ချမ်းမြေ့မြိုင်ဆရာတော်

ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ

ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်၊ ဉာဏ်ဖြင့်မျှော်

ပူဇော်ပါက ဉာဏ်ကြီးရ

ဓနပေါကြွယ်ဝ။

ရုပ်ဆင်းလှလို့ မျိုးမြတ်တယ်

တန်ခိုးပါဝါ ကြီးသကွယ်

လူ, နတ်, နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာရ

ပူဇော်ထိုက်လှ ပူဇော်ကြ။

ချမ်းမြေ့မြိုင်ဆရာတော်

ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ	၁
၂။	ဗုဒ္ဓါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းနည်း	၄
၃။	စိတ်တော်အရည်အသွေး	၁၃
၄။	ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားများချိန်	၂၄
၅။	အမူအရာတိုင်း ပွားခြင်း	၂၆
၆။	မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီး နှင့် ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ	၂၈
၇။	ဒေါ်နုယမင်းခင်နှင့် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ	၃၅
၈။	ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားခြင်း၏အကျိုး	၃၈
၉။	ဘုရားရှိခိုးရတဲ့အကျိုး	၄၂
၁၀။	ဗုဒ္ဓဘွဲ့တော် ရထိုက်သောပုဂ္ဂိုလ်	၄၆
၁၁။	သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်၏အစွမ်း(၃)ပါး	၄၆

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၂။	ဇိနဘွဲ့တော်ရထိုက်သောပုဂ္ဂိုလ်	၄၈
၁၃။	ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ	၄၈
၁၃။	ဘုရားဂုဏ်တော် (၉)ပါး	၅၀
၁၄။	ကံသာအမိ၊ ကံသာအဖ	၅၅
၁၅။	အချိန်ဆိုတာ	၅၆
၁၆။	အချိန်နှစ်မျိုး	၅၆
၁၇။	သာသနာပြုခြင်းလေးမျိုး	၅၈
၁၈။	အားလုံးညှိသည်တွေချည်းပဲ	၆၀
၁၉။	အပြစ်ဆိုတာ ရှိကြစမြဲပါ	၆၀

ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ

ရဟန်း ရှင် လူ ယောဂီသူတော်စင် အပေါင်းတို့အား ဒီကနေ့ ဘုန်းကြီးက 'ဗုဒ္ဓါနု ဿတိဘာဝနာ' ကို ဟောကြားပါမယ်။ ဗုဒ္ဓါနု ဿတိဘာဝနာဆိုတာ (၁) ဗုဒ္ဓ၊ (၂) အနုဿတိ၊ (၃) ဘာဝနာ ဒီစကားသုံးလုံးကို စုစည်းပြီး ဗုဒ္ဓါ နုဿတိဘာဝနာလို့ ခေါ်ကြတာပါ။ ဗုဒ္ဓကို = ဘုရား၊ (ဝါ) ဘုရားဂုဏ်၊ အနုဿတိကို= အဖန် ဖန် အမှတ်ရခြင်း၊ ဘာဝနာကို = ဖြစ်ပွားစေခြင်း (ထုံမွမ်းခြင်း)လို့ ဘာသာပြန်ရမယ်။

အဓိပ္ပါယ်ကိုတော့ ဘုရားရှင်၏ ရုပ်ပုံ တော်နှင့် ဂုဏ်တော်များကို အကြိမ်ကြိမ် အဖန်

ဖန်အမှတ်ရနေတဲ့ သတိတရားကို မိမိသန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားစေခြင်း၊ အဲဒီသတိဖြင့် မိမိရဲ့ စိတ်ကို ထိန်းမွမ်းပေးခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ် ယူရပါမယ်။ ယောဂီတို့ လိုက်ဆိုကြပါ။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာဆိုသည်မှာ ဘုရားရှင်၏ ရုပ်ပုံတော်နှင့် ဂုဏ်တော်တို့ကို အမှတ်ရနေတဲ့ သတိတရား မိမိသန္တာန်မှာ အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် ဖြစ်ပွားအောင် ပြုလုပ်အားထုတ်ခြင်းကို 'ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ' ဟု ခေါ်ပါသည်။

ချစ်သားတို့ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကို ပွားများကြ။ ဒီ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာဟာ သမထဘာဝနာ (၄၀)ထဲမှာ အကောင်းဆုံး အမြတ်ဆုံး ဘာဝနာတရားဖြစ်တယ်။ ဒီဗုဒ္ဓါနုဿတိကို အမြဲပွားများရင် သင် ချစ်သားတို့ရဲ့ လိုအင်ဆန္ဒမှန်သမျှနဲ့

ဆုတောင်းမှုအဝဝတွေ ပြည့်စုံမယ်လို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ မိန့်တော်မူခဲ့တယ်။

ဒီဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများ အား ထုတ်လိုတဲ့ သူတော်ကောင်းဟာ ရှေးဦးစွာ ဘုရားရှင်ရဲ့ ရုပ်ခန္ဓာတော်ကို (သပ္ပါယ်တဲ့ ရုပ်ပွား တော်)ကို မိမိရဲ့ မျက်နှာရှေ့မှာ စိတ်နဲ့ အာရုံပြု၍ ပင့်ဆောင်လိုက်ပါ။ ပင့်ဆောင်ပြီး အဲဒီ ရုပ်ခန္ဓာ တော်အတွင်းသို့ ဘုရားရှင်ရဲ့ အရဟံ စတဲ့ ဂုဏ် တော်များကို သွင်းပြီး **'ဗုဒ္ဓေါ ဗုဒ္ဓေါ'** (ဘုရား ဘုရား)လို့ အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် စိတ်နဲ့ ရွတ်ဆို ပွားများပါ။ နှုတ်နဲ့လည်း ရွတ်ဆိုပွားများနိုင်ပါ တယ်။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းနည်း

ဒါကို ထင်ရှားအောင် ပြောပါဦးမယ်။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းလိုတဲ့ သူတော်စင်ဟာ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း မစီးဖြန်းမီ ရှေးဦးစွာ ရေမိုးချိုး ဖြူစင်သန့်ရှင်း၍ ချောင်ချောင်ချိချိရှိတဲ့ အဝတ်ကို သေသပ်စွာ ဝတ်ပါ။ ငါးပါးသီလ သို့မဟုတ် ရှစ်ပါးသီလကို ခံယူ ဆောက်တည်ပါ။ ဆိတ်ငြိမ်တဲ့ နေရာတစ်နေရာရာမှာ ကပ်ရောက်ပါ။ ခန္ဓာကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့် ခေါင်းကို တည့်တည့်ထား၍ ထိုင်ပါ။ ခန္ဓာကိုယ်ကို တောင့်တင်းမနေပါစေနဲ့ အလိုက်သင့် လျှော့ချထားပါ။

ထို့နောက် မိမိမျက်နှာရဲ့ ရှေ့တည့်တည့် အပေါ် အမြင့် တစ်ပေလောက်မှာ သက်တော်ထင်ရှား ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို (သပ္ပါယ်တဲ့ ရုပ်ပွားတော်

တစ်ဆူဆူ)ကို စိတ်နဲ့ အာရုံယူပြီး ပင့်လိုက်ပါ။ ပင့်ပြီးနောက် ထိုဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ ထောင်ထောင် မောင်းမောင်း အရပ်တော်၊ အရပ်တော်နဲ့ လိုက် လျောတဲ့ ပြည့်ဖြိုးသော ကိုယ်လုံးတော်၊ ထို ကိုယ်လုံးတော်မှ ပေါ်ထွက်တဲ့အတွက် ကိုယ် ပေါက်လို့ခေါ်ရတဲ့ လက်မောင်းတော်၊ လက် တော်နဲ့ ခြေတော်များရဲ့ ဖြူးဖြောင့် ချောမွေ့တော် မူပုံ။ အသားတော်ရဲ့ ရွှေအဆင်းလို ဝါဝင်းနေ တော်မူပုံ။

မျက်နှာတော်ရဲ့ ကြည်လင်အေးမြ ဖူး မြော်၍မဝနိုင်လောက်အောင် လှပတင့်တယ် သပ္ပါယ်တော်မူပုံ။ အဲဒီ မျက်နှာတော်မှာရှိတဲ့ မျက်လုံးတော်အစုံရဲ့ ညိုသင့်ရာ ညို၍ ဖြူသင့်ရာ ဖြူနေတော်မူပုံ၊ မျက်မွေးတော်တို့ရဲ့ ခပ်ကော့ ကော့ စီရရီ ပေါက်နေတော်မူပုံ၊ မျက်ခုံးတော်

အစုံရဲ့ သုံးရက်လ အရေးကဲ့သို့ ညွတ်ကွေးပြီး ညို့မှောင်နေတော်မူပုံ၊ နှာတံတော်ရဲ့ ရွှေချွန်းကဲ့သို့ ခပ်မြင့်မြင့် ခပ်ချွန်းချွန်း တင့်တယ်တော်မူပုံ၊ နဖူးတော်ကလည်း သင်းကျစ်ပြားနှင့် ရစ်ပတ်ထားသလို လက်ယာဘက် နားတော်ရဲ့ အစွန်းမှစပြီး အထက်သို့ တက်သွားတယ်။ အထက်တက်သွားကာ နဖူးတော်အပြင်ကို ပြည့်စေလျက် လက်ဝဲဘက်နား၏ အစွန်းတိုင်အောင် ရစ်ပတ်နေတော်မူပုံ၊ နှုတ်ခမ်းတော်နှင့် သွားဖုံးတော် မပြုမပြင်ဘဲ သဘာဝအတိုင်း နီမြန်းနေတော်မူပုံ။ သွားတော် စွယ်တော်တို့၏ ပုလဲလုံးလေးများ သီကုံးထားသလို စီရရီနှင့် ဖြူစင်နေတော်မူပုံ၊ အထက်မေး အောက်မေးတော်များရဲ့ ပြည့်ဖြိုးတော်မူပုံ၊ လက်ချောင်းတော် ခြေချောင်းတော်များရဲ့ ဖြောင့်စင်း သွယ်ပျောင်း တော်မူပုံတို့

