

၁၃၁၄-ခုနှစ် ဝါဆိုလဆန်း ၁၁-ရက်နေ့၊ ညတွင်  
အသံသွင်း၍ ရွှေဘိုသို့ ပေးလိုက်သော

ဆွဲသိတိပုစ္စက အဂိုမဟာ့ပဏ္ဍာတိ  
မဟာ့စည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏

ရွှေဘိုသို့  
နှုတ်ဆက်မိန့်ခိန်းတရားတော်



## ရွှေဘိသို့ နှီတ်ဆက်မိန့်ခွန်း တရားတော်

ယခု ဆရာတော်က ရန်ကုန်ဖြဲ့ သဘသန္တရှိပ်သာက အော်  
တော့ ဇေတ်အရပ် ရွှေဘိမြို့မှာ ရှိကြတဲ့ ဒါယကာ ဒါယိကာမများ၊  
ဆိပ်ခွန်ရွာမှာ ရှိကြတဲ့ တပည့် ဒါယကာ ဒါယိကာမများ ရဟန်းတော်  
များ၊ အဲဒီ အားလုံးသော တပည့် ဒါယကာ ဒါယိကာမများ ရဟန်း  
တော်များအတွက် ဉာဏ်မိန့်ခွန်းစကားကို ယခု ပြောကြားလိုက်မယ်။

ဉာဏ်မိန့်ခွန်းစကား ဆိုပေမယ့်လို့လဲ ယခု ဘုန်းကြီးမှာ  
လောလောဆယ် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကြောင်းကလေးတွေနဲ့တက္ကပါလေ၊  
ဆေးရုက ဆင်းလာလို့ သဘသန္တရှိပ်သာကို ရောက်တော့ တပည့် ဒါယ  
ကာ ဒါယိကာမတွေ အစုံအညီ ကန်တော့ကြတဲ့အခါမှာ နှီတ်ခွန်းဆက်  
မက်လာအနေနဲ့ ဉာဏ်မိန့်ခွန်းစကားလေး ဟောသွားတာကို ခုနကဲ့ကြား  
သွားပြီး ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီတရားထဲမှာ လိုနေသေးတာကလေးတွေကို  
ယခု ဆက်ပြီး ပြောသွားမယ်လို့ပါပဲ။

ဘုန်းကြီးက အများရောဂါနဲ့ ကျော်းမာရေးချို့ယွင်းတဲ့အတွက်  
ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီးမှာ တက်ရောက်လို့ ဆေးဝါးကုသပြီး နေရစဉ်အခါ  
တုန်းက စိတ်ထဲမှာ ရပ်ရွာက ဒါယကာ ဒါယိကာမတွေကိုလဲ အောက်  
မေ့ သတိရုံ၊ တရားသဘောတွေကိုလဲ ဆင်ခြင် စဉ်းစားမိလို့ အဲဒီလို့  
ဖြစ်ခဲ့တဲ့ အကြောင်းအရာကလေးတွေကို ယခု ပြန်ပြောမယ်လို့ပါပဲ။

ဘယ်လို့လဲ ဆိုလိုရှိရင် အဲဒီလို့ မကျော်းမာရေးဖြစ်နေရာက  
တော်တော် နေထိုင်ကောင်းလို့ ကျော်းမာရေးကလေး တော်တော် ရလာတဲ့  
အခါ စိတ်ကူးကလေးတွေ စိတ်ကူးတိုင်း စိတ်ကူးတိုင်း ညာ၏တွေက  
ပွင့်လင်းပြီးတော့ အင်မတန် ကောင်းနေတယ်။ နှလုံးသွေးတိုင်း နှလုံး  
သွေးတိုင်း တရားတွေကလဲ ပေါ်နေလို့ ရပ်ရွာမှာ ရှိကြတဲ့ ဒါယကာ  
ဒါယိကာမတွေကို တရားဟောလိုစိတ်တွေ အများကြီးပဲ ဖြစ်ခဲ့တယ်။

အဲဒီတုန်းက ကျော်းမာရေးက အတော်အသင့် ပြည့်စုံလို့ တော်  
တော် နေထိုင်ကောင်းနေပေမယ်လို့ ညည်အခါများမှာဆိုရင် အိပ်လို့က

## မဟာ့စည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ရွှေဘို့

တော့ ကောင်းကောင်း မပျော်ဘူး။ အိပ်ပျော်စေတတဲ့ ဆေးဝါးများကို စားသောက်ဖို့ပေးမှ တညာမှာ ၁-နှာရို့ J-နှာရို့လောက်ပဲ အိပ်ပျော်တယ်။ အိပ်မပျော်တဲ့အချိန်ကပဲ များပါတယ်။

ဒီလို နေ့ရောညာရော အိပ်မပျော်ဘဲ နိုးနောတဲ့အခါက များနေ တော့ နေ့ရောညာရော မော်တော်ကားသံတွေ ရထားသံတွေ ဒီလို ခုဗျုဗျု ညံ့ညံ့ အသံတွေကို မပြတ်လိုလိုပဲ ကြားနေရတယ်။ အဲဒီလို ကြားရတိုင်း ကြားရတိုင်း စိတ်ထဲမှာ ဘာတွေများ ပေါ်ပေါ်လာခဲ့သလဲဆိုတော့ကာ သစ္ဓာလေးပါးတရားတွေ အထူးသဖြင့် ပေါ်ပေါ်လာကြတယ်။

အင်း .. အခုသွားလာနေကြတဲ့ လူတွေဟာ မိမိတို့ရဲ့ ချမ်းသာ ကြောင်းတွေကို ရှာကြပြီး နေကြရှာတာဘဲ။ ဒီလို သွားရ လာရ လုပ်ရ ကိုင်ရ စားရ သောက်ရနဲ့ မိမိတို့ နွောကုံးကို အမျိုးအမျိုး မွေးမြှု ပြရှုပြီး နေကြရတာတွေဟာ လောကကြီးရဲ့ အထင်အမြင်နဲ့ဆိုရင်တော့ ချမ်းသာတွေပဲလို့ ထင်ပြီး နေကြတယ်။

အမှန်အားဖြင့်ဆိုလိုရှိရင် ချမ်းသာရပ်လို့ ဘာတခုမှ ရှိတာ မ ဟုတ်ဘူး။ အဏေမစဲ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရပ်တရား နာမ်တရား ဆင်းရဲတရား ချဉ်းပဲ ရှိတယ်။

သေသေချာချာ စဉ်းစားကြည့်ရင် အမျိုးမျိုး မွေးမြှုပြရှုနေရ ကတည်းက မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေလို့ပဲ။

ဒီလို မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေလို့ အမျိုးအမျိုး ပြရှုနေရတယ်ဆိုရင် ဘယ်ကောင်းတော့မလဲ။ ဆင်းရဲချဉ်းပေါ့။

အကြမ်းစားအားဖြင့် တွက်ကြည့်မယ်ဆိုရင် အဲဒီ သွားလာနေကြတာတွေဟာ ဘာကြောင့်လဲလို့ စဉ်းစားကြည့်ရမယ်။ အချို့ကလဲ စီးပွားရေးနဲ့ ရှာဖွေရင်း သွားနေကြတာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ တချို့ကလဲ ပျော်ရေးပါးရေးနဲ့ သွားလာပြီး နေကြရတာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ တချို့ကလဲ ကိုယ်နဲ့စပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မကျွန်းမမာ ဖြစ်နေလို့ အရေးတကြီးကိစ္စနဲ့ သွားလာနေကြရတာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ တချို့ကလဲပဲ ကိုယ်ရေးကိုယ် တာတွေအတွက် မကျွန်းမမာဖြစ်နေလို့ ကျွန်းမမာရေးအတွက် ရှာကြရင်း

