ထူးရှင်-အရှင်ဦးရိပ်သာ-ဆရာတော်

ဟောကြားတော်မူအပ်သော

ဝိပဿနာဒေသနာ

၇-ရက်လုပ်ငန်းဝင် ဟောကြားစဉ်

တရားတော် အကျဉ်းချုပ်နှင့် ဆောင်ပုဒ်များ

ဝိဘဇ္ဇဝါဒီဘွဲ့ခံ ဝိပဿနာ မဟာဓမ္မကထိက

ဗုဒ္ဓသာသနာပြု-အရှင်ဦးရိပ်သာဆရာတော်

"ဝိဘင်္ဂပါဠိဘွဲ့ခံ"

ဝိပဿနာ မဟာဓမ္မကထိက

ဗုဒ္ဓသာသနာပြု-အရှင်ဦးရိပ်သာဆရာတော်

၁၂၈၅-ခုဘွားသက်တော်(၅၈)ပြည့်ဦးဖွဲ့ဆောင်

စ[illegible]တိုက်
ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်

ဝိပဿနာဒေသနာ

၇-ရက်လုပ်ငန်းဝင် ဟောကြားစဉ်

တရားတော် အကျဉ်းချုပ်နှင့် ဆောင်ပုဒ်များ

ရေနံမြို့၊ ရိပ်သာကျောင်းတိုက်၊
အာဒိမာပိတ အာရာမိဿရ ဖြစ်တော်မူသော
ဝိဘဇ္ဇဝါဒီဘွဲ့ခံ
မူလဓမ္မစရိယနှင့် ကမ္မဋ္ဌာနစရိယ
(ညောင်ညွန့် အရှင် သောဘိတာစာရ)
ဗုဒ္ဓသာသနာပြု-အရှင်ဦးရိပ်သာဆရာတော်
ရေးသားချီးမြှင့်တော်မူသည်။

ဆွာမြို့ အောင်စကြာဆန်စက်၊ ဦးညို-ဒေါ်မြကြည်

သားသမီး မြေးတစု နိဗ္ဗာန်ဆု နတ်လူသာစု

ခေါ်စေသော်-

စာအုပ်ရေ (၁၀၀၀) ပုံနှိပ်၍ ဓမ္မဒါန ဝေငှ

လှူဒါန်းပါသည်။

၁၃၂၈-ခုနှစ်။

အဘိယာစက ကထာ

နမော ဝိပဿနာ ဓမ္မဒေသကဿ
အာစရိယဿ။

ရိုသေလေးမြတ်စွာလျှောက်ထားတောင်းပန်ပါသည်ဘုရား။

(၁) ဦးရွှေတိုး၊ အသက်-၆၂-နှစ်၊ ဆွာမြို့၊ ၁-ရပ်ကွက်။

(၂) ဦးမောင်ငယ်၊ အသက်-၆၅-နှစ်၊ ငါးကြီးကွေ့ရွာ၊ တောင်ပိုင်း။

(၃) ဦးကိုကြီး၊ အသက်-၅၇-နှစ်၊ ဆွာမြို့၊ ၁-ရပ်ကွက်။

(၄) ဦးညို၊အသက်-၅၃-နှစ်၊ ဆွာမြို့၊ ၆-ရပ်ကွက်။

(၅) ဦးကုလား၊ အသက်-၅၄-နှစ်၊ ၃-ရပ်ကွက်။

(၆) ဦးဘိုးထင်၊ အသက်-၅၁-နှစ်၊ ဆွာမြို့၊ ၅-ရပ်ကွက်။

(၇) ဦးအောင်ဖေ၊အသက်-၄၈-နှစ်၊ ဆွာမြို့၊ ၇-ရပ်ကွက်။
ဖေါ်ပြပါ ယောဂီ (၇) ယောက်တို့သည်၊ ကောဇာ ၁၃၂၀-ခုနှစ်၊ ဝါခေါင် လပြည့်ကျော်(၁)ရက်နေ့က ဆရာတော် ဘုရားထံသို့ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရန် ရောက်ရှိလာကြပါသည်ဘုရား။

ဆရာတော်ဘုရားသည်၊ ၎င်းလပြည့်ကျော် (၁)ရက်နေ့၊ ညနေပိုင်း၌ ထိုဖေါ်ပြပါယောဂီ(၇)ယောက်ကို၊ "ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရားတော်"ကို ဟောကြား၍၊ ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ခိုင်းပါသည်ဘုရား။

အဘိ ဓာတ ကထာ

ထို့နောက်(၇)ရက်ပတ်လုံး နေ့စဉ်နေ့တိုင်း၊ ညနေပိုင်းအချိန်၌ ဓမ္မာရုံသို့ကြွရောက်တော်မူလာ၍၊ ထိုယောဂီ(၇)ယောက်ကို တရားစစ်ဆေး မေးမြန်းကာ၊ဝိပဿနာတရားတော်ကို "၇-ရက်လုပ်ငန်းဝင်ဟောကြားစဉ်"ဟု သတ်မှတ် ပိုင်းခြား၍၊ ဟောကြားတော်မူသည်များကို ရိုသေစွာနာကြားကြရပါသည်ဘုရား။

ထို "၇-ရက်လုပ်ငန်းဝင်ဟောကြားစဉ် "ဖြစ် သော ဝိပဿနာတရားတော်များကို နာကြားကြရသဖြင့်၊ အသိဉာဏ်ရှင်းလင်းကာ၊လွန်စွာမြတ်နိုးကြပါသည်ဘုရား။

သို့ဖြစ်၍ ထို"၇-ရက် လုပ်ငန်းဝင် ဟောကြားစဉ်" တရားတော် အကျဉ်းချုပ်နှင့် ဆောင်ပုဒ်များကို ပုံနှိပ်၍၊ ဝိပဿနာတရားလိုက်စားသူ၊ လုပ်သားပြည်သူအပေါင်းတို့အား၊ ဓမ္မဒါနအဖြစ် ဝေငှ လှူဒါန်း လိုကြပါသည်ဘုရား။

ထို့ကြောင့်....တပည့်တော်များအား၊ ထို"၇-ရက် လုပ်ငန်းဝင်ဟောကြားစဉ်"တရားတော်အကျဉ်းချုပ်နှင့် ဆောင်ပုဒ်များကို၊ ရေး သား ချီး မြှင့် တော် မူ ပါရန် ကြောင်း....၊ ရိုသေလေးမြတ်စွာလျှောက်ထား တောင်းပန်ပါသည်ဘုရား။

အထူးတာဝန်ခံ၍ တောင်းပန်သူ
(၁) ဦးညို၊ အောင်စကြာဆန်စက်ပိုင်ရှင်
ဧရပ်ကွက်-ဆွာမြို့။
၅-၉-၁၉၆၆

၇-ရက်လုပ်ငန်းဝင်ဟောကြားစဉ်

နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

ပဏာမ၊

ဗုဒ္ဓနှင့်လျှင်၊ကျေးဇူးရှင်ကို၊ဘဝင်နှလုံး၊ပီတိဖုံးမျှ၊ရှင်ပြုံးသဒ္ဓါ လက်ဆယ်ဖြာဖြင့်၊ ထိပ်မှာချီမိုး၊ရှိလျှင်ခိုးသည်။ ။မြတ်နိုးလှစွာပါဘုရား။

-၁-

ဓမ္မကထိကဆရာတော် တရားဟောပလ္လင်ပေါ်ရောက်လျှင် သံပြိုင်ရွတ်ဆို၍ မေတ္တာပို့ပုံ

၁။ ဒို့ကျေးဇူးရှင်၊ဆရာသခင်၊ ကြည်လင်ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ၊ ကျန်းမာပါစေ၊....ချမ်းသာပါစေ၊....လန်းဖြာဖြာဝေ။

၂။ တပည့်တို့ဆရာ၊ထေရ်ရိပ်သာ၊ ကြည်သာကြံတိုင်း အောင်ပါစေ၊....ကျန်းမာပါစေ၊ ....ချမ်းသာပါစေ၊....လန်းဖြာဖြာဝေ။ ။

၃။ မဟာနွယ်ခေါ်၊ ဆရာတော်၊ ရာကျော်သက်တန်း ရှည်ပါစေ၊ ....ကျန်းမာပါစေ၊ ....ချမ်းသာပါစေ၊ ....လန်းဖြာဖြာဝေ။ ။

