

သုတဓမ္မဒီပလိုမာ Level (1) အတွက် နမူနာ မေးခွန်း နှင့် အဖြေများ

သမထ နှင့် ဝိပဿနာ

၁။ (က) ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ (ခ) ကမ္မဋ္ဌာန်းအမျိုးအစား မည်မျှရှိပါသနည်း။ (ဂ) သမထ ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ (ဃ)ဝိပဿနာဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

(က) ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆိုသည်မှာ ဘာဝနာလုပ်ငန်း၏ ဦးတည်ရာအာရုံ (သို့မဟုတ်) ဘာဝနာလုပ်ငန်း၏ လုပ်ငန်းစဉ် ဖြစ်ပါသည်။

(ခ) ကမ္မဋ္ဌာန်းအမျိုးအစား ၂-မျိုးရှိပါသည်။

၎င်းတို့မှာ

၁။ စိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ စိတ်ဖိစီးမှုဟူသော စိတ်အညစ်အကြေး နီဝရဏတရားများကို ငြိမ်သက်ပျောက်ကင်းစေ နိုင်သည့် သမာဓိတရားများကို ရရှိစေနိုင်သော သမထဘာဝနာလုပ်ငန်း၏ ဦးတည်ရာအာရုံ (သမထဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း)

၂။ မိမိသန္တာန်ရှိ ရုပ်နာမ်တရားများကို ပိုင်းခြားသိမြင်နိုင်သည်မှစ၍ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာအစဉ်၌ ကိန်းဝပ်နေသော အနုသယကိလေသာများကို အမြစ်ပြတ်ပယ်ရှားနိုင်သည့် အသိဉာဏ်ပညာများကို ရရှိစေနိုင်သော ဝိပဿနာ လုပ်ငန်း၏ ဦးတည်ရာအာရုံ (ဝိပဿနာ ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း)

ဟူ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းအမျိုးအစား ၂-မျိုးရှိပါသည်။

(ဂ) သမထဆိုသည်မှာ ကာမတ္တန္တစသော ဆန့်ကျင်ဘက်နီဝရဏတရားများကို ငြိမ်သက်ပျောက်ကင်းစေနိုင် သော သမာဓိတရား ဖြစ်ပါသည်။

(ဃ) ဝိပဿနာ ဆိုသည်မှာ "ဝိ" (အနိစ္စ စသည်ဖြင့် ဆက်စပ်သည့်) အထူးထူးအပြားပြားသော အခြင်းအရာ အားဖြင့် "ပဿနာ" (ဓမ္မတို့ကို) ရှုမြင်တတ်သောဉာဏ် ဖြစ်ပါသည်။

NQ (1) သမထနှင့်ဝိပဿနာတို့၏ အဓိပ္ပာယ်ထူးခြားချက်ကို ဖော်ပြပါ။

သမထဆိုသည်မှာ	ဝိပဿနာဆိုသည်မှာ
၁ ကာမစွန္ဒစသော ဆန့်ကျင်ဘက်နိဝရဏတရားများကို ငြိမ်သက်ပျောက်ကင်းစေနိုင်သော သမာဓိ တရား	၁ အထူးထူးအပြားပြားသောအခြင်းအရာအားဖြင့် "ဝိပဿနာ" ရှုမြင်တတ်သော ဉာဏ်ပညာ
၂ ဆိုင်ရာအာရုံနှင့်တွေ့လျှင်စိတ်သန္တာန်၌ လှုပ်ရှားထကြွလာသော (စိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ စိတ်ဖိစီးမှု၊ စိတ်ယောက်ယက်ခတ်မှု) ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာ များကို ငြိမ်သက်ပျောက်ကင်းစေနိုင်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်	၂ မြင်နေကျထက် / ထူးထွေကာသိမြင်တတ်သော ဉာဏ် (ဘဝကိုမြဲ ခိုင် / မမြဲ၊ ဆင်းရဲကိုယ်မပိုင်) ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ပိုင်
၃ သမထအကျင့်ဖြင့်ရရှိလာသော သမာဓိစွမ်းအား * ကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်နှင့် သမာဓိ နှစ်မျိုးလုံးကို သမထဟုခေါ်သည်။ (စာပေကျမ်းဂန်၌ ပစ္စနိက ဓမ္မေတီတိ သမထော ဟု ဖွင့်ဆိုကြ၏)	၃ အနိစ္စစသည်နှင့်ဆက်စပ်ပြီး အမျိုးမျိုးသော အခြင်းအရာများနှင့် ဓမ္မတို့ကို ရှုမြင်တတ်သော ဉာဏ် (စာပေကျမ်းဂန်၌ အနိစ္စာဒိဝသေန ဝိဝိဓေဟိ အာကာရေဟိ ဓမ္မပဿတီတိ ဝိပဿနာ ဟု ဖွင့်ဆိုကြ၏။)

၂။ သမထနှင့်ဝိပဿနာ တို့၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို ဝိဇ္ဇာဘာဂိယသုတ်၌ မည်သို့ ဖော်ပြပါသနည်း။

သမထ နှင့် ဝိပဿနာ တို့၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို **ဝိဇ္ဇာ ဘာဂိယသုတ်**၌ ဖော်ပြချက်မှာ

(က) သမထကို ဖြစ်ပွားစေလျှင် တည်ငြိမ်သည့်စိတ်တိုးတက်၏။ တည်ငြိမ်အောင် လေ့ကျင့်ထားသောစိတ်သည် ရာဂကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်၏။

(ခ) ဝိပဿနာ အကျင့်သည် အသိဉာဏ်ပညာကို တိုးပွားစေနိုင်၏။ ပွားများလေ့ကျင့်အပ်သော ပညာသည် အဝိဇ္ဇာ ကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်၏ဟု ဆိုပါသည်။

