ရန်ကုန်မြို့

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ မေဒိနီဆရာတော်

စီစဉ်ရေးသားအပ်သော

# သတိပဋ္ဌာနမေဒိနီ

☆

ရန်ကုန်မြို့

ဟံသာဝတီပိဋကတ်ပုံနှိပ်တိုက်

၁၉၅၆

၆၄

ရန်ကုန်မြို့

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

ကျောက်ကုန်းတောရ မေဒိနီကျောင်းတိုက်

မေဒိနီဆရာတော်

စီစဉ်ရေးသားအပ်သော

# သတိပဋ္ဌာနမေဒိနီ

ရန်ကုန်မြို့

ဟံသာဝတီပိဋကတ်ပုံနှိပ်တိုက်

၁၉၅၆

H 348—A [ဟံသာဝတီ]

# နိဒါန်း

▪▪▪▪▪▪▪

**နေ့,လအလား မြတ်ဘုရား**

ဗုဒ္ဓစန္ဒေအနုပ္ပန္နေ၊ဗုဒ္ဓါဒိစ္စေအနုဂ္ဂတေ။ တေသံ သဘာဝဓမ္မာနံ၊နာမမတ္တံ နနာယတိ။ ။နေမင်းကြီး လမင်းကြီးများ မထွက်ပေါ်လာလို့ရှိရင် နေရောင် လရောင်တို့ကို အမှီသဟဲပြု၍နေကြရသော သတ္တဝါများ ထိုထိုကိစ္စအဝဝတို့ကို မပြုနိုင်ကြ၍ အကျိုးကိစ္စမပြီး အချည်းနှီးသာ ဖြစ်ကြရသကဲ့သို့ ထို့အတူ နေမင်း,လမင်းကြီးတို့အလား ဗုဒ္ဓဘုရား မပွင့်ထွန်း မပေါ်လာပါက အနိစ္စစသော အခြင်းအရာအားဖြင့်တူသော သင်္ခတတရားတို့၏ အမည်မျှကို သော်မှလည်း မသိနိုင်ကြ၍ မဂ်ကိစ္စ,ဖိုလ်ကိစ္စမပြီး၊သံသရာလောကဓာတ်ကြီးမှာ ယောင်တ-တ-နှင့် နေကြရမည်ကားမလွဲပင်တည်း၊ နေမင်းကြီး,လမင်းကြီးများ ထွက်ပေါ်လာလို့သာ နေရောင် လရောင်တို့ကို အမှီတကဲသဟဲပြု၍ အထူးထူးအထွေထွေသော ကိစ္စအဝဝတို့ကိုပြီးဆုံးအောင်ပြုကြရသလို ဗုဒ္ဓဘုရားတည်းဟူသော နေမင်း,လမင်းကြီးများ ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်လာသည့်အတွက် သာသနာရောင်ကြီးကို အမှီတကဲသဟဲပြု၍ အနိစ္စစသော အခြင်းအရာအားဖြင့် တူသော သင်္ခတတရားတို့၏ အမည်များကိုသိရခြင်း၊ထိုသင်္ခတတရားတို့၏သာမညသဘော, ဝိသေသသဘောတို့ကိုသိရခြင်း၊ သိသည့်အတိုင်းအားထုတ်သွားပါက မဂ်ကိစ္စ,ဖိုလ်ကိစ္စအဝဝပြီးနိုင်ခြင်းဟူသော အကျိုးထူးများကို ရရှိနိုင်လေသည်။

| ဦးရေ | အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|---|


| | | |
|---|---|---|
| ၈။ | ထပနာနည်း | ၄၀ |
| ၉။ | အသက်မရှုသော ပုဂ္ဂိုလ် ၇-ယောက် | ၅၂ |
| ၁၀။ | စစ်တမ်းထုတ်ပုံ | ၅၃ |
| ၁၁။ | နိမိတ်အမျိုးမျိုး | ၅၃ |
| ၁၂။ | နိမိတ် ၂-ပါးအထူး | ၅၄ |
| ၁၃။ | နိမိတ်ကိုပြောကြားခြင်း | ၅၄ |
| ၁၄။ | ချာန်ရပုံ | ၅၅ |

၄—သံလက္ခဏာဟူသော ဝိပဿနာတက်ခန်း

| | | |
|---|---|---|
| (က) | ပထမစတုက္က | ၅၅ |
| (ခ) | ဒုတိယစတုက္က | ၅၀ |
| (ဂ) | တတိယစတုက္က | ၆၀ |
| (ဃ) | စတုတ္ထစတုက္က | ၆၂ |
| (င) | အာနိသင်နှင့် စရိမက ၃-မျိုး | ၆၅ |
| (စ) | ဒွေဘာတိကထေရ်ဝတ္ထု | ၆၆ |

၅—ဝိပဿနာဥာဏ်ခန်း ၆၇

ဆုတောင်း ၈၉

နိဂုံး ၈၉

# သတိပဋ္ဌာနမေဒိနီ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

## ပဏာမနှင့် ပဋိညာဉ်

သတိမတံ ဇိနံ ဝန္ဒေ၊
ဝိသေသံ လောကနာယကံ။
ပရတ္ထာယ ကရိဿာမိ၊
သတိပဋ္ဌာနမေဒိနိံ တိ။ ။

အဟံ၊ငါသည်။ သတိမတံ၊သတိရှိသောသူတို့ထက်။ ဝိ-သေသံ၊ အထူးသဖြင့် သတိရှိတော်မူသော။ လောကနာယကံ၊ သတ္တလောက၏ နာယကကြီးဖြစ်တော်မူသော။ ဝါ၊ သတ္တဝါအပေါင်းကို နိဗ္ဗာန်သို့ပို့ဆောင်တော်မူတတ်သော။ ဇိနံ၊ အနန္တဇိနဖြစ်တော်မူသော မြတ်ဘုရားကို။ ဝါ၊ ဒေဝပုတ္တ, ကိလေသနှင့် ခန္ဓ, မစ္စု၊ ဘိသင်္ခါဟု-ငါးခုသောမာရ်အောင်တော်မူပြီးသောမြတ်ဘုရားကြီးကို။ဝန္ဒေ၊ ရှိခိုးပါ၏။ ဝန္ဒိတွာ၊ ရှိခိုးပြီး၍။ ပရတ္ထာယ၊ မိမိ, သူတပါး နှစ်ဦးသားတို့၏အကျိုးငှါ။ သတိပဋ္ဌာနမေဒိနိံ၊ သတိပဋ္ဌာနမေဒိနီ

ကျမ်းကို။ ကရိယာမိ၊ ရေးသားစီရင်ခြင်းကို ပြုပေအံ့ သတည်း။ ဣတိ၊ ဤကား ပဏာမနှင့်ပဋိညာဏ်အပြီးတည်း။

---

## တိုက်တွန်းခဏ်း

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း ငါတို့ကိုးကွယ်အားထားတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်ကြီးဟာ- အမြင်မှားကိုပယ်ဖျောက်ပြီး အမြင်မှန်ကို ရောက်စေနိုင်တဲ့,အမြင်မှန်ကိုပြနိုင်တဲ့ အလင်းရောင် သာသနာတော်ကြီးဖြစ်ကြောင်း သိရှိနားလည်ထားရမည်။

ထို အမြင်မှန်ပြနိုင်တဲ့ သာသနာ့ အလင်းရောင်ကြီးအတွင်း ကျရောက်နေခိုက်, ကြုံကြိုက်နေခိုက် တသံသရာလုံး ကမှားလာတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ-အတ္တဒိဋ္ဌိစသော အမှားကြီး အမျိုးမျိုးကိုပယ်ဖျောက်ပြီး အမြင်မှန်ရဘို့အတွက် အချက်ကောင်း အခါကောင်းကြီး ရှေးရှုမျက်မှောက်ဆိုက်ရောက်နေချေပြီဟု အရေးတကြီး သက္ကာယဒိဋ္ဌိ-အတ္တဒိဋ္ဌိများကို ခွါဘို့, ပယ်ရှားဘို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားကြီးက တိုက်တွန်းတော်မူသည်မှာ—

သတ္တိယာ ဝိယ ဩမဋ္ဌော၊
ဍယှမာနောဝ မတ္ထကေ။
သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဟာနာယ၊
သတော ဘိက္ခု ပရိဗ္ဗဇေ။ ။

သတ္တိယာ၊ ဓားမလှံမဖြင့်။ ဩမဋ္ဌော၊ ခုတ်မိထိုးမိသော။ ပုရိသော၊ ယောက်ျားသည်။ တိကိစ္ဆာယ၊ ထို ခုတ်မိထိုးမိ

သောအနာကို ကုစားခြင်းငှါ။ အာရဘတိဝိယ၊ အားထုတ်ဘိသကဲ့သို့။ မတ္တကော၊ ဦးခေါင်း၌။ ဒယှမာနော၊မီးလောင်နေသော။ ပုရိသော၊ ယောကျာ်းသည်။ နိဗ္ဗာပနာယ၊ လောင်နေသောမီးကို ငြိမ်းသတ်ခြင်းငှါ။ အာရဘတိဗ္ဗ၀၊ အားထုတ်ဘိသကဲ့သို့။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဟာနာယ၊ တသံသရာလုံးက ငါဘဲ,သူဘဲ,လူဘဲ,နတ်ဘဲ,ယောကျာ်းဘဲ,မိန်းမဘဲဟု အစွဲကြီးစွဲ၍လာသော သက္ကာယဒိဋ္ဌိ-အတ္တဒိဋ္ဌိ အစွဲများကြီးကို ပယ်ဖျက်သုတ်သင်ခြင်းငှါ။ ဘိက္ခု၊ သံသရာဘေးကို မြော်တွေးထောက်ရှုသော ဘိက္ခုသည်။ သတော၊ သတိနှင့်ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍။ ပရိဗ္ဗဇေ၊ အားထုတ်၍နေရာ၏။

ရင်ဝလှံစူးဝင်နေသောသူသည် လှံကိုနုတ်ပြီး ဆေးကုဘို့အရေးကြီးရသလို၊ ဦးခေါင်းမီးလောင်နေသောသူသည် မီးကိုငြိမ်းသတ်ဘို့ အရေးကြီးရသလို၊ အမြင်မှန်ရဘို့, ယထာဘူတဉာဏ်ဆိုက်ဘို့ အရေးကြီးရမည် မဟုတ်ပါလော၊ မည်သူမဆိုအားထုတ်က ယထာဘူတဉာဏ်သို့ ဆိုက်ရောက်ရမည်မှာ မလွဲပင်ဖြစ်၏။

၁။ အကယ်၍ ရင်ဝလှံစူးဝင်နေသောသူ လှံကိုမနုတ်ဘဲ, လှံနုတ်ပြီး အနာကိုဆေးမကုဘဲ လှံတန်းလန်းနှင့်, အနာကြီးတန်းလန်းနှင့် တခြားကိစ္စကိုပြုလုပ်နေခဲ့အံ့၊ ထိုသူကို အဘယ်ကဲ့သို့သောသူဟု ဆိုသင့်ပါသနည်း။

၂။ ဦးခေါင်းမီးလောင်နေသောသူသည် မိမိခေါင်း လောင်နေသောမီးကို မငြိမ်းသတ်ပါဘဲ ထို

ထိုကိစ္စအဝဝကို ပြုလုပ်နေခဲ့အံ့၊ ထိုသူကိုလည်း အ
ဘယ်ကဲ့သို့သောသူဟူ၍ ဆိုရမည်နည်း။
စဉ်းစားသင့်၏ စဉ်းစားကြလော့။

ယခုလည်း ပုထုဇဉ် သတ္တဝါတိုင်း၌ပင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ, အတ္တဒိဋ္ဌိလုံမကြီး ရင်ဝမှာ စူးဝင်နေကြသည် မဟုတ်ပါလော၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိမီး-အတ္တဒိဋ္ဌိမီးကြီးတွေ ဦးခေါင်းမှာ လောင်နေကြသည်မဟုတ်ပါလော၊ထိုသက္ကာယဒိဋ္ဌိ အတ္တဒိဋ္ဌိလုံမ, သက္ကာယဒိဋ္ဌိမီး-အတ္တဒိဋ္ဌိမီးမနုတ် မငြိမ်းသေးပါဘဲနဲ့, နုတ်ဘို့ငြိမ်းဘို့အားမထုတ်သေးပါဘဲနဲ့ တသံသရာလုံးက ခံစားလို့အားမရနိုင်တဲ့ ခွေး, ဝက်, ကြက်, ငှက်ကအစပြု၍ အညံ့စား သတ္တဝါများပင် လက်ကိုင်ထားပြီး ခံစားနိုင်တဲ့ မျက်စိအာရုံ ကာမဂုဏ်, နားအာရုံ ကာမဂုဏ်, နှာခေါင်းအာရုံကာမဂုဏ်, လျှာအာရုံကာမဂုဏ်, ကိုယ်တွေ့အာရုံ ကာမဂုဏ်တို့အတွက် အရှက်ကိုမှမငဲ့ကွက်နိုင်ဘဲ ထိုထိုမကောင်းမှု အမျိုးမျိုး, အာရုံအမျိုးမျိုးတို့ကို လိုက်စားကာ လိုက်စားကာနဲ့ အားထုတ်လုပ်ကိုင်နေကြသူများကား မိမိခန္ဓာကိုယ်မှာ အဝတ်ဝတ်ရန် အရေးကြီးရမှာကိုတော့ အရေးမကြီး၊ သပိတ်ထည်းမြှုကျမှာကိုသာ အရေးတကြီးလုပ်ပြီး သပိတ်ကိုသာ အဝတ်ဖြင့်ဖုံးထားသော အရှက်မရှိသော တိတ္ထိတို့နှင့်သာ တူကြသည်မဟုတ်ပါလော၊ စဉ်းစားကြည့်ကြကုန်လော့၊ သာသနာ့အလင်းရောင်ကြီးနှင့် တွေ့ပါငြားလည်း တွေ့ကျိုးမနပ်ဘဲနေသည့်အတွက် သနားစရာဖြစ်ကြတော့၏။

အရေးကြီးရမှာကို အရေးကြီးရန်အတွက် လိုအပ်သည့်အချက်များကား ဉာဏ်၃- ချက်ပင် ဖြစ်သည်၊ ဉာဏ်

၃-ချက်ဆိုဒါ (၁)သုတမယဉာဏ်,(၂)စိန္တာမယဉာဏ်, (၃)ဘာဝနာမယဉာဏ်တို့ပင်ဖြစ်၏။

ဆောင်…၁။ ကြည့်နာသင်ကြား၊သိဉာဏ်ကား၊မှတ်သားသုတမယဉာဏ်။
၂။ သုတကိုမှီ၊ ထူးကြံစည်၊ တလီစိန္တာမယဉာဏ်။
၃။ ထိုဉာဏ်နှစ်ပါး၊ ရင်းခံထား၊ ရှုပွားဘာဝနာ။

ရင်းဉာဏ် ၃-ပါး ထင်ရှား လာအောင် "ကာယေ ကာယာနုပဿီဝိဟာရတိ" ဟူသော သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော် တစိတ်ကို အခြေခံထား၍ ခွဲပြအံ့။

၁။ **သုတမယဉာဏ်။** ကာယဟူသောပုဒ်တခုကိုကျမ်းဂန်ကို ကြည့်ရှု၍ဖြစ်စေ, ကြားနာ၍ဖြစ်စေ,သင်ကြား၍ဖြစ်စေ၊ ကာယဆိုဒါ မြန်မာလိုကိုယ်ကာယ ကိုယ်ကောင်ကိုဆိုဒါဘဲဟု အသိဉာဏ်ပေါ်လာလိမ့်မည်၊ ဤသို့ကာယကိုကိုယ်ကောင်ဟုသိသောဉာဏ်ကို"သုတမယဉာဏ်"ဆိုသည်။

၂။ **စိန္တာမယဉာဏ်။** ပါဠိလိုကာယ-မြန်မာလို ကိုယ်ကောင်ဟု သိထားသောဉာဏ်ကိုအမှီပြု၍ ကိုယ်ကောင်ဆိုဒါ ဘာကိုဆိုသလဲလို့ နောက်ထပ်ကြံစည်ရဦးမည်၊ စီစစ်ရဦးမည်။

**ကြံစည်ပုံ။** သဒ္ဒါနည်းကုပုဒ်,အာယပုဒ်၂-ပုဒ်၊ကုကား-စက်ဆုပ်ဘွယ်အလွန်ကောင်းသော "ကုစ္ဆိတ" အနက်၊ အာယကား-အပေါင်းဟူသော "သမူဟ" အနက်၊ကုနှင့် အာယ ၂-ပုဒ်ပေါင်းသော် "ကာယ"ဖြစ်၏၊ စက်ဆုပ်

စရာတွေစုပေါင်းနေသော ရုပ်အစုကို "ကာယ" ဆိုသည်၊ စက်ဆုပ်စရာတွေ စုပေါင်းနေတယ်ဆိုဒါ ဘာတွေစုပေါင်းနေဒါကို ဆိုပါသလဲဟု ကြံရမည်၊ ဆံပင်စသော ၃၂-ပါးသော ကောဋ္ဌာသတွေ စုပေါင်းနေဒါကို ဆိုသည်၊ တနည်း-စက်ဆုပ်စရာရွံစရာကောင်းသော ဆံပင်အပေါင်းကို ကာယခေါ်သည်၊ မွေးညှင်းစသော တခုခုသောကောဋ္ဌာသ အစုအပေါင်းကို ကာယခေါ်သည်၊ ထွက်သက်ဝင်သက်အပေါင်းကိုလည်း ကာယဟူ၍ပင် ခေါ်သည်-ဟုသိ၊ အဓိပ္ပါယ် ဆံပင်သည် စက်ဆုပ်စရာရွံစရာ ကောင်း၏၊ ထို့အတူ မွေးညှင်းစသည်ဟာလဲ စက်ဆုပ်စရာရွံစရာကောင်းသည်ဟုမြင်အောင်ကြည့်ရမည်။

**ကြည့်နည်း။** အဆင်း, သဏ္ဍာန်, အနံ့, ဒိသာ, တည်ရာ ၅-ဌာနခွဲကြည့်၊အဆင်းအားဖြင့်မည်းနက်နေသောကြောင့် ဆံပင်သည် စက်ဆုပ်စရာ ရွံစရာဖြစ်၏၊ သဏ္ဍာန်အားဖြင့် လုံးလုံးရှည်ရှည် ဖြစ်သောကြောင့် ဆံပင်သည် စက်ဆုပ်စရာ ရွံစရာဖြစ်၏၊ အနံ့အားဖြင့် မကောင်းသော အနံ့ထွက်နေသောကြောင့် ဆံပင်သည် ရွံစရာဖြစ်၏၊ [မီးရှို့ကြည့် ဆံပင်၏ပင်ကိုယ်အနံ့ပေါ်လာလိမ့်မည်၊]ဆံပင်သည် အဆင်းအားဖြင့် သဏ္ဍာန်အားဖြင့် စက်ဆုပ်စရာ ရွံစရာမကောင်းသော်လည်း အနံ့အားဖြင့်ကား ရွံစရာဖြစ်သည်၊ ဥပမာ-သူငယ်ကလေး၏မစင်တောင့်သည်အဆင်းအားဖြင့် နနွင်းကဲ့သို့ ဝါဝါဖြစ်နေသောကြောင့် ရွှေအဆင်းနှင့်တူရကား ရွံစရာမဟုတ်၊ သဏ္ဍာန်အားဖြင့် နနွင်းကဲ့သို့ဖြစ်၍ ရွံစရာမဟုတ်ပေမယ်လို့ အနံ့ကျတော့ ရွံစရာကောင်းသလို မှတ်ရမည်။

မိုရာအကြောင်း အားဖြင့်လည်း ရှုစရာကောင်းသော ကျင်ကြီး, ကျင်ငယ်, သည်းခြေ, သလိပ်, ပြည်, သွေးစသည် တို့ကိုမှီနေ၍ ၎င်းတို့၏အာနိသင် ဖြစ်ကြောင်းဖြစ်ရကား ရွံစရာကောင်း၏၊ ဥပမာ-ရွံစရာကောင်းသော မစင်ပုံ၏ အနီးအနားမှာ ပေါက်ရောက်နေသော ကန်စွန်းညွန့်, ဗူးညွန့်, ဖရုံညွန့်သည် မစင်၏အာနိသင်နှင့် မကင်းသည့် အတွက် ရွံစရာကောင်း၏၊ ဘယ်သူမှ ခူးမစားကြသကဲ့သို့ မှတ်။

တည်ရာ အရပ်အားဖြင့်လည်း ရွံစရာကောင်းသော ဦးနှောက်ပေါ်မှာ ပေါက်ရောက် ကြီးပွားနေသောကြောင့် ရွံစရာကောင်း၏၊ ဥပမာ-မစင်ပုံပေါ်မှာ ပေါက်နေသော မှိုသည် ရွံစရာကောင်းသော မစင်ပုံပေါ်မှာ ပေါက်နေ ခြင်းကြောင့် ရွံစရာကောင်းသည့်အတွက် မည်သူကမှနုတ် မစားသကဲ့သို့မှတ်။

ဤသို့၅-ဌာနခွဲကြည့်သော် ဆံပင်သည် ရွံစရာကောင်း ၏၊ ထို့အတူ မွေးညှင်းစသည်တို့ဟာလဲ ရွံစရာဖြစ်ကြ၏၊ ဤသို့ စက်ဆုပ်စရာ ရွံစရာကောင်းသော သဘာဝတွေ စုပေါင်းနေခြင်းကြောင့် ရုပ်အစုကို''ကာယ''ကိုယ်ကောင် ဆိုသည်ဟု ကြံစည်သော,စိစစ်သော ဉာဏ်မျိုးကို ''စိန္တာ မယ''ဉာဏ်ဆိုသည်။

**၃-ဘာဝနာမယဉာဏ်။** ''ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ'' ကာယ၌ ကာယဟူ၍သာ အဖန်တလဲလဲရှုနေရမည်၊ ငါ, သူတပါး, ယောကျ်ား, မိန်းမစသည်ဖြင့် မရှုရ၊ ဝေဒနာ, စိတ္တ, ဓမ္မအားဖြင့်လည်း မရှုရဟုသိ၊ ရှုပုံ-ဆံပင်အပေါင်း

သည် ငါမဟုတ်၊သူလဲမဟုတ်၊ယောကျ်ားလဲမဟုတ်၊ မိန်းမလဲမဟုတ်၊ လူလဲမဟုတ်၊ နတ်လဲမဟုတ် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါလဲမဟုတ်ဟု ရှုနေရမည်၊ ထို့အတူ မွေးညှင်းစသော ၃၂-ပါးသော ကောဋ္ဌာသ ဝင်သက်ထွက်သက် အပေါင်းတို့ကိုလည်း ဝင်သက် ထွက်သက် အပေါင်းသည် ငါမဟုတ်၊ သူလဲမဟုတ်၊ ယောကျ်ားလဲမဟုတ်၊ မိန်းမလဲမဟုတ်၊ လူလဲမဟုတ်၊ နတ်လဲမဟုတ်၊ပုဂ္ဂိုလ်, သတ္တဝါလဲမဟုတ်ဟုအဖန်တလဲလဲရှုနေရမည်။

ဥပမာ။ လှည်းတံသည် လှည်းမဟုတ်၊ ဝင်ရိုး သည်လည်း လှည်းမဟုတ်၊ ထမ်းပိုးသည်လည်း လှည်းမဟုတ်၊ လှည်းအိမ်, လှည်းဘီးသည်လည်း လှည်းမဟုတ်၊ လှည်းတံ, ဝင်ရိုး, ထမ်းပိုး, လှည်းအိမ်, လှည်းဘီး ငါးပါးပေါင်းစု ထားသည်ကို လှည်းဟု အဆိုရှိသကဲ့သို့ ဆံပင်, မွေးညှင်း စသော အစုပေါင်းကို ငါဟု အဆိုသာ ရှိသည်၊ စင်စစ်ငါမရှိဟု ရှုရမည်။

တနည်း။ ဘူတရုပ်, ဥပါဒါရုပ်သာရှိသည်၊ ငါမရှိ, သူမရှိ, ယောကျ်ား မိန်းမ မရှိ၊ တံလျှပ်သည် ရေမဟုတ်သကဲ့သို့ ငါမဟုတ်, သူမဟုတ်, ယောကျ်ား မိန်းမ မဟုတ်၊ ၄က်ပျောတုံး၌ အနှစ်ရှာမရသကဲ့သို့ ဆံပင်စသည်၌ ငါတည်းဟူသော အနှစ်ရှာမရ၊ အချည်းနှီးသော လက်ဆုပ်၌ ဘာမျှမရှိသကဲ့သို့ ငါမရှိ၊ သူမရှိ၊ ယောကျ်ား မိန်းမ မရှိ၊ ဤသို့ဤကိုယ်၌ ငါမရှိ၊ ငါမဟုတ်၊ ငါရှာမရ၊ငါမတွေ့တော့၊ ဤသို့ ငါပျောက်သော ဉာဏ်မှစ၍ ဂေါတြဘုဉာဏ်တိုင်အောင် ဉာဏ်အဆင့်ဆင့်ကို "ဘာဝနာမယဉာဏ်" ဆိုသည်။

ယခုရေးလတ့်သော သတိပဋ္ဌာန်မေဒိနီ ကျမ်းကား- "အာနာပါနပဗ္ဗ" အသာသပဿာသခဏ်းမှစ၍ ရှုပုံ အမျိုးမျိုးကို ပြဆိုလတ့်သော ကျမ်းဖြစ်၏၊ ဤလက်အမြင် ၃-ချက်ဖြင့် လေ့ကျက်အားထုတ်ကြပါကုန်လော့။

**မှတ်ချက်။** ဤသတိပဋ္ဌာန မေဒိနီကျမ်းသည်အသား လွှတ် စိတ်ထင်ရာရေးသားထားသော ကျမ်းမဟုတ်၊ဘုရား လက်ထက်တော်ကစ၍ ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီးများအစဉ် အဆက် အားထုတ်ဆောင်ရွက်လာခဲ့သော ကျမ်းဂန်ကြီး များမှ ထုတ်နုတ်ရေးသားထားအပ်သောကျမ်းဖြစ်ကြောင်း ဝန်ခံ၏၊ ဘုတ်အုပ်ကြီးအတိုင်း ဖြစ်ကြောင်းဝန်ခံ၏၊ ဘုတ် အုပ်ကြီးအတိုင်းရေးသားထားအပ်သော ကျမ်းစာမှ လာ သောအတိုင်း အစမ်းသဘောမျိုးမဟုတ်ဘဲ ကြိုးကြိုးစား စား ဆန္ဒာဓိပတိစသော အဓိပတိတရားများကို ရှေ့သွား ထား၍ အားထုတ်ပါလျက်နှင့် နိမိတ်မထင်, ဥပစာရသမာဓိ မျှမရခဲ့ပါမှ လက်တွေ့နည်းသစ်- နည်းဆန်းများကို လိုက် စား သုံးသပ်ကြည့်ရန်သင့်သည်၊ ဘုတ်အုပ်ကြီး အတိုင်း အားထုတ်လို့ ဥပစာရသမာဓိမျှမက ဈာနသမာဓိ စသည် ရကြောင်းကို ကျမ်းဂန်ကြီးများက သက်သေ သာဓက အများအပြားအထင်အရှားထုတ်ပြလျက်ရှိသည်၊ ဤကျမ်း လာ စကားများအတိုင်း ကြိုးကြိုးစားစားအားထုတ်ပါက မိမိပါရမီ အတန်းစားအတိုင်း ဖြစ်ရမည်သာဖြစ်၍ အား ထုတ်သော ယောဂီတိုင်း တမင်တဖိုလ်ရ ရမည်ဟူ၍ကား- ဝန်မခံ။

# သတိပဋ္ဌာန မေဒိနီ

## ၁—ကာယာနုပဿနာ အာနာပါနခဏ်း

### ပါဠိတော်

#### ဗုဒ္ဓပသံသနကထာ

၁။ အယံပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ အာနာပါနဿတိသမာဓိ ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော သန္တောစေဝ ပဏီ-တော စ အသေစနကော စ သုခေါ စ ဝိဟာရော၊ ဥပ္ပန္နုပ္ပန္နေစ ပါပကေ အကုသလေ ဓမ္မေ ဌာန-သော အန္တရဓာပေတိ ဝူပသမေတိ။

#### ပုစ္ဆာ

၂။ ကထံ ဘာဝိတော စ ဘိက္ခဝေ အာနာပါနဿတိ သမာဓိ ကထံ ဗဟုလီကတော သန္တောစေဝ ပဏီ-တော စ အသေစနကော စ သုခေါ စ ဝိဟာရော၊ ဥပ္ပန္နုပ္ပန္နေစ ပါပကေ အကုသလေ ဓမ္မေ ဌာန-သော အန္တရဓာပေတိ ဝူပသမေတိ။

