းဖြစ်သည့်အတွက် ဒီပလိုမာတန်းကဲ့သို့ ဒါမေး+ဒါဖြေ နမူနာ မေးခွန်းတွေကို အလေးထားစေချင်ပါ။ မိမိဘာသာ ပြဋ္ဌာန်းစာအုပ်ကို နားလည် ကျေညာကော်အောင် ဖတ်ရှုပြီး သဘောပေါက်စေချင်ပါသည်။ ထိုသို့ နားလည်သဘောပေါက်သွားလျှင် ကိုယ်ကိုတိုင် မေးခွန်းထုတ်နိုင်သည့် အဆင့်ရောက်သို့ ရောက်သွားပါမည်။ ထိုအဆင့်ထိ ရောက်အောင် ကြိုးစား အားထုတ်ကြပြီး မြတ်ဗုဒ္ဓ ဟောကြားတော်မူသော တရားတော်များကို လေ့လာထားည့် အတိုင်း လက်တွေ့ကျင့်ကာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေ။

ဒီပလိုမာတန်းမှသည် DLitt တန်းထိ ဆက်လက်သင်ယူလေ့လာရင်း မိမိတို့ရဲ့ရင်ထဲနှလုံးသားထဲဝယ် သာသနာတည်ကြပါစို့။

DR. HTUN HTUN LINN

Diploma in Buddhavamsa, Diploma in Sutadhamma,

(Ongoing Study - Superior Diploma in Abhidhamma, Dīgha+Majjhima nikāya Vedagū Diploma)

ဗောဓိပက္ခိယတရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ဓမ္မဇာလ

ဦးထွန်းထွန်းလင်း