

ကျေးဇူးရှင် အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
 မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး
 အမရပူရမြို့၌ ဟောကြားတော်မူသော တရားတော်

ဝိပဿနာ လက်တွေ့လုပ်နည်း

(လှသစ်များအတွက်)

ဟောကြားသည့် နေ့
 (၁၅ ၊ ၁၀ ၊ ၅၅)

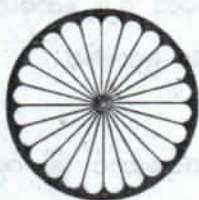
ကျေးဇူးတော်ရှင် အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

အမရပူရမြို့၌ ဟောကြားတော်မူသော တရားတော်

ဝိပဿနာလင်္ကာတွေ့လုပ်နည်း

(လူသစ်များအတွက်)



(၁၅-၁၀-၅၅)

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်	- ၅၇/၂၀၀၀ (၁)
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်	- ၆၉/၂၀၀၀ (၂)
အကြိမ်	- ပထမအကြိမ်
အုပ်ရေ	- ၅၀၀၀
ခုနှစ်	- ၂၀၀၀ ခု၊ ဇန်နဝါရီလ
တန်ဖိုး	- ()

ထုတ်ဝေသူ ဦးအောင်ချို (မြ-၀၈၃၁)
 မိုးကုတ်ဝိပဿနာတရားစဉ်နှင့်
 လုပ်ငန်းစဉ်ပြန်ပွားရေးအဖွဲ့ချုပ်။
 အမှတ် ၈၂၊ နတ်မောက်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
 ဖုန်း-၅၄၁၈၆၀

ပုံနှိပ်သူ ဦးဝင်းအောင် (မြ-၀၅၁၃၁)
 သန်းထိုက်ရတနာပုံနှိပ်တိုက်၊
 အမှတ် ၈၄/၈၆၊ လမ်း ၅၀
 ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
 ဖုန်း-၂၉၈၆၇၄

မိုးကုတ်ဝိပဿနာအဖွဲ့ချုပ်၏ အမှာစာ

မိုးကုတ်ဝိပဿနာတရားစဉ်နှင့် လုပ်ငန်းစဉ် ပြန့်ပွားရေး အဖွဲ့ချုပ်ကြီးတွင် သက္ကရာဇ် ၂၀၀၁ ခုနှစ်ကစ၍ လစဉ် (၁၀) ရက် တရားစခန်းပွဲ နှစ်ကြိမ်ရှိပါသည်။ တရားစခန်းပွဲတိုင်းတွင် မိုးကုတ်ဝိပဿနာအဖွဲ့ချုပ် နာယကဆရာတော်ကြီးများနှင့် အဖွဲ့ချုပ် ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဆရာတော်ကြီးများ ကိုယ်တိုင် အနီးကပ်ကြပ်မတ်၍၊ သစ္စာလေးပါးတရားတော်နှင့် ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်စက်ဝိုင်း ဒေသနာတော်များကို မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရားကြီး ဟောကြားဆုံးမတော်မူခဲ့သည့်အတိုင်း နေ့စဉ် ဟောကြားပေးလျက် ရှိပါသည်။

ယောဂီသစ်များ လက်ခံခြင်း

မိုးကုတ်ဝိပဿနာအဖွဲ့ချုပ်၌ တရားဝင်လိုသာ ယောဂီများသည် မိမိကိုယ်တိုင် အမျိုးသား မှတ်ပုံတင်ကတ်ပြား (သို့) သာသနာဝင်မှတ်တမ်းပြု၍ အဖွဲ့ချုပ်ရုံးခန်းတွင် ဆွမ်းစရိတ် အလှူငွေနှင့် အတူစာရင်း ပေးသွင်းနိုင်ပါသည်။

ယောဂီသစ်များစတင်လက်ခံသောနေ့

ယောဂီသစ်များအတွက် လစဉ် မြန်မာရက် လဆန်း (၁၁)ရက်နှင့် လဆုတ်(၁၁)ရက် နေ့များတွင် အမည်စာရင်း စတင်လက်ခံမည် ဖြစ်ပါသည်။

စခန်းဝင်ယောဂီဦးရေသတ်မှတ်ခြင်း

မိုးကုတ်ဝိပဿနာအဖွဲ့ချုပ်သည် အမြဲတမ်း တရားထိုင်သော ဌာနမဟုတ်ပါ။ တရားလုပ်ငန်းစဉ်များ ပြန့်ပွားအောင် အလေ့အကျင့်ပေးရန် ဌာနသာဖြစ်သဖြင့် စခန်းဝင် ယောဂီဦးရေကို သတ်မှတ်ထားပါသည်။

သို့ရာတွင် အဖွဲ့ချုပ်၌ အခြားအဆောက်အဦများ ရှိသဖြင့် ပြင်ပမှ ယောဂီများ လာရောက်၍ နေ့စဉ် တရားနာနိုင်ကြပါသည်။ နေ့စဉ် တရားထိုင်နိုင်ကြပါသည်။ နေ့စဉ် တရားတော်စာအုပ်များ လာရောက်ဝယ်ယူနိုင်ကြပါသည်။

တရားစခန်းဝင် ယောဂီများအဖြစ် တစ်ကြိမ်လျှင် သံဃာတော် ၈၀ ပါး၊ အမျိုးသားယောဂီ ၁၀၀ ဦး၊ အမျိုးသမီး ယောဂီ ၂၀၀ ဦး လက်ခံပါသည်။

စတင်လက်ခံသောအချိန်

ယောဂီသစ်များ စတင်လက်ခံသောအချိန်မှာ

နေ့လည် (၁၂:၀၀)နာရီ ဖြစ်ပါသည်။

အခြားနေ့များ၌ သတ်မှတ်ထားသော ယောဂီ မပြည့် သေးပါက နေ့စဉ် နံနက် (၈)နာရီ မှ ညနေ (၅)နာရီအတွင်း ဆက်လက်၍ လက်ခံသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

(၁၀)ရက် တရားစခန်းပွဲ

(၁၀)ရက် တရားစခန်းပွဲများကို လစဉ် တစ်လနှစ်ကြိမ် ပြုလုပ်လျက်ရှိရာ-

ပထမ (၁၀)ရက် တရားစခန်းပွဲသို့ ဝင်ခွင့်ရသော ယောဂီများသည် မြန်မာရက် (လဆန်း-လဆုတ်) (၅)ရက်နေ့ ညနေ (၅)နာရီမတိုင်မီ၊ မိုးကုတ်ဝိပဿနာအဖွဲ့ချုပ်ရုံးသို့ သတင်းပို့ကြရမည်ဖြစ်ပြီး လပြည့်-လကွယ် ရက်နေ့ ညနေမှ မိမိတို့အိမ်သို့ ပြန်ကြရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဒုတိယ (၁၀)ရက် တရားစခန်းပွဲသို့ ဝင်ခွင့်ရသော ယောဂီများသည်လည်း အထက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

ရက်စုံ၊ ရက်မစုံလများတွင်သာ ပြီးဆုံးပြီး ရက် ညနေ ပိုင်း လဆန်း(၁)ရက်မှ ပြန်ကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဝါတွင်း၌ တရားစခန်းဝင်ခွင့်ရ၊ ယောဂီများသည် မြန်မာ လဆန်း (၅)ရက် (သို့) လဆုတ် (၅) ရက်နေ့ ညနေ (၅)နာရီ မတိုင်မီ၊ အဖွဲ့ချုပ်ရုံးသို့ သတင်းပို့ကြရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အတွင်း ဝါဆိုသံဃာများသာ လက်ခံမည်ဖြစ်ပြီး ကြား စခန်းရက်များတွင် သင်တန်းတရားများ သီးသန့်ဟောပြော ပို့ချ သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

မှတ်ချက်။ ယောဂီများအားလုံး တရားစခန်းစသောနေ့ ရောက်သည့်တိုင် သတင်းမပို့နိုင်သေးသော ယောဂီများကို စာရင်းမှ ပယ်ဖျက်မည် ဖြစ်ပါ သည်။

သင်္ကြန်အထူးတရားစခန်းပွဲ

သင်္ကြန်တရားစခန်းပွဲရက်မှာ နိုင်ငံတော်အစိုးရ ရုံးပိတ် ရက်အတိုင်းဖြစ်သည်။ သင်္ကြန်အထူးတရားစခန်းပွဲ ဝင်ခွင့်ရ သော ယောဂီများသည် တရားစခန်းဝင်ရမည့် ရက်အရောက် မိုးကုတ်ဝိပဿနာအဖွဲ့ချုပ်ရုံးသို့ သတင်းပို့ကြရမည်။ မြန်မာ သင်္ကြန်အတက်နေ့ ညနေ ပြန်ကြရမည်ဖြစ်သည်။

မှတ်ချက်။ တရားစခန်းပွဲတစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကြား ယောဂီ များသည်၊ မိုးကုတ်ဝိပဿနာ အဖွဲ့ချုပ်ရိပ်သာ တွင် ဆက်လက်နေထိုင်ခွင့် မပြုပါ။

တရားစခန်းဝင် ယောဂီများ လိုက်နာရန်စည်းကမ်း

- ၁။ ယောဂီဝတ်စုံ ဝတ်ဆင်ရမည်။ (အင်္ကျီအဖြူ-ယောဂီ ရောင်လုံချည်။)
 - ၂။ ယောဂီအမှတ်စဉ်ကို ရင်ဘတ်တွင် ပေါ်လွင်စွာ တပ်ဆင် ထားရမည်။
 - ၃။ တစ်နေ့ (၈) ကြိမ်၊ အချိန်ပြည့် မိုးကုတ်မှုအတိုင်းသာ တရားအားထုတ်ရမည်။
 - ၄။ တရားနာ၊ တရားထိုင်ချိန်တွင် သူတစ်ပါးအား အနှောင့် အယှက်မဖြစ်စေရန်၊ ယပ်ခတ်ခြင်း၊ တီးတိုးပြောဆိုခြင်း မပြုရပါ။
 - ၅။ မိမိအား နေရာချထားသည့် အမှတ်စဉ်အရ နေထိုင် အားထုတ်ကြရပါမည်။
 - ၆။ သတိပဋ္ဌာန်၊ သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာဖြင့်သာလျှင် အချိန်ပြည့် သွားလာနေထိုင် စားသောက်ရပါမည်။
 - ၇။ နာမကျန်းဖြစ်ပါက အဆောင်မှူးမှတစ်ဆင့် ရုံးခန်းမှ ခွင့်ပြုချက်ယူ၍ အဆောင်အတွင်း၌ နားနေနိုင်ပါသည်။ (စခန်းတစ်ပါတ်လျှင် နှစ်ကြိမ်ထက် မပိုရပါ။)
 - ၈။ စခန်းရက်အတွင်း ခွင့်ပြုချက်မရှိဘဲ အပြင်သို့ မထွက် ရပါ။
 - ၉။ စခန်းပတ်အပြည့် အားထုတ်ရပါမည်။ (နောက်ဆုံးနေ့ ရေစက်ချတရားနာ၍ အမျှပေးဝေပြီးမှသာ ပြန်နိုင်ခွင့် ရှိပါသည်။)
- အထက်ပါ စည်းကမ်းချက်များကို လိုက်နာနိုင်မှသာလျှင် စာရင်းသွင်းကြပါရန် ဖြစ်ပါသည်။

တရားခန့်ဝင်ယောဂီများ နေ့စဉ်အလုပ်ချိန်ဇယား

- ၁။ နံနက် ၄:၀၀ နာရီ အိပ်ယာမှထရန်။
- ၂။ နံနက် ၄:၃၀ နာရီမှ ၅:၃၀ နာရီထိ တရားထိုင်ရန်။
(၄) ကြိမ်တရားနာ၊ (၄) ကြိမ် တရားထိုင်ရန်။
- ၃။ နံနက် ၆:၀၀ နာရီမှ ၇:၀၀ နာရီထိ အရုဏ်ဆွမ်းစားရန်။
- ၄။ နံနက် ၇:၀၀ နာရီမှ ၈:၀၀ နာရီထိ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဆရာ
တော်၏ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို နာယူရန်။
- ၅။ နံနက် ၉:၀၀ နာရီမှ ၁၀:၀၀ နာရီ သီလယူပြီး၊ တရား
ထိုင်ရန်။
- ၆။ နံနက် ၁၀:၀၀ နာရီမှ ၁၂:၃၀ နာရီထိ နံနက်စာစားပြီး
အနားယူရန်။
- ၇။ နေ့လည် ၁၂:၃၀ နာရီမှ ၁:၃၀ နာရီထိ မိုးကုတ်ဆရာတော်
ဘုရားကြီး၏ အသံသွင်းတရားတော်ကို နာ၍ တရား
ထိုင်ရန်။

