

၁။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား (မှတ်စု)

၁။ “သူတော်ကောင်း”

- သပ္ပရိသ = “သန္တော ပုရိသော သပ္ပရိသော။”
- = ငြိမ်သက် အေးချမ်းသောသူ။
- သူတော်ကောင်း = “တော်လည်း တော်၊ ကောင်းလည်း ကောင်းသော သူ”
- တော်ခြင်း = အသိဉာဏ်(ပညာ)အရည်အချင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊
- ကောင်းခြင်း = အကျင့်စာရိတ္တ(သီလ)နှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊

အရည်အချင်း(၂)ရပ်

- လူတစ်ဦးအတွက် - (၁) အကျင့်စာရိတ္တ(သီလ)ကောင်းမွန်ခြင်း၊
- (၂) အသိဉာဏ်(ပညာ)တော်ခြင်း-တို့သည် အခြေခံအားဖြင့် ရှိရမည့် အရည်အချင်း ၂-ရပ် ဖြစ်သည်။

၎င်းအရည်အချင်း ၂-ရပ်အနက် တစ်ပါးပါး လျော့ခဲ့လျှင် အရည်အချင်း မပြည့်စုံသော(တစ်ခြမ်းပဲ)လူဖြစ်မည်။ ဤတွင်-

“ကိုယ်ကျင့်တရား (သီလ)ကောင်းခြင်းသည် အကြား၊ အမြင် ပညာတော်ခြင်းထက် ပိုပြီး အဓိကကျ၊ ချီးမွမ်းထိုက်သည်။” (“သီလမေဝ သုတာ သေယျော”)

သို့သော်-

- (၁) ကိုယ်ကျင့်တရား(သီလ)ကောင်းမွန်သော်လည်း
အသိဉာဏ်(ပညာ)အရည်အချင်း မတော်လျှင် = အများအကျိုးအတွက် ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်း မရှိပါ။
- (၂) ပညာအရည်အချင်း တော်သော်လည်း
ကိုယ်ကျင့်သီလ မကောင်းမွန်လျှင် = လူပတ်ဝန်းကျင်အတွက် အန္တရာယ်များသောသူ ဖြစ်တတ်သည်။
- (၃) သီလရော၊ပညာပါ
အရည်အချင်း နှစ်မျိုးလုံး ပြည့်စုံလျှင် = အလွန်တန်ဖိုးရှိသောသူ (သပ္ပရိသ)သူတော်ကောင်း ဖြစ်မည်။

- “သီလ”နှင့် ပြည့်စုံစေရန် - (၁) သုစရိုက်တရား(၁၀)ပါးကို ကျင့်သုံးရမည်။
(ကာယ သုစရိုက်-၃၊ ဝစီ သုစရိုက်-၄၊ မနော သုစရိုက်-၃)
- (၂) ကိုယ်ကျင့်တရား၊ စိတ်နေစိတ်ထား ကောင်းမွန်သော လူကောင်း-ဟု သတ်မှတ်နိုင်သည်။

- “ပညာ” နှင့် ပြည့်စုံစေရန် - (၁) ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကို သိမြင်နိုင်သော-
 (ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ) အသိဉာဏ်ပညာ၊
 (၂) ရုပ်နာမ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာ၊ အများဆိုင်လက္ခဏာတို့ကို
 သိမြင်နိုင်သော(ဝိပဿနာသမ္မာဒိဋ္ဌိ) အသိဉာဏ်ပညာများနှင့် ပြည့်စုံရန်
 သင်ယူ၊ ကျင့်ကြံ ကြိုးစားနိုင်လျှင် “လူတော်” ဟု သတ်မှတ်နိုင်သော
 အဆင့်သို့ ရောက်နိုင်သည်။

* သီလပရိဇောတာ ပညာ - ပညာကို သီလနှင့်ဆေးကြောရသည်။

* ပညာပရိဇောတံ သီလံ - သီလကို ပညာနှင့်ဆေးကြောရသည်။

“သီလရှိမှ- ပညာရှိနိုင်သည်၊ ပညာရှိမှ- သီလရှိနိုင်သည်။”

ကိုယ်ကျင့်တရားဟု ခေါ်ဆိုနိုင်သော သီလလည်း ကောင်းသည်၊ ပညာလည်း တော်သည့် အဆင့်
 အမြင့်ဆုံး သူတော်ကောင်းမှာ-

“ဘုရား၊ ရဟန္တာ” တို့ ဖြစ်သည်။

ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ

တာဝတိံသာနတ်များ သတ်မှတ်သော သူတော်ကောင်းတို့ အရည်အချင်း(၇)ရပ်

တာဝတိံသာနတ်များ၏ ခေါင်းဆောင် သိကြားမင်းကြီး လူ့ဘဝတုန်းက ကိုယ်တိုင်ကျင့်သုံးခဲ့သော
 ကျင့်ဝတ်တရားများကို ကျင့်သုံးသည့်ပုဂ္ဂိုလ်ကို သူတော်ကောင်း-ဟု တာဝတိံသာနတ်များက သတ်မှတ်ကြသည်။

(၁) အသက်ထက်ဆုံး မိဘနှစ်ပါးကို လေးလေးစားစား ပြုစု စောင့်ရှောက်တတ်သော သားသမီး။
 (မာတာ ပေတ္တိံ ဘရော)

(၂) ဆွေမျိုးများထဲမှ အသက်အားဖြင့်၊ ဂုဏ်အားဖြင့် ကြီးမားသူများအား ရိုသေလေးစားတတ်သူ။
 (ကုလေ ဇေဋ္ဌာပစာယီ)

