

ရဟန်းနှင့် ဝိညးကမ်း

သာမဏေကျော်

DESIGN
TWIN
553920

သာမဏေကျော် • ရဟန်းနှင့် ဝိညးကမ်း

ရဟန်းနှင့် ဝိညးကမ်း

သာမဏေကျော်

ရဟန်း နှင့် ခည်းကမ်း

သာမဏေကျော်

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

- စာမူခွင့်ပြုချက် ● ၃၂၀၅၄၅၅၀၈၀၇
- မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် ● ၃၂၀၀၆၈၀၁၀၈
- အုပ်ရေ ● ၁၀၀၀
- တန်ဖိုး ● ၁၅၀၀ ကျပ်
- ပုံနှိပ်ခြင်း ● ၂၀၀၈ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ
- မျက်နှာဖုံးနှင့် ● ဒေါ်မေသက်ခိုင် (၀၈၂၉၄)
- (ပြည့်စုံပုံနှိပ်တိုက်)
- အတွင်းပုံနှိပ် အမှတ်-၂၀၆၊ မြေညီ၊
- ဗိုလ်တထောင်ဘုရားလမ်း။
- ထုတ်ဝေသူ ● ဦးတင်ကိုဦး
- ရွှေရည်မြင့်မြတ်စာပေ
- အမှတ်(၅၈၀/ခ)၊ အောင်ရတနာလမ်း၊
- သယံဇာတကျွန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- အတွင်းဖလင် ● ကိုမြင့်သူ
- မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း ● ကိုအောင်လွင်

ဖြန့်ချိရေး

သာမဏေကျော်စာပေ

သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်

(လှော်ကားဥယျာဉ်အနီး)

မှော်ဘီမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်တိုင်း။ ဖုန်း-၇၀၉၆၈၀

နိဒါန်း

သာမဏေကျော်ကိုယ်တိုင်မှာလည်း ဘုရားဝိနည်းတော်တွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး သိသင့်သိထိုက်တဲ့ အချက်အလက်တွေကို အစုံအလင် သိဖို့ လိုနေပါသေးတယ်။ သာမဏေကျော်ရဲ့ ညီအရင်းဖြစ်တဲ့ ဥဉ္ဇာသနဲ့ ညီတစ်ဝမ်းကွဲ ဥဉ္ဇီလတို့မှာလည်း သိဖို့ လိုအပ်နေပါတယ်။ ကိုယ် သိသလောက် မသိသေးတဲ့ ညီရဟန်း ၂ ပါးကို ကိုယ့်လောက် သိလာစေချင်ပါတယ်။ တတ်နိုင်ရင် ကိုယ့်ထက် ပိုသိစေချင်ပါတယ်။ သိပြီး လက်တွေ့ လိုက်နာကျင့်သုံးနေနိုင်စေချင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့နှစ်ပါး (ဥဉ္ဇာနဲ့ ရှိခိုက် ၃-ပါး) ကို စုပေါင်းပြီး ခုဒ္ဒသိက္ခာဘာသာဋီကာကို ဖတ်ရှုဖို့ တိုက်တွန်းခဲ့ပါတယ်။ ဖတ်တဲ့အခါ ဖတ်ကြပေမယ့် ဖြစ်ဖြစ်မြောက်မြောက် ခရီး မပေါက်လှပါ။ ခုဒ္ဒသိက္ခာကျမ်းစာဟာ ဝိနည်းအတွက် မှတ်သားဖွယ်များစွာ ပါဝင်တာမို့ ရဟန်းတိုင်း (တတ်နိုင်ရင် ရှင်တိုင်း) လေ့လာသင့်တဲ့ ကျမ်းစာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြစ်ဖြစ်မြောက်မြောက် ခရီးပေါက်အောင် အကြံတစ်ခု ပေါ်လာပါတယ်။

“ခုဒ္ဒသိက္ခာဘာသာဋီကာကို ကြည့်ပြီး ရဟန်း ရှင် လူအားလုံး ‘တစ်ရှုကာ နားလည်နိုင်အောင် မြန်မာဘာသာနဲ့ချည်း ငါ ရေးမယ်။ သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်မှာ နံနက် (၇) နာရီခွဲ ဆွမ်းခံကြွဖို့ ရဟန်းတွေရော၊ ကိုရင်တွေရော၊ ဖိုးသူတော်တွေရော၊ ကျောင်းသားတွေပါ အားလုံး တန်းစီပြီးချိန်မှာ ခုဒ္ဒသိက္ခာဘာသာဋီကာကို ကြည့်ပြီး ရေးထားတဲ့ ‘ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း’ လို့ နာမည်ပေးထားတဲ့ လက်ရေးမူ စာတစ်မျက်နှာ၊ တစ်မျက်နှာကို ဥဉ္ဇီလကို ဖတ်ခိုင်းမယ်။ ရဟန်း၊ ကိုရင်၊ ဖိုးသူတော်၊ ကျောင်းသား

သာမဏေကျော်

အားလုံးပါ နားထောင်ပြီး ဖြစ်သွားမယ်။ ဥးဇဉ်လက နေ့စဉ် တစ်မျက်နှာ၊ တစ်မျက်နှာကို မပျက်မကွက် ဖတ်ပြပေးနေရလို့ ငါလည်း မဖြစ်မနေ ရေး ဖြစ်တာပေါ့။”

အဲဒီအကြိဟာ အကောင်အထည် ပေါ်သွားပါပြီ။ သာမဏေကျော် က ရေးလို့ ပြီးသွားပါပြီ။ ဥးဇဉ်လကတော့ ဖတ်ပြနေဆဲပါ။ စာအုပ် ပေါ် ထွက်လာအောင် ညီတစ်ဝမ်းကွဲ မောင်လှဝင်းက ဆောင်ရွက်နေပါပြီ။ မကြာ ခင် ပေါ်ထွက်လာပါတော့မယ်။ ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူအားလုံး ဖတ်ပြီး နားလည်နိုင် အောင် ကြိုးစားထားပါတယ်။

သာမဏေကျော်

သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်

လှော်ကားဥယျာဉ်အနီး

မှော်ဘီမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်တိုင်း။

မာတိကာ

၁။ ပါရာဇိက ၄ ပါး	၁
၂။ သံယာဒိသေသံ ၉ ပါး	၁၉
၃။ သင်္ကန်းဆိုင်ရာ မှတ်စရာ	၂၈
၄။ ဆိုးရည်နဲ့စပ်ပြီး	၄၀
၅။ သပိတ်နဲ့ပတ်သက်၍	၄၁
၆။ အပ်၊ မအပ်ခွက်များ	၄၅
၇။ ပဝါရဏာ (ပဝါရိတ်) အပိုင်း	၄၆
၈။ ကာလိကအပိုင်း	၅၁
၉။ အကပ်ခံမှုအပိုင်း	၆၁
၁၀။ မအပ်တဲ့ အသားများအပိုင်း	၆၈
၁၁။ နိဿဂ္ဂိယအပိုင်း	၇၀
၁၂။ ပါစိတ်အပိုင်း	၇၅
၁၃။ ကပ္ပိပုံအပိုင်း	၇၇
၁၄။ ဘူမိအပိုင်း	၈၂
၁၅။ ဥပဇ္ဈာယ်နဲ့ဆရာအပေါ် ကျင့်ဝတ်အပိုင်း	၈၇
၁၆။ ကျင်ကြီးအိမ်၊ ကျင်ငယ်အိမ် ကျင့်ဝတ်အပိုင်း	၉၀
၁၇။ ပန်လျှောက်ပြီး ပြုရတဲ့ ကျင့်ဝတ်အပိုင်း	၉၂
၁၈။ အဝတ်မဝတ်သူအပိုင်း	၉၅
၁၉။ ရေချိုးရာမှာ အပ်တဲ့နည်းလမ်းအပိုင်း	၉၆
၂၀။ ရှိမခိုးထိုက်သူ အပိုင်း	၉၈
၂၁။ အရေအပိုင်း	၁၀၀
၂၂။ ဖိနပ်အပိုင်း	၁၀၁

၂၃။ မကြည့်ရမှုအပိုင်း	၁၀၅
၂၄။ မျက်စဉ်းဘူးအပိုင်း	၁၀၆
၂၅။ မအပ်တဲ့ အိပ်ရာနေရာများအပိုင်း	၁၀၈
၂၆။ နေရာအတူထိုင်မှုအပိုင်း	၁၁၃
၂၇။ အသံဝါသိက အပိုင်း	၁၁၅
၂၈။ ကံအပိုင်း	၁၁၆
၂၉။ မမှန်တဲ့ အသက်မွေးကျောင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှုအပိုင်း	၁၂၁
၃၀။ ဝတ်အပိုင်း	၁၂၃
၃၁။ ဝိကပ္ပနာအပိုင်း	၁၂၇
၃၂။ နိဿယည်းအပိုင်း	၁၃၁
၃၃။ ခါးပန်းကြိုးအပိုင်း	၁၃၅
၃၄။ မြေအပိုင်း	၁၃၈
၃၅။ ပရိက္ခရာအပိုင်း	၁၄၄
၃၆။ ဆေးအပိုင်း	၁၄၉
၃၇။ ရွှေ ငွေ လယ်ယာ စသည်ကို ခံယူမှုအပိုင်း	၁၅၃
၃၈။ ကုလဒ္ဓသနအပိုင်း	၁၅၈
၃၉။ ဝါဆိုပုံအပိုင်း	၁၆၄
၄၀။ ပုဂ္ဂိုလ်ပိုင်အဖြစ်နဲ့ မဝေဖန်ကောင်းတဲ့အပိုင်း	၁၆၉
၄၁။ အထွေထွေအပိုင်း	၁၇၃
၄၂။ ဒေသနာအပိုင်း	၁၉၅
၄၃။ ဆန္ဒပေးမှုအပိုင်း	၂၀၄
၄၄။ ဥပုသ်အပိုင်း	၂၀၉
၄၅။ ပါရိကာအပိုင်း	၂၁၉
၄၆။ စောင့်စည်းမှုအပိုင်း	၂၂၇
၄၇။ စင်ကြယ်မှုအပိုင်း	၂၂၈
၄၈။ ရောင့်ရဲမှုအပိုင်း	၂၃၀
၄၉။ အစောင့် ၄ ပါးအပိုင်း	၂၃၁

ပါရာဇိက ၄ ပါး

ပထမ ပါရာဇိက

ရဟန်းဟာ သိက္ခာမချဘဲ မဂ် ၃ ပါးမှာ (ကျင်ကြီးပေါက်၊ ကျင်ငယ် ပေါက်၊ ပါးစပ်ပေါက်မှာ) ပကတိလေ့နဲ့ မထိတွေ့တဲ့ စိုစိုဖတ်ဖတ် အရပ်သို့ ကိုယ်အကြည်ဇာတ် (ကာယပသာဒ) မပျက်သေးတဲ့ မိမိအင်္ဂါဇာတ်ကို နှမ်း တစ်စေ့ခန့်လောက်တောင်မှ သွင်းလိုက်ရင် သာသနာတော်မှ ရွှေ့လျော့ သွားပါတယ်။ (ပါရာဇိက ကျသွားပါတယ်။)

အသွင်းခံရတဲ့ မဂ် ၃ ပါးကို အဝတ်စသည်နဲ့ ဖုံးထားထား မထားထား၊ ကိုယ့်အင်္ဂါဇာတ်ကိုလည်း အဝတ်နဲ့ ဖုံးဖုံး မဖုံးဖုံး နှမ်းတစ်စေ့လောက် သွင်းမိ ရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

မဂ်ရဲ့တည်ရာ ပုဂ္ဂိုလ် ၃ မျိုး

၁။ လူ။

၂။ လူလို မတ်မတ်သွားတဲ့ သတ္တဝါ။ (နတ်၊ ဘီလူး၊ တစ္ဆေ၊ ပြိတ္တာတွေ)

၃။ တိရစ္ဆာန်။

အဲဒီ ၃ မျိုးမှာ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ ဥဘတောဗျည်း၊ ပဏ္ဍုက်အားဖြင့် ၄ မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ ၄ မျိုးထဲက မိန်းမနဲ့ ဥဘတောဗျည်းတွေမှာ မဂ် ၃ မျိုးလုံး ရှိပါတယ်။ ယောက်ျားနဲ့ ပဏ္ဍုက်တွေမှာ ကျင်ကြီးပေါက်နဲ့ ပါးစပ် ပေါက်ပဲ ရှိပါတယ်။ (ယောက်ျားအင်္ဂါ၊ မိန်းမအင်္ဂါ နှစ်မျိုးလုံးပါသူဟာ ဥဘ တောဗျည်း၊ အင်္ဂါဇာတ် မပါသူဟာ နည်းပဏ္ဍုက်။)

တိရစ္ဆာန် အပိုင်းအခြား

တိရစ္ဆာန်ကို ပိုင်းခြားရာမှာ ခြေမရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေထဲက မြွေမနဲ့ ငါးမ၊ ခြေနှစ်ချောင်းရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေထဲက ကြက်မ၊ ခြေလေးချောင်းရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေထဲက ကြောင်မဟာ ပါရာဇိကကျစေနိုင်တဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့ အငယ်ဆုံး အပိုင်းအခြားတွေပါပဲ။

သူတစ်ပါးပယောဂကြောင့် ပါရာဇိက ကျပုံ

ရန်သူဖြစ်တဲ့ ရဟန်းတွေဟာ မိန်းမတစ်ယောက် ခေါ်လာပြီး ပါရာဇိက ကျစေလိုတဲ့ ရန်ဘက်ရဟန်းကို အခြားငှယောက်လောက်က ပက်လက်ကိုင်ထားပြီး အဲဒီမိန်းမကို ရန်ဘက်ရဟန်းရဲ့ အင်္ဂါဇာတ်ပေါ်မှာ ထိုင်ခိုင်းကြပါတယ်။ အဲဒီလို ထိုင်ခိုင်းတဲ့အခါ ရဟန်းရဲ့ အင်္ဂါဇာတ်ကို သူမရဲ့မင်္ဂ (အင်္ဂါဇာတ်)အတွင်းသို့ သွင်းဆဲခဏ၊ ဝင်သင့်ရာအရပ် ဆုံးသည်အထိ သွင်းပြီးရာ ခဏ၊ ဆုံးပြီးနောက် ပြန်၍မနုတ်ခင် ရပ်တန့်ဆဲခဏ၊ နုတ်သည်ကစပြီး အပြင်ရောက်တဲ့အထိ ခဏ ဆိုတဲ့ ခဏ ၄ ခုထဲက တစ်ခုခုသော ခဏမှာ ရဟန်းဟာ သာယာရင် ပါရာဇိကကျပြီး သာသနာတော်မှ ရွှေ့လျော့ပါတော့တယ်။

ပါရာဇိက ကျ မကျ

အသွင်းခံမက်ကို အဝတ်စသည်နဲ့ ဖုံးထားရစ်ပတ်ထားခြင်းတွေအပြင် မဂ်အတွင်းမှာ အဝတ်စသည်၊ ဝါးကျည်တောက်စသည်ကို သွင်းထားခြင်းတွေလည်း ပါဝင်ပါတယ်။

ရဟန်းရဲ့ အင်္ဂါဇာတ်မှာ ပေါက်နေတဲ့ ကိုယ်အကြည်ဓာတ် (ကာယပသာဒ) မရှိတဲ့ ကြွက်နို့ စတဲ့ အဖုကို သွင်းရင်၊ ထွက်နေတဲ့ အရေရုတ်ကို သွင်းရင်၊ အမွှေးကို သွင်းရင် ကိုယ်အကြည်ဓာတ်ရှိတဲ့ အင်္ဂါမဟုတ်လို့ ပါရာဇိက မကျပါ။ ဒုက္ကဋ်အာပတ်သာ သင့်ပါတယ်။ ကမ္မဇရုပ် ကိုယ်အကြည်ဓာတ် (ကာယပသာဒ) ပျက်ပြီးတဲ့ မဂ်မှာတောင်မှ မှီဝဲရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

သိက္ခာချမှ သိက္ခာကျ

ရဟန်းဖြစ်စဉ်က ၂၂၇ သွယ်၊ တစ်နည်း ကုဋေ ၉ ထောင်ကျော် သိက္ခာတော်တွေကို ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ စသူတွေက ကမ္မဝါစာနဲ့ တင်ပေးတော်မူ

ကြပါတယ်။ ‘အဲဒီလို တင်ပေးထားတဲ့ ဒီလောက်များပြားတဲ့ သိက္ခာတော်တွေကို ယခုအခါ မကျင့်နိုင်တော့ပါလို့ စွန့်ပယ်တာ’ ကို ‘သိက္ခာချတယ်’လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဥပုသ်စောင့်သူ လူဝတ်ကြောင်ဟာ မိမိရည်မှန်းထားတဲ့ အချိန်စေ့က တမင်တကာ ဥပုသ်ချဖွယ် မလိုပါ။ အလိုလို ၈ ပါးသီလ ကင်းပြီး ၅ ပါးသီလ သာ ကျန်ရစ်ပါတယ်။ လူထွက်လိုတဲ့ သာမဏေဟာ သာမဏေရဲ့ သိက္ခာကို တမင်တကာ ချဖွယ်မလိုပါ။ လူဝတ်လဲလိုက်ရုံနဲ့ပဲ သာမဏေသိက္ခာ အလိုအလျောက် ကင်းကွာပြီး ကျသွားပါတော့တယ်။ ရဟန်းတွေရဲ့ သိက္ခာတွေကတော့ အဲဒီလို အလိုလို မကျဘဲ တမင်တကာ ချမှ ကျပါတယ်။

သိက္ခာချနည်း

- (က) ဘုရားရှင်ကို စွန့်ပါ၏။
- (ခ) တရားတော်ကို စွန့်ပါ၏။
- (ဂ) သံဃာတော်ကို စွန့်ပါ၏။
- (ဃ) အဓိသီလသိက္ခာကို စွန့်ပါ၏။
- (င) ဝိနည်းကို စွန့်ပါ၏။
- (စ) ငါ့ကို လူလို့ မှတ်ပါ။
- (ဆ) ငါ့ကို သာမဏေလို့ မှတ်ပါ။
- (ဇ) ငါ့ကို တိတ္ထိရဲ့ တပည့်လို့ မှတ်ပါ။
- (ဈ) ငါ့မှာ ဘုရားဖြင့် အကျိုးမရှိ။
- (ည) ငါ့မှာ တရားဖြင့် အကျိုးမရှိ။
- (ဋ) ငါ့မှာ သံဃာဖြင့် အကျိုးမရှိ။
- (ဌ) ငါ့မှာ အဓိသီလဖြင့် အကျိုးမရှိ။
- (ဍ) ငါ့မှာ ဝိနည်းဖြင့် အကျိုးမရှိ။

ဒီလိုစတဲ့ ဝါကျတွေကို မိမိ နားလည်တဲ့ ဘာသာနဲ့ သုံးစွဲပြီး ချမှ သိက္ခာ ကျပါတယ်။

အင်္ဂါစုံမှ သိက္ခာကျ

အထက်ပါ ဝါကျစကားတွေနဲ့ သိက္ခာချရာမှာ “စိတ်-ခေတ်-ကာလ-ပယောဂ-ပုဂ္ဂလ-ဝိဇာနဏ” အင်္ဂါ ၆ ပါး စုံမှ သိက္ခာကျပါတယ်။

- စိတ် ။ ။ တကယ့်ကို လူထွက်လိုတဲ့စိတ် ပါမှ သိက္ခာကျပါတယ်။ စိတ် မပါဘဲ ပြောင်သလို လှောင်သလို ချရင် မကျပါ။
- ခေတ် ။ ။ သိက္ခာချနည်းကို ပြတဲ့ “ဘုရားရှင်ကို စွန့်ပါ၏။ ငါ့ကို လူလို့ မှတ်ပါ” စတဲ့ ဝါကျတွေကို ‘သိက္ခာချခေတ်’ လို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒီခေတ်မှာ ပါဝင်တဲ့ ဝါကျတွေကို မိမိနားလည်တဲ့ ဘာသာနဲ့ သုံးစွဲပြီး ချမှ သိက္ခာကျပါတယ်။
- ကာလ ။ ။ ‘စွန့်ပါ၏။ မှတ်ပါလော’လို့ ပစ္စုပ္ပန်ကာလနဲ့ ဖြစ်စေ၊ “အကျိုး မရှိပါ” စတဲ့ ကာလကို မသုံးသပ်ဘဲဖြစ်စေ ဆိုမှ သိက္ခာကျပါတယ်။ ‘စွန့်ခဲ့ပြီ၊ စွန့်မယ်’ လို့ အတိတ်ကာလ၊ အနာဂတ် ကာလ စသည်ဖြင့် ချရင် ဖြစ်စေ ‘သိက္ခာချရရင် ကောင်းမှာပဲ’ လို့ ကြံဆတဲ့ စကားနဲ့ ချရင်ဖြစ်စေ မကျပါ။
- ပယောဂ ။ ။ (နှုတ်မြွက်ခြင်းဆိုတဲ့ ဝစီပယောဂ။) နှုတ်မြွက်ပြီး ‘ဘုရားရှင် ကို စွန့်ပါ၏’ စသည်ဖြင့် ဆိုမှ သိက္ခာချပါတယ်။ စာရေးပြီး ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်လက်ပြပြီးဖြစ်စေ ချရင် မကျပါ။
- ပုဂ္ဂလ ။ ။ (သိက္ခာချတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ သိက္ခာချတာကို နားထောင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်) အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ် ၂ မျိုးလုံးဟာ သွေးပျက်တဲ့ အရူးလည်း မဟုတ်ရ ပါ၊ ဘီလူး စသည် ဖမ်းစားလို့ စိတ်လွင့်နေသူလည်း မဟုတ်ရ ပါ၊ ရောဂါဒဏ်ကို အပြင်းအထန် ခံနေရသူလည်း မဟုတ်ရပါ၊ ပကတိ လူသားရိုးရိုးဖြစ်မှ သိက္ခာကျပါတယ်။
- ဝိဇာနန ။ ။ (သိခြင်း-နားလည်ခြင်း) ‘ဘုရားရှင်ကို စွန့်ပါ၏’ စသည်ဖြင့် ခေတ်အတွင်းမှာ ပါတဲ့ စကားကို ဆိုပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ဒီသူဟာ လူထွက်လိုပေါ့’လို့ နားထောင်သူက သိမှ နားလည် မှ သိက္ခာကျပါတယ်။ နားမလည်ရင် မကျပါ။

* စိတ်-ခေတ်-ကာလ-ပယောဂနှင့်၊ ပုဂ္ဂလ-ဝိဇာ ဤ ၆ ဖြာ၊ သိက္ခာ ကျကြောင်းတည်း။

ဒုလ္လဘရဟန်း

ယခုခေတ်မှာ ဇနီးရှိနေတဲ့ ဒုလ္လဘရဟန်းတွေဟာ လူဝတ်လဲတဲ့အခါ ဆရာသမားတွေက ကျကျနန သိက္ခာချမပေးလိုက်ကြဘဲ ‘လူဝတ်လဲရုံနဲ့ ကိစ္စ ပြီးတယ်’ လို့ မှတ်ထင်ကာ သိက္ခာမချဘဲဖြစ်စေ၊ ချပေမယ့် အင်္ဂါမညီဘဲ ဖြစ်စေ လူဝတ်လဲပြီး အိမ်သို့ ပြန်သွားကြလေရာ ပါရာဇိကကျပြီး နေတတ် ကြပါတယ်။ ပါရာဇိကကျရင် နောက်ထပ်လည်း ဒုလ္လဘရဟန်း မပြုကောင်း တော့ပါ။ သာမဏေသာ ဝတ်ကောင်းပါတော့တယ်။ ဒါကြောင့် သိက္ခာချလို တဲ့အခါ သင်္ကန်းမလဲသေးဘဲ ‘တပည့်တော်ကို သာမဏေလို့ မှတ်ပါ’ လို့ ရဟန်းတစ်ပါးထံ ချရပါမယ်။ အဲဒီလို ချရင်ပဲ မိမိကိုယ်တိုင်ကလည်း သာမဏေ လို့ မှတ်ပြီး နားထောင်သူကလည်း သာမဏေလို့ မှတ်ရင် သိက္ခာကျပါပြီ။ ဒါပေမဲ့ သာပြီး သေချာအောင် လူဝတ်လဲပြီးတဲ့အခါ “တပည့်တော်ကို လူ ဝတ်ကြောင်လို့ မှတ်ပါ” လို့ ဆိုပြီး ချပဦး။ အဲဒီလို ချပြီးရင် အိမ်ပြန်နိုင်ပါပြီ။

ဒုတိယ ပါရာဇိက

ရဟန်းဟာ သိက္ခာမချဘဲ ပိုင်ရှင် မပေးတဲ့ ဥစ္စာကို ခိုးလိုတဲ့စိတ်နဲ့ -

- ၁။ တရားစွဲပြီး ယူရင်။
- ၂။ ဆောင်ယူသွားစဉ် ခိုးစိတ်ဝင်ပြီး ယူရင်။
- ၃။ အပ်နှံထားတဲ့ ဘဏ္ဍာကို ပြန်မပေးဘဲ ယူရင်။
- ၄။ ဘဏ္ဍာရှင်ရဲ့ ကုန်ရိယာပုထိုး၊ သက်ရှိဘဏ္ဍာရဲ့ ကုန်ရိယာပုထိုးကို ပျက်စေရင်။
- ၅။ ရွှေအိုး စသည်ရဲ့ တည်ရာအရပ်မှ ရွှေ့စေရင်။
- ၆။ ကြံဆအပ်တဲ့ အရပ်၊ သတ်မှတ်ထားတဲ့ ကင်းခွန်ကောက်ရာ အရပ်ကို လွန်စေရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

၁။ အာပတ်သင့်ပုံ

- (က) သူ့ပစ္စည်းကို မိမိပစ္စည်း ဖြစ်အောင် မတရားသဖြင့် တရားစွဲရာမှာ တရားစွဲရင် ဒုက္ကဋ်အာပတ်။

- (ခ) ဥစ္စာရှင်က ‘ငါ ရှုံးမှာလေလား’ လို့ ယုံမှားသံသယဖြစ်ရင် တရားစွဲတဲ့ ရဟန်းမှာ ထုလွှစဉ်းအာပတ်။
- (ဂ) ဥစ္စာရှင်က ပြန်ရအောင် အားမထုတ်တော့ဘဲ လုံ့လလျှော့ချလိုက်ရင် တရားစွဲတဲ့ ရဟန်းမှာ ပါရာဇိကအာပတ် သင့်ပါတယ်။

၂။ အာပတ်သင့်ပုံ

ဥစ္စာရှင်က ခရီးသွားမယ့် မိမိအား အခြားသူထံ ပေးဖို့ရန် လူကြုံပေးလိုက်တဲ့ ဦးခေါင်းပေါ်က ဘဏ္ဍာထုပ်ကို

- (က) ထိရုံနဲ့ ဒုက္ကဋ် အာပတ်။
- (ခ) လှုပ်စေရင် ထုလွှစဉ်းအာပတ်။
- (ဂ) ပခုံးပေါ် ချရင် ပါရာဇိကအာပတ် သင့်ပါတယ်။

၃။ အာပတ်သင့်ပုံ

မိမိထံမှာ ခေတ္တမျှ အပ်ထားတဲ့ ဘဏ္ဍာကို “တပည့်တော်ရဲ့ ဘဏ္ဍာကို ပြန်ပေးပါတော့” လို့ ပြန်တောင်းတဲ့အခါ

- (က) ‘တပည့်တော် မယူပါ’ လို့ ပြောရင် ဒုက္ကဋ်။
- (ခ) ဥစ္စာရှင်က ‘ပြန်ရတော့မှာ မဟုတ်’ လို့ စိတ်လျှော့လိုက်ရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

၄။ အာပတ်သင့်ပုံ

အထုပ်ထမ်းပြီး လမ်းသွားနေတဲ့ ခရီးသည်ရဲ့ အထုပ်ကို ယူလိုလို့ အဲဒီသူရဲ့ သွားမြဲ ကုရိယာပုတ်ကို ပျက်စေလျက် -

- (က) မိမိ သွားစေလိုရာ အခြားတစ်လမ်းသို့ သွားအောင် ခြိမ်းခြောက်ရင် ပထမခြေတစ်လှမ်းအပြောင်း၌ ရဟန်းမှာ ထုလွှစဉ်း။
 - (ခ) ဒုတိယခြေလှမ်းမှာ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။
- (ဒါက ဘဏ္ဍာရှင်ရဲ့ ကုရိယာပုတ်ကို ပျက်စေတာပါပဲ။)

တစ်နည်း

ကျွန်၊ နွား စတဲ့ သက်ရှိဘဏ္ဍာကို ခိုးယူလိုရာမှာလည်း အဲဒီသတ္တဝါရဲ့ သွားမြဲလမ်းမှ မိမိခေါ်လို ယူလိုရာလမ်းသို့ ပြောင်းပြီး သွားအောင် ခြိမ်းခြောက် မောင်းနှင်ရင် -

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၇

- (က) အဲဒီ ကျွန်၊ နွား စသူတွေရဲ့ ပထမခြေလှမ်းမှာ ထုလွှစဉ်း။
- (ခ) ဒုတိယခြေလှမ်းမှာ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။
(ဒါက သက်ရှိဘဏ္ဍာရဲ့ သွားမြီကွရိယာပုထ်ကို ပျက်စေတာပါပဲ။)

၅။ အာပတ်သင့်ပုံ

- (က) မြေကြီးထဲမှာ မြှုပ်ထားလို့၊ (ရေထဲမှာ မဟုတ်) ကုန်းပေါ်မှာ တည်တယ်လို့ ဆိုရတဲ့ ငွေအိုး စသည်ကို ခိုးလိုတဲ့ စိတ်နဲ့ ကိုင်ရင် ဒုက္ကဋ် အာပတ်သင့်ပါတယ်။
- (ခ) လှုပ်စေရင် ထုလွှစဉ်း သင့်ပါတယ်။
- (ဂ) နေရာမှ ရွှေ့အံ့၊ တစ်ဆံ့ချည်မျှ ရွှေ့ရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။
(သေတ္တာ စသည်မှာ ထည့်ထားတဲ့ ဘဏ္ဍာမှာလည်း နည်းတူပါပဲ။)

၆။ အာပတ်သင့်ပုံ

ကျောင်းတိုက်အတွင်းရှိ သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို ခိုးယူလိုတဲ့ ရဟန်းဟာ ‘ကျောင်းတိုက်အပြင် ရောက်မှ ယူမယ်’ လို့ ခိုးရာအရပ်ကို သတ်မှတ်ပြီး ပစ္စည်းကို ယူသွားတယ်။ ကျောင်းတိုက်အတွင်းမှာ ဥစ္စာရှင်က မြင်ရင် ‘နမူနာ ပြဖို့ရန် ခေတ္တယူတာပါ’ လို့ ပြောမယ်လို့ ကြံထားတယ်။ အဲဒီနည်းနဲ့ ယူသွားပြီးနောက် သတ်မှတ်ထားတဲ့ ကျောင်းပြင်ဘက်အရပ်ကို လွန်စေရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

ရဟန်းတစ်ပါးကတော့ အခွန်ကောက်ဖို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့ အရပ်ကို (အခွန်မပေးချင်လို့) ရှောင်လွှဲသွားတယ်။ ယခုခေတ်မှာတော့ ရထား၊ သင်္ဘော စသည်မှာ လက်မှတ်တန်ဆာ မပါဘဲ စီးပြီး တင်ပြီးနောက် လွတ်အောင် ကြံဆောင်ကာ စစ်ဆေးရာအရပ်ကို ရှောင်လွှဲတယ်။ အဲဒီလို အကောက်ခွန်နေရာကို လွန်စေရာမှာ -

- (က) အကောက်အခွန် ပေးစရာက တစ်မတ်တန်ရင် ပထမခြေလှမ်းမှာ ထုလွှစဉ်း။
- (ခ) ဒုတိယခြေလှမ်းမှာ ပါရာဇိက။

အခြားခိုးနည်း ၅ မျိုး

- ၁။ အိမ်ရဲ့အဆက်အစပ်ကို ဖောက်ဖျက်မှု စသည်ကို ပြုလုပ်ပြီး ဥစ္စာရှင်တွေ မမြင်နိုင်အောင် ပုန်းလျှိုးကွယ်လျှိုးခိုးမှု၊ အလေး၊ တောင်း၊ ချိန်ခွင်၊ မမှန်တဲ့ ငွေ စတာတွေနဲ့ လှည့်ပတ်ပြီး ခိုးမှု။
- ၂။ မိမိရဲ့ ကိုယ်အင်အား၊ ဥစ္စာအင်အား၊ ရာထူးအင်အားနဲ့ လွှမ်းမိုးခြင်း ခြောက်ပြီး ယူမှု၊ အတင်းလုမှု၊ ဓားပြတိုက်ယူမှု။
(ယခုခေတ်မှာ အသင်း၌ အတွက်ကျ ခွဲထားတဲ့ ငွေကို မထည့်ရင် ဖြစ်စေ၊ ဘုန်းကြီးက ကြေးပစ်ပြီး ခွဲထားတဲ့ ငွေကို မထည့်ရင်ဖြစ်စေ အသင်းကဖြစ်စေ၊ ဘုန်းကြီးကဖြစ်စေ ‘သပိတ်မှောက်မယ်’လို့စသည်ဖြင့် ခြိမ်းခြောက်မှုမျိုးလည်း ပါဝင်နိုင်ပါတယ်။)
- ၃။ ဝေဖန်ဖို့ရာ ဘဏ္ဍာ၊ သင်္ကန်း စသည်ကို မဲချပြီး ဝေရာမှာ မိမိမဲကို အမှတ်တမဲ့ ဖတ်ပြီး ညံ့တဲ့ ဘဏ္ဍာမှာ ကျနေရင် သူတစ်ပါး မသိအောင် ကောင်းတဲ့ ဘဏ္ဍာသို့ ပြောင်းလွှဲချထားကာ ခိုးမှု။
- ၄။ ဥစ္စာရှင်တွေရဲ့ ကျကျန်ရစ်တဲ့ လက်စွပ် စသည်ကို ရဟန်းက မြေမှုန့်နဲ့ ဖုံးထားလိုက်တယ်။ ဥစ္စာရှင်တွေ ပြန်လာပြီး ရှာကြတဲ့အခါ မတွေ့ကြ။ အဲဒီနောက်မှ အဲဒီရဟန်းက လာပြီး ယူတယ်။ အဲဒီနည်းနဲ့ ခိုးမှု။
- ၅။ အဝတ်ကို အလိုရှိတဲ့ ရဟန်းဟာ မှောင်နေတဲ့ အခန်းတွင်းသို့ ဝင်ပြီး ခိုးဖို့ရန် ပစ္စည်းရှာဖွေရာ ဘဏ္ဍာထုပ်တစ်ခုကို တွေ့ရတယ်။ အဲဒီအခါ ‘ဒီအထုပ်မှာ အဝတ် ဖြစ်ရင် ယူမယ်၊ ချည်တွေ ဖြစ်နေရင် မယူ’လို့ ကြံစည်လိုက်တယ်။ အဝတ်ထုပ် ဖြစ်နေက မြှောက်ယူလိုက်ရင်ပဲ ပါရာဇိက ကျပတယ်။ ချည်ထုပ် ဖြစ်နေရင်တော့ မကျသေးပါ။ အပြင်ရောက်တဲ့အခါ ချည်ထုပ်မှန်း သိပြီး ‘ဒီချည်ထုပ်ကိုပဲ ယူမယ်’လို့ ကြံရင်တော့ ပထမခြေလှမ်းမှာ ထုလွှစဉ်း၊ ဒုတိယခြေလှမ်းမှာ ပါရာဇိကအာပတ် သင့်ပါတယ်။

ဆုံးဖြတ်နည်း

တရားဆုံးဖြတ်မယ့် ဝိနည်းဗိမ္ဗိရ် ရဟန်းဟာ မိမိအထံမှာ ဒုတိယပါရာဇိက သိက္ခာပုဒ်နဲ့ စပ်ပြီး အဆုံးအဖြတ်ခံဖို့ရန် ရောက်လာကြတဲ့အခါ အခိုးခံရတဲ့ ဘဏ္ဍာပစ္စည်းကိုရော၊ ခိုးရာအချိန်ကိုရော၊ ဘဏ္ဍာရဲ့ တန်ဖိုးကိုရော၊ ခိုးရာအရပ်ကိုရော၊ အဲဒီဘဏ္ဍာရဲ့ သုံးစွဲဖူးမှုကိုပါ (ဒီ ၅-ချက်ကို) နှိုင်းချိန်ပြီး ဆုံးဖြတ်ရပါတယ်။

၁။ ဘဏ္ဍာ ။ ။ လမ်းမှာ ကျနေရစ်တဲ့ ဘဏ္ဍာကို တွေ့ပြီး ခိုးလိုတဲ့ စိတ်နဲ့ ကောက်ယူမိတဲ့ ရဟန်းဟာ အဆုံးအဖြတ်ခံယူဖို့လာတဲ့အခါ အဲဒီ ဘဏ္ဍာရဲ့ ဥစ္စာရှင် ရှိမရှိကိုရော၊ ဥစ္စာရှင် ရှိပြန်ရင် အဲဒီ ဥစ္စာရှင်က အဲဒီ ဘဏ္ဍာအပေါ် တွယ်တာမှု ရှိမရှိကိုပါ စုံစမ်းပြီးမှ ဆုံးဖြတ်ရပါတယ်။

၂။ အချိန်ကာလ ။ ။ ဘဏ္ဍာကို ယူရာကာလကို နှိုင်းချိန်ပြီး ဆုံးဖြတ်ရပါတယ်။ တချို့ဘဏ္ဍာက ကာလအလိုက် တန်ဖိုးအပြောင်းအလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။

၃။ တန်ဖိုး ။ ။ ဘဏ္ဍာရဲ့အသစ်တုန်းက တန်ဖိုးက အနည်းငယ်ဟောင်းသွားတဲ့အခါမှာ လျော့သွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘဏ္ဍာရဲ့အသစ် အဟောင်း လိုက်ပြီး တန်ဖိုးထားရပါတယ်။

၄။ အရပ်ဒေသ ။ ။ ဘဏ္ဍာထွက်ရာ အရပ်မှာ ရှိတဲ့ တန်ဖိုးက အခြားအရပ်သို့ ရောက်သွားတဲ့အခါတိုးပြီး သွားတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ခိုးရာ အရပ်ရဲ့ တန်ဖိုးအတိုင်း ဆုံးဖြတ်ရပါတယ်။

၅။ သုံးစွဲမှု ။ ။ ဘဏ္ဍာရဲ့ မသုံးစွဲရသေးမီက တန်ဖိုးဟာ တစ်ကြိမ်လောက် သုံးစွဲမိတဲ့အခါ လျော့သွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် သုံးစွဲမှု ရှိ မရှိကိုလည်း စုံစမ်းပြီး တန်ဖိုးထားရပါတယ်။

တတိယ ပါရာဇိက

ရဟန်းဟာ သိက္ခာမချဘဲ လူဇာတ်ရှိသူရဲ့ ကိုယ်ကို သေစေလိုတဲ့ စေတနာနဲ့ မသတ်ရပါ။ စိတ်ညစ်လို့ သူ့ကိုယ်သူ သတ်ပြီး သေလိုတဲ့အခါ အလွယ်တကူ လက်နက်ရအောင် ရည်ရွယ်ကာ သေစေလိုတဲ့ စေတနာနဲ့ လူကိုယ်ရဲ့အနီးမှာ ဓား၊ လှံ၊ သေနတ် စတဲ့ လက်နက်ကို ချမထားရပါ။ “ဓားနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိုးသတ်ပြီး သေပါလား” “အဆိပ်သောက်ပြီး သေပါလား” စသည်ဖြင့် သေဖို့ရန် နည်းလမ်းကို ပြောမပြရပါ။ “သင့်မှာ ဒီလို ယုတ်ညံ့တဲ့ အသက်ရှင်မှုနဲ့ ဘာအကျိုးရှိမှာလဲ။ သေရတာကမှ သင့်မှာ အသက်ရှင်နေရတာထက် ပိုကောင်းသေးတယ်” လို့ သေခြင်းရဲ့ဂုဏ်ကို မပြောရပါ။ အဲဒီ ချထားတဲ့ လက်နက်နဲ့ သတ်သေသွားရင်၊ သေခြင်းရဲ့ဂုဏ်ကို ပြောပြလို့ သတ်သေသွားရင်၊ သေနည်းကို ပြောပြလို့ သတ်သေသွားရင် ရဟန်းမှာ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

အားထုတ်မှု = ပယောဂ ၆ မျိုး

သူတစ်ပါးကို သတ်ရာမှာ ကိုယ်နဲ့ အားထုတ်မှု = ကာယပယောဂ၊ နှုတ်နဲ့ အားထုတ်မှု=ဝစီပယောဂအားဖြင့် ၂ ပါး ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ ၂ ပါးကို အကျယ်ချဲ့ရင် -

- ၁။ မိမိလက်နဲ့ ကိုယ်တိုင် သတ်မှု = သာဟတ္ထိက ပယောဂ။
- ၂။ သူတစ်ပါးကို အသတ်ခိုင်းမှု = အာဏတ္ထိက ပယောဂ။
- ၃။ အဝေးမှာ နေသူကို သတ်ဖို့ရန် သေနတ်၊ လှံ၊ မြား စသည်ကို ပစ်လွှတ်မှု = နိသဂ္ဂိယ ပယောဂ။
- ၄။ လာလာသမျှ လူတွေ သေအောင် တွင်းတူးထားခြင်း၊ တကမ္ဘာပျဉ်ချပ်မှာ အဆိပ်သုတ်လိမ်းထားခြင်း (လူးထားခြင်း)၊ ရေမှာ (သောက်သူတွေ သေအောင်) အဆိပ်ခတ်ခြင်း စတဲ့ ခိုင်မြဲတဲ့ အားထုတ်မှု = ထာဝရ ပယောဂ။

(တွင်းကို မဖို့သေးသမျှ၊ အဆိပ်ကို သုတ်ပြီး မပစ်သေးသမျှ၊ ရေတွေကို ခန်းအောင် မလုပ်သေးသမျှ တည်နေလို့ ‘ထာဝရ’ လို့ ဆိုပါတယ်။

သူတစ်ပါး သတ်ဖို့ရန် လက်နက်လုပ်ထားခြင်းဟာလည်း ထာဝရ ပါပဲ။)

- ၅။ မိမိရဲ့ရန်သူ သေအောင် ဂါထာမန္တာန်ကို စုတ်မှု = ဝိဇ္ဇာမယ ပယောဂ။
- ၆။ မိမိရဲ့ရှေ့ကံကြောင့် ရအပ်တဲ့ တန်ခိုးဟာ ဣဒ္ဓိမည်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီး တဲ့ မင်းတွေရဲ့အစွယ်မှာ ရှိတဲ့ တန်ခိုး၊ မျက်လုံးမှာ ရှိတဲ့ တန်ခိုး၊ နဂါးတွေရဲ့ တန်ခိုး၊ ဂဠုန်တွေရဲ့ တန်ခိုး၊ နတ်တွေရဲ့ တန်ခိုးပါပဲ။ အဲဒီတန်ခိုးနဲ့ အစွယ်ကို ခေါက်ပြီး ဖြစ်စေ၊ မျက်စောင်းထိုးပြီး ဖြစ်စေ၊ နှာခေါင်းလေမှုတ်ပြီး ဖြစ်စေ သတ်မှု = ဣဒ္ဓိမယပယောဂ။

အာဏတ္တိပယောဂရဲ့ အမှတ်အသား ၆ ခု

(ခိုင်းတဲ့အတိုင်း လုပ် မလုပ်ကို လိုက်ပြီး ဆုံးဖြတ်ဖို့ နည်းလမ်းများ)

၁။ ကာလ

“နံနက်ကာလမှာ သတ်ပါ” လို့ ခိုင်းရာမှာ နေ့လယ် စတဲ့ အခြား ကာလရောက်မှ သတ်ရင်ဖြစ်စေ၊ အဲဒီထက် စောပြီး သတ်ရင်ဖြစ်စေ အမှတ် အသား လွဲလို့ ခိုင်းတဲ့ ရဟန်းမှာ ပါရာဇိက မကျပါ။

၂။ ဝတ္ထု (သတ်ထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်)

“ငဖြူကို သတ်ပါ” လို့ ခိုင်းရာမှာ ငမည်း စသူကို သတ်ရင် ပါရာဇိက မကျပါ။

၃။ အာဝုဓ (လက်နက်)

“သေနတ်လက်နက်နဲ့ သတ်ပါ” လို့ ခိုင်းရာမှာ ဓားလက်နက်နဲ့ သတ် ရင် ပါရာဇိက မကျပါ။

၄။ ဣရိယာပထ (သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း)

‘အိပ်နေတုန်း သတ်ပါ’ လို့ ခိုင်းရာမှာ သွားနေတုန်း သတ်ရင် ပါရာ ဇိက မကျပါ။

၅။ ကြိယာဝိသေသ (သတ်ပုံအမူအရာအထူး)

“ဓားနဲ့ ထိုးပြီး သတ်ပါ” လို့ ခိုင်းရာမှာ ခုတ်ပြီး သတ်ရင် ပါရာဇိက မကျပါ။

၆။ ဩကာသ (အရပ်)

“ရွာထဲမှာ သတ်ပါ” လို့ ခိုင်းပါလျက် တောထဲမှာ သတ်ရင် အမှတ် အသားလွဲခိုင်းတဲ့ ရဟန်းမှာ ပါရာဇိက မကျပါ။

ခိုင်းတဲ့အတိုင်း တိကျအောင် သတ်မှ ခိုင်းတဲ့ ရဟန်းမှာ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

ခဏ္ဍ ပါရာဇိက

ရဟန်းဟာ သိက္ခာမချဘဲ မိမိမှာ ထင်ရှားမရှိတဲ့ ဈာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ် တရား ကို “ငါ့မှာ ရှိတယ်၊ ငါ ရတယ်” လို့ ဝါကြွားပြောဆိုရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

၁။ “ငါဟာ ပထမဈာန်ကို ရတယ်။ ဒုတိယဈာန်ကို ရတယ်” စသည်ဖြင့် တစ်ပါးစီ တစ်ပါးစီကို ခွဲပြီး ပြောပြော “ငါဟာ ဈာန်ကို ရတယ်” လို့ အစုလိုက် စုပေါင်းပြီး ပြောပြော ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

၂။ “ငါဟာ ဈာန်ရတယ်၊ မဂ်ရတယ်” လို့ ပြောရာမှာ ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝကို မှီပြီး ပြောမှ (ယခု ရနေတယ်လို့ ပြောမှ) ပါရာဇိက ကျပါတယ်။ “ရှေးဘဝတုန်းက ဈာန် ရခဲ့ဖူးတယ်၊ မဂ် ရခဲ့ဖူးတယ်” စသည်ဖြင့် ပြောရင် ပါရာဇိက မကျပါ။

၃။ မိမိကိုယ်ကို ပြောပေမယ့် ‘ငါ ရတယ်’ လို့ မပြောဘဲ “အသင် ဒါယကာ ရဲ့ကျောင်းဘုန်းကြီးက ရဟန္တာပဲ” လို့ သွယ်ဝိုက်ပြီး ပြောရင် (မိမိ ကိုယ်ကိုပဲ သူတစ်ပါးအနေနဲ့ ပြောရင်) ပါရာဇိက မကျပါ။ နားထောင် တဲ့ ဒါယကာက အဓိပ္ပာယ်ကို နားလည်ရင် ထုလွှစဉ်း၊ နားမလည်ရင် ဒုက္ကဋ် သင့်ပါတယ်။ အဲဒီလို သူတစ်ပါးကို ပြောသလို မဟုတ်ဘဲ “ငါ ဈာန်ရတယ်” လို့ စသည်ဖြင့် တိုက်ရိုက် ပြောရင် ပါရာဇိက ကျပါ တယ်။

၄။ မိမိကိုယ်ကို ဈာန်ရ၊ မဂ်ရ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ မထင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဝါကြွား ညာဖြန်းလိုတဲ့ မရိုးမသားစိတ်နဲ့ ‘ငါ ဈာန်ရပြီ၊ မဂ်ရပြီ’ လို့ ပြောရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို လွန်စွာ အားထုတ်နေတဲ့ ယောဂီ ဖြစ်ရင် မိမိကိုယ်ကို ‘ဈာန်ရပြီ၊ မဂ်ရပြီ’ လို့ မှတ်ထင်တတ်ပါတယ်။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၁၃

အဲဒီလို မှတ်ထင်ပြီး ရိုးရိုးသားသားစိတ်နဲ့ ‘ငါ ဈာန်ရတယ်၊ မဂ် ရတယ်’ လို့ပြောရင် အာပတ်မသင့်ပါ။

၅။ မိမိကိုယ်ကို ‘ဈာန်၊ မဂ်ရသူ’ လို့ သူတစ်ပါး သိအောင် စာရေးပြီးဖြစ်စေ၊ ကိုယ်လက်အမူအရာနဲ့ ဖြစ်စေ၊ နှုတ်အမူအရာနဲ့ ဖြစ်စေ ပြောပြရာ အဲဒါကို သိနိုင်လောက်တဲ့အရပ်မှာ ရပ်တည်ကာ အပြောခံ၊ အပြခံရတဲ့ လူဇာတ်ရှိသူ အခြားလူက ပြောပြီးလျှင်ပြီးချင်း “ဒီရဟန်းက ဈာန်ရသူပဲ၊ မဂ်ဖိုလ်ရသူပဲ” လို့ သိမှ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။ မသိရင်တော့ ထုလွှစဉ်းမျှသာပါပဲ။