## ၁၃၂။ နှိမ်ဆက်မိန့်ခွန်းတရားတော်

သွားလာနေကြရတာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ တရုံးကလဲပဲ ကိုယ်နဲ့စပ်တဲ့  
ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဘေးဒုက္ခအန္တရာယ်နဲ့ တွေ့နေလို့ အဲဒီ ဘေးဒုက္ခမှ လွတ်  
မြောက်ရာ လွတ်မြောက်ကြောင်း ရှာကြပြီး သွားလာနေကြရတာ ဖြစ်ပေ  
လိမ့်မယ် စသည်ဖြင့် စဉ်းစားကြည့်လိုက်တဲ့အခါကာလမှာ အားလုံး  
တလူပဲလူပဲ တရွေ့နဲ့ သွားလာနေကြရတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ ဘယ်သူမှာ  
သက်သာရာ မရဘဲနဲ့ တကယ့်ကို ဆင်းရဲဒုက္ခတွေနဲ့ တွေ့ပြီးတော့  
နေကြတာပါကလားလို့ ဒီဟာ .. ဘုန်းကြီးရဲ့ ဥာဏ်ထဲမှာ ထင်မြင်ပြီး  
တော့ လာတယ်။

ဒါက အကြမ်းဖျဉ်း ပြောရတာကိုး။

အနုစိတ်အားဖြင့် ဆိုလိုရှိရင် ယခုလို သွားတဲ့လာတဲ့ အခါကာ  
လမှာ စိတ်ကူးတွေ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း အဲဒီစိတ်ကူးကို မြှိုပြီးတော့ လူပဲ  
ရှားပြပြင်တဲ့ ရပ်တွေ ဖြစ်တယ်။ ဒီလို ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း စိတ်တွေ ဒီ  
ရပ်တွေဟာ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်ပြီးနေတဲ့ တရားတွေဖြစ်တဲ့ ဆင်းရဲတွေ  
ချည်းပဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ သွားလာနေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အားလုံးရဲ့  
သန္တာန်မှာ မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ တရားတွေဟာ ဆင်းရဲချည်းပဲ။

တလောကလုံးမှာ ရှိနေကြတဲ့ သတ္တဝါတွေအားလုံးရဲ့ သန္တာန်  
မှာလဲ ဒီလို ဖြစ်ပျက်ပြီးနေတဲ့ တရားတွေဟာ ဆင်းရဲတွေချည်းပဲ။

ဒါတွေကို ဆင်းရဲမှုန်း မသိကြတဲ့အတွက်နကြောင့် သတ္တဝါတွေ  
မှာ ယခုလို သွားရ လာရ စားရ သောက်ရ နေရ ထိုင်ရတာတွေကိုလဲ  
ပျော်မွေ့စရာတွေလို့ ထင်နေကြတယ်။ ဒါတွေကိုလဲ လူချမ်းသာတွေပဲ  
နတ်ချမ်းသာတွေပဲ ပြော့ချမ်းသာတွေပဲ အင်မတန်ကောင်းတယ်လို့  
ထင်မြင်ပြီးတော့ သာယာသိမ်းပိုက်ပြီး နေကြပြန်တယ်။ အဲဒီလို သာယာ  
သိမ်းပိုက်ပြီး ပျော်မွေ့နေတာ သဘောကျနေခဲ့တာပါပဲ။

အဲဒီ ဒုက္ခသစ္ဓာနဲ့ သမှုဒယသစ္ဓာတရားတွေဟာ သတ္တဝါတို့၏  
သန္တာန်မှာ နေ့ညာမစဲ အမြှုမပြတ် ဖြစ်ပေါ်နေတယ် ဆိုတာဟာ ရှေးက  
လည်း ထင်မြင် သဘောကျနေခဲ့တာပါပဲ။

ဒါပေမယ့် အဲဒီ နေမကောင်းပြီးစ အခါမှာတော့ စဉ်းစားလိုက်  
တိုင်း အထူးသဖြင့်ကို ပေါ်လွင် ထင်ရှားနေတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီတို့  
က အဲဒီလို ပေါ်လွင် ထင်ရှားနေတာတွေကို ပြည့်ပြည့်စုစုပြုး ဟောလို

မဟာစည်ဆရာတော်ဘရားကြီး၏ ရွှေဘို့

ပြောလိုတဲ့ စိတ်တွေ အများကြီး ဖြစ်ခဲ့တယ်။

အဲဒီ နေ့မစ ညာမစ ဖြစ်ပျက်ပြီးနေတဲ့ ရပ်နာမ်သံးရတရား  
တည်းဟူသော ဒုက္ခသစ္ဓာဆင်းရဲတရားတွေနဲ့ အဲဒီဆင်းရဲတွေကိုပဲ  
ချမ်းသာတွေ ပျော်စရာတွေလို့ ထင်ပြီး သာယာနှစ်သက်နေတဲ့ သမှုဒယ  
သစ္ဓာတာရားတွေ၊ ဒီဒုက္ခသစ္ဓာဆင်း၊ သမှုဒယသစ္ဓာတာရားတွေ ရှိနေသမျှ  
ကာလပတ်လုံး မအေးချမ်းနှင့်ဘဲ ဖြစ်နေတာပဲ။

ဒီသစ္ဓာတာရား နှစ်ခုလုံး ဘာမှ မဖြစ်ပေါ်လာတော့ဘဲ လုံးဝ  
ပြိုးပြီး သွေးတာကမှ ချမ်းသာအစ်အမှန် နိရောဓသစ္ဓာပဲ။

နိရောဓသစ္ဓာကို ဆိုက်ရောက်ပြီး မျက်မှောက်သိမြင်ဖို့ရာ  
မြတ်စွာဘုရား ဟောခဲ့တဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးတရားတွေဟာလဲ အလွန် အေး  
ချမ်းသာယာတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ဖို့ရာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ချမ်းသာကြောင်း  
အစ်အမှန်တရားပဲလို့ ဆိုတာယာ အဲဒီ ဆေးရုံမှာ တက်နေတုန်းက  
အိပ်မပျော်တိုင်း အိပ်မပျော်တိုင်း စဉ်းစားညာ၍တွေထဲမှာ ပွင့်ပွင့်လင်း  
လင်းကြီး အလွန်ပဲ ထင်ရှားနေခဲ့တယ်။

အဲဒီအတွင်းမှာပဲ တနေ့ကျတော့ အဲဒီဆေးရုံကြီးရဲ့ အနီးအပါး  
က သရက်တောတိုက်မှာ သီတင်းသုံးနေတဲ့ တောင်ဘီလူးဆရာတော်ကြီး  
က သတင်းကြားတာနဲ့ ဆေးရုံကို ကြွဲလာပြီးတော့ ကြည့်ရှမေးမြန်းလာ  
တယ်။

အဲဒီ ဆရာတော်ကြီးက ဓမ္မလက်ဆောင်အဖြစ်နဲ့ ဂါထာကလေး  
တပုဒ်ကို ပါဋ္ဌာသက်သက် ရွတ်ပြီး ဟောတယ်။ သူမှာလဲ ရှူးတုန်းက  
မကျိုးမမာ ဖြစ်နေတဲ့အခါမှာ ဆရာတော်ကြီးတပါးက ဓမ္မလက်ဆောင်  
ကလေး ပေးဖူးလို့ ဒါကလေးကို သူမှာ အမြတ်များ မှတ်ထားရတယ်တဲ့။

