

ရှေးပညာရှိကြီးများ
စီမံ
ရေးသားထားအပ်သော



www.hendryusofzai@gmail.com

ကမ္ဘာ့အသံအသွယ်

မာတိကာ။

ဦးစေ့	အကြောင်းအရာ။	စာမျက်နှာ။
၁။	သားကောင်းရတနာရအောင်ပြုလုပ်နည်း	၁။
၂။	ပဋိသန္ဓေတည်ပုံအကြောင်း။	၂။
၃။	မိန်းမတို့ သားမွေးရပုံ	၃။
၄။	ပဋိသန္ဓေဖြစ်ခြင်း၏အကြောင်း	၄။
၅။	ကိုယ်ဝန်ယူပုံ အမျိုးမျိုး	၈။
၆။	ပဋိသန္ဓေ လေးမျိုး။	၁၀။
၇။	မိန်းမဟု သိခြင်းအကြောင်း	၁၂။
၈။	မိန်းမတို့ စိတ်သဘော	၁၃။
၉။	မိန်းမတို့ အပြစ်ခြောက်ပါး	၁၄။
၁၀။	မိန်းမကောင်းလက္ခဏာ ငါးဖြာ	၁၄။
၁၁။	မိန်းမတို့ကောင်းခြင်း(၆၄)ရပ်	၁၄။
၁၂။	မယားအပြား ၇-ပါး	၂၀။
၁၃။	ဇွဲထိန်းမိန်းမတို့အပြစ်	၂၁။
၁၄။	မယားကျင့်ဝတ်ငါးပါး	၂၂။
၁၅။	သားသွီးတို့ ကျင့်ဝတ်ငါးပါး	၂၃။
၁၆။	မိန်းမမြတ်တို့ ကျင့်ဝတ်	၂၄။
၁၇။	မိန်းမတို့ ကျင့်ထုံး ၁၀-မျက်	၂၅။
၁၈။	မိန်းမတို့ ဓမ္မတာ	၂၇။
၁၉။	အမျိုးဘဝ	၃၀။
၂၀။	ရှောင်ကြဉ်အပ်သောမိန်းမများ	၃၃။
၂၁။	မပေါင်းအပ်သော မိန်းမများ	၃၃။
၂၂။	မိန်းမတို့၏ အမျိုးအစား	၃၄။

ဦးရေ။	အကြောင်းအရာ။	စာမျက်နှာ။
၂၃။	မိန်းမတို့၏ ဥတုရာသီ	၃၉။
၂၄။	မိန်းမတို့၏ အလိုဆန္ဒ	၄၀။
၂၅။	မိန်းမမျိုးနှင့် အလိုဆန္ဒ	၄၀။
၂၆။	မိန်းမတို့၏ အင်္ဂါသဏ္ဌာန်ပြခြင်း	၄၂။
၂၇။	မိန်းမမျိုးနှင့်ယုတ်၊မြတ်၊သောလက္ခဏာ	၄၂။
၂၈။	မိန်းမအမျိုးအစားနှင့်ပေါင်းသင်းဝံ့နည်း	၄၂။
၂၉။	ဣတ္ထိယလက္ခဏာကိုပြခြင်း	၄၇။
၃၀။	မိန်းမတို့၏ ရောဂစိတ်နှင့် တည်ရာရက်	၅၃။
၃၁။	နွေအလိုက် မိန်းမတို့၏ရောဂစိတ်တည်ပုံ.....	၅၅။
၃၂။	မိန်းမတို့၏ မာယာလေးဆယ်	၅၆။
၃၃။	မိန်းမမြတ်တို့၏ လက္ခဏာ	၅၈။
၃၄။	မိန်းမကောင်းတို့၏ ကျင့်ဝတ်	၅၈။
၃၅။	မိန်းမတို့၏ ဖျက်ဆီးခြင်း ၂၅-ပါး	၅၉။
၃၆။	မိန်းမတို့၏ ကြံ့ခိုင် လက္ခဏာများ	၆၀။
၃၇။	မိန်းမတို့သာခံစားရသောဆင်းရဲခြင်းငါးပါး	၆၄။
၃၈။	မိန်းမတို့၏ အရွယ်အစားစား	၆၅။
၃၉။	ယောကျ်ားတို့၏ အမျိုးဇာတ်	၆၆။
၄၀။	ယောကျ်ားမြတ်တို့၏ လက္ခဏာ	၇၁။
၄၁။	ယောကျ်ားတို့၏ အကျိုးအပြစ်	၇၄။
၄၂။	အချိန်ကာလနှင့် ကာမစပ်ယွက်ခြင်း	၇၅။
၄၃။	ရာသီဥတုနှင့် သံဝါသပြုမှု	၇၇။
၄၄။	ပုဂ္ဂိုလ်လိင်၏ အကျိုးအပြစ်	၇၉။

ဦးရေ။	အကြောင်းအရာ။	စာမျက်နှာ။
၄၅။	ရှောင်အပ်သော ယောက်ျားငါးမျိုး ၇၉
၄၆။	မင်္ဂလာနေ့ထပ်အဟော ၈၀
၄၇။	ထူးမျိုးတို့၏ စရိုက် ၆-မျိုး ၈၂
၄၈။	ထူးမျိုးဘဝ ၈၆
၄၉။	လင်မယားဘဝ ၉၂

.....၀.....

မင်္ဂလာ

- ၁။ ဒိဋ္ဌမင်္ဂလာ။ ။ မျက်စိ ထဲမှာ မြင်ရသူ၏ စိတ်နှင့် အခန့် သင့်သော ရူပါရုံ အဆင်း ကောင်းအမျိုးမျိုး။
- ၂။ သုတမင်္ဂလာ။ ။ နားထဲမှာ ကြားရသူ၏ စိတ်နှင့် အခန့် သင့်သော အသံအမျိုးမျိုး။
- ၃။ မုတမင်္ဂလာ။ ။ နှာခေါင်းထဲမှာ နှင်း၅။ ရသူ၏ စိတ် နှင့် အခန့် သင့်သော အနံ့ အမျိုးမျိုး။
ဤပေါ်မှာ စားရသူ၏ စိတ်နှင့် အခန့် သင့်သော အရသာအမျိုးမျိုး။
တကိုယ်လုံးမှာ တွေ့ထိ သူ၏ စိတ် နှင့် အခန့် သင့်သော အတွေ့ အထိ အမျိုးမျိုး။

- ၁။ ဝိဇာယနမင်္ဂလာ....ဖွားမြင်ခြင်း မင်္ဂလာ။
၂။ နာမကရဏမင်္ဂလာ နာမညီပေး ကင်ပွန်းတပ်
မင်္ဂလာ။
၃။ နန္ဒီ မုခ မင်္ဂလာ....မျက်နှာတော်ပြမင်္ဂလာ။
၄။ တဗ္ဗုလ ကရဏမင်္ဂလာ-ကွမ်းခွံ မင်္ဂလာ။
၅။ ရဝိန္ဒုဒဿနမင်္ဂလာ-နေလ ရှုမျှော်ခြင်း မင်္ဂလာ။
၆။ ပထမဘတ္တ မင်္ဂလာ....ထမင်းဦးခွံ မင်္ဂလာ။
၇။ ကေသန္တေဒန မင်္ဂလာ....ဆံ တော် ပြင် ဆံ ရိပ်
မင်္ဂလာ။
၈။ ဒေါဠ ကရဏ မင်္ဂလာ မြပုခက် အေး ယာဉ်
ကြူး မင်္ဂလာ။
၉။ ပဗ္ဗဇ္ဇ ကရဏ မင်္ဂလာ....ရှင်ပြုမင်္ဂလာ။
၁၀။ ကဏ္ဍဝိဇ္ဇန မင်္ဂလာ....နားသမင်္ဂလာ။
၁၁။ စူဠ ကရဏ မင်္ဂလာ....ဥသျှောင်ထုံးမင်္ဂလာ။
၁၂။ အာဝါဟဝိဝါဟမင်္ဂလာ.... ထိမ်းမြား လက်ထပ်
မင်္ဂလာ။

တနည်း။

- ၁။ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး-မင်္ဂလာ။
၂။ ပညာတတ်မြောက်ရေး-မင်္ဂလာ။
၃။ စီးပွား ဥစ္စာ တောင့်တင်းရေး-မင်္ဂလာ။
၄။ ကိုယ်ကျင့်တရားမြင့်တင်ရေး-မင်္ဂလာ။
၅။ ဘဝလွတ်မြောက်ရေး-မင်္ဂလာ။



အောက်ပါစာအုပ်များကို

လက်လီလက်ကား

ရောင်းရန် ရှိပါသည်။

ခံစားဖို့စကကုလုံးခေါ်
သက်စောင့်ဆေးကျမ်းဒုတိယ }
အဘိဓမ္မာဓာတ်ကျမ်း
ပရမတ္ထဓာတ်ကျမ်း
နရသုခိအဓိပ္ပာယ်
တောင်သာဇီကာ
ဂန္ဓာလရာဇ်ဆေးကျမ်း
တောင်သာဓာတ်ကျမ်း
လောကီအင်္ဂုတ္တိုရ်ဆေးကျမ်း
လောကီအင်းအင်္ဂုတ္တိုရ်ကျမ်း
လောကီပညာညွန့်ပေါင်း
နိယာမ ဒီပနီ
တြိနေတြ ဓာတ်ပြကျမ်း
ဗေဒင်ဟောနည်း နိသျည်း
အင်္ဂုတ္တိအဓိပ္ပာယ်
လောကီသုတတိတ္ထကျမ်း
ဗေဒင်စကြာသုံးထပ်ကိန်း
သုံးတန်ပေါ် နိဗ္ဗိ ဟောဝံနည်းမျိုးစုံ
ရှုတော်မူဆေးအဘိဓာန်
သုနာလက္ခဏာပေါင်းချုပ်ကျမ်း

ရာသီအလိုက်ပွင့်သောပန်းများ။

ပန်းပေါင်းမှာ-မိသရေသိ၌-ဂန့်ဂေါ
ပန်း။ ပြိဿရာသိ၌ - စကားပန်း။ မေထုန်
ရာသိ၌ - စပါယ်ပန်း၊ ကြွန် ရာသိ၌ - ဝံး
ညက်ပန်း။ သိန်ရာသိ၌၊ ခတ္တပန်း- ကံရာ
သိ၌၊ ရင်းမာပန်း၊ တူရာသိ၌-ကြာမျိုးငါး
ပါး၊ ပြိန္တရာသိ၌၊ ခဝဲပန်း။ ခနု ရာသိ၌-
သဇင်ပန်း၊ မကာရ ရာသိ၌- ခွါညိုပန်း။
ကုန်ရာသိ၌ - ပေါက်လဲပန်း။ မိန်ရာသိ၌
သရဖီပန်း၊ ရင်း (၁၂) ရာသီ စုပေါင်း
ထားသော ပန်းများကို ပန်း ပေါင်း ဟု
ခေါ်၏။



ကမ ညုတ္တ ရ ကျမ်း

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော

သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ။

— ၀ —

(ပါလေတံ မံ သုရဿတီ)

အခဏ်း-၁။

သားကောင်းရတနာ ရအောင်မြင်လှနည်း။

အကြင် မိန်းမသည် သားကောင်းရတနာကို အထိုရှိ
အံ့၊ သီရိ ၃-ပါး၊ ဂါရဝ ၃-ပါး၊ စာရ ၃-ပါးတို့ကို
ရှောင်ကြဉ်ကြရာသည်။

သီရိ ၃-ပါးကား။

၁။ ကြိုးတန်း၊ ကြွပ်တန်းအောက်မထွိုးရာ။

၂။ ပုဆိုးအဝတ်တို့ကို အောက်အထက်ပြန်ဖွဲ့
၍ မဝတ်ရာ။

၃။ ခြေမဆေးဘဲ အိပ်ရာသို့ မဝင်ရာ။

ဂါရဝ သုံးသွယ်ကား။

၁။ အမိအဘ။

၂။ ယောက္ခမ။

၃။ မိမိလင် ဤ ၃ ပါးကို မြတ်ဦးတနာ ရှိသေပါ။

စာရသုံးမျိုးကား။

၁။ အခါး၊ ၂။ အစပ်၊ ၃။ အဖန်၊ ဤ ၃ မျိုးကို ပဋိသန္ဓေရှိသော အခါ၌၊ စေးမသုံးဘဲ၊ ရှောင်ကြဉ်ကြ ရ၏။ ဤသည်တို့ကို ကျင့်ဆောင်ပါက ထူးမြတ်သော သားကောင်းရတနာကို ရနိုင်သည်ဟု အမတ်ကြီး သိရော စာ မိန့်မှာခဲ့သတည်း။

အခဏ်း—၂။

ပဋိသန္ဓေ တည်ပုံအကြောင်း။

အကြင်သတ္တဝါတို့တွင် အလွန်တရာ ရဲစွဲစွာသော လူ့ဘဝကို ရှေးကုသိုလ်ကံ ထောက်မသဖြင့် ရရှိလာကြ သော်လည်း၊ ထိုသို့လူဖြစ်၍ လာကြရခြင်းမှာ လွယ်ကူ သည်မဟုတ်ချေ။ လူဖြစ်ရန် အကြောင်းခြင်းရာ ပဋိသန္ဓေ တည်ရပုံကို ဓမ္မခန့်ကျမ်းစာ အထိုအခါဖြင့် ရေးသား ဖော်ပြလိုက်ပါအံ့။

ပဋိသန္ဓေတည်စဉ် ရေကြည် ၇ ရက် တည်၏။ ထို နောက် အမြဲ ၇ ရက်။ ထိုနောက် သားတစ် ၇ ရက်၊ ထိုနောက် အခဲ ၇ ရက်။ ထိုနောက် ခြေနှစ်ဖက် လက်နှစ် ဖက် ဦးခေါင်းအားဖြင့်ခက်မင်းဖြာ ၇ ရက်၊ ထို အပိုင်း အခဲတို့၏ ရင့်ကျက်စေခြင်း ၇ ရက်၊ ထိုနောက် မျက်စိ နား နှာခေါင်း သျှာ ၇ ရက်စီ ဖြစ်၍၊ ၂ လနှင့် ၁၀ ရက် ရောက်မှ အကောင် အထည် ပြည့်စုံရလေသည်။

ထိုနောက် ၄၂-သတ္တာဟ ၂၉၄-ရက် မြောက်ကြ
သောအခါမှ ဆံပင်မွေးဉှင်း ခြေသည်း လက်သည်းတို့
ဖြစ်ပေါ်လာရချေသည်။

ဤသို့သော အစဉ်အလာအားဖြင့်၊ ၉-လနှင့် ၂၄-ရက်
ကျရောက်သော ကာလမှ၊ ပဋိသန္ဓေ ရင့်မာ၍ သတ္တဝါ
ကောင်ကလေး ထင်ရှားစွာ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့လေသည်။

တနည်းအားဖြင့်၊ ပဋိသန္ဓေနေသည်မှစ၍ ၂ လကျော်
၃ လလောက် ရက်ပေါင်း ၉၀ ကျော် ကာလကပင်၊
ဝမ်းတွင်းရှိ ကလေးများအား၊ ဆံပင်အမွေး စသည်တို့
သည် ထင်ရှားစွာဖြစ်နေလင့်၏ဟု မှတ်ရာသတည်း။

အခင်း-၃။

မိန်းမတို့ သားမွေးရပုံ။

ပစ္ဆိမဘဝက၊ ဘဝဆုံးပြီး၍ နောက်တဖန်ဖြစ်ရန်ဘဝ
မရှိသော ဘုရားအလောင်း၏ မယ်တော်မှ တပါးကုန်
သောမိန်းမတို့သည်။ (၉)လတို့ပတ်လုံး၎င်း၊ (၁၀)လတို့
ပတ်လုံး၎င်း၊ ကိုယ်ဝန်ကိုလွယ်မြောက်ပိုက်ထားမွေးဖွား
ကြရလေကုန်သတည်း။

အချို့မိန်းမတို့ကား ၇ လ၊ ၈-လ၊ ၁၁ လ၊ ၁၂ လတို့
ဖြင့်လည်း၊ မွေးဖွားကြသေး၏ ဟု (မဟာပဒါန သုတ်
အဖွင့်၌) ပြဆိုထားလေသည်။

ရနစ်လဖြင့် ဖွားသော သူငယ်သည် အသက်ရှင်တတ်

၏။ ရှစ်လဖြင့် ဖွားသော သူငယ်သည် အသက်သေတတ်
၏။ ကိုးလ ဆယ်လ တို့ဖြင့် ဖွားသော သူငယ်တို့ကား
များသောအားဖြင့် အသက် ရှစ်တတ် သည်သာ များ
သတည်း။

....၀....

အခဏ်း-၄။

ပဋိသန္ဓေဖြစ်ခြင်းအကြောင်း။

၁။ မိဘနှစ်ပါးတို့၏ စည်းဝေးခြင်း။

၂။ သတ္တဝါ၏ စုတိဆဲဖြစ်ခြင်း။

၃။ အမိ၏ ဥတုရာသီ လာပြီးသည်နှင့်ကြုံခြင်း။

ဤအင်္ဂါ ၃ ပါးနှင့် ညီညွတ်လျှင် ကိုယ်ဝန်စွဲသည်ဟုဆို၏။

ဤနေရာ၌ မိဘနှစ်ပါးတို့ စည်းဝေးသော အခါမှာ
တကြိမ် စည်းဝေးက(၇)ရက်အတွင်း ကိုယ်ဝန် ယူနိုင်
သောအခါဖြစ်၍ အင်္ဂါမြောက်နိုင်သည်။

သတ္တဝါ၏စုတိဆဲဆိုရာ၌ မိဘတို့စည်းဝေးပြီး ၇ ရက်
အတွင်း စုတိသော သတ္တဝါကြို့မှု အင်္ဂါမြောက်နိုင်၏။

ဥတုသမယဆိုရာ၌ မိန်းမတို့ဝယ်၊ သားအိမ် တည်ရာ
အရပ်တွင် စုသော ခဲသော သွေးသည် (၇) ရက်ပတ်လုံး
ပွား၍ အခဲဖျက်သဖြင့် စီးဆင်းသည်ကို ဥတုဟုဆိုသည်။
ထိုဥတု အလာ များစိုက်၌လည်း ကိုယ်ဝန်မယူနိုင်၊ ဥတု

ဆုက်သက် မလာခိုက်၌လည်း ကိုယ်ဝန်ယူနိုင်ရာ၊ ဥတု
လာသည့်နေ့က လေးရက် မြောက်မှ စွဲသော ကိုယ်ဝန်
သည်သာမမျက်စီးတည်သည်ဟု (သာရတ္ထဒိပနိဋ္ဌိကာ၌)
ဆို၏။ ထိုအင်္ဂါ ၃ ပါးညီညွတ်က ကိုယ်ဝန်စွဲကြောင်းကို
သိရာသတည်း။

ထိုကြောင့် “အသေတတန်၊ ကိုယ်ဝန်လည်းစွဲ၊ ဆင်းရဲ
တိုင်ဘိ၊ သားသည် မိတို့၊ အဖို့ ရောက်ခါ၊ သားရ
ရာကား အင်္ဂါသုံးပါး၊ အကြောင်းအားဖြင့်၊ ယူငြား
ကိုယ်ဝန်၊ ပဋိသန်ကား” ဟု ပါရမီခန်းတွင် အရှင်မဟာ
သီလဝံသ ဆရာကျော် စပ်ဆိုတော်မူသည်။

ကိုယ်ဝန် ယူခြင်းနှင့်အတူ၊ ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်းလည်း
အင်္ဂါ(၃)ပါး ရှိလေသည်။

၁။ လေမှုတ်၍ပျက်ခြင်း။

၂။ မိုးခဲ၍ပျက်ခြင်း။

၃။ ကံ ကြောင့် ပျက် ခြင်း ဟူ ၍ (ပါ ရာ ဇိ ကဏ်
အဋ္ဌကထာ) တွင် မိန့်ဆိုခဲ့လေသည်။

လေမှုတ်၍ပျက်စီးရာ၌လေကိုနိုင်သော ဆေးအေးကို
ပေးလျှင် ကိုယ်ဝန်တည်နိုင်သည်။

မကောင်းမှုကံ အားကြီး၍ ပျက်စီးရာ၌ကား၊ မြတ်စွာ
ဘုရားပင်သော်လည်း၊ ကုစားခြင်းငှါ မတတ်နိုင်ဖြီ၊

မိန်းမတို့သာခံစားရသော အာဝေဏီက ဒုက္ခငါးပါး

ကား....

၁။ လင်္စုအိမ်သို့ လိုက်ရခြင်း။

၂။ ဥတုလာရခြင်း။

၃။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရခြင်း။

၄။ သားဖွားရခြင်း။

၅။ လင်ကိုလုပ်ကျွေးရခြင်း။

ဟူ၍ (သဗ္ဗာယတန-သံယုတ်ပါဠိတော်) တွင် သုရားရှင် ဟောထားတော် မူထား ရကား၊ ဤလောက၌ ကိုယ်ဝန်မယူလော မိန်းမာဉ် မရှိဟု မှတ်ရမည်။

မိန်းမမြို့ဟုဆိုရာ၌မိမိတို့၏ အားကြီးသော မကောင်းမှုကံကြောင့် ကိုယ်ဝန်တည်လျှင် လေမှုတ်၍၎င်း၊ မိုးခဲ၍၎င်း၊ ဖျက်သဖြင့် သားသွီး မဖွားမြင် နိုင်သည်ကို (မြို့) သည်ဟု ခေါ်ဆိုကြသည်။ ထိုကြောင့် သွေးမရံသည့် အမြို့မသားမခိုသည့်အဖိုအမဟူ၍အချို့ လူများသုံးစွဲကြလေသည်။ စင်စစ်အားဖြင့်ကား အလျှင်းကိုယ်ဝန်မယူသောမိန်းမဟု မဆိုထိုက်ကြောင်းကို (သီလက္ခန္ဓာဓမ္မကထာ)၌ မိန့်မှာတော်မူ၏။

ရှေးအခါကဤကဲ့သို့သားမဖွားသောမိန်းမကိုအမြို့မအယုတ်မ၊ ယောကျ်ားတို့စွန့်ပစ်အပ် မပေါင်းသင်းအပ်သောမိန်းမဟု ပြောဆိုလိုက်နာကြရကား၊ မိန်းမတိုင်း မိန်းမတိုင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်၍၊ ကလေး မွေးရန်မှာ၊ အလွန်မွန်မြတ်သည့် သဘောသို့ သက်ရောက်လေသည်။

ဈာမနိတိုင်းပြည်တွင်မူကား သမတဟာဟစ်တလာ
သည်၊ ကလေးမွေးခြင်း သားသွီးများခြင်းတို့၏ အကျိုး
ကို မြင်သိသဖြင့် (ကလေး များများ မွေးကြ) ဟူ၍ပင်
ထိုက်တွန်း နှိုးဆော်ရလေသည်။

ယခုအခါ ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာပြည်၌ ဗဟုသုတ အတော်
အတန်ပြည့်ဝ၍ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်ကြသော မိန်းမမျိုး
တို့ပင် သဘာဝဓမ္မ တည်းဟူသော သဘောတရားကို
ပျက်လိုကြသဖြင့်၎င်း၊ ကာမဂုဏ် အာရုံကို အနှောင့်
အရှက်ကင်းစွာ ခံစားလိုကြသဖြင့်၎င်း၊ ရှေးအခါက မြို့
သော မိဗ္ဗကို အယုတ်ဗဟု ခေါ်သည်ကို သဘောတော်
အလိုတွေ့၍လားမသိ မိမိတို့ကိုယ်တိုင် မမြို့ကြပါဘဲ
လျက်၊ ကိုယ်ဝန်ယူ၍ သားသွီးရတနာ မွေးဖွားကြရမည်
ကိုပင် မနှစ်သက်ကြဘဲ မိန်းမကောင်းဘဝမှ မိန်းမယုတ်
ဘဝသို့ ရောက်အောင် မကည်သေးသော ပဋိသန္ဓေကို
မတည်ရလေအောင်၊ တည်ရှိဆဲ ပဋိသန္ဓေကို ပျက်စီးရ
လေအောင် အမျိုးမျိုး အထူးထူးသော ဆေးဝါးတို့ဖြင့်
သားသန္ဓေပျက်ဆီးလျက်သူငယ်၏ အသက်ကို သတ်ဖြတ်
နိုင်ကြခြင်းမှာ အလွန်တရာမှ အံ့ဩ၍ မဆုံးနိုင်အောင်
ဖြစ်ရလေတော့သတည်း။ မိန်းမကောင်း ဘဝမှ မိန်းမ
ယုတ် ဘဝရောက်အောင် မိမိကိုယ်ကို မိမိပင် ပျက်ဆီး
သည်နှင့် တူလေတော့၏။ ဤကဲ့သို့သော အရာများကို
အထူးရှောင်ရှားအပ်ပေတော့သတည်း။

အခန်း- ၅။

ကိုယ်ဝန်ယူပုံအမျိုးမျိုး။

ဒုတိယရသေ့သည် ပါရိကာမည်သော ရသေ့မ၏ ဥတုလာ၍ စံသောကာလ၌ လင်္ကာလက်မဖြင့် ချက်ကို သုံးသပ်သံသြရှိသော်၊ ထိုဒုတိယရသေ့သည် ပါရိကာ ရသေ့မ၏ ချက်ကို သုံးသပ်ကာမျှဖြင့် (သုဝဏ္ဏသျှ သတို့သား)တည်းဟူသော ကိုယ်ဝန်သည် ဖြစ်ခဲ့၏။

မာတင်ရသေ့၊ ခွန်းစဏ္ဍားသည်ဒိဋ္ဌမင်္ဂလိကာ သူဌေး ဘိုး၏ ဥတုလာ၍စံသော ကာလ၌ လင်္ကာ လက်မဖြင့် ချက်ကိုသုံးသပ်၏။ ထိုမာတင်ရသေ့သည် ထိုပုဏ္ဏားမ၏ ချက်ကို သုံးသပ်ကာမျှဖြင့် (မဏ္ဍုဗျလုလင်) သတို့သား တည်းဟူသော ကိုယ်ဝန်သည်ဖြစ်ခဲ့၏။

သမင်မ နှစ်ခုသည် ဥတုလာ၍စံသောကာလ၌ ရှင် ရသေ့တို့ ကျင်ငယ်စွန့်ရာ အရပ်သို့ သွား၍ သုက်နှင့် တကွသော ကျင်ငယ်ရေကို သောက်ကြကုန်၏။ ထို သုက်နှင့် တကွသော ကျင်ငယ်ရေကို သောက်သော ကြောင့် (သံကိစ္စရသေ့) (ဣသိင်္ဂရသေ့) ထိုနှစ်ယောက် တို့သည် ဖြစ်ကုန်၏။

ဘိက္ခုနီမ၏ ကျောင်းသို့ သွားသော ဘိက္ခုနီမ၏ အင်္ဂါဇာတ်ကို ရာဂစိတ်ရှိလျက်၊ တစိန်းစိန်းကြည့်သော ရှင်ဥဒါယမီ၏သုက်သည် ဖန်ရည်စွန်းသော သင်္ကန်း၌ လွှတ်လေ၏။ ထိုအခါ ရှင်ဥဒါယမီသည် ဘိက္ခုနီမကို

အိုနှမ သွား၍ ရေဆောင်ချေ။ သင်းပိုင်ကို ဖွတ်လျှော်အံ့
ဟုဆို၏။ ထိုအခါ ဘိက္ခုနီမသည် ဥတုလာ၍ စွဲသော
ကာလဖြစ်သဖြင့် ထိုသုက်တမျိုးကို ခံတွင်းဖြင့်စုတ်ယူ၏။
အမျိုးကိုမိမိအင်္ဂါဇာတ်သို့ထည့်သွင်း၏။ ထိုအကြောင်း
ကြောင့် (ရှင်ကုမာရ-ကဿပ-မထေရ်) သည် ဖြစ်ခဲ့ရ
လေသည်။

ထိုမှတပါး ကြက်မတို့အား လေဖြင့် ကိုယ်ဝန်တည်
ကုန်၏။ ဥမျှင်းမတို့အားမိဗျားသံဖြင့်ကိုယ်ဝန်တည်ကုန်၏
ဟူ၍လည်း (အရှင်နာဂသိန်မထေရ်သည်မိလိန္ဒမင်းကြီး)
အား ဟောတော်မူလေသည်။

ပဋိသန္ဓေကပ်ရောက်ရာ၌.....