အနီးအာပတ်

၁။ ပထမ ပါရာဇိကရဲ့ အနီးအာပတ်က ဒုက္ကဋ်။

၂။ ကျန် ပါရာဇိက ၃ ပါးရဲ့ အနီးအာပတ်က ထုလွှစဉ်း။

ရဟန်းဘဝ မရနိုင်တော့

ပါရာဇိကကျပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ၄ ဦးဟာ ရှေးလူဝတ်ကြောင်အဖြစ် သာမဏေအဖြစ်တုန်းက ရဟန်းခံ၊ ဥပုသ်၊ ပဝါရဏာ စတဲ့ ကံကြီးကံငယ် ကိစ္စ၊ ပါတိမောက်ကို ရဟန်းကောင်းတွေနဲ့ ရွတ်ဆိုနာယူမှုကိစ္စ၊ ဝိနည်းကို အတူသင်ယူ၊ ပို့ချမှု၊ ကျင့်မှုကိစ္စတွေမှာ ပေါင်းသင်းခွင့် မရှိသလို ပေါင်းသင်းခွင့် မရရှိကြတော့ပါ။ နောက်ထပ် ရဟန်းဖြစ်ခြင်းငှာ မထိုက်ကြတော့ပါ။ နောက်ထပ် ရဟန်းခံလို့ ရဟန်း မဖြစ်နိုင်ကြတော့ပါ။ ဥပမာ-ဦးခေါင်းဖြတ်ပြီး သူဟာ နောက်ထပ် အသက်ရှင်ဖို့ရန် မဖြစ်တော့သလိုပါပဲ။ သာမဏေအဖြစ် နဲ့တော့ နေနိုင်ပါသေးတယ်။

ပရိယာယ်နဲ့ အာဏတ္တိ

၁။ တတိယပါရာဇိကမှာ ပရိယာယ်ပြောခြင်းကြောင့်ရော၊ စေခိုင်းခြင်းကြောင့်ပါ ပါရာဇိက ကျနိုင်ပါတယ်။ ချဲ့ပြောပါဦးမယ်။ တတိယ ပါရာဇိကမှာ သေခြင်းရဲ့ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောရာဝယ် တိုက်ရိုက်ပြောရုံသာမက ပရိယာယ်အားဖြင့် ပြောတာလည်း ပါဝင်ပါတယ်။ ‘မြစ်ထဲ ခုန်ချပြီး သေလိုက်ရင်တော့ နာမည်ကျော်သွားမှာပဲ’ လို့ ပြောခြင်းမျိုးလည်း အဲဒီသူ သေချင်

အောင် ပရိယာယ် ပြောခြင်းပါပဲ။ အဲဒီလို ပရိယာယ်ပြောလို့ မိမိသေစေလိုသူက အဲဒီသူ ပြောတဲ့အတိုင်း သူ့ကိုယ်သူ သတ်ပြီး သေရင် ပြောသူမှာ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။ “ဒီလိုအကောင်ကို သတ်မယ့်လူ မရှိဘူး” စသည်ဖြင့် (သွားပြီး သတ်အောင်) ပရိယာယ်ပြောရာလည်း နည်းတူပါပဲ။ သတ်ဖို့ရန် စေခိုင်းခြင်းဆိုတဲ့ အာဏတ္တိမှာတော့ ပါရာဇိကကျတယ်လို့ အထူးပြောဖွယ် မလိုတော့ပါ။

၂။ ဒုတိယပါရာဇိက မှာတော့ ပရိယာယ်ကြောင့် ပါရာဇိက မကျပါ။ တိုက်ရိုက်စေခိုင်းခံရသူက ခိုးမှ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။ ချဲ့ပြောပါဦးမယ်။ “မည်သည့်အရပ်မှာ ဥစ္စာတွေ ရှိလေရဲ့။ အစောင့်အရှောက်လည်း မရှိ။ သွားပြီး ခိုးရင် အလွယ်တကူ ရနိုင်တာပဲ” လို့ ခိုးအောင် ပရိယာယ်ပြောပေမယ့် (ကြားသူက သွားပြီး ခိုးပေမယ့်) ပြောသူမှာ ပါရာဇိကမကျပါ။ တိုက်ရိုက် စေခိုင်းမှ ကျပါတယ်။

၃။ ပထမနဲ့ စတုတ္ထပါရာဇိကတွေမှာတော့ ပရိယာယ်ပြောမှုကြောင့်ရော၊ မေထုန်မှီဝဲခိုင်းမှုကြောင့်ရော၊ ဈာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ်ကို အပြောခိုင်းမှုကြောင့်ပါ ပါရာဇိက မကျပါ။

ပထမ ပါရာဇိကအင်္ဂါ ၂ ပါး

- ၁။ မှီဝဲလိုတဲ့ စိတ်ရှိခြင်း။
- ၂။ သူတစ်ပါးရဲ့ မဂ်အတွင်းသို့ မိမိအင်္ဂါဇာတ်ကို သွင်းခြင်း။
ဒီအင်္ဂါ ၂ ပါး ပြည့်စုံရင် ပထမ ပါရာဇိကအာပတ် သင့်ပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

မှီဝဲလိုဘိ၊ စိတ်ကူးရှိလျက်၊ သူ၏ မဂ်တွင်း၊ ကိုယ့်မဂ် သွင်းဟု၊
ကြောင်းရင်း နှစ်လီ၊ အင်္ဂါညီ၊ ကျပြီ ပါရာဇိက။

ဒုတိယပါရာဇိက အင်္ဂါ ၅ ပါး

- ၁။ လူဇာတ်ရှိသူရဲ့ ဥစ္စာ ဖြစ်ခြင်း။
- ၂။ သူတစ်ပါးဥစ္စာ (လူ့ဥစ္စာ) လို့ သိခြင်း။
- ၃။ တစ်မတ်၊ တစ်မတ်ထက် အပိုအလွန်ထိုက်တဲ့ ပစ္စည်း ဖြစ်ခြင်း။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၁၅

၄။ ခိုးယူလိုတဲ့ စိတ် ရှိခြင်း။

၅။ ခိုးယူခြင်း။

ဒီအင်္ဂါ ၅ ပါးနဲ့ ညီညွတ်ရင် ဒုတိယပါရာဇိကအာပတ် သင့်ပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

လူဇာတ်ရှိငြား၊ သူတစ်ပါး၏၊ ပိုင်ထားဥစ္စာ၊ သူ့ဥစ္စာဟု၊ သိမှတ်မှုနှင့်၊
ဂရုပရိက်၊ ထေယျစိတ်သွင်း၊ ခိုးယူခြင်းဟု၊ ကြောင်းရင်း ၅ လီ၊ အင်္ဂါညီ၊
ကျပြီ ပါရာဇိက။

မှတ်ချက်

တစ်မတ်၊ တစ်မတ်တန်ကစပြီး အထက်ကို ခိုးရင် ပါရာဇိကအာပတ်၊
တစ်ပဲ တစ်ပဲတန်က စပြီး အောက်ကို ခိုးရင် ဒုက္ကဋ်အာပတ်။ အလယ်ငွေနဲ့
တန်ဖိုးရှိတဲ့ ပစ္စည်းကို ခိုးရင် ထုလွှစဉ်းအာပတ်။

* လူ့ဥစ္စာကို ခိုးမှ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။ တိရစ္ဆာန်ဥစ္စာ၊ နတ်ဥစ္စာ
ကို ခိုးရင် မကျပါ။

* သူ့ဥစ္စာပင် ဖြစ်ပေမယ့် ကိုယ့်ဥစ္စာ ထင်ပြီး ယူမိရင် အပြစ်မရှိပါ။
ဒါပေမဲ့ သူ့ဥစ္စာမှန်း သိရင် ပြန်ပေးရပါမယ်။

တတိယပါရာဇိက အင်္ဂါ ၅ ပါး

၁။ လူဇာတ်ရှိခြင်း။

၂။ သတ္တဝါမှန်း သိခြင်း။

၃။ သတ်လိုတဲ့စိတ် ရှိခြင်း။

၄။ လုံ့လအားစိုက်ခြင်း။

၅။ သေခြင်း။

ဒီအင်္ဂါ ၅ ပါး ညီညွတ်ရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

လူဇာတ်လည်း ရှိ၊ သတ္တဝါဟုသိ၍၊ သတ်မည့်လိုလား၊ စိတ်စက်ထား
ဖြင့်၊ အားပါးစိုက်လျှင်း၊ စုတေခြင်းဟု၊ ကြောင်းရင်း ၅ လီ၊ အင်္ဂါညီ၊ ကျပြီ
ပါရာဇိက။

မှတ်ချက်

လူကို သတ်မှ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။ နတ်ကို သတ်ရင် ထုလွှစဉ်း၊ တိရစ္ဆာန်ကို သတ်ရင် ပါစိတ်သင့်ပါတယ်။ ‘သက်ရှိသတ္တဝါမှန်း သိခြင်း’လို့ ဆိုထားလို့ သက်ရှိသတ္တဝါမှန်း သိရင် လူကို သားကောင် ထင်ပြီး သတ်ပေမယ့် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။ သတ်လိုစိတ် မရှိဘဲ မတော်တဆ သေစေမိရင် အာပတ် မသင့်ပါ။

စတုတ္ထပါရာဇိက အင်္ဂါ ၅ ပါး

- ၁။ ဈာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ်တို့ မိမိမှာ ထင်ရှားမရှိခြင်း။
- ၂။ ယုတ်မာတဲ့ (ဝါကြွားလိုတဲ့) စိတ်နဲ့ ပြောခြင်း။
- ၃။ သူတစ်ပါးကို ညွှန်ပြသကဲ့သို့ ညွှန်ပြတဲ့အရာ မဟုတ်ခြင်း။
- ၄။ နားထောင်သူက လူသားစင်စစ် ဖြစ်ခြင်း။
- ၅။ ပြောပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ဒီကိုယ်တော်က ဈာန်ရ သို့မဟုတ် အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်’ လို့ သိခြင်း။
ဒီအင်္ဂါ ၅ ပါး ညီညွတ်ရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

ဈာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ် ဥတ္တရိရယ်က မိမိ၌ မရှိမှန်၊
ပါပိစ္ဆာ စိတ်ဝါကြွားနှင့်၊ ပြောမှားမိ မှန်။
သူတစ်ပါး မညွှန်ပြန်၊ နာခံသည့် လူသား၊
ပြောခြင်းပင် အမှန် သိလျှင်လ၊
အင်ပါးတန် အမှန် ရှိတာကြောင့်၊
စတုတ္ထာ ပါရာဇိဝယ် ကျ၏ မမှား။

ပါရာဇိက ၂၄ ပါး

- ၁။ ရဟန်းတွေနဲ့ မသက်ဆိုင်တဲ့ ဘိက္ခုနီတွေရဲ့ပါရာဇိကအာပတ် ၄ ခု။
(ဥဗ္ဘဇာဏု မဏ္ဍာလိကာ၊ ဝဇ္ဇပုဋိစ္ဆာဒိကာ၊ ဥက္ခိတ္တာနုဝတ္တိကာ၊
အဋ္ဌဝတ္ထုကာ။)

၂။ ရှင်ရဟန်း မဖြစ်ထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ၁၁ ယောက်။

(ပဏ္ဍုက် (ဩပတ္တမိကနဲ့ နပုံး)၊ ထေယျသံဝါသက (ရဟန်းအသွင် ခိုးသူ၊ ရဟန်းဝါ ခိုးသူ၊ ၂ မျိုးလုံး ခိုးသူ) တိတ္ထိအဖြစ်သို့ ပြောင်းရွှေ့သူ၊ တိရစ္ဆာန် (ရဟန်းမခံဖို့ရန် ပယ်ရှားထားတဲ့ လူယောင်ဆောင်တတ်တဲ့ နဂါး၊ ဂဠုန်နဲ့ နတ်တွေ) အာနန္တရိယကံထိုက်သူ ၅ ဦး၊ (အမိသတ်သူ၊ အဖသတ်သူ၊ ရဟန္တာ သတ်သူ၊ ဘုရားရှင်ကိုယ်မှာ သွေးခြေဥအောင် လုပ်သူ၊ သံဃာ သင်းခွဲသူ) ဘိက္ခုနီ၌ မေထုန်ကျူးလွန်သူ၊ ဥဘတောဗျည်း။

၃။ လူဝတ်ကြောင် အဝတ်ကို ဝတ်တဲ့ ဘိက္ခုနီ။

(ဘိက္ခုနီတွေဟာ လူထွက်လိုတဲ့အခါ ရဟန်းတွေလို သိက္ခာချဖွယ် မလိုပါ။ လူအဝတ်ကို ဝတ်လိုက်ရင်၊ သို့မဟုတ် သင်္ကန်းကိုပဲ လူဝတ်သလို ဝတ်လိုက်ရင် လူဝတ်ကြောင် ဖြစ်သွားရုံမက နောက်ထပ်လည်း ဘိက္ခုနီ မဖြစ်တော့လို့ ပါရာဇိက ကျသူနဲ့ တူပါတော့တယ်။)

၄။ နူးညံ့ပျော့ပျောင်းတဲ့ ကျောက်ကုန်းရှိသူ (မုဒုပိဋ္ဌိက)

(အဲဒီသူဟာ ကျောက်ကုန်းနူးညံ့ရုံမျှနဲ့ ပါရာဇိက မကျပါ။ သာသနာ တော်မှာ မပျော်မွေ့တဲ့အခါ ခါးကို ကုန်းပြီး မိမိရဲ့အင်္ဂါဇာတ်ကို စုပ်မှု၊ ဝစ္စမဂ် (ကျင်ကြီးပေါက်) သို့ သွင်းမှု၊ တစ်ခုခု ပြုမှ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။)

၅။ အင်္ဂါဇာတ် ရှည်သူ။ (လမ္ဗိ)

(ဒီရဟန်းလည်း အင်္ဂါဇာတ်ရှည်ရုံနဲ့ ပါရာဇိက မကျပါ။ သာသနာ တော်မှာ မပျော်မွေ့တဲ့အတွက် အဲဒီအင်္ဂါဇာတ်ကို မိမိပါးစပ်နဲ့ စုပ်မှု၊ ဝစ္စမဂ်သို့ သွင်းမှု၊ တစ်ခုခုပြုမှ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။)

၆။ သာသနာတော်မှာ မပျော်လို့ အိပ်ပျော်နေတဲ့ သို့မဟုတ် အမှတ်တမဲ့ နေတဲ့ သူတစ်ပါးရဲ့ အင်္ဂါဇာတ်ကို ပါးစပ်နဲ့ စုပ်ယူတဲ့ ရဟန်းဟာ ပါရာဇိက ကျပါတယ်။

၇။ သာသနာမှာ မပျော်မွေ့တဲ့ ရဟန်းဟာ သူတစ်ပါးရဲ့ တောင့်တင်းခိုင်မာတဲ့ အင်္ဂါဇာတ်ပေါ်မှာ မိမိရဲ့ဝစ္စမဂ်နဲ့ ဖိပြီး ထိုင်ရင် ပါရာဇိက ကျပါတယ်။ (မုဒုပိဋ္ဌိက စတဲ့ ၄ ယောက်က ယောက်ျား၊ မိန်းမတွေရဲ့ ကာမပေါင်းဖော်ခြင်း မျိုး မဟုတ်ပေမယ့် မဂ်တစ်ခုမှာ မဂ်တစ်ခုကို သွင်းလို့ မေထုန် ပါရာဇိကရဲ့

အလျော်ဖြစ်လို့ “အနုလောမိက ပါရာဇိက = လျော်စွာဖြစ်တဲ့ ပါရာဇိက”
အမည် ရပါတယ်။)

ပထမ (မေထုန်ဓမ္မ) ပါရာဇိက စတဲ့ ၄ ပါးနဲ့ ပေါင်းလိုက်ရင် ပါရာ
ဇိက ဖြစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပေါင်း ၂၄ ယောက် ရှိပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

ရှစ်ပါး ပါရာ၊ ဘဗ္ဗာ ရောသွတ်၊ လူဝတ်သည့် နီ၊ လမ္ဗီ - မုဒု၊ ရှေ့ရှု
ထိုင်ခဲ့၊ စုပ်ပြန်ခဲ့၊ နှစ်ဆယ့်လေး ပါရာ။

မှတ်ချက်

အမိသတ်သူ၊ အဖသတ်သူ၊ ရဟန္တာသတ်သူတွေဟာ ရဟန်း မဟုတ်၊
လူဝတ်ကြောင်၊ သာမဏေတွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။ ဘိက္ခုနီမှာ မေထုန်ကျူးလွန်
သူလည်း လူဝတ်ကြောင် သာမဏေပါပဲ။ ဒါကြောင့် ရဟန်းဘဝမှ ကျတဲ့
ပါရာဇိကတွေ မဟုတ်လို့ သီးခြားပါရာဇိကအဖြစ်နဲ့ ပြပါတယ်။ လမ္ဗီ စတဲ့
၄ ယောက်ကတော့ ရဟန်းတွေပါပဲ။ သူတို့ရဲ့အမှုက ပထမပါရာဇိကမှာ
ပါဝင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မေထုန်မှီဝဲသူတွေ မဟုတ်လို့ သီးခြားခွဲပြီး ပြရတယ်
လို့ မှတ်ပါ။

သံဃာဒိသေသံ ၉ ပါး

၁။ သုက္ကဝိသဋ္ဌိ သိက္ခာပုဒ်

သုက်လွတ်အောင် လက်စသည်နဲ့ လုံ့လပြုပြီး လွတ်စေတဲ့ ရဟန်း
ဟာ သံဃာဒိသေသံအာပတ် သင့်ပါတယ်။

အင်္ဂါ ၃ ပါး

၁။ လွတ်စေလိုတဲ့ စေတနာ ရှိခြင်း။

၂။ လုံ့လပြုခြင်း။

၃။ သုက်လွတ်ခြင်း။

ဒီအင်္ဂါ ၃ ပါး ညီရင် သံဃာဒိသေသံအာပတ် သင့်ပါတယ်။

ခြွင်းချက်

မေထုန်နဲ့ စပ်ပြီး အိပ်မက်မက်တဲ့အခါ ဒီအင်္ဂါ ၃ ပါးနဲ့ ညီစွာ သုက်
လွတ်တတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မစောင့်ထိန်းနိုင်တဲ့ အရာဌာနဖြစ်လို့ အိပ်မက်
ထဲမှာ သုက်လွတ်မှုကို အာပတ်မသင့်လို့ ခြွင်းချက်ပြုတော်မူပါတယ်။ ဒါပေမဲ့
အဲဒီလို အိပ်မက် မမက်ဖို့ရန် “အိပ်ခါနီးမှာ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ စတဲ့ ၁၀ ပါးထဲမှ
မိမိစိတ်ကြိုက် ကမ္မဋ္ဌာန်းတစ်ပါးပါးကို ပွားများပြီးမှ အိပ်ရမယ်” လို့ အဋ္ဌ
ကထာဆရာ ဩဝါဒပေးတော်မူပါတယ်။

၂။ ကာယသံသဂ္ဂ သိက္ခာပုဒ်

၁။ လူမိန်းမ ဖြစ်ခြင်း။

၂။ မိန်းမမှန်း သိခြင်း။

၃။ ကိုယ်နဲ့ နှီးနှောခြင်း။

၄။ ထိမိအောင် လုံ့လပြုခြင်း။

၅။ လက်စသည်ကို ကိုင်မိခြင်း။

ဒီအင်္ဂါ ၅ ပါး ညီရင် သံဃာဒိသေသံအာပတ် သင့်ပါတယ်။

မှတ်ချက်

မိန်းမလို့ အမှတ်မရှိဘဲ ပဏ္ဍုက်၊ ယောက်ျား၊ တိရစ္ဆာန်လို့ ထင်မှတ်ပြီး ကာယသံသဂ္ဂရာဂနဲ့ ကိုင်ရင် ထုလွှစဉ်း၊ ကာယသံသဂ္ဂရာဂ မရှိဘဲ အမိကို အမိအချစ်နဲ့ ကိုင်ရင် သံဃာဒိသေသ် မသင့်ပါ။ ဒါပေမဲ့ မသုံးသပ်ကောင်း မကိုင်ကောင်းလို့ အနာမာသဒုက္ကဋ် သင့်ပါတယ်။ မိန်းမက အတင်းကိုင်ရာ မှာတော့ မိမိက မသာယာရင်ဖြစ်စေ၊ သာယာပေမယ့် မလှုပ်မယှက် ငြိမ်သက် စွာ နေရင်ဖြစ်စေ အာပတ်မသင့်ပါ။

၃။ ဓုဇ္ဈလ္လဝါစာ သိက္ခာပုဒ်

ကြားနိုင်လောက်ပြီး ပြောစကားကိုလည်း နားလည်တဲ့ လူမိန်းမကို လူမိန်းမလို့ ထင်မှတ်ကာ ကျင်ကြီးပေါက်၊ ကျင်ငယ်ပေါက်ကိုဖြစ်စေ၊ မေထုန် ကိုဖြစ်စေ အကြောင်းပြုပြီး ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းတဲ့ စကားကို သာယာတဲ့ ရာဂ နဲ့ ယုတ်ယုတ်မာမာ ပြောဆိုရင် ပြောဆိုတဲ့ ရဟန်းမှာ သံဃာဒိသေသ် အာပတ် သင့်ပါတယ်။

အင်္ဂါ ၅ ပါး

- ၁။ လူဇာတ်ရှိတဲ့ မိန်းမ ဖြစ်ခြင်း။
- ၂။ မိန်းမမှန်း သိခြင်း။
- ၃။ ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းတဲ့ စကားကို သာယာတဲ့ရာဂ ရှိခြင်း။
- ၄။ အဲဒီရာဂနဲ့ ယုတ်ယုတ်မာမာ ပြောဆိုခြင်း။
- ၅။ ပြောလျှင်ပြောခြင်း (အပြောခံရသူက) သိခြင်း။

မှတ်ချက်

ဝေးလွန်းလို့ မကြားနိုင်တဲ့ မိန်းမကို ပြောပေမယ့် အာပတ်မသင့်ပါ။ တမန်လွှတ်ပြီး ပြောရင်၊ စာရေးပြီး ပြောရင်လည်း အာပတ်မသင့်ပါ။ ငယ်ရွယ်လွန်းလို့ဖြစ်စေ၊ ဘာသာစကား မတူလို့ ဖြစ်စေ၊ ဖျင်းလွန်း အလွန်း လို့ဖြစ်စေ နားမလည်တဲ့ မိန်းမအား ပြောရင် အာပတ်မသင့်ပါ။

ရန်ရင်း ကြမ်းတမ်းတဲ့ စကား (ဒုဋ္ဌလ္လဝါစာ)

ကျင်ကြီးပေါက်၊ ကျင်ငယ်ပေါက်ရဲ့ လှပတင့်တယ်ကြောင်းကို ချီးမွမ်းတဲ့ စကား၊ ကျင်ကြီးပေါက်၊ ကျင်ငယ်ပေါက်ရဲ့ မလှပကြောင်း (ကျင်ငယ်ပေါက်မှာ အသားစွန်း ထွက်နေတယ် စသည်ဖြင့်)ကဲ့ရဲ့တဲ့ စကားပါပဲ။ “ငါ့အား မေထုန် ပေးစမ်းပါ။ ငါ့အား မေထုန် ပေးထိုက်ပါတယ်။ သင်ရဲ့ ယောက်ျားအား မေထုန် ဘယ်လို ပေးသလဲ” စသည်ဖြင့် မေထုန်နဲ့ စပ်တဲ့ စကားလည်း ဒုဋ္ဌလ္လဝါစာပါပဲ။

၄။ အတ္တကာမ ပါရိစရိယ သိက္ခာပုဒ်

ကြားနိုင်လောက်ပြီး ပြောစကားကိုလည်း နားလည်တဲ့ လူမိန်းမကို လူမိန်းမလို့ ထင်မှတ်ကာ မေထုန်မှီဝဲလိုတဲ့ ရာဂရှိတဲ့ ရဟန်းက မိမိအကျိုးငှာ မေထုန်နဲ့ ပြုစုခြင်းရဲ့ ကျေးဇူးကို ပြောပြီး မေထုန်တောင်းရင် သံဃာဒီသေသ် အာပတ်သင့်ပါတယ်။

အင်္ဂါ ၅ ပါး

- ၁။ လူဇာတ်ရှိတဲ့ မိန်းမ ဖြစ်ခြင်း။
- ၂။ လူမိန်းမမှန်း သိခြင်း။
- ၃။ မိမိအတွက် ကာမဂုဏ် (မေထုန်)မှုနဲ့ ပြုစုစေလိုတဲ့ ရာဂ ရှိခြင်း။
- ၄။ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောဆိုတောင်းခံခြင်း။
- ၅။ အတောင်းခံရသူ မိန်းမက နားလည်ခြင်း။
ဒီအင်္ဂါ ၅ ပါး ညီရင် သံဃာဒီသေသ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

၅။ သဗ္ဗရိတ္တသိက္ခာပုဒ်

ရဟန်းဟာ ယောက်ျားရဲ့အလိုကို မိန်းမအား မယားဖြစ်စေလိုလို့ ပြောခြင်း၊ မိန်းမရဲ့အလိုကို ယောက်ျားအား လင်ဖြစ်စေလိုလို့ ပြောခြင်းအား ဖြင့် အောင်သွယ်ပေးရင် အောက်ထစ်ဆုံးအားဖြင့် ခဏမျှ ပေါင်းသင်းရန် ဖြစ်စေ (ပြည့်တန်ဆာမကို ခေါ် ပေးရင်ဖြစ်စေ) သံဃာဒီသေသ် အာပတ်သင့်ပါတယ်။

အင်္ဂါ ၅ ပါး

- ၁။ မိန်းမ၊ ယောက်ျားတို့က လူသားစင်စစ် ဖြစ်ခြင်း။
- ၂။ အောင်သွယ်ထိုက်ခြင်း။
- ၃။ ဝန်ခံခြင်း။
- ၄။ စုံစမ်းခြင်း။
- ၅။ ပြန်ပြောခြင်း။

အင်္ဂါ ၅ ပါး ညီရင် သံဃာဒိသေသ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

ချဲ့ပြောပါဦးမယ်။ ၂။ အောင်သွယ်ထိုက်ခြင်းဆိုတာ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် လုံးဝ မဆက်သွယ်ဖူးခြင်း၊ ဇနီးခင်ပွန်း ဖြစ်ဖူးပေမယ့် ယခုအခါ ကွာပြီးရှင်းပြီး ဖြစ်ခြင်းကို ဆိုလိုပါတယ်။ ၃။ ‘ဝန်ခံခြင်း’ ဆိုတာ “မည်သူ့ကို ပြောပေးပါ” လို့ စေခိုင်းတဲ့အခါ နှုတ်နဲ့ဖြစ်စေ၊ ဦးခေါင်းညိတ်ပြီးဖြစ်စေ ဝန်ခံ ခြင်းပါပဲ။ ၄။ ‘စုံစမ်းခြင်း’ ဆိုတာ ဝန်ခံခဲ့တဲ့အတိုင်း သွားပြီး သဘောတူ မတူ ကို စုံစမ်းတာပါပဲ။ ၅။ ‘ပြန်ပြောခြင်း’ ဆိုတာ စုံစမ်းပြီးနောက် ထိုသူသဘော ကို ပြန်ပြီး ပြောတာပါပဲ။ အဲဒီလို အောင်သွယ်ပေးရာမှာ သူတို့ချင်း ပေါင်းရ ပေါင်းရ၊ မပေါင်းရ မပေါင်းရ အင်္ဂါ ၅ ပါး ညီရင် အာပတ် သင့်ပါပြီ။

၆။ ကုဋိကာရ သိက္ခာပုဒ်

ရဟန်းဟာ ပဲခွပ်၊ ပုဆိန် စတဲ့ အဆောက်အဦးတွေကို ကိုယ်တိုင် ငှားပြီး ကျောင်းအလှူရှင် မရှိတဲ့ မိမိအတွက် ကျောင်းငယ်ကို ဆောက်လုပ် စေချင်ရင် ပမာဏနဲ့ ယှဉ်တဲ့ ကျောင်းငယ်ကို ဆောက်လုပ်စေရပါတယ်။ ဘုရားအထွာတော်နဲ့ အလျား ၁၂ ထွာ၊ အနံ (အတွင်းဘက်တိုင်းတာမှုဖြင့်) ၇ - ထွာဟာ အဲဒီကျောင်းငယ်ရဲ့ အကြီးဆုံး ပမာဏပါပဲ။

ပြီးတော့ ကျောင်းနေရာကို ညွှန်ပြဖို့ရာ ရဟန်းတွေကို အဲဒီကျောင်း ဆောက်မယ့် အရပ်သို့ ပင့်ရပါမယ်။ အဲဒီရဟန်းတွေက ပိုးရူခြေပုန်း ကောက်ပဲ သီးနှံစတဲ့ ဘေးရန် မရှိရာအရပ်၊ လှည်းတစ်စီး လှည့်ပတ်လောက်ရာ အရပ် ကို ညွှန်ပြရပါမယ်။ ဘေးရန်ရှိပြီး လှည်းမသွားသာတဲ့ အရပ်ဝယ် ကိုယ်တိုင် ငှားရမ်းပြီး ကျောင်းငယ်ကို ဆောက်ရင်၊ ကျောင်းနေရာကို ညွှန်ပြဖို့ရာ ရဟန်း တွေကို မပင့်ဆောင်ရင်၊ (ပင့်ပေမယ့်) ပမာဏကို လွန်စေရင် သံဃာဒိသေသ် အာပတ်သင့်ပါတယ်။

အင်္ဂါ ၆ ပါး၊ ၇ ပါး

- ၁။ ဥလ္လိတ္တ စတဲ့ ကုဋိ ၃ မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်ခြင်း။
- ၂။ အောက်ထစ်ဆုံး ကုဋိပမာဏ ရှိခြင်း။
- ၃။ ကုဋိနေရာကို မညွှန်ပြအပ်ခြင်း။
- ၄။ ပမာဏကို လွန်ခြင်း။
- ၅။ မိမိအတွက် ဖြစ်ခြင်း။
- ၆။ နေထိုင်ဖို့ရာ ဖြစ်ခြင်း။
- ၇။ အင်္ဂါတေ၊ မြေညက်တို့ ဆက်စပ်မိခြင်း။

အင်္ဂါ ၆ ပါး၊ ၇ ပါးနဲ့ ညီရင် သံဃာဒိသေသ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

မှတ်ချက်

၂။ ‘ကုဋိရဲ့ အောက်ထစ်ဆုံး ပမာဏ’ဆိုတာ ၄ တောင်ပါပဲ။ အဲဒီ ၄ တောင် အောက်ထစ်ဆုံး ရှိမှ ကုဋိ ကျောင်းငယ် ခေါ် ရပါတယ်။ ၄ တောင်မျှ မကျယ်ဝန်းရင် နေထိုင်လောက်တဲ့ ကုဋိ မဟုတ်ပါ။ အခြားတစ်ခုခုကို ထားဖို့ သာ ဖြစ်ပါတယ်။

(ဒီစကားအရ အကျဉ်းဆုံး ၄ တောင် ရှိပြီး အလွန်ဆုံး အလျား ၁၂ ထွာ၊ အနံ ၇ ထွာရှိတဲ့ ကျောင်းငယ်ကိုသာ ဒီမှာ အလိုရှိအပ်တဲ့ ကုဋိလို့ မှတ်ပါ)

၅။ ‘မိမိအတွက် ဖြစ်ခြင်း’ ဆိုရာမှာ မိမိနေထိုင်ဖို့ ဆောက်လုပ်မှသာ အာပတ်သင့်ပါတယ်။ သူတစ်ပါးဖို့ ဆောက်ရင် ဖြစ်စေ၊ သူတစ်ပါး ဆောက်ပြီးကို အဆင်သင့် ရပြီး နေရင် ဖြစ်စေ အာပတ်မသင့်ပါ။

၆။ ‘နေထိုင်ဖို့ရာ ဖြစ်ခြင်း’ ဆိုရာမှာ နေထိုင်ဖို့ကျောင်းဖြစ်မှ အာပတ် သင့်ပါတယ်။ နေဖို့ မဟုတ်ဘဲ ဥပုသ်ကျောင်း၊ ဆွမ်းစားကျောင်း စသည် ပြုလုပ်ရန် ဖြစ်ရင် အာပတ်မသင့်ပါ။

၇။ ‘အင်္ဂါတေ မြေညက်ဆက်စပ်မိခြင်း’ ဆိုရာမှာ သုတ်သင့်ရာ အရပ် တွေကို အားလုံး စပ်အောင် သုတ်မိမှ အာပတ်သင့်ပါတယ်။ တစ်ခါ သုတ် လောက် ကျန်နေသေးရင်၊ သို့မဟုတ် တမင် ချန်ထားရင် အာပတ်မသင့်ပါ။

* ၃ နဲ့ ၄ အင်္ဂါ ၂ မျိုးတွင် တစ်မျိုးဖြစ်ရုံမျှနဲ့ သံဃာဒိသေသ်တစ်ချက် သင့်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အင်္ဂါ ၆ ပါး ဆိုပါတယ်။ အဲဒီ ၃ နဲ့ ၄ နှစ်မျိုးလုံး ဖြစ်ရင် သံဃာဒိသေသ် ၂ ချက် သင့်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အင်္ဂါ ၇ ပါး ဆိုပါ တယ်။

၇။ ဝိဟာရကာရ သိက္ခာပုဒ်

ရဟန်းဟာ ကျောင်းဒကာရှိတဲ့ မိမိဖို့ ကျောင်းကြီးကို ဆောက်လုပ် စေလိုရင် ရဟန်းတွေကို ကျောင်းနေရာ ညွှန်ပြဖို့အတွက် ပင့်ရမယ်။ အဲဒီ ရဟန်းတွေက ဘေးရန်မရှိရာအရပ်၊ လှည်းတစ်စီး လှည့်ပတ်လောက်ရာ အရပ်ကို ညွှန်ပြရမယ်။ ဘေးရန်ရှိပြီး လှည်းမသွားသာတဲ့ အရပ်မှာ ကျောင်း ကြီးကို ဆောက်ရာမှာ ကျောင်းနေရာ ညွှန်ပြဖို့ ရဟန်းတွေကို မပင့်ရင် အဲဒီ မပင့်မှုကြောင့် သံဃာဒီသေသ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

အင်္ဂါ ၆ ပါးသာ

ပမာဏကို လွန်ခြင်းဆိုတဲ့ (ရှေ့သိက္ခာပုဒ်ပြ ၄ - နံပါတ်) အင်္ဂါ မလိုလို့ အင်္ဂါ ၆ ပါးသာ ရှိပါတယ်။

ဒီသိက္ခာပုဒ်မှာ ကျောင်းဒါယကာရှိခြင်း၊ ပမာဏသတ်မှတ်ချက် မရှိ (အလိုရှိသလောက် ကြီးကြီးငယ်ငယ် ဆောက်နိုင်ခြင်း) သာ ရှေ့သိက္ခာပုဒ် မှ ထူးပါတယ်။

မှတ်ချက်

အင်္ဂါတေ၊ မြေညက် သုတ်ထားတဲ့ ဥလ္လိတ္တ စတဲ့ ကျောင်း ၃ မျိုးကိုသာ ဆိုလိုလို့ ယခုကာလ သစ်သားကျောင်း စသည်နဲ့ အင်္ဂါတေ မသုတ်အပ်တဲ့ အုတ်တိုက်တွေမှာ ဒီသိက္ခာပုဒ်အရ ကျင့်ဖွယ်မလိုပါ။ အင်္ဂါတေသုတ် အုတ် တိုက်ပင် ဖြစ်ပေမယ့် သံဃိကကျောင်း ဖြစ်ရင် မိမိဖို့ မဟုတ်လို့ ဒီသိက္ခာပုဒ် အရ ကျင့်ဖွယ်မလိုပါ။ အင်္ဂါတေသုတ် အုတ်တိုက်ကိုပဲ ပုဂ္ဂလိက(မိမိပိုင်)ဖြစ် လို့ ကိုယ်တိုင် ကြပ်မတ်စီမံရရင်တော့ ဒီသိက္ခာပုဒ်အရ ကျင့်ရပါမယ်။ ကိုယ့် အတွက်ပင် ဖြစ်ပေမယ့် ဒကာ ကြပ်မတ်ဆောက်ရင်၊ သို့မဟုတ် အခြား ရဟန်း ကြင်္မတ်ရင် ဒီသိက္ခာပုဒ်အရ ကျင့်ဖွယ်မလိုပါ။

၈။ ခုဋ္ဌဒေါသ သိက္ခာပုဒ်

ရဟန်းဟာ မြင်ခြင်း၊ ကြားခြင်း၊ ယုံမှားခြင်း ဆိုတဲ့ အခြေအမြစ် မရှိ တဲ့ ပါရာဇိကအာပတ်နဲ့ လူထွက်စေလိုတဲ့ ဆန္ဒဖြင့် ကြားလောက်တဲ့ ရဟန်း

ကို ကိုယ်တိုင် စွပ်စွဲရင် ဖြစ်စေ၊ သူတစ်ပါးကို စွပ်စွဲခိုင်းရင်ဖြစ်စေ သံဃာဒိသေသ် အာပတ်သင့်ပါတယ်။

အင်္ဂါ ၅ ပါး

- ၁။ ရဟန်းအရေအတွက်တွင် ပါဝင်ခြင်း။
(ပါရာဇိက ကျနေစေကာမူ သူ့ကိုယ်သူ ရဟန်းလို့ ဝန်ခံနေသေးရင် ရဟန်းအရေအတွက်တွင် ပါဝင်နေသူပဲ ဖြစ်ပါတယ်။)
- ၂။ အဲဒီသူမှာ ပါရာဇိကအာပတ်မှ စင်ကြယ်သူလို့ အမှတ်ရှိခြင်း။
(စွပ်စွဲသူ မိမိကလည်း ရဟန်းအစစ်ဖြစ်စေ၊ အတုဖြစ်စေ ပါရာဇိကမှ စင်ကြယ်သူလို့ အထင်ရှိနေရင် မစွပ်စွဲရ။)
- ၃။ မြင်ခြင်း၊ ကြားခြင်း၊ ယုံမှားခြင်းဆိုတဲ့ အခြေအမြစ် မရှိခြင်း။
- ၄။ လူထွက်စေလိုလို့ မျက်မှောက်မှာ စောဒနာခြင်း။
(စွပ်စွဲခံရတဲ့ ရဟန်းရဲ့ မျက်မှောက်မှာ တိုက်ရိုက်စွပ်စွဲမှ အပြစ်ရှိပါတယ်။ တိုက်ရိုက် မဟုတ်ဘဲ ကွယ်ရာမှာ စွပ်စွဲနေရင် အပြစ်မသင့်ပါ။)
- ၅။ အစွပ်စွဲခံရသူက မိမိကို စွပ်စွဲမှန်း ချက်ချင်း သိခြင်း။

မှတ်ချက်

ကိုယ်ကိုယ်တိုင် နှုတ်နဲ့ စွပ်စွဲမှ မဟုတ်ပါ။ တစ်ယောက်ယောက်ကို မိမိကိုယ်စား စွပ်စွဲခိုင်းခြင်း၊ လက်ပြခြေပြနဲ့ စွပ်စွဲခြင်းတွေလည်း ဒီသိက္ခာပုဒ် အရ အပြစ်သင့်ပါတယ်။ စေခိုင်းရာမှာ အခိုင်းခံရသူက သူ့သဘောမဟုတ်ဘဲ ခိုင်းသူရဲ့သဘောအတိုင်းသာ စွပ်စွဲရင် အခိုင်းခံရသူမှာ အပြစ် မရှိပါ။ သူ့သဘောကိုပါ ပြောပြစွပ်စွဲရင် အခိုင်းခံရသူမှာလည်း သံဃာဒိသေသ် ပါပဲ။

၉။ ဒုတိယ ဒုဋ္ဌဒေါသ သိက္ခာပုဒ်

ခတ္တိယဇာတ်ရှိတဲ့ ရဟန်းတစ်ပါးကို စွပ်စွဲဖို့ရန် အကြောင်းရှာနေတုန်း ခတ္တိယဇာတ်ရှိတဲ့ လူယောက်ျားတစ်ယောက်ရဲ့ မေထုန်မှီဝဲတဲ့ အမူအရာကို ကိုယ်တိုင် မြင်ရပြီး အဲဒီခတ္တိယဇာတ်ရှိတဲ့ ရဟန်းအပေါ်မှာ ဇာတ်ချင်းတူညီမှုဆိုတဲ့ အကြောင်းအနည်းငယ်ကလေးကို စွဲပြီး “တပည့်တော်ဟာ ခတ္တိယ

ဇာတ်ရှိတဲ့ အသင့်ကို မေထုန်မှီဝဲနေတာ မြင်တယ်”လို့ လူထွက်စေလိုတဲ့ ဆန္ဒနဲ့ ကိုယ်တိုင် စွပ်စွဲရင်ဖြစ်စေ သူတစ်ပါးကို စွပ်စွဲခိုင်းရင်ဖြစ်စေ အဲဒီ ရဟန်းမှာ သံဃာဒီသေသ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

အင်္ဂါ ၆ ပါး

ဒုဋ္ဌဒေါသသိက္ခာပုဒ်မှာ ပြခဲ့တဲ့ အင်္ဂါ ၅ ပါးအပြင် တစ်ပါးသော အဖို့ ရဲ့ ဥစ္စာဖြစ်တဲ့ နာမည်တည်ရာရဲ့ ညွှန်ပြအပ်တဲ့ တစ်စုံတစ်ခု အမြွက်မျှကို စွဲယူခြင်းဆိုတဲ့ အင်္ဂါကို အပိုထည့်ပြီး အင်္ဂါ ၆ ပါး ရှိတယ်လို့ မှတ်ပါ။

မှတ်ချက်

သံဃာသေသ်အာပတ်တွေက ပါတိမောက်မှာ လာတဲ့အတိုင်း ပဌမာ ပတ္တိက ၉ ပါး၊ ယာဝတတိယက ၄ ပါး ရှိပေမယ့် ယာဝတတိယက ၄ ပါး တွေက သံဃာက ၃ ကြိမ် ပြည့်အောင် ကမ္မဝါစာနဲ့ ဆုံးမပြီး မရမှ သင့်ရလို့ သင့်ဖို့ မလွယ်ကူပါ။ လွန်ကျူးရာ ခဏမှာ သင့်တဲ့ ပဌမာပတ္တိကအာပတ် ၉ ပါးသာ သင့်ဖို့ လွယ်ကူလို့ ဒီမှာ ထုတ်ပြထားပါတယ်။

ကျင့်ဖွယ်

သင့်ရောက်တဲ့ သံဃာဒီသေသ်ကို သိလျက် ဖုံးထားရင် ဖုံးထားရာ ကာလပတ်လုံး (တစ်ရက် ဖုံးရင် တစ်ရက်၊ ၁၀ ရက် ဖုံးရင် ၁၀ ရက်) ပရိဝါသ် နေရပါတယ်။ ပရိဝါသ်နေပြီးရင် ၆ ညဉ့်ပတ်လုံး သံဃာထံမှာ မာနတ် ကျင့် ရပါတယ်။ မာနတ်ကျင့်ပြီးတဲ့ အဲဒီရဟန်းကို သံဃာ ၂၀ က အတ္တန်သွင်း ရပါတယ်။

အဓိပ္ပာယ်

ဘုရားအမိန့်တော်အတိုင်း အာပတ်သင့်ရာ တစ်ရံတစ်ခါမှာ ကျင့် တဲ့အနေနဲ့ နေတာကို ‘ပရိဝါသ်’ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ရဟန်းတွေ မြတ်နိုးကျေနပ်ဖို့ရာ ကျင့်တာကို ‘မာနတ်ကျင့်တယ်’ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီမာနတ်ကို ၂ ပါး၊ ၃ ပါးသာ ရှိတဲ့ ဂိုဏ်းမှာရော ၁ ပါး အထံမှာပါ မကျင့်ရပါ။ သံဃာထံမှာသာ ကျင့်ရပါတယ်။

မာနတ်ကျင့်ပြီးလို့ ရဟန်းတွေက ကျေနပ်တဲ့အတွက် သံဃာက လက်ခံတာ၊ သံဃာ့အလယ်သို့ သွင်းခေါ်တာကို ‘အတ္တန်သွင်းတယ်’ လို့ ခေါ် ပါတယ်။

ဖုံးထားခြင်းရဲ့ အင်္ဂါ ၁၀ ပါး

- ၁။ အာပတ်သင့်ခြင်း။
- ၂။ အာပတ်သင့်မှန်း သိခြင်း။
- ၃။ ပကတတ် (ပင်ကိုသီလရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်) ဖြစ်ခြင်း။
(ဥက္ခိတ္တက ပုဂ္ဂိုလ် မဟုတ်ခြင်း)
- ၄။ ပကတတ်မှန်း သိခြင်း။
- ၅။ အန္တရာယ် ၁၀ ပါး မရှိခြင်း။
- ၆။ အန္တရာယ် မရှိမှန်း သိခြင်း။
- ၇။ အခြားရဟန်းထံသို့ သွားနိုင်၊ သွားပြီးလည်း ဒေသနာပြောနိုင်ခြင်း။
- ၈။ အဲဒီလို စွမ်းနိုင်မှန်းလည်း သိခြင်း။
- ၉။ ဒေသနာ မပြောဘဲ ဖုံးထားလိုခြင်း။
- ၁၀။ ဖုံးထားခြင်း။

ဒီအင်္ဂါ ၁၀ ပါးစုံမှ ဖုံးရာရောက်ပါတယ်။ တစ်ပါးပါး ချို့ယွင်းရင်

ဖုံးရာ မရောက်ပါ။

မှတ်ချက်

ဒီ ၁၀ပါးဟာ ထုလွှစဉ်း စတဲ့ အောက်အာပတ်တွေကို ဖုံးတာနဲ့လည်း ဆိုင်ပါတယ်။ မည်သည့်အာပတ်မဆို အာပတ်သင့်ရာ နေ့ရဲ့ ညဉ့်အရုဏ် တက်သည်အထိ ဒေသနာမပြောရင် ဖုံးထားသည် မည်ပါတယ်။ အဲဒီလို ဖုံးထားရာမှာ တစ်ညဉ့် ဖုံးရင် ဒုက္ကဋ်တစ်ချက် တိုးပါတယ်။ သံဃာ့ဒီသေသ် အာပတ်ကို ဖုံးရာမှာတော့ ဒုက္ကဋ်အာပတ်အပြင် ပရိဝါသ်လည်း တိုးနေရပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

သင့်တုံ အာပတ်၊ ပကတတ်လည်း၊ ကင်းလတ် အန္တရာယ်၊ အစွမ်း ကြွယ်သား၊ လေးသွယ် သိစွမ်း၊ စဉ်တိုင်း ပြွမ်း၍၊ ဖုံးလွှမ်းလိုငြား၊ ဖုံးလွှမ်းငြား ဟု၊ ၅ ပါးနှစ်လီ၊ အင်ဆယ်ညီ၊ ဖုံးပြီ ထိုအာပတ်။

သင်္ကန်းဆိုင်ရာ မှတ်စရာ

သင်္ကန်းချုပ်ရန် အဝတ် ၆ မျိုး

- ၁။ ခုံချည် (နှမ်းကြပ်ပင်မှ ဖြစ်တဲ့ လျှော်ချည်) အဝတ်။
- ၂။ ပိုးချည် (ပိုးကောင်ငယ်လေးတွေရဲ့အိမ်မှ ထွက်တဲ့ချည်) အဝတ်။
- ၃။ ဝါချည်အဝတ် (ဝါချည်၊ ပိတ်ဖျင်အမျိုးမျိုး)
- ၄။ ပိုက်ဆံလျှော်ချည် (သျှမ်ချည်) အဝတ်။
- ၅။ ဘန်ချည်ကြိုး လုပ်စရာချည် (ဘန်ချည်) အဝတ်။
(ချည်အမျိုးမျိုး ရက်ထားတဲ့ အဝတ်။)
- ၆။ သားမွေး အဝတ် (သက္ကလပ်အဝတ်)
(လူဆံပင်မွေး၊ သားရဲတွေရဲ့ အမွေးတွေ မပါဝင်ပါ။)

အနုလောမသင်္ကန်းများ

(မူလသင်္ကန်း၆မျိုးမှာ ထိုက်သည်အားလျော်စွာ ပါဝင်တဲ့ သင်္ကန်းများ)

- ၁။ ဘွဲ့ဖြူခေါ်မည် လျှော်ချည်အဝတ်။
(ဖွဲ့ချည်ဖို့ရာ ကြိုးလုပ်၍လည်း ရကောင်းတဲ့၊ အလွန်ဖြူစင်စွာသော လျှော်ချည်နဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ အဝတ်)
- ၂။ ပဋ္ဌုဏ္ဏတိုင်းမှာ ဖြစ်တဲ့ ပိုးချည်အဝတ်။
- ၃-၄။ သောမာရတိုင်း၊ စိန့်တိုင်းတွေမှာ ဖြစ်တဲ့ ပိုးချည်အဝတ်။
- ၅။ ဧဟိ ဘိက္ခုခေါ်တော်မူတဲ့အခါမှာ ရှေးကဲ့ရဲ့အစွမ်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အဝတ်သင်္ကန်း။
- ၆။ နတ် ပေးလှူတဲ့ သင်္ကန်း။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၂၉

အဝတ် ၉ မျိုး

၁။ သင်းပိုင်၊ ၂။ အပေါ်ရုံဧကသီ၊ ၃။ နှစ်ထပ်သင်္ကန်း (ဒုဂုဏ= ဒုဂုဏ်)၊ ၄။ ပရိက္ခရာအဝတ်၊ ၅။ မိုးရေခံသင်္ကန်း၊ ၆။ မျက်နှာသုတ်ပဝါ၊ ၇။ နိသီဒိုင် (သုတ်နွီးသင်္ကန်း)၊ ၈။ ကြမ်းပြင်ပေါ် စသည်မှာ ခင်းအပ်တဲ့ အခင်း၊ ၉။ အနာဖုံး၊ အနာလွှမ်းအဝတ်။

(ဒီအဝတ် ၉ ထည်ကိုပဲ သင်္ကန်း ၉ ထည်လို့ ခေါ်နေကြပါတယ်)
ဆောင်ပုဒ်

သင်း၊ ကိုယ်၊ ဒု၊ အိပ်၊ မျက်၊ ပရိက်၊ နိသိန်၊ မိုး-အမာ။

သင်္ကန်း ၃ ထည်

အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီးရာ အခါကစပြီး သင်းပိုင်၊ ဧကသီ၊ နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကို ‘တိစိဝရ’ လို့ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ အဓိဋ္ဌာန် မတင်ခင်တော့ ‘တိစိဝရ’ လို့ မခေါ်ရသေးပါ။ ဘာကြောင့်လဲ။ သင်္ကန်းကြီးပင် ဖြစ်ပေမယ့် အခင်း လုပ်လိုရင် အခင်းနာမည်နဲ့ အဓိဋ္ဌာန်တင်ခွင့် ပြုထားလို့ပါ။ ဒီစကားကို ထောက်ပြီး သင်္ကန်း ၉ ထည် မဟုတ်၊ အဝတ် ၉ မျိုးသာ ဖြစ်ကြောင်း သိသာပါတယ်။