(၃) နားထောင်သူများ နားချမ်းသာ၍ စိတ်နှလုံးထဲ စိမ့်ဝင်သွားစေမည့်
 တန်ဖိုးရှိသော၊ အနှစ်သာရရှိသော စကားမျိုးကို ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ နူးညံ့စွာ ပြောဆိုတတ်သူ၊

[ကြမ်းတမ်းသော ဖရသဝါစာ စကားမျိုးကို ရှောင်ကြဉ်၍-

- (၁) ယာ သာ ဝါစာ နေလာ - အပြစ်ကင်းသော စကား၊
- (၂) ကဏ္ဍ သုခါ - ကြားရသူများ နားချမ်းသာ(စိတ်ချမ်းသာ)စေသော စကား၊
- (၃) ပေမနိယာ - ချစ်ခင် နှစ်သက်စေသော စကား၊
- (၄) ဟဒယဂံမာ - စိတ်နှလုံးထဲတိုင် ရောက်ရှိစေသော စကား၊
- (၅) ဗဟုဇနကန္တာ - လူအများ ကြိုက်နှစ်သက်စေသော စကား၊
- (၆) ပေါရီ - ယဉ်ကျေးသော မြို့သူမြို့သားများ အသုံးပြုသော စကား၊

၎င်းစကားများကို (သဏှာ) နူးညံ့သိမ်မွေ့စွာ၊ (သခိလာ) ပြေပြေပြစ်ပြစ် ယဉ်ကျေးစွာ ပြောဆိုတတ်သူ]

(၄) စိတ်ဝမ်းကွဲ၍ ချစ်ခင်မှုပျက်ပြားသူများကို ချစ်ခင်ညီညွတ် စည်းလုံးစေရန်

စေ့စပ်စကား ပြောကြား ဆောင်ရွက်ပေးသူ၊

[လူတို့သည်- များသောအားဖြင့် တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက်၊ တစ်အိမ်နှင့် တစ်အိမ်၊ အဖွဲ့အစည်း တစ်ဖွဲ့နှင့် တစ်ဖွဲ့ မတည့်စေရန် အတင်းအပျင်းစကားများ၊ ကုန်းတိုက်စကားများ ပြောတတ်ကြသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကြောင့် မိသားစု၊ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း၊ အဖွဲ့အစည်းများ အထင်အမြင် လွဲမှား ညီညွတ်ရေး ပျက်ပြားသွားကြရသည်။ မေတ္တာခန်းခြောက် ပျက်စီးသွားကာ အကောင်းမမြင်နိုင်ကြတော့ပေ။ ထိုအထဲတွင်-

- (၁) ဘိန္နာနံ သန္နာတာ - စိတ်ဝမ်းကွဲနေသူများကို ညီညွတ်စေရန် စေ့စပ်ပေးသူ။
- (၂) သဟိတာနံ အနုပ္ပဒါတာ - ခင်ခင်မင်မင် ရှိပြီးသူများကို ပိုပြီး ခင်မင်ရင်းနှီးစေရန် လုပ်ပေးသူ။
- (၃) သမဂ္ဂကရဏီ ဝါစံ ဘာသိတာ - တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အထင်လွဲ ကွဲပြားစေမည့် စကားမျိုးကို ရှောင်ရှား၍ ညီညွတ်စည်းလုံးစေသော စကားမျိုးကိုသာ ပြောကြားသူတို့ကို သူတော်ကောင်း-ဟု သတ်မှတ်ကြသည်။]

(၅) မစ္ဆရိယ-ဟူသော စိတ်အညစ်အကြေးကို စာဂတရားဖြင့် ဖယ်ရှားနိုင်သောသူ၊

[မစ္ဆရိယ = (၁) မိမိ ရရှိထားသော အခွင့်အရေးတစ်ခုကို သူတစ်ပါးကို မရရှိစေလိုခြင်း။

(၂) မိမိ အောင်မြင်ကြီးပွားသလို သူတစ်ပါးအား မကြီးပွားစေလိုခြင်းဟူသော အခြေအနေတစ်ခုကို နှမြောတွန့်တို ဝန်တိုခြင်းသဘော။]

မစ္ဆရိယတရား ၅-မျိုး

- (၁) အာဝါသ မစ္ဆရိယ = အဆောက်အအုံ နေရာထိုင်ခင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ဝန်တိုခြင်း။
- (၂) ကုလ မစ္ဆရိယ = အပေါင်းအသင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ဝန်တိုခြင်း။
- (၃) လာဘ မစ္ဆရိယ = မိမိရရှိထားသော လာဘ်လာဘနှင့် ပတ်သက်၍ ဝန်တိုခြင်း။
- (၄) ဝဏ္ဏ မစ္ဆရိယ = ဂုဏ်ကျေးဇူး၊ ချီးမွမ်းခံရသော စကားတို့နှင့် ပတ်သက်၍ အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း မချီးမွမ်းနိုင်ဘဲ ထိန်ချန်ထားခြင်း၊ ဝန်တိုခြင်း။
- (၅) *ဓမ္မ မစ္ဆရိယ = တရားဓမ္မနှင့် ပတ်သက်၍ မိမိ သိသလို သူတစ်ပါး သိသွား၊ တန်းတူဖြစ်သွားမည်ကို ဝန်တိုခြင်း၊
(မစ္ဆရိယ ၅-မျိုးအနက်- ဓမ္မမစ္ဆရိယသည် အဆိုးဆုံးဖြစ်သည်။)

