လက်ဦးရှုဖွယ်

****

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ကြီး ရေးသားထား, ဟောကြားထားတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ပါဠိနိဿယစာအုပ်၊ မဟာသတိပဋ္ဌာန်တရားတော် (အကျဉ်း ၄-ပိုင်း) စာအုပ်၊ ဝေဒနာနုပဿနာတရားတော်စာအုပ်၊ ဓာတ်ဖျင်တရားတော်စာအုပ်၊ သစ္စာလေးပါး တရားတော်စာအုပ်တွေကို ဖတ်ရှုဖူးပါတယ်။ ကာယာနုပဿနာပိုင်းစာအုပ်ကို မတွေ့ဖူး သေး၊ မဖတ်ဖူးသေးပါ၊ ဖတ်ချင်လှပါတယ်။ စိတ္တာနုပဿနာနှင့် ဓမ္မာနုပဿနာ (နီဝရဏပိုင်း၊ ခန္ဓာပိုင်း၊ အာယတနပိုင်း) တို့ကိုတော့ အခုပဲ ဖတ်ခွင့်ရပါတယ်။ မဟာစည်ဆရာတော်ကြီးရဲ့ အခြားအခြား ဟောတရားစာအုပ်၊ ရေးတရားစာအုပ်တွေမှာလည်း သတိပဋ္ဌာနသုတ်နဲ့ စပ်ပြီး ဟောကြားရေးသားထားတာတွေကို ဖတ်ရှုရပါတယ်၊ အင်မတန်မှ ဖတ်လို့ မှတ်လို့ ကောင်း လှပါတယ်။

ဒီ စိတ္တာနုပဿနာနှင့် ဓမ္မာနုပဿနာ (၃)ပိုင်း တရားစာအုပ်မှာလည်း ဖတ်လို့ မှတ်လို့ ကောင်းတဲ့ အချက်တွေ ပြည့်နက်လို့ နေပါတယ်။ ထိပ်တန်းက ပရိယတ်၊ ပဋိပတ် အရည်အသွေးတွေကို ဒီစာအုပ်ကလည်း ကောင်းကောင်းကြီး သိသာပေါ်လွင်စေပါတယ်။ ဖတ်ရင်း ဖတ်ရင်း ဤလက်ဦးရှုဖွယ်ရေးသူ သာမဏေကျော်ရဲ့ ရင်ထဲမှာ အထူးပဲစွဲငြိသွား စေတဲ့ အချက်အချို့ကိုပဲ ထုတ်နုတ်ဖော်ပြပါမယ်။

<u>စိတ္တာနုပဿနာပိုင်းမှ ရွေးဦးစွာ ထုတ်နုတ်ပြပါမယ်။</u>

၁။ ဝိတရာဂစိတ်အရမှာ ဒေါသစိတ်၊ မောဟစိတ်တို့ ဘာလို့ မပါရတာလဲ။ (စာမျက်နှာ ၄-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၂။ ရူပစိတ်ဟာ အောက်တန်းစိတ် ဖြစ်နိုင်ပါသလား။ (စာမျက်နှာ ၃-မှာ အဖြေ ပေးထားပါ တယ်။)

၃။ အဋ္ဌကထာ ဖွင့်တဲ့အတိုင်း ဂဏန်းသင်္ချာနဲ့ ရှုရင် စိတ္တာနုပဿနာ ဖြစ်ပါသလား။ စေတောပရိယ အဘိညာဉ် ရနိုင်ပါသလား။ (စာမျက်နှာ ၄-၅ မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၄။ စိတ္တာနုပဿနာနဲ့ စေတောပရိယ အဘိညာဉ်မှာ ဘုရားဟော ပါဠိတွေနဲ့ အဋ္ဌကထာ အဖွင့်တွေ တူနေကြပါလျက် စိတ်သိပုံချင်းက ဘယ်လိုခြားနားနေပါသလဲ။ (စာမျက်နှာ ၆-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၅။ လက်နက်အထူးအဆန်းတွေ ထုတ်လုပ်နေတာ ဉာဏ်လား၊ မောဟလား။ (စာမျက်နှာ ၉-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၆။ ဗဟိဒ္ဓစိတ္တာနုပဿနာမှာ ပစ္စက္ခလား၊ အနုမာနလား။ (စာမျက်နှာ ၁၄-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၇။ စိတ်ကလေး မရှိဘူးမှန်းသိရင် သောတာပန်တောင် ဖြစ်လာပြီတဲ့၊ ဟုတ် မဟုတ်ကို စာမျက်နှာ ၁၆-မှာ ရှင်းပြထားပါတယ်။