- ၈။ နေ့လည် ၂:၀၀ နာရီမှ ၃:၀၀ နာရီထိ တရားထိုင်ရန်။
- ၉။ ညနေ ၃:၃၀ နာရီမှ ၄:၃၀ နာရီထိ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယဆရာ
တော်၏ တရားတော်ကိုနာယူရန်။
- ၁၀။ ညနေ ၅:၃၀ နာရီမှ ၆:၃၀ နာရီထိ တရားထိုင်ရန်။
- ၁၁။ ည ၇:၀၀ နာရီမှ ၈:၀၀ နာရီထိ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
အသံသွင်းတရားတော်ကိုနာ၍ တရားထိုင်ရန်။
- ၁၂။ ည ၉:၀၀ နာရီတွင် အဆောင်မီးများပိတ်၍ လုံးဝစကား
မပြောဘဲ အိပ်ရန်။

မှတ်ချက်။ ။ ပေကင်္ဂီသစ်များအတွက်၊ (ည-၈:၀၀) နာရီမှ
(၉:၀၀)နာရီ ထိ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဆရာတော်
ဘုရားက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်သင်တန်း (၅)ရက်
ပို့ချပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

သုတေသနကောင်းရတနာ (၇)ပါး ကိန်းနိုင်ကြပါစေ။

တရားအားမထုတ်မီပြုလုပ်ရန်

ပုဗ္ဗကိစ္စ (၅) ပါး

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ
(သုံးခေါက်ရွတ်ဆိုပါ)

- ၁။ တပည့်တော်တို့၏ ခန္ဓာငါးပါး၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို မြတ်စွာ ဘုရားအား လှူဒါန်းပါ၏အရှင်ဘုရား။
- ၂။ တပည့်တော်တို့သည် မိုက်မဲ တွေဝေခဲ့သည့် အလျောက် ရတနာသုံးပါးနှင့်တကွ မိဘဆရာ၊ ပုဂ္ဂိုလ်သူမြတ်တို့အား ကံသုံးပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးဖြင့် ပြစ်မှားမိခဲ့သည်ရှိသော် ထိုအပြစ်တို့မှ ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ၊ တောင်းပန် ဝန်ချ ကန်တော့ပါ၏အရှင်ဘုရား။
- ၃။ ကိုယ်စောင့်နတ်၊ အိမ်စောင့်နတ်၊ ကျောင်းစောင့်နတ်၊ ဓမ္မာရုံစောင့်နတ်၊ ရွာစောင့်နတ်၊ မြို့စောင့်နတ်၊ သာသနာတော်စောင့်နတ်၊ ကမ္ဘာစောင့်နတ်များနှင့် တကွ ရှိရှိသမျှ သတ္တဝါဟူသမျှတို့သည် အသက်ထက်ဆုံး ဘေးမသီရန်မခ၊ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

- ၄။ ရှေးရှေးဘဝ၊ ယခုဘဝ၊ ပြုပြုသမျှ၊ တပည့်တော်တို့၏
ဒါန၊ သီလ စသော ကုသိုလ်တို့သည်၊ တပည့်တော်တို့
အလိုရှိအပ်သော၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကိုရခြင်း၊ ရောက်
ခြင်း၊ အကျိုးငှာ၊ လျင်မြန်စွာ ကျေးဇူးပြုပါစေ
သတည်း။
- ၅။ “ငါသည် မုချသေရမည်၊ အချိန်ပိုင်းသာလိုတော့
သည်” “အသေမဦးခင် ဉာဏ်ဦးအောင်အားထုတ်ပါ
တော့မည်”။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်း

ကမ္မဋ္ဌာန် မေ ဘန္တေ ဒေထ၊

သံသရာဝဋ်ဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ။

ဘန္တေ=အရှင်မြတ်တို့ဘုရား၊ မေ (အမှာကံ) = တပည့်
တော်တို့အား၊ သံသရာဝဋ်ဒုက္ခတော = သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ၊
မောစနတ္ထာယ = လွတ်မြောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ။ ကမ္မဋ္ဌာန် =
မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ပေါက်၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း၊ အကောင်းဆုံး
ဖြစ်သော၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို ဒေထ = ကရုဏာထား ပေး
သနားတော်မူပါဘုရား။

ကန်တော့ခန်း

(အလွတ်ကျက်ရန်)

ဩကာသ ဩကာသ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊
ဝစီကံ၊ မနောကံ၊ သဗ္ဗဒေါသ ခပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့ကို
ပျောက်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ၊
တစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ်မြောက်အောင်၊ ဘုရား
ရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ၊ ရတနာမြတ်သုံးပါး
တို့နှင့် မိဘဆရာ သမားတို့အား ရိုသေမြတ်နိုး၊ လက်စုံမိုး
၍၊ ရှိခိုးပူဇော်၊ ဖူးမြော်မာန်လျှော့၊ ကန်တော့ပါ၏
အရှင်ဘုရား...။

ကန်တော့ရသော၊ ကောင်းမှုကံ စေတနာတို့
ကြောင့် တပည့်တော်တို့၊ အားထုတ်ဆဲဖြစ်သော
ဝိပဿနာဉာဏ်သည် လျင်မြန်စွာ မဂ်ဉာဏ်သို့ ကျေးဇူး
ပြု၍ နိဗ္ဗာန်သို့ မျက်မှောက်ပြုရပါလိ၏အရှင်ဘုရား...။

ကျေးဇူးတော်ရှင်အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
 မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး
 အမရပူရမြို့၌ ဟောကြားသောတရားတော်
တရားအားထုတ်နည်း
 (၁၈-၉-၅၇) - (၂၀-၉-၅၇)

ထိုင်ပုံထိုင်နည်း

တရားထိုင်တဲ့အခါ ခါးကိုဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ်ထား၊
 ရှေ့လဲမငိုက်နဲ့၊ ဘေးလဲမစောင်းနဲ့၊ ခေါင်းကလဲဘယ်ဘက်မှ
 မစောင်းပါနဲ့၊ ခါးအထက်ပိုင်းကိုယ်ကြီးဟာ ရှေ့နောက် ဘေး
 ယိုင်နေရင်၊ အရိုးအဆစ်တွေ အဆက်ချင်းတည့်တည့်မနေတဲ့
 အတွက် မကြာခင် နာလာလိမ့်မယ်။

ဝေဒနာကိုတွေ့ဖို့ရာထားပါဦး၊ သမာဓိကိုရအောင်
 တောင် မထိုင်နိုင်ဘဲနေမှာစိုးရတယ်၊ ခါးအောက်ပိုင်းကလဲ
 သိပ်တင်းကြပ်ပြီး၊ ခြေထောက်ချင်းဖိမထားရဘူး၊ ဖိထားခဲ့လို့
 ရှိရင် သွေးလွှတ်ကြော၊ သွေးပြန်ကြောတွေကိုက်ခဲလာမယ်။

ဒီတော့ ထိုင်နည်းမမှန်ရင် ဝေဒနာကို တမင်လုပ်ပြီး
 ယူရာကျမယ်၊ ဒီအချက်တွေဟာ တရားထိုင်စယောဂီများ
 အတွက် အရေးကြီးတယ်။

ဝင်လေ ထွက်လေကို မှန်မှန်ရှုရှိုက်ရမယ်၊ သိပ်ပြင်း

ပြင်းထန်ထန်နဲ့ မြန်မြန်ဆန်ဆန် ရှုရှိုက်လိုက်လို့ရှိရင်
ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှင်းဆဲရာကျမယ်

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းအရင်လုပ်ပါ

အာနာပါနဆိုတာ ထွက်လေ ဝင်လေကို ခေါ်တယ်။
ဒီထွက်လေ ဝင်လေကို ရှုရာမှ လေကိုဝအောင်ရှု၊ လျှော့ပြီး
လဲ မရှုရဘူး၊ သိပ်ပြင်းပြင်းထန်ထန်လဲ မရှုရဘူး၊ မှန်မှန်ပဲ
ရှုရရှိက်ရတယ်။

မိမိစိတ်ကို နှာသီးဖျား၊ အထက်နှုတ်ခမ်း၊ ရင်ညွန့်
ကြိုက်ရာ တစ်နေရာရာမှာထားပါ။ သတိနဲ့ကပ်ထားရမယ်။
မလစ်စေရဘူး၊ အာနာပါနရှုရှိုက်တဲ့အခါမှာ နှာသီးဖျားမှာ
ထိတာကို သိနေရမယ်။

သူ့သဘောအတိုင်း ထိတာကို သိနေတဲ့ အာရုံမှ တစ်ပါး
ဘာတစ်ခုမှ အာရုံမပြုရဘူး။

မိမိစိတ်ကလေးကို ရှုတိုင်းရှုတိုင်း သိသိနေတယ်ဆို
တာ၊ သတိကို လက်မလွှတ်လို့သိတာ အဲဒါသမ္မာသတိလို့
ခေါ်တယ်။

အာနာပါနအားထုတ်နေတုန်း၊ စိတ်ဟာ ဘယ်ကိုမှ
မရောက်ဘူး၊ အာရုံဟာ တခြားတစ်ပါးမပြေးတာက သမ္မာ
သမာဓိလို့ခေါ်တယ်၊ စိတ်က ကိုယ်ထားတဲ့နေရာ တည်နေတာ။

သမာဓိအားကောင်းဖို့လိုတယ်

အေး-ဒါဆိုရင် သမာဓိတော့ရပြီ၊ ဒါပေမယ့် ဒီထက် သမာဓိကောင်းကောင်းကြီးရဖို့ အားထုတ်ရန်လိုသေးတယ်။

ထွက်လေဝင်လေ ရှုတဲ့အခါ နှာခေါင်းကပဲရှုရမယ်၊ ပါးစပ်ကမရှုရဘူး၊ နှာခေါင်းကရှုပြန်လဲ ဘယ်ဘက်ကရှုတယ်၊ ညာဘက်ကရှုတယ်လို့ကနေဖို့မလိုဘူး၊ သမာဓိရဖို့ပဲ အရေးကြီးတယ်။

တခြား သမထလမ်းတွေကို လိုက်စရာမလိုဘူး၊ သမာဓိရဖို့ပဲ အရေးကြီးတယ်။

ရှုတာသိ၊ ရှိုက်တာသိရမယ်

နှာခေါင်းကရှုရင် ရှုတာသိရမယ်၊ ရှိုက်ရင် ရှိုက်တာ သိရမယ်၊ ပထမ အာနာပါနအားထုတ်ခိုင်းစဉ်က နှာသီးဖျား၊ ရင်ညွန့် ကြိုက်ရာတစ်ခုခု အရှုခိုင်းတယ်။

အခုတစ်ခါ အားထုတ်ရမှာက နှာသီးဖျားမှာ သတိ ကပ်ထားပြီး၊ လွှဲဆွဲသမားသည် မှတ်သားထားသော မျဉ်းကြိုး နှင့် လွှဲ၏အသွားထိတိုင်းထိတိုင်း သိနေရသလို၊ နှာသီးဖျားမှာ ထွက်လေ၊ ဝင်လေ ထိတိုင်း ထိတိုင်း သိရမယ်။

ဒီလိုအားထုတ်ပြီး အသိလိုက်သွားရင် အာရုံတခြား ထွက်မသွားဘဲ သမာဓိကောင်းကောင်းကြီးရနိုင်တယ်။

နောက်အလေ့အကျင့် ကောင်းကောင်းရသွားရင် (၁၅) မိနစ်လောက်နဲ့ သမာဓိထူထောင်နိုင်ရမယ်။

သမာဓိကောင်းကောင်းရအောင် အားထုတ်တဲ့နေရာမှာ ကိုယ့်စိတ်ကိုနိုင်အောင် ဒီလိုဆုံးမကြ၊ ငါ့ဥပမာလေး ပြမယ်။

နွားရိုင်းကိုဆုံးမသလို

နွားကျောင်းသားဟာ နွားရိုင်းကိုဆုံးမချင်ရင်း ချည်တိုင်ကို ခိုင်ခိုင်စိုက်ပါ။ နွားရိုင်းကို နဖားကြိုးတပ်ပြီး ချည်တိုင်မှာ မြဲမြဲချည်ပြီး ဆုံးမရတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံတွေကိုလဲ နွားရိုင်းနဲ့တူတဲ့စိတ်ရိုင်းကို ကြိုးနဲ့တူတဲ့ သတိတရားဖြင့် ချည်တိုင်မှာ တင်းတင်းကြပ်ကြပ် ချည်ပြီးဆုံးမရမယ်။ စိတ်ကိုဒီအတိုင်းဆုံးမ၊ ဆုံးမတတ်ပြီလား (ဆုံးမတတ်ပါပြီ)။