ပရိက္ခရာ အဝတ်

ရဟန်းရဲ့ အသုံးအဆောင် အဝတ်ဟူသမျှကို ‘ပရိက္ခရာစောဠ = ပရိက္ခရာအဝတ်’ လို့ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ ပြခဲ့တဲ့ အဝတ် ၉ ထည်လုံးကိုပဲ အန္တရဝါသက စတဲ့ နာမည်နဲ့ အဓိဋ္ဌာန် မတင်ချင်ရင် ဒီပရိက္ခရာစောဠ နာမည်နဲ့ အဓိဋ္ဌာန်တင်နိုင်ပါတယ်။ ပရိက္ခရာအဝတ်ဟာ မည်ရွေ့မည်မျှသာ ရှိရမယ်လို့ အရေအတွက် မရှိပါ။ မည်မျှလောက်သာ အတိုင်းအရှည် ရှိရမယ်လို့ ပမာဏလည်း မရှိပါ။

မျက်နှာသုတ်ပဝါ

ဒီမျက်နှာသုတ်ပဝါမှာ တစ်ထည် ဖွပ်ခိုက် အခြားတစ်ထည်ကို သုံးဖို့ ရန် နှစ်ထည် ထားကောင်းတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ‘အများပင် ထားကောင်းတယ်’လို့လည်း ပထမကထိနသိက္ခာပုဒ် ပါရာဇိကဏ် အဋ္ဌကထာမှာ ဆိုပါတယ်။

ကြမ်းခင်း

ကျောင်းရဲ့ ကြမ်းပြင်ပေါ်မှာ ပေနေလို့ ကြမ်းပြင်ပေါ်မှာ ခင်းဖို့ရန် ခွင့်ပြုထားတဲ့ အခင်းပါပဲ။ ခုတင်ပေါ်မှာလည်း ခင်းကောင်းပါတယ်။ တစ်ထည်မက အများပင် ထားကောင်းပါတယ်။ ပမာဏအားဖြင့်လည်း အလိုရှိသလောက် ကြီးနိုင်ပါတယ်။ အသွေးအရောင်လည်း အမျိုးမျိုး ရှိနိုင်ပါတယ်။

မှတ်ချက်

ခေါင်းအုံးနဲ့တကွ မွေ့ရာ (ဘုံလျှို)၊ ခြုံထည်စောင်၊ ကော်ဇောတွေ ဟာ အခင်းသဘောမျိုး ဖြစ်ပေမယ့် (စောင်ကိုလည်း ခင်းနိုင်တယ်) အဓိဋ္ဌာန် မတင်ဘဲ သုံးစွဲနိုင်တယ်လို့ အဋ္ဌကထာမှာ ဆိုထားပါတယ်။ ခြင်ထောင်လည်း အဲဒီလိုပဲ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။

အသီးသီးနဲ့ သာမည

အဝတ် ၉ ထည်လုံးကို သံဃာမို့ စတဲ့ သူ့နာမည်အသီးသီးနဲ့ဆိုရင် အဓိဋ္ဌာန်သာ တင်ကောင်းပါတယ်။ ဣမံ သံဃာဋီ (ဥတ္တရာသင်္ဂီ၊ အန္တရဝါသကံ၊ ပရိက္ခာရစောဠံ စသည်ဖြင့်) အဓိဋ္ဌာန်မိလို့ အဓိဋ္ဌာန်တင် ကောင်းပါတယ်။ သံဃာဋီစတဲ့ အဲဒီသင်္ကန်းအသီးသီးရဲ့ နာမည်ကို မယူဘဲ “ဣမံ စီဝရံ တုယံ ဝိကပ္ပေမိ” လို့ ‘ဣမံ စီဝရံ’ လို့ စီဝရ သာမညနာမည်နဲ့ ဆိုရင်တော့ ဝိကပ္ပနာ ပြုကောင်းပါတယ်။

ဝိနည်းနဲ့ ဝတ်တင်

သင်္ကန်း ၉ မျိုးထဲမှာ တိစီဝရိကံ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး ဆောင်ထားအပ်တဲ့ သင်္ကန်းနဲ့ တစ်ညဉ့်မျှ (အရုဏ်တက်ချိန်မှာ) ကင်းပြီး မနေရပါ။ ကင်းပြီး နေရင် သင်္ကန်းကိုလည်း စွန့်ပစ်ထိုက်ပါတယ်။ ရဟန်းမှာလည်း အာပတ်သင့်ပါတယ်။

အဲဒီလို အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး သင်္ကန်း ၃ ထည်ကို ဆောင်တာကို ‘ဝိနည်းတိစီဝရိကံဆောင်တယ်’လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဝိနည်းတိစီဝရိကံဆောင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က အပိုအဝတ်သင်္ကန်းတွေကို ဝိကပ္ပနာဖြစ်စေ၊ ပရိက္ခာရစောဠအဓိဋ္ဌာန်

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၃၁

ဖြစ်စေ ပြုပြီး ထားကောင်းပါသေးတယ်။ ဓုတင်တိစိဝရိက် ဆောင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ အခြားအဝတ်ကို မထားကောင်းတော့ပါ။

၄ လပတ်လုံး

နိဿိဒိုင်သင်္ကန်းနဲ့တော့ ၄ ပတ်လုံး မကင်းရပါ။ ၄ လ မပြည့်မီတော့ ကင်းနိုင်ပါတယ်။ ဥပမာ- ဒုတိယသဟသေယျ သိက္ခာပုဒ်မှာ ၃ ညဉ့်ပတ်လုံး အတူ မအိပ်ရ” လို့ ဆိုလို့ ၁ ညဉ့်ပတ်လုံးတော့ အတူ အိပ်နိုင်သလိုပါပဲ။

မှတ်ချက်

တိစိဝရိက်နဲ့ နိဿိဒိုင်ကိုသာ သီးခြား မိန့်တော်မူလို့ “အခြားသင်္ကန်းတွေကိုတော့ ညဉ့်ကင်းပြီး နေကောင်းတယ်” လို့ စကားအဓိပ္ပာယ် ကျရောက်ပါတယ်။ ပြီးတော့ အဓိဋ္ဌာန်မတင်ဘဲ တိစိဝရိက်နဲ့ နိဿိဒိုင်တွေကို ဝိကပ္ပနာ ပြုထားရင်ဖြစ်စေ၊ ပရိက္ခာရစောဠ အဓိဋ္ဌာန် တင်ထားရင်ဖြစ်စေ ညဉ့်ကင်းပြီး နေကောင်းတယ်လို့ မှတ်ရပါတယ်။

အဓိဋ္ဌာန်တင်ပုံ

“ဣမံ သံယာဋီ အဓိဋ္ဌာမိ = ဒီသင်္ကန်းကြီးကို ကိုယ့်ဥစ္စာလို့ စွဲမြဲစွာ ဆောက်တည်ပါတယ်။ (တစ်နည်း) ဒီသင်္ကန်းကို နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီးလို့ စွဲမြဲစွာ ဆောက်တည်ပါတယ်” လို့ နှစ်တောင့်ထွာအတွင်း (ဟတ္ထပါသ်အတွင်း) မှာ ရှိတဲ့ သင်္ကန်းကြီးကို အဓိဋ္ဌာန်တင်ရပါတယ်။

နှစ်ထောင့်ထွာအပြင်ဘက်(ဟတ္ထပါသ်အပြင်ဘက်)မှာ ရှိနေတဲ့ နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီးကိုတော့ “ဧတံ သံယာဋီ အဓိဋ္ဌာမိ” လို့ ဆိုပြီး အဓိဋ္ဌာန် တင်ရပါတယ်။ ကျန်တဲ့ သင်္ကန်း ၈ ထည်တွေမှာလည်း အနီးဖြစ်ရင် ‘ဣမံ ဥတ္တရာသင်္ဂီ အဓိဋ္ဌာမိ’ စသည်ဖြင့်၊ အဝေးဖြစ်ရင် ‘ဧတံ ဥတ္တရာသင်္ဂီ အဓိဋ္ဌာမိ’ စသည်ဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်တင်ရပါတယ်။ အဝေးမှာ ရှိတဲ့ (ဟတ္ထပါသ် အပြင်ဘက်မှာ ရှိတဲ့) သင်္ကန်းကို အဓိဋ္ဌာန်တင်ရာမှာ ‘မည်သည့်နေရာမှာ ရှိတယ်’ လို့ စိတ်မှာ မှန်းပြီး အဓိဋ္ဌာန်တင်ရပါတယ်။

ကာယ-ဝါစာအဓိဋ္ဌာန်

အဲဒီလို အဓိဋ္ဌာန်တင်ရာမှာ နှုတ်နဲ့ မဆိုနိုင်ရင် သို့မဟုတ် မဆိုချင်ရင် အဓိဋ္ဌာန်တင်စကားရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို နှလုံးသွင်းပြီး သင်္ကန်းကို လက်နဲ့ ထိကာ

သုံးသပ်ကာနဲ့ အဓိဋ္ဌာန်တင်နိုင်ပါတယ်။ ပြခဲ့ပြီးတဲ့ အဓိဋ္ဌာန်ကတော့ ဝါစာ အဓိဋ္ဌာန်ပါပဲ။ ကာယအဓိဋ္ဌာန်တင်တဲ့အခါ တစ်ကြိမ် သုံးသပ်ရုံမျှနဲ့ ပြီးနိုင် သလို ဝါစာအဓိဋ္ဌာန်မှာလည်း တစ်ကြိမ် ဆိုရုံမျှနဲ့ ပြီးနိုင်ပါတယ်။ တချို့က ၃ ကြိမ် ဆိုကြပါတယ်။ ၃ ကြိမ်ဆိုမှုကြောင့် အပြစ်တော့ မရှိပါ။

ပစ္စုဒ္ဓါရ်ပြုပြီးမှ အဓိဋ္ဌာန်တင်ရပုံ

သံဃာဋီ စတဲ့ နာမည်နဲ့ အဓိဋ္ဌာန်တင်လိုတဲ့ ရဟန်းဟာ အဓိဋ္ဌာန်တင် အပ်ပြီးတဲ့ အဟောင်းသင်္ကန်း မရှိရင် ပစ္စုဒ္ဓါရ်ပြုဖွယ် မလိုပေမယ့် အဟောင်း သင်္ကန်း ရှိရင်တော့ အဲဒီအဟောင်းကို ပစ္စုဒ္ဓါရ်ပြုပြီးမှ အသစ်ကို အဓိဋ္ဌာန် တင် ရပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ အဓိဋ္ဌာန်ဆိုတာ မိမိဥစ္စာလို့ စွဲမြဲစွာ ဆောက်တည် ခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ရဟန်းတော်တွေမှာလည်း ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာအနေနဲ့ သပိတ် တစ်လုံး၊ သင်္ကန်း ၃ ထည်သာ ထားကောင်းလို့ပါပဲ။ ထို့ကြောင့် အဓိဋ္ဌာန် သင်္ကန်း ၂ ထည်၊ အဓိဋ္ဌာန်သပိတ် ၂ လုံး မရှိထိုက်လို့ အဟောင်းကို ပစ္စုဒ္ဓါရ် ပြုရတာပါပဲ။ သပိတ်အသစ်ကို အဓိဋ္ဌာန်တင်ရာမှာလည်း အဲဒီလိုပါပဲ။

ပစ္စုဒ္ဓါရ် ပြုပုံ

အနီးသင်္ကန်း(၂ တောင့်ထွာအတွင်းရှိသင်္ကန်း)ကို ‘ဣမံ သံဃာဋီ ပစ္စုဒ္ဓရာမိ = ဒီနှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီး အဓိဋ္ဌာန်ကို ရုပ်သိမ်းပါတယ်’ လို့ ဆိုပြီး ဟတ္ထပါသ်အပြင်ဘက်မှာ ရှိတဲ့ အဝေးသင်္ကန်းကို ‘ဧတံ သံဃာဋီ ပစ္စုဒ္ဓရာမိ = ထိုနှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီး အဓိဋ္ဌာန်ကို ရုပ်သိမ်းပါတယ်’ လို့ ဆိုရပါတယ်။ အဲဒီလိုပါပဲ ကျန်တဲ့ သင်္ကန်း ၈ ထည်ကိုလည်း ‘ဣမံ အန္တရဝါသကံ ပစ္စုဒ္ဓ ရာမိ’ စသည်ဖြင့် ဆိုရပါတယ်။ အဓိဋ္ဌာန်တင်တုန်းက မိမိနာမည်နဲ့ တင်ခဲ့လို့ အဓိဋ္ဌာန်ချတဲ့အခါမှာလည်း မိမိနာမည်အတိုင်းပဲ ချရပါတယ်။ ပစ္စုဒ္ဓါရ်ပြု တာကိုပဲ အဓိဋ္ဌာန်ချတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

သင်္ကန်း ၃ ထည်ရဲ့ ပမာဏ

၁။ နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီးရဲ့ အတိုဆုံး အလျားပမာဏ=လက်ဆုပ် ၅ တောင် (ကေစိဝါဒ) ၄ တောင်အပြည့် (လက်ချောင်းတွေကို ဆန့်ပြီး) တောင်ကာ နောက်ဆုံး တံတောင်ကို လက်သီးဆုပ် တောင်ရတယ်။ (ဝိမတိဝါဒ)

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၃၃

အရှည်ဆုံး ပမာဏ = ဘုရားရှင် သင်္ကန်းတော်အောက် ယုတ်လျော့တဲ့ အပိုင်းအခြား။

အနိမ့်ပမာဏ = လက်ဆုပ်တောင်ချည်း ၃ တောင်။ (ကေစိဝါဒ) နှစ်တောင်ကို အပြည့် တောင်ပြီး တစ်တောင်ကို လက်ဆုပ်တောင် (ဝိမတိဝါဒ)

၂။ ကေသီရဲ့ အလျား၊ အနိမ့်ပမာဏက နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီးနဲ့ တူပါတယ်။

၃။ သင်းပိုင်ရဲ့ အလျားပမာဏကလည်း နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီးနဲ့ တူပါတယ်။ အနိမ့်ပမာဏကတော့ ၂ တောင့်ထွာလည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။ သို့မဟုတ် ၂ တောင်လည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။ (အနိမ့် ၂ တောင်ရှိ သင်းပိုင်က အဝတ် မလောက်လို့ ချွေချွေတာတာ ချုပ်ရတဲ့ သင်းပိုင်လို့ မှတ်ပါ။)

နိသီဒိုင်ရဲ့ ပမာဏ

ဘုရားရှင် အထွာတော်နဲ့

အလျား - ၂ ထွာ။

အနံ - ၁ ထွာခွဲ။

အမြိတ်အဆာ - ၁ ထွာ။

အနာလွမ်းသင်္ကန်းရဲ့ ပမာဏ

ဘုရားရှင် အထွာတော်နဲ့

အလျား - ၄ ထွာ။

အနံ - ၂ ထွာ။

မိုးရေခဲသင်္ကန်းရဲ့ ပမာဏ

ဘုရားရှင် အထွာတော်နဲ့

အလျား - ၆ ထွာ။

အနံ - ၂ ထွာခွဲ ဖြတ်ရပါတယ်။

တိစိဝရ၊ နိသီဒိုင်၊ အနာလွမ်း၊ မိုးရေခဲဆိုတဲ့ သင်္ကန်း ၆ ထည်မှာ သတ်မှတ်ထားတဲ့ ပမာဏထက် ပိုလွန်ရင် ဖြတ်ရပါတယ်။ ပြီးတော့ ပါစိတ် အာပတ်ကို ဒေသနာကြားရပါတယ်။

အခင်းနဲ့ မျက်နှာသုတ်

ကြမ်းပေါ်စသည်မှာ ခင်းအပ်တဲ့ အခင်း၊ မျက်နှာသုတ်ပဝါတွေက တော့ အတိုင်းအရှည် ပမာဏ မရှိလို့ အလိုရှိသလို ရှည်နိုင်၊ တိုနိုင် (ကြီးနိုင်၊ ငယ်နိုင်) ပါတယ်။

ပရိက္ခရာအဝတ်

ပရိက္ခရာအဝတ် (ပရိက္ခရာရစောဠ) မှာ ‘အထည်ပေါင်း မည်မျှသာ’ လို့ အရေအတွက်ကိုရော အတို၊ အရှည်ပမာဏကိုပါ အဋ္ဌကထာမှာ ပြ မထားပါ။ ဒါကြောင့် အလိုရှိသလောက် ပမာဏ၊ အလိုရှိသလောက် အရေ အတွက် ထားနိုင်ပါတယ်။ ‘ပမာဏ မရှိ’ လို့ ဆိုပေမယ့် အရှည်(အကြီး) အတွက်သာ မရှိလို့ မှတ်ပါ။ အတိုဆုံး ပမာဏကတော့ အလျား-တစ် တောင်၊ အနံ-တစ်ထွာပါပဲ။

အများကို ပရိက္ခရာရစောဠ တင်နိုင်

အရေအတွက် မရှိလို့ အများကို ပေါင်းပြီး “ဣမာနိ စိဝရာနိ ပရိက္ခာ ရစောဠာနိ အဓိဋ္ဌာမိ” လို့လည်း အဓိဋ္ဌာန်တင်နိုင်ပါတယ်။ (ဣမံ သံဃာဋီ လို့စိဝရာသဒ္ဓါမထည့်ဘဲ “ဣမံ ပရိက္ခရာရစောဠ အဓိဋ္ဌာမိ” လို့လည်း အဓိဋ္ဌာန် တင်နိုင်စရာ ရှိပါတယ်၊ မှန်ပါတယ်၊ သံဃာဋီ အဓိဋ္ဌာန်တုန်းကလည်း “ဣမံ သံဃာဋီ အဓိဋ္ဌာမိ” လို့ရော “ဣမံ စိဝရံ သံဃာဋီ အဓိဋ္ဌာမိ” လို့ပါ နှစ်နည်း ပြခဲ့ပါတယ်။)

ဝိကပ္ပနာပြုထိုက်တဲ့ (ဝိကပ္ပနာ လောက်တဲ့) အိတ်၊ အဝတ်ရေစစ်၊ ယခုခေတ် လက်ကိုင်ပဝါ၊ ခေါင်းအုံးဖုံး၊ ကုလားထိုင်ဖုံးစသည့်တွေကို ပရိက္ခာ ဘောဠလို့ ဆိုပြီး အဓိဋ္ဌာန်တင်ရပါတယ်။

တိစိဝရိက်ရဲ့ အထပ်ပမာဏ

အသစ်စက်စက် နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီးနဲ့ တစ်ကြိမ်တစ်ခါလောက် ဖွပ် ထားတဲ့ နှစ်ထပ်သင်္ကန်းဟာ နှစ်ထပ်နှစ်လွှာ ရှိရပါတယ်။ ဧကသီနဲ့ သင်းပိုင် ကတော့ တစ်ထပ်တစ်လွှာပဲ ရှိရပါတယ်။ အဝတ်ဟောင်းဖြစ်ကြတဲ့ သင်္ကန်း ကြီးဆိုရင် ၄ ထပ်၊ ဧကသီနဲ့ သင်းပိုင်ဆိုရင် ၂ ထပ် ရှိရပါတယ်။ အကြောင်း ကတော့ အဝတ်ဟောင်းက စုတ်လွယ်လို့ပါပဲ။

ပံသုကူသင်္ကန်းမှာတော့ အထပ်ကို မိမိ အလိုရှိသလောက် (၄ ထပ် မက အထပ်တစ်ရာဖြစ်စေ) ထပ်ပြီး သင်္ကန်းချုပ်နိုင်ပါတယ်။ အကြောင်းက တော့ အဝတ်ဆိုင်မှာ ကျနေရစ်တဲ့ အဝတ်ပိုင်းလေးတွေကိုဖြစ်စေ၊ သုသာန် က အဝတ်ကိုဖြစ်စေ ပံသုကူ ကောက်ပြီး အစပ်များစွာ စပ်ပြီးမှ ချုပ်အပ်တဲ့ သင်္ကန်း ဖြစ်လို့ပါပဲ။

မဖြတ်လောက်ရင် စီစဉ်ဖွယ်

တိစိဝရိက်အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး သွားလေရာသို့ သင်္ကန်းကို ဆောင်လိုတဲ့ ရဟန်းဟာ-

- ၁။ ၃ ထည်လုံး ဖြတ်တဲ့အတွက် နောက်ဆုံးသင်္ကန်းပမာဏ လောက် ရင် သုံးထည်လုံးကို ဖြတ်ပါ။
- ၂။ မလောက်ရင် နှစ်ထည်ကို ဖြတ်ပါ။
- ၃။ နှစ်ထည် ဖြတ်လို့ လောက်မယ် မဟုတ်ရင် တစ်ထည်ကို ဖြတ်ပါ။
- ၄။ တစ်ထည်ကိုမျှ မဖြတ်လောက်ရင် လုံးလုံး မဖြတ်တော့ဘဲ ၂ ထပ် သင်္ကန်းဖြစ်အောင် အာဂန္တုက အလွှာခေါ် တစ်ထပ်တစ်လွှာကို တင်ပါ။ ဖြတ်လည်း မဖြတ်၊ အာဂန္တုကအလွှာခေါ် တစ်ထပ် တစ်လွှာကိုလည်း မတင်ရင်တော့ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး ဝိနည်းတိစိဝရိက် မဆောင်ကောင်းပါ။ ပရိက္ခရာရ စောဠအဓိဋ္ဌာန်တော့ တင်ကောင်း ပါတယ်။ ဝိကပ္ပနာလည်း ပြုကောင်းပါတယ်။

သင်္ကန်းထားရာဌာန ၁၅

(၁) ရွာ၊ (၂) ရွာပြင်ဘက်အိမ်၊ (၃) ယာဉ် စတဲ့ ဘဏ္ဍာထားရာတိုက်၊ (၄) ထီးတပ်ထားတဲ့ ပြာသာဒ် (ပြာသာဒ်ရှည်)၊ (၅) ထီးမတပ်ထားတဲ့ ပြာသာဒ် ဦးပြည်း၊ (၆) လှေ၊ (၇) ပြအိုး၊ (၈) တန်ဆောင်း၊ (၉) သစ်သီးခြံ၊ ပန်းခြံ၊ (၁၀) ကုန်သည်အပေါင်း၊ (၁၁) လယ်၊ (၁၂) ကောက်နယ်တလင်း၊ (၁၃) သစ်ပင်၊ (၁၄) ဝိဇ္ဇာဠဝီ စတဲ့ တော၊ သမုဒ္ဒရာအလယ်၊ ကျွန်းငယ်အရပ်ဝယ် တည်ရှိတဲ့ လွင်တီးခေါင်း၊ (၁၅) ကျောင်းတစ်ကျောင်း။

ဒီ ၁၅ နေရာမှာ တိစိဝရိက်အဓိဋ္ဌာန်တင်အပ်တဲ့ သင်္ကန်းကို ထားပြီး ညဉ့်ကင်းကာ မနေရပါ။ သမ္မုတိရထားတဲ့ ဂိလာနရဟန်းမှာ ရောဂါ မပျောက် သေးသမျှ ကင်းခွင့်ရပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

ရွာ-အိမ်နှင့်-တိုက်၊ ထီးစိုက်-ဦးပြည်း၊ လှေ-လှည်း-ပြ-လယ်၊ ကောက်
နယ်-သစ်ပင်၊ လွင်-အာရာမ-ကျောင်း၊ တန်ဆောင်း-ဆယ့်ငါး၊ သင်္ကန်းထား၊
မှတ်သားအရပ်တည်း။

အနာလွမ်းနဲ့ မိုးရေခဲအတွက် ကာလအပိုင်းအခြား

အနာလွမ်းသင်္ကန်းအတွက် အဓိဋ္ဌာန်တင်ရာကာလက အနာရောဂါ
သာလျှင် အပိုင်းအခြား ရှိပါတယ်။ အနာရှိတုန်းမှာ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး အနာ
ပျောက်ရင် ပစ္စုဒ္ဓါရိပြုကာ ဝိကပ္ပနာပြုရပါတယ်။ ဝိကပ္ပနာ မပြုဘဲ ပရိက္ခာရ
စောဠ အဓိဋ္ဌာန်လည်း တင်နိုင်ပါတယ်။ အကြောင်းကတော့ ပရိက္ခာရစောဠ
အဓိဋ္ဌာန်ဟာ သင်္ကန်း ၉ မျိုးလုံးအတွက် ဖြစ်လို့ပါပဲ။

မိုးရေခဲသင်္ကန်းအတွက် မိုး ၄ လဟာ အဓိဋ္ဌာန်တင်ရာ ကာလအပိုင်း
အခြားပါပဲ။ မိုး ၄ လ လွန်ရင် ပစ္စုဒ္ဓါရိပြုကာ ဝိကပ္ပနာပြုရပါတယ်။ ဝိကပ္ပနာ
မပြုဘဲ ပရိက္ခာရစောဠ အဓိဋ္ဌာန်လည်း တင်နိုင်ပါတယ်။

ကပ္ပဗိန္ဒူ မထိုး၊ ဆေးမဆိုးလည်း အပ်တဲ့ သင်္ကန်း ၄ ထည်

အပေါ်လွမ်းအခင်း၊ ပရိက္ခာရအဝတ်၊ မျက်နှာသုတ်ပဝါ၊ နိဿိဒိုင်ဆို
တဲ့ ဒီသင်္ကန်း (အဝတ်) ၄ ထည်တွေဟာ အမြိတ်အဆာ ပါရှိပေမယ့် အပ်ပါ
တယ်။ အပ်တဲ့ ဆိုးရည်နဲ့ မဆိုးအပ်ပေမယ့်လည်း အပ်ပါတယ်။ ကပ္ပဗိန္ဒူ
မဆိုးပေမယ့်လည်း အပ်ပါတယ်။ အကြောင်းကတော့ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ကပ်ပြီး
အမြိတ်အပ်တဲ့ အဝတ်သင်္ကန်းတွေ မဟုတ်လို့ပါပဲ။ နိဿိဒိုင်ကလည်း
နေရာထိုင် သဘောမျိုးပဲ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

အမြိတ်အဆာ မရှိလည်း အပ်ပါတယ်။ မအပ်တဲ့ ဆိုးရည်၊ အပ်တဲ့
ဆိုးရည်နဲ့ ငှီးလည်း အပ်ပါတယ်။ ကပ္ပဗိန္ဒူ ထိုးအပ်ပေမယ့်လည်း အပ်ပါ
တယ်။ နိဿိဒိုင်ကတော့ အမြိတ်အဆာပါမှသာ အပ်ပါတယ်။

ကျန်သင်္ကန်း ၅ ထည်

နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီး၊ ဧကသီ၊ သင်းပိုင်၊ အနာလွမ်း၊ မိုးရေခဲ ဆိုတဲ့
သင်္ကန်း ၅ ထည်ကတော့ အမြိတ်အဆာ မပါမှ အပ်ပါတယ်။ အပ်တဲ့ ဆိုးရည်

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၃၇

နဲ့ ဆိုးမှသာ အပ်ပါတယ်။ ကပ္ပဗိန္ဒူထိုးမှသာ အပ်ပါတယ်။ အကြောင်းကတော့ သုံးစွဲတဲ့အခါ ကိုယ်မှာ ကပ်ပြီး ဝတ်ကာ သုံးစွဲရလို့ပါပဲ။

ဝိကပ္ပနာလောက်တဲ့ ပမာဏ

နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီး စတဲ့ သင်္ကန်း (အဝတ်) ကိုးထည်ကို အဓိဋ္ဌာန်လည်း မတင်၊ သူတစ်ပါးအားလည်း မပေး၊ မစွန့်ဘဲ ထားရင် နိဿိယ ပါစိတ်အာပတ် မသင့်ရအောင် ဝိကပ္ပနာပြုပြီး သုံးစွဲနိုင်ပါတယ်။ အလျားတစ်တောင်၊ အနံတစ်ထွာ ရှိတဲ့ အဝတ်ဟာ ဝိကပ္ပနာလောက်ပါတယ်။

တိစီဝရိက်အတွက် ပြခြင်းသာ

သင်္ကန်း ၉ ထည်လုံးကို မိမိနာမည်နဲ့ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပုံ အစီအစဉ်၊ တိစီဝရနဲ့ အရုဏ်တက်ချိန်မှာ ကင်းပြီး မနေရပဲ အစီအစဉ်၊ တိစီဝရမှတစ်ပါး အခြားသင်္ကန်းတွေကို ဝိကပ္ပနာပြုပုံ အစီအစဉ်အားလုံးကို ဝိနည်းတိစီဝရိက် ဆောင်တဲ့ ရဟန်းအတွက် ပြအပ်တဲ့ အစီအစဉ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဓုတင် တိစီဝရိက်ဆောင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အဝတ်မှန်ရင် သင်္ကန်းသုံးထည်သာ ရှိရပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်အတွက် အခြားသင်္ကန်းတွေကို အဓိဋ္ဌာန်တင်ပုံနှင့် ဝိကပ္ပနာပြုပုံကို ပြဖွယ်မလိုပါ။

ပရိက္ခာရစောဠအဓိဋ္ဌာန်လည်း အပ်ပါတယ်။

သင်္ကန်း ၉ ထည်လုံးကို သူနာမည်နဲ့ အဓိဋ္ဌာန် မတင်ချင်ရင် ဖြစ်စေ၊ ဝိကပ္ပနာလည်း မပြုချင်ရင် ဖြစ်စေ၊ ပရိက္ခာရစောဠနာမည်နဲ့ အဓိဋ္ဌာန် တင်ပြီးလည်း သုံးစွဲကောင်းပါလယ်။ ထင်ရှားစေပါဦးမယ်။ တိစီဝရိက် အဓိဋ္ဌာန် တင်ထားရင် ညဉ့်အခါမှာ အရုဏ်တက်ချိန်ဝယ် အဲဒီသင်္ကန်းနဲ့ မကင်းအောင် အမြဲစောင့်ရှောက်ရလို့ တာဝန်ကြီးပါတယ်။ ဝိကပ္ပနာပြုရင်လည်း အခြားရဟန်းတစ်ပါးထံ ပြုရလို့ ရဟန်းတစ်ပါး ရှာနေရတဲ့အတွက် တာဝန် ပိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရှေးက တောကျောင်းမှာ တစ်ပါးတည်း နေတဲ့ ရဟန်းတွေဟာ သင်္ကန်းသုံးထည်လုံးကိုပဲ ပရိက္ခာရစောဠ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး ဆောင်ကြပါသတဲ့။

ဆရာများ

ဒါပေမဲ့ တိစိဝရိက် အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး ဆောင်တာဟာ ဝိနည်းတော်လာ ဒုတိယကထိနသိက္ခာပုဒ်ကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးရာရောက်လို့ ကုသိုလ်တရား တိုးပွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရဟန်းဖြစ်စ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အနည်းဆုံး တစ်ဝါ လောက်မျှဖြစ်စေ ဆရာတွေက ဝိနည်းတိစိဝရိက် ဆောင်စေကြပါတယ်။ ပြီးတော့ ဝိကပ္ပနာပြုထားရင် မိမိ မေ့နေလို့ အဲဒီသင်္ကန်းအတွက် ဝိနည်းကံပြု မပြု သံသယရှိခဲ့ရင် ဝိကပ္ပနာပြုပေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဝိနည်းကံပြုပြီး ဖြစ်ကြောင်း ကို သတိပေးနိုင်လို့ ဝိကပ္ပနာပြုရကျိုးလည်း ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဝိကပ္ပနာ ပြုဖို့ရန်လည်း ဆရာတွေက တိုက်တွန်းကြပါတယ်။

အဓိဋ္ဌာန်ကျကြောင်းများ

- ၁။ သူတစ်ပါးအား ပေးခြင်း။
- ၂။ ခိုးယူသွားခြင်း။
- ၃။ အကျွမ်းဝင်လို့ ယူတဲ့နည်းနဲ့ ယူခြင်း။
- ၄။ (သင်္ကန်းရှင်က ဘိက္ခုနီဖြစ်ရင်) သိက္ခာမချဘဲ လူဝတ်လဲခြင်း။
- ၅။ ဘိက္ခုဖြစ်ရင် သိက္ခာချခြင်း။
- ၆။ သေဆုံးခြင်း။
- ၇။ လိင်ပြန်ခြင်း။
- ၈။ ပစ္စုဒ္ဓိရိပြုခြင်း။

ဒီ ၈ ပါးကတော့ ပရိက္ခာရစောဠဖြင့်ဖြစ်စေ၊ အိပ်ရာခင်း စတဲ့ (ပစ္စတ္တ ရဏစတဲ့) နာမည်ဖြင့်ဖြစ်စေ အဓိဋ္ဌာန်တင်ထားတဲ့ အဝတ်တွေအတွက် အဓိဋ္ဌာန်ကျကြောင်း ပျက်ကြောင်းပါပဲ။ တိစိဝရိက် အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး ဆောင်ထားတဲ့ တိစိဝရိက်တွေအတွက် လက်သန်းရဲ့ လက်သည်းခွံလောက် အပေါက် ပေါက်ရင်လည်း အဓိဋ္ဌာန်ကျလို့ အဓိဋ္ဌာန်ကျကြောင်း ၉ ပါး ရှိတယ်လို့ မှတ်ပါ။ အပေါက်ဆိုရာမှာ အနားပတ်လည် ပေါက်ရုံနဲ့ မကျပါ။ ၃ ထည်လုံး အတွက် အလျားစွန်း တစ်ထွာအတွင်း၊ အနံ့စွန်း ဧကသိနဲ့ သင်္ကန်းကြီး အတွက် လက် ၈ သစ်၊ သင်းပိုင်အတွက် လက် ၄ သစ်အတွင်း ထုတ်ချင်း ပေါက်မှ အဓိဋ္ဌာန်ကျကြောင်း အပေါက် ဖြစ်ပါတယ်။ အပေါက်ကို ဖာပြီးက ထပ်ပြီး အဓိဋ္ဌာန်တင်နိုင်ပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

ပေးစွန့်-ခိုးဝှက်၊ ဝိဿာသင်၊ လူထွက်-ချသိက္ခာ။
 သေဆုံး-လိင်ပြန်၊ ပစ္စုပ္ပန်၊ ရှစ်တန်ကျ မိဋ္ဌာ။
 လက်သန်းသည်းမျှ၊ ပေါက်လတ်က၊ သုံးဝ စီဝရိတ်မှာ။

မအပ်တဲ့ အဝတ်သင်္ကန်းများ

သမန်းမြက်တွေနဲ့ ရက်ထားတဲ့ အဝတ်၊ လျော်တေတွေနဲ့ (လျော်ချည်း ကျန်အောင် ထုရိုက်တေထားတဲ့ သစ်ခွံတွေနဲ့) ရက်ထားတဲ့ အဝတ်၊ ပျဉ်ချပ်သဏ္ဌာန်ရှိတဲ့ အပြားတွေနဲ့ စီထားတဲ့ အဝတ်၊ ဆံပင်မှ ဖြစ်တဲ့ ကမ္မလာ၊ သားမြီးမှ ဖြစ်တဲ့ ကမ္မလာ၊ ခင်ပုပ်တောင်နဲ့ ရက်ထားတဲ့ အဝတ်၊ အမွေး၊ ခွာတွေ ပါရှိတဲ့ သမင်ရေတွေကို ဆောင်တဲ့ ရဟန်းမှာ ထုလွှစဉ်းအာပတ် သင့်ပါတယ်။

ငှက်ပျောလျော်မျှင်နဲ့ ရက်ထားတဲ့ အဝတ်၊ ပိန်းလျော်မျှင်နဲ့ ရက်ထားတဲ့ အဝတ်၊ မရိုးလျော်မျှင်နဲ့ ရက်ထားတဲ့ အဝတ်၊ သင်ပန်းလျော်နဲ့ ရက်ထားတဲ့ အဝတ်၊ အလုံးစုံ ညိုတဲ့ အဝတ်၊ အလုံးစုံ မောင်း (နီတွေးတွေး၊ ဝါကျင့်ကျင့်) တဲ့ အဝတ်၊ အလုံးစုံ ဝါရွှေတဲ့ အဝတ်၊ အလုံးစုံ နီတဲ့ အဝတ်၊ အလုံးစုံ မည်းနက်တဲ့ အဝတ်တွေကို ဆောင်တဲ့ ရဟန်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

ကင်းခြေများ ကျောက်ကုန်းအဆင်းရှိအောင် များစွာသော ဆိုးရည်တွေနဲ့ အထပ်ထပ် ဆိုးထားတဲ့ သင်္ကန်း၊ များစွာသော နာမည်ရှိတဲ့ ဆိုးရည်တွေနဲ့ ဆိုးထားတဲ့ သင်္ကန်း၊ သစ်ခွံသင်္ကန်း၊ အမြိတ်အဆာ မဖြတ်ရသေးတဲ့ သင်္ကန်း၊ အမြိတ်အဆာရှည်တဲ့ သင်္ကန်း၊ အသီးပမာ အမြိတ်အဆာရှိတဲ့ သင်္ကန်း၊ ပန်းပွင့်ပမာ အမြိတ်အဆာရှိတဲ့ သင်္ကန်း၊ အင်္ကျီသင်တိုင်း (အံသကိုက်)၊ ဦးရစ်ခေါင်းပေါင်းတွေကို ဆောင်တဲ့ ရဟန်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

သင်္ကန်းအခိုးခံရ၊ အလုခံရလို့ သင်္ကန်းမရှိတဲ့ ရဟန်းဟာ အဲဒီသင်္ကန်းအားလုံးကို ဝတ်ကောင်းပါတယ်။ အခြားရဟန်းတွေကတော့ ဆိုးရည်ကို ဖျက်နိုင်ရင် ဖျက်ပြီး ဝတ်ရပါတယ်။ မဖျက်နိုင်ရင် နှစ်ထပ်သင်္ကန်းအတွင်းမှာ သွင်းပြီးဖြစ်စေ၊ အခင်းစသည် လုပ်၍ဖြစ်စေ သုံးကောင်းပါတယ်။

ဆိုးရည်နဲ့စပ်ပြီး

ဆိုးရည် (၆) မျိုး

အမြစ်ဆိုးရည်၊ ပင်စည်ဆိုးရည်၊ အခေါက်ဆိုးရည်၊ အရွက်ဆိုးရည်၊
အသီးဆိုးရည်၊ အပွင့်ဆိုးရည် ဆိုတဲ့ ဆိုးရည် (၆) မျိုးကို ဘုရားရှင် ခွင့်ပြု
တော်မူခဲ့ပါတယ်။

အမြစ်ဆိုးရည်ထဲမှာ နန္ဒင်း။

ပင်စည်ဆိုးရည်ထဲမှာ ထန်းကျင့်နဲ့ ပိန္နဲနွယ်။

အရွက်ဆိုးရည်ထဲမှာ မဲရွက်နဲ့ ဒန်းရွက်။

အခေါက်ဆိုးရည်ထဲမှာ ဒေါက်ရပ်ခေါက်နဲ့ ကြပိုင်ခေါက်။

အပွင့်ဆိုးရည်ထဲက ဝတ်ပန်းပွင့်နဲ့ ပေါက်ပွင့်တွေဟာ မအပ်ပါ။

ကျန်တဲ့ - အမြစ်မှန်သမျှ

ပင်စည်မှန်သမျှ

အရွက်မှန်သမျှ

အခေါက်မှန်သမျှ

အပွင့်မှန်သမျှ အပ်ပါတယ်။

သပိတ်နဲ့ ပတ်သက်၍

သပိတ်အမျိုးအစား

သပိတ်ဟာ သံသပိတ်၊ မြေသပိတ်အားဖြင့် အမျိုးအစားအရ ၂ မျိုး ရှိပါတယ်။ အပ်တဲ့ သပိတ်တွေပါပဲ။ အရွယ်အစားအရ အကြီး၊ အလတ်၊ အသေးအားဖြင့် ၃ မျိုး ရှိပါတယ်။

အကြီးစားသပိတ်မှာ ချက်ပြီးထမင်း ၂ ပြည်နဲ့ ပဲဟင်း တစ်ခွက်သား၊ အသားဟင်း တစ်ခွက်သားအားဖြင့် ထမင်း ဟင်း ၃ ပြည် ဆန့်ပါတယ်။ အလတ်စားသပိတ်မှာ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းအစုံ ၃ ခွက်သား ဆန့်ပါတယ်။ အငယ်စားသပိတ်မှာ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းအစုံ ၃ စလယ် ဆန့်ပါတယ်။

* သုံးပြည် - သုံးခွက်၊ သုံးစလယ်တွက်၊ ဆွမ်းကျက် ဟင်းစုံခတ်။
ဥက္ကဋ္ဌ - မဇ္ဈ , ဩမက, ဝင်ကြ စဉ်တိုင်း မှတ်။

ကြီးလွန်း ငယ်လွန်းရင်

ဘုရားရှင် ခွင့်ပြုထားတဲ့ အကြီးစား သပိတ်ထက် ပိုကြီးတဲ့ သပိတ် ရော၊ ဘုရားရှင် ခွင့်ပြုထားတဲ့ အငယ်စား သပိတ်အောက် ပိုငယ်တဲ့ သပိတ် ပါ အဓိဋ္ဌာန်တင် ဝိကပ္ပနာပြုပြီး သုံးစွဲထိုက်တဲ့ သပိတ် မဟုတ်ပါ။ သာမန် ခွက်အဖြစ်နဲ့တော့ သုံးစွဲကောင်းပါတယ်။

၁၀ ရက်သာ

မိမိဥစ္စာဖြစ်တဲ့ သပိတ်ကို အဓိဋ္ဌာန်လည်း မတင်အပ်၊ ဝိကပ္ပနာလည်း မပြုအပ်ဘဲ ၁၀ ရက်သာ ထားနိုင်ပါတယ်။ အဓိဋ္ဌာန်သော်လည်း မတင်၊ ဝိကပ္ပနာသော်လည်း မပြုဘဲ ရတဲ့ နေ့ကစပြီး ၁၀ ရက်လွန်ရင် နိဿိတိုက် ပါတယ်။ (စွန့်ထိုက်ပါတယ်) ပါစိတ်အာပတ်လည်း သင့်ပါတယ်။

သပိတ်အဓိဋ္ဌာန်ကျကြောင်း (၉) ပါး

၁။ လူယူခံရခြင်း၊ ၂။ စွန့်ပေးလိုက်ခြင်း၊ ၃။ အကျွမ်းဝင်တဲ့အနေနဲ့ ယူခြင်း၊ ၄။ လူထွက်ခြင်း၊ ၅။ သေခြင်း၊ ၆။ ပစ္စုပ္ပန်ပြုခြင်း (ရုတ်သိမ်းခြင်း၊ စွန့်ခြင်း၊ အဓိဋ္ဌာန်ချခြင်း)၊ ၇။ လိင်ပြန်ခြင်း၊ ၈။ သိက္ခာချခြင်း၊ ၉။ ဆပ်ဆန် ထမင်း ဝင်လောက်တဲ့ အပေါက် ပေါက်ခြင်း။

သပိတ်ဆောင်ရပုံ အစီအစဉ်

- ၁။ ရေ မစင်တဲ့ သပိတ်ကို သိမ်းပြီး မထားရပါ။ ထားရင် ရေ မစင်လို့ သပိတ် ပျက်ပါလိမ့်မယ်။
- ၂။ သပိတ်သုတ်ပဝါနဲ့ ရေစင်ကြယ်အောင် မသုတ်ရသေးတဲ့ သပိတ်ကို နေပူမှာ မလှန်းရပါ။ လှန်းရင် ဆွမ်းဟင်းအနံ့ နံနေလို့ အနံ့မကောင်း ပါ။
- ၃။ သပိတ်ကို နေပူမှာ ကြာရှည်စွာ မထားရပါ။ ထားရင် အဆင်းပျက်ပါ မယ်။
- ၄။ ဖျာ၊ သားရေ စတဲ့ အခင်း မပါဘဲ၊ သပိတ်ခြေ မပါဘဲ (ဖုန်၊ ကျောက် စရစ် ရှိတဲ့) မြေကြီးပေါ် သပိတ်ကို မထားရပါ။ ထားရင် ဖုန်ပေပါ လိမ့်မယ်။ သပိတ် နာပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် သပိတ်ခြေဖြစ်စေ၊ အခင်းဖြစ်စေ ရှိတဲ့ မြေမှာသာ သပိတ်ကို ထားရပါတယ်။
- ၅။ နံရံမှာ ရိုက်နှက်ထားတဲ့ ငုတ်မှာဖြစ်စေ၊ ဆင်စွယ်ကောက် စသည်မှာ ဖြစ်စေ (အိတ် မပါဘဲ) သပိတ်မျက်နှာဝကို ချိတ်ပြီး မထားရပါ။ ထားရင် အောက်သို့ ကျတတ်ပါတယ်။
- ၆။ အုတ်နံရံ စသည်တွေကို ခိုင်မြဲစေဖို့ အတွင်းဘက်မှာရော အပြင် ဘက်မှာပါ အောက်ခြေဝယ် ခုံဖြစ်အောင် အုတ်စီ၍ဖြစ်စေ၊ မြေဖို့၍ ဖြစ်စေ ထားတတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီအတွင်းဘက် အကျည်စွန်းမှာ ရော၊ အပြင်ဘက် အကျည်စွန်းမှာပါ ထားရင် သပိတ်ဟာ လိမ့်ကျပြီး ကွဲနိုင်၊ နာနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီအကျည်ရဲ့အစွန်းမှာ မထားရ ပါ။ လိမ့်ပေမယ့် အောက်သို့ မကျလောက်အောင် အကျည်က ကျယ် ရင် အစွန်းမှာ မထားဘဲ နံရံနား ကပ်ပြီး ထားကောင်းတယ်လို့ ဆိုပါ

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၄၃

- တယ်။ သပိတ်ခြေ ပါရင်လည်း အဲဒီအကျည်အစွန်မှာ ထားကောင်း တယ်လို့ တေရသကဏ်ဋီကာမှာ ဆိုပါသေးတယ်။
- ၇။ ရင်ခွင်၊ တင်ယှဉ်ခွေပေါ် သပိတ်ကို မထားရပါ။ သပိတ်ကို လွယ်ထား ရင်တော့ ထလိုက်ပေမယ့် သပိတ်မကျလို့ ထားကောင်းပါတယ်။
- ၈။ ထီးပေါ်မှာ သပိတ်ကို မထားရပါ။ ဆွမ်းနဲ့ ပြည့်နေတဲ့ သပိတ်၊ ပခုံးမှာ လွယ်ထားတဲ့ သပိတ်ကိုလည်း မထားရပါ။
- ၉။ ခြေထောက်တွေပေါ်မှာ သပိတ်ကို မထားရပါ။
- ၁၀။ ခုတင်၊ ထိုင်ခုံတွေပေါ် သပိတ်ကို မထားရပါ။
အမှတ်တမဲ့ ထိုင်မှု၊ အိပ်မှုကြောင့် သပိတ်ကွဲတဲ့အတွက် မထားဖို့ ပညတ်တော်မူပါတယ်။
- ၁၁။ ရွာတွင်းမှာဖြစ်စေ၊ ကျောင်းတွင်း ဆွမ်းစားကျောင်းမှာဖြစ်စေ ပါးစပ် ဆေးရေ(လုတ်ဆေးရေ)ကို သပိတ်ထဲ ထည့်ပြီး မထုတ်ဆောင်ရပါ။
သားငါး၊ သစ်သီးတွေမှ အသားတွေကို နုတ်ယူစားပြီးနောက် ကျန်တဲ့ စားဖတ်(စားပြီး၍မကောင်းတဲ့ အဖတ်)၊ သစ်သီးရဲ့အစေ့ စသည်ကို ရော၊ ငါးရဲ့အရိုး၊ အသားရဲ့အရိုးတွေကိုပါ သပိတ်မှာ ထည့်ပြီး မထုတ်ဆောင်ကောင်းပါ။ (သပိတ်နဲ့ ယူပြီး မစွန့်ပစ်ကောင်းပါ။)
- ၁၂။ သပိတ်ကို လက်ဆေးခံလုပ်ပြီး ဆေးခွင့်ကိုလည်း မရပါ။ လက်ဆေး ရေ၊ ခြေဆေးရေကိုလည်း သပိတ်မှာ ထည့်ပြီး အပြင်သို့ ထုတ် ဆောင်ခြင်းငှာ မအပ်ပါ။
- ၁၃။ လက်မှာဖြစ်စေ၊ ခြေဖမိုးမှာဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်နေရာ မှာ သပိတ်ရှိနေရင် လက်နဲ့ဖြစ်စေ၊ ခြေနဲ့ဖြစ်စေ၊ ဦးခေါင်းနဲ့ဖြစ်စေ ကိုယ်အင်္ဂါတစ်ခုခုနဲ့ တံခါးရွက်ကဲ့လည်း မတွန်း၊ မဖွင့်ကောင်းပါ။
မင်းတုတ်ကိုလည်း မမြှောက်၊ မဖွင့်ကောင်းပါ။ သော့ကိုလည်း မဖွင့် ကောင်းပါ။ အဲဒီလိုဖွင့်ရင် တံခါးပွင့်တဲ့အခါ သပိတ်ကို ရိုက်မိတတ် လို့ပါပဲ။ သပိတ်ကို ပခုံးမှာ လွယ်ထားရင်တော့ တံခါးရွက်ကို လက် တစ်ဖက်နဲ့ တွန်းထားနိုင်လို့ ဖွင့်ကောင်းပါတယ်။
- ၁၄။ မြေကြီး၊ ကြမ်းပြင်စတဲ့ တည်ရာပေါ်မှာ ချထားတဲ့ ဆင်စွယ်နဲ့ ပြုလုပ် ထားတဲ့ ကရွတ်ခွေ၊ ကြိမ်၊ နွယ်၊ လျှော် စသည်တွေနဲ့ လုပ်ထားတဲ့

