

တရားဦးရတနာ

မြတ်သောဓမ္မစကြာ

(တရားတော် အနှစ်ချုပ် နှင့် ပါဠိတော်မူရင်း)

သစ္စာပါရမီ ဆရာတော်၏ (၅၁)နှစ်မြောက်မွေးနေ့
ဓမ္မဒါန

(မတ်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်၊ စင်တင်ဘာလ)

သစ္စာပါရမီကျောင်း အင်္ဂါနေ့ နေ့ဆွမ်းအလှူရှင်များ ကောင်းမှု

မာတိကာ

နိဒါန်း.....4

တရားဦးရတနာ မြတ်သောဓမ္မစကြာ.....9

 ဓမ္မစကြာ အနှစ်ချုပ်..... 11

 မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အကျင့်လမ်း..... 13

 မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အကျင့် စွမ်းရည် (၆) မျိုး..... 14

 မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ကျင့်စဉ် (၈) ပါး..... 14

 မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်ကို သိက္ခာ (၃) ပါးနှင့်တွဲပုံ..... 15

သံဝေဂဉာဏ်ရကြောင်း သစ္စာ (၄) ပါး..... 16

 [၁] ဒုက္ခသစ္စာ သရုပ်ပြတရား..... 16

 [၂] သမုဒယသစ္စာ သရုပ်ပြတရား..... 17

 [၃] နိရောဓသစ္စာ သရုပ်ပြတရား..... 18

 [၄] မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျင့်စဉ် မဂ္ဂသစ္စာ သရုပ်ပြတရား..... 19

အရိယသစ္စာ (၄) ပါးကို ဉာဏ် (၃) ဆင့်ဖြင့် ဝေဘန်ပုံ..... 21

 [၁] ဒုက္ခ အရိယသစ္စာ..... 21

 [၂] ဒုက္ခသမုဒယ အရိယသစ္စာ..... 22

 [၃] ဒုက္ခနိရောဓ အရိယသစ္စာ..... 23

 [၄] ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနီ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စာ..... 24

မြတ်သောဓမ္မစကြာ

အရိယ ဉာဏ်မျက်လုံး (၅) လုံး..... 25

ဘုရားအဖြစ်ဝန်ခံပုံ 26

ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ ဝမ်းမြောက်ကြပုံ..... 27

လောကဓါတ်လှုပ်၊ အလင်းရောင်ကြီးဖြစ်ပေါ် 29

သောတာပန် အရှင်ကောဏ္ဍည အသိထူး(၈)မျိုး ပေါ်လာပုံ ... 30

ဓမ္မစကြာရွတ်ဆိုမှု အစီအစဉ် 33

ဓမ္မစက္ကပဝတ္တန သုတ္တံ..... 34

ဝိပဿနာ လုပ်ငန်းခွင်သုံး ကျက်မှတ်စရာများ 47

 ဩကာသ ဘုရားကန်တော့ 47

 ပုဗ္ဗကိစ္စ (၅)ပါး 48

 ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်း..... 49

 မေတ္တာပို့..... 50

 ရတနာ သုံးပါးအား ပူဇော်ခြင်းနှင့် ဆုတောင်း 51

 အမျှဝေ 52

 (၃၂) ကောဋ္ဌာသ 53

ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရား 54

နိဒါန်း

၂၀၁၁ခု၊ မတ်လတွင် မိမိအသက် (၅၁)နှစ်သို့ ချဉ်းနင်းဝင်ရောက်ပြီးဖြစ်သည်။ အသက်ကြီးရင့်လာမှုဒဏ် ကိုလည်း လက်သင့်ခံနေရ၏။ ထိုကြောင့်မိမိ၏ လက်ရှိဘဝ နောက်ကြောင်းကို စဉ်းစားရင်း မွေးနေ့လက်ဆောင်တစ်ခု ပေးလိုသောဆန္ဒကို အကောင်အထည်ဖော်ကာ ဤဓမ္မ စကြာတရားကို ရေးဖြစ်ခဲ့၏။

မိမိသည် စင်္ကာပူနိုင်ငံတွင်နှစ်နှစ်ခန့် နေလာသည့်အခါ စဉ်းစားမိ၏။ စင်္ကာပူရောက် မြန်မာအများစုသည် ဓမ္မ စကြာ ပါဠိတော်ကို တစ်ဦးချင်းစီ ရွတ်ဆိုပူဇော်မှု၊ အုပ်စုဖွဲ့၍ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများ၌ ရွတ်ဆိုပူဇော်မှု အတော် အတန်များကြောင်း သတိထားမိ၏။

ထိုသူများနှင့် ဆုံဆည်းမိသောအခါ စကားစပ်မိတိုင်း ဓမ္မစကြာရွတ်ဆိုကြောင်း ပြောကြားကြ၏။ ဓမ္မစကြာ အဓိပ္ပါယ် နားလည်သလားဟုမေးကြည့်လျှင် ရွတ်သာရွတ် နေတာပါ နားမလည်ကြောင်းကို လျှောက်ထားကြ၏။ မိမိ သည် ဓမ္မစကြာတရားနှင့်ပတ်သက်၍ အထူးစိတ်ဝင်စား၏။

၂၀၀၆ခု နှစ်မှစ၍ ဓမ္မစကြာပါဠိတော်ကို နေ့စဉ် ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ခဲ့၏။ ဓမ္မစကြာတရားနှင့်ပတ်သက်၍ ကျေးဇူးတော်ရှင် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဓမ္မစကြာမြန်မာပြန်၊ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်၏ တရားစာအုပ်၊ မဟာဂန္ဓာရုံ(တောင်မြို့)၏ တရားစာအုပ်နှင့် ဆရာတော်များ ဟောပြောထားမှု ကိုလည်း ဖတ်ရှုလေ့လာနာကြား၏။ အထပ်ထပ်လည်း လေ့လာနေဆဲဖြစ်၏။ ဖတ်၍မဝ၊ နာ၍မဝ၊ ရွတ်ပွား၍ မရောင့်ရဲနိုင်အောင်လည်း ခံစားမိ၏။ ကြည်ညိုမိ၏။ တန်ဖိုး ထားမိ၏။ မွေးနေ့လက်ဆောင်အဖြစ် သည်တရားကို သိလွယ်၊ ဆောင်လွယ် စာအုပ်ငယ်တစ်အုပ်အဖြစ် ဓမ္မဒါန ပြုလိုမှု ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

မိမိ၏ (၅၁)နှစ် မွေးနေ့သည် မွေးနေ့မွေးရက် နှစ်ခုလုံး တိုက်ဆိုင်နေ၏။ ယွင်မွေးနေ့များတုန်းက ထူးထူးခြားခြား မွေးနေ့ပွဲ တစ်ခါမျှကျင်းပခဲ့သည်ဟူ၍မရှိ။ သို့သော် စာသင် တိုက်ကြီးများ၌ ဆွမ်းတစ်ထပ်ကပ်လှူခြင်းမျိုးတော့ နှစ်စဉ် နီးပါး ပြုလုပ်လာခဲ့၏။ နှစ်(၅၀)မြောက် မွေးနေ့ကိုကား မိမိ မွေးရပ်မြေ၌ ပြုပျက်လျက်ရှိသော ပေ(၆၀)ခန့်အရှည်

တံတားတစ်ခုကို ကွန်ကရစ်တံတားအဖြစ် ကိုယ်တိုင်မတည် ဦးဆောင်လျက် ဆောက်လုပ်ဖြစ်၏။

(၅၁)နှစ် မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ်ကိုလည်း မွေးရပ်မြေ တွင် ဟောင်းနွမ်းပြိုပျက်လုနီးဖြစ်နေသော ကျေးလက် ဆေးပေးခန်း အဆောက်အဦးကို ဦးဆောင်ကာ ဆောက် လုပ်ခဲ့ပြန်၏။ မိမိ၏ ယျ(၅၁)နှစ်မွေးနေ့ ပွဲကို မိမိ၏ society အဖွဲ့ဝင်များ ဝင်ရောက်စီစဉ်ပေးမှုကြောင့် အတော်အသင့် ကျယ်ပြန့်စွာ မွေးနေ့ပွဲတစ်ခုဖြစ်ပေါ်ခဲ့၏။ မွေးနေ့ပွဲလာ ပရိသတ်တို့အားလည်း (၁၇)သိန်းခန့်တန်ဖိုးရှိ ပစ္စည်းများ အား မဲစနစ်ဖြင့် မဲဖောက်ကာလှူဒါန်းခဲ့၏။

ထိုအလှူအားလုံးထက် မိမိတန်းဖိုးထားမှုကတော့ ဤဓမ္မဒါန ဓမ္မစကြာတရား အလှူတော်သာဖြစ်၏။ ဤတရားမြတ်ကို ဗုဒ္ဓဘာသာအားလုံးတို့အား မိမိသည် အလွန်သိစေချင်၏။ နားလည်စေချင်၏။ တန်ဖိုးထားစေချင် ၏။ တန်ဖိုးထားထိုက်သော၊ သိပ်သည်း ကျစ်လစ်သော တရားတော် အနှစ်ချုပ်လည်းဖြစ်၏။ ဤတရားတော်ကို နားလည်လျှင် ဝိပဿနာဓမ္မနယ်ပယ်သို့လည်း အလို အလျောက် သက်ဝင်သွားမည်ဖြစ်၏။

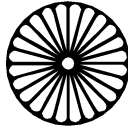
ဤဓမ္မဒေသနာတော်သည် လောကီဘဝလောက၊ လောကုတ္တရာ ဓမ္မလောက နယ်ပယ်နှစ်ခုလုံး၌ ကျင့်သုံး ထိုက်၏။ ဓမ္မစက်ဒေသနာတော် အနှစ်ချုပ်မှာ- လက်ဝဲ၊ လက်ျာ အစွန်းနှစ်ဖက် မရောက်စေပဲ အလယ် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းကို လျှောက်တတ်ရန်ဖြစ်၏။ ထိုသို့လျှောက်နိုင်ရန်မှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို လက်ကိုင်ထား၍ လျှောက်ရမည်ဖြစ်သည်။ လောကလူသားတစ်ဦးဦးသည် စိတ်ပျက်ခြင်း၊ စိတ်ဓါတ် ကျခြင်း၊ မကျေနပ်ခြင်း၊ ဒေါသဖြစ်ခြင်း၊ ရန်ငြိုးထားခြင်း၊ လက်စားချေလိုခြင်းများ ဖြစ်သည်ဆိုလျှင် ထိုသူသည် ဓမ္မစကြာဒေသနာအရ လက်ဝဲယိမ်းအစွန်းတရားသို့ ကပ်ရောက်နေပြီဖြစ်သည်။ နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများစွာ ဖြစ်လာပေတော့မည်။ ထိုစိတ်ဒဏ်ရာကို မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဓမ္မသဘောဖြင့် စဉ်းစား၍ ပျောက်ကင်းအောင် ကုသ နိုင်လျှင် မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်း၌ ချမ်းသာစွာနေနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

နောက်လူသားတစ်ဦးသည် အပျော်မက်ခြင်း၊ အတော မသတ်နိုင်အောင် အပျော်လိုက်စားခြင်း၊ အပျော်လိုက်ရင်း အချိန်ကုန်နေခြင်း များနေလျှင် ထိုသူသည် လက်ျာယိမ်း

အစွန်ရောက်တရားသို့ ကပ်ရောက်နေပြီဖြစ်သည်။ ထိုစိတ်
 ဒဏ်ရာကိုလည်း မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး မဇ္ဈိမပဋိပဒါ တရားတော်
 ဓမ္မစက်ကို လက်ကိုင်ထား၍ ကုသနိုင်ပါက ပျောက်ကင်း
 ချမ်းသာနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထိုဒဏ်ရာကို အချိန်မီမကုသ
 ပါက နောက်ဆက်တွဲ ဖြေရှင်း၍ပင် မရနိုင်သည့် ဆိုးကျိုး
 များစွာ ဖြစ်ပေါ်လာမည်ဖြစ်သည်။

