

နာမ်ဇာတိဗျာ ဥပဇာတိပိဋိ တံတြိတိဝိတရား

တာဝန်ခံ
စီမံ
ပူဇော်
ပန်တီးသူ
ဦး
အောင်
မြင့်
ထွန်း
(B.Ag)

၁၉-၂၅၂၅၅၀၀၀



၀
၀၀
၀၀
၀၀

ဆရာဦးမြင့်အောင် (ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းပြ)

၀၉-၇၉၅၇၆၀၁၀၈

တစ်ရက်တရားစခန်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၆၀

ကောဇာ ၁၃၇၈ခု (မေတ္တာအခါတော်နေ့)

ခရစ် ၂၀၁၆



ကျေးဇူးတော်ရှင် အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

မြတ်ဗုဒ္ဓအလိုတော်ကျ
ကျေးဇူးတော်ရှင် မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စက်ဝိုင်းဒေသနာ လည်ပုံပြတ်ပုံ



ကမ္ဘဌာန်းနည်းပြမိခင်ကြီးဒေါ်တင်တင်အေး၏
မြေအလှူနှင့် ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်အလှူတော်



နတ်ဇက်သောမိဘများအားအမှူးထား၍ ရွှေပြည်ကြီးစံမွေရိပ်သာအတွက်
ဦးစင်းမြင့်နိုင် + မအောင်မြင့်နွယ်၊ သမီး - မလင်းလဲ့လဲ့နိုင် မိသားစု၏
ကျပ်သိန်းတစ်ရာအလှူတော်

(လင်္ကာဆောင်ပုဒ်) မူလနှစ်ဖြာ ၊ သစ္စာနှစ်ခု ၊ လေးခုအလွှာ ၊ အင်္ဂါ
တစ်ဆယ့်နှစ်ပါး၊ တရားကိုယ်များ နှင့် သုံးပါးအစပ် ၊ နှစ်ရပ်မူလ ၊ ဝဋ်
သုံးဝနှင့် ၊ ကာလသုံးဖြာ ၊ ခြင်းရာနှစ်ဆယ် ၊ ဤရှစ်သွယ်ကို ၊ အလွယ်
ကျက်မှတ်၊ သိစေအပ်သည် ၊ သံသရာမှ လွတ်ကြောင်းတည်း။

အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာရင်းခံ၊ ဥပါဒါန် ၊ ကံကြောင့် ရုပ်နာမ်ပေါ် ၊ အပင်မှ
မျိုး ၊ မျိုးမှ အပင်၊ အမျှင်မပြတ် ၊ ဆက်စပ်သည့် ဟန် ၊ ကံကြောင့် နာမ်ရ
ပ် ၊ နာမ်ရုပ်ကြောင့် ကံ၊ အဖန်ဖန်ဖြစ်ပြန်နည်းအလျော် ၊ ဗြဟ္မာ-သိကြား
၊ စသည် များက ထင်ရှားပြုပြင် ၊ စီရင်ဖန်ဆင်း၊ အကြောင်းရင်းကြောင့်
၊ လူနတ်များ စွာ ၊ သတ္တဝါတို့ ၊ ဖြစ်လာရမှု ၊ မဟုတ်ဟု ၊ ဉာဏ်ဖြင့်ရှု၍
မျှော်။

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ
ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ဝိုင်းဒေသနာနှင့် ပူးတွဲ၍ ကြည့်ရှုလေ့လာပါ
ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အနုလုံပါဠိ
အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ၊ ဝိညာဏပစ္စယာ နာမ
ရူပံ၊ နာမရူပ ပစ္စယာ
သဠာယတနံ၊ သဠာယနပစ္စယာ ဖေဿာ၊ ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ၊ ဝေဒ
နာပစ္စယာ တဏှာ၊
တဏှာပစ္စယာ၊ ဥပါဒါန်၊ ဥပါဒါနပစ္စယာ ၊ ဘဝေါ၊ ဘဝပစ္စယာဇာတိ၊ ဇာ
တိပစ္စယာ
ဇရာမရဏံ ၊ သောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿုပါယာသာ သမ္ပဝန္တိ၊ ဧဝ
မေတဿ ကေဝလဿ ဒုက္ခက္ခန္ဓဿ သမုဒယော ဟောတိ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပဋိလုံပါဠိ

အဝိဇ္ဇာယ တွေဝ အသေသ ဝိရာဂ နိရောဓ သင်္ခါရနိရောဓော ၊

သင်္ခါရ

နိရောဓ ဝိညာဏနိရောဓော၊ ဝိညာဏနိရောဓာ၊ နာမရူပနိရောဓော၊

နာမရူပနိရောဓာ

သဠာယတနနိရောဓော၊ သဠာယတနနိရောဓာ ဖဿနိရောဓော၊ ဖဿ

နိရောဓာဝေဒနာနိရောဓော၊

ဝေဒနာနိရောဓာ တဏှာနိရောဓော ၊ တဏှာနိရောဓာ ၊ ဥပါဒါနိရော

ဓော၊ ဥပါဒါနိရောဓာ

ဘဝနိရောဓော၊ ဘဝနိရောဓာ ဇာတိနိရောဓော၊ ဇာတိနိရောဓာ ဇရာမရ

ဏံ၊ သောကပရိဒေဝ

ဒုက္ခ ဒေါမနသုပါယာသာ နိရုဇ္ဈန္တိ ၊ ဧဝ မေတဿ ကေဝလဿ၊ ဒုက္ခ

က္ခန္ဓဿနိရောဓော ဟောတိ၊

ဗောဓိပက္ခိယတရား (၃၇) ပါး

သစ္စာ ၄-ပါးကို သိတတ်သော အရိယာမဂ်၏ ဘက်တော်အတွင်း၌ ပါ
ဝင်သော အသင်းဝင်တရားများကို ဗောဓိပက္ခိယတရားဟု ခေါ်ပါသည်။ ။

ဗောဓိပက္ခိယတရားစုများကား-

(က) သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါး

(ခ) သမ္မပ္ပဓာန် ၄-ပါး

(ဂ) ဣဒ္ဓိပါဒ် ၄-ပါး

(ဃ) ဣန္ဒြေ ၅-ပါး

(င)ဗိုလ် ၅-ပါး

(စ)ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါး

(ဆ)မဂ္ဂင် ၈-ပါး

စုစုပေါင်း ဗောဓိပက္ခိယတရား (၃၇)ပါး

(က)သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါး = အာရုံတို့ ၌ အောက်မေ့လျက် သက်ဝင်တည်နေမှု။

- ကာယာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်

ကိုယ်အမှုအရာ ပြုတိုင်း၌ မှန်စွာသိ၍ အောက်မေ့ အမှတ်ရနေမှု၊

- ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်

ခံစားမှု အမျိုးမျိုးတို့ ကို ပေါ်တိုင်းသိ၍ အောက်မေ့ အမှတ်ရနေမှု၊

- စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်

စိတ်အမှုအရာတို့ ဖြစ်တိုင်းမှန်စွာသိ၍ အောက်မေ့ အမှတ်ရနေမှု၊

- ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်

ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသော သဘောတရားတို့ ကို မဖြစ်လာစေရန် ပိုင်းခြားသိ၍ အောက်မေ့ အမှတ်ရနေမှု၊

(ခ)သမ္ပပ္ပဓာန်လေးပါး =အားထုတ်မှုအရာ၌ လွန်စွာ အပင်ပန်းခံနိုင်သော ဝီရိယ

- ဖြစ်ကုန်ပြီးသော ဒုစရိုက်တရားတို့ ကိုပယ်ဖျက်ခြင်းငှာ အားထုတ်ခြင်း။

- မဖြစ်သေးသော ဒုစရိုက်တရားတို့ ကို မဖြစ်လာစေရန် အားထုတ်ခြင်း။

- ပြုပြီး ၊ ပြုဆဲဖြစ်ကုန်သော ဒါန ၊ သီလ ၊ ဘာဝနာအစရှိသော ကုသိုလ်တရားတို့ ကို အဆင့်ဆင့်တိုးပွားစေခြင်းငှာ အားထုတ်ခြင်း။

- မပြုရသေးသော ကုသိုလ်တရားတို့ ကို ဖြစ်ပေါ်လာစေရန် အားထုတ်ခြင်း။

(ဂ)လ္လဒ္ဓိပါဒ်လေးပါး = ပြည့်စုံခြင်း

- * ဆန္ဒိဒ္ဓိပါဒ် = တောင့်တခြင်းအမှူးပြု၍ ပြည့်စုံခြင်း။

- * ဝီရိယိဒ္ဓိပါဒ် = လုံ့လကို အမှူးပြု၍ ပြည့်စုံခြင်း။

- * စိတ္တိဒ္ဓိပါဒ် = စိတ်ကို အမှူးပြု၍ ပြည့်စုံခြင်း။

- * ဝိမံသိဒ္ဓိပါဒ် = ပညာကို အမှူးပြု၍ ပြည့်စုံခြင်း။

(ဃ)လ္လန္တေငါးပါး = ပြည့်စုံခြင်း

- * သဒ္ဓိန္တေ = ရတနာသုံးပါး ၊ ကံ ကံ၏ အကျိုးတို့ ၌ ယုံကြည်ခြင်း သဒ္ဓါတရားတို့ ၌ အစိုးရခြင်း။

- * ဝီရိယိန္တေ = (ဒါန ၊ သီလ ၊ ဘာဝနာ) ကုသိုလ် တရားတို့ ၌ ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်ခြင်း။ ဝီရိယတရားတို့ ၌ အစိုးရခြင်း။

- * သတိန္တေ = (ဒါန ၊ သီလ ၊ ဘာဝနာ) ကုသိုလ် တရားတို့ ၌ ခိုင်မြဲသော အောက်မေ့ခြင်း သတိတရားတို့ ၌ အစိုးရခြင်း။

- * သမာဓိန္တေ = (ဒါန ၊ သီလ ၊ ဘာဝနာ) ကုသိုလ် တရားတို့ ၌ စိတ်ကို ခိုင်မြဲတည်တံ့စွာ ထားခြင်း ၊ သမာဓိ သဒ္ဓါတရားတို့ ၌ အစိုးရခြင်း။

- * ပညိန္တေ = လောကီ ၊ လောကုတ္တရာအလုံးစုံတို့ ၌ မှန်ကန်စွာ ထိုး

ထွင်း သိမြင်နိုင်ခြင်း။ ပညာ၌ အစိုးရခြင်း။

(င)ဗိုလ်ငါးပါး = အားရှိခြင်း ၊ ဆန့်ကျင်ဘက် တရားတို့ ကို တိုက်ဖျက်နိုင်ခြင်း

* သဒ္ဓါဗိုလ် = ရတနာသုံးပါး ၊ ကံ ကံ၏ အကျိုးတို့ ၌ ယုံကြည်ခြင်း သဒ္ဓါတရားစွမ်းအားဖြင့် ဆန့်ကျင်ဘက်တရားတို့ ကို တိုက်ဖျက်ခြင်း။

* ဝီရိယဗိုလ် = (ဒါန ၊ သီလ ၊ ဘာဝနာ) ကုသိုလ် တရားတို့ ၌ ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်ခြင်း၊ ဝီရိယစွမ်းအင်ဖြင့်ဆန့်ကျင်ဘက်တရားတို့ ကို တိုက်ဖျက်ခြင်း။

* သမာဓိဗိုလ် = (ဒါန ၊ သီလ ၊ ဘာဝနာ) ကုသိုလ် တရားတို့ ၌ စိတ်ကို ခိုင်မြဲတည်တံ့စွာထားခြင်းသမာဓိ စွမ်းအင်ဖြင့် ဆန့်ကျင်ဘက်တရားတို့ ကို တိုက်ဖျက်နိုင်ခြင်း။

* ပညာဗိုလ် = လောကီ ၊ လောကုတ္တရာအလုံးစုံတို့ ၌ မှန်ကန်စွာ ထိုးထွင်း သိမြင်နိုင်ခြင်း။ ပညာ စွမ်းအင်ဖြင့် ဆန့်ကျင်ဘက်တရားတို့ ကို တိုက်ဖျက်ခြင်း။

(စ)ဗောဇ္ဈင်ခုနှစ်ပါး = ဗောဓိဉာဏ်ကို ရခြင်း၏ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း။

* သတိသမ္မောဇ္ဈင်

သစ္စာလေးပါးကိုသိကြောင်း အောက်မေ့မှု။

* ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်

သစ္စာလေးပါးကိုသိကြောင်း စိစစ်မှုပညာ။

* ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်

သစ္စာလေးပါးကိုသိကြောင်း အားထုတ်မှု။

* ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်

သစ္စာလေးပါးကိုသိကြောင်း နှစ်သိမ့်မှု။

* ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်

သစ္စာလေးပါးကိုသိကြောင်း ငြိမ်းချမ်းမှု။

* သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်

သစ္စာလေးပါးကိုသိကြောင်း တည်ကြည်မှု။

* ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်

သစ္စာလေးပါးကိုသိကြောင်း လျစ်လျူရှုမှု။

(ဆ) မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး = အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသောလမ်းစဉ်။

