http://www.dhammadownload.com

ယောဂီများ ပြည့်စုံရမည့် အင်္ဂါ (၅) ပါး

၁။ ဧကော – အဖော်မမှီးဘဲ တစ်ကိုယ်တည်း နေနိုင်ရမည်။

၂။ ဝူပကဋ္ဌော – ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ ကပ်ရမည်။

၃။ အပ္ပမတ္တော – မမေ့မလျော့သော သတိဖြင့် နေရမည်။

၄။ အာတာပီ – မဆုတ်နစ်သော လုံ့လနှင့် စိတ်အဓိဋ္ဌာန် ရှိရမည်။

၅။ ပဟိတတ္တော – ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိဖြင့် နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်ရရေး သက်သက်ကိုသာ အဖြောင့်အားဖြင့် စေလွှတ်သောစိတ် ရှိရမည်။

ဆန်းလွင်
(အရှင်အာဒိစ္စရံသီ)

ယောဂီလက်စွဲ

(သောတာပန်မိတ်ဆက်)

http://www.dhammadownload.com

400

ဖြန့်ချိရေး

နန်းဒေဝီစာပေ

အမှတ် ၂၁၅၊ ရှမ်းလမ်း၊ စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း-၅၈၀၂၀၆

http://www.dhammadownload.com

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်
၃၄၃/၂၀၀၂ (၆)

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်
၆၉၆/၂၀၀၂ (၁၂)

ပထမအကြိမ်၊
၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ
စောင်ရေ - ၅၀၀
တန်ဖိုး - ၄၀၀ ကျပ်

ထုတ်ဝေသူ
ဦးထွန်းထွန်းဦး
နှင်းဦးလွင်စာပေ
အမှတ် ၅၃၃၊ ၈ ရပ်ကွက်
ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့

ပုံနှိပ်သူ
ကိုဇော်မင်းအေး၊
ဇော်ပုံနှိပ်တိုက် (မြဲ-၀၇၁၂၅)
၃၈၆၊ အင်ကြင်းမြိုင်လမ်း၊
သုဝဏ္ဏ၊ ရန်ကုန်

မျက်နှာဖုံး
ချစ်ကြည်

ကွန်ပျူတာစာစီ
K ဇော်

http://www.dhammadownload.com

ဆန်းလွင်
(အရှင်အာဒိစ္စရံသီ)

ယောဂီလက်စွဲ

(သောတာပန်မိတ်ဆက်)

မလုပ်ဖူးသူ မသိ၊ လုပ်ဖူးသူ သိသည်။

http://www.dhammadownload.com

ဆန်းလွင် (အရှင်အာဒိစ္စရံသီ)
(၁၉၃၈-၂၀၀၂)

ရခိုင်ပြည်နယ်၊ သံတွဲမြို့တွင် အဖ ဦးဖိုးညွန့်၊ အမိ ဒေါ်လှကြီးတို့မှ ၁၉၃၈ ခု၊ ဇန်နဝါရီလ ၁၃ ရက်၊ တနင်္ဂနွေနေ့တွင် မွေးဖွားသည်။ အမည်ရင်းမှာ ဦးဆန်းလွင်ပင် ဖြစ်သည်။ ၁၉၆၂ ခုတွင် ဒဿနိကဗေဒ ဂုဏ်ထူးဖြင့် ဝိဇ္ဇာဘွဲ့ (ရွှေတံဆိပ်) ရသည်။ မဟာဝိဇ္ဇာတန်း တက်ပြီးနောက် မြစ်ကြီးနားကောလိပ်နှင့် ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်များ၌ ကထိကဆရာအဖြစ် အမှုထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။

၁၉၇၂ ခုနှစ်တွင် တက္ကသိုလ်က ထွက်ပြီး ရုပ်ရှင်ဒါရိုက်တာလုပ်သည်။ ဒါရိုက်တာအဖြစ် 'မျက်နှာငယ်ရမှာက မောင့်ချစ်ဦး'၊ 'လောကကို အလှဆင်မယ်'၊ 'မနော်ဟရီအလှ' ရုပ်ရှင်ဇာတ်ကားများနှင့် ရုပ်ရှင်ဇာတ်ညွှန်း အနေဖြင့် 'ငါ့ညီ ငါ့မြေ ငါ့အမေ'၊ 'လကွယ်မိုးနှောင်း' နှင့် 'မသည်းနုရဲ့ သံသရာ' ဇာတ်ကားများကို ရေးသားခဲ့သည်။ 'ရုပ်ရှင် အနုပညာနှင့် ရုပ်ရှင်အတတ်ပညာကျမ်း' ကို ဆန်းလွင် အမည်ဖြင့် ပြုစုခဲ့သည်။ 'ဖဲသမား' (Gambler) အမည်ဖြင့် ဘာသာပြန်ဝတ္ထုမှာ ၁၉၆၈ ခုနှစ် အမျိုးသားစာပေဆု၊ ဘာသာပြန်စာပေ စတုတ္ထဆု ရရှိခဲ့သည်။

လုံးချင်းစာအုပ်များအနေဖြင့် 'သျှင်ဥက္ကဌသို့ ပြန်ကြားချက်' နှင့် 'ရွှေဥဒေါင်း သို့ ပြန်ကြားချက်'၊ ဖီလိုဆိုဖီ ကကြီး ခကွေး၊ ကမ္ဘာ့တွေးခေါ်ရှင်ကြီးများ၊ အိုင်းစတိုင်း၊ ဘာထရန်ရပ်ဆယ်၊ တရုတ် တွေးခေါ်ရှင်ကြီးများ၊ ရုရှား တွေးခေါ်ရှင်ကြီးများ၊ တရား တွေ့ဖို့ ချမ်းမြေ့ဖို့၊ အတွေးအမြင် ဆောင်းပါးများ၊ ကျူရိုးရှင်၊ ထိပ်ဆုံးက စပိုင်၊ ရွှေတောင်တက်ဒဿန၊ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်လာသူ တစ်ယောက်အကြောင်း၊ သစ္စာဉာဏ်ပွင့်ဒဿန၊ သေခြင်းဒဿန၊ ဂိုးလ်စတိန်း ကိုယ်တွေ့ ဝိပဿနာ (ဦးဟန်ဋ္ဌေးနှင့် ပူးတွဲရေးသည်)၊ မိုးကုတ်ဝိပဿနာ ရှုနည်း၊ ထေရဝါဒ အုတ်မြစ်များအဖွင့်၊ ဘုံစဉ်စံ ဘဝလမ်းပြ ဒဿန၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ သိမှတ်ဖွယ်ရာများ၊ ဓမ္မဒဿနစာစု စသည်များအား ရေးသားခဲ့သည်။ တက္ကသိုလ် အောင်မှူး အမည်ဖြင့်လည်း စိတ်ညို့ အိပ်မွေ့ချနည်းနှင့် အသုံးချနည်း အပြည့်အစုံ စာအုပ်ကို ရေးသားပြုစုခဲ့သည်။ အင်တာနေရှင်နယ်မဂ္ဂဇင်းနှင့် ဓမ္မရုပ်စုံမဂ္ဂဇင်းတို့တွင် အယ်ဒီတာချုပ်အဖြစ် တာဝန် ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။

အသက် ၅၈ နှစ်တွင် ပဲခူးတိုင်း၊ ဒိုးသောင်ကျေးရွာ၊ ရွှေမင်းဝင်ရပ်ကွက်၊ ဓမ္မစာရီ ကျောင်းတွင် ရဟန်းအဖြစ် ခံယူပြီး ရွှေမင်းဝင် နိုင်ငံတကာ ဝိပဿနာ အလုပ်စခန်းကို ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။

၂၆၊ ၁၁၊ ၂၀၀၂ (အင်္ဂါနေ့) ည ၁၀ နာရီ ၁၀ မိနစ်တွင် ဘဝနတ်ထံ ပျံလွန်တော်မူသည်။

http://www.dhammadownload.com

နမောတဿ၊ ဘဂဝတော၊ အရဟတော၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ယောဂီလက်စွဲ

ယောဂီ။ ယောဂီဆိုတာ ဘာလဲ

- ဝိပဿနာ ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ယှဉ်သော လုံ့လ ရှိသူ ဖြစ်သည်။ 'တရား အားထုတ်သူ' ဟု ယေဘုယျ နားလည်နိုင်သည်။ ဤတွင် 'အား ထုတ်' ဆိုသော စကား၏ အနက်ကို လေးလေးနက်နက် သိထား သင့်သည်။ 'အား' ဆိုတာ စွမ်းအင်ဖြစ်သည်။ ဤတွင် ရုပ်(ကိုယ်)စွမ်းအင်၊ နာမ်စွမ်းအင် (ဉာဏ်) နှစ်ခုစလုံးကို ဆိုလိုသည်။
- 'ထုတ်' ဆိုတာ ပေါ်ထွက်လာအောင် ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဒါကြောင့် ယောဂီသည် မိမိမှာ တရားနှင့်ယှဉ်သော ကိုယ်စွမ်း၊ ဉာဏ်စွမ်းတွေ ထွက်ပေါ်လာအောင် လုပ်နေခြင်းကို တရား အားထုတ်နေခြင်းဟု သိထား ရမည်။
- 'အားထုတ်ခြင်း' ဆိုရာ၌ ယောဂီမှာ အဓိကအားဖြင့် အားထုတ်လိုသော ဆန္ဒ ပြင်းပြမှု ရှိရမည်။ တရားရအောင် မဖြစ်မနေ လုပ်မည်၊ ဘာပဲ လုပ်ရ လုပ်ရ လုပ်မည်ဆိုသော စိတ် ဆုံးဖြတ်ချက် (အဓိဋ္ဌာန်) ခိုင်ခိုင်မာမာ ရှိရမည်။ ပြီးတော့ မဆုတ်မနစ်၊ အရှိးကြေကြေ အရည်ခန်းခန်း လုပ်မည် ဆိုသော မချသော လုံ့လ ရှိရမည်။

http://www.dhammadownload.com

ယောဂီ၏ အင်္ဂါ

(၁) ဧကော - ယောဂီသည် အဖော်မမို့ တစ်ကိုယ်တည်း နေတတ်သူ ဖြစ်ရမည်။

(၂) ရူပကဋ္ဌော - ဆိတ်ငြိမ်ရာ အရပ်သို့ ချဉ်းကပ်ရမည်။

(၃) အပ္ပမာဒေါ - မမေ့မလျော့အောင် 'သတိ' အမြဲတမ်း ကပ်ထားရမည်။

(၄) အာတာပီ - သမ္မပ္ပဓာန် လုံ့လ (မလျှော့သောခွဲ) ရှိရမည်။

(၅) ပဟိတတ္တော - ယောဂီစိတ်သည် နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ် ရဖို့ကိုသာ အမြဲတမ်း တစိုက်မတ်မတ် စေလွှတ်ထားရမည်။