#### ပုဗ္ဗဘာဂကမ္မဋ္ဌာန ဝိဓာနံ

၃။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အရညဂတော ဝါ ရုက္ခမူလ-ဂတော ဝါ သုညာဂါရဂတော ဝါ နိသီဒတိ ပလ္လင်္ကံ အာဘုဇိတွာ ဥဇုံ ကာယံ ပဏိဓာယ ပရိ-မုခံ သတိံ ဥပထပေတွာ၊ သော သတောဝ အဿ သတိ သတောဝပဿသတိ။

## သောဠသဝတ္ထုက အာနာပါန သတိကမ္မဋ္ဌာန

၄။ ဒီဃံ ဝါ အဿသန္တော ဒီဃံ အဿသာမီတိ ပဇာနာတိ,ဒီဃံ ဝါ ပဿသန္တော ဒီဃံ ပဿသာမီတိ ပဇာနာတိ—၁၊ရဿံ ဝါ အဿသန္တော ရဿံ အဿသာမီတိ ပဇာနာတိ,ရဿံ ဝါ ပဿသန္တော ရဿံ ပဿသာမီတိပဇာနာတိ—၂။ သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ—၃၊ ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ,ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ—၄။ ပီတိပဋိသံဝေဒီ....၁။ သုခပဋိသံဝေဒီ....၂။ စိတ္တသင်္ခါရ ပဋိသံဝေဒီ.... ၃။ ပဿမ္ဘယံ စိတ္တသင်္ခါရံ....၄၊စိတ္တပဋိသံဝေဒီ....၁၊ အဘိပ္ပမောဒယံစိတ္တံ....၂၊ သမာဒဟံစိတ္တံ....၃၊ ဝိမောစယံစိတ္တံ....၄။ အနိစ္စာနုပဿီ....၁။ ဝိရာဂါနုပဿီ....၂၊နိရောဓာနုပဿီ..၃၊ ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ....၄။

### ပါဠိတော်အနက်

### ဘုရားချီးမွမ်းတော်မူပုံ

၁။ ဘိက္ခဝေ၊ ချစ်သားတို့။ ဘာဝိတော၊ ပွားစေအပ်သော။ ဝါ၊ ဖြစ်စေအပ်သော။ ဗဟုလီကတော၊ အကြိမ်များစွာပြုအပ်သော။ ဝါ၊ အဖန်တလဲလဲ ပြုအပ်သော။ အယံပိခေါ အာနာပါနသတိ သမာဓိ၊ ဤအာနာပါနသတိနှင့် ယှဉ်သော သမာဓိသည်။ သန္တောစေဝ၊

ငြိမ်သက်သည် သာလျှင်ဇင်း။ ပဏီတော စ၊ မြတ်သည် သာလျှင်ဇင်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ အသေစနကော စ၊ သွန်းလောင်းထည့်စွက်အပ်သော အကြောင်းတပါး မရှိသည်ဇင်း။ သုခေါ စ ဝိဟာရော၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာချမ်းသာစွာ နေရသည်ဇင်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဥပ္ပန္နုပ္ပန္နေ၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းကုန်သော။ ပါပကေ၊ ယုတ်မာကုန်သော။ အကုသလေ ဓမ္မေ စ၊ အကုသိုလ်တရားတို့ကိုလည်း။ ဌာနသော၊ တခဏခြင်းဖြင့်သာလျှင်။ အန္တရဓာပေတိ၊ ကွယ်ပျောက်စေနိုင်၏။ ဝါ၊ ခွါနိုင်၏။ ဝူပသမေတိ၊ အထူးသဖြင့်ငြိမ်းစေ၏။ ဝါ၊ ကောင်းစွာငြိမ်းစေ၏။

## အမေးပုစ္ဆာပြုတော်မူပုံ

၂။ ဘိက္ခဝေ၊ ချစ်သားတို့။ ကထံ၊ အဘယ်သို့သောအခြင်းအရာအားဖြင့်။ ဘာဝိတော စ၊ ပွါးစေအပ်သည်လည်းဖြစ်သော။ ကထံ၊ အဘယ်သို့သော အခြင်းအရာအားဖြင့်။ ဗဟုလီကတော စ၊ အကြိမ်များစွာ ပြုအပ်သည်လည်းဖြစ်သော။ သန္တော စေဝ၊ ငြိမ်သက်သည်သာလျှင်လည်း ဖြစ်သော။ ပဏီတော စ၊ မြတ်သည်သာလျှင်လည်း ဖြစ်သော။ အသေစနကော စ၊ သွန်းလောင်း ထည့်စွက်အပ်သော အကြောင်းတပါး မရှိသည်လည်းဖြစ်သော။ သုခေါ စ ဝိဟာရော၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာ နေရသည်လည်းဖြစ်သော။ အာနာပါန သတိ သမာဓိ၊ အာနာပါနသတိသမာဓိသည်။ ဥပ္ပန္နုပ္ပန္နေ၊ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းကုန်သော။ ပါပကေ၊ ယုတ်မာကုန်သော။ အကုသလေဓမ္မေ စ၊ အကုသိုလ်တရားတို့ကိုလည်း။ ဌာနသော၊ တခဏခြင်းအားဖြင့်

သာလျှင်။ အန္တရဓာပေတိ၊ ကွယ်ပျောက်စေသနည်း။ ဝူပသမေတိ၊ အထူးသဖြင့်ငြိမ်းစေသနည်း။

## ရှေးဦးအစကမ္မဋ္ဌာန်းအစီအရင်

၃။ ဘိက္ခဝေ၊ ချစ်သားတို့။ ဣဓ၊ ဤသာသနာတော်၌။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်းသည်။ အရညဂတောဝါ၊ တောအရပ်သို့ ကပ်၍ရင်း။ ရုက္ခမူလဂတောဝါ၊ သစ်ပင်ရင်းသို့ကပ်၍ရင်း။ သုညာဂါရဂတောဝါ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာ အရပ်သို့ ကပ် ၍ ရင်း။ ပလ္လင်္ကံ၊ အောက်ပိုင်းကိုယ်ကို ခွေသောအားဖြင့် ထိုင်ခြင်း တည်းဟူသော ထက်ဝယ်ပလ္လင်ကို။ အာဘုဇိတွာ၊ ဖွဲ့ခွေ၍။ ဝါ၊ ပလ္လင်္ကံ-အာဘုဇိတွာ၊ တင်ပြင်ခွေ၍။ ကာယံ၊ အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို။ ဥဇုံ၊ ဖြောင့်ဖြောင့်။ ပဏိဓာယ၊ ထား၍။ ပရိမုခံ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းသို့ရှေးရှု။ သတိံ၊ သတိကို။ ဥပထပေတွာ၊ ထင်စေ၍။ ဝါ၊ ထား၍။ နိသီဒတိ၊ ထိုင်နေ၏။ သော၊ ထို အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်လိုသော ရဟန်းသည်။ သတော၊ သတိရှိ၍သာလျှင်။ အဿသတိ၊ ဝင်လေရှိုက်၏။ သတောဝ၊ သတိရှိ၍သာလျှင်။ ပဿသတိ၊ ထွက်လေရှူ၏။

## အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း ၁၆–ချက်

၄။ ဒီဃံဝါ၊ ရှည်စွာလည်း။ အဿသန္တော၊ ဝင်လေရှိုက်သည်ရှိသော်။ ဒီဃံ၊ ရှည်စွာ။ (အဟံ၊ ငါသည်။) အဿသာမိ၊ ဝင်လေရှိုက်၏။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။ ဒီဃံဝါ၊ ရှည်စွာလည်း။ ပဿသန္တော၊ ထွက်လေရှူသည်ရှိသော်။(အဟံ၊ ငါသည်။)ပဿသာမိ၊ ထွက်လေရှူ၏။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ရဿံဝါ၊ တိုစွာလည်း။ အဿသန္တော၊ ဝင်လေရှိုက်သည်ရှိသော်။ ရဿံ၊တိုစွာ။ (အဟံ၊ငါသည်။) အဿသာမိ၊ဝင်လေရှိုက်၏။ ဣတိ၊ဤသို့။ ပဇာနာတိ၊သိ၏။ ရဿံဝါ၊ တိုစွာလည်း။ ပဿသန္တော၊ ထွက်လေရှူသည်ရှိသော်။ (အဟံ၊ငါသည်။)ပဿသာမိ၊ထွက်လေရှူ၏။ ဣတိ၊ဤသို့။ ပဇာနာတိ၊သိ၏။

သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ၊ အလုံးစုံသော ဝင်လေထွက်လေ အပေါင်း၏ အစ-အလယ်-အဆုံးကိုသိသည်ဖြစ်၍။ အဿသိဿာမိ၊ ဝင်လေကိုရှိုက်အံ့။ ဣတိ၊ဤသို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ၊ အလုံးစုံသော ဝင်လေထွက်လေအပေါင်း၏ အစ-အလယ်-အဆုံးကို သိသည်ဖြစ်၍။ ပဿသိဿာမိ၊ ထွက်လေကိုရှူအံ့။ ဣတိ၊ဤသို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

ကာယသင်္ခါရံ၊ ရုန့်ရင်းသော ဝင်သက်ထွက်သက်လေကို။ ပဿမ္ဘယံ၊ ငြိမ်းစေလျက်။ အဿသိဿာမိ၊ ဝင်လေရှိုက်အံ့။ ဣတိ၊ဤသို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ ကာယသင်္ခါရံ၊ ရုန့်ရင်းသော ဝင်လေထွက်လေကို။ ပဿမ္ဘယံ၊ငြိမ်းစေလျက်။ ပဿသိဿာမိ၊ ထွက်လေရှူအံ့။ ဣတိ၊ ဤသို့။ သိက္ခတိ၊ ကျင့်၏။

ပီတိပဋိသံဝေဒီ၊ ပီတိကို အသီးအသီး ကောင်းစွာသိအပ်သည်ကို။ ကရောန္တော၊ ပြုလျက်။ အဿသိဿာမိ၊ -အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ ပီတိပဋိသံဝေဒီ၊ —ကို။ ကရောန္တော၊—လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊—အံ့။ ဣတိ၊—သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

သုခပဋိသံဝေဒီ၊ သုခကို အသီးအသီးကောင်းစွာသိအပ်သည်ကို။ ကရောန္တော၊-လျက်။ အဿသိဿာမိ—အံ့။ ဣတိ၊—သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ သုခပဋိသံဝေဒီ၊—ကို။ ကရောန္တော၊—လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ ကျင့်၏။

စိတ္တသင်္ခါရပဋိသံဝေဒီ၊ စိတ္တသင်္ခါရကို အသီးအသီးကောင်းစွာသိအပ်သည်ကို။ ကရောန္တော၊-လျက်။ အဿသိဿာမိ၊—အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ စိတ္တသင်္ခါရပဋိသံဝေဒီ၊-ကို။ ကရောန္တော၊—လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

စိတ္တသင်္ခါရံ၊ ရုန့်ရင်းသော စိတ္တသင်္ခါရကို။ ပဿမ္ဘယံ၊ ငြိမ်းစေလျက်။ အဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ ကျင့်၏။ စိတ္တသင်္ခါရံ၊—ကို။ ပဿမ္ဘယံ၊—လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊—အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

စိတ္တပဋိသံဝေဒီ၊ စိတ်ကိုအသီးအသီး ကောင်းစွာသိအပ်သည်ကို။ ကရောန္တော၊—လျက်။ အဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ စိတ္တပဋိသံဝေဒီ၊-ကို။ ကရောန္တော၊-လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။- သိက္ခတိ၊ ကျင့်၏။

စိတ္တံ၊ရှာန်စိတ်ဝိပဿနာစိတ်ကို။ အဘိပ္ပမောဒယံ၊ လွန်စွာဝမ်းမြောက်စေလျက်။အဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ စိတ္တံ၊-ကို။ အဘိပ္ပမောဒယံ၊-လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

စိတ္တံ၊ ချာန်စိတ် ဝိပဿနာစိတ်ကို။ သမာဒဟံ၊ အညီအညွတ် ရှေးရှုကောင်းစွာထားလျက်။ အဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊—သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ စိတ္တံ၊-ကို။ သမာဒဟံ၊-လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊—အံ့။ ဣတိ၊—သို့။ သိက္ခတိ။ကျင့်၏။

စိတ္တံ၊ ချာန်စိတ် ဝိပဿနာစိတ်ကို။ ဝိမောစယံ၊ အထူးသဖြင့် လွတ်စေလျက်။ အဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ စိတ္တံ၊—ကို။ ဝိမောစယံ၊-လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

အနိစ္စာနုပဿီ၊ အနိစ္စဟု အဖန်ဖန်ရှုလျက်။ အဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ အနိစ္စာနုပဿီ၊-လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

ဝိရာဂါနုပဿီ၊နှစ်ပါးသောဝိရာဂကို အဖန်ဖန်ရှုလျက်။ အဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ ဝိရာဂါနုပဿီ၊-လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

နိရောဓာနုပဿီ၊ နှစ်ပါးသောနိရောဓကို အဖန်ဖန် ရှုလျက်။ အဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ နိရောဓာနုပဿီ၊-လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊-အံ့။ ဣတိ၊-သို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ၊ ဝိပဿနာမဂ်တို့ကို အဖန်ဖန် ရှုလျက်။ အဿသိဿာမိ၊ဝင်လေရှိုက်အံ့။ ဣတိ၊ဤသို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။ ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ၊- လျက်။ ပဿသိဿာမိ၊ ထွက်လေရှူအံ့။ ဣတိ၊ဤသို့။ သိက္ခတိ၊ကျင့်၏။

## ပါဠိတော်အဓိပ္ပါယ်

ချီးမွမ်းပုံ။ ချစ်သားတို့ အာနာပါနကို သိမ်းဆည်းသောသတိနှင့် ယှဉ်သော သမာဓိကို ဖြစ်စေလို့ရှိလျှင် (ပွားများအားထုတ်လို့ရှိလျှင်) အကြိမ်များစွာ ပြုလို့ရှိလျှင်-ငြိမ်သက်ခြင်း(သန္တ)အကျိုး၊ မွန်မြတ်ခြင်း(ပဏီတ) အကျိုးများရနိုင်သည်။

[အသုဘကိုအာရုံပြု၍ဖြစ်သော သမာဓိသည် ရုန့်ရင်းသောအာရုံ- နှ်ရွာဘွယ်ကောင်းသော အာရုံကို အာရုံပြု၍ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် အာရုံ၏အစွမ်းဖြင့် သန္တ,ပဏီတဖြစ်သည်ဟု မဆိုရ၊ရအပ်ပြီးသောဈာန်၏အစွမ်းဖြင့်သာသန္တ,ပဏီတဖြစ်သည်ဟု ဆိုရသကဲ့သို့ အာနာပါနဿတိ သမာဓိကား ထွက်လေဝင်လေ အာရုံ၏အစဉ်သဖြင့် တရွေ့ရွေ့ သိမ်မွေ့ပြီး ရွေးချယ်စီစစ်ရလောက်အောင် ဖြစ်ခြင်းကြောင့် သိမ်မွေ့ခြင်းဖြစ်ရကား အာရုံစွမ်းဖြင့်လည်း သန္တ,ပဏီတဖြစ်သည်၊ ဈာန်၏အစွမ်းဖြင့်လည်း သန္တ,ပဏီတဖြစ်သည်ဟူ၏။]

သန္တဖြစ်ဘို့,ပဏီတဖြစ်ဘို့ ဖြည့်စွက်အပ်သော ကသိုဏ်းပရိကံစသည်ပြုလုပ်ရန် အကြောင်းတပါးမလို၊မိမိပင်ကိုယ်သဘောအားဖြင့်ပင်စပြီး ကောင်းစွာ အဖန်တလဲလဲအားထုတ်သည်မှစ၍ သန္တ,ပဏီတဖြစ်ခြင်းအကျိုး,

[ကသိုဏ်း စသည် အားထုတ်မှု- ဥပစာရသို့ရောက်မှ နိဝရဏများ ကင်းကွာခြင်းကြောင့်၎င်း, ဈာန်အင်္ဂါထင်စွာ ဖြစ်မှ နိဝရဏလုံးလုံးကင်းခြင်းကြောင့်၎င်း သန္တ, ပဏီတ ဖြစ်သလိုမဟုတ်ဟူ၏။

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာနေရခြင်းအကျိုး,ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို တခဏခြင်းအားဖြင့်

ကွယ်ပျောက်ငြိမ်းစေနိုင်ခြင်းအကျိုး များစွာ ရရှိနိုင်ခြင်းကြောင့်- ဤအာနာပါနကို သိမ်းဆည်းသောသတိနှင့် မှန်သောသမာဓိကို မြတ်စွာဘုရား များများကြီးချီးမွမ်းတော်မူသည်ဟုသိလေ။

**အမေး။** အဘယ်ကဲ့သို့ ပွားများ အားထုတ်သော် ဤဆိုအပ်ပြီးသော အကျိုးများ ရနိုင်ပါသနည်း-ဟုမေး။

**အဖြေ။** ဤ သာသနာတော်၌ အာနာ ပါနသတိသမာဓိကို ရအောင် အားထုတ်လိုသော ဘိက္ခုသည် တောအရပ်သို့ဖြစ်စေ၊ သစ်ပင်ရင်းသို့ဖြစ်စေ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ဖြစ်စေ ချဉ်းကပ်၍ တင်ပြင်ခွေပြီး အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်ထားထိုင်လျက် ကမ္မဋ္ဌာန်းသို့ ရှေးရှုသတိကိုဖြစ်စေ၍ [ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို သတိမူ၍ ဝင်သက်ထွက်သက် လေကို ရှိုက်ရ ရှူရမည်။]

[ဤကား-ကမ္မဋ္ဌာန်း မစီးဖြန်းမီ ပြုလုပ်ရမည့် အစီအရင်တည်း။]

## အားထုတ်ပုံ အကျဉ်း

**တော,စသောအရပ်သို့ သွားနေနိုင်းခြင်း။** ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်လိုသော ဘိက္ခုကို တောအရပ် သစ်ပင်ရင်းအရပ်, ဆိတ်ငြိမ်ရာ အရပ်တို့သို့ သွားနေခိုင်းရခြင်းကား ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်လိုသော ဘိက္ခုတို့နှင့် လျော်သော အရပ်များ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် သွားနေခိုင်းခြင်း ဖြစ်သည်။

[ယခုခေတ်ကား ဤသို့မဟုတ်မူ၍ တောသို့မကပ်ရဘဲ မြို့သို့ကပ်ရတော့မည့် ခေတ်ဖြစ်၏။]

**တောအရပ်သွားနေရခြင်းအကျိုး။** ဖြစ်လေရာရာဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်းက ရူပါရုံစသော အာရုံကာမဂုဏ်များကို လိုက်စားချင်တိုင်း ပျော်ပျော်ကြီး လိုက်စားစေ၍ ပေါက်လွှတ်ပဲစားလွှတ်၍ ထားသော စိတ်ရိုင်းစိတ်မိုက်ကို ယခုမှ အာနာပါနဿတိ သမာဓိ၏ အာရုံပေါ်သို့ တက်နိုင်းသော်လည်း တက်ရောက်ခြင်းငှါ အဘယ်မှာ အလိုရှိချေအံ့နည်း၊ ချေးထည်းကလောက် ချေးထည်းမှာသာ ပျော်မည်သာ ဖြစ်သကဲ့သို့ အာရုံအမျိုးမျိုးတို့၌သာ လိုက်စားကာ နေချင်မည်သာဖြစ်၏၊ ထိုအာရုံ အမျိုးမျိုးတို့ကိုသာ လိုက်စားကာ နေလိုသော စိတ်ရိုင်း, စိတ်မိုက်ကို မျက်စိကွယ်ရာ,နားကွယ်ရာ,ဆိတ်ငြိမ်ရာဒေသသို့ပို့ပြီး ဆုံးမပါမှ စိတ်ကောင်း,စိတ်မြတ်ကလေး ဖြစ်လာနိုင်မည်၊ထို့ကြောင့် တောစသော အရပ်သို့ ပို့ရခြင်းဖြစ်သည်။

ဥပမာ။ ကောက်ကျစ် စဉ်းလဲသော နွားမကြီးမှ မွေး၍ နွားမကြီး၏နို့ကို စို့ပြီး ကြီးပြင်းလာသော ကောက်ကျစ် စဉ်းလဲသော နွားကလေးကို ဆုံးမလိုသော နွားကျောင်းသားသည် နွားမကြီးနှင့်ခွဲ၍ သင့်တော်ရာအရပ်၌ တိုင်ကြီးတတိုင်စိုက်ပြီး ထိုတိုင်ကြီး၌ လွန်ကြိုးဖြင့် ဖွဲ့ချည်ထား၍ ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမရသည်၊ ထိုသို့ချည်တိုင်မှာ ကြိုးနဲ့ချည်ပြီး ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမအပ်သော နွားငယ်သည် ထိုထို၌၌ မပြေးသာတော့ဘဲ ချည်တိုင်ကိုသာ အမှီပြု၍ နေရသကဲ့သို့ ထိုနည်းတူစွာ ဖြစ်လေရာရာ ဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်းက ရူပါရုံစသော အာရုံတို့၏ အရသာကို သောက်စားပြီး ကြီးပွားလာခဲ့သော စိတ်ရိုင်း,စိတ်မိုက်ကို ဆုံးမလိုသော ဘိက္ခုသည်လည်း ရူပါရုံစသော အာရုံအမျိုးမျိုး

တို့မှ ကင်းဆိတ်ရာ တောစသော အရပ်သို့သွင်း၍ ထိုတော
စသောအရပ်၌ ဝင်သက်,ထွက်သက် တည်းဟူသော ချည်
တိုင်၌ သတိတည်းဟူသော ကြိုးဖြင့် ကောင်းစွာ ချည်
ထားရမည်၊ သို့မှ ထိုထိုအာရုံတွေ တွေ့တိုင်း,ကြားတိုင်း,
မြင်တိုင်း ပြေးသွားလိုသော စိတ်ရိုင်း,စိတ်မိုက်သည် ထိုထို
၌၌ အလီလီသော အာရုံသို့ ပြေးသွားခွင့် မရတော့ဘဲ
အာနာပါန အာရုံကိုသာ ဥပစာရ အပ္ပနာစွမ်းဖြင့် မှီ၍
နေရတော့၏။

[ဤကား—ကမ္မဋ္ဌာန်း ပွားများ အားထုတ်သော ဘိက္ခု
အား လျောက်ပတ်သော ကျောင်းနေရာကို ပြောပြသော
စကားတည်း။]

## မှတ်ချက်

၁။ ကောက်ကျစ် စဉ်းလဲသော နွားငယ်နှင့်—စိတ်ရိုင်း,စိတ်မိုက် တူသည်။

၂။ နွားကျောင်း သားနှင့်— ယောဂီ ဘိက္ခု တူသည်။

၃။ နွားမကြီးမှ ခွဲထုတ် ခြင်းနှင့်— ရွာနီး ကျောင်းမှ ဖဲခွာခြင်း တူသည်။

၄၊ သင့်တော်ရာ အရပ်နှင့်— တော စသော အရပ် တူသည်။

၅။ တိုင်ကြီးနှင့်— ဝင်သက်, ထွက်သက် လေ တူသည်။

၆။ ကြိုးနှင့်—သတိ တူသည်။

၇။ နွားငယ်ကလေးယဉ်ကျေးလာ၍ ချည်တိုင်မှာ မှီနေခြင်းနှင့်—တသံသရာလုံးက ရိုင်းလာတဲ့စိတ် ယဉ်ကျေး၍ အာနာပါန အာရုံကိုသာ အာရုံပြုနေခြင်းနှင့်တူသည် ဟုသိ။

**တနည်း**။ ဤ အာနာပါနဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းသည် အမျိုးမျိုးတို့တွင် ထိပ်တန်းအကျဆုံးဖြစ်၏၊ အလုံးစုံသော မြတ်စွာဘုရားများ, အချို့သော ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ, အချို့သော သာဝကတို့ တရားထူးရခြင်း, မျက်မှောက်သော ကိုယ်၏ အဖြစ်၌ ယခုဘဝ၌ ချမ်းသာစွာနေရခြင်းတို့၏ နီးစွာသော အကြောင်းလည်းဖြစ်၏၊ ဤအာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို မိန်းမသံ, ယောကျ်ားသံ, ဆင်သံ, မြင်းသံ, တီးသံ, မှုတ်သံ,သီဆိုသံ စသော သာသနာတော်၏ ငြောင့်, တံကျင်သဘွယ်ဖြစ်သော အသံအမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ပြွမ်းသော ရွာနီးကျောင်းမှာနေ၍ ပွားများ အားထုတ်ခြင်းငှါ မလွယ်၊ လူသူမနီး တောအုပ်ကြီးအတွင်းစသော ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်၌ နေပြီး အားထုတ်ပါမှ ဈာန်တရားများလည်းရ၊ ထိုဈာန်တရားတို့ကို အခြေခံထားပြီး ဝိပဿနာပွားသည် ရှိသော် ရဟန္တာအဖြစ်သို့လည်း ရောက်ခြင်းငှါ လွယ်ကူသောကြောင့် တောအရပ် စသည်သို့ မြတ်စွာဘုရားက ပို့ရခြင်းဖြစ်သည်။

**မှတ်ချက်**။ တောကျောင်းနှင့် သစ်ပင်ရင်းတို့ကား-ထင်ရှား၏၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်ကား မထင်ရှား၊ ထို့ကြောင့် ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်ကို ပြဆိုအံ့၊ တောင်, လိုဏ်ဂူ, တောင်ခေါင်း, သုသာန်, တောစွန်တောဖျား, လွင်တီးခေါင်,

ကောက်ရိုးပုံ၊ ဤခုနစ်ပါးသော အရပ်ကို (သုညာဂါရ) ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်-ဟု ဆိုသည်။

**ဣရိယာပုထ်။** ဣရိယာပုထ် ၄-ပါးတို့တွင် ထိုင်ခြင်း ဣရိယာပုထ်သည် မတွန့်တို မဆုတ်နစ်ခြင်း, မပြန့်လွင့်ခြင်း အဘိုရှိသည်၊ ငြိမ်လည်း ငြိမ်သက်သည်၊ ထို့ကြောင့် ထိုင်ပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းရမည် ဟု "နိသီဒတိ"ဟူ၍ ဟောတော်မူသည်။

[သွားလျက်, ရပ်လျက်, အိပ်လျက်လည်း ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းကောင်းသည်ပင်—ဟုမှတ်။]

**တင်ပြင်ခွေထိုင်။** တင်ပြင်ခွေထိုင်ခြင်းဖြင့် မြဲမြံခြင်းအကျိုးရှိသည်ဖြစ်သောကြောင့် "ပလ္လင်္ကံ အာဘုဇိတွာ" ဟု ဟောတော်မူသည်။

[မိန်းမဖြစ်လျှင် ကြို့ကြို့ထိုင်ရမည်။]

**ဖြောင့်ဖြောင့်ထိုင်။** အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်ထားထိုင်လျှင် ဝင်သက် ထွက်သက်လေများ ချမ်းချမ်းသာသာ ဖြစ်နိုင်ခြင်းအကျိုးရှိသည်၊ သို့အတွက်"ဥဇုံ ကာယံ ပဏိဓာယ"ဟုဟောတော်မူသည်။

**သတိထား။** ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံသို့ ရှေ့ရှုသတိထား၍အားထုတ်သော် အာရုံကိုကောင်းကောင်း သိမ်းဆည်းနိုင်သော အကျိုးများ ရနိုင်သောကြောင့် "ပရိမုခံသတိံ ဥပဋ္ဌပေတွာ"ဟူ၍ဟောတော်မူသည်။

**ဆောင်။** ဆိတ်-တင်-ဖြောင့်သ၊ဤလေးဝ၊ကျိုး၄လေသတည်း။

**ဆရာနည်း။** ဆိတ်ငြိမ်ရာသို့ ကပ်၊ တင်ပြင်ခွေထိုင်၊ အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်ထားထိုင်၊ တင်ပြင်ခွေ

ပေါ်မှာ ဘယ်ဘက်လက်ကို အောက်ဘက်ကထားပြီး ညာဘက်လက်ကို အထက်ကထား၍ လက်မထိပ်ချင်းထိထားရမည်၊ ထို့နောက်မှ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်။