ယခု မဟာစည်ဆရာတော်ကိုလဲ ဒီဓမ္မလက်ဆောင်ကလေး ပေး  
ချင်တယ်ဆိုပြီးတော့ အဲဒီဂါထာကလေးကို ပါဏ္ဍာသက်သက် သုံးခေါက်  
ရွတ်ပြီး ဟောပြုတယ်။

နှိပ်ဆက်မိန့်ခန်းတရားတော်

အားလုံး  
အားလုံး  
အားလုံး  
အားလုံး

ဒီဂါထာကလေးက ထောဂါထာပါ၌တော်မှာ လာတယ်။  
ဥက္ကာယမထော်ရုံ ဥဒါန်းကျူးမှု ရွတ်ဆိုတဲ့ ဂါထာပါပဲ။

အားလုံး  
အားလုံး  
အားလုံး  
အားလုံး

ဒီလို ဆရာတော်က ပါ၌သက်သက်ရွတ်ပြီး ဟောပြီးတော့  
ဘုန်းကြီးကလဲ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ ကျျးဇူးတင်ကြောင်း ပြန်ပြီး  
လျောက်ရတယ်။

ဆရာတော် ယခုရွတ်ပြတဲ့ ဓမ္မလက်ဆောင် ဂါထာကလေးဟာ  
အင်မတန် အဖိုးတန်ပါတယ်ဘူရား။ သူရဲ့ ဆိုလိုရင်း အနက်အမိပ္ပါယ  
ကလည်း အင်မတန် လေးနက်ပါတယ်။ မဂ်ညော် ဖိုလ်ညော်ရောက်  
အောင် ညွှန်ပြထားပါတယ်။ ဒီ ဓမ္မလက်ဆောင် ဂါထာကလေးကို  
ကြားနေရတာဟာ အများကြီးပဲ ဝမ်းမြောက်ပါတယ် စသည်ဖြင့်  
ပြန်ပြောပြီးတော့ မိမိညော်ထဲမှာ ထင်မြင်တဲ့အတိုင်း အနက်အမိပ္ပါယ  
များကိုလဲ ဘုန်းကြီးကပဲ ရှင်းလင်းပြီး ပြန်လျောက်ထားတယ်။  
ဆရာတော်ဘူရားကြီးလ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ သဘောဓာတ်ပြီး  
သွားတယ်။

အဲဒီ ဂါထာကလေးရဲ့ အနက်အမိပ္ပါယ်ကို ယခု ထုတ်ဖော်ပြီး  
ဟောရမယ်။

မကျိန်းမမာ ရောဂါဝေဒနာ တရာ့ရုံဖြစ်လာရင် သတိရလာတယ်  
တဲ့။ ဘယ်လို သတိရလာသလဲဆိုလိုရှိရင် ငါမှာ မကျိန်းမမာ အနာရော

မဟာဓမ္မရာတော်ဘုရားကြီး၏ ရွှေဘို့

ဂါကတော့ဖြင့် ဖြစ်လာပြီ။ ဒီလို မကျန်းမမာ အနာရောဂါ ဖြစ်လာတဲ့ အခါမှာ မူးမေ့လျှော့လျှော့ နေ့ အခါကာလကတော့ မဟုတ်ဘူး။ မမေ့ မလျော့ အမှတ်ရှို့ အခါကာလပဲလို့ ဒီလို သတိတရားကလေး ဖြစ်လာ တတ်တယ်တဲ့။

ဒါက သူ့ဂါထာကလေးရဲ့ ဆိုလိုရင်း အတိုချုပ် လုံးရိုက် အမိပ္ပါယ်ပါပဲ။

အဲဒါကို အကျယ်ဝေဖန်ပြီး ပြောရမယ်ဆိုရင်တော့ မကျန်းမမာ အနာရောဂါ ဖြစ်တဲ့အခါ သတိဖြစ်တယ် အမှတ်ရှတယ်ဆိုတာက မင်္ဂလာက် ဖိုလ်ဗျာက်ဖို့ရာ အကြောင်းပဲ။

အဲဒီ သတိဖြစ်တယ် အမှတ်ရှတယ်ဆိုတာကလဲ J-မျိုး ရှိတယ်။

ငါမှာ မကျန်းမမာ အနာရောဂါကတော့ ဖြစ်လာပြီ။ ဒီရောဂါနဲ့ ပဲ သေချုပ်လည်း သေသွားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် မသေခင်အတွင်း အား အင်ရှိနေတုန်းမှာ မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမတော်ဖြစ်တဲ့ တရားကို တော့ ပြည့်စုံသင့်သမျှ ပြည့်စုံသွားရအောင်၊ ရသင့်သမျှ ရသွားရအောင် အားထုတ်မှပဲလို့ ဟောသီလို့ အမှတ်ရှတဲ့ သတိတရားက တမျိုး။

ဒီလို သတိတရားကတော့ ကုသိုလ်တရားတွေကို အားထုတ်ဖြစ် အောင် တိုက်တွန်းနှီးဆော်ပေးတတ်လို့ သူ့ကို ကာရကသတိတရားလို့ ခေါ်တယ်။ ပြရွှေပိုစေတတ်တဲ့ သတိတရား၊ ပြရွှေပိုအောင် တိုက်တွန်း စေခိုင်းတဲ့ သတိတရား၊ အကြောင်းရင်းခဲ့ သတိတရားလို့ ဆိုလိုတယ်။

ဒီအကြောင်းသတိကလေး ဖြစ်ရနဲ့တော့ ကိစ္စမပြီးသေးဘူး။

ဒီအကြောင်းသတိကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးသတိကမှ လိုရင်းဖြစ်တယ်။

သူကတော့ တကယ့်ကို အလုပ်လုပ်တဲ့ သတိပဲ။

ဒါကြောင့် သူ့ကိုတော့ ကာရကသတိလို့ ခေါ်ရတယ်။ အလုပ် သမားသတိလို့ ဆိုလိုတယ်။

နှိပ်ဆက်မိန့်ခွန်းတရားတော်

အဲဒီ သတိရဲ့ ဖြစ်ပုံကတော့ မကျိန်းမမာ ရောဂါဝေဒနာတွေ  
နှိပ်စက်နေတဲ့ အခါကာလမှာ အဲဒီရောဂါဝေဒနာမှ စြိုး ထိအနိက်  
အတန် ကာလအတောအတွင်းမှာ ရှိနေတဲ့ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေကို  
ဖြစ်တိုင်းပျက်တိုင်း ခဏမစဲ လိုက်ပြီး မပြတ် မှတ်နေရတယ်။

ရောဂါဝေဒနာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ်အမူအရာ ရုပ်တရားပဲဖြစ်ဖြစ်၊  
စိတ်အမူအရာ နာမ်တရားပဲဖြစ်ဖြစ် ဘာကလေးတရုက္ခိမှ မမေ့မလျော့ဘဲ  
ရှုပြီး အမှတ်ရနေတယ်။ ဒီလို မပြတ်မစဲ အမှတ်ရနေတာကို ခုနက ပြော  
ခဲ့တဲ့ ‘ကာရကသတိ-အကျိုးသတိ’ လို ခေါ်တယ်။

ဒီအကျိုးသတိကတော့ အစဉ်အတိုင်း ပွားများပြီး သွားရင်  
မင်္ဂလာက် ဖိုလ်ဗျာက် နိုဗ္ဗာန်ကို တခါတည်း ဆိုက်ရောက်သွားနိုင်ပါ  
တယ်။

ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ ပကတိလူတွေမှာဆိုရင် မကျိန်းမမာ  
ရောဂါ ဝေဒနာ ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ သတိတရားက မရဘူး။

ဒါကြောင့် “ငါမှာ ရှုံးတုန်းကတော့ ချမ်းသာနေတာပဲ။  
ကောင်းစားနေတာပဲ။ အခုမှုပဲ မကျိန်းမမာဖြစ်ပြီးတော့ ဆင်းရဲနေရတယ်။  
ဒုက္ခနဲ့တွေပြီး နေရတယ်။ ဆိုးလိုက်တဲ့ ရောဂါဝေဒနာတွေ၊ ပျောက်ခဲ  
လိုက်တာတွေ” စသည်ဖြင့် ရောဂါဝေဒတွေနဲ့ပေမယ့် သူက စိတ်ဆိုး  
ပြီး နေတတ်တယ်။

ကိုယ့်မှာ အရင်က ချမ်းသာနေရဲ့သားနဲ့ အခုမှု မချမ်းမသာ  
ဖြစ်လာရမလား ဆင်းရဲရမလားလို ဒေါသတွေ ပွားပြီး နေတတ်တယ်။

ဒီလို စိတ်ဆိုးပြီး ဒေါသတွေ ပွားနေရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်မှာ သတိ  
တရား ကင်းမဲ့ပြီး အမှတ်မရဘဲ ဖြစ်နေလိုပဲ။

သူ့ဟာသူ အခိုက်အတန်အားဖြင့် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်  
သဘောတရားတွေကို သူက အစိုးရတဲ့ ငါကောင် သတ္တဝါကောင်လို့

မဟာဓမ္မဘဏ်ဘရားကြီး၏ ရွှေဘို့

ထင်နေတယ်။ အရင်က ချမ်းသာနေတာလဲ ငါပဲ၊ အခု ဆင်းရဲနေတာလဲ ငါပဲလို့ သူက ဒီလို့ ထင်နေတယ်။

ပြီးတော့ သူ့ဟာသူ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာကို အစိုးမရပါဘနဲ့ သူက ချက်ချင်း ပျောက်သွားအောင်လို့ စီမံချင်တယ်။ မျှော်လင့်တောင့်တနေတယ်။

ရုပ်နာမ်တရားတွေက သူထင်တဲ့အတိုင်း အစိုးရတဲ့ အတွက်ကောင် မဟုတ်တော့ သူ့အလိုအတိုင်း မဖြစ်ဘူး။ ဒါကြောင့် သူက စိတ်ဆိုးနေတာပဲ။ အဲဒါဟာ ရုပ်နာမ်တွေကို ဖြစ်တိုင်းပျက်တိုင်း အမှတ်ပြီး အမှန်အတိုင်း မသိလို့ပါပဲ။

ယခု မြတ်စွာဘူးရား၏ အဆုံးအမကို ကောင်းကောင်း ရယူထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဆုံးရင်တော့ ရောဂါဝေဒနာ စပြီး ဖြစ်လာကတည်းက ဒီလို့ သတိတရား ရလာတယ်။

အင်း .. အဲဒီ ရောဂါဝေဒနာ အကြောင်းပြုပြီးတော့ စိတ်ဆိုး ခြင်း မရှိဘဲနဲ့ ဒီလို့ သတိတရား ရလာတယ်။

အင်း ... ငါမှာ သေမင်း၏စစ်သည်ဖြစ်တဲ့ ရောဂါဝေဒနာကြီးနဲ့ ရှင်ဆိုင်တွေ့နေပြီ။ ငါဘက်က ဆေးဆရာကြီးတွေနဲ့ ဆေးဝါးလက်နက်ကောင်းတွေကပဲ အနိုင်ရမလား၊ သေမင်းဘက်က ရောဂါကပဲ အနိုင်ရမလား မသိဘူး။ အဆင်မသုတေသနရင် ရောဂါက အနိုင်ရပြီး ဒီရောဂါနဲ့ပဲသေလ သေသွားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် မသေမြိမ်အတွင်း တရားထူး တရားမြတ်တွေကို ရအောင် ငါအားထုတ်ဦးမှပဲလို့ အဲဒီလို့ သတိတရားတွေဖြစ်လာတယ်။

ဒါက ကမ္မဋ္ဌာန်းလက်ရှိ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ သတိတရား ရပုံပဲ။

ကမ္မဋ္ဌာန်းလက်မဲ့ဖြစ်နေတဲ့ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာတော့ ဒါလောက် အဆင့်အတန်းမြင့်အောင် မဖြစ်နိုင်ရှာကြပါဘူး။ သိလဆောက်တည်ဦးမှပဲ။ ပရိတ်နာဦးမှပဲ။ သက်န်းလှဦးမှပဲ။

နှုတ်ဆက်မိန့်ခွန်းတရားတော်

ဆွမ်းဦးရူးလူဗျားမှပဲ စသည်ဖြင့် ဒါလောက်ပဲ သတိရပြီး ဒါနသီလလောက်ပဲ  
ပြနိုင်ရှုပါတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းလက်ရှိပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ ခုနံပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း တရားထူး  
တရားမြတ်ကို ရသည့်တိုင်အောင် အားထုတ်ဖို့ အဆင့်အတန်းမြင့်မြင့်နဲ့  
သတိတရား ရလာတယ်။

သို့ပေမယ့် ဒီလို သတိတရား ရရှိနဲ့လဲ ကိစ္စက မပြီးသေးပါ  
ဘူး။ အဲဒီလို သတိရတဲ့အတိုင်း မပြတ် မှတ်ပြီး တရားထူးကို ရသည်  
အထိ အားထုတ်သွားမှ ကိစ္စက ပြီးပါတယ်။

ဒါကြောင့် အဲဒီလို သတိရလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မိမိသန္တာန်မှာ  
ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ မခံသဘူး ဝေဒနာလေးတွေကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း သူဖြစ်  
ပေါ်ရဘူးပဲ ရူးစိုက်ပြီးတော့ လိုက်မှတ်နေရပါတယ်။

နာရှင်ဖြင့် နာတယ် နာတယ်လို့ မှတ်နေရတယ်။  
ကျင်ရင် ကျင်တယ်။  
ကိုက်ခဲရင် ကိုက်ခဲတယ်။  
အောင့်ရင် အောင့်တယ်။  
မောရင် မောတယ်။  
ပန်းရင် ပန်းတယ် စသည်ဖြင့် အဲဒီ ကိုယ်ထဲက ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့  
ဝေဒနာကလေးတွေကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ရူးစိုက်ပြီး မှတ်နေရတယ်။

သမာဓိဉာဏ်အား ပြည့်စုံနေတဲ့အခါမှာဆိုရင် ဒီလို ရူးစိုက်ပြီး  
မှတ်နေရာမှာ ဟို ကိုယ်ထဲက မခံသဘူး ဝေဒနာလေးတရာ့က ဖြစ်လာ  
လိုက်ရင်း၊ ဒီက မှတ်သိတဲ့ စိတ်ကလေးတရာ့က ဖြစ်လိုက်ရင်း၊ ဟိုက  
မခံသဘူး ဝေဒနာတရာ့က ဖြစ်လာလိုက်ရင်းနဲ့ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း  
မခံသဘာ အခံရခက်တာလေးတွေကို တပိုင်းစီ တပိုင်းစီ ပိုင်းခြားပြီးတော့  
သိနေတယ်။

