တုဝဋကသုတ္တန်တရားတော်

(ခုသုတ္တနိပါတ်၄၂၀)

(မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်အမြန်သိမြင်ရန် တရားကျင့်သူများ လိုက်နာရမည့်တရားတော်)

နိမ္မိတမြတ်စွာဘုရားမေးမြန်းချက်

ပုစ္ဆာမိ တံ အာဒိစ္စဗန္ဓု ၊ဝိဝေကံ သန္တိပဒဥ္စ မဟေသိ။

ကထံ ဒိသွာ နိဗ္ဗာတိ ဘိက္ခု၊ အနုပါဒိယာနော လောကသ္မိံ ကိဉ္စိ။

အို မြတ်စွာဘုရား–အရှင်ဘုရားကို မေးပါရစေ။ သံသရာဘေးမြင်၍ ကျင့်သူသည် ဝိဝေကသုံးပါးနှင့်နိဗ္ဗာန်ကို ဘယ်နည်းဘယ်ပုံသိမြင်လျှင် လောကမှာဘာကိုမျှမစွဲ–လမ်းတော့ပဲ ငြိမ်းချမ်းပါသနည်း။

ပကတိမြတ်စွာဘုရားဖြေကြားချက်

မူလံ ပပဉ္စသင်္ခါယ၊ မန္တာ အသ္မီတိ သဗ္ဗ’မုပရုန္ဓေ ။

ယာ ကာစိ တဏှာ အဇ္ဈတ္တံ၊တာသံ ဝိနယာ သဒါ သတော သိက္ခေ။

ပပဉ္စတရား၏အရင်းခံ–အဝိဇ္ဇာနှင့် မာနကို (ဝိပဿနာညာဏ် မဂ်ညာဏ်ဖြင့်) သိမြင်လျှင် အာလုံးချုပ်ငြိမ်းနိုင်၍ မိမိသန္တာန် သို့မဟုတ် မိမိစိတ်မှာ တဏှာ– မှန်သမျှမဖြစ်အောင် မမေ့မလျော့ကျင့်ရာ၏။ (သတိပဋ္ဌာန်အကျင့် ကျင့်ပါ)

ယံ ကိဉ္စိ ဓမ္မ’မဘိဇညာ၊ အဇ္ဈတ္တံ အထဝါပိ ဗဟိဒ္ဓါ။

န တေန ထာမံ ကုဗ္ဗေထ၊ န ဟိ သာ နိဗ္ဗုတိ သတံ ဝုတ္တာ။

မိမိမှာရှိတဲ့ဂုဏ်နှင့် ဆရာသမားမှာရှိတဲ့ဂုဏ်ကို အကြောင်းပြု၍ မာန်မထောင်နှင့်။ မာန်ထောင်ခြင်းကို နိဗ္ဗာန် (ငြိမ်းအေးခြင်း)ဟု–သူတော်ကောင်းများ မဆိုကြပေ။

သေယျော န တေန မညေယျ၊ နီစေယျော အထဝါပိ သရိက္ခော။

ဖုဋ္ဌော အနေကရူပေဟိ၊ နာ’တုမာနံ ဝိကပ္ပယံ တိဋ္ဌေ။

ဂုဏ်ဖြင့် သူ့ထက်မြင့်သူ၊ သူ့ အောက်နိမ့်သူ၊ သူနဲ့ တန်းတူဟူ၍ မထင်မှတ်နှင့်။ အာရုံအမျိုးမျိုးတွေ့ကြုံသော်လည်း(ငါမြင်သည်၊ ငါကြားသည်၊စသည်ဖြင့်) ငါဟူ၍ ဘဝင်မကိုင်နှင့်။

အဇ္ဈတ္တမေဝုပသမေ ၊ န အညတော ဘိက္ခု သန္တိမေသေယျ။
အဇ္ဈတ္တံ ဥပသန္တဿ၊ နတ္ထိ အတ္တာ ကုတော နိရတ္တာ ဝါ။