မှတ်ချက်။ တင်ပြင်ခွေပြီး တဆယ့်ရှစ်ခုသောကျောက်ဆစ်ရိုးတို့ကို အစွန်းတခုဖြင့် အစွန်းတခုကိုထိစေ၍ အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်ထား၍ ထိုင်သောပုဂ္ဂိုလ်အား အရေ,အသား,အကြောများမည့်တ်ကြ၊ သို့အတွက် ထိုယောဂီအား ထိုအရေ, အသား, အကြောတို့မည့်တ်ခြင်းကြောင့် ခဏဘိုင်းခဏတိုင်းဖြစ်မည့် ဝေဒနာများမဖြစ်နိုင်ကြ၊ ထိုဝေဒနာများ မဖြစ်ကြခြင်းကြောင့် စိတ်တည်ကြည်ခြင်းရနိုင်၏၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းမပျက်၊ တိုးပွားခြင်းသို့သာရောက်၏၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းမပျက်၊ တိုးပွားခြင်းသို့ ရောက်စေလိုပါလျှင် တင်ပြင်ခွေပြီး အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်ထား၍ထိုင်ပါ၊ ခန္ဓာကိုယ်တောင်ယိမ်း, မြောက်ယိမ်း ရှေ့နောက်များကို ယိမ်းစေပြီး ချွေးပေါက်ကြီးများ ဒီးဒီးကျလာအောင် သက်ပြင်းရှူ၍အားမထုတ်ပါနှင့်၊ ချွေးပေါက်ကြီးများ ဒီးဒီးကျလာအောင် ခန္ဓာကိုယ် ပင်ပန်းခံပြီး အားထုတ်၍ရသော သမာဓိမျိုးကား အမောဆိုက်၍ရသော သမာဓိမျိုးဖြစ်ပေလိမ့်မည်၊ ထို့ကြောင့် အမောဆို့ပြီး ရံခါ မူးမေ့သွားတတ်သည်၊ ရံခါအိပ်ပျော်သွားတတ်သည်၊ ဖြစ်သင့်,မဖြစ်သင့်စဉ်းစားပါလေ၊ အမောတကြီး ခန္ဓာကိုယ်ပင်ပန်းခံပြီး အားထုတ်ရသော ကမ္မဋ္ဌာန်းမျိုး ကျမ်းဂန်မှာ ရှိသင့်,မရှိသင့် မိမိဉာဏ်ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ရမည်၊ အကယ်၍မိမိဉာဏ်ဖြင့် အသုံးမပြုနိုင်လျှင် ပညာရှိများထံ စုံစမ်းမေးမြန်းသင့်သည်။

**အချုပ်။** ဤအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်လို သော ယောဂီသည် ဆိုအပ်ပြီးသော နည်းအတိုင်း တော အရပ်,သစ်ပင်ရင်း,ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်တို့သို့ချဉ်းကပ်ကာအ ကယ်၍ ဆိုအပ်ပြီးသောအရပ်သို့ မကပ်နိုင်စေကာမူ နေ့ ဖြစ်စေ, ညဉ့်ဖြစ်စေ လူသံသူသံ အသံဆိတ်ငြိမ်သော အခါ မျိုး၌ တင်ပြင်ခွေ၊ အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်ထား ထိုင်ပြီးလျှင် ဝင်လာသောလေကို ဝင်လေဟု, ထွက်သွား သောလေကို ထွက်လေဟု-ဝင်လေထွက်လေ နှစ်ခုကိုသတိ မလွတ်စေဘဲအာရုံပြု၍နေရမည်။

[ဤကား ဆိုအပ်ပြီးသော အကျိုးများရအောင် အား ထုတ်ပုံအကျဉ်းချုပ်တည်း။]

**အမှာ။** [လက်ဦးဝင်လေ,ထွက်လေများကို ဆယ်ကြိမ် လောက် နှာသီးဖျား၌ ထိမှန်းသိအောင် ခပ်ပြင်းပြင်း အားထုတ်ပါ၊ နောက်မှပင်ကိုယ်အတိုင်းအားထုတ်။]

### အကျယ်အားထုတ်ပုံ

**ရှည်။** ဝင်လာသောလေကို မိမိ၏ဝင်သက် လေရှည် လျှင်ရှည်သည်ဟုသိရမည်၊ ထွက်လေကိုလည်း မိမိ၏ထွက် သက်လေရှည်လျှင်ရှည်သည်ဟုသိရမည်၊ထို့ကြောင့်“ဒီဃံ ဝါ အဿသန္တော ဒီဃံ အဿသာမီတိ ပဇာနာတိ၊ ဒီဃံ ဝါ ပဿသန္တော ဒီဃံ ပဿသာမီတိ ပဇာနာတိ” ဟု ဟောတော်မူသည်။

**တို။** ဝင်လာသောလေကိုမိမိ၏ဝင်သက်လေတိုလျှင်တို သည်ဟုသိရမည်၊ထွက်လေကိုလည်း မိမိ၏ထွက်သက်လေ

တိုလျှင် တိုသည်ဟုသိရမည်၊ ထို့ကြောင့် "ရဿံဝါ အဿသန္တော ရဿံ အဿသာမီတိ ပဇာနာတိ၊ ရဿံ ဝါ ပဿသန္တော ရဿံ ပဿသာမီတိ ပဇာနာတိ"ဟု ဟောတော်မူသည်။

**မှတ်ချက်။** ဝင်လေ ထွက်လေတို့၏ အရှည် အတိုကို ဒေသအဒ္ဓါနှ, ကာလအဒ္ဓါနှစ်မျိုးဖြင့်မှတ်ရမည်၊ ဥပမာ–သဲလမ်းဟုဆိုရာ၌ သဲလုံးသဲပွင့်ကလေးတွေ စီတန်း၍နေသည်ကိုပင် သဲလမ်းဟူ၍ ခေါ်ဆိုရ၏၊ [ရေလမ်းဟူရာ၌လည်းနည်းတူ၊] ထိုသဲလမ်းသည် အချို့ကားရှည်၏, အချို့ကား တို၏ဟူ၍ဆိုရဘိသကဲ့သို့ ထိုနည်းတူစွာ ဝင်သက်လေ,ထွက်သက်လေတို့သည် များစွာသော ကလာပ်မှုန့်ကလေးတွေ၏ အဖြစ်ဖြင့် မှုန့်မှုန့်ညက်ညက် ဖြစ်ကြကုန်သော်လည်း ဆင်, မြွေတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ကား ရှည်လျားသည့်အတွက် ဖြေးဖြေးဝင်ကြ ထွက်ကြသောကြောင့် ရှည်သည်ဟုဆိုကြရသည်၊ ခွေးယုန်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ကား တိုသည်ဖြစ်၍ မြန်မြန်ဝင်ကြ,ထွက်ကြသောကြောင့် တိုသည်ဟုဆိုကြရသည်၊ ဤစကားရပ်ဖြင့်ခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော ဒေသအခွန့်ဖြင့် အထူးပြု၍ ဝင်လေထွက်လေတို့၏ အရှည် အတိုကိုပြသည်။

ပမာဏ တူမျှသောလူတို့တွင် အချို့လူများကား ဆင်, မြွေတို့ကဲ့သို့ ကာလ အပိုင်းအခြားအားဖြင့် ဝင်လေ, ထွက်လေများ ရှည်ကြသည်၊ အချို့လူများကား ခွေး, ယုန်တို့ကဲ့သို့ ကာလအပိုင်းအခြားအားဖြင့် ဝင်လေ,ထွက်လေများတိုကြသည်၊ ဤစကားရပ်ဖြင့် ကာလအခွန့်ဖြင့်

အထူးပြု၍ ဝင်လေ,ထွက်လေတို့၏ အရှည်အတိုကိုပြသည်ဟုသိ။

**လိုရင်း။** ဖြေးဖြေး သာသာ ရှိုက်လို့, ရှူလို့ဖြစ်သော ဝင်လေ, ထွက်လေမျိုးကို ကာလအပိုင်းအခြား အားဖြင့် ရှည်သည့်အတွက် ဒီဃအရှည်၊ မြန်မြန်ရှိုက်လို့, ရှူလို့ဖြစ်သောဝင်လေ,ထွက်လေမျိုးကို ကာလအပိုင်းအခြားအားဖြင့် တိုသည့်အတွက် "ရဿ" အတိုဟူ၍ဆိုသည်ဟု မှတ်ထိုက်၏။

**အဿာသ-ပဿာသ။** ဝိနည်း ဒေသနာတော် အလိုအားဖြင့် ထွက်လေကို အဿာသ, ဝင်လေကို ပဿာသဆိုသည်၊ သုတ္တန်ဒေသနာတော် အလိုအားဖြင့် ဝင်သက်လေကို အဿာသ, ထွက်သက်လေကို ပဿာသဟု ဆိုသည်၊ ဝိနည်းအလို-အမိဝမ်းတိုက်မှ မွေးဖွားကာစသူငယ်ကို ရည်၍ဆိုသည်၊ ထိုအမိဝမ်းတိုက်မှ မွေးဖွားကာစ သူငယ်သည်ထွက်လေကို အရင်ဖြစ်စေပြီးမှ ဝင်သက်လေကို နောက်မှဖြစ်စေသည်၊ ထို့ကြောင့် အဿာသကို ထွက်သက်, ပဿာသကို ဝင်သက် ဟုဆိုသည်၊ သုတ္တန်အလို-ကမ္မဋ္ဌာန ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဝင်သက်လေကို အရင်အာရုံပြု၍ နောက်မှ ထွက်သက်လေကို အာရုံပြုရသည်၊ ထို့ကြောင့် အဿာသကို ဝင်သက်, ပဿာသကို ထွက်သက်ဟု ဆိုသည်၊ ဤအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းသောယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း ဝင်သက်ကစ၍ စီးဖြန်းရသည်ဟုသိ။

**အခြင်းအရာ ၄-ပါး။** အချို့သော ယောဂီသည် ဝင်သက်လေကိုသာ ကောင်းစွာ မှတ်နိုင်သည်–၁၊ အချို့သော

ယောဂီသည် ထွက်သက်လေကိုသာ ကောင်းစွာ မှတ်နိုင်သည်—၂၊ အချို့သော ယောဂီသည် ဝင်သက်လေ,ထွက်သက်လေ နှစ်ပါးစလုံးကို ကောင်းစွာ မှတ်နိုင်သည်—၃၊ ဤသို့သာမန်အားဖြင့် မှတ်ပုံအခြင်းအရာ ၃-ပါး၊ ဆန္ဒဖြစ်ပြီးနောက်- ထို့အတူမှတ်ပုံ ၃-ပါး၊ ပါမောဇ္ဇ ဖြစ်ပြီးနောက် ထို့အတူမှတ်ပုံ ၃-ပါး၊ ဤအခြင်းအရာ ၉-ပါးကို ရှေးဦးစွာသိထားရမည်။

**တနည်း ၄—ပါး။** ဒီဃအဿာသ-၁ ပါး၊ဒီဃပဿာသ ၁-ပါး၊ ရဿအဿာသ-၁ ပါး၊ ရဿပဿာသ-၁ ပါး၊ ဤသို့အခြင်းအရာ ၄-ပါးကို ရှေးဦးစွာသိထားရမည်။

**ကာယာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ဖြစ်ပုံ။** အခြင်းအရာ ၉-ပါး တနည်း-၄ ပါးကိုသိပြီးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဝင်လာသောလေထင်ရှားအံ့၊ ဝင်သက်လေကို,ထွက်လာသောလေထင်ရှားအံ့၊ ထွက်သက်လေကို,ဝင်လေထွက်လေ နှစ်ပါးစုံထင်ရှားအံ့၊ နှစ်ပါးစုံကို နှာခေါင်းရှည်သူဖြစ်အံ့၊ နှာခေါင်းဖျားမှာသတိထား,နှာခေါင်းတိုသူဖြစ်အံ့၊အထက်နှုတ်ခမ်းဖျားမှာ သတိထား၍ ဝင်လေကို, ထွက်လေကို, ဝင်လေထွက်လေကို အာရုံပြုပြီး သတိမလွတ်စေဘဲ ရှုကိရှုရမည်၊ ထိုကဲ့သို့ ရှုကိရှုနေသော ယောဂီအား ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းခြင်းအမှု၌ လွန်စွာအားထုတ်လိုသော ကုသိုလ်ဆန္ဒသည်ဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်မည်၊ ထိုအားထုတ်နေသော ကမ္မဋ္ဌာန်းသည်လည်း တိုးပွားခြင်း (ဝုဒ္ဓိ) ပြန့်ပြောခြင်း (ဖာတိ) သို့ရောက်သည်ဖြစ်၍ ဝင်လေထွက်လေသည် ရှေးကထက် သိမ်မွေ့ခြင်းသို့ရောက်လာလိမ့်မည်။

[ဘာဝနာစွမ်းဖြင့် ရှေးကပူပန်ခြင်းများငြိမ်းအေးလာသည့်အတွက် ခန္ဓာကိုယ်မှ ဝင်လေထွက်လေများ သိမ်မွေ့စွာဖြစ်လာလိမ့်မည်။] ဤသိမ်မွေ့သော သုခုမဖြစ်သော ဝင်လေထွက်လေများကိုပင် အာရုံပြု၍ ဆက်လက်အားထုတ်သည့်ရှိသော်-ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ပွားတိုးခြင်း,ပြန့်ပြောခြင်းဖြစ်ပြီး ယောဂီ၏သန္တာန်၌ နုသော ပီတိဟူသော ပါမောဇ္ဇတရားများဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်မည်၊ ဝင်လေ, ထွက်လေများလည်း ရှေးကထက်အလွန် သိမ်မွေ့လာလိမ့်မည်၊ ထိုအလွန်သိမ်မွေ့သော သုခုမတရဖြစ်သော ဝင်လေထွက်လေကိုပင် အာရုံပြု၍ ဆက်လက် တဖန်အားထုတ် ပြန်သော် ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် တိုးပွားခြင်း (ဝုဒ္ဓိ) ပြန့်ပြောခြင်း (ဖာတိ) ဖြစ်ပြီးလျှင် ဘာဝနာစွမ်းကြောင့် ပရိဘာဂနိမိတ်ထင်လာလိမ့်မည်၊ဥပစာရသမာဓိခေါ်သော ဈာန်၏အနီးအနားသမာဓိများ ဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်မည်၊ ထိုမှတဖန်ဆက်လက်အားထုတ်ပြန်က ဈာန်တရားများရလိမ့်မည်။

**မဂ်တက်ပုံ**။ ဥပစာရသမာဓိဖြစ်ပြီးနောက် ဈာန်ဘက်သို့မတက်ဘဲ မဂ်သို့တက်လိုသော ယောဂီသည် ကိုးပါးသောအခြင်းအရာ, လေးပါးသော အခြင်းအရာအားဖြင့် ဖြစ်သော ဝင်လေထွက်လေတို့ကို အာရုံပြုပြီးလျှင်- ယင်းလေအပေါင်းသည် ကာယမည်၏၊ ထိုအာရုံဖြစ်သော ကာယဟု ဆိုအပ်သော ဝင်လေ, ထွက်လေသည် ရူပကာယခန္ဓာကိုယ်ကို အမှီပြု၍ ဖြစ်၏၊ထိုရူပကာယခန္ဓာကိုယ်လည်းကာယပင် မည်၏၊ ထိုကာယနှစ်ပါးကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သောစိတ်,စေတသိက်အပေါင်းလည်း နာမကာယမည်၏၊ ၎င်း

ကာယ ၃-ပါးကို အဖန်ဖန် သုံးသပ်သော် ငါဟူ၍၎င်း, ငါ့ဟာဟူ၍၎င်း, ယောကျ်ားဟူ၍၎င်း, မိန်းမဟူ၍၎င်း, ယူစရာ, စွဲလမ်းစရာမမြင်၊ သိသရာတခွင်လုံးက ငါဘဲ, သူဘဲ,ပုဂ္ဂိုလ်ဘဲ,သတ္တဝါဘဲ,ယောကျ်ားမိန်းမဘဲ စသည်ဖြင့် ဖြစ်ခဲ့သော စွဲလမ်းချက် အယူမှားကြီး လုံးလုံးပျောက်ပြီး အယူမှန်ဖြစ်သော နာမကာယနှင့် ရူပကာယ နှစ်ပါးသာ မြင်လာလိမ့်မည်။

ထိုအခါ အယူစင်ကြယ်ပြီး နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ပိုင်ပြီ၊ ဤနာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဆိုက်ဘို့ အလွန်အရေးကြီးသည်၊ ထိုကာယ-၃ ပါး ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း၏ အကြောင်းရင်းကား- အဝိဇ္ဇာရှိခြင်းကြောင့်, တဏှာရှိခြင်းကြောင့်, ဥပါဒါန်ရှိခြင်းကြောင့်, သင်္ခါရဟူသောကံ ရှိခြင်းကြောင့်, အာဟာရ ရှိခြင်းကြောင့် (စားခြင်းကြောင့်) ကာယ ၃-ပါး ဖြစ်ပေါ်သည်ဟု သိအောင် ကြံရမည်၊ ဤသို့ အကြောင်းအကျိုး အပြည့်အစုံသိမြင်သော ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ပေါ်လာအောင် အားထုတ်၊ ၎င်းဉာဏ် ၂-ပါးပေါ်လာသော် အမှန်သိသော ယထာဘူတဉာဏ်ဆိုက်ပြီ၊ ထို့နောက်ယင်း ကာယတို့ကိုပင် ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပျက်စီးသွားခြင်းကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စပါတကား ဟုအဖန်ဖန်ရှု၊ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းတို့ မပြတ်နှိပ်စက်အပ်သောကြောင့် ဆင်းရဲသော ဒုက္ခပါတကား-ဟု အဖန်ဖန်ရှု၊ မိမိအလိုသို့မလိုက်သောကြောင့် အစိုးမရ အနတ္တပါတကား-ဟု အဖန်ဖန်ရှု၊ ဤသို့ အနိစ္စ-ဒုက္ခ-အနတ္တ အခြင်းအရာအားဖြင့် အဖန်ဖန်ရှုလတ်သော် သမ္မသနဉာဏ်မှစ၍ ဉာဏ်

အဆင့်ဆင့်တက်ပြီး မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်သို့ ရောက်လိမ့်မည်၊ မဂ်ဉာဏ်,ဖိုလ်ဉာဏ်ရလိမ့်မည်။

**အမှာ။** ဝင်လေ, ထွက်လေကို ဖမ်းသော အခါ-နှာခေါင်းရှည်သူ,မတိုမရှည်ရှိသူဖြစ်အံ့၊ နှာခေါင်းဖျားမှာ သတိထား၍ ဖမ်းရမည်၊ နှာခေါင်းတိုသူဖြစ်အံ့၊ အထက်နှုတ်ခမ်းဖျားမှာသတိထား၍ ဖမ်းရမည်ဟု သိလေ။

**မှတ်ချက်။** ဆိုအပ်ပြီးသော ကာယ ၃-ပါးကို ကာယဟု ခေါ်သည်၊ ထိုကာယ ၃-ပါးကို အဖန်ဖန်ရှုသောဉာဏ်ကို အနုပဿနာခေါ်သည်၊ ကာယ ၃-ပါးတည်းဟူသော အာရုံသို့ကပ်၍ တည်နေသော သတိကို သတိပဋ္ဌာန်ခေါ်သည်၊ (ကာယ-အနုပဿနာ-သတိပဋ္ဌာန်)ယင်း ၃-ပါးကို ပေါင်းစပ်သော်- ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်သည်ဟု မှတ်။

အာနာပါနနှင့်စပ်သော ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်
ခဏ်းပြီး၏။

---

## ၂—ဝေဒနာ,စိတ္တ,ဓမ္မာနုပဿနာခဏ်း

ဝေဒနာ,စိတ္တ,ဓမ္မ ၃—ပါးတို့ကို ဆက်ပြဦးအံ့။

**ဝေဒနာနုပဿနာ။** စမ်းပွက်မှ ရေတဖွားဖွား ထွက်သကဲ့သို့ ဆိုအပ်ပြီးသော ကာယအတွင်းမှ တဖွားဖွား ထွက်ပေါ်၍နေသော ဝေဒနာ အမျိုးမျိုးရှိ၏၊ ရူပါရုံစသော အာရုံအမျိုးမျိုးတို့ကို ခံစားနေသော ဝေဒနာ ဟူသမျှကို ဒုက္ခသဘောအားဖြင့်ရှုရမည်၊ ရူပံ—ယခုအာရုံ၏ အဇ္ဈရ

သာကို ခံစားနေသော ဝေဒနာသည် ဖြစ်ခြင်း,ပျက်ခြင်းတို့၏ အနှိပ်အစက်ကို ခံနေရသောကြောင့် ဆင်းရဲသောဒုက္ခပါတကား–ဟု အဖန်ဖန်ရှုရမည်။

**တနည်း။** သုခဝေဒနာကို ဒုက္ခ-ဟု ရှု၊ ဒုက္ခဝေဒနာကို မြှားငြောင့်သဘွယ် ရှု၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို အနိစ္စ-ဟု ရှု၊ ရှုပုံ–ကောင်းသောအာရုံ၏ အရသာကို ခံစားနေသော သုခဝေဒနာသည် ချမ်းသာသည်ဟု ဆိုရသော်လည်း စင်စစ် ချမ်းသာမဟုတ်၊ သုခသဘောမှ ဖောက်ပြန်၍ ဒုက္ခသဘောသို့ သက်ရောက်ရမည် ဧကန်သာ၊ ထို့ကြောင့် ဤသုခဝေဒနာသည် ဒုက္ခပါတကား, ဒုက္ခပါတကား–ဟု ရှုရမည်၊ [နှစ်သက်စရာကောင်းသော အာရုံတခုခုကို ခံစားနေခိုက် ထိုအာရုံပျက်စီးသွားသောအခါ ရုတ်ခြင်း ဒုက္ခဖြစ်ရမည်ကို ရည်ရွယ်သည်။] မကောင်းသော အာရုံ၏ အရသာကို ခံစားနေသော ဒုက္ခဝေဒနာသည် ကျင်နာခံခက်အောင် နှိပ်စက်သောကြောင့် မြှား, ငြောင့်, ဓါး,လှံ အလား ကြောက်စရာကောင်းသော ဝေဒနာပါတကား, ကြောက်စရာကောင်းသော ဝေဒနာပါတကား-ဟု ရှုရမည်၊ ကောင်းသည်လည်းမဟုတ်၊ မကောင်းသည်လည်းမဟုတ်၊ အလတ်စား အာရုံကို ခံစားနေသော ဥပေက္ခာ ဝေဒနာသည် ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပျက်စီးသွားခြင်းကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စပါတကား, မမြဲသောအနိစ္စပါတကား-ဟု ရှုရမည်။

ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပြီး၏။

**စိတ္တာနုပဿနာ။** စမ်းပွက်မှရေတဖွားဖွားထွက်သကဲ့သို့ ဆိုအပ်ပြီးသော ကာယအတွင်းမှ တဖွားဖွားထွက်ပေါ်၍

နေသော စိတ်တရားများ ရှိကြ၏၊ ၎င်းစိတ်သည် ရူပါရုံ, သဒ္ဒါရုံ,ဂန္ဓာရုံ,ရသာရုံ,ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ စသော အာရုံများကို အာရုံပြု၍ဖြစ်၏၊ ၎င်းစိတ်ကို အနိစ္စာနုပဿနာ စသော အနုပဿနာ ၇–ပါးဖြင့် ရှုရမည်၊ ရှုပုံ–အာရုံပြောင်းလဲတိုင်း စိတ်သည်လည်းပြောင်း လဲရကား၊ မမြဲသောအနိစ္စပါတကား–ဟု နိစ္စသညာ ပျောက်အောင်ရှု၊ ဆင်းရဲသော ဒုက္ခပါတကား-ဟု သုခသညာ ပျောက်အောင်ရှု၊ အစိုးမရ အနတ္တပါတကား-ဟု အတ္တသညာ ပျောက်အောင်ရှု၊ ငြီးငွေ့စရာကြီးပါ တကား-ဟု နှစ်သက်ခြင်းကင်းအောင်ရှု၊ နှစ်သက်စရာ ဘာမျှမရှိပါ တကား-ဟု ရာဂကင်းအောင်ရှု၊ ချုပ်ပျောက်ပျက်စီးတတ်သော တရားပါတကား-ဟု သမုဒယ ပယ်နိုင်အောင်ရှု၊ စွဲလမ်းစရာဘာမျှမရှိပါတကား-ဟု စွဲလမ်းခြင်းကင်းအောင်ရှုရမည်။

စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ပြီး၏။

**ဓမ္မာနုပဿနာ။** စမ်းရေပွက်မှ တဖွားဖွားထွက်သကဲ့သို့ ဆိုအပ်ပြီးသော ကာယအတွင်းမှ တဖွားဖွား ထွက်ပေါ်၍ နေသော သညာဓမ္မ,သင်္ခါရဓမ္မများရှိကြ၏၊၎င်းသညာနှင့် သင်္ခါရဓမ္မများသည်အာရုံအမျိုးမျိုးကို အာရုံပြု၍ ဖြစ်ကြ၏၊ ၎င်းသညာနှင့် သင်္ခါရဓမ္မများကို အနုပဿနာ ခုနစ်ပါးဖြင့် ရှုရမည်၊ ရှုပုံကို စိတ္တအတိုင်း ရှုလေ။

[ဤကား အကျဉ်းနည်းတည်း၊ အကျယ် ပါဠိတော်လာတိုင်း အမျိုးမျိုးခွဲ၍ ရှုနိုင်သည်။]

ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ပြီး၏။

ဝေဒနာ,စိတ္တ,ဓမ္မာနုပဿနာခဏ်း ပြီး၏။

---

## ၃—ဗျာန်ခဏ်း

### ပါဠိတော်နည်း

အာနာပါနကိုဆက်ဦးအံ့—

ထင်။ အလုံးစုံသော ဝင်လေ, ထွက်လေတို့၏ အစ, အလယ်,အဆုံး ၃—ပါးစလုံးကို ရှေးဦးစွာ ဉာဏ်ဖြင့် သိအောင်, ထင်ရှားအောင်ပြုပြီးမှ ဝင်လေကို ရှိုက်အံ့,ထွက်လေကို ရှူအံ့—ဟု အာဘောဂထားသောအတိုင်း ဝင်လေ, ထွက်လေတို့ကို ရှိုက်ရရှူရမည်၊ ဤသို့ ဝင်လေ, ထွက်လေတို့၏ အစ,အလယ်,အဆုံး ၃-ပါးစလုံးကို ဉာဏ်ဖြင့်သိပြီး, ထင်ရှားအောင်ပြုပြီး အာဘောဂအတိုင်း ရှိုက်နိုင်,ရှူနိုင်အောင် အားထုတ်ရမည်၊ ဆိုအပ်ပြီးသောအတိုင်း အားထုတ်နိုင်သော ယောဂီကို''သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ''ပုဂ္ဂိုလ်ဟု ဆိုရမည်။

ချဲဦးအံ့။ ဝင်လေ၏ အစကား- နှာသီးဖျားတည်း၊ အလယ်ကား-ရင်ချိုင့်တည်း၊ အဆုံးကား-ချက်တည်း၊ ထွက်လေ၏အစကား- ချက်၊အလယ်ကား ရင်ချိုင့်၊ အဆုံးကား နှာသီးဖျားတည်း-ဟု သိ။

> ၁။ အချို့သော ယောဂီအား ဝင်လေထွက်လေတို့၏ အစသာ ထင်ရှား၍ အလယ်နှင့် အဆုံး ၂-ပါးမထင်ရှား၊ ထိုယောဂီကား အစကိုသာ သိမ်းဆည်းခြင်းငှါ စွမ်းနိုင်၏၊ အလယ်နှင့် အဆုံး ၂-ပါးကို မသိမ်းဆည်းနိုင်သေး။

၂။ အချို့သော ယောဂီအား အလယ်သာ ထင်ရှား၍ အစနှင့်,အဆုံး ၂-ပါး မထင်ရှား၊ ထိုယောဂီကား အလယ်ကိုသာ သိမ်းဆည်းခြင်း ငှါ စွမ်းနိုင်၏၊ စ,ဆုံး ၂-ပါးကို မသိမ်းဆည်း နိုင်သေး။

၃။ အချို့သောယောဂီအား အဆုံးသာ ထင်ရှား၍ အစနှင့် အလယ် ၂-ပါး မထင်ရှား၊ ထိုယောဂီကား အဆုံးကိုသာ သိမ်းဆည်းနိုင်၏၊ စ,လယ် ၂—ပါးကို မသိမ်းဆည်းနိုင်သေး။

အချို့သောယောဂီအား ၂-ပါး လောက်သာ ထင်ရှား၍ ၁-ပါး မထင်ရှား၊ထိုယောဂီများကို“သဗ္ဗကာယ-ပဋိသံဝေဒီ”ဟု မဆိုရသေး၊ အချို့သော ယောဂီကား ၃-ပါးစလုံးထင်ရှား၍ ၃-ပါးစလုံးကို သိမ်းဆည်းနိုင်၏၊ ထိုသို့ ၃—ပါးစလုံးကို ဉာဏ်ဖြင့် သိမ်းဆည်းနိုင်သော ယောဂီကိုသာ “သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာ-မီတိ သိက္ခတိ ပဿသိဿာ မီတိ သိက္ခတိ” ဟု ဟော တော် မူသည်၊ ထိုယောဂီမျိုးကိုသာ ဘုရားစသော အရိယာ သူတော်ကောင်းတို့က တော်ပါပေသည်ဟု ချီးမွမ်း တော်မူသည်။

