၄။ ခန္ဓသုတ် အနှစ်ချုပ် (မှတ်စု)

(အန္တရာယ် ကာကွယ်ခြင်း)

(၁) <u>**ပရိတ်ကြီး ၁၁-သုတ်**</u> = **ခန္ဓပရိတ္တ၊ ခန္ဓသုတ်**

(၂) <u>**အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်**</u> = **အဟိရာဇကုလသုတ်**

(**အဟိ-** မြွေ + **ရာဇကုလ-** မင်းမျိုး)

= **မြွေမင်းမျိုးနှင့် ပတ်သက်သော သုတ်၊**

(၃) <u>**၅၅၀-ဇာတ်**</u> = **ခန္ဓဇာတ်**

ပရိတ်ကြီး ၁၁-သုတ် = အန္တရာယ်ကာကွယ်ဖို့ အဓိက ရည်ရွယ် ဟောကြားသော သုတ္တန်များ စုပေါင်းထား။

ခန္ဓသုတ် = (၁) မြွေဆိုးများ၏ အန္တရာယ်၊

(၂) အခြားအဆိပ်အတောက်ရှိသော သတ္တဝါများ၏ အန္တရာယ်၊

(၃) လောကမှာ ကြုံတွေ့ရမည့် အန္တရာယ်မျိုးစုံကို ကာကွယ်ဖို့ရာ နည်းစနစ်များ ဟောကြားထား။

<u>**ခန္ဓသုတ် ပရိတ်တော်ဟောကြားခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်**</u>

(၁) မြွေစသည့် အဆိပ်အတောက်ရှိသော သတ္တဝါများ၏ အန္တရာယ်နှင့် ကြုံပြီး အသက်ဆုံးရှုံးမှုများ မဖြစ်စေရန်၊

(၂) သတ္တဝါများအပေါ်တွင် မေတ္တာပွားများရန်၊

(၃) အပြင်ရန်၊ အတွင်းရန်များအားလုံးကို ရင်ဆိုင်၊ ဖြေရှင်း၊ ကျော်လွှားနိုင်စေရန်။

ပရိတ်(ပရိတ္တ) = (၁) အန္တရာယ်ကို **ကာကွယ်ခြင်း၊**

(၂) အန္တရာယ်များ မကျရောက်စေရန်- ကာကွယ်ထားသော **အရံအတား။**

အန္တရာယ်(အန္တရာယ) = (၁) ကောင်းကျိုးချမ်းသာများ ဖြစ်ပေါ်နေစဉ် ဝင်ရောက်နှောင့်ယှက်ပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခများကို ပေးတတ်သော အကြောင်းတရား၊

(၂) ကြားဖြတ်ဝင်ရောက်လာသော အဖျက်အဆီး၊

အန္တရာယ် ၂-မျိုး = (၁) မြင်ရသော **ပြင်ပအန္တရာယ်၊ (ရန်သူ)**
(၂) မမြင်ရသော **အတွင်းအန္တရာယ်၊ (ကိလေသာ)**

အန္တရာယ်ကာကွယ်နည်း

၁။ မြင်ရသော ပြင်ပအန္တရာယ်များကို-

(၁) မေတ္တာပွားခြင်း၊

(၂) ဘုရားဂုဏ်၊ တရားဂုဏ်၊ သံဃာ့ဂုဏ်တော်များကို အာရုံပြုခြင်း၊

(၃) သစ္စာဆိုခြင်း-အားဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

၂။ မမြင်ရသော အတွင်းအန္တရာယ်များကို-

- သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ မဂ္ဂင် ၈-ပါးကျင့်စဉ်များကို ကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

အန္တရာယ်ကို မကာကွယ်နိုင်လျှင်-

ဘဝချမ်းသာအောင်မြင်ရေး၊ ဘဝလွတ်မြောက်ရေးများအတွက် ကြိုးပမ်းအားထုတ်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

ခန္ဓသုတ်လာ ကျင့်စဉ် (အန္တရာယ်ကာကွယ်နည်း)

❶ (က) ပါဠိ - အသံထွက် မှန်မှန်ကန်ကန် သင်ကြားပြီး

(ခ) အနက် - အဓိပ္ပာယ်သိရှိကာ

(ဂ) ယုံယုံကြည်ကြည်ဖြင့် အာရုံစိုက်၍ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ရမည်။

❷ **ပြင်ပအန္တရာယ် ကာကွယ်နည်း**

၁။ မေတ္တာပွားခြင်း

(က) မြွေမင်းမျိုး ၄-မျိုး မေတ္တာပွားခြင်း၊

(ခ) သတ္တဝါအားလုံးကို သွားလာသည့် ကိုယ်အင်္ဂါအလိုက် အမျိုးအစားခွဲပြီး မေတ္တာပွားခြင်း၊

