



ငွေရတုတရားတော်ကြီး

မာတိကာ

တရားအနှံ့သန္ဓေ
 သြဝါဒပါတိမောက် ပဌမဂါထာ
 ပဌမ သြဝါဒ
 တိတိက္ခာ-သဒ္ဓါနှင့်အနက် စိစစ်ချက်
 ဘာတွေ သည်းခံရသလဲ
 ညည်းခံယင် နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်
 မဟာရာဟူလော ဝါဒသွတ်တရားတော်
 ဓာတ်လေးပါး ရှုပုံ
 အရှင်သာရိပုတ္တရာ သည်းခံပုံ
 သည်းခံခြင်း၏ အကျိုး
 ဒုတိယ သြဝါဒ
 ကာမချမ်းသာနှင့် နိဗ္ဗာန် နှိုင်းယှဉ်ပြချက်
 ဘဝချမ်းသာနှင့် နိဗ္ဗာန်နှိုင်းယှဉ်ပြချက်
 တတိယ သြဝါဒ
 အခြားဒုစရိုက်များမှ ကြဉ်ရှောင်ရန်လဲ ပါဝင်ကြောင်း
 ပဌမဂါထာဆောင်ပုဒ်
 ဒုတိယဂါထာ
 အမှတ် (၁) သြဝါဒ သာသနာတော်
 အမှတ် (၂) သြဝါဒ သာသနာတော်
 ရှုမှတ်ရာ၌ သိတို့က လိုရင်းဖြစ်သည်
 ရှုမှတ်ရန် အကောင်းဆုံးအမည်
 ဘုရားရှင်၏ တိုက်တွန်းချက်
 သမာဓိကောင်းမှဉာဏ်အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ပုံ
 အမှတ် (၃) သြဝါဒသာသနာတော်
 သြဝါဒသုံးပါး၏ နိဂုံးချုပ်မိန့်ခွန်း
 ဒုတိယဂါထာ ဆောင်ပုဒ်
 တတိယဂါထာ
 တတိယဂါထာဆောင်ပုဒ်
 သြဝါဒပါတိမောက် သုံးဂါထာဆောင်ပုဒ်များ
 နိဂုံးချုပ် ပတ္တနာဆူတောင်း
 နှစ်လည်ပူဇော်ပွဲနှင့် ငွေရတနာသဘင် ရေစက်ချ
 ဝိပဿနာ အလှုပ်ပေးတရားတော် (မဟာစည်မှု)
 ယင်းတရားမှု အင်္ဂုလိပိဘာသာပြန်
 ဝိသုဒ္ဓိနှင့် ဉာဏ်စဉ်အကျဉ်းချုပ်
 ဝိသုဒ္ဓိနှင့် ဉာဏ်စဉ်ဆောင်ပုဒ်များ

သာသနာ့ရိပ်သာ ငွေရတု တရားတော် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း အကြောင်းရင်း

ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ

ဤငွေရတု တရားတော်သည် ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ရန်ကုန်မြို့၊ သာသနာ့ရိပ်သာ၌ သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ အလုပ်ပေးတရားတော်ကို စတင်ဟောကြားတော်မူသည့် နှစ်မှ (၂၅)နှစ် ပြည့်မြောက်သည့် ငွေရတု သြဝါဒ ခံယူပူဇော်ပွဲ ကျင်းပသည့်နေ့က မြန်မာနိုင်ငံအရပ်ရပ်ရှိ မဟာစည်ကမ္မဋ္ဌာန်းဌာနခွဲများမှ ကြွရောက်၍ သြဝါဒ ခံယူ တော်မူကြသော ကမ္မဋ္ဌာနစရိယ ဆရာတော်များနှင့် ရဟန်းရှင်လူ ယောဂီသူတော်စင် မြောက်များစွာတို့အား ဆရာတော် ဘုရားကြီးကိုယ်တော်တိုင် သြဝါဒပေး ဟောကြားတော်မူခဲ့သော တရားတော်ဖြစ်ပါ၍ “သာသနာ့ရိပ်သာ ငွေရတုတရားတော်” ဟု ဆရာတော်ဘုရားကြီး ကိုယ်တော်တိုင် အမည်ပေးတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဗုဒ္ဓသာသနာ နဂုဟအဖွဲ့ချုပ်သည် ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ရန်ကုန်မြို့၊ သာသနာ့ရိပ်သာသို့ ကြွရောက် သီတင်းသုံးတော်မူပြီးလျှင် ၁၃၁၁-ခု နတ်တော်လပြည့်နေ့၌ စတင်ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့် ဓမ္မစကြာ တရားတော် ဆောင်ပုဒ်ကို အစပြု၍ ပုံနှိပ်ဝေငှာခဲ့သည့်အပြင် အခါအားလျော်စွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့သော တရားတော်များ သြဝါဒတော် များကိုလဲ ရဟန်းရှင်လူ ယောဂီ အပေါင်းတို့က ဖတ်ရှုလိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ရန် နှစ်လည်အစီရင်ခံစာ စာအုပ်များ၌ ထည့်သွင်း ရိုက်နှိပ်၍၎င်း၊ သီးခြားစာအုပ်ရိုက်နှိပ်၍၎င်း၊ ဖြန့်ချိ လှူဒါန်းခဲ့ပါသည်။

သီးခြားစာအုပ် ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ချိခဲ့သော တရားစာ ကျမ်းစာအုပ်တို့မှာ ၆၅-ကျော်မျှ ရှိပြီဖြစ်၍ သီးခြား ပုံနှိပ်လှူဒါန်း ခဲ့သော သြဝါဒကထာစာအုပ်တို့မှာ-

- ၁။ ၁၃၃၄-ခုနှစ် (၂၃) ကြိမ်မြောက် သြဝါဒကထာ။
- ၂။ ၁၃၃၅-ခုနှစ် (၂၄) ကြိမ်မြောက် သြဝါဒကထာ။
- ၃။ ၁၃၃၅-ခုနှစ် (ပဌမနှိပ်) ဒုလ္လဘရဟန်းသစ်များအတွက် အထွေထွေ သြဝါဒကထာ။
- ၄။ ၁၃၃၆-ခုနှစ် (၂၅) နှစ်အတွင်း မိန့်ကြားသော မဟာစည် သြဝါဒကထာ ပေါင်းချုပ်။
- ၅။ ၁၃၃၇-ခုနှစ် (၂၆) နှစ်မြောက် နှစ်ပတ်လည်အကြံ့နေ့ သြဝါဒကထာ။
- ၆။ ၁၃၃၈-ခုနှစ် တမူးမြို့ မဟာစည် သာသနာ့ရိပ်သာခွဲ ‘ဖွင့်ပွဲ’ အတွက်သြဝါဒကထာ။
- ၇။ ၁၃၃၈-ခုနှစ် (ဒုတိယနှိပ်) ဒုလ္လဘရဟန်းတော်များ အတွက် အထွေထွေ သြဝါဒကထာ။
- ၈။ ၁၃၂၉-ခုနှစ် ဟိတေသီအဖွဲ့ တည်ထောင်စက မိန့်ကြားခဲ့သော သြဝါဒကထာတို့ဖြစ်ပါသည်။

ထိုမှတပါး-

၁။ ဗုဒ္ဓသာသနာနဂုဟ အဖွဲ့ချုပ်သည် ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး မြန်မာဘာသာဖြင့် ဟောကြားတော်မူသော တရားတို့ကို လည်းကောင်း၊ သြဝါဒတော်တို့ကို လည်းကောင်း အသံသွင်း ကူးယူ၍ ထိန်းသိမ်းလျက် ရှိပါသည်။

၂။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် ဟောကြားတော်မူသော သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာအလုပ်ပေး တရားတော်ကိုလည်း အသံသွင်း ကူးယူ၍ နိုင်ငံရပ်ခြား တိုင်းတပါးသားတို့ အကျိုးငှါ ဆင့်ပွားကူးယူဖြန့်ချိရန် စီစဉ်လျက်ရှိပါသည်။

၃။ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသမျှ ရေးသားတော်မူသမျှ ကျမ်းစာအဝဝတို့ကိုလည်း စက်တင်ပုံနှိပ် ဖြန့်ချိလျက် ရှိပါသည်။

၄။ ယင်းပုံနှိပ်ပြီး ကျမ်းစာတို့ကိုလည်း အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန်၍ စက်တင်ပုံနှိပ်ပြီးလျှင် နိုင်ငံရပ်ခြား တိုင်းတပါးသား တို့ အကျိုးငှါ ဖြန့်ချိရန် စီစဉ်လျက် ရှိပါသည်။

၅။ ထို့ပြင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အဖြစ်တော်စဉ်တို့ကို နောင်လာ နောက်သားတို့ ကြည့်ညိုနိုင်ရန် အမှတ်တရ မှတ်တမ်းတင် ရုပ်ရှင်ရိုက်ကူးထားပါသည်။

ဤသို့သော တာဝန်အရပ်ရပ်တို့ကို ဗုဒ္ဓသာသနာနဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်က ဆောင်ရွက်နေစဉ် ပခုက္ကူမြို့ မဟာစည်သာသနာ့ ရိပ်သာခွဲ ကျောင်းဒါယကာ ဦးဖေ၊ ဇနီး ကျောင်းအမ ဒေါ်မြင့်မြင့်ခင်၊ ညီမ ဒေါ်ထား ဒေါ်ငွေမြိုင်တို့က ၁၃၄၀-ပြည့်နှစ်၌ ကျင်းပမည့် (၂၉) နှစ်မြောက် သြဝါဒခံယူပူဇော်ပွဲတွင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသည့် တရားစာ တမျိုးမျိုးကို အုပ်ရေ တထောင် ပုံနှိပ်လှူဒါန်းလိုပါသည်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးအား လျှောက်ထား၍ ဆောင်ရွက်ပေးပါဟု ကျွန်ုပ်တို့အား မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။

ဤသည်ကို အကြောင်းပြု၍ ဤမည်သော သာသနာ့ရိပ်သာငွေရတု တရားတော် စာအုပ်ကို ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ခွင့်ပြုတော်မူချက်အရ ပုံနှိပ်ရန် အကြောင်းသင့် အခွင့်ပေါ်လာပါသည်။

ဤသာသနာ့ရိပ်သာ ငွေရတုတရားတော်သည် ပွင့်တော်မူခဲ့ပြီးကုန်သော ဘုရားရှင်အားလုံးတို့ ဟောကြားဆုံးမတော် မူခဲ့သည့် သြဝါဒတော်လည်း ဖြစ်ပြန်သည့်အပြင် တိုတိုနှင့်လိုရင်း ကျင့်ဘွယ်တို့ သိနားလည်ဘွယ်တို့လည်း ပါဝင်သော တရားတော်လည်း ဖြစ်ပါသောကြောင့် အုပ်ရေတထောင်မျှသာ ပုံနှိပ်ရုံမျှဖြင့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သြဝါဒကို ခံယူရန် လာကြသည့် ပရိသတ်အတွက် လုံလောက်မည် မဟုတ်ပါ။ သို့ပါသောကြောင့် ဗုဒ္ဓသာသနာနဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်က မည်သူမဆို လှူလိုက လှူနိုင်ရန် ဖတ်လိုက ဝယ်ဖတ်နိုင်ရန် အနည်းဆုံး အုပ်ရေ ငါးထောင် ပုံနှိပ်ဘို့ရာ တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ပါသည်။

ဤစာအုပ်၌

ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရားတော် (မဟာစည်မူ)၊ ယင်းတရားမူ အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန်၊ ဝိသုဒ္ဓိနှင့် ဉာဏ်စဉ်အကျဉ်းချုပ်၊ ဝိသုဒ္ဓိနှင့် ဉာဏ်စဉ် ဆောင်ပုဒ်များကိုလည်း ထည့်သွင်း ပုံနှိပ်ထားပါသည်။

၁၃၄၀-ပြည့်
နယုန်လပြည့်ကျော်
၁၀-ရက်၊

မင်္ဂလာပါခင်ဗျာ
မင်္ဂလာအောင်မြင့်
ဂုဏ်ထူးဆောင်အမှုဆောင်
ဗုဒ္ဓသာသနာနဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်
ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၃၆-ခုနှစ် နတ်တော်လဆန်း ၉-ရက်နေ့၌
ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး
ဟောကြားတော်မူသော

သာသနာ့ရိပ်သာ ငွေရတနာတရားတော်

တရားအနှံ့သန္ဓေ

ရန်ကုန်မြို့ ဒီသာသနာ့ရိပ်သာကို ၁၃၁၁-ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်နေ့ကစပြီး ဖွင့်လာခဲ့တယ်။ ၁၃၃၂-ခုနှစ် နတ်တော်
လပြည့်နေ့မှစပြီး နှစ်ပတ်လည်ပူဇော်ပွဲများ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း ကျင်းပလာခဲ့တယ်။ လပြည့်နေ့က တနင်္ဂနွေရက် မဟုတ်ယင်
လပြည့်အနီး တနင်္ဂနွေနေ့မှာ ကျင်းပရတယ်။ တိပိဋကရေ စာပြန်ပွဲနှင့် ဆုံနေယင်တော့ အဲဒီ စာပြန်ပွဲမကျင်းပမီ တနင်္ဂနွေ
နေ့မှာ ကျင်းပရတယ်။ ယခုနှစ်လဲ အဲဒီ စာပြန်ပွဲနှင့် တိုက်ဆိုင်နေလို့ လဆန်း ၉-ရက်နေ့က ကြိုတင်ပြီး ကျင်းပရတယ်။ ယခု
နှစ်ဟာ ၂၅-ကြိမ်မြောက် နှစ်ပတ်လည် ဖြစ်တဲ့အတွက် ငွေရတနာသဘင်အဖြစ် ကျင်းပရကြောင်းကို စောစောပိုင်း အခမ်းအနား
ဖွင့်စဉ်က ပြောပြခဲ့ပြီး ဖြစ်နေပါတယ်။

အဲဒီ ၂၅-ကြိမ်အတွင်းမှာ ပဌမနှစ်က ဘယ်လို သြဝါဒတရားဟောခဲ့တယ်၊ ဒုတိယနှစ်က ဘယ်လို သြဝါဒတရား
ဟောခဲ့တယ်-စသည်ဖြင့်ဟောခဲ့ပြီး သြဝါဒကထာ ဆောင်ပုဒ်တွေကို ပေါင်းစုပြီး **သြဝါဒကထာ ပေါင်းချုပ် စာအုပ်**
ကလေးကို ရိုက်နှိပ်ပြီး ဖြန့်ဝေထားပါတယ်။ ဒီနှစ် ဟောဘို့ကတော့ အဲဒီ သြဝါဒပေါင်းချုပ်ထဲမှ နောက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ သြဝါဒ
ပါတိမောက် တရားကိုဘဲ စဉ်းစားထားပါတယ်။ အဲဒီ သြဝါဒပါတိမောက်တရားကို ၁၃၁၅-ခုနှစ်၊ ၁၆-ခုနှစ်များကလဲ ဟောခဲ့
ပါပြီ။ အဲဒီတရားကို ယနေ့တဖန် ဟောရခြင်း၏ အကြောင်းကတော့ ဒီကနေ့ ငွေရတနာသဘင် အခမ်းအနားမှာ ကြေငြာပြော
ကြားစရာတွေက များနေတဲ့အတွက် အချိန်နဲနဲနဲ့ပြီးစေချင်လို့ပါဘဲ။

နောက်ပြီးတော့ ဒီသြဝါဒပါတိမောက် တရားတော်က ဘုရားရှင်တိုင်း ဟောကြားဆုံးမတော်မူတဲ့ တရားတော်လဲ
ဖြစ်တယ်။ တိုတိုနဲ့လိုရင်းကျင့်စရာတွေ သိနားလည်စေနိုင်တဲ့ သြဝါဒ တရားတော်လဲ ဖြစ်တယ်။ ယနေ့ဟာ နှစ်ပတ်လည်
သြဝါဒကို ပြောကြားရမည့်နေ့လဲဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့်လဲ ဒီတရားကို ဒီကနေ့ထပ်ပြီးဟောဘို့ စဉ်းစားထားတာပါဘဲ။

ဒီသြဝါဒပါတိမောက်ကို ဘုန်းကြီးတို့၏ အားထားကိုးကွယ်ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူသော ဂေါတမရှင်တော် မြတ်ဘုရား
ဟာ စောစောပိုင်းက ဥပုသ်နေ့တိုင်း ရဟန်းတော်များအား ကိုယ်တော်တိုင်ပင် ဟောကြားပြသတော်မူခဲ့ပါတယ်။ တချိန်မှာ
တော့ သံဃပရိသတ်ထဲမှာ သီလပျက်နေတဲ့ ရဟန်းတပါးရှိနေသောကြောင့် ထိုအခါကစပြီး ဒီသြဝါဒပါတိမောက်ကို မပြတော့
ပဲ ရဟန်းတော်များအား အာဏာပါတိမောက်ကို ရွတ်ဆိုပြသဘို့ ခွင့်ပြုတော်မူခဲ့ပါတယ်။ အာဏာပါတိမောက်ဆိုတာ ယခု
ရဟန်းများ ကျင့်နေကြရတဲ့ ၂၂၇-သွယ်သော ကျင့်ဝတ်သိက္ခာပုဒ်အပေါင်း ပါဘဲ။

ဝိပဿီဘုရားရှင်ကတော့ ရဟန်းတော်အားလုံးကို ၆-နှစ်တကြိမ် မိမိထံမှောက်သို့ လာရောက်စုဝေးစေပြီးတော့
ဒီသြဝါဒပါတိမောက်ကို ကိုယ်တော်တိုင် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသတဲ့။ ဒီသြဝါဒပါတိမောက်က ဂါထာ အရေအတွက်အားဖြင့်
သုံးဂါထာမျှသာရှိပါတယ်။ မများပါဘူး။ ယခု အဲဒီသြဝါဒပါတိမောက် ပဌမဂါထာကို စပြီးရွတ်ဆိုဟောပြမယ် ရှိရှိသေသေ
နာကြပါ။

သြဝါဒပါတိမောက် ပဌမဂါထာ

ခန္တိ ပရမံ တပေါ တိတိက္ခာ၊
နိဗ္ဗာနံ ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ။
န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော ပရူပဃာတီ၊
န သမဏော ဟောတိ ပရံ ဝိဟေဋ္ဌယန္တော။

ပဌမ ဩဝါဒ

တိတိက္ခာ-ချုပ်တည်းခြင်း ခံလင့်ခြင်းဟူသော၊ ခန္တီ-သည်းခံခြင်းသည်၊ ပရမံ-မြတ်သော၊ တပေါ-အကျင့်ပေတည်း တဲ့။

ဆိုလိုရင်းအတိုချုပ်ကတော့ သည်းခံခြင်းဟာ မြတ်သော အကျင့်ပဲလို့ ဆိုလိုတာပါ။ ဒါပေမဲ့ ခန္တီ-ဆိုတဲ့ ပါဠိက အသိဉာဏ်ကိုလဲ ဟောတဲ့အတွက် အသိဉာဏ်ကို မြတ်သောအကျင့်လို့ ဆိုတာလေးလားလို့ ထင်မှတ်ဖွယ်ရှိနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် တိတိက္ခာဆိုတဲ့ပုဒ်ဖြင့် အဲဒီပါဠိကို အထူးပြုထားပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ခန္တီ-ပုဒ်ဖြင့် အသိဉာဏ်ကို မဆိုလိုဘူး။ တိတိက္ခာဆိုတဲ့ သည်းခံခြင်းကိုသာ ဆိုလိုတယ်လို့ သိစေပါတယ်။

တိတိက္ခာ သဒ္ဓါနှင့် အနက်စိစစ်ချက်

တိတိက္ခာဆိုတဲ့ပုဒ်ကလဲ သည်းခံခြင်းအနက်ရှိတဲ့ တိဇ-ဓာတ်နောင် ခ ပစ္စည်းနှင့်တကွ တိဇ ခ ဟု ဖြစ်ပြီးနောက် တိ-ကိုလဲ တိတိ-ဟု ဒွေးဘော်ပြု၍ ဇ-ကိုလဲ က-ပြုပြီး ခ-နှင့် ဆင့်၍ ထိလိင် ဟော အာ-ပစ္စည်းနှင့်တကွ တိတိက္ခာ-ဟု ရုပ်ပြီးလာတဲ့ပုဒ်ပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီပုဒ်ကလဲ သည်းခံခြင်းအနက်ကိုသာ ဟောပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သည်းခံခြင်းဆိုတဲ့စကားနှင့် မထပ်ရအောင်လို့ “ချုပ်တည်းခြင်း ခံလင့်ခြင်းဟူသော”လို့ မြန်မာပြန်လိုက်ပါတယ်။ အဲဒီချုပ်တည်းခြင်း ခံလင့်ခြင်းဆိုတာလဲ သည်းခံခြင်းနှင့် အရတူပါ။

ဒါကြောင့် “အဋ္ဌကထာမှာ တိတိက္ခာသင်္ခါတာ-တိတိက္ခာဟု ဆိုအပ်သော၊ ဝါ-ချုပ်တည်းခြင်း ခံလင့်ခြင်းဟု ဆိုအပ် သော၊ အဓိဝါသနခန္တီ-မိမိအပေါ်၌ တက်နေစေခြင်း ခံလင့်ခြင်းဟူသော သည်းခံခြင်းသည်၊ ဥတ္တမံ-မြတ်သော၊ တပေါ- အကျင့်ပေတည်း”လို့ ဖွင့်ပြထားတာပါ။ ထို့ပြင် ပါဠိအဘိဓာန်ကျမ်းမှာလဲ “တိတိက္ခာ၊ ခန္တီ၊ ခမနံ၊ ခမာ”လို့ သည်းခံခြင်း အနက်ဟော ၄-ပုဒ်ကို ဖော်ပြထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် “တိတိက္ခာ၊ အဓိဝါသနံ၊ ခန္တီ၊ ခမနံ၊ ခမာ”ဆိုတဲ့ ဒီ ၅-ပုဒ်ဟာ သည်းခံခြင်း အနက်ဟောချည်းပါ။

ဒီလို ပုဒ်အနက်တွေကို စိစစ်ပြောနေရတာက တခြားကြောင့် မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီနေရာမှာ အလွန်သည်းခံခြင်းလို့ အနက်ပြန်ဆိုထားချက် အနည်းငယ်ရှိနေလို့ အနက်မှန်သဘောပေါက်အောင် စိစစ်ပြောပြနေတာပါ။ အကယ်၍ အလွန် သည်းခံခြင်းကိုမှ မြတ်တယ်လို့ဆိုယင် ဘယ်လောက်အထိ သည်းခံမှ မြတ်တာလဲလို့ မေးစရာရှိပါတယ်။ အဲဒီအမေးကို တိတိ ကျကျ ဖြေရှင်းရန်မစွမ်းနိုင်ပါဘူး။ လိုရင်းကတော့ မည်သို့ပင် ဖြစ်စေ၊ တုံ့ပြန်ရန်မူခြင်း မရှိပဲ သည်းခံခြင်းဟူသမျှဟာ မြတ်သော အကျင့်ချည်းပါ။

ဘာတွေ သည်းခံရသလဲ

သည်းခံတယ်ဆိုတာ အာရုံဆိုးတွေကိုလဲ သည်းခံရတယ်။ ကိုယ်ထဲက ဝေဒနာဆိုးတွေကိုလဲ သည်းခံရတယ်။ အဲဒီမှာ အာရုံဆိုးတွေဆိုတာက အမြင်ဆိုး၊ အကြားဆိုး၊ စသည်တွေရယ်၊ ရန်သူတွေရယ်၊ ဘေးအန္တရာယ်တွေရယ်၊ ဒီလိုဟာတွေပါ။ အဲဒီအာရုံဆိုးတွေကြောင့် စိတ်မဆိုးပဲ ဒေါသမဖြစ်ပဲ ရန်တုံ့မမူပဲ သည်းခံနိုင်ဖို့လိုပါတယ်။ ကိုယ်ထဲက ဝေဒနာဆိုးတွေ ဆိုတာကတော့ ညောင်းတာ ပူတာ နာကျင်ကိုက်ခဲ စသည်တွေပါ။ တရားအားထုတ်နေတဲ့သူမှာ အဲဒီ အခံခက်တဲ့ ဝေဒနာ တွေကို သည်းမခံနိုင်တာနဲ့ ရှုမှတ်အားထုတ်မှုကို ရပ်စဲထားတတ်တယ်။ ကိုယ်အမူအရာတွေကို မကြာမကြာ ပြုပြင်တတ်တယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်မှုကို မရပ်စဲပဲ အခံခက်တဲ့ ဝေဒနာတွေကို သည်းခံပြီး မပြတ်မစဲ ရှုမှတ်နေဖို့လိုပါတယ်။ ကိုယ်အမူအရာ တွေကို မပြုပြင်ပဲ နာရိဝက် တနာရီစသည် ကြာကြာထိုင်လျက် ရပ်လျက်သည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေဖို့လဲ လိုပါတယ်။

ဒီဂါထာမှာ သည်းခံခြင်းကို မြတ်သော အကျင့်လို့ ဟောထားတဲ့အတွက် သီလစသော အခြားအကျင့်တွေကိုတော့ မမြတ်ဘူးလို့ ဆိုရမလားလို့ မေးစရာရှိပါတယ်။ သီလ စသော အကျင့်တွေလဲ မြတ်တာချည်းပါ။ ဒါပေမဲ့ ဒီသည်းခံခြင်းက အဲဒီသီလစသော အကျင့်တွေ၏ အခြေခံ ဖြစ်နေပါတယ်။ သည်းခံတဲ့အကျင့် ရှိပါမှ အဲဒီ သီလအကျင့် သမာဓိအကျင့် ပညာ အကျင့်တွေက ပြည့်စုံနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီသည်းခံခြင်းကို မြတ်သောအကျင့်လို့ အခြေခံအဖြစ်ဖြင့် ချီးကျူးပြီး ဟောတော်မူတာပါ။

အခြေခံ အကျင့်မြတ် ဖြစ်ပုံကတော့ ငါးပါးသီလဆိုယင်ကို သည်းခံပြီး စောင့်ထိန်းမှ ပြည့်စုံနိုင်ပါတယ်။ သည်းမခံပဲ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း လုပ်ချင်ရာတွေ လျှောက်ပြီး လုပ်နေယင်တော့ မပြည့်စုံနိုင်ပါဘူး။

ပါဏာတိပါတာ-သတ္တဝါ၏ အသက်ကို ချခြင်း-သေစေခြင်း၊ သတ်ခြင်းမှ၊ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒ်-ကြဉ်ရှောင်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာကို၊ သမာဒိယာမိ-ဆောင်တည်ပါ၏-လို့ ဆိုပြီးဆောက်တည်ထားပေမဲ့ သည်းမခံယင်တော့ အဲဒီဆောက်တည်ထားတဲ့ သိက္ခာပုဒ်သီလဟာ ပျက်သွားတာဘဲ၊ ပျက်ပုံကတော့ ခြင်ကိုက်တဲ့အခါ သည်းမခံပဲ အဲဒီခြင်ကို ပွတ်သတ်လိုက်ယင် အဲဒီ သီလ ပျက်သွားတာဘဲ၊ ဒါကအသေးအဖွဲ့ကလေး ရှိသေးတာဘဲ၊ ဒါထက်ကြီးကျယ်တဲ့ ရန်သူတွေကို သည်းမခံပဲ သတ်လိုက်ယင်လဲ သီလပျက်တာဘဲ။

သူတပါးဥစ္စာကို မတရားသဖြင့် ယူခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ရတဲ့ အဒိန္နာဒါန် သိက္ခာပုဒ်၊ တရားမဝင်တဲ့ ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်း ကျူးလွန်ခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ရတဲ့ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရသိက္ခာပုဒ်တွေကတော့ လိုချင်နှစ်သက်တဲ့ လောဘအလိုသို့ မလိုက်ပဲ သည်းခံပြီး စောင့်ထိန်းနေနိုင်မှ ပြည့်စုံစင်ကြယ်နိုင်ပါတယ်။ သည်းမခံပဲ မစောင့်ပဲ လောဘအလိုလိုက်ပြီး ပြုကျင့်ယင်တော့ အဲဒီ သိက္ခာပုဒ်သီလတွေလဲ ပျက်တာဘဲ၊ ဒီပြင် သိက္ခာပုဒ်သီလ တွေလဲ ဒီလိုပါဘဲ၊ သည်းမခံပဲ မစောင့်ထိန်းပဲ လောဘ ဒေါသ အလိုလိုက်ပြီး ပြုကျင့်ယင် ပျက်တာချည်းပါဘဲ။

ရဟန်းများမှာ စောင့်ထိန်းရမည့် သီလသိက္ခာပုဒ်တွေက သာပြီးများတယ်၊ လောဘ ဒေါသ အလိုလိုက်ပြီးသည်းမခံပဲ မစောင့်ထိန်းယင် သီလပျက်တာချည်းဘဲ၊ သည်းခံပြီး စောင့်ထိန်းပါမှ ရဟန်းသီလကလဲ ပြည့်စုံတယ်၊ ဒါကြောင့် သည်းခံတဲ့ အကျင့်ဟာ သီလပြည့်စုံခြင်း၏ အခြေခံလဲ ဖြစ်တယ်။

သမာဓိ ပညာဘာဝနာအလုပ် အားထုတ်တဲ့အခါ အပြင်ပအာရုံတွေကို ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်တွင်းက ညောင်းညာပုပ် နာကျင်ကိုက်ခဲမှု ဒုက္ခဝေဒနာတွေကိုဖြစ်စေ သည်းမခံပဲ ကိုယ်အမူအရာတွေကို မကြာခဏ ပြုပြင်နေယင် သမာဓိလဲ ကောင်းကောင်း မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ သမာဓိအားမရှိတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်လဲ ကောင်းကောင်းမဖြစ်နိုင်ဘူး၊ သည်းခံပြီး တင်းတင်း ရင်းရင်း မပြတ်ရှုမှတ်နေမှ သမာဓိရော ဉာဏ်ပညာရော ကောင်းကောင်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် သည်းခံတဲ့အကျင့်ဟာ သမာဓိအကျင့် ပညာအကျင့်များ၏ အခြေခံလဲဖြစ်တယ်၊ အဲဒီလို သီလ သမာဓိပညာအကျင့်များ၏ အခြေခံ ဖြစ်သောကြောင့် သည်းခံခြင်းကို မြတ်သောအကျင့်လို့ ရှေးဦးစွာ ချီးကျူး ဟောကြားတော်မူတာပါဘဲ။

သည်းခံယင် နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်

သည်းခံခြင်းကို အခြေခံပြုပြီး ကျင့်လို့ သီလ သမာဓိ ပညာပြည့်စုံယင် အရိယာမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရတော့တာဘဲ၊ ဒါကြောင့် ရှေးပညာရှိ သူတော်ကောင်းတွေက **သည်းခံယင် နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်** ဆိုတဲ့စကားပုံကို တီထွင်ထားခဲ့ကြတယ်၊ အဲဒါလဲ သိပ်ကောင်းတာဘဲ၊ တကယ်မှန်ကန်တဲ့ စကားပုံဘဲ။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ကုသိုလ် ကောင်းမှုကိုပြုယင် သည်းခံပြီး ပြုရတာချည်းဘဲ။

ဒါနကုသိုလ် ပြုယင်လဲ လှူဒါန်းဘို့ ဝတ္ထုပစ္စည်းကို ရှာကြံပြုပြင်တဲ့အခါမှာရော လှူဒါန်းတဲ့ အခါမှာရော အစစ အရာရာ သည်းခံပြီး ပြုရတာဘဲ၊ သီလ စသည်ကို ကျင့်တဲ့ အခါမှာလဲ ခုတင်က ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သည်းခံပြီး ကျင့်ရတာဘဲ၊ အထူးအားဖြင့် ဘာဝနာအလုပ်ကို အားထုတ်တဲ့အခါမှာ သည်းခံနိုင်ဘို့ရာ ပိုပြီးလိုပါတယ်။ ဥပမာ-ညောင်းညာပုပ်နေတဲ့ အခါလဲ ရုတ်တရက် မပြုပြင်ပဲနဲ့ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေရတယ်။

တချို့ကတော့ အဲဒီလိုသည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေတာကို အတ္တကိလမထာနုယောဂအကျင့်လို့ ရှုတ်ချပြောဆို ကြတယ်၊ ဒါပေမဲ့ သူတို့ပြောဆိုတဲ့အတိုင်း မဟုတ်ပါဘူး၊ သီလ သမာဓိ ပညာဖြစ်အောင် ကျင့်တာဟူသမျှဟာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို ဖြစ်ပွားစေတဲ့ အကျင့်ချည်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဓမ္မစကြာသုတ်မှာ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ဆိုတဲ့ အလယ်လမ်း အကျင့်မှန်ဆိုတာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးပင် ဖြစ်ကြောင်း အတိအလင်း ဟောပြထားပါတယ်၊ ဒါကြောင့် အသားအသွေးတွေ ခြောက်သွေ့ပြီး အရေမျှ အကြောမျှ အရိုးမျှ ကျန်ချင်လဲ ကျန်ပါစေ၊ အရိယမဂ်ဖိုလ် တရားထူးကို မရသေးမချင်း အားထုတ်မှုကို မရပ်ပဲ အမြဲအားထုတ်သွားမယ်လို့ ဒီလိုဆောက်တည်ပြီး ကျင့်သင့် အားထုတ်သင့် ကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရားရှင်က အထင်အရှား ဟောကြားညွှန်ပြထားတာလဲ ရှိနေပါတယ်။

ဒါကြောင့် အဲဒီမြတ်စွာဘုရားရှင်၏ စကားတော်များနှင့်အညီ မဂ်ဖိုလ်ပညာ ပြည့်စုံသည် တိုင်အောင် မရပ်မနားပဲ သည်းခံပြီး တင်းတင်းရင်းရင်း အားထုတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ အဲဒီလို သည်းခံပြီး အားထုတ်နေယင် အရိယမဂ်ဖိုလ် ပညာအထိ အကုန်လုံး ပြည့်စုံသွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သည်းခံခြင်းဟာ မဂ်ဖိုလ် သီလ သမာဓိ ပညာအထိ ပြည့်စုံရေးအတွက် အကောင်းဆုံးအမြတ်ဆုံး အခြေခံအကျင့် ဖြစ်ကြောင်း အလွန်ထင်ရှားပါတယ်၊ အဲဒီအနက်အဓိပ္ပာယ်ကို သိနားလည်ပြီး အစစ အရာရာမှာ သည်းခံပြီး ကျင့်ကြံ အားထုတ်ဖို့ရန် မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဒီဩဝါဒ ပါတိမောက် အစမှာ-

(ခန္တီ ပရမံ တပေါ တတိက္ခာ) တိတိက္ခာ-ချုပ်တည်းခြင်း ခံလင့်ခြင်းဟူသော၊ ခန္တီ သည်းခံခြင်းသည် ပရမံ-မြတ်သော၊ တပေါ-အကျင့်ပေတည်း-လို့ ချီးကျူးပြီး ဟောတော်မူတာဘဲ။ အဲဒါကို ဗမာလို တိုတိုနဲ့ မှတ်သားထားရအောင် (သည်းခံကျင့်သုံး အမြတ်ဆုံးပေလို့) ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

သည်းခံကျင့်သုံး အမြတ်ဆုံးပေ။

အဲဒါဟာ သီလအကျင့်ဖြစ်စေ သမာဓိအကျင့် ပညာအကျင့်ဖြစ်စေ သည်းခံခြင်း အရင်းခံပြီးပြည့်စုံအောင် ကျင့်ဘို့ ဟောတာပါဘဲ။ လူမှာလဲ လူ့သီလ ပြည့်စုံ စင်ကြယ်အောင် လောဘ ဒေါသတို့ အလိုသို့ မလိုက်ပဲ သည်းခံပြီး ကျင့်ဘို့ပါဘဲ။ ရဟန်းတော်များမှာလဲ ရဟန်းသီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်အောင် လောဘဒေါသတို့ အလိုမလိုက်ပဲ မတော် မသင့်တာတွေကို မပြောပဲ မပြုပဲ သည်းခံပြီး ကျင့်ဘို့ပါဘဲ။

ယခုနှစ် နှစ်ပတ်လည်ပူဇော်ပွဲလဲဖြစ်၊ ငွေရတုသဘင်လဲ ဖြစ်တဲ့ဓမ္မသဘင်မှာ အကြိုနေ့များဖြစ်တဲ့ သုံးရက်အတွင်းက တရားပူဇော်ပွဲများ၌ ရွတ်ဖတ်ဟောပြောပူဇော်ကြတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယတွေဟာ တပါးတပါး နာရီဝက်ခန့် တရားတော်များကို ရွတ်ဆို ဟောကြားတော်မူကြတယ်။ အဲဒီလို ဟောကြားဘို့ ကျက်မှတ်လာခဲ့စဉ်ကလဲ တရားတော်ကိုရိုသေစွာ လေ့လာ ကျက်မှတ်လာခဲ့ကြတယ်။ ရွတ်ဆိုဟောကြားတဲ့အခါမှာလဲ ရိုသေစွာ ရွတ်ဆို ဟောကြားတော်မူကြတယ်။ အဲဒီ တရားတော်တွေ ထဲမှာလဲ သည်းခံပြီး သီလ သမာဓိ ပညာအကျင့်တွေကို ကျင့်ဘို့ ညွှန်ကြားချက်တွေ များစွာပါရှိပါတယ်။

မဟာရာဟုလောဝါဒသုတ်တရားတော်

မကြာမီ သီတင်းနေ့တရက်က မဟာရာဟုလောဝါဒ သုတ်တရားကို ဘုန်းကြီးကိုယ်တိုင်ဟောခဲ့တယ်။ အဲဒီတရား ထဲမှာ သားတော်ရှင်သာမဏေရာဟုလာ-က မြတ်စွာဘုရားနောက်မှာ ဆွမ်းခံသွားရန် လိုက်လာရင်း မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဥပဓိရုပ်လက္ခဏာတွေကိုလဲ ကြည့်ရှုပြီးတော့ အလားတူဖြစ်တဲ့ မိမိ၏ ရုပ်လက္ခဏာတွေကို စိတ်အကြံမျှဖြင့် သာယာချီးကျူးနေတယ်။ အဲဒီ အကြောင်းအရာကို မြတ်စွာဘုရားက သိတော်မူတဲ့အတွက် ရုပ်တရား၌ သာယာတပ်မက်မှု မဖြစ်ရအောင် သားတော်ရာဟုလာအား (နေတံ မမ) ဤရုပ်သည် ငါ့ဟာမဟုတ်-ငါ့ဟာအနေဖြင့် မနှစ်သက်မသာယာသင့်ဘူး၊ (နေသောဟ မသ္မိ) ဤရုပ်သည် ငါမဟုတ် လှပတည်မြဲတဲ့ ငါအနေဖြင့် မာန်မတက်ကြသင့်ဘူး၊ (န မေသော အတ္တာ) ဤရုပ်သည် ငါ့အတ္တ မဟုတ်-ငါ့အတ္တအနေဖြင့် အထင်အယူအမှားသင့်ဘူးလို့ ရှုရန် ညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။

အဲဒီတော့ ရှင်ရာဟုလာ-က ရုပ်ကိုသာ ရှုရမှာလားဘုရား-လို့ မေးလျှောက်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ရုပ်ကို ရှုသလိုပဲ ဝေဒနာသညာ သင်္ခါရ ဝိညာဏ်တို့ကိုလဲ ရှုရမယ်-လို့ မိန့်ကြားတော်မူတယ်။ အဲဒီတော့ ရှင်ရာဟုလာ-က ဘုရားရှင်ကပေးတဲ့ ဩဝါဒကို မျက်မှောက်မှာခံယူရရှိယင် ဘယ်သူမျှဆွမ်းခံသွားရန် မသင့်ဘူး၊ တရားသာ အားထုတ်သင့် တော့တာဘဲလို့ ဆင်ခြင်ပြီးဆွမ်းခံ မလိုက်တော့ဘဲ သစ်ပင်တခုအောက်မှာ ထိုင်ပြီးတရား အားထုတ်နေပါသတဲ့။ အဲဒီလို သစ်ပင်အောက်မှာ တကိုယ်တည်းထိုင်နေတာကို အရှင်သာရိပုတ္တရာက တွေ့မြင်ရတော့ ရှင်ရာဟုလာအား အာနာပါနကိုရှုဘို့ ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့ပါသတဲ့။