၃။ သမထ နှင့် ဝိပဿနာ အားထုတ်နည်းအပြည့်အစုံကို မည်သည့်ကျမ်းလာအတိုင်း မှတ်သားရမည်နည်း၊ မရှင်းလင်းသည့်အချက်များကို မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်ထံ ချဉ်းကပ် မေးမြန်းသင့်သနည်း။

သမထနှင့်ဝိပဿနာ အားထုတ်နည်းအပြည့်အစုံကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်းလာအတိုင်းမှတ်သားရမည်။ မရှင်းလင်းသည့်အချက်များကို လက်တွေ့အားထုတ်ထားသည့်အပြင် စာပေကျမ်းဂန် နှစ်စပ်သိမြင်သော ဆရာတော်များထံ ချဉ်းကပ်မေးမြန်းသင့်ပါသည်။

၄။ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း၏ အာရုံများကို ဝေဖန်ခဲ့ပါ။

သမထကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ များသောအားဖြင့် ပညတ်အာရုံကို အခြေခံ၏။ အပ္ပနာသမာဓိ တိုင်အောင် ရစေနိုင်သော ပညတ်အာရုံပေါင်း ၂၈-မျိုး ရှိပါသည်။ သို့သော် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ စသည်တို့နှင့် စတုဓာတုဝဝတ္ထာန် စသော ပရမတ်အာရုံပေါင်း ၁၂- မျိုးလည်း ရှိပါသေး၏။

၅။ ဘုရားဂုဏ်တော် (အရဟံစသည်) ကို သမထကျင့်စဉ်အရ မည်သို့ကျင့်မှ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း ဖြစ်မည် နည်း။

ဘုရားဂုဏ်တော်ကို သမထကျင့်စဉ်အရ ကျင့်ရသော်-

(၁) ရှေးဦးစွာ ဂုဏ်တော်၏အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို နားလည် ထားရမည်။ ဥပမာ - အရဟံဂုဏ်ကို ပွားမည်ဆိုလျှင် ကိလေသာခပ်သိမ်းကို ဖယ်ရှားပြီးဖြစ်သော မြတ်စွာဘုရား ဟု အာရုံပြုထားရမည်။

(၂) ငါ့မှာ လောဘ ဒေါသ မောဟ မာန တွေရှိတယ် မြတ်စွာဘုရားမှာ လောဘ စသည့် ကိလေသာဟူသမျှ လုံးဝ မရှိပေ။ အမှန်တကယ် ကင်းစင်ပါပေတယ်ဟု နှိုင်းယှဉ်မှန်းဆ၍ နှလုံးသွင်းကြည့်ရပေမည်။ ထိုမှ အရဟံ ဂုဏ်တော်၏အဓိပ္ပာယ် ပိုမိုပေါ်လွင်ထင်ရှားလာမည် ဖြစ်သည်။

(၃) ထိုသို့ မိမိစိတ်အစဉ်သည် ဘုရားရှင်၏ဂုဏ်အရည်အသွေး၌ အာရုံရောက်ပြီး ဝမ်းမြောက်မှု (ပါမောဇ္ဇ)၊ နှစ်သိမ့်မှု (ပီတိ) တို့ ဖြစ်ပေါ်နေကာ ဘုရားဂုဏ်တော်ထဲ စီးနစ်ဝင်ရောက်သွားမှ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း ဖြစ် သည်ဟု ဆိုရမည် ဖြစ်သည်။

၆။ သမထ ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဝိပဿနာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကမ္မဋ္ဌာန်း အားမထုတ်ခင် အဘယ်ကြောင့် သီလ ဆောက်တည်သင့် ကြောင်းကို ဖြေဆိုပါ။

သမထ ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဝိပဿနာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကမ္မဋ္ဌာန်းအားမထုတ်ခင် ရှေးဦးစွာ သီလဆောက်တည်ရမည် ဖြစ်ပါ သည်။ သီလမရှိသူသည် စိတ်ကို ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံထဲထားရန် ကြိုးစားသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် (ကိုယ်ကျင့်သီလ ပျက်ပြားမှုကို အခြေခံပြီး) အတိတ်က အာရုံပုံရိပ် အနှောင့်အယှက်များ ဝင်လာတတ်သည်။ ထိုအခါ စိတ် ဂနာမငြိမ်မှု ဥဒ္ဓစ္စတရား လွှမ်းမိုးကာ သမာဓိမရနိုင်ပေ။ သီလဆောက်တည်ထားလျှင် ကိုယ်ကျင့်သီလကို ဆင် ခြင်ပြီး ဝမ်းမြောက်မှု စိတ်ကြည်နူးမှု ရ၏။ ထိုစိတ်ကို သမထအာရုံပေါ်တင်ပေးလျှင် သမာဓိ မြန်မြန်ရလာနိုင် ၏။ **သီလံ အဝိပ္ပဋိသာရာယ** ကိုယ်ကျင့်သီလကို စိတ်နှလုံး ကြည်သာရန်အတွက် လုပ်ရ၏။ စိတ်နှလုံး ရှင် ကြည်မှ ဝမ်းမြောက်မှု **ပါမောဇ္ဇ** ဖြစ်နိုင်၏။ ဝမ်းမြောက်မှုဖြစ်မှ နှစ်သက်ကြည်နူးမှု **ပီတိ** ဖြစ်နိုင်၏။ ပီတိဖြစ်မှ ကိုယ်စိတ်ငြိမ်းချမ်းမှု **ပဿဒ္ဓိ** ဖြစ်နိုင်၏။ ပဿဒ္ဓိ ဖြစ်မှ ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာမှု **သုခ** ဖြစ်နိုင်၏။ သုခဖြစ်မှ စိတ် တည်ငြိမ်မှု**သမာဓိ** ဖြစ်နိုင်၏။ သမာဓိဖြစ်မှ အမှန်အတိုင်းသိသောဉာဏ် **ယထာဘူတဉာဏဒဿန** ဖြစ်နိုင်၏။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်ကျင့်သီလကို ကမ္မဋ္ဌာန်းအားမထုတ်ခင် ရှေးဦးစွာ စင်ကြယ်အောင်တည်ဆောက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၇။ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားမထုတ်ခင် ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို မြတ်စွာဘုရားအား လှူဒါန်းပါ၏ဟု ဆိုကြ၏။ အဘယ် အကျိုးငှာ ဖြစ်ပါသနည်း။