၁။ ကံတရား၏ အစွမ်းကြောင့်၎င်း။

၂။ ယောနိ၏ အစွမ်းဖြင့်၎င်း။

၃။ အမျိုး၏ အစွမ်းဖြင့်၎င်း။

၄။ တောင်းပန်အပ်သည်၏ အစွမ်းဖြင့်၎င်း။

ဤ ၄ ပါးတို့ အစွမ်း သတ္တိအားဖြင့် သတ္တဝါတို့အား
ပဋိသန္ဓေနေသည် ဖြစ်၏။ စင်စစ်သော်ကား ကံတရား
သာလျှင် ဖြစ်ကြောင်းရှိကုန်၏ဟု (မိလိန္ဒပညာ)၌ ပြဆို
သည်။

ထိုမှတပါးကိုယ်ဝန်ယူကြောင်းရှစ်ပါးကိုပြဆိုသေး၏။

၎င်းတို့ကား-

- ၁။ ကိုယ်လက်မှီးနှောခြင်း။
- ၂။ ပုဆိုး၌တင်သောသုတ်ကို ခုတ်ယူခြင်း။
- ၃။ သုတ်ကို ဆောက်ခြင်း။
- ၄။ ချက်ကိုသုံးသပ်ခြင်း။
- ၅။ အဆင်းသို့ရှုခြင်း။
- ၆။ အသံကိုကြားခြင်း။
- ၇။ အနံ့ကိုယူခြင်း။

၈။ မေထုန သံဝါသပြုခြင်းတို့ပေတည်း။ ။ထို အကြောင်းကို (သာရတ္ထ-ဒိပနီဇီကာ)တို့၌ မိန့်ဆိုလေသည်။

မည်သို့သောအကြောင်းကြောင့်ပဋိသန္ဓေနေကြသည် ဖြစ်စေ၊ မူလပြဆိုခဲ့သော အင်္ဂါ ၃-ပါး၌ အကျုံးဝင်ကြ သည်ပင် ဖြစ်လေတော့သတည်း။

သတ္တဝါတို့မှာ များသောအားဖြင့်၊ ပဋိသန္ဓေကို ယူ ကြရာ၌၊ ညဉ့်အခါ၌သာလျှင်ပဋိသန္ဓေယူမြဲဖြစ်လေသည် ဟု (ဥမဂ်ဇာတ်)၊ အယောဃရ ဇာတ်တို့၌ မိန့်ဆိုတော် မူသည်။

အခင်း-၆။

ပဋိသန္ဓေလေးမျိုး။

၁။ အဏ္ဏဇမျိုး အဥ၌ ပဋိသန္ဓေ နေသည်။ ကြက် ဌက် စသည်။

၂။ ဇလာယုဇမျိုး....အမိဝမ်းတွင်း အချင်း အိမ်၌ ပဋိသန္ဓေသည်၊ လူ-မြင်း-နွား-ခွေး စသည်။

၃။ သံသေဇမျိုး....အညှိ၌ ပဋိသန္ဓေနေသည်၊ ပဒုမ္မဒေဝီ ပိုးလောက်လန်းစသည်။

၄။ ဩပပါတိကမျိုး.... ကိုယ်ထင်ရှား ပဋိသန္ဓေနေသည်။ နတ်-ဗြဟ္မာ စသည်တို့တည်း။

အညှိ၌ ပဋိသန္ဓေ နေသည်ဟူသော သံသေဇမျိုး၌၊ အမွှေးနံ့ အပုပ်နံ့ တို့ကို စွဲ၍ဖြစ်သော ပဋိသန္ဓေဟု မှတ်လေ။

ထိုနှစ်မျိုးတို့တွင် အမွှေးနံ့ ကိုစွဲ၍ ကြာတိုက်စသည် တို့၌ဖြစ်သော သတ္တဝါများကား ပေါက္ခရသာတိပုဏ္ဏား ပဒုမ္မဒေဝီမင်းသမီး၊ အာသင်္ကာမင်းသမီးတို့သည် ကြာတိုက်၌ဖြစ်ကြကုန်၏။

အဗ္ဗပါတိကာ ပြည့်တန်ဆာမကား သရက်ပင်၌ဖြစ်၏။ စိဉ္ဇမာနဝိကာမိန်းမကား၊ မကျည်းပင်၌ဖြစ်၏။ ဝေဠုဝတီ မင်းသမီးကား၊ ဝါးဘော၌ဖြစ်၏။ ဤသို့စသည်ဖြင့် ထိလေ။

ပိုး-လောက်-မှက်-ခြင်-ယင်ရဲ စသည် တို့ကား ငါးပုပ်-အမဲပုပ်-မစင် ကျင်ကြီး စသော အညစ် အကြေး အပုပ်နံ့တို့ကို စွဲ၍ဖြစ်ကြသတည်း။

ကိုယ်ထင်ရှား ဖြစ်ခြင်းဟူသော ဩပပါတိက ဥပပါတ် ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကား လူဥပပါတ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်ကမ္ဘာဦးကပင် ထင်ရှား၏။

နတ်တို့မှာ မိမိတို့ ဘုန်းကံအလျောက်ဖြစ်၍ ဘုံမိမိမှာ ဥယျာဉ် ရေကန်စသော ဌာနတို့ဖြင့် ယောက်ျားဖြစ်အံ့။ အသက် ၂၀-အရွယ်မိန်းမဖြစ်အံ့။ အသက် ၁၆-နှစ်ရွယ် စသည်ဖြင့် ထင်ရှားဖြစ်ကြသတည်း။

.....:၀:.....

ခဏေိး-၇။

မိန်းမဟု ဆိုခြင်းအကြောင်း

အသွင်နိမိတ် အပြုအမူ အသွင် အပြင် စသည်တို့ကို ထောက်ထား၍ သိရ၏။

၁။ လက်- ခြေ- လည်- ရင်ပတ် စသည် တို့၏ အကြီး အငယ် သဏ္ဌာန်သည် အသွင်မည်၏။

၂။ ပြုံးရယ်ခြင်း၊ ဆံတုံးခြင်း၊ အဝတ်ဝတ်ခြင်း စသည် မိန်းမဟု ဆိုကြောင်း နိမိတ်မည်၏။

၃။ ဗန်း၊ ဆံကောငယ်၊ ကျည်ပွေ့ငယ်စသည်ဖြင့် ကစား ရွှင်မြူးခြင်းသည် မိန်းမတို့အပြုအမူမည်၏။

၄။ ရိမ်းနွဲ့သဏ္ဌာန် ဟန်ပန်ယူ၍ သွားခြင်းအမူ အရာသည် မိန်းမတို့အသွင်အပြင်မည်၏။

ဤကဲ့သို့ ခွဲခြား၍ကြည့်က သိသာထင်ရှားလေတော့ သတည်း။

.....:၀:.....

အခဏ်း-၈။

မိန်းမတို့ စိတ်သဘော။

မိန်းမတို့စိတ်ထား-ရေသွားငါးပုံ၊

အသိဓက်-ထွေးရှက်ကလိန်ချုပ်၊

နီတိလာဂါထား။

ဗဟုကုမ္ဘသမာနာရီ၊

တဒဂ်ဂါသမော ပုမာ၊

နာရီ ချစ်သူကဆိတ်သဖြင့်၊ တထိတ်ထိတ် နာသော်
လည်း စိတ်ကဝါသနာဝင်မိ၊ သာသာကြည်ကြည်နှင့်
ရေတာတာ ပထိလျက် ရိတတ်သော မိန်းမမျိုးသည်။
ဗဟုကုမ္ဘသမာ၊ အထွေထွေမီးပြလျှင် လေပွေကြီး ထ
သတို့ အရေထွေမီးကျတတ်သော ထောပတ်အိုးကြီးနှင့်
တထပ်တမျိုးတည်း တူပါပေ၏။

ပုမာ၊ ပုပုမာမာနှင့် တချစ်ချပါလာအောင် ညှုတ်တု
ညှာတာတာ၊ ဖောက်ပြားသဖြင့် ယောက်ျား ခေါ်ရ
သောအမျိုးသည်။ တဒဂ်ရသာမော အေးလျက်ခဲနေသော
ထောပတ်ကို ထွေးရှက်တဲ့ပြီး ရောစပ်သဖြင့် လတ်တ
လော အရည်ဖြစ်အောင် တခြစ်ခြစ် လောင် စွဲတတ်
သော အထွေပြောင်ပြောင် ရှားမီးခဲနှင့် တကလဲ တူပါ
ပေ၏။ ဤကား မိန်းမနှင့်ယောက်ျား ဥပမာတည်း။

..... : ၀ :

အခန်း-၉။

မိန်းမတို့ အပြစ်ခြောက်ပါး။

- ၁။ အလွန် အရပ်မြင့်ခြင်း။
- ၂။ အလွန် အရပ်ပုကွခြင်း။
- ၃။ အလွန် ဆူမှီးလွန်းခြင်း။
- ၄။ အလွန် ပိန်ကြိုခြင်း။
- ၅။ အလွန် အသားဖြူလွန်းခြင်း။
- ၆။ အလွန် အသားမည်းခြင်းတို့တည်း။

အခန်း-၁၀။

မိန်းမကောင်းလက္ခဏာငါးဖြာ။

- ၁။ အဆင်းအရေ၏ ချောမွေ့ခြင်း။
- ၂။ အရှုယ်၏ ကောင်းခြင်း။
- ၃။ အသား၏ နူးညံ့ခြင်း။
- ၄။ အရိုးအဆစ်၏ ပြေပြစ်ခြင်း။
- ၅။ ဆံပင်၏ ကောင်းခြင်းတို့တည်း။

အခန်း-၁၁။

မိန်းမတို့၏ကောင်းခြင်း ၆၄-ရပ်။

- ၁။ ခြေလက္ခဏာ..... ၁၃ ပါး။
- ၂။ ကိုယ်လက္ခဏာ.... ၁၆ ပါး။
- ၃။ စိတ်လက္ခဏာ..... ၆ ပါး။

၄။ ထက်ဖဝါးလက္ခဏာ ၉ ပါး။

၅။ လည်ပင်းလက္ခဏာ ၁ ပါး။

၆။ အသံလက္ခဏာ ၃ ပါး။

၇။ မျက်နှာလက္ခဏာ ၈ ပါး။

၈။ သွားလက္ခဏာ ၁ ပါး။

၉။ မျက်စိလက္ခဏာ ၄ ပါး။

၁၀။ ဆံပင်လက္ခဏာ ၃ ပါး။

။ ဤ သို့

အကျဉ်းအားဖြင့် (၃၄) ပါး ဖြစ်သတည်း။

ခြေလက္ခဏာ ၁၃-ပါးကား

၁။ ဦးဆောင်ပန်း။

၂။ အိုင်ကြီး ၇ အိုင်။

၃။ ရတနာပန်းတောင်း။

၄။ ကျွန်းလေးကျွန်း။

၅။ ထမင်းပွဲ။

၆။ အရံကျွန်းငယ် နှစ်ထောင်။

၇။ လဗိမာန်။

၈။ နေဗိမာန်။

၉။ ကြယ်တာရာ။

၁၀။ ငါးကြင်းပွတ်အစုံ။

၁၁။ နွားသားအမိ။

၁၂။ ခြင်္သေ့မင်း။

၁၃။ ဥပေါသထဆင်ဖြူ။

ကိုယ်လက္ခဏာ ၁၆-ပါး။

- ၁။ တက်သစ်လရောင်နှင့်တူသော ကိုယ်ရောင်။
- ၂။ လကျာရစ်လည်သောချက်။
- ၃။ လကျာရစ်လည်သောချေ။
- ၄။ ရွှေသောအဆင်း။
- ၅။ နက်သောချက်။
- ၆။ ရှည်သောလက်ရုံး။
- ၇။ သိမ်မွေ့သောအင်္ဂါ။
- ၈။ ကြီးပြန့်သောသားမြတ်။
- ၉။ ဆင်မကဲ့သို့သွားခြင်း။
- ၁၀။ သိမ်မွေ့သော အင်္ဂါရှိခြင်း။
- ၁၁။ သိမ်မွေ့သောခါး။
- ၁၂။ ကောင်းသောကိုယ်။
- ၁၃။ ဖွံ့ဖြိုးသောပေါင်။
- ၁၄။ ကိုယ်မွေးနည်းခြင်း။
- ၁၅။ ထိပ်ကျောက်ကုန်းကဲ့သို့ အင်္ဂါရှိခြင်း။
- ၁၆။ ကြာပန်းကဲ့သို့ မွေးသောကိုယ်နံ့ရှိခြင်း။

စိတ်လက္ခဏာ ၆-ပါး။

- ၁။ ဖြူစင်သော နှလုံးရှိခြင်း။
- ၂။ ကောင်းသော သီလအကျင့်။
- ၃။ စင်ကြယ်သော သီလအကျင့်။

- ၄။ ချစ်ခင်ခြင်း၊
- ၅။ အရိပ်အခြေ သိခြင်း၊
- ၆။ ဖြောင်မတ် တည်ကြည်ခြင်း။

လက်ဖဝါး လက္ခဏာ ၉-ပါး။

- ၁။ စကြာရတနာ၊
- ၂။ ခရုသင်း၊
- ၃။ ပဒုမ္မာကြာမျိုး ငါးပါး၊
- ၄။ ထီးဝန်း၊
- ၅။ လှန်သဏ္ဌာန်၊
- ၆။ ချွန်းတောင်း၊
- ၇။ နားခောင်းသဏ္ဌာန်၊
- ၈။ ဝှေ့ရိုင်းတိုင်သဏ္ဌာန်၊
- ၉။ နဖူးပြင်၌ ပရမေသျှရာ နတ်၏ တံကျင် - ၃
ချောင်းသဏ္ဌာန်ရှိ၏။

လည်ပင်း လက္ခဏာ ၈-ပါး။

- ၁။ လည်ရေး သုံးဆင့်ရှိသည်။

အသံ လက္ခဏာ ၃-ပါး။

- ၁။ ဟင်္သာသံနှင့် တူသော အသံ၊
- ၂။ အဆိအမိန့် သာယာသော အသံ၊
- ၃။ ဥဩသံနှင့် တူသော အသံ။

မျက်နှာ လက္ခဏာ ၈-ပါး

- ၁။ လပြည့်ဝန်းနှင့် တူစွာ ရှိခြင်း။
- ၂။ ရှည်သောမျက်နှာ။
- ၃။ ဒိုသောနှုတ်ခမ်း။
- ၄။ ပြုံးမောက်သောနှာတံ။
- ၅။ ပြည့်ပြီးသော ပါး။
- ၆။ မွဲ ဝက်မြီ ကင်း၍ စင်ပြယ်သော နဖူးပြင်၌
ဖြောင့် မတ် သော တ ချောင်း တည်း သော
တမ်းခွန်အလံတိုင်ကဲ့သို့ အရေးရှိခြင်း။
- ၇။ သွတ္တိက မည်သော အရေးကဲ့သို့ နဖူးပြင်၌
အရေးရှိခြင်း။
- ၈။ နှာခေါင်း ချွန်ခြင်း။

သွားလက္ခဏာ ၈-ပါး။

၁။ ခရုသင်း ပွတ်သစ်စကို ဣဖြင့် ဖြတ်သည့်
အလား မရိုင်း မကော မကြဲ မခေါ - ချောမော နဂိုရ်
ကြည်ညိုတွယ်ရှိသောသွား။

မျက်စိလက္ခဏာ ၄-ပါး

- ၁။ မကျဉ်းမကျယ် တင့်တယ်သော မျက်စိ။
- ၂။ ကြာညိုပန်းနှင့် တူသော အချို၊ ပြာညိုသော
မျက်စိ။
- ၃။ သမင်မျက်စိနှင့် တူသော မျက်စိ။
- ၄။ ပဒုဗ္ဗာကြာရွက်ကဲ့သို့အချို၊ စိမ်းသောမျက်စိ။

ဆံပင်လက္ခဏာ ၃-ပါး။

၁။ အဖျားကော့သောဆံ။

၂။ ရှည်သောဆံ။

၃။ သိမ်မွေ့သောဆံ။

ဤသို့သော နည်းအားဖြင့် အကျယ် ၆၄-ပါး ဖြစ်လေသည်။ (ဤ ၆၄ ရပ်သော မြင့်မြတ်သော မိန်းမတို့ လက္ခဏာကို၊ မယ်တော် မာယာ ကထာ၌ လာရှိလေသည်။ ပုဏ္ဏား ရှစ်ယောက် သီဟနူ မင်းကြီးကို တင်ဆောင်သော စကားရပ် ဖြစ်လေသည်။

ဤကိုရည်၍၊ ရှေးဆရာ တို့သည်၊ မယ်ဘွဲ့-အယုဘွဲ့များကို စပ်ရာ၌ ထည့်သွင်းရေးသားကြပုံကား။

မယ်ဘွဲ့တေးထပ်။

ကောင်းခြောက်ဆယ် လေးရပ်၊ သွေးထပ်ထပ် ရုပ်ညီ၊ ရှေးနိပါတ် (ထုပ်၍သည်) ဖုဿတီ၊ ထွတ်ထား။ ။ ဗိမ္ဗာနတ်ကိန္နရီလို-တထိကီရိုးတော့ မမှား။ ။ ဥမ္မာဒ-ရုစာမယ်လို နုစာတယ် အသား။ ကရနွယ် နှုတ်ဖျားက မတ္တမြားသဘွယ်။ ။ ကျယ်ဥက္ကာ-ညဉ့်ရောင်မီးထိပ် မင့်စောင်ကြီး ထင်လိုက်လှတယ်။ ။ မြင့်ဆောင်ထီး-ရဝေလယ်မှာ ရှုစာတယ် ပဝင်းလို၊ လမင်းထက် နှစ်လေးသာ၊ အေးမြလိုက်တာ။ ။ မြင်ရသူ ဖေသက်သာတယ်၊ ရွှေမျက်နှာ-ကြည်လွန်းလိုလေး။

အခင်း ၁၂။

မယားအပြား ၇-ပါး။

၁။ သူသတ်နှင့် တူသော မယား။ ၂။ ခိုးသူနှင့် တူသောမယား။ ၃။ အရှင်နှင့်တူသောမယား။ ၄။ အမိနှင့် တူသော မယား။ ၅။ နှစ်မနှင့် တူသော မယား။ ၆။ ကျွန်နှင့်တူသော မယား။ ၇။ မိတ်ဆွေနှင့်တူသော မယားတို့ ဖြစ်သတည်း။

ဤမယား (၇) ပါးကို သုဇာတာ၊ အကြောင်းပြု၍ သုရားရှင် ဟောခဲ့လေသည်။

လိုက်နာရန်တေးထပ်။

အကျင့်တန် မူမမြတ်၊ သူသတ်နှင့် ခိုးသူ အရှင်နှင့် တမျိုးတူမှာ၊ အကျိုးမူရဲ။ ။မိ၊ နှစ်မ၊ ကျွန်မိတ်ဆွေ ဝယ်၊ လွန်မိတ်ဆွေ မွန် မြတ် လို့ ကဲ။ ။မနုဿဒေဝ၊ ခွင်၊ သေကြလျှင်ရောက်မြဲ။ ဂတိမှာ ဖေါက်မလွှဲပြီဟု၊ အောက်ခဲဝေးကွာ၊ ယောက်ျားလင် သခင်လှရာဖြင့်၊ အစဉ်ပ ကိုင်းညွတ်လေတာ။ ။ဇုတ္တိယ၊ ထိုလေးဖြာကို၊ ပိုရှေးခါ မြတ်သုရားရယ်က၊ မှတ်သားသို့ သုဇာတာ၊ ဟောမိန့်ခဲ့ပါ။ ။အဂ္ဂိတ္တရ နိကာယ်လာတယ်၊ သိဘွယ် ရာ ခုနစ်ကွဲလေး.....။

ဆောင်ပုဒ်လင်္ကာ။

သူသတ်ခိုးသူ၊ အရှင်တူနှင့်၊ မိတူ-နှစ်မ၊ ခင်ပွန်းမက ကျွန်မအလား၊ မယားသတ္တ ခုနစ်ဝတွင်၊ အစသုံးယောက်

ရေရောက်၏။ နောက်လေးယောက်မှာ ကောင်းရာလားရ၊
အကျိုးပြုသည်။ ။ မိန်းမယောက်ျား မှတ်တို့တည်း။

အဇ္ဈိက ၁၃။

နို့ထိမ်းမိန်းမတို့အပြစ်။

တေမိ အာတ်တော်လာ တေမိ မင်းသားအား နို့စို့
ရန် ရွေးချယ်သော ခလေး အပြစ်ဖြစ်စေသော မိန်းမတို့
အပြစ် ခွဲတေးထပ်။

နို့ထိမ်းခွဲတေးထပ်။

တေမိယာ အာတာက၊ လာပြသည့် ဤစာ အသာမျှ
စိကာယေ၊ ကြည်သာစွာမှတ်သား။ ။ ရပ်မြင့်တဲ့မိန်းမ
ကိုမူ၊ စို့ရသူကိုယ်ရှည်ခဲ့တကား။ နိဗ္ဗာန်ပါလှ၊ မဒိကညာ၊
ဝိဝါမှာတိုငြား၊ ကြိုလှူစွာမိန်းမများမှာတော့၊ ပေါင်သား
ကကျင်နာ ဝပြောစွာ ကန်ရှာကြပြန်တော့ ဆွံ့ပါရ
ပါစေခြေမှာ၊ သားမြတ်တဲ့ ရှည်ကညာ - နှာခေါင်းမှာ
ပိပြားလို့ ကိုယ်အသား မဲကညာမျှ ချမ်းအေးလှသကဲ့၊
ဖြူတဲ့ နှုတ်ကညာကိုမူ ပူထိုထို နို့ရည်ရှင်လေး ။

အရပ်မြင့်မှု ခလေး ကိုယ်ရှည်၏။

အရပ်နိဗ္ဗာန်မှု ခလေးလည်ပင်းတို၏။

ပိန်ကြိုမှု ခလေး ပေါင်သားနာ၏။

ဆူဝပါမှု ခလေးခြေဆွံ့၏။

သားမြတ်ရှည်မှု ခလေး နှာခေါင်းပိပြား၏။

အသားမဲမှု ခလေး ချမ်းအေး၏။

အသားဖြူမှု နို့ရည် ပူသဖြင့် ခလေးမှာ မကျန်း
မမာ ဖြစ်ထက်သည်ဟု ပြဆိုလေသည်။

အခင်း ၁၄။

မယားကျင့်ဝတ် ငါးပါး။

- ၁။ အိမ်ထောင်မှ၌ စေ့ငုသေချာစွာ စိမ့်ရခြင်း
တပါး။
 - ၂။ အိမ်သို့ရောက်လာသော လင်၏အမျိုးအဆွေ
တို့ကို ရွှင်လန်းစွာ စကားပြောဆို ကျွေးမွေး
၍ ငွေကြေး ထောက်ပံ့ပေးကမ်းထိုက်လျှင်
လည်း ပေးကမ်းရခြင်းတပါး။
 - ၃။ မိမိလင်ကို တသက်ပတ်လုံး ချစ်ခင်လျက်၊
တပါး ယောက်ျားနှင့် မပျော်ပါး မကျူး
လွန်ရခြင်း တပါး။
 - ၄။ ယောက်ျား ရှာဖွေရသော ဥစ္စာ ပစ္စည်းများ
ကို မလစ်ဟင်း ရအောင် ထိန်းသိမ်း ရခြင်း
တပါး။
 - ၅။ အမှုကိစ္စရှိသောအခါ၊ မပျင်းမရိ ကောင်းစွာ
ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ရခြင်းတပါး။ ။ ဤသည်
လျှင်၊ မယားတို့ ကျင့်ဝတ်ငါးဖြာတည်း။
- ထို့ကြောင့် “အိမ်တွင်းမှုလုပ်၊ သိမ်းထုတ်သေချာ၊
မိစ္ဆာကြဉ်ရှောင်၊ လျော်အောင်ဖြန့်ချိ၊ ဖျင်းရိမမှု၊ ဝတ်
ငါးဆု၊ အိမ်သူ ကျင့်အပ်စွာ” ဟု မိန့်မှာထား၏။

မယားဝတ်ငါးပါး ဘွဲ့လေးချိုး

မိန်းမများငယ်တို့၊ ယောကျ်ားဆွေ လင်မြတ်ကို၊ ပြု
အပ်သည့်ဝတ်ငါးထွေ။ အိမ်တွင်းမှ လုပ်ရကုန် ဝေ
ထန်လျှံ ရောက်လာပြန် လင့်ဆွေမျိုးကို မျိုးရိုးလျော်ရာ
ကြအောင် ချီးမ၊ရပေ။ ဆွေလင်ချစ်ကိုလ၊ ကြင်ချစ်
သက်နှံ ထားပါလျှံ၊ တပါးမယ် စိတ်မကူးပါနှင့်၊ လွန်
ကျူးမှုပြုချေ ရှိသေထွလုပ်ကျွေး ထိန်းဥစ္စာ သိမ်းချုပ်
ကယ် သေအချာနှင့်၊ မှုပေါ်လာ ထိုအခင်းကိုဖြင့် ရှုမျှော်
ကာ အားကုန်သွင်းလျှံ ငယ် ... မင်းဆောင်ရွက်ရေး။