- သမ္မာဒိဋ္ဌိ = မှန်ကန်စွာသိခြင်း။
- သမ္မာသင်္ကပ္ပ = မှန်ကန်စွာကြံစည်ခြင်း။
- သမ္မာဝါစာ = မှန်ကန်စွာပြောဆိုခြင်း။
- သမ္မာကမ္မန္တ = မှန်ကန်စွာပြုလုပ်ခြင်း။
- သမ္မာအာဇီဝ = မှန်ကန်စွာအသက်မွေးခြင်း။
- သမ္မာဝါယာမ = မှန်ကန်စွာအားထုတ်ခြင်း။
- သမ္မာသတိ = မှန်ကန်စွာအောက်မေ့ခြင်း။
- သမ္မာသမာဓိ = မှန်ကန်စွာတည်ကြည်ခြင်း။



အစိုးရပထမဧကုန်း၊ ဓမ္မာဇရိယနှင့် ဧကတိယင်္ဂါ၊ ပရိယတ္တိဓမ္မာဇရိယ၊ ဂဏဝါဏေ
မဟာကမ္မဋ္ဌာနာဇရိယ၊ မိုးကုတ်ဝိပဿနာအဖွဲ့ချုပ် မဟာနာယက
ဘဒ္ဒန္တဣန္ဒာဓိဓာတိဝံသ-ထူးကြီးဆရာတော်



ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းပြမိခင်ကြီးဒေါ်တင်တင်အေး၏
အင်းတကော်တရားစခန်းအဆောင်အလှူ။

နာမ်ဓာတ်မှာ ဉာဏ်ကပ်လို့ ကံဖြတ်တဲ့ တရား
နာမ် ပရမတ် ၊ ညွတ်ကိုင်းတတ် ၊ သိမှတ်ရှေးဦးစွာ။
ဓာတ် ဆိုတာက ၊ သဘာဝ ၊ ဆောင်ပြ ဒေသနာ။
မှာ ကြားသိအပ် ၊ ညွတ်ကိုင်းတတ် ၊ နာမ်ဓာတ်လေးခန္ဓာ။
ဉာဏ် ထူး ရှစ်ချက်၊ ဖိုလ် နှင့် မဂ် ၊ သံလျက် ဓားပမာ။
ကပ် ၍ ရှုတတ် ၊ တရားမြတ် ၊ နာမ်ဓာတ် ဉာဏ်ပေါ်လာ။
ထား သတိပေး၊ ပွားကြည့်လေ၊ အပ္ပမာ ဒေထပါ။
ကံ နှစ်မျိုးရှု ၊ ကု , အကု ၊ နှစ်ခု ရှိကြရာ။
ဖြတ် ထား ရပ်ထား ၊ ဤတရား ၊ ထူးခြားလှပေတာ။

တ ပေါစဖြင့် ၊ မြတ်အကျင့် ၊ ထူးတင့်မင်္ဂလာ။

ရား ဆိုသည် ကား ၊ မြတ်ဘုရား ၊ တရားကျင့်ကြပါ။

(တကောင်းဆရာတော်၊ မန္တလေး)



ဇနိတာရာမဆရာတော်ထံ သာသနာရေးကိစ္စလျှောက်ထားစဉ်

ဦးမြင့်အောင် ဗုဒ္ဓဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း နည်းပြ

ဦး မြင့်အောင်က ၊ လမ်းညွှန်ပြ ၊ ဗုဒ္ဓ ဝိပဿနာ။

မြင့် သထက်မြင့် ၊ မဂ်ဉာဏ်ပွင့် ၊ ထူးတင့်ကြစေရာ။

အောင် ပန်း နိဗ္ဗူ ၊ လှမ်းဆွတ်ချူ ၊ ရယူနိုင်စေရာ။

ဗုဒ္ဓ ဟောကြား ၊ မြတ်တရား ၊ ထူးခြာ ၊ လမ်းညွှန်ပါ။

ဝိပဿနာ ရှုနည်း၊ မူသေစည်း ၊ ထုံးနည်းခိုင်ခိုင်မာ။

ကမ္မဋ္ဌာန်း ကျမ်း ၊ မင်္ဂလိုလ်ပန်း ၊ ကျင့်လမ်းအဖြာဖြာ။

နည်း ကောင်းရစေ ၊ ကျင့်နည်းတွေ ၊ ဖြန့်ဝေစေတနာ။

ပြ ညွှန်မမ္မ ၊ နည်းကောင်းရ၍ ၊ ကျင့်ကျမြင့်အောင်၊ ခေမာသောင်၊
ကျင့်ဆောင်ကူးခတ်နိုင်စေသော်။

(တကောင်းဆရာတော် ၊ မန္တလေး)



တကောင်းဆရာတော်ထံသို့ ရာသက်ပန်စားပဲ့သက်သတ်လွတ်မိသားစု
ခေါ်တင်တင်စားနှံ့သားများက နေကမ္မလှူဒါန်းစဉ်



တကောင်းဆရာတော်ထံသို့ ဦးစောဗိုလ်မြင့်ထွန်း(B.Ag)
ကမ္မဋ္ဌာန်းမုညိုးပြ ဦးမြင့်စောဗိုလ် နှင့် မန္တလေးယောဂီစာမဲ့
သာသနာရေးကိစ္စဗဟိုချုပ်ကိုင်ထားစဉ်

FNI မိသားစု ၏ ဝိပဿနာအလှူ တစ်ရက်တရားစခန်းပွဲ
ကန်တော်ကြီးဟိုတယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။



၁။ တရားတော်ကို ချဉ်းကပ်ခြင်း အနှစ်ချုပ်

ရည်ရွယ်ချက် (၁) ။ ။ အပါယ်လွတ်ချင်လို့ ။

မေး ။ ။ အပါယ်ဘာကြောင့် ရောက်ရလဲ။

ဖြေ ။ ။ အကုသိုလ်လုပ်မိလို့ ။

မေး ။ ။ အကုသိုလ်ဘာကြောင့် လုပ်မိလဲ။

ဖြေ ။ ။ မှားယွင်းသော အယူအဆအမြင်ရှိလို့ ။

မေး ။ ။ မှားယွင်းသော အယူအဆအမြင် ဘာကြောင့် ဖြစ်သလဲ။

ဖြေ ။ ။ နှလုံးသွင်းမှားလို့ ။

မေး ။ ။ နှလုံးသွင်း ဘာကြောင့် မှားသလဲ။

ဖြေ ။ ။ ဆရာကောင်းနှင့် မတွေ့သေးလို့ ။

ယောဂီတို့ အခုမြတ်စွာဘုရားကို ဆရာတင်ထားတာမှန်နေပြီ ။ (ဆရာတင်မှန်ဖို့ အလွန်အရေးကြီးကြောင်း မြတ်စွာ ဘုရားသည် လေးဆယ့်ငါးဝါအတွင်း (၅၂၈)အကြိမ် ၊ ဝိပဿနာ ရှုမှတ်ဖို့ (၁၇၉၂)ကြိမ် ၊ လူ့ဘဝဒုလ္လဘဖြစ်လို့ ရခဲ့ကြောင်း (၁၆၄၂၅) ကြိမ် ထည့်သွင်း ဟော ကြားခဲ့ပါတယ်။

