

မဟာစည်နာယက
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ
အဘိဓဇမောရဋ္ဌဂုရု

သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိဿာဆရာတော်

အရှင်ကုဏ္ဍလာဘိဝံသ

ဟောကြား ရေးသားစီရင်အပ်သော

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ
အပရိဟာနိယသုတ္တန် တရားတော်



ဤစာအုပ်မှာ သိကောင်းရော ဆောင်ပုဒ်များ

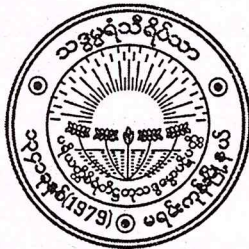
- သီလတည်ကြ၊ လုံရက္ကခြေ၊ စားလေတိုင်းသိ၊ နိုးကြားရှိပြန်။
ဤလေးတန်၊ အမြန်နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတည်း။
- နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်၊ ရလိုကြောင်းနဲ့၊ ဆုတောင်းတာလည်းများခဲ့ပါပြီ။
အလုပ်မပါ၊ ဗလာတောင်းလို့၊ အာညောင်းရုံပဲရှိကြပါမည်။
- မျက်စိမြင်ရ၊ ရုပ်ကနစ်ဖြာ၊ မြင်တွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ။
မြင်စဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊ မြင်တယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။
- နားနှင့်သဒ္ဓ၊ ရုပ်ကနစ်ဖြာ၊ ကြားတွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ။
ကြားစဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ကြားတယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။
- နှာနှင့်ဂန္ဓ၊ ရုပ်ကနစ်ဖြာ၊ နံတွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ။
နံစဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊ နံတယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။
- လျှာနှင့်ရသာ၊ ရုပ်ကနစ်ဖြာ၊ စားတွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ။
စားစဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊ စားတယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။
- ကိုယ်နှင့်ဖောဠဗ္ဗ၊ ရုပ်ကနစ်ဖြာ၊ ထိတွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ။
ထိစဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ထိတယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။
- ကျင့်နိုင်ဖို့ရာ၊ ဆင်ခြင်ကာ၊ စားတာသိလမည်။
မေတ္တာပွားကာ၊ စားသုံးတာ၊ မှန်စွာသမထမည်။
စားသုံးမှုရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ စားတာပိပသ်မည်။

မဟာစည်နာယက
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ
အဘိဓမ္မမဟာရဋ္ဌဂုရု

သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိသာဆရာတော်
အရှင်ကုဏ္ဍလာဘိဝံသ

ဟောကြား ရေးသားစီရင်အပ်သော

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ
အပရိဟာနိယသုတ္တန် တရားတော်



သာသနာ - ၂၅၅၃

ကောဇာ-၁၃၇၁

ခရစ် - ၂၀၀၉

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

ဘာသာရေးဆိုင်ရာ စာပေခွင့်ပြုချက်

၃၂၀၇၂၂၀၆၀၉

မုက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်

၃၂၀၇၂၅၀၇၀၉

ပုံနှိပ်ခြင်း

ပထမအကြိမ်

အုပ်ရေ - ၃၀၀၀

တန်ဖိုး -

ပုံနှိပ်ပြီးသည်လ

ဇူလိုင်လ၊ ၂၀၀၉ ခုနှစ်

မုက်နှာဖုံးနှင့်အတွင်းပုံနှိပ်သူ

ဦးသိန်းထွန်း (၀၄၈၂၂)

သိန်းထွန်းအောင်ဆက်၊ ၅၀/၅၂၊ ဒဂုံသီရိလမ်း၊

ကျောက်မြောင်း၊ တာမွေမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၀၁-၅၄၂၀၅၆

ထုတ်ဝေသူ

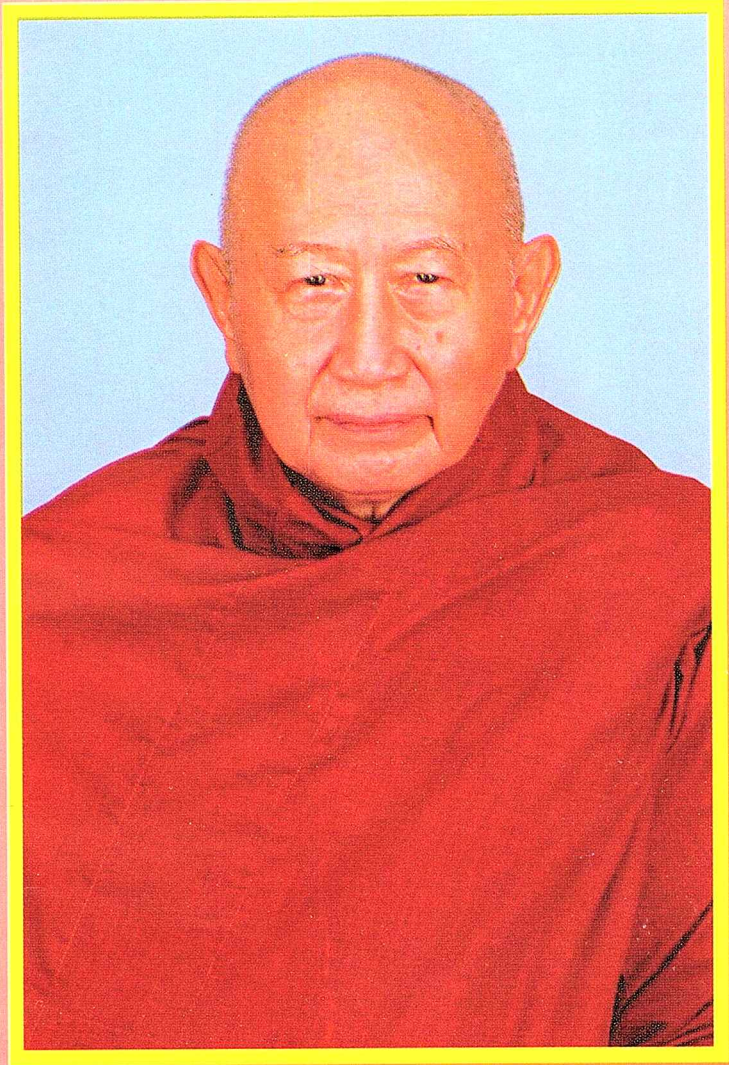
ဒု-ဗိုလ်မှူးကြီး တင်အောင်(လေ-အငြိမ်းစား)၊

(၀၃၃၆၆)

သဒ္ဒမရုံသီစာပေ၊ အမှတ်-၇၊ ဇေယျာခေမာလမ်း၊

မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့မှ ထုတ်ဝေသည်။

ဖုန်း- ၀၁-၆၆၁၅၉၇၊ ၆၅၀၅၇၆



သဒ္ဓမ္မရုံသီရိဝိသာယာပဓာနနာယကဆရာတော်
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ
အဘိဓဇမဟာရဋ္ဌဂုရု
ဘဒ္ဒန္တကျဏ္ဍလာဘိဝံသ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ အပရိဟာနိယသုတ္တန် တရားတော်

ဒီနေ့ ၁၃၆၂-ခု၊ ဝါဆိုလပြည့်နေ့၊ ဝါဆိုလပြည့်နေ့
နေ့လယ်ပိုင်းမှာ ဟောကြားမယ့်တရားတော်က အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိ
တော်လာ “အပရိဟာနိယသုတ္တန် တရားတော်”။ အပရိဟာ
နိယမှာ အ-က တစ်ပုဒ်၊ ပရိဟာနိယ-က တစ်ပုဒ်။ ပရိဟာနိယ
ဆိုတာ ဆုတ်ယုတ်တာ၊ ဆုတ်ယုတ်ခြင်းရှိတာ။ အ-က ဆုတ်
ယုတ်ခြင်းရှိတာမဟုတ်တာ၊ မဆုတ်ယုတ်တာ။ မဆုတ်ယုတ်ခြင်း
ဖြစ်သည်ကို၊ သုတ္တ-က ပြတာ။ အပရိဟာနိယသုတ္တ = မဆုတ်
ယုတ်တာကိုပြတဲ့ သုတ္တန်ဒေသနာတော်။ တရားနာပရိသတ်များ
အမြဲတမ်း တိုးတက်ချင်တာကိုး။ မဆုတ်ယုတ်လို့ရှိရင် မတိုးတက်
နေပါဘူးလား ... တိုးတက်နေပါတယ်ဘုရား။ တိုးတက်ရေးတရား
လို့ ဆိုရမှာပါပဲ။ အပရိဟာနိယသုတ္တ = ဆုတ်ယုတ်ခြင်းမရှိတဲ့၊
ဆုတ်ယုတ်ခြင်းမရှိတာကို ပြတဲ့သုတ္တန်။ ဆုတ်ယုတ်ခြင်းမရှိဘူး
ဆိုရင် တိုးတက်နေတဲ့တရားတွေကို ပြတဲ့သုတ္တန်လို့ အဓိပ္ပာယ်ရ
ပါတယ်။

သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိသာဆရာတော်

ဒီသုတ္တန်ဒေသနာတော်မှာလာတဲ့ တရား ၄-ပါးနဲ့ ပြည့်စုံမယ်ဆိုလို့ရှိရင် မဆုတ်ယုတ်ဘဲ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရနိုင်ပါလိမ့်မယ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်။

စတူဟိ ဘိက္ခုဝေ၊ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတော ဘိက္ခု၊
အာဗ္ဗော ပရိဟာနာယ၊ နိဗ္ဗာနဿေဝ သန္တိကေ အစရိ
သညံဖြင့် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

(အံ-၁/၃၄၈)

ဘိက္ခုဝေ = သံသရာဘေး လာမည့်အရေးကို မျှော်တွေးထောက်ဆ သိမြင်ကြတဲ့ အို-ချစ်သားချစ်သမီးတို့၊ စတူဟိ = ၄-ပါးကုန်သော၊ ဓမ္မေဟိ = တရားတို့နှင့်၊ သမန္နာဂတော = ပြည့်စုံသော၊ ဘိက္ခု = ဘေးကိုရှုတတ် ရဟန်းမြတ်သည်၊ ဘိက္ခု = ဘေးကိုရှုတတ် ယောဂီမြတ်သည်၊ ပရိဟာနာယ = သမထဝိပဿနာတရားတို့မှ ဆုတ်ယုတ်ခြင်းငှာ၊ အာဗ္ဗော = မထိုက်သည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ နိဗ္ဗာနဿေဝ = နိဗ္ဗာန်၏သာလျှင်၊ သန္တိကေ = အနီး၌၊ ဌိတော = တည်သည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ဣတိ = ဤသို့၊ ဘဂဝါ = မြတ်စွာဘုရားသည်၊ အဝေါစ = ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

ဒီသုတ္တန်ဒေသနာတော်မှာလာတဲ့ တရား ၄-ပါးနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ယောဂီသည်၊ ရဟန်းမြတ်သည် သမထ၊ ဝိပဿနာတရားတွေ ကုသိုလ်တရားတွေမှ မဆုတ်ယုတ်ပါဘဲနဲ့ နိဗ္ဗာန်ရဲ့အနီးမှာ ဖြစ်နေပါတယ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်။ နိဗ္ဗာန်ကိုရောက်သွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်။ တရားနာပရိသတ်များ နိဗ္ဗာန်ရောက်ချင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေချည်းပဲ။ နိဗ္ဗာန်ကိုမြန်မြန်ရောက်ချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေပဲများပါတယ်။ များလို့ရှိရင် ဒီသုတ္တန်ဒေသနာတော်မှာလာတဲ့ တရား ၄-ပါးနဲ့ ပြည့်စုံအောင် ကျင့်ရမယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်။

ကတမေဟိ စတူဟိ = အဘယ် ၄-ပါးတို့နည်းဟူမူ ကား၊ ဘိက္ခဝေ = သံသရာဘေး လာမည့်အရေးကို မျှော်တွေး ထောက်ဆ သိမြင်ကြတဲ့ အို-ချစ်သားချစ်သမီးတို့၊ အို-ချစ်သား ရဟန်းတို့၊ ဣဓ = ဤသာသနာတော်၌၊ ဘိက္ခု = ဘေးကို ရှုတတ် ယောဂီမြတ်သည်၊ ဘိက္ခု = ဘေးကိုရှုတတ် ရဟန်း မြတ်သည်၊ သီလသမ္ပန္နော = ပါတိမောက္ခသံဝရသီလနှင့်ပြည့်စုံ သည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ဣန္ဒြိယေသု = မျက်စိ နား နှာ လျှာ ကိုယ် စိတ်တည်းဟူသော ဣန္ဒြေ ၆-ပါးတို့၌၊ ဂုတ္တဒ္ဓါရော = လုံခြုံသော တံခါးရှိသည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ဘောဇနေ = စားသုံးဖွယ်ရာဘောဇဉ်၌၊ မတ္တညု = အတိုင်းအရှည်ကိုသိသည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ဇာဂရိယံ = နိုးကြားခြင်း၌၊ အနုယုတ္ထော = ယှဉ်သည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။

ဘိက္ခဝေ = သံသရာဘေး လာမည့်အရေးကို မျှော်တွေး
 ထောက်ဆ သိမြင်ကြတဲ့ အို-ချစ်သားချစ်သမီးတို့၊ စတူဟိ =
 ၄-ပါးကုန်သော၊ မဗ္ဗေဟိ = တရားတို့နှင့်၊ သမန္နာဂတော =
 ပြည့်စုံသော၊ ဘိက္ခု = ဘေးကိုရှုတတ် ရဟန်းမြတ်သည်၊ ဘိက္ခု
 = ဘေးကိုရှုတတ် ယောဂီမြတ်သည်၊ ပရိဟာနာယ = သမထ
 ဝိပဿနာတရားတို့မှ ဆုတ်ယုတ်ခြင်းငှာ၊ အဘဗ္ဗော = မထိုက်
 သည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ နိဗ္ဗာနသေဝ = နိဗ္ဗာန်၏သာလျှင်၊
 သန္တိကေ = အနီး၌၊ ဌိတော = တည်သည်၊ ဟောတိ =
 ဖြစ်၏။ ဣတိ = ဤသို့၊ ဘဂဝါ = မြတ်စွာဘုရားသည်၊ အဝေါစ
 = ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေ
 သတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

နိဗ္ဗာန်၏အနီးအနားသို့၊ နိဗ္ဗာန်သို့ အလျင်အမြန်ရောက်
 ချင်တယ်၊ တကယ်ရောက်ချင်ပြီဆိုလို့ရှိရင် ဒီသုတ္တန်ဒေသနာ
 တော်မှာလာတဲ့ တရား ၄-ပါးနဲ့ ပြည့်စုံအောင် ကျင့်ရမယ်။

၁-နံပါတ်က ပါတိမောက္ခသံဝရသီလနဲ့ ပြည့်စုံစေရမယ်၊

၂-နံပါတ်က ဣန္ဒြေ ၆-ပါးကို လုံခြုံအောင် စောင့်စည်း
 နိုင်ရမယ်၊

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၅

၃-နံပါတ်က စားသုံးဖွယ်ရာ ဘောဠေတွေ စားသုံးတဲ့
အခါမှာ အတိုင်းအရှည်ကိုသိရမယ်။

၄-နံပါတ်က နိုးနိုးကြားကြားအိပ်တတ်ရမယ်။ နိုးနိုးကြား
ကြားရှိနေရမယ်။

ဒီအင်္ဂါ ၄-ပါးနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိရည်မှန်းချက်
အတိုင်း နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို လျင်မြန်စွာ ရောက်ရှိသွားပါလိမ့်မယ်
ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်။ တရားနာပရိသတ်များနဲ့တော့ အလွန်ကိုက်ညီ
တဲ့ သုတ္တန်တစ်ခုပဲ။ မှတ်သားဖွယ်ကောင်းလို့ ဆောင်ပုဒ်စီထား
ပါတယ်။ ဆိုကြရအောင်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ သီလတည်ကြ၊ လုံ့ရက္ခန္ဓေ၊ စားလေတိုင်းသိ၊
နိုးကြားရှိပြန်၊ ဤလေးတန်၊ အမြန်နိဗ္ဗာန်
ရောက်ကြောင်းတည်း။

ဘိက္ခု = ရဟန်းသည်၊ သီလသမ္ပန္နော = ပါတိမောက္ခ
သံဝရသီလနှင့်ပြည့်စုံသည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။

ဘိက္ခုအဓိပ္ပာယ်အရလေးလည်း ဒီမှာသိထားသင့်တယ်။
ဘိက္ခု = ရဟန်း၊ ရဟန်းလို့ကြားရတော့ ရဟန်းမဟုတ်တဲ့ ယောဂီ
များတော့ မပါဘူးလို့ ဒီလိုများယူဆရင် မှန်သလား၊ မှားသလား