ကရွတ်ခွေမှာရော၊ တုတ်ချောင်းတစ်ချောင်းတည်းနဲ့ သပိတ်ထားဖို့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ သပိတ်ခြေ၊ တုတ်တံကလေးတွေများစွာနဲ့ သပိတ်ထားဖို့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ သပိတ်ခြေမှာပါ သပိတ်ကို လိမ့်ပြီး မကျနိုင်အောင် ကောင်းစွာ ပြုလုပ်ထားပြီးဖြစ်ရင် ရှေးဦးစွာ သပိတ်တစ်လုံးကို ထားရပါတယ်။ အဲဒီသပိတ်ပေါ်မှာ သပိတ်တစ်လုံး ဆင့်ကာ သပိတ်နှစ်လုံး ထားကောင်းပါတယ်။

၁၅။ မြေကြီးပေါ်မှာ ဖျာ၊ သင်ဖြူ စတဲ့ အခင်းရှိရင် အဲဒီအခင်းပေါ်မှာ မှောက်ပြီးသာ သပိတ်တစ်လုံး ထားကောင်းပါတယ်။ အဲဒီ သပိတ်အထက်မှာ သပိတ်တစ်လုံး ထပ်ပြီး မှောက်ထားချင်ရင်တော့ မြေကြီးပေါ်မှာ တစ်ဖက်ကို ထားပြီး တစ်ဖက်ကို အဲဒီပထမသပိတ်ပေါ်မှာ မေးတင်သလို မှီပြီး ထားကောင်းတယ်လို့ ဆိုကြပါတယ်။

၁၆။ သစ်သားသပိတ်၊ ငွေသပိတ်၊ ရွှေသပိတ်၊ ပတ္တမြားသပိတ်၊ ကြောင်မျက်ရွဲသပိတ်၊ ကြေးဖြူသပိတ်၊ စဉ့် (ချက်ကျောက်) သပိတ်၊ ခဲဖြူ (သလွဲဖြူ) သပိတ်၊ သလွဲမည်းသပိတ်၊ ဖန်သပိတ်၊ ကြေးနီသပိတ်၊ လူဦးခေါင်းခွံနဲ့ လုပ်ထားတဲ့ သပိတ် (လူဦးခေါင်းခွံ)၊ အိုးခွက်သပိတ်၊ ဘူးသီးခွက်သပိတ်တွေဟာ မအပ်ကြပါ။ သုံးရင် ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ငွေ၊ ရွှေခွက်မှာ ဟင်းထည့်ပြီး ကပ်ရင် သုံးသပ်ရုံမျှတောင် မအပ်ပါ။

အပ်၊ မအပ်ခွက်များ

ကြေးနီနဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ စားခွက်၊ သောက်ခွက်၊ သံနဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ စားခွက်၊ သောက်ခွက်၊ မြေနဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ စားခွက်၊ သောက်ခွက်တွေဟာ အပ်ကြပါတယ်။ ကိုယ်ပိုင်ပုဂ္ဂလိက ထားကောင်းတဲ့ ခွက်တွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။ သစ်သားခွက်ဟာ သုံးသပ်ကောင်း၊ ကိုင်ကောင်းပါသေးတယ်။ ရွှေခွက်၊ ငွေခွက်၊ ပတ္တမြားခွက်၊ ကြောင်မျက်ရွဲခွက် (စားခွက်သောက်ခွက်) တွေကတော့ ရတနာတွေ ဖြစ်လို့ သုံးသပ်ရုံမျှတောင် မအပ်ကြပါ။

‘နီးရေခွက်၊ နီးကွမ်းအစ်တွေဟာ သစ်သားခွက်နဲ့အလားတူ’လို့ ယူဆပြီး အဲဒီခွက်၊ အဲဒီကွမ်းအစ်တွေမှာ ကွမ်း၊ ဆေး၊ လက်ဖက်နို့တကွ ယာမကာ လိကဖြစ်တဲ့ ဖျော်ရည်တွေကိုတောင်မှ ထည့်ပြီး မသောက်၊ မစားဖို့ ဆရာတို့ သတိပေးတော်မူကြပါတယ်။ တချို့က ‘ယာဝကာလိကဝတ္ထုကိုသာ ထည့်ပြီး မစားကောင်း၊ ယာမကာလိက စသည်ကိုတော့ စားကောင်းပါတယ်’လို့ ယူကြပါတယ်။ “စားကောင်းတဲ့ ခွက်မှာ ကာလိကလေးပါးလုံး ထည့်ပြီး စားကောင်းသလို မစားကောင်းတဲ့ ခွက်မှာလည်း ကာလိကလေးပါးကို ထည့်ပြီး မစားကောင်း” လို့ ယူမှသာ ရှေ့နောက် ညီညွတ်ပါတယ်။

ထို့ပြင် “ရွှေခွက်၊ ငွေခွက်တွေကို ကျောင်းအသုံးအဆောင် ဖြစ်ရင် ထည့်ပြီး စားကောင်းတယ်” လို့ ယူဆကြပါတယ်။ ထည့်ပြီး စားတာဟာ ကျောင်းအတွက် သုံးစွဲတာ မဟုတ်လို့ မအပ်စပ်လို့သာ ယူသင့်ပါတယ်။ ထို့ပြင် အရပ်ထဲမှာ ငွေဖလား၊ ငွေထုံးဘူးတွေနဲ့ ရေ၊ ကွမ်း စသည်တွေကို ကပ်တတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီ ငွေထုံးဘူး၊ ငွေဖလားတွေဟာလည်း မသုံးသပ်ကောင်းတဲ့ ဝတ္ထုတွေ ဖြစ်လို့ မအပ်ပါ။ ဒါကြောင့် ထုံးကို ကွမ်းရွက်ထဲ ထည့်ပြီး ကွမ်းကို ပန်းကန်ပြားဖြင့် ကပ်ခိုင်းတော်မူကြပါတယ်။ အကယ်၍ ကွမ်းအစ်နဲ့ ထည့်ပြီး ကပ်ရင် ကွမ်း၊ ကွမ်းသီး စသည်ကို ကွမ်းအစ်ထဲမှ လက်တစ်ဖက်သို့ ပြောင်းပြီး စားလေ့ရှိကြပါတယ်။

ပဝါရဏာ (ပဝါရိတ်) အပိုင်း

မပြောင်းဘဲ စားရင်

ဘောဇဉ် ၅ ပါးတွင် တစ်ပါးပါးကို ထိုင်ပြီး စားနေစဉ် ပဝါရိတ်သင့်ရင် အဲဒီထိုင်ခြင်း ကုရိယာပုထ်နဲ့ အလိုရှိသလောက် ဆက်ပြီး စားနိုင်ပါသေးတယ်။ ခရီးသွားစဉ် ပဝါရိတ်သင့်ရင် အဲဒီသွားခြင်းကုရိယာပုထ်ကို မရပ်ဘဲ ဆက်ပြီး စားနိုင်ပါသေးတယ်။ အခြားကုရိယာပုထ်တစ်ခု ပြောင်းပြီး အတိရိက်ဝိနည်းကံလည်း မပြုအပ်၊ ဂိလာနရဲ့အကျန်လည်း မဟုတ်တဲ့ ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်ကို စားတဲ့ ရဟန်းမှာ ပါစိတ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ပဝါရိတ် အင်္ဂါ ၅ ပါး

- ၁။ စားဆဲ (စား၍မပြီးသေး) ဖြစ်ခြင်း။
- ၂။ ဘောဇဉ် ၅ - ပါးတွင် တစ်ပါးပါး ဖြစ်ခြင်း။
(ဘောဇဉ် ၅ ပါးမှာ မပါဝင်တဲ့ ဆားဟင်းတွေနဲ့ သစ်သီး၊ ပဲ၊ မုန့်စသည်တွေကို ပယ်မြစ်ပေမယ့် ပဝါရိတ်မသင့်)
- ၃။ ပေးသူက ၂ တောင့်ထွာ ဟတ္ထပါသ်အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ခြင်း။
(ဟတ္ထပါသ်အပြင်က ပေးတာကို ပယ်ပေမယ့် ပဝါရိတ်မသင့်)
- ၄။ ဆောင်ယူခိုက်ဖြစ်ခြင်း။
(လက်နဲ့ မြှောက်ပြီး ဆောင်ထားခိုက်ကို ပယ်မှ ပဝါရိတ်သင့်ပါတယ်။ သပိတ်ခြေပေါ် ချထားတဲ့ ဆွမ်းစသည်ကို “ယူမလား” လို့ နှုတ်နဲ့ မေးတာကို ပယ်ရာမှာ ပဝါရိတ်မသင့်ပါ။)
- ၅။ ကိုယ်၊ နှုတ်နဲ့ ပယ်ခြင်း။
(လက်ကာခြင်း၊ ခေါင်းရမ်းခြင်း စတဲ့ ကိုယ်အမူအရာ၊ ‘တော်ပြီ၊ မထည့်နဲ့’ လို့ စတဲ့ နှုတ်အမူအရာနဲ့ ပယ်မြစ်မှ ပဝါရိတ်သင့်ပါတယ်)

ဆောင်ပုဒ်

စားဆဲ - ဘောဇဉ်၊ ဟတ်တွင်းဝင်၊ ဆောင်စဉ် ကိုယ်နှုတ်မြစ်။
အင်္ဂါ (၅) လီ၊ စုံပြည့်ညီ၊ သင့်ပြီ ပဝါရိတ်။

မှတ်ချက်

ဒီအင်္ဂါတွေကို သတိပြုပြီး ရဟန်းအချင်းချင်း ဆွမ်းအတူ စားရာမှာ ဆွမ်း စသည်ကို ထည့်ပေးလိုရင် ရှေးဦးစွာ လက်နဲ့ မကော် မခပ်သေးဘဲ “ဆွမ်း အလိုရှိပါသလား” လို့ နှုတ်နဲ့ မေးပြီးမှ အလိုရှိရင် သင့်တော်ရုံ (မများ လွန်းစေဘဲ) ထည့်ပေးသင့်တာကို သတိပြုပါ။

ဘောဇဉ် (၅) ပါး

- ၁။ သြဒန = ထမင်း။ (စပါး ၇ မျိုးရဲ့ ဆန်ကို ချက်ထားတဲ့ ထမင်း၊ လက်နဲ့ ကော်ရတဲ့ ယာဂုအပျစ်လည်း ပါတယ်။ ယာဂု အကျဲတွေ မပါ။)
- ၂။ သတ္တု = စပါးလှော်ဆန်၊ အဲဒီဆန်မှ ဖြစ်တဲ့ ဆန်ကွဲ၊ ဆန်မှုန့် (ဆန်မှုန့်ညက်)
- ၃။ ကုမ္မာသ = တစ်ဝက်ကျက်ပြုတ် မုယောဆန်နဲ့ ပြုအပ်ထားတဲ့ အစာ။
- ၄။ မစ္ဆ = ငါး။
- ၅။ မံသ = အသား။ (အမဲ၊ နွားသား စသည်)

စပါး (၇) မျိုး

- ၁။ သာလိ = သလေး (ကောက်ကြီး)
- ၂။ ဝီဟိ = ကောက်လတ် (ကောက်ကြမ်း)
- ၃။ ယဝ = မုယော (ဂုံဖြူ)
- ၄။ ကင်္ဂီ = ဆပ်
- ၅။ ကုဒြုသ = လူး
- ၆။ ဝရ = ပြောင်း
- ၇။ ဂေါဓမ = နတ်ကောက်။

အဲဒီ စပါး (၇) မျိုးရဲ့ ထမင်းနဲ့ လက်ကော်ပြီး စားလို့ ရလောက် အောင် ပျစ်တဲ့ ယာဂုဟာ သြဒန မည်ပါတယ်။

သွင်းယူပုံ

သမန်း စတဲ့ မြက်မျိုးမှ ဖြစ်တဲ့ စပါးဟာ လူးထဲမှာ ပါဝင်ပါတယ်။
 ပြောင်းဖူးဟာ ပြောင်းထဲမှာ ပါဝင်ပါတယ်။
 ကျိတ်စပါးဟာ သလေးထဲမှာ ပါဝင်ပါတယ်။

(၄) မျိုး

သတ္တု = ကျက်အောင် လှော်ထားတဲ့ စပါးမျိုးနဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ ဆန်၊ ဆန်ကွဲ၊ ဆန်မှုန့်။
 ကုမ္မာသ = မုယောမှ ဖြစ်တဲ့ တစ်ဝက် ကျက်ပြုတ်အစာ။
 မံသ = အပ်တဲ့ အသား။
 မစ္ဆ = ရေမှာ ဖြစ်တဲ့ သတ္တဝါဟူသမျှ။

ပဝါရိတ်သင့်ပုံ

အပ်တာဖြစ်ဖြစ်၊ မအပ်တာဖြစ်ဖြစ် ဘောဇဉ်တစ်ပါးပါးကို စားနေစဉ် ဘောဇဉ်ငါးပါးရဲ့နာမည်ကို ဖော်ပြီးဖြစ်စေ၊ မဖော်ဘဲ ဒီဟာကိုလို့ ပြောပြီးဖြစ်စေ နှစ်တောင့်ထွာ ဟတ္ထပါသ်အတွင်းမှာ ရှေးရှုဆောင်အပ်တဲ့ ဘောဇဉ်ကို တားမြစ်တဲ့ ရဟန်းဟာ ပဝါရိတ်သင့်ပါတယ်။

ပဝါရိတ်မသင့်စေတဲ့ အစာများ

- ၁။ ပေါက်ပေါက်။
- ၂။ အဲဒီပေါက်ပေါက်တွေနဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ မုန့်မှုန့်ထမင်း။
- ၃။ နွားမှ ဖြစ်တဲ့ အရသာ (၅) မျိုး။
- ၄။ သားငါး မဖက် သက်သက်သော ခဲဖွယ်။
- ၅။ လှော်ထားတဲ့ ဆန်။
- ၆။ လှော်ထားတဲ့ အမှုန့်အားလုံး။
- ၇။ မုန့်ဆန်း။
- ၈။ စပါး (၇) မျိုးမှ ကြွင်းကျန်တဲ့ ဝါးသီးဆန် စသည်တွေရဲ့ထမင်း။
- ၉။ ကျက်ပြီးတဲ့ ငါးရည်၊ အသားရည်တွေနဲ့ ရောထားတဲ့ ယာဂူ။
- ၁၀။ ကျက်ပြီးတဲ့ ငါးရည်၊ အသားရည်။

- ၁၁။ ငါးရည်၊ အသားရည်မဖက် သက်သက်သော ယာဂု။
- ၁၂။ သစ်သီး၊ သစ်မြစ်၊ သစ်ဥစသည်။

အတိရိတ်ဝိနည်းကံ မပြုသင့်ရာများ

ပဝါရိတ်သင့်ပြီးတဲ့ ရဟန်းဟာ အတိရိတ်ဝိနည်းကံ ပြုပေးရမယ့် ဝိနည်းခိုရ်လုပ်ခွင့် ကြုံလာရင် ပဝါရိတ်သင့်ရာနေရာမှ ထပြီး အတိရိတ်ဝိနည်းကံ မပြုလုပ်ရပါ။ ဘာကြောင့်လဲ ‘ဒီအရာအားလုံးကို ငါတော်ပြီ’ လို့ ဆိုဖို့ရာ သူ့ကိုယ်တိုင်ပဲ မစားကောင်းတဲ့အစာ ဖြစ်နေလို့ပါ။ မှန်တယ်။ ‘စားထိုက်တဲ့ အစာကိုသာ ငါတော်ပြီ’ လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီ အစာမှာ ပဝါရိတ်သင့်နေတဲ့ သူ့ကိုယ်တိုင်ပဲ မစားကောင်းတဲ့ အစာ ဖြစ်နေပါတယ်။

ဘောဇဉ်တစ်ပါးပါးကို ဆွမ်းတစ်လုံးမျှ ဖြစ်စေ စားပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည်သာ ဝိနည်းခိုရ် လုပ်နိုင်ပါတယ်။ အနည်းငယ်မျှ စားပြီး မဟုတ်ရင် “ယခု ယူလာတဲ့ အစာကို ငါတော်ပြီ၊ ငါ ဝပြီ” လို့ မဆိုနိုင်လို့ပါ။

ဦးတိဿက ဝိနည်းခိုရ်လုပ်ပြီး ရှေးက ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို အတိရိတ် ဝိနည်းကံ ပြုပေးဖူးတယ်။ အဲဒီ ဦးတိဿသည်သာ အဲဒီ ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကိုသာ ထပ်ပြီး အတိရိတ်ဝိနည်းကံ ပြုမပေးကောင်းပါ။ ဘာကြောင့်လဲ ရှေးက ‘ငါတော်ပြီ’ လို့ ပယ်အပ်ပြီးတဲ့ အာဟာရကိုပဲ ‘ငါတော်ပြီ’ လို့ ထပ်ပြီး ပယ်ရာ ရောက်လို့ပါ။

အတိရိတ် ဝိနည်းကံ ပြုခြင်းအင်္ဂါ

- ၁။ ကပ္ပိပြီးလတ် အပ်စပ်တဲ့ အာဟာရ ဖြစ်ခြင်း။
(ကပ္ပိထိုက်တဲ့ သစ်သီး၊ သစ်မြစ်၊ သစ်ဥ ဖြစ်ရင် ကပ္ပိပြီး ဖြစ်စေရမယ်။ မုန့်ခဲဖွယ် ဘောဇဉ် ဖြစ်ရင် ဝိနည်းတော်နဲ့ လျော်တဲ့ အပ်စပ်တဲ့ (မအပ်တဲ့ အသားကြီး ၁၀ ပါးလည်း မပါတဲ့) ဘောဇဉ် ဖြစ်စေရပါမယ်။
- ၂။ အကပ်ခံပြီး ဖြစ်ခြင်း။
- ၃။ အတိရိတ် ဝိနည်းကံပြုဖို့ လာတဲ့ ရဟန်းက အဲဒီခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ပါတဲ့ သပိတ် (ခွက်) စသည်ကို ဝိနည်းခိုရ်ဘက်သို့ ရှေ့ရှု မြှောက်ချိထားရခြင်း (သို့မဟုတ်) ဝိနည်းခိုရ်ဘက်သို့ ညွှတ်စေရခြင်း။

- ၄။ အဲဒီခဲဖွယ် ဘောဇဉ်ကို ဝိနည်းခိုရ်ရဲ့ ဟတ္ထပါသ်အတွင်းသို့ ရောက်ပြီး ဖြစ်စေရခြင်း။
- ၅။ ဝိနည်းခိုရ်က အနည်းငယ်ဖြစ်စေ စားပြီးခြင်း။
- ၆။ ဝိနည်းခိုရ်ကိုယ်တိုင်က ပဝါရိတ်သင့်ပြီးသူ ဖြစ်ရင် အဲဒီ ပဝါရိတ်သင့် ရာနေရာမှ မထသေးခြင်း။
- ၇။ ဝိနည်းခိုရ်က မိမိဟတ္ထပါသ်အတွင်းမှာ ချီးမြှောက်ထားတဲ့ စားဖွယ် တွေကို “အလမေတံ သဗ္ဗံ - အဲဒါအားလုံး ငါ တော်ပြီ” လို့ ဆိုခြင်း။ အဲဒီအခါ အတိရိတ်ဝိနည်းကံပြုပြီး ဖြစ်ပါတော့တယ်။
- ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ကပ္ပိယမှန်၊ အကပ်ခံ၍၊ ချီပြန်ညွှန်လတ်၊ ဟတ္ထပါသ်နှင့်၊ စားလတ်လေဘိ၊ ပဝါရိမူ၊ ဣရိ မဃုက်၊ နှုတ်ဖြင့် မြွက်လေ၊ အလမေတံ၊ သဗ္ဗံနုနစ်၊ အင်္ဂါဖြစ်သည်၊ စင်စစ် တိရိတ် ဝိနည်းတည်း။

ပြု၊ မပြုကောင်းနဲ့ စား၊ မစားကောင်း

ရဟန်းမဟုတ်သူ လူ၊ သာမဏေတွေရဲ့ လက်မှာ ရောက်နေတဲ့ ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်ကို အတိရိတ်ဝိနည်းကံ မပြုကောင်းပါ။ ရဟန်းတစ်ပါးပါးရဲ့ လက်မှာ ရှိတဲ့ ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကိုသာ ဝိနည်းကံ ပြုကောင်းပါတယ်။

ပဝါရိတ်သင့်ပြီးတဲ့ ရဟန်းက ဆွမ်းခံစဉ် အိမ်တစ်အိမ်မှ ဆွမ်းစားပင့် လို့ စားချင်ရင် မိမိရဲ့အနီးအပါးမှာ အတိရိတ်ဝိနည်းကံ ပြုပေးမယ့် ဝိနည်းခိုရ် ပုဂ္ဂိုလ် မရှိက ခဲဖွယ်ဘောဇဉ် ထည့်ရာ သပိတ် (ခွက်) စသည်ကို ဝိနည်းခိုရ် ရှိရာသို့ အပို့ခိုင်းပြီးလည်း ဝိနည်းကံကို ပြုစေနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူ သာမဏေကို အပို့ခိုင်းရာမှာ လူ၊ သာမဏေရဲ့ လက်မှာ မဟုတ်ဘဲ အခြား ရဟန်းတစ်ပါးပါးရဲ့လက်မှာ ရှိတဲ့ သပိတ်ကိုသာ အတိရိတ်ဝိနည်းကံ ပြုရပါတယ်။

အဲဒီ အတိရိတ်ဝိနည်းကံပြုအပ်တဲ့ ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို (ဝိနည်းကံ ပြုပေးတဲ့ ဝိနည်းခိုရ်မှ တစ်ပါး) အခြားသော ပဝါရိတ်သင့်ပြီး၊ မသင့်သေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံး စားခွင့်ရပါတယ်။

ကာလိကအပိုင်း

ကာလိက (၄) ပါး

- ၁။ ယာဝကာလိက = အရုဏ်တက်ပြီးက စပြီး မွန်းတည့်တိုင် အောင် စားသောက်ကောင်းတဲ့ ဘောဇဉ် ၅ ပါးနဲ့ ခဲဖွယ်ဟူသမျှ။
(နွားနို့ စတဲ့ သောက်ဖွယ်တွေပါ။)
- ၂။ ယာမကာလိက = မွန်းတည့်ပြီးနောက် အရုဏ်မတက်မီ မိုး သောက်ယံတိုင်အောင် သောက်ထိုက်တဲ့ ဖျော်ရည်များ။
- ၃။ သတ္တဟကာလိက = ၇ ရက်လုံး စားထိုက်တဲ့ ထောပတ် စတဲ့ ဆေး ၅ မျိုး။
- ၄။ ယာဝဇီဝိကာကာလိက = တစ်သက်ပတ်လုံး သုံးစားကောင်းတဲ့ ဆား၊ ချင်း စသည်။

အကပ်မခံရသေးရင် ယာဝကာလိက စသည်ဖြင့် မခေါ်ဝေါ်နိုင်သေးပါ။ အကပ်ခံပြီးဖြစ်ရင် အကပ်ခံပြီးချိန်ကစပြီး ခေါ်ဝေါ်နိုင်ပါတယ်။

ယာဝကာလိကဝတ္ထုများ

အမှုန့်ခဲဖွယ်၊ အမြစ်ခဲဖွယ်၊ အသီးခဲဖွယ်၊ မုန့်ခဲဖွယ်၊ နွားမှ ဖြစ်တဲ့ အရသာ ၃ ပါး၊ (နို့ရည်၊ နို့ဓမ္မ၊ ရက်တက်)စပါးမျိုးမှ ဖြစ်တဲ့ ဘောဇဉ် ၃ ပါး၊ (ထမင်း၊ စပါးလှော်ဆန်၊ ဆန်ကွဲ၊ ဆန်မှုန့်၊ တစ်ဝက်ကျက်ပြုတ် မုယောဆန်နဲ့ လုပ်ထားတဲ့အစာ)။ ယာဝုဟင်းရည် စတဲ့ သောက်ဖွယ်တွေပါ။ (ကျန်တဲ့ဘောဇဉ် ၂ ပါးဖြစ်တဲ့ ငါး၊ အသားတွေလည်း ‘ဟင်းရည်စတဲ့’ ဆိုတဲ့ စကားလုံးထဲမှာ ပါသွားပါတယ်။)

ယာမကာလိက အဖျော်များ

သစ်မည်စည်သီး၊ မုဒရက်သီး၊ ကြာစွယ်၊ တောငှက်ပျောသီး၊ အိမ်
ငှက်ပျောသီး၊ သရက်သီး၊ သပြေသီး၊ ဖက်သက်သီးတွေမှ ဖြစ်တဲ့ ဖျော်ရည်
၈ မျိုးပါပဲ။ (မုဒရက်သီးဆိုတာ သပျစ်သီး၊ ဖက်သက်သီးက မြရာသီးပါပဲ။)
အဲဒီဖျော်ရည် ၈ မျိုးက မီးနဲ့ မချက်အပ်တဲ့ ဖျော်ရည် ဖြစ်ရပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ်

သပြေ သရက်၊ မုဒရက်၊ ဖက်သက် သစ်မည်စည်၊
တော အိမ် ငှက်ပျော၊ ကြာစွယ်နှော၊ မှတ်လော ရှစ်ဖျော်ရည်။

အနုလောမဖျော်ရည်များ

(တိုက်ရိုက်ပြထားတဲ့ အထက်ပါဖျော်ရည် ၈ မျိုးအား လျော်တဲ့
အလားတူ ဖျော်ရည်များ)

၁။ စပါးအား လျော်တဲ့ သီးကြီး ၉ လုံး၊ ပဲ၊ စပါးသီးတွေမှတစ်ပါး ကျန်
အသီးတွေမှ ဖြစ်တဲ့ အရည်။ (မန်ကျည်းသီး၊ ရှောက်သီး၊ လိမ္မော်သီး
ဖျော်ရည်တွေ ပါဝင်ပါတယ်။)

၂။ သစ်မည်စည်ပွင့်မှတစ်ပါး ကျန်အပွင့်အရည်အားလုံး။

၃။ ကျက်တဲ့ ဟင်းရွက်မှ ဖြစ်တဲ့ ဟင်းရည်မှတစ်ပါး ကျန်အရွက်အရည်
အားလုံး။

အဲဒီအရည်တွေကို ရေအေးမှာ နယ်ရ၊ ဖျော်ရပါတယ်။ နေပူမှာ
လည်း ကျက်အောင် လှန်းနိုင်ပါတယ်။ မီးနဲ့တော့ မချက်ကောင်းပါ။

အဲဒီ ဖျော်ရည်အားလုံးကို ကိုယ်တိုင် မစိမ်ရ၊ မစစ်ရပါ။ လူ၊ သာမဏေ
တွေက အမှုန့်၊ အဖတ် မပါအောင် စစ်ပြီးမှ အကပ်ခံရပါတယ်။ ရေသောက်
သလို မွတ်သိပ်ဆာလောင်မှ သောက်ကောင်းပါတယ်။

အသီးကြီး ၉ လုံး

ထန်း၊ အုန်း၊ အိမ်ပိနွဲ့၊ တောင်ပိနွဲ့၊ ဘူး၊ ဖရုံ၊ သခွားငပြုတ်၊ သခွား
ငကြောင်၊ သခွားငဆစ်။

ဆောင်ပုဒ်

ထန်း - အုန်း နှစ်ကွဲ၊ ပိနွဲ့ နှစ်စုံ၊ ဘူး - ဖရုံ၊ မှတ်တုံ သုံး သခွား။

မှတ်ချက်

မီးနဲ့ ချက်ထားတဲ့ လိမ္မော်ရည် စသည်တွေကို ဆရာတွေက ယာမကာ လိကအဖြစ်နဲ့ သုံးတော်မမူကြပါ။ အဆီဖြစ်အောင် ချက်ပြီး အဲဒီအဆီရည် ရဲ့ အစက်အနည်းငယ်ကို သကြားရည်နဲ့ ရောကာ ဘိလပ်ရည် လုပ်ရာမှာ တော့ အာပတ်အင်္ဂါ မဆိုလောက်လို့ ယူဆကြပါတယ်။

လက်ဖက်ရွက်ဟာ လက်ဖက်သုပ် ခဲဖွယ်အဖြစ်နဲ့ စားလေ့ရှိတဲ့ ယာဝ ကာလိက အရွက်ပါပဲ။ အခြောက်လှန်းထားပေမယ့် ရေနွေးနဲ့ ဖျော်လိုက်တဲ့ အခါ လက်ဖက်စိုနဲ့ မထူးပါ။ ဒါကြောင့် မီးနဲ့ ကျိုချက်ထားတဲ့ လက်ဖက်ရည် ကို ဖျော်ရည်အဖြစ်နဲ့ မအပ်လို့ မှတ်ရပါတယ်။

သတ္တဟကာလိကများ

ထောပတ်၊ ဆီဦး (ထောပတ် မဖြစ်မီ အထက်သို့ တက်လာတဲ့ နို့အဆီ ခဲ၊ အဆီဦး၊ ထောပေး၊ မသကာ) ဆီ၊ ပျားရည်၊ တင်လဲ။

ထောပတ်နဲ့ဆီဦး

အပ်တဲ့ အသားရှိတဲ့ သတ္တဝါအမ၊ နွားမ၊ ကျွဲမ စသည်တွေရဲ့ နို့ရည်မှ ဖြစ်တဲ့ ထောပတ်၊ ဆီဦးက နိသဂ္ဂိပါစိတ်အာပတ် သင့်ကြောင်းပစ္စည်း ဖြစ်ပါတယ်။ မအပ်တဲ့ အသားရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေမှ ဖြစ်တဲ့ ထောပတ်၊ ဆီဦးက ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်ကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဆီ၊ ပျားရည်၊ တင်လဲ

နှမ်းဆီ၊ သားငါးတို့ရဲ့အဆီ၊ ကြက်ဆူဆီ၊ သစ်မည်စည်ဆီ၊ မုန့်ညှင်း ဆီတွေဟာ ဆီမည်ပါတယ်။ ယခုခေတ်အသုံးများတဲ့ ပဲဆီ၊ ယခုခေတ် ပေါ်နေတဲ့ သစ်ရွက်ဆီတွေကိုလည်း ဆီထဲမှာ သွင်းယူသင့်ပါတယ်။ (ငါးကြီးဆီလည်း ပါဝင်ပါတယ်။)

ပျားငယ် (သစ်ခေါင်း ပျားငယ်)၊ ပျားပိတုန်း (ပျားကြီး)၊ အတံတွေမှာ ပျားအုံပြုတတ်တဲ့ ယင်ပျား (ပျားအလတ်) တွေ ပြုလုပ်တဲ့ ပျားရည်တွေကို ပျားရည်လို့ ဆိုပါတယ်။

ကြံရည်ဟာ အဖတ် မပါရင် ချက်ချက် မချက်ချက် (ကျိုကျို မကျိုကျို) သတ္တဟကာလိက တင်လဲပါပဲ။ သကာခဲ၊ ကြံသကာ စသည်တွေကတော့

ချက်ပြီး တင်လဲတွေ့ပါပဲ။ ရှေးခေတ်က ကြံမှ အထူးပြုအပ်တဲ့ စားဖွယ်၊ သောက်ဖွယ်ကိုသာ တင်လဲလို့ ယူရပေမယ့် ယခုခေတ်မှာ ထန်းမှ ဖြစ်တဲ့ ထန်းရည်၊ ထန်းလျက်၊ သကာ၊ နယ်နု စတဲ့ စားဖွယ်၊ သောက်ဖွယ်တွေဟာ တင်လဲတွေ့ပါပဲ။

မှတ်ချက်။ ။ ဝံဆီ၊ ငါးဆီ၊ လင်းပိုင်(လပိုင်)ဆီ၊ ဝက်ဆီ၊ မြည်းဆီတွေကို သားငါးအဆီထဲမှာ သွင်းယူထားပါတယ်။ ယခုကာလ ငါး ကြီးဆီတွေဟာ မုယောမှုန့် စသည်နဲ့ မရောဘဲ (သန့်သန့်ဖြစ်ရင်) အားနည်းတဲ့ စာသင်သားတွေအတွက် ညအခါ ရေနွေးနဲ့ သောက်ရင် သင့်လည်း သင့် မြတ်၊ အပ်လည်း အပ်ပါတယ်။ ထန်းရည်၊ ထန်းလျက်ရည်များရော၊ သကြား နဲ့ သံပရာစတဲ့ ယာဝဇီဝိက အသီးရည် ရောစပ်ထားတဲ့ ဖျော်ရည်၊ ဘိလပ်ရည် စသည်တွေပါ သတ္တာဟ ကာလိကတွေ့ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ မကျန်းမာသူအတွက် ကြံသကာ၊ ထန်းလျက် အခဲကို၊ ကျန်းမာသူအတွက် ကြံရည်၊ ထန်းရည်၊ ထန်းလျက်ရည်ကို ဘုရားရှင်က ခွင့်ပြုထားရာ ကျန်းမာသူလည်း အဲဒီ အရည်တွေကို ဆာလောင်မွတ် သိပ်မှ သောက်ကောင်းပါတယ်။

ချက်ကောင်း မချက်ကောင်း

လူအဆီမှ တစ်ပါးသော ဝက်ဝံအဆီ၊ ငါးအဆီ၊ မကာရ်းအဆီ၊ ဝက် အဆီ၊ မြည်းအဆီ ဆိုတဲ့ အဆီ ၅ မျိုးကို(ယာဝကာလိက)အသားဖတ် ပါပေ မယ့် နံနက်အခါ ကိုယ်တိုင် အကပ်ခံပြီး ချက်နိုင်ပါတယ်။ သူတစ်ပါးကို လည်း အချက်ခိုင်းနိုင်ပါတယ်။ အသားဖတ် ပါပေမယ့် အဲဒီအဆီ ၅ မျိုးဟာ သတ္တာဟ ကာလိက ပါပဲ။

အဆီမှာ အသားဖတ်ပါတဲ့ အဆီကို သီးခြားခွင့်ပြုလို့ ကိုယ်တိုင် ချက် ကောင်းပေမယ့် ယာဝကာလိကဝတ္ထုမှ ဖြစ်တဲ့ ထောပတ်၊ ဆီဦးတွေရဲ့ ဝတ္ထု ဖြစ်တဲ့ ယာဝကာလိက ခီရ၊ ဒဓိ (နို့ရည်၊ နို့ဓိမ်း) တွေကိုတော့ ကိုယ်တိုင် မချက်ကောင်းပါ။ ချက်လျှင် သာမံပါကဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်လို့ အဲဒီ ထောပတ်၊ ဆီဦး၊ ဆီတွေလည်း စားဖို့ရာ မအပ်တော့ပါ။

ယာဝဇီဝိကအမြစ်များ

နန္ဒင်း၊ ချင်း၊ ဆိတ်ဖူး၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ လင်းလေ၊ ပန်းရင်း၊ နွားမြေရင်း၊ တိဂုသ်၊ ကုလားဆောင်းမေးခါး၊ ပဉ္စမူလ စတဲ့ အမြစ်တွေဟာ တစ်ကြိမ် အကပ်ခံထားရင် တစ်သက်လုံး စားနိုင်တဲ့ အစာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

ချင်း(ဂျင်း)ကို ယာဝဇီဝိကလို့ ဆိုရာမှာ လက်သုပ်လုပ်ဖို့ရန် အချဉ်စိမ်ထားတဲ့ ချင်း မဟုတ်ပါ။ နဂိုသဘောအတိုင်း ငရုတ်သီးလို့ ပူစပ်တဲ့ အရသာရှိတဲ့ ချင်းကို ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီ ယာဝဇီဝိက အာဟာရတွေဟာ မကျန်းမမာလို့ အဲဒီ အာဟာရနဲ့ သင့်တော်တဲ့ ရောဂါရှိမှသာ ဆေးအမြစ်နဲ့ သုံးကောင်းတဲ့ အာဟာရတွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။

ညချင်းသုပ်

ယခုခေတ်မှာ သံဃာတော်တွေအား အချို့အရပ်မှာ ကပ်လေ့ရှိတဲ့ ညချင်း(ဂျင်း)သုပ်ကတော့ ကြက်သွန်၊ ဆီ၊ ဆား၊ ချင်းတွေကို တစ်ခုစီ ကြည့်ရင် သတ္တာဟကာလိကနဲ့ ယာဝဇီဝိကချည်း ဖြစ်လို့ အပ်တယ်လို့ ထင်မှတ်ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ချင်းကို (ပင်ကိုအကြမ်းအတိုင်း မဟုတ်ဘဲ) စားကောင်းအောင် ပြုပြင်ကာ လက်သုပ်တစ်မျိုး ဖြစ်အောင် စီမံထားလို့ ယာဝကာလိက ခဲဖွယ်ထဲမှာ ပါဝင်နေတယ်လို့ ဆရာတို့ ယူကြပါတယ်။ ယာဝကာလိက မဟုတ်လို့ ငြင်းပေမယ့် အဲဒီ ချင်းသုပ်ကြောင့် ကင်းပျောက်မယ့် ရောဂါရှိမှ စားကောင်းပါမယ်။ အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်စေ၊ ဆာလောင်မွတ်သိပ်၍ဖြစ်စေ စားရင်တော့ မည်သည့်နှင့်မျှ လွတ်လပ်ခွင့် မရပါ။ အကပ်ခံရင် ဒုက္ကဋ်၊ မျိုတိုင်း မျိုတိုင်း ဒုက္ကဋ်များစွာ မုချသင့်ရပါတော့မယ်။

ယာဝဇီဝိကအသီးများ

အိပ်မွေ့သီး၊ ငရုတ်သီး၊ သမင်စာသီး၊ ပိတ်ချင်းသီး၊ မုန်ညင်းသီး၊ ကနုခို၊ ကြက်ဆူစသည့် အသီးတွေဟာ တစ်ခါ အကပ်ခံထားပြီးရင် တစ်သက်လုံး စားသုံးနိုင်တဲ့ အသီးတွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။

ယာဝဇီဝိကအရွက်များ

ဟင်းချက်စားကောင်းတဲ့ အရွက်မှ တစ်ပါးသော ဝါ၊ တမာ၊ လက်ထုတ်၊ ဗြူးတား၊ ရုံး စသည်တွေရဲ့ အရွက်ဟာ တစ်ခါ အကပ်ခံထားပြီးရင် တစ်သက်လုံး စားသုံးနိုင်တဲ့ အရွက်တွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။

မန်ကျည်းရွက်၊ ကင်ပွန်းရွက်၊ ပြည်ပန်းညိုရွက် စတဲ့ အရွက်တွေမှာ နဲ့တဲ့ (မနုမရင့် တချို့) အရွက်ကို ဟင်းချက်ပြီး စားလေ့ရှိလို့ ရင့်တဲ့အရွက်ကို

‘ယာဝဇီဝိက’ လို့ ယူရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ညနေအခါမှာ သင့်မြတ်တဲ့ ရောဂါ ရှိရင် ထန်းလျက်ရည် စသည်နဲ့ ကျိုပြီး သောက်နိုင်ပါတယ်။

ယာဝဇီဝိက အစေး၊ အခွံ စသည်

ဤအစေးနဲ့ အရည်ရှိ ဤအခွံမှ တစ်ပါး ကျန်အစေးအားလုံး၊ အခွံ အခေါက်အားလုံး၊ ဆား၊ သံ (ကြေး)၊ ကျောက်၊ ပျားရည်မပါတဲ့ ပျားဖယောင်း၊ မှော်၊ ကောင်းစွာ မီးလောင်စေအပ်တဲ့ ပြာ၊ မီးသွေး၊ မဟာဝိကဋဆေးခေါ် ကျင်ပြီး၊ မြေညက်၊ ကျင်ငယ်၊ ပြာတွေ၊ ဟင်းချက်လို့ မရကောင်းတဲ့ သစ်ဥ၊ သစ်မြစ်၊ သစ်ပွင့်၊ အမှုန့်တွေဟာလည်း ယာဝဇီဝိကတွေပါပဲ။

ယာဝဇီဝိကရဲ့ လက္ခဏာ

အာဟာရကိစ္စ (စားတဲ့အခါ အရသာရှိပြီး အဆာပြေခြင်း)ကို မပြီး စေနိုင်တဲ့ အမြစ်၊ အနှစ်၊ အခွံအခေါက်၊ အကာ၊ အရွက်၊ အပွင့်၊ အသီး၊ နွယ် ဒီအားလုံးဟာ ယာဝဇီဝိကတွေပါပဲ။

ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တွေလိုရော သတ္တာဟကာလိကဖြစ်တဲ့ ထောပတ် စသည်တွေလိုပါ အာဟာရကိစ္စကို မပြီးစေနိုင်တာဟာ ယာဝဇီဝိကရဲ့ လက္ခဏာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အပ်တဲ့ သုံးဆောင်ရာ ကာလ

ယာဝကာလိက စတဲ့ ကာလိက ၄ ပါးလုံးကို သုံးဆောင်တာဟာ အကပ်ခံရာနေ့ရဲ့ နံနက်ကာလမှာ ကျန်းမာ၊မာ၊ မမာ၊ မာ ရဟန်းအားလုံးအား အပ်ပါတယ်။

ယာမကာလိက စတဲ့ ကာလိက(၃)ပါးကတော့ အကြောင်းရှိရင် နေလွဲကာလမှာတောင်မှ အပ်ပါတယ်။ အကြောင်းဆိုတာ ယာမကာလိက အတွက် ရေဆာသလို မွတ်သိပ်ဆာလောင်ခြင်း၊ သတ္တာဟကာလိက၊ ယာဝဇီဝိကနှစ်ပါးအတွက် အဲဒီဆေးနဲ့ သင့်မြတ်တဲ့ အနာရောဂါ ဖြစ်ခြင်းပါပဲ။ အဲဒီလို အကြောင်း ရှိရင်တော့ နေလွဲကာလမှာတောင်မှ သုံးစွဲကောင်းသေးရင် နံနက်ကာလအတွက်မှာ အထူးပြောဖွယ် မလို၊ သုံးစွဲကောင်းပါတယ်။ ဥပမာ - ရှေးနေ့က အကပ်ခံပြီးတဲ့ ဆေးကို နောက်နောက်နေ့ရဲ့ နံနက်မှာ လည်း သောက်ကောင်းသလိုပါပဲ။

မှတ်ချက်

အိ၊ ထောပတ်၊ သကာ (သကြား)၊ ပျားရည်တွေကို ရောစပ်ထားတဲ့ စတုမရဟာ သတ္တဟကာလိကပါ။ ဒါကြောင့် ဆာရုံနဲ့ မစားကောင်းပါ။ အားနည်းတဲ့ရောဂါ ရှိမှသာ စားကောင်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် နာလန်ထနဲ့ အရွယ်ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အားနည်းနေတဲ့အခါ စားကောင်းပါတယ်။ အားရှိနေရင်တော့ မအပ်လို့ မှတ်ပါ။ ထန်းလျက်၊ ကြံသကာ၊ သကြားတွေမှာ လည်း နည်းတူပါ။ အရည်ဖြစ်ရင် အပ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ထန်းလျက်ရည်၊ ဖျော်ရည်၊ ရှလပတ်ရည်စသည် လုပ်ပြီး သောက်ရင်တော့ သတ္တဟကာလိက ဖြစ်ပေမယ့် ကျန်းမာရင်တောင် မွတ်သိပ်ဆာလောင်ရုံနဲ့ အပ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ခွင့်ပြုချက်လည်း မရ၊ ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှု စတဲ့ အကြောင်းလည်း မရှိဘဲ သုံးဆောင်စားသောက်ရင်တော့ အကပ်ခံရင် ဒုက္ကဋ်၊ စားမျိုတိုင်း ဒုက္ကဋ် အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ယာဝ - ယာမကာလိကမှတ်ဖွယ်

ယာဝကာလိက က မစွန့်ဘဲ မွန်းတည့်ကာလကို လွန်ရင်၊ ယာမကာလိက က နောက်ဆုံးညဉ့်ကာလကို လွန်ရင် သုံးစွဲတဲ့ရဟန်းမှာ ပါစိတ် အာပတ်ကို ဖြစ်စေကြပါတယ်။ အဲဒီ အာပတ်က ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို နေလွဲမှ စားရင် ဝိကာလဘောဇနပါစိတ်၊ နောက်တစ်ရက် နံနက် စားရင် သန္နိမိပါစိတ်၊ ယာမကာလိကအတွက်တော့ သန္နိမိပါစိတ်သာ သင့်ပါတယ်။

အဲဒီ ကာလိကနှစ်ပါးက အန္တောဝုတ္တအဖြစ် (ရဟန်းတွေ စားဖို့ရန် ဖြစ်ပြီး အကပ်တော့ မခံရသေးတဲ့ ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို ကပ္ပိယကုဋိ မဟုတ်တဲ့ ကျောင်းအတွင်းမှာ သိမ်းထားခြင်း) ကိုရော သန္နိမိအဖြစ်ကိုပါ ဖြစ်စေနိုင်ကြပါတယ်။ ဒီစားဖွယ် သောက်ဖွယ်တွေဟာ အန္တောဝုတ္တဖြစ်ရုံ၊ သန္နိမိဖြစ်ရုံမျှနဲ့ အာပတ် မသင့်စေသေးပါ။ စားသောက်တဲ့အခါကျမှ အာပတ်သင့်တယ်လို့ မှတ်ပါ။

သတ္တဟကာလိကမှတ်ဖွယ်

သတ္တဟကာလိကဖြစ်တဲ့ ဆေးတွေဟာ ၇- ရက်လွန်ရင် (၇ - ရက်လွန်အောင် မစွန့်မပေးဘဲ ထားရင်) ဘောသဇ္ဇသိက္ခာပုဒ်အရ ပါစိတ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။ စားတဲ့အခါကျမှ သင့်တာ မဟုတ်ပါ။

မအပ်တဲ့အသားရှိတဲ့ လူ၊ မြင်းစတဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့ ထောပတ်၊ ဆီဦး
တွေနဲ့ အုန်းဆီ၊ သစ်မည်ဆီကို ရေအေးနဲ့ နယ်ပြီး ပြုလုပ်ထားတဲ့ သစ်မည်
ဆီ တင်လဲတွေဟာ ပါဠိတော်မှာ မပါတဲ့ ဆေးတွေပါပဲ။ ပါဠိတော်မှာ မပါပေ
မယ့် စားကောင်းတဲ့ သတ္တဝါဟာကလိကဆေးတွေ ဖြစ်လို့ အကပ်ခံပြီး ၇
ရက် လွန်ရင် ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

စွန့်ပြီး ပြန်ရတဲ့အခါ အသုံးပြုပုံနဲ့ အာပတ်မသင့်စေပုံ

နိဿိဂ္ဂိထိုက်တဲ့ (စွန့်ထိုက်တဲ့) သတ္တဝါဟာကလိကဆေးပစ္စည်းကို စွန့်
ရပါတယ်။ စွန့်အပ်ပြီးတဲ့ ဆေးကို ဝိနည်းခိုရ်ပုဂ္ဂိုလ် (စွန့်တာကို လက်ခံတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်) က ပြန်ပေးရပါတယ်။ ပြန်ရတဲ့ဆီ စသည်နဲ့ ကိုယ်ရဲ့အင်္ဂါကြီးငယ်ကို
မသုတ်လိမ်းရပါ။ ဥပမာ - ခြေနယ်ဆီ မလုပ်ရပါ။ ကိုယ်အင်္ဂါကိုသာ မသုတ်
လိမ်းရတာ မဟုတ်သေးပါ။ “အဲဒီဆီနဲ့ လူးနေတဲ့ သင်္ကန်း စသည်ကိုလည်း
မဝတ်ရ” လို့ အဋ္ဌကထာအတိုင်း ဋီကာသစ် ဆိုထားပါတယ်။ ကိုယ်အင်္ဂါကို
မသုတ်မလိမ်းရရုံသာမက စားမျိုးကိုလည်း မပြုရပါ။ အခြား ရဟန်းတွေ
အတွက်တော့ စားမျိုးသာ မပြုကောင်းပါ။ ကိုယ်အင်္ဂါ သုတ်လိမ်းမှုကိုတော့
ပြုကောင်းပါတယ်။

၁။ ၇ ရက်အတွင်းမှာ သာမဏေအား ‘ဣမံ သပ္ပံ တုယံ ဝိကပ္ပေမိ - ဒီ
ထောပတ်ကို သင့်အား ဝိကပ္ပနာပြုပါတယ်(ပေးပါတယ်)’ လို့ ဝိကပ္ပနာ
ပြုတဲ့ရဟန်းမှာ အာပတ်မသင့်ပါ။ (အခြားရဟန်းအား ဝိကပ္ပနာ ပြုရင်
ရဟန်းအချင်းချင်း ဖြစ်လို့ အကပ်မပျက်ပါ။ သာမဏေအား ဝိကပ္ပနာ
ပြုမှ ပေးရာရောက်လို့ အကပ်ပျက်ပါတယ်။)

၂။ “ဒီထောပတ်စတဲ့ ဆေးဟာ အတွင်း စားမျိုးမဟုတ်တော့ပါ။ ကိုယ်ရဲ့
အပြင်ဘက် စသည်မှာ သုံးဖို့သာ ဖြစ်ပါတယ်” လို့ အဓိဋ္ဌာန်တဲ့ ရဟန်း
မှာ အာပတ်မသင့်ပါ။

၃။ အခြားရဟန်းနဲ့ လူ၊ သာမဏေအား ပေးတဲ့ ရဟန်းမှာ အာပတ်မသင့်ပါ။

မိမိသဘောကို ယူစေပုံ

ယာဝကကလိက စတဲ့ ကာလိကတွေဟာ မိမိနဲ့ ရောအပ်တဲ့ အခြား
ကာလိကတွေကို မိမိကာလသို့ လိုက်စေကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရှေးဆရာ
တွေက ဒီလို ဆိုထားကြပါတယ်။

ယာဝ, ယာမနဲ့ ရောတဲ့ ကာလိက (၂) ပါး

ရှေးနေ့က အကပ်ခံအပ်ပြီးတဲ့ သတ္တာဟကာလိကရော၊ ယာဝဇီဝိက ရော သူတို့ချည်းသက်သက် ဖြစ်ရင် နောက်တစ်နေ့မှာ စားကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ယာဝကာလိက (သို့မဟုတ်) ယနေ့ အကပ်ခံထားတဲ့ ယာမကာလိက နဲ့ ရောမိတဲ့အခါ ယာဝကာလိက၊ ယာမကာလိကတွေလည်း ရှေးနေ့က အကပ်ခံအပ်ပြီးသလို ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် စားတဲ့ရဟန်းမှာ သန္နိမိ ဖြစ်တဲ့ ယာဝကာလိကကိုရာ၊ သန္နိမိဖြစ်တဲ့ ယာမကာလိကကိုပါ စားရာ ရောက်လို့ ယာဝကာလိက၊ ယာမကာလိက ဆိုတဲ့ ရက်အတိုကို လိုက်ပြီး ပါစိတ်အာပတ် သင့်ရပါတယ်။