ခခဏ်း-၁၉။

သားသွီးတို့ ကျင့်ဝတ်ငါးပါး

- ၁။ မိဘတို့ အလုပ် အကိုင်ကို ကြိုးစား၍ ကူညီ
လုပ်ကိုင်ပေးရခြင်း။
- ၂။ အမိအဘတို့ကို အရိုအသေ လုပ်ကျွေးမွေးမြူ
ရခြင်း။
- ၃။ မိဘတို့ ဆိုဆုံးမသော စကားကို ကောင်းစွာ
နားထောင်၍ အမွေခံထိုက်အောင် ပြုကျင့်ရ
ခြင်း။
- ၄။ မိဘတို့ ကျင့်ရိုး ဖြစ်သော— ကောင်းသော
အကျင့်တရားတို့ကို မပျက်ရအောင် ကျင့်ယူ
ခြင်း။

၅။ သေလွန်ကုန်သောမိဘတို့ ကိုယ်စားအတွက်
ကောင်းမှုကုသိုလ် ပြုလုပ်၍၊ ရေစက် သွန်းချ အမျှပေး
ဝေရခြင်းတို့ပေတည်း။

ထို့ကြောင့်၊ ကျွေးမွေး မပျက်၊ ဆောင်ရွက် စီမံ၊
မွေခံထိုက်စေ။ ယူမျှဝေ၍၊ စောင့်လေ မျိုးနွယ် ဝတ်ငါး
သွယ် ကျင့်တွယ်သားတို့တာဟု မိန့်မှာထား၏။

သားသွီးဝတ်ငါးပါးဘွဲ့တေးထပ်။

ကျေးဇူးရှင် မိန့်ဘဲ သွီးထွ သားပြုရာ၊ ဝတ်ငါးစ
ကျမ်းလာတယ် မှတ်ကြပါအများ။ ။ သည်ဝတ်နှင့် ပြည့်
စုံပါလျှင် နတ်တို့ကို ရောက်ရမမှား-မိဘတို့ လုပ်ဆောင်
ရာကို ဆုတ်ရှောင်ခွါမသွား ကူညီပါ စိတ်အားနှင့် ကြိုး
စား၍စီမံ အိုမင်းသော် ကျွေးတုံကျွေးတဲ့ပြင် လုပ်ဆောင်
ရေးထိုက်ထွမွေခံ။ မိဘတို့ကျင့်တုံးစံကို၊ ကျင့်သုံးကြ အ
မြဲပ-မလွဲရ ကိုယ်စား ယူပေသွန်း အမျှပေ၊ သည်ငါးခု
ချွတ်လွဲသွေလျှင် ပါယ်လေးထွေ ရောက်မည်တဲ့လေး။

အခဏ်း - ၁၆။

မိန်းမမြတ်တို့ ကျင့်ဝတ်

- ၁။ ပြုသပ်ရန် အမှုအမျိုးမျိုး၌ လင့် အစီအရင်
ထွင့်ထြဘေကိုခံယူမေးမြန်း၍ပြုလုပ်ခြင်း။
- ၂။ လင်အိပ်မှ အိပ်ခြင်း။
- ၃။ လင်မထမီ ထခြင်း။

၄။ လင်နှစ်သက် စုံမက်တွယ်ကိုသာ ကျင့်ကြံခြင်း။

၅။ မိမိလင်သားနှင့် စကားပြောဆိုသည့် အခါ မျက်နှာချိုပြုံးလျက် သာယာ ပြေပြစ် ချစ်တွယ်ရှိအောင် ပြောဆိုခြင်း။ ဤကား မိန်းမမြတ် အမည်ခံယူလိုသော-သူတို့၏ ကျင့်ဝတ်ပေတည်း။

မိန်းမမြတ် ဤတေးထင်။

ကျင်းဂန်လာ ကျင့်ငါးပါး။ မိန်းမများပြုရာ၊ လုပ်ကိုင်မှု အဖြာဖြာကို၊ လင့်ထွေခံခြံ၊ လင့်အကြိုက်၊ ပြုစုချက်တွယ်သာ၊ ကျင့်ကြံတယ်-နွေညမလွဲ၊ လင်အိပ်မှ နိပ်ရာဝင်တယ်၊ အုန်းစက်ရှင်မှီတွဲ၊ လင့်အလျှင် နွေစဉ်ပါယို၊ ထရမြတလီး၊ လင်သားနှင့်စကားဆိုလျှင်၊ ပြုံးချိုမျက်ထားဟန်ချို၊ ချစ်တွယ်မှုကြောင်းစုံစီကို မြတ်စွာနှုတ်ကာ၊ သာထုတ်လို့ လျှောက်တင်ပြောတော့ မေဇင်-သည်၊ ငါးရံပြည့်စုံလျှင်၊ မိန်းမတွင် အမြတ်တဲ့လေး။

ဇာတိကဏ္ဍ-၁၇။

မိန်းမတို့ ကျင့်ထုံး ၁၀-ချက်။

၁။ ယောက္ခမလင်သားတို့၏ မကောင်းသတင်းကို ယောက္ခမလင်သားတို့ အကျိုးယုတ်လေအောင် အပြင်မထူသူ တစ်ဝိုင်း တစ်ရပ် ဆန်တို့ အား ခြွက်ဟ၍ မပြောကြားရာ။

ယောဂီ-၃

မာတိကာ

၂။ အပြင်ပလူ တပါးသကဲ့သို့ မိမိ၏ လင်ယောက်ျားနှင့် ယောက်ျားမများ၏ မကောင်း သတင်းကို မိမိအား ပြောကြားပါက မိမိက ယောက်ျားမ လင်သားတို့အား တဖန်ပြောကြားခြင်း မပြုလိုရာ။

၃။ မိမိပိုင် ပစ္စည်းဥစ္စာတို့ကို မိမိပေးကမ်းချေးငှားထားရာ မိမိ၏ ကျေးဇူးကို သိတတ်၍ ပြန်လည်ပေးအပ်သော သူအား-ပေးကမ်းငှားရင်းရာ၏။

၄။ မိမိ၏ကျေးဇူးကိုမသိ မိမိ၏ ဥစ္စာပစ္စည်းများကို ပြန်လည်မပေးသော သူများအား နောက် ထပ် တဖန် ချေးငှားပေးကမ်းခြင်းကို မပြုရာ။

၅။ မိမိ၏ ယောက်ျားမ လင်သားတို့၏ ဆွေးမျိုးတော် စပ်သူတို့အား ကျေးဇူး ရှိသော်၎င်း၊ မ ရှိ သော် ၎င်း၊ အထိုက်အလျောက် ပေးကမ်းချီးမြှင့်ခြင်းကို ပြုရာ၏။

၆။ မိမိ၏ လင်ယောက်ျား အိပ်စက် မှ စိတ်လက် ချမ်းသာစွာ မိမိက အိပ်စက်ရာ၏။

၇။ မိမိအရှင်သခင်၊ ခင်ပွန်းလင်တို့စားသောက်ပြီးမှ မိမိက စားသောက်ရာ၏။

၈။ စိတ်လက်ပျော်ရွှင်လျက် အပြစ် ကင်း စွာ နှင့် ချမ်းသာစွာ နေထိုင်ကြရာ၏။

၉။ မိမိ၏ အရှင် လင်ယောက်ျားကို မီးကဲ့သို့ ရိုသေလေးမြတ်လျက် ဆီးကပ်လုပ်ကျွေးရာ၏။

၁၀။ အိမ်တွင်းနတ်ကို ရိုသေလေးမြတ်စွာ ရှိခိုးကန်တော့ကြရာ၏။

ဤကား-အနာထပိဏ်၊ သူဌေးကြီးသည်။ သွီးဖြစ်သူ
 “ရူဠသုဘဒ္ဒါ)” သတို့သွီးအား၊ ဆုံးမလိုက်သော ဩဝါဒ
 ၁၀-ချက်ဖြစ်သဖြင့်၊ မိန်းမတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်ကြံလိုက်
 သော အရာများ ဖြစ်ရကား၊ အထူးနှလုံးသွင်း၍ လိုက်နာ
 ကြံကြံနိုင်ကြပါစေသတည်း။

အခဏ်း-၁၈။

မိန်းမတို့ဓမ္မတာ။

မိန်းမတို့၏ ကိုယ်ခန္ဓာ အဆောက် အဦသည် ပဒို
 သန္ဓေတည်ရခြင်း၊ လွယ်ရခြင်း၊ သားဖွားရခြင်း စသော
 တာဝန်ကြီး များကြောင့်၊ ယောက္ခိယျားများနှင့် ကွဲလွဲကာ
 ခန္ဓာစက်အိမ်မှာ ပိုမို၍ရှုပ်ထွေးသဖြင့် ပိုမို သိမ်မွေ့လေ
 ရာ။ လွယ်ကူစွာ ဖောက်ပြန်တတ်လေသည်။ သို့ဖောက်
 ပြန်သည့်အခါ ဝေဒနာဖြစ်ပေါ်တတ်ချေသည်။
 ဓမ္မတာနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါများကား၊ အထူး
 အားဖြင့် မကြာခဏ ဖြစ်တတ်လေသည်။ မိန်းကလေး
 များမှာ(၁၀)နှစ်အရွယ်၌ ဓမ္မတာပေါ်ပေါက်၍ အရွယ်
 ရောက်တတ်ကြ၏။ အနည်းငယ် သူတို့မှာ ထိုထက်ပင်
 စောစွာ အရွယ် ရောက်တတ်ကြချေသည်။ အများအား
 ဖြင့်သော်ကား၊ တဆဲ့ခြောက်နှစ် တဆဲ့ချစ်နှစ်မှာ အ
 ရွယ်ရောက်ကြလေသည်။

ထိုအရွယ်သည် ကြီးကောင်ဝင်သော အရွယ်ဖြစ်လေ
 ရာ၊ များစွာ အရေးကြီးသော အရွယ်၏ အပိုင်းဖြစ်လေ

သည်။ ထိုအရွယ်၌ ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းအပြင်မှာ ပြောင်းလဲခြင်းမှာ ဖြစ်တတ်လေသည်။ ရင်သားများ တက်ကြွ၍ ဟပတင့်တယ်ခြင်း၊ မိန်းမ အင်္ဂါဇာတ်၌ မွေးဉာဏ်ပေါ်ပေါက်လာခြင်း၊ ရာသီသွေး ပေါ်ပေါက်ခြင်းများ ဖြစ်လေသည်။ ထိုအခါ အသိနှင့် အရှက် အကြောက်တရားသည် နိုးကြား၍ ပေါ်ပေါက် လာပြီးလျှင် အလိုလိုပင် ရှက်ကြောက်တတ်လေသည်။

အချို့ မိန်းကလေးတို့မှာ ရာသီသွေး စီးဆင်းခြင်းကို မသိကြခြင်းကြောင့် ထိတ်လန့်တတ်ကြချေသည်။

ထိုကဲ့သို့ ရာသီသွေး လာသောအခါ နာကျင်ခြင်းမှ သက်သာစေရန် ရေအေးကို အသုံးပြုခြင်းထက် ရေနွေးကို အသုံးပြုခြင်းက ကောင်းလေသည်။

ထို ရာသီသွေးသည် ပဋိသန္ဓေ ရှိသော အခါ၌ အကြောင်း တစ်ခုခု ဖြစ်လျှင်၎င်း၊ ဓမ္မတာအတိုင်း မကျဆင်းဘဲ၊ သွေးထိန်၊ သွေးငုပ် တတ်လေသည်။ ထိုအခါ မိမိကိုယ်တိုင် စဉ်းစား၊ စစ်ဆေးရာသည်။ မသိနိုင်လျှင် ဆရာဝန်အား အကြောင်းကြားရမည်။

ထိုရာသီသွေးသည် မိန်းမတို့အား အသက်(၅၀)တိုင် အောင် စီးဆင်းလေသည်။ ထိုရာသီသွေး ရပ်တန့်လျှင် ပဋိသန္ဓေမယူနိုင်၊ သွေးဆုံးပြီဟုမှတ်ရာသည်။ အချို့ မိန်းမများအား အသက် (၄၀)နှင့်ပင် သွေးဆုံး တတ်ချေသည်။

ထိုရာသီသွေးနှင့် ပတ်သက်၍မိန်းမများအား အပျိုသော်၎င်း၊ အဆိုးသော်၎င်း၊ အသက်ကြီးပြီး မိန်းမများသည်

ပင်ရင်း၊ မီးယပ်-ရောဂါ မကြာခဏ ဖြစ်တတ်ကြသည်။
ထိုရောဂါနှင့်ပင် အချို့ အသက်သေဆုံး ရတတ်ချေသည်။
ထိုရောဂါသည် မီးယပ်ဝိန့်၊ မီးယပ်ခြောက်၊ သွေးဆုံး
မီးယပ်၊ စသည်ဖြင့် များစွာပင် ရှိလေသည်။ ထိုကဲ့သို့
ရောဂါသည် သွေးကြောင့် ဖြစ်ရကား- သွေးဗေဂ်ပြန်
သဖြင့် ရူးသလိုလို-နှမ်းသလိုလို ဖြစ်တတ်သည်။

ထိုအခါ အချို့သော သူများသည်၊ ဆင်ခြင် စဉ်းစား
တတ်သောဉာဏ်မရှိဘဲ၊ ပယောဂ-ထင်မှတ်၍၊ ပယောဂ-
ဆရာများနှင့် ကုသတတ်ချေသည်။ ဤသို့- ကုသခြင်းဖြင့်
ဓူနာ သေဆုံးတတ်သည်သာ များလေသည်။ ထိုကဲ့သို့
သော ရောဂါဖြစ်လျှင်၊ အခြား-ဆရာများထက် ဆရာဝန်
ကို ပြသ ကုသကြစေရာသည်။

ထိုကြောင့်-ကမ္ဘာ့ရာဇဝင်ဥဒါန်းတွင်၊ မိန်းမမီးယပ်၊
ယောကျ်ား နုလာဟု၊ မှတ်တမ်း တင်ထား ခဲ့ပေသည်။
ဆေးကျမ်း ဓာတ်ကျမ်း အလိုအားဖြင့်လည်း မိန်းမများ
ရောဂါတစ်ခုတည်းဖြစ်ခဲ့သော်၊ ဓမ္မတာဖြစ်သော ရာသီနှင့်
ပတ်သက်၍ဖြစ်တက်သည်။ မည်သည့် ရောဂါပင် ဖြစ်နေ
စေကာမူ၊ ကိုယ်တွင်း ရောဂါမှန်က ကုမရသော ဆရာ
သည် ထိုရာသီသွေးကို သတိပြု၍ ကုရမည်ဟု၊ မိန့်မှာ
ထားခဲ့လေသည်။

ဤနေရာ၌ သွေးကို အားပေးသော အရွက်များတွင်
ကျိတ်မှန်ရွက်များသည်၊ မိမ္မများအဖို့ မီးယပ်ကောင်း၍

မြင်းခွာ ရွက်သည် ယောက်ျား အဘို့ နုလား— ကောင်း
ကြောင်းကို ဆေးကျမ်းတကျမ်းတွင် ပြဆိုထားလေ၏။

ဇက်း-၁၉။

အပျိုဘဝ

မိန်းကလေးများ အနက်၊ တဆဲနှစ်နှစ်၊ တဆဲသုံးနှစ်
အရွယ်ကား၊ အပျိုဘော်ဝင်စ၊ အပျိုပေါက် ဟူ၍၎င်း၊
အသက် တဆဲ ခြောက်နှစ်ရောက်သော်-အပျိုဖြစ်ပြီ ဟူ၍
၎င်း၊ အသက်နှစ်ဆယ်ကျော်လျှင် အပျိုကြီး၊ အပျိုဟိုင်း
ဟူ၍၎င်း၊ လောက ဝေါဟာရ စကားစဉ်အားဖြင့် ခေါ်
ဝေါ် သုံးစွဲခဲ့ကြလေသည်။

ထိုသို့ဖြစ်ရကား၊ အကြင်အပျိုဘော်ဝင်စ၊ မိန်းကလေး
တို့သည် အပျိုဟူသောခွဲထူးဖြင့် အပျိုဖြစ်စ အခါကာလ
၌ မိမိတို့၏အတွင်းသဏ္ဌာန်၌ ကိန်းအောင်းသော ကိလေ
သာ ကာမစိတ်တို့သည် ထကြွစ ပြုလာကြလေသည်။

ထိုအခါ ထိုစိတ်ကို နှိုင်းနင်းအောင် မချုပ်တည်းနိုင်
သော အချို့သော မိန်းကလေးတို့သည် မိမိတို့ အင်္ဂါ
ဇာတ်အတွင်းသို့လက်ဖြင့်သော်၎င်း၊ တရံတရံသောအရာ
ဖြင့်၎င်း၊ ထိုရာဂစိတ်မှ အာသာပြေစေခြင်းကြောင့် အင်္ဂါ
ဇာတ် ရေကြည်များ ထွက်လာသည့်ပြင် နာကျင်၍ များ
ပြားစွာသော ရာသီပန်းကိုလည်း ပွင့်စေတတ်ကြလေ၏။

ထိုကဲ့သို့ ဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းကား လက်ဖြင့်ပြုကျင့်
သည်ဖြစ်၍ အင်္ဂါဇာတ်၌ ယားယံခြင်းကြောင့် ဖြစ်လေ

သည်။ ဤကဲ့သို့ ပြုကျင့်သော အပြစ်သည်။ မိမိ၏ လှပ
တင့်တယ် ယဉ်ကျေးဘွယ်ကောင်းသော ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ
ကို ပျက်စီးစေ၏။ ရူပကာယ ဆုတ်ယုတ် စေ၏။ မိမိ တ
ယောက်တည်းသာလျှင် ခံရသည်မဟုတ် သားစဉ် မြေး
ဆက် တိုင်အောင် ဖြစ်ပွားရတတ်ချေသည်။

“ဘူးသီးနဲ့နဲ့ - လက်သတ်ပြု” ဆိုသကဲ့သို့ အရွယ်
ရောက်၍၊ အားအင်ပြည့်ဝ - အဆင်းလှပည့် အခါကစ၍
အလွန်နူးညံ့လှသော အင်္ဂါကို တေရားသဖြင့် ပြုလုပ်ခြင်း
သည် တသက်ပတ်လုံး အားအင် ယုတ်၍ နှလုံးမထူနိုင်
အောင် ဖြစ်တတ်ကြလေသည်။

ဤသို့ဖြစ်ရခြင်းသည် အချို့ မိမိစိတ်ကိုမနိုင်လို့ သော်
၎င်း၊ မကောင်းသော မိန်းမများနှင့် ပေါင်းသင်း၍သော်
၎င်း။ ဤအလေ့ အကျင့်မျိုးကို ဖြစ်တတ်၏။

အချို့ သောသုများမှာ ဤရောဂါနှိပ်စက်ခြင်းကြောင့်
ဥစ္စာစီးပွားကိုမျှ ရှာကြံ၍ မရတတ်ပေ။ အကယ်၍ပင် -
အထိုဆန္ဒ အားကြီးသော်လည်း၊ ကြိုးစား၍ ရှောင်ကြဉ်
နိုင်ကြရာ၏။

အချို့ သော မိန်းကလေးများသည် ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်
နှင့် အိမ်ထောင်ပြုကြသည်မှာ များစွာ မှားယွင်းကြလေ
သည်။ အချို့ ဆရာကြီးတို့ကမူ၊ ယောက်ျား ၂၄ နှစ်။
မိန်းမ ၁၂ - အရွယ်ရှိလျှင် အိမ်ထောင်ပြုနိုင်သည်ဟုဆို၏။
အချို့ ကား အိမ်ထောင် ပြုကောင်းသည့် အရွယ်မှာ -

ယောကျ်ား ၂၀-နှစ် မိန်းမ ၂၄-နှစ်အရွယ်အိမ်ထောင်ပြု
သည်ရှိသော် အကောင်းဆုံးဟု ဆို၏။

ကွန့်ဝ်၏ အလိုအားဖြင့် မိန်းမလေးမှာ အသက် ၁၇-
နှစ်၊ ယောကျ်ားကလေးမှာ အသက် ၂၀-ရွယ်ကြမှသာ
လျှင်၊ မနေနိုင်၍ အိမ်ထောင်ပြုလိုက ပြုလုပ်သင့်ကြလေ
သည်။ ထိုထက်ပိုလွန်က၊ ကိစ္စမရှိပေ၊ ထိုထက်ယုတ်၍
ကား အိမ်ထောင်ပြုရန် အလျှင်းမသင့်ချေ။

အချို့ မိန်းမတို့သည်လင်ယူခြင်း၏ အကျိုးကိုကောင်း
မွန်းသိကြသဖြင့် နောက်အရေးကို မတွေးတောဘဲ၊ အမျှ
ဖြစ်စကပင် လတ်တလော အိမ်ထောင် ပြုကြကုန်၏။
အချို့ကား အပျိုပိုင်း၊ အပျိုကြီးအခေါ်ခံရမှာကြောက်
သဖြင့် ငယ်ငယ်ကပင် အိမ်ထောင် ပြုလိုကျကုန်သည်။

ထိုကဲ့သို့ ကိလေသာ ကာမစိတ်ဖြစ်ပေါ်၍ လာတတ်
ခြင်းသည် အများအားဖြင့် စိတ်အား၊ ကိုယ်အားရှိသော
အခါ၌၎င်း၊ ဆိတ်ငြိမ်သောအခါ၌၎င်း၊ ထိုစိတ်များသည်
တိုးထွက်၍လာကြကုန်သည်။

ထိုကြောင့်အကြင်မိန်းမလေးတို့သည် ဆိုင်ရာအလုပ်
တခုခုကို အမြဲလုပ်ကိုင်နေရမည်။ ထိုကဲ့သို့ ပြုလုပ်နေ
သဖြင့် စိတ်သည်အလုပ်ထဲသို့ရောက်လျက်အခြားတပါး
သို့မသွားသဖြင့် ထိုကဲ့သို့သော စိတ်မျိုးမဖြစ်ပေါ်လာနိုင်
ချေ။ အယုတ်ဆုံးအားဖြင့် ဇာထိုးခြင်း၊ ပန်းထိုးခြင်း၊
အဝတ် အစား ဖွတ်လျှော်ခြင်း စသော အလုပ်များကို
လုပ်ကိုင်နေကြရမည်ဖြစ်သတည်း။

အလင်း-၂၀။

ရှောင်ကြဉ်အပ်သော မိန်းမမျှား။

၁။ ရန်သူနှင့် တူသောမိမ္မမျိုး။

၂။ အရှင်နှင့်တူသော မိမ္မမျိုး။

၃။ ခိုးသူနှင့်တူသော မိမ္မမျိုး။

၄။ မြို့သော မိမ္မမျိုး။

၅။ သားယောက်ျားမရသော မိမ္မမျိုး။

၆။ နွဲ့နာရှိသော မိမ္မမျိုး။

၇။ ကြော့ကြမ်း ဟော့ရမ်းသော မိမ္မမျိုး။

၈။ လင်ကိုမချစ်သော မိမ္မမျိုး။

၉။ ဝန်တိုစဉ်းလဲသော မိမ္မမျိုး။

၁၀။ သစ္စာတရားမရှိသော မိမ္မမျိုး။

၁၁။ အရှက်ကင်းသော မိမ္မမျိုး။

၁၂။ အကြောက်ကင်းသော မိမ္မမျိုး။

၁၃။ ရန်းညှိုးဖွဲ့တတ်သော မိမ္မမျိုး။

၁၄။ ဖျင်းရိသော မိမ္မမျိုး။

၁၅။ ညစ်ပတ်သော မိမ္မမျိုး။

ရင်းတို့ကို မပေါင်းအပ်၊ ရှောင်ကြဉ်ရမည်ဟု ရှေး
ဆရာတို့ မိန့်မှာခဲ့ပေသတည်း။

အလင်း-၂၁။

မပေါင်းအပ်သော မိန်းမမျှား။

၁။ အဆင်း၌ မာန်တက်သောမိမ္မ။

- ၂။ အနွယ်၌ မာန်တက်သော မိမ္မ။
 ၃။ ဥစ္စာ၌ မာန်တက်သော မိမ္မ။
 ၄။ ဥစ္စာ၌ လော်လီသော မိမ္မ။
 ၅။ တန်ဆာဆင်ခြင်း၌ လော်လီသောမိမ္မ။
 ၆။ ဂွံသဘင်၌ လော်လီသော မိမ္မ။
 ၇။ ယောကျ်ားတပါးနှင့် လော်လီသော မိမ္မ။
 ၈။ သေသောက်ကြူးသော မိမ္မ။
 ၉။ အိမ်ထောင်ခမ်းနားကိုမဆောင်သောမိမ္မ။
 ၁၀။ လင်ကိုရန်တွေ့တတ်သောမိမ္မ။
 ၁၁။ ယောကျ်ားတပါးနှင့် ရောနှော၍ နေတတ်သော
 မိမ္မ။
 ၁၂။ သူ့အိမ်- သူ့ယာသို့လှည့်လည် တတ်သော မိမ္မ။
 ၁၃။ လင်-လာလျှင် ရှက်တရက် မဝင်နိုင်အောင် အိမ်
 တံခါးကို ပိတ်၍ ထားတတ်သော မိမ္မ။
 ထို မိမ္မမျိုးတို့အား ရှောင်ကြဉ်ထိုက်၏ဟု မိန့်မှာခဲ့
 လေသည်။

အခဏ်း-၂၂။

မိန်းမတို့၏ အမျိုးအစား။

သာမုန္တိ-လက္ခဏာ ဒီပနိ ငိုကာ ကျင်းဆရာ အလို
 အားဖြင့်လောက၌ မိန်းမတို့သည်။ပုဗ္ဗနီ၊စိတ္တရနီ၊သင်္ခနီ၊
 ဟတ္ထနီ မိန်းမမျိုးဟူ၍အကျဉ်းအားဖြင့် ၄-မျိုးပြဆိုထား

လေသည်၊ ထိုမိမ္မမျိုးတို့တွင် တမျိုးတမျိုး၌ ၆၄-ပါးစီပြား
ရကား၊ အကျယ်အားဖြင့် ၂၅၆-မျိုး ဖြစ်တော့၏။

၆၄-ပါးပြားပုံကား။

ပခုပ္ပနီဓဉ်သော မိမ္မကျိမူတည်၍၊ ဥက္ကဋ္ဌပဏိတမဇ္ဈိမ
ဟိန ဟူသော အယုက်အလတ် စသည် လေး မျိုး နှင့်
မြောက်၊ လေးယောက် ဖြစ်၏။ ထို(၄)ယောက်ကိုတည်း၊
အသားရွှေ၊ အသားနီ၊ အသားဖြူ၊ အသားမည်းဟူသော
၄-မျိုးသောအဆင်းနှင့်မြောက်၊ တကျိပ်ခြောက်ယောက်
ဖြစ်ပြန်၏။ ထိုတကျိပ် ခြောက်ယောက်ကိုတည်း၊ အဆူ၊
အကြို၊ အမြင့်၊ အနိမ့်ဟူသော ဆိုက်ဂိုက် အချိုးအစား ၄
မျိုးနှင့်မြောက်၊ ခြောက်ဆဲ့ လေးယောက် ဖြစ်သတည်း။