... မှားပါတယ်ဘုရား။ မှားတယ်။ ဘိက္ခုအဓိပ္ပာယ်အရက ဝိနည်း ဘိက္ခု၊ သုတ္တန်ဘိက္ခုလို့ အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် ၂-မျိုးရှိတယ်။

ဣတိ တဿှာ ဘိက္ခတိ ယာစတိတိ ဘိက္ခု။

ဘိက္ခတိ ယာစတိ = တောင်းခံတတ်၏။ ဣတိ တဿှာ = ထို့ကြောင့်၊ ဘိက္ခု = ဘိက္ခုမည်၏။

ဝိနည်းရဟန်း ဆွမ်းခံပြီးတော့ ဘုဉ်းပေးတယ်။ တောင်း ခံပြီးတော့ ဘုဉ်းပေးတယ်။ ရဟန်းဖြစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လူတွေ လို ကုန်သွယ်ခြင်း၊ လယ်လုပ်ခြင်း၊ အမှုထမ်းအရာထမ်းလုပ်ခြင်း ဆိုတာတွေ လုပ်လို့ရသလား၊ မရဘူးလား ... လုပ်လို့မရပါဘုရား။ ဒကာ၊ ဒကာမတွေထံက အလှူခံပြီးတော့ မှီဝဲသုံးဆောင်ရတယ်။ တောင်းခံပြီးတော့ မှီဝဲသုံးဆောင်ရတဲ့အတွက်ကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ် ကို ဘိက္ခုတဲ့။ ဝိနည်းဘိက္ခုဟု ဆိုရပါတယ်။

တောင်းခံတယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာလည်း နှုတ်ဖြင့်တော့ မတောင်းခံကောင်းဘူး။ ကိုယ်အမှုအရာဖြင့်သာ တောင်းခံ ကောင်းတယ်။ ဆွမ်းခံကြွသွားတာ တောင်းခံခြင်းတစ်မျိုးပဲ။ မြင် လိုက်တာနဲ့ မသိရပါဘူးလား ... သိရပါတယ်ဘုရား။ ထိုပုဂ္ဂိုလ် ဆွမ်းအလိုရှိနေတယ်။ မလောင်းကြပါဘူးလား ... လောင်းကြ ပါတယ်ဘုရား။ ကိုယ်အမှုအရာဖြင့်သာ တောင်းခံရမယ်။ နှုတ်နဲ့ တော့ မတောင်းခံကောင်းဘူး။ နှုတ်နဲ့တောင်းခံလိုက်လို့ရှိရင်

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၇

အဲဒီရတဲ့ပစ္စည်းတွေဟာ မအပ်မစပ်တာတွေဖြစ်ကုန်ရော။ ဒါလည်း တရားနာပရိသတ်များ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုတော့ မသိ သင့်ပါဘူးလား ... သိသင့်ပါတယ်ဘုရား။ ဝိနည်းရဟန်းက တောင်းခံပြီးတော့ ဘုဉ်းပေးမှီဝဲတတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ဘိက္ခု = ရဟန်းဖြစ်တယ်။

သံသာရဘယံ ဣက္ခတိတိ ဘိက္ခု။

သံသာရဘယံ = သံသရာဘေးကို၊ ဣက္ခတိ = ရှု တတ်၏။ ဣတိ တဿှာ = ထို့ကြောင့်၊ ဘိက္ခု = ဘိက္ခုမည်၏။

သံသရာဘေးတွေကို မြင်တတ်၊ ရှုတတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည် လည်း၊ ဘိက္ခု = ရဟန်းဖြစ်တယ်။ သုတ္တန်ရဟန်း။

တရားနာပရိသတ်များ သံသရာဘေးတွေ မရှုတတ်ပါ ဘူးလား ... ရှုတတ်ပါတယ်ဘုရား။ သံသရာဘေးတွေ ကြောက် လန့်ပြီးတော့ သံသရာဘေးတွေ ရှုမြင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုလည်း ... ဘိက္ခုပါပဲဘုရား။ ဘိက္ခုပဲ။ သူလည်း ရဟန်းတစ်မျိုးပဲ။ ဘာရဟန်းလဲဆိုတော့ သုတ္တန်ရဟန်း။ ဘိက္ခု၊ ဘိက္ခုလို့ ပါဠိ တော်မှာဟောတော့ ဒို့တော့မပါဘူးလို့ ဒီလိုရေတွက်ရမလား ... မရေတွက်ရပါဘုရား။ ဒို့ကိုလည်း ဟောနေတာပဲလို့ ဒီလိုယူဆ ရမယ်။

သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိသာဆရာတော်

ပါတိမောက္ခသံဝရသီလနဲ့ ရှေးဦးစွာ ပြည့်စုံရမယ်။ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလဆိုတာ လူတွေမှာတော့ ၅-ပါးသီလကစပြီး တော့ ၈-ပါးသီလ၊ ၉-ပါးသီလတွေ လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းတာ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ။ ရဟန်းတော်တွေမှာတော့ (၂၂၇)သွယ်သော သိက္ခာပုဒ်တွေကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းတာ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ။

ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ။ ပါတိမောက္ခဆိုတဲ့ပုဒ်မှာ ပါတိ-က တစ်ပုဒ်၊ မောက္ခ-က တစ်ပုဒ်။ ပါတိ = စောင့်ရှောက်သော သူကို၊ မောက္ခတိ မောစေတိ = လွတ်စေတတ်၏။ ဒီသီလ သိက္ခာပုဒ်တွေကို စောင့်ထိန်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အပါယ်သံသရာ၊ အပါယ်ဘေးမှ လွတ်စေတတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ပါတိမောက္ခ သံဝရသီလဖြစ်တယ်။

တရားနာပရိသတ်များ ၅-ပါးသီလကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းတာ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလပဲ။ ၅-ပါးသီလလုံခြုံရင် အပါယ်ကျနိုင်သလား၊ မကျနိုင်ဘူးလား ... အပါယ်မကျနိုင်ပါဘုရား။ မကျနိုင်ဘူး။ အပါယ်သံသရာမှ လွတ်စေတဲ့အတွက်ကြောင့် ပါတိမောက္ခသံဝရသီလဖြစ်တယ်။ ရဟန်းတော်တွေမှာ (၂၂၇) သွယ်သော သိက္ခာပုဒ်တွေ လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းတဲ့ ရဟန်းတော်များ အပါယ်သံသရာမှ လွတ်မြောက်တယ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ် ဖြစ်ပါတယ်။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၉

ပါတီ = စောင့်သောသူကို၊ စောင့်ရှောက်သောသူကို၊
မောက္ခတိ မောစေတိ = အပါယ်သံသရာမှ လွတ်မြောက်စေ
တတ်၏။ ဣတိ တသ္မာ = ထို့ကြောင့်၊ ပါတိမောက္ခံ = ပါတိ
မောက္ခမည်၏။

အပါယ်သံသရာ၊ အပါယ်ဘေးမှ လွတ်မြောက်စေတတ်
တဲ့အတွက်ကြောင့် ၅-ပါးသီလဟာ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလဖြစ်
တယ်။ ၈-ပါးသီလ၊ ၉-ပါးသီလလည်း ပါတိမောက္ခသံဝရသီလပဲ။
ရဟန်းတော်တွေမှာ (၂၂၇)သွယ်သော သိက္ခာပုဒ်တွေဟာ မါတိ
မောက္ခသံဝရသီလဖြစ်တယ်။ အဲဒီပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို
လည်း လုံခြုံစေရမယ်။

နိဗ္ဗာန်ကို တကယ်လိုချင်ပြီဆိုရင် လုံခြုံအောင် မစောင့်
ထိန်းရပါဘူးလား ... လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းရပါမယ်ဘုရား။
နိဗ္ဗာန်ကိုတော့ လိုချင်ပါတယ်၊ ၅-ပါးသီလကတော့ မလုံဘူး။
ဆုတွေချည်းပဲတောင်းနေတယ်။ ရမလား၊ မရဘူးလား ... မရပါ
ဘုရား။ ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်တော့ မလုံခြုံဘူး။ နိဗ္ဗာန်ကိုတော့လိုချင်
လို့ ဆုတွေချည်းပဲတောင်းနေတယ်၊ မရနိုင်ဘူး။

နိဗ္ဗာန်ကိုတော့ လိုချင်တယ်၊ ဣန္ဒြေကလည်း မစောင့်
စည်းဘူး။ ပွဲလမ်းသဘင်တွေရှိတဲ့အခါ သွားကြည့်နေတာပဲ။
သီချင်းတွေလည်း အိမ်မှာ ဖွင့်ပြီးတော့ နားထောင်နေတာပဲ။

နိဗ္ဗာန်ရောက်မလား၊ မရောက်ဘူးလား ... နိဗ္ဗာန်ကိုမရောက်ပါဘုရား။ အဲဒီလောက်တော့ တရားနာပရိသတ်များ သဘောပေါက်နေပါတယ်။

နိဗ္ဗာန်ကိုတော့လိုချင်တယ်၊ အစားကိုတော့နည်းနည်းမှ လျော့လိုမရဘူး။ နင့်အောင်စားတယ်။ အကောင်းတွေချည်းပဲရှာပြီး တော့စားနေတယ်။ ရောက်မလား၊ မရောက်ဘူးလား ... မရောက်ပါဘုရား။

နိဗ္ဗာန်ကိုတော့ လိုချင်ပါတယ်။ ည(၆)နာရီကနေ မနက်(၆)နာရီထိအောင်အိပ်တယ်။ ရမလား၊ မရဘူးလား ... မရနိုင်ပါဘုရား။ ဩ-သိပ်ထင်ရှားနေတာပဲ။ ဒီတရား ၄-ပါးကို သိထားကြရပါတယ်။

နိဗ္ဗာန်ကိုလိုချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကိုလည်း လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းရမယ်။ ဣန္ဒြေ ၆-ပါးကိုလည်း လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းရမယ်။ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်တည်းဟူသော ဣန္ဒြေ ၆-ပါးကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းရမယ်။ ဘောဇဉ်တွေ စားသုံးတဲ့အခါမှာလည်း အတိုင်းအရှည်သိပြီးတော့ စားတတ်ရမယ်။ နိုးနိုးကြားကြားလည်း အိပ်တတ်ရမယ်။ ညဉ့်သုံးယံမှာ တစ်ယံပဲအိပ်ရမယ်။ တရားနာပရိသတ်များနဲ့ အလွန်လျော်ညီတာပဲ။ ဒီတရား ၄-ပါးနဲ့ မိမိမှာ ပြည့်စုံပြီလား။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၁၁

မပြည့်စုံသေးဘူးလား၊ ပြန်ပြန်ပြီးတော့ မစစ်ဆေးကြည့်ရပါဘူးလား ... စစ်ဆေးကြည့်ရပါတယ်ဘုရား။ ပြည့်စုံရင်တော့ မိမိဟာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို အမြန်ရောက်တော့မှာပဲ။ မပြည့်စုံရင်တော့လည်း ရောက်မှရောက်ပါဦးမလား ... မရောက်နိုင်ပါဘုရား။ မရောက်နိုင်သေးဘူး။

နိဗ္ဗာန်တော့လိုချင်ပါရဲ့။ ခုနပြောတဲ့အတိုင်း ၅-ပါးသီလလည်း မလုံဘူး။ ဣန္ဒြေ ၆-ပါးကလည်း မလုံဘူး။ ပွဲလမ်းသဘင်တွေ အလွန်ကြိုက်တာပဲ။ ကြိုတိုင်းကြိုတိုင်းကြည့်တယ်။ အိမ်မှာလည်း ဖွင့်ပြီးနားထောင်နေတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကိုတော့လိုချင်လို့ ဆုတွေတောင်းနေတယ်။ ရမလား၊ မရဘူးလား ... မရပါဘုရား။

ထင်တော့ထင်ရှားနေပါတယ်။ ထင်ရှားသည်ထက်ထင်ရှားအောင် ဟောရတာကိုး။ ရှေးဆရာတော်ကြီးတွေက ဒါ့ကြောင့် သတိပေးဆောင်ပုဒ်တွေနဲ့ ဖွင့်ပြခဲ့ကြတယ်။ ဆုတောင်းကာမျှနှင့်တော့ ... မရနိုင်ပါဘုရား။ အနည်းဆုံး ဒီတရား ၄-ပါးနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်။ ဒီတရား ၄-ပါးနဲ့ ပြည့်စုံအောင်ကျင့်ရမယ်။

ဆောင်ပုဒ်။။ နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်၊ ရလိုကြောင်းနဲ့၊
ဆုတောင်းတာလည်းများခဲ့ပါပြီ။
အလုပ်မပါ၊ ဗလာတောင်းလို့၊
အာညောင်းရုံပဲရှိကြပါမည်။

နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်ကိုရောက်ကြောင်း သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ တရားတွေကို အားမထုတ်ဘူး။ တရား ၄-ပါးနဲ့ညီအောင် အား မထုတ်ဘူး။ ဆုတွေချည်းပဲတောင်းနေတယ်။ မရနိုင်ဘူးဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်။ တကယ်လိုချင်ရင် တကယ်တမ်း မြတ်စွာဘုရား ဟော ကြားတဲ့ တရားတော်တွေနဲ့ညီအောင် နေထိုင်ပြီးတော့ အားထုတ် ရမယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်မကျနေပါဘူးလား ... အဓိပ္ပာယ်ကျနေပါ တယ်ဘုရား။

ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကိုလည်း လုံခြုံအောင် စောင့် ထိန်းရမယ်။ အသက်နဲ့လဲပြီးတော့ ရှေးမထေရ်မြတ်တွေတော့ စောင့်ထိန်းကြတယ်။

အဏုမတ္တေသု ဝဇ္ဇေသု = အဏုမြူမူလောက်သော အပြစ်တို့၌၊ ဘယ ဒဿာဝီ = အကြီးအကျယ်ဘေးကြီးပဲဟု မြင်လေ့ရှိသည်ဖြစ်၍၊ သိက္ခာပဒေသု = သိက္ခာပုဒ်တို့၌၊ သိက္ခာတိ = ကျင့်၏။

သေးသေးဖွဲဖွဲ အပြစ်ကလေးကိုပဲ အကြီးအကျယ်ဘေး ကြီးပဲလို့ အဲဒီလို သိက္ခာပုဒ်တွေ လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းကြရ တယ်။

ယောဂီများလည်း တရားတွေ တော်တော်မြင့်သွားတဲ့ အခါ သေးသေးဖွဲ့ဖွဲ့လေးကိုပဲ အို-အကြီးအကျယ်အပြစ်ကြီးပဲလို့ စိတ်ထဲမှာ ထင်ထင်ပြီးတော့ ဆရာတော်တို့ကို လာလာလျှောက် တာ မကြာခဏပဲ။ သူ့အပြစ်ကလေးဟာ ဘာမှမဟုတ်ဘူး။ စိတ်ထဲတင်ဖြစ်တဲ့အပြစ်ကလေး။ “တပည့်တော်ဟာ အဲဒီလို အပြစ်တွေကြောင့် တရားမှ ရမှရနိုင်ပါတော့မလားဘုရား” တဲ့။ သေးသေးဖွဲ့ဖွဲ့ကလေးကိုပဲ အကြီးအကျယ်လို့ ထင်လာလို့ရှိရင် တရားဟာ တော်တော်အဆင့်အတန်းမြင့်လာပြီလို့ မဆိုရပါဘူး လား ... ဆိုရပါတယ်ဘုရား။ ဆိုရတယ်။

အသက်နဲ့လဲပြီးတော့ သိက္ခာပုဒ်တွေကို စောင့်ထိန်းတဲ့ အတွက်ကြောင့် တရားထူးတရားမြတ်ရသွားတဲ့ သာဓကတွေ တော်တော်များများပဲ ကျမ်းဂန်တွေမှာ ဖွင့်ပြပါတယ်။

တစ်ချိန်သောအခါ မဟာဝဋ္ဋနီတောထဲမှာ ဝိပဿနာ တရား အားထုတ်နေတဲ့ မထေရ်တစ်ပါးရှိတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ သူခိုးတွေ၊ ဓားပြတွေက မြို့ထဲ ရွာထဲမှာ ဓားပြတိုက်ပြီးတော့ တောထဲမှာ ပစ္စည်းတွေ လာဝေကြတယ်။ စဝေခါစတော့ ရဟန်း ကိုမတွေ့ဘူး။ ရဟန်းကလည်း ထိုင်တရားအားထုတ်နေ၍ ငြိမ် သက်နေတော့ ရဟန်းကိုမတွေ့ဘူး။ ပစ္စည်းတွေဝေလို့ တစ်ဝက် လောက်ကျတဲ့အခါကျတော့ ရဟန်းကိုတွေ့သွားတယ်။ “ဟာ- ရဟန်းကြားကုန်ပြီ။ ဒီရဟန်း သတင်းတွေ သွားပို့လိုက်ရင်တော့

