



ဓမ္မဗျူဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့
(လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာ ဓမ္မစာပေသင်တန်းကျောင်း)
တော်သလင်းလပြည့် - ဂရုဓမ္မအခါတော်နေ့
(သီလ အခါတော်နေ့)

ဂရုဓမ္မသီလ

- (၁) ရှေးကမ္ဘာဦးအခါကစပြီး ဘုရားအလောင်းစသော ရှေးသူတော်ကောင်းကြီးများ စောင့်ထိန်းကျင့်သုံးခဲ့သည့် လူ့ကျင့်ဝတ်-ကမ္ဘာစောင့်တရား (ကမ္ဘာစောင့်သီလ)
- (၂) ရှေးကမ္ဘာဦးအခါက စတင်ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည့် လူ့စည်းကမ်းဖြစ်သော သီလ၊ (ပဝေဏီဓမ္မ)
- (၃) ရှေးဘုရားလောင်း သူတော်ကောင်းကြီးများ အလေးအမြတ်ပြု၍ စောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်းအပ်သော သီလ၊ (ဂရုဓမ္မသီလ)
- (၄) စကြဝတေးမင်းကြီး ထိန်းသိမ်းအုပ်ချုပ်တော်မူခဲ့သော စည်းကမ်းဥပဒေ၊ (စက္ကဝတ္တိ ဓမ္မသတ်)
- (၅) ဣရုတိုင်းသားများ စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်း ကျင့်သုံးသည့် သီလ၊ (ဣရုဓမ္မသီလ)
- (၆) လူတိုင်း လူ့စည်းကမ်းအနေဖြင့် မြဲမြံစွာ စောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်းအပ်သော သီလ၊ (နိစ္ဆူသီလ)
- (၇) လူမှန်လျှင် လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် ဓမ္မတရား၊ (ဓမ္မတာသီလ)
- (၈) လူပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ (ဂဟဋ္ဌသီလ)
- (၉) မြတ်စွာဘုရား တားမြစ်ထားအပ်သော သီလ၊ (ဝါရိတ္တသီလ)
- (၁၀) ကျင့်သုံးအပ်-ကျင့်သုံးသင့်-ကျင့်သုံးထိုက်သော သီလ၊ (သိက္ခာပဒသီလ)
- (၁၁) အရေအတွက် ငါးပါးရှိသော သီလ၊ (ပဉ္စသီလ)
- (၁၂) အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များ နှစ်သက်မြတ်နိုးစွာ စောင့်ထိန်းသည့် သီလ၊ (အရိယကန္တသီလ)
- (၁၃) လောကရှိ သတ္တဝါပေါင်းများစွာတို့၏ အသက်၊ စည်းစိမ်ပေါင်းများစွာကို ကယ် တင် စောင့်ရှောက်ပေးသည့်တရား၊ (လောကပါလ-ကမ္ဘာစောင့်သီလ)
- (၁၄) ကမ္ဘာ့ဥပဒေအားလုံး၏ အနှစ်သာရများ အကျုံးဝင်သော တရား၊ (ကမ္ဘာ့ဥပဒေကြီး)

တော်သလင်းလပြည့်နေ့-ကုရုဓမ္မအခါတော်နေ့

ကုရုတိုင်းသားများ ကျင့်သုံးသည့်တရား (ကုရုဓမ္မ)၏ ဂုဏ်ကျေးဇူး၊ တန်ခိုး၊ အစွမ်းသတ္တိသည် မိုးတွင်းကာလ(မိုးခေါင်နေသည့် ကာလိဂံတိုင်းနှင့် ဆက်စပ်ပြီး) သိသိသာသာ ပေါ်လွင်ထင်ရှားခဲ့သည့်အတွက် မိုးတွင်းကာလ၏ လပြည့်နေ့ တစ်နေ့ဖြစ်သော တော်သလင်းလပြည့်နေ့ကို ကုရုဓမ္မအခါတော်ဟု သတ်မှတ်ခေါ်တွင်ကြသည်။

❖ **ဂရုဓမ္မအခါတော်နေ့**

ကုရုဓမ္မကို ကုရုတိုင်းသားများ ကျင့်သုံးပုံက အလေးအနက်ရှိလွန်း၊ အထွတ်အမြတ်ထားလွန်း၊ ဂရုစိုက်လွန်းလှ၍ ‘ဂရုဓမ္မအခါတော်နေ့’ဟုလည်း ခေါ်ကြသည်။