(ဂ) မိမိဆန္ဒကို ထုတ်ဖော် မေတ္တာရပ်ခံသည့် အစွမ်းဖြင့် မေတ္တာပွားခြင်း၊

(ဃ) ပုဂ္ဂိုလ်သီးခြား ရည်ညွှန်းခြင်း မရှိဘဲ ခြုံ၍ မေတ္တာပွားခြင်း၊

၂။ ပမာဏ မရှိသော **ရတနာမြတ်သုံးပါးဂုဏ်**နှင့်
ပမာဏ ရှိသော **သတ္တဝါများကို နှိုင်းယှဉ် သစ္စာပြုခြင်း၊**

၃။ စွမ်းအားကြီးသော စိတ်ဆန္ဒကို အသုံးချခြင်းဖြင့် **အကာအကွယ် ထပ်မံပြုခြင်း၊**

၄။ **ဘုရားရှိခိုး (ဘုရားအဆူဆူ၊ ဘုရား ၇-ဆူ)**

❸ အတွင်း အန္တရာယ်ကာကွယ်နည်း

မဂ္ဂင် ၈-ပါးကျင့်စဉ် အားထုတ်ခြင်း။

အန္တရာယ်အသီးသီး ကာကွယ်နည်းများကို သိရှိနားလည်ပြီး-

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့သော ခန္ဓသုတ်ပရိတ်တရားတော်များအတိုင်း အတွင်းရန်၊ အပြင်ရန် ကင်းစေရန် ကြိုးစားအားထုတ်ကြခြင်းဖြင့် ပစ္စုပ္ပန် ယခုဘဝအတွက်သာမက သံသရာဘဝများတွင် ကြုံတွေ့ရမည့် အန္တရာယ်များအားလုံး ကင်းငြိမ်းနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

၁။ ခန္ဓသုတ် အမွှန်းဂါထာ(ခန္ဓသုတ်၏ အစွမ်းတန်ခိုး)

(၁) သဗ္ဗာသီဝိသ ဇာတီနံ၊ ဒိဗ္ဗမန္တာဂဒံ ဝိယ။
ယံ နာသေတိ ဝိသံ ဃောရံ၊ သေသဉ္စာပိ ပရိဿယံ။

(၂) အာဏာက္ခေတ္တမှိ သဗ္ဗတ္ထ၊ သဗ္ဗဒါ သဗ္ဗပါဏိနံ။
သဗ္ဗသောပိ နိဝါရေတိ၊ (ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။)

အကြင် ခန္ဓသုတ်ပရိတ်တော်သည်-

(၁) - လျင်သော အဆိပ်ရှိသော မြွေအားလုံး၏ ပြင်းထန်သော အဆိပ်များကို-
(နတ်များ အသုံးပြုသော နတ်မန္တာန်၊ နတ်ဆေးဝါးကဲ့သို့)
အလွန် အစွမ်းထက်စွာ ဖယ်ရှားနိုင်သည်။

(၂) အာဏာခေတ်တစ်ခွင်လုံး (စကြဝဠာ ကုဋေတစ်သိန်း)ရှိ-
မည်သည့်နေရာ၌ဖြစ်စေ၊ မည်သည့်အခါ၌ဖြစ်စေ၊
- **သတ္တဝါအားလုံး၏ ပြင်းထန်သော အဆိပ်**တို့ကိုလည်းကောင်း၊
- **အခြားသော ဘေးရန်**တို့ကိုလည်းကောင်း၊
လုံးဝကုန်စင်အောင် မြစ်တား ဖယ်ရှားနိုင်သည်။

အာသီဝိသ အဓိပ္ပာယ်

(၁) အာသီ < အာသု = လျင်လျင်မြန်မြန် တက်လာတတ်သော၊
ဝိသ = အဆိပ်၊
∴ **အာသီဝိသ** = (က) လျင်လျင်မြန်မြန် တက်လာတတ်သော အဆိပ်၊
(ခ) အဆိပ်တက် အလွန်လျင်မြန်သည့် မြွေဆိုးများ။

(၂) အာသီ = အခေါင်းပေါက်ရှိသော မြွေစွယ်၊
ဝိသ = အဆိပ်၊
∴ **အာသီဝိသ** = မြွေစွယ်အခေါင်းထဲ၌ ရှိသော အဆိပ်၊

<u>မြွေကိုက်ခံလိုက်ရပြီဆိုပါက-</u>

လူ၏ သွေးထဲတွင် အဆိပ်များ ကျန်ရစ်ပါသည်၊ ထိုအဆိပ်သည် လျင်လျင်မြန်မြန် အထက်သို့ တက်လာတတ်သောကြောင့် **"အာသီဝိသ- လျင်သော အဆိပ်ရှိသည်"**ဟု ဆိုရပါသည်။ အဆိပ်တက်လာပြီဆိုပါက- လူသည် အသက်ရှင်ရန် ခက်ခဲသွားပါသည်။