ကိုယ်တွင်းကိလေသာမီးကို ငြိမ်းပါ၊ သတိပဋ္ဌာန်အကျင့်ကိုမကျင့်ပဲ တခြား– အကျင့်ဖြင့် ကိလေသာငြိမ်းခြင်း– နိဗ္ဗာန်မရှာနှင့်၊ ကိလေသာငြိမ်းသော သူမှာ အတ္တမရှိ၍သေပြီးလျှင် အတ္တကောင် (ငါကောင်) မရှိဟူသော အသိအမြင်မှားခြင်း အရှင်းမရှိနိုင်ပေ။

မဇ္ဈေ ယထာ သမုဒ္ဒဿ၊ ဦမိ နော ဇာယတီ ဌိတော ဟောတိ။
ဧဝံ ဌိတော အနေဇဿ၊ ဥဿဒံ ဘိက္ခု န ကရေယျ ကုဟိဉ္စိ။

သမုဒ္ဒရာအလယ်မှာ လှိုင်းမရှိ၍တည်ငြိမ်နေသလို လှုပ်ရှားတတ်သော တဏှာမရှိ၍ အာရုံအမျိုးမျိုးကြောင့်မလှုပ်ရှားပဲ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နေနိုင်ရန်တရားကျင့်သူသည် ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပမှာ ဘာကိုမျှမစွဲလမ်းနှင့်။

နိမ္မိတမြတ်စွာဘုရားမေးမြန်းချက်

အကိတ္တယီ ဝိဝဋစက္ခု၊ သက္ခိဓမ္မံ ပရိဿယဝိနယံ။
ပဋိပဒံ ဝဒေဟိ ဘဒ္ဒန္တေ၊ ပါတိမောက္ခံ အထဝါပိ သမာဓိံ။

မြတ်စွာဘုရား–ဘေးရန်ပယ်ရှားတတ်သော မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့တရားနှင့် မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့တရား၏အခြေခံ သီလ သမထ ဝိပဿနာအကျင့်တို့ကို ဟောပြပါဦး။

ပကတိမြတ်စွာဘုရားဖြေကြားချက်

စက္ခူဟိ နေဝ လောလဿ၊ ဂါမကထာယ အာဝရယေ သောတံ။
ရသေ စ နာနုဂိဇ္ဈေယျ၊ န စ မမာယေထ ကိဉ္စိ လောကသ္မိံ။

သံသရာဘေးမြင်၍တရားကျင့်သူသည် စက္ခုန္ဒြေများကို စောင့်ထိမ်းပါ။ ရပ်စကား ရွာစကား နားမထောင်နှင့်။ အစားအသောက် မမက်မောနှင့်။ လောကမှာရှိသမျှ မြတ်နိုးတွယ်တာမနေနှင့်။

ဖဿေန ယဒါ ဖုဋ္ဌဿ၊ ပရိဒေဝံ ဘိက္ခု န ကရေယျ ကုဟိဉ္စိ။
ဘဝဉ္စ နာ’ဘိဇပ္ပေယျ၊ ဘေရဝေသု စ န သမ္ပဝေဓေယျ။

သံသရာဘေးမြင်၍တရားကျင့်သူသည် ဘေးအန္တရာယ်ကြုံတဲ့အခါ မကြောက်နှင့်။ ဘဝသုံးပါးကိုလည်း မတောင်းတနှင့်။ ဘေးအန္တရာယ်အမျိုးမျိုးကြောင့် မလန့်နှင့်။

အန္နာန’မထော ပါနာနံ၊ ခါဒနီယာနံ အထောပိ ဝတ္ထာနံ။
လဒ္ဓါ န သန္နိဓိံ ကယိရာ၊ န စ ပရိတ္တသေ တာနိ အ. လဘမာနော။