ဒို့တော့ အကုန်လုံး အဖမ်းအဆီးခံရတော့မှာပဲ။ ဒီရဟန်းကို မြန်
မြန်ဖမ်း။ ဖမ်းပြီးတော့ နွယ်စိမ်းတွေနဲ့တုပ်ပြီးတော့ တုံးလုံးလဲ
ထားလိုက်တယ်။

ပစ္စည်းတွေဝေကြတယ်။ ပြီးတဲ့အခါ ရဟန်းကို ဒီအတိုင်း
ပဲ ထားခဲ့ပြီးတော့ ဓားပြတွေ တောထဲက ထွက်သွားကြတယ်။
ရဟန်းက နွယ်ကြိုးတွေနဲ့တုပ်လျက်ကြီးဆိုတော့ ဒီနွယ်ကြိုးတွေ
ကို ဖြတ်လိုက်လို့ရှိရင် အာပတ်သင့်မယ်။ သေးသေးအာပတ်ပါ
ပဲ။ ဒေသနာကြားလို့ရှိရင် ပျောက်သွားနိုင်တဲ့ ပါစိတ်အာပတ်
လောက်ပဲ။ သူဖြတ်မယ်ဆိုလည်း ဖြတ်နိုင်တဲ့ အင်အားတွေရှိ
တယ်။ မဖြတ်ဘူး။ ဖြေပေးမယ့်ပုဂ္ဂိုလ် မလာလို့ရှိရင် အသက်ပဲ
သေပစေတော့ဆိုပြီး ဝိပဿနာတရားကို ဆက်လက်ပြီး အား
ထုတ်တယ်။

၇-ရက်ပြည့်တဲ့အခါ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်မှ လာမဖြေပေးတဲ့
အတွက်ကြောင့် ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ပွားများရင်းနဲ့ပဲ အနာဂါမ်
အဖြစ်ဖြင့် ပုံတော်မူသွားတယ်။ အသက်နဲ့လဲပြီးတော့ မစောင့်
ထိန်းလိုက်ပါဘူးလား ... စောင့်ထိန်းလိုက်ပါတယ်ဘုရား။ နွယ်
စိမ်းကိုဖြတ်နိုင်တဲ့ အင်အားတွေ သူရှိသားနဲ့ မဖြတ်ဘူး။ အသက်
ပဲ အသေခံမယ်လို့ အဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီးတော့ ဝိပဿနာတရားကို ကြိုး
ကြိုးစားစားအားထုတ်လိုက်တာ၊ အသက်နဲ့လဲပြီးတော့ အားထုတ်

လိုက်တာ မရဏသတိကမ္မဋ္ဌာန်းကလည်း သေရမယ်၊ သေရမယ် ဆိုပြီး ထင်နေတော့ အမှတ်က ပိုမစိပ်သွားပါဘူးလား ... ပိုစိပ် သွားပါတယ်ဘုရား။ ပိုစိပ်သွားတယ်။ ၇-ရက်ပြည့်တော့ အစာက မစားရတဲ့အတွက်ကြောင့် အနာဂါမ်အဖြစ်ဖြင့် ပျံတော်မူသွားတယ်။

ပါတိမောက္ခံ ဝိသောဓေန္တော၊ အပ္ပေဝ ဇီဝိတံဇဟေ။
ပညတ္တံ လောကနာထေန၊ န ဘိန္နေ သီလသံဝရံ။

ပါတိမောက္ခံ = ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို၊ ဝိသောဓေန္တော = သုတ်သင်သောရဟန်းသည်၊ အပ္ပေဝ အပိဝေ = စင်စစ်သာလျှင်၊ ဇီဝိတံ = အသက်ကို၊ ဇဟေ ဇဟေယျ = စွန့်ရာ၏။ လောကနာထေန = လူသုံးပါးတို့၏ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည်၊ ပညတ္တံ = ပညတ်တော်မူထားအပ်သော၊ သီလသံဝရံ = သီလကို စောင့်စည်းခြင်းကို၊ န ဘိန္နေ = မဖျက်ရာ။ ဣတိ = ဤသို့၊ အဋ္ဌကထာစရိယော = အဋ္ဌကထာဆရာသည်၊ သံဝဇ္ဇေတိ = ကောင်းစွာမသွေ ဖွင့်ပြတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို တကယ်စောင့်ထိန်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ အသက်ပဲ သေရင်သေပစေတော့၊ မြတ်စွာဘုရား ပညတ်

ထားတဲ့ သီလသိက္ခာပုဒ်ကို မဖျက်ဆီးတော့ဘူးဆိုပြီး ကြိုးကြိုး စားစား ဝိပဿနာတရားအားထုတ်လိုက်တာ အနာဂါမ်ဖြစ်သွား တယ်။ အနာဂါမ်အဖြစ်နဲ့ ပျံတော်မူသွားတယ်။

နောက်တစ်ပါးကတော့ တောမီးလောင်လာတယ်။ ရှေ့ နည်းအတိုင်းပဲ။ သူခိုးစားပြတွေက နွယ်တွေနဲ့ တုပ်ထားခဲ့တယ်။ တောမီးကလည်း လောင်လာတော့ နွယ်ကိုတော့ မဖြတ်တော့ ဘူး။ တောမီးပဲ အလောင်ခံတော့မယ်လို့ ကြိုးကြိုးစားစား အား ထုတ်လိုက်တာ သူကတော့ ရဟန္တာတစ်ခါတည်းဖြစ်သွားတယ်။ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းတော့ ရဟန္တာ မဖြစ်သွားပါဘူးလား ... ရဟန္တာဖြစ်သွားပါတယ်ဘုရား။ တရားနာ ပရိသတ်များလည်း နည်းယူစရာမကောင်းပါဘူးလား ... နည်း ယူစရာကောင်းပါတယ်ဘုရား။ နည်းယူစရာကောင်းတယ်။

ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းတဲ့ အတွက်ကြောင့် တရားထူးတရားမြတ်တွေ ရသွားကြတဲ့သာဓက တွေပါပဲ။

သီလသမ္ပန္နော = သီလနှင့်ပြည့်စုံသည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလနဲ့ ပြည့်စုံပုံကို ဟောကြားတာ အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

၂-နံပါတ် -

ဣန္ဒြိယေသု = မျက်စိ နား နှာ လျှာ ကိုယ် စိတ် တည်းဟူသော ဣန္ဒြိယ ၆-ပါးတို့၌၊ ဂုတ္တဒွါရော = လုံခြုံသော တံခါးရှိသည်၊ ဟောတီ = ဖြစ်၏။

နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို အမြန်လိုချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဣန္ဒြိယ ၆-ပါးကိုလည်း လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းရမယ်။ တရားနာပရိသတ် များ တတ်နိုင်သမျှတော့ မစောင့်ထိန်းရပါဘူးလား ... စောင့်ထိန်း ရပါတယ်ဘုရား။ စောင့်ထိန်းရတယ်။ တရားတွေအားထုတ်တဲ့အခါ ဣန္ဒြိယသံဝရ = ဣန္ဒြိယကို စောင့်ထိန်းတာလည်း အထူးပဲ သမာဓိ ဖြစ်ကြောင်းဖြစ်ပါတယ်။

မျက်စိကလည်း မြင်လျှင်မြင်ကာမျှမတ္တမှာတည်အောင်၊ နားကလည်း ကြားလျှင်ကြားကာမျှမတ္တမှာတည်အောင်၊ နှာခေါင်း ကလည်း နံလျှင်နံကာမျှမတ္တမှာတည်အောင်၊ လျှာကလည်း စားလျှင်စားကာမျှမတ္တမှာတည်အောင်၊ ကိုယ်ကလည်း ထိလျှင် ထိကာမျှမတ္တမှာတည်အောင်၊ ကြံစည်စိတ်ကူးမှုတွေလည်း ထင် ရှားမဖြစ်လာရအောင် အမြဲတမ်း ဣန္ဒြိယ ၆-ပါးကို မစောင့်စည်း နေရပါဘူးလား ... စောင့်စည်းနေရပါတယ်ဘုရား။ တကယ်လို ချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ စောင့်စည်းနေကြရတာပါပဲ။

မြင်လျှင်မြင်ကာမျှမတ္တမှာတည်အောင် ကိုယ့်မျက်စိကို ထားတတ်ဖို့ လေ့ကျင့်နေရတယ်။ တရားတွေ သိပ်အမှတ် ကောင်းသွားတဲ့အခါကျတော့ မြင်လျှင်မြင်ကာမျှမတ္တမှာပဲ တည် တည်သွားတယ်။ ကြားလျှင်ကြားကာမျှမတ္တမှာပဲ တည်တည်သွား တယ်။ သမာဓိဉာဏ်တွေက သိပ်အားမကောင်းသေးခင်ကတော့ လုံခြုံအောင် သတိထားပြီးတော့ မစောင့်ထိန်းရပါဘူးလား ... စောင့်ထိန်းရပါတယ်ဘုရား။

ဣန္ဒြေ ၆-ပါးကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းတော့ သတိ ပြဋ္ဌာန်းတယ်။ သတိကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှ လုံခြုံအောင် စောင့် ထိန်းနိုင်တယ်။ မြင်လျှင်မြင်ကာမျှမတ္တမှာတည်အောင် ထားထား ပြီးတော့ မကြည့်ရပါဘူးလား ... ကြည့်ရပါတယ်ဘုရား။

မြင်လျှင်မြင်ကာမျှမတ္တဆိုတာ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ သမာဓိ ဉာဏ် အခြေခံမရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက်တော့ အလွန်ပဲခက်ပါ တယ်။ မြင်ပြီးပါပြီဆို အကုန်လုံးမြင်တာပဲ။ အမျိုးသားပဲ၊ အမျိုး သမီးပဲ၊ အရပ်ကမြင့်တယ်၊ နိမ့်တယ်၊ အသားကဖြူတယ်၊ မည်းတယ်၊ အကုန်သိသွားတာပဲ။

တရားနာပရိသတ်များလောက် သမာဓိဉာဏ် အခြေခံ ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက်တော့ မြင်လျှင်မြင်ကာမျှမတ္တဟာ သိပ် အခက်ကြီးလည်းမဟုတ်ဘူး။ စက္ခုဇြေခွေလေးချပြီးတော့ စင်္ကြံ

လျှောက်နေတဲ့ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် အမှတ်တွေကလည်း ကောင်းနေ
တယ်။ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် မှတ်နေတယ်။ ကြွလိုက်
တဲ့အခါ ပေါ့ပေါ့တက်လာတာ၊ လှမ်းလိုက်တဲ့အခါ ပေါ့ပေါ့ပြီး
တော့ရွှေသွားတာ၊ ချလိုက်တဲ့အခါ လေးလေးပြီးတော့ကျသွား
တာကို တွေ့နေရတဲ့ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ ယောဂီနားက လူတစ်
ယောက်ဖြတ်သွားတယ်။ “ယောဂီနားကဖြတ်သွားတာ ဘယ်သူ
လဲ” လို့ သွားမေးကြည့်။ “လူတစ်ယောက်တော့သွားတာပါပဲ။
ဘယ်သူလဲတော့ မသိလိုက်ဘူး” ။ မြင်လျှင်မြင်ကာမျှမတ္တမှာ
တည်သွားတာ မထင်ရှားပါဘူးလား ... ထင်ရှားပါတယ်ဘုရား။
ထင်ရှားတယ်။

ယောဂီမှာ သမာဓိဉာဏ် အခြေခံရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်တော့
မြင်လျှင်မြင်ကာမျှမတ္တဟာ သိပ်တော့ မခဲယဉ်းလှဘူး။ သာမန်
ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက်တော့ အလွန်ပဲ ခဲယဉ်းပါတယ်။ ဒီမြင်လျှင်
မြင်ကာမျှမတ္တမှာ တည်အောင်ကြည့်နိုင်လျှင်၊ ကြားလျှင်ကြားကာ
မျှမတ္တမှာ တည်အောင်ထားနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံးပါပဲ။

အဲဒီလိုမထားနိုင်သေးလို့ရှိရင်တော့လည်း ဆံပင်ချည်းပဲ
သပ်သပ်မြင်သွားအောင်၊ မွေးညင်းချည်းပဲ သပ်သပ်မြင်သွား
အောင်၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အမှုအရာတစ်ခုခုပဲ မြင်သွားရအောင် လေ့
ကျင့်ပေးရတယ်။ အသုဘထင်အောင်လည်း လေ့ကျင့်ပေး

ရတယ်။ အလေ့အကျင့်တွေ များလာတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီလိုပဲ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ကိုမြင်လိုက်ရင် ဆံပင်ချည်းပဲ သပ်သပ်လည်း မြင်သွားနိုင်တယ်။ လှုပ်ရှားနေတဲ့ အမှုအရာလေးတစ်ခုခုကိုပဲလည်း မြင်သွားနိုင်တယ်။ ရှေးမထေရ်မြတ်တွေ အဲဒီလိုလေ့ကျင့်ပြီးတော့ ကြည့်ကြတယ်။

တစ်ချိန်သောအခါ သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ မဟာတိဿဆိုတဲ့ မထေရ်က ဆွမ်းခံကြွလာတယ်။ စေတီယတောင်ကနေပြီးတော့ မနက်စောစော အနုရာဓမြို့ကို ဆွမ်းခံထွက်တယ်။ အနုရာဓမြို့ကလည်း အမျိုးသမီးတစ်ယောက်က သူ့လင်ယောက်ျားနဲ့ ရန် ဖြစ်ပြီးတော့ အနုရာဓမြို့ကနေထွက်တယ်။ မိဘဆွေမျိုးတွေထံ ပြန်တော့မယ်ဆိုပြီးထွက်လာတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူကတော့ လှလှ ပပ တင့်တင့်တယ်တယ် လူးလိမ်းပြီးတော့ထွက်လာတယ်။

ရဟန်းတော်နဲ့ လမ်းထဲမှာဆုံမိကြတော့ ရဟန်းတော်ကို တွေ့မြင်၍ ပြီးရယ်ပြီးတော့နှုတ်ဆက်တယ်။ ရဟန်းက အသံ ကြားလို့ မော့ကြည့်လိုက်သောအခါ သွားတွေထင်ရှားနေတော့ သွားကိုရှုလိုက်တာ ဒီအမျိုးသမီးဟာ တစ်ကိုယ်လုံး အရိုးစုကြီး ဖြစ်သွားတယ်။ ရဟန်းတော်က သူ့အလေ့အကျင့်ရှိနေတာကိုး။ အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း၊ ၃၂-ကောဋ္ဌာသကမ္မဋ္ဌာန်းအခြေခံရှိနေတော့ ရယ်လိုက်တဲ့အသံကိုကြားလို့ မော့ကြည့်လိုက်တာ သွားတွေ

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၂၁

တွေ့တော့ သွားကိုရှုလိုက်တာ အမျိုးသမီး ဘာဖြစ်သွားလဲ ...
အရိုးစုကြီး ဖြစ်သွားပါတယ်ဘုရား။ အရိုးစုကြီး မြင်သွားတယ်။

အခုလည်း အရိုးစုမြင်တဲ့ယောဂီတွေ တော်တော်များ
များရှိတယ်။ “တပည့်တော် အရိုးစုမြင်မြင်နေတယ်ဘုရား။ တပည့်
တော် တရားတွေ မှားကုန်ပြီလားဘုရား”တဲ့။ “အို-မမှားပါဘူး။
အရိုးစုမြင်တာလည်း တရားရကြောင်းပဲ”။ တရားရကြောင်း
မဟုတ်ပါဘူးလား ... တရားရကြောင်း ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။

အရိုးစုကြီးမြင်လိုက်တော့ ဒီနေရာမှာပဲ ဒီမဟာတိဿ
မထေရ် ရပ်ပြီးတော့ ရှုလိုက်တာ သမာဓိဉာဏ်တွေက သိပ်အား
ကောင်းပြီးတော့ အဲဒီနေရာမှာပဲ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။ ရဟန္တာ
ဖြစ်ပြီးတဲ့နောက်ပိုင်းမှာ သူ့အရှင်ယောက်ျား၊ အမျိုးသမီးရဲ့
ယောက်ျား လိုက်လာတယ်။ သူ့အမျိုးသမီးလိုက်ရှာတော့ မတွေ့
ဘူး။ ရဟန်းတော်ကိုတွေ့တော့ “ဒီနားက အမျိုးသမီးတစ်ယောက်
သွားလိုက်တာ မတွေ့ဘူးလားဘုရား” “အမျိုးသမီးလား၊ အမျိုး
သားလားတော့မသိဘူး။ အရိုးစုတစ်ခုတော့သွားလေရဲ့” နေရာ
မကျပါဘူးလား ... နေရာကျပါတယ်ဘုရား။