ကမ္မဋ္ဌာန်း အားမထုတ်ခင် ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို မြတ်စွာဘုရားအား လှူဒါန်းခြင်းမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ချိန်တွင် အနှောင့်အယှက်များ ပေါ်လာလျှင် ခံနိုင်ရည်ရှိရန် ဖြစ်သည်။ အန္တရာယ်တစ်ခုခုကြုံလျှင် ကြောက်တတ်ကြ၏။ ထိုအခါ လုပ်ငန်းမအောင်မြင်ဖြစ်မည်။ မစွန့်စားရဲတော့ပေ။ ထိုသို့မဖြစ်အောင် ကိုယ်ခန္ဓာကိုယ်ကို ဘုရားရှင် အား လှူထားသည့်အတွက်ကြောင့် အန္တရာယ်ရှိလာရင်လည်း ငါဘုရားကိုလှူထားတာပဲဟု တွေးလိုရ၏။ ထို အခါ ရဲတင်းသည့်စိတ်များ ကိုယ့်သန္တာန်၌ဖြစ်လာပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကိုပြုလိုရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုအကျိုး ကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းအားမထုတ်ခင် ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို မြတ်စွာဘုရားအား လှူဒါန်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။

၈။ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ရာ၌ တစ်ခါတစ်ရံ နှုတ်မစောင့်စည်းဘဲ သူတော်ကောင်းများကို စွပ်စွဲမိခဲ့ဖူးလျှင် ဝန်ချတောင်းပန်ရခြင်းမှာ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

သူတော်ကောင်းများကို စွပ်စွဲမိခဲ့ဖူးလျှင် ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ရာ၌ အနှောင့်အယှက်ဖြစ်တတ်၏။ ထို့ကြောင့် အားမထုတ်ခင် မိမိက ဝန်ချ တောင်းပန် ကန်တော့ခြင်းသည် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သည်များကို ပြုပြီးဖြစ်၍ သံသယဖြစ်စရာ ကြောက်စရာ စိတ်တင်းကျပ်စရာများ၊ နောင်တတဖန်ပုန်မှုများ မရှိစေရန် ဖြစ်ပါသည်။

၉။ ထွက်လေ ဝင်လေကို ဗာလ(လူမိုက်)နှင့် သူတော်ကောင်း (ပညာရှိ) တို့ အသုံးချပုံချင်း ကွဲပြားမှုကို ရှင်းပြ ခဲ့ပါ။

ထွက်လေ ဝင်လေကို ဗာလ (လူမိုက်) နှင့် သူတော်ကောင်း (ပညာရှိ) တို့ အသုံးချပုံမှာ -
(က) ဗာလ လူမိုက်သည် ဝင်လေထွက်လေကို အသက်ရှင်ရန်အတွက်ပဲ အသုံးချသည်။
(ခ) သူတော်ကောင်းတို့သည် ဝင်လေထွက်လေကို ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံတစ်ခုအဖြစ် အသုံးချသည်။
ကွဲပြားမှုမှာ သူတော်ကောင်းတို့သည် ပါရမီလည်းရှိမည်၊ ကြိုးလည်းကြိုးစားကြမည်၊ စိတ်ဆန္ဒများ လုံလောက်မှုရှိမည်ဆိုလျှင် ဈာန် မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ထိ ရောက်အောင် အသုံးချသွားကြခြင်းရှိပါသည်။

၁၀။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို (လျောင်း ရပ် ထိုင် သွား) မည်သည့် ဣရိယာပုထ်ဖြင့် အားထုတ်ရမည်နည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို (လျောင်း ရပ် ထိုင် သွား) ဣရိယာပုထ်တွင် (ပလ္လင် အာဘုဇိတွာ) တင်ပလ္လင်ခွေထိုင် ခြင်းဖြင့် အားထုတ်ရပါမည်။ အကြောင်းမှာ သွားခြင်းဣရိယာပုထ်ဖြင့် အားထုတ်လျှင် လှုပ်ရှားနေသည့် အတွက် လမ်းကိုလည်းကြည့်ရ၊ ထွက်လေဝင်လေလည်းမှတ်ရနှင့် စိတ်အလုပ်များ၍ မသင့်လျော်ပါ။ မတ်တတ်ရပ်ပြီး အားထုတ်လျှင် ခန္ဓာကိုယ်လဲမသွားအောင် ထိန်းထားရသေး၏။ အလုပ်တစ်ခုပိုမည်

ဖြစ်၏။လျောင်းအိပ်အားထုတ်လျှင် လုံ့လဝီရိယလျော့ပြီး အိပ်ပျော်သွားတတ်၏။ ထို့ကြောင့် မတ်မတ်ထိုင် နေသည့်ကုရိယာပုထ်သည် လှုပ်ရှားမှုနည်းပြီး ငြိမ်သက်နေမည်ဖြစ်သည်။ အိပ်နေခြင်းကဲ့သို့ ဇိမ်ခံခြင်းလည်း မဟုတ်။ လမ်းလျှောက်ခြင်း ရပ်ခြင်းကဲ့သို့ ခန္ဓာကိုယ်ထိန်းထားစရာမလိုသောကြောင့် ထိုင်ခြင်းကုရိယာပုထ် ဖြင့် အားထုတ်ခြင်းသည်အသင့်လျော်ဆုံး ဖြစ်ပါသည်။