ကို အာရုံယူကြပါ။

ငင်းနောက် လက္ခဏာတော်ကြီး (၃၂) ပါး၊ လက္ခဏာတော်ငယ် (၈၀)တို့နှင့် တန်ဆာဆင်ထားတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်တော်၊ လေးအသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်း ဖြည့်ကျင့်ဆည်းပူးခဲ့တဲ့ ပါရမီတော်များက နောက်ဆုံး အကျိုးပေးရမယ့်အချိန်ဖြစ်နေလို့မို့ သူမရ ငါမရ အပြိုင်လုပြီး အစွမ်းကုန် အလှဆင်ပေးထားတဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်တော်၊ လူမက နတ်တမျှ လှပတင့်တယ် သပ္ပါယ်တော်မူပုံ ဖူးမြော်ကြသူ နတ်လူတို့မှာ ဖူးမြော်၍ မဝအောင် လှပတင့်တယ်တဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်၊ ဖူးမြော်သူတိုင်းရဲ့ စိတ်နှလုံးမှာ အေးမြကြည်လင် အပူတွေကင်းစင်အောင် သပ္ပါယ်တော်မူတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ ရုပ်ခန္ဓာတော်၊ အဲဒီ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို စိတ်ထဲက အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် အာရုံပြုပါ။ ခု

ပြောခဲ့တာဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ရုပ်ပုံတော်ကို အာရုံပြုပုံပဲ။

ဒါလည်း မှန်းဆ အာရုံပြုနိုင်ရုံမျှသာ ပြောရခြင်း ဖြစ်တယ်။ အမှန်တကယ်တော့ သက်တော်ထင်ရှား ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ ပုံတော်ကို ဂဃ နဏတော့ တန်ခိုးရှင်တွေတောင် ဖန်ဆင်း မပြနိုင်ပါဘူး။

တစ်ချိန်က သီဟိုဠ်မှာ ဖုဿဒေဝဆိုတဲ့ မထေရ်တစ်ပါးရှိတယ်။ ဒီမထေရ်ဟာ စေတီ ရင်ပြင်တော်ကို တံမြက်လှည်းခြင်းဝတ်ကို နေ့စဉ် ပြုလုပ်သတဲ့။

တစ်နေ့မှာ နေ့စဉ်ပြုနေကြ ဝတ်အတိုင်း မိမိကျောင်းအနီးက ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ကိုယ်စား တည်ထားတဲ့ (ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကို)စေတီတော်ကြီး၏ ရင်ပြင်တော်မှာ တံမြက်လှည်းသတဲ့။ လှည်း

ခြင်းကိစ္စပြီးတဲ့အခါ ရင်ပြင်တော်မှာ ထိုင်၍ ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားနေသတဲ့။ ပွားလို့ မကြာမီမှာပဲ စိတ်တည်ငြိမ်ပြီး ဝမ်းသာမှု ပီတိတွေ ဖြစ်လာသတဲ့။

ဒီအခါ မာရ်နတ်က မထေရ်ရဲ့ သမာဓိကို ဖျက်လိုတာနဲ့ မျောက်ညိုကြီးယောင် ဆောင်၍ အပေါ့်တွေစွန့် အလေးတွေစွန့် အညစ်ကြေးတွေကို စေတီရင်ပြင်တော်၌ ဖြန့်ကြဲသတဲ့။ ထိုနှောင့်ယှက်မှုကြောင့် မထေရ်ကြီးဟာ အဲဒီနေ့မှာဆက်လက် တရား အားမထုတ်နိုင်တော့ဘဲ ဆွမ်းခံကြွရသတဲ့။

ဒုတိယနေ့မှာ နွားအိုယောင်ဆောင်၍ မထေရ်ရဲ့ သမာဓိကို ဖျက်ပြန်သတဲ့။ တတိယနေ့မှာလည်း မထေရ်ရဲ့ သမာဓိကို လာရောက်နှောင့်ယှက်ပြန်သတဲ့။ တတိယနေ့မှာတော့ အလွန်အရုပ်ဆိုး အကျည်းတန်တဲ့ ယောကျ်ား

ယောင်ဆောင်၍ နှောင့်ယှက်သတဲ့။ ဒီအခါ မထေရ်က ဆင်ခြင်မိသတဲ့၊ ဒီလိုလူ ဒီနယ်မှာ တစ်ခါမှ မမြင်ဖူးပါဘူး။ 'မာရ်နတ်များ ဖြစ်လေသလား'လို့ စဉ်းစားမိ၍ 'အသင် မာရ်နတ်လား' လို့ မေးလိုက်ပါသတဲ့။ ဒီအခါ 'မာရ်နတ် ဟုတ်ကြောင်း'ဝန်ခံပါသတဲ့။ မာရ်နတ်ဖြစ်ရင် အသင်ဟာ တန်ခိုးလည်း အလွန်ကြီးတယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို အသက်ထင်ရှား ဖူးမြော်ဖူးတယ်လို့လည်း တို့ကြားဖူးတယ်။ ဒါကြောင့် အသင် မာရ်နတ်ကြီး သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားပုံတော်ကို ဖန်ဆင်းပြစမ်းပါဟု တောင်းပန်သတဲ့။

ဒီအခါ 'မာရ်နတ်က ရဟန်း ငါဟာ တန်ခိုးကြီးတာလည်း မှန်တယ်၊ သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားကို အကြိမ်ကြိမ် ဖူးမြော်ဖူးတာလည်း မှန်တယ်။ ဒါပေမယ့် အမှန်တ

ကယ် မချွတ်တူအောင် ဗုဒ္ဓပုံတော်ကို ဖန်ဆင်းမှု ဆိုတာကတော့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ငါ စွမ်းသမျှ ဖန်ဆင်းပြပါ့မယ်ဟု ပြော၍ မာရ်နတ်မင်းကြီးဟာ သူ့ရဲ့ တန်ခိုးနဲ့ သက်တော်ထင်ရှား ဘုရားပုံတော် ကို တူနိုင်သမျှတူအောင် အစွမ်းကုန် ဖန်ဆင်းပြ ပါသတဲ့။

ဒီအခါ ဖုဿဒေဝမထေရ်က သြော် ကိလေသာ မကင်းသေးတဲ့ မာရ်နတ် ဖန်ဆင်းပြ တဲ့ ဘုရားသော်မှ ဒီလောက်သပ္ပါယ်တယ်ဆိုရင် ကိလေသာ ကင်းစင်တော်မူတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာ ဆိုရင် ဘယ်အထိ သပ္ပါယ်လိုက်မလဲနော် လို့ ဆင်ခြင်ပြီး ပီတိတွေ ဖြစ်လာပါသတဲ့။ အဲဒီ ပီတိကို ဝိပဿနာ ရှုလိုက်တာ ရဟန္တာဖြစ်သွား ပါသတဲ့။

ဘုန်းကြီး ပြောလိုတာက ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ သပ္ပါယ်တော်မူပုံကို သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်မဆိုနဲ့ တန်ခိုး အလွန်ကြီးတဲ့ မာရ်နတ်မင်းကြီးလို ပုဂ္ဂိုလ် တောင်မှ တူအောင် ဖန်ဆင်းမပြနိုင်ဘူးဆိုတာကို ပြောပြချင်လို့ ဒီဝတ္ထုကို ဟောရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

မာရ်နတ်မင်းကြီးသော်မှ တူအောင် မဖန်ဆင်းနိုင်တဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ လူ နတ်မက သပ္ပါယ်တဲ့ ရုပ်ဆင်းတော်ကို မန္တလေး ရုပ်ထု တော်က ပိုသက်ဝင်တယ်၊ ရန်ကုန် ရုပ်ထုတော် က ပိုသက်ဝင်တယ်လို့ ပြောလို့ မဖြစ်ပေဘူး။ အားလုံး ရုပ်တုတွေချည်းပဲ၊ ရုပ်တူ ရုပ်စစ် တစ်ဆူမှ မဟုတ်ဘူး။ ပန်းပုဆရာတွေက သူတို့ ကြားဖူးတဲ့ ဗဟုသုတနဲ့ မှန်းဆပြီး ကြည်ညိုလို ကြတဲ့ သူတော်စင်များ မှန်းဆကြည်ညိုနိုင် အောင် ထုလုပ်ထားတာဖြစ်တယ်။

စိတ်တော်အရည်အသွေး

ဒုတိယအနေနဲ့ လူ နတ်မက သပ္ပါယ်တော်မူတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ အဲဒီ ရုပ်ခန္ဓာတော်အတွင်းမှာ ကိန်းဝပ်နေတဲ့ စိတ်တော်ကို ကြည်ညိုကြရအောင်။ ဘုရားရှင်ရဲ့ စိတ်တော်ဟာ (က) အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်၊ (ခ)သဗ္ဗညုတဉာဏ်၊ (ဂ) မဟာကရုဏာတော်စတဲ့ အလွန်ကောင်းမြတ်လှတဲ့ အရည်အသွေးများနဲ့ ပြည့်စုံလှပါတယ်။

(က) အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ဆိုတာ = ကိလေသာအားလုံးကို သတ်ဖြတ်တတ်တဲ့ ရဟန္တာဖြစ်ကြောင်း ဉာဏ်တော်ကို အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်။

လူနတ်မက လှပတင့်တယ် သပ္ပါယ်တော်မူတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှာ

ကိန်းဝပ်နေတဲ့ စိတ်တော်ဟာ ဒီအရဟတ္တမဂ် ဉာဏ်ကြောင့် လိုချင်နှစ်သက် တပ်မက်တွယ် တာတတ်တဲ့ တဏှာလောဘ၊ စိတ်ဆိုး စိတ် ပျက်တတ်တဲ့ ဒေါသ၊ အမှန်သဘောကို မသိ မမြင်နိုင်တဲ့ မောဟ၊ မနာလို ဝန်တိုတတ်တဲ့ ဣဿာမစ္ဆရိယ၊ ထောင်လွှားတတ်တဲ့ မာန်မာန စတဲ့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေ ကင်းဝေး စင်ကြယ်ပြီး ကြည်လင်အေးမြတော်မူပါတယ်။