အလေ့အကျင့်လုပ်ထားတော့၊ သမာဓိဉာဏ်တွေက
အခြေခံရှိနေတော့ သမာဓိနိမိတ်တွေ သိပ်ထင်ရှားတဲ့အခါ ဆက်
လက်ပြီး ရှုလိုက်လို့ရှိရင် တရားတွေ ထူးထူးခြားခြား တက်သွား

နိုင်တယ်ဆိုတာ မထင်ရှားပါဘူးလား ... ထင်ရှားပါတယ်ဘုရား။ ထင်ရှားတယ်။

အရိုးစုမြင်တတ်တဲ့ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း တော်တော်များများရှိပါတယ်။ သူ့ကိုယ်သူလည်း အရိုးစုတွေ ပြန်မြင်နေ၊ အခြားသောပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကြည့်လိုက်ရင်လည်း အရိုးစုကြီး သွားနေသလိုမြင်တယ်။ “တပည့်တော်တော့ တရားမှ ရမှရပါတော့မလား၊ သမထတွေဖြစ်ကုန်ပလားဘုရား” တဲ့။ “အို-သမထဖြစ်လည်း ကောင်းတာပဲ။ အရိုးစုကို မြင်နေရတော့ တစ်နေ့တော့ တရားရဖို့ပဲ”။ မပြောပေးရပါဘူးလား ... ပြောပေးရပါတယ်ဘုရား။ ပြောပေးရတယ်။ အသုဘထင်အောင် အရိုးစုမြင်အောင်ရှုတာလည်း၊ ဣန္ဒြေကို စောင့်စည်းတာလည်း တရားရကြောင်းပါပဲ။

အဲဒီမှာ ဣန္ဒြေတွေကို မြင်တယ် မြင်တယ်၊ ကြားတယ် ကြားတယ်၊ နံတယ် နံတယ်၊ စားတယ် စားတယ်၊ ထိတယ် ထိတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်တာ ဣန္ဒြေကို၊ ဣန္ဒြေ ၆-ပါးကို၊ ဣန္ဒြေ ၅-ပါးကို လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းတာပဲ။ အဲဒီလိုစောင့်ထိန်းတဲ့အခါမှာ တရား ၅-မျိုး ပါဝင်သွားတယ်။ အဲဒါကတော့ ဗဟုသုတအဖြစ်ဖြင့်ပဲ။ ရှုတဲ့အခါလည်း အဲဒီတရား ၅-မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးရှုမိတတ်တယ်။ အဲဒီဆောင်ပုဒ်ကလေးဆိုရအောင်။ မျက်စိကစပြီးတော့ ဆိုကြရမယ်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ မျက်စိမြင်ရာ ရုပ်ကနစ်ဖြာ၊
မြင်တွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ၊
မြင်စဉ်တွေ့ရာ ဒုက္ခသစ္စာ၊
မြင်တယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။

မြင်တယ်၊ မြင်တယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ အဲဒီတရား ၅-ပါး တစ်ပါးပါးကို ရှုမိတတ်တယ်။ မျက်စိဆိုတာ မျက်စိအကြည် စက္ခုပသာဒ၊ မြင်ရဆိုတာ ရူပါရုံအဆင်း။ ရုပ်ဘယ်နှခုရသွားပလဲ၊ နှစ်ခု။ ရုပ်ကနစ်ဖြာ။ မြင်ဆိုတာ မြင်သိစိတ်၊ တွေ့ဆိုတာ ဖဿ။ တိဏ္ဍိံ သင်္ဂတိ ဖဿော။ ရူပါရုံအဆင်းရယ်၊ မျက်စိအကြည်ရယ်၊ မြင်သိစိတ်ကလေးရယ် တွေ့ဆုံလိုက်တဲ့အခါ ဖဿ။ မျက်စိထဲ မှာ တိုက်သွားသလို၊ တိုက်သွားသလိုပဲ။ တိုက်တဲ့အာရုံက ပြင်း ထန်လို့ရှိရင် လန့်သလိုတောင် ဖြစ်ဖြစ်သွားတတ်တယ်။ ဖဿ ဖြစ်တယ်။

မြင်ဆိုတာက မြင်သိစိတ်၊ တွေ့ဆိုတာက ဖဿ၊ ခံစား ဆိုတာက ဝေဒနာ။ မြင်တယ်၊ မြင်တယ်လို့ ရှုမှတ်လိုက်တဲ့အခါ တစ်ခါတစ်ခါ မြင်လို့ကောင်းသလိုလို၊ မြင်လို့မကောင်းဘူးလို့လို မထင်လာတတ်ပါဘူးလား ... ထင်လာတတ်ပါတယ်ဘုရား။ မြင် လို့ကောင်းသလိုလို၊ မြင်လို့မကောင်းဘူးလို့ထင်လာတာ ဝေဒနာ ပဲ။ မြင်လို့ကောင်းတယ်လို့ထင်တာက သုခဝေဒနာ၊ မြင်လို့

မကောင်းဘူးလို့ထင်တာက ... ဒုက္ခဝေဒနာပါဘုရား။ မြင်ဆိုတဲ့ မြင်သိစိတ်ရယ်၊ တွေ့ဆိုတဲ့ ဖဿရယ်၊ ခံစားဆိုတဲ့ ဝေဒနာရယ် နာမ်ဘယ်နှခုရသွားပလဲ ... ၃-ဖြာပါဘုရား။ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အဲဒီတရား ၅-ပါးဟာ ပါပါသွားတယ်။

တစ်ပါးပါးတော့ ထင်ရှားနေတတ်တယ်။ မြင်တယ်၊ မြင်တယ်လို့မှတ်လိုက်တဲ့အခါ ဩော်-မျက်စိထဲကနေပြီးတော့ မြင် သွားသလို၊ မြင်သွားသလိုပဲ။ တစ်ခါတစ်ခါတော့လည်း မျက်စိမှာ လာတိုက်သွားသလိုပဲ။ မထင်ရှားတတ်ပါဘူးလား ... ထင်ရှား တတ်ပါတယ်ဘုရား။ တစ်ခါတစ်ခါတော့လည်း မြင်လို့ကောင်း သလိုလို၊ မကောင်းဘူးလို့လို ထင်ရှားလာတတ်ပါတယ်။ အဲဒီ တရား ၅-ပါးဟာ ဒုက္ခသစ္စာပါပဲ။ ဒုက္ခသစ္စာကို ရှုထားပြီးသား မဖြစ်ပါဘူးလား ... ဖြစ်သွားပါတယ်ဘုရား။ ရုပ်ဒုက္ခသစ္စာနဲ့ နာမ် ဒုက္ခသစ္စာ။

မျက်စိအတွက်ပြီးသွားတော့ နားအတွက်ကလေးလည်း ဆိုကြရအောင်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ နားနှင့်သဒ္ဓါ၊ ရုပ်ကနှစ်ဖြာ၊
ကြားတွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ၊
ကြားစဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊
ကြားတယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။

နားဆိုတာ နားအကြည်၊ နားအကြည်ကလည်း ရုပ်
တရားပဲ။ သဒ္ဓါဆိုတာ အသံ၊ အသံကလည်း ... ရုပ်တရားပါ
ဘုရား။ ရုပ်ကနှစ်ဖြာဖြစ်တယ်။ ကြားတွေ့ခံစား။ ကြားဆိုတာက
တော့ ကြားသိစိတ်ကလေးကို ယူရတယ်။ ကြားဆိုတာ ... ကြား
သိစိတ်ကိုယူရပါတယ်ဘုရား။ တွေ့ဆိုတာက ဖဿ၊ နားထဲမှာ
တိုက်သွားသလို၊ တိုက်သွားသလိုပဲ။ ယောဂီကမထင်ရှားပါဘူး
လား ... ထင်ရှားပါတယ်ဘုရား။ ဖဿပဲ။ တစ်ခါတလေ အသံ
က တိုးပင်တိုးငြားသော်လည်း ယောဂီဟာ လန့်လန့်သွားတယ်။
ဖဿထင်ရှားတာပဲဖြစ်တယ်။ ယောဂီများ တော်တော်မထင်ရှား
ပါဘူးလား ... ထင်ရှားပါတယ်ဘုရား။ သမာဓိဖြစ်ခါစမှာ အသံ
လေးက ဘာမှမဟုတ်ပါဘူး။ ယောဂီက “တုန်တုန်သွားတာပဲ
ဘုရားတဲ့၊ ဘယ်လိုဖြစ်တာလဲဘုရား” တဲ့။ အို-သမာဓိဖြစ်ခါစ၊
သမာဓိဖြစ်လာတယ်လို့ မသိရပါဘူးလား ... သိရပါတယ်ဘုရား။

အိမ်မြှောင်လေးစုတ်ထိုးလိုက်တော့ အို-လန့်လန့်သွား
တာပဲ။ တော်တော်ခက်တာပဲ၊ တရားမှ တက်မှတက်နိုင်ပါတော့
မလား။ ဆရာတော်ကိုယ်တိုင်လည်း အဲဒီအိမ်မြှောင်စုတ်ထိုးတာ
ကို တော်တော်ဒုက္ခခံခဲ့ရတယ်။ သမာဓိကနုနေသေးတော့ အိမ်
မြှောင်စုတ်ထိုးသံကြောင့် ကိုယ့်အမှတ်တွေ ပျက်ပျက်သွားတော့
“ခက်လိုက်တဲ့အိမ်မြှောင်တွေ” နောက်တော့လည်း ဒီအိမ်မြှောင်
သံတွေဟာ မကြားတော့ဘူး။ သမာဓိကရင့်သွားတော့ ကြားပါ
သေးလား ... မကြားတော့ပါဘုရား။ မကြားတော့ဘူး။

တွေ့ဆိုတာ ဖဿ။ နားထဲမှာတိုက်တိုက်သွားသလို။
ခံစားဆိုတာ ဝေဒနာ။ ကြားလို့ကောင်းသလိုလို မကောင်းသလို
လို မဖြစ်တတ်ပါဘူးလား ... ဖြစ်တတ်ပါတယ်ဘုရား။ ကြားလို့
ကောင်းသလိုဖြစ်တာက သုခဝေဒနာ၊ ကြားလို့မကောင်းသလိုလို
ဖြစ်တာက ... ဒုက္ခဝေဒနာပါဘုရား။ ဒုက္ခဝေဒနာ။

ဒီ ၅-မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးကိုရှုမိတတ်တယ်။ ရှုမိတတ်
တော့ တရားမဖြစ်သွားပါဘူးလား ... တရားဖြစ်သွားပါတယ်
ဘုရား။ ဘာသစ္စာ ... ဒုက္ခသစ္စာပါဘုရား။ ဒုက္ခသစ္စာကို ရှုပြီး
သားဖြစ်တယ်။

နားပြီးတော့ ယာန = နာခေါင်း။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ နာနှင့်ဂန္ဓ၊ ရုပ်ကနှစ်ဖြာ၊
နံတွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ၊
နံစဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊
နံတယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။

နာဆိုတာ နာခေါင်း၊ ယာန = နာခေါင်းအကြည်၊ ဂန္ဓ
ဆိုတာ အနံ့။ ဂန္ဓဆိုတာ ... အနံ့ပါဘုရား။ နာခေါင်းအကြည်
ကလည်း ရုပ်တရား၊ ဂန္ဓ = အနံ့ကလည်း ... ရုပ်တရားပါဘုရား။
ရုပ်ကနှစ်ဖြာ။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၂၇

နံစဉ်တွေ့ရ၊ နံဆိုတော့ နံသိစိတ်ကလေးပဲ။ တွေ့ဆိုတာ က ဖဿ။ ခံစားဆိုတာက ... ဝေဒနာပါဘုရား။ ဝေဒနာ။ နာမ်က ဘယ်နှပါးလဲ ... ၃-ပါးပါဘုရား။ ၃-ပါး။

ရုပ်က ၂-ပါး၊ နာမ်က ၃-ပါး။ ဒီတရား ၅-ပါးကို တစ်ခုခု ကိုတော့ ရှုမိရှုမိတတ်တယ်။ နံလို့ကောင်းသလိုလို၊ မကောင်း သလိုလိုလည်း တော်တော်ထင်ရှားတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံ နှာခေါင်း မှာ လာတိုက်သွားသလိုလိုပဲ။ ယောဂီက သမာဓိရှိလာတဲ့အခါ ဒိဋ္ဌိ ဘာမဟုတ်တဲ့ အနံ့ကလေးကလည်း ပိုမနံနေပါဘူးလား ... ပိုနံ နေပါတယ်ဘုရား။ နံတယ်၊ နံတယ်လို့ မရှုရပါဘူးလား ... ရှုရပါတယ်ဘုရား။ ရှုနေရတယ်။ ထင်ရှားနေတာပါပဲ။

နှာခေါင်းပြီးတော့ ဇိဌာ = လျှာ။

- ဆောင်ပုဒ်။ ။ လျှာနှင့်ရသ၊ ရုပ်ကနှစ်ဖြာ၊
- စားတွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ၊
- စားစဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊
- စားတယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။

လျှာက ဇိဌာပသာဒ။ လျှာအကြည်ကလည်း ရုပ်တရား။ ရသ = ရသာရုံကလည်း ... ရုပ်တရားပါဘုရား။ ရုပ်တရား။ ရုပ်က နှစ်ဖြာ။ စားဆိုတာ စားသိစိတ်။ စားတွေ့၊ တွေ့ဆိုတာ ဖဿ။

ခံစားဆိုတာ ... ဝေဒနာပါဘုရား။ လျှာမှာတိုက်တိုက်သွားတာ အတွေ့ကလေးက မထင်ရှားပါဘူးလား ... ထင်ရှားပါတယ် ဘုရား။ ယောဂီတွေကတော့ သမာဓိနည်းနည်းရင့်လာလျှင် လျှာ မှာတွေ့ရတဲ့အတွေ့ကလေးက ပိုထင်ရှားတယ်။ ဖဿဖြစ်တယ်။ စားလို့ကောင်းသလိုလို၊ ဝါးလို့ကောင်းသလိုလို၊ မကောင်းသလိုလို ထင်ရှားတာက ဘာထင်ရှားတာလဲ ... ဝေဒနာထင်ရှားတာပါ ဘုရား။ ဒီ ၅-မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးတော့ ယောဂီဟာ တွေ့နေ တာပါပဲ။ မတွေ့ရပါဘူးလား ... တွေ့ရပါတယ်ဘုရား။ ဒုက္ခသစ္စာ ကို တွေ့နေရတာ ကုသိုလ်တွေ မရနေပါဘူးလား ... ကုသိုလ် တွေ့ရနေပါတယ်ဘုရား။ ဣန္ဒြေကိုလည်း စောင့်စည်းထားပြီးသား မဖြစ်နေပါဘူးလား ... စောင့်ပြီးသားဖြစ်နေပါတယ်ဘုရား။ စောင့်ပြီးသားဖြစ်နေတယ်။

လျှာပြီးတော့ ကိုယ်။

ဆောင်ပုဒ်။ ကိုယ်နှင့်ဖောဋ္ဌဗ္ဗ၊ ရုပ်ကနစ်ဖြာ၊
ထိတွေ့ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ၊
ထိစဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊
ထိတယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။

ကိုယ်က ကာယအကြည်၊ ရုပ်တရား။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗက တွေ့ ထိစရာ အထည်ဝတ္ထု။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗကလည်း ရုပ်တရားပဲ။ “ထိတွေ့

ခံစား၌ ထိဆိုတာက ထိသိစိတ်ကလေးပဲ။ တွေ့ဆိုတာက ဖဿ။
ခံစားဆိုတာက ... ဝေဒနာပါဘုရား။ တစ်ခါတစ်ခါ ထိလိုက်ရ
တာ ကောင်းသလိုလို၊ မကောင်းဘူးလိုလို မထင်သွားပါဘူးလား
... ထင်သွားပါတယ်ဘုရား။ ဘာထင်တာလဲဆို ဝေဒနာထင်ရှား
တာ။ တစ်ခါတစ်ခါ ဖဿကလည်း ထင်ရှားတယ်။ ဒီ ၅-မျိုး
ထဲက တစ်မျိုးမျိုး ထင်ရှားနေတတ်တယ်။ ထင်ရှားနေလို့ရှိရင်
ထိတယ်၊ ထိတယ်လို့ ရှုလိုက်လို့ရှိရင် ဒုက္ခသစ္စာကို ရှုနေတာ
ပါပဲ။

မနောဒွါရကတော့ ဒီလိုတော့ ခွဲလို့မရဘူး။ ကြံစည်
တယ်၊ စိတ်ကူးတယ်၊ ကြံစည်တယ်၊ စိတ်ကူးတယ်ပဲ မမှတ်ရ
ပါဘူးလား ... မှတ်ရပါတယ်ဘုရား။ မှတ်ရပါတယ်။