၄။ ဦးရိပ်သာဆရာတော်၊ ဒိုဘုန်းမော်၊ ရာကျော်သက်တန်း ရှည်ပါစေ၊....ကျန်းမာပါစေ၊....ချမ်းသာပါစေ၊....လန်း ဖြာဖြာဝေ။ ။

၅။ တရားနာရောက်လာ၊ လူများစွာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲ ပါစေ၊ ....ကျန်းမာပါစေ၊ ....ချမ်းသာပါစေ၊ ....လန်း ဖြာဖြာဝေ။ ။

၆။ လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ ....ကျန်းမာပါစေ၊....ချမ်းသာပါစေ၊ ....လန်းဖြာဖြာဝေ

သံပြိုင်တရားတောင်းပုံ

၁။ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒ-နဝခါဝယ်၊
လူ့ဘဝမျိုး-ရကျိုးနပ်ဖွယ်။
တရားစည်ကြီး-ရိုက်တီးသွယ်သွယ်၊
အမြိုက်ဆေး-တိုက်ကြွေးပါတော့တယ်။ ။

၂။ ထွက်မြောက်ကြောင်းနှင့်-နည်းကောင်းရှာဖွေ၊
ချမ်းသာအစစ်-ယူရစ်နိုင်စေ။
စိတ်ကိုထိန်းမှ-ငြိမ်းချမ်းဘို့ပေ၊
တရားနှစ်-ဖွင့်လစ်အမှန်ပေ။

၃။ သူတော်ထုံးတမ်း-ဆုံးခမ်းတိုင်စွာ၊
အကျင့်မျိုးတို့-ဖွံ့ဖြိုးစိမ့်ငှာ။
ခါခါညွှန်းလို့-တိုက်တွန်းပေရှာ၊
ဆရာဖျား-ဟောကြားမြတ်ဓမ္မာ။ ။

၄။ ရိပ်သာမြနန်း-စံမြန်းထေရ်ရာ၊
ရှင်လူအပေါင်း-ညွှတ်ပြောင်းကြည်သာ။

တရားအနှစ်-ယူလစ်မှန်စွာ၊
ဆရာဖျား-စောင့်စားမြော်လင့်ရှာ။ ။

၅။ ဆယ်ဖြာလက်ရှက်-ထိပ်တက်တင်ကာ၊
ခဝပ်ကျိုးလို့-ရှိခိုးပန်ထွာ။
တရားရေအေး-တိုက်ကျွေးလှဲ့ပါ၊
ပဉ္စာမ-ပြုကြလိုလားကာ။ ။

၆။ ဆရာဘုရား-ကြွငြားချိန်တော်၊
တပည့်ပေါင်းတို့-ရှင်ပြောင်းရည်ရော်။
လက်အုပ်မိုးလို့-ရှိခိုးပူဇော်၊
တရားမိုးသည်း-ရွာဖြိုးပါစေသော်။ ။

"တရားရေအေး၊ အမြိုက်ဆေးကို၊ တိုက်ကျွေးတော်မူပါ ကျေးဇူးတော်ရှင်၊ ဆရာတော်သခင်၊ အရှင်မြတ်ဘုရား"

(ဦးသုံးကြိမ် ချကြပါလေ)

(၁) ပဌမနေ့

ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရားတော်

အကျဉ်းချုပ်

* ရှေးဦးစွာ ရှစ်ပါးသီလကို ပေးသနားတော်မူသည်။ ပုဗ္ဗကိစ္စများ

" သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့-အသင်တို့အား ကျွန်ုပ်တို့ အား၊ ကိုယ်နှုတ်စိတ်အားဖြင့်လွန်ကျူးပြစ်မှားမိသည်ရှိသော်၊ထိုအ

ဖြစ်တို့မှကင်းပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ၊ကန်တော့ပါ၏၊ဝန်ချပါ၏၊တောင်းပန်ပါ၏ သည်းခံကျေနပ်တော်မူကြပါ။

အသင်သူတော်ကောင်းတို့က၊ ကျွန်ုပ်တို့အား လွန်ကျူးဖြစ်မှားမိခဲ့လျှင်လည်းသည်းခံကျေနပ်ပါ၏။ "(၃-ကြိမ်ချပေး)။

'မြတ်စွာဘုရားတပည့်သည်၊ တနာရီပြည့်အောင် ဝိပဿနာ တရားကို အားထုတ်ပါမည်ဘုရား၊ ယုံယုံကြကြည်ညီအားထုတ်ပါမည်ဘုရား၊ မှန်သည့်အတိုင်း ....ရုပ်တရား နာမ်တရား၊ မဂ်ဖိုလ်တရားများကို လွယ်ကူလျှင်မြန်စွာ သိမြင်ပါရစေဘုရား။ "ဟု ၃-ကြိမ်ရွတ်ဆိုအဓိဋ္ဌာန်၍ထိုင်ပါလေ။

"ထိုသောအခါ၊ တဘက်ခြုံထည်ပါလျှင် လက်ကန်တော့တင်ပြီး၊တင်ပြင်ခွေထိုင်၊ အမျိုးသမီးများက–ကျုံ့ကျုံ့ထိုင်၊ဘယ်ဘက်လက်ဝါးကိုဖြန့်၍အောက်ကထား၊ညာဘက်လက်ဝါးကိုဖြန့်၍ အထက်ကထား၊ လက်ဝါးချင်းကပ်၍၊လက်မထိပ်ချင်းထိပြီး၊ ရှေ့တင်ပြင်ခွေပေါ်မှာထား၊ ခါးအထက်ကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်ထား၍ထိုင်၊မျက်စိမှိတ်။"

ဤနည်းအတိုင်း ထိုင်လျက်ဖြစ်စေ၊ သို့မဟုတ်လျောင်းလျက်(အိပ်လျက်) ဖြစ်စေ၊တရားကိုအားထုတ်နိုင်ပါသည်။

ပုဇ္ဇကိစ္စများပြီး၏။

ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရား

ယခုဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရားကို ဟောကြားတော့မယ်၊ မှတ်သားကြပါ။

ပစ္စုပ္ပန္နဉ္စယံဓမ္မံ၊ တတ္ထတတ္ထဝိပဿတိ။
အသံဟီရံအသံကုပ္ပံ၊ တံဝိဒွါအနုဗြူဟယေ။
(ဥပရိပဏ္ဏာသ-ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်ပါဠိတော်)

သာဓဝေ-နိဗ္ဗာန်လိုငြောင်း၊ အိုယောဂီအပေါင်း၊ သူတော်ကောင်းတို့။ ဝိဒွါ-နိဗ္ဗာန်လိုဘိ၊ ပညာရှိယောဂီသည်၊ ပစ္စုပ္ပန္နံ-ဖြစ်ပေါ်လာဆဲဖြစ်သော။ ယံဓမ္မံ-အကြင်ပညတ်မဖက်၊ ရုပ်နာမ်ပရမတ်သက်သက်သဘောကို။ ဝိပဿတိ-ဝိပဿနာရှုသည်ဖြစ်အံ့။ တံဓမ္မဥ္စ-ထိုပညတ်မဖက်၊ ရုပ်နာမ်ပရမတ် သက်သက်သဘောကိုလည်း။ အသံဟီရံ မချုပ်ပျောက်သေးမီ။ အသံကုပ္ပံ-မပျက်စီးသေးမီ။ တတ္ထတတ္ထ-ထိုထို ၆-ဌာနမှာ၊ ဖြစ်ပေါ်လာဆဲခဏ၌သာလျှင်။ အနုဗြူဟယေ-အသိကပ်ကာ၊ ပွားများရာ၏။ အနုဗြူဟယေ သတိသမ္ပဇဉ်၊ အသိယှဉ်လျှက်သာ၊ ပွားများရာသတည်း။ (သာဓု-သာဓု-သာဓု)

အဲဒါ "ဥပရိပဏ္ဏာသပါဠိတော်" လာ "ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်" ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီ "ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်" ဟာ၊ ဝိပဿနာအလုပ်ပေးပုံအတွက် အလွန်တရာအချက်ကျတဲ့သုတ်ပါဘဲ၊ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ကြီး ကိုယ်တော်တိုင်ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရားကိုညွှန်ကြားတော်မူထားတာဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီ "ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်" အတိုင်း ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်ကြရပါတယ်၊ ဒီ "ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်" အရ၊ ဆောင်ပုဒ်များကိုရေးသားထားပါတယ်။