ဒါကို သိသာအောင် ပြောပါအုံးမယ်။ ဘုရားဖြစ်ပြီး ဆိတ်ကျောင်း ညောင်ပင်အောက် မှာ သီတင်းသုံးနေတဲ့အခါ ဝသဝတ္တီနတ်ပြည် က မာရ်နတ်၏ သမီးများဖြစ်ကြတဲ့ တဏှာ၊ အရတီ၊ ရဂါဆိုတဲ့ နတ်သမီးသုံးယောက်က သူမတို့ရဲ့ နတ်အာရုံတွေနဲ့ အမျိုးမျိုးအဖုံဖုံ မြူဆွယ် ဖြားယောင်းကြသတဲ့။ ဒါပေမယ့် ဗုဒ္ဓ

မြတ်စွာရဲ့ စိတ်တော်မှာ အနည်းငယ်မျှ တဏှာ ရာဂစိတ် ဖြစ်တော်မမူဘူးတဲ့။ ဒီလို နတ်အာရုံနဲ့ တွေ့ကြုံပေမယ့် လိုချင်တပ်မက်မှု မဖြစ်တာဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ စိတ်မှာ တဏှာရာဂ ကင်းတော်မူ လို့ပါပဲ။

ကောသမ္ဗီမြို့ထဲ ဆွမ်းခံဝင်လာတဲ့ ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာကို မာဂဏ္ဍိယ မိဖုရားကြီးက မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ လူမိုက်တွေကို ငွေပေးပြီး ဆဲနည်း (၁၀)မျိုးနဲ့ အဆဲခိုင်းသတဲ့။ ဒါပေမယ့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ စိတ်မှာ အနည်းငယ်မျှ ထိုလူမိုက်တွေအပေါ် ဒေါသမ ဖြစ်ဘူး။ ဒီလို မိမိအား ဆဲဆိုနေတာတောင် စိတ်မဆိုးခြင်းဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ စိတ်တော်မှာ ဒေါသကင်းနေလို့ပါ။

မိမိရဲ့ ဘုန်းတော် တန်ခိုးတော်တွေ ပျက် စီးအောင် ဂုဏ်ကျက် သရေတွေ ညှိုးမှိန်ကွယ်

ပျောက်အောင် အမျိုးမျိုး အပြစ်ပြော အပုပ်ချနေတဲ့ စိဥ္စမာဏလို မိန်းမယုတ်တွေ အပေါ်မှာလည်း စိတ်ဆိုးခြင်း မရှိပါဘူး။ ဒါဟာလည်း ဒေါသကင်းတော်မူလို့ပါပဲ။

ယောဂီတို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ စိတ်တော်မှာ ကိလေသာ ကင်းဝေး စင်ကြယ်တော်မူပုံကို ဤကဲ့သို့ ကြည်ညိုကြရမယ်။

(ခ) သဗ္ဗညုတဉာဏ်ဆိုတာ = သိစရာမှန်သမျှကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူတဲ့ ဉာဏ်တော်ကို သဗ္ဗညုတဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်မှာ အစွမ်းသုံးပါးရှိပါတယ်။ အဲဒီ သုံးပါးက–

(၁) သိစရာမှန်သမျှ တစမကျန် အကုန်အစင် ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်နဲ့ သိမြင်နိုင်တဲ့စွမ်းအင်။

(၂) အဲဒီလို သိထားတဲ့ တရားတော်တို့ကို

ဟောနည်းမျိုးစုံ ဝေါဟာရ အဖုံဖုံတို့ဖြင့် သိစွမ်းနိုင်တဲ့ စွမ်းအင်။

(၃) ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောပြောပြသဆိုဆုံးမမှ သံသရာဘဝဝဋ်မှက ကျွတ်လွတ်ကြမယ့် ဝေနေယျသတ္တဝါတွေရဲ့ ဣန္ဒြေစရိုက်အကြိုက်မျိုးစုံ အလုံးစုံကို သိနိုင်တဲ့ စွမ်းအင်များဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကို နည်းနည်း သိသာထင်ရှားအောင်ပြောပါဦးမယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် လောကအကြောင်းအရာ အားလုံးကိုလည်း သိတော်မူတယ်။ ဓမ္မဘက်မှာလည်း တရားအလုံးစုံကိုတစ်ခုမကျန် အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူတယ်။ ဒီလို လောကဓမ္မ နှစ်ဝသော အကြောင်းအရာတွေကို သိမြင်တော်မူခြင်းဟာ သဗ္ဗညုတဉာဏ်ရဲ့ အစွမ်းတစ်ပါး ဖြစ်တယ်။

ကိုယ်တော်တိုင် သိအပ်ပြီးသော ထို တရားများစွာတို့ကို သူတစ်ပါးသိအောင် ဟော ပြတဲ့အခါမှာ နည်းမျိုးစုံ၊ ဝေါဟာရအဖုံဖုံ ဘာသာ မျိုးစုံနဲ့ ဟောတော်မူရတာဖြစ်တယ်။ အဲဒီ ဟော နည်းမျိုးစုံ၊ ဝေါဟာရအဖုံဖုံ ဘာသာပေါင်းစုံတို့ကို လည်း တတ်သိတယ်၊ ဒီလို သိစွမ်းနိုင်တာဟာ လည်း သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ရဲ့ စွမ်းအင်တစ် ပါးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

လောကမှာ ဝေနေယျများစွာ သတ္တဝါ တွေ ရှိတယ်။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် မတူကြဘူး။ တစ်ချို့က ရာဂစရိုက်ရှိတယ် 'လောဘကြီးတယ်'၊ တစ်ချို့က ဒေါသစရိုက်ရှိ တယ်'ဒေါသကြီးတယ်'၊ တစ်ချို့က မောဟ စရိုက်ရှိတယ်'မောဟကြီးတယ်'၊ တစ်ချို့က သဒ္ဓါ စရိုက်ရှိတယ်'ယုံကြည်မှု အားကောင်း

တယ်'၊ တစ်ချို့က ပညာစရိုက်ရှိတယ် 'ဉာဏ်ကြီးတယ်'၊ တစ်ချို့က ဝိတက်စရိုက်ရှိတယ် 'အကြံအစည်များတယ်'၊ အဲဒီလို စရိုက်ဟာ တစ်ဦးနဲ့ တစ်ဦး မတူကြဘူး။ စရိုက် မတူသလို ကုန္ဒြေကလည်း ကွဲပြားကြပါတယ်။ တစ်ချို့က သဒ္ဓိန္ဒြေ စတဲ့ ကုန္ဒြေများ နုကြတယ်။ တစ်ချို့က ရင့်ကြတယ်။ သတ္တဝါတို့မှာ အလိုဆန္ဒဟု ခေါ်တဲ့ အဇ္ဈာသယ အကြိုက်ကလည်း ခြားနားကြသေးတယ်။ စိတ်နေစိတ်ထား တစ်ချို့က အောက်တန်းကျကြတယ်။ တစ်ချို့က အထက်တန်းကျကြတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ သတ္တဝါတို့ရဲ့ မတူခြားနားတဲ့ အဲဒီ စရိုက်အမျိုးမျိုး ကုန္ဒြေအဖုံဖုံ အဇ္ဈာသယခေါ် အကြိုက်အသွယ်သွယ်တို့ကို သိတော်မူတယ်။ ဒီလို သိတော်မူတာလည်း သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်၏ စွမ်းအင်တစ်ပါး

ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ခုပြောခဲ့တဲ့–

(၁) သိစရာ မှန်သမျှ လောကဓမ္မ နှစ်ဝ ဥသုံ အလုံးစုံကို အကုန်အစင် သိမြင်နိုင်ခြင်း။

(၂) သိထားတဲ့ တရားကို နည်းမျိုးစုံ ဝေါဟာရအဖုံဖုံ ဘာသာစုံနှင့် ဟောစွမ်းနိုင်ခြင်း။

(၃) ဝေနေယျများစွာတို့၏ ဣန္ဒြေစရိုက်တို့ကို သိတော်မူခြင်း။

ဒီစွမ်းအင်သုံးပါးနှင့် ပြည့်စုံတဲ့ သဗ္ဗညု တဉာဏ်တော်ကြီးဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ အမြဲလိုလို ဖြစ်ပေါ်နေပါတယ်။

(၈) မဟာကရုဏာတော်

'ကြီးမားသောသနားခြင်း'ကို 'မဟာကရုဏာ'လို့ခေါ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ သတ္တဝါတို့အပေါ်မှာ သနားကြင်နာမှုဟာ သူမတူအောင် သနားကြင်နာတော်မူပါတယ်။ ဘာကြောင့် ဒီလို

ပြောရသလဲဆိုရင် ဘုန်းကြီးတို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟာ ဒီပင်္ကရာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ခြေတော်ရင်းက ပင် အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ကို ရယူလို့ ရဟန္တာဖြစ် နိုင် သံသရာ ဘဝဝဋ်မှ လွတ်နိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ပါ။

ဒါပေမယ့် သတ္တဝါတွေဟာ အို၊ နာ၊ သေရေး အပါယ် ဘေးတွေနဲ့ လုံးထွေးနေကြ ရတယ်။ အဲဒီဘေးတွေကို မတွေးမရှုနိုင်ဘဲ မေ့လျော့နေကြတယ်။ အဲဒီ သတ္တဝါတွေကို သနားတော်မူလွန်းလို့ လက်ဝယ်ရောက်နေတဲ့ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ကြီးကို စွန့်လွှတ်ပြီး မိမိလည်း ဒီပင်္ကရာဘုရားလို ဝေနေယျ သတ္တဝါတွေကို ကယ်နိုင်တဲ့ ဘုရားတစ်ဆူဖြစ် အောင် ကြိုးစား မယ်ဆိုပြီး ပါရမီတော်တွေကို ဖြည့်တော်မူခဲ့ပါ တယ်။ အဲဒီလိုဖြည့်တဲ့အခါမှာ များစွာသော စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ စွန့်ရတယ်။ ဒါပေမယ့်