ဝေဒနာလေးတွေသာ မဟုတ်သေးဘူး။ မှတ်နေတဲ့ သတိဉာဏ်

မဟာဓာတ်ပါဝါန္တရာတော်ဘုရားကြီး၏ ရွှေဘို့သို့

လေးတွေကလဲ မှတ်သိပြီးရင်း ပျောက်သွားရင်း၊ မှတ်သိပြီးရင်း ပျောက်သွားရင်းနဲ့ ခဏာမစဲ ဖြစ်ပျက်ပြီးတော့ မဖြေနေပုံတွေဟာ ထင်ရှားနေတယ်။

ဥပမာအားဖြင့် နှုတ်ခမဲးမွေးများကို မွေးညှပ်များ ဇာဂနာများနဲ့ တပင်ချင်း ကိုက်ကိုက်ပြီး နှုတ်ပစ်နေသလိုပဲ။ ကိုယ်ထဲက မခံသဘာကလေးက ပေါ်လာလိုက်ရင်း၊ ဒီက မှတ်လိုက်ရင်း ပျောက်သွားလိုက်ရင်းနဲ့ဟာ ဝေဒနာနဲ့ အမှတ်အသိလေး တစုံ တစုံ တိကန် တိကန် ပြတ်ပြတ်ပြီး သွားတာကို အစဉ်အတိုင်း မှတ်သိပြီး လိုက်နေရတယ်။

ယခု ပြောခဲ့တဲ့ ဒေါဒနာသာ မဟုတ်သေးဘူး။  
ဒေါဒနာမှတပါး မြင်တာ၊ ကြားတာ၊ ထိတာတွေ သိတာတွေ အစရှိတဲ့ ချို့ရ ၆-ပါးက ကျေလာသမျှ အာရုံတွေကိုလဲ သူတို့ ကျေလာတိုင်း ရှုမှတ်ပြီးတော့ သိနေရတယ်။

အာရုံတာခုက ကျေလာလိုက်ရင်း အဲဒါကို ရှုမှတ်ပြီး သိလိုက်ရင်း သူက ပျောက်သွားပြန်ရင်း၊ တခြား အာရုံက ပေါ်လာပြန်ရင်း၊ အဲဒါကို ရှုမှတ်ပြီး သိလိုက်ပြန်ရင်း၊ သူက ပျောက်သွားပြန်ရင်းနဲ့ ဒီလို မပြတ်ရှုမှတ်ပြီး တသိတည်း သိနေတယ်။

ရပ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဝေဒနာ သညာ သံဃာရပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဝိညာဉ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဖြစ် ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းကို အမေ့အလွတ် မရှိဘဲ အကုန်လုံး အမှတ်ရပြီး သိနေတယ်။

ငါမှာ မသေခင် အတွင်းကလေး ဒီတရားကို အားထုတ်နေရတဲ့။ တရားထူး မရသေးမချင်း ငါဒီတရားကို လက်လွတ်လို့တော့ မဖြစ်သေးဘူး။ မပြတ်မစဲ အမေ့အလွတ်မရှိဘဲ တမှတ်တည်း မှတ်နေမှပဲလို့ နှလုံးသွင်းပြီးတော့ မပြတ် မှတ်နေရတယ်။

ဒီလို တမှတ်ပြီး တမှတ် ဆင့်ကာ ဆင့်ကာ မေ့လျော့ခြင်း ရပ်နားခြင်း မရှိဘဲ အမှတ်ရပြီး သိနေတာကို အကျိုးသတိလို့ ခေါ်တယ်။

## နှိပ်ဆက်မိန့်ခွန်းတရားတော်

ဒီလို မပြတ် အမှတ်ရပြီး သိနေတာကို ရည်ရွယ်ပြီးတော့ သူ ဂါထာကလေးထဲမှာ “ကာလော မေ နှုံးမန္တိတဲ့” လို့ ဆိုထားတယ်။ မဂ် ဖိုလ် ရောက်သည့်တိုင်အောင် မမေ့မလျော့ မပြတ်မစဲ ရှုမှတ်ပြီးနေဖို့ အချိန်ပဲတဲ့။

ဒီလို မပြတ်မစဲ ရှုမှတ်နေရင်း အဲဒီ အမှတ်သတိကလေးတွေ ဟာ တဆင့်ထက်တဆင့် မြင့်မြင့်ရင့်ရင့်ပြီး နောက်ဆုံးကျတော့ ဒီလို မှတ်နေရင်း မှတ်နေရင်းထဲကပဲ မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရပ်နာစ်သီးရ ဆင်းရတွေ လုံးဝ ချပ်ပြောမ်းသွားတဲ့ နိုဗ္ဗာန်တရားထဲကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ် ဉာဏ်နဲ့ ဝင်ရောက်ပြီးတော့ မျက်မောက်ပြုသွားတယ်။

အဲဒီလို ရောက်သွားသည့်တိုင်အောင် ဥတ္တိယမထောရ်က သူကိုယ်တိုင်လ အားထုတ်ခဲ့ပြီး တခြားပုဂ္ဂိုလ်များလ သူလိုပဲ အားထုတ် သင့်တယ်ဆိုတာ ဖော်ပြပြီးတော့ အဲဒီ ဥတ္တိယမထောရ်က ဥဒါန်းကျူးမှု ရွတ်ဆိုတဲ့ ဂါထာတဲ့။

အားဗာဇ် မေ သမုပ္ပန္နဲ့  
သတိ မေ ဥဒါပန္တထဲ။  
အားဗာဇ် မေ သမုပ္ပန္နဲ့ဘာ  
ကာလော မေ နှုံးမန္တိတဲ့။

မေ-ငါးအား၊ အားဗာဇ်-မကျိန်းမာမူ ရောကါဝေဒနာသည်၊  
သမုပ္ပန္နဲ့ဖြစ်ပေါ်၍ လာလတ်သော်၊ သတိ-အမှတ်ရမူ သတိသည်၊  
မေ-ငါးအား၊ ဥဒါယွဲထဲ-ဖြစ်ခဲ့လေပြီ။

ကိန္တိ-ဘယ်သို့ ဖြစ်သနည်းဟူမှုကား၊  
မေ-ငါး၏သန္တာနှင့်၊ အားဗာဇ်-မကျိန်းမမာ ရောကါ ဝေဒနာ  
သည်၊ သမုပ္ပန္နဲ့ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့ပေပြီ။

လူမိနာ စေ အားဗာဇ်-ဤရောကဖြင့်ပင်လျင်၊ မရဏံ ဝါ  
ဝါပုဏေယျာ-သေခြင်းသို့ ရောက်မှုလည်း ရောက်နိုင်ချေ၏။  
တသွား-ထိုကြောင့်၊ လူဒါန်း-ယခု၊ မေ-ငါးအား၊ ပမ္မိတ်-ရှုမှတ်  
မူ မရှိဘဲ မေ့လျော့၍ နေခြင်းငါး၊ န ကာလော-အချိန်အခါ မဟုတ်ပေ။

မဟာဓာတ်ပါန်ဘဏ္ဍားကြီး၏ ရွှေဘိသို့

အထ ခေါ်-အမှန်အားဖြင့်သော်ကား၊ နုပမစ္စတဲ့ ကာလော-မမေ့  
မလျော့ဘဲ တမှတ်တည်း မပြတ် ရှုမှတ်သွားရမည့် အခါကာလပေ  
တည်း။

လူတိ-ဤသို့ နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်လျက်၊ သတိ-အမှတ်ရမှု  
သတိသည်၊ ဥဒယန္တ-ဖြစ်ခဲ့လေပြီ တဲ့။