၁၁။ တင်ပလွင်ခွေထိုင် အားထုတ်ရာ၌ ခါးအထက် ကိုယ်ကို မည်သို့ထားရမည်နည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

တင်ပလွင်ခွေထိုင် အားထုတ်ရာ၌ ခါးအထက်ကိုယ်ကို မတ်မတ်ဆန့်ဆန့်ထားရပါမည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆို သော် ကျော၌ ကျောရိုးဆစ်များ ၁၈-ခုရှိရာ ၎င်းကျောရိုးဆစ်များ မတ်မတ်ဖြစ်နေစေရန်အတွက် ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ ခါးကုန်းထိုင်လျှင် အရိုးအဆစ် များ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဖိမိနေသည့်အတွက် ကြာလာလျှင် ခါးကိုက် ခါးညောင်း ခါးအောင့်ရောဂါများ ဖြစ်လာနိုင် သောကြောင့် ဥဇုံ ကာယံ ပဏိဓာယ ခါးအထက် ကိုယ်ကို မတ်မတ်ထားရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၁၂။ သမထကျင့်စဉ်အရ အာနာပါနကျင့်လျှင် လေကို မည်သို့ရှူရမည်နည်း။ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ရှူသင့်ပါသ လား။

သမထကျင့်စဉ်အရ အာနာပါနကျင့်လျှင် လေကို ပင်ကိုရှူနေကျအတိုင်း မှန်မှန်လေး ရှူရပါမည်။ ပြင်းပြင်း ထန်ထန် မရှူသင့်ပါ။ ပြင်းပြင်းရှူပါက ကြာလာလျှင် မောသွားမည်ဖြစ်သည်။

၁၃။ အာနာပါနသမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းဖြင့် ပဋိဘာဂနိမိတ်ရပုံကို ရှင်းပြပါ။

အာနာပါနသမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းဖြင့် ပဋိဘာဂနိမိတ်ရပုံမှာ နှာသီးဝ လေထိသောနေရာမှာ စိတ်ကို ငြိမ်အောင် ထား၍ လေကိုအာရုံပြု၍ရှူရင်း စိတ်ငြိမ်လာမည်ဖြစ်သည်။ ထိုအရာသည် (ထွက်လေဝင်လေ) ကို ရှေးဦး ပြင်ဆင်ရှုမှတ်နေသော ပရိကမ္မနိမိတ်ဖြစ်သည်။ ထိုအာရုံနိမိတ်အတော်ကြာသောအခါ စိတ်ထဲမှာ ထင်ထင် ရှားရှားဖြစ်လာကာ စိတ်က အထင်အရှားမှတ်ယူနိုင်သော အနေအထားမျိုးသည် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံး ထွက်လေဝင်လေသည် ပုံသဏ္ဍာန်ပြောင်းပြီး မီးခိုးတန်းကလေးများ၊ ပုလဲလုံးလေးများ ထွက်လာ သလို၊ နှာသီးဖျားမှာ ဘောလုံးလေးလည်နေသလို၊ မီးခိုးတန်းကြီးလို၊ အာရုံအလင်းတန်း (၂) ခု ထွက်နေသလို တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် အမှတ်သညာချင်းမတူ၍ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူညီ။ အမျိုးမျိုး မြင်နိုင်ကြသည်။ ထိုသို့ မြင်ရခြင်းသည် ပဋိဘာဂ နိမိတ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

၁၄။ ပထမဈာန်၏ ဈာန်အင်္ဂါ ၅-ပါးကို ရှင်းပြပြီး ပထမဈာန်ရသောပုဂ္ဂိုလ် ခံစားရသော ဝိဝေကဇ ပီတိ သုခ သဘောကိုလည်း ရှင်းပြပါ။

ပထမဈာန်၏ ဈာန်အင်္ဂါ ၅-ပါးမှာ -

- (၁) **ဝိတက်** - စိတ်နှင့် အာရုံမပြတ်စေရန် ပေါင်းကူးပေးသော စိတ်ကူးသဘော
- (၂) **ဝိစာရ** - အာရုံနှင့်စိတ် ချည်နှောင်ထားသကဲ့သို့ အာရုံပေါ်စိတ်ရစ်ဝဲနေသည့် သဘော၊ ကြံစည်ခြင်းသဘော
- (၃) **ပီတိ** - အာရုံနိမိတ်ပေါ်တွင် စိတ်ကနှစ်ခြိုက်နေသည့် သဘော
- (၄) **သုခ** - ကိုယ်စိတ်ပေါ့ပါးကာ ပူပန်မှုမရှိ စိတ်ချမ်းမြေ့ခြင်းသဘော
- (၅) **ကေဂ္ဂတာ** - အာရုံတစ်ခုတည်းအပေါ်စိတ်တည်ငြိမ်နေခြင်းသဘော

ဝိဝေကဇပီတိသုခ သဘောမှာ - (၁) ပထမဈာန်ရသူသည် (ဝိဝိစ္စေဝ ကာမေဟိ) ကာမအာရုံများမှ လွတ်လပ် သွားသည်။ မျက်စိ နား နှာခေါင်း လျှာ ကိုယ်တို့ဖြင့် ပျော်စရာအာရုံများမှ လွတ်မြောက်ပြီး ထိုကာမအာရုံများမှ လုံးဝကင်းဆိတ်သွားသည်။ (၂) (ဝိဝိစ္စေဝ အကုသလေဟိ ဓမ္မေဟိ) ကျန်အကုသိုလ်တရားများလည်း မဖြစ် တော့ပေ။ စိတ်၏အညစ်အကြေးများ တစ်ခုမှ မဖြစ်တော့ဘဲ (ဝိဝေကဇံ) ကာမဂုဏ်အာရုံများမှ လွတ်လပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာသော (ပီတိသုခံ) နှစ်ခြိုက်ခြင်းနှင့် ချမ်းမြေ့ခြင်းသဘော (၂)ခုကို ခံစားရခြင်းသဘောမှာ **ဝိဝေကဇ ပီတိသုခ** ဖြစ်ပါသည်။