၈။ စိတ်ကလေးကို ကိုယ်ထားလိုရာမှာပဲ ထားနိုင်ဖို့ရာ ဘယ်ဉာဏ်ရောက်ရမှာပါလဲ။ (စာမျက် နှာ ၂၀-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၉။ မာတိကာဒကာမကြီးအား ကာယဂတာသတိကမ္မဋ္ဌာန်းရင်လည်း ပြောပါလိမ့်မယ်တဲ့။ (စာမျက်နှာ ၂၃-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၁၀။ ရှေးတုန်းက ဝါကျွတ်အခါ ကန်တော့တော့ လှူဒါန်းစရာတွေ ပါပါသလား။ (စာမျက်နှာ ၂၅-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၁၁။ ကားနောက် လှည့်လိုက်ရသလိုတဲ့၊ ပုလိပ်နဲ့ သူခိုးလိုတဲ့၊ ဘာတွေကို ဆိုလိုတာပါလဲ။ (စာမျက်နှာ ၂၉-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

<u>ဓမ္မာနုပဿနာ နီဝရဏပိုင်းမှ ထုတ်နုတ်ပြပါဦးမယ်။</u>

၁။ ဓမ္မာနုပဿနာမှ ဓမ္မဆိုတာ ဘာပါလဲ၊ ဓမ္မနဲ့ အနတ္တက တူပါသလား။ (စာမျက်နှာ ၄၁-၄၂ မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၂။ ကာမစ္ဆန္ဒအရ လောဘဟူသမျှ အဘိဓမ္မာက ယူထားတယ်တဲ့။ (စာမျက်နှာ ၇၆-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၃။ ဒေါသနဲ့ စကားပြောမိရင် ဘယ်လို လုပ်သင့်ပါသလဲ။ (စာမျက်နှာ ၈၃-၈၄ မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၄။ ဘုရားရှင် အိပ်တာဟာ ထိနမိဒ္ဓပါလား။ (စာမျက်နှာ ၁၁၂-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၅။ ပျင်းရိတာကို ဘယ်ဉာဏ်မှာ လွန်မြောက်နိုင်ပါသလဲ။ (စာမျက်နှာ ၁၂၂-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၆။ ရော်ဘာလို တရားက ဘာပါလဲ။ (စာမျက်နှာ ၁၂၆-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၇။ ဝိပဿနာကို အာပတ်ပေမဲ့ အာဝိကရဏပြုထားရင် သမာဓိဉာဏ်တွေကို ရနိုင်ပါသလား။ (စာမျက်နှာ ၁၃၉-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၈။ ကုစားလို့ မရတဲ့ ကံကြီး (၆)ခုက ဘာတွေပါလဲ။ (စာမျက်နှာ ၁၄၀-မှာ အဖြေ ပေးထားပါ တယ်)

၉။ သတိပဋ္ဌာန်ကို သောတာပန်တွေမှ အားထုတ်ရတာပါလား။ အကိုးအကား ပြနိုင်ပါ သလား။ (စာမျက်နှာ ၁၅၈-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၁၀။ ကိုယ့်ရဲ့ အဝိုးတန်ပစ္စည်းကို သူခိုးက တိတ်တဆိတ် ခိုးယူသွားတာကို မသိဘဲ ရှိတယ် ထင်နေသူလိုပါပဲတဲ့၊ ဘာကို ဆိုလိုပါသလဲ။ (စာမျက်နှာ ၁၆၇-မှာ အဖြေ ပေးထားပါ တယ်)