ယခု ဘုန်းကြီးက လူကိုယ်တိုင် မလာနိုင်တဲ့အတွက် ဒီဂါထာ  
ကလေးပဲ တရားလက်ဆောင်အဖြစ် အသံသွေးပြီး အထက်ဖြောမှာ  
ရှိကြတဲ့ ဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်တွေ အားလုံး နာရ ကြားရအောင်လို့ ပေးပို့လိုက်  
ရတယ်။

ဒီဉာဝါဒတရားကို နာကြားပြီး အမှတ်တရ အထူးသတိပြုစရာ  
ကတော့ လူပြည်လောကထဲမှာ အတွင်းဝင်ပြီး နေတဲ့သူ မှန်ရင် 'ရှပ်'  
ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သံဃာရ၊ ဝိညာဉ်' ဆိုတဲ့ ခန္ဓာဝါးပါး ရှပ်နာမ်တရား  
တွေကို အနိုပြပြီး နေကြရတာတွေချည်းပဲ။

ဒီ 'ရှပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သံဃာရ၊ ဝိညာဉ်' ဆိုတဲ့ ခန္ဓာဝါးပါး  
ရှပ်နာမ်တရားတွေကလဲ ဘာမှ အားကိုးလောက်တဲ့ တရားတွေ မဟုတ်  
ဘူး။ အကြောင်းမညီညွတ်ဘူးဆိုရင် ဘယ်အချိန်မဆို ရောဂါ ဝေဒနာ  
စဲကပ်ပြီးတော့ လူမမော ဖြစ်သွားနိုင်တာချည်းပဲ။

ဒါကြောင့် အကယ်၍ မကျိန်းမမာများ ဖြစ်လာမယ်ဆိုရင် ဒီ  
ဥဗ္ဗိုယ်မထောင်၏ ဥဒါန်းဂါထာအတိုင်း နှလုံးသွင်း အားထုတ်ပြီးတော့  
အဆိုးထဲက အကောင်းရအောင် အမြတ်ထုတ်တတ်ကြစေရမယ်။

အမြတ်ရအောင်ဟာ အဲဒီ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဝေဒနာက စပြီးတော့  
ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ရှပ်နာမ်ကလေးတွေကို စူးစိုက်ပြီး မပြတ် ရှုမှတ်သွား  
ကြရုပါပဲ။

ဒီလို ရှုမှတ်ပြီး သွားရင် အဲဒီ အရှင်ဥဗ္ဗိုယ်မထောင်လိုပဲ မကျိန်း  
မမော ဖြစ်နေရင်းက တရားထူး တရားမြတ်တွေကိုလဲ ရသွားနိုင်ပါတယ်။

နှုတ်ဆက်မိန့်ခွန်းတရားတော်

တရားထူးကို မရတောင်မှ သမာဓိဉာဏ်အထူးကိုတော့ သေသေချာချာ  
ရသွားနိုင်ပါတယ်။

ပြီးတော့ အဲဒီ ရှုမှတ်မှတဲ့မှာ အမှတ်ရမှ သတိသမ္မာဏ္ဍာင် အစ  
ရှိသော ဗောဏ္ဍာင်တရားတွေပါ ပါနေတဲ့အတွက် ရောဂါဝေဒနာလဲ ပျောက်  
သွားတတ်ပါတယ်။ လုံးဝ မပျောက်တောင် သက်သာခွင့်ကိုတော့  
သေသေချာချာ ရသွားနိုင်ပါတယ်။

ပြီးတော့ကာ အစဉ်ထာဝရ နထုံးသွင်းဖို့ရာ အရေးကြီးဆုံးအနေ  
နဲ့ အထူး သတိပေးလိုတာဘတော့ မိမိတို့ သန္တာန်မှာ ရှိပြီးနေကြတဲ့  
သခ္ပါရတရားတွေဟာ ‘ဝယမွာ သခ္ပါရာ’လို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား  
တော်မှတဲ့အတိုင်း ပျက်စီးတတ်တဲ့ တရားတွေချည်းပဲ။

ပကတိ လူတွေရဲ့ အထင်အမြင်ကတော့ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ရှိပြီး  
နေတဲ့ ရုပ်ကိုယ်ကြီးရော၊ စိတ်ကူးစဉ်းစား ကြိုသိပြီးနေတဲ့ နာမ်တရား  
တွေရော ဒါတွေကို ပျက်တတ်တယ်လို့ မထင်ကြဘူး။ အစဉ်ထာဝရ  
တည်မြတိုင်းပဲ တည်နေကြတယ်၊ ငါကောင် သတ္တဝါကောင် တယောက်  
တည်းအနေနဲ့ တည်ပြီးတော့ ကောင်းစား ချမ်းသာနေတယ်လို့ ဒီလို့  
အထင်တွေ ရောက်နေကြတယ်။

သို့ပေမယ့် အမှန်အားပြင့်ဆိုရင်တော့ ကိုယ်တွင်းသန္တာန်မှာ  
ရှိပြီးတော့နေတဲ့ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေဆိုတာကာ မျက်စီးတို့တ်  
လျှပ်တပြက်ခန့်လောက်တောင်မှ မတည်တဲ့ဘဲနဲ့ မပြတ်မစ ဖြစ်ပျက်ပြီး  
တော့ နေတယ်။ ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း ပျက်စီးတော့ နေတယ်။ ဘာမှ  
အားမကိုးလောက်တဲ့ တရားတွေချည်းပဲ။

ဒါကြောင့် အဲဒီ အားမကိုးလောက်တဲ့ သခ္ပါရတရားတွေကို  
အထင်ကြီးပြီး အားကိုးမှား မနေကြဖို့-  
“ငါကတော့ ငယ်ပါသေးတယ်၊  
ကျွန်းမာပါတယ်၊  
မအိနိုင်။

မနာ့သို့၏

မသေနိုင်သေးပါဘူး” စသည်ဖြင့် အားကိုးမှားပြီး မနေကြဖို့။ အဲဒီလို အားကိုးမှားကြဘဲနဲ့ အဲဒီ သချိရတရားတွေကို အမှန်အတိုင်း ထင်မြင်အောင် ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းပြီးသကာလ မိမိတို့သန္တန်မှာ ခွါးရ ၆-ပါးက ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ ရပ်နာမဲတွေကို အမှန်အတိုင်း သိအောင်လို့ အပွဲမာဒ ခေါ်တဲ့ သတိတရားနဲ့ အမှတ်ရပြီးတော့ မိမိတို့ လိုလားအပ်တဲ့ မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် တရားထူး တရားမြတ်တွေကို လက်ဆုပ်လက်ကိုင် ပိုင်ပိုင်ကြီး ရသွားသည့်တိုင်အောင် အခွင့်သာတိုင်း ကြိုးစားအားထုတ်သွားကြဖို့ ဘုန်းကြီးက အရေးတကြီး အနေနဲ့ အထူးပဲ တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

ယခု ဘုန်းကြီး တိုက်တွန်းတဲ့အတိုင်း မိမိတို့ သန္တန်က ရပ်နာမဲ သချိရတွေအပေါ်မှာ အားကိုးမှားကြဘဲနဲ့ မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ အဲဒီ ရပ် နာမဲ သချိရတွေကို အမှန်အတိုင်း သိအောင် အပွဲမာဒ ခေါ်တဲ့ သတိတရားဖြင့် အပြည့်အစုံ ရှုမှတ်နိုင်ကြ၍ ဆင်းခဲ့ခပ်သိမ်းတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကြီးကို မိမိတို့ လိုလားအပ်သော မဂ်ညာဏ် ဖိုလ်ညာဏ်တို့ဖြင့် လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှာ့က်ပြနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ၁၁

