

သုတဓမ္မဒီပလိုမာ Level (1) အတွက် မေးခွန်းနှင့်အဖြေများ

မေတ္တသုတ် အနှစ်ချုပ်

၁။ မည်သည့် ကာကွယ်နည်းစနစ်များသုံး၍ ပရိတ်တရားတော်များကို ဟောထားပါသနည်း။

မေတ္တာကိုအသုံးပြု၍ အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်သော နည်းစနစ် နှင့် သစ္စာကို အသုံးပြု၍ အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်သော နည်းစနစ်တို့ဖြင့် ပရိတ်တရားတော်များကို ဟောထားပါသည်။

၂။ ကာယကံမေတ္တာ၊ ဝစီကံမေတ္တာ၊ မနောကံမေတ္တာ (၃)မျိုးကို ရှင်းပြပါ။

ကာယကံမေတ္တာ- ဆိုသည်မှာ လမ်းပေါ်သွားလာနေသူတို့ ဒုက္ခမရောက်စေရန် လမ်းပေါ် ရှိ အမှိုက်ဆူးငြောင့် ခလုတ်များကို ဖယ်ရှားပေးခြင်း၊ အများသွားလာရာနေရာ ကျောင်းကန်တို့၌ အမှိုက်လှည်းပေးခြင်း၊ စသည်တို့ဖြင့် (၁)အများဒုက္ခမရောက်စေရန်၊ (၂)အများချမ်းသာရစေရန်အတွက် ကိုယ်အမှုဖြင့်ပြုလုပ်သော မေတ္တာမျိုးဖြစ်သည်။

ဝစီကံမေတ္တာ- ဆိုသည်မှာ သတ္တဝါတွေကျန်းမာချမ်းသာပါစေ ဟု နှုတ်မှရွတ်ဆိုခြင်း၊ တဦးနှင့်တစ်ဦး စကားပြောဆိုရာမေတ္တာစိတ်ထားဖြင့် ကောင်းသောစကားကို ပြောခြင်း၊ အကြံကောင်း ဉာဏ်ကောင်းများပေးခြင်း စသည်ဖြင့် နှုတ်မှရွတ်ဆိုပြောဆိုသော မေတ္တာမျိုး ဖြစ်သည်။

မနောကံမေတ္တာ- ဆိုသည်မှာ စိတ်ဖြင့် မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများအားထုတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

၃။ မေတ္တသုတ်သည် အန္တရာယ်ကင်းအောင် ရွတ်ရနာရမည့် တရားသက်သက်လား။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

စကားကို ကိုးကား၍ ရှင်းပြခဲ့ပါ။

မေတ္တသုတ်သည် အန္တရာယ်ကင်းအောင် ရွတ်ရ နာရမည့် တရားသက်သက်မဟုတ်ပါ။ ပွားများရမည့် တရားဖြစ်ပါသည်။ မေတ္တာပွားခြင်းသည် သမထကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ပါဝင်သည်။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ကြီးက “တို့လူတွေက သောက်ဆေးကို လိမ်းဆေးလုပ်နေကြတယ်” ဟု ပြောခဲ့ခြင်းမှာ (ပွားရမည့် တရားကို ရွတ်ရုံ နာယူရုံ) လုပ်နေသူများကို ပြောခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ သောက်ရမည့်ဆေးကို လိမ်းဆေးလုပ်နေလျှင် အကျိုးသက်ရောက်မှု အားနည်းမည်။ သောက်ဆေးသောက်မှသာ အကျိုးများမည်။ ထို့အတူ မေတ္တသုတ်ကိုရွတ်နေ နာနေရုံသက်သက် မဟုတ်ဘဲ အကျိုးများစေရန် မေတ္တာကိုပွားများကြရပါမည်။