ဒါပေမဲ့ ရှင်ရာဟုလာ-က ဘုရားပေးတဲ့ကမ္မဋ္ဌာန်းကို တနေ့လုံးရှုနေခဲ့ပြီးတော့ ညနေချမ်းမှာ ဘုရားထံ ကပ်ရောက် လာပါတယ်။ ကပ်ရောက်လာပြီးတော့ အာနာပါနရုပ်ကို မေးလျှောက်တယ်။ အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အာနာပါနကို မဟောသေးပဲ ဓာတ်ငါးပါးရုပ်ကို ရှေးဦးစွာဒီလို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

ဓာတ်လေးပါးရှုပုံ

ငါ့သားတော်ရာဟုလာ ရေ၊ ဆံပင် မွေးညှင်း ခြေသဲလက်သဲ သွားအရေ၊ အသား အကြော အရိုး ရိုးတွင်းချင်ဆီ အညှို့၊ နှလုံး အသဲ အမြွေး အဖျဉ်း အဆုပ်၊ အူမ အူသိမ် အစာသစ် အစာဟောင်းဆိုတဲ့ ခက်မာ ကြမ်းနု (ပထဝီဓာတ်) ၁၉-ပါးရယ်။ ကိုယ်ထဲမှာတွေ့ထိရတဲ့ အခြား ခက်မာ ကြမ်းနုရုပ်တွေရယ်။ ဒါတွေက ကိုယ်တွင်းပထဝီဓာတ်ရုပ်တွေဘဲ။ အဲဒီ ကိုယ်တွင်း ပထဝီဓာတ် ခက်မာ ကြမ်းနု ရုပ်တွေဖြစ်စေ၊ အပြင်ဘက်က ခက်မာ ကြမ်း နု ပထဝီဓာတ်ရုပ်တွေ ဖြစ်စေ၊ အဲဒီ ရုပ်အားလုံးကို “ငါ့ဟာမဟုတ်၊ ငါမဟုတ်၊ ငါ့အတ္တမဟုတ်”ဟု ရှုရမည်။ သို့ရှုခြင်းဖြင့် ပထဝီဓာတ်၌ ငြီးငွေ့ပြီး တပ်မက် သာယာမှုကင်းသွားမယ်လို့ ညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။

ထို့အတူပင် အာပေါဓာတ် တေဇောဓာတ် ဝါယောဓာတ် အာကာသဓာတ်တို့ကိုလဲရှုဘို့ ညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။ အဲဒီလို ညွှန်ကြားပြီးတော့ ပထဝီဓာတ် မြေရုပ်စသည်လိုပင် ဘာဝနာကို ဖြစ်ပွားစေရမယ်။ အဲဒီလို ဖြစ်ပွားစေယင် အတွေ့ ကောင်း အတွေ့ဆိုးများကစိတ်ကို မဆွဲဆောင်နိုင်ပဲ စိတ်စင်ကြယ်ပါလိမ့်မယ်တဲ့။ စင်ကြယ်ပုံကတော့-

မြေကြီးဟာ သူ့အပေါ်မှာ အကောင်းတွေကို တင်ပေးသော်လဲ နှစ်သက်တက်ကြွခြင်းမရှိဘူး၊ အဆိုးတွေကို စွန့်ချ ထားသောလဲ ရွံ့မုန်းစက်ဆုပ်ခြင်းမရှိဘူး၊ အဲဒီလိုပင် အတွေ့ကောင်းအတွေ့ဆိုးတွေနှင့်စပ်ပြီး နှစ်သက်တက်ကြွခြင်း ရွံ့မုန်း စက်ဆုပ်ခြင်း မရှိအောင်သည်းခံပြီး ဘာဝနာကိုပွားစေရမယ်တဲ့။

ထို့အတူပင် ရေ၊ မီး၊ လေ၊ အာကာသဆိုတာတွေကလဲ သူတို့အပေါ်မှာ အကောင်းအဆိုးတွေ ကျရောက်ရာ၌ နှစ်သက်တက်ကြွခြင်း ရွံ့မုန်းစက်ဆုပ်ခြင်းမရှိသလိုပင် သည်းခံပြီး ဘာဝနာကို ပွားစေရမယ်တဲ့။

အဲဒါဟာ ယခုဟောနေတဲ့ သည်းခံကျင့်သုံး အမြတ်ဆုံးပေဆိုတဲ့ ဒေသနာနှင့် စပ်ဆိုင်ပါတယ်။ အဲဒီကနောက် ရှင်ရာဟုလာအား အာနာပါနအားထုတ်ပုံကိုလဲ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။ အဲဒီအကြောင်းအရာတွေထဲမှာ လူ့ဘဝကရခဲ့တဲ့ သားတော်ဖြစ်သော သာမဏေရှင်ရာဟုလာဟာ အဲဒီနေ့က ဆွမ်းခံမသွားပဲ ဆွမ်းမစားပဲ ဘာဝနာအလုပ်ကိုသည်းခံပြီး ထက်သန်စွာ အားထုတ်နေတယ်ဆိုတာ အထူးသတိပြုစရာပါဘဲ။

အရှင်သာရိပုတ္တရာသည်းခံပုံ

တချိန်က အရှင်သာရိပုတ္တရာကို မလိုလားတဲ့ ရဟန်းတပါးက သူ့ကို အရှင်သာရိပုတ္တရာက တိုက်ခိုက်သွားတဲ့ အကြောင်း စွပ်စွဲပြီး ဘုရားထံလျှောက်တယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မြတ်က ဒီလို ဖြေရှင်းလျှောက်ထားပါတယ်။

ကာယဂတာယသတိဘာဝနာ မထင်တဲ့သူဆိုယင်တော့ အဲဒီလို သူတပါးကို မရှိမသေတိုက်ခိုက်သွားခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါ တယ်။ ဘုရားတပည့်တော်ကတော့ မြေကြီးနှင့် တူစွာသည်းခံပြီးနေပါတယ်။ မြေကြီးပေါ်မှာ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် တံတွေး ပြည်သွေးဆိုတဲ့ စက်ဆုပ်ရွံ့ဖွယ် မစင်ကြယ်တာတွေကို သွန်ချထားပေးမယ်လို့ မြေကြီးကတော့ ရွံ့မုန်းစက်ဆုပ်ခြင်း မရှိသလိုပင် သည်းခံပြီး ကျင့်ပါတယ်။ ရေ မီး လေထဲမှာ အဲဒီလို ရွံ့ရှာဖွယ်တွေကို ပစ်ချထားပေးမယ်လို့ ရေ မီး လေတွေက ရွံ့မုန်းစက်ဆုပ်ခြင်း မရှိကြသလိုပင် သည်းခံပြီးကျင့်ပါတယ်။ ခြေသုတ်အခင်း ကြေးသုတ်အဝတ်များဟာ စက်ဆုပ်ဖွယ် တွေဖြင့် အသုတ်ခံရ၍ လူးလဲပေရေနေသော်လဲ ရွံ့မုန်းစက်ဆုပ်ခြင်းမရှိသလိုပင် သည်းခံပြီး ကျင့်ပါတယ် စသည်ဖြင့် ဥပမာ ၉-မျိုးနှင့်နှိုင်းယှဉ် ဖော်ပြပြီး သည်းခံပုံကို လျှောက်ထား ဖြေရှင်း ပြပါတယ်။

အဲဒါလဲ သည်းခံကျင့်သုံးအမြတ်ဆုံးပေ-ဆိုတဲ့ ဒီဒေသနာနှင့် စပ်ဆိုင်ပါတယ်။ အဲဒီ အရှင် သာရိပုတ္တရာ၏ သည်းခံပုံကို နည်းယူပြီးတော့လဲ အစစအရာရာ သည်းခံပြီး ကျင့်သင့်ပါတယ်။

သည်းခံခြင်း၏ အကျိုး

သည်းမခံပဲနဲ့ တဖက်သားကို ချေပပြောဆိုမိယင် အဲဒီ ဣလိက အမြဲတမ်းရန်သူဖြစ်နေပြီး အကျိုးမဲ့တွေကို ပြောဆို ပြုလုပ်နေတတ်တယ်။ မေတ္တာဖြင့် သည်းခံနေယင်တော့ အဲဒီ တဖက်သားဖြစ်သူက မလိုမုန်းထားခြင်း မရှိပဲ ချစ်ခင်နေတတ် ပါတယ်။ မချစ်ခင်တောင်မှာ အကျိုးမဲ့ကိုတော့ မပြောပဲ မပြုပဲရှိတတ်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ ယခုလက်ငင်း တွေ့နိုင်တဲ့အကျိုးဘဲ။

ဘုန်းကြီးမှာ သည်းခံသင့်တာတွေကို သည်းခံလာခဲ့တဲ့အတွက် အကျိုးကျေးဇူးတွေကို လင်ငင်းရတာလာတွေ များစွာ ရှိပါတယ်။

ယမန်နေ့က မဟာစည် နယ်လှည့် ဓမ္မကထိက ဦးစန္ဒာဝရက ဟောတယ်။ သူဟောတဲ့ တရားထဲမှာ ဘုန်းကြီး၏ ဂုဏ်တွေကို ဖော်ပြတာက တော်တော်များများပါတယ်။ အဲဒါတွေကို ကြားရတော့ တချို့က သူ့ဆရာဂုဏ်တွေ ချီးမြှောက်ပြီး ဟောနေတာပဲလို့ အပြစ်တင်စရာ ရှိတယ်ဆိုတာ စဉ်းစားမိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ယောနိသော မနသိကာရနဲ့ ဆင်ခြင်ကြည့်ယင် တော့ နှစ်ပတ်လည် ဩဝါဒခံယူပူဇော်ပွဲ လာကြတာတွေထဲမှာ ကလျာဏမိတ္တ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယဂုဏ်များ နာယကဂုဏ်များနှင့် ပြည့်စုံသင့်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာအရှင်မြတ်တွေဟာ တရာမကရှိနေတယ်။ အဲဒီ အရှင်မြတ်တွေက မိမိတို့မှာ လိုနေသေးတာ ရှိယင် ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ဖို့လဲ ဖြစ်တယ်။ ပြည့်စုံနေတဲ့ ဂုဏ်တွေအတွက် ဝမ်းမြောက်ဖို့လဲ ဖြစ်တယ်။

အဲဒါတွေက ဘာတွေလဲဆိုယင် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ပြထားတဲ့ ပိယ ဂရ ဘာဝနီယ-စသော ဂုဏ်တွေ၊ လောကနီတိကျမ်းမှာ ပြထားတဲ့ ခမာ ဇာဂရိယ-စသော ဂုဏ်တွေ၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မဟာဋီကာများ ပြထားတဲ့ သဒ္ဓါ သီလ သုတ စာက-အစရှိသော ဂုဏ်တွေပါဘဲ။ အဲဒီ ဂုဏ်တွေထဲမှာ သည်းခံခြင်းဆိုတဲ့ ဂုဏ်ကတော့ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ ဖြစ်ပါလျက် သည်းခံခြင်း မပြည့်စုံယင် ပါသာဒိကဂုဏ်တွေ ပျက်ကုန်တက်ပါတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတွေသာ မဟုတ်ဘူး၊ တရားအားထုတ်ပြီးဆိုတဲ့ ယောဂီ အဟောင်းတွေမှာလဲ ဒီသည်းခံခြင်း ဆိုတဲ့ ဂုဏ်နဲ့ ပြည့်စုံသင့်တာပါ။ တရားအားထုတ်နေဆဲ ယောဂီအသစ်တွေမှာလဲ ဒီသည်းခံခြင်းဂုဏ်နဲ့ ပြည့်စုံသင့်တာပါ။ အစစအရာရာ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်အားထုတ်ယင် ဝိပဿနာဉာဏ်ထူး တရားထူးတွေကို မကြာခင်ပဲ ရသွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် “သည်းခံကျင့်သုံး အမြတ်ဆုံးပေ”ဆိုတဲ့ ဒီဗုဒ္ဓဩဝါဒဟာ အလွန်အရေးကြီးတဲ့ ဩဝါဒပါ။ အဲဒါကို ထပ်ပြီး ဆိုကြရဦးမယ်။

သည်းခံကျင့်သုံး အမြတ်ဆုံးပေ။

ဒုတိယဩဝါဒ

(နိဗ္ဗာန် ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ။) နိဗ္ဗာန်-နိဗ္ဗာန်ကို၊ ပရမံ-အမြတ်ဆုံးဟူ၍၊ ဗုဒ္ဓါ-တရားအလုံးစုံကို သိတော်မူကြသည့် ဘုရားရှင်တို့က၊ ဝဒန္တိ-ချီးကျူးဟောကြားတော်မူကြသည်တို့။

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ-ဘုရားရှင် ဟူသမျှတို့က နိဗ္ဗာန်ကို အမြတ်ဆုံးလို့ ချီးကျူးဟောကြားတော်မူကြပါတယ်။ အရိယမဂ်ဖိုလ် ဆိုတာတွေဟာ သင်္ခတတရားတွေထဲမှာတော့ အမြတ်ဆုံးတရားတွေပါ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါတွေက နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းဖြစ်လို့ အမြတ်ဆုံး မည်တာဘဲ၊ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း မကင်းသေးတဲ့ သင်္ခတတရားများ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း လုံးဝကင်းတဲ့ အသင်္ခတ နိဗ္ဗာန်တရားနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ယင်တော့ အဲဒီ မဂ်ဖိုလ် တရားများကို အမြတ်ဆုံးလို့ မဆိုနိုင်သေးပါဘူး။ နိဗ္ဗာန် ကသာ အမြတ်ဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ နိဗ္ဗာန်အကြောင်း ကောင်းကောင်း မသိသေးတဲ့ သူတွေကတော့ နိဗ္ဗာန်ကို အမြတ်ဆုံးလို့ဆိုတာ သဘောကျ ချင်မှကျမှာ။

ကာမချမ်းသာနှင့် နိဗ္ဗာန်နှိုင်းယှဉ်ခြေချက်

ကာမဂုဏ်အာရုံတွေနဲ့ ပျော်မွေ့နေကြတဲ့ ကာမဘုံသားတွေက ကာမဂုဏ်အာရုံတွေ ခံစားနေရတာကို အကောင်းဆုံး လို့ ထင်နေကြတယ်။ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေကို ယခုခံစားနေကြရသလိုပင် နောက်နောက်ကာလ နောက်နောက်ဘဝတွေမှာလဲ ကာမဂုဏ်တွေကို အမြဲတမ်း ခံစားနေချင်ကြတယ်။ ကာမဂုဏ်အာရုံကို မခံစားရတဲ့ ဗြဟ္မာဘဝမျိုး ရောက်သွားမှာတောင် မလိုလားပဲ ရှိနေတတ်ကြတယ်။ သဿတအယူသန်နေတဲ့ သူတွေကတော့ နိဗ္ဗာန်ရောက်သွားတယ်၊ ဘဝအသစ် မဖြစ်ရ တော့ဘူး၊ ဘဝအသစ်မဖြစ်လို့ မအို မနာ မသေရတော့ဘူး ဆိုတာကို သူတို့က အသေကြီး သေသွားတယ်လို့တောင် ရှုတ်ချပြီး ပြောကြသေးတယ်။

မှန်ကန်တဲ့အသိဉာဏ်နဲ့ လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားကြည့်ယင်တော့ ကိလေသာ မကင်းသေးလို့ ဘဝအသစ် အကန့် အသတ်မရှိ ဖြစ်နေရမယ်ဆိုယင် အကုသိုလ်ကံကြောင့် ငရဲကျရောက်ပြီးတော့ နှစ်ပေါင်း သိန်းသန်းများစွာ ဆင်းရဲနေရတဲ့ အခါတွေလဲ ရှိမယ်၊ ပြိတ္တာဖြစ်ပြီး ငတ်ပြတ်လျက် ကိုယ်ဆင်းရဲ အမျိုးမျိုးတွေ ခံစားလျက် နှစ်ပေါင်း သိန်းသန်းများစွာ ဆင်းရဲနေရတဲ့ အခါတွေလဲ ရှိမယ်၊ နွား ကျွဲ ဆင် မြင်း ခွေး ဝက် ကြက် ငှက် ပိုးမွှား ငါးစသော တိရစ္ဆာန်ဖြစ်ပြီး ဆင်းရဲ နေရတဲ့ အခါတွေလဲ ရှိမယ်၊ အသုရကာယ် ဆိုတာကတော့ ပြိတ္တာနဲ့ ခပ်တူတူပါ။

လူဖြစ်ပြီး ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတွေကို ခံစားနေရတဲ့အခါက အလွန်နဲမည့် လက္ခဏာရှိပါတယ်။ အဲဒီလို လူဖြစ်နေတဲ့ အခါမှာလဲ ကံမကောင်း အကြောင်းမသင့်ယင် အသက်တိုပြီး အသေမြန်လို့ ဆင်းရဲရတာတွေလဲ ရှိတယ်။ အနာရောဂါများပြီး တဘဝလုံး ဆင်းရဲနေရတာလဲ ရှိတယ်။ စားဝတ်နေရေး မပြည့်စုံလို့ ဆင်းရဲနေရတာလဲ ရှိတယ်။ နိုင်သူတွေက နှိပ်စက်လို့ ဆင်းရဲနေရတာလဲ ရှိတယ်။ ကံကောင်းလို့ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေ ခံစားနေရပေမဲ့ တနေ့ကျတော့ အိုရနာရလို့ ဆင်းရဲနေရတာလဲ ရှိတယ်။ နောက်ဆုံး တနေ့ကျတော့ သေပြီး ဆင်းရဲရတာချည်းဘဲ။ သေပြီးတော့ တဖန် ဖြစ်ရာဘဝမှာ အလားတူ ဆင်းရဲတွေ ခံစားနေရပြန်တာဘဲ။

ကံကောင်းလို့ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေ အလိုရှိတိုင်း ခံစားနေရပေမဲ့ အဲဒီ ကာမချမ်းသာကလဲ သန့်ရှင်း စင်ကြယ်တာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီလို ခံစားပြီး ပျော်ရွှင်နေဆဲမှာ သားကလေးကို ကားတိုက်သွားသတဲ့၊ ရေနစ်သတဲ့၊ အမြင့်မှ လိမ့်ကျသတဲ့၊ သူတပါးက ရိုက်နှက်သတဲ့ စသည်ဖြင့် မကောင်းသတင်းကြားရယင် ချက်ခြင်းစိတ်ထဲ ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်သွားရတော့တာဘဲ။ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေကို ခံစားနေယင် အနာရောဂါ ဖြစ်လာယင်လဲ ဆင်းရဲရတာဘဲ။ ဒီပုံ ဒီနည်းဖြင့် ဆင်းရဲတွေနဲ့ ရောနေတဲ့ အတွက် ကာမချမ်းသာဆိုတာ ချမ်းသာအစစ် မဟုတ်ပါဘူး။ ကာမချမ်းသာအတွက် မကောင်းမှုပြုမိယင် မျက်မှောက်တွင်လဲ

ဒုက္ခရောက်ရတတ်တယ်။ သေသည်၏ အခြားမဲ့မှာလဲ ငရဲဘုံ စသည်ရောက်ပြီး ဆင်းရဲရတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ကာမချမ်းသာ ဟာ အားကိုးလောက်တဲ့ ချမ်းသာမဟုတ်ပါဘူး။

နတ်ပြည် လောက-က နတ်ချမ်းသာ ဆိုတာကလဲ နောက်ဆုံးတနေ့ကျ သေပြီး ပျက်စီးဆုံးရှုံး သွားရတာဘဲ။ သေပြီး တဲ့နောက် ငရဲဘုံ စသည်ရောက်ပြီး ဆင်းရဲရတတ်တာပါဘဲ။ ဒါကြောင့် နတ်ပြည်က ကာမချမ်းသာဟာလဲ အားမကိုးလောက် ပါဘူး။

ဘဝချမ်းသာနှင့် နိဗ္ဗာန်နှိုင်းယှဉ်ပြချက်

ဗြဟ္မာ့ပြည်က ချမ်းသာကတော့ ကမ္ဘာနှင့်ချီပြီး ကြာရှည်စွာ နေသာထိုင်သာ ရှိနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့အသက်တမ်း ကုန်တဲ့ အခါကျတော့ ဗြဟ္မာဘဝမှ စုတေပြီး လူ့ဘဝ နတ်ဘဝ ပြန်ရောက်ရတာဘဲ။ အဲဒီကနောက် ငရဲဘဝ စသည်ကိုလဲ ရောက်ပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ ရောက်နိုင်သေးတာဘဲ။ ဒါကြောင့် အသက်တမ်းရှည်တဲ့ ဗြဟ္မာ့ချမ်းသာကလဲ တကယ် အားမကိုး လောက်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် လေးလေးနက်နက်စဉ်းစား ဆင်ခြင်ကြည့်ယင် ကိလေသာ မကင်းသေးပါက အများအားဖြင့် အပါယ်ဘုံ တွေမှာဖြစ်ပြီး အတိဒုက္ခရောက်နေကြရမယ်။ သုကတိဘုံ၌ ဖြစ်တဲ့အခါလဲ အို နာ သေ အစရှိတဲ့ ဆင်းရဲတွေကို ခံစားနေကြရမှာ ချည်းဘဲ။ အယုတ်ဆုံးအားဖြင့် စိတ်ကူး ကြံစည် နေကြရတာသည်ပင် သင်္ခါရ ဒုက္ခဆင်းရဲတွေဘဲ။ ကိလေသာ လုံးဝကင်းပြီး ဘဝအသစ်မဖြစ်ရတော့ပဲ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ ဆင်းရဲတွေ လုံးဝပြတ်စဲ ချုပ်ငြိမ်းသွားပါမှ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း အမြဲတမ်း ငြိမ်းသွားမယ် ဆိုတာ အလွန်ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဘုရားရှင်က-

နိဗ္ဗာန် ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ=နိဗ္ဗာန်-နိဗ္ဗာန်ကို၊ ပရမံ-အမြတ်ဆုံးဟူ၍၊ ဗုဒ္ဓါ-တရား အလုံးစုံကို အကုန်အစင် သိမြင်ကြသော ဘုရားရှင်တို့သည်။ ဝဒန္တိ-ချီးကျူးဟောကြားတော် မူကြသည်-လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

အဲဒါကို (နိဗ္ဗာန်မြတ်လှ ဗုဒ္ဓ မိန့်ပေ-လို့) ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

နိဗ္ဗာန်မြတ်လှ ဗုဒ္ဓ မိန့်ပေ။

အဲဒီ နိဗ္ဗာန်အမြတ်ဆုံးဖြစ်ကြောင်း ယခုပြောခဲ့တာ တော်တော်တော့ စုံသွားပါပြီ။ အဲဒါလောက်နဲ့ အားမရသေး ယင်တော့ **နိဗ္ဗာန်ဆိုင်ရာ တရားတော်** ဆိုတဲ့ စာအုပ်မှာ ကြည့်ကြပေတော့။ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်အကြောင်း ဟောထားတာကတော့ ဆယ်နှစ်လောက် ရှိပါပြီ။ စာအုပ်အဖြစ် ရောက်တာကတော့ တယ်မကြာသေးဘူး။ ယခု ငွေရတုသဘင် မကျင်းပခင် ရက် အနည်းငယ်လောက်ကပဲ ထွက်လာတယ်။ အဲဒီစာအုပ်ကို ကြည့်ယင်တော့ နိဗ္ဗာန်အကြောင်း ကောင်းကောင်း နားလည်နိုင်ပါ တယ်။

အဲဒီ အမြတ်ဆုံးဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်အောင်ကျင့်တဲ့ ရဟန်းကျင့်ဝတ်ကို ဒီလိုစပြီး ဟောတော်မူပါတယ်။

တတိယ ဩဝါဒ

န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော ပရူပဃာတီ၊
န သမဏော ဟောတိ ပရံ ဝိဟေဋ္ဌယန္တော။

ပဗ္ဗဇိတော-ကိလေသာ အညစ်အကြေးကို ပယ်ထုတ်တတ်သော ရဟန်းသည်။ ပရူပဃာတီ-သူတပါးကို ညှည်းဆဲ တတ်သည်။ ဝါ-သူတပါးကို သတ်တတ်သည်။ န ဟိ ဟောတိ-မဖြစ်သည်သာတည်း။ (ပရူပဃာတီ-မြတ်သောသီလကို ဖျက်ဆီးတတ်သည်-လို့လဲ အဋ္ဌကထာမှာ ဖွင့်ပြထားပါသေးတယ်။ အဲဒီအနက်အရအားဖြင့် ပရ-ပုဒ်ကို မြတ်သော သီလလို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒါကတော့ အသိခက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီမှာတော့ အခြားအနက်အဖွင့် ၂-ခုကိုသာ ဖော်ပြပါတယ်။) ပရ- သူတပါးကို၊ ဝိဟေဋ္ဌ ယန္တော-ညှည်းဆဲသောသူသည်။ န သမဏော ဟောတိ-ကိလေသာကို ငြိမ်းစေသော သမဏ မဟုတ်ပေ- တဲ့။

ပဗ္ဗဇိတော-ပုဒ်ကို သာသနာပ အနေအားဖြင့် ရသေ့လို့ ပြန်ရတာဘဲများပါတယ်။ သာသနာတွင်း အနေအားဖြင့်တော့ ရှင်သာမဏေလို့လဲ ပြန်ရတယ်။ ရဟန်းလို့လဲ ပြန်ရတယ်။ ဒီနေရာမှာတော့ ရဟန်းများအား ဟောတာဖြစ်တဲ့အတွက် ရဟန်း

လို့ပဲ ပြန်ရပါတယ်။ အဲဒီရဟန်းဟာ (ပဗ္ဗာဇယံ အတ္တနောမလံ-မိမိ၏ ကိလေသာ အညစ်အကြေးကို ပယ်ထုတ် ပစ်တတ်သော သူကို၊ ပဗ္ဗဇိတောတိ ဝုစ္စတိ-ပဗ္ဗဇိတလို့ ဆိုအပ်သည်-လို့) မိန့်ဆို ထားသည့်အတိုင်း မိမိသန္တာန်မှာ သီလပျက်ကြောင်း ဒေါသ လောဘ စသော ကိလေသာ အညစ်အကြေးကို ပယ်ထုတ်ယင် ပဗ္ဗဇိတ မည်တယ်။ သူတပါးကို ညှဉ်းဆဲတတ်တယ်။ သတ်တတ်တယ် ဆိုယင်တော့ ညှဉ်းဆဲတတ် သတ်တတ်တဲ့ ဒေါသ အညစ် အကြေးကို မပယ်တတ်သောကြောင့် ပဗ္ဗဇိတ မမည်တော့ဘူး၊ ဒါကြောင့်-

ပဗ္ဗဇိတော-ပဗ္ဗဇိတမည်သော ရဟန်းသည်၊ ပရူပဃာတီ-သူတပါးကို ညှဉ်းဆဲတတ်သည်။ ဝါ-သူတပါးကို သတ်တတ်သည်။ န ဟိ ဟောတိ-မဖြစ်သည်သာတည်း-လို့ ဟောတော်မူတာပါ။ အဲဒီမှာ ပဌမအနက် အရအားဖြင့် ပဗ္ဗဇိတ အမည်ခံတဲ့ ရဟန်းဆိုတာ သူတပါးကို မညှဉ်းဆဲရဘူး၊ ညှဉ်းဆဲယင် ပဗ္ဗဇိတအမည်ခံ ရဟန်းမဟုတ်တော့ဘူး-လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါကို (ရဟန်းမှန်လျှင် မညှဉ်းတတ်ပေ-လို့) ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ရဟန်းမှန်းလျှင် မညှဉ်းတတ်ပေ။

ဒုတိယ အနက်အရအားဖြင့် သူတပါးကို မသတ်ရဘူး၊ သတ်ယင် ပဗ္ဗဇိတ အမည်ခံ ရဟန်း မဟုတ်တော့ဘူး-လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါကို (ရဟန်းမှန်လတ် မသတ်တတ်ပေ-လို့) ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ် အဲဒါကိုလဲ ဆိုကြရမယ်။

ရဟန်းမှန်လတ် မသတ်တတ်ပေ။

အဲဒီအနက် ၂-ပါးထဲက ဥပဃာတီ-ပုဒ်ကို ညှဉ်းဆဲတတ်သည်လို့ ပဌမအနက်ပြန်ဆိုတာကတော့ အဋ္ဌကထာမှာ ဥပဃာတီ-နှင့် ဝိဟောဋ္ဌယန္တော-ပုဒ်ဟာ အနက်အတူဘဲလို့ ဖွင့်ပြထားတဲ့အတိုင်း ပြန်ရတာပါ။ သို့ပေမဲ့ ဥပဃာတီ-ပုဒ်ကို တော့ သတ်တတ်သည်လို့ ပြန်ဆိုရတာဘဲ များပါတယ်။ အဲဒီအနက်ကိုလဲ အဋ္ဌကထာက ဒီနေရာမှာ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပရူ ပဃာတီ-သူတပါးကို သတ်တတ်သည် ဆိုတဲ့ အနက်ကို ယူတာက သာပြီးသင့်တယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ ပုဒ် နှစ်ခုမှာ အနက် အသီးအသီး ကွဲပြားတဲ့အတွက် ရှင်းလဲ ရှင်းလင်းပါတယ်။

သမဏ-ရဟန်းဆိုတာကတော့ (သမိတတ္တာ ဟိ ပါပါနံ သမဏောတိ ပဝုစ္စတိ-လို့) မိန့်ဆိုထားသည်နှင့်အညီ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကို ငြိမ်းစေတတ်လျှင် သမဏ-ရဟန်းလို့ခေါ်ဆိုရတယ်။ မငြိမ်းစေတတ်ယင်တော့ သမဏ-ရဟန်းလို့ မခေါ်ဆိုရဘူး။ ဒါကြောင့်-

ပရံ-သူတပါးကို၊ ဝိဟောဋ္ဌယန္တော-ညှဉ်းဆဲသောသူသည်၊ န သမဏော ဟောတိ-သမဏဆိုတဲ့ ရဟန်းမမည်ဘူး-လို့ ဟောတော်မူတာပါ။ အဲဒါကို (ညှဉ်းဆဲက သမဏမဟုတ်ချေ-လို့) ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ညှဉ်းဆဲက သမဏမဟုတ်ချေ။

အာဏာပါတိမောက်မှာတော့ ပိုးမွှားစသော တိရစ္ဆာန်ကို သတ်လျှင် ရဟန်းမှာ ပါစိတ်အာပတ်မျှသာ သင့်တယ်။ ရဟန်းအဖြစ်ကတော့ မပျက်သေးဘူး။ လူကိုသတ်မှ ပါရာဇိက အာပတ်သင့်၍ ရဟန်းအဖြစ် ပျက်တယ်။ ယခုဟောနေတဲ့ သြဝါဒပါတိမောက်မှာတော့ ပိုးမွှားစသော တိရစ္ဆာန်ကို သတ်လျှင်ဖြစ်စေ၊ မသတ်ပဲ ညှဉ်းဆဲရုံမျှဖြင့် ဖြစ်စေ သမဏ-ရဟန်း မဟုတ်ဟု ဟောထားတယ်။ သို့သော် သြဝါဒပါတိမောက်မှာ အာဏာပါတိမောက်ကဲ့သို့ ရဟန်းအဖြစ်မှ ပယ်ထုတ်ပစ်ခြင်း တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီလို အကုသိုလ်ကို မပြုရန် အဆုံးအမ သြဝါဒပေးခြင်းမျှသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဒီသြဝါဒပါတိမောက်ဟာ ရဟန်းတော်များက ကြီးမားတဲ့ အပြစ်များကို မကျူးလွန်ကြသေးမီ သာသနာတော်၏ အစပိုင်းမှာ ဆုံးမဟောကြားတဲ့ စကားတော်များ ဖြစ်သောကြောင့်ပါ။

အခြားဒုစ္စရိုက်များမှ ကြဉ်ရှောင်ရန်လဲ ပါဝင်ကြောင်း

ဒါပေမဲ့ သူတပါးကို မသတ်ရ-မညှဉ်းဆဲရဘူးဆိုတဲ့ သြဝါဒ ၂-ရပ်ဖြင့် သူတပါးအား အကျိုးမဲ့ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ ခိုးယူမှု စသော အခြားဒုစ္စရိုက် ၉-ပါးနှင့်တကွ အကုသိုလ်အမှုဟူသမျှကို မပြောမပြုရန် ဆုံးမညွှန်ကြားခြင်း ဖြစ်ကြောင်း သုတ်မဟာ ဝါဠိကာမှာ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီလို ဖွင့်ပြထားတာဟာ အလွန်ပင် သင့်လျော်ပါတယ်။

သင့်လျော်ပုံကတော့-သူတပါးဥစ္စာကို လုယက် ခိုးယူယင် ဖျက်ဆီးယင် အဲဒီဥစ္စာရှင်ကို ကိုယ်စိတ်ပင်ပန်း ဆင်းရဲစေ တာဘဲ၊ ဒါကြောင့် ညှဉ်းဆဲရာ ရောက်တာဘဲ။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ ကျူးလွန်ယင်တော့ သက်ဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်ကို ညှဉ်းဆဲရာ ရောက်တာ အထူးပြောစရာမလိုပါဘူး။ သူတပါးအား အကျိုးမဲ့ဖြစ်အောင် လိမ်ပြောယင်လဲ ညှဉ်းဆဲရာရောက်တာဘဲ။ ဂုံးတိုက်

စကားပြောယင်၊ ဆဲရေးကြိမ်းမောင်းယင်လဲ ညည်းဆဲရာ ရောက်တာဘဲ။ အပြန်အဖျင်းစကားပြောယင်လဲ ကြားနာသူတွေမှာ အကျိုးမဲ့ဖြစ်စေနိုင်တဲ့အတွက် ညည်းဆဲရာ ရောက်တာဘဲ။ သူတပါးဥစ္စာကို မတရားရဘိကြိယင်လဲ ညည်းဆဲရန် ကြံရာ ရောက်တာဘဲ။ သူတပါးအား သေပျက်စေရန် ကြံစည်တာကတော့ ညည်းဆဲရန် ကြံမှုဖြစ်ကြောင်း အထူးပြောစရာမလိုပါဘူး။ ကံ ကံ၏ အကျိုးမရှိ နောင်ဘဝမရှိ စသည်ဖြင့် မိစ္ဆာအယူကို ယူပြီးတော့ ပြောဘို့ ဝါဒဖြန့်ဘို့ ကြံနေတာလဲ သူတပါးအား အကျိုးမဲ့ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ အကြံဖြစ်သောကြောင့် ညည်းဆဲဘို့ ကြံရာရောက်တာဘဲ။ ဒီပြင် မိစ္ဆာအယူရှိတဲ့ သူတွေက အယူမှန် ရှိသူ များကို သူတို့ဝါဒဖြန့်ပြီး သူတို့ ဘာသာဝင်ဖြစ်အောင် ဆွဲဆောင်ဘို့ ကြံနေတာလဲ ထို့အတူပင် ညည်းဆဲရာရောက်တာဘဲ။ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် အမည်ခံ နေတဲ့လူတွေထဲက ဘုရားအလိုတော်နှင့် ဆန့်ကျင်တဲ့အယူဝါဒတွေကို ဟောပြောပြီး ဆွဲဆောင်ဘို့ ကြံစည်နေတာလဲ သူတပါးအားအကျိုးမဲ့ဖြစ်ကြောင်း ဖြစ်တဲ့အတွက် သူတပါးတွေအား ညည်းဆဲဘို့ ကြံနေရာရောက်တာဘဲ။ ဒါကြောင့် အဒိန္နာဒါန်စသော ဒုစွရိုက် ဇု-ပါးကို ညည်းဆဲမှုထဲ ထည့်သွင်းဖွင့်ပြတာဟာ အလွန်ပင်သင့်လျော်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့-ကမ္မပထ မမြောက်တဲ့အကုသိုလ်အမှုတွေကို ပြုရာ၌လဲ သူတပါးကို ညည်းဆဲတာရှိတယ်။ တိုက်ရိုက် ညည်းဆဲတာ မဟုတ်ပေမဲ့ သူတပါးအား အကျိုးမဲ့ဖြစ်စေတဲ့ ပြောဆိုမှု ပြုမှုတွေဟာလဲ ညည်းဆဲရာရောက်တာဘဲ။ ဥပမာ-ဒကာ ဒကာမတွေ သီတင်းသုံးဘော်တွေကို မလေးစားတဲ့ရဟန်းဟာ စိတ်တို စိတ်ဆိုးပြီး မတော်မသင့်တဲ့ စကားကို ပြောမိတတ် တယ်။ အဲဒါဟာ ဖရုသဝါစာ မဟုတ်ပေမဲ့ ကြားနာရတဲ့ သူတွေကို ညည်းဆဲရာရောက်တာဘဲ။ တချို့က ရဟန်းများ မပြုသင့်တာကို ပြုသင့်တဲ့အနေဖြင့် သက်ဆိုင်ရာ တပည့်ဒကာ ဒကာမတွေအား အယုံသွင်းပြီး ပြောတတ်ကြတယ်။ အဲဒီလို ပြောပြီး အဲဒီ မတော်မသင့်တာတွေ ပြုလုပ်နေတတ်ကြတယ်။ အဲဒါကို ယုံကြည်ပြီး ကိုးကွယ်နေကြတဲ့ ဒကာဒကာမတွေမှာ ကုသိုလ်၏ အကျိုးကို ရသင့်သလောက်မရပဲ ရှိနေတတ်ပါတယ်။ အဲဒါလဲ အကျိုးယုတ်စေသောကြောင့် ညည်းဆဲရာ ရောက်တာပါဘဲ။ အဲဒါက ဘယ်လိုဟာလဲဆိုတော့ ဘုရားအလိုတော်နှင့်မညီတဲ့ ပြုမှုပြောဆိုမှုတွေပါဘဲ။ ဒါလောက်ဆိုယင် ညည်းဆဲမှု ဆိုင်ရာ ဟူသမျှတွေကို ကြည့်ရှောင်ပြီး ဘုရားအလိုတော်ကျ ကိုယ်နှုတ်အမှုအရာများနှင့် ပြည့်စုံအောင် ကျင့်ဘို့ ဆုံးမညွှန်ကြားကြောင်း သိနားလည်လောက်ပါပြီ။ ဆောင်ပုဒ်များကို အစမှစပြီး ဆိုကြရမယ်။

ပဗ္ဗမဂါထာဆောင်ပုဒ်

သည်းခံကျင့်သုံး အမြတ်ဆုံးပေ။
 နိဗ္ဗာန်မြတ်လှ ဗုဒ္ဓမိန့်ပေ။
 ရဟန်းမှန်လျှင်း မညည်းတတ်ပေ။
 ရဟန်းမှန်လတ် မသတ်တတ်ပေ။
 ညည်းဆဲက သမဏ မဟုတ်ချေ။

ယခု သြဝါဒပါတိမောက်မှ ဒုတိယဂါထာကို ရွတ်ဆိုဟောကြားမယ်။

ဒုတိယဂါထာ

သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊ ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ။
 သစိတ္တပရိယောဒပနံ၊ ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

အမှတ် (၁) သြဝါဒသာသနာတော်

သဗ္ဗပါပဿ-အလုံးစုံသောမကောင်းမှု အကုသိုလ်ဟူသမျှကို၊ အကရဏံ-မပြုမလုပ်ရခြင်းက တပါးတဲ့။

မကောင်းမှု အကုသိုလ်ဟူသမျှကို မပြုမလုပ်ရဘူးတဲ့၊ ဒါကအမှတ် (၁) သြဝါဒဖြစ်တဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ဘဲ။ (သဗ္ဗပါပဿာ တိ သဗ္ဗာကုသလဿ-လို့) အဋ္ဌကထာမှာ ဖွင့်ပြထားသည့်အတိုင်း ပါပ-မကောင်းမှု ဆိုတာဟာ အကုသလ- ဆိုတဲ့ အကုသိုလ်ပါဘဲ။ (အကရဏန္တိ အနုပ္ပါဒနံ-လို့) ဖွင့်ပြထားသည့်အတိုင်း အဲဒီ အကုသိုလ်ဟူသမျှကို မပြုရ-ဆိုတာကလဲ အကုသိုလ် ဟူသမျှကို မိမိသန္တာန်မှာ မဖြစ်စေရဘူးလို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။ ဒီလိုဆိုတော့ အကုသိုလ်ဟူသမျှကို သီလ သမာဓိ ပညာတို့ဖြင့် တဒင်္ဂပဟာန် ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန် သမုဇ္ဈေဒပဟာန်တို့ အလိုအားဖြင့် ပယ်ရမယ်လို့ ဆိုရာရောက်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ (သီလသံဝရေန သဗ္ဗပါပံ ပဟာယ သီလသံဝရဖြင့် မကောင်းမှု ဟူသမျှကို ပယ်ပြီးလျှင်)လို့ အဆုံးသတ် ဖွင့်ပြချက်အရ အားဖြင့် ကာယဒုစွရိုက် ဝစီဒုစွရိုက်ဆိုတဲ့ အကုသိုလ်ကံများကို သီလဖြင့် ပယ်ဘို့ညွှန်ကြားတော်မူတဲ့ သြဝါဒပါဘဲ။