သို့ဖြစ်၍ “မစ္ဆရိယ”ဟူသည်-

မိမိ ရရှိထားသော အခွင့်အရေးများကို မိမိမှ လွဲ၍ သူတစ်ပါးတို့အား မရရှိစေလိုသော သဘော၊ မိမိနှင့် တန်းတူ သူတစ်ပါးတို့ ရရှိသွားမည်ကို နှမြောတွန့်တို ဝန်တိုတတ်သော သဘောဖြစ်၍၊ သူတစ်ပါးတို့အား ခွဲဝေမပေးနိုင်အောင် ၎င်းအခွင့်အရေးများကို တပ်မက်နေသော(လောဘ)နှင့် ယှဉ်တွဲနေသည်ဟု ထင်မှတ်မှားတတ်ပါသည်။

အမှန်မှာ- သူတစ်ပါးတို့ကို မရရှိစေလိုသည့် ဝန်တိုခြင်းသဘောသည် ၎င်းအခွင့်အရေးများကို တပ်မက်နေ၍ ခွဲဝေ မပေးနိုင်ခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ၊ မိမိ ရရှိသလို ရရှိသွားမည်ကို မကျေနပ်၊ မနှစ်သက်ခြင်း(ဒေါသ)ဖြစ်နေခြင်းသာ ဖြစ်၍- “မစ္ဆရိယ”တရားသည် ဒေါသနှင့်သာ ယှဉ်တွဲ နေပါသည်။

ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ

ဖယ်ရှားပစ်ရမည့် တရား

မိမိသာ ကြီးပွားစေလိုပြီး မိမိ ရရှိနေသော အခွင့်အရေး အခြေအနေမျိုး သူတစ်ပါး ရရှိသွားမည်ကို မကျေနပ်နိုင်၍ ဝန်တိုခြင်း “မစ္ဆရိယ”တရားမျိုးသည် လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၌ ဖြစ်လာလျှင် အန္တရာယ် ပြုပြီး စည်းလုံးရေးကို ပျက်ပြားစေသောကြောင့် ဖယ်ရှားပစ်ရမည့် တရားဆိုး၊ စိတ်အညစ်အကြေး ဖြစ်ပါသည်။

“မစ္ဆရိယတရား” ဖယ်ရှားနိုင်လျှင်-

အရာရာကို စွန့်ကြဲမှု၊ စွန့်လွှတ်နိုင်မှု “စာဂ” ဟူသော မွန်မြတ်သော တရား ထွန်းကားလာပြီး မိမိရထားသော အခွင့်အရေး-စသည်ကို အများနှင့် မျှဝေပေးလာနိုင်ပြီး စည်းလုံးညီညွတ်မှုကို ဖြစ်စေ ပါသည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍-

မစ္ဆရိယ-ဟူသော စိတ်အညစ်အကြေးကို စာဂ-တရားဖြင့် ဖယ်ရှားပစ်နိုင်ပြီး၊
မစ္ဆရိယကင်းသူကို သူတော်ကောင်းဟု- တာဝတိံသာနတ်များက သတ်မှတ်ခြင်းဖြစ်သည်။]

ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ

(၆) တကယ့်အဖြစ်မှန်အတိုင်းသာ ဝစီသစ္စာ ခေါ် မှန်သည့်စကားကို ပြောရဲသည့်သူ။

(၇) အမျက်ဒေါသကို ထိန်းသိမ်းဖယ်ရှားနိုင်သောသူ။

[ဒေါသကို အရင်းခံပြီး-

မာတုဃာတက - အမိသတ်မှုကံ၊

ပိတုဃာတက - အဖသတ်မှုကံ၊

အရဟန္တဃာတက - ရဟန္တာသတ်မှုကံ၊

လောဟိတုပ္ပါဒက - ဘုရားရှင်ကို သွေးစိမ်းတည်ရန် လုပ်သောကံဟူသော ကံကြီးများ ထိုက်စေရန် ပြုလုပ်မိကြသည်။

ဒေါသကို ထိန်းချုပ်နိုင်သူ

“မြင်းရထား မောင်းသူသည် မြင်း၏ ဇက်ကို နိုင်အောင် ထိန်းနိုင်သော်လည်း တကယ့် ရထားထိန်း ဟု မခေါ်နိုင်။

မိမိ၏ ဒေါသကို ထိန်းနိုင်မှသာ တကယ့် ရထားထိန်းဟု ခေါ်နိုင်သည်” ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူသည်။

သာဓက ။ ။ “ရဟန်းတော်များ သစ်ပင်မခုတ်ရ” ဟူသော ပညတ်ချက်နှင့် ပတ်သက်၍ ရုက္ခစိုးနတ် တစ်ဦး၏ ဒေါသထိန်းနိုင်ပုံ။ (Level- 3 -နာ-၁၁)]

ဤအရည်အချင်း ၇-ချက်တို့နှင့် ပြည့်စုံသောသူတို့ကို သူတော်ကောင်းဟု တာဝတိံသာနတ်တို့ သတ်မှတ်ကြ၏။

ဃဗ္ဗ ဃဗ္ဗ ဃဗ္ဗ ဃဗ္ဗ

၂။ သူတော်ကောင်းဖြစ်ရန် အားထုတ်နည်း

အရှင်ပုဏ္ဏအား တူရားရှင်ပေးသော ဆုံးမဩဝါဒ (ပုဏ္ဏောဝါဒသုတ်)

- “(၁) မျက်စိက နှစ်သက်စရာ အဆင်းကို မြင်ရသည့်အခါ၊
 - (၂) နားက နှစ်သက်စရာ အသံကို ကြားရသည့်အခါ၊
 - (၃) နှာခေါင်းက နှစ်သက်စရာ အနံ့ကို ရှုရှိုက်ရသည့်အခါ၊
 - (၄) လျှာက နှစ်သက်စရာ အရသာကို စားရသည့်အခါ၊
 - (၅) ကိုယ်က နှစ်သက်စရာ အတွေ့ကို ထိတွေ့ရသည့်အခါ၊
 - (၆) စိတ်က နှစ်သက်စရာ အတွေးကို တွေးကြံရသည့်အခါ -
- လောဘ မဖြစ်အောင် ထိန်းပါ။ လောဘ မဖြစ်ပါစေနှင့်။”