<u>မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်များ ပျံ့နှံ့ရာ နယ်ပယ်</u>

စကြဝဠာ ကုဋေတစ်သိန်း (အာဏာခေတ်)တိုင်အောင် ပျံ့နှံ့ပါသည်။ စကြဝဠာ ကုဋေတစ်သိန်း အတွင်းရှိ-

တိုင်းပြည်၊ မြို့၊ ရွာ၊ ဒေသ **မည်သည့်နေရာ၌ဖြစ်စေ (သဗ္ဗတ္ထ)၊**

မည်သည့် အချိန်၌ဖြစ်စေ (သဗ္ဗဒါ)

တရားတော်များ၏ အစွမ်းတန်ခိုး သက်ရောက်ပါသည်။

ခန္ဓသုတ် ပရိတ်တရားတော်၏ အစွမ်းတန်ခိုးကြောင့်-

"အာဏာခေတ်အတွင်း မည်သည့်နေရာ၊ မည်သည့်အခါ၌ ဖြစ်စေ မြွေဆိုးများ မကိုက်နိုင်ပါ။ မတော်တဆ ကိုက်မိသွားပါကလည်း မြွေဆိပ် မတက်"ဟု ဟောကြားတော်မူပါသည်။

<u>ခန္ဓသုတ်သည် ပရိတ်တော်များအနက် အစွမ်းအထက်ဆုံး ဖြစ်ရခြင်း</u>

၁။ **မေတ္တာပွားခြင်း**

(က) လျင်သော အဆိပ်ရှိသော မြွေဆိုးများနှင့် အဆိပ်ရှိသော သတ္တဝါများ၏ အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်ရန်-

မြွေမင်းမျိုး လေးမျိုးကို မေတ္တာပွားခြင်းအားဖြင့် ကာကွယ်ခြင်း၊

(ခ) သတ္တဝါအားလုံးကို သွားလာသည့် ကိုယ်အင်္ဂါအလိုက် အမျိုးအစားခွဲပြီး မေတ္တာပို့၊ မိတ်ဆွေဖွဲ့ခြင်းအားဖြင့်- အခြားသော ဘေးရန်များကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်ခြင်း။

(ဂ) ဆန္ဒပြု မေတ္တာရပ်ခံသည်၏ အစွမ်းဖြင့် မေတ္တာပွားခြင်း၊

(ဃ) သတ္တဝါအားလုံးကို ခြုံ၍ မေတ္တာပွားနည်း နှစ်မျိုးဖြင့် အန္တရာယ်မပြုစေခြင်း။

၂။ **ရတနာမြတ်သုံးပါး၏ အတိုင်းအတာမရှိသော ကျေးဇူးဂုဏ်**တို့ကို အာရုံပြုခြင်းဖြင့် အန္တရာယ် ကင်းစေခြင်း၊

၃။ **စွမ်းအားကြီးသော စိတ်ဆန္ဒကို အသုံးချဆန္ဒပြုခြင်းဖြင့်** အကာအကွယ် ထပ်မံပြုခြင်း၊

၄။ ပွင့်တော်မူပြီးသော **ဘုရားအဆူဆူ**နှင့် ဤစကြဝဠာကမ္ဘာကြီးထဲတွင် သာသနာတော် ကျန်ရှိနေသေးသော **ဘုရား ခုနစ်ဆူတို့အား ရှိခိုးခြင်း**-အစရှိသည်ဖြင့် ကြုံတွေ့နိုင်သည့် အန္တရာယ်အားလုံးတို့ကို ကာကွယ်နိုင်ရန် ဟောကြားထားသော သုတ္တန်ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

၂။ ပြင်ပအန္တရာယ် ကာကွယ်နည်း

၁။ မေတ္တာပွားခြင်း

(က) မြွေမင်းမျိုး ၄-မျိုး မေတ္တာပွားခြင်း

အဆိပ်ပြင်းထန်သော မြွေဆိုးများ၏ အန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးစေရန် ဆုတောင်းနေရုံဖြင့် မရ၊ အန္တရာယ်ကင်းစေသော အကြောင်းတရားများကို ပြုလုပ်ရမည် ဖြစ်သည်။

သတ္တဝါများ အန္တရာယ်ပေးခြင်းသည် မိမိနှင့် ရန်သူဖြစ်နေသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ မိတ်ဆွေဖြစ်သွားလျှင် အန္တရာယ်မရှိတော့သောကြောင့် မြွေဆိုးများ၏ အန္တရာယ်ကင်းဝေးစေရန် မြွေဆိုးများနှင့် မိတ်ဆွေဖွဲ့ရမည်။