ဒါကြောင့် ရဟန်းတော်များမှာ ရဟန်းသီလသိက္ခာပုဒ်နှင့် ဆန့်ကျင်တဲ့ ကိုယ်အမှု နှုတ်အမှုများကို မပြုမလုပ်ပဲ ကြဉ်ရှောင်ဘို့ပါဘဲ။ အကျယ်အားဖြင့် ကုဋေကိုးထောင်ကျော်သော သိက္ခာပုဒ် သီလအကျင့်ဝတ်များကို ရိုရိုသေသေကျင့်သော အားဖြင့် ကာယကံ ဝစီကံ အကုသိုလ်ဟူသမျှကို ကြဉ်ရှောင်ရ-ပယ်ရှားရမယ်။ အကျဉ်းအားဖြင့် ၂၂၇-ပါးသော ပါတိမောက် သိက္ခာပုဒ်များကို ရိုရိုသေသေကျင့်ရမယ်။ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် ဆိုယင်တော့ ကိုယ်ဖြင့် မပြုသင့်တာကို မပြုပဲ ကြဉ်ရှောင် ရမယ်။ နှုတ်ဖြင့် မပြောသင့်တာကို မပြောပဲ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်။ ဒီလိုအမှု ဒီလိုစကားကို ရဟန်းဝတ်နဲ့ ပြုလို့ပြောလို့မတော်ဘူး။ ပညာရှိသူတော်ကောင်းများက ကဲ့ရဲ့လိမ့်မယ်လို့ထင်ရတဲ့ အမှုဟူသမျှ စကားဟူသမျှကို မပြုပဲ မပြောပဲကြဉ်ရှောင်နေဘို့ပါဘဲ။ အဲဒီလိုနေထိုင် ကျင့်သုံးယင် မကောင်းမှုအကုသိုလ်ဟူသမျှကို မပြုရဘူးဆိုတဲ့ အမှတ် (၁) အဆုံးအမ ဩဝါဒသာသနာတော် နှင့် ညီညွတ်ပြည့်စုံသွားတာပါဘဲ။

လူဝတ်ကြောင်များမှာလဲ သူ့အသက်ကိုသတ်ခြင်း၊ သူ့ဥစ္စာကို လုယက်ခိုးယူခြင်း၊ တရားမဝင်မပိုင်မဆိုင်တဲ့ ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်းကျူးလွန်ခြင်းဆိုတဲ့ ဒီကာယကံ ဒုစ္စရိုက်သုံးပါးကိုလဲ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်။ အဲဒီ ကာယဒုစ္စရိုက် သုံးပါးကို တိုတိုနဲ့မှတ်ရအောင် (သတ်သတ် ခိုးလု၊ ကာမေသု၊ ကိုယ်မှု သုံးပါးကြဉ်ရှောင်ပါ-လို့) ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

သက်သက် ခိုးလု၊ ကာမေသု၊ ကိုယ်မှု သုံးပါးကြဉ်ရှောင်ပါ။

ဒီကာယ ဒုစ္စရိုက်သုံးပါး ကြဉ်ရှောင်ရမယ် ဆိုတာကတော့ ငါးပါးသီလ ဆောက်တည်ပြီး ရိုရိုသေသေစောင့်ထိန်း ကျင့်သုံးနေယင် ပြည့်စုံနေတာပါဘဲ။

နောက်ပြီးတော့ မုသာဝါဒ-လိမ်ပြောခြင်း၊ ပိသုဏ္ဍဝါစာ-ဂုံးတိုက်ခြင်း၊ ဖရသဝါစာ-ကြမ်းသော စကားပြောခြင်း၊ သမ္မပ္ပလာပ-အနှစ်မဲ့ အပြိန်အဖျင်းစကားကို ပြောခြင်းဆိုတဲ့ ဒီဝစီဒုစ္စရိုက် လေးပါးကိုလဲ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်။ အဲဒီလေးပါးထဲက လိမ်ပြောခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်တာကတော့ ငါးပါးသီလထဲမှာ တိုက်ရိုက်ပါနေလို့ ထင်ရှားနေပါပြီ။ ကျန်တဲ့ သုံးပါးကလဲ အများအားဖြင့် လိမ်ပြောခြင်းထဲမှာ ပါဝင်နေကြပါတယ်။

ပါဝင်ပုံကတော့ တဖက်သားအား ချစ်ခင်ယုံကြည်မှု ပျက်အောင် ဂုံးတိုက်တယ်ဆိုတာ အများအားဖြင့် မဟုတ် မမှန်တဲ့ အပြစ်ကို ဖော်ပြပြီး ပြောရတာကပဲ များပါတယ်။ စကားကြမ်းနဲ့ ဆဲဆိုတယ် ဆိုတာကလဲ မဟုတ်တဲ့ အပြစ်နဲ့ ရှုတ်ချပြီး ဆဲဆိုတာကပဲ များပါတယ်။ ခွေးမသား လူမိုက် စသည်ဖြင့် ဆဲတာဟာ မဟုတ်တာနဲ့ ရှုတ်ချပြီး ဆဲတာပါဘဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ ၂-မျိုးကတော့ မဟုတ်တဲ့ စကားပြောခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်နေယင် ကင်းငြိမ်းနေတာပါဘဲ။ လိမ်ပြောခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ပြီးနေယင် ကင်းငြိမ်းနေတာပါဘဲ။ လိမ်ပြောခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ပြီး သီလကို ရိုရိုသေသေ စောင့်နေတဲ့ သူဆိုယင် ဟုတ်မှန်တဲ့အပြစ်ကို ပြောပြီး ဂုံးတိုက်ခြင်း၊ ဟုတ်မှန်တဲ့ အပြစ်နဲ့ ဆဲဆိုခြင်းများကိုလဲ မပြောမဆိုပဲ ကြဉ်ရှောင်နေလေ့ ရှိတာပါဘဲ။ အနှစ်မဲ့ အပြိန်အဖျဉ်းကို ပြောတယ် ဆိုတာကတော့ လိမ်ပြောတာထဲ တိုက်ရိုက်ပါဝင်နေတာပါဘဲ။ ဒါကြောင့် လိမ်ပြောခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ပါသည်လို့ ငါးပါးသီလ ဆောက်တည်ပြီး ရိုရိုသေသေ ကျင့်နေယင် ဝစီဒုစ္စရိုက် လေးပါးလုံးမှ စင်ကြယ်နေတာပါဘဲ။ အဲဒါကိုလဲ (လိမ်လည်ဂုံးချော၊ နှစ်မဲ့ပြော၊ ကြမ်းသောစကား ကြဉ်ရှောင်ပါ-လို့) ဆောင်ပုဒ်စီထား တယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

လိမ်လည်ဂုံးချော၊ နှစ်မဲ့ပြော၊ ကြမ်းသောစကား ကြဉ်ရှောင်ပါ။

နောက်ပြီးတော့ မိစ္ဆာအာဇီဝ-မှားသော အသက်မွေးမှုဆိုတာကလဲ ကာယဒုစ္စရိုက်သုံးပါး၊ ဝစီဒုစ္စရိုက် လေးပါးတို့နှင့် သက်ဆိုင်တာပါဘဲ။ သတ်ဖြတ်ပြီး စီးပွားရှာခြင်း၊ ခိုးယူလုယက်ပြီး စီးပွားရှာခြင်း၊ လိမ်ပြီး စီးပွားရှာခြင်း စသည်တွေဟာ မှားသော အသက်မွေးမှုတွေဘဲ။ ဒါကြောင့် ငါးပါးသီလ အပြည့်အစုံကျင့်သုံး စောင့်ရှောက်နေယင် မိစ္ဆာအာဇီဝမှ ကြဉ်ရှောင်မှု သမ္မာအာဇီဝနှင့်လဲ ပြည့်စုံတော့တာပါဘဲ။

လူဝတ်ကြောင်များမှာ အဲဒီ ငါးပါးသီလ ပြည့်စုံအောင် ကျင့်နေယင် ရဟန်းတော်များမှာ ခုတင်ကပြောခဲ့တဲ့ ပါတိမောက်သီလကို ရိုရိုသေသေ စောင့်ရှောက်နေယင် သဗ္ဗပါပသမကောင်းမှု အကုသိုလ်ဟူသမျှကို၊ အကရုဏ်-မပြုမလုပ် ရခြင်းက တပါးဆိုတဲ့ ဒီအမှတ် (၁) အဆုံးအမ ဩဝါဒဆိုတဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်နှင့် ပြည့်စုံနေတာပါဘဲ။ အဲဒီလိုပြည့်စုံအောင် ကျင့်ကြဘို့ပါဘဲ။ အဲဒါကို (မကောင်းမှုများ ရှောင်ရှားပယ်လေ-လို့) ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

မကောင်းမှုများ ရှောင်ရှားပယ်လေ။

(သဗ္ဗပါပဿ-ပုဒ်ကို သဗ္ဗာကုသလဿ-လို့) ဖွင့်ပြထားတဲ့ အဋ္ဌကထာအရအားဖြင့် “အကုသိုလ်များ ရှောင်ရှားပယ်လေ”လို့လဲ ပြန်ဆိုနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပြန်ဆိုယင်တော့ “ကုသိုလ်ဟူသမျှကို ပြည့်စုံစေရမယ်”လို့ ဟောထားတဲ့ ဒုတိယ ဩဝါဒစကားနဲ့ အပြန်အလှန်အားဖြင့် ညီညွတ်နေပါတယ်။

အကုသိုလ်များ ရှောင်ရှား ပယ်လေ-ဆိုတဲ့ ဒီအမှတ် (၁) ဩဝါဒအရအားဖြင့် လူဝတ်ကြောင်များမှာ ငါးပါးသီလ သိက္ခာပုဒ်များကို ဆောက်တည်ပြီး ရိုရိုသေသေ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်နေယင် အဲဒီဘုရား အဆုံးအမတော်နှင့် ပြည့်စုံ ညီညွတ်နေပြီလို့ ဆိုရမှာဘဲ။ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလကို ရိုရိုသေသေ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်နေယင်လဲ ထို့အတူပင် အဲဒီဘုရား အဆုံးအမတော်နှင့် ပြည့်စုံညီညွတ်နေပြီလို့ ဆိုရမှာပါဘဲ။ ဒါပေမဲ့ အာဇီဝဋ္ဌမက သီလထဲမှာ တိုက်ရိုက်အားဖြင့် မပါတဲ့ သေရည်အရက်စသော မူးယစ်မေ့လျော့ကြောင်းများကို မသုံးဆောင်ပဲ ကြည့်ရှောင်တို့တော့ လိုပါတယ်။ အဲဒီ သေရည်အရက် ဘိန်းစသည်ကို မကြည့်ရှောင်ယင်တော့ အာဇီဝဋ္ဌမက သီလလဲ အပြည့်အစုံ စင်ကြယ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကုသိုလ်တရားတွေ ဆုတ်ယုတ် ပျက်ပြားခြင်း အကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်ပွားခြင်း၏အကြောင်းလဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘိန်းဖြူဆိုတာကတော့ စီးပွားရေး တွေကိုတောင် ပျက်ပြားစေတတ်ကြောင်း ထင်ရှားနေတာဘဲ။ ဒါကြောင့် မူးယစ်စေတတ်တဲ့ သေရည်အရက်ဘိန်း စသည်ကို သုံးစွဲခြင်းမှ ကြည့်ရှောင်တို့ရာ အလွန်ပင် အရေးကြီးပါတယ်။

အကယ်၍ တစ်စုံတယောက်က သတ်ခြင်း ခိုးခြင်း စသော အကုသိုလ်များကို ကြည့်ရှောင်တို့မလိုဘူး၊ သေရည်အရက် ဘိန်းစသည်ကို ကြည့်ရှောင်တို့လဲ မလိုဘူးလို့ ပြောဆိုပါမူ ထိုသို့ပြောဆိုတာကို (သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ) အကုသိုလ်ဟူသမျှ မပြုရလို့ ဟောထားတဲ့ ဒီဘုရားအဆုံးအမ သာသနာတော်ကို ဆန့်ကျင်ဘက် သာသနာအန္တရာယ်ဘဲလို့ ကိန်းသေ မှတ်ထားကြ ရမယ်။

အမှတ်(၂) ဩဝါဒသာသနာတော်

ဒုတိယ ဩဝါဒကတော့ ကုသလဿ-ကုသိုလ်ဟူသမျှကို၊ ဥပသမ္ပဒါ-ပြည့်စုံစေရခြင်းက တပါးဘဲ။ အဲဒါကို (ကုသိုလ်တရား ဖြစ်ပွားစုံစေ-လို့) ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ကုသိုလ်တရား ဖြစ်ပွားစုံစေ။

ဒါက အမှတ် (၂) ဩဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ဘဲ။ အဲဒီမှာ (ကုသလဿာတိ စတုဘူမိက ကုသလဿ-လို့) အဋ္ဌကထာမှာ ဖွင့်ပြထားသည့်အတိုင်း **ကုသိုလ်** ဆိုတာ-

(၁) ကာမာဝစရ ကုသိုလ်၊ (၂) ရူပါဝစရ ကုသိုလ်၊ (၃) အရူပါဝစရ ကုသိုလ်၊ (၄) လောကတ္တရာ အရိယာမဂ် ကုသိုလ် ဆိုတဲ့ ဒီကုသိုလ်တွေ အားလုံးကို ဆိုတာပါဘဲ။ အများနားလည်လွယ်တဲ့နည်းနဲ့ ပြောရယင်တော့ ဒါနကုသိုလ်၊ သီလ ကုသိုလ်၊ သမာဓိကုသိုလ်၊ ဝိပဿနာပညာကုသိုလ် အရိယမဂ်လေးပါးကုသိုလ်ဆိုတဲ့ ဒီကုသိုလ် ဟူသမျှတွေကို ပြည့်စုံအောင် မိမိကိုယ်တိုင်ရအောင် အားထုတ်ဖို့ပါဘဲ။

လောကီ ချမ်းသာကို တောင့်တပြီး ဒါနမပြုသင့်ဟု မတားမြစ်

အဲဒီကုသိုလ်တွေထဲမှာ ဒါနကုသိုလ် ဆိုတာကတော့ လူဝတ်ကြောင်တွေအတွက် ပိုပြီးအရေးကြီးပါတယ်။ လူဝတ် ကြောင်တွေဆိုယင် ဆွမ်းအလှူဖြစ်စေ၊ သင်္ကန်းအလှူဖြစ်စေ၊ ကျောင်းအလှူဖြစ်စေ၊ ဆေးပစ္စည်း အလှူဖြစ်စေ၊ ထီး ဘိနပ်စသော အခြား အလှူဖြစ်စေ၊ ဘယ်လိုဒါနကုသိုလ်ပဲဖြစ်ဖြစ် တက်စွမ်းနိုင်သမျှ ပြုကောင်းတာချည်းဘဲ။ (ဒီအထဲမှာ ဒါနကုသိုလ် မဖြစ်စေနိုင်တဲ့ (၁) ဣတ္ထိဒါန-မိန်းမအလှူ၊ (၂) သတ္တဒါန-သတ္တဝါအလှူ၊ (၃) မဇ္ဇဒါန-မူးယစ်ဆေးအလှူ၊ သမဇ္ဇာဒါနပွဲ အလှူ-စသည်ကိုတော့ မပါဘူးလို့ မှတ်ယူကြ စေလိုပါသည်။) ဒါနကုသိုလ် ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ အလှူဟူသမျှဟာ ဘယ်လိုအလှူကို မျှ မြတ်စွာဘုရားက ပယ်မြစ်ခြင်း မရှိပါဘူး။ တချို့ကတော့ လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာကို တောင့်တပြီး မလှူဘို့တားမြစ် ကြတာလဲ ရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကတော့ အဲဒီလိုအလှူကိုလဲ မတားမြစ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ပထမဆုံး ကျောင်းအလှူကိုပြုတဲ့ ရာဇဂြိုဟ်သေဋ္ဌေးကြီးက မြတ်စွာဘုရားအား-

ဘန္တေ-မြတ်စွာဘုရား၊ မေ-တပည့်တော်သည်၊ ပုညတ္ထိ ကေန-ကောင်းမှုကို အလိုရှိသည်ဖြစ်၍၊ သဂ္ဂတ္ထိကေန- နတ်ပြည် နတ်ချမ်းသာကို အလိုရှိသည်ဖြစ်၍၊ ဧတေ သဋ္ဌိဝိဟာရာ-ထိုခြောက်ဆယ်သော ကျောင်းတို့ကို၊ ကာရာပိတာ- ပြုလုပ်ဆောက်လုပ် စေအပ်ပါကုန်၏-လို့-

နတ်ပြည်ချမ်းသာကို မြော်လင့်တောင့်တပြီး ကျောင်းများကို ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းတဲ့အကြောင်း လျှောက်ထားတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အဲဒီ မြော်လင့်တောင့်တပြီး လှူဒါန်းခြင်းကို မတားမြစ်ခဲ့ပါဘူး။ နောက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်မှာ သီလစသောဂုဏ်နှင့် သာ၍သာ၍ ပြည့်စုံလျှင် အလှူဒါန၏အကျိုးဟာ သာ၍သာ၍ ကြီးမြတ်ကြောင်း၊ ဘုရားအားလှူလျှင် ပုဂ္ဂလိကအလှူထဲမှာ အကျိုးအကြီးဆုံး ဖြစ်ကြောင်း၊ သံဃိကအလှူက အကျိုးအကြီးဆုံး ဖြစ်ကြောင်းများကို ချီးကျူးဟောတော်မူရာများ၌လဲ-

ယဇမာနာနံ မနုဿာနံ၊ ပုညပေက္ခာနု ပါဏိနံ။
ကရောတံ ဩပဓိကံ ပုညံ၊ သံဃေ ဒိန္နံ မဟပ္ပလံ။

ပုညပေက္ခာနံ-ကောင်းမှု (အကျိုး) ကိုင်မြော်ကုန်လျက်၊ ယဇမာနာနံ-ပူဇော်လှူဒါန်းကုန်လျက်၊ ဩပဓိကံ ပုညံ-လူ့ ခန္ဓာ နတ်ခန္ဓာ ဥပဓိကံ ဖြစ်စေနိုင်သော ကောင်းမှုကို၊ ကရောတံ-ပြုကုန်သော၊ မနုဿာနံ ပါဏိနံ-လူသတ္တဝါတို့၏၊ သံဃေ ဒိန္နံ-သံဃာ၌ လှူသောကုသိုလ်သည်၊ မဟပ္ပလံ-ကြီးမားသော အကျိုးရှိပေ၏-လို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

တချို့က လူ့ချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာကို တောင့်တပြီးလှူလျှင် သံသရာရှည်တတ်သည်လို့ အပြစ်ပြောတတ်ကြတယ်။ ဘုရားလက်ထက်က သာမာန်ကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် နတ်ပြည်ရောက်ပြီး အဲဒီနတ်ဘဝမှာပင် တရားထူး ရသွားကြတာ တွေကို ထောက်ဆကြည့်ယင် အဲဒီလို သံသရာရှည်တယ်လို့လဲ မဆိုသင့်ပါဘူး။ ပုံစံထုတ်ပြရယင်တော့-

သိကြားမင်း၏ အလောင်းလျာဖြစ်တဲ့ မဃလုလင်ဟာ လူ့ချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာကို တောင့်တပြီး ကုသိုလ်တွေ ပြုလာခဲ့တယ်။ အဲဒီတုန်းက ဘုရား၏ တရားတော်ကိုလဲ ကြားဘူးဟန်မရှိပါဘူး။ နိဗ္ဗာန်အကြောင်းလဲ သိဟန်မတူပါဘူး။ သူ့ဝတ္ထုကြောင်းထဲမှာ နိဗ္ဗာန်ဆုတောင်းကြောင်းလဲ အရပ်အမြွက်မျှတောင် မပါပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီကောင်းမှုများကြောင့် သိကြားမင်း ဖြစ်ရတယ်။ မြတ်စွာဘုရားထံမှာ သက္ကပဉ္စသုတ် တရားကို နာပြီး သောတာပန်လဲ ဖြစ်သွားရကြောင်း အလွန် ထင်ရှားပါတယ်။

နောက်တခုကတော့ ဂဂ္ဂရာရေကန်ကမ်းရိုးပေါ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတဲ့ တရားကို ဖားတကောင်က နာနေတယ် ဟောတဲ့တရားကိုတော့ နားမလည်ပါဘူး။ တရားတော်ပဲလို့ အာရုံပြုပြီး နာနေယင်း နွားကျောင်းသမား၏ ဒုတ် တောင်ရိုး အထောက်ခံရတဲ့ဒဏ်ကြောင့် သေပြီး တာဝတိံသာ၌ နတ်သားဖြစ်တယ်။ အဲဒီ ဖားနတ်သားဟာ မြတ်စွာဘုရား ထံလာပြီး သူ့အကြောင်းလျှောက်တဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားက ရောက်ရှိနေတဲ့ ပရိသတ်အား တရားဟောတယ်။ အဲဒီတရားကို နာနေယင်း ဖားနတ်သားဟာ သောတာပန် ဖြစ်သွားပါသတဲ့။ အဲဒီ ဖားနတ်သားဟာ ဖားဘဝ၌ တရားနာစဉ်က နိဗ္ဗာန်ကို ဆုတောင်းတာ ပါဟန်မတူပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီကုသိုလ်ကြောင့် နတ်ဖြစ်တဲ့အခါ တရားထူးကို ရသွားတယ်ဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်ကို ဆုမတောင်းတဲ့ သာမာန် ကုသိုလ်ကလဲ တရားထူးကိုရခြင်း၏ ဥပနိဿယ ဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။ အဲဒီလို အလားတူ ဝတ္ထုတွေ များစွာရှိပါတယ်။

ဒါကြောင့် လောကီချမ်းသာကို တောင့်တပြီး ဒါနမပြုကောင်းဘူးလို့ မတားမြစ်သင့်ပါဘူး။ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော် တိုင်ကလဲ အဲဒီလိုတားမြစ်တာ မရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် လောကီ ချမ်းသာကို တောင့်တပြီး ဒါနမပြုသင့်ဘူး ဟူ၍ဖြစ်စေ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရား၊ သစ္စာလေးပါး တရားကို မသိသေးပဲ ဒါနမပြုသင့်ဘူးဟူ၍ ဖြစ်စေ တားမြစ်ရှုတ်ချ ပြောယင် (ကုသိုလ် ဟူသမျှကို ပြည့်စုံစေရမယ်) ဆိုတဲ့ ဒီဘုရားအဆုံးအမ သာသနာတော်နှင့် ညီ-မညီ ဆန့်ကျင်-မဆန့်ကျင် ဆင်ခြင်သင့်ပါ တယ်။

လူ့ဝတ်ကြောင်များသီလ

သီလကုသိုလ်ကတော့ လူ့ဝတ်ကြောင်များထက် ရဟန်းများမှာ သာပြီး အကောင်းများပါတယ်။ လူများမှာတော့ စောစောပိုင်းက သီလမပြည့်စုံပေမဲ့ တရားအားထုတ် ခါနီး၌ ငါးပါးသီလ ဆောက်တည်လိုက်ယင် သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ပြီလို့ ဆိုနိုင် ပါတယ်။ ရှစ်ပါးသီလဆောက်တည်ပြီး တရားအားထုတ်ယင်တော့ သာပြီးကောင်းပါတယ်။

ရဟန်းတော်များ သီလ

ရဟန်းများမှာတော့ မအပ်စပ်တဲ့ ပစ္စည်းတွေ ရှိနေယင် ဒေသနာ ပြောကြားရုံမျှနဲ့ သီလက မစင်ကြယ်ဘူး။ အဲဒီ မအပ်စပ်တဲ့ ပစ္စည်းတွေကို အာလယပြတ် စွန့်ပြီး ဒေသနာကြားမှ စင်ကြယ်တယ်။ သံဃာဒိသိသ် အာပတ် ရှိနေယင်တော့ ပရိဝတ်မာနတ်ဆောင်တည်ပြီးနောက် အဗ္ဘာန်ကံဆောင်ပြီးမှ စင်ကြယ်တယ်။ အဗ္ဘာန်ကံဆိုတာကလဲ သံဃာ ၂၀-ပြည့်မှ ဆောင်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် မူလက ရဟန်းပြုစဉ်မှာ ဥပသမ္ပဒကံ ဆောင်ရတာထက် တာဝန်လေးပါးတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ

သံဃာ ဒိသိသံအာပတ်ကင်းစင်အောင် အထူးသတိပြုပြီးစောင့်ရှောက်ဖို့ လိုပါတယ်။ မအပ်စပ်တဲ့ ပစ္စည်းများ ကင်းရှင်းဖို့လဲ လိုပါတယ်။

ဒါကြောင့် ရွှေငွေစသော မအပ်စပ်တဲ့ ပစ္စည်းများကို မအပ်တဲ့နည်းဖြင့် လက်မခံဘို့၊ နဝကမ္မအား လှူပါ၏လို့ ဆိုပြီး လှူတဲ့ ငွေများကိုလဲ ကိုယ်တိုင်မခံယူဘဲ ကပ္ပိယထံမှာသာ ရှိစေဘို့၊ ကိုယ်တိုင် အရောင်းအဝယ် မလုပ်ဘို့ စသည်ဖြင့် ဝိနည်း သိက္ခာပုဒ်များနှင့်အညီ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စွာ ကျင့်နေရန် အရေးကြီးပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ နိဿဂ္ဂိယ ပစ္စည်းမျိုးတွေလဲ ကင်းဘို့လိုပါတယ်။ အဲဒီ ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ် အကြောင်းတွေကတော့ အလွန်ကျယ်ဝန်းများပြားပါတယ်။ သက်ဆိုင်ရာ ဝိနည်း ကျမ်းစာများကို ကျကျနုနုလေ့လာပြီး ကျင့်ဘို့လိုပါတယ်။

သမာဓိ ကုသိုလ်ကတော့ ရူပါဝစရဈာန် လေးပါး ငါးပါးအရူပါဝစရဈာန် လေးပါးတို့ကို တတ်စွမ်းနိုင်ယင် ရအောင် အားထုတ်သင့်တာပါ။ အားထုတ်ပုံတွေကတော့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် စသည်မှာ အထင်အရှား ပြဆိုထားပါတယ်။

ရှုမှတ်ရာ၌ သိဘို့က လို့ရင်းဖြစ်သည်

ဝိပဿနာ ကုသိုလ်ကတော့ ဓမ္မစကြာသုတ်၊ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၊ မာလုကျပုတ္တသုတ် စသည်တို့နှင့်အညီ ဒွါရ ၆-ပါး၌ ထင်ရှား ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်တွေကို ဖြစ်ဆဲ ဖြစ်ဆဲမှာ အမှန်အတိုင်းသိအောင် ရှုမှတ်မှု သတိပညာဖြင့် မပြတ် ရှုမှတ်လျက် ပွားများနေဘို့ပါ။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ရာမှာ ဘာအမည်မှ မကပ်ပဲ စိတ်သက်သက်ဖြင့် ရှုမှတ်နေယင်လဲ ဖြစ်တာ ပါ။ ဒါပေမဲ့ အမည်မတပ်ပဲ ရှုမှတ်နေယင်တော့ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သေချာစွာ သိဘို့မလွယ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် သင့်လျော်တဲ့ အမည် တမျိုးမျိုးဖြင့် စူးစိုက်ပြီး ရှုမှတ်ရတယ်။

ရှုမှတ်ရန် အကောင်းဆုံးအမည်

ရှုမှတ်ရမည့် အမည်အကောင်းဆုံးကတော့ (ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိ) စသည်ဖြင့် ဟောထားတဲ့ မဟာ သတိပဋ္ဌာနသုတ် ပါဠိတော်နှင့်အညီ သွားဆဲမှာ သွားတယ်၊ ညှာလှမ်းတယ် ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်- လို့ အရပ်သုံးစကားဖြင့် ရှုမှတ်တာဟာ အသင့်လျော်ဆုံးပါ။ ရပ်ဆဲ-စသည်မှာလဲ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ လျောင်းတယ်၊ အိပ်တယ်-လို့ ရှုမှတ်တာဟာ အသင့်လျော်ဆုံးပါ။ အဲဒီရှုမှတ်ပုံများနှင့် အလားတူ ကွေးဆန့် လှုပ်ရှားဆဲများ၌ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်၊ လှုပ်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်အစရှိတဲ့ အရပ်သုံးစကားဖြင့် ရှုမှတ်တာဟာ အကောင်းဆုံး အလွယ်ဆုံးပါ။

စာပေကျမ်းဂန်အရ ရုပ် နာမ် ဖဿ ဝေဒနာ သညာ စေ တနာ ဝိညာဏ်-စသည့် ပါဠိဝေါဟာရဖြင့် ရှုမှတ်ဖို့ ဆိုတာ ကတော့ စာမတတ်တဲ့ သူတွေမှာ မလွယ်ပါဘူး။ ပါဠိစာပေတတ်တဲ့သူတွေမှာလဲ ဒီတခါ မြင်ရာ ကြားရာ စသည်မှာ ရုပ်က ပိုထင်ရှားသလား၊ နာမ်က ပိုထင်ရှားသလား၊ ဖဿက ဝေဒနာက သညာက စေတနာက ဝိညာဏ်ကပိုထင်ရှားသလား စသည်ဖြင့် စဉ်းစားနေရယင် သမာဓိ ကောင်းကောင်းဖြစ်ဖို့ မလွယ်ပါဘူး။

သမာဓိဖြစ်အောင် အားထုတ်နည်း

အရပ်သုံးစကားဖြင့် မြင်လျှင် မြင်တယ်၊ ကြားလျှင် ကြားတယ်၊ ထိလျှင် ထိတယ်၊ သိလျှင် သိတယ်၊ ကြံလျှင် ကြံတယ်၊ လှုပ်လျှင် လှုပ်တယ်၊ သွားလျှင် သွားတယ်၊ စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ဖို့ကတော့ အလွန်ပင် လွယ်ကူပါတယ်။ စဉ်းစား နေစရာမရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် သမာဓိ ဖြစ်လွယ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် ဖြစ်အောင် ရှုမှတ်ရာမှာ သမာဓိပြည့်စုံဘို့က အရေးကြီးပါတယ်။ သမာဓိ အားရှိတဲ့အခါကျမှ နာမ်နှင့်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိတဲ့ ဉာဏ်က စပြီး ဝိပဿနာဉာဏ် အစစ်တွေ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ဝိသုဒ္ဓိမဂ် စသည်တို့နှင့်အညီ တကယ် ဖြစ်တယ်။ သမာဓိ မဖြစ်သေးယင်တော့ရုပ်ရုပ်၊ နာမ်နာမ်စသည်ဖြင့် ကျမ်းဂန်ဝေါဟာရတွေနဲ့ ရှုနေပေမယ့်လို့ ကိုယ်တိုင်သိတဲ့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်စသော ဝိပဿနာဉာဏ် အစစ်ကတော့ တကယ်မဖြစ်ပါဘူး။ သုတမယဉာဏ်မျှသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက သမာဓိဖြစ်အောင် အားထုတ်ဖို့ ဒီလို တိုက်တွန်းတော်မူပါတယ်။

ဘုရားရှင်၏တို့က်တွန်းချက်

သမာဓိံ ဘိက္ခုဝေ ဘာဝေထ၊ သမာဟိတော၊ ဘိက္ခုဝေ ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ-တုံ။

ဘိက္ခုဝေ-ရဟန်းတို့၊ သမာဓိံ-စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင် ကောင်းစွာထားတတ်သော သမာဓိကို၊ ဘာဝေထ-ဖြစ်ပွားစေကြကုန်လော့-တုံ။ အဲဒါဟာ သမာဓိဖြစ်အောင် အားထုတ်ဖို့ ဘုရားကိုယ်တော်တိုင်က တိုက်တွန်းတော်မူတာပဲ။ သမာဓိဖြစ်အောင် အားထုတ်ဖို့ မလိုဘူးလို့ ကန့်ကွက်ပြောဆိုယင် အဲဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား၏ စကားတော်ကို ကန့်ကွက်ပယ်ဖျက်ရာ ရောက်တယ်။ အဲဒါကို စကားကောင်းထင်ပြီး တရားအားမထုတ်ဘဲ လိုက်နာနေယင် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်မှ အပြင်ဘက်ရောက်နေတတ်တယ်။ ဘုရားအမိန့်တော်နှင့်အညီ တတ်နိုင်ယင်တော့ ဈာန်သမာဓိကိုရအောင် အားထုတ်တာဟာ အကောင်းဆုံးပါဘဲ။

ဈာန်သမာဓိ ရယင်တော့ အဲဒီဈာန်ကို ဝင်စားပြီးတော့ ဈာန်မှ ထပြီး မြင်မှု ကြားမှု ထိသိမှု ကြံသိမှုစသော ပေါ်ရာပေါ်ရာတွေကို အစဉ်အတိုင်းလိုက်ပြီး ရှုနိုင်တယ်။ အဲဒီလိုရှုပြီး အမှန်အတိုင်းလဲ သိနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် သမာဓိ၏ အစွမ်းဖြင့် အသိဉာဏ်အစစ် ဖြစ်ပုံကို ဘိက္ခုဝေ-ရဟန်းတို့၊ သမာဟိတော-စိတ်တည်ကြည်မှု သမာဓိရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ယထာဘူတံ-ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ၊ ပဇာနာတိ-သိ၏-တုံ။ အဲဒါဟာ သမာဓိကို မှီပြီး ဝိပဿနာ ဉာဏ်အစစ် ဖြစ်ပုံကို မူရင်းအခြေခံအနေဖြင့် ပြတော်မူတာပါဘဲ။

အကယ်၍ ဈာန်ရအောင် အားမထုတ်နိုင်ယင်တော့ ဝိပဿနာကပဲ စပြီး အားထုတ်ရတယ်။ အဲဒီလို အားထုတ်တဲ့အခါ မြင်တာ ကြားတာ တွေတာ ကြံသိတာတွေကို စူးစိုက်ပြီးရှုရတာပါဘဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ မြင်မှု ကြားမှု စသည်တွေကို ဖြစ်စဉ်အတိုင်း အကုန်လုံး စေ့ငအောင် လိုက်ပြီး မရှုနိုင်သေးဘူး။ အဲဒီလိုအကုန်လုံးလိုက်ပြီး ရှုနေယင် သမာဓိ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် သမာဓိဖြစ်အောင် အထူးထင်ရှားတဲ့ တရားအနည်းငယ်ကစပြီး ရှုရတယ်။ ဓာတ်လေးပါးက စပြီးရှုဘို့ရာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ပြထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် သွားနေဆဲမှာ ဆိုယင် (ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိ-သွားသည်ဟု သိ၏)လို့ ပြဆိုထားတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်နှင့်အညီ သွားတယ် သွားတယ်၊ ညာလှမ်းတယ် ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်-စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ယုံပါဘဲ။ အဲဒီလို အရပ်သုံးကားနဲ့ ရှုမှတ်တာကို တချို့က ရှုတ်ချပစ်ပယ်ပြီး ပြောဆိုကြတယ်။ အဲဒါကတော့ (ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိ-စသည်ဖြင့် ဟောထားတဲ့) မြတ်စွာဘုရား၏စကားတော်ကို ရှုတ်ချပစ်ပယ်ရာ ရောက်တာပါဘဲ။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ အဲဒီ သတိပဋ္ဌာနသုတ်နှင့်အညီ ရှုမှတ်ရန်လဲ လွယ်တဲ့အရပ်သုံး စကားနဲ့ပဲရှုမှတ်ခိုင်းပါတယ်။ သမာဓိဉာဏ်အားကောင်း လာတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီအရပ်သုံး စကားအမည်တွေလဲ မထင်ရှားပါဘူး။ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့သဘောကိုသာ သိသိနေတော့တာပါဘဲ။

ဒါကြောင့် ရပ်နေတဲ့အခါ စသည်မှာလဲ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ လျောင်းတယ်-အိပ်တယ်၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်၊ မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ ထိတယ်၊ ကြံတယ်၊ သိတယ်စသည်ဖြင့် အရပ်သုံး စကားနဲ့ပဲ ရှုမှတ်ဖို့ ညွှန်ကြားနေပါတယ်။ ကြာကြာထိုင်နေတဲ့အခါ၊ ရပ်နေတဲ့အခါ၊ လှဲနေတဲ့အခါများမှာတော့ ဝီရိယလဲ မလျော့စေရန် ဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းတာပိန်တာကို ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ရှုမှတ်ဖို့ ညွှန်ကြားနေပါတယ်။ အဲဒါဟာ ထင်လဲ ထင်ရှားတယ်၊ ရှုမှတ်ဖို့လဲ လွယ်တယ်။ ရှုမှတ်စရာကလဲ မများလို့ သမာဓိလဲ ဖြစ်လွယ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မြန်မြန်သမာဓိ ဖြစ်အောင်လို့ ဖောင်းတာပိန်တာ ၂-ခုတည်းက စပြီး ရှုမှတ်ဖို့ ညွှန်ကြားနေတာပါဘဲ။ အဲဒီလို ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ပြီးတော့ သမာဓိလဲဖြစ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်ထူးများနှင့် ပြည့်စုံသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ထောင်သောင်းများစွာရှိနေပါပြီ။

အဲဒီလိုရှုမှတ်လို့ သမာဓိနှင့်ဉာဏ်အား ရှိလာတဲ့အခါကျတော့ မြင်တိုင်းကြားတိုင်း ထိတိုင်း သိတိုင်းအကုန်လုံးကို သူ့ဖြစ်စဉ်အတိုင်းလဲ လိုက်ပြီးရှုသိသွားနိုင်ကြပါတယ်။ အဲဒီလို ပေါ်လာသမျှတွေကို ဖြစ်စဉ်အတိုင်းလိုက်ပြီး ရှုသိနိုင်တယ်ဆိုတာက ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်စသည် ရောက်နေတဲ့အခါကျမှ ဖြစ်တယ်။ အထူးအားဖြင့် ဘင်္ဂဉာဏ်သန်သန် ဖြစ်တဲ့အခါကျမှ ကောင်းကောင်းဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို ဖြစ်စဉ်အတိုင်း ရှုသိနိုင်တဲ့အခါမှာ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက် ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက်နဲ့ အဖြစ်အပျက်ကို လက်နဲ့ကိုင်ကြည့်ရသလို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းသိရတယ်။ ဘင်္ဂဉာဏ်ကျတော့ မြင်မှုစသောသိစရာနဲ့ မှတ်သိတာဟာ အတွဲလိုက် အတွဲလိုက် တရိပ်ရိပ်နဲ့အလွန်လျင်မြန်စွာ ပျက်ပျက်သွားတာကို သိသိသွားနေတယ်။

အဲဒီလိုရပ်နာမ်ကိုလဲ ခွဲခြားသိတဲ့အပြင် အကြောင်းနဲ့အကျိုးကိုလဲ သိပြီးနောက် လျင်မြန်စွာဖြစ်ပျက်နေလို့ ပေါ်လာသမျှကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တလို့ ကိုယ်တိုင်တွေ့တဲ့ အသိဉာဏ်အစစ်တွေ ဖြစ်တာဟာ (သမာဟိတော ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ-လို့) ဟောတော်မူတဲ့ ဒေသနာတော်နှင့်အညီ သမာဓိကို မှီပြီးဖြစ်ပေါ်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်ထူးတွေပါဘဲ။

အဲဒါက ဘာတွေကိုသိတာလဲ ဆိုတော့-စက္ခု-မျက်စိသည်၊ အနိစ္စန္တိ-မမြဲဟူ၍။ ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ-ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိ၏-စသည်ဖြင့် မျက်စိရုပ်ကိုလဲ မမြဲဘူးလို့သိတယ်။ အဆင်းရပ်ကိုလဲ မမြဲဘူးလို့ သိတယ်။ မြင်သိစိတ်ကိုလဲ