အကြောင်းမှာ-

- (၁) နှစ်သက်စွဲလန်းသည့်(နန္ဒီ) တဏှာရာဂသည်-
ဒုက္ခဖြစ်စေသည့် အကြောင်းရင်း ဖြစ်သောကြောင့်တည်း။ (နန္ဒီ ဒုက္ခဿ မူလံ။)
- (၂) အာရုံများ၌ နှစ်သက်သော(နန္ဒီ) တဏှာရာဂ ဖြစ်လာလျှင်-
ဆင်းရဲဒုက္ခ ဖြစ်တော့မည်မှာ သေချာပြီဖြစ်သည်။ (နန္ဒီသမုဒယာ ဒုက္ခသမုဒယော။)

တွယ်တာမှု(တဏှာ)ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်း အကျိုး

နှစ်သက်ဖွယ် အာရုံခြောက်ပါးအပေါ် တွယ်တာမှု(တဏှာ)ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ပြီးဆိုလျှင်-

- (၁) နန္ဒီဟူသော တဏှာ ချုပ်ငြိမ်းသွားမည်။ (နန္ဒီနိရောဓာ)
- (၂) နန္ဒီဟူသော တဏှာ ချုပ်ငြိမ်းသွားလျှင်-
ဆင်းရဲဒုက္ခများလည်း ချုပ်ငြိမ်းသွားပြီဖြစ်သည်။ (နန္ဒီနိရောဓာ ဒုက္ခနိရောဓော။)

ပုဏ္ဏောဝါဒ(အကျဉ်းချုပ်)

အရှင်ပုဏ္ဏအား မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားခဲ့သော ဩဝါဒ အကျဉ်းချုပ်မှာ-

“(၁) အာရုံခြောက်ပါးနှင့် တွေ့၍ နှစ်သက်စရာ အာရုံများအပေါ်မှာ-

တွယ်တာနှစ်သက်မှု လောဘ မဖြစ်အောင် ထိန်းပါ။

(၂) လောဘ ဖြစ်နေလျှင် - ဆင်းရဲဒုက္ခ ဖြစ်လိမ့်မည်။

(၃) လောဘ ချုပ်ငြိမ်းသွားလျှင် - ဆင်းရဲဒုက္ခလည်း ချုပ်ငြိမ်းသွားလိမ့်မည်။

ဤအတိုင်း ကျင့်ပါ”ဟု ဟောခဲ့သည်။

တဏှာ မဖြစ်စေရန် ဖယ်ရှားနည်း

“နှစ်သက်စရာအာရုံ” ဆိုသည်မှာ- သက်ရှိ၊ သက်မဲ့ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိသည်။

(၁) သက်ရှိ(သတ္တဝါ)များအပေါ် တွယ်တာ၊ ချစ်ခင်စိတ် တဏှာ(လောဘ)ဖြစ်လာလျှင်-

မတင့်တယ်မှု အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းကို အာရုံပြု၍ အသုဘဘာဝနာ ပွားများပြီး တဏှာ(လောဘ)ကို ဖယ်ရှားပါ။

(၂) သက်မဲ့(အရာဝတ္ထု)များအပေါ် တွယ်တာမှု တဏှာဖြစ်လာလျှင်-

အခိုက်အတန့်မျှသာ တည်နိုင်သည်။ မမြဲသော အနိစ္စသဘောကို အာရုံပြု၍ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီး ဖယ်ရှားပစ်ရမည်။

ဤသည်ကား တွယ်တာမှု တဏှာ(လောဘ)ဖြစ်လာလျှင်-

ထိုလောဘဖြစ်ရာ အာရုံကို အခြားအာရုံတစ်ခုနှင့် ပြောင်းလဲ၍ မှန်ကန်သော အတွေး (သမ္မာသင်္ကပ္ပ)ကို အခြေခံပြီး အသိဉာဏ်နှင့် ဖယ်ရှားသောနည်း ဖြစ်သည်။

အရှင်အာနန္ဒ ညွှန်ကြားသော တဏှာ(လောဘ)ဖယ်ရှားနည်း

တစ်ခါသော် အရှင်ဝင်္ဂီသ ရပ်ရွာထဲ ဆွမ်းခံသွားစဉ် နှစ်သက်စရာ မာတုဂါမတစ်ဦးနှင့် တွေ့လာ၍ တဏှာ (လောဘ)ဖြစ်လာသည့်အခါ အရှင်အာနန္ဒအား-

“အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်မှာ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေ လွှမ်းမိုးပြီး စိတ်တွေ ပူလောင်နေပါတယ်ဘုရား၊ ငြိမ်းအေးအောင် ဆုံးမတော်မူပါ”ဟု လျှောက်ထားလေသည်။