၄။ မေတ္တာပွားခြင်း အကျိုးများ (၁၁ မျိုး) ကို စုံလင်ပြည့်စုံအောင် ဖော်ပြခဲ့ပါ။

မေတ္တာပွားခြင်း အကျိုးများ (၁၁ မျိုး) မှာ -

- (၁) ချမ်းသာစွာ အိပ်စက်ရ၏။
- (၂) ချမ်းသာစွာ နိုးထရ၏။

- (၃) အိပ်မက်ဆိုးများ မမြင်မက်။
- (၄) နတ်များက စောင့်ရှောက်ကြ၏။
- (၅) လူအများက ချစ်ခင်၏။
- (၆) နတ်များကလည်း ချစ်ခင်၏။
- (၇) လက်နက် အဆိပ် စသည့် အန္တရာယ်များကင်း၏။
- (၈) မျက်နှာ ကြည်လင်ရွှင်ပျ၏။
- (၉) စိတ်တည်ကြည်၏။
- (၁၀) မတွေ့မဝေဘဲ သေဆုံးရ၏။
- (၁၁) သေလျင်လည်း ဗြဟ္မာဖြစ်နိုင်၏ - ဟု ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

၅။ အတ္တကုသလ - အကျိုးစီးပွားလိမ္မာကျမ်းကျင်မှု ရှိသူနှင့်မရှိသူကို ခွဲခြားပြီး နိတိဆရာများပြောသော ဥပမာ ၂ ခုနှင့် ရှင်းပြပါ။

နိတိကျမ်းဆရာများပြောသော ဥပမာ (၂) ခုမှာ

- (က) အတ္တကုသလ ကိုယ်ကျိုးစီးပွား လိမ္မာကျမ်းကျင်မှုရှိသူသည် တံတိုင်းစီသောသူကဲ့သို့ တဖြည်းဖြည်း မြင့်တက်လာသည်။ အုတ်တွေမြင့်လာလေ လူလည်း မြင့်တက်လာလေဖြစ်၏။
- (ခ) ကိုယ်ကျိုးစီးပွား လိမ္မာကျမ်းကျင်မှု မရှိသူသည် တွင်းတူးသောသူနှင့်တူ၏။ တဖြည်းဖြည်းနိမ့်ကျသွားသည်။ တွင်းနက်လေ လူလည်းအောက်ရောက်သွားလေ ဖြစ်၏ ဟု ရှင်းပြအပ်ပါသည်။

၆။ မေတ္တာဘာဝနာပွားများသူတို့ လိုအပ်သော အရည်အချင်းများ (၁၅ မျိုး) ကို အကျဉ်းမျှ ဖော်ပြခဲ့ပါ။

မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများ သူတို့ လိုအပ်သော အရည်အချင်းများ အကျဉ်းမှာ -

- (၁) သက္ကော - စွမ်းနိုင်သူဖြစ်ရမည်။
- (၂) ဥဇ္ဇ - ဖြောင့်မတ်သူဖြစ်ရမည်။
- (၃) သုဥဇ္ဇ - အလွန်ဖြောင့်မတ်ရမည်။
- (၄) သုဝေ - ပြောဆို ဆုံးမလွယ်သူ ဖြစ်ရမည်။
- (၅) မုဒု - နူးညံ့ သိမ်မွေ့ ယဉ်ကျေးရမည်။

- (၆) **အနတိမာနီ** - လွန်ကဲသောမာန်မာန မရှိရ။
- (၇) **သန္တုဿက** - ရှိတာနှင့် ကျေနပ်ရောင့်ရဲမှုရှိရမည်။ ဇီဇာမကြောင်ရ။
- (၈) **သုဘရ** - မွေးမြူ လွယ်ရမည်။
- (၉) **အပ္ပကိစ္စ** - အပိုကိစ္စ နည်းပါးရမည်။
- (၁၀) **သလ္လဟုကဝုတ္တိ** - ပေါ့ပါးသော အသက်မွေးမှုရှိရမည်။
- (၁၁) **သန္တိန္ဒြိယ** - ဣန္ဒြေငြိမ်သက်ရမည်။
- (၁၂) **နိပက** - အသိပညာရင့်ကျက်လာအောင် ကြိုးစားရမည်။
- (၁၃) **အပ္ပဂစ္ဆ** - ကိုယ် နှုတ် နှလုံး ကြမ်းတမ်းခြင်းမရှိရ။
- (၁၄) **ကုလေသ္မ နနဂိဒ္ဓေါ** - ဒါယကာတို့၌ တပ်မက်မှု ကင်းရမည်။ (ဒကာစွဲ၊ ဆရာစွဲ၊ လူမျိုးစွဲ ကင်းရမည်။)
- (၁၅) **နစ ဒုဒ္ဒ မာစရေ ကိဗ္ဗိ၊ ယေန ဝိညူ ပရေ ဥပဝဒေယျူ** - ပညာရှိတို့ ကဲ့ရဲ့စွပ်စွဲနိုင်မည့် ဒုစရိုက်မှုကို စိုးစဉ်းအနည်းငယ်မျှလည်း မပြုမကျင့်ရာ ဟု ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