စားဖွယ်သောက်ဖွယ်အဝတ်အထည်များရလျှင် အပိုအလျှံသိမ်းဆည်း မထားနှင့်။ မရလျှင်လည်း မပူပန်နှင့်။

ဈာယီ န ပါဒလောလဿ၊ ဝိရမေ ကုက္ကုစ္စာ နပ္ပမဇ္ဇေယျ။
အထာ’သနေသု သယနေသု၊ အပ္ပသဒ္ဒေသု ဘိက္ခု ဝိဟရေယျ။

သံသရာဘေးမြင်၍တရားကျင့်သူသည် သမာဓိရအောင် အားထုတ်ပါ။ အသွားအလာ မများနှင့်။ လက်ခြေ ကမြင်းကျောမထနှင့်။သီလ သမာဓိ ပညာ ပြည့်စုံအောင်အားထုတ်ဘို့ မမေ့နှင့်။ တိတ်ဆိတ်တဲ့ နေရာအိပ်ရာမှာ နေထိုင်ပါ။

နိဒ္ဒံ န ဗဟုလီကရေယျ၊ ဇာဂရိယံ ဘဇေယျ အာတာပီ။
တန္ဒိံ မာယံ ဟဿံ ခိဍ္ဍံ၊ မေထုနံ ဝိပ္ပဇဟေ သဝိဘူသံ။

အအိပ်အနေ နည်းပါ။ မပြတ်ရှုပွားလျက် နိုးနိုးကြားကြား နေပါ။ ပျင်းရိခြင်း မဖြစ်အောင် တရားနှလုံးသွင်းနေပါ။ လှည့်စားခြင်း (အပြစ်ကို သူတပါးမသိအောင် ဟန်ဆောင်ကွယ်ဝှက်ခြင်း) ရယ်မောခြင်း ကစားခြင်း အလှပြင်ဆင်ခြင်း နှင့် မေထုန်မှုကိုရှောင်ပါ။

အာထဗ္ဗဏံ သုပိနံ လက္ခဏံ၊ နော ဝိဒဟေ အထောပိ နက္ခတ္တံ။
ဝိရုတဉ္စ ဂဗ္ဘကရဏံ၊ တိကိစ္ဆံ မာမကော န သေဝေယျ။

ရတနာသုံးပါးကိုးကွယ်သူ (ဆည်းကပ်သူ)သည် ဗေဒင်မဟောနှင့်။ အိပ်မက်အကျိုး အပြစ် မဟောနှင့်။ လက္ခဏာမကြည့်နှင့်။ နက္ခတ်အကျိုးအပြစ် မဟောနှင့်။ သားငှက်မြည်သံ အကျိုးအပြစ် မဟောနှင့်။ ကိုယ်ဝန်ရရေး ဆေးမပေးနှင့်။ ဆေးမကုနှင့်။

နိန္ဒာယ နပ္ပဝေဓေယျ၊ န ဥဏ္ဏမေယျ ပသံသိတော ဘိက္ခု။
လောဘံ သဟ မစ္ဆရိယေန၊ ကောဓံ ပေသုဏိယဥ္စ ပနုဒေယျ။

ယောဂီသည် ကဲ့ရဲ့ခြင်းကြောင့် မတုန်လှုပ်နှင့်။ ချီးမွမ်းခြင်းကြောင့် မာန်မတက်နှင့်။ မနှမျောနှင့်။ မလိုချင်နှင့်။ စိတ်မဆိုးနှင့်။ ဂုံးမတိုက်နှင့်။

ကယဝိက္ကယေ န တိဋ္ဌေယျ၊ ဥပဝါဒံ ဘိက္ခု န ကရေယျ ကုဟိဉ္စိ။
ဂါမေ စ နာ'ဘိသဇ္ဇေယျ၊ လာဘကမျာ ဇနံ န လပယေယျ။