ကဲကွာ... နောက်တစ်မျိုးထပ်ပြီး ပြောရဦးမယ်။ အပေါက်ခြောက်ပေါက်ရှိတဲ့ တောင်ပို့ကြီးမှာရှိတဲ့ 'ဖွတ်' သတ္တဝါတစ်ကောင်ကို အမိဖမ်းချင်ရင် အပေါက်ငါးပေါက်ကို လုံအောင် ပိတ်လိုက်ပါ။

ကျန်နေတဲ့တစ်ပေါက်ကနေပြီး စောင့်ဖမ်းရင် ဒီဖွတ်ကို အမှန်ပင်မိသလို မိမိရဲ့နား၊ မျက်စိ၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်အစရှိတဲ့ ငါးပေါက်ကိုပိတ်ပြီး ကျန်တဲ့မနောဆိုတဲ့အပေါက်က စောင့်ဖမ်းရင် ဖွတ်နဲ့တူတဲ့စိတ်ကို မိရောပေါ့။ ရှင်းပြီလား... (ရှင်းပါပြီ)။

ဝီရိယလိုတတ်တယ်

သမာဓိထူထောင်တဲ့အခါမှာလဲ တစ်ခါတလေ ဝီရိယလိုတတ်တယ်။ ဝီရိယလိုရင် အိပ်ချင်လာတယ်။ ငိုက်လာတယ်။ အဲဒီအခါမှ ထိုင်တဲ့ဣရိယာပုထ်ကိုဖျက်ပြီး လမ်းလျှောက်ရင်း အားထုတ်ရတယ်။

ဒါကို မြဲမြဲမှတ်ထားပါ။ သတိသာလွန်တယ်လို့မရှိတာ၊ သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ သမာဓိ၊ ဝီရိယ ဆိုတာကို ညီတူတစ်ပြိုင်တည်း လွှတ်ရမယ်။

တစ်ပြိုင်တည်း တညီတည်း ဖြစ်အောင် အားမထုတ်နိုင်ရင် ဥဒ္ဓစ္စဖြစ်ဖြစ်၊ ထိနမိဒ္ဓဖြစ်ဖြစ်၊ တစ်ခုခုတော့ ဝင်မှာပဲ။

အခုအားထုတ်ခိုင်းတာက၊ ခဏိကသမာဓိ ရရုံခိုင်းတာ၊ အခြားဘာနဲ့မှ မရောစေနဲ့ဦး။

ဒါမှ သမာဓိအားကောင်းလာမှာ၊ စောစောက ပြောသလို သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ သမာဓိ၊ ဝီရိယတို့ကို အပိုအလိုမရှိ

ရအောင် မလျှော့မတင်း စောင်းကြိုးညှင်းသလို အားထုတ်ရမယ်။

လူသစ်တွေအတွက်ပြောနေရတာ

တစ်ကြိမ်တစ်ခါမှ အားမထုတ်ဘူးသေးတဲ့ လူတွေအတွက် ဒါလောက်အချိန်ကုန်ခံပြီး ပြောပြနေရတာ၊ ဒီအာနာပါနဲ့ ထွက်လေ၊ ဝင်လေ ရှုရိုက်ပြီး အားထုတ်ရတာ ဘာခက်တာလို့လဲ၊ သမာဓိကောင်းကောင်းရအောင် အားထုတ်လိုက်ကြရင်ပြီးတာပဲ။

သမာဓိကလေးအတော်အတန် ထူထောင်ပြီးရင် ဒီတစ်ခါ ဝိပဿနာကိုရှုရမယ်။

ပထမမှာတော့ သမာဓိအား ကောင်းအောင် ထူထောင်ရမယ်၊ သမာဓိရလောက်ရင် ဝိပဿနာဘက် ပြောင်းပြီးရှုရမယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာ

ဝိပဿနာဆိုတာက ပညာလမ်းကိုစိတ်ညွှတ်ပြီး ရုပ်နာမ်လက္ခဏာဖြစ်ပေါ်လာတာတွေကို ဆွင်ခြင်တာပါပဲ။

ယခုလက်ရှိခန္ဓာကြီးဟာ ပဋိသန္ဓေမှစပြီးသေသည့်တိုင်အောင် မပြတ်မစဲ ထင်တလဲလဲဖြစ်ပျက်နေကြတယ်။

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ လက္ခဏာရေးသုံးပါးတို့သ-
မုချဇကန်ဖြစ်ပျက်နေကြတာပါလားလို့ သိမြင်ရမယ်။

ရုပ်နာမ်တွေဟာဖြစ်လိုက် ချုပ်လိုက်၊ ဖြစ်လိုက် ချုပ်
လိုက်တွေမြင်လာတဲ့အခါ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ရောက်တယ်လို့
သိရမယ် ဒါတွေကို သေသေချာချာ နားလည်မှ ရှင်းမှ တရား
ထိုင်တဲ့အခါ ခရီးရောက်မှာပါ။

အသိဉာဏ်နဲ့ ဒီလိုရှင်းမထားရင် ခရီးရောက်မှာ
မဟုတ်ဘူး၊ အဲဒီတော့ ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာကို ထပ်ပြီး ပယ်ပေးရဦး
မယ်။

ဒိဋ္ဌိအရင်ပယ်ရမယ်

သောတာပန်ဖြစ်ချင်လို့ရှိရင် ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာကိုအရင်
ပယ်ရမယ်။

ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာဆိုတာ ဘယ်မှာကပ်နေတာလဲဆိုတော့
ခန္ဓာငါးပါးမှာ ကပ်နေတယ်၊ ငြိနေတယ်။

အဲဒီတော့ ခန္ဓာငါးပါးက ဘယ်ကဖြစ်လာတာလဲ၊
ဘယ်လိုလုပ်ပြီးဖြစ်ပျက်နေတာလဲဆိုတာ မသိလို့ရှိရင်၊ ခုနက
ပြောတဲ့ ကပ်နေတာ တွယ်နေတာ ငြိနေတာ ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာ
ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ မခွာနိုင်ဘူး၊ မပယ်နိုင်ဘူး။

ခန္ဓာငါးပါးဆိုတာ စာသံပါတာပါ။ တွေ့ဘူးလို့ ဖတ်

ဘူးလို့၊ ဆရာသမားပြောတာကြားဘူးလို့၊ ရူပက္ခန္ဓာ၊ ဝေဒနာ
က္ခန္ဓာ၊ သညာက္ခန္ဓာ၊ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၊ ဝိညာဏက္ခန္ဓာလို့ မင်းတို့
သိကြရတာ။

ခန္ဓာရဲ့ဖြစ်ကြောင်းချုပ်ကြောင်းသိရမယ်

အဲဒီတော့ ဒီခန္ဓာရဲ့ဖြစ်ကြောင်း၊ ချုပ်ကြောင်းကို မသိ
ခဲ့လို့ရှိရင် ခန္ဓာငါးပါးကို မင်းတို့ ဘယ်လိုပဲ သိနေပေမယ့်
ဒိဋ္ဌိက ကပ်ဦးမှာပဲ။

အဲဒါကြောင့် ခန္ဓာငါးပါးကို သိချင်လို့ရှိရင် ပဋိစ္စ
သမုပ္ပါဒ်ကို အရင်သိအောင် လုပ်၊ အဲဒါကြောင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်
အရင်ပြရလိမ့်မယ်။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စက်ဝိုင်း ဒေသနာကို
ရှေ့မှာထားပြီးကြည့်ကြ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စက်ဝိုင်းဒေသနာကြည့်

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဆိုတာ ခန္ဓာကြီးထဲမှာပေါ်နေတဲ့ ပဋိစ္စ
သမုပ္ပါဒ်ကို နားလည်မှ သဘောပေါက်မယ်၊ ရှင်းပြီလား . . .
(ရှင်းပါပြီ)။

ပုံစံကိုကြည့် ခန္ဓာငါးပါးဖြစ်ကြောင်း ချုပ်ကြောင်းကို
ပြရမယ်။ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ၊ သင်္ခါရာ၊ ဟိုအတိတ်ဘဝက

လုပ်လိုက်တဲ့ အဝိဇ္ဇာ သင်္ခါရတွေကြောင့် သင်္ခါရပစ္စယာ
ဝိညာဏံ၊ ဒီဘဝ ဒီခန္ဓာကြီးဖြစ်လာရတယ်ဆိုတာသိပြီလား
(သိပါပြီဘုရား)။

ဒါတွေဟာ လွန်ခဲ့ပြီးသားကိစ္စတွေမို့လို့ မင်းတို့နဲ့
မဆိုင်တော့ဘူး။ အတိတ်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မို့ မဆိုင်တော့ဘူးပေါ့။
နောက်ဖြစ်မည့် အနာဂတ်ကိုလဲ မရောက်သေးလို့ မင်းတို့နဲ့
မဆိုင်ဘူး။

ပစ္စုပ္ပန်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့သာဆိုင်တယ်

အရေးကြီးတာက အခုပစ္စုပ္ပန်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို နား
လည်ဖို့ပဲ။ နားလည်ရဲ့လား . . . (နားလည်ပါတယ်)
ဘယ်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်က မင်းတို့နဲ့ဆိုင်သလဲ (ပစ္စုပ္ပန်ပဋိစ္စ
သမုပ္ပါဒ်ပါဘုရား)။

အတိတ်ကော . . . (မဆိုင်ပါဘုရား) အနာဂတ်
ကော (မဆိုင်ပါဘုရား)။ ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာက ဘယ်မှာကပ်သလဲ
(ခန္ဓာငါးပါးမှာကပ်ပါတယ်ဘုရား)။ အေးခန္ဓာငါးပါးမှာ ကပ်
တယ်။

ငါဆိုတဲ့ဒိဋ္ဌိဘယ်မှာခိုနေသလဲ

ဒါဘယ်သူ့ဆံပင်လဲဆိုရင် ငါ့ဆံပင်လို့ဖြေမှာပဲ။ ဆံပင်

ဆိုတဲ့ ရူပက္ခန္ဓာမှာ သွားခိုတယ်။ ငါလက်ဖက်ရေသောက်
လို့ ကောင်းလိုက်တာဆိုရင် ဝေဒနာက္ခန္ဓာမှာ သွားခိုတယ်။

ဒီစာကြောင်းလေးငါရေးထားတယ်၊ ငါမှတ်ထား
တယ်ဆိုရင် သညာ သညာက္ခန္ဓာမှာ သွားပြီးခိုတယ်၊ ငါ
ရက္ကန်းခတ်တာရှာမှ ရှားဆိုတာ သင်္ခါရက္ခန္ဓာမှာ ငါသွားခိုတာ၊
ငါစိတ် မစမ်းနဲ့ဆိုတာ ဝိညာဏက္ခန္ဓာမှာ ငါသွားခိုတယ်၊
ဒါတွေဟာ ခိုစရာကပ်စရာဌာနဆိုတာ သဘောကျပြီလား
... (ကျပါပြီဘုရား)။

သဘောကျရင် ခန္ဓာနဲ့ ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာခွာရလိမ့်မယ်၊ စာ
အနေကတော့ ရုပ်နာမ်ကွဲရင် ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာကွာတယ်လို့ ရေး
ကြလိမ့်မယ်၊ တစ်ဆင့်ကျန်နေသေးတယ်။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဖြစ်ကြောင်းကိုလဲ နားလည်မှ ပဋိစ္စ
သမုပ္ပါဒ်ချုပ်ကြောင်းကိုလဲ နားလည်မှ ဒိဋ္ဌိရော ဝိစိကိစ္ဆရော
ကွာမယ်။

ခန္ဓာဖြစ်ကြောင်း မသိရင် ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာကပ်မယ်၊ ခန္ဓာ
ဖြစ်ကြောင်းသိရင် ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာသေမယ်။

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ရှုပါ

အလုပ်ခွင်ဝင်ရမည့်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်က ပစ္စုပ္ပန်ပဋိစ္စ
သမုပ္ပါဒ်ပဲ၊ ဒီနေ့တစ်နေ့လုံးကိုဆိုတာ မဟုတ်ဘူး၊ ခုပြင်ကဲ့

အခိုက်၊ ကြားတဲ့အခိုက်၊ ပေါ်တဲ့ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ခုတရားထိုင်
မည့်အချိန်မှာ ပစ္စုပ္ပန်တည်တည်ရှုဖို့ရာအရေးကြီးတယ်။

