

အခန်း(၁)တွင် - ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ယောက် သိရှိထားသင့်သော “လိုက်နာ တူ့ပြုသူများကို ဆင်းရုံးမှထတ်၍ ချမ်းသာသို့ ဆောင်ယဉ်တတ်သောသဘော” ရှိသည့် ဒေသရှာတော်မှ ရှောင်ရန်တရား၊ ဆောင်ရန်တရား၊ ပယ်သတ်ရန်တရားနှင့် ကျုံးပြုရန်တရားတို့ကို ဖော်ပြထားပါတယ်။

အခန်း(၂)တွင်- ပုံချွေဟောကြားအပ်သောနို့ပုံးကိုမျှတ်မောက်ပြုရန် ကျုံးပြုရမည့် တရားအပေါင်းအစု အသင်းအပင်းကို ဖော်ပြထားပါတယ်။ အထူးအားဖြင့် သတိပို့ပို့ တရား၊ ပေါ်လျှင်တရား၊ မဂ္ဂင်တရားများကို အသေးစိပ်ဖော်ပြထားရာ တရားအားထုတ်သောယောဂို့များ အထူးလေ့လာသိရှိထားသင့်ပါတယ်။

အခန်း(၃)တွင် - လူပုဂ္ဂိုလ်များသိသင့်သိထိုက်သော သိလ(၄)မျိုး အကြောင်းအသေးစိပ်ပါရှိပါတယ်။ “ယောဂိုတစ်ယောက် တရားအားထုတ်ရင် ဘာကြောင့် ရွှေးဦးစွာ သိလစင်ကြယ်စွာစောင့်ထိန်းရန်လို့အပ်တွောင်း” သိရှိစေရန်လည်း ဖော်ပြထားပါတယ်။

အခန်း(၄)တွင်-ပွင့်တော်မူ့သောဗုဒ္ဓမြတ်စွာအားလုံးဟောကြားအပ်သော ဒေသနာ အနှစ်ချုပ်တရား(၃)ပါး၏ နောက်ဆုံးလိုက်နာရမည့်အချက် “စိတ်ကိုဖြေစင်အောင်ထားခြင်း” အဆုံးအမအတွက်လို့အပ်သည့် စိတ်ဖြေစင်ခြင်းပမာဏကိုဖော်လွန်းသော “စိသုဒ္ဓး(၃)ပါး” တရားအကြောင်း ရေးထားပါတယ်။ ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ရင် ဝိပဿနာဥာဏ် တို့တက်လာသည့်နှင့်အမျှ စိတ်အဆင့်ဆင့်ပြေစင်သွားပုံ့စုံရန် စိသုဒ္ဓးနှင့်ဝိပဿနာဥာဏ်စဉ် နှင့်ယဉ်ဖော်ပြထားပါတယ်။

အခန်း(၅)တွင်- ဝိပဿနာတရားအားထုတ်မည့်ယောဂိုထားသင့်ပိုင်ဆိုင်ထားသင့်သောတရားအားလုံးများ အချက်အလက်များကိုဖော်ပြထားပါတယ်။ ကဲ နှင့် စိတ်အကြောင်းကို အကျဉ်းရုံးဖော်ပြထားရာ၊ အရိယာဖြစ်အောင် လုပ်ငန်းလမ်းစဉ်ချကာကျုံးပြု အားထုတ်ရရှိနိုင်ပြောင်းကြောင်းကောင်းစွာသဘောပေါက်စေလို့ ဖြစ်ပါတယ်။

အခန်း(၆)တွင် - ဝိပဿနာတရား စတင်အားထုတ်သည့်အခါ သတိပြု လိုက်နာကျင့်သုံးသင့်သောအချက်များ၊ တရားအားထုတ်စဉ်တွေ့မြင်ခံစားရမည့် သဘောတရားများ၊ “ဖြစ်ပျက်ပြင်၊ ဖြစ်ပျက်မှန်း၊ ဖြစ်ပျက်သုံး” ဆိုတဲ့ တရားပေါ်တော်ပုံ့စုံများကို ကိုယ်တွောက်မြင်သိရှိဆင်ခြင်နှင့်ရန် စွမ်းအားရှိသမျှ ရေးသင့်သလို ရေးထားပါတယ်။

အခန်း(၇)တွင် - မြတ်စွာဘုရား၏ ဒေသနာတော်မြတ်များနှင့်ပတ်သက်၍ လွှဲချော်မောက်များ မဟုတ်တရားရေးသားဟောပြာချက်များကို သိရှိရောင်ရွှေးနှင့်ရန် ရည်ရွယ်ကာ ရတနာသုံးပါးကိုကြည်ညီသောအားဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်စစ်စစ်များ ဘက်မှုအမှားအမှန် ဝေဖန်ပိုင်းခြား ကာတွယ်သောအားဖြင့် ရှင်းလင်းထားပါတယ်။

“အမှားမြင်လည်း၊ အမှန်ပြင်အပ်၊ မဆုံးဖြတ်သော ဤကြိမ်ပြင် ဝေတဲ့ ထမင်းရှုံးများ” အတွက် တစ်စက်ကလေးမှ မရည်ရွယ်ပါ။

အခန်း(၈)တွင်- အရိယာသောတာပန်ဖြစ်ရန် လုပ်ငန်းလမ်းစဉ်ချက် ကျင့်ပြု အားထုတ်ရင် အမှန်ပင်အောင်ပြင်ပြီးမြောက်နိုင်ပြောင်း ကျွမ်းဝန်အထောက်အထားများနှင့်ညီးစွမ်းရေးသားဖော်ပြထားပါတယ်။ အရိယာဖြစ်ရန် မည်သိမည်ပုံး အားထုတ်ရမည်ဆိုင်ရုံးအဆင့်ဆင့်ကိုလည်း ရေးသားတင်ပြထားပါတယ်။

အခန်း(၉)တွင် - တန်ကြည်တောင်ဆရာတော်ဘုရား၏ ကုမ္ပဏီပေးရာတွင် ပုံဖော်ဆိုတဲ့ ဟောကြားများ တရားတော်များကို လိုအပ်သမျှ ထည့်သွင်းဖော်ပြထားပါတယ်။ တရားအားထုတ်မည့်ယောဂိုများအတွက် လေ့လာမှတ်သား ပွားများ ကြည်ညီးစွမ်းရန်ဖြစ်ပါတယ်။ အထူးရည်ရွယ်သည့်များ ဆရာတော်သည် ကုမ္ပဏီးညွှန်ပြပေးရာတွင် ပုံစံသာသန လိုအပ်ရာကို “သင်မြှုပူနှုန်းတမ်းပမာ” သင့်လော်စွာစိုင်၍ ဆုံးပေါ်တော်ကြားပါသဖြင့် ဝေနေယူအများ အကျွတ်တရားရကာ ကိုယ်ရောစိတ်ပါချင်းသာခြင်း ပွားများရပါသည်ဟု သိသင့်သူ့အပေါင်း သိမောက်ပြုပြည့်ဖြောင်းအတွက် ‘သိမောက်ပြု’ ဆိုတဲ့ ဖော်ပြုပါတယ်။

တတိယ/စတုတွောက်ပြီ့ထုတ်ဝေခြင်း (အခန်းနှင့်တိုင်း၍) ‘ယောဂိုမြှုပူနှုန်းကို ထည့်သွင်းဖော်ပြသည့်များ- ‘ယောဂို’များကို ‘တရားပုံ့စံသာ’နှင့်တန်ဆာဆင်ကာ တရားအဂါတွေ ပြည့်ဖြောင်းစေပြီး မဂ္ဂခံရေးအပြီးတိုင်ရောက်ရန် အထူးရည်ရွယ်ပါတယ်။ (မဏ္ဍားနှင့်၊ မဏ္ဍာန်- တန်ဆာဆင်ခြင်း အရှိ ပြောင်းယောက်ပြည့်ဖြောင်းစေခြင်း)

ဤစာအုပ်ကိုရေးသားရာတွင် ခေတ်လွှဲများနားလည်အောင် ခေတ်ကာလသုံး ဝေါဘာရများဖြင့်ရေးသားပါတယ်။ ထို့ကြောင့် ခေတ်စကား၊ အရုပ်စကား၊ လမ်းစကား ဘန်းစကားများလည်း ပါဝင်ပါတယ်။ လွှဲတွေ့ပြုလွယ်ကြားလွှဲယ် ဖြစ်သော ရွှေ့သံစားကြောင်း၊ ရွှေ့နှုန်းကြောင်း၊ ရွှေ့နှုန်းများလည်းပါဝင်ပါလိမ့်ပယ်။ အမိကြီးတည်ချက်များလည်သဘောပေါက်ဖို့ဖြစ်ပါတယ်။

အခန်း(၁)တွင် - ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ယောက် သိရှိထားသင့်သော “လိုက်နာ ကျင့်ပြုသူများကို ဆင်းရုံမှတ်ဖွဲ့ ချမ်းသာသို့ ဆောင်ယဉ်တတ်သောသဘော” ရှိသည့် ဒေသရှာတော်မှ ရောင်ရန်တရား၊ ဆောင်ရန်တရား၊ ပယ်သတ်ရန်တရားနှင့် ကျင့်ပြုရန်တရားတို့ကို ဖော်ပြထားပါတယ်။

အခန်း(၂)တွင် - ဗုဒ္ဓဟောကြားအပ်သောနိဗ္ဗာန်ကိုမျှက်ပြုရန် ကျင့်ပြုရမည့် တရားအပေါင်းအစု အသင်းအပင်းကို ဖော်ပြထားပါတယ်။ အထူးအားဖြင့် သတိပဋိနှင့် တရား၊ ဗော်နှင့်တရား၊ မဂ္ဂင်တရားများကို အသေးစိပ်ဖော်ပြထားရာ တရားအားထုတ်သောယောဂီများ အထူးလေ့လာသိရှိထားသင့်ပါတယ်။

အခန်း(၃)တွင် - လူပုဂ္ဂိုလ်များသိသင့်သိထိုက်သော သိလ(၄)မျိုး အကြောင်း အသေးစိပ်ပါရှိပါတယ်။ “ယောဂီတစ်ယောက် တရားအားထုတ်ရင် ဘာကြောင့် ရွှေးဦးစွာ သိလစင်ကြယ်စွာစောင့်ထိန်းရန်လို့အပ်ကြောင်း” သိရှိစေရန်လည်း ဖော်ပြထားပါတယ်။

အခန်း(၄)တွင်-ပွင့်တော်မူသောဗုဒ္ဓမြတ်စွာအားလုံးဟောကြားအပ်သော ဒေသနာ အနှစ်ချုပ်တရား(၃)ပါး၏ နောက်ဆုံးလိုက်နာရမည့်အချက် “စိတ်ကိုဖြေစင်အောင်ထားခြင်း” အဆုံးအမအတွက်လို့အပ်သည့် စိတ်ဖြေစင်ခြင်းပမာဏကိုဖော်ညွှန်းသော “စိသုဒ္ဓ(၃)ပါး”တရားအကြောင်း ရေးထားပါတယ်။ ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ရင် ဝိပဿနာဥာဏ် တို့တက်လာသည့်နှင့်အမျှ စိတ်အဆင့်ဆင့်ဖြေစင်သွားပုံးသိရှိရန် စိသုဒ္ဓနှင့်ဝိပဿနာဥာဏ်စဉ် နှင့်ယဉ်ဖော်ပြထားပါတယ်။

အခန်း(၅)တွင်-ဝိပဿနာတရားအားထုတ်မည်ယောဂီသိထားသင့် ပိုင်ဆိုင်ထားသင့်သောတရားအစုများ အချက်အလက်များကိုဖော်ပြထားပါတယ်။ ကဲ နှင့် စိတ်အကြောင်းကို အကျဉ်းချုံဖော်ပြထားရာ၊ အရိယာဖြစ်အောင် လုပ်ငန်းလမ်းစဉ်ချကာကျင့်ကြုံ အားထုတ်ရရှိနိုင်ကြောင်းကောင်းစွာသဘောပေါက်စေလို၍ ဖြစ်ပါတယ်။

အခန်း(၆)တွင် - ဝိပဿနာတရား စတင်အားထုတ်သည့်အခါ သတိပြု လိုက်နာကျင့်သုံးသင့်သောအချက်များ၊ တရားအားထုတ်စဉ်တွေမြင်ခံစားရမည့် သဘောတရားများ၊ “ဖြစ်ပျက်ပြင်၊ ပြစ်ပျက်မှန်း၊ ပြစ်ပျက်ဆုံး”ဆိုတဲ့ တရားပေါက်ရောက်ပုံများကို ကိုယ်တွေ့ဥာဏ်မြင်သိရှိဆင်ခြင်နှင့်ရန် စွမ်းအားရှိသမျှ ရေးသင့်သလို ရေးထားပါတယ်။