ဤဓမ္မစက်ဒေသနာတော်၏ လမ်းညွှန်မှုကို ခံယူကျင့်
 သုံးမည်ဆိုလျှင် ကျင့်သုံးသောပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းသည် ငြိမ်းချမ်း
 သော ဘဝပိုင်ရှင်တစ်ဦးအဖြစ်ဖြင့် မိမိ၏ပစ္စုပ္ပန် ဘဝကို
 အကျိုးရှိရှိ လျှောက်လှမ်းနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်
 ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သူတော်စင် ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းသည် ဤဒေသနာ
 တော်ကို နားလည်သဘောပေါက်ကာ လက်တွေ့ကျင့်သုံး
 နိုင်ကြလျက် ငြိမ်းချမ်းနိုင်ပါစေဟု ဆန္ဒပြုလိုက်ရပေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ ဤစာအုပ်ငယ်ကိုရိုက်နှိပ်ရန် လှူဒါန်း
 ကြသော စင်္ကာပူနိုင်ငံ၊ သစ္စာပါရမီကျောင်း၏ အင်္ဂါနေ့
 နေ့ဆွမ်းအလှူရှင်များအဖွဲ့နှင့် ဤစာအုပ်ဖြစ်ပေါ်လာအောင်
 စာစီရိုက်နှင့် အစစ စီစဉ်ပေးသည့် ကိုသက်မောင်အေး
 တို့အား အထူး ကျေးဇူးတင်အပ်ပါသည်။



တရားဦးရတနာ မြတ်သောဓမ္မစကြာ



အချိန်ကား လွန်ခဲ့သော နှစ်ထောင့်ငါးရာ
 ငါးဆယ့်လေးနှစ်ကျော်ခန့်ကဖြစ်၏။ လူသုံးပါးတို့၏ ဆရာ
 သခင်ဘုရားရှင်သည် ပွင့်တော်မူစပင်ဖြစ်၏။ ဘုရားဖြစ်ပြီး
 နောက် ဗောဓိမဏ္ဍိုင်တွင် (၄၉)ရက်ကြာ ဝိမုတ္တိသုခ
 ချမ်းသာမြတ်ကို တဝကြီးခံစားပြီးနောက်တွင် ဗုဒ္ဓဂယာမှ
 ဗာရာဏသီသို့ ဓမ္မစက်ဒေသနာကို ဟောကြားတော်မူရန်
 ကြွတော်မူခဲ့သည်။

တရားနာပရိသတ်ကား ကောဏ္ဍည၊ ဝပ္ပ၊ ဘဒ္ဒိယ၊
 မဟာနာမ်၊ အဿဇိ ရသေ့သူတော်စင်ငါးဦးတို့နှင့်
 စကြာဝဠာ လောကဓါတ် တိုက်တစ်သောင်းမှ နတ်ဗြဟ္မာ
 များဖြစ်၏။ ဟောကြားသည့် နေရာကား ဗာရာဏသီမြို့
 အနီး မိဂဒါဝုန်တောပင်ဖြစ်၏။ မိဂဒါဝုန်တောသည်

သာယာ၏။ လှပ၏။ ရှုမောဖွယ်ရာလည်းဖြစ်၏။ ဗာရာဏသီ
မြို့ကြီးသားတို့ အပမ်းဖြေကြရာ နေရာလည်းဖြစ်၏။
သားသမင်စသော တိရစ္ဆာန်များအား ဘေးမဲ့ပေးထားသော
နေရာလည်းဖြစ်၏။

ထိုတော၏ ထူးခြားမှုတစ်ခုမှာ ဟိမဝန္တာစသော
အဝေးမှ ကောင်းကင်ခရီးဖြင့် ဈာန်ယာဉ်စီးကာ ကြွတော်မူ
ကြသည့် ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရှင်သူမြတ်များနှင့် ရသေ့
သူတော်စင်တို့ ကောင်းကင်မှ ဆင်းသက်တော်မူကြရာ
ခါတ်ခံကောင်းသည့် တောဝနာမြေပင်ဖြစ်သည်။
ထိုနယ်မြေမြတ်တွင် ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည် ပဉ္စဝဂ္ဂီ အမှူး
ပြုသော နတ်ဗြဟ္မာတို့အား မဟာသက္ကရာဇ် (၁၀၃)ခု
ဝါဆိုလပြည့် စနေနေ့၊ နေမင်းကလည်းအဝင် လမင်း
ကလည်း ထွက်ပြုစအချိန်၌ ဤဓမ္မစက်ဒေသနာကို စတင်
ဟောကြား တော်မူခဲ့သည်။

ဘုရားရှင်သည် ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးတို့အား ဝါဆိုလပြည့်ကျော်
(၄)ရက်နေ့အထိ အနီးကပ်စောင့်ကြပ် ဟောကြားကာ
တရားအားထုတ်စေခဲ့သဖြင့် တစ်ရက်လျှင်တစ်ပါးကျစီ
သောတာပန်အရိယာ ဖြစ်တော်မူခဲ့ကြသည်။ ဝါဆို

လပြည့်ကျော် (၅)ရက် မြောက်နေ့တွင်မူကား အနတ္တလက္ခဏ သုတ်တော်မြတ်ကို ဟောကြားအပြီး (၅)ပါးလုံးပင် ရဟန္တာဖြစ်တော်မူခဲ့ကြသည်။

ဓမ္မစကြာ အနှစ်ချုပ်

အယုတ်၊ အညံ့စား အစွန်းရောက်တရား (၂)ပါး

နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ အငြိမ်းငါတ်ကိုလိုလားသော ဗုဒ္ဓသားတော်၊ သမီးတော်များသည် ဖော်ပြပါ အယုတ်၊ အညံ့စား နှစ်မျိုးကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်။

(၁) ကာမဂုဏ်ချမ်းသာကို သာယာမက်မောစွာ ထပ်တလဲလဲခံစားမှု၊ လက်ျာယိမ်း အစွန်းရောက်တရား။

(၂) မိမိကိုယ်ကို ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်အောင်ပြုလုပ်မှု၊ လက်ဝဲယိမ်း အစွန်းရောက်တရား။

နံပါတ်တစ်၊ လက်ျာယိမ်း အစွန်းရောက်တရားကို ဗုဒ္ဓဘုရားသည် အကြောင်း (၅)ချက်ပြု၍ ရှုတ်ချတော်မူခဲ့သည်။

ဤကာမဂုဏ်ချမ်းသာလိုက်စားမှု အစွန်းရောက်တရားသည် -

(၁) အညံ့စားပုဂ္ဂိုလ်တို့ သုံးဆောင်သည့် အယုတ်စား၊
အညံ့စားတရား။

(၂) ရွာသူရွာသား၊ မြို့သူမြို့သား အညတရတို့
ခံစားကြသည့်တရား။

(၃) ပူလောင်မှုကိလေသာ အပြည့်ရှိသည့် ပုထုဇဉ်တို့
သုံးဆောင်သည့် (အရိယာအသုံးအဆောင် မဟုတ်သည့်)
တရား။

(၄) အရိယာသူတော်စဉ်တို့ ထွေးအန်တော်မူကြသည့်
အန်ဖတ် အညစ်အကြေးသဖွယ် ဖြစ်သည့်တရား။

(၅) နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကိုရရှိရေးနှင့် ဖီလာကန်လန်
တရား။

ကာမချမ်းသာကို ထပ်တလဲလဲ သာယာမက်မောစွာ
ခံစားနိုင်မှုသည် လူနတ်များသာမဟုတ်၊ အနိမ့်စား
သတ္တဝါများဖြစ်ကြသည့် ကြက်၊ ဝက်၊ ဘဲစသော တိရစ္ဆာန်
များလည်း ခံစားနိုင်ကြသည်။ ယုတ်စွအဆုံး အိမ်သာ
ကျင်းထဲမှ ပိုးလောက်ကောင်များပင် ကာမချမ်းသာကို
သာယာစွာ ခံစားနိုင်ကြသဖြင့် ထိုကာမချမ်းသာဆိုသည်မှာ

အဆင့်မြင့်ချမ်းသာမျိုး ဘယ်နည်းနှင့်မျှမဖြစ်နိုင်ပါ။
ထို့ကြောင့် အညံ့စားစသည်ဖြင့် ရှုတ်ချတော်မူခြင်း
ဖြစ်သည်။

နံပါတ်နှစ် လက်ဝဲယိမ်းအစွန်းရောက်တရားကိုလည်း
ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည် အကြောင်း (၃)ချက်ပြု၍ ရှုတ်ချတော်
မူခဲ့လေပြန်သည်။

ဤ လက်ဝဲယိမ်း အစွန်းရောက်တရားသည် -

(၁) ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကိုသာဖြစ်စေသည့်
တရား။

(၂) အရိယာတို့ အသုံးအဆောင် မဟုတ်သည့်တရား။

(၃) နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရရှိရေးနှင့် ဖိလာကန့်လန့်
တရား။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အကျင့်လမ်း

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည် ထိုအစွန်းရောက်တရား (၂)မျိုးသို့
မယိမ်းစေရပဲ မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းကို ကျင့်ကြံနိုင်သဖြင့်
သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရရှိတော်မူ၍ ဘုရားဖြစ်
တော်မူသည်။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အကျင့် စွမ်းရည် (၆) မျိုး

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ (အလယ်) အကျင့်လမ်းစဉ်သည် -

- (၁) ဉာဏ်ပညာ မျက်စိအမြင်ကို ဖြစ်ထွန်းစေသည်။
- (၂) အကြောင်းအကျိုးနှင့်ယှဉ်၍ အသိဉာဏ်ကို ရှင်းလင်းစေသည်။
- (၃) ကိုယ်စိတ် ပူလောင်မှုကို ထာဝရအေးငြိမ်းစေနိုင်သည်။
- (၄) အသိထူးကို ပွင့်လင်းသွားစေနိုင်သည်။
- (၅) သစ္စာဆိုက်အောင် ထိုးထွင်းသိမြင်စေနိုင်သည်။
- (၆) ဘဝပြဿနာပေါင်း သောင်းခြောက်ထောင်ကို ထာဝရငြိမ်းအေးသွားစေနိုင်သည်။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ကျင့်စဉ် (၈) ပါး

ထိုမဇ္ဈိမပဋိပဒါ ကျင့်စဉ်တရားမှာ ကြောင်းကျိုးညီညွတ်အစွန်းလွတ်သည့် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးပင်ဖြစ်သည်။

- (၁) သမ္မာဒိဋ္ဌိ - မှန်ကန်သော အမြင်။
- (၂) သမ္မာသင်္ကပ္ပ - မှန်ကန်သော အတွေး(အကြံ)။
- (၃) သမ္မာဝါစာ - မှန်ကန်သော ပြောဆိုတတ်မှု။

(၄) သမ္မာကမ္မန္တ - မှန်ကန်အောင် လုပ်ဆောင်တတ်မှု။

(၅) သမ္မာအာဇီဝ - မှန်ကန်သော ဘဝအသက်ရှင်ရပ်တည် တတ်မှု။

(၆) သမ္မာဝါယာမ - မှန်ကန်သော တွန်းအားပေးကြိုးစား တတ်မှု။

(၇) သမ္မာသတိ - မှန်ကန်သော မမေ့တတ်မှု။

(၈) သမ္မာသမာဓိ- မှန်ကန်သော စူးစူးစိုက်စိုက်တည်ငြိမ်မှု။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်ကို သိက္ခာ (၃) ပါးနှင့်တွဲပုံ

သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပ	ပညာ သိက္ခာ	ရှုဉာဏ်တရား။
သမ္မာဝါယာမ သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ	သမာဓိ သိက္ခာ	စူးစိုက်တည်ငြိမ် စေသည့် တရား။
သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တ သမ္မာအာဇီဝ	သီလ သိက္ခာ	ကာကံ၊ ဝစီကံကို မှန်ကန် ဖြောင့်မတ် စေသည့် တရား။

သံဝေဂဉာဏ်ရကြောင်း သစ္စာ (၄) ပါး

[၁] ဒုက္ခသစ္စာ သရုပ်ပြတရား

ရှောင်လွှဲ၍မရ ဘဝမှာကြုံနေကြရသည့် ဒုက္ခသစ္စာ သရုပ်ကို ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် ထုတ်ဖော်ဟောပြတော်မူခဲ့သည်။

(၁) ဇာတိဒုက္ခ - အပုပ်နံ့၊ အညှီနံ့ နံစော်ပြီး ကျဉ်းကျပ် လှသော မိခင်ဝမ်းတွင်း၌ ပူစပ်ပူလောင်စွာဖြင့် ကိုးလ၊ ဆယ်လ နေကြရသည့် ဆင်းရဲ။

(၂) ဇရာဒုက္ခ - တေဇောမီးခါတ် အပူမြိုက်၍ အာဟာရ အကူအညီဖြင့် ကြီးရင့်နေကြရသည့် ဆင်းရဲ။