(၁) **ဝိရူပက္ခေဟိ** မေ မေတ္တံ၊

- **ဝိရူပက္ခမြွေမင်းမျိုးများ**နှင့် မိတ်ဆွေဖွဲ့ပါသည်။
- ကျွန်ုပ်၏ မေတ္တာ **ဝိရူပက္ခမြွေမင်းမျိုးများ**ထံ ရောက်ပါစေ။

(၂) မေတ္တံ **ဧရာပထေဟိ** မေ၊

- **ဧရာပထမြွေမင်းမျိုးများ**နှင့် မိတ်ဆွေဖွဲ့ပါသည်။
- ကျွန်ုပ်၏ မေတ္တာ **ဧရာပထမြွေမင်းမျိုးများ**ထံ ရောက်ပါစေ။

(၃) **ဆဗျာပုတ္တေဟိ** မေ မေတ္တံ၊

- **ဆဗျာပုတ္တမြွေမင်းမျိုးများ**နှင့် မိတ်ဆွေဖွဲ့ပါသည်။
- ကျွန်ုပ်၏ မေတ္တာ **ဆဗျာပုတ္တမြွေမင်းမျိုးများ**ထံ ရောက်ပါစေ။

(၄) မေတ္တံ **ကဏှာဂေါတမကေဟိ** စ၊

- **ကဏှာဂေါတမမြွေမင်းမျိုးများ**နှင့် မိတ်ဆွေဖွဲ့ပါသည်။
- ကျွန်ုပ်၏ မေတ္တာ **ကဏှာဂေါတမမြွေမင်းမျိုးများ**ထံ ရောက်ပါစေ။

ဤကဲ့သို့- မြင်ရသည်ဖြစ်စေ၊ မမြင်ရသည်ဖြစ်စေ လောက၌ ရှိကြသော အဆိပ်ပြင်းထန်သော မြွေများနှင့် မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်ခြင်းဖြင့်-

"ထိုမြွေများနှင့် မိတ်ဆွေဖြစ်ပါစေ၊

မြွေများအပေါ် မေတ္တာထားပါသည်"ဟု နှုတ်မှလည်း ရွတ်ဆိုနေရမည်၊ စိတ်ထဲမှလည်း အာရုံပြုပြီး မေတ္တာပို့ပေးနေလျှင် ထိုမြွေများသည် မိမိကို အန္တရာယ်မပေးတော့ချေ။ မည်သည့်သတ္တဝါဖြစ်စေ ကိုယ့်ကို အန္တရာယ်ပေးသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ ပြန်ပြီး အန္တရာယ်ပေးတတ်သောကြောင့် သူတို့အပေါ် မေတ္တာထားလျှင် သူတို့ကလည်း တုန့်ပြန်မေတ္တာထားမည်ဖြစ်သည်။

ဤနည်းဖြင့်- အဆိပ်ပြင်းထန်သော မြွေဆိုးများ၏ အန္တရာယ်ကင်းစေရန် လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။

အန္တရာယ်ကာကွယ်ခြင်း-တရားတော်တွင် ပါဝင်သော မြွေ ၃-မျိုး

(၁) **ဒိဋ္ဌဝိသ** = **မြင်လိုက်သည်**နှင့် အဆိပ်တက်သည့် မြွေ၊

(၂) **ဒဋ္ဌဝိသ** = **ကိုက်လိုက်သည့်**အခါမှ အဆိပ်တက်သည့် မြွေ၊

(၃) **ဖုဋ္ဌဝိသ** = **မြွေကိုယ်နှင့် ထိလိုက်သည်**နှင့် အဆိပ်တက်သည့် မြွေ၊

(ဥပမာ- ရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ ညီတော် အရှင်ဥပသေန)

ရဟန်းတော်များ မြွေသားမစားရ-ဟု ပညတ်ထားရခြင်း

မြွေအန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးစေရန် ဖြစ်သည်။ မြွေသားစားထားလျှင်- မြွေသား၏ အနံ့ကို မြွေများက သိနေသည့်အတွက် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို အန္တရာယ်ပြုနိုင်သည်။ မည်သည့်သတ္တဝါဖြစ်စေ သူတို့ကို အန္တရာယ်ပြုသည့်ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရန်သူဟု သတ်မှတ်ပြီး ဒုက္ခပြန်ပေးတတ်သည်။

ထို့ကြောင့်- ဘုရားရှင်က ရဟန်းတော်များ မြွေသား မစားရ-ဟု ပညတ်ထားရခြင်း ဖြစ်သည်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

(ခ) သွားလာသည့် ကိုယ်အင်္ဂါအရ သတ္တဝါအမျိုးအစားအလိုက် မေတ္တာပွားခြင်း

(သတ္တဝါတိုင်းအပေါ် မေတ္တာထားဖို့ လိုအပ်ရခြင်းအကြောင်း)