ယောဂီသည် ဈေးရောင်း ဈေးဝယ် မလုပ်နှင့်။ ကဲ့ရဲ့ဖွယ်မှန်သမျှ ဘာကိုမျှ မလုပ်နှင့်။ မြို့ရွာနေသူ လူများကို မခင်တွယ်နှင့်။ လာဘ်လာဘရအောင် လူများကို သွေးမဆောင်နှင့် (မစည်းရုံးနှင့်)။

န စ ကတ္ထိတာ သိယာ ဘိက္ခု၊ န စ ဝါစံ ပယုတ္တံ ဘာသေယျ။
ပါဂဗ္ဘိယံ န သိက္ခေယျ၊ ကထံ ဝိဂ္ဂါဟိကံ န ကထယေယျ။

ယောဂီသည် မကြွားဝါနှင့်။ ပစ္စည်းဥစ္စာရရေး ရေလာမြောင်းပေးစကား မပြောနှင့်။ ကိုယ် နှုတ် စိတ် မကြမ်းတမ်းနှင့်။ ခွန်းကြီးခွန်းငယ် မငြင်းခုံနှင့်။

မောသဝဇ္ဇေ န နီယေထ၊ သမ္ပဇာနော သဌာနိ န ကယိရာ။
အထ ဇီဝိတေန ပညာယ၊ သီလဗ္ဗတေန နာ'ည'မတိမညေ။

ယောဂီသည် မလိမ်ညာနှင့်။ သိလျက်မကောက်ကျစ် မစဉ်းလဲနှင့်။ အသက်မွေး ဝမ်းကျောင်း အတတ်ပညာ ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ ပတ်သက်၍ သူတပါးကို မထေမဲ့မြင် မလုပ်နှင့်(မကဲ့ရဲ့နှင့်)။

သုတွာ ရုသိတော ဗဟုံ ဝါစံ၊ သမဏာနံ ဝါ ပုထုဇနာနံ ။
ဖရုသေန နေ န ပဋိဝဇ္ဇာ၊ န ဟိ သန္တော ပဋိသေနိ ကရောန္တိ။

ရဟန်း ရှင် လူများ ကဲ့ရဲ့ရှုပ်ချပြစ်တင်ခြင်းခံရသော ယောဂီသည် ကဲ့ရဲ့သူများကို တုန့်ပြန်မချေပနှင့်။ သူတော်ကောင်းများသည် ရန်ကိုရန်ခြင်းမတုန့်လျှင်းကြကုန်။

ဧတဉ္စ ဓမ္မ'မညာယ၊ ဝိစိနံ ဘိက္ခု သဒါ သတော သိက္ခေ။
သန္တီတိ နိဗ္ဗုတိံ ဉတွာ၊ သာသနေ ဂေါတမဿ န ပမဇ္ဇေယျ။

သီလ သမထ ဝိပဿနာအကျင့်ကိုသိသောယောဂီသည် ရုပ်နာမ် အဖြစ်အပျက်ကို ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့်စူးစမ်းဆင်ခြင်လျှက် မမေ့မလျော့ တစိုက်မတ်မတ်ကျင့်လေရာ နိဗ္ဗာန် (ငြိမ်းအေးချမ်းသာခြင်း) ကို သိမြင်၍ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားသာသနာကို မမေ့နိုင်ပေ။ (မစွန့်လွှတ်နိုင်ပေ)

အဘိဘူ ဟိ သော အန’ဘိဘူတော၊ သက္ခိဓမ္မ’မနီတိဟ’မဒဿီ။

တသ္မာ ဟိ တဿ ဘဂဝတော သာသနေ၊ အ. ပ္ပမတ္တော သဒါ နမဿ’မနုသိက္ခေ”တိ။

ယောဂီသည် အာရုံခြောက်ပါး အနှိပ်အစက် မခံရသောတရားကို မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ သိမြင်ခဲ့၍ မြတ်စွာဘုရားသာသနာ(အဆုံးအမ)မှာ သတိပဋ္ဌာန်အကျင့်ကို အမြဲမပြတ် ကျင့်သုံးနေရာ၏။