ပိဋကတ် မိတ်ဆက်

ပိဋကတ်သုံးပုံ/နိကာယ်ငါးရပ်

ဝိနယပိဋက	၅ ကျမ်း	၅ အုပ်	ပါရာဇိက၊ ပါစိတ္တိယ၊ မဟာဝဂ္ဂ၊ စူဠဝဂ္ဂ၊ ပရိဝါရ။ ဝိ ၁၊ ..
အဘိဓမ္မပိဋက	၇ ကျမ်း	၁၂ အုပ်	ဓာ၊ ဘင်း၊ ဓာ, ပု၊ ကထာ၊ ယမက ၃၊ ပဋ္ဌာန ၅။ အဘိ ၁၊ ..
သုတ္တန္တပိဋက	၄၀ ကျမ်း	၂၃ အုပ်	
ဒီဃနိကာယ်	၃ ကျမ်း	၃ အုပ်	သီလက္ခန္ဓဝဂ္ဂ၊ မဟာ၊ ပါထိက (၃၄ သုတ်)။ ဒီ ၁၊ ..
မဇ္ဈိမနိကာယ်	၃ ကျမ်း	၃ အုပ်	မူလပဏ္ဏာသ၊ မဇ္ဈိမ၊ ဥပရိ၊ (၁၅၂ သုတ်)။ မ ၁၊ ..
သံယုတ္တနိကာယ်	၅ ကျမ်း	၃ အုပ်	သဂါထာ, နိဒါန၊ ခန္ဓ, သဠာ၊ မဟာ (၇၇၆၂ သုတ်)။ သံ ၁၊ ..
အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်	၁၁ ကျမ်း	၃ အုပ်	ဧကက-စတုက္က၊ ပဉ္စက-သတ္တက၊ အဋ္ဌက-ဧကာဒသက (၉၅၅၇ သုတ်)။ အံ ၁၊ ..
သုတ္တန္တ သီးခြား	၁၈ ကျမ်း	၁၁ အုပ်	
ပိဋကတ် ၃ ပုံ	**၅၂ ကျမ်း**	**၄၀ အုပ်**	

နိကာယ်ငါးရပ်/ပိဋကတ်သုံးပုံ

ဒီဃနိကာယ်	၃ ကျမ်း	၃ အုပ်
မဇ္ဈိမနိကာယ်	၃ ကျမ်း	၃ အုပ်
သံယုတ္တနိကာယ်	၅ ကျမ်း	၃ အုပ်
အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်	၁၁ ကျမ်း	၃ အုပ်
ခုဒ္ဒကနိကာယ်	၃၀ ကျမ်း	၂၈ အုပ်
ဝိနည်းပိဋက	၅ ကျမ်း	၅ အုပ်
အဘိဓမ္မပိဋက	၇ ကျမ်း	၁၂ အုပ်
ခုဒ္ဒက သီးခြား	၁၈ ကျမ်း	၁၁ အုပ်
နိကာယ် ၅ ရပ်	**၅၂ ကျမ်း**	**၄၀ အုပ်**

နိကာယ်ငါးရပ်/ပိဋကတ်သုံးပုံ

၁။ နိကာယ်/ပိဋကတ်၊ မည်နှစ်ရပ်၊ သတ်မှတ်ခေါ်တွင်ကြ။
၂။ ဒီ-မ-သံ-အံ၊ ခုဒ္ဒကံ၊ ငါးတန်နိကာယ။
၃။ ဝိ-ဘိ-သုတ္တံ၊ ပိဋကံ၊ သုံးတန်ခွဲ၍ပြ။
၄။ ဒီ-မ-သံ-အံ၊ ကာယ်လေးတန်၊ သွင်းရန်သုတ္တန္တ။
၅။ ဝိ-ဘိ-ပိဋကံ၊ သွင်းယူရန်၊ ခုဒ္ဒံနိကာယ။
၆။ နှစ်စွန်းငါးဆယ်၊ ကျမ်းမြတ်ဝယ်၊ လေးဆယ်အုပ်ပေါင်းရ။
၇။ ခု-ဓံ-ဥ-ဣ၊ သု-ဝိ-ပေ-ထေ၊ ထေ-ဒါ-ဝံ-စ၊ ဇာ-မ-စူ-ဋ္ဌိ၊
   နေတ္တိ-ပေဋ္ဌာ၊ မိလိန္ဒာ၊ ခေါ်ပါ သီးခြားကျမ်း။
၈။ ခုဒ္ဒသီးခြား၊ သုတ်သီးခြား၊ ခေါ်ပြားဆယ့်ရှစ်ကျမ်း။