(**မှတ်ချက်**။ တရားအားထုတ်ဖို့လာတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်တင်ဖို့လာတာ၊ စကားပြောဖို့ လာတာမဟုတ်၊ မိတ်ဆွေဖွဲ့ဖို့ လာတာမဟုတ်၊ စီးပွားရှာဖို့ လာတာမဟုတ်၊ ပျော်ဖို့ လာတာ မဟုတ်ကြောင်း အမြဲ စိတ်မှာ စွဲထားမည်။)

တရားအားထုတ်သူ၏ ရည်မှန်းချက်

- တရားအားထုတ်သူမှာ ရည်မှန်းချက် ရှိရမည်။ ဆန္ဒ ရှိရမည်။ ဘဝပန်းတိုင် ရှိရမည်။
- အားထုတ်စမှာ ယောဂီသည် မိမိ၏ ဘဝ ဖြစ်တည်ပုံကို "အန္ဓပုထုဇဉ်" အဖြစ် နားလည်ထားရမည်။ ဉာဏ်မျက်စိ ကန်းနေသူကို ဆိုလိုသည်။ အန္ဓပုထုဇဉ်၊ ဉာဏ်မျက်စိ ကန်းနေသူသည် လူ့ဘဝ ဖြစ်တည်ပုံ အမှန်တရားကို မသိ နားမလည်သူ ဖြစ်သည်။ သူသည် ဘဝ၏ အမှန်တရားကိုသိသော သစ္စာ ဉာဏ်မျက်စိ မရှိသေးသူ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ယောဂီသည် မိမိ၏ ဉာဏ်မျက်စိကန်း ဘဝကို ဉာဏ်မျက်စိ ရှိသူ (သုတဝါ) အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲဖို့အတွက် ပထမ ရည်ရွယ်ချက် ထားရမည်။

http://www.dhammadownload.com

ကလျာဏ ပုထုဇဉ် (စူဠသောတာပန်)

သံသရာမှာ အပါယ် တစ်လမ်းသွား အဖြစ်ဖြင့်သာ မျက်ကန်း တစ္ဆေ၊ မကြောက် ဖြစ်နေသော ပုထုဇဉ်သည် မိမိကိုယ်ကို ပထမဦးစွာ ဉာဏ်မျက်စိ ပွင့်သူ၊ ကလျာဏပုထုဇဉ် (စူဠသောတာပန်)ဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမည်။ မူလတန်းမှ အလယ်တန်းသို့ ရောက်အောင် ကြိုးစား၍ ဉာဏ်အဆင့်မြင့်အောင် လုပ်သော စာသင်သားကဲ့သို့ ပြုရမည် ဖြစ်သည်။ ထိုအဆင့်သို့ ရောက်အောင် အားထုတ်ရာမှာ ဆရာကောင်းကိုရှာ (သူတော်ကောင်းကို ဆည်းကပ်)ပြီး တရားနာခြင်း အားဖြင့် ကိစ္စပြီးနိုင်သည်။ တရား မနာဘဲ တရား အားထုတ်ခြင်းသည် အချည်းနှီး အချိန်ဖြုန်းခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာအကြောင်း၊ ဓာတ်အကြောင်း၊ အာယတန အကြောင်း၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ခန္ဓာသံသရာလည်ပုံအကြောင်း၊ ဖြတ်ပုံအကြောင်း၊ သစ္စာအကြောင်းတွေကို သိလျှင် (နားလည် သဘောပေါက်ပြီဆိုလျှင်)၊ ပုထုဇဉ် သန္တာန်မှာ စွဲကပ်နေသော ငါစွဲ၊ အတ္တစွဲ အမြင်မှား ဒိဋ္ဌိကို ဉာတပရိညာ (သင်ကြားသိမြင်သော ဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြားခြင်း) အားဖြင့် ပယ်နိုင်ပြီ။ ရုပ်သဘော၊ နာမ်သဘော၊ ပညတ်သဘော၊ ပရမတ် သဘောကို ခွဲခြားသိပြီ။ ထိုရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတို့သည် အကြောင်းအားလျော်စွာသာ ဖြစ်ကြသည် ဆိုသော ကြောင်းကျိုးဆက် တရားအမြင်ကို ဆင်ခြင်တတ်ပြီ၊ နားလည်ပြီဆိုလျှင် ထိုသူသည် အပါယ် တစ်လမ်းသွား ဘဝက လွတ်ပြီး အန္ဓပုထုဇဉ်အဖြစ်မှ ကလျာဏ ပုထုဇဉ် အဖြစ်ကို ရောက်ပြီ။ ဝိပဿနာ အောက်ဉာဏ် နှစ်ဉာဏ်ဖြစ်သော **နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်**ကို ရပြီး စူဠသောတာပန် (သောတာပန် အငယ်စား) ဖြစ်ပြီ။ တစ်ဘဝအတွက်တော့ စိတ်ချရပြီ။ သေလျှင် အပါယ်တစ်လမ်း သွားအဖြစ်က လွတ်ပြီ။

http://www.dhammadownload.com

မဟာသောတာပန်ဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးသည်

ယောဂီသည် ယခုဘဝ ရခဲလှစွာသော ဗုဒ္ဓ သာသနာတော်ကြီးနှင့် ကြုံကြိုက်တုန်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပယ်တစ်လမ်းသွားဘဝက တစ်ဘဝ လွတ်မြောက်သော ကလျာဏ ပုထုဇဉ် (စူဠသောတာပန်) ဖြစ်ရုံဖြင့် အားရကျေနပ် မနေသင့်။ ဒီဘဝ ဒီသာသနာမှာပင် ငါသည် အနည်းဆုံး **မဟာသောတာပန်အစစ်** ဖြစ်ရမည်ဟု ခိုင်းခိုင်းသန္နိဋ္ဌာန် အပြီးချထားရမည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် 'သောတာပန်'ဟု ပြောလျှင် အထိတ်တလန့် ဖြစ်သူများသည်။ ဘာကြောင့် အထိတ်တလန့် ဖြစ်ကြတာလဲဟု မေးလျှင် **'သောတာပန်'** ဆိုတာ ဖြစ်နိုင်ကောင်းသော အရာမဟုတ်ဟု စွဲစွဲမြဲမြဲ ယုံကြည်နေကြသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထိုသူများသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သောတာပန်နှင့် မထိုက်တန်သူများဟု အထင်ရောက်ရှိနေအောင် ပြုလုပ်ခြင်း ခံရသူများဖြစ်သည်။

သောတာပန်အလွယ်ကလေး

ဤတရားစခန်းသည် ဘဝပန်းတိုင်မဲ့ တရားစခန်းမျိုး မဟုတ်၊ လူတွေကို ခေါ်ပြီး အချိန်ကုန် လူပန်းအောင် လုပ်နေသောနေရာ မဖြစ်စေသင့်၊ ဤနေရာသို့ လာရောက် တရားအားထုတ်သော ယောဂီသည် မိမိကိုယ်ကို ငါသောတာပန်ဖြစ်အောင်လုပ်ဖို့ လာတာဟု တထစ်ချ ယုံကြည်စွဲမှတ်ထားရမည်။ သောတာပန်ဖြစ်ရေးကိစ္စသည် ခဲယဉ်းသော အလုပ် မဟုတ်ကြောင်းကို ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ကြီးများ၏ အဆိုအမိန့်များကို ထုတ်ပြမည်။

မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ကြီး အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏ အဆိုမှာ ဤသို့ဖြစ်သည်။

http://www.dhammadownload.com

ကြိုးစားလျှင် သောတာပန်ဖြစ်နိုင်

မဟာဝဂ္ဂသံယုတ် ပါဠိတော်မှာ– **'တဿာတိယာနန္ဒ ဓမ္မဒါသံနာမ၊ ဓမ္မ ပရိယာယံ ဒေသဿာမိ'** အစချိတဲ့ ဤတရားမှန်ကြီးကို ကြည့်ရှုသောအခါ သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ အကြောင်းမှာ ရတနာသုံးပါး၏ ဂုဏ်တော်ကို လေးလေး နက်နက် ကြည်ညိုခြင်းနှင့် လူ့ဝတ်ကြောင်များမှာ ငါးပါးသီလ စင်ကြယ်ဖို့သာ ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့်လည်း ဝိသာခါ ကျောင်းအမသည် မြတ်ဗုဒ္ဓကို ပထမဖူးရစဉ် (၇)နှစ် အရွယ်ကပင် သောတာပန်တည်ခဲ့၏။ ဓမ္မာသောကမင်း၏ အသန္ဓိမိတ္တာ ဒေဝီသည် ဘုရားရှင်၏ အသံတော်နှင့် အထိုက်အလျောက်တူသော ကရဝိတ်ငှက် ၏ အသံကို ကြားရ၍ ဘုရားကို မဖူးလိုက်ရဘဲလျက် ကြည်ညိုသော အဝစ္စပသာဒ (သဒ္ဓါ)ကြောင့် မောင်းမ ခုနစ်ရာနှင့်အတူ သောတာပန် ဖြစ်ကြ၏။

(အခြေပြု ပဋ္ဌာန်းတရားတော်၊ နှာ–၅၃၉)

သောတာပန်စစ်တမ်း

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးကလည်း အထက်ပါ တရားမှန်ကြီး (ဓမ္မဒါသသုတ်) ကိုပင် ကိုးကား၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သောတာပန် ဖြစ်ကြောင်း သိနည်းကို ဟောကြားတော်မူထားသည်။ ရတနာသုံးပါး၌ မတုန်မလှုပ် ယုံကြည်သက်ဝင်သော 'အဝစ္စပသာဒ (သဒ္ဓါ) တရားနှင့် ပြည့်စုံသည်ဆိုလျှင် မိမိ ကိုယ်၌ ငါးပါးသီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်ပြီဆိုလျှင် ငါသည် သောတာပန် ဖြစ်ပြီဟု ဆုံးဖြတ်ချက် ချနိုင်ကြောင်း ဟောတော်မူသည်။ သူတစ်ပါးထံ၌ အဆုံးအဖြတ်ခံရန် မလိုကြောင်း ပြထားသည်။ ထို့ပြင် သောတာပတ္တိယင်္ဂနှင့် ပြည့်စုံသည်ဟု ယူဆသော အရိယာ သာဝကသည် ဘုရားရှင်လက်ထက်က ဝန်ခံပြောကြားသော

http://www.dhammadownload.com

အခါ အရှင်သာရိပုတြာက 'ဒါယကာ၊ သင်သည် သောတာပတ္တိဖိုလ်ကို ဟောကြားအပ်ပေ၏' ဟု ချီးမွမ်းတော်မူကြောင်း ပြထားသည်။