နှမြောရကောင်းမှန်း မသိပါဘူး။ မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း စတဲ့ ခြေလက်အင်္ဂါတွေ စွန့်ရ တယ်။ စွန့်ရလည်း နာကျင်လှချည်ရယ်လို့ နှလုံး မသွင်းပါဘူး။ များပြားလှတဲ့ အသက်တွေလည်း စွန့်ခဲ့ရတယ်။ စွန့်ရပေမယ့် ဆင်းရဲတယ်လို့ ညည်းညူတော် မမူပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ မေး ရင် သတ္တဝါတွေအပေါ်မှာ သနားကြင်နာလွန်း တဲ့ ကရုဏာတော်ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရား အဖြစ်သို့ရောက်တော့ အဲဒီ သနားကြင်နာမှုဟာ လွန်ကဲစွာ ကြီးမားလာတာပေါ့။

ဒီမဟာကရုဏာတော်ကြောင့်ပဲ (၄၅)ဝါ တိုင်တိုင် နေ့စဉ်နေ့တိုင်း တစ်နေ့ နာရီပေါင်း (၂၂)နာရီလောက် သတ္တဝါတွေရဲ့ ကောင်းကျိုး ကို ဆောင်ရွက်တော်မူပါတယ်။ နောက်ဆုံး ပရိ နိဗ္ဗာန်စံလုဆဲဆဲအချိန်၌သော်လည်း သုဘဒ္ဒပရိ

ဗိုဇ်ကို ခြေချတော်မူပါသေးတယ်။ အဲဒီ မဟာ
ကရုဏာတော်ဟာလည်း ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ စိတ်
တော်မှာ အမြဲလိုလို ကိန်းဝပ်ဖြစ်ပေါ်နေပါတယ်။

အခု ဘုန်းကြီးပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း လူနတ်
မက လှပတင့်တယ် သပ္ပါယ်တော်မူတဲ့ ဗုဒ္ဓ
မြတ်စွာရဲ့ ရုပ်ခန္ဓာတော်အတွင်းမှာ –

(က) အရဟံ စတဲ့ ဂုဏ်တော်တွေ
(ခ) အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်တော်
(ဂ) သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်
(ဃ) မဟာကရုဏာတော်

ဒီဂုဏ်ရည်တွေ ပြည့်နေတဲ့ စိတ်တော်
ကို ထည့်သွင်းအာရုံယူပြီး ပါဠိလို **'ဗုဒ္ဓေါ ဗုဒ္ဓေါ'**
ဖြစ်စေ၊ မြန်မာလို **'ဘုရား ဘုရား'** လို့ဖြစ်စေ
အကြိမ်ကြိမ် မပြတ် ရွတ်ဆိုပွားများရမယ်။ ဒါကို
ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားတယ်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီလို ရွတ်

ဆိုပွားများတဲ့အခါ အသက်ကို ပုံမှန်ရှူရမယ်။ ဗုဒ္ဓကို အမှန်တကယ် ကြည်ညိုတဲ့စိတ်နဲ့ စူးစိုက်စွာ ပွားများရမယ်။ မျှော်လင့်ချက်တွေနဲ့ မပွားရဘူး။ သံသယစိတ် ကြောက်တဲ့စိတ်တွေနဲ့ မပွားရဘူး။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ပွားများချိန်

ပွားများတဲ့အခါ ထိုင်ပွားခြင်း၊ စင်္ကြံလျှောက်ပွားခြင်း၊ ရပ်ပွားခြင်း၊ လဲလျောင်း ပွားခြင်းလို့ ဣရိယာပုထ်(၄)မျိုးလုံးနဲ့ နိုးနေသမျှတစ် ချိန်လုံး ပွားများရမယ်။

(၁) ထိုင်ပွားခြင်း – ဘုရားရှေ့မှာထိုင်သည့်အခါဖြစ်စေ၊ အခင်းပေါ်၊ ကုတင်ပေါ်၊ ကုလားထိုင်ပေါ်၊ ကား၊ ရထားပေါ် ထိုင်သည့်အခါဖြစ်စေ ဟိုနားဒီနား ထိုင်သည့်အခါဖြစ်စေ ထိုင်

နေရင်းလည်း **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'** လို့ ရွတ်ဆိုပွားများနေရမယ်။ **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'** လို့ ရွတ်ဆိုပွားများရင်း ထိုင်ရမယ်။

(၂) စင်္ကြံလျှောက်ပွားခြင်း – စင်္ကြံတစ်ကြောင်းတည်းမှာ အပြန်အလှန် စင်္ကြံပဲ လျှောက်လျှောက်၊ အိမ်ပဲ သွားသွား၊ ကျောင်းပဲ သွားသွား၊ ရုံးပဲ သွားသွား၊ ဈေးပဲ သွားသွား ဘယ်ကိုပဲ သွားသွား သွားနေရင်းလည်း **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'**လို့ ရွတ်ဆိုပွား၍ သွားရမယ်။ **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'**လို့ ရွတ်ဆိုပွားများရင်း သွားရမယ်။ ပီတိတွေ တစ်ဖွားဖွားဖြစ်လာအောင် ပွားများရမယ်။

(၃) ရပ်ပွားခြင်း – သွားရတာ ပင်ပန်းလို့ ရပ်ပြန်လည်း ဘယ်နေရာမှာပဲ ရပ်နေရပ်နေ၊ မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်ပဲ ရပ်နေရပ်နေ ရပ်နေရင်းလည်း**'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'**လို့ပွားနေရမယ်။

'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'လို့ ရွတ်ဆိုပွားများရင်း ရပ်နေရမယ်။

(၄) လဲလျောင်းပွားခြင်း – အိပ်ရာပေါ် လဲလျောင်းနေလည်း **'ဗုဒ္ဓေါ ဗုဒ္ဓေါ'**လို့ ရွတ်ဆိုပွားများ နေရမယ်။ အိပ်ချိန်ရောက်လို့ အိပ်ပြန်လည်းအိပ်မပျော်သေးရင် **'ဗုဒ္ဓေါ ဗုဒ္ဓေါ'** လို့ ရွတ်ဆိုပွားများနေရမယ်။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားရင်း အိပ်ပျော်သွားစေရမယ်။ အိပ်ရာမှ နိုးတဲ့အခါလည်း **'ဗုဒ္ဓေါ ဗုဒ္ဓေါ'**လို့ ရွတ်ဆိုပွားများရမယ်။

အမူအရာတိုင်း ပွားခြင်း

အိမ်မှုကိစ္စ၊ ရုံးကိစ္စ၊ အရောင်းအဝယ်ကိစ္စ၊ ဟိုကိစ္စ ဒီကိစ္စတွေ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရင်းလည်း **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'** ထမင်းစား၊ ရေသောက်၊ လက်ဖက်ရည်သောက် မုန့်စားနေရင်း

လည်း **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'** မျက်နှာသစ်၊ သွားတိုက်၊ လက်ဆေး၊ အဝတ်စားလဲတဲ့အချိန်တွေမှာလည်း **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'** စက်ဘီးစီး၊ ကားစီး၊ လေယာဉ်စီးတဲ့အချိန်မှာလည်း **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'**လို့ ရွတ်ဆိုပွားများရမယ်။ ရွတ်ဆိုပွားများတဲ့အခါ စိတ်နဲ့ ရွတ်ဆိုပွားများနေရမယ်။ နှုတ်နဲ့ ရွတ်ဆိုပွားများသင့်ရင်လည်း နှုတ်နဲ့ ရွတ်ဆိုပွားများရမယ်။

နှုတ်နဲ့ ရွတ်ဆိုပွားများသင့်တဲ့အခါဆိုတာ မိမိစိတ်မှာ လောဘတွေ ဖြစ်နေတဲ့အခါ၊ ဒေါသဖြစ်နေတဲ့အခါ၊ စိုးရိမ်မှု၊ ပူဆွေးမှု၊ စိတ်ဖိစီးမှုတွေ ဖြစ်နေတဲ့အခါနဲ့ စဉ်းစားစိတ်၊ စိတ်ကူးစိတ်၊ ပျင်းစိတ်၊ အိပ်ချင် စိတ်တွေ ဖြစ်နေတဲ့အခါမျိုးကို ဆိုလိုတယ်။ ဒီအခါမျိုးမှာ စိတ်နဲ့သာ ရွတ်ဆိုပွားများနေလို့ အဲဒီကိလေသာစိတ်တွေကို မပယ်ရှားနိုင်ဘူး။ နှုတ်နဲ့ မြန်မြန် ရွတ်ဆိုပွားများမှ ပယ်ရှားနိုင်မယ်။

'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'လို့ စိတ်ထဲမှာပဲ ရွတ်ဆို ရွတ်ဆို နှုတ်က အသံထုတ်လို့ပဲ ရွတ်ဆို ရွတ်ဆို ရွတ်ဆိုတိုင်း ရွတ်ဆိုတိုင်း ဘုန်းကြီးပြောခဲ့တဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ပုံတော်နှင့် ဂုဏ်တော်တွေကို စိတ်က ဆင်ခြင်နေရမယ်။ ရွတ်ဆိုရင်း ဆင်ခြင်၊ ဆင်ခြင်ရင်း ရွတ်ဆိုရမယ်။

မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ

အမရပူရမြို့ ကျွမ်းပြုအကျော် မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားလို့ ပြောပါက မြန်မာနိုင်ငံသာမက တစ်ကမ္ဘာလုံးကပင်သိကြပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ ကိုယ်တိုင်ကလည်း ဒီဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများတယ်။ တပည့် ရဟန်း ရှင် လူ ဖိုးသူတော်တို့ကိုလည်း နံနက်