အသက်ငယ်ငယ်တုန်းကလဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဒီရုပ်၊
ဒီရည်ပဲ၊ ခုကြီးလာတော့လဲ ဒီရုပ်ရည်ပဲ၊ ရုပ်မကျဘူးလို့ဆိုလို့
ရှိရင် သဿတဒိဋ္ဌိဖြစ်နေတယ် (ခိုင်မြဲတဲ့သဘော)။

အဲဒီလို ဆက်ပြီးတည်တယ်လို့လဲမယူရဘူး။

ငါပိုက်ဆံများများရမယ်ဆိုရင် ဘယ်အရပ်ဖြစ်ဖြစ်
ဘာအလုပ်ဖြစ်ဖြစ်သွားရဲပါတယ်၊ လုပ်ရဲပါတယ်၊ သေလဲပြီး
တာပဲ၊ သေရဲပါတယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ ဖြစ်နေတယ်
(ပြတ်တဲ့သဘော)။

အဲဒီလိုအပြတ်မယူရဘူး၊ နားလည်ရဲ့လား (နားလည်
ပါတယ်ဘုရား)။ ဒီလောက်ဆိုရင် တော်လောက်ပါပြီ၊
ဆိတ်ငြိမ် တဲ့ နေရာသွားပြီး အားထုတ်လို့ရပြီပေါ့။

ပထမတော့ သမာဓိကောင်းကောင်းရအောင် အား
ထုတ်ပါ။

ခန္ဓာကိုယ်ကို တည်တည်ထိုင်ပါ၊ ထွက်လေဝင်လေ
ကို မှန်မှန်ရှုပါ၊ ဝင်လိုက်တာလဲသိ၊ ထွက်လိုက်တာလဲသိပေး
ပါ၊ သမာဓိအားကောင်းလာလိမ့်မယ်။

အဲဒီအချိန်မှာဝိရိယကိုလဲ အလျှော့မပေးရဘူး၊
သတိနဲ့ပညာလဲတပါတည်းကပ်လိုက်ပါ။

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ဖောက်ပြန်ပြီးဝေဒနာတွေပေါ်
လာလိမ့်မယ်၊ ပေါ်လာတာတွေကိုသိလိုက်ပါ။ ဒီလိုသိနေတဲ့
ကြားထဲကအသံတစ်ခုခုကြားလိုက်ရင်လဲ ကြားလိုက်ပြန်ပြီ
လို့သိလိုက်ပါ။ နားလည်ပြီလား . . . (နားလည်ပါပြီဘုရား)။

တစ်ခါတရံ သမာဒိအားကောင်းလာရင် အလင်း
ရောင်တွေလဲမြင်ရတယ်၊ ဒါတွေဂရုမစိုက်ပါနဲ့၊

ဒီလိုသမာဓိရလာရင် ပညတ်နိမိတ်အာရုံအမျိုးမျိုး၊
ပရမတ်နိမိတ်အမျိုးမျိုးတွေမြင်ရမယ်၊ ဒါတွေကိုဆက်မလိုက်
နဲ့။ အာနာပါနုလုပ်ပြီးသမာဓိအားကောင်းလာတဲ့ယောဂီဟာ
ငါ၊ သူ၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ မဟုတ်ဘူးလို့ သတိနှင့်ယှဉ်ပါ။

ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး၊ ခန္ဓာငါးပါးဆိုတာလဲသိနေရမယ်
ဒီလိုသိပြီးရင်သတိနဲ့ယှဉ်တဲ့စိတ်ဟာ၊ နာမ်ပါလားလို့သေ
သေချာချာထပ်ပြီးသိရမယ်။

ဒီနာမ်ရဲ့မိရာဟာ ဟဒယဝတ္ထု၊ နှလုံးအိမ်ပဲ၊ အာနာပါ
နု အလုပ်တရားထိုင်နေတာကရုပ်ပဲလို့ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာထပ်
ပြီးသိလာလိမ့်မယ်။

ဒီလိုရုပ်နာမ်နှစ်ပါး ပိုင်းခြားပြီးရင်၊ ရုပ်ဟာ- ရူပက္ခန္ဓာ
အသိစိတ်ဟာ- ဝိညာဏက္ခန္ဓာ။ အသိစိတ်နဲ့ယှဉ်တဲ့ဝေဒနာ
ဟာ- ဝေဒနာက္ခန္ဓာ

သညာကတော့သညာက္ခန္ဓာ၊ ဝေဒနာသညာကြွင်း

တဲ့သေစေတနာ စတဲ့စေတသိက်(၅၀)ကတော့ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ လို့ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိရလိမ့်မယ်။

အခုဟောခဲ့တာတွေနားလည်ကြရဲ့လား . . . ၊
နောက်ထပ်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့လဲ အကြောင်းအကျိုးခွဲပြီး ဒိဋ္ဌိခွာ
ရဦးမယ်၊ ဒီလိုသိမှအရင်ပေးပြီးမှ အလုပ်တရားကိုပေးလို့ဖြစ်
မယ်။

ဒီလိုခန္ဓာငါးပါးပိုင်းခြားသိမြင်ပြီးရင်၊ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကို
ဖြစ်စေ ဓာတ်တဲ့ရှေးကဖြစ်ပြီးခဲ့တဲ့ အဝိဇ္ဇာတဏှာတို့က၊
အကြောင်းတရား၊ ဒီရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေက၊ အကျိုးတရားလို့အ
ကြမ်းအားဖြင့်သိမြင်ရမယ်။

စိတ်ကိုအဓိပတိသုံးပါးထားရမယ်

(၂၄-၁၁-၆၁)

စိတ်နေစိတ်ထားသဘောသွားက ဘယ်လိုထားရမှာ
တုံးလို့ဆိုတော့ ဘုရားသခင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက အဓိပတိ
သုံးပါးဟောခဲ့တယ်။

၁။ အတ္တာအဓိပတိဆိုတာ မိမိကိုအကြီးအမှူးထားရ
မယ်။

၂။ လောကာအဓိပတိဆိုတာ လောကကြီးကိုအဓိပတိ
ထားရမယ်။

စိတ်ကိုအဓိပတိသုံးပါးထားရမယ်

(၂၄-၁၁-၆၁)

စိတ်နေစိတ်ထားသဘောသွားက ဘယ်လိုထားရမှာ
တုံးလို့ဆိုတော့ ဘုရားသခင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးကအဓိပတိ
သုံးပါးဟောခဲ့တယ်။

၁။ အတ္တာအဓိပတိဆိုတာ မိမိကိုအကြီးအမှူး
ထားရမယ်။

၂။ လောကအဓိပတိဆိုတာ လောကကြီးကို
အဓိပတိထားရမယ်။

၃။ ဓမ္မာအဓိပတိဆိုတာက ဘုရားဟောထားတဲ့
တရားတော်ကို အဓိပတိထားပြီး ကြိုးစားရမယ်လို့မှတ်ရမယ်။

အတ္တာအဓိပတိ

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုအကြီးအမှူးထားပြီး ကြိုးစားရမယ်ဆို
တာက ငါတရားအားထုတ်တာသည် စားစရာမရှိလို့ တရား
အားထုတ်တာလဲမဟုတ်ဘူး၊ ဝတ်စရာမရှိလို့ တရားအား
ထုတ်တာလဲမဟုတ်ဘူး၊ နေစရာ ထိုင်စရာမရှိလို့ တရား

အားထုတ်တာလဲမဟုတ်ဘူး၊ ဆေးဝါးအလိုရှိ လို့တရား
အားထုတ်တာလဲမဟုတ်ဘူး၊

အန္တရာယ်ကင်းအောင်လို့တရားအားထုတ်တာလဲ
မဟုတ်ဘူး၊ တိုတိုပြောတော့ ပစ္စည်းလေးပါးရလိုလို့ တရား
အားထုတ်တာမဟုတ်ဘူး ကျော်ဇောလိုလို့ တရားအားထုတ်
တာမဟုတ်ဘူး၊

မိမိသည် အိုဘေးနာဘေးရောထွေးနေတဲ့ သံသရာ
ကြီးထဲမှ လွတ်မြောက်ခြင်းကို ငါအလိုရှိတယ်လို့ မိမိကိုယ်
ကိုမြှောက်တင်လိုက်ပါ၊ အကြီးအမှူးထားလိုက်ပါ။

လောကအဓိပတိ

လောကကြီးအဓိပတိထားရမယ်ဆိုတာက တရား
အားထုတ်နေရင်းမကောင်းတဲ့စိတ်ရိုင်းတွေဝင်လာလို့ကိုယ့်ကိုယ်
ကိုဆုံးမရမယ်၊ မင်းကိုတရားအားထုတ်နေတယ်လို့ အများက
ထင်ကြတယ်၊ မင်းစိတ်ထဲမှာက တရားတွေမပေါ်ပဲနဲ့ဘာမ
ဟုတ်တဲ့စိတ်တွေဝင်လာနေတယ်။

မင်းကို မင်းကိုယ်စောင့်နတ်ကသိတယ်၊ မင်းမရှက်ဘူးလား၊ ဟန်ဆောင်နေတာကို၊ မင်းကျောင်းစောင့်နတ်တွေကလဲ သိတယ်၊ ဆရာသမားတွေလဲသိတယ် မရှက်ဘူးလားလို့၊ သတ္တလောကကိုအဓိပတိထားလိုက်ပါ။

ဓမ္မာအဓိပတိ

တရားဓမ္မကို အဓိပတိထားရမယ်ဆိုတာကတော့ ဘုရားဟောတဲ့တရားတော်က နိဗ္ဗာန်ရောက်အောင်ပို့တဲ့ တရားလို့ဟောထားတယ်၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်တဲ့အလုပ်ပဲလုပ်ရ မယ်အားထုတ်ရမယ်၊

မင်းဟာကတရားအားထုတ်ရင်းလောဘ၊ဒေါသ၊ မောဟတွေ၊ ကုဿာမစ္ဆရိယတွေ၊ ဝိတက်တွေနဲ့ ဘုရားတရား တော်ကို ဖျက်နေတယ်၊

ကမ္ဘာတစ်သိန်းပါရမီဖြည့်ပြီးဆည်းပူးခဲ့တဲ့ တရားကို မင်းလိုလူစားက မလုပ်တဲ့အပြင် ဖျက်နေသေးတယ်လို့ ကိုယ့် ကိုယ်ကိုဆုံးမရမယ်၊ တရားဓမ္မကိုအဓိပတိထားလိုက်ပါ။

ကျေးဇူးတော်ရှင်အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
 မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး
 အမရပူရမြို့၌ ဟောကြားသောတရားတော်
“ ဝိပဿနာလင်္ကာတွေ့လုပ်နည်း ”
 (လူသစ်များအတွက်)
 (၁၅-၁၀-၅၅)

ဒကာ-ဒကာမတို့ ဒီနေ့တော့ လူသစ်တွေတရားနာ
 ကြ တရားအားထုတ်ကြလို့ ဝိပဿနာလင်္ကာတွေ့လုပ်နည်းကို
 စ၊ ပြီးဟောရလိမ့်မယ်။

ဝိပဿနာ အလုပ်ကိုစတော့မည်ဆိုရင် မိမိစိတ်ကို
 အဓိပတိသုံးပါးထားရမယ်။ တရားထိုင်တဲ့အခါမှာ ငြိမ်သက်
 တဲ့နေရာမှာ ထိုင်ရမယ်။ ဆိတ်ငြိမ်ပြီးအနှောင့်အယှက် မရှိတဲ့
 နေရာဟာ တောအရပ်ပါပဲ။

ဘုရားကိုရှိခိုးကန်တော့ပါ။ မိမိခန္ဓာကိုယ်ကိုတရားမ
 ထိုင်မီ ဘုရားကိုလှူထားပါ။ သမ္မာပေပနတ်ကောင်းနတ်မြတ်
 များကို အမျှဝေပါ။

ခန္ဓာကိုယ်ထားပုံထားနည်းကတော့ အချိန်ကြာကြာ
 တရားအားထုတ်နိုင်အောင် တည့်တည့်မတ်မတ် ထိုင်ပါ။

ထွက်သက် ဝင်သက်၊ အာနာပါနကို စိတ်တည်ငြိမ်
ပြီး သမာဓိရအောင်လုပ်ပါ ဝင်လေလဲသိ၊ ထွက်လေလဲသိပြီး
ငါစွဲ မစွဲပါစေနှင့်။