သတ္တဝါတိုင်းအပေါ် မေတ္တာထားဖို့ လိုအပ်ရခြင်းမှာ-
မေတ္တာခမ်းခြောက်သွားလျှင် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အန္တရာယ်ပြုလာနိုင်သည်။ အန္တရာယ်ပြုလာသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် အန္တရာယ်မကင်း ဖြစ်လာနိုင်သောကြောင့် မည်သည့်သတ္တဝါနှင့်ဖြစ်စေ မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်နေစေရန် သွားလာသည့် ကိုယ်အင်္ဂါအရ သတ္တဝါ အမျိုးအစားအလိုက် မေတ္တာပွားပုံကို ဟောကြားထားပါသည်။

(၁) **အပါဒကေဟိ** မေ မေတ္တံ = **ခြေမရှိသော သတ္တဝါများ**နှင့်
(မြွေ၊ ခရု၊ ပတ်ကျိ)
မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်မှု ဖြစ်ပါစေ။

(၂) မေတ္တံ **ဒွိပါဒကေဟိ** မေ = **ခြေနှစ်ချောင်းရှိသော သတ္တဝါများ**နှင့်…
(လူ၊ ကြက်၊ ငှက်)
မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်မှု ဖြစ်ပါစေ။

(၃) **စတုပ္ပဒေဟိ** မေ မေတ္တံ = **ခြေလေးချောင်းရှိသော သတ္တဝါများ**နှင့်…
(ကျွဲ၊ နွား၊ ခွေး၊ ခြင်)
မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်မှု ဖြစ်ပါစေ။

(၄) မေတ္တံ **ဗဟုပ္ပဒေဟိ** မေ = **ခြေများစွာရှိသော သတ္တဝါများ**နှင့်···
(ပိတုန်း၊ ပင့်ကူ၊ ကင်းခြေများ)
မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်မှု ဖြစ်ပါစေ။

ဤကဲ့သို့- ''ခြေထောက်မရှိသော သတ္တဝါ၊ ခြေထောက်နှစ်ချောင်းရှိသော သတ္တဝါ၊ ခြေထောက်လေးချောင်းရှိသော သတ္တဝါ၊ ခြေထောက်များစွာ ရှိသော သတ္တဝါများနှင့် မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်မှု ဖြစ်ပါစေ''ဟု မေတ္တာဘာဝနာ ပွားခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကို အန္တရာယ်ကာကွယ်ပြီးသား ဖြစ်နေမည်ဖြစ်သောကြောင့် သတ္တဝါတိုင်းအပေါ် မေတ္တာထားရန် လိုအပ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

(ဂ) မိမိဆန္ဒကို ထုတ်ဖော် မေတ္တာရပ်ခံကာ မေတ္တာပွားခြင်း

မေတ္တာ-ဟူသည် သူ့မေတ္တာ၊ ကိုယ့်မေတ္တာ အပြန်အလှန် ရှိသောကြောင့် မိမိက မညှဉ်းဆဲမှ သတ္တဝါများက မညှဉ်းဆဲဘဲ ရှိမည်။ မေတ္တာပွားသူသည် သတ္တဝါများကို ညှဉ်းဆဲနေသူ မဖြစ်ရပါ။

ဘုရားရှင်က ခန္ဓသုတ်၌-

''- ကျွန်ုပ်သည် သတ္တဝါအများကို မညှဉ်းဆဲသည့်အတွက်-
- သတ္တဝါအများကလည်း ကျွန်ုပ်ကို မညှဉ်းဆဲပါစေနှင့်''ဟု

မိမိဆန္ဒကို ထုတ်ဖော် မေတ္တာရပ်ခံကာ မေတ္တာပွားပုံကို ဟောကြားထားပါသည်။

(၁) မာ မံ **အပါဒကော** ဟိံသိ = **အခြေမရှိသော သတ္တဝါများ**သည် ကျွန်ုပ်ကို မညှဉ်းဆဲပါစေနှင့်။

(၂) မာ မံ ဟိံသိ **ဒွိပါဒကော** = **ခြေနှစ်ချောင်းရှိသော သတ္တဝါများ**သည်လည်း ကျွန်ုပ်ကို မညှဉ်းဆဲပါစေနှင့်။

(၃) မာ မံ **စတုပ္ပဒေါ** ဟိံသိ = **ခြေလေးချောင်းရှိသော သတ္တဝါများ**သည်လည်း ကျွန်ုပ်ကို မညှဉ်းဆဲပါစေနှင့်။