(၃) ဗျာတိဒုက္ခ - ရောဂါမျိုးစုံကို ရင်ဆိုင်ကာ ဖြေရှင်းလျက် နာကျင်ခံခက်အနိပ်စက် ခံရသည့် ဆင်းရဲ။

(၄) မရဏဒုက္ခ - ထွက်သက်လေ၊ ဝင်သက်လေ ပြတ်စဲ ကာ ပင်ပန်းကြီးစွာဖြင့် သေဆုံးရခြင်း ဆင်းရဲ။

(၅) အပ္ပိယ သမ္ပယောဂဒုက္ခ - မမြင်လို၊ မကြားလိုသူတို့နှင့် အတူဆုံကာ နေရခြင်း ဆင်းရဲ။

(၆) ပိယ ဝိပွယောဂဒုက္ခ - မြင်လို၊ ကြားလိုသော သူတို့နှင့် ခွဲကာ ကွဲကွာနေရခြင်း ဆင်းရဲ။

(ရ) ယံပိစ္ဆံ နုလဘတိဒုက္ခ - ရချင်၊ ဖြစ်ချင်၊ ပိုင်ဆိုင်ချင် မှုများ မပြည့်စုံ၊ မရရှိနိုင်သဖြင့် ဖြစ်ရသော ဆင်းရဲ။

(စ) အထက်ပါ (၇) မျိုးသော ဒုက္ခများသည် ခန္ဓာရရှိလာ၍ ဖြစ်ပေါ်လာရသော ဒုက္ခအခက်အလက်မျှသာဖြစ်ကြသည်။ ပင်ရင်းဒုက္ခအစစ်မှာ ဥပါဒါန်ဖြင့် စွဲလမ်းရာ ဤမိမိတို့၏ ခန္ဓာငါးပါး ပင်ဖြစ်သည်။

[၂] သမုဒယသစ္စာ သရုပ်ပြတရား

ဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်း ထောင်သောင်းများစွာကို ဖြစ်ပေါ် စေတတ်သော ဆင်းရဲစေကြောင်း "သမုဒယသစ္စာတရား" အမှန်တကယ်ရှိကြောင်း ဗုဒ္ဓမိန့်ကြားသည်။

ထိုသမုဒယသစ္စာကို "တဏှာ" သို့မဟုတ် "လောဘ" ဟုလည်း သိမှတ်နိုင်သည်။ ထိုတဏှာ (လောဘ) နှင့် မက်မောမှုသည် ဘဝအသစ်အသစ်များစွာ ဖြစ်ပေါ်လာ အောင် ဖန်တီးပြုလုပ်ပေးတတ်သည်။ စွဲလန်းမှုနှင့်ဆက်စပ် နေသည်။ အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာသော ဘဝသစ်ကိုလည်း ပျော်ရွှင်နှစ်သက်သာယာကျေနပ်နေအောင် ပြုလုပ်တတ် သည်။

သမုဒယသစ္စာ သရုပ် (၃) ပါး

(၁) ကာမတဏှာ - မြင်ရာ၊ ကြားရာ၊ စားရာ၊ ထိတွေ့ရာ၊ တွေးရာ ကာမဂုဏ် အာရုံများကို မက်မောသာယာမှု။

(၂) ဘဝတဏှာ- အထက်တန်းဖြစ်သောဘဝကို မျှော်မှန်း လိုချင်မှု။

(၃) ဝိဘဝတဏှာ - သေပြီးလျှင် ဘဝပြတ်သွားသည်ဟု ဘဝပြတ် အယူတမျိုးကို (မှားယွင်းစွာ)မက်မောသာယာမှု။

[၃] နိရောဓသစ္စာ သရုပ်ပြတရား

ဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်း သောင်းခြောက်ထောင်တို့ အကုန် ချုပ်ငြိမ်း၊ ဒုက္ခသိမ်းသွားခြင်း “နိရောဓသစ္စာ” တရား အမှန် တကယ် ရှိကြောင်း ဗုဒ္ဓမိန့်ကြားသည်။

နိရောဓသစ္စာ သရုပ် (၅) ပါး

(၁) တဏှာ အသေသဝိရာဂ နိရောဓ - လိုချင်မက်မော နေမှု(တဏှာလောဘ) အကြွင်းအကျန်မရှိ ကုန်ဆုံး သွားခြင်း၊ ပျက်စီးသွားခြင်း။

(၂) စာဂ - လိုချင်မှုလောဘကို စွန့်ပစ်နိုင်ခြင်း။

(၃) ပဋိနိဿဂ္ဂ - လိုချင်မှုလောဘကို အငြိအတွယ်မရှိပဲ လုံးဝစွန့်ပစ်နိုင်ခြင်း။

(၄) မုတ္တိ - လိုချင်မှုလောဘဖြင့် ဆုပ်ကိုင်ထားရမှုကို လုံးဝ ဖြေနိုင်ခြင်း။

(၅) အနာလယ - မည်သည့် အာရုံမျိုးပဲဖြစ်ဖြစ် လိုချင်မှု မဖြစ်တော့ပဲ ငြိတွယ်သာယာမှုကို လုံးဝဖြတ်တောက် နိုင်ခြင်း။

နိဗ္ဗာန်သဘောကို ဤရှင်းပြချက် (၅)မျိုးဖြင့် မှန်းဆ၍ သိသာနိုင်ပေသည်။ သို့သော် "နိဗ္ဗာန်" သည် လောကအလွန် သိမ်မွေ့လွန်းသော တရားတော်ဖြစ်၍ အပြည့်အစုံနားလည်နိုင်ရန် မလွယ်ကူနိုင်ပေ။ ကိုယ်တိုင် အားထုတ်၍ ကိုယ်တိုင်ရမှပင် နိဗ္ဗာန်သဘောကို ပြည့်ပြည့် စုံစုံသိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

[၄] မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျင့်စဉ် မဂ္ဂသစ္စာ သရုပ်ပြတရား

ဆင်းရဲဒုက္ခအားလုံးတို့၏ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်စေနိုင်ကြောင်း မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျင့်စဉ် မဂ္ဂသစ္စာတရား အမှန်တကယ်ရှိကြောင်း ဗုဒ္ဓမိန့်ကြားသည်။ ထိုတရား

တော်ကို အရိယာသူတော်စဉ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့ အမြဲလက်ကိုင် ထား၍ ကျင့်သုံးတော်မူကြသည်။ ထိုမဂ္ဂသစ္စာတရားတော် မြတ်သည် အလွန်မြင့်မြတ်အထက်တန်းကျ၍ အင်္ဂါ (၈)မျိုး နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူသဖြင့် မဂ္ဂင်(၈)ပါးဟု ခေါ်ဆိုရပေ သည်။

(၁) သမ္မာဒိဋ္ဌိ - ကြောင်းကျိုးညီညွတ် အစွန်းလွတ်သည့် မှန်ကန်သော အမြင်။

(၂) သမ္မာသင်္ကပ္ပ - ကြောင်းကျိုးညီညွတ် အစွန်းလွတ် သည့် မှန်ကန်သော အတွေး(အကြံ)။

(၃) သမ္မာဝါစာ - ကြောင်းကျိုးညီညွတ် အစွန်းလွတ်သည့် မှန်ကန်သော ပြောဆိုတတ်မှု။

(၄) သမ္မာကမ္မန္တ - ကြောင်းကျိုးညီညွတ် အစွန်းလွတ် သည့် မှန်ကန်အောင် လုပ်ဆောင်တတ်မှု။

(၅) သမ္မာအာဇီဝ - ကြောင်းကျိုးညီညွတ် အစွန်းလွတ် သည့် မှန်ကန်သော ဘဝအသက်ရှင်ရပ်တည်တတ်မှု။

(၆) သမ္မာဝါယာမ - ကြောင်းကျိုးညီညွတ် အစွန်းလွတ် သည့် မှန်ကန်သော တွန်းအားပေး ကြိုးစားတတ်မှု။

(၇) သမ္မာသတိ - ကြောင်းကျိုးညီညွတ် အစွန်းလွတ် သည့် မှန်ကန်သော မမေ့တတ်မှု။

(၈) သမ္မာသမာဓိ - ကြောင်းကျိုးညီညွတ် အစွန်းလွတ် သည့် မှန်ကန်သော စူးစူးစိုက်စိုက် တည်ငြိမ်မှု။

အရိယသစ္စာ (၄) ပါးကို ဉာဏ် (၃) ဆင့်ဖြင့် ဝေဘန်ပုံ

[၁] ဒုက္ခ အရိယသစ္စာ

ဖြစ်ဖြစ်သမျှ သုံးဆယ့်တစ်ဘုံရှိ သတ္တဝါ အနန္တတို့၏ ခန္ဓာငါးပါး၊ ခန္ဓာလေးပါး၊ ခန္ဓာတစ်ပါး ရုပ်နာမ်များသည် အချိန်တိုင်းအသစ်အသစ်ဖြစ်ပေါ်၍ အချိန်တိုင်းပျက်စီး နေကြခြင်း ဆင်းရဲအစစ်ကို ရှင်တော်ဗုဒ္ဓသည်

(၁) ဤတရားသည်ကား “ဒုက္ခသစ္စာ” အစစ်ဟု သစ္စာ ဆိုက်အောင် သိတော်မူခြင်း သစ္စဉာဏ်၊

(၂) ဒုက္ခသစ္စာ(ခန္ဓာဖြစ်ပျက်)၌ ဉာဏ်ချ၍ထပ်တလဲလဲ လေ့ကျင့်အားထုတ်တော်မူခြင်း ကိစ္စဉာဏ်၊

(၃) ဒုက္ခသစ္စာ(ခန္ဓာဖြစ်ပျက်)အဆုံးကို မဂ်ဉာဏ်လေးပါး ဖြင့် ပိုင်းခြား၍သိခြင်းကိစ္စ ပြီးဆုံးတော်မူခြင်း ကတဉာဏ်၊

ဤဉာဏ်(၃)ပါးဖြင့် လေ့ကျင့်အားထုတ်တော်မူကာ ဆင်းရဲအစစ်ကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ပိုင်းခြားသိတော်မူခဲ့ကြောင်းကို ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့အား မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပေသည်။

[၂] ဒုက္ခသမုဒယ အရိယသစ္စာ

အတောမသတ်နိုင်အောင် မက်မောသာယာတတ်သော “တဏှာ၊လောဘ” သည် ခန္ဓာဆင်းရဲဒုက္ခမျိုးစုံ ဖြစ်ပေါ်ရခြင်း၏ ပင်မတရားခံအကြောင်းရင်း ဖြစ်သည်ဟု ရှင်တော်ဗုဒ္ဓက ဟောကြားတော်မူကာ ထိုသစ္စာနှင့် ပတ်သက်၍လည်း

(၁) ဤတရားသည်ကား “သမုဒယသစ္စာ” အစစ်ဟု သစ္စာဆိုက်အောင် သိတော်မူခြင်း သစ္စဉာဏ်၊

(၂) ခန္ဓာ(ဖြစ်ပျက်)၌ ဉာဏ်ချ၍ သမုဒယသစ္စာ(တဏှာလောဘ)ကို ပယ်နိုင်အောင် ထပ်တလဲလဲ လေ့ကျင့်အားထုတ်တော်မူခြင်း ကိစ္စဉာဏ်၊

(၃) ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ထိုသမုဒယသစ္စာ (တဏှာလောဘ)ကို မဂ်ဉာဏ်လေးပါးဖြင့် အပြီးပယ်သတ်တော်မူနိုင်ခြင်း ကတဉာဏ်၊

ဤဉာဏ်(၃)ပါးဖြင့် လေ့ကျင့်အားထုတ်တော်မူကာ ဆင်းရဲဒုက္ခ ဖြစ်ပေါ်စေကြောင်းတရားအစစ်ကို ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင် ပယ်သတ်နိုင်တော်မူခဲ့ကြောင်းကိုလည်း ပစ္စုပ္ပန် တို့အား မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပေသည်။

[၃] ဒုက္ခနိရောဓ အရိယသစ္စာ

ဖြစ်ဖြစ်သမျှ သုံးဆယ့်တစ်ဘုံသား ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ တို့၏ ခန္ဓာရုပ်နာမ်ဆင်းရဲဒုက္ခ ထာဝရချုပ်ငြိမ်း၊ အေးချမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ဝိတ်အစစ်ကို ရှင်တော်ဗုဒ္ဓသည် -