(၇) အကုသိုလ်တရားဖြစ်သော မာနတို့တွင် မထားသင့်သောမာနနှင့် ထားသင့်သောမာနတို့ကို ဥပမာပေး၍ ရှင်းပြပါ။

မောက်မာလွန်းသောမာန (အတိမာန) ဖြစ်သည့် လူကြီးများကို အရိုအသေမပေးနိုင်၊ ငါသာ အသာဆုံး ဟု အထင်ရောက်သည့် စီးပွား၊ ပညာ၊ အလှ၊ ဂုဏ်သတင်း စသည့်တို့နှင့်ပတ်သက်ပြီး မောက်မာသောမာနကို မထားသင့်ပါ။

ထားသင့်သောမာနမှာ ပညာရေးနှင့်ပတ်သက်ပြီး သူတောင်တတ်သေးတာပဲ၊ ငါလည်း တတ်အောင် လုပ်ရမည်။ စီးပွားရေးနှင့်ပတ်သက်၍ သူတောင်အောင်မြင်ကြီးပွားသေးတာပဲ၊ ငါလည်းကြီးပွားရမည်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာနှင့်ပတ်သက်ပြီး သူတောင်ပေါက်မြောက်နိုင်သေးတာပဲ၊ ငါလည်း ပေါက်မြောက်ရမည်။ သူတို့တောင် ရဟန္တာ ဖြစ်သေးတာပဲ၊ ငါလည်း ဖြစ်ရမည်ဟုဆိုသည့် မာနမျိုး ထားသင့်၏။

ဥပမာ- ဘုရားလောင်းသုမေဓာရသေ့သည် ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားထံ တပည့်ခံကျင့်လျှင် ရဟန္တာဖြစ်ပေမည်။ သို့သော် ငါလို စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိတဲ့သူ က ငါတစ်ယောက်ထည်း ကိုယ်လွတ်မရုန်း။ ငါကိုယ်တိုင်ဘုရားဖြစ်ပြီး သတ္တဝါတွေကို ကယ်တင်မည်ဆိုသော မာနကြောင့် ဘုရားဖြစ်ခဲ့၏။ ထိုသို့သော မာနမျိုးကား ထားသင့်ပေသည်။

၈။ သန္တုဿက ကျေနပ်ရောင့်ရဲခြင်း၏ သဘောအမှန်ကို အယူမလွဲအောင် ရှင်းပြခဲ့ပါ။

“**သန္တုဿက**” ဟူသည် မိမိရှိတာနှင့် ကျေနပ်ခြင်း၊ ရောင့်ရဲနိုင်ခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ ရောင့်ရဲခြင်း ဆိုသည်မှာ- “တိုးတက်အောင်မလုပ်ရဟု မဆိုလို၊ ဇီဇာမကြောင်ရ” ဟုသာ ဆိုလိုခြင်းဖြစ်သည်။

ဥပမာအားဖြင့် အစားအသောက် ဇီဝကြောင့်သောသူသည် အချို့ကြိုက်မလားဟု ချက်ပေးသော်လည်း

အချဉ်စားချင်၊ အချဉ်ချက်ပေးသည့်အခါ အခါးစားချင်ပြန်ကာ မိမိရှိတာ၊ ရတာနှင့် မရောင့်ရဲနိုင်၊ မကျေ နပ်နိုင်။ ထို့အတူ - ပစ္စည်းဥစ္စာ၌လည်း မိမိရှိတာနှင့်မကျေနပ်သောအခါ သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို လိုချင်လာတတ် ပါသည်။ ဤသို့ဖြစ်လျှင် အလွန်အန္တရာယ်ကြီးလှသောကြောင့် ကိုယ့်ရှိတာနှင့် ကျေနပ်ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။