မဟာဓမ္မပရာတော်၏  
ရွှေဘို့သို့ နှုတ်ခွန်းဆက် မိန့်ခွန်းတရားတော်  
ကြိုတွင် ပြီး၏။

ဂုဏ်တော် ၉-ပါး ဘုရားရှိခိုး  
(မဟာစည်ဆရာတော်)

အစိန္တာ ယျာ အစိန္တာ ယျာ အပွဲမေယျာ အပွဲမေယျာ မကြံးဆ  
မန္တီင်းယူဉ်နိုင်ကောင်းသော ဂုဏ်တော်ပေါင်း အနှစ်နှင့် လုံးဝါးသုံး  
ပြည့်စုံတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(က) ‘အရဟံ’ - လွန်ကဲထူးမြတ်သော သီလရှုဏ်  
သမာဓိရှုဏ် ပညာရှုဏ် ပိမုတိရှုဏ် ပိမုတိညာအသုန္တရှုဏ်တို့နှင့်  
ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင်း လှန်တိပြုဟာ သဖွေဝါအပေါင်းတို့၏  
ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(ခ) ‘အရဟံ’ - ဝါသနာနှင့်တက္က တထောင့်ဝါးရာ ကိုလေ  
သာ အည်းအကြေးတို့မှ ကင်းဝေး စင်ကြယ်တော်မူပေသော မြတ်  
စွာဘုရား။

(ဂ) ‘အရ-ဟံ’ လေဘာ ဒေါသ မောဟ အစရှိသော  
ကိုလေသာရန်သူတို့ကို ပယ်သတ်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။

(ဃ) ‘အရ-ဟံ’ သံသရာစက်၏ ထောင့် အကန်းတို့ကို  
ချိုးဖျက်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။

(င) ‘အ-ရဟံ’ မျက်မောက် မျက်ကွယ် အချင်းခပ်သိမ်း  
စင်ကြယ်၍ ဆိတ်ကွယ်ရာ မရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၂။ ‘သမ္မာသမ္မာဇ္ဈိုံ’ - သစွာလေးပါး ခပ်သိမ်းသော တရား  
တို့ကို သူတပါးထံ နည်းမခံဘဲ ကိုယ်တိုင် ညာကိုအဟုန် အစွမ်းဖြင့်  
ရူးစမ်းရှာဖွေကာ မှန်ကန်စွာ သိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၃။ ‘ဝိဇ္ဇာစရကာသမ္မာဇ္ဈိုံ’ - ဝိဇ္ဇာမည်သော ညာက်ထူး ၃-  
ပါး၊ ညာက်ထူး ၈-ပါး၊ စရကာမည်သော အခြေခံအကျင့်တရား ၁၅-  
ပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

မဟာဓညဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ရွှေဘို့

၄။ (က) ‘သုဂတော’ – သတ္တဝါတို့အား အကျိုးများ  
ကြောင်း ဟုတ်မှန်သော စကားကောင်းကိုသာ မြိုက်ဆိုတော်မူတတ်  
ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(ခ) ‘သုဂတော’ – မရွှေ့ရှစ်ဖြာ တင့်တယ်သော အမူအရာ  
ဖြင့် ကောင်းစွာ သွားခြင်း၊ ကောင်းစွာ ဖြစ်ခြင်း ရှိတော်မူပေသော  
မြတ်စွာဘုရား။

၅။ ‘လောကဝို့’ – လောက၏ အကြောင်းအရာ အလုံးစုံ  
ကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၆။ (က) ‘အနှုတ္တရော’ – အမြင့်အမြတ်ဆုံး ဖြစ်သော  
သီလရှက် သမာဓိရှက် ပညာရှက် ပိမ္တ္တိရှက် ပိမ္တ္တိဉာဏ်  
အသနရှက်တို့နှင့် ပြည့်စုတော်မူသောကြောင့် လောကဓာတ်အလုံး  
၌ အမြင့်အမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(ခ) ‘ပုရိသဒမွဲသာရထိ’ – ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာအသိ မရှိ  
ကြသေး မပြည့်ဝသေး၍ ဆုံးမပေးထိုက်သော ပုရိလ်တို့အား ယဉ်  
ကျေးလိမ္မာ ပညာပြည့်ဝ အချိုးကျအောင် ဆုံးမသွွန်သင်တော်မူ  
တတ်ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(ဂ) ‘အနှုတ္တရော ပုရိသ အမွဲသာရထိ’ – ဆုံးမထိုက်သော  
ပုရိလ်တို့အား ညွှန်ကြားသွန်သင် ပုပြင်ဆုံးမမှု၌ အတုမရှိ အမြတ်  
ဆုံး ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၇။ ‘သတ္တာဒေဝ မနှုသာနံ’ – ချမ်းသာရကြောင်း လမ်း  
ကောင်းထာန်ပြ ဆုံးမတော်မူတတ်၍ လူနှစ်တို့၏ ဆရာမြတ်အစစ်  
ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၈။ ‘ဗုဇ္ဇာ’ – တရားအလုံးစုံကို အကုန်သိတော်မူပေသော  
မြတ်စွာဘုရား။

## နတ်ဆက်မိန့်ခွန်းတရားတော်

၉။ ‘ဘဂါ’ - ဘန်းတော်အနှစ် ကံတော်အနှစ် ညောက်တော်အနှစ် တန်ခိုးတော်အနှစ်တို့နှင့် လုံးဝါယံပြည့်စုံတော်မူပေသာ မြတ်စွာဘုရား။

အခုပုံ အစရိုင်သာ ကိုပါးသာ ဂုဏ်တော်၊ ဆယ်ပါး  
သာ ဂုဏ်တော် အနှစ်ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော်အပေါင်းတို့နှင့်  
ပြည့်စုံတော်မူသာ သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗာဗုမြတ်စွာဘုရားကို  
ဘုရားတပ်ဖွှဲတော်သည် ရို့သေမြတ်နီး လက်အုပ်မီး၍ ရို့စိုးပူဇော်  
ဖူးမြော် မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

## ဂုဏ်တော် ၆-ပါး တရာ့ချို့ခြုံး (မဟာဓလ်ဆရာတော်)

ဘဂဝတော့-မြတ်စွာဘုရားသည်၊ အကွဲတော့-ဟောကြားအပ်သော၊ ဓမ္မဘာ-တရားတော်သည်။

၁။ ‘သွာက္ခာတော့’—ကိုလေသာဌြမ်းကြောင်း ကောင်းမှန် မှန်ကန်စွာ ဟောအပ်သာ တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

၂။ ‘သနိုင်ကာ’ – ကျင့်ကြ အားထုတ်လျှင် မျက်မှားကို  
ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်နိုင်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

၃။ ‘အကာလိုကာ’-အခိုန်အခွင့် မဆိုင်းလုပ်ဘဲ အသင့်  
လက်ငင်း ချက်ချင်း အကျိုးပေးတတ်သော တရားတော်မြတ်ပါပေ  
တကော်။

၄။ ‘ဟောသိတေသန’ – “လာပါ ကြည့်လှည့်ပါ”ဟု ကျင့်ကြအားထုတ်ရန် ဖိတ်မန် တိုက်တွန်းထိုက်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတါဂား။

မဟာစည်ဆရာတော်ဘရားကြီး၏ ရွှေဘို့

၅။ ‘**သုပနေယျိကော**’ – မိမိသစ္စာနှင့် တည်အောင် ကျင့်  
ဆောင်ထိက်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

