



ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့၏
မှတ်တမ်း

မာတိကာ

- ၁။ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်၏ မှာတမ်း
- ၂။ ပဏာမနှင့် ပဋိညာဉ်
- ၃။ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် အခန်း
- ၄။ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ် အခန်း
- ၅။ သမ္မသနဉာဏ် အခန်း
- ၆။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အခန်း
- ၇။ ဘင်္ဂဉာဏ် အခန်း
- ၈။ ဘယဉာဏ် အခန်း
- ၉။ အာဒိနဝဉာဏ် အခန်း
- ၁၀။ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် အခန်း
- ၁၁။ မုဉ္ဇိတူကမ္ပာတာဉာဏ် အခန်း
- ၁၂။ ပဋိသင်္ခါဉာဏ် အခန်း
- ၁၃။ သင်္ခါရူပေက္ခာဉာဏ် အခန်း
- ၁၄။ အနုလောမာဒိဉာဏပဉ္စက အခန်း
- ၁၅။ အရိယသ္မိ အခန်း
- ၁၆။ ဆရာတို့၏ အထူးမှာထားချက်

ကျေးဇူးရှင်

မဟာစည် ဆရာတော်၏ မှာတမ်း

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

အနတ္တရဿ ပုရိသဒမ္မ သာရထိနော သတ္ထု ဒေဝ မနုဿာနံ။

ခိရံ တိဋ္ဌတု သဒ္ဓမ္မော

လောက၌ ခက်ခဲသော လုပ်ငန်းကြီးများကို တီထွင်လုပ်ကိုင်ကြသော ကုန်သည်ကြီးများ သူဌေးကြီးများ ကုမ္ပဏီကြီးများ ဓာတ်ခွဲဆရာကြီးများ ပြည်ပိုင်ရှင်အစိုးရများ ဤသို့ အစရှိသော ရှေးရှေး ပုဂ္ဂိုလ်များသည် မိမိတို့၏ လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ၌ မှတ်သားဘွယ် အထူးကောင်းသော ကိုယ်တိုင်လက်တွေ့များကို မှတ်တမ်းတင်လျက် ထားလေ့ရှိကြပေသည်။ ထိုမှတ်တမ်းများကိုပင် လက်ကိုင်ပြုကာ ကြံစည်အားထုတ် ကြသော နောင်သား နောင်လာ လူများစွာတို့သည် လိုရာ လိုရာတွင် လွယ်စွာပင် ပြီးမြောက်ခရီးပေါက်၍ အကျိုးများစွာသို့ ရောက်ကြပေကုန်၏။

ငါတို့၏ ကိုးကွယ်ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူပေသော သဗ္ဗညုထွတ်တင် ဘုရားရှင်ကိုယ်တော် မြတ်ကြီးသည်လည်း ကိုယ်တော်တိုင်ပင် ငြိငြင်စွာရှာမှီး၍ သိအပ်ပြီးဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ပေါက် အကျင့်တရား အရိယမဂ္ဂင် လုပ်ငန်းတော်ကြီးများကို သုတ်၊ ဝိနည်း၊ အဘိဓမ္မာ ဒေသနာတော်ကြီး သုံးပါးဖြင့် ဟောကြားထုတ်ဖော်လျက် မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ပေသည်။ နိဗ္ဗာန်ပေါက် အကျင့်လမ်း ထိုမှတ်တမ်း တရားတော်များကို မြတ်စွာဘုရား၏ ထံတော်မှဖြစ်စေ၊ လက်ထောက် တပည့်များဟု ခေါ်ဆိုထိုက်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့၏ ထံမှ ဖြစ်စေ၊ နာယူမှတ်သားကာ နှလုံးသွင်း အားထုတ်ကြသော နတ်လူဗြဟ္မာ ဝေနေယျ သတ္တဝါတို့မှာ သံသရာဝဋ်ခပင်းမှလွတ်ကင်း ထွက်မြောက် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်း မဂ်လမ်းကောင်းဖြင့် အသင်္ချေပေါင်း များစွာ ငြိမ်းအေးကြပါသဖြင့် အဆိုပါအကျင့်လမ်း လောကုတ္တရာ မှတ်တမ်းသည် ချီးမွမ်းနိုင်လောက်ရာ နယ်ပယ်ကို ကျော်လွန်ကာဖြင့် အလွန်တရာမှ ကျေးဇူးများလှပါပေတော့၏။

ဤသည်တို့ကို ထောက်ထား၍ လက်တွေ့အမှန်များကို မှတ်တမ်းတင်ထားခြင်းသည် လောကီ လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာသော စခန်း လုပ်ငန်းဟူသမျှ၌ပင် ထာဝစဉ်အားဖြင့် ကျေးဇူးများစေသည်ဟု အထင်အရှား သိရပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဆရာတော်သည် “လွန်စွာ နက်နဲ ခက်ခဲလှစွာသော ဝိပဿနာစခန်း လောကုတ္တရာ အကျင့်လမ်း၌ မှတ်တမ်းစကား တီထွင်၍ ထားရပါမူ နောက်လူများစွာ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့ နည်းနာညွှန်ပေး စစ်ဆေးပြုပြင်လျက် ဉာဏ်စဉ်ကို ဆုံးဖြတ်ရာတွင်များစွာပင် အကူအညီ အထောက်အပံ့ ဖြစ်နိုင်ပေမည်”ဟု ကြံစည် မြော်တွေး နောင်အရေးကို အလေးပြုကာ ဆင်ခြင်မိသောကြောင့် ဆရာတော်၏ နည်းနိဿယအတိုင်း ပြည့်စုံနိုင်ရန်အတွက် အားထုတ်ကြပြီးသည့်ပြင် နှစ်ပေါင်းများစွာ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ အဖြစ်ဖြင့် များစွာသော ယောဂီတို့ကို စစ်ဆေးပြုပြင်ကာ အစဉ်စောင့်ရှောက်လျက်လဲ ရှိကြသော ဆရာကြံနှင့် ဆရာကြွက်တို့အား မိမိတို့ တွေ့ကြုံကြားသိရဘူးသည့်အတိုင်း ယောဂီတို့၏ အတွေ့အပြောများကို ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့၏ မှတ်တမ်းဟူသော အမည်ဖြင့် မှတ်တမ်းတင် ပြုစုကြစေရန် တာဝန်ပေးအပ်လျက် ရေးမှတ်စေခဲ့သည်။

ထိုအမိန့်အရအားဖြင့် ဆရာကြံနှင့် ဆရာကြွက်တို့သည် အချင်းချင်း တိုင်ပင်နှိုးနှော၍ ဤမှတ်တမ်းကို ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာတို့၏ အကျိုးငှါ ကောင်းစွာ ရေးသားအပ်ပေသည်။ ရေးသောအခါမှာလဲ ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများကို ထိုယောဂီတို့ ပြောသည့်အတိုင်း ကျနု်ငယ်သမျှ ကျနု်ငယ်ကန်အောင် ပြန်လှန်စဉ်းစား၍ ရိုသေစွာ ရေးသားအပ်ပေသည်။

ရေးသားအပ်ပြီးသော ထိုမူကြမ်းကိုလဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတိုင်းပင် အစဉ်ထာဝရ လွယ်ကူစွာ နားလည်စေကြခြင်း အကျိုးငှါ၊ ဆရာတော်ကိုယ်တိုင်ပင် ကြည့်ရှုသုတ်သင် ပြင်ဆင်အပ်ပေသည်။ ပြင်ဆင်ရာမှာလဲ အများအားဖြင့် ထိုမူရင်း အတိုင်းပင် ထား၍ မချောမော မပြေပြစ်သော အချို့နေရာများ၌သာလျှင် ဝါကျရှည်ကြီးများကို ဝါကျတိုများစွာဖြတ်လျက် ပြောင်းလဲခြင်း၊ ကံ ကတ္တား စသည်တို့ကို မှန်ကန်စေခြင်း၊ လျှော့သင့် တိုးသင့်သည်ကို လျှော့ခြင်း၊ တိုးခြင်း၊ စကား အဆက်အစပ် မပြေပြစ်သည်ကို ပြေပြစ်ချောမောစေခြင်း၊ မပေါ်လွင်သော စကားကို ပေါ်လွင်သောစကားနှင့် ယှဉ်တွဲ၍ လဲလှယ်၍ ပြခြင်း၊ ဤသို့စသည်ဖြင့် မူလက ပြောဆိုလိုရင်း အဓိပ္ပါယ်ကို မပျက်စေမူ၍သာလျှင် ပြင်ဆင်လိုက်ပေသည်။

အထူးသတိပြုရန်မှာ-ဤမှတ်တမ်း၌ ဖော်ပြထားသော ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများသည် အရပ်သုံးစကားသက်သက်မျှသာ ဖြစ်ပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ ၎င်းတို့ကို ဖတ်သော အခါမှာ အရပ်သုံးစကားအတိုင်း အသံထွက်အောင် ဖတ်ရန် သတိရှိပါစေ။

ဥပမာ အလွန်ကို ကောင်းနေတာပဲ။ အတော်ကို ကြာသွားတာပဲ။ ဘယ်လို ဖြစ်နေတယ်လို့ကို မပြောတတ် ပါဘူး။ ဤပုံစံတို့၌ “ကို” ဟူသော နိပါတ်များ၌ “ဂို” ဟူ၍ အသံထွက်စေပဲ “ကို” ဟူ၍သာလျှင် အသံထွက်အောင် ဖတ်ပါ။ ထို့ပြင် ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများ၌ ရှေ့နောက် စကားမစပ်သည်ကို၎င်း၊ ရှေးနောက် စကားထပ်နေသည်ကို၎င်း တွေ့ရလျှင် ၂-ဦး ၃-ဦးတို့၏ ပြောပုံများကို တဆက်တည်း ရေးထားသည်ဟု မှတ်ပါလေ။

ဤမှတ်တမ်းသည် ပါဠိ အဋ္ဌကထာ စသည်တို့မှ ထုတ်ဆောင်၍ ရေးအပ်သော ကျမ်းလဲ မဟုတ်ပေ။ မယုံကြည် သေးသော သူများ ယုံကြည်လာအောင် အသင့်ယုတ္တိ ကြံဆောင်၍ ရေးသားအပ်သော ကျမ်းလဲ မဟုတ်ပေ။ ထို့ကြောင့် ဤမှတ်တမ်းကို ကျမ်းဂန်နှင့် ညီ မညီအားဖြင့် မယုံကြည်သူများက မစဉ်းစားအပ်တော့သည် သာတည်း။ (ဤမှတ်တမ်းသည် မယုံကြည်သော သူများ၏ အရာမဟုတ်၊ မယုံကြည်သောသူများနှင့် ဘာမျှမဆိုင်ဟု ဆိုလိုသည်။)

အမှန်အားဖြင့်သော်ကား ဆရာတော်၏ နည်းနိဿယအတိုင်း အားထုတ်၍ ဉာဏ် ၁၆-ပါးလုံး အဆုံးတိုင်အောင် ပေါက်ရောက် နိုင်နင်းပြီးသည့်အပြင် အရည်အချင်းနှင့်လဲ ပြည့်စုံသော ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့၏ အတွက်သာလျှင် ရည်ရွယ်၍ ဤမှတ်တမ်းကို ရေးသားအပ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် အားမထုတ်ဘူးသော သူများနှင့် ဉာဏ်ဆုံးအောင် အားမထုတ်ရသေးသော သူများအား ဤမှတ်တမ်းကို ကြည့်ရှုခွင့်မပြုပါကုန်လင့်။ အပြစ်ကား-ထိုသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဤမှတ်တမ်းကိုကြည့်ရှု ကြလျှင် နားမလည်၍ သဘောမကျတတ်ပါက ဝိစိကိစ္ဆာ ပွားလျက် ကဲ့ရဲ့ပြစ်မှား၍ အပါယ်လားကြောင်း မကောင်းမှု အန္တရာယ်ကြီး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ နားလည်၍ သဘောကျတတ်ပြန်လျှင်လဲ တကယ်အားထုတ်သောအခါမှာ ဤမှတ်တမ်းဆိုင်ရာ အတွေ့များ အပြောများနှင့်စပ်၍ ဝိတက်များခြင်း၊ အပြောရှုပ်ထွေးခြင်း၊ အသိဉာဏ်မသန့်ရှင်းခြင်း၊ ဉာဏ်မတိုးတက်နိုင်ခြင်း များဖြင့် အနှောင့်အယှက် အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဤမှတ်တမ်း စာအုပ်ကို လက်ရှိ သိမ်းပိုက်ထားသော ပုဂ္ဂိုလ်က၊ ဉာဏ်မဆုံးသေးသော သူများမှ လုံခြုံအောင် ထိန်းသိမ်းထားပါလေ။ ဉာဏ်မဆုံးသေးသော သူများကလဲ ဤမှတ်တမ်း စာအုပ်ကို တွေ့ရသော်လဲ မကြည့်ရှုပါကုန်လင့်။ အကယ်၍ ကြည့်ရှုမိသဖြင့် သဘောကျတတ်လျှင်လဲ ထိုထိုအတွေ့များ အပြောများကို မြဲမြံစွာ စွဲမှတ်၍ မထားပါကုန်လင့်။

သို့ရာတွင် အကျိုးများဘွယ်ရာ အကြောင်းတရားရှိပေးသေး၏။ အဘယ်နည်းဟူမူ-ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် ဤရှုမှတ် နည်းကို ကောင်းစွာလဲ ယုံကြည်သက်ဝင်၏။ တကယ်ပင် ပေါက်ရောက်အောင်လဲ အားထုတ်လို၏။ အားပေးစစ်ဆေးမည့် ဆရာလဲ မရှိဖြစ်ငြားအံ့။ ထိုသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား ဤမှတ်တမ်းကို ဆရာအဖြစ် ထားပြီးလျှင် အားထုတ်ဆဲ၌ကား မှတ်တမ်းထဲက စကားများကို ဘာမျှ မစဉ်းစားတော့ဘဲ မှတ်ရုံမျှသာ မှတ်၍သွားလျှင် ဤမှတ်တမ်းက ဆရာသဖွယ် အားပေးညွှန်ပြ ဆုံးမပြုပြင်ပေးသဖြင့် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် အစစ်အမှန်သို့ လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်နိုင်ပေရာ၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာတို့ သတိပြုရန်-ဤမှတ်တမ်း၌ ဖော်ပြထားသော ပြောပုံများမှာ လိုရင်းအဓိပ္ပါယ်ကိုသာ ယူရန်ဖြစ် သည်။ ပြောပုံစကားများ ဥပမာများကိုပါ အတိအကျယူရန်ကား မဟုတ်ပေ။ ထို့ပြင် ဖော်ပြထားသော ပြုပြင်ပုံ အားပေးပုံ ဆုံးမပုံ ဟောပြောပုံများမှာလဲ နည်းပြရုံမျှသာ ဖြစ်ပေသည်။ အပြည့်အစုံကား မဟုတ်သေးပေ။ အထူးအားပေး ဟောပြော သင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်အား အပြည့်အစုံ ဟောပြောရလျှင် တကြိမ်တည်းမှာပင် တနာရီလဲ ကြာရှည် သွားနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် အပြည့်အစုံ ဟောပြောပြုပြင်ပုံကိုကား ဤမှတ်တမ်း၌ ဖော်ပြခြင်းငှါ မဖြစ်နိုင်ပေ။ သို့ဖြစ်၍ မှတ်တမ်း၌ ဖော်ပြထားသမျှဖြင့် တုံးတိတ်ကလေးသာ ပြုပြင် ဟောပြောမှုကို မပြုကုန်ရာ၊ အကျယ်တဝင့် ဟောပြောသင့်သော ယောဂီအား ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ တရားစကားများကိုလဲ ထိုထိုကျမ်းဂန် သုတဖြင့်၎င်း၊ မိမိ၏ အာဝဇ္ဇန်း ထိုးထွင်းဉာဏ်ဖြင့်၎င်း အကျယ်တဝင့် ထုတ်ဖော်၍ စွမ်းနိုင်သမျှ ဟောပြောပြုပြင်ကုန်ရာ၏။

တပည့်ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများ၌ ဆုံးဖြတ်ရန်ခက်ခဲသော အခါမှာ ဤမှတ်တမ်းတွင် ထိုထိုဉာဏ် အဆင့်၌ ပြထားသော ပြောပုံများနှင့်၎င်း၊ မိမိ၏ အတွေ့များနှင့်၎င်း သိပုံအားဖြင့် တူညီသည် မတူညီသည်ကို အဖန်ဖန်နှိုင်းချိန်၍ ထိုယောဂီ၏ ဉာဏ်အဆင့်ကို မိမိ၏စိတ်ထဲမှာသာလျှင် ဆုံးဖြတ်၍ ထားကုန်ရာ၏။ သိနိုင်လောက်ပါလျက်နှင့် မပြောပဲ ရှိသည်ဟု ထင်သောအခါမှာ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ ဉာဏ်အဆင့်၌ ဖော်ပြထားသော တွေ့ပုံ သိပုံများကိုလဲ မေးမြန်းစုံစမ်း ကြည့်ကုန်ရာ၏။

သမ္မသနဉာဏ် အဆင့်၌ တွေ့ပုံ သိပုံ ဆင်ခြင်ပုံများသည် အလွန်ကျယ်ဝန်း၏။ အထက်ဉာဏ်များ၌ ဖြစ်လေ့ရှိသော အတွေ့အသိများနှင့် ဆင်တူရိုးမှားဖြစ်သော အတွေ့အသိများကိုလဲ ထိုယောဂီက ပြောတတ်၏။ အားတတ်သရာ ပြောတတ်သော ယောဂီသည်။ ၎င်းဉာဏ်အဆင့်၌ တည်စဉ်မှာပင် သင်္ခါရပေက္ခာသို့ ရောက်နေသလိုလဲ ပြောတတ်၏။ စကား နည်းသော အချို့ယောဂီသည်ကား အထက် ဉာဏ်များသို့ ရောက်နေသော်လဲ အောက်ဉာဏ်မှာလိုပင် ပြောတတ်၏။ ပဌမက အထက်ဉာဏ်၏ ဖြစ်ပုံကို ပြောပြီးသော ယောဂီသည်လည်း နောက်တစ်ကြိမ် အားထုတ်ရာတွင် အကြောင်းမညီသောကြောင့် ထိုဉာဏ် အဆင့်သို့ ပြန်မရောက် သေးသည့်အတွက် အောက်ဉာဏ်၏ဖြစ်ပုံကို တဖန် ပြောတတ်၏။ ဤသို့စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး အထွေထွေ ပြောတတ်သောကြောင့် ယောဂီတို့၏ အတွေ့အပြောများကို မုချကိန်းသေ ဆုံးဖြတ်ရန် မလွယ်ကူလှပေ။

ထို့ကြောင့် ယောဂီတို့၏ ဉာဏ်အဆင့်ကို မိမိတို့၏ စိတ်ထဲ၌သာလျှင် ဆုံးဖြတ်ထားပါကုန်၊ မလွဲမရှောင်သာ၍ သူတပါးအား ပြောရလျှင်လဲ အလွန်သေချာလှမှ သာလျှင် မည်သည့်ဉာဏ်အဆင့် ဖြစ်ကြောင်းကို ကိန်းသေ ပြောကုန်ရာ၏။ သို့မဟုတ်လျှင်ကား ကိန်းသေမပြောမူ၍ ထိုယောဂီ၏ ပြောပုံကိုသာ ပြောပြကုန်ရာ၏။ အောက်ဉာဏ် အထက်ဉာဏ် ၂-ပါးတို့တွင် မည်သည့်ဉာဏ်ဟု ဧကန်မဆုံးဖြတ်နိုင်သေးလျှင် အောက်ဉာဏ် ဟူ၍သာလျှင် မိမိတို့၏ စိတ်ထဲ၌ ဆုံးဖြတ်ထားပါကုန်။

တပည့် ယောဂီတို့၏ အမှား အမှန်သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့၏ လုံးဝတာဝန်ကြီး ဖြစ်ပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ အရာရာမှာ ကောင်းစွာ နှိုင်းချိန်လျက် ဤမှတ်တမ်းကိုလဲ အမှီပြု၍ ဟောပြော ပြုပြင်ပေးခြင်းဖြင့် တပည့် ယောဂီတို့ကို အစစ်အမှန် ဖြစ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ ဧကန် ရောက်အောင် ပို့ဆောင်ညွှန်ပြ နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဝိပဿနာ ရှုနည်း ကျမ်းပြု ဆရာတော်
အသျှင် သောဘန မထေရ်

သာသနာတော်နှစ် ၂၄၉၀
ဝါဆိုလဆန်း ၃-ရက်
မြန်မာသက္ကရာဇ် ၁၃၀၈

ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာတို့၏ မှတ်တမ်း

ပဏာမ နှင့် ပဋိညာဉ်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။
အနတ္တရဿ ပုရိသဒမ္မ သာရထိနော သတ္ထု ဒေဝ မနုဿာနံ။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူသော သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားသခင်သည် သီလ သမာဓိ ပညာ သုံးပါးသော သိက္ခာဖြင့် လိမ္မာယဉ်ကျေးအောင် နည်းပေးညွှန်ပြ ဆုံးမထိုက်သူ နတ်လူပုဂ္ဂိုလ်များ ထိုထိုအား ညွှန်ကြားပြသ ဆုံးမသွန်သင် ရာမှာ အလိမ္မာ အကျွမ်းကျင်ဆုံး အကောင်း အမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူသောကြောင့်လဲ အနတ္တရော ပုရိသဒမ္မ သာရထိ မည်တော်မူပါပေ၏။ လိုက်နာ၍ ကျင့်သူ နတ်နှင့်လူကို အမူအရာမယွင်း တထိုင်အတွင်း၌ အရှင်းလွတ်မြောက် ဝိမောက်ရှစ်ဖြာ ရှစ်မျက်နှာမည်ငြား အရပ်များသို့ထွက်သွား ဆိုက်ရောက် စခန်းပေါက်အောင် စောင့်ရှောက်မောင်းနှင် ပဲ့ပြင်ညွှန်ပြ ဆုံးမတော်မူတတ်သောကြောင့်လဲ အနတ္တရော ပုရိသဒမ္မ သာရထိ မည်တော်မူပါပေ၏။ နတ်လူအများတို့ကို မျက်မှောက် အကျိုးစီးပွား တမလွန် အကျိုးစီးပွား နိဗ္ဗာန် အကျိုးစီးပွားတို့ဖြင့် ညွှန်ကြားပြသ ဆုံးမတော်မူတတ်သောကြောင့် နတ်လူ အများတို့၏ တပါးတည်းသော အားကိုးရာ ဆရာမြတ် အစစ်လဲ ဧကန်ပင် ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ ဤသို့ အနတ္တရော ပုရိသဒမ္မ သာရထိ သတ္တာ ဒေဝ မနုဿာနံ၊ ဟူသော ဂုဏ်ပုဒ်တို့ဖြင့် ချီးကျူးပြောဆို ကြည့်ညိုအပ်သော သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားကို၎င်း၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် ကောင်းစွာ ဟောကြားတော်မူအပ်သော မဂ်၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန်၊ ဓမ္မက္ခန္ဓာ-ဟူသော တရားတော်မြတ်ကို၎င်း၊ ထိုမြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သား အစစ်ဖြစ်သော ပရမတ္ထ အရိယာ သံဃာတော်မြတ်ကို၎င်း ရိုသေစွာ ရှိခိုးကြပြီးလျှင် ဝိပဿနာ အလုပ်စခန်း၌ နည်းလမ်းညွှန်ပေး စစ်ဆေးပြုပြင် ဆရာအရှင်တို့ အစဉ်နည်းယူ အလွယ်တကူ မှတ်သားရန်အလို့ငှါ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ ဖြစ်ကြသော ဆရာကြွက်နှင့် ဆရာကြံဟု ခေါ်ဝေါ် သမုတ် အကျွန်ုပ်တို့သည် ဆရာတော်၏ အမိန့်ကို နာခံ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာတို့၏မှတ်တမ်း ဟူသော အမည်ဖြင့် မှတ်တမ်းတခုကို ပြုစုတည်ထွင် စီရင်ရေးသားအပ်ပါသတည်း။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် ၃-မျိုး

ကျွန်ုပ်တို့ စစ်ဆေးညွှန်ပြလျက် စောင့်ရှောက်ဘူးသော ယောဂီများစွာတို့တွင် အချို့ယောဂီတို့သည် မိမိတို့၏ ရှုမှတ်ပုံနှင့် ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်ပုံတို့ကို အစဉ်အတိုင်း ကျကျနန ရှင်းလင်းစွာ ပြောပြတတ်ကုန်၏။ ထိုသို့သော ယောဂီများကို ကျွန်ုပ်တို့က အထူးဆင့်ဆွက်၍သော်၎င်း၊ ရှေ့ကြောင်း၍သော်၎င်း၊ မမေးရကုန်ပြီ။ သူတို့ပြောသမျှကိုသာ နားထောင်ပြီးလျှင် လစ်ဟင်းနေသော အချက်များ၌ ရှုမှတ်ရန် ညွှန်ကြားခြင်း၊ မှားယွင်းသော အထင်အမြင် အယူအဆများ၊ ရှုမှတ်ပုံများရှိပါက ပြင်ဆင်ပေးခြင်း၊ သဒ္ဓါ၊ ဆန္ဒ၊ ဝီရိယ လျော့နေသောအခါ၌ သင့်လျော်သော တရားစကားကို ပြောဟောခြင်း စသည်တို့ဖြင့် သာလျှင် ကူညီစောင့်ရှောက်ရပေတော့သည်။ ဤသို့သောယောဂီတို့၏ တွေ့မြင်ပုံများကိုသာလျှင် သူတို့ ပြောပြသည့်အတိုင်း ဤမှတ်တမ်း၌ ဖော်ပြပါကုန်အံ့။

အချို့သော ယောဂီတို့သည်ကား မိမိတို့၏မှတ်ပုံနှင့် တွေ့ပုံတို့ကို အစဉ်အတိုင်း ကျနရှင်းလင်းစွာ မပြောတတ်ကုန်။ မပြောရဲသည်လည်း ရှိကုန်၏။ ထိုသို့သော ယောဂီတို့ကိုကား လိုရာလိုရာ၌ ကျွန်ုပ်တို့က ထုတ်ဖော်ကာ ရှေ့ကြောင်း၍ မေးကြရ၏။ ဤသို့ မေးမြန်းရာမှာ အချို့ယောဂီတို့သည် မိမိတို့ ရှုမှတ်မိသည်ကို မှတ်မိကြောင်း၊ မမှတ်မိသည်ကိုလဲ မမှတ်မိကြောင်း ဝန်ခံကုန်၏။ မိမိတို့ သိသည်ကို သိကြောင်း၊ မသိသည်ကိုလဲ မသိကြောင်း ဖြောင့်မတ်စွာပင် ဝန်ခံကုန်၏။ ဥဇက အမာယာဝီအသဋ္ဌ-ဟူသော တတိယ ပဓာနိယဂံ ဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံသော ယောဂီတို့ပေတည်း။ အမှန်အတိုင်း ဝန်ခံချက် ဟုတ်-မဟုတ်ကိုကား မမှတ်နိုင် မသိနိုင်လောက်သေးသော မဆိုင်ရာကို မေးကြည့်ခြင်း၊ အမှားကို အမှန်ကဲ့သို့ပြု၍ မေးကြည့်ခြင်း၊ နှစ်သွယ် နှစ်ခွ မေးကြည့်ခြင်း စသည်တို့ဖြင့် စုံစမ်း၍ သိနိုင်ပါ၏။ ဖြောင့်မတ်စွာသာလျှင် ဝန်ခံလေ့ရှိသော ထိုယောဂီတို့အား “သိနိုင်လောက်ပါလျက် မပြောပဲ ရှိသည်”ဟု ထင်ရသော အချက်များကို ရံခါ ရံခါ၌ ထုတ်ဖော်၍ မေးမြန်းရ၏။

အချို့သော ယောဂီသည်ကား သူ့အလိုလိုလဲ နေရာတကျ မပြောတတ်။ သိလိုသော အချက်များကို ဆရာက ထုတ်ဖော်၍ မေးလျှင်လဲ မေးသမျှကို နှုတ်ယောင်လိုက်၍ ဖြစ်စေ၊ သူတစ်ပါး ပြောသံကို လိုက်၍ဖြစ်စေ၊ ဝန်ခံဖြေဆိုတတ်၏။ ဥဇက အမာယာဝီ အသဋ္ဌ-ဂုဏ်အင်္ဂါ ချွတ်ယွင်းသော သူပေတည်း။ ဤသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်အား ထင်ရှားထုတ်ဖော်၍ မမေးပဲ သူပြောတတ်သမျှကိုသာ အပြောခိုင်းရ၏။ သိလိုသော အချက်များကိုဖော်၍ မေးရလျှင်လဲ နှစ်သွယ်နှစ်ခွ အဖြေထွက်စေသော မေးခွန်း ပြောင်းပြန်မေးခွန်း၊ “ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်လိုက်တော့ ဘာကိုသိသလဲ၊ ဘယ်လိုသိသွားသလဲ” ဤသို့စသော သာမန် မေးခွန်းတို့ဖြင့် မိမိ၏သိလိုချက်ကို မရိပ်မိအောင် ပြု၍သာလျှင် မေးမြန်းစိစစ်ရ၏။ သို့မှသာလျှင် ထို ပုဂ္ဂိုလ်၏ သမာဓိဉာဏ် အဆင့်အတန်းကို အမှန်အတိုင်း သိနိုင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပေသည်။ ဤသည်ကား ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ၃-မျိုး ၃-စား ခွဲခြား၍ ဉာဏ်အဆင့်တိုင်း အဆင့်တိုင်း၌ သင့်လျော်သလို မေးမြန်း စိစစ်ပုံနည်းပြ စကားပေတည်း။

**နာမဂ္ဂပ ပရိစ္ဆေဒညဏ်အဆင့်၌
မေးပုံ ဖြေပုံ ပြင်ဆင်ပုံများ**

အားထုတ်ခါစ တစ်ရက် နှစ်ရက် စသည်အတွင်း၌ “ဘယ်လိုများ မှတ်နေပါသလဲ၊ မှတ်ရတာ ဘယ်လိုနေပါသလဲ” ဟု ဆရာက မေးလျှင် ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ အားထုတ်နေသော ယောဂီက ဤသို့ပြောတတ်၏။ “ဆရာတော်က ခိုင်းထားတဲ့ အတိုင်း ဖောင်းတာပိန်တာကို မှတ်နေရတာပါပဲ၊ မှတ်လို့လဲ လွယ်ပါရဲ့၊ မခက်ပါဘူး”ဟု ခပ်ပေါ့ပေါ့ပင် ပြောတတ်၏။

သည့်ပြင်ကော ဘာကိုများ မှတ်ရသေးသလဲဟု မေးလျှင် “သည့်ပြင်တော့ ဘာမျှမှတ်စရာမရှိလို့ ဘာကိုမျှမှတ်ရ ပါဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကျွေးတဲ့အခါမှာလဲ ကျွေးတယ်ဟု မှတ်သေးကြောင်း၊ ဆန့်တဲ့အခါမှာလဲ ဆန့်တယ်ဟု မှတ်သေးကြောင်း၊ အကုန်လုံးကို လွယ်လွယ်ကူကူနှင့်ပင် မှတ်နိုင်ကြောင်းများကိုလဲ” ခပ်ပေါ့ပေါ့ပင် ပြောတတ်၏။

ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်များကို တွေ့ပါရဲ့လားဟု မေးလျှင် “စိတ်ကတော့ ဘယ်ကိုမှ မပျံ့လွင့်ပါဘူး၊ ငြိမ်နေတာပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ ဒါဖြင့် ငြိမ်ငြိမ်ထိုင်နေစဉ်၊ အိပ်နေစဉ်၌ မှတ်ပုံများ၊ အထိုင်အထအကွေးအဆန့် ပြုပြင်ဆင်၌ မှတ်ပုံများကို အစဉ်အတိုင်း ပြောစမ်းပါဟု မေးလျှင် နေရာတကျ မပြောတတ်ပဲရှိ၏။ (ဒီလို ပြောတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ မှတ်ရမည့်လုပ်ငန်းစဉ်ကို ကောင်းကောင်း နားမလည်ခြင်း၊ သဘောမပေါက်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ သဒ္ဓါဆန္ဒ ဝီရိယ နည်းပါးခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ပေါ့ပေါ့ လျော့လျော့ အားထုတ်နေသော သူပင်တည်း)။

ဆုံးမပြုပြင်ပုံ နေရာတိုင်း၌ လေးလေးပင်ပင် စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်ပုံများကို ကျကျနန ပြောပြ၍ ရှိရှိသေသေ ရှုမှတ်အောင် ဆုံးမပြုပြင်ပေးပါ။

ရှိရှိသေသေအားထုတ်နေသော အချို့ယောဂီကမူကား “အဖောင်းအပိန်ကို မှတ်နေရတုန်း ရှိသေးတာပဲ၊ အစကတော့ တော်တော်ကို အမှတ်ရ ခက်တယ်၊ ချွေးများကျလို့ မောနေအောင် မှတ်ရတာပဲ၊ ယခုတော့ တော်တော်အချိုးကျသွားပါပြီ၊ မှတ်လို့အတော် ကောင်းလာပါပြီ”ဟု ပြောတတ်၏။

ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ မှတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ အဖောင်း အပိန်နှင့် အမှတ်ဟာ တွဲတွဲနေပါရဲ့လားဟု မေးလျှင် အချို့က “ယခုတော့ အတွဲများလာပါပြီ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “တရံတခါတော့ တွဲနေပါရဲ့၊ တရံတခါမှာတော့ မတွဲသေးပါ၊ မဖောင်းမိကလဲ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်မိသေးတယ်၊ မပိန်မိကလဲ ပိန်တယ်လို့ မှတ်မိသေးတယ်၊ ဖောင်းပြီး ပိန်ပြီးမှလဲ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ မှတ်မိသေးတယ်၊ ဖောင်းတာကိုလဲ ပိန်တယ်လို့ မှတ်မိသေးတယ်၊ ပိန်တာကိုလဲ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်မိသေးတယ်၊ တဲ့ချည်တခါ မတဲ့ချည်တခါ ဖြစ်နေတုန်းပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အားပေးပုံ တဲ့အောင် ဂရုစိုက်ပြီး ရှိရှိသေသေသာ မှတ်နေပါ၊ မကြာမီ တဲ့သွားပါလိမ့်မည်၊ သူများလဲ အစကတော့ သည်လိုချည်းပါပဲ စသည်ဖြင့် အားပေးအပ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်လိုက်လျှင် တွဲနေတာချည်းပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ ဒါဖြင့် ဖောင်းတယ်ပိန်တယ်လို့ မှတ်နေစဉ်မှာ တခြားတပါးသို့ စိတ်များပျံ့လွင့် ပါသေးသလားဟု မေးလျှင် “မှတ်နေတုန်းမှာတော့ စိတ်က ဘယ်ကိုမှ မသွားပါဘူး၊ ငြိမ်နေတာချည်းပါပဲ”ဟု အချို့က ပြောတတ်၏။ (ပျံ့လွင့် ပြေးသွားတဲ့စိတ်ကို မသိနိုင်သေး၍ ပြောခြင်းပေတည်း)။

သတိပေးပုံ ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း သိသိသွားအောင် စူးစူးစိုက်စိုက်ရှုမှတ်ရန် သတိပေး အပ်၏။

အချို့ကလဲ “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ဒီမှာမှတ်နေလျက်သားနှင့် စိတ်တွေက မတော်ရာကိုလဲ ရောက်ရောက်နေ တယ်၊ အတန်ကြာမှ တခြားကိုစိတ်ရောက်နေမှန်း သိတယ်၊ သိတော့လဲ အဲဒီစိတ်ကို တခါတရံမှသာ မှတ်မိတယ်၊ တခါတရံ မှာတော့ မမှတ်မိပါ၊ မှတ်မိတော့လဲ ပျံ့လွင့်တဲ့ စိတ်က တခါတရံမှာ ပျောက်လွယ်ပါရဲ့၊ တခါတရံမှာတော့လဲ မပျောက် လွယ်ပါ”ဟု ပြောတတ်၏။

ပြုပြင်ပုံ အဖောင်းအပိန်ကို စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်နေခိုက်မှာ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ် မဖြစ်နိုင်ကြောင်း၊ ဖြစ်လျှင်လဲ လျင်မြန်စွာ မှတ်သိနိုင်ကြောင်း၊ ထိုစိတ်ကူးများ၌ သဘောကျနေလျှင် မှတ်သော်လဲ မပျောက်နိုင်ပဲ ရှိတတ်ကြောင်း၊ သဘောမကျလျှင်ကား မှတ်လိုက်လျှင် ပျောက်လွယ်တတ်ကြောင်းများကို ပြောပြပြီးလျှင် နောင်အခါမှာ ထိုစိတ်ကူးမျိုး ဖြစ်လာလျှင် နှစ်သက်ခြင်းမထားဘဲ “မှတ်လျှင်ပျောက်သည်”ဟု ယုံကြည် စိတ်ချလျက် စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်ရန် ပြောအပ်၏။

အချို့ကလဲ “ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ထင်ထင်ရှားရှား သိနေတဲ့အခါမှာ စိတ်မပျံ့လွင့်ပါ။ စိတ်ပျံ့လွင့်တဲ့အခါမှာလဲ ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ထင်ထင်ရှားရှား မသိတော့ပါ။ ဒီမှာ ဖောင်းတာ ပိန်တာကို မသိလို့ တခြားကို ရောက်ရောက် သွားတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (အသိရှင်းပေစွ)။

ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်ကို မှတ်ပြီးတော့ အဖောင်းအပိန်ကို ပြန်မှတ်တဲ့အခါမှာ အဆင်သင့် တဲ့တဲ့သွားပါရဲ့လားဟု မေးလျှင် “တခါတရံမှာ တဲ့သွားပါရဲ့။ တခါတရံမှာတော့ မတဲ့ပါ။ မဖောင်းသေးလို့ ခဏလောက် စောင့်စောင့်နေရပါတယ်။ ဖောင်းလာ တဲ့အခါကျမှ ဖောင်းတယ်လို့ စ၍မှတ်ပြီးတော့ အစဉ်အတိုင်း မှတ်သွားရပါတယ်”ဟု အချို့က ပြောတတ်၏။

ဖြင့်ပုံ စောင့်မနေလင့်။ ပိန်တာကို စ၍တွေ့လျှင် ပိန်တယ်ဟု စ၍မှတ်သွားပါ။ စောင့်နေမိလျှင်လဲ စောင့်တယ်ဟု မှတ်ပြီးလျှင် အဆင်သင့်ရှိနေတဲ့ ဖောင်းမှုကဖြစ်စေ၊ ပိန်မှုက ဖြစ်စေ စ၍ မှတ်သွားပါဟု ပြောရမည်။

“စိတ်တွေက ဟိုဟိုသည်သည် အနံ့အပြား ပြေးသွားနေတယ်”ဟု အချို့က ပြောတတ်၏။

ဖြင့်ပုံ ထိုပြေးသွားတဲ့ စိတ်များကို ပျောက်သွားသည်တိုင်အောင် မပျောက်မချင်း အထပ်ထပ်မှတ်ပါ။ စိတ် တစ်မျိုးတစ်မျိုး ပျောက်သွားသည်နှင့် တပြိုင်နက် အဖောင်း အပိန်ကိုသာ ပြန်၍ ပြန်၍ မှတ်ပါ။ အထူးဂရုစိုက်၍လဲ မှတ်ပါဟု ပြောအပ်၏။

အချို့ကလဲ “စိတ်ကူးတွေကိုချည်း တစ်မျိုးပြီး တစ်မျိုး ဆက်ကာ ဆက်ကာ မှတ်နေရတော့တာပဲ။ အဖောင်းအပိန်ကို တယ်မမှတ်ရတော့ဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။

ဖြင့်ပုံ စိတ်ကူး တစ်မျိုး တစ်မျိုးကို တစ်ချက် နှစ်ချက်လောက် မှတ်ပြီးလျှင် အဖောင်းအပိန်ကိုသာ ပြန်၍ ပြန်၍ မှတ်နိုင်အောင် စူးစိုက်လိုက်ပါ။ တခြားစိတ်ကူး ပေါ်ဦးမှာလေလားဟူ၍လဲ စိတ်မကူးမိစေရန် သတိပြုပါ။ ဘုရား၊ ကျောင်း၊ အိမ်၊ လူစသော ပုံသဏ္ဍာန်ကို တွေ့လျှင် တွေ့တယ်ဟု မှတ်၊ မြင်လျှင် မြင်တယ်ဟုမှတ်၊ တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ် မှတ်ရုံမျှဖြင့် ထိုအမြင် မပျောက်သေးလျှင် “မြင်တယ် မြင်တယ်”ဟု မပျောက်မချင်း စူးစိုက်၍ အထပ်ထပ်မှတ်၊ ထိုအမြင် ပျောက်သွားတဲ့အခါမှာ ဖောင်းခိုက်နှင့်ကြုံလျှင် ဖောင်းတယ်ဟု စ၍မှတ်၊ ပိန်ခိုက်နှင့် ကြုံလျှင် ပိန်တယ်ဟု စ၍မှတ်၊ မပေါ်လာသေးတဲ့ အဖောင်း အပိန်ကိုတော့ စောင့်မနေဘူး၊ အကယ်၍ စောင့်နေမိလျှင်လဲ စောင့်နေတယ်ဟု မှတ်လိုက်ဦး၊ ပြီးတော့မှ ပေါ်ရာ ပေါ်ရာကို အစဉ်အတိုင်း အတင်းတွန်း၍ မပြတ်မှတ်သွားပါဟု ပြောပြအပ်၏။

ကိုယ်တွင်းသန္တာန်က ယားခြင်း နာခြင်း ညောင်းခြင်း ပူခြင်း အေးခြင်းစသော သဘောများကို ဖြစ်ပေါ်တဲ့အတိုင်း မှတ်မိရဲ့လားဟု မေးလျှင် အချို့က “ယားခြင်း နာခြင်း ညောင်းခြင်း ပူခြင်း အေးခြင်းတို့ ဘာမျှ မရှိပါ”ဟု ပြောတတ်၏။ (ထိုဝေဒနာများကို သိနိုင်လောက်အောင် သတိ သမာဓိ ဉာဏ်မရင့်သေး၍ ပြောခြင်းပေတည်း။)

အချို့ကလဲ “ယားခြင်း နာခြင်း ညောင်းခြင်း ပူခြင်း အေးခြင်းများကို တခါတရံမှာ နဲ့နဲ့တော့ တွေ့ပါရဲ့။ တွေ့ပေမဲ့ တခါတရံမှာသာ မှတ်နိုင်သေးတယ်။ တခါတရံမှာတော့ မမှတ်မိသေးပါ”ဟု ပြောတတ်၏။

ယားတာကို မှတ်မိတဲ့အခါမှာ ကုပ်ချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာတော့ ကုပ်ချင်တယ် ဖျောက်ချင်တယ်ဟု မှတ်မိရဲ့လား၊ ပြီးတော့လဲ အယားဖျောက်ရန် ပြုပြင်တဲ့ လက်အမှုအရာများကို “ကြွတယ် ကြွတယ်၊ ကွေးတယ် ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်၊ ရွှေ့တယ် ရွှေ့တယ်”စသည်ဖြင့် မှတ်မိရဲ့လားဟု မေးလျှင် အချို့က “တရံတခါမှာ ကုပ်ချင်တယ် ဖျောက်ချင်တယ် ဟု မှတ်ပြီးတော့ ပြုပြင်တဲ့ လက်အမှုအရာများကိုလဲ ကြွတယ် ကြွတယ်၊ ကွေးတယ် ကွေးတယ် စသည်ဖြင့် နှစ်ချက် သုံးချက်လောက် မှတ်မိပါတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကုပ်ချင်တာ ကွေးချင်တာ ဆန့်ချင်တာကိုတော့ မမှတ်မိပါ။ ကုပ်ရာ ကွေးရာ ဆန့်ရာကျမှဘဲ မှတ်မိပါတယ်။ တခါတရံမှာလဲ ကွေးတာ ဆန့်တာကိုတောင် မသိလိုက်လို့ မမှတ်မိပါ။ ကွေးပြီးမှ ဆန့်ပြီးမှ ကွေးတယ် ဆန့်တယ်လို့တော့ သိပါတယ်။ ကုပ်လို့ ဖျောက်လို့ အတန်ကြာမှလဲ ကုပ်တယ် ဖျောက်တယ်လို့ သိတော့တယ်။ ကုပ်ပြီးမှ သိတာလဲ ရှိတာဘဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

ညွှန်ကြားပုံ ယားခြင်း ကုပ်လိုခြင်း ကွေးလိုခြင်း စသော အကြောင်းရင်း စိတ်ရင်းကလေးများကိုလဲ သိအောင် သတိပြုရန် ညွှန်ကြားအပ်၏။

အချို့ကလဲ “အကွေး အဆန့် အပြုအပြင်များကိုတော့ ယခု မမှတ်ရသေးပါ။ အဖောင်းအပိန်ကိုသာ နိုင်နင်းအောင် မှတ်နေရတုန်း ရှိသေးတာဘဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

ဆုံးမပုံ အဖောင်း အပိန်ကို နိုင်နင်းပြီးမှ ကိုယ် အမူအရာများကို မှတ်မည်ဟု သဘောမထားအပ်ကြောင်း ယခု ဖြစ်ပေါ်သော အမူအရာများက နောင်ကာလကျအောင် ရှိနေမည် မဟုတ်ကြောင်း မမှတ်မိဘဲ လွန်သွားသော အာရုံတိုင်း၌ အနုသယကိလေသာ ကျရောက်နေကြောင်း အဖောင်း အပိန်ကို မှတ်ယင်းပင် ထင်ရှားပေါ်လာတဲ့ ကိုယ်အမူအရာများ ဝေဒနာများ စိတ်ကူးများကို မလစ်လပ်ရအောင် မှတ် မှတ်သွားရကြောင်း၊ သို့မှသာလျှင် ဉာဏ် တိုးတက်လွယ်ကြောင်းများကို ပြောပြ၍ ကွေးမှု ဆန့်မှု စသည်တို့ကိုလဲ မလွတ်အောင် မှတ်ရန်ဆုံးမအပ်၏။ အသက်အရွယ် ကြီးရင့်သူများမှာ သာ၍အလွတ် များတတ်သည်။ အထူးသတိပြု စုံစမ်းပြုပြင်ပါလေ။

အချို့က “နာခြင်း ညောင်းခြင်း စသည်တို့ကို တခါတရံမှာသာသိပြီး မှတ်မိပါသည်။ တခါတရံမှာတော့ သိရုံမျှသာ ရှိပါသည်။ မမှတ်လိုက်ရပါ။ တခါတရံမှာတော့ အတန်ကြာမှ နာလှ ညောင်းလှ ပူလှမှ သတိရ၍ မှတ်ရပါသည်”ဟု ပြောတတ်၏။

ထိုသို့ မှတ်မိတဲ့အခါမှာလဲ ကွေးချင် ဆန့်ချင် ပြုပြင်ချင်တဲ့ စိတ်များကို မှတ်မိရဲ့လား စသည်ဖြင့် “ယားခိုက်၌ မေးခွန်းများ နည်းတူပင်” မေးစစ်ရာ၏။ အမှတ်သတိနည်းသော ယောဂီအား “ဣရိယာပုထံ ပြောင်းလဲခြင်း ကွေးခြင်း ဆန့်ခြင်း ရွှေ့ခြင်း ပြုပြင်ခြင်း ဟူသမျှမှာ မခံသာမှု ဝေဒနာများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရကြောင်း၊ ထိုဝေဒနာများကို သတိပြု၍ သည်းခံပြီး မှတ်အပ်ကြောင်း၊ “သည်းခံလျှင် နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်” ဟူသော စကားကို ဒီနေရာမှာ အသုံးချအပ်ကြောင်း၊ ပြုပြင်လိုတိုင်းလဲ ခဏခဏ မပြုပြင်ဘဲနှင့် သည်းခံ၍ ဝေဒနာများကို စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်နေလျှင် ပြုပြင်လိုခြင်း ပြုပြင်ခြင်းများ ကိုလဲ မှတ်နိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်းများကို ပြောအပ်၏။

ဘယ်ညာတစောင်း ပြောင်းတဲ့အခါမှာ မှတ်မိပါရဲ့လားဟု မေးလျှင် အချို့က “မမှတ်တတ်သေးလို့ မမှတ်ရသေးပါ” ဟု ပြောတတ်၏။

ပြုပြင်ပုံ မှတ်တတ်အောင် ရှိရှိသေသေ မှတ်အောင် ညွှန်ကြားသင်ပြ ဆုံးမရမည်။

အချို့ကလဲ “စောင်းချင်တယ် စောင်းတယ်၊ ပြောင်းချင်တယ် ပြောင်းတယ်၊ ရွှေ့ချင်တယ် ရွှေ့တယ်၊ ပြင်ချင်တယ် ပြင်တယ်ဟု မှတ်၍ မှတ်၍ ပြုပြင်မိတဲ့အခါလဲ ရှိပါရဲ့။ တခါတရံမှာတော့ ပြောင်းချင် ရွှေ့ချင်တာကို မမှတ်နိုင်ပါ။ တခါတရံမှာတော့ ပြောင်းပြီးမှ ရွှေ့ပြီးမှလဲ သတိရပါသည်”ဟု ပြောတတ်၏။ (ဒုက္ခဝေဒနာကို သည်းခံ၍ မိမိရရ မမှတ်သောကြောင့် သိသင့်သမျှကို မသိဘဲ ရှိနေခြင်းပေတည်း။)

ညွှန်ကြားပုံ ကွေးခြင်း ဆန့်ခြင်း ပြောင်းရွှေ့ခြင်း ပြုပြင်ခြင်းတို့ကို ပြုခါနီး ရှေးအဖို့မှာ ယားခြင်း နာခြင်း ညောင်းခြင်း ပူခြင်းစသော ဒုက္ခဝေဒနာ တစ်မျိုးမျိုးက ရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုဝေဒနာကို ယားတယ် ယားတယ် စသည်ဖြင့် အတန်ကြာအောင် သည်းခံ၍ မှတ်နေရမည်။ ကုပ်လို ပြင်လိုလျှင် ကုပ်ချင်တယ် ပြင်ချင်တယ်ဟု မှတ်ပြီးတော့ မကုပ်သေး မပြင်သေးဘဲ ထိုဝေဒနာကိုသာဆက်၍ မပြတ်မှတ်နေရမည်။ သည်းမခံနိုင်လောက်အောင် ထိုဝေဒနာ အလွန် ပြင်းထန်လာတဲ့ အခါကျမှ ကုပ်လိုတဲ့စိတ် စသည်ကို မှတ်ပြီးလျှင် ကြွတယ် ကွေးတယ် ကွေးတယ် စသည်ဖြင့် စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်လျက် ကွေးဆန့် ပြုပြင်ရမည်ဟု ညွှန်ကြားအပ်၏။

သွားခြင်း ရပ်ခြင်း ထိုင်ခြင်း အိပ်ခြင်း ထခြင်း အဝတ် ပုဆိုး အင်္ကျီ ဝတ်ရုံသုံးဆောင်ခြင်း စားသောက်ခြင်း ကြည့်ခြင်း မြင်ခြင်း နားထောင်ခြင်း ကြားခြင်း စသော အမူအရာတို့၌လဲ အမှတ်ရှိ မရှိကို၎င်း၊ မှတ်ပုံနေရာကျ မကျကို၎င်း၊ မေးမြန်းစိစစ်၍ အချိုးတကျစေ့စေ့စပ်စပ် မှတ်တတ်အောင် ညွှန်ကြားပေးရာ၏။

အချို့က “ခေါင်းက ခဲသည်။ မျက်နှာက ယားသည်။ လက်က နာသည်။ ကျောက် အောင့်သည်။ ပေါင်က ညောင်းသည်။ ခြေသလုံးက ကိုက်သည်။ ခေါင်းငုံ့သည်။ လက်ကွေးသည်” ဤသို့စသည်ဖြင့် တည်ရာဝတ္ထု၏ အမည်များ နှင့်တကွ ရှုမှတ်နေတတ်၏။

ပြင်ပေးပုံ တည်ရာဝတ္ထု၏ အမည်ကို မထည့်ပဲ “ခဲတယ်၊ ယားတယ်၊ နာတယ်၊ အောင့်တယ်၊ ညောင်းတယ်၊ ကိုက်တယ်၊ ငုံ့တယ်၊ ကွေးတယ်” စသော ကြိယာအမည်မျှဖြင့်သာ မှတ်ရန် ပြောအပ်၏။

ထို့ပြင် စိတ်ပျံ့လွင့် ပြေးသွားမှုကိုလဲ “အိမ်ကိုသွားသည်၊ ရွာကိုရောက်သည်၊ ကျောင်းကိုမြင်သည်၊ ဘုရားကို တွေ့သည်၊ လူတယောက်နှင့် စကားပြောသည်” ဤသို့စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေတတ်၏။

ပြင်ပေးပုံ ခြစ်ဝတ္ထုတို့၏ အမည်ကို မထည့်ပဲ “သွားတယ် ရောက်တယ်”စသော ကြိယာအမည်သက်သက် ဖြင့်သာ မှတ်ရန်ပြောပါ။

အချို့က ကွေးခြင်း ဆန့်ခြင်းများကို အကြောင်း မရှိပါပဲ တမင်ပြုလျက် “ကွေးတယ် ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ကြည့်နေတတ်၏။