(ဝိပဿနာရှုနည်းကျမ်း(၃-တွဲ)၊ နှာ-၂၉၂)

ဖိုလ်ဝင်စားခြင်း

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ ဤသို့ရှင်းလင်းဆုံးဖြတ်သည်။ 'ပုထုဇဉ်'ပင် ဖြစ်သော်လည်း မိမိရရှိသော လောကီသမာပတ်ကို ဝင်စားနိုင်သေး၏။ အရိယာမှာ မိမိရပြီးသော ဖိုလ်ကို မဝင်စားနိုင်ရန် အကြောင်းမရှိချေ။ **သောတာပတ္တိဖလ သမ္မာ ပဋ္ဌဋ္ဌာယ၊ သကဒါဂါမိဖလ သမ္မာပဋ္ဌဋ္ဌာယဉပ္ပာဒံ၊ အဘိဘုယျတိတိ ကာတြဘု** ဤသို့စသော ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်ပါဠိတော်ဖြင့် သောတာပတ္တိဖလသမာပတ်၊ သကဒါဂါမိဖလ သမာပတ်တို့လည်း ဖြစ်နိုင်ကြောင်းကို တိုက်ရိုက်ဖော်ပြသည်။ အရိယာ ဖြစ်ပါလျက် ဖိုလ်ကို မဝင်စားနိုင်သေးလျှင် သမာဓိနှင့်တကွ ကြွင်းသော ဣန္ဒြေတို့ အပြည့်အစုံ မထက်သန်သေးသောကြောင့် ဟူ၍သာ ယူဆရန်ရှိတော့၏။ ဖလသမာပတ်ကို အကြိမ်ကြိမ်ဝင်စားနိုင်ပါမှလည်း စိတ်ချသင့်ပေသည်။

(ဝိပဿနာရှုနည်း(၃-တွဲ)၊ နှာ-၃၂၀)

ဖလသမာပတ်တည်တံ့ပုံ

ဖလသမာပတ်၌ တည်တံ့လိုသော အရိယာသည် ပထမဦးစွာ (ရှေးအဖို့၌) "ဤမျှကာလပတ်လုံး (တစ်နာရီဖြစ်စေ၊ နာရီဝက်ဖြစ်စေ) ဖလသမာပတ်၌ တည်ပါစေ" ဟု ပိုင်းခြား၍ အဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီး ဝိပဿနာ ရှုမှတ်အပ်၏။ ဖိုလ်ဝင်စားရန် ဖလသမာပတ် တည်တံ့ရန် ကြောင့်ကြမစိုက်ရ၊ မမျှော်လင့်အပ်၊ မတောင့်တအပ်၊ မှတ်ရုံသာ ရှုမှတ်နေအပ်သည်။ ရှုမှတ်နေရင်းက အဓိဋ္ဌာန်ပြုထားသော ကာလ

http://www.dhammadownload.com

ပတ်လုံး သင်္ခါရနိမိတ် အလုံးစုံကို အာရုံမပြုဘဲ သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းကင်းဆိပ်သော နိဗ္ဗာန်ဓာတ်၌သာလျှင် စိတ်သည် သက်ဝင်လျက် တည်နေလိမ့်မည်။

ဖိုလ်ဝင်စားခိုက် အာရုံပြုပုံ

ဣဓာနန္ဒ၊ ဘိက္ခုဧဝံသညီဟောတိ – အစချီသော ဂါထာ (ကောဒသ အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်) ၌ "အာနန္ဒာ၊ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည်၊ ဤသို့သော အမှတ်သညာရှိ၏။ သညာဖြစ်ပုံကား – အကြင်နိဗ္ဗာန်သည် သင်္ခါရ အားလုံး ငြိမ်းရာလည်း ဟုတ်၏။ ဥပဓိခန္ဓာ အလုံးစုံကို စွန့်လွှတ်ရာလည်း ဟုတ်၏။ တဏှာ ကုန်ရာလည်း ဟုတ်၏။ တပ်မက်မှု ပြယ်ရာလည်း ဟုတ်၏။ သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ရာလည်း ဟုတ်၏။ ဤချုပ်ငြိမ်းမှု နိဗ္ဗာန်သည် ငြိမ်သက်၏။ ကောင်းမွန်ပေ၏။ ဤသို့သော အမှတ် သညာရှိ၏။

(ဝိပဿနာရှုနည်း(၃–တွဲ)၊ နှာ – ၃၂၈)

အချို့ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဖိုလ်ဝင်စားလျှင် ဖိုလ်သို့လည်း လျင်မြန်စွာ ရောက်တတ်၏။ ဖိုလ်မှလည်း လျင်မြန်စွာ ထတတ်၏။ ဖိုလ်ဖြစ်ချည်တစ်လှည့် ရှုမှတ်ဆင်ခြင်ချည် တစ်လှည့်အားဖြင့် အကြိမ်များစွာ ဖြစ်တတ်၏။ ဝင်စားမှု၌ မနိုင်နင်းသေး၍ ဖြစ်၏။ ဖိုလ်ဝင်စားနေစဉ်မှာ ထိုသို့ အာရုံ (အထူးသဖြင့်) အသံအာရုံကို ကြားသိတတ်၏။ ဥပမာ – ရှင်မောဂ္ဂလာန်သည် သိပ္ပိနိကာ မြစ်ကမ်း၌ သမာပတ်ဝင်စားနေစဉ် မြစ်ထဲသို့ ဆင်များ ဆင်းသက်ပြီး ပြန်တက်စဉ် ဆင်မြည်သံကို ကြားရကြောင်း ပြောသကဲ့သို့ ဖြစ်၏။ အရဟတ္တဖိုလ်သမာဓိ၊ အာနဉ္ဇသမာဓိကို ဝင်စားခိုက်မှာမူကား မိုးကြိုးပစ်သည်ကိုပင် မကြားနိုင်ကောင်းချေ။

(ဝိပဿနရှုနည်း၊ နှာ – ၃၃၃)

http://www.dhammadownload.com

နိဗ္ဗာနသစ္စာကိုရဏ်ယကျမ်းလာ သောတာပန် ဖြစ်ပုံစကား

မေး။ ။ သင် သောတာပန် တည်လိုသလား။

ဖြေ။ ။ တည်လိုပါသည်။

တည်လိုလျှင် သစ္စာလေးပါးကို သိအောင်လုပ်ပါ။ လူဖြစ်လျှင် လူ သောတာပန်တို့ ကျင့်အပ်သော ငါးပါးသီလကို လုံအောင် ထိန်းသိမ်းရမည်။ ထို့ပြင် ကာယကံ (၃) ပါး၊ ဝစီကံ (၄) ပါးတို့မှ ကျန်သောပစ္စည်းဖြင့် သမ္မာအာဇီဝ ဖြစ်အောင် အသက်မွေးရမည်။ အတ္တအယူကိုလည်း စွန့်ရမည်။

(နှာ - ၅၇)

အတ္တသက္ကာယ ဒိဋ္ဌိခွာပုံ

မေး။ ။ သင်သည် အတ္တသက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ခွာလိုသလား။

ဖြေ။ ။ နာမ်ခွာလိုပါသည်။ ခွာလိုလျှင် ရုပ်နာမ်ကို ကွဲအောင် ခွဲခြား သိအောင် လုပ်ပါ။ အားထုတ်ပါ။

(ဝိပဿနာရှုရင်း ကာယနုပဿနာမှ ပေါ်သော ပထဝီဓာတ်၊ အာပေါဓာတ်၊ တေဇောဓာတ်၊ ဝါယောဓာတ်တို့၏ ခက်မာ၊ ဖွဲ့စေး၊ ပူအေး၊ ထောက်တန် ဟူသော ဓာတ်သဘော၊ ဓာတ်သဘာဝ (၄)ချက်သာ ရှိပုံကို သိလာမည်။ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါသဘော ငါ ငါ့အတ္တသဘော ဘာမျှ မရှိကြောင်း သိလာရမည်။)

(နှာ - ၆၀)

http://www.dhammadownload.com

နာမ်ရုပ်ကို ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အထင်မှားနိုင်ပုံ

မှတ်ရန်ကား–

(၁) နာမ်ရုပ်မှတစ်ပါး၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမ၊ သတ္တ၊ ဇီဝ ဘာမှမရှိ ဉာဏ်နှင့်ကြည့်ကာ ဓာတ်အတိမျှ၊ သခ်ါရ၊ မုချမြင်ရမည်။

(၂) နာမ်ရုပ် နှစ်တန် သူဖြစ်ဟန်ကို အလွန်ဒိဋ္ဌ မသိကြ၍ ငါထ၊ ငါထိုင်၊ ငါကိုင်၊ ငါသွား၊ ငါမြင်ကြားဟု ထင်မှားနေကြသည်။

(၃) သက္ကာဒိဋ္ဌိ ရှိနေသမျှ ပါယ်လေး၀ မုချရောက်ဦးမည်။

(၄) ရုပ်နာမ် ဓမ္မ အနိစ္စကို ဒိဋ္ဌမြင်သင့်သည်။

(၅) ဤသို့ မြင်မှ အနတ္တ (စိုးမရ) မုချ ထင်လာမည်။

(၆) ဤသို့ ထင်မှ သက္ကယ မုချ ကွာလိမ့်မည်။

(၇) ဒိဋ္ဌိ ကွာမှ မဂ်ဖလ မုချ ရချိမ့်မည်။

(၈) မဂ်ဖိုလ်ရမှ ဝဋ္ဋဒုက္ခ ကျွတ်ထ လွတ်မြောက်ပြီ။

(၉) လွတ်မြောက်ပြီးလျှင် ပုထုဇဉ် အရိယာနွယ်ဝင်ပြီ။

(ဘဒ္ဒန္တ ရေဝတထေရ်၊ သစ္စာဒီပက ကျမ်းပြုဆရာတော်)

"နိဗ္ဗာနသစ္ဆိကရဏီကျမ်းလာ"

မဂ်ရကြောင်း သိနိုင်သော အဆုံးအဖြတ် (နှာ – ၇၈)