အဲဒီလိုထွက်လေဝင်လေကို သိသိပြီးနေတာကြာလာ
ရင်၊ သမာဓိလဲအားကောင်းလာမယ်၊ အဲဒီသမာဓိအား
ကောင်းလာတဲ့အချိန်မှာ ဝီရိယကိုအလျှော့မပေးပဲသတိနှင့်
ပညာကို ကပ်ပြီးလိုက်ပါ။

တရားထိုင်ရတာကြာလာတော့ ရုပ်တွေကဖောက်ပြန်
လာပြီး ဝေဒနာပေါ်လာတယ်၊ တောင့်လာတာ၊ ညောင်းလာ
တာ ကိုဉာဏ်ကသိလာတယ်၊

ညောင်းတာရယ်၊ ညောင်းမှန်းသိတာရယ်၊ အဲဒီ
နှစ်ခုကို ဖြစ်ပြီးပျက်သွားတာပဲလို့သိလိုက်ပါ။

ချုပ်ပျောက်သွားပြီ လို့ဉာဏ်ကသိပါ

အဲဒီလိုသိလိုက်တဲ့စိတ်တစ်ချက်မှာ ညောင်းတဲ့ရုပ်နဲ့
ညောင်းတဲ့စိတ်မရှိတော့လို့၊ ချုပ်ပျောက်သွားကုန်ပြီလို့
နောက် ဉာဏ်ကသိလိုက်ပါ။

ညောင်းတာတောင့်တာပြုပြင်ပြီးမပေးသမျှ ညောင်း
ဓါတ်တွေတစ်ခုပြီးတစ်ခုဖြစ်ပြီးပျက်၊ ဖြစ်ပြီးပျက်နေဦးမှာ
ဖြစ်လို့ ခြေကလေးဆန့်ချင်တဲ့စိတ်၊ ပြောင်းချင်၊ ရွှေ့ချင်တဲ့
စိတ်ပေါ်လာလိမ့်မယ်။

အဲဒီအခါ မိမိဉာဏ်က ဆန့်ချင်ကွေးချင်ပြန်ပြီ၊
ပြောင်းချင်၊ ရွှေ့ချင်ပြန်ပြီလို့သိလိုက်ပါ။

သိလိုက်တဲ့တစ်ချက်တည်းမှာ ဒီလိုဆန့်ချင်ကွေးချင်
ပြောင်းချင်တဲ့ရုပ်နာမ်တွေမရှိတော့ပြီလို့ ထပ်သိလိုက်ပါ။
အဲဒီလိုသိနေတုံး၊ ကြားထဲကဖြတ်ပြီး အသံတစ်ခု ကြားလိုက်
ရင်လဲ ကြားပြန်ပြီလို့သိပါ။

အဲဒီလိုခန္ဓာငါးပါးမှာ တစ်ခုခုပေါ်လာတိုင်း ပေါ်လာ
တိုင်းသိပြီး ဖြစ်ပြီး ပျက်သွား၊ ပျောက်သွားပါကလားလို့ သိ
ရမယ်၊ အဲဒီလိုအသိတရားတွေ ကျနေရာက စိပ်သည်ထက်
စိပ်ပြီးလာတာတွေကိုဉာဏ်နဲ့မှတ်ပါ။

တဖြည်းဖြည်း ရုပ်နာမ်တရားတွေ တစ်ခုပြီးတစ်ခု
ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတာတွေကို သတိနှင့်စိုက်ကြည့်ရင်တွေ့ရ
လိမ့်မယ်။

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလို့ပါဠိလိုရွက်မနေနဲ့တော့၊
ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားပါလားလို့ တစ်ခုတည်းကိုသာ သတိနှင့်
စိုက်ပြီးကြည့်နေရင်၊ ဆင်းရဲတဲ့သဘော၊ အစိုးမရတဲ့သဘော
တွေကို ပိုပြီးထင်မြင်လာလိမ့်မယ်။

ဒီလိုမိမိတို့ခန္ဓာကိုယ်မှာ ပေါ်တိုင်းပေါ်တိုင်းဖြစ်ပျက်
တွေ ရှုကြည့်။ နိဗ္ဗာန်များလာတဲ့အခါ မိမိရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို
ရှုံ့မှန်းလာတော့တာပဲ။

အဲဒီအခါမှာ မိမိခန္ဓာကိုယ်ကိုစွန့်လွှတ်ချင်တဲ့

စိတ်ဖြစ်လာမယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်ရှိရင် ဒီလိုဖြစ်ဒုက္ခပျက်ဒုက္ခနှင့်
မကင်းနိုင်ပဲ၊ အိုနာသေဆိုတဲ့ဒုက္ခသစ္စာနှင့်တွေ့ကြရဦးမှာ
မို့လို့ကြောက်ရွံ့ပြီး မိမိခန္ဓာကိုယ်ကိုပဲ ရွံ့မုန်းလာမယ်။

ယခုဘဝ မဂ်ဖိုလ်ရနိုင်တယ်

ဖြစ်ပျက်ကိုရှုပါများလာရင်လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ
သုံးပါးစလုံး တဖြည်းဖြည်းခေါင်းပါးပြီး နောက်ဆုံးလွင့်
ပျောက်သွားမယ်၊ ခန်းခြောက်သွားအောင်၊ ဖြစ်ပျက်ဆုံး
အောင်ပွားများအား ထုတ်ဖန်များရင် ယခုဘဝမှာပင် မဂ်ဖိုလ်
ကိုရနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်ကြိုးစားပြီး မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို ဖြစ်ပျက်ရှုကြ
ပေတော့၊ ဖြစ်ပြီးပျက်တဲ့သဘောမှတစ်ပါး၊ ဘာမှမရှိဘူး
ဆိုတာတွေ့ရလိမ့်မယ်၊ အဲဒီလိုရှုဖန်များလာရင် ဤကားရုပ်၊
ဤကားနာမ်လို့ ပိုင်းခြားသိလာတော့ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်
ရလာမယ်၊

နာမ်ရုပ်တို့၏ ဖြစ်ပေါ်ရင်းအကြောင်းတရားတို့ကို
ဆင်ခြင်ပြီး ဒီနာမ်ရုပ်ဟာအဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံ ဆိုတဲ့
အကြောင်းတရားလေးပါးကြောင့်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးတရား
ပါကလား၊ အကြောင်းလဲဖြစ်ပျက် အကျိုးလဲဖြစ်ပျက်ပဲလို့
ရှေးအတိတ်ဘဝက အဝိဇ္ဇာတဏှာ ဥပါဒါန်ကံတို့ကို ရှာမှီး
သိမ်းဆည်း နိုင်သောပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ရလာမယ်။

ယထာဘူတဉာဏ်

နောက်ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပြီးပျက်လတ္တံ့ဖြစ်ဆဲတို့ကို အတိတ်ပစ္စုပ္ပန် အနာဂတ်ဆိုတဲ့ကံလသုံးပါးကို ပိုင်းခြား၍ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟူသော လက္ခဏာရေးသုံးပါးဖြင့် ဆင်ခြင်သုံးသပ်ခြင်းတည်းဟူသော သမ္မသနဉာဏ်အဆင့်သို့ ရောက်လာမယ်။

နောက်ယခုဖြစ်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်တို့၏ ခဏမစဲတသဲသဲဖြစ်ပျက်နေမှုကိုရှုခြင်းဆိုတဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ပေါ်လာမယ်။ နောက်ရှုဖန်များလာရင် အပျက်ကိုသာ သိမြင် လာတဲ့ ဘင်္ဂဉာဏ်ပေါ်လာမယ်။

နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်

ဤကဲ့သို့ရှုဖန်များလာလျှင် ရုပ်နာမ်တို့၏ပျက်မှု ချုပ်မှုကိုသာမြင်လာသဖြင့် ကြောက်ဖွယ်သော ဘေးကြီး ဟုထင်လာသော၊ ဘယဉာဏ်ပေါ်ပေါက်လာမယ်။

နောက်ရုပ်နာမ်တို့၏ ချုပ်ပျောက်မှုစသော အပြစ် တွေ ကို ထင်မြင်လာသော အာဒိနဝဉာဏ်ရလာမယ်။ နောက်မိမိခန္ဓာ ကိုယ်တည်းဟူသော ရုပ်နာမ်တို့ကို ပြီးငွေ့ စိတ်ပျက်၊ မနှစ်သက်သော နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ဖြစ်လာမယ်။

မဂ်ဉာဏ်

မိမိခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့မှ လွတ်ခြင်းငှါ အလိုရှိတဲ့မုဗ္ဗိတုကမ္မတာဉာဏ်ရောက်လာမယ်။

ထိုမှတဆင့်ရုပ်နာမ်တွေ၏ မမြဲမှုဆင်းရဲမှုအစိုးမရမှု တွေကို အပြင်းအထန်အားထုတ်မှုကြောင့် အလွန် ထင်မြင် လာတဲ့ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ရောက်လာမယ်။

နောက်ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့ကို မချစ်မမုန်းပဲ လျစ် လျူရှု သောသင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်ပေါ်လာတယ်။

နောက်ပြီးရှေ့ဉာဏ်နောက်ဉာဏ်ကို လက္ခဏာရေး သုံးပါးဖြင့် အနုလုံပဋိလုံရှုပွားတဲ့အခါမှာ နှစ်ဉာဏ်လုံး သင့်လျော်တဲ့ အနုလောမဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာမယ်။

နောက်ပုထုဇဉ်တို့၏ အနွယ်ကိုဖြတ်၍ အရိယာတို့၏ အနွယ်ကိုဖြစ်စေသော ဂေါတြဘူဉာဏ်ပေါ်လာမယ်။

နောက်သဥပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ကို သိမြင်သော မဂ် ဉာဏ်နှင့် မရှေးမနှောင်း သဥပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်၏ အရသာ၊ နိဗ္ဗာန်၏ အကျိုးကိုခံစားသော ဖိုလ်ဉာဏ်ပေါ်လာတယ်။

ပစ္စဝေက္ခဏဉာဏ်

နောက်မဂ်ကို ဆင်ခြင်ခြင်း၊ ဖိုလ်ကိုဆင်ခြင်ခြင်း၊ နိဗ္ဗာန်ကိုဆင်ခြင်ခြင်း၊ ဖယ်ပြီးသော ကိလေသာကို ဆင်ခြင်

ခြင်း။ မပယ်ရသေးသောကိလေသာကို ဆင်ခြင်ခြင်းဆိုတဲ့၊
ဉာဏ်ငါးပါးကိုဆင်ခြင်သော ပစ္စဝေက္ခဏဉာဏ် ရောက်လာ
လိမ့်မယ်။

အရိုးကခါတ်တော်ဖြစ်အောင်ကြိုးစားကြ

ဒါကြောင့်အလွန်တွေ့ခဲ့ကြုံခဲ့လှစွာသော သာသနာ
တော် အခါကာလနဲ့ ကြုံကြရတွေ့ကြရသည့်အခိုက်၊ ဆရာ
သမားကောင်းနဲ့လဲတွေ့ရတဲ့အခိုက်၊ မနုဿတ္တဒုလ္လဘဘဝ
ကို ရကြရောက်ကြရသော ယခုဘဝ၊ ယခုအချိန်ကစ၍ အရိုး
ကြီးပွားရေးကို မလုပ်ကြဘဲ အရိုးကခါတ်တော်ဖြစ်အောင်
ကြိုးစားကြပါ။

အရိုးအသွေးအသားက ခါတ်တော်ဖြစ်တယ်ဆိုတာ
အမေမွေးကတည်းကဖြစ်လာတာ မဟုတ်ပါဘူး။ တရားကို
အားထုတ်လို့ တရားကပြုပြင်သောကြောင့် တရားသဘော
အရ ခါတ်တော်ဖြစ်လာရတယ်လို့မှတ်ပါ။

ဒါကြောင့် တရားအလုပ်ကို ကြိုးကြိုးကုတ်ကုတ်အား
ထုတ်ကြဖို့သတိပေးလိုက်ပါတယ်။

ကဲ ဒီနေ့ဒီတွင်တော်ကြဦးစို့ . . . ။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု . . . ။

ကျေးဇူးတော်ရှင်အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
 မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး
 အမရပူရမြို့၌ ဟောကြားသောတရားတော်
“ ဝိပဿနာရှုနည်း ”
 (၁၁-၁၁-၆၁)

ဒကာ- ဒကာမတွေ ဝိပဿနာရှုနည်းကို ရှေးဦးစွာ
 ပြောမယ်- (မှန်လှပါဘုရား)၊ ဝိပဿနာရှုနည်းက ရှင်သာရိ
 ပုတ္တရာကဟောထားတယ်။