၁။ ပေါ်လတ်ပေါ်လတ်၊အသိကပ်၊နိဗ္ဗာန်ရမည်မှတ်။
၂။ နိဗ္ဗာန်လိုသော်၊ပေါ်လာဆဲ၊အမြဲရှုလေအပ်။
၃။ ပေါ်ဆဲရုပ်နာမ်၊ရှုသည်မှန်၊နိဗ္ဗာန်ရမည်မှတ်။ ။

အဲ....''ပေါ်လတ်ပေါ်လတ်အသိကပ်ဆိုတဲ့ ဆောင်ပုဒ်အတိုင်း၊ ''မျက်စိ-နား-နှာ- လျှာ—ကိုယ်—စိတ်'' ဆိုတဲ့-၆-ဌာနကဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်အာရုံကိုမချုပ်ပျောက်သေးမီ အတောအတွင်း အသိကပ်ပေးရမယ်၊ အဲသလို ၆-ဌာနက ပေါ်လာတဲ့ရုပ်နာမ်အာရုံကို အသိကပ်ကပ်ပေးတာဟာ ဝိပဿနာရှုတာပါဘဲတဲ့။

ယခုတရားယူကြတဲ့ယောဂီများကို၊ ၆-ဌာနတို့တွင်၊ ကိုယ်ဌာနကဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်အာရုံကို၊ မူရင်းအနေအားဖြင့်အသိကပ်ရန်၊ဝိပဿနာရှုရန်ညွှန်ကြားမယ်။

ယောဂီတို့၏ကိုယ်ဌာန-တကိုယ်လုံးတို့တွင်၊ နှာသီးဖျားအရပ်၌စိတ်ကိုစိုက်ထားရမယ်၊အဲဒါ....''သမာဓိံ ဘိက္ခဝေ ဘာဝေထ—သမာဓိကို ပွားများကြ ထူထောင်ကြ''လို့ ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း၊ သမာဓိ ထူထောင်တာဖြစ်တယ်၊ အဲသလိုသမာဓိ ထူထောင်လို့ နှာသီးဖျား၌ စိတ်ကလေးတည်နေလျှင်၊ .... ''သမာဟိတော ယထာဘူတံပဇာနာတိ—သမာဓိတည်လျှင်၊ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်ပရမတ်သဘောကို အမှန်သိမြင်နိုင်တယ်'' လို့ ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း၊ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ရုပ်နာမ်ပရမတ်သဘောကို အမှန်အတိုင်းသိမြင်ရပါတယ်၊ ဘယ်လိုသိမြင်ရသလဲဆိုယင်.... နှာသီးဖျားအရပ်တည်းဟူသော ဤကိုယ်ဌာနကာယ ပသာဒ၌ လှုက်လေ ဝင်လေတည်းဟူသောဖေါဋ္ဌဗ္ဗ-အတွေ့ရုပ်များ၊ ထွက်တိုင်း ဝင်တိုင်း၊ထိ-ထိသွားတာကိုသိမြင်ရပါတယ်။

အဲဒီနှာသီးဖျားဌ် ထွက်လေထိခတ်လိုက်တဲ့အခါ "သိ" ဟု အသိကပ်ပေးရမယ်၊ နှာသီးဖျားဌ် ဝင်လေထိခတ်လိုက်တဲ့ အခါမှာလဲ "သိ" ဟုအသိကပ်ပေးရမယ်၊အဲဒါဝိပဿနာရှုတာပါဘဲ။

အဲသလိုနှာသီးဖျားဌ်ထွက်လေထိတိုင်းဝင်လေထိတိုင်း အသိ ကပ်ကပ်ပေးရမယ်၊ အဲသလိုအသိကပ်လို့ထိတိုင်းထိတိုင်းသိမြင်နေခြင်းဟာ .... "ကာယေ ကာယာနုပဿီ ... ပရိညေယျော၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗပရိညေယျာ၊ ကာယဝိညာဏံပရိညေယ်ျ "လို့ဟောတော်မူထားတဲ့သံယုတ်ပါဠိတော်အရဖြစ်ပါတယ်၊သံယုတ်ပါဠိတော်နှင့်ညီညွတ်ပါတယ်တဲ့။

အဲသလိုနှာသီးဖျားဌ်ထွက်လေထိတိုင်းအသိကပ်၊ ဝင်လေထိတိုင်း အသိကပ်ပေးလျှင်ရင်း၊ စင်္ကြံသွားရာ၌ ခြေဖဝါးနှင့်ကြမ်းပြင်ထိတိုင်း၊ ဘယ်ဘက်ခြေဖဝါးနှင့်ကြမ်းပြင်ထိလိုက်လျှင် အသိကပ်၊ညာဘက်ခြေဖဝါးနှင့် ကြမ်းပြင်ထိလိုက်လျှင်အသိကပ်၊ ဤအတိုင်းအသိကပ်ပေးလျှင်ရင်း၊အသိကပ်တိုင်း အသိကပ်တိုင်း၊ ထိတာတွေ့တာဟာတခုပြီးတခု၊ ပြတ်လျက်ပြတ်လျက်သွားတာ၊ ပျက်ပျက်သွားတာကို သိမြင်ရတယ်တဲ့၊ အဲဒါအရ ဆောင်ပုဒ်ရေးသားတယ်။

ထိဆဲအလိုက်-ထိတာစိုက်ကာ၊
သတိပြုလျက်-မပျက်ရှုပါ။
ထိတာအစု-ယခုသိတာ၊
ထိတာပျက်-တကွက်ဝိပဿနာပါ။ ။

အဲ....ယခုညွှန်ကြားလိုက်တဲ့ဝိပဿနာအလုပ်ဟာ၊.... ကာယဋ္ဌပဋ္ဌိစ္စဖောဋ္ဌဗ္ဗေစဥ္ပဉ္စတိကာယဝိညာဏံ၊ တိတ္တကံသင်္ဂတိဖဿော လို့ သံယုတ်ပါဠိတော်မှာဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း၊ အကြောင်း "သမုဒယ" ကိုဖြိုးကနေဖြတ်တဲ့အလုပ်ပါဘဲတဲ့။

အဲသလိုနှာသီးဖျား၌ ထွက်လေ ဝင်လေထိတိုင်းထိတိုင်း၊ အသိကပ်ကပ်ပေးလျှင် (ဝါ) ဝိပဿနာရှုလျှင် အသိကပ်တိုင်း အသိကပ်တိုင်း၊ ထိတာတွေ တခုပြီးတခု ပြတ်ပြတ်သွားတာ ပျက်ပျက်သွားတာကိုတွေ့မြင်ရတယ်၊ တခါအသိကပ် တခါပြတ်၊ တခါအသိကပ် တခါပြတ်လျှက်သွားသည်ကို ထင်ရှားစွာ တွေ့မြင်ရတယ်။

ပြတ်ပြတ်သွားတိုင်း၊ ပျက်ပျက်သွားတိုင်းလဲ-အကြောင်း "သမုဒယ"ဟာ "တဒင်္ဂပဟာန်"အားဖြင့် ချုပ်ချုပ်သွားပါတယ်၊ အဲသလိုအကြောင်း "သမုဒယ" တဒင်္ဂပဟာန်အားဖြင့် ချုပ်နေလျှင်အကျိုး "နိရောဓ"ဖြစ်လျှက် နေတယ်၊ သို့အတွက် အသိကပ်တိုင်း အသိကပ်တိုင်း၊ ကိုယ်ဌာန-ကိုယ်အပေါ်က၊ မီးတွေငြိမ်းနေတယ်၊ အဲဒါ....တဏှာနိရောဓါ ဥပဒါနနိရောဓါ၊ ဥပဒါနနိရောဓါ ဘဝနိရောဓော၊ ပဘာနိရောဓါ ဇာတိနိရောဓော" စသည်တွေဘဲတဲ့၊ အဲဒါပင်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ရဟတ်ပြတ်တယ်လို့ခေါ်ပါတယ်။

အဲသလိုမှ ဝိပဿနာမရှုလျှင်(ဝါ)အသိကပ် ကပ်မပေးလျှင်.... "ကာယဥ္စပဋိစ္စဖေါဋ္ဌဗ္ဗေစဥပ္ပဇ္ဇတိကာယဝိညာဏံ၊ တိဏ္ဏံ သင်္ဂတိဖဿော၊ ဖဿပစ္စယာဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာတဏှာ" လို့ ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း၊ ဖဿကအကြောင်းဆက်ပြီး၊ "သမုဒယတဏှာ"အထိ ဖြစ်သွားကာ၊ ကိုယ်ဌာန-ကိုယ်အပေါ်က မီးတွေလောင်ပါရောတဲ့၊ အဲဒါကို....တဏှာပစ္စယာဥပါဒါနံ၊ ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ၊တဝပစ္စယာဇာတိ၊ ဇာတိပစ္စယာဇရာမရဏံ" စသည်ဖြင့် ဟောတော်မူထားပါတယ်၊ ဒါကိုပင်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ရဟတ်လည်တယ်လို့ခေါ်ပါတယ်။