မေး။ ။ သောတာပတ္တိမဂ်ကို ရလျှင်ရပြီဟု အဘယ်ကဲ့သို့ သိနိုင်သနည်း။

ဖြေ။ (၁) ခန္ဓာငါးပါးကို ဒုက္ခသစ္စာပဲဟု သိသည်ဖြစ်၍

(၂) ထိုခန္ဓာသည်လည်း မိမိ၏ ဘ၀တဏှာ၊ အဝိဇ္ဇာတဏှာကြောင့် ဖြစ်လာရသည်ဟု သိသည်ဖြစ်၍

http://www.dhammadownload.com

(၃) တဏှာချုပ်လျှင် ခန္ဓာဇာတိချုပ်ရသည်ဟု (ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် (၂) အကွက်မှ (၃) အကွက်သို့ မကူးအောင် ဖြတ်နိုင်လျှင် (၄) အကွက် ခန္ဓာချုပ်ပုံကို) သိသည်ဖြစ်၍

(၄) ဖြစ်မှုချုပ်ငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန်ကို မဂ်စိတ်ဖြင့် အာရုံပြုသည် ဖြစ်အံ့ (ဝါ) ဖြစ်ချုပ်ခြင်းကို နှစ်သက်သည်ဖြစ်အံ့ (လိုချင်မှု ဘဝတဏှာ ကို ပယ်သည် ဖြစ်အံ့)

ဤသို့သော အင်္ဂါတို့နှင့် ပြည့်စုံလျှင် မိမိသည် သောတာပန် တည်ပြီဟု သန္နိဋ္ဌာန်ကျ ဆုံးဖြတ်ချက် ချနိုင်ပြီ။

သောတာပန်ဖြစ်လျှင် –

- ငါးပါးသီလကို မကျိုးလွန်ပြီ။
- မိစ္ဆာ အာဇီဝဖြင့် အသက်မမွေးတော့ပြီ။
- ဘဝဇာတိကို အလိုရှိသောအားဖြင့် မပြုတော့ပြီ။
- ရတနာသုံးပါးမှတစ်ပါး အခြား၌ ဆရာရှာမှု အညသတ္ထာရ ဥဒ္ဒိသမှုကို မပြုတော့ပြီ။
- မိမိစိတ်၌ ဤသို့အားဖြင့် သိမြင်လျှင်လည်း မိမိမဂ်ရပြီဟု ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။

(နှာ – ၇၉)

ပထမမဂ်သည် သစ္စာသိလျှင်ပြီးသည်

ဤပထမ မဂ် (သောတာပတ္တိမဂ်) သည် **ဒဿနပဟာဟဗ္ဗကိစ္စ** ရှိသဖြင့် သစ္စာသိမြင်ဖို့ အလွန် အရေးကြီးသည်။ အထက်မဂ်များမှာကား ပထမမဂ်ဖြင့် သစ္စာကို မြင်ပြီးဖြစ်၍ ဘာဝနာ ပဟာသဗ္ဗကိစ္စမျှသာ ကျန်ရှိသည်။

http://www.dhammadownload.com

မဂ်စိတ်တစ်ချက်၌ မဂ်ကိစ္စ လေးပါးပြီးသည်

မဂ်စိတ်တစ်ချက်တွင် –

(၁) ဒုက္ခသစ္စာကို သိခြင်းကိစ္စ၊

(၂) သမုဒယသစ္စာကို ပယ်ခြင်းကိစ္စ၊

(၃) နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းကိစ္စ၊

(၄) မဂ်သစ္စာကို ပွားခြင်းကိစ္စ (၄)ခု ပြီးသည်။ (ပြီးပုံကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပဋိလောမ ပြခန်း၌ အခြေပြု ဝိပဿနာ သင်တန်းတွင် ပြပြီးပြီ)

သောတာပန် ဖြစ်ရကျိုး

၁။ သောတာပန်သည် သုဂတိမြဲ၏၊

၂။ အပါယ်ဘေးမှ အမြဲလွတ်၏၊

၃။ ခုနစ်ဘဝထက် ပို၍ ပဋိသန္ဓေ မနေရပြီ၊

၄။ ဖြစ်ရာဘဝတို့၌ သစ္စာကိုသိရန် ဆရာရှာဖို့ မလိုပြီ၊

၅။ သစ္စာဖြင့် သိမြင်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် အမြဲပါသွားသည်၊

၆။ သေသော်လည်း သရဏဂုံ မပျက်ဘဲ ဖြစ်ရာဘဝ၌ မိမိဘာသာ အရဟတ္တမဂ်သို့ တက်နိုင်သည်။

(ဦးရေဝတ – စတုသစ္စာဒဋ္ဌိ ကမ္မကထာ၊ နှာ – ၃၀၉)

သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ ရသေ့ရဟန်းပြုရန် မလို

၁။ သောတာပတ္တိမဂ်သည် ဒိဋ္ဌိနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာပယ်ရန် တာဝန်ရှိ၏။

၂။ ထိုကိစ္စအတွက် ရသေ့ရဟန်းပြုရန် မလို၊ ခေါင်းပါးစွာ ကျင့်ရန်မလို။

http://www.dhammadownload.com

၃။ ပညာရှိ (ကလျာဏမိတ္တ)ထံ ချဉ်းကပ်၍ ဗဟုသုတရှိအောင် ကြားနာမှတ်သား သင်ယူခြင်းဖြင့်လည်း ယုံမှားခြင်းကို ပယ်နိုင်သည်။

၄။ မိမိဆရာသည် သစ္စာလေးပါးကို ပြောဟောတတ်သော ဆရာဖြစ်ဖို့သာ လိုသည်။

၅။ တံငါ၊ မုဆိုး၊ ခါးပိုက်နှိုက်၊ ခိုးသား ငါးရာတွင်ဖြစ်စေ သစ္စာကို သိမြင်လျှင် သောတာပန် တည်နိုင်သည်။

အထူး။ တရားအားထုတ်ခြင်းသည် ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့ကို ပယ်မှုပင် တည်း။ လူ ဥပါသကာတို့၌ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတွင် မောဟ(အဝိဇ္ဇာ)ကို ဦးစွာပယ်သင့်၏။ သစ္စာကို သိမြင်သော ဆရာထံမှာ လေ့လာမှတ်သားခြင်းဖြင့် သစ္စာကို သိနိုင်ပါသည်။

(ဦးရေဝတ – စတုသစ္စာဒဋ္ဌိ ကမ္မကထာ၊ နှာ – ၃၁၁)

သောတာပန်ဖြစ်ကြောင်း အင်္ဂါ ၄ ပါး

၁။	သပ္ပုရိသသံသေဝေါ	– သူတော်ကောင်း ဆရာကို ဆည်းကပ်ခြင်း။
၂။	သဒ္ဓမ္မသဝနံ	– သစ္စာတရားကို နာကြားခြင်း၊ လေ့လာခြင်း။
၃။	ယောနိသောမနသိကာရော	– အသင့်အားဖြင့် နှလုံးသွင်း မှန်ခြင်း။
၄။	ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိ	– သက္ကာယဒိဋ္ဌိကိုခွာ၍ နိဗ္ဗာန် မဂ်ဖိုလ်သို့ ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်း။

http://www.dhammadownload.com

သူတော်ဆည်းကပ်

မြတ်တရားနာ

သင့်ရာစိတ်ထား

မဂ်အားလျော်ဘိ

အကျင့်ရှိလျှင်

စင်စစ်သောတာပန် ဖြစ်၏။

(ဦးရေဝတ – စတုသစ္စာဒဋ္ဌိ ကမ္မကထာ၊ နှာ – ၃၁၁)

ဓမ္မစေတီ ဆရာတော်၏ သောတာပန်လမ်း အလင်းကျမ်း

ဥဂ္ဂသေန သူဌေးသားက သားမယားကိုလည်း မစွန့်နိုင်ပါ။ ကျွန်ကျေးသင်းပင်းကိုလည်း မစွန့်နိုင်ပါ။ ရတနာ ရွှေငွေကိုလည်း မစွန့်နိုင်ပါ။ ဆင်မြင်းကျွဲနွား လောကီစည်းစိမ်ကို ပစ်ပြီး ရဟန်းလည်း မပြုနိုင်ပါ။ ဆင်းရဲသော ဘဝနှင့် အပါယ်သို့လည်း ဘယ်အခါမျှ မကျရောက်လိုပါ။ လောကီစည်းစိမ် ကာမဂုဏ်အာရုံကို ခံစားလျက်ပင် နိဗ္ဗာန် မဂ်ဖိုလ်ကိုလည်း ရောက်လို ရလိုပါသည် ဘုရားဟု မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်ထားလေသည်။

ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက ကာမဂုဏ် တန်းလန်းဖြင့် အာသဝပုဂ္ဂိုလ် (အိမ်ထောင်ရှင်များ) နိဗ္ဗာန်သို့သွားသော သောတာပန်လမ်း ဘုံစဉ်စံစခန်းကို ဟောပြတော်မူသည်။

သောတာပန် ဘုံစဉ်စံလမ်း

ဤလမ်းသည် ရှေးဦးစွာ ဉာတပရိညာ စခန်းတည်းဟူသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပာဒ် ဓာတ်သစ္စာတရားတို့ကို သင်ကြားပြသပြီးလျှင် တတ်မြောက်

http://www.dhammadownload.com

သောအခါ အိမ်ထောင်ကိစ္စကို မပယ်ဘဲလျက် ရုပ်ကောင် နာမ်ကောင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ကောင်သာရှိသည်ဟု ထင်မြင်အောင် မိမိခန္ဓာပေါ်မှာ နေရင်း ထိုင်ရင်း ကာမဂုဏ် ခံစားပျော်ပါးရင်း ရှုနေပြီး ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ သူတစ်ပါး ယောကျ်ား မိန်းမ အတ္တ ပျောက်၍ အနတ္တဉာဏ်ပေါက်သူသည် သောတာပန် (စူဠသောတာပန်) ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

သောတာပန်ဖြစ်ကြောင်း အင်္ဂါ လေးပါး

လင်္ကာ - သူတော်ဆည်းကပ်
မြတ်တရားနာ
သင့်ရာစိတ်ထား
မဂ်အားလျော်ဘိ
ဒိဋ္ဌိကိုခွာ
ဤလေးဖြာ
သောတာပန်စစ် ဖြစ်ကြောင်းတည်း။ (နှာ-၁၁)

အထက်တွင် ပါဠိတော်နှင့်တကွ ပြခဲ့ပြီ။

သောတာပန်၏ အဓိပ္ပာယ်ကောက် ယူပုံ

သောတာပတ္တိမဂ်ဆိုသော စကားသည် မဂ္ဂေါ သံသရာ နယ်စခန်းမှ ထွက်လမ်းတည်းဟူသော ခရီးအစ ရေအလျဉ်သို့၊ သောတော - စီးဝင်ခြင်းသည် ပတ္တိ ရောက်ကုန်၏။ မြန်မာစကားသက်သက်နှင့်ဆိုလျှင် နားမှာ ကြားရသော

http://www.dhammadownload.com

တရားတွင် ပယ်ရမည့်တရားကိုပယ် ကျင့်ရမည့်တရားကို စွဲမြဲစွာ လက်ခံခြင်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့သွားသော လမ်းစသို့ ရောက်သောသူဟု ဆိုသည်။
(အင်္ဂလိပ်လို = The Stream Enterer or Winner ဟု ပြသည်။)