၉။ ပညာကို မည်သို့ နည်းဖြင့် ရနိုင်ပါသနည်း။ ပညာ (၃)မျိုးကို ရှင်းပြပါ။

ပညာကို (၁) တရားနာခြင်း (၂) တရားဓမ္မကိုဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း (၃) လက်တွေ့ကျင့်သုံးခြင်းဘာဝနာဖြင့် ရနိုင် ပါသည်။ ပညာ (၃)မျိုးမှာ -

- (၁) **သုတမယ ပညာ** - တရားနာခြင်း၊ စာအုပ်စာပေများ ဖတ်ခြင်းမှ ရရှိသော ပညာ၊
- (၂) **စိန္တမယ ပညာ** - သူတစ်ပါးဆီက မဟုတ်ဘဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် စဉ်းစား၍ရသော ပညာ၊
- (၃) **ဘာဝနာမယ ပညာ** - ကြားနာပြီး လက်တွေ့ကျင့်သုံး ပွားများခြင်းဖြင့် ရသောပညာတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၀။ မေတ္တသုတ်၌ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့ စွပ်စွဲဖွယ်ရာဖြစ်သော မှားယွင်းသောလုပ်ရပ်များကို ရှောင်ပါ။ မလုပ်ပါ နှင့်ဟု အဘယ်ကြောင့် ဟောခဲ့သနည်း။

မေတ္တသုတ်၌ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့ စွပ်စွဲဖွယ်ရာဖြစ်သော မှားယွင်းသောလုပ်ရပ်များကို ရှောင်ပါ။ မလုပ် ပါနှင့် ဟုဟောရခြင်းမှာ အပြစ်တင်ဖွယ် အသေးအဖွဲလေးကအစ မလုပ်ရ၊ အမှုမဲ့အမှတ်မဲ့ နေလျှင် အများက ကိုယ့်အပေါ် မေတ္တာမသက်ရောက်၊ ကိုယ်တိုင်ကလည်း အများအပေါ် မေတ္တာရောက်မည် မဟုတ်ပါ။ မေတ္တာ ဆိုသည် သူ့မေတ္တာ ကိုယ့်မေတ္တာ အပြန်အလှန်ရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

၁၁။ ကြောက်တတ် (တသာ)၊ မကြောက်တတ် (ထာဝရ) ၂ ရပ်များစွာသတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေဟု မေတ္တာပို့ ရာ၌ တသာ နှင့် ထာဝရ အဓိပ္ပာယ်အမှန်ကို မှားယွင်းသော ဘာသာပြန်ချက်နှင့်တကွ ရှင်းပြခဲ့ပါ။

တသာ ဆိုသည်မှာ အာသဝေါမကင်းသေးသော ပုထုဇဉ် နှင့် သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်၊ ကြောက်တတ်လန့်တတ်သော၊ ဒေါသမကင်းသေးသော ပုထုဇဉ်နှင့် သောတာပန်၊ သကဒါဂမ် နှင့် အနာဂါမ် ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ရည်ညွှန်းသည်။

ထာဝရဆိုသည်မှာ အာသဝေါကင်းပြီးသော အသေက္ခ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၊ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့မှု ဒေါသကင်း သွားသော အနာဂါမ်နှင့် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ကို ဆိုလိုသည်။

မှားယွင်းသောဘာသာပြန်ချက်မှာ တသာ ကို သက်ရှိသတ္တဝါဟုဆိုပြီး ထာဝရကို သက်မဲ့များဟုဆိုသည်။

၁၂။ မြတ်စွာဘုရားသည် မေတ္တာ၏သဘောသဘာဝကို လူ့အများနားလည်အောင် မည်သို့ဥပမာဆောင် ဟောခဲ့သနည်း။