ကာယမိမံ သမ္မသထ၊ ပရိဇာနာထ၊ ပုနပ္ပုနံ။

ကာယေသဘာဝံ၊ ဝိဒိတွာန၊ ဒုက္ခဿ နန္တကရိဿတိ

ဤကဲ့သို့ ဟောထားတော့ဒကာ၊ ဒကာမတွေသည်

ဘုရားရှေ့မှာဖြစ်စေ၊ ကိုယ့်အိပ်ရာထဲမှာဖြစ်စေ ထိုင်ပြီးသကာလ
 မိန်းမဖြင့် ဒူးတုပ်၊ ယောက်ျားဖြင့် တင်ပျဉ်ခွေပြီးသကာလ
 ထိုင်ချင်သလိုထိုင်၊ အိပ်ချင်သလိုအိပ် ကိစ္စမရှိပါဘူးတဲ့။
 သို့သော်အသက်မှန်မှန်ရှုပြီးသကာလ လေလေးထွက်တာလဲ
 သိလို့၊ လေလေးဝင်တာလဲ သိလို့ ဒီလိုချည်း သိပြီးသကာလ
 နေရာမှ ပထမရှေးဦးစွာတော့ဖြင့် ထွက်တာသိ ဝင်တာသိပဲ
 လုပ်နေပါ။ ဒီထဲကမှ ဟိုနေရာကအောင့်သလို လာလို့ရှိရင်
 ထွက်တာသိ ဝင်တာသိ ဖြုတ်လိုက်ပါ။

ထွက်တာသိ ဝင်တာသိ ဖြုတ်ပစ်လိုက်ပါတော့လို့ သတိပေးလိုက်တယ် (မှန်လှပါဘုရား)။ ထွက်တာသိ ဝင်တာသိ ဖြုတ်ပြီးအောင်တဲ့ နေရာကလေးကိုဉာဏ်ကလှည့်လိုက်၊ ဪ- ဒါဖောက်ပြန်တာပါ လား၊ အင်း-ဖောက်ပြန်လာတာ နဂိုကမအောင်ဘူး၊ ခုမှဒီနေရာလေးကအောင်လာတယ်၊ အဲဒီဖောက်ပြန်တဲ့နေရာကလေး ကြည့်လိုက်ပြီဆိုမှဖြင့် ဖောက်ပြန်တာကလေးကပျက်စီးသွားတယ်။

အောင်တဲ့နေရာဉာဏ်လှည့်လိုက်ပါ

ထွက်တာသိ ဝင်တာသိ လုပ်နေတုံး တစ်နေရာက သာဖြစ်လာသတုံး- (အောင်လာပါတယ်ဘုရား)၊ အောင်တဲ့ အခါကျတော့ ထွက်တာသိ ဝင်တာသိ ဖြုတ်လိုက်ပါ- (မှန်လှပါဘုရား)၊ အောင်တဲ့နေရာကလေးဉာဏ်လှည့် လိုက်ပါ (မှန်လှပါဘုရား)၊ ခြေသလုံးကအောင်ရင် ခြေသလုံး၊ ပေါင်က အောင်ရင်ပေါင်၊ ခါးကအောင်ရင်ခါး၊ နောက်ကျောအောင် လို့ရှိရင်လဲ အောင်တဲ့နေရာကလေး ဉာဏ်လှည့်လိုက်ပါ။

အဲဒါကလေးက ဘာပါလိမ့်မလဲဆိုတော့ ပင်ကို သဘောမှဖောက်ပြန်လာတာ။ အဲဒီဖောက်ပြန်တဲ့ နေရာက လေးကိုဒကာသစ်၊ ဒကာကြွယ်၊ ဦးလှဘူးတို့က ဉာဏ်လှည့် လိုက်ပြီဆိုမှဖြင့် ဉာဏ်ပေါ်နေတဲ့အတွက် သတ္တဝါသန္တာန်မှာ

အောင့်တဲ့စိတ်ကလေးကချုပ်သွားပြီး ဉာဏ်စိတ်ကလေးက ပေါ်နေတယ်။ ဉာဏ်စိတ်ကလေးပေါ်နေတော့ အောင့်တာလေးက ဖောက်ပြန်ပြီးသကာလ ပျက်စီးသွားတာတွေ့ပါလိမ့်မယ်။ ဖောက်ပြန်ပြီးပျက်စီးသွားတာတွေ့ပါလိမ့်မယ်။

ဤကဲ့သို့ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးသွားတာတွေ တွေ့တဲ့အခါကျတော့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီး စိုက်ကြည့်နေလို့ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးတာ တွေ့တာလို့မှတ်လိုက်ပါနော် (မှန်လှပါဘုရား)။

အဲဒီတော့ဖောက်ပြန်ပျက်စီးတာက အနိစ္စ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊ အနိစ္စဆိုလဲ ဟုတ်တာပဲ၊ ဒုက္ခသစ္စာဆိုလဲ ဟုတ်တာပဲ၊ ဪ - ဒါကဒုက္ခသစ္စာ၊ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးပြီလို့သိနေတာက လေးကလောကီ မဂ္ဂသစ္စာ၊ ဒါဒီနေရာကလေးက အောင့်တာကလေးကပျောက်သွားလို့ ဟိုနေရာက အောင့်တာပေါ်လာတယ်။ ဟိုစိတ်ကလေး စားချင်တဲ့စိတ်ကလေး ပေါ်လာတယ်။

အဲဒါကိုလဲစားချင်တဲ့ စိတ်ကလေးကိုလဲရှိ၊ မရှိကြည့်ပေးပါ။ ကြည့်လိုက်တဲ့အခါကျလို့ရှိရင်ဖြင့် ကြည့်တဲ့ဉာဏ်ပေါ်လာလို့ရှိရင်ဖြင့်သတ္တဝါသန္တာန် နှစ်စိတ်မပေါ်ကောင်းတဲ့အတွက် စားချင်တဲ့ စိတ်ကလေးက ဒကာကြွယ်၊ ဒကာသစ်တို့ ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတယ် - (မှန်လှပါဘုရား)။ သူလဲခုမှ ဖောက်ပြန်ပြီးလာတာအခုပဲ ပျက်စီးသွားတယ်။ အဲဒီတော့ ဖောက်ပြန်ပျက်စီး သွားတာဘာသစ္စာ ခေါ်ကြမလဲ . . . (ဒုက္ခသစ္စာပါဘုရား)။

အသိဉာဏ်က မဂ္ဂသစ္စာ

အင်း . . . ဒုက္ခသစ္စာကို ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ၊ ဒကာမ တွေက သိလိုက်တော့ အသိခံရတာက ဒုက္ခသစ္စာ၊ အသိ ဉာဏ်က မဂ္ဂသစ္စာလို့အောက်မေ့ကြပါ (မှန်လှပါဘုရား) . . . ဒီလိုချည်းပဲ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ လှည့်လိုက်ပြီးသကာလ နေတော့ အသိ ခံတာကဒုက္ခသစ္စာ၊ အသိဉာဏ်က မဂ္ဂသစ္စာဆိုတော့ ဪ- ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ဒုက္ခသစ္စာရယ် . . . သိနေတဲ့ မဂ္ဂ သစ္စာရယ် . . . ။

ဤသစ္စာနှစ်ခုသာ ရှိပြီးသကာလနေတော့ သမုဒယ သစ္စာဆိုတဲ့ လောဘက ချုပ်ငြိမ်းရပ်သိမ်းပြီးသကာလ နေ တော့တယ်။ ဒီလောဘ ချုပ်ငြိမ်းနေတော့ လောဘတဏှာ ချုပ်တော့ တဏှာချုပ်တော့ ဥပါဒါန် မချုပ်ဘူးလား . . . (ချုပ်ပါတယ်ဘုရား)။ ဥပါဒါန်ချုပ်တော့ ကံချုပ်တယ်၊ ကံချုပ် တော့ အနာဂတ်ဘဝလာလတ္တံ့ဖြစ်တဲ့ ပဋိသန္ဓေနေမှု၊ အိုမှု သေမှုရော (ချုပ်ပါတယ်ဘုရား)။

ဪ . . . ဒါဘယ်နှယ်ကြောင့်ချုပ်ပါလိမ့်မလဲလို့ ဒကာကြွယ်၊ ဒကာသစ်တို့၊ ဦးလှဘူးတို့က မေးလို့ရှိရင်ဖြင့် ဖောက်ပြန်ပျက်စီးတာမြင်နေတဲ့ မဂ်ကချုပ်စေတာဆိုတာ သေချာပြီလား . . . (သေချာပါတယ်ဘုရား)။

ဝိပဿနာဆိုတာ ဘာပါလိမ့်

ဒါဖြင့် ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ဝိပဿနာရှုဆိုတာ ခန္ဓာကိုယ်စောင့်ကြည့်တဲ့ အလုပ်လို့မှတ်လိုက်စမ်းပါ . . . (မှန်လှပါဘုရား)။ ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ ဘာပါလိမ့် . . . (ခန္ဓာကိုယ်စောင့်ကြည့်တဲ့အလုပ်ပါဘုရား)။

ဒါကြောင့် “ ကာယမိမံ သမ္မသထ ” က္ကမံကာယံ၊ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို။ သမ္မသထ၊ စောင့်ကြည့်ပြီး သုံးသပ်စမ်းပါကွာ၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာက မှာရှာတယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး စောင့်ကြည့်ပြီးသုံးသပ်စမ်းပါ၊ ဆင်ခြင်စမ်းပါဆိုတော့ ဖြစ်ပျက်မဂ်မလာပေဘူးလား . . . (လာပါတယ်ဘုရား)။

ပျက်စီးသွားတာ ဖြစ်ပျက်၊ စောင့်ကြည့်တာ - (မဂ်ပါဘုရား)။ ဪ - မဂ်ဆိုတာက ဒကာ၊ ဒကာမတို့စောင့်ကြည့်မှ ရတယ်လို့ မှတ်စမ်းပါ . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

စောင့် မကြည့်ရင် . . . (မရပါဘုရား)။ မရဘူး၊ ရှာရင်တော့ မရဘူး။ စောင့်ကြည့်ရင်တော့ . . . (ရပါတယ်ဘုရား)။ တောထဲက ကျားတွေက အပြေးတော့ မသန်ပါဘူးတဲ့ အဖမ်းတော့မြန်သလို မိလိန္ဒပဉ္စက စောင့်ဖမ်းပါလို့လဲ သေသေချာချာ ဟောထားတယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့ဒကာ- ဒကာမတွေက အိမ်ရောက်လို့ရှိရင် ဘုန်းကြီးပြောတဲ့အတိုင်းသာ လုပ်ကြစမ်းပါ။

ခန္ဓာကိုယ်စောင့်ကြည့်နေ၊ ဘာနဲ့စောင့်ရမလဲဆိုတော့ ရှုမူလေး မှန်မှန်ရှု၊ ရှိုက်မှုလေး မှန်မှန်ရှိုက်၊ ရှိုက်ရာကမှ အထူးတရားလေးပေါ်လာလို့ရှိရင် ဪ . . . ဒါဝိပရိဏာမလက္ခဏာ ဒုက္ခသစ္စာပါလားလို့ စောင့်ကြည့်လိုက် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

နောင်ခန္ဓာမလာတာ နိရောဓသစ္စာ

ဒါဖြင့် ဝိပရိဏာမလက္ခဏာ ဒုက္ခသစ္စာက ဒုက္ခသစ္စာ၊ စောင့်ကြည့်တာလေးက (မဂ္ဂသစ္စာပါဘုရား)၊ သေတာက သမုဒယသစ္စာ နောင်ခန္ဓာ မလာတာက နိရောဓသစ္စာ၊ နိရောဓဆိုတော့ ဪ . . . တို့သစ္စာအလုပ် လုပ်နေပါကလားဆိုတာပေါ်မလာဘူးလား . . . (ပေါ်လာပါတယ်ဘုရား)။

ဪ . . . ဒါဖြင့် ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ အားလုံးတရားနာတဲ့ ဒကာ-ဒကာမတွေ စောင့်ကြည့်တဲ့ အလုပ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ ဘာပါလိမ့် (စောင့်ကြည့်တဲ့ အလုပ်ပါဘုရား)၊ စောင့်ကြည့်တဲ့အလုပ်ဆိုတော့ တပည့်တော်တို့ဖြင့် မလုပ်တတ်သေးပါဘူးဘုရားဆိုရင် စောင့်မကြည့်လို့သာ မှတ်ပေတော့ . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