ရည်ရွယ်ချက်(၂) ။ ။ နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုချင်လို့ ။

နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုချင်ရင် စနစ်တကျ ဝိပဿနာကို တိုက်ရိုက်ရှုမှတ်ပါ။စနစ်တကျဝိပဿနာကို တိုက်ရိုက်ရှုမယ်ဆိုရင် (သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ၊ သဿတဒိဋ္ဌိ ၊ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ) ဟူသော (ဒိဋ္ဌိ)အမှားသုံးချက်ပြင်ရမယ်။ အမှားသုံးချက်ပြင်ချင်ရင် ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် လေ့လာရမယ်။ ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် လေ့လာချင်ရင် စာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို အရင်လေ့လာရမယ်။

အကျဉ်းချုပ်

နှလုံးသွင်း အလုံးစုံမှန်ချင်ရင် ၊ စနစ်တကျဝိပဿနာကို တိုက်ရိုက်ရှုပါ။ စာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို အရင်ဆုံးလေ့လာပါ။

၂။ သိက္ခာသုံးရပ်သာသနာအနှစ်ချုပ်

(က)သီလ သိက္ခာ - အနည်းဆုံးငါးပါးသီလ

ကိုယ်နှင့်နှုတ် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်းသည် (လောဘ ၊ ဒေါသ ၊ မောဟစိတ်ကို တဒင်္ဂ ပယ်သတ်နိုင်ပါတယ်)။ လူ့ပြည်နှင့် နတ်ပြည် ခြောက်ထပ်ကိုကျေးဇူးပြုပါတယ်။

(ခ) သမာဓိသိက္ခာ - ကမ္မဋ္ဌာန်းလေးဆယ်

စိတ်ကိုတည်ငြိမ်အောင်ထိန်းသိမ်းခြင်းသည် သမထ (လောဘ ၊ ဒေါသ ၊ မောဟကို နှစ် ၊ လ ၊ ရက် အချိန်အတန်ကြာ ပယ်သတ်နိုင်ပါတယ်) ဗြဟ္မာ့ (၂၀) ကို ကျေးဇူးပြုပါတယ်။

(၈) ပညာသိက္ခာ - (ကာယ ၊ ဝေဒနာ ၊ စိတ္တ ၊ ဓမ္မ) အနုပဿနာ လေးမျိုး

ရုပ်နာမ်ကို ချုပ်ငြိမ်းစေသော ပညာသည် ဝိပဿနာပညာ (လောဘ ၊ ဒေါသ ၊ မောဟကို အပြီးတိုင် ပယ်သတ်နိုင်ပါတယ်) ရှုရင် (ရုပ်နာမ်) ဘုံဋ္ဌာနချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို ကျေးဇူးပြုပါတယ်။



ခေတ်ကာလကောင်းရပ်ကွင်း ရန်ကုန်ခေတ်ကာ
တစ်ရက်တရားခေတ်ကောင်း အမှုဆောင်ယောဂီများ



တေကောင်းကောင်း မန္တလေးခေတ်ကာ
တစ်ရက်တရားခေတ်ကောင်း အမှုဆောင်ယောဂီများ

(က) ပြောဆိုသင့်သာစကား

စကားပြောဆိုလျှင် မှန်လည်း မှန်၏ ၊ အကျိုးလည်း ရှိသောစကား
ကိုသာ ပြောဆိုပါ။

(ခ) ကုသိုလ် ၊ အကုသိုလ် ကံမြောက်ပုံ

ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်လိုလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ သူတစ်ပါးအားတိုက်တွန်းလျှင်သော် လည်းကောင်း၊ သူတစ်ပါးအားချီးမွမ်းလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ သူတစ်ပါးနှင့် စိတ်တူ ၊ ကိုယ်တူဖြစ်လျှင်သော်လည်းကောင်း၊ အတူတူကံမြောက်ကျပါသည်။ ။

(ကိုယ်တိုင် တိုက်တွန်း၊ ချီးမွမ်း စိတ်တူ)

(ဂ) ဒါန ၊ သီလ ၊ သမထ ၊ ဝိပဿနာ ဘာဝနာမှ နိဗ္ဗာန်သို့

န	အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် ၊ လှူဖွယ်ပစ္စည်း ၊ လှူသော ပုဂ္ဂိုလ် ၊ လှူချင်သောစေတနာတို့ ကို ဘယ်လိုနှလုံးသွင်းမလဲ။ ယင်းတို့ ကို လောဘ ၊ ဒေါသ ၊ မောဘ နှလုံးသွင်းလှူဒါန်းမိလျှင် အကုသိုလ်။ မေတ္တာ ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာနှလုံးသွင်းလှူဒါန်းမိလျှင်ကုသိုလ်။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်မမြဲ၊ လှူဖွယ်ပစ္စည်းမမြဲ၊ လှူသောပုဂ္ဂိုလ်မမြဲ၊ လှူချင်သော စေတနာမမြဲဟု မမြဲတရားပွား၍ လှူဒါန်းသောကြောင့် မြဲသောနိဗ္ဗာန်ကို ကျေးဇူးပြုတယ်။
သီလ	ရုပ်နာမ် ၊ အချင်းချင်းကိုယ်နှင့် နှုတ် (ကာယကံနှင့် ဝစီကံ) ဆက်သွယ်ကြတယ်။ ကိုယ်နှင့် နှုတ်ကို ထိန်းသိမ်းသော စည်းကမ်းငါးချက် (ငါးပါးသီလ) ကို ခါးဝတ်ပုဆိုးကဲ့သို့ မြဲမြံစွာ စောင့်ထိန်းသင့်ပါသည်။ ။