အရှင်အာနန္ဒက-

“အေး၊ မင်း အမှတ်သညာလွှဲနေလို့ ဒီလိုဖြစ်တာပါ။ အမှတ်သညာကို ပြောင်းလိုက်ပါ။

- စိတ်ထဲမှာ လှတယ်ဆိုတဲ့ အတွေးကြောင့် ဒီလိုဖြစ်တာ၊ မလှဘူးဆိုတာ ပေါ်အောင် တွေးပါ။
- တင့်တယ်တယ်ထင်လို့ ဒီလိုဖြစ်တာ၊ မတင့်တယ်ဘူးဆိုတာ ပေါ်အောင် တွေးပါ။
- လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရွံစရာတွေ အများကြီး ရှိတယ်။ မတင့်တယ်ဘူးဆိုတဲ့ ရွံစရာတွေကို လိုက်ရှာတွေးပါ။
- ရွံစရာတွေ မတွေးဘဲ၊ နှစ်သက်စရာတွေ တွေးနေရင် တွယ်တာမှု လောဘ ဖြစ်မယ်”ဟု ညွှန်ကြားလေသည်။

ထိုနည်းဖြင့် အမှတ်သညာ ပြောင်း၍ ဖြေဖျောက်လိုက်သည့်အခါ -
ပူလောင်နေသည့် အရှင်ဝင်္ဂီသ၏ တဏှာ ရာဂစိတ်များ ချိုးနှိမ်ပြီးသား ဖြစ်သွားရပါသည်။

လောဘ-စသည့် အကုသိုလ်တရားများကို ဖယ်ရှားနည်း

မိမိသန္တာန်တွင် **လောဘဖြစ်လျှင်-မဖြစ်အောင် ထိန်းဖို့၊ ဒေါသဖြစ်လျှင် မဖြစ်အောင် ထိန်းဖို့ရန်-

- (၁) လောဘဖြစ်နေလျှင် - ဖြစ်နေမှန်း သိရမည်။
ဒေါသဖြစ်နေလျှင် - ဖြစ်နေမှန်း သိရမည်။
- (၂) လောဘ-စသည့် အကုသိုလ်တရားများ၏ သဘာဝများ၊ စိတ်၏အညစ်အကြေးများကို သိလာပြီဆိုလျှင်
၎င်းအကုသိုလ်တရားများ၏ ထွက်ပေါက်ကို ရှာရပါမည်။
- (၃) ဤသို့ ထွက်ပေါက်ကို ရှာပြီး ဖယ်ရှားပစ်ခြင်းသည် တရားကျင့်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။
- (၄) သမ္မာဝါယာမ- မှန်ကန်သော ကြိုးစားအားထုတ်မှု(ဝီရိယ)ဖြင့်-
 - (က) မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်များ မဖြစ်စေရန် ပိတ်ဆို့ရမည်။
 - (ခ) မတော်တဆ ဖြစ်ပေါ်လာသော အကုသိုလ်များ ရှိလာလျှင်- ဖယ်ရှားပစ်ရမည်။
[ဥပမာ-(က) စိတ်မဆိုးသေးလျှင်- စိတ်မဆိုးမိအောင် ထိန်းသိမ်းထားပါ။
(ခ) သတိမေ့ပြီး စိတ်ဆိုးမိခဲ့သော်- ၎င်းဒေါသကို မြန်မြန် ပယ်ဖျောက်ပါ။]

၎င်းအပြင်-

- (ဂ) မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်စိတ်များ ဖြစ်လာစေရန်-
အိပ်ရာမှ နိုးသည်နှင့် ဘုရားဂုဏ်တော်ပွားခြင်း၊ မိသားစုများမှစ၍ အားလုံးသော သတ္တဝါများအား
မေတ္တာပို့သခြင်း။
- (ဃ) ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်တရားများ တိုးပွားစေရန်-
စိတ်ထဲ၌ ဘုရားဂုဏ်တော် ထုံမွမ်းထားသော စိတ်၊ သတ္တဝါအားလုံးအပေါ် ချမ်းသာကြပါစေဟူ
သော မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများသောစိတ်များ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖြစ်နေစေရန် ပွားများ အား
ထုတ်နေရမည်။
[မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများခြင်းဖြင့်- ဒေါသတရားကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်သည်။]

ဤသို့- အကုသိုလ်တရားများကို ဖယ်ရှားနိုင်ရန်၊ ကုသိုလ်တရားများ တိုးပွားစေရန် ကြိုးစားအားထုတ်နေ
ခြင်းသည် သူတော်ကောင်းဖြစ်စေရန် တရားကျင့်နေခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ

၃။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား

“သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထားမှာ-

၁ ကိုယ်ကျင့်တရားကို တန်ဖိုးထားခြင်း ဖြစ်သည်။

ကိုယ်ကျင့်တရားကို မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်မှ မစွန့်လွှတ်ဘဲ အသက်ကို စွန့်ရစေကာမူ ကိုယ်ကျင့်တရားကို မထိခိုက်၊ မပျက်ပြားစေခြင်းသည် သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထားပင် ဖြစ်သည်။

“ပါဏံ စန္ဒြိ သန္တော နာပိ ဓမ္မံ”

သန္တော - သူတော်ကောင်းတို့သည်၊

ပါဏံ - မိမိ၏ အသက်ကို၊

စန္ဒြိ - စွန့်ကြသည်။

ဓမ္မံ - ကိုယ်ကျင့်တရားကိုမူ၊

န စန္ဒြိ - မစွန့်ကြပေ။

(၁) စဇေ ဓနံ အင်္ဂဝရဿ ဟေတု၊

ကိုယ်လက်အင်္ဂါနှင့် ပစ္စည်းဥစ္စာ ရွေးချယ်ရမည်ဆိုလျှင်-
ကိုယ်လက်အင်္ဂါအတွက်နှင့် → ပစ္စည်းဥစ္စာကို စွန့်သည်။

(၂) အင်္ဂံ စဇေ ဒီပိတံ ရက္ခမာနေ၊

အသက်နှင့် ကိုယ်အင်္ဂါ ရွေးချယ်ရမည်ဆိုလျှင်-
အသက်ရှင်ရန်အတွက် → ကိုယ်အင်္ဂါကို စွန့်သည်။