ဆုံးမပုံ မှတ်စရာ အာရုံကို တမင်လုပ်ကြံ၍ မမှတ်အပ်ကြောင်း၊ ထိုသို့ မှတ်နေလျှင် မှတ်စရာအာရုံ၌ မျှော်လင့်တဲ့ လောဘကို ပွားစေရာရောက်ကြောင်း၊ စိတ်အားလွန်ပြီးတော့လဲ မထိန်းသိမ်းနိုင်ပဲ ကောက်ကွေးလိမ်တွန့်ပြီးသွားတတ်ကြောင်း၊ အကျိုးထူးလဲ ဘာမျှမရှိကြောင်းကို ပြောပြပြီးလျှင် အကြောင်းရှိ၍ သူ့အလိုလို ကွေးချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာမှ ကွေးချင်တယ် ဟု မှတ်ပြီးလျှင် သူ့အလိုလိုကွေးလာတဲ့ အခါကျမှ “ကွေးတယ် ကွေးတယ်” စသည်ဖြင့် မှတ်ရကြောင်း၊ ဤသို့ မှတ်မှ သာလျှင် သဘာဝကျ၍ သမာဓိဉာဏ် ရင့်သန်နိုင်ကြောင်းများကို ပြောကြားဆုံးမအပ်၏။

အချို့ကလဲ တစ်စုံတစ်ခုကို ကြည့်နေလျက် “မြင်တယ် မြင်တယ်”ဟု အချိန်ကြာမြင့်စွာ ရှုမှတ်နေတတ်၏။ အသံများ ကိုလဲ တမင်ရှာကြံကာ နားထောင်လျက် “ကြားတယ် ကြားတယ်”ဟု ရှုမှတ်နေတတ်၏။

ဆုံးမပုံ ထိုကဲ့သို့ ရှုမှတ်ခြင်းများကို တားမြစ်ပြီးလျှင် “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် ကိုယ်တွင်းရှိ တရားများကို မှတ်နေကျအတိုင်း မှတ်နေစဉ်တွင် အလိုလို ထင်ပေါ်လာတဲ့ အမြင်အကြားကိုသာ တကြိမ်နှစ်ကြိမ် စသည်ဖြင့် အနည်းငယ်မျှ မှတ်ပြီးလျှင် မှတ်နေကျ အဖောင်းအပိန် စသည်ကိုသာ ပြန်၍ မှတ်သွားပါ။ ကိုယ်တွင်းက တရားများကိုသာ အချိန်များများ ရှုမှတ်မိရန် ကြိုးစားပါ”ဟု ဆုံးမအပ်၏။

အချို့က “အဖြစ် အပျက် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတွေကို တွေ့နေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ ဘယ်လိုတွေ့နေတာလဲဟု မေးလျှင် ဖောင်းတာက အဖြစ်၊ ပိန်တာက အပျက်ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ဖောင်းချည် ပိန်ချည်နှင့် ပြောင်းလဲနေလို့ မမြဲတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ မှတ်ရတာတွေဟူသမျှကို ဆင်းရဲတွေချည်း ထင်နေတာပဲဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏ ကိုယ်ကောင်ကြီး ပျောက်သွားလို့ အနတ္တထင်တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

ဆုံးမပုံ အလုံးစုံပင် စိတ်ကူးကြံစည်မှုမျှသာ ဖြစ်ကြောင်းကို နားလည်အောင် ပြောပြပြီးလျှင် “ဖောင်းတာလဲ အဖြစ်အပျက်ပါပဲ၊ ပိန်တာလဲ အဖြစ်အပျက်ပါပဲ၊ မှတ်တာလဲ အဖြစ်အပျက်ပါပဲ၊ မမြဲတာ ဆင်းရဲတာ ငါကောင်မဟုတ်တာ ချည်းပါပဲ၊ သို့သော်လဲ ဒါတွေကို မစဉ်းစားပါနှင့် စဉ်းစားနေလို့ ဘာမျှအကျိုးမများပါဘူး၊ မှတ်ရုံသာမှတ်နေပါ။ သူ့အချိန် ကျတော့ မှတ်ရုံမျှဖြင့်ပင် ဒါတွေကို သူ့အလိုလိုပင် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိသာပါလိမ့်မည်” စသည်ဖြင့် ပြောကြားဆုံးမ၍ “စဉ်းစားမိလျှင် ထိုစဉ်းစားမှုကိုလဲ မလွတ်အောင် မှတ်မှတ်သွားပါ။ ဖြစ်သည်ဟုထင်လျှင် ဖြစ်တယ်ဟုဖြစ်စေ၊ ထင်တယ်ဟု ဖြစ်စေ မှတ်လိုက်ပါ။ ပျက်သည်ဟု ဆင်ခြင်မိလျှင် ပျက်တယ်ဟု ဖြစ်စေ ဆင်ခြင်တယ်ဟုဖြစ်စေ မှတ်လိုက်ပါ။ မမြဲဘူး စသည်ဖြင့် ကြံမိလျှင် မမြဲဘူး စသည်ဖြင့်ဖြစ်စေ ကြံတယ်ဟုဖြစ်စေ မှတ်လိုက်ပါ။ အလိုလိုသိသွားသည်ဟု ထင်လျှင်လဲ သိတယ်ဟု စသည်ဖြင့် မှတ်လိုက်ပါ။ ပြီးတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် မှတ်နေကျကိုသာ အတင်းတွန်းပြီး မပြတ်မှတ်သွားပါ” ဟု ပြောကြားအပ်၏။

ကောင်းကောင်း မမှတ်တတ်သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား မှတ်စရာအာရုံများနှင့် မှတ်ပုံများကို နေ့စဉ်နေ့တိုင်း မေးမြန်း စိစစ်၍ လိုသမျှကို ညွှန်ကြားရမည်။ ဤအခြေအနေမှ စ၍ ဥပက္ကိလေသခေါ် အန္တရာယ်များ ဖြစ်ပေါ်လာစ တိုင်အောင် သဒ္ဓါ ဆန္ဒ ဝီရိယ တိုးတက်စေနိုင်သည့် တရားစကားများကို နည်းနည်းဖြစ်စေ၊ အတော်အတန် များများဖြစ်စေ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ဟောပြောချီးမြှောက်နိုင်လျှင် ယောဂီများမှာ သမာဓိဉာဏ်လျင်မြန်စွာ တိုးတက်တတ်ပေ၏။ သဒ္ဓါ ကရုဏာ ရှေ့သွားလျက် ဟောကြား ချီးမြှောက်ကြပါလေ။ ဥပက္ကိလေသခေါ် အန္တရာယ်များကို သန်သန်ကြီး တွေ့နေဆဲ၌ကား သဒ္ဓါတိုးပွားစေမည့် တရားများကို ဟောကြားရန်မလိုပေ။ တက်ကြွနေသော ယောဂီ၏စိတ်ကို ငြိမ်ဝပ်ပိပြားစေနိုင်သည့် တရားစကားများကိုသာ ဟောပြော၍ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းကို ပြင်းထန်သော လုံ့လဖြင့် မလစ်လပ်ရအောင် နိုင်နိုင်နင်းနင်း အတင်းရှုမှတ်သွားရန်သာ တိုက်တွန်းညွှန်ကြားရမည်။

ရက်အတန်ငယ်ကြာ၍ သတိ သမာဓိဉာဏ် အတော်အတန် အားရှိသောအခါ၌ အချို့ယောဂီသည် ဤသို့ ပြောတတ်၏။ “တခါတရံမှာတော့ ရှုမှတ်လို့ သိပ်ကောင်းတာပဲ၊ စိတ်ကလဲ ဘယ်ကိုမှ မသွားတော့ဘူး၊ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အဖောင်း အပိန် အထိုင် အထိ ပေါ်မှာချည်းပဲ အမြဲတည်တံ့ပြီး ကောင်းနေတာပဲ၊ တခါတရံမှာတော့ ဒီလိုလဲ မဟုတ်ပြန်ဘူး၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ထိုင်တယ် ထိတယ်လို့ ပါးစပ်ကသာ ဆိုနေတယ် (စိတ်ဖြင့် မှတ်နေတာကိုပင် ရည်၍ပြောသည်) စိတ်ကတော့ ဘယ်ကို ရောက်နေတယ်လို့ကို မသိရဘူး၊ လွင့်ပါးနေတော့တာပဲ)”ဟု ပြောတတ်၏။ အဲဒီလို အမှတ်မကောင်းပဲ ဖြစ်သွားတာက မှတ်လို့ကောင်းနေရာမှ ဖြစ်သွားတာလား၊ သို့မဟုတ် စပြီးတော့ မှတ်ကထဲကိုက မကောင်းတာလားဟု

မေးမြန်လျှင် အချို့က ဤသို့ ပြောတတ်၏။ အစတုန်းကတော့ မှတ်လို့ ကောင်းနေတာပါပဲ။ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အဖောင်း အပိန် အထိုင်အထိပေါ်မှာချည်းပဲ ကပ်ခနဲ ကပ်ခနဲ တည်တည်ကြည်ကြည်နှင့် ကောင်းနေတာပါပဲ။ ဒီလို ကောင်းနေရာက ဘာဖြစ်သွားတယ်လို့ မသိဘူး မှတ်လို့ မကောင်းပဲ ဖြစ်သွားတာပဲ။ စိတ်က ဘယ်ကို ရောက်သွားမှန်းမသိဘူး။ အာရုံနှင့်စိတ် မကပ်ပဲ ဖြစ်သွားတာပဲ။ ဒီတော့ ကောင်းအောင်လို့ မဲမဲပြီး မှတ်တယ်။ ကြာလေကြာလေ မကောင်းလေလေ ဖြစ်ဖြစ်သွားတော့ တာပဲ။ ဒါနဲ့ စိတ်ပျက်ပျက်တောင် ဖြစ်သွားသေးတယ်ဟု ပြောတတ်၏။

အားပေးပြုပြင်ပုံ မှတ်လို့ကောင်းတဲ့အခါမှာ ဝမ်းသာတဲ့စိတ် နှစ်သက်သဘောကျတဲ့စိတ် တိုး၍အားထုတ်လိုတဲ့ စိတ်များ ဖြစ်တတ်၏။ ထိုစိတ်များကို မမှတ်မိတဲ့အတွက်လဲ မကောင်းပဲ ရှိတတ်သည်။ ဝီရိယကိုလျှော့၍ သက်သက် သာသာကလေး အားထုတ်နေတဲ့အတွက်လဲ မကောင်းပဲရှိတတ်သည်။ ကောင်းအောင် မျှော်လင့်၍ အားထုတ်တဲ့အတွက်လဲ သာ၍သာ၍ မကောင်းပဲ ဖြစ်သွားတတ်သည်ဟု ပြောပြပြီးလျှင် နောင်အခါမှာ မှတ်၍ကောင်းလာလျှင် ဝမ်းသာခြင်း နှစ်သက်ခြင်းများ မဖြစ်ရအောင် သတိပြုပါ။ ဖြစ်လျှင်လဲ ချက်ချင်းပင် မှတ်၍ မှတ်၍ ပယ်ဖျောက်ပါ။ ထို့ပြင်မှတ်လို့ကောင်းတဲ့ အခါမှာ ဝီရိယကို မလျှော့မတင်းပဲ မှန်မှန်ကလေးသာ မှတ်သွားပါ။ အစဉ်တစိုက် ကောင်းသွားပါလိမ့်မည်ဟု အားပေး ပြုပြင်အပ်၏။

အချို့ကလဲ “ပဌမတစ်ကြိမ် မှတ်နေတုန်းကတော့ သိပ်ကောင်းနေတာပဲ။ နောက်တစ်ကြိမ် ဝင်ပြီး မှတ်လိုက်တော့ မှတ်စကထဲက မကောင်းတာပါပဲ။ ဒီတော့ အယင်တစ်ခါကတောင် ကောင်းသေးတာပဲ။ ဒီတစ်ခါမကောင်းပဲ ရှိရမည်လားလို့ မဲမဲပြီးမှတ်လိုက်တာ ကြာလေကြာလေ မကောင်းလေလေ ဖြစ်ဖြစ်သွားတော့တာပဲ။ ယခုဖြင့် စိတ်တောင် ခပ်ပျက်ပျက် ဖြစ်နေပါပြီ”ဟု ပြောတတ်၏။

အားပေးပြုပြင်ပုံ အလျင်တစ်ခါကလို ကောင်းအောင် မျှော်လင့်တဲ့ လောဘကြောင့်၎င်း၊ ကြောင့်ကြစိုက်မှု ဝီရိယ လွန်သွားသောကြောင့်၎င်း၊ မကောင်းပဲဖြစ်တတ်ပုံကို ပြောကြားပြီးလျှင် လောဘ၊ ဒေါသ ကင်းအောင် အားထုတ်ရတဲ့ တရား လုပ်ငန်းခွင်မှာ ထိုလောဘ ဒေါသတို့ကို မဖြစ်စေပဲ အားထုတ်သွားမှ ခရီးရောက်နိုင်ကြောင်းကို၎င်း၊ ရှေးက ကောင်းဘူး သည်မှာ လွန်ခဲ့ပြီဖြစ်၍ တဖန် မမျှော်လင့်သင့်ကြောင်းကို၎င်း၊ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း ဖြစ်စေနိုင်တဲ့တရား မရှိသည့်အတွက် “သူ့သဘောအတိုင်းပဲ၊ သူဖြစ်ချင်သလိုသာ ဖြစ်ပါစေတော့၊ ဖြစ်သမျှသာ မှတ်နေပါတော့မည်”ဟု သဘောထားပြီးလျှင် ခပ်အေးအေး ခပ်မှန်မှန်သာ ရှုမှတ်ရကြောင်းကို၎င်း ညွှန်ကြားအပ်၏။ ထို့ပြင် ဆိုင်ရာ နိယျာန အာဝရဏ သမာဓိ၏ ဘေးရန်နှင့် ကုစားပုံတို့ကိုလဲ ဟောပြု၍ အားပေးအပ်၏။

ဤသို့ ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ယုံကြည်စိတ်ချကာ လိုက်နာ၍ ရှုမှတ်ကြသော ယောဂီတို့မှာ တနာရီနာရီဝက် စသည်အတွင်း မကြာမီပင် အဖောင်းအပိန်စသော ပစ္စုပ္ပန်အာရုံများ အပေါ်၌သာ မှတ်လိုက်တိုင်း ကောင်းစွာ တည်တံ့၍ အထူးကောင်းသွားကြသည်ကို များစွာပင် တွေ့ရဘူးပေ၏။

ထိုသို့ ရှုမှတ်ကောင်းသောအခါ၌ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ မျက်စိ၏အနီးအပါးတွင် ပြုံးပြုံးပြက်ပြက်နှင့် အရောင် ကလေးများကိုလဲ အနည်းငယ်မျှ တွေ့ရတတ်၏။ တောရိပ်တောင်ရိပ်လိုလို၊ တိမ်ခိုးတိမ်လိပ်လိုလို၊ ဘုရားရဟန္တာသဏ္ဍာန် လိုလို၊ ကျောင်း၊ အိမ်စသည်တို့၏ ပုံသဏ္ဍာန်လိုလို၊ နတ်၊ လူ၊ မိန်းမ၊ ယောက်ျား၊ ကျွဲ၊ နွား စသည်တို့၏ ပုံသဏ္ဍာန်လိုလို၊ ဤသို့သော ပုံသဏ္ဍာန် အာရုံများကိုလဲ တွေ့ရတတ်၏။ သူသေကောင် အသုဘလိုလို၊ အရိုးစုလိုလို တို့ကိုလဲ တွေ့ရတတ်၏။ မိမိ၏ကိုယ်ကိုလဲ သူသေကောင်လို၊ အရိုးစုကောင်လို၊ ဖူးဖူးယောင်နေသော အလောင်းကောင်လို ဖြစ်သွားသည် ဟူ၍လဲ ထင်မြင်တတ်၏။ ကိုယ်မှ အရေများ စုတ်ပြတ်ကွာလန်၍ ကျသွားသလို ခေါင်း၊ လက်၊ ခြေ စသော ကိုယ်အင်္ဂါများ ပြတ်သွား သလိုလဲ ထင်ရတတ်၏။ ထိုသို့သော အာရုံအထူးများကို တွေ့ရသောအခါ၌ အချို့ယောဂီတို့က ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ပျော်ရွှင်စွာနှင့် နှစ်သက်သဘောကျနေတတ်ကုန်၏။ အချို့ကလဲ အလွန်အမင်း ကြောက်လန့်၍ မမှတ်ပဲနေတတ်ကုန်၏။ အချို့ကလဲ ဘုရားစသော ကြည်ညိုဖွယ်များ၌ ကြည်ညိုနေတတ်ကုန်၏။ အာရုံအထူးများကို တွေ့ရသည့်အတွက် တရား လုပ်ငန်းနှင့် ဆရာသမားတို့အပေါ်၌လဲ ကြည်ညိုနေတတ်ကုန်၏။

ပြုပြင်ပုံ ဒီလို အာရုံတွေကို တွေ့ရသည့်အတွက် ဝမ်းလဲမသာရဘူး၊ ဝမ်းသာလျှင် လောဘလဲဖြစ် အမှတ်လဲပျက် နေတာပဲ။ ကြည်ညိုလဲမနေရဘူး၊ ကြည်ညိုနေလျှင်လဲ အမှတ်ပျက်နေတာပဲ။ ကြောက်လဲ မကြောက်ရဘူး၊ ကြောက်လျှင် ဒေါသ လဲဖြစ်၊ အမှတ်လဲ ပျက်နေတာပဲ။ ဒီလို အာရုံတွေက ဘာမျှထူးဆန်းတာတွေ မဟုတ်ဘူး။ သမာဓိအားကောင်းလာတဲ့အခါမှာ မသိမသာ စိတ်ကူးကလေးတွေ ဖြစ်လာတဲ့အတွက် ပီပီသသ ထင်ပေါ်လာတဲ့ ပညတ်အာရုံမျှပဲ။ အိပ်မက်ထဲမှာ တွေ့ရတာမျိုး ပါပဲ။ ဘာမျှအဟုတ်ရှိတာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီစိတ်ကူးကလေးတွေကလဲ အလွန်သိမ်မွေ့နေတဲ့အတွက် စိတ်ကူးတယ်ဟူ၍ပင် မသိနိုင်ဘူး။ အာရုံက ထင်ရှားနေလို့သာ “မြင်နေတဲ့ စိတ်ကူးကလေးလဲ ရှိတယ်”လို့ သိရတယ်။ ဒါကြောင့် မြင်နေရတဲ့ ထို အာရုံကိုသာ စူးစိုက်၍ “မြင်တယ် မြင်တယ်”ဟု မပျောက်မချင်း မှတ်ပါ။ ဒီလို အာရုံများကို တွေ့တိုင်း တွေ့တိုင်း လက်ခံ မထားနှင့် မှတ်လျှင် ပျောက်သည်ဟု ယုံကြည် စိတ်ချပြီးတော့ မြန်မြန်ပျောက်သွားအောင်သာ စူးစိုက်၍မှတ် မှတ်ပစ်လိုက်ပါ။

ဝမ်းသာခြင်း၊ နှစ်သက်ခြင်း၊ သဘောကျခြင်း၊ ကြည်ညိုခြင်း၊ ကြောက်ခြင်းများ ဖြစ်သေးလျှင်လဲ ၎င်းတို့ကို “ဝမ်းသာတယ် ဝမ်းသာတယ်” စသည်ဖြင့် မှတ်မှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ပါ။ ပြီးတော့လဲ မှတ်နေကျကိုသာ ပြန်၍ မပြတ် မှတ်သွားပါဟု ပြောပြအပ်၏။

အချို့မှာ နာကျင်ကိုက်ခဲမှု ပူမှုစသော ဒုက္ခဝေဒနာများလဲ တရားသဘောအတိုင်း အနည်းငယ်မျှ ထင်ရှားပေါ်လာ တတ်၏။ ထိုအခါမှာ အချို့က ညည်းညူတတ်၏။ အချို့ကလဲ ကြောက်၍ မမှတ်ပုံဘဲ ရှိတတ်၏။

အားပေးပုံ ဒီလိုဝေဒနာများမှာ ရှေးကလဲ အကြောင်းရှိတဲ့အခါ ဖြစ်ပေါ်လျက် ရှိနေခဲ့တာပါ။ သို့သော်လဲ အလွန်သေးငယ်သိမ်မွေ့တဲ့အတွက် ရှေးတုန်းကဆိုလျှင် သူတို့ရှိနေတယ်လို့ပင် မသိနိုင်အောင် မြုပ်ကွယ်နေခဲ့တယ်။ ယခုမူကား သတိသမာဓိဉာဏ်တို့က အတော်အတန် အားရှိလာတဲ့အတွက် မသိနိုင်အောင် မြုပ်ကွယ်နေတဲ့ ထိုဝေဒနာများကို ထင်ရှားတွေ့ရသိရတာဘဲ။ မကြောက်လင့်၊ စိတ်မပျက်လင့်၊ နောင်အခါမှာ တွေ့သေးလျှင် ထိုဝေဒနာများကိုသာ စူးစိုက်၍ ပျောက်သွားသည် တိုင်အောင် အတင်း မှတ်ပစ်လိုက်ပါ။ ဉာဏ်အားနှင့် တွန်းမှတ်လိုက်လျှင် မခံနိုင်ပါဘူး။ သူတို့လဲ မမြဲတဲ့ သင်္ခါရတွေဘဲ။ ဉာဏ်အားကောင်းလာလျှင် ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်ဟု အားပေးပါ။

ထိုအာရုံအမျိုးမျိုးနှင့် ထိုစိတ်အမျိုးမျိုးတို့ ပျောက်ကင်းသွားသည့် နောက်၌ ရှုမှတ်မြဲပင် ရှုမှတ်လျက်နေသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ဖောင်းမှု ပိန်မှုစသော မှတ်ရတဲ့အာရုံ အမျိုးမျိုးနှင့် “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်” စသည်ဖြင့် မှတ်သိမှုတို့သည် တခုနှင့် တခုမရောယှက်ပဲ ကွဲပြားကုန်သည်ဖြစ်၍ မှတ်သိမှုသည် ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိလျက်သိလျက် အထူးကောင်းလာတတ်၏။

ထိုအခါမှာ အချို့ယောဂီသည် “အဖောင်း အပိန် အထိုင် အထိ အကွေး အဆန့်စသော အာရုံများနှင့် မှတ်တဲ့ စိတ်များမှာ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း တွဲတွဲ ဖြစ်နေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်စိတ်နှင့် အာရုံ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ဖြစ်နေတယ်” ဟုပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “စိတ်နှင့်အာရုံ တခြားစီ တခြားစီဘဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “စိတ်နှင့် အာရုံ ကပ်ခနဲ ကပ်ခနဲ ဖြစ်နေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “စိတ်နှင့် အာရုံ ဟတ်ဟတ် ဟတ်ဟတ်နဲ့ ဖြစ်နေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်တဲ့စိတ်ဟာ ပါးစပ်ထဲကလို့ အစတုန်းက ထင်နေတာ၊ ယခုတော့ ဗိုက်ပေါ်ကနေတယ်လို့ ထင်တာဘဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မှတ်တဲ့စိတ်ဟာ ကိုယ်ထဲကလို့ အစက ထင်နေတယ်၊ ယခုတော့ ကိုယ်ပေါ်ကလို့ ထင်တာဘဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အာရုံဆီသို့ ညွတ်သွားခြင်း-နမနလက္ခဏာ အထူးထင်ရှားသည့်အတွက် ဤသို့ပြောကြသည်ဟု ယူသင့်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်စိတ်က မှတ်ရာ မှတ်ရာ အာရုံဆီသို့ အရောင်တန်းကလေးလိုပင် တန်းကနဲ စိုက်ကနဲ ကျကျ သွားသည်”ဟု ပြောတတ်၏။ (နမနလက္ခဏာ အထူးထင်ရှား၍ ပြောခြင်းပင်တည်း)။

အချို့ကလဲ “အယင်ကတော့ တစ်ဗိုက်တည်းက ဖောင်း ပိန်နေတာမို့ အဖောင်းနှင့် အပိန်ကို တစ်ခုတည်းလို့ ထင်နေတယ်။ ယခုတော့ ဖောင်းတာက တခြားဘဲ၊ ပိန်တာက တခြားဘဲ၊ မှတ်တာကလဲ တခြားဘဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အယင်က အဖောင်းနှင့် အပိန် ကွဲပါရဲ့လို့ ပြောမိတာဟာ အထင်နဲ့ ပြောမိတာပါ။ ယခုမှ ကောင်းကောင်း ကွဲတာဘဲ။ ဖောင်းတာက တခြား ပိန်တာက တခြား မှတ်တာက တခြားဘဲ။ ဘာနဲ့ ဘာမျှ မရောဘူး၊ ရောလို့လဲ မဖြစ်ဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အယင်က မှတ်စိတ်ကလေးတွေကို တစ်စိတ်စီ တစ်စိတ်စီဟု သိပါရဲ့လို့ ပြောမိတာဟာ စိတ်ကူးနဲ့ ပြောမိတာဘဲ။ ယခုမှ တစ်စိတ်စီ တစ်စိတ်စီလို့ သေသေချာချာ သိတာဘဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အယင်ကတော့ မှတ်နေတာဟာ တစ်စိတ်တည်းကဘဲ မှတ်နေတယ်လို့ ထင်နေတယ်။ ယခုတော့ ဒီလို မဟုတ်တော့ဘူး၊ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း တစ်စိတ်စီ တစ်စိတ်စီ ချည်းဘဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အဖောင်း အပိန်က လူနဲ့ နဲနဲချင်း ကွာကွာပြီးတော့ ဝေးဝေးသွားတာကို ခဏခဏ တွေ့ရတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အပိန်ကတော့ သူ့နေရာမှာဘဲ ပိန်ပြီး အဖောင်းကြီး တစ်ခုထဲ ကြီးကြီးပြီးတော့ ဖောင်းဖောင်း သွားလိုက်တာ ကျောင်းခေါင်မိုးကို ရောက်သွားတာဘဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အဖောင်း အပိန် ၂-မျိုးတည်းကိုသာ သက်သက် သာသာနှင့် မှတ်နေရသည့်အတွက် သမာဓိအားက လွန်ကဲ၍ ဝီရိယ ပညာအားများက နည်းသောကြောင့် စိတ်ညွတ်ရာသို့ လိုက်ပါသွားချေသည်။ ထို့ကြောင့် ဤသို့ထင်၍ ထင်သည့်အတိုင်း ပြောပေသည်။ အထိုင် အထိ အအိပ် အထိတို့ကိုပါ ထည့်သွင်း၍ မှတ်ရန် ညွှန်ကြားရာ၏။

အချို့က “ကြားတယ်လို့ မှတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ ကြားတာက တခြား မှတ်တာက တစ်ခြားဘဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “အသံက တစ်ခြား မှတ်တာက တစ်ခြားဘဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “ကြားတယ်လို့ ဆိုတာက တစ်ခြား အသံက တစ်ခြားဘဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “ကြားတာက တစ်ခြား အသံက တစ်ခြား မှတ်တာက တစ်ခြားဘဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “အသံက နားထဲကို ရောက်ရောက်လာတာဘဲ၊ ကြားတာကတော့ နားထဲတွင် ကြားတာဘဲ” ဟူ၍၎င်း ပြောတတ်၏။

အချို့က “ကွေးတယ်လို့ မှတ်တဲ့အခါမှာ ကွေးချင်တာက တစ်ခြား ကွေးတာက တစ်ခြား ကွေးတယ်လို့ မှတ်တာက တစ်ခြား ကွေးတာက တစ်ခြားဘဲ” ဟူ၍၎င်း၊ ကွေးတယ်လို့ ဆိုတာနဲ့ အကွေးနဲ့ မရောပါ” ဟူ၍၎င်း ပြောတတ်၏။ “ဆန့်တယ်လို့ မှတ်ရာမှာလဲ ဆန့်ချင်တာက တခြား၊ ဆန့်တာက တခြားဆန့်တယ်လို့ မှတ်တာက တခြား၊ ဆန့်တာက တခြား၊ ဆန့်တယ်လို့ ဆိုတာက တစ်ခြား၊ ဆန့်တာက တစ်ခြားဘဲ၊ ဆန့်တာနဲ့ ဆန့်ချင်တယ်လို့ ဆိုတာဟာ မရောပါ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အချို့က ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်ဟု မှတ်နေရာမှာ “ဖောင်းတာ ပိန်တာက တစ်ယောက် မှတ်နေတာဟာ တစ်ယောက်” ဟု ပြောတတ်၏။ အာရုံနှင့် မှတ်စိတ် တစ်ခြားစီ ကွဲ၍ ထင်သောကြောင့် ဤသို့ ပြောပေသည်။ တစ်ယောက်ဟု ပြောသည်မှာ နှုတ်တတ်နေသည့်အတိုင်း အလွယ်တကူ ပြောခြင်းမျှသာတည်း။ ပုဂ္ဂိုလ်စွဲဖြင့် ပြောသည်ဟူ၍ကား မဆိုသင့်ပေ။

အချို့ကလဲ “အဖောင်း အပိန်ကို မှတ်တဲ့နေရာက တစ်ခြား၊ အဖောင်းအပိန်က တစ်ခြားပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ မှတ်စိတ်ကိုပင် မှတ်တဲ့နေရာဟု ပြောသည်။

အချို့က “မှတ်တဲ့စိတ်ကလဲ ဘယ်ကမှတ်နေတယ်လို့ မသိဘူး၊ ဖောင်းတာ ပိန်တာကလဲ ဘယ်က ဖောင်းပိန် နေတယ်လို့ မသိဘူး၊ မှတ်နေတာကတော့ ကောင်းလိုက်တာ” ဟု ပြောတတ်၏။ ကိုယ်သဏ္ဍာန်ပါပျောက်၍ မှတ်မှုနှင့် အဖောင်းအပိန်တို့ကိုသာ ကွဲပြားစွာ တွေ့နေရသည့်အတွက် ဤသို့ပြောပေသည်။

အချို့ကလဲ “ထိုင်တယ်လို့ မှတ်နေရာမှာ ထိုင်တာက တစ်ခြား ထိုင်တယ်လို့ မှတ်တာက တစ်ခြားပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အထိုင်ကို ထိုင်တယ်လို့ ဆိုလိုက်တော့ ထိုင်တာကိုလဲ သိပါရဲ့၊ သိတာကလဲ ဘယ်ကမှန်း မသိဘူး” ဟု ပြောတတ်၏။ ထိုင်ရပ်နှင့်သိမှုကို ကွဲပြားစွာသိ၍ ပြောခြင်းပင်တည်း။

အချို့က စားခိုက် ဝါးခိုက်မှာ “ဝါးတယ်လို့ ဆိုတာက တစ်ခြား၊ ဝါးတာက တစ်ခြားပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “စိတ်က စားချင်လို့ ရုပ်က စားနေတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ သုတမရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ ပြောဆိုချက် ပေတည်း။

အချို့က “ထိတယ် ထိတယ်လို့ မှတ်လိုက်တော့ အထိကလေးတွေက တစ်ခုပြီး တစ်ခု ကွက်ခနဲ ကွက်ခနဲ ထိ ထိသွားတာပဲ ထိတယ် ထိတယ်လို့ ဆိုတာကလဲ တစ်ခါစီ တစ်ခါစီ တစ်ခါစီ ဆိုနေရတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အထက်လက်နှင့် အောက်လက် ထိနေရာတွင် အထက်လက်က ထိတာကိုသာ စူးစိုက်၍ ထိတယ်လို့ မှတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ အောက်လက်ကို မမြင်ဘူး၊ အထက်လက်က ထိတာ ကလေးကိုသာ တွေ့ရတယ်၊ အောက်လက်က ထိတာကိုတော့ မသိဘူး” ဟုပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ထိတဲ့နေရာများကို ရွှေ့ကာ ရွှေ့ကာ ထိတယ် ထိတယ်လို့ မှတ်နေတဲ့အခါမှာ ဟိုနေရာ ထိတာက တစ်ခြား၊ ဒီနေရာထိတာက တစ်ခြား၊ ဘယ်နေရာမှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အထိကလေးတွေက တစ်ခြား၊ ထိတယ် ထိတယ်လို့ မှတ်တဲ့ စိတ်ကလေး တွေက တစ်ခြားစီ ဖြစ်နေတာချည်းပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့က “အဖောင်းအပိန်ကိုပဲ မှတ်မှတ်၊ အထိုင်အထိကိုပဲ မှတ်မှတ်၊ အကွေးအဆန့်ကိုပဲ မှတ်မှတ်၊ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်ရတဲ့ အာရုံနဲ့ မှတ်တာနဲ့ နှစ်ခု နှစ်ခုကိုသာ တွေ့နေတော့တာပဲ၊ နှစ်ခု နှစ်ခုထဲ ရှိနေတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အာရုံနှင့်မှတ်စိတ် တစ်စုံတစ်စုံ တွဲလျက် တွဲလျက်ချည်းပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ယောဂီတို့သည်ကား မိမိတို့၏ ဉာဏ်၌ ထင်ပုံကို ဥပမာတင်၍လဲ ပြောပြတတ်ကုန်၏။

ပြောပုံများကား “မောင်းဆုံထဲကို မောင်းကျောက်က ကျကျနေတာလိုပဲ၊ အဖောင်းအပိန်ပေါ်မှာ မှတ်စိတ်က ကျရောက် ကျရောက်နေတာပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အဖောင်းအပိန်ကို မှတ်ရတာက “ရွှံ့ပျော့ပျော့ထဲကို ခဲမာမာကလေးနဲ့ ပစ်ပစ်သွင်းလိုက်ရသလိုပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ရွှံ့ပျော့ပျော့နှင့် အဖောင်းအပိန်၊ ခဲမာမာနှင့် မှတ်စိတ်၊ ရွှံ့ထဲသို့ ဝင်ဝင်သွားပုံနှင့် အဖောင်း အပိန်သို့ မှတ်စိတ်က ဝင်ရောက် ဝင်ရောက်သွားပုံ တူသည်ဟု ဆိုလို၏။

“မှတ်ရတာက သစ်ပင်ပေါ်က သစ်သီးများကို ခဲများ ဒုတ်များနဲ့ ပစ်ရတာလိုပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ သစ်သီးနှင့် အဖောင်းအပိန်၊ ခဲနှင့်မှတ်စိတ်၊ ထိမှန်တာနှင့် သိသိသွားတာတူသည်ဟု ဆိုလို၏။

“ဆိုင်းဝိုင်းထဲက ဗုံကလေးများကို ပတ်လည်လှည့်ပြီး လက်ကလေးနဲ့ တီးသွားသလိုပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ဗုံကလေးများနှင့် မှတ်ရတဲ့အာရုံ လက်နှင့်မှတ်စိတ် တီးမှုနှင့် သိမှု တူသည်ဟု ဆိုလို၏။

“အဖောင်း အပိန်ကို လိုက်လိုက်ပြီး မှတ်နေရတာက နွားချည်တိုင်က ဒလက်ကလေးလိုပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ နွားနှင့် အဖောင်းအပိန် ဒလက်နှင့် မှတ်စိတ် နွားသွားရာကို ဒလက်က လှဲ့လှဲ့ပြီး လိုက်နေတာနှင့် ပေါ်ရာ ပေါ်ရာ အာရုံဆီသို့ မှတ်စိတ်က လိုက်လိုက်ပြီး သိနေပုံ တူသည်ဟု ဆိုလို၏။

“ငယ်ရွယ်စဉ်တုန်းက ပါသံခွလေးနှင့် ငှက်ပစ်ရာမှာ ငှက်ကို စွပ်ကနဲ ထိမှန်တော့ လေးကိုင်ထားတဲ့ လက်မှာ စီးကနဲ ဖြစ်သွားတာလိုပဲ။ မှတ်ရတာက စီးကနဲ စီးကနဲ အာရုံမှာ ကပ်ကပ်သွားတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

“အိပ်တယ်လို့ မှတ်လိုက်ရာမှာ အိပ်နေတာကြီးက သစ်တုံးကြီးကို ချထားသလိုပဲ။ ဘာမျှသိလဲ မသိတတ်ဘူး။ လှုပ်လဲမလှုပ်နိုင်ဘူး။ အိပ်တယ်လို့ မှတ်တဲ့စိတ်ကသာ သွားသွားပြီး မှတ်မှတ်နေရာတာပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ရုပ်တရားက ဘာမျှမသိတတ်။ နာမ်တရားကသာ သိတတ်သည်ဟု ရှင်းလင်းစွာ သဘောကျ၍ ပြောခြင်းပေတည်း။

“ဘာကိုပဲမှတ်မှတ် မှတ်ရမည့်အာရုံဆီကို မှတ်စိတ်ကလေးများက ပြေးဝင်ပြေးဝင် နေတာဟာ ငှက်နှုတ်သီးကလေးနဲ့ ဆတ်ကနဲ ဆတ်ကနဲ ပေါက်ပေါက်နေတာလိုပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

“စိတ်က ခိုင်းတိုင်း ကိုယ်က လုပ်နေရတာဟာ သခင်နှင့် ကျွန်ုပ်လိုပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “နွားနှင့်လှည်းလိုပဲ” ဟူ၍၎င်း ဤသို့လဲ ပြောတတ်၏။ ဤမျှသော ပြောပုံများဖြင့် ဥပမာတင်၍ ပြောတတ်သော ယောဂီတို့၏ အလားတူ စကားများကိုလဲ နည်းယူ၍ ဆုံးဖြတ်နိုင်လောက်ပြီ။

လိုရင်းအတိုချုပ်ကား မှတ်သိရသည့် အာရုံကလေးများနှင့် မှတ်သိသည့် စိတ်ကလေးများသာလျှင် အတွဲလိုက် အတွဲလိုက်အားဖြင့် ကပ်ခနဲ ကပ်ခနဲ ဖြစ်လျက်ရှိသည်။ ထိုအာရုံနှင့် မှတ်စိတ်တို့မှ တစ်ပါးသော သတ္တဝါပုဂ္ဂိုလ် အပိုဟူက ဘာမျှမရှိတော့ပြီဟု မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်ခိုက်မှာပင် ပိုင်းပိုင်း ခြားခြား ရှင်းရှင်း လင်းလင်း သိမြင် သဘောကျခြင်းသည် **နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် မည်၏။ ဤဉာဏ်နှင့် ပြည့်စုံသော ယောဂီတို့သည်** ထိုသို့သော သိပုံကို ထင်ရှားစေသည့် စကားများဖြင့် သူ့အလိုလိုပင် ထုတ်ဖော်၍ အများအားဖြင့် ပြောပြတတ်ကုန်၏။ သိလောက်ပါလျက်နှင့် မပြောပဲရှိသည်ဟု ထင်ရသော ယောဂီတို့ကား သင့်လျော်သော မေးခွန်းများဖြင့် မေးမြန်းစုံစမ်း ကြည့်ရာ၏။

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်အဆင့်၌ မေးပုံ ဖြေပုံ ပြုပြင်ပုံ ပြီး၏။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် အခန်း

ဤဉာဏ်အဆင့်၌ ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများကား “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ထိုင်တယ် စသည်ဖြင့် မှတ်နေစဉ်မှာ အဖောင်း အပိန် စသော မှတ်စရာ တစ်ခုခုကို မှတ်ပြီးလျှင် တစ်ခြား တစ်ပါး မှတ်စရာကလဲ အဆင်သင့် ရှိရှိနေတာပဲ။ တမင် မစဉ်းစားရ မရှာရတော့ဘူး။ မှတ်စရာတွေက တစ်ခုပြီး တစ်ခု အဆင်သင့် ပေါ်ပေါ်လာတာပဲ။ ပေါ်လာတဲ့ အတိုင်းပင် တစ်ခုပြီး တစ်ခု မပြတ်မှတ်မှတ် နေရတော့တာပဲ” ဟု အချို့က ပြောတတ်၏။ မှတ်စရာအာရုံ အကြောင်းတရား ထင်ရှား ရှိခြင်းကြောင့် မှတ်သိမှု အကျိုးတရား ဖြစ်ပေါ်ရသည်ကို ပြောသည်။

အချို့ကလဲ “ဘုရား ရဟန္တာ စသော ပုံသဏ္ဍာန် အာရုံ အမျိုးမျိုးတွေကို ပေါ်လာတိုင်း လိုက်လိုက်ပြီး မှတ်နေရတာပဲ။ တစ်ခု တစ်ခုကို မှတ်လို့တောင် ကောင်းကောင်း မပျောက်သေးဘူး။ နောက်တစ်ခု တစ်ခုက ရောက်ရောက်လာလို့ လိုက်လိုက်ပြီး မှတ်နေရတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ မှတ်စရာအာရုံအကြောင်း ပေါ်မှုကြောင့် မှတ်မှုအကျိုးဖြစ်ရသည်ကို ပြောခြင်းပင်တည်း။ နောက်၌လဲ အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်၍ ပြောပုံ သဘောကျပုံများကို နည်းမှီ၍ ယူဆပါလေ။

အချို့ကလဲ “ကိုယ်တွင်း သန္တာန်၌ နာမူ ကျပ်မှု ယားမှု စသော ဝေဒနာတွေကို မှတ်နေရာမှာ ဝေဒနာ တစ်ခုခု ကိုတောင် မှတ်လို့ မပျောက်သေးဘူး။ တခြားနေရာက ဝေဒနာ အသစ်တစ်ခုခုက ပေါ်လာပြန်လို့ ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်းကို လိုက်လိုက်ပြီး မှတ်နေရတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ “အချို့ကလဲ ဒါလောက်များတဲ့ ဆိုးဝါးတဲ့ ဝေဒနာတွေကို တွေ့နေရတာဟာ

ကံဆိုးလွန်းလို့ ထင်တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန်တို့နှင့်တကွ ကံအကြောင်းကြောင့် ဝေဒနာဖြစ်ရသည်ကို သဘောကျ၍ ပြောသည်ဟု ယူရ၏။

အချို့ကလဲ “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် မှတ်နေရတာမှာ တွဲတွဲ တွဲတွဲနဲ့ အလွန်ကောင်းနေတာပဲ။ အဖောင်းနဲ့ ဖောင်းတယ်လို့ ဆိုတာ အပိန်နဲ့ ပိန်တယ်လို့ ဆိုတာဟာ တွဲတွဲနေတာပဲ။ ဘာကိုဘဲ မှတ်မှတ် တွဲတွဲ နေတာချည်းပဲ။ တစ်ခြားစီ တစ်ခြားစီလို့လဲ ရှင်းရှင်းနေတာချည်းပဲ။ အယင်က ကောင်းတယ်လို့ ဆိုတာက အလကားပဲ။ ယခုမှ အာရုံနဲ့ မှတ်စိတ်ဟာ တွဲတွဲ တွဲတွဲနဲ့ သွက်သွက်လက်လက် ဖြစ်ပြီးတော့ အဟုတ် ကောင်းနေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ဒီလို တရားကောင်းတာကို ဆရာများနှင့် တွေ့ရပေလို့ပဲ။ မည်သူက တိုက်တွန်းပေးလို့ပဲ။ မည်သူက ဟောပေးလို့ပဲ” စသည်ဖြင့် ကျေးဇူးတင်စကားကိုလဲ ပြောတတ်၏။ သပ္ပာယ်ပုဂ္ဂိုလ် သဒ္ဓမ္မသဝန အကြောင်းများကြောင့် ဘာဝနာကုသိုလ် ဖြစ်ရသည်ကို သဘောကျ၍ ပြောသည်။

သတိပေးပုံ အလျင်ကလဲ သူ့နေရာနှင့်သူတော့ ကောင်းနေခဲ့တာပါပဲ။ ယခုလိုချည်းထဲ အမြဲကောင်းနေလိမ့်မည် လို့တော့ ထင်မထားပါလင့်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ခပ်ကျကျလဲ ဖြစ်သွားတတ်သေးတယ်။ အကယ်၍များ ခပ်ကျကျဖြစ်သွားလျှင် စိတ်ပျက်ပြီး မမှတ်ပဲတော့ မနေနှင့်။ လွန်မြောက်အောင်သာ ကြိုးစားပြီး မှတ်ရမည်။ ဟိုလူ ဒီလူတွေကို လိုက်ပြီးတော့ ကျေးဇူးတင်လျက် စဉ်းစားလဲ မနေနှင့်။ အဲဒီလို ကျေးဇူးတင်လျက် စဉ်းစားမိတဲ့ စိတ်များကိုလဲ မှတ်မှတ်သွားပါ စသည်ဖြင့် သတိပေးပါ။

အချို့ကလဲ “သွက်သွက် သွက်သွက်နဲ့ အလွန်မြန်ပြီး ကောင်းနေရာမှာ အဖောင်း အပိန်က သေးသေးသွားလို့ မှတ်ရတာ ကျဲတဲကြီး ဖြစ်နေတယ်။ မှတ်လို့လဲ မကောင်းဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။ အကြောင်းကို စစ်ဆေး၍ ပြင်ပေးပါ။

အချို့ကလဲ “အဖောင်း အပိန်က လုံးလုံး ပျောက်ပျောက်နေလို့ မှတ်စရာမရှိတာနဲ့ အဖောင်း အပိန်ကို ရှာရှာပြီးတော့ မှတ်နေရတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ မှတ်စရာ အာရုံ အကြောင်း မရှိလျှင် မှတ်မှု အကျိုးတရား မဖြစ်နိုင်သည်ကို သိ၍ ပြောခြင်း ဖေတည်း။

ပြုပြင် အားပေးပုံ အဖောင်း အပိန် မထင်ရှားတဲ့ အခါမှာဖြစ်စေ လုံးလုံး ပျောက်နေတဲ့ အခါမှာဖြစ်စေ မရှိတဲ့ အဖောင်း အပိန်ကိုတော့ ရှာမနေနှင့်။ အထိုင် အထိ အအိပ် အထိ တို့ကိုသာ မှတ်ပါ။ အထိများကိုလဲ နေရာ ရွှေ့၍ ရွှေ့၍ မှတ်ပါ။ ဥပမာ ထိုင်တယ်ဟု မှတ်ပြီးလျှင် ညာဘက်ခြေက အထိကို ထိတယ်ဟု မှတ်၊ ပြီးတော့ ထိုင်တယ်ဟု တဖန် မှတ်ပြီးလျှင် ဘယ်ဘက် ခြေက အထိကို ထိတယ်ဟု မှတ်၊ ဤနည်းဖြင့် လေး ငါး ခြောက်နေရာ ဖြစ်စေ ထိုထက်များစွာ ဖြစ်စေ အထိများကို ပြောင်းရွှေ့၍ မှတ်ပါဟု နားလည်အောင် ပြောပြပြီးလျှင် အဖောင်း အပိန် သေးငယ်ခြင်း ကွယ်ပျောက်ခြင်းများမှာ တရားသဘောအတိုင်း သိမ်မွေ့ နူးညံ့သွားခြင်းပင် ဖြစ်ကြောင်း ယခုအနေမှာ ဉာဏ်နုသေး၍ မသိနိုင်သေးသော်လဲ စိတ်မပျက်ပဲ မှတ်နေလျှင် မကြာမှီပင် ဉာဏ်ရင့်လျက် ထင်ထင်ရှားရှား သိနိုင်၍ အထူးကောင်းလာမည် ဖြစ်ကြောင်းများကိုလဲ ပြောဟော၍ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် အားတက်ရွှင်လန်းလာသည် တိုင်အောင် အားပေးရ၏။

အချို့က “ကြားတဲ့အခါမှာ အသံကလေးတွေက နားထဲသို့ အလိုလို ရောက်ရောက်လာတာပဲ။ နားထဲကို ရောက်လာမှ ကြားတာပဲ။ ကြားတော့မှ ကြားတယ်လို့ မှတ်ရတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အသံရုပ် နားရုပ်ရှိသောကြောင့် ကြားမှု ဖြစ်ပေါ်သည် ကို၎င်း၊ ကြားမှုအာရုံရှိမှ မှတ်မှု ဖြစ်ပေါ်သည်ကို၎င်း သဘောကျ၍ ပြောသည်။

အချို့ကလဲ “အစကတော့ အသံတွေကိုချည်း ကြားကြားနေတယ်။ ယခုတော့ အဖောင်းအပိန်ကိုချည်း မဲပြီးမှတ် နေလျှင် အသံတွေက ဘာမျှမရှိတာလို့ ဖြစ်နေတာပဲ။ သူတို့ကို ဂရုမစိုက်တော့ ဘာမျှ မကြားရတော့ဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။ မနသိကာရ အကြောင်းရှိမှ ကြားမှု ဖြစ်နိုင်သည်ကို၎င်း၊ မနသိကာရ မရှိလျှင် မဖြစ်နိုင်သည်ကို၎င်း သဘောကျ၍ ပြောသည်။

အချို့က “အမျိုးမျိုးသော အာရုံတွေက ရှေ့နားမှာ အလိုလိုပင် ရောက်ရောက်လာကြလို့ “မြင်တယ် မြင်တယ်”ဟု မှတ်မှတ်နေရတယ်။ ပေါ်လာခါစတုန်းကတော့ မှတ်ဖို့ သတိမရလို့ ကြည့်နေမိသေးတယ်။ မမှတ်မိဘူး။ ယခုတော့ မှတ်ရ မှာတွေချည်းပဲလို့ သိပြီးတော့ မှတ်မယ်လို့ နှလုံးသွင်းထားတဲ့အတွက် ပေါ်ပေါ်ချင်း “မြင်တယ် မြင်တယ်”ဟု မှတ်နိုင်တာ ချည်းပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အာရုံအကြောင်း ယောနိသော မနသိကာရ အကြောင်းများကြောင့် မှတ်မှုဖြစ်သည်ကို သဘောကျ၍ ပြောသည်။

အချို့က “ဘုရား ရဟန္တာ စသော ပုံသဏ္ဍာန် အာရုံ အမျိုးမျိုးကိုချည်း အမြဲလိုလို မှတ်နေရတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ဘုရား ရဟန္တာစသော ပုံသဏ္ဍာန် အာရုံများကို တလုံးမှတ်လိုက် သူတို့ ပျောက်သွားလျှင် အဖောင်း အပိန် အထိုင် အထိကို တလုံး မှတ်လိုက်နဲ့ ခဏခဏ ပြောင်းပြောင်းပြီးတော့ တလုံးစီ မှတ်နေရတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ

“ယားခြင်း ပူခြင်း ညောင်းခြင်း နာခြင်း ကိုက်ခဲခြင်းစသော ဝေဒနာ အမျိုးမျိုးကို တစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ ခဏခဏ ပြောင်းရွှေ့ပြီး မှတ်နေရတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အယား အပူ အညောင်း စသော ဝေဒနာများကို တလဲ့မှတ်လိုက် အဖောင်း အပိန်ကို တလဲ့ မှတ်လိုက်နဲ့ ခဏခဏ ပြောင်းလဲပြီးတော့ တလဲ့စီ မှတ်နေရတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

သတိပေး အားပေးပုံ အာရုံ အမျိုးမျိုးကို တွေ့ရသည့်အတွက် ဝမ်းသာခြင်း နှစ်သက်ခြင်း မရှိစေရန် ဝမ်းသာမိ နှစ်သက်မိလျှင်လဲ မှတ်၍ ပယ်ရန် သတိပေးအပ်၏။ အာရုံအမျိုးမျိုး ဝေဒနာအမျိုးမျိုးတို့ကို တွေ့နေရသည့်အတွက် မကြောက်ရန် စိတ်မပျက်ရန်လဲ အားပေး၍ အတင်း မှတ်စေရမည်။

အချို့ကလဲ “အဖောင်း အပိန်ကိုချည်း မှတ်နေရတာပဲ၊ သူများလို တိမ်ခိုး တိမ်လိပ်တို့ ဘုရား ရဟန္တာတို့ အစိမ်း အပြာ အဝါ ရောင်စုံ အဆင်းတို့ ဆိုတာတွေကိုတော့ ဘာတစ်ခုမျှ မတွေ့ရပါဘူး၊ ဖြစ်မှ ဖြစ်ပါတော့မလား”ဟု ညည်းတွား၍ ပြောတတ်၏။ မှတ်ရတာကတော့ ဘယ်လိုနေသလဲ၊ ရှင်းရဲ့ မဟုတ်လား၊ မှတ်စရာရှိမှ မှတ်သိမှုကလေးများ ဖြစ်နိုင်တာ ကိုတော့ သဘောကျရဲ့ မဟုတ်လားဟု မေးလျှင် “မှတ်ရတာကတော့ ရှင်းနေတာပဲ၊ အဖောင်းပေါ်လာမှ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်ရတာပဲ၊ အပိန်ပေါ်လာမှ ပိန်တယ်လို့ မှတ်ရတာပဲ၊ ကွေးချင်တာ ကွေးတာ ဆန့်ချင်တာ ဆန့်တာ စိတ်သွားတာတွေလဲ ပေါ်ပေါ်လာမှ မှတ်ရတာပဲ၊ ဒီလိုတော့ သဘောကျပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် သူများလိုဖြင့် ဘာမျှ ထူးထူးထွေထွေ မတွေ့ရဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။ ကောင်းနေသော မှတ်သိမှုကိုပင် ကောင်းသည်ဟု မထင်သည့်အတွက် စိတ်အားလျော့လျက် ပျင်းရိနေသော သူပေတည်း။