❖ **ဂရုဓမ္မသီလ အထူးစောင့်ထိန်းသူ**

ကုရုတိုင်း၊ ဣန္ဒပတ္တမြို့တော်၊ ဓနုဉ္ဇယကောရဗျမင်းကိုယ်တိုင် ဂရုဓမ္မသီလကို လေးစား ရိုသေစွာ စောင့်ထိန်းသဖြင့် ပြည်သူပြည်သားတို့သည်လည်း အများအားဖြင့် မင်းသို့ အတုလိုက်၍ “အတုမြင်၊ အတတ်သင်” ဆိုသလို ဂရုဓမ္မသီလကို စောင့်ထိန်းကြကုန်၏။

အထူးသဖြင့် လေးလေးစားစား မြတ်မြတ်နိုးနိုး ရိုရိုသေသေ ဂရုဓမ္မသီလကို စောင့်ထိန်းသူများအဖြစ်ဖြင့် ထင်ရှားသော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ တစ်ကျိပ်တစ်ယောက် ရှိကြလေသည်။

- (၁) ဓနုဉ္ဇယ ကောရဗျမင်း (ငါးပေါ်မြားကျ၊ သံသယ၊ သီလ မနှစ်သက်)
- (၂) ကောရဗျမင်း၏ မယ်တော်(အငယ်ချွေးမ၊ စန္ဒကူးရ၊ ")
- (၃) မိဖုရားခေါင်ကြီး (မတ်ကို မြင်က၊ တပ်ရာဂ၊ ")
- (၄) အိမ်ရှေ့မင်း (လူများ ဒုက္ခ၊ မိုးစိုရ၊ ")
- (၅) ပုရောဟိတ်အမတ် (ရထားကိုရ၊ ကောင်းလေစွ၊ ")
- (၆) မြေတိုင်းအမတ် (ပုစွန်ကျောမ၊ ထိုးဝါးကျ၊ ")
- (၇) ရထားမှူး (မြင်းသိန္ဓဝ၊ နှင်တံချ၊ ")
- (၈) သူဌေး (အခွန်မဆောင်ခင်၊ စပါးပင်၊ ယူငင်သုံးလျက်၊ ")
- (၉) တင်းခြင်အမတ် (စပါးခြင်ရ၊ ပမာဒ၊ ")

(၁၀) တံခါးမှူး (မောင်နှမအား၊ လင်မယား၊ ပြောကြားမိတွက်၊ သီလမနှစ်သက်)

(၁၁) ပြည့်တန်ဆာမ (သုံးနှစ်စောင့်မှ၊ လူပြောင်းရ၊ သီလမနှစ်သက်)

- ◆ ကောရဗုပင်း ၊ မိရင်းမယ်တော်
ဒေဝီဘုန်းဟေ ၊ အိမ်ရှေ့အကျော်
ပုဂ္ဂေဟိတ်ကြီး ၊ ထိပ်သီးလူတော်
မြေတိုင်းမင်း ၊ သန့်ရှင်းသီလတော်။
- ◆ ရထားမှူးနှင့် ၊ သူဌေးလူမော်
တင်းခြင်, တံခါးမှူး၊ လူထူးတစ်ဖော်
ပြည့်တန်ဆာမ ၊ ရုပ်လှအကျော်
ဆယ့်တစ်ယောက် ၊ စောင့်ရှောက် သီလတော်။
- ◆ မိုးခိုး, လယ်, နှောင်း၊ အကောင်းညီညာ
မြေညီဇာဓာတ် ၊ ကောင်းမြတ်သည်သာ
ကောက်ဝံနံ့သီး ၊ ကြီးထွားလှစွာ
ရသဓာတ် ၊ ပေါ်လတ် ထိုအခါ။
- ◆ ဂုဏ္ဍ ၊ သီလအဟုန်
ကုရုတိုင်း၏ ၊ အိမ်ရှိလူကုန်
ဆန်ရေစပါး၊ ၊ ဝတ်စားပြည့်စုံ
ပျော်မဆုံး ၊ ရွှင်ဖြိုး ချမ်းသာကုန် ။ ။