ယာဝကာလိကနဲ့ ရောတဲ့ ကာလိက ၃ ပါး

အဲဒီနေ့မှာ အကပ်ခံထားတဲ့ ယာဝကာလိကနဲ့ ရောအပ်တဲ့ အဲဒီနေ့ မှာ အကပ်ခံထားတဲ့ ယာမ၊ သတ္တာဟကာလိက၊ ယာဝဇီဝိက ၃ ပါးဟာ ယာဝကာလိကရဲ့ သဘောသို့ လိုက်လျောပြီး အဲဒီနေ့နံနက်မှာသာ သုံးဆောင် ကောင်းပါတယ်။

ယာဝ - သတ္တာဟနဲ့ ရောပုံ

အဲဒီနေ့ နံနက်ဖြစ်စေ၊ ညနေဖြစ်စေ အကပ်ခံထားတဲ့ ယာမကာလိက နဲ့ ရောအပ်တဲ့ အဲဒီနေ့မှာ အကပ်ခံထားတဲ့ သတ္တာဟ၊ ယာဝဇီဝိကနှစ်ပါးဟာ ယာမကာလိကရဲ့သဘောသို့ လိုက်ပြီး အဲဒီနေ့တစ်ညဉ့်သာ သုံးဆောင် ကောင်းတယ်လို့ သိပါ။

သတ္တာဟကာလိကနဲ့ ရောအပ်တဲ့ ယာဝဇီဝိကဟာ သတ္တာဟကာလိက ရဲ့ သဘောသို့ လိုက်ပြီး ၇ ရက်သာ အပ်ပါတယ်။

ရှေးရှေးက အကပ်ခံထားတဲ့ ယာဝဇီဝိကကို အကပ်ခံပြီး ၂ ရက် မြောက်ရောက်နေတဲ့ သတ္တာဟကာလိကနဲ့ ရောရင် ယာဝဇီဝိကဟာ ၆ ရက် သာ သုံးခွင့်ရပါတော့တယ်။ ၇ ရက်မြောက် ရောက်မှ ရောရင်တော့ ယာဝဇီဝိက ဟာ အဲဒီ တစ်ရက်သာ စားသုံးခွင့် ရပါတော့တယ်။

၆၀

သာမဏေကျော်

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ ကာလိက ၄ ဖြာ၊ ရောနှောရာဝယ်၊ သတ္တာဟနှင့်၊ ယာဝ
ဇီဝိ၊ ရှေးနေ့ဆီက၊ ကပ်ပြီးမှကို၊ ယာဝ - ယာမံ၊ ယနေ့ခံနှင့်၊
ရောပြန်သော်လည်း၊ မအပ်ချည်းသာ၊ တစ်နည်းမှာမူ၊ ယာဝဇီဝံ၊ ရှေးနေ့ခံနှင့်၊
ခုခံသတ္တာဟ၊ ရောတုံကလျှင်၊ သတ္တာဟသက်၊ ၇ ရက်ဟု၊ အခွင့်ပြုသည်၊
မှတ်ရှုနောင်လာ အချုပ်တည်း။

အကပ်ခံမှုအပိုင်း

အကပ်မြောက်အင်္ဂါ ၅ ပါး

- ၁။ ကပ်မယ့်သူက ရှေ့ရှုဆောင်ခြင်း။
 - ၂။ အကပ်ခံရမယ့် ရဟန်းရဲ့ ၂ တောင့်ထွာ ဟတ္ထပါယ်အတွင်းမှာ ရောက်ခြင်း။
 - ၃။ အားအလယ်အလတ်စားရှိသူ မြောက်ချီနိုင်တဲ့ ဝတ္ထု ဖြစ်ခြင်း။
 - ၄။ ကိုယ်နဲ့ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်နဲ့စပ်နေတဲ့ (ကိုယ်ထားတဲ့) ခွက်စသည်နဲ့ဖြစ်စေ၊ ပစ်၍ဖြစ်စေ၊ ဒီ ၃ မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးနဲ့ ကပ်သူက ပေးခြင်း။
 - ၅။ ကိုယ်နဲ့ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်နဲ့စပ်တဲ့ (ကိုယ်ထားတဲ့) ခွက်၊ တုတ် စသည်နဲ့ ခံ၍၊ ထိ၍ဖြစ်စေ၊ ဒီ ၂ မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးနဲ့ အကပ်ခံတဲ့ ရဟန်းက ခံယူခြင်း။
- ဒီအင်္ဂါ ၅ ပါး ပြည့်စုံမှ အကပ်မြောက်ပါတယ်။

ဟတ္ထပါယ်တိုင်းပုံ

နှစ်တောင့်ထွာအရပ်ကို 'ဟတ္ထပါယ်' လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ ဟတ္ထပါယ် တိုင်းရာမှာ အကပ်ခံတဲ့ ရဟန်းက ထိုင်နေခိုက်မှာ (ရှေ့က လာပြီး ကပ်တဲ့ အခါ) တင်ပါးရဲ့ နောက်ဘက်အစွန်းမှ စပြီး တိုင်းရပါတယ်။ ရပ်နေခိုက်မှာ ရှေ့က လာပြီး ကပ်တဲ့အခါ ဖနောင့်စွန်းမှ စပြီး တိုင်းရပါတယ်။ ယာဘက် ဘေးက လာပြီး ကပ်ရင် ဝဲဘက်ဘေးအစွန်းနဲ့ တိုင်းတာရပါတယ်။ လျောင်း နေခိုက်မှာ လာကပ်တဲ့အခါ နံပါးရဲ့နောက်ဘက်အစွန်းမှစပြီး တိုင်းရပါတယ်။ ကပ်သူဘက်မှာတော့ လှမ်းပေးတဲ့ လက်မှတစ်ပါး အနီးဆုံး ကိုယ် အင်္ဂါနဲ့ တိုင်းရပါတယ်။

* ရှေ့ရှုလည်း ဆောင်၊ နှစ်တောင့်ထွာ ရောက်၊ မြောက်နိုင်ဝတ္ထု၊ သုံးခု ပေးခြင်း၊ ခံခြင်း နှစ်လောက်၊ ကပ်ခံမြောက်၊ မှတ်လောက်အင်္ဂါ ငါးပါးတည်း။

အကပ်မမြောက်တဲ့ အရာများ

- ၁။ သစ်ငုတ်မှာ ဖွဲ့ချည်ထားတဲ့ ညောင်စောင်း၊ အင်းပျဉ်နဲ့ ရွှေ့ပြောင်းလို့ မရလောက်အောင် ခိုင်မြဲနေတဲ့ ပျဉ်ချပ်၊ ကျောက်ဖျာ စသည်တွေမှာ တင်ပြီး အကပ်ခံပေမယ့် အကပ်မမြောက်ပါ။
- ၂။ သစ်ပင်မှာ ဖြစ်တဲ့ (သစ်ပင်မှ မခူးရသေးတဲ့) ပဒုမ္မာကြာရွက်၊ ပေါက်ရွက် စသည်တွေမှာ ထည့်ပြီး အကပ်ခံပေမယ့် အကပ်မမြောက်ပါ။ အဲဒီသစ်ပင်နဲ့ စပ်နေသေးတဲ့အတွက် ကိုယ်နဲ့ စပ်နေတဲ့ ဝတ္ထုလို့ မခေါ်နိုင်သေးလို့ပါပဲ။
- ၃။ ကပ်အပ်တဲ့ ပစ္စည်းကို မဆောင်ယူနိုင်လောက်အောင် သေးငယ်တဲ့ မန်ကျည်းရွက် စသည်မှာ ထည့်ပြီး အကပ်ခံရင် အကပ်မမြောက်ပါ။ (ရိုးတံနဲ့တကွ ဖြစ်တဲ့ မန်ကျည်းရွက်တွေကို မြေကြီးပေါ်မှာ စီချထားပြီး အဲဒီအရွက်တွေကို ထိကိုင်လျက် အကပ်ခံပေမယ့် အကပ်မမြောက်ပါ။)
အကယ်၍ ပဒုမ္မာကြာရွက်ကြီး ဖြစ်နေရင် (ကြာပင်မှလည်း ခူးပြီး ဖြစ်ရင်) ထည့်ပြီး အကပ်ခံနိုင်ပါတယ်။
- ၄။ ခွန်အားအလယ်အလတ်ရှိသူ မမြောက်နိုင်လောက်အောင် လေးနေတဲ့ စားပွဲကြီးကြီး၊ ထမင်းအိုး၊ ဟင်းအိုးကြီး စသည် ဖြစ်နေရင် အဲဒီမှာ ထည့်ကာ အကပ်ခံပေမယ့် အကပ်မမြောက်ပါ။

အကပ်ပျက်ကြောင်း ၆ ပါး

- ၁။ စွန့် ။ ။ အကပ်ခံပြီးတဲ့ အစာကို မစားတော့အံ့လို့ အာလယပြတ် (ငဲ့ကွက်မှု မရှိဘဲ) စွန့်လိုက်လို့လည်း အကပ်ပျက်ပါတယ်။ အဲဒီလို စွန့်ရာမှာ လက်က လွတ်မှ အကပ်ပျက်ပါတယ်။
- ၂။ ချ ။ ။ သိက္ခာချလို့လည်း အကပ်ပျက်ပါတယ်။
- ၃။ ပေး ။ ။ သူတစ်ပါးအား ပေးလို့လည်း အကပ်ပျက်ပါတယ်။ ဒီပေးရာမှာလည်း လက်လွတ်မှ ပျက်ပါတယ်။ နှုတ်ကပေးပေမယ့် လက် မလွတ်သေးရင် အကပ်မပျက်သေးပါ။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၆၃

၄။ လူ ။ ။ လူ စသူတွေက အတင်းလုယူသွားလို့လည်း အကပ်ပျက် ပါတယ်။

၅။ မစ္ဆူ ။ ။ သေလို့လည်း အကပ်ပျက်ပါတယ်။

၆။ လိင်ပြန် ။ ။ ဘိက္ခုအဖြစ်မှ ဘိက္ခုနီအဖြစ်သို့၊ ဘိက္ခုနီအဖြစ်မှ ဘိက္ခု အဖြစ်သို့ လိင်ပြန်လို့လည်း အကပ်ပျက်ပါတယ်။

* စွန့်-ချ-ပေး-လူ၊ မစ္ဆူ-လိင်ပြန်၊ ဤခြောက်တန်း၊ ကပ်ခံပျက်ကြောင်းတည်း။

အကပ် မပျက်ပါ

ဒီအကပ်ခံပျက်ရာမှာ အစာအာဟာရကို တစ်ပါးပိုင် အစာအာဟာရ လို့ မှတ်ပါ။ ၂ ပါး၊ ၃ ပါး စသည်ဆိုင်တဲ့ စားဖွယ်မှာ တစ်ပါးက စွန့်ရုံနဲ့ အကပ်မပျက်နိုင်ပါ။ ထို့ပြင် စွန့်မှ အကပ်ပျက်လို့ စားနေစဉ် လူ၊ သာမဏေတို့ လာပြီး ကိုင်ရာမှာ (ရဟန်းက လက်နဲ့ မထိပေမယ့်) အကပ်မပျက်ပါ။ အကပ် ခံပြီးတဲ့ သပိတ်ကို မစွန့်ဘဲ လူ၊ သာမဏေကို အခြားနေရာသို့ အထားခိုင်း လိုက်ပေမယ့် အကပ်မပျက်ပါ။ ဒါပေမဲ့ လူ၊ သာမဏေတွေရဲ့ ကိုယ်မှ မြူမှုန် တွေဟာ အကပ်ခံပြီး စားဖွယ်မှာ ကျနေရစ်ရင်တော့ အဲဒီမြူမှုန်အတွက် ထပ်ပြီး အကပ်ခံရပါတယ်။

ရေ

လှည်း၊ မြင်း၊ ရထား စသည်တွေ သွားရာမှာ ထတဲ့ မြူမှုန် (ရထရေဏ) လို ထင်ရှားတဲ့ မြူမှုန်လည်း မပါတဲ့ အခြားသော အရည်တွေနဲ့ လည်း မရောတဲ့ သန့်ရှင်းတဲ့ ရေကိုသာ အကပ်မခံဘဲ သောက်ကောင်းပါ တယ်။ ဒါကြောင့် ရေကို အမြဲ စစ်ပြီး သောက်ဖို့ရန် ဆရာတို့ ညွှန်ပြတော်မူ ကြပါတယ်။ လယ်ထွန်ရာ စသည်တွေမှာ ပျစ်တဲ့ ရေ၊ သစ်ရွက်ရေတွေကို ဖြစ်ရင်တော့ အကပ်မခံဘဲ မသောက်ကောင်းပါ။

အကပ်မခံရသေးတဲ့ ကာလိကအားလုံးကို သုံးဆောင်တဲ့ ရဟန်းမှာ ပါစိတ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

၁၀ မျိုး

ကိုယ်အင်္ဂါမှာ ငြိကပ်နေပြီး မပြတ်သေးတဲ့ သွားချေး၊ မျက်ချေး၊ နား ချေး၊ ဆား၊ မျက်ရည်၊ တံတွေး၊ နှပ်၊ သလိပ်၊ ကျင်ငယ်၊ ကျင်ကြီး = ဒီ ၁၀

မျိုးကို အကပ်မခံဘဲ ကိုယ်တိုင်ယူ စားကောင်းပါတယ်။ ကိုယ်အင်္ဂါမှာ မပြဲ ကပ်တော့ဘဲ ပြတ်ပြီး ကိုယ်မှ ကွာပြီး သွားရင်တော့ အကပ်ခံပြီးမှ စားနိုင်ပါတယ်။

“ဆား” ဆိုတာ ကိုယ်မှာ ပေါ်ထွက်နေတဲ့ ဆားပါပဲ။

မဟာဝိကဋ္ဌ

မြွေကိုက်ရာအခါနဲ့ အခြားသော အဆိပ်တက်ရာအခါတွေမှာ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်၊ မြေညက်၊ ပြာ = ဒီ ၄ မျိုးကို ကပ်မယ့်သူ (ကပ္ပိယ) မရှိတဲ့အခါ ကိုယ်တိုင် ယူပြီး မှီဝဲသုံးစားကောင်းပါတယ်။ (စွမ်းနိုင်လျက် ခိုင်းတာကို မလုပ်သူ)သို့မဟုတ် သစ်ပင်ကို ချိုးပြီး ပြာဖြစ်အောင် မပြုနိုင်တဲ့ ကလေး၊ လူအို စသည် ရှိပေမယ့် မရှိတာနဲ့ တူပါတယ်။

ပကတိရိုးရာအစာ မဟုတ်ဘဲ ဖောက်ပြန်တဲ့ အစာတွေ ဖြစ်လို့ အဲဒီ ၄ မျိုးကို ‘မဟာဝိကဋ္ဌ’ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒုရုပစိက္က ဒုက္ကဋ်

အသီးရှိတဲ့ သစ်ပင်၊ နွယ်တွေကို ကိုင်မှု၊ လှုပ်မှု၊ ဆွမ်း စတဲ့ အာမိသ ရှိတဲ့၊ အကပ်မခံရသေးတဲ့ သပိတ်၊ အိုးခွက် စသည်ကို ကိုင်မှု၊ အဖုံးဖွင့်မှု စသည်ဖြင့် နေရာမရွေးဘဲ သုံးသပ်မှုဟူသမျှဟာ ဒုရုပစိက္က = မကောင်းတဲ့ အလေ့အကျင့် ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအမှုကြောင့် သင့်တဲ့ ဒုက္ကဋ်အာပတ်ကို ‘ဒုရုပစိက္ကဒုက္ကဋ်’ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီဒုက္ကဋ်အာပတ်ကတော့ ကိုင်ရုံနဲ့ပဲ သင့်ပါတယ်။

ဝိနယဒုက္ကဋ်

ဆွမ်းခံလှည့်စဉ် သပိတ်မှာ မြူမှုန်ကျတဲ့အခါ သပိတ်ကို အကပ်ခံပြီးမှ ဆွမ်းကို ဆက်ပြီး ခံနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို အကပ်မခံဘဲ ဆွမ်းကို ဆက်ပြီးခံရင် မြူမှုန်နဲ့ ရောသွားတဲ့အတွက် ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။ ဒီဒုက္ကဋ်ကို ဝိနယဒုက္ကဋ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဆွမ်းမခံရသေးခင် သပိတ်ကို ဆေးပြီးနောက် သပိတ်အိတ်မှာ သွတ်ခြင်း စသည်ကို ပြုခိုက် မြူမှုန် ကျရင်လည်း သပိတ်ကို အကပ်ခံပြီးမှ ဆွမ်းခံရပါတယ်။ အဲဒီလို အကပ်မခံဘဲ ဆွမ်းခံရင်လည်း

ဝိနယဒုက္ကဋ် အာပတ်သင့်ပါတယ်။ (နာမည်အထူးမတပ်ဘဲ ဝိနည်းမှာ လာတဲ့ ဒုက္ကဋ်ဟူ သမျှကို 'ဝိနယဒုက္ကဋ်' လို့ ခေါ်ပါတယ်။)

ရထရေဏု (လှည်း၊ ရထားတွေ သွားတဲ့အခါ ထတဲ့ မြူမှုန်) ဟာ အကပ်ခံလောက်တဲ့ အစာအာဟာရထဲမှာ ပါဝင်လို့ ဆွမ်းခံတုန်းမှာဖြစ်စေ၊ ဆွမ်းစားတုန်းမှာဖြစ်စေ၊ ခွက်အတွင်းသို့ အဲဒီမြူမှုန်မျိုး ကျရင် အဲဒီမြူမှုန်နဲ့ တကွ ဆွမ်းအနည်းငယ်ကို ယူပစ်ရပါမယ်။ ဒါမှမဟုတ် ထပ်ပြီး အကပ်ခံရပါမယ်။ ယူပြီးလည်း မပစ် ထပ်ပြီးလည်း အကပ်မခံဘဲ ဆက်လက်ပြီး ဆွမ်းခံရင် ဝိနယ ဒုက္ကဋ် အာပတ်သင့်ပါတယ်။ ဆက်ပြီး ဆွမ်းစားရင် အဲဒီမြူမှုန်ကို စားမိက ပါစိတ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

ပြီးတော့ ဆွမ်းလုပ်ကို ပါးစပ်ထဲ သွတ်သွင်းပြီးနောက် ပါးစပ်အတွင်းမှ ဆွမ်းလုံးတစ်လုံးဖြစ်စေ သပိတ်ထဲသို့ ပြန်ပြီး ကျရင် ထပ်ပြီး အကပ်ခံလေ့ရှိကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီပြန်ကျလာတဲ့ ဆွမ်းလုံးက ပါးစပ်ထဲ ရှိတဲ့ သွားရည်၊ နှုတ်ခမ်းရည် စသည်နဲ့ မလူးဘဲ ပြန်ကျရင် အကပ်မပျက်သေးပါ။ သွားရည် စသည်နဲ့ လူးပြီးမှ ပြန်ကျရင်တော့ အဲဒီသွားရည်အတွက် အကပ်ပျက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပါးစပ်မှ ဆွမ်းလုံး ပြန်ကျတဲ့အခါ ထပ်ပြီးအကပ်ခံလေ့ရှိရာမှာ ဆွမ်းတစ်လုံး ကျတဲ့အတွက် သပိတ်အတွင်းရှိ ဆွမ်းတွေ အကပ်ပျက်သွားလို့ မဟုတ်ပါ။ ပြန်ကျလာတဲ့ ဆွမ်းလုံးက သွားရည် စသည်နဲ့ လူးလာခဲ့ရင် အကပ်ပျက်ရာ ရောက်လို့ အဲဒီပြန်ကျလာတဲ့ ဆွမ်းလုံးကို ထပ်ပြီး အကပ်ခံတာ ဖြစ်တယ်လို့ မှတ်ရပါတယ်။

ပြီးတော့ ဆွမ်း၊အချို့ပွဲ စသည် စားရာမှာ လက်မဆေးဘဲ စားရင် လက်မှာ ရထရေဏုမျှလောက်ရှိတဲ့ မြူမှုန်တွေ ကပ်နေခဲ့ရင် အဲဒီမြူမှုန်တွေ အတွက် လက်ဖြင့် ထိရာ ခဲဖွယ်ဘောဇင်တွေပါ အကပ်ပျက်တတ်လို့ ဆွမ်းစားခါနီးမှာ လက်ဆေး၊ ဆွမ်းစားပြီးနောက် အချို့ပွဲစားခါနီးမှာ လက်ဆေးရပါမယ်။ ညာလက်ကိုသာ ဆေးပြီး ဘယ်လက်ကို မဆေးရင် ဘယ်လက်နဲ့ စားဖွယ်တွေကို ကိုင်ရာမှာလည်း ဒီနည်းအတိုင်းပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဘယ်ဘက်လက်ကို မဆေးရင် အဲဒီလက်နဲ့ စားဖွယ်တွေကို မကိုင်မိစေရပါ။

ဆိုဖွယ် ရှိပါသေးတယ်။ အချို့က စားမယ်လို့ လက်ဆေးပြီးမှ အဲဒီလက်နဲ့ သင်္ကန်းကို သိမ်းကြပါတယ်။ အဲဒီလို သိမ်းကြရာမှာ သင်္ကန်းက ရထရေဏုမြူမှုန်ကို ကိုင်မိရင် လက်မဆေးသူနဲ့ အတူတူပါပဲ။ တချို့ကတော့

အချို့ပွဲစားစဉ် အကပ်ခံ မထားတဲ့ လက်သုတ်ပဝါကို သုတ်လိုက်၊ အချို့ပွဲကို နှိုက်လိုက်နဲ့ စားကြပါတယ်။ အဲဒီလို စားရာမှာ လက်သုတ်ပဝါ ညစ်ပေတော့ မှာ သေချာပါတယ်။ လက်သုတ်ပဝါမှာ ရထရေဏုမြူမှုန် ပါရင် စားဖွယ်တွေ လည်း အကပ်ပျက်ပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် အစာစားမယ်လို့ လက်ဆေးပြီး နောက် အဲဒီလက်နဲ့ အစာမှတစ်ပါး အခြားလက်သုတ်ပဝါ၊ သင်္ကန်းစသည် ကို မကိုင်ဘဲ စားတဲ့ကိစ္စ ပြီးမှသာ လက်ဆေးကာ လက်သုတ်ပဝါကို သုတ် သင့်ကြပါတယ်။

ဥဂ္ဂဟိတကဒုက္ကဋ်

အကပ်မခံဘဲ ကိုင်ရုံ၊ ထိရုံတင်မက နေရာရွေ့လောက်အောင် မိမိ ကိုယ်တိုင် ကိုင်ရင် (အခြား ဘစ်နေရာ ရွေ့သွားရင်) ဥဂ္ဂဟိတကဒုက္ကဋ် အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ဒုရူပစိန္တုဖြစ်တဲ့ အစာကို အဲဒီထိကိုင်တဲ့ ရဟန်းတစ်ပါးသာ မစား ကောင်းပါ။ အခြားရဟန်းတွေကတော့ စားကောင်းပါတယ်။ ဥဂ္ဂဟိတက ဖြစ်တဲ့ အစာကိုတော့ ရဟန်းအားလုံးပဲ မစားကောင်းတော့ပါ။

သူတစ်ပါးဖို့ ယူခြင်း

ခရီးသွားစဉ် မိဘ၊ သာမဏေတွေဖို့ အစာကိုတော့ အကပ်မခံဘဲ လည်း ယူသွားကောင်းပါတယ်။ မိမိဖို့အတွက် ရည်ရွယ်ချက် လုံးဝ မပါ။ မိဘစသည်တို့ဖို့အတွက်သာလို့ စင်ကြယ်စေနိုင်ရင် ကိုယ်တိုင် ယူခဲ့တဲ့ အဲဒီ အစာတွေကို ရောက်ရာအရပ်မှာ အလိုရှိပါက အကပ်ခံပြီး စားကောင်းပါ တယ်။

ဒုက္ကဋ်တွေ

ရဟန်းတွေ စားဖို့အတွက် ဖြစ်ပြီး အကပ်တော့ မခံရသေးတဲ့ ခဲဖွယ်၊ ဘောဇဉ်ကို ကပ္ပိယကုဋ်(ကပ္ပိယကျောင်း) မဟုတ်တဲ့ ကျောင်းရဲ့ အတွင်းမှာ ယာဝကာလိက၊ ယာမကာလိကအစာကို သိုမှီးသိမ်းဆည်းထားရပါ။ ထား ရုံနဲ့ ဒုက္ကဋ်အာပတ် မသင့်သေးပါ။ စားမှ ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၆၇

အကပ္ပိယကုဋီ (မအပ်တဲ့ ကျောင်း) ဟုတ်ဟုတ်၊ မဟုတ်ဟုတ် ရဟန်း ကိုယ်တိုင် ချက်ရင် သာမံပက္က = ကိုယ်တိုင် ချက်သည် မည်ပါတယ်။ အကပ္ပိယ ကုဋီမှာ လူ၊ သာမဏေတွေ ချက်အပ်တဲ့ အစာဟာ အန္တောပက္က = အကပ္ပိယ ကုဋီအတွင်းမှာ ချက်တဲ့အစာ မည်ပါတယ်။

ရဟန်းတွေ ကိုယ်တိုင် ချက်ရာမှာ ကပ္ပိယကုဋီဝယ် အကပ်ခံပြီး ချက် ရင် အပ်တာလည်း ရှိပါတယ်။ ဗီဇဂါမ်၊ ဘူတဂါမ် ဖြစ်ရင် မအပ်တာလည်း ရှိပါတယ်။ ‘အန္တောပက္က’ ဆိုတာ လူ၊ သာမဏေတွေ ချက်တာပါပဲ။ အဲဒီချက် ရုံနဲ့ မအပ်စရာ မရှိပါ။ ဒါကြောင့် ချက်ရုံမျှနဲ့ ဒုက္ကဋ်အာပတ် မသင့်သေးပါ။ စားမှ သင့်ပါတယ်။

မအပ်တဲ့ အသားများအပိုင်း

လူ၊ ဆင်၊ မြင်း၊ ခွေး၊ သစ်၊ ခြင်္သေ့၊ ကျား၊ အောင်း၊ ဝံ၊ မြွေ ဆိုတဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့အသားကို ‘အသားကြီး ၁၀ မျိုး’ လို့ ခေါ်ကြပါတယ်။ အဲဒီ အသားကြီး ၁၀ မျိုးရော၊ သီတင်းသုံးဖော် ၅ ယောက်ထဲက တစ်ယောက် ယောက်ကို ရည်စူးပြီး သတ်ထားတဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့ အသားရော၊ အပ်တဲ့ သတ္တဝါရဲ့အသား ဟုတ် မဟုတ်ကို မစူးစမ်း၊ မဆင်ခြင်အပ်တဲ့ အသားပါ ရဟန်းတွေမှာ မအပ်ပါ။ လူသားစားတဲ့ ရဟန်းမှာ ထုလွှစဉ်းအာပတ် သင့်ပါတယ်။ ကျန်တဲ့ အသား ၁၁ မျိုးကို စားတဲ့ ရဟန်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

အဲဒီအသားတွေကို သီတင်းသုံးဖော်တစ်ပါးအား ရည်စူးပြီး ပြုလုပ်ထားပေမယ့် သီတင်းသုံးဖော် ၅ ယောက်လုံးမှာ မအပ်ပါ။ တောအရပ်သို့ ရောက်တဲ့အခါ ဈေးလည်း မနီးပါဘဲ ကြက်သားဟင်း ပါလာရင် “ငါ့ဖို့ သတ်ပြီး ချက်ထားလေသလား” လို့ သံသယရှိရုံမျှနဲ့ မစားကောင်းပါ။ သေသေချာချာ ပြောဖွယ် မလိုတော့ပါ။ မသိရင်၊ သံသယမရှိရင် စားကောင်းပါတယ်။ တချို့အရပ်မှာ ငါးတွေကို လှောင်ထားပြီး လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် စားလေ့ရှိကြပါတယ်။ အဲဒီငါးတွေကို လှောင်ထားရာမှ ရဟန်းတွေအတွက် ယူပြီး ချက်ရင်လည်း ရည်စူးပြီး ပြုလုပ်တဲ့ အသားပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သည်သာမက သေးပါ။ ရန်ကုန် စတဲ့ ဈေးတွေမှာပဲ လှုပ်လှုပ်ရွရွ ဖျတ်ဖျတ်လတ်လတ် ရှိမှ ဝယ်လိုကြပါတယ်။ အဲဒီငါးတွေကို ရဟန်းတွေအတွက် ချက်ရင် ရည်စူးပြီး ပြုလုပ်တဲ့ အသားပါပဲ။ အသားဟင်းကို ရရင် အပ်တဲ့ သတ္တဝါရဲ့ အသားဟုတ်၊ မဟုတ်ကို သတိထားပြီး စဉ်းစားလိုက်ရပါတယ်။ တွေ့နေကျဖြစ်လို့

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၆၉

အပ်တဲ့ အသားမှန်းသိရင် မေးဖွယ် မလိုပါ။ မသိရင် သို့မဟုတ် မသေချာရင် မေးပြီးမှ စားရပါတယ်။

အဲဒီသတ္တဝါတွေရဲ့ အရိုး၊ အသွေး၊ အရေ၊ အမွေးတွေပါ ရဟန်းတွေ မှာ မအပ်ပါ။ ရည်စူးပြီး ပြုလုပ်ထားတဲ့ အသားကို စားလို့ သင့်တဲ့ အာပတ်က သိစိတ် ပါပြီး သင့်ရတဲ့ အာပတ် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်အသားတွေလို စားလို့ သင့်တဲ့ အာပတ်တွေကတော့ သိစိတ်မပါပေမယ့် သင့်တဲ့ အာပတ်တွေ ဖြစ် ကြပါတယ်။

- * လူ၊ ခွေး၊ မြင်း၊ ဆင်၊ သစ်၊ ကျားလျှင်၊ ခြင်္သေ့၊ ဝံ၊ အောင်း၊ မြွေ။
- * ရိုး၊ ရေ၊ သား၊ သွေး၊ အမွေးကိုပါ မသုံးရာ၊ ဆယ်ဖြာ အမျိုးပေ။

နိဿဂ္ဂိယအပိုင်း

ရူပိယသံဝေါဟာရ သိက္ခာပုဒ်

ရူပိယ မည်တဲ့ နိဿဂ္ဂိယဝတ္ထုနဲ့ ကပ္ပိယဝတ္ထု၊ ဒုက္ကဋ္ဌဝတ္ထုကိုရော၊ နိဿဂ္ဂိယဝတ္ထုကိုပါ လဲလှယ်တဲ့ ရဟန်းမှာ နိဿဂ္ဂိယပါစိတ် (စွန့်ပြီးဒေသနာ ကြားရတဲ့ ပါစိတ်) အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ကပ္ပိယဝတ္ထု၊ ဒုက္ကဋ္ဌဝတ္ထုနဲ့ နိဿဂ္ဂိယဝတ္ထုကို လဲလှယ်တဲ့ ရဟန်းမှာ လည်း နိဿဂ္ဂိယပါစိတ်အာပတ်ပဲ သင့်ပါတယ်။

ရူပိယ (နိဿဂ္ဂိယဝတ္ထု)

ရွှေ၊ ငွေအသပြာ၊ ပကတိ ရိုးရာအသပြာ၊ (ရွှေဒင်္ဂါး၊ ငွေဒင်္ဂါး၊ သုံးစွဲရိုး ကျပ်) ငွေသား (ငွေတုံး၊ ငွေခဲ)၊ ရွှေသား (ရွှေတုံး၊ ရွှေခဲ)၊ ရောင်းဝယ်ရာမှာ အသုံးဝင်တဲ့ ပဲပိုက်ဆံ။ (တစ်မူး၊ တစ်မတ်၊ ငါးမူး စသည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ်အပ် တဲ့ ၂-ပဲ၊ ၄-ပဲ၊ ၅-ပဲ၊ ၈-ပဲ၊ ၁၀-ပဲ) (သံဃာအလယ်မှာ စွန့်ရမယ့် ပစ္စည်းများ ဖြစ်ကြပါတယ်။)

ဒုက္ကဋ္ဌဝတ္ထု

ပုလဲ၊ ပတ္တမြား၊ ခရုသင်း၊ ကျောက်သလင်း၊ သန္တာ၊ ပတ္တမြားနီ၊ ပတ္တမြားပြောက်၊ စပါးမျိုး ၇ ပါး၊ ကျွန်မ၊ ကျွန်ထီး၊ လယ်၊ ယာ၊ ပန်းခြံ၊ သစ်သီး ခြံတွေဟာ ဒုက္ကဋ္ဌအာပတ်သင့်ကြောင်း ဝတ္ထုတွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။

ကပ္ပိယဝတ္ထု

အဝတ်၊ ဝါ၊ ချည်၊ ပဲအမျိုးမျိုး စသည်တွေဟာ သုံးသပ် ကိုင်တွယ် ကောင်းတဲ့ အပ်သော ဝတ္ထုတွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။

ကယဝိက္ကယသိက္ခာပုဒ်

အောက်ပါနည်းတွေနဲ့ ကပ္ပိယပစ္စည်းတွေကို ဝယ်ခြင်း၊ ရောင်းခြင်း (လဲလှယ်ခြင်း) ပြုလုပ်တဲ့ ရဟန်းမှာ ပစ္စည်းစွန့်ပြီး ဒေသနာကြားရတဲ့ ပါမိတ် အာပတ် သင့်ပါတယ်။

- ၁။ (က) ဒီဆန်စသည်ကို ယူပြီး ဒီအဝတ် စသည်ကို ပေးလော့။
 (ခ) ဒီဆန်စသည်ကို ယူပြီး ဒီဆိုးရည်ကျိုမှု စသည်ကို ပြုလုပ်လော့။
 (ဂ) ဒီဆန် စသည်ကို ယူပြီး ဒီဆိုးရည်ခေါက် စသည်ကို ဆောင်ခဲ့လော့။
- ၂။ (က) ဒီထမင်းစသည်ကို စားပြီး ဒီအဝတ်စသည်ကို ပေးလော့။
 (ခ) ဒီထမင်းစသည်ကို စားပြီး ဒီဆိုးရည်ကျိုမှု စသည်ကို ပြုလော့။
 (ဂ) ဒီထမင်း စသည်ကို စားပြီး ဒီဆိုးရည်ခေါက် စသည်ကို ဆောင်ခဲ့လော့။
- ၃။ (က) ဒီဆန် စသည်ကို ငါ ပေးပါတယ်။ ဒီအဝတ် စသည်ကို အစားပေးလော့။
 (ခ) ဒီဆန် စသည်ကို ပေးပါတယ်။ ဒီဆိုးရည်ကျိုမှု စသည်ကို ပြုလော့။
 (ဂ) ဒီဆန်စသည်ကို ပေးပါတယ်။ ဒီဆိုးရည်ခေါက် စသည်ကို ဆောင်ခဲ့လော့။

အပ်တဲ့ လဲနည်း

“အဲဒီဈေးသည်ထံက သပိတ်ကို လိုချင်တယ်။ ဒီသင်္ကန်းနဲ့ လဲပေးစမ်းပါ” လို့တော့ ကပ္ပိယလုပ်သူကို ပြောကောင်းပါတယ်။ ကျောင်းသားကပ္ပိယ မရှိရင် ဈေးဆိုင်သို့ သွားပြီး (ဈေးသည်ကိုယ်တိုင်မှ တစ်ပါး) ဈေးသည်ရဲ့ သမီး စသူကိုပင် “ငါ့မှာ သင်္ကန်း ရှိတယ်။ ဒီသင်္ကန်းနဲ့ အဲဒီ သပိတ်ကို ပေးပါ” လို့ ပြောဆို လဲယူကောင်းပါတယ်။ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မျှ ကပ္ပိယ ရှာမရရင်

(သို့မဟုတ် ကပ္ပိယ မရှာချင်ရင်) ဈေးသည်ထံ သွားပြီး “ငါ့မှာ ဒီသင်္ကန်း ရှိတယ်။ သင်္ကန်းတော့ အသုံးမကျ၊ သပိတ်သာ လိုတယ်” လို့ ပရိယာယ် ပြောရာ ဈေးသည်က သင်္ကန်းကို ယူပြီး သပိတ်ကို ပေးလိုက်ရင် အဲဒီသပိတ် အပ်ပါတယ်။ ဒီပြင်တဲ နည်းအရ ယခုကာလ ခဝါသည် စသူတွေထဲမှ အပ် တဲ့ ပစ္စည်းနဲ့ လဲယူနည်းကို သတိပြုသင့်ကြပါတယ်။

စေခိုင်းရာမှာ အပ်၊ မအပ်

တောင်းရမ်းစားသောက်နေတဲ့ (စားကြွင်းဝေး)နဲ့ လက်သမားစသူကို မြင်ပြီး “ဒီထမင်းကို စားပြီးရင် ဆိုးရည်ခေါက် ခွာပေးစမ်းပါလော။ ဒီထမင်း ကို စားပြီးရင် ကျောင်းကို ပြင်ပေးစမ်းပါလော” စသည်ဖြင့် ခိုင်းရာမှာ နိသဂ္ဂိ ပါစိတ်အာပတ်ပါပဲ။ အဲဒီလို ခိုင်းတဲ့အတွက် ဆိုးရည်ခေါက် စတဲ့ ပစ္စည်း တစ်စုံတစ်ရာ ရရင် အဲဒီပစ္စည်းပါ စွန့်ရပါတယ်။ ကျောင်းပြင်၊ ခေါင်းရိတ်ခိုင်း စသည်မှာ ပစ္စည်းတစ်စုံတစ်ရာ မရရင် (စွန့်စရာပစ္စည်း မရှိရင်) အာပတ်ကို သာ ဒေသနာပြောရပါတယ်။ ‘ထမင်းကို စားပြီးရင် အလုပ်လုပ်’လို့ တစ်ဆက် တည်း မပြောဘဲ “ဒီထမင်းကို စားလော့ (သို့မဟုတ်) စားရလိမ့်မယ်။ ဒီ အလုပ်ကို လုပ်လော့” လို့ စကား ၂ - ရပ်ခဲ့ပြီး ပြောဆိုစေခိုင်းရင် အပ်ပါတယ်။

လဲလှယ်တတ်ဖို့

ဆွေမျိုးမတော်သူကို ‘ဒီအဝတ် ပေးပါ’ လို့ တောင်းတဲ့ရဟန်းမှာ အညာတကဝိညတ္တိဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။ သူတစ်ပါးတွေ လှူထားတဲ့ ‘ဒီဆန်ကို ယူလော့’ လို့ ပေးတဲ့ ရဟန်းမှာ သဒ္ဓါတရားနဲ့ လှူထားတဲ့ ပစ္စည်း ကို ဖရိုဖရဲ ကျရောက်စေခြင်းဆိုတဲ့ သဒ္ဓါဒေယျဝိနိပါတနဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။ ‘ဒီဆန်နဲ့ ဒီအဝတ်ကို ပေးပါလော’ လို့ လဲလှယ်တဲ့ ရဟန်းမှာ နိသဂ္ဂိယပါစိတ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆွေမျိုးမတော်သူနဲ့ လဲလှယ်ရာမှာ အဲဒီအာပတ်တွေ မသင့်အောင် လဲလှယ်တတ်ကြဖို့ အရေး ကြီးပါတယ်။ (မိဘနဲ့ လဲလှယ်ရာမှာတော့ လဲလှယ်မှုတစ်မျိုးကြောင့်သာ အာပတ်သင့်ပါတယ်။)

ညွတ်စေရင်

- ၁။ သံဃာ့ထံ ညွတ်ပြီးလာဘ်ကို မိမိထံ ညွတ်စေတဲ့ ရဟန်းမှာ နိသဂ္ဂိယ ပါစိတ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

- ၂။ သံဃာ့ထံ ညွတ်ပြီးလာဘ်ကို အခြားပုဂ္ဂိုလ်ထံ ညွတ်စေရင် ပါစိတ် အာပတ်။
 - ၃။ သံဃာ့ထံ ညွတ်ပြီးလာဘ်ကို အခြားသံဃာနဲ့ စေတီထံ ညွတ်စေရင် ဒုက္ကဋ်အာပတ်။
 - ၄။ အခြားပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ စေတီထံ ညွတ်ပြီး လာဘ်ကို မိမိထံသို့ရော၊ သံဃာထံ သို့ရော၊ အခြားပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ စေတီထံသို့ပါ ညွတ်စေရင် ဒုက္ကဋ်အာပတ်။
- မှတ်ချက် ။ ။ ဒီစကားတွေအရ တစ်ကျောင်းတိုက်ရှိ သံဃာနဲ့စေတီ ဆင်းတုတော်သို့ ညွတ်ပြီးတဲ့ လာဘ်ကို အခြားကျောင်းတိုက်ရှိ သံဃာနဲ့ စေတီ ဆင်းတုတော်သို့ ပြောင်းရွှေ့မညွတ်စေကောင်းပါ။ အလှူ မခိုင်း ကောင်းပါ။ အခြားပုဂ္ဂိုလ်တစ်ပါးသို့ (အယုတ်သဖြင့် အခြားခွေးသို့ ညွတ်ပြီး လာဘ်ကို မိမိ၊ သံဃာ၊ စေတီတော်၊ အခြားပုဂ္ဂိုလ်အထံတို့သို့) (အခြားခွေး တစ်ကောင်သို့) မညွတ်စေကောင်းလို့ မှတ်ပါ။
- “ဘယ်နေရာမှာ လှူသင့်ပါသလဲ”လို့ တိုင်ပင်လာရင်တော့ မိမိ သဘောအတိုင်း ညွှန်ပြကောင်းပါတယ်။

နိဿိဂ္ဂိနှင့် ဒုက္ကဋ်

- ၁။ နိဿိဂ္ဂိပစ္စည်းကို မစွန့်ဘဲ သုံးစွဲနေရင် သုံးတိုင်း ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။
 - ၂။ သင်္ကန်းစတဲ့ နိဿိဂ္ဂိပစ္စည်းကို ရဟန်းတစ်ပါးထံ ဝိနည်းကံအလျောက် စွန့်တဲ့အခါ အဲဒီရဟန်းက ကိုယ့်ဥစ္စာလို့ အထင်ရှိပြီး ပြန်မပေးရင် လည်း အဲဒီရဟန်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ်ပါပဲ။
 - ၃။ ကိုယ့်ဥစ္စာလို့ မထင်ပါဘဲ အပိုင်ယူတဲ့အနေနဲ့ ပြန်မပေးဘဲ ထားရင် တန်ဖိုးအလိုက် ပါရာဇိက၊ ထုလ္လစဉ်း၊ ဒုက္ကဋ်လို့ ဆုံးဖြတ်ရပါတယ်။
- မှတ်ချက်
- ၁။ ကိုယ်တိုင် ငွေအလှူခံပြီး ကျောင်းဆောက်ရင် အလှူခံခိုက်မှာ ရူပိယ သိက္ခာပုဒ်အရ နိဿိဂ္ဂိယပါစိတ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

- ၂။ သစ် စသည်ကို ဝယ်ရင် ရှုပ်ယသံဝေါဟာရ သိက္ခာပုဒ်အရ နိသဂ္ဂိယ ပါစိတ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။
- ၃။ အဲဒီသစ်သား၊ သံတွေနဲ့ ဆောက်ထားတဲ့ ကျောင်းမှာ နေရင် သုံးစွဲ တိုင်း သုံးစွဲတိုင်း ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။
- ၄။ အခြားတပည့်တပန်း ရဟန်းသံဃာတွေလည်း ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့် တာပါပဲ။

ပါစိတ်အပိုင်း

အောက်ပါအမှုတွေကြောင့် ရဟန်းမှာ ပါစိတ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

- ၁။ မုသားပြောဆိုခြင်း။
- ၂။ ရဟန်းတွေကို ဆဲရေးခြင်း။
- ၃။ ကုန်းတိုက်စကားကို ပို့ဆောင်ခြင်း။
- ၄။ ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာဓမ္မကို လူ၊ သာမဏေတို့အား သံပြိုင် (ပြိုင်တူ) ပို့ချပေးခြင်း။
- ၅။ အမျိုးသမီး၊ လူ၊ သာမဏေ၊ တိရစ္ဆာန်တွေနဲ့ တစ်မိုးတစ်ရံတည်းသော ကျောင်းမှာ အတူအိပ်ခြင်း။
- ၆။ သမ္ပတိရတဲ့ (အများသဘောတူ သတ်မှတ်ထားတဲ့) ရဟန်းကို ကဲ့ရဲ့၊ ရွတ်ချခြင်း။
- ၇။ ရိုက်မယ်လို့ မကြံဘဲ ခြိမ်းခြောက်တဲ့အနေနဲ့ ရဟန်းအပေါ် လက်ဝါးကြီး တမိုးမိုး၊ လက်သီး တရွယ်ရွယ်၊ ခြေ တရမ်းရမ်း၊ တုတ်ဓား တပြုပြ လုပ်ခြင်း။
- ၈။ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ ဝိနည်းတရားကို မရိုသေခြင်း။
- ၉။ ကုက္ကုစ္စ (စိတ်နှလုံးမသာယာမှု) ကို ဖြစ်စေခြင်း။
- ၁၀။ မွန်းလွဲအခါ မပန်ကြားဘဲ ရွာအတွင်းသို့ ဝင်ခြင်း။
- ၁၁။ နောက်နောက်ပင့်ဖိတ်သူရဲ့ ဘောဇဉ်ကို စားခြင်း။
- ၁၂။ ဘုံလျှို့ စတဲ့ အိပ်ရာနေရာ ၁၀ မျိုးကို သံယိကကျောင်းမှာ ခင်းပြီး နောက် မရုပ်သိမ်းဘဲ သွားခြင်း။
- ၁၃။ ညောင်စောင်း၊ အင်းပျဉ်၊ ဘုံလျှို့၊ ခတ်အခင်းဆိုတဲ့ အိပ်ရာ၊ နေရာတွေကို လွင်တီးခေါင်မှာ ခင်းပြီးနောက် မရုပ်သိမ်းဘဲ သွားခြင်း။

- ၁၄။ မိန်းမနဲ့အတူ ခရီးရှည် (အနည်းဆုံး ယူဇနာဝက်ခရီး) ကို ချိန်းချက်
သွားခြင်း။
- ၁၅။ မိန်းမနဲ့ တစ်ယောက်ချင်း ထိုင်ခြင်း။
- ၁၆။ ရဟန်းကို ခြောက်လှန့်ခြင်း။
- ၁၇။ ရဟန်းကို ရိုက်ခြင်း။
- ၁၈။ မေးအပ်သည်မှ တစ်ပါးသော အကြောင်းကို ပြောဆိုခြင်း။
- ၁၉။ ဆိတ်ဆိတ်နေပြီး သံဃာကို ညှဉ်းဆဲခြင်း။
- ၂၀။ ရဟန်းတစ်ပါးရဲ့ သံဃာဒီသေသ်အာပတ်ကို လူ၊ သာမဏေအား
ပြောပြခြင်း။
- ၂၁။ ရဟန်းတစ်ပါးရဲ့ ရုန့်ရင်းတဲ့ အာပတ် (သံဃာဒီသေသ်အာပတ်)
ကို ဖုံးလွှမ်းခြင်း။
- ၂၂။ ပျော်မြူးလိုလို့ လက်ချောင်းထိုးကစားခြင်း။
- ၂၃။ ရေမှာ ကစားခြင်း။
- ၂၄။ သံဃိက (သံဃာအများပိုင်) ကျောင်းမှ ရဟန်းကို နှင်ထုတ်ခြင်း။
- ၂၅။ မထစေထိုက်တဲ့ ရဟန်းရဲ့ အနီးသို့ ကပ်ဝင်နေထိုင်ခြင်း။

ကပ္ပိပုံအပိုင်း

ကြီးပွားပြီး၊ ကြီးပွားဆဲ မြက်၊ သစ်ပင်အပေါင်းကို ဖျက်ဆီးရင် (ဖြတ်ခြင်း၊ ခွဲခြင်း၊ မီးတိုက်ခြင်း စသည်ကို ပြုလုပ်ရင်) ရဟန်းမှာ ပါစိတ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

လက်သည်း၊ ခြေသည်းတွေနဲ့ ဆိတ်ဖြတ်ထိုးဖောက်ခြင်း၊ မီးနဲ့ တိုက်ခြင်း၊ ဓား စတဲ့ လက်နက်တွေနဲ့ ခုတ်ခြင်း အမှုတွေနဲ့ ကပ္ပိရာမှာ အဲဒီအမှုတွေက အလျင် မကျစေရပါ။ “ကပ္ပိယံ ဘန္တေ = အပ်အောင် လုပ်ပါတယ်ဘုရား” လို့ ဆိုပြီး ချက်ချင်း အဲဒီအမှုတွေကို ပြုရပါတယ်။

ဗီဇဂါမ်ခေါ် မျိုးစေ့အပေါင်း (အမြစ်၊ ပင်စည်၊ အဆစ်၊ အညွန့်၊ အစေ့) အခိုက်မှာသာ ကပ္ပိယလို့ ရပါတယ်။ သစ်ပင်ဖြစ်တဲ့ ဘူတဂါမ်အခိုက်မှာ အမြစ်၊ အရွက် နောက်ထပ်ထွက်တဲ့ ချင်း (ဂျင်း) တက်မှတစ်ပါး ကပ္ပိလို့ မဖြစ်ပါ။

ဘူတဂါမ် ၅ မျိုးနဲ့ ဗီဇဂါမ်ဒုက္ကဋ်

အမြစ်မျိုး၊ ပင်စည်မျိုး၊ အစေ့မျိုး၊ အညွန့်မျိုး၊ အဆစ်မျိုးဆိုတဲ့ မျိုး ၅ ခုမှ စပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သစ်ပင်ငါးမျိုးဟာ ဘူတဂါမ် (ဘူတ = ကြီးပွားပြီး ကြီးပွားဆဲ သစ်ပင်တွေရဲ့ + ဂါမ = အပေါင်း)