အားပေးပုံ သူများတွေ့ကြသော ဘုရား ရဟန္တာတို့ ဘာသာ ညာညာတို့ ဆိုတဲ့ အာရုံများလဲ မှတ်ရမည့် အာရုံမျှပါပဲ၊ ယခု ခင်ဗျားမှတ်နေရတဲ့ အဖောင်း အပိန် စသည်တို့ဟာလဲ မှတ်ရမည့် အာရုံပါပဲ၊ ဘာဘဲဖြစ်ဖြစ် ပေါ်လာတဲ့ အာရုံဟာ မှတ်ရတာချည်းပါပဲ၊ ဘာမျှ အကြောင်း မထူးလှပါဘူး စသည်ဖြင့် အကြောင်း မထူးပုံများကို ပြောပြ၍၊ ဘယ်လိုအာရုံကိုပဲ မှတ်ရ မှတ်ရ မှတ်ချက်တိုင်းမှာ သိက္ခာ သုံးပါးလုံး ပါဝင်ပြီးစီးပုံကို ပြောဟောရမည်။ ပုံကား ထူးထူး ထွေထွေ အာရုံကို မှတ်ရသည် ဖြစ်စေ၊ အဖောင်း အပိန်ကို မှတ်ရသည် ဖြစ်စေ၊ အကွေးအဆန့် အမြင် အကြားစသည်ကို မှတ်ရသည် ဖြစ်စေ၊ သီလသိက္ခာပုဒ်များကို မလွန်ကျူးရအောင် စောင့်ထိန်းမှု ကြည့်ရှောင်မှု သီလသိက္ခာလဲ မှတ်ချက်တိုင်းမှာ ပါဝင်ပြည့်စုံနေတာပဲ၊ မှတ်ရတဲ့ အာရုံအပေါ်မှာ တည်ကြည်စူးစိုက်မှု သမာဓိသိက္ခာလဲ ပါဝင်ပြည့်စုံနေတာပဲ၊ မှတ်မိတဲ့ အာရုံကို အမှန်အတိုင်း သိသိသွားတာက ပညာသိက္ခာပဲ၊ အဖောင်း အပိန်ကို သိတာလဲ ပညာပဲ၊ အဖောင်းအပိန် ရှိသောကြောင့် “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်”ဟု မှတ်သိရတယ်လို့ သိတာလဲ ပညာပဲ၊ ကွေးချင်လို့ ကွေးမှု ဖြစ်တယ် ဆန့်ချင်လို့ ဆန့်မှု ဖြစ်တယ် အကွေး အဆန့်ရှိလို့ “ကွေးတယ် ဆန့်တယ်”ဟု မှတ်ရတယ်၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် မှတ်လျှင်း မှတ်လျှင်း သိသိသွားတာ သဘောကျကျ သွားတာဟာလဲ ပညာပဲ၊ လိုချင်လို့ လိုချင်တယ်ဟု မှတ်ရတယ် နှစ်သက်လို့ နှစ်သက်တယ်ဟု မှတ်ရတယ် စိတ်ပျက်လို့ စိတ်ပျက်တယ်ဟု မှတ်ရတယ် စိတ်သွားလို့ သွားတယ်ဟု မှတ်ရတယ် ဤသို့ စသည်ဖြင့် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း သိသိသွားတာ သဘောကျကျ သွားတာ ဟာလဲ ပညာချည်းပါပဲ၊ ဒီလို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း သီလသမာဓိ ပညာတွေ ဖြစ်ပွားနေလျှင် ဘာက လိုနေသေးသလဲ၊ ကြိုးစားပြီးတော့သာ စူးစူးစိုက်စိုက် တင်းတင်းရင်းရင်း မှတ်စမ်းပါ၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် စွမ်းနိုင်သမျှ အားပေး ချီးမြှောက်ရမည်။

အကွေး အဆန့်တို့ကို မှတ်ရာ၌ “အယင်ကတော့ ကွေးချင်တယ်လို့ မှတ်ပေမယ့် ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေးကို သေသေချာချာ မတွေ့ရဘူး၊ ယခုတော့ ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေးက စစပြီး ပေါ်လာတာပဲ၊ ကွေးချင်တယ်လို့ မှတ်ပြီးတော့မှ ကွေးတယ် ကွေးတယ်လို့ မှတ်ရတယ်၊ အယင်ကတော့ အလိုရှိတိုင်း ကွေးနိုင်တယ်လို့ ထင်နေခဲ့တယ်၊ ယခုတော့ ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကြောင့် ကွေးလာတာကိုးလို့လဲ သိလာပါပြီ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ “ကွေးမယ်ဆိုလျှင် ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေးက အယင်ဖြစ်လာတာပဲ၊ သူဖြစ်ပြီးမှ ကွေးကွေးလာတာပဲ၊ ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေးကို ကွေးချင်တယ်လို့ မှတ်လိုက်ယင်း နောက်တစ်ခါ ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေးက ဖြစ်လာလိုက်ယင်း တစ်ခါ ကွေးချင်တယ်လို့ မှတ်လိုက်ယင်းနဲ့ သုံးလေးခါလောက် မှတ်လိုက်တော့ ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေး မဖြစ်ပေါ်လာတာနဲ့ မကွေးရတော့ဘူး” ဤသို့ စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။

ဆန့်ခြင်း ထိုင်ခြင်း အိပ်ခြင်း ထခြင်း သွားခြင်း ရပ်ခြင်း လှုပ်ရှား ပြုပြင်ခြင်း ဟူသမျှတို့၌လဲ နည်းတူပင် ပြောတတ်၏။ စားသောက်ရာ၌လဲ စားသောက်လိုသော စိတ်ကြောင့် စားဝါးမှု သောက်မှု ဖြစ်သည်ဟု သိကြောင်းကိုလဲ ပြောတတ်၏။

“တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်ထဲ ပေါင်ထဲ ခြေထောက်ထဲက စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့်နှင့် တက်တက်လာတယ်၊ ဖျဉ်းကနဲ ဖျဉ်းကနဲ ကြက်သီး ထ ထသွားတယ်၊ ဖျဉ်းကနဲ ဖျဉ်းကနဲ လန့်လန့်သွားတယ်”ဟု အချို့က ပြောတတ်၏။ ထိုသို့ဖြစ်ရာမှာ အချို့ကလဲ “များစွာနှစ်သက် သဘောကျနေကြောင်းကို” ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အလွန်အမင်း ကြောက်ရွံ့၍ မမှတ်တော့ပဲ ရပ်ဆိုင်း ထားကြောင်းကို” ပြောတတ်၏။

ပြုပြင်ပုံ ကိုယ်ထဲ၌ စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့်နှင့် တက်ခြင်း၊ ဖျဉ်းကနဲ ဖျဉ်းကနဲ ကြက်သီးထခြင်းများမှာ ဝိပဿနာ၌ ပါဝင်သော ပီတိတရား၏ အဟုန်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် စိတ္တဇရုပ် အထူးများသာ ဖြစ်ကြောင်းကို ပြောပြပြီးလျှင် စိမ့်လျှင် စိမ့်တယ် စိမ့်တယ်ဟု မှတ်ရန်၊ တက်လျှင် တက်တယ် တက်တယ်ဟု မှတ်ရန်၊ ကြက်သီးထလျှင် ထတယ် ထတယ်ဟု မှတ်ရန်၊ ဝမ်းသာလျှင် ဝမ်းသာတယ် ဝမ်းသာတယ်ဟု မှတ်ရန်၊ သဘောကျလျှင် သဘောကျတယ် သဘောကျတယ်ဟု မှတ်ရန်၊ ဖြစ်ပုံကို ဘယ်လိုမှ မခေါ်တတ်လျှင် သိတယ် သိတယ်ဟု မှတ်ရန်၊ ကြောက်လျှင် ကြောက်တယ် ကြောက်တယ်ဟု မပျောက်မချင်း စူးစိုက်၍ မှတ်ရန် ညွှန်ကြားအပ်၏။ တရားသဘောအတိုင်း ပီတိအဟုန်ကြောင့် ကြက်သီးထတာကို မကြောက်အပ်ကြောင်း ကြောက်စရာ ဘာမျှ မရှိကြောင်းများကိုလဲ ပြောပြ၍ အားပေးအပ်၏။

ဤကဲ့သို့ ကြက်သီးမွေးသွင်း ထပြီးသော အခါမှာ အချို့က “မျက်စိအနီး မေးအနီး ရင်ဘတ်ပေါ်များမှ ပြီးပြီး ပြက်ပြက်နှင့် မီးပန်းကလေးများကို မီးလောင်နေတာလိုလဲ ခဏ ခဏ တွေ့ရတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အာရုံအမျိုးမျိုးကို မှတ်ရာတွင် ဘယ်လိုအာရုံကိုပဲ မှတ်ရ မှတ်ရ မှတ်စရာပေါ်လာလို့ မှတ်ရတာပဲ၊ မှတ်စရာရှိလို့ မှတ်စိတ်ကလေးတွေ ဖြစ်ဖြစ်နေတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ စိတ်မရှိလျှင်တော့ ကိုယ်ကောင်ကြီးက ဘာမျှ အသုံးမကျဘူး၊ အသေကောင်ကြီးလို့ သစ်တုံးကြီးလိုပါပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ လှုပ်ချင်မှုစသည်ရှိမှ လှုပ်မှုစသည် ဖြစ်နိုင်ကြောင်း သို့မဟုတ်လျှင် လှုပ်မှုစသည် မဖြစ်နိုင်ကြောင်းများကို သဘောကျ၍ ပြောသည်။

ဒီလို ဖြစ်နေတဲ့တရားတွေကို ရှေးရှေးတုန်းက မသိလို့သာ ကောင်းတယ်လို့ ထင်နေတာပဲ၊ ကောင်းတယ်လို့ ထင်နေလို့ ယခုထက်ထိ အဖန်ဖန် ဖြစ်နေရတာပဲ ဟူ၍လဲပြောတတ်၏။ အဝိဇ္ဇာစသော အကြောင်းကြောင့် နာမ်ရုပ် အကျိုးတရား ဖြစ်ရသည်ကို သဘောကျ၍ပြောသည်။

လိုရင်းအချုပ်ကား မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အကြောင်းနှင့်အကျိုး ၂-မျိုး ၂-မျိုးကိုသာ တွေ့ရ၍ “အကြောင်းအကျိုး ဤ ၂-မျိုးသာ ရှိသည်”ဟု သိခြင်း သဘောကျခြင်းသည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် မည်၏။ ထို့ပြင် ကွေးလိုခြင်း စသော အကြောင်း နာမ်တရားများကြောင့် ကွေးခြင်းစသော အကျိုးရုပ်နာမ်တရားတို့ ဖြစ်ပေါ်သည်ကို၎င်း၊ အဆင်း၊ အသံစသော အာရုံအကြောင်းတရားနှင့် မျက်စိ နားစသော ဒွါရအကြောင်းတရားတို့ကြောင့် မြင်မှု ကြားမှုစသော အကျိုးနာမ်တရားတို့ ဖြစ်ပေါ်သည်ကို၎င်း၊ မှတ်စရာ အာရုံအမျိုးမျိုး ထင်ရှားပေါ်ခြင်းကြောင့် မှတ်သိမှု နာမ်များ ဖြစ်ရသည်ကို၎င်း၊ ရှေးကံကြောင့် ကောင်းမကောင်းသော အကျိုးရုပ်နာမ်တို့ ဖြစ်ရသည်ကို၎င်း၊ ရူမှတ်မှု ပစ္စက္ခဉာဏ်ဖြင့် ပါရမီအားလျော်စွာ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိမြင်သဘောကျပြီးလျှင် “ရှေးဘဝတွေကလဲ ဤလိုအကြောင်း နာမ်ရုပ်ကြောင့် ဤလို အကျိုးနာမ်ရုပ်မျှသာ ရှိခဲ့သည်” ဟူ၍ ၎င်း၊ “နောင်ဘဝတွေမှာလဲ ဤလို အကြောင်းနာမ်ရုပ်ကြောင့် ဤလို အကျိုးနာမ်ရုပ်မျှသာ ဖြစ်သွားမည်” ဟူ၍၎င်း ဆုံးဖြတ်နိုင်သဖြင့် “ကာလ ၃-ပါးလုံး၌ အကြောင်းအကျိုး နာမ်ရုပ်တရားမျှသာ ရှိသည်၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါဟု ခေါ်အပ်သော ငါကောင်ကား မရှိတော့ပြီ”ဟူ၍ သဘောကျခြင်းသည် ခေါင်ထိပ်သို့ရောက်သော ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်မည်၏။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်အခန်း ပြီး၏။

သမ္မသနဉာဏ်အခန်း

ဤဉာဏ်အဆင့်၌ ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများကား အဖောင်း အပိန် အထိုင် အထိစသော အာရုံအမျိုးမျိုးကို မှတ်ရတာဟာ သွက်သွက် သွက်သွက်နှင့် ရှေးကထက်တိုးပြီး တမျိုးကောင်းလာတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်ခိုက်မှာ စပြီးတော့ ဖောင်းလာတာကိုလဲ သိတယ်၊ တရိပ်ရိပ် ဖောင်းနေတာကိုလဲ သိတယ်၊ အဖောင်း ရပ်သွားတာကိုလဲ သိတယ်၊ ပိန်တယ်လို့ မှတ်ခိုက်မှာလဲ စပြီးတော့ ပိန်တာ၊ တရိပ်ရိပ်ပိန်နေတာ၊ အပိန်ကလေး ချပ်ကနဲ ရပ်သွားတာများကို သိတယ်၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် မှတ်ရတဲ့ အာရုံများ၏ အစ၊ အလယ်၊ အဆုံးတို့ကို ပိုင်းခြား၍ သိနိုင်ကြောင်းကိုလဲ ပြောတတ်၏။

အချို့က “အဖောင်းကလေးတွေ ၂-ဖောင်း ၃-ဖောင်းဖြစ်နေတယ်၊ အပိန်ကလေးတွေလဲ ၂-ပိန် ၃-ပိန် ဖြစ်နေတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အဖောင်းကလေးတွေက ဆတ်ကနဲ ဆတ်ကနဲ ဖောင်းပြီးတော့ အပိန်ကလေးတွေကလဲ ဆတ်ကနဲ ဆတ်ကနဲ ပိန်သွားတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အဖောင်း အပိန်ကလေးတွေက ဆတ်ဆတ်ဆတ်ဆတ်နှင့် ဖောင်းပိန်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အဖောင်း အပိန်ကလေးတွေက ဒိတ်ကနဲ ဒိတ်ကနဲ ဖောင်းပိန်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အဖောင်း အပိန်ကလေးတွေက အထစ် အထစ်နဲ့ ဖြစ်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နှင့် ဖောင်းပြီးတော့ ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နှင့် ပိန်သွားတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ဖောင်းတာကလေးတွေက

ခုန်ခုန်ပြီး ဖောင်းလာတယ်။ ပိန်တာကလဲ ထစ်ထစ်ပြီး ကျသွားတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ ဉာဏ်ထက်သန်သော သူတို့၏ ပြောပုံများပေးတည်း။

အချို့က “ဘုရား ရဟန်း လူ တိမ်ခိုး တိမ်လိပ် စသော အဆင်းသဏ္ဍာန် အာရုံအမျိုးမျိုး ပေါ်လာတဲ့အခါမှာ “မြင်တယ် မြင်တယ်”ဟု မှတ်လိုက်လျှင် ထိုအာရုံများက ရှေ့ရှေ့ပြီး ပျောက်သွားတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ဘယ်ဘက်က ပေါ်လာပြီးတော့ ညာဘက်ကို ပြောင်းပြောင်းသွားတယ်”ဟူ၍၎င်း၊ “ညာဘက်က ပေါ်လာပြီးတော့ ဘယ်ဘက်ကို ပြောင်းပြောင်း သွားတယ်”ဟူ၍၎င်း၊ အထက်က ပေါ်လာပြီးတော့ အောက်ကို ဆင်းဆင်း သွားတယ်” ဟူ၍၎င်း “အောက်က ပေါ်လာပြီးတော့ အထက်ကို တက်တက်သွားတယ်” ဟူ၍၎င်း၊ “ရှေ့ခပ်ဝေးဝေးက ပေါ်လာပြီးတော့ အနားကို ကပ်ကပ်လာပြီး ပျောက်သွားတယ်” ဟူ၍၎င်း၊ “ရှေ့အနီးမှာ ပေါ်လာပြီးတော့ တဖြေးဖြေး ဝေးဝေးသွားပြီး ပျောက်သွားတယ်” ဟူ၍၎င်း၊ ရှေ့နားတွင် ထင်ထင်ရှားရှား ပေါ်လာပြီးတော့ တဖြေးဖြေး လျော့လျော့ပြီး ပျောက်သွားတယ်”ဟူ၍၎င်း၊ “မှိန်မှိန်ပြီး ပျောက်သွားတယ်၊ ကျဲကျဲပြီး ပျောက်သွားတယ်၊ ငယ်ငယ်ပြီး ပျောက်သွားတယ်” ဟူ၍၎င်း ဤသို့လဲ ပြောတတ်၏။ ဤပြောပုံ အလုံးစုံမှာ သဘောအားဖြင့် အတူတူချည်းပင်တည်း။

အချို့မှာ ရှုမှတ်၍ အထူးကောင်းလာသောအခါ၌ ကောင်းလာပြီဟု စိတ်ရောကိုယ်ပါ ထက်သန်စွာနှင့် အားစိုက်၍ အတင်းတွန်းပြီး ရှုမှတ်လိုက်ရာတွင် အဖောင်းအပိန်စသော မှတ်စရာ အာရုံများက သေးသေးသွားသောကြောင့် အားမရနိုင် သဖြင့် စဉ်းစားဆင်ခြင်မှု၊ ကြံစည်တွေးတောမှု၊ စိတ်ကူးမှုတို့ဖြင့် စိတ်ပျံ့လွင့်မှုများစွာ ဖြစ်တတ်၏။ ထိုအခါမှာ “မှတ်ရတာက ကျဲတဲ့ ပေါ့ယုံကြီး ဟာတာကြီး ဖြစ်နေလို့ ပျင်းပျင်းလာတော့တာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

ပြုပြင်ပုံ လောဘတကြီး အားထုတ်မိသည့်အတွက် ထိုသို့ ဖြစ်ကြောင်းကို ပြောပြပြီးလျှင် နောင်အခါမှာ ထိုကဲ့သို့ အားမထုတ်ရန်၊ ကောင်းလာတော့လဲ မှန်မှန်ပဲ ရှုမှတ်သွားရန်၊ မကောင်းတော့လဲ စိတ်မပျက်ပဲ ရှုမှတ်သွားရန်၊ စဉ်းစားမှုများ မကောင်းဘူးဟု ထင်တဲ့ စိတ်များ၊ ပျင်းတဲ့ စိတ်များကိုလဲ ချက်ချင်းပင် မှတ်၍ မှတ်၍ ပယ်ဖျောက်ရန် သတိပေးရာ၏။ သင့်တော်အောင် ဟောပြော၍လဲ အားပေးရာ၏။

အချို့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အဖောင်း အပိန်စသော ကိုယ်တွင်းသန္တာန်ရှိ အာရုံများကို မှတ်နေစဉ်တွင် စိတ်က တခြားသို့ ရောက်သွား၏။ ဘုရား၊ ကျောင်း၊ ရွာ၊ အိမ်၊ လူ၊ တော၊ တောင်၊ လုပ်ကိုင်ခင်း စသော ထိုထိုဤဤ အာရုံအမျိုးမျိုးဆီသို့ ရောက်သွား၏။ သတိရ၍ “ရောက်တယ် ရောက်တယ်” စသည်ဖြင့် မှတ်လိုက်လျှင် ထိုစိတ်ကူး ပျောက်သွား၏။ အဖောင်း အပိန်စသော ကိုယ်တွင်းသန္တာန်ရှိ အာရုံများပေါ်သို့ ရောက်လာပြန်၏။ ကိုးချက်ဆယ်ချက်လောက် မှတ်မိပြန်လျှင် ထိုထို ဤဤအပြင်ပ အာရုံများဆီသို့ ရောက်သွားပြန်၏။ လေးငါးမှတ်ခန့် ကြာ၍ သတိရသဖြင့် “ရောက်တယ် ရောက်တယ်” စသည်ဖြင့် သုံးလေးချက်လောက် မှတ်လိုက်လျှင် ထိုစိတ်ကူး ပျောက်သွားပြန်၏။ အဖောင်းအပိန်စသော ကိုယ်တွင်းသန္တာန်ရှိ အာရုံများပေါ်သို့ ရောက်လျက် မှတ်မြဲပင် မှတ်နေပြန်၏။ ဤနည်းဖြင့် အဖောင်းအပိန် စသည်ကို မှတ်နေချည်တလှည့်၊ ပျံ့လွင့်နေချည် တလှည့်၊ ပျံ့လွင့်တာကို မှတ်ရချည်တလှည့်၊ အဖောင်း အပိန် စသည်ကို ပြန်မှတ်ရချည်တလှည့်အားဖြင့် ခဏခဏ ပြောင်းလဲ၍ မှတ်နေရတတ်၏။ ထိုအခါမှာ “စိတ်တွေက ဟိုရောက်လိုက် ဒီရောက်လိုက်နှင့် အလွန်များနေတာပဲ။ အဖောင်း အပိန်ကို (ဂို-ဟု မဖတ်လင့်၊ ကို-ဟူ၍သာ ဖတ်) တယ်မှတ်ရတယ်လို့ မရှိတော့ဘူး၊ ပျံ့လွင့်တာတွေကို မှတ်နေရတာက များနေတော့တာပဲ။ အဖောင်း အပိန်ကိုချည်း မှတ်နေရတာလောက် မကောင်းဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။

ပြုပြင်အားပေးပုံ ... မကောင်းဘူးဟု ထင်တဲ့စိတ်၊ ပျင်းရိတဲ့ စိတ်များကို ပျောက်သွားသည် တိုင်အောင် မပျောက်မချင်း အထပ်ထပ် မှတ်ပါ။ ပျံ့လွင့်တဲ့ စိတ်များလဲ ဝိပဿနာ ရှုရမည့် တရားတွေချည်းပဲ။ သူတို့ကို မှတ်နိုင်တာ သိနိုင်တာလဲ အကောင်းချည်းပါပဲ။ ဝိပဿနာဖြစ်နေတာချည်းပါပဲ။ မသိပဲနှင့် တမေ့တဆွေးကြီး ပျံ့လွင့်နေလျှင်သာ မကောင်းတာပါ။ အပျံ့လွင့်နည်းစေလိုလျှင် မှတ်နေကျ အဖောင်း အပိန် အထိုင် အထိများကို အခါတိုင်းထက် စူးစိုက်၍ ကွက်ကွက် ကွင်းကွင်း ထင်ပေါ်အောင် ရှုမှတ်ပါ။ မကြာမီ ကောင်းလာပါလိမ့်မည်။ ဤသို့ စသည်ဖြင့် ပြုပြင်အားပေးရာ၏။

ကိုယ်တွင်း သန္တာန်၌ ပူမှု၊ အေးမှု၊ နာကျင်မှု၊ ကိုက်ခဲမှု၊ ယားယံမှုတို့ကိုလဲ ထင်ရှားတွေ့ရတတ်၏။ လေလုံး စသည် တက်တက် လာသလိုလိုပဲ ဖြစ်တတ်၏။ ဝမ်းထဲမှာ တချက် တချက်၌ “စူးများ၊ ဒါးချွန်းများနှင့် ထိုးဆွလိုက်သလိုပင်” အလွန်စူးယု နာကျင်မှုကိုလဲ ထင်ရှားတွေ့ရတတ်၏။ တုန်လှုပ် ယိမ်းယိုင်ခြင်း များကိုလဲ တွေ့ရတတ်၏။ အလွန်လေးလံခြင်း၊ အလွန်လေးပိနေသလိုဖြစ်ခြင်း၊ အလွန်တင်းကြပ်နေခြင်းများကိုလဲ တွေ့ရတတ်၏။ ဤလို ဝေဒနာများကို တွေ့ရသော ယောဂီသည် မိမိတွေ့ရသည့်အတိုင်း ဖြစ်ပုံများကို ညည်းညူ၍ ပြောတတ်၏။

အားပေးပြုပြင်ပုံ ဒီလို ဝေဒနာများမှာ ကြီးမားသော ဝေဒနာများ မဟုတ်ပါဘူး။ ရှေးရှေးကထဲက ကိုယ်တွင်း သန္တာန်မှာ အကြောင်းညီညွတ်သည့် အခါများ၌ ဖြစ်ဖြစ်နေသည့် သာမန် ဝေဒနာကလေးများပဲ။ မမှတ်မိကာလ မှတ်စကာလ များကတော့ သမာဓိ မရှိသေးသည့်အတွက် ဒီလိုဝေဒနာမျိုးကို မသိနိုင်ခဲ့ဘူး။ ယခုတော့ သမာဓိအားက ကောင်းလာသည့်

အတွက် ကိုယ်တွင်းသန္တာန်မှာ အမြဲနှိပ်စက်လျက် ရှိနေသော သိနိုင်ခဲ့သည့် ဒုက္ခဝေဒနာ တရားတွေကို ထင်ရှားသိလာရတာပဲ။ လေးတယ် ဆိုတာလဲ လေးလံတဲ့ ရုပ်သဘောတွေလို အမှန်အတိုင်း သိလာတာပဲ။ ဒီလို ဆင်းရဲတွေကို အမှန်အတိုင်း သိရအောင် အားထုတ်နေကြရတာပဲ။ ဒီလိုမှမသိလျှင် ချမ်းသာတွေချည်း ထင်နေတော့မှာပဲ။ ဒီဝေဒနာတွေဟာလဲ ဉာဏ်အားက သမာဓိအားကို မမှီသေးသည့်အတွက် ရုတ်တရက် မပျောက်နိုင်ဘဲ ယခုလို ကြာရှည်ခံနေတာပါ။ ဒီလို ဝေဒနာတွေကို တွေ့တိုင်း တွေ့တိုင်း အတင်းမှတ်မှတ် ပစ်လိုက်လျှင် ဉာဏ်အားကလဲ ကောင်းကောင်းလာသောအခါမှာ ဒီလို ဝေဒနာတွေဟာ ပျောက်ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။ နောက်အတန်ကြာတော့ သူတို့ ဘာမျှ မဖြစ်ပေါ်နိုင်တော့ပဲ လုံးလုံးတောင် ကင်းနေဦးမှာပဲ။ ကြီးစားပြီးတော့သာ မှတ်နေပါ။ ကြောက်လို့ ဆင်းရဲမခံချင်လို့ မမှတ်ပဲနှင့် ရုပ်ရုပ်ထားလျှင်တော့ ဒီလို ဝေဒနာတွေကို ခဏခဏ တွေ့တွေ့နေတတ်တယ်။ အတင်းတွန်းပြီး မှတ်သွားမှ သူတို့ကို လွန်မြောက်သွားနိုင်တယ်။ သေတတ်တဲ့ ဝေဒနာမျိုးလဲ မဟုတ်ပါဘူး။ မကြောက်ပါနှင့် မှတ်လျှင် ပျောက်မှာပဲလို့ တထစ်ချ ယုံကြည်ပြီးတော့ အတင်းသာ မှတ်မှတ်သွားပါ။ မကြာခင် သူတို့ကို လွန်မြောက်သွားပါလိမ့်မည် ဤသို့ စသည်ဖြင့် အားပေး ပြုပြင်ရာ၏။

“ဝေဒနာတွေက ဟိုကလဲပေါ် ဒီကလဲပေါ်နှင့် တပြင်ကြီးဖြစ်နေလို့ မှတ်လို့ကို မဖြစ်ဘူး၊ မှတ်လို့လဲ မပျောက်ဘူး”ဟု အချို့က ပြောတတ်၏။

ပြုပြင်ပုံ တပြင်လုံးကို ဖြန့်ပြီး မမှတ်ရဘူး၊ အလွန်အကဲဆုံး မခံသာတဲ့ဝေဒနာ လွန်ကဲပြင်းထန်တဲ့နေရာ တစ်ခုခုမှာသာ စူးစိုက်၍ “နာတယ် နာတယ်” စသည်ဖြင့် စိတ်မာန်ပါပါနှင့် မပျောက်မချင်း ခပ်တင်းတင်းမှတ်ပါ။ မကြာခင် ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်ဟု ပြောအပ်၏။

ဤအရာ၌ ရောဂါကြောင့်ဖြစ်သော ဝေဒနာနှင့် တရားသဘောအတိုင်း ပေါ်လာသော ဝေဒနာတို့ကို ခွဲခြား၍ သိရန်မှာ ရောဂါဝေဒနာမှာ မမှတ်ပဲ နေစဉ်မှာလဲ ထင်ရှားပေါ်နေ၏။ အမှတ် မကောင်းသေးမှီမှာလဲ ထင်ရှားပေါ်နေ၏။ သူ့ကို မှတ်ပါသော်လဲ ဉာဏ်နုသေးသော သူ့အား ပျောက်လဲ မပျောက်တတ်ပေ။ တိုး၍ တိုး၍သာ ပြင်းထန် ထင်ရှားလာတတ်၏။ မမှတ်တော့ပဲ ရုပ်နားနေလျှင်လဲ ပေါ်မြဲပင် ပေါ်လျက်ရှိ၏။ ဤရောဂါဝေဒနာကိုကား မှတ်နိုင်လျှင်လဲ မှတ်ရ၏။ မခံသာအောင် ပြင်းထန်လှ၍ မမှတ်နိုင်လျှင်လဲ သူ့ကို နှလုံးမသွင်းတော့ပဲ လျစ်လျူထား၍ အဖောင်း အပိန် စသော တခြားအာရုံများကိုသာ အထူးစူးစိုက်၍ မှတ်ရာ၏။ ဤသို့ မှတ်နေလျှင် ထိုရောဂါဝေဒနာကို နှလုံးမသွင်း သတိမရသည့်အတွက် အလွန်သက်သာ နေတတ်၏။ သမာဓိအား ဉာဏ်အား ကောင်းနေသော သူ့မှာမူကား ဤသို့ လျစ်လျူပြု၍ မှတ်နေခိုက်မှာ ထိုရောဂါ ဝေဒနာသည် လုံးလုံးပင် ပျောက်ငြိမ်းနေလေတော့၏။ အမှတ်ကို ရပ်၍ နားလိုက်သည်တိုင်အောင် ရုတ်တရက် မပေါ်လာပဲ ကင်းငြိမ်း နေတတ်သေး၏။ ရုပ်နားနေတာက အတန်ကြာမှ သာလျှင် တဖန် ပေါ်လာတတ်ပေသည်။ ဤသည်ကား ရောဂါ ဝေဒနာ၏ သဘောလက္ခဏာပေတည်း။

သမာဓိ တရားသဘောအတိုင်း ထင်ပေါ်လာသော ဝေဒနာသည်ကား မမှတ်ပဲ ရုပ်နားနေခိုက်၌၎င်း အမှတ် မကောင်းသေးမှီ၌၎င်း မထင်ပေါ်ချေ။ စဉ်းစား၍ ကြည့်သော်လဲ သူ့ကို မသိနိုင်ချေ။ ကိုယ်ထဲ၌ ထိုဝေဒနာမျိုး ရှိမှန်းပင် မသိရ။ သမာဓိအားရှိ၍ အမှတ်ကောင်းနေစဉ်၌သာလျှင် ထင်ရှားပေါ်လာတတ်ပေသည်။ သူ့ကို မမှတ်မူ၍ တခြားအာရုံများကို မှတ်နေလျှင် သူက တိုး၍ တိုး၍ လာတတ်၏။ ကြောက်သောကြောင့်ဖြစ်စေ တပါးသော အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်စေ ဘာကိုမျှ မမှတ်တော့ပဲ ရုပ်နားလိုက်လျှင် ထိုဝေဒနာသည် လုံးလုံးပျောက်သွားတတ်၏။ တဖန်မှတ်၍ ကောင်းလာပြန်လျှင် သူက ပေါ်မြဲပင် ပေါ်လာပြန်၏။ သူ့ကိုသာ စူးစိုက်၍ အတင်းမှတ်နေလျှင် သူက လျော့၍ လျော့၍ သွား၏။ နောက်ဆုံး၌ မှတ်နေစဉ်မှာပင် လုံးလုံးပျောက်သွားတတ်၏။ ဤသို့ မှတ်ဆဲတွင် ပျောက်သွားလျှင် ထိုဝေဒနာမျိုးသည် တဖန် မပေါ်လာတော့ပဲ အမြဲပင် ကင်းငြိမ်းတတ်ပေ၏။ ဤသည်ကား တရားသဘော ဝေဒနာ၏ လက္ခဏာပေတည်း။ အချို့ ယောဂီက “မမှတ်ပဲနှင့် ရုပ်နားနေခိုက်မှာလဲ ဝေဒနာက နံနံတော့ ပေါ်နေသေးတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ မမှတ်ဘူးဟု သူက ပြောသော်လဲ “အထူးကြောင့်ကြမစိုက်ရပဲ အလိုလို လိုက်ပါနေသော မှတ်သိမှုက ရှိနေခြင်းကြောင့်သာ ထိုဝေဒနာ လုံးဝမပျောက်ပဲ ပေါ်နေသည်”ဟု ဆုံးဖြတ်ရမည်။ စုံစမ်းကြည့်လိုလျှင် ထိုသို့ပြောသော ယောဂီအား တရားနှင့်မဆိုင်သော စကားများကိုသာ မေ့မေ့ ပျောက်ပျောက် ပြောလျက် နားထောင်လျက် နေပါစေ။ သို့မဟုတ် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ဖွယ် တခုခုကို ပြုလုပ်နေပါစေ။ ထိုအခါမှာ ထိုဝေဒနာ လုံးဝ ပျောက်ကင်းနေပါလိမ့်မည်။ ဤသို့ စုံစမ်း၍ တရားသဘော ဝေဒနာဟု ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် ထိုဝေဒနာကိုသာ စူးစိုက်၍ လွန်မြောက်သွားသည် တိုင်အောင် အတင်း မှတ်ပါစေ။

ဤကဲ့သို့ ဆရာပြောသည့်အတိုင်း ရိုသေစွာ ရှုမှတ်သော အချို့ယောဂီတို့က ဤသို့ပြောတတ်ကုန်၏။ “ယားတာ ကတော့ နံနံကလေး ယားတာ မဟုတ်ဘူး၊ တကိုယ်လုံးကို (ကို-ဟု ဖတ်၊ ဝိဘတ်မဟုတ်၊ နိပါတ်တည်း)၊ အံ့ပူပြီးတော့ မနေနိုင် မထိုင်နိုင်အောင် အလွန်ကို (နိပါတ်ပင်) ယားတာပဲ။ ယားလွန်းလို့ ကိုယ်လက် ခြေတွေကို (နိပါတ်ပင်) လွန်လွန် သွားတာပဲ။ ယားတဲ့အတွက် မျက်နှာ ကိုယ် လက်မောင်းများမှာ အဖူးကြီးတွေတောင် ထလာတာပဲ။ မဟုတ်ပဲနှင့် ကိုယ့်စိတ် ထဲက အလကား ထင်နေတာများလားလို့ သူများကိုတောင် ပြကြည့်မိသေးတယ်။ သူများကလဲ ကြည့်ပြီးတော့ ‘ဟုတ်ပါတယ် အဖူးကြီးတွေကို မြင်ရပါတယ်’ဟု ပြောကြတယ်။ ဒါပေမယ့် ဆရာက ‘မှတ်ရမည်၊ မှတ်လျှင် ပျောက်တယ်’ဟု

ပြောထားတာကို ယုံကြည် စိတ်ချပြီးတော့ မကြောက်မရွံ့ပဲ အတင်းမှတ်နေတာပဲ။ အတော်ကို ကြာကြာမှတ်ရတယ်။ ဒီလို မှတ်နေယင်းပဲ တိကန့်ဆို အယားလဲပျောက် အဖူးအလုံးတွေလဲ ဘာမျှ မရှိတော့ဘူး။ တပြိုင်နက် ပျောက်သွားတာပဲဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ခေါင်း လက် ခြေတွေက သူ့အလိုလိုပဲ ဆတ်ကန့် ဆတ်ကန့် ဖြစ်ဖြစ်သွားတယ်။ ဆတ်တယ် ဆတ်တယ်လို့ မှတ်နေရာမှာ တော်တော်ကြာတော့ ခေါင်းကြီးတစ်ခုလုံး ရမ်းရမ်းသွားလို့ မူးနေအောင်ကို လိုက်မှတ်မှ ပျောက်သွားတော့တယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

သတိပေးပုံ ပီတိအဟုန်ကြောင့် အနည်းငယ်မျှ လှုပ်ရာတွင် စိတ်ညွတ်မှုကို မနိုင်သေးသည့်အတွက် စိတ်ညွတ်တိုင်း လိုက်ပါ၍ ရမ်းသွားခြင်း ဖြစ်ကြောင်းကို ပြောပြပြီးလျှင် နောင်အခါမှာလဲ ဒီလိုပင် နိုင်နင်းအောင်မှတ်ရန်၊ လှုပ်ဦးမှာလေလား ရမ်းဦးမှာ လေလားဟု မကြံမတွေးရန်၊ ကြံတွေးမိလျှင်လဲ ထိုစိတ်များကို ထိထိမိမိ မှတ်လိုက်ရန် သတိပေးပါ။

အချို့ကလဲ “လက်တွေ ခြေတွေက အလွန်အမင်း ရမ်းလိုက်တာဟာ ပြတ်ကျလှ မတတ်ပဲ။ အလွန်ကို ကြောက်လောက်အောင် ရမ်းတာပဲ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် မှတ်မှ ပျောက်မယ်လို့ ဆရာက ပြောထားတာကို နားထဲမှာ စွဲထားတဲ့ အတွက် မကြောက်မရွံ့ပဲ စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှုမှတ်နေရာ အလွန်ကြာမှ ပျောက်သွားတယ် ဟူ၍၎င်း၊ တစ်နာရီ နှစ်နာရီကြာမှ ပျောက်သွားတယ် ဟူ၍၎င်း၊ တစ်ညလုံးလိုပဲ ကြာလှမှ ပျောက်သွားတယ် ဟူ၍၎င်း ပြောတတ်၏။

အချို့က “အနည်းငယ်မျှဖြစ်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာများကိုတော့ နိုင်အောင်မှတ်နိုင်ပါရဲ့။ တော်တော်ပြင်းထန်တဲ့ ဝေဒနာများ ကိုတော့ “ပျောက်အောင် မမှတ်နိုင်ပါဘူး” ဆိုပြီး အမှတ်ကို လွှတ်၍ နားနေရတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

ဆုံးမညွှန်ကြားပုံ နောင်အခါမှာ သည်လိုများ တွေ့ရလျှင် နားမနေနဲ့၊ နားနားပြီးနေလျှင် ဒီလိုဝေဒနာနှင့် ခဏခဏ တွေ့နေမှာပဲ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်ဆိုပြီး လွန်ကဲတဲ့ ဝေဒနာတစ်ခုခုကို စူးစိုက်၍ မပျောက်မချင်း ဇွတ်အတင်း မှတ်သွားပါ။ သူလဲ မမြဲတဲ့ သင်္ခါရ တရားပဲ။ မှတ်သိမှု ဝိပဿနာက ဗောဓိပက္ခိယ တရားအပေါင်းတွေပဲ။ မြတ်စွာဘုရားမှာ ပရိနိဗ္ဗာန် စံလောက်တဲ့ တကယ့် ရောဂါ ဝေဒနာကြီးများကိုတောင်မှ ဝိပဿနာနှင့် ပယ်ဖျောက်နိုင်သေးတာပဲ။ ဒီလို တရားသဘော ဝေဒနာလောက်တော့ ဝိပဿနာက ကောင်းကောင်းကြီးကို ပယ်ဖျောက်နိုင်နေတာပဲ။ ဉာဏ်အားပြည့်လာတဲ့ အခါကျတော့ ဒီလို ဝေဒနာတွေဟာ အကုန်လုံး တစ်ခါထဲ ပျောက်သွားမှာပဲ။ အလျော့မပေးနှင့်၊ မှတ်သာ မှတ်ပါဟု ဆုံးမညွှန်ကြားအပ်၏။

ထိုသို့ ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ရှုမှတ်နေသော အချို့ယောဂီက “ဆရာ ပြောတဲ့အတိုင်း စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်နေရာမှာ ဖြစ်လာတဲ့ ဝေဒနာကလေးတွေက ကြာကြာမှတ်တော့ သူ့ဟာသူ တဖြေးဖြေးချင်း နဲ့နဲ့ နဲ့နဲ့ လျော့လျော့ပြီး ပျောက်ပျောက် သွားတယ်ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့က “နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း စသော ဝေဒနာများကို ဆတ်ခနဲ ဆတ်ခနဲ တချက်တလေမျှ နဲ့နဲ့လောက်သာ တွေ့ရပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ မမှတ်လိုက်ရပါ။ ထိုရုံ သိရုံမျှနှင့် ပျောက်ပျောက်သွားပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံတော့ မှတ်လိုက် ရပါရဲ့။ မှတ်ပေမဲ့ ကြာကြာတော့ မမှတ်ရပါ။ နှစ်ခါ သုံးခါလောက် လေးခါ ငါးခါလောက် မှတ်လိုက်လျှင် ပျောက်ပျောက် သွားတာချည်းပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့က “တစ်ခါတစ်ရံမှာ ဘာဖြစ်တယ်လို့တော့ မသိဘူး။ အောက်ခြေထောက်ဆီက စပြီးတော့လဲ ဖျဉ်းဖျဉ်း ဖျဉ်းဖျဉ်းနဲ့ ဖြစ်ပြီး ခေါင်းပေါ်ကို လွန်ထွက်သွားတာလိုလဲ ဖြစ်ဖြစ်လာတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာတော့လဲ ခေါင်းဆီက စပြီးတော့ ဒီလိုပဲ ဖျဉ်းဖျဉ်း ဖျဉ်းဖျဉ်းနဲ့ ခြေထောက်ဆီကို ဆင်းသွားတာလိုလဲ ဖြစ်ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီလို ဖြစ်တဲ့အခါမှာ လန့်ပြီးတော့ မမှတ်လိုက်ရပဲ ငေးမောပြီး နေလိုက်မိတာပဲ။ နောက်တော့မှ မှတ်ရမှာပဲလို့ သတိရပြီးတော့ တစ်ခါတစ်ရံလဲ မှတ်လိုက်မိပါရဲ့။ မှတ်လိုက်လို့ ပျောက်သွားပေမဲ့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ တယ်မကြာခင်လဲ အများကြီး ဖြစ်ပေါ်လာပြန်တယ်။ အကြာကြီး ရှုမှတ်မှ ပျောက်သွားတာလဲ ရှိတယ်။ ခဏလောက် နဲ့နဲ့ကလေး မှတ်လိုက်ရုံနှင့် ပျောက်သွားတာလဲ ရှိတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

ပြောပြပုံ ဖျဉ်းဖျဉ်း ဖျဉ်းဖျဉ်းနဲ့ ဖြစ်တာက ပီတိအဟုန်ကြောင့် စိတ္တဇရုပ်တို့၏ ပျံ့နှံ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ ဤပီတိ ဖြစ်သည်ကို ကြောက်လဲ မကြောက်ရ၊ နှစ်သက်လဲ မနှစ်သက်ရ၊ ဝမ်းလဲမသာရကြောင်း၊ ယခုလိုပင် မှတ်မှတ်သွားရမည် ဖြစ်ကြောင်းများကို ပြောပြအပ်၏။

အချို့ အနည်းငယ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များက “နာကျင်မှုစသော ဝေဒနာအထူးများကိုလဲ မတွေ့ရပါ။ ဖြိုးဖြိုးဖျဉ်းဖျဉ်း ဆိုတာကိုလဲ မတွေ့ရပါ။ မှတ်နေကျ အစဉ်အတိုင်းသာ မှတ်နေရတာပဲ။ ကြာတော့ ဘာမျှမထူးလို့ ပျဉ်းရိပြီးနေတော့တာပဲ”ဟု

ပြောတတ်၏။ ထူးထူးထွေထွေကို တွေ့ရမှ ကောင်းသည်ဟု ထင်သောကြောင့်၎င်း၊ မိမိ၏မှတ်သိမှု ကောင်းနေသည်ကို မသိနားမလည်သောကြောင့်၎င်း၊ အားလျော့နေသော သူပေတည်း။ ထို့ကြောင့် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်ရတဲ့အာရုံ၏ အစအဆုံး များကို ရှင်းလင်းစွာသိ မသိကို မေးမြန်းပြီးလျှင် စိတ်အား ထက်သန်လာအောင် ဟောပြောအားပေးရမည်။

အားပေးပုံ နာကျင်မှု စသော ဝေဒနာတို့ကို မှတ်သိရတာလဲ ဝိပဿနာပဲ။ ဖြိုးဖြိုး ဖျဉ်းဖျဉ်း ဖြစ်တာကို မှတ်သိရတာလဲ ဝိပဿနာပဲ။ မှတ်နေကျ အဖောင်း အပိန် စသည်ကို မှတ်သိရတာလဲ ဝိပဿနာပဲ။ နာကျင်မှုစသော ဝေဒနာများ ဖြိုးဖြိုး ဖျဉ်းဖျဉ်း အတွေ့များကို “ပေါ်ပေါ်ပြီးတော့ ဆုံးဆုံးသွားတယ်။ ပျောက်ပျောက်သွားတယ်။ မမြဲဘူး” ဟု သိတာလဲ အနိစ္စနုပဿနာဉာဏ်ပဲ။ အဖောင်းအပိန် စသည်ကို “မှတ်ခိုက် မှတ်ခိုက်မှာပင် ပေါ်ပေါ်ပြီးတော့ ပျောက်ပျောက် သွားတယ်။ ဆုံးဆုံးသွားတယ်။ မမြဲဘူး” ဟု သိတာလဲ အနိစ္စနုပဿနာဉာဏ်ပါပဲ။ ဘာကိုပဲ မှတ်ရ မှတ်ရ အစအဆုံးဖြင့် ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိမှုသာလျှင် လိုရင်းပဲ။ အသိချင်းတူလျှင် ဉာဏ်ဖြစ်ပုံချင်း တူနေတာပဲ။ ဘာမျှအကြောင်းမထူးပါဘူး။ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်း တရားချည်းပါပဲ။ ဘယ်လိုအာရုံပဲ ဖြစ်ဖြစ် “မှတ်ခိုက် မှတ်ခိုက်မှာပင် ပေါ်ပေါ်ပြီးတော့ ပျောက်ပျောက်သွားလို့ မကောင်းတာချည်းပဲ။ ဆင်းရဲချည်းပဲ” ဟု သဘောကျတာဟာ ဒုက္ခလက္ခဏာအစစ်ကို သိတဲ့ ဒုက္ခာနုပဿနာဉာဏ်ပါပဲ။ ကိုယ့်အလိုအတိုင်းတော့ မဖြစ်ပါပဲ သူ့အလိုလို ပေါ်ချည်ပျောက်ချည်နှင့် အစိုးမရတဲ့ သဘောမျှပဲဟု သဘောကျတာက အနတ္တလက္ခဏာအစစ်ကို သိတဲ့ အနတ္တနုပဿနာဉာဏ်ပါပဲ။ ဤနုပဿနာ သုံးပါး ပြည့်စုံလျှင် မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်နိုင်တာချည်းပဲ။ ဝေဒနာ အထူးတွေ၊ ဖြိုးဖြိုး ဖျဉ်းဖျဉ်းတွေကို ရှုပြီးတော့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်တဲ့သူလဲ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်ရုံမျှပါပဲ။ အဖောင်း အပိန် စသော ရိုးရိုးအာရုံများ ကိုသာ ရှုပြီးတော့ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်တဲ့သူလဲ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်တာပါပဲ။ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်အောင် အားထုတ်နေရာမှာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်နိုင်လျှင် ကိစ္စပြီးတော့တာပါပဲ။ သူများလို ထူးထူးထွေထွေကို မှတ်ရအောင် မြှော်နေစရာ မလိုပါဘူး။ မြှော်နေသော်လဲ ထူးထူးထွေထွေ ဆိုတာက လူတိုင်းမှာ ဖြစ်တတ်တာမျိုး မဟုတ်တဲ့အတွက် တွေ့ချင်မှလဲ တွေ့နိုင်မယ်။ မတွေ့ပဲလဲ ရှိနိုင်တယ်။ အခံခက်တဲ့ဝေဒနာတွေများ ဖြစ်လာလျှင် အမှတ်တောင် ခက်သေးတာပဲ။ ဒါကြောင့် ဘာကိုမျှ မမြှော်မတွေးပဲ အမှတ်အသိ ရှင်းရှင်းလင်းလင်းကောင်းလျှင် ပြီးရောပေါ့လို့ သဘောထားပြီးလျှင် မိမိသန္တာန်မှာ ထင်ရှားရှိနေတဲ့ အဖောင်းအပိန် စသည်ကိုသာ စူးစူးစိုက်စိုက် အားတတ် သရော ရှုမှတ်ပါ စသည်ဖြင့် စွမ်းနိုင်သမျှ ဟောပြော၍ အားပေးချီးမြှောက်ပါလေ။

အချို့က ကွေးရာမှာ “ကွေးစကိုလဲသိပါရဲ့၊ ကွေးနေတုန်းကိုလဲ သိပါရဲ့၊ အကွေးရပ်သွားတာ ဆုံးသွားတာကိုလဲ သိပါရဲ့၊ တရွေ့ရွေ့ချင်း ကွေးလာတာပဲ။ တကွေးစီ တကွေးစီပဲလို့တော့ မသိပါ။ တကွေးထဲလို့သာ ထင်နေတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ ဆန့်ရာမှာလဲ နည်းတူပင် ပြောတတ်၏။ (ဉာဏ်နုသု ဉာဏ်နုသုတို့၏ ပြောခြင်းပေတည်း။)

အချို့ကလဲ “တကြိမ် တကြိမ် ကွေးရာမှာ ကွေးတယ် ကွေးတယ်လို့ မှတ်လိုက်တော့ တကွေးစီ တကွေးစီ လေးငါး ခြောက်ကွေး ဖြစ်နေတယ်။ ဆန့်ရာမှာလဲ လေးငါးခြောက်ဆန့် ဖြစ်နေတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကွေးတယ် ကွေးတယ်လို့ ငါးခါ ခြောက်ခါလောက် ဆိုပြီး မှတ်လိုက်တော့ ဆိုတိုင်း ဆိုတိုင်း ဆတ်ကနဲ ဆတ်ကနဲ ပြတ်ပြတ်ပြီး ငါးခါခြောက်ခါလောက် ကွေးကွေးလာတာကိုတွေ့၍ သိရတယ်။ ဆန့်ရာမှာလဲ အတူတူပဲ သိရတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ (ဉာဏ်ရင့်သူ ဉာဏ်ထက်သူတို့၏ ပြောခြင်းများပေတည်း။)

အချို့က အဖောင်း အပိန်စသည်၌ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိပုံကို ပြောနိုင်သော်လဲ အကွေးအဆန့်တို့ကိုကား စူးစူး စိုက်စိုက် မမှတ်သောကြောင့် ဤသို့ပြောတတ်၏။ “ကွေးတာ ဆန့်တာကိုတော့ ဂရုတစိုက် မမှတ်မိတာက များနေသေးတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံ မှတ်မိတော့လဲ တခါကွေး တခါဆန့်မှာ တကွေးထဲ တဆန့်ထဲလို့သာ သိတာပဲ။ အစိတ်အစိတ်တော့ ပိုင်းခြား၍ မသိရသေးပါ” ဟု ပြောတတ်၏။

ဆုံးမပုံ..... ကွေး ဆန့် လှုပ်ရှား ပြုပြင်မှု ကိုယ်အမူအရာများကိုလဲ မလွတ်ရအောင် အထူးသတိပြု၍ စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်ပါ။ စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်လျှင် အဖောင်းအပိန်ကို သိတာလိုပဲ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိပါလိမ့်မည်။ စူးစူးစိုက်စိုက် မမှတ်ပဲ ပေါ့တော့တော့ မှတ်နေလျှင် ဉာဏ်အတက် လေးနေတတ်ပါသည်။ ဤသို့စသည်ဖြင့် ဆုံးမအပ်၏။

စကြိုန်သွားရာ၌ “ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်လို့မှတ်တော့ ကြွတာက တစ်ခြား လှမ်းတာက တစ်ခြား ချတာက တစ်ခြား၊ တစ်ပိုင်းက တစ်ပိုင်းကို မရောက်ပဲ အပိုင်းပိုင်း ပြတ်ပြတ်ပြီး ကုန်ကုန်သွားတာ။ ဆုံးဆုံးသွားတာကို တွေ့ရတယ်” ဟု အချို့က ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကြွတာက တစ်ခြား၊ ကြွတယ်လို့ သိတာကတစ်ခြား၊ လှမ်းတာက တစ်ခြား၊ လှမ်းတယ်လို့ သိတာက တစ်ခြား၊ ချတာက တစ်ခြား၊ ချတယ်လို့ သိတာက တစ်ခြားဟု ဖော်တိုင်း မှတ်တိုင်း အပိုင်းပိုင်း ပြတ်လျက် သိတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ ခြေဖျောင့် ကြွတာကို ကြွတယ်ဟု မှတ်၏။ မြေပြင်မှ မြောက်လိုက် တာကို မြောက်တယ်ဟု မှတ်၏။ လှမ်းတာကို လှမ်းတယ်ဟု မှတ်၏။ မြေပြင်သို့ မထိမှီ ချလိုက်တာကို ချတယ်ဟု မှတ်၏။ မြေပြင်နှင့် ထိတာကို ထိတယ်ဟု မှတ်၏။ ဖိ၍ နင်းလိုက်တာကို နင်းတယ်ဟု မှတ်၏။ ဤသို့ ခြောက်ပိုင်းပိုင်း၍ မှတ်သော

သူများက “ကြွတာက တစ်ခြား၊ မြောက်တာက တစ်ခြား၊ လှမ်းတာက တစ်ခြား၊ ချတာက တစ်ခြား၊ ထိတာက တစ်ခြား၊ နင်းတာက တစ်ခြား၊ အပိုင်း အပိုင်းပြတ်လျက် သိတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။

(ဤ ၆-ပိုင်း ဖြတ်ပုံသည် အဋ္ဌကထာ၌ မလာသော်လည်း “တပိုင်းနှင့် တပိုင်း မရောယှက်ပဲ အပိုင်း အပိုင်း ပြတ်လျက် ကုန်ပျောက်သွားပုံ မမြဲပုံကို ရှင်းလင်းစွာ သိမှုသာလျှင် လိုရင်းဖြစ်သောကြောင့်” တစ်စုံတစ်ရာမျှ အပြစ်မရှိပေ။ အဋ္ဌကထာ၌ ပြထားသော ၆-ပိုင်း ဖြတ်ပုံနှင့် လျော်သည်သာတည်း။) သမ္မသနဉာဏ် ရင့်သောသူတို့၏ ပြောပုံများပေတည်း။