တရားကို နာယူရုံဖြင့် သောတာပန် ဖြစ်ပါမည်လားဟု မေးလျှင် နာရုံဖြင့် မဖြစ်ပါ။ နာသောတရားတိုင်း ကျင့်ကြံ၍ နေတတ်မှသာ ဖြစ်ပါသည်။

သစ္စာတရားကို နာကြားပြီး စိတ်မှာ ယုံကြည်စွဲမြဲသွားဖို့ အရေးမှာ ခန္ဓာ ဉာဏ်ရောက် အမြင်ပေါက်ပြီး သိမှသာ ဖြစ်နိုင်သည်။ (ထိုသို့ ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် သိစေရန် ဤတရားစခန်းမှာ လာရောက်ပြီး အချိန်တိုတိုအတွင်း မိမိ ခန္ဓာ အကြောင်း မျက်ဝါးထင်ထင် သိအောင် အားထုတ်ကြရခြင်း ဖြစ်သည်ကို နားလည် ပါ။)

ဘုရားလက်ထက်က ဥဂ္ဃဋိတညူ၊ ဝိပဉ္စိတညူ ပုဂ္ဂိုလ်များ တရား အား မထုတ်ဘဲ တရားနာရုံဖြင့် သောတာပန် ဖြစ်ကြသည်။ ယခုခေတ်သည် နေယျ ပုဂ္ဂိုလ်ခေတ် ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် သိမှသာ တရားရနိုင်သည်။

မဂ်လေးပါးတွင် သောတာပတ္တိမဂ်သည် တဏှာသတ် မဟုတ်ပါ၊ ဒိဋ္ဌိသတ် ဖြစ်သည်။ ဒဿနေန ပဟာတဗ္ဗကိစ္စ သစ္စာတရားကို သိမြင်ခြင်းဖြင့် ဒိဋ္ဌိကို ပယ်ရမည့် ကိစ္စဖြစ်သည်။ (သို့သော် ဤသိပ္ပံခေတ်တွင် ခန္ဓာ၏ ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခ သစ္စာကို မိုက်ခရိုစကုတ်အောက်မှာ မြင်ရသလို ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း မမြင်သေး သမျှ ခန္ဓာ၏ ဒုက္ခသစ္စာကို မသိနိုင်သောကြောင့် အကျင့်နှင့် တွဲဖက်ပြီး ပြရ သည်။ ခန္ဓာ၏ ဖြစ်ပျက်ကို မြင်မှသာ ဖြစ်ပျက်မုန်း ဖြစ်ပျက်ဆုံးသို့ ရောက်နိုင် သည်။

http://www.dhammadownload.com

သံသရာထွက်လမ်း၊ စခန်းသုံးပေါက်

သံသရာမှ ထွက်လမ်းစခန်းသည် သုံးပေါက်ရှိသည်ဟု မှတ်ပါ။

၁။ ဉာတပရိညာစခန်း

၂။ တီရဏပရိညာစခန်း

၃။ ပဟာနပရိညာစခန်း ဖြစ်သည်။

၁။ ဉာတပရိညာသည် ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ ဓာတ်သစ္စာ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပာဒ်ကို သင်ကြားနာယူပြီး ဒိဋ္ဌိ (သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို အသိနှင့် ပါယ်ခြင်း ဖြစ်သည်။)

၂။ တီရဏပရိညာသည် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလက္ခဏာကို ခန္ဓာမှာ အမြင် ပေါက်အောင် သင်ကြားအားထုတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

၃။ ပဟာနပရိညာသည် ဒိဋ္ဌိနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာကို ပါယ်ပြီးနောက် ဝိပဿနာဉာဏ် စဉ် အဆင့်ဆင့်တက်ကာ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်သို့ ဆိုက်ရောက်သော စခန်း ဖြစ်သည်။

သောတာပန်စစ်တမ်း

(ဝိပဿနာ ပါရဂူကျမ်း၊ (၄)စောင်တွဲ၊ နှာ - ၉၉)

ဖြစ်ပျက်တွေကို ရှုနေရင်း ဖြစ်ပျက်နေသော အာရုံတရားများနှင့် ဖြစ်ပျက်ကို ရှုနေသော စိတ်ကလေးသည် ချုပ်ငြိမ်း၍ လောကီအာရုံတရားတို့ကို ဘာမျှ မတွေ့ဘဲ ဖြစ်သွားခြင်းကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွား ခြင်းဟု ခေါ်သည်။ ဤအတိုင်းဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုတာ မှန်လျှင် ဤယောဂီသည် သောတာပန် ဖြစ်ပြီဟု ကျမ်းဂန်မှာ ဆိုသည်။

http://www.dhammadownload.com

သို့ရာတွင် ဝိပဿနာ ရှုနေသော ယောဂီအချို့သည် ဝိပဿနာ ရှုနေရင်း အရှုခံ အာရုံများရော၊ ရှုနေသော စိတ်ရော ပျောက်သွားသလို၊ ချုပ်သွားသလို ဘာမှမသိဘဲ ဖြစ်သွားသလို၊ သတိလစ်သွားသလို၊ အိပ်ငိုက်သွားသလို၊ အိပ်ပျော် သွားသလို အမျိုးမျိုး ဖြစ်တတ်သည်။ ဤသို့ ဖြစ်သွားသည်ကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ် ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားပုံနှင့် များစွာတူသောကြောင့် မိမိကိုယ်ကို တရားရပြီ၊ မဂ်ရပြီဟု မိမိကိုယ်တိုင်ဖြစ်စေ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းပြ ဆရာကဖြစ်စေ၊ မဂ် ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မဟုတ်သည်ကို မဂ်ရပြီ၊ ဖိုလ်ရပြီ၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုတာပဲ၊ သောတာပန် ဖြစ်ပြီဟု ဆုံးဖြတ်ချက် ချတတ်သည်။ ရွှေစစ်မစစ်ကို မှယ်တင်ပြီး ငရဲမီးစားကြည့်ပြီးမှ သိနိုင်သကဲ့သို့ မဂ်ဉာဏ် စစ်သည်မစစ်သည်ကို စမ်းသပ် ကြည့်ပြီးမှ သိနိုင်သည်။ ပုဂ္ဂလဓိဋ္ဌာန် မဆုံးဖြတ်သင့်၊ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန် ဖြစ်သင့်သည်။ ရှေးပညာရှိကြီးများက 'မဂ်ကို သိလို၊ ဖိုလ်နှင့် စစ်ရမည်' ဟု ဆိုရိုးပြုထားချက် ရှိသည်။

မဂ်စစ်မစစ် ဖိုလ်နှင့် စစ်ပုံ

ဝိပဿနာရှုနေသော ယောဂီသည် မိမိက ဖြစ်ပျက်တွေ ချုပ်ဆုံးသွားသည် ကို တွေ့လိုက်ရပြီဆိုသောအခါ မဂ်ရတာ သေချာ မသေချာ စစ်သင့်သည်။ ဘုရား ကို ရှိခိုး ဝတ်ပြုပြီးနောက် "မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရတာ ထင်ရှားအောင် တစ်နာရီတိတိ မျက်မှောက်ပြု၍ နေနိုင်ပါစေသတည်း" ဟု နှုတ်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ စိတ်ဖြင့်ဖြစ်စေ ဓိဋ္ဌာန်ပြီးလျှင် ရှုမြဲတိုင်း ဖြစ်ပျက်ကိုပင် ရှုနေရမည်။ စိတ်ကူး၊ ကြံစည်၊ တွေးတော၊ မျှော်လင့်ခြင်း၊ ဝမ်းသာခြင်း စသည် မဖြစ်စေရ၊ မဂ်စစ်လျှင် ဓိဋ္ဌာန် ထားသည့်အတိုင်း တစ်နာရီတိတိဖြစ်စေ၊ ငါးမိနစ်ခန့်ပို၊ ငါးမိနစ်ခန့် လျော့၍ဖြစ်စေ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုလျက် နေလိမ့်မည်။ သို့ရာတွင် ချက်ချင်း

F4B

http://www.dhammadownload.com

ဖိုလ်ဝင်စား၍ ရချင်မှရမည်။ ရသူလည်း ရှိသည်။ မရသူလည်း ရှိသည်။ အနည်းဆုံး ၄ – ၅ ကြိမ်အထိ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး စမ်းသပ်ကြည့်ရမည်။ အကြိမ်ကြိမ် ဝင်စား၍ မရ ပါက မိမိရသော တရားသည် မစစ်မှန်သေးဟု သိရမည်။

ဖိုလ်ဝင်စားသူသည် ဝသီဘော်နိုင်အောင် အကြိမ်ကြိမ် အားထုတ်ရသည်။ ခဏခဏ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး ဝင်စားကြည့်ရမည်။

ဖလသမာပတ်စစ်တမ်း

ဖလသမာပတ်ကို အရိယာ ဖြစ်သူများသာ ဝင်စားနိုင်သည်။ ပုထုဇဉ် မဝင်စားနိုင်။ ထို့ကြောင့် ဖလသမာပတ် ဝင်စားနိုင်လျှင် အရိယာ ဟူ၍သာ မှတ်ပေတော့ဟု ဆိုသည်။ (ဝိပဿနာ ပါရဂူကျမ်း၊ (၄)စောင်တွဲ၊ နှာ – ၁၁၇)

ဖိုလ်ဝင်စားပုံ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်းတွင် ဖလသမာပတ်ကို ဝင်စားရာတွင် ရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပျက် မြင်ကစ၍ ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်အတိုင်း အားထုတ်ရသေးသည်ဟု ဆိုသော်လည်း၊ ဝသီဘော် နိုင်နင်းပြီး ဝင်စားနေကျ အရိယာများမှာ သိပ်မကြာမီ (၁၀) မိနစ်၊ (၁၅) မိနစ်အတွင်း ဝင်စားနိုင်သည်။ ဝသီဘော် ကောင်းစွာနိုင်သူ အရိယာများ အတွက်မူ မျက်စိမှိတ်လိုက်သည်နှင့် ဝင်စားနိုင်သည်။