ဘူတဂါမ် (သစ်ပင်) တွေမှ ဆွတ်ခူးထားတဲ့ အမြစ်၊ ပင်စည်၊ အစေ့၊ အညွန့်၊ အဆစ်တွေဟာ ဗီဇဂါမ် (မျိုးတွေရဲ့ အပေါင်း) မည်ပါတယ်။ အဲဒီမျိုးကို ဖျက်ဆီးရင် ရဟန်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အပင်ပေါက်နိုင်တဲ့ အဲဒီ ဗီဇဂါမ် ၅ မျိုးကို လက်သည်း၊ ခြေသည်း၊ မီး၊ လက်နက်တွေထဲက တစ်ခုခုနဲ့ ကပ္ပိပြီးမှ ရဟန်းတွေဟာ စားကြရပါတယ်။

ဆောင်ပုဒ် ။ ။ မြစ် - ဆစ် - ပင်စည်၊ ညွန့် - စေ့မှီ၊ ငါးလီ ဗီဇဂါမ်။
ဖျက်လေသမျှ၊ ဒုက္ကဋ္ဌ၊ မုချ သင့်ရမှန်။

မျိုးများရဲ့သရုပ်

- ၁။ အမြစ်မျိုး = နန္ဒင်း၊ ချင်း (ဂျင်း) စသည်။
- ၂။ ပင်စည်မျိုး = ညောင်ဗုဒ္ဓဟော၊ ပညောင်စသည်။ (အကိုင်းစိုက်ရင် အပင် ပေါက်ပါတယ်။ ညောင်ကိုင်းဖြတ်ချင်ရင် ကပွိရပါသေးတယ်။)
- ၃။ အညွန့်မျိုး = ကညွတ်၊ ရုံး စသည် (အညွန့်စိုက်ရင် အပင် ပေါက်ပါတယ်။)
- ၄။ အဆစ်မျိုး = ကြံ၊ ဝါး၊ ကျူ စသည်။
- ၅။ အစေ့မျိုး = ကောက်၊ ပဲတွေပါပဲ။

ကပွိစရာ မလိုပါ

- ၁။ အစေ့ထုတ်ပြီးတဲ့ သစ်သီး (သရက်သီး၊ ပိန္နဲသီးတို့လို သစ်သီးမျိုး)
- ၂။ အစေ့ ရှိပေမယ့် အပင် ပေါက်လောက်အောင် မရင့်သေးလို့ အစေ့ (မျိုး) လို့ မဆိုထိုက်တဲ့ အစေ့နုသေးတဲ့ အသီး။
- ဒီ ၂ မျိုးဟာ ကပွိစရာ မလိုပါ။ နဂိုအတိုင်းပဲ အပ်ပါတယ်။

သီးသီး

သီးသီးဟာ မှည့်ပေမယ့် အသားနဲ့ အခွံ (ခွက်) ဟာ ဆက်စပ် တွဲကပ် လျက်ရှိရင် အပြင်ခွံ (ခွက်) ကို ကပွိရုံမျှနဲ့ အပ်ပါတယ်။

အထဲက အသားက အခွံမှ ကွာနေရင်တော့ ခွဲပြီးမှ အစေ့နဲ့ ရောနေတဲ့ အဲဒီအသားကို ကပွိရပါတယ်။

တစ်ခု ကပွိရင် ဆက်စပ်သမျှ ကပွိပြီး ဖြစ်

ခွက်တစ်ခုမှာဖြစ်စေ၊ မြေပေါ်မှာ ကြုံပုံကြီးလိုပုံထားပြီးဖြစ်စေ တစ်စပ်တည်း တစ်ဆက်တည်း တည်နေတဲ့ ဗီဇဂါမ်တွေထဲက သစ်သီးတစ်လုံး၊ ကြံတစ်ချောင်းကို ကပွိလိုက်ရင် အားလုံး ကပွိပြီး ဖြစ်သွားပါတယ်။ အဲဒီလို ကပွိရာမှာ အကပ်ခံပြီး မဟုတ်တဲ့ ကြုံပုံကြီးကိုတောင် ကပွိနိုင်ပါတယ်။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၇၉

အကပ်မခံဘဲ တစ်ကြိမ် ကပွိုထားရင် နောက်ရက်တွေမှာလည်း အကပ်ခံပြီး စားကောင်းပါတယ်။

ကပွိုပြီးနောက် အညွန့်၊ အညောက် ထွက်သော်

ပထမ ကပွိုပြီးနောက် ချင်းစသည်ကို သဲပေါ်မှာ ထားရင် အမြစ်လည်း ထွက်တတ်ပါတယ်။ အညွန့်လည်း ထွက်တတ်ပါတယ်။ အဲဒီအခါ ဘူတဂါမ် (သစ်ပင်) ဖြစ်သွားလို့ စားသောက်သုံးစွဲချင်ရင် ထပ်ကာ ကပွိုပြီးမှ စားနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ချင်းမှာ အမြစ်သာ ထွက်ပြီး အညွန့် မထွက်သေးရင် အထက်ပိုင်းကို ဓားနဲ့ ကိုယ်တိုင် လှီးဖြတ်ပြီး ယူနိုင်ပါတယ်။ အညွန့်သာ ထွက်ပြီး အမြစ် မထွက်သေးရင် အောက်ပိုင်းကို လှီးဖြတ်ပြီး ယူနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီအခိုက်မှာ ဘူတဂါမ် မဖြစ်သေးပါ။ ဗီဇဂါမ်အခိုက်သာ ရှိပါသေးတယ်။ အထက်၊ အောက်မှာ အမြစ်၊ အရွက် နှစ်မျိုးလုံး ထွက်ရင် ဘူတဂါမ် (သစ်ပင်) ဖြစ်ပြီးလို့ မဖြတ်ကောင်းတော့ပါ။

မှော်ဗီဇရဲ့ ဘူတဂါမ်ဖြစ်ပုံ

အရွက်ရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မရှိသည်ဖြစ်စေ ရေမှာ ဖြစ်နေတဲ့ မှော် အမျိုးမျိုးဟာ ဘူတဂါမ် (သစ်ပင်) ပါပဲ။

စေတီ၊ ဆင်ဝင်၊ တံတိုင်း၊ ပွတ်တိုင်၊ ပွတ်လုံး စသည်တွေမှာ ပေါ်ထွက်နေတဲ့ မှော်တွေဟာ နှစ်ရွက်၊ သုံးရွက် အရွက်ထွက်နေရင် ဘူတဂါမ် ဖြစ်ပါတယ်။ နှစ်ရွက်၊ သုံးရွက် မထွက်သေးရင်တော့ ဗီဇဂါမ်မှာ ပါဝင်ပါတယ်။

မည်သည့်မျိုးမဆို နဂိုအတိုင်း ဗီဇဂါမ် ဖြစ်ပေမယ့် နောက်ထပ် အမြစ်၊ အရွက် နှစ်မျိုး ထွက်ရင် ဘူတဂါမ် ဖြစ်ပါတော့တယ်။ တစ်မျိုးမျိုးသာ ထွက်သေးရင်တော့ ဗီဇဂါမ်အတိုင်းပါပဲ။

မှော်နဲ့ မှို

ရေအိုး စသည်တွေရဲ့ ပြင်ဘက်မှာ ရှိတဲ့ မှော်နဲ့ ငုံနေတဲ့ မှိုကို ဖျက်တဲ့ ရဟန်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်တယ်။

ရေအိုး စသည်တွေရဲ့ အတွင်းဘက်မှာ ရှိတဲ့ မှော်နဲ့ ပွင့်ပြီးမှိုကို ဖျက်တဲ့ ရဟန်းမှာ အာပတ်မသင့်ပါ။

မြေမှ နှုတ်ပြီး မှိုကတော့ နောက်ထပ် အပင် မပေါက်နိုင်လို့ ဖျက်ပေမယ့် အပြစ်မရှိပါ။ မြေကြီးမှာ ပေါက်နေရာဝယ် မြေကြီးဖျက်အောင် နှုတ်ရင်တော့ ပထဝီဓဇာန သိက္ခာပုဒ်အရ အပြစ်ရှိပါတယ်။

ချိပ်၊ အစေး၊ မှို၊ အက္ခရာရေး

စိုတဲ့ သစ်ပင်မှ ထွက်နေတဲ့ ချိပ်၊ အစေး၊ မှိုတွေကို သစ်ပင်မှ ခွာပြီး၊ ဆွဲနှုတ်ပြီး ယူရင် သစ်ပင်ရဲ့အခွံကို ဖျက်ဆီးရာ ရောက်လို့ ရဟန်းမှာ ပါစိတ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

နှံပဲ စတဲ့ သစ်ပင်အစိုတွေရဲ့ အခွံပေါ်မှာ အက္ခရာစာလုံး ထင်အောင် ရေးခြစ်ရင်လည်း အဲဒီအခွံကို ဖျက်ဆီးရာ ရောက်လို့ ရဟန်းမှာ ပါစိတ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ခြောက်နေတဲ့ အခွံမှ အဲဒီအားလုံးကို ခွာပြီး ယူကောင်းပါတယ်။ တမာစေး စသည်မှာ ရှည်ပြီး ထွက်နေရင်ဖြစ်စေ၊ အောက်သို့ တွဲပြီး ကျနေရင်ဖြစ်စေ အခွံနဲ့ မထိတဲ့ အလယ်ပိုင်း အဖျားပိုင်းကို ဖြတ်ပြီး ယူနိုင်ပါတယ်။

သစ်သား၊ မျောက်လက် ရိုက်နှက်ခြင်းနဲ့ မြက်ထုံးခြင်း

ထန်းပင်၊ အုန်းပင် စသည်တွေမှာ ခိုးသူတွေ မတက်နိုင်အောင် သစ်သား၊ မျောက်လက် (မျောက်ရဲ့လက်နဲ့ တူတဲ့သစ်သား) ကို စိုက်နှက်တဲ့ ရဟန်းမှာ သစ်ပင်ကို ဖျစ်ညှစ်နှိပ်စက်ရာ ရောက်လို့ ပါစိတ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။ မရိုက်မနှက်ဘဲ ဆူးခက်ကပ်သလို ကပ်ရုံကပ်ထားရင်တော့ အာပတ်မသင့်ပါ။ ဆူးခက်ကိုလည်း သစ်ပင် နာလောက်အောင် ဖွဲ့ချည်ထားရင်တော့ အာပတ်သင့်တာပါပဲ။

မရိတ်ရသေးတဲ့ မြက်၊ နွယ်တွေကို ဖိနှိပ်ပြီး နင်းတဲ့အနေနဲ့ မဖျက်ကောင်းပါ။ အထုံးကိုလည်း မပြုလုပ်ကောင်းပါ။ ထုံးလိုက်ရင် မြက်နွယ်တွေ နာသွားလို့ ဖျက်ဆီးရာ ရောက်ပါတယ်။ ရိတ်ပြီးမြက် ဖြစ်ရင်တော့ နောက်ထပ် အပင်မပေါက်လို့ ဖြတ်ပေ၊ ဖျက်ပေမယ့် အာပတ်မသင့်ပါ။

နာမည်ကို မညွှန်ပြဘဲ

“ဒီသစ်ပင်ကို ဖြတ်လော့” အဝေးမှာ နေပြီး “မည်သည့်သစ်ပင်ကို ခုတ်ဖြတ်လော့” စသည်ဖြင့် တိုက်ရိုက်သတ်မှတ်ညွှန်ပြပြီး “ခုတ်လော့၊ ဖြတ်လော့၊ ဖျက်လော့၊ ဒီပန်းပွင့်ကို (တစ်နည်း) ဒီပန်းပင်မှ ပန်းပွင့်ကို ဆွတ်ခူးလော့၊ ဒီသစ်သီးကို ဆွတ်လော့၊ ခွဲလော့၊ ထိုးလော့၊ ချက်လော့၊ မီးတိုက်လော့” ဟု မပြောကောင်းပါ။ ပြောရင် ဖျက်ဆီးရာရောက်လို့ ဘူတဂါမ်မှာ ပါစိတ်၊ ဗီဇဂါမ်မှာ ဒုက္ခဋ္ဌ၊ “မည်သည့်သစ်ပင်၊ သစ်သီး၊ သစ်ပွင့်” လို့ နာမည်ကို မညွှန်ပြဘဲ “သစ်ပင် ခုတ်လိုက်၊ သစ်သီးတွေ ဆွတ်လိုက်၊ ပန်း ခူးလိုက်” လို့တော့ ပြောကောင်းပါတယ်။

အပ်တဲ့ ခိုင်းနည်း

“ဒီသစ်ပင်ကို၊ ဒီသစ်သီးကို၊ ဒီပန်းကို ကပ္ပိစမ်း” “ဒီအသီးကို ယူလိုက် (ယူခဲ့)၊ ဒီအသီးကို ဆောင်ခဲ့၊ ဒီအသီးကို ပေးစမ်း” စသည်ဖြင့် သစ်ပင်မှာ ရှိနေတဲ့ အသီး၊ အပွင့်၊ အရွက်ကို ပြောဆိုကောင်းပါတယ်။

မြက်စသည်ကို သုတ်သင်ရှင်းလင်းရာမှာတော့ “ဖြတ်လော့၊ ဖျက်လော့” လို့ မခိုင်းဘဲ “ကပ္ပိစမ်း၊ သုတ်သင်စမ်း” လို့ ပြောကောင်းပါတယ်။

ဘူမိအပိုင်း

ကပ္ပိယကုဋိ ၄ လုံး

အန္တောဝုတ္တ စသည်ကို ပြုကောင်းရာ ဖြစ်လို့ ‘ကပ္ပိယ’လို့ ခေါ်ပြီး ယာဝကာလိက၊ ယာမကာလိကဝတ္ထုတွေရဲ့ တည်ကောင်းရာ ဖြစ်လို့ ‘ဘူမိ’ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကပ္ပိယဘူမိကို ‘ကပ္ပိယကုဋိ = အပ်တဲ့ ကျောင်း’ လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။

ယာဝကာလိက၊ ယာမကာလိကဝတ္ထုတွေကို သိုမှီးရာ ဖြစ်ပြီး လူ၊ သာမဏေတို့ ချက်နိုင်ရာ အပ်တဲ့ ဘူမိ (ကုဋိ) တွေက

၁။ သမ္ပုတိဘူမိ၊ ၂။ ဥဿာဝနန္တိကာဘူမိ၊ ၃။ ဂေါနိသာဒိကာဘူမိ၊ ၄။ ဂဟပတိဘူမိတို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

နေဖို့ကျောင်းမှာ ကပ္ပိယကုဋိ တစ်ခုခု ဖြစ်အောင် ပြုပါ

သံဃာပိုင် (သံဃိက) ဖြစ်စေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်ပိုင် (ပုဂ္ဂလိက) ဖြစ်စေ နေဖို့ရန် ဆောက်လုပ်ထားတဲ့၊ သဟဿေယျအာပတ်လည်း သင့်လောက်အောင် အမိုးအကာရှိတဲ့ ကျောင်းဝယ် ကပ္ပိယကုဋိကို ရထိုက်ပါတယ်။ (ရအောင် စီမံထိုက်ပါတယ်။)

ကပ္ပိယကုဋိ မရှိရင် ယာဝကာလိက၊ ယာမကာလိက ဝတ္ထုတွေကို ညဉ့်အခါမှာ အရုဏ်တက်အောင် မထားကောင်းပါ။ ထားမိရင် မစားကောင်း ပါ။ စားရင် ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။ အဲဒီလို အာပတ်မသင့်အောင် ကပ္ပိယကုဋိ ဖြစ်ထိုက်ပါတယ်။

ညဉ့်အိပ်၊ ညနေ နေဖို့ မဟုတ်တဲ့ ရေချိုးခန်း၊ တံခါးမုခ်၊ မနေဘဲ ဆွမ်း စားရုံသက်သက်သာဖြစ်တဲ့ ဆွမ်းစားကျောင်း၊ စေတီကျောင်းဆောင်၊ ဗောဓိ ကျောင်းဆောင်၊ တံမြက်စည်းထားရာစင် စသည်တွေဟာ ကပ္ပိယကုဋိလုပ်ဖို့

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၈၃

မလိုပါ။ အဲဒီအဆောက်အဦးတွေမှာတော့ အန္တောဝုတ္ထ၊ အန္တောပက္က မဖြစ်ပါ။ ပင်ကိုအတိုင်းပဲ ကပ္ပိယကုဋ် ဖြစ်နေပါတယ်။

ဥဿာဝနန္တိကာကုဋ် ပြုလုပ်ပုံ

သံယိကကျောင်းဖြစ်စေ၊ ပုဂ္ဂလိကကျောင်းဖြစ်စေ ဥဿာဝနန္တိကာကုဋ်ပြုလိုတဲ့ ရဟန်းဟာ “ကပ္ပိယကုဋ် ကရောမ = အပ်တဲ့ ကျောင်းကို ပြုပါကုန်၏” ဆိုတဲ့စကားရဲ့အဆုံးနဲ့ ညီမျှအောင် ပထမတိုင်ကို (သို့မဟုတ် ပထမအုတ်ကို) မြှောက်ပြီး ချလိုက်ရပါတယ်။ မြေတိုက်၊ ကျောက်တိုက် ဆောက်ရာမှာ မြေဆိုင်ခဲ၊ ကျောက်ခဲကို မြှောက်ပြီး ချလိုက်ရပါတယ်။

ကရောမလို့ ဆိုရပုံ

တိုင်စသည်ကို မြှောက်ပြီး ချရာမှာ ရဟန်းအများ ဝိုင်းပြီး မြှောက်ပြီးရင် “ကပ္ပိယကုဋ် ကရောမ” လို့ ဆိုပြီး ချတဲ့အခါ တစ်ပါးပါးရဲ့ စကားအဆုံးနဲ့ ချခြင်းကိစ္စတို့ ညီမျှအောင် အများဝိုင်းပြီး မြှောက်ချရကြောင်းကို သိစေလိုလို့ “ကရောမ” လို့ ဗဟုဝစ်ထားပါတယ်။ အများဆိုပုံ ထင်ရှားအောင် “ကပ္ပိယကုဋ် ကရောမ” ဆိုတဲ့ ဝါကျကိုလည်း ၂ ထပ် ပြထားပါတယ်။ ရဟန်းတွေ သာမက လက်သမားစတဲ့ လူတွေက တိုင် စသည်ကို မြှောက်ပြီး ရဟန်းတွေက ထိရုံထိလျက်လည်း ဆိုနိုင်ပါတယ်။ (ကျောင်းဟောင်းကို ဖျက်ပြီးဖြစ်စေ အသစ်ဖြစ်စေ ကျောင်းဆောက်ရာမှာ ဒီဥဿာဝနန္တိကာကုဋ် ဖြစ်အောင် ရှေးဆရာတို့ စီမံလေ့ရှိကြပါတယ်။)

ဂေါနိဿဒိကုဋ်

အကာအရံ တစ်ဝက်ကျော်ကျော် မရှိရင်ဖြစ်စေ၊ ဟစ်တိုက်လုံးပဲ အကာအရံ မရှိရင်ဖြစ်စေ နွားတွေ ဝင်ရောက်နေနိုင်လို့ အဲဒီကျောင်းတိုက်ကို “ဂေါနိဿဒိကာ ကုဋ် = နွားတွေ ဝင်ရောက်နေထိုင်နိုင်ရာ ကုဋ်” လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒီကုဋ်မှာ ကျောင်းတိုက် သို့မဟုတ် ကျောင်းဝင်းရဲ့အကာအရံ (များစွာ ဖြစ်စေ၊ လုံးလုံးဖြစ်စေ) မရှိခြင်းသာ လိုရင်းပါပဲ။ ကျောင်းတစ်ကျောင်းရဲ့ အကာအရံ ရှိခြင်း၊ မရှိခြင်းက လိုရင်း မဟုတ်ပါ။

သမ္မုတိကုဋ်

သံဃာက သမုတ်အပ်တဲ့ ကုဋ်ဟာ သမ္မုတိကုဋ် မည်ပါတယ်။ ဆောက်လုပ်လို့ ပြီးပြီးတဲ့ ကျောင်းကို ယာဝကာလိက၊ ယာမကာလိက ဝတ္ထုတွေ ထားကောင်းတဲ့ကျောင်း ဖြစ်အောင် သံဃာက အဲဒီကျောင်းရဲ့နာမည်ကို ဖော်ထုတ်ပြီး အဲဒီကျောင်းရဲ့ ဟတ္ထပါသ်မှာ ဖြစ်စေ၊ ကျောင်းအတွင်းမှာ ဖြစ်စေ ဘေသဇ္ဇက္ခန္ဓာကမှာ လာတဲ့အတိုင်း ဥတ္တိဒုတိယကမ္မဝါစာနဲ့ “ကပ္ပိယ ဘူမိ” လို့ သံဃာက သမုတ်ရပါတယ်။ သမုတ်ခံရတဲ့ ကျောင်းက သိမ်ရဲ့ အပြင်ဘက်မှာဖြစ်ရင် နာမည်ကို ထုတ်ဖော်ပြီး သိမ်အတွင်းမှာ ကမ္မဝါစာ ရွတ်ရပါမယ်။ ကမ္မဝါစာမရွတ်ဘဲ အပလောကနက်နဲ့လည်း သမုတ်နိုင်တယ် လို့ အဋ္ဌကထာ ဆိုပါတယ်။

ဂဟပတိကုဋ်

ဘိက္ခုမုတစ်ပါးသော ဘိက္ခုနီစတဲ့ သီတင်းသုံးဖော် ၄ ဦး၊ လူဝတ်ကြောင်၊ နတ်တွေက ကပ္ပိယကုဋ်အလိုငှာ ‘ကပ္ပိယကုဋ် ဒေမ = အပ်တဲ့ ကျောင်းကို လှူကြပါ၏’ လို့ လျှောက်ပြီးဖြစ်စေ၊ ‘ကပ္ပိယကုဋ် ကာတုံ ဒေမ = အပ်တဲ့ ကျောင်းကို ပြုလုပ်ဖို့ လှူကြပါ၏’ လို့ လျှောက်ပြီးဖြစ်စေ လှူအပ်တဲ့ ကျောင်းဟာ ဂဟပတိကုဋ် မည်ပါတယ်။

သီတင်းသုံးဖော် ၄ ဦး၊ လူ၊ နတ်တွေရဲ့ ဥစ္စာဖြစ်တဲ့ ကျောင်း၊ သိမ်ဟာ လည်း ဂဟပတိကုဋ် ပါပဲ။ ဘိက္ခုနီကျောင်းမှာရော၊ လူဝတ်ကြောင်တွေရဲ့ အိမ်မှာပါ တတ်နိုင်ရင် နတ်ဗိမာန်မှာပါ ဘိက္ခုတွေရဲ့ ယာဝကာလိက၊ ယာမကာလိက ဝတ္ထုကို သိမ်းထားကောင်းပါတယ်။ အန္တောဂုတ္တအဖြစ် မရှိပါ။

ကျောင်းရေစက်ချ

ကျောင်းရေစက်ချတဲ့အခါ “ကပ္ပိယကုဋ် ဒေမ” သို့မဟုတ် “ကပ္ပိယကုဋ် ကာတုံ ဒေမ” လို့ ထည့်ပြီး ရေစက်ချသင့်ပါတယ်။ “ဣမံ ဝိဟာရံ အာဂတာနာဂတဿ စာတုဒ္ဓိသဿ သံဃဿ ကပ္ပိယကုဋ် ကာတုံ ဒေမ = ဒီ ကျောင်းဆောင်ကို ဒီကျောင်းသို့ ရောက် မရောက်တဲ့ အရပ် ၄ မျက်နှာမှာ သီတင်းသုံးလျက်ရှိတဲ့ သံဃာအား အပ်တဲ့ကျောင်း ပြုလုပ်ဖို့ လှူကြပါ၏” လို့ ဆိုပြီး ရေစက်ချရင်လည်း ကပ္ပိယကုဋ် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

အန္တောဂုတ္တနဲ့ ရောရင် အန္တောဂုတ္တ ဖြစ်

အန္တောဂုတ္တ မဖြစ်အောင် သိမ်းဆည်းထားအပ်တဲ့ ယာဝ၊ ယာမကာ လိက ၂ ပါးဟာ အကပ္ပိယကုဋ်မှာ သိမ်းထားအပ်တဲ့ ထောပတ်စတဲ့ သတ္တာ ဟကာလိက၊ နန္ဒင်း၊ ချင်းစတဲ့ ယာဝဇီဝိကနဲ့ ရောမိရင် အန္တောဂုတ္တ ဖြစ်ပါ တယ်။

သာမံပါကနဲ့ ရောရင် သာမံပါက ဖြစ်

အန္တောဂုတ္တဖြစ်တဲ့ ထောပတ်စသည်ကို ရဟန်းကိုယ်တိုင် ချက်ပြီး ယာဝဇီဝိကဖြစ်တဲ့ ချင်းစသည်တွေနဲ့ ရောရင် ထောပတ်ရဲ့သတ္တာဟ ကာလိက သို့ လိုက်ပြီး ချင်းစသည်လည်း ၇ ရက် အပ်ပါတယ်။ အဲဒီကာလိက ၂ မျိုး လုံးပဲ ကိုယ်တိုင် ချက်ကောင်းလို့ သာမံပါကအဖြစ် မရှိပါ။ ဒါပေမဲ့ သာမံပါက ထောပတ်စသည်ကို အာမိသနဲ့တော့ ရောပြီး မစားကောင်းပါ။

ယာဝ၊ ယာမကာလိက ၂ ပါးကို “အာမိသ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ အာမိသနဲ့ ရောမိရင်တော့ သာမံပါကဖြစ်တဲ့ သတ္တာဟကာလိကနဲ့ ရောအပ် တဲ့ ယာဝဇီဝိကသည်ပင် သာမံပါက ဖြစ်ပါတော့တယ်။ နဂိုက သာမံပါက အပြစ်မရှိတဲ့ အဲဒီ ယာဝဇီဝိကဟာ အာမိသနဲ့ ရောမှုကြောင့် သာမံပါက အပြစ်ရှိပါတယ်။

ဥဿာဝနန္တိကာ မပျက်သေးပုံ

ဥဿာဝနန္တိကာကုဋ်ဖြစ်တဲ့ ကျောင်းဝယ် ပထမ ချအပ်တဲ့ တိုင်၊ အုတ်ခဲ စသည်ကို အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖယ်လိုက်ရပေမယ့် အခြား တိုင်၊ အုတ်ခဲ စသည်တွေမှာ အဲဒီကုဋ်ဟာ မပျက်ဘဲ တည်ရှိနေပါသေးတယ်။

ကပ္ပိယကုဋ် ပျက်ရာအခါ

တိုင်အားလုံး သို့မဟုတ် အုတ်အားလုံးကို ဖယ်လိုက်ရင်တော့ ဥဿာဝ နန္တိကာကုဋ် ပျက်ပါတော့တယ်။

အကာ မရှိလို့ (ရှိပေမယ့် တစ်ဝက်ပြည့်အောင် မရှိလို့) ဂေါနိသာဒီ အမည်ရဲ့တဲ့ ကပ္ပိယကုဋ်ဟာ တစ်ဝက်ရှိအောင် အကာ ကာလိုက်ရင် ကပ္ပိယကုဋ်အဖြစ် ပျက်သွားပါတယ်။

သမ္မုတိနဲ့ ဂဟပတိကုဋိ ၂ မျိုးမှာ အမိုးအားလုံး ပျက်တဲ့အခါ ကပ္ပိယ ကုဋိအဖြစ် ပျက်ပါတယ်။ ရဟန်းတစ်ပါး ထိုင်နေရင် မိုးလုံလောက်အောင် ခေါင်မိုးရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ အမိုးအနည်းငယ် ကျန်နေသေးရင်တော့ ကပ္ပိယ ကုဋိ မပျက်သေးပါ။

မှတ်ချက်

“ကပ္ပိယကုဋိဒေမ” စသည် ဆိုပြီး လှူအပ်တဲ့ ဂဟပတိကျောင်းကို ဘယ်သောခါမှ ကပ္ပိယကုဋိ မပျက်တော့လို့ ထင်မှတ်ကြပါတယ်။ ဒီမှာ “အမိုး ပျက်ရင် ကပ္ပိယကုဋိ ပျက်တယ်” ဆိုတဲ့ စကားကို သတိပြုပါ။ “ပြန်ပြီး မိုးရင် ကပ္ပိယကုဋိ ပြန်ပြီး ဖြစ်တယ်” လို့ ယူသင့်ပေမယ့် အဲဒီလိုတော့ အဆို မရှိပါ။

ဥပဇ္ဈာယ်နဲ့ ဆရာအပေါ် ကျင့်ဝတ်အပိုင်း

တပည့်တို့ ကျင့်ဝတ်

ဥပဇ္ဈာယ်နဲ့ နိဿယသိမ်း ဆရာတွေကို မှီငြမ်း ခေတ္တ သီလချစ် ရှင်
 ရဟန်းတော် ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတွေအား နံနက်သောတေအခါမှာ နေ့စဉ် ဒဏ်ပူ
 နေရာ၊ မျက်နှာသစ်ချေ ယာဂုတွေကို ပေးရပါတယ်။ ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတွေရဲ့
 ဆွမ်းစားသပိတ်ကို ယူပြီး ဆေးပြီးရင် သပိတ်ကို သိမ်းထားသည့်တိုင်အောင်
 ပြုရမယ့် ကျင့်ဝတ်ကို ကျင့်ရပါတယ်။ ရွာဝင်ခါနီးအခါမှာ ရွာဝတ်သင်းပိုင်ကို
 ပေးရခြင်း၊ ကျောင်းဝတ်သင်းပိုင်ကို ယူရခြင်း၊ ဧကသီနဲ့ သင်္ကန်းကြီးကို
 ထပ်ပြီး ပေးရခြင်း စတဲ့ ကျင့်ဝတ်ကို ကျင့်ရပါတယ်။ (ရှေးခေတ်က သင်္ကန်း
 ကြီးကို ကျောင်းမှာ မထားခဲ့ကြပါ။ ဒါကြောင့် သင်္ကန်းကြီးနဲ့ ဧကသီကို ထပ်
 ပြီး ပေးရပါတယ်။ ယခုခေတ်မှာတော့ “ကျောင်းက လုံခြုံရင် ထားခဲ့နိုင်တယ်”
 ဆိုတဲ့ ခွင့်ပြုတော်မူချက်အရ ကျောင်းမှာ ထားခဲ့တတ်ကြပါတယ်။) ရွာသို့
 သွားရာအခါ၊ ပြန်လာရာအခါတွေမှာရော၊ နေရာမှာရော၊ ခြေဆေးအင်းပျဉ်မှာ
 ရော၊ (ဝါ - ဆေးအပ်ပြီးတဲ့ ခြေကို ထားရာခုံမှာရော) ခြေပွတ်အိုးခြမ်းမှာရော
 (ဝါ - မဆေးအပ်သေးတဲ့ ခြေကို ထားရာခုံမှာရော) ဖိနပ်၊ သင်္ကန်းမှာပါ သင့်
 လျော်တဲ့ ကျင့်ဝတ်ကို ကျင့်ရပါတယ်။

ရွာသို့ အသွားအပြန်မှာ ကျင့်ဝတ်

ရွာသို့ ဝင်ရာမှာ ဥပဇ္ဈာယ်က နောက်လိုက် အလိုရှိရင် ကောင်းမွန်စွာ
 ဝတ်ရုံပြီး နောက်လိုက် လုပ်ရပါမယ်။ ဥပဇ္ဈာယ်နဲ့ မနီးလွန်း၊ မဝေးလွန်းအောင်
 လိုက်သွားရပါမယ် စတဲ့ ဝတ်နဲ့ ရွာမှာ ပြန်လာတဲ့အခါ ကျောင်းသို့ အရင်ပြန်

လာပြီး နေရာကို ခင်းထားနှင့်ရပါမယ်။ ခြေဆေးရေ၊ ခြေဆေးအင်းကို
ခြေပွတ်အိုးခြမ်းကို ထားရမယ်တဲ့ ထောင်ဝက်မိသေး။

ဖိနပ်မှာ ကျင့်ဝတ်

ဥပဇ္ဈာယ်ရဲ့ ဖိနပ်ကို ယူဆောင်အခါ
နဲ့ ပထမသုတ်ပြီးမှ ကပ်နေတဲ့ ဖိနပ်၊ ပြောင်အောင် စိုတဲ့ အဝတ်၊ အိပ်
သုတ်ခြင်း သေညှပ်ပါ။

သင်္ကန်းမှာ ကျင့်ဝတ်

ချွေးစိုတဲ့ သင်္ကန်းကို နေလှန်းရခြင်း၊ ယူဆောင်အခါ ထားရခြင်း၊
သင်္ကန်းခေါက်တဲ့အခါ အဝတ်မှာ ခေါက်ချိုးရာ မထင်အောင် တင်အောင်
လက်ဖြင့် သစ်ခန့် ပိုပြီး ခေါက်ခြင်း စသည့်ပါ။

ဥပဇ္ဈာယ်အတွက် သောက်ရေ၊ ယိုးဒယားရေ၊ ကုန်းပေါ်ရေ၊
အိမ်၊ ကျင့်ဝယ်အိမ်မှာရော၊ ကျောင်းသန့်ရှင်းရာမှာရော တစ်ဖန် အိပ်ရာ
နေရာခင်းရာမှာပါ ကျင့်ဝတ်ကို ကျင့်ရပါတယ်။ ကျောင်းသန့်ရှင်းရေး လုပ်တဲ့
ရဟန်းဟာ လေညှာဖြစ်တဲ့ အများစုဝေးရာ ဟင်းလင်းပြင်မှာရော၊ သောက်
ရေအနီးမှာပါ အိပ်ရာနေရာကို မခါရပါ။ ဥပဇ္ဈာယ် ရေချိုးတုန်း ဥပဇ္ဈာယ်ရဲ့
သင်္ကန်းကို လှမ်းယူရပါတယ်။ ကိုယ်ကို ချွေးတွန်းပေးရပါတယ်။ ရေချိုးပြီး
တဲ့အခါ ကိုယ်ကို ရေသုတ်ပေးရပါတယ်။ သင်္ကန်းကို ပေးရပါတယ်။ သင်္ကန်း
ကို ပေးရပါတယ်။ ရေလဲသင်းပိုင်ကို ယူပြီး ရေညှစ်ရ လှန်းရပါတယ်။ ဥပဇ္ဈာယ်
ဆရာတွေအတွက် သင်္ကန်းချုပ်စရာ ရှိရင် ချုပ်ပေးရပါတယ်။ ချုပ်ပြီးသင်္ကန်း
ဆိုးတဲ့အခါ အထက်အောက် ပြန်လှန်ပြီး ပြန်လှန်ပြီး ဆိုးရပါတယ်။ ဆိုးပြီး
ဖြန့်လှန်းတဲ့အခါ ဆိုးရေပေါက် ကျနေသေးရင် ဖဲခွာပြီး မသွားရပါ။

ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာရဲ့ ကြီးပွားတာကို မလိုလားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အား ဥပဇ္ဈာယ်
ဆရာကို မပန်လျှောက်ဘဲ (အသိမပေးဘဲ) သပိတ်၊ သင်္ကန်းမှစပြီး တစ်စုံ
တစ်ခုသော ပရိက္ခရာကိုမျှ မပေးရပါ။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေက မိမိအား ပေးတာ
ကိုလည်း (ဖြားယောင်းတဲ့ အပေးဖြစ်လို့) ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတွေကို မပန်
လျှောက်ဘဲ မယူရပါ။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၈၉

ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတွေကို ခွင့်မပန်ဘဲ ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတို့နဲ့ မတည့်တဲ့ အချို့ရဟန်းကို မိမိရဲ့နောက်လိုက် ပြုလုပ်ပြီး ခေါ်မသွားရပါ။ သူတို့က နောက်လိုက်အဖြစ်နဲ့ ခေါ်ရင်လည်း မလိုက်ရပါ။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် ဆွမ်းကိုလည်း (ရွာတွင်းစသည်မှာ) ဆောင်ယူပြီး မပေးရပါ။ မိမိအတွက် လည်း အဲဒီသူတွေကို အဆောင်ယူ မခိုင်းရပါ။ အဲဒီသူတွေအတွက် ကိစ္စ ကြီးငယ် အမျိုးမျိုးနဲ့ ကျောကုန်း ချေးတွန်းပေးမှု စတဲ့ ပရိတ် အလုံးစုံနဲ့ ဦးခေါင်းရိတ်မှုကို မိမိကလည်း ပြုလုပ်မပေးရ။ မိမိအတွက်လည်း အပြုလုပ် မခိုင်းရပါ။

ဆရာ ဥပဇ္ဈာယ်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ မမွေ့လျော်မှု၊ အယူမှား၊ ဝိနည်းနဲ့ စပ်တဲ့ သံသယကို ပယ်ဖျောက်ပေးရပါတယ်။ သံဃာနဲ့စပ်တဲ့ ပရိဝါသ်စတဲ့ ကံ၊ ဥက္ခေပနိယ စတဲ့ ကံတွေ ဆရာ ဥပဇ္ဈာယ်မှာ ပြုစရာရှိရင် ကြောင့်ကြစိုက် ပေးရပါတယ်။ မကျန်းမာတဲ့ ဆရာ၊ ဥပဇ္ဈာယ်ကို ကောင်းကောင်း ပြုစုလုပ် ကျွေးရပါတယ်။ ကျန်းမာတဲ့အထိ အရပ်တစ်ပါးသို့ မသွားဘဲ ဆိုင်းငံ့ရပါ တယ်။ ကျင့်ဝတ်အားလုံးမှာ မရိုမသေ မလေးမစားစိတ်နဲ့ ပြုလုပ်ရင် ဝတ် ပျက်လို့ ဒုက္ခရင်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ကျင်ကြီးအိမ်၊ ကျင်ငယ်အိမ် ကျင့်ဝတ်အပိုင်း

ကျင်ကြီးစွန့်ရာမှာ ကြီးစဉ်ငယ်လိုက် (တစ်ပါးပြီးမှ တစ်ပါး ကုဋိသို့ ဝင်တာကို) ပြုဖွယ် မလိုပါ။ ကျင်ကြီးအိမ်၊ ကျင်ငယ်အိမ်၊ ရေချိုးအိမ်။ ဒီ ၃ ဌာနတွေမှာ ကြီးစဉ်ငယ်လိုက် မလိုပါ။ ရောက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ အစဉ် အတိုင်းသာ ဝင်ရပါတယ် (အသုံးပြုရပါတယ်)။ သင်းပိုင်ကို ပင့်ပြီး ကုဋိတွင်း သို့ မဝင်ရပါ။ အဆောတလျင်လည်း ကုဋိတွင်းသို့ မဝင်ရပါ။ ချောင်းဟန့် ပြီးမှသာ ဝင်ရပါတယ်။ ခြေနင်းခုံတွေမှာ ကောင်းကောင်း ရပ်မိပြီးမှသာ သင်းပိုင်ကို ပင့်ရပါတယ်။ ညည်းတွားလျက် (အင်း အင်းလို့ အသံပြုလျက်) ကျင်ကြီး မစွန့်ရပါ။ ဒန်ပူကို ခဲစားရင်းလည်း ကျင်ကြီး မစွန့်ရပါ။ ကျင်ကြီး တွင်း၊ ကျင်ငယ်တွင်း (ဝါ - ကျင်ကြီးခွက်၊ ကျင်ငယ်ခွက်) တွေရဲ့ အပြင်ဘက် မှာ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ် မစွန့်ရပါ။ (မတော်တဆ ချော်ပြီး စွန့်မိရာမှာတော့ မရိုမသေစိတ် မရှိလို့ အာပတ်မသင့်ပါ) ကုဋိတွင်းထဲမှာ ကနုတံကို မချရပါ။ ကျင်ငယ်ခွက်၊ ကျင်ငယ်ချောင်း (မြောင်း) ထဲမှာ တံတွေး မထွေးရပါ။ (တံတွေးသာမက နှပ်၊ သလိပ်တွေကိုလည်း မစွန့်ပစ်ရပါ။ အဲဒီအရာအားလုံး က သုတ်နဲ့ အဆင်းတူနေလို့ ကျင်ငယ်ခွက်၊ ကျင်ငယ်မြောင်းမှာ မသင့်လျော် လို့ပါ) ကြမ်းတဲ့ ကနုတံ (ကွဲအက်နေတဲ့၊ အဖုအထစ်ရှိတဲ့၊ ဆူးရှိတဲ့၊ အခေါင်း ရှိတဲ့၊ ဆွေးတဲ့ ကနုတံတွေ) နဲ့ မခြစ် မသုတ်ရပါ။ ချောတဲ့ ကနုတံနဲ့သာ သုတ်ရပါမယ်။

(ယခုခေတ်မှာ ကုဋိတချို့ဝယ် ကနုတံကိုတောင် မသုံးကြပါ။ စက္ကူနဲ့ သုံးကြပါတယ်။ ရေလောင်းကုဋိတွေမှာတော့ စက္ကူကိုတောင် မသုံးကြတော့

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၉၁

ပါ။ ရေများများ သုံးပြီး ပြောင်အောင် ဆေးကြရပါတယ်။ ကနုတံနဲ့ မသုတ်တာက ပဓာန မဟုတ်ပါ။ ရေ မဆေးတာကသာ အာပတ်သင့်စေတဲ့ ပဓာန အမှုပါပဲ။)

မိမိကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ရှေးက စွန့်သွားသူတွေကြောင့်ဖြစ်စေ ကျင်ကြီး စွန့်ချရာ ခုံရဲ့ဘေးမှာ ပေနေက ရေရှိရင် ဆေးရပါတယ်။ ရေ မရှိရင် တုတ်နဲ့ ဖြစ်စေ၊ အခြား တစ်စုံတစ်ရာနဲ့ဖြစ်စေ သုတ်သင်ခဲ့ရပါတယ်။ အဆောတလျင်သာ မထွက်ရပါ။ သင်းပိုင်ကို ပင့်ပြီး မထွက်ရပါ။ သန့်သက်ရေ (ဖင်ဆေးရေ) ဆေးတဲ့အခါ စပ်စပ် ပြတ်ပြတ် အသံမမြည်စေရပါ။ အမှိုက် ရှုပ်နေရင်လည်း ရှင်းခဲ့ရပါတယ်။

(ရှေးခေတ်က ကျင်ကြီးစွန့်ရာအရပ်မှာ သန့်သက်ရေဆေးလေ့ မရှိပါ။ အပြင်ဘက် ထွက်ပြီး သန့်သက်ရေ ဆေးဖို့ရန် ဌာနသီးခြား ရှိပါတယ်။)

ပန်လျှောက်ပြီး ပြုရတဲ့ ကျင့်ဝတ်အပိုင်း

ပါတိမောက်ပြရာမှာ

ဥပုသ်ပြုရာမှာ အကြီးဆုံး မထေရ်က မတိုက်တွန်းအပ်ဘဲ အဲဒီ မထေရ်ကြီးအောက် ငယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ပါတိမောက်ကို မရွတ်ပြရပါ။

ဥပုသ်ပြုမယ့် သံဃာ့အစည်းအဝေးမှာ အကြီးဆုံး မထေရ်က ပါတိမောက်ကို ပိုင်ပါတယ်။ ‘ပိုင်’ဆိုရာမှာ မိမိကိုယ်တိုင်က အနည်းဆုံး (နိဒါနုဒ္ဒေသ၊ ပါရာဇိကုဒ္ဒေသ ဆိုတဲ့) ဥဒ္ဒေသ ၂ ခုမျှ ရမှသာ ပိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို မရရင် အဲဒီအောက် ငယ်တဲ့ (၂ - ဥဒ္ဒေသရတဲ့) ဒုတိယထေရ် စသည်က ပိုင်ပါတယ်။

အဲဒီပိုင်တဲ့ မထေရ်က ပါတိမောက်ကို ကိုယ်တိုင်ဖြစ်စေ ရွတ်နိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်တိုင် မရွတ်လိုရင် အခြားရဟန်းတွေကိုလည်း တိုက်တွန်းနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို တိုက်တွန်းရာမှာ မထေရ်ကြီးကိုယ်တိုင်ဖြစ်စေ တိုက်တွန်းနိုင်ပါတယ်။ သံဃာက သမ္မုတိပေးအပ်တဲ့ ရဟန်းကဖြစ်စေ တိုက်တွန်းနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပါတိမောက်ရွတ်ပြခါနီးမှာ သမ္မုတိရတဲ့ ရဟန်း ဖြစ်အောင် “သုဏ္ဍာတု မေ ဘန္တေ သံဃော၊ ယဒိ သံဃဿ ပတ္တကလ္လံ၊ အဟံ (အာယသ္မန္တံ တိဿံ) ပါတိမောက္ခုဒ္ဒေသံ အဇ္ဈေသေယျံ” လို့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဥတိထားပြီး “သံဃော ဘန္တေ (အာယသ္မန္တံ တိဿံ) ပါတိမောက္ခုဒ္ဒေသံ အဇ္ဈေသတိ၊ ဥဒ္ဓိသတု (အာယသ္မာ တိဿော) ပါတိမောက္ခံ” လို့ တိုက်တွန်းစကားကို ဆက်ပြီး ဆိုကြပါတယ်။ အဲဒီတိုက်တွန်းစကားဟာ ဥတိမဟုတ်လို့ ဌာန၊ ကရိုဏ်း မကျပေမယ့် အရေးမကြီးပါ။ အဲဒီစကားကို မြန်မာလိုလည်း “အရှင်ဘုရား

တို့ သံဃာတော်ဟာ အရှင်တိဿကို ပါတိမောက်ရွတ်ပြခြင်းကို တိုက်တွန်းပါတယ်။ အရှင်တိဿဟာ ပါတိမောက် ရွတ်ပြပါလော့” လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

မတိုက်တွန်းခံရဘဲ

သံဃာအများ စုဝေးရာ ဆွမ်းစားကျောင်း စတဲ့ အရပ်ဝယ် တရားဟောမှာလည်း မထေရ်ကြီးက စိုးပိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မထေရ်က မတိုက်တွန်းအပ်ဘဲ တရားမဟောရပါ။

ဆက်ပါဦးမယ်။ အဲဒီသံဃာအစည်းအဝေးမှာ လူတွေက မိမိတို့ သိကျွမ်းအပ်ပြီးတဲ့ ရဟန်းတစ်ပါးကို တိုက်တွန်းရင်လည်း မထေရ်ကြီးထံ ခွင့်ပန်ပြီးမှသာ အဲဒီရဟန်းက တရားစကား ပြောခွင့်ရပါတယ်။

သံဃာအများ စုဝေးနေရာဝယ် မထေရ်ကြီးက မတိုက်တွန်းအပ်ဘဲ ပြဿနာကို မမေးရပါ။ ပြဿနာကို မဖြေရပါ။

ဒီစကားအရ “ဝိနည်းကိုလည်း မမေးရ မဖြေရ” လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဥပုသ်ပြုခါနီးမှာ သမ္ပဇနီ ပဒီပ စတဲ့ ဥပုသ်ပြုဆိုင်ရာ ဝိနည်းကို မေးလို ဖြေလိုလို့ ဥပေါသထက္ခန္ဓကပါဠိတော်အတိုင်း “ သုဏာတု မေ။ ပေ။ ဝိနယံ ပုစ္ဆေယျံ” လို့ရော “ဝိနယံ ဝိသဇ္ဇေယျံ” လို့ပါ သမ္မုတိ ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်အောင် ရှေးဦးစွာ ပုစ္ဆကသမ္မုတိဉာဏ်၊ ဝိသဇ္ဇက သမ္မုတိဉာဏ် ထားရပါတယ်။ အဲဒီနောက်မှ “တံမြက်လှည်းမှု ပြုပြီးပါပြီလား” စသည်ဖြင့် မေးရ ဖြေရပါတယ်။

တရားဟောရာမှာ

မထေရ်ကြီးထံ ခွင့်ပန်ပြီး ပြောဟောဖြေဆိုနေစဉ် ပထမထေရ်ထက် ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် လာရင် နောက်ထပ် ခွင့်ပန်ဖွယ် မလိုတော့ပါ။ ဒါပေမဲ့ ရပ်နားပြီးမှ ထပ်ပြီး ဟောပြောရင်တော့ အဲဒီ နောက်မထေရ်ကြီးထံ ခွင့်ပန်ရပါမယ်။

ဆွမ်းစားရာအိမ်၊ ကျောင်း၊ ဇရပ်တွေမှာ ဆွမ်းတရားဟောရာမှာလည်း ပထမ မထေရ်ကြီးရဲ့ ခွင့်ပြုချက်အရ ဟောနေစဉ် နောက်ထပ် ပထမထေရ်ထက် ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ရောက်လာရင် ခွင့်ပန်ဖွယ် မလိုတော့ပါ။

တရားစကားပြောရာမှာ ဥပနိသိန္နကထာ = အနီးမှာ ထိုင်နေသူတွေအား ဟောရတဲ့ တရားစကား၊ အနုမောဒနကထာ = ဆွမ်းတရားအားဖြင့်

၂ မျိုး ရှိပါတယ်။ ဥပနိသိန္နကထာမှာ မထေရ်ကြီး ပိုင်ပါတယ်။ အနုမောဒနကထာမှာတော့ မထေရ်ကြီး မပိုင်ပါ။ ဒါကြောင့် အလှူရှင်တွေက မိမိတို့ ကြည်ညိုတဲ့ ရဟန်းကို တရားဟော (ရေစက်ချ) တောင်းပန်ရင် မထေရ်ကြီး ထံ ခွင့်မပန်ဘဲ ဟောမှုကြောင့် အာပတ်မသင့်ပါ။

ခွင့်ပန်ပြီးမှ

စာအံ့မှု ကြားလောက်တဲ့ ကျောင်းဆောင်တစ်ဆောင်ထဲမှာ မိမိထက် ကြီးတဲ့ အတူနေ (ကျောင်းဘုန်းကြီးစသည်) ကို ခွင့်မပန်ဘဲ စာမအံ့ရပါ။ ပါဠိတော် သင်မှု၊ အဋ္ဌကထာ ပို့ချမှုကိုလည်း မပြုရပါ။ အဲဒီလို ပြုလုပ်ရင် ကြီးသူကို ဂရုမစိုက်ရာ ရောက်ပါတယ်။