မမြဲဘူးလို့သိတယ်၊ မြင်တွေ့ ဖဿကိုလဲ မမြဲဘူးလို့သိတယ်၊ အကောင်းအဆိုးအလတ်စား ခံစားမှုသုံးပါးထဲက တပါး ပါးသော မြင်ခံစားမှုကိုလဲ မမြဲဘူးလို့သိပါတယ် တဲ့၊ အဲဒီလို အကျယ်ဟောတော်မူပါတယ်၊ အဲဒါက မြင်ဆဲ၌ မြင်တယ်လို့ ရှုမှတ်ပြီး အမှန်အတိုင်းသိပုံပါဘဲ။

ထို့အတူပင် ကြားဆဲစသည်၌ ကြားတယ်စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပြီး ဒွါရ အာရုံ ဝိညာဏ် ဖဿ ဝေဒနာဆိုတဲ့ ငါးပါး ငါးပါးသော တရားတွေကို မမြဲဘူးလို့ သိတဲ့အကြောင်းလဲ ဟောတော်မူပါတယ်။

သမာဟိတော-စိတ်တည်ကြည်မှုသမာဓိရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ-အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိသည်-ဆိုတဲ့တရားတော်ကို ငယ်ငယ်တုန်းက စဉ်းစားကြည့်ခဲ့တယ်၊ သာသနာပု-က ဈာန်ရပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဈာန်သမာဓိ ရှိနေပါလျက် ဘာကြောင့်ရုပ်နာမ် အနိစ္စစသည်ကို မှန်စွာ မသိကြပါလိမ့်မလဲ၊ အာဠာရ ရသေ့နဲ့ ဥဒက ရသေ့ တို့ဟာ သမာပတ် ခုနစ်ပါး ရှစ်ပါးရနေပါလျက် ဘာကြောင့် ရုပ်နာမ် အနိစ္စ စသည်ကို မှန်စွာမသိပါလိမ့်မလဲလို့ အဖန်ဖန် စဉ်းစားကြည့်ခဲ့ဘူးတယ်၊ ဒါပေမဲ့ အဖြေမှန်ကိုမရခဲ့ဘူး၊ ယခုသတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာနှင့်အညီ သွားဆဲစသည်မှာ သွားတယ်၊ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ လှဲတယ်၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်၊ မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ် အားထုတ်ကြည့်တဲ့အခါကျမှ အဖြေမှန်ကို ရလာတယ်။

ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ကာ-သွားဆဲရပ်ဆဲ မြင်ဆဲ ကြားဆဲ စသည်မှာ တကယ်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ပရမတ်သဘောမှန်တွေကို မရှုမှတ်လို့ သာသနာပ-က ဈာန်ရပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ သဘောမှန်ကို မသိပဲရှိနေကြတာဘဲ၊ ဗုဒ္ဓတရားတော်ကို တကယ်ယုံကြည် လေးစားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်ကို ရှုမှတ်ကြသောကြောင့် သမာဓိအား ရှိလာတဲ့ အခါ အမှန်အတိုင်းသိကြတာဘဲလို့ အဖြေမှန်ကို ရလာပါတယ်။ ယခုနေအခါ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် ဆိုပေမယ်လို့ “သတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်ကို မပြတ်ရှုမှတ်နေရမယ်” ဆိုတာကို မကြားဘူးယင်၊ ကြားဘူးသော်လဲ မယုံကြည်လို့ မရှုမှတ်ယင် ဝိပဿနာသမာဓိလဲ ကောင်းကောင်း မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ်လဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

သမာဓိကောင်းမှ ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပုံ

ဘုန်းကြီးတို့ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်ကို မပြတ်ရှုမှတ်နေပေမယ်လို့ သမာဓိကောင်းကောင်း မဖြစ်သေး ယင် နာမ်ရုပ်ကိုခွဲခြားသိတဲ့ အခြေခံဝိပဿနာဉာဏ်တောင် မဖြစ်သေးဘူး၊ အဖြစ်အပျက် အနိစ္စစသည်ကို အမှန်အတိုင်း သိဘို့ဆိုတာကတော့ အလွန်ဝေးပါသေးတယ်။ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေယင်း အလွတ်စိတ်ကူးမဖြစ်တော့ပဲ အာရုံနဲ့ မှတ်စိတ်ဟာ အတွဲလိုက် အတွဲလိုက်ကိုက်ပြီး မှတ်စိတ်ချည်းစင်ကြယ်နေတဲ့ အခါမှာ ဝိပဿနာသမာဓိအား ရှိလာတာ ဘဲ၊ အဲဒီလိုအခါမှာ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း သိစရာရုပ်ကတခြား+ရှုသိတာကတခြား ကွဲပြားလာတယ်၊ အဲဒါဟာ တမင် ကြံတွေးယူရတာ မဟုတ်ဘူး၊ သူ့အလိုလို အသိရှင်းလာတာဘဲ၊ (သမာဟိတော ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ-ဆိုတဲ့) ဒေသနာတော် နှင့်အညီ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်လာတာပါဘဲ။ အဲဒီလို အသိဉာဏ်ဟာ ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်ကို မရှုပဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ စေ့စေ့စပ်စပ် ရှိရှိသေသေ ရှုမှတ်ပါမှ ဖြစ်နိုင်တယ်။

အဲဒီကနောက် သမာဓိအား တဆင့်တိုးတက်လာတဲ့ အခါမှာ ကွေးချင် ဆန့်ချင်တဲ့စိတ်ကြောင့် ကွေးတယ် ဆန့်တယ်၊ သွားချင်တဲ့စိတ်ကြောင့် သွားတယ်၊ လှုပ်ချင်တဲ့စိတ်ကြောင့် လှုပ်တယ်၊ မြင်စရာရှိလို့မြင်တယ်၊ ကြားစရာရှိလို့ ကြားတယ်၊ သိစရာရှိလို့ သိတယ်စသည်ဖြင့် အကြောင်းနဲ့အကျိုးကိုလဲ ပိုင်းခြားပြီးသိလာတယ်၊ အဲဒါဟာလဲ သမာဓိကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဘဲ၊ အဲဒီ အသိဉာဏ်ကလဲ မရှုတဲ့သူမှာ မဖြစ်ဘူး၊ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုတဲ့သူမှာမှ ဖြစ်တယ်။

အဲဒီကနောက် သမာဓိအား တိုးတက်ထက်သန်လာတဲ့အခါ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်ရတဲ့ သဘော၏ အစနဲ့ အဆုံး အဖြစ်အပျက်ကို တွေ့ရတယ်၊ အဲဒီအခါ အနိစ္စစသည်ဖြင့် သုံးသပ်ဆင်ခြင်တဲ့ သမ္မသနဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာတယ်၊ အဲဒါ ကတော့ သန္တတိအနေအားဖြင့် သိတာပါဘဲ။ အဲဒီကနောက် သမာဓိ အထူးကောင်းလာတဲ့အခါ ခြေတလှမ်းအတွင်း တဖောင်း တပိန်အတွင်း တကွေးတဆန့်အတွင်းမှာပင် အဖြစ်အပျက် အကြိမ်ပေါင်းများစွာကို တွေ့ရတယ်၊ အဲဒီတော့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တသဘောမှန်ကိုသာပြီး ရှင်းလင်းစွာ သိရတယ်၊ အဲဒီလို အမှန်အတိုင်း သိတာဟာ (သမာဟိတော ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ-ဆိုတဲ့) ဒေသနာတော်နှင့်အညီပါဘဲ။

ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်တွေကို စနစ်တကျ မရှုမှတ်ယင်တော့ အဲဒီလို ကိုယ်တိုင်တွေ့ ဝိပဿနာဉာဏ် မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဖြစ်ဆဲ ရုပ်နာမ်ကို ရှုဘို့မလိုဘူးလို့ ထင်မှတ်ပြီး မရှုမှတ်ပဲ နေတဲ့သူတွေမှာ ဒီလို ကိုယ်တိုင်တွေ့ ဝိပဿနာဉာဏ် အစစ် မဖြစ်ဘူးဆိုတာ ကိန်းသေပါပဲ။

သတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်ကို စနစ်တကျ ရှုမှတ်နေတဲ့သူမှာတော့ ယခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သမာဓိအား ကောင်းသလောက် ယထာဘူတအသိဉာဏ် ဆိုတာတွေ ဖြစ်တယ်။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဘင်္ဂဉာဏ် ဆိုတာတွေ ဖြစ်ပြီးတော့ ဘယဉာဏ် အာဒိနဝဉာဏ် နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် မုဗ္ဗိတုကမျာဉာဏ် ပဋိသင်္ခါဉာဏ်များ အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပြီး သင်္ခါ ရုပေက္ခာဉာဏ် ဖြစ်တယ်။ အဲဒီဉာဏ်က အလွန်သိမ်မွေ့ အလွန်ကောင်းပါတယ်။ အဲဒီ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရင့်သန်အားပြည့်တဲ့ အခါကျတော့ အနုလောမ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်ပြီး ဂေါတြဘူဉာဏ်နှင့်တကွ အရိယမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် ပြုသွား တော့တာဘဲ။

ယခုပြောခဲ့တဲ့ သမာဓိဉာဏ် ၂-ပါးထဲက ဈာန်သမာဓိနှင့် ဝိပဿနာ သမာဓိဆိုတာတွေက (ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ- ကုသိုလ်ဟူသမျှကို ပြည့်စုံစေရမယ်-လို့) ညွှန်ကြားတော်မူတဲ့ အဆုံးအမ ဩဝါဒတော်နှင့်အညီ ဖြစ်စေရ-ပြည့်စုံစေရမည့် သမာဓိကုသိုလ်ဘဲ။ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်မှ စ၍ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် အနုလောမဉာဏ်တိုင်အောင် ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဆိုတာကလဲ ဖြစ်ပွားစေရမည့်-ပြည့်စုံစေရမည့် ဝိပဿနာကုသိုလ်တွေဘဲ။ အဲဒီကနောက် အရိယာမဂ်ဆိုတာကလဲ ဖြစ်ပွား စေရ-ပြည့်စုံစေရမည့် မဂ်ကုသိုလ်ဘဲ။ အဲဒီမဂ်ကတော့ တကြိမ်တည်းသာ ဖြစ်တယ်။ တကြိမ်တည်း ဖြစ်ရုံမျှဖြင့် ပယ်သင့်တဲ့ ကိလေသာတွေကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်သွားတယ်။ ဒါကြောင့် ကင်းသင့်တဲ့ ကိလေသာတွေ အကုန်ကင်းငြိမ်းသွားတယ်။

သောတာပတ္တိ မဂ်ဉာဏ်

ဝိပဿနာ ကုသိုလ်တွေကတော့ အရိယာမဂ်ဉာဏ်ကို ဖြစ်စေနိုင်လောက်အောင် အင်အားမပြည့်သေးမချင်း အကြိမ် များစွာ ဖြစ်ပွားရတယ်။ တချို့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာဆိုယင် သိန်းသန်းမက အကြိမ်များစွာ ဖြစ်ရတယ်။ အင်အားပြည့်တဲ့ အခါကျတော့ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်က အနုလောမဝိပဿနာဉာဏ်ကို ဖြစ်စေတယ်။ အနုလောမဉာဏ်က ဂေါတြဘူဉာဏ်နှင့် မဂ်ဉာဏ်ကို ဖြစ်စေတယ်။ ပဌမအကြိမ်မှာ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ကို ဖြစ်စေတယ်။ အဲဒီ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ကြောင့် အပါယ်လား ကြောင်းဖြစ်တဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိစသော ကိလေသာတွေ ဖြစ်ခွင့်မရှိတော့ပဲ လုံးဝကင်းငြိမ်းသွားတယ်။ အဲဒီ သောတာပတ္တိမဂ်က အခြားမဲ့၌ သောတာပတ္တိဖိုလ်ကို ဖြစ်စေတယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး သောတာပန် ဖြစ်သွားတယ်။

သကဒါဂါမိ မဂ်ဉာဏ်

သောတာပန်ဖြစ်ပြီးတော့ မပယ်ရသေးတဲ့ ကိလေသာတွေကို ပယ်နိုင်အောင်၊ မရသေးတဲ့ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးတွေကို ရအောင် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် စသော ဝိပဿနာကုသိုလ်ကို ဆက်လက်၍ ဖြစ်ပွားစေရတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်ပြည့်စုံတဲ့ အခါကျတော့ သကဒါဂါမိမဂ်ဉာဏ်ကို ရတယ်။ အဲဒီမဂ်-က သကဒါဂါမိဖိုလ်ကို ဖြစ်စေတယ်။ အဲဒီအခါ သကဒါဂါမိ ဖြစ်တယ်။ သကဒါဂါမိမှာ ကြမ်းသော ကာမရာဂနှင့် ဗျာပါဒတို့ ကင်းငြိမ်းတယ်။

အနာဂါမိ မဂ်ဉာဏ်

သကဒါဂါမိကလဲ မပယ်ရသေးတဲ့ ကိလေသာတွေကို ပယ်နိုင်အောင်၊ မရသေးတဲ့ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကိုရအောင် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်စသော ဝိပဿနာကုသိုလ်ကို ဆက်လက်၍ ဖြစ်ပွားစေရတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်ပြည့်စုံတဲ့ အခါကျ တော့ အနာဂါမိမဂ်ဉာဏ်ကို ရတယ်။ အဲဒီမဂ်-က အနာဂါမိဖိုလ်ကို ဖြစ်စေတယ်။ အဲဒီအခါ အနာဂါမိဖြစ်တယ်။ အနာဂါမိမှာ ကာမရာဂနှင့် ဗျာပါဒဆိုတဲ့ ကိလေသာတွေဟာ ဖြစ်ခွင့်မရှိတော့ပဲ လုံးဝကင်းငြိမ်းတယ်။

အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်

အနာဂါမိကလဲ မပယ်ရသေးတဲ့ ကိလေသာတွေကို ပယ်နိုင်အောင်၊ မရသေးတဲ့ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကိုရအောင် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်စသော ဝိပဿနာကုသိုလ်ကို ဆက်လက်၍ ဖြစ်ပွားစေရတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်ပြည့်စုံတဲ့အခါ ကျတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်က အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်ကို ဖြစ်စေတယ်။ အဲဒီအရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ကြောင့် ကိလေသာဟူသမျှ ဖြစ်ခွင့် မရှိတော့ပဲ လုံးဝကင်းငြိမ်းသွားတယ်။ အဲဒီ အရဟတ္တမဂ်က မရဟတ္တဖိုလ်ကိုလဲ ဖြစ်စေတယ်။ အဲဒီတော့ ရဟန္တာဖြစ်သွား တယ်။

ယခုပြောခဲ့တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်အဆင့်ဆင့်တွေဟာလဲ ကုသိုလ်ဟူသမျှကို ပြည့်စုံစေရမယ်လို့ ဟောကြားတော်မူတဲ့ ဩဝါဒတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ပွားစေရ-ပြည့်စုံစေရမည့် ဝိပဿနာကုသိုလ်တွေပါဘဲ။ သောတာပတ္တိမဂ် သကဒါဂါမိမဂ် အနာဂါမိ မဂ် အရဟတ္တမဂ်ဆိုတဲ့ မဂ်လေးပါးဟာလဲ (ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ ဆိုတဲ့) ဩဝါဒတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ပွားစေရ-ပြည့်စုံ စေရမည့် အရိယာမဂ် ကုသိုလ် ၄-ပါးပါဘဲ။

ယခုပြောခဲ့တဲ့ ဒါနကုသိုလ် သီလကုသိုလ် သမာဓိကုသိုလ် ဝိပဿနာကုသိုလ် မဂ်လေးပါး ကုသိုလ် ဆိုတာတွေဟာ ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ-ကုသိုလ်ဟူသမျှကို ပြည့်စုံစေရမယ်လို့ ညွှန်ကြားဆုံးမတော်မူတဲ့ ဘုရားရှင်၏ ဩဝါဒတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ပွားစေရ-ပြည့်စုံစေရမည့် ကုသိုလ်တရားတွေချည်းပါဘဲ။ အဲဒီ ကုသိုလ်ငါးမျိုးထဲက ဒါန ကုသိုလ်ကတော့ ရဟန်းတော် များအတွက် မလိုဘူးလို့ ဆိုရမှာပါဘဲ။ ကျန်တဲ့ကုသိုလ် လေးမျိုးကတော့ ရဟန်းရှင် လူအားလုံးပင် ဖြစ်ပွား ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်သင့်တဲ့ ကုသိုလ်ချည်းပါဘဲ။ အဲဒီဩဝါဒနှင့်စပ်ပြီး ရှေ့နားပိုင်းက ဆိုခဲ့ကြတဲ့ ဆောင်ပုဒ်ကို ယခုထပ်ပြီး ဆိုကြရဦး မယ်။

ကုသိုလ်တရား ဖြစ်ပွားစုံစေ။

အကယ်၍ တစ်စုံတယောက်က သီလကိုလဲ ကျင့်ဘို့ မလိုဘူးလို့ ပြောယင် သမာဓိကုသိုလ်ကိုလဲ ဖြစ်ပွားအောင် အားထုတ်ဖို့ မလိုဘူးလို့ ပြောယင် ဝိပဿနာကုသိုလ်လဲ ဖြစ်ပွားအောင်မြင်ဆဲ ကြားဆဲ စသော ရုပ်နာမ်ကို ရှုဖို့ အားထုတ်ဖို့ မလိုဘူးလို့ ပြောယင် အဲဒီလို ပြောတာကို (ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ-ဆိုတဲ့) ဗုဒ္ဓဩဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်နှင့် ဆန့်ကျင်တဲ့ စကားဘဲလို့ ကိန်းသေမှတ်ထားကြရမယ်။

အမှတ် (၃) ဩဝါဒသာသနာတော်

တတိယ ဩဝါဒကတော့ သစ္စိတ္တပရိယောဒပနံ-မိမိစိတ်ကို ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်စေခြင်းက တပါးတဲ့။ ထက်ဝန်း ကျင် စင်ကြယ်စေခြင်းဆိုတာ လိုလေသေးမရှိ အပြည့်အစုံ စင်ကြယ်စေခြင်းလို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။ ဒါကြောင့် ဒီတတိယ ဩဝါဒ စာပိုဒ်ကို (မိမိစိတ်ဓာတ် ဆွတ်ဆွတ် ဖြူစေလို့) ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

မိမိစိတ်ဓာတ် ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ။

အဲဒီမှာ စိတ်ဓာတ် ဆိုတာနဲ့ ဆွတ်ဆွတ် ဆိုတာဟာ အသံကာရန် မကိုက်သလို ဖြစ်နေတယ်။ ဒါပေမဲ့ နိုင်ငံခြား အသံထွက်ပုံ အနေအားဖြင့် ဝ-နဲ့ တ-သတ်ကို ဝ-နဲ့ ပ-သတ်လိုပင် ဝပ်-လို့ အသံထွက်ရိုး ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆွတ်ဆွတ်ကို ဆွပ်ဆွပ်-လို့ပဲ အသံထွက်ရပါတယ်။ ရခိုင်လူမျိုးတို့၏ အသံထွက်ပုံလဲ ဒီလိုပါဘဲ။ သို့ဖြစ်၍ ယခုခေတ် မြန်မာအသံထွက်ပုံအရ ကွဲပြားနေသော်လဲ ကာရန်ယူပုံ ယူနည်းအရကတော့ မှန်ပါတယ်။

အဲဒီဩဝါဒအလို မိမိစိတ်ကို လုံးဝအပြည့်အစုံ ဖြူစင်စေရမယ်ဆိုတာကတော့ အရဟတ္တဖိုလ် ရောက်အောင် အားထုတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။ အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်အောင် အားထုတ်တယ်ဆိုတာကလဲ အရဟတ္တမဂ်ရောက်အောင် အားထုတ်ရတာပါဘဲ။ ဒါပေမဲ့ အရဟတ္တမဂ်ရောက်ခိုက်မှာတော့ လုံးဝဖြူစင်စေဆဲသာ ဖြစ်တယ်။ ဖြူစင်စေပြီးတော့ မဟုတ် သေးဘူး။ အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်တဲ့အခါကျမှ လုံးဝအပြည့်အစုံ ဖြူစင်စေပြီး ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့်-

သစ္စိတ္တပရိယောဒပနန္တိ-ဟူသည်ကား၊ အတ္တနောစိတ္တဇောတနံ-မိမိစိတ်ကို တောက်ပစေခြင်း ပေတည်း။ တံ ပန- ထိုသို့ တောက်ပဖြူစင်စေခြင်းသည်ကား၊ အရဟတ္တေန-အရဟတ္တဖိုလ်ဖြင့်၊ ဟောတိ-ဖြစ်သည်။ ဣတိ-ဤပြဆိုခဲ့သည့် အတိုင်း၊ သီလသံဝရေန-သီလ စောင့်စည်းခြင်းဖြင့်၊ သဗ္ဗပါပံ ပဟာယ-မကောင်းမှု အကုသိုလ် အားလုံးကိုပယ်၍၊ (သဗ္ဗပါ ပဿ အကရဏံ-ဟူသော ဩဝါဒကို ညွှန်ပြသည်) သမထ ဝိပဿနာဟိ-သမထနှင့် ဝိပဿနာတို့ဖြင့်၊ ကုသလံ သမ္မာ ဒေတွာ-အရဟတ္တမဂ် တိုင်အောင် ကုသိုလ်ကိုပြည့်စုံစေ၍ (ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ-ဟူသော ဒုတိယ ဩဝါဒကို ညွှန်ပြသည်) အရဟတ္တဖလေန-အရဟတ္တဖိုလ်ဖြင့်၊ စိတ္တံပရိယောဒပေတဗ္ဗံ-စိတ်ကို လုံးဝအပြည့်အစုံ ဖြူစင်စေအပ်၏။ (သစ္စိတ္တပရိယောဒ ပနံ-ဟူသော တတိယဩဝါဒကို ညွှန်ပြသည်) ဣတိ ဧတံ-ဤသုံးပါးသည်၊ ဗုဒ္ဓါနံ-ဘုရားရှင်တို့၏၊ သာသနံ၊ ဩဝါဒေါ- သာသနာတော်ဟု ဆိုအပ်သော ဩဝါဒတော်ပေတည်း၊ အနုသိဋ္ဌိ-အဆုံးအမတော်ပေတည်း-လို့ အဋ္ဌကထာမှာ ဖွင့်ပြထားပါ တယ်။

အဲဒီ အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်ပြီး ရဟန္တာဖြစ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဘယ်ကိလေသာ အညစ်အကြေးမှ မဖြစ်တော့ မရှိတော့ဘူး။ ဘယ်လို ကောင်းတဲ့အာရုံနဲ့ တွေ့ရပေမယ်လို့ နှစ်သက်သာယာတဲ့ လောဘကိလေသာ အညစ်အကြေးလဲ မဖြစ်တော့ဘူး။ ဘယ်လိုဆိုတဲ့အာရုံနဲ့ တွေ့ရပေမယ်လို့ စိတ်ဆိုးစိတ်ပျက်တဲ့ ဒေါသကိလေသာ အညစ်အကြေးလဲ မဖြစ်တော့ဘူး။ ဘယ်လို အာရုံကို အကြောင်းပြုပြီး အသိမှားတဲ့မောဟ အထင်ကြီးတဲ့မာနအစရှိသော ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေလဲ မဖြစ်တော့ဘူး။ ကိလေသာ အညစ်အကြေးဟူသမျှ အကုန်လုံးကင်းပြီး အမြဲတမ်း သန့်ရှင်းဖြူစင်နေတော့တာဘဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီလို အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်ပြီး ရဟန္တာဖြစ်လျက် လုံးဝအပြည့်အစုံ သန့်ရှင်းဖြူစင်အောင် ကျင့်ရ အားထုတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ အဲဒါကလဲ အရဟတ္တမဂ်ရောက်စေနိုင်တဲ့ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် ခေါင်ထိပ်သို့ရောက်အောင် ရှုမှတ်အားထုတ်ပါမှ ပြီးစီးပြည့်စုံ

တယ်။ ဒါကြောင့် အနာဂါမ်ဖြစ်ပြီးတဲ့နောက် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် စသော ဝိပဿနာဉာဏ်တွေကို အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပွားစေပြီး တော့ ခေါင်ထိပ်သင်္ခါရပေက္ခာ ရောက်အောင် ဖြစ်ဆဲ ရုပ်နာမ်တွေကို မပြတ်ရှုမှတ်သွားရပါဘဲ။

အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်က အဲဒီလို ရှုမှတ်ပြီး ခေါင်ထိပ်သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်ရောက်ယင် အနုလောမဉာဏ် ဂေါတြဘူဉာဏ် တွေ တဆက်တည်းဖြစ်ပြီး အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ချက်ခြင်းရောက်သွားတော့တာဘဲ။ ယခုပြောခဲ့တာဟာ တတိယ သြဝါဒပါဘဲ။ အဲဒီကနောက် နိဂုံးချုပ်စကားကိုလဲ ဒီလို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

ဩဝါဒသုံးပါး၏ နိဂုံးချုပ်မိန့်ခွန်း

ဧတံ-ဤသုံးပါးသည်၊ ဗုဒ္ဓနံ-ဘုရားရှင်တို့၏ သာသနံ-အဆုံးအမတော်ပေတည်းတဲ့။ အဲဒါကို (ဤသုံးပါး ဘုရား ဆုံးမပေ-လို့) ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ ဩဝါဒသုံးပါးဆောင်ပုဒ်များနှင့်တကွ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ဒုတိယဂါထာဆောင်ပုဒ်

မကောင်းမှုများ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊
ကုသိုလ်တရား ဖြစ်ပွားစုံစေ၊
မိမိစိတ်ဓာတ် ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ၊
ဤသုံးပါး ဘုရားဆုံးမပေ။

ဒါဟာ ဘုရားရှင်တိုင်း၏ အဆုံးအမဩဝါဒ သာသနာတော်ဘဲ။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းပင် သီလဆောက်တည်ပြီး သတ်ခြင်း ခိုးခြင်း စသော မကောင်းမှုများကို စွမ်းနိုင်သမျှ ကြဉ်ရှောင်ပယ်ရှားကြရမယ်။ သမာဓိကုသိုလ် ဝိပဿနာကုသိုလ် များကိုလဲ စွမ်းနိုင်သမျှ ဖြစ်ပွားစေလျက် ပြည့်စုံသင့်သမျှ ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ကြရမယ်။ စွမ်းနိုင်ပါက အောက်ထစ်ဆုံး သောတာပတ္တိမဂ်ကုသိုလ် ပြည့်စုံအောင် ဝိပဿနာကုသိုလ်ကို ပွားများအားထုတ်ကြရမယ်။ ဒါထက်တတ်နိုင်သေးယင်တော့ သကဒါဂါမိမဂ် ကုသိုလ်၊ အနာဂါမိမဂ် ကုသိုလ်များကိုလဲ ပြည့်စုံအောင်ရအောင် အားထုတ်ကြရမယ်။ ဒါထက်တတ်နိုင် သေးယင်တော့ အရဟတ္တမဂ်ကုသိုလ်ဖြစ်ပြီး အရဟတ္တဖိုလ်ဖြင့် လုံးဝဖြူစင်သွားသည့်တိုင်အောင် အားထုတ်ကြရမယ်။ အဲဒါ ဟာ ဘုရားအလိုတော်နှင့် အညီပါဘဲ။

အဲဒီလိုမဟုတ်ပဲ သီလအကျင့်ဖြင့် အကုသိုလ်ကြဉ်ရှောင်ဘို့ မလိုဘူး၊ အရိယမဂ်ဖိုလ်ရအောင် သမာဓိကုသိုလ် ဝိပဿနာပညာကုသိုလ်ကိုလဲ အားထုတ်ဖို့မလိုဘူး၊ အကုသိုလ်ပျောက်ငြိမ်းအောင် ဆင်ခြင်ရုံမျှဖြင့် စိတ်ကိုဖြူစင် စေနိုင်တယ် ဟူ၍ ဖြစ်စေ၊ အငြိမ်းဓာတ်သို့ စိတ်ကို ပို့ထားရုံမျှဖြင့် ဖြူစင်စေနိုင်တယ်ဟူ၍ ဖြစ်စေ ယုံကြည်ယူဆပြောဆိုလျှင် ထိုသို့သော ယုံကြည် ယူဆပြောဆိုချက်ဟာ “သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ-အလုံးစုံသော အကောင်းမှုအကုသိုလ်ကို မပြုရ-ဟူသော ဘုရား အဆုံးအမ သာသနာတော်၊ ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ-ကုသိုလ် ဟူသမျှကို ပြည့်စုံစေရမည်-ဟူသော ဘုရားအဆုံးအမ သာသနာတော်များနှင့် ဖြောင့်ဖြောင့်ဆန့်ကျင်သည်” ဟူ၍ ကိန်းသေမှတ်ထားကြရမည်။

ယခု တတိယဂါထာကို ရွတ်ဆိုဟောပြမယ်။

တတိယဂါထာ

အနုပဝါဒေါ အနုပဿာတော၊
ပါတိမောက္ခေ စ သံဝရော။
မတ္တဉာတော စ ဘတ္တသ္မိံ၊
ပန္နဉ္စ သယနာသနံ။
အဓိစိတ္တေ စ အာယောဂေါ၊
ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

အနုပဝါဒေါ-သူတပါးကို မစွပ်စွဲခြင်းကတပါး၊ (အစ တလုံးနောင် သ-ဂိုဏ်း မကျရအောင် အနုပ-ဟု ဒီဃနှင့် ရှိသည်) အနုပဿာတော-သူတပါးကို မညှဉ်းဆဲခြင်းကတပါး၊ (ဒီအရာမှာတော့ နနှင့် ပ-ရဿ ၂-ခုကို ပေါင်းပြီး ဂရအဖြစ် ယူလျှင် ၄-လုံးနောင် ယ-ဂိုဏ်းအဖြစ်ဖြင့် ဆန်းလက္ခဏာနှင့်ညီသည်)

သူတပါးကို မစွပ်စွဲပါနဲ့၊ သူတပါးကို မညှဉ်းဆဲပါနဲ့တဲ့။ သူတပါးကို စွပ်စွဲယင် ဘာမှအကျိုးမရှိဘူး၊ အကျိုးယုတ်ဖို့ သာရှိတယ်။ ဒါကြောင့် ဓမ္မပဒမှာ ဒီလို ဟောထားပါတယ်။

န ပရေသံ ဝိလောမာနိ၊
န ပရေသံ ကတာကတံ။
အတ္တနောဝ အဝေက္ခေယျ၊
ကတာနိ အကတာနိ စ။

ပရေသံ-သူတပါးတို့၏ ဝိလောမာနိ-မလျှော်သောအမှုတို့ကို။ န အဝေက္ခေယျ-မကြည့်ရှုမစဉ်းစားရာ။ သူတပါး တို့၏ အပြစ်ကို မကြည့်ရှု မစဉ်းစားမဆင်ခြင်ပါနဲ့တဲ့။

ပရေသံ-သူတပါးတို့၏ ကတာကတံ-ပြုအပ်သည် မပြုအပ်သည်ကို၊ န အဝေက္ခေယျ-မကြည့်ရှု မစဉ်းစားရာ။ သူတပါးတွေကို ပြုသင့်တာတွေ မပြုဘူး၊ မပြုသင့်တာ ပြုတယ်ဆိုတာကိုလဲ မပြစ်တင်တဲ့ အနေဖြင့် အကြည့်ရှုမစဉ်းစားရဘူး၊ မပြောဆို မစွပ်စွဲရဘူးတဲ့။ ဘာကြောင့်လဲဆိုယင် သူတပါးတွေရဲ့ အပြစ်ဟာ သူတပါးတွေနဲ့သာ ဆိုင်တယ်။ သူတို့က အကုသိုလ်တွေကို ပြုနေယင် သူတို့မှာ မကောင်းကျိုးတွေ ရပြီး သူတို့သာ ဆင်းရဲရမှာဘဲ။ ကောင်းမှု ကုသိုလ်တွေ မပြုယင်လဲ သူတို့သာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို မရပဲ ဆင်းရဲနေကြမှာဘဲ။

ကိုယ်တာဝန်သာ ကိုယ်ဆောင်ရွက်ရမယ်

ဒါကြောင့် သူတို့က မိမိကို ပြစ်မှား ပြောဆိုနေယင်လဲ အဲဒါကို စဉ်းစားမနေနဲ့တော့၊ အဲဒါဟာ သူ့အပြစ်နဲ့ သူပဲလို့ သာ လျစ်လျူရှုပြီး ကိုယ့်တာဝန်ကိုသာ ကိုယ်ဆောင်သွားရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။ ဘုန်းကြီး ကိုယ်တိုင်လဲ ဒီလိုအရေးနဲ့ စပ်ပြီး လျစ်လျူရှုနေပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ဝိပဿနာ ရှုမှတ်ပွားများရန် ညွှန်ကြား ဟောပြောနေပုံကို တချို့က အများကြီး ကဲ့ရဲ့ ရှုတ်ချပြီး ဟောနေကြပါတယ်။ သူတို့ရှုတ်ချ ပြောဆိုနေကြပုံတွေကတော့ သွားတယ်၊ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ မြင်တယ်၊ ကြားတယ် စသည်ရှုမှတ် နေတာဟာ ရုပ်-နာမ်စသော ပါဠိကျမ်းဂန် ဝေါဟာရ တွေ မပါသောကြောင့် မှားတယ်လို့လဲ ဆိုကြပါတယ်။ စာပေမတတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းကတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေတာဟာ အကုသိုလ်ဖြစ်တယ်။ သူ့အလိုလို မြေကြီးထဲမြုပ်ပြီး ငရဲကျသွားမယ်လို့ ဒီလိုတောင် ရှုတ်ချပြောဟောခဲ့ပါ တယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ ဘုန်းကြီးကတော့ အဲဒီလို ပြောဆိုနေကြတာကို ပြန်လည်ချေပခြင်းကိုလဲ မလုပ်ပါဘူး၊ သူတို့ဟောပြော နေတဲ့ ရှုပုံရှုနည်းကိုလဲ အပြစ်တင် ဟောပြောခြင်းကို မပြုပါဘူး။

ဘုရားစကားတော်နဲ့ ညီညွတ်တယ်

ဘုန်းကြီးတို့ ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း သွားတယ်၊ ရပ်တယ် စသည်ဖြင့် ဖြစ်စေ၊ ကွေးတယ် ဆန့်တယ် စသည်ဖြင့် ဖြစ်စေ၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် ဖြစ်စေ၊ မြင်တယ် ကြားတယ် စသည်ဖြင့် ဖြစ်စေ၊ ရှုမှတ်နေကြတာဟာ (ဂစ္ဆာမိတိ -သွားသည်ဟူ၍၊ ပဇာနာတိ-သိ၏-စသည်ဖြင့်) ဟောတော်မူတဲ့ ဘုရားစကားတော်နဲ့ တိုက်ရိုက်လဲ ညီညွတ်နေတာဘဲ။ ရှုမှတ်နေကြတဲ့ ယောဂီတွေမှာ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ပိုင်းခြားသိခြင်း၊ အကြောင်းနဲ့အကျိုးကို ပိုင်းခြားသိခြင်း၊ တကယ်ဖြစ်ပျက် နေတာကို တွေ့သိခြင်း၊ အနိစ္စစသည်ဖြင့် ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ သိခြင်းဆိုတဲ့ အသိဉာဏ်တွေဟာ ကိုယ်တိုင်တွေ့ဖြင့်လဲ ထင်ရှားဖြစ်နေတာဘဲ။ ရုပ်နာမ်ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကိုလဲ ကိုယ်ပိုင်မျက်မှောက် တွေ့နေကြတာဘဲ။ အဲဒီလို နိဗ္ဗာန်ကိုတွေ့ပြီး သဒ္ဓါခိုင်မြဲခြင်း ငါးပါးသီလ တည်မြဲခြင်း စသော အရိယာ၏ဂုဏ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံနေတာကိုလဲ ထင်ရှားတွေ့နေရတာဘဲ။ အဲဒီတော့ မလိုလားတဲ့ သူတွေက ဘယ်လို ရှုတ်ချပြောနေပေမယ့်လို့ ဘုန်းကြီးတို့က မတုန်လှုပ်ပါဘူး၊ သူတို့ အပြစ်ကိုလဲ မပြောပါဘူး၊ သူတို့ဟာ တရားမှန်ကို မသိထိုက်လို့ မသိကြသေးတာဘဲလို့ နှလုံးသွင်းပြီး လျစ်လျူသာ ရှုနေပါတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ကို အပြစ်မပြောပေမဲ့ ဘုရားတရားတော်နဲ့ ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင်တဲ့ အပြောအဟောမျိုးကိုတော့ ဘုရား တရားတော်နှင့် မညီညွတ်ကြောင်း ဆန့်ကျင်ကြောင်းများကို အခွင့်သင့်တဲ့အခါ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်အားဖြင့် ဟောပြောရတယ်။ ဘာကြောင့် အဲဒီလိုဟောတာလဲဆိုတော့ မသိနားမလည်တဲ့သူတွေမှာ ယုံကြည်မှားပြီး သူတို့၏အကျိုးမဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်၏ အကျိုးမဲ့ မဖြစ်ရအောင် ကာကွယ်ရေးအနေဖြင့် ဟောပြောတာပါဘဲ။ အဲဒီလို ဗုဒ္ဓသာသနာတော်နဲ့ ဖြောင့်ဖြောင့်ဆန့်ကျင်ဘက် မဟုတ်ယင်တော့ ဘုန်းကြီးတို့ကို ရှုတ်ချစွပ်စွဲပြီး ဘယ်လိုပဲ ပြောနေနေ အဲဒီလို အပြောမျိုးတွေကိုတော့ လျစ်လျူရှုပြီးတော့ ကိုယ့်အလုပ် လမ်းမှန်ကိုသာ ဟောပြောဆောင်ရွက်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့်-

အတ္တနောဝ-မိမိ၏သာလျှင်၊ ကတာနိ စ-ပြုအပ်သည်-ပြုမိသည်တို့ကို၎င်း၊ အကတာနိ စ-မပြုအပ်သည်-မပြုမိသည် တို့ကို၎င်း၊ အဝေက္ခေယျ-ကြည့်ရှုရမယ် ဆင်ခြင်ရမယ် စဉ်းစားရမယ်တဲ့။

ကိုယ်နဲ့ဆိုင်တဲ့ တာဝန်ကိစ္စတွေထဲက မပြုသင့်တာတွေကို မပြုမိပဲ ကင်းရှင်းရဲ့လား၊ ပြုမိသေးသလားလို့လဲ ဆင်ခြင်ရမယ်။ ပြုသင့်တာတွေကို ပြုမိပါရဲ့လား၊ မပြုမိပဲ လစ်ဟင်းနေသေးသလားလို့လဲ ဆင်ခြင်ရမယ်။ အဲဒါတွေက ဘာတွေလဲ ဆိုယင် လူဝတ်ကြောင်များမှာ လူ့ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာတွေ ရဟန်းများမှာတော့ ရဟန်းကျင့်ဝတ် ဆိုင်ရာတွေပါဘဲ။ အဲဒီ ၂-မျိုးထဲမှာ လူ့ကျင့်ဝတ်တွေကိုတော့ ဖော်ပြနေဘို့ မလိုပါဘူး။