၁၁။ အဝေးက ဝင်းထရံကို ကြည့်နေသလိုပဲတဲ့၊ ဘာကို ဆိုလိုပါသလဲ။ (စာမျက်နှာ ၁၇၂-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

<u>ဓမ္မာနုပဿနာ ခန္ဓာပိုင်းမှ ထုတ်နုတ်ပြပါဦးမယ်။</u>

၁။ သောတာပန် ဖြစ်သွားရင် အမှိ(၁)ခုပဲ ရှိတော့တယ်တဲ့၊ ဘယ်လို အမှိပါလိမ့်။ (စာမျက်နှာ ၂၀၀-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၂။ ရုပ် (၂၈)ပါးထဲက ဝိပဿနာ ရှုလို့ရတဲ့ ရုပ်၊ မရတဲ့ ရုပ်တွေက ဘာတွေပါလဲ။ (စာမျက်နှာ ၂၀၁-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၃။ ပေါ့တာ လေးတာက ဘာဓာတ်ပါလဲ။ (စာမျက်နှာ ၂၂၁-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၄။ မလိမ်မာတဲ့ နွားမလို ဟိုမရောက် ဒီမရောက် မဖြစ်ပါစေနဲ့တဲ့၊ ဘာကို ဆိုလိုပါသလဲ။ (စာမျက်နှာ ၂၄၂-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၅။ ဂဏန်းတွေတွက်ရင် ဂဏန်းပဲ သိမှာပေါ့။ ကိုယ်ထဲက ဟာတွေ ဘယ်သိလိမ့်မှာတုံး။ (စာမျက်နှာ ၂၅၃-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၆။ ဂဏန်းတွေ တယ်လည်း စိတ်မဝင်စားဘူးတဲ့။ (စာမျက်နှာ ၂၆၈-မှာ အဖြေပေးထားပါ တယ်)

၇။ ဘဝင်စိတ်တွေက ဘယ်ဉာဏ်ရောက်မှ ထင်ပေါ်ပါသလဲ။ (စာမျက်နှာ ၂၇၉- မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၈။ မျက်စိတစ်မှိတ်ခန့်အတွင်း စိတ်ပေါင်း ကုဋေတစ်သိန်းတောင် ဖြစ်တယ်တဲ့၊ များလွန်း မနေဘူးလားတဲ့။ (စာမျက်နှာ ၂၈၂-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၉။ ဝီထိစိတ်အစဉ်မှာ စိတ်တစ်ခုချင်း ဝိပဿနာ လိုက်ရှုလို့တော့ မဖြစ်ဘူး။ (စာမျက်နှာ ၂၉၇-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၁၀။ လောကုတ္တရာတရားတွေကို ဘာကြောင့် ဝိပဿနာ မရှုရတာပါလဲ။ (စာမျက်နှာ ၃၀၁-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၁၁။ အင်မတန် ကြီးကျယ်တဲ့ လက်နက်ကြီးတွေကို လုပ်နေတာ မောဟလား၊ ဉာဏ်လား (စာမျက်နှာ ၃၁၉-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၁၂။ သေတဲ့ စုတိစိတ်ထဲမှာကို ဇီဝိတိန္ဒြေ အသက်က ပါသေးတာလား။ (စာမျက်နှာ ၃၅၇-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၁၃။ မြတ်စွာဘုရားက ဝိပဿနာနဲ့ စပ်ပြီး ဟောတဲ့အခါ သင်္ခါရက္ခန္ဓာကျတော့ ဖဿော၊ စေတနာ၊ မနသိကာရလို့ (၃)ခုလောက်ပဲ ဟောတယ်။ (စာမျက်နှာ ၃၅၉-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၁၄။ ဝိတက်ဆိုတဲ့ သမ္မာသင်္ကပ္ပနဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိဟာ တွဲလျက် ဆက်လျက် ဖြစ်နေတာ။ (စာမျက်နှာ ၃၇၀-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၁၅။ ဉာဏ်က အမှန်ကို သိတယ်၊ မောဟက အမှားကို သိတယ်။ (စာမျက်နှာ ၃၈၁-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၁၆။ အမေ, အဖေ, သား, သမီးကို သတိရတာဟာ သတိလား။ (စာမျက်နှာ ၄၁၃- မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၁၇။ အထူးအားဖြင့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဆီမှာ တတြမဇ္ဈတ္တတာက ပေါ်တတ်တယ်။ သင်္ခါရ ပေက္ခာဉာဏ်မှာတော့ အများဆုံးပေါ့။ (စာမျက်နှာ ၄၂၉-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