သ	ရုပ်၊ နာမ် ၊ အပေါင်းအစုခန္ဓာငါးပါးဖြစ်သော ကာယ၊ ဝေဒနာ ၊
မထ နှ	စိတ္တ ၊ ဓမ္မတွေကို သိရှိမှု ရှုလျှင်သမထ ၊ အပျက်ထိရှုလျှင်ဝိပဿနာ။
င့် ဝိပ	ကြိမ်ဖန်များစွာရှုလျှင်နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါတယ်။
ဿနာ	
နိဗ္ဗာန်	ကာလဝိမုတ် ၊ ခန္ဓဝိမုတ် ၊ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာ သုညတအသင်္ခတ(နိဗ္ဗာန်)ပါ။ အချိန်ကာလသုံးပါးမှ လွတ်မြောက်ခြင်း ၊ ဇာတိ အသစ်တဖန် မဖြစ်ခြင်း ၊ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာ သုညတဆိတ် သုန်းခြင်း ၊ ပြန်၍ ပြုပြင်စေ့ဆော်ခြင်းမရှိတာ ၊ ဘုံဌာနမရှိဖြစ်ပျက်မရှိတဲ့ နာမ်ဓမ္မဟာ နိဗ္ဗာန်ပါ။



၄။ တရားမထိုင်မီ ၊ တရားထိုင်ဆဲ ၊ တရားထိုင်ပြီး လိုက်နာရန်

(၁) တရားမထိုင်မီ ပြုပြင်ရမည့် စိတ်ထား

(က) လူ့သံယောဇဉ်ဖြတ်ပါ

(နိုင်ငံခြားရောက် နေသကဲ့သို့ သဘောထားပါ) တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် စကားမတူ၊ စီးပွားရေး ၊ လူမှုရေး ၊ ကျန်းမာရေး ဘာမျှဆက်စပ်မှုမရှိသကဲ့သို့ သူစိမ်းပြင်ပြင် သဘောထားနေပါ။

(ခ) မရဏာနုဿတိပွားပါ

မိမိရင်ထဲမှာ ကြောက်လန့်ဖွယ် သေဆုံးသူ၊ ဆွေမျိုးရင်းချာဖြစ်သူ အား အာရုံပြု၍ ၊ မနောကပ်ပြီး မိမိလည်း ဤကဲ့သို့အချိန်မရွေးသေနိုင်သည် ။ ထို့ကြောင့် ဤတရားတစ်ထိုင်၌ ဉာဏ်ဦးအောင် အားထုတ်မည်

ဟု ရှုပွားပါ။

(ဂ) အတ္တာဓိပတိတပ်ပါ

လောကီကိစ္စတွေမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုအတော်ဆုံးလို့ ထင်ခဲ့သလို အခု ကိုယ့်ခန္ဓာ ကိုယ်စောင့်ရှုတာ ဘာဖြစ်လို့ မရရမှာ လဲ၊ ရအောင်လုပ်မည် ဟု ဆုံးဖြတ်ချက်ချပါ။

(ဃ) လောကာဓိပတိတပ်ပါ

(ကိုယ့်ထက်ငယ်သူ (သို့) ကြီးသူတွေတောင် တရားရသွားပြီး ငါဘာ လို့ မရရမှာ လဲ)ကိုယ်စောင့်နတ် ၊ ရိပ်သာစောင့်နတ်တွေက ကြည့်ရင် ရှက်စရာ ၊ တရားထိုင်တာစိတ်ထွက်လို့ မသင့်တော်ဘူးဟု ခံယူထားပါ။

(င) ဓမ္မဓိပတိတပ်ပါ

ယခုဆိုလျှင် ငါတို့ သည် သစ္စာတရားနာပြီး နိဗ္ဗာန်ရကြောင်း တရား ထိုင်နည်းကိုလည်း စနစ်တကျ အားလုံးသိပြီဟူ၍ ဝမ်းပန်းတသာ အားကြိုးမာန်တက် အားထုတ်ပါ။

(စ) အဓိဋ္ဌာန်တင်ပါ

ပထမပိုင်း နာရီဝက်ကို (၁၀) မိနစ်စီ သုံးပိုင်းပိုင်း၍ မလှုပ်၊ မကုတ် ၊ မဖြုတ် ၊ စိတ်မထွက်ပါဟု အဓိဋ္ဌာန်တင်ရှုပါ။ နောက် (၃၀) မိနစ်စီအဓိ ဋ္ဌာန်တင်ပါ။ တစ်ခါထိုင်လျှင် နှစ်နာရီ ရှုပါ။

(၂) (က) တရားထိုင်ဆဲ လိုက်နာရမည့် စိတ်ထား

- မိမိလုပ်နေသော ဝိပဿနာအလုပ်ကို အကျိုးများကြောင်းနားလည်စွာဖြင့် ဝမ်းပန်းတသာ အားထုတ်ရမည်။

- တစ်ပါးသူကစေခိုင်းလို့ ၊ တိုက်တွန်း၍ လုပ်ရခြင်းကို ရှောင်ပါ။

• ဝိပဿနာရှုရာ၌ ခန္ဓာငါးပါး၏ ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်း ၊ အနိစ္စလက္ခဏာကို သိအောင်ရှုရမည်။

(၂) (ခ) တရားထိုင်ဆဲ ပယ်သတ်ရမည့် အချက်များ

- အတိတ်၏ လုပ်ရပ်များ ပြန်တွေးခြင်း၊ ဒေါသဖြစ်ခြင်း
- အနာဂတ်ကိုမျှော်၍ တွေးပြီးလောဘတက်ခြင်း၊
- ပစ္စုပ္ပန်ပွန်ရှုဆဲအချိန်၌ ထိနမိဒ္ဓဖြစ်ခြင်း၊
- တောင်စဉ်ရေမရလျှောက်တွေးနေခြင်း၊
- တရားတော်အပေါ် ယုံကြည်မှု ကင်းဝေးသွားခြင်း၊
- မပြုလုပ်ရသေးသော ကုသိုလ်ကိုမျှော်၍ ပူပန်ခြင်း၊
- ပြုလုပ်မိပြီးသော အကုသိုလ်ကို ပြန်တွေး၍ ပူပန်ခြင်း၊
- အစစ အရာရာအားလုံးကို မနှစ်မြို့ခြင်း ၊ မယုံကြည်ခြင်း၊အိမ်ပြန်ချင်စိတ်များ ပေါ်ပေါက်ခြင်းတို့ ကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။

(၂) (ဂ) တရားထိုင်လျှင် နာကျင်ရခြင်းအကြောင်း

- စိတ်ထွက်ခြင်း၊
- အိပ်ငိုက်ခြင်း၊
- ဆရာ၏ ဂိုက်ခွေနာနေခြင်း၊
- နာတယ် နာတယ်ဟု ရှုမိခြင်း၊
- ဝင်လေထွက်လေ ရှုမိခြင်း။