သန္တာလေးပါးအလုပ် လုပ်နေတာ

စောင့်ကြည့်တော့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ဟိုနေရာကပြ၊ ဒီနေရာကပြ၊ဟိုနေရာကပြလိုက်၊ ဒီနေရာကပြလိုက်နဲ့ ပြတဲ့ နေရာကိုပဲ စောင့်ကြည့်နေတဲ့အခါကျလို့ရှိရင် ပြတာက ဒုက္ခသစ္စာ၊ သိတာကမဂ္ဂသစ္စာ၊ သေတာက . . . (သမုဒယ သစ္စာပါဘုရား)။

နောင်ခန္ဓာမလာတာက . . . (နိရောဓသစ္စာပါ ဘုရား)၊ နိရောဓသစ္စာဆိုတာ ဪ . . . တို့တစ်တွေ သစ္စာ လေးပါးအလုပ် လုပ်နေပါကလားဆိုတာ မပေါ်လာဘူး လား(ပေါ်လာပါတယ်ဘုရား)၊ ရှင်းပလား . . . (ရှင်းပါပြီ ဘုရား)။

ဒကာကြွယ်ရေ . . . ဒကာကြွယ်တို့လုပ်တော့လဲ စောင့်ကြည့်ရတယ်မဟုတ်လား. . . (မှန်ပါဘုရား)၊ လိုက် ဖမ်းရင် မိပါ့မလား (မမိပါဘုရား)။

အေး . . . ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့ဒကာ၊ ဒကာမတွေ စောင့်ကြည့်လို့ရှိရင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ပင်ကိုက အနာ ခန္ဓာ ကိုယ်ကြီးကိုး . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

အနာတွေပဲ မပြရပေဘူးလား. . . (ပြပါတယ်ဘုရား)၊ အနာခန္ဓာကိုယ်ကြီးမို့ အနာခန္ဓာတွေပြတော့ ဒီအနာ ခန္ဓာတွေကလဲ ဖြစ်လိုက်၊ ပျက်လိုက်၊ ဖြစ်လိုက်၊ ပျက်လိုက်၊ ဖြစ်လိုက်၊ ပျက်လိုက်နဲ့ ပြနေတော့ ဪ . . . ဒီဥစ္စာ

ဖြစ်ပျက်က ဒုက္ခသစ္စာ သိတာကမဂ္ဂသစ္စာပါလားဆိုတာ အခု အချိန်မှာ ဉာဏ်ထဲမှာ ပေါ်လာတယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

ထိုကဲ့သို့ပေါ်လာတဲ့အခါကျလို့ရှိရင်ဖြင့် ကိလေသာ ကြားမညှပ်လို့ရှိရင် ဖြစ်ပျက်နဲ့ မဂ်နဲ့ ကြားထဲမှာ ကိလေသာ ကြားမခြားလို့ရှိရင် ခုနစ်ရက်နဲ့ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် ရပါတယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။ ဖြစ်ပျက်နဲ့ မဂ်နဲ့ကြားထဲမှာ ကိလေသာ မခိုရင် . . . (ခုနစ်ရက်နဲ့ရနိုင်ပါတယ်ဘုရား)။ ဒကာကြွယ် မမြန်လား (မြန်ပါတယ်ဘုရား)။

ဘာကြောင့်သံသရာရှည်ရပါလိမ့်

ဘုန်းကြီးကဟောတာလား။ ဘုရားသခင်ကိုယ်တော် မြတ်ကြီးက ဟောတာလားလို့ဆိုတော့ သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်မှာ သေသေချာချာ ရှိလေသောကြောင့် ဒကာ၊ ဒကာမတွေ စောင့်ကြည့်တဲ့အလုပ် မလုပ်ခဲ့သောကြောင့် သံသရာရှည်ရပါတယ်ဆိုတာ သဘောကျပလား . . . (ကျပါတယ်ဘုရား)။

ဪ . . . ဒါဖြင့် ဝိပဿနာဆိုတာ အားစိုက်ရှုရတာလား။ ဒကာ၊ ဒကာမတို့ စောင့်စားပြီး ရှုရတာလား . . . (စောင့်စားပြီးရှုရပါတယ်ဘုရား)။ သေသေချာချာပြောနေပါတယ် ဒကာ၊ ဒကာမတို့ . . . (မှန်ပါဘုရား)။ လေးလေးစားစားနဲ့ မှတ်စမ်းပါ (မှန်ပါဘုရား)။

လေးလေးစားစားနဲ့ မှတ်လိုက်တဲ့အခါကျတော့
စောင့်ကြည့်တဲ့ အလုပ်တွေက ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ဘာမှ ကြည့်
စရာမရှိရင်ဖြင့် ဪ . . . လေကလေးထုတ်တဲ့စိတ်
ကလေးလဲ ထုတ်ပြီး ပျက်တာပဲ . . . (မှန်ပါဘုရား)။

လေကလေးပြန်သွင်းတဲ့စိတ်ရော . . . (သွင်းပြီး
ပျက်ပါတယ်ဘုရား)။ အဲဒါကလေး ဘယ်ကမှ မရှိတော့ဘူးဆို
ရင် သူပြန်ထိုင်လိုက် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။ သဘောကျ
ပလား . . . (ကျပါတယ်ဘုရား)။

ဟာ . . . သူပြန်ထိုင်ရင်းမတ္တနဲ့ပဲ ဟိုနေရာက ယား
သလို၊ ဒီနေရာကအောင့်သလို၊ ဒီနေရာက ကောင်းသလိုလို
လာပြန်လို့ရှိရင် သူဖြုတ်ပစ်လိုက် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။
ခုနင်က ယားတဲ့နေရာ အောင့်တဲ့နေရာတွေ လှည့်လည်ပြီး
ဪ . . . ဒါတွေဒုက္ခသစ္စာပါလား၊ ဒါတွေ ဒုက္ခသစ္စာပါ
လားလို့ ရှုပါ . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

ကောင်းတဲ့စိတ်ကလေးလဲ ဖြစ်ပြီးပျက်တော့ ဒုက္ခ
ရောက်တာပဲ . . . (မှန်လှပါဘုရား)။ ဆိုးတဲ့စိတ်ကလေးလဲ
ဖြစ်ပြီးပျက်တော့ . . . (ဒုက္ခရောက်ပါတယ်ဘုရား)။ အလယ်
အလတ် စိတ်ကလေးလဲ ဖြစ်ပြီးပျက်တော့ . . . (ဒုက္ခရောက်
တာပါပဲဘုရား)။

အဲဒီဒုက္ခသစ္စာတွေချည်းပဲ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ဖြစ်ပျက်က

ဒုက္ခသစ္စာ၊ သိတာကမဂ္ဂသစ္စာလို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ကြိုးစား
နေကြမယ် ဆိုလို့ရှိရင် ကြာတော့ ဒုက္ခသစ္စာ တွေ့တာက
ဘုရားက . . . ။

‘သံခိတ္တေန’ ပဉ္စပါဒါနက္ခန္ဓာပိ ဒုက္ခာ’ လို့ ဟောသော
ကြောင့် ခန္ဓာငါးပါးစလုံးပြတဲ့ ဥစ္စာတွေ အနိစ္စလဲမပြ၊
ဒုက္ခလဲမပြ၊ အနတ္တလဲမပြ၊ အသုဘလဲမပြဘဲနဲ့ ဒကာကြွယ်၊
ဒကာသစ်တို့ ဒုက္ခသစ္စာပဲပြတယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

လူ့ဘဝရတာ ဒုက္ခသစ္စာရတာ

အဲဒီကဲ့သို့ ပြလာပြီဆိုမှဖြင့် ဪ . . . လူ့ဘဝရ
တာဒုက္ခသစ္စာရတာကိုးလို့ ပေါ်ပေါ်လွင်လွင်ကြီး သိမလာပေ
ဘူးလား . . . (သိလာပါတယ်ဘုရား)၊ လူ့ဘဝရတာ ဘာ
ရတာပါလိမ့် . . . (ဒုက္ခသစ္စာကြီးရတာပါဘုရား)၊ ဒုက္ခသစ္စာ
ကြီးရတယ်ဆိုတာ မသေချာဘူးလား . . . (သေချာပါတယ်)။

အဲဒီကဲ့သို့ ဒုက္ခသစ္စာကြီး ရတာကိုပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်
သိနေတော့ တစ်ကိုယ်လုံးမှာ ဖိုက်ဖိုက်၊ ဒီကနာ၊ ဒီက
အောင့်၊ ဟိုကကိုက်၊ ဒီကခဲ၊ ဟိုကတစ်မျိုးတစ်ဖုံပေါ်၊ ပေါ်လာ
တာဟူသရွေ့ ပျောက်တာပဲတွေ့ရ၊ စောင့်ကြည့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်
မတွေ့ရဘူးလား . . . (တွေ့ရပါတယ်ဘုရား)။

ဒါဖြင့် ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ ဘယ်လိုလုပ်ရမှာပါ

လိမ့်မလဲလို့မေးရင် ဘယ်နှယ်ဖြေကြမလဲ . . . (စောင့်ကြည့်ရပါတယ်ဘုရား)။ စောင့်ကြည့်တာပဲတဲ့၊ အကြည့်ခံရတာက ဒုက္ခသစ္စာ၊ ကြည့်ဉာဏ်ကမဂ္ဂသစ္စာ၊ အကြည့်ခံရတာက . . . (ဒုက္ခသစ္စာပါဘုရား)။ ကြည့်ဉာဏ်က . . . (မဂ္ဂသစ္စာပါဘုရား)။ မဂ္ဂသစ္စာဆိုတော့ ဪ . . . မဂ်ဟာဆုတောင်းအလုပ်လား။ စောင့်ကြည့်တဲ့ဉာဏ်အလုပ်လား . . . (စောင့်ကြည့်တဲ့ ဉာဏ်အလုပ်ပါဘုရား)။

စောင့်ကြည့်တဲ့ ဉာဏ်အလုပ်လို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေကအသိကြီး သိလာပြီဆိုမှဖြင့် ဪ . . . ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ သုခကြားမညှပ် ဒုက္ခသစ္စာ တရစပ်ပါလားဆိုတာ ပေါ်ပါလိမ့်မယ် . . . (ပေါ်လာပါတယ်ဘုရား)၊ သုခကြားမညှပ် . . . (ဒုက္ခသစ္စာ တရစပ်ပါဘုရား)၊ ဒုက္ခသစ္စာ တရစပ်ပါလားဆိုတာ မပေါ်လာဘူးလား . . . (ပေါ်လာပါတယ်ဘုရား)။

နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်

ထိုကဲ့သို့ ပေါ်လာတဲ့အခါကျတော့မှ ဪ . . . ဒုက္ခသစ္စာကြီးပါလား၊ သုခဆိုတာဘာမှ မပေါ်လာပါလားဆိုတော့ဒုက္ခတွေမြင်ပြီး ငြီးငွေ့လာပါလိမ့်မယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)၊ ဒါဖြင့်ဖြစ်ပျက်မြင်တာသည် ယထာဘူတဉာဏ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)၊ ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခသစ္စာကြီး မုန်းလာတာသည် . . . (နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ပါဘုရား)။

ကြာတော့ ဉာဏ်ကထက်ထက်၊ ထက်ထက်၊ ထက်ထက်ပြီးကြည့်ပါများလာတော့ ဘုန်းကြီးတို့ဒကာ၊ ဒကာမတွေ၌တဲ့ဒီဒုက္ခကြီးနဲ့ဖြင့် မနေချင်ပါဘူးဆိုတာ မနေချင်တဲ့ ဉာဏ် မလာပေဘူးလား . . . (လာပါတယ်ဘုရား)။

မဂ်စစ်ပေါ်မယ်

မနေချင်တဲ့ဉာဏ်လာတဲ့အခါကျတော့ ခုနက ဒုက္ခတွေ အကုန်ပျောက်သွားပါလိမ့်မယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)၊ မနေချင်တဲ့ ဉာဏ်လာတော့ ဘာတွေပျောက်သလဲ၊ (ဒုက္ခတွေပျောက်ပါတယ်ဘုရား)၊ ဒါဖြင့် ဒုက္ခပျောက်၍ ဒုက္ခဆုံးတာက နိရောဓသစ္စာ၊ ဒုက္ခအဆုံးသိတာက . . . (မဂ္ဂသစ္စာပါဘုရား)။

မဂ္ဂသစ္စာဆိုတော့ မဂ်စစ်ပေါ်လာလိမ့်မယ်၊ (မှန်ပါဘုရား)၊ ဒုက္ခပျောက်ရင် မဂ်စစ်ပေါ်လိမ့်မယ်၊ ဒုက္ခတွေ့ရင် ဝိပဿနာမဂ်ပေါ်လိမ့်မယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။ ဒုက္ခတွေ့ရင် . . . (ဝိပဿနာမဂ်ပေါ်လာလိမ့်မယ်ဘုရား)။