ဤသည်လျှင် ပခုပ္ပနီမိမ္မမျိုး ၆၄-ယောံ ဖြစ်ချေသည်။
ထို့အတူ စိတ္တရနီ-သင်္ခနီ-ဟတ္ထနီ မိမ္မမျိုး ကိုလည်း၊
အဆင့်ဆင့်မြောက်ပွားသော၊ ခြောက်ဆဲ့ လေးပါးစီပင်
ရရှိရကား၊ ပေါင်းသော် အကျယ်အားဖြင့်၊ မိမ္မနှစ်ရာ
ငါးဆယ်ခြောက်မျိုး ဖြစ်လေသတည်း။

ပခုပ္ပနီ မိန်းမ၏-လက္ခဏာ။

- ၁။ လဝန်းနှင့်တူသော မျက်နှာရှိ၏။
- ၂။ အသားညက်၏။
- ၃။ သွားအရောင်တောက်၏။
- ၄။ ခြေဘဝါး၊ လက်ဘဝါးပြည့်တင်းခြင်း။
- ၅။ ဆံပင်ကောင်း၏။

- ၆။ လည်ရေသုံးတန့်ရှိ၏။
 ၇။ သားမြတ်ကြီး၏။
 ၈။ ဟင်္သာ၏ သွားခြင်းနှင့်တူသော သွားခြင်းရှိ၏။
 ၉။ အသံသာ၏။
 ၁၀။ လူကြီး၊ မိဘ၊ ဆရာသမား ပညာရှိ သူတော်
 ကောင်းတို့ကို ရိုသေတတ်၏။
 ၁၁။ လင်ကိုလည်း ရိုသေတတ်၏။
 ၁၂။ မကောင်းမှုကို မပြုတတ်။
 ၁၃။ ရှက်တတ်၏။
 ၁၄။ ကြောက်တတ်၏။
 ၁၅။ ပညာအဆင်းအချင်းနှင့် ပြည့်စုံ၏။
 ၁၆။ ပရမ္မာကြာနီနှင့်တူသော ကိုယ်နံ့ရှိ၏။
 ၁၇။ ကိုယ်အရသာ ချို၏။
 ၁၈။ ဓာတင်္ဂ ဓညသော ဆင်၏ ကြည့်ခြင်း ကဲ့သို့
 သော ကြည့်ခြင်း ရှိ၏။ အင်္ဂါဇာတ်ကား လိပ်
 ကုန်းသဏ္ဌာန်ကဲ့သို့ ရှိ၏။ အစောက် ကား.....
 ခြောက်သစ်၊ အဝန်းကား တဆယ် နှစ်သစ်
 ရှိ၏။ ချမ်းသောအခါ နွေး၍၊ ပူသော အခါ၌
 အေးသော ကိုယ်ရှိ၏။ ဤသည်လျှင် ပရမ္မနိမိဗ္ဗ
 မျိုးတို့၏ လက္ခဏာတည်း။

မိတ္တရနီ မိန်းမတို့၏လက္ခဏာ

- ၁။ ရယ် ရှင်မြူးတူးခြင်းများ၏။

- ၂။ ခိုပေါက်စနှင့်တူသော အသံရှိ၏။
- ၃။ လိပ်သွားခြင်းနှင့် တူသော သွားခြင်းရှိ၏။
- ၄။ မိဘ၊ ဘိုးဘွား ဆရာသမားနှင့် လင်ယောက်ျား
တို့ကို ချီဆေတတ်၊ ချီမင်တတ်၏။
- ၅။ ကြာညှိပန်းအနံ့နှင့်တူသော ကိုယ်အနံ့ရှိ၏။
- ၆။ အသားပျော့ပျောင်း၏။
- ၇။ အင်္ဂါ ဇာတ်ကား၊ ကြာရွက်နဲ့ သဏ္ဌာန် ကဲ့သို့
အဆောက်ကား - ဆယ်သစ်၊ အဝန်းကား.....
တဆယ် ခြောက်သစ် ရှိ၏။ ဤသည်လျှင် မိတ္တ
ရနိမိန်းမမျိုးတို့၏ လက္ခဏာတည်း။

သန်နိမိန်းမတို့၏လက္ခဏာ

- ၁။ ရာဂရမက်ကြီး၏။
- ၂။ ရသေ့-ရဟန်းကိုမြင်သော် မက်မောတတ်၏။
- ၃။ သားမြတ်တွဲလွဲမရှိ သလဲသီးနှင့် တူ၏။
- ၄။ ဆံပင်ရှည်၏။
- ၅။ ပျားအနံ့ကဲ့သို့ ကိုယ်အနံ့ရှိ၏။
- ၆။ ကိုယ်ဟန် အသွင် အပြင် လှပ၏။
- ၇။ ယောက်ျားတနေ့မရှိက နှလုံးမသာရှိတတ်၏။
- ၈။ မကောင်းသောအရသာကို စားလို၏။
- ၉။ ယဇ်မ၏ သွားခြင်းနှင့် တူသော သွားခြင်းရှိ၏။

၁၀။ ပန်းနံ့သာ အမွှေးအကြိုင် တို့ကို လွန်စွာ အထို
ရှိ၏။

၁၁။ ခါးစင်း၍ ရင်ကော့၏။

၁၂။ အင်္ဂါဇာတ်ကား ခရုသင်းသဏ္ဌာန်ရှိ၏။

၁၃။ အစောက်ကား တဆဲလေးသစ်၊ အဝန်းကား-
တဆဲ၊ ခြောက်သစ်ရှိ၏။

ဤကား သင်္ခါပိန်းမမျိုးတို့၏ လက္ခဏာတည်း။

ဟတ္ထနိမိန်းမ၏ လက္ခဏာကား။

၁။ တင်ဆုံကြီး၏။

၂။ မြင့်သောတင်ပါးရှိ၏။

၃။ နားရွက်တို၏။

၄။ နှုတ်ခမ်းကြီး၏။

၅။ နှာခေါင်းပိ၏။

၆။ မျက်စိ လောက်စလုံးကဲ့သို့ ဝန်း၏။

၇။ အမျက်ကြီး၏။

၈။ ခါးကြီး၏။

၉။ ပေါင်းရင်းပြီး၏။

၁၀။ မြင်းခေါင်းခြေသလုံးကြီး၏။

၁၁။ ဖဝါးတို၏။

၁၂။ လက်ချောင်း ခြေချောင်းတို့၏။

၁၃။ လောဘကြီး၏။

၁၄။ ဆင်မနှံ့ငုံတူသော သွားခြင်းရှိ၏။

- ၁၅။ ယောကျ်ားကိုမြင်လျှင် အသက်ကဲ့သို့ချစ်၏။
 ၁၆။ ယောကျ်ားနှင့်သာ မှီတွဲ၍နေလို၏။
 ၁၇။ ယောကျ်ားနှင့် အကြိမ် များစွာ သံဝါသ နှိုး
 နှောရသော်လည်း ရောင့်ရဲခြင်းမရှိ၊ ကြီးသော
 ကြမ်းသော ပုရိသဘောကို အလိုရှိ၏။
 ၁၈။ သားမြတ်ငယ်၏ ချက်ကြီး၏။
 ၁၉။ ကိုယ်နံ့ကား၊ ဆင်မုန့်၏ အနံ့ကဲ့သို့ ရှိ၏။
 ၂၀။ ကိုယ်အရသာငံ၏။
 ၂၁။ ရမ္မတ်စပ်ရှိန်းရှိန်းရှိ၏။
 ၂၂။ အင်္ဂါဇာတ်ကား၊ ဆင်၏ နာရွက်ကဲ့သို့ ရှိ၏။
 အလွန်ကြီး၏။
 ၂၃။ တစောက် တဆဲ့ ခြောက်သစ် အဝန်းကား.....
 လက်သစ်နှစ်ဆယ်ရှိ၏။
 ဤသည်လျှင် ဟတ္ထနိမိန်းမမျိုး၏ လက္ခဏာတည်း။

အခဏ်း-၂၃။

မိန်းမတို့၏ ဥတုရာသီ။

ပဗ္ဗနိမိန်းမမျိုးကား။ လဆုတ် ၈-ရက်မှလကွယ်နေ့
 တိုင်အောင် အတွင်း၌ ဥတုပန်းပွင့်ကြ၏။

မိတ္တရနိမိန်းမမျိုးကား၊ လဆုတ် ၁-ရက်မှ လဆုတ်
 ၈-ရက်အတွင်း၌ ဥတုရာသီပန်း ပွင့်ကြ၏။

သင်္ခနိ မိန်းမ မျိုးကား၊ လဆန်း ၁-ရက်မှ လဆန်း
 ၈-ရက်အတွင်း ဥတုရာသီပန်းပွင့်ကြ၏။

ဟတ္ထနိ မိန်းမမျိုးကား၊ လဆန်း ၈-ရက်မှ လပြည့်
အတွင်း ဥတုရာသီပန်း ပွင့်ကြ၏။ ဤသို့လျှင် မိန်းမလေး
မျိုးကို ခွဲဝေဘန်၍ သိရသတည်း။

အခဏ်း-၂၄။

မိန်းမတို့၏ အလိုဆန္ဒ။

ပဒုမ္မနိမိန်းမမျိုးကား၊ တနေ့လျှင် သုံးကြိမ်သံဝါသ
ပြုလျှ်ကြ၏။

စိတ္တရနိမိန်းမမျိုးကား၊ တနေ့လျှင် ခုနစ်ကြိမ်သံဝါသ
ပြုလျှ်ကြ၏။

သင်္ခနိ မိန်းမမျိုးကား၊ တနေ့လျှင် တဆယ့်ငါးကြိမ်
သံဝါသပြုလျှ်ကြ၏။

ဟတ္ထနိ မိန်းမမျိုးကား၊ တနေ့လျှင် တဆယ့်ရှစ်ကြိမ်
သံဝါသ ပြုလျှ်ကြ၏။

ဤသို့လျှင်မိန်းမတို့၏ အလိုဆန္ဒကိုသိအပ်ရာသတည်း။

အခဏ်း-၂၅။

မိန်းမမျိုးနှင့် အလိုဆန္ဒ။

အရပ်မြင့်သော မိန်းမမျိုးကား၊ တနေ့လျှင် နှစ်ဆယ့်
ရှစ်ကြိမ် သံဝါသပြုလျှ်၏။

အရပ်နိမ့်သော မိန်းမမျိုးကား၊ တနေ့လျှင် နှစ်ဆယ့်
ခြောက်ကြိမ် သံဝါသ ပြုလျှ်၏။

ချက်အင်္ဂါ နက်သော မိန်းမမျိုးကား၊ တနေ့လျှင်
နှစ်ဆယ့်ငါးကြိမ် သံဝါသပြုလျှ်၏။

ဆူသော မိန်းမကား တနေ့လျှင် တဆဲ ငါးကြိမ်
သံဝါသ ပြုလို၏။

ဣသောမိန်းမကား၊ တနေ့လျှင် ဆယ်ကြိမ် သံဝါသ
ပြုလို၏။

ကွသော မိန်းမကား၊ တနေ့လျှင် တဆဲ ငါး ကြိမ်
သံဝါသ ပြုလို၏။

သားမြတ်ကြီးသော မိန်းမကား၊ တနေ့လျှင် နှစ်ဆဲ
လေးကြိမ် သံဝါသ ပြုလို၏။

အထား ပြူသော မိန်းမကား၊ တနေ့လျှင် တဆဲ
ခုနစ်ကြိမ် သံဝါသ ပြုလို၏။

အသားနီသော မိန်းမကား၊ တနေ့လျှင် နှစ်ဆဲ နှစ်
ကြိမ် သံဝါသပြုလို၏။

အသားမည်းသော မိန်းမကား၊ တနေ့လျှင် တဆဲ
ရှစ်ကြိမ် သံဝါသ ပြုလို၏။

အသား ပြာသော မိန်းမကား၊ တနေ့လျှင် တဆဲ
ခြောက်ကြိမ် သံဝါသ ပြုလို၏။

ကိုယ်ဖိန့်သောမိန်းမကား၊ တနေ့လျှင် နှစ်ဆဲ ရှစ်ကြိမ်
သံဝါသ ပြုလို၏။

ဤသည်လျှင် မိန်းမတို့၏ အထိုကို ပြသော အချက်
တည်း။

အခန်း- ၂၆။

မိန်းမတို့၏ အင်္ဂါသဏ္ဌာန်ပြခြင်း။

အကြင်မိန်းမတို့၏ အင်္ဂါသည် ဆင်ဦးကင်းကဲ့သို့ရှိမှု
အကျိုးတထောင်ရှိအံ့၊ ဥစ္စာများအံ့။

လဝန်းကဲ့သို့ရှိမှု၊ အကျိုးခံစားရအံ့။

မြင်းခွါကဲ့သို့ရှိမှု၊ ဆင်းရဲရအံ့။

ကျီးနှုတ်သီးကဲ့သို့ရှိမှု၊ လင်များအံ့။

ညောင်ဗုဒ္ဓဟေကဲ့သို့ရှိမှု၊ ပုဏ္ဏားမယား ဖြစ်အံ့။

မိန်းနဲရွက်ကဲ့သို့ရှိမှု၊ ပညာရှိအံ့၊ ရွှေငွေများအံ့။

အခန်း- ၂၇။

မိန်းမမျိုးနှင့်-ယုတ်၊ မြတ်သော လက္ခဏာ။

အကြင် မိန်းမသည်၊ ဆင်ဦးကင်းကဲ့သို့ အင်္ဂါဇာတ်
ရှိမှု၊ အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော မိန်းမတည်း။

ဗောဓိညောင်ရွက်ကဲ့သို့ရှိမှု၊ မိန်းမမြတ်တည်း။

ပြည်ညောင်ရွက်ကဲ့သို့ရှိမှု၊ မိန်းမလတ်တည်း။

သရက်ရွက်ကဲ့သို့ အင်္ဂါဇာတ် ရှိမှုကား၊ မိန်းမ
ယုတ်၊ ဖြစ်လေသတည်း။

အခန်း- ၂၈။

မိန်းမအမျိုးအစားနှင့်ပေါင်းသင်းပုံနည်း။

ပဒုမ္မနိ မိန်းမမျိုး ၆၄-ယောက် တို့တွင်၊ ပဒုမ္မနိ၊

ရွှေသောအဆင်း၊ အရပ်မြင့်၊ ဥက္ကဋ္ဌ၊ မိန်းမတို့ကို နဂါး
ကဲ့သို့၎င်း၊ ခြင်္သေ့ကဲ့သို့၎င်း ပေါင်းသင်းရာ၏။

ပဒုမ္မနိ ရွှေသော အဆင်း၊ အရပ်နိမ့်သော ပဏိတ
မိန်းမတို့ကို ဟင်္သာကဲ့သို့၎င်း၊ သူငယ်ကဲ့သို့၎င်း၊ ခြင်္သေ့
ကဲ့သို့၎င်း၊ ပေါင်းသင်းရာ၏။

ပဒုမ္မနိ ရွှေသော အဆင်း၊ ဆူပြီးသော မဏ္ဍိမ မိန်းမတို့
ကို၊ နွားကဲ့သို့၎င်း၊ ကျားကဲ့သို့၎င်း၊ မြွေကဲ့သို့၎င်း၊ ပေါင်း
ရာ၏။

ပဒုမ္မနိ ရွှေသောအဆင်း၊ ကြိုသောဟိန မိန်းမတို့ကို
ဆိတ်ကဲ့သို့၎င်း၊ ဖါးကဲ့သို့၎င်း၊ မြွေကဲ့သို့၎င်း၊ ဥဿာ
နွားကဲ့သို့၎င်း၊ ပေါင်းသင်းရာ၏။

ဤကဲ့သို့သော နည်းဖြင့်၊ ပဒုမ္မနိ မိန်းမတို့၌၊ သံဝါသ
ပြုသည်ရှိသော်၊ တဏှာ တရဟုတ်မျှ ခွဲခွါ၍ မနေနိုင်၊
မယားချစ်စေတတ်သော နည်းတည်း။

စိတ္တရနိ မိန်းမတို့ကို ပေါင်းနည်း။

စိတ္တရနိ ရွှေသောအဆင်း၊ အရပ်မြင့်၊ ဥက္ကဋ္ဌမိန်းမတို့
ကို၊ ခြင်္သေ့ကဲ့သို့၎င်း၊ ဖွတ်မိချောင်းကဲ့သို့၎င်း၊ လင်းယုံ
ငှက်ကဲ့သို့၎င်း၊ ပေါင်းရာ၏။

စိတ္တရနိ ရွှေသောအဆင်း၊ အရပ်နိမ့်၊ ပဏိတမိန်းမတို့
ကို၊ ဆင်ကဲ့သို့၎င်း၊ နွားကဲ့သို့၎င်း၊ စပါးကြီး မြွေကဲ့သို့
၎င်း၊ ပေါင်းရာ၏။

ဗိတ္တရနိစ္ဆယောအဆင်း၊ ဆူသောမဏ္ဍိမိန်းမတို့ကို
ကြောင်ကဲ့သို့၎င်း၊ ကျားကဲ့သို့၎င်း၊ ခြင်္သေ့ ကဲ့သို့၎င်း၊
ရန်ဘန်၊ ရန်ဘန် ပေါင်းရာ၏။

ဗိတ္တရနိစ္ဆယော အဆင်း၊ ဤသောဟိန မိန်းမတို့ကို
ဟင်္သာကဲ့သို့၎င်း၊ မျောက်ကဲ့သို့၎င်း၊ ရန်ဘန် နွားကဲ့သို့
၎င်း၊ ရန်ဘန် တစ်တိတူးငှက်ကဲ့သို့၎င်း ပေါင်းသင်းရာ၏။

သင်္ခနိမိန်းမတို့ကိုပေါင်းနည်း။

သင်္ခနိစ္ဆယောအဆင်း၊ အရပ်မြင့်၊ ဥက္ကဋ္ဌ မိန်းမတို့
ကို၊ ဆင်ကဲ့သို့၎င်း၊ နွားကဲ့သို့၎င်း၊ မြွေကဲ့သို့၎င်း၊ ခြင်္သေ့
ကဲ့သို့၎င်း၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရာ၏။

သင်္ခနိစ္ဆယောအဆင်း၊ အရပ်နိမ့် ပဏိတ မိန်းမတို့
ကို၊ ခြင်္သေ့ ကဲ့သို့၎င်း၊ မျောက်ကဲ့သို့၎င်း၊ နွားကဲ့သို့၎င်း၊
ပေါင်းသင်းရာ၏။

သင်္ခနိစ္ဆယောအဆင်း၊ ဆူသော မဏ္ဍိမ မိန်းမတို့ကို
ခြင်္သေ့ ကဲ့သို့၎င်း၊ မြေခွေး ကဲ့သို့၎င်း၊ နွားကဲ့သို့၎င်း၊
ပေါင်းရာ၏။

သင်္ခနိစ္ဆယော အဆင်း၊ ဤသော ဟိန မိန်းမတို့ကို
ဆင်ကဲ့သို့၎င်း၊ ဥဒေါင်း ကဲ့သို့၎င်း၊ နွားကဲ့သို့၎င်း၊ မြွေ
ကဲ့သို့၎င်း၊ ခြင်္သေ့ကဲ့သို့၎င်း ပေါင်းသင်းအပ်၏။

ဟတ္ထနိမိန်းမတို့ကိုပေါင်းနည်း။

ဟတ္ထနိစ္ဆယောအဆင်း၊ အရပ်မြင့်သောဥက္ကဋ္ဌမိန်းမ
တို့ကို နွားကဲ့သို့၎င်း၊ ဆင်ကဲ့သို့၎င်း၊ မြင်းကဲ့သို့၎င်း၊ မြွေ

ကဲ့သို့၎င်း၊ ခြင်္သေ့ကဲ့သို့၎င်း၊ ဖါးပြုတ်ကဲ့သို့၎င်း၊ ပေါင်း
ရာ၏။

ဟတ္ထနိ ရွှေသော အဆင်း၊ အရပ်နိဗ္ဗိသော ပဏိတ
မိန်းမတို့ကို မြင်းကဲ့သို့၎င်း၊ ခြင်္သေ့ကဲ့သို့၎င်း၊ ကျားကဲ့သို့
၎င်း၊ မြွေကဲ့သို့၎င်း၊ ဖါးပြုတ်ကဲ့သို့၎င်း ပေါင်းရာ၏။

ဟတ္ထနိ ရွှေသော အဆင်း၊ ဆူသောမဏ္ဍိမိန်းမတို့ကို
ခြင်္သေ့ကဲ့သို့၎င်း၊ နွားကဲ့သို့၎င်း၊ ခွေးကဲ့သို့၎င်း၊ မြင်း
ကဲ့သို့၎င်း၊ ဆင်ကဲ့သို့၎င်း ပေါင်းရာ၏။

ဟတ္ထနိ ရွှေသော အဆင်း၊ ဤသော ဟိနမိန်းမတို့ကို
မြင်းကဲ့သို့၎င်း၊ နွားကဲ့သို့၎င်း၊ ဆင်ကဲ့သို့၎င်း၊ ခြင်္သေ့
ကဲ့သို့၎င်း၊ မြွေကဲ့သို့၎င်း၊ ဖါးပြုတ်ကဲ့သို့၎င်း၊ တစ်တီတူးဌက်
ကဲ့သို့၎င်း၊ ဥဒေါင်းကဲ့သို့၎င်း၊ ဆိတ်ကဲ့သို့၎င်း၊ ပေါင်း
ဆင်းရာ၏။ ထိုဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော နည်းတို့ဖြင့် မိမိ၏
ယောကျ်ား၊ သံဝါသ ပြုသည်ရှိသော်၊ ယောကျ်ား
တပါးတို့နှင့် သယောက် မထားပြီ၊ လင်ကို အသက်
ကဲ့သို့ ချစ်စေတတ်၏။

ဤသော အဆင်းရှိသော မိန်းမတို့ကို ပေါင်းနည်း။

ပဒုဗ္ဗနိ ဖြူသော အဆင်းရှိ၊ အရပ်မြင့်သော ဥက္ကဋ္ဌမိန်းမ
တို့ကို နွား၊ မြွေ၊ တစ်တီတူးဌက်ကဲ့သို့ ပေါင်းရာ၏။

ပဒုဗ္ဗနိ၊ ဖြူသော အဆင်း၊ အရပ်နိဗ္ဗိသော ပဏိတ
မိန်းမတို့ကို ခြင်္သေ့၊ နွား၊ မြွေ၊ ဌက်တို့ကဲ့သို့၎င်း ငါးပါး
သော ဘွဲ့ခြင်းတို့ဖြင့်၎င်း၊ ပေါင်းရာ၏။

ပဒုမ္မနိဋ္ဌိယော အဆင်း ဆုယောမဇ္ဈိမ မိန်းမတို့ကို
ဌာန၊ နွား၊ မြွေ၊ ဆင်၊ ခြင်္သေ့၊ ဆိတ် တို့ကဲ့သို့ပေါင်းရာ၏။

ပဒုမ္မနိ ဋ္ဌိယောအဆင်း၊ ဤသော ဟိန မိန်းမတို့ကို
မြင်း၊ နွား၊ မြွေ၊ မြေခွေး၊ ဌာနသုဇယံ၊ ဖါး တို့ကဲ့သို့ပေါင်း
သင်းအပ်သတည်း။

နိသောအဆင်းရှိသော မိန်းမတို့ကို ပေါင်းနည်း။

ပဒုမ္မနိ နိသောအဆင်း အရပ်မြင့်သော ဥက္ကဋ္ဌ မိန်းမ
တို့ကို ခြင်္သေ့၊ နွား၊ မြွေကဲ့သို့ပေါင်းရာ၏။

ပဒုမ္မနိ နိသော အဆင်း၊ အရပ်နိမ့်သောပဏိတ မိန်းမ
တို့ကို မြင်း၊ ကြောင်၊ ကျားတို့ကဲ့သို့ ပေါင်းရာ၏။

ပဒုမ္မနိ နိသောအဆင်း ဆုယော မဇ္ဈိမ မိန်းမတို့ကို
နွား၊ ခြင်္သေ့၊ တစ်တိတူးဌာနကဲ့သို့ ပေါင်းရာ၏။

ပဒုမ္မနိ နိသောအဆင်း၊ ဤသော ဟိန မိန်းမတို့ကို
မြင်း၊ နွား၊ မြွေ၊ ဖါးပြုတ်၊ ကြောင်၊ ကျားတစ်တိတူး
ဌာနကဲ့သို့ ပေါင်းရာ၏။

မည်းသောအဆင်းရှိသော မိန်းမတို့ကို ပေါင်းနည်း။

ပဒုမ္မနိ မည်းသော အဆင်း၊ အရပ်မြင့်သော ဥက္ကဋ္ဌ
မိန်းမတို့ကို ဆင်၊ မြင်း၊ မြွေခွေး၊ ရေမြွေ၊ ဌာန၊ ကြောင်၊
ကျားတို့ကဲ့သို့ ပေါင်းရာ၏။

ပဒုမ္မနိ မည်းသောအဆင်း၊ အရပ်နိမ့်သော ပဏိတ
မိန်းမတို့ကို ခြင်္သေ့၊ ကျား၊ ကြောင်တို့ကဲ့သို့ ပေါင်းရာ၏။

ပရမ္မနီ မည်းသော အဆင်း၊ ဆူသော မနွှိမ မိန်းမတို့
ကို ခြင်္သေ့၊ မြေခွေး၊ မြင်းတို့ကဲ့သို့ ပေါင်းသင်းရာ၏။

ပရမ္မနီမည်းသောအဆင်း၊ ကြိုသောဟိန မိန်းမတို့ကို
ခြင်္သေ့၊ မြေခွေး၊ မြင်း၊ တစ်တိတူးဌာတ်တို့ကဲ့သို့ ပေါင်း
သင်းကြရာ၏။

ဤကဲ့သို့သော နည်းများဖြင့်၊ မိမိ၏ မယားတို့၌ သံ
ဝါသပြုသည်ရှိသော်၊ သယောဂ် မထားဘဲ၊ လင်ကို
အသက်ကဲ့သို့ ချစ်ခင်စေတတ်သတည်း။

ဤနည်းတူ စိတ္တရနီ၊ သင်္ခနီ၊ ဟတ္ထနီ စသည်တို့၌လည်း
မှတ်သား၍ ပေါင်းသင်းကြရာသတည်း။

အဇ္ဈေး - ၂၉။

ဣတ္ထိ - လက္ခဏာကိုပြခြင်း။

အကြင်မိန်းမသည် သလုံး မြင်းခေါင်းကြီးအံ့၊ ခြေ
မွေးလက်မွေးများအံ့၊ မြင်းခေါင်းကဲ့သို့ရှိအံ့၊ လက်ကတီး
ကြားမှ ချွေးများစွာထွက်အံ့၊ နှုတ်ခမ်းကျယ်အံ့၊ ရယ်ရွှင်
တတ်၊ ပိုကြွေးတတ်အံ့၊ ထိုမိန်းမမျိုးသည်လင်၏ အတင်း
ကို ပြောတတ်၏။

အကြင်မိန်းမသည် သွားကြီးအံ့၊ အသူရာ၏ အသံကဲ့
သို့သော အသံရှိအံ့၊ ထိုမိန်းမသည် ဘီလူးနှင့်တူသော
မိန်းမတည်း။ ထိုမိန်းမ၏လင်သည် သေတတ်၏။