(၁) ဤတရားသည်ကား “နိရောဓသစ္စာ” အစစ်ဟု သစ္စာ ဆိုက်အောင် သိတော်မူခြင်း သစ္စဉာဏ်၊

(၂) နိရောဓသစ္စာကို မိမိ၏ဉာဏ်စိတ်ထဲတွင် ဒုက္ခချုပ်ဆုံး မှု ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်အောင် လေ့ကျင့်အားထုတ်တော်မူခြင်း ကိစ္စဉာဏ်၊

(၃) နိရောဓသစ္စာနှင့် ပတ်သက်၍ မဂ်ဉာဏ်လေးပါး၊ ဖိုလ်ဉာဏ်လေးပါးဖြင့် ကိုယ်တိုင်မျက်ဝါးထင်ထင် သိမြင် ခြင်းကိစ္စ ပြီးမြောက်တော်မူသည့် ကတဉာဏ်၊

ဤဉာဏ်(၃)ပါးဖြင့် ပြတ်ပြတ်သားသား သိမြင်တော် မူခဲ့ခြင်းကိုလည်း ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့အား မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပေသည်။

[၄] ဒုက္ခနိရောဂေါမိနီ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စာ

မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျင့်စဉ် မဂ္ဂင်(၈)ပါးဖြင့် ခန္ဓာရုပ်နာမ်တွင် ဉာဏ်ချ၍ လေ့ကျင့်အားထုတ်လျှင် ဆင်းရဲဒုက္ခအားလုံး ကုန်ဆုံးရာ၊ ချုပ်ငြိမ်းရာအစစ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ဆိုက် ရောက်နိုင်ခြင်းကို ရှင်တော်ဗုဒ္ဓသည် -

(၁) ဤတရားသည်ကား “မဂ္ဂသစ္စာ” အစစ်ဟု သစ္စာဆိုက် အောင် သိတော်မူခြင်း သစ္စဉာဏ်၊

(၂) မဂ္ဂသစ္စာဖြင့်(ခန္ဓာဖြစ်ပျက်၌ ဉာဏ်ချ၍) ထပ်တလဲလဲ လေ့ကျင့်၍ ပွားများအားထုတ်တော်မူခြင်း ကိစ္စဉာဏ်၊

(၃) မဂ္ဂသစ္စာဖြင့် မိမိသန္တာန်တွင် မဂ်ဉာဏ်လေးပါး၊ ဖိုလ်ဉာဏ်လေးပါး ဖြစ်ပေါ်သည်အထိ လေ့ကျင့်အားထုတ် ပြီးစီးတော်မူခြင်း ကတဉာဏ်၊

ဤဉာဏ်(၃)ပါးဖြင့် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ပြတ်ပြတ်သားသား ပွားများတော်မူခဲ့ကြောင်းကိုလည်း ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့အား မိန့်ကြား တော်မူခဲ့ပေသည်။

ဤအရိယာသစ္စာ(၄)ပါးတို့ကို ရှင်တော်ဗုဒ္ဓသည် ဉာဏ်(၃)ဆင့်ဖြင့် လေ့ကျင့်အားထုတ်၍ ပြီးဆုံးသောအခါ၌ အရိယဉာဏ်မျက်လုံး(၅)လုံး(ဉာဏ်တော်အမြင်ငါးမျိုး) ဖြစ်ပေါ်တော်မူခဲ့ခြင်းကိုလည်း ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့အား မိန့်ကြားတော်မူသည်။

အရိယ ဉာဏ်မျက်လုံး (၅) လုံး

(၁) စက္ခု ဉဒပါဒိ - ပညတ်ကို ထွင်းဖောက်၍ ပရမတ် ရုပ်နာမ်ကို မြင်သောဉာဏ်အမြင် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

(၂) ဉာဏံ ဉဒပါဒိ - အကြောင်းအကျိုးနှင့် တွဲယှဉ်သိနိုင်သော ဉာဏ်အမြင် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

(၃) ပညာ ဉဒပါဒိ - ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ ရုပ်နာမ် အဖြစ်အပျက်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းသိသော ဉာဏ်အမြင် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

(၄) ဝိဇ္ဇာ ဉဒပါဒိ - အဝိဇ္ဇာ ကိလေသာအမှောင်ကင်းပျောက်၍ ဝိဇ္ဇာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

(၅) အာလောကော ဥဒပါဒိ - ကိလေသာမြူကင်းစင်ပြီး ကြည်လင်ပြတ်သား၍ ရှင်းလင်းသော ဉာဏ်အမြင် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

ဘုရားအဖြစ်ဝန်ခံပုံ

ရှင်တော်ဗုဒ္ဓက ပဉ္စဝဂ္ဂိတို့အား သစ္စာ (၄) ပါးကို ဉာဏ်သုံးပါးနှင့် ဝေဘန်ပိုင်းခြား၍ တစ်ဆယ့်နှစ်ပါးသော အခြင်းအရာဖြင့် မသိသေးခင်က ဤလောကဘုံ အလယ်တွင် ဘုရားအဖြစ် ဝန်မခံခဲ့ပုံနှင့် ယခုအခါမှာတော့ ထိုတရားတို့ကို ကောင်းစွာပိုင်ပိုင် သိမြင်နိုင်ခဲ့သဖြင့် ဘုရားဟု ဝန်ခံပုံကို ဟောပြောတော်မူခဲ့သည်။

ရှင်တော်ဗုဒ္ဓသည် ဆက်လက်၍ ပဉ္စဝဂ္ဂိတို့အား မိန့်ကြားတော်မူခဲ့သည်မှာ -

“ပဉ္စဝဂ္ဂိတို့ ငါဘုရားမှာ လောကသဘာဝတို့ရဲ့ အရှိအမှန် တရားသဘောကိုသိနိုင်တဲ့ ဉာဏ်တော်မြတ် တကယ်ထင်ရှားရရှိထားပြီ။ ငါဘုရားရဲ့ အရဟတ္တဖိုလ် ဉာဏ်တော်မြတ်ဟာ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီးနိုင်၊ ကြံ့ခိုင်တည်တံ့တယ်။ ငါဘုရားရဲ့ ယခုဘဝဟာ နောက်ဆုံး

ဘဝဖြစ်တယ်။ နောက်ထပ်ဘဝသစ်ရယ်လို့ ထပ်ဖြစ်စရာ မရှိတော့ဘူး” ဟူ၍ဖြစ်သည်။

ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ ဝမ်းမြောက်ကြပုံ

ရှင်တော်ဗုဒ္ဓသည် ဤသုတ္တန်ကို နံပါတ်တစ် ဒေသနာ အဖြစ် ဟောကြားပြီးဆုံးသောအခါတွင် ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့သည် အရိယသစ္စဉာဏ်အလင်းရောင်ရ၍ ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်း ဓမ္မပီတိ ဖြန်းဖြန်းဝေကာ သာဓုခေါ်ကြလေ၏။

ဤသုတ္တန်မြတ်ဒေသနာတော်ကို ကြားနာ၍ပြီးဆုံး သည့်အခါ သက်တော်ရှည် ကောဏ္ဍညမထေရ်သည် ဤသာသနာတော်တွင် ပဌမဦးဆုံး သောတာပန် အရိယာ ဖြစ်ခဲ့သည်။ သောတာပန် ဖြစ်သည်နှင့်တပြိုင်နက် ဂုဏ်ရည်လေးမျိုးကို ကိုယ်တွေ့ ရရှိတော်မူလေ၏။

ဂုဏ်ရည်လေးမျိုးမှာ-

(၁) ဝိရဇ - ကိလေသာအပူ မြူအညစ်ကြေး ကင်းစင် ရခြင်း။

(၂) ဝီတမလ - အယူအဆမှား၊ အတွေးမှား၊ အယုံအကြည် မှားမှု ဒိဋ္ဌိအညစ်အကြေး ကွာကျသွားခြင်း။

(၃) ဓမ္မစက္ခု - သောတာပန် အရိယာ ဉာဏ်မျက်လုံးတော် ဖြစ်ပေါ်ရရှိခြင်း။

(၄) သမုဒယဓမ္မ နိရောဓ ဓမ္မ - လောကအားလုံးရှိ ရှိရှိသမျှ အားလုံးသော ရုပ်နာမ်များသည် အကြောင်းဖြစ်၍ အကျိုး ဖြစ်သည်။ အကြောင်းပျက်၍ အကျိုးပျက်သည် ဟူ၍ သိမြင်ရခြင်း တို့ဖြစ်ကြသည်။

ဤသုတ္တန်ဓမ္မစက်ဒေနာအဆုံးတွင် မြေကိုအမှီပြု၍ နေကြသည့် ဘုမ္မစိုးနတ်မှစ၍ နတ်ပြည်ခြောက်ထပ်နှင့် ဗြဟ္မာ ပြည်အထိ နတ်ဗြဟ္မာတို့သည် ကောင်ချီးပေးကာ ဟစ်အော် ကြလေသည်။

"အို နတ်ဗြဟ္မာအပေါင်းတို့... ရှင်တော်ဘုရားဟာ ဟရာဏသီပြည်အနီး မိဂဒါဝုန်နယ်မြေမှာ အတုမရှိ တရားတော် ဓမ္မစက်ကို မိန့်မြွက်လိုက်ပြီ။ ဤဓမ္မစက် ဒေသနာတော်ကို တလောကလုံးရှိ နတ်၊ လူ၊ ဗြဟ္မာ တစုံတယောက်မျှ ရပ်တန့်သွားအောင် ဆီးတားကန့်ကွက် နိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်တော့ပါ" ဟူ၍ သံပြိုင်ဟစ်ကြွေး ကြလေတော့သည်။ ထိုဟစ်ကြွေးသံမှာ တခဏအတွင်း

ဗြဟ္မာ့ပြည်အထိ အဆင့်ဆင့် ချက်ချင်းပင် ပြန်နံ့သွား
လေသည်။

လောကဓါတ်လှုပ်၊ အလင်းရောင်ကြီးဖြစ်ပေါ်

ဤသုတ္တန် တရားတော်ကို ဘုရားရှင် ဟောကြား
ပြီးနောက်တွင် စကြာဝဠာတိုက်တစ်သောင်းလုံးသည်
သာဓုခေါ်ကာကောင်ချီးပေးသည့်အနေဖြင့် အောက်သို့
နိမ့်ဆင်းကာ တသိမ့်သိမ့်လှုပ်ခတ်သွား၏။ အထက်သို့
ပြန်ခုန်တက်ကာ တသွက်သွက်ဖြင့် လှုပ်ခါသွားပြန်၏။
အေးယာဉ်ပုခက်လွှဲသကဲ့သို့ နွဲ့ကာနွဲ့ကာ လှုပ်ခတ်သွား
တော့သည်။

ထို့နောက် နတ်ဗြဟ္မာအပေါင်းတို့၏ ကိုယ်ရောင်
ကိုယ်ဝါအရောင်အလင်းကို ကျော်လွန်ကာ စကြာဝဠာ
တိုက်တစ်သောင်းလုံးကို လွမ်းခြုံစိုးမိုးသော အလွန်ကြီးမား
သော အလင်းရောင်ကြီးများ ဆန်းကြယ်စွာ ဖြစ်ပေါ်
လာခဲ့ပါသည်။

ထိုအချိန်တွင် ပုဒ္ဒရှင်တော်သည် "အို လူ၊ နတ်၊
ဗြဟ္မာတို့... ကောဏ္ဍညသူတော်စင်သည် သောတာပန်

အရိယာ ဖြစ်သွားခဲ့ပြီတကား”ဟု ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဥဒါန်းစကား မြွက်ကျူးတော်မူ၏။

ရှင်တော်ဗုဒ္ဓမိန့်မြွက်သည့် ထိုဥဒါန်းစကားတော်ကို အကြောင်းပြု၍ အရှင်ကောဏ္ဍည နာမည်ရှေ့မှ “အညာသိ” တစ်လုံးတိုး၍ “အညာသိ ကောဏ္ဍည” ဟု ထာဝရ တွင်သွားလေသည်။

သောတာပန် အရှင်ကောဏ္ဍည အသိထူး(၈)မျိုး ပေါ်လာပုံ
သောတာပန်အရိယာဖြစ်ပြီးသော သက်တော်ရှည် အရှင်ကောဏ္ဍညသည် ဓမ္မနှင့်စပ်လျဉ်း၍

(၁) ဒိဋ္ဌဓမ္မ - နိဗ္ဗာန်ကို ကိုယ်တိုင်လက်ဝါးပေါ်တင်ထား သည့် ပတ္တမြားကဲ့သို့ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် မြင်နိုင်စွမ်းရှိသည်။