တစ်ကျောင်းတည်း အတူနေဖြစ်တဲ့ ကြီးသူကို ခွင့်မပန်ဘဲ ရောက်လာတဲ့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေအား တရား မဟောရပါ။ မီး မထွန်းရပါ။ ထွန်းပြီးတဲ့ မီးကိုလည်း မငြိမ်းရပါ။ လေသောက်ပြတင်းတံခါးရွက်ကိုလည်း မဖွင့်၊ မပိတ်ရပါ။

(တံခါးပေါက်ကြီးမှာ အများဆိုင်ဖြစ်လို့ ညဉ့်အခါ စသည်မှာ ထွက်ချင်ရင် ခွင့်ပန်ဖို့ရန် မလွယ်ပါ။ ဒါကြောင့် တံခါးမကြီးကို ဖွင့်၊ ပိတ်ရာမှာ ကြီးသူကို ခွင့်ပန်ဖွယ် မလိုပါ။)

ဒီတားမြစ်ချက်တွေအရ ဆရာအဆက်ဆက်တွေဟာ ရောက်သစ်စ အာဂန္တုကတွေကို “စာအံ့ မီးထွန်းမှ စ၍ ရစကောင်းသော ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်များကို ခွင့်ပြုတော်မူကြပါ ဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော်ကလည်း ခွင့်ပြုပါ၏” လို့ သံဃာအများ စုမိရာ ဘုရားဝတ်တက်စတဲ့ အခါတွေမှာ ခွင့်ပန်စေရိုး ပြုတော်မူကြပါတယ်။

စကြိုလျှောက်ရာမှာ

စကြိုတစ်ခုမှာ မိမိထက် ကြီးသူနဲ့အတူ စကြိုသွားတဲ့ သီတင်းငယ်ဟာ စကြိုဆုံးလို့ ပြန်လှည့်တဲ့အခါ သီတင်းကြီးရှိရာဘက်သို့ မျက်နှာလှည့်ပြီး ပြန်လှည့်ရပါတယ်။ (ကျောပေးပြီး ပြန်မလှည့်ရပါ။) အဲဒီလို စကြိုသွားစဉ် မိမိရဲ့ဧကသီ၊ သင်္ကန်းကြီး ဆိုတဲ့ သင်္ကန်းအစွန်းနဲ့ အဲဒီသီတင်းကြီးကို မထိ ခိုက်စေရပါ။

အဝတ်မဝတ်သူအပိုင်း

အဝတ် မပါဘဲ လမ်း မသွားရ၊ မစားရ၊ မသောက်ရ၊ မခဲရ၊ လျက်ဖွယ်
ကို မလျက်ရ၊ မယူရ၊ မပေးရ။ မိမိကလည်း ရှိမခိုးရ၊ ရှိခိုးလည်း မခံရ။ ချေး
တွန်းမှု စတဲ့ ပရိကမ်ကို အပြုလုပ်မခိုင်းရ။ မိမိကလည်း မပြုလုပ်ရပါ။

ဖုံးကွယ်ကြောင်း (၃) မျိုးမှာ -

၁။ ဇန္တာယရ = ချွေးထုတ်ရာဌာန။

၂။ ဥဒက = မြစ်၊ ချောင်း၊ ကန်တွေမှာ ရေဆင်းချိုးတဲ့
အခါ အကာအကွယ်ရေ။

၃။ ဝတ္ထ = အဝတ်။

ချေးတွန်းမှု စတဲ့ ပရိကမ်ကို ပြုရာမှာ ရှေ့ (၂) ပါးဟာ အပ်ပါတယ်။
သွားမှု၊ စားမှု စသည်မှာတော့ မအပ်ပါ။ အဝတ်နဲ့ ဖုံးထားမှုကတော့ (သင်းပိုင်
ဝတ်ထားမှုကတော့) စားမှုမှစပြီး ပရိကမ်ပြုရာတိုင်အောင် အရာဌာန
အားလုံးမှာ အပ်ပါတယ်။

ယခုအခါမှာ လုံခြုံတဲ့ ရေချိုးအိမ်တွေ ရှိကြပါတယ်။ အဲဒီ ရေချိုးအိမ်
ဟာ ရှက်ဖွယ်အရပ်ကို ကာကွယ်နိုင်တဲ့ အကျိုးကို ပြုနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်
ရေချိုးအိမ်ကို ဇန္တာယရလို့ ယူဆကာ ရေသနပ် မပါဘဲ ရေချိုးကြပါတယ်။

ရေချိုးရာမှာ အပ်တဲ့ နည်းလမ်းအပိုင်း

မိမိထက် ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ရှေ့မှာရော၊ မြစ်အတွင်းမှာ ရေချိုးတဲ့အခါ ရေညာမှာပါ ရေမချိုးရ။ မိမိက ရေချိုးရာမှ တက်လာသူ ဖြစ်ရင် ရေချိုးဆင်းတဲ့ သီတင်းကြီးအား လမ်းဖယ်ပြီး ပေးရပါတယ်။ လမ်း ကျယ်ရင် ရှောင်လွှဲပြီး သွားရပါမယ်။ မကျယ်ရင် ဘေးကို တိမ်းပြီး ဖယ်ပေးရပါမယ်။

ရေချိုးတဲ့ ရဟန်းဟာ ရေချိုးအိမ်အနီးအပါးမှာ ရှိတဲ့ အုတ်နံရံ၊ ကျောက်နံရံ၊ သစ်သားနံရံမှာရော၊ စိုက်ထားတဲ့ တိုင်မှာရော၊ သစ်ပင်မှာရော၊ သစ်သားကို ပျဉ်ချပ်ဖြစ်အောင် ခုတ်ရွှေ့ပြီး အဲဒီပျဉ်ချပ်ပေါ်မှာ ရှစ်ကွက်ကျား သဏ္ဌာန်ရှိအောင် ထွင်းပြီး ရေချိုးအိမ်မှာ ကိုယ်နဲ့ ပွတ်တိုက်ဖို့ စိုက်ထားတဲ့ ပျဉ်ပြားမှာပါ မပွတ်တိုက်ရပါ။

သစ်သားမျောက်လက် (သစ်သားစသည်တွေနဲ့ ပြုလုပ်အပ်တဲ့ မျောက်ရဲ့လက်နဲ့ သဏ္ဌာန်တူတဲ့ = ယခုအခါ ကျောမှာ အယားပျောက်ဖို့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ လက်ကလေးနဲ့ တူတဲ့ လက်)နဲ့ ဆပ်ပြာမှုန့် စတဲ့ ရေချိုးမှုန့်တွေကို ယူပြီး ကိုယ်ကို မပွတ်တိုက်ရပါ။

ကျောက်မှုန့်လုံးတွေကို ကြိုးနဲ့ သီထားအပ်တဲ့ ကျောက်လုံးအစဉ်နဲ့ ကိုယ်ကို မပွတ်တိုက်ရပါ။ မကာရုံး သွားထုပြီး ထွေးခံခြေသဏ္ဌာန်ပြုထားတဲ့ ချေးပွတ်နဲ့ ကိုယ်ကို ပွတ်တိုက်ပြီး ရေချိုးခြင်းငှာ မအပ်ပါ။ ရဟန်း ၂ ပါး ကိုယ်အချင်းချင်း ချေးမပွတ်ရပါ။

အိုးခြမ်းကွဲ၊ အုတ်ခဲအကျိုး၊ အဝတ်ကျစ် (အဝတ်ကို ရေညှစ်လိုက်တဲ့ အခါ လုံးလုံးကျစ်ကျစ် ဖြစ်နေတဲ့ အဝတ်) တွေရော၊ လက်ဝါးပြင်နဲ့ ချေးတွန်း

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၉၇

မူပါ ကျန်းမာတဲ့ ရဟန်း၊ မကျန်းမာတဲ့ ရဟန်းတွေ (ရဟန်းအားလုံး) အား အပ်ပါတယ်။ ခွေးသွားစိတ် (လွှဲသွားစိတ်) သဏ္ဌာန်ရှိအောင် မဖြတ်မထွင်း အပ်တဲ့ ထွေးခံခြေသဏ္ဌာန်ခြေပွတ်ဟာ မကျန်းမာတဲ့ ရဟန်းအား ချေးတွန်း ဖို့ အပ်ပါတယ်။ ခြေကို ပွတ်တိုက်ရာမှာတော့ ကျောက်ခဲနဲ့ရော၊ သမုဒြာ ရေမြုပ်နဲ့ရော၊ အိုးခြမ်းကွဲနဲ့ပါ ပွတ်တိုက်ဖို့ အပ်ပါတယ်။

ရှိမခိုးထိုက်သူ အပိုင်း

- ၁။ အာပတ်ကို အာပတ်လို့ မရှုခြင်း၊ အာပတ်ကို မကုစားခြင်း(ဒေသနာ
မကြား၊ ဝုဋ္ဌာနကံ မပြုခြင်း)၊ မိစ္ဆာအယူကို မစွန့်ခြင်းကြောင့် နှင်
ထုတ်ကြောင်းကံ အပြုခံရသူ (ဥက္ခိတ္တကပုဂ္ဂိုလ်)
- ၂။ လူ၊ သာမဏေ။
- ၃။ မိမိနဲ့ အယူမတူတဲ့ အဓမ္မဝါဒီဘက်သား သီတင်းကြီးသူ။
- ၄။ မိန်းမ။
- ၅။ သီတင်းငယ်ရဟန်း။
- ၆။ ဂရုကအာပတ်မှာ တည်ပြီး ပရိဝါသ်စသည် နေတဲ့ ရဟန်း။
- ၇။ ပဏ္ဍုက်။
အထက်ပါ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ရှိခိုးတဲ့ ရဟန်းမှာ အာပတ်သင့်ပါတယ်။
- ၈။ ရွာတွင်းမှာ ဝင်တဲ့ ရဟန်း။
- ၉။ လမ်းမှာ ရောက်နေတဲ့ ရဟန်း။
- ၁၀။ အမောင်မှာ ရောက်နေတဲ့ ရဟန်း။
- ၁၁။ ရှိခိုးဝပ်ချတာကို နှလုံးမသွင်းတဲ့ ရဟန်း။
- ၁၂။ အိပ်ပျော်နေတဲ့ ရဟန်း။
- ၁၃။ ယာဂုသောက်ရာမှာ ရှိတဲ့ ရဟန်း။
- ၁၄။ ဆွမ်းယူရာအရပ်မှာ ရှိတဲ့ ရဟန်း။
- ၁၅။ တစ်ဖက်ရန်သူမှာ လည်သွားတဲ့ ရဟန်း။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၉၉

၁၆။ အာရုံတခြားမှာ စိတ်ထားခိုက် ရဟန်း။

၁၇။ အဝတ်မပါတဲ့ ရဟန်း။

၁၈။ ခဲဖွယ်ကို ခဲစားဆဲ ရဟန်း။

၁၉။ ဘောဇဉ်ကို စားဆဲ ရဟန်း။

၂၀။ ကျင်ကြီး စွန့်နေတဲ့ ရဟန်း။

၂၁။ ကျင်ငယ် စွန့်နေတဲ့ ရဟန်း။

အထက်ပါ ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးဟာ ရှိမခိုးထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။

အရေအပိုင်း

သမင်၊ ဆိတ်၊ သိုး၊ ဒီ ၃ မျိုးရဲ့ အရေဟာ အပ်ပါတယ်။ ခုတင်ပေါ် စသည်မှာ ခင်းကောင်း၊ အိပ်ကောင်းပါတယ်။ ရောဟိတမည်တဲ့ သားကောင် (စိုင်း)၊ ဇဏီ မည်တဲ့ သားကောင် (တောဆိတ်နက်)၊ သမင်ပြောက်၊ ဒရယ်၊ သမင်ပျံ၊ ဆတ်စတဲ့ သားကောင်တွေဟာ သမင်မျိုး ဖြစ်လို့ အဲဒီအရေလည်း အပ်ပါတယ်။

တိုက်ရိုက်အားဖြင့်ရော၊ အမျိုးတူအားဖြင့်ပါ ယူအပ်တဲ့ အဲဒီအရေ ၃ မျိုးမှ တစ်ပါးသော အရေတွေဟာ သုံးစွဲရင် ဒုက္ခနဲ့ရဲ့အကြောင်းဝတ္ထု ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီအရေတွေက မျောက်၊ မျောက်ဝံနက်၊ သမင်ဆီးဆောက်၊ ဝံပိုင်၊ ခြင်္သေ့၊ သစ်၊ ကျား၊ ဝံစတဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့ အရေတွေပါပဲ။

လွယ်အိတ်၊ သံကောက်အိတ်စတဲ့ အိတ်အမျိုးမျိုးမှာရော ဖိနပ် ပြုလုပ်ရာမှာပါ လူရဲ့အရေမှတစ်ပါး အရေအားလုံးဟာ အပ်ပါတယ်။

“မအပ်”လို့ ပယ်ထားတဲ့ အရေတွေကလည်း ခုတင် စသည်မှာ ခင်းပြီး ထိုင်ခြင်း၊ အိပ်ခြင်းငှာသာ မအပ်ပါ။ ကြမ်းပြင်၊ မြေပြင်ပေါ် ခင်းတဲ့ အခင်း ဖြစ်ရင် အပ်ပါတယ်။

ဥပဇ္ဈာယ်နဲ့ ဆရာအပေါ် ကျင့်ဝတ်အပိုင်း

တပည့်တို့ ကျင့်ဝတ်

ဥပဇ္ဈာယ်နဲ့ နိဿယည်း စတဲ့ ဆရာတွေကို မှီပြီး နေတဲ့ သီလချစ် ရှင်
ရဟန်းဟာ ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတွေအား နံနက်စောစောအခါမှာ နေ့စဉ် ဒန်ပူ၊
နေရာ၊ မျက်နှာသစ်ရေ၊ ယာဂုတွေကို ပေးရပါတယ်။ ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတွေရဲ့
ဆွမ်းစားသပိတ်ကို ယူပြီး ဆေးပြီးရင် သပိတ်ကို သိမ်းထားသည့်တိုင်အောင်
ပြုရမယ့် ကျင့်ဝတ်ကို ကျင့်ရပါတယ်။ ရွာဝင်ခါနီးအခါမှာ ရွာဝတ်သင်းပိုင်ကို
ပေးရခြင်း၊ ကျောင်းဝတ်သင်းပိုင်ကို ယူရခြင်း၊ ဧကသီနဲ့ သင်္ကန်းကြီးကို
ထပ်ပြီး ပေးရခြင်း စတဲ့ ကျင့်ဝတ်ကို ကျင့်ရပါတယ်။ (ရှေးခေတ်က သင်္ကန်း
ကြီးကို ကျောင်းမှာ မထားခဲ့ကြပါ။ ဒါကြောင့် သင်္ကန်းကြီးနဲ့ ဧကသီကို ထပ်
ပြီး ပေးရပါတယ်။ ယခုခေတ်မှာတော့ “ကျောင်းက လုံခြုံရင် ထားခဲ့နိုင်တယ်”
ဆိုတဲ့ ခွင့်ပြုတော်မူချက်အရ ကျောင်းမှာ ထားခဲ့တတ်ကြပါတယ်။) ရွာသို့
သွားရာအခါ ပြန်လာရာအခါတွေမှာရော၊ နေရာမှာရော၊ ခြေဆေးအင်းပျဉ်မှာ
ရော၊ (ဝါ - ဆေးအပ်ပြီးတဲ့ ခြေကို ထားရာခုံမှာရော) ခြေပွတ်အိုးခြမ်းမှာရော
(ဝါ- မဆေးအပ်သေးတဲ့ ခြေကို ထားရာခုံမှာရော) ဖိနပ်၊ သင်္ကန်းမှာပါ သင့်
လျော်တဲ့ ကျင့်ဝတ်ကို ကျင့်ရပါတယ်။

ရွာသို့ အသွားအပြန်မှာ ကျင့်ဝတ်

ရွာသို့ ဝင်ရာမှာ ဥပဇ္ဈာယ်က နောက်လိုက် အလိုရှိရင် ကောင်းမွန်စွာ
ဝတ်ရုံပြီး နောက်လိုက် လုပ်ရပါမယ်။ ဥပဇ္ဈာယ်နဲ့ မနီးလွန်း၊ မဝေးလွန်းအောင်
လိုက်သွားရပါမယ် စတဲ့ ဝတ်နဲ့ ရွာမှာ ပြန်လာတဲ့အခါ ကျောင်းသို့ အရင်ပြန်

လာပြီး နေရာကို ခင်းထားနှင့်ရပါမယ်။ ခြေဆေးရေ၊ ခြေဆေးအင်းပျဉ်၊ ခြေပွတ်အိုးခြမ်းကို ထားရမယ် စတဲ့ ကျင့်ဝတ်ပါပဲ။

ဖိနပ်မှာ ကျင့်ဝတ်

ဥပဇ္ဈာယ်ရဲ့ဖိနပ်ကို သုတ်တဲ့အခါ ဖုန်ပြောင်အောင် ခြောက်တဲ့ အဝတ်နဲ့ ပထမသုတ်ပြီးမှ ကပ်နေတဲ့ ဖုန်ပါ ပြောင်အောင် စိုတဲ့ အဝတ်နဲ့ ဒုတိယသုတ်ခြင်း စသည်ပါပဲ။

သင်္ကန်းမှာ ကျင့်ဝတ်

ချွေးစိုတဲ့ သင်္ကန်းကို နေလှန်းရခြင်း၊ နေပူမှာ ကြာကြာ မထားရခြင်း၊ သင်္ကန်းခေါက်တဲ့အခါ အလယ်မှာ ခေါက်ချိုးရာ မထင်အောင် တစ်ဖက်က လက် (၄) သစ်ခန့် ပိုပြီး ခေါက်ရခြင်း စသည်ပါပဲ။

ဥပဇ္ဈာယ်အတွက် သောက်ရေ၊ သုံးရေမှာရော၊ ကုဋိအိမ် (ကျင်ကြီးအိမ်)၊ ကျင်ငယ်အိမ်မှာရော၊ ကျောင်းသန့်ရှင်းရာမှာရော တစ်ဖန် အိပ်ရာနေရာခင်းရာမှာပါ ကျင့်ဝတ်ကို ကျင့်ရပါတယ်။ ကျောင်းသန့်ရှင်းရေး လုပ်တဲ့ ရဟန်းဟာ လေညှာဖြစ်တဲ့ အများစုဝေးရာ ဟင်းလင်းပြင်မှာရော၊ သောက်ရေ အနီးမှာပါ အိပ်ရာနေရာကို မခါရပါ။ ဥပဇ္ဈာယ် ရေချိုးတုန်း ဥပဇ္ဈာယ်ရဲ့ သင်္ကန်းကို လှမ်းယူရပါတယ်။ ကိုယ်ကို ချေးတွန်းပေးရပါတယ်။ ရေချိုးပြီးတဲ့အခါ ကိုယ်ကို ရေသုတ်ပေးရပါတယ်။ သင်္ကန်းကို ပေးရပါတယ်။ သင်းပိုင်ကို ပေးရပါတယ်။ ရေလဲသင်းပိုင်ကို ယူပြီး ရေညှစ်ရ လှန်းရပါတယ်။ ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတွေအတွက် သင်္ကန်းချုပ်စရာ ရှိရင် ချုပ်ပေးရပါတယ်။ ချုပ်ပြီးသင်္ကန်း ဆိုးတဲ့အခါ အထက်အောက် ပြန်လှန်ပြီး ပြန်လှန်ပြီး ဆိုးရပါတယ်။ ဆိုးပြီး ဖြန့်လှန်းတဲ့အခါ ဆိုးရေပေါက် ကျနေသေးရင် ဖဲခွာပြီး မသွားရပါ။

ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာရဲ့ ကြီးပွားတာကို မလိုလားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အား ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာကို မပန်လျှောက်ဘဲ (အသိမပေးဘဲ) သပိတ်၊ သင်္ကန်းမှစပြီး တစ်စုံတစ်ခုသော ပရိက္ခရာကိုမျှ မပေးရပါ။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေက မိမိအား ပေးတာကိုလည်း (ဖြားယောင်းတဲ့ အပေးဖြစ်လို့) ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတွေကို မပန်လျှောက်ဘဲ မယူရပါ။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၈၉

ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတွေကို ခွင့်မပန်ဘဲ ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတို့နဲ့ မတည့်တဲ့ အချို့ရဟန်းကို မိမိရဲ့နောက်လိုက် ပြုလုပ်ပြီး ခေါ်မသွားရပါ။ သူတို့က နောက်လိုက်အဖြစ်နဲ့ ခေါ်ရင်လည်း မလိုက်ရပါ။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် ဆွမ်းကိုလည်း (ရွာတွင်းစသည်မှာ) ဆောင်ယူပြီး မပေးရပါ။ မိမိအတွက် လည်း အဲဒီသူတွေကို အဆောင်ယူ မခိုင်းရပါ။ အဲဒီသူတွေအတွက် ကိစ္စ ကြီးငယ် အမျိုးမျိုးနဲ့ ကျောကုန်း ချေးတွန်းပေးမှု စတဲ့ ပရိကံ အလုံးစုံနဲ့ ဦးခေါင်းရိတ်မှုကို မိမိကလည်း ပြုလုပ်မပေးရ၊ မိမိအတွက်လည်း အပြုလုပ် မခိုင်းရပါ။

ဆရာ ဥပဇ္ဈာယ်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ မမွေ့လျော်မှု၊ အယူမှား၊ ဝိနည်းနဲ့ စပ်တဲ့ သံသယကို ပယ်ဖျောက်ပေးရပါတယ်။ သံဃာနဲ့စပ်တဲ့ ပရိဝါသ်စတဲ့ ကံ၊ ဥက္ခေပနီယ စတဲ့ ကံတွေ ဆရာ ဥပဇ္ဈာယ်မှာ ပြုစရာရှိရင် ကြောင့်ကြစိုက် ပေးရပါတယ်။ မကျန်းမာတဲ့ ဆရာ၊ ဥပဇ္ဈာယ်ကို ကောင်းကောင်း ပြုစုလုပ် ကျွေးရပါတယ်။ ကျန်းမာတဲ့အထိ အရပ်တစ်ပါးသို့ မသွားဘဲ ဆိုင်းငံ့ရပါ တယ်။ ကျင့်ဝတ်အားလုံးမှာ မရှိမသေ မလေးမစားစိတ်နဲ့ ပြုလုပ်ရင် ဝတ် ပျက်လို့ ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ကျင်ကြီးအိမ်၊ ကျင်ငယ်အိမ် ကျင့်ဝတ်အပိုင်း

ကျင်ကြီးစွန့်ရာမှာ ကြီးစဉ်ငယ်လိုက် (တစ်ပါးပြီးမှ တစ်ပါး ကုဋိသို့ ဝင်တာကို) ပြုဖွယ် မလိုပါ။ ကျင်ကြီးအိမ်၊ ကျင်ငယ်အိမ်၊ ရေချိုးအိမ်။ ဒီ ၃ ဌာနတွေမှာ ကြီးစဉ်ငယ်လိုက် မလိုပါ။ ရောက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ အစဉ် အတိုင်းသာ ဝင်ရပါတယ် (အသုံးပြုရပါတယ်)။ သင်းပိုင်ကို ပင့်ပြီး ကုဋိတွင်း သို့ မဝင်ရပါ။ အဆောတလျင်လည်း ကုဋိတွင်းသို့ မဝင်ရပါ။ ချောင်းဟန့် ပြီးမှသာ ဝင်ရပါတယ်။ ခြေနင်းခုံတွေမှာ ကောင်းကောင်း ရပ်မိပြီးမှသာ သင်းပိုင်ကို ပင့်ရပါတယ်။ ညည်းတွားလျက် (အင်း အင်းလို့ အသံပြုလျက်) ကျင်ကြီး မစွန့်ရပါ။ ဒန်ပူကို ခဲစားရင်းလည်း ကျင်ကြီး မစွန့်ရပါ။ ကျင်ကြီး တွင်း၊ ကျင်ငယ်တွင်း (ဝါ - ကျင်ကြီးခွက်၊ ကျင်ငယ်ခွက်) တွေရဲ့ အပြင်ဘက် မှာ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ် မစွန့်ရပါ။ (မတော်တဆ ချော်ပြီး စွန့်မိရာမှာတော့ မရိုမသေစိတ် မရှိလို့ အာပတ်မသင့်ပါ) ကုဋိတွင်းထဲမှာ ကနုတံကို မချရပါ။ ကျင်ငယ်ခွက်၊ ကျင်ငယ်ချောင်း (မြောင်း) ထဲမှာ တံတွေး မထွေးရပါ။ (တံတွေးသာမက နှပ်၊ သလိပ်တွေကိုလည်း မစွန့်ပစ်ရပါ။ အဲဒီအရာအားလုံး က သုတ်နဲ့ အဆင်းတူနေလို့ ကျင်ငယ်ခွက်၊ ကျင်ငယ်မြောင်းမှာ မသင့်လျော် လို့ပါ) ကြမ်းတဲ့ ကနုတံ (ကွဲအက်နေတဲ့၊ အဖုအထစ်ရှိတဲ့၊ ဆူးရှိတဲ့၊ အခေါင်း ရှိတဲ့၊ ဆွေးတဲ့ ကနုတံတွေ) နဲ့ မခြစ် မသုတ်ရပါ။ ချောတဲ့ ကနုတံနဲ့သာ သုတ်ရပါမယ်။

(ယခုခေတ်မှာ ကုဋိတချို့ဝယ် ကနုတံကိုတောင် မသုံးကြပါ။ စက္ကူနဲ့ သုံးကြပါတယ်။ ရေလောင်းကုဋိတွေမှာတော့ စက္ကူကိုတောင် မသုံးကြတော့

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၉၁

ပါ။ ရေများများ သုံးပြီး ပြောင်အောင် ဆေးကြရပါတယ်။ ကနုတံနဲ့ မသုတ်တာက ပဓာန မဟုတ်ပါ။ ရေ မဆေးတာကသာ အာပတ်သင့်စေတဲ့ ပဓာန အမှုပါပဲ။)

မိမိကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ရှေးက စွန့်သွားသူတွေကြောင့်ဖြစ်စေ ကျင်ကြီး စွန့်ချရာ ခုံရဲ့ဘေးမှာ ပေနေက ရေရှိရင် ဆေးရပါတယ်။ ရေ မရှိရင် တုတ်နဲ့ ဖြစ်စေ၊ အခြား တစ်စုံတစ်ရာနဲ့ဖြစ်စေ သုတ်သင်ခဲ့ရပါတယ်။ အဆောတလျင်သာ မထွက်ရပါ။ သင်းပိုင်ကို ပင့်ပြီး မထွက်ရပါ။ သန့်သက်ရေ (ဖင်ဆေးရေ) ဆေးတဲ့အခါ စပ်စပ် ပြတ်ပြတ် အသံမမြည်စေရပါ။ အမှိုက် ရှုပ်နေရင်လည်း ရှင်းခဲ့ရပါတယ်။

(ရှေးခေတ်က ကျင်ကြီးစွန့်ရာအရပ်မှာ သန့်သက်ရေ ဆေးလေ့ မရှိပါ။ အပြင်ဘက် ထွက်ပြီး သန့်သက်ရေ ဆေးဖို့ရန် ဌာနသီးခြား ရှိပါတယ်။)

ပန်လျှောက်ပြီး ပြုရတဲ့ ကျင့်ဝတ်အပိုင်း

ပါတိမောက်ပြရာမှာ

ဥပုသ်ပြုရာမှာ အကြီးဆုံး မထေရ်က မတိုက်တွန်းအပ်ဘဲ အဲဒီ မထေရ်ကြီးအောက် ငယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ပါတိမောက်ကို မရွတ်ပြရပါ။

ဥပုသ်ပြုမယ့် သံဃာ့အစည်းအဝေးမှာ အကြီးဆုံး မထေရ်က ပါတိမောက်ကို ပိုင်ပါတယ်။ ‘ပိုင်’ဆိုရာမှာ မိမိကိုယ်တိုင်က အနည်းဆုံး (နိဒါနဒွေ သ၊ ပါရာဇိကုဒွေသ ဆိုတဲ့) ဥဒ္ဒေသ ၂ ခုမျှ ရမှသာ ပိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို မရရင် အဲဒီအောက် ငယ်တဲ့ (၂ - ဥဒ္ဒေသရတဲ့) ဒုတိယထေရ် စသည်က ပိုင်ပါတယ်။

အဲဒီပိုင်တဲ့ မထေရ်က ပါတိမောက်ကို ကိုယ်တိုင်ဖြစ်စေ ရွတ်နိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်တိုင် မရွတ်လိုရင် အခြားရဟန်းတွေကိုလည်း တိုက်တွန်းနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို တိုက်တွန်းရာမှာ မထေရ်ကြီးကိုယ်တိုင်ဖြစ်စေ တိုက်တွန်းနိုင်ပါတယ်။ သံဃာက သမ္မုတိပေးအပ်တဲ့ ရဟန်းကဖြစ်စေ တိုက်တွန်းနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပါတိမောက်ရွတ်ပြခါနီးမှာ သမ္မုတိရတဲ့ ရဟန်း ဖြစ်အောင် “သုဏာတု မေ ဘန္တေ သံဃော၊ ယဒိ သံဃဿ ပတ္တကလ္လံ၊ အဟံ (အာယသ္မန္တံ တိဿံ) ပါတိမောက္ခုဒ္ဒေသံ အဇ္ဈေသေယျံ” လို့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဥ တ်ထားပြီး “သံဃော ဘန္တေ (အာယသ္မန္တံ တိဿံ) ပါတိမောက္ခုဒ္ဒေသံ အဇ္ဈေသတိ၊ ဥဒ္ဓိသတု(အာယသ္မာ တိဿော) ပါတိမောက္ခံ” လို့ တိုက်တွန်းစကားကို ဆက်ပြီး ဆိုကြပါတယ်။ အဲဒီတိုက်တွန်းစကားဟာ ဥ တ်မဟုတ်လို့ ဌာန်၊ ကရိုဏ်း မကျပေမယ့် အရေးမကြီးပါ။ အဲဒီစကားကို မြန်မာလိုလည်း “အရှင်ဘုရား

တို့ သံဃာတော်ဟာ အရှင်တိဿကို ပါတိမောက်ရွတ်ပြခြင်းကို တိုက်တွန်း ပါတယ်။ အရှင်တိဿဟာ ပါတိမောက် ရွတ်ပြပါလော့” လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

မတိုက်တွန်းခံရဘဲ

သံဃာအများ စုဝေးရာ ဆွမ်းစားကျောင်း စတဲ့ အရပ်ဝယ် တရား ဟောမှာလည်း မထေရ်ကြီးက စိုးပိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မထေရ်က မတိုက် တွန်းအပ်ဘဲ တရားမဟောရပါ။

ဆက်ပါဦးမယ်။ အဲဒီသံဃာအစည်းအဝေးမှာ လူတွေက မိမိတို့ သိ ကျွမ်းအပ်ပြီးတဲ့ ရဟန်းတစ်ပါးကို တိုက်တွန်းရင်လည်း မထေရ်ကြီးထံ ခွင့် ပန်ပြီးမှသာ အဲဒီရဟန်းက တရားစကား ပြောခွင့်ရပါတယ်။

သံဃာအများ စုဝေးနေရာဝယ် မထေရ်ကြီးက မတိုက်တွန်းအပ်ဘဲ ပြဿနာကို မမေးရပါ။ ပြဿနာကို မဖြေရပါ။

ဒီစကားအရ “ဝိနည်းကိုလည်း မမေးရ မဖြေရ” လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါ တယ်။ ဒါကြောင့် ဥပုသ်ပြုခါနီးမှာ သမ္မဇနီ ပဒီပ စတဲ့ ဥပုသ်ပြုဆိုင်ရာ ဝိနည်း ကို မေးလို ဖြေလိုလို့ ဥပေါသထက္ခန္ဓကပါဠိတော်အတိုင်း “ သုဏာတု မေ။ ပေ။ ဝိနယံ ပုစ္ဆေယျံ” လို့ရော “ဝိနယံ ဝိသဇ္ဇေယျံ” လို့ပါ သမ္မုတိ ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်အောင် ရှေးဦးစွာ ပုစ္ဆကသမ္မုတိဉာဏ်၊ ဝိသဇ္ဇက သမ္မုတိဉာဏ် ထားရပါ တယ်။ အဲဒီနောက်မှ “တံမြက်လှည်းမှူး ပြုပြီးပါပြီလား” စသည်ဖြင့် မေးရ ဖြေရပါတယ်။

တရားဟောရာမှာ

မထေရ်ကြီးထံ ခွင့်ပန်ပြီး ပြောဟောဖြေဆိုနေစဉ် ပထမထေရ်ထက် ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် လာရင် နောက်ထပ် ခွင့်ပန်ဖွယ် မလိုတော့ပါ။ ဒါပေမဲ့ ရပ်နား ပြီးမှ ထပ်ပြီး ဟောပြောရင်တော့ အဲဒီ နောက်မထေရ်ကြီးထံ ခွင့်ပန်ရပါမယ်။

ဆွမ်းစားရာအိမ်၊ ကျောင်း၊ ဇရပ်တွေမှာ ဆွမ်းတရားဟောရာမှာ လည်း ပထမ မထေရ်ကြီးရဲ့ ခွင့်ပြုချက်အရ ဟောနေစဉ် နောက်ထပ် ပထမ ထေရ်ထက် ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ရောက်လာရင် ခွင့်ပန်ဖွယ် မလိုတော့ပါ။

တရားစကားပြောရာမှာ ဥပနိသိန္နကထာ = အနီးမှာ ထိုင်နေသူတွေ အား ဟောရတဲ့ တရားစကား၊ အနုမောဒနကထာ = ဆွမ်းတရားအားဖြင့်

၂ မျိုး ရှိပါတယ်။ ဥပနိသိန္နကထာမှာ မထေရ်ကြီး ပိုင်ပါတယ်။ အနုမောဒနကထာမှာတော့ မထေရ်ကြီး မပိုင်ပါ။ ဒါကြောင့် အလှူရှင်တွေက မိမိတို့ ကြည်ညိုတဲ့ ရဟန်းကို တရားဟော (ရေစက်ချ) တောင်းပန်ရင် မထေရ်ကြီး ထံ ခွင့်မပန်ဘဲ ဟောမှုကြောင့် အာပတ်မသင့်ပါ။

ခွင့်ပန်ပြီးမှ

စာအံ့မှု ကြားလောက်တဲ့ ကျောင်းဆောင်တစ်ဆောင်ထဲမှာ မိမိထက် ကြီးတဲ့ အတူနေ (ကျောင်းဘုန်းကြီးစသည်) ကို ခွင့်မပန်ဘဲ စာမအံ့ရပါ။ ပါဠိတော် သင်မှု၊ အဋ္ဌကထာ ပို့ချမှုကိုလည်း မပြုရပါ။ အဲဒီလို ပြုလုပ်ရင် ကြီးသူကို ဂရုမစိုက်ရာ ရောက်ပါတယ်။

တစ်ကျောင်းတည်း အတူနေဖြစ်တဲ့ ကြီးသူကို ခွင့်မပန်ဘဲ ရောက်လာတဲ့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေအား တရား မဟောရပါ။ မီး မထွန်းရပါ။ ထွန်းပြီးတဲ့ မီးကိုလည်း မငြိမ်းရပါ။ လေသောက်ပြတင်းတံခါးရွက်ကိုလည်း မဖွင့်၊ မပိတ်ရပါ။

(တံခါးပေါက်ကြီးမှာ အများဆိုင်ဖြစ်လို့ ညဉ့်အခါ စသည်မှာ ထွက်ချင်ရင် ခွင့်ပန်ဖို့ရန် မလွယ်ပါ။ ဒါကြောင့် တံခါးမကြီးကို ဖွင့်၊ ပိတ်ရာမှာ ကြီးသူကို ခွင့်ပန်ဖွယ် မလိုပါ။)

ဒီတားမြစ်ချက်တွေအရ ဆရာအဆက်ဆက်တွေဟာ ရောက်သစ်စ အာဂန္တုကတွေကို “စာအံ့ မီးထွန်းမှ စ၍ ရစကောင်းသော ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်များကို ခွင့်ပြုတော်မူကြပါ ဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော်ကလည်း ခွင့်ပြုပါ၏” လို့ သံဃာအများ စုမိရာ ဘုရားဝတ်တက်စတဲ့ အခါတွေမှာ ခွင့်ပန်စေရိုး ပြုတော်မူကြပါတယ်။

စကြိုလျှောက်ရာမှာ

စကြိုတစ်ခုမှာ မိမိထက် ကြီးသူနဲ့အတူ စကြိုသွားတဲ့ သီတင်းငယ်ဟာ စကြိုဆုံးလို့ ပြန်လှည့်တဲ့အခါ သီတင်းကြီးရှိရာဘက်သို့ မျက်နှာလှည့်ပြီး ပြန်လှည့်ရပါတယ်။ (ကျောပေးပြီး ပြန်မလှည့်ရပါ။) အဲဒီလို စကြိုသွားစဉ် မိမိရဲ့ဧကသီ၊ သင်္ကန်းကြီး ဆိုတဲ့ သင်္ကန်းအစွန်းနဲ့ အဲဒီသီတင်းကြီးကို မထိ ခိုက်စေရပါ။

အဝတ်မဝတ်သူအပိုင်း

အဝတ် မပါဘဲ လမ်း မသွားရ၊ မစားရ၊ မသောက်ရ၊ မခဲရ၊ လျက်ဖွယ် ကို မလျက်ရ၊ မယူရ၊ မပေးရ။ မိမိကလည်း ရှိမခိုးရ၊ ရှိခိုးလည်း မခံရ။ ချေး တွန်းမှု စတဲ့ ပရိကမ်ကို အပြုလုပ်မခိုင်းရ။ မိမိကလည်း မပြုလုပ်ရပါ။

ဖုံးကွယ်ကြောင်း (၃) မျိုးမှာ -

၁။ ဇန္တဃရ = ချွေးထုတ်ရာဌာန။

၂။ ဥဒက = မြစ်၊ ချောင်း၊ ကန်တွေမှာ ရေဆင်းချိုးတဲ့ အခါ အကာအကွယ်ရေ။

၃။ ဝတ္ထ = အဝတ်။

ချေးတွန်းမှု စတဲ့ ပရိကမ်ကို ပြုရာမှာ ရှေ့ (၂) ပါးဟာ အပ်ပါတယ်။ သွားမှုစားမှု စသည်မှာတော့ မအပ်ပါ။ အဝတ်နဲ့ ဖုံးထားမှုကတော့ (သင်းပိုင် ဝတ်ထားမှုကတော့) စားမှုမှစပြီး ပရိကမ်ပြုရာတိုင်အောင် အရာဌာန အားလုံးမှာ အပ်ပါတယ်။

ယခုအခါမှာ လုံခြုံတဲ့ ရေချိုးအိမ်တွေ ရှိကြပါတယ်။ အဲဒီ ရေချိုးအိမ် ဟာ ရှက်ဖွယ်အရပ်ကို ကာကွယ်နိုင်တဲ့ အကျိုးကို ပြုနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရေချိုးအိမ်ကို ဇန္တဃရလို့ ယူဆကာ ရေသနပ် မပါဘဲ ရေချိုးကြပါတယ်။

ရေချိုးရာမှာ အပ်တဲ့ နည်းလမ်းအပိုင်း

မိမိထက် ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ရှေ့မှာရော၊ မြစ်အတွင်းမှာ ရေချိုးတဲ့အခါ ရေညာမှာပါ ရေမချိုးရ။ မိမိက ရေချိုးရာမှ တက်လာသူ ဖြစ်ရင် ရေချိုးဆင်းတဲ့ သီတင်းကြီးအား လမ်းဖယ်ပြီး ပေးရပါတယ်။ လမ်း ကျယ်ရင် ရှောင်လွှဲပြီး သွားရပါမယ်။ မကျယ်ရင် ဘေးကို တိမ်းပြီး ဖယ်ပေးရပါမယ်။

ရေချိုးတဲ့ ရဟန်းဟာ ရေချိုးအိမ်အနီးအပါးမှာ ရှိတဲ့ အုတ်နံရံ၊ ကျောက်နံရံ၊ သစ်သားနံရံမှာရော၊ စိုက်ထားတဲ့ တိုင်မှာရော၊ သစ်ပင်မှာရော၊ သစ်သားကို ယှဉ်ချပ်ဖြစ်အောင် ခုတ်ရွှေ့ပြီး အဲဒီယှဉ်ချပ်ပေါ်မှာ ရှစ်ကွက်ကျား သဏ္ဌာန်ရှိအောင် ထွင်းပြီး ရေချိုးအိမ်မှာ ကိုယ်နဲ့ ပွတ်တိုက်ဖို့ စိုက်ထားတဲ့ ယှဉ်ပြားမှာပါ မပွတ်တိုက်ရပါ။

သစ်သားမျောက်လက် (သစ်သားစသည်တွေနဲ့ ပြုလုပ်အပ်တဲ့ မျောက်ရဲ့လက်နဲ့ သဏ္ဌာန်တူတဲ့ = ယခုအခါ ကျောမှာ အယားပျောက်ဖို့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ လက်ကလေးနဲ့ တူတဲ့ လက်)နဲ့ ဆပ်ပြာမှုန့် စတဲ့ ရေချိုးမှုန့်တွေကို ယူပြီး ကိုယ်ကို မပွတ်တိုက်ရပါ။

ကျောက်မှုန့်လုံးတွေကို ကြိုးနဲ့ သီထားအပ်တဲ့ ကျောက်လုံးအစဉ်နဲ့ ကိုယ်ကို မငှတ်တိုက်ရပါ။ မကာရုံး သွားထုပြီး ထွေးခံခြေသဏ္ဌာန်ပြုထားတဲ့ ချေးပွတ်နဲ့ ကိုယ်ကို ပွတ်တိုက်ပြီး ရေချိုးခြင်းငှာ မအပ်ပါ။ ရဟန်း ၂ ပါး ကိုယ်အချင်းချင်း ချေးမပွတ်ရပါ။

အိုးခြမ်းကွဲ၊ အုတ်ခဲအကျိုး၊ အဝတ်ကျစ် (အဝတ်ကို ရေညှစ်လိုက်တဲ့ အခါ လုံးလုံးကျစ်ကျစ် ဖြစ်နေတဲ့ အဝတ်) တွေရော၊ လက်ဝါးပြင်နဲ့ ချေးတွန်း

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၉၇

မူပါ ကျန်းမာတဲ့ ရဟန်း၊ မကျန်းမာတဲ့ ရဟန်းတွေ (ရဟန်းအားလုံး) အား အပ်ပါတယ်။ ခွေးသွားစိတ် (လွှဲသွားစိတ်) သဏ္ဌာန်ရှိအောင် မဖြတ်မထွင်း အပ်တဲ့ ထွေးခံခြေသဏ္ဌာန်ခြေပွတ်ဟာ မကျန်းမာတဲ့ ရဟန်းအား ချေးတွန်း ဖို့ အပ်ပါတယ်။ ခြေကို ပွတ်တိုက်ရာမှာတော့ ကျောက်ခဲနဲ့ရော၊ သမုဒြာ ရေမြုပ်နဲ့ရော၊ အိုးခြမ်းကွဲနဲ့ပါ ပွတ်တိုက်ဖို့ အပ်ပါတယ်။

ရှိမခိုးထိုက်သူ အပိုင်း

၁။ အာပတ်ကို အာပတ်လို့ မရှုခြင်း၊ အာပတ်ကို မကုစားခြင်း(ဒေသနာ
မကြား၊ ဝုဋ္ဌာနကံ မပြုခြင်း)၊ မိစ္ဆာအယူကို မစွန့်ခြင်းကြောင့် နှင်
ထုတ်ကြောင်းကံ အပြုခံရသူ (ဥက္ခိတ္တကပုဂ္ဂိုလ်)

၂။ လူ၊ သာမဏေ။

၃။ မိမိနဲ့ အယူမတူတဲ့ အဓမ္မဝါဒီဘက်သား သီတင်းကြီးသူ။

၄။ မိန်းမ။

၅။ သီတင်းငယ်ရဟန်း။

၆။ ဂရုကအာပတ်မှာ တည်ပြီး ပရိဝါသ်စသည် နေတဲ့ ရဟန်း။

၇။ ပဏ္ဍုက်။

အထက်ပါ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ရှိခိုးတဲ့ ရဟန်းမှာ အာပတ်သင့်ပါတယ်။

၈။ ရွာတွင်းမှာ ဝင်တဲ့ ရဟန်း။

၉။ လမ်းမှာ ရောက်နေတဲ့ ရဟန်း။

၁၀။ အမှောင်မှာ ရောက်နေတဲ့ ရဟန်း။

၁၁။ ရှိခိုးဝပ်ချတာကို နှလုံးမသွင်းတဲ့ ရဟန်း။

၁၂။ အိပ်ပျော်နေတဲ့ ရဟန်း။

၁၃။ ယာဝုသောက်ရာမှာ ရှိတဲ့ ရဟန်း။

၁၄။ ဆွမ်းယူရာအရပ်မှာ ရှိတဲ့ ရဟန်း။

၁၅။ တစ်ဖက်ရန်သူမှာ လည်သွားတဲ့ ရဟန်း။

ရဟန်းနှင့် စည်းကမ်း

၉၉

၁၆။ အာရုံတခြားမှာ စိတ်ထားခိုက် ရဟန်း။

၁၇။ အဝတ်မပါတဲ့ ရဟန်း။

၁၈။ ခဲဖွယ်ကို ခဲစားဆဲ ရဟန်း။

၁၉။ ဘောဇဉ်ကို စားဆဲ ရဟန်း။

၂၀။ ကျင်ကြီး စွန့်နေတဲ့ ရဟန်း။

၂၁။ ကျင်ငယ် စွန့်နေတဲ့ ရဟန်း။

အထက်ပါ ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးဟာ ရှိမခိုးထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။

အရေအပိုင်း

သမင်၊ ဆိတ်၊ သိုး၊ ဒီ ၃ မျိုးရဲ့ အရေဟာ အပ်ပါတယ်။ ခုတင်ပေါ် စသည်မှာ ခင်းကောင်း၊ အိပ်ကောင်းပါတယ်။ ရောဟိတမည်တဲ့ သားကောင် (စိုင်း)၊ ဇဏီ မည်တဲ့ သားကောင် (တောဆိတ်နက်)၊ သမင်ပြောက်၊ ဒရယ်၊ သမင်ပျံ၊ ဆတ်စတဲ့ သားကောင်တွေဟာ သမင်မျိုး ဖြစ်လို့ အဲဒီအရေလည်း အပ်ပါတယ်။

တိုက်ရိုက်အားဖြင့်ရော၊ အမျိုးတူအားဖြင့်ပါ ယူအပ်တဲ့ အဲဒီအရေ ၃ မျိုးမှ တစ်ပါးသော အရေတွေဟာ သုံးစွဲရင် ဒုက္ကဋ်ရဲ့ အကြောင်းဝတ္ထု ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီအရေတွေက မျောက်၊ မျောက်ဝံနက်၊ သမင်ဆီးဆောက်၊ ဝံပိုင်၊ ခြင်္သေ့၊ သစ်၊ ကျား၊ ဝံစတဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့ အရေတွေပါပဲ။

လွယ်အိတ်၊ သံကောက်အိတ်စတဲ့ အိတ်အမျိုးမျိုးမှာရော ဖိနပ် ပြုလုပ်ရာမှာပါ လူရဲ့ အရေမှတစ်ပါး အရေအားလုံးဟာ အပ်ပါတယ်။

“မအပ်”လို့ ပယ်ထားတဲ့ အရေတွေကလည်း ခုတင် စသည်မှာ ခင်းပြီး ထိုင်ခြင်း၊ အိပ်ခြင်းငှာသာ မအပ်ပါ။ ကြမ်းပြင်၊ မြေပြင်ပေါ် ခင်းတဲ့ အခင်း ဖြစ်ရင် အပ်ပါတယ်။

ဖိနပ်အပိုင်း

(၄) ထပ်မှစပြီး အထပ်ထပ်ဖြစ်တဲ့ ဖိနပ်အသစ်တွေဟာ မဇ္ဈိမဒေသ (အိန္ဒိယ) မှာ မအပ်ပါ။ မဇ္ဈိမဒေသပင် ဖြစ်ပေမယ့် တစ်ကြိမ်လောက်ဖြစ်စေ စွပ်ပြီးတဲ့အဟောင်း ဖြစ်နေရင်တော့ အပ်ပါတယ်။ ကျောင်းတိုက်အတွင်း ဖြစ်ရင်တော့ ကျန်းမာသူ ဟုတ်ဟုတ် မဟုတ်ဟုတ် ရဟန်းအားလုံးအား ဖိနပ်ဟာ အပ်ပါတယ်။ မကျန်းမာတဲ့ ရဟန်းအား ကျောင်းတွင်း ကျောင်းပြင် မကျန် တောရွာအရပ်အားလုံးမှာ ဖိနပ်ဟာ အပ်ပါတယ်။

မှတ်ချက်

“ကျောင်းတိုက်၊ ကျောင်းတိုက်ဥပစာမှာ ကျန်းမာ၊ မကျန်းမာရဟန်း အားလုံးအား ဖိနပ်တွေ အပ်တယ်” လို့ ဆိုထားလို့ “ကျန်းမာရင် ကျောင်း တိုက်ပြင်ဘက်မှာ ဖိနပ် မစီးကောင်း” လို့ ယူရမလို ဖြစ်နေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီပညတ်တော်ဟာ မဇ္ဈိမဒေသ(အိန္ဒိယ)အတွက်သာ ဖြစ်စရာ ရှိပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံလို မဇ္ဈိမဒေသမဟုတ်တဲ့ အရပ်တွေမှာတော့ “ကျောင်းတိုက် ပြင်ဘက်မှာလည်း ဖိနပ်စီးကောင်းတယ်” လို့ ယူစရာ ရှိပါတယ်။ ဘာကြောင့် လဲ? အဝန္တိဒက္ခိဏာပထတိုင်း (ပစ္စန္နရာဇ်) မှာ မြေကြီးကြမ်းတဲ့အတွက် (အဲဒီ ကြမ်းတမ်းတဲ့ မြေအရပ်လည်း ကျောင်းတိုက်အတွင်းကို ရည်ရွယ်မှာ မဟုတ်) အထပ်ထပ် ဖိနပ်ကို ခွင့်ပြုတော်မူထားလို့ရော။