သီးခြား ၁၈ ကျမ်း ခုဒ္ဒကပါဌ, ဓမ္မပဒ, **ဥဒါန**, ဣတိဝုတ္တက, သုတ္တနိပါတ (ခု ၁)၊
ဝိမာနဝတ္ထု, ပေတဝတ္ထု, ထေရဂါထာ, ထေရီဂါထာ (ခု ၂)၊
အပဒါန ၁ (ခု ၃) ၊ အပဒါန ၂, ဗုဒ္ဓဝံသ, စရိယာပိဋက (ခု ၄)၊
ဇာတက ၁ (ခု ၅)၊ ဇာတက ၂ (ခု ၆), မဟာနိဒ္ဒေသ (ခု ၇)၊ စူဠနိဒ္ဒေသ (ခု ၈)၊
ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ္ဂ (ခု ၉)၊ နေတ္တိ, ပေဋကောပဒေသ (ခု ၁၀)၊ မိလိန္ဒပဉှ (ခု ၁၁)

ပါဠိတော် ဝိ ၁၊ ၁၂၅။ မ ၁၊ ၁၂၅။ သံ ၁၊ ၁၂၅။ အံ ၁၊ ၁၂၃။ အဘိ ၁၊ ၁၂၅။ ခု ၁၊ ၁၂၅။
ဝိ-မြန် ၁၊ ၂၇။ မ-မြန် ၁၊ ၂၇။ သံ-မြန် ၁၊ ၂၇။ အင်-မြန် ၁၊ ၂၇။ အဘိ-မြန် ၁။

အဖွင့်ကျမ်း အဋ္ဌကထာ ဒီ-ဋ္ဌ ၁၊ ၂၇။ မ-ဋ္ဌ ၁၊ ၂၇။ သံ-ဋ္ဌ ၁၊ ၂၇။ အဘိ-ဋ္ဌ ၁၊ ၂၇။ ဝိ-ဋ္ဌ ၁၊ ၂၇။
ဋီကာ ဒီ-ဋီ ၁၊ ၂၇။ မ-ဋီ ၁၊ ၂၇။ သံ-ဋီ ၁၊ ၂၇။ မူလ-ဋီ ၁၊ ၂၇။ ဝဇိရ-ဋီ၊ ၂၇။

ဥဒါနပါဠိတော် မှတ်စု
(ဗောဓိဝဂ်)

၁။ ဗောဓိ ၃ သုတ်

ဥဒါန = ဝမ်းမြောက်နှစ်သက် ဆိုမြွက်စကား၊ ဆီခွက်မဆံ့၍ ဆီများလျှံထွက်သကဲ့သို့ ဝမ်းသာလွန်း၍ ဟောမည့်သူကို မရည်ရွယ်ဘဲ မိမိဘာသာ မြွက်ဆိုခြင်း။
ဗုဒ္ဓဥဒါန၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓဥဒါန၊ ဗုဒ္ဓသာဝကဥဒါန။

ဥဒါနပါဠိတော် = ဝဂ် (အုပ်စု၊ အခန်းငယ်) ရှစ်ဝဂ်။ သုတ်ပေါင်း ၈၀။ ဂါထာပုဒ်ပေါင်း ၉၅ ပုဒ်။

ဧကပလ္လင်္ကေန = တစ်ထိုင်တည်းဖြင့်။ ကဆုန်လပြည့်နေ့ နေဝင်ချိန် အပရာဇိတပလ္လင်မှာ ထိုင်သည်မှစ၍ ထိုတင်ပလ္လင်ခွေကို မဖျက်ဘဲ ၇ ရက်ဆက်တိုက် ထိုင်နေစဉ်။ ပလ္လင်္ကသတ္တာဟဟု ခေါ်။

ဝိမုတ္တိသုခ ပဋိသံဝေဒီ = အရဟတ္တဖလ သမာပတ်ချမ်းသာကို ဝင်စား။
တဒင်္ဂဝိမုတ္တိ = ကိလေသာမှ ခဏမျှ လွတ်မြောက်ခြင်း (ဒါနပြုခိုက် စသည်)
ဝိက္ခမ္ဘနဝိမုတ္တိ = ဈာန်ဖြင့် ပယ်ခွာထားခြင်း
သမုစ္ဆေဒဝိမုတ္တိ = အကြွင်းမဲ့ (မဂ်အခိုက်မှာ ကိလေသာကို ပယ်ခြင်း)
ပဋိပ္ပဿဒ္ဓိ ဝိမုတ္တိ = ဖိုလ်အခိုက်မှာ ကိလေသာ ငြိမ်းခြင်း
နိဿရဏဝိမုတ္တိ = ကိလေသာ သင်္ခါရအားလုံးမှ လွတ်သည့် နိဗ္ဗာန်

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ အင်္ဂါ ၁၂ = အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ၊ နာမရူပ၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန၊ ဘဝ၊ ဇာတိ၊ ဇရာမရဏ။

ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ = ဗောဓိပက္ခိယတရား ၃၇ ပါး တစ်နည်း သစ္စာ ၄ ပါး။
ကင်္ခါ ဝပယန္တိ = ကင်္ခါ ၁၆ ပါး။ အဟောသိံ နု ခေါ အဟံ အတီတမဒ္ဓါနံ (မ ၁၊ ၁၀။ သဗ္ဗာသဝသုတ်)။
သဟေတုဓမ္မံ = ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ အင်္ဂါ ၁၂ ပါး။
မာရသေန = ကာမာ တေ ပဌမာ သေနာ၊ ဒုတိယာ အရတိ ဝုစ္စတိ။
တတိယာ ခုပ္ပိပါသာ တေ၊ စတုတ္ထီ တဏှာ ပဝုစ္စတိ။
ပဉ္စမံ ထိနမိဒ္ဓံ တေ၊ ဆဋ္ဌာ ဘီရူ ပဝုစ္စတိ။
သတ္တမီ ဝိစိကိစ္ဆာ တေ၊ မက္ခော ထမ္ဘော စေ အဋ္ဌမော။
လာဘော သိလောကော သက္ကာရော၊ မိစ္ဆာ လဒ္ဓေါ စ ယော ယသော။
ယော စတ္တာနံ သမုက္ကံသေ၊ ပရေ စ အဝဇာနာတိ။ (သုတ္တနိ၊ ၃၄၂)။
ဥဒါန ၃ ခု = ပဌမဥဒါန ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဆင်ခြင်ပုံ၊ ဒုတိယ နိဗ္ဗာန်ကို ဆင်ခြင်ပုံ၊ တတိယ မဂ်ကို ဆင်ခြင်ပုံ။

ဗောဓိဉာဏ်ကို ရတော်မူသော မြတ်ဗုဒ္ဓသည် မာရ်စစ်သည် ၁၀ မျိုးကို ဖျက်ဆီးနိုင်ခဲ့၏။

ယောဂီများ မာရ်စစ်သည် ၁၀-မျိုး လွှမ်းမိုးခံရပုံ

(၁) အဂါရိယ = အိမ်ရာတည်ထောင် လူ့ဘောင်မှာ နေစဉ် ကာမစစ်သည် ၂ မျိုးရဲ့ လွှမ်းမိုးခြင်းကို ခံရ။

ဝတ္ထုကာမ = စိတ်နှလုံးကို တိုးပွားစေတဲ့ အာရုံငါးပါး၊ နှစ်သက်မြတ်နိုးအပ်တဲ့ ဝတ္ထုပစ္စည်း၊ တဏှာရဲ့ တည်ရာ တေဘူမက ဝဋ္ဋတရား

ကိလေသကာမ = လိုချင်တပ်မက်တဲ့ ကိလေသာ၊ ကိလေသာ ၁၀ ပါး။

(၂) အနဂါရိယ = ကာမကို အောင်နိုင်ပြီး ရဟန်းပြုနိုင်ခဲ့ပေမဲ့ အောက်ပါ စစ်သည် ၁၀ မျိုး လွှမ်းမိုးခံရ။

အရတိ = တောကျောင်းမှာနေပြီး တရားထူး ရအောင် အားထုတ်စဉ် မပျော်ပိုက် ဖြစ်လာခြင်း။

ပဗ္ဗဇိတေန ခေါ အာဝုသော အဘိရတိ ဒုက္ကရာ (သံ ၂၊ ၄၅၆)။ (အရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ စကား)။
ငါ့ရှင် ပရိဗိုဇ်၊ ရဟန်းပြုပြီးသူသည် မွေ့လျော်ခြင်းကို ပြုနိုင်ခဲ၏။

ခုပ္ပိပါသာ = ပရပဋိဗဒ္ဓဇီဝိကတ္တာ။ သူတစ်ပါးကို မှီ၍ အသက်မွေးရသဖြင့် အာဟာရ မမျှခြင်း။

တဏှာ = ထိုကြောင့် အစားအစာ ဝအောင် ရှာမှီးရလို့ တဏှာက ယောဂီရဲ့ စိတ်ကို ပင်ပန်းစေ။

ထိနမိဒ္ဓ = ကိုယ်စိတ်ပင်ပန်းရင် ထိနမိဒ္ဓဝင်။ (ကိလန္တစိတ္တာနံ ထိနမိဒ္ဓံ ဩက္ကမတိ။)

ဘီရု = တောကျောင်းမှာ နေရင်း ပရိသတ်နဲ့ အနေဝေးလို့ ကြောက်ရွံ့မှု ဖြစ်ခြင်း။

ဝိစိကိစ္ဆာ = အထက်ပါ အကြောင်းတွေကြောင့် လမ်းစဉ် မှန်မှ မှန်ရဲ့လားလို့ တွေးမိတတ်ခြင်း။

မာနမက္ခထမ္ဘ = မာရ်စစ်သည်တွေကို အောင်နိုင်ပြီး အနည်းငယ်မျှ တရားထူးရရုံနဲ့ မာနဝင်ခြင်း။

လာဘသက္ကာရသိလောက = တရားထူးကို အမှီပြု၍ လာဘ်ပေါ် ကျော်စောခြင်းလည်း မာရ်စစ်သည် လွှမ်းမိုးခဲ့ရခြင်း တစ်မျိုး။