သို့အတွက်–အသိမကပ်လျှင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ရဟတ်လည်တယ်၊ မီးလောင်တယ်လို့မှတ်ရမယ်၊ အသိကပ်လျှင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ရဟတ်ပြတ်တယ်၊မီးငြိမ်းတယ်လို့မှတ်ရမယ်။

အဲဒါကြောင့်–ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ရဟတ် ပြတ်အောင်၊ မီးငြိမ်းအောင်ဟာ၊ ကိုယ်ဌာနမှာ ထိတိုင်း ထိတိုင်း အသိကပ်ကပ်ပေးရမယ်။

စင်္ကြံသွားတဲ့အခါမှာ–ဘယ်ဘက်ခြေဖဝါးနှင့် ကြမ်းပြင်ထိလိုက်လျှင် "သိ"ဟု အသိကပ်ပေး၊ ညာဘက် ခြေဖဝါးနှင့် ကြမ်းပြင်ထိလိုက်လျှင်"သိ"ဟုအသိကပ်ပေး၊ အဲသလိုအသိကပ်ကပ်ပေးလျှင် စင်္ကြံသွားရာ၌လဲ အသိကပ်တိုင်း အသိကပ်တိုင်း၊ အကြောင်းသမုဒယပြတ်လျက်နေပါတယ်၊ အဲဒီအခါ မီးငြိမ်းနေတာပါဘဲ။

အဲ....ဒီ–ကိုယ်ဌာန တနေ့ရာရာက မခံသာမှုဝေဒနာ သဘောတွေ ပေါ်နေပြန်လျှင်လဲ၊ အဲဒီဝေဒနာအပေါ်ကို အသိကပ်ထားရမယ်၊ ဣရိယာပုတ်ကို မပြောင်းဘဲနှင့်–သူ့အလို အလျောက်ဝေဒနာတွေ ပြောက်သွားသည်တိုင်အောင် အသိကပ်ထားရမယ်၊ ဝေဒနာပျောက်သွားလျှင် မူရင်းနှာသီးဖျားသို့ပြန်၍ ထွက်လေဝင်လေထိတာကိုပင်အသိကပ်ရမယ်။

ထို့အပြင်–ဒီကိုယ်ဌာန တနေ့ရာရာက၊ပူမှု အေးမှုစသောဓါတ်သဘောတွေ ပေါ်နေပြန်လျှင်လဲ၊ ဓါတုမသိကာရ အနေအားဖြင့်၊ ပူမှု အေးမှု စသည့်တို့အပေါ် အသိ ကပ်ရမှာဘဲ၊ ဝိပဿနာရှုရမှာဘဲတဲ့။

ဟောဒီဆောင်ပုဒ်များကိုမှတ်ထားကြ။

၁။ မီးအများထိန်ထိန်ပြောင်၊
ကိုယ်အပေါက်မှာလောင်။ ။
မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုပြု၊
ထိတိုင်း"အသိ"ရှု။ ။

၂။ ဝိပဿနာရှုက၊ သမုဒယပျောက်ပြီး၊
မီးငြိမ်းသည်။ ။

၃။ ဝိပဿနာမရှုက၊ သမုဒယရောက်ပြီး၊
မီးလောင်သည်။ ။

ကိုင်း....ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရားအဆုံးသတ်ကြစို့

ယခုဟောပြောခဲ့တဲ့ "ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရားတော်" ကို မှတ်သားကြပြီး၊ ဝိပဿနာအလုပ်ကို ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြသဖြင့်၊ ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်ပေါက်၍၊ မဂ်ဖိုလ်တိုင်အောင် ဆိုက်ရောက်နိုင်ကြပါစေသတည်း။ (သာဓု-သာဓု-သာဓု)

(၂) ဒုတိယနေ့

ကိုယ်ဌာနမှာ ပေါ်လာလျှင် ရှုဆင်ခြင်တရားတော်နှင့် မျက်စိဌာနမှာ ပေါ်လာလျှင် ရှုဆင်ခြင်တရားတော် အကျဉ်းချုပ် ဆောင်ပုဒ်များ။

ကိုယ်ဌာနမှာ ပေါ်လာလျှင် ရှုဆင်ခြင်တရားတော် အတွက် ဆောင်ပုဒ်များကိုညွှန်ကြားမယ်။

၁။ ပေါ်လတ် ပေါ်လတ်၊ အသိကပ်၊ နိဗ္ဗာန်ရမည်မှတ်။

၂။ ကိုယ်ဌာနမှာ၊ အတွေ့နှင့်ထိစိတ်ပေါ်လာတယ်၊ထိတိုင်း ထိတိုင်းသိရမယ်။

* ကာယဥ္စပဋိစ္စ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေစဥပ္ပဇ္ဇတိ ကာယဝိညာဏံ၊တိဏ္ဏံ သင်္ဂတိဖဿော။(နိဒါန ဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော်)

၃။ ကိုယ်အတွေ့ထိစိတ်၊ ဤ ၃–ခုပေါင်းဆုံမှုကို ထိတာ ဟုဆို၊ထိတိုင်း ထိတိုင်းသိဘို့လို။

* ထိတိုင်း ထိတိုင်း အသိကပ်ကပ်ပေးလျှင်.... "ကာယော ပရိဒေ္ဒဝယျော ဖောဋ္ဌဗ္ဗာပရိဒေ္ဒဝယျာ၊ ကာယဝိညာဏံ ပရိဒေ္ဒဝယျံ" လို့ ဟောတော်မူတဲ့ သံယုတ်ပါဠိတော်နှင့်လဲ ညီညွတ်ပါတယ်။

* အသိကပ်တိုင်း ကပ်တိုင်း၊ ထိတာတွေဟာ တခုပြီး တခု ပြတ်လျက်ပျက်ပျက်သွားပါတယ်။

* အဲဒါ–အကြောင်းသမုဒယ၊ တဒင်္ဂပဟာန်အားဖြင့် ပြတ် ပြတ်သွားတာဘဲ၊ အကြောင်း သမုဒယပြတ်သဖြင့် ကိုယ် အပေါ်ကမီးတွေငြိမ်းနေတော့တယ်။ "တဏှာနိရောဓာ ဥပါဒါနနိရောဓော" စသည်အတိုင်းပေါ့။

* အသိမကပ်လျှင် ထိမှုဖဿက အကြောင်းဆက်ပြီး၊ သမု ဒယဖြစ်ကာ၊ ကိုယ်အပေါ်ကမီးတွေလောင်ပါရောတဲ့၊ "ဖဿပစ္စယာဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာတဏှာ" စသည် အတိုင်းပေါ့။

၄။ ထိဆဲအခိုက်–ထိတာစိုက်က၊
သတိပြုလျက်–မပျက်ရှုပါ။
ထိတာအစ–ယခုသိကာ၊
ထိတာပျက်–တက္ကဝိပဿနာပါ။ ။

၅။ မီးအများထိန်ထိန်ပြောင်၊
ကိုယ်အပေါက်မှာလောင်။
မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုပြု၊
ထိတိုင်း"အသိ"ရှု။ ။

၆။ ဝိပဿနာရှုက၊ သမုဒယပျောက်ပြီးသည်၊

၇။ ဝိပဿနာမရှုက၊ သမုဒယရောက်ပြီးမီးလောင်သည်။

မျက်စိဌာနမှာ ပေါ်လာလျှင် ရှုဆင်ခြင်း၊ တရားတော်အတွက် ဆောင်ပုဒ်များကိုညွှန်ကြားမယ်။

၁။ ပေါ်လတ်ပေါ်လတ်၊ အသိကပ်၊ နိဗ္ဗာန်ရမည်မှတ်။

၂။ မျက်စိဌာနမှာ၊ အဆင်းနှင့်မြင်စိတ်ပေါ်လာတယ်၊ မြင်တိုင်းမြင်တိုင်းသိရမယ်။

* စက္ခုံစပဋိစ္စ ရူပေစ ဥပ္ပဇ္ဇတိ စက္ခုဝိညာဏံ၊ တိဏ္ဏံသင်္ဂတိ ဖဿော။

၃။ မျက်စိအဆင်းမြင်စိတ်၊ ဤ ၃-ခုပေါင်းဆုံမှုကို၊ မြင်ဘာဟုဆို၊ မြင်တိုင်းမြင်းတိုင်းသိဘို့လို။