၁၅။ ဈာန် အဓိပ္ပာယ် ၂-မျိုး ကိုရှင်းပြပါ။

ဈာန်၏ အဓိပ္ပာယ် ၂-မျိုးမှာ

- (၁) လောင်ကျွမ်းရှို့မြှူကြခြင်း - မီးက စက္ကူကိုလောင်ပစ်လိုက်သကဲ့သို့ ပထမဈာန်ရသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် စိတ် အညစ်အကြေးဖြစ်သော နိဝရဏ ၅-ပါးကို ရှို့မြှူကြခြင်း၊
- (၂) အာရုံပေါ်မှာ စူးစိုက်ပြီးကပ်ရှူခြင်း - နိမိတ်အာရုံပေါ်တွင် စိတ်စူးစိုက်ပြီး ကြည့်ရှုနေခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

၁၆။ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်နှင့် စတုတ္ထဈာန်ရရန် ဖယ်ရှားကျော်လွှားရမည့် ဈာန်အင်္ဂါအသီးသီးကို ဖော်ပြပါ။ ဈာန်ကို အဘယ်ကြောင့် ဝင်စားကြသနည်း။

ဒုတိယဈာန်ရရန်- စိတ်ကူးခြင်း (ဝိတက်)၊ ကြံစည်ခြင်း (ဝိစာရ)၊ တတိယဈာန်ရရန် - နှစ်ခြိုက်ခြင်း (ပီတိ) / စတုတ္ထဈာန်ရရန် - ချမ်းမြေ့ခြင်း (သုခ) တို့ကို ဖယ်ရှားကျော်လွှားရပါမည်။

ဈာန်ကို (ဒိဋ္ဌဓမ္မ သုခ ဝိဟာရ) မျက်မှောက်ဘဝတွင် ချမ်းသာစွာနေရန်အတွက် ဝင်စားကြပါသည်။

၁၇။ သမထကျင့်စဉ်၏ ယခုဘဝ နှင့် နောက်ဘဝ လမ်းဆုံးကိုဖော်ပြပါ။

သမထကျင့်စဉ်၏ ယခုဘဝလမ်းဆုံးမှာ စိတ်၏စွမ်းရည်သတ္တိထူး အဘိညာဉ် ဖြစ်သည်။ နောက်ဘဝလမ်းဆုံးမှာ စုန်မလျှောလျှင် ဗြဟ္မာပြည်ရောက်၏။

၁၈။ စုန်မှ (သမထကျင့်စဉ်မှ) ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်ကို မည်သို့ ပြောင်းရမည်နည်း။

စုန်မှ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကို ပြောင်းရန် -

(၁) အာရုံနိမိတ်ပေါ်တွင် စုန်ဝင်စားရမည်။

(၂) စုန်ဝင်စားပြီး စုန် မှ ပြန်ထကာ ဖြစ်ခဲ့သော စုန်စိတ်များကို အာရုံအဖြစ် အသုံးပြုပြီး ဝိပဿနာရှုရမည်။

(၃) ထိုသို့ရှုရာတွင် ပဋိဘာဂနိမိတ် ဖြစ် သော အလင်းတန်းပညတ်ကို မရှုဘဲ ထိုပဋိဘာဂနိမိတ်ကို အာရုံပြုပြီး ဖြစ်ပြီးခဲ့သော စိတ်ကူးခြင်း၊ ကြံစည်ခြင်း စသည့်စုန်အင်္ဂါများကို ပြန်ရှုရမည်။

(၄) ရုပ်နာမ်အာရုံတရားများ၏ သဘာဝလက္ခဏာကို ရှုရမည်။ သဘာဝလက္ခဏာရှုရင်း အများဆိုင် သာမညလက္ခဏာဖြစ်သည့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ကိုမြင်လာမှ ဝိပဿနာသို့ ကူးပြောင်းရပါသည်။

၁၉။ သဘာဝ လက္ခဏာနှင့် သာမညလက္ခဏာဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ ဥပမာတစ်ခုခုပေး၍ ရှင်းပြပါ။

သဘာဝလက္ခဏာမှာ စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ် (ရုပ်နာမ်) တရားတို့၏ အသီးသီးကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာ ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ- ဒေါသကိုရှုလျှင် ဒေါသဆိုသည့်သဘောသည် စိတ်ကို ယောက်ယက်ခတ်ပြီး ပူ လောင်စေတတ်သည်။ တည်ငြိမ်နေသော စိတ်ကို ဖျက်ဆီးတတ်သည်။ ထိုသဘောသည် ဒေါသ၏ သဘာဝ လက္ခဏာဖြစ်သည်။

သာမညလက္ခဏာမှာ စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ် (ရုပ်နာမ်) တရားတို့၏ အများဆိုင်လက္ခဏာဖြစ်သည်။ သက်ရှိ သက်မဲ့ အရာအားလုံးသည် မမြဲသော သဘော၊ ဆင်းရဲသောသဘော၊ စိုးမပိုင်သောသဘော ရှိသည်။ ထို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောကို ပြသော လက္ခဏာသည် သာမညလက္ခဏာဖြစ်သည်။

၂၀။ ဝိပဿနာလမ်းကြောင်းက ဘယ်ထိတိုင်အောင် သွားသနည်း။ ဝိပဿနာ၏ အဆင့်မြင့်ဆုံးသောဉာဏ် ရလာပုံ (ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ် အဆင့်ဆင့်) ကို အကျဉ်းမျှဖော်ပြခဲ့ပါ။