- ◆ ပြည့်တန်ဆာမ ၊ ဥပ္ပလ ဝဏ္ဏ
တံခါးမှူးက ၊ ပုဏ္ဏထေရ်ပါ
မြေတိုင်းမတ်ကြီး ၊ ကစွည်းမဟာ
တင်းခြင်ကား ၊ သားကြီး မောဂ္ဂလာ။
- ◆ သူဌေးကပိ ၊ သာရိပုဏ္ဏ
ရထားမှူးက ၊ အနုရုဒ္ဓိ
ဆရာပုဂ္ဂေ ၊ ကဿပေါပါ
အိမ်ရှေ့မြတ် ၊ မှတ်လတ် အာနန္ဒာ။
- ◆ ဒေဝီအဂ္ဂ ၊ မှတ်ကြ ယသော်
မယ်တော်ကြီးက ၊ ခုလည်း မယ်တော်
ကောရဗုပင်း ၊ သေဌ်နှင်း လူမော်
ဘုရားမြတ် ၊ မှတ်ကြ ငါ့ကိုယ်တော်။
- ◆ ဂုဏ္ဍ ၊ မည်ရ ဇာတ်တော်
ငါးပါးသီလ ၊ စောင့်ကြ ထိုရော်
သီလတန်ခိုး ၊ ဖွံ့ဖြိုး လိုသော်
ကျွန်ုပ်တို့ ၊ စောင့်စို့ မကျူးကျော် ။ ။

(အဘိဓမ္မေဟာရဋ္ဌဂုရု၊ ရွှေဟင်္သာဆရာတော်ဘုရားကြီး)

သီလရနံ - မွှေးယုံကြိုင်စွာ၊
 သီလဆင်သိုင်း - ရှုတိုင်းလှမှာ၊
 သီလစောင့်ငြား၊ မလားပါယ်ရွာ၊
 မြတ်သီလ - စိတ်ချကိုးကွယ်ရာ။

(မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး)

သီလ

- (၁) ကာယကံ- ဝစီကံတို့ဖြင့် အကုသိုလ်-ဒုစရိုက်များ မလွန်ကျူးစေရန် စောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်းရမည့် တရား။
- (၂) ကိုယ်၊ နှုတ်တည်းဟူသော ကိုယ်နှင့် ကျင့်ရသည့်တရား၊ (ကိုယ်ကျင့်တရား)
- (၃) ကိုယ်ချင်းစာပြီး ကျင့်ရသည့်တရား၊ (။)
- (၄) ကိုယ်ကြိုက်တာကိုသာ ကျင့်ရသည့်တရား၊ (။)

❖ လောကီအကျိုးတရား ၅-ပါး

- (၁) ပစ္စည်းဥစ္စာ မပျက်မစီး တိုးတက် ပွားများခြင်း။
- (၂) ကောင်းသောသတင်း ပျံ့နှံ့ ကျော်ကြားခြင်း။
- (၃) ပရိသတ်အလယ်သို့ ဝင်ရလျှင် ရွှင်လန်းဝမ်းသာ ရဲရင့်စွာ ဝင်နိုင်ခြင်း။
- (၄) မတွေ့မဝေ သေရခြင်း။
- (၅) သေလွန်ပြီးနောက် သုဂတိဘဝသို့သာ လားရောက်ရခြင်း။

(တစ်နည်း)

- (၁) အတ္တာနုဝါဒဘေး စသော ဘေး ၄-မျိုးမှ လွတ်ကင်းချမ်းသာစေခြင်း။
- (၂) ဂုဏ်သတင်း ကျော်စောစေခြင်း။
- (၃) အခြွေအရံ ပေါများခြင်း။
- (၄) မဂ်-ဖိုလ်သို့တိုင် ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် ရရှိစေခြင်း။

❖ လောကီအကျိုးတရား ၅-ပါး

- (၁) အဝိပွဋ်သာရ - နောင်တတစ်ဖန် ပူပန်ခြင်း၊ စိတ်နှလုံး မသာမယာ ဖြစ်ခြင်း သဘောများ မရှိဘဲ စိတ်ကြည်လင် ရွှင်လန်းရခြင်း၊
- (၂) ပါမောဇ္ဇ - ဝမ်းမြောက်ရခြင်း၊
- (၃) ပီတိ - နှစ်သက်မှုဖြစ်ခြင်း၊
- (၄) ပဿဒ္ဓိ - ကိုယ်စိတ် နှစ်ပါး ငြိမ်းအေးခြင်း၊