**လိုရင်း**။ ရှေးမဆွကသတိကိုဂင်း,ဉာဏ်ကိုဂင်း ဖြစ်စေ၍ ဌာန ၃-ပါးစလုံးတို့၌ ဉာဏသမ္ပယုတ်စိတ်ကိုသာ ဖြစ်စေ ရမည်၊ဉာဏ်မကင်းဘဲ အားထုတ်ရမည်-ဟူ၏။

**သိက္ခတိ**။ သိက္ခတိ ဟူသည်- ဆိုအပ်ပြီးသော နည်း အတိုင်း အလုံးစုံသော ကာယကို(ဝင်လေ,ထွက်လေတို့၏

စ, လယ်,ဆုံး ၃-ပါးစလုံးကို ဉာဏ်ဖြင့် သိပြီးအားထုတ်ရမည်ကိုဆိုသည်။) တနည်း-သိက္ခာ ၃-ပါးကို ဆိုသည်၊ စ, လယ်, ဆုံး ၃-ပါးစလုံးကို ဉာဏ်ဖြင့် ထင်အောင်ပြု၍ အားထုတ်သော ယောဂီ၏ သတိသံဝရနှင့် ဝီရိယသံဝရ ၂-ပါးကို အဓိသီလသိက္ခာဆိုသည်၊ ၎င်းယောဂီ၏ သမာဓိကို အဓိစိတ္တသိက္ခာဆိုသည်၊ ၎င်းယောဂီ၏ ဉာဏ်ပညာကို အဓိပညာသိက္ခာဆိုသည်၊ ဤသိက္ခာ ၃-ပါးစုံသည်ကို "သိက္ခတိ"ဟူ၍ တနည်းသိလေ။

**ပဇာနာတိ။** တဆယ့်ခြောက်ပါးသော နည်းတို့တွင် သဘောအတိုင်း ဝင်လေထွက်လေတို့၏ ရှည်,တို ၂-နည်း၌ သက်သက် ဝင်လေ, ထွက်လေတို့၏ ရှည်,တို ၂-ပါးကို သိပြီး ရှုက်ရုံ, ရှုရုံသာဖြစ်သည်၊ ဝင်လေ, ထွက်လေတို့၏ စ,လယ်,ဆုံး ၃-ပါးစလုံးကို ဉာဏ်ဖြင့် သိဘို့ နှလုံးသွင်းရန်မလိုသေး- ဟူ၏၊ ထို့ကြောင့် "အဿသိဿာမီတိ ပဇာနာတိ၊ ပဿသိဿာမီတိ ပဇာနာတိ"ဟု ပစ္စုပ္ပန်ကာလစွမ်းဖြင့် ဟောတော်မူသည်။

**အဿသိဿာမိ။** ဝင်လေ ထွက်လေတို့၏ ရှည်, တို ၂-ပါးကို ဉာဏ်ဖြင့်သိပြီး အားထုတ်သော ယောဂီအား သိက္ခာ ၃-ပါးစုံလင်၍ သမာဓိ အားကောင်းလာပြီးနောက် စ,လယ်,ဆုံး ၃-ပါးကို သိအောင်ပြုပြီး ဉာဏ်ရှေ့သွားထားပြီးမှ ဝင်လေ, ထွက်လေကိုပင် အာရုံပြု၍ အားထုတ်ရဦးမည်ဟု ပြလိုသောကြောင့် "သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီအဿသိဿာမိ၊ ပဿသိဿာမိ" စသည်ဖြင့် အနာဂတ်စွမ်းဖြင့် ဟောတော်မူသည်။

နေသော စိတ်တရားများ ရှိကြ၏၊ ၎င်းစိတ်သည် ရူပါရုံ, သဒ္ဒါရုံ,ဂန္ဓာရုံ,ရသာရုံ,ဖေါဋ္ဌဗ္ဗာရုံ စသော အာရုံများကို အာရုံပြု၍ဖြစ်၏၊ ၎င်းစိတ်ကို အနိစ္စာနုပဿနာ စသော အနုပဿနာ ၇–ပါးဖြင့် ရှုရမည်၊ ရှုပုံ–အာရုံပြောင်းလဲ တိုင်း စိတ်သည်လည်းပြောင်း လဲရကား၊ မမြဲသောအနိစ္စ ပါတကား–ဟု နိစ္စသညာ ပျောက်အောင်ရှု၊ ဆင်းရဲ သော ဒုက္ခပါတကား-ဟု သုခသညာ ပျောက်အောင်ရှု၊ အစိုးမရ အနတ္တပါတကား-ဟု အတ္တသညာ ပျောက် အောင်ရှု၊ ငြီးငွေ့စရာကြီးပါတကား-ဟု နှစ်သက်ခြင်း ကင်းအောင်ရှု၊ နှစ်သက်စရာ ဘာမျှမရှိပါ တကား-ဟု ရာဂကင်းအောင်ရှု၊ ချုပ်ပျောက်ပျက်စီးတတ်သော တရား ပါတကား-ဟု သမုဒယ ပယ်နိုင်အောင်ရှု၊ စွဲလမ်းစရာ ဘာမျှမရှိပါတကား-ဟု စွဲလမ်းခြင်းကင်းအောင်ရှုရမည်။

စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ပြီး၏။

**ဓမ္မာနုပဿနာ။** စမ်းရေပွက်မှ တဖွားဖွားထွက်သကဲ့သို့ ဆိုအပ်ပြီးသော ကာယအတွင်းမှ တဖွားဖွား ထွက်ပေါ်၍ နေသော သညာဓမ္မ,သင်္ခါရဓမ္မများရှိကြ၏၊၎င်းသညာနှင့် သင်္ခါရဓမ္မများသည်အာရုံအမျိုးမျိုးကို အာရုံပြု၍ ဖြစ်ကြ၏၊ ၎င်းသညာနှင့် သင်္ခါရဓမ္မများကို အနုပဿနာ ခုနစ်ပါး ဖြင့် ရှုရမည်၊ ရှုပုံကို စိတ္တအတိုင်း ရှုလေ။

[ဤကား အကျဉ်းနည်းတည်း၊ အကျယ် ပါဠိတော်လာ တိုင်း အမျိုးမျိုးခွဲ၍ ရှုနိုင်သည်။]

ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ပြီး၏။

ဝေဒနာ,စိတ္တ,ဓမ္မာနုပဿနာခဏ်း ပြီး၏။

---

ဥပမာ။ တောင်အောက်သို့ပြေးဆင်းသော ယောက်ျား သည် တောင်အောက်သို့ရောက်သောအခါ-သက်ပြင်းကြီး ရှူရှိုက်သလို, ရံခါနှာခေါင်းဖြင့် လေရှူရှိုက်ရတာ အားမရ၍ ပါးစပ်ကပင် အသက်ရှူရသလို ကမ္မဋ္ဌာန်းအားမထုတ်မီ ဝင်လေ, ထွက်လေတို့သည် ရုန့်ရင်းကြမ်းထမ်းကုန်၏၊ ထိုယောက်ျားသည် တောင်အောက်သို့ရောက်၍ ပင်ပန်းခြင်းကိုပယ်ဖျောက်ပြီး ရေသောက်, ရေမိုယ်းချိုး, အရိပ်ကောင်းသော သစ်ပင်အောက်သို့သွား၍ ရေလဲပိုင်းကို ရင်ပတ်ပေါ်တင်ပြီးအိပ်လိုက်သောအခါ ထိုယောက်ျား၏ ဝင်လေ,ထွက်လေတို့သည် တဖြေးဖြေးသိမ်မွေ့ပြီး အသက်ပင် ရှူမှရှူပါတော့၏လောဟု စုံစမ်းရမည့်အခြေသို့ ရောက်သကဲ့သို့ ကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်၍ သမာဓိ ရလာသော ယောဂီလည်း ဝင်လေ,ထွက်လေတို့သည် တဖြေးဖြေး သိမ်မွေ့၍ စုံစမ်းရမည့်အဖြစ်သို့ ရောက်လာလိမ့်မည်-ဟူ၏။

သိမ်မွေ့ပုံ။ ထိုကဲ့သို့ သိမ်းဆည်းပြီး အားထုတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား အဆင့်ဆင့်ဈာန်တရားများရလာလိမ့်မည်၊ပထမဈာန်အနီးအနားဥပစာရခဏ၌ ဝင်လေ,ထွက်လေတို့သည် ရှေးကထက် သိမ်မွေ့လာလိမ့်မည်၊ ထို့ထက် ပထမဈာန်၊ ထို့ထက် ဒုတိယဈာန်၏ ဥပစာရ၊ ထို့ထက် ဒုတိယ ဈာန်၊ ထို့ထက်တတိယဈာန် ဥပစာရ၊ ထို့ထက် တတိယဈာန်၊ ထို့ထက်စတုတ္ထဈာန်၏ ဥပစာရခဏ၌ အလွန်သိမ်မွေ့ခြင်းသို့ ရောက်၏၊ စတုတ္ထဈာန်ရတော့ ဝင်လေ,ထွက်လေများ လုံးလုံးမရှိတော့၊ဝင်လေ, ထွက်လေဟု ဆိုအပ်သော ကာယသင်္ခါရလုံးလုံး ငြိမ်းပျောက်သွားတော့၏။

**အချုပ်။** မိမိ၏ဝင်လေ,ထွက်လေတို့ ရှည်လျှင်ရှည်သည် ဟုသိ၊ တိုလျှင် တိုသည်-ဟု သိပြီး နှာသီးဖျားဌ် သတိထားရှ် အားထုတ်ရမည်၊ နှာသီးဖျားဌ် သတိထားသည် မှတပါး-အခြားအခြားသော အဆင်းရူပါရုံ, အသံသဒ္ဒါရုံ စသည်သို့ စိတ်မရောက်သွားအောင် အထူး အရေးကြီး သည်၊ စိတ်မပျံ့လွင့်တော့ဘဲ နှာသီးဖျားဌ်သာ သတိရှိပြီးသမာဓိရသော် ဝင်လေ,ထွက်လေတို့၏ အစ,အလယ်, အဆုံးတို့ကို ဉာဏ်ဖြင့်သိအောင်ပြုပြီးမှ နှာသီးဖျားမှာပင် သတိထားပြီး ဝင်လေ, ထွက်လေကို အာရုံပြု၍ ဆက်လက်အားထုတ်၊ အားထုတ်ဘန်များလတ်သော် ဝင်လေ, ထွက်လေတို့သည် တဖြေးဖြေးငြိမ်သက်လာပြီး ဈာန်တရားများရပါလိမ့်မည်။

[ဤကား-သမထနည်းတည်း။]

**အမှာစကား။** ဤပထမ စတုက္ကဖြင့် အစစွာ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းခြင်းရှိသော အာဒိကမ္မိက ပုဂ္ဂိုလ်များ အတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းပုံ နည်းကိုပြသည်၊ ၎င်းပထမစတုက္ကာဌ် လာသောအတိုင်း အားထုတ်၍ ဈာန်ရပြီး ပုဂ္ဂိုလ်များ အတွက် ဒုတိယ စတုက္ကဖြင့် ဝေဒနာနုပဿနာ, တတိယ စတုက္ကဖြင့် စိတ္တာနုပဿနာ, စတုတ္ထစတုက္ကဖြင့် ဓမ္မာနုပဿနာတို့၏အစွမ်းဖြင့်ဟောခြင်းကြောင့် ပထမစတုက္ကမှတပါး ကျန်စတုက္က ၃- ပါးဌ် သမထကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းစီးဖြန်းပုံ ထူးခြားမရှိပြီ၊ ထို့ကြောင့် ကျန်နည်းသုံးပါးကို အကျယ်မရေးတော့ပြီ။

[ဤကားပါဠိတော်နည်းတည်း။]

## အဋ္ဌကထာနည်း

**ရှေးဦးစွာပြုရမည့်ကိစ္စ။** ဤအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်လိုသော အမျိုးကောင်းသားသမီးသည် ရှေးဦးစွာ သီလစင်ကြယ်စေရမည်၊ ပလိဗောဓကြီး၁၀-ပါးတို့တွင် မိမိသန္တာန်၌ရှိသော ပလိဗောဓကို ဖြတ်ရမည်၊ထို့နောက် ကမ္မဋ္ဌာန်းဂုဏ်အင်္ဂါ ၇-ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော မိတ်ဆွေကောင်းထံ ချဉ်းကပ်၍ ဥဂ္ဂဟ,ပရိပုစ္ဆာ,ဥပဋ္ဌာန,အပ္ပနာ,သံလက္ခဏာ၊ဤ၅-ပါးသော အဆစ်အပိုင်းကို သင်ယူရမည်။

၁။ ဥဂ္ဂဟ—ပါဠိအနက်ကို ရအောင် အားထုတ်ထားရမည်။

၂။ ပရိပုစ္ဆာ— သံသယ မကင်းသော အရာများကို သံသယကင်းအောင် မေးမြန်းရမည်။

၃။ ဥပဋ္ဌာန—နိမိတ်ထင်ခြင်းကို မှတ်သားထားရမည်။
[ဤနည်းဖြင့်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်သော ယောဂီအား ဤသို့သောအခြင်းအရာဖြင့် နိမိတ်ထင်၏၊ ထိုထင်သောနိမိတ်ကိုသတိ,ပညာဖြင့်မှတ်သားထားရမည်ဟူ၏။]

၄။ အပ္ပနာ—ကမ္မဋ္ဌာန်း၏ အပ္ပနာဈာန်ကို မှတ်သားထားရမည်။
[ဤပုံကမ္မဋ္ဌာန်းအား ထုတ်သောယောဂီအား ဤသို့ဈာန်ရသည်ဟု မှတ်သားထားရမည်ဟူ၏။]

၅။ သံလက္ခဏာ—ဤကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ဤသဘောရှိ၏ဟု ကမ္မဋ္ဌာန်းသဘောကို မှတ်သားထားခြင်းကို ဆိုသည်။

ဤသို့ ၅-ပါးသော အဆစ်အပိုင်းရှိသော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို သင်ယူသောယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိလည်း နှောင်ကို မပင်ပန်းရ၊ ဆရာကိုလည်း ညှဉ်းဆဲရာမရောက်ခြင်းအကျိုးရ၏၊ ထို့ကြောင့် အနည်းငယ်သင်ယူပြီး အကြိမ်များစွာ သရဇ္ဈာယ်၍ ဆရာ၏အထံ၌ဖြစ်စေ, အရပ်တပါး၌ဖြစ်စေ လျောက်ပတ်သော နေရာ၌နေ၍ လက်သည်း လှီးခြင်း, ဆံရိတ်ခြင်းစသော ပလိဗောဓငယ်တို့ကိုဖြတ်၍ ရတနာသုံးပါး၏ဂုဏ်တို့ဖြင့် မိမိ၏စိတ်ကိုရွှင်စေပြီး မှသတိမလွတ်စေဘဲ ဤအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းအားထုတ်ရမည်။

**အစီအရင်။** ၁-ဂဏနာ၊ ရေတွက်၍ စီးဖြန်းခြင်း။ ၂-အနုဗန္ဓနာ၊ အစဉ်ဖွဲ့၍စီးဖြန်းခြင်း။ ၃- ဖုသနာ၊ နှာသီးဖျားနှုတ်ခမ်းဖျားတို့၌ထိခြင်း။ ၄-ပထနာ၊ စိတ်ကိုအာရုံ၌ကောင်းစွာထားခြင်း။ ၅- သလ္လက္ခဏာ၊ အနိစ္စစသည်၏အဖြစ်ကိုကောင်းစွာရှုခြင်း။ ၆-ဝိဝဋ္ဋနာ၊ ဝဋ်တရားမှဂင်း, အနိစ္စစသော နိမိတ်မှဂင်းနစ်ခြင်း။ ၇-ပါရိသုဒ္ဓိ၊ထက်ဝန်းကျင်မှစင်ကြယ်ခြင်း။ ၈-ပဋိပဿနာ၊ အသီးအသီး ရှုဆင်ခြင်ခြင်း။ ဤနှလုံးသွင်းရာအစီအရင် ၈- ပါးကိုရှေးဦးစွာ သိထားနှင့်ရဦးမည်။

**ဆောင်။** ဂဏာ-နုဗန်၊ဖုသံ-ထပ၊ သလ္လက္ခ-ဝိ၊ပါရိ-ပဋိ၊ရှစ်ခုရှိ။ မှတ်ဘိသိထားဦး။

၁။ ဂဏနာနည်းဟူသည် ဝင်လေ, ထွက်လေတို့ကို ရေတွက်၍ စီးဖြန်းသောနည်းကိုဆိုသည်။

၂။ အနုဗန္ဓနာနည်းဟူသည် ဝင်လေထွက်သို့ အစဉ်ဖွဲ့ခြင်းအားဖြင့် သတိမကင်းမူ၍စီးဖြန်းသောနည်းကိုဆိုသည်။

၃။ ဖုသနာနည်းဟူသည် ဝင်လေ, ထွက်လေတို့၏ ထိရာ နှာသီးဖျားနှုတ်ခမ်းဖျားအရပ်၌ သတိထားခြင်းကိုဆိုသည်။

၄။ ထပနာနည်းဟူသည် ကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံ၌ စိတ်ကို ကောင်းစွာထားနိုင်ခြင်းကိုဆိုသည်။

၅။ သလ္လက္ခဏာဟူသည် အနိစ္စစသော အခြင်းအရာလက္ခဏာအားဖြင့်ရှုသောဝိပဿနာကိုဆိုသည်။

၆။ ဝိဝဋ္ဋနာဟူသည် မဂ်ကိုဆိုသည်။

၇။ ပါရိသုဒ္ဓိဟူသည် ဖိုလ်ကိုဆိုသည်။

၈။ ပဋိပဿနာ ဟူသည် အသီးအသီး ရှုသော ပစ္စဝေက္ခဏာကိုဆိုသည်။

**မှတ်ချက်။** ဤအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဦးစွာစ၍ စီးဖြန်းလိုသော အမျိုးကောင်းသားသမီးသည် ရှေးဦးစွာရေတွက်၍ စီးဖြန်းခြင်း,ဂဏနာနည်းဖြင့် စီးဖြန်းရမည်၊ ရေတွက်သောအခါ ငါးခုအောက်မယုတ်, ဆယ်ခုထက်မလွန်စေမူ၍ရေတွက်ရမည်၊ကြားမပြတ်စေရ။

၁။ ငါးခုအောက်ယုတ်၍ရေတွက်သော်ကျဉ်းမြောင်းသော နွားခြံ၌ပြွတ်သိပ်နေသော နွားတို့၏ လှုပ်လှုပ်ရွရွဖြစ်သကဲ့သို့ ကျဉ်းမြောင်းရာအရပ်၌ နေ

သောသူ၏စိတ်သည် ကျဉ်းချုပ်ပြီး တုန်လှုပ်တတ်သည်၊ ထို့ကြောင့် ငါးခုအောက် ယုတ်လျော့၍ မရေတွက်ရ။

၂။ ဆယ်ခုထက်အလွန် ရေတွက်သော် ရေတွက်ခြင်းဘက်သို့သာ စိတ်ရောက်ပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းဘက်သို့ စိတ်မရောက်ဘဲရှိတတ်သည်၊ ထို့ကြောင့် ဆယ်ခုထက်အလွန်မရေတွက်ရဟုဆိုသည်။

၃။ အကြားပြတ်ပြတ်ပြီး ရေတွက်သော် ကြာမြင့်စွာ အားထုတ်သောယောဂီအား ငါ၏ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်ပြီလော, မရောက်သေးသလောဟုဖြစ်ပြီးစိတ်တုန်လှုပ်တတ်သည်၊တနည်း- အကြားအကြား၌ မရေတွက်မိသောယောဂီအား ငါ၏စိတ်သည် ကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ညွှတ်ပါ၏လော၊ မညွှတ်ဘဲရှိနေသလောဟု စိတ်ပျံ့လွင့်တတ်သည်၊ ထို့ကြောင့် ကြားမပြတ်စေရဟုဆိုသည်။

**ဂဏနာနည်း။** ဂဏနာနည်းသည် နှေးနှေး ရေတွက်သော ဓညမာပကနည်း, မြန်မြန်ရေတွက်သော ဂေါပါလကနည်းအားဖြင့် ၂-မျိုးရှိ၏၊ ထို၂-မျိုးတို့တွင်– ရှေးဦးစွာ နှေးနှေးရေတွက်သော ဓညမာပကနည်းဖြင့် အားထုတ်ရမည်၊ အားထုတ်ပုံ– ဝင်လေ,ထွက်လေ ၂-မျိုးတို့တွင် ဝင်လေသာထင်ရှားသည်ဖြစ်အံ့၊ နှာသီးဖျား၌သတိထား၍ ဝင်လာသောလေကိုအာရုံပြုပြီး တစ်ကစ၍ ၅-ခုအထိဖြစ်စေ၊ ၆-ခုအထိဖြစ်စေ၊ ၇-ခုအထိဖြစ်စေ၊ ၈-ခုအထိဖြစ်စေ၊ ၉-ခုအထိဖြစ်စေ၊ ၁၀-ခုအထိဖြစ်စေ၊ ဝင်လာတိုင်း ဝင်

လာတိုင်းသောလေကို မလွတ်စေဘဲမှတ်သား၍ နောက်ထပ် ဝင်လာသောလေမရောက်မီ တစ်,တစ်-ဟု ရေတွက်၊ နောက် ဒုတိယဝင်လာသောလေကို နှစ်,နှစ်-ဟုရေတွက်၊ နောက်ထပ် ဝင်လာသောလေကို သုံး,သုံး-ဟု ရေတွက်၊ နောက်ထပ်ဝင်လာသောလေကို လေး,လေး-ဟု ရေတွက်၊ နောက်ထပ်ဝင်လာသောလေကို ငါး,ငါး-ဟု ကြားမပြတ်စေဘဲ ရေတွက်နေရမည်။

[၆-ခုအထိ၊ ၇-အထိ၊ ၈-အထိ၊ ၉-အထိ၊ ၁၀-အထိ ရေတွက်ရာ၌လည်း တစ်ကပင်စ၍ ရေတွက်လေ။]

အကယ်၍ ထွက်လေသာ ထင်ရှားသည်ဖြစ်အံ့၊ ၎င်းထွက်လေကိုပင် တစ်,တစ်၊နှစ်,နှစ်-စသည်ဖြင့် ကြားမပြတ်စေဘဲ ဖြေးဖြေးရေတွက်နေရမည်၊ ဝင်လေ,ထွက်လေ နှစ်ပါးစလုံး ထင်ရှားသည်ဖြစ်အံ့၊ ဝင်လေ,ထွက်လေတစ်၊ ဝင်လေထွက်လေနှစ်-စသည်ဖြင့် ကြားမပြတ်စေဘဲ ဖြေးဖြေးရေတွက်နေရမည်၊ ဝင်လေသက်သက်ကိုဖြစ်စေ, ထွက်လေသက်သက်ကိုဖြစ်စေ၊ ရေတွက်နေငြားသော်လည်း အတော်ကြာရေတွက်မိသော် ဝင်လေ,ထွက်လေ နှစ်ပါးစလုံးပင် ထင်ရှားလာလိမ့်မည်၊ ထိုအခါ ဝင်လေ, ထွက်လေတစ်-စသည်ဖြင့် ရေတွက်လေ။

[စိတ်အပြင်ဘက်သို့မထွက်စေဘဲ ဝင်လေ ထွက်လေ နှစ်ပါး၌သာ အာရုံစူးစူးစိုက်စိုက်ဖြစ်နေသော် ဖြေးဖြေးရေတွက်သော ဂဏနာနည်းအပြီးသို့ ရောက်ပြီ-ဟုမှတ်။]

**မှတ်ချက်။** ဂဏနာနည်းဟူသည်- တင်းခြင်းသမား (စပါးခြင်သမား)ကို ဆိုသည်၊ တင်းခြင်သမားသည် လက်ဦးဆုံးတတင်းခြင်လတ်သော်- နောက်တတင်း မခြင်မီအ

တွင်း တစ်,တစ်-ဟု ဖြေးဖြေးရေတွက်သည်၊ နောက်တတင်း ခြင်ပြန်သော်- နောက်တတင်း မခြင်မီအတွင်း နှစ်,နှစ်-ဟု ဖြေးဖြေးရေတွက်၍ခြင်သည်၊ ထို့အတူ ဝင်လေ,ထွက်လေ တို့ကို ရေတွက်ရာ၌လည်း တစ်,တစ်-စသည်ဖြင့် ဖြေးဖြေး ရေတွက်ရသည်၊ ထိုသို့ ဖြေးဖြေးရေတွက်သောနည်းကို ဓညမာပကနည်းခေါ်သည်-ဟု သိ။

ဝါဒတပါး။ အချို့ဆရာတို့ကား- ဝင်လေ ထွက်လေ တစ်၊ ဝင်လေထွက်လေနှစ်- စသည်ဖြင့် ဆယ်ခုအထိ ရေတွက်စေပြီးသော်- ၎င်းဆယ်ခုကို ညာဘက်ဒူးမှာထားစေ၍၊ နောက်တဖန် တစ်ကစ၍ရေတွက်၊ ဆယ်ခုစေ့ပြန်သော် ညာဘက်တင်ပါးမှာထားစေ၍၊ နောက်တဖန် တစ်ကစ၍ ရေတွက်၊ ဆယ်ခုစေ့ပြန်သော် ညာဘက်တတောင်ဆစ်မှာ ထားစေ၍၊ နောက်ဆယ်ခုကို ညာဘက်ပခုံး၊ နောက်ဆယ် ခုကို ညာဘက်ချိုစောင်း၊ နောက်ဆယ်ခုကို ဘယ်ဘက်ချို စောင်း၊ နောက်ဆယ်ခုကို ဘယ်ဘက်ပခုံး၊ နောက်ဆယ်ခု ကို ဘယ်ဘက်တတောင်ဆစ်၊ နောက်ဆယ်ခုကို ဘယ်ဘက် တင်ပါး၊ နောက်ဆယ်ခုကို ဘယ်ဘက်ဒူးမှာ ထားစေ၍ ဝါရကောင်းဆယ်ဝါရ၊ ဝင်လေထွက်လေတရာ(၁၀၀)ကို အမှတ်အသားပြု၍ အားထုတ်စေသည်၊ တနေ့ကို အနည်း ဆုံး ဝါရကောင်းချည်းဘဲ တထောင် (၁၀၀၀) ရအောင် အားထုတ်နိုင်းကြ၏၊တဝါရအတွင်းသတိလွှတ်ပြီး အာရုံတခု ခုသို့ရောက်ပြီး ဝင်လေထွက်လေကို မရေတွက်မိလျှင် အန္တ ရာခဏ္ဍဖြစ်၍ ကြား့ပြတ်သည်ဟု ဆိုရသောကြောင့် ဝါရ ကောင်း အရေအတွက်ထည်းမထည့်ရ။

အချို့ကား- အရပ်ဆယ်မျက်နှာဖြင့် မှတ်၍အားထုတ်ခိုင်းကြ၏၊ ဟိုမှာထား,သည်မှာထားစေ၍ အားထုတ်ခိုင်းခြင်းကား- တဝါရတဝါရအတွင်းကြားမပြတ်ခြင်းဖြစ်သော်လည်း ဝါရတခု၏အဆုံးနှင့် နောက်ဝါရတခု၏အစကြားဒူး,တင်ပါး, အရှေ့, အနောက်-စသည်ကို အာရုံပြု၍ စိတ်ရောက်သွားမည် ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းဝါရ တခုတခု၏အကြား ကြားပြတ်စရာအကြောင်းရှိသည်၊ ဘယ်နေရာမှာမှမထားဘဲ နာရီဝက်, တနာရီစသည်ဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်ထား၍အားထုတ်လျှင် သာ၍ကောင်းမည်။