ဣန္ဒြေ ၆-ပါး လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းပုံကလေး။ မြင်
တယ် မြင်တယ်၊ ကြားတယ် ကြားတယ်၊ နံတယ် နံတယ်၊ စား
တယ် စားတယ်၊ ထိတယ် ထိတယ် မှတ်နေရတယ်။ ကြံစည်
တယ် စိတ်ကူးတယ် မှတ်နေလို့ရှိရင် ဣန္ဒြေ ၆-ပါး မလုံသွားပါ
ဘူးလား ... လုံသွားပါတယ်ဘုရား။ လုံသွားတယ်။

ဣန္ဒြေ ၆-ပါး လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းပုံကလေးလည်း
အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

ဣန္ဒြိယေသု = မျက်စိ နား နှာ လျှာ ကိုယ် စိတ် တည်းဟူသော ဣန္ဒြေ ၆-ပါးတို့၌၊ ဂုတ္တဒွါရော = လုံခြုံသော တံခါးရှိသည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ဣတိ = ဤသို့၊ ဘဂဝါ = မြတ်စွာဘုရားသည်၊ အဝေါစ = ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

၂-နံပါတ် ဣန္ဒြေ ၆-ပါး လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းပုံ ဟောကြားတာလည်း အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

အခု ၃-နံပါတ် ဟောကြားပါတော့မယ်။

ဘောဇနေ = စားသုံးဖွယ်ရာ ဘောဇဉ်၌၊ မတ္တညူ = ခံယူခြင်းအတိုင်းအရှည်၊ သုံးဆောင်ခြင်းအတိုင်းအရှည်ကိုသိ သည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ဣတိ = ဤသို့၊ ဘဂဝါ = မြတ်စွာ ဘုရားသည်၊ အဝေါစ = ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟော ကြားတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

ရဟန်းတော်တွေမှာ ဘောဇဉ်တွေကို စားသုံးတဲ့အခါမှာ ခံယူတဲ့အတိုင်းအရှည်လည်း သိရမယ်။ စားသုံးတဲ့အတိုင်းအရှည်

ကိုလည်း သိရမယ်။ ခံယူတာကလည်း အပိုအမိုတွေ သိပ်ပြီး တော့ မခံယူရဘူး။ မိမိနဲ့ သင့်တော်ရုံသာ ခံယူရမယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို အဋ္ဌကထာဆရာများက ဖွင့်ပြတယ်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ဒကာပစ္စည်း၊ နည်းများထောက်ထား၊ မိမိအား၊ သုံးပါးကြည့်ကာခံယူပါ။

ဒကာနဲ့ပစ္စည်းကို ၂-မျိုးကြည့်ရမယ်။ ပစ္စည်းတွေကတော့ ဒီဒကာမှာ သိပ်ပေါများတယ်၊ ဒါပေမဲ့ သူက နည်းနည်းပဲလှူချင်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီဒကာရဲ့ အလိုလိုက်ပြီးတော့ နည်းနည်းပဲ ခံယူပါ။ “ဟာ-ဒီဒကာ ပစ္စည်းတွေများတယ်၊ အများကြီးခံယူမှပဲ” လို့ ဒီလိုလောဘကြီးနဲ့ ခံယူရမလား ... မခံယူရပါဘုရား။ ပစ္စည်းတွေက သိပ်ပေါများတယ်၊ ဒါပေမဲ့ သူလှူလိုတဲ့ အလိုဆန္ဒက နည်းနည်းပဲလှူချင်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် နည်းနည်းပဲအလှူခံပါ။

ဒကာမှာတော့ ပစ္စည်းတွေက နည်းပါးတယ်။ ပစ္စည်းက ရှားတယ်၊ ဒါပေမဲ့ အများကြီးလှူချင်တယ်။ အဲဒီလိုဆိုလို့ရှိရင်လည်း ပစ္စည်းကိုကြည့်ပြီးတော့ နည်းနည်းပဲခံယူပါ။ သူက သဒ္ဓါတရားတွေ သိပ်ကောင်းတော့ ပစ္စည်းလေးကနည်းနည်း၊ အကုန်လှူချင်တော့ သူ့ထဲက အကုန်ယူသွားရော။ ဆွမ်းတွေအကုန်ယူသွား၊ ဟင်းတွေအကုန်ယူသွားတော့ နေရာမှကျမှကျပါ့မလား ...

နေရာမကျပါဘုရား။ နေရာမကျတော့ဘူး။ အဲဒီတော့ နည်းနည်းပဲ
ခံယူပါ။

ဒကာက ပစ္စည်းလည်း သိပ်ပေါတယ်၊ များများလည်း
လှူချင်တယ်။ များများလှူချင်တဲ့ ဆန္ဒလည်းရှိတယ်။ အဲဒီလို
၂-ခုလုံး စုံပင်စုံပြားသော်လည်း မိမိသုံးဆောင်နိုင်တဲ့ အင်အားနဲ့
အမျှသာ ခံယူရမယ်။ အပိုအမိုတွေ သိပ်ခံယူခဲ့ပြီး ကျောင်းကျ
တော့ ဟိုဟိုဒီဒီ၊ ဟိုကြဲဒီကြဲဖြစ်ကုန်လို့ ပစ္စည်းတွေ ဆွမ်းတွေ
အလဟဿဖြစ်တော့ သဒ္ဓါတရား တိုးတက်မလား၊ သဒ္ဓါတရား
ဆုတ်ယုတ်သွားမလား ... သဒ္ဓါတရား ဆုတ်ယုတ်သွားပါမယ်
ဘုရား။ “အို-ဒီရဟန်းကြီး လောဘတွေ သိပ်ကြီးတာကိုး၊ ခံယူခဲ့
ပြီးတော့ ဆွမ်းတွေလည်း ဟိုဟိုဒီဒီ ကြဲပစ်တာပဲ”။ သဒ္ဓါတရား
တိုးတက်ကြောင်းလား၊ ဆုတ်ယုတ်ကြောင်းလား ... ဆုတ်ယုတ်
ကြောင်းပါဘုရား။ ဆုတ်ယုတ်ကြောင်း။ မိမိသုံးဆောင်နိုင်တဲ့
အင်အားနဲ့အမျှပဲခံယူပါတဲ့။ အဋ္ဌကထာဆရာတွေဖွင့်ပြတာ။ အို-
သာဘဝကျလိုက်တာ။

အဲဒီလိုခံယူမယ်ဆိုလို့ရှိရင်၊ ဒီ ၃-မျိုးကိုကြည့်ပြီးတော့
ခံယူမယ်ဆိုလို့ရှိရင်တော့ -

အနုပ္ပန္နဉ္စ လာဘံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ = မဖြစ်ပေါ်သေးတဲ့
လာဘ်လာဘတွေကလည်း ဖြစ်ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်။

ဥပ္ပန္နဉ္စ ထိရံ ကရောတိ = ဖြစ်ပေါ်ပြီးတဲ့ လာဘ်
လာဘတွေက မြဲမြံစွာ ကြာရှည်တည်နေပါလိမ့်မယ်။

သာသနာအတွက် အကျိုးမများပါဘူးလား ... အကျိုး
များပါတယ်ဘုရား။ အကျိုးများတယ်။ ဒါကတော့ ရဟန်းတော်
များအတွက်ဖြစ်တယ်။

စားခြင်းရဲ့ အတိုင်းအရှည်ကိုသိပြီးတော့ စားရမယ်။
တရားနာပရိသတ်ဟောင်း၊ ယောဂီဟောင်းများတော့ မကြာခဏ
နာကြားနေရပါတယ်။ စားခြင်းရဲ့ အတိုင်းအရှည်ကိုသိပြီးတော့ စား
ရမယ်ဆိုတာ ပါဠိတော်မှာတော့ ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်ပြီးတော့
စားတာကို စားခြင်းရဲ့အတိုင်းအရှည်သိအောင် စားတယ်လို့ ဟော
ကြားပါတယ်။

ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်စားခြင်း ဘယ်နမူနာရှိပါသတဲ့ ... ၃-
မျိုးပါဘုရား။ အင်း ... မမေ့သေးဘူး။ တော်ပါရဲ့။ ယောဂီဟောင်း
များ မမေ့ဘူး။ ယောဂီသစ်များအတွက် ထပ်မံပြီးတော့ မဟော
ကြားပေးရပါဘူးလား ... ဟောကြားပေးရပါတယ်ဘုရား။

သီလဖြင့်စားခြင်း၊ နောက်ပြီးတော့ သမထဖြင့်စားခြင်း၊
ဝိပဿနာဖြင့်စားခြင်းလို့ ကုသိုလ်ရအောင်စားတဲ့စားနည်း ဘယ်
နမူနာ ... ၃-မျိုးပါဘုရား။

အစားအသောက်ကို စားတတ်ပါရဲ့လားလို့ သာမန်မေး
 လို့ရှိရင်တော့ အရပ်ထဲကလူတွေတော့ စားတတ်တာပေါ့။ ကိုယ်
 နေ့တိုင်းစားနေတာပဲလို့ ပြောမှာပဲ။ စားတတ်ပလား ... မစား
 တတ်သေးပါဘုရား။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်စားနိုင်မှ စားတတ်တယ်
 လို့ ပြောရမယ်။ ယောဂီများအနေနဲ့တော့ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်
 စားတတ်မှစားတတ်တယ်လို့ ပြောဖို့မကောင်းဘူးလား ... ပြောဖို့
 ကောင်းပါတယ်ဘုရား။

သီလဖြင့်စားခြင်း၊ သမထဖြင့်စားခြင်း၊ ဝိပဿနာဖြင့်စား
 ခြင်း။ မြန်မာပြည်ဆိုတော့ အလှူအတန်းတွေက တယ်ပေါတာ
 ကိုး။ ဟိုကဖိတ်၊ ဒီကဖိတ်ကျွေး။ အလှူရှင်တွေကို ချီးမြှောက်
 ချင်ပါတယ်။ မချီးမြှောက်ချင်ပါဘူးလား ... ချီးမြှောက်ချင်ပါတယ်
 ဘုရား။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်စားလိုက်လို့ရှိရင် သူတို့ကို ချီးမြှောက်
 ရာမရောက်သွားပါဘူးလား ... ချီးမြှောက်ရာရောက်သွားပါတယ်
 ဘုရား။ တရားနာပရိသတ်များက သိပ်ချီးမြှောက်ချင်တာကိုး။

သီလဖြင့်စားခြင်း။ ဤဆွမ်းခဲဖွယ် ဘောဇဉ်အာဟာရတွေ
 ကို မှီဝဲသုံးဆောင်ရတာဟာ တရားကျင့်နိုင်ရအောင်လို့ မှီဝဲသုံး
 ဆောင်တာပါလို့ ဒီလိုဆင်ခြင်လိုက်လို့ရှိရင် ပစ္စယသန္နိသိတသီလ
 ဖြစ်၍ သီလဖြင့်စားခြင်းဖြစ်တယ်။

ဆောင်ပုဒ်။ ကျင့်နိုင်ဖို့ရာ၊ ဆင်ခြင်ကာ၊
စားတာသီလမည်။

သီလဖြင့်စားလိုက်ရင်လည်း အလှူရှင်များကို ချီးမြှောက်
ရာမရောက်သွားပါဘူးလား ... ချီးမြှောက်ရာရောက်ပါတယ်ဘုရား။
သီလဖြင့်ဆင်ခြင်၍ စားနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို လှူဒါန်းရတာ မဟာပွလ
= ကြီးသောအကျိုးရရှိနိုင်တယ်။

သမထဖြင့်စားခြင်း။ လှူဒါန်းတဲ့အလှူရှင်တွေ ကိုယ်စိတ်
နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ၊ အတူတကွ မှီဝဲသုံးဆောင်ရတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေလို့
မေတ္တာပွားပြီးတော့လည်း တရားနာပရိသတ်များ မစားရပါဘူး
လား ... မေတ္တာပွားပြီးတော့ စားရပါတယ်ဘုရား။ ဘာနဲ့စားတာ
လို့ခေါ်ရပါလဲ ... သမထနဲ့စားတာပါဘုရား။ သမထနဲ့စားတာ။
မေတ္တာပွားပြီးတော့စားရင် သမထဖြင့်စားခြင်း။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း
ဖြစ်တယ်။

ဆောင်ပုဒ်။ မေတ္တာပွားကာ၊ စားသုံးတာ၊
မှန်စွာသမထမည်။

မေတ္တာပွားပြီးတော့ စားလိုက်တော့လည်း အလှူရှင်များ ကို ချီးမြှောက်ရာမရောက်သွားပါဘူးလား ... ချီးမြှောက်ရာ ရောက်သွားပါတယ်ဘုရား။

ဝိပဿနာဖြင့်ရှုမှတ်ပြီးတော့ စားလို့ရှိရင်တော့ ပိုပြီး တော့ ချီးမြှောက်ရာရောက်ပါတယ်။ ယခုတရားနာပရိသတ်များ ကတော့ မကြာခဏ နာကြားနေရပါတယ်။ နာဖူးထပ်မံ။ ယောဂီ သစ်များအတွက် ထပ်မံပြီးတော့ မဟောကြားပေးရပါဘူးလား ... ဟောကြားပေးရပါတယ်ဘုရား။

ဆွမ်းပွဲကိုမြင်ကတည်းက မြင်တယ်၊ မြင်တယ်။ ဆွမ်းပွဲ ဆီလက်လှမ်းလိုက်တော့ ... လှမ်းတယ်၊ လှမ်းတယ်။ ဆွမ်းနဲ့ လက်နဲ့ထိလိုက်တော့ ... ထိတယ်၊ ထိတယ်။ ဆွမ်းလုတ်ကိုပြင် လိုက်တော့ ... ပြင်တယ်၊ ပြင်တယ်။ ယူလိုက်တော့ ယူတယ်၊ ယူတယ်။ ခေါင်းကငုံ့လာတော့ ... ငုံ့တယ်၊ ငုံ့တယ်။ ပါးစပ်က ဟပေးလိုက်တော့ ... ဟတယ်၊ ဟတယ်။ ဆွမ်းလုတ်ကိုခွံ့လိုက် တော့ ... ခွံ့တယ်၊ ခွံ့တယ်။ လက်ကိုပြန်ချလိုက်တော့ ... ချတယ်၊ ချတယ်။ ခေါင်းကထူသွားတော့ ... ထူတယ်၊ ထူတယ်။ ဝါးတော့ ... ဝါးတယ်၊ ဝါးတယ်။ အရသာကိုသိတော့ ... သိတယ်၊ သိတယ်။ မျိုလိုက်တော့ ... မျိုတယ်၊ မျိုတယ်ပါဘုရား။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၃၇

ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဆွမ်း တစ်လုတ်စားပုံ ကိုယ်တိုင်ကျင့်သုံးတဲ့နည်းတွေ။ တရားနာပရိ သတ်များကိုပေးခဲ့တာ အကျိုးမများပါဘူးလား ... အကျိုးများပါ တယ်ဘုရား။ ရှုမှတ်ပြီးစားလိုက်တော့ ဘာနဲ့စားတာလဲ ... ဝိပဿနာနဲ့စားတာပါဘုရား။ ဝိပဿနာနဲ့စားတာဖြစ်တယ်။

**ဆောင်ပုဒ်။ စားသုံးမှုရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊
စားတာဝိပဿ်မည်။**

အလှူရှင်များကို အကောင်းဆုံး ချီးမြှောက်ခြင်းပါပဲ။ မိမိ အတွက်လည်း အမှတ်တွေဆက်လို့ တရားတွေ မတိုးတက်သွား ပါဘူးလား ... တရားတွေ တိုးတက်သွားပါတယ်ဘုရား။ အလှူ ရှင်များကိုလည်း အကောင်းဆုံး ချီးမြှောက်ခြင်းပဲ။ ရှုမှတ်ပြီး စားရင်တော့ ရှုမှတ်ဆဲခဏမှာ လောဘလည်းကင်း၊ ဒေါသလည်း ကင်း၊ မောဟလည်းကင်း။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတွေ ကင်း နေတဲ့အခိုက်အတန့် လှူဒါန်းရတဲ့ ဒါနကုသိုလ်ကောင်းမှုဟာ မဟာပွလ = ကြီးသောအကျိုးရှိတယ်။ လယ်ယာမြေကောင်းမှာ မျိုးစေ့ကောင်းများ စိုက်ချလိုက်သလို အလွန်အကျိုးများပါတယ်။ အဋ္ဌကထာဆရာတွေ ဖွင့်ပြတယ်။