အချို့ကလဲ “ကြွတာ လှမ်းတာ ချတာတို့ကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်းတော့ တစ်ခြားစီ ပိုင်းခြား၍ မသိပါ။ တစ်ခါ တစ်ရံ မှာတော့ တစ်ခြားစီ တစ်ခြားစီ ပိုင်းခြား၍ သိပါရဲ့” ဟု ပြောတတ်၏။

သတိပေးပုံ စူးစူး စိုက်စိုက် မှတ်တဲ့အခါမှာ ပိုင်းခြား၍ သိတတ်ကြောင်းကို “ပြောပြပြီးလျှင် စူးစိုက်၍ မှတ်ရန် သတိပေးအပ်၏။

အာရုံအမျိုးမျိုးကို ဖြစ်ပေါ်တဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်နေရာတွင် ရံခါမှာ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း ပေါ်ပေါ်ပြီးတော့ ပျောက်ပျောက် သွားလို့ မမြဲတာလို့လဲ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သဘောကျကျသွားတယ်။ ရံခါမှာ ပေါ်လာလိုက် ပျောက်သွားလိုက်နှင့် ဆင်းရဲတာ မကောင်းတာလို့လဲ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သဘောကျကျသွားတယ်။ ရံခါမှာ ကိုယ့် အလိုအတိုင်းတော့ ဘာမျှမဖြစ်ပါပဲနဲ့ သူ့အလိုအတိုင်းသာ ဖြစ်ပျက်နေလို့ အစိုးမရဘူး၊ ငါကောင် သတ္တဝါကောင် မဟုတ်ဘူး၊ သဘောတရားမျှပဲလို့လဲ ရှင်းရှင်း သဘောကျကျ သွားတယ်ဟု အချို့က ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မမြဲဘူး ဆင်းရဲပဲ အစိုးမရဘူးလို့ ဒီလိုသိတဲ့ စိတ်ကလေးတွေက နောက်က လိုက်လိုက်ပြီးတော့ ဖြစ်ဖြစ်နေတယ်ဟု ပြောတတ်၏။

စစ်ဆေးပြုပြင်ပုံ မမြဲဘူး စသည်ဖြင့် သဘောကျတာ သိတာက မှတ်ယင်း မှတ်ယင်း အလိုလိုဖြစ်ဖြစ်သွား တာလား၊ တမင် စိတ်ညွတ်ပြီး ဆင်ခြင်တာလားဟု မေးမြန်း စုံစမ်းကြည့်ရာ၏။ အလိုလို သဘောကျကျ သွားတာဟုတ်လျှင် ပစ္စက္ခဉာဏ်ပင်ဟု ယူအပ်၏။ တမင်စိတ်ညွတ်မှု ဆင်ခြင်မှုကိုကား မပြုရန်တားမြစ်ရာ၏။ မမြဲဘူး စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်မှု သိမှုများကိုလဲ မှတ်ရန် သတိပေးရာ၏။

ရှေးရှေးတုန်းကလဲ မသိခဲ့လို့သာပဲ၊ ဒါတွေလိုပင် မမြဲတာ ဆင်းရဲတာ အစိုးမရတာ ငါကောင် မဟုတ်တာချည်း ရှိခဲ့တာပဲ။ နောင်လဲ ဒါတွေလိုပင် မမြဲတာ ဆင်းရဲတာ အစိုးမရတာ ငါကောင် မဟုတ်တာတွေချည်း ဖြစ်သွားမှာပဲလို့လဲ မှတ်ယင်း မှတ်ယင်း သဘောကျကျနေတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

စစ်ဆေးညွှန်ကြားပုံ မှတ်ခိုက်အာရုံများ၏ မမြဲပုံ ဆင်းရဲပုံ အစိုးမရပုံတို့ကို မှတ်ယင်းမှတ်ယင်း သဘောကျကျ ပြီးတော့မှ ထိုကဲ့သို့ သဘောကျတာ ဟုတ်-မဟုတ်ကို စစ်ဆေး မေးမြန်းရာ၏။ ဟုတ်ခဲ့လျှင် မျက်မှောက်ဉာဏ်မှ ဆက်၍ ဖြစ်သော အနုမာနဉာဏ်ပင်ဟု ယူအပ်၏။ ဤသို့သော သဘောကျမှုများကိုလဲ မှတ်ရန် ညွှန်ကြားအပ်၏။ အလွတ်သက်သက် စဉ်းစားဆင်ခြင်မှ ဖြစ်လျှင်ကား ထိုသို့သော စဉ်းစားဆင်ခြင်မှုကို အလျင်းပင် မပြုအပ်ကြောင်း စဉ်းစားဆင်ခြင်မိလျှင်လဲ မလွတ်အောင် ရှုမှတ်အပ်ကြောင်းများကို ပြောကြားအပ်၏။

လိုရင်းအချုပ်ကား မျက်မှောက် ထင်ရှားရှိသော ရုပ်နာမ်အာရုံတို့ကို ပေါ်လာတဲ့ အတိုင်းပင် ရှုမှတ်လျက် ပေါ်ပေါ်ပြီးလျှင် ပျောက်ပျောက်သွားသည်ကို တွေ့ရသဖြင့် မမြဲဟူ၍၎င်း၊ ဆင်းရဲ ဟူ၍၎င်း၊ သတ္တဝါကောင် မဟုတ်တဲ့ သဘောတရားမျှ ဟူ၍၎င်း၊ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမြင်သဘောကျပြီးလျှင် အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ် ဟူသမျှကိုလဲ နည်းတူပင် မမြဲသော အနိစ္စသဘောမျှ ဟူ၍၎င်း၊ ဆင်းရဲသော မကောင်းသော နှစ်သက်ဖွယ် မဟုတ်သော ဒုက္ခသဘောမျှ ဟူ၍၎င်း၊ အလိုအတိုင်း မဖြစ်သော အစိုးမရသော ငါကောင် သတ္တဝါကောင် မဟုတ်သော အနတ္တသဘောမျှ ဟူ၍၎င်း၊ ကိုယ်တိုင်ပင် သဘောကျလျက် ဆုံးဖြတ်နိုင်ခြင်းသည် **သမ္မသနဉာဏ်** မည်၏။

သမ္မသနဉာဏ် အခန်းပြီး၏။

ဥပမာဗဟုဗျာဏ် အခန်း

ဤဗဟုဗျာဏ်အဆင့်၌ ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများကား “ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ အာရုံအမျိုးမျိုးကို မှတ်ရတာဟာ သွက်သွက် သွက်သွက်နဲ့ အလွန်မြန်ပြီးတော့ အလွန်ကို ကောင်းနေတာပဲ” ဟု အားရဝမ်းသာနှင့် အများအားဖြင့် ပြောတတ်၏။

သတိ “ကောင်းပုံက ဘယ်လိုနေပါသလဲ” ဟု မေးလျှင် “မှတ်နေကျ အဖောင်း အပိန် အထိုင် အထိများကိုလဲ အစဉ်အတိုင်း ချာချာလည် နေအောင် မှတ်နိုင်တယ်။ ပြီးတော့လဲ အကြား အကြားမှာ ပေါ်လာသမျှ အာရုံအထူးများကိုလဲ ထည့်ထည့်ပြီးတော့ မှတ်သွားနိုင်တယ်။ အမှတ်လဲ ပျက်တယ်လို့ မရှိဘူး။ အမှတ်သတိ ကောင်းပုံကတော့ ဘယ်ပုံ ဘယ်နည်း ကောင်းနေတယ်လို့ကို မပြောနိုင်အောင် အလွန်သွက် အလွန်မြန်ပြီးတော့ ကောင်းနေတာပဲ။ မေ့သွားတာ မမှတ်နိုင်တာရယ် လို့လဲ မရှိတော့ဘူးထင်တာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

မထင်မရှား အာရုံကလေးတွေ အမျိုးမျိုးကလဲ ရထားတဲ့ကြီးများ ခုတ်ခုတ် သွားနေတာလိုပဲ။ ဘေးနားဆီမှာ ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နဲ့ မြင်နေရတယ်။ ကိုယ်ထဲကလဲ လှုပ်လှုပ်ရွရွကလေးတွေ ပွလို့ပဲ။ ခဏခဏ တွေ့ရပြီးတော့ အများကြီးကို (ကို-ဟု ဖတ်၊ နိပါတ်ပင်) မှတ်နေရတယ်။ နာကျင်မှုကလေးတွေကလဲ တစ်ခါတစ်ခါမှာ ဆတ်ကနဲ ဆတ်ကနဲ ဖြစ်လာသေးတယ်။ ဖြစ်တဲ့အခါမှာလဲ သူက ဆတ်ကနဲ ဖြစ်လိုက်တာနဲ့ ဒီက မှတ်လိုက်တာနဲ့ဟာ ချိန်းထားသလိုပဲ တဲ့ တဲ့သွားတယ်။ တစ်ခါ တစ်ရံမှာ မမှတ်မိပဲ လွတ်သွားယင်လဲ လွတ်တယ်လို့တောင် မှတ်နိုင်သေးတယ်။ အမှတ်မြန်ပုံ ကောင်းပုံကတော့ ယခု အနေမှာဖြင့် မမှတ်နိုင်တာရယ်လို့ ဘာမျှမရှိတော့ဘူး။ အကုန်လုံးကို (ကို-ဟုဖတ်) မှတ်နိုင်တယ်လို့ ထင်တာပဲ။ မိုးပေါက် ကလေးများကိုတောင် မှတ်နိုင်လိမ့်မယ်လို့ ထင်မိသေးရဲ့။ လက် ခြေ ကိုယ် အမူအရာတွေလဲ ဘယ်လိုပဲ ပြုပြင် ပြုပြင် အကုန်လုံးမှတ်မိတာချည်းပဲ။ နံနဲကလေး လှုပ်လိုက်ယင်ကို သတိရတော့တာပဲ။ ပြုပြင်လိုတဲ့ စိတ်ကလေး ဖြစ်ကထဲကိုက စပြီး မှတ်မိတော့တာပဲ။ စိတ်လဲ ဘယ်ကိုပဲ သွားသွား အဲဒီ သွားတဲ့စိတ်ကို မှတ်နိုင်တာပဲ။ သွားမယ်လို့ ကြံတာကလေးကိုတောင် မှတ်နိုင်သေးတာပဲ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဖြစ်လာတဲ့ အာရုံပေါ်မှာ မှတ်စိတ်က အလိုလိုကျရောက်သွားသလို အာရုံကလဲ မှတ်စိတ် ပေါ်မှာ လာပြီးတော့ ကျရောက်သလို ထင်ရှားပေါ်နေတာချည်းပဲ။ ဤသို့ စသည်ဖြင့်လဲ အမှတ်သတိကောင်းပုံကို ပြောပြတတ် ၏။ (ဥပဋ္ဌာန ဥပတ္တိလေသဖြစ်ပုံကို ပြောသည်။ အမှတ်သွက်လက် လျင်မြန်ခြင်းမှာ ဉာဏ်နှင့်လဲ ဆိုင်၏။)

အလျင်က မှတ်လိုကောင်းတယ်ဆိုတာက အလကားပဲ။ ယခု ကောင်းနေတာကမှ အဟုတ်ကောင်းတာပဲ။ ဒါထက် မကောင်းချင်လဲ ရှိပါစေတော့။ ဒီအမှတ်တွေ ပျောက်သွားအောင် မှတ်ရမယ် ဆိုလျှင်တော့ မမှတ်တော့ဘူးလို့ အောက်မေ့ထား တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (တဏှာစွဲကို ပြောသည်။)

ငါလို အမှတ်ကောင်းတဲ့လူတော့ ရှိမယ်မထင်ပါဘူး။ ဆရာများတောင်မှ ဒီလို အမှတ်ကောင်းတာကို တွေ့ဘူးမယ် မထင်ပါဘူး စသည်ဖြင့်လဲ အားထုတ်နေသူ အချင်းချင်းအား ပြောတတ်၏။ (မာနစွဲကို ပြောသည်။)

ငါ့မှာ အမှတ် သတိက သိပ်ကောင်းနေတာပဲလို့လဲ ထင်မိတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (ဒိဋ္ဌိစွဲကို ပြောသည်။)

ဒါလောက် အမှတ်သတိ ကောင်းနေတာဟာ တရားထူးကို ရလို့ပဲ။ တရားကောင်းတယ် တရားပေါက်တယ်ဆိုတာဟာ ဒါပဲထင်ပါရဲ့လို့လဲ အောက်မေ့မိတယ်။ ယခုတော့ဖြင့် ဒါလောက်နှင့်ပဲ ရပ်ထားဦးမယ်။ အထက်ဆင့်တွေ အတွက်တော့ နောက်မှပဲ အားထုတ်တော့မယ်လို့ အောက်မေ့ထားတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (မဂ်မှားကို စွဲလမ်း၍ ပြောသည်။)

(ပြုပြင်ပုံများကိုကား နောက်မှ အကျဉ်းချုံး၍ ပြပါကုန်အံ့။)

ဉာဏ အချို့က “အမှတ်အသိတွေ သိပ်လျင်မြန်ပြီးတော့ သိပ်ရှင်းနေတာပဲ။ မှတ်စရာတွေ ရှိရှိသမျှကို အကုန်လုံး သိသိသွားတာချည်းပဲ။ ကိုယ်ထဲက ရိုးရိုးရွရွ သေးသေးမွားမွား အတွေ့ကလေးများကိုလဲ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ သိသိသွားတာပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အမှတ်အသိကလေးတွေ ပန်ကာလည်နေတာလို သိပ်လျင်မြန်တာပဲ။ ကိုယ်လက် အမူအရာတွေကို ဘယ်လိုပဲ ပြင်ပြင် အကုန်လုံး တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ သိနိုင်တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

လက်ကောက်ဝတ်မှာ စွပ်၍ စိတ်ပုတီးကို ပတ်ပတ်လည် လှည့်ပြီး ရမ်းရာမှာ စိတ်ပုတီးစေ့ တစ်စေ့ချင်း တစ်စေ့ချင်း ထိထိသွားတာကို သိသိသွားသလိုပင် ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်းသော အာရုံဟူသမျှကို တစ်ခုချင်း တစ်ခုချင်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိသိသွားတာချည်းပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အလျင်ကတော့ (အယင်ကတော့ဟု ဖတ်) ယားတာ နာတာဟာ တဆက်ထဲလို့ အောက်မေ့နေတာ၊ ယခုတော့ “ယားတယ် ယားတယ်၊ နာတယ် နာတယ်”လို့ မှတ်လိုက်တိုင်း မှတ်လိုက်တိုင်း တစ်ခုစီ တစ်ခုစီချည်း ဖြစ်နေတော့တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

နာကျင်မှု ဝေဒနာကလေးတွေလဲ ဟိုတုန်းကလို ကြာကြာကြီး ဖြစ်မနေနိုင်ကြဘူး၊ တစ်ချက် နှစ်ချက်လောက် မှတ်လိုက်လျှင် ပျောက်ပျောက် သွားကြတော့တာပဲ၊ ဒါပေမဲ့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ခဏကလေး ဝင်ဝင်ပြီး နာလိုက်တာကတော့ လက်ပွတ်စူးနှင့် ပွတ်လိုက်တာလိုပဲ၊ အတော်ကို အခံရခက်တယ်၊ ဆတ်ကနဲ ဆတ်ကနဲ လန့်လန့်ပြီး တွန့်တွန့်သွားတာပဲ၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ အဲဒီလို နာလိုက်တာနဲ့ နာတယ်လို့ သိလိုက်တာနဲ့ ကိုက်ကိုက်သွားတော့ ချက်ချင်းကို (ကို-ဟုဖတ်) ပျောက်ပျောက်သွားတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

ရှေးတုန်းက “အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ”ဟု ဆိုနေတာက အလကား ဆိုနေတာပဲ၊ ယခုမှ အဟုတ်သိတာပဲ၊ ဘယ်ဟာမျှ ကြာရှည်စွာ တည်တံ့နေတာ မရှိဘူး၊ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ပျောက်ပျောက်သွားတာချည်းပဲ၊ ပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက်နဲ့ မကောင်းတာတွေချည်းပဲ၊ ဆင်းရဲချည်းပဲ၊ ရှေးတုန်းကတော့ ကိုယ်ထဲမှာ ဆင်းရဲတွေ မပြတ်ရှိနေတယ်လို့ မထင်ခဲ့ဘူး၊ ယခုတော့ နာကျင်မှုစသော ဆင်းရဲတွေကို မပြတ်တွေ့နေရတော့တာပဲ၊ ရှေးကတော့ သတ္တဝါအကောင်ကြီးလိုက် အမြဲရှိနေ တယ်လို့ ထင်နေတယ်၊ ယခု မှတ်ရာမှာတော့ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း သဘောကလေးတွေကိုသာ တွေ့နေရလို့ သဘောမျှသာ ရှိတာကို ယခုမှ ကောင်းကောင်းသိရတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အားမထုတ်မှီတုန်းက “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ကွေးတယ် ဆန့်တယ်လို့ မှတ်ရုံနဲ့ ဝိပဿနာ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တကို မသိနိုင်ဘူး”လို့ သူများ ပြောတာကိုလဲ ကြားရဘူးတယ်၊ ကိုယ်တိုင်ကလဲ ဒီလိုပဲ ထင်ခဲ့မိတယ်၊ ယခုတော့ ဒီလုပ်ငန်းကို သိပါပြီ၊ သဘောကျတတ်ပါပြီ၊ မှတ်ရုံနှင့် ဝိပဿနာ မဖြစ်ဘူးလို့ ပြောတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ သူတို့က ဘာမျှ မသိလို့ ပြောနေကြတာပဲ၊ တက်တက်စင်အောင် လွဲနေကြတာပဲ၊ မှတ်ရတဲ့ ဒီအလုပ်က အလွန်ကောင်းတဲ့ အလုပ်ပဲ၊ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ပိုင်းခြားပြီး သိနေတာပဲ၊ ပေါ်ပေါ်ပြီး ပျောက်ပျောက်သွားတာကလေးတွေကို လက်နှင့် ကိုင်ကြည့်တာလို သိသိနေတာပဲ၊ မမြဲတာ ဆင်းရဲတာ သတ္တဝါကောင် မဟုတ်တာတွေကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း တွေ့နေတာပဲ၊ မှတ်ရုံနှင့် ဝိပဿနာမဖြစ်ဘူးလို့ ပြောဘူးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကို သွားပြီး ပြောချင်ဟောချင်တဲ့ စိတ်တွေတောင် အများကြီး ဖြစ်မိသေးတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

ကြားတယ်လို့ မှတ်ရာမှာ အစတုန်းကတော့ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အသံကလေးတွေကသာ ပြီးပြီးသွားတယ် (ဆုံးဆုံး သွားတယ် ပျက်ပျက်သွားတယ်ဟု ဆိုလိုသည်)၊ နောက်ကျတော့ အသံအမျိုးမျိုးကို ကြားရလို့ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း သူကလဲပြီး ကိုယ်ကလဲပြီးနဲ့ သူပြီး ကိုယ်ပြီး ပြီးပြီးသွားတာချည်းပဲ (အသံနှင့် မှတ်စိတ်တို့ နှစ်ခုလုံး ဆုံးဆုံးသွားသည်ဟု ဆိုလို၏။) စူးစိုက်ပြီး မှတ်လိုက်လျှင် ဘယ်ဟာမှ မခံနိုင်ဘူး၊ လွင့်လွင့်သွားတာချည်းပဲ၊ ပျောက်ပျောက်သွားတာချည်းပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ထိုင်တယ် ထိတယ် စသည်ဖြင့် ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ကွက်ကွက် ကွင်းကွင်း ရှင်းလင်းစွာ သိလျက် ဖောက်ကနဲ ဖောက်ကနဲ နေသလိုပင် အလွန်မှတ်လို့ ကောင်းနေတဲ့ အခါမှာ အသိဉာဏ်တွေက ဖြစ်ဖြစ်လာတယ်၊ ဖြစ်ပုံက-ငါယခု မှတ်မှတ်ပြီး သိသိနေတာက ရုပ်သဘော နာမ်သဘော ကလေးတွေပဲ၊ ဒါကလေးတွေဟာ ဘာတစ်ခုမျှ ခိုင်မြဲနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ မမြဲတာချည်းပဲ၊ ဘာတစ်ခုမျှ မကောင်းလို့ ဆင်းရဲတဲ့ သဘောချည်းပဲ၊ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း ဘာမျှ မဖြစ်လို့ အစိုးမရတာချည်းပဲ၊ ဘာဘဲဖြစ်ဖြစ် ဒီလိုဟာချည်းပဲ၊ ဘာမျှ မရှိတာတွေချည်းပဲ (မြဲလျက် ရှိမနေသည်ကို၎င်း၊ ချမ်းသာလျက် ရှိမနေသည်ကို၎င်း၊ သတ္တဝါ အကောင်လိုက် တည်ရှိမနေသည်ကို၎င်း ရည်၍ ဘာမျှမရှိဟု ပြောသည်)၊ လူ့ပြည်မှာလဲ ဘာမျှမရှိ၊ နတ်ပြည်မှာလဲ ဘာမျှမရှိ၊ ဗြဟ္မာ့ပြည်မှာလဲ ဘာမျှမရှိ၊ ဘယ်ကိုပဲ ကြည့်ကြည့် ဘာတစ်ခုမျှ မရှိတော့ပဲ အကုန်လုံး မရှိနေတာတွေကို သိသိ နေတော့တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏၊ (လူ့ပြည် နတ်ပြည် ဗြဟ္မာ့ပြည်တို့မှာ ရုပ်နာမ်မျှ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောမျှသာ ရှိသည်ဟု သဘောကျသောကြောင့် “ရှေးက ထင်မှတ်စွဲလမ်းထားသော နိစ္စ သုခ အတ္တကောင် မရှိသည်ကို ရည်၍” ဤသို့ ပြောပေသည်၊ သုတ အလွန်နည်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ ပြောပုံပေတည်း၊ သူ၏ ရည်ရွယ်ချက်ကိုလဲ ဆစ်၍ မေးပြီးပင် ဖြစ်သည်၊ ပြောပုံအထူးကို အဆက်ဆက် မှတ်သားရန်အလို့ငှါ သူ၏ ပြောပုံအတိုင်းပင် ဖော်ပြလိုက်ပေသည်။)။

အားမထုတ်မှီ ရှေးရှေးတုန်းက သိလာတာတွေက အမှားချည်းပဲ၊ ယခု သိသိနေတာကမှ အမှန်အကန် အကုန်လုံးကို (ကို ဟုဖတ်) သိနေတော့တာပဲ၊ ရှေးရှေးတုန်းက ဘာမျှ မသိပဲ ဖြစ်နေခဲ့တာပဲ၊ ယခုမှ အသိဉာဏ်တွေ တိုးထိုးပြီး သိလာတော့တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

ပူတယ် ပူတယ်လို့ မှတ်လိုက်တော့ ပူတာနှင့် ပူတယ်လို့ မှတ်တဲ့ စိတ်ကလေးများကတော့ မှတ်သိသည်နှင့် တပြိုင်နက် ပျောက်ပျောက် သွားတယ်။ ပြီးတော့လဲ ပူတာက တောဇောဓာတ်ပဲ စသည်ဖြင့် ဆက်လက်ပြီး သိသိနေသေးတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (ဉာဏဥပတ္တိလေသကို ပြောပုံများပေတည်း။)

အမှတ်အသိတွေက ထူးလွန်းလို့ ဝမ်းသာနေတာပဲ ဒီလို အမှတ်အသိမျိုးချည်း ဖြစ်နေပါစေလို့လဲ အောက်မေ့မိတယ်။ ဒီလိုသာ သိသိနေမယ်ဆိုလျှင် ဘယ်လောက်ကြာအောင် မှတ်နေရပေမဲ့ မပျင်းပါဘူး စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။ (တဏှာစွဲကို ပြောသည်။)

ငါလို အမှတ်အသိ ကောင်းတဲ့လူ ရှိမှရှိပါမည်လား၊ ငါသိပုံတွေကို သူများအား ပြောလျှင် ယုံမှာ မဟုတ်ဘူး၊ ဆရာများတောင် သိမှ သိပါမည်လားလို့လဲ အောက်မေ့မိတယ် စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။ (မာနစွဲကို ပြောသည်။)

ငါဟာ အသိဉာဏ်အထူးနှင့် ကောင်းကောင်း ပြည့်စုံနေတာပဲ၊ ဘာကိုပဲဖြစ်ဖြစ် ငါသိနိုင်တာချည်းပဲလို့လဲ ထင်မိတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (ဒိဋ္ဌိစွဲကို ပြောသည်။)

တရား ကောင်းတယ် တရားထူး တွေ့တယ် ဆိုတာဟာ ဒါပဲထင်ပါရဲ့ ဒီဟာနေမှာပါပဲ၊ ဒါလောက် အမှတ်အသိတွေ ကောင်းနေတာဟာ တရားထူးရလို့ ကောင်းနေတာပါပဲ။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတွေကိုလဲ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိနေတာပဲ။ ငါတော့ တရားထူးရပြီ၊ တရားပေါက်သွားပြီ၊ ငါ့မှာ ဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာလဲ ကင်းသွားပြီ၊ ဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာ မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး၊ သောတာပန်ဖြစ်ပြီလို့ ဆုံးဖြတ်ထားတာပဲ ဟူ၍၎င်း၊ အကုန်လုံးကို (ကို-ဟုဖတ်) သိနေတာချည်းပဲ၊ ရှေးက တရားနာပေမဲ့ ယခုလို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း နားမလည်ဘူး၊ ယခုတော့ လက်နှင့် ကိုင်ပြတာလိုပဲ အကုန်လုံးကို ရှင်းနေတာပဲ၊ ကိုယ့်အတွက်လဲ ပူစရာ မရှိဘူး၊ သူများအတွက်လဲ ပူစရာမရှိဘူး၊ အမှတ်ကောင်းနေတာ တွေကိုလဲ မသာယာဘူး၊ အကုသိုလ် ဒုစရိုက်တွေ ကိုလဲ မပြုလိုတော့ဘူး၊ တရားထူး ရတယ်ဆိုတာ ဒီလိုအသိဉာဏ် ကောင်းတာကိုပင် ဆိုတာနေမှာပဲ၊ ဒီဟာတော့ တရားထူး ဟုတ်ပြီလို့ ဆုံးဖြတ်ထားတာပဲ ဟူ၍၎င်း ဤသို့ စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။ (မဂ်မှားကို စွဲလမ်း၍ ပြောသည်။)

သဘာဝ အချို့က “မှတ်လို့ ကောင်းနေတုန်းမှာ အရောင်အလင်းတွေကို တွေ့ရလို့ လင်းတယ် လင်းတယ်ဟု မှတ်နေရတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ပေါ်လာသမျှကို မှတ်ရမယ်လို့ ဆရာများက ပြောထားလို့သာ မှတ်နေရတာပဲ၊ စိတ်ထဲကတော့ လင်းတာကို သဘောကျနေတာပဲ၊ မှတ်ပေမယ်လို့ အလင်းရောင်တွေကတော့ မပျောက်ဘူး၊ လင်းမြဲလင်းနေတာပဲ၊ ကျောင်းခန်းထဲ ဝင်ပြီး ထိုင်လိုက်လျှင် လင်းနေတော့တာပဲ၊ စိတ်ထဲက နှလုံးသွင်းလိုက်လျှင် ယခုလဲ လင်းလာမယ်လို့ ထင်တာပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အချို့က “အလင်းရောင်တွေက အမျိုးမျိုး အထွေထွေ တွေ့လိုက်တာမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလဲ မြင်နေတာပဲ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း ကျောင်းမှာလဲ အမိုးအကာ မရှိတာလို ဟင်းလင်းပြင်ကြီး ဖြစ်ပြီးတော့ အပြင်ဖက်ကိုလဲ ဖောက်ပြီး မြင်ရတာပဲ၊ ကိုယ်ရောက် ဘူး နေဘူးတဲ့ နေရာတွေကိုလဲ ရှေ့နားတွင်လို မြင်ရတာပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အချို့က “မျက်စိဖွင့်ပြီး ကြည့်နေတာတောင် လင်းနေတာက တော်တော်နဲ့ မပျောက်ဘူး၊ အကြာကြီးမြင်နေတာပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ညတုန်းက အလင်းရောင်တွေကို တွေ့ရလို့ ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါလေလားလို့ လက်ကို ထောင်ပြီး ကြည့်စမ်းမိသေးတယ်၊ လက်ငါးချောင်း၏ အကြားတွေကို အတိုင်းသား မြင်ရတာပဲ၊ တံခါးပေါက်ဆီကို ကြည့်လိုက်တော့လဲ လင်းနေတာနဲ့ တံခါးများ ပွင့်နေသလားလို့ သွားပြီးတော့ စမ်းကြည့်မိသေးတယ်၊ တံခါးကတော့ ပိတ်လျက်ပါပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “လင်းတာကတော့ လက်နှိပ်ဓာတ်မီးနှင့် ရှေ့တဲ့တဲ့ကနေပြီး ထိုးထားတာလိုပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ဝင်းလိုက်ပုံက မနည်းဘူး၊ ကားမီးကြီးလိုပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “ကိုယ်နေတဲ့ ကျောင်းကလေးမှာ တကျောင်းလုံးပဲ လင်းနေတယ်” ဟူ၍၎င်း၊ “မျက်နှာရှေ့မှ စ၍ အတောင် တစ်ရာကျော် နှစ်ရာလောက်ရှိအောင် အရှည်ကြီး လင်းနေတယ်၊ အမှိုက်တွေ သဲတွေကိုတောင် မြင်သွားတာပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “သပိတ်လုံးကြီးလိုပဲ၊ ရှေ့တဲ့တဲ့က ဝင်ပြီးတော့ ပြေးလာတာကို မြင်ရတယ်” ဟူ၍၎င်း၊ “လင်ပန်းကြီးလိုပဲ မျက်စိနားမှာ ချာချာလည်ပြီး ပေါ်လာတဲ့ ဝင်းဝင်းကြီးကို မြင်ရတယ်” ဟူ၍၎င်း၊ “ကျောင်းခေါင်မိုးဆီမှာ လ၊ ကြီးထွက်နေသလိုပဲ၊ လင်းလင်းကြီးကို မြင်ရတယ် ဟူ၍၎င်း အမျိုးမျိုးပင် ပြောတတ်ကြ၏။

အချို့ကလဲ “အရောင်အလင်းတွေက နှလုံးအိမ်ထဲက ထွက်လာတာပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “ကိုယ်ထဲက ထွက်လာတာပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “အထက်က လာတယ်၊ အောက်က လာတယ်၊ ဘေးက လာတယ်၊ ရှေ့က လာတယ်၊ နောက်က လာတယ်”ဟူ၍၎င်း၊ မိမိတို့ တွေ့ရတဲ့အတိုင်း ပြောတတ်ကြ၏။ (ဩဘာသ ဥပတ္တိလေသကို ပြောပုံ အမျိုးမျိုးပေတည်း။)

အလင်းရောင်တွေကို တွေ့ရတော့ ဝမ်းသာတာနဲ့ မမှတ်နိုင်တော့ဘူးဟု အချို့က ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မှတ်တော့ မှတ်ပါရဲ့၊ ဒါပေမဲ့ လင်းတာကိုတော့ သဘောကျနေတာပဲ၊ မှတ်လို့လဲ မပျောက်ဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အလင်းရောင်တွေကို တွေ့ရတော့ ဝမ်းသာသလိုလို ဘာလိုလိုပဲ၊ မှတ်ရတာ ပျော်တော်တော် ဖြစ်လာတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ဘာကိုပဲတွေ့တွေ့ မှတ်ရမယ်ဆိုလို့သာ မှတ်နေရတယ်၊ အလင်းရောင်တွေ ပျောက်သွားမှာတော့ အနမြောသားပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (တဏှာစွဲကို ပြောသည်။)

ဒီလို အလင်းရောင်တွေကို ငါတစ်ယောက်ထဲတွေ့ရတာ ထင်ပါရဲ့၊ သူများ တွေ့ရတယ်ဆိုပေမဲ့ ငါ့လောက်တော့ ထူးထူးခြားခြား ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် တွေ့ရမယ် မထင်ပါဘူးလို့လဲ အောက်မေ့မိတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတယ်၏။ (မာနစွဲကို ပြောသည်။)

ငါဟာ အလင်းရောင်တွေနှင့် ပြည့်စုံနေတာပဲ၊ ငါ့ကိုယ်ထဲက ထွက်လာတဲ့ အလင်းရောင်တွေပဲဟု ထင်တတ်၏။ (ဒိဋ္ဌိစွဲပေတည်း။)

လင်းတာက နိဗ္ဗာန်ပဲ၊ လင်းတာကို မြင်တာက မဂ်ပဲ၊ တရားထူးရလို့ လင်းတာပဲဟု ထင်တတ်၏။ (မဂ်မှားကို စွဲလမ်းခြင်းပေတည်း။)

ပီတိ သွက်သွက် သွက်သွက်နဲ့ အလွန်မှတ်လို့ ကောင်းနေတုန်းမှာ ခေါင်းထဲက ကိုယ်ထဲက ခြေထောက်ထဲက တစ်ချက် တစ်ချက်မှာ စိမ့်စိမ့်ပြီးတော့ ဖျဉ်းကနဲ ဖျဉ်းကနဲ ဖြစ်ဖြစ်သွားတယ် ဟူ၍၎င်း၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ မှတ်လို့ ကောင်းနေတုန်း စိမ့်ကနဲ စိမ့်ကနဲ ငြိမ့်ကနဲ ငြိမ့်ကနဲ တစ်ချက် တစ်ချက် ဖြစ်ဖြစ် သွားတယ် ဟူ၍၎င်း ပြောတတ်၏။ (ခုဒ္ဓိကာပီတိကို ပြောသည်။)

တစ်ခါ တစ်ရံမှာ ဖျဉ်းဖျဉ်း ဖျဉ်းဖျဉ်း စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့် ငြိမ့်ငြိမ့် ငြိမ့်ငြိမ့်နှင့် ဆက်ကာ ဆက်ကာ ခဏ ခဏ ဖြစ်ဖြစ် နေတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (ခဏိကာပီတိကို ပြောသည်။)

တစ်ခါတစ်ရံမှာ ခြေထောက်ဆီမှ စပြီးတော့ စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့် ဖျဉ်းဖျဉ်း ဖျဉ်းဖျဉ်းနှင့် တက်လာတာ ရင်ဝရောက်တော့ ပျောက်သွားတယ်၊ လည်မျိုရောက်တော့ ပျောက်သွားတယ်၊ ခေါင်းရောက်တော့ ပျောက်သွားတယ် ဟူ၍၎င်း၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ခေါင်းပေါ်က အုပ်ချလိုက်တာလို အေးကနဲ နွေးကနဲ ဖြစ်ပြီးတော့ ပျောက်သွားတယ် ဟူ၍၎င်း တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်ထဲက လှိုက်လှိုက် လှိုက်လှိုက်နဲ့ တက်လာလိုက်တာ တကိုယ်လုံး ပြည့်သွားသလို ဖြစ်ပြီးတော့ ဟာကနဲ ရှင်းသွားတယ် ဟူ၍၎င်း ပြောတတ်၏။ (ဩက္ကန္တိကာ ပီတိကို ပြောသည်။)

တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်ကောင်ကြီးက ပွပွလာသလို ထင်ရပြီးတော့ ရေလှိုင်းပေါ်မှာ အိပ်နေရတာလို ပုခက် အေးယာဉ် ပေါ်မှာ စီးနေရတာလို ငြိမ့်ငြိမ့်နေတာပဲ ဟူ၍၎င်း၊ ကိုယ်ကောင်ကြီးက ကျောင်းခေါင်နားမှာ ပျံပဲနေရတာလို၊ ကောင်းကင်မှာ ပျံပဲနေတာလို၊ လေပေါ်မှာ စီးနေတာလို ဖြစ်ပြီးတော့လဲ ငြိမ့်နေတာပဲ ဟူ၍၎င်း၊ ထိုင်နေတဲ့ ကိုယ်ကြီးက ကြွကြွပြီး တက်တက်သွားသလို ဖြစ်ပြီးနေတယ် ဟူ၍၎င်း၊ ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်လို့ မှတ်ပြီး စကြိန်သွားနေတဲ့ အခါမှာလဲ စပလိန်ပေါ်မှာ နင်းပြီး သွားနေရတာလိုပဲ ငြိမ့်ငြိမ့် ငြိမ့်ငြိမ့် ဖြစ်နေတာပဲ ဟူ၍၎င်း၊ ထိုင်ပြီးတော့ မှတ်နေရာမှာလဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်း တစ်ခုလုံး ယိမ်းနေသလိုလဲ ထင်ရတယ် ဟူ၍၎င်း၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာတော့ အထူးမှတ်လို့ ကောင်းနေတုန်းမှာ သတိလစ်သလို ဖြစ်ပြီးတော့ ရေထဲက ပေါ်လာတာလို ဖွားကနဲ သတိရလာတယ်၊ ပြီးတော့လဲ အမှတ်က ကောင်းမြဲ ကောင်းနေတာပဲ၊ အိပ်ပျော်သွားတာလဲ မဟုတ်ဘူးဟူ၍၎င်း၊ အိပ်ပြီးတော့ မှတ်နေရာမှာလဲ ကိုယ်က ကြမ်းနှင့် အိပ်ရာနှင့် မထိပဲ ရှေ့တိုး နောက်ငင် ဖြစ်နေတာလိုပဲ တငြိမ့်ငြိမ့် ဖြစ်နေတယ် ဟူ၍၎င်း၊ ဤသို့လဲ ပြောတတ်၏။ (ဩက္ကန္တိကာ စသော ပီတိ အမျိုးမျိုးတို့၏ ဖြစ်ပုံကို ပြောသည်ဟု ယူရာ၏။)

လက် ၂-ဖက်ကို ဗိုက်ပေါ်မှာ တင်ပြီး ခြေထောက် အချင်းချင်း တင်ထား၍ ပက်လက်အိပ်လျက် “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် အိပ်တယ် ထိတယ်”စသည်ဖြင့် မှတ်နေရာတွင် မှတ်လို့ အလွန်ကောင်းနေတုန်းမှာ ဖျဉ်းကနဲ ဖျဉ်းကနဲ သုံးလေးခါ လောက် ဖြစ်ပြီးတော့ လက်လို ဆွဲပစ်လိုက်သလို ဖြစ်သွားလို့ လက် ၂-ဖက်လုံး လွှင့်ပြီးတော့ အောက်ကျသွားတယ်၊ အပေါ်တင်ထားတဲ့ ခြေထောက်လဲ အောက်ကို လွှင့်ပြီးတော့ ကျသွားတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ထိုင်ပြီးတော့ မှတ်နေရာတွင် ကိုယ်ကြီးက ညိတ်ကနဲ ညိတ်ကနဲ ကြွကြွပြီးတော့ ၂-ခါ ၃-ခါလောက် တက်တက် သွားတယ်လို့

ထင်လိုက်ရတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ထိုင်ပြီးတော့ မှတ်နေရာတွင် ကိုယ်ထဲက စိမ့်ကနဲ စိမ့်ကနဲ သုံးလေးခါလောက် ဖြစ်လာပြီးတော့ အထိုင်လဲ မပျက်ပါလျက် သုံး-လေးခါလောက် ခုန်ဆွ ခုန်ဆွ ဖြစ်ပြီး ရွှေ့ရွှေ့လိုက်တာ လေးငါး တောင်လောက် ဝေးနေတဲ့ နေရာကို ရောက်သွားတာပဲ။ အနီးမှာရှိတဲ့ လူတွေလဲ ကြောက်လန့်သွားကြတာပဲ။ ဒီလိုခုန်ခုန် သွားပေမဲ့ ကိုယ်မှာတော့ ဘာမျှ နာကျင်ခြင်း မရှိပါဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ညာဘက်ကို စောင်းအိပ်လျက် မှတ်နေရာမှာ ဘာမျှ အားမထုတ်ရဲပဲနဲ့ ကိုယ်ကြီးက ဘယ်ဘက်ကို အလိုလိုပဲ ရုတ်တရက် လိမ့်သွားတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ စောင်းလျက် အိပ်နေရာမှ ပက်လက် ဖြစ်သွားတယ်။ ပက်လက် အိပ်နေရာမှာလဲ စောင်းလျက် ဖြစ်သွားတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ တစ်ခါ တစ်ရံမှာ ကွေးထားတဲ့ လက်ခြေများက သူ့အလိုလို ဆတ်ကနဲ ဆန့်သွားတယ်။ ဆန့်ထားတဲ့ လက်ခြေများကလဲ ဆတ်ကနဲ သူ့အလိုလို ကွေးပြီး ဖြစ်သွားတယ်။ ရုတ်တရက် ဖြစ်ဖြစ်သွားလို့ မှတ်လဲ မမှတ်နိုင်ဘူး။ ပြီးမှချည်း သတိရရနေတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ထိုင်ပြီးတော့ မှတ်နေရာမှာ ခေါင်းကလေးတွင်ပဲ ဆတ်ကနဲ ဆတ်ကနဲ ဖြစ်ဖြစ်သွားတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ နောက်ကနေပြီး တွန်းလိုက်သလိုပဲ တစ်ကိုယ်လုံး ရှေ့ကို ယိုင်ပြီး လဲသွားတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာတော့ ခေါင်းကိုကိုင်ပြီး ဟိုဘက် ဒီဘက်လှဲလိုက်သလိုပဲ လယ်လယ်သွားတယ်။ ပါးစပ်ကလေး တစ်ခုထဲလဲ ဆတ်ကနဲ ဆတ်ကနဲ စေ့စေ့သွားတယ်။ စေ့ထားတဲ့ ပါးစပ်ကလဲ ဆွဲဖွင့်လိုက်သလိုပဲ သူ့အလိုလို ဟလျက် ဟလျက် ဖြစ်ဖြစ်သွားတယ်။ အထက် အောက် သွား အချင်းချင်းကလဲ ချပ်ကနဲ ချပ်ကနဲနေအောင် တိုက်တိုက်သွားတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (ဥဗ္ဗေဂါ ပီတိကို ပြောသည်။)

မှတ်လို့ ကောင်းနေတုန်းမှာ ဝမ်းထဲက လှိုက်လှိုက် လှိုက်လှိုက်နဲ့ တက်လာပြီးတော့ တစ်ခါတစ်ရံ ရင်ဝန်းမှာနေ၍ တစ်ခါတစ်ရံမှာလဲ လည်ချောင်းထဲကို ရောက်၍ တစ်ခါတစ်ရံမှာလဲ ပါးစပ်ကထွက်၍ တစ်ကိုယ်လုံး ခြုံပြီးတော့ မျက်စိမျှ မဖွင့်ချင်အောင် မျက်တောင်ကိုမျှ မခပ်ချင်အောင် တစ်ကိုယ်လုံး စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့်နဲ့ နေလိုသိပ်ကောင်းတာပဲ။ လူ့ပြည်မှာ ဒီစည်းစိမ်လို အရသာရှိတာကိုတော့ ဘယ်တုန်းကမျှ မခံစားခဲ့ရဘူး။ ဒီတစ်ခါပဲ တွေ့ဘူးလို့ ဒီတစ်ခါပဲ ခံစားရဘူးတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ကိုယ်တွင်းက ဖျဉ်းကနဲ ဖျဉ်းကနဲ အနည်းငယ်မျှ ဖြစ်ပြီးတော့ တစ်ကိုယ်လုံး စိမ့်စိမ့်ပြီး အလွန်ကို နေလိုလဲ ကောင်းတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ မှတ်လို့ အတော်ကြာလျှင် ကိုယ်ထဲက ဖျဉ်းဖျဉ်း ဖျဉ်းဖျဉ်းနဲ့ ဖြစ်ပြီးတော့ တစ်ကိုယ်လုံး စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့် သိမ့်သိမ့် သိမ့်သိမ့် ဖြစ်နေလိုက်တာ ဘယ်လို နေရတယ်လို့ကို (ကို နိပါတ်) မပြောနိုင်ဘူး။ သိပ်နေလို့ ကောင်းတာပဲဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏ (ဖရဏာပီတိကို ပြောသည်။)

အချို့ကလဲ “ခါးမှ အထက်ပိုင်းတွင် စိမ့်ကနဲ စိမ့်ကနဲ အနည်းငယ်မျှ ဖြစ်တယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ခါးမှ အောက်ပိုင်းတွင် စိမ့်ကနဲ စိမ့်ကနဲ အနည်းငယ်မျှ ဖြစ်တယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ရံခါမှာ အထက်ပိုင်း၌ ရံခါမှာ အောက်ပိုင်း၌ စိမ့်ကနဲ စိမ့်ကနဲ အနည်းငယ်မျှ ဖြစ်ဖြစ်သွားတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ (ခုဒ္ဒိကာစသော ပီတိကိုပင် ပြောသည်။)

ကိုယ်ထဲ ရင်ထဲက စိမ့်ကနဲ စိမ့်ကနဲ ဖြစ်လိုက်တာကလေးတွေက သိပ်ကောင်းတာပဲ။ စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့်နဲ့ ဖြစ်နေတာက သိပ်နေကောင်းတာပဲ။ နံနဲ နေကောင်းတာ မဟုတ်ဘူး အလွန်ကို နေကောင်းတာပဲ။ ဒါတွေကို ပျောက်သွားအောင် မှတ်ရမယ် ဆိုလျှင်တော့ မမှတ်ချင်တော့ဘူး ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ငြိမ်ငြိမ် ငြိမ်ငြိမ် ဖြစ်နေတာက အတော်ကို နေကောင်းတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (တဏှာစွဲကို ပြောသည်။)

စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့်နဲ့ သူများနေကောင်းတာက ငါလောက်တော့ မကောင်းပါဘူး ဟူ၍လဲ အတူနေအချင်းချင်း ပြောတတ်၏။ (မာနစွဲကို ပြောသည်။)

စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့်တွေက ငါ့ကိုယ်ထဲကပဲ စသည်ဖြင့် ထင်တတ်၏။ (ဒိဋ္ဌိစွဲပေတည်း။)

တရားကောင်းတယ် တရားတွေ့တယ် တရားထူးရတယ် ဆိုတာဟာ ဒီလို စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့်နဲ့ နေကောင်းတာ နေမှာပါပဲ စသည်ဖြင့် ထင်တတ်၏။ (မဂ်မှားကို စွဲလမ်းသည်။)

ပဿဒ္ဓိ အချို့က “တစ်ခါတစ်ရံမှာ တစ်ကိုယ်လုံး ငြိမ်းအေး ချမ်းသာစွာနှင့် အလွန်မှတ်လို့ ကောင်းနေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ ရင်ထဲ ကိုယ်ထဲမှ စိမ့်၍ အလွန်ချမ်းသာပြီးတော့ ငြိမ်းအေးပြီး နေလို့ ကောင်းနေတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အေးငြိမ်း ချမ်းသာပြီး နေလိုက်တာမှ တစ်နာရီ နှစ်နာရီလောက် ကြာအောင် မမှတ်ရတော့ပဲ ချမ်းသာကို ခံစားနေရတော့တာပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “တစ်ခါတစ်ရံမှာ အမှတ်တွေကို(ကို ဟုဖတ်၊ နိပါတ်ပင်) မမှတ်နိုင် လောက်အောင် ချမ်းချမ်းသာသာဖြစ်လို့ ငေးငေးပြီး နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ငေးငေးပြီးနေတာ အတော်ကြာမှ သတိရ၍ မှတ်နေကျ အမှတ်ကို အလန့်တကြား ဘွားကနဲ ကောက်ပြီးတော့ မှတ်ရပြန်တယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကိုယ်ရော စိတ်ရော ငြိမ်းအေးသွားတာလို့ ထင်လိုက်ရတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကိုယ်ရော စိတ်ရော ငြိမ်းချမ်း သာယာပြီးတော့ နေလိုက်တာမှာ အတော်ကို ကြာနေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “အလျင်ကလို အထူးလဲ ကြောင့်ကြမစိုက်ရတော့ဘူး။ စိတ်ပျံ့လွင့်တာတွေလဲ ဘာမျှ မရှိတော့ဘူး။ ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်နှင့်

အစဉ်တစိုက် ကြာမြင့်စွာ မှတ်ကောင်း နေတော့တာပဲ။ ကြောင့်ကြမစိုက်ရပဲ အမှတ်ကောင်းနေတဲ့အတွက် စိတ်ထဲမှာ အစဉ်မပြတ် အေးငြိမ်း သက်သာ နေတော့တာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ (ပဿဒ္ဓိကို ပြောပုံများပေတည်း။)

လဟုတာ အချို့ကလဲ “ကိုယ်တွေ စိတ်တွေက အလွန်ကို ပေါ့ပေါ့ ပါးပါး လျင်လျင်မြန်မြန် ဖြစ်နေတော့တာပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “ကိုယ်ရော စိတ်ရော ပေါ့ပေါ့လျင်မြန်ပြီးတော့ ငြိမ်းအေးချမ်းသာစွာနှင့် မှတ်နေရတာပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “အလျင်ကတော့ မှတ်စရာအာရုံတွေက မြန်ပြီး မှတ်စိတ်က နှေးနှေးနေတယ်။ ယခုတော့ မှတ်စိတ်ကလဲ အလွန်သွက် အလွန်မြန်နေတော့တာပဲ။ ကိုယ်ကလဲ ပေါ့ပေါ့ကလေး ဖြစ်နေတယ်လို့ ထင်ရတယ်။ ယခုအနေများ သွားလိုက်ရလျှင် ခဏကလေးနှင့် ခရီးတွေ အများကြီး ရောက်သွားလိမ့်မယ် လို့တောင် ထင်မိသေးတယ်” ဟူ၍၎င်း ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်လို့ မှတ်လျက် သွားနေတဲ့ အခါမှာ ကိုယ်ကလဲ ပေါ့ပေါ့ကလေး ဖြစ်နေတယ်။ ကြွရ လှမ်းရတဲ့ ခြေထောက်က မရှိသလိုတောင် ပေါ့ပါးပြီးနေတယ်။ မှတ်ရတာ ကလေးတွေကလဲ ပေါ့ပါးပြီးနေတယ်။ မှတ်ရတာကလေးတွေကလဲ ပေါ့ယုံ ပေါ့ယုံနဲ့ မထင်တာလိုလို ထင်တာလိုလို မတဲ့တာလိုလို တဲ့တာလိုလို ဖြစ်နေတယ်။ သေသေချာချာ ဂရုစိုက်ပြီး မှတ်ကြည့်တော့ တဲ့လဲတဲ့နေတာချည်းပဲ။ တချက်မျှ လွဲမှားနေတာရယ်လို့ မရှိဘူး” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ အနည်းငယ်သော သူများက “သွားယင်း မှတ်နေရာမှာ ကိုယ်ရော စိတ်ရော ပေါ့ပါးပြီးတော့ ပြေးချင်တဲ့စိတ်တောင် ဖြစ်လာသေးတယ်” ဟူ၍၎င်း၊ “ပြေးချင်တာနဲ့ ပြေးလိုက်ရသေးတယ်။ ပြေးပေမဲ့ အမှတ်ကတော့ မပျက်ဘူး။ အကုန်လုံး မှတ်နိုင်တာချည်းပဲ” ဟူ၍၎င်း ပြောတတ်၏။ (ပဿဒ္ဓိ၏ ယှဉ်ဘက် ဖြစ်သော လဟုတာကို ပြောသည်။)

မုဒုတာ အချို့ကလဲ “ကိုယ်ရော စိတ်ရော နူးနူးညံ့ညံ့ဖြစ်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ရတာ အလွန်ကောင်းနေတာပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “အလျင်ကတော့ ဒီမှာ မှတ်နေစေချင်ပေမယ်လို့ စိတ်က မနေဘူး။ သူသွားချင်ရာတွေကို သွားသွားလဲ နေတာပဲ။ ယခုတော့ ပေါ်ရာ ပေါ်ရာ ကလေးတွေကိုသာ မှတ်လျက် မှတ်လျက် ဖြစ်နေတော့တာပဲ။ ကိုယ်ထားရာမှာ နေသလိုဖြစ်ပြီး နူးညံ့ယဉ်ကျေးနေတော့တာပဲ” ဟူ၍၎င်း ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကိုယ်တွေ စိတ်တွေက သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ဖြစ်နေတော့တာပဲ။ သူများနှင့် တွေ့လဲ မတွေ့ချင်တော့ဘူး။ စကားလဲ မပြောချင်တော့ဘူး။ သူများပြောတာကိုလဲ မကြားချင်တော့ဘူး။ ဘာကိုမျှ မမြင်ချင် မကြားချင်တော့ဘူး။ ဘယ်ကိုမျှသွားလဲ မသွားချင်တော့ဘူး။ ကိုယ့်ကျောင်းခန်းကလေးထဲမှာသာ ကုပ်ပြီးတော့ ဆိတ်ဆိတ် ငြိမ်ငြိမ်ကလေး မှတ်သာ မှတ်နေချင်တော့တာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ (ပဿဒ္ဓိ၏ ယှဉ်ဘက် မုဒုတာကို ပြောပုံများ ပေတည်း။)

ကမ္မညတာ အချို့ကလဲ “ယခုတော့ ကိုယ်ရော စိတ်ရော ခိုင်ခိုင်မာမာ ဖြစ်နေတာပဲ။ မပြုပြင် မလှုပ်ရှားပဲနဲ့ အကြာကြီးလဲ နေနိုင်တာပဲ။ ပျံ့လွင့်ခြင်း၊ မေ့ခြင်း၊ လွတ်ခြင်းမရှိပဲ အကြာကြီးလဲ တစ်စပ်တည်း မှတ်နေနိုင်တာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ (ပဿဒ္ဓိ၏ ယှဉ်ဘက် ကမ္မညတာကို ပြောသည်။)