* အသိကပ်တိုင်း ကပ်တိုင်း၊ မြင်တာတွေဟာ တခုပြီးတခု၊ ပြတ်လျက် ပျက်လျက်သွားပါတယ်၊ ချင်တာပြက်လောက်တောင်မကြာပါဘူး။

၄။ မြင်ဆဲအခိုက်-မြင်တာစိုက်ကာ၊
သတိပြုလျှက်—မပျက်ရှုပါ။
မြင်တာအစု၊ ယခုသိကာ၊
မြင်ထာပျက်—တကွက်ဝိပဿနာပါ။

အဲသလို မြင်တာတွေ တခုပြီးတခု ပြတ်လျှက် နေတာကို သိမြင်နေလျှင် အဲဒီပြတ်ပြတ်သွားတာကိုသိ သိနေတဲ့အတွင်းမှာ အကြောင်းသမုဒယလဲ တဒင်္ဂပဟာန် အားဖြင့် ချုပ်ချုပ်သွားတာဘဲ၊အကြောင်းသမုဒယ ချုပ်နေတဲ့အတွင်းမှာ မျက်စိပေါက်က မီးငြိမ်းနေတာဘဲ။

၅။ ဝိပဿနာရှုက သမုဒယပျောက်ပြီး မီးငြိမ်းသည်။ ။

* မြင်တာကို အသိမကပ်လျှင်၊ မြင်မှုဖဿက အကြောင်းဆက်ပြီး သမုဒယဖြစ်ကာ၊ မျက်စိပေါက်က မီးတွေလောင်ပါရော။

၆။ ဝိပဿနာမရှုက၊ သမုဒယရောက်ပြီး၊ မီးလောင်သည်။ ။

၇။ မီးအများ ထိန်ထိန်ပြောင်၊
မျက်စိပေါက်မှာလောင်။
မီးငြိမ်းအောင် ဘယ်လိုပြု၊
မြင်တိုင်း "အသိ"ရှု။ ။

(၃) တတိယနေ့

နားဒွါနမှာပေါ်လာလျှင် ရှုဆင်ခြင်တရားတော် အကျဉ်းချုပ်ဆောင်ပုဒ်များ

၁။ ပေါ်လတ်ပေါ်လတ်၊ အသိကပ်၊ နိဗ္ဗာန်ရမည်မှတ်။

၂။ နားဒွါနမှာ၊ အသံနှင့်ကြား စိတ်ပေါ်လာတယ်၊ ကြားနာတိုင်း ကြားတိုင်းသိရမည်။

* သောတဉ္စ ပဋိစ္စသဒ္ဒေစဉပ္ပဇ္ဇတိ သောတဝိညာဏံ၊ တိဏ္ဏံ သင်္ဂတိဖဿော။

၃။ နား အသံကြားစိတ်၊ ဤ ၃-ခုပေါင်းဆုံမှုကို၊ ကြားတာ
ဟုဆို၊ ကြားတိုင်းကြားတိုင်း သိဘို့လို။ ။

* ကြားတာကို အသိကပ်တိုင်း ကပ်တိုင်း၊ ကြားတာတွေဟာ
တခုပြီးကခု ပြတ်လျှက်ပျက်လျှက် သွားပါတယ်၊ မျက်စိ
တမှိတ်ခန့်လောက်တောင် မကြာပါဘူး။

၄။ ကြားဆဲအခိုက်-ကြားတာစိုက်ကာ၊
သတိပြုလျှက်-မပျက်ရှုပါ။
ကြားတာအစ-ယခုသိကာ
ကြားတာပျက်-တကွက်ဝိပဿနာပါ။

* အဲသလိုကြားတာတွေ တခုပြီးတခု ပြတ်လျှက်နေတာကို
သိနေလျှင် အဲဒီ ပြတ် ပြတ် သွား တာ ကို သိ-သိနေတဲ့
အတွင်းမှာ....တဏှာနိရောဓော၊ဥပါဒါနနိရောဓော" စသည့်
အတိုင်း၊ အကြောင်း "သမုဒယ" လဲ တဒင်္ဂပဟာန်အား
ဖြင့် ချုပ်လျှက်ချုပ်လျှက် နေပါတယ်၊ အကြောင်းသမု
ဒယ ချုပ်နေတဲ့အတွင်းမှာ နားပေါက်က မီးတွေငြိမ်းနေ
တော့တာဘဲ။

၅။ ဝိပဿနာရှုက၊ သမုဒယပျောက်ပြီး၊ မီးငြိမ်းသည်။

* ကြားတာကိုအသိမကပ်လျှင် ကြားမှုဖဿက အကြောင်း
ဆက်ပြီး၊ "ဖဿပစ္စယာ ဝေ ဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာ
တဏှာ" စသည့်အတိုင်း သမုဒယတဏှာဖြစ်ကာ၊ နား။
ပေါက်က မီးတွေလောင်ပါရော။

၆။ ဝိပဿနာမရှုက၊ သမုဒယရောက်ပြီး၊ မီးလောင်သည်း

၇။ မီးအများထိန်ထိန်ပြောင်၊
နှာအပေါက်မှာလောင်။ ။
မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုပြု၊
ကြားတိုင်း "အသိ" ရှု

(၄) စတုတ္ထနေ့

နှာခေါင်းဌာနမှာပေါ်လာလျှင် ရှုဆင်ခြင်တရားတော်အကျဉ်းချုပ်ဆောင်ပုဒ်များ

၁။ ပေါ်လာက်ပေါ်လတ်၊ အသိကပ်၊ နိဗ္ဗာန်ရမည်မှတ်။ ။

၂။ နှာခေါင်းဌာနမှာ၊ အနံ့နှင့်နံစိတ်ပေါ်လာတယ်၊ နံတိုင်း နံတိုင်း သိရမယ်။ ။

* ဃာနဥ္စပဋိစ္စဂန္ဓေစ ဥပ္ပဇ္ဇတိဃာနဝိညာဏံ၊ တိဏ္ဏံသင်္ဂတိ ဖဿော။

၃။ နှာခေါင်းအနံ့ နံစိတ်၊ ဤ ၃-ခုပေါင်းဆုံမှုကို နံတာဟု ဆို၊ နံတိုင်းနံတိုင်း သိဘို့လို။

* နှာခေါင်းအကြည်ရုပ်နှင့် အနံ့ရုပ်တိုက်ခတ်မိလျှင်၊နံစိတ် ပေါ်လာတယ်၊ အဲဒါကို နံတာလို့ဆိုတယ်။

* နံတာကို အသိကပ်တိုင်းကပ်တိုင်း၊ နံတာတွေဟာ တခုပြီး တခု၊ ပြတ်လျက် ပျက်လျက်သွားပါတယ်၊ လျှပ်တပြက် ခန့်လောက်တောင် မကြာပါဘူး။

၄။ နံ့ဆဲအခိုက်–နံ့တာစိုက်ကာ၊
သတိပြုလျက်–မပျက်ရှုပါ။
နံ့တာအစ–ယခုသိကာ၊
နံ့တာပျက်-တကွက်ဝိပဿနာပါ။ ။

* အဲသလိုနံ့တာတွေ တ ခု ပြီး တ ခု ပြတ်လျက်နေတာကို သိနေလျှင် အဲ ဒီ သိနေ တဲ့ အ တွင်း မှာ "ဖဿနိရောဓေါ၊ ဝေဒနာနိရောဓေါ၊ ဝေဒနာနိရောဓေါ၊ တဏှာနိရောဓေါ" စတဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပြတ်ပုံ ပါဠိတော်အတိုင်း၊ အကြောင်း သမုဒယ ချုပ်လျက်နေပါတယ်၊ အကြောင်း သမုဒယ ချုပ်နေတဲ့အတွင်းမှာ နှာခေါင်းပေါက်က မီးတွေငြိမ်းနေ တော့တာဘဲ။

၅။ ဝိပဿနာရှုက၊ သမုဒယပျောက်ပြီး၊ မီးငြိမ်းသည်။ ။

* နံ့တာကိုအသိမကပ်လျှင်၊ နံ့မှုဖဿက အကြောင်းဆက် ပြီး "ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ ပစ္စယာ တဏှာ" စသည် အတိုင်း သမုဒယ တဏှာ ဖြစ် ကာ နှာခေါင်းပေါက်က မီးလောင်သည်။