(၂) ပတ္တဓမ္မ - အဝေးကမြင်ရမှုမျိုးမဟုတ် ကိုယ်ပိုင် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် ဆိုက်ရောက်ကာ နိဗ္ဗာန်ကို မြင်နိုင်စွမ်းရှိသည်။

(၃) ဝိဒိတဓမ္မ - ခန္ဓာရုပ်နာမ်ဒုက္ခကို ဖောက်ထွင်းကျော်ဖြတ် ကာ နိဗ္ဗာန်ကို ထူးခြားစွာ မြင်စွမ်းနိုင်သည်။

(၄) ပရိယောဂါဠုဓမ္မ - နိဗ္ဗာန်ကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ထဲထဲ
ဝင်ဝင် ဝင်ရောက်သိမြင်နိုင်စွမ်းရှိသည်။

(၅) တိဏ္ဏဝိစိကိစ္ဆ - နိဗ္ဗာန်စသော ဓမ္မနှင့်ပတ်သက်၍
ဟုတ်နိုင်မည်လားဟူသော သံသယကိုကျော်ဖြတ်ကာ
သိနိုင်စွမ်းသည်။

(၆) ဝိဂတ ကထံကထော - သူပြော၊ လူပြောဖြင့် ဟိုလို
ဖြစ်မည်လား၊ ဒီလိုဖြစ်မည်လားဟူသော တွေးတောခြင်းမှ
ရှင်းရှင်းလွတ်လွတ် နိဗ္ဗာန်ကို မြင်နိုင်စွမ်းရှိသည်။

(၇) ဝေသာရဇ္ဇပ္ပတ္တ - နိဗ္ဗာန်ကို မြင်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ အမြင်
ပျက်စီးမည်ကို ကြောက်စရာမရှိပဲ ရဲရင့်စွာဖြင့် မြင်နိုင်စွမ်း
နိုင်သည်။

(၈) အပရပ္ပစ္စယော - နိဗ္ဗာန်ကို မြင်ရလိုမှုနှင့် တစ်ပါးသူကို
အားကိုးစရာမလိုတော့။ မိမိဉာဏ်ဖြင့် မြင်စွမ်းနိုင်သည်။

အရှင်ကောဏ္ဍညသည် အင်္ဂါရှစ်မျိုး ဂုဏ်ရည်တို့ဖြင့်
လျှမ်းလျှမ်းတောက် ပြည့်စုံပြီဖြစ်၍ ဘုရားရှင်အား
ရဟန်းပြုလိုကြောင်း တောင်းပန်လျှောက်ထားလေသည်။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည် အရှင်ကောဏ္ဍညအား ရှေးသံသရာဘဝများစွာက သပိတ်သင်္ကန်းစသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုများစွာ လှူဒါန်းခဲ့သည်ကို ရွှေဉာဏ်တော်ဖြင့် မြင်တော်မူ၍ လက်ျာလက်တော်ကို ဆန့်တန်းတော်မူကာ ရသေ့သူတော်စင် အရှင်ကောဏ္ဍညကို ရည်ညွှန်းလျက် -

“ချစ်သားရဟန်း... ငါဘုရားထံသို့လာခဲ့လော့၊ ငါဘုရားဟာ တရားတော်မြတ်ကို ကောင်းမွန်စွာဟောကြားခဲ့ပြီ။ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲဒုက္ခအားလုံး ကုန်ဆုံးချုပ်ငြိမ်းရန်ကောင်းမြတ်သော မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်ကို လေ့ကျင့်အားထုတ်ပေတော့” ဟု မိန့်တော်မူသည်။

ဤသို့မိန့်တော်မူခြင်းဖြင့်ပင် သက်တော်ရှည် အရှင်ကောဏ္ဍညသည် ကိုယ်မှာ သင်္ကန်း၊ သင်းပိုင်၊ နှစ်ထပ်သင်္ကန်းများ အဆင်သင့်ဝတ်ရုံဆင်မြန်းပြီးသား၊ အလိုအလျောက် မုတ်ဆိတ်ကျင်စွယ်နှင့် ဆံပင်ရိတ်ပြီးသား “ဧဟိဘိက္ခု” ရဟန်း အမျိုးအစား ဖြစ်သွားပေတော့သည်။

(ရှေးယွင်ဘဝများစွာက သပိတ်၊ သင်္ကန်း လှူခဲ့သော ကောင်းမှု မရှိသူများကိုမူ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည် “ဧဟိဘိက္ခု” ခေါ်ကာ ရဟန်းပြုပေးရိုးထုံးစံ မရှိခဲ့ပေ။)

ဓမ္မစကြာရွတ်ဆိုမှု အစီအစဉ် နမော တဿ (၃) ကြိမ်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။
(၃)ကြိမ်

နတ်ပင့်

သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု အတြာဂစ္ဆန္တ ဒေဝတာ။

သဒ္ဓမ္မံ မုနိရာဇဿ၊ သုဏန္တ သဂ္ဂမောက္ခဒံ။

ဓမ္မဿဝနကာလော အယံ ဘဒ္ဒန္တာ။ (၃)ကြိမ်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။
(၃)ကြိမ်

ငါးပါးသီလ ခံယူ

မယံ ဘန္တေ သံသာရဝဋ္ဋ ဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ
တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ သမာဓိယာမ။

အရှင်ဘုရား ဘုရားတပည့်တော်တို့သည် သံသရာ
ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ပါရခြင်းအကျိုးငှာ၊ သရဏဂုံ
(၃)ပါးနှင့် ငါးပါးသီလကို ခံယူဆောက်တည်ကြပါ၏
အရှင်ဘုရား။

ဓမ္မစက္ကပဝတ္တန သုတ္တ

ဓမ္မစကြာအမွန်း

- ၁။ ဘိက္ခုနီ ပဉ္စဝဂ္ဂီနံ၊ ဣသိပတန နာမဂေ။
မိဂဒါယေ ဓမ္မဝရံ၊ ယံ တံ နိဗ္ဗာန ပါပကံ။
- ၂။ သဟမ္ပတိ နာမဂေန၊ မဟာဗြဟ္မေန ယာစိတော။
စတုသစ္စံ ပကာသေန္တော၊ လောကနာထော
အဒေသယိ။
- ၃။ နန္ဒိတံ သဗ္ဗဒေဝေဟိ၊ သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသာဓကံ။
သဗ္ဗလောကဟိတတ္ထာယ၊ ဓမ္မစက္ကံ ဘဏာမ ဟေ။

ဓမ္မစကြာနိဒါန်း

၄။ ဧဝံ မေ သုတံ - ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ
ဗာရာဏသီယံ ဝိဟရတိ ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ။ တတြ
ခေါ ဘဂဝါ ပဉ္စဝဂ္ဂီယေ ဘိက္ခု၊ အာမန္တေသိ -

အယုတ်တရား နှစ်ပါး

၅။ ဒွေ မေ ဘိက္ခဝေ အန္တာ ပဗ္ဗဇိတေန န သေဝိတဗ္ဗာ။
ကတမေ ဒွေ၊

ယော စာယံ ကာမေသု ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂေါ
ဟီနော ဂမ္မော ပေါထုဇ္ဇနိကော အနရိယော
အနတ္တသံဟိတော၊

ယော စာယံ အတ္တကိလမထာနုယောဂေါ ဒုက္ခော
အနရိယော အနတ္တသံဟိတော။

အလယ်အလတ် အကျင့်တရား

ဧတေ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဥဘော အန္တေ အနုပဂမ္မ မဇ္ဈိမာ
ပဋိပဒါ တထာဂတေန အဘိသမ္ပဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ
ဉာဏကရဏီ ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

၆။ ကတမာ စ သာ ဘိက္ခဝေ မဇ္ဈိမာ ပဋိပဒါ
တထာဂတေန အဘိသမ္ပဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ
ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ
သံဝတ္တတိ၊

အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌဂိကော မဂ္ဂေါ။

သေယျထိဒံ -

သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တော
သမ္မာအာဇီဝေ သမ္မာဝါယာမော သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။

အယံ ခေါ သာ ဘိက္ခဝေ မဇ္ဈိမာ ပဋိပဒါ
တထာဂတေန အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ
ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ
သံဝတ္တတိ။

ဒုက္ခသစ္စာ

၇။ ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ -

ဇာတိပိ ဒုက္ခာ၊ ဇရာပိ ဒုက္ခာ၊ ဗျာဓိပိ ဒုက္ခော၊ မရဏမ္ပိ
ဒုက္ခံ၊ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော၊ ပိယေဟိ
ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော၊ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ၊
သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခော။

သမုဒယ သစ္စာ

၈။ ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ -

ယာယံ တဏှာ ပေါနောပ္ပဝိကာ နန္ဒိရာဂသဟဂတာ
တတြတတြာ ဘိနန္ဒိနီ။

သေယျထိဒံ -

ကာမတဏှာ ဘဝတဏှာ ဝိဘဝတဏှာ။

နိရောဓသစ္စာ

၉။ ကုဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ -

ယော တဿာယေဝ တဏှာယ
အသေသဝိရာဂနိရောဓော စာဂေါ ပဋိနိဿဂ္ဂေါ မုတ္တိ
အနာလယော။

မဂ္ဂသစ္စာ

၁၀။ ကုဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဂေါမိနိ ပဋိပဒါ
အရိယသစ္စံ - အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌဂီကော မဂ္ဂေါ။

သေယျထိဒံ -

သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တော
သမ္မာအာဇီဝေါ သမ္မာဝါယာမော သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။

ဒုက္ခသစ္စာ၌ သစ္စဉာဏ်

၁၁။ 'ကုဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ
အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဉဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဉဒပါဒိ၊
ပညာ ဉဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဉဒပါဒိ၊ အာလောကော ဉဒပါဒိ။

ဒုက္ခသစ္စာ၌ ကိစ္စဉာဏ်

၁၂။ 'တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ ပရိညေယျ'န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

ဒုက္ခသစ္စာ၌ ကတဉာဏ်

၁၃။ 'တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ ပရိညာတ'န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

သမုဒယသစ္စာ၌ သစ္စဉာဏ်

၁၄။ 'ဣဒံ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စ'န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

သမုဒယသစ္စာ၌ ကိစ္စဉာဏ်

၁၅။ 'တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ ပဟာတဗ္ဗ'န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု

စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊
အာလောကော ဥဒပါဒိ။

သမုဒယသစ္စာ၌ ကတဉာဏ်

၁၆။ 'တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ ပဟီနန္တိ
မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊
ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော
ဥဒပါဒိ။

နိရောဓသစ္စာ၌ သစ္စဉာဏ်

၁၇။ 'ဣဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ
ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ
ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော
ဥဒပါဒိ။

နိရောဓသစ္စာ၌ ကိစ္စဉာဏ်

၁၈။ 'တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ
သစ္စိကာတဗ္ဗန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု
ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ
ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

နိရောဓသစ္စာ၌ ကတဉာဏ်

၁၉။ 'တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ သစ္စိကတ'န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

မဂ္ဂသစ္စာ၌ သစ္စဉာဏ်

၂၀။ 'ဣဒံ ဒုက္ခနိရောဓဂေါမိနိ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စ'န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

မဂ္ဂသစ္စာ၌ ကိစ္စဉာဏ်

၂၁။ 'တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓဂေါမိနိ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ ဘာဝေတဗ္ဗ'န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

မဂ္ဂသစ္စာ၌ ကတဉာဏ်

၂၂။ 'တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓဂေါမိနိ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ ဘာဝိတ'န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ

အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊
ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

ရှေးက ဘုရားဖြစ်ကြောင်း ဝန်မခံခဲ့ပုံ

၂၃။ ယာဝကီဝဉ္စ မေ ဘိက္ခဝေ ဣမေသု စတူသု
အရိယသစ္စေသု ဧဝံ တိပရိဝဋ္ဋံ ဒွါဒသာကာရံ ယထာဘူတံ
ဉာဏဒဿနံ န သုဝိသုဒ္ဓိံ အဟောသိ။

နေဝ တာဝါဟံ ဘိက္ခဝေ သဒေဝကေ လောကေ
သမာရကေ သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြာဟ္မဏိယာ ပဇာယ
သဒေဝမနုဿာယ 'အနုတ္တရံ သမ္မာသမ္ဗောဓိံ
အဘိသမ္ဗုဒ္ဓေါ'တိ ပစ္စညာသိ။