အကြင်မိန်းမသည် အသံကြီးအံ့၊ လင်ယောကျ်ားကို
ငြင်းခုံတတ်၏။ အမျိုး ယုတ်လျက် ဖြတ်လေဟန် မူ၍

ဆိုတတ်၏။ ထိုမိန်းမတို့ကို သားသွီး တရားပင် ရှိသော်
လည်း၊ စွန့်ပစ်အပ်၏။

အကြင်မိန်းမသည် သွားကြွအံ့၊ လက်ညှိုး - လက်ခ
မိမ်းအံ့၊ ခြေကား ဟင်းသပဒါးဖြင့်ရေးသကဲ့သို့ နီသော
အဆင်းရှိအံ့၊ ထိုမိန်းမသည် မိဖုရားဖြစ်ထိုက်၏။

အကြင်မိန်းမသည် ကြာတံဆိပ်ကဲ့သို့ နှုတ်ခမ်းရှိအံ့၊
ထန်းသီးမှည့်၏ အညှာကဲ့သို့ ကွမ်းမစားဘဲနီသော နှုတ်
ခမ်းရှိအံ့၊ ရှုခြင်ဘွယ် ငြိမ်သက်သော ဣန္ဒြေရှိအံ့၊ မျက်နှာ
လပြည့်ဝန်းကဲ့သို့ရှိအံ့၊ ထိုမိန်းမသည် ဘုန်းရှိသော မိန်းမ
တည်း။ လင်ကိုရှိသေတတ်၏။ မြတ်သောအိမ်ရှင်ပြုထိုက်
၏။ တနည်း-မျက်စိညှိအံ့၊ မျက်ဆံဝှာအံ့၊ ထိုမိန်းမသည်
အိမ်ရှင်ပြုထိုက်၏။

အကြင်မိန်းမသည် မြင်းခေါင်းကြီးအံ့၊ ခြေမွေးလက်
မွေးများအံ့၊ မျက်ရေခံအမာရွတ် မှည့်ရှိအံ့၊ လက်ကတီး
ကြား ချွေးထွက်အံ့၊ နှုတ်ခမ်းကြီးအံ့၊ ဝမ်းမွေးရောက်အံ့၊
မျက်တောင်မွေးမရှိ၊ မျက်စိကန်းကဲ့သို့ရှိအံ့၊ တင်ဆုံကြီး
အံ့၊ ထိုမိန်းမသည် လင်ကိုသတ်သူနှင့်တူ၏။

အကြင် မိန်းမသည် လက်ဖဝါး စကြာကဲ့သို့ ရှိအံ့၊
တန်ခွန်အရောင်ကဲ့သို့ရှိအံ့၊ ဇလပ်ပန်းအရောင်ကဲ့သို့ရှိအံ့၊
ညောင်စောင်း အရောင်၊ ခရုသင်း အရောင်ကဲ့သို့ ရှိအံ့၊
ထိုမိန်းမကား-မိန်းမမြတ်တည်း။ မိဖုရားဖြစ်ထိုက်၏။

အကြင်မိန်းမသည်၊ သားမြတ်ကြားစိတ်အံ့၊ သားမြတ်
ကြီးအံ့၊ သားမြတ်စေ့အံ့၊ ရင်ကြားအံ့၊ လယ်ကျယ်အံ့၊
ကြာသွတ်အိုးကဲ့သို့ရှိမှု ထိုမိန်းမသည် စည်းစိမ်ကြီးသော
လက္ခဏာတည်း။ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး စောင့်အံ့၊ လင်ကို ရို
သေအံ့။ အသက်ဖြင့်ကြီးသောသူ၊ ဂုဏ်ဖြင့်ကြီးသောသူ၊
မိဘပညာရှိတို့ကို ရိုသေအံ့။ ဥစ္စာပစ္စည်းကိုစောင့်အံ့၊ ထို
မိန်းမမျိုးကို အိမ်ရှင်ပြုထိုက်၏။

အကြင်မိန်းမသည်၊ မျက်ဆံနီအံ့၊ မျက်နှာအောက်သို့ရှိ
အံ့၊ သူတပါးတို့ရှေ့ ၅၂:၅၂:၅၂:၅၂: မူတတ်၏။ မျက်နှာ
ထားဆိုးအံ့၊ လင်မထိအောင် ဥစ္စာကိုခိုးယူတတ်၏။ ခရီး
သွားရာ သူ့လင်သူ့သားကို ရင်တီးလက်ခတ် ရယ် ရွှင်
မှုပြုတတ်၏။ ခုနစ်အိမ်ကြား ရှစ်အိမ်ကြား အသံတကြော်
ကြော် ရှိတတ်၏။ ကျီးမျက်နှာကဲ့သို့ ချွန်အံ့၊ ထိုမိန်းမ
သည် မကောင်း၊ လင်သေ များအံ့၊ လူမုန်း များအံ့၊
မကောင်းသော မိန်းမတို့တည်း၊ ရှောင်ကြဉ်ကြပါလေ။

အကြင်မိန်းမသည် ကွမ်းမစားဘဲ ထန်းသီးမှည့်အဟွာ
ကဲ့သို့နှုတ်ခမ်းရှိအံ့၊ ရယ်လျှင်ရှုမြင်ဘွယ်ရှိအံ့၊ မျက်စိညိုအံ့၊
ဆိုသောစကား နူးညံ့သာယာအံ့၊ ပဋိသန္ဓေရှိသော်လည်း
သန်ရှင်း ပြေပြစ်သော စကားကို ဆိုတတ်အံ့၊ လင်ကို
ရိုသေလေးမြတ်၏သွားသော် ဝမ်းဘဲဟန်ကဲ့သို့ရှိအံ့၊ ခြေ
သည်းလက်သည်း ဒန်းဖြင့် ဆိုးသကဲ့သို့ရှိမှု ယောကျ်ား၌
ပြကတေ့ အတိုင်းချစ်တတ်၏။ ဆောင်းလအခါ ကိုယ်နွေး

နွေးရှိအံ့၊ နွေအခါ ချမ်းမြသောကိုယ်ရှိအံ့။ ထိုမိန်းမသည်
ဘုန်းတံခိုးကြီးသော မိန်းမမြတ်တည်း။

အကြင်မိန်းမသည်၊ အလုပ်မလုပ်ဘဲ၊ လက်ခြေပေါက်
သော် ခြေဆီလက်ဆီထွက်သော် ထိုမိန်းမသည်၊ ချမ်းသာ
ရကြောင်း မိန်းမဖြစ်၍၊ အိမ်ရှင်ပြုထိုက်၏။

ချက်မွေးရောက်သော မိန်းမကား၊ လင်ကိုမြတ်နိုးရုံ
သေ၏။ အထက်သို့ညှိ၍၊ မျက်နှာငယ်သော မိန်းမကား
လျှပ်ပေါ်လော်လီအံ့။ ငိုတန်ရယ်တန်များလျက် မနေမနား
စကားဆိုမည်တတ်အံ့၊ ငြီးငွေ့တတ်အံ့၊ ခြေကိုတလှုပ်လှုပ်
ပြု၍နေတတ်အံ့။ ထိုမိန်းမတို့ကား လင်သုံးယောက် ကဇီး
အံ့သတည်း။

အကြင်မိန်းမ၏ဗီဇတွင် ကျောက်တိုင်၏အစွန်းဖျား၌
အမွေးရောက်အံ့၊ လင်သေများအံ့၊ လင်များအံ့၊ အလုပ်
အကြံပေါ့အံ့၊ ပျင်းအံ့။

အကြင်မိန်းမသည်၊ ဘီလူး မျက်နှာ မျက်စိ ကဲ့သို့
ကွင်းကွင်းရှိမူ၊ ထိုမိန်းမ လင်နေသော်လည်း လင်နှစ်
ယောက်သေအံ့။ သစ်ပင်အောက်၌ နေသော် သစ်ပင်
စောင့်နုတ် သေအံ့။ အကြင်မိန်းမသည်၊ ဗီဇ၌၊ အမွေး
ပေါက်မူ၊ လင်နှင့် အကင်းများအံ့။ ရင်၌၎င်း၊ ဝမ်း၌၎င်း၊
အမွေးပေါက်မူ၊ လင်ကို ချစ်ခင်အံ့၊ နဖူးကြီးသော မိန်းမ
ကား၊ လင်ချစ်ယောက် ကန်းအံ့၊ လက်ဖဝါးကြီးသော်၊
သွားဗုံးမည်းသော်၊ လင်၏ အသက် ရန်ရှာအံ့။

အကြင်မိန်းမသည်လက်ရိုးတိုသော်၊ ပေါင်ကြီးသော်
နှာခေါင်းရှည်သော်၊ လက်ဖျား ဖြောင့်ချွန်သော်၊ ၊ တဏှာ
အရသာတစ်မက်၏၊ လင်ကို ဆဲရေးတတ်၏၊ ငိုတတ်သော
မိန်းမ၊ ငိုယောင် ရယ်ယောင် များသော မိန်းမတို့ကား။
ဘီလူးမနှင့်တူ၏။ မကောင်း ရှောင်ကြဉ်လေ။

အကြင်မိန်းမသည်၊ အိမ်ထောင်မှုကို လုပ်ဆောင်ဆဲ
မျက်စောင်းထိုးတတ်၏။ စကားတုံ့ဆပ် သူတပါးနှင့် ဆို
တတ်၏။ ထိုမိန်းမကား လင်နှင့်မသင့် ရှောင်လေ။

အကြင်မိန်းမသည် ကျိုးနှုတ်သီးကဲ့သို့ ရှိအံ့၊ ယောနိ
လက်ဝဲဘက်သို့စောင်းအံ့၊ ထိုမိန်းမပေါင်းသင်းမှု၊ ဆင်းရဲ
အံ့၊ ပျက်စီးအံ့။

အကြင်မိန်းမသည် မေးချွန်း ကိုယ်ကြိုအံ့။ လင်များ
တတ်၏။ လည်ကုတ်တိုသောမိန်းမ၊ နောက်ဘီးကြီးသော
မိန်းမ၊ ရင်ကျယ်သော မိန်းမကား။ လင်သေများအံ့။

အကြင်မိန်းမသည်၊ နဖူးကျယ်အံ့။ နှာခေါင်းရင်းစေ့
အံ့။ မျက်စိမွေးအံ့။ ထိုမိန်းမ လင်နှင့်မတည်ရာ။ နားရွက်
ချွန်အံ့။ မျက်ဆံကျယ်အံ့။ နဖူးပြင်တိန်အံ့။ လည်ချောင်း
ရှည်အံ့။ ထိုမိန်းမကား၊ လင်များတတ်၏။ ကိုယ်ကြို၍၊
ဦးခေါင်း ငယ်သော မိန်းမကား။ လင် သုံး ယောက်
မြောက်၏။

အကြင်မိန်းမသည် မြင်သောအခါ စကားနာတွယ်ဆိုတတ်အံ့။ နှုတ်ခမ်းကြီးအံ့။ မျက်ချောင်းနက်အံ့။ ထိုမိန်းမတို့ကား။ စဉ်းလဲတတ်ကုန်၏။

အကြင်မိန်းမသည် ကျောက်ကုန်းရှည်အံ့။ ခြေတိုအံ့။ ထိုမိန်းမသည်။ ချစ်သောလင်ကိုရအံ့။ ကိုယ်ချိုင့်ချိုင့် ပါးညိုညိုရှိမှုကား။ ဥစ္စာမတည်ရာ။

အကြင်မိန်းမသည် သစ္စာမရှိသောသား နီအံ့။ သားသွီးအကျိုးကို မခံစားရရာ။ လင်နှင့်ကင်းအံ့။ သားသွီးနှင့် ကွေကွင်းအံ့သာတည်း။

အကြင် မိန်းမသည် နားရင်း၌၊ နားရိပ်ခိုအံ့။ မှည့်ရှင်ရှိမှု အင်္ဂါဇာတ်၌၊ မှည့်ရှင်ရှိမှု၊ ထိုမိန်းမသည်၊ ကာမဂုဏ်ကြူးသည်ဖြစ်၍၊ လျှပ်ပေါ်လောင်လီတတ်၏။ သူ့လင်သားကို ဖျက်ဆီးတတ်၏။ မြင်မြင်ရာရာ ယောက်ျားကို၊ တပ်မက်တတ်၏။ ပရိယာယ် မာယာများ၏။ ထိုမိန်းမကား။ မိန်းမယုတ်တည်း။

အကြင်မိန်းမသည် သားမြတ်လေးလုံး ရှိအံ့။ ထိုမိန်းမသည်။ မိမိလင်ရှိသော်လည်း ယောက်ျား တပါးတို့နှင့် ကာမဂုဏ်ဖြင့်၊ ပျော်မွေ့လိုသောဆန္ဒ အာသာမပြတ်ရှိ၏။

အကြင်မိန်းမသည် လင်ကောင်မိုး ငှက်နှင့် တူသောမျက်နှာရှိအံ့။ အသံလည်း ဗွတ်ဆွဲသံကဲ့သို့ ရှိအံ့။ ထိုမိန်းမသည် သူ့လင်ကိုခိုးတတ်၏။ လင်ကြီးရှိလျက် လင်ငယ်ယူတတ်၏။ စဉ်းလဲခြင်းများတတ်၏။ ရှောင်ကြဉ်လေ

ပရမ္မနိမိန်းမမျိုးကား၊ ယုန်၊ မြောက်ကဲ့သို့ ပေါင်းဖော်
ခြင်းကို အလိုရှိ၏။ စိတ္တရနီ မိန်းမမျိုးကား၊ ကျား-
မိကျောင်းကဲ့သို့ ပေါင်းဖော် ခြင်းကို အလိုရှိ၏။ သစ်နီ
မိန်းမမျိုးကား၊ မြွေ၊ ဌာတ်ကဲ့သို့ ပေါင်းဖော် ခြင်းကို အလို
ရှိ၏။ ဟတ္ထနီမိန်းမမျိုးကား၊ မြင်းကဲ့သို့ ပေါင်းဖော် ခြင်း
ကို အလိုရှိတတ်၏။

.....ဝ:.....

အခဏ်း-၃၀။

မိန်းမတို့၏ ရာဂစိတ်နှင့်တည်ရာရက်။

မိန်းမတို့၏ ရာဂစိတ် ဖြစ်ပေါ် ခြင်းကား။

- လဆန်း ၁-ရက်နေ့တွင် ပါးပြင်၌ ရာဂစိတ်တည်၏။
- လဆန်း ၂-ရက်နေ့တွင် ထိပ်၌ ရာဂစိတ်တည်၏။
- လဆန်း ၃-ရက်နေ့တွင် မျက်မှောင်၌ ရာဂစိတ်တည်၏။
- လဆန်း ၄-ရက်နေ့တွင် မြင်းခေါင်း၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
- လဆန်း ၅-ရက်နေ့တွင် ပါးပြင်၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
- လဆန်း ၆-ရက်နေ့တွင် ချက်၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
- လဆန်း ၇-ရက်နေ့တွင် ခါး၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
- လဆန်း ၈-ရက်နေ့တွင် သားမြတ်၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
- လဆန်း ၉-ရက်နေ့တွင် အင်္ဂါကြီးငယ်၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
- လဆန်း ၁၀-ရက်နေ့တွင် နှုတ်ခမ်း၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
- လဆန်း ၁၁-ရက်နေ့တွင် ခါးစောင်း၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
- လဆန်း ၁၂-ရက်နေ့တွင် ကျော၊ မျက်စိ၌ တည်နေ၏။

လဆန်း၁၃-ရက်နေ့တွင် ပခုံး၊နား၌ တည်နေ၏။
 လဆန်း၁၄-ရက်နေ့တွင် လည်ကုတ်၌ တည်နေ၏။
 လဆန်း၁၅-ရက်နေ့တွင်လည်ပင်း၌ ရာဂစိတ်တည်နေ၏။

.....:၀:.....

လဆုတ် ၁-ရက်နေ့တွင် ထိပ်၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
 ။ ၂-ရက်နေ့ နဖူး၊ လည်ကုတ်၌ နေ၏။
 ။ ၃-ရက်နေ့ လက်ဝဲပခုံး၌ တည်နေ၏။
 ။ ၄-ရက်နေ့ ကျော၌ ရာဂတည်နေ၏။
 ။ ၅-ရက်နေ့ ခါးစောင်း၌ တည်နေ၏။
 ။ ၆-ရက်နေ့ သားမြိတ်၊ နှုတ်ခမ်း၌ နေ၏။
 ။ ၇-ရက်နေ့ လည်ပင်း၌ တည်နေ၏။
 ။ ၈-ရက်နေ့ ရင်ညွန့်၌ တည်နေ၏။
 ။ ၉-ရက်နေ့ သားမြိတ်ခါး၌ ရာဂစိတ်တည်နေ၏။
 ။ ၁၀-ရက်နေ့ ပေါင်၊ချက်၌ တည်နေ၏။
 ။ ၁၁-ရက်နေ့ ဆီးစပ်၌ တည်ရှိ၏။
 ။ ၁၂-ရက်နေ့ မြင်းခေါင်း၌ တည်ရှိ၏။
 ။ ၁၃-ရက်နေ့ ချက်၊တင်ပါး၊ခါး၌ တည်ရှိ၏။
 ။ ၁၄-ရက်နေ့ ခြေမျက်စိ၌ ရာဂစိတ်နေ၏။

ဤပြဆိုခဲ့ပြီးသော အရပ် ဌာန တို့ကို မှတ်သား၍
 မိန်းမတို့ကို သုံးသပ်သည်ရှိသော်၊ အထူးပင် ချစ်ကြိုက်
 တတ်သတည်း။

.....:၀:.....

အလောင်း ၁၃။

နေ့အလိုက် မိန်းမတို့၏ရာဂစိတ် တည်နေပုံ။

တနင်္ဂနွေနေ့တွင်၊ လည်ပင်း၌ ရာဂစိတ်နေ၏။
 တနင်းလာနေ့တွင် သားမြတ်၌ တည်နေ၏။
 အင်္ဂါနေ့တွင် ချက်၌ တည်နေ၏။
 ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် အင်္ဂါဇာတ်၌ တည်နေ၏။
 ကြာသပတေးနေ့တွင် ကျော၌ တည်နေ၏။
 သောကြာနေ့တွင် ဆံပင်၌ ရာဂစိတ်တည်နေ၏။
 စနေနေ့တွင် လက်ဖျား၌ ရာဂစိတ်တည်နေ၏။

.....၀.....

နေ့အလိုက် တေးထပ်။

ရွှေဂဠုန်ရက်တွင်း၊ လယ်ပင်း၌ မှတ်ပါ။ သားမြတ်
 ကင်းဝင်းပဒါ၊ တနင်းလာ ငွေကျား၊ နှဲဆီးစပ် အထက်
 ခေါ်သည်၊ ချက်ကော်မှာ၊ ခြင်္သေ့နှင့် ငြား။ ပဿာဝ
 ယောနိဗ္ဗိတံမှာ၊ ဆင်နာဂိန်ပျော်ပါး၊ ခင်ညာစိန်ခက်ပတ္တ
 မြားရယ်က၊ ကြွက်မမှားကျောနေ၊ ပိရုံးရောင် ကေသီ
 မြတ်မှာတော့၊ ရွှေဖူးနတ် ရက်မှတ်မသွေ၊ ပြည်တောဂ-
 နဂါးမြွေမှာ၊ မမှားစေလက်ဖျားပ၊ သက်ထား မေကညာ
 စိတ်ခတ်တည်ရာ၊ ချိပ်စပ်သို့ ဤစာမှာ၊ မဒိမြာချစ်ဆုံး
 ပလေး။

.....၀.....

အခန်း-၃၂။

မိန်းမတို့၏ မာယာလေးဆယ်။

- ၁။ ယောက်ျား၏ စိတ်သည်။ မိမိသို့ ညွတ်အောင်
ကွန့်မြူးခြင်းတပါး။
- ၂။ ဟန်မူ၍၊ ကျောက်ကုန်းသားကိုပြခြင်း။
- ၃။ စမ္ပာယ်ခြင်းကို ပြသခြင်း။
- ၄။ ရှက်လေဟန်မူ၍၊ ဝတ်စားတန်ဆာတို့ကို ဖုံးလွှမ်း
ခြင်း။
- ၅။ လက်သည်းခြေသည်း၊ ရေးခြစ်ခြင်း။
- ၆။ ခြေဖြင့် ခြေကိုနင်းခြင်း။
- ၇။ သစ်သားထွန်ကန်ဖြင့်၊ မြေကိုရေးခြင်း။
- ၈။ မိမိသားသွီး၊ သူတပါး သားသွီးကို မြှောက်ပင့်
စေခြင်း။
- ၉။ မိမိသား သူတပါးသားကို ချီခြင်း ချီစေခြင်း။
- ၁၀။ မိမိသား သူတပါးသားကို ကစားခြင်း၊ ကစား
စေခြင်း။
- ၁၁။ သားသူငယ်တို့ကို နှမ်းခြင်း နှမ်းစေခြင်း။
- ၁၂။ မိမိစားခြင်း၊ သူငယ်ကို စားစေခြင်း။
- ၁၃။ တစုံတခုသော ဝတ္ထုကို သူငယ်အား ထောင်း
ခြင်း။
- ၁၄။ သူငယ်ပြုလုပ်သည်ကို အတုပြုလုပ်ခြင်း။
- ၁၅။ ကျယ်စွာသောအသံဖြင့် မြှောဆိုခြင်း။

- ၁၆။ တီးတိုးပြောဆိုခြင်း။
- ၁၇။ ထင်ရှားစွာ ပြောဆိုခြင်း။
- ၁၈။ နိမိတ်အင်္ဂါကိုပြခြင်း။
- ၁၉။ ကန့်သတ်ခြင်း။
- ၂၀။ သိချင်း သိဆိုခြင်း။
- ၂၁။ တီးမှုတ်ခြင်း၊ ငိုခြင်း။
- ၂၂။ စမွယ်ခြင်း။
- ၂၃။ တန့်ဆာဆင်ခြင်း။
- ၂၄။ ပြင်းစွာရယ်ခြင်း။
- ၂၅။ မျက်စောင်းဖြင့်ကြည့်ရှုခြင်း။
- ၂၆။ ခါးကိုထွပ်ပြခြင်း။
- ၂၇။ သျှိုဝှက်သော အင်္ဂါကိုထွပ်ပြခြင်း။
- ၂၈။ ပေါင်ကိုဖွင့်၍ပြခြင်း။
- ၂၉။ ပေါင်ကိုဖုံး၍ပြခြင်း။
- ၃၀။ သားမြတ်ကို ပြသခြင်း။
- ၃၁။ လက်ကတီးကို ပြသခြင်း။
- ၃၂။ ချက်ကိုပြခြင်း။
- ၃၃။ မျက်စိမှိတ်၍ပြခြင်း။
- ၃၄။ မျက်မှောင်ကို-ချီ၍ပြခြင်း။
- ၃၅။ နှုတ်ခမ်းကိုသွားဖြင့်ကိုက်၍ပြခြင်း။
- ၃၆။ လျှာကို ထုတ်ပြခြင်း။
- ၃၇။ အဝတ်ကိုချွတ်၍ပြခြင်း။
- ၃၈။ ဆံထုံးကိုဖြေ၍ပြခြင်း။

ဇောဝီ-၅

၃၉။ ဂျက်စပြစ်၍ပြခြင်း။

၄၀။ ဆံထုံးကို ထုံး၍ ပြခြင်းတို့ ဖြစ်သတည်း။

အခဏ်း-၃၃။

မိန်းမမြတ်တို့၏လက္ခဏာ။

၁။ လင်၏ချစ်ဖွယ်ကို ပြခြင်း။

၂။ တိုင်ပင်ရန်ရှိသောအခါ၊ အမတ်ကြီးကဲ့သို့ တိုင်ပင်ဘက် ရရှိခြင်း။

၃။ အမှုကြီးငယ်ကို ပြုသောအခါကျွန်ကဲ့သို့ပြခြင်း။

၄။ စားသော အခါ အထိန်းကဲ့သို့ ပြခြင်း။

၅။ အိပ်ရာဝင်သောအခါ ပြည့်တံဆာကဲ့သို့ ပြခြင်း။

၆။ ပြုအပ် မပြုအပ်သော အရာ၌ ဆရာ ကဲ့သို့ ထြဝါဒပေးခြင်း။

၇။ စောင့်ရှောက် သော အခါ၊ အမိ ကဲ့သို့ စောင့်ရှောက်ခြင်း။

ဤသည်ကား၊ မိန်းမမြတ်တို့၏ လက္ခဏာတို့ ဖြစ်သတည်း။

အခဏ်း-၃၄။

မိန်းမကောင်းတို့၏ ကျင့်ဝတ်။

၁။ အမှောင်ထိမ်းတို့ကို ဝေဆန်ရာ၌၊ လိမ္မာခြင်း။

၂။ ထင်ကို ကိုးစားသော အာရုံရှိခြင်း။

၃။ မိမိလင်မှတစ်ပါး အခြားသော ယောက်ျားတို့နှင့် ရောနှော၍ မနေခြင်း။

- ၄။ လင်ရှာ၍ရသော ပစ္စည်းတို့ကို ကောင်းစွာစောင့်ရှောက်ခြင်း။
- ၅။ အလုံးစုံသော အမှုတို့ကိုပြုခြင်း၌ လုလွှာခြင်း။
- ၆။ လင်နောက်မှ အိပ်ခြင်း။
- ၇။ လင်မထမီထုပ်ခြင်း၊ ဤသည်လျှင်၊ မိန်းမကောင်းတို့၏ ကျင့်ဝတ်တည်း။

.....၀.....