မြတ်စွာဘုရားသည် မေတ္တာ၏သဘောသဘာဝကို လူ့အများနားလည်အောင် ဥပမာဆောင် ဟောခဲ့ပုံမှာ သား သမီး တစ်ယောက်တည်း ထွန်းကားသော မိခင်သည် ထိုသားသမီးကို အသက်ပေးပြီး စောင့်ရှောက်သလို မိမိ သေ လျှင်သေပါစေ၊ ငါ့သားသမီးမသေစေချင်တဲ့ စိတ်ဓာတ်မျိုးကဲ့သို့ ကြီးမားသောမိခင်မေတ္တာကဲ့သို့ သတ္တဝါများ အပေါ် မေတ္တာထားနိုင်ရန် ကြိုးစားပါဟု ဟောခဲ့ပါသည်။

၁၃။ လောကမှာ လူတိုင်း ဘေးကင်း ရန်ကင်းချင်ကြသည်။ အပြင်ကလာသောရန်ထက် မည်သည့်ရန်က ပို ကြောက် စရာ ကောင်းသနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

လောကမှာ လူတိုင်း ဘေးကင်း ရန်ကင်းချင်ကြသည်။ အပြင်ကလာသည့်ရန်ထက် မိမိရင်ထဲနှလုံးသားထဲမှာ ရှိသော အမုန်းတရားဆိုသည့် ဒေါသရန်သည် ပို၍ကြောက်စရာကောင်းပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အပြင်မှ လာသောရန်က ကိုယ့်ဆီရောက်ချင်မှ ရောက်မည်။ အကယ်၍ ကိုယ့်ဆီရောက်၍ အန္တရာယ်ပေးလျှင် တစ်ဘဝသာ ပေးနိုင်သည်။ အတွင်းထဲက အမုန်းဒေါသရန်က ချစ်ခင်သူချင်း ကွဲအောင်လုပ်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

၁၄။ မေတ္တာဘာဝနာကို မည်သည့် အချိန်များ၌ အားထုတ်နိုင်သနည်း။

မေတ္တာဘာဝနာကို မတ်တတ်ရပ်တုန်း၊ လမ်းလျှောက်နေတုန်း၊ ထိုင်နေစဉ်၊ လှဲလျောင်းစဉ် **အိပ်ချင်စိတ် မရှိ သေးခင်** "လျောင်း၊ ထိုင်၊ ရပ်၊ သွား လေးပါး ဣရိယာ" ဘယ်ခါဖြစ်ဖြစ် ပွားနိုင်ပါသည်။

၁၅။ မေတ္တာကို ဈာန်ရအောင် မည်သို့ပွားရမည်နည်း။

မေတ္တာဘာဝနာကို ဈာန်ရအောင်ပွားရန်မှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်းကို အာရုံစိုက်ပြီး ပွားရမည်။ ကျား ကျား ချင်း၊ မ မချင်း၊ လိင်တူမိတ်ဆွေ၏ဓာတ်ပုံဖြစ်စေ၊ မျက်နှာကို စိတ်ထဲပုံဖော်၍ဖြစ်စေ သူချမ်းသာပါစေ ဆိုသောစိတ်ကို ၁-နာရီဖြစ်အောင်၊ ၂-နာရီဖြစ်အောင်၊ ၃-နာရီဖြစ်အောင် ပွားရမည်။ ထိုမှ သမာဓိရမည်၊ ဈာန်ရမည် ဖြစ်သည်။

၁၆။ မေတ္တာကိုအခြေခံပြီး ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကိုမကူးခင် မည်သည့်ဒိဋ္ဌိကို အဘယ်ကြောင့် အရင်ပယ်ရှားရမည်နည်း။