ပါဂုညတာ အချို့ကလဲ “မှတ်ရတာကတော့ သိပ်အချိုးကျနေတာပဲ။ ကျေနပ်တဲ့ စာများကို အံ့ရသလိုပဲ။ ကိုယ်စိတ် မပင်ပန်းပဲ အေးအေးသာသာနှင့် ချောချောမောမော မှတ်နိုင်နေတာပဲ။ အလျင်ကလဲ တွေးတော ကြံစည်မှုတွေလဲ ဘာမျှမရှိတော့ဘူး” ဟု ပြောတတ်၏။ (ပဿဒ္ဓိ၏ ယှဉ်ဘက် ပါဂုညတာကို ပြောသည်။)

ဥဇုကတာ ရုန့်ရင်း ကြမ်းတမ်းစွာ နေထိုင်ခဲ့ဘူးသူများကလဲ ဤဉာဏ်အဆင့်သို့ ရောက်လျှင် “ရှေးက မသိလို့ မတော်တာတွေကို လုပ်ခဲ့မိတယ်။ တရားတော်က အလွန်သိမ်မွေ့တာပဲ။ ဒီကနောက်တော့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်အလုပ်တွေကို မလုပ်တော့ပါဘူး” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ မိမိတို့ပြုဘူးတဲ့ မကောင်းမှုများကိုလဲ ဟုတ်မှန်တဲ့အတိုင်း ဆရာသမားတို့အား ဖော်ပြတတ်၏။ (ပဿဒ္ဓိ၏ ယှဉ်ဘက် ဥဇုကတာကို ပြောသည်။)

ဤကိုယ် စိတ်၏ ငြိမ်းချမ်းခြင်း၊ ပေါ့ပါး လျင်မြန်ခြင်း စသည်တို့ကို ကောင်းသည်ဟု နှစ်နှစ် ခြိုက်ခြိုက် သဘောကျ စွဲလမ်းနေလျှင် တဏှာစွဲဖြစ်၏။

ငါ့မှာ သာလျှင် ဒီလို ထူးခြားသည်ဟု ထင်လျှင် မာနစွဲ ဖြစ်၏။

ငါ ငြိမ်းချမ်းနေသည် ဤသို့စသည်ဖြင့် ထင်မှတ်စွဲလမ်းလျှင် ဒိဋ္ဌိစွဲဖြစ်၏။

ငြိမ်းချမ်း နေတာဟာ တရားထူးပဲ။ တရားထူးရလို့ ဒီလို ငြိမ်းချမ်းနေတာပဲ။ ပေါ့ပါးနေတာပဲ။ ဤသို့စသည်ဖြင့် ထင်လျှင် မဂ်မှားကို စွဲလမ်းခြင်းပေတည်း။

သုခ အချို့ကလဲ “ကိုယ်တွေ စိတ်တွေက ငြိမ်းအေးချမ်းသာ ပြီးတော့ ရင်ထဲမှာ လှိုက်လှိုက် လှိုက်လှိုက်နှင့် ဖြစ်ပြီး ကောင်းနေလိုက်တာ လူ့ပြည်မှာ ဒီစည်းစိမ်လိုဟာကို ဘယ်တော့ကမျှ မတွေ့ဘူးပါ။ ဘယ်လို ကောင်းတယ် ဆိုတာကို ပြောလို့ မဖြစ်နိုင်လောက်အောင် ကောင်းနေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်နေခိုက်မှာ ရင်ထဲက ဒိတ်ကနဲဖြစ်ပြီး ခုန်သွားလိုက်ယင်း စိမ့်ကနဲဖြစ်ပြီး ချမ်းသာနေလိုက်ယင်းနဲ့ ကောင်းနေတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာလဲ ဒိတ်ဒိတ် ဒိတ်ဒိတ်နဲ့ အများကြီး ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်ပြီးတော့ လာလိုက်ယင်း စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့်နဲ့ အများကြီးဖြစ်ပြီးတော့ နေလို့လဲကောင်း မှတ်လို့လဲကောင်း ဖြစ်နေတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာတော့ မှတ်ကို မမှတ်ချင်လောက်အောင် စိမ့်ပြီး အလွန်ကောင်းနေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်ရတာ ကောင်းလွန်းလို့ မှတ်ယင်း မှတ်ယင်း ဝမ်းသာနေတော့တာပဲ။ ယခု မှတ်ရတာ ရွှင်ရွှင်ပျပျ ရှိတာပဲ။ မှတ်နေရတာက ယခုတော့ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ချမ်းသာနေတော့တာပဲ။ အမှတ်ကို မလွတ်နိုင်လောက်အောင် ဖြစ်နေတော့တာပဲ။ ဒါလောက် ဝမ်းသာတာများ ဘယ်တုန်းကမျှ မဖြစ်ဘူးဘူး။ ဝမ်းသာလွန်းလို့ ရူးများ ရူးသွားမှာ လေလား လို့တောင် စိုးရိမ်မိသေးတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ (သုခ ဥပက္ကိလေသကို ပြောသည်။)

မှတ်လို့ကောင်းပြီး ကိုယ်ထဲက ချမ်းသာတာ စိတ်ထဲက ဝမ်းသာတာတွေကို သဘောကျနေတာပဲ။ အလွန်ကောင်းတဲ့ ချမ်းသာတွေပဲ။ ဒီချမ်းသာမျိုးကို ဘယ်တော့ကမျှ မတွေ့ရဘူးဘူး။ ယခု ဒီအသက်အရွယ်ကျမှ တွေ့ရ ခံစားရတော့တာပဲ။ ဒါတွေ ပျောက်သွားအောင်တော့ မမှတ်ချင်တော့ဘူး။ ဆရာတို့က မှတ်ရမယ် ဆိုလို့သာပဲ။ ချမ်းသာနေတာကတော့ နဲ့နဲ့ကလေး ချမ်းသာတာ မဟုတ်ဘူး။ သိပ်ချမ်းသာနေတာ၊ တရက်လောက်တော့ မမှတ်ပဲနဲ့ ဒီချမ်းသာတွေကို ခံစားနေချင်သေးတာပဲ။ ဤသို့ စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။ (တဏှာစွဲကို ပြောသည်။)

ဒီချမ်းသာမျိုးတော့ ဆရာများတောင် တွေ့မှ တွေ့ဘူးပါမည်လားဟု အတူနေ အချင်းချင်းအား ပြောတတ်၏။ (မာနစွဲကို ပြောသည်။)

ငါ့မှာ ဘယ်တော့ကမှ မတွေ့ဘူး မကြုံဘူးတဲ့ ချမ်းသာအထူးနှင့် ပြည့်စုံနေတာပဲ။ ချမ်းသာတွေကို ငါ ခံစားနေတာပဲ။ ငါ ဝမ်းသာ ပျော်ရွှင်နေတာပဲဟု စိတ်ထဲက စွဲထင်နေတတ်၏။ (ဒိဋ္ဌိစွဲပေတည်း။)

ထိုချမ်းသာကိုပင် တရားထူး ဟူ၍၎င်း၊ တရားထူးကို ရတဲ့အတွက် ဒါလောက် ချမ်းသာနေသည် ဟူ၍၎င်း၊ ထုတ်ဖော်၍ မပြောသော်လဲ စိတ်ထဲကထင်မှတ် စွဲလမ်းနေတတ်၏။ မေးကြည့်လျှင် ပြောတတ်၏။ အချို့ကမူကား “တရားထူး ဆိုတာဟာ ဒါပဲ ထင်ပါရဲ့။ ဒါထက် ပိုပြီးတော့ ချမ်းသာစရာ ကောင်းစရာကတော့ မရှိဘူးလို့ ထင်တာပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “ဒါထက် ကောင်းတာ ရှိသေးသလား၊ ဒါဆိုလျှင် ကောင်းလှပါပြီ” ဟူ၍၎င်း၊ သူ့အလိုလိုပင် ထုတ်ဖော်၍လဲ ပြောတတ်သေး၏။ (မဂ်မှားကို စွဲလမ်းမှုပေတည်း။)

အဓိမောက္ခ မည်သော သဒ္ဓါတရား အချို့ကလဲ “ယခုဖြင့် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း စိတ်တွေက အညစ်အညူး မရှိပဲ အလွန်ကို ကြည်နေတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ဘာမျှ အထူးမှတ်စရာ မရှိပဲ ကြည်လင်နေတဲ့ စိတ်ကလေးတစ်ခုတည်း ရှိနေလို့ သိတယ် သိတယ်။ ကြည်တယ် ကြည်တယ်လို့ချည်း အကြာကြီး မှတ်နေရတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ရှိန်ရှိန် ရှိန်ရှိန်နဲ့ တက်လာတာတွေကို မှတ်နေရာမှာ မှတ်လို့ကလဲ အလွန်ကောင်းနေတုန်း မိုက်ကနဲ သတိလစ်သလို ဖြစ်သွားပြီးတော့ ဟာတာ ရှင်းတင်းကြီးဖြစ်ပြီး ကြည်နေတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ဘာမျှ အထူးမှတ်စရာ မရှိဘူး။ စိတ်တွေက အလွန်ကြည်လင် အေးချမ်းပြီး နေလိုက်တာဟာ တစ်နာရီလောက် ကြာမယ် ထင်တာပဲ။ မဖျက်မချင်း မပျက်ဘူး။ ကြည်လင်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်ဟာ ကပ်ခနဲ ကပ်ခနဲ အတွဲလိုက် ဖြစ်ပြီးတော့ ပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက်နဲ့ သိသိနေတဲ့ အခါမှာ ဘုရားကိုကြည့်သို့တဲ့ စိတ်တွေဟာ ရှေးကလို မဟုတ်ပဲ အလွန်အကဲ ဖြစ်လာတယ်။ ဒါနဲ့ ဘုရားကို ခဏခဏ ရှိခိုးချင် ကန်တော့ချင် နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ရုပ်နာမ် တရားတွေကို မမြဲဘူးလို့ ဘုရားက ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း ပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက်နဲ့ မမြဲတာကို ယခု သိနေရတာပဲ။ မြတ်စွာဘုရားဟာ အလုံးစုံကို အမှန်အတိုင်း သိတော်မူတာ ဟုတ်ပါပေမယ့်လို့ အောက်မေ့ ပြီးတော့ ကြည့်သို့တဲ့ စိတ်တွေ အများကြီး ဖြစ်လာတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ယခု အားထုတ်ရတဲ့ တရားကမ္မ တရားလမ်းမှန်ပဲ။ ယခုအတိုင်း မပျက်မကွက်ပဲ ဆက်လက်ပြီး နှစ်ရှည် လများ တစ်သက်လုံး အားထုတ်သွားရလျှင် သိပ်ကောင်းမှာပဲ။ ယခု ရက်အနည်းငယ်လောက် အားထုတ်ရတာတောင် ဒါလောက် ကောင်းနေသေးတာပဲ သန္နိဋ္ဌိကတရား မှန်ပါပေတယ်လို့ တရားလုပ်ငန်းအပေါ်မှာ အများကြီး ကြည်ညိုလာတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ဒီတရားကိုတော့ ကောင်းကောင်း ကြည်ညိုတတ်ပါပြီ။ ယုံကြည်တတ်ပါပြီ။ ဖောင်းတာ ပိန်တာ ကွေးတာ ဆန့်တာကို မှတ်ရုံနဲ့ ဝိပဿနာ မဖြစ်ဘူး အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တကို မသိနိုင်ဘူးလို့ ပြောတဲ့သူတွေဟာ သူတို့က မသိလို့ ပြောနေကြတာပဲ။ ဒီတရားကိုတော့ ကြိုက်ပြီ။ သေသေ ကြေကြေ အားထုတ်တော့မှာပဲ။ တစ်သက်လုံး အားထုတ် သွားတော့မှာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “တရားကို အားမထုတ်ပဲနဲ့ ကျမ်းဂန်ထဲက ဆိုတဲ့အတိုင်း သိရုံ သဘောကျရုံနဲ့ ကိစ္စပြီးတယ်လို့ ပြောဟောနေတာဟာ မှားနေတာပဲ။ ဒီလို အားမထုတ်ပဲနဲ့တော့ ရုပ်နာမ် တရား အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ တရားတွေကို အမှန်အတိုင်း မသိနိုင်တာပဲ။ အားထုတ်မှ အမှန်အတိုင်း သိပြီး ကိလေသာ ငြိမ်းနိုင်တာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အလျင်ကတော့ တရား အားထုတ်နေတဲ့ သူတွေကို ယခုလောက် မကြည်ညိုတတ်ဘူး။ ယခုတော့ အားထုတ်နေတဲ့ သူတွေကိုလဲ အများကြီး ကြည်ညိုလာတာပဲ။ ကိုယ်တောင်မှ ပျင်းရိတဲ့ စိတ်တွေ ပျောက်သလောက် ဖြစ်ပြီးတော့ အသိတွေ အများကြီး တိုးလာသေးတာပဲ။ ဒီတရားကို အားထုတ်သွားကြတဲ့ သူတွေဟာလဲ ကိုယ်လိုပဲ မပျင်းမရိ အားထုတ်ပြီးတော့ အဖြစ်အပျက်ကို ကောင်းကောင်း သိသွားကြမှာပဲလို့လဲ ယုံကြည်တယ်။ ဒီလိုသိပြီးတော့ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် တရားထူးကို ရရသွားကြတာ နေမှာပဲလို့လဲ ယုံကြည်တယ်။ ယုံကြည်တဲ့အတွက် အားထုတ်တဲ့သူတွေကို တော်ကြပါပေတယ် လို့လဲ ကြည်ညိုချီးမွမ်းမိတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ဒီလို တရားထူးတွေကို ဘယ်တော့ကမျှ မသိခဲ့ရပါပဲနဲ့ ယခု မှတ်နေရုံမျှနှင့် ရုပ်နာမ်တွေ၊ အဖြစ် အပျက်တွေ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတွေကို အမှန်အတိုင်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိရတာဟာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် တွေ့ရပေ လို့ပဲ။ အကယ်၍များ မတွေ့ရလျှင်တော့ ဒီတရားတွေကို ငါတို့ သိရမှာမဟုတ်ဘူး။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကလဲ ခက်ခဲနက်နဲတဲ့ ဒီတရားနည်းလမ်းကို နည်းယူအားထုတ်ခဲ့ပြီးတော့ ငါတို့ နားလည်အောင် ဟောပြော ညွှန်ပြပေလို့ ငါတို့မှာ အားထုတ်ပြီး တွေ့ရသိရတာပေပဲလို့ အောက်မေ့ပြီးတော့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးအား ကြည်ညိုတဲ့စိတ်တွေ ခဏခဏ အများကြီးဖြစ်နေတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။

ထို့ပြင်လဲ..... “တစ်နေ့လုံး တစ်ညလုံး ငါတို့ အားထုတ်နေရာမှာ ဖြစ်ပျက်ပုံ တွေ့ပုံသိပုံတွေကို ဆရာများက တစ်နေ့ တစ်ကြိမ် လာလာပြီးမေးတော့ ငါတို့ကဖြင့် စေ့စေ့စုံစုံ နေရာတစ်ကျဖြစ်အောင် ကိုယ်တိုင်တောင် မပြောနိုင်ဘူး။ ဒါပေမယ့် ဆရာများကတော့ ငါတို့ မပြောပဲ ချန်ထားတာတွေကိုတောင် သိသိနေတာပဲ။ ငါတို့ မှတ်မိတာ မမှတ်မိတာတွေကိုလဲ သူတို့က သိနေတာပဲ။ အကုန်လုံး သိနေတာချည်းပဲ။ ဒီတရားလမ်းစဉ်အတိုင်း သူတို့က အကုန်လုံး အားထုတ်ပြီးတော့ သေသေချာချာ သိပြီးဖြစ်တဲ့အတွက် ငါတို့ဖြစ်ပုံတွေကို အကုန်လုံး သိနေကြတာပဲ။ အလွန်ကြည်ညိုစရာကောင်းတဲ့ ဆရာတွေပါပဲ။ တော်ကြပါပေတယ်။ ငါတို့ကမှားနေယင်လဲ ပြင်ပေးကြပေတယ်။ နားမလည်ယင်လဲ နားလည်အောင် သည်းခံပြီး ဟောပြော ပေးကြပေတယ်။ တရားတိုးတက်အောင်လဲ အမြဲစောင့်ရှောက် ညွှန်ပြပေးကြပေတယ်။ သူတို့ကသာ ဟောပြောပြုပြင်မပေးလျှင် ငါတို့နေရာကျအောင် အားထုတ်လို့ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အလွန်ကျေးဇူးများတဲ့ ဆရာတွေပါပဲ။ ဘယ်လိုများ ကျေးဇူးဆပ်ရပါ မည်လဲ။ တတ်နိုင်တဲ့ဘက်က တစ်နည်းနည်းနဲ့တော့ ကျေးဇူးဆပ်ဦးမှပါပဲ” ဤသို့ စသည်ဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းစစ် ဆရာများအပေါ်၌ အလွန်ကြည်ညိုတဲ့စိတ်တွေ များနေပုံကိုလဲ ပြောတတ်၏။

ထို့ပြင်..... “ဆရာ့ကို ကြည်ညိုလွန်းလို့ ဆရာ့ရုပ်ပုံက ခဏ ခဏ ပေါ်လာတဲ့အတွက် မြင်တယ် မြင်တယ်လို့ ခဏ ခဏ မှတ်နေရတယ်။ စိတ်က ဆရာ့ဆီကို ခဏ ခဏ သွားသွားနေလို့ ကြည်ညိုတယ် ကြည်ညိုတယ်လို့ ခဏ ခဏ မှတ်နေရတယ်” ဤသို့ စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ငါတို့မှာတော့ ကိုယ်တိုင်အားထုတ်လို့ အထိုက်အလျောက် သိရပေပြီ။ ဒီတရားကို ဒီလိုအားထုတ် ရတယ်လို့မျှ မသိရပဲ သေသေ သွားရှာကြတဲ့ မိဘဆွေမျိုးများမှာ ဘာမျှ သိမသွားရှာကြဘူး။ ယခုနေအခါများ သူတို့ရှိကြမယ် ဆိုလျှင် သူတို့လဲ အားထုတ်ကြမှာပဲ။ ယခုတော့ သေပြီးသားဖြစ်ကုန်လို့ သူတို့မှာ အားမထုတ်ရှာကြရဘူး။ အဖိုးတန် တရားတွေကို မသိရှာကြရဘူးလို့ အောက်မေ့ပြီးတော့ ဝမ်းနည်းလာတယ်။ တော်တော်ကြာတော့ မျက်ရည်များ ကျလာပြီးတော့ ငိုတောင်မှ ငိုမိသေးတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။

ထို့ပြင်..... “အားထုတ်ရသေးတဲ့ ဆွေမျိုးမိဘ အပေါင်းအသင်းတွေကို အားထုတ်ဖြစ်အောင် ဘယ်လို ဟောပြော တိုက်တွန်းရပါမည်လဲ၊ ငါဟောပြော လိုက်လျှင်တော့ သူတို့ မနေနိုင်ပါဘူး၊ ထွက်ပြီးတော့ အဟုတ် တကယ်တမ်း အားထုတ်ကြမှာပါပဲ” ဤသို့ စသည်ဖြင့် တရားဟောပြော တိုက်တွန်းရန် ခဏခဏများစွာ ကြံစည်မိကြောင်းကိုလဲ ပြောတတ်၏။ (မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ ဧကန်ရောက်ကြောင်း တရားဟု ယုံကြည်သော သဒ္ဓါလွန်ကဲစွာဖြစ်၍ ဤသို့ပြောကြပေ သည်)။ **အမိမောက္ခ ဥပက္ကံိ လေသကို ပြောပုံများပေတည်း။**

ရှေးကတော့ ဘုရား တရား သံဃာ ဆရာသမားများ အပေါ်မှာ ယခုလို မကြည်ညိုတတ်သေးဘူး၊ ယခုမှ ကောင်းကောင်းကြည်ညို တတ်တယ်လို့ အောက်မေ့ပြီးတော့ ကြည်ညိုတတ်တာကိုပင် ဝမ်းသာနေတော့တာပဲ၊ ကြည်ညိုတာက ကုသိုလ်တရားပဲ မဟုတ်လား၊ ကောင်းတာပဲ မဟုတ်လား၊ သူ့ကို ဘာဖြစ်လို့ ပျောက်သွားအောင် မှတ်ရမှာလဲ ဒီလို ကြည်ညို တာကို ဖြစ်လာအောင် တမင်တောင်မှ လုပ်ရသေးတာပဲ၊ ဆရာတို့ဟာက ဘာဖြစ်ဖြစ် ပျောက်အောင် မှတ်ရမယ်လို့ချည်း ပြောတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ယခုမှ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း စိတ်ကြည်လင်လာလို့ ဝမ်းသာရတယ်၊ စိတ်ကအလွန်ကြည်ပြီး အလွန်ကို ကောင်းနေတာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (တဏှာစွဲကို ပြောသည်။)

သူများမှာတော့ ငါ့မှာလောက် ထက်ထက်သန်သန် ကြည်ညိုမှ ဖြစ်မည် မထင်ပါဘူး၊ ငါဟာ သူများထက် သဒ္ဓါ အားကြီးနေတာပဲဟု ထင်တတ်၏။ (မာနစွဲ ပေတည်း။)

ငါ့မှာ သဒ္ဓါတရားတွေ ပြည့်စုံနေတာပဲ၊ ငါ့စိတ်က သိပ်ကြည်လင်နေတာပဲ၊ ငါဟာ ကောင်းကောင်း ကြည်ညိုတတ် ပါပြီဟု ထင်တတ် ပြောတတ်၏။ (ဒိဋ္ဌိစွဲ ပေတည်း။)

စိတ်ကြည်လင် နေတာဟာ တရားထူးပဲ၊ တရားထူး တွေ့တယ်ဆိုတာဟာ ဒီလို စိတ်ကြည်လင်နေတာပဲ ထင်ပါရဲ့၊ တရားထူးရလို့ မတုန်မလှုပ် ကြည်ညိုနေတာ ယုံကြည်နေတာပဲဟု ထင်တတ်၏။ (မဂ်မှားကို စွဲလမ်းသည်။)

ပဂ္ဂဟ မည်သော ဝီရိယ..... အချို့ကလဲ “ရှေးကတော့ တမင်ကြောင့်ကြစိုက်ပြီး မှတ်နေတာတောင်မှ တယ်မကောင်း လှဘူး၊ ယခုတော့ သိပ်လဲ ကြောင့်ကြ မစိုက်ရပါပဲနဲ့ ပေါ်လာသမျှတွေကို အစဉ်အတိုင်း မှတ်နိုင်နေတာချည်းပဲ၊ အားထုတ်မှုက လျော့သွားတယ်လဲ မရှိဘူး၊ ကောင်းမြဲပင် ကောင်းနေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်စရာ အာရုံအမျိုးမျိုးကို ရှုမှတ်အားထုတ်နေရတာက အလွန်ကောင်းနေတာပဲ၊ ပျင်းရိမှုဆိုလျှင် လုံးလုံး မရှိတော့ဘူး၊ မမှတ်ပဲ မနေနိုင်တာလိုပဲ တမှတ်ထဲ မှတ်မှတ်ပြီးတော့သာ နေချင်တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ယခုတော့ အလျင်ကလို မဟုတ်ဘူး၊ အားထုတ်မှု ဝီရိယတွေက တိုးလာတယ်၊ နားနေတယ်လို့ကို တယ်မရှိတော့ဘူး၊ တိုးတိုးပြီးတော့သာ အားထုတ်ချင်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (ပဂ္ဂဟ ဥပက္ကံိလေသကို ပြောသည်။)

အလွန်လဲ ကြောင့်ကြ မစိုက်ရပဲနှင့် ပျင်းရိမှုလဲ မရှိမူ၍ အစဉ်မပြတ် မှတ်နေနိုင်ခြင်း ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားထုတ် နိုင်ခြင်းများကို နှစ်သက်သဘောကျနေလျှင် တဏှာစွဲဖြစ်၏။

သူများအားထုတ်တာထက် ငါအားထုတ်တာက သာလွန်သည်၊ ငါကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားထုတ်တဲ့ လူတော့ရှိမည် မထင်ပါဘူးဟု ထင်တတ်ပြောတတ်၏။ မာနစွဲပေတည်း။

ငါဟာ မပြတ်အားထုတ်နေတာပဲ၊ ပျင်းရိမှု ကင်းနေတာပဲ၊ ငါ့မှာ အားထုတ်မှု ဝီရိယနှင့် ကောင်းကောင်း ပြည့်စုံနေတာပဲဟု ထင်တတ် ပြောတတ်၏။ ဒိဋ္ဌိစွဲပေတည်း။

မပြတ်အားထုတ် နေနိုင်တာကို တရားထူး ဟူ၍၎င်း တရားထူးရလို့ ပျင်းရိမှု ကင်းပြီး မပြတ်အားထုတ်နိုင်သည် ဟူ၍၎င်း၊ ထင်လျှင်မဂ်မှားကို စွဲလမ်းမှု ပေတည်း။

ဥပေက္ခာ အချို့ကလဲ “အစတုန်းကတော့ သေသေချာချာ စူးစိုက်ပြီး မှတ်နေတာတောင်မှ မှတ်ရမည့် အာရုံတွေကို တဲ့တဲ့မတ်မတ် မမှတ်နိုင်ခဲ့ဘူး၊ လွတ်လွတ်သွားတာက များနေခဲ့တာပဲ၊ ပိုင်းပိုင်း ခြားခြားလဲ မသိနိုင်ခဲ့ဘူး၊ ယခုတော့မှတ်ရမည့် အာရုံကလေးများက အပေါ်လိုက် အပေါ်လိုက်နှင့် ဒီကအမှတ်လိုက် အမှတ်လိုက်နဲ့ဟာ အထူးကြောင့်ကြ မစိုက်ရပဲ တဲ့တဲ့သွားတာပဲ၊ အလွတ်ကို မရှိတော့ဘူး၊ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီလဲ ပိုင်းခြား ပိုင်းခြားပြီး သိသိသွားတာပဲ၊ အသံ အမျိုးမျိုးကိုများ မှတ်လိုက်တော့ ဟိုက အသံကလေးတွေက ပြီးပြီးသွားတာနဲ့ ဒီက အမှတ်ကလေးတွေက ပြီးပြီးသွားတာဟာ သူပြီး ကိုယ်ပြီးချည်း ဖြစ်ဖြစ်သွားတာပဲ၊ အလျင်ကတော့ အစအဆုံး အဖြစ်အပျက်တွေ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတွေကို တွေးမိ

ဆင်ခြင်မိသေးတယ်။ ဆင်ခြင်ပေမယ်လို့ ရှင်းရှင်း လင်းလင်း မသိခဲ့ဘူး။ ယခုတော့ မတွေးရ မစဉ်းစားရပဲနှင့် မှတ်ရုံ မှတ်ရုံကလေးနှင့်ပင် အစအဆုံးဖြစ်မှု ပျက်မှု ပေါ်မှု ပျောက်မှု ကလေးတွေ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတွေကို ရှင်းကနဲ ရှင်းကနဲ သိသိသွားတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (အာဝဇ္ဇနုပေက္ခာ ဝိပဿနုပေက္ခာတို့ကို ပြောသည်။)

အချို့ကလဲ “ယခု မှတ်နေရတာက ရှေးကလို မကောင်းဘူးလို့လဲ မထင်ဘူး။ ကောင်းလိုက်တာလို့လဲ မပြောလောက်ဘူး။ ပျင်းစရာလဲ မဟုတ်ဘူး။ ပျော်စရာလို့လဲ မပြောလောက်ဘူး။ နှစ်သက်စရာ ဝမ်းသာစရာလို့လဲ မဆိုလောက်ဘူး။ မုန်းစရာ ဝမ်းနည်းစရာလဲ မဟုတ်ဘူး။ သာယာစရာ မသာယာစရာတွေကို ဘာမျှ မတွေ့ပဲနဲ့ အမှတ်ကလေး တွေချည်း သက်သက်ကောင်းနေတာပဲ။ ကွက်ကွက် ကွင်းကွင်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်းနဲ့ ဖြစ်ပြီးတော့ ငြိမ်ငြိမ် သက်သက်ကလေး ကောင်းနေတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ (တတြမဇ္ဈတ္တတာ ဥပေက္ခာကို ပြောသည်ဟု ယူသင့်၏။)

ထိုသို့မှတ်၍ ကောင်းနေတာကို သာယာ သဘောကျလျှင် တဏှာစွဲ ဖြစ်၏။

ငါ့မှာသာ ဒီလို ကောင်းနေသည်ဟု ထင်လျှင် မာနစွဲဖြစ်၏။

ငါဟာ အထူးကြောင့်ကြမစိုက်ရပဲနဲ့ လျစ်လျူပြု၍ မှတ်နေနိုင်သည်ဟု ထင်လျှင် ဒိဋ္ဌိစွဲဖြစ်၏။

အထူးကြောင့်ကြ မစိုက်ရပဲ ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်နှင့် မှတ်နိုင်တာကိုပင် တရားထူးဟူ၍၎င်း၊ တရားထူးရ၍ ဤသို့မှတ် နေနိုင်သည် ဟူ၍၎င်း ထင်လျှင် မဂ်မှားကို စွဲလမ်းမှုပေတည်း။

နိကန္တိ အချို့ကလဲ “ယခုတော့ သွက်သွက် သွက်သွက်နဲ့ အမှတ်ကလေးတွေက မြန်ပြီး ကောင်းလာလို့ အားထုတ်ရတာ အထူးပဲပျော်လာတယ်။ အလင်းရောင်တွေကို တွေ့ရလို့ စိတ်တွေတက်ကြွပြီးတော့ အထူးပျော်လာတယ်။ မှတ်ရတာ ပျော်လွန်းလို့ ယခုဖြင့် တမှတ်ထဲ မှတ်ပြီးတော့သာ နေချင်တော့တာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်နေရတာ ပျော်စရာကောင်းတယ်လို့ သူများပြောတာကို အလျင်က နားမလည်ဘူး။ ပင်ပန်းနေတာပဲ။ ပျင်းစရာပဲလို့သာ အောက်မေ့မိခဲ့တယ်။ ယခုတော့ သိပါပြီ။ တကယ်ကို ပျော်စရာကောင်းတာပဲ။ တရားနှင့် ဘာဝနာနှင့် ကောင်းကောင်း ပျော်တတ်ပါပြီ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်လို့လဲ အလွန်ကောင်းပြီးတော့ အရောင် အလင်းတွေကိုလဲ တွေ့ရလို့ အလွန်ပျော်နေတော့တာပဲ။ ရှေးရှေး ဘယ်တော့ကမျှ မတွေ့ရဘူးတဲ့ စည်းစိမ်ချမ်းသာတွေနဲ့ ယခုမှ တွေ့ပြီး ခံစားနေရတာ ဝမ်းသာပျော်ရွှင်နေတာကို ဆရာတို့က ဘယ်လိုပဲ ပြောပြော ပျောက်သွားမှာတော့ စိုးရိမ်နေတာပဲ။ နှမြောနေတာပဲ။ ဒီလို ဝမ်းသာနေတာ ပျော်နေတာ ကိုတော့ ပျောက်အောင် မမှတ်ပဲနဲ့ ခံစားပြီးတော့သာ နေချင်တာပဲ။ တစ်ရက်လောက်တော့ နေပါရစေဦး” ဤသို့စသည်ဖြင့် ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အလင်းရောင်တွေကိုလဲ တွေ့ပြီးတော့ အာရုံအမျိုးမျိုးကို ရှုမှတ်လို့ ကောင်းနေရာမှာ အေးငြိမ်းပြီးတော့ အလွန်အမင်း နေကောင်းသွားတယ်။ ဒီတော့ စိတ်ထဲက ပျော်ပြီး မှတ်မယ်လို့ စဉ်းစားလိုက်တော့ မှတ်စရာဆိုလျှင် ဘာမျှ မရှိတော့ပဲ အမှတ်တွေ ကုန်နေတာကို တွေ့ရတယ်။ ဒါနဲ့ဟာ ... ငါတော့ အမှတ်တွေ ကုန်သွားပြီ။ ဆုံးသွားပြီ။ ပြီးသွားပြီ။ ငါ့မှာ အလုပ်လုပ်ဖို့ မရှိတော့ဘူးလို့ အောက်မေ့ပြီးတော့ အတူနေ ပုဂ္ဂိုလ်များကိုသာ တိုက်တွန်းနေရတော့တာပဲ။ မင်းတို့ အားလုံးပဲ ဝီရိယကို မလျှော့ကြနှင့်။ ငါလို ဖြစ်အောင် မအိပ်မနေ အသေအလဲ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်ဆိုပြီးတော့ ကြီးကြီးစားစား အားထုတ်ကြစမ်းပါလို့ တိုက်တွန်းနေရတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (နိကန္တိ ဥပက္ခိလေသကို ပြောပုံများပေတည်း။)

အထက်ပါ စကားတို့တွင် အမှတ်ထဲ၌ ပျော်နေတာကိုပင် သဘောကျ၍ ပြောသော စကားများသည် တဏှာစွဲကို ပြောခြင်းများပေတည်း။

အမှတ်ထဲမှာ ငါလောက် ပျော်တဲ့လူ ရှိမည် မထင်ပါဘူး စသည်ဖြင့် အောက်မေ့လျှင် မာနစွဲဖြစ်၏။

ငါဟာ ဘာဝနာနှင့် အမှတ်နှင့် ပျော်နေတာပဲ စသည်ဖြင့် ထင်လျှင် ဒိဋ္ဌိစွဲဖြစ်၏။

အမှတ်ထဲမှာ ပျော်မွေ့နေတာကို တရားထူး ဟူ၍၎င်း၊ တရားထူးရလို့ အမှတ်ထဲမှာ ဒါလောက် လွန်လွန်ကဲကဲ ပျော်မွေ့နေသည် ဟူ၍၎င်း ထင်ခြင်းသည် မဂ်မှားကို စွဲလမ်းမှုပေတည်း။

- (၁) ပေါ်လာသမျှ အာရုံတို့ကို မလွတ်ရအောင် လျင်မြန်စွာ မှတ်နိုင်ခြင်း-**သတိတရား။**
- (၂) ပေါ်လာသမျှ အာရုံတို့ကို လျင်မြန်စွာမှတ်လျက် ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိခြင်း **ဉာဏ်တရား။**
- (၃) ထင်ရှားစွာ တွေ့မြင် ရသော အလင်းရောင်-**သြဘာသတရား။**
- (၄) ဖျိုးဖျိုး ဖျဉ်းဖျဉ်း စိမ့်စိမ့် စိမ့်စိမ့် ငြိမ့်ငြိမ့် ငြိမ့်ငြိမ့် အတွေ့ထူးများနှင့်တကွ မှတ်သိရတဲ့ အာရုံ၌ အားရ နှစ်သိမ့်ခြင်း-**ပီတိတရား။**
- (၅) ကိုယ်ထဲ စိတ်ထဲ၌ ကြောင့်ကြစိုက်လျက် တက်ကြပျံ့လွင့်ခြင်း စသော ပူပန်မှုအလုံးစုံ ကင်း၍ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ငြိမ်းအေးခြင်း-**ပဿဒ္ဓိတရား။**
- (၆) စိတ်ထဲကလဲ အလွန် အကဲ ဝမ်းသာ၍ ကိုယ်ထဲကလဲ အလွန်ပင် နေကောင်းလျက် ချမ်းသာခြင်း-**သုခတရား။**
- (၇) ရှုမှတ်သော စိတ်၏ အလွန်ကြည်လင်ခြင်းနှင့်တကွ ဘုရား စသည်တို့၌ အလွန်ကြည်ညိုခြင်း-**သဒ္ဓါတရား။**
- (၈) အလွန်လဲ ကြောင့်ကြမစိုက် ပျင်းရိ လျော့လျဉ်းခြင်းလဲ မရှိမူ၍ မနစ်မဆုတ် မယုတ်မလွန် ညီမျှစွာ အားထုတ်မှု-**ဝီရိယတရား။**
- (၉) ရှုမှတ်သင့်သော ပစ္စုပ္ပန်အာရုံများကို တဲ့တဲ့မတ်မတ် ရှုမှတ်မိ စေရန်၎င်း၊ အဖြစ်အပျက် စသည်တို့ကို ရှင်းလင်းစွာ သိရန်၎င်း၊ အထူးကြောင့်ကြမစိုက်ရတော့ပဲ သူ့အလိုလို အချိုးတကျဖြစ်လျက် ပေါ်ရာ ပေါ်ရာကို တဲ့တဲ့ မတ်မတ် ရှုမိ၍ ရှင်းလင်းစွာ သိခြင်းနှင့်တကွ ချစ် မုန်း ကင်းပလျက် အညီအမျှ ရှုနိုင်ခြင်း-**ဥပေက္ခာတရား။**
- (၁၀) ဘာဝနာ လုပ်ငန်းထဲ၌ ပျော်ပိုက်နေသည်ဟု ထင်ရသော ဘာဝနာ၌ ငြိကပ် တွယ်တာ သာယာ သဘောကျမှု-**နိကန္တိတရား။**

ဤဥပက္ခိလေသ တရား ၁၀-ပါးတို့ကို ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်အများတို့ ပြောလေ့ရှိသော အစဉ်အတိုင်း ဤမှတ်တမ်း၌ ဖော်ပြထားသည်။ အထူးကား အလွန်ကျယ်ဝန်းသော အသိဉာဏ် ဖြစ်ပုံကိုကား သဒ္ဓါနှင့်တွဲ၍ နောက်မှလဲ ပြောတတ်၏။

ဤဥပက္ခိလေသ ၁၀-မျိုးတို့တွင် အချို့က ၂-မျိုး ၃-မျိုးလောက်ကိုသာ ထင်ရှားတွေ့၍ ပြောတတ်သည်။ အချို့ကလဲ လေး ငါး ခြောက်မျိုး ခုနစ်မျိုးလောက်ကိုသာ ထင်ရှားတွေ့၍ ပြောတတ်သည်။ အချို့ကလဲ ရှစ်မျိုး ကိုးမျိုးလောက်ကိုသာ ထင်ရှားတွေ့၍ ပြောတတ်သည်။ အချို့ကမူကား ၁၀-မျိုးလုံးကိုပင် ထင်ရှားတွေ့၍ ပြောတတ်ပေ၏။ အများအားဖြင့် ၁၀-မျိုးလုံးကိုပင် တွေ့တတ်ပေ၏။ သို့သော်လဲ တွေ့သမျှတို့ကို အသီး အသီး ကွဲပြား ထင်ရှားအောင်ကား မပြောနိုင်သည်လဲ ရှိတတ်၏။ အနည်းငယ်မျှကိုသာ တွေ့သောသူမှာ အတော်အတန် သိသာရုံမျှသာ ဝမ်းသာ တက်ကြွသော စိတ် ဖြစ်တတ်၏။ ရှုမှတ်မှုကိုများစွာ မပျက်စေနိုင်၊ ဥပက္ခိလေသာများစွာတို့ကို အလွန်အကဲ အထင်အရှား တွေ့ရသော သူများမှာမူကား နှိမ်၍ ထိန်းချုပ်၍ မရနိုင်အောင် အလွန်အကဲဝမ်းသာ တက်ကြွသော စိတ်များ များပြားကြာမြင့်စွာ ဖြစ်နေတတ်၏။

ဥပက္ခိလေသတို့ကို တွေ့ရ၍ ဝမ်းသာအားရနှင့် ပြောသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ပြောပုံမှတ်ပုံနှင့် အတွေ့တို့ကို ဆရာများက စေ့စေ့စပ်စပ် နားထောင်မှတ်သားပြီးလျှင် အနည်းငယ်မျှကိုသာ တွေ့ရ၍ မတက်ကြွလှသောသူအား သဒ္ဓါ ဆန္ဒ ဝီရိယ တိုးတက်အောင်လဲ အားပေးဟောပြောရာ၏။ များစွာတို့ကို တွေ့ရ၍ ဖြစ်စေ အတော်အတန်ကို တွေ့ရ၍ဖြစ်စေ၊ အလွန်ဝမ်းသာ တက်ကြွနေသော သူတို့ကိုမူကား ထိုသူတို့၏ အတွေ့အပြော အားလျော်စွာ အနည်းငယ် အားပေးသင့်သောသူ ဖြစ်လျှင် နဲ့နဲ့လောက် ချီးမြှောက်၍ များများ နှိမ်ချလျက် ပြောဟောရာ၏။

ဟောပြောပုံကား ကြီးကြီးစားစား ရှုမှတ်လာခဲ့တဲ့အတွက် အခု သမာဓိအား ဉာဏ်အား ကောင်းလာလို့ ဒီလို တွေ့ရတာဖြစ်ကြောင်း၊ ဒီကနောင်မှာ ရှုမှတ်၍ ကောင်းသွားတော့မည် ဖြစ်ကြောင်းများကို ပြောပြပြီးလျှင် ဤမျှလောက်နှင့်

အလွန်ဝမ်းမသာလောက်သေးကြောင်း၊ ယခုမှ ကောင်းတော့မယ်လို့ အစပြုကာမျှသာ ရှိသေးကြောင်း၊ နောင်မှာ တွေ့ရမည့် အကောင်းတွေ များစွာပင်ရှိသေးကြောင်း၊ အဖိုးတန် ကျောက်ကောင်းတွေ များစွာရှိတဲ့ တောင်မှ ထားသွေးကျောက်ကိုသာ ကောက်ယူသွားသော ယောက်ျားမိုက်ကဲ့သို့ မပြုအပ်ကြောင်း၊ ဤမျှလောက် အသိဉာဏ်ကို မိန်းကလေးများပင် သုံးလေးရက် အတွင်းမှာ ရောက်နိုင်ကြောင်း၊ ဝမ်းသာမှု နှစ်သက်မှု သဘောကျမှုများမှာ ကိလေသာများဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းတို့ကို လက်ခံ မထားသင့်ကြောင်း၊ ဤမျှလောက်အသိဉာဏ်ကိုလဲ မှတ်လိုသာ ရောက်လာကြောင်း၊ ဤဉာဏ်ထက် မြင့်သော အသိဉာဏ်များ ကိုလဲ မှတ်မှသာလျှင် ရောက်နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ဤသို့ စသည်ကို ထိုပုဂ္ဂိုလ် သဘောကျ ကျေနပ်သွားသည်တိုင်အောင် စွမ်းနိုင်သမျှ ပြောဟော၍ ဝမ်းသာမှု စသည်ကိုလဲ ဘာတစ်ခုမျှ မလွတ်အောင် ပြင်းထန်သော ဝီရိယဖြင့် အတင်းမှတ်သွား ပါဟု တိုက်တွန်းပြောဟောအပ်၏။ အလွန်တက်ကြွနေသဖြင့် အားပေးရန် မလိုသောသူကိုကား နှိမ်ချ၍သာလျှင် ပြောဟော ပြီးလျှင် ပေါ်လာသမျှကို မလွတ်ရအောင် ပြင်းထန်သော ဝီရိယဖြင့် မှတ်ရုံ မှတ်ရုံမျှသာ အတင်းမှတ်သွားရန် တိုက်တွန်း ပြောဟောအပ်၏။

ဤဥပက္ခိလေသအရာ၌ အမှတ် မလွတ်စေရန် စဉ်းစားကြံစည်မှု မရှိစေရန် အထူးသတိပေးပါကုန်၊ လုံးလုံး မမှတ်နိုင်လောက်အောင် အလွန်အကဲ ဝမ်းသာနေသော သူကိုမူကား အိပ်ပျော်သွားအောင် အိပ်ပါစေ၊ အိပ်ရာကနိုးမှ တဖန် မပြတ် ရှုမှတ်အားထုတ်ပါစေ။

တမဂ် တဖိုလ်ကို ရပြီဟု အထင်ရောက်၍ အားရ တင်းတိမ်နေသော သူအား “မှတ်နေရတာ ဝမ်းသာနေတာ ချမ်းသာနေတာ ပျော်နေတာများဟာ သင်္ခါရတရား ဟုတ်မဟုတ်” မေးကြည့်ပါ။ သင်္ခါရ ဟုတ်ကြောင်းကို ဝန်ခံလျှင် “သင်္ခါရ ဟုတ်သမျှမှာ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်း ရှိတာချည်းပဲ၊ မမြဲတာချည်းပဲ”ဟု ပြောပြပြီးလျှင် မမြဲတဲ့သင်္ခါရကို ရကာမျှနှင့် အားမရ သင့်ကြောင်း၊ သင်္ခါရငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်သို့ မရောက်မချင်း မပြတ်အားထုတ် သွားသင့်ကြောင်းများကိုလဲ ပြောဟော၍ တိုက်တွန်း ရာ၏။

အချို့က အမှတ်ကောင်းနေစဉ်မှာ သတိလစ်သလို ဖြစ်သွားပြီးလျှင် တစ်ဖန် အမှတ်ကောင်းမြဲပင် ကောင်းနေသည်ကို တကြိမ်မျှဖြစ်စေ အကြိမ်များစွာဖြစ်စေ တွေ့ရ၍ “မှတ်နေရတာက ဝိပဿနာပဲ မမှတ်ရပဲ ရပ်နေတာက မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ပဲ” ဟု ကိုယ်တိုင် ဉာဏ်ဖြင့်ဖြစ်စေ သုတဖြင့်ဖြစ်စေ ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် အားရ တင်းတိမ်နေတတ်၏။ ထိုသို့သော သူအား ပီတိ အဟုန်ကြောင့်လဲ ဤသို့ သတိလစ်သလို ဖြစ်တတ်ကြောင်း၊ ဥပေက္ခာကြောင့်လဲ ဖြစ်တတ်ကြောင်း၊ သမာဓိ လွန်၍ ထိခမိဒ္ဓ ဝင်လာခြင်းကြောင့်လဲ ဖြစ်တတ်ကြောင်း၊ လွန်ကဲသော ပဿဒ္ဓိကြောင့်လဲ ထိုကဲ့သို့ ကြာမြင့်စွာဖြစ်လျက်၊ နေတတ်သေး ကြောင်းများကို ခွဲခြားပြောပြ၍ ဆက်လက်အားထုတ်ရန် တိုက်တွန်းရာ၏။

မိမိ အလိုလိုဖြစ်စေ ဆရာများ၏ ဟောပြောမှုကြောင့်ဖြစ်စေ “ဤမျှဖြင့် ကိစ္စမပြီးသေးဘူး၊ ဆက်လက်ပြီး အားထုတ်ရဦးမှာပဲ”ဟု သဘောကျ၍ မှတ်မြဲပင် မပြတ် မှတ်နေသောအခါ၌ ဥပက္ခိလေသတို့မှ လွတ်မြောက်လတ်သော် ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်နှင့် ရှင်းရှင်းလင်းလင်းသိလျက် အထူးပင် မှတ်၍ကောင်းလာ၏။ ထိုအခါ၌ အချို့က “အလျင်ကဟာတွေက ကောင်းတယ် ဆိုပေမယ်လို့ အကြမ်းစားတွေပဲ၊ လက်ငှေ့သတ်နေရတာပဲ၊ ယခုမှ အဟုတ်ကောင်းတာပဲ၊ မှတ်လိုက်တိုင်း မှတ်လိုက်တိုင်း ကွက်ခနဲ ကွက်ခနဲ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိသိသွားတာပဲ၊ စိတ်ကလဲ ဘယ်ကိုမျှ မရောက်တော့ပဲ မှတ်ရာ မှတ်ရာ အာရုံကလေးများ အပေါ်မှာသာ စူးစူးစိုက်စိုက် တည်တည်ကြည်ကြည် ဖြစ်နေတော့တာပဲ၊ အလျင်က မှတ်ကောင်းတာက ဘာမျှ မဟုတ်သေးပဲ ဟာပဲ၊ ဆရာများ ပြောတာကိုတောင် သဘောမကျလို့ ခုခံပြီး ငြင်းမိသေးတယ်၊ မှားပါပြီ၊ ယခုမှ ဆရာများကို ကျေးဇူးတင်မိတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

တစ်ရက် နှစ်ရက်စသည် ကြာသောအခါ၌ အချို့က “ရှုမှတ်ရတာဟာ တစ်ရက်ထက် တစ်ရက်တိုးပြီး ကောင်းကောင်းလာတယ်၊ အသိဉာဏ်တွေလဲ တိုးတိုးလာတယ်၊ ဖောင်းတာ ပိန်တာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကွေးတာ ဆန့်တာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ဝေဒနာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ပေါ်လာသမျှ အာရုံတွေကို ပေါ်လိုက် မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်နဲ့ချည်း တွေ့နေရတာပဲ၊ အလျင်ကတော့ တစ်ခြားက ရွှေရွှေ လာတယ်လို့လဲ ထင်ရတယ်၊ ယခုတော့ ဒီနေရာတွင်ပဲ ပေါ်လာတာကို ဒီနေရာတွင်ပဲ မှတ်လိုက်လျှင် ဒီနေရာတွင်ပဲ ပျောက်ပျောက်သွားတယ်၊ အလျင်ကတော့ တခြားနေရာသို့ ရွှေရွှေသွားတယ်လို့လဲ ထင်ရတယ် ယခုတော့ ဒီလို မဟုတ်တော့ဘူး ပေါ်ရာ ပေါ်ရာမှာပဲ မှတ်လို မှတ်ရာ မှတ်ရာတွင်ပဲ ပျောက်ပျောက် သွားတယ်လို့ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိသိနေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (ဤဉာဏ်ရင့်ကျက်လျှင် ဤအတိုင်းသိ၍ ဤအတိုင်းပင် အများအားဖြင့် ပြောတတ်၏။ မပြောပဲရှိလျှင် မေးမြန်း စုံစမ်းကြည့်ရာ၏။)

အချို့ကလဲ “မှတ်လိုက်တော့ ကောင်းပါရဲ့၊ အသိကလေးတွေလဲ ရှင်းပါရဲ့၊ ပေါ်လိုက် မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် ချည်းဖြစ်နေတာပါပဲ၊ ဒါပေမဲ့ မှတ်လို အတော်ကြာကြာ သွားလျှင် နားချင်လာတာနဲ့ ခဏ ခဏ နားနားနေမိတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

ဆုံးမပုံ ခဏ ခဏ အားရပြီးတော့ နားနားမနေနှင့်၊ နားချင်ပေမယ်လို့ ပေးပြီးတော့ အခါတိုင်းထက် ကြာရှည်စွာ မှတ်နေပါ။ အချိန်ကို တိုး၍တိုး၍ မှတ်ပါ။ ခဏခဏ နားနေလျှင် ဒီနေရာက မတိုးတက်ပဲ နေလိမ့်မည်ဟု ပြောကြားဆုံးမ အပ်၏။

ပေါ်တာ ပျောက်တာ ကလေးတွေက ရေပြင်ပေါ်မှာ မိုးရွာတော့ ပေါ်ပေါ်ပြီး ပျက်ပျက်သွားတဲ့ ရေပြက်ကလေးများ လိုပဲ လျှပ်ပြက် သလိုပဲ လျင်မြန်လိုက်တာပဲ စသည်ဖြင့် ဥပမာတင်၍လဲ အချို့က ပြောတတ်၏။

လိုရင်း အချုပ်ကား ပေါ်လာတိုင်းသော အာရုံအမျိုးမျိုးကို အစဉ်မပြတ် ရှုမှတ်နိုင်၍ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်တို့ ကပ်ခနဲ တွဲကနဲ ဖြစ်လျက် အပေါ်နှင့် အပျောက်-အစနှင့် အဆုံးဟူသော အဖြစ်နှင့် အပျက်တို့ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိမြင်ခြင်းသည် ဥပက္ကိလေသမှ လွတ်သော **ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် မည်၏။**

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အခန်းပြီး၏။

ဘင်္ဂိဉာဏ် အခန်း

ဤဉာဏ်အဆင့်၌ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ပြောပုံများကား အချို့က ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ထိုင်တယ် ထိတယ် စသည်ဖြင့် သဘောအာရုံ အမျိုးမျိုးကို သွက်သွက် သွက်သွက်နဲ့ အလွန်လျင်မြန်စွာ မှတ်လိုကောင်းနေရာမှ ဖျဉ်းကနဲ ဖျဉ်းကနဲ တစ်ခါနှစ်ခါလောက် ဖြစ်ပြီးတော့ ပိုက်ကွန် အဝတ်အထည်များနှင့် အုပ်လိုက်သလိုပဲ၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ခေါင်းဆီက စပြီးတော့ ဖုံးအုပ်သွားသလိုလဲ ဖြစ်သွားတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ခြေထောက်ဆီက စပြီးတော့ ဖုံးအုပ်ပြီးတက်လာသလိုပဲ ဖြစ်သွားတယ်။ ဥပမာကနဲ ဖြစ်ပြီးတော့ အကြည်ပြန်ကြီးကိုလဲ တွေ့ရတယ်။ ပြီးတော့ အာရုံတွေကလဲ ကျဲကျဲကြီး၊ အမှတ်တွေ ကလဲ ပေါ့ယုံယုံနဲ့ ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “သွက်သွက် သွက်သွက်နဲ့ အမှတ်တွေ အလွန်မြန်ပြီး အလွန်ကောင်းနေရာမှ အမှတ်တွေပြတ်ပြီးတော့ ကျဲတဲပေါ့ယုံကြီး ဖြစ်နေလို့ မှတ်မကောင်းပဲ ဖြစ်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အမှတ်တွေ အလွန်ကောင်းနေရာမှ ကျဲပြီးတော့ ဘာမျှ ရှာမတွေ့ပဲနဲ့ ကိုယ်ကောင်ကြီး ပျောက်နေလို့ မှတ်နေကျ အမှတ်ကလေးတွေကိုသာ မှတ်နေရတော့တာပဲ။ အာရုံနှင့် အမှတ်လဲ တွဲနေပါရဲ့။ ဒါပေမဲ့ မထင်တာလိုလို၊ ထင်တာလိုလိုနှင့် ဖြစ်ပြီးတော့ မှတ်ရတာက အားမရပဲနှင့် ပေါ့တော့ယုံတဲကြီး ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်ရတဲ့ အာရုံကလေးတွေမှာ ပေါ်လိုက် မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် တွဲတွဲ တွဲတွဲ ကပ်လို့ အလွန် မှတ်ကောင်းနေရာမှ ပေါ်ပေါ်လာတာကိုတော့ တစ်ခါတစ်ရံမှာသာ သိတော့တယ်။ ပျောက်ပျောက် သွားတာကိုချည်း တွေ့တွေ့နေတော့တာပဲ။ ကျဲတဲတဲလဲ ဖြစ်နေတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလို မကောင်းသွားတာ ပါလိမ့်မလဲလို့ မသိဘူး”ဟု ညည်းတွား၍ ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ရှုမှတ်နေရတာမှာ ဥပမာကတော့ ရေထဲကို ခဲလေးလေးနှင့် လှမ်းပြီး ပေါက်ပေါက်နေရတာလိုပဲ။ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ပေါ်လာတဲ့ အာရုံကလေးများဆီကို စိတ်ကလေးက ပြေးပြေးပြီး စူးစူးသွားသလို အပေါ်အပျောက် ကလေးတွေကို သိသိပြီး အလွန်အမှတ်ကောင်းနေရာမှ ပျက်သွားချင်တော့ ရေထဲကို နွားချေးချပ်ခဲနှင့် ပေါက်ရသလိုပဲ မှတ်ရတဲ့ အာရုံကလေးတွေက ဘာမျှမရှိတာလိုဖြစ်ပြီး ကျဲတဲပေါ့ယုံကြီး ဖြစ်သွားတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