ဝိပဿနာလမ်းကြောင်းသည် မဂ် ဖိုလ် ထိတိုင်အောင်သွားသည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် နိဗ္ဗာန်ထိတိုင်ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာ၏ အဆင့်မြင့်ဆုံးသော သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရလာပုံအဆင့်ဆင့်မှာ - နာမ်နှင့်ရုပ်ကိုပိုင်းခြားသိသော **နာမ ရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်**၊ ထိုရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပေါ် ခြင်းအကြောင်းတရားကိုသိသော **ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်**၊ ထိုဉာဏ်(၂)မျိုး ရရှိပြီးနောက် ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်များမှာ - (၁)ထိုရုပ်နာမ်တို့၏ မမြဲ ဆင်းရဲ ကိုယ်မပိုင်သော သဘော အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောကို အထပ်ထပ် သုံးသပ်သိမြင်သော **သမ္မုသနဉာဏ်**၊ (၂) ဖြစ်မှု ပျက်မှု

သဘောကို ရှင်းရှင်းကြီး မြင်လာသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်၊ (၃) တဖြည်းဖြည်းနှင့် အပျက်ကိုသာမြင်လာသော ဘင်္ဂဉာဏ်၊ (၄)ထိုမှ ကြောက်စရာဟု မြင်လာသော ဘယဉာဏ်၊ (၅) အပြစ်ဟုမြင်လာသော အာဒိနဝဉာဏ်၊ (၆) ငြီးငွေ့လာသော နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် (၇)ထိုသို့မြင်လာသဖြင့် စွန့်လွှတ်ချင်လာသော မုဗ္ဗိတုကမျတာဉာဏ်၊ (၈) ထို့နောက် လွတ်ရာလွတ်ကြောင်းထွက်ပေါက်ရှာလာသော ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၊ (၉) ထိုအခါ သင်္ခါရသဘာဝတရားများအပေါ် စိတ်တည်ငြိမ်မှု ပြန်ရလာသော သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် ဖြစ်လာပါသည်။

၂၁။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် စီးရမည့် (ယာန) ယာဉ် ၂ မျိုး (ဝိပဿနာ ကျင့်နည်း ၂ မျိုး) ကိုဖော်ပြပါ။

နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် စီးရမည့် (ယာန) ယာဉ် ၂ မျိုး ဖြစ်သည့် ဝိပဿနာကျင့်နည်း ၂ မျိုးမှာ-

- (၁) **သမထယာနိက** - သမထကို နည်းလမ်းအတိုင်း အပ္ပနာသမာဓိ စွန့်ရအောင်ကျင့်ပြီးမှ ဝိပဿနာကို ကူးသောနည်းနှင့်
- (၂) **ဝိပဿနာယာနိက** သမထကို ဥပစာရသမာဓိ ရရှိမှုသာကျင့်၍ ဝိပဿနာ တိုက်ရိုက်သွားသောနည်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၂၂။ ကိလေသာများ ကုန်စေတတ်သော ဝိဇ္ဇာဉာဏ် ပေါက်မြောက်စေနိုင်သော အကျင့် ၂- မျိုးကို ရှင်းပြပါ။

ကိလေသာများ ကုန်စေတတ်သော ဝိဇ္ဇာဉာဏ် (မဂ်ဉာဏ်) ပေါက်မြောက်စေနိုင်သော အကျင့် ၂- မျိုးမှာ သမထနှင့် ဝိပဿနာ ဖြစ်သည်။ သမထကျင့်လျှင် ကာမအာရုံများအပေါ်တွင် တွယ်မက်သော တဏှာ ရာဂ ကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်၏။ ဝိပဿနာကျင့်လျှင် အာရုံ၏သဘောအမှန်ကိုသိသော အသိဉာဏ်များ၊ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ မပိုင်သောသဘောများကို ထင်ထင်ရှားရှား ကိုယ်တိုင်သိရှိလာနိုင်သော အသိဉာဏ်များတိုးတက်ရရှိကာ အမှန်ကို မသိသော မောဟအဝိဇ္ဇာအမှောင်ကို ဖယ်ရှားပစ် နိုင်၏။

၂၃။ ဝင်လေ ထွက်လေကို အသုံးချပြီး ဝိပဿနာ တိုက်ရိုက်ရှုပုံကို ဖော်ပြပါ။

ဝင်လေထွက်လေကို အသုံးချပြီး ဝိပဿနာတိုက်ရိုက်ရှုပုံမှာ -ဝင်လေထွက်လေ၊ ထိုလေထိသောနေရာ၊ ထိုမှန်းသိလိုက်သောစိတ် ထိုသုံးခုကို အာရုံပြုရမည်။ ရှုလိုက်သောလေ (ဝါယော **ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်**)၊ ထိုရုပ် တိုးထိသွားသောနေရာ (ကာယပသာဒရုပ်)၊ ထိုရုပ် ၂-ခု ပေါင်းဆုံသောအခါ ထိသိစိတ် (ကာယဝိညာဏ်) ပေါ်လာ၏။ လေက ရုပ်တရား၊ လေထိတဲ့နေရာက ရုပ်တရား၊ ထိုရုပ်တရား (၂)ခု ထိခတ်ခြင်းကြောင့် ထိသိစိတ် နာမ်တရား ပေါ်လာ၏။ အသိဉာဏ်ဖြင့် ကြည့်လိုက်သောအခါ ထိုအခိုက် ရုပ်နှင့် နာမ်သာရှိပါလားဟု မြင်လာလျှင် ရုပ်နှင့် နာမ် ခွဲခြားသိသော "နာမ ရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်၏။ နောက်တစ်ဆင့်အသိဉာဏ် တိုးလာသောအခါ -လေနှင့် နှာသီးဖျား မထိခင် ထိသိစိတ် မပေါ်သေး၊ ထိုမှသာ အသိစိတ် ပေါ်လာသဖြင့် လေနှင့် နှာသီးဖျား ကာယပသာဒ သည် အကြောင်းတရား၊ ထို (၂) ခုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိစိတ်သည် အကျိုးတရားဟု အကြောင်း