**ဂေါပါလကနည်း။** ဖြေးဖြေးရေတွက်သော ဓညမာပကနည်းအပြီး အဆုံးသို့ရောက်ပြီးသော ယောဂီသည် မြန်မြန်ရေတွက်သောဂေါပါလကနည်းဖြင့်အားထုတ်ရဦးမည်၊ အားထုတ်ပုံ— ရှေးဓညမာပကနည်းဖြင့် အားထုတ်နေသောယောဂီအား ဝင်လေ,ထွက်လေတို့သည် ထင်ရှားလာသည်ဖြစ်၍ တဖြေးဖြေး အသက်ရှူမြန်လာလိမ့်မည်၊ ထိုသို့အသက်ရှူမြန်လာသောယောဂီအား နှာခေါင်းဖျားမှာပင်သတိထား၍ နှာခေါင်းဖျားသို့ ရောက်လာတိုင်းသော ဝင်လေထွက်လေတို့ကိုဖမ်းပြီး ဝင်လေ,ထွက်လေတစ်၊ ဝင်လေထွက်လေနှစ်-စသည်ဖြင့် မြန်မြန်ရေတွက်ရမည်၊ ဤသို့ရေတွက်အားထုတ်သော် ရေတွက်ခြင်း၏အစွမ်းကြောင့် စိတ်တည်ကြည်လာလိမ့်မည်။

**ဥပမာ။** အလွန်စီးသောရေ၌ ထိုးဝါး၏အစွမ်းကြောင့်လှေသည် တည်တံ့နေသကဲ့သို့ နည်းတူ မြန်မြန်ရေတွက်သောယောဂီအား ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် မပြတ်ဖြစ်သကဲ့သို့ထင်

လာလိမ့်မည်၊ [အပ္ပနာဈာန်သို့ရောက်မှ မပြတ်ဖြစ်သည်၊ ဥပစာရအရာ၌ကား– ဘဝင်ခြားနေခြင်းကြောင့် မပြတ်သကဲ့သို့ဖြစ်သည်ဟု ဥပမာစကားဖြင့်ဆိုသည်။] ငါ၏ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် မပြတ်ဖြစ်ပြီ-ဟုသိပြီး ဆက်လက်ရေတွက်နေရမည်၊ ဝင်လေထွက်လေတို့နောက်သို့ စိတ်ရောက်ပြီး မလိုက်စေရ၊ ရံခါမရေတွက်ဘဲ စီးဖြန်းကြည့်လို့ စိတ်တည်နေမှ ရေတွက်ခြင်းဂဏနာနည်းကို လွှတ်ရမည်၊ အဿာသပဿာသအာရုံ၌ စိတ်တည်နေသော် ရေတွက်ခြင်း ဂဏနာနည်းအပြီးသို့ ရောက်ပြီ-ဟုမှတ်။

**အနုဗန္ဓနာနည်း။** ဂဏနာနည်း အပြီးအဆုံးသို့ရောက်ပြီးသောယောဂီသည် ဂဏနာနည်းကိုလွှတ်၍ အနုဗန္ဓနာနည်းဖြင့် အားထုတ်ရမည်၊ အားထုတ်ပုံ–နှာသီးဖျားမှာ ပင်သတိထား၍ ဝင်လေ, ထွက်လေတို့ကို မရေတွက်တော့ဘဲ ဝင်လေ, ထွက်လေတို့ကိုသာအစဉ်လိုက်ပြီး ဝင်လေ, ထွက်လေဟု နှလုံးသွင်းနေရမည်၊ ၎င်းဝင်လေ၏အစ, အလယ်,အဆုံး၊ ထွက်လေ၏ အစ,အလယ်, အဆုံးတို့သို့ လိုက်ပြီးနှလုံးမသွင်းရ-ဟုသိ။

**မှတ်ချက်။** ဝင်လေလမ်းအတိုင်း နှာသီးဖျားမှ ချက်အထိ အဿာသနောက်ကို လိုက်နေလျှင် အဇ္ဈတ္တ၌ စိတ်ပျံ့လွင့်ရာရောက်သည်၊ ထွက်လေလမ်းအတိုင်းချက်မှနှာသီးဖျားတိုင်အောင် လိုက်နေလျှင် ဗဟိဒ္ဓ၌ စိတ်ပျံ့လွင့်ရာရောက်သည်ဟု သိရမည်၊ ထို့ကြောင့် ဝင်လေ, ထွက်လေနောက်စိတ်မလိုက်စေဘဲ နှာသီးဖျား အထက်နှုတ်ခမ်းဖျား၌သာ စိတ်ကိုသတိဖြင့် ဖွဲ့ချည်ထား၍ နှာသီးဖျား

နှုတ်ခမ်းဖျား၌ ထိလာသော ဝင်လေ, ထွက်လေကိုသာ အာရုံပြုပြီးနှလုံးသွင်းအားထုတ်ရမည်-ဟုမှတ်။

**ဖုသနာနည်း။** ဤဖုသနာနည်းကား သီးခြားမရှိ၊ ဝင်လေ,ထွက်လေတို့၏ထိရာအရပ်၌ သတိထားခြင်းကိုပင်ဖုသနာနည်းဆိုသည်၊ဂဏနာနည်းဖြင့် အားထုတ်လျှင် ဝင်လေ, ထွက်လေတို့၏ ထိရာနှာသီးဖျား, အထက်နှုတ်ခမ်းဖျားမှာပင် သတိထား၍ အားထုတ်ရသောကြောင့် ဖုသနာနည်းလည်းပါဝင်သည်၊ ဂဏနာနည်းဖြင့် အားထုတ်လျှင် ဂဏနာနည်း, ဖုသနာနည်း၂-ပါးဖြင့်အားထုတ်ရာရောက်၏၊ အနုဗန္ဓနာနည်းဖြင့် အားထုတ်လျှင်လည်း ဝင်လေ, ထွက်လေတို့၏ ထိရာနှာသီးဖျားမှာပင် သတိထား၍အားထုတ်ရသောကြောင့် ဖုသနာနည်းလည်း ပါဝင်သည်၊အနုဗန္ဓနာနည်းဖြင့် အားထုတ်လျှင်အနုဗန္ဓနာနည်း, ဖုသနာနည်း၂-ပါး အားထုတ်ရာရောက်၏၊ ထို့ကြောင့် ဖုသနာနည်းဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ရန် သီးခြားမရှိ-ဟုဆိုသည်။

**ဌပနာနည်း။** ဤဌပနာနည်းလည်း သီးခြားမရှိ၊ ပဋိဘာဂနိမိတ် ထင်သည်မှစ၍ အပ္ပနာပဉ္စမဈာန်တိုင်အောင် ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌ စိတ်ကိုထားနိုင်ခြင်းကိုပင်ဆိုသည်၊ ထို့ကြောင့် ဂဏနာနည်း, အနုဗန္ဓနာနည်း ၂- ပါးဖြင့် သီးခြားအားထုတ်နည်းရှိသကဲ့သို့ ဤဌပနာနည်း ဖြင့်လည်း သီးခြားအားထုတ်နည်းမရှိ-ဟုမှတ်။

**သူဆွံ့ဥပမာ။** ပုခက်ဖြင့် ကစားနေကြသော သားမယားတို့၏ ပုခက်တိုင်ရင်း၌ထိုင်၍ ပုခက်ကိုလွှဲပေးနေသော သူဆွံ့သည် တိုင်၏ဟိုဘက်သည်ဘက် သွားနေသောပုခက်

ပျဉ်ပြား၏ ဤမှာဘက်စွန်း, ထိုမှာဘက်စွန်း, အလယ် အရပ်တို့ကို မြင်နေရပြားသော်လည်း ဤမှာဘက်စွန်း, ထိုမှာဘက်စွန်း, အလယ်အရပ်တို့ကို မြင်ခြင်းငှါ အား မထုတ်သကဲ့သို့ထို့အတူ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း နှာသီး ဖျား, အထက်နှုတ်ခမ်းဖျား တည်းဟူသော နိမိတ်တိုင် ရင်း၌သတိထား၍ ဝင်လေ, ထွက်လေဟူသော ပုခက် ကိုလွဲ၍ထိုင်နေသော်လည်း အစဉ်အတိုင်း ဝင်နေထွက်နေ သောလေတို့၏ စ,လယ်,အဆုံး သုံးပါးတို့ကို မြင်ခြင်းငှါ အားမထုတ်နိုင်ဘဲ ၎င်းသုံးပါးတို့ အလိုလိုပင် ထင်လာပါ လိမ့်မည်။

**တံခါးစောင့်ဥပမာ။** မြို့တံခါးစောင့်သည် မြို့တွင်း မြို့ ပြင်သို့သွားပြီး သင်ဘာအမည်ရှိသလဲ၊ ဘယ်ကလာသလဲ၊ ဘယ်သွားမလို့လဲ၊ သင့်လက်ထည်းမှာဘာလဲ-စသည်ဖြင့် လိုက်ပြီးမစုံစမ်း၊ လိုက်စုံစမ်းဘို့ရန် တာဝန်ရှိသည်လည်း မဟုတ်၊ အစစ်ကတော့ မြို့တံခါးဝသို့ရောက်လာသောသူကို သာစုံစမ်းရန်တာဝန်ရှိသကဲ့သို့ ထို့အတူ ဤယောဂီအား အတွင်းသို့ဝင်သွားသောလေကို၎င်း, အပြင်ဘက်သို့ထွက် သွားသောလေကို၎င်း လိုက်ပြီးစုံစမ်းနေရန်မလို၊ နှာသီး ဖျား, နှုတ်ခမ်းဖျားသို့ ထိခိုက်လာနေသော လေကိုသာ သတိထား နှလုံးသွင်းနေရန်သာ လိုသည်-ဟူမှတ်။

**လွှသမားဥပမာ။** သစ်တုံးကို ညီညွတ်သော မြေပြင်မှာ ထားပြီး လွှဖြင့်ဖြတ်သောယောက်ျားသည် လွှသွားထိရာ ထိရာအရပ်၌သာသတိထား၍ဖြတ်၏၊ဟိုဘက်ရောက်သွား, သည်ဘက်ရောက်လာသော လွှသွားတို့ကို နှလုံးမသွင်း,

သတိမထား၊ သို့ပင်သတိမထား နှလုံးမသွင်း ငြားသော်လည်း ဟိုဘက်ရောက်, သည်ဘက်ရောက် သွားလာနေသော လွှသွားတို့သည် အလိုလိုထင်လာသကဲ့သို့ သစ်တုံးကို ဖြတ်ခြင်းလုံ့လလည်း ထင်လာနိုင်သည်၊ သစ်တုံးကို ဖြတ်ခြင်းကြိယာကိုလည်း ပြီးစေသည်၊ ထိုသစ်သားဖြင့် ပြီးစေအပ်သော အကျိုးထူးများကိုလည်း ရနိုင်သကဲ့သို့ မှတ်ရမည်၊ဤဥပမာ၌—

၁။ လွှသွားနှင့် အဿာသ ပဿာသ ဝင်လေ, ထွက်လေတူသည်။

၂။ သစ်တုံးနှင့် နှာသီးဖျား,နှုတ်ခမ်းဖျားတူသည်။

၃။ သစ်တုံး၌သာ သတိထားခြင်းနှင့် နှာသီးဖျား နှုတ်ခမ်းဖျား၌သာ သတိထားခြင်းတူသည်။

၄။ ဟိုဘက်သည်ဘက် သွားလာနေသော လွှသွားကို နှလုံးမသွင်းသည်နှင့် ဝင်လေထွက်လေများ သွားလာနေသည်ကို နှလုံးမသွင်းခြင်းတူသည်။

၅။ ဟိုဘက်သည်ဘက် သွားလာနေသော လွှသွားတို့ကို နှလုံးမသွင်းသော်လည်း ဟိုဘက် သည်ဘက်သွားလာနေသော လွှသွားများအလိုလိုထင်လာသည်နှင့် ဝင်လေထွက်လေတို့ အလိုလိုထင်လာခြင်းတူသည်။

သစ်တုံးကို ဖြတ်ခြင်းလုံ့လလည်း ထင်လာနိုင်သကဲ့သို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်သော ယောဂီ၏သန္တာန်၌ အားထုတ်သော လုံ့လလည်း ထင်ရှားလာနိုင်သည်၊ သစ်တုံးဖြတ်

ခြင်းကြီးယာကိုလည်း ပြီးစေသကဲ့သို့ သမာဓိဖြင့် ဝိတက် ငြိမ်းသည့်အတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ခြင်းကြီးယာလည်း ပြီးမြောက်ပါသည်၊ သစ်သားဖြင့် ပြီးစေအပ်သောအကျိုး ထူးများရနိုင်သကဲ့သို့ သမာဓိကိုမှီ၍ သံယောဇဉ်စသည် တို့ကို ပယ်နိုင်ခြင်းအကျိုးများလည်းရသည်-ဟုမှတ်။

**လိုရင်း။** ဤဥပမာ၌ လွှတိုက်သော ယောကျ်ားသည် သစ်တုံး၌သာ သတိထား၍ တိုက်သကဲ့သို့ နှာသီးဖျား, အထက်နှုတ်ခမ်းဖျား၌သာ သတိထား၍ အားထုတ်နှလုံး သွင်းနေရမည်-ဟုဆိုလိုသည်။

**နိမိတ်ထင်ပုံ။** ဤအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရှေးရှေး ဘဝက အားထုတ်ဘူးသော ယောဂီအား မကြာမီပဋိဘာဂ နိမိတ်ထင်လာလိမ့်မည်၊ ဈာန်ကိုလည်း မကြာခင်ရလိမ့် မည်၊ ရှေးရှေးဘဝက ဤကမ္မဋ္ဌာန်းကိုအားထုတ်ဘူးသော ယောဂီအား ဂဏနာနည်းဖြင့် အားထုတ်သည်မှ စ၍ တဖြေးဖြေး ရုန့်ရင်းကြမ်းထမ်းသောဝင်လေ,ထွက်လေ ငြိမ် သက်လာသဖြင့် ကိုယ်၏ပူပန်ခြင်း ငြိမ်းလာလိမ့်မည်၊ စိတ် လည်း ပေါ့ပါးလာလိမ့်မည်၊ ခန္ဓာကိုယ်သည် ကောင်းကင် သို့ပျံတက်နေသကဲ့သို့ဖြစ်လာလိမ့်မည်၊ထိုယောဂီ၏ရုန့်ရင်း ကြမ်းထမ်းသော ဝင်လေ, ထွက်လေတို့ တဖြေးဖြေးချုပ် သည်ရှိသော် သိမ်မွေ့သော ဝင်လေ,ထွက်လေတို့သာ ဖြစ် လာလိမ့်မည်၊ ထိုသိမ်မွေ့သော လေတို့ကို အာရုံပြု၍ စိတ် လည်း ဖြစ်လာလိမ့်မည်၊ ထိုစိတ်မျိုးချုပ်ပြန်သော် ထိုထက် သိမ်မွေ့သော နိမိတ်လျှင် အာရုံရှိသောစိတ်များ ဖြစ်လာ လိမ့်ဦးမည်-ဟုသိ။

ဥပမာ။ ယောက်ျား တယောက်သည် သံချောင်းဖြင့် ကြေးခွက်ကိုတီးခတ်သော် ကြေးခွက်မှကြီးစွာသော အသံမည်ဟိန်း လာလိမ့်မည်၊ ထိုအခါ ထိုယောက်ျားသည် ရှန့်ရင်းပြင်းထန်သောအသံကို အာရုံပြုသောစိတ်ဖြစ်ရပေလိမ့်မည်၊ထိုအသံတဖြေးဖြေး သိမ်မွေ့လာသောအခါ ထိုသိမ်မွေ့ သိမ်မွေ့ လာသောအသံကို အာရုံပြုသောစိတ်များဖြစ်လာပေလိမ့်မည်၊ ထို့နောက် ကြေးခွက်၏ အသံသည် ပျောက်သွားပေလိမ့်မည်၊ ထို့အတူ ရှန့်ရင်းသော ဝင်လေ, ထွက်လေမှစ၍ တဖြေးဖြေး သိမ်မွေ့ လာသော ဝင်လေ, ထွက်လေများကို အာရုံပြုသော စိတ်တို့ဖြစ်လာလိမ့်မည်၊ ထို့နောက် ဝင်လေ,ထွက်လေများ သိမ်မွေ့သည်ထက် သိမ်မွေ့ပြီး ချုပ်ငြိမ်းသွားလိမ့်မည်၊ ဝင်လေ, ထွက်လေများ ချုပ်ငြိမ်းသွားသော် ငါ၏ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ပျောက်ပျက်သွားလေပြီ၊ ဆရာ့ထံသွားမေးဦးမည်- ဟူ၍လည်း ထမသွားရ၊ ထသွားသော် ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် အသစ်ဖြစ်ပြီး အစမှစ၍ ပွားများအားထုတ်နေရလိမ့်မည်၊ ထို့ကြောင့် ထိုင်မြဲတိုင်းထိုင်နေပြီး လေထိရာ နှာသီးဖျား, အထက်နှုတ်ခမ်းဖျားအရပ်၌ စိတ်ထားပြီး ဝင်လေ,ထွက်လေတို့ကို ဖမ်းယူရမည်။

**အသက်မရှူသောပုဂ္ဂိုလ် ၇-ယောက်။** အမိ ဝမ်းတွင်း၌ ကိန်းနေသောပုဂ္ဂိုလ်၊ ရေနစ်နေသောပုဂ္ဂိုလ်၊ မေ့မြောနေသောပုဂ္ဂိုလ်၊ သေသောပုဂ္ဂိုလ်၊ စတုတ္ထဈာန်ဝင်စားသော ပုဂ္ဂိုလ်၊ ရူပ-အရူပပုဂ္ဂိုလ်၊ နိရောဓ သမာပတ်ဝင်စားနိုက်ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဤပုဂ္ဂိုလ် ၇-ယောက်တို့အား "ဝင်လေ,ထွက်လေ-အဿာသ,ပဿာသ"မရှိကြ။

**စစ်တမ်းထုတ်ပုံ။** မိမိကိုယ်ကို သင်သည် အမိဝမ်းတွင်း၌ ကိန်းသော ပုဂ္ဂိုလ်လည်းမဟုတ်၊ ရေနစ်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်လည်းမဟုတ်၊ မွေ့မြောနေသောပုဂ္ဂိုလ်၊ သေသောပုဂ္ဂိုလ်၊ စတုတ္ထစျာန်ဝင်စားသောပုဂ္ဂိုလ်၊ ရူပအရူပပုဂ္ဂိုလ်၊နိရောဓသမာပတ်ဝင်စားသော ပုဂ္ဂိုလ်လည်းမဟုတ်၊ သင့်အား အဿာသ,ပဿာသတို့သည်ဧကန်ရှိရမည်၊သင်ပညာနည်းလို့သာ ဝင်လေ,ထွက်လေများကို မသိမ်းဆည်းနိုင်ခြင်းဖြစ်သည်-ဟု မိမိကိုယ်ကို အပြစ်တင်၍ လယ်ထွန်ယောက်ျား နွားလွှတ်ထား၍ နွားပျောက်သွားသော် ထိုထို၌၌အရပ်သို့မလိုက်ရှာဘဲ ကြိုးကိုင်ပြီး ရေဆိပ်ကသွားစောင့်၍ နွားတို့ကိုဖမ်းသကဲ့သို့ နှာသီးဖျား,နှုတ်ခမ်းဖျား၌ စိတ်ထားပြီး နှလုံးသွင်းနေရမည်၊တိုအခါ မကြာမီ အဿာသ,ပဿာသတို့သည် ထင်လာလိမ့်မည်၊ ထို့နောက် ထိုထင်လာသော အဿာသ,ပဿာသ- ဝင်လေ, ထွက်လေတို့ကို အာရုံပြု၍ အဖန်တလဲလဲ အားထုတ်သော် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်, ပဋိဘာဂနိမိတ်များထင်လာလိမ့်မည်။

**နိမိတ်အမျိုးမျိုး။** နိမိတ်သည် အချို့သော ယောဂီအား- ကောင်းသောအတွေ့ရှိသော လဲဝါဂွမ်းကဲ့သို့၎င်း, ဗိုင်းဝါဂွမ်းကဲ့သို့၎င်း, လေအယဉ်ကဲ့သို့၎င်း ဖြစ်၍ထင်သည်၊ အချို့သော ယောဂီအား- သောက်ရှူး ကြယ်ကဲ့သို့၎င်း, ပတ္တမြားလုံးကဲ့သို့၎င်း, ပုလဲလုံးကဲ့သို့၎င်း ဖြစ်၍ထင်သည်၊ အချို့သော ယောဂီအား ကြမ်းသောအတွေ့ရှိသော ဝါရိုးကဲ့သို့၎င်း, သစ်သားနှစ်တံကျင်ကဲ့သို့၎င်း ဖြစ်၍ထင်သည်၊ အချို့သော ယောဂီအား ရှည်သော ဆောက်လုံးကြိုးမျှင်ကဲ့သို့၎င်း, ပန်းဆိုင်းကဲ့သို့၎င်း, မီးခိုးညွန့်ကဲ့သို့၎င်း ဖြစ်၍

ထင်သည်၊ အချို့သော ယောဂီအား ကျယ်ပြန့်သော ပင့်ကူချည်မျှင်ကဲ့သို့ရင်း, တိမ်တိုက်လွှာကဲ့သို့ရင်း, ပဒုမာကြာပွင့်ကဲ့သို့ရင်း, ရထားလှည်းဘီးစက်ကဲ့သို့ရင်း, နေဝန်း-လဝန်းကဲ့သို့ရင်း ဖြစ်၍ထင်သည်၊ နိမိတ်မထင်မီ ရှေးအဘို့က အထူးထူးသောသညာရှိသည့်အတွက် နိမိတ်လည်း အထူးထူးထင်သည်-ဟုသိ။

**နိမိတ်၂-ပါးအထူး။** လဲဝါဂွမ်း, ဗိုင်းဝါဂွမ်း, လေအယဉ်၊ ဤနိမိတ် ၃-ပါးကား ဥဂ္ဂဟနိမိတ်များဖြစ်သည်၊ ကျန်နိမိတ်များကား- ဥဂ္ဂဟနိမိတ်နှင့် ပဋိဘာဂနိမိတ်နှစ်မျိုးဆက်ဆံသည်၊ ပတ္တမြားလုံး စသည်ကဲ့သို့ထင်မှု ပဋိဘာဂနိမိတ်-ဟုဋီကာဆို၏၊ တနည်း- နိမိတ်အားလုံးသည် လှုပ်သော အခြင်းအရာအားဖြင့်ထင်မှု ဥဂ္ဂဟနိမိတ်၊ ငြိမ်သက်သောအားဖြင့်ထင်မှု ပဋိဘာဂနိမိတ်၊ ဤသို့ထူးပုံကို ဆရာကြီးများဆိုကြ၏။

**စကားဆက်။** ဝင်လေကိုအာရုံပြုသောဘာဝနာစိတ်က တခြား၊ထွက်လေကို အာရုံပြုသော ဘာဝနာစိတ်ကတခြား၊ နိမိတ်ကိုအာရုံပြုသော ဘာဝနာစိတ်ကတခြား၊ဤဝင်လေ, ထွက်လေ,နိမိတ် ၃-ပါးသော ဓမ္မတို့ကို နှလုံးမသွင်းသော ယောဂီအား ကမ္မဋ္ဌာန်းမပြည့်စုံ၊အပ္ပနာဈာန်သို့ မရောက်၊ ဥပစာရဈာန်သို့လည်း မရောက်နိုင်၊ဤ ၃-ပါးသော တရားပြည့်စုံမှသာ ကမ္မဋ္ဌာန်းလည်းပြည့်စုံသည်၊ ဥပစာရဈာန်, အပ္ပနာဈာန်သို့လည်း ရောက်နိုင်သည်-ဟုမှတ်။

**နိမိတ်ကိုပြောကြားခြင်း။** နိမိတ်ထင်ပြီးသော ယောဂီသည် ဆရာ့အထံသို့သွား၍ မိမိ၏စိတ်၌ ထင်မြင်ပုံအ

ကြောင်း ပြောကြားရမည်၊ ထိုအခါ ဤဟာနိမိတ်ဖြစ်သည်ဟူ၍ဇင်း, နိမိတ်မဟုတ်-ဟူ၍ဇင်းမပြောဆိုဘဲ ဤကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်သူအား ဤသို့ဖြစ်တတ်သည်—ဟူ၍ ပြောပြီးကြိုးစား အားထုတ်ရန်ကိုသာ တိုက်တွန်းရမည်-ဟု အချို့ဆရာများဆိုကြ၏၊ အချို့ဆရာတို့ကား— ငါ့ရှင်····ဤသို့ဖြစ်သည်ကား နိမိတ်ထင်သည်ဟုဆိုသည်၊ ရှေ့ကိုဆက်ပြီးကြိုးစားအားထုတ်ပါ-ဟု တိုက်တွန်းရမည်-ဟု ဆိုကြ၏။

**ဈာန်ရပုံ။** ပဋိဘာဂ နိမိတ်ထင်သောအခါ ဥပစာရဈာန်ရသည်မည်၏၊ ထိုဈာန်ရပြီးနောက် ဝင်လေ,ထွက်လေနှစ်ပါး မလှုပ်မရှားတည်နေသော ပဋိဘာဂနိမိတ်၌ဘာဝနာစိတ်ကိုထား၍ ထပနာနည်းတခုတည်းသာ ပွားများ အားထုတ်ရမည်၊ အနုဗန္ဓနာနည်း,ဖုသနာနည်းများကို မသုံးရတော့ပြီ၊ ဤသို့ ထပနာနည်းတမျိုးတည်းဖြင့်သာ ပွားများအားထုတ်သော ယောဂီအား- မကြာမီ ပထမဈာန်ရလိမ့်မည်၊ ဆက်လက်အားထုတ်က ဈာန်အဆင့်ဆင့်ဖြင့် ပဉ္စမဈာန်တိုင်အောင် ရလိမ့်မည်။

ဈာန်ခဏ်းပြီး၏။

---

# ၄-သံလက္ခဏာဟူသော ဝိပဿနာတက်ခဏ်း

## ပထမစတုက္က

အပ္ပနာဈာန်ရပြီးသောယောဂီအား မိမိရသောအပ္ပနာဈာန်ကိုဝင်စား၊ ဈာန်မှ ထပြီးနောက် ရုပ်နာမ်ခွဲ၍ အကြောင်းသိမ်းဆည်းပြီး ဝိပဿနာတင်က ဉာဏ်အဆင့်ဆင့်

ဖြင့် မဂ်ဖိုလ် ဆိုက်လိမ့်မည်။ [ရုပ်နာမ် ခွဲပုံနှင့်တကွ အကြောင်းသိမ်းဆည်းပုံ စသည်တို့ကို ဆိုလတံ့သောနည်းဖြင့် သိရမည်။] အပ္ပနာဈာန်ရအောင် အားမထုတ်ဘဲ ဥပစာရ ဈာန်ရရုံမျှဖြင့်လည်း ဝိပဿနာဘက်သို့ ဆက်တက်နိုင်သည်။

**တက်ပုံ။** သလ္လက္ခဏာဟု ဆိုအပ်သော ဝိပဿနာစွမ်းဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုအားထုတ်၍ မဂ်ဖိုလ်သို့ ရောက်လိုသော ယောဂီသည် ဝင်လေ,ထွက်လေတို့၏ဖြစ်ကြောင်းကား ခန္ဓာကိုယ်ဟူသော ကရဇကာယနှင့်စိတ်၊ ဤ ၂-ပါးပင်ဖြစ်၏၊ ဥပမာ—ပန်းဘဲဖိုကိုရင်း, လေဖြစ်ခြင်း အားလျော်သော လုံ့လကိုရင်း အစွဲပြု၍ ဖိုနှုတ်သီးမှ လေများဖြစ်လာသကဲ့သို့ ကရဇကာယနှင့် စိတ် ၂-ပါးကိုစွဲ၍ ဝင်လေ,ထွက်လေတို့ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်-ဟု မှတ်သားပြီးလျှင် ဝင်လေ,ထွက်လေနှင့် ကရဇကာယသည်ရုပ်မည်၏၊ စိတ်သည်ရင်း, စိတ်နှင့်ယှဉ်ဘက်ဖြစ်ကြသော ဖဿ, ဝေဒနာ, သညာ, စေတနာစသည်တို့သည်ရင်း နာမ်မည်ကုန်၏၊ နာမ်,ရုပ် ၂-ပါး ထင်မြင်အောင် အဖန်ဖန်ကြည့်ရမည်၊ အဖန်ဖန်ကြည့်၍ နာမ်,ရုပ် ၂-ပါးထင်မြင်သော် တသံသရာလုံးက ငါ့ကိုယ်, ငါ့ကိုယ်-ဟု ထင်မှတ်လာခဲ့သော အယူမှားကြီးဖြစ်သော ဒိဋ္ဌိကွာ၍ အယူမှန်သို့ရောက်လိမ့်မည်၊ ထိုအခါ ဘုရားသာသနာတော်ကြီးနှင့် တွေ့ကြုံကျိုးနပ်ပြီဟု ဝမ်းမြောက်ပြီး ခိုင်မြဲသည်ထက်ခိုင်မြဲအောင် ရုပ်,နာမ်တို့ကိုခွဲပြသော သုတ္တန်အမျိုးမျိုးကို လေ့လာရမည်။