ခင်း ဩဝါဒပေးတဲ့အချိန်တိုင်း နေ့စဉ်လိုလို ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ ပွားကြရန် တိုက်တွန်းလေ့ရှိတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ ပွားများအားထုတ်တာဟာ တကယ့်သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားကို အာရုံယူပြီး ပွားများအားထုတ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘာကြောင့် ပြောနိုင်ပါသလဲမေးခဲ့ရင် တစ်ခုသော အရုဏ်ဦးပိုင်းမှာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးဟာ မိမိနေထိုင် သီတင်းသုံးရာဖြစ်တဲ့ ကျောင်းဆောင်လေးရဲ့ အရှေ့ဘက် ဝရန်တာစင်္ကြံမှာ သင်္ကန်းကို လက်ကန်တော့တင်ပြီး မတ်တပ်ရပ် လက်အုပ်ချီပြီး အရှေ့ဘက် မျက်နှာမူကာ ဘုရားအာရုံပြုနေပါသတဲ့။

အဲဒီအချိန်မှာ ဗန်းမောက်က ကိုရင်ကြီး ကလည်း သူပြုနေကျ နေ့စဉ် ဝေယျာဝစ္စကို သွားရောက် ပြုလုပ်သတဲ့။ ဒီတော့ ဗန်းမောက် ကိုရင်ကြီးက ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ ပွားများနေ တဲ့ ဆရာတော်ကြီးကို ဖူးမြင်လိုက်ရပါသတဲ့။ ဒါနဲ့ အရဏ်ဆွမ်းစားအပြီး ဩဝါဒပေးချိန် ကျတော့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဗန်းမောက် ကိုရင်ကြီးကို **'ဗန်းမောက်ကြီး၊ မနက်စောက ဘုန်းကြီးကျောင်းပေါ် သန့်ရှင်းရေးလည်း လာမလုပ်ပါလား'** လို့မိန့်တယ်။ မိန့်တော့ 'လာ ပါတယ်ဘုရား' လို့ လျှောက်တယ်။ 'ဘုန်းကြီး မမြင်လိုက်ပါဘူး။ ဘယ်အချိန်က လာသလဲ'။ 'ဆရာတော် ကျောက်တော်ကြီးဘုရားကို လက် အုပ်ချီ ကြည်ညိုနေတဲ့အချိန်က လာတာပါဘု ရား' လို့ လျှောက်တယ်။ (ကျောက်တော်ကြီး

ဘုရားဆိုတာ ဆရာတော်ဘုရားကြီး သီတင်းသုံး တော်မူရာကျောင်းတော်ရဲ့ အရှေ့အရပ် တောင် သမန်အင်းရဲ့ တစ်ဘက်ကမ်းခြေမှာ ရှိတယ်)။

ဒီလို လျှောက်တော့ ဆရာတော်ဘုရား ကြီးက'ငါတော့ဒုက္ခပါပဲ၊ ဘယ်ကကျောက်တော် ကြီးဘုရားကို လက်အုပ်ချီ ကြည်ညိုနေတာ ဟုတ်ရမလဲ။ ဘုန်းကြီးကလေ ဘုရားအာရုံပြု ကြည်ညိုတဲ့အခါ ဘယ်တော့မှ ရုပ်ပွားဆင်းတု တော်လောက်၊ စေတီပုထိုးလောက်တွင် အာရုံ ပြု ကြည်ညိုတာမဟုတ်ဘူး။ အဲဒီ ရုပ်ပွားစေတီ တော်မှတစ်ဆင့် ဟို နှစ်ပေါင်း (၂၅၀၀)ကျော်အ ချိန်က သာဝတ္ထိ၊ ရာဇဂြိုဟ် စတဲ့ မြို့ရွာတွေမှာ သီတင်းသုံးနေထိုင်တော်မူတဲ့ သက်တော် ထင် ရှား တကယ့်မြတ်စွာဘုရားအထိ အာရုံယူပြီး ကြည်ညိုတာ၊ ပွားများတာပါ ဗန်းမောက်ရယ်။

ဘုန်းကြီးရဲ့ စိတ်က အမြဲတမ်း သာဝတ္ထိ၊ ရာဇဂြိုဟ် စတဲ့ မြို့တွေမှာ ရောက်နေတယ်'လို့မိန့်ပြီး ဩဝါဒတရား ဆက်လက်ဟောပါတယ်။

'ကိုရင်တို့၊ ဦးပဥ္စင်းတို့ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို နေ့စဉ်ပွားကြ၊ သတိရတိုင်း ပွားများကြ၊ အချိန်ရတိုင်း ပွားကြ၊ ဘုန်းကြီးကတော့ အမြဲတမ်း ပွားများတယ်။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ ပွားများမှ သဒ္ဓါတရား ဖြစ်ပွားလာတယ်။ ဒီတော့မှ သာသနာကို တကယ်ကြည်ညိုတယ်။ ကြည်ညိုမှလည်း အကျင့်ကို ရိုသေလေးစား ကောင်းမွန်စွာ ကျင့်တယ်။ သာသနာ့ တာဝန် အားသွန်ခွန်စိုက် ထမ်းဆောင်တယ်။ သာသနာပြုလုပ်ငန်းတွေလည်း အောင်မြင်တယ်။ စိတ်လည်း ချမ်းသာတယ်။ စိတ်ချမ်းသာတော့ ခန္ဓာကိုယ်ရုပ်လည်း ကျန်းမာတယ်။ ဒီဘဝလည်း ချမ်းသာ

နောင်ဘဝလည်း သုဂတိဘုံဘဝကို ဖြစ်ရတယ်။ ပွားတဲ့အခါမှာတော့ သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားအထိ အာရုံယူ ပွားများကြပါ။ ဖြူစင်တဲ့စိတ် ဘုရားကို တကယ်ကြည်ညိုတဲ့ စိတ်နဲ့ ပွားများကြပါ' စသည်ဖြင့် ဗုဒ္ဓါနုဿ တိဘာဝနာ ပွားများကြရန်ပဲ တိုက်တွန်းဩဝါဒ မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီးက အမြဲလိုလို ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို သတိရတော်မူတယ်။ သတိရတိုင်းလည်း လက်အုပ်ချီပြီး **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'**လို့ ရွတ်ဆိုလေ့ ရှိပါတယ်။ တစ်ခါတလေကျတော့ နှုတ်က မရွတ်ဘဲ စိတ်ထဲကပဲ ရွတ်ဆိုပွားများလေ့ရှိပါတယ်။ ဗုဒ္ဓနဲ့စပ်ရာ အကြောင်းအရာများကို ပြော ဟောတဲ့အခါတိုင်း အားပါးတရ ပြောလေ့ရှိတယ်။

ပြောရင်း ပီတိတွေဖြစ်လို့ အသံတော်ပါ ပျောက်ပြီး ဆက်မပြောနိုင်ဘဲ ခေတ္တရပ်နားနေရတဲ့အခါမျိုးတွေလည်း မကြာခဏ တွေ့ကြုံ ဖူးမြော်ရပါတယ်။

ဒီလို ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာနဲ့ ဆရာတော်ကြီးရဲ့ စိတ်တော်ကို အမြဲ ထုံမွှမ်းလေ့ရှိတယ်။ ထုံမွှမ်းလာတာ အချိန်ကြာလာသည့် အလျောက် သာသနာကို အသက်ပေးပြီး ကြည်ညိုတယ်၊ စောင့်ရှောက်တယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပြုတဲ့ သာသနာဟာ မြန်မာမဆံ့ ကမ္ဘာ တိုင်အောင် ပျံ့နှံ့ခဲ့ပါတယ်။ ပစ္စည်းလေးပါး လာဘ်လာဘများလည်း တစ်နေ့တခြား ပေါများလာတယ်၊ အခြံအရံ ပရိသတ်တွေလည်း တစ်နေ့ ထက်တစ်နေ့ ပိုမိုများပြားလာတယ်၊ နာမည်တော်လည်း ပိုမိုကြီးမားလာပါတယ်။ ဒီကောင်းကျိုးချမ်းသာ

အဖြာဖြာဟာ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ ပွားများလို့မို့ ရလာတဲ့ အကျိုးတရားများလို့ ဘုန်းကြီးက မှတ်တမ်းတင်ထားပါတယ်။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ ပွားများလို့မို့ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ကြည်လင်အေးမြပြီး ကြီးပွားချမ်းသာနေကြတဲ့ အခြားအခြား ဆရာတော် သံဃာတော်များနဲ့ လူ သူတော်စင်များလည်း မြောက်မြားစွာ ရှိကြမှာပါပဲ။

ဒေါ်နုယမင်းခင်နှင့် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ

လူ သူတော်စင်များအနက် ဒေါ်နုယမင်းခင်ရဲ့ ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားပုံအကြောင်းလေးကိုပြောပါအုံးမယ်။ ဦးဇော်မင်း ဒေါ်နုယမင်းခင် မိသားစုက ရန်ကုန်မြို့ တာမွေမြို့နယ်မှာနေထိုင်ပါတယ်။ သူ့စီးပွားရေး လုပ်ငန်းကတော့ 'မြန်မာပိုစတာရီ

ယမ်'အထည်ချုပ်စက်ရုံ မင်္ဂလာဒုံ စက်မှုဇုန်မှာ ပါ။ ဒကာမကြီးက အဲဒီမှာ စာရင်းကိုင် မန်နေဂျာဖြစ်ပါသည်။ သူဗုဒ္ဓါနုဿတိပွါးပုံက စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းတယ်။ မနက်အိပ်ရာထချိန်မှာ အိမ်ဦး ဘုရားခန်းရှိ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်အား မျက်နှာသစ်ရေ၊ သောက်တော်ရေ၊ ဆီမီးပန်းများ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းသတဲ့။ အရုဏ်တက်ချိန်၌ အရုဏ်ဆွမ်းများ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းတယ်။ ရုံးပိတ်ရက်များ၌ နေ့ဆွမ်းပါ ဆက်ကပ် လှူဒါန်းသတဲ့။ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းတဲ့အခါ သက်တော်ထင်ရှား ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားကို လှူဒါန်းတဲ့ အနေနဲ့ သံဃာတစ်ပါးဆွမ်းကပ်သလို ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းနဲ့ အချိုပွဲပါ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းသတဲ့။ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းရဲ့ အမည်များကိုလည်း လျှောက်ထား ပြီး ဆက်ကပ်ပါသတဲ့၊ အချိန်ရရင်