အကျိုးသိလာသော "ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ရ၏။ ထိုဝိပဿနာဉာဏ်၏ အခြေခံ ၂ ခုရလျှင် နိဗ္ဗာန်လမ်းကြောင်း ပေါ် ရောက်ပြီး ထိုမှတစ်ဆင့်တက်၍ ရှုမှတ်သောအခါ ဝိပဿနာဉာဏ်အဆင့်ဆင့်တက်ကာ နောက်ဆုံး သင်္ခါရအာရုံအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန်ကိုတွေ့ ရပါသည်။

၂၄။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံဖြစ်သည့် လေ၊ လေထိသောနေရာ ကာယပသာဒ ဤ ၂ ခု ပေါင်းစပ်၍ ထိသိစိတ် (ကာယ ဝိညာဉ်စိတ်) ဖြစ်လာပုံကို ဂက်စ်မီးခြစ် (သို့မဟုတ်) စောင်းတီးသည့် ဥပမာ တစ်ခုခုဖြင့် ရှင်းပြပါ။

ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံဖြစ်သည့် လေ၊ လေထိသောနေရာ ကာယပသာဒ ဤ ၂-ခု ပေါင်းစပ်၍ ထိသိစိတ် (ကာယဝိညာဉ် စိတ်) ဖြစ်လာသည်။ ကာယံ စ ပဋိစ္စ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေ စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ကာယ ဝိညာဏ။ လေ သဘာဝတစ်ခု၊ လေထိသော နေရာ သဘာဝတစ်ခု၊ ထိုရုပ် သဘာဝ ၂-ခုသည် အာရုံကိုသိခြင်းသဘောမရှိ။ ထိုရုပ်သဘာဝ ၂-ခု ပေါင်းဆုံမိ သောအခါ ဖြစ်ပေါ်လာသော နာမ်တရားသည် အာရုံကိုသိသောသဘောရှိ၏။ ဥပမာ - ဂက်စ်မီးခြစ်ကိုခြစ်လျှင် လက်၊ ဘီးလုံးနှင့် ဂက်စ် (၃)ခု ရှိရာ ဘီးလုံးပေါ်လက်တင်ပြီး ဖိခြစ်လိုက်လျှင် မီးတောက်ပေါ်လာ၏။ လက်နှင့် ဘီးလုံး ဖိခြစ်မှ မီးတောက်ပေါ်လာသကဲ့သို့ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံဖြစ်သော လေနှင့် လေထိသည့်နေရာ ကာယပသာဒ ဆုံမှ ထိသိစိတ် ကာယဝိညာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာရပါသည်။

၂၅။ မည်သည့်ဉာဏ် (၂)ခု ရထားလျှင် စူဠသောတာပန် ဖြစ်ပြီဟု ဆိုနိုင်သနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ကွဲပြားစွာသိသော နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ထိုရုပ်နာမ် ၂-ခု၏ ဆိုင်ရာအကြောင်းကိုသိသော ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ၂-ခု ရထားလျှင် စူဠသောတာပန်(သောတာပန်အငယ်စား) ဖြစ်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆို သော်- ရုပ်နှင့်နာမ်ကွဲသွားသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် သတ္တဝါဆိုသော အတွေးမရှိတော့။ အမြင်မှန်၏။ ရုပ်နာမ်တို့ ၏ အကြောင်းကို မြင်သည့်အတွက် အကြောင်းအကျိုးနှင့် ပတ်သက်ပြီး သံသယကင်း၏။ အမြင်မှန်ခြင်းနှင့် သံသယကင်းခြင်းသည် သောတာပန်တို့၏ အရည်အသွေး ဖြစ်သဖြင့် စူဠသောတာပန်ဟုဆိုနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါ သည်။

၂၆။ ဘုရားသာသနာနှင့် ကြံ့ခိုင် အနည်းဆုံး မည်သည့်အဆင့်ရအောင် ကြိုးစားအားထုတ်သင့်သနည်း။ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် ရင့်သန်သွားလျှင် မည်သည်ကို တွေ့ ရမည်နည်း။

ဘုရားသာသနာနှင့် ကြံ့ခိုင် စူဠသောတာပန်အဆင့် အနည်းဆုံးရအောင် ကြိုးစားအားထုတ်သင့်ပါသည်။ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် ရင့်သန်သွားပြီးလျှင် မကြာမီ သင်္ခါရအာရုံအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားသောနိဗ္ဗာန်ကို တွေ့ရ မည် ဖြစ်ပါသည်။

၂၇။ သမထ နှင့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်အထူး (မတူ ထူးခြား ကွဲပြားပုံများ) ကို ဖော်ပြပါ။

သမထ နှင့် ဝိပဿနာကျင့်စဉ်အထူး (မတူ ထူးခြား ကွဲပြားပုံ) မှာ

(၁) သမထ နှင့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ် ၂- မျိုးလုံးသည်

ကျင့်ပွားရမည့် (ဘာဝေတဗ္ဗ) တရားမျိုးဖြစ်သည်။

(၂) သမထ နှင့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ် ၂- မျိုးလုံးသည်

(အနုဿ) ကိလေသာများကို အမြစ်ပြတ်ပယ်သတ်နိုင်သော ဝိဇ္ဇာ (မဂ်) ဉာဏ်တိုင် ဆိုက်ရောက် သွားစေနိုင်သော တရားမျိုးဖြစ်သည်။