(၃) အင်္ဂံ ဓနံ ဒီပိဉ္ဇာပိ သဗ္ဗံ၊

စဇေ နရော ဓမ္မံ မနုဿရန္တော။

ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါ၊ အသက်နှင့် ကိုယ်ကျင့်တရား ရွေးချယ်ရလျှင်-
ပစ္စည်းဥစ္စာ ကုန်ချင် ကုန်ပါစေ၊ ကိုယ်အင်္ဂါ ပျက်စီးချင် ပျက်စီးပါစေ၊ အသက်သေလျှင် သေပါစေ၊
ကိုယ်ကျင့်တရားကိုမူ အဆုံးရှုံး၊ အပျက်မခံကြပါ။

ဤသို့ဖြင့်-

“သူတော်ကောင်းတို့သည် ကိုယ်ကျင့်တရားကိုသာ တန်ဖိုးထားကြပြီး အသက်ထက်ပင် မြတ်နိုးကြသည်၊ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ကြပါသည်။”

(၁) ဘူရိဒတ္တနဂါးမင်းကြီး၏ သူတော်ကောင်း စိတ်နေသဘောထား

ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားအလောင်းတော် “ဘူရိဒတ္တ” နဂါးမင်းကြီးသည် လူ့ပြည်သို့ လာရောက်ပြီး တောင်ပို့ပေါ်၌ ခွေလျက် ဥပုသ်သီလ ဆောက်တည်ကာ- “ငါ့အသက်ကို လာသတ်ချင် သတ်ပါစေ၊ ကိုယ်ကျင့်သီလတရားကို လုံးဝ မပျက်စေရဘူး” ဟု အဓိဋ္ဌာန်၍ ဥပုသ်သီလကို အသက်တိုင် စွန့်လွှတ် စောင့်ထိန်းသည့် “သီလပရမတ္ထပါရမီ” ကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူပါသည်။

အလမ္ဗာယ်သမားများက တွေ့၍ အလမ္ဗာယ်ပြုဖို့ရန် မန္တန်ရွတ်၊ အားပျော့စေရန် ဆေးများ ဖြန်းပြီး ရိုက်နှက် ဖမ်းဆီး ခေါ်သွားကြလေသည်။ ထိုအခါ အလောင်းတော်နဂါးမင်းကြီးသည် စိတ်ဆိုးပြီး ကြည့်လိုက်မိပါက နဂါးတို့၏ တန်ခိုးကြောင့် ဖမ်းဆီးသူများ ပြာကျသွားလျှင် သီလ ပျက်သွားမည် စိုးရိမ်၍ မျက်စိကို စုံမှိတ်ပြီး နှိပ်စက်သမျှ သည်းခံတော်မူခဲ့လေသည်။

ဤသို့- သူတော်ကောင်းတို့သည်- “ကိုယ်ကျင့်သီလတရားကို အသက်ထက် မြတ်နိုးပြီး ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက် တန်ဖိုးထားကြသည်။”

သာဓက။ ။ “စမရ” သားကောင်နှင့် “စာမရီ” အမြီးဆံ

တိဗက်နွား-ဟု ဆိုကြသော “စမရ” သားကောင်သည် ၎င်း၏ အမြီးဆံ “စာမရီ” ကို အလွန် တန်ဖိုးထားသည်။ ဆူးခက်၊ ခြံများနှင့် ငြိနေလျှင် အမြီးဆံ ကျွတ်ကျန်ခဲ့မည်ကို စိုးသည့် အတွက် မရုန်းဘဲ အသေခံလေသည်။

“စမရ” သားကောင်သည် “စာမရီ” အမြီးဆံအတွက် အသက်ကို စွန့် အသေခံသလို၊ သူတော်ကောင်းတို့သည်လည်း ကိုယ်ကျင့်တရားကို မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားပြီး ကိုယ်ကျင့်တရား အတွက် အသက်အသေခံရဲသော စိတ်နေသဘောထား ရှိကြလေသည်။



သာမန်လူအများကမူ -

တန်ဖိုးရှိသောအရာ (ကိုယ်ကျင့်တရား) ကို တန်ဖိုးမရှိသောအရာများ(ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါ၊ အသက်) တို့နှင့် လဲလှဲရရှိကြသည်။ နှစ်ခုယှဉ်၍ ရွေးစရာ ပေါ်လာလျှင် လွယ်လွယ်ကူကူနှင့် ကိုယ်ကျင့် တရားကို စွန့်လွှတ်၍ ကျန်သည့်အရာများကို ရွေးချယ်ကြသည်။

[ဥပမာ- ဥပုသ်သီလ ဆောက်တည်ပြီး ဗိုက်ဆာ၍ ဥပုသ်ချပြီး အစာစားကာ

“ဥပုသ်သီလနှင့် အစာ” လဲလှယ်ကြ၏။]

- (၁) အတ္တ ဟေတု - မိမိအတွက်ကြောင့်လည်း ကိုယ်ကျင့်တရားကို စွန့်လွှတ်ကြ သည်။
- (၂) ပရ ဟေတု - သူတစ်ပါးအတွက်ကြောင့်လည်း ကိုယ်ကျင့်တရားကို စွန့်လွှတ်ကြသည်။

(၃) အာမိသ ကိစ္စိက္ခ ဟေတု - လာဘ်လာဘ အနည်းငယ်ကို အကြောင်းပြု၍လည်း ကိုယ်ကျင့်တရားကို စွန့်လွှတ်ကြ၏။

ဤသို့ဖြင့်- သာမန်လူတို့၏ စိတ်နေသဘောထားနှင့် သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထားတို့ အလွန် ကွာခြားကြလေသည်။