ရသလို ဘုရားရှေ့မှာ ဘုရားဂုဏ်တော် (၉)ပါး ရွတ်ဆို၍ ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားသတဲ့။ ရုံးချိန်တန်လို့ ရုံးသွား ပြန်တော့ ဘုရားကိုဦးချ၍ ဘုရားတပည့်တော်မ ရုံးကို သွားပါမယ်ဘုရား။ ရုံးကပြန်လာပြန်တော့လည်း ဘုရားတပည့်တော်မ ရုံးကပြန်လာပါပြီဘုရားလို့ လျှောက်ထားသတဲ့။ အကြောင်း ကိစ္စတစ်စုံတစ်ရာကြောင့် အပြင်ထွက်တဲ့ ဝင်တဲ့အခါမှာလည်း ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို ပန်ကြား၍ ဝင်ခြင်း ထွက်ခြင်း ပြုလုပ်ပါသတဲ့။ ရုံးပိတ်ရက်များ၌ ဘုရားကျောင်းဆောင်ကို သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်သတဲ့။ ပူတဲ့အိုက်တဲ့အခါမှာ အဲယားကွန်းလေနဲ့ ပူဇော်သတဲ့။ အချိန်ကြာမြင့်စွာ ဘုရားဂုဏ်တော်(၉)ပါး ရွတ်ဆို၍ ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားတယ်။ အကြောင်း တစ်စုံတစ်ရာကြောင့် လောဘ၊ ဒေါသ ဖြစ်ပြန်လည်း အရဟံဂုဏ်

တော်ကို အဓိပ္ပာယ်ပါ ဆင်ခြင်ပြီး ပွားများပါသတဲ့။

ဒေါ်နုယမင်းခင်ရဲ့ ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွါးပုံမှာ သက်တော်ထင်ရှား ဘုရားကို အာရုံယူပုံ၊ ဆွမ်းကပ်လှူပုံ စသည်တို့ဟာ အတုယူဖွယ် အလွန်ကောင်းပါတယ်။ အတုယူနိုင်ကြပါစေ။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားခြင်း၏ အကျိုး

အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း နေ့ရောညပါ အခါခပ်သိမ်း **'ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓေါ'**နဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို အမှတ်သတိရပြီး နေရမယ်၊ ဒီအခါ မိမိခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ဘုရားသီတင်းသုံးတဲ့ ကျောင်းတော်ကြီးလို ဖြစ်နေလို့ မိမိဟာ လူ၊ နတ် ဦးခိုက်ပူဇော်ထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်နေတယ်။ သိုက်သိုက်ဝန်းဝန်း ပူဇော်လည်း ပူဇော်လာကြတယ်။

ဒါ့ကြောင့်လည်း ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ အမြဲပွားတဲ့လူတွေမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ ပေါများကြ၊ ဘုန်းကြီးတွေမှာ ဘုန်းကြီးကြတာပေါ့။ လိုတိုင်းရ၊ တတိုင်းပြီး ဆိုသလို ရရှိနေကြတာပေါ့။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို အမြဲတစေ အမှတ်သတိရနေတော့ မိမိစိတ်မှာ ရာဂဒေါသ စတဲ့ ကိလေသာ အညစ်ကြေး၊ စိတ်ယုတ် စိတ်ပုပ်တွေ ဖြစ်ခွင့်မသာဘူး၊ မိမိစိတ်ဟာ ကြည်လင် အေးမြလာတယ်။ ဝမ်းသာမှု ပီတိများလည်းဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ငြိမ်းအေးလာတယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို အမြဲမပြတ် သတိရနေတော့ သတိအားလည်း အလွန်ကောင်းလာတယ်။ အသက်ကြီးပေမယ့် သတိလစ်တာ၊ သူငယ်ပြန်တာမျိုး မဖြစ်တော့ပါဘူး။ စာကျက်ဉာဏ်၊ စာဖြေဉာဏ်၊ တွေးခေါ်ဉာဏ်စတဲ့ဉာဏ်ပညာလည်း ကောင်းလာတယ်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကိုလည်း လွန်စွာ ကြည်ညို လေးစားလာတယ်။ ဒီတော့ မကောင်းမှု ပြုလုပ်ရမှာ ရှက်ကြောက်လာတယ်။ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို လွန်စွာပြုချင်လာတယ်။ ကြောက်စရာ လန့်စရာ အာရုံနဲ့လည်း မကြုံတွေ့ရတော့ဘူး။ ကြုံတွေ့လာလည်း မိမိစိတ်မှာ ဘုရားအာရုံ ရှိနေတော့ မကြောက်လန့်တော့ဘူး။ ဘေးအန္တရာယ် အသွယ်သွယ်လည်း ကင်းစင်လွင့်ပျောက်တယ်။ အရာရာမှာ သည်းခံလိုတဲ့စိတ်တွေ အားကောင်းလာပြီး အစစအရာရာ သည်းခံနိုင်လာတယ်။ ပြုလုပ်သမျှ အောင်မြင်တယ်။ ပြောသမျှ ပြီးစီးတယ်။ ကြံစည်သမျှ ထမြောက်တယ်။ သေကြစို့ဆိုတော့လည်း တွေဝေ မိန်းမောခြင်းကင်းလို့ တည်ငြိမ်အေးဆေးစွာသေရမယ်။ သေပြီးနောက်လည်း လူ့ပြည် နတ်ပြည်တို့၌သာ ဖြစ်ရတယ်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို စိတ်ဖြင့်သာ ကြည်ညိုရုံနဲ့ နတ်သားဖြစ်ရတဲ့ မဋ္ဌကုဏ္ဍလီနတ်သားအကြောင်း၊ ဘုရားရှင်ရဲ့ အသံတော်ကို ကြားရုံနဲ့ သေတဲ့အခါ နတ်သားဖြစ်ရတဲ့ ဖားနတ်သားအကြောင်း စတဲ့ဖြစ်ရပ်တွေ များစွာရှိပါတယ်။

ဒီလို အကျိုးတရားတွေကို ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ အင်ကောင်း အားကောင်းဖြစ်လာ လေလေ ပိုမိုများပြားစွာ ရရှိလေလေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားကို အာရုံပြုလို့ ဝမ်းသာမှုလေးတစ်ချက်မိမိစိတ်မှာ ဖြစ်လိုက်ရင်ပဲ တစ်ကမ္ဘာလုံးကိုစိုးပိုင်တဲ့ စကြာဝတေးမင်းဖြစ်ရခြင်းထက် ကောင်းမြတ်ပါသတဲ့။

ဘုရားရှိခိုး ရတဲ့ အကျိုး

ယောဂီသူတော်စင်တို့ ဘုရားရှိခိုးလို့ ရနိုင်တဲ့ အကျိုးပြလင်္ကာလေးများကို လိုက်ဆိုကြပါ။

ပညာကြီးရ၊ ရုပ်လည်းလှ
ဘုရားရှိခိုးသူ။
စိတ်တည်ကြည်ရ၊ ဉာဏ်ကောင်းလှ
ဘုရားရှိခိုးသူ။
ကြီးကဲဖြစ်ရ၊ လို တရ
ဘုရားရှိခိုးသူ။
အင်္ဂါစုံလှ၊ ပြောကောင်းရ
ဘုရားရှိခိုးသူ။
ခံတွင်းကိုယ်မှ၊ မွှေးကြိုင်ရ
ဘုရားရှိခိုးသူ။

သူဌေးဖြစ်ရ၊ မျိုးမြတ်လှ
ဘုရားရှိခိုးသူ။
ပူဇော်ခံရ၊ နတ်ဖြစ်ရ
ဘုရားရှိခိုးသူ။
ဘေးရန်ကင်းပ၊ မင်္ဂလာ ဖိုလ်ရ
ဘုရားရှိခိုးသူ။

ယောဂီသူတော်စင်များလည်း ဒီ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများသင့်ပါတယ်။ ပွားများအားထုတ်ကြပါ။ ဒီလို ပွားသင့်တယ်ဆိုတာ ဝိပဿနာ မပွားမီ ရှေးဦးပြုဖွယ်အနေနဲ့လည်း ငါးမိနစ်လောက် ပွားများသင့်ပါတယ်။

ဝိပဿနာပွားများ အားထုတ်နေခိုက်မှာ ရှုချင် မှတ်ချင်စိတ်တွေ လျော့နည်းလာတဲ့အခါမှာလည်း ဗုဒ္ဓါနုဿတိကို ပွားမည်။ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် စိတ်တွေညစ်၊ စိတ်တွေ ရှုပ်၊

စိတ်တွေ ပူလောင်နေလို့ တရားရှုမှတ် မကောင်းတဲ့အခါမှာလည်း ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများရပါတယ်။ ပထမတော့ အဲဒီညစ်မဲတဲ့စိတ်တွေကို ရှုမှတ်ရမည်၊ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ရမယ်။ ရှုမှတ်ပေမယ့် မရတဲ့အခါ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကို ပွားရမယ်။ ဘယ်လောက်ကြာကြာ ပွားရမလဲမေးရင် မိမိစိတ် ငြိမ်းအေးချမ်းသာလာသည့်အထိ ပွားများလိုက်ပါ။ စိတ် ငြိမ်းအေး ချမ်းသာလာမှပဲ ဝိပဿနာကို ပြန်ရှုမှတ်ရပါမယ်။ ဒီနည်းကို ယောဂီတို့ သတိထားကြရမယ်။ စိတ် ပူလောင်မှု စိတ်ညစ်မှု စဉ်းစားစိတ်တွေများလို့ ဝိပဿနာရှုလို့ မကောင်းတဲ့အခါတိုင်း ဒီနည်းကို ကျင့်သုံးကြရမယ်။ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာပွားလို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ပီတိ စသည်ကိုလည်း ဝိပဿနာ ရှုကြပါ။ ရှုမှတ်ပွားများကြလို့မို့ ဝိပဿနာဉာဏ်

မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်အထိ ရောက်သွားကြတဲ့ သူတော်စင်တွေလည်း များစွာ ရှိပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ယောဂီအပေါင်း သူတော်ကောင်းများလည်း ဒီဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ပီတိကို ဝိပဿနာရှုလို့ ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်အထိ ရောက်နိုင်ကြပါစေ။ နိဗ္ဗာန်မရောက်ခင် သံသရာကျင်လည်ရစဉ်မှာလည်း အသက်ရှည်ခြင်း၊ အဆင်းလှခြင်း၊ တန်ခိုးကြီးခြင်း၊ ပစ္စည်းဥစ္စာပေါများခြင်း၊ အစစအရာရာ အဆင်ပြေခြင်း စတဲ့ လောကီ ချမ်းသာများနဲ့လည်း ပြည့်စုံကြပါစေဟု ဆုမွန်ကောင်းတောင်းလျက် ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာ ဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီး လက်အုပ်ချီရှတ်ဖတ် ပူဇော်နေကျ ဗုဒ္ဓရဲ့ဂုဏ် တော်ဖွဲ့လင်္ကာများကို လိုက်ဆိုကြပြီး တရားသိမ်းကြရအောင်

ယောဂီတို့ လိုက်ဆိုကြပါ။

ဗုဒ္ဓဘွဲ့တော် ရထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်

လက္ခဏာတော်ကြီးငယ်၊ အသွယ်သွယ်ဖြင့်၊ သပ္ပါယ်လှစွာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါဝယ်၊ ပါရမီတော်အဟုန်၊ ကိုယ်လုံးခြုံ၍၊ မွမ်းထုံသင်းကြူ၊ သယမ္ဘူဟု၊ ဉာဏ်တူကင်းလတ်၊ အရဟတ်ဖြင့်၊ သတ်ဖြတ်ခပင်း၊ ကိလေရှင်းသား၊ ဉာဏ်ရင်းမဟာ၊ ကရုဏာနှင့်၊ သမ္မာသမ္ဗောဓိ၊ အစရှိလတ်၊ ဉာဏ်တော်မြတ်၏၊ ကိန်းဝပ်စံပျော်၊ ခန္ဓာပေါ်ဝယ်၊ ဘွဲ့တော်ဗုဒ္ဓ၊ တင်ပါရသည်၊ လောကထွတ်ထား မြတ်ဘုရား။

သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်၏ အစွမ်း (၃)ပါး

(၁) သိရန်မှန်က၊ မကျန်ရအောင်၊ လုံးဝ စုံလင်၊ အကုန်မြင်၊သဗ္ဗညုဉာဏ်တော်အစွမ်းတည်း။

(၂) သိသည့်တရား၊ များအပြား၌၊ ဟော ထားစဖွယ်၊ နည်းသွယ်သွယ်ကို၊ ခွဲယ်လှယ် စုံ လင်၊ အကုန်မြင်၊ သဗ္ဗညုဉာဏ်တော်အစွမ်းတည်း။
(၃) ကျွတ်ထိုက်ကြပေ၊ များဝေနေ၏၊ ဣန္ဒြေ စရိုက်၊ သူ့အကြိုက်ကိုနိုက်ချွတ်စုံလင်၊ အကုန် မြင်၊ သဗ္ဗညုဉာဏ်တော်အစွမ်းတည်း။

ဉာဏ်တော်စွမ်းပကား၊ ဤသုံးပါး ကြောင့်၊ အများဝေနေ၊ ကျွတ်လွတ်စေဖို့၊ မနေ မနား၊ သက်တော်အားဖြင့်၊ ကြီးမားလေဘိ၊ ရှစ် ဆယ်ပြည့်၍၊ ပရိနိဗ္ဗာန် စံသည့်တိုင်အောင် သယ်ယူဆောင်၊ ဘုန်းခေါင် ငါတို့ ဘုရားတည်း။

ဖိနပ်ဘွဲ့တော် ရထိုက်သောပုဂ္ဂိုလ်

ဘုန်းတော်ထိန်လျှမ်း၊ ကျွန့်ထိပ်ပန်းကား၊ အစွမ်းနှိမ်နင်း၊ နယ်ပယ်တွင်းမှ၊ လွတ်ကင်းထွက်ငြား၊ မာရ်နတ်သားတည်း။ ထပ်ပွားအသစ် မဖြစ်နိုင်စေ၊ ကိလေဘိသင်၊ မာရ်နှစ်အင်လောင်း အကြောင်းသမုဒယ၊ ပယ်ချုပိုင်ပိုင်၊ သိနိုင်သမျှ၊ ခန်–မစ္စုပဟု၊ နှစ်ခုမာရ်နှင်၊ ပေါင်းငါးအင်ကို၊ ပင်ဗောဓိမင်း၊ အောင်မြေရင်း၌၊ မကြွင်းကုန်စင်၊ အောင်ပွဲယဉ်သည်၊ မြတ်ရှင်ဖိနပ် ဘွဲ့တော်ဘုရား။

သာဓု – သာဓု – သာဓု။

⊛ ⊛ ⊛

ခု ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများလိုတဲ့ သူတော်စင်များအတွက် သိသင့်သိထိုက်သည့် ဘုရားဂုဏ်တော်(၉)ပါး ပါဠိနှင့် ပါဠိအနက်ကို

ဖြည့်စွက်ဖော်ပြလိုက်ပါသည်။

ဂုဏ်တော်(၉)ပါးလုံးကိုဖြစ်စေ ထို(၉)ပါး တို့တွင် မိမိနှစ်သက်ရာဂုဏ်တော် တစ်ပါးပါး ကိုဖြစ်စေ ပွားများနိုင်ပါတယ်။ ပွားများတဲ့အခါ ပထမတော့ စာအုပ်ကို ကြည့်ပြီး ရွတ်ဆိုပွားများ ပေါ့။ နောက်တော့ အလွတ်နှုတ်တက်ရအောင် ကျက်၍ စာအုပ်မကြည့်ဘဲ ရွတ်ဆိုပွားများ နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။ အကျိုးရခြင်းကတော့ အလွန်ကြီး မထူးပါဘူး။ ဘုရားရှင်ကို ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရား အင်အားနဲ့ စူးစိုက်စွာ ပွားများမှု အမြဲပွားများမှု၊ နေ့စဉ်ပွားများမှုတွေကသာ အဓိကဖြစ်တယ်။ အရေးကြီးတယ်။ သတ္တဝါ တွေ ဘောဂသမ္ပတ္တိလို့ခေါ်တဲ့ ပစ္စည်းပေါ်များဘို့ ဘဝသမ္ပတ္တိလို့ခေါ်တဲ့ လူ့ပြည် လူချမ်းသာ၊ နတ် ပြည် နတ်ချမ်းသာ ရောက်ဖို့ ရဖို့ နိဗ္ဗာန သမ္ပတ္တိ

လို့ခေါ်တဲ့ နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာ ရဖို့ဆိုတာ အဲဒီသဒ္ဒါ စတဲ့ တရားတွေရဲ့ စွမ်းအင်ပါပဲ။

ဘုရားဂုဏ်တော် (၉)ပါး

ဣတိပိ သော ဘဂဝါ

(၁) အရဟံ

(၂) သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ

(၃) ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော

(၄) သုဂတော

(၅) လောကဝိဒူ

(၆) အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ

(၇) သတ္ထာ ဒေဝ မနုဿာနံ

(၈) ဗုဒ္ဓေါ

(၉) ဘဂဝါ

အရဟံ = ကိလေသာ အညစ်အကြေးတို့မှ ကင်းဝေးစင်ကြယ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ = သိစရာမှန်သမျှ တစ်စမကျန် သယမ္ဘူဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော = အသိတရား အကျင့်တရားတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား (ဝါ) ဝိဇ္ဇာသုံးပါး၊ ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး၊ စရဏတရား တစ်ဆယ့်ငါးပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

သုဂတော = ကျိုးရှိဟုတ်မှန် နှစ်တန်သော စကားကိုသာ မိန့်ကြားတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။ (ဝါ) ကျိုးရှိဟုတ်မှန် သူ ခံသာသောစကားနှင့် ကျိုးရှိဟုတ်မှန် သူ မခံသာသောစကား ဤနှစ်ပါးကိုသာ မိန့်ကြားတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။

လောကဝိဒူ = သတ္တလောက၊ ဩကာသလောက သင်္ခါရလောကတည်း ဟူသော လောက သုံးခွင်ကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ = မယဉ်ကျေးကြငြား သတ္တဝါများကို ယဉ်ပါးလေအောင် သွေးဆောင်ဆုံးမခြင်း၌ တုဘက်ကင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

သတ္ထာဒေဝ မနုဿာနံ = လူ၊ နတ် ၊ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ဆရာတစ်ဆူ အစစ် ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဗုဒ္ဓေါ = သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား (ဝါ) သစ္စာလေးအင် ကိုယ်တိုင်မြင်၍ များဖြင်ဝေ

နေ တပည့်တွေကိုလည်း သိစေတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဘဂဝါ = ဣဿရိယ စသည့် ဘုန်းခြောက်လီနှင့် စုံညီပြည့်ဝတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ ကိုယ်တော်မြတ်၏ စိတ်တော်ကို စိုးပိုင်နိုင်နင်းတော်မူခြင်းတည်း ဟူသော **ဣဿရိယ** ဘုန်းတော်။

မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ကိုးတန်သော လောကုတ္တရာ တရားတည်းဟူသော **ဓမ္မ**ဘုန်းတော်။ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သုံးဖြာသော လောကတွင် ပျံ့နှံ့ကျော်စောရခြင်း တည်းဟူသော **ယသ**ဘုန်းတော်။