စာစကား-၃၅။

မိန်းမတို့၏ ဖျက်ဆီးခြင်း ၂၅-ပါး။

- ၁။ လင်ကို အရပ်တပါးသို့ သွားစေခြင်း။
- ၂။ မိစ္ဆာစာရ-ကျင့်ထံ၌ လင်အရပ် တပါးသို့ သွားသည်ကို ချီးမွမ်းခြင်း။
- ၃။ အရပ်တပါးသို့ သွားရာ လင်ကို မအောက်မေ့ခြင်း။
- ၄။ လင်ပြန်၍ ရောက်က ဝမ်းမမြောက်ခြင်း။
- ၅။ လင်၏ကျေးဇူးမဲ့ကို ပြောခြင်း။
- ၆။ လင်၏ကျေးဇူးကို ထိမ်၍ကတည်းက ဝမ်းမမြောက်ခြင်း။
- ၇။ လင်၏ အကျိုးကို မပြုခြင်း။
- ၈။ လင်၏ကိစ္စဟုတ်သည်ကို ပြုလုပ်ခြင်း။
- ၉။ လင်၏ ကိစ္စကို မပြုခြင်း။
- ၁၀။ အထိရှိသောအခါ မရနိုင်ရန် ခြိမ်းခြောက်စွာ အဝတ်ဝတ်၍ အိပ်ခြင်း။

- ၁၁။ အရပ်တပါးသို့ မျက်နှာမူ၍ အိပ်ခြင်း။
 ၁၂။ လူးထိုမ့်၍ အိပ်ခြင်း။
 ၁၃။ လင်၏ ရောဂကို ဖျက်ဆီးခြင်း။
 ၁၄။ အသက်ရှူပြင်းစေခြင်း။
 ၁၅။ ခေါင်းကိုက်သည်၊ ရင်နာသည်ဆို၍ နေခြင်း။
 ၁၆။ အစာဟောင်း၊ စွန့်ယောင်ဆောင်၍ ဆိတ်ကွယ်
 ရာသို့ သွားတတ်ခြင်း။
 ၁၇။ လင်၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ကို ပြုခြင်း။
 ၁၈။ ယောက်ျားတို့ အသံကြားလျှင်၊ နားစွင့်၍ ထောင်
 ခြင်း။
 ၁၉။ လင်ယူခဲ့သော ဥစ္စာကို ဖျက်ဆီးခြင်း။
 ၂၀။ တခြားယောက်ျားတို့နှင့် နေခြင်း။
 ၂၁။ သူတပါးအား ခြေသလုံးဖော် ပြခြင်း။
 ၂၂။ လင်းခရီး၌ နေခြင်း။
 ၂၃။ မရှိသေခြင်း။
 ၂၄။ တံခါးကို ပိတ်ထားခြင်း။
 ၂၅။ အရပ်တပါးသို့ မျှော်ကြည့်ခြင်း။
 ဤသည်တို့တည်း။

အခန်း-၃၆။

မိန်းမတို့၏ ကြန့် အင်လက္ခဏာများ၊

အကြင်သတို့သိုး၏လက်ဝါးပြင်၌ ချွန်းတောင်းသဏ္ဌာန်

နားပောင်း သဏ္ဌာန် ကဲ့သို့၎င်းရှိမှု၊ မိဖုရားဖြစ်၍၊ သား
ကောင်း ရတနာကို ရရှိတတ်၏။

အကြင် သတို့သမီး၏ လက်ဝါးပြင်၌ တံခါး တိုက်
သဏ္ဌာန်ကဲ့သို့ အရေးရှိမှု၊ အမျိုးယုတ်၍ အစေခံဖြစ်စေ
ကာမှု၊ မိဖုရားဖြစ်ထိုက်၏။

အကြင်သတို့သမီး၏ ဆံသည် ကောက်၏၊ မျက်စေ့
သည် ကြည့်ကဲ့သို့ စိမ်းစိမ်းရှိ၏။ ချက်သည် လက်ျာရစ်
လည်၏။ ထိုမိန်းမသည် မိမိအိမ်တွင် မိဘ၊ လင်သားတို့
အား ချမ်းသာသုခကို ပွားစေတတ်၏။

အကြင် မိန်းမ၏ ဦးထိပ်လယ်၌ လက်ျာရစ် လည်
သော ဘေ့တည်ရှိငြားအံ့။ ထိုမိန်းမသည် မင်းဖြစ်ထိုက်
သော သားကောင်းရတနာကို ပွားတတ်၏။

အကြင်မိန်းမသည် ဟင်္သာမင်း အသံကဲ့သို့ အသံရှိ၏။
တင့်တယ်သော ကိုယ်အမူအရာရှိ၏။ ထိုမိန်းမသည် ရန်
သူတကာကို အောင်မြင်နိုင်၏။

အကြင်မိန်းမသည် လက်တန်ရှည်ခြင်း၊ မျက်နှာရှည်
ခြင်း၊ သေးကွေးသော အင်္ဂါရှိခြင်း၊ ရှည်သော ဆံပင်ရှိ
ခြင်းတို့နှင့်ပြည့်စုံမှု၊ ထိုမိန်းမသည် အဆွေခင်ပွန်း၊ ချစ်
လင်၊ သားသမီး၊ မြေးမြစ်တို့ကို အသက်ရှည်စေတတ်၏။

အကြင်မိန်းမသည်အပြောအဆိုသာယာခြင်း၊ ချစ်ခင်
တတ်ခြင်း၊ အဆင် အခြင်၊ အမြော် အမြင်ရှိခြင်း၊ တည်
ကြည်ဖြောင့်မတ်ခြင်း၊ သားမြတ်ရှည်ခြင်း ကြီးခြင်းတို့နှင့်
ပြည့်စုံမှု၊ မိဖုရားဖြစ်အံ့သတည်း။

အကြင်မိန်းမ၏ နဖူးပြင်၌ မှဲ့၊ ဝက်ခြံ အညစ် အကြေး ကင်း၍ တမ်းခွန်တိုင်သဖွယ် တကြောင်းတည်းသော အရေးရှိအံ့။ ထိုမိန်းမသည် အနှစ်တရာ အသက်ရှည်ရာ၏။

အကြင်မိန်းမ၏ နဖူးပြင်၌ မရှည် မတို လွန်းသော အရေးသုံးကြောင်းထင်ရှားအံ့။ ထိုမိန်းမသည် အနာရောဂါမပြတ် နှိပ်စက်တတ်၏။

အကြင်မိန်းမ၏ နဖူးပြင်၌ သွတ္တိက အင်းနှင့်တူသော အရေးအကြောင်းရှိအံ့။ ချမ်းသာကို အမြဲပွားစေတတ်၏။

လိပ်ကုန်းကဲ့သို့ ကျောက်ကုန်းရှိသော မိန်းမ၊ ဆင်၏ လက်ကဲ့သို့ လက်ရှိသော မိန်းမ၊ ပခုမ္မာ ကြာနံ့ကဲ့သို့ အနံ့ရှိသော မိန်းမ၊ နှာသီးချွန်သော မိန်းမ၊ နှာရောင် ကျယ်သောမိန်းမ၊ ဤမိန်းမ ငါးဦးတို့သည် ဘုန်းကျက် သရေကို ဆောင်နိုင်သော မိန်းမတို့တည်း။

အကြင်မိန်းမ၌ လက်သူကွယ်နှင့် ညီမျှ၍ လက်ညှိုး၊ လက်သန်းတို့သည် မြေတွင်စိုက်၍ ထိဌားအံ့။ လင်သုံး ယောက်သေ၍ မုဆိုးမဖြစ်ရာ၏။ ထိုအတူ ခြေချောင်းတို့ ၌လည်းယူလေ။

အကြင် မိန်းမသည် ကြမ်းတမ်းသော မျက်စိရှိ၏။ ခိုမျက်စိကဲ့သို့ ရှိ၏။ မကောင်းသော အကျင့်ရှိ၏။ မြင်း ခေါင်းသည်ကြီး၏။ ထိုမိန်းမသည် လင်ကိုသတ်တတ်၏။

ဆံလုံးကြီးသော မိန်းမ၊ လည်၍ပေါက်သော ဆံရှိ သောမိန်းမ၊ နီသောဆံပင်ရှိသော မိန်းမ၊ လက်ညှိုးကဲ့သို့

ဦးခေါင်းလျှားသော မိန်းမ၊ နီ၊ ဖြူကြောင်သော မျက်လုံး
ရှိသော မိန်းမတို့ကို စွန့်ပစ်အပ်သတည်း။

အပျား၌ခွသော ဦးထိပ်ဆံရှိသော မိန်းမကိုပြည့်ရှင်
မင်းတို့သည် စွန့်ပစ်ကုန်ရာ၏။

အကြင်မိန်းမသည် မျက်လုံးကြီး၏။ ဆံပင်ရှည်၏။ ထို
မိန်းမသည် အသက်ရှည်ရာ၏။ ဥစ္စာစပါးပေါများကြွယ်
ဝရာ၏။

အကြင်မိန်းမသည် ညိုသောဆံရှိ၏။ နူးညံ့သော ဆံ
ရှိ၏။ ထူသောမျက်နှာရှိ၏။ မျက်ခုံနှစ်ဘက် ခါးစောင်း
နှစ်ဘက်တို့သည် အယှဉ်ပြေပြစ်၏။ ထိုမိန်းမသည် ချမ်း
သာကို ပွားစေ၏။

အကြင်မိန်းမသည် ရွှေသော အဆင်းရှိ၏။ ကျယ်သော
မျက်စိရှိ၏။ ကြည့်ရှုဟန်တင့်တယ်၏။ ကိုယ်အသားအရေ
ပြေပြစ်၏။ ပခုပ္ပာ ကြာရွက် ကဲ့သို့သော စိမ်းသော
မကျဉ်းသော မျက်လုံးရှိ၏။ ထိုမိန်းမသည် သားသွီး များ
များ မွေးဖွားတတ်သတည်း။

အကြင်မိန်းမ၏ လက်ဝဲဘက် ကားမြတ်၌၎င်း၊ လက်၌
၎င်း၊ နား၌၎င်း၊ လည်၌၎င်း၊ မှဲ့ရှိအံ့၊ ထိုမိန်းမသည်
ချမ်းသာကို ဆောင်တတ်၏။

အကြင်မိန်းမအား ခြေနှင်းသံဖြင့် မြေကြီးတုန်လှုပ်အံ့
ထိုမိန်းမသည်လင်နေတိုင်းလင်သေရအံ့သတည်း။

အကြင်မိန်းမ၏ ခြေသူကြွယ်သည် မြေကြီး၌ မထိအံ့
လင်သေတတ်၏။

အကြင်မိန်းမသည် ရှပ်တိုက်၍ သွားတတ်၏။ ပေါင်ကို
ရ၍၊ ရ၍သွားတတ်၏။ ထိုမိန်းမသည် မင်းမျိုး၌ ဖြစ်သော်
လည်း ကျွန်ဘဝသို့ရောက်ရာ၏။

အကြင် မိန်းမသည် များသော ကိုယ်မွေး၊ ဦးခေါင်း
အလုံးရောက်သော ဆံရှိ၏။ သွားခေါ၏။ ထိုမိန်းမသည်
၁၀-ယောက်ထား၍ မကောင်းကျင့်တတ်၏။

အကြင်မိန်းမသည် လက်ချောင်းရှည်၏။ မျက်နှာရှည်
၏။ မောင်းရှည်၏။ ဦးခေါင်း ရှည်၏။ သွားရှည်၏။
ထိုမိန်းမသည် အသက်ရှည်၍ လင်ယောက်ျား တို့အား
ဘေးကင်းစေတတ်၏။

အကြင်မိန်းမ၏ ကြီးသောသားမြတ်သည် အောက်သို့
တွဲလွဲကျပြီးမှ တဖန် အထက်သို့ ကော့၍ တက်ပြန်အံ့။
ထိုမိန်းမ၏ လင်သည်သေအံ့သတည်း။

အခဏ်း-၃၇။

မိန်းမတို့ သာ ခံစားရသော

ဆင်းရဲခြင်းငါးပါး။

- ၁။ မိဘတို့ ထိမ်းမြား မင်္ဂလာပြုလျှင် လင့်အိမ်သို့
ထိုက်ရခြင်း။
- ၂။ ဥဝုရာသီလာရခြင်း။
- ၃။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရခြင်း။
- ၄။ သားဖွားရခြင်း။
- ၅။ လင်ကိုလုပ်ကျွေးပြုစုရခြင်း-ဖြစ်သတည်း။

အဇ္ဈိက-၃၈။

မိန်းမတို့၏ အရွယ် အစားစား။

၁။ ဂေါ်ရီ ရှစ်နှစ်သွီးအရွယ်။

၂။ ကညာ ဆယ်နှစ်သွီးအရွယ်။

၃။ ကုမာရီ တဆယ့်နှစ်သွီးအရွယ်။

(ရှစ်ဂေါ်ရီဆယ်ဖိုး- ကညာဆိုလျှင် ပျိုမခေါ်သေး။ ဆယ်နှစ်ကယ်မှန် မြူးထူးဟန် ဂုဏ်တလီကြောင့်၊ ကုမာရီခေါ် ရပြန်တယ် ကျမ်းကမိန့်ရေး။)

တနည်း။

၁။ ဗာလ တဆယ့်ခြောက်နှစ် တိုင်အောင် အရွယ်။

၂။ တရုဏ တဆယ့်ခြောက်နှစ်မှ ၇၀-တိုင်အရွယ်။

၄။ ဂုဗ္ဗ ၇၀-မှ သေသည်တိုင်အရွယ်။

တနည်း။

၁။ ခြောင်းတူး ၂။ ပါးကွင်း။ ၃။ သွေးစိုး။

၄။ မျက်မြည်း။ ၅။ မျက်ဝန်း။ ၆။ မျက်ခွန်။

၇။ မျက်သွယ်အရွယ် ၇-ပါးတည်း။

တနည်း။

၁။ ကြက်သီး (၉)နှစ်တိုင်အရွယ်။

၂။ ဆန်ကွဲ (၁၂)နှစ်တိုင်အရွယ်။

- ၃။ အကင်း.....(၁၃)နှစ်တိုင်အရွယ်။
 ၄။ အဖူး.....(၁၅)နှစ်တိုင်အရွယ်။
 ၅။ အငုံ.....(၁၇)နှစ်တိုင်အရွယ်။
 ၆။ အဖုံး.....(၁၉)နှစ်တိုင်အရွယ်။
 ၇။ အပွင့်... ..(၂၀)အရွယ်။

တနည်း။

- ၁။ မန္တပညာနို့.....သော ၁၀-နှစ်အရွယ်။
 ၂။ ခိဋ္ဌိဋ္ဌ.....ပျို.....လွင့်သော အသက် ၂၀-အရွယ်။
 ၃။ ဝဏ္ဏ.....အဆင်းလှဆုံးအသက် ၃၀-အရွယ်။
 ၄။ ဗလ.....ခွန်အားရှိသော ၄၀-အရွယ်။
 ၅။ ပည.....ပညာရှိသော ၅၀-အရွယ်။
 ၆။ ဟာနိ-အားအင်ယုတ်သည့်အသက် ၆၀-အရွယ်။
 ၇။ ပဉ္စာရ-ကိုင်းညွတ် လေးလံသော ၇၀-အရွယ်။
 ၈။ ကုဋိလ.....ကိုင်းကွသည့် ၈၀-အရွယ်။
 ၉။ မုဠ.....ငွေဝေသည့် ၉၀-အရွယ်။
 ၁၀။ အနုဠာနုသဟန..... မထ အိပ်ခြင်းရှိသော အသက်တရာ အရွယ်တည်း။

ခဏ်း-၃၉။

ယောကျ်ားတို့၏အမျိုးဇာတ်၊

ဿတ္တရကျမ်း အထိအားဖြင့်၊ ယောကျ်ားတို့သည်
 (၄)မျိုး ရှိကုန်၏။ ထို(၄)မျိုးတို့ကား။

- (၁) အသက,မည်သော ယောကျ်ား။
- (၂) မြိဂ,မည်သော ယောကျ်ား။
- (၃) ပြိဿ,မည်သော ယောကျ်ား။
- (၄) အသွ,မည်သော ယောကျ်ားတို့ ဖြစ်လေသည်။

ထို(၄)မျိုးတို့တွင် 'အသက, မည်သော ယောကျ်ား
ကို ဥက္ကဋ္ဌ, ပဏိတ,မဇ္ဈိမ,ဟိန,လေးပါးနှင့်မြှောက်။ ၎င်း
အရကိုတည် အသားရွှေ, အသားနီ, အသားဖြူ, အသား
မည်း, လေးပါးနှင့်မြှောက်။ ၎င်းအရကို တည်။ အမြင့်
အနိမ့်အဆူအကြီးလေးပါးနှင့်မြှောက်။ အသကမည်သော
ယောကျ်ားမျိုး(၆၄)ယောက် ဖြစ်၏။

ထို့အတူကြွင်းသော ယောကျ်ားမျိုးတို့ကိုလည်း၊ ဤ
နည်းတူ မြှောက်သော်။ (၆၄)ယောက်စီရ၏။ ၎င်းတို့ကို
ပေါင်းသော် ယောကျ်ားမျိုး(၂၆၅)ယောက်ဖြစ်၏။

(အသက ယောကျ်ားမျိုး၏ လက္ခဏာ)

- ၁။ ကိုယ်နံ့ပန်းရင်း၏ အနံ့ကဲ့သို့ ရှိ၏။
- ၂။ လက်ဖဝါးနူးညံ့၏။
- ၃။ ခြေချောင်း လက်ချောင်းရှည်၏။
- ၄။ ရင်ကျယ်၏။
- ၅။ ချက်နက်၏။
- ၆။ အအိမ်၌ ကိန်းသော ဂိယု, သဘောရှိ၏။
- ၇။ အရသာဆိပ်၏။

- ၈။ မွေးတွင်းတခုတခု၌ မွေးဉ္စင်းတပင်စီရောက်၏။
 ၉။ ရွှင်သောမျက်နှာရှိ၏။
 ၁၀။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို အစဉ်မပြတ် ပြုလိုသော
 အလေ့ရှိ၏။
 ၁၁။ သူတပါးကို သနားချစ်ခင်တတ်၏။
 ၁၂။ သီလစောင့်၏။
 ၁၃။ အင်အားတန်ခိုးရှိ၏။
 ၁၄။ ဆံ့မုတ်ဆိတ်ရှည်၏။
 ၁၅။ လက်ကတီးမွေး ဣန္ဒြေမွေးရှည်၏။
 ၁၆။ လိင်၏နိမိတ်-မိမိ၏လက်လေးသစ်ရှိ၏။
 ဤကား အသက ယောက်ျား၏ လက္ခဏာ သဘော

မြို့၈, ယောက်ျား၏ လက္ခဏာ၊

- ၁။ မှန်သောစကားကို ဆိုလေ့ရှိ၏။
 ၂။ သည်းခံတတ်၏။
 ၃။ သူတပါးကို သနားချစ်ခင်တတ်၏။
 ၄။ ဂုဏ်ကြီးသောသူ၊ အရွယ်ကြီးသောသူ၊ ပညာရှိ
 သောသူတို့ကို ခိုသေတတ်၏။
 ၅။ သူတပါးတို့ကို မကဲ့ရဲ့တတ် ပြေပြစ် ချစ်သွယ်
 သော စကားတို့ကို ဆိုတတ်၏။
 ၆။ ဖါး၊ ငါးကို အတန်ငယ် စားတတ်၏။

- ၇။ ပညာကို ခင်ခင်တတ်၏။
- ၈။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပြုလို၏။
- ၉။ ကိုယ်အနံ့ကား၊ သေရည်အနံ့ကဲ့သို့ရှိ၏။
- ၁၀။ ကိုယ်အရသာမရှိ၏။
- ၁၁။ ပုရိသဘောကား၊ မိမိ၏ လက်ရှစ်သစ်ရှိ၏။

ဤကား... မြို့ဝ ယောက်ျား၏ လက္ခဏာ သဘောတည်း။

(ပြိဿဘယောက်ျား၏ လက္ခဏာ)

- ၁။ ကိုယ်အသားအရေ တင်းမာ၏။
- ၂။ ဆူသော အရသာကို စားတတ်၏။
- ၃။ ကချင်း၊ ယိချင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်းကို အလိုရှိ၏။
- ၄။ လောတကြီး၏။
- ၅။ သူ၏မယားကို ပြစ်မှားတတ်၏။
- ၆။ အသံကောင်း၏။
- ၇။ မေထုံကျူး၏။
- ၈။ သူတပါးတို့အားကဲ့ရဲ့ငြူစူစောင်းမြောင်းတတ်၏။
- ၉။ ကိုယ်အနံ့ကား ပျားနံ့ကဲ့သို့ရှိ၏။
- ၁၀။ ကိုယ်အရသာချို၏။
- ၁၁။ ပုရိသဘောကား၊ မိမိ၏လက်ဆယ်သစ်ရှိ၏။

ဤကား—ပြိဿဘယောက်ျား၏ လက္ခဏာတည်း။

!(အသွယေအကျား၏လက္ခဏာ)

- ၁။ ကိုယ်ပစ္စည်းကို နှမြောချစ်ခင်တတ်၏။
- ၂။ သူတပါး၏ပစ္စည်းကို ထိုချင်တတ်၏။
- ၃။ မကောင်းကို များစွာပြုကျင့်၏။
- ၄။ ဗေဒကို ပြစ်မှားတတ်၏။
- ၅။ သစ္စာလည်းမရှိ သူ့ကျေးဇူးကိုလည်း မသိတတ်။
- ၆။ ပညာကိုလည်းမခင်။
- ၇။ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းကို မှီဝဲ ဆည်းကပ်ထို
သော အလေ့မရှိ။
- ၈။ ယုတ်မာသောအကြံ၊ ယုတ်မာသော အမှုကိုသာ
ထွင် ပြုလုပ်သောအလေ့ရှိ၏။
- ၉။ ကိုယ်၊ လက်၊ ဆူပြီး၏။
- ၁၀။ လက်ကတီးမွေး၊ ဆူခြွေမွေးရှည်၏။
- ၁၁။ အရှက်အကြောက် နည်း၏။
- ၁၂။ အထူးထူးသော အရသာကို ငြိုက် နှစ်သက်
တတ်၏။
- ၁၃။ ယောကျ်ားကိုယ်ကြီး၏။
- ၁၄။ ကိုယ်နံ့ညှို၏။
- ၁၅။ ဝမ်းပူ၏။
- ၁၆။ အကြောတင်း၏။
- ၁၇။ ကိုယ်အရသာခါး၏။

၁၈။ ပုရိသဘောကား၊ မိမိ၏လက် တဆဲ၊နှစ်သစ်၊
တဆဲ၊လေးသစ်ရှိ၏။ ဤကား-အသွယောက္ခား၏
လက္ခဏာတည်း။

အဇ္ဈိက-၄၀။

(ယောကျ်ားမြတ်တို့၏ လက္ခဏာ)

- ၁။ ရှည်ခြင်းငါးမျိုး။
- ၂။ တိုခြင်းလေးမျိုး။
- ၃။ နိခြင်းခုနစ်မျိုး။
- ၄။ မောက်ခြင်းခြောက်မျိုး။
- ၅။ ပြေပြစ်နူးညံ့ခြင်းငါးမျိုး။
- ၆။ နက်ခြင်းနှစ်မျိုး။
- ၇။ ထူခြင်းသုံးမျိုး။ ယောက္ခား မြတ်တို့ကား၊ ဤ
ကြန်အင်လက္ခဏာတို့နှင့် ပြည့်စုံကြကုန်၏။

ရှည်ခြင်း ငါးမျိုး

- ၁။ လက်ရုံးရှည်ခြင်း။
- ၂။ ခေးဖျား၏ရှည်ခြင်း။
- ၃။ နှာခေါင်း၏ရှည်ခြင်း။
- ၄။ ဂျှာ၏ရှည်ခြင်း။
- ၅။ ဦးခေါင်း၏ရှည်ခြင်းတို့ပင်တည်း။

တိုခြင်း လေးမျိုး။

- ၁။ အင်္ဂါဇာတ်၏ တိုခြင်း။

- ၂။ လည်တိုခြင်း။
- ၃။ ကျောတိုခြင်း။
- ၄။ မြင်းခေါင်း၏တိုခြင်းပင်တည်း။

နီခြင်း၊ ခုနစ်မျိုး။

- ၁။ လက်ဖဝါးနီခြင်း။
- ၂။ မျက်ဆံနီခြင်း။
- ၃။ နှုတ်ခမ်းနီခြင်း။
- ၅။ သွားဖုံး၏နီခြင်း။
- ၆။ လက်ဆစ်ပျား၏နီခြင်း။
- ၇။ ခြေဆစ်ပျား၏ နီခြင်းတို့ပင်တည်း။

‘မောက်ခြင်း’ ခြောက်မျိုး။

- ၁။ လက်၏မောက်ခြင်း။
- ၂။ ဖိရိုး၏မောက်ခြင်း။
- ၃။ ပခုံး၏မောက်ခြင်း။
- ၄။ လည်ချောင်း၏မောက်ခြင်း။
- ၅။ ရင်၏မောက်ခြင်း။
- ၆။ နဖူး၏ မောက်ခြင်းတို့ပင်တည်း။

ပြေပြစ်ခြင်း၊ ငါးပါး

- ၁။ အသားအရေ၏ နူးညံ့ပြေပြစ်ခြင်း။
- ၂။ စကားအပြောအဆို နူးညံ့ပြေပြစ်ခြင်း။

- ၃။ ဆံပင်၏ နူးညံ့ပြေပြစ်ခြင်း။
- ၄။ နှုတ်ခမ်း၏ နူးညံ့ပြေပြစ်ခြင်း။
- ၅။ အသွား အလာ၏ နူးညံ့ ပြေပြစ်ခြင်းတို့ပင် ဖြစ်သတည်း။

နက်ခြင်း နှစ်မျိုး။

- ၁။ ချက်၏ နက်ခြင်း။
- ၂။ အသံ၏ နက်ခြင်းတို့တည်း။

ဖျူခြင်းသုံးမျိုး။

- ၁။ နား၏ အသားဖျူခြင်း။
 - ၂။ နား၏ အဖျားဖျူခြင်း။
 - ၃။ နားကင်းထူခြင်းတို့ပင် ဖြစ်သတည်း။
- ထိုမှတစ်ပါး။ ၁။ ကြီးခြင်းသုံးပါး။
- ၂။ အသေးငါးမျိုးဟု ပြဆိုကြသေး၏။

ကြီးခြင်းသုံးမျိုး။

- ၁။ ပေါင်ကြီးခြင်း။
- ၂။ ဥက္ကောင်းကြီးခြင်း။
- ၃။ နဖူးကြီးခြင်းတို့ပေတည်း။

အသေးငါးမျိုး။

- ၁။ အဆစ်ပြေသဖြင့် လက်ချောင်း၏ သေးခြင်း။
- ၂။ ခြေချောင်း၏ သေးခြင်း။
- ၃။ သွားအစဉ်၏ တညီတညွတ်တည်းသေးခြင်း။

ယောဝိ-၆

၄။ ဆံပင်-ဆံလုံး၏သေးခြင်း။

၅။ လက်သည်း ခြေသည်းတို့၏ သေးခြင်းတို့ဖြစ်၏။

ဤပြဆိုခဲ့သော လက္ခဏာတို့ကား၊ ယောက်ျားမြတ်
တို့၏ လက္ခဏာများဟူ၍၊ ရှေးဆရာကြီးများ ဆိုကုန်ကြ
သတည်း။

အခဏ်း-၄၂။

ယောက်ျားတို့၏ အကျိုးအပြစ်။

အကြင်ယောက်ျားသည် ဦးခေါင်းကြီးမူ ချစ်သူများ
အံ့၊ ထင်ရှာအံ့၊ ဦးခေါင်းလုံးမူ ကောင်းစားအံ့၊ ထိပ်ခွင်မူ
မြတ်အံ့၊ မြိမ့်တည်ကြည်အံ့၊ နဖူးမောက်မူ ဝန်ဆူစဉ်းလဲ
အံ့၊ ဆင်ဦးကင်းကဲ့သို့ရှိမူ ချစ်သူများအံ့။

အကြင်ယောက်ျားသည်၊ နားကြီးမူ နှလုံးမကောင်း
အမျက်ကြီးတတ်၏။ နားဝန်းမူပညာရှိအံ့၊ မြေခွေး၏နား
ကဲ့သို့ရှိမူ နှလုံးမကောင်း၊ နားရှည်မူ ရဲစွမ်းအံ့၊ နားမွေး
များမူ ချစ်သူများအံ့။