ရဋ္ဌပိဏ္ဍောပိ တေန ဘုတ္တော မဟပ္ပလော။

တေန = ထိုမပြတ်မလပ်ရှုမှတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်
သည်။ ဘုတ္တော = မှီဝဲသုံးဆောင်အပ်သော၊ ရဋ္ဌပိဏ္ဍောပိ =
တိုင်းသူပြည်သားတို့လှူဒါန်းသော ဆွမ်းခဲဖွယ်ဘောဇဉ်သည်လည်း။
မဟပ္ပလော = ကြီးသောအကျိုးရှိ၏။ ဣတိ = ဤသို့၊ အဋ္ဌ
ကထာစရိယော = အဋ္ဌကထာဆရာသည်။ သံဝဏ္ဏေတိ =
ကောင်းစွာမသွေ ဖွင့်ပြတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

အလှူရှင်များကို အကောင်းဆုံး ချီးမြှောက်ခြင်းပဲ။ တရား
နာပရိသတ်များ ရှုမှတ်နေတာ မိမိအတွက်လည်း အကျိုးများ၊
အလှူရှင်တွေအတွက်လည်း ... အကျိုးများပါတယ်ဘုရား။ အို-
အကျိုးများတဲ့အလုပ်တွေ လုပ်နေတာပဲလို့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ
ဖြစ်စရာမကောင်းပါဘူးလား ... ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်စရာ
ကောင်းပါတယ်ဘုရား။ သာသနာတော်ကြီးနဲ့ လာတွေ့နေရတာ၊
သာသနာ့အကျင့်တွေ ကျင့်ရတာ မိမိအတွက်လည်း အကျိုးများ၊
တစ်ပါးသောပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက်လည်း ... အကျိုးများပါတယ်
ဘုရား။ အကျိုးများတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ပြီးတော့စားတာလည်း
စားခြင်းရဲ့အတိုင်းအရှည်ကို သိတာပါပဲ။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၃၉

ဘောဇနေ = စားသုံးဖွယ်ရာဘောဇဉ်၊ မတ္တညူ = ခံယူခြင်းအတိုင်းအရှည်၊ သုံးဆောင်ခြင်းအတိုင်းအရှည်ကိုသိသည်၊
ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ဣတိ = ဤသို့၊ ဘဂဝါ = မြတ်စွာဘုရား
သည်၊ အဝေါစ = ကရုဏာရှေ့သွားပညာအားဖြင့် ဟောကြား
တော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်ပြီးတော့ စားတာလည်း စားခြင်းရဲ့
အတိုင်းအရှည်ကို သိတာပါပဲ။ မေတ္တာပွားပြီးတော့ စားတာလည်း
စားခြင်းရဲ့အတိုင်းအရှည်ကို သိတာပါပဲ။ ရှုမှတ်ပြီးစားတာလည်း
စားခြင်းရဲ့အတိုင်းအရှည်ကို သိတာပါပဲ။ ရှုမှတ်ပြီးစားတာတော့
အကောင်းဆုံးစားခြင်းပါပဲ။

စားသုံးဖွယ်ရာ အာဟာရတွေကို မှီဝဲတဲ့အခါမှာလည်း
အတိုင်းအရှည်သိပြီးတော့ မှီဝဲရမယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်
မိန့်ကြားခဲ့ပါတယ်။ တရားနာပရိသတ်များလို တကယ်တမ်း နိဗ္ဗာန်
ချမ်းသာကို လျင်မြန်စွာရောက်ချင်ပြီ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို စေလွှတ်
အပ်တဲ့စိတ်တွေက ရှိနေပြီဆိုလို့ရှိရင်တော့ စားတဲ့အခါမှာ ၄-၅-
လုတ်လောက် လျော့ပြီးတော့ စားရမယ် စသည်ဖြင့် အရှင်သာရိ
ပုတ္တရာမထေရ် ညွှန်ပြတယ်။

စတ္တာရော ပဉ္စအာလောပေ၊ အဘုတွာ ဥဒကံ ပိဝေ။
အလံ ဖာသုဝိဟာရာယ၊ ပဟိတတ္ထဿ ဘိက္ခုနော။

ပဟိတတ္ထဿ = နိဗ္ဗာန်သို့စေလွှတ်အပ်သောစိတ်ရှိ
သော၊ ဘိက္ခုနော = ဘေးကိုရှုတတ် ယောဂီမြတ်သည်၊ စတ္တာ
ရော ပဉ္စအာလောပေ = လေးငါးလုတ်တို့ကို၊ အဘုတွာ =
မစားမူ၍၊ ဥဒကံ = ရေကို၊ ပိဝေ = သောက်ရ၏။ ဝေံ = ဤသို့
လေးငါးလုတ်လျော့၍ ရေကိုသောက်သည်ရှိသော်၊ ဖာသုဝိဟာ
ရာယ = ချမ်းသာစွာနေခြင်းငှာ၊ အလံ = စွမ်းနိုင်၏။ ဣတိ =
ဤသို့၊ ဓမ္မသေနာပတိံ = တရားစစ်သူကြီးဖြစ်တော်မူသော
အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်သည်၊ အဝေါစ = ကောင်းစွာမသွေ
ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

တရားနာပရိသတ်များကတော့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ စေ
လွှတ်အပ်တဲ့စိတ် ရှိကြတယ်။ နိဗ္ဗာန်သို့ အလျင်အမြန် ရောက်
ချင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် စားတဲ့အခါမှာ ၄-၅-လုတ်လောက်
လျော့ပြီးတော့စားပါတဲ့။ အဲဒီလျော့စားတဲ့အစား ရေကို မျှတ
အောင်သောက်ထားပါ။ အဲဒီလိုသောက်ထားမယ်ဆိုလို့ရှိရင်
ဣရိယာပုထ် ၄-ပါးလုံးမှာ ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့
တရားတွေမှတ်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၄၁

မှတ်တော့ တရားတွေ မတိုးတက်သွားပါဘူးလား ... တရားတွေ တိုးတက်သွားပါတယ်ဘုရား။ တရားတွေ တိုးတက်သွားတော့ နိဗ္ဗာန်ကို နှေးနှေးရောက်မလား၊ မြန်မြန်ရောက်မလား ... မြန်မြန်ရောက်ပါမယ်ဘုရား။ ဪ-မြန်မြန်ရောက်မှာပဲ။ အရှင် သာရိပုတ္တရာမထေရ်ဆိုတော့ ပညာအရာမှာ တေဒဂ်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်ပေးတဲ့နည်းလေးလည်း မယူရပါဘူးလား ... ယူရပါတယ်ဘုရား။

အခုခေတ်က သမားတော်ကြီးများလည်း အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ် ဟောကြားတာကို ထောက်ခံကြတယ်။ အစာကို နည်းနည်းလျော့ပြီးတော့ ရေကို မျှတအောင်သောက်ထားတာ ကျန်းမာရေးအတွက် အထူးကောင်းပါတယ်တဲ့။ မကောင်းပါဘူးလား ... ကောင်းပါတယ်ဘုရား။ အစာကြေလွယ်တာကို။ ကြေလွယ်တော့ ကျန်းမာရေး ပိုမကောင်းပါဘူးလား ... ပိုကောင်းပါတယ်ဘုရား။

ဆောင်ပုဒ်။ စားနိုင်သည်မှ၊ ငါးလုတ်မျှ၊
လျော့ချသုံးဆောင်ပါ။
လျော့သည့်အစား၊ ရေကိုကား၊
သောက်ထားမျှတစွာ။
ဣရိယာပထ၊ များသူခ၊ မုချရမည်သာ။

ဣရိယာပုထ် ၄-ပါးလုံးမှာ ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ တရားမှတ်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့မှတ်ရတော့ တရားတွေ ထူးထူးခြားခြား မတိုးတက်သွားပါဘူးလား ... တိုးတက်သွားပါတယ်ဘုရား။ တိုးတက်သွားနိုင်ပါတယ်။

၄-လုတ်လျှော့ပါလို့လည်း အတိအကျမပြောဘူး။ ၅-လုတ်လျှော့ပါလို့လည်း အတိအကျမပြောဘူးဆိုတော့ ဘယ်လိုများ ယူဆရပါမလဲ။ မစဉ်းစားရပါဘူးလား ... စဉ်းစားရပါတယ်ဘုရား။ ဆွမ်းလုတ်ကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဘယ်နှလုတ်လျှော့ရမလဲ ... ၄-လုတ်လျှော့ရပါမယ်ဘုရား။ ဆွမ်းလုတ်သေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ... ၅-လုတ်လျှော့ရပါမယ်ဘုရား။ အလျှော့အတင်းလေး အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ် ထားပေးထားတာ။ ပညာအရာမှာ တေဒဂ်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကိုယ်လျှော့နိုင်သလောက်ပဲလျှော့ပါဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်မကျနေပါဘူးလား ... အဓိပ္ပာယ်ကျနေပါတယ်ဘုရား။

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်အခါကတော့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း အင်အားတွေနဲ့ ပြည့်စုံကြတယ်။ အတွင်းက အဇ္ဈတ္တဩဇာတွေနဲ့လည်း ပြည့်စုံကြတယ်။ ဗဟိဒ္ဓက မှီဝဲသုံးဆောင်တဲ့ အာဟာရတွေကလည်း ဩဇာတွေ ပြည့်စုံနေကြတော့ ၄-လုတ်လည်း လျှော့လို့ရတယ်။ ၅-လုတ်လည်း လျှော့လို့ရတယ်။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၄၃

ခုခေတ်မှာတော့ သာသနာနောက်ပိုင်းဆိုတော့ အဇ္ဈတ္တ
ဩဇာကလည်း အားနည်းကြတယ်။ ဗဟိဒ္ဓဩဇာ စားဖွယ်
သောက်ဖွယ်တွေကလည်း အားနည်းတော့ ဒီလောက်ကြီးတော့
လျော့မှလျော့နိုင်ပါ့မလား ... မလျော့နိုင်ပါဘုရား။ မလျော့နိုင်
လည်း လျော့နိုင်သလောက်ကလေး လျော့ပါဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်
မကျနေပါဘူးလား ... အဓိပ္ပာယ်ကျပါတယ်ဘုရား။ ဪ-အရှင်
သာရိပုတ္တရာ ပညာအရာမှာ တေဒဂ်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က လျော့ပြီး
တော့ စားပါတဲ့။

မြတ်စွာဘုရားလည်း ဟောကြားပါတယ်။ ပဿေနဒီ
ကောသလမင်းကြီးကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ ဟောကြားတယ်။
ပဿေနဒီကောသလမင်းကြီးဆိုတာ တရားနာပရိသတ်များလည်း
မကြာခဏ နာကြားဖူးနေတာကိုး။ ပဿေနဒီကောသလမင်းကြီး
ဆိုတာ အစားကြူးတဲ့နေရာမှာ သာသနာတော်မှာ ရာဇဝင်တွင်
တဲ့မင်းကြီး။ ဆန်တစ်စိတ်နဲ့ ဆိတ်တစ်ကောင်ချက်စားတဲ့ မင်းကြီး
တဲ့။ ဘယ်လောက်စား ... ဆန်တစ်စိတ်နဲ့ ဆိတ်တစ်ကောင်ပါ
ဘုရား။ ဆန်တစ်စိတ်စားတာတော့ အမှန်ပဲ။ စာထဲမှာပါတယ်တဲ့။
ဆိတ်တစ်ကောင်ချက်စားတယ်ဆိုတာတော့ စာထဲမှာတော့ မပါ
ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဆရာဆရာများက ဆန်တစ်စိတ်ချက် စားနိုင်ရင်
တော့ ဆိတ်တစ်ကောင်ချက်လည်း ... စားနိုင်မှာပါဘုရား။ စား
နိုင်မှာပဲ။ စားနိုင်တယ်။ အဲဒီလောက်ပဲ အစားကြူးတယ်။

တစ်နေ့သောအခါ ဆန်တစ်စိတ်ချက်နဲ့ ဆိတ်တစ်
 ကောင်ချက်လောက်စားပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားကို သတိရတာနဲ့
 အစားစားပြီးချင်း မြတ်စွာဘုရားထံ ထွက်ခဲ့တယ်။ ပရိသတ်တွေနဲ့
 မြတ်စွာဘုရား အနီးအနားမှာထိုင်၊ ဣန္ဒြေရရလေးထိုင်နေလိုက်
 တော့ အစားတွေကသိပ်များထားတော့ ဘာဖြစ်တတ်ပါသလဲ ...
 အိပ်ငိုက်တတ်ပါတယ်ဘုရား။ အိပ်ငိုက်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှေ့
 မှာလည်း လှဲပြီးတော့ အိပ်ချလိုလည်းမတော်။ ထိန်းထားလိုက်
 ရတာ ခန္ဓာကိုယ်က ချွေးလုံးချွေးပေါက်တွေကျလာတယ်။

နောက်ပါတွေကမြင်တော့ အိုမင်းကြီးတော့ လဲကျတော့
 မှာပဲ။ ယပ်တွေခတ်ပေးနေရတယ်တဲ့။ အဲဒါကို မြတ်စွာဘုရား
 တွေ့သွားတော့ “ကောသလမင်းကြီး ... စားပြီးခါစ အပန်းလေး
 များ မဖြေခဲ့ပါဘူးလား” “မဖြေခဲ့မိဘူးဘုရား၊ မြတ်စွာဘုရားကို
 သတိရတာနဲ့ တပည့်တော် ထွက်လာခဲ့မိပါတယ်၊ တပည့်တော်
 မှာ စားပြီးခါစ ဒီလိုပဲ ဒုက္ခတွေများလှပါတယ်ဘုရား” လျှောက်
 ထားတော့ အမှန်အတိုင်း မလျှောက်ထားပါဘူးလား ... အမှန်
 အတိုင်း လျှောက်ထားပါတယ်ဘုရား။

“ကောသလမင်းကြီး ... အစားကြူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ
 ဒီအတိုင်းပဲ၊ တရားထူးတရားမြတ်လည်း မရနိုင်ဘူး။ ထိန်း၊ မိဒ္ဓ
 တွေက နှိပ်စက်လို့ အနိစ္စလည်း မမြင်နိုင်၊ ဒုက္ခလည်း မမြင်နိုင်။

အနတ္တလည်း မမြင်နိုင်ဘဲဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် တရားလည်း မရနိုင်ဘူး” လို့ မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားပြီးတော့ တရားတွေ ဟောကြားပါတယ်။ အတိုင်းအရှည်သိပြီးတော့ စားဖို့ရန် မြတ်စွာ ဘုရား ဟောကြားပါတယ်။

မနုဇဿ သဒါ သတိမတော၊
မတ္တံ ဇာနတော လဒ္ဓဘောဇနံ။
တနုကာဿ ဘဝန္တိ ဝေဒနာ၊
သဏိကံ ဇီရတိ အာယုပါလယံ။

သဒါ = အခါခပ်သိမ်း၊ သတိမတော = သတိနှင့်ပြည့်စုံသော၊ လဒ္ဓဘောဇနံ = ရအပ်သောဘောဇဉ်၏၊ မတ္တံ = အတိုင်းအရှည်ကို၊ ဇာနတော = သိသော၊ အဿမနုဇဿ = ဤလူဖြစ်သောပုဂ္ဂိုလ်အား၊ ဝေဒနာ = ဝေဒနာတို့သည်၊ တနုကာ = ခေါင်းပါးကုန်သည်၊ ဘဝန္တိ = ဖြစ်ကုန်၏။ သဏိကံ = ဖြည်းဖြည်း၊ ဇီရတိ = အို၏။ အာယုပါလယံ = အသက်ကိုဆောင်ခြင်းသည်၊ အတ္တိ = ရို၏။ ဣတိ = ဤသို့၊ ဘဂဝါ = မြတ်စွာဘုရားသည်၊ အဝေါစ = ကရုဏာရှေ့သွားပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

အရာရာမှာလည်း အမှတ်သတိရှိရမယ်။ မိမိအတွက် ရလာတဲ့ စားဖွယ်သောက်ဖွယ်တွေရဲ့ အတိုင်းအရှည်ကိုလည်း သိရမယ်။ ဒီတရား ၂-ပါးနဲ့ပြည့်စုံမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဝေဒနာလည်းကင်းပါလိမ့်မယ်၊ အရွယ်လည်းတင်နေပါလိမ့်မယ်၊ အသက်လည်းရှည်နေပါလိမ့်မယ်လို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား လိုက်တော့ ဒီဂါထာလေးသိပ်လိုချင်တယ်။ လိုချင်ပင်လိုချင်ငြား သော်လည်း အစားတွေကသိပ်များတော့ မနေနိုင်တော့ဘူး။ “မြတ်စွာဘုရား ... တပည့်တော် ဒီဂါထာတော့ လိုချင်ပါတယ် ဘုရား။ တပည့်တော် နေလိုမရတော့ပါဘူးဘုရား။ အလွန်အိပ် ငိုက်နေပါပြီ။ တပည့်တော်ရဲ့တူကလေးကို သင်ပေးပါဘုရား” ဆို ပြီးတော့ တူကလေးတစ်ယောက်ထားခဲ့၍ သင်ပေးလိုက်တယ်။