မိစ္ဆာယသ = လာဘ်ကို ယစ်မူး၊ လာဘ်နောက်ကို ပါသွားပြီး တရားတုကို ပြ၊ အသိုင်းအဝိုင်းတုကိုရ၊ ဒါလည်း အပါယ်ကို ရောက်စေတဲ့အထိ ဒုက္ခပေးတဲ့ မာရ်စစ်သည် ပါပဲ။

အတ္တာနံ ဥက္ကံသေန္တိ၊ ပရံ ဝမ္ဘေန္တိ= မိမိရဲ့ လာဘ်ပေါ် ကျော်စော အသိုင်းအဝိုင်းစသည်ကို အမှီပြုပြီး မိမိပြတဲ့ တရားပဲ မှန်ပြီး အခြားဆရာတို့ ပြတဲ့ တရားကို အထင် သေးစကားဆိုခြင်း။

၄။ ဟုံဟုံကသုတ်

သတ္တာဟံ = ပလ္လင်္ကသတ္တာဟပြီး အခြားမဲ့မှာ ဖြစ်တဲ့ သတ္တာဟတွေ မဟုတ်။ ပလ္လင်္ကသတ္တာဟပြီးနောက် အခြား သတ္တာဟ ၃ ခုကိုလည်း ဗောဓိပင်အနီးမှာပဲ ကုန်လွန်တယ် (ဥဒါန-ဋ္ဌ၊ ၄၇)။

အနိမိသ ၇ ရက် (ဒုတိယ သတ္တာဟ)

ဗုဒ္ဓဖြစ်ပြီးခါစ ဘယ်မှ မကြွသေးဘဲ ဗောဓိပင်ရဲ့ အနီးဝန်းကျင်မှာ ခုနစ်ပတ် သီတင်းသုံးတော်မူ။ ၈ ရက် မြောက်မှာ ပလ္လင်ရဲ့ အရှေ့မြောက်ထောင့် အရပ်၌ ရပ်ပြီး အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကို ရတော်မူတဲ့ နေရာကို မျက်လုံးတော် မမှိတ်ဘဲ ကြည့်ရှုခြင်း။

စင်္ကမ ၇ ရက် (တတိယ သတ္တာဟ)

ပလ္လင်တော် (ဗောဓိပင်)နှင့် အနိမိသအကြားမှာ အရှေ့မှ အနောက် အနောက်မှ အရှေ့သို့ စင်္ကြန်လျှောက်ပြီး ဖလသမာ ပတ်ဝင်စားတာ ၇ ရက်။ ဖြစ်ရပ် အထူးမရှိ။

ရတနာဃရ ၇ ရက် (စတုတ္ထ သတ္တာဟ)

ဗောဓိပင်ရဲ့ အနောက်မြောက်ထောင့်။ ရတနာအိမ်ဆိုပေမဲ့ ပကတိ ရတနာတွေနဲ့ ဆောက်တဲ့ အိမ် မဟုတ်။ နတ်ဗြဟ္မာတို့ ဖန်ဆင်းတဲ့ အိမ်။ အဘိဓမ္မာ ၇ ကျမ်း ဆင်ခြင်။ ပဋ္ဌာန်းကျမ်းစဉ် ရောင်ခြည် ၆ မျိုးလွှတ်။ ယင်း ရောင်ခြည် ခြောက်မျိုးကို တင်စားပြီး သာသနာ့အလံ တီထွင်။

အဇပါလ ၇ ရက် (ပဉ္စမ သတ္တာဟ)

အဇပါလညောင်ပင်။ ဗောဓိပင်ရဲ့ အရှေ့ဖက်မှာရှိ။ ဆိတ်ကျောင်းသားတွေ အရိပ်ခို နေထိုင်ကြလို့ (ဝိ-ဋ္ဌ ၃၊ ၂၃၉)၊ ဝေဒကျမ်းကိုမရွတ် ဖတ်နိုင်တဲ့ ပုဏ္ဏားအိုတို့ နေအိမ်ပြု၍ နေထိုင်ရာ ဖြစ်လို့၊ နေ့လယ်အချိန် ဆိတ်တို့အား အရိပ်ဖြင့် စောင့်ရှောက်လို့ အဇပါလ ညောင်ပင်ခေါ် (ဥဒါန-ဋ္ဌ၊ ၄၇)။

ဒုက္ကရအကျင့်ကို ခြောက်နှစ်ကြာ ကျင့်နေတော်မူစဉ် ဗုဒ္ဓလောင်းလျာအား အရိပ်အာဝါသ ရရှိစေရန် ဆိတ်ကျောင်းသား လူငယ်တစ်ဦးက ဒီညောင်ပင်ကို စိုက်ပျိုးခဲ့တယ် (S. Beal, *Romantic Legend of the Buddha*, p. 238)။ မြန်မာပညာရှိတို့က 'ဆိတ်ကျောင်းညောင်ပင်' လို့ ခေါ်။

အဇပါလနိဂြောဓ (ဆိတ်ကျောင်းညောင်ပင်) ဘယ်မှာရှိသလဲ ..