၆။ ဝိပဿနာမရှုက၊ သမုဒယရောက်ပြီး၊ မီးလောင်သည်။ ။

၇။ မီးအများထိန်ထိန်ပြောင်၊
နှာခေါင်းပေါက်မှာလောင်၊
မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုပြု၊
နံ့တိုင်း"အသိရှု"။ ။

သာသနာ့ရေးဦးစီးဌာန
စာကြည့်တိုက်
ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်

(၅) ပဉ္စမနေ့။

လျှာနှာနှမှာပေါ်လာလျှင် ရှုဆင်ခြင်
တရားတော် အကျဉ်းချုပ် ဆောင်ပုဒ်များ

၁။ ပေါ်လတ်ပေါ်လတ်၊ အသိကပ်၊ နိဗ္ဗာန်ရမည်မှတ်။

၂။ လျှာဌာနမှာ၊ အရသာနှင့် လျက်စိတ် ပေါ်လာတယ်။
လျက်တိုင်းလျက်တိုင်းသိရမယ်။

* ဇိဝှာဉ္စ ပဋိစ္စ ရသေစ ဥပ္ပဇ္ဇတိဇိဝှာဝိညာဏံ၊တိဏ္ဏံ၊ သင်္ဂတိ ဖဿော။

၃။ လျှာအရသာလျက်စိတ်၊ ဤ ၃-စု ပေါင်းဆုံမှုကို၊ လျက်တာဟုဆို၊ လျက်တိုင်းလျက်တိုင်း သိဘို့လို။

* လျှာအကြည်ရုပ်နှင့် အရသာရုပ် တိုက်ခတ်မိလျှင်၊ လျက်စိတ် ပေါ်လာတယ် (စားစိတ်ပေါ်လာတယ်) အဲဒါကို လျက်တာ စားတာလို့ ဆိုတယ်။

* လျက်တာစားတာကိုအသိကပ်တိုင်းကပ်တိုင်း၊ လျက်တာ စားတာတွေဟာ၊ တခုပြီးတခု၊ ပြတ်လျက် ပျက်လျက် သွားပါတယ်။ လက်ဖျစ် တတွက်ခန့် လောက်တောင် မကြာပါဘူး။

၄။ လျက်ဆဲအလိုက်၊ လျက်တာစိုက်ကာ၊
သတိပြုလျက်၊ မပျက်ရှုပါ။
လျက်တာအစု၊ ယခုသိတာ။
လျက်တာပျက်၊ တကွက်ဝိပဿနာ။ ။

* အဲသလို လျက်တာစားတာတွေ တခုပြီးတခု ပျက်နေတာကို သိနေလျှင်၊ အဲဒီသိနေတဲ့အတွင်းမှာ "ဖဿနိရောဓါ ဝေဒနာနိရောဓော၊ ဝေဒနာနိရောဓါ တဏှာနိရောဓော" စတဲ့အတိုင်း၊ အကြောင်း သမုဒယ တဏှာဟာ တဒင်္ဂပဟာန်အားဖြင့် ချုပ်လျက်နေပါတယ်၊ တခါသိတခါ ချုပ်ပါဘဲတဲ့၊ အကြောင်းသမုဒယ ချုပ်နေတဲ့ အတွင်းမှာ လျှာပေါက်က မီးတွေငြိမ်း နေတော့တာဘဲ။

၅။ ဝိပဿနာရှုက သမုဒယပျောက်ပြီး၊ မီးငြိမ်းသည်။ ။

* လျက်တာစားတာကိုအသိမကပ်လျှင်၊ ဝိပဿနာမရှုလျှင်၊ လျက်မှုစားမှု ဖဿကအကြောင်းဆက်ပြီး "ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာတဏှာ" စတဲ့အတိုင်း သမုဒယ တဏှာဖြစ်ကာ လျှာပေါက်ကမီးတွေ လောင်ပါရောတဲ့။

၆။ ဝိပဿနာမရှုက၊သမုဒယ်ရောက်ပြီး၊မီးလောင်သည်။ ။

၇။ မီးအများထိန်ထိန်ပြောင်၊
လျှာပေါက်မှာလောင်။ ။
မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုပြု၊
လျက်တိုင်း"အသိ"ရှု။ ။

(၆) ဆဋ္ဌမနေ့။

စိတ်ဒွါနမှာပေါ်လာလျှင် ရှုဆင်ခြင်တရားတော်အကျဉ်းချုပ် ဆောင်ပုဒ်များ။

၁။ ပေါ်လတ်ပေါ်လတ်၊ အသိကပ်၊ နိဗ္ဗာန်ရမည်မှတ်။

စိတ်ဒွါနမှာ၊ သဘောနှင့်ကြံစိတ်ပေါ်လာတယ်၊ ကြံတိုင်းကြံတိုင်းသိရမယ်။

* မနုဉ္စပဋိစ္စ စမ္မေစ ဥပ္ပဇ္ဇတိ မနောဝိညာဏံ၊ တိဏ္ဏံ သင်္ဂတိ ဖဿော။ (နိဒါနဝဂ္ဂ သံယုတ်ပါဠိတော်)

၃။ စိတ်သဘောကြုံစိတ်၊ဤ ၃-ခုပေါင်းဆုံမှုကို၊ ကြုံတာဟုဆို၊ ကြုံတိုင်းကြုံတိုင်း သိဘို့လို။

* မနောအကြည်ကို ဘဝင်စိတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီမနော အကြည်ဓါတ်နှင့် စိတ်ထဲက တွေးလို့စဉ်းစားလို့ ပေါ် လာတဲ့ သဘောတွေ(ဓမ္မာရုံတွေ)ဟာ သူတို့ချင်းပေါင်း ဆုံမိတဲ့အခါ မနောက သဘောကို စဉ်းစားမိတဲ့အခါ၊ ကြုံစိတ်ပေါ်လာတယ်၊ အဲဒါကို ကြုံတာလို့ ဆိုတယ်။

မှတ်ချက်။ ။ (ဓမ္မာရုံအရ၊ ရုပ်ရော၊ နာမ်ရော၊ ၂-မျိုးလုံး ယူရတယ်၊ သို့ရာတွင် ဝိပဿနာဘုံမကိုက်သော နိဗ္ဗာန်နှင့် ပညတ်ကိုကား နှုတ်ထားရတယ်။)

* ကြုံတာကို **အ**သိကပ်တိုင်း ကပ်တိုင်း၊ ကြုံတာတွေဟာ တခုပြီးတခု ပြတ်လျက်ပျက်လျက် သွားပါတယ်၊ လျှပ် တပျက်ခန့်လောက်တောင် မကြာပါဘူး။

၄။ ကြုံဆဲအခိုက်၊ ကြုံတာစိုက်ကာ၊
သတိပြုလျက်၊ မပျက်ရှုပါ။
ကြုံတာ**အစု**၊ ယခုသိကာ၊
ကြုံတာပျက်၊ တကွက်ဝိပဿနာပါ။ ။

အဲသလို ကြုံတာတွေ တခုပြီးတခု ပျက်နေတာကို သိနေ လျှင်၊ အဲဒီသိနေတဲ့အတွင်းမှာ "ဖဿနိရောဓေါ၊ ဝေဒနာ နိရောဓေါ၊ ဝေဒနာနိရောဓေါ၊ တဏှာနိရောဓေါ" စတဲ့ အတိုင်း အကြောင်းသမုဒယ တဏှာဟာ တဒင်္ဂ ...