ကျဲပုံပေါ့ယုံပုံက ဘယ်လိုလဲဟု မေးလျှင် “ထိတယ်လို့ ခြေထောက်ဆီသို့ မှတ်စိတ်ကို ပို့လိုက်လျှင် မှတ်စိတ်က ခြေထောက်ဆီတော့ ရောက်သွားတာပဲ။ ရောက်သွားပေမဲ့ ခြေထောက်ကိုလဲ မမြင်ရဘူး။ ခေါင်းဆီသို့ ပို့လိုက်ပြန်လျှင်လဲ ခေါင်းဆီတော့ ရောက်သွားတာပဲ။ သို့ပေမဲ့ ခေါင်းကိုလဲ မမြင်ရဘူး။ ထိုင်တယ်လို့ မှတ်လိုက်တော့လဲ ထိုင်တာကိုတော့ သိပါရဲ့။ ထိုင်နေတဲ့ ကိုယ်ကိုတော့ မမြင်ရဘူး။ သွားရာမှာလဲ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်လို့ မှတ်လိုက်လျှင် ကြွတာ လှမ်းတာ ချတာကိုတော့ သိပါရဲ့။ ကြွ-လှမ်း-ချ နေတဲ့ ခြေထောက်ကိုတော့ မမြင်ရဘူး။ ဘာကိုပဲမှတ်မှတ် ဒီလိုချည်းပဲ။ မှတ်လိုက်တာကိုတော့ သိလျက်သားနှင့် မှတ်ရာအာရုံ ဝတ္ထုပုံသဏ္ဍာန်ကတော့ ရှေးကလို မထင်ရှားပဲ ကျဲတဲပေါ့ယုံကြီး ဖြစ်နေလို့ အလျင်က တွဲတွဲ တွဲတွဲနှင့် မှတ်ကောင်းခဲ့သလို၊ ယခု မကောင်းပဲဖြစ်နေတာပါပဲ။ ကြာတော့ အားမရတာနဲ့ ခြောက်သွေ့ပျင်းရိပြီးတော့ ခဏခဏ နားလဲနားနေမိတာပဲ။ ထလဲ ထသွားမိတာပဲ။ စိတ်ကလဲ အမှတ်ထဲမှာ အနေဘူး။ စိတ်မပါပေမဲ့ မမှတ်ပဲတော့လဲ မနေနိုင်ဘူး။ မှတ်ပြန်တော့လဲ အားရလောက်အောင် မကောင်းနဲ့ အတော်ကို ခက်နေပါပြီလို့ ညည်းညူပြီးတော့ စိတ်ပျက်ပျက်ရှိတာနဲ့ လက်လျှော့ပြီး ငေးငေးနေမိတော့တာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အစကတော့ ဖောင်းတာ ပိန်တာ ၂-ခုလုံး ထင်ရှားပြီး မှတ်လို့ ကောင်းနေတာပဲ၊ ဒီလိုကောင်းနေတာ ထဲမှ ပိန်တာက မထင်ရှားပဲ ဖြစ်သွားတယ်၊ တော်တော်ကြာတော့ ဖောင်းတာ ပိန်တာ ၂-ခုလုံး အလျင်ကလို မထင်ရှားတော့ပဲ ဖြစ်သွားတယ်၊ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်လိုက်တော့ ဖောင်းတာက မရှိတာလို ဖြစ်နေတယ်၊ ပိန်တယ်လို့ မှတ်လိုက်တော့ ဖောင်းတာက မရှိတာလို ဖြစ်နေတယ်၊ ဖောင်းတာ ပိန်တာက လုံးလုံးမရှိတာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ မသိတာလဲမဟုတ်ဘူး၊ ရှိလျက်သား သိလျက်သားနှင့်ကို မထင်ရှားပဲ ဖြစ်နေလို့ အမှတ်တွေ ပျက်ကုန်ပါပြီလို့ အောက်မေ့မိတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

ဤပြောပုံ အလုံးစုံသည် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မှ ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ပြောင်းခါစ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ပြောပုံစကားများပေတည်း။ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းလိုလိုပင် ဤအရာ၌ အားလျော့တတ်၏။ ထို့ကြောင့် အားပေးရမည်၊ အားပေးပုံကား ယခု မှတ်သိနေရတာက အလျင်ကလောက် မကောင်းဘူး၊ အမှတ်တွေ ပျက်ကုန်ပြီလို့ ထင်ပြီးတော့ အားငယ်မနေလင့်၊ စိတ်ပျက်မနေလင့်၊ ယခု အမှတ်က သာပြီးကောင်းတာပဲ၊ အသိဉာဏ်တိုးတတ်လာတာပဲ၊ အားထုတ်ခါစမှာ အကြောင်းမသိသေးတဲ့ ယောဂီများက ဒီလို စိတ်ပျက်တတ် ကြတာချည်းပဲ။ ဘယ်သူဖြစ်ဖြစ် အသိဉာဏ် တိုးတက်၍ ဒီနေရာရောက်လျှင် ဒီလိုဖြစ်ရတာချည်းပဲ။ ကိုယ်တစ်ယောက်ထဲ ဒီလိုဖြစ်ရတယ်လို့များ ထင်မနေလင့်၊ အကြောင်းက ဒီလိုရှိတယ်၊ အလျင် ဉာဏ်နုစဉ်တုန်းကတော့ အသိဉာဏ်က လေးလံနေတဲ့အတွက် ဘာကိုပဲမှတ်မှတ် သဘောတရား သက်သက်ကို ကွက်ပြီး မသိနိုင်သေးဘူး၊ ဗိုက်ပုံ သဏ္ဍာန် လက်ခြေပုံသဏ္ဍာန် စသော အထည်ခြစ် ပညတ် နိမိတ်နှင့်တကွ တွဲတွဲပြီးတော့သာ မှတ်သိနေခဲ့ရတယ်၊ ပုံသဏ္ဍာန် နိမိတ် ပညတ်ကြီးကိုပါ သိသိနေရတဲ့အတွက် မှတ်ရတာဟာ တွဲတွဲရဲ့ရဲ့ လေးလေးပင်ပင် ထင်ထင်ရှားရှားကြီးဖြစ်ပြီး ပေါ်ပေါ်လွင်လွင် ရှိနေ၍ အားရလောက်အောင် အလွန်ကောင်းနေတယ်လို့ ထင်နေတာ၊ ပကတိစိတ်ကလဲ ငယ်ငယ် မွေးခါစ ကလေးဘဝကထဲက ပုံသဏ္ဍာန် ပညတ် အာရုံတွေမှာသာ ကျက်စားနေကျ ဖြစ်နေတယ်၊ ဒါကြောင့်လဲ ပုံသဏ္ဍာန် အထည်ခြစ်ကိုပါ သိနေရတာက ပိုကောင်းတယ်လို့ ထင်နေတာ၊ ယခုတော့ အသိဉာဏ်က ရင့်သန်လာလို့ ပေါ့ပါး လျင်မြန်လာတယ်၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်ရာ မှတ်ရာ ရုပ်သဘောကလေးများ နာမ်သဘော ကလေးများကိုသာ သိသိနေတော့တယ်၊ ရှေးကလို ပုံသဏ္ဍာန် နိမိတ် ပညတ်တွေကို သိတဲ့ စိတ်ပိုတွေ အသိပိုတွေ အကြား အကြားမှာ မဖြစ်ရတော့ဘူး၊ သဘောတရား သက်သက်ကိုသာသိတဲ့ ဝိပဿနာချည်း သန့်သန့်ရှင်းရှင်း ဖြစ်နေတယ်၊ ရှေးကတော့ အသိက နှေးကွေးလေးလံနေတဲ့အတွက် အပျောက်နှေးနေလို့ အစ-ပေါ်လာမှုကိုလဲ သိနေခဲ့တာ၊ ယခုတော့ အသိမြန်သလောက် အာရုံ၏ ပျောက်ကွယ်မှုကလဲ မြန်နေတဲ့အတွက် အစပေါ်လာမှုကို မတွေ့ရတော့ပဲ အဆုံး အဆုံး ပျောက်ကွယ်မှုကိုချည်း တွေ့တွေ့နေရတာပဲ၊ အားထုတ်ခါစတုန်းကတော့ ပုံသဏ္ဍာန် အထည်ခြစ်ပါ ထင်အောင် မသိလျှင် စူးစိုက်တည်ကြည်တဲ့ သမာဓိက ကောင်းကောင်း မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ဒါကြောင့် အစတုန်းက ပုံသဏ္ဍာန်ပါထင်မြင်အောင် မှတ်ဖို့ ဆရာများက ပြောပြတိုက်တွန်းခဲ့ရတယ်၊ ပုံသဏ္ဍာန်ကို ပီပီသသ သိတာက ကောင်းလွန်လို့ ညွှန်ကြားရတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး၊ အမှန်မှာတော့ ယခုလို ပုံသဏ္ဍာန် မထင်ပဲ သိနိုင်တဲ့ အခါမှာ အဲဒီ မထင်တဲ့ ပုံသဏ္ဍာန်တွေကို ရှာကြံပြီး မှတ်နေဘို့ မလိုတော့ပါဘူး၊ ပုံသဏ္ဍာန် မထင်ပဲ သဘောမျှ ကလေးကိုသာ သိသိနေတာကမှ သာပြီးတော့ ကောင်းတာပဲ၊ ယခုအနေမှာ ကျွဲတယ် ပေါ့ယုံတယ်လို့ ထင်နေတာဟာလဲ ဒီဉာဏ်သို့ ရောက်ခါစမို့ပါ၊ တော်တော်ကြာလျှင် ပုံသဏ္ဍာန်လဲ မထင်၊ အစ-ပေါ်လာမှုလဲ မထင်ပဲ ကုန်ကုန်ဆုံးဆုံး ပျောက်ပျောက်နေတဲ့ သဘောကလေးကိုသာ ပေါ့ပေါ့သာသာကလေးနှင့် သိသိနေရတာက သာပြီး ကောင်းတယ်လို့ သဘောကျလာမှာပါပဲ၊ ယခု အနေတော့ ဆရာပြောတာကို သဘောကျတတ်မယ် မဟုတ်သေးဘူး၊ ငါ့မှာ အမှတ်ကမကောင်းပါပဲလျက် ငါစိတ်မပျက်အောင်လို့ ဆရာက အားပေးနေတာပဲလို့ ထင်နေတတ် တယ်၊ ဒီလိုလဲ မထင်နဲ့၊ ယခု သိပုံက အဟုတ်ကို ကောင်းနေလို့ ကောင်းတယ်လို့ ဆရာက ပြောရတာပါ၊ ရုပ်နာမ်တရား ဆိုတာဟာ ပုံသဏ္ဍာန် အထည်ခြစ် မရှိဘူး၊ သဘောကလေးမျှသာ ရှိတယ်၊ အားလုံး မမြဲတဲ့ တရားချည်းပဲ၊ ယခု မှတ်လိုက်တိုင်း မှတ်လိုက်တိုင်း ပုံသဏ္ဍာန် မထင်ပေါ်ပဲနဲ့ ကုန်ကုန်နေနှင့်တာလို ဆုံးဆုံးနေနှင့်တာလို ပျောက်ပျောက် နေနှင့်တာလို သဘောမျှကလေးတွေကိုသာ သိသိနေရတာဟာ မမြဲတာတွေကို မမြဲတဲ့အတိုင်း အမှန်သိသိနေတာပဲ၊ ဒါကြောင့် မထင်ရှားတဲ့ ပုံသဏ္ဍာန်ပညတ်တွေကို ထင်ရှားအောင် ရှာကြံတောင့်တမနေနှင့် တရားသဘောအတိုင်း ဉာဏ်တိုးတက် လာတာပဲလို့ ယုံကြည်ပြီးတော့ ထင်ပေါ်သမျှကိုသာ မှတ်နေကျအတိုင်း စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်နေပါ၊ ကျွဲတယ် ပေါ့ယုံတယ်လို့ ထင်လျှင်လဲ အဲဒီစိတ်ကို မှတ်မှတ် ပစ်လိုက်ပါ၊ စိတ်ပျက်လျှင်လဲ စိတ်ပျက်တယ်လို့ မှတ်မှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ပါ၊ တရား သဘောအတိုင်း မပီမသထင်ပေါ်နေတဲ့ မှတ်စရာ အာရုံကလေးတွေကို သေသေချာချာ စူးစိုက်ပြီးတော့ အတင်းတွန်း၍သာ မှတ်သွားပါ၊ မကြာမှီ စိတ်အားရလောက်အောင် တစ်မျိုးကောင်းလာ ပါလိမ့်မည်၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် စွမ်းနိုင်သမျှ ဟောပြော ၍ အားပေးပါလေ။

ဤကဲ့သို့ ဆရာများက ဟောပြောညွှန်ပြ ဆုံးမသည့်အတိုင်း ယုံကြည် စိတ်ချပြီးလျှင် ကျကျနန ဆက်လက်၍ ရှုမှတ်နေလတ်သော် တစ်နာရီ နှစ်နာရီ စသည်ကြာလျှင်ဖြစ်စေ တစ်နေ့မျှ တညဉ့်မျှ ကြာလျှင်ဖြစ်စေ အချို့က ‘ဆရာ ပြောတဲ့အတိုင်းပဲ ယခုတော့ သွက်သွက် သွက်သွက်နဲ့ မှတ်ရတာ အလွန်ကို ကောင်းလာပြီ’ဟု ပြောတတ်၏၊ အချို့ကလဲ “ယခုတော့ ဘာကိုပဲ မှတ်မှတ် ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နဲ့ ထင်ပြီး မှတ်ရတာ အလွန်ကောင်းနေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏၊ အချို့ကလဲ “အလျင်က ပေါ်လိုက် မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် တွဲကနဲ တွဲကနဲ ကောင်းနေတယ် ဆိုတာက အကြမ်းကြီး ရှိသေးတာပဲ၊ ယခုမှ ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နဲ့ ကုန်ကုန်သွားတာကို သိမ်သိမ် မွေ့မွေ့နှင့် သိသိပြီး ကောင်းနေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အပျက်ကို ပြောပုံ အထူးများ အချို့က “မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ပျောက်ပျောက်နေတယ်၊ ပျောက်ပျောက်သွားတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကုန်ကုန်နေတာပဲ၊ ကုန်ကုန်သွားတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ဆုံးဆုံး နေတယ်၊ ဆုံးဆုံးသွားတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “လှုပ်လှုပ်လှုပ်လှုပ်နဲ့ နေတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နဲ့ နေတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မရှိ မရှိနှင့်နေတာပဲ၊ အမှတ်က နောက်ကျ နောက်ကျနေတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ မှတ်မှတ် ကုန်ကုန်ပဲ ပျောက်ပျောက်သွားတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ (ဤပြောပုံ အားလုံးပင် သဘောအားဖြင့် တူ၏။ အပျက်ကိုပင် ပြောခြင်းများ ပေတည်း။)

အချို့က “ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်လိုက်တော့ ဖောင်းတာကလေး ကုန်သွားတာကိုလဲ သိတယ်၊ သိတဲ့ စိတ်ကလေး ကုန်သွားတာကိုလဲ သိတယ်၊ ဘာကိုပဲ မှတ်မှတ် ဒီလိုချည်းပဲ၊ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ၂-ခု ၂-ခု ကုန်သွားတာကို သိသိနေတာချည်းပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အသိဉာဏ် အထူးရှင်းသော အချို့ယောဂီ “ဖောင်းတာကလေး ကုန်သွားတာကိုလဲ သိတယ်၊ မှတ်တာကလေး ကုန်သွားတာကိုလဲ သိတယ်၊ အဲဒီ အသိကလေး ကုန်သွားတာကိုလဲ သိတယ်၊ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ဒီလိုချည်းပဲ၊ ၃-ခု ၃-ခု ကုန်ကုန်သွားတာကို သိသိနေတာပဲ” ဟူ၍၎င်း၊ “တစ်မှတ်နှင့် တစ်မှတ် အကြားမှာ ခပ်ဝေးဝေး ဖြစ်နေတယ်” ဟူ၍၎င်း၊ တစ်မှတ်နှင့် တစ်မှတ်အကြားမှာ လက်တစ်ဝါးလောက် တစ်မိုက်လောက် ကွာကွာနေသလိုပဲ ထင်ရတယ်” ဟူ၍၎င်း၊ ဤသို့လဲ ပြောတတ်၏။

ဉာဏ်အမြင် အထူးသန်သော ယောဂီတို့က “မျက်စိနှင့် မြင်ရတာကို စူးစိုက်ပြီးတော့ မြင်တယ် မြင်တယ်လို့ မှတ်နေရာမှာ မြင်ရတဲ့ သဘောတွေက ပြုတ်ပြုတ်ပြီးတော့ ကျကျသွားသလိုပဲ တဖြေးဖြေး ရှင်းရှင်းပြီးတော့ ပျောက်ပျောက် သွားတယ်၊ ကြာကြာစိုက်ပြီး မှတ်နေလျှင် ဘာမျှ မြင်စရာမရှိတော့ပဲ ဟင်းလင်းတောင် ဖြစ်သွားသေးတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ “သစ်ပင်တွေကို ကြည့်လိုက်လဲ ရွရွ ရွရွနဲ့ ပျက်နေတာပဲ၊ မြေကြီးတွေကို ကြည့်လိုက်လဲ ရွရွ ရွရွနဲ့ ပျက်နေတာပဲ ဘာကိုပဲ ကြည့်ကြည့် အားလုံး ရွရွ ရွရွနဲ့ ပျက်နေတာချည်းပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်ကုန်၏။ အချို့ကလဲ “ကြည့်ရတာ မျက်စိခွဲသလို ဖြစ်နေတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မျက်စိနှင့်တစ်စုံတစ်ခုကို မြင်တဲ့အခါမှာ မြင်တယ် မြင်တယ်လို့ စူးစိုက်ပြီး မှတ်နေတော့ အမြင်ကလေး တွေဟာ တစ်ခုပြီး တစ်ခု ပျောက်ပျောက် သွားတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့က “နားနှင့်ကြားရာမှာ ကြားတယ်၊ ကြားတယ်လို့ မှတ်လိုက်လျှင် အသံကလေးတွေက စိစိ စိစိနဲ့ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ တစ်ဆစ်စိ တစ်ဆစ်စိ ဖြစ်ပြီးတော့ ဘာသံရယ်လို့လဲ မကွဲပြားပဲနဲ့ ကြားရုံမျှသာ ကြားရပြီး ပျောက် ပျောက်သွားကြတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ တစ်ချို့ကလဲ “စက်က ဥသမူတ်သံ၊ ခွေးအူသံ၊ ငှက်မြည်သံ၊ ကြက်တွန်သံများကို ကြားတယ်၊ ကြားတယ်လို့ မှတ်လိုက်တော့ အသံကလေးတွေက အပိုင်း၊ အပိုင်း၊ ပြတ်ပြတ်သွားတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “နားထောင်မိတဲ့ အခါမှာ ညာဘက်နားက စိုက်နားထောင်တာကလေးက တစ်ခြား၊ ဘယ်ဘက်နားက စိုက်နားထောင်တာကလေးက တစ်ခြား၊ တစ်ခုစီ၊ တစ်ခုစီ၊ ပျောက် ပျောက် သွားတာပဲ၊ ကြားတာကလေးတွေလဲ ကြားတယ် ကြားတယ်လို့ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ကြားကြားပြီးတော့ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ပျောက် ပျောက် သွားတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

စားရာမှာ စားတိုင်း စားတိုင်း ဝါးတယ် ဝါးတယ်၊ ချိုတယ်၊ ချဉ်တယ်၊ သိတယ်၊ စသည်ဖြင့် မှတ်လိုက်လျှင် စိတ် စိုက်လိုက်တိုင်း စိုက်လိုက်တိုင်း စိတ်စိုက်မိတဲ့ ဝါးမှု၊ လျှာလျှပ်မှု၊ ထိမှု၊ အရသာသိမှု သဘောများဟာ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ပြတ်ပြတ်ပြီး ကုန်ကုန်သွားကြတာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ ထိရာ ထိရာကို စူးစိုက်၍ ထိတယ် ထိတယ်ဟု မှတ်သွားလျှင် အထိကလေးများမှာ သူ့နေရာနှင့်သူ ကွက်ကနဲ ကွက်ကနဲ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ခြားခြားနားနား ထိထိပြီး ပျောက်ပျောက်သွားတာကို သိသိသွားတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။

“ညောင်းတာ ယားတာ နာကျင် ကိုက်ခဲတာကလေးများကို ညောင်းတယ် ညောင်းတယ် စသည်ဖြင့် စူးစိုက်၍ မှတ်လိုက်လျှင် အညောင်း အယား အနာ အကျဉ် အကိုက်အခဲ ကလေးတွေဟာ တစ်ခုပြီး တစ်ခု အပြတ်အပြတ် ဖြစ်ပြီး ကုန်ကုန်သွားတာပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

စကြိုန်သွားယင်း မှတ်နေရာမှာ “ကြွတိုင်း လှမ်းတိုင်း ချတိုင်း ရွှေ့တိုင်း ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နဲ့ ကုန်ကုန်သွားတာကို သိသိနေတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မြေကြီးတွေ သစ်ပင်တွေ လယ်လယ်ပြီး ပါပါသွားတာလိုပဲ ထင်ရတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကားမှာအခိုးတွေ ထုတ်ထားခဲ့တာလိုပဲ နောက်က ရီရီ ရီရီနဲ့ ဖြစ်နေတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မူးမူးပြီး သွားတာလို ဖြစ်နေတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။

ကွေးရာ၌ အချို့က ရွှေ့ရွှေ့ လာတာကလေးတွေက သိပြီးလျှင် ပြီးချင်း ပျောက်ပျောက်သွားတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “တစ်ဆစ်ချင်း တစ်ဆစ်ချင်း ရွှေ့ရွှေ့ လာပြီးတော့ ပျောက်ပျောက် သွားတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နဲ့ ရွှေ့ရွှေ့ပြီး ပျောက်ပျောက် သွားတယ်” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေးကို ကွေးချင်တယ် ကွေးချင်တယ်လို့ မှတ်နေရာမှာ၊ ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေးတွေက တစ်ခုချင်း တစ်ခုချင်း ပျောက်ပျောက်သွားလိုက်တာ လေး ငါး ခြောက်ခါလောက် မှတ်မိတော့ ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေးကိုက (ကို နိပါတ်) မပေါ်လာတာနဲ့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကွေးကို (ကို နိပါတ်) မကွေးရတော့ဘူး၊ ကွေးရတဲ့ အခါမှာလဲ ကွေးတယ် ကွေးတယ်လို့ မှတ်လိုက်လျှင် အကွေးကလေးတွေက တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ရိပ်ကနဲ ရိပ်ကနဲ ပျောက်ပျောက်သွားတာချည်းပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (ဆန့်ရာ စသည်၌လဲ ပြောပုံများမှာ ကွေးရာ၌ ပြောပုံနှင့် နည်းတူပင်တည်း)။

အချို့ကလဲ “ဘယ်လို အာရုံပဲဖြစ်ဖြစ် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်ရတဲ့ အာရုံတွေကလဲ တစ်ခုစီ ပျောက်ပျောက် သွားတယ်၊ မှတ်သိတဲ့ စိတ်ကလေးတွေကလဲ သူ့အာရုံနှင့် အတူပင် အတွဲလိုက် ရှင်းရှင်း လင်းလင်း ပျောက်ပျောက် သွားတာချည်းပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မှတ်ရတဲ့ အာရုံကလေးတွေက ရှေ့က ပျောက်ပျောက်ပြီးတော့ နောက်က သိသိနေတဲ့ စိတ်ကလေးတွေကလဲ အာရုံတစ်ခု ပျောက်သွားလိုက်ယင်း သိတယ်လို့ မှတ်လိုက်ယင်းနဲ့ သိတဲ့စိတ်ကလေးတွေ လဲ ပျောက်ပျောက် သွားလိုက်ယင်းပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အမှားစကား ဤဘင်္ဂဉာဏ် အတော်အတန် ရင့်သန်သော ကာလမှစ၍ ဒွါရ ၆-ပါး၌ ဖြန့်၍ မှတ်ပုံကို နားလည်အောင် ပြောပြပြီးလျှင် ပေါ်ရာ ပေါ်ရာကို ရံခါ ရံခါ၌ ဖြန့်၍ ဖြန့်၍ ရှုမှတ်ပါစေ။

လိုရင်း အချုပ်ကား ထင်ရှားပေါ်လာသော အာရုံအမျိုးမျိုးကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နှင့် ကုန်ကုန်သွားပုံ ဆုံးဆုံးသွားပုံ ပျောက်ပျောက်သွားပုံ ကွယ်ကွယ်သွားပုံ မရှိ မရှိ သွားပုံ ပျက်ပျက်သွားပုံတို့ကို ထင်ရှား သိမြင်သည့် ပြင်သိသိသွားတဲ့ ထိုစိတ်ကိုလဲ သိသိပြီးလျှင် ပြီးချင်းပင် ကုန်ကုန်သွားသည် ဆုံးဆုံးသွားသည် ပျောက်ပျောက် သွားသည် ကွယ်ကွယ် သွားသည် မရှိ မရှိ သွားသည် ပျက်ပျက်သွားသည်ဟု တစ်ဖန် တစ်ဖန် သိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ရှေးနောက်အသိ ၂-မျိုးသည် **ဘင်္ဂဉာဏ်မည်၏။** သို့ဖြစ်၍ အာရုံအာရမ္မဏီက ၂-မျိုးလုံး၏အကုန် အပျက်ကို မှတ်ချက်တိုင်း၌ သိသိနေမှသာလျှင် **“ဘင်္ဂဉာဏ်နှင့်ပြည့်စုံသည်”** ဟု ဆုံးဖြတ်ရာ၏။

ဘင်္ဂဉာဏ် အခန်း ပြီး၏။

ဘယဉာဏ် အခန်း

မှတ်ရသော အာရုံအမျိုးမျိုးနှင့် မှတ်သိမှုတို့ အတွဲလိုက် အတွဲလိုက် ကုန်ဆုံးကွယ်ပျောက် သွားကြသည်ကို မှတ်ချက်တိုင်း၌ သိမြင်လျက် မပြတ်မှတ်ရှုနေစဉ်မှာ သွက်သွက် သွက်သွက်နှင့် အမှတ်အလွန်သန်၍ အားကောင်းလာသော အခါ၌ အချို့ယောဂီက “မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ကုန်ကုန် ပျောက်ပျောက် သွားတာကိုချည်း တွေ့နေရလို့ မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း ကြောက်တဲ့ စိတ်ကလေးတွေက ဖြစ်ဖြစ်လာကြတယ်၊ ကြောက်ပေမဲ့ လူကို ကြောက်တာလို၊ တစ္ဆေကို ကြောက်တာလို၊ ကျွဲ နွား တိရစ္ဆာန်များကို ကြောက်တာလို၊ ဆူးငြောင့် လက်နက် တစ်စုံတစ်ရာနှင့် ထိခိုက်မှာကို ကြောက်တာလိုတော့ မဟုတ်ပါ။ ဘာကို ကြောက်တယ်လို့လဲ ပြောစရာ မရှိပါပဲလျက် ကြောက်စိတ် ကလေးကတော့ ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ဘာရယ်လို့တော့ မဟုတ်ပါဘူး၊ ကြောက်တော့ ကြောက်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ပျောက်ပျောက်နေတဲ့ အာရုံကလေးတွေကို မြင်မြင်ပြီးတော့ ကြောက်ကြောက်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ဖောင်းမှု ပိန်မှုစသော မှတ်စရာကလေးတွေ ပေါ်လာမှုကို (ကို ဟုဖတ်၊ နိပါတ်ပင်) ကြောက်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ရှေးရှေး အားမထုတ်မှီတုန်းကလဲ မသိခဲ့လို့ သာပဲ၊ ယခုမှ မှတ်သိ နေရတာတွေလိုပင် ပျောက်ပျောက် နေတာတွေနေမှာပဲ၊ နောင်အခါမှာလဲ နေရသမျှ ကာလပတ်လုံး ဒါတွေလိုပင် ပျောက်ပျောက်နေဦးမှာပဲလို့ အောက်မေ့ပြီးတော့ ကြောက်ကြောက်လာတာပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “တစ်ပျောက်ထဲ ပျောက်ပျက်နေတာတွေကိုချည်း တွေ့နေရလို့ ဖြစ်ဖြစ်နေရသမျှ ကြောက်စရာချည်းပဲလို့ အောက်မေ့ပြီး ကြောက်ကြောက်လာတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ယခု ရှုမှတ်နေယင်း မိမိကိုယ်ထဲမှာ ကုန်ဆုံးပျက်စီးနေတဲ့ အာရုံအမျိုးမျိုးကို မြင်နေရလို့ ကြောက်လာ တာကလဲ တစ်မျိုးပါပဲ၊ အားမထုတ်ရသေးတဲ့ မိဘဆွေမျိုး အပေါင်းအသင်းတွေအတွက်လဲ သတိရလို့ အားငယ် အားငယ် ပြီးတော့ ငိုချင်တာလိုလို ဝမ်းနည်းတာလိုလို ကြောက်တာလိုလိုလဲ တစ်ခါတစ်ခါမှာ ဖြစ်ဖြစ်လာပါတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ယခု မှတ်ခိုက်မှာ မြင်ရတဲ့ ပျောက်ပျောက်နေတာတွေလို လူ့ပြည်မှာလဲ ဒါလိုပါပဲ။ နတ်ပြည်မှာလဲ ဒါလိုပါပဲ။ တစ်လောကလုံး ဒါလိုချည်း ပျောက်ပျောက်နေတော့မှာပဲလို့ ကြောက်စရာတွေကို မြင်မြင်ပြီးတော့ ကြောက်ကြောက်နေတော့တာပါပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အားပေးပုံ ဤသို့သော ကြောက်ခြင်း အားငယ်ခြင်းများမှာ အသိဉာဏ် တိုးတက်လာသောကြောင့် တရားသဘောအတိုင်း ဖြစ်ခြင်း မှန်ကန်ကြောင်း၊ မည်သူမဆို ဤမျှလောက် ဉာဏ်ရင့်လျှင် ဤသို့ပင် ဖြစ်တတ်ကြောင်း၊ ဘာမျှ စိုးရိမ်ဖွယ် မရှိကြောင်းများကို ပြောပြပြီးလျှင် အားငယ်တဲ့စိတ် ဝမ်းနည်းတဲ့စိတ် ငိုချင်သလိုလို ဖြစ်တဲ့စိတ် ကြောက်တဲ့ စိတ်များကိုလဲ ပေါ်လာတိုင်း မှတ်မှတ်ပြီးလျှင် မှတ်နေကျအတိုင်းသာ အတင်းတွန်း၍ မှတ်သွားပါက ဤလို အဖြစ်အပျက်မျိုးမှ မကြာမှီပင် လွတ်မြောက်သွားမည် ဖြစ်ကြောင်းများကိုလဲ ပြောကြား၍ အားပေးရမည်။

လိုရင်း အချုပ်ကား ဒွါရ ၆-ပါး၌ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း “ကုန်ဆုံး ပျောက်ပျောက် သွားသည်” ဟု သိရသော မြင်မြင်သမျှ သင်္ခါရအာရုံ အလုံးစုံတို့ကို ကြောက်စရာ ကောင်းသည်ဟု ထင်မြင်သော အခြင်းအရာ ကြောက်သော အခြင်းအရာတို့နှင့်တကွ ဖြစ်သော အသိဉာဏ်သည်၎င်း၊ ဆင်ခြင်မိသမျှ သင်္ခါရ အာရုံတို့ကိုလဲ နည်းတူပင် ကြောက်စရာ ကောင်းသည်ဟု ထင်မြင်သော အခြင်းအရာ၊ ကြောက်သော အခြင်းအရာတို့နှင့်တကွဖြစ်သော အသိဉာဏ်သည်၎င်း၊ ဘယတုပဋ္ဌာနဟု ခေါ်သော **ဘယဉာဏ်မည်၏။**

ဘယဉာဏ် အခန်းပြီး၏။

အာဒိနဝဉာဏ် အခန်း

မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ကုန်ဆုံး ပျောက်ပျက်သွားတာကို သာလျှင် မပြတ်တွေ့ရ၍ ကြောက်တဲ့ အခြင်းအရာနှင့်တကွ ဖြစ်သော အမှတ်အသိဖြင့် ဒွါရ ၆-ပါး၌ ပေါ်လာသမျှ သင်္ခါရအာရုံ အလုံးစုံတို့ကို မရပ်မဆိုင်းပဲ တိုင်းတိုင်းပြေး အတင်းတွန်း၍ ရှုမှတ်နေသော ယောဂီတို့အား ထိုဉာဏ်အားပြည့်လတ်သော် သွက်သွက် သွက်သွက်နှင့် အထူးလျင်မြန် အားသန်လှစွာသော မှတ်သိမှုသည် မပြတ်ဖြစ်ပေါ်၏။ ထိုအခါ၌ ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများကား အချို့က “ယခု မှတ်နေရတဲ့ အာရုံတွေဟာ ဘာတစ်ခုမျှ မကောင်းပါပဲကလား၊ ဘယ်ဟာကိုပဲမှတ်မှတ် မကောင်းတာချည်းပဲလို့ ထင်ထင်နေတော့တာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ကောင်းတာဆိုလျှင် ဘာမျှ မတွေ့တော့ဘူး” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်ရတာကတော့ မှတ်ရတဲ့ အာရုံကလေးတွေနှင့် မှတ်စိတ်ကလေးတွေဟာ တွဲတွဲပြီးတော့ တွဲကနဲ တွဲကနဲ ကပ်ကပ်နေတာပါပဲ။ သို့ပေမဲ့ ဘာတစ်ခုကိုမျှ ကောင်းတယ်လို့ဖြင့် မထင်တော့ဘူး” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ရှုမှတ်နေရတဲ့ အာရုံ အမျိုးမျိုးတွေလဲ ဘာမျှမကောင်းပါ။ မှတ်သိ မှတ်သိပြီးနေတဲ့ စိတ်ကလေးတွေလဲ ဘာမျှမကောင်းပါ။ ယခုဖြင့် မှတ်လိုက်တိုင်း အကုန်လုံး မကောင်းနေတာပဲ။ ကောင်းတာဆိုလျှင်ဖြင့် ဘာမျှ မတွေ့ရတော့ဘူး” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ဒီတရားတွေက ဖြစ်ဖြစ် နေလို့လဲ မကောင်းတာပဲ။ မှတ်လို့လဲ မကုန်နိုင်အောင် မပြတ်ဖြစ်ဖြစ်နေလို့လဲ မကောင်းတာပဲ” ဤသို့ စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ယခု မှတ်သိနေရတဲ့ တရားတွေ ရှိနေသမျှဖြင့် ဘာမျှ မကောင်းတာချည်းပဲ။ ဒီတရားတွေ အကုန်လုံး ဘာမျှ မရှိလျှင်တော့ ကောင်းမှာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “လူ့ပြည်မှာလဲ ဒါမျိုးတွေ ရှိနေလို့ မကောင်းဘူး၊ နတ်ပြည် ဗြဟ္မာ့ပြည်တွေမှာလဲ ဒါမျိုးတွေ ရှိနေလို့ မကောင်းဘူး၊ ဘယ်ဘုံမှာမျှ မကောင်းဘူး၊ ဒါမျိုးတွေ မရှိမှ ကောင်းမှာပဲ” ဟု ပြောတတ်၏။

(ဘယဉာဏ် အရာမှာလိုပင် အားပေး၍ မကောင်းဘူးလို့ ထင်တဲ့ သိတဲ့ စိတ်များကိုလဲ မှတ်ရန် ညွှန်ကြားရမည်)။

လိုရင်း အချုပ်ကား ဒွါရ ၆-ပါး၌ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ တရားအလုံးစုံတို့ကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မကောင်းတဲ့ အနေအားဖြင့် အပြစ်မြင်လျက် မှန်ကန်စွာသိသော ဉာဏ်သည်၎င်း၊ ဆင်ခြင်မိသော ဘဝသင်္ခါရတို့ကိုလဲ နည်းတူပင် အပြစ်မြင်လျက် မှန်ကန်စွာသိသော ဉာဏ်သည်၎င်း **အာဒိနဝဉာဏ် မည်၏။**

အာဒိနဝဉာဏ် အခန်း ပြီး၏။

နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် အခန်း

မှတ်တိုင်၊ မှတ်တိုင်၊ မကောင်းဘူးဟူ၍သာ ထင်မြင်လျက် မပြတ်ရှုမှတ်နေသော ယောဂီတို့အား ထိုဉာဏ် အားပြည့်ပြန်လျှင် အလွန်လျင်မြန် သွက်လက်သော မှတ်သိမှုများ ဖြစ်ပေါ်ပြန်၏။ ထိုအခါ၌ ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများကား-

အချို့ကလဲ “မှတ်ရတဲ့ အာရုံတိုင်း၏ အပေါ်မှာ ရှိမှန်းနေတာလိုလို ပျင်းပျင်းနေတာလိုလို”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မှတ်ရတာကတော့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်းနဲ့ ပြတ်ပြတ်သားသား ကောင်းနေတာပါပဲ။ သို့ပေမဲ့ ပျင်းခြောက် ပျင်းခြောက်နဲ့ မှတ်ချင်စိတ်လဲ မရှိဘူး၊ မမှတ်ပဲတော့လဲ မနေနိုင်ဘူး၊ မှတ်တော့လဲ မပြတ်မှတ်နေရတာပဲ ဘယ်လို နေတယ်လို့ကို မပြောတတ်ပါဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်နေရတာကတော့ ကောင်းနေတယ်လို့ ထင်တာပါပဲ။ စိတ်ထဲမှာတော့လဲ မပျော်ရွှင်ပါ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “မှတ်ရတာတွေရဲ့ အပေါ်မှာ ဘာရယ်လို့လဲ မပြောတတ်ဘူး၊ ငြီးငွေ့ ငြီးငွေ့ပြီး နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အလျင်ကတော့ သံသရာမှာ ငြီးငွေ့တယ် ဆိုတာကို သူများပြောလို့သာ ကြားရတယ်။ ဘယ်လိုဟာရယ် လို့ မသိခဲ့ဘူး၊ ယခုမှ သိရတော့တာပဲ။ ငြီးငွေ့ဆိုတာ အဟုတ်ကို ငြီးငွေ့တာပဲ။ အလျင်ကတော့ အပါယ်ဘုံ ငရဲဘုံလောက်သာ ကြောက်တာ လူ့ပြည် နတ်ပြည်မှာ ကောင်းကောင်း ဖြစ်နေတာကိုတော့ သဘောကျနေတာပဲ။ ယခုတော့ ဘယ်မှာမျှ မဖြစ်ချင်တော့ဘူး။ နိဗ္ဗာန်ကိုသာ ရောက်ချင်တော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်ရတဲ့အာရုံများ အပေါ်မှာလဲ မပျော်ရွှင်ပါ။ မှတ်နေတဲ့စိတ်များ အပေါ်မှာလဲ မပျော်ရွှင်ပါ။ လူ့အဖြစ် မှာလဲ မပျော်ရွှင်ပါ။ နတ်အဖြစ်မှာလဲ မပျော်ရွှင်ပါ။ ပျော်ရွှင်စရာရယ်လို့ ဘာကိုမျှ မအောက်မေ့မိပါ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မိမိကိုယ်မှာလဲ စက်ဆုပ်ရွံရှာစရာပဲ။ သူတစ်ပါးတွေကို ကြည့်လိုက်ပြန်လျှင်လဲ ဘာမျှအကောင်း မထင်ဘူး၊ မြင်မြင်သမျှ သဘောတရားတွေကို အကုန်လုံး စက်ဆုပ် ရွံရှာစရာတွေလို့ချည်းပဲ စိတ်ထဲမှာ ထင်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မြင်မြင်သမျှ သင်္ခါရတရားတွေကို ဘာကိုပဲ မှတ်မှတ်၊ မှတ်လိုက်တိုင်း မှတ်လိုက်တိုင်း ဘာမျှ မကောင်းတာချည်း ဖြစ်ဖြစ်နေတော့ ဘာတစ်ခုမျှ သာယာစရာ မရှိပါပဲနဲ့ ပျင်းမုန်း ပျင်းမုန်းပြီးတော့ ငြီးငွေ့ ငြီးငွေ့လာတော့ တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်တိုင်၊ မှတ်တိုင်၊ အာရုံအမျိုးမျိုး အပေါ်မှာ စက်ဆုပ်စရာ တွေကိုချည်း ဉာဏ်ထဲမှာ တွေ့မြင်နေလို့ သူများနှင့် စကားလဲ မပြောချင်တော့ဘူး၊ တွေ့လဲ မတွေ့ချင်တော့ဘူး၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကျောင်းခန်းထဲမှာ အသာကလေး ကုပ်ပြီးတော့ အမှတ်ကိုသာ မှတ်နေချင်တော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

(နည်းတူပင် အားပေး၍ ပျင်းရိငွေ့တဲ့ စိတ်များကိုလဲ မှတ်ရန် ညွှန်ကြားရမည်)။

လိုရင်း အချုပ်ကား ဒွါရ ၆-ပါး၌ ဖြစ်ပေါ်တိုင်းသော သဘောတရားတို့ကို ရှုမှတ်လျက် ရှိမှန်း ပျင်းရိ ငြီးငွေ့သော အခြင်းအရာနှင့်တကွဖြစ်သော ပစ္စက္ခ အသိဉာဏ်သည်၎င်း၊ ထိုပစ္စက္ခဉာဏ်သို့ အစဉ်လိုက်၍ ဆင်ခြင်မိသမျှ ဘဝ သင်္ခါရ အာရုံတို့၌ ရှိမှန်း ပျင်းရိ ငြီးငွေ့လျက်ဖြစ်သော အနွယ် အသိဉာဏ်သည်၎င်း **နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်မည်၏။**

အထူးမှာထားချက်။

ဘယ၊ အာဒိနဝ၊ နိဗ္ဗိဒါ-ဟူသော ဤဉာဏ် ၃-မျိုးတို့၏ ဖြစ်ပုံများကို အချို့ယောဂီတို့သည် မိမိတို့၏ ထင်ရှား တွေ့ရသည့်အတိုင်း အလုံးစုံပင် ရှင်းလင်းစွာ ပြောပြတတ်ကုန်၏။ အချို့ ယောဂီတို့သည်ကား ဤဉာဏ် ၃-မျိုးတို့တွင် ၂-မျိုး ၁-မျိုး၏ ဖြစ်ပုံကိုသာ ရှင်းလင်းစွာ ပြောပြတတ်ကုန်၏။ ကျန်သော ၁-မျိုး ၂-မျိုး၏ဖြစ်ပုံကိုကား မပြောနိုင်ကြပေ။ အချို့ယောဂီတို့သည်ကား ဤဉာဏ် ၃-မျိုး အရာ၌ အထူးတွေ့ပုံ အထူးသိပုံတို့ကို ဘာမျှ ထူးခြားစွာ မပြောပြကြပဲ အောက်ပါအတိုင်း သာမန်မျှသာ ပြောပြတတ်ကုန်၏။

အချို့က “အာရုံနဲ့ မှတ်စိတ် ကုန်ပျောက်နေတာကို မှတ်တိုင်၊ မှတ်တိုင် တွေ့မြင်နေတာပဲ။ မှတ်ရတာကတော့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ သွက်သွက် သွက်သွက်နဲ့ မြန်ပြီးကောင်းနေတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံလဲ မနေ့မမြန် မှန်မှန်ကလေး

ကောင်းနေတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံလဲ လေးလေးကလေးဖြစ်ပြီး မှတ်လို့ကတော့ ကောင်းနေတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာတော့ စိတ်ထဲမှာ ပျင်းတာလိုလို ခြောက်နေတာလိုလို မကောင်းတာလိုလို တောင်းတာလိုလို ဖြစ်နေတယ်။ မှတ်လို့ကတော့ ကောင်းနေတာပါပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အချို့က “မှတ်ရတာ ကတော့ အကြောင်းမထူးလှပါဘူး။ အလျင်ကလိုပါပဲ။ မှတ်လို့ ကောင်းမြဲ ကောင်းနေတာပါပဲ။ အတိုးအတက်လဲ မရှိပါဘူး။ ပြောစရာ အထူးလဲ မရှိပါဘူး။ ပျက်လဲ မပျက်ပါဘူး” ဟူ၍ အကြောင်းမထူးသည်ကိုလဲ ပြောတတ်၏။

အချို့က “မှတ်ရတာကတော့ မြန်ချည်တစ်ခါ နှေးချည်တစ်လှည့်နှင့် ကောင်းနေတာပါပဲ။ သို့ပေမဲ့ တစ်နေ့ဆီက လိုတော့ အမှတ်တွေစိတ်ပြီး မကောင်းတတ်ဘူး။ ကောင်းတော့ ကောင်းနေတာပါပဲ” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အချို့က “အဖောင်း အပိန်ကလေးတွေက မဝီတာလိုလို ပီတာလိုလိုနှင့် သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ ကလေးတွေ ဖြစ်ဖြစ်နေတယ်။ ဘယ်လို အာရုံကိုပဲ မှတ်မှတ် အဖောင်း အပိန်များ သိမ်မွေ့နေတာလိုပဲ အကုန်လုံး သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ကလေး တွေချည်း ဖြစ်ဖြစ်နေတော့တာပဲ” စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။

အချို့က “အမှတ်တွေက အလွန်မြန်နေတယ်။ အလွန်အရှိန်ကောင်းနေတယ်။ အဟုန်နှင့် ပြေးနေတာလိုပဲ။ ကိုယ်ကြီးပါ ပါသွားတော့မှာလိုလိုလဲ ဖြစ်ဖြစ်နေတယ်” ဤသို့ စသည်ဖြင့် အမှတ်ကောင်းပုံကိုလဲ ပြောတတ်၏။ ဤသို့ သာမန်မျှသာ ပြောတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များကိုလဲ အနည်းငယ် တွေ့ရတတ်သေး၏။

ဤလိုပုဂ္ဂိုလ်များကို နှိုင်းချိန်ရန်လက္ခဏာများကား-အားငယ်သောစိတ်ဖြင့် သိမ်မွေ့စွာပြောခြင်း၊ ရှေးကလိုအားတတ် သရောမရှိခြင်း၊ ရုပ်လက္ခဏာ မရွှင်မလန်း ညှိုးနွမ်းခြင်း၊ စကားနည်းခြင်း၊ ရှေးကလို အများနှင့် မရောနှောပဲ နေတတ်ခြင်း၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌သာ တစ်ကိုယ်တည်းနေလိုခြင်းစသော ဤလက္ခဏာတို့ကို ကြည့်ရှု၍ ဘင်္ဂဉာဏ် သန်သန်ကြီးဖြစ်ခဲ့ပြီးသော ထိုယောဂီကို “ဘယ၊ အာဒီနဝ၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်များသို့ ရောက်နေသည်”ဟု ခန့်မှန်းယူဆရာ၏။ ထို့ပြင် အထက်ဉာဏ်ဆိုင်ရာ အတွေ့များကို ပြောခြင်းဖြင့်လဲ “ထိုရက်ပိုင်း အချိန်များအတွင်းက ထိုဉာဏ်များသို့ ရောက်နေခဲ့သည်”ဟု ယူဆရာ၏။ “၎င်းဉာဏ် ၃-မျိုးတို့၏ ဖြစ်ပုံများကို ရှင်းလင်းစွာ ပြောပြနိုင်ပြီးမှသာလျှင် အထက်ဉာဏ်များကို ရောက်နိုင်သည်” ဟူ၍ကား မုချကိန်းသေ မယူဆရာ။ ဤသည်ကား သတိပြုရန် အထူးမှာထားချက်ပေတည်း။

နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် အခန်း ပြီး၏။

မုဗ္ဗိတူကမ္ပတာဉာဏ် အခန်း

မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အတွဲလိုက် အတွဲလိုက်အားဖြင့် တကုန်တည်း ကုန်ပျောက် ပျက်စီးနေသော အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်ဟူ၍ ရုပ် နာမ် သင်္ခါရတို့ကို သွက်သွက် သွက်သွက်နှင့် အလွန်လျင်မြန်စွာ သိလျက် အမှတ်ကောင်းနေရာမှာ တွေ့ရပုံ အထူးတို့ကို ဤသို့ပြောတတ်ကုန်၏။

အချို့က “အံ့ပွပြီး ပိုးကောင်တွေ တက်တက်လာတာလိုပဲ။ ကိုယ်ထဲမှာ ရွရွ ရွရွနဲ့ ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ပိုးကောင်ကလေးများ တက်တက်လာတာလိုလို၊ ပုရွက်ဆိတ်တွေ တက်တက်လာတာလိုလို ရွရွ ရွရွနဲ့ ဖြစ်နေလို့ ဘာမှန်းမသိတာနဲ့ ခဏခဏထပြီးတော့ အဝတ်တွေကို ခါခါ ကြည့်မိတယ်။ ကြည့်လို့ ဘာမျှမတွေ့ရတာနဲ့ ပြန်ပြီးမှတ်ပြန်တော့လဲ အလျင်ကလိုပင် ဖြစ်လာပြန်တာပဲ။ ဒါနဲ့ပေပြီး မှတ်နေတယ်။ ဒီလိုပေပြီး မှတ်နေပေမဲ့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ပျောက်မသွားဘူး။ တစ်ခါတစ်ရံမှာတော့ မှတ်လိုက်လျှင် တော်တော်တော့ လျော့လျော့သွားပါရဲ့။ လုံးလုံးတော့လဲ ပျောက်မသွားဘူး။ တစ်ခါတစ်ရံမှာတော့ စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်လိုက်လျှင် အကုန်လုံးပဲ ပျောက်သွားတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ဟိုနေရာမှာ မှတ်ရလျှင် ကောင်းနိုးနိုး၊ ဒီနေရာမှာ မှတ်ရလျှင် ကောင်းနိုးနိုး၊ ဟိုလိုမှတ်ရလျှင် ကောင်းနိုးနိုး၊ ဒီလို မှတ်ရလျှင် ကောင်းနိုးနိုးနှင့် အမျိုးမျိုးအထွေထွေပြောင်းလဲ ပြုပြင်ချင်တာနဲ့ ခဏ ခဏ ပြုပြင် ပြုပြင် ပြီးတော့ မှတ်နေရတယ်။ ပြောင်းလဲပြုပြင်ပြီး မှတ်ပေမဲ့ တယ်မဟုတ်လှဘူး။ ဘာမျှ မထူးဘူး။ ညာဘက်ကို စောင်းပြီး အိပ်နေရာမှ အကြောင်းထူး မရှိပါပဲလျက် ဘယ်ဘက်ကို စောင်းလိုက်ရတယ်။ ဘယ်ဘက်ကို စောင်းနေရာကလဲ ညာဘက်ကို စောင်းလိုက်ရပြန်တာပဲ။ ပက်လက် အိပ်နေရာကလဲ စောင်းလိုက် ရတယ်။ စောင်းနေရာကလဲ လှန်လိုက် ရတယ်။ အိပ်နေရာ ကလဲ ထလိုက်ရ ထိုင်လိုက်ရတယ်။ ထိုင်နေရာကလဲ ထသွားရတယ်။ သွားနေရာကလဲ ထိုင်ရပြန်တယ်။ ထိုင်နေရာကလဲ အိပ်လိုက်ရပြန်တယ်။ အိပ်ပြီးတော့လဲ ကြာကြာ မနေနိုင်ဘူး။ ထရပြန်တာပဲ။ ထိုင်နေရာမှာလဲ အငြိမ်မနေနိုင်ဘူး။ ဟိုရွှေ့ရ ဒီရွှေ့ရ၊ ဟိုလိုပြင်ရ ဒီလိုပြင်ရ၊ ကွေးလိုက်ရ၊ ဆန့်လိုက်ရနှင့် ခဏခဏ အမျိုးမျိုး ပြုပြင်နေရတာပဲ။ ဘယ်နေရာ ဘယ်အနေ