- (၅) သုခ - ကိုယ်စိတ် နှစ်ပါး ချမ်းသာခြင်း၊
- (၆) သမာဓိ - စိတ်တည်ငြိမ်ခြင်း၊
- (၇) ယထာဘူတ ဉာဏဒဿန - ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘာဝကို အရှိ- အမှန်အတိုင်း သိမြင်ရခြင်း၊
- (၈) နိဗ္ဗိဒါ - ရုပ်နာမ်တို့အပေါ် ငြီးငွေ့ခြင်း၊
- (၉) ဝိရာဂါ - ရုပ်နာမ်တို့၌ တပ်မက်မှု ကင်းခြင်း၊
(မဂ် ၄-ပါး)
- (၁၀) ဝိမုတ္တိ - ရုပ်နာမ်တို့မှ လွတ်မြောက်ရခြင်း၊(ဖိုလ် ၄-ပါး)
- (၁၁) ဝိမုတ္တိ ဉာဏဒဿန - ရုပ်နာမ်တို့မှ လွတ်မြောက်ရခြင်းကို သိမြင်ခြင်း၊
(ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်)

❖ **လိုရင်းအနှစ်ချုပ် သီလအကျိုး**

“ဣဇ္ဈတိ ဘိက္ခဝေ သီလဝတော စေတောပဏိဓိ ဝိသုဒ္ဓတ္တာ”

သီလရှိသူ၏ စိတ်သည် စင်ကြယ် သန့်ရှင်းနေသောကြောင့် စိတ်၏ တောင့်တမှု မှန်သမျှ ပြီးစီး ပြည့်စုံနိုင်သည်။

❖ **သီလပြည့်စုံရန် လိုက်နာရမည့် အချက်များ**

- (၁) မကောင်းမှုပြုရန် ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ် မရှိဟု နှလုံးသွင်းခြင်း၊
- (၂) ကာမဂုဏ်အာရုံများ၌ အပြစ်မြင်၍ အလိုနည်းခြင်း၊ တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်း၊
- (၃) သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများခြင်း၊
- (၄) သမာဓိ- ပညာသို့တိုင် အဆင့်ဆင့် ကျင့်ကြံ အားထုတ်ခြင်း။

သီလစောင့်ထိန်းသူ၏ အကျိုး ၅ - ဦး

စည်းစိမ်ရလျှင်း၊ သတင်းကောင်းနဲ့၊ မရွံ့ပရိသာ။
 သေခါ မတွေ့၊ သေ နတ်ရွာလား။
 ကျိုးငါးပါး၊ မှတ်သား သီလဝန္တ။

(တိပိဋကဓရ - မင်းကွန်းဆရာတော်ဘုရားကြီး)

❖ သီလ ၄-မျိုး

- (၁) ဟာန ဘာဂိယသီလ - လျှော့ကျခြင်း အဖို့ရှိသော သီလ၊
(နောက်ဆုတ်ထိုင် သီလ)
- (၂) ဋ္ဌိတိ ဘာဂိယသီလ - တည်တံ့ခြင်း အဖို့ရှိသော သီလ၊
(ငုတ်တုတ်ထိုင် သီလ)
- (၃) ဝိသေသ ဘာဂိယသီလ - တိုးတက်ခြင်းအဖို့ရှိသော သီလ၊
(ရှေ့တိုးထိုင် သီလ)
- (၄) နိဗ္ဗေဓ ဘာဂိယသီလ - ဖောက်ခွဲခြင်းအဖို့ရှိသော သီလ၊
(အမှောင်ခွင်း သီလ)

❖ သီလ ညစ်နွမ်းကြောင်း

လာဘ်၊ အခြံအရံ၊ ဆွေမျိုး၊ အင်္ဂါ၊ အသက် စသည်တို့ကို အကြောင်းပြု၍ သီလကျိုးခြင်း၊ ပေါက်ခြင်း၊ ကျားခြင်း၊ ပြောက်ခြင်းတို့ဖြစ်လျှင် သီလ ညစ်နွမ်းသည်။

- ဆောင် ။ ။ (၁) စ ဆုံး နှစ်ရုပ်၊ ပျက်စီးလတ်၊ ကျိုးပြတ်သည်ဟုခေါ်၊
 (၂) အလယ်အတွင်း၊ ပျက်စီးခြင်း၊ ပေါက်ထွင်းသည်ဟုခေါ်၊
 (၃) စဉ်တိုင်းအများ၊ ပျက်စီးငြား၊ ကြောင်ကျားသည်ဟုခေါ်၊
 (၄) အကြားကြားကွက်၊ ပျက်စီးလတ်၊ ပြောက်ကွက်သည်ဟုခေါ်။