ဝသီဘော်မနိုင်သေးမီ အသုံးကြားရ

သက္ကပဉှာသုတ်တွင် 'သမာန္တောနာမ ဖလသမာပတ် မည်သည်ကား၊ အန္တော သမာပတ္တိယံ၊ ဖလသမာပတ် ဝင်စားနေစဉ်အတွင်း၌ ကဏ္ဍမူလေ နားဝ၌ ဓမနာနဿ မှုတ်အပ်သော သခ်ယုဂဠဿပိ ခရုသင်း နှစ်ခု၏ သဒ္ဒံ

http://www.dhammadownload.com

အသံကို နာသုဏာတိ မကြားရ၊ ထိုထက် ကြီးကျယ်သော မိုးကြိုးသံကိုပင် မကြားရဟု ဆိုသည်။ ပဉ္စဝိညာဏ် မဖြစ်ဟု ဆိုသည်။

မှတ်ချက်။ ။ ဖလသမာပတ် ဝင်စားနေစဉ် အသံကို မကြားရဟုဆိုခြင်းသည် မှန်၏။ သို့ရာတွင် ဖလသမာပတ်ကို ကောင်းစွာ မနိုင်နင်း၍ တစ်ဆက်တည်း ဖြစ်အောင် မဝင်စားနိုင်သေးသောအခါတွင် သမာပတ်ကို ဝင်စားသော စိတ်ဖြစ်လိုက်၊ သမာပတ်မှ လွတ်သွားလိုက်နှင့် ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်းဖြစ်၍ နေတတ်သည်။ သမာပတ်၌ စိတ်တည်သောအခါ အသံကို မကြားရဘဲ၊ စိတ်လွတ်သောအခါ အသံကို ကြားရပြန်သည်။

ဤသို့ ဖြစ်ခြင်းကို ဝိပဿနာသမာဓိ အားနည်း၍ ဖြစ်သည်။ သမာဓိ အားကောင်းအောင် အားထုတ်ပြီး၊ အဓိဋ္ဌာန်တင်၍ စိတ်ထက်သန်စွာ ထပ်မံ အားထုတ်လျှင် သမာပတ်ကို အဆက်မပြတ် ဝင်စားနိုင်သည်။ (ရှင်မောဂ္ဂလာန် ကိုယ် တော်ကြီး သိပ္ပိနီမြစ်ကမ်းတွင် ဖလသမာပတ်ဝင်စဉ် ဆင်သံကြားရပုံ အထက်တွင် ပြခဲ့ပြီးပြီ)

(နာ - ၁၂၄/၁၂၅)

ဣရိယာပုထ် ခိုင်သွားခြင်း

"အပ္ပနံဇဝနံ ဣရိယာပထမ္ပိ၊ သန္နာမေတိ" ဟူသော အဘိဓမ္မာ စကားအရ ဖလသမာပတ်သို့ ရောက်သောအခါ ဖလသမာပတ်သည် အပ္ပနာဇောဖြစ်သော ကြောင့်၊ ဣရိယာပုထ်သည် ခိုင်ခံ့၍ နေတတ်သည်။ သို့ရာတွင် တစ်စုံတစ်ယောက်က လက်ကို ဆွဲယူပြီး မြှောက်ပင့်ထားလိုက်ပါက ထိုလက်သည် အောက်သို့ ပြန်မကျဘဲ မြှောက်ပင့်လျက်ပင် တည်နေတတ်သည်။

(နာ - ၁၂၇)

http://www.dhammadownload.com

သောတာပန်ဆိုလျှင် ကွဲရဲ့ချင်သူများ

ဤလောကဌ် အရိယာ သူတော်ကောင်းကို ကွဲရဲ့တတ်သူတို့သည် ဤသူများ ဖြစ်ကြသည်။

(၁) မိမိကိုယ်တိုင် ကိုယ်တွေ့ ဗဟုသုတ မရှိသူ၊

(၂) ကျမ်းဂန်စာပေ မနဲ့စပ်ဘဲ သူများပါးစပ်ဖျား လမ်းဆုံးနေသူ၊

(၃) စာတိုပေစလောက်ဖတ်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပညာတတ်ကြီးထင်ပြီး ဘဝင်မြင့်နေသူ၊ အထင်ကြီးခံလိုသူ၊

(၄) ကိုယ်တိုင် နားမလည်ဘဲ ကြံဖန်အားထုတ်ဖူးသည့်တိုင် ဌာန်ကရိဏ်း မကျ၍ မဖြစ်မြောက်သူများ။

(၅) ကိုယ့်ထက်သာ မနာလိုသူများ။

ဤလိုလူစားမျိုးသည် ကွဲရဲ့တတ်သည်။

(နာ – ၁၀၈)

တရားလမ်းကြောင်း အသွားကောင်းမှ

မြတ်စွာဘုရားသည် အရှင်အာနန္ဒာအား ဟောကြားတော်မူသော "ဇတာသ အာနန္ဒ ဓမ္မသ အညာဏာ အန နုဗောဓာ အပဋိဝေဒါ" အစရှိသော ဂါထာနှင့် လျှော်စွာ သံသရာမှ ထွက်မြောက်လိုသော ရဟန်းရှင်လူတို့သည် ရှေးဦးပထမ လိုရင်းအချက်ကို ပညာရှင် သူတော်ကောင်းဆရာကို မေးမြန်း၍ သံသရာ ထွက်ကြောင်းတရားကို သင်ကြားရမည်။ သင်ကြားသည့်အတိုင်း ကျကျနန တတ်မြောက်ပြီးမှ ကျင့်ကြံပွားများရမည်။

မှတ်ချက်။ ။ နိုင်ငံတကာ ဝိပဿနာ အလုပ်စခန်းသို့ လာရောက် အားထုတ်သည့် ယောဂီသည် ဦးစွာ အလုပ်သင်အခြေပြု ဝိပဿနာတရားကို နာကြားပြီး ဉာတ ပရိညာအဆင့်ကို သိပြီးသူဖြစ်ရမည်ဟု သတ်မှတ်ထားသည်။

http://www.dhammadownload.com

မိုးကုတ်ဆရာတော် – ဝိပဿနာအလုပ်စဉ် စာအုပ်အမှတ် (၁၄) မှ
သောတာပန် ဖြစ်ကြောင်း နှစ်ပါး

နိဗ္ဗာန်မင်္ဂဖိုလ်ရခြင်း အကြောင်းကား – မိမိနဲ့လျှောက်ပတ်တဲ့ သစ္စာတရားကို နာကြားရလို့ (တစ်ကြောင်း)၊ အဲဒီသစ္စာကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိလို့ရှိရင် နှလုံးသွင်း မှန်ဖို့က (တစ်ကြောင်း)၊ အဲဒီ သစ္စာကို သိပြီး နှလုံးသွင်းလည်း မှန်သွားလို့ရှိရင် ဒီဘဝမှာ (တရား) ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ မှတ်ပါ။

(နှာ – ၂၉၇)

ဆရာဘုန်းကြီးက ရတဲ့ခန္ဓာဟာ ဒုက္ခသစ္စာကြီးပဲလို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပာဒ် (၂) ကွက်ထဲမှာ ပြထားတယ်။ ခန္ဓာထဲမှာလည်း ဆရာဘုန်းကြီးက ဖြစ်ပျက်မြင်အောင် ရှုခိုင်းတယ်။ ကိုယ်က ကိုယ့်ခန္ဓာကို သေသေချာချာ ရှုမှတ်လိုက်တဲ့အခါ ဖြစ်ပျက်တာတွေဟာ ဒုက္ခတွေချည်းပဲ၊ ဟုတ်တယ် – ဒုက္ခလွတ်တာ ဘာမှ မရှိဘူး ဟုတ်သားပဲလို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ကျရင် အဲဒါ နှလုံးသွင်း မှန်သွားပြီ၊ သစ္စာသိတာက နှစ်မျိုး၊ ကြားနာပြီး သိတဲ့ ဒုက္ခသစ္စာက တစ်မျိုး၊ ဖြစ်ပျက်မြင်ပြီး နှလုံးသွင်း မှန်ပြီး သစ္စာသိတာက တစ်မျိုး။

(အလုပ်စဉ်တရားအမှတ် (၁၄)၊ နှာ – ၂၉၉)

အရှင်ကောဏ္ဍိတမေးလို့ အရှင်သာရိပုတ္တရာဖြေတာ သောတာပန်ဖြစ်ကြောင်း နှစ်ခုပဲရှိတယ်။ သစ္စာသိတဲ့ ဆရာထံမှာ သစ္စာတရားကို နားလည်အောင် သင်ကြားဖို့နဲ့ သိထားတဲ့တရား မိမိကိုယ်မှာ တကယ်ပဲ ရှိသလားလို့ သိအောင် အားထုတ်ပြီး မြင်လို့ ခန္ဓာထဲမှာ သစ္စာတရား ဒုက္ခသစ္စာ အမှန်ပဲရှိပါလားလို့ ကိုယ်တိုင် သိလျှင် နှလုံးသွင်း မှန်တာပဲ။ နှလုံးသွင်း မှန်သွားလို့ရှိရင် အဲဒီ အချိန်မှာ သောတာပန်တည်တာပဲ။

(နှာ – ၃၀၁)

http://www.dhammadownload.com

ဒါက မူလ ပဏ္ဏာသပါဠိတော်မှာ လာတာ

ပဋိစ္စသမုပ္ပာဒ် (၂)ကွက် ထဲမှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ခန္ဓာသည် ဒုက္ခသစ္စာပဲလို့ ဆရာက ဟောထားတဲ့အတိုင်း၊ ဟုတ်မဟုတ်ကို မိမိခန္ဓာမှာ ဉာဏ်နဲ့ရှုလိုက်တာပေါ့၊ ရှုလိုက်တဲ့အခါ တကယ်ပဲ ခန္ဓာကြီး ဖြစ်ပျက်နေပုံကို မျက်မှောက် တွေ့ရပြီ။ ဟုတ်သားပဲ ဒုက္ခသစ္စာ အစစ်ကြီးပဲလို့ ဆုံးဖြတ်ချက် ကျတာနဲ့ နှလုံးသွင်း မှန်ပြီး သောတာပန် တည်တာပဲ။

(နာ-၁၀၆)

ဒုက္ခသစ္စာပဲလို့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဖြစ်ပျက်မြင်ပြီး သိတာနဲ့ တပြိုင်တည်း ဒုက္ခချုပ်တာ ပေါ်လာတယ်။

(နာ-၁၀၈)