မေတ္တာကိုအခြေခံပြီး ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကို မကူးခင် **သတ္တဒိဋ္ဌိ**ကို အရင်ပယ်ခွာရမည်။ မေတ္တာဘာဝနာသည် သတ္တဝါအပေါ်တွင် ပွားခြင်းဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်မှာ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါရှိတယ်ဟုယူဆလျှင် မှားယွင်းသော အယူဖြစ်သည်။ မေတ္တာဘာဝနာပွားစဉ်က သတ္တဝါပညတ်ကို အာရုံပြုခဲ့သောကြောင့် (ဝိပဿနာကို ကူးပြောင်း သောအခါ) သတ္တဝါရှိသည်ဟူသောအတွေး ဝင်လာတတ်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာအာရုံသည် ရုပ်နှင့် နာမ်သာဖြစ်ပြီး သတ္တဝါမဟုတ်သဖြင့် သတ္တဝါရှိသည်ဆိုသော သတ္တဒိဋ္ဌိကို အရင် ပယ်ခွာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၁၇။ မိမိ၏ကိုယ်ကျင့်သီလ ပြည့်စုံခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ ယထာဘူတဉာဏ်အမြင်ရနိုင်ပုံ အဆင့်ဆင့်ကို ဖော်ပြပါ။

မိမိ၏ ကိုယ်ကျင့်သီလပြည့်စုံခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ စိတ်က ကြည်နူး၏။ စိတ်ကြည်နူးမှုကိုအကြောင်းပြု၍
ဝမ်းသာ၏။ ဝမ်းသာမှုကိုအကြောင်းပြု၍ ပီတိဖြစ်၏။ ပီတိကိုအကြောင်းပြု၍ ပဿဒ္ဓိကိုယ်စိတ်ငြိမ်းချမ်း၏။
ကိုယ် စိတ်ငြိမ်းချမ်းလျှင် သုခချမ်းသာမှု ဖြစ်၏။ ချမ်းသာမှုဖြစ်လျှင် စိတ်တည်ကြည်မှုသမာဓိ လွယ်လွယ်နှင့်
ရ၏။ စိတ်တည်ကြည်မှုရသည်နှင့် ယထာဘူတဉာဏ်ဒဿန ဆိုသော မှန်မှန်ကန်ကန်သိသည့် ဉာဏ်အမြင်
ရပါသည်။

၁၈။ ဘူတ ၀ သမ္ဘဝေသီ ၀၊ သမ္ဘဝေသီ ၁၊ သမ္ဘဝေသီ ၂၊ သမ္ဘဝေသီ ၃၊ သမ္ဘဝေသီ ၄၊ သမ္ဘဝေသီ ၅ တို့၏ အဓိပ္ပာယ် များကို ဖြေဆိုပါ။

ဘူတ=ခန္ဓာကိုယ်ပီပီပြင်ပြင် အရွယ်အစား ပြည့်ပြည့်ဝဝ ဖြစ်ပြီးသူ မွေးဖွားပြီးသူ၊
သမ္ဘဝေသီ=မိခင်ဝမ်းတွင်းနေစဉ် ခြေလက်အင်္ဂါ မစုံသေးသောအချိန် (တနည်း) သန္ဓေတည်ပြီးသော သတ္တဝါ
ဥပမာ- ကြက်အကောင် မပေါက်သေး ဥထဲ၌ရှိစဉ် **သမ္ဘဝေသီ** ဖြစ်ပြီး ကြက်ပေါက်ပြီး အကောင်ဖြစ်လာလျှင်
ဘူတဖြစ်သည်။
(တနည်း) ထင်ရှားရှိပြီးသောသတ္တဝါ ဘဝအဆုံးသတ်ပြီးသူ (ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်) သည် **ဘူတ** ဖြစ်ပြီး သံသရာထဲ
နောက်ဖြစ်ဦးမည့် ဘဝအဆုံးမသတ်သေးသူ ပုထုဇဉ်သေကွပုဂ္ဂိုလ်သည် **သမ္ဘဝေသီ** ဖြစ်ပါသည်။

၁၉။ သမ္ဘဝေသီ ၁၊ သမ္ဘဝေသီ ၂၊ သမ္ဘဝေသီ ၃၊ သမ္ဘဝေသီ ၄၊ သမ္ဘဝေသီ ၅ တို့၏ အဓိပ္ပာယ် များကို ဖြေဆိုပါ။