ရဟန်းများမှာတော့ သီလသိက္ခာ ပုဒ်တွေကို လုံလုံခြုံခြုံ ကျင့်မိရဲ့လား၊ သမာဓိ ဘာဝနာ အကျင့်ကို ကျင့်မိရဲ့လား၊ သံသာရဝဋ္ဌ ဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ-လို့ ရည်ရွယ်ခဲ့တဲ့အတိုင်း ဝိပဿနာပညာအကျင့်ကို ထိထိရောက်ရောက်ကျင့်မိရဲ့လား၊ သမာဓိအကျင့်ထဲက ဗုဒ္ဓါနုဿတိအရ ရိုသေထက်သန်စွာနဲ့ ဘုရားအား ဝတ်ပြုခြင်း ဘုရားဂုဏ်တော်ကို လေးလေးနက်နက် ဆင်ခြင်ခြင်းများကို ပြုမိရဲ့လား၊ မေတ္တာကို လေးလေးနက်နက် ပွားများအားထုတ်မိရဲ့လား၊ မိမိကို ဆည်းကပ်လှူဒါန်းနေကြတဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေအား အကျိုးကြီးတဲ့ ကုသိုလ်အထူးများ ဖြစ်ပွားအောင် ကျင့်သုံးခြင်း ထိထိရောက်ရောက် ဟောပြောခြင်း စသည်ဖြင့် ဆောင်ရွက်ပေးဘူးရဲ့လား၊ အသုဘ ဘာဝနာကို လေးလေးနက်နက် ပွားများဘူးရဲ့လား၊ မရဏသမာဓိကိုလဲ လေးလေးနက်နက် ဆင်ခြင် ပွားများဘူးရဲ့လား၊ သေသွားတဲ့အခါ မိမိပိုင်ဆိုင်တဲ့ ပစ္စည်းတွေကို စွန့်ပစ်သွားရမှာပဲ ဆိုတာကိုလဲ လေးလေးနက်နက် ဆင်ခြင်မိရဲ့လား၊ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကို အမှီပြုပြီးတော့ လာဘ်လာဘရအောင် ဘုန်းကြီးအောင် ကိုယ်ကျိုးအတွက် အားထုတ်ဘူးသလား၊ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်နှင့်ဆန့်ကျင်တဲ့ ဟောပြောမှု၊ သူများအထင်ကြီးအောင် ပြောဆိုမှု စသည်ဖြင့် ဘုန်းကြီးအောင် ကိုယ်ကျိုးအတွက် ပြုလုပ်ဘူးသလား စသည်ဖြင့်လဲ မိမိ၏ တာဝန်ကိုသာ ဆင်ခြင်သင့်ပါတယ်။

**တာဝန်ကျေသော မဟာစည်နယ်လှည့်
ဓမ္မကထိကများ**

မဟာစည်နိကာယဆိုင်ရာ ကမ္မဋ္ဌာနစရိယ ဓမ္မကထိကများကတော့ တာဝန်ကျေပြန်တာပဲ များကြပါလိမ့်မယ်။ အကယ်၍ တာဝန်မကျေတာရှိယင်လဲ ကျေပြန်အောင် အထူးသတိပြုသွားကြဘို့ပါဘဲ။ အထူးအားဖြင့် နယ်လှည့်ဓမ္မကထိက တွေကို တမင်သက်သက် အလှူခံဟောပြောခြင်းမပြုဘို့ ဘုန်းကြီးက ညွှန်ကြားထားတယ်။ ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်းလဲ အလှူခံ ဟောပြောခြင်းမရှိပဲ တရားသက်သက်ကိုသာ ဟောပြောကြောင်း ကြားသိရလို့ ဝမ်းမြောက်ရပါတယ်။

အရေးကြီးဆုံးကတော့ သီလဘက်ကလိုနေယင် ပြည့်စုံအောင်ကျင့်သွားဘို့ပါဘဲ။ သမာဓိပညာဘက်ကလဲ စွမ်းနိုင် သမျှ တိုးတက်ပြည့်စုံသွားအောင် အားထုတ်သွားကြဘို့ပါဘဲ။ အဲဒီလိုရိုရိုသေသေ ကျင့်သုံးအားထုတ်သွားယင် မိမိအတွက်လဲ အကျိုးများတယ်။ မိမိအားလှူဒါန်းနေကြတဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေမှာလဲ အကျိုးကြီးတဲ့ ကုသိုလ်ထူးတွေဖြစ်ပြီး အကျိုးများတယ်။ အထူးအားဖြင့် ကွယ်လွန်သွားတဲ့သူအတွက် လှူဒါန်းတဲ့အခါ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ဘက်က သီလစင်ကြယ်ဘို့ အရေးကြီးပါတယ်။

သမာဓိ ပညာဘာဝနာအလုပ် ဆိုတာကတော့ **သမဏဓမ္မ** ခေါ်တဲ့ ရဟန်းတရားတွေဘဲ။ အဲဒီ သမဏဓမ္မခေါ်တဲ့ သမာဓိပညာအလုပ်တွေကို ထိထိရောက်ရောက် ပွားများအားထုတ်ဖို့ ရဟန်းတော်များအတွက် အထူးလိုအပ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူများတွေ အားမထုတ်တာကိုတော့ ကြည့်ရှုဆင်ခြင်ဘို့ စွပ်စွဲပြောဆိုဘို့ မလိုပါဘူး။ မိမိကိုယ်တိုင်အတွက်သာ ပြည့်စုံ သည်ထက်ပြည့်စုံအောင် ပွားများအားထုတ်သွားကြဘို့ အရေးကြီးပါတယ်။

အားထုတ်ခါစ ယောဂီအသစ်ဆိုယင် သူတပါးကိုဂရုမစိုက်ပဲ ကိုယ့်တရားသာ ဂရုစိုက်ပြီး မပြတ်ရှုမှတ်သွားဘို့ လိုပါတယ်။ တခါက ဒီမှာ လာပြီးအားထုတ်တဲ့ လူတယောက်ဟာ အိမ်ပြန်သွားတဲ့အခါကျတော့ ဘုန်းကြီးထံ ပစ်စာတစောင် ရေးပြီး ပို့လိုက်တယ်။ သူ့စာထဲမှာ အခြားယောဂီတွေ အားထုတ်ပုံနေရာမကျတာတွေလဲ အပြစ်တင်ပြထားတယ်။ ညွှန်ကြား ပြသတဲ့ ဆရာတွေကိုတောင် အပြစ်တင်ဝေဘန် ပြထားလိုက်သေးတယ်။ သူကိုယ်တိုင်ကတော့ နာမ်ရုပ်ကို ပိုင်းခြင်းသိတဲ့ ဉာဏ်တောင် မရောက်ဘူး။ အဲဒါဟာ ကိုယ့်တာဝန်မကျေလို့ပါဘဲ။ ဒါကြောင့်-

အနုဝါဒေါ-သူတပါးကို မစွပ်စွဲမပြောဆိုခြင်းက တပါးလို့လဲ ဟောထားတာပါဘဲ။ အဲဒါကို အဋ္ဌကထာမှာ (ဝါစာယ -နူတ်ဖြင့်၊ ကဿစိ-တစုံတယောက်ကိုမျှ၊ အနုပဝဒနံ-မစွပ်စွဲ မပြောဆိုခြင်းက တပါး-လို့) ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ သို့သော် ဆရာက တပည့်အပြစ်ကို ကြည့်ရှုဆိုဆုံးမတာကတော့ ဒီ စွပ်စွဲမှုမျိုးမဟုတ်ပါဘူး။ မုချပြုသင့်တဲ့ကျင့်ဝတ်ပါဘဲ။

ဒါကြောင့် သူတပါးမှာ ချွတ်ယွင်းတဲ့အပြစ် တကယ်ရှိနေတောင်မှ စွပ်စွဲပြောဆိုခြင်း မပြုမိအောင် ကြဉ်ရှောင်ဘို့လိုပါတယ်။ အပြစ်မရှိပါဘဲနဲ့ မပြစ်ရှိသလေယောင် လိမ်လည်ပြီး စွပ်စွဲခြင်းမှ ကင်းရှင်းဘို့ရာကတော့ အထူးပြောစရာ မလိုပါဘူး။

နောက်ပြီးတော့ အနုပဿာတော-ပုဒ်ကိုလဲ အဋ္ဌကထာမှာ (ကာယေန ဥပဿာတဿ-ကိုယ်ဖြင့် နှိပ်စက်ခြင်းကို၊ အကရဏံ မပြုရခြင်း-လို့) ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ အဲဒါဟာ ပဌမဂါထာမှာ ဟောခဲ့တဲ့ မညဉ်းဆဲရန် ပြဆိုချက်နှင့် ဘယ်လိုထူး သလဲ၊ ဘာကြောင့်ထပ်ပြီး ဟောတားပါသလဲလို့ မေးစရာရှိပါတယ်။ အဋ္ဌကထာ ဋီကာများမှာတော့ အဲဒီအကြောင်း ဖြေရှင်း

ချက်ကို မတွေ့ရဘူး။ သတ္တဝါတွေမှာ ညည်းဆဲမှုဆိုတာက ကင်းရှင်းခဲသောကြောင့် အသေးအဖွဲ့မှစ၍ ညည်းဆဲမှုဟူသမျှ ကင်းရှင်းစေရန် ထပ်မံပြီး သတိပေးတဲ့အနေဖြင့် ထပ်မံပြီး မိန့်မြှောက်ညွှန်ကြားတော်မူတယ်လို့ ဖြေရှင်းလျှင် သင့်လျော်ဘွယ် ရှိပါတယ်။ အဲဒီမှာ ဋီကာကတော့ စိတ်ကူးမျှဖြင့်လဲ ညည်းဆဲရန် ကြံခြင်းကင်းစေရမယ်လို့လဲ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီ ၂-ပုဒ် အရ (သူ့ကို စွပ်စွဲ ညည်းဆဲ ကင်းစေ) လို့ ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

သူ့ကို စွပ်စွဲ ညည်းဆဲ ကင်းစေ။

ပါတိမောက္ခ စ-ပါတိမောက်ခေါ် ကိုယ်ကျင့်သီလ၌လဲ၊ သံဝရော-အကုသိုလ် မဖြစ်ရအောင် ပိတ်ဆို့ခြင်း စောင့်ရှောက်ခြင်းက တပါးတဲ့။

စောင့်သူ့ကို လွတ်စေတဲ့ သီလ

ပါတိမောက္ခ ဆိုတဲ့ပုဒ်က ပါတိ ဆိုတာက စောင့်ရှောက်သူကိုလို့ ဆိုလိုတယ်။ မောက္ခ ဆိုတာက လွတ်စေတယ်လို့ ဆိုလိုတယ်။ ဒါကြောင့် ပါတိမောက္ခ ဆိုတာ စောင့်ရှောက်သူကို လွတ်စေတယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ ဘာကိုစောင့်ရှောက်သူလဲ၊ ဘယ်မှာ လွတ်စေတာလဲ ဆိုတော့ သီလဆိုတဲ့ မိမိစောင့်ရှောက်သူကို အပါယ်ဆင်းရဲမှ လွတ်စေတတ်တဲ့ သီလလို့ ဆိုလိုတာ ပါ။ လူဝတ်ကြောင်များမှာ ငါးပါးသီလကို ရှိရှိသေသေ စောင့်ရှောက်နေယင် သေသည်၏ အခြားမဲ့၌ အပါယ်လေးပါးမှာ လွတ်စေပြီးတော့ သုဂတိသို့ ရောက်စေတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် လူဝတ်ကြောင်များမှာ ငါးပါးသီလဟာ ပါတိမောက်သီလဘဲ။ ရဟန်းများမှာတော့ ၂၂၇-ပါးသော သိက္ခာပုဒ်ဆိုင်ရာ သီလဟာ ပါတိမောက် သီလပါ။ အဲဒါကတော့ ထင်ရှားနေပါပြီ။ ဆောင်ပုဒ်ကတော့ “ကိုယ်ကျင့်သီလ လုံးဝလုံစေ”တဲ့ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ကိုယ်ကျင့်သီလ လုံးဝလုံစေ။

မတ္တညုတာ စ ဘတ္တသ္မိံ စားဘွယ် သောက်ဘွယ်ဆွမ်း၌ အတိုင်းအရှည် သိခြင်းကလဲ တပါးတဲ့။ အဲဒါကတော့ ဆွမ်းစားတဲ့အခါ “ဤရုပ်ကိုယ်ကြီးတည်မြဲတည်နေအောင် စားရတယ်၊ ဆာလောင်ခြင်း ဆင်းရဲငြိမ်းအောင် စားရတယ်၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ဆိုတဲ့ အကျင့်မြတ်ကို ကျင့်နိုင်အောင် စားရတယ် စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီး စားသုံးဘို့ပါ။ နောက်ပြီးတော့ ပစ္စည်းလေးပါး ခံယူတဲ့အခါလဲ သင့်တော်လောက်ရုံမျှ ခံယူဘို့ပါ။ အဲဒါကို (အစာ၌လဲ သိမြဲ တိုင်းရှေ့-လို့) ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

အစာ၌လဲ သိမြဲ တိုင်းရှေ့။

သဒ္ဓါစစ်-သဒ္ဓါတူ

လက်ခံရာမှာသာ မဟုတ်ဘူး။ ပေးကမ်းရာမှာလဲ ပေးသင့်ပေးထိုက်တဲ့ သူအားသာ ပေးရတယ်။ သံဃာပိုင် ပစ္စည်းကို မပေးသင့်တဲ့ သူအားပေးယင် ဘဏ္ဍာဒေယျဆိုတဲ့ ဘဏ္ဍာစာ ပေးဆပ်သင့်တဲ့ အပြစ်လဲ ရောက်တတ်တယ်။ ခိုးလိုတဲ့ စေတနာဖြင့် ပေးယင်တော့ ပါရာဇိက အာပတ်အထိလဲ သင့်တတ်တယ်။ ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းကိုလဲ မပေးသင့်တဲ့ လူတွေအား ပေးယင် ကုလဒူသန အနေသနဖြစ်ပြီး ဒုက္ကဋ်အာပတ်လဲ သင့်တတ်တယ်။ ကုလဒူသနဆိုတာ ဒကာ ဒကာမတွေအား သဒ္ဓါတရားအစစ်ကို ပျက်စေတတ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သဒ္ဓါအစစ် ပျက်ပုံကတော့ မူလက ရဟန်းတော်များ၏ သီလစသည်ကို ယုံကြည်ကာ ကြည်ညိုတာက သဒ္ဓါအစစ်ပဲ။ ရဟန်းထံမှ ပစ္စည်းရလာတော့ အဲဒီ ပစ္စည်းပေးတဲ့ ရဟန်းကိုသာ ကြည်ညိုတယ် ဆိုတာက သဒ္ဓါစစ်မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီလို သဒ္ဓါစစ်မှ သဒ္ဓါတူ ဖြစ်သွားတာဟာ ပျက်သွားတာဘဲ။ အဲဒီ သဒ္ဓါတူဖြင့် ပေးလှတဲ့ အခါလဲ စင်ကြယ် မြင့်မြတ်တဲ့ ကုသိုလ် မဖြစ်တော့ဘူး။ အနေသန ဆိုတာကတော့ ဒကာ ဒကာမများထံမှ တုံ့ပြန်ပြီးလှူအောင် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ပေးကမ်းခြင်း ဖြစ်သောကြောင့် မသင့်တဲ့နည်းဖြင့် ပစ္စည်းရှာခြင်းလို့ ဆိုလိုတာပါ။

နောက်ပြီးတော့ ဒကာ ဒကာမတွေက သူတို့လှူတဲ့ ပစ္စည်းကို ရဟန်းများ သုံးစွဲပြီး သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်ကို ကျင့်စေရန်၊ သာသနာတော် အကျိုးများစေရန် ရည်ရွယ်ပြီး စေတနာကောင်းဖြင့် လှူကြတယ်။ အဲဒီလို သန့်ရှင်းစွာလှူတဲ့ ပစ္စည်းများကို မပေးသင့်တဲ့ လူဝတ်ကြောင်များအား ပေးကမ်းလျှင် သဒ္ဓါဒေယျ ဝိနိပါတနဆိုတဲ့ အပြစ်လဲ ရောက်တယ်။ သဒ္ဓါ မှန်ဖြင့် လှူတဲ့ပစ္စည်းကို ဖျက်ဆီးပစ်ရာရောက်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

(အစာ၌လဲ သိမြဲ တိုင်းရှေ့-ဆိုတဲ့) ဩဝါဒဖြင့် ယခုဖော်ပြခဲ့တဲ့ ကုလဒူသန စသော အပြစ်တွေ ကင်းရှင်းအောင် ကျင့်သုံးရန် ညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ ပန္နဉ္စ သယနာသနံ-လူနေရွာအိမ်ဌာနမှ ဝေးကွာ၍ အစွန်းအဖျားကျသော တောကျောင်း၌ နေထိုင်ခြင်းကလဲ တပါးတဲ့။ အဲဒီတောရကျောင်းဆိုတာ လူနေအိမ်ရွာများမှာ (အာစရိယဓနခေါ်တဲ့ လေးတာဖြင့်) တာငါးရာ ဝေးကွာတဲ့အရပ်၌ တည်သောကျောင်းလို့ဆိုပါတယ်။ အာစရိယဓနတာ ဆိုတာကလဲ ပကတိလူတို့၏ အတောင်ဖြင့် လေးတောင် ရှိတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီတော့ လူနေအရပ်မှ အတောင် (၂၀၀၀)-နှစ်ထောင် ဝေးကွာတဲ့ အရပ်ကို တောရကျောင်းအရပ်လို့ အသိအမှတ်ပြုရပါတယ်။ ယခုခေတ် အတိုင်းအတာနဲ့ဆိုယင် ၄-ဖာလုံနီးပါးအရပ်လို့ ဆိုရမှာဘဲ။ အဲဒီလို တောရကျောင်းမှာနေယင် အသံတိတ်ဆိတ်နေတဲ့အတွက် တရားအားထုတ်ရာမှာ သမာဓိဖြစ် လွယ်ဘို့ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ယခုနေအခါ လူဝတ်ကြောင်များပါ တရားအားထုတ်ဖို့ ကျောင်းဆိုယင်တော့ မြို့ရွာနဲ့ ဝေးယင် အဆင်မပြေပဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အခြေအနေအရသင့်တော်သလို ကြည့်နေဘို့ပဲ လိုပါတယ်။ အဲဒါကို (လူသူဆိတ်တောင်း တောကျောင်းမှာနေ-လို့) ဆောင်ပုဒ်စီ ထားတယ်။ အဲဒါကိုဆိုကြရမယ်။

လူသူဆိတ်တောင်း တောကျောင်းမှာနေ၊

နောက်ဆုံးညွှန်ကြားချက်ကတော့ အဓိစိတ္တ-အလွန်မြတ်သောစိတ်၌၊ ဝါ-ဝိပဿနာ၏ အခြေခံဖြစ်သော သမာဓိ အလုပ်၌၊ ဝါ-သမထ ဘာဝနာ ဝိပဿနာ ဘာဝနာ စိတ်အလုပ်၌၊ အာယောဂေါ စ-အားထုတ်ခြင်းကလဲ တပါးတဲ့။ အဲဒါကို (စိတ်မြတ်လုပ်ငန်း ကြိုးပမ်းပါလေ-လို့) ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

စိတ်မြတ်လုပ်ငန်း ကြိုးပမ်းပါလေ။

ဒီသမာဓိ ဝိပဿနာအလုပ်ကတော့ ရှေ့နားတုန်းက ပြောခဲ့ပါပြီ။ ဒါကြောင့် အဲဒါကိုတော့ အထူးပြောနေဘို့ မလိုပါဘူး။ သာရတ္ထဒီပနီ ဋီကာမှာ အဓိစိတ္တအရ မဂ်ဖိုလ်စိတ်လို့လဲ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီအဖွင့်ကိုမှီပြီးတော့ တကယ်အားထုတ်ရမည့် ဝိပဿနာစိတ်အလုပ်ကို ဒီမှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။ နောက်ဆုံး နိဂုံးချုပ်ကတော့-

ဧတံ-ဤ ဖ-ပါးသည်၊ ဗုဒ္ဓါနံ-ဘုရားရှင်တို့၏၊ သာသနံ-အဆုံးအမ တော်ပေတည်းတဲ့။

အဲဒါအတွက် ဆောင်ပုဒ်ကတော့ “ဤ ဖ-ပါး ဘုရားဆုံးမပေ”တဲ့။ အရင်းခံငါးပုဒ်နှင့်တကွ အဲဒီနိဂုံးချုပ် ဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြရမယ်။

တတိယဂါထာဆောင်ပုဒ်

သူ့ကို စွပ်စွဲ ညှဉ်းဆဲ ကင်းစေ၊
ကိုယ်ကျင့်သီလ လုံးဝ လုံစေ၊
အစာ၌လဲ သိမြဲ တိုင်းရှေ့၊
လူသူဆိတ်တောင်း တောကျောင်းမှာ နေ၊
စိတ်မြတ်လုပ်ငန်း ကြိုးပမ်းပါလေ၊
ဤ ဖ-ပါး ဘုရား ဆုံးမပေ။

ယခုရွတ်ဆိုဟောကြားခဲ့တဲ့ ဂါထာသုံးပုဒ်ဟာ ဘုရားရှင်တိုင်း ထပ်ခါထပ်ခါ အကြိမ်များစွာ ညွှန်ကြား မိန့်မြွက်တော်မူခဲ့တဲ့ ဩဝါဒပါတိမောက်ပါဘဲ။ သာသနာတော် အဦးအစမှာဆိုယင် ၂၂၇-သွယ်ဆိုတဲ့ အာဏာပါတိမောက်ကို မရွတ်ဆိုကြရမပြုကြရသေးဘူး။ ဒီဩဝါဒပါတိမောက် သုံးဂါထာကိုသာလျှင် ဘုရားရှင်တိုင်း ကိုယ်တော်တိုင် ရွတ်ဆိုဟောပြောတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ဒီဩဝါဒပါတိမောက်ကို နာကြားပြီး ကျင့်သုံးတော်မူကြသဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်ပြီး ရဟန္တာလဲများစွာပင် ဖြစ်တော်မူကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီဩဝါဒပါတိမောက်ဟာ အလွန်ကျေးဇူးများတဲ့ တရားတော်ပါဘဲ။ ယခု အဲဒီတရားတော်ကို ရွတ်ဆိုဟောကြားလာတာဟာ ပြည့်စုံသွားပါပြီ။ ဆောင်ပုဒ်ကလေးများကို ရွတ်ဆိုပြီးတရားသိမ်းရမယ်။ လိုက်ဆိုကြ။

- (၁) သည်းခံကျင့်သုံး အမြတ်ဆုံးပေ၊
နိဗ္ဗာန် မြတ်လှ ဗုဒ္ဓမိန့်ပေ၊
ရဟန်းမှန်လျှင် မညှဉ်းတတ်ပေ၊
(ရဟန်းမှန်လတ် မသတ်တတ်ပေ)၊
ညှဉ်းဆဲက သမဏ မဟုတ်ချေ။

(၂) မကောင်းမှုများ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊
 ကုသိုလ်တရား ဖြစ်ပွား စုံစေ၊
 မိမိစိတ်ဓာတ် ဆွတ်ဆွတ် ဖြူစေ၊
 ဤ သုံးပါး ဘုရား ဆုံးမပေ။

နိဂုံးချုပ် ပတ္တနာ ဆူတောင်း

ဒီဩဝါဒ သာသနာသုံးပါးကတော့ သာသနာ့အန္တရာယ်ကာကွယ်ရေးလဲ ဖြစ်ပါတယ်။ တိုတိုကလေးနဲ့ ကျင့်သုံးဘို့လဲ ပြည့်စုံနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် အလွန်ပင်မှတ်သားဘွယ်ကောင်းပါတယ်။ နောက်ဆုံးဆောင်ပုဒ်ကိုလဲ ဆိုကြရမယ်။

(၃) သူ့ကို စွပ်စွဲ ညှဉ်းဆဲ ကင်းစေ၊
 ကိုယ်ကျင့်သီလ လုံးဝ လုံစေ၊
 အစာ၌လဲ သိမြဲ တိုင်းရှေ့၊
 လူသူဆီတ်တောင်း တောကျောင်းမှာနေ၊
 စိတ်မြတ်လုပ်ငန်း ကြီးပမ်းပါလေ၊
 ဤ ၆-ပါး ဘုရား ဆုံးမပေ။

ဒီ ဩဝါဒပါတမောက်တရား ဘုရားအဆုံးအမ သာသနာတော်နှင့်အညီ ပြည့်စုံစွာ ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်ကြ၍ မိမိတို့ အလိုရှိအပ်သော မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေ။

သာဓု သာဓု သာဓု

သာသနာ့ရိပ်သာ ငွေရတုတရားတော် ဤတွင်ပြီး၏။

နှစ်လည်ပွဲဇော်ပွဲနှင့် ငွေရတုသဘင်

ရေစက်ချ

သံဃာတော်အရှင်မြတ်တို့ဘုရား၊ ရှေ့သွားခေါင်းဆောင် ဗုဒ္ဓသာသနာနဂ္ဂဟ အဖွဲ့ချုပ်နှင့်တကွ ဤသာသနာ့ ရိပ်သာ ဆိုင်ရာ ဒါယကာ ဒါယိကာမများ ဖြစ်ကြသော ဘုရားတပည့်တော်တို့သည် ၁၃၁၁-ခုနှစ် နတ်တော်လမ္မာစ၍ ဤသာသနာ့ ရိပ်သာ၌ ဝိပဿနာတရားကို ဟောကြား ကျင့်သုံးနေကြသော ရဟန်း သံဃာတော်အား၎င်း၊ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ် အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့အား၎င်း၊ ဆွမ်းသင်္ကန်းစသော သင့်လျော်သော ပစ္စည်းတို့ဖြင့် ထောက်ပံ့လှူဒါန်းခဲ့ကြပါကုန်၏ အရှင်မြတ် တို့ဘုရား။

ယခုအခါ ၂၅-နှစ်မြောက် ငွေရတုသဘင်ကိုလဲ ဆင်ယင်ကျင်းပပါကုန်၏။ ဤငွေရတုသဘင် ဆင်ယင် ကျင်းပရာ၌ မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော် ရှည်စွာတည်တံ့ခြင်း၊ ထွန်းကားခြင်း၊ ကြီးပွားခြင်း၊ စည်ပင်ခြင်း အကျိုးငှာ၎င်း၊ တပည့်တော်တို့သည် သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ပါရခြင်း အကျိုးငှာ၎င်း၊ လွန်ခဲ့သော ၄-ရက်မှစ၍ ယနေ့အထိ သံဃာတော်အား၎င်း၊ ယောဂီအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့အား၎င်း၊ ကြွရောက်လာသော ကလျာဏမိတ္တ မိတ်ဆွေအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့အား၎င်း၊ မွန်မြတ်သော ခဲဘွယ်ဘောဇဉ်တို့ဖြင့် နံနက် ဆွမ်းတကြိမ်၊ နေ့ဆွမ်းတကြိမ် အားဖြင့် ၂-ကြိမ် တိုင်တိုင် ကျွေးမွေးလှူဒါန်းပါကုန်၏။ ထိုသို့လှူဒါန်းပြီးလျှင် ရည်ရွယ်အပ်သော ရဟန်းတော် အရှင်မြတ်တို့အား ရည်ရွယ် အပ်သော သင်္ကန်း လက်ဆွဲအိတ် စာအုပ်များနှင့် ဆပ်ပြာခဲ အစရှိသော အမျိုးမျိုးသော လှူဘွယ်ဝတ္ထုတို့ကို ရည်ရွယ်ရင်း ရှိသည့်အတိုင်း ရေစက်သွန်းချ၍ လှူဒါန်းပါကုန်၏။

ဤကောင်းမှု အပေါင်းသည် အာသဝေါတရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာ ကုန်ကြောင်း ဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကို ရွက်ဆောင်ပါစေသတည်း။

ဤကောင်းမှုကြောင့် တပည့်တော်တို့သည် ဘေးရန်အန္တရာယ် ဟူသမျှတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းကြသည် ဖြစ်၍ အသက်ရှည်ခြင်း၊ အနာကင်းခြင်း၊ ကျန်းမာခြင်း၊ ချမ်းသာများခြင်း အစရှိသော ကောင်းကျိုးချမ်းသာ မင်္ဂလာအပေါင်း တို့နှင့် အခါခပ်သိမ်း ပြည့်စုံကြသည်ဖြစ်၍ ဆင်းရဲခပ်သိမ်းတို့၏ ငြိမ်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်သို့ လျင်မြန်စွာ ရောက်ရပါလိုကုန်၏ အရှင်မြတ်တို့ဘုရား။

ဤ ကောင်းမှုအပေါင်း၏ အဘို့ဘာဂကို အမိ အဘ ဆရာသမားတို့အား၎င်း၊ ဆွေမျိုးတို့အား၎င်း၊ ဤအရပ်၌ ရောက်ရှိနေသော ပရိသတ်အပေါင်းအား၎င်း၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်စောင့်နတ် အိမ်စောင့်နတ် မြို့စောင့်နတ် ဤရိပ်သာစောင့်နတ် သာသနာတော်စောင့်နတ်လောကို စောင့်ရှောက်သောနတ် သိကြားမင်း ယမမင်း အစရှိသော နတ်အပေါင်းတို့အား၎င်း၊ ရှေးဦးစွာ အထူးသဖြင့် အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ ကွယ်လွန်ကြလေသော ဆွေမျိုးအပေါင်းတို့အားလည်း အထူးသဖြင့် အမျှပေး ဝေပါကုန်၏။ အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့အားလဲ အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အမိအဘတို့မှစ၍ အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့သည် အမျှရကြ၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။

အမျှ အမျှ အမျှယူတော်မူကြပါကုန်လော့။

သာဓု သာဓု သာဓု

ဤတွင် ရေစက်ချ အမျှဝေပါ ပြီးသည်။

ကျေးဇူးတော်ရှင်
မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏

အလုပ်ပေးတရားတော်

ဝိပဿနာ အလုပ်ဆိုတာ ကိုယ်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေကို အမှန်အတိုင်း သိအောင်လို့ အားထုတ် ရတာဘဲ။ ရုပ်တရားဆိုတာ အခုထင်ရှားတွေ့နေရတဲ့ အရာဝတ္ထုတွေဘဲ။ ထင်ရှားတွေ့နေရတဲ့ ကိုယ်ကြီး တခုလုံးဟာ ရုပ်အစု အဝေး ရုပ်တရားတွေပါဘဲ။ နာမ်တရားဆိုတာက သိသိနေတဲ့ စိတ်ပါဘဲ။ အဲဒီ ရုပ်နာမ်တွေက မြင်တိုင်း မြင်တိုင်းလဲ ထင်ရှား ဖြစ်နေတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီရုပ်နာမ်တွေကို အမှန်အတိုင်းသိအောင် မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း မြင်တယ် မြင်တယ်လို့ ရှုရ မှတ်ရ မယ်။ ရှုတယ် မှတ်တယ်ဆိုတာ သေသေချာချာ သိအောင်လို့ အသိဉာဏ်နဲ့ စူးစိုက်ပြီး နှလုံးသွင်းလိုက်တာကို ခေါ်တာပါဘဲ။

ထို့အတူ နားက ကြားတိုင်း ကြားတိုင်းလဲ ကြားတယ် ကြားတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ နှာခေါင်းက အနံ့ကို နံတိုင်းလဲ နံတယ် နံတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ လျှာက အရသာကို စားသိတိုင်းလဲ သိတယ် သိတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ ကိုယ်က တွေ့ထိတိုင်းလဲ ထိတယ် ထိတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ စိတ်ကူးစဉ်းစား ကြံစည်တိုင်းလဲ စိတ်ကူးတယ် စဉ်းစားတယ် ကြံစည်တယ် စသည်ဖြင့် မှတ်ရမယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ အားထုတ်ခါစမှာတော့ မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း တွေ့တိုင်း သိတိုင်းကို အကုန်လုံးသိအောင် လိုက်ပြီး မမှတ်နိုင်သေးဘူး။ ဒါကြောင့် ထင်ရှားသိလွယ်တဲ့ တရားက စပြီး မှတ်ရမယ်။

အသက်ရှူတိုင်း ရှိုက်တိုင်း ဝမ်းဗိုက်ထဲက ဖောင်းလိုက် ပိန်လိုက်နဲ့ တောင့်တင်းလှုပ်ရှားနေတာဟာ အမြဲမပြတ် ထင်ရှားနေတယ်။ အဲဒါဟာဝါယောဓာတ်လို့ခေါ်တဲ့ ရုပ်တရားဘဲ။ အဲဒါကစပြီး ရှုမှတ်ရမယ်။ အဲဒါကို ရှုမှတ်ရအောင် ရှေးဦးစွာ ဝမ်းဗိုက်ကို စိတ်နဲ့ စိုက်ပြီး ကြည့်နေရမယ်။ အသက်ရှူသွင်းလိုက်တဲ့အခါ ဖောင်းတက်လာတာကို တွေ့လိမ့်မယ်။ အသက်ရှူထုတ်လိုက်တဲ့အခါ ပိန်ကျသွားကို တွေ့လိမ့်မယ်။ ဖောင်းတက်လာတာကို ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ ပိန်ကျ သွားတာကို ပိန်တယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ စိတ်နဲ့စိုက်ပြီး ကြည့်နေရုံနဲ့ မထင်ရှားသေးယင် ဗိုက်မှာလက်နဲ့ထိထား။ အသက်ရှူ ကိုတော့ မပြင်နဲ့။ နှေးအောင်လဲ အသက်အောင့်မထားနဲ့။ မြန်အောင်လဲ အားမထုတ်နဲ့။ ပြင်းပြင်းကြီးလဲ မရှုနဲ့။ အသက်ရှူကို ပြင်လိုက်ယင် မောသွားလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် ပကတိ ရှုမြဲအတိုင်း မှန်မှန်ကလေး ရှုရမယ်။ အသက်ရှူမှားသွားယင် မှန်မှန် ကလေး ပြန်ထား။ ဒီလိုမှန်မှန်ကလေး ရှုနေယင် ဖောင်းတက်လာတာကို ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်။ ပိန်ကျသွားတာကို ပိန်တယ်လို့ မှတ်။ “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်” ဒီလို အဆိုကလေးတွေကတော့ စိတ်ထဲတွင် ဆိုရမှာနော်။ ပါးစပ်ကတော့ ဆိုနေဘို့ မလိုပါဘူး။

ဝိပဿနာ ရှုတယ်ဆိုတာ အမည်တွေ အဆိုတွေက လိုရင်းမဟုတ်ဘူး။ သိဘို့က သာပြီးလိုတယ်။ ဒါကြောင့် ဆိုရုံ ကလေးနဲ့တော့ မပြီးသေးဘူး။ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်တဲ့အခါ ဖောင်းစကနေပြီး ဖောင်းဆုံးတိုင်အောင် ဖောင်းတက်လာတာ ကလေးကို မျက်စိနဲ့ မြင်သလို သေသေချာချာ သိသွားစေရမယ်။ ပိန်တယ်လို့ မှတ်တဲ့အခါမှာလဲ ပိန်ကျသွားတာကလေးကို ပိန်စက ပိန်ဆုံးတိုင်အောင် မျက်စိနဲ့မြင်သလို ထင်ထင်ရှားရှား သိသွားစေရမယ်။ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်ယင် ဖောင်းတာနဲ့အသိ ကပ်သွားစေရမယ်။ ခဲနဲ့ပစ်လိုက်တော့ ဖက်ကနဲ ထိမှန်သွားတာလို ဟိုကပေါ်လာတဲ့ မှတ်စရာအာရုံနဲ့ ဒီကရှုမှတ်လိုက်တဲ့ စိတ်နဲ့ဟာ တခါတည်း အံကျကိုက်သွားအောင်လို့ ဂရုစိုက်ပြီး မှတ်ရမယ်။ ပိန်တယ်လို့ မှတ်တော့လဲ အတူတူပဲ။ ပိန်တာနဲ့ မှတ်တာ အံကျကိုက်သွားစေရမယ်။ ဘာမှ အထူးမှတ်စရာမရှိယင် ဒီဖောင်းတာ ပိန်တာကလေး ၂-ခုပဲ မှတ်နေရမယ်။ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်။ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ မပြတ်မှတ်နေရမယ်။

ဒီလိုမှတ်နေယင် စိတ်က တခြား ထွက်သွားတာလဲ ရှိလိမ့်ဦးမယ်။ အဲဒီလို ထွက်သွားတဲ့ စိတ်ကလေးကိုလဲ လိုက်ပြီး မှတ်ရမယ်။ အဲဒီစိတ်ကလေးကို သွားတယ် သွားတယ်လို့မှတ်။ ဒီလိုတချက် နှစ်ချက်လောက် မှတ်လိုက်ယင် သူက မသွား ပြန်ဘူး။ အဲဒီတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်။ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ပြန်မှတ်သွားရုံဘဲ။ စိတ်ကလေးက တနေရာ ရောက်သွားယင် ရောက်တယ် ရောက်တယ်လို့မှတ်။ ပြီးယင် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ပြန်မှတ်သွားရုံဘဲ။ စိတ်ကူးထဲမှာ လူတယောက်ယောက်နဲ့တွေ့ယင်လဲ တွေ့တယ်။ တွေ့တယ်လို့ မှတ်။ ပြီးယင် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ပြန်မှတ်သွားရုံဘဲ။ လူတယောက်နဲ့ တွေ့ပြီး စကားပြောနေမှ သတိရတဲ့အခါလဲ ရှိတယ်။ အဲဒီလို စကားပြောနေတဲ့ စိတ်ကူးကိုလဲ ပြောတယ် ပြောတယ်လို့ မှတ်။

လိုရင်းကတော့ ဘာဘဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ကူးကြံစည်မှုတွေဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း လိုက်မှတ်ဖို့ပါဘဲ။ မှတ်ပုံကတော့ စိတ်ကူး ယင် စိတ်ကူးတယ်လို့မှတ်။ စဉ်းစားယင် စဉ်းစားတယ်လို့မှတ်။ ကြံယင် ကြံတယ်။ သိယင် သိတယ်။ နှလုံးသွင်းယင် နှလုံး သွင်းတယ်လို့မှတ်။ စိတ်ထဲမှာ ပျော်တယ်ထင်ယင်လဲ ပျော်တယ် ပျော်တယ်လို့ မှတ်။ ပျင်းယင်လဲ ပျင်းတယ်လို့မှတ်။ ဝမ်းသာ ယင်လဲ ဝမ်းသာတယ်လို့မှတ်။ စိတ်ပျက်ယင်လဲ စိတ်ပျက်တယ်လို့မှတ်။ ဒီလိုစိတ်ကူးလေးတွေကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းရှုမှတ်ပြီး သိနေတာက ဘာတုံးဆိုယင် စိတ္တာနုပဿနာ ခေါ်တယ်။

ဒီလို စိတ်ကလေးကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း မရှုနိုင် မသိနိုင်ကြတဲ့အတွက် ဒီစိတ်ကလေးကို ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါကောင်လို့ ထင်နေကြတာ၊ စိတ်ကူးနေတာဟာ ငါဘဲ၊ ငါစဉ်းစားနေတယ်၊ ငါကြံနေတယ်၊ ငါသိနေတယ်လို့ ထင်နေကြတယ်။ “ကလေး သူငယ်အဖြစ်က ယခုထက်ထိ တဘဝလုံး အသက်ရှင်ပြီး သိနေတဲ့ ငါကောင်ကလေးဟာ တကယ်ကို ရှိနေတယ်”လို့ ထင်နေကြတယ်။ အမှန်မှာတော့ ငါကောင်ကလေးဆိုတာ ရှိတာကို မဟုတ်ဘူး၊ တခုချင်း တခုချင်း မပြတ်ဖြစ်နေတဲ့ ဒီစိတ်ကလေးသာရှိတာဘဲ။ အဲဒီ တခုချင်း တခုချင်း ခဏမစဲ မပြတ်ဖြစ်နေတဲ့ စိတ်ကလေးကို ကိုယ်တိုင်မျက်မှောက် သိအောင်လို့ မှတ်ရတာဘဲ။ ဒါကြောင့် ဒီစိတ်ကလေးကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း မှတ်ရမယ်။ ဒီစိတ်ကလေးကတော့ မှတ်လိုက်ယင် ပျောက်လွယ်ပါတယ်။ ကြံတယ် ကြံတယ်လို့ တချက် နှစ်ချက်လောက် မှတ်လိုက်ယင် သူက မရှိတော့ဘူး၊ ပျောက်သွားတော့တာဘဲ။ အဲဒီတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ပြန်မှတ်သွားရုံဘဲ။