အကြင်ယောက်ျားသည်၊ မျက်စိကျယ်မူ ပညာရှိအံ့၊
မျက်လုံးကျဉ်းမူ ယျှပ်ပေါ်လေဝီလီအံ့၊ မျက်စိစပ်မူ မျက်
ခမ်းစပ်မူ သူမုန်းများအံ့၊ မျက်ကွင်းညိုညိုရှိမူ ခိုးစား
တတ်အံ့၊ ကြောင်၏ မျက်စိကဲ့သို့ရှိမူ အမျက်ဒေါသကြီး
အံ့၊ ကျား၏မျက်စိကဲ့သို့ရှိမူ ဒေါသကြီးမားအံ့။

အကျင်ယောက်ျားသည်၊ ကြောင်၏ နှာခေါင်းကဲ့သို့
မူ ပညာရှိအံ့၊ သစ်၏နှာခေါင်းကဲ့သို့ရှိမူ ကြံသမျှအောင်

ဖန်များအံ့၊ နှာခေါင်းရှည်မှု ဥစ္စာများအံ့၊ နှာခေါင်း ချင်း
ချင်းနီမှု ချစ်သူများအံ့၊ နှာခေါင်းနီမှုဆင်းရဲအံ့၊ နှာခေါင်း
ပွပွရှိမှု ဒေါသအမျက် ခက်ထန်ကြမ်းကြုတ်အံ့၊ နှာခေါင်း
ပိချပ်ရှိမှု ပညာရှိအံ့၊ နှာခေါင်းဖြူမှု ပညာရှိအံ့။

အကြင်ယောက်ျားသည် ယှာလည် ရှိုက်မှု ကောင်း
စားအံ့၊ ဂျိုးအာကဲ့သို့ရှိမှု ချစ်ခင်ထိများ၏။ ယှားဝန်းမှု
စွန်အား ထွင်ကျပ်အံ့၊ ယှာဖြူမှု ရာဂ ရမ္မက်ကြီးအံ့၊
ယှာရှည်မှု ထုန်းရှိအံ့၊ အရသာကြူးအံ့၊ အေးတန်ခုံရှိအံ့။

အကြင်ယောက်ျားသည် နှုတ်ခမ်းငယ်မှု ထွတ်မြတ်
အံ့၊ နှုတ်ခမ်းကြီးမှု ဆင်းရဲအံ့၊ နှုတ်ခမ်းနီမှု သူတပါးတို့
ရှိခိုးရာဖြစ်၏၊ နှုတ်ခမ်းဖြူမှု စကားများအံ့၊ ဆိုမှုနိုင်ဖန်
များအံ့။

အကြင်ယောက်ျားသည် သွားကြီးမှု မြဲမြံ တည်
ကြည်အံ့၊ သွားငယ်မှုရဲရင့်အံ့၊ သွားစိတ်မှု စကားများအံ့၊
သွားခေါ်မှု ပညာရှိအံ့၊ သွားစွယ်ရှိမှု သူချစ်များအံ့။

ဤကား.....ယောက်ျားတို့၏ အင်္ဂါ လက္ခဏာကို အ
ကျိုး အပြစ်ပြခြင်း ဖြစ်သတည်း။

အခဏ်း-၄၂။

အချိန်ကာလနှင့် ကပမစပ်ယှက်ခြင်း။

အကြင်သူသည် နေထွက် ဗဟိုရိန္ဒကာမသံဝါသစင်
ယုတ်မှု အနာရောဂါများအံ့၊ အသက်တို၏။

နှစ်ဗဟိုရ်၌ ကာမသံဝါသစပ်ယွက်မှု အသရေယုတ်
နိမ့်၏။

နေ့လွဲတဗဟိုရ်၌ ကာမသံဝါသ စပ်ယွက်ခြင်း ပြုမှု
အသရေယုတ်ညံ့ခြင်း၊ အသက်တိုခြင်းဖြစ်ရာ၏။

နေ့လွဲနှစ်ဗဟိုရ်က-သုံးဗဟိုရ် အတွင်း၌ကား၊ ကာမ
သံဝါသ မေဃန သေဝနအမှုကိုပြုခြင်းငှါသင့်သတည်း။

ညချမ်းအခါ၌ကား၊ ရေမိုး ချိုးပြီးသော် ပန်းနံ့သာ
လိမ်းကြိ၍ ဦးလည်ရှက်ခြင်း၊ ပြက်မှုပြုခြင်းငှါ အပ်၏။
၎င်းည၌ တဗဟိုရ်က သန်းလွဲဗဟိုရ် တိုင်အောင်သော
အခါကာလတို့ကား၊ ကာမဂုဏ် မြူးထူးရာသော အချိန်
အခါတို့ ဖြစ်လေသည်။

မိမိသောက် ဗဟိုရ်၌မူကား၊ အိပ်စက်ကြရာသည်၊
မအိပ်စက်မူ၍ကာမသံဝါသအမှုတို့ကို ပြုလုပ်ကြပေ၍
အနာရောဂါများ၍၊ အသက်တိုတတ်လေသည်ဟုဆရာ
မြတ်တို့ မှတ်တမ်းတင်ထားလေ၏။

အကြင် ယောက်ျားမြတ်တို့သည်ကား၊ လပြည့်နေ့၊
ရှစ်ရက်နေ့ သင်းကြန်အခါ ဤနေ့တို့၌ သံဝါသ အမှုကို
မပြုအပ်-မပြုရကြချေ၊ ပြုခဲ့သော်ကား၊ အသရေ ယုတ်
ညံ့အံ့၊ ဥစ္စာပစ္စည်းကုန်ခန်းအံ့။

အကြင်ယောက်ျားတို့သည်၊ ၁။ နေ့၏အဆုံး၊ ည၌၏
အစ၊ ၂။ ည၌၏အဆုံး၊ နေ့၏အစ၊ ၃။ မွန်းတည့်၊ ၄။ ည၌
သန်းခေါင်၊ ဤဆည်ဆာအခါကြီးလေးပါးတို့၌၊ ၁။ သွား

လာ လှည့်ပတ်ခြင်း။ ၂-ရန်သူက ပေးသော အစာကို စားခြင်း။ ၃-ပြည့်တံဆာမ တို့က ပေးသော အစာကို စားခြင်း။ ၄-မေထုန်မှီဝဲခြင်းဘို့က အထွင်းပင် မပြုအပ် ရှောင်ကြဉ်အပ်ကုန်ရာချေသည်။

အဇေဝိဒ-၄၃။

ရာသီဥတုနှင့် သံဝါသပြုမှု။

ဝါဆို-ဝါခေါင်-နှစ်လသည် ဝဿာနဥတုမည်၏။ ရန် ခါပူ၍၊ ရန်ခါအေး၏။ အနောက်အရပ်မှ လေကျတက်၏ ထိန်းမဥ လက်ထုပ် ဆက်သွားရလေး ပုန်းညက်စသော ပန်းတို့ ပွင့်ကြကုန်၏။ အမြစ် အသီး အပွင့် အရွက်တို့ သည်၊ ပေါက်သစ်စဖြစ်၍ နုဘောကြောင့် အစွမ်းသတ္တိ မရှိ။ သည်းခြေဝပ်၏။ လေပျက်၏။ ဝမ်းမီးညှို့၏။ ဖြူစင် သော အဝတ်ကိုဝတ်၍ အမွှေး အလုံး လိမ့်ကြည့်၍ သွင် ကြေလွယ်သော အစာကိုစား၍ မိုးရေစွပ်ရာ၌ နေသည်။

တော်သလင်း၊ သီတင်းကျွတ်၊ နှစ်လသည်၊ သရဒဥတု မည်၏။ ကောင်းကင်၌ အညစ်အကြေးကင်းစင်၏။ ပဒုမ္မာ ကြာ ခေါင်းရမ်း ပိတောက် ရင်းမာ စသော ပန်းတို့ပွင့် ကုန်ကြ၏။ အသီးအရွက် အပွင့်တို့သည်၊ ဩဇာ သတ္တိ ရှိကုန်၏။ ချဉ်သော အရသာကိုရှောင်၊ နေ့အခါ၌ မေထုန် မှီဝဲခြင်းကို မပြုအပ်ချေ။

တန်ဆောင်မုန်း၊ နတ်တော်-နှစ်လသည် ဟောမန္တဥတု
မည်၏။ အေး၏။ ဆီးနှင်းများ၏။ အသီး အပွင့် အရွက်
တို့သည်။ အားရှိကုန်၏။ လူတို့သည် အားရှိကုန်၏။
ဝမ်းမီးကောင်း၏။ ခါးသော၊ စပ်သော၊ ပူသော၊ အရာ
တို့ကို မစားသုံးရာ၊ သစ်ခွေ။ မယ်ဇေဇီ ဇီးဖြူ၊ ခရား
ခတ္တာ ဂရန်း သဇင် စသော ပန်းတို့ပွင့်ကုန်၏။ ကုန်မံ
ကရမက်အကျော်၊ အကျော်အနက်တို့ကိုရောစပ်၍၊ လိမ်း
ကြံပြီးသော် မိန်းမတို့နှင့် သံဝါသ အမှုပြုကြရာ၏။

ပြာသိုတပို့တွဲ၊ ထိုနှစ်လသည်။ သီတဥတုမည်၏။
အေး၏။ ဆီးနှင်းနည်း၏။ ခွာညို၊ သရက် စသော ပန်းတို့
ပွင့်ကုန်၏။ သလိပ်ဝတ်၏။ လေပျက်၏။ ဝမ်းမီးကောင်း
၏။ ကြဇုသီး ပိတ်ချင်းသီးတို့ကို စားရမည်။ “မေထုန-
သေဝန” အမှုကို ပြုလုပ်နိုင်ကြလေသည်။

တပေါင်း၊ တန်ခူး-ထိုနှစ်လသည်။ ဒုဗ္ဘဥတုမည်၏။
အနည်းငယ်ပူ၏။ ပေါက်ချရား သော်က သရဖီ အစ
ရှိသော ပန်းတို့ပွင့်ကုန်၏။ သလိပ်ပျက်၏။ အမြစ်အရွက်
အသီးတို့ အားရှိကုန်၏။ တက်သော အရသာ တို့ကို
ရှောင်ကြဉ်လေ။ ကြဇုသီး ပျားရည်တို့ကို သုံးဆောင်ကြ
ရာသည်။ ပျိုနုသောမိန်းမတို့နှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံကြ
ရာသည်။ နွေခွံအိပ်ခြင်းကို အလျဉ်းမပြုကြရာ။

ကဆုန်၊ နယုန်-ထိုနှစ်လတို့သည်။ ဝိမန္တဥတုမည်၏။ နွယ်
မြက်တို့ပျက်စီး၍ စမ္ပိယံစသော ပန်းတို့ပွင့်ကြ၏။ အလွန်

ပူ၏။ အစပ်အခါးအသီး အရွက်တို့အား၏။ ကြဇုသိနှင့်
ကြိယကာကိုစာ၊ အချော်ရှပ်ပါးကိုသောက်ရာ၏။ ထော
ပတ် နွားနို့တို့ကို နိုင်နိုင်သောက်၊ နေ့ကို အိပ်ပါလေ။
ညဉ့်အခါ(လ)ရောင်ရှိရာမှာ အိပ်စက်ရာ၏။ မေထုန်မှီဝဲ
ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါလေ။

အခဏ်း- ၄၄။

ပုရိသလိင်၏ အကျိုးအပြစ်။

လိင်ရှည်ကား-ဆင်းရဲခြင်းဖြစ်အံ့။
လိင်အလုံးကြီးမူကား-ဥစ္စာပစ္စည်းရှားပါးအံ့။
လိင်အလုံးတိုမူကား-တုန်းတံခိုးရှိအံ့။
လိင် ထေး မူ ကား-ပြည်ကို စိုးမိုး ရသော မင်းဖြစ်
ထိုက်၏။

အခဏ်း ၄၅။

ရှောင်ကြဉ်အပ်သော ယောကျ်ားငါမျိုး။

၁။ ဝယ်က ပျောလွန်း၊ ကျင်းဝန်တရား မသင်ငြား
သော် မင်းပါးစိုးစွင် မဝင်နိုင်ဘဲ- ဆင်းရဲပန်းတောင်း၊
မကောင်းသက်မွေး မယဉ်ကျေးသည့် လူရေး - လူစ
မတုံ့လား။ မယဉ်ကျေးသည့် လူရေး လူစ တုံးကိုရှောင်။
၂။ မင်းစေလုပ်ငြား၊ လျှပ်ဖြတ်စားသည်၊ ယောက်ျား
လူလေ၊ လူငွေကို ရွာနေသူများ၊ မရန်းလား။ ရွာနေ
ရန်းထား၊ လူဖြတ်စားကိုရှောင်။

၃။ နံနက်ညခါ သေစာ စောင်းညှင်း၊ သီချင်း၊ တ
လိုက် ကြိတ်တိုက် အန်ခတ် လည်ပတ်သွားများ ထိုး
ယောက်ျားကား၊ ဥစ္စာများကို မချစ်ရာ။ ။ ဥစ္စာမချစ်
ယောက်ျားညစ်ကိုရှောင်။

၄။ ချမ်းသေးပူသေး၊ စောလွန်းသေးနှင့် ဝမ်းလေး
ဆာထွ၊ မိမိချစ်သော၊ ခြောက်ဝအပျင်း၊ လုလွကင်း
ထွက် ဖြစ်ခြင်းဥစ္စာ၊ ကံပေးရာဟု၊ ကံသာချမှား ထိုး
ယောက်ျားကား၊ စီးပွားဥစ္စာ မကင်းလား၊ ဥစ္စာလွတ်
ကင်း၊ ယောက်ျားပျင်းလိုရှောင်။

၅။ ကျောင်းကန်ခင်း၊ လူထဲမလာ၊ တောမှာပျော်
ပိုက် အမဲလိုက်ထွက်၊ ခွေးတိုက်လေ့လာ ချက်စား
ပြုတ်ကင် လူငယ်၊ ဆင်ခြင်ဘောက် သူ့အသက်
ကို မချစ်ရာ၊ သူ့ကံချေစိ၊ လူဆိုးညစ်ကိုရှောင်။

၄။

မာတိကာ

၁။ တနင်္ဂနွေ နေ့၊ ဥပေါသေပေါများတတ်သည်။

၂။ တနင်္လာ ချင်းမှာ၊ ရှေးဦးချမ်းသာ၍ နောက်
ကား ဆင်းရဲတတ်၏။

၃။ အင်္ဂါချင်းပေါင်းလျှင်၊ ရန်များတတ်၏။

၄။ ရာသီနှင့်ပိုင်း အရှည်မမြဲတတ်။

၅။ ကြာသပတေးချင်း ပေါင်းလျှင်၊ အသက်ရှည်စွာ
ချမ်းသာ၏။

၆။ သောကြာချင်းပေါင်းသော်၊ ငြင်းခုံတတ် ဆင်းရဲ
တတ်၏။

၇။ စနေချင်းပေါင်းလျှင်၊ ရန်များခြင်း မေတ္တာကင်း
ခြင်း ဖြစ်တတ်၏။

နေ့တို့၏ အကျိုးအပြစ် ခွဲသဖြန်။

၁။ ဂဠုန်နှင့် ဂဠုန်ခြင်း ပေါင်းသင်းက၊ သုခကြို၊
အဖျားအနာနှင့် အခါခါခိုက်ရန်များတတ်တယ်၊ ကျားနှင့်
ဂဠုန်။

ဂဠုန်ယုံခြင်သော်နှင့် ရွှင်မွေ့၍ ဖက်တွဲလှုံ၊ ကုန်မည်တွဲ
ဥစ္စာမျိုး။ ။ ဂဠုန် ဆင် သုခရယ်၊ တဂုဏ်ထင်လျှံ၊
ဂဠုန်ပင် ကြွက်နှင့် ပေါင်းကြရင် ကောင်းမြတ်အကျိုး။

၂။ ဂဠုန်နှင့် ပူးတို့မတော့ ထူးနိုင်မျှ စီးပွားကြွယ်၊
ရွှေဂဠုန် ရွှေနဂါးရယ်၊ များတဲ့ရန်စွယ်၊ ကျားနှစ်ခုမှာ၊
တော့ များမှုနှင့်ချင်းသာတွယ်၊ နှစ်သွယ်ပ ခေမီး။ ။ ကျား
ခြင်သော် ငယ်တို့စံမွေ့ လျှင်ဥစ္စာပျောက်ပါလိမ့်၊ ဆင်ပေါက်
ကွယ် ကျားနှင့်မိရင် ကောင်းတဲ့မိတ်ကြီး။

၃။ ကျားနှင့်ကြွက်မှာတော့၊ သက်ရှည်မျှချမ်းကြည်
မြို့ကျားနှင့်ပူး ရှေးဦးသူ မကောင်းတဲ့ပြင် နောက်နှောင်း
ခိုက်ရန်ပွားတတ်တယ် ရှားကြပိုလ်လှ။ ။ ကျား နဂါး
မှာလဲ မခြားဘူး၊ ဆိုနည်းတူ မယူနှင့် ရှောင်ကြမြို့၊ ခြင်သော်
ချင်းမှာတော့ မကောင်းအောင်၊ စိုးရိမ်များတဲ့ပြင်၊ စီးပွား
မတည်တတ်ချေထု၊ များမှတ်လို့စွဲ။

၄။ ခြင်္သေ့ဆင် အတူသင့်ပါဘိ၊ ပုစ္ဆာကိုတဲ့ ကြည့်
မမြင်။ ကြွက်နှင့်တဲ့ ပြန်တော့၊ အပြင်သုခဗြူးတယ်။
ထိုးထိုး စည်ပင်၊ ခြင်္သေ့ ပူးမှာတော့- နှစ်ဦးကဲ့၊ မိတ်
ဘက်ဝင်၊ ကြည်လင်ထိုး စည်းစိမ်ပွား၊ ခြင်္သေ့ပျံ နဂါး
ရယ်- တူတူစံတော့ခါ၊ အပူယျံ ဖိုးရိမ် မကင်းနိုင်ဘူး
ကွယ်၊ ယွင်းပျက်တတ်ငြား။

၅။ ပြောင်မာတင် ဆင်ခြင်းမတော့၊ ရန်ကင်းလျက်
သေတတ်စွာ၊ ကြွက်နှင့်ဆင် ရှည်အသက် ပေါင်းဘက်
မကွာဆင်နှင့် ပူးမှာတော့၊ နှစ်ဦးရယ်တဲ့ ပွင့်လင်းဖြာ၊
ချမ်းသာထိုး ဂုဏ်မျှမွှေး။ ကြွက်နှင့်ဆင် ကွေကွင်းသေ
ရှင်ပ၊ သွေသင်ဝယ် နှစ်စုံ ကြွက်တို့မှာ၊ ယွင်းပျက်တတ်
ငြား။

၆။ ကြွက်နှင့်ပူး- နှစ်ဦး ချောက်ခြားထိုး၊ ကြောက်
ပါးထိပျက်မယ်ဆို၊ ကြွက်၊ နဂါးမှာတော့ ဖြစ်ပွားရန်
စနက်ကယ် မီးဆက်ထိုးပိုး၊ ပူးချင်းချင်း မှာတော့
အခြင်းနှင့်သတင်းအို မင်းပျိုတို့ရှောင်ပါကြ၊ ပူးနဂါးမှာ
တော့ ပျက်ပြားဥစ္စာတဲ့ ရေနာဂ၊ နှစ်မြိုင်မှီးကြရင်-ကြီး
မျက်မာန။

အခင်း-၄၇။

လူတို့၏ စရိုက် ၆-မျိုး။

ဤလောက၌ ပညာမျက်စိ အမြင်ရှိသော ထူတို့သည်
ကြာရိုး၊ ကြာစွယ်ကို မြင်ကာမျှဖြင့်၊ ရေမည်မျှနက်သည်

တိမ်သည်ကို၎င်း၊ မြေ၌ ပေါက်ရောက်သော မြက်ပင်၏ သန်စွမ်း ထွားကြွင်းခြင်း၊ ညှိုးလျှော် ချောက်သွေခြင်း တို့ကိုပင်မြင်ကာမျှဖြင့်၊ မြေကြီး၏ ကောင်း-မကောင်းကို ထိကြသိသကဲ့သို့ ဤသူကား- အမျိုးကောင်း သား၊ ထီး ဖြစ်သည်။ သူကား- အမျိုးယုတ်သော သူ၏ သား၊ ထီး ဖြစ်သည်ကိုလည်း ထိုသူ၏ ပြောဆို ပြုအပ်သော အရာ တို့ကို နှိုင်းချိန်စဉ်းစား၍ကြည့်က မချာထိနိုင်လေသည်။

ဤ၌ ဆိုလိုရင်းကား၊ ကိုယ်ကျင့် သီလ၊ ကောင်း-မကောင်းကို သိရှိရန်၊ ထိုသူ၏ ကိုယ်မှု နှုတ်မှုတို့ကို ကြည့်ရှုရမည်ဟု ဆိုလေသည်။

ထို့ကြောင့် (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်) အဋ္ဌကထာ၌ လာရှိသော လတို့၏ စရိုက်(၆)ပါးကို ပြဆိုပါအံ့။

သတ္တဝါတို့သဏ္ဌာန်၌ ကိန်းဝပ်ဖြစ်ပွားသူက ရှိသော ရာဂ ဒေါသ မောဟ သဒ္ဓါ၊ ပညာ ဝိဘက်ဟူသောတရား ခြောက်ပါးတို့ကိုအစွဲပြု၍၊ ရာဂအားကြီးသောသူ၊ ဒေါသ အားကြီးသောသူ၊ မောဟအားကြီးသောသူ၊ သဒ္ဓါအား ကြီးသောသူ၊ ပညာ အားကြီးသောသူ၊ အကြံ အစည် အားကြီးသောသူဟူ၍ ခေါ်ဆိုပညတ်အပ်၏။

ထိုသူ ခြောက်ပောက်တို့ကို အနေအထိုင် ဣရိယာ ပုတ် အားဖြင့်၎င်း၊ အမှု ကိစ္စ၊ အားဖြင့်၎င်း၊ အစား အသောက်အားဖြင့်၎င်း၊ ခွဲခြားထိနိုင်၏။

သိရှိရန်ကား။

၁။ ရာဂကြီးသူသည် သွား၊ လာ၊ ထိုင်၊ လျောင်း၊ ခြင်းတို့၌ ဖြေးဖြေး၊ သာသာ နှစ်သက်တွယ်သော အမူ အရာတို့ကို ပြုလုပ်တတ်၏။ ပြောဆိုတတ်သော အရာ ဟူသမျှ၌ ကာမဂုဏ်နှင့် စပ်သော စကား ထုန်းကံကြီး မားခြင်း၊ အဆင်းလှခြင်း၊ တင့်တယ် လျောက်ပတ်ခြင်း စသော နှစ်သက်အပ်သော အာရုံတို့ကိုသာ ချီးမွမ်းပြော ဆိုလေ့ရှိ၏။ မိမိ၏အိပ်ရာ နေရာတို့ကိုလည်း တင့်တယ် လျောက်ပတ်စွာပြုလုပ်ခြင်း၊ အစားအစာ၊ အဝတ် အာရုံ တို့ကိုလည်း ခင်ခင်တွယ်တာ၍၊ ဟုပ ယဉ်ဆုေးအောင် ဝတ်ရုံလေ့ရှိ၏။

၂။ ဒေါသကြီးသောသူသည်၊ သွား၊ လာ၊ နေ့၊ ထိုင် သောနေရာတို့၌ ကြမ်းတမ်းသော အမူအရာရှိ၏။ စကား ပြောဆိုသောအရာတို့၌ ကိုတို တောင်းတောင်း ရှိဘတ် ၏၊ သူတပါး၏ ဂုဏ်ကို ချီးမွမ်းလိုသော စိတ်မရှိဘဲ၊ အပြစ်ကိုသာ များစွာ ပြောလေ့ရှိ၏။ အစားအစာကို လည်း ကြမ်းတမ်းသောအစာ၊ ငန်ချဉ်သော အစာတို့ကို စားလေ့ရှိ၏။

၃။ မောဟကြီးသော သူသည်၊ အမွှဲခဲ၊ အမွှတ်ခဲ၊ ပြုလုပ်လေ့ရှိ၏။ ပြောဆိုသော အမူအရာမှာလည်း အမွှဲခဲ အမွှတ်ခဲပင် ပြောဆို တတ်၏။ အစား အသောက်မှာ

မည်သည့် အရာဟူ၍ ရွေးချယ်ခြင်းမရှိ ရတတ်သမျှနှင့်
သာ စားသောက်တတ်၏။

၄။ သဒ္ဓါအားကြီးသော သူသည်၊ ရာဂ များသော
သူနှင့် တူယောင်ယောင် ရှိ၏။ သို့သော်လည်း သဒ္ဓါ
အားကြီးသူမှာ- ကုသိုလ်နှင့် စပ်သော အရာတို့ကိုသာ
များစွာ ပြုလုပ်ပြောဆိုလေ့၏။

၅။ ပညာကြီးသော သူသည်၊ ဒေါသ၊ ကြီးသော
သူနှင့်အမှုအရာ တူယောင်ယောင်ရှိ၏။ သို့သော်လည်း
ပညာရှိသူ၏ အပြုအမူမှာ၊ နှိုင်းနှိုင်းချိန်ချိန် - စဉ်းစဉ်း
စားစား-ပြုလုပ်လေ့ရှိတတ်၏။

အကြံ အစည် များသော သူသည်၊ မောဟ၊ ကြီး
သော သူနှင့် အပြုအမူ အလုပ်အကိုင် တူယောင်ယောင်
ရှိ၏။ သို့သော်လည်း၊ အကြံအစည် အားကြီးသော သူ
သည် တနေရာ၊ တခုတည်း၌ တည်ကြည်ငြိမ်သက်ခြင်း
မရှိတတ်ချေ။ မောဟကြီးသူနှင့်၊ အကြံအစည် ကြီးသူ
နှစ်ဦးကို သေချာ စွာ စဉ်းစား ကြည့် မှ သာ၊ ခြားနား
ကွဲလွဲစွာ သိရှိနိုင်လေသည်။

တနည်း။

လောဘကြီးလျှင် စကားချို၊ ဒေါသကြီးလျှင် စကား
တို၊ မောဟကြီးလျှင် စကားအိုသည် ဟူ၍ပင်၊ ရှေးသူ
ဟောင်းများ မိန့်မှာထားခဲ့ပေသည်။