တရားထိုင်ပြီးနောက်

သွားလာလှုပ်ရှားစဉ်

ရှုမှတ်ရမည့်

အချက်များ

- မြင်စိတ် ၊ ကြားစိတ် ၊ နံစိတ် ၊ စားစိတ် ၊ ယားနာကောင်းစိတ် ၊ တွေးတောကြံစည်စိတ် ၊ အားလုံးကို ဖြစ် ပျက်ရှုရမည်။

- စားတိုင်း၊ သွားတိုင်း ၊ အိမ်သာတတ်တိုင်း၊ ရေချိုးတိုင်း လှုပ်ရှားမှုအားလုံးကို ဖြစ် ပျက် ရှုရမည်။ (စိတ္တာနုပဿနာရှု)
အိပ်ချိန်၌ ဖြစ် ပျက် ရှုအိပ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ် ပျက် နှင့် နိုးထခြင်းကို နေ့စဉ်ပြုလုပ် ရှုမှတ်ရမည်။

(က) စနစ်တကျထိုင်ပုံထိုင်နည်းနှင့် အခြေခံစထိုင်သူများ အတွက်

တရားထိုင်လျှင် ခြေဖျားနှစ်ခုမထပ်ရ ၊ ဘယ် (သို့) ညာဒူးခေါင်းကြားကျန်ခြေဖျားထား ၊ တင်ပါးနောက်ပစ် ၊ ခါးမတ်မတ်ခေါင်းမတ်မတ်ထား၊ ရင်ဖွင့်ထား (သို့) ရင်ချီထား ၊ မျက်လုံးမှိတ် ၊ ပါးစပ်ပိတ်ထားပါ။ မျက်လုံးဖြင့်မရှုရ။ မိမိရှေ့ထုတ်ထားသော ခြေထောက်ဘက်က တင်ပါး (သို့) ဒူးကွေး (သို့) ခြေဖမိုးအောက် နာကျင်မှုအထင်ရှားဆုံး နေရာတစ်ခုကို ရွေးချယ်ပါ။

- ထိတာသိရုံမျှသိတယ် ၊ သိတယ်ဟု (၁၀) မိနစ်။

- တင်းကနဲ ၊ တင်းကနဲတွေ့လျှင် တင်းကနဲလေးရဲ့ အပျက် ၊ ပျက်သွားပြီ ၊ ပျက်သွားပြီဟု (၁၀) မိနစ်။

- ပူ ၊ နာ ၊ ကျင် ၊ ကိုက် ၊ ခဲ ၊ လှုပ် ၊ ငြိမ့် ဘာပေါ်ပေါ် ပျက်သွားတာ အဓိကထား၍ မနောမှ ခံစားပြီးသိပေး။ ပူကနဲပျက် ၊ နာကနဲပျက်၊ ဆစ်ကနဲပျက်ဟူ၍ ပျက် တစ်လုံး အပိုင်ရှုပါ။ သုခဝေဒနာ ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာ ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ ဘာပေါ်ပေါ် အပျက်ရှုပါ။

သိပ်နာလျှင် မနော၌ ခံစား၍ ရှပါ။ အတွေးစိတ်ထွက်လည်း မနော၌ ရှပါ။ အိပ်ချင်လျှင် ငိုက်မြည်းလျှင် ၊ လေကိုဝအောင်ရှု ၊ ခဏရပ် ဖြေးဖြေးပြန်ထုတ် ၅-ကြိမ်ပြုလုပ်ပါ။မရလျှင် (၁၀)ကြိမ် ပြုလုပ်ပါ။ ဒါမှ မရသေးလျှင် ထိုင်သူရပ်ရှပါ။ မရသေးလျှင် စကြီလျှောက်ပါ။

(ခ) ဖြစ်ပျက်မြင်ပြီးသူနှင့် ဖြစ်ပျက်ဖြိုင်ဖြိုင်ပေါ်သူများ အတွက်

ခေါင်းနှင့် ခါး မတ်မတ်ထားရမည်။ မနာမကျင်ဖြစ်ပျက် တဖျပ်ဖျပ် ၊ တလှုပ်လှုပ်ပေါ်လျှင် ခေါင်းပိုင်းအာရုံမပြုရ၊ ခေါင်း၏ အောက်ပိုင်း ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး ဖြာရှုရမည်။ အတွေးစိတ်မထွက်ပါစေနှင့် ၊မနောမှ ဖြာရှုပါ ။ မနောမှ တစ်ကိုယ်လုံးခံစားပြီး သိနေပြီး စောင့်ရှုပါ။ တရားအမြန်မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါလိမ့်မည်။

ထို့သို့ တဖျပ်ဖျပ် တလှုပ်လှုပ်နှင့် ဖြစ်ပျက်ဖြိုင်ဖြိုင်မြင်ပါက -

- ဒုက္ခကောင်ကြီး ဒုက္ခတွေ့နေတယ်။ ဒုက္ခသစ္စာ ဟု နှလုံးသွင်း။
- ရုပ်ဖောက်ပြန်ပျက်စီးနေတာ နာမ်ကသိနေတာ "ငါမပါ ပါစေနဲ့ " ။
- ဓမ္မတွေဖြစ်၍ ဓမ္မတွေပျက်နေတာ "ငါမပါပါစေနဲ့ "
- သူ့ သဘောနှင့် သူဖြစ်နေတာဟု ကြိုက်ရာတစ်ခုခုကို နှလုံးသွင်းပေးပါ။

(ဂ) မှားယွင်းသော ခန္ဓာကိုယ်အနေအထားများ

- ခါးအထက်ပိုင်း ခန္ဓာကိုယ် ရှေ့ဖက်သို့ယိုင်ခြင်း၊
- နောက်ဖက်သို့ လန်နေခြင်း၊
- ခါးကွေးထားခြင်း၊
- ခေါင်းငုံ့ထားခြင်း၊

- ဘယ်ဘက်ဘေးစောင်းခြင်း၊

- ညာဘက်ဘေးစောင်းခြင်း စသည် တို့ ကိုရှောင်ပါ။

သတိလွတ်၍ တစ်ခုခုမှားနေပါက ခါးမတ်မတ် ခေါင်းမတ်မတ်ပုံစံ
မူလပထမ စနစ်တကျပုံစံသို့ ရှုမှတ်မှုမလွတ်စေဘဲ ပြန်ပြင်ရှုပါ။