အဇပါလညောင်ပင်ဟာ ဥရုဝေလာ(ရွာ) အနီးရှိ နေရဉ္ဇရာမြစ်ကမ်း အနီးမှာရှိတယ် (ဥဒါန၊ ၈၀)။ ဗုဒ္ဓဖြစ်မဲ့နေ့က လောင်းလျာဟာ (ဥရုဝေလာရွာ အနီးရှိ) ခင်တန်း သို့မဟုတ် တောအုပ်မှာ နေ့သန့်စင်ပြီး ညနေချမ်းအချိန်မှာ ဗောဓိမဏ္ဍိုင်သို့ ကြွတော်မူတယ် (မ-ဋ္ဌ ၂၊ ၈၈)။ ဗုဒ္ဓဖြစ်ပြီးနောက်လည်း ဥရုဝေလရွာကို အမှီပြုပြီး သီတင်းသုံးတော်မူသေးတယ် (သံ-ဋ္ဌ ၁၊ ၁၅၅)။ ဒါကြောင့် ငါးခုမြောက် ရက်သတ္တပတ် စံနေတော်မူရာ အဇပါလညောင်ပင်ဟာ ဥရုဝေလာရွာ အနီးရှိ နေရဉ္ဇရာမြစ်ကမ်း အနီးမှာရှိတယ်။

ဆဋ္ဌသတ္တာဟ (မုစလိန္ဒ) ဗောဓိပင်ရဲ့ အရှေ့တောင်။

သတ္တမသတ္တာဟ (ရာဇာယတန)

ဗောဓိပင်ရဲ့ တောင်ဘက်။ သတ္တမသတ္တာဟကို လင်းလွန်းပင် အောက်မှာ စံနေစဉ် သိကြားမင်း လှူဒါန်းတဲ့ ဒန်ပူနဲ့ ဆေးဖန်ခါးသီး တွေကို သုံးဆောင်၊ ခံတွင်းကို ဆေးကြောပြီး နတ်မင်းကြီးလေးပါး လှူဒါန်းတဲ့ သပိတ်နဲ့ တပုဿ ဘလ္လိကတို့ရဲ့ ဆွမ်းကို ဘုဉ်းပေး။ **အဲဒီနောက် အဇပါလညောင်ပင်သို့ တစ်ဖန် ပြန်ကြွတော်မူတယ်** (ဝိ ၃၊ ၅။ သံ ၁၊ ၁၃၈၊ သံ-ဋ္ဌ ၁၊ ၁၇၉)။ ဒုတိယ အကြိမ် ပြန်ကြွတာ ၈ ပတ်မြောက်မှာ။

အဇပါလမှာ ဘယ်နှစ်ကြိမ်

သုဇာတာ သတို့သမီး လှူဒါန်းတဲ့ နို့ဃနာဆွမ်းကို ခံယူခါနီး တစ်ကြိမ် (ဗုဒ္ဓဝံသ၊ ၃၁၁)၊ ပဌမသတ္တာဟ စံနေတော်မူခြင်း တစ်ကြိမ် (ဥဒါန၊ ၈၀)၊ ရှစ်ပတ်မြောက်မှာ တစ်ကြိမ် (ဝိ ၃၊ ၅)။ **အဇပါလပညောင်ပင်မှာ** ဘုရား မဖြစ်မီ တစ်ကြိမ်၊ ဘုရားဖြစ်ပြီး ၂ ကြိမ်၊ ၃ ကြိမ် သီတင်းသုံး။ သုဇာတာရဲ့ ဃနာနို့ဆွမ်း အလှူခံတဲ့ အဇပါလနဲ့ ပဋ္ဌမသတ္တာဟ စံနေတဲ့ အဇပါလဟာ အတူတူ။ ဒီကမှ တစ်ဆင့် ၈ ပတ် မြောက်ခန့်မှာ ပဋ္ဌဝဂ္ဂီ ငါးပါးကို တရားဟောဖို့ ဗာရာဏသီကို ကြွတော်မူတာ ဖြစ်နိုင်တယ်။

ပဋ္ဌမသတ္တာဟ အတွင်း

ဟုံဟုံကပုဏ္ဏားနဲ့ တွေ့တာ (ဝိ ၃၊ ၃။ ဥဒါန၊ ၈၀)၊ ခေါင်းပါးတဲ့ အကျင့်ကို စွန့်လို့ မြတ်ဗုဒ္ဓကို ဘုရား မဖြစ်သေးဘူးလို့ မာရ်နတ် လာပြောတာဟာ (သံ ၁၊ ၁၀၄)၊ မြတ်စွာဘုရားကို အရှုံးပေးကြောင်း မာရ်နတ် လာလျှောက်တာ (သံ ၁၊ ၁၂၄)၊ မာရ်နတ်ရဲ့ သမီးတွေ လာပြီး ဖြားယောင်းတာ (ဇာ-ဋ္ဌ ၁၊ ၉၁)တွေက ပဋ္ဌမသတ္တာဟမှာပါ။