မျိုးမှာမျှ ကြာကြာမနေနိုင်ဘူး။ ခဏ ခဏ ပြောင်းရွှေ့နေရတာချည်းပဲ။ ဒီလိုနေရာတွေ အနေအထိုင်တွေ အာရုံတွေ ပြောင်းရဖန်များလွန်းလို့ ကြာတော့ စိတ်ကလေးတွေဟာ အလွန်ကျဉ်းကျပ်ပြီး ကျောင်းခန်းထဲမှာတောင် မနေချင်တော့ဘူး။ ခြင်ထောင်ထဲကိုလဲ မဝင်ချင်တော့ဘူး။ ကျောင်းနားကို ကပ်ချင်တဲ့ စိတ်လဲ မရှိတော့ဘူး။ ထွက်ပြေး ချင်တဲ့စိတ်တွေတောင် များများလာတော့တာပဲ။ မှတ်လဲ မမှတ်ချင်တော့ဘူး။ မမှတ်ပဲကလဲ မနေနိုင်ဘူး။ ဒါနဲ့ အမှတ်တွေကို မှတ်ရမှာ ကြောက်ကြောက်ပြီးတော့ မြန်မြန်သာ လွတ်ချင်တော့တာပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်နေယင်း တစ်ပျက်ထဲပျက်နေတဲ့ မကောင်းတာတွေကိုချည်း တွေ့တွေ့နေလို့ မမှတ်ပဲနေရတာက ကောင်းလိမ့်မည် ထင်ပြီးတော့ မမှတ်ပဲနှင့် ရပ်နားပြီး အိပ်နေလိုက်တယ်။ အိပ်ပေမဲ့ အိပ်ပျော်သွားတာလဲ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်က မမှတ်ဘူးလို့ အောက်မေ့ထားပေမဲ့ စိတ်ကလေးက သူ့အလိုလို သိသိပြီး မှတ်လျက် မှတ်လျက် ဖြစ်ဖြစ်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ကိုယ်ဆီ လက်မောင်းဆီက ပေါင်ဆီ ခြေသလုံးဆီက ရွက်နဲ့ ရွက်နဲ့ ယားလာလိုက်။ စူးချွန်နှင့် ထိုးလိုက်တာလို မျက်ကနဲ မျက်ကနဲ စူးလာလိုက်နှင့် တစ်ခါတစ်ရံမှာ အလွန်ကို နာနာသွားတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ရင်ထဲက ပူလဲပူတယ်။ အောင့်လဲ အောင့်တယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ဝမ်းထဲက ပွပွပြီးတက်တက်လာတာလိုလဲ ဖြစ်တယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “တစ်ကိုယ်လုံးက အခြေမပျက်ပါပဲနှင့် အထက်အောက် သွားအချင်းချင်း ချပ်ကနဲ ချပ်ကနဲ ခဏ ခဏ ရိုက်ရိုက်နေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ခေါင်းက ဟိုဘက်ကို ငဲ့လိုက် ဒီဘက်ကို ငဲ့လိုက်နှင့်ဖြစ်ပြီး ကြာတော့ သွက်သွက်ခါအောင် ရမ်းရမ်းနေတယ်။ ဒီလိုကလဲ ခဏခဏ ဖြစ်ဖြစ်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်နေယင်း ကိုယ်ကောင်ကြီးတစ်ခုလုံး ပျောက်နေပြီးတော့ သိတဲ့စိတ်ကလေး တစ်ခုထဲပဲ ရှိနေတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ကိုယ်ထဲမှာ ဖျဉ်းဖျဉ်း ဖျဉ်းဖျဉ်းနဲ့ ဖြစ်ပြီးတော့ စိတ်ကလေးကလဲ သိမ်မွေ့နေလို့ အလွန်ကို နေကောင်းတာပဲ”ဟု တစ်ခါတစ်ရံ ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ကိုယ်ထဲက ဆင်းရဲပင်ပန်းတာကိုတော့ မတွေ့ရပါ။ သို့ပေမဲ့ မှတ်ရတဲ့အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်ကလေးတွေ မပြတ်မစဲ ကုန်ကုန် ပျောက်ပျောက် သွားတာကိုချည်း တွေ့နေရတာနဲ့ လူ့ပြည်မှာလဲ မဖြစ်ချင်တော့ဘူး။ နတ်ပြည်မှာလဲ မဖြစ်ချင်တော့ဘူး။ ဗြဟ္မာ့ပြည်မှာလဲ မဖြစ်ချင်တော့ဘူး။ ဘယ်ဘုံမှာမျှ ဖြစ်ချင်တဲ့စိတ် မရှိတော့ဘူး။ ဖြစ်ရမှာတွေဟာ ဘာမျှ မကောင်းဘူးလို့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းသော သင်္ခါရအာရုံတွေကို ဘာတစ်ခုမျှ မကောင်းဘူးလို့ သိရတဲ့အတွက် စိတ်ထဲမှာ လွန်စွာဆင်းရဲပင်ပန်းပြီးတော့ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ဒီတရားတွေမှ လွတ်ချင်တဲ့ စိတ်တွေသာ ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အာရုံရော မှတ်စိတ်ရော ကုန်ပျောက် နေတာကိုချည်း မပြတ်တွေ့နေရလို့ ဒါတွေ မရှိမှ အေးမှာ ကောင်းမှာပဲ။ ဒါတွေကို တစ်ခြားသို့ စွန့်ပစ်လိုက်ရလျှင် ကောင်းမှာပဲ။ ဒါတွေ မရှိရာကိုသာ ရောက်နေချင်တော့ တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အလျင်ကတော့ အပါယ်ငရဲက လွတ်ပြီးတော့ လူ့ပြည် နတ်ပြည်မှာ ဖြစ်နေရလျှင် တော်လောက်ပြီလို့ အောက်မေ့ခဲ့တယ်။ နိဗ္ဗာန်ကိုတော့ တယ်ပြီး မလိုချင်လှဘူး။ ယခုတော့ဖြင့် ဘယ်ဘုံမှာမျှ မဖြစ်ချင်တော့ဘူး။ နိဗ္ဗာန်ကိုသာ ရောက်ချင်တော့တာပဲ။ မြန်မြန်သာ ငြိမ်းချင်တော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အားပေးပုံ မှတ်နေရတဲ့ သင်္ခါရ တရားမျိုးတွေ အကုန်လုံး မရှိတာ ငြိမ်းတာက နိဗ္ဗာန်အစစ်ပဲ။ အဲဒီ နိဗ္ဗာန် ရောက်မှ အေးမှာပဲ။ ယခု အားထုတ်နေတာဟာ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ဖို့ အားထုတ်နေတာပဲ။ တော်တော်ခရီး ရောက်လာပါပြီ။ နိဗ္ဗာန်သဘောကို အနုမာနဉာဏ်ဖြင့် ယခု မှန်ကန်စွာ သိလာပါပြီ။ ကြိုးစားပြီး အားထုတ်နေလျှင် မကြာမှီပင် ပစ္စက္ခ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန်သိရတော့မည် စသည်ဖြင့် အားပေးရာ၏။

လိုရင်း အချုပ်ကား ရှုမှတ်မိသော ရုပ်နာမ် သင်္ခါရ တရားတို့ကိုငှင်း၊ ဆင်ခြင်မိသော ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတရား တို့ကိုငှင်း “ကုန်ပျောက် ပျက်စီးသွားသောကြောင့် နှစ်သက်သာယာဘွယ် မရှိ”ဟု မှတ်မိတိုင်း ဆင်ခြင်မိတိုင်း သိမြင် သဘောကျပြီးသည်ဖြစ်၍ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ထိုသင်္ခါရတို့ကို စွန့်လိုသော အခြင်းအရာ ထိုသင်္ခါရတို့၌ မကပ်ငြိသော အခြင်းအရာနှင့်တကွ သိသိသွားသော ဉာဏ်သည် **ပစ္စက္ခ မုဉ္ဇိတုကမျတာဉာဏ်** မည်၏။ လူ့ပြည်မှာ ဖြစ်ကြည့်စမ်းလိုက် နတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ကြည့်စမ်းလိုက် ဗြဟ္မာ့ပြည်မှာ ဖြစ်ကြည့်လိုက်စမ်းနှင့် ဆင်ခြင်မိတိုင်း ဆင်ခြင်မိတိုင်း ဘဝသုံးပါးမှ

(အတုအရောင်မျှ မဟုတ်ပဲ) တကယ်ကို လွတ်မြောက်လိုသော အခြင်းအရာနှင့်တကွ ဖြစ်သော ဉာဏ်သည် အနွယ် မုဉ္ဇိတု ကမျတာဉာဏ် မည်၏။

ဆရာတော်၏ မှာထားချက်

ငါတို့ စီရင်အပ်သော ဝိပဿနာ ရှုနည်းကျမ်း၌ ဝေဒနာ အထူးများ ထင်ရှားပေါ်ပုံနှင့် ကုရိယာပုထ်စသည် ခဏခဏ ပြောင်းလဲ၍ ရှုမှတ်ရပုံများကို ပဋိသင်္ခါဉာဏ်အရာမှာ ထည့်သွင်း၍ ပြအပ်ပေသည်။ ထိုသို့ပြခြင်းမှာလဲ “ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ လက္ခဏာ ၃-ပါး အထူးထင်ရှားပုံနှင့် ထိုလက္ခဏာ ၃-ပါးကို အထူးထင်ရှားစွာ သိရန် တစ်ဖန် ရှုမှတ်ရပုံတို့ကို ပဋိသင်္ခါဉာဏ် အရာမှာပင် အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ပြထားသောကြောင့်” ထိုဝိသုဒ္ဓိမဂ် စကားနှင့် တိုက်ရိုက် နှီးနှောကာ လွယ်ကူစွာ သိနားလည်စေခြင်း အကျိုးငှါပြခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဤမှတ်တမ်းသည်ကား ယောဂီတို့၏ အတွေ့များကို ထိုထိုယောဂီတို့ တွေ့ကြ ပြောကြသည့် အတိုင်းသာလျှင် မှတ်သားဖော်ပြအပ်သော မှတ်တမ်းမျှသာ ဖြစ်ပေသည်။ ထိုထိုကျမ်းဂန်တို့မှ ထုတ်ဆောင် ညှိနှိုင်း၍ ရေးအပ်သော ကျမ်းဂန်ကြီး တစ်ခုကား မဟုတ်ပေ။ ထို့ကြောင့် ထိုထိုယောဂီများစွာတို့မှာ ဤမုဉ္ဇိတုကမျတာဉာဏ်အရာ၌လဲ ထင်ရှားပေါ် တတ်သော ဝေဒနာအထူးများနှင့် ပြောင်းလဲ၍ ရှုမှတ်ရပုံများကို ထိုထိုယောဂီတို့ ပြောပြကြသည့် အတိုင်းပင် ဤဉာဏ်အရာ၌ ဖော်ပြလျက် မှတ်တမ်းတင်အပ်ပေသည်။ ဤသို့ မှတ်တမ်းတင်ထားခြင်းသည်လည်း အောက်ပါ မဟာဋီကာနှင့် သင့်လျော် အောင် နှီးနှောလျှင် သင့်လျော်ပေသည် ဟူ၍သာလျှင် ဆိုထိုက်ပေ၏။

အဋ္ဌကထာယံ ပန ဝိပဿနာဉာဏေ တိက္ခေ သူရေ ပသန္ဓေ ဝဟန္ဓေ ဥပ္ပန္နံ ဝိပဿနာ နိကန္တိံ ဒုက္ခေန ကသိရေန ကိလမန္ဓော ပရိယာဒိယတီတိ ပုတ္တတ္တာ ပုဗ္ဗဘာဂေ မုဉ္ဇိတုကမျတာဒိဘာဂေန ပဝတ္တမာနာ သင်္ခါရပေက္ခာ အတ္တနော ပဋိပက္ခေ ကိစ္ဆေန ကသိရေန ဝိက္ခမ္ဘန္တိ ပဋိပဒါပက္ခေ ယေဝတိဋ္ဌတိ။

ဝိပဿနာဉာဏေ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်သည်။ တိက္ခေ သူရေပသန္ဓေ၊ ထက်မြက် ရဲရင့် ကြည်လင်သည် ဖြစ်၍။ ဝဟန္ဓေ၊ သူ့အလိုလိုပင် ဆောင်သွားသကဲ့သို့ သွက်လက် လျင်မြန်စွာ ဖြစ်လတ်သော်။ ဥပ္ပန္နံ၊ ဖြစ်ပေါ်လာသော။ ဝိပဿနာနိကန္တိံ၊ ဝိပဿနာ၌ နှစ်သက် သဘောကျမှုကို။ ဒုက္ခေန ကသိရေန၊ ဆင်းရဲ ငြိုငြင်သဖြင့်။ ကိလမန္ဓော၊ ပင်ပန်းသည်ဖြစ်၍။ ပရိယာဒိယတိ၊ ပယ်ရငြားအံ့။ (ဤသို့ ဆင်းရဲငြိုငြင်စွာ ပင်ပင်ပန်းပန်း အားထုတ်၍ နိကန္တိကို ပယ်ရလျှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ ဝိပဿနာသည် ဒုက္ခာပဋိပဒါမည်၏။ ဤကား စကားကြွင်း။) ဣတိ၊ ဤသို့။ အဋ္ဌကထာယံ၊ အဋ္ဌသာလိနိ အဋ္ဌကထာ၌။ ပုတ္တတ္တာ၊ မိန့်ဆိုအပ်သောကြောင့်။ ပုဗ္ဗဘာဂေ၊ ဗလဝ သင်္ခါရပေက္ခာ အဖြစ်သို့ မရောက်သေးမီ ရှေးအဖို့၌။ မုဉ္ဇိတုကမျတာဒိဘာဂေန ပဝတ္တမာနာ၊ မုဉ္ဇိတုကမျတာ ပဋိသင်္ခါတို့၏ အဖြစ်ဖြင့် ဖြစ်နေသော။ ဝါ၊ မုဉ္ဇိတုကမျတာ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်အဆင့်တို့၌ တည်ဆဲဖြစ်သော။ သင်္ခါ ရပေက္ခာ၊ တရုဏသင်္ခါ ရပေက္ခာသည်။ (မုဉ္ဇိတုကမျတာ-ပဋိသင်္ခါ- သင်္ခါရပေက္ခာဟူသော ဤဉာဏ် ၃-မျိုးလုံးကိုပင် သာမန်အမည်အားဖြင့် သင်္ခါရပေက္ခာဟု ခေါ်ဝေါ်အပ်၏။ ထိုတွင် ဤ အရာ၌ မုဉ္ဇိတုကမျတာ ပဋိသင်္ခါ-ဤဉာဏ် ၂-မျိုးကိုပင် ပုဗ္ဗဘာဂ သင်္ခါရပေက္ခာ-တရုဏ သင်္ခါရပေက္ခာဟု ဆိုပေသည်။) ။အတ္တနော ပဋိပက္ခေ၊ မိမိ၏ ဆန့်ကျင်ဘက် ကိလေသာတို့ကို။ ကိစ္ဆေန ကသိရေန၊ ဆင်းရဲ ငြိုငြင်စွာ။ ဝိက္ခမ္ဘန္တိ၊ ပယ်ခွါရသည် ရှိသော်။ ဒုက္ခာ ပဋိပဒါ ပက္ခေယေဝ၊ ဒုက္ခာ ပဋိပဒါ အဖို့၌သာလျှင်။ တိဋ္ဌတိ၊ တည်ပေ၏။

ရှင်းလင်းချက် အင်္ဂုတ္တရ အဋ္ဌကထာ စသည်တို့၌ “မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏ်တိုင်အောင် ရှေ့ပိုင်း ဝိပဿနာဉာဏ်များကို ပဋိပဒါ” ဟူ၍၎င်း၊ “ဥပက္ခိလေသမှ လွတ်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မှစ၍ နောက်ပိုင်း ဝိပဿနာဉာဏ်များကို အဘိညာ” ဟူ၍၎င်း ဤသို့ ခွဲခြား၍ ပြကုန်၏။ မူလဋီကာ၌လဲ နည်းတူပင် ခွဲခြား၍ ဖွင့်ပြ၏။ သို့သော်လဲ.....

သစေ ပနာယံ အာဒိတော ကိလေသေ ဝိက္ခမ္ဘယမာနာ ဒုက္ခေန သပ္ပယောဂေန သသင်္ခါရေန ဝိက္ခမ္ဘေတုံ အသက္ခိ၊ ဒုက္ခာ ပဋိပဒါနာမ ဟောတိ။ ဝိပရိယာယေန သုခါ ပဋိပဒါ။ ကိလေသ ပန ဝိက္ခမ္ဘေတွာ ဝိပဿနာ ပရိဝါသံ မဂ္ဂပါတု ဘာဝံ သဏိကံ ကုရမာနာ ဒန္တာဘိညာ နာမ ဟောတိ။ ဝိပရိယာယေန ခိပ္ပါဘိညာ။ ဣတိ အယံ သင်္ခါရပေက္ခာ၊ အာဂမနိယဋ္ဌာနေ ဌတွာ အတ္တနော အတ္တနော မဂ္ဂဿ နာမံ ဒေတိ၊ တေန မဂ္ဂေါစတ္တာရိ နာမာနိ လဘတိ ဟူသော သင်္ခါရပေက္ခာ အဖွင့် ဤဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ သင်္ခါရပေက္ခာကိုပင် “ဒုက္ခာပဋိပဒါ သုခါ ပဋိပဒါ ဒန္တာဘိညာ ခိပ္ပါဘိညာ”ဟု လေးမျိုး ခွဲခြား၍ ပြထားသောကြောင့် ဤဝိသုဒ္ဓိမဂ် စကားကို အင်္ဂုတ္တရ အဋ္ဌကထာ မူလဋီကာတို့၌ ပြဆိုသည့်အတိုင်း အဓိပ္ပာယ်မယူသာပြီ။ ထို့ကြောင့် မဟာဋီကာဆရာသည် ဤဝိသုဒ္ဓိမဂ် စကားကို သင့်လျော်အောင် ကြံဆ၍ အထက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြတော်မူ ပေသည်။

အသင့် ယုတ္တိကို ကြံပုံကား ဝိပဿနာဉာဏေ တိက္ခေစသော အဋ္ဌသာလိနိ အဋ္ဌကထာစကားဖြင့် ဝိပဿနာဉာဏ် သာမန်ကိုသာပြ၏။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် စသော ဉာဏ်အထူးကိုကား ပြသည် မဟုတ်ပေ။ ဝိပဿနာ နိကန္တိံ ဟူသော ထို

အဋ္ဌကထာ စကားဖြင့်လဲ ဝိပဿနာ သာမန်၌ ဖြစ်သော နှစ်သက်မှု သာမန်ကိုသာပြ၏။ ဥဒယဗ္ဗညဏ် စသော ဝိပဿနာ အထူး၌ ဖြစ်သော နှစ်သက်မှု အထူးကိုကား ပြသည်မဟုတ်ပေ ထို့ကြောင့် ထိုအဋ္ဌသာလိနီ အဋ္ဌကထာ စကားတို့ဖြင့် “သင်္ခါရပေက္ခာ တိုင်အောင်သော ဝိပဿနာဉာဏ်တို့တွင် အမှတ်မရှိ တစ်စုံ တစ်ခုသော ဝိပဿနာဉာဏ် ထက်သန်စွာ ဖြစ်သောအခါ၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ထိုထို ဝိပဿနာ နိက္ခိယကုသိုလ်မှုကို ခဲယဉ်းစွာ အားထုတ်၍ ပယ်ရလျှင် ထိုထို ဝိပဿနာသည် ဒုက္ခာပဋိပဒါမည်၏။ လွယ်ကူစွာနှင့် ပယ်ခွါ လွန်မြောက်နိုင်လျှင် ထိုထိုဝိပဿနာသည် သုခါပဋိပဒါမည်၏” ဟူသော ဤသို့သော ခွဲခြားခြင်းကို ပြသည်ဟူ၍လဲ ယူနိုင်၏။ သို့ဖြစ်၍ **သင်္ခါရပေက္ခာ**ကိုပင် ပဋိပဒါ အဘိညာတို့ဖြင့် ခွဲခြား၍ပြသော ဤဝိသုဒ္ဓိမဂ်စကား၌ အောက်ပါအတိုင်း ယူသင့်သည်ဟု ဋီကာဆရာ ဆိုလိုပေ၏။

မုဉ္ဇိတုကမ္ပတာ ပဋိသင်္ခါ ဟူသော တရုဏာ သင်္ခါရပေက္ခာသည် မိမိ၏ ဆန့်ကျင်ဘက် ကိလေသာတို့ကို ခဲယဉ်းစွာဖြင့် ပယ်ခွါရလျှင် ဒုက္ခာ ပဋိပဒါမည်၏။ လွယ်ကူစွာဖြင့် ပယ်ခွါနိုင်လျှင် သုခါပဋိပဒါမည်၏။ ဗလဝသင်္ခါရပေက္ခာ သည် ဝိပဿနာပဋိပဒါ ကြာမြင့်စွာ နေပြီးမှ မဂ်ကို ဖြစ်စေနိုင်လျှင် ဒန္တာဘိညာ မည်၏။ ဝိပဿနာပရိဝသ် မနေမူ၍ လျင်မြန်စွာ မဂ်ကို ဖြစ်စေနိုင်လျှင် ခိပ္ပါဘိညာမည်၏ ဤသို့ခွဲခြားသင့်သည်ဟု ဋီကာဆရာ ဆိုလိုပေ၏။

ဤဋီကာ၏ အဆိုသည် အထက် မဂ်များ၏ ဝိပဿနာကိုလဲ ဒုက္ခာပဋိပဒါ သုခါပဋိပဒါတို့ဖြင့် ခွဲခြား၍ ပြဆိုသော အဋ္ဌကထာ စကားတို့နှင့်လဲ နီးနှောမိသည်ဖြစ်၍ ယုတ္တတရဖြစ်သကဲ့သို့ ရှိပေ၏။ အကြောင်းမူကား အထက်မဂ်များ အတွက် အားထုတ်လိုလျှင် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် စသည်တို့၏ အလိုအားဖြင့် အားထုတ်ရသည် ဟူ၍၎င်း၊ အရိယာမှာ ဥပက္ကိလေသမဖြစ် ဟူ၍၎င်း ဆိုသော အဋ္ဌကထာ စကားတို့ဖြင့် “အထက် မဂ်များ၏ ဝိပဿနာသည် ဥပက္ကိလေသ ဝိနိမုတ္တ ဥဒယဗ္ဗ ဉာဏ်မှစ၍ ဖြစ်သည်”ဟု ထင်ရှားသိရ၏။ ထို့ကြောင့် မဂ္ဂါ မဂ္ဂဉာဏ်တိုင်အောင် ရှေ့ပိုင်း ဝိပဿနာကိုသာလျှင် ပဋိပဒါဟု ဆိုခဲ့လျှင် အရိယာမှာ မဂ္ဂါ မဂ္ဂဉာဏ်ပင် ဖြစ်ခွင့်မရှိသောကြောင့် အထက်မဂ်များ၏ ဝိပဿနာသည် သုခါပဋိပဒါ ဒုက္ခာပဋိပဒါ ဟူသော အမည်ကို မရသင့်တော့ပြီ။ ဥပက္ကိလေသမှ လွတ်သော နောက်ပိုင်း ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် စသည်တို့ကိုလဲ ပဋိပဒါဟု ခေါ်ဆိုနိုင်မှ သာလျှင် အထက်မဂ်များ၏ ဝိပဿနာသည်လည်း သုခါပဋိပဒါ ဒုက္ခာပဋိပဒါဟူသော အမည်ကို ရနိုင်ပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်တိုင်အောင် ပဋိပဒါဟု ပြဆိုသော မဟာဋီကာသည် အထက်မဂ်များ၏ ဝိပဿနာကိုလဲ ဒုက္ခာပဋိပဒါ သုခါပဋိပဒါတို့ဖြင့် ခွဲခြား၍ပြဆိုသော အဋ္ဌကထာ စကားတို့နှင့်လဲ နီးနှောမိပေ၏။

ထို့ပြင် အတ္တနော **ပဋိပက္ခေ** ဟူသော ဋီကာစကားဖြင့် **ဝိပဿနာ နိက္ခိယ** ဟူသော အဋ္ဌကထာစကားကို **နိဒဿမျှသာ**ဟု သိစေ၏။ နိက္ခိယဖြစ်စေ တစ်ပါးသော ကိလေသာဖြစ်စေ ဒုက္ခာဝေဒနာဖြစ်စေ ထိုထို ဝိပဿနာ၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ဟူသမျှကို ထိုထို ဝိပဿနာဖြင့် ပယ်ခွါ လွန်မြောက်သွားအောင် အားထုတ်ရသည်ဟု ဆိုလိုပေ၏။ ဤအရာ၌ ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်သော ကိလေသာများမှာ သင်္ခါရတို့ကို မစွန့်လိုခြင်း ကပ်ငြိ တွယ်တာခြင်း ဟူသော အမုဉ္ဇိတုကမ္ပတာသည် မုဉ္ဇိတုကမ္ပတာဉာဏ်၏ ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ကိလေသာ ပေတည်း။ တစ်ဖန် မဂ္ဂ မှတ်မှု မောဟဟူသော အပဋိသင်္ခါနသည် ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၏ ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ကိလေသာပေတည်း။ နိက္ခိယသည်ကား အလုံးစုံသော ဝိပဿနာတို့၏ သာမန် ဆန့်ကျင်ဘက် ကိလေသာ ပေတည်း။ ဒုက္ခာဝေဒနာသည်ကား ထိုကိလေသာတို့၏ အထောက်အပံ့ဖြစ်သော ဆန့်ကျင်ဘက်ပေတည်း။

သို့ဖြစ်၍ အကြင်မျှလောက် ကာလပတ်လုံး သင်္ခါရတို့ကို အာလယပြတ် မစွန့်လွှတ်လိုသေး၊ မစွန့်လွှတ်နိုင်သေး၊ စွန့်လွှတ်လိုသော အသိဉာဏ် တစ်ခါတစ်ရံ ဖြစ်ငြားသော်လဲ မကြာမီပင် တစ်ဖန်ပြန်၍ ကပ်ငြိတွယ်တာမှု ဖြစ်သေး၏။ ထိုမျှလောက် ကာလပတ်လုံး မုဉ္ဇိတုကမ္ပတာဉာဏ်သည် မိမိ၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ကို မခွါနိုင်သေးသည် မည်၏။ အကြင်မျှလောက် ကာလပတ်လုံး အထူးကြောင့်ကြစိုက်၍ မဂ္ဂမှတ်လျှင် အမှတ်အသိ ပျက်လျက် အပဋိသင်္ခါန မည်သော မသိမှု မောဟဖြစ်သေး၏။ သူ့အရှိန်နှင့်သူ မသွားသေးသဖြင့် အမှတ်အသိ ပျက်တတ်သေး၏။ ထိုမျှလောက် ကာလပတ်လုံး ပဋိသင်္ခါဉာဏ်သည် မိမိ၏ဆန့်ကျင်ဘက်ကို မခွါနိုင်သေးသည်မည်၏။ သူ့အရှိန်နှင့်သူ မှတ်သိလျက် မှတ်သိလျက် အစဉ်မပြတ် ဖြစ်၍နေသော သင်္ခါရပေက္ခာသို့ ရောက်လျှင်ကား ဆန့်ကျင်ဘက် ကိလေသာတို့ကို ပယ်ခွါပြီး ဖြစ်လေတော့၏။ ဤသို့ မခွါနိုင်သေးပုံ ခွါနိုင်ပုံတို့ကို သိအပ်ကုန်၏။

ဋီကာ၌ သင့်လျော်အောင် အဓိပ္ပါယ် ယူပုံကား သင်္ခါရတို့ကို မစွန့်လွှတ်လိုခြင်း အထူးကြောင့်ကြစိုက်၍ မဂ္ဂမှတ်လျှင် အမှတ်အသိပျက်လျက် မသိမှု မောဟ ဖြစ်ခြင်း တည်းဟူသော ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ကိလေသာတို့ကို ပယ်နိုင်ရန် ရှုမှတ်နေရသော ထိုကာလများအတွင်း၌ ထိုကိလေသာတို့၏ အထောက်အပံ့ဖြစ်သော သာမန်ဆန့်ကျင်ဘက် ဒုက္ခာဝေဒနာ စသည်တို့ကိုလဲ ထင်ရှားတွေ့ရ၍ ခဲယဉ်းပင်ပန်းစွာ အားထုတ်ရသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ မုဉ္ဇိတုကမ္ပတာ ပဋိသင်္ခါဟူသော တရုဏာ သင်္ခါရပေက္ခာသည် ဒုက္ခာ ပဋိပဒါမည်၏ ဟူသော ဤအနက် အဓိပ္ပါယ်ကို ဋီကာဆရာ ဆိုလိုသည်ဟုယူလျှင် မုဉ္ဇိတုကမ္ပတာဉာဏ် အရာမှစ၍ ဒုက္ခာဝေဒနာ စသည်တို့နှင့် ထင်ရှားတွေ့လျက် ဆန့်ကျင်ဘက်တို့ကို ပယ်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းစွာ အားထုတ်ရသော အချို့ယောဂီတို့၏ အတွေ့များကို ဖော်ပြထားသော ဤမှတ်တမ်းသည် ပြခဲ့သော မဟာဋီကာနှင့် ညီညွတ်ပေသည် ဟူ၍သာ ဆိုသင့်ပေ၏။ ဤသည်ကား ဆရာတော်၏ မှာထားချက်ပေတည်း။

မူဠိတူကမ္မတာဉာဏ်အခန်း ပြီး၏။

ပဋိသင်္ခါဉာဏ် အခန်း

မူဠိတူကမ္မတာဉာဏ်ဖြင့် သင်္ခါရတို့မှ လွတ်မြောက်လို၍ ဒွါရ ၆-ပါး၌ ပေါ်လာတိုင်းသော သင်္ခါရတို့ကို မှတ်မြဲတိုင်းပင် ဆက်လက်၍ တစ်ဖန် ရှုမှတ်လတ်သော် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ကုန်ပျောက်သွားသော အာရုံကလေးများနှင့် မှတ်စိတ်ကလေးများကို လျင်လျင်မြန်မြန် သိလျက် အမှတ်အသိ အထူးကောင်းလာပြန်၏။ ထိုအခါ၌ ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများကား

အချို့က “ရှုမှတ်ရတဲ့ အာရုံကလေးတွေက အလွန်လျင်မြန်စွာ ကုန်ဆုံးပျောက်ကွယ်နေတာပဲ။ ၂-ခါ ၃-ခါလောက် မှတ်ရအောင် ကြာရည်စွာ တည်နေတဲ့ အာရုံဆိုလျှင် ဘာတစ်ခုမျှ မတွေ့ရတော့ဘူး။ ကြာရည်စွာ မှတ်နေရတဲ့ စိတ်ကူး ဆိုလျှင်လဲ ဘာတစ်ခုမျှ မတွေ့ရတော့ဘူး။ တစ်ချက် နှစ်ချက် ဖော်လိုက်လျှင် ပျောက်ပျောက်သွားတာချည်းပဲ။ တချို့ဟာများ မှတ်တောင်မှ မမှတ်လိုက်ရတော့ဘူး။ သိရုံ သိရုံမျှနဲ့ ပျောက်ပျောက် သွားတယ်။ ဘာလောက်မျှ ကြာရည်စွာ မတည်မြဲပဲ ပျောက်လွယ်လွန်းလို့ မမြဲတဲ့သဘောတရားတွေပဲဟု စိတ်ထဲမှာ ထင်ထင်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်ရတာမှာတော့ နေ့တိုင်းလိုပါပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ သွက်သွက် သွက်သွက်နှင့် ကောင်းပါရဲ့။ တစ်ခါ တစ်ရံမှာလဲ တယ်ပြီး ကောင်းလှတယ်လို့ မဟုတ်ပဲနဲ့ ခပ်လေးလေးပါပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာလဲ ခပ်ကျကျပဲ။ မှတ်လို့တော့ ကောင်းနေတာက များပါတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်ရတဲ့ သဘောတရား ကလေးတွေက မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် ဘာတစ်ခုမျှ ကောင်းတာရယ်လို့ မရှိပဲနဲ့ အကုန်လုံး မကောင်းတာတွေ ဆင်းရဲတွေချည်းပဲလို့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်လို့ အလွန်ကောင်းနေရာမှာ တကိုယ်လုံး ကြွကြွပြီးတော့ ယားယားလာတယ်။ မှတ်လိုက်လျှင် တစ်ခါတစ်ရံမှာ လျော့လျော့ သွားလိုက်ယင်း၊ တစ်ခါတစ်ရံမှာ တိုးတိုးယားလိုက်ယင်းနဲ့ ဒီလိုချည်းဖြစ်နေတာဟာ တစ်ရက်လောက်ရှိပါပြီ။ နှစ်ရက်လောက် ရှိပါပြီ” စသည်ဖြင့် ပြော၍ “ယားတာတွေရော မှတ်နေရတာတွေရော အကုန်လုံး ဘာတစ်ခုမျှ မကောင်းဘူး။ ဆင်းရဲတွေချည်းပဲလို့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ အချို့ကလဲ “ယားယံမှု များကို အနည်းငယ်မျှသာ တွေ့ရသော်လည်း မကောင်းတာချည်းပဲ။ ဆင်းရဲချည်းပဲ”ဟု နည်းတူပင် ထင်နေကြောင်းကို ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်နေရတာကတော့ ကောင်းပါရဲ့။ သို့သော်လဲ ကိုယ်တွေ့လက်တွေ့မှာ တင်းကြပ်ကြပ်ကြီး ဖြစ်ပြီးတော့ မှတ်ရတဲ့ စိတ်တွေကလဲ လေးတွဲတွဲကြီး ဖြစ်နေတော့တာပဲ။ လက်တွေ့ ခြေတွေမှာလဲ အလွန်လေးနေလို့ မဆွဲမငင်ချင်။ ဆွဲငင်ချင်လို့လဲ မရနဲ့ လေးလံတိုင်းမှိုင်းကြီး မှတ်နေရတော့တာပဲ။ ဘာမျှမကောင်းပဲ အလွန်ဆင်းရဲတဲ့ တရားတွေချည်းပဲလို့ ထင်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်လို့ကောင်းနေရာမှာ နားထဲမှာ စိစိ စိစိနှင့် အသံကလေးတွေကို ကြားနေတယ်။ ကြားစမှာတော့ မှတ်လို့လဲ ကောင်းသေးတယ်။ မှတ်လိုက်လျှင် ပျောက်လဲ ပျောက်လွယ်သေးတယ်။ နောက်တော်တော် ကြာလာတော့ အသံတွေက ထင်ရှား ထင်ရှားပြီး ကြီးပွား ကြီးပွားလာလို့ ပီပီသသကြီး ကြားကြား နေရတဲ့အတွက် အမှတ်ရခက်ပြီး နေတော့တာပဲ။ မှတ်လို့လဲ မပျောက်တော့ဘူး”ဟု ပြောတတ်၏။ ဤသို့သော အသံကို တစ်ရက် နှစ်ရက် သုံးရက်စသည်ဖြင့် ကြာမြင့်စွာ ကြားနေရသော အချို့ယောဂီက “အသံတွေကလဲ ယခုထက်ထိ ကြားရတုန်းပဲ။ မှတ်လို့လဲ မပျောက်ဘူး။ ဒီအသံတွေကို ကြားလဲမကြားချင်ဘူး။ မှတ်လဲ မမှတ်ချင်ဘူး။ ဒီအသံတွေကို ကြားကြားနေရတာဟာ အလွန်ကို ဆင်းရဲပင်ပန်း နေတာပဲ။ ဘာမျှမကောင်းလို့ ဒီအသံတွေကို အလိုမရှိတော့ပဲ ပျင်းမုန်းကြီး ဖြစ်ပြီးတော့ စက်ဆုပ်နေတော့တာပဲ။ ဒီအသံတွေမှ မြန်မြန်လွတ်မြောက်ချင်တဲ့ စိတ်တွေချည်း ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

ဖြူဖြင့်ပုံ အသံတွေကို လုံးလုံးဂရုမစိုက်ပဲ လျစ်လျူထား၍ တစ်ပါးသော အာရုံများကိုသာ စူးစိုက်ပြီး အတင်းမှတ်သွားရန် ကြားလိမ့်ဦးမည် ဟူ၍လဲ မစဉ်းစား မအောက်မေ့ရန်၊ ကြားသေးသလား၊ အသံတွေ ရှိသေးသလား ဟူ၍လဲ မစဉ်းစားပဲ ရှုမှတ်သွားရန် ညွှန်ကြားပါလေ။ ကြားစရာအသံက မရှိပါပဲလျက်၊ စိတ်ညွတ် စွဲလမ်းခြင်းကြောင့် အလကား သက်သက် စိတ်ထင်မှုမျှသာ ဖြစ်ကြောင်းကိုလဲ ပြောပြပါလေ။

အချို့ကလဲ “မှတ်လို့ အလွန်ကောင်းနေရာမှ မှတ်ရတဲ့ အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်များကို သိတိုင်း မြင်တိုင်း ပူလောင်ပင်ပန်း နေတယ်လို့ ထင်နေတော့တာပဲ။ ကိုယ်အောက်က မီးခဲတွေ ခင်းပြီးတော့ ကိုယ်ပေါ်ကလဲ မီးအိုးကင်းကြီးတွေ တင်ထားတာ

လိုပဲ။ စိတ်ထဲမှာ အလွန်ကို မခံသာအောင် ဆင်းရဲတဲ့ သဘောတရားတွေချည်းပဲ။ ဘာမျှ မကောင်းတာတွေ ချည်းပဲလို့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အာရုံတစ်ခုနှင့် တစ်ခု မရောပဲ တစ်ခြားစီ ဝေးဝေးပြီးနေတယ်။ မှတ်စိတ်နှင့် အာရုံလဲ မကပ်ဘူး။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ မမှတ်ပဲနဲ့ငေးပြီး နေလိုက်တာဟာ အတော်ကို ကြာကြာ သွားတယ်။ ဒါပေမဲ့ သမာဓိကတော့ ပျက်တယ်လို့ တယ်မရှိလှဘူး။ သတိရလို့ တွေ့ရာက ကောက်ပြီးမှတ်လိုက်လျှင် ကောင်းတော့ ကောင်းသွားသေးတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ဝမ်းထဲက ပူလောင်လာတာမှာ အမှတ်ပျက်ပြီး ရပ်ရပ် သွားလောက်အောင်ပဲ ပြင်းထန်တယ်။ တစ်ခါ တစ်ရံမှာလဲ မှတ်လိုက်လျှင် ချက်ချင်း ပျောက်သွားပြီးတော့ တော်တော်ကြာလျှင် ပူလာပြန်တာပဲ။ မှတ်လိုက်ပြန်လျှင် ပျောက်သွားပြန်တာပဲ။ ပြီးတော့ တော်တော်ကြာလျှင်လဲ ပူလာပြန်တာပဲ။ ဒီလိုချည်းပဲ မှတ်လိုက် ပျောက်သွားလိုက် ပြီးတော့ ပေါ်လာလိုက်နဲ့ ခဏခဏ ဖြစ်နေလို့ ကြာတော့ စိတ်ထဲမှာ မပျော်ပိုက်ပဲနဲ့ မကောင်းနေတော့တာပဲ။ မြန်မြန်သာ လွတ်ချင်တော့တာပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ရင်ဘတ်ထဲက တင်းတင်းလာတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ရင်ထဲက လေကြောထိုးတာလိုပဲ။ အောင့်အောင့်ပြီး နာနာလာတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ်ထဲကလဲ တောင့်တင်းကြီးဖြစ် ရှုမှတ်ရတာကလဲ ပျင်းတွတ္တကြီး ဖြစ်ပြီးတော့ မကောင်းလွန်းလို့ စိတ်ထဲမှာ ရှုပ်လို့ ပွလို့ ဖြစ်ပြီးတော့ မြန်မြန်ကြီး လွတ်ချင်တော့ တာပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ဘာကိုပဲ မှတ်ရ မှတ်ရ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ဘာတစ်ခုကိုမျှ အကောင်းမထင်တော့ပဲ ယခုဖြင့် မှတ်ရတာမှာ ပျင်းပြီးတော့ စိတ်ညစ်နေတာပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အားပေးပြုပြင်ပုံ ယခု တွေ့နေရတာမှာ ရှေးက မသိနိုင်တဲ့ ဒုက္ခသစ္စာတရား တွေကို ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း မျက်မှောက်တွေ့နေခြင်း၊ သိနေခြင်းပင်ဖြစ်ကြောင်း၊ ဒုက္ခသစ္စာ တရားထဲမှာ အကောင်းရာမျှ မရနိုင်ကြောင်း၊ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြား၍ သိတဲ့ဉာဏ် ဖြစ်နေကြောင်း၊ မှတ်မိတဲ့ ထိုထိုအာရုံများအပေါ်မှာ ဖြစ်ထိုက်တဲ့ သမုဒယသစ္စာကိုလဲ ပယ်ခြင်းကိစ္စ ပြီးနေကြောင်း၊ တဒင်္ဂနိရောဓသို့လဲ ဆိုက်ရောက်နေကြောင်း၊ လောကီမဂ္ဂသစ္စာကိုလဲ ပွားများနေခြင်း ဖြစ်ကြောင်း၊ အရိယမဂ္ဂသစ္စာဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုလဲ မကြာမီပင် တွေ့ရတော့မည် ဖြစ်ကြောင်း၊ ယခုတွေ့နေရတဲ့ ဆင်းရဲတွေမှလဲ မကြာမီပင် လွတ်ပြီးလျှင် အလွန်အမှတ်ကောင်း သွားတော့မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့မြင်လျက် အပါယ်ဆင်းရဲ ဝဋ်ဆင်းရဲဟူသမျှမှ လွတ်မြောက်သွားနိုင်ကြောင်း၊ ယခုတွေ့နေရသော ဒုက္ခမှာ ထိုအပါယ်ဆင်းရဲ ဝဋ်ဆင်းရဲကြီးများနှင့် နှိုင်းစာလျှင် ဘာမျှ ပြောပလောက်အောင် မကြီးကျယ်သေးကြောင်း၊ ဆင်းရဲကြီးများမှ လွတ်လိုလျှင် ဆင်းရဲငယ်ကလေးကို သည်းခံ၍ အားထုတ်အပ်ကြောင်း စသည်တို့ကို ယောဂီ၏ အသိဉာဏ်အဆင့်အတန်း အားလျော်စွာ ချင့်ချိန်၍ စွမ်းနိုင်သမျှ ဟောပြောအားပေးရမည်။ မကောင်းဘူးဟု ထင်နေသော စိတ်များကိုလဲ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း မှတ်၍ မှတ်၍ လျင်မြန်စွာ ပယ်ဖျောက်ရန် ပြောကြားရမည်။ ဤအရာ၌ ယောဂီ၏ စိတ်ဆန္ဒ တက်ကြွ ရွှင်လန်းလာသည်တိုင်အောင် ဟောပြော ချီးမြှောက်ကြပါလေ။

ဉာဏ်၂-ပါးတို့၌ တွေ့ပုံအထူးကား မုဉ္ဇိတုကမျတာဉာဏ် အဆင့်၌ ဒုက္ခဝေဒနာတို့ကို အနည်းငယ်သာ တွေ့ရတတ်၏။ တွေ့လျှင် သုံး လေး ငါးချက် စသည်ဖြင့် ကြာမြင့်စွာ မှတ်မှပျောက်သည်လဲ ရှိတတ်၏။ လျော့ရုံမျှ ခံသာရုံမျှသာရှိ၍ ရုတ်တရက် မပျောက်သည်လဲ ရှိတတ်၏။ ဤပဋိသင်္ခါဉာဏ် အဆင့်၌ကား ဒုက္ခဝေဒနာအမျိုးမျိုးတို့ကို များစွာပင် တွေ့ရတတ်၏။ တွေ့သော်လဲ ကြာမြင့်စွာကား မတည်တတ်။ မှတ်လိုက်လျှင် တစ်ချက် နှစ်ချက်မျှဖြင့်လဲ ပျောက်ကင်းသွားတတ်၏။ မမှတ်လိုက်ရပဲ သိရှိမျှဖြစ်လဲ ပျောက်ကင်းသွားတတ်၏။ လုံးလုံးမပျောက်သော်လဲ တစ်ချက်မှတ် တစ်ခါပျောက်အားဖြင့် ပိုင်းပိုင်းခြားခြားကား သိနိုင်သည်သာတည်း။ ဤကား အထူးတည်း။

ဆရာများ၏ အားပေးတိုက်တွန်းချက်အတိုင်း ရှုမှတ်၍ နာရီပိုင်း ရက်ပိုင်းများ ကြာလွန်သွားသော အခါမှာဖြစ်စေ၊ မိမိအလိုလိုပင် မပြတ်အားထုတ်၍ ဤဉာဏ်ရင့်သော အခါမှာ ဖြစ်စေ ပြောပုံများကား

မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အာရုံနှင့် မှတ်စိတ် တွဲကနဲ တွဲကနဲ ကပ်ကပ်ပြီးတော့ မှတ်လို့လဲ ကောင်း၊ အားထုတ်ရတာလဲ ပျော်ရွှင်နေပါပြီ။ ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေလဲ ဘာမျှ မဖြစ်တော့ပါဘူး။ သွက်သွက်လက်လက် ချမ်းချမ်း သာသာနှင့် မှတ်လို့ကောင်းနေတာပါပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

မှတ်ရတဲ့ အာရုံတွေရော၊ မှတ်သိနေတဲ့ စိတ်တွေရော အားလုံးဖြစ်ပျက်နေတဲ့ သင်္ခါရတရားတွေ ကုန်ဆုံး ပျက်စီး နေတာကို လျင်လျင်မြန်မြန်ကြီး တွေ့တွေ့နေရတော့ အကောင်အထည်လဲ ဘာမျှမရှိဘူး။ ကိုယ်လုပ်ချင်တိုင်း ဘာမျှ မဖြစ်ဘူး။

သူ့အလိုလိုသာ သူဖြစ်နေတာပဲ။ ဒါကြောင့် သူဖြစ်ချင်တဲ့ အတိုင်းသာ လိုက်ပြီးမှတ်မှတ် မှတ်လိုကောင်းသွားတော့တာဘဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

အမှတ်တွေက အရှိန်ကောင်းပြီး မြန်နေတယ်။ မမှတ်ပဲနဲ့ ရပ်နားနေပေမယ့်လို့ သူ့ဟာသူ မှတ်လျက် သိလျက် ဖြစ်ဖြစ်နေတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ရပ်လိုက်ပေမယ့်လို့ အမှတ်တွေက ဆက်သွားနေလို့ လေး ငါး ဆယ်ချက်လောက် လိုက်ပြီး မှတ်လိုက်သေးတယ်။ ဤသို့ စသည်ဖြင့် အမှတ်ကောင်းပုံကိုလဲ ပြောတတ်သေး၏။ သို့သော် ကြောင့်ကြမစိုက်ပဲ ကြာမြင့်စွာ ကား မမှတ်နိုင်သေးပေ။ မှတ်သိရတဲ့ အာရုံများလဲ အလွန် မသိမ်မွေ့လှသေးပေ။

လိုရင်း အချုပ်ကား တစ်ရံတစ်ခါ မှတ်ချက်၌ အနိစ္စလက္ခဏာ ၁၀-ပါး တို့တွင် တစ်ပါးပါးကို တစ်ရံတစ်ခါ၌ မှတ်ချက်၌ ဒုက္ခလက္ခဏာ ၂၅-ပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးကို တစ်ရံတစ်ခါ မှတ်ချက်၌ အနတ္တလက္ခဏာ ၅-ပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးကို၊ ပါရမီဉာဏ်အားလျော်စွာ အကျဉ်းအားဖြင့် ဖြစ်စေ၊ အကျယ်အားဖြင့် ဖြစ်စေ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ထင်ရှားစွာ သိမြင် သဘောကျလျက် ရှေးနောက်မပြတ် တစ်စပ်တည်းကဲ့သို့ဖြစ်၍ လျင်မြန်စွာ မှတ်သိသော ဉာဏ်သည် **ပဋိသင်္ခါဉာဏ်** မည်၏။

ပဋိသင်္ခါဉာဏ် အခန်း ပြီး၏။

သင်္ခါရူပေက္ခာဉာဏ် အခန်း

ပဋိသင်္ခါဉာဏ် ရင့်သန်သောအခါ၌ လျင်မြန်သော အဟုန်ဖြင့် ပြေးသွားနေဘိသကဲ့သို့ အမှတ်တို့သည် အလွန် သွက်လက် လျင်မြန်စွာ မပြတ်ဖြစ်ကုန်၏။ ထိုအခါ၌ ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများကား-

(၁) ယခု ရှုမှတ်နေရတာက မှတ်ရတဲ့ အာရုံများ အပေါ်မှာ ကောင်းတယ်လို့လဲ ရှေးကလို မထင်လှဘူး၊ မကောင်းဘူးလို့လဲ မထင်ဘူး၊ မှတ်ရတာဟာလဲ ပျော်တယ်လို့လဲ မရှိလှဘူး၊ ပျင်းတယ်လို့လဲ မရှိလှဘူး၊ အမှတ်ကတော့ ပေါ့ယုံယုံကလေးနဲ့ လျင်လျင်မြန်မြန် ဖြစ်ပြီးတော့ ကောင်းနေတာပါပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (သင်္ခါရတို့အပေါ်၌ ဘယနန္ဒီ ကင်း၍ မဇ္ဈတ္တဖြစ်ပုံကို ပြောသည်)။

(၂) ထိုင်ယင်း ဖြစ်ဖြစ် အိပ်ယင်း ဖြစ်ဖြစ် မှတ်နေရာမှာ ကိုယ်ကတော့ ထိုင်ရုံလောက် အိပ်ရုံလောက်သာ ထိုင်ပေးရ အိပ်ပေးရတော့တာပဲ။ အမှတ်က သူ့ဟာသူ မှတ်မှတ်နေတော့တာပဲ။ ဘာမျှ အထူးကြောင့်ကြ မစိုက်ရတော့ပဲနဲ့ အလွန်ကို ကောင်းနေတော့တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ နွားကောင်းတရားကို မောင်းရတဲ့ လှည်းသမားလိုပါပဲ။ ကိုယ်က ဘာမျှ ကြောင့်ကြမစိုက်ရပဲနဲ့ အမှတ်က သူ့ဟာသူ မှတ်မှတ် သွားနေတော့တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ယခုဖြင့် အစ လေး ငါး ဆယ်ချက်လောက်သာ မှတ်ပေးလိုက်ရတော့တာပဲ။ တော်တော် ကြာတော့ အမှတ်က သူ့ဟာသူ မှတ်မှတ်သွားတော့တာပဲ။ ကိုယ်က ဘာမျှ ဂရုမစိုက်ရတော့ပဲနဲ့ အလွန်ကို သက်သာပြီး အလွန်ကောင်းနေတော့တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (သင်္ခါရ ဝိစိနန သင်္ခါရတို့ကို ရှုမှတ်မှုကိုစွဲ၍ မဇ္ဈတ္တဖြစ်ပုံကို ပြောသည်)။

(၃) ယခုတော့ ဘယ်လောက်ကြာအောင် ထိုင်နေပေမယ့်လို့ ကိုယ် လက် ခြေများမှာ ညောင်းတယ် ပူတယ် နာကျင် ကိုက်ခဲတယ်လို့ ဘာမျှ မဖြစ်တော့ဘူး။ ငြိမ်ငြိမ်ကလေးနဲ့ ကိုယ်ထားချင်သလို ထားပြီးတော့ သက်သက်သာသာကလေး မှတ်နေရတော့တာပဲ။ အချိန် ကြာလွန်းလှမှ တခဏလောက် ရပ်ပြီးတော့ နားရတယ်။ ပြီးတော့ တစ်ခါ မှတ်လိုက်ပြန်လျှင်လဲ အမှတ်ကတော့ ပျက်နေတယ်လို့ မရှိလှဘူး။ လေး ငါး ဆယ်ချက်လောက် ဆိုလျှင် အရှိန်ရပြီး ကောင်းမြဲ ကောင်းလာ တော့တာပဲ။ ယခုအနေတော့ တစ်ထိုင်တည်း တစ်အိပ်တည်းနှင့် မပြုမပြင်ပဲ မှတ်နေမယ်ဆိုလျှင် တစ်နေ့လုံး တစ်ညလုံးလဲ မှတ်နေနိုင်မယ်လို့ ထင်တာပဲ။ ညောင်းခြင်း ပူခြင်း ကျဉ်ခြင်း နာခြင်း ဆိုတာတွေလဲ ဘာမျှ မရှိဘူး။ ငြိမ်သက်ပြီး မှတ်လို တရိန်ထဲ ကောင်းနေတော့တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ (သင်္ခါရူပေက္ခာ၏ အာနုဘော်နှင့် သန္တိဋ္ဌနာ သဘောကို ပြောသည်)။

(၄) ကိုယ်က ဘာမျှ အထူး ကြောင့်ကြစိုက်ပြီး မမှတ်ရတော့ပဲ မှတ်သိတဲ့ စိတ်ကလေးတွေက အာရုံကလေးတွေဆီကို လဲ့လဲ့ပြီး စောင့်ဖမ်းနေသလိုပဲ တစ်ချက်မျှ မလွတ်အောင် သူ့အလိုကို မှတ်လျက် မှတ်လျက် ဖြစ်နေတော့တာပဲ။ တစ်ခြား တစ်ပါးကိုဆိုလျှင်လဲ စိတ်ကလေးတွေက ဘယ်ကိုမျှ မသွားဘူး။ ဘယ်ကိုမျှ ပို့လို့ စိတ်ကူးလို့ မရဘူး။ သက်သက် အမှတ်ကလေးတွေချည်း မပြတ် ဖြစ်နေတော့တာပဲ ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ ဆရာများက ပေါ်ရာပေါ်ရာကို အကုန်လုံး ဖြန့်ပြီး မှတ်ရမယ်ဆိုလို့ အကုန်လုံးကို ဖြန့်ပြီး မှတ်နေရာမှာ မှတ်စရာ အာရုံတွေက တဖြေးဖြေးချင်း နဲ့နဲ့ပြီးတော့ မှတ်နေကျ အဖောင်း အပိန် အထိုင် အထိဆီကို စုစုလာတယ်။ တခြားအာရုံများကိုတော့ ဖြန့်လို့ကို မရတော့ဘူး။ နဲ့နဲ့ချင်း သေးသေးပြီး ကျဉ်းကျဉ်းလာတော့တာပဲ။ ကြာတော့ အဖောင်း အပိန်ကလေး ၂-ခုထည်းကိုသာ မှတ်နေရတော့တာပဲ ဟူ၍လဲ အချို့က