(ဃ) ဖြစ်ပျက် တဖျပ်ဖျပ် ပေါ်ပုံအဆင့်ဆင့်

- လက်ဖျား ခြေဖျားနှင့် ဟိုတစ်ကွက် ဒီတစ်ကွက် တလှုပ်လှုပ်တရွရွ
ပေါ်တတ်ပါသည်။ ။

- ကိုယ်ခန္ဓာအပေါ်ယံတစ်ကိုယ်လုံး တဖျပ်ဖျပ် ၊ တလှုပ်လှုပ် ကြက်
သီးတဖြန်းဖြန်းနှင့် တွဲပေါ်တတ်ပါသည်။ ။

- အူထဲ ၊ အသည်းထဲ ၊ ပေါင်အတွင်းသား ၊ ခြေသလုံးအတွင်းသားထဲ
ထိ တစ်ကိုယ်လုံးအတွင်းပိုင်းပါ တဖျပ်ဖျပ် ပေါ်တတ်ပါသည်။ ။

(င) လျောင်းခြင်း ဣရိယာပုတ်ဖြင့်ရှုပွားနည်းအိပ်စက်ခြင်း

- ကျောပြင်နှင့် ကုတင်ကြမ်းခင်း ထိနေတာကိုသိပေးပါ။ (ပက်လက်
လှန်အိပ်ပါ။ လက်နှစ်ဘက် ရင်ဘတ်ပေါ် တင်ထားပြီး ထိသိရှိခြင်းဖြင့်
(၅) မိနစ်ရှု) • ကျောပြင်အောက်တစ်နေရာရာ၌ တင်းကနဲ ၊ တင်းကနဲ
တွေ့လျှင် တင်းကနဲလေးလျော့သွားတာ ခံစားသိပေး။ (အပျက်ရှိခြင်း (၁၀)
မိနစ်) • ပူ ၊ နာ ၊ ကျင် ၊ ကိုက် ၊ ခဲ အစားထိုးလာလျှင် ပူကနဲလေးပျက်
နာကနဲလေးပျက် ဘာပေါ်ပေါ်နောက်မှ အပျက်တွေ့အောင် ခံစားသိပေးပါ။
စိတ်မထွက်စေနဲ့ ၊ လုံးဝမလှုပ်ရပါ ၊ လက်သန်းတောင်မကွေးရ။
မနော၌ ရှိပါ (၁၀) မိနစ်။

- ဉာဏ်မြင့်၍ အမြဲတဖျပ်ဖျပ် တုန်တုန်ရင်ရင် ပျက်နေသူ (ခန္ဓာငါး
ပါးအပျက်မြင်သူ)ဖြစ်ပါက အပျက်ကိုပဲ အဓိကထားရှုပါ။ ငါးမိနစ်

တစ်ကြိမ်ခန့် ဒုက္ခသစ္စာပဲဟု နှလုံးသွင်းပေးပါ။ နာရီဝက်စီ အဓိဋ္ဌာန်တင် ရှုသွားပါ။

(သတိပြုရန် - လည်ပင်းညစ်သလို၊ ရင်ဝဖနောင့်နှင့် ဖိထားသလို ၊ ဖနောင့်နှစ်ခု ဆွဲကပ်ထားသကဲ့သို့ဖြစ်လျှင် မကြောက်ပါနဲ့ ၊ ဖြစ်ပျက်ကိုပဲ ဆက်ရှုပါ။ ငါဘာဖြစ်လဲဟု ဒိဋ္ဌိမကပ်စေနဲ့) ခေါင်းအုံးအမြင့်နှင့် မရှုရပါ။ ။ မလှုပ် ၊ မကုပ် ၊ မဖြုတ် ၊ စိတ်မထွက်ပါဟု အဓိဋ္ဌာန်တင်ရှုပါ။

(စ) မတ်တပ်ရပ် ရှုသင့်သူများ နှင့် ရှုနည်း

- စိတ်ထွက်လွန်သူ၊
- ဝိုက်မြည်းသူ
- မခံမရပ်နိုင်အောင်နာကျင်သူ၊
- လေဖြတ် အကြောညပ်နေသူများ ရပ်ရှုသင့်ပါသည်။ ။

ရပ်နည်း ဖနောင့်နှစ်ခု မိမိလက်တစ်မိုက်ခန့် (ခုနစ်လက်မခန့်) အကွာရပ်ထားပါ။ ရင်ဖွင့်၍ မတ်မတ်ရပ်ပါ။ လက်ကို ရှေ့ချိတ်ချိတ်၊ နောက်ချိတ်ချိတ် ကြိုက်ရာထား၊ ဘေးချထားလည်း ရပါသည်။ ။

မိမိနှစ်သက်ရာ ခြေဖျားတစ်ဖက်အောက် ထိသ (၁၀) မိနစ် ရှုပါ။ တင်းကနဲလေးအပျက် (၁၀) မိနစ် ရှုပါ။ ပူ၊ နာ၊ ကျင်၊ ကိုက်၊ ခဲ၊ အစားထိုးလျှင် အပျက် (၁၀) မိနစ် မနောဉ်း ရှုပါ။ သိပ်နာလျှင် မနောမှ ခံစား၍ ရှုပါ။ တစ်ကိုယ်လုံး တဖျပ်ဖျပ်၊ ကတုန်ကရင်ဖြစ်လျှင် မကြောက်ရ၊ ဆက်ရှုပါ။

(ဆ) (၁) စကြိုလျှောက်ခြင်းအကျိုး

- ကျန်းမာရေးကောင်းခြင်း၊
- အစာကို ကြေညက် စေခြင်း၊
- ခရီးဝေးဝေး သွားနိုင်ခြင်း၊
- သမာဓိကို ကောင်းစေခြင်း၊
- တရားကြာကြာထိုင်နိုင်ခြင်း အကျိုးများ ရရှိနိုင်ပါသည်။ ။

(ဆ) (၂) စင်္ကြံ လျှောက်ရန် နေရာရွေးခြင်းနှင့် ရှုနည်း

- ဆူးငြောင့်အန္တရယ် မရှိသောနေရာ
- ဆူညံခြင်းမရှိသောနေရာ (စိတ်ငြိမ်နေရာ)
- ဆယ်လှမ်း (သို့) အလှမ်းနှစ်ဆယ်ခန့်ကို ရွေးပါ

စင်္ကြံလျှောက်ရာ၌ စိတ္တာနုပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် ရှုရန် ဖြစ်ပါသည်။
 ။ ခြေစုံရပ်၍ မနော၌ လှမ်းချင်သော-