သမ္ဘဝေသီ ၁ - တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် မလိမ်လည် မလှည့်စားကြပါစေနှင့်
သမ္ဘဝေသီ ၂ - တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် အထင်မသေးကြပါစေနှင့်
သမ္ဘဝေသီ ၃ - တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ဖော်ကားခြင်း၊ မုန်းတီးခြင်း၊
ဒုက္ခဖြစ်မှုကို မလိုလားကြပါစေနှင့်ဟု ဖော်ပြအပ်ပါသည်။ (ထိုသဘောကိုပင် မင်းကွန်း ဆရာတော်ဘုရား
ကြီးက လူ့အချင်းချင်း လှည့်ပတ်ခြင်း ကင်းရှင်းကြပါ စေ၊ အထင်သေးခြင်း အချင်းချင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ၊
ဆင်းရဲလိုခြင်း အချင်းချင်း ကင်းရှင်းကြပါစေဟု လင်္ကာဖွဲ့ ပေးခဲ့ပါသည်။)

၂၀။ မေတ္တာကိုအခြေခံပြီး ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကိုကျင့်ခြင်းဖြင့် နောက်ဆုံး ရဟန္တာထိဖြစ်နိုင်သည်ကို မေတ္တသုတ်တော် နိဂုံး၌ မြတ်စွာဘုရားဟောကြားခဲ့ပုံကို အကျဉ်းမျှ တင်ပြခဲ့ပါ။

မေတ္တာကိုအခြေခံပြီး ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကို ကျင့်ခြင်းဖြင့် နောက်ဆုံး ရဟန္တာထိဖြစ်နိုင်သည်ကို မေတ္တသုတ် နိဂုံး၌ မြတ်စွာဘုရားဟောကြားခဲ့ပုံအကျဉ်းမှာ -

- (၁) **သီလဝါ** - ကိုယ်ကျင့်သီလ ပြည့်စုံခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ စိတ်ကြည်နူးမှု၊ ဝမ်းမြောက်မှု၊ ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ၊ သုခ၊ သမာဓိ အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ကာ ယထာဘူတဉာဏဒဿန ဆိုသော မှန်မှန်ကန်ကန် အသိဉာဏ်ဝင်လာ၏။
- (၂) **ဒိဋ္ဌိ အနုပဂ္ဂမ္မ** - မေတ္တာပို့သူ၊ မေတ္တာခံသူ (၂) ဦးလုံး ရုပ်နှင့်နာမ် သာရှိသည် အမြင်မှန်ဖြင့် သတ္တဒိဋ္ဌိကို ပယ်ခွာကာ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို ဟော၏။
- (၃) **ဒဿနေန သမ္ပန္နော** - သီလရှိပြီး ကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ် အားထုတ်လျှင် ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့်တက်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကို မြင်၏။ သောတာပန်ဖြစ်၏။
- (၄) **ကာမေသု ဝိနေယျ ဂေဓံ** - ကာမဂုဏ်အာရုံတွေအပေါ် တပ်မက်ခြင်းတဏှာ ဖယ်ရှားကာ အနာဂါမ်ဖြစ်မည်။
- (၅) **န ဟိ ဇာတုဂ္ဂဗ္ဘသေယျ** - ထို့နောက် ဝိပဿနာအရှိန် ဆက်မြှင့်တင်လျှင် အမိဝမ်းတွင်း တဖန်ပြန်မဝင်ရသော၊ ဇာတိ ကုန်သော ရဟန္တာ ဖြစ်ရ၏။

၂၁။ မေတ္တာဘာဝနာပွားရန် “သက္ကော” စွမ်းနိုင်သူ ဆိုသည်မှာ မည်သို့သောသူဖြစ်သနည်း။

မေတ္တာဘာဝနာပွားရန် စွမ်းနိုင်သူဆိုသည်မှာ

- (၁) ကိုယ်လုပ်သည့်လုပ်ငန်းကို ယုံကြည်ချက်ရှိသူ
- (၂) ကျန်းမာသူ
- (၃) ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု လုံ့လဝီရိယရှိသူ
- (၄) ကိုယ့်လုပ်ငန်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး စဉ်းစားဆင်ခြင်နိုင်သော အသိပညာရှိသူ ဖြစ်ပါသည်။