ထိုင်နေတာကြာတော့ ကိုယ်ထဲက ညောင်းတာ ပူတာတွေလဲ ပေါ်လာလိမ့်ဦးမယ်။ ဒါတွေကိုလဲ လိုက်ပြီးမှတ်ရမယ်။ ညောင်းယင် ညောင်းတာကလေးကို သေသေချာချာသိအောင် စိတ်နဲ့စိုက်ပြီး ညောင်းတယ် ညောင်းတယ်လို့ မှတ်၊ ပူယင်လဲ ပူတယ် ပူတယ်လို့မှတ်၊ နာယင်လဲ နာတယ် နာတယ်လို့မှတ်၊ မောယင်လဲ မောတယ် မောတယ်လို့ မှတ်ရုံဘဲ။ ဒီညောင်းတာ ပူတာ နာကျင်ကိုက်ခဲတာ မောပန်းတာ အနေအထိုင်ခက်တာတွေဟာ ဒုက္ခဝေဒနာတွေချည်းဘဲ။ ဒါကြောင့် ဒါတွေ ဒါတွေကို ရှုမှတ်နေတာဟာ ဝေဒနာနုပဿနာတဲ့။ ဒီဝေဒနာကလေးတွေကို ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း မရှုနိုင် မသိနိုင်ကြတဲ့အတွက် ညောင်းတာ ပူတာ နာကျင်ကိုက်ခဲတာကလေးတွေကိုလဲ ငါလို့ထင်နေကြတယ်။ ငါညောင်းနေတယ်၊ ငါပူနေတယ်၊ ငါနာနေတယ်လို့ ငါကောင် သတ္တဝါကောင်အနေနဲ့ ထင်နေကြတယ်။ အယင်ကတော့ ငါကောင်းနေတာဘဲ။ အနေအထိုင် ခက်လာတယ်လို့ ငါတယောက်ထဲ အနေနဲ့ ထင်နေကြတယ်။ အမှန်မှာတော့ ဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်ထဲမှာ မကောင်းတဲ့ အတွေ့တွေနဲ့ တွေ့တွေ ပြီးတော့ မကောင်းတဲ့ခံစားမှုကလေးတွေ တခုပြီးတခု အသစ်အသစ် ဖြစ်နေတာဘဲ။

ဓာတ်မီးပွင့်များမှာ ဓာတ်အားကလေးတွေ အသစ်အသစ် လာတိုင်းလာတိုင်း မပြတ်လင်းနေသလိုပါဘဲ။ ကိုယ်ထဲမှာ မကောင်းတဲ့ အတွေ့ကလေးတွေနဲ့ အသစ်အသစ် တွေ့တိုင်း တွေ့တိုင်း မကောင်းတဲ့ ခံစားမှုကလေးတွေ ဆင့်ကာဆင့်ကာ မပြတ်ဖြစ်နေတာဘဲ။ အဲဒါကလေးတွေကို သေသေချာချာသိအောင် ညောင်းယင် ညောင်းယင် ညောင်းတယ်၊ ပူယင်လဲ ပူတယ် ပူတယ်၊ နာယင်လဲ နာတယ်လို့ ဒီလို စူးစိုက်ပြီး မှတ်နေရမယ်။ မှတ်ခါစမှာတော့ ညောင်တာ ပူတာ နာတာ ကလေးတွေက တိုးတိုးပြီးတော့လဲ ညောင်းလာတတ်တယ်၊ ပူလာတတ်တယ်၊ နာလာတတ်တယ်။ အဲဒီတော့ ပြင်ချင်တဲ့စိတ်ကလေးတွေက ပေါ်လာလိမ့်မယ်။ အဲဒီစိတ်ကလေးကိုလဲ ပြင်ချင်ယင် ပြင်ချင်တယ်လို့ မှတ်ပြီးတော့ ညောင်းတာ ပူတာကိုပဲ ပြန်ပြီးမှတ်နေရဦးမယ်။

သည်းခံယင် နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်တဲ့။ သည်းခံယင် နိဗ္ဗာန်ရောက်တယ်ဆိုတာ ဒီပြင်နေရာမှာထက် ဟောဒီ တရား အားထုတ်ရာမှာ ပိုပြီးအသုံးကျတယ်။ တရားအားထုတ်ယင် သည်းခံမှပဲ၊ ညောင်းတာပူတာကို သည်းမခံပဲ ခဏ ခဏရွှေ့လိုက် ပြင်လိုက်လုပ်နေယင်တော့ သမာဓိ အဖြစ်နိုင်ဘူး။ သမာဓိမဖြစ်ယင် ဉာဏ်မဖြစ်ဘူး။ ဉာဏ်မဖြစ်တော့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို မရောက်ဘူးပေါ့။ ဒါကြောင့် သည်းခံပြီး မှတ်နေရတယ်။ တရားအားထုတ်ရာမှာ သည်းခံရတယ် ဆိုတာကလဲ ကိုယ်ထဲက ဒုက္ခ ဝေဒနာတွေကို သည်းခံရတာပဲ များပါတယ်။ ဒါကြောင့် ညောင်းတာ ပူတာ နာကျင်တာ အခံခက်တာတွေ ဖြစ်လာလို့ရှိယင် ရုတ်တရက် အမှတ်ဖျက်ပြီးတော့ မရွှေ့လိုက် မပြင်လိုက်ရသေးဘူး။ ညောင်းတယ် ညောင်းတယ်၊ ပူတယ် ပူတယ်စသည်ဖြင့် သည်းခံပြီး မှတ်နေရဦးမယ်။ ဒီလိုသည်းခံပြီး မှတ်နေယင် တော်ရုံတန်ရုံ ဝေဒနာကတော့ ပျောက်သွားပါလိမ့်မယ်။ သမာဓိ ဉာဏ်အားကောင်းတဲ့ အခါများမှာတော့ အင်မတန်ကြီးကျယ်တဲ့ ဝေဒနာတွေတောင် ပျောက်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ ဒီလို ပျောက်သွားတဲ့အခါမှာ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ပြန်မှတ်သွားရုံပါဘဲ။

အတော်ကြာအောင် ပေပြီးမှတ်နေပေမယ့်လို့ မပျောက်နိုင်ဘူး မနေသာလှဘူးဆိုယင်တော့ ပြင်ရတာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ ပြင်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေးက စပြီးတော့ ပြင်ချင်တယ် ပြင်ချင်တယ်လို့ မှတ်၊ လက်ကြွယင် ကြွတယ် ကြွတယ်လို့ မှတ်၊ ရွှေ့ယင် ရွှေ့တယ် ရွှေ့တယ်လို့မှတ်၊ ဖြေးဖြေးကလေး ရွှေ့ရမယ်နော်၊ အဲဒီ ဖြေးဖြေးကလေး ရွှေ့သွားတာကိုပဲ လိုက်ပြီးတော့ ကြွတယ် ကြွတယ် ရွှေ့တယ် ရွှေ့တယ် ထိတယ် ထိတယ်လို့ ဒီလို အစဉ်အတိုင်း မှတ်သွားရမယ်။

ကိုယ်ကြီးက ယိမ်းလိုက်ယင် ယိမ်းတယ် ယိမ်းတယ်လို့ မှတ်၊ ခြေထောက်ကြွလာယင် ကြွတယ် ကြွတယ်လို့ မှတ်၊ ရွှေ့ယင် ရွှေ့တယ် ရွှေ့တယ် မှတ်၊ ချယင် ချတယ်မှတ်၊ အပြု အပြင်မရှိပဲ ငြိမ်နေပြန်ပြီဆိုယင်တော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ပြန်မှတ်နေရမယ်။ ကြားထဲက ရပ်နားမနေရဘူး။ ရှေ့အမှတ်နဲ့ နောက်အမှတ် စပ်နေစေရမယ်။ ရှေ့ သမာဓိနဲ့ နောက်သမာဓိ၊ ရှေ့ဉာဏ်နဲ့ နောက်ဉာဏ် တစပ်တည်းသွားမှ သတိ သမာဓိဉာဏ်တွေက တဆင့်ထက် တဆင့် မြင့်မြင့် ရင့်ရင့်ပြီး လာတာ။ ဒီလို ရင့်ရင့်ပြီး အားပြည့်လာတဲ့ အခါကျတော့မှ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ဆိုက်ရောက်သွားတာ။ တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာဟာ မီးပွတ်တဲ့ ယောက်ျားလို အားထုတ်ရမယ်တဲ့။ မီးချစ်မပေါ်သေးတဲ့ ဟိုရှေးခေတ်တုန်းက သစ်သားချင်းပွတ်ပြီးတော့ မီးမွှေးရတယ်။ အဲဒီမီးပွတ်တဲ့လူဟာ မီးပွင့်မချင်း အရပ်မနား ပွတ်နေရတယ်။ ပူလာလေလေ

အားစိုက်ပြီး ပွတ်ရလေလေဘဲ၊ အဲဒီလို အဆက်မပြတ် ပွတ်လို့ ပူလွန်မကပူလာတော့ မီးပွင့်လာရတယ်၊ အဲဒီတော့မှဘဲ နားရတယ်။

အဲဒီလိုဘဲ ရှေးအမှတ်နှင့် နောက်အမှတ်၊ ရှေ့သမာဓိနှင့် နောက် သမာဓိ၊ မပြတ်စပ်နေအောင် တမှတ်ထဲ မပြတ်မှတ် နေရတယ်။ ဒီက ညောင်းတာ ပူတာတွေကို မှတ်လို့ ပြီးသွားယင် ရပ်မနေနဲ့၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ တစပ်ထဲဘဲ မှတ်သွားရမယ်။ ဒီလိုမှတ်နေယင်း တနေရာရာက ယားလာပြန်ယင် အဲဒါကိုလဲ မှတ်ရမှာဘဲ၊ ယားတဲ့နေရာ စိုက်ပြီး ယားတယ် ယားတယ်လို့မှတ်၊ သူလဲ အခံခက်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာဘဲ။ အယားဖျောက်ချင်တဲ့စိတ်ကလေး ပေါ်လာယင် အဲဒီစိတ်ကို ဖျောက်ချင်တယ် ဖျောက်ချင်တယ်လို့ မှတ်၊ မဖျောက်ရသေးဘူး၊ ပြီးတော့လဲ ယားတယ် ယားတယ်လို့ဘဲ ပြန်မှတ်နေရဦးမယ်။

ဒီလို ပေမှတ်နေယင် ယားတာကတော့ ပျောက်သွားတာပဲ များပါတယ်၊ ပျောက်သွားယင် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ပြန်မှတ်သွားရုံဘဲ၊ မပျောက်လှတဲ့ အခါကျတော့ အယားဖျောက်ရတာပေါ့၊ ဒါပေမဲ့ ဖျောက်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေးက စပြီး မှတ်သွားရမယ်၊ ဖောက်ချင်တယ် ဖျောက်ချင်တယ် မှတ်၊ လက်ကြွယင် ကြွတယ် ကြွတယ် မှတ်၊ ရွှေ့ယင် ရွှေ့တယ် ရွှေ့တယ်မှတ်၊ ယားတဲ့နေရာကို ထိတော့ ထိတယ်လို့ မှတ်၊ အယားဖျောက်တော့ ဆွဲတိုင်း တွန်းတိုင်း ဖျောက်တယ် ဖျောက်တယ်၊ ကုတ်တယ် ကုတ်တယ် မှတ်၊ လက်ပြန်ချတော့ ချတယ် ချတယ် မှတ်၊ တနေရာမှာ လက်က ထိသွားတော့ ထိတယ် ထိတယ် မှတ်၊ ပြီးတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ပြန်မှတ်သွားရုံဘဲ။

ကိုယ်အမူအရာတွေ ပြုပြင်တိုင်း ပြုပြင်တိုင်း ဒီနည်းချည်းဘဲ၊ ဘာကလေးတခုမှ လွတ်မသွားစေရဘူး၊ ပြုပြင်တိုင်း ပြုပြင်တိုင်း ပြုပြင်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေးကစပြီး စေ့စေ့စပ်စပ် မှတ်သွားရမယ်၊ ထိုင်ရာက ထမယ်ကြိုရင် အဲဒီစိတ်ကို ထချင်တယ် ထချင်တယ်လို့ မှတ်ရမယ်၊ လက်တွေ ခြေတွေ ပြင်ယင်တော့ ကြွတယ် ရွှေ့တယ် ဆန့်တယ် ထိတယ် ထောက်တယ် စသည်ဖြင့် အစဉ်အတိုင်း မှတ်ပြီး ပြုပြင်ရမယ်၊ ကိုယ်ကြီးက ရှေ့ကို ယိမ်းလာတော့ ယိမ်းတယ်မှတ်၊ ထလိုက်တဲ့ အခါမှာ ကိုယ်ကြီးက ပေါ့ပေါ့ပြီးတော့ ကြွကြွတက်လာတာရှိတယ်၊ အဲဒါကို စူးစိုက်ပြီးတော့ ထတယ် ထတယ်လို့ မှတ်၊ ဖြေးဖြေးကလေး ထရမယ်နော်။

တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အားအင်ရှိနေပေမယ်လို့ အားမရှိတဲ့ လူမမာများလို့ ကျင့်ရမယ်တဲ့၊ ပကတိ ကျန်းမာတဲ့ အားအင်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များမှာတော့ ထတယ် သွားတယ်ဆိုတာဟာ လွယ်လွယ်ကလေးပေါ့၊ မြိုးမြင်းဆို မြန်က မြန်ပါဘိနဲ့၊ အားအင်မရှိတဲ့ လူမမာများကျတော့ ဖြေးဖြေးကလေး ရွရွကလေးဘဲ၊ သိပ်သိမ်မွေ့တာ၊ ခါးနာနေတဲ့လူများမှာ ထတယ်ဆိုလို့ ရှိယင် ရွရွကလေး ညင်ညင်သာသာကလေးဘဲ၊ ခါးထဲက နာသွားမှာစိုးလို့ သူ့ကိုယ်ကို အသာကလေးအားယူပြီး ဖြေးဖြေးချင်းကလေး ထလာတယ်။

ယခု တရားအားထုတ်ရာမှာလဲ အားမရှိတဲ့ အဲဒီလူမမာများလို ကျင့်ရမယ်တဲ့၊ ဘာမဆို ဖြေးဖြေးချင်းဘဲ ပြုပြင်ရမယ်၊ ဒီလို ဖြေးဖြေးချင်း ပြုပြင်မှလဲ သတိ သမာဓိ ဉာဏ်က ကောင်းကောင်းမှီတာ၊ ဒါကြောင့် ဖြေးဖြေးကဘဲစပြီး လေ့ကျင့်ရတယ်၊ ထတယ် ထတယ်လို့ မှတ်ပြီး လူမမာများလိုပင် ဖြေးဖြေးကလေး ထရမယ်၊ လူမမာနဲ့ကို တူစေရမယ်၊ ဒါတွင် မကသေးဘူး၊ မျက်စိက မြင်ပေမဲ့ မမြင်တဲ့ လူလိုကျင့်ရမယ်တဲ့၊ နားကကြားပေမဲ့ မကြားတဲ့ လူလိုကျင့်ရမယ်တဲ့၊ တရားအားထုတ်နေတဲ့ အခါမှာ ရှုမှတ်မှု တခုထဲပဲ ကိုယ့်အလုပ်ရှိတယ်၊ ဒီပြင် မြင်တာတွေ ကြားတာတွေ ဆိုတာကတော့ ကိုယ့်အလုပ်တွေ မဟုတ်ဘူး၊ ဒါကြောင့် ဘယ်လို ထူးထူးဆန်းဆန်းတွေကို မြင်ရပေမဲ့ မမြင်ရသလိုပဲ အမှတ်ကိုသာ ဂရုစိုက်ပြီးတော့ မှတ်နေရမယ်၊ ဘယ်လို ထူးထူးဆန်းဆန်းကို ကြားပေမဲ့ မကြားရ သလိုဘဲ အမှတ်ကိုသာ ဂရုစိုက်ပြီး မှတ်နေရမယ်။

ကိုယ်အမူအရာတွေ ပြုပြင်တဲ့ အခါမှာလဲ မကျန်းမာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် အားအင်မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များလိုဘဲ ဖြေးဖြေးကလေး ရွရွကလေး ပြုပြင်ရမယ်၊ လက်ရွှေ့လိုက် ခြေရွှေ့လိုက် ကွေးလိုက် ဆန့်လိုက် ခေါင်းငုံ့လိုက် မော့လိုက်နဲ့ အဲဒါတွေ အားလုံး ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်ကလေး သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ကလေးဘဲ ပြုပြင်ရမယ်၊ ဒါကြောင့် အခုလို ထိုင်ရာမှ ထတဲ့အခါမှာ ထတယ် ထတယ်လို့ မှတ်ပြီး ဖြေးဖြေးချင်းကလေး ထရမယ်၊ ခါးဆန့်ပြီး ရပ်မိတဲ့ အခါကျတော့ ရပ်တယ် ရပ်တယ် လို့မှတ်၊ ဟိုဟိုဒီဒီ လျှောက်ကြည့်မိလို့ရှိယင် ကြည့်တယ် မြင်တယ်မှတ်၊ သွားတဲ့အခါကျတော့ ခြေလှမ်းကို မှတ်ရုံဘဲ၊ ညာဘက်က လှမ်းတဲ့အခါ ညာလှမ်းတယ်မှတ်၊ ဘယ်ဘက်က လှမ်းတဲ့အခါ ဘယ်လှမ်းတယ်မှတ်၊ ခြေထောက်ကြွသည်က စပြီး ခြေထောက်ချသည်အထိ ရွေ့ရွေ့ပြီး သွားတာကလေးတွေကို အစဉ်အတိုင်း သိသွားရမယ်၊ ညာလှမ်းတယ် ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ် ဘယ်လှမ်းတယ် ဒီလို တလှမ်း တလှမ်း တခါ တခါ မှတ်သွားရုံပါဘဲ၊ အဲဒါက မြန်မြန်သွားတဲ့အခါ မှတ်ပုံတဲ့။

ခပ်မြန်မြန် သွားတဲ့အခါ ခပ်ဝေးဝေးသွားတဲ့အခါများမှာ တလှမ်းတလှမ်း တခါတခါပဲ မှတ်သွားယင် တော်လောက် ပါပြီ၊ ညာလှမ်းတယ် ဘယ်လှမ်းတယ် ဒီလို တချက် တချက်မှတ်သွားယင်တော်ပါပြီ၊ ဖြေးဖြေး သွားနေတဲ့အခါ စကြို လျှောက်တဲ့ အခါများမှာတော့ ခြေတလှမ်းမှာ မှတ်စရာက သုံးပိုင်းရှိတယ်၊ ခြေထောက် ကြွတက်လာတာက တပိုင်း၊

လှမ်းလိုက်တာကတိုင်း၊ နင်းချလိုက်တာကတိုင်း၊ အဲဒီလို ၃-ပိုင်းရှိတယ်။ အဲဒီ ၃-ပိုင်းထဲမှာ ကြွတာကလေးနဲ့ ချတာကလေး ဒီ ၂-ပိုင်းကစပြီး မှတ်ရမယ်။ ခြေထောက်ကြွတက်လာတာကို ကြွတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ ကြွတက်လာတာ ကလေးကို သေသေချာချာသိရမယ် ပြီးတော့ နင်းချလိုက်တာကလေးကိုလဲ ချတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ လေးလေးပြီး ကျသွားတာ ကလေးကို သေသေချာချာသိရမယ်။ အဲဒီ ၂-ကပိုင်းကစပြီး မှတ်ရမယ်။

ကြွတယ် ချတယ်။ ကြွတယ် ချတယ် ဒီလို ခြေတလှမ်း တလှမ်းမှာ ၂-ချက် ၂-ချက်မှတ်ပြီး သွားရမယ်။ အဲဒီ ၂- ချက် မှတ်ကလဲ ၂-ရက်လောက်နေတော့ လွယ်လာပါလိမ့်မယ်။ ဒီလို လွယ်လာတဲ့အခါကျတော့ ၃-ချက် မှတ်ရမယ်။ ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်။ ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်။ ဒီလို ၃-ချက် ၃-ချက် မှတ်ပြီးသွားရမယ်။ အခု မှတ်ခါစမှာ တော့ တချက် မှတ် ၂-ချက် မှတ်ဆိုယင် တော်ပါပြီ။ မြန်မြန်သွားတဲ့အခါ ညာလှမ်းတယ်၊ ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ဒီလို တချက် တချက် မှတ်သွား၊ ပြေးပြေးသွားတဲ့အခါမှာ ကြွတယ် ချတယ် ဒီလို ၂-ချက် ၂-ချက် မှတ်သွား၊ ဒီလို သွားနေရာက ထိုင်ချင်တဲ့စိတ် ပေါ်လာယင် ထိုင်ချင်တယ် ထိုင်ချင်တယ် မှတ်၊ ထိုင်ချလိုက်တော့ ကိုယ်ကြီးက လေးလေးပြီး ကျသွားတာ ရှိတယ်။ အဲဒါကို စူးစိုက်ပြီးတော့ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်လို့ မှတ်ရမယ်။

ထိုင်မိတဲ့အခါကျတော့ လက်ခြေ ပြင်တာတွေက ရှိသေးတယ်။ အဲဒါတွေလဲ အကုန်လုံး မှတ်သွားရမယ်။ ဘာမှ အပြုအပြင်မရှိပဲ ငြိမ်နေပြီနေတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် အဲဒါကို မှန်နေရုံဘဲ၊ ဒီလို မှတ်နေရာထဲက ညောင်းတာ ပူတာတွေ ပေါ်လာယင် အဲဒါတွေကိုလဲ လိုက်မှတ်ရမယ်။ ပြီးယင် ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ပြန်မှတ် နေရမယ်။ အဲဒီလို မှတ်နေယင်းထဲက အိပ်ချင်ယင် အိပ်ချင်တယ် အိပ်ချင်တယ် မှတ်၊ လှဲအိပ်ခါနီးကျတော့ လက်ကလေး ခြေကလေးပြင်တာလဲ ရှိသေးတယ်။ အဲဒါတွေကို အကုန်လုံးမှတ်ရမယ်။ လက်ကိုကြွယင် ကြွတယ် ကြွတယ်မှတ်၊ ရွှေ့ယင် ရွှေ့တယ် ရွှေ့တယ်မှတ်၊ ထောက်ယင် ထောက်တယ်မှတ်၊ ကိုယ်ကြီးက ယိမ်းယင် ယိမ်းတယ် ယိမ်းတယ်မှတ်၊ ခြေထောက် ဆန့်ယင် ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်မှတ်၊ ယိမ်းပြီး လှဲအိပ်လိုက်တဲ့အခါ အိပ်တယ် အိပ်တယ်လို့ မှတ်ပြီး ပြေးပြေးချင်းကလေး လှဲအိပ်သွားရမယ်။

အဲဒီ လှဲအိပ်ချလိုက်တာကို ရှုမှတ်တာကလဲ အရေးကြီးတယ်။ ဒီအတွင်းမှာလဲ တရားထူးက ဖြစ်နိုင်တာဘဲ၊ သမာဓိ ဉာဏ်အား ရှိနေတဲ့အခါဆိုယင် ဘယ်အချိန်မဆို တရားထူးက ဖြစ်နိုင်တာချည်းဘဲ၊ တကွေးတဆန့်အတွင်းလဲ ဖြစ်နိုင်တာဘဲ၊ ရှေးတုန်းက အရှင်အာနန္ဒာ၊ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်ဆိုတာ ဒီလို လှဲအိပ်နေတုန်း ဖြစ်သွားတာဘဲ။ အရှင်အာနန္ဒာဟာ ပဌမ သံဂါယာနာ တင်ခါနီးမှာ တညတည်းနဲ့ ရဟန္တာဖြစ်အောင်လို့ အပြင်းအထန် အားထုတ်နေတယ်။ ကာယဂတာသတိလို့ခေါ်တဲ့ ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ကို တညလုံး စင်္ကြံလျှောက်ပြီး ပွားများအားထုတ် နေတယ်။ ညာလှမ်းတယ် ဘယ်လှမ်းတယ်။ ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်လို့ အခုပြောနေတဲ့ အမှတ်မျိုးပါဘဲ။ သွားချင်တဲ့ စိတ်နာမ်တရားနဲ့ သွားတဲ့ရုပ်တရားတွေ တပိုင်းစီ တပိုင်းစီ ဖြစ်ပျက်နေတာကို ရှုမှတ်ပြီး နေလိုက်တာ နံနက်လင်းခါနီးတောင် ရောက်နေပြီတဲ့။ ဒါပေမဲ့ ရဟန္တာ တော့လဲ မဖြစ်သေးဘူးတဲ့။ ဒီတော့ အရှင်အာနန္ဒာက စင်္ကြံအသွားများနေလို့ ဝီရိယတွေ လွန်နေတယ်ဆိုတာ သိတဲ့အတွက် သမာဓိနဲ့ ဝီရိယ ညှိမျှသွားအောင် ခဏလောက် လှဲအိပ်ယင်း အားထုတ်ဦးမယ်လို့ စိတ်ကူးပြီး အခန်းထဲ ဝင်သွားတယ်။ ခုတင် ပေါ်မှာ ထိုင်တယ်။ ထိုင်ရာက လှဲအိပ်လိုက်တယ်။ အဲဒီလို လှဲအိပ်နေတုန်း အိပ်တယ် အိပ်တယ်လို့ အခု ပြောနေတဲ့ အမှတ်မျိုး မှာဘဲ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်တဲ့။

အရှင် အာနန္ဒာဟာ အဲဒီ မအိပ်ခင်တုန်းကတော့ သောတာပန်ပဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ သောတာပန် အဖြစ်ကနေပြီးတော့ ဝိပဿနာရှုနေရင်း သကဒါဂါမိမဂ်ဖိုလ် ရောက်တယ်။ အဲဒီက ဝိပဿနာ ဆက်ပြီးရှုပြန်တော့ အနာဂါမိ မဂ်ဖိုလ်ရောက်တယ်။ အဲဒီက ဝိပဿနာ ဆက်ပြီးရှုပြန်တော့ အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်ရောက်တယ်။ ဒီလို ဝိပဿနာနဲ့တကွ အထက်မဂ်ဖိုလ် ၃-ဆင့် တက်ပြီး ရဟန္တာဖြစ်သွားတာ တခဏကလေးဘဲ။ ဘာမှ မကြာဘူး။ ဘယ်အချိန်မဆို ဖြစ်နိုင်တယ်။ အခုပြောနေတဲ့ အရှင် အာနန္ဒာရဲ့ ရဟန္တာ ဖြစ်ပုံကိုသာ ကြည့်ပေတော့။

ဒါကြောင့် ဘယ်အချိန်မဆို ကြိုးစားပြီးတော့ မှတ်နေရမယ်။ ဒါကလေးကတော့ အရေးမကြီးပါဘူး ဆိုပြီးတော့ အမှတ်ကို လျှော့မထားရဘူး။ ဒါကြောင့် အခုပြောနေတဲ့ လှဲအိပ်ခိုက်မှာလဲ ရှိရှိသေသေပဲ မှတ်သွားရမယ်။ အိပ်မိတဲ့ အခါကျတော့ လက်ခြေပြင်တာတွေလဲ ရှိသေးတယ်။ အဲဒါတွေလဲ အကုန်လုံး စေ့စပ်အောင် မှတ်သွားရမယ်။ ဘာမှ အပြုအပြင် မရှိပဲ ငြိမ်နေပြီဆိုယင်တော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ဒါပဲ မှတ်နေရမယ်။ ညဉ့်နက်လို့ အိပ်ချိန်ကျနေပေမဲ့ အမှတ်ကိုတော့ လွှတ်ပြီး မအိပ်ရဘူး။ တရားကို တကယ်တမ်း အားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ မအိပ်တော့ဘူးအနေနဲ့ စွန့်စွန့်စားစား အားထုတ်ရတယ်။ ဒါကြောင့် ညဉ့်နက်လို့ အိပ်ချင်ပေမဲ့ အမှတ်တော့မလွှတ်ရဘူး။ တမှတ်ထဲသာ မပြတ် မှတ်နေရမယ်။ မှတ်ယင်း မှတ်ယင်းပဲ အိပ်ပျော်သွားစေရမယ်။ အမှတ်ကနိုင်ယင် အိပ်မပျော်ပဲ နေမှာပဲ။ အိပ်ချင်တာက နိုင်ယင်တော့ အိပ်ပျော်သွားမှာဘဲ။ အိပ်ချင်ယင် အိပ်ချင်တယ် အိပ်ချင်တယ် မှတ်၊ မျက်စိ မှေးလာယင် မှေးတယ်၊ လေးလာယင် လေးတယ်၊ မျက်စိဖန်ယင် ဖန်တယ်မှတ်၊ ဒီလိုမှတ်လိုက်တာနဲ့ မျက်စိက ပြန်ပြီးတော့ ကြည့်သွားတတ်တယ်။

အဲဒီတော့လဲ ကြည့်တယ် ကြည့်တယ် မှတ်ပြီးတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ပြန်မှတ်သွားရုံဘဲ။ ဘယ်လိုပဲ ပေမှတ် နေနေအဟုတ် အိပ်ချင်လာပြီ ဆိုတော့ အိပ်ပျော်သွားတာပါဘဲ။ အိပ်ပျော်ဘို့ရာကတော့ မခက်ပါဘူး။ လွယ်ပါတယ်။ လှဲပြီး မှတ်နေလို့ရှိယင် တဖြေးဖြေးနဲ့ မှေးမှေးပြီးတော့ အိပ်ပျော်သွားတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် အားထုတ်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ လှဲအိပ် နေတာက အချိန်မများစေရဘူး။ ထိုင်တာနဲ့ စကြိုလျှောက်တာက များစေရမယ်။ သို့ပေမဲ့ ညဉ့်နက်လို့ အိပ်ချိန်ကျနေတဲ့ အခါမှာတော့ လှဲအိပ်နေရင်း ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် မှတ်နေရတော့တာပါဘဲ။ ဒီလို မှတ်နေရင်း သူ့အလိုလို အိပ်ပျော်သွားပါ လိမ့်မယ်။

အိပ်ပျော်နေတဲ့ အချိန်မှာတော့ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ နားရတဲ့အချိန်ဘဲ။ သို့ပေမဲ့ တကယ်တမ်း တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ အိပ်ချိန်ကို ၄-နာရီလောက်သာ ထားရတယ်။ အဲဒါဟာ မြတ်စွာဘုရားက ခွင့်ပြုထားတဲ့ သန်ကောင်ယာမ အချိန်ဘဲ။ ၄-နာရီလောက် အိပ်တယ်ဆိုယင် ကောင်းကောင်း လုံလောက်နေပါပြီ။ အကယ်၍ ၄-နာရီ လောက်နဲ့ ကျန်းမာရေး အတွက် မပြည့်စုံသေးဘူးထင်ယင် အားထုတ်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ၅-နာရီလောက် ၆-နာရီလောက် အထိ အိပ်နိုင်ပါတယ်။ ၆-နာရီ ဆိုယင်တော့ ကျန်းမာရေးအတွက် ကောင်းကောင်း ပြည့်စုံနေကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။

အဲဒီ အိပ်ပျော်ရာက နိုးလာယင်တော့ နိုးကတည်းက စပြီးမှတ်ရမယ်။ မဂ်ရောက်ဖိုလ်ရောက် တကယ်တမ်း အားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ အိပ်ပျော်နေတဲ့ အချိန်လောက်သာ နားရတယ်။ ဒီပြင် နိုးနေတဲ့အချိန်မှာတော့ မနေမနား မပြတ် မစဲ တမှတ်ထဲ မှတ်နေရတယ်။ ဒါကြောင့် မှတ်နိုင်လို့ရှိယင် နိုးလာတဲ့ စိတ်ကလေးကိုလဲ နိုးတယ် နိုးတယ်လို့ မှတ်ရတယ်။ အဲဒါကို မသိနိုင် မမှတ်နိုင်သေးယင်တော့ ဖောင်းတာ ပိန်တာကစပြီးတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ မှတ်သွားရုံပါဘဲ။

အိပ်ရာမှ ထမယ်ကြိုယင် ထချင်တယ် ထချင်တယ် မှတ်။ လက်ခြေ ပြင်တာကလေးတွေလဲ ရှိလိမ့်မယ်။ အဲဒါတွေလဲ အကုန်လုံးမှတ်သွားရမယ်။ ခေါင်းထောင်ပြီး ထလာတော့ ထတယ် ထတယ် မှတ်။ ထိုင်မိတဲ့ အခါကတော့ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်မှတ်။ လက်ခြေ ပြင်တာတွေရှိသေးယင် အဲဒါတွေလဲ အကုန်မှတ်။ ဘာမှ အပြုအပြင်မရှိပဲ ငြိမ်ငြိမ်ကလေး ထိုင်နေပြီး ဆိုတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ မှတ်နေကျ မှတ်သွားရုံဘဲ။

ပြီးတော့ မျက်နှာသစ်တဲ့အခါ ရေချိုးတဲ့အခါတွေမှာလဲ မှတ်ရမယ်။ ဒါတွေကတော့ ခပ်မြန်မြန် လုပ်ရတဲ့ဟာတွေမို့ မှတ်နိုင်သမျှ မှတ်သွားရုံပါဘဲ။ အဝတ်အစား ပြင်ဝတ်တာ တွေလဲရှိတယ်။ အိပ်ရာနေရာ ပြင်တာတွေ တံခါးပိတ်တာ ဖွင့်တာ တွေလဲ ရှိတယ်။ အဲဒါတွေကိုတော့ စေ့စေ့စပ်စပ် အကုန်လုံး မှတ်သွားရမယ်။

ထမင်းစားတဲ့ အခါမှာ ထမင်းပွဲကြည့်တာက စပြီး ကြည့်တယ် မြင်တယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ ပြီးတော့ ထမင်းပွဲဆီ လက်လှမ်းတာ ထိတာ ထမင်းစုတာ ထမင်းလုပ်ပြင်တာ ကိုင်တာ ယူလာတာ ခေါင်းငုံ့တာ ပါးစပ်ထဲ ထမင်းလုပ်ထည့်တာ လက်ပြန်ချတာ ခေါင်းပြန်ထောင်တာ ဒီလို အပြုအပြင်တွေကိုလဲ အကုန်လုံး မှတ်သွားရမယ်။ ဝါးတဲ့အခါကျတော့ ဝါးတိုင်း ဝါးတိုင်း ဝါးတယ် ဝါးတယ် မှတ်။ ဝါးနေတုန်း အရသာသိတာကို သိတယ် သိတယ် မှတ်။ သဘောကျသွားယင် သဘောကျ တယ် မှတ်။ ကောင်းတယ် ထင်ယင်လဲ ကောင်းတယ် မှတ်။ မျိုးချလိုက်တဲ့အခါကျတော့ မျိုတယ်လို့မှတ်။ လည်ချောင်း တလျှောက်လုံး ထိထိသွားတာကို မှတ်နိုင်သေးယင်လဲ ထိတယ် ထိတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ ဒါဟာ ထမင်း တလုပ်စားခိုက် မှတ်ပုံဘဲ။ နောက်ထမင်းလုပ်တွေမှာလဲ ဒီနည်းအတိုင်း မှတ်သွားရမယ်။ ဟင်းရည်သောက်တော့လဲ ကြည့်တာ မြင်တာ လက်လှမ်းတာ ဇွန်းကိုင်တာ ကော်တာ ခပ်တာ ယူလာတာ သောက်တာ မျိုချတာ။ ဒီလိုဟာတွေ အကုန်လုံးပဲ မှတ်သွား ရမယ်။ ဒီ ထမင်းစားရာမှာလဲ အမှတ်ရခက်တယ်။ မှတ်စရာတွေက သိပ်များတာဘဲ။ မှတ်ခါစပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ မေ့သွားတာတွေ မမှတ်နိုင်တာတွေက များနေတာပါဘဲ။ သို့ပေမဲ့ အကုန်လုံး မှတ်မယ်လို့ ဒီလို စိတ်တော့ တင်းထားရတယ်။ သူ့ဟာသူ မမှတ်နိုင်လို့ ခုန်ကျော်သွားတာတွေတော့ ဘယ်တတ်နိုင်ပါ့မလဲ။ အဲဒီကနောက်-သမာဓိဉာဏ် အားကောင်းလာတဲ့အခါ ကျတော့ အကုန်လုံး၌ စေ့စေ့စပ်စပ် မှတ်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ဟော အခု ပြောလာခဲ့တာဟာ မှတ်ပုံတွေ အတော်စုံသွားပြီ ဒါပေမဲ့ အကျယ်ကြီး လျှောက်ပြောနေတော့ လိုရင်း ရှုမှတ်စရာတွေကို ကောင်းကောင်း မှတ်မိမှာ မဟုတ်သေးဘူး။ ဒါကြောင့် အကျဉ်းချုပ် ထပ်ပြီးပြောဦးမယ်။

အကျဉ်းချုပ်ဆိုတော့ ရှုမှတ်စရာက နဲနဲပဲရှိပါတယ်။ လမ်းလျှောက်နေတဲ့အခါဆိုယင် ခြေလှမ်းကိုသာ မှတ်နေရုံဘဲ။ ညာလှမ်းတယ် ဘယ်လှမ်းတယ်။ ညာလှမ်းတယ် ဘယ်လှမ်းတယ် ဒါကလေးနှစ်ခု မှတ်နေရုံပါဘဲ။ မြန်မြန်သွားတဲ့အခါမှာ ညာလှမ်းတယ် ဘယ်လှမ်းတယ်လို့ ခြေတလှမ်း တလှမ်း တခါ တခါ မှတ်သွားယင် တော်ပါပြီ။ ဖြေးဖြေးသွားတဲ့အခါမှာ ကြွတယ် ချတယ်။ ကြွတယ် ချတယ်။ ဒီလို ခြေတလှမ်း တလှမ်း နှစ်ချက် နှစ်ချက် မှတ်သွားရုံပဲ။ ငြိမ်ပြီးထိုင်နေတဲ့ အခါမှာ ဆိုယင် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ဒါကလေး နှစ်ခုပဲ မှတ်နေရမယ်။ လှဲအိပ်နေတဲ့ အခါမှာလဲ ဘာမှ အထူးမှတ်စရာ မရှိဘူးဆိုယင် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ဒါကလေးနှစ်ခုပဲ မှတ်နေရမယ်။ ဒီအတိုင်းဆိုတော့ မှတ်စရာက နဲနဲပါ ဘဲ။ မများပါဘူး။ ဒီလို ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် မှတ်နေယင်း စိတ်ကူးတွေက တခြားထွက်သွားယင်တော့ အဲဒီစိတ်တွေကို

လိုက်မှတ်ရမယ်။ ပြီးယင် ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ပြန်မှတ်၊ ညောင်းတာ ပူတာ နာကျင်ကိုက်ခဲတာ ပစားတာတွေရှိယင် အဲဒါ တွေကိုလဲ လိုက်မှတ်၊ ပြီးယင် ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ပြန်မှတ်၊ ဒီအထဲက ကွေးလိုက် ဆန့်လိုက် လှုပ်ရှားလိုက် ခေါင်းငုံ့လိုက် မော့လိုက် ယိမ်းလိုက် မတ်လိုက် ဒီလို အပြုအမူတွေ ရှိယင်လဲ အဲဒါတွေကို လိုက်ပြီးမှတ်၊ ပြီးယင် ဖောင်းတာ ပိန်တာ ပြန်မှတ်သွားရမယ်။

ဒီနည်းအတိုင်းမှတ်နေယင် တဖြေးဖြေးချင်း မှတ်နိုင်တာတွေက များလာလိမ့်မယ်။ မှတ်ခါစမှာတော့ စိတ်တွေက ဟိုပြေးလိုက် ဒီပြေးလိုက်နဲ့ မမှတ်နိုင်တာတွေက များနေတတ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ စိတ်တော့ မပျက်ရဘူး၊ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် အားထုတ်ခါစမှာတော့ ဒီလိုအမှတ်ရ ခက်ကြတာချည်းပါဘဲ။ နောက်လေ့ကျင့်သားရလာတော့ စိတ်ထွက်တိုင်း ထွက်တိုင်း မှတ်မိပြီး သိသိနေတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်ကလေးဟာ ကြာတော့ လုံးလုံးကို မထွက်တော့ဘူး၊ မှတ်စရာ အာရုံထဲမှာသာ ကပ်ကပ်ပြီး တည်နေတော့တာဘဲ။ ဟိုက ဖောင်းလိုက်တာနဲ့ ဒီက ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်လိုက်တာဟာ ကိုက်ကိုက်ပြီးတော့ ကျနေတာဘဲ။ ဟိုက ပိန်တာနဲ့ ဒီကပိန်တယ်လို့ မှတ်လိုက်တာဟာလဲ ကိုက်ကိုက်ပြီးတော့ ကျနေတာဘဲ။ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်စရာအာရုံနဲ့ အသိဟာ တွဲလျက် တွဲလျက်ချည်း ဖြစ်နေတယ်။