"သမ္မာဒိဋ္ဌိယာ၊ ဥပါဒါယ၊ ပရတောစ ဃောသောအဇ္ဈတ္တဥ္စယောနိသော မနသိယာရော" –ပါဠိတော်က ဆိုထားတော့ "ခန္ဓာသည် ဒုက္ခသစ္စာပဲလို့ နှလုံးသွင်း မှန်ပြီး ဉာဏ်က သိလို့ ဆုံးဖြတ်ချက် ကျရင် သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဖြစ်တာပဲတဲ့။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ သောတာပတ္တိမဂ် ရတယ်လို့ ပြောတာ၊ ရှင်းပလား။

(နာ-၁၁၃)

ဒုက္ခကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိလို့ရှိရင် အဲဒါ "ဒုက္ခေဉာဏ်"ပဲ။ ဒုက္ခဉာဏ် သူ့သန္တာန်မှာ ပေါ်လာတာနဲ့ နောက်က "ဒုက္ခနိရောဓေဉာဏ်" လိုက်လာတယ်။

(နာ-၁၂၃)

http://www.dhammadownload.com

ဒီခန္ဓာကို ဒုက္ခသစ္စာမှန်း မသိလို့ လိုချင်နေတာ၊ ဒုက္ခမှန်း သိတော့ လိုချင်ဦးမလား၊ မလိုချင်တော့ ဒုက္ခအကုန်မချုပ်ဘူးလား၊ ချုပ်ရင် ဒုက္ခနိရောဓ ဉာဏ် ဖြစ်ပြီး သိတာက ဒုက္ခေဉာဏ်ပေါ့။

(နှာ–၃၂၀)

သစ္စာတရားကို နာတာက ဒုက္ခေဉာဏ် ကိုပြောတာ၊ နှလုံးသွင်းမှန်အောင် အားထုတ်တာက ဒုက္ခနိရောဓေဉာဏ် မဂ်ဉာဏ်ရအောင် လုပ်တာပဲ။

(နှာ–၃၂၇)

"နိဗ္ဗာန ခန္ဓ ပဋိဗဒ္ဓမေဝ" ဆိုတော့၊ နိဗ္ဗာန်သည် ခန္ဓာနဲ့ ဆက်နေတယ်။ အဝေးမှာ မရှာနဲ့။

ဒါနှစ်ဉာဏ်တည်းနဲ့ တက်တာ၊ ခန္ဓာဒုက္ခသစ္စာကို သိတာက ဒုက္ခေဉာဏ် သူရင့်ကျက်လာရင် ဒုက္ခနိရောဓေဉာဏ် ဖြစ်တယ်။ ဒုက္ခနိရောဓေဉာဏ် ဖြစ်တော့ ဒီခန္ဓာပျောက်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်တယ်။ သောတာပန် ဖြစ်ယ်လို့ မှတ်တော့။

(နှာ–၃၄၂)

နှလုံးသွင်းမှန်မှ နိဗ္ဗာန်ရမည် – ဤတရားကို အကျယ်သိလိုလျှင် မိုးကုတ်ဝိပဿနာ အလုပ်စဉ်တရားစာအုပ် အမှတ် (၃၂)၊ စာမျက်နှာ (၄၇၇)မှာ ကြည့်ရှုပါလေ။ (ဥပရိပဏ္ဏာသ ဘူမိဇသုတ်ကို မူတည်၍ ဟောထားပါသည်)။ ထိုသုတ်ကို ဥပရိပဏ္ဏာသ မြန်မာပြန် (၃) သုညတဝဂ် (၆) ဘူမိဇသုတ်။

(နှာ–၁၈၂)

http://www.dhammadownload.com

ဤသုတ်တွင် ဇယသေနမင်းသား မေးသော အမေးပုစ္ဆာကို အရှင်ဘူမိဇက ဖြေပုံ၊ ထိုအဖြေ မှန်မမှန်ကို မြတ်စွာဘုရားထံမှာ စစ်ဆေးခံပုံကို ပြသည်။ အရှင်ဘူမိဇက နှလုံးသွင်း မမှန်ပဲ တရားကို တောင့်တပြီး ကျင့်ကျင့်၊ မတောင့်တပဲ ကျင့်ကျင့် တရားမရ။ နှလုံးသွင်း မှန်မှသာ တရားရကြောင်း ဟောခဲ့သည်။ မြတ်စွာဘုရား၏ အလိုတော်ကျ ဖြစ်သည်။ မြတ်စွာဘုရားက နှလုံးသွင်း မမှန်ပုံကို ဥပမာပြ၍ ဖြေတော်မူသည်။ သဲတွေ ဆီဆုံထဲ ထည့်ပြီး ကြိတ်သော် တောင့်တ သော်လည်း ဆီမထွက်ပုံ၊ နှမ်းကို ဆီဆုံထဲ ထည့်ပြီး ကြိတ်မှသာ မတောင့်တ သော်လည်း ဆီရပုံကို ရှင်းလင်း ဟောကြားတော်မူသည်။

နို့ကိုလိုလျှင် ဦးချိုမှာ ညှစ်၍ မရသလို အယူမှား နှလုံးသွင်း မှားပြီး အားထုတ်လျှင်လည်း တရားမရဟု မှတ်ရသည်။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသမာဓိ ရှိမှ တရားအားထုတ် နိုင်ကြောင်းကို ဟောသော သုတ်ဖြစ်သည်။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာအလုပ်စခန်း အလုပ်စဉ်ပြဇယား

၁။ ပထမနေ့မှ စတုတ္ထနေ့အထိ သမ္မာသမာဓိ ရအောင် အားထုတ်ရသည်။ (ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာအထိ တက်ရသည်။ အာနာပါနဖြင့် တက်သည်။ သမာဓိကို စကြဲဖြင့် အရင်းထူထောင်သည်။

၂။ ပဉ္စမနေ့ ဧကဂ္ဂတာသို့ ရောက်ပြီဆိုလျှင် 'သတိကပ်ပညာနှင့် ရှုအဆင့်' သို့ တက်သည်။ ရုပ်နှင့် နာမ်ကို ကွဲအောင် ရှုမှု စတင်သည်။

၃။ ဆဋ္ဌမနေ့တွင် အာနာပါနတွင်၊ စကြဲတွင်၊ အကြောင်းနှင့်အကျိုး ဖြစ်ပေါ် နေပုံကို မြင်အောင် ရှုခိုင်းသည်။ သတ္တမနေ့အထိ ဆက်၍ ရှုရသည်။

၄။ အဋ္ဌမမြောက် (၈)ရက်ကစပြီး ဝိပဿနာကို ပြောင်းရှုရသည်။ ကာယ ကာတာသတိပဋ္ဌာန်။ **ဓာတုမနသိကာရ** ဓာတ်အားဖြင့် ရှုပုံကို ပြသည်။ ခန္ဓာထဲမှာ ဓာတ်တွေ ဖောက်ပြန်နေပုံကို ပေါ်အောင်၊ မြင်အောင် ရှုခြင်း ဖြစ်သည်။

၅။ (၈)ရက် (၉)ရက်မှ (၁၀)ရက်၊ (၃)ရက်ဆိုလျှင် ခန္ဓာမှာ ပထဝီဓာတ်၊ ဝါယောဓာတ်၊ တေဇောဓာတ်တွေ ဖောက်ပြန်ပုံတွေ ပေါ်လာသည်။ (တချို့ အာပေါဓာတ်သည် ပေါ်ခဲသည်။)

၆။ (၁၁)ရက်လောက်က စပြီး ယောဂီသည် ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခသစ္စာကို ခန္ဓာမှာ ကိုယ်တိုင် စတင် တွေ့မြင်ရသည်။

၇။ (၁၂)ရက်က စပြီး မဂ်တုများ မြင်ပုံကို ဤစခန်းတွင် ပြသည်။ ဖြစ်ပျက် မုန်းအောင်လိုက်ပုံကို ပြသည်။ ဖြစ်ပျက်ကို မုန်းအောင် (နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်

http://www.dhammadownload.com

ပေါ်အောင်) ရှုပုံ နှလုံးသွင်းပုံ၊ ဉာဏ်သွင်းပုံများကို ဆရာက အသေးစိတ်ပြသည်။ ဖြစ်ပျက်မုန်းဖို့ ခန္ဓာမုန်းဖို့ ယောဂီအတွက် အခက်ကြုံရသည်။ ချို့ယွင်းချက်တွေ ရှိနေလျှင် တရားမရနိုင်ကြောင်း မိုးကုတ်တရားခွေဖြင့် ရှင်းအောင်ပြသည်။

၈။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားသည့်အတိုင်း ဖြစ်ပျက်မြင်၊ ဖြစ်ပျက်မုန်း၊ ဖြစ်ပျက်ဆုံး ဉာဏ်(၃)ဉာဏ်ဖြင့် တက်ပုံကိုလည်း ပြသည်။ (သစ္စာဉာဏ်၊ ကိစ္စဉာဏ်၊ ကတဉာဏ် (၃)ဉာဏ်)

၉။ ယောဂီများ၏ ဉာဏ်အဆင့်ကို လိုက်ပြီး 'ဒုက္ခဉာဏ်၊ ဒုက္ခနိရောဓဉာဏ်' နှလုံးသွင်း မှန်ကန်အောင် ရှုပုံ ဉာဏ်(၂)ဉာဏ်ဖြင့် တက်နိုင်ပုံကိုလည်း ပြသည်။

၁၀။ (၁၆)ရက်၊ (၁၇)ရက်၊ (၁၈)ရက်များတွင် ယောဂီများ ဖြစ်ပျက်မုန်းပြီး ဖြစ်ပျက်ဆုံးတတ်ကြသည်။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ကြီး၏ ဝိပဿနာဉာဏ် (အနုဗောဓဉာဏ်)မှ မဂ်ဉာဏ် (ပဋိဝေဓ)ဉာဏ်သို့ ကူးပုံကိုလည်း အလုပ်ပေး တရားမှာ ဟောပြီး ပြသည်။ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်၊ အနုလောမနှင့် ဂေါတြဘူဉာဏ် ပေါ်ပြီး မဂ်ကူးပုံကို ရှင်းပြသည်။

၁၁။ (၁၇)ရက်၊ (၁၈)ရက်များ၌ မိမိကိုယ်ကို မဂ်ရပြီဟု ယူဆသူများ လျှောက်ထားသူများအား **မဂ်ကိုသိလို ဖိုလ်နှင့်စစ်** ဆိုသော စကားအရ၊ ဖိုလ်ဝင်စားပုံကို ပြပြီး စမ်းသပ်စစ်ဆေးသည်။