စိတ်၏ အပျက် (မရှိခြင်း) ကို၊

ရှုစိတ်ဉာဏ်ဖြင့် အနိစ္စလက္ခဏာကို ရှုမှတ်ပြီး လှမ်းပါ။

ရပ်ချင်လျှင် ရပ်ချင်စိတ်ကို ဖြစ်ပျက်ရှုရပ် ၊ လှည့်ချင်လျှင်လည်း လှည့်ချင်စိတ်ကို ဖြစ်ပျက်ရှုလှည့်ပါ။ ချောင်းဆိုး ၊ နှာချေလျှင် ဒုက္ခသစ္စာ မှတ်ပါ။
 ။ တံတွေးထွေးချင်လျှင် စင်္ကြံလမ်းမှ ပယ်ခွာချင်စိတ်ရှိပြီးမှ တစ်လှမ်းချင်း ထွေးရမည့် နေရာသို့ ဖြစ်ပျက်ရှုသွားပြီးနောက် ဖြစ်ပျက်ရှုထွေးပါ။
 စင်္ကြံလျှောက်ရင်းလုံချည်ဝတ်ချင်လျှင် ရပ်ချင်စိတ်ကို ဖြစ်ပျက်ရှုရပ်ပြီးမှ ဖြစ်ပျက်ရှုဝတ်ပါ။ အသံထင်ရှားလျှင် ရပ်ပြီးနားမှ ကြားစိတ်ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။ သတိလွတ်ပြီး မျက်လုံးဖွင့်ကြည့်မိလျှင် မျက်လုံး၌ မြင်စိတ်ဖြစ်ပျက်ပြန်ရှုပါ။ စိတ်တွေထွက်လျှင် မနောကပ်ပါ။ တစ်လှမ်းမဂ်ရအောင် လှမ်းပါ။

(ဇ) သေခါနီးသူကို ကူညီစောင့်ရှောက်ပေးရန်

သေခါနီးလူနာအနီး ငိုခြင်း၊ အမွေခွဲခြင်း ၊ ဓမ္မနှင့် မဆိုင်သောစကားပြောခြင်း၊ စကားအော်ပြောခြင်း၊ ခွေး-ကြောင် စသော တိရစ္ဆာန်များ အနီးလာ၍ တို့ ထိခြင်းများ မပြုလုပ်ရ။ အိမ်တစ်အိမ်၌ သေပွဲဝင်ရန် သန့်ရှင်းသပ်ရပ်သော၊ တရားအာရုံပြုနိုင်သောအခန်းတစ်ခုထားရှိရမည်။ သေခါနီးလူနာအနီးမှ အခြားသူအားလုံးကို အပြင်ထွက်ခိုင်းပြီး လူနာအား . . . ဝေဒနာကျော်၍ အနိစ္စ မြင်အောင်ရှုရန် သတိပေးပါ။ မရှုတတ်လျှင်ဘေးမှ နားလည်သူတစ်ယောက်ကပြောပြပါ။ ဒုက္ခကောင်ကြီး ဒုက္ခတွေ့နေတယ်ဒုက္ခသစ္စာစစ်စစ်ပဲရှိတယ် ဟု မနောမှ နှလုံးသွင်းခိုင်းရမည်။

(ဈ) မသေဆုံးမီကယ်တင်ခြင်း

ဒါန ၊ သီလ ၊ သမထ ၊ ဝိပဿနာဟူ၍ အဆင့်လေးဆင့်ဖြင့်ကယ်တင်ပါ။

ဒါန = အိမ်တိုင်းပရိက္ခရာ (၈)ပါး အရေးပေါ်အာရုံပြု၍ လှူနိုင်ရန် ဆောင်ထားပါ။ ဘုရားအမှူးရှိသော သံဃာကို ရည်မှန်းလှူပေးပါ။

သီလ = အိပ်ယာဖျာကပ်ဖြစ်နေသူသည် ငါးပါးသီလလုံခြုံနေကြောင်း ဟောပေးပါ။

သမထ = အာနာပါနဖြစ်စေ၊ ဘုရားဂုဏ်တော်၊ တရားဂုဏ်တော် ၊ သံဃာဂုဏ်တော် ၊ ဒါနအားကောင်းပါက စာဂါနုဿတိ တစ်ခုခုအတူတွဲ၍ ရှုပေးပါ။

ဝိပဿနာ = ခန္ဓာငါးပါးက ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်ကြောင်း ဘာပေါ်ပေါ် ဒုက္ခသစ္စာသာဖြစ်ကြောင်းပြောပြ၍ ရှုခိုင်းပါ။

တစ်ရက်
တရားစခန်း
အလှူရှင်
နှင့်
ကပ္ပဌာန်း
နည်းပြ
ပုဂ္ဂိုလ်များ၊
ဖောင်တော်
ချက်မ
စေတီတော်
လယ်ဝေးမြို့
နေပြည်တော်



နေပြည်တော်၊ ဒက္ခိဏသီရိ ရန်အောင်မြင်ရွှေလက်လှစေတီ
ဦးခန္တီးတန်ဆောင်း တစ်ရက်တရားစခန်းပွဲအခမ်းအနား



မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးတရားခွေမှ -

(၁၉-၁၁-၆၀) ဖဂ္ဂနရဟန်းဥပမာပြသေတတ်အောင်သေနည်း၊ (၂၈-၁-၁၅၉) ဂီလာနရဟန်းအား ဝေဒနာပြု၍ ဟောကြားပုံ၊ (၁-၂-၆၀) အနိစ္စရှု၊ အနိစ္စမှတ်၊ အနိစ္စသိ ကျင့်စဉ်ခွေဖွင့်ပေးပါ။

(ည) သေဆုံးပြီးနောက်ကယ်တင်ခြင်း

ဆွမ်း(၁)ချိုင့် ၊ သင်္ကန်း (၁)ထည် ၊ ကျောင်းဆောက်အလှူ စသည် ဖြင့်မိမိတတ်နိုင်သမျှ လှူဒါန်းပေးပြီး အမျှဝေပေးပါ။ သာဓုခေါ်ဆိုနိုင်ရန် အိမ်သို့ဖြစ်စေ ၊ တရားစခန်းသို့ဖြစ်စေ လာရောက်ရန် ကြိုတင်၍ ဖိတ်ကြားပါ။

အိမ်ရှင်များ လူစု၍ နံနက် (၁)နာရီ ၊ ညနေ (၁) နာရီ တရားထိုင်ပါ။ သုဿန်သင်္ချိုင်း၌ ပရိတ်သတ်များအား ငါးပါးသီလယူ၍ နာရီဝက်တရားထိုင်စေကာ အမျှဝေပြီးမှ မီးသဂြိုဟ်ပါ (သို့) ဂူသွင်းပါ။ (သေဆုံးသူနှင့် မကျွတ်မလွတ်သေးသော သူများ အတွက် အလွန်အကျိုး ထူးပါသည် ။) ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းပြဆရာဦးမြင့်အောင်
၀၉-၇၉၅၇၆၀၁၀၈