ကောသလမင်းကြီး ပွဲတော်တည်တိုင်းတည်တိုင်း နောက် ဆုံးထမင်းလုတ်ကျရင် အဲဒီဂါထာလေးရွတ်ပေးရမယ်။ မြတ်စွာ ဘုရား မှာကြားလိုက်တဲ့အတိုင်း အဲဒီဒကာလေးက ရွတ်ရွတ် ပေးတာ ကောသလမင်းကြီး လျှော့လျှော့ပြီးတော့စားလိုက်တာ တစ်စလယ်ချက် ထမင်းနဲ့ဟင်းနဲ့ မျှတပြီးတော့ ကျန်းမာရေးတွေ သိပ်ပြည့်စုံလာပြီး ခွန်အားဗလတွေနဲ့ပြည့်စုံပြီးတော့ သားကောင် တွေတောင် လိုက်ဖမ်းနိုင်တဲ့အဆင့်သို့ ရောက်သွားတယ်တဲ့။ ကျန်းမာရေးနဲ့မပြည့်စုံသွားပါဘူးလား ... ကျန်းမာရေးနဲ့ပြည့်စုံ သွားပါတယ်ဘုရား။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၄၇

စားခြင်းအတိုင်းအရှည်ကို သိပြီးတော့စားတာ အကျိုး
ဘယ်နှမျိုးရသလဲ ... ၃-မျိုးရပါတယ်ဘုရား။

ဝေဒနာ = ဝေဒနာတို့သည်၊ တနုကာ = ခေါင်းပါးကုန်
သည်၊ ဘဝန္တိ = ဖြစ်ကုန်၏။ ဝေဒနာလည်း ကင်းသွားပါလိမ့်
မယ်။ ခေါင်းပါးမယ်ဆိုတာ ကင်းသွားပါလိမ့်မယ်။ သဏိကံ =
ဖြည်းဖြည်း၊ ဇီရတိ = အို၏။ ဖြည်းဖြည်းအိုတယ်ဆိုတာ အရွယ်
လည်း တင်နေပါလိမ့်မယ်။ အာယုပါလယံ = အသက်ကိုစောင့်
ခြင်းသည်၊ အတ္တိ = ရှိ၏။ အသက်ကိုစောင့်ခြင်းဆိုတာ အသက်
လည်း ရှည်ပါလိမ့်မယ်တဲ့။ အကျိုး ... ၃-မျိုးပါဘုရား။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ တိုင်းရှည်သိကာ၊ သုံးဆောင်တာ၊
သုံးဖြာကျိုးရသည်။
ဝေဒနာကင်း၊ ရွယ်တင်ခြင်း၊
မယွင်းသက်ရှည်သည်။

ဝေဒနာတွေလည်း ကင်းပါလိမ့်မယ်။ ကျန်းမာနေပါလိမ့်
မယ်။ ကျန်းမာတော့ တရားရကြောင်းမဖြစ်ပါဘူးလား ... တရား
ရကြောင်းဖြစ်ပါတယ်ဘုရား။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ယုံကြည်ကျန်းမာ၊ ဖြောင့်စွာစိတ်ထား၊
 ကြိုးစားတွင်တွင်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်၊
 ငါးအင်တရားရကြောင်းတည်း။

ယုံကြည်တာက ၁-နံပါတ်။ ယခုမှတ်ဆဲတရားနဲ့ မိမိဟာ အမှတ်တွေပြည့်သွားတဲ့အခါ နိဗ္ဗာန်ကိုမြင်သွားနိုင်တယ်။ အပါယ်တံခါးပိတ်သွားနိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်တာက ... ၁-နံပါတ် ပါဘုရား။ ၁-နံပါတ်။

ကျန်းမာတာက ၂-နံပါတ်။ ကျန်းမာမှဝိပဿနာတရားကို အပြည့်အစုံအားထုတ်နိုင်တော့ တရားရကြောင်းပဲတဲ့။ လျော့စား လိုက်တော့ မကျန်းမာပါဘူးလား ... ကျန်းမာပါတယ်ဘုရား။ ကျန်းမာတယ်။ အခုခေတ်သမားတော်ကြီးတွေလည်း သိပ်ပြီးတော့ ထောက်ခံကြပါတယ်။ ဟုတ်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟောတာ သိပ် မှန်တယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာဟောတာလည်း သိပ်မှန်တယ်။ ကျန်းမာရေးအတွက် အထောက်အကူတွေဖြစ်တယ်။

ဝေဒနာကင်း၊ ရွယ်တင်ခြင်း။ အရွယ်လည်းတင်နေ ပါလိမ့်မယ်။ အရွယ်တင်နေတာကိုလည်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း၊ သတ္တဝါတိုင်း သတ္တဝါတိုင်း အလိုမရှိအပ်ပါဘူးလား ... အလိုရှိ အပ်ပါတယ်ဘုရား။ အလိုရှိအပ်တယ်။ လောကမှာ လောကထဲ မှာ လူ့ဘောင်လူ့လောကမှာနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း အရွယ်တင်တာ

ကတော့ သူတို့အတွက် အလိုရှိတာကတော့ အရာရာမှာ လှပ တင့်တယ်ဖို့ အလိုရှိတာကိုး။ တရားနာပရိသတ်များ၊ ယောဂီ များအတွက်ကတော့ အရွယ်တင်နေတာလည်း တရားတွေ ပိုပြီး တော့အားထုတ်နိုင်ရအောင်၊ ဝေယျာဝစ္စတွေ ပိုပြီးတော့လုပ်နိုင် ရအောင် အရွယ်တင်တာကောင်းပါတယ်။

မယွင်းသက်ရှည်သည်။ လူ့ဘဝမှာ အသက်ရှည်ရှည် နဲ့ နေရတာလည်း မကောင်းပါဘူးလား ... ကောင်းပါတယ် ဘုရား။ အသက်အရွယ်ကြီးလေ ကုသိုလ်တရားတွေက ပိုရလေ ပဲ။ ခန္ဓာဒုက္ခတွေက မြင်နေရတော့ ကိုယ်တွေ့ဒုက္ခ၊ ခန္ဓာကိုယ် တွေ့ ဒုက္ခတွေမြင်နေရတော့ ကုသိုလ်တွေ များများမဖြစ်ပါဘူး လား ... ကုသိုလ်များများဖြစ်ပါတယ်ဘုရား။ ငယ်ငယ်တုန်းကလို ပျော်ဖို့ပါးဖို့ ဒီလိုအတွက် စားနေသောက်နေတာ ဟုတ်ပါရဲ့လား ... မဟုတ်ပါဘုရား။ အို-ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီး တည်ရှိနေရအောင်၊ ခန္ဓာဒုက္ခတွေ မြန်မြန်ပယ်စွန့်နိုင်ရအောင်၊ တရားတွေ များများ အားထုတ်နိုင်ရအောင် မှီဝဲသုံးဆောင်နေရတာ နေရာမကျပါဘူး လား ... နေရာကျပါတယ်ဘုရား။ အသက်ရှည်နေရအောင် မွေး မြူနေရတာဖြစ်တယ်။

ဝေဒနာကင်း၊ ရွှင်တင်ခြင်း၊ မယွင်းသက်ရှည်သည်။
မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော့ တရားနာပရိသတ်များလည်း သဘောတွေကျပြီး အတိုင်းအရှည်သိပြီးတော့ သုံးဆောင်ကြတာ

မြတ်စွာဘုရားအလိုကျပါပဲ။ တရားတွေ မြန်မြန်တွေ့! တရားတွေ မြန်မြန်တက်၊ တရားထူးတရားမြတ်တွေ မြန်မြန်ရဖို့ရာဖြစ်တယ်။ ဘောဇနေ မတ္တည။ ၃-နံပါတ်ကိုဟောတာလည်း အသင့်အတင့် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

အခု ၄-နံပါတ်ကို ဟောကြားပါတော့မယ်။

ဇာဂရိယံ နယုတ္တော ဟောတိ။

ဇာဂရိယံ = နိုးကြားခြင်း၌၊ အနယုတ္တော = ယှဉ်သည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ဣတိ = ဤသို့၊ ဘဂဝါ = မြတ်စွာဘုရားသည်၊ အဝေါစ = ကရုဏာရှေ့သွားပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို အမြန်ရောက်ချင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် နိုးနိုးကြားကြားအိပ်တတ်ရမယ်။ နိုးနိုးကြားကြားနေတတ်ရမယ်။ နိဗ္ဗာန်လည်းလိုချင်ပါရဲ့၊ အခုနပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ည ၆-နာရီက အိပ်လိုက်တာ မနက် ၆-နာရီကျအောင် အိပ်နေတယ်။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရောက်မှရောက်နိုင်ပါ့မလား ... မရောက်နိုင်ပါဘုရား။ မရောက်နိုင်တော့ဘူး။ အအိပ်ကတယ်ကြီးတာကိုး။ အခုတရားနာပရိသတ်များ ဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ နိုးနိုးကြားကြားပဲ။ နိုးနိုးကြားကြား

အိပ်တယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုအိပ်တာလဲဆိုတော့ ဆောင်ပုဒ် ကလေးပဲ ဆိုကြပါစို့။

**ဆောင်ပုဒ်။။ ညဉ့်သုံးယံတွင်၊ တစ်ယံပင်၊
အိပ်လျှင်နိုးကြားသည်။**

ညဉ့်သုံးယံ။ ည ၆-နာရီကနေပြီးတော့ ၁၀-နာရီအထိ ပထမယံ။ ၁၀-နာရီကနေပြီးတော့ ၂-နာရီအထိ ၄-နာရီက သန်း ခေါင်ယံ။ ၂-နာရီက ၆-နာရီထိက မိုးသောက်ယံ။ ၄-နာရီသာ အိပ်ချိန်။ သန်းခေါင်ယံ တစ်ယံသာပင် အိပ်ချိန်ထားပြီးတော့ နိုးနိုးကြားကြား အားထုတ်နေရမယ်။

တရားကောင်းလို့ရှိရင်တော့ ၁-နာရီတရားထိုင်လိုက်တာ ၃-နာရီအိပ်တာနဲ့ ညီမျှတယ်လို့ တောင်ပုလုဆရာတော်ဘုရားကြီး က မိန့်ကြားဖူးပါတယ်။ တောင်ပုလုဆရာတော်ဘုရားကြီးဆို တော့ ဓုတင်တွေ အားပေးတဲ့ဆရာတော်ကြီးဖြစ်တယ်။ တစ်ည လုံး မအိပ်ဘဲနဲ့ တချို့အားထုတ်ရတာကိုး။ လူကြီးပိုင်းက တော် တော်သွားပြီး အားထုတ်ကြတော့၊ လူကြီးပိုင်းကဆိုတော့ ဆရာ တော်ကြီးကိုလည်း တင်ပြလျှောက်ထားကြတယ်။ “ဆရာတော် ကြီးဘုရား ... အိပ်ရေးတွေသိပ်ပျက်တော့ ကျန်းမာရေးတွေ မချို့တဲ့ကုန်ဘူးလား” “မချို့တဲ့ပါဘူး၊ တရားကောင်းလို့ရှိရင် ၁-နာရီထိုင်တာနဲ့ ၃-နာရီအိပ်တာနဲ့ ညီမျှပါတယ်”တဲ့။

တရားကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မထင်ရှားပါဘူးလား ... ထင်ရှားပါတယ်ဘုရား။ တရားမကောင်းခင်တော့လည်း အိပ်ရပါတယ်။ အိပ်ရေးဝဝဖြစ်အောင် ၄-နာရီလောက်တော့ အိပ်ရပါတယ်။

ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ၄-နာရီလောက်လည်း အိပ်နိုင်ပါတယ်တဲ့။ အိပ်တော့အိပ်ရမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အလွန်အကျွံဖြစ်အောင်အိပ်နေရင်တော့ နေရာကျပါတော့မလား ... နေရာမကျတော့ပါဘုရား။ ဘယ်အချိန်ထမယ်လို့ ဒီလိုလည်း ဥဋ္ဌာနသညာလေးပြုရမယ်။

**ဆောင်ပုဒ်။။ သတိဉာဏ်ယှဉ်၊ ထဖို့တွင်၊
အိပ်လျှင်သညာပြုရပါ။**

ထဖို့ ဘယ်အချိန်ကျရင်ထမယ်။ ၃-နာရီခွဲကျရင်ထမယ်။ တရားနာပရိသတ်များ၊ ယောဂီများ သညာလေးမထားရပါဘူးလား ... ထားရပါတယ်ဘုရား။ သညာလေးထားတော့ အဲဒီအချိန်နိုးတာပါပဲ။ “တပည့်တော်က နှိုးစက်မထားရတော့ပါဘူးဘုရား။ အချိန်မှန်ပဲ နိုးနေပါပြီ” တဲ့။ နေရာမကျပါဘူးလား ... နေရာကျပါတယ်ဘုရား။ အို-နေရာကျလိုက်တာ။ တရားစရထားပြီ၊ တရားတွေ စတွေ့ထားပြီဆိုတာ မထင်ရှားပါဘူးလား ... ထင်ရှားပါ

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၅၃

တယ်ဘုရား။ ထင်ရှားတယ်။ သာသနာတော်ကြီးနဲ့တွေ့ရတာ အကျိုးမများပါဘူးလား ... အကျိုးများပါတယ်ဘုရား။ အကျိုးများပါတယ်။

ကျန်တဲ့အချိန်တွေမှာတော့ မြတ်စွာဘုရားက ရှုမှတ်ပြီး တော့နေရမယ်လို့ ဟောကြားပါတယ်။ ထိုင်ပြီးတော့ရှုမှတ်၊ စင်္ကြံလျှောက်ပြီးတော့ရှုမှတ်၊ အထွေထွေအသေးစိတ်တွေမှတ်ပြီးတော့ နေရမယ်။ ၄-နာရီအိပ်ပြီး ကျန်တဲ့အချိန်တွေမှာ ရှုမှတ်ပြီးတော့ နေရမယ်တဲ့။ အခုတရားနာပရိသတ်များလည်း ရှုမှတ်ပြီး နေကြတာပါပဲ။

အမှတ်က ၃-မျိုး။ ပါဠိတော်မှာလာတဲ့အတိုင်း ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ပြတဲ့အတိုင်း တရားနာပရိသတ်များ မှတ်နေကြတာ အမှတ်ဘယ်နှမျိုးလဲ ... ၃-မျိုးပါဘုရား။ ၃-မျိုး။ ထိုင်မှတ်တဲ့အမှတ်က တစ်မျိုး၊ စင်္ကြံလျှောက်ပြီးတော့မှတ်တဲ့အမှတ်က တစ်မျိုး၊ အထွေထွေအသေးစိတ်အမှတ်က တစ်မျိုးလို့ ဒီ ၃-မျိုးကို ဆက်စပ်အောင် ရှုမှတ်နိုင်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် မှတ်အားတွေကောင်းပြီးတော့ သမာဓိတွေဖြစ်ပြီး တရားမတွေ့သေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ တရားတွေတွေ့၊ တရားတွေ့ပြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ တရားတွေ့တက်၊ တရားထူးတရားမြတ် ရထိုက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ တရားထူးတရားမြတ်တွေ ရသွားတတ်ပါတယ်။

အမှတ် ၃-မျိုးဟာ ဆက်နေအောင်မှတ်ရမယ်။ ထိုင်မှတ်တော့ ကြိုးကြိုးစားစားမှတ်ပါတယ်။ စင်္ကြံကလည်း ကောင်းကောင်းမမှတ်တတ်ဘူး။ အထွေထွေအသေးစိတ်အမှတ်လည်း လုံးလုံးမမှတ်တတ်ဘူး။ မမှတ်ဘူးဆိုလို့ရှိရင်တော့ တော်တော်နဲ့မှ တက်မှတက်နိုင်ပါ့မလား ... မတက်နိုင်ပါဘုရား။ မတက်နိုင်ပေဘူး။

အခုတရားနာပရိသတ်များ၊ ယောဂီများတော့ ကိုယ်တိုင် သိနေတယ်။ ထိုင်မှတ်လည်း တော်တော်လေး မှတ်တတ်နေပါတယ်။ စင်္ကြံမှတ်လည်း တော်တော်လေး မှတ်တတ်နေပါတယ်။ အချိန်က တော်တော်နည်းသွားလို့ တော်တော်များများတော့ ဟောဖို့ရာတွေ ကျန်နေတယ်။ နောင်များမှ အကြောင်းညီညွတ်တဲ့အခါ ဟောပါမယ်။