၆။ ‘**ပစ္စတဲ့ ဝေဒီတဖ္တာ ဝိဉာဏ်**’ – တရားမြင်သိသည့်  
ပညာရှိ ရှုပါး အရိယာများသာလျှင် ကိုယ့်တရားနှင့်ကိုယ် အသီး  
အသီး သံမြင်ခံစားရသော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

သွာက္ခာတ အစရှိသော ဤဂုဏ်တော် ၆-ပါးနှင့် ပြည့်စုံ  
တော်မူသော “မဂ်လေးပါး ဖိုလ်လေးပါး နိဗ္ဗာန် ပရိယတ်”အားဖြင့်  
ဆယ်ပါးသော တရားတော်မြတ်ကို ဘုရားတပည့်တော်သည့် ရှိသော  
မြတ်နှီး လက်အပ်မိုး၍ ရှိခို့ပူဇော် ဖူးမြော် မာန်လျော့ ကန်တော့  
ပါ၏ ဘုရား။

### ဂုဏ်တော် ၉-ပါး သံပူးတော်ရှိခိုး (မဟာစည်ဆရာတော်)

ဘဂဝတော့-မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝကသံပူး-တပည့်  
သားအပေါင်း သံပူးတော်သည့်၊

၁။ ‘**ဘုပ္ပါးပန္နာ**’ –လောဘ ဖောသ မောဟကင်းကြောင်း  
(သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်ကောင်းကို) ကောင်းစွာ ကျင့်တော်  
မူသော သံပူးတော်မြတ်ပါပေတကား။

၂။ ‘**ဥပ္ပါးပန္နာ**’ –ကိုယ်နှစ် စိတ်ထား အကောက်သုံးပါး  
ကင်းရန် ဖြောင့်မှုန်စွာ ကျင့်တော်မူသော သံပူးတော်မြတ်ပါပေ  
တကား။

၃။ ‘**ဥယုပ္ပါးပန္နာ**’ –ဆင်းခဲ့ပြီးရန် နိဗ္ဗာန်အလို့၍ သင့်  
လျှော်စွာ ကျင့်တော်မူသော သံပူးတော်မြတ်ပါပေတကား။

၄။ ‘**သာမိစိပ္ပါးပန္နာ**’ –သူများကပြုသည့် ရှိသေမှုနှင့် သင့်

နှိပ်ဆက်မိန့်ခန်းတရားတော်

တင့်ထိုက်တန်အောင် ကျွန်ုင်ကြံတော်မူသော သံယာတော်မြတ်ပါပေ  
တကား။

၅။ ‘အာဟုနေယျာ’-အာရပ်ဝေးမှသော်လည်း ဆောင်  
လာ၍ ပေးလူပူဖော်ထိုက် ပေးလူသည်ကို ခံယူတော်မူထိုက်သော  
သံယာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၆။ ‘ပါဟုနေယျာ’-ချစ်မြတ်နီးအပ်သည့် ဇွဲ့သည်များ  
အတွက် အထူးပြုပြင်ထားသော စားကောင်းသောက်ဖွံ့ဖြိုးသော်  
လည်း ပေးလူပူဖော်ထိုက် ခံယူတော်မူထိုက်သော သံယာတော်  
မြတ်ပါပေတကား။

၇။ ‘ဒက္ခိကောယျာ’-နောင်တမလွန် လောက၍ ကောင်း  
ကျိုးရမည်ဟု ယုံကြည်၍ ပေးလူသည်ကို ခံယူတော်မူထိုက်သော  
သံယာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၈။ ‘အဗ္ဗလိကရဏီယျာ’-ကောင်းကျိုးချမ်းသာ မှန်စွာ  
ရမည်ဟု ယုံကြည်မျှော်ကိုးလျက် လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးထိုက်သော  
သံယာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၉။ ‘အန္တာရုံး ပုညှကွော့တုံး လောကသု’-ကောင်းမှုမျိုးကို  
စိုက်ပျိုးရန်အလို့၌ သတ္တဝါအပေါင်း၏ အကောင်းဆုံး လယ်ယာ  
မြေ ဖြစ်တော်မူသော သံယာတော်မြတ်ပါပေတကား။

သုပ္ပဋိပန္တ အစရှိသော ဤ ၉-ပါးသော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်  
ပြည့်စုံတော်မူသော မဂ္ဂံ့နှစ်ပုဂ္ဂိုလ်လေးပါး ဖလွှာနှစ်ပုဂ္ဂိုလ်လေးပါး  
အားဖြင့် ရှစ်ပါးသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း သံယာတော်မြတ်ကို  
ဘုရားတပည့်တော်သည် ရှိသောမြတ်နီး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဖော်  
ဖူးမြောန်လျော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

မဟာဓမ္မဘဏ်ဘရားကြီး၏ ရွှေဘို့သို့

## ပဋိပတ်ဖြင့် ပူဇော်ရန်

၁။ တူမာယ ဓမ္မဘန့် ဓမ္မပဋိပတ်ထိယာ စုစုံ ပူဇော်မီ။  
၂။ တူမာယ ဓမ္မဘန့် ဓမ္မပဋိပတ်ထိယာ စုစုံ ပူဇော်မီ။  
၃။ တူမာယ ဓမ္မဘန့် ဓမ္မပဋိပတ်ထိယာ သံလုံ ပူဇော်မီ။

၁။ လောကုတ္ထရာ ၉-ပါး အားလျှော်သော ဤအကျင့်  
ပဋိပတ်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်ပါ၏ ဘုရား။

၂။ လောကုတ္ထရာ ၉-ပါး အားလျှော်သော ဤအကျင့်  
ပဋိပတ်ဖြင့် တရားတော်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏ ဘုရား။

၃။ လောကုတ္ထရာ ၉-ပါး အားလျှော်သော ဤအကျင့်  
ပဋိပတ်ဖြင့် သံလုံဘဏ်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏ ဘုရား။

## မြှုပ်လင့်ချက်နှင့် ဆုတေဘာင်း

၁။ အခွဲ၍ လူမာယ ပဋိပဒါယ ဇရာမရဏမှာ  
ပရီမှိုစံသာမိ။

၅။ အကျင့်မြတ်ဖြင့် အိခိုင်း သေခြင်းမှ ကေန်မချတ် လွတ်  
မြောက်ရပေလိမ့်မည်။

၂။ လူဒံမေ ပုညံ အာသဝက္ခယာ ဝဟံ ဟောတူ။

အကျွန်းပို၏ ၅၃၂ကောင်းမှုသည် အာသဝေတရား လေးပါး  
တို့၏ ကုန်ရာကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မင်္ဂလာကိုဖိုလ်ညာ၏ နိဗ္ဗာန်ကို  
ရွက်ဆောင်ပါစေသတည်း။

၃။ လူဒံမေ ပုညံ နိဗ္ဗာနသာ ပစ္စယာ ဟောတူ။

အကျွန်းပို၏ ၅၃၂ကောင်းမှုသည် နိဗ္ဗာန်ကို (မျက်မှုာက်ပြု  
ရခြင်း)၏ အကြောင်း အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

မဟာဓနလိုဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ရွှေဘိုသို့

အမျိုးဝေရန်

ဤကောင်းမှ ကုသိလ်၏ အဖို့ကို အမိအဘတို့မှ စ၍  
အလုံးစုံသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား အမျှပေးဝပါ၏။  
အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့သည် ဤကောင်းမှ၏ အဖို့ကို  
အညီအမျှ ရကြ၍ ကိုယ်စိတ်နစ်ဖြာ ချမ်းသာကြပါစွာ။

အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကပါကုန်လေ။

သာကရိ