[လေ့လာရန် အိမ်သုံးဘာဝနာမေဒီနီ၌ အကျယ်ရှိလေပြီ။]

ရုပ်,နာမ် ၂-ပါးသာဟု ထင်မြင်ပြီးနောက် ရုပ်,နာမ် ၂-ပါး၏အကြောင်းချားကိုလည်းရှာရဦးမည်၊ အကြောင်းရှာပုံ– ရှေးဘဝက အဝိဇ္ဇာရှိနေခြင်းကြောင့် ယခုဘဝ၌ နာမ်,ရုပ်များ ဖြစ်ကြသည်၊ တဏှာရှိနေခြင်းကြောင့် နာမ်, ရုပ်များဖြစ်ကြသည်၊ ကုသိုလ်ကံ, အကုသိုလ်ကံတို့ ရှိနေခြင်းကြောင့် နာမ်,ရုပ်များဖြစ်ကြသည်၊ ဥပါဒါန်ရှိနေခြင်းကြောင့် နာမ်,ရုပ်များဖြစ်ကြသည်၊ ယခုဘဝ အဝိဇ္ဇာ, တဏှာ,ကံ, ဥပါဒါန်တို့ရှိနေခြင်းကြောင့် နောက်ဘဝ၌ နာမ် ရုပ် ၂-ပါး ဖြစ်ကြပေလိမ့်ဦးမည်၊ ထို့ကြောင့် အဝိဇ္ဇာ, တဏှာ, ကံ, ဥပါဒါန်တို့သည် ရုပ်,နာမ်များဖြစ်ခြင်း အကြောင်းတို့သာတည်း-ဟု အကြောင်းရှာရမည်။

အကြောင်းများကိုမြင်သော် ရှေးရှေးက ငါဖြစ်ခဲ့ဘူးလေပြီလော၊ မဖြစ်ဘူးလေသလော-စသည်ဖြင့် ယုံမှားခြင်းဝိစိကိစ္ဆာ ကင်းပျောက်သွားလိမ့်မည်၊ ထိုအခါ အမှန်ကိုသိသော ယထာဘူတဉာဏ်ဆိုက်ရောက်ပြီ၊ ၎င်းယထာဘူတဉာဏ်ဆိုက်ရောက်ဘို့အလွန်အရေးကြီးသည်၊အကြောင်းအကျိုးနှင့်တကွ အမှန်ကိုသိသော ယထာဘူတဉာဏ်သို့ဆိုက်သောယောဂီသည် ကလျာဏပုထုဇဉ်အစစ်ဖြစ်၍ သေသည့်အခြားမဲ့၌အပါယ်မလားတော့ပြီ-ဟုမှတ်၊၎င်းနောက်ယင်း ရုပ်,နာမ် ၂-ပါးကိုပင် အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တ လက္ခဏာယာဉ်၃-ပါးတင်၍ ဆင်ခြင်သုံးသပ်သော် ဉာဏ်အဆင့်ဆင့်တက်၍ မဂ်,ဖိုလ်ဆိုက်ပြီး ပစ္စဝေက္ခဏာဇောများ စောလိမ့်မည်။

ခွဲပြခြင်း။ ဝိပဿနာဖြစ်သော လက္ခဏာယာဉ် သုံးပါးသည် သလ္လက္ခဏာမည်၏၊ မဂ်သည် ဝိဝဋ္ဋနာမည်၏၊ ဖိုလ်သည်ပါရိသုဒ္ဓိမည်၏၊ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်သည် ပဋိပဿနာမည်၏၊ ဤသို့သောအားထုတ် နှလုံးသွင်းနည်း ရှစ်ပါးဖြင့် အာနာပါန သတိဘာဝနာ ပြည့်စုံပြီ-ဟုမှတ်လေ။

မှတ်ချက်။ ၁- ရှည်လျှင်ရှည်သည်ဟုသိခြင်း၊ ၂- တိုလျှင်တိုသည်ဟုသိခြင်း၊ ၃- အစ,အလယ်,အဆုံးထင်ရှားစေမည်-ဟု အားထုတ်ခြင်း၊ ၄-ငြိမ်သက်စေမည်-ဟုအားထုတ်ခြင်း၊ဤ ရှည်,တို,ထင်,ငြိမ် ၄-ပါးအပေါင်းကို ပထမစတုက္ကခေါ်သည်၊လေးပါးအပေါင်းဖြစ်သောကြောင့် ကာယာနုပဿနာ စတုက္ကဟူ၍လည်းခေါ်သည်၊သမထစတုက္က, အာဒိကမ္မိကစတုက္က ဟူ၍လည်းခေါ်သည်၊ သမထ,ဝိပဿနာ ဘာဝနာ ၂-ပါးနှင့်လည်းယှဉ်၏-ဟုမှတ်။

ပထမစတုက္ကပြီး၏။

## ဒုတိယစတုက္က

ပထမဈာန်, ဒုတိယဈာန်, တတိယဈာန် ၃-ပါး၌ ရှိသော ပီတိ,ဉာဏ်အား ထင်ရှားလာအောင် ဝင်လေ,ထွက်လေတို့ကို ရှိုက်ရှုမည်-ဟု အားထုတ်ခြင်းကို''ပီတိ ပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ''ဟုဆိုသည်၊အောက်ဈာန် ၄-ပါး၌ရှိသောသုခဝေဒနာ ဉာဏ်အား ထင်ရှားလာအောင် ဝင်လေ,ထွက်လေတို့ကို ရှိုက်ရှုမည်-ဟု အားထုတ်ခြင်းကို ''သုခပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ''ဟု ဆိုသည်၊ ဝေဒနာ,သညာဟူသော စိတ္တသင်္ခါရ ဉာဏ်အား

ထင်ရှားလာအောင် ဝင်လေ, ထွက်လေ တို့ကို ရှုကဲရှုမည်ဟု အားထုတ်ခြင်းကို "စိတ္တသင်္ခါရပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ" ဟု ဆိုသည်၊ ၎င်းစိတ္တသင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းသွားအောင် ဝင်လေ, ထွက်လေတို့ကို ရှုကဲရှုမည်-ဟု အားထုတ်ခြင်းကို"ပဿမ္ဘယံ စိတ္တသင်္ခါရံ အဿသိဿာ မီတိ သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ"ဟု ဆိုသည်။

**အဓိပ္ပါယ်။** ပီတိရှိသောအောက်ဈာန် ၃-ပါးကိုဝင်စားသောအခါ ထင်ရှားသော ပဋိဘာဂနိမိတ်ဟုဆိုအပ်သောအာရုံကို အကြောင်းပြု၍ ထိုပဋိဘာဂ နိမိတ်လျှင် အာရုံရှိသော ဈာန်တို့၌ရှိသော ပီတိလည်း ထင်ရှားလာရကားအာရုံအားဖြင့် ထိုဈာန်၌ရှိသော ပီတိကို ထင်ရှားအောင်ပြုသည်မည်၏၊ ထိုဈာန်မှထ၍ ထိုဈာန်၌ရှိသော ပီတိကို "ခယ,ဝယ"တင်၍ ဆင်ခြင် သုံးအပ်သောအခါ ထိုသုံးသပ်သောခဏ၌ ပီတိ၏ အနိစ္စစသော လက္ခဏာများဉာဏ်အားထင်ရှားလာရကား"အသမ္မောဟ—မတွေဝေ" သောအားဖြင့် ပီတိကို ထင်ရှား လာအောင် ပြုသည်မည်၏။

သုခရှိသောအောက်ဈာန် ၄—ပါးကို ဝင်စားသောအခါ ရှေးနည်းမှီ၍ အာရုံဖြင့်၎င်း,မတွေဝေသောအားဖြင့်၎င်း,သုခထင်ရှားလာပုံကိုသိ၊ ဈာန်ငါးပါးစလုံး၌ရှိသောဝေဒနာ,သညာဟူသော စိတ္တသင်္ခါရကို အာရုံအားဖြင့်၎င်း, မတွေဝေသော အားဖြင့်၎င်း ဉာဏ်အားထင်ရှားလာအောင် ပြုပုံကိုလည်း ရှေးနည်းမှီ၍သိ၊ ဈာန်ငါးပါးစလုံး

ဋ္ဌရှိသော ရုန့်ရင်းသော ဝေဒနာ သညာဟူသော စိတ္တသင်္ခါရကို ချုပ်ငြိမ်းစေ၍ သိမ်မွေ့သော စိတ္တသင်္ခါရ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ပြုသည်ကား စိတ္တသင်္ခါရကို ချုပ်ငြိမ်းစေသည် မည်၏။

**မှတ်ချက်။** ဤ ဒုတိယစတုက္က၌ ပီတိပဋိသံဝေဒီပုဒ်၌ပီတိကို အဦးပြု၍ဝေဒနာကိုဟောသည်၊သုခပဋိသံဝေဒီ-ပုဒ်၌သုခအားဖြင့် ဝေဒနာကိုဟောသည်၊နောက်နှစ်ပုဒ်၌သညာနှင့် ယှဉ်သော ဝေဒနာကိုပင် ဟောသည်၊ ထို့ကြောင့် ဤပုဒ် ၄—ခု အပေါင်းကို ဒုတိယစတုက္ကဟု ခေါ်သည်၊ ဝေဒနာနုပဿနာစတုက္ကဟူ၍လည်းခေါ်သည်။

ဒုတိယစတုက္က ပြီး၏။

**တတိယစတုက္က**

ဈာန်နှင့် ယှဉ်သော စိတ် ဉာဏ်အားထင်ရှားလာအောင် ဝင်လေ, ထွက်လေတို့ကို ရှုက်ရှုမည်-ဟု အားထုတ်ခြင်းကို "စိတ္တပဋိသံဝေဒီအဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ"ဟုဆိုသည်၊ ဈာန်နှင့်ယှဉ်သော စိတ်,ဈာန်ပီတိကိုအာရုံပြု၍ဖြစ်သောဝိပဿနာစိတ်ကို ထိုပီတိဖြင့် ရွှင်လန်းလာအောင် ဝင်လေ,ထွက်လေတို့ကို ရှုက်ရှုရမည်-ဟု အားထုတ်ခြင်းကို "အဘိပ္ပမောဒယံ စိတ္တံ အဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ" ဟု ဆိုသည်၊ ဈာန်စိတ်, ဝိပဿနာစိတ်ကို ကေဂ္ဂတာဖြင့် ကောင်းစွာထား၍ ဝင်လေ,ထွက်လေတို့ကို ရှုက်ရှုမည်-ဟု အားထုတ်ခြင်းကို "သမာဒဟံ စိတ္တံ အဿသိဿာ မီတိ-သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ"ဟု ဆိုသည်၊ ဈာန်စိတ်,ဝိပဿနာစိတ်တို့ကို နီဝရဏ စသည်တို့မှ ကင်းလွတ်

အောင်ပြု၍ ဝင်လေ,ထွက်လေတို့ကို ရှုက်ရှုမည်-ဟု အားထုတ်ခြင်းကို "ဝိမောစယံစိတ္တံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ" ဟု ဆိုသည်။

**အဓိပ္ပါယ်။** ဈာန်ငါးပါးစလုံးကိုပင် ဝင်စားသောအခါ ထင်ရှားသော ပဋိဘာဂနိမိတ်အာရုံကို အာရုံပြု၍ ထိုပဋိဘာဂနိမိတ်လျှင် အာရုံရှိသော ဈာန်စိတ်လည်း ထင်ရှားလာရကား အာရုံအားဖြင့် ဈာန်စိတ်ကို ထင်ရှားအောင် ပြုသည်မည်၏၊ဈာန်မှထ၍ထိုဈာန်စိတ်ကိုပင်"ခယ,ဝယ" တင်ပြီး သုံးသပ်သောအခါ အနိစ္စစသော လက္ခဏာများ ဉာဏ်အားထင်ရှားလာရကား မတွေဝေသော အားဖြင့် ဈာန်စိတ်ကို ထင်ရှားအောင် ပြုသည်မည်၏၊ ပီတိရှိသော ဈာန်သုံးပါးကို ဝင်စားသော အခါ သမ္ပယုတ္တ ပီတိဖြင့် ဈာန်စိတ်ကို ရွှင်လန်းစေသည်မည်၏။

[ဤကား—ဈာန်စွမ်းတည်း။]

ဈာန်မှထပြီး ဈာနသမ္ပယုတ္တပီတိကို"ခယ,ဝယ"တင်၍ သုံးသပ်သောအခါ ပီတိကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော ဝိပဿနာ စိတ်ကို ရွှင်လန်းစေသည်မည်၏။

[ဤကား -ဝိပဿနာစွမ်းတည်း။]

ပထမဈာန်စသည်ဖြင့် အာရုံ၌ဈာန်စိတ်ကိုအညီအညွတ် ထားခြင်းသည်၎င်း,ဈာန်မှထ၍ ဝိပဿနာစိတ်ကို "ခယ, ဝယ"တင်ပြီး သုံးသပ်သော အခါ ထိုခဏ၌ ဖြစ်သော ခဏိကသမာဓိဖြင့် အာရုံ၌ ဝိပဿနာစိတ်ကို အညီအညွတ်

ထားခြင်းသည်ရှင်း ဈာန်စိတ်, ဝိပဿနာစိတ်တို့ကို အညီ
အညွတ်ထားသည်မည်၏။

[ဤကား–သမထနှင့် ဝိပဿနာစွမ်း နှစ်မျိုးတည်း။]

ပထမဈာန်ဖြင့် နီဝရဏတို့မှဈာန်စိတ်ကိုလွတ်စေခြင်း၊ ဒုတိယဈာန်ဖြင့် ဝိတက် ဝိစာရတို့မှ လွတ်စေခြင်း၊ တတိယဈာန်ဖြင့် ပီတိမှလွတ်စေခြင်း၊ စတုတ္ထဈာန်ဖြင့် သုခ,ဒုက္ခတို့မှ လွတ်စေခြင်း၊ ဈာန်ဝင်စားပြီး ဈာန်မှထ၍ ဈာန်စိတ်ကို "ခယ,ဝယ" တင်ပြီး သုံးသပ်သော အခါ အနိစ္စာနုပဿနာဖြင့် နိစ္စသညာမှ စိတ်ကို လွတ်စေသည်၊ ဒုက္ခာနုပဿနာဖြင့် သုခသညာမှ လွတ်စေသည်၊ အနတ္တာနုပဿနာဖြင့် အတ္တသညာ မှလွတ်စေသည်၊ နိဗ္ဗိဒါ နုပဿ-နာဖြင့် နှစ်သက်ခြင်း နန္ဒီမှ လွတ်စေသည်၊ ဝိရာဂါနုပဿနာဖြင့် ရာဂမှလွတ်စေသည်၊ နိရောဓာ နုပဿနာဖြင့် သမုဒယမှလွတ်စေသည်၊ ပဋိနိဿဂ္ဂါ နုပဿနာဖြင့် နိစ္စစသည်တို့၏ အစွမ်းဖြင့်ယူခြင်း အာဒါနမှ စိတ်ကိုလွတ်စေသည်။

[ဤကား–သမထနှင့်ဝိပဿနာစွမ်းနှစ်မျိုးတည်း။]

ဤသို့ ၄-နည်းပြု၍ ဝင်လေထွက်လေတို့ကို အားထုတ်သည်၊ ဤစိတ်၄-ခုအပေါင်းကို တတိယစတုက္ကဟု ခေါ်သည်၊ စိတ္တာနုပဿနာစတုက္ကဟူ၍လည်းခေါ်သည်။

တတိယစတုက္က ပြီး၏။

## စတုတ္ထစတုက္က

လောကီခန္ဓာ ငါးပါးကို အနိစ္စဟုရှုလျက် ဝင်လေ, ထွက်လေကို ဖြစ်စေအံ့ဟု ကျင့်ခြင်းကို "အနိစ္စာနုပဿီ

အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ" ဟုဆိုသည်၊ ဝိရာဂါနုပဿနာ ဉာဏ်နှစ်မျိုးနှင့်ပြည့်စုံလျက် ဝင်လေ,ထွက်လေကို ဖြစ်စေအံ့-ဟုကျင့်ခြင်းကို "ဝိရာဂါနုပဿီအဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ" ဟုဆိုသည်၊ နိရောဓနှစ်မျိုးနှင့် ပြည့်စုံလျက် ဝင်လေ,ထွက်လေကို ဖြစ်စေအံ့ဟု ကျင့်ခြင်းကို "နိရောဓာနုပဿီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ" ဟုဆိုသည်၊ ပဋိနိဿဂ္ဂနှစ်မျိုးနှင့် ပြည့်စုံလျက် ဝင်လေ,ထွက်လေကိုဖြစ်စေအံ့ဟု ကျင့်ခြင်းကို"ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ"ဟုဆိုသည်။

**အဓိပ္ပါယ်။** ခန္ဓာငါးပါးသည် အနိစ္စမည်၏၊ ခန္ဓာငါးပါး၏ ဖြစ်ပြီးမရှိခြင်း, ခဏဘင်ဖြင့်ပျက်ခြင်းသဘောသည် အနိစ္စတာမည်၏၊ ဖြစ်ပြီးမရှိခြင်း, ပျက်ခြင်းသဘောဖြင့် ခန္ဓာငါးပါးကိုအနိစ္စဟုရှုသောဉာဏ်သည်အနိစ္စာနုပဿနာမည်၏၊ ထိုဉာဏ်ဖြင့် ရှုသောသူသည် အနိစ္စာနုပဿီမည်၏၊ ဤသို့ရှုသည်ဖြစ်၍ ဝင်လေ, ထွက်လေကို ပြုသောသူကို "အနိစ္စာနုပဿီ အဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ,ပဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ"ဟုဆိုသည်၊ သင်္ခါရတို့၏ပျက်ခြင်း ခဏဘင်သည် ခယဝိရာဂမည်၏၊ နိဗ္ဗာန်သည် အစ္စန္တဝိရာဂမည်၏၊ ထိုနှစ်ပါးကိုရှုသည်၏ အစွမ်းဖြင့်ဖြစ်သော ဝိပဿနာဉာဏ်, မဂ်ဉာဏ်သည် ဝိရာဂါနုပဿနာမည်၏၊ထိုဝိရာဂါနုပဿနာ ဉာဏ် ၂- ပါးနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ ဝင်လေ,ထွက်လေကို ပြုသောသူကို "ဝိရာဂါနုပဿီ အဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ"ဟုဆိုသည်။

သင်္ခါရတို့၏ ပျက်ခြင်းခဏဘင်သည် ခယနိရောဓမည်၏၊ နိဗ္ဗာန်သည် အစ္စန္တနိရောဓမည်၏၊ ထို ၂- ပါးကိုရှုသည့်အစွမ်းဖြင့်ဖြစ်သော ဝိပဿနာဉာဏ်, မဂ်ဉာဏ်သည် နိရောဓာနုပဿနာမည်၏၊ ထို နိရောဓာနုပဿနာဉာဏ် ၂-ပါးနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ ဝင်လေ,ထွက်လေကိုပြုသောသူကို "နိရောဓာနုပဿီအဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ"ဟုဆိုသည်၊ ပဋိနိဿဂ္ဂသည် ကိလေသာတို့ကိုစွန့်ခြင်း ပရိစ္စာဂတမျိုး၊ နိဗ္ဗာန်သို့ပြေးဝင်ခြင်း ပက္ခန္ဒနတမျိုးအားဖြင့် ၂-မျိုးဖြစ်၏၊ ထို၂-မျိုးကို ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာခေါ်သည်၊ ဝိ ပဿနာဉာဏ်, မဂ်ဉာဏ် ၂-ပါးကိုအရကောက်။

ထို ၃-ပါးတို့တွင် ဝိပဿနာဉာဏ်သည် တဒင်္ဂအားဖြင့် ခန္ဓာကိုဖြစ်စေတတ်သော အဘိသင်္ခါရတို့နှင့်တကွ ကိလေသာတို့ကို စွန့်၏၊ သင်္ခတ၌ အပြစ်မြင်၍ အသင်္ခတဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ ဦးညွတ်လျက်ပြေးဝင်၏၊မဂ်ဉာဏ်သည် သမုစ္ဆေဒအားဖြင့် ခန္ဓာတို့ကို ဖြစ်စေတတ်သော အဘိသင်္ခါရတို့နှင့်တကွ ကိလေသာတို့ကိုလည်းစွန့်၏၊ အာရုံပြုသောအားဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့လည်း ပြေးဝင်၏၊ ထိုနှစ်ပါးသော အနုပဿနာနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ ဝင်လေ,ထွက်လေကို ပြုသောသူကို "ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ အဿသိဿာမီတိသိက္ခတိ, ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ"ဟု ဆိုသည်။

ဤ အနိစ္စ, ဝိရာဂ, နိရောဓ, ပဋိနိဿဂ္ဂဓမ္မ ၄-ခု အပေါင်းကို စတုတ္ထ စတုက္ကခေါ်သည်၊ ဓမ္မာနုပဿနာ စတုက္က,ဝိပဿနာ စတုက္ကဟူ၍လည်းခေါ်သည်၊ဤစတုက္က

သည် ဝိပဿနာသက်သက်ဖြစ်၏၊ ရှေ့စတုက္က ၃-ခုသည် သမထ,ဝိပဿနာ ၂-ပါး ရော၏။

စတုတ္ထ စတုက္က ပြီး၏။

**အာနိသင်။** စတုက္က ၄-ခု၊ ၁၆-ခုသောဌာန၊ အာကာရ ၃၂-ခုဖြင့် ပွားအပ်သော ဤ အာနာပါနဿတိ သည် ငြိမ်သက်၏၊မရောင့်ရဲနိုင်အောင်မြတ်၏၊ ပင်ကိုယ်ငြိမ်သက်၏၊ ဝင်စားတိုင်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးချမ်းသာ၏၊ ခဏခြင်း အားဖြင့် မကောင်းမှုကိုပယ်နိုင်၏၊ ကာမဝိတက် စသည် တို့၏ အစွမ်းဖြင့် စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်းကို ဖြတ်နိုင်၏၊ မဂ်ဖိုလ် ရကြောင်းမူလအခြေခံဖြစ်၏၊စုတိစရိမကဖြစ်သော နောက် ဆုံး ဝင်သက်,ထွက်သက် ထင်ရှား၏။

**စရိမက ၃—မျိုး။** စရိမကသည် ဘဝစရိမက,ဈာနစရိ-မက,စုတိစရိမက-ဟု ၃-မျိုးပြား၏၊ ဝင်သက်, ထွက်သက် သည် ရူပဘုံ,အရူပဘုံတို့၌ မဖြစ်၊ကာမဘုံ၌သာဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် ကာမဘုံ၌ဖြစ်သော ဝင်သက်,ထွက်သက်သည် ဘဝစရိမကမည်၏၊ ဈာန်အားဖြင့် ပဉ္စမဈာန်၌ မဖြစ်၊ အောက်ဈာန်တို့၌သာဖြစ်သည်၊ထို့ကြောင့် အောက်ဈာန် ၄-ပါးတို့၌ဖြစ်သော ဝင်သက်, ထွက်သက်သည် ဈာနစရိ-မကမည်၏၊ စုတိစိတ်မှ ရှေး သော ၁၆ သမ အမည်ရသော သတ္တရသမစိတ်နှင့် အတူဖြစ်၍ စုတိစိတ်နှင့် အတူချုပ်၏၊ ထို့ကြောင့် ထိုစုတိစိတ်နှင့် အတူချုပ်သော နောက်ဆုံး ဝင်သက်,ထွက်သက်သည် စုတိစရိမကမည်၏၊ တပါးသော ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် အချို့ပုဂ္ဂိုလ်

အား စုတိစရိမကထင်ရှား၏၊ အချို့မထင်ရှား၊ဤအာနာ-ပါနသတိကို အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အားကား ဆင်ခြင်လျှင် သောဠသမစိတ်၏ ဥပါဒ်လည်း ထင်ရှားနိုင်သည်၊ ဌီလည်းထင်ရှားနိုင်သည်၊ ဘင်လည်း ထင်ရှားနိုင်သည်—ဟု သိ။

**သက်သေ။** ဤ ၁၆-ဌာနရှိသော အာနာပါနသတိကို ပွားများ၍ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်သောပုဂ္ဂိုလ်၏ အသက်အပိုင်းအခြား ပရိစ္ဆေဒကို ငါ၏အာယုသင်္ခါရသည် ဤမျှသာ ရှိတော့သည်၊ ထိုမှနောက် ငါ၏ အာယုသင်္ခါရ မရှိတော့ပြီဟု သိနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်များကား— ကောဋပဗ္ဗတကျောင်းနေ တိဿထေရ်, မဟာကရဥ္စိယ ကျောင်းနေ မဟာတိဿထေရ်, ဒေဝပုတ္တတိုင်းနေ ပိဏ္ဍပါတိကတိဿထေရ်, စိတ္တလတောင်ကျောင်းနေ ဒွေဘာတိကထေရ် တို့တည်း၊ထိုမထေရ်တို့သည် မိမိ၏အသက် အပိုင်းအခြားကို သိ၍ ကိုယ်လက် သုတ်သင်ခြင်း, ဝတ်ခြင်း, ရုံခြင်း စသော ကိစ္စတို့ကို ပြုပြီးမှ စုတိစိတ်ကျ၍ မျက်စိမှိတ်တော် မူကြလေကုန်သည်။

**ဒွေဘာတိကထေရ်ဝတ္ထု။** ဒွေဘာတိက ထေရ်တပါးသည် လပြည့်ဥပုသ်နေ့ ပါတိမောက်ပြ၍ ရဟန်းအပေါင်းခြံရံလျက် မိမိကျောင်းသို့သွား၍ စင်္ကြံ၌ရပ်ပြီး လရောင်ဖြင့်မွေ့လျော်ဘွယ်ကို မြင်သောအခါ ဤကာလ ဤဒေသသည် ငါ၏ အဇ္ဈာသယနှင့်တူလေစွ၊ ဤခန္ဓာဝန်ကို အဘယ်မျှလောက်ကြာအောင် ငါဆောင်ရဦးမည်နည်း- ဟု မိမိ၏ အာယုသင်္ခါရကို ဆင်ခြင်ပြီးလျှင် ရဟန်းအပေါင်းကို ဤသို့မိန့်တော်မူ၏၊ ငါ့ရှင်တို့····သင်တို့သည် ထိုင်လျက်ပရိနိဗ္ဗာန်

စံပုံ,ကောင်းကင်၌တင်ပြင်ခွေလျက် ပရိနိဗ္ဗာန်စံပုံ-စသော ပရိနိဗ္ဗာန်စံပုံအမျိုးမျိုးတို့ကို မြင်ဘူးကြပြီ၊ သွားလျက် ပရိနိဗ္ဗာန်စံပုံကို သင်တို့အားငါပြမည်-ဟုဆို၍ စင်္ကြံ၌ကန့်လန့် အရေးအသားတခုပြု၏၊ ဤအရေးအသားသို့ ပြန်ရောက်သောအခါ ပရိနိဗ္ဗာန်စံမည်ဟူ၍ဆိုပြီး တဘက်အစွန်းစင်္ကြံဦးသို့သွား၍ ပြန်ကြွလာသောအခါ အရေးအသားကို ခြေတဘက်ဖြင့် နင်းကာမျှ၌ပင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူလေသည်။

ထို့ကြောင့် အာနိသင်ကြီးမားလှ၍ ဂင်္ဂါဝါဠုသဲစုမက ပွင့်ကြထင်ရှား သဗ္ဗညု ရှင်တော်ဘုရားတိုင်းပင် ဗောဓိပလ္လင်ထက်၌ ဓမ္မတာအားဖြင့် အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်, သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်တို့၏ အခြေခံပြု၍ အားထုတ်အပ်သော ဤအာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို မိမိအားရည်စူး၍· အသီးအခြားဟောတော်မူသည်ဟူသော ယုံကြည်ခြင်းဖြင့် ပညာရှိပုဂ္ဂိုလ်သည် မတွန့်မဆုတ် ထက်သန်သော သဒ္ဓါတရားဖြင့် အားထုတ်ရာ၏။

[ဤကား အဋ္ဌကထာနည်းတည်း။]

သံလက္ခဏာဟူသော ဝိပဿနာတက်ခဏ်းပြီး၏။

အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းပြီး၏။

## ၅-ဝိပဿနာဉာဏ်ခဏ်း

### သမ္မသနဉာဏ်

တေဘူမကသင်္ခါရတို့ကို အကြောင်းနှင့် တကွ သိမ်းဆည်းအပ်ပြီးသောယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးဦးစွာဝိပဿနာ၏အစ သမ္မသနဉာဏ်တင်၍ ဆင်ခြင်သုံးသပ်ရမည်။

**သမ္မသနနည်း ၄–မျိုး။** သမ္မသနနည်းသည် ကလာပသမ္မသနနည်း, အဒ္ဓါနသမ္မသနနည်း, သန္တတိသမ္မသနနည်း, ခဏသမ္မသနနည်းအားဖြင့်၄-မျိုးပြား၏၊ ထို၄-မျိုးတို့တွင်-