(၄) မာ မံ ဟိံသိ **ဗဟုပ္ပဒေါ** = **ခြေများစွာရှိသော သတ္တဝါများ**သည်လည်း ကျွန်ုပ်ကို မညှဉ်းဆဲပါစေနှင့်။

ဤသို့ မိမိကိုယ်တိုင်ကလည်း သတ္တဝါအများကို မညှဉ်းဆဲ ယုံယုံကြည်ကြည်နှင့် မိမိဆန္ဒကို ထုတ်ဖော်ကာ မေတ္တာပွားများမှသာ အန္တရာယ်ကင်းနိုင်သည်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

(ဃ) ပုဂ္ဂိုလ်သီးခြား ရည်ညွှန်းခြင်း မရှိဘဲ သတ္တဝါအားလုံးကို ခြုံငုံ၍ မေတ္တာပို့နည်း ၂-မျိုး

သဗ္ဗေ **သတ္တာ** = **သတ္တဝါ** မှန်သမျှ

သဗ္ဗေ **ပါဏာ** = **အသက်ရှုသော** သတ္တဝါမှန်သမျှ

သဗ္ဗေ **ဘူတာ** စ ကေဝလာ = **ကိုယ်ထင်ရှားရှိသော** သတ္တဝါမှန်သမျှ

(၁) **သဗ္ဗေ** - **သတ္တဝါအားလုံး**

ဘဒြာနိ ပဿန္တု - ကောင်းမြတ်သော အာရုံများနှင့်သာ တွေ့ဆုံ ကြုံကြရပါစေ။

(၂) မာ **ကိဉ္စိ** ပါပမာဂမာ - **မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်၊ မည်သည့်သတ္တဝါမှန်သမျှ** ဆင်းရဲဒုက္ခ အဆိုးများနှင့် မကြုံတွေ့ကြပါစေနှင့်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

- **မေတ္တာခံယူချင်တိုင်း- မေတ္တာမရပါ၊ မေတ္တာအကျိုး ၁၁-မျိုးကို မေတ္တာပွားသူသာ ရနိုင်သည်။**

  (၁) **မေတ္တာ**ဟူသည်- ကိုယ်တိုင်ပွားရမည့်တရားသာ ဖြစ်သည်။

  (၂) **မိမိက သူများပေးပို့သော မေတ္တာကို ခံယူချင်သည်ဆိုခြင်းမှာ-**
  ကိုယ်တိုင်လုပ်ရမည်ကို မပြုလုပ်ဘဲ ရေသာခိုသကဲ့သို့ ဖြစ်နေသည်။

  (၃) **မေတ္တာအကျိုး ၁၁-မျိုးကိုလည်း**- ကိုယ်တိုင် မေတ္တာပွားသူကသာ ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ သူများ မေတ္တာ ခံယူရုံဖြင့် မရရှိနိုင်ပါ။

- သို့ဖြစ်ပါ၍-

  မေတ္တာဆိုသည်မှာ- ကိုယ်တိုင်ပွားရမည့်တရားဟု မှတ်သားပြီး ကိုယ်တိုင် မေတ္တာပွားဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ ကိုယ်တိုင်မေတ္တာပွားမှ အန္တရာယ်အပြည့်အဝ ကင်းမည်ဖြစ်သည်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

၂။ **ရတနာမြတ်သုံးပါး၏ ဂုဏ်နှင့်**
အတိုင်းအတာ ပမာဏရှိသော သတ္တဝါများ(နှိုင်းယှဉ်ချက်)

* **အပ္ပမာဏော ဗုဒ္ဓေါ။**

- **ကိလေသာ ကင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားရှင်**၏ ဂုဏ်တော်၊ ကျေးဇူးတော်များသည် အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်မရှိအောင် ကြီးမား ကျယ်ပြန့်လှပါသည်-ဟု ဘုရားဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြုခြင်း။

* **အပ္ပမာဏော ဓမ္မော။**

- **လောကုတ္တရာတရားတော်**၏ ဂုဏ်တော်များသည်…

* **အပ္ပမာဏော သံဃော။**

- **အရိယာသံဃာတော် အရှင်မြတ်တို့၏ ဂုဏ်ကျေးဇူး**သည်လည်း…

ဤသို့- **ကိလေသာကင်းတော်မူသော ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာဂုဏ်တို့သည် အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ် မရှိကြပါ။**

[ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို အာရုံပြုနေခြင်းသည် အန္တရာယ်ကင်းခြင်း၏ အကြောင်း တစ်ခုဖြစ်သည်။ အန္တရာယ်များ ကင်းဝေးစေနိုင်ပါသည်။]

* **ပမာဏ ဝန္တာနိ သရီသပါနိ။**

တွားသွားသတ္တဝါများသည်ကား - ကိလေသာတရားများကြောင့် အကန့်အသတ် အတိုင်းအတာ ပမာဏ ရှိကြသည်။

ပမာဏဝန္တာနိ - အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်ရှိသော

သရီသပါနိ - တွားသွားသတ္တဝါများမှာ-

(၁) **အဟိ** - မြွေ

(၂) **ဝိစ္ဆိကာ** - ကင်းမြီးကောက်

(၃) **သတပဒီ** - ကင်းခြေများ

(၄) **ဥဏ္ဏနာဘိ** - ပင့်ကူ

(၅) **သရဗူ** - တက်တူ(တောက်တဲ့)

(၆) **မူသိကာ** - ကြွက် စသည်ဖြင့်

ခန္ဓသုတ်၌ လူနှင့် နီးသော အဆိပ်ရှိ သတ္တဝါများကိုသာ ဖော်ပြထားသော်လည်း၊

အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်ရှိသော သတ္တဝါဟူသည်-

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ မကင်းသော သတ္တဝါတိုင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

၃။ စွမ်းအားကြီးသော စိတ်ဆန္ဒကို အသုံးချ၍ အကာအကွယ် ထပ်မံပြုခြင်း

(၁) သတ္တဝါများကို မေတ္တာပို့ မိတ်ဆွေဖွဲ့ခြင်း။

(၂) ရတနာမြတ်သုံးပါး၏ ဂုဏ်တော်များကို အာရုံပြုခြင်း-စသည်ဖြင့် ပြုလုပ်ပြီးနောက်-

* ကတာ မေ **ရက္ခာ** - ထိုအဆိပ်ရှိသော သတ္တဝါများ၊ မိမိကို ဝင်ရောက် မနှောင့်ယှက်နိုင်အောင် **အကာအကွယ်၊ အစောင့်အရှောက် လုပ်ထားပါသည်။**

* ကတံ မေ **ပရိတ္တံ** - ထိုအဆိပ်ရှိသော သတ္တဝါများ၊ မိမိကို ဝင်ရောက် မနှောင့်ယှက်နိုင်အောင် **အရံအတား လုပ်ထားပါသည်။**

* **ပဋိက္ကမန္တု** ဘူတာနိ - အန္တရာယ်ပေးတတ်သော သတ္တဝါများ **ဝေးဝေးရှောင်ကြပါ** ဟု ဆန္ဒပြုခြင်း၊

- ''မိမိကို အန္တရာယ်ပေးမည်ဆိုလျှင်- **မိမိအနားသို့ ရောက်မလာပါစေနှင့်၊ ဝေးဝေးရှောင်နိုင်ကြပါစေ**''-ဟု

စွမ်းအားကြီးသော စိတ်ကို အသုံးချ၍ ဆန္ဒပြုခြင်းတို့ဖြင့် အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

၄။ ခန္ဓသုတ်အဆုံး၌ ပါရှိသော ဘုရားရှိခိုးခြင်း

သော ဟံ နမော **ဘဂဝတော - ဘုရားအဆူဆူတို့အား** ရှိခိုးပါ၏။

နမော **သတ္တန္နံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ - ဘုရား ၇-ဆူတို့အား** ရှိခိုးပါ၏-ဟု ပါရှိပါသည်။

ဘုရား ၇-ဆူမှာ-

- **ဝိပဿီမြတ်စွာဘုရား၊ သိခီမြတ်စွာဘုရား၊ ဝေဿဘူမြတ်စွာဘုရား**-ဟူသော ဘုရား ၃-ဆူ။
- **ကကုသန္ဓမြတ်စွာဘုရား၊ ကောဏာဂမနမြတ်စွာဘုရား၊ ကဿပမြတ်စွာဘုရား၊ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား**ဟူသော ဘဒ္ဒကမ္ဘာတွင် ပွင့်တော်မူပြီးသော ဘုရား ၄-ဆူ။
- စုစုပေါင်း ဘုရား ၇-ဆူတို့ ဖြစ်ပါသည်။

ဘုရားအဆူဆူရှိသည့်အနက် ဘုရား ၇-ဆူကိုသာ သီးသန့်ရှိခိုးရခြင်း

(၁) ထိုဘုရား ၇-ဆူတို့၏ အဆုံးအမ သာသနာသည် ဤစကြဝဠာ ကမ္ဘာကြီးထဲ၌ ရှိနေသေးသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

(၂) ဝိပဿီမြတ်စွာဘုရား-အစရှိသော ဘုရား ၇-ဆူတို့၏ တပည့်ဖြစ်သော အရိယာ ဖြဟ္မာကြီးများ ဖြဟ္မာ့ပြည်၌ ယခုတိုင် ရှိနေသေးသောကြောင့် သာသနာရှိနေသေး သည်ဟု ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်သည်။