၁၂။ (၁၈)ရက်နေ့တွင် မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သောတာပန်၏ အင်္ဂါ မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ ခုနစ်ပါးကို ဟောထားသော "တရားထိုးတင်ခွေ" ကို ဖွင့်ပြပြီး တရားစခန်းသိမ်းပွဲ ကျင်းပသည်။

http://www.dhammadownload.com

တရားရှုပွားပုံမှာ

ဣရိယာပုဒ် (၄) မျိုးစလုံးဖြင့် ရှုရသည်။

၁။ ထိုင်ရှု

၂။ ရပ်ရှု — ရှုပွားချိန် (၁) နာရီစီ။

၃။ စင်္ကြံရှု

၄။ လျောင်းရှု

မှတ်ချက်။ ။ ဖြစ်ပျက်ဖြိုင်ဖြိုင် ပေါ်သောအခါ ဖြစ်ပျက်အစဉ် တစ်ခုဆုံးအောင် လိုက်နည်းကို ပြသည်။ အများဆုံး (၂)နာရီ အထိ ဣရိယာပုဒ် တစ်မျိုးဖြင့် လိုက်ခွင့်ပြုသည်။ မလိုအပ်ဘဲ ဣရိယာပုဒ်တစ်မျိုးတည်း ကြာရှည်စွာ ထိုင်ခြင်းကို မပြုရ။ တချို့ ကျန်းမာရေးကြောင့် ထိုင်ရန် ခက်ခဲသူများ အခြားဣရိယပုဒ်ကို ရွေးနိုင်သည်။

ဝိပဿနာသည် ဉာဏ်အလုပ်ဖြစ်သည်။ ဉာဏ်ဖြင့် ခန္ဓာ၏ ဖြစ်ပျက်ကို လိုက်တတ်လျှင် ကုလားထိုင်မှာ ထိုင်ပြီးလည်း ရှုနိုင်သည်။

http://www.dhammadownload.com

ယောဂီ နေ့စဉ်အလုပ်ချိန်ဇယား

နံနက်	❀	၄း၀၀ နာရီ	–	အိပ်ရာထ (ကြေးစည် (၅)ချက်ထု)
နံနက်	❀	၄း၃၀ နာရီ	–	သီလပေး အလုပ်ပေး တရားနာ
နံနက်	❀	၅း၀၀ နာရီ	–	စုပေါင်း ထိုင်ရှု
နံနက်	❀	၆း၀၀ နာရီ	–	အရုဏ်ဆွမ်းစား
နံနက်	❀	၇း၀၀ နာရီ	–	စင်္ကြံလျှောက်ရှု
နံနက်	❀	၈း၀၀ နာရီ	–	စုပေါင်းထိုင်ရှု
နံနက်	❀	၉း၀၀ နာရီ	–	စုပေါင်းရပ်ရှု
နံနက်	❀	၁၀း၀၀ နာရီ	–	နား၊ ရေချိုး
နံနက်	❀	၁၁း၀၀ နာရီ	–	နေ့ဆွမ်းစား
နေ့လယ်	❃	၁၂း၀၀ နာရီ	–	စင်္ကြံလျှောက်ရှု
နေ့လယ်	❃	၁း၀၀ နာရီ	–	ဆိတ်ငြိမ်ရာမှာ သီးခြားထိုင်ရှု
နေ့လယ်	❃	၂း၀၀ နာရီ	–	မိမိနေရာမှာ လျှောင်းရှု
နေ့လယ်	❃	၃း၀၀ နာရီ	–	စုပေါင်းရပ်ရှု
ညနေ	❉	၄း၀၀ နာရီ	–	တရားစစ်မေး/ဖျော်ရည်သောက်
ညနေ	❉	၅း၀၀ နာရီ	–	စင်္ကြံလျှောက်ရှု
ညနေ	❉	၆း၀၀ နာရီ	–	စုပေါင်းရပ်ရှု
ည	✰	၇း၀၀ နာရီ	–	မိုးကုတ်တရားခွေနာ
ည	✰	၈း၀၀ နာရီ	–	စုပေါင်းရပ်ရှု
ည	✰	၉း၀၀ နာရီ	–	စုပေါင်းထိုင်ရှု
ည	✰	၁၀း၀၀ နာရီ	–	မိမိနေရာ လျှောင်းရှု
ည	✰	၁၁း၀၀ နာရီ	–	အိပ်စက်/နား။

http://www.dhammadownload.com

ယောဂီများ ပြည့်စုံရမည့် အင်္ဂါ (၅)ပါး

၁။ ဧကော - အဖော်မမှီးဘဲ တစ်ကိုယ်တည်း နေနိုင်ရမည်။

၂။ ရူပကဒွေါ - ဆိတ်ငြိမ်ရာ အရပ်သို့ ကပ်ရမည်။

၃။ အပ္ပမတ္တော · မမေ့လျော့သော သတိဖြင့် နေရမည်။

၄။ အာတာပီ - မဆုတ်နစ်သော လုံ့လနှင့် စိတ်အခိုဒ္ဓာန် ရှိရမည်။

၅။ ပဟိတ္တော - ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိဖြင့် နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်ရရေး သက်သက်ကိုသာ အဖြောင့်အားဖြင့် စေလွှတ်သောစိတ် ရှိရမည်။

http://www.dhammadownload.com

ယောဂီ လိုက်နာရမည့် စည်းကမ်းများ

ယောဂီတိုင်း အတိအကျ လိုက်နာရမည် စည်းကမ်းသည်သာ ချမ်းသာရာအကြောင်းဖြစ်သည်။

၁။ ရတနာသုံးပါးမှ တစ်ပါး အခြား အားကိုး မရှာရ၊ အင်းအိုင် လက်ဖွဲ့ မဆောင်ရ၊ ပုတီး မစိပ်ရ၊ မန္တန် မရွတ်ရ။

၂။ အသက် (၇၀)နှစ် အထက် အသက်အရွယ် ကြီးရင့်သူများ ဆရာတော်၏ ခွင့်ပြုချက် ရမှသာ တရားစခန်း ဝင်ရမည်။

၃။ တရားဝင် ယောဂီသည် တရားအားထုတ်ခြင်းမှ လွဲ၍ ဘာမှ အပိုမလုပ်ရ၊ တစ်နေ့ (၁၄)နာရီ အားထုတ်နိုင်ရမည်၊ ဝေယျာဝစ္စ မလုပ်ရ။

၄။ အားထုတ်နေစဉ် ယောဂီအချင်းချင်း လုံးဝ စကား မပြောရ၊ ရေဒီယို ကက်ဆက် နားမထောင်ရ၊ စာမဖတ်ရ၊ စာမရေးရ။

၅။ ဆေးလိပ်မသောက်ရ၊ ကွမ်းမစားရ၊ (ဤစည်းကမ်းကို မလိုက်နာသူများ အား လက်မခံရ၊ တိတ်တဆိတ် ပြုလုပ်သည်ကို တွေ့ရှိပါက အိမ်ပြန် ရမည်။)

၆။ လင်မယားစုံတွဲ တရားပတ် မဝင်ရ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်များ မဝင်ရ။

၇။ 'အိမ်နှင့် မဆက်သွယ်ရ၊ စာမပို့ရ၊ ဧည့်သည်နှင့် မတွေ့ရ၊ ကျောင်းဝင်း အပြင်သို့ လုံးဝ မထွက်ရ။

၈။ အချင်းချင်း တရားမဆွေးနွေးရ၊ မေးလိုသော ကိစ္စ၊ သိလိုသော ကိစ္စရှိလျှင် ဆရာတော်ကိုသာ လျှောက်ထား မေးမြန်းရမည်။

၉။ ရိပ်သာအတွင်း သန့်ရှင်းရေးကို ဂရုပြုရမည်။

http://www.dhammadownload.com

၁၀။ ရိပ်သာက စီစဉ်ပေးသော အာဟာရကိုသာ စားရမည်။ အိမ်မှ အပိုဆောင် ယူ လာခြင်း မပြုရ၊ (အစာအိမ်ရောဂါ ရှိသူများသာ မုန့်များ ယူလာနိုင် သည်)။

၁၁။ တရားဝင်နေစဉ် ပစ္စည်းများဝယ်ရန် ခဏ ခဏ မှာကြားခြင်း မပြုရ၊ အမှုကိစ္စ နည်းရမည်။

၁၂။ ယောဂီသည် မိမိကိုယ်ကိုသာ အားကိုးရမည်။ တခြားသူအပေါ် မှီခိုခြင်း အားထားခြင်း မပြုရ။

၁၃။ ယောဂီအချင်းချင်း အနှောင့်အယှက်ဖြစ်သည့် ကိစ္စကို လုံးဝ ရှောင်ရှား ရမည်။ စုပေါင်းယောဂီဆောင်များမှာ **အိပ်စဉ် ဟောက်တတ်သူများ** မနေရ၊ (သီးခြား နေရမည်)။

၁၄။ မိမိတို့ မစားသော **အသားများ**ကို မှတ်တမ်းလွှာတွင် အောက်ခြေမှာ ဖော်ပြထားရမည်။

၁၅။ ယောဂီသည် ဖြောင့်စင်းသောစိတ် ရှိရမည်။ ရှေ့တွင်တစ်မျိုး ကွယ်ရာတွင် တစ်မျိုး လုပ်ခြင်း၊ ကောက်ကျစ်ခြင်း၊ လှည့်ဖြားခြင်း လုံးဝ မရှိစေရ။

၁၆။ တရားပတ် **(၁၈)ရက်** ပြည့်အောင် တရားအားထုတ်နိုင်သူ ဖြစ်ရမည်။ တစ်ဝက်တစ်ပျက် ပြန်သူများအား နောက်ထပ်တွင် တရားစခန်းသို့ ဝင်ခွင့်ပြုမည် မဟုတ်ပါ။

၁၇။ ယောဂီသစ်ကို ယောဂီဟောင်း သို့မဟုတ် မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူ တစ်ဦးက ထောက်ခံချက် ပေးရမည်။

၁၈။ အမျိုးသမီးများ လက်ဝတ်ရတနာများ မဝတ်ရ၊ ယူမလာရ၊ ယောဂီဝတ်စုံ ကိုသာ ဝတ်ရမည်။

http://www.dhammadownload.com

ဆရာဆန်းလွင်၏ ထုတ်ဝေပြီး စာအုပ်များ

၁။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသော ဝိပဿနာရှုနည်း လက်စွဲကျမ်း (၇၀/၉၈-၆)
၂။ ထေရဝါဒ အုတ်မြစ်များအဖွင့် (၁၈/၉၈-၁)
၃။ ဘုံစဉ်စံ ဘဝလမ်းပြ ဒဿန (၂၈၅/၂၀၀၁-၅)

ဖြန့်ချိရေး
နန်းဒေဝီစာပေ၊ ၂၁၅၊ ရှမ်းလမ်း၊
စမ်းချောင်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း-၅၈၀၂၀၆