ဖိနပ်နဲ့တကွ (ကျန်းမာရင်) ရွာတွင်းသို့ ဝင်ခြင်းကို တားမြစ်ထားရာ မှာ ရွာတွင်း မဟုတ်ရင် စီးခွင့်ပြုရာ ရောက်လို့ရော။

ရဟန်းတစ်ပါးဟာ ရွာတွင်းဝင်တဲ့အခါ ခါးပန်းကြိုးမှာ ဖိနပ်ကို ချည်ပြီး ဝင်လေရာ ဒကာတစ်ယောက်က လာပြီး ရှိခိုးဝတ်ချတဲ့အခါ ဦးခေါင်းနဲ့ ဖိနပ်ကို တိုက်မိလို့ ဖိနပ်အိတ်ကို ခွင့်ပြုပါတယ်။ အဲဒီဝတ္ထုကို ထောက်ရင် အဲဒီရဟန်းဟာ ရွာဥပစာ မရောက်မီ ဖိနပ်စီးလာကြောင်း ထင်ရှားလို့ရော။

အာဂန္တုကဝတ်ကို ပြရာမှာ “အာရာမတွင်းသို့ ဝင်ခါနီးဝယ် ဖိနပ်ချွတ်ရမယ်” လို့ မိန့်လို့ အာရာမရဲ့ ပြင်ဘက်မှာ ဖိနပ်စီးကောင်းကြောင်းကို သိရလို့ ရောပါပဲ။

ပြီးတော့ သုတ်သီလကွန်အဋ္ဌကထာ ဗြဟ္မဇာလသုတ်အဖွင့်မှာ ယာနသန္နိမိကို ပြရာဝယ် ကျောင်းမှာ စီးဖို့ ဖိနပ်တစ်ရန်၊ တောထဲမှာ သွားတဲ့အခါ စီးဖို့ ဖိနပ်တစ်ရန်အားဖြင့် ဖိနပ် ၂ ရန် ထားတာကို ပြထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျောင်းပြင်ဘက် တော စသည်မှာ ဖိနပ်စီးလေ့ရှိကြောင်း သိသာပါတယ်။

မအပ်တဲ့ ဖိနပ်များ

- ၁။ အကုန်လုံး ညှိတဲ့အဆင်းရှိတဲ့ ဖိနပ်။
- ၂။ အကုန်လုံး ဖြူတဲ့အဆင်းရှိတဲ့ ဖိနပ်။
- ၃။ အကုန်လုံး ဝါရွှေတဲ့အဆင်းရှိတဲ့ ဖိနပ်။
- ၄။ အကုန်လုံး နီတဲ့အဆင်းရှိတဲ့ ဖိနပ်။
- ၅။ အကုန်လုံး မည်းနက်တဲ့အဆင်းရှိတဲ့ ဖိနပ်။
- ၆။ ဆိုးရည်များစွာနဲ့ အထပ်ထပ် ဆိုးထားတဲ့ ဖိနပ်။
- ၇။ အမည်များစွာရှိတဲ့ ဆိုးရည်အမျိုးမျိုးတွေနဲ့ ဆိုးထားတဲ့ ဖိနပ်။
- ၈။ အကုန်လုံး မောင်းတဲ့ (နီတွေေးတွေေး၊ ဝါကျင့်ကျင့် ရောတဲ့) အရောင်ရှိ ဖိနပ်။
- ၉။ ပန်းပြောက်၊ ပန်းနွယ် စသည်တွေနဲ့ ဆန်းကြယ်တဲ့ ဖိနပ်။
- ၁၀။ အညို၊ အရွှေ စတဲ့ အဆင်းရှိသည့် ကြိုးတပ်ဖိနပ်။
- ၁၁။ ခါတောင်အလား ပြောက်ကျားတဲ့အဆင်းရှိတဲ့ ဖိနပ်။
- ၁၂။ သိုးချို၊ ဆိတ်ချိုနဲ့ တူတဲ့ သဲကြိုးတပ် ဖိနပ်။
- ၁၃။ ဖွဲ့အပ်တဲ့ ဖနောင့်ဖုံးရှိ ဖိနပ်။ (ယခုခေတ်မှာ နောက်ပိတ်ခြေစွပ်)

၁၄။ ခြေထောက်မှာ အတုပ်နဲ့ ဖွဲ့ထားအပ်သလို ခြေသလုံးတိုင်အောင် ဖွဲ့ထားအပ်တဲ့ အဖုံးရှိ ဘွတ်ရှည်ခြေနင်း။ (စစ်သားတွေရဲ့ မြင်းစီးရာ မှာ အသုံးပြုဖိနပ်မျိုး)

၁၅။ စီးတဲ့အခါ နူးညံ့အောင် ဖိနပ်အပြင်အတွင်းမှာ လဲဝါ အခုအခံရှိတဲ့ ဖိနပ်။

၁၆။ ခြေဖဝါးအထက်မှာသာ ရစ်ပတ်ထားတဲ့ အဖုံးရှိ ဖိနပ်။

၁၇။ ဥဒေါင်းမြီးတွေနဲ့ ထက်ဝန်းကျင် ချုပ်ထားတဲ့ ဖိနပ်။

၁၈။ ကင်းမြီးကောက်အမြီးနဲ့ တူတဲ့ သဲကြိုးတပ် ဖိနပ်။

၁၉။ ခြင်္သေ့အရေနဲ့ ထက်ဝန်းကျင် ကာရန်အပ်တဲ့ ဖိနပ်။

(ဖိနပ်အပြင်ရဲ့ အဆုံးတွေမှာ သင်္ကန်းမှာ အလျားအနားပတ်ပမာ ခြင်္သေ့ရေကို အုပ်ပြီး ပြုလုပ်ထားတဲ့ ဖိနပ်။ နောက်ဖိနပ်တွေမှာလည်း နည်းတူပါပဲ။)

၂၀။ ကျားအရေနဲ့ ထက်ဝန်းကျင် ကာရန်အပ်တဲ့ ဖိနပ်။

၂၁။ ဖျံအရေနဲ့ ထက်ဝန်းကျင် ကာရန်အပ်တဲ့ ဖိနပ်။

၂၂။ သမင်အရေနဲ့ ထက်ဝန်းကျင် ကာရန်အပ်တဲ့ ဖိနပ်။

၂၃။ ကျားသစ်အရေနဲ့ ထက်ဝန်းကျင် ကာရန်အပ်တဲ့ ဖိနပ်။

၂၄။ ကြောင်အရေနဲ့ ထက်ဝန်းကျင် ကာရန်အပ်တဲ့ ဖိနပ်။

၂၅။ ရှဉ့်အရေနဲ့ ထက်ဝန်းကျင် ကာရန်အပ်တဲ့ ဖိနပ်။

၂၆။ ခင်ပုတ်ကြီးအရေနဲ့ ထက်ဝန်းကျင် ကာရန်အပ်တဲ့ ဖိနပ်။

၂၇။ ဟိုဟိုဒီဒီ စီးသွားလို့ရတဲ့ ခုံဖိနပ်။

မှတ်ချက်

ယခုခေတ်မှာ ဖိနပ် တန်ဖိုး ကြီးမားလို့ ရှားပါးတဲ့အတွက် တာယာ အပျက်တွေကို ဖိနပ်လုပ်ပြီး စီးကြရှာတယ်။ အဲဒီဖိနပ်တွေမှာ ပယ်မြစ်အပ် တဲ့ အလုံးစုံညီ စတဲ့ ဖိနပ်တွေလို အလှအပလည်း မရှိ။ ခုံဖိနပ်လို တခွပ်ခွပ် လည်း မမြဲညီ၊ ခြေထောက်မှာ အပူ၊ အအေး၊ ဖုန် စသည်ကို ကာကွယ်ရုံမျှ ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီဖိနပ်တွေကို မအပ်စရာ မရှိလို့ ထင်ပါတယ်။ ရာဘာ ခံထားတဲ့ ဖိနပ်တွေမှာ သံသယရှိဖွယ် မလိုပါ။ သစ်ပင်အစေးမှ ထွက်လို့ သစ်သားဖိနပ်ပမာ သံသယရှိကြတာဟာ လွန်လွန်းဟန် တူပါတယ်။

ဖျက်ပြီးမှ

ခုံအပြင် သားရေ၊ သဲကြိုးသားရေတွေမှာ ဆိုးထားတဲ့ အရောင်ကို အဝတ်ပိုင်းနဲ့ ပွတ်တိုက်ပြီး အဆင်းကို ဖျက်ပြီးမှ စီးကောင်းပါတယ်။ အနည်းငယ်မျှ အဆင်းပျက်ရင် အပ်ပါတော့တယ်။ အဆန်းတကြယ် ချုပ်ထားတဲ့ ဖိနပ်ရဲ့ ကြိုးတွေကို ဖြေနိုင်ရင် ဖြေပြီး၊ မဖြေနိုင်ရင် အတော်အတန် ပျက်အောင် ဖျက်ပြီးမှ စီးသင့်ပါတယ်။ အရောင်ဖျက်ရာမှာ ဖျက်လို့ မရလောက်အောင် အရောင် ခိုင်နေရင် သားရေနဲ့ သဘောတူလို့ ယူဆကာ သံသယမရှိဘဲ စီးနိုင်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဆရာတို့ကတော့ ပွတ်ဖျက်လို့ မရလောက်အောင် စွဲနေတဲ့ အဆင်းတွေကို သဲကြိုးချုပ်ရိုးတွေမှာ အဆင်းဖျက်ရာ ရောက်အောင် မင် စသည်နဲ့ ခြစ်ပြီး အနည်းငယ် ဖျက်ကြပါသေးတယ်။ ယခုခေတ်မှာ အရောင်အမျိုးမျိုး ဆိုးထားတဲ့ ဖိနပ်၊ ကြိုးအမျိုးမျိုးတွေနဲ့ ဆန်းကြယ်စွာ ချုပ်ထားတဲ့ ဖိနပ်တွေကို တွေ့ကြရပါတယ်။ ဖျက်မိအောင် ဖျက်ပြီးမှ စီးဖို့ရန် သတိပြုသင့်ကြပါတယ်။

မကြည့်ရမှုအပိုင်း

မကြည့်ရပါ

ရဟန်းဟာ ရာဂနဲ့ သာယာပြီး အမသတ္တဝါ (လူမိန်းမသာမက အမသတ္တဝါအားလုံး)ရဲ့ အင်္ဂါဇာတ်ကိုရော၊ အင်္ဂါဇာတ်ရှိရာအရပ်ကိုပါ မကြည့်ရပါ။ ဆွမ်းလောင်းတဲ့ မိန်းမ (ယောက်ျား) တွေရဲ့ မျက်နှာကိုလည်း သာယာစိတ်မရှိပေမယ့် မကြည့်ရပါ။ ကဲ့ရဲ့လိုတဲ့ စိတ်နဲ့ သူတစ်ပါးတွေရဲ့ သပိတ်ကို မကျန်းမာတဲ့ ရဟန်းကတောင်မှ မကြည့်ရပါ။ ကြည့်ရင် ကြည့်တဲ့ ရဟန်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

ရဟန်းဟာ မှန်မှာဖြစ်စေ၊ ရေခွက်မှာဖြစ်စေ မိမိရဲ့ မျက်နှာကို မကြည့်ရပါ။ မှန်မှာသာမက မျက်နှာရိပ် ထင်လောက်တဲ့ ကြေးခွက်၊ ကြေးမုံ စသည်တွေမှာလည်း မျက်နှာရိပ်ကို မကြည့်ရပါ။ ရေခွက်မှာသာမက ပုန်းရည်ကြည်ကြည်မှာလည်း မျက်နှာရိပ် ထင်နိုင်ရင် မကြည့်ရပါ။ ကြည့်တဲ့ ရဟန်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

အနာ ရှိရင်တော့ အသားနုတက် မတက်ကို သိဖို့ရန်အတွက်ရော၊

“ငါဟာ အိုပြီလား၊ မအိုသေးဖူးလား” စသည်ကို သိလိုလို့ပါ

မျက်နှာရိပ်ကို မှန်စသည်မှာ ကြည့်ကောင်းပါတယ်။

မျက်စဉ်းဘူးအပိုင်း

အပ်တဲ့ မျက်စဉ်းဘူး

မျက်စိကို အေးအောင် မျက်လုံးရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ သုတ်လိမ်းကြောင်း မျက်ရေးကွင်းကြောင်း ဆေး ထည့်ရာဘူးက အလုံး၊ ရှစ်ထောင့် ရှစ်မြှောင့်ရှိ တဲ့ဘူး၊ ၁၆ မြှောင့်ရှိတဲ့ ဘူးတွေဆိုရင် အပ်ပါတယ်။ ၄ မြှောင့်ဘူးလည်း အပ်ပါတယ်။ ပန်းပြောက်၊ ပန်းနွယ် စသည်တွေနဲ့ မရောဘဲ ပြေပြစ် ချော မောတဲ့ မျက်စဉ်းကျည် (ဝါ-မျက်စဉ်းကျည်တောက်၊ မျက်စဉ်းဘူး) ဟာလည်း အပ်ပါတယ်။ အဲဒီ မျက်စဉ်းဘူးရဲ့ အရင်းပိုင်းမှာ အရေး (အရစ်) ၃ ရစ်ဟာ အပ်ပါတယ်။ (၁-ရစ်၊ ၂-ရစ်ရဲ့ အပ်ကြောင်းကိုတော့ အထူးပြောဖွယ် မလို ပါ)။ လက်နဲ့ ကိုင်တဲ့အခါ အဲဒီအရစ်တွေကြောင့် ချော်ပြီး မကျနိုင်ပါ။ အထက် လည်ပင်းမှာတော့ အပိတ်ရဲ့ ကြိုးကို ဖွဲ့ချည်ဖို့ရာ အရေး (အရစ်) တစ်ခုသာ အပ်ပါတယ်။

မအပ်တဲ့ ခြယ်လှယ်မှု

ဒီမျက်စဉ်းဘူးမှာ မိန်းမရုပ်၊ ယောက်ျားရုပ်၊ အခြေ ၄ ချောင်းရှိတဲ့ သားကောင်ရုပ်၊ ငှက်ရုပ်၊ ပန်းပြောက်၊ နွယ်ချောင်း၊ မကန်းသွား (ခွေးသွား စိပ်)၊ နွားကျင်းငယ်အကြောင်းလို ကောက်တဲ့အကြောင်း၊ လအရေးလို ကွေး တဲ့အကြောင်း စတဲ့ ထူးခြားတဲ့ ခြယ်လှယ်မှု တစ်ခုမျှ မအပ်ပါ။ သူတစ်ပါးထံ မှ ရရင်တော့ အဲဒီအရုပ်စသည် မပေါ်ထင်အောင် ကြိုးနဲ့ ရစ်ပတ်ပြီးမှ သုံးစွဲ အပ်ပါတယ်။

အိတ်နဲ့ ချည်

မျက်စဉ်းဘူး ထည့်စရာအိတ်၊ သင်တုန်း ထည့်ရာအိတ်၊ သံကောက် ထည့်စရာ အိတ်တွေကို အဖြူဖြစ်စေ၊ အနီ စသည်ဖြစ်စေ၊ အဆင်းတစ်မျိုး

တည်းသာ ရှိတဲ့ ချည်နဲ့ ချုပ်ကောင်းပါတယ်။ အဆင်းအမျိုးမျိုးရှိတဲ့ ချည်နဲ့ မချုပ်ကောင်းပါ။ (ယခုအခါ သင်တုန်းအိတ်အစား သင်တုန်းအိမ် ဖြစ်နေပါပြီ။ တံခါးရဲ့ မင်းတုန်းကို ဖွင့်ဖို့ သံကောက်အစား သော့ ဖြစ်နေပြီ။)

မျက်စဉ်းတွေကို တို့ပြီး ယူဖို့ရန် တုတ်တံကိုလည်း ဆန်းကြယ်လှပအောင် မပြုလုပ်ရ။ ရိုးရိုးသာ ဖြစ်စေရပါမယ်။

အပ်တယ်

ခရုသင်းချက်၊ ဦးချို၊ လူရိုးမှတစ်ပါးသော အခိုး၊ ကျူ၊ ဆင်စွယ် စသည်တွေနဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ မျက်စဉ်းကျည်တွေရော၊ အသီး၊ သစ်သားနဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ မျက်စဉ်းကျည်တွေရော၊ ဝါး၊ ချိတ်၊ ကြေး၊ သံတွေနဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ မျက်စဉ်းကျည်တွေရော၊ အဲဒီ ခရုသင်းချက်စသည်တွေနဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ မျက်စဉ်းတံတွေရော၊ အခိုးဆောင်ကြောင်း ဆေးတံတွေရော၊ ဓားငယ်ရိုးတွေရော၊ နှာနှပ်တံတွေရော အပ်ကြပါတယ်။

မှတ်ချက်

ဆေးလိပ်မှ အခိုးအငွေ့ဟာ လည်ချောင်းမှာ စွဲကပ်နေလို့ အာပတ်သင့်ကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ယာဝဇီဝိကပါပဲ။ ဆေးလိပ်ကို သင့်မြတ်တဲ့ရောဂါရှိမှ အကပ်ခံပြီး နေလွဲအခါမှာ သောက်ကောင်းပါတယ်။

နံနက်ပိုင်းမှာတော့ အဲဒီနေ့မှာ အကပ်ခံရင် ယာဝကာလိကနဲ့ ရောပေမယ့် အပြစ်မရှိပါ။ ဒါပေမဲ့ အရုဏ်မတက်မီ ရောဂါမရှိဘဲ အကပ်ခံပြီး သောက်ရင် ဆိုင်ရာသိက္ခာပုဒ်အရ အပြစ်ရှိပါတယ်။ ရောဂါ ရှိပေမယ့် အဲဒီဆေးခိုးက အာခေါင်မှာ ကပ်နေစဉ် အရုဏ်တက်တဲ့အခါ ယာဂု စသည်သောက်ပြီး အဲဒီယာဂုနဲ့ အာခေါင်မှာ ရောမိရင်လည်း သန္နိမိအပြစ် ဖြစ်နိုင်ပုံ၊ အကပ်မခံရင် ဒန္တပေါနသိက္ခာပုဒ်အရ အပြစ်ဖြစ်နိုင်ပုံကို သတိပြုရပါတယ်။ ဆေးဝါးမှု၊ ကွမ်းစားမှုတွေမှာလည်း နည်းတူပါပဲ။

မအပ်တဲ့ အိပ်ရာနေရာများအပိုင်း

- ၁။ တစ်တောင့်ထွာ(လက်ရှစ်သစ်)ထက် လွန်တဲ့ အခြေရှိ ညောင်စောင်း (ခုတင်)၊ အင်းပျဉ် (ထိုင်ခုံ)၊ (ဒီတစ်မျိုးသာ ဥစ္စာသယန)
- ၂။ လက်ပံလဲ၊ နွယ်လဲ၊ မြက်လဲတွင် တစ်မျိုးမျိုး အဆာရှိတဲ့ အခင်း။
- ၃။ အခြေတွေမှာ ခြင်္သေ့၊ သစ်ကျားစတဲ့ သားရဲရုပ်ရှိတဲ့ ပလ္လင်။
- ၄။ ပန်းပြောက် မခြယ် အဖြူထည်သက်သက် သားမွေးနဲ့ ရက်အပ်တဲ့ အခင်း။
- ၅။ အလျား အနံ ကျယ်ပြီး လက် ၄ သစ်ထက် လွန်တဲ့ အမွေးရှိတဲ့ သားမွေးကော်ဇောနက်ကြီး။
- ၆။ ချုပ်ရက်အပ်တဲ့ အကွက်တွေနဲ့ ဆန်းကြယ်တဲ့ သားမွေးအခင်း။
- ၇။ ပန်းပြောက်တွေနဲ့ ခြယ်ထားတဲ့ သားမွေးအခင်း။
- ၈။ ခြင်္သေ့၊ သစ်၊ ကျားအရုပ်တွေနဲ့ ထူးခြားဆန်းကြယ်အောင် ပြုလုပ် ထားတဲ့ သားမွေးအခင်း။
- ၉။ အတွင်း၊ အပြင် ၂ ဖက်မှာ ပေါ်ထွက်တဲ့ အမွေးရှိတဲ့ ၂ ဖက် ချော သားမွေးအခင်း။
- ၁၀။ အတွင်းတစ်ဖက်မှာသာ ပေါ်ထွက်တဲ့ အမွေးရှိတဲ့ တစ်ဖက်ချော သားမွေးအခင်း။
- ၁၁။ တစ်ကိုယ်ခြောက်(၁၆) ယောက် ကပြလောက်တဲ့ တစ်ဖက်ချော၊ နှစ်ဖက် ချော သားမွေးကော်ဇောအခင်း။

- ၁၂။ ရွှေချည်၊ ငွေချည်တွေနဲ့ ချုပ်အပ်၊ ခြယ်လှယ်အပ်တဲ့ ပိုးချည်အခင်း။
(ဝါ = ရွှေပြား၊ ငွေပြား စီးထားချက်အပ်တဲ့ ပိုးချည်အခင်း)
- ၁၃။ ပိုးချည်အတွင်း ရွှေချည်သွင်း၍ ရက်အပ်၊ ခြယ်လှယ်အပ်တဲ့ အခင်း။
(ဝါ = ရွှေချည်၊ ငွေချည်တွေနဲ့ ချုပ်လုပ်ခြယ်လှယ်အပ်တဲ့ ပိုးချည်ကြမ်းအခင်း)
- ၁၄။ ဆင်ကျောကုန်း၊ မြင်းကျောကုန်း၊ ရထားပေါ်မှာ ခင်းအပ်တဲ့ အခင်း။
- ၁၅။ ညောင်စောင်းပမာဏအားဖြင့် အထပ်ထပ် ချုပ်အပ်တဲ့ သစ်နက်ရေအခင်း။
- ၁၆။ ဝံပိုင်ရေနဲ့ လုပ်ထားတဲ့ အခင်းမြတ်။
- ၁၇။ အထက်မှာ နီတဲ့ ဗိတာန်မျက်နှာကြက်နဲ့တကွ ဖြစ်တဲ့ အခင်း။
- ၁၈။ ခြေရင်း၊ ခေါင်းရင်း၊ ၂ ဖက်မှာ နီတဲ့ ခေါင်းအုံး။

ဒီ မအပ်တဲ့ အခင်းနေရာတွေကို သုံးစွဲတဲ့ ရဟန်းမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်ပါတယ်။

နီမြန်းတဲ့ မျက်နှာကြက်ရော၊ ခြေရင်း၊ ခေါင်းရင်းက နီမြန်းတဲ့ ခေါင်းအုံးရော အိပ်စရာ မဟာသယန မဟုတ်ကြပါ။ ဒါပေမဲ့ အိပ်ရာနဲ့ ဆက်သွယ်နေတဲ့ ခမ်းနားတဲ့ အရာဝတ္ထုတွေ ဖြစ်လို့ မအပ်တဲ့ အိပ်စရာထဲမှာ ထည့်သွင်းထားတယ်လို့ မှတ်ပါ။

မအိပ်ကောင်းပါ

အထက်မှာ ဖော်ပြခဲ့တဲ့ မအပ်တဲ့ အိပ်ရာနေရာတွေထဲက (၁,၂,၃)မှ တစ်ပါး အခြားအိပ်ရာတွေမှာ လူတွေက အထူးတလည် ခင်းပေးတဲ့အခါ တရားဟောရာနေရာမှာရော၊ ဆွမ်းစားကျောင်းမှာရော၊ ရွာတွင်းမှာပါ ထိုင်ရုံ ထိုင်ခြင်းငှာ အပ်ပါတယ်။ လဲလျောင်းပြီးတော့ မအိပ်ကောင်းပါ။ (၁,၂,၃) နေရာတွေကတော့ လူတွေက အထူးတလည် ခင်းပေးထားတာ ဖြစ်ပေမယ့် ဆွမ်းစားကျောင်း၊ တရားဟောရာနေရာတွေမှာ မအပ်ပါ။ ဒါကြောင့် တရားဟောရာ ထိုင်ခုံတွေမှာ လဲ(ဝါ)သွတ်ထားတဲ့ အခင်းတွေကို မအပ်လို့ မှတ်ပါ။

(၁,၂,၃) မှတစ်ပါး အခြားအိပ်ရာနေရာတွေက သံဃိကဖြစ်ပေမယ့် အာရာမ်စောင့်စတဲ့ လူတွေက(ရဟန်းတွေ မခိုင်းအပ်ဘဲ) ယူပြီး တရားဟော

ရာနေရာစသည်မှာ ခင်းရင် အပ်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ မြေပေါ်၊ ကြမ်းပေါ်မှာ ခင်းထားရင်းတော့ လဲလျောင်းပြီး အိပ်တောင် အပ်ပါတယ်။

မှတ်ချက်

(၁) နံပါတ်တစ်မျိုးသာ ဥစ္စာသယန ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်တဲ့ နေရာတွေ ကတော့ မဟာသယန (ကြီးကျယ်ခမ်းနား ဆန်းပြားတဲ့ နေရာ) ဖြစ်ကြပါတယ်။ အဲဒီမဟာသယနမှာ ပါဝင်တဲ့ သားမွေး (သိုးမွေး) ကော်ဇောတွေကို ခုတင်ပေါ်မှာရော၊ လူတွေ အထူးခင်းထားတာ မဟုတ်ရင် ကုလားထိုင်ပေါ်မှာပါ မခင်းကောင်းလို့ မှတ်ပါ။ ကြမ်းပြင်ပေါ်၊ သင်ဖြူးပေါ်မှာ (၁,၂,၃)မှ အလွတ်ဖြစ်တဲ့ သားမွေးကော်ဇောတွေ ခင်းကောင်းပါတယ်။ ခင်း၍ ထိုင်ရုံမက အိပ်လည်း အိပ်ကောင်းပါတယ်။ ခုတင်၊ ကုလားထိုင်ပေါ် ခင်းရင် ကတ္တီပါကော်ဇော၊ ချည်ကော်ဇောသာ ခင်းကောင်းပါတယ်။ ကျောင်းတိုက်မှာ ရှိတဲ့ သံယိက သားမွေးကော်ဇောကို ရဟန်းတွေ မခိုင်းဘဲ လူတွေက ယူပြီး တရားဟောရာနေရာမှာ ခင်းပေးရင် လူတွေ အထူးစိမ့်တဲ့အနေနဲ့ ထိုင်ကောင်းတယ်လို့ ဋီကာက ဆိုပါတယ်။

အပ်တဲ့ ထိုင်ခုံတွေ

၁။ ၄ ထောင့်ရှိ ထိုင်ခုံ။

၂။ အင်္ဂါ ၇ ပါးရှိ ထိုင်ခုံ။

(ခြေ ၄ ချောင်း၊ ဘေး ၂ ဖက် လက်တင်ဖို့ရန် အမှီ၊ ဦးခေါင်းထက်မှာ မှီဖို့ရန် အမှီအားဖြင့် အင်္ဂါ ၇ ပါး။ ယခုခေတ် ကုလားထိုင် အကြီးဟာ အင်္ဂါ ၇ ပါး ရှိပါတယ်။)

၃။ အင်္ဂါ ၅ ပါးရှိတဲ့ ထိုင်ခုံ။

(ခြေ ၄ ချောင်း၊ ဦးခေါင်းထက်မှာ မှီဖို့ရန် အမှီအားဖြင့် အင်္ဂါ ၅ ပါး)

ဒီနေရာထိုင်ခုံ ၃ မျိုးဟာ တစ်ထောင့်ထွာထက် မြင့်တဲ့ခြေ ရှိပေမယ့် အပ်ပါတယ်။

ခုတင်၊ ထိုင်ခုံပေါ်မှာ လဲ၊ ဝါဂွမ်းတွေကို ဖြန့်ခင်းပြီး အပေါ်က အဝတ်ဖုံးပြီး ထားရင် (ပြောင်းရွှေ့လို့ မရဘဲ အမြဲ တွဲကပ်ထားရင်) ဆွမ်းစားရာ အရပ်၊ ရွာအတွင်းမှာ လူတွေက အထူးခင်းထားက ထိုင်ဖို့ အပ်ပါတယ်။

ဘုံလျှို့ ၅ မျိုး

ဘုံလျှို့ဆိုတာ ယခုခေတ်မှာ ဖုံ လို့ရော၊ မွေ့ရော လို့ပါ ခေါ်အပ်တဲ့ အခင်း တစ်မျိုးပါပဲ။ အဲဒီအခင်းမှာ သင်္ကန်းချုပ်ကောင်းတဲ့ အဝတ်တွေကို အိတ်လို အပေါ်ရေချုပ်ပြီး အတွင်းမှာ (အဝတ်တွေကို အစုတ်အပြတ် အစ အစု ဖြစ်စေ၊ အထည်ကောင်းကိုဖြစ်စေ)သွင်းသွင်းပြီး ထားတဲ့ ဘုံလျှို့၊ လျှော် တေ၊ အမွေး၊ သစ်ရွက်၊ မြက်တွေကို အဆာသွင်းထားတဲ့ ဘုံလျှို့တွေအားဖြင့် ၅ မျိုးသော ဘုံလျှို့တွေကို ခုတင်၊ ထိုင်ခုံ၊ ဆွမ်းစားရာနေရာ၊ ရွာတွင်းဆိုတဲ့ နေရာအားလုံးမှာ အပ်ပါတယ်။

ခေါင်းအုံး

လဲ ၃ မျိုးကိုရော၊ ဘုံလျှို့ရဲ့အတွင်းက အဆာ ၅ မျိုးကိုရော၊ သား ကောင်ငှက်တွေရဲ့အမွေးတွေကိုပါ ခေါင်းအုံးမှာ ခွင့်ပြုတော်မူပါတယ်။ အဲဒီ အားလုံးကို ခေါင်းအုံးရဲ့အတွင်းမှာ သွင်းကောင်းပါတယ်။

ဘုံလျှို့

သားရေဘုံလျှို့မှာ လဲဝါအဆာ မအပ်ပါ။ ကျန်အဆာတွေတော့ အပ် ပါတယ်။ ဘုံလျှို့အတွက် အမွေးအဆာတွင် လူရဲ့အမွေးတာ မအပ်ပါ။ အရွက်အဆာတွင် ပန်းပွင့်ရော၊ ပန်းညိုရွက်ရော မအပ်ပါ။ ဒါပေမဲ့ သူ့ချည်း သက်သက် အဆာသွတ်ရင်သာ မအပ်ပါ။ အခြားအရွက်တွေနဲ့ ရောရင် အပ်ပါသေးတယ်။ အဝတ်၊ လျှော်တေ၊ မြက်အဆာတွေမှာ မအပ်တဲ့အရာ မရှိပါ။ ဒါကြောင့် အုန်းဆန်မျှင်တွေကို လျှော်တေမှာရော၊ ပိုးချည်မျှင်တွေကို ပိုးထည်အစုမှာပါ သွင်းပြီးယူကာ ယခုအခါ မွေ့ရေရဲ့အဆာ လုပ်ကြပါ တယ်။

ဖောင်းပွနေတဲ့ နေရာ

မိမိ မလာမီက အခင်း ခင်းထားအပ်တဲ့ နေရာကို (ပါးပါး မဟုတ်ဘဲ အပေါ်က ကြည့်ရင် အထဲမှာ အရာဝတ္ထုရှိ မရှိကို မသိနိုင်တဲ့ အဝတ်ထူ၊ ကော်ဇော စတဲ့ အခင်းရှိရာ နေရာကို) လက်နဲ့ သုံးသပ်ပြီးမှ ထိုင်ရပါမယ်။ မဟာပစ္စရိ အဋ္ဌကထာမှာတော့ “အဝတ်က ထူနေပေမယ့် အတွန့်မထင်ရင် (အောက်မှာ ဘာမျှ မရှိကြောင်း သိသာလို့)ဆင်ခြင်ဖွယ် မလို” လို့ ဆိုပါတယ်။

အချုပ်မှာ အောက်မှာ တစ်စုံတစ်ခုသော ဝတ္ထု ရှိလိမ့်မယ်လို့ သံသယ ရှိလောက်ရင် စုံစမ်းပြီးမှ ထိုင်ပါ။ မိမိ လာမှ ခင်းပေးတဲ့နေရာ၊ အလျင် ထိုင် နေသူ ရှိတဲ့ နေရာမျိုးမှာ စုံစမ်းဖွယ် မလိုလို့ တတိယပါရာဇိက အဋ္ဌကထာ ဆိုပါတယ်။

နေရာ အတူထိုင်မှုအပိုင်း

၂ ပါး အတူ ထိုင်ကောင်း

၂ ယောက်သာ ထိုင်လောက်တဲ့ ညောင်စောင်း၊ အင်းပျဉ် စတဲ့ တစ်နေရာတည်းမှာ ၂ ဝါကြီး၊ ၂ ဝါငယ် ရဟန်းတွေဟာ အတူတကွ ထိုင်ကောင်းပါတယ်။ ဥပမာ - ၅ ဝါရတဲ့ ရဟန်းက မိမိထက် ၂ ဝါကြီးပြီး ၇ ဝါရတဲ့ ရဟန်းနဲ့ရော၊ မိမိအောက် ၂ ဝါငယ်ပြီး ၃ ဝါရတဲ့ ရဟန်းနဲ့ပါ အတူတကွ ထိုင်ကောင်းပါတယ်။ ၄ ဝါရတဲ့ ရဟန်းဟာ ၆ ဝါရတဲ့ ရဟန်းကြီး၊ ၂ ဝါရတဲ့ ရဟန်းငယ်နဲ့အတူ ထိုင်ကောင်းပါတယ်။

မထိုင်ကောင်းပါ

ခုံတန်းလျားရှည်မှာ နပုံးပဏ္ဍုက် (မိန်းမအင်္ဂါဇာတ်၊ ယောက်ျားအင်္ဂါဇာတ် ၂ မျိုးလုံး အထင်အရှား မရှိသူ)၊ မိန်းမ၊ ဥဘတောဗျဉ်း (ယောက်ျားတစ်လှည့်၊ မိန်းမတစ်လှည့်ဖြစ်သူ)။ ဒီ (၃) ယောက်မှတစ်ပါး ကျန်အားလုံးသော ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူတွေနဲ့အတူ ရဟန်းဟာ ထိုင်ကောင်းပါတယ်။

ခုံတန်းလျားရှည်မှာ နပုံးပဏ္ဍုက်၊ မိန်းမ၊ ဥဘတောဗျဉ်းဆိုတဲ့ သုံးယောက်နဲ့ အတူတကွ ရဟန်းဟာ မထိုင်ကောင်းပါ။ တချို့ မော်တော်ကား၊ မီးရထား၊ သင်္ဘောတွေမှာ ဥယောက်မက ထိုင်လောက်တဲ့ ခုံတန်းလျားရှည်ဝယ် မိန်းမတွေနဲ့အတူ ထိုင်မိတတ်ပါတယ်။ အဲဒီခုံတန်းလျားတွေဟာ ရွှေ့လို့ မရအောင် ကြမ်းပြင်နဲ့ အတူတွဲထားရင် ‘ဘူမိဂတိက=ကြမ်းပြင်နဲ့ အလားတူ’ လို့ သဘောထားပြီး ထိုင်ကောင်းတယ်” လို့ ယူကြပါတယ်။ ကြမ်းပြင်နဲ့ မတွဲဘဲ ရွှေ့ပြောင်းလို့ ရရင်တော့ ‘မအပ်’ လို့ မှတ်ပါ။ တချို့ ခုတင်ကြီးတွေကိုလည်း ‘ဘူမိဂတိက’ လို့ ယူဆကြပါတယ်။

ရှည်တဲ့ နေရာ

‘ရှည်တဲ့ နေရာ’ ဆိုသည်မှာ အနည်းဆုံး ၃ ယောက် ထိုင်လောက်တဲ့ ခုံတန်းလျားပါပဲ။ ၄ ယောက်၊ ၅ ယောက်စသည် ထိုင်လောက်တဲ့ နေရာဟာ လည်း ရှည်တဲ့ နေရာပါပဲ။

ရှည်တဲ့ နေရာ မဟုတ်တဲ့ ညောင်စောင်း၊ အင်ပျဉ်ထိုင်ခုံမှာ ၂ ယောက် ထက် ပိုပြီး ထိုင်တဲ့အတွက် ကျိုးပျက်ဖူးလို့ ၂ ယောက်သာ ထိုင်ဖို့ရန် ဘုရားရှင် က ခွင့်ပြုတော်မူပါတယ်။

ဝတ်ဖြည့်တဲ့အခါ

၂ ဝါကြီး ၂ ဝါငယ် ရဟန်း ၂ ပါးသာ ညောင်စောင်း၊ ခုတင်၊ ရှည်တဲ့ နေရာ မဟုတ်တဲ့ အင်ပျဉ်ထိုင်ခုံပေါ် အတူတကွ ထိုင်နိုင်ကြပါတယ်။ မထေရ် ကြီးက ညောင်းညာပြေအောင် ဝတ်ဖြည့်ခံရတဲ့အခါ ခုတင်ပေါ်မှာ လူ၊ သာမဏေ၊ ၂ ဝါအောက် ပိုပြီး ငယ်တဲ့ ရဟန်းကို အတူထိုင်ပြီး ဝတ်ဖြည့်မခံ ကောင်းပါ။ အဲဒီလူ၊ သာမဏေ၊ ရဟန်းတွေရဲ့ ဝတ်ဖြည့်ခံလိုရင် ကြမ်းပြင် အခင်းပေါ်မှာသာ ခံရပါလိမ့်မယ်။

အသံဝါသိက အပိုင်း

အယူမှားကို မစွန့်ခြင်း၊ အာပတ်ကို မရှုခြင်း၊ အာပတ် မကုစားခြင်း ဆိုတဲ့ ၃ မျိုးကြောင့် နှင်ထုတ် (သံဃာ့ကံတွင် မပါဝင်ရအောင် ဥတ်၊ ကမ္မ ဝါစာနဲ့ ကံပြုထားခြင်း) ခံရသူ ၃ ဦး၊ ရဟန်း မဟုတ်တဲ့ (အနုပဿမ္ပန္တ) သိက္ခမာန်၊ သာမဏေ၊ သာမဏေမ၊ သိက္ခာချသူ၊ ဘိက္ခုနီ၊ ပါရာဇိကျလျက် လူဝတ်မလဲ သူ၊ နှင်ထုတ်ခံရတဲ့ ရဟန်းသို့ အစဉ်လိုက်တဲ့ လဒ္ဓိနာနာသံဝါသကပုဂ္ဂိုလ်၊ ကံပြုရာ သိမ်ရဲ့ အပြင်ဘက် သီမန္တရိုက်တွေမှာ နေသူ၊ ကောင်းကင်မှာ တည် သူ၊ (ဒီသူတွေဟာ ဟတ္ထပါသ်စပ်အောင် နီးကပ်နေပေမယ့် အသံဝါသိက တွေပါပဲ)။ ‘ပဏ် -ထေ-ပက်-ဆန်, ပဉ္စာနန်, ဒု-သံ-ဥဘောဗျဉ်း’ဆိုတဲ့ အဘဗ္ဗ ပုဂ္ဂိုလ် ၁၁ ယောက်။

ဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ကံ အတူပြုခြင်း၊ ပါတိမောက် အတူရွတ်ဆိုခြင်း၊ သိက္ခာပုဒ်တွေကို အတူကျင့်ခြင်းဆိုတဲ့ သံဝါသ မရှိသူ (အသံဝါသိက) ပုဂ္ဂိုလ်တွေပါပဲ။

နှင်ထုတ်ခံရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့အတူ ကံပြုတဲ့ ရဟန်းမှာ ပါစိတ်အာပတ်သင့် ပါတယ်။ ကျန်တဲ့ အသံဝါသိက ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့အတူ ကံပြုတဲ့ ရဟန်းမှာတော့ ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်ပါတယ်။

ဋီကာဟောင်းမှာ သိမ်ပြင်ပမှာ တည်တဲ့ ရဟန်းနဲ့ ကောင်းကင်မှာ တည်တဲ့ ရဟန်းတွေနဲ့အတူ ကံပြုရင် ကံပျက်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒီလို ဆိုရာမှာ သူတို့က ဟတ္ထပါသ်အတွင်းမှာ ရောက်ပြီး သူတို့ ပါမှ ဆိုင်ရာသံဃာ ပြည့်ရင် အဲဒီကံ ပျက်တယ်လို့ရော၊ သူတို့က ဟတ္ထပါသ် ကပ်နေပေမယ့် သိမ်ပြင်ဘက်မှာ တည်နေလို့ သူတို့ မပါဘဲ ဆိုင်ရာကံရဲ့သံဃာ ပြည့်စုံရင် ကံမပျက်လို့ပါ ခွဲခြားပြီး မှတ်ပါ။

ကံအပိုင်း

ကံ (၄) မျိုး

- ၁။ ဝဂ္ဂ အဓမ္မကံ = သိမ်တွင်း သံဃာ မစုံတဲ့အတွက် တချို့ တစ်ဝက် သံဃာက ပြုအပ်ပြီး ဝိနည်းတရားတော်အား မလျော်တဲ့ ကံ။
- ၂။ သမဂ္ဂ အဓမ္မကံ = သိမ်တွင်း သံဃာစုံတဲ့အတွက် သမဂ္ဂသံဃာက ပြုအပ်ပြီး ဝိနည်းတရားတော်အား မလျော်တဲ့ ကံ။
- ၃။ ဝဂ္ဂ ဓမ္မကံ = သိမ်တွင်း သံဃာ မစုံတဲ့အတွက် တချို့ တစ်ဝက် သံဃာက ပြုအပ်ပြီး ဝိနည်းတရားတော်အား လျော်တဲ့ ကံ။
- ၄။ သမဂ္ဂ ဓမ္မကံ = သိမ်တွင်း သံဃာစုံတဲ့အတွက် သမဂ္ဂဖြစ်တဲ့ သံဃာက ပြုအပ်ပြီး ဝိနည်းတရားတော်အား လျော်တဲ့ ကံ။

အဲဒီ ကံ ၄ မျိုးထဲက ၄ ခုမြောက်ကံကိုသာ ဘုရားက ခွင့်ပြုပါတယ်။ ကျန်ကံ ၃ မျိုးမှာ ဒုက္ခဋ္ဌိအာပတ်သင့်ပါတယ်။

အဓမ္မကံ, ဓမ္မကံ

ဥတ္တိဒုတိယကံမှာ ဥ တ်တစ်ကြိမ်သာ ရွတ်ပြီး ကမ္မဝါစာ မရွတ်ဘဲ ကံပြုရင် အဓမ္မကံ မည်ပါတယ်။ ဝိနည်းတော်နဲ့မလျော်တဲ့ ကံလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဥတ္တိဒုတိယကံမှာ ဥ တ်ချည်း ၂ ကြိမ် ရွတ်ရင်ဖြစ်စေ၊ ကမ္မဝါစာ ချည်း ၂ ကြိမ် ရွတ်ရင်ဖြစ်စေ အဓမ္မကံပဲ မည်ပါတယ်။ အဲဒီလို စသည်ဖြင့်

ဝိနည်းပါဠိတော်အတိုင်း မပြုအပ်သမျှကို အဓမ္မကံလို့ချည်း မှတ်ပြီး ဝိနည်းတော်နဲ့အညီ ပြုအပ်တဲ့ ကံဟာ ဓမ္မကံ မည်တယ်လို့ မှတ်ပါ။ ဥတ္တိကံ၊ ဥတ္တိ စတုတ္ထကံတွေမှာလည်း နည်းတူပါပဲ။

ဝဂ္ဂကံ၊ သမဂ္ဂကံ

စတုဝဂ္ဂသံဃာက ပြုထိုက်တဲ့ ကံမှာ ရဟန်း ၄ ပါးတို့ အပြည့်အစုံ မရောက်လာရင်ဖြစ်စေ၊ တစ်သိမ်တည်းမှာ ဆန္ဒဆောင်ထိုက်တဲ့ ရဟန်းတွေ ရဲ့ ဆန္ဒကို မဆောင်ရင်ဖြစ်စေ၊ ရောက်လာကြတဲ့ မျက်မှောက်သံဃာတွေထဲ မှ တစ်ပါးပါးက အဲဒီကံကို သဘောမတူလို့ တားမြစ်ရင်ဖြစ်စေ ဒီအကြောင်း ၃ ပါးထဲက အကြောင်းတစ်ပါးပါး ရှိရင် ဝဂ္ဂကံ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မဖြစ်ရင် သမဂ္ဂကံ ဖြစ်ပါတယ်။ (ဝဂ္ဂ=တစ်သိမ်တည်းမှာ မညီမညွတ်ဘဲ တစ်ခုစီ ဖြစ်နေတဲ့ ကံ၊ သမဂ္ဂ = တစ်သိမ်တည်းမှာ ညီညွတ်တဲ့ ကံ)

အဓမ္မေန ဝဂ္ဂကံ စသည်

အဲဒီလို အဓမ္မလည်း ဖြစ်၊ ဝဂ္ဂလည်း ဖြစ်နေတဲ့ ကံဟာ အဓမ္မေန ဝဂ္ဂကံ မည်ပါတယ်။ အဓမ္မကံဖြစ်ပြီး သံဃာအားလုံး ညီညွတ်ရင် အဓမ္မေန သမဂ္ဂကံ မည်ပါတယ်။ ဝိနည်းတော်နဲ့ ညီညွတ်ပြီး ဓမ္မကံ ဖြစ်ပေမယ့် သံဃာက မစုံမညီ ဖြစ်ရင် စုံညီပေမယ့် ကံကို တားမြစ်ရင် ဓမ္မေန ဝဂ္ဂကံ ဖြစ်ပါတယ်။ ဝိနည်းတော်နဲ့လည်း ညီ၊ သံဃာအားလုံးလည်း စုံညီပြီး တားမြစ်သူ မရှိရင် ဓမ္မေန သမဂ္ဂကံ မည်ပါတယ်။

သံဃာ ၅ မျိုး

- ၁။ ၄ ပါး အစုအပေးရှိတဲ့ (၄-ပါး အစုံအညီ ရောက်မှ ကံအထမြောက်တဲ့) သံဃာက စတုဝဂ္ဂသံဃာ။
- ၂။ ၅ ပါး အစုအဝေးရှိတဲ့ သံဃာက ပဉ္စဝဂ္ဂသံဃာ။
- ၃။ ၁၀ ပါး အစုအဝေးရှိတဲ့ သံဃာက ဒသဝဂ္ဂသံဃာ။
- ၄။ ၂၀ ပါး အစုအဝေးရှိတဲ့ သံဃာက ဝိသတိဝဂ္ဂသံဃာ။
- ၅။ ၂၀ ထက် ပိုတဲ့ အစုအဝေးရှိတဲ့ သံဃာက အတိရေကဝိသတိ ဝဂ္ဂသံဃာ။

အဲဒီ သံဃာပြုနိုင် , မပြုနိုင်တဲ့ကံ

၁။ စတုဝဂ္ဂသံဃာက = အတ္တန်သွင်းတဲ့ကံ , ရဟန်းခံပေးတဲ့ ကံ၊ ပဝါရဏာပြုတဲ့ကံတွေကို မပြုလုပ်နိုင်ပါ။

၂။ ပဉ္စဝဂ္ဂသံဃာက = အတ္တန်ကံ၊ မဇ္ဈိမဒေသမှာ ရဟန်းခံတဲ့ကံ တွေကို မပြုလုပ်နိုင်ပါ။

၃။ ဒသဝဂ္ဂသံဃာက = အတ္တန်ကံကို မပြုလုပ်နိုင်ပါ။

အဲဒီကံတွေမှ ကျန်တဲ့ ကံတွေကို အဲဒီ သံဃာတွေဟာ ပြုလုပ်နိုင်ကြ ပါတယ်။ ပြုလုပ်ရင် အဲဒီကံတွေ အထမြောက်ကြပါတယ်။

၄+၅။ ဝိသတိဝဂ္ဂနဲ့ အတိရေကဝိသတိဝဂ္ဂသံဃာက ကံအားလုံးမှာ လျောက်ပတ်ပါတယ်။

အတ္တန်ကံမှာ အနည်းဆုံး သံဃာ (၂၀) ရှိရပါတယ်။ ပစ္ဆန္နိမဒေသမှာ ရဟန်းသံဃာ (၅) ပါး ပြည့်မှ ရဟန်းခံပေးတဲ့ကံ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ။ တစ်ပါးက ကမ္မဝါစာရွတ်ပြတဲ့အခါ “သုဏာတု မေ ဘန္တေ သံဃော” လို့ ၄ - ပါးသံဃာကို နားထောင်ဖို့ရန် တိုက်တွန်းရလို့ပါ။ ပဝါ ရဏာကံလည်း အနည်းဆုံး ၅ - ပါး ရှိမှ သံဃပဝါရဏာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာ ကြောင့်လဲ။ တစ်ပါးက ဖိတ်တဲ့အခါ “သံဃံ ဘန္တေ ပဝါရေမိ” လို့ သံဃာ ကို ဖိတ်ရလို့ပါ။ ပဉ္စဝဂ္ဂသံဃာ စသည်တွေမှာလည်း နည်းတူပါ။ (ပဉ္စဝဂ္ဂ သံဃာက မဇ္ဈိမဒေသမှာသာ ရဟန်းခံကံကို မပြုနိုင်ပါ။ မြန်မာနိုင်ငံလို ပစ္ဆန္နိမ ဒေသမှာတော့ ပြုနိုင်ပါတယ်။)

ပကတတ်နဲ့ ဆန္ဒ

ရဟန်း ၄ ပါး ပြုထိုက်တဲ့ ဥပုသ်ကံစသည်မှာ အဲဒီ ၄ ပါးလုံး ပကတတ် ချည်း ဖြစ်ပြီး တစ်သိမ်တည်းမှာ အချင်းချင်း ဟတ္ထပါသ်ကို မစွန့်ဘဲ တည် ကြလို့ အဲဒီကံအား လျောက်ပတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။

အဲဒီလို တည်ပြီးတဲ့ ရဟန်း ၄ ပါးမှ တစ်ပါးသော အခြားပကတတ် ရဟန်းတွေဟာ (တစ်သိမ်တည်းမှာ ရှိပေမယ့် မကျန်းမာသူ စသည် ဖြစ်နေ လို့ ဟတ္ထပါသ်ရောက်အောင် မလာနိုင်ရင်) ဆန္ဒဆောင်ထိုက်တဲ့ ရဟန်းတွေ