သီလပျက်စီးသူ၏ အပြစ် ၅-ပါး

စည်းစိမ်ပျက်လျှင်း၊ သတင်းဆိုးနွံ၊
 ကြောက်ရွံ့ ပရိသာ။
 သေခါ တွေဝေ၊ သေ ငရဲလား။
 ကျိုးငါးပါး၊ မှတ်သား ဒုဿီလ။

(တိပိဋကဓရ - မင်းကွန်းဆရာတော်ဘုရားကြီး)



မဟာဒါနကြီး ငါးပါး ခြံရံ၍ မေတ္တာဘာဝနာ အထွတ်တတ်အပ်သော
ဂရုဓမ္မသီလ ဆောက်တည်ပုံ



(၁) ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

- သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို ကောင်းစွာ ခံယူဆောက်တည်ပါ၏။ (သီလ)
- သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဖြင့် သတ္တဝါအားလုံးတို့အား ဇီဝိတဒါနကို ပြုပါ၏။ (ဒါန)
- အားလုံးသော သတ္တဝါတွေ အသက်ရှည် ကျန်းမာကြပါစေ။ (ဘာဝနာ)

(၂) အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

- သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို ကောင်းစွာ ခံယူဆောက်တည်ပါ၏။ (သီလ)
- သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဖြင့် သတ္တဝါအားလုံးတို့အား ပစ္စယဒါနကို ပြုပါ၏။ (ဒါန)
- အားလုံးသော သတ္တဝါတွေ စီးပွားဥစ္စာ တိုးတက်ကြီးပွားကြပါစေ။(ဘာဝနာ)

(၃) ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

- သူတစ်ပါး သားမယားအပေါ် ပြစ်မှားကျူးလွန်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်သော သိက္ခာ ပုဒ်ကို ကောင်းစွာ ခံယူဆောက်တည်ပါ၏။ (သီလ)
- သူတစ်ပါး သားမယားအပေါ် ပြစ်မှား ကျူးလွန်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဖြင့် သတ္တဝါအားလုံးတို့အား သားပျို-သမီးပျို၊ ဇနီး-ခင်ပွန်းအပေါင်းတို့ကို လှူဒါန်း ပါ၏။ (ဒါန)
- အားလုံးသော သတ္တဝါတွေ အိမ်ထောင်ရေး သာယာခိုင်မြဲကြပါစေ။ (ဘာဝနာ)

(၄) မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

- မဟုတ်မမှန် မုသားစကား ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို ကောင်းစွာ ခံယူဆောက်တည်ပါ၏။ (သီလ)
- မဟုတ်မမှန် မုသားစကား ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဖြင့် သတ္တဝါအားလုံး တို့အား သစ္စာစကားကို လှူဒါန်းပါ၏။ (ဒါန)
- အားလုံးသော သတ္တဝါတွေ သစ္စာစကားများ ပြောကြားနိုင်ကြပါစေ။ (ဘာဝနာ)

(၅) သုရာမေရယ မဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

- မကောင်းမှုဒုစရိုက်များ၌ ယစ်မူးစေ၍ ကောင်းမှုသုစရိုက်များကို မေ့လျော့စေ တတ်သော မူးယစ်ဆေးဝါး သေရည်သေရက် သောက်စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို ကောင်းစွာ ခံယူဆောက်တည်ပါ၏။ (သီလ)
- မကောင်းမှုဒုစရိုက်များ၌ ယစ်မူးစေ၍ ...ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဖြင့် သတ္တဝါအားလုံး တို့အား ယဉ်ကျေးသော ကာယကံ၊ ယဉ်ကျေးသော ဝစီကံတို့ကို လှူဒါန်းပါ၏။ (ဒါန)
- အားလုံးသော သတ္တဝါတွေ မူးယစ်ဆေးဝါး သေရည်သေရက် သောက်စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်နိုင်ကြပါစေ။ (ဘာဝနာ)

ကျေးဇူးရှင်အပေါင်းတို့၏
ကျေးဇူးဂုဏ်ကို ရည်မှန်းလျက်
ဓမ္မဒါန ဓမ္မပူဇာအဖြစ်
လှူဒါန်းပူဇော်အပ်ပါသည်။

ဓမ္မဗျူဟာ-ခင်လှတင်
၁၃၇၆-ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလပြည့်
(၈-၉-၂၀၁၄)