ဒုက္ခတွေ့မရှိဘူးဘုရား၊ ရှုစရာကို မရှိဘူးဘုရား ဆိုရင်ဖြင့်ဘာပေါ်လာမလဲ . . . (မဂ်စစ်ပေါ်လာလိမ့်မယ်ဘုရား)၊ မဂ်စစ်ပေါ်လာလို့ ဒုက္ခမရှိတာက နိရောဓသစ္စာ . . (မှန်လှပါဘုရား)၊ မဂ်စစ်ပေါ်လာလို့ ဒုက္ခမရှိတာက နိရောဓ

သစ္စာ (မှန်လှပါဘုရား)။ မရှိမှန်းသိတာက . . . (မဂ္ဂသစ္စာ ပါဘုရား)။

အဲဒီကျအောင် စောင့်ကြည့်ရင်းမတ္တနဲ့ ဆုံးသွား အောင်လိုက်လိုက်လို့ရှိရင်ဖြင့် “ဒုက္ခဿအန္တံ ကရိဿတိ” ဒုက္ခဿ၊ ဒုက္ခဏိ၊ အန္တံ၊ အဆုံးကို၊ ကရိဿတိ၊ မဂ်ဉာဏ်က မျက်မှောက် ပြုလိမ့်လတ္တံ့လို့ ရှင်သာရိပုတ္တရာကလဲဟော၊ ဘုရားကလဲဟောသည် ဖြစ်လေသောကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ယနေ့ဓာတ်ပြီး စောင့်ကြည့်တဲ့အလုပ် လုပ်စမ်းပါ . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

ဖြစ်ပျက်တွေ လာသရွေ့ကို စောင့်သာကြည့်ပါလို့ သတိပေးလိုက်တယ်. . . (မှန်လှပါဘုရား)၊ ဖြစ်ပျက်တွေ လာ သရွေ့ကို (စောင့်သာ ကြည့်ရပါမယ်ဘုရား)၊ စောင့်ကြည့်ပါ၊ ဒီပြင်ဘာမှ မလုပ်ပါနဲ့၊ စောင့်ကြည့်တော့ ကြာတော့ ဖြစ်ပျက် တွေ ဒကာကြွယ်တို့၊ ဦးလှဘူးတို့စိပ်လာလိမ့်မယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

စိပ်လာပြီဆိုမှဖြင့် စိပ်ပေမယ့် မပျင်းနဲ့၊ ဪ . . . အသေတယ်များပါကလား၊ ဪ . . . ဒုက္ခတွေ တယ်များ ပါလား၊ ဪ . . . ဒုက္ခတွေ တယ်များပါလားလို့ သူက ဘယ်လောက်ပဲများများကိုယ်က ဒုက္ခတွေများတယ်လို့သာ မြင်အောင်ကြည့်နေ . . . (မှန်လှပါဘုရား)၊ ကြာတော့ ဪ

ဖြစ်လာတာကလဲ ဒုက္ခပျက်သွားတာကလဲ ဒုက္ခ၊ အဲဒီကဲ့သို့
ဒုက္ခကိုအဖြစ်လဲ မသာယာ၊ အပျက်လဲမသာယာ၊ အဖြစ်ရော
(မသာယာပါဘုရား)၊ အပျက်ရော... (မသာယာပါဘုရား)။

မသာယာပါဘူးတဲ့၊ ထိုကဲ့သို့ မသာယာတဲ့အခါကျ
တော့ ဖြစ်ပျက်ကိုသာယာတဲ့ တဏှာကလဲ ချုပ်ပါရော
ဖြစ်ပျက်လဲချုပ်တာပဲ... (မှန်လှပါဘုရား)၊ သာယာတဲ့ ဒိဋ္ဌိ
လဲချုပ်ပါရော... (ဖြစ်ပျက်လဲ ချုပ်တာပါဘုရား)၊ ဖြစ်ပျက်
လဲချုပ်သွားတယ်ဆိုတော့ ဖြစ်ပျက်ချုပ်တာ နိဗ္ဗာန်၊ ချုပ်မှန်း
သိတာမဂ်ဉာဏ်၊ ဖြစ်ပျက်ချုပ်တာက... (နိဗ္ဗာန်ပါဘုရား)၊
ချုပ်မှန်းသိပြီဆိုတာက... (မဂ်ဉာဏ်ပါဘုရား)။

ဪ... ဒါဖြင့် ဒကာကြွယ်တို့၊ ဒကာသစ်တို့
နိဗ္ဗာန် ဝေးသေးလား... နီးသလား... (နီးပါတယ်
ဘုရား)၊ နီးလျက်နဲ့မရောက်တာ ဘာကြောင့်ပါလိမ့်မလဲလို့
မေးတော့ စောင့်ကြည့်တဲ့အလုပ်လဲ မလုပ်ဘူး... (မှန်လှ
ပါဘုရား)၊ စောင့်ကြည့်တဲ့အလုပ်ကို... (မလုပ်ပါဘုရား)။

တဏှာက ငရဲအိုးပန်တီးနေတာ

ဒါကြောင့် ခင်ဗျားတို့သည် သံသရာထဲမှာ ငရဲအိုး
တွေကလဲ ငရဲမီးတွေတောက်ပြီး တပွက်ပွက်ဆူနေတာဟာ
ဒီခန္ဓာကြီးကိုခင်တွယ်တဲ့ တဏှာလောဘက မချုပ်တာနဲ့ပဲတဲ့။

ဒကာ၊ ဒကာမတို့ တဏှာကနေပြီး ငရဲအိုးကိုဖန်တီးနေတယ်၊
(မှန်လှပါဘုရား)။

ဒိဋ္ဌိကနေပြီး ငရဲအိုးဖန်တီးနေတာ . . . (မှန်လှပါ
ဘုရား)၊ ဒါကြောင့် ခင်ဗျားတို့ကတော့ တရားနာလျက် ဒုက္ခ
ကမချုပ်တော့ကို နောက်တဏှာက ကျန်မနေဘူးလား . . .
(ကျန်နေပါတယ်ဘုရား)။

နောက်တဏှာကျန်တော့ တဏှာက ဘယ်ခန္ဓာလုပ်
ရပါမလဲဆိုပြီး အချိုးကျသူကစီမံနေတယ် . . . (မှန်လှပါ
ဘုရား)၊ အချိုးကျစီမံပြီးသကာလ နေတော့တဏှာက
ငရဲသွားတဲ့ တဏှာလဲရှိတယ်၊ သုဂတိသွားတဲ့တဏှာလဲရှိ
တယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

အဲဒီကဲ့သို့ တဏှာကအမျိုးမျိုး အဖုံဖုံ စုတိစီမံလိုက်
ငရဲအိုးတွေ စီမံလိုက်ဆိုတာ တဏှာမချုပ်လို့ဖြစ်ရတာ . . .
(မှန်ပါဘုရား)၊ ဒိဋ္ဌိမချုပ်လို့ . . . (ဖြစ်ရတာပါဘုရား)။

ဝိစိကိစ္ဆာမချုပ်လို့ . . . (ဖြစ်ရတာပါဘုရား)၊ အခု
တော့ဖြင့်ဒကာ၊ ဒကာမတွေစောင့်ကြည့်ဖြစ်ပျက်မြင်ရင်
ယထာဘူတဉာဏ်၊ ဖြစ်ပျက်မုန်းရင် . . . (နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ပါ
ဘုရား)။

ဖြစ်ပျက်တွေများရှုရင်းမတ္တနဲ့ ဖြစ်ဒုက္ခ၊ ပျက်ဒုက္ခမှ
တစ်ပါးဘာမှ မရှိဘူးလို့၊ လိုချင်စရာ ရချင်စရာဘာမှမရှိဘူး

လို့ခန္ဓာကို ဆုံးဖြတ်ချက်ချလို့ရှိရင်လဲ အဲဒါ . . . ဒုက္ခခန္ဓာ ပိုင်းခြားသိတာပဲ . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

ထိုကဲ့သို့ပိုင်းခြားသိလိုက်တဲ့ အခါကျလို့ရှိရင် ဒုက္ခ တွေဒကာကြွယ် ဘာဖြစ်သွားသလဲ . . . (ချုပ်သွားပါတယ် ဘုရား)။ ဒုက္ခတွေဆုံးသွားတယ် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

ဒုက္ခဆုံးတာ ဘာခေါ်ကြမယ် . . . (နိဗ္ဗာန်ပါဘုရား)။ ဆုံးပေါ့လို့သိတာက . . . (မဂ်ဉာဏ်ပါဘုရား)။

နိဗ္ဗာန်သည်ခန္ဓာအဆုံးမှာရှိတယ်

ဪ . . . ဒါဖြင့်ဘုန်းကြီးတို့ဒကာ ဒကာမတွေ နိဗ္ဗာန်သည်ခန္ဓာအဆုံး ရှိတယ်ဆိုတာ ယနေ့တစ်ထစ်ချမှတ် ဖို့ . . . (မှန်ပါဘုရား)။

နိဗ္ဗာန်သည် အထက်မှာရှိသလား၊ အောက်မှာရှိ သလား၊ ဘေးမှာရှိသလားလို့မေးရင် ဘယ်နှယ်ဖြေကြမလဲ . . . (ခန္ဓာအဆုံးမှာ ရှိပါတယ်ဘုရား)။

ခရဲမီးငြိမ်း၍ ခရဲဇိုးသိမ်းပါတယ်

အဲ . . . ခန္ဓာဆိုတာဖြစ်ပျက်ပဲ . . . (မှန်လှပါဘုရား)။ အဲဒီဖြစ်ပျက်အဆုံးမှာ နိဗ္ဗာန်ရှိတယ်ဆိုတာ ယနေ့ကစပြီး ဘုန်းကြီးတို့ဒကာ ဒကာမတွေ ကြိုးစားလို့ရှိရင်ဖြင့်တဲ့ အပါယ်

လေးပါးတံခါးတွေတင် မဟုတ်ပါဘူး၊ ငရဲမီးငြိမ်း၍ ငရဲအိုး
သိမ်းပါတယ်ဆိုတာကို ကိုယ့်ဉာဏ်ကမဂ်ဉာဏ်ကနေ သိမ်း
လိုက်တယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက် . . . (မှန်လှပါဘုရား)။

ဘယ်သူက သိမ်းတာပါလိမ့် . . . (မဂ်ဉာဏ်က
သိမ်းတာပါဘုရား)၊ ဒကာကြွယ် ရှင်းပြီလား . . . (ရှင်းပါပြီ
ဘုရား)၊ သဘောပါပလား . . . (ပါပါတယ်ဘုရား)။ ဒါက
အလုပ်စဉ်ကလေး ရှေ့ပိုင်းကပြတာပါ။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။

ရတနာသုံးပါးအားပူဇော်ခြင်း

“ဣမာယ၊ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ၊ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ”

“ဣမာယ၊ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ၊ ဓမ္မံပူဇေမိ”

“ဣမာယ၊ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ၊ သံဃံပူဇေမိ”

ဣမာယ၊ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ=လောကုတ္တရာ တရားကိုးပါး
အား၊ အလျော်ဖြစ်သော၊ ဤအကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့်။ ဗုဒ္ဓံ=
မြတ်စွာဘုရားကို၊ ပူဇေမိ=ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဣမာယ၊ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ=လောကုတ္တရာ

တရားကိုးပါးအား၊ အလျော်ဖြစ်သော၊ ဤအကျင့်မြတ်
ပဋိပတ်ဖြင့်။ ဓမ္မ=တရားတော်မြတ်ကို။ ပူဇေမိ=ပူဇော်ပါ၏၊
အရှင်ဘုရား။

ဣမာယ၊ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တယာ = လောကုတ္တရာ
တရား ကိုးပါးအား၊ အလျော်ဖြစ်သောဤအကျင့်မြတ်ပဋိပတ်
ဖြင့်။ သံဃံ=သံဃာတော် အပေါင်း ကို။ ပူဇေမိ=ပူဇော်ပါ၏၊
အရှင်ဘုရား။

အမှာ။ ။ ညပိုင်း၌ ယောဂီများအားလုံး ရတနာ
သုံးပါးအား ပူဇော်ကန်တော့အပြီးတွင် (ပူဇေမိ=ပူဇော်ပါ၏၊
အရှင်ဘုရား-အပြီးတွင်) (အမျှပေးဝေခဏ်း) ထပ်မံဖြည့်စွက်
နိဂုံးအုပ်ရန်။