အားဖြင့် ချုပ်လျှက်နေပါတယ်၊ တခါသိ တခါချုပ် ပါဘဲတဲ့၊ အကြောင်းသမုဒယ ချုပ်နေတဲ့ အတွင်းမှာ စိတ်အပေါက်က မီးတွေငြိမ်းနေတော့တာဘဲတဲ့။

၅။ ဝိပဿနာရှုက၊ သမုဒယပျောက်ပြီး၊ မီးငြိမ်းသည်။

နံ ကြံတာကို အသိမကပ်လျှင်၊ ကြံမှုဖဿအကြောင်း ဆက်သွားပြီး၊ "ဖဿစစ္စယာဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာတဏှာ" စတဲ့အတိုင်း၊ သမုဒယတဏှာဖြစ်ကာ၊ စိတ်အပေါက်မှာ မီးတွေ ယောင်ကုန်ပါရောတဲ့။

၆။ ဝိပဿနာမရှုက၊ သမုဒယပျောက်ပြီး၊ မီးလောင်သည်။

၇။ မီးအများထိန့်ထိန့်ပြောင်၊
စိတ်အပေါက်မှာလောင်။
မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုပြု
ကြံတိုင်း "အသိ" ရှု။

ကိုင်း တရားအဆုံးသတ်ကြစို့....။
ပစ္စုပ္ပန္နဉ္စယော်ဓမ္မံ၊ တတ္ထတတ္ထဝိပဿတိ။
အသံဟိရံအသံကုပ္ပံ၊ တံဝိဒွါ အနုဗြူဟယေ။

[ပဋ္ဌမနေ့က အတိုင်း အနက်ပြန်ကောက်ပါ]

ယခုဟောခဲ့တဲ့ အတိုင်း ဇ-ဋ္ဌာနက ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့၊ ရုပ်၊ နာမ်ပရမတ် သဘောများကို မချုပ်ပျောက်သေးမီ၊ ထိုထို ဇ-ဋ္ဌာနမှ ဖြစ်ပေါ်ဆဲခဏ၌ သာလျှင် ဝိပဿနာ ရှုနိုင်ကြ၍၊ အသိကပ်နိုင်ကြ၍၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်စဉ် ပေါက်ကာ၊ မဂ်ဖိုလ် တိုင်အောင် ဆိုက်ရောက်နိုင်ကြပါစေသတည်း။

(သာဓုခေါ်)

(၇) သတ္တမနေ့။

ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ် တရားတော် အကျဉ်းချုပ်ဆောင်ပုဒ်များ။

(က)။ ဉာဏ်စဉ်အခဏ်း။

ယောစဝဿ သတံဇီဝေ၊ အပဿံဉာဏမုတ္တမံ။
ဧကာယံ ဇီဝိတံသေယျော၊ ပဿတော ဉာဏမုတ္တမံ။

(ဓမ္မပဒနယဂ္ဂါဟ၊ ရစနာဂါထာပါဠိ)

သ:ဓဝေ....အို....ယောဂီအပေါင်း၊ သူတော်ကောင်းတို့၊ ယောစ၊ အကြင်သူသည်ကား၊ ဥတ္တမံ၊ မြတ်သော၊ ဉာဏံ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ကို။ အပဿ--အပဿန္တော၊ မမြင်ဘဲလျက်။ ဝဿသကံ–အနှစ်တရာမျှကာလပတ်လုံး ဇီဝေ၊ စားကာအိပ်ကာ၊ ရယ်မောကာနှင့် မေ့လျော့စွာ အသက်ရှည်ငြားအံ့။ (တဿဇီဝတော-- ထိုမေ့လျော့စွာနေသောသူ၏၊ ကောဟံ–တရက်မျှ။ ဇီဟိတံ၊ အသက်ရှည်ရခြင်းသည်။ သေယျော၊ သာလွန်မြင့်မြတ်၊ ချီးမွမ်းအပ်လေတော့သတည်း။ ။(သာဓုခေါ်)

(က) ဉာဏ်စဉ်တရား၊ စွဲမှတ်သား၊ ကြိုးစားနာလေပါ။

(ခ) ကိုယ်ဉာဏ်အဆင့်၊ ကိုယ်တိုင်ချင့်၊ အသင့်ဆုံးဖြတ်ပါ။ မှတ်ရှုဆဲမှာ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ၊ ဉာဏ်မှာထင်ထင်၊ သိမြင်တာ။ နှုတ်မ။ ရှု ပယပရိစ္ဆေဒဉာဏ်။

[ဤကား အခြေခံဉာဏ် ၂-ပါးတည်း]

၂။ မှတ်ရှုဆဲမှာ၊ ကြောင်း–ကျိုးနှစ်ဖြာ၊ ဉာဏ်မှာထင်ထင်၊ သိမြင်တာ မှတ်ပါပစ္စယပရိဂ္ဂဟာဉာဏ်။

၃။ မှတ်ရှုဆဲမှာ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ၊ ပေါ်လာပြီးနောက်၊ ပျောက်ပျောက်သွားတာ၊ တွေ့ရာမြဲမို့၊ မမြဲ-ဆင်းရဲ၊ ငါလဲမဟုတ်၊ ဟုတ်မှန်ကျနု၊ သဘောကျကာ၊ သုံးသပ်တာ၊ မှတ်ပါ သမ္မသနဉာဏ်။

၄။ မဆင်ခြင်မသုံးသပ်တော့ဘဲ၊ မှတ်ရှုမြဲသာ၊အသိကပ်ရော၊ ပေါ်လာပြီးနောက်၊ ပျောက်ပျောက်သွားတာ၊ သိမြင်ရာ၊ မှတ်ပါ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်။

* နှာသီးဖျားပေ၊ ထွက်လေထိရာ၊
သတိပြုလျက်၊ မပျက်ရှုပါ။
ထိတာအစ၊ ယခုသိကာ၊
ထိတာပျက်၊ ပေါ်ထွက်ဥဒယဗ္ဗယပါ။ ။

* နှာသီးဖျားပေ၊ ဝင်လေထိရာ၊
သတိပြုလျက်၊ မပျက်ရှုပါ။
ထိတာအစ၊ ယခုသိကာ၊
ထိတာပျက်၊ ပေါ်ထွက်ဥဒယဗ္ဗယပါ။ ။

၅။ မှတ်ရှုတိုင်းမှာ၊ မှတ်စရာတွေ၊ လျှင်စွာမြန်မြန်၊ သဏ္ဌာန်မသင်၊ အပျက်မြင်ကာ၊သိနေတာ၊ မှတ်ပါဘင်္ဂဉာဏ်။

* ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်၊ မပျက်ရှုရာ၊
ရှုတိုင်းရှုတိုင်း၊ မဆိုင်းမှန်စွာ။
ပျက်ပျက်သွားမှု၊ ရှေးရှုထင်ရာ၊
ဉာဏ်ဘင်္ဂ၊ ရောက်ထအမှန်ပါ။ ။

၆-၈။ မှတ်ရှုတိုင်းမှာ၊ အပျက်တွေသာ၊ တွေ့နေတာကြောင့်၊ ကြောက်စရာဟု၊ သိမြင်မှု၊ မှတ်ပြုဘယဉာဏ်။

၅-၇။ မှတ်ရှုတိုင်းမှာ၊ အပျက်ဘွေသာ၊ တွေ့နေတာကြောင့်၊
ကြောက်စရာထင်ပြီး၊ အပြစ်ချည်းဟု၊ သိမြင်မှု၊ မှတ်ပြု
အာဒီနဝဉာဏ်။

၆-၈။ မှတ်ရှုတိုင်းမှာ၊ အပျက်တွေသာ၊ တွေ့နေတာကြောင့်၊
ကြောက်စရာဘဲ၊ အပြစ်ပဲလို့၊ ဉာဏ်ထဲထင်ကာ၊ ငြီးငွေ့
တာ၊ မှတ်ပါနိဗ္ဗိဒါဉာဏ်။

၇-၉။ ရှုနေဆဲမှာ၊ အပျက်နှင့်ဆင်းရဲကိုသာ၊ တွေ့ရပါ၍၊ နှစ်ဖြာ
ရုပ်နာမ်မှလွတ်ချင်လှ၊ မှတ်ကြမုဉ္စိတုက မျတာဉာဏ်။

၈-၁၀။ လွတ်မြောက်ဘို့ပင်၊ ဆင်ခြင်လတ်၍၊ လွတ်မြောက်နိုင်မှု၊
ကြောင့်ကြပြုကာ၊ မှတ်ရှုတာ၊ မှတ်ပါပဋိသင်္ခါဉာဏ်။

၉-၁၀။ မှတ်ရှုတဲ့အခိုက်၊ အထူးကြောင့်ကြမစိုက်ရဘဲ၊ အလိုက်သင့်
အညီအမျှ၊ သင်္ခါရ၊ ရှုရသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်။

* ကြောက်နှစ်သက်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းလေတယ်၊
ချမ်းသာဆင်းရဲ၊ ရှုမြဲတူတယ်။
ကြောက်ကြမပြု၊ မှတ်ရှုလွယ်တယ်၊
သင်္ခါရု၊ ညီရှုဂုဏ်သုံးသွယ်။ ။