ယခုမှ ဘုရားဖြစ်ကြောင်း ဝန်ခံပုံ

၂၄။ ယတော စ ခေါ မေ ဘိက္ခဝေ ဣမေသု စတူသု
အရိယသစ္စေသု ဧဝံ တိပရိဝဋ္ဋံ ဒွါဒသာကာရံ ယထာဘူတံ
ဉာဏဒဿနံ သုဝိသုဒ္ဓိံ အဟောသိ။

အထာဟံ ဘိက္ခဝေ သဒေဝကေ လောကေ
သမာရကေ သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြာဟ္မဏိယာ ပဇာယ
သဒေဝမနုဿာယ 'အနုတ္တရံ သမ္မာသမ္ဗောဓိံ
အဘိသမ္ဗုဒ္ဓေါ'တိ ပစ္စညာသိ။

ပစ္စဝေက္ခကာဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်ပုံ

ဉာဏာပစ္စု ပန မေ ဒဿနံ ဥဒပါဒိ - 'အကုပ္ပိ မေ ဝိမုတ္တိ၊
အယမန္တိမာဏတိ၊ နတ္ထိ ဒါနိ ပုနပ္ပ ဝေါတိ။

ပဉ္စဝဂ္ဂီရဟန်းတို့ တရားကို နှစ်သက်ကြပုံ

ဣဒမဝေါ စ ဘဂဝါ၊ အတ္တမနာ ပဉ္စဝဂ္ဂိယာ ဘိက္ခု။
ဘဂဝတော ဘာသိတံ အဘိနန္ဒန္တိ။

အရှင်ကောဏ္ဍည သောတာပန်ဖြစ်ပုံ

၂၅။ ဣမသ္မိဉ္စ ပန ဝေယျာကရဏသ္မိံ ဘညမာနေ
အာယသ္မတော ကောဏ္ဍညဿ ဝိရဇံ ဝိတမလံ ဓမ္မစက္ခု
ဥဒပါဒိ - 'ယံ ကိဉ္စိ သမုဒယဓမ္မံ၊ သပ္ပံ တံ နိယောဓေမ္မန္တိ။

နတ်ဗြဟ္မာတို့ ကောင်းချီးပေးပုံ

၂၆။ ပဝတ္တိတေ စ ပန ဘဂဝတာ ဓမ္မစက္ကေ ဘုမ္မာ
ဒေဝါ သဒ္ဓမနုဿာဝေသုံ - 'ဧတံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသိယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မုနာ ဝါ ဂေနစိ ဝါ လောကသ္မိန္တိ။

၂၇။ ဘုမ္မာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ စာတုမဟာရာဇိကာ
ဒေဝါ သဒ္ဓမနုဿာဝေသုံ - 'ဧတံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသိယံ

ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မုနာ ဝါ ဂေနစိ ဝါ လောကသ္မိန္နိ။

၂၈။ စာတုမဟာရာဇိကာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ
တာဝတိံသာ ဒေဝါ သဒ္ဓမနဿာဝေသုံ - 'ဧတံ ဘဂဝတာ
ဗရာဏသိယံ ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ
ပဝတ္တိတံ အပ္ပဋိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ
ဒေဝေန ဝါ မာရေန ဝါ ဗြဟ္မုနာ ဝါ ဂေနစိ ဝါ
လောကသ္မိန္နိ။

တာဝတိံသာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ ယာမာ ဒေဝါ
သဒ္ဓမနဿာဝေသုံ - 'ဧတံ ဘဂဝတာ ဗရာဏသိယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မုနာ ဝါ ဂေနစိ ဝါ လောကသ္မိန္နိ။

ယာမာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ တုသိတာ ဒေဝါ
သဒ္ဓမနဿာဝေသုံ - 'ဧတံ ဘဂဝတာ ဗရာဏသိယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မုနာ ဝါ ဂေနစိ ဝါ လောကသ္မိန္နိ။

တုသိတာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓိံ သုတွာ နိမ္မာနရတီ ဒေဝါ သဒ္ဓမနုဿာဝေသုံ - 'ဧတံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသိယံ ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနုတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ အပ္ပဋိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ မာရေန ဝါ ဗြဟ္မုနာ ဝါ ဧကေနစိ ဝါ လောကသ္မိန္ဒြိယံ။'

နိမ္မာနရတီနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓိံ သုတွာ ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တီ ဒေဝါ သဒ္ဓမနုဿာဝေသုံ - 'ဧတံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသိယံ ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနုတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ အပ္ပဋိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ မာရေန ဝါ ဗြဟ္မုနာ ဝါ ဧကေနစိ ဝါ လောကသ္မိန္ဒြိယံ။'

ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တီနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓိံ သုတွာ ဗြဟ္မကာယိကာ ဒေဝါ သဒ္ဓမနုဿာဝေသုံ - 'ဧတံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသိယံ ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနုတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ အပ္ပဋိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ မာရေန ဝါ ဗြဟ္မုနာ ဝါ ဧကေနစိ ဝါ လောကသ္မိန္ဒြိယံ။'

၂၉။ ဣတိဟ တေန ခဏေန တေန လယေန တေန မုဟုတ္တေန ယာဝ ဗြဟ္မလောကာ သဒ္ဓေါ အပ္ပဂ္ဂစ္ဆိ။

တစ်သောင်းသော လောကဓာတ် တုန်လှုပ်ပုံ

အယဉ္ဇ ဒသသဟသသိလောကဓာတု သင်္ကမ္ဘိ သမ္ပကမ္ဘိ
သမ္ပဝေဓိ။

အလင်းရောင် ဖြစ်ပေါ်လာပုံ

အပ္ပမာဏော စ ဥဠာရော သြဘာသော လောကော
ပိတုရဟောသိ အတိက္ကမ္မ ဒေဝိနံ ဒေဝိနုဘာဝန္တိ။

မြတ်စွာဘုရား ဥဒါန်းကျူးပုံ

၃၀။ အထ ခေါ် ဘဂဝါ ဣမံ ဥဒါနံ ဥဒါနေသိ -
'အညာသိ ဝတ ဘော ကောဏ္ဍညော၊ အညာသိ ဝတ
ဘော ကောဏ္ဍညော'တိ။ ဣတိ ဟိဒံ အာယသ္မတော
ကောဏ္ဍညဿ 'အညာသိကောဏ္ဍညော'တွေဝ နာမံ
အဟောသိတိ။

အညာသိကောဏ္ဍည ရှင်ရဟန်းအဖြစ် တောင်းပုံ

၃၁။ အထ ခေါ် အာယသ္မာ အညာသိကောဏ္ဍညော
ဒိဋ္ဌဓမ္မော ပတ္တဓမ္မော ဝိဒိတဓမ္မော ပရိယောဂါဋ္ဌဓမ္မော
တိဏ္ဍဝိစိကိဏ္ဍော ဝိဂတကထံကထော ဝေသာရဇ္ဇပ္ပတ္တော
အပရပ္ပစ္စယော သတ္ထုသာသနေ ဘဂဝန္တံ ဧတဒဝေါစ -

'လဘောယျာဟံ ဘန္တေ ဘဂဝတော သန္တိကေ ပဗ္ဗဇ္ဇံ၊
လဘောယံ၊ ဥပသမ္ပဒန္တိ။

ဧဟိ ဘိက္ခု ရဟန်းအဖြစ် ရပုံ

ဧဟိ ဘိက္ခု၊ 'တိ ဘဂဝါ အဝေါစ 'သွာက္ခာတော ဓမ္မော၊
စရ ဗြဟ္မစရိယံ သမ္မာ ဒုက္ခဿ အန္တကိရိယာယာ'တိ။ သာဝ
တဿ အာယသ္မတော ဥပသမ္ပဒါ အဟောသီတိ။

ဓမ္မစက္ကပတ္တန သုတ္တံ နိဗ္ဗိတံ။

သာဓု... သာဓု... သာဓု။

ဝိပဿနာ လုပ်ငန်းခွင်သုံး ကျက်မှတ်စရာများ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

ဘုန်းတော် အနန္တ၊ လောဘမရှိ၊ အသိကုန်စင်၊
ဘုရားရှင်အား၊ ကြည်လင်စေတနာ ရှိခိုးပါ၏။

ဩကာသ ဘုရားကန်တော့

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊
မနောကံ၊ သဗ္ဗဒေါသ ခပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့ကို
ပျောက်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ၊
တစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ်မြောက်အောင် ဘုရားရတနာ၊
တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ ဤရတနာမြတ် သုံးပါးနှင့်
တကွ မိဘဆရာသမားတို့အား ရိုသေမြတ်နိုး၊ လက်စုံမိုး၍
ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ကန်တော့ရသော ကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့်
တပည့်တော်တို့ အားထုတ်ဆဲဖြစ်သော ဝိပဿနာ
ဉာဏ်သည် လျှင်မြန်စွာ မဂ်ဉာဏ်သို့ ကျေးဇူးပြု၍ နိဗ္ဗာန်သို့
မျက်မှောက်ပြုရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။ (အလုပ်စဉ်အတိုင်း
ကျင့်ကြံ အားထုတ်ပါမည် အရှင်ဘုရား။)

ပုဗ္ဗကိစ္စ (၅)ပါး

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

(၃)ကြိမ်

၁။ တပည့်တော်တို့၏ ခန္ဓာငါးပါး၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို မြတ်စွာ ဘုရားအား လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၂။ တပည့်တော်တို့သည် မိုက်မဲတွေဝေခဲ့သည့် အလျောက် ရတနာသုံးပါးနှင့် မိဘဆရာ ပုဂ္ဂိုလ်သူမြတ်တို့အား ပြစ်မှား မိခဲ့သည်ရှိသော် ထိုအပြစ်တို့မှ ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ တောင်းပန်ဝန်ချ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၃။ ကိုယ်စောင့်နတ်၊ ကျောင်းစောင့်နတ်၊ ကျောင်းဝင်း စောင့်နတ်၊ တောစောင့်နတ်၊ တောင်စောင့်နတ်၊ မြို့ စောင့်နတ်၊ အာကာသစိုး၊ ဘုမ္မစိုး၊ ရုက္ခစိုး၊ သာသနာတော် စောင့်နတ်၊ ကမ္ဘာစောင့်နတ် အစရှိသော နတ်ဒေဝါ အပေါင်းတို့နှင့်တကွ အားလုံးသော (၃၁) ဘုံ သားတို့သည် အသက်ထက်ဆုံး ဘေးမသီရန်မခ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

၄။ ရှေးရှေးဘဝ၊ ယခုဘဝ အားထုတ်ဖူးသမျှ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာစသော ကုသိုလ်တို့သည် တပည့်တော်တို့ အလိုရှိ

အပ်သော မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ခြင်း၊ ရခြင်းအကျိုးငှာ လျှင်မြန်စွာ ကျေးဇူးပြုပါစေသတည်း။

၅။ ငါသည် မုချသေရမည်။ အချိန်ပိုင်းသာ လိုတော့သည်။
(၃)ကြိမ်

အသေမဦးခင် ဉာဏ်ဦးအောင် တရားအားထုတ်ပါမည်
အရှင်ဘုရား။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်း

ကမ္မဋ္ဌာန် မေ ဘန္တေဒေဝ၊ သံသာရဝဋ္ဋ ဒုက္ခတော
မောစနတ္ထာယ။

ဘန္တေ- အရှင်မြတ်တို့ဘုရား၊ မေ (အမှာကံ)
ဘုရားတပည့်တော်တို့အား၊ သံသာရဝဋ္ဋဒုက္ခတော-
သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ၊ မောစနတ္ထာယ- လွတ်မြောက်ပါရခြင်း
အကျိုးငှာ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်- မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ပေါက် နိဗ္ဗာန်
ရောက်ကြောင်း အကောင်းဆုံးဖြစ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်း
တရားကို၊ ဒေဝ- ကရုဏာထား ပေးသနားတော်မူပါ
အရှင်ဘုရား။

သာဓု.. သာဓု.. သာဓု..

မေတ္တာပို့

၁။ လုံးစုံများစွာသတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၂။ ကြောက်တတ်၊ မကြောက်တတ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး ငြိမ်းအေး ကြပါစေ။

၃။ မြင်အပ်၊ မမြင်အပ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး...

၄။ ဝေးနေ၊ နီးနေ၊ နှစ်ထွေများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး...

၅။ ဘဝဇာတ်ဆုံး၊ မဆုံးများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး...

၆။ ရှည်၊ တို၊ အလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး...