မှတ်စရာရပ်နဲ့ မှတ်သိတဲ့နာမ် ဒီရုပ်နှစ်ခုဟာ အတွဲလိုက် အတွဲလိုက် တစုံ တစုံဖြစ်နေတယ် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါရယ်လို့ ဘယ်ရှိလိမ့်မှာတုန်း၊ ဒီရုပ်ကလေးနဲ့ ဒီစိတ်ကလေး ဒါကလေး ၂-ခုပဲ တွဲတွဲပြီးတော့ ဖြစ်နေတာ၊ ဒါကလေးတွေကို တော်တော်ကြာယင် ကိုယ်တိုင်ပဲ တွေ့သွားပါလိမ့်မယ်။ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် မှတ်ယင်း မှတ်ရင်း ရုပ်နဲ့ နာမ် ၂-ခု တခြားစီ ကွဲလာတယ်။ ဖောင်းတက်လာတဲ့ရုပ်နဲ့ ဖောင်းတယ်လို့ သိတဲ့ စိတ်ကလေး၊ ပိန်ကျသွားတဲ့ ရုပ်နဲ့ ပိန်တယ်လို့ သိတဲ့စိတ်ကလေး၊ ဒီလို ရုပ်နဲ့ နာမ် ၂-ခု ၂-ခုဟာ အတွဲလိုက် အတွဲလိုက် တစုံ တစုံ ကိုက်ကိုက်ကျနေတာကို ကိုယ်တိုင်ပဲ ပိုင်းခြားပြီး သိလာမယ်။

အဲဒီတော့ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်းဟာ မှတ်သိစရာရုပ်တရားက တမျိုး၊ မှတ်သိတဲ့ နာမ်တရားက တမျိုး၊ ဒီရုပ်နဲ့ ဒီနာမ် ဒါကလေး ၂-ခု ရှိတာဘဲလို့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ကို ရှင်းပြီး သိလာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒါဟာ နာမ်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားပြီးသိတဲ့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဘဲ။ အဲဒါဟာ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေရဲ့ အစဘဲ။ သူက အချိုးကျလာဘို့ရာ အရေးကြီးတယ်။ အဲဒီကနောက် ဆက်မှတ်နေယင် အကြောင်းနဲ့အကျိုးကိုလဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့်ပင် ခွဲခြားပြီး သိလာမယ်။ အဲဒါက ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဘဲ။ အဲဒီကနောက် ဆက်မှတ်နေယင် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးတော့ တခဏချင်း ပျောက်ပျောက်သွားတာတွေကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် တွေ့ရ သိရမယ်။ ပကတိလူတွေကတော့ ရုပ်ရော နာမ်ရော တသက်လုံး တဘဝလုံး မြဲ-တည် နေတယ်လို့ ထင်နေကြတယ်။ ငယ်ငယ်ကလေးဘဝတုန်းက ရုပ်ကဘဲ အခုထက်ထိ လူကြီးရုပ်ဖြစ်လာတယ်လို့ ထင်နေကြတယ်။ ငယ်ငယ်ကလေး ဘဝတုန်း က စိတ်ကဘဲ အခုထက်ထိ လူကြီးစိတ် ဖြစ်လာတယ်လို့ ထင်နေကြတယ်။ ရုပ်ရော စိတ်ရောဟာ ငါတယောက်ထဲဘဲလို့ ထင်နေကြတယ်။ အမှန်ကတော့ ဒီလိုမဟုတ်ဘူး၊ မြဲ-တည်နေတဲ့ တရားရယ်လို့ မရှိဘူး၊ အခုဖြစ် အခုဘဲ ပျက်နေတာ ချည်းဘဲ၊ မျက်စိတမှတ်ခန့်တောင် မကြာဘူး၊ ဖြစ်ပြီးပျက် ဖြစ်ပြီးပျက် ဒီလောက်အဖြစ် အပျက်မြန်နေတဲ့ တရားတွေချည်းဘဲ။ အဲဒါတွေကို တော်တော်ကြာယင် မှတ်ယင်း မှတ်ယင်းပင် ကိုယ်တိုင်တွေ့သွားမှာဘဲ။ ဒီလိုမှတ်နေရင်း တရိပ်ရိပ်နဲ့ ပျောက်ပျောက် သွားတာတွေကိုတွေ့ရတော့ မမြဲတဲ့ တရားတွေချည်းဘဲဆိုတာ သဘောကျလာမယ်။ ဒီလို မမြဲတာတွေချည်းဘဲ လို့ သဘောကျလာတာဟာ အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်ဘဲ။

ပြီးတော့ ပေါ်ချည် ပျောက်ချည်နဲ့ ဆင်းရဲချည်းဘဲ လို့လဲ ထင်လာမယ်။ အဲဒါက ဒုက္ခာနုပဿနာဉာဏ်ဘဲ။ ပြီးတော့ ကိုယ်ထဲမှာ အခံရခက်တာတွေလဲ အမြောက်အမြား တွေ့ရတတ်တယ်။ အဲဒီလို တွေ့ရတော့ ဆင်းရဲအစုအဝေးကြီးဘဲလို့လဲ ထင်လာမယ်။ အဲဒါလဲ ဒုက္ခာနုပဿနာဉာဏ်ဘဲ။ ပြီးတော့ မှတ်ရတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေက ကိုယ့်အလိုအတိုင်း ဘာမှမဖြစ်ဘူး၊ သူ့သဘောအတိုင်း သူဖြစ်ပျက်နေတဲ့ တရားတွေချည်းဘဲ။ အဲဒါတွေကိုချည်း တွေ့နေရတော့ အစိုးမရတဲ့ တရားတွေချည်းဘဲ။ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါကောင် ငါကောင် မဟုတ်တဲ့ သဘောတရားတွေဘဲလို့ ဒီလိုမှတ်နေယင်း သဘောကျသွားမယ်။ အဲဒါကတော့ အနတ္တာနုပဿနာဉာဏ်ဘဲ။

အဲဒီ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ အသိဉာဏ်တွေ ကောင်းကောင်းကြီး ပြည့်စုံတဲ့အခါမှာ ဒီလို ရှုမှတ်နေရင်းထဲကဘဲ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်သွားမယ်။ ရှေးတုန်းက ဘုရားရဟန္တာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေ နိဗ္ဗာန်သွားကြတယ်ဆိုတာလဲ ဒီဝိပဿနာ လမ်းကချည်း သွားကြရတာဘဲ။ ဒါကြောင့် အခုတရားအားထုတ်မဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အဲဒီ ဘုရားရဟန္တာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေ သွားထားတဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာလမ်းမကြီးပေါ်မှာ ရောက်လာကြတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား နိဗ္ဗာန်တရား ကို ရပါလို့၏လို့ ဆုတောင်းပြီး ပြုထားတဲ့ ကုသိုလ်ပါရမီတွေရှိလို့၊ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို အခါဘဝမှာပင် ရထိုက်တဲ့ ပါရမီ ပြည့်စုံနေလို့ ဘုရား ရဟန္တာ အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေသွားထားတဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ လမ်းမကြီးပေါ်မှာ ငါတို့ အခု ရောက်နေကြတယ်လို့ အောက်မေ့ကြရမယ်။ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာလဲ ရှိကြရမယ်။ ဒီလမ်းမကြီးက အစဉ်အတိုင်း လျှောက်သွား လို့ရှိယင် ရှေးက ဘုရားရဟန္တာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေ တွေ့သိထားတဲ့ သမာဓိဉာဏ်အထူးတွေကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ရတော့မှာဘဲ။

ဘယ်တော့ကမှ မတွေ့ရဘူးသေးတဲ့ စိတ်တည်ကြည်မှု သမာဓိကိုလဲ တွေ့ရမယ်။ အဲဒီ သမာဓိကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ တရားထူး တရားအရသာထူးတွေ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာစရာတွေ အကောင်းတွေကိုလဲ အများကြီးပဲ တွေ့သွားမယ်။

ပြီးတော့ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတွေ ဆိုတာကိုလဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ပင် တွေ့ပြီး သိသွားမယ်။ အဲဒီအသိဉာဏ်တွေ ပြည့်စုံတဲ့အခါမှာ ဘုရား ရဟန္တာ အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေသိထားတဲ့ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား နိဗ္ဗာန် တရားတွေဆိုတာ မျက်မှောက်တွေ့ပြီး သိသွားမယ်။ အဲဒါဟာ မကြာတော့ပါဘူး။ အခု တရားအားထုတ်နေတဲ့ ရက်ပိုင်း အတွင်းမှာပဲ တွေ့သွားမယ်။ တလအတွင်း အရက် ၂၀-အတွင်းလဲ တွေ့သွားနိုင်တယ်။ ၁၅-ရက်အတွင်းမှာလဲ တွေ့သွား နိုင်တယ်။ ပါရမီအင်မတန်ထူးတဲ့ တဦးတလေမှာ ဆိုယင်တော့ (၇) ရက်အတွင်းမှာတောင် တွေ့သွားနိုင်ပါသေးတယ်။

ဒါကြောင့် ဘုရား ရဟန္တာ အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ တွေ့သိထားတဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တရားတွေကို အခု ၁၅-ရက် အရက် ၂၀-အတွင်း တလအတွင်းမှာဘဲ ဧကန်ရောက်ရတော့မယ်လို့ ယုံကြည်စိတ်ချထားကြရမယ်။ အဲဒီ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် တရားတွေကို ကိုယ်တိုင်မျက်မှောက် ဆိုက်ရောက်ပြီးတော့ အပါယ်ကျစေနိုင်တဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာတွေ ကင်းလို့ အပါယ်သံသရာကြီးမှ လွတ်မြောက်သွားရပေတော့မယ်။ တသံသရာလုံး လျှောက်ပြီးတွေ့သွားရမည့် အပါယ်ဆင်းရဲတွေမှ အခုတရားအားထုတ်နေတဲ့ ရက်ပိုင်းကလေးအတွင်း၊ မကြာမီအတွင်းမှာပဲ ဧကန်မုချ လွတ်မြောက်သွားရပေတော့မယ်လို့ ယုံကြည် စိတ်ချပြီးတော့ ကြိုးစား အားထုတ်ကြရမယ်။

အပြည့်အစုံကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြ၍ ဘုရား ရဟန္တာ အရိယာ အရှင်မြတ်တို့ မျက်မှောက် တွေ့သိအပ်သော နိဗ္ဗာန် တရားကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် လျက်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေ။

သာဓု သာဓု သာဓု

ဝိသုဒ္ဓိနှင့် ဉာဏ်စဉ်အကျဉ်းချုပ်

ငါးပါးသီလ၊ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလ၊ အဋ္ဌကံပေါသထသီလ၊ ဆယ်ပါးသီလတို့တွင် တမျိုးမျိုးကို ဆောက်တည်၍ လုံခြုံစွာ စောင့်ထိန်းခြင်းသည် လူတို့၏ သီလ ဝိသုဒ္ဓိမည်၏။

ပါမောက္ခသံဝရ၊ ဣန္ဒြိယသံဝရ၊ အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိ၊ ပစ္စယသန္နိသိတ ဟူသော ဤသီလလေးပါးတို့ကို လုံခြုံစွာ စောင့်ထိန်းခြင်းသည် ရဟန်းတော်တို့၏ သီလဝိသုဒ္ဓိမည်၏။ ထိုတွင် ပါတိမောက္ခသံဝရသီလသည် လိုရင်းပဓာနပေတည်း။

ဝိပဿနာယာနိကလမ်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ သွားလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အထက်ပါသီလဝိသုဒ္ဓိနှင့် ပြည့်စုံသော အချိန် ကာလမှစ၍ ဝိပဿနာ၏ အခြေခံဖြစ်သော နာမရူပပရိဂ္ဂဟ-မိမိသန္တာန်၌ ထင်ရှား ဖြစ်ပေါ်သော နာမ်ရုပ်ကို သူ့ပင်ကိုယ်ရင်း သဘောမှန်အတိုင်း သိမ်းဆည်း ရှုမှတ်မှု ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်အပ်၏။ အားထုတ်ကောင်း၏ အားထုတ်ပါလေ။

အားထုတ်ခါစ၌ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ မဖြစ်သေးမီမှာ ကာမအာရုံ စသည်ကို ကြံစည်လျက် ပျံ့လွင့်ပြေးသွားနေသော စိတ်များ သည် မှတ်မှုတို့၏ အကြားအကြား၌ များစွာပင်ဖြစ်တတ်၏။ ထိုစိတ်များကို လုံးဝမသိနိုင်သည်လည်းရှိ၏။ အတန်ကြာမှ ပြန်၍ သိသည်လည်းရှိ၏။ ခဏိကသမာဓိက အားမရှိသေးသောကြောင့် နီဝရဏ ကိလေသာများက မှတ်သိမှုဘာဝနာကို ပိတ်ဆို့ တားမြစ်နေခြင်းပင်တည်း။

ခဏိကသမာဓိ အားရှိလာသောအခါ၌ကား မှတ်သိမှုသည် ဖောင်းမှု ပိန်မှု ထိုင်မှု ကွေးမှု ဆန့်မှု မြင်မှု ကြားမှု စသော မှတ်စရာ အာရုံများအပေါ်၌ ကျ၍ကျ၍ သွားဘိသကဲ့သို့၎င်း၊ ကပ်၍ ကပ်၍ နေဘိသကဲ့သို့၎င်း၊ စူးစူးစိုက်စိုက် ဖြစ်လျက် အမှတ်ကောင်းလာ၏။ ထိုအခါ အခြားတပါးသို့ ပြေးသွားပျံ့လွင့်သော စိတ်သည်များသောအားဖြင့် မဖြစ်တော့ပြီ။ တခါတရံဖြစ်သော်လည်း ထိုစိတ်ကိုချက်ခြင်းပင် မှန်သိနိုင်၍ ဖြစ်ပေါ်သော နီဝရဏသည် ချက်ခြင်းပင် ကင်းငြိမ်းပြတ်စဲသွား၏။ မှတ်သိမှုကို မတားမြစ် မနှောင့်နှက်နိုင်ပြီ။ ထိုအခါမှ မှတ်မိတိုင်းသော အာရုံ၌ မှတ်ခိုက် မှတ်ခိုက် ခဏမျှ ကောင်းကောင်း စူးစိုက် တည်တံ့လျက်၊ တမှတ်ပြီးတမှတ် တစပ်တည်းဖြစ်သော ခဏိကသမာဓိသည် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ မည်၏။ ဤခဏိက သမာဓိသည် သမထကမ္မဋ္ဌာန်းအရာ၌ ပြုအပ်သော ဥပစာရသမာဓိနှင့် အစွမ်းသတ္တိ အင်အားတူညီ၏။

ဤစိတ္တဝိသုဒ္ဓိဖြစ်လျှင် ဖောင်းမှုကတခြား၊ ပိန်မှုကတခြား၊ ထိုင်မှုကတခြား၊ ဤသို့စသည်ဖြင့် မှတ်မိသော ရုပ်အာရုံ များကိုလည်း အသီးအသီးပိုင်းခြား၍သိ၏။ ဖောင်းတာကို မှတ်သိသော စိတ်ကတခြား၊ ပိန်တာကို မှတ်သိသော စိတ်က တခြား၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် မှတ်သိမှု စိတ်နာမ်များကိုလည်း အသီးအသီးပိုင်းခြား၍ သိ၏။ (ငါတယောက်တည်းကပင် ဖောင်းလဲ ဖောင်းသည်၊ ပိန်လဲပိန်သည်၊ ထိုင်လဲထိုင်သည်၊ ငါတယောက်တည်းကပင် မှတ်လဲအထပ်ထပ် မှတ်နေသည်ဟု ပကတိ အထင်မှား ဖျောက်သွားသည်ဟု ဆိုလို၏။) ထိုအခါ၌ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်သိမှုနာမ်တရား ကြံသိမှု နာမ်တရား များကို အာရုံဆီသို့ ပြေးသွားနေသောသဘော၊ အာရုံဆီသို့ ညွှတ်ကိုင်နေသောသဘော၊ အာရုံကို သိသိနေသောသဘောဟု ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့်ပင် ပိုင်းခြား၍သိ၏။ ဖောင်းမှုပိန်မှု ထိုင်မှုစသော တကိုယ်လုံးရှိ ရုပ်များကိုကား အာရုံဆီသို့ မသွားတတ် မညွတ်တတ်သော သဘော၊ အာရုံကိုမသိတတ်သော သဘောဟု ပိုင်းခြား၍သိ၏။ ဤသို့ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်သိရသော အာရုံရုပ်နှင့်၊ မှတ်သိမှုနာမ်တို့ကို သူ့သဘောမှန်အတိုင်း ပိုင်းခြား၍သိမှုသည် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်မည်၏။

ဤနာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ရင့်သန် ပြည့်စုံသောအခါ၌ ဖောင်းတာနှင့် မှတ်တာ၊ ပိန်တာနှင့်မှတ်တာ ဤသို့စသည်ဖြင့် အာရုံရုပ်နှင့်သိမှုနာမ် ဤ ၂-မျိုးမျှသာရှိသည်။ ဤ ၂-မျိုးကိုပင် ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ငါ၊ သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမဟု ခေါ်နေကြသည်။ ဤ ၂-မျိုးမှ တပါးသော ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ သူတပါး ယောက်ျား မိန်းမဟူ၍ အသီးအခြားမရှိတော့ပြီဟု ရှုမှတ်နေဆဲမှာပင် အလိုလို သိမြင်သဘောကျခြင်းသည် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ မည်၏။

မကွေးမီ မဆန့်မီကပင် ကွေးချင် ဆန့်ချင်သော စိတ်ဦးကလေးများကို ရှင်းလင်းစွာ မှတ်သိနိုင်သော အခါ၌ “ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကြောင့် ကွေးမှု ဖြစ်ပေါ်သည်။ ဆန့်ချင်တဲ့စိတ်ကြောင့် ဆန့်မှုဖြစ်ပေါ်သည်။” ဤသို့ စသည်ဖြင့်၎င်း “ပဋ္ဌမဦးစွာဖြစ်သော စိတ်ဦး ကလေးများကို မသိခြင်းကြောင့် တခြားသို့ စိတ်ထွက်သွားသည်။ ထိုစိတ်ဦးကို မှတ်မိလျှင် တခြားသို့ စိတ်မသွားနိုင်” ဤသို့ စသည်ဖြင့်၎င်း၊ “မှတ်စရာ သိစရာ အာရုံရှိပါမှ မှတ်သိကြံစည်သောစိတ် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်” ဤသို့ စသည်ဖြင့်၎င်း၊ အကြောင်းနှင့်တကွ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်တို့ကို မတွေးမဆရတော့ဘဲ မှတ်ဆဲမှာပင် အလိုလို ပိုင်းခြား၍ သိသောဉာဏ်သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် မည်၏။

ဤဉာဏ် ရင့်သန်ပြည့်စုံသောအခါ၌ ‘သူ့ဆိုင်ရာအကြောင်းများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သော သူ့ဆိုင်ရာ အကျိုးတရား နာမ်ရုပ် ၂-ပါးမျှသာ ရှိသည်။ ထိုမှတစ်ပါးသော ပြုလုပ်တတ် ခံစားတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟူ၍ မရှိတော့ပြီ’ဟု သိခြင်း သည် ကင်္ခါဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိမည်၏။

မှတ်အပ်သော အာရုံ၏ အစ၊ အလယ်၊ အဆုံးတို့ကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိနိုင်သောအခါ၌ အမြဲတမ်း မှတ်နေကျ အာရုံများတွင် ဖောင်းမှု ဆုံးပြီးမှ ပိန်မှုပေါ်လာသည်ကို၎င်း၊ ပိန်မှုဆုံးပြီးမှ ထိုင်မှုပေါ်လာသည်ကို၎င်း၊ ကြွမှုဆုံးပြီးမှ လှမ်းမှု ပေါ်လာသည်ကို၎င်း၊ ဤသို့စသည်ဖြင့် ရှေးရှေးအာရုံဆုံးပြီးမှ နောက်နောက် အာရုံဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို ရှင်းလင်းစွာသိ၏။ နာကျင်မှု ယားမှု စသော ဝေဒနာတမျိုးမျိုး ဆုံးသွားပြီးမှ အခြားတနေရာရာ၌ ဝေဒနာအသစ် တမျိုးမျိုးစ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသည် ကို၎င်း၊ ၂-ချက် ၃-ချက် ၄-ချက် စသည်ဖြင့် မှတ်နေလျှင် ထိုဝေဒနာသည် တဖြည်းဖြည်း သေးငယ်၍ သေးငယ်၍ နောက်ဆုံး၌ ပျောက်ပျောက် သွားသည်ကို၎င်း၊ ထင်ပေါ်လာသော ပုံသဏ္ဍာန်နိမိတ် အာရုံတို့တွင်လည်း တမျိုးတမျိုး လုံးဝ ပျောက်သွားပြီးမှ အသစ်အာရုံ တမျိုးမျိုး ထင်ပေါ်လာသည်ကို၎င်း၊ ၂-ချက် ၃-ချက် ၄-ချက် စသည်ဖြင့် စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်နေလျှင် ထိုပုံသဏ္ဍာန် အာရုံသည် ရွှေ့၍ရွှေ့၍ ဖြစ်စေ သေး၍ သေး၍ ဖြစ်စေ မေးမှိန် မေးမှိန်၍ ဖြစ်စေ နောက်ဆုံး၌ ပျောက်ပျောက်သွားသည်ကို၎င်း၊ ရှင်းလင်းစွာ သိရ၏။ မကုန်ဆုံး မပျောက်ပျက်ဘဲ ခိုင်မြဲစွာ တည်တံ့နေသော တရားကိုကား မတွေ့ရ။

ထို့ကြောင့် မှတ်ဆဲ မှတ်ဆဲမှာပင် ကုန်ဆုံး ကုန်ဆုံးသွားသော ထိုအာရုံကို ကုန်ဆုံးသွားသောကြောင့် မမြဲဟူ၍လဲ သဘောကျလျက် ဆင်ခြင်မိတတ်၏။ ပေါ်ပေါက်ပြီးလျှင် ပျောက်ပျောက်သွားသောကြောင့် ဆင်းရဲဟူ၍လည်း သဘောကျ လျက် ဆင်ခြင်မိတတ်၏။ (မကောင်းဘူးဟူ၍ ဆင်ခြင်မှုသည်လည်း ဆင်းရဲဟု သဘောကျခြင်းနှင့် အတူတူပင်တည်း) အခံရ ခက်လှစွာသော ဒုက္ခဝေဒနာတို့ကို တမျိုးပြီးတမျိုး များစွာတွေ့ရသဖြင့်လည်း “ဆင်းရဲအစုအဝေးကြီးဘဲ” ဟူ၍ သဘောကျ လျက် ဆင်ခြင်မိတတ်၏။ အလိုအတိုင်း မဖြစ်မှု၍ သူ့သဘောအတိုင်းသာ ဖြစ်တတ် ပျက်တတ်သောကြောင့် အစိုးမရဘူး၊ ငါကောင်မဟုတ်ဘူး၊ သဘောတရားမျှသာ ဟူ၍ သဘောကျလျက် ဆင်ခြင်မိတတ်၏။ ဤသို့ မှတ်နေဆဲမှာပင် မှတ်မိသော အာရုံကို မတွေ့မဆရာဘဲ “မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ အစိုးမရ”ဟု သဘောကျ၍ ဆင်ခြင်ဆုံးဖြတ်ခြင်းသည် **ပစ္စက္ခသမ္မသနဉာဏ်** မည်၏။

ဤသို့ ပစ္စက္ခအားဖြင့် မှတ်သိရပြီးသော အာရုံနှင့် နှိုင်းဆ၍ အတိတ် အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန်တလောကလုံး၌ ရှိသော ရုပ်နာမ်ဟူသမျှကိုလဲ “နည်းတူပင် မမြဲတာတွေချည်းဘဲ၊ ဆင်းရဲတွေ မကောင်းတာတွေချည်းဘဲ၊ အစိုးမရ ငါကောင် မဟုတ်တာတွေချည်းဘဲ” ဟူ၍ သဘောကျလျက် ဆင်ခြင်ဆုံးဖြတ်မိတတ်၏။ ဤဆင်ခြင် ဆုံးဖြတ်မှုသည်ကား **အနုမာန သမ္မသနဉာဏ်** မည်၏။

ကောင်းကောင်းပစ္စုပ္ပန်ကျအောင် မှတ်နိုင်သောအခါ၌ အမှတ်ရမှု သတိနှင့် အသိဉာဏ်တို့သည် အလွန်သွက်လက် လျင်မြန်စွာ ဖြစ်ပေါ်ကုန်၏။ အားထုတ်မှု ဝီရိယသည်လည်း မယုတ်မလွန် မလျော့မတင်း ညီမျှစွာ ဖြစ်၏။ အထူးကြောင့်ကြ မစိုက်ရဘဲ မှတ်သိလျက် မှတ်သိလျက်ဖြစ်နေအောင် ညီမျှစေသော ဥပေက္ခာလဲထင်ရှားဖြစ်၏။ စိတ်သည် အထူးကြည်လင်၏ ထူးခြားစွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော အလင်းရောင်ကိုလဲ တွေ့ရတတ်၏။ ကိုယ်ထဲ၌ စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့် ဖိမ်းဖိမ်း ဖိမ်းဖိမ်းနှင့် အလွန် နေထိုင်ကောင်းသော ပီတိလဲ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်၏။ ကြောင့်ကြပူပန်မှု ကင်း၍ သက်သာအေးချမ်းသော ပဿဒ္ဓိလဲ ထင်ရှား ဖြစ်ပေါ်၏။ ဝမ်းသာ ဝမ်းမြောက်မှုလဲ အလွန်အကဲ ဖြစ်တတ်၏။ ရှုမှတ်မှု ဘာဝနာ၌ ပျော်မွေ့မှုလဲ ဖြစ်၏။ ထိုအခါ အလွန် လျင်မြန်စွာ ထင်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ် အမှုအရာတို့ကို ဖြစ်စဉ်အတိုင်း အကြွင်းမရှိ အကုန်ပင် မှတ်သိနိုင်သည်ဟု ထင်ရ၏။ ဤသို့ အလင်းရောင် ပီတိ သုခတို့နှင့်တကွ သက်သက်သာသာ လျင်မြန်စွာ အမှတ်အသိ ကောင်းနေသောကြောင့် ထိုသို့ ဖြစ်ပုံကို သာယာသဘောကျလျက် “တရားလမ်း ဆုံးပြီ၊ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ပြီ”ဟု ထင်မှတ်တတ်၏။ မဂ်မှားကို စွဲလမ်းသော ဥပက္ခိလေသပေတည်း။

ဤဥပက္ခိလေသနှင့် ရောပြွမ်းလျက် လျင်မြန်စွာ မှတ်သိနိုင်သော အသိဉာဏ်သည် ဖြစ်ပေါ်ခါစ **နုသောဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ်** မည်၏။ ဤနုသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်စိုက်၌ မှတ်သိရသော ရုပ်နာမ်တို့၏ အစအဆုံးအဖြစ် အပျက်များကို ကောင်းကောင်း ရှင်းလင်းစွာ မသိနိုင်သေးပေ။

ထိုသို့ မှတ်နေစဉ်မှာပင် အလင်းရောင် စသည်က တရားထူးမဟုတ်သေး၊ အလင်းရောင်စသည်ကို စဉ်းစားဆင်ခြင် ကာ သာယာနေတာက (ဝိပဿနာ) ရှုမှတ်မှု၏ အန္တရာယ်ဘဲ၊ မပြတ်မှတ်နေတာကမှ လမ်းမှန်ဘဲ၊ လမ်းမဆုံးသေးဘူး၊ မှတ်ရဦးမှာဘဲ၊ မှတ်မှ သာပြီးကောင်းသွားမည်ဟူ၍ တဆင့်ကြားရ၍ဖြစ်စေ မိမိအလိုလိုဖြစ်စေ ဆုံးဖြတ်၏။ ဤဆုံးဖြတ်မှု သည် **မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ** မည်၏။

ထိုသို့ ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် မှတ်မြဲပင် ဆက်၍ မှတ်သောကြောင့် အလင်းရောင်ပီတိ ပဿဒ္ဓိ ဝမ်းသာမှု သာယာမှုတို့ကို လွန်မြောက်သွားသောအခါ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်မိသော အာရုံများသည် ပေါ်ပေါ်ပြီးလျှင် ချက်ခြင်းပင် ပျောက်ပျောက်

သွားကြသည်ကို တွေ့ရ၏။ ထိုပျောက်သွားပုံမှာလည်း တခြားတနေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းသွားခြင်း မရှိဘဲ သူပေါ်လာရင်း နေရာမှာပင် တိကနဲ တိကနဲ လုံးဝကွယ်ပျောက်သွားသည့် အနေအားဖြင့် ထင်ရှား၏။ ထို့ကြောင့် ရုပ်နာမ်တို့သည် မျက်စိ တမှတ် လျှပ်တပြက်ခန့်မှ မတည်တံ့ဘဲ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေကြသည်ဟု မျက်မှောက်သိရ၏။ ဤသို့ ပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်တို့ကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ကွက်ခနဲ ကွက်ခနဲ ရှင်းလင်းစွာ သိသော ဉာဏ်သည် ဥပက္ကိလေသမှ လွတ်ပြီးသော **ရင့်သန်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်** မည်၏။ ဤဉာဏ်သည် ပဋိပဒါဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ၏ အစပေတည်း။

ပေါ်လိုက် မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် ကွက်ခနဲ ကွက်ခနဲ အမှတ်အသိ ကောင်းနေရာမှ မှတ်ရသော အာရုံများသည် ပျောက်ပျောက်နေသကဲ့သို့သင့်၊ ဘာမျှမရှိဘဲ ဖြစ်နေသကဲ့သို့သင့်၊ ထင်ရ၏။ မှတ်စိတ်သည် မှတ်ရသော အာရုံနှင့် စေးစေး ကပ်ကပ်မရှိဘဲ ဟာကျဲကျဲ ဖြစ်နေသကဲ့သို့လဲ ထင်ရတတ်၏။ ဖောင်းပိန်သော ဗိုက်ပုံသဏ္ဍာန်၊ ကွေးဆန့် လှုပ်ရှားနေသော လက်ခြေပုံသဏ္ဍာန် စသော ဗန်နိမိတ် ပညတ်များ ကွယ်ပျောက်၍ ပရမတ် သဘောမျှကိုသာ တွေ့ရသောကြောင့် ထိုကဲ့သို့ ထင်ပေသည်။ ထိုဉာဏ်အားပြည့် ရင့်သန်လာသော အခါ၌ ဖောင်းမှု ပိန်မှု စသော မှတ်စရာ အာရုံနှင့် မှတ်သိသော စိတ်တို့ကို ရှေ့ဆင့် နောက်ဆင့် ကုန်ဆုံး ကုန်ဆုံးနေသည်ကိုသာလျှင် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ရှင်းလင်းစွာ သိရ၏။ ထိုကုန်ဆုံးမှု ထင်ပုံမှာလည်း မှတ်ရသော အာရုံ၏အစ ပေါ်လာမှုနှင့် အထည်ခြစ်ကို မတွေ့ရပါဘဲ မှတ်ရန် အားထုတ်စဉ်မှာပင် ကုန်ကုန် သွားနှင့်သကဲ့သို့သင့်၊ ပျောက်ပျောက်သွားနှင့် သကဲ့သို့သင့်၊ ထင်ခြင်းပေတည်း။ ဤသို့ ရှင်းလင်းစွာ ထင်ပေါ်၍ အာရုံရော မှတ်စိတ်ရော အတွဲလိုက် အတွဲလိုက်အားဖြင့် ရှေ့ဆင့် နောက်ဆင့် တိကနဲ တိကနဲ လျင်မြန်စွာ ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားသည် ကို သိသောဉာဏ်သည် **ဘင်္ဂဉာဏ်** မည်၏။

အာရုံရော မှတ်စိတ်ရော အတွဲလိုက် အတွဲလိုက်အားဖြင့် တကုန်တည်းကုန်၊ တပျက်တည်းပျက် နေသည်ကိုသာ တွေ့ရ၍ မှတ်နေရင်းပင် ကြောက်စရာ ကောင်းသည်ဟု ထင်မြင်လာတတ်၏။ **ဘယဉာဏ်** ပေတည်း။ ထိုအခါ၌ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ကြောက်နေသလိုလိုလဲ ဖြစ်တတ်၏။ ဝမ်းနည်းသလိုလိုလည်း ဖြစ်တတ်၏။ မှတ်စရာအာရုံတွေ ပေါ်ပေါ်လာမည် ကိုလဲ ကြောက်နေတတ်၏။

မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်တို့ကို မကောင်းဘူးဟု မပြစ်မြင်သော အသိဉာဏ်သည် **အာဒိနဝဉာဏ်** မည်၏။ ထိုအခါ၌ မကောင်းတာတွေနှင့် မပြတ်တွေနေရသည်ဟု ထင်ရ၏။ ဘယ်လိုပင် အမှတ်အသိကောင်းနေသော်လည်း မှတ်ရတာ အရသာ မရှိသကဲ့သို့ ထင်ရ၏။

မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ခြောက်သွေ့သွေ့ ဖြစ်လျက်၊ ပျင်းရိ ငြီးငွေ့ဘွယ်ဟု ထင်မြင်သော ဉာဏ်သည် **နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်** မည်၏။ ထိုအခါ ပျင်းရိသလိုလို၊ အားလျော့သလိုလို ဖြစ်နေတတ်၏။ သို့သော် မမှတ်ဘဲလဲ မနေနိုင်၊ တကယ်ပျင်းရိ သည်ကား မဟုတ်ပေ။

မှတ်ခိုက်မှာရော ဆင်ခြင်ခိုက်မှာရော ဒုက္ခလက္ခဏာများစွာ ထင်လျက် ငြီးငွေ့ဘွယ်ကိုသာ တွေ့ရသောကြောင့် မှတ်ရသော အာရုံသင်္ခါရနှင့် မှတ်မှုဝိပဿနာ သင်္ခါရတို့ကို စွန့်လွှတ်လိုသော စိတ်ဖြစ်ပေါ်၏။ ထိုသင်္ခါရတို့မှ လွတ်မြောက် သာ လွတ်မြောက်လိုတော့၏။ မှတ်ခိုက် မှတ်ခိုက်မှာပင် အလိုလို ဖြစ်ပေါ်လာသော ဤစွန့်လိုမှု လွတ်မြောက်လိုမှုသည် **မုဋ္ဌိတုကမျတာဉာဏ်** မည်၏။ ထိုအခါ၌ တပျက်တည်း ပျက်နေသော အာရုံတွေနှင့် မှတ်သိမှုတွေ လုံးဝမရှိမှ ကောင်းမည် ဟူ၍လဲ ဆင်ခြင်မိတတ်၏။ သင်္ခါရငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ဆီသို့ ညွတ်တိုင်းခြင်းပေတည်း။

သင်္ခါရတို့မှ လွတ်မြောက်လိုသောကြောင့် မြန်မြန်ကြီးလွတ်မြောက်စေရန် အင်တိုက်အားတိုက် ကြိုးစား၍ မှတ်မြဲပင် တဖန်မှတ်ပြန်သောအခါ၌ တကိုယ်လုံးရှိ ရုပ်နာမ်အလုံးစုံကို အလွန်မခံသာသော ရောဂါအစုအဝေးကြီး ကဲ့သို့သင့်၊ ဒုက္ခတုံး ဒုက္ခခဲကြီးကဲ့သို့သင့် ထင်ရတတ်၏။ ကိုယ် လက် ခြေ ဣရိယာပုထ်များကိုလဲ ကြာရှည်စွာ ငြိမ်ငြိမ်မထားနိုင်ဘဲ ခဏခဏ ပြုပြင်လို့တတ်၏။ အမှတ်အသိမှာ တချက်မှတ် တခါပျောက်အားဖြင့် ကောင်းနေငြားသော်လဲ မကောင်းသေးဘူးဟူ၍ ထင်လျက် အားမရနိုင်ဘဲရှိတတ်၏။ နောက်ပိုင်း၌ကား အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာတို့ကို အထူးထင်ရှားစွာ တွေ့ရလျက် သွက်လက်လျင်မြန်စွာ အမှတ်ကောင်းနေတတ်၏။ ဤသို့တဖန် ရှုမှတ်၍ အထူးသိမြင်သော ဉာဏ်သည် **ပဋိသင်္ခါဉာဏ်** မည်၏။

ထင်ပေါ်သမျှ ရုပ်နာမ်တို့ကို အထူးကြောင့်ကြ မစိုက်ရတော့ဘဲ သူ့အလိုလိုပင် မှတ်သိပြီးဖြစ်လျက် အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်တို့၏အပျက်ကို လွယ်ကူသိမ်မွေ့စွာ တဆက်တည်း တစဉ်တည်း အရှိန်မပျက်သိနေသော ဉာဏ်သည် **သင်္ခါရပေက္ခာ ဉာဏ်** မည်၏။ ထိုအခါ၌ အာရုံထင်ပေါ်စေရန်လဲ ကြောင့်ကြမစိုက်ရပြီ၊ မှတ်မိစေရန်လဲ ကြောင့်ကြမစိုက်ရပြီ။ တမှတ်တမှတ် ဆုံးသွားလျှင် တဖန်မှတ်စရာအာရုံသည် အလိုလိုပင် ထင်ပေါ်လျက်ရှိ၏။ ထိုအာရုံကို အလိုလိုပင် မှတ်သိမိလျက်ရှိ၏။ ကုန်ပျက်မှုကို တွေ့နေရသော်လဲ ရှေးကလို ကြောက်ခြင်း အပြစ်မြင်ခြင်း ငြီးငွေ့ခြင်း လွတ်လိုခြင်း အားမရခြင်းများ

မဖြစ်လာပြီ၊ မခံသာမူ ဒုက္ခဝေဒနာကို တွေ့ရသော်လဲ စိတ်မချမ်းသာခြင်း မဖြစ်ပြီ၊ များသောအားဖြင့်ကား ထိုအခါ၌ ဒုက္ခဝေဒနာများ လုံးဝကင်းငြိမ်းလျက်သာ ရှိတတ်ပေသည်။ အာရုံကောင်းများကို တွေ့ရသော်လဲ ရှေးကလို အလွန်အကဲ ဝမ်းသာခြင်း မဖြစ်ပြီ။ အမှတ်အသိမှာ အလွန်ငြိမ်သက်သိမ်မွေ့စွာ ကောင်းနေသော်လဲ ထိုအတွက် ရှေးကလို အလွန်အကဲ ဝမ်းသာခြင်း အားတက်ခြင်းများ မဖြစ်လာပြီ။ အာရုံနှင့် မှတ်သိမှုများအပေါ်၌ မချစ်မမုန်းညီမျှစွာဖြစ်လျက် အမှတ်မှာ သူ့အရိန်နှင့်သူ သွားလျက်သာရှိ၏။ မပြုပြင်ဘဲ မှတ်နေမည်ဆိုလျှင် ၂-နာရီ ၃-နာရီ ကြာသော်လဲ အခြေမပျက် ကောင်းမြဲပင် ကောင်းနေ၏။ တနေ့လုံး တညလုံးသော်လဲ မှတ်နေနိုင်မည်ဟု ထင်ရတတ်၏။ စိတ်ကိုတခြားသို့ ပို့သော်လဲ ကြာရှည်စွာ မသွား၊ မှတ်မှုသို့သာလျှင် ပြန်ပြန်ရောက်လာ၏။ ဒွါရ ၆-ပါးကိုဖြန့်၍ အာရုံများစွာကို မှတ်ရန် အားထုတ်သော်လဲ ဖြန့်၍ မရဘဲ သူမှတ်နေကျ အာရုံများတွင်သာလျှင် မှတ်သိလျက်ဖြစ်နေတတ်၏။

(အာရုံထင်စေရန် ရှုမှတ်မှုဖြစ်စေရန် ကြောင့်ကြ မစိုက်ရခြင်း-၁။ ဘယ-ကြောက်မှု၊ နန္ဒီ-နှစ်သက် ပျော်မွေ့မှု ကင်းခြင်း-၂။ ညီမျှစွာဖြစ်ခြင်း-၃။ သူ့အရိန်နှင့်သူ ကြာရှည်စွာ ဖြစ်လျက်တည်ခြင်း-၄။ ဒုက္ခဝေဒနာကို သည်းခံနိုင်ခြင်း-၅။ တခြားအာရုံသို့ မပြန်ခြင်း-၆။ ဤဂုဏ်အင်္ဂါများသည် ပါဠိ အဋ္ဌကထာ ဋီကာတို့၌ ပြထားသော သင်္ခါရပေက္ခာ၏ ဂုဏ်အင်္ဂါ တို့ပေတည်း။)

သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် အားပြည့်လျှင် အချို့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ မှတ်အပ်သော အာရုံနှင့် မှတ်သိမှုတို့၏ လျင်မြန်စွာ ကုန်ဆုံး သွားသော သဘောအားဖြင့် အနိစ္စလက္ခဏာ အထူးသန့်ရှင်းစွာ ထင်လျက်။ မှတ်သိမှုသည် အဟုန်ဖြင့်ပြေးလာသကဲ့သို့ တကြိမ်ထက် တကြိမ် အထူးလျင်မြန်စွာ ဖြစ်ပေါ်၏။ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ မခံသာသောသဘော မကောင်းသော သဘောအားဖြင့် ဒုက္ခလက္ခဏာ အထူးသန့်ရှင်းစွာထင်လျက် ထူးခြားသော မှတ်သိမှုများ ဖြစ်ပေါ်၏။ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ချစ်ဖွယ် မုန်းဖွယ် ကင်းမဲ့သည့် သဘောတရားအနေအားဖြင့် အနတ္တလက္ခဏာ အထူးသန့်ရှင်းစွာ ထင်လျက် ထူးခြားသော သိမှတ်မှုများ ဖြစ်ပေါ်၏။ ဝုဋ္ဌာန ဂါမိနီ ဝိပဿနာ၏အစ ခေါင်ထိပ်သို့ရောက်သော သင်္ခါရပေက္ခာပေတည်း။

ဤထူးခြားသော အမှတ်အသိများ ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ် စသည်ဖြစ်ပေါ်ပြီးလျှင် နောက်ဆုံး မှတ်သိမှု ပြီးဆုံးသွား သည့်နှင့် တပြိုင်နက် အာရုံနှင့် မှတ်သိမှု အလုံးစုံကို တိကန့်ပြတ်သွားသကဲ့သို့၎င်း၊ အကုန်လုံး မြုပ်ကွယ် သွားသကဲ့သို့၎င်း၊ သင်္ခါရချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်အာရုံသို့ ဆိုက်ရောက်ပြေးဝင်သွား၏။

ဤသို့ ဖြစ်ရာတွင် ထူးခြားသော နောက်ဆုံး အမှတ်အသိသည် (ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် စသော ရှေးဉာဏ်များနှင့်၎င်း၊ နောက်အဘို့ဖြစ်သော မဂ်ဆိုင်ရာ တရားများနှင့်၎င်း လျော်ညီစွာ ဖြစ်သောကြောင့်) **အနုလောမဉာဏ်** မည်၏။ ဥပက္ကိလေသ ကင်းပြီးသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မှ စ၍ ဤအနုလောမဉာဏ် တိုင်အောင် ဝိပဿနာဉာဏ် ၉-ပါးသည် **ပဋိပဒါဉာဏဒဿန** ဝိသုဒ္ဓိမည်၏။

အာရုံနှင့် မှတ်သိမှုဟူသော သင်္ခါရအလုံးစုံ ကင်းပြတ်ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရှေးဦးစွာ ကျရောက်သော အသိဉာဏ်သည် **ဂေါတြဘူဉာဏ်** မည်၏။

ထိုချုပ်ငြိမ်းမှုထဲ၌ ဝင်ရောက်နေရတိသကဲ့သို့ မျက်မှောက်တွေ့လျက် တခဏမျှ တည်တံ့နေသော အလယ်ပိုင်း အသိဉာဏ်သည် **မဂ်ဉာဏ်** မည်၏။ **ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ**လဲမည်၏။

ထိုချုပ်ငြိမ်းမှု၌ ဆက်လက်၍တည်သော နောက်ဆုံးပိုင်း အသိဉာဏ်သည် **ဖိုလ်ဉာဏ်** မည်၏။

ဖိုလ်ဉာဏ် ပြီးဆုံးသွားလျှင် အိပ်ပျော်ရာမှ ဘွားကနဲ နိုးလာသကဲ့သို့၎င်း၊ ရေထဲ၌ ငုပ်နေရာမှ ဘွားကနဲ ရုတ်တရက် ပေါ်လာသကဲ့သို့၎င်း၊ ရှုမှတ်ခဲပုံနှင့် ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်ပုံများကို ပြန်လှည့်၍ ဆင်ခြင်မိ၏။ ဤဆင်ခြင်မှုသည် **ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်** ပေတည်း။

ထိုနောင် မှတ်မြဲတိုင်းဆက်၍ မှတ်ပြန်လျှင် မှတ်သိရသော အာရုံများသည် ယခင် အမှတ်ကောင်းခါစကလိုပင် အထည်ခြစ်နှင့်တကွ ပီပီသသဖြစ်လျက် ထင်ပေါ်နေတတ်ကြ၏။ ဖြစ်မှု ပျက်မှုများကို ယခင် အမှတ်ကောင်းခါစကလိုပင် ထင်ရှားပီသစွာသိရ၏။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် တပတ်ပြန်၍ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းပေတည်း။ ဤအရာ၌ ဖြစ်တတ်ပုံ အထူးများနှင့် နိုင်နင်းအောင် တိုးတက်အောင် အားထုတ်ပုံများကို ရှုနည်းအကျဉ်း စာအုပ် အားထုတ်ပုံအခမ်း နံပါတ် ၈၅-စသည်၌ ပြဆို ထားအပ်ပြီ။ သို့ဖြစ်၍ ဤမျှဖြင့် ဝိသုဒ္ဓိနှင့် ဉာဏ်စင်ကို မှတ်သားနိုင် နားလည်နိုင်လောက်ပေပြီ။ သို့ရာတွင်....