* ကြာရှည်စွာလဲ-တည်မြဲလေတယ်၊
ကြာလေသာ၍-သိမ်မွေ့ပေတဲ့။
အာရုံတခြား၊ ပြန့်သွားထင်တယ်၊
သင်္ခါရု၊ ထူးမှုဂုဏ်သုံးသွယ်။

၁၀-၁၂။ ထူးခြားစွာဖြစ်ဘိ၊ သိမြင်မှုတို့မှာ၊ နောက်ဆုံးအသိဟာ၊
မှတ်ပါအနုလောမဉာဏ်။

[ဤကား ဝိပဿနာ ဉာဏ် ၁၀-ပါး တည်း]

၁၃။ နောက်ဆုံးအသိများ၊ ပြတ်သွားသည်နှင့် တပြိုင်နက်သာ၊ ချုပ်ငြိမ်းရာမှာ၊ ကျရောက်တာ၊ မှတ်ပါဂေါ်တြဘူဉာဏ်။

၁၄-၁၅။ ကိလေသတ်ကာ၊ သိစရာအာရုံရော၊ အသိစိတ်ရောပါ၊ ချုပ်ငြိမ်းရာမှာ၊ တည်နေတာ၊ မှတ်ပါမဂ်–ဖိုလ်ဉာဏ်။

အမှာ။ ။(ဤဥ္ဖလသမာပတ် ဝင်စားတာ မဟုတ်သောကြောင့်၊ တခဏလေးမျှသာ တည့်နေလိုက်သည်။)

၁၆။ ချုပ်ငြိမ်းရာပင်၊ သက်ဝင်ပြီးနောက်၊ ငြိမ်းရာရောက်ပုံ၊ ချုပ်ငြိမ်းပုံမှန်၊ တဖန်ပြန်သိ၊ ဆင်ခြင်မိ၊ မှတ်ဘိပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်၊

* ချုပ်ငြိမ်းရာဘက်၊ သက်ဝင်ပြီးပြန်၊
ချုပ်ငြိမ်းပုံများ၊ မှတ်သားဖန်ဖန်။
ဆင်ခြင်သမှု၊ မြဲပြုအမှန်၊
မှတ်သားကြ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်။ ။

(ဤကား ဉာဏ်စဉ် ၁၆-ပါးကည်း)

ဖလသမာပတ်ဝင်စားပုံ။

ရှုစရာအာရုံကိုသာ၊ ပြန်ကာရှုရာ၊ ရှုလို့ကောင်းလျက်သာ၊ ချုပ်ငြိမ်းရာမှာ၊ ကြာရှည်စွာ၊ တည်တာ ဖလသမာပတ်တည်း။

အထက်မဂ်– ဖိုလ်များ သို့ တက်ပုံတက်နည်း
အထက်မဂ်များ၊ တက်ငြားလိုသော်၊
မရသေးငြား၊ တရားကိုနော်။
ရစေသားဟု၊ မှတ်သားရှုပြန်သော်၊
အထက်မဂ်၊ တက်ပုံမှန်သနော်။

အထက်မင်္ဂ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ တက်လိုပြန်က၊ မရသေးငြား၊ ဟရေးများကို၊ ရငြားစေမှု၊ ဓိဋ္ဌာန်ပြုကာ၊ မှတ်ရှုတာ၊ မှတ်ပါ အထက်မင်္ဂ-ဖိုလ်တက်ပုံတည်း။

အမှာ။ ။(ဤဋ္ဌ အဓိဋ္ဌာန်ပြုရမည်ဟူသော စကားကို ဆရာများ အလိုအတိုင်း ရေးလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

[ဤကားရဟန္တာအထိအားထုတ်စဉ်တည်း]

ခ။ အရိယာစစ်တမ်းအခက်း။

၁။ အရိယာစစ်တမ်း၊ ဤအခက်း၊ ကြိုးပမ်းနာလေပါ။
၂။ အရိယာစစ်မစစ်၊ ကိုယ့်အဖြစ်၊ ကိုယ်ပင်စီစစ်ပါ။

သောတာပန်။

ဘုရားတရား၊ သုံးပါးသံဃ၊
ယုံကြည်သမှု၊ မဲ့ပြုလေပြန်။
ငါးပါးသီလ၊ မြဲထအမှန်
ဤလေးပါး၊ ပြည့်ငြားသောတာပန်။ ။
ဒိဋ္ဌိသိက္ခ၊ မရှိမှန်စွာ၊
မစ္ဆရိလည်း၊ ထိုနည်းယှုပါ။
သောတာပန်များ၊ ပါယ်ငြားလေရာ၊
တရားငါး၊ မှတ်သားကြလေပါ။ ။

သကဒါဂါမ်။

လောဘဒေါ်ငြား၊ တရားရာဂါ၊
ဒေါသမောဟ၊ ဓမ္မမှန်စွာ။

နည်းလှပါးလှ၊ ဖြစ်ကြသူမှာ၊
ခေါ်ဆိုကြ၊ သကဒါဂါမ်ပါ။ ။

အနာဂါမ်။

ကာမခေါ်ငြား၊ တရားရာဂါ၊
ဒေါသတသီး၊ အပြီးမှတ်ပါ။
လုံးဝကင်း၍၊ ရှင်းလင်းသူမှာ၊
ခေါ်ဆိုကြ၊ အနာ–အနာဂါမ်ပါ။ ။

ရဟန္တာ။

ကိလေသာများ၊ တရားဖြာဖြာ၊
လုံးစုံကင်းလို့၊ ရှင်းလင်းလေရာ၊
ထိုသောသူအား၊ ခေါ်ငြားမှန်စွာ၊
ရဟန္တာ၊ ခေါ်ကြရသည်သာ။ ။

အမှာ။ ။(ဤဥာဏ်စဉ် တရားတော်အကျယ်ကို သိလိုလျှင်၊ ယခု ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေလျက်ရှိသော၊ ဦးရိပ်သာဆရာတော် (ဤစာ ရေးသူ) ၏၊ "ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာသာဋီကာကျမ်း"ကို မှာယူ ကြည့်ရှုကြပါလေ။)

ဤသို့လျှင် ကျမ်းပေါင်း (၉၀)တို့ကို ပြုစုစီရင်တော်မူခဲ့ သော၊ ရေနီမြို့မဟာရိပ်သာကျောင်းတိုက်၊ အာဒိမာပိတ အာရာ မိဿရဖြစ်တော်မူသော "ဝိဘဇ္ဇဝါဒီဘွဲ့ခံ"၊ မူလဓမ္မာစရိယနှင့် ကမ္မဋ္ဌာနစရိယ၊ ဝိပဿနာ မဟာဓမ္မကထိက၊ ဗုဒ္ဓသာသနာပြု၊

ညောင်လွန့်အရှင် သောဘိကာစာရဓေါ် အရှင် ဦးရိပ်သာဆရာတော်ဘုရားသည် အသက်တော် (၄၃)နှစ်၊ ရဟန်းသိက္ခာ (၂၃) ဝါမြောက် ဝါတွင်းမှာ ပျဉ်းမနားမြို့ ရတနာရန်အောင်ပုံနှိပ်တိုက် ပိုင်ရှင်၊ ကျောင်းဒါယကာကြီး ဦးထွန်းဖေ၊ ကျောင်းအမကြီး ဒေါ်မြရွှေတို့ ဆောက်လုပ် လှူဒါန်း အပ်သော "အလယ်အနှ ကျောင်းတော်" အောက်ထပ်၌၊ ၃-ရက်နှင့်အပြီး ရေးသားစီရင်အပ်သော၊ ဤ "ဝိပဿနာဒေသနာ၊ ၇-ရက်လုပ်ငန်းဝင်ဟောကြားစဉ်၊ အကျဉ်းချုပ် ဆောင်ပုဒ်ကျမ်း" သည်၊ ကောဇာ (၁၃၂၈) ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လပြည့်ကျော်(၇)ရက်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့နံနက်(၉)နာရီ အချိန်တွင်၊ ရေးသား၍ပြီးစီးအောင်မြင်လေသတည်း။ ဇိတံမေ။ ။

၁၃၂၈–ခု၊ ဝါခေါင်လပြည့်ကျော် (၇)ရက်။
ဗုဒ္ဓဟူးနေ့၊ ဤကျမ်းစာမွေးနေ့။

အရှင်ဦးရိပ်သာဆရာတော်
" ဦးရိပ်သာဝိပဿနာဓမ္မာရုံဌာန "
(၇ ၉-၁၉၆၆-ခု)

294.364,4-21
A1MMGB010754

★ ★ ★