၇။ ကြီး၊ ငယ်၊ အလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး...

၈။ ဆူ၊ ကြုံ၊ အလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး...

၉။ လူအချင်းချင်း လှည့်ပတ်ခြင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၀။ အထင်သေးခြင်း အချင်းချင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၁။ ဆင်းရဲလိုခြင်း အချင်းချင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ။

ရတနာ သုံးပါးအား ပူဇော်ခြင်းနှင့် ဆုတောင်း

ဣမာယ ဓမ္မာန၊ ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံပူဇေမိ။

ဣမာယ ဓမ္မာန၊ ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံပူဇေမိ။

ဣမာယ ဓမ္မာန၊ ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံပူဇေမိ။

အဒ္ဓါဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ ဇာတိ ဇရာ မရဏမှာ
ပရိမုစ္ဆိဿာမိ။

ဣမာယ ဓမ္မာန၊ ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ - ဤလောကုတ္တရာ
တရား ကိုးပါး အားလျော်သော ကျင့်ဝတ်ပဋိပတ် အကျင့်
မြတ်ဖြင့်၊ ဗုဒ္ဓံ- မြတ်စွာဘုရားကို၊ ပူဇေမိ- ပူဇော်ပါ၏
အရှင်ဘုရား။ ဓမ္မံ- တရားတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ- ပူဇော်ပါ၏
အရှင်ဘုရား။ သံဃံ- သံဃာတော် အပေါင်းကို၊ ပူဇေမိ-
ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။ အဒ္ဓါဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ-
ယခုတရားအားထုတ်ရသော ဤအကျင့်မြတ် ပဋိပတ်
ကြောင့်၊ ဇာတိ ဇရာ မရဏမှာ- ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း အိုရခြင်း
သေရခြင်းမှ၊ ပရိမုစ္ဆိဿာမိ- လွတ်မြောက်ရပါလို၏
အရှင်ဘုရား။

အမျှဝေ

ဤကောင်းမှု၏ အဖို့ဘာဂဟူသမျှတို့ကို လက်ရှိဖြစ်
 သော မိခင်၊ ဖခင်၊ ဆရာသခင် ကျေးဇူးရှင်၊ လက်မဲ့ဖြစ်
 သော မိခင်၊ ဖခင်၊ ဆရာသခင်ကျေးဇူးရှင် အပေါင်းတို့နှင့်
 တကွ (၇)ရက်သား၊ (၇)ရက်သမီး အပေါင်းတို့အား
 လည်းကောင်း၊ ကိုယ်စောင့်နတ်၊ ကျောင်းစောင့်နတ်၊
 ကျောင်းဝင်းစောင့်နတ်၊ တောစောင့်နတ်၊ တောင်စောင့်
 နတ်၊ မြို့စောင့်နတ်၊ အာကာသစိုး၊ ဘုမ္မစိုး၊ ရုက္ခစိုး၊
 သာသနာတော်စောင့်နတ်၊ ကမ္ဘာစောင့်နတ် အစရှိသော
 နတ်ဒေဝါ အပေါင်းတို့နှင့်တကွ (၃၁)ဘုံ ကျင်လည်ကြ
 ကုန်သော ဝေနေယျ၊ သုခိတ၊ ဒုက္ခိတ သတ္တဝါအပေါင်း
 တို့အား အကျွန်ုပ်တို့အားထုတ်အပ်သော ကုသိုလ်အဖို့ကို
 အကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူတကွ ရကြပါစေ အမျှဝေသည်
 များထွေ သာဓု ခေါ်စေသော်...

ကုသိုလ်... အမျှ.. အမျှ.. အမျှ.. ယူတော်မူကြပါ
 ကုန်လော့...။ သာဓု... သာဓု... သာဓု။ (၃) ကြိမ်

သူတော်ကောင်း သူမြတ်လောင်းတို့ ပို့သအပ်သော
 အမျှမေတ္တာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုလည်း အကျွန်ုပ်တို့က ခံယူပါ၏။
 ဝမ်းမြောက်နုမော် သာဓုခေါ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

သာဓု... သာဓု... သာဓု...။

ဗုဒ္ဓသာသနံ စိရံ တိဋ္ဌတု။ (၃) ကြိမ်။

သာဓု... သာဓု... သာဓု...။

(၃၂) ကောဋ္ဌာသ

ပထဝီဓါတ် (၂၀)

ဆံပင်၊ မွေးညှင်း၊ ခြေသည်း၊ လက်သည်း၊ သွား၊
အရေထူ အရေပါး၊ အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ရိုးတွင်းခြင်ဆီ၊
အညှို့၊ (ကျောက်ကပ်)၊ နှလုံး၊ အသည်း၊ အမြေး၊ အဖျဉ်း
(သရက်ရွက်)၊ အဆုတ်၊ အူမ၊ အူသိမ်၊ အစာသစ်၊
အစာဟောင်း၊ ဦးနှောက်။

အာပေါဓါတ် (၁၂)

သည်းခြေ၊ သလိပ်၊ ပြည်၊ သွေး၊ ချွေး၊ အဆီ၊ မျက်ရည်၊
ဆီကြည်၊ တံတွေး၊ နှပ်၊ အစေး၊ ကျင်ငယ်။

ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရား

တရားထိုင်လိုသော အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး ယောဂီသည် ပထမအနေနှင့် ဆိတ်ငြိမ်ရာနေရာတစ်ခုခုကို ရွေးချယ်ရပါမည်။ ထို့နောက် ဘုရားကို အာရုံပြုလျက် ကန်တော့ခြင်း၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း တောင်းခြင်းများကို ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ ပြီးလျှင် တင်ပလွင်ခွေ သို့မဟုတ် ကြုံ့ကြုံ့ အနေဖြင့် ကြာကြာထိုင်နိုင်မည့် အနေအထားကို ရွေးချယ်ကာ ထိုင်ရပါမည်။ တင်ပလွင်ခွေ ထိုင်သည့်အခါ ခြေထောက် တစ်ဖက်နှင့်တစ်ဖက်ကို ထပ်မထိုင်ဘဲ ခပ်ပြေပြေထိုင်ရပါမည်။

တင်ပလွင်ခွေပေါ်တွင် ဘယ်ဘက်လက်ကို ပက်လက် လှန်ဖြန့်ထား၊ ထိုဘယ်ဘက်လက်ပေါ်တွင် ညာဘက်လက်ကို ဖြန့်တင်ထားလျက် လက်မအဖျားချင်း ထိရုံမျှ ထိထားရပါမည်။ ဘယ်ဘက်ဒူးခေါင်းနှင့် ညာဘက်ဒူးခေါင်းပေါ်တွင် လက်နှစ်ဖက်ကို ပက်လက်ဖြန့်၍လည်း တင်ထားနိုင်သည်။ လက်နှစ်ဖက်ကို တင်းကြပ်စွာထားရန်မလို၊ သက်တောင့်သက်သာ အနေအထား မျိုးရှိနေပါစေ။

အောက်ပိုင်းအနေအထား အချိုးတကျ ထိုင်ပြီးပါက ကိုယ်ခန္ဓာကို ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ်ထားရပါမည်။ ခေါင်းကို လည်းတည့်တည့်မတ်မတ်ထားရပါမည်။ ကျောနှင့်ခေါင်းကို တဖြောင့်တည်း တည့်မတ်နေအောင် ထားပြီးလျှင် မျက်လွှာကို သက်တောင့်သက်သာ အနေတော်မျှ ချထား ရပါမည်။ အားသုံးပြီး တမင်စေ့စေ့စပ်စပ်ကြီး မျက်စိကို မှိတ်ထားရန်မလိုအပ်ပါ။

စိတ်ကို တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်လေးဖြစ်အောင် ကမ္မဋ္ဌာန်း ထိုင်တော့မယ်လို့ နှလုံးသွင်းရပါမည်။ ပြီးတော့မှ လေကို ရှိုက်သွင်းသောအခါ နဂိုလိုအမှတ်တမဲ့မဟုတ်တော့ပဲ သတိထားပြီး နှာခေါင်းအပေါက်ဝမှာ တိုးထိသွားတာလေး ကို သတိထားကာ သိအောင်ကြိုးစားရပါမည်။ လေကို ရှူထုတ်သောအခါမှာလည်း အမှတ်တမဲ့မဟုတ်တော့ပဲ သတိထားပြီး နှာခေါင်းအပေါက်ဝမှာ တိုးထိသွားတာလေး ကို သတိထားကာ သိအောင်ကြိုးစားရပါမည်။ ဤသို့လျှင် နှာသီးဖျားအပေါက်ဝမှာ ဝင်လေတိုးထိတာလေးကို သတိ ထားသိပေးခြင်းနှင့် ထွက်လေတိုးထိတာလေးကို သတိ ထားသိပေးခြင်းကို မိနစ်နှစ်ဆယ်၊ နာရီဝက်ခန့် အားထုတ် နေရပါလိမ့်မည်။

ထိုကဲ့သို့ မိနစ်နှစ်ဆယ် သို့မဟုတ် နာရီဝက်ခန့် ကြိုးစားအားထုတ်သောအခါတွင် မိမိခန္ဓာသည် ဒုက္ခဆင်းရဲ အမှန်ဖြစ်သောကြောင့် ခန္ဓာကသက်သေပြလာပါလိမ့်မည်။ ခန္ဓာသည် မျက်နှာမလိုက်။ မည်သည့်ခန္ဓာပဲဖြစ်ဖြစ် ခန္ဓာက ခန္ဓာ့လမ်းစဉ်ကိုပင် ပြသလာမှာဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ယောဂီသည် ခန္ဓာကိုယ်မှာ အဖြေရှာရပါတော့သည်။ ခန္ဓာကိုညွှန်ဖြင့် စူးစိုက်အာရုံပြုကြည့်လျှင် ရုပ်ခန္ဓာဟာ ဖောက်ပြန်တာကို ပြသနေလိမ့်မည်။

ရုပ်ခန္ဓာ၏ ပူခြင်း၊ အေးခြင်း၊ ထုံခြင်း၊ ကျင်ခြင်း၊ နာခြင်း၊ တရွရွတမွမွဖြစ်ပေါ်နေခြင်းစသော ပင်ကို သဘောမှ တစ်မျိုးတစ်ဖုံ ဖြစ်ပေါ်လာတာမှန်သမျှသည် ဖောက်ပြန်နေခြင်း ရုပ်သဘောကို ပြသနေခြင်းဖြစ်၏။ ထိုကဲ့သို့ အမျိုးမျိုးဖောက်ပြန်နေမှုသည် "ငါ" တစ်ခုမျှမဟုတ်၊ ရုပ်ခန္ဓာ ဖောက်ပြန်နေခြင်းသဘောမျှ ဖြစ်သည်ဟု စိတ်မှ သိပေးနေရမည်။ ထိုဖောက်ပြန်နေမှုသည် အတုံးအခဲ၊ အရည်၊ အဖတ်၊ အရောင်၊ အဆင်း၊ အသွင်သန္တာန်၊ ပုံဟန် အနေမျိုး ဘာတစ်ခုမျှမဟုတ်ချေ။ သဘောတရားမျှသာ ဖြစ်သည်ဟု ညွှန်ဖြင့်စဉ်းစားကာ သိပေးနေရပါမည်။

ဝိပဿနာအလုပ်သည် ဉာဏ်အလုပ်ဖြစ်သည်။ တရားမထိုင်ခင်က ပူခြင်းကို ငါပူသည်၊ အေးခြင်းကို ငါအေးသည်၊ ထုံခြင်း၊ ကျင်ခြင်းကိုလည်း ငါထုံသည်၊ ငါကျင်သည်ဟု သမားရိုးကျ သာမန်မျှသာသိခဲ့သည်။ ယွှတရားထိုင်ကာ ရှုမှတ်သိနေခြင်းသည် ထိုကဲ့သို့ သာမန်အသိမျိုး မဟုတ်တော့ပေ။ ပူတာသည် ငါမဟုတ်၊ ပူရုပ်ဖောက်ပြန်မှု သဘောတရား။ အေးတာလည်း ငါမဟုတ်၊ အေးရုပ်ဖောက်ပြန်မှု သဘောတရား။ ထုံတာ၊ ကျင်တာသည်လည်း ငါမဟုတ်၊ ရုပ်ဖောက်ပြန်မှု သဘောတရား။ တရွရွတမွမွ ဖြစ်နေတာသည်လည်း ငါမဟုတ်၊ ရုပ်တွေ ဖောက်ပြန်နေမှု သဘောတရားဟု သိမြင်ဆင်ခြင်နေမှုသည် ယွင်အသိမျိုးမဟုတ်၊ အတုမရှိဘုရားရှင် ညွှန်ပြသင်ကြားပေးထားသော မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျင့်စဉ်၊ ထူးကဲတဲ့ အသိတရားပင်ဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ ပင်ကိုသဘောမှတစ်မျိုးတစ်ဖုံ ဖောက်ပြန်မှု ပေါ်လာတိုင်းမှာပင် ရုပ်တရားဖောက်ပြန်နေမှုသာဖြစ်သည်ဟုစဉ်းစားကာ အကြိမ်ကြိမ်ပင် ဖောက်ပြန်တိုင်းကို သတိမလွတ် ဝီရိယကပ်၍ အသိဉာဏ်ဖြင့် ထပ်ကာထပ်ကာ သိပေးနေရပါမည်။