၁။ အတိတ်ဘဝ၌ဖြစ်သော ရုပ်စသည်ဖြင့် မခွဲခြားဘဲ ရူပက္ခန္ဓာအားလုံး, ဝေဒနာက္ခန္ဓာ အားလုံး, သညာက္ခန္ဓာ- သင်္ခါရက္ခန္ဓာ- ဝိညာဏက္ခန္ဓာ အားလုံးကို တပေါင်းတည်းပြု၍ သုံးသပ်ခြင်းကို ကလာပသမ္မသနနည်းခေါ်သည်။

၂။ အတိတ်ဘဝ၌ဖြစ်သော ရုပ်စသည်ဖြင့် ခွဲခြား၍ သုံးသပ်ခြင်းကို အဒ္ဓါနသမ္မသနနည်း ခေါ်သည်။

၃။ အအေးရုပ်အစဉ်,အပူရုပ်အစဉ်စသည်ဖြင့် အစဉ်အမျိုးမျိုးခွဲခြား၍ သုံးသပ်ခြင်းကိုသန္တတိသမ္မသနနည်းခေါ်သည်။

၄။ ဥပါဒ်,ဌီ,ဘင်-ဟူသော ခဏအားဖြင့် သုံးသပ်ခြင်းကို ခဏသမ္မသနနည်း ခေါ်သည်-ဟုသိ။

**ကလာပသမ္မသနနည်းပွားပုံ။** အလုံးစုံ ရုပ်ဟူသမျှသည် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးပျက်စီးခြင်းသဘောရှိသောကြောင့်မမြဲသော အနိစ္စချည်းပါတကား။ [အနိစ္စဉာဏ်ပေါ်လာအောင် အဖန်ဖန်ရှု။] အလုံးစုံရုပ် ဟူသမျှသည် ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်း တို့က မပြတ်နှိပ်စက်အပ်သည်ဖြစ်၍ ကြောက်မက်ဘွယ် သဘောရှိသောကြောင့် ဆင်းရဲသော ဒုက္ခချည်းပါတကား။ [ဒုက္ခဉာဏ်ပေါ်လာအောင် အဖန်ဖန်ရှု။]အလုံးစုံရုပ်ဟူသ

မျှသည် အတ္တသာရစသော အနှစ်သာရ ရှာမရသော ကြောင့်အနတ္တချည်းပါတကား။ [အနတ္တဉာဏ် ပေါ်လာ အောင် အဖန်ဖန်ရှု။]

အလုံးစုံဝေဒနာဟူသမျှသည်- အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ချည်းပါတကား။

အလုံးစုံသညာဟူသမျှသည်- အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ချည်းပါတကား။

အလုံးစုံသင်္ခါရဟူသမျှသည်- အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ချည်းပါတကား။

အလုံးစုံ စိတ်ဟူသမျှသည်- အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ချည်းပါတကား။

[ရှပ်ကဲ့သို့ဖော်ဆို။]

**အမှာ။** ဤလက္ခဏာ ၃-ပါးသည် တပါးကို တပါး အားပြုလျက်ရှိကြသည်၊ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပျက်စီးခြင်းသ ဘောရှိသည့်အတွက် အနိစ္စ-မမြဲ၊ ပျက်စီး ခြင်းကြောင့် ကြောက်စရာကောင်းသည့်အတွက် ဒုက္ခ-ဆင်းရဲ၏၊ မဆင်း ရဲလိုဘဲလျက် ဆင်းရဲရသည့်အတွက် အစိုးမရ- အနတ္တ၊ အစိုးမရသည့်အတွက် မမြဲခြင်းအနိစ္စချည်းဖြစ်ကြသည်၊ ဤ သို့ လက္ခဏာ ၃-ပါးသည် တပါးကိုတပါး အားပြုလျက် ရှိကြသည်၊ ထို့ကြောင့် လက္ခဏာတခုခု ဉာဏ်အားထင် ရှားအောင် ပွားများအားထုတ်က လက္ခဏာ ၃-ပါးစလုံး အလွယ်တကူ ထင်လာလိမ့်မည်၊ လက္ခဏာတပါးပါးထင် လာအောင်သာ ကြိုးစားအားထုတ်လေ။

**အဒ္ဓါနုသမ္မသနနည်းပွါးပုံ။** အတိတ်ဘဝ၌ ဖြစ်သောရုပ်သည် အတိတ်ဘဝ၌သာချုပ်လေပြီ၊ ဤပစ္စုပ္ပန်ဘဝသို့ မရောက်သောကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးပျက်စီးရကား မမြဲသောအနိစ္စ-အနိစ္စ၊ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းတို့က မပြတ်နှိပ်စက်အပ်သည်ဖြစ်၍ ကြောက်မက်ဘွယ် သဘောရှိသောကြောင့် ဒုက္ခ-ဒုက္ခ၊ အတ္တ,သာရ-စသော အနှစ်သာရ ရှာမရသောကြောင့် အနတ္တ-အနတ္တ။

အနာဂတ်ဘဝ၌ဖြစ်သောရုပ်သည် အနာဂတ်ဘဝ၌သာ ချုပ်လတ္တံ့၊ နောက်ဘဝသို့ မရောက်သောကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးပျက်စီးရကား - မမြဲသောအနိစ္စ-အနိစ္စ၊ ဖြစ်ခြင်း, ပျက်ခြင်းတို့က မပြတ်နှိပ်စက်အပ်သည်ဖြစ်၍ ကြောက်မက်ဘွယ်သဘောရှိသောကြောင့်ဒုက္ခ-ဒုက္ခ၊အတ္တ,သာရ-စသော အနှစ်သာရ ရှာမရသောကြောင့် အနတ္တ-အနတ္တ။

ယခုဘဝ၌ဖြစ်သောရုပ်သည် ယခုဘဝ၌သာချုပ်၏၊ အနာဂတ်ဘဝသို့ မရောက်သောကြောင့် မမြဲသော- အနိစ္စ-အနိစ္စ၊ ဖြစ်ခြင်း, ပျက်ခြင်းတို့က မပြတ်နှိပ်စက်အပ်သည် ဖြစ်၍ ကြောက်မက်ဘွယ် သဘောရှိသောကြောင့် ဒုက္ခ-ဒုက္ခ၊ အတ္တ, သာရ- စသော အနှစ်သာရ ရှာမရသောကြောင့် အနတ္တ-အနတ္တ။

[ဝေဒနာက္ခန္ဓာ, သညာက္ခန္ဓာ, သင်္ခါရက္ခန္ဓာ-ဝိညာဏက္ခန္ဓာတို့ကိုလည်း ရူပက္ခန္ဓာနည်းတူသုံးသင်လေ။]

**တဆယ့်တပါးခွဲ၍လည်းသုံးသင်။** အဇ္ဈတ္တရုပ်သည် ဗဟိဒ္ဓသို့မရောက်မူ၍ ချုပ်၏၊ထိုသို့ပျက်စီးခြင်း သဘောရှိသောကြောင့် မမြဲသောအနိစ္စ-အနိစ္စ၊ကြောက်မက်ဘွယ်သဘော

ရှိသောကြောင့် ဆင်းရဲသော ဒုက္ခ-ဒုက္ခ၊ အတ္တ, သာရ-စသော အနှစ်သာရ ရှာမရသောကြောင့်အနတ္တ-အနတ္တ။

ဩဠာရိကရုပ်သည် သုခုမသို့မရောက်မူ၍ချုပ်၏....။
ဟီနရုပ်သည် ပဏီတသို့မရောက်မူ၍ ချုပ်၏....။
ဒူရရုပ်သည် သန္တိကသို့မရောက်မူ၍ ချုပ်၏....။

[ဝေဒနာ, သညာ, သင်္ခါရ, ဝိညာဏ်တို့ကိုလည်း နည်းတူ သုံးသပ်။]

**အမှာ။** စက္ခုစသောဒွါရ ၆-ပါး၊ရူပါရုံ စသော အာရုံ ၆-ပါး၊ စက္ခုဝိညာဏ်စသော ဝိညာဏ် ၆-ပါး၊ စက္ခုသမ္ဖဿစသောဖဿ ၆-ပါး၊ စက္ခုသမ္ဖဿဇာ ဝေဒနာစသော ဝေဒနာ ၆-ပါး၊ ရူပသညာစသော သညာ ၆-ပါး၊ ရူပသဉ္စေတနာစသော စေတနာ ၆-ပါး၊ ရူပတဏှာစသော တဏှာ၆-ပါး၊ ရူပဝိတက္ကစသော ဝိတက် ၆-ပါး၊ ရူပဝိစာရစသော ဝိစာရ ၆-ပါး၊ ပထဝီ, အာပေါ, တေဇော,ဝါယော, အာကာသ,ဝိညာဏ-ဟူသော ဓာတ် ၆-ပါး၊ ပထဝီကသိုဏ်းစသောကသိုဏ်း ၁၀-ပါး၊ ၃၂-ကောဋ္ဌာသ၊ အာယတန ၁၂-ပါး၊ ဓာတ် ၁၈-ပါး၊ လောကီဣန္ဒြေ ၁၉-ပါး၊ ကာမဓာတ်စသော ဓာတ် ၃-ပါး၊ ဘဝကြီး ၉-ပါး၊ ရူပဈာန် ၄-ပါး၊ အပ္ပမညာ ၄-ပါး၊အရူပ သမာပတ် ၄-ပါး၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတို့ကိုလည်း ရူပက္ခန္ဓာအတူ သုံးသပ်နိုင်သည်-ဟု မှတ်။

**သန္တတိသမ္မသနနည်းပွါးပုံ။** အပုရုပ်အစဉ်သည် အအေးရုပ် အစဉ်သို့မရောက်မီ ချုပ်ပျောက်ခြင်းကြောင့် အနိစ္စ-

အနိစ္စကြောက်မက်ဘွယ်သဘောရှိခြင်းကြောင့် ဒုက္ခ-ဒုက္ခ၊ အတ္တသာရ-စသော အနှစ်သာရ ရှာမရသောကြောင့် အနတ္တ-အနတ္တ။

အအေးရုပ်အစဉ်သည် အပူရုပ်သို့မရောက်မီချုပ်....။

ကျန်းမာဆဲရုပ်အစဉ်သည် မကျန်းမာဆဲ ရုပ်အစဉ်သို့ မရောက်မီ....။

မကျန်းမာဆဲ ရုပ်အစဉ်သည် ကျန်းမာဆဲ ရုပ်အစဉ်သို့ မရောက်မီ....။

ထိုင်ဆဲရုပ်အစဉ်သည် ထဆဲရုပ်အစဉ်သို့မရောက်မီ....။

ထဆဲရုပ်အစဉ်သည် ထိုင်ဆဲရုပ်အစဉ်သို့မရောက်မီ....။

စကားပြောဆဲ ရုပ်အစဉ်သည် ဆိတ်ဆိတ်နေဆဲ ရုပ်အစဉ်သို့မရောက်မီ။

ဆိတ်ဆိတ်နေဆဲ ရုပ်အစဉ်သည် စကားပြောဆဲ ရုပ်အစဉ်သို့ မရောက်မီ၊ ချုပ်ပျောက်ခြင်းကြောင့် အနိစ္စ-အနိစ္စ၊ ကြောက်မက်ဘွယ် သဘောရှိသောကြောင့် ဒုက္ခ-ဒုက္ခ၊အတ္တသာရ-စသော အနှစ်သာရရှာမရသောကြောင့် အနတ္တ-အနတ္တ။

ဤသို့စသည်ဖြင့် အလုပ်ကိစ္စ, နေရာဌာန, ဣရိယာပုထ်ပြောင်းလဲတိုင်း ရုပ်အစဉ်ပြောင်းလဲပုံကို သုံးသပ်ရမည်။

ရူပါရုံကို အာရုံပြုသော ဝီထိစိတ်အစဉ်သည် သဒ္ဒါရုံကို အာရုံပြုသော ဝီထိစိတ်အစဉ်သို့မရောက်မီ- စသည်ဖြင့် အာရုံပြောင်းလဲတိုင်း စိတ်အစဉ်ပြောင်းလဲပုံကို သုံးသပ်ရမည်။

ဣဋ္ဌာရုံကို ခံစားဆဲ ဝေဒနာသည် အနိဋ္ဌာရုံ, ဣဋ္ဌမဇ္ဈတ္တာရုံ,အတိဣဋ္ဌာရုံကို ခံစားဆဲဝေဒနာသို့ မရောက်မီ-

စသည်ဖြင့် အာရုံ ပြောင်းလဲတိုင်း ဝေဒနာ ပြောင်းလဲပုံကိုလည်းသုံးသပ်။

ရူပါရုံကို မှတ်သားသော သညာက္ခန္ဓာ အစဉ်သည် သဒ္ဒါရုံကို မှတ်သားသော သညာက္ခန္ဓာအစဉ်သို့မရောက်မီ-စသည်ဖြင့် အာရုံပြောင်းလဲတိုင်း သညာက္ခန္ဓာပြောင်းလဲပုံကိုသုံးသပ်။

ရူပါရုံကိုစေ့ဆော်ပြုလုပ်သော သင်္ခါရက္ခန္ဓာအစဉ်သည် သဒ္ဒါရုံကို စေ့ဆော်ပြုလုပ်သော သင်္ခါရက္ခန္ဓာ အစဉ်သို့မရောက်မီ၊ ဤသို့ အာရုံပြောင်းလဲတိုင်း သင်္ခါရက္ခန္ဓာပြောင်းလဲပုံကို သုံးသပ်။

ရူပါရုံကိုသိသော စိတ်အစဉ်သည် သဒ္ဒါရုံကိုသိသော စိတ်အစဉ်သို့မရောက်မီ-စသည်ဖြင့် အာရုံပြောင်းလဲတိုင်း စိတ်အစဉ်ပြောင်းလဲပုံကို သုံးသပ်ရမည်။ ထို့ပြင် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်လာသောအတိုင်း ဖွဲ့ဆိုအပ်သော—

> သုံးပါးအရွယ်၊ ဆယ်ဒသက၊ ပဥ္စကတည်း၊ စတုက-တိ၊ ဒိန္နှင့်ဧကေ၊ သုံးဝဥတု၊ရတုခြောက်သွယ်၊ လကွယ်-လဆန်း၊ ဒိဝန်း-ရတ္တိ၊ဆဗ္ဗိအခါ၊ ကြိယာဆ,ဥဒ္ဓါရဟု, စသည်ခြောက်ခု၊ ထိုထိုစု၌၊ ရှိမှုဥဿုံ၊ အလုံးစုံသည်၊ ရွှေတုံမဖြစ်၊ တဆစ်တရပ်၊ တစပ်တသင်း၊ နှမ်းအိုးကင်းထက်၊ နှမ်းစေ့ကျက်သို့၊ ကွဲပျက်ကြေမွ၊ အနိစ္စသည်၊ ဒုက္ခ-အနတ္တ ချည်းသာတည်း။
> ဟူသောလင်္ကာလာတိုင်းလည်း ပွါးများသုံးသပ်ရာ၏။
> [ပွါးများပုံအကျယ် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အရသာ၌ လာရှိပြီ။]

**ခဏသမ္မသနနည်းပွါးပုံ။** ဥပါဒ်, ဌီ, ဘင်-ဟူသော ခဏသုံးခုအပေါင်းကို တခဏဟု ယူ၍ အတိတ်ခဏ၌ ဖြစ်သောရုပ်သည် ပစ္စုပ္ပန်ခဏသို့မရောက်မီ၊ပစ္စုပ္ပန်ခဏ၌ဖြစ်သော

ရုပ်သည် အနာဂတ်ခဏသို့မရောက်မီ၊ အတီတ ဘဝင်စိတ်သည် ဘဝင်စလနသို့ မရောက်မီ၊ ဘဝင်စလန စိတ်သည် ဘဝင်ုပစ္ဆေဒသို့ မရောက်မီ၊ဘဝင်ုပစ္ဆေဒစိတ်သည်မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်းစိတ်သို့မရောက်မီ ပျက်စီးခြင်း သဘောရှိသောကြောင့် အနိစ္စ-အနိစ္စ၊ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းတို့ နှိပ်စက်အပ်ရကား ကြောက်စရာကောင်းသောကြောင့် ဒုက္ခ-ဒုက္ခ၊ ခိုင်မြဲခြင်းစသော အနှစ်သာရ ရှာမရသောကြောင့် အစိုးမရအနတ္တ-အနတ္တ။ ဤသို့စသည်ဖြင့် ပွါးများ သုံးသပ်ရမည်။

ဤခဏသမ္မသနနည်းကား- ဘုရားရှင်မှတပါး အခြားပုဂ္ဂိုလ်များ၏ဉာဏ်၌ ထင်မြင်ရန် ခဲယဉ်းသည်-ဟုဆိုကြ၏၊ သို့သော်-တိုက်ရိုက်မထင်နိုင်ငြားလည်း အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တ သဘောထင်အောင် အမှန်းအတားအားဖြင့် ပိုင်းခြား၍ ပွါးများအားထုတ်အပ်၏။

သမ္မသနဉာဏ်ပြီး၏။

## ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်

[ဥဒယ-ဖြစ်ခြင်း၊ဝယ-ပျက်ခြင်း၊ဝယ၌ ဝ-ကို ဒွေဘော်ဆောင်၍ ဗ-၂-လုံးကို ဗ္ဗ-၂-လုံးပြု၍ ဥဒယ-ဗ္ဗယ ဖြစ်၏၊] သမ္မသနဉာဏ် ရင့်သန်ပြီးနောက် ဆက်လက် အားထုတ်သော်အဖြစ်အပျက်နှစ်ပါးစုံကို သိသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မှစ၍ ဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်မည်၊ထိုဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ စောင်းသံသည် ရှေးကမမည်၊ တီးခတ်မှသာ ရုတ်ခြင်း မည်သည်၊မည်ပြီးလဲ အမြဲတည်မနေဘဲ ပျက်သွားဘိသကဲ့သို့၊ထို့အတူ ရုပ်,နာမ် ဓမ္မ သင်္ခါရတို့လည်း ဖြစ်ပေါ်လာ

ဘို့ရန် ရှေးမဆွက စုပေါင်းနေကြသည်မဟုတ်၊ ချုပ်သည့် အခါလည်း အရပ်တပါးသို့ ရောက်သွား စုပုံနေကြသည် မဟုတ်၊ စင်စစ်သော်ကား ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်းအား လျော်စွာ ရုတ်ခနဲ ဖြစ်ပေါ်လာပြီးနောက် ရုတ်ခြင်းပင် ပျောက်ပျက်ကုန်၏-ဟု ထင်လာလိမ့်မည်။

**အကျယ်ရှုပုံ။** ဤသို့ ထင်လာပြီးသည့်နောက် ရုပ်,နာမ် တရားတို့ကို အကြောင်းနှင့်တကွ တွဲဘက်၍ ဆက်လက် အားထုတ်ရမည်၊ အားထုတ်ပုံ- အဝိဇ္ဇာ ရှိခြင်းကြောင့် ရုပ်ဖြစ်သည်၊ တဏှာရှိခြင်းကြောင့် ရုပ်ဖြစ်သည်၊ ကံရှိခြင်း ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်သည်၊ အာဟာရ ရှိခြင်းကြောင့် ရုပ်ဖြစ် သည်၊ အဝိဇ္ဇာချုပ်ခြင်းကြောင့် ရုပ်ချုပ်သည်၊ တဏှာ ချုပ်ခြင်းကြောင့် ရုပ်ချုပ်သည်၊ ကံချုပ်ခြင်းကြောင့် ရုပ် ချုပ်သည်၊ အာဟာရ ချုပ်ခြင်းကြောင့် ရုပ်ချုပ်သည်၊ [အဝိဇ္ဇာစသည် ရှိနေခြင်းကြောင့် ရုပ်တရားများ ဖြစ်ကြ သည်၊ အဝိဇ္ဇာစသည်ကို အကြွင်းမဲ့ ချုပ်စေသည်ရှိသော် ရုပ်တရားများဖြစ်ကြတော့မည်မဟုတ်-ဟု သိစေလိုသည်၊] အဝိဇ္ဇာ, တဏှာ, ကံ, ဖဿ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဝေဒနာဖြစ် သည်၊အဝိဇ္ဇာ,တဏှာ,ကံ,ဖဿ ချုပ်ခြင်းကြောင့် ဝေဒနာ ချုပ်သည်။]

[သညာ,သင်္ခါရတို့ကား ဝေဒနာနှင့် တူပြီ။]

အဝိဇ္ဇာ,တဏှာ,ကံ,နာမ်,ရုပ်ဖြစ်ခြင်းကြောင့်ဝိညာဏ် ဖြစ်သည်၊အဝိဇ္ဇာ, တဏှာ,ကံ နာမ်,ရုပ် ချုပ်ခြင်းကြောင့် ဝိညာဏ် ချုပ်သည်၊ ဤသို့ အဖန်ဖန် အားထုတ်သော် ဖြစ်ခြင်း,ပျက်ခြင်းဟူသော ဥဒယ,ဗ္ဗယ လက္ခဏာများ လွန် စွာ ထင်ရှားလာလိမ့်မည်၊ထိုသို့ အလွန်ထင်ရှားလာသော

အခါ ခန္ဓာငါးပါးတို့တွင် တပါးပါး၌ ဥပါဒ်ခဏ,ဘင်ခဏ အားဖြင့်လည်း ထင်ရှားလာလိမ့်မည်၊ ခဏအားဖြင့် ထင်ရှားအောင် တမင် အားထုတ်နေရသည်မဟုတ်။

ဤသို့ ခန္ဓာငါးပါးတို့တွင် တပါးပါး၌ အကြောင်းပစ္စယအားဖြင့် ၈–ပါး၊ ခဏအားဖြင့် ၂–ပါး၊ ပေါင်း ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ၁၀-ပါးစီ မြင်လာသော် ရေ၌ တုတ်ဖြင့် ရေးချစ်သည့်အခါ ရေးကဖြစ်၊နောက်က ပျက်သကဲ့သို့ရင်း, ရေအိုင်၌ မိုးယုံရွာ၍ ဥပေါင်းပွက်ကလေးတွေ ဖြစ်ရာ၌ ဖြစ်ပြီးလျှင် ပျက်စီး နေသကဲ့သို့ရင်း, နေထွက်သည်နှင့် တပြိုင်နက် ဆီးနှင်းပေါက် ကလေးတွေ အရည်ပျော်ကျသကဲ့သို့ရင်း, အပ်နဖါးထွင်းသောစူးမျိုးပေါ်၌ မုန်ညင်းစေ့ကိုတင်လျှင် ချက်ခြင်းပင် လိမ့်ကျသကဲ့သို့ရင်း, လျှပ်စစ်ပျက်သကဲ့သို့ရင်း၊ထို့အတူ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်,နာမ် တရားများလည်း ဖြစ်ပြီးလျှင် ချက်ခြင်းပင် ပျက်တော့၏တကား-ဟု အဖြစ်အပျက်များကို ခဏအားဖြင့် မြင်လာသောအခါ အာရဒ္ဓဝိပဿက ပုဂ္ဂိုလ်၏ သန္တာန်၌ နုသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာပြီ၊ ထိုအခါ ဩဘာသစသော ဝိပဿနာ၏ ညစ်ညူးကြောင်း ဘေးရန် ၁၀- ပါးတို့တွင် ထိုက်သည့်အလျောက် ဖြစ်ပေါ်လိမ့်မည်။

## ဝိပဿနာ ညစ်ညူးကြောင်း ဘေးရန် ၁၀-ပါး

**ဩဘာသ**။ ဝိပဿနာဉာဏ်ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်မှ ထွက်ပေါ်လာသော အရောင်အလင်းကို ''ဩဘာသ''ဆိုသည်။

[ထိုအရောင်အလင်းသည် ဉာဏ်ထက်လျှင်ထက်သည့်အလျောက်မိမိထိုင်နေရာအရပ်,တခန်းလုံး,တတိုက်တာလုံး,

တဂါဝုတ်, နှစ်ဂါဝုတ်, တယူဇနာ, နှစ်ယူဇနာ စသည်ဖြင့် ပြဟ္မာ့ဘုံအထိပင် ထွက်ပေါ်လာနိုင်၏၊ ထိုအရောင်အလင်း နှံ့ရာအတွင်းရှိ ရူပါရုံများလည်း မနောဒွါရအား ထင်၍ စိတ်ဖြင့် မြင်နိုင်၏။]

**ပီတိ။** ဝိပဿနာ ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်သော ပီတိ ၅-- ပါးကို ဝါ-အထွတ်အထိပ်သို့ရောက်သော ဖရဏာပီတိကို"ပီတိ" ဆိုသည်။

**ပဿဒ္ဓိ။** ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့်ယှဉ်သော ကိုယ်,စိတ် ၂-ပါး ငြိမ်းအေးခြင်းကို"ပဿဒ္ဓိ"ဆိုသည်။

**အဓိမောက္ခ။** ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့်တကွဖြစ်သော အားရှိသော ပသာဒသဒ္ဓါတရားကို"အဓိမောက္ခ"ဆိုသည်။[အဓိမောက္ခစေတသိက် မဟုတ်။]

**ပဂ္ဂဟ။** ဝိပဿနာစိတ်နှင့်တကွဖြစ်သော အားပေး ချီးမြှောက်တတ်သော ဝီရိယကို"ပဂ္ဂဟ"ဆိုသည်။

**သုခ။** တကိုယ်လုံး ဆိုထည့်သော ဝါဂွမ်းကဲ့သို့ ယိုစီးသော အလွန်မြတ်သော ချမ်းသာကို"သုခ"ဆိုသည်။

**ဉာဏ။** ဝဇီရစိန်လက်နက်မိုယ်းကြိုးစက်ကဲ့သို့ထက်မြက်သန့်ရှင်းဖေါက်ထွင်းနိုင်သောဝိပဿနာပညာကို"ဉာဏ်" ဆိုသည်။[ရှုတိုင်းရှုတိုင်း ရုပ်နာမ်ဓမ္မ၏ အဖြစ်အပျက်တွေ အလွန်ထင်ရှား အောင်မြင်နိုင်သော ဉာဏ်-ဟူ၏။]

**ဉပဋ္ဌာန။** မြင့်မိုရ်အလား လှုပ်ရှားမရှိ ကမ္မဋ္ဌာန်း အာအာရုံ၌ လွန်စွာထင်သော သတိကို "ဉပဋ္ဌာန" ဆိုသည်။

ဥပေက္ခာ။ ဖြစ်မှု,ပျက်မှု ဤနှစ်ခုသည် အလွန်ထင်ရှား နေသည့်အတွက် ထိုအဖြစ်အပျက်ကို ရှုဘို့ရန်အားမထုတ် တော့ဘဲ အသင့်အားဖြင့် ရှုနိုင်သော ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့် ယှဉ်သော တတြမဇ္ဈတ္တုပေက္ခာ ကိုဇင်း, ထိုဖြစ်မှု, ပျက်မှု ကို လျင်စွာဆင်ခြင်နိုင်သော စေတနာကိုဇင်း"ဥပေက္ခာ" ဆိုသည်။

နိကန္တိ။ ဝိပဿနာကို တွယ်တာနှစ်သက်သော တဏှာ ကို "နိကန္တိ" ဆိုသည်။

[ထိုနိကန္တိတဏှာသည် လွန်စွာသိမ်မွေ့ရကား မိမိ သန္တာန်၌ ကိလေသာဖြစ်နေသည် ဟူ၍ပင် မသိမြင်နိုင်။]

ဥပက္ကိလေသ။ ဝိပဿနာကို ညစ်နွမ်းစေ တတ်သော ကြောင့် သြဘာသစသော ၁၀-ပါးကို "ဥပက္ကိလေသ" ဟု ဆိုသည်၊ ထို ၁၀-ပါးတို့တွင်ရှေ့ ၉-ပါးကား ဝိပဿ နာနှင့်ယှဉ်သောတရားများဖြစ်၍ဥပက္ကိလေသအစစ်မဟုတ်၊ နိကန္တိတမျိုးသာ တဏှာဖြစ်၍ ဥပက္ကိလေသ ဟု ဆိုရမည်၊ သို့သော် ထိုသြဘာသ စသည်တို့သည် ငါ၌ဖြစ်၏ဟု စွဲလမ်း ခြင်း ဒိဋ္ဌိ, အလွန်နှစ်သက်စရာ ကောင်း၏ဟု မှတ်ထင် သောမာန, ငါ၏ သြဘာသ- စသည်ဖြင့် စွဲလမ်းခြင်း တဏှာ၊ ဤတရား ၃-ပါးတို့၏ မှီရာအာရုံများကားဖြစ်၏၊ ထို တဏှာ,မာန,ဒိဋ္ဌိတို့ကား—ဝိပဿနာစိတ်ကို ညစ်နွမ်း စေတတ်သော ဥပက္ကိလေသ အစစ်များ ဖြစ်ကြ၏၊ ထို့ ကြောင့် အာရုံ ပြုတတ်သော အကျိုးဖြစ်သော တဏှာ, မာန,ဒိဋ္ဌိတို့၏ ဥပက္ကိလေသ ဟူသောအမည်ကို အာရုံဖြစ် သောအကြောင်း သြဘာသ စသည်တို့၌ တင်စား၍ဖလူ