<u>ဓမ္မာနုပဿနာ အာယတနပိုင်းမှ ထုတ်နုတ်ပြပါဦးမယ်။</u>

၁။ ဝေနေယျပုဂ္ဂိုလ်တွေကို မှတည်ပြီး ဘုရားက တရားအမျိုးမျိုး ဟောခဲ့ပါတယ်။ (စာမျက်နှာ ၄၅၇-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၂။ သဘောလက္ခဏာဆိုရင် သူ့ရဲ့ အသိုင်းအဝန်းဖြစ်တဲ့ ရသ, ပစ္စုပဋ္ဌာန်တို့လည်း ပါသွား တာပေါ့။ (စာမျက်နှာ ၄၆၀-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၃။ ပုထုဇဉ်နဲ့ သောတာပန်မှာ အမြင်ချင်း ဘယ်လို ကွာခြားနေပါသလဲ။ (စာမျက်နှာ ၅၀၅-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၄။ သုတ်ဒေသနာတွေမှာတော့ သောတာပန်ပယ်တဲ့ သံယောဇဉ် ၃-ပါးပဲ ဟောတယ်တဲ့။ (စာမျက်နှာ ၅၀၇-မှာ အဖြေပေးထားပါတယ်)

၅။ ဗဟိဒ္ဓ ဓမ္မာနုပဿနာမှာ ဆင်ခြင်တာ မဟုတ်ဘဲ တိုက်ရိုက်ရှုသိတာလည်း ရှိတယ်။ (စာမျက်နှာ ၅၁၁-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

၆။ အဖြစ်မျှ သိတဲ့ဉာဏ်၊ အပျက်မျှ သိတဲ့ဉာဏ်၊ အဖြစ်ရော အပျက်ပါ သိတဲ့ဉာဏ်တွေက ဘယ်ဉာဏ်တွေပါလဲ။ (စာမျက်နှာ ၅၁၃-မှာ အဖြေပေး ထားပါတယ်)

၇။ အဖြစ်-အပျက် လက္ခဏာက ခန္ဓာနဲ့ ပြောရင် (၅၀)၊ အာယတနနဲ့ ပြောရင် (၁၂၀)။ (စာမျက်နှာ ၅၁၄-မှာ အဖြေ ပေးထားပါတယ်)

အဘိဓမ္မာသဘောတွေ, သရုပ်တွေကို ဝိပဿနာအလုပ်နဲ့ ယှဉ်စပ်တွဲပြနိုင်တဲ့ မဟာစည်ဆရာတော်ကြီးရဲ့ အရည်အသွေးဟာ ဘယ်လောက် အံ့သြစရာ, အားရစရာ ကောင်းသလဲလို့ သိချင်ရင် ဒီစာအုပ်ကို ဖတ်ကြည့်ပါလို့ပဲ တိုက်တွန်းပါရစေ။

သာမဏေကျော်

(အရှင်ဓမ္မိကာလင်္ကာရာဘိဝံသ)

၁၃၇၉ ခုနှစ်၊ တန်ခူးလဆန်း (၁၂)ရက်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့

၂၈၊ ၃၊ ၂၀၁၈