အင်္ဂါကြီးငယ် တင့်တယ်ပြည့်ဖြိုး အချိုးတကျ သပ္ပါယ်တော်မူလှခြင်းတည်းဟူသော **သိရီ** ဘုန်းတော်။

အလိုတော်ရှိတိုင်း မဆိုင်းခဏ ပြီးစီးတော်မူရခြင်းတည်းဟူသော **ကာမ** ဘုန်းတော်။ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်၊ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တိုင်အောင်ရစေနိုင်သည့် ကြံခိုင် ကြီးမားသော ဝီရိယတော်တည်းဟူသော **ပယတ္တ**ဘုန်းတော်။

ဤဘုန်းတော်ခြောက်စုံနှင့် ကုံလုံပြည့်ဝတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဤသို့လျှင် အရဟံစသား ဂုဏ်ကိုးပါးနှင့် ထူးခြားကုံလုံ ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားကို တပည့်တော်သည် ကြည်ညိုမြတ်နိုးလက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

(ချမ်းမြေ့ဆရာတော်)

ကံသာ အမိ၊ ကံသာ အဖ

မိမိအတွက် တကယ့်အရေးမှာ အားကိုးရာအစစ် အားထားရာ အမှန်ဟာ ကံတရားပါပဲ။ ကံဆိုတာ မိုးပေါ်ကျမဟုတ် မိမိ အလုပ်ပဲ။ အဲဒီကံ က နှစ်မျိုးရှိတယ်။ ကောင်းတဲ့အလုပ် **'ကုသိုလ်ကံ'**၊ မကောင်းတဲ့ အလုပ် **'အကုသိုလ်ကံ'** ဒီနေရာမှာ ကုသိုလ်ကံကို ပြောတာ။ အကုသိုလ်ဟာ ကံတော့ကံပဲ ဒါပေမယ့် မိမိဘဝရဲ့ ချမ်းသာရေးအတွက် အမိအဖလို အားကိုးမရလို့ ဒီနေရာမှာ 'ကံ'လို့ မခေါ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ကုသိုလ်ကံ (ကောင်းတဲ့ အလုပ်)ကို အခွင့်သင့်တိုင်း ကြိုးစားပြုလုပ် အားထုတ်ကြပါ။

အချိန်ဆိုတာ

သူတော်ကောင်းတို့ အချိန်ဆိုတာ သတ္တဝါတို့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ အသက်ကို စားမျိုတတ်လို့ အချိန်လို့ ခေါ်တာပါ။ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ အိုအောင်၊ နာအောင်၊ သေအောင်အထိ စားတာပါ။ အချိန်စားလို့ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ အသက် မကုန်ခင် (မသေခင်) အသိနဲ့ ယှဉ်ပြီး ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာဆိုတဲ့ အသေလွတ်ကြောင်း ကုသိုလ်တရားတွေ များများလုပ်နိုင်ဖို့ သတိထားပြီး ကြိုးစားကြပါ။

အချိန် နှစ်မျိုး

(၁) တန်ဖိုးမရှိတဲ့ အချိန်

(၂) တန်ဖိုးရှိတဲ့ အချိန်လို့ အချိန်နှစ်မျိုးရှိတယ်။

'တန်ဖိုးမရှိတဲ့အချိန်'ဆိုတာ အကုသိုလ် ဒုစရိုက် ဆိုင်ရာတွေကို ကြံစည်နေတဲ့ အချိန်၊ ပြောဆိုနေတဲ့အချိန်၊ ပြုလုပ်နေတဲ့အချိန် ဖြစ်တယ်။ **'တန်ဖိုးရှိတဲ့အချိန်'**ဆိုတာ ကုသိုလ် ကောင်းမှုတွေ ကြံစည်နေတဲ့ အချိန်၊ ပြောဆိုပြုလုပ်နေတဲ့အချိန် ဖြစ်တယ်။ တန်ဖိုးမရှိတဲ့ အချိန်တွေကို အလဟဿ ဖြုန်းတီးခြင်းဟာ နှမြောစရာ မဟုတ်ပေမယ့် တန်ဖိုးရှိတဲ့ အချိန်တွေကို ကောင်းကျိုးမပြီး အချည်းနှီးဖြုန်းတီးပစ်လိုက်ခြင်းဟာ အလွန် ဝမ်းနည်းစရာ ကောင်းပါတယ်။ ဒီဘဝမှာ နောက်ထပ် အစားထိုးလို့ လုံးဝ မရ တော့ပါ။

သာသနာပြုခြင်း လေးမျိုး

သာသနာပြုတယ်ဆိုတာ–

(၁) ကမ္ဘာ့သာသနာပြု

(၂) မြန်မာ့သာသနာပြု

(၃) တစ်ပိုင်တစ်နိုင်သာသနာပြု

(၄) ကိုယ်ပိုင်သာသနာပြုလို့ (၄)မျိုးရှိတယ်။

နိုင်ငံတကာကို (ကမ္ဘာ)ကို သာသနာပြုနိုင်အောင် ကြိုးစားကြပါ။ ကမ္ဘာ့သာသနာ မပြုနိုင်လျှင် မြန်မာ့သာသနာ ပြုကြပါ။ မြန်မာ့သာသနာကိုလည်း မပြုနိုင်သေးရင် တစ်ပိုင်တစ်နိုင်သာသနာပြုကြပါ။ တစ်ပိုင်တစ်နိုင် သာသနာကိုတောင် မပြုနိုင်ပါဘူးဆိုရင် ကိုယ်ပိုင် သာသနာလေးကိုတော့ ပြုနိုင်အောင် ပြုကြပါ။ မဖြစ်မနေ ပြုကြပါ။

ကိုယ်ပိုင်သာသနာပြု

မိမိကိုယ်တိုင် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အကျင့်တို့ကို ကောင်းမွန်စွာ ကျင့်ကြံနေထိုင်ခြင်း။

တစ်ပိုင်တစ်နိုင် သာသနာပြု

မိမိနဲ့ စပ်ဆိုင်ရာလေးတွေကို ကောင်းကောင်းနေဖို့ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ကိုယ်ကျင့်တရားတို့ကို ကောင်းမွန်စွာ ကျင့်ကြဖို့ ဟောပြောခြင်း။

မြန်မာ့သာသနာပြု

မြန်မာပြည်အနှံ့ မြန်မာပြည်သူ ပြည်သားတွေ ကောင်းမွန်စွာ နေထိုင်ကြဖို့ ဟောပြောဆုံးမခြင်း။

ကမ္ဘာ့သာသနာပြု

နိုင်ငံတိုင်း နိုင်ငံတိုင်း ကမ္ဘာအနှံ့ ကောင်းမွန်စွာနေဖို့ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ ကောင်းမွန်စွာ ကျင့်ဖို့ ဟောဖော်ညွှန်ကြား ဆိုဆုံးမခြင်း။

အားလုံး ဧည့်သည်တွေချည်းပဲ

တွေ့ခိုက်၊ ကြုံခိုက်၊ အတူနေခိုက် လမ်းမခွဲခင် ကောင်းကောင်း မွန်မွန် နေကြ၊ ချစ်ခင်ယုယစွာ ပေါင်းသင်းကြ၊ ကောင်းမှုကုသိုလ် ပြုလုပ်ကြ၊ တစ်ဦးအပေါ် တစ်ဦး ကြင်နာသနားကြ၊ စောင့်ရှောက်ကြ၊ ကူညီကြ၊ အားလုံး ဧည့်သည်တွေချည်းပဲ။ ဧည့်သည်ဆိုတာ ခေတ္တခဏဒီ နေရာမှာ တွေ့ဆုံနေကြတာပါ။ အမြဲတစေ နေကြရမှာမဟုတ်ဘူး။ တစ်နေ့တစ်ချိန်ကျတော့ ကိုယ့်အထုပ်ကိုယ်ထမ်းပြီး ကိုယ့်ခရီးကိုယ် ဆက်လျှောက်လှမ်းကြရမည့်သူချည်းပါပဲ။

အပြစ်ဆိုတာ ရှိကြစမြဲပါ

အသင်းအပင်း အဖွဲ့အစည်းများနဲ့ ပြု လုပ်ဆောင်ရွက်ကြ၊ မိသားစုတွေ နေကြထိုင်ကြ တဲ့အခါ အနေကြာလာရင် အပြစ်ဆိုတာ အနည်းနဲ့ အများဆိုသလို ဖြစ်ပေါ်လာတတ် တယ်။ အားလုံးလိုလိုက ကိလေသာ ကင်းကြ သေးတာမှမဟုတ်ဘဲ။ အပြစ်ဆိုတာ ကိလေသာ ရဲ့ အရိပ်အရောင်တွေပဲ။ တွေ့ကြုံလာတဲ့ အဲဒီ တစ်စုံတစ်ရာအပြစ်ကို ယောနိသောမနသိကာ ရနဲ့ ခွင့်လွှတ်နိုင်ရတယ်။ ဒါမှ စိတ်ချမ်းသာ တယ်။ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်တယ်။ အပေါင်းအသင်း များတယ်။ လူချစ်လူခင် များတယ်။ လုပ်ရပ်တွေ အောင်မြင်တယ်။

'ယောနိသော မနသိကာရ'ဆိုတာ အဆင်ပြေအောင် ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် နှလုံးသွင်းခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။ လူကြီးများတော့ အသက်ကြီးရှာလို့၊ ကလေးများတော့ ငယ်သေးလို့၊ ပညာရှိ ချွတ်ချော်တော့ 'ပညာရှိ သတိဖြစ်ခဲ'တဲ့၊ လူမိုက် ချို့ယွင်းတော့ မသိနားမလည်ရှာလို့ နှလုံးသွင်းတာမျိုးပေါ့။

ဘယ်အာရုံမျိုးနဲ့ ကြုံကြုံ၊ ဘယ်လိုလူမျိုးနဲ့ တွေ့တွေ့၊ ဘယ်အရပ်မှာပဲ နေရနေရ စိတ်ချမ်းသာအောင် (ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်)နှလုံးသွင်းရမယ်။

ချမ်းမြေ့မြိုင်ဆရာတော်