ပစ္စာအားဖြင့် ဩဘာသ-စသည်ကို ဥပက္ကိလေသဟု ခေါ်သည်၊ နိကန္တိကား- မုချဥပက္ကိလေသ မည်သည်-ဟုမှတ်။

**ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အဆက်။** ဤဘေးရန် ၁၀-ပါး ဖြစ်သောအခါ မလိမ်မာသောယောဂီသည် ၎င်းဘေးရန် ၁၀-ပါးကိုပင် နှစ်သက်၍ လမ်းလွဲသော်လည်း လိမ်မာသောယောဂီ၌ကား ဤဩဘာသစသည်တို့သည် တဏှာ,မာန,ဒိဋ္ဌိတို့၏ တည်ရာဖြစ်၍ ဝိပဿနာစိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေတတ်သည့် ဘေးရန်မျှသာဖြစ်ကြသည်၊ မဂ်ရကြောင်း လမ်းမှန်မဟုတ်,အမဂ္ဂတည်း၊ ထိုဘေးရန်မှလွတ်သော ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်သာ မဂ်ဖိုလ်ရကြောင်းလမ်းကောင်း မဂ္ဂတည်း-ဟု လမ်းမှန်ကိုသိသော ဉာဏ်ဖြစ်လာ၏၊ ထိုဉာဏ်ဖြင့် ဝိပဿနုပက္ကိလေသတို့၏ နှောင့်ရှက်မှုကြောင့် လက္ခဏာရေး ၃-ပါး ကောင်းကောင်း မထင်ရှားသေးရကား—ထိုလက္ခဏာရေး ၃-ပါး ထင်ရှားလာအောင် ဥဒယဗ္ဗယကိုပင် ထပ်မံ၍ အားထုတ်ရဦးမည်၊ ဆက်လက်အားထုတ်၍ အဖြစ်အပျက် ၂-ပါး လွန်စွာထင်ရှားလာသော် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အပြီးသို့ ရောက်ပြီ-ဟုသိ။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ပြီး၏။

### ဘင်ဉာဏ်

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြင့်ရုပ်,နာမ်တို့၏အဖြစ်,အပျက် ၂-ပါး စလုံးကို ထင်ရှားလာအောင်ရှု၍ အလွန် ထင်ရှားလာသည့်အခါအဖြစ်,အပျက်တို့သည် အလွန်လျင်မြန်ရကား အဖြစ်ကို အာရုံမပြုမိတော့ဘဲ အပျက် တမျိုးတည်းကိုသာ မြင်တော့သည်၊ ထိုအခါ ဘင်ဉာဏ်ဖြစ်ပြီ၊ ထို့နောက်

ဆက်လက်ပြီး အပျက်ဘင်တမျိုးတည်းကိုသာ ရှုနေရမည်၊ ထို့နောက် ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်နာမ်တို့၏ အပျက်ဘင်ကို ကျကျနန မြင်လာလိမ့်မည်၊ ထိုအခါ အတိတ်အနာဂတ်ရုပ်နာမ်များကိုလည်း မှန်းဆ၍အာရုံပြုလိုက်သော် အပျက်ဘင်ကိုသာ အာရုံပြုမိလျက်သား ဖြစ်နေတော့၏၊ သင်္ခါရတခု၏ဘင်ကို အာရုံပြုသော ဘင်္ဂဉာဏ်၏ ဘင်ကိုပင် နောက်ထပ်ဆက်လက် အာရုံပြုနိုင်သည့်အခါ ဘင်္ဂဉာဏ် အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်ပြီ-ဟူသိ။

ယထာ ပုဗ္ဗဠ္ဟကံ ပဿေ၊ ယထာ ပဿေ မရီစိကံ၊
ဧဝံ လောကံ အဝေက္ခန္တံ၊ မစ္စုရာဇာ န ပဿတိ။

**အနက်ကား။** ပုဗ္ဗဠ္ဟကံ၊ ရေဖေါင်းရေပွက်ကို။ ပဿေ-ယထာ၊ အဖျတ်ဖျတ်အသွင် အပျက်ကိုသာ မြင်သကဲ့သို့ငင်း၊ မရီစိကံ၊ တံလျှပ်ကို။ ပဿေယထာ။ ယူစရာမထင် အပျက်ကိုသာမြင်သကဲ့သို့ငင်း။ ဧဝံ၊ ဤအတူ။ လောကံ၊ ခန္ဓာငါး ဝ ရုပ်,နာမ်လောကကို။ အဝေက္ခန္တံ၊ ဉာဏ်မြင့်သက်ဝင်ထင်မြင်သောသူကို။ မစ္စုရာဇာ၊ သေမင်းသည်။ နပဿတိ၊ မမြင်နိုင်။

ခန္ဓာငါးပါးကို တွယ်တာစရာဟု မြင်သူကိုသာသေမင်းက သတ်ဘို့ရန်မြင်သည်၊ ရေပွက်ပမာ တံလျှပ်အသွင် တွယ်တာဘွယ် မမြင်သူကိုကား ရဟန္တာဖြစ်၍ သေမင်းက သတ်ဘို့ရန် မမြင်နိုင်-ဟူ၏။

၁။ ရုပ်,နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့သည်-ရေပွက်ပမာ
လျှင်စွာ ပျက်ကုန်၏။

၂။ ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့သည်- တံလျှပ်ပမာ လျင်စွာ ပျက်ကုန်၏။

ဤသို့ မပြတ်ရှုမြင်လျှင် အာနိသင် ၈-ပါးခြံရံလျက် ဘင်္ဂဉာဏ် ရင့်သန်ခြင်းသို့ ရောက်၏၊ အထွတ် အထိပ်သို့ ရောက်၏။

**အာနိသင် ၈-ပါး။** ဿဿတဒိဋ္ဌိကိုပယ်နိုင်သည်၊ ဇီဝိတနိကန္တိကိုခွါနိုင်သည်၊ မပြတ်အားထုတ်နိုင်သည်၊ အသက်မွေးစင်ကြယ်သည်၊ ကိစ္စကြီးငယ် ကြောင့်ကြကို ပယ်နိုင်သည်၊ကြောက်လန့်ခြင်းမရှိ၊သည်းခံ၍ကောင်းမှုကိုမွေ့လျော်နိုင်သည်၊ ကာမဂုဏ်၌ပျော်မွေ့ခြင်းကို ဖြိုဖျက်နိုင်သည်။

ဘင်္ဂဉာဏ်ပြီး၏။

## ဘယဉာဏ်

အသက်ရှည်ခြင်း, ချမ်းသာခြင်းကို လိုလား၍ ဘေးတို့ကို များစွာကြောက်သောသူသည် ခြင်္သေ့,သစ်,ကျားသားရဲပေါများသော တောအရပ်ကိုမြင်လျှင် ကြောက်စရာအရပ်ဟု မှတ်ထင်သကဲ့သို့ ဘင်္ဂဉာဏ်ဖြင့် အဖန်ဖန် ရှုနေသော ယောဂီအား ဘဝ,ယောနိ,သင်္ခါရအားလုံးသည် ကြောက်စရာကြီးပါတကားဟု ထင်လာလိမ့်မည်၊ ထိုအခါတွယ်တာခြင်း ကင်းပျောက်လိမ့်မည်၊ထိုဘင်္ဂဉာဏ်ဖြင့် ရုပ်,နာမ်ဓမ္မတို့၏ အပျက်တွေကို မြင်ပြီးရကား ဤရုပ်, နာမ်တို့သည် ရှေးဘဝ၌ရင်း, ယခုဘဝရှေးကာလ၌ရင်း ပျက်ခဲ့လှလေပြီ၊ ယခုလည်း နှမ်းအိုးကင်း၌ နှမ်းစေ့တွေ တဖျစ်ဖျစ်ပျက်နေသကဲ့သို့ တပျက်တည်းပျက်လျက်ပင်ဖြစ်၏၊ နောက်နောက်

ကာလ နောက်ဘဝများ၌လည်း ကျေန်ပျက်ရဦးမည်၊ ထို့ကြောင့် ဤရုပ်,နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရတရားများသည် ကြောက်စရာတွေပါတကားဟု ထင်မြင်သော ဘယညာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်မည်။

ဘယညာဏ်ပြီး၏။

## အာဒီနဝဉာဏ်

ရုပ်,နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့၌ ကြောက်မက်ဘွယ်ဘေးကြီးပါတကားဟု ဘယညာဏ် ပေါ်လာသည်မှစ၍ ထိုရုပ်,နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့၌ အပြစ်မြင်သော အာဒီနဝဉာဏ်လည်းပေါ်လာလိမ့်မည်။ [အထူးအားထုတ်နေရန် မလိုပြီ။]

အာဒီနဝဉာဏ်ပြီး၏။

## နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်

ရုပ်,နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့၌ အပြစ်မြင်သော ယောဂီသည် ထိုသင်္ခါရ အားလုံးတို့အပေါ်၌ မပျော်မွေ့နိုင်တော့ဘဲ ငြီးငွေ့သော နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ပေါ်လာလိမ့်မည်။ [အထူးအားထုတ်နေရန် မလိုတော့ပြီ။]

ဥပမာ။ ရွှေဟင်္သာသည် ဒွန်းစဏ္ဍားရွာတံခါးအနီးရေအိုင်၌ မပျော်မွေ့၊ ဟိမဝန္တာ အိုင်ကြီးခုနစ်အိုင်၌သာ ပျော်မွေ့သကဲ့သို့၊ ကေသရာဇာခြင်္သေ့မင်းသည် လှောင်အိမ်ရွှေချိုင့်၌ မပျော်မွေ့၊ ဟိမဝန္တာ တောသုံးတောင်၌သာ ပျော်မွေ့သကဲ့သို့၊ ကောင်းကင်ပျံဆဒ္ဒန်ဆင်သည် မြို့တွင်း၌မပျော်မွေ့၊ဟိမဝန္တာဆဒ္ဒန်အိုင်၌သာပျော်မွေ့သကဲ့သို့၊ ဤနိဗ္ဗိဒါ

ဉာဏ်သို့ ရောက်သော ယောဂီသည်လည်း သင်္ခါရတရား အားလုံးတို့အပေါ်၌ မပျော်မွေ့တော့-ဟူ၏။

**မှတ်ချက်။** ဤနိဗ္ဗိဒါဉာဏ်သည် ဘယဉာဏ်, အာဒီနဝ ဉာဏ် ၂-ပါးနှင့်သဒ္ဒါမတူ၊ အနက်ကား-တူ၏၊ သင်္ခါရ တို့ကို ဘေးဟု ရှုမြင်သောကြောင့် ဘယဉာဏ်, အပြစ်မြင် အောင် ပြသောကြောင့် အာဒီနဝဉာဏ်, ငြီးငွေ့သော ကြောင့် နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်မည်သည်၊ ဤသို့ ဘယဉာဏ်တခုတည်း ၃-မည်ရသည်-ဟု ဆိုကြ၏၊ အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက် သောအခါ သဘောချင်းတူ၍ တဉာဏ်တည်းဖြစ်၏၊ အစ၌ ကား- ထိုထိုဘာဝနာစွမ်းဖြင့် အစဉ်အတိုင်း ရောက်၍ သဘောကွဲလွဲသည်-ဟုမှတ်။

နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ပြီး၏။

## မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်

နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ဖြင့် ငြီးငွေ့သော ယောဂီ၏သန္တာန်၌ ရုပ်, နာမ်စမွေ့တော်ဘူမကသင်္ခါရတို့၌သော်လည်း ကပ်ငြိခြင်းမရှိ၊ (ပိုက်ကွန်၌မိသော ငါးသည် ပိုက်ကွန်မှလွတ်ထွက်ခြင်းငှါ အလိုရှိသကဲ့သို့) ထိုသင်္ခါရတို့မှ လွတ်မြောက် လိုသော မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ်လည်း ပေါ်လာလိမ့်မည်။

**ဥပမာ။** ဘုံသုံးပါး၌ အိုဘေး, နာဘေး, သေဘေး အကြားကျင်လည်ရခြင်းသည် ပိုက်ကွန်မိသော ငါး,ဂဠုန် လက်တွင်း နဂါး,မြွေခံတွင်း ဘားနှင့်တူလှ၏၊ ချိင့်လှောင် သော တောကြက်,ကျော့ကွင်းမိသော တောဝက်,ကြောင်

ခံတွင်း ကြွက်နှင့်တူလှ၏၊ အလမ္ပါယ်မြွေအလား,စွန်လက် သည်းကြား စာသူငယ်, ညွန်အိုင်အလယ် ဆင်ပြောင်နှင့် တူလှ၏၊လငပုပ်ဖမ်းသော လမင်း,ရာဟုခံတွင်း လဗိမာန်, ရန်သူဝိုင်းရံထားသော ယောကျာ်းနှင့်တူလှ၏၊ တေဘူမက သင်္ခါရတို့မှ ယခုလွတ်မူကောင်းလေစွ၊ ဤသို့ထွက်မြောက် လိုခြင်း ပြင်းထန်သောစိတ်များ ဖြစ်ပေါ် လာသော်- မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ်အပြီးသို့ရောက်ပြီ-ဟုသိ။

မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ်ပြီး၏။

## ပဋိသင်္ခါဉာဏ်

မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ်ရပြီးသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် တေဘူမက သင်္ခါရအားလုံးမှ လွတ်မြောက်ခြင်းငှါ ထို သင်္ခါရတို့ကို အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တဟု ထပ်မံရှုပြန်၏၊ တဖန် သိမ်းဆည်း ပြန်၏၊ ထိုထပ်မံ ရှုသော ဉာဏ်ကို "ပဋိသင်္ခါဉာဏ်"ဆိုသည်။

**ဥပမာ။** တံငါတယောက်သည် ငါးဆောင်းရာ၌ မိသော အကောင်ကို လည်ပင်း၌ ဆုပ်ကိုင်လျက် ငါးကြီးတကောင် ရပြီဟု ဝမ်းမြောက်၏၊ ရေထည်းမှ ဆွဲထုတ်လိုက်သော အခါ လည်ရေးသုံးတန့်ကိုမြင်သော် မြွေဆိုးမှန်းသိ၍ ကြောက်၏၊ အပြစ်မြင်၏၊ ဆုပ်ကိုင် ထားသော်လည်း ငြီးငွေ့၏၊ လွှတ်ပစ်လို၏၊ သို့ပင် လွှတ်ပစ်လိုသော်လည်း အလွှတ်တွင် မိမိလက်ကို ကိုက်သွားမည် စိုးသောကြောင့် လက်၌ ရစ်ထားသော အပတ်ကိုဖြေ၍ လက်မောင်းကို မြှောက်ပြီး ဦးခေါင်းထက်၌ အကြိမ်ကြိမ်ဝင့်၏၊ ဤသို့အား

နည်းအောင်ပြုပြီးမှ- သွားပေတော့ဟု လွှတ်ပစ်၏၊ ထိုနောက် လမ်းသို့တက်၍ မြွေဘေးမှလွတ်ပြီဟု လာသောလမ်းကိုပြန်ကြည့်၍ ဘေးကင်းရာအရပ်၌ ရပ်နေ၏။

ဤပဋိသင်္ခါဉာဏ်နှင့်ပြည့်စုံသော ယောဂီလည်း ဘုံသုံးပါး၌ အစစ္စာရခဲ့သော မိမိအတ္တဘောကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ လည်ပင်းကိုဆုပ်ကိုင်ခဲ့ပြီ၊ ထိုအတ္တဘောကို သမ္မသနဉာဏ်, ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်, ဘင်္ဂဉာဏ်ဖြင့်ခွဲ၍ ဖေါ်ထုတ်လိုက်သောအခါ အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တဟူသော လည်ရေးသုံးတန်ကိုမြင်ပြီ၊ ဘယဉာဏ်ဖြင့် ကြောက်ခဲ့ပြီ၊ အာဒီနဝဉာဏ်ဖြင့် အပြစ်မြင်ခဲ့ပြီ၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ဖြင့် ငြီးငွေ့ခဲ့ပြီ၊ မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ်ဖြင့် လွှတ်ပစ်လိုပြီ၊ ဤအခါတွင် လွှတ်ကြောင်းပြည့်စုံအောင် အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တဟု ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် အားထုတ်ဝင့်ရသည်၊ ဤသို့ဝင့်သော အနေအားဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် အားထုတ်သော ဉာဏ်ကို "ပဋိသင်္ခါဉာဏ်" ဆိုသည်။

ထိုပဋိသင်္ခါဉာဏ်ဖြင့် အကြိမ်ကြိမ်အားထုတ်သော် နိစ္စ, သုခ, သုဘ, အတ္တအားဖြင့် မထင်နိုင်တော့ဘဲ နိစ္စနိမိတ်စသည်မှလွတ်၍ ဂေါတြဘုဉာဏ်, မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်များ ပေါ်လာလိမ့်မည်။

ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ပြီး၏။

## သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်

ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ရပြီးသော ယောဂီသည် ထိုပဋိသင်္ခါဉာဏ်ဖြင့် ရှုဖန်များလတ်သော် ကြောက်ခြင်း, နှစ်သက်ခြင်းကိုမယ်၍ သင်္ခါရတို့အပေါ်၌ ငါဟူ၍ရင်း၊ ငါ့ကိုယ်

ဟူ၍ငင်း မမြင်တော့ဘဲ လျစ်လျူရှုနိုင်သောဉာဏ်ဖြစ်ပေါ် လာလိမ့်မည်၊ ထိုသင်္ခါရတို့၌ လျစ်လျူ ရှုနိုင်သောဉာဏ်ကို ''သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်''ဆိုသည်။

**အဓိပ္ပါယ်။** ဤဉာဏ်ဖြင့် လျစ်လျူရှုသည်ဟု ဆိုသော် လည်း လုံးလုံးအာရုံမပြုဘဲနေသည်မဟုတ်၊ သင်္ခါရတရား တွေအပေါ် အာရုံကားပြု၏၊ သို့သော် အာရုံပြုသည့်အခါ သာယာနှစ်သက်ခြင်းလည်းမရှိ၊ ကြောက်မက်ဘွယ် ဟူ၍ လည်းဂရုမစိုက်ဘဲ အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တ-ဟူ၍ ဆင်ခြင်နေ ခြင်းသာဖြစ်သည်၊ ဥပမာ-ချစ်လှစွာသောမယား သူတပါး နှင့်ဖေါက်ပြန်နေသည်ကိုတွေ့မြင်သော် ထိုမယားအပေါ် ၌ ကြောက်ရွံ့ခြင်း,အပြစ်မြင်ခြင်းတို့ကြောင့် မယားချစ်ကို စွန့်ပစ်သူနှင့်တူ၏၊ ထို့နောက် မယားကိုချစ်လည်းမချစ်၊ သူတပါးနှင့် ဖေါက်ပြန်နေသည်ကို မြင်သော်လည်း အပြစ် မမြင်တော့ဘဲ လျစ်လျူရှုသကဲ့သို့မှတ်။

ဤသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည် အားစွမ်းရှိလျှင် နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာကိုမြင်၍ သင်္ခါရတို့၌ ဖြစ်ခြင်းကိုလွှတ်၍ အနုလုံ, ဂေါတြဘု,မဂ်,ဖိုလ်တက်ပြီး နိဗ္ဗာန်သို့တရှိန်တည်း ပြေးဝင် ၏၊ နိဗ္ဗာန်ကိုမမြင်လျှင် တေဘူမကသင်္ခါရတို့ကိုပင် သုံးသပ် ခြင်းဖြင့် သမုဒ္ဒရာငှက် လင်းယဉ်တိုင်၌ ပြန်၍နားသည်နှင့် တူ၏၊ သင်္ဘောသားတို့သည် ကျီးငှက်ကို ဖမ်းယူပြီးလျှင် သမုဒ္ဒရာအလယ်၌ ကမ်းမမြင်သောအခါ လွှတ်လိုက်ကြ၏၊ ထိုအခါကျီးငှက်သည် ကောင်းကင်သို့ ပျံတက်၍ ကမ်းခြေ ကိုမြင်လျှင် တရှိန်တည်းပျံသွား၏၊ မမြင်လျှင် တရှိန်တည်း

ပျံလိုလျက်နှင့် သဘော်ာ လင်းယဉ် တိုင်၌ပင် ပြန်၍ နား သကဲ့သို့မှတ်။

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ပြီး၏။

## အနုလောမဉာဏ်

ဉဒယဗ္ဗယစသော ရှေးဉာဏ် ၈-ပါး ကိစ္စအားဖြင်း, နောက်မဂ်၌ဖြစ်သော ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇-ပါးအား ဖြင်း လျော်သောဉာဏ်ကို "အနုလော်မဉာဏ်" ဆိုသည်၊ သစ္စာနုလောမဉာဏ်ဟူ၍လည်း ဆိုသည်။

**မှတ်ချက်။** ဉဒယဗ္ဗယဉာဏ်မှစ၍ အနုလောမဉာဏ် တိုင်အောင်သော ဉာဏ် ၉-ပါးကို ပဋိပဒါဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ ဆိုသည်-ဟုသိ။

**ရှေးဉာဏ်၈-ပါးနှင့်လျော်ပုံ။** ဤ အနုလောမ ဉာဏ် သည် မိမိလည်း အနိစ္စလက္ခဏာ စသည်ဖြင့် သင်္ခါရတို့ အပေါ်၌အာရုံပြု၍ဖြစ်၏၊ ရှေးဉာဏ် ၈- ပါးသည်လည်း အစဉ်အတိုင်း ဉဒယဗ္ဗယမြင်ခြင်းကိစ္စ, ဘင်ကိုမြင်ခြင်း ကိစ္စ, ဘေးဟုထင်ခြင်းကိစ္စ, အပြစ်မြင်ခြင်းကိစ္စ, ငြီးငွေ့ ခြင်းကိစ္စ, လွတ်လိုခြင်းကိစ္စ, တဖန်သိမ်းဆည်းခြင်းကိစ္စ, လျစ်လျူရှုခြင်းကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ကြသဖြင့် ယင်း ဉာဏ်၈-ပါးအား ကျေနပ်သကဲ့သို့ ဖြစ်သောကြောင့် ရှေး ဉာဏ်၈- ပါးအားလည်းလျော်သည်၊ ရှေးဉာဏ် ၈-ပါးကို ထောက်ခံသကဲ့သို့ လည်းဖြစ်သည်၊ ထိုအကျင့်ဖြင့် လိုအပ် သော ဗောဓိပက္ခိယတရား၃၇-ပါးသို့ ကေန်ရောက်တော့ မည် ဖြစ်ခြင်းကြောင့်လည်း အထက်ဗောဓိပက္ခိယ တရား တို့အားလည်းလျော်သည်။

ဥပမာ။ အမတ်၈-ယောက်တို့ဓမ္မသတ်နှင့်အညီ တရား စီရင် ဆုံးဖြတ်ထားသောကိစ္စကို ဘုရင်ကြီးထံ တင်ပြရာ အမတ်ကြီးများ စီရင်ဆုံးဖြတ်သောအတိုင်း တည်စေဟု အမိန့်ချမှတ်၏၊ ဘုရင့်အမိန့်သည် အမတ်ကြီး၈-ယောက် စီရင်ချက်၌၎င်း,အထက်ဓမ္မသတ်၌၎င်းလျော်သကဲ့သို့မှတ်။

**အနုလောမဉာဏ်အရ။** အနုလောမ ဉာဏ်ဟူသည် မဂ္ဂ ဝီထိ၌ပါသော ပရိကံ, ဥပစာ, အနုလုံကိစ္စ တပ်သော ဉာဏ်ကိုဆိုသည်။

**စကားဆက်။** အနုလုံ ဖြစ်ပြီးနောက် ဂေါတြဘုစိတ် ဖြစ်သည်၊ ၎င်းဂေါတြဘုကား တေဘူမကသင်္ခါရကို ရှုမပြု၊ နိဗ္ဗာန်ကိုသာ အာရုံပြုသောကြောင့် ဝိပဿနာဉာဏ်၌ မဝင်၊သို့သော်လည်း ဝိပဿနာဉာဏ်တို့၏အထွတ်ဦးခေါင်း နှင့် တူသောကြောင့် ဝိပဿနာ၌ သွင်းယူကြသည်၊ ထို့နောက် ကိစ္စ၄- ပါးကို တပြိုင်နက် ပြီးစေတတ်သော မဂ်စိတ် ၁-ကြိမ်၊ ထို့နောက် ဖိုလ်စိတ် ၂-ကြိမ်၊၃-ကြိမ်၊ ထို့နောက်တွင် ဘဝင်စိတ်များစွာဖြစ်ပြီးချုပ်ကြသည်။

ထို့နောက် ငါသည် ဤမဂ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြု လေပြီဟု မဂ်ကိုဆင်ခြင်သော ဝီထိ-၁၊ မဂ်၏အကျိုးကို လည်းခံစားရလေပြီဟု ဖိုလ်ကိုဆင်ခြင်သောဝီထိ-၁၊နိဗ္ဗာန် ကိုဆင်ခြင်သော ဝီထိ-၁၊ဤမျှသောကိလေသာတို့ကို ပယ် နိုင်ပြီဟု ပယ်ကိလေသာတို့ကို ဆင်ခြင်သော ဝီထိ-၁၊ဤမျှ သောကိလေသာများကြွင်းကျန်သေးသည်ဟုကြွင်းကိလေ သာတို့ကို ဆင်ခြင်သော ဝီထိ-၁၊ဤသို့ပစ္စဝေက္ခဏာ ဝီထိ ၅-ချက်ဆက်လက်၍ဖြစ်၏။

ဥာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ။ ဤဆိုအပ်ပြီးသော ဉာဏ်စဉ်ဖြင့် မဂ်ဖိုလ်ကိုရပြီးလျှင် အောက်အောက် မဂ်ဖိုလ်ရသူသည် အထက်အထက်မဂ်ဖိုလ်အလို့ငှါ ထိုရုပ်, နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရ တို့ကိုပင်အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တလက္ခဏာယာဉ် ၃-ပါးတင်၍ ဆင်ခြင်သုံးသပ်ရပြန်၏၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်၏ အဆုံး၌ အထက်မဂ်စိတ်ဝီထိများဖြစ်ကြ၏၊ အဆုံး၌ အရဟတ္တမဂ် စိတ်ဝီထိဖြစ်၏၊ ဤမဂ် ၄-ပါး၌ရှိသော ဉာဏ်များကို ''ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ''ဆိုသည်။

အနုလောမဉာဏ်ပြီး၏။

ဝိပဿနာဉာဏ်ခဏ်းပြီး၏။

---

## ဆုတောင်း

မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်၌ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်မှ ရဟန်းကိစ္စပြီးဆုံးသည်၊ဤအနေသို့မရောက်သေး ပါဘဲ စာချပုဂ္ဂိုလ်ကြီးဖြစ်ရုံမျှ, ကျောင်းထိုင်ဘုန်းကြီးဖြစ် ရုံမျှ, ဆရာတော်ကြီးဖြစ်ရုံမျှဖြင့် ရဟန်းကိစ္စမတုံး၊ တုံးပြီ ဟုထင်၍ နေမိသော်ငြင်း, အမှတ်မဲ့နေမိသော်ငြင်း ရဟန်း ပြုရကျိုးနပ်ကြမည်မဟုတ်သည်ကို သတိပြု၍ ရဟန်းကိစ္စ တုံးသောမှန်းတိုင်ရောက်အောင် ထက်သန်သော သဒ္ဓါ, ပညာ, ဝီရိယများရှေ့ဆောင်ထား၍ အားထုတ်နိုင်ကြပါ စေကုန်သတည်း။

---

## နိဂုံးစကား

ဤဆိုအပ်ပြီးသော စကားမျှဖြင့် ရန်ကုန်ရေကူးကံဘဲ့ ကျောက်ကုန်းတောရ မေဒိနီကျောင်းတိုက်၌ ပဓာန

ဆရာတော်အဖြစ်ဖြင့် နေထိုင်ခိုက် ရေးသားစီရင်အပ်သော "သတိပဋ္ဌာနမေဒိနီ-အာနာပါနခန်း" သည် ၁၃၁၇-ခုနှစ် ဝါခေါင်လဆန်း၆-ရက်ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် အပြီးသို့ရောက်လေသတည်း။

**သတိပဋ္ဌာနမေဒိနီပြီးပြီ။**

THE HANTHAWADDY PRESS