(၃) ၃၁-ဘုံတွင် ဖြဟ္မာ့ပြည်၌သာ ထို ၇-ဆူကုန်သော ဘုရားရှင်တို့၏ သာသနာသာ ရှိနေပြီး ကျန်အခြားဘုရားရှင်တို့၏ သာသနာနှင့် တပည့်ပရိသတ်တို့ လုံးဝ မရှိတော့ သောကြောင့် ဘုရား ၇-ဆူကိုသာ သီးသန့် ရှိခိုးရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

နှစ်ကျိပ်ရှစ်ဆူဘုရားများ ရေတွက်ပုံ

(၁) ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား ဗျာဒိတ်ခံယူခဲ့သော (ဒီပင်္ကရာ မှ ကဿပ)တိုင်အောင် ဘုရား	=	၂၄-ဆူ
(၂) ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားနှင့် တစ်ကမ္ဘာတည်းဖြစ်၍ ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားအရင် ပွင့်တော်မူခဲ့သော- (တဏှင်္ကရာ၊ မေဓင်္ကရာ၊ သရဏင်္ကရာ)ဘုရား	=	၃-ဆူ
(၃) ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား	=	၁-ဆူ
ပေါင်း နှစ်ကျိပ်ရှစ်ဆူ	=	၂၈-ဆူ

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

❷ (၁) အတွင်းအန္တရာယ်-ဆိုသည်မှာ-

မိမိသန္တာန်တွင် ဖြစ်ပေါ်နေသော အလွန် ကြောက်စရာကောင်းသော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ-စသော အကုသိုလ်တရားများ ဖြစ်သည်။

(၂) အဆိပ်ရှိသော သတ္တဝါများ ကိုက်၍ သေလျှင်-

တစ်ဘဝသာ သေမည်ဖြစ်ပြီး၊

အကုသိုလ်အဆိပ် တက်လျှင်-

သံသရာတစ်လျှောက်လုံး ဒုက္ခရောက်နိုင်သောကြောင့် မြင်ရသော ပြင်ပ(ရန်သူ) အန္တရာယ်ထက် မမြင်ရသော အတွင်း(အကုသိုလ်-ကိလေသာ)အန္တရာယ်ကို ပို၍ သတိထား ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

(၃) လောဘအဆိပ်ကြောင့် - ပြိတ္တာဖြစ်နိုင်၊

ဒေါသအဆိပ်ကြောင့် - ငရဲကျနိုင်၊

မောဟအဆိပ်ကြောင့် - တိရစ္ဆာန်ဖြစ်နိုင်။

∴ အတွင်းအန္တရာယ်သည် ပိုကြောက်စရာကောင်း၍ ပိုသတိထားရပါမည်။

အတွင်းအန္တရာယ် ကာကွယ်နည်း

''အတွင်းအန္တရာယ်''တည်းဟူသော-

မိမိသန္တာန်၌ ရှိသော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟများ ကင်းစေရန် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာမဂ္ဂင် ရှစ်ပါး အကျင့်တရားကို အားထုတ်ရမည် ဖြစ်သည်။

အားထုတ်ပုံမှာ-

(၁) ကာယကံနှင့် ဝစီကံ၌ အကုသိုလ်ဒုစရိုက်များ ကင်းစေရန်-

သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ-တည်းဟူသော သီလမဂ္ဂင် ၃-ပါးကို ဖြည့်ကျင့်ရပါမည်။

(၂) မနောကံ၌ စိတ်အညစ်အကြေး ကင်းစင်စေရန်-

သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ-တည်းဟူသော သမာဓိမဂ္ဂင် ၃-ပါးကို အားထုတ်ရပါမည်။

(၃) ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်လျှင် ပညာမဂ္ဂင်များဖြစ်သော-

သမ္မာသင်္ကပ္ပနှင့် ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘာဝလက္ခဏာနှင့် သာမညလက္ခဏာကို သိမြင်သော သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်တို့ ဖြစ်ပေါ်လာပါမည်။

(၄) နောက်ဆုံး သမာဓိနှင့် ပညာ မဂ္ဂင် ၅-ပါး စွမ်းဆောင်မှု ကြီးမားလာလျှင်-

ဝိပဿနာဉာဏ်အဆင့်ဆင့်မှသည် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟအကုသိုလ်ကိလေသာများကို အမြစ်ပြတ် ပယ်ရှားနိုင်သော မဂ်စိတ်၊ ဖိုလ်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ကိလေသာများ ကုန်ခမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်သည့် အဆင့်ထိ ရောက်လာမည်။

ထိုအခါ- သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲတွင်း၌ ကြုံတွေ့ရမည့် အန္တရာယ်အားလုံး ကင်းငြိမ်းသွားနိုင်သည်ဟု ဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူပါသည်။

❖ ❖ ❖ ❖ ❖