အဇပါလမှာ ရှစ်ပတ်မြောက် သီတင်းသုံးစဉ် သဟမ္ပတိဗြဟ္မာက လောကကို တရားဟောဖို့ တောင်းပန်တယ် (ဝိ ၃၊ ၅)။ ဒါ့အပြင် သတိပဋ္ဌာန် လေးပါးကို ဆင်ခြင်တာ (သံ ၃၊ ၁၄၅၊ ၁၆၁)၊ ရှိခိုးခံထိုက်တဲ့ တရား လေးပါးကို ဆင်ခြင်တာ (အံ ၁၊ ၃၃၀)၊ မာရ်နတ်က မြတ်စွာဘုရားကို ပရိနိဗ္ဗာန်စံဖို့ လာလျှောက်တာ (ဒီ ၂၊ ၉၄)တွေလည်း **အဇပါလနိဂြောဓမူလေ** ဆိုတဲ့ ပါဠိတော် စာသွားအရ အဋ္ဌမသတ္တာဟမှာ ဖြစ်နိုင်တယ်။

ညောင်နှစ်ပင်

မြတ်ဗုဒ္ဓ ဗောဓိဉာဏ်ကို ရတော်မူတဲ့ မဟာဗောဓိပင်လည်း ဥရုဝေလာ (အရပ်)ရှိ နေရဉ္ဇရာမြစ်ကမ်း အနီးမှာပဲ ရှိတယ် (ဝိ ၃၊ ၁)။ ဗုဒ္ဓလောင်းလျာဟာ အဇပါလညောင်ပင်အောက်မှာ သုဇာတာရဲ့ ဆွမ်းကို အလှူခံ (ဗုဒ္ဓဝံသ၊ ၃၁၁)၊ အဲဒီနေ့ နေရဉ္ဇရာမြစ်မှာ ရေချိုး၊ ဆွမ်းဘုဉ်းပေး၊ ရွှေခွက်ကို မြစ်ထဲမျှော၊ ထို့နောက် (အနီးရှိ) ခင်တန်း သို့မဟုတ် တောအုပ်မှာ နေ့သန့်စင်ပြီး ညနေချမ်းအချိန်မှာ ဗောဓိမဏ္ဍိုင် (သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကိုရမဲ့ ညောင်ပင်) ရှိရာသို့ ကြွတော်မူတယ် (မ-ဋ္ဌ ၂၊ ၈၈)။

> 'ဥရုဝေလာသည် မဟာဗောဓိမှ အရှေ့ဘက်အနီး နေရဉ္ဇရာမြစ်ရှိရာ ၎င်းနေရဉ္ဇရာမြစ်၏ အရှေ့ဖက်ကမ်းမှာ တည်ရှိသည် (တောင်ပေါက်ဆရာတော်၊ ဗုဒ္ဓသာသနိကပထဝီဝင်၊ တိနိရိုက်၊ စာ-၁၁၆)'။

ဒီစာအရ အဇပါလညောင်ပင်၊ ဥရုဝေလတော၊ ဥရုဝေလရွာတွေဟာ နေရဉ္ဇရာမြစ်ရဲ့ အရှေ့ဘက် ကမ်းမှာ တည်ရှိပြီး ထိုကျမ်းပါ မြေပုံအရ မဟာဗောဓိနှင့် တစ်ဖက် တစ်ကမ်းစီ ဖြစ်ဖွယ်ရှိ။

ဟုံဟုံကနှင့် တွေ့ခြင်း

ဗောဓိပင်အနီး ၄ ပတ် သီတင်းသုံးပြီးနောက် မလုမ်းမကမ်းမှာ ဖြစ်ဖွယ်ရှိတဲ့ အဇပါလညောင်ပင် အောက်ကို ကြွပြီး ၇ ရက် သီတင်းသုံး။ အရဟတ္တဖလ သမာပတ်ချမ်းသာနှင့် သီတင်းသုံးနေခြင်း။

တမှာ သမာဓိမှာ = အရဟတ္တဖိုလ် သမာပတ်ကို ကာလ အပိုင်းအခြားနဲ့ ဝင်စားပြီး သမာပတ်မှ ထချိန်မှာ ဟုံဟုံကနှင့် တွေ့။ သမာပတ်ကို တစ်ချိန်လုံး ဝင်စားနေတာ မဟုတ်။ သမာပတ်မှ ထချိန်ရှိ။

ဟုံဟုံက = ဒိဋ္ဌမင်္ဂလိက = မြင်တွေ့တာကို မင်္ဂလာလို့ ပြောဆိုလေ့ရှိသူ။ နိမိတ် တဘောင် စသည်ကို ယုံကြည်သူ။ ဇာတ်မြင့်မာန ထန်ပြင်းသူ။ ဇာတ်နိမ့်သူကို တွေ့ရင် 'ဟုံဟုံ'လို့ ဆိုလေ့ရှိသူ။