ပြောတတ်၏။ (ပဋိလီယတိ ပဋိကုဋ်ကို နသမ္မသာရိယတိ ဟူသည်နှင့်အညီ သင်္ခါရပေက္ခာ၏ ပဋိလီယန စသောသဘောကို ပြောသည်။)

(၅) ယခုတော့ မှတ်နေရတာက ဘာမျှ ထင်ထင်ရှားရှားကြီး မတွေ့ရပဲ အကုန်လုံး သိမ်မွေ့နေတော့တာပဲ။ မှတ်ခါစ လေး ငါး ဆယ်ချက်လောက်သာ ထင်ထင် ရှားရှား ပီပီသသ တွေ့ရပြီးတော့ တော်တော်ကြာလျှင် အားလုံး သိမ်သိမ် မွေ့မွေ့ ကလေးတွေချည်း ဖြစ်နေတော့တာပဲ။ အာရုံကလေးတွေကလဲ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ကလေးတွေ တွေ့ရပြီး ပျောက်ပျောက် သွားတယ်။ မှတ်စိတ်ကလေးတွေကလဲ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ ကလေးတွေပဲ မှတ်မှတ်ပြီး ပျောက်ပျောက် သွားတယ်။ အားလုံး နူးညံ့ သိမ်မွေ့ပြီး အလွန်မှတ်လို့ ကောင်းနေတာပဲ။ ဒီလို ကောင်းတာကို ယခုမှပဲ တွေ့ရတယ် စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။ (တဒိဒံ သုပ္ပဏေ ပိဋံ ဝဋ္ဋိယ မာနံ ဝိသ စသည်နှင့်အညီ သင်္ခါရပေက္ခာ၏ သုခုမတရ သဘာဝကို ပြောသည်။)

ဤ ၁-၂-၃-၄-၅ အမှတ်ပြု ပြောပုံများ၌ ပါဝင်သော အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်များအပေါ်၌ ကြောက်မုန်းခြင်း သာယာ နှစ်သက်ခြင်းကင်း၍ လျစ်လျူရှုနိုင်ခြင်း (၁)။ အမှတ်ကောင်းရန် ကြောင့်ကြဗျာပါရ မစိုက်ရပဲ သူ့အရိန်နှင့်သူကောင်းနေခြင်း (၂)။ အနိဋ္ဌာရုံ ဒုက္ခဝေဒနာများကို သည်းခံနိုင်ခြင်းနှင့် များသောအားဖြင့် ဒုက္ခဝေဒနာ ကင်းနေခြင်း (၃)။ မပြုမပြင်ပဲ မှတ်နေမည်ဆိုလျှင် ၂-နာရီ ၃-နာရီ စသည်ကြာအောင် တစ်ခါတည်းသော ဣရိယာပုထ်ဖြင့် တရိန်တည်း ကြာမြင့်စွာ မှတ်နေနိုင်ခြင်း (၄)။ အလွတ် တစ်ခြား အာရုံများကို ကြာရှည်စွာ မစဉ်းစားလိုခြင်းနှင့် အမှတ်ကောင်း နေစဉ်တွင် တစ်ခြား အာရုံများဆီသို့ စိတ်ကို လွတ်၍မရခြင်း၊ မှတ်စရာ အာရုံများသို့လဲ ဖြန့်၍မရတော့ပဲ မှတ်နေကျအာရုံ အနည်းငယ်၌သာလျှင် ငြိမ်ဝပ်တည်နေခြင်း (၅)။ ကြာလေ ကြာလေ အာရုံရော မှတ်စိတ်ရော တိုး၍ တိုး၍ သိမ်မွေ့သွားခြင်း (၆)။ ဤ ၆-ပါးသော အခြင်းအရာသည် သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်နှင့် ပြည့်စုံသော ယောဂီအားလုံးတို့နှင့် ဆိုင်၏။ ယောဂီက ထုတ်ဖော်၍ သူ့အလိုလို မပြောလျှင် မေးမြန်း စုံစမ်းကြည့်ပါလေ။

အချို့ကလဲ “အဖောင်း အပိန် ကလေးတွေက နဲ့နဲ့ချင်း သေးငယ် သေးငယ်သွားတယ်။ ကြာတော့ လုံးလုံးပျောက်သွား ပြီးတော့ ရှင်းလင်း ဟာတာကြီးလိုလို ကြည်လင် သန့်ရှင်းပြီး အေးငြိမ်းချမ်းသာ နေတာလိုလို ဖြစ်ပြီး အလွန်ကြည်နေတဲ့ စိတ်ကလေး တစ်ခုတည်းသာ ရှိနေတော့တယ်။ ဘာမျှ မှတ်စရာ မရှိလို့ သိတယ် သိတယ်လို့သာ မှတ်နေရတော့တာပဲ။ ဒီလို ဖြစ်နေတဲ့အခါမှာ နေလို့ကတော့ အလွန်ကို ကောင်းနေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (ဗလဝတရ အဓိမောက္ခ သဒ္ဓါကို ပြောသည်။)

အချို့ကလဲ “ပေါ်လာသမျှ အာရုံအမျိုးမျိုးကို သွက်သွက် သွက်သွက်နှင့် သိသိပြီး အလွန်အမှတ်ကောင်းနေရာမှာ ဖျဉ်းကနဲ ဖျဉ်းကနဲ တစ်ကိုယ်လုံး စိမ့်စိမ့်ပြီးတော့ နေလို့ကလဲ အလွန်ကောင်း မှတ်လို့ကလဲ အလွန်ကောင်းနေတာပဲ။ စိတ်ထဲမှာ အားရကျေနပ်ပြီးတော့ သဘောကျနေတာပဲ။ မှတ်ရတာဟာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နှင့် ကောင်းနေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ကောင်းနေတဲ့ အမှတ်ကလေးတွေကို နှစ်သက်အားရပြီးတော့ နားနေလိုက်ယင်း တစ်ခါပြန်ပြီးတော့ မှတ်လိုက်ယင်း အမှတ်ကောင်းလို့ တော်တော်ကြာပြန်လျှင် အားရပြီးတော့ တစ်ခါ နားလိုက်ပြန်ယင်းနဲ့ ဒီလိုချည်းထဲ ခဏ ခဏ နားနားနေချင်တော့တာပဲ။ ကြာကြာကို မမှတ်ချင်တော့ဘူး။ ခဏခဏ ထသွားပြီးတော့လဲ အနီးအနားမှာရှိတဲ့ သူများနှင့် စကား ပြောချင်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (အမှတ် ကောင်းသမျှနှင့် အားရ၍ လုံ့လလျော့နေသည်။ ဆုံးမရမည်။)

ဆုံးမပုံ ဒါလောက် ကောင်းရုံမျှဖြင့် အကောင်းကြီးလုပ်ပြီး အားရကျေနပ်စရာ မဟုတ်သေးပါဘူး။ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမှ မဟုတ်သေးပဲနဲ့ အားရနေဖို့ မကောင်းသေးပါဘူး။ မှတ်ရတဲ့ အာရုံတွေကလဲ သင်္ခါရ တရားတွေပဲ။ အမှတ်ကောင်းနေတယ် ဆိုတာကလဲ သင်္ခါရပဲ။ အားရနှစ်သက်နေတော့ ဝမ်းမြောက် ပျော်ရွှင်နေတာတွေကလဲ သင်္ခါရတွေပဲ။ အားလုံး မမြဲတာတွေချည်းပဲ။ ဒီတရားတွေထဲမှာ အားရကျေနပ်စရာ ဘာမျှ မရှိသေးဘူး။ အမှတ်ကောင်းနေတာ ကလေးတွေက ဘယ်တော့မျှ မပျက်တော့ပဲ မြဲနေလျှင်ဖြင့် အားရနှစ်သက်ဖို့ပါပဲ။ ယခုတော့ အမှတ်ကောင်းတာ ကလေးတွေကလဲ မှတ်ခိုက်မှာသာ ရှိတာပဲ။ မှတ်သိပြီးသည်နှင့် တပြိုင်နက် ချက်ချင်းပင် ပျောက်ပျောက်သွားတာချည်းပဲ။ ဘာလောက်မျှ ခိုင်မြဲ တည်တံ့နေတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်တိုင်လဲ ဒီအတိုင်းပဲ သိနေတယ် မဟုတ်လား။ မမြဲမှန်းသိပါလျက်နှင့် အဲဒီ မမြဲတာကိုပဲ နှစ်သက်အားရနေပေမယ့် ပျော်နေမယ်ဆိုလျှင် တော်ပါမည်လား။ သုံးလို့မကုန်နိုင်တဲ့ ရွှေ ငွေ ရတနာ အိုးကြီးတွေကို သေချာပေါက်ရဖို့ရှိနေရာမှာ ငွေ တစ်ကျပ် တစ်ပြားလောက်ကို ရရုံမျှဖြင့် အားရနှစ်သက်နေတာနှင့် မတူပေဘူးလား။ ဒါကြောင့် လမ်းမဆုံးသေးခင်မှာ မရပ်မနားပဲ ကြီးကြီးစားစား မှတ်စမ်းပါ။ နှစ်သက်တဲ့ စိတ် သဘောကျတဲ့ စိတ် အားရကျေနပ်တဲ့ စိတ် ဝမ်းသာတဲ့ စိတ် ပျော်တဲ့ စိတ် ကောင်းတယ်လို့ ထင်တဲ့စိတ်များကိုလဲ ချက်ချင်းပင် မှတ်မှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ပါ။ မပယ်လျှင် သူတို့က နိဗ္ဗာန်သို့ မသွားနိုင်အောင် ဆီးတား ပိတ်ပင်ထားပါလိမ့်မည်-ဤသို့ စသည်ဖြင့် စွမ်းနိုင်သမျှ ဟောပြော ဆုံးမရာ၏။

အချို့ကလဲ “သွက်သွက်လက်လက်နဲ့ မှတ်လို့ ကောင်းနေတာထဲက တစ်ခါတစ်ရံမှာ သိမ်မွေ့ သိမ်မွေ့ပြီးတော့ လစ်ကနဲ ဖြစ်ပြီး ပြတ်သွားတယ်၊ ပြီးတော့လဲ ဆက်မှတ်နေရာမှာ အမှတ်ကတော့ ကောင်းမြဲပင် ကောင်းသွားပြန်တာပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (ဥပေက္ခာ ထိနမိဒ္ဓတို့နှင့် ဆိုင်သော လစ်ခြင်းပေတည်း)။

အချို့ကလဲ “မှတ်နေရတာကတော့ တယ်မထူးခြားလှပါဘူး၊ တစ်ခါမှတ်လိုက်တော့လဲ ဒီလိုပဲ ကောင်းနေတာပဲ၊ နောက်တစ်ခါ မှတ်ပြန်တော့လဲ ဒီလိုပါပဲ၊ တိုးလဲမတိုး လျော့လဲမလျော့ပဲ ဘာမျှမထူးတော့ပါဘူး၊ မှတ်လို့ တော်တော်ကလေး ကြာသွားလျှင် တစ်ခါတစ်ခါမှာ ဆတ်ကနဲ လစ်ပြီး သွားတာလဲ ရှိတယ်၊ ပြီးတော့လဲ အမှတ်က ကောင်းမြဲကောင်းနေတာပါပဲ၊ တစ်ရံတစ်ခါမှာလဲ တစ်ကယ်ကို အိပ်ပျော်သွားတော့တာပဲ၊ သတိရလို့ ကောက်ပြီး မှတ်ပြန်လျှင်လဲ အမှတ်ကတော့ ကောင်းမြဲပင် ကောင်းသွားပြန်တာပါပဲ၊ တော်တော်ကြာ ပြန်လျှင်လဲ တစ်ခါ အိပ်ပျော်သွားပြန်တာပဲ၊ မှတ်နေချည်တစ်ခါ အိပ်ပျော်သွားချည် တစ်လှည့်နဲ့ ဒီလိုချည်း ဖြစ်နေတော့တာပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။ (စူးစိုက်မှု ဝီရိယ နည်းခြင်းကြောင့် ထိနမိဒ္ဓ လွှမ်းမိုးခြင်းပေတည်း၊ သတိပေးပါ။)။

သတိပေးပုံ

.... အချိုးကျပြီးတော့ သက်သက်သာသာနှင့် မှတ်လို့ကောင်းနေတဲ့ အခါမှာ စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်မှု=ဝီရိယက လျော့သွားတဲ့အတွက် မှတ်ရတဲ့အာရုံများက မေးမေးပြီး မထင်မရှား ဖြစ်ဖြစ်သွားတတ်ကြောင်း၊ ထိုအခါမှာ ထိနမိဒ္ဓ ဖြစ်ပေါ်၍ ခဏဖြစ်စေ ကြာမြင့်စွာဖြစ်စေ သတိလစ် အိပ်ပျော်သွားတတ်ကြောင်းများကို ပြောပြပြီးလျှင် မှတ်လို့ ကောင်းလာတဲ့အခါမှာလဲ စူးစိုက်၍မှတ်မှု = ဝီရိယကို မလျော့ပဲ မှတ်သွားရန်၊ အာရုံက သေးသေး မေးမေး လာလျှင် အထူးပင် စူးစိုက်၍ မှတ်သွားရန် သတိပေးအပ်၏။

အပြင်းအထန် မပြတ်ရှုမှတ်၍ ဉာဏ်အား သန်လာသောအခါ၌ အချို့က “အမှတ်အသိတွေ အလွန်မြန်ပြီးတော့ ကောင်းနေတယ်၊ အမှတ်တွေက ကိုယ်ပေါ်ကို ပျံပျံတက်သွားသလိုလဲ ထင်ရတယ်၊ ရုန်းရုန်းပြီး ကြွကြွတက်နေသလိုလဲ ထင်ရတယ်၊ အဟုန်နှင့် အတင်းပြေးနေတာလိုလဲ ထင်ရတယ်၊ ဒီလို အထူးကောင်းလာရာမှာ ဒီတစ်ခါဖြင့် နေရာကျတော့မှာပဲ၊ တိုးပြီး ကောင်းလာတာပဲ” လို့လဲ အောက်မေ့လိုက်ပါရော၊ အမှတ်တွေလဲ တစ်ခါထဲ လျော့ပြီးတော့ မကောင်းပဲ ဖြစ်သွားတော့ တာပဲ၊ ပြီးတော့လဲ မှတ်မြဲတိုင်းပဲ ဆက်မှတ်နေရာမှာ တော်တော်ကြာတော့ အလျင်ကလိုပဲ ကောင်းလာပြန်တယ်၊ ကောင်းလာ ပြန်ပြီလို့ အောက်မေ့ပြီး ဝမ်းသာမိပြန်တာနဲ့ အမှတ်တွေက ပြန်ပြီး လျော့သွားပြန်တယ်၊ ကောင်းလာလိုက် လျော့သွား လိုက်နှင့် ဒီလိုချည်းဖြစ်နေတာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

ကောင်းလာပြီလို့ အောက်မေ့ ဝမ်းသာတဲ့စိတ် ဘာဖြစ်လာဦးမည်လဲ၊ ဘယ်လို ဖြစ်သွားမည်လဲဟု စဉ်းစားတဲ့ စိတ်များကို မိအောင်မှတ်ရန် သတိပေးပါ။

အချို့ကလဲ “ကောင်းလာလိုက် လျော့သွားလိုက် ဖြစ်နေပေမယ်လို့ ပေပြီးတော့ မှတ်နေရာမှာ အတန်ကြာမှ ငြိမ်ငြိမ် သက်သက်ဖြစ်ပြီး သိမ်သိမ် မွေ့မွေ့နှင့် အလိုရှိတိုင်း ကြာကြာမှတ်နေနိုင်အောင် ကောင်းသွားတော့တယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “တစ်ကိုယ်လုံး ဖိန်းဖိန်း ဖိန်းဖိန်း စိမ့်စိမ့်စိမ့်စိမ့်နှင့် မှတ်လို့ အလွန်ကောင်းနေတုန်းမှာ မျက်စိနားက လက်ကနဲ လက်ကနဲ အရောင်ကလေးများကို တွေ့ပြီး သတိလစ်သလို ခဏလောက် ခဏလောက် ဖြစ်ဖြစ်သွားတယ်၊ ပြီးတော့ သတိရလျှင်ရချင်း ကောက်မှတ်သွားလျှင် အမှတ်ကတော့ ကောင်းမြဲပင် သိမ်သိမ် မွေ့မွေ့နှင့် ကောင်းနေတာပါပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

သမာဓိအားက ဉာဏ်အားထက် လွန်သွားတဲ့အခါမှာ ဝင်းလက်သော အရောင်အလင်းများ အဆင်းသဏ္ဍာန်များကိုလဲ တွေ့ရတတ်ကြောင်း၊ ပီတိအဟုန်ကြောင့် သတိလစ်သလိုလဲ ဖြစ်တတ်ကြောင်းများကို ပြောပြပြီးလျှင် သမာဓိအား ဉာဏ်အား အတော်ရင့်သန်ပြည့်ဝလာပြီဖြစ်၍ မပြတ် ကြိုးစားအားထုတ်ရန် ညွှန်ကြားရာ၏။

အထူး သတိပြုဘွယ်များ

.... ဤဉာဏ်အဆင့်၌ တည်သော ယောဂီသည် ဒွါရ ၆-ပါး၌ ပေါ်ရာ ပေါ်ရာသို့ ဖြန့်၍ မမှတ်ပဲ မှတ်နေကျ အစဉ်အတိုင်းသာ သက်သက် သာသာကလေး မှတ်နေလျှင် ကြောင့်ကြစိုက်မှ ဝီရိယလျော့ခြင်းကြောင့် မတိုးတက်နိုင်ပဲ ရှိတတ်သည်၊ ထို့ကြောင့် မှတ်၍ တော်တော်အရှိန်ရလာသည်မှ စ၍ (ငြိမ်ဝပ်သိမ်မွေ့သော အမှတ်သို့ မရောက်သေးမီ အတွင်း၌) ဒွါရ ၆-ပါး၌ ပေါ်လာသမျှအာရုံများကို ဖြန့်၍ ဖြန့်၍ ပြင်းပြင်းထန်ထန်မှတ်ရန် တိုက်တွန်းရာ၏၊ ငြိမ်ဝပ်သိမ်မွေ့သော အမှတ်သို့ ရောက်နေဆဲ၌ကား ဖြန့်၍ မမှတ်စေလင့်၊ ထိုအခါ၌ ဖြန့်၍ပင် မရနိုင်တော့ပြီ။

ဖြန့်၍ပင် မှတ်သော်လဲ စူးစိုက်မှု ဝီရိယက လျော့နေလျှင် မတိုးတက်နိုင်ပဲ ရှိတတ်သေး၏၊ သို့ဖြစ်၍ မှတ်ချက် တိုင်းမှာ စူးစူး စိုက်စိုက် မှတ်ရန်လဲ ညွှန်ကြားရာ၏။

ထို့ပြင် မိမိမှာဖြစ်နေသော ဉာဏ်ကို သင်္ခါရပေက္ခာဟု အမှန်အတိုင်း သိနေသောသူအား အမှတ် အထူးကောင်းလာ တိုင်း “မဂ်ရောက်တော့မှာပဲ၊ နေရာကျတော့မှာပဲ”ဟု ဝမ်းသာမိခြင်း၊ တိုး၍ အားထုတ်မိခြင်း၊ မြှော်မိခြင်းများ ဖြစ်တတ်၏။ ထို့ကြောင့်လဲ မတိုးတက်နိုင်ပဲ ရှိတတ်၏။ သို့ဖြစ်၍ အားထုတ်ဆဲ ယောဂီအား မည်သည့်ဉာဏ်ဟု မသိစေပဲထားခြင်းက သာ၍ ကောင်းပေသည်။ သူ့အလိုလို သိပြီး ဖြစ်နေသူအားလဲ ကိုယ်ထင်တဲ့အတိုင်း ဟုတ်သည်ဖြစ်စေ မဟုတ်သည်ဖြစ်စေ မည်သည့်ဉာဏ်ဟု ဧကန်မဆုံးဖြတ်ပဲ ကြီးကြီးစားစား အားထုတ်ရန်သာ တိုက်တွန်းပါလေ။ ဝမ်းသာမှု စသည်ကိုလဲ မိအောင်မှတ်ရန် သတိပေးပါ။ မကြောင့်ကြမတောင့်တပဲ စိတ်အေးလက်အေးနှင့် အားထုတ်ရန်လဲ သတိပေးပါ။

ထို့ပြင် ကြောင့်ကြစိုက်မှု လွန်ကဲနေသူမှာလဲ ဝီရိယလွန်၍ သမာဓိအား နည်းခြင်းကြောင့် တိုးတက်သင့်သလောက် မတိုးတက်ပဲ ရှိတတ်၏။ ကြောင့်ကြစိုက်မှုကို လျော့စေ၍ အေးအေးသာသာနှင့် အားထုတ်ရန် ညွှန်ကြားပါ။ ထိုသို့ အားထုတ် စေခြင်းဖြင့် မတိုးတက်နိုင်လျှင် ကြောင့်ကြမှု တောင့်တမှုများသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား အလိုရှိတိုင်း စိတ်ချ လက်ချ အိပ်ပျော်သွားအောင် အိပ်ပါစေ၊ နိုးသောအခါကျမှ တစ်ဖန်အားထုတ်ပါစေ၊ သို့မဟုတ် ၂-နာရီ ၃-နာရီဖြစ်စေ တစ်နေ့လုံး တစ်ညလုံးဖြစ်စေ ထိုသူအား မမှတ်တော့ပဲ ရပ်နားနေပါစေ၊ တရားနှင့်မဆိုင်သော စကားများကို မေ့မေ့ပျောက်ပျောက် ပြောနေပါစေ၊ လုပ်ကိုင်စရာ ရှိလျှင်လဲ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပါစေ၊ အချိန်တန်မှ တစ်ဖန်ပြန်၍ ရှုမှတ် အားထုတ်ပါစေ။

လိုရင်း အချုပ်ကား မှတ်ချက်တိုင်း၌ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာတို့တွင် တစ်ပါးပါးကို အထူးကြောင့်ကြ မစိုက်ရပဲ အလိုလိုပင် ထင်ရှား သိလျက် သိလျက် ရှိနေပြီဖြစ်၍၊ တစ်စုံတစ်ရာ ပျက်စီးမည် ကြောင့်လဲ စိုးရိမ်ခြင်း မရှိ၊ ဘယဉာဏ် စသည်တို့ အလိုအားဖြင့်လဲ ကြောက်ခြင်း မကောင်းဘူးဟု ထင်ခြင်း ပျင်းရိ ငြီးငွေ့ခြင်း လွတ်လိုခြင်း အမှတ်ကောင်းအောင် ကြောင့်ကြစိုက်ခြင်းများလဲ မရှိ၊ တစ်စုံတစ်ရာ ပြည့်စုံကောင်းစားခြင်း ကြောင့်လဲ အားရနှစ်သက် ဝမ်းသာခြင်း မရှိ၊ အမှတ်ကောင်းခြင်း ကြောင့်လဲ အားရနှစ်သက် ဝမ်းသာခြင်း မရှိမူ၍၊ အလွန်ကြည်လင် သန့်ရှင်းစွာ သူ့အလိုလိုပင် သိလျက် သိလျက် အစဉ်အတန်းလိုက် ဖြစ်ပေါ်တည်တံ့နေသော အသိဉာဏ်သည် **သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်** မည်၏။

သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် အခန်းပြီး၏။

အနုလောမာဒိ ဉာဏ ပဉ္စက အခန်း

အနုလောမဉာဏ် ဂေါတြဘူဉာဏ် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဟူသော ဤဉာဏ် ၄-ပါးသည် တစ်ခုတည်းသော မဂ္ဂဝီထိ အတွင်း၌သာလျှင် ပါဝင်သော ဉာဏ်များပေတည်း။ ထို့ကြောင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ၎င်းဉာဏ် ၄-ပါးကို “အောက်ဉာဏ် များကဲ့သို့” ဖြစ်တုန်း ဖြစ်ဆဲမှာ အသီးအသီး မပြောပြနိုင်ပေကုန်။ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ဖြင့် ပြန်လည်၍ ဆင်ခြင်ပြီးသော ကာလ၌သာလျှင် ၎င်းဉာဏ် အလုံးစုံတို့၏ ဖြစ်ပုံကို တစ်ပေါင်းတည်း ပြောပြနိုင်ပေကုန်၏။ သို့ဖြစ်၍ ပစ္စဝေက္ခဏာ ဉာဏ်ဖြင့် သိခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း ယောဂီတို့၏ ပြောပုံများကို ဤအခန်း၌ ဖော်ပြအပ်ပါသတည်း။

ငြိမ်သက် သိမ်မွေ့စွာ အမှတ်ကောင်းနေရာမှ အလိုလို ထူးခြားစွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော အမှတ်အသိများကို ပြောပုံများ ကား-

ဓူဠာနဂါမိနီကို ပြောပုံများ

အချို့က “မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ကုန်ဆုံး ပျက်စီးနေတာတွေကိုချည်း တွေ့တွေ့နေရလို့ သူ့အလိုလိုပင် မမြဲ မမြဲဟု မှတ်လျက် မှတ်လျက် ဖြစ်ပြီးတော့ အမှတ်တွေက အလွန်မြန်လာတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ပျောက်ပျောက်နေတာ ကလေးတွေက အလွန်လျင်လျင် မြန်မြန် ဖြစ်လာတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ရိပ်ရိပ် ရိပ်ရိပ်နဲ့ အလွန် မြန်လာတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “လစ်လစ် လစ်လစ်နဲ့ အလွန်မြန်လာတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မြောင်းမြောင်း မြောင်းမြောင်းနဲ့ မြန်လာတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အမှတ်တွေက ဟူးဟူး ဟူးဟူးနဲ့ မြန်လာတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “တစ်ကိုယ်လုံး၌ ဖြစ်မှု ပျက်မှုတွေကို ထင်ထင်ရှားရှားကြီး သိသိသွားတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

အနိစ္စလက္ခဏာကို သိမြင်လျက် သိခါပတ္တ သင်္ခါရပေက္ခာဟု ခေါ်သော **ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာ** ဖြစ်လာပုံကို ပြောပြချက်များ ပေတည်း။

အချို့ကလဲ “ဘာပဲ ဖြစ်ဖြစ် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း အကုန်လုံး မကောင်း မကောင်း နေတာပဲ၊ မကောင်းဘူး မကောင်းယင်းနဲ့ မှတ်နေရတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ဖြစ်ပေါ်သမျှ တရားတွေမှာ ချမ်းသာနေတာ ရယ်လို့ ဘာမျှ မရှိပါပဲနဲ့ ဆင်းရဲနေချည်းပဲလို့ သိသိနေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မကောင်းတဲ့ ဒုက္ခတရားတွေချည်းပဲလို့ သိသိနေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ကိုယ်ကောင်ကြီးက တောင့်တင်းပြီး ပစပ်ရော မေးရော ဟလိုမရပဲ စေ့စေ့ပြီးတော့ နေရတာမှာ အတော်ကို ဆင်းဆင်းရဲရဲ ခံစားရလို့ မကောင်းဘူး မကောင်းဘူးနဲ့ မှတ်မှတ်နေရတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အလွန် ပြင်းထန်တဲ့ မီးတောက် မီးလျှံတွေကို မြင်ရလို့ မချမ်းမသာ ဖြစ်သွားတာလိုပဲ စိတ်ထဲမှာ သိမြင်နေရတာတွေရဲ့ အပေါ်မှာ ဆင်းရဲပြီး မကောင်းတာချည်း ထင်နေတော့တာပဲ”ဟု ပြောတတ်၏။

ဒုက္ခလက္ခဏာကို သိမြင်လျက် သိခါပတ္တ သင်္ခါရပေက္ခာဟု ခေါ်သော **ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီဝိပဿနာ** ဖြစ်လာပုံကို ပြောပြချက်များပေတည်း။

အချို့ကလဲ “ရှုမှတ်နေရတဲ့ သဘောတရား အလုံးစုံဟာ ကိုယ်ဖြစ်ချင်သလိုတော့ ဘာတစ်ခုမျှ မဖြစ်ပါပဲနဲ့ သူဖြစ်ချင် သလိုချည်း ဖြစ်ဖြစ်နေတာပဲလို့ ထင်နေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “သူ့အလိုလိုသူ ဖြစ်နေတာကို သိမြင်ပြီးတော့ မှတ်မှတ်နေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ရုပ်နာမ်တရား ၂-ပါးအပြင် အပို ဘာမျှ မရှိဘူးလို့ သိသိနေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “မှတ်စရာ သဘောနှင့်မှတ်တဲ့ သဘော ဒီနှစ်ခုအပြင် အပိုဘာမျှ မရှိဘူးလို့ သိပြီးတော့ မှတ်မှတ်နေ တယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “ဒါပဲ ရှိတာပဲ၊ ဒါအပြင်တော့ ဘာမျှ မရှိတော့ပါဘူးလို့ သိသိနေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အချို့ကလဲ “အစိုးမရ အစိုးမရလို့ မှတ်မိ မှတ်မိနေတယ်”ဟု ပြောတတ်၏။

အနတ္တလက္ခဏာကို သိမြင်လျက် သိခါပတ္တ သင်္ခါရပေက္ခာ ဟူသော **ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာ** ဖြစ်လာပုံကို ပြောပြ ချက်များပေတည်း။

ဤဝုဋ္ဌာနဂါမိနီအရာ၌ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အလုံးစုံလိုလိုပင် ပကတိ အမှတ်ကောင်းနေရာမှ အထူးသွက်လက်လျင်မြန်လာပုံ အထူးထင်ရှားလာပုံတို့ကိုလဲ ပြောတတ်၏။ အနည်းငယ်သော ယောဂီများမှာမူကား အထူးမြန်ပုံ ထင်ရှားပုံတို့ကို မပြောနိုင်ပေ။ “ပကတိအတိုင်းပင် ကောင်းလဲ ကောင်းနေသည်၊ မြန်လဲ မြန်နေသည်၊ ထင်လဲ ထင်ရှားနေသည်၊ သို့သော် ထိုခဏကျမှ အထူးမြန်လာသည် အထူးထင်ရှားလာသည်ကိုကား မသိပါ”ဟူ၍လဲ ပြောတတ်သေး၏။

ဤအရာ၌ ပြဆိုခဲ့သော ပြောပုံများအတိုင်း မမြဲခြင်း ကုန်ဆုံးခြင်း ပျောက်ကွယ်ခြင်း ပျက်စီးခြင်းဟူသော **အနိစ္စ လက္ခဏာ**၊ ဆင်းရဲခြင်း နှိပ်စက်ခြင်း မခံသာခြင်း နှစ်သက်ဖွယ် ကင်းခြင်း မကောင်းခြင်း ဟူသော **ဒုက္ခ လက္ခဏာ**၊ အလိုအတိုင်း မဖြစ်ခြင်း အစိုးမရခြင်း သူ့အလိုလို ဖြစ်ပျက်ခြင်း ငါကောင် သတ္တဝါကောင် မဟုတ်ခြင်း သဘောတရားမျှသာ ဟုတ်ခြင်းဟူသော **အနတ္တလက္ခဏာ** တို့ကို သိမြင်သဘောကျလျက် ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ် ဖြစ်စေ ထိုထက်များစွာဖြစ်စေ ထူးခြား လျင်မြန်စွာ မှတ်သိကြောင်းများကို ပြောပြပြီးလျှင် ထိုသို့ မှတ်သိနေစဉ်မှာပင် “မှတ်ရတဲ့ အာရုံတွေရော မှတ်သိတဲ့ စိတ်ရော အကုန်လုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားတယ်”ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ “အာရုံရော စိတ်ရော အကုန်လုံး ပြတ်သွားတယ်”ဟူ၍လဲ

ပြောတတ်၏။ “အကုန်လုံး ပျောက်သွားတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ “အကုန်လုံး ပြုတ်ကျသွားတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ အမှတ်ရပ်သွားတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ အမှတ် လွတ်သွားတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ လစ်သွားတယ် ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ “မေ့သလို အိပ်ပျော်သလို ဖြစ်သွားတယ်၊ မေ့တာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ အိပ်ပျော်တာလဲ မဟုတ်ဘူး” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ “အသက်ကြီး ထွက်သွားတယ်၊ အသက်ကြီး ပြတ်သွားတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ “ရေထဲမှာ မြုပ်သွားသလို ဖြစ်သွားတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ “အမှတ်ကလေးတွေ တိကနဲ ပြတ်သွားတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ “အထူး ဖြစ်သွားတာပဲလို့ သိပြီးတော့ ဝိစိကိစ္ဆာ ပြတ်သွားတယ် ဆိုတာဟာ ဒါပဲ ထင်ပါရဲ့လို့ အောက်မေ့မိတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။ “မှတ်တဲ့ စိတ်နှင့် အာရုံတွေ ချုပ်ငြိမ်းသွားတာကို သိ၍ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားတာ ထင်ပါရဲ့လို့ အောက်မေ့မိတယ်” ဟူ၍လဲ ပြောတတ်၏။

ဤသို့ စသည်ဖြင့် မိမိတို့ ထင်မြင်သဘောကျသည့်အတိုင်း မိမိတို့ ပြောတတ်သည့်အတိုင်း အမျိုးမျိုး အထွေထွေပင် ပြောတတ်ကုန်၏။ သဘောအားဖြင့်မူကား-ပြောပြချက် အလုံးစုံပင် “မှတ်စိတ်နှင့် မှတ်ရတဲ့ အာရုံစသော” သင်္ခါရ အလုံးစုံ၏ ချုပ်ငြိမ်းမှု=ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ အသိဉာဏ် ဆိုက်ရောက်သွားသည်ကို ပြောပြချက်များ ချည်းသာတည်း။

ထိုခဏ၌ ဘာကိုသိနေသလဲ သိနေတဲ့ စိတ်ကလေးက ဘယ်လိုသိနေသလဲ၊ ဘယ်ကို ရောက်နေသလဲ စသည်ဖြင့် သိနေတဲ့ စိတ် စဉ်းစားနေတဲ့စိတ် ရှိမရှိကို စုံစမ်း စစ်ဆေးကြည့်ရာ၏။

ဤကဲ့သို့ ပြောပြသည့် အစဉ်တွင် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာ တစ်ပါးပါးကို ထင်ရှားသိမြင် သဘောကျလျက် ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ်ဖြစ်စေ ထိုထက် အလွန်ဖြစ်စေ အထူးသွက်လက် လျင်မြန် ထင်ရှားစွာ ဖြစ်သော မှတ်ချက်များ၌ ပါဝင်သော အသိများသည် **ဝုဋ္ဌာနဂါမိနိဝိပဿနာဉာဏ်** မည်၏။ ထိုအသိဉာဏ်တို့တွင် နောက်ဆုံး မှတ်ချက်၌ ပါဝင်သော အသိဉာဏ်သည် ပရိကံ ဥပစာ အနုလုံဟု ခေါ်သော **အနုလောမဉာဏ်** မည်၏။

ဂေါတြဘူဉာဏ်

အမှတ်ပြတ်လျက် အာရုံ အာရမ္မဏိက သင်္ခါရ အလုံးစုံ ချုပ်ငြိမ်း ကင်းဆိတ် နေခိုက်တွင် ထိုချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရှေးဦးစွာ ကျရောက်လျက် သိမှုသည် **ဂေါတြဘူဉာဏ်** မည်၏။

မဂ်ဉာဏ်

ထိုချုပ်ငြိမ်းရာ၌ တခဏကလေးမျှ တည်တံ့သော အလယ်ပိုင်း သိမှုသည် မဂ်ဉာဏ်မည်၏။

ဖိုလ်ဉာဏ်

ထိုချုပ်ငြိမ်းရာ သဘောကို နောက်ဆုံးပိုင်း သိမှုသည် ဖိုလ်ဉာဏ်မည်၏။

ဤဂေါတြဘူ မဂ် ဖိုလ်တို့ ဖြစ်ခိုက်၌ “သင်္ခါရချုပ်ငြိမ်း ပြတ်စရာသို့ ဝင်ရောက်သွားရ သလိုပင်” ထင်ရှားသိရသော နိဗ္ဗာန်ဟူသည်မှာ သင်္ခါရ အလုံးစုံတို့၏ ချုပ်ငြိမ်း ကင်းဆိတ်ခြင်း-မရှိခြင်း သဘောမျှသာတည်း။ ထို့ကြောင့်ပင် ထိုခဏမှာ ဘာကို သိနေသလဲဟု မေးလျှင် “ထိုခဏမှာ ဘာကိုမျှ မသိရတော့ဘူး” ဟူ၍ မိမိတို့ ထင်သည့်အတိုင်း ဖြေဆိုတတ်ကြ ပေသည်။

ဤအရာ၌ ဘာမျှမသိရဟု ထင်နိုင်ခြင်း၏အကြောင်း ယုတ္တိများကို ပြဦးအံ့၊ သိမ်မွေ့သော နာမ်တရားသည် သူ့အာရုံက ထင်ရှားမှသာလျှင် သူကလဲ ထင်ရှားနိုင်ပေသည်။ အာရုံကပင် မထင်ရှားပါမူကား အာရမ္မဏိက နာမ်တရားများလဲ မထင်ရှားနိုင်တော့ပေ။ နိဗ္ဗာန် အာရုံသည်ကား အနိမိတ္တ နိမိတ်ပုံသဏ္ဍာန် အထည်ခြစ် ကင်းသော သဘောတရားပေတည်း။ သန္တိသုခ=သင်္ခါရ ဒုက္ခတို့ ငြိမ်းရုံမျှ ကင်းဆိတ်ရုံမျှ ဖြစ်သော ချမ်းသာပေတည်း။ ထို့ကြောင့် ထိုနိဗ္ဗာန် အာရုံသည် သင်္ခါရ တရား အာရုံများကဲ့သို့ နိမိတ်ပုံသဏ္ဍာန် အထည်ခြစ်အားဖြင့်လဲ မထင်ရှားချေ။ သုခဝေဒနာကဲ့သို့ ခံစားမှုအားဖြင့်လဲ မထင်ရှားချေ။ သို့ဖြစ်၍ ထိုမထင်ရှားသော နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလျက် သိလျက်ဖြစ်သော ဂေါတြဘူ မဂ် ဖိုလ် နာမ်တရား များသည်လည်း “အာရုံ ကြမ်းတမ်း ထင်ရှားသော မှတ်သိမှု ဆင်ခြင်မှု နာမ်တရားများကဲ့သို့” မထင်ရှားချေ။ ဤသို့ မထင်ရှား သောကြောင့် “အမှတ်ပြတ်ဆဲ ထိုခဏမှာ ဘယ်လိုစိတ်မှ မဖြစ်ဘူး၊ ဘာစိတ်မျှ မရှိဘူး” ဟူ၍လဲ ထင်တတ် ပြောဆိုတတ်ကြ ပေသည်။

သို့သော်လည်း ပြန်လှည့်၍ ဆင်ခြင်သော ကာလ၌ ထိုကဲ့သို့ ငြိမ်းနေခဲ့ပုံကို သိနိုင်ကြသောကြောင့် “အမှတ်ပြတ်ဆဲ ထိုခဏ၌ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း သဘောကို သိသော နာမ်တရားများ ဧကန်ပင် ရှိကြသည်” ဟု သိရပေသည်။ အသင့်ယုတ္တိကား နိုးနေစဉ်မှာ မြင်မှု ဆင်ခြင်မှု ကြားမှု ဆင်ခြင်မှု စသော ရှေးနောက် အသိဝိထိတို့၏ အကြားအကြား၌ ဘဝင်စိတ်များစွာတို့ ဖြစ်လျက် ဖြစ်လျက် ရှိကုန်၏။ သို့သော်လည်း ဘဝင်စိတ်များမှာ အလွန်သိမ်မွေ့သောကြောင့် ၎င်းဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်သည်ကို မသိနိုင်ပေ။ ၎င်းဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ဆဲ၌ အသိစိတ်များ ပြတ်ခြား ပြတ်ခြား သွားသည်ကိုလဲ မသိနိုင်ပေ။ ဤသို့ ဘဝင်စိတ်များ ထင်ရှားဖြစ်နေပါလျက် သူတို့၏ ဖြစ်ပုံနှင့် ဖြစ်ရာကာလကိုပင် မသိနိုင်ပဲ ရှိချေသေး၏။ အကယ်၍ အမှတ်ပြတ်ဆဲခဏမှာ အသိစိတ်လုံးလုံး မရှိခဲ့ပါမူ ထိုချုပ်ငြိမ်းသွားပုံကို ဘာမျှ မသိပဲသာ ရှိလေရာ၏။ သို့သော်လည်း ယောဂီသည် ပြန်လှည့်၍ ဆင်ခြင်သော ခဏ၌ ထိုချုပ်ငြိမ်းသွားပုံကို ထင်ရှားသိနိုင်သည်သာတည်း။ သို့ဖြစ်၍ အမှတ်ပြတ်ဆဲ ထိုခဏမှာ ဘဝင်စိတ်၏ ဖြစ်ပုံထက် ထင်ရှားစွာ ဖြစ်သော အသိစိတ်များ ရှိခဲ့သည်သာ ဟူ၍ သိအပ်ပေ၏။ ဤသည်လည်း အသင့်ယုတ္တိ တစ်ခုပေတည်း။

ထို့ပြင် နေဝသညာဈာန်သည် အလွန်သိမ်မွေ့၏။ ထို့ကြောင့် အရှင်သာရိပုတြာသည်သော်လည်း ၎င်းဈာန်ကို အနုပဒအားဖြင့် မရှုနိုင်ချေ။ အားထုတ်ခါစ ယောဂီတိုင်းပင် ၎င်းဈာန်ကို အစပြု၍ မရှုနိုင်ချေ။ သို့သော် ၎င်းဈာန်သည် နောက်ကာလ၌ ကလာပဝိပဿနာဖြင့် ရှုနိုင်အောင်ကား ထင်ရှားသေး၏။ မဂ်ဖိုလ်တို့သည်ကား လောကုတ္တရာ ဖြစ်သောကြောင့် ထိုနေဝသညာဈာန်ထက်ပင် မြင့်မြတ်သိမ်မွေ့ကုန်သေး၏။ ထို့ကြောင့် မဂ် ဖိုလ် တရားတို့ကို မည်သူမျှ ဝိပဿနာ မရှုနိုင်ကုန်။ ပစ္စဝေက္ခဏာဖြင့် ဆင်ခြင်၍ ထိုမဂ်ဖိုလ်တို့၏ ဖြစ်သွားပုံကို သိရုံမျှသာ သိရကုန်၏။ ဘဝင်စိတ် သည်ကား ဝိပါကတရားမျှသာ ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းအတိတ်ဘဝက ရခဲ့သည့် အာရုံကိုသာ အာရုံပြုလျက် ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်း သာ၍ပင် သိမ်မွေ့ပေ၏။ ထို့ကြောင့် ၎င်းဘဝင်စိတ်၏ ဖြစ်ပုံကိုကား ဘာမျှ မသိနိုင်တော့ပေ။

သို့ဖြစ်၍ အလွန်သိမ်မွေ့လှသော ဘဝင်စိတ်၏ ဖြစ်ပုံကို လုံးလုံး မသိနိုင်ခြင်းကို၎င်း၊ နေဝသညာဈာန်သည် အနုပဒ အားဖြင့် မရှုနိုင်လောက်အောင် သိမ်မွေ့သော်လည်း ကလာပအားဖြင့် ရှုနိုင်အောင် ထင်ရှားသေးသည်ကို၎င်း ထောက်ဆ၍ အမှတ်ပြတ်ဆဲ ခဏက ချုပ်ငြိမ်းသွားပုံကို ဝိပဿနာဖြင့် မရှုမှတ်နိုင်မူ၍ ပြန်လှည့် ဆင်ခြင်လျက်သာ သိနိုင်ခြင်းမှာ “ဘဝင်စိတ်လောက် မသိမ်မွေ့၊ နေဝသညာဈာန်လောက်လဲ မထင်ရှားသော ဂေါတြဘူ မဂ် ဖိုလ်” ဟူသော အသိနာမ် တရားများ ထိုခဏကရှိခဲ့ခြင်းကြောင့်သာ ဖြစ်ပေသည်ဟူ၍ ယူဆအပ်၏။ ဤသည်လည်း ယုတ္တိတစ်ခုပေတည်း။

အမှတ် ပြတ်ငြိမ်းပြီးနောက် တစ်ဖန် သတိရလျက် ပြန်လည်၍ ဆင်ခြင်သော အသိဉာဏ်သည် **ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ် မည်၏။** ဤပစ္စဝေက္ခဏာ ဖြစ်ခဲ့သောကြောင့်ပင်လျှင် မိမိ၏ တွေ့ပုံအလုံးစုံကို တွေ့ခဲ့ရသည့်အတိုင်း ပြောပြနိုင်ပေသည်။ ဤပစ္စဝေက္ခဏာအရာတွင် ရှေးအဖို့က သွက်သွက် သွက်သွက်နှင့် အထူးလျင်မြန်စွာ မှတ်သိခဲ့ပုံကို၎င်း ထိုသို့ မှတ်သိနေဆဲ မှာပင် အမှတ်ပြတ်ဆဲသွားပုံကို၎င်း ပြန်လည်၍ ဆင်ခြင်ခိုက်မှာ မဂ်ကို ပြန်၍ ဆင်ခြင်နေသည် မည်၏။ လာခဲ့ရာလမ်းကို ပြန်လှည့်၍ ကြည့်နေသည်နှင့် တူပေ၏။

တစ်ဖန် ရှုမှတ်ရန် သတိ မရသေးမီက ငြိမ်းပြတ်နေခဲ့ပုံကို ဆင်ခြင်ခိုက် မြင်ခိုက်မှာ ဖိုလ်ကို ပြန်၍ ဆင်ခြင်နေသည် မည်၏။ ဖလသမာပတ်အရာ၌ အထူးထင်ရှား၏။ ရှုမှတ်အားထုတ်ခဲ့သည့်အတွက် ဤလို အကျိုးကို ရပေသည်ဟု ဆင်ခြင်လျက် ဖြစ်တတ်၏။

အမှတ်ပြတ်ဆဲနေစဉ် ထိုအခိုက်က မှတ်စရာအာရုံရော အမှတ်အသိရော အကုန်လုံး ဘာမျှမရှိပဲ ကင်းငြိမ်းနေတာပဲဟု သိခိုက်မှာ နိဗ္ဗာန်ကို ဆင်ခြင်နေသည် မည်၏။

ဤအရာ၌ “မှတ်သိစရာနှင့် မှတ်သိမှု အလုံးစုံ ကင်းငြိမ်းရာသို့ ရောက်သွားတာက မဂ်ပဲ။ ရောက်နေတာက ဖိုလ်ပဲ။ သင်္ခါရ အလုံးစုံ ကင်းငြိမ်းတာက နိဗ္ဗာန်ပဲ” ဤသို့ စသည်ဖြင့် အမည်နှင့်တကွ သေသေချာချာ ဆုံးဖြတ်လျက် ဆင်ခြင်မှုလဲ ရှိသည်သာတည်း။

ဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာ ကင်းသွားပြီ စသည်ဖြင့် ဆုံးဖြတ် ဆင်ခြင်ခြင်းသည် ပယ်ပြီးသော ကိလေသာကို ဆင်ခြင်သည် မည်၏။

လောဘ ဒေါသ မောဟ မကင်းသေးဘူး စသည်ဖြင့်သော်၎င်း၊ ဆက်ပြီး အားထုတ်ရဦးမှာပဲ ဆက်ပြီး မှတ်ရဦးမှာပဲ စသည်ဖြင့်သော်၎င်း ဆင်ခြင်ခြင်းသည် မပယ်ရသေးသော ကိလေသာကို ဆင်ခြင်သည်မည်၏။

အနုလောမာဒိဉာဏ ပဉ္စကအခန်း ပြီး၏။

ဉာဏ် ၁၆-ပါး ပြီး၏။

အရိယဘူမိ အခန်း

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်မှစ၍ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်တိုင်အောင် ဤဉာဏ် ၁၆-မျိုးတို့ကို သဘောအားဖြင့် သိပြီး ရပြီး ရောက်ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အမှတ်ပြတ်လျက် ချုပ်ငြိမ်းသွားပုံ စသည်ကို ဆင်ခြင်ပြီးသည်၏ အခြားမဲ့၌ မှတ်မြဲပင် မှတ်ပြန်၏။ မှတ်သော်လဲ မှတ်ခါစ၌ အဖောင်း အပိန်စသည်တို့ကို ထင်ရှားပီသ ကြမ်းတမ်းစွာ တွေ့ရ၏။ အမှတ် အပြတ်မီ ကောင်းနေစဉ်ကလို သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ မဟုတ်တော့ပဲ ခပ်ကြမ်းကြမ်း ခပ်ကျဲကျဲ ဖြစ်၍နေတတ်၏။ မှတ်ရတဲ့ အာရုံများ၏ အစ=ပေါ်လာမှုနှင့် အဆုံး=ပျောက်ကွယ်မှု ဟူသော အဖြစ်အပျက် ၂-မျိုးလုံးကိုပင် ထင်ရှားစွာတွေ့ရ၏။ ထို့ကြောင့် များစွာသော ယောဂီတို့သည် ဤသို့ ပြောတတ်ကြကုန်၏။

ပြောပုံများကား အဲဒီလို ဖြစ်သွားတာကို စဉ်းစားပြီးတော့ တစ်ဖန် မှတ်မြဲပင် ပြန်မှတ်နေတာပဲ။ သို့ပေမဲ့ ဒီဘက်မှာ မှတ်ရတာက ဟိုဘက်မှာ တုန်းကလို မဟုတ်တော့ဘူး။ အဖောင်းအပိန်တွေက အလျင်ကလို သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့မဟုတ်တော့ဘူး။ အကြီးကြီးတွေ အကြမ်းကြီးတွေ ဖြစ်နေတယ်။ မှတ်ရတာကလဲ ကျဲတဲ့ကြီး ဖြစ်နေတော့တာပဲ။ အမှတ်တွေ ပျက်ကုန်ပါပြီ ဟူ၍၎င်း၊ အမှတ်တွေက မစွဲပဲနဲ့ ချော်ပေ ချော်ပေဖြစ်ပြီးတော့ ဘေးနားကို ကျကျ သွားနေတော့တာပဲ။ မှတ်ရတာ မကောင်းတော့ဘူး ဟူ၍၎င်း ဤသို့ စသည်ဖြင့် ပြောတတ်ကုန်၏။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အဆင့်သို့ ပြန်ရောက်သွားသောကြောင့် အာရုံများကလဲ ထင်ရှားပီသ ကြမ်းတမ်းစွာ ထင်ပေါ်ကြပေ သည်။ အဖြစ်အပျက် ၂-မျိုးလုံးကိုလဲ ထင်ရှားစွာ သိရပေသည်။ ဉာဏ်အနုကလေးပြန်၍ ဖြစ်သွားသောကြောင့် ကောင်းကောင်းမတည့်ပဲလဲ ရှိနေပေသည်။ သို့သော် သဘောအမှန်များ ဉာဏ်အမည်များကို ဖော်၍ မပြောသေးပဲ ဤသို့ သာလျှင် အားပေးပါလေ။ ဒီလို ဖြစ်လာတာဟာလဲ မကောင်းတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အမှတ်ပျက်တာလဲ မဟုတ်ပါဘူး။ တရား သဘောအတိုင်း ဖြစ်လာတာ ပါပဲ။ သူ့နေရာနဲ့သူ အကောင်းတစ်မျိုးပါပဲ။ အလျင်က အလွန်သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့နှင့် မှတ်ကောင်း နေရာမှာ ရုတ်တရက် ဉာဏ်တစ်မျိုးပြောင်းလာတဲ့အတွက် ယခု မှတ်ရတာကို မကောင်းဘူးလို့ ထင်နေတာပါ။ ဒီနေရာ ရောက်လျှင် ဒီလိုလဲ ဖြစ်တတ်တယ်။ ဒီလိုလဲ ထင်တတ်ကြတယ်။ ထင်တဲ့အတိုင်း မကောင်းတာ ပျက်တာကတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ရှေ့ကို တိုးလာတာပါပဲ။ စိတ်မပျက်ပဲနဲ့မှတ်သာ မှတ်နေပါ။ တော်တော်ကြာလျှင် ကောင်းမြဲပင် ကောင်းလာပါ လိမ့်မည်။ ဤသို့စသည်ဖြင့် အားပေး၍ အမှတ်ခိုင်းပါလေ။

အချို့ကလဲ “အလွန် အေးငြိမ်းချမ်းသာပြီးတော့ အလွန်ကို ကြည်လင်နေတာပဲ။ မှတ်စရာလဲ မရှိပဲနဲ့ စိတ်ကလေး တစ်ခုတည်း မှတ်စရာ ရှာနေတာလိုပဲ လယ်လယ် လယ်လယ်နှင့် နေလိုက်တာဟာ အကြာကြီးပဲ။ နာရီဝက်လောက်ကြာတယ်။ တစ်နာရီလောက် ကြာတယ်။ မှတ်လဲ မမှတ်ဘူး။ မှတ်လို့လဲ မဖြစ်ဘူး။ မမှတ်ပဲ နေပေမယ်လို့ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်လဲ မဖြစ်ဘူး။ ကိလေသာ စိတ်တွေလဲ မဖြစ်ဘူး။ ကွင်းပြင်ကြီးထဲမှာ စိတ်ကလေးတစ်ခုထဲ ဖြစ်နေရတာလိုပဲ။ ရှင်းလို့ ဟာလို့