၂ သူတော်ကောင်းတို့သည်-

မိမိသန္တာန်၌ မကောင်းသော အတွေး၊ အပြော၊ အလုပ်များ မဖြစ်စေရန် အရာရာကို အကောင်းဘက် ကသာ ရှုမြင်တတ်ကြ၏။

အကောင်းဘက်ကသာ ဆင်ခြင်တွေးတောပြီး မကောင်းသော လောဘ၊ ဒေါသ အကုသိုလ်စိတ်များ မဖြစ်စေရန် မိမိစိတ်ကို ထိန်းနိုင်ကြသည်။

သာဓက။

အကောင်းဘက်ကသာ တွေးတတ်၊ ပြောတတ်သော မီးရထားမောင်းသမားလေး၏ ခြေတစ်ဖက် ဖြတ် ရမည့် အခြေအနေ၌ပင် စိတ်ဆင်းရဲမှု ဒေါသမဖြစ်စေဘဲ အကောင်းမြင်နိုင်ပုံ။ (ပြဋ္ဌာန်းစာအုပ်၊ နှာ-၁၈)

(၂) မတ္တရာဆရာတော်ကြီး၏ သူတော်ကောင်း စိတ်နေသဘောထား

မင်းတုန်းမင်းကြီးလက်ထက်က မတ္တရာဆရာတော်ကြီးသည်- အရာရာမှာ အကောင်းဘက်က တွေးပြီး သည်းခံလေ့ရှိသည်။ သည်းခံသည့်နေရာ၊ အကောင်းမြင်သည့်နေရာမှာ နာမည်ကြီး၍ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးချိန်တွင် စမ်းသပ်ကြ၏။

- (၁) “ဆွမ်းပျော့နေလျှင် - ဒီနေ့ဆွမ်းက ဝါးရတာ သက်သာတယ်၊
- (၂) ဆွမ်းမာနေလျှင် - မာမာတောင့်တောင့်လေး စားရတာပေါ့၊
- (၃) ဆားငန်နေလျှင် - ဆားငန်ငန်လေးနဲ့ဆိုတော့ အစာပိုကြေတာပေါ့။
- (၄) ဆားမပါဘဲ ချက်ကပ်လျှင် - ဒီနေ့ ရေငတ်သက်သာတာပေါ့”ဟု

အကောင်းဘက်က တွေးပြီးတော့သာ အလိုမကျခြင်း၊ မကျေနပ်ခြင်းတို့ မဖြစ်စေရန် မိမိစိတ်ကို မိမိထိန်းထားနိုင်ခြင်းသည် သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေစိတ်ထားတစ်ခုဖြစ်သည်။

ဆရာတော်ကြီး၏ အကောင်းမြင် စိတ်ထားမျိုးထားနိုင်လျှင်- အရာရာကို အလိုမကျသဖြင့် အမျက်ဒေါသထွက်ခြင်း၊ ခိုက်ရန်ဖြစ်ခြင်း၊ ပြဿနာတက်ခြင်းများ မကြုံတွေ့ကြဘဲ စိတ်သန္တာန် ငြိမ်သက် အေးချမ်းမှုများ ရရှိနိုင်သည်။



(၃) အရှင်ပုဏ္ဏ၏ သူတော်ကောင်း စိတ်နေသဘောထား

မြတ်စွာဘုရား၏ ဩဝါဒအတိုင်း ကျင့်သုံးနိုင်စေရန် သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထားမျိုး ထားရှိနိုင်ဖို့ အလွန် လိုအပ်သည်။ စိတ်နေစိတ်ထား မပြည့်ဝလျှင် အောင်မြင်စွာ ကျင့်သုံးနိုင်မည် မဟုတ်ချေ။

သို့ဖြစ်သောကြောင့်- မြတ်စွာဘုရားက အရှင်ပုဏ္ဏကို စိတ်နေစိတ်ထား ပြည့်ဝမှု ရှိ-မရှိ စစ်ဆေးတော်မူသည်။

ဘုရားရှင် ။ ။ “ငါဆုံးမလိုက်တဲ့ ဩဝါဒကို နာခံပြီးတော့ မင်း ဘယ်သွားနေမှာတုန်း” ။

ရှင်ပုဏ္ဏ ။ ။ “တပည့်တော်-သုနာပရန္တဆိုသော အရပ်ဒေသကို သွားနေပါ့မယ်ဘုရား” ။

ဘုရားရှင် ။ ။ “ပုဏ္ဏ-သုနာပရန္တအရပ်က လူကြမ်း၊ လူဆိုးတွေ များတယ်၊ မင်းကို အဲဒီ လူတွေက ဝိုင်းဆဲရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။”

ရှင်ပုဏ္ဏ ။ ။ “ဒီလူတွေက လူတော်လူကောင်းတွေပဲ ဆဲရုံပဲ ဆဲတာ၊ ခဲနဲ့မှ မထုသေးတာလို့ နှလုံးသွင်းပါ့မယ်ဘုရား။

ဘုရားရှင် ။ ။ ဒါဖြင့် ခဲနှင့် ထုလျှင်ရော၊ ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။

ရှင်ပုဏ္ဏ ။ ။ “ဒီလူတွေက လူကောင်းတွေပဲ၊ ခဲနဲ့ပဲ ထုကြတယ်၊ လက်နဲ့မှ မရိုက်သေးတာလို့ နှလုံးသွင်းပါ့မယ်ဘုရား”

ဘုရားရှင် ။ ။ “လက်နဲ့ရိုက်ပြီဆိုရင်ရော၊ ဘယ်လို နှလုံးသွင်းမှာလဲ။”