ထိုင်မှတ်မှာ ရှုမှတ်ပုံရှုမှတ်နည်း အတိုချုပ်လောက်ပဲ ဟောနိုင်တော့မယ်။ ထိုင်မှတ်တဲ့အခါ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ပြတဲ့အတိုင်း တရားနာပရိသတ်များ မှတ်နေကြတယ်။ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ် မမှတ်ရပါဘူးလား ... မှတ်ရပါတယ်ဘုရား။ အဲဒီလိုမှတ်တဲ့အခါ မှာလည်း ပညတ်ပုံသဏ္ဍာန်ခြံကြီးကိုတော့ ခွာနိုင်သမျှခွာ။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၅၅

ပရမတ်ကိုတော့ သိနိုင်သမျှသိအောင် စူးစိုက်၍ ပစ္စုပ္ပန်ကိုလည်း တည့်နိုင်သမျှတည့်အောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ရပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ပညတ်ကိုခွာ၊ ပရမတ်သာ၊ မှန်စွာရူရမည်။

ဖောင်းတယ်လို့မှတ်တဲ့အခါ ဝမ်းဗိုက်ပုံသဏ္ဍာန်ခြပ်ကြီးက ပညတ်ပဲ။ ခွာနိုင်သမျှခွာ။ သူကတော့ ထင်တော့ထင်နေမှာပဲ။ အတွင်းက တောင့်တင်းတွန်းကန်တဲ့ သဘောလေးကတော့ ပရမတ်ပဲ။ ဝါယောပရမတ်။ သူ့ကိုတော့ သိနိုင်သမျှသိအောင် စူးစိုက်။ ပိန်တယ်လို့မှတ်တဲ့အခါမှာလည်း ဝမ်းဗိုက်ပုံသဏ္ဍာန်ခြပ်ကြီးက ပညတ်ပဲ။ သူ့ကိုတော့ ခွာနိုင်သမျှခွာ။ အတွင်းကနေပြီး တော့ တရွေ့ပြီးတရွေ့ လှုပ်သွား၊ လျော့သွားတဲ့ သဘောလေးကတော့ ပရမတ်ပဲ။ သူ့ကိုတော့ သိနိုင်သမျှသိအောင် စူးစိုက်၍ ရှုမှတ်ရပါတယ်။

ပစ္စုပ္ပန်လည်း တည့်နိုင်သမျှတည့်အောင် စူးစိုက်ရပါတယ်။ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်လိုက်တဲ့အခါ လေရှူသွင်းလိုက်တာနဲ့အမျှ အဆင့်ဆင့် အဆင့်ဆင့်လေးတွေ ဖောင်းတက်လာတယ်။ အဲဒီအဆင့်ဆင့် အဆင့်ဆင့်လေးတွေကို မိနိုင်သမျှမိအောင် စူးစိုက်ပါ။ ပိန်တယ်လို့ မှတ်တဲ့အခါမှာလည်း လေရှူထုတ်လိုက်တာနဲ့အမျှ အဆင့်ဆင့် အဆင့်ဆင့် လျော့ကျသွားတယ်။ အဲဒီအဆင့်ဆင့် အဆင့်ဆင့်ကလေးတွေကို မိနိုင်သမျှမိအောင်

ပစ္စုပ္ပန်တည့်နိုင်သမျှတည့်အောင် စူးစိုက်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ကြရပါတယ်။

ထိုင်တယ်လို့ မှတ်တဲ့အခါမှာလည်း ခေါင်း၊ ကိုယ်၊ ခြေ၊ လက် ပုံသဏ္ဍာန်များကိုတော့ ခွာနိုင်သမျှခွာ၊ ထိုင်ချင်တဲ့စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ လေတွေကနေ တွန်းကန်ထားလို့ တောင့်တင်းနေတဲ့ သဘောလေးကိုပဲ၊ ပရမတ်ကိုပဲ ထိုင်တယ်လို့ မရှုမှတ်ရပါဘူးလား ... ရှုမှတ်ရပါတယ်ဘုရား။

ထိတယ်လို့ မှတ်တဲ့အခါမှာလည်း တင်ပါးခြပ်၊ ကြမ်း၊ ပုံသဏ္ဍာန်ခြပ်တွေကိုတော့ ခွာနိုင်သမျှခွာပြီးတော့ ထိထားလို့ ပူနေတဲ့သဘော၊ မာနေတဲ့သဘောလေး ပရမတ်ကိုတော့ သိနိုင်သမျှသိအောင် စူးစိုက်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ကြရပါတယ်။

တရားနာပရိသတ်ဟောင်း၊ ယောဂီဟောင်းများတော့ ရှုမှတ်တတ်နေကြလို့ အထူးဟောစရာတောင် မလိုဘူး။ ယောဂီသစ်များအတွက် ထပ်မံပြီး မဟောပေးရပါဘူးလား ... ဟောပေးရပါတယ်ဘုရား။ ရှုမှတ်လိုက်လို့ ပညတ်ပုံလည်း၊ ပုံသဏ္ဍာန်ခြပ်လည်း ခွာပြီးတော့ ပရမတ်ကိုလည်းသိအောင် စူးစိုက်တတ်သွားပြီး ပစ္စုပ္ပန်လည်းတည့်အောင် ရှုမှတ်တတ်ပြီဆိုရင် မကြာခင်ပဲ သမာဓိဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာပါတယ်။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၅၇

သမာဓိဉာဏ် မဖြစ်ခင်တုန်းကတော့ ဘာမှ ထူးခြားစွာ မသိရဘူး။ သမာဓိဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာပြီဆိုတော့ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်လိုက်ရင် ဖောင်းနေတာကတခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက ... တခြားပါဘုရား။ ပိန်တယ်လို့မှတ်လိုက်ရင် ပိန်နေတာကတခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက ... တခြားပါဘုရား။ ထိုင်တယ်လို့မှတ်လိုက်ရင် ထိုင်နေတာကတခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက ... တခြားပါဘုရား။ ထိတယ်လို့မှတ်လိုက်ရင် ထိနေတာကတခြား၊ မှတ်သိလိုက်တာက ... တခြားပါဘုရား။ ကွဲပြားပြီးတော့ မသိသွားပါဘူးလား ... သိသွားပါတယ်ဘုရား။

ပညာဓူရသောတာပန်ဖြစ်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ် ကိုယ်တိုင်ပဲသိသွားတော့ တခြားစီပါလား။ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိတာတွေက အာရုံကိုမသိတတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ရုပ်တရားလား၊ နာမ်တရားလား ... ရုပ်တရားပါဘုရား။ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်လို့ လိုက်လိုက်ပြီးတော့ မှတ်သိမှတ်သိနေတာက အာရုံကိုသိတတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ရုပ်တရားပါလား၊ နာမ်တရားပါလား ... နာမ်တရားပါဘုရား။ နာမ်တရား။ ဒီခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရား ၂-ပါးပဲရှိတယ်။ တကယ်တော့ ငါဆိုတာမရှိဘူး။ ငါငါလို့ပြောနေရတာ လောကဝေါဟာရ သူတစ်ပါးတွေ နားလည်အောင်သာ ပြောနေရတာ။ တကယ်တော့ ငါကောင်လေးမရှိဘူးလို့ မသိသွားပါဘူးလား ... သိသွားပါတယ်

ဘုရား။ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်တဲ့။ ပညာဓူရသောတာပန်
ဖြစ်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ကိုယ်တိုင်ပဲသိပါတယ်။

သဒ္ဓါဓူရ - သဒ္ဓါပြဋ္ဌာန်းပြီးတော့ သောတာပန်ဖြစ်မယ့်
ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ ခုလိုဟောလိုက်တော့မှ ဪ-ဟုတ်သားပါလား၊
တခြားစီပါလား။ မသိသွားပါဘူးလား ... သိသွားပါတယ်ဘုရား။
သောတာပန်ဖြစ်မလား၊ မဖြစ်ဘူးလား ... ဖြစ်ပါမယ်ဘုရား။
သူလည်း ဖြစ်မှာပါပဲ။

ဘာသာခြား၊ နိုင်ငံခြားသားတွေလည်း သူတို့လည်းသိ
တယ်။ နည်းမှန်လမ်းမှန်ရှုလိုက်တော့သိတယ်။ ဘယ်လိုများ
ပြောသလဲဆိုတော့ သူတရားမှတ်ခါစတုန်းကတော့ သူ့မှာ လူ
၁-ယောက်ထဲပဲတဲ့။ ယခုတော့ သူ့မှာ လူ ၂-ယောက်၊ ၂-ယောက်
ဖြစ်သွားပြီတဲ့။ ဘယ်ဉာဏ်ကိုပြောနေတာလဲ ... နာမရူပပရိစ္ဆေဒ
ဉာဏ်ပါဘုရား။ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိတာတွေက လူ
၁-ယောက်၊ မှတ်သိမှတ်သိနေတာက လူ ၁-ယောက်လို့ပဲဖြစ်နေ
တော့ သူမပြောတတ်တော့ ဒီလိုပဲ မပြောပါဘူးလား ... ပြောပါ
တယ်ဘုရား။ တခြားစီဖြစ်နေတာ သူ့မှမပြောတတ်တော့ သူ့မှာ
လူ ၂-ယောက်၊ ၂-ယောက်ဖြစ်သွားပြီတဲ့။ ဘယ်ဉာဏ်ကိုပြော ...
နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို ပြောပါတယ်ဘုရား။ နည်းမှန်လမ်းမှန်
ရှုတော့ မသိသွားပါဘူးလား ... သိသွားပါတယ်ဘုရား။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၅၉

ဆင့်ကာဆင့်ကာရှုမှတ်တော့ သမာဓိဉာဏ် တစ်ဆင့် ရင့်ကျက် အားရှိထက်သန်လာတဲ့အခါ ဖောင်းတာ ပိန်တာတွေ၊ ထိုင်တာ ထိတာတွေက ရှေ့ကပေါ်ပေါ်ပေးနေတော့ မှတ်သိစိတ် က နောက်က လိုက်လိုက်ပြီးတော့ မှတ်နေရတာပဲ။ ဖောင်းတာ ပိန်တာတွေ မထင်ရှားတော့ မှတ်သိစိတ်ကလည်း မှတ်လို့မရ တော့ဘူး။ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထိတာတွေက အကြောင်းတရားပဲ။ မှတ်သိစိတ်က ... အကျိုးတရားပါဘုရား။ အကျိုးတရားပဲလို့ ဒီလိုလည်း ဆက်လက်ပြီးတော့ သိသွားကြပါတယ်။ အကြောင်းနဲ့အကျိုးကိုသိတာ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်။ အဲဒီ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ရောက်သွားရင်ပဲ အဋ္ဌကထာဆရာများက စူဠ သောတာပန်ပဲလို့ သတ်မှတ်ပေးပါတယ်။

ဣမိနာ ပန ဉာဏေန = ဤသို့အကြောင်းအကျိုးကို သိသော ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်နှင့်၊ သမန္နာဂတော = ပြည့်စုံသော၊ ဝိပဿကော = ဝိပဿနာတရားအားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် သည်၊ ဗုဒ္ဓသာသနေ = မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်မြတ်၌၊ လဒ္ဓသာသော = ရအပ်သော သက်သာရာရှိသည်ဖြစ်၍၊ လဒ္ဓပတိဋ္ဌော = ရအပ်သော ထောက်ရာတည်ရာရှိသည်ဖြစ်၍၊ နိယတဂတိကော = ကောင်းမြတ်သော သုဂတိဘဝမြဲသော၊ စူဠသောတာပန္နောနာမ = အငယ်စားသောတာပန်မည်သည်၊ ဟောတိ = ဖြစ်၏။ ဣတိ = ဤသို့၊ အဋ္ဌကထာစရိယော =

အဋ္ဌကထာဆရာသည်၊ သံဝဇ္ဇေတိ = ကောင်းစွာမသွေ ဖွင့်ပြ
တော်မူခဲ့ပါပေသတည်း။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

အကြောင်းနဲ့အကျိုးကိုသိတဲ့ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်သို့
ရောက်သွားတဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်
မှာ ထောက်ရာတည်ရာရသွားပြီ။ ဘယ်လိုဝါဒမျိုးနဲ့ ဟောဟော
ပြောပြော မတုန်လှုပ်တော့ပါဘူး။ သက်သာရာရသွားပြီ။ နိယတ
ဂတိကော = ကောင်းမြတ်သော သုဂတိဘဝမြဲသော။ လှူပြည်၊
နတ်ပြည် ၆-ထပ်၊ ဗြဟ္မာပြည်ဆိုတဲ့ ကောင်းမြတ်တဲ့ သုဂတိ
ဘဝလည်း မြဲသွားပါပြီတဲ့။ သုဂတိဘဝမြဲသွားပြီဆိုတော့ ဒုဂ္ဂတိ
ဘဝဆိုတဲ့ အပါယ်ငရဲကိုလည်း မကျနိုင်တော့ဘူးဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်
မပြီးသွားပါဘူးလား ... ပြီးသွားပါတယ်ဘုရား။ စူဠသောတာ
ပနောနာမ = အငယ်စားသောတာပန်မည်သည်၊ ဟောတိ =
ဖြစ်၏။ အငယ်စားသောတာပန်ဖြစ်သွားပြီ။

စူဠသောတာပန်ဖြစ်သွားပြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မဟာသောတာ
ပန်ဖြစ်ဖို့ရာ ဒီလောက်တော့ မခဲယဉ်းလှတော့ပါဘူး။ ဆက်ကာ
ဆက်ကာ အားထုတ်သွားလို့ရရင် မဟာသောတာပန်အဖြစ်သို့
ရောက်သွားပြီး အပါယ်တံခါးပိတ် နိဗ္ဗာန်ကိုမြင်၍ နိဗ္ဗာန်သို့
မရောက်သွားပါဘူးလား ... နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်သွားပါတယ်ဘုရား။

မဆုတ်ယုတ်ကြ နိဗ္ဗာန်အမြန်ရ တရားတော် ၆၁

ဒီတရား ၄-ပါးနဲ့ညီစွာ ကျင့်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ ရောက်ရှိသွားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်။ ဟောစရာ တွေကတော့ အများကြီးကျန်နေတယ်။ ဒါပေမဲ့ နာရီတွေက ပြည့်ပါပြီ။ တရားနာပရိသတ်ဟောင်း၊ ယောဂီဟောင်းများကတော့ ထိုင်တဲ့အလေ့အကျင့်ရှိလို့ ဘာမှမပင်ပန်းဘူး။ ယောဂီသစ်တွေ၊ ဥပုသ်သည်တွေကျတော့ တရားတွေ သိပ်ရှည်နေလို့ နေရာမှ ကျမှကျပါ့မလား ... နေရာကျပါတယ်ဘုရား။

နာရီကတော့စေ့သွားပြီ။ ဒီလောက်နဲ့ပဲ သင့်တော်ပါပြီ။ နောင်သီတင်းများမှပဲ ဆက်လက်ပြီးတော့ ဟောပါတော့မယ်။ ဒီဉာဏ်ခန်း၊ ဒီအားထုတ်မှု ဉာဏ်စဉ်တွေဖြစ်ပုံကို တော်တော် များများဟောဖို့ကို ရည်ရွယ်တော့ ရည်ရွယ်ထားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လည်း ရှေ့ပိုင်းမှာဟောတာက များသွားတော့ နောက်ပိုင်းကျ တော့ ဒီလောက်ပဲ ဟောလို့ရပါမယ်။ ဆောင်ပုဒ်ကလေး ပြန်ဆို ပြီးတော့ တရားအဆုံးသတ်ကြပါစို့။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ သီလတည်ကြ၊ လုံ့လရတော်၊ စားလေတိုင်းသိ၊
နိုးကြားရှိပြန်၊ ဤလေးတန်၊ အမြန်နိဗ္ဗာန်
ရောက်ကြောင်းတည်း။

ဤကဲ့သို့ ယနေ့ယခုအခါ၌ “အပရိဟာနိယသုတ္တန် ဒေသနာတော်လာ တရား ၄-ပါး” ကို နာကြားရသဖြင့် နာကြားရသောအတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံ ပွားများအားထုတ်နိုင်ကြပြီးလျှင် မိမိတို့ အလိုရှိအပ် တောင့်တအပ်သော တရားထူးတရား မြတ်တို့ကို၊ ဒုက္ခခပ်သိမ်း အေးငြိမ်းရာဖြစ်တဲ့နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို လွယ်ကူသောအကျင့်ဖြင့် လျင်မြန်စွာဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှောက် ပြုနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဆရာတော်ဘုရားပေးသောဆုနဲ့ ပြည့်စုံရပါလို၏အရှင်ဘုရား။
 သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

အရပ်ဆယ်မျက်နှာနေ၊ အားလုံးသောသတ္တဝါတွေ၊
 ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ
 ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ၊ ချမ်းသာစွာဖြင့်၊ မိမိတို့ခန္ဓာဝန်
 ကို၊ ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓုပါဘုရား။

သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိဿာဆရာတော်