ဝိသုဒ္ဓိမဂ် လေ့ကျင့်ခန်း အမှတ် (၁၅)

အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း (မှတ်စု စာမျက်နှာ ၁-မှ ၂၃ အထိ)

(က) အောက်ပါတို့ကို အမှား/အမှန် ရွေးခဲ့ပါ။

၁။ "စိတ်ကိုသိလျက် ရှူသွင်းအံ့-ရှူထုတ်အံ့"ဟု လေ့ကျင့်သောနည်းသည် အာနာပါနဿတိ ၁၆-နည်းတို့တွင် ၈-ခုမြောက်ဖြစ်သော နည်းဖြစ်ပါသည်။

၂။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ထိုးထွင်းရှုသိခြင်း ပဋ္ဌေဝေ၏ အစွမ်းဖြင့်ရင်း၊ အာရုံ၏ အစွမ်းအားဖြင့်ရင်း ငြိမ်လည်း ငြိမ်သက်၏။ မွန်လည်း မွန်မြတ်၏။

၃။ ဗုဒ္ဓဘာသာ မဟုတ်သူများ အာနာပါနကို ကျင့်သော်လည်း ပထမ ၄-နည်းမျှကိုသာ သိနိုင်၏။

၄။ ကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀-တို့တွင် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို "ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့၏ ဦးခေါင်း"ဟု ခေါ်နိုင်၏။

၅။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းသည် အစအဦး နှလုံးသွင်းသည်မှ စ၍ မိမိပင်ကို သဘောအားဖြင့်ပင်လျှင် ငြိမ်သက်-မွန်မြတ်ခြင်းကြောင့် "အသေစနကော- အခြားအရာများ ထည့်သွင်းစရာ မလိုသော ကမ္မဋ္ဌာန်း"ဟု ဆိုကြ၏။

၆။ ဝင်လေ-ထွက်လေတို့၏ အစ,အလယ်,အဆုံး သုံးပါးလုံးကို သိအောင်ရှုနေသော ယောဂီ၏ သတိ သံဝရနှင့် ဝိရိယသံဝရ၂-ပါးသည် သိက္ခာသုံးပါးတို့တွင် အဓိစိတ္တ သိက္ခာမည်၏။

၇။ ဝင်လေ,ထွက်လေတို့သည် မရှုမှတ်သေးမီ ကြမ်းတမ်းကုန်၏။ ရှုမှတ်ပြီးသောအခါ၌ကား တဖြေးဖြေးငြိမ်သက်ကုန်၏။ ဝင်လေ-ထွက်လေ ရှိလေသလော, မရှိလေသလောဟုပင် စူးစမ်းရလောက်အောင် သိမ်မွေ့၏။

၈။ ဝင်လေ-ထွက်လေတို့သည် ကိုယ်နှင့်စပ်၍ ဖြစ်ကြသောကြောင့် ကာယသင်္ခါရ မည်၏။

၉။ ကြမ်းတမ်းထင်ရှားသော ဝင်လေ-ထွက်လေတို့သည် တဖြည်းဖြည်း သိမ်မွေ့သွားသောအခါ ၎င်းအာရုံကို ရှုနေသော စိတ်သည်လည်း ရပ်သွားတော့၏။ ဆက်မရှုနိုင်တော့ပေ။

၁၀။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ရန် ဆရာ့ထံမှ သင်ယူရမည့်နည်းသည် အပိုင်း ၄-ပိုင်းရှိ၏။

(ခ) အောက်ပါတို့တွင် အမှန်တစ်ခုကိုသာ ရွေးချယ်ခဲ့ပါ။

၁။ အာနာပါန ၁၆-နည်းတွင် **<u>ဒုတိယ ၄-ပါးတွဲ</u>** အုပ်စု၌ မပါဝင်သော အရာကို ရွေးချယ်ပါ။
- ၁။ ပီတိပဋိသံဝေဒီ
- ၂။ စိတ္တပဋိသံဝေဒီ
- ၃။ သုခပဋိသံဝေဒီ
- ၄။ စိတ္တသင်္ခါရ ပဋိသံဝေဒီ

၂။ အာနာပါနသတိ သမာဓိ၏ ငြိမ်သက်ခြင်း, မွန်မြတ်ခြင်းသည်-
- ၁။ ဥပစာအခိုက်၌ နီဝရဏကင်းသောကြောင့် ဖြစ်၏။
- ၂။ ဈာန်အင်္ဂါတို့ ထင်ရှားလာသောကြောင့် ဖြစ်၏။
- ၃။ အစဦးစွာ နှလုံးသွင်းသည်မှ စ၍ သူ့ပင်ကိုသဘောကြောင့် ဖြစ်၏။

၃။ အရည-တောကျောင်း၏ အောက်ထစ်ဆုံးသော အကွာအဝေးသည် မြို့ရွာမှ-
- ၁။ တစ်မိုင်ကွာ၏။
- ၂။ မိုင်ဝက်ခန့် ကွာ၏။
- ၃။ လေးတာဖြင့် တာငါးရာ(အတောင် ၂ထောင်) ကွာ၏။

၄။ တရားထိုင်ရာ၌ အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်ထားသဖြင့် ရအပ်သောအကျိုးများကား-
- ၁။ ခန္ဓာကိုယ် အောက်သို့ ညွတ်မကျခြင်း၊
- ၂။ ဒုက္ခဝေဒနာတို့ မဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊
- ၃။ ဒုက္ခဝေဒနာ မပေါ်၍ စိတ်တည်ကြည်ခြင်း၊
- ၄။ အထက်ပါ အားလုံးပါဝင်ပါသည်။

၅။ "အဿာသ-ပဿာသ= ဝင်လေ-ထွက်လေ" ဟူသော အနက်ကို ဖွင့်ဆိုသော အဋ္ဌကထာမှာ-
- ၁။ ဝိနည်း အဋ္ဌကထာ-
- ၂။ သုတ္တန် အဋ္ဌကထာ-
- ၃။ အဘိဓမ္မာ အဋ္ဌကထာ- ဖြစ်သည်။

၆။ ဆရာ့ထံမှ သင်ယူရမည့် ငါးနည်းတွင် မပါဝင်သော အရာကို ရွေးထုတ်ပါ။

၁။ သင်ယူခြင်း

၂။ မေးမြန်းခြင်း

၃။ ဆွေးနွေးခြင်း

၄။ အပြီးသို့ရောက်ခြင်း

၅။ မှတ်သားခြင်း

၇။ အောက်ပါ နှလုံးသွင်းပုံ အစီအရင် ရှစ်မျိုးတွင် ဝိပဿနာသည် မည်သည့်အရာ ဖြစ်သနည်း။

၁။ ဂဏာနာ-ရေတွက်ခြင်း၊

၂။ အနုဗန္ဓနာ-အစဉ်လိုက်ခြင်း၊

၃။ ဖုသနာ-ထိရာ၊

၄။ ဌပနာ-ထားခြင်း၊

၅။ သလ္လက္ခဏာ-ကောင်းစွာမှတ်ခြင်း၊

၆။ ဝိဝဋ္ဋာနာ- နစ်ခြင်း၊

၇။ ပါရိသုဒ္ဓိ-ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်ခြင်း၊

၈။ ပဋိပဿနာ- ၎င်းတို့ကို တဖန်ရှုခြင်း၊

၈။ ဥပနိဗန္ဓနာနိမိတ် ဟူသည်-

၁။ သတိကို ခေါ်၏။

၂။ ဝင်လေထွက်လေကို ခေါ်၏။

၃။ လေထိခိုက်ရာ နှာသီးဖျားနှင့် အထက်နှုတ်ခမ်းကို ခေါ်၏။

(၈) အောက်ပါနွားရိုင်းဥပမာကို မှန်ကန်အောင် ယှဉ်တွဲပြပါ။

၁။ စိတ်သည်	က။ ချည်တိုင်နှင့် တူ၏။
၂။ ယောဂီသည်	ခ။ နွားရိုင်းနှင့် တူ၏။
၃။ သတိသည်	ဂ။ နွားရှင်နှင့် တူ၏။
၄။ အာနာပါနအာရုံသည်	ဃ။ ကြိုးနှင့် တူ၏။

(ဃ) အောက်ပါတို့ကို မှန်အောင် တွဲပေးပါ။

၁။ ဝင်လေထွက်လေတို့သည်	က။ ဉာဏ်ပေတည်း။
၂။ ထင်ခြင်း-အမှတ်ရခြင်းသည်	ခ။ ကာယပေတည်း။
၃။ ရှုခြင်းသည်	ဂ။ သတိပေတည်း။