ဂေါတမ = ဥရုဝေလာမှာ ၆ နှစ် သီတင်းသုံးနေပြီး ဖြစ်လို့ ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ထံမှ ဗုဒ္ဓရဲ့ ဂေါတမ အနွယ်ကို ကြားဖူး။ သမဏ ဂေါတမလို့ အဲဒီ ဒေသတစ်ခွင်မှာ ထင်ရှားနေလို့။ မြတ်ဗုဒ္ဓနှင့် ယခင်က တွေ့ဖူး၊ ပြောဆိုဖူး။

မေးခွန်း = အဘယ်တရားဖြင့် ဗြာဟ္မဏခေါ် သူမြတ်စစ် ဖြစ်နိုင်သနည်း။
သူမြတ်ဖြစ်အောင် ပြုသော တရားများကား အဘယ်ပါနည်း။

ဥဒါနေသိ = ဒီပုဏ္ဏားကို တရားဟောတာ မဟုတ်။ အဖြေကို သိတော်မူတဲ့အတွက် ဥဒါန်းကျူးတာ။ ဟုံဟုံကသည် သစ္စာတရားကို သိနိုင်မည့်သူ မဟုတ်လို့ ဘုရားရဲ့ စကားသံကို ကြားရပေမဲ့ တရားထူး မရ။ ဓမ္မစကြာတရားမဟောမီ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ တရားသံ(စကားသံ)ကို နာရ(ကြားရ)တဲ့ တပုဿ၊ ဘလ္လိက တို့ကို သရဏဂုံ ဆောက်တည်စေတာလည်း ထိုအတူ။ ဝါသနာဘာဂိယမျှသာ ဖြစ်နိုင်။

ဗြာဟ္မဏဖြစ်ကြောင်း တရား ၇-ပါး

မကောင်းမှုကို အပပြုပြီးဖြစ်ခြင်း၊ ထို့ကြောင့် တဟုန်းဟုန်း မာန်မူ ကင်းစင်ခြင်း၊ ကိလေသာဖန်ရည် တပ်စွန်းမှု မရှိခြင်း၊ သီလဖြင့် ကိုယ်နှုတ်နှလုံးကို စောင့်ထိန်းခြင်း၊ အရဟတ္တဖိုလ် (သို့မဟုတ် နိဗ္ဗာန်) သို့ ရောက်ပြီးဖြစ်ခြင်း၊ ထို့ကြောင့် မဂ်တည်းဟူသော အကျင့်မြတ်ကို ကျင့်သုံးပြီးဖြစ်ခြင်း၊ ထို့ကြောင့် **ဥဿဒခုနစ်မျိုး** တရားဆိုး မရှိခြင်း။ (ဧကာရမ္မဏောပိ ဣမေ ဥဿဒါ နတ္ထိ။ ဥဒါန-ဋ္ဌ၊ ၅၀)။

ဇာတ်စသည်ကြောင့် ဗြဟ္မဏ မဖြစ်နိုင်။

မကောင်းပယ်ကွင်း ဟုန်းဟုန်းကင်း တပ်ခြင်း မရှိပြီ။

သီလစောင့်ရှောက် နိဗ္ဗာန်ရောက် မဂ်ပေါက်ဖိုလ်ဝင်ပြီ။

ဥဿဒဆိုး တရားမျိုး ပယ်ချိုးအောင်နိုင်ပြီ။

ဥဿဒ ၇ ပါး = သံသရာတိုးပွားကြောင်း တရား။ ရာဂုဿဒ၊ ဒေါသုဿဒ၊ မောဟုဿဒ၊ မာနုဿဒ၊ ဒိဋ္ဌုဿဒ၊ ကိလေသုဿဒ၊ ကမ္မုဿဒ (မဟာနိ၊ ၅၅)။

၅။ ဗြဟ္မဏသုတ်

သာဝတ္ထိ = သဝတ္ထုရသော့နေရာမှာ မြို့တည်လို့။ အတွင်းအပ လူသုံးကုန်ပစ္စည်းတွေ လိုရာ ရနိုင်လို့။
ဇေတဝန = ဇေတမင်းသား (ဥယျာဉ်ရဲ့ ယခင်ပိုင်ရှင်)ရဲ့ ဥယျာဉ်။ မြေရောင်းရငွေ ၁၈ ကုဋေဖြင့် ဆောက်လုပ်တဲ့ ပြဿာဒ်နှင့်တကွ အဝင်တံခါးမုခ်၊ သစ်ပင်စသည် အလှူရှင်။
အနာထပိဏ္ဍိက = အမည်ရင်း သုဒတ္တ။ ဥယျာဉ်ရဲ့ ဒုတိယ ပိုင်ရှင်။ တန်ဖိုး ၅၄ ကုဋေ အလှူရှင်။ ကောင်းမှုပြုလိုသူ နောင်လာ နောင်သားတို့ အတုယူနိုင်စေရန် အလှူရှင် ၂ ဦးလုံးရဲ့ အမည်ကို အရှင်အာနန္ဒာမထေရ်က မှတ်တမ်းတမ်းတင် ခေါ်ဝေါ်ခဲ့။

အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန် = မြတ်ဗုဒ္ဓ ရာဇဂြိုဟ်ရောက်ပြီး ဝေဠုဝန်မှာ သီတင်းသုံးစဉ် လဝက်ခန့် အကြာမှာ ဧဟိဘိက္ခု ရဟန်းဖြစ်။ **အရှင်မဟာကဿပ =** အဂ္ဂသာဝက ၂ ပါးနောက် မကြာမီ ဩဝါဒပဋိဂ္ဂဟဏ ရဟန်းဖြစ်။ ဤသုံးပါးလုံး ပဥ္စဝဂ္ဂီ၊ ယသနှင့် သူငယ်ချင်း မိတ်ဆွေ ရဟန္တာ ၅၅။ ဘဒ္ဒဝဂ္ဂီ ၃၀၊ ရသေ့ညီနောင် ၁၀၀၀ တို့ထက် နောက်ကျပြီး သာသနာ့ဘောင် ဝင်ရောက်။
မဟာကစ္စာန = ဥဇ္ဇေနီမြို့သား၊ ရဟန်း ဖြစ်ချိန်ကို မခန့်မှန်းနိုင်။ ဘုရားပွင့်ပြီး မကြာမီလို့တော့ ဆိုနိုင်။ **အရှင်မဟာကောဋ္ဌိက (**သာဝတ္ထိမြို့ သူဌေးသား)၊ **အရှင်မဟာကပ္ပိန** (ကုက္ကုဋဝတီမြို့ မင်းသား) တို့လည်း ဘုရား ဇေတဝန်မှာ သီတင်းသုံးပြီးမှ ရဟန်းပြု။ **မဟာစုန္ဒ** (ဝင်္ဂန္တပုဏ္ဏားနှင့် ရူပသာရီတို့ရဲ့သား၊ အရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ ညီ)၊ **အရှင်ရေဝတမထေရ်** (ခဒိရဝနိက၊ အရှင်သာရိရဲ့ ညီအငယ်ဆုံး)။ ဤမထေရ် ငါးပါးလုံး **အရှင်အနုရုဒ္ဓါ**၊ **အရှင်နန္ဒ**တို့ထက် ရဟန်းသိက္ခာ ငယ်ဖွယ်ရှိ။

ဧတေ ဘိက္ခဝေ ဗြဟ္မဏာ အာဂစ္ဆန္တိ = သီလ သမာဓိ ပညာ စတဲ့ဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊ အလွန် တည်ငြိမ်အေးချမ်းခြင်း၊ လွန်ကဲသည့် ရဟန်းသွင်ပြင်နှင့် ပြည့်စုံခြင်းတို့ကြောင့် ကြည်ညိုစိတ်ဖြင့် ဂုဏ်ထူးကိုချီးမွမ်းလို၍ နှစ်ကြိမ် အာမေဍိတ်သံ ပြုတော်မူ။

ဗြဟ္မဏဇာတိကော = ပြည့်စုံ ကြွယ်ဝတဲ့ ဗြဟ္မဏမျိုးမှ မွေးလာသူ။ 'ဗြာဟ္မဏမျိုး မိဘနှစ်ပါးမှ မွေးဖွားခြင်း၊ ဗြာဟ္မဏသိက္ခာတင်ခြင်းဖြင့်သာ ဗြာဟ္မဏဖြစ်နိုင်၊ အခြားနည်းဖြင့် မဖြစ်နိုင်'လို့ သိထား။ ဗုဒ္ဓက ထိုအရှင်တွေကို ဗြာဟ္မဏလို့ ခေါ်တဲ့အခါ 'ဗြာဟ္မဏ ဖြစ်နိုင်တဲ့ အခြားအကြောင်း ရှိသေးလား'လို့ မေးလိုတဲ့ ဆန္ဒဖြစ်။ အဲဒီလို မေးလာမှာကို သိလို့ ဗုဒ္ဓက ယင်းသို့ ခေါ်တော်မူ။

သဒါ သတာ = သတိကို ပွားများပြီးဖြစ်၍ အာရုံ ၆ ပါးတို့၌ သတိမြဲလျက် ဣရိယာပုထ် ၄ ပါးလုံးဖြင့် နေသူ။
ဗုဒ္ဓါ = သစ္စာ ၄ ပါးကို သိသူ။ သုတဗုဒ္ဓ၊ သာဝကဗုဒ္ဓ၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ။ ဤ၌ သာဝကဗုဒ္ဓကို ယူ။

ဒေသနာဝိလာသ = ဒေသနာ လှပစေလိုခြင်း။ နှစ်သုတ်လုံး ရဟန္တာကို ဗြာဟ္မဏခေါ်ကြောင်း ဟော။

Zoom Meeting ID: 835 1514 9210

Passcode: metta