	သမထ	ဝိပဿနာ
၃	သမထကျင့်စဉ်သည်- စိတ်အညစ်အကြေး (နီဝရဏ) ကင်းအောင် ပြုလုပ်ပြီး၊ စိတ်တည်ငြိမ်မှု (သမာဓိ) ရအောင် ကျင့်ပွားရသည့်တရားဖြစ်သည်။	ဝိပဿနာကျင့်စဉ်သည်- တေဘူမက (လောကီရုပ်နာမ်) တရားများ၏ သဘာဝ (ကိုယ်ပိုင်) လက္ခဏာနှင့် ၎င်းရုပ်နာမ် တရားတို့၏ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဟူသော သာမည (အများဆိုင်) လက္ခဏာများကို ရှုမြင်နိုင်သော ထူးခြားသော ဉာဏ်ပညာကို ရရှိစေရန် ကျင့်ပွားရသော တရားဖြစ်သည်။
၄	သမထ၏အာရုံ (ကမ္မဋ္ဌာန်း) မှာ- အများအားဖြင့် ပညတ်ဖြစ်သည်။ - အပ္ပနာသမာဓိ တိုင်အောင် ရစေနိုင်သော ပညတ် ကမ္မဋ္ဌာန်းပေါင်း ၂၈-မျိုး ရှိသည်။ - ဗုဒ္ဓါနုဿတိ- စသည်တို့နှင့် စတုဓာတု ဝဝတ္ထာန်စသော ပရမတ်ကမ္မဋ္ဌာန်းပေါင်း ၁၂- မျိုးလည်း ရှိပါသေးသည်။	ဝိပဿနာ၏အာရုံ (ကမ္မဋ္ဌာန်း) မှာ- တေဘူမက (လောကီ) ရုပ်နာမ် ပရမတ်ဖြစ်သည်။ - ဥပါဒါန်တရား (တဏှာ၊ ဒိဋ္ဌိ) တို့ဖြင့် စွဲလမ်းသိမ်းပိုက်ထားသောလောကီရုပ်နာမ် (ခန္ဓာ ၅-ပါး) ဖြစ်သည်။
၅	သမထကို- များသောအားဖြင့် ထိုင်ခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်တစ်မျိုး တည်းဖြင့် အားထုတ်ရသည်။	ဝိပဿနာကို- (သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း) ဣရိယာပုထ်မရွေး အားထုတ်နိုင်သည်။
၆	သမထကျင့်စဉ်ဖြင့် ရရှိနိုင်သော သမာဓိများမှာ- (၁) ဥပစာရသမာဓိ (ဈာန်ရခါနီး အဆင့်) (၂) အပ္ပနာသမာဓိ (ဈာန်ရသော အဆင့်) ဟူ၍ ၂-မျိုးရှိသည်။	ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ဖြင့် ရရှိနိုင်သောဉာဏ်(ပညာ) များမှာ- (၁) ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘာဝလက္ခဏာနှင့် အကြောင်းကိုရှုမြင်သည့် ဝိပဿနာ၏အခြေခံဉာဏ် (၂)ပါး (၂) ဝိပဿနာဉာဏ် (၁၀) ပါး

	<p>- စတုတ္ထနည်းအရ (ပထမဈာန်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန်)</p> <p>- ပဉ္စမနည်းအရ (ပထမဈာန်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန်၊ ပဉ္စမဈာန်)</p>	<p>(၃) အနုသယကိလေသာကို အမြစ်ဖြတ်ပယ်သတ်နိုင်သော မဂ်ဉာဏ် (၄) ပါး</p> <p>(၄) ကိလေသာကို ငြိမ်းအေးစေတတ်သော ဖိုလ်ဉာဏ် (၄) ပါး</p>
၇	<p>သမထအားထုတ်ခြင်းဖြင့် - ဈာန်ရလျှင် - ဈာန်ရပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်ဖြင့် ဈာန်ဝင်စား နိုင်၏။</p>	<p>ဝိပဿနာအားထုတ်ခြင်းဖြင့်- မဂ်၊ ဖိုလ်ရလျှင် - အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်ဖြင့် ဖိုလ်ဝင်စားနိုင်၏။</p>
၈	<p>သမထကျင့်စဉ်၏- လမ်းဆုံးမှာ - အဘိညာဉ်ဖြစ်၏။</p> <p>ဈာန်မလျော့ခဲ့သော် သေလျှင် - ဗြဟ္မာဘုံ (ဗြဟ္မာဘဝ) ရောက်၏။</p>	<p>ဝိပဿနာကျင့်စဉ်၏- လမ်းဆုံးမှာ - မဂ်၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန် ဖြစ်၏။</p> <p>အရိယာဘဝဖြင့် ရရှိရာ မဂ် - ဖိုလ်အလိုက် - ၃၁- ဘုံ (၃၁- ဘုံသားဘဝ) မှ လွတ်မြောက်၏။</p> <p>ရဟန္တာဖြစ်လျှင်- မည်သည့်ဘုံဘဝ၌မှ ထပ်မဖြစ်ဘဲ ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်၏။</p>
၉	<p>သမထကျင့်လျှင်- သမာဓိ (တည်ငြိမ်သောစိတ်) တိုးတက်လာပြီး ကာမဂုဏ်အာရုံများအပေါ် သာယာသော တဏှာ (လောဘ) ကို ဖယ်ရှားနိုင်သည်။</p>	<p>ဝိပဿနာကျင့်လျှင် အသိဉာဏ် (ပညာ) တိုးတက်လာပြီး ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတို့၏ အမှန်သဘောကို မသိမမြင်အောင်ကွယ်ကာ ထားသော အဝိဇ္ဇာ (မောဟ) ကို ဖယ်ရှားနိုင်သည်။</p>