မည်မျှအရသာကောင်းသော စားဘွယ် ဖြစ်စေကာမူ စားကြည့်မှ ကောင်းကောင်း သိနိုင်သကဲ့သို့ ဤ၌ ပြထားသော ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ အလုံးစုံကိုလဲ ကိုယ်တိုင်မျက်မှောက် ဆိုက်ရောက်ပြီးမှ ကောင်းကောင်းနားလည်၍ ကောင်းကောင်းသဘော ကျတတ်ကြပေမည်။ ထို့ကြောင့် ယုံမှားမရှိ သဘောကျနိုင်သော အဆင့်အတန်းသို့ တက်လှမ်းဆိုက်ရောက်နိုင်ကြပါစေ။

ဝိသုဒ္ဓိနှင့် ဉာဏ်စဉ်အကျဉ်းချုပ် ပြီး၏။

ကိုယ်တွေ့နှင့် တိုက်ဆိုင်၍ ကိုယ့်ဉာဏ်အဆင့် ကိုကိုယ်တိုင်ပင်
ဆုံးဖြတ်နိုင်ရန် အလို့ငှါ
အပြည့်အစုံ အားထုတ်ပြီးသော ယောဂီတို့အား
ကျေးဇူးတော်ရှင်
မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး
ဟောပြောလေ့ရှိသော

ဝိသုဒ္ဓိနှင့် ဉာဏ်စဉ်တရားတော်မှ

ဆောင်ပုဒ်များ

ဓမ္မာဒါသသ္မုတ်လာ သောတာပန်၏ ဂုဏ်အင်္ဂါ ၄-ပါး

- ၁။ ဗုဒ္ဓစွမ်းရည်၊ တွေ့မြင်ပြီး၊ ယုံကြည်မြဲလှစွာ။ မှန် ၁-ခု။
- ၂။ ဓမ္မစွမ်းရည်၊ တွေ့မြင်ပြီး၊ ယုံကြည်မြဲလှစွာ။ မှန် ၁-ခု။
- ၃။ သံဃစွမ်းရည်၊ တွေ့မြင်ပြီး၊ ယုံကြည်မြဲလှစွာ။ မှန် ၁-ခု။
- ၄။ အရိယကန္တ၊ ငါးသီလ၊ လုံးဝပြည့်စုံရာ။ မှန် ၁-ခု။
- ၅။ မြတ်သောတာပန်၊ တရားမှန်၊ ဆေးတန်စုံလင်ရာ။
- ၆။ ကိုယ့်ဉာဏ်အဆင့်၊ ကိုယ်တိုင်ချင့်၊ အသင့်ဆုံးဖြတ်ရာ။

မျက်မှောက်သိအပ်သော နိဗ္ဗာန်၏ လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန်

ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် ပြတ်လျက်ငြိမ်းသည်။ (သန္တိ လက္ခဏံ နိဗ္ဗာန်)
ရွေ့လျော့သေခြင်း ကင်းရှင်းပေသည်။ (အဗ္ဗုတိရသံ)
သဏ္ဍာန်နိမိတ် ကင်းဆိတ်ထင်သည်။ (အနိမိတ္တပစ္စုပဋ္ဌာန်)
နိဗ္ဗာန် ရောက်က သိမြင်သည်။

သစ္စာလေးပါးသရုပ်

- ၁။ ဖြစ်ပျက်သမျှ၊ သင်္ခါရ၊ ဒုက္ခသစ္စာတည်း။ (ဒုက္ခ)
- ၂။ သင်္ခါရတွင် အကောင်းထင်၊ ခင်မင် သမုတည်း။ (သမုဒယ)
- ၃။ ရုပ်နာမ်အားလုံး၊ ဖြစ်ပျက်သုဉ်း၊ ချုပ်ဆုံးနိဗ္ဗာန်တည်း။ (နိရောဓ)
- ၄။ ချုပ်ဆုံးမှုတွင်၊ ဉာဏ်သက်ဝင်၊ သိမြင် မဂ် ပေတည်း။ (မဂ္ဂ)

သစ္စာ ၄-ပါးကို တပြိုင်နက်သိပုံ

- ၁။ သစ္စာ ၄-ချက်၊ တပြိုင်နက်၊ သိချက်ဘယ်သို့နည်း။
- ၂။ နိဗ္ဗာန်မြင်ကာ၊ ကြွင်းသစ္စာ၊ မှန်စွာ သိမှုပြီး။

တီသု ကိစ္စတော ပဋိဝေစော၊
နိရောဓေ အာရမ္မဏပုဋိဝေဓော။

ဝိသုဒ္ဓိနှင့်ဉာဏ်စဉ်

(က)* ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းထားတဲ့ (လူ ရှင်ရဟန်းတို့၏) သီလ၊ မပျက်မပြယ် စင်ကြယ်တာက **သီလ** ဝိသုဒ္ဓိ။ (ခရေပွင့်နှင့် အက္ခရာဖြင့် ဝိသုဒ္ဓိကို ပြသည်။)

(ခ)* အာရုံတခြားသို့ မလွင့်ပါးဘဲ၊ ရှုမှတ်ရာ၌သာ ကပ်လျက်တည်ကာ၊ မှတ်စိတ်ချည်း စင်ကြယ်တာက **စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ**။

၁။ ရှုမှတ်ဆဲတွင် နာမ်ရုပ် ၂-ပါးကို ပိုင်းခြား၍ သိတာက **နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်**။ (ဂဏန်းဖြင့် ဉာဏ်စဉ်ကို ပြသည်။)

(ဂ)* မှတ်ချက်ထဲမှာ ရုပ်တခြား+အသိတခြား ကွဲပြား၍ “ရုပ်နာမ်မျှသာ ရှိသည်၊ အသက်ကောင် သတ္တဝါကောင်ကားမရှိ”ဟု အသိအမြင် စင်ကြယ်တာက **ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ**။

၂။ ရှုမှတ်ဆဲတွင် အကြောင်းအကျိုး ၂-ပါးကို ပိုင်းခြား၍သိတာက **ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်**။

(ဃ)* ရှုမှတ်ဆဲတွင် အကြောင်းအကျိုးကိုသာ တွေ့ရ၍ “ရှေးကလဲ ဒီလိုအကြောင်းအကျိုးမျှသာ ရှိခဲ့သည်။ နောင်လဲ ဒီလိုအကြောင်း အကျိုးမျှသာ ရှိမည်”ဟု သဘောကျကာ ယုံမှားကင်းလောက်အောင် အသိရှင်းတာက **ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ**။

၃။ ရှုမှတ်ဆဲတွင် ပေါ်လာပြီးနောက် ပျောက်ပျောက် သွားတာကို တွေ့ရ၍ “မမြဲ ဆင်းရဲ ငါကောင်မဟုတ်”ဟု သဘောကျကာ သုံးသပ်ဆင်ခြင် မိတာက **သမ္မသနဉာဏ်**။

၄-က။ မဆင်ခြင်တော့ဘဲ မှတ်ရုံမျှသာ မှတ်နေရာတွင် အလင်းရောင် ပီတိ ပဿဒ္ဓိ သုခ သဒ္ဓါ စသော အရသာထူးများကိုလဲ တွေ့လျက် ပေါ်မှု+ ပျောက်မှု-ဖြစ်မှု+ ပျက်မှုကို လွယ်ကူစွာ မှတ်သိနေတာက **နုသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်**။

(င)* “အလင်းရောင်စသော အထူးအထွေများကို စဉ်းစားအားရ သဘောကျ နေတာက လမ်းမှားဘဲ၊ မှတ်ရုံမျှသာ မပြတ်မှတ်နေတာကမှ လမ်းမှန်ဘဲ၊ မပြတ်မှတ်နေမှ ဉာဏ်တက်မည်”ဟု၊ လမ်းမှန်လမ်းမှားကို ပိုင်းခြား ဝေဖန်ကာ ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်တာက **မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ**။

၄-ခ။ အလင်းရောင်စသော အထူးအထွေများကို မစဉ်းစားတော့ဘဲ မှတ်ရုံ မျှသာ မပြတ် မှတ်နေသော အခါ၌ ပေါ်မှု+ပျောက်မှု-ဖြစ်မှု+ပျက်မှုကို မှတ်ချက်တိုင်း၌ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ပြတ်သားစွာ သိတာက **ရင့်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်**။

(စ)* ရင့်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မှ စ၍ အနုလောမဉာဏ်တိုင်အောင် အကျင့် လမ်းစဉ် အသိအမြင် စင်ကြယ်တာက **ပဋိပဒါဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ**။

- ၅။ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အာရုံရော+မှတ်စိတ်ပါ ပျောက်ပျောက် သွားတာကိုသိတာက **ဘင်္ဂဉာဏ်**။
- ၆။ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အပျက်ကိုသာ တွေ့ရ၍ ကြောက်ဖွယ်ထင်တာက **ဘယဉာဏ်**။
- ၇။ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အပျက်ကိုသာ တွေ့ရ၍ မကောင်းဘူးထင်တာက **အာဒိနဝဉာဏ်**။
- ၈။ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အပျက်ကိုသာတွေ့ရ၍ ပျင်းရိခြောက်သွေ့ပြီး ငြီးငွေ့တာက **နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်**။
- ၉။ အပျက်နှင့် ဆင်းရဲကို မှတ်ဆဲမှာတွေ့ရ၍ လွတ်မြောက်ချင်တာက **မုဉ္ဇိတုကမျတာဉာဏ်**။
- ၁၀။ လွတ်မြောက်စေရန် အထူးကြောင့်ကြပြု၍ တဖန်ရှုတာက **ပဋိသင်္ခါဉာဏ်**။
- ၁၁။ အထူးကြောင့်ကြမှု မပြုရတော့ဘဲ အလိုလိုထင်ပေါ်သော သင်္ခါရတို့ကို အညီအမျှ ရှုတာက **သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်**။

သင်္ခါရပေက္ခာ၏ ဂုဏ် ၆-ပါး

- (အ) ကြောက်-နှစ်သက်ခြင်း ကင်းရှင်းပေသည်။ (ဘယဉာဏ်နှင့် ဝိပဿယ သဗ္ဗသင်္ခါ ရေသုဉာဏ်အပါအဝင်)

 - ချမ်းသာ-ဆင်းရဲ- ရှုမြဲတူညီ။ (နေဝ သုမနော ဟောတိ န ဒုမ္မနော၊ ဥပေက္ခကော ဝိဟရတိ သတော သမ္မဇာနော။)
 - ကြောင့်ကြ-မပြု မှတ်ရှုလွယ်သည်။ (သင်္ခါရ ဝိစိနနေ မဇ္ဈတ္တံ ဟုတွာ။ သင်္ခါရေသု ဝိယတေသံ ဝိစိနနေပိ ဥဒါသိနံ ဟုတွာ။) သင်္ခါရ ညီမှု ဂုဏ်သုံးမည်။

- (အာ) ကြာရှည်စွာလဲ တည်မြဲသူသည်။ (သန္တိဋ္ဌာနာ ပညာ၊ ဉာဏဿ သန္တာန ဝ သေန ပဝတ္တိ မာဟ။)

 - ကြာလေ သာ၍ သိမ်မွေ့လေသည်။ (သုပုဂ္ဂေ ပိဋ္ဌံ ဝဇ္ဇိယမာနံ ဝိယ။)
 - အာရုံတခြား ပြန့်သွားကင်းသည်။ (ပတိလိယတိ ပဋိကုဋတိ န သမ္မသာရိယတိ။) သင်္ခါရ ဟူးမှု ဂုဏ်သုံးမည်။

- ၁၂။ သူ့အချိန်နှင့်သူ အမှတ်ကောင်းနေရာမှ သွက်လက်ထင်ရှား ထူးခြားစွာ ဖြစ်သော မှတ်မှုက **ဝုဋ္ဌာနဂါမိနိဝိပဿနာဉာဏ်**။ (မဂ်ဆီသို့ တရိန်တည်းတက်သွားသော မှတ်သိမှုဉာဏ်။)
- ၁၃။ ဤအသိထူးတို့တွင် နောက်ဆုံးအသိက **အနုလောမဉာဏ်**။
- ၁၄။ နောက်ဆုံး အသိပြတ်သည်နှင့်တပြိုင်နက် မှတ်စိတ်နှင့်တကွ သင်္ခါရ ခပ်သိမ်း၏ ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ကျရောက်သွားတာက **ဂေါတြဘူဉာဏ်**။ (ပုထုဇဉ်အနွယ်ကို ဖြတ်သောဉာဏ်။)

၁၅။ သင်္ခါရခပ်သိမ်း၏ ချုပ်ငြိမ်းရာသဘောတွင်
သက်ဝင်၍တည်နေတာက **မဂ်-ဖိုလ်ဉာဏ်။**

(ဃ)* ဤဉာဏ်နှစ်ပါးတို့တွင် မဂ်ဉာဏ်က ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ။ (သစ္စာ
လေးပါးကို စင်ကြယ်စွာ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိမြင်မှု။)

၁၆။ ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်သွားပုံ ချုပ်ငြိမ်းပုံများကို
ပြန်လှည့်၍ ဆင်ခြင်မိတာက **ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်။**

၁၇။ အမှတ်ကောင်းမြဲ ကောင်းပြန်လျှင် ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ထပ်ကာထပ်ကာ
ပြန်ရောက်နေတာက **ဖလသမာပတ်ဖိုလ်ဉာဏ်။**

သောတာပန် ပယ်သော သံယောဇဉ် ၅-ပါး

၁။ ရုပ်နာမ်အစု၊ ငါကောင်ဟု၊ ထင်မှု မရှိပါ။ (ဒိဋ္ဌိကင်းသည်)

၂။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာအား၊ ယုံမှာ မရှိပါ။ (ဝိစိကိစ္ဆာ ကင်းသည်)

၃။ သစ္စာမမြင်၊ မဂ္ဂင်မပါ၊ လေ့ကျင့်ကာဖြင့်၊ ချမ်းသာမြဲမည်၊
ယုံကြည်၊ ကုန်ပြီ သီလဗ္ဗတာ။ (သီလဗ္ဗတမရာမာသ ကင်းသည်)

၄။ ဣဿာခေါ်ဆို၊ မနာလို၊ ဖြစ်ကို မဖြစ်တာ။ (ဣဿာ ကင်းသည်)

၅။ သူများကိုယ်လို၊ ကောင်းမည်ကို၊ ဝန်တို မရှိပါ။
(မစ္ဆရိယကင်းသည်)

၆။ ဒိ-ဝိ-သီ-ဣ၊ မစ္ဆရိ၊ မရှိမြတ်သောတာ။ (ငါးပါးလုံး ကင်းသည်၊
အဋ္ဌကတာ)

၇။ ဒိ-ဝိ-သိမျှ၊ ကင်းကြောင်းပြ၊ ဗုဒ္ဓပါဠိမှာ။ (တီဏိသံယောဇနာနိ
ပဟိယန္တိ-ပါဠိ)

ဝိသုဒ္ဓိနှင့် ဉာဏ်စဉ် ဆောင်ပုဒ်များပြီး၏

**အနုပဿနာ ၃-ပါးဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည် ဆရာတော်)**

(က) ၁။ ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက **အနိစ္စတရား။**

၂။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ကွယ်ပျောက် သွားတာက
အနိစ္စလက္ခဏာ။

၃။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွယ်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရ၍ မမြဲဟု
သိတာက **အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်။**

(ခ) ၁။ ဖြစ်ပျက်နှစ်ရပ် နှိပ်စက်အပ်တဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက **ဒုက္ခတရား။**

၂။ ဖြစ်ပျက်နှစ်ရပ် မပြတ်နှိပ်စက်တာက **ဒုက္ခလက္ခဏာ။**

၃။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ ဖြစ်ပျက်နေတာကို တွေ့ရ၍ ဆင်းရဲဟု သိတာက ဒုက္ခာနုပဿနာဉာဏ်။

(ဂ) ၁။ သူ့သဘောအတိုင်း ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက အနတ္တတရား။

၂။ အလိုအတိုင်း မဖြစ်တာက အနတ္တလက္ခဏာ။

၃။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ အလိုအတိုင်း မဖြစ်တာကို တွေ့ရ၍ အစိုးမရ၊ ငါ့ကောင်မဟုတ်ဟု သိတာက အနတ္တာနုပဿနာဉာဏ်။

**အနတ္တာနုပဿနာ တရားတော်
ဆောင်ပုဒ်များ**

(က) ၁။ ကိုယ်ထဲမှာ အလိုအတိုင်း အစိုးရတဲ့ ငါ့ကောင်ရှိသည်ဟု ထင်တာက သာမီအတ္တစွဲ။

၂။ ကိုယ်ထဲမှာ အမြဲတမ်း တည်နေတဲ့ ငါ့ကောင်ရှိသည်ဟု ထင်တာက နိဝါသီအတ္တစွဲ။

၃။ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်၊ အမူအရာ ဟူသမျှကို ငါ့ကောင်ကပင် ပြုလုပ်သည်ဟု ထင်တာက ကာရကအတ္တစွဲ။

၄။ အကောင်းအဆိုး ဟူသမျှကို ငါ့ကောင်ကပင် ခံစားသည်ဟု ထင်တာက ဝေဒကအတ္တစွဲ။

(ခ) ၁။ ရှေးနောက်တရား၊ ခဏပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါ့ကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ် သန္တတိဃနတည်း။

၂။ ရုပ်နာမ်အများ၊ သဘောပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါ့ကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ် သမူဟဃနတည်း။

၃။ ရုပ်နာမ်အများ၊ ကိစ္စပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါ့ကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ် ကိစ္စဃနတည်း။

၄။ နာမ်သဘောများ၊ အာရုံပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါ့ကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ် အာရမ္မဏဃနတည်း။

၅။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ မပိုင်းခြား၍၊ လေးပါးဃန၊ ထင်ပေါ်ကာ အတ္တစွဲလမ်းသည်။

၆။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ ရှုပိုင်းခြား၍၊ လေးပါးဃန၊ ကြေပျက်မှ အနတ္တဉာဏ်ဖြစ်သည်။

၇။ ဉာဏ်မှန်အနတ္တ၊ ပြည့်စုံမှ၊ အရိယာမဂ်ဉာဏ် ဆိုက်ရောက်သည်။

၈။ ပညတ်အနိစ္စ၊ သိရုံမျှ၊ အနတ္တဉာဏ်မပိုင်။

၉။ ပညတ်ဒုက္ခ၊ သိရုံမျှ၊ အနတ္တဉာဏ်မပိုင်။

၁၀။ ပရမတ်အနိစ္စ၊ သိမြင်မှ၊ အနတ္တဉာဏ်ပိုင်သည်။

၁၁။ ပရမတ်ဒုက္ခ၊ သိမြင်မှ၊ အနတ္တဉာဏ်ပိုင်သည်။

၁၂။ လက္ခဏာစစ်တွင်၊ တခုမြင်၊ အကုန်ပင်သိတော့သည်။

**မဂ်ဝိထိစိတ်ဖြစ်စဉ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ
(ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၂-၃၀၈ မဟာစည်ဆရာတော်)**

၁။ ဝိပဿနာရှုဆဲယောဂီအား အရိယာမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်လိုလတ်သော်
ထိုအခိုက်၌ထင်ရှားသော အာရုံတခုခုကို နှလုံးသွင်းလျက်
မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်းစိတ် ရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

၂။ ထို့နောက် ထိုအာရုံကိုပင် မမြဲဟူ၍သော်၎င်း၊ ဆင်းရဲဟူ၍
သော်၎င်း၊ သဘောတရားမျှ ဟူ၍သော်၎င်း၊ သိလျက် ပရိကံ၊
ဥပစာ၊ အနုလုံဟုခေါ်သော ဇောစိတ်သုံးကြိမ် အစဉ်အတိုင်း
ဖြစ်ပေါ်ကြသည်။

၃။ ထို့နောင် ဖြစ်ပျက်မှု သင်္ခါရအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့
ကျရောက်သွားသော ဂေါတြဘူဇော စိတ်ဖြစ်ပေါ်သည်။

၄။ ထို့နောင် ထိုချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်၌ပင် သက်ဝင် တည်နေလျက်
မဂ်ဇောတကြိမ် ဖိုလ်ဇောနှစ်ကြိမ် အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ကြ
သည်။

၅။ ထို့နောင် ပဋိသန္ဓေက ရခဲသည့် အာရုံ၌ဖြစ်နေကျ ဖြစ်သော
ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သွားကြသည်။

၆။ ထို့နောင် တွေ့သိပြီးခါစဖြစ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တို့ကို ပြန်လှည့်၍
ဆင်ခြင်လျက် မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်း တကြိမ်၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ ဇော ၇-
ကြိမ် ဖြစ်ပေါ်လျှင် ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သွားသည်။

ဤသည်ကား အရိယမဂ်ဝိထိ စိတ်အစဉ် ဖြစ်ပုံပေတည်း။

မဂ်ဝင်ပုံ ဥပမာ

၁။ မြောင်းခုန်လိုငြား ယောက်ျားဇာနည်၊
ရှစ်လှမ်းပြေးသွား ဟုန်အားယူပြီ။
နွယ်ကြိုးကိုင်ဆွဲ ခုန်လွှဲလေသည်၊
ဟိုဘက်ကျ လွှတ်ချ ကြုံကြုံတည်။

မဂ်ဝင်ပုံ ဥပမေယျ

၂။ ဘဝဟိုကမ်း မျှော်တမ်း ယောဂီ၊
ဖြစ်ပျက်ဉာဏ်မှ ပြေးစပြုသည်။
ရုပ်နာမ်ကိုင်ဆွဲ သူလဲခုန်သည်၊
နိဗ္ဗာန်တွေ့ လွှတ်၍ ပြေးဝင်သည်။

ဘဝတန်ခိုး တရားတော် ဆောင်ပုဒ်

ဖြစ်ပျက်နှစ်ဖျား၊ မမြင်ပါဘဲ၊ တရာအသက်၊ ရှည်သည်ထက်လည်း၊ ဖြစ်ပျက်နှစ်တန်၊ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို၊ အမှန်မြင်
လျက်၊ ဉာဏ်စဉ်တက်၍၊ တရက်တာမျှ၊ သက်ရှင်ရသော်၊ လောကလူရွာ၊ ကောင်းမြတ်သာသည်၊ မြတ်စွာဗုဒ္ဓ မိန့်ခွန်းတည်း။

(မဟာစည် ဆရာတော်)

ရည်ရွယ်ချက် ပြည့်စုံသော

ဩကာသ ကန်တော့ခန်း

(မဟာစည်မူ)

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ၊ တည်းဟူသော၊ အပြစ်ခပ်သိမ်း၊ ပပျောက်ငြိမ်း၍၊ အသက်ရှည်စွာ၊ အနာမဲ့ရေး၊ ရန်ဘေးကင်းကြောင်း၊ ကောင်းမှုမဂ်လာ၊ ဖြစ်ပါစေခြင်း၊ အကျိုးငှာ၊ ဘုရား ရတနာ တရား ရတနာ သံဃာ ရတနာ တည်းဟူသော၊ ရတနာ မြတ်သုံးပါး၊ (ဆရာသမား)တို့ကို၊ အရိုအသေ၊ လက်အုပ်မိုး၍၊ ရှိခိုးပူဇော်၊ ဖူးမြော်မာန်လျှော့၊ ကန်တော့ပါ၏(အရှင်ဘုရား)။

(ဆုပေးမည်ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလျှင် ဤတွင်ရပ်ပါ)

ဆုပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ်မရှိလျှင်
အောက်ပါ ဆူတောင်းကို ဆက်တောင်းပါ

ကန်တော့ရသော ဤကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့် အပါယ် (၄)ပါး၊ ကပ် (၃) ပါး၊ ရပ်ပြစ် (၈) ပါး၊ ရန်သူမျိုး (၅) ပါး၊ ဝိပတ္တိတရား (၄) ပါး၊ ဗျာသနတရား (၅) ပါး၊ အနာမျိုး (၉၆) ပါး၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (၆၂) ပါးတို့မှ၊ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်သာဖြစ်၍၊ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန် တရားတော်မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ရပါလို၏ (အရှင်ဘုရား)။

ဂုဏ်တော် ၉-ပါး ဘုရားရှိခိုး
(မဟာစည် ဆရာတော်)

အစိန္တေယျ၊ အစိန္တေယျ၊ အပ္ပမေယျ၊ အပ္ပမေယျ၊ မကြံဆ မနှိုင်းယှဉ်နိုင်ကောင်းသော ဂုဏ်တော်ပေါင်းအနန္တနှင့် လုံးဝဥသံ ပြည့်စုံစေရန်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

- ၁။ (က) အရဟံ-လွန်ကဲထူးမြတ်သော သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဉာဏဒဿန ဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင့် လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူ ထိုက်ပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- (ခ) အရဟံ-ဝါသနာနှင့်တကွ တထောင့်ငါးရာကိလေသာ အညစ်အကြေးတို့မှ ကင်းဝေးစင်ကြယ်တော်မူပေ သော မြတ်စွာဘုရား။
- (ဂ) အရ-ဟံ လောဘ ဒေါသ မောဟ အစရှိသော ကိလေသာရန်သူတို့ကို ပယ်သတ်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာ ဘုရား။
- (ဃ) အရ-ဟံ သံသရာစက်၏ ထောက် အကန့်တို့ကို ချိုးဖျက်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။
- (င) အ-ရဟံ မျက်မှောက် မျက်ကွယ် အချင်းခပ်သိမ်း စင်ကြယ်၍ ဆိတ်ကွယ်ရာ မရှိတော်မူသော မြတ်စွာ ဘုရား။

၂။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ-သစ္စလေးပါး ခပ်သိမ်းသော တရားတို့ကို သူတပါးအထံ နည်းမခံဘဲ ကိုယ်တိုင်ဉာဏ်အဟုန် အစွမ်းဖြင့် စူးစမ်းရှာဖွေကာ မှန်ကန်စွာ သိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၃။ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော-ဝိဇ္ဇာမည်သော ဉာဏ်ထူး ၃-ပါး၊ ဉာဏ်ထူး ၈-ပါး၊ စရဏမည်သော အခြေခံအကျင့်တရား ၁၅-ပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၄။ (က) သုဂတော-သတ္တဝါတို့အား အကျိုးများကြောင်း ဟုတ်မှန်သော စကားကောင်းကိုသာ မြှက်ဆိုတော်မူတတ် ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

(ခ) သုဂတော-မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ တင့်တယ်သော အမူအရာဖြင့် ကောင်းစွာသွားခြင်း၊ ကောင်းစွာဖြစ်ခြင်းရှိတော် မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၅။ လောကဝိဒူ-လောက၏ အကြောင်းအရာ အလုံးစုံကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၆။ (က) အနုတ္တရော-အမြင့်အမြတ်ဆုံး ဖြစ်သော သီလဂုဏ် သမာဓိဂုဏ် ပညာဂုဏ် ဝိမုတ္တိဂုဏ် ဝိမုတ္တိဉာဏ ဒဿနာဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင့် လောကဓာတ်အလုံး၌ အမြင့်အမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူပေ သော မြတ်စွာဘုရား။

(ခ) ပုရိသဒမ္မသာရထိ-ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာအသိ မရှိကြသေး မပြည့်ဝသေး၍ ဆုံးမပေးထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ် တို့အား ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာပြည့်ဝ အချိုးကျအောင် ဆုံးမသွန်သင်တော်မူတတ်ပေသော မြတ်စွာ ဘုရား။

(ဂ) အနုတ္တရော ပုရိသ ဒမ္မသာရထိ-ဆုံးမ ထိုက်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ညွှန်ကြားသွန်သင် ပဲ့ပြင်ဆုံးမမှု၌ အတုမရှိ အမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၇။ သတ္တာဒေဝ မနုဿနံ-ချမ်းသာရကြောင်း လမ်းကောင်းညွှန်ပြ ဆုံးမတော်မူတတ်၍ လူနတ်တို့၏ ဆရာမြတ် အစစ် ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၈။ ဗုဒ္ဓေါ-တရားအလုံးစုံကို အကုန်သိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၉။ ဘဂဝါ-ဘုန်းတော် အနန္တ ကံတော်အနန္တ ဉာဏ်တော်အနန္တ တန်ခိုးတော်အနန္တတို့နှင့် လုံးဝဥသံ့ ပြည့်စုံတော် မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ-အစရှိသော ကိုးပါးသောဂုဏ်တော် ဆယ်ပါးသော ဂုဏ်တော် အနန္တဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော်အပေါင်းတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိုသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော် မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

ဂုဏ်တော် ၆-ပါး တရားရှိခိုး (မဟာစည်ဆရာတော်)

ဘဂဝတော-မြတ်စွာဘုရားသည်၊ အက္ခာတော-ဟောကြားအပ်သော၊ ဓမ္မော-တရားတော်သည်၊

၁။ သွာက္ခာတော-ကိလေသာငြိမ်းကြောင်း ကောင်းမွန်မှန်ကန်စွာ ဟောအပ်သော တရားတော်မြတ်ပါပေ တကား။

၂။ သန္တိဋ္ဌိကော-ကျင့်ကြံ အားထုတ်လျှင် မျက်မှောက်ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်နိုင်သော တရားတော်မြတ်ပါပေ တကား။

၃။ အကာလိကော-အချိန်အခွင့် မဆိုင်းလင့်ဘဲ အသင့်လက်ငင်းချက်ခြင်း အကျိုးပေးတတ်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

၄။ ဧဟိပဿိကော-“လာပါ၊ ကြည့်လှည့်ပါ”ဟု ကျင့်ကြံအားထုတ်ရန် ဘိတ်မန် တိုက်တွန်းထိုက်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

၅။ သြပနေယျိကော-မိမိသန္တာန်၌ တည်အောင်ကျင့်ဆောင်ထိုက်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

၆။ ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ-တရားမြင်သိသည့် ပညာရှိရှစ်ပါး အရိယာများသာလျှင် ကိုယ့်တရားနှင့် ကိုယ် အသီးအသီး သိမြင်ခံစားရသော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

သွာက္ခာတ-အစရှိသော ဤဂုဏ်တော် ၆-ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော “မဂ်လေးပါး၊ ဖိုလ်လေးပါး၊ နိဗ္ဗာန်၊ ပရိယတ် အားဖြင့် ဆယ်ပါးသော တရားတော်မြတ်ကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော် မာန်လျော့ ကန်တော့ပါ၏ ဘုရား။

ဂုဏ်တော် ၉-ပါး သံဃာတော်ရှိခိုး (မဟာစည် ဆရာတော်)

ဘဂဝတော-မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝကသံဃာ-တပည့်သားအပေါင်း သံဃာတော်သည်။

- ၁။ **သုပ္ပဋိပန္နော**-လောဘ ဒေါသ မောဟကင်းကြောင်း (သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်ကောင်းကို) ကောင်းစွာ ကျင့်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၂။ **ဥဇုပ္ပဋိပန္နော**-ကိုယ်နှုတ် စိတ်ထား အကောက်သုံးပါးကင်းရန် ဖြောင့်မှန်စွာကျင့်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၃။ **ဉာယပ္ပဋိပန္နော**-ဆင်းရဲငြိမ်းရန် နိဗ္ဗာန်အလို့ငှာ သင့်လျော်စွာ ကျင့်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၄။ **သာမိစိပ္ပဋိပန္နော**-သူများကပြုသည့် ရိသေမှုနှင့် သင့်တင့်ထိုက်တန်အောင် ကျင့်ကြံတော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၅။ **အာဟုနေယျော**-အရပ်ဝေးမှသော်လည်း ဆောင်လာ၍ ပေးလှူပူဇော်ထိုက် ပေးလှူသည်ကို ခံယူတော်မူထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၆။ **ပါဟုနေယျော**-ချစ်မြတ်နိုးအပ်သည့် ဧည့်သည်များအတွက် အထူးပြုပြင်ထားသော စားကောင်း သောက်ဖွယ်ကိုသော်လည်း ပေးလှူပူဇော်ထိုက်၊ ခံယူတော်မူထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၇။ **ဒက္ခိဏေယျော**-နောင်တမလွန်လောက၌ ကောင်းကျိုးရမည်ဟု ယုံကြည်၍ ပေးလှူသည်ကို ခံယူတော်မူထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၈။ **အဇ္ဈလိကရဏီယျော**-ကောင်းကျိုး ချမ်းသာ မှန်စွာရမည်ဟု ယုံကြည်မြော်ကိုးလျက် လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၉။ **အနတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ**-ကောင်းမှုမျိုးကို စိုက်ပျိုးရန် အလို့ငှာ သတ္တဝါအပေါင်း၏ အကောင်းဆုံး လယ်ယာမြေ ဖြစ်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

သုပ္ပဋိပန္န အစရှိသော ဤ ၉-ပါးသော ဂုဏ်တော်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဂ္ဂဋ္ဌာန်ပုဂ္ဂိုလ်လေးပါး ဖလဋ္ဌာန်ပုဂ္ဂိုလ်လေးပါး အားဖြင့် ရှစ်ပါးသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း သံဃာတော်မြတ်ကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ပဒိုပတ်ဖြင့် ပူဇော်ရန်

- ၁။ ဣမာယ ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ။
- ၂။ ဣမာယ ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ။
- ၃။ ဣမာယ ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။
- ၁။ လောကုတ္တရာ ၉-ပါး အားလျော်သော ဤအကျင့်ပဒိုပတ်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်ပါ၏ ဘုရား။

၂။ လောကုတ္တရာ ၉-ပါး အားလျော်သော ဤအကျင့်ပဋိပတ်ဖြင့်
တရားတော်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏ ဘုရား။

၃။ လောကုတ္တရာ ၉-ပါး အားလျော်သော ဤအကျင့်ပဋိပတ်ဖြင့်
သံဃာတော်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏ ဘုရား။

မြော်လင့်ချက်နှင့် ဆူတောင်း

၁။ အဒ္ဓါ ဣမာယ ပဋိပဒါယ ဧရာမရဏမှာ ပရိမုစ္စိသာမိ။

ဤအကျင့်မြတ်ဖြင့် အိုခြင်း၊ သေခြင်းမှ ဧကန်မချွတ်လွတ်မြောက်ရပေလိမ့်မည်။

၂။ ဣဒံမေ ပုညံ အာသဝက္ခယာ ဝဟံ ဟောတု။

အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှုသည် အာသဝေါတရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်
နိဗ္ဗာန်ကို ရွက်ဆောင်ပါစေသတည်း။

၃။ ဣဒံမေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှုသည် နိဗ္ဗာန်ကို (မျက်မှောက်ပြုရခြင်း)၏ အကြောင်းအထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

အမျှဝေရန်

ဤကောင်းမှု ကုသိုလ်၏အဖို့ကို အမိအဘတို့မှ စ၍အလုံးစုံသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏ ၊
အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့သည် ဤကောင်းမှု၏အဖို့ကို အညီအမျှကြေ၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာကြပါစေ။

အမျှ အမျှ အမျှယူတော်မူကြပါကုန်လော။

သာဓု သာဓု သာဓု