ရှင်ပုဏ္ဏ ။ ။ “လက်နဲ့သာ ရိုက်ရှာတယ်၊ တုတ်နဲ့မှ မရိုက်သေးတာလို့ နှလုံးသွင်းပါ့မယ်ဘုရား။”

ဘုရားရှင် ။ ။ “တုတ်နဲ့ရိုက်ပြီဆိုရင်ရော”

ရှင်ပုဏ္ဏ ။ ။ “ဒီလူတွေ လူကောင်းတွေပဲ၊ တုတ်နဲ့သာ ရိုက်တာ၊ ဓားနဲ့မှ မခုတ်သေးတာလို့ နှလုံးသွင်းပါ့မယ်ဘုရား”

ဘုရားရှင် ။ ။ “ကဲ ဒါဖြင့် ဓားနဲ့ ခုတ်ပြီဆိုရင်ရော”

ရှင်ပုဏ္ဏ ။ ။ “ဪ ဓားနဲ့သာ ခုတ်တာ၊ အသေမှ မသတ်သေးတာပဲ၊ ဒီလူတွေက လူကောင်းတွေပဲလို့ နှလုံးသွင်းပါ့မယ်ဘုရား”

ဘုရားရှင် ။ ။ “မင်းကို အသေသတ်ပြီဆိုရင်ရော မင်း ဘယ်လို နှလုံးသွင်းမလဲ။”

ရှင်ပုဏ္ဏ ။ ။ “အရှင်ဘုရား၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တပည့်သား တချို့ဟာ တရားကျင့်ရင်း ခန္ဓာကိုယ်ကြီး တာဝန်က တောင်ကြီးထမ်းထားရသလို အင်မတန် လေးလံ လှတယ်လို့ အပြစ်မြင်ကြပါတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်ရင့်သန်ပြီး ခန္ဓာဝန်ကြီးကို ငြီးငွေ့လာကာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေသွားကြပါတယ်ဘုရား။

အဲဒီလို ကိုယ့်ဟာကိုယ်တောင် ဘဝတစ်ခုကို အဆုံးသတ်ကြသေးတာ၊ တပည့်တော်ကို သူတို့က လာပြီး ဘဝကို အဆုံးသတ်ပေးတယ်ဆိုတော့ တပည့်တော်က ကျေးဇူးတင်ရဦးမှာပါဘုရား”

ဘုရားရှင် ။ ။ “အေး-ပုဏ္ဏ၊ မင်း ဒီလို စိတ်သဘောမျိုးနဲ့ဆိုရင် သုနာပရန္တမှာ နေလို့ရပြီ”

ဤသည်မှာ အရှင်ပုဏ္ဏ၏ ပြည့်ဝသော သူတော်ကောင်းစိတ်ထားပင်ဖြစ်သည်။ သူတော်ကောင်းတို့ စိတ်နေစိတ်ထားဟူသည်- အရာရာကို မှန်ကန်သော အတွေးဖြင့် အကောင်းမြင် သည်းခံပြီး မည်သည့် အခက်အခဲနှင့် တွေ့တွေ့ ကိုယ်ကျင့်တရားကို မစွန့်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ထိုစိတ်နေစိတ်ထားအတိုင်း ကျင့်သုံး မည်ဆိုပါက မည်သည့် ပြဿနာမှ မတက်ဘဲ ထာဝရငြိမ်းချမ်းသော စိတ်နေစိတ်ထားတစ်ခုကို ရရှိပိုင်ဆိုင် မျက်မှောက်ပြုနိုင်မည် ဖြစ်သည်။ အရှင်ပုဏ္ဏ၌ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေစိတ်ထား ပြည့်ဝသောကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက သုနာပရန္တမှာ နေလို့ ရပြီဟု ပြောခြင်းဖြစ်သည်။

အရှင်ပုဏ္ဏသည် သုနာပရန္တသို့ သွားရောက်ပြီးနောက် မိမိကိုယ်တိုင်လည်း ဘုရားရှင်ဩဝါဒအတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်ကြံ၊ လူအများကိုလည်း တရားဟောပြ ဆုံးမသွန်သင်မှုကြောင့် ဝါတွင်း(၃)လမှာပင် အမျိုးသား(၅၀၀)၊ အမျိုးသမီး(၅၀၀) ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် သရဏဂုံတည်သွားလေသည်။ အရှင်ပုဏ္ဏ ကိုယ်တိုင်လည်း ရဟန္တာသို့ ရောက်ရှိသွားကာ ထိုသုနာပရန္တအရပ်၌ပင် ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံတော်မူလေသည်။



သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထားများ

ဃာဗ ဃာဗ ဃာဗ ဃာဗ

- ၁။ ကိုယ်ကျင့်တရားကို မည်သည့်အကြောင်းနှင့်မျှ မစွန့်လွှတ်၊ အသက်ကို စွန့်လွှတ်ရစေကာမူ ကိုယ်ကျင့်တရားကို တန်ဖိုးထားပြီး အသက်ထက် မြတ်နိုး၊ ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ကြသည်။
[အလောင်းတော် ဘူရိဒတ္တ နဂါးမင်း၊ “စမရ” သားကောင်]
- ၂။ မိမိသန္တာန်၌ မကောင်းသော စိတ်ဓာတ် မဖြစ်ပေါ်စေရန်၊ မကောင်းသော အလုပ် မလုပ်မိစေရန်- အရာရာကို အကောင်းဘက်မှ တွေးပြီး သည်းခံလေ့ရှိသည်။
[မတ္တရာဆရာတော်၊ အရှင်ပုဏ္ဏ]