ထိုကဲ့သို့ ဖောက်ပြန်တိုင်းသိပေးလျှင် ယောဂီ၏ ဉာဏ်စိတ်ထဲတွင် ရုပ်တွေ မငြိမ်မသက် အသစ်ပေါ်လိုက် ပျက်သွားလိုက် ထပ်ကာထပ်ကာ အသစ်ပေါ်လိုက်၊ ပျက်သွားလိုက်နှင့် ရုပ်တရားတွေ တဖွဲဖွဲတသဲသဲ ဖြစ်ပျက် နေမှုကို မိမိခန္ဓာတွင် အဖြေရှာတွေ့မည်ဖြစ်သည်။

ထိုကဲ့သို့ ရုပ်တရားကို အဖြေရှာတွေ့ခြင်းသည် ရူပ ပရိစ္ဆေဒ- ရုပ်ကို ဉာဏ်ဖြင့်ပိုင်းခြားသိခြင်းနှင့် ဥဒယဗွယ- ရုပ်အဖြစ်အပျက်ကိုသိခြင်းဟူသော ဉာဏ်နှစ်ခုကို ပိုင်ဆိုင် ရရှိနေခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ထိုဉာဏ်သည် ဗုဒ္ဓသာသနာ ရှိနေ ဆဲတွင်သာ အားထုတ်သိမြင်နိုင်သောဉာဏ်ဖြစ်သည်။ သာသနာပအခါနှင့် တခြားသောသာသနာတွင် ထိုဉာဏ် မျိုးကို ကြားဖူးရန်ပင်မလွယ်ကူပေ။ ထို့ကြောင့် ယောဂီ သည် ဝီရိယစိုက်ထုတ်ကာ သတိ၊ ပညာဖြင့် ဆက်လက်၍ ဉာဏ်ရင့်အောင် လေ့ကျင့်အားထုတ်ရန် လိုအပ်မည် ဖြစ်သည်။

ထိုကဲ့သို့ ရုပ်နှင့်ပတ်သက် ရှုပွားအားထုတ်ရင်းဖြင့် တခါတရံ မိမိစိတ်သည် အပြင်အာရုံတစ်ခုခုကို စဉ်းစားနေ မိတတ်သည်။ ထိုသို့စဉ်းစားမိသောအခါ မိမိစိတ်ကို

ပြန်ရှုသိပေးနိုင်သည်။ စိတ်ဆိုသည်မှာ အာရုံတစ်ခုခုနှင့် တွေ့ဆုံစဉ်းစားမိသောအခါ သိရုံမျှသာ သိတတ်သည်။ စိတ်သည် အကောင်၊ အထည်၊ ခြပ်၊ ပုံသန္တာန် အနေမျိုးမရှိ။ သိစိတ်သည် ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါလည်းမဟုတ်၊ သိရုံမတ္တ သိကာမျှသဘောတရား သက်သက်မျှသာဖြစ်သည်။ ထိုစိတ်သည် နာမ်တရား ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မိမိစဉ်းစားတွေးတောနေဆဲစိတ်ကို "သိစိတ် နာမ်တရား"ဟု ရှုပွားကာသိပေးရပါမည်။

ယောဂီက သိစိတ်နာမ်တရားဟု မရှုပွားမသိပေးပါက စိတ်သည် ယွင်မြင်ဖူးခြင်း၊ ကြားဖူးခြင်း၊ နံဖူးခြင်း၊ စားဖူးခြင်း၊ တွေ့ထိဖူးခြင်းများနှင့် ပတ်သက်၍ သညာအကူအညီ ကိုယူကာ စွဲလမ်းမှုဥပါဒါန်တို့ကို ဖိတ်ခေါ်လျက် စိတ်ထဲမှ သရုပ်ဆောင်ကာ ပြောဆိုဆွေးနွေးနေခြင်း၊ အသိုင်းအဝိုင်း များနှင့် ပြောဆိုကာ ပျော်ပျော်ပါးပါး လည့်လည်သွားလာ နေခြင်း၊ ရောင်းဝယ်ဖောက်ကားနေခြင်း၊ အလုပ်လုပ်ကိုင် နေခြင်း၊ ရန်ဖြစ်နေခြင်းစသည့် ပုံစံမျိုးစုံ ဖန်ဆင်းပုံဖော်ကာ မျှောနေမည်ဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ မျှောမနေအောင် သတိ ကြပ်ကြပ်ထား၍ ဝီရိယစိုက်ကာ ရှုဉာဏ်ဖြင့် သိမှုသဘော

တရားမျှသာ ဖြစ်သည်ဟု ရှုပေးနိုင်လျှင် သညာ၊ ဥပါဒါန် စသည်တို့၏ ဖန်ဆင်းမှုမရှိတော့ပဲ ဝိပဿနာဉာဏ်စိတ်ဖြင့် ရှုပွားနေနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

စိတ်ဟူသည် တစ်ချိန်တွင် တစ်စိတ်သာဖြစ်သည်။ မိမိစိတ်ကိုပြန်သိအောင် ရှုမှတ်နေလျှင် ရှေးကသိစိတ် ပျက်စီးကာ နောက်စိတ်အစားထိုးနေမှုကို သိလာနိုင်မည် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ရှုပွားသော ယောဂီသည် စိတ်နာမ်တရား၏ ဖြစ်ပျက်နေမှုကို သိမြင်သောကြောင့် နာမပရိစ္ဆေဒဉာဏ်- စိတ်နာမ်ကို ပိုင်းခြားသိခြင်းနှင့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်- စိတ်နာမ် ၏ ဖြစ်ပျက်ကိုသိသော ဝိပဿနာဉာဏ်များကို ပိုင်ဆိုင်ရရှိ လေသည်။ နာမ်ရုပ်နှင့် နာမ်ရုပ်၏အဖြစ်အပျက်ကို ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင်ရှုမှတ်နိုင်သော ယောဂီသည် ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ငါ၊ သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမဟု စွဲထင်နေသော သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို အသိအကျင့်ဖြင့် ပယ်ခွါနိုင်သည်။

ထိုရုပ်နာမ်သည် အလိုလိုဖြစ်ခြင်းမဟုတ်၊ အကြောင်း ကြောင့်ဖြစ်နေသည့် အကျိုးတရားများသာ ဖြစ်သည်ဟု လည်း ဉာဏ်ဖြင့်ဆင်ခြင်နိုင်သည်။ ရုပ်သည် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အဟာရ လေးမျိုးသောအကြောင်းတရား ပြုပြင်

ဖန်တီးမှုကြောင့် ဖြစ်ရသည်။ ထိုအကြောင်းတရား အရှိန် ကုန်သွားလျှင် အကျိုးဖြစ်သည့် ရုပ်တရားပျက်စီးရသည်။ စိတ်နာမ်တရားသည် အာရုံ ဒွါရ ဆုံတွေ့မှုကြောင့် ဖြစ်ရ သည်။ အာရုံ ဒွါရက အကြောင်းတရားဖြစ်၍ စိတ်နာမ် တရားက အကျိုးတရားဖြစ်သည်။ အကြောင်းပျက်လျှင် အကျိုးပျက်သည်။ ဤသို့ယောဂီဉာဏ်ထဲတွင် ရုပ်နာမ် တို့၏ အကြောင်းအကျိုးနှင့် ပတ်သက်၍ ဉာဏ်ရှင်းသွား လျှင် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်- အကြောင်းအကျိုးကို သိမြင် သောဉာဏ်ကို ရရှိလေသည်။ နာမ်ရုပ်နှင့် နာမ်ရုပ်တို့၏ အကြောင်းအကျိုးကို သိမြင်သောယောဂီကို **စူဠ** သောတာပန်ဟု သတ်မှတ်နိုင်သည်။ ထိုစူဠသောတာပန် အဆင့်ကိုရပြီးသော ယောဂီသည် တစ်ဘဝ၊ နှစ်ဘဝ အပါယ်ကိုမကျနိုင်ဟု မိန့်ဆိုချက်ရှိသည်။

စူဠသောတာပန်သည် မဟာသောတာပန်(သောတာ ပန်အစစ်) ဖြစ်ကြောင်း ရှေ့ပြေးဖြစ်သည်။ ယောဂီသည် မိမိခန္ဓာကိုယ်၌ ဉာဏ်ချ၍ ခန္ဓာဖြစ်မှုပျက်မှုများကို ဉာဏ်ရင့် လာအောင် ဆက်လက်၍ ပွားများရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုင်ခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ စကြံန်သွားခြင်း၊ လျောင်းခြင်း၊ ဣရိယာပုတ်

လေးပါးဖြင့် ခန္ဓာ၏ အဖြစ်အပျက်နေမှုကို အမြဲမပြတ်ရှုပွား
 လျက်အားထုတ်နိုင်သည်။ ထိုသို့အားထုတ်ပါများလာလျှင်
 ခန္ဓာအဖြစ်အပျက် စိပ်စိပ်မြင်နိုင်ပြီး ထိုမြင်နေရသည့်
 အဖြစ်အပျက်များ၌ ဉာဏ်မှန်းမှန်းလာမည်ဖြစ်သည်။
 ဉာဏ်မှန်းမှန်း၍ ထိုခန္ဓာရုပ်နာမ် အဖြစ်အပျက်အဆုံးကို
 မြင်နိုင်ခဲ့လျှင် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာကာ ပဌမ
 နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို
 လိုလားသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤဘဝဖြင့်
 ဤသာသနာတွင် ပဌမနိဗ္ဗာန်ကို အနည်းဆုံးရရှိအောင်
 အားထုတ်သင့်ပေသည်။ ပဌမနိဗ္ဗာန်ရပြီးသော ယောဂီ
 သည် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ်၊ အကျိုး၊
 အကန်း၊ အဆွံ့၊ အအ၊ ကုဋ္ဌနုနာသည် စသော မကောင်း
 သောဘဝနှင့် အဆင့်အတန်းနိမ့်ကျသော ဒေသတို့တွင်
 ဘယ်သောအခါမျှ မဖြစ်ရတော့ပေ။

ထိုပဌမနိဗ္ဗာန်ကိုရပြီးသော သောတာပန် အရိယာ
 ပုဂ္ဂိုလ်၏ ရရှိပြီးသောနိဗ္ဗာန်သည် ဘဝခန္ဓာ အကြိမ်ကြိမ်
 သေဆုံးပျက်စီးသော်လည်း သူရရှိထားသော နိဗ္ဗာန်
 ချမ်းသာသည် ဘယ်တော့မျှ ပျက်စီးခြင်းမရှိတော့ပေ။

သောတာပန်အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်သည် အကြာဆုံး (၇)ဘဝသာ ဖြစ်ရမည်ဖြစ်သည်။ တချို့သောတာပန်သည် (၂)ဘဝ၊ (၃)ဘဝဖြင့်လည်း ရဟန္တာဖြစ်ကာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရယူ သွားကြပေသည်။ တချို့သောတာပန် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်သည် တစ်ဘဝတည်းဖြင့်လည်း ရဟန္တာဖြစ်အောင် အားထုတ် တော်မူကာ တစ်ဘဝတည်းဖြင့်ပင် ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူ ကြသည်။ ပုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာတော်နှင့် တွေ့ဆုံကြရသော အကျွန်ုပ်တို့သည် သာသနာတော်၏ ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလ်နိဗ္ဗာန် ဂုဏ်ကျေးဇူး အခွင့်ထူးများကို တရားအား ထုတ်သဖြင့် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ရယူထိုက်ကြပေသည်။



၆၄

တရားဦးရတနာ

မှတ်စု