အခန်း-၄၈။

လူပျို ၁၁။

ယောက်ျား ကလေး တို့သည် များသော အားဖြင့် အသက် ၁၇-နှစ် ၁၈-နှစ်အရွယ်သို့ ရောက်သော အခါ ၎င်း၏ သုက်ရည်သည် မျိုးစေ့ ပေးနိုင်သော သတ္တိဖြင့် ပြည့်စုံလာ၏။ ဤအရွယ်ကို (လူပျိုအရွယ်) ဟု ခေါ်၏။ ထိုသို့ လူပျိုအရွယ်သို့ ကျရောက်သောအခါ ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ရှိသမျှသော အင်္ဂါကြီးငယ် အပေါင်းတို့သည် အားအင် တိုး၍-သန်မာ လာသည်ဖြစ်သောကြောင့်၊ တဏှာရာဂ အရာ၌ အလိုရမ္မက်ရှိစပြုလာ၏။

ထိုသို့-အလိုရမ္မက်ရှိသောအခါ၊ လူတို့ ထုံးစံရှိသည့် အတိုင်း - ဖျော်မွေ့ခြင်းကို မ ပြု လုပ် ခဲ့ သော်၊ မသင့် မလျော်သော နည်းလမ်းများဖြင့်၊ ဖျော်မွေ့ တတ်ကြ၏။

လူတို့၏ ကိုယ်ခန္ဓာသည် အလွန်တရာထိမ်မွေ့နူးညံ့ စွာ ပြုစုစီမံထားခြင်းကြောင့်၊ အမျိုးမျိုးသောရောဂါတို့ ဖြစ်ပွားရန်လွယ်၏။ သို့ဖြစ်၍၊ အနည်းငယ်မျှပင် ၎င်း၏ ဖြစ်ရာ၊ ဖြစ်လမ်း၊ လုပ်ရာ၊ လုပ်လမ်း၊ သွားရာ၊ သွားလမ်း မှ လွဲချော်၍ လုပ်ရုံမျှနှင့် ကြီးကျယ် ကြောက်ကော်ဘွယ် ကောင်းသော ရောဂါဝေဒနာတို့ဖြစ်ပွားတတ်ကြ၏။

ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ရှိသော ကြောငယ် ခြေလက်စသည်တို့ သည် မူလရှိသော နေရာ၌ မရှိဘဲ၊ လွဲဖယ်၍ နေတတ်ချေ သည်။ သို့သော်လည်းထိုသို့ဖြစ်ပွားရန်အလွယ်ဆုံးသော

နေရာသည် မျိုးစေ့ ပေးနိုင်သော အင်္ဂါနေရာပင်တည်း။
 များသောလူတို့သည် ၎င်းအင်္ဂါဇာတ်ကို ကောင်းမွန်စွာ
 မသုံးတတ်ကြပေ။ ဤကဲ့သို့ နားမလည်ခြင်းသည်စင်စစ်
 အားဖြင့် မထိ၍သော်၎င်း။ အကျင့် စာရိတ္တ မကောင်း
 သော သူတို့နှင့် ပေါင်းဖော် ခြင်းကြောင့်၎င်း၊ ဖြစ်လေ
 သည်။

သို့ဖြစ်၍ အလှီဆန္ဒ ပြင်းထန်လာသောအခါလောက
 ထုံးတမ်းအတိုင်း နှစ်ဦးနှစ်ဝ ပေါင်းဖော် စပ်ယှက်ခြင်း
 ကို မပြုခဲ့လျှင်၊ သုတ်ရည်ကို မကောင်းသော အပြုအမူ
 ဖြင့် ထွက်စေ၏။ ထိုသို့ တွက်စေခြင်းအားဖြင့် အားအင်
 ကို ဆုတ်ယုတ်စေ၏။ ဤ-အလေ့ အကျင့်သည် ကမ္ဘာ
 ပေါ်တွင် မကောင်းဆုံးသော အပြုအမူတစ်ခုပင် ဖြစ်တော့
 သတည်း။

သေအရက်ကြူးခြင်းစသော အပြစ်တို့ထက်ပေါင်း
 ဖော်စပ်ယှက်ရန် လက်ဖြင့် အလှီဆန္ဒကို ဖြည့်စွမ်းခြင်း
 အပြစ် တခုသည် အခြားသော ရောဂါ အမျိုးမျိုးထက်
 ဆိုးသွမ်း ကြောက်မက်ဘွယ်ကောင်း၏။ ဤအကျင့်သည်
 ပဉ္စမ ပြုရခြင်း၌သာ စိတ်၌ ပျော်မွေ့စေ၏။ သို့သော်
 လည်း ၎င်း၏ ပြင်းထန်လှသော အဆိပ်သည် ကိုယ်ခန္ဓာ
 အတွင်း၌ ခိုင်ခန့်စွာ အဆောက်အအုံ ပြုလာသော အခါ
 မည်သို့သော ဆေးများနှင့်မျှကုသ၍ ရနိုင်ခြင်းငှါ မစွမ်း
 နိုင်ပေ။

သို့ဖြစ်၍ လူအများ တို့သည် ထို-ယုတ်မာ ဆိုးသွမ်း
မကောင်းသောအကျင့်ကို ပြုလာသောအခါ မကြာမီပင်
နိဿိတ ပါးသည် သွေးမရှိ သကဲ့သို့ ဖြူပတ်၊ ဖြူရော်
ဖြစ်လာ၏။ အားအင်ဆုတ်ယုတ်၏။ ချစ်ဖွယ် ကောင်းလှ
သော အဆင်းသဏ္ဌာန် ပျက်ခဲ့၏။ မိမိအသက်ကိုလည်း
ချစ်ခင်တွယ်တာခြင်းမရှိ၊ ကျင်ချောင်း၌ ရောဂါစွဲကပ်၍
အစာအဟာရတို့ကို တောင့်တခြင်းမရှိ၊ ကျင်ငယ်လည်း
ခဏ၊ ခဏ၊ သွားလာ၏။ ဆံပင်များ ဖြူလာတတ်၏။
သို့မဟုတ် - နိဗ္ဗာန်ကြံ့ အရောင်ရှိ၏။ သွေးနည်းသော
ကြောင့်၊ ကိုယ်ခန္ဓာလည်း ပိန်ချိုး၍၊ ဖြူပတ် ဖြူရော်
ဖြစ်လာ၏။ ပျော် ရှင် ခြင်း လည်း မရှိ။ အရိုးအဆစ်၌
ဒုလ္လိကကိုက်ခဲခြင်း ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ချေသည်။

ဤကဲ့သို့ အလေ့ မဟုတ်၊ ယုတ်မာသော အလေ့
အကျင့်ကိုပြုလုပ်သောသူသည်၊ ယခုဘဝပင် စိတ်ဆင်းရဲ
ကိုယ်ဆင်းရဲတို့ကိုသာ ခံစားရချေသည်။

အလျော်သော အလေ့ဖြင့် သုက်ရည်ကို တွက်စေ
သော သူသည် မည်သည့်အခါမျှ-ကာမအရာ၌ကျေနပ်
သည် ဟူ၍ မရှိနိုင်၊ ငယ်ရွယ်စဉ်အခါက ပြုကျင့်သော
သူတို့မှာ သုက်ရည်သည် မဖြစ်သေးသောကြောင့်၎င်း၊
ဖြစ်ပေပြုခြင်းကြောင့်၎င်း၊ တွက်အောင်ပြုခဲ့သော် အကြော
တို့သည် ပျက်စီး၍၊ မိမိ၏ အလိုဆန္ဒရှိတိုင်း၊ မဆောင်
ရွက်နိုင်ပေ။

ထိုသို့အင်္ဂါဇာတ်၏အကြောများပျက်စီးခြင်းကြောင့်
နောင်အရွယ် ကြီးမြင့်လာ၍ သုက်ရည်များ ထွက်နိုင်
သောအခါ ဆိုင်ရာနေရာ၌ သိမ်းဆည်းခြင်းငှါ မတတ်
နိုင်ဘဲ၊ အလိုလိုစီးယိုကျကုန်၏။

ဤအခါ၌ကား၊ သုက်ရည်သည် ရေကဲ့သို့ ကြည်လင်
၍ ထွက်၏။ ထိုသို့ထွက်ခြင်းသည် ကျင်ငယ် သွားသော
အခါ၌၎င်း၊ ကျင်ကြီးများကိုအားစိုက်၍ညှစ်သောအခါ
၎င်းဖြစ်၏။ ပဉ္စမဆုံး ပြုကျင့်သော အခါပျော်မွေ့သည်
မှန်သော်လည်းတာရှည် လေ့လာသော အခါ ဓမ္မတာ
ထုံးတမ်းအတိုင်း မိန်းမများနှင့် ပေါင်းသင်း စပ်တွက်
သော အခါများ၌ မပျော်မွေ့နိုင်တော့ချေ။

များစွာသော ယောကျ်ားကလေးများသည် မချအား
ဖြင့် အပေါင်းအဖော် မကောင်းခြင်းကြောင့် လူပျို မဖြစ်
မီဇာပင်၊ ဤအလေ့အထကို နားလည်ကြ၏။ အကယ်၍
လူပျိုဖြစ်စကပင် သုက်ရည်ကို အလဟဿ သုံးစွဲမပြစ်
ခဲ့လျှင်၊ ကိုယ်ခန္ဓာထဲ၌ စုဆောင်းနေသည်ဖြစ်၍၊ တကိုယ်
လုံးက အင်အား ပြည့်ဝစေ၍ ကြီးမြင့် သန်မာ နုပျိုစေ
လေသည်။

သုက်ရည် တစက်သည် သွေးအစက်ပေါင်း ၄၀-နှင့်
ညီမျှ၏။ သို့ဖြစ်၍ မတော်မလျော်သော နည်းဖြင့် အလ
ဟဿ ဖြစ်စေရာ၌၊ အရေအတွက်အားဖြင့် ၄၀-မျှသော
သွေးတို့ကို ခန္ဓာကိုယ်မှ စွန့်ပြစ်၏။ အလွန်အကျူးကျင့်
ကြံရာ၌ သွေးပေါင်းမည်မျှ စွန့်ပြစ်လေသနည်း။ သွေး

များကုန်ခန်းသည်ဖြစ်၍၊ ချောင်းဆိုးသွေးပါခြင်း၊ အစာ
မကြေခြင်း၊ စိတ်မတည်ကြည်ခြင်း၊ မေ့လျော့ခြင်းတို့
သည် ဖြစ်ကြကုန်သည်။

များစွာသောလူပျိုတို့သည်၊ ကျင်ယံစွန့်သောအခါ
၌၎င်း၊ အိပ်မက်သော အခါ၌၎င်း၊ မိန်းကလေးများနှင့်
စကား ပြောသော အခါ၌၎င်း၊ သုက်ရည် ထွက်ခြင်း
ကြောင့် များစွာ ကိလေသာ ပူပန်ကြ၏။ ထိုသို့ဖြစ်သော
ရောဂါကို(ရိ)ရောဂါဟုခေါ်၏။ ၎င်းရောဂါသည်၊ ပဉ္စမ
အချက်မှာ ဓမ္မတာမဟုတ်သောအကျင့်ကိုပြုခြင်းကြောင့်
ဖြစ်၏။ ဒုတိယအချက်မှာ မေထုံမှီဝဲရာ၌ လွန်ကြူး၏။
တတိယအချက်မှာအတိဒုက္ခခံ၍ စာများကိုလေ့လာခြင်း
ကြောင့်ဖြစ်၏။ ထို့အပြင်လည်း များစွာပင်ရှိသေး၏။

သုက်ရည်ကို များစွာ စွန့်ထွက်ခြင်းသည် လူ၏လက္ခ
ဏာပျက်စီးခြင်း၌စွမ်းနိုင်သည်။ တခါတည်းမဖြစ်နိုင်
သော်လည်း၊ ပေါင်းဖော် စပ်ယွက်ရာ၌ ပျော်မွေ့ခြင်း
မရှိဘဲ တာရှည်ပြုမူပါလျှင်၊ သန္ဓေပေးခြင်း၌ပင်မစွမ်း
နိုင်ချေ။ ယခုကာလလူများသည် အလွန်တရာ ကြောက်
မက်ဘွယ်ကောင်းသော(လူပျိုနာရောဂါ ဖြစ်ကြကုန်၏)
၎င်းရောဂါ ဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းမှာမူ၊ လူပျို ဖြစ်စဉ်
အခါက မကောင်းသော မိန်းမပေါ်တို့နှင့် စပ်ယွက်
ပေါင်းဖော်ခြင်းနှင့် အခြားသော နည်းများဖြင့် လော်လီ
ခြင်းကြောင့်တည်း။

ဤသို့လောင်လိ၍ဖြစ်သော လူပျိုနာရောဂါသည်၊ ရောဂါအမျိုးမျိုးတို့တွင် အဆိုးဆုံးပေတည်း။ ရောဂါအစမှ အင်္ဂါဇာတ်၌ဖြစ်၍၊ ၎င်း၏ အဆိပ်သည် တဖြည်းဖြည်း တကိုယ်လုံးကိုပျံ့နှံ့စေ၏။ အနာပေါ်ခြင်းသည်တစ်ခုပြီး တစ်ခုပေါ်သည်ဖြစ်၍၊ ဖြည်းဖြည်းနှင့်ပင် အသက်ဆုံးရှုံးစေ၏။ အကယ်၍ အသက်မသေဆုံးစေကာမူ၊ လူ့ဘဝ လူဖြစ်ရာ၌ လူချင်းတူတူ၊ သူချင်းမျှမျှ မရှိဘဲ၊ လူစဉ်မဖွဲ့ ဖြစ်တတ်ချေသည်။

ဤကဲ့သို့ ရောဂါဖြစ်၍ အတိရက္ခရောက်ရခြင်းသည် မိမိ တယောက်တည်း သာလျှင် ခံစားရမည် မဟုတ်၊ ဆွေမျိုး ခုနစ်ဆက်တိုင်အောင်ပင် ဆင်းသက် ဖြစ်ပွားတတ်လေသည်။

ဤရောဂါဖြစ်သည်နှင့်တပြိုင်နက်၊ မကျန်းမာဖြစ်ပြီးလျှင် အရပ်အဆင်းပျက်စီးရသည့်အပြင်၊ အဘိုးအလွန်တရာ ထိုက်တန်သော မျက်စိလည်း ကွယ်တတ်၏။ အသည်း၊ အဆုတ်စသည်တို့၌၊ အမျိုးမျိုးသောရောဂါတို့ဖြစ်ပွား၍ အနာများဖြစ်ပေါ်လာပြီးလျှင်၊ ဒုလ္လာဖြစ်၍ ခြေမသယ်နိုင် လက်မသယ်နိုင်ဖြင့် လူဖြစ်ရှုံးရလေသတည်း။

ထို့ကြောင့် အမောင်လူပျိုတို့သည်၊ ထိုကဲ့သို့ယုတ်မာ ဆိုးသွမ်း မကောင်းသော အလေ့အကျင့်နှင့် မိန်းမပေါ့များကို များများ-ရှောင်ကြဉ်ထိုက်ပေသည်။

အခန်း-၄၉။

လင်မယားဘဝ။

လောက၌ လက်ထပ် ထိမ်းမြားခြင်း။ အကြင် လင်
မယားဘဝ-ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံခြင်းတို့သည် ကမ္ဘာ
ဦးအခါကပင် ထင်ရှားရှိခဲ့၏။ အကြင် လင်မယားတို့မှာ
တယောက်နှင့် တယောက် အားကိုး ယုံကြည်ခြင်းသည်
ရှိ၏။ ဤကဲ့သို့ လင်ယူ၊ မယားယူ ကိစ္စများသည်ကမ္ဘာ
နိယာမ သဘောတရားကြီးပင် ဖြစ်လေသည်။

ထိုသို့ လင်မယားအဖြစ် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံကြရာ၌
များသောအားဖြင့် ကိလေသာ ကာမ အတွက်သာလျှင်
ပထာနုဖြစ်၏။ ထိုသို့ပင်ဖြစ်သော်လည်း၊ အတိုင်းအရှည်
မရှိဘဲ သင့်တန်ခုံထက်ပို၍၊ ကာမလွန်ကြူးပါက သေး
ဖြစ်တတ်လေသည်။

သို့သော်လည်း ထောပတ်ကို မီးပြသည် ရှိသော်၊
ချက်ခြင်း အရည်ဖြစ်ဘိသကဲ့သို့ လူတို့လည်း မိန်းမနှင့်
ပြသည်ရှိသော်ပျော့ပြောင်းလာ၏။ သို့ဖြစ်၍ ၎င်းတို့နှင့်
ခဏ၊ခဏ ပေါင်းဘော်စပ်ယှက်ခြင်းသည် မည်၍မည်မျှ
ကိုယ်ခန္ဓာ၏ ပျက်စီးရာ အကြောင်းဖြစ်သည်ကို ပြောပြ
၍ မကုန်နိုင်ဘွယ်ရှိ၏-

ကာမအရာ၌ များစွာ လွန်ကြူး၍ မကျန်းမာသော
ဘဝင်မှ မွေးသောသားသည် အားအင်မရှိ၊ ကြိုလှို၍ငယ်
စဉ်ကပင် သေဆုံးတတ်၏။ အကြောင်းကား၊ ခန္ဓာကိုယ်

တွင်း၌ အသက်ရှည်စေခြင်းငှါ၊ ပြုပြင်နိုင်သော အဆောက်အဦးတို့သည် အာ-ဖြစ်သူ မဏိဗ္ဗာ မိက်မဲ သဖြင့် ကာမ အရာ၌ အလွန် အကြူး တပ်မက်မောခြင်း ကြောင့်သာ ပျက်စီးကြရလေသည်။

မိန်းမများတို့သည်လည်း လစဉ်၊ ဓမ္မတာ လာသော အခါ ယောက်ျားတို့နှင့် ပေါင်းဖော်ခြင်းကို မပြုအပ်ချေ။ ထို့ပြင် နေ့ကို မအိပ်အပ်။ များစွာ ငိုကြွေးခြင်း မပြုအပ်။ ပြင်းစွာ မရယ်မောအပ်။ ကြောက်မက်ဘွယ် ကောင်းသော အသံများကို နားမထောင်အပ်။ ခြေဖြင့် မြေကြီးကို တူးဆွခြင်း မပြုအပ်။ ယေဘုယျကို များစွာ မခံအပ်။ အလုပ်ကို မလုပ်အပ်ချေ။

အမိဖြစ်သူသည် ရာသီ-ပေါ်စ၌ နေ့ကို အိပ်ခဲ့သော် ၎င်းကလေးသည် များစွာ အိပ်တတ်၏။ ငိုကြွေးခဲ့သော်၊ မျက်စိပြာ၏။ ပြင်းစွာရယ်မောသော်၊ ကလေးနှုတ်ခမ်း သော်၎င်း၊ သွားသော်၎င်း၊ ယျှာသော်၎င်း၊ သွားဖုံးသော် ၎င်း၊ နက်၏။ ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည် ကလေးကို နားပင်း စေတတ်၏။ ခြေဖျားဖြင့် မြေကြီးကို တူးဆွသည်ရှိသော် ကလေးခေါင်း၌ ဆံပင်မရှိဖြစ်တတ်၏။ များစွာလေတိုက် ခံသော် ကလေး၌ ရူးသွပ်သော ဝေဒနာ စွဲကပ်စေ၏။ အလုပ်များစွာ လုပ်ကိုင်ခြင်းသည် ကလေးကို အရှုပ် ဆိုးစေတတ်၏။

သို့ဖြစ်၍ အိမ်ထောင် ပြုကြပြီးသော အကြင် လင် မယားတို့သည် မိန်းမများ ရာသီပန်းပွင့်စဉ် ပေါင်းဖော်

စပ်ယှက်ခြင်းဖြင့် မည်ကဲ့သို့ ဖြစ်လေသည်ကို ပြဆိုပေအံ့။ သစ်စငယ်တစ်ခုကို အလွန်တရာ စီးဆင်းသောရေသို့ ချသောအခါ၊ ဆန်တက် သွားခြင်းငှာ၊ မစွမ်းနိုင်ဘဲ သကဲ့သို့ လစဉ်ရာသီလာသောအခါ၊ ယောက်ျားများတို့ သွားလာခြင်းသည်လည်း လွန်ကြူး၍ မသွားနိုင်ပေ။

အကယ်၍- သွားသည် ဖြစ်က၊ ပဋိသန္ဓေ ရရှိသော အခါ၊ မည်ကဲ့သို့ ဖြစ်သည်ကို ပြဆိုဦးအံ့။

ပဋ္ဌမ ဖြစ်သောနေ့၌၊ စပ်ယှက်၍ သန္ဓေ မြီးသော သားကား၊ ဖွားကားနီး၌သေဆုံးတတ်၏။

ဒုတိယနေ့၌ မြီးသော သားကား၊ မီးမထွက်မီကပင် သေဆုံးတတ်သည်။

တတိယ နေ့၌ မြီးသော သားကား၊ အသက်တို၍ မသန်စွမ်းပေ။ (၃) ရက် မြောက်ပြီးမှ မြီးသော သားကား၊ ကျန်းမာ၏။ သန်စွမ်း၏။ ဝပြုံး ကောင်းမွန်စွာ ရှိ၏။ ဤကဲ့သို့ဆိုခြင်းသည်၊ မိဘတို့ ကျန်းမာမှုသာလျှင် ဖြစ်၏။ မကျန်းမာ၍ပိန်ချုံးသောမိဘတို့မှာမကျန်းမာပိန် ချုံးသောကလေးများကိုသာလျှင်၊ ရရှိတတ်လေသည်။

ပဋိသန္ဓေရှိစဉ်အခါ မိဘ တစ်စုံတရာ ရောဂါဖြစ်ပွား လာလျှင်၊ ဝမ်းထဲ၌ရှိသော ကလေး၌လည်း ဖြစ်ပွား၏။ သို့ဖြစ်၍ ပဋိသန္ဓေရှိသော နေ့ကစ၍၊ မိခင်ဖြစ်သူမှာတစ်စုံ တစ်ရာမျှ မထုပ်ကိုင်ဘဲ၊ သိန်ရှင်းစင်ကြယ်စွာ နေထိုင် ကြရမည်။

ကြောက်မက်ဘွယ် ကောင်းသော အရာကို မကြည့်ရှုရ။ ထိတ်လန့်ဘွယ်ဖြစ်သော အသံကို နားမထောင်ရ။ စိတ်ထဲ၌ ကြောက်ခြင်းကို မဖြစ်စေရ။ ခါးသော အစာ၊ စပ်သော အစာ၊ ငံသော အစာတို့ကို မစားရ ရှောင်ကြဉ်ရမည်။

စိတ်ငြိမ်ငြူရန် အကြောင်းရှိငြားသော်လည်း၊ စိတ်ကို ဖျော်ဖြေစေ၍၊ မကောင်းသော အာရုံ၊ မကောင်းသော စိတ်များကို မဖြစ်စေဘဲ၊ ကလေးများကို ဥပါဒ်ဖြစ်စေတတ်သော အရာဟူသမျှတို့ကို ဆင်ခြင် စဉ်းစား၍ ရှောင်ကြဉ်ကြရမည်။

ပေါင်းဖော်စပ်ယှက်နေစဉ် ပဋိသန္ဓေမှီးသော အခါ၊ မိဘနှစ်ပါးတို့သဘောသည် ကောင်းခဲ့လျှင်၊ ထိုကလေး၏ သဘောသည်လည်း ကောင်း၏။ အကယ်၍၊ စိတ်မကောင်း ခဲ့လျှင် ၎င်း ကလေး ၏ စိတ်သည် လည်း၊ မကောင်းပေ။ သို့ရာတွင် ပဋိသန္ဓေရင့်ခဲ့၍ အာဘုဖြစ်သူ၏ သဘောသည်၊ ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ မကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ကလေး၌ ထိုနည်းအတူ ဖြစ်စေခြင်းငှာ၊ မစွမ်းနိုင်မိခင်၏ သဘောသာလျှင် ထင်ရှားစေ၏။

မိဘများတို့သည် ကလေး၏ ကျန်းမာခြင်းတရားတည်းကိုသာလျှင် လုလုပြုကြရမည်မဟုတ်။ ပညာဉာဏ်ထက် သန်ခြင်းနှင့်ပြည့်စုံရာအကြောင်းကိုလည်း၊ များစွာ သတိဝိရိယပြုကြကုန်ရာသည်။ မိခင်ဖြစ်သူတို့မှာ ပဋိသန္ဓေမှီး၍ တလကြာသောအခါ ကာလကပင်စ၍၊ လောကပညာ

၌ ကောင်းစွာ ဆုံးမပြသသောစာအုပ်များကို သင်ကြား
ကြည့်ရှုခြင်းကို ပြုလုပ်ကြရသည်။

ဥပမာအားဖြင့်၊ ပန်းချီဆရာ အလုပ်ကို တတ်မြောက်
စေလိုသော ကလေးကို အလိုရှိသူမှာ၊ မိမိကိုယ်တိုင်
ပုံရေးခြင်းစသည်တို့ကို သင်ကြား လေ့လာ ခြင်း ဖြင့်၊
စွဲလန်းခြင်းရှိသည်ဖြစ်၍၊ ၎င်း၏ စွဲလန်းခြင်းသည် ဝမ်း
ထဲ၌ရှိသော ကလေးကိုလည်း စွဲလန်းစေခြင်းငှာ ဖြစ်
စေ၏။

ဤသို့သော နည်းအားဖြင့် မိမိသားကို မိမိတတ်စေ
လိုသောပညာတတ်စွမ်းစေခြင်းငှာမိမိကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်
သင်ကြားခြင်းအားဖြင့်၊ ပညာဉာဏ် တိုးပွားရန် တိုးပွား
ကြောင်းကို လေ့လာပြုလုပ်ကြရ၏။

ပြီးပါပြီ။

..... ○

ဥာဏ်အလင်းပြ ပိဋကတ်တိုက်မှ

ရနိုင်သောစာအုပ်များ

☆ ကျမ်းမာချမ်းသာ —★— ကြပါစေသောပ် ☆

- ၁။ မေတ္တာအဖွင့် အကျယ်လက်စွဲကျမ်း
၂။ ကံ ဉာဏ် ဝိရိယ
၃။ မင်္ဂလာအဖွင့်
၄။ အပရိဟာနိယအဖွင့်
၅။ အလင်္ကာနိဿယသစ်
၆။ ပရိဝါသမာနတ္ထဒါရိနိစ္ဆယကျမ်း
၇။ ရှင်ဥပဂုတ်ဝတ္ထုတော်ကြီး
၈။ ခံဗူးလက်တွေ့ကုထုံးဆေးကျမ်း
၉။ အဘိဓမ္မာဝတ်ကျမ်း
၁၀။ တောင်သာဓုကာ
၁၁။ ဂန္ဓာဂရုဇ်ဆေးကျမ်း
၁၂။ ပရမတ္ထဆေးကျမ်း
၁၃။ ဆုတောင်းညွှန်ပေါင်းနိဗ္ဗာန်ဆော်
၁၄။ အင်္ဂါဝိဇ္ဇာအဖွင့်

ဦးသာအောင်-ဒေါ်သန်း ● မောင်ချစ်တင်-မလှစိန်
အမှတ် ၂၉-ရွှေတိဂုံဘုရားကြီးဈေး။ အမှတ် ၆၃-ရွှေတိဂုံဘုရားကြီး
ရန်ကုန်။ ဈေး၊ ရန်ကုန်။