အခန်း(၃)တွင် - မြတ်စွာဘုရား၏ဒေသနာတော်မြတ်များနှင့်ပတ်သက်၍  
လွှဲချော်မြောက်များ မဟုတ်တရားရေးသားဟောပြာချက်များကို သိရှိရောင်ရှားနိုင်ရန်  
ရည်ရွယ်ကာ ရတနာသုံးပါးကိုကြည်ညီသောအားဖြင့် ပုံစွဲဘာသာဝင်စစ်များ ဘက်မှ  
အမှားအမှန် ဝေဖန်ပိုင်းခြား ကာကွယ်သောအားဖြင့် ရှင်းလင်းထားပါတယ်။

“အမှားမြင်လည်း၊ အမှုန်ပြင်အပ်၊ မဆုံးပြတ်သော ဉာဏ်ပြင် ပေတဲ့၊  
ထမင်းရှုံးမှား” အတွက် တစ်စက်ကလေးမှ မရည်ရွယ်ပါ။

အခန်း(၁)တွင် - အရိယာသောတာပန်ဖြစ်ရန် လုပ်ငန်းလမ်းစဉ်ရှုံး၍ ကျင့်ကြေား  
အားထုတ်ရင် အမှုန်ပင်အောင်မြင်ပြီးမြောက်နှင့်ကြောင်း ကျမ်းစွဲအထောက်အထား  
များနှင့်ညီးနှင့်ရေးသားဖော်ပြထားပါတယ်။ အရိယာဖြစ်ရန် မည်သိမည်ပဲ အားထုတ်  
ရမည်ဆိုသည့် လုပ်ငန်းအဆင့်ဆင့်ကိုလည်း ရေးသားတင်ပြထားပါတယ်။

အခန်း(၉)တွင် - တန်ကြည်တောင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ကမ္မားနှင့်ပေးရာတွင်  
ပုံဖော်ရွယ်ဆို ဟောကြားညွှန်ပြသော တရားတော်များကို လိုအပ်သမျှ ထည့်သွင်းဖော်ပြ  
ထားပါတယ်။ တရားအားထုတ်မည့်သောကိုများအတွက် လေလာမှတ်သား ပွားများ  
ကြည်ညီးနှင့်ရန်ဖြစ်ပါတယ်။ အထူးရည်ရွယ်သည်မှာ ဆရာတော်သည် ကမ္မားနှင့်ညွှန်ပြ  
ပေးရာတွင် ပုံစွဲသာနာ လိုအပ်ရာကို “သင်းမျှညွှန်းတမ်းပမာ” သင့်လျော်စွာစိုင်ရှုံး  
ဆုံးပဟောကြားပါသဖြင့် ဝေနေယျအများ အကျက်တရားရကာ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ  
ချမ်းသာခြင်း ပွားများရပါသည်ဟု သိသင့် သူ့အပေါင်း သိစေကြောင်းအတွက်  
“သိစေမောင်း” ခတ်လိုခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

တတိယ/စတုတေသာကြောမြတ်ဝင်ခြင်း (အခန်း-နိုင်းတိုင်း၍) ‘ယောဂါမရွှေ့ပိုင်’ကို  
ထည့်သွင်းဖော်ပြသည်မှာ - ‘ယောဂါ’များကို ‘တရားဗဟိုသုတေသန’နှင့်တန်ဆာဆင်ကာ  
တရားအဂါတွေ ပြည့်ဖြီးစေပြီး မဂ္ဂိုလ်ခုံအပြီးတိုင်ရောက်ရန် အထူးရည်ရွယ်ပါတယ်။  
(‘မဏ္ဍားပိုင်’-‘မဏ္ဍာန်’- တန်ဆာဆင်ခြင်း၊ အဂါ ကြီးကယ်ပြည့်ဖြီးစေခြင်း၊)

ဤစာအုပ်ကိုရေးသားရာတွင် ခေတ်လူများနားလည်အောင် ခေတ်ကာလသုံး  
ဝေါဘာရများဖြင့်ရေးသားပါတယ်။ ထိုကြောင့် ခေတ်စကား၊ အရပ်စကား၊ လမ်းစကား၊  
ဘန်းစကားများလည်း ပါဝင်ပါတယ်။ လူတွေပြင်လွယ်ကြားလွယ် ဖြစ်သော ရွှေ့သံသံစကား၊  
ကြော်ပြာစကား၊ ရွှာနယ်စကားမျိုးလည်းပါဝင်ပါလိမ့်မယ်။ အခိုက်ခိုးတည်ချက်မှာ  
နားလည်သဘောပေါက်ဖို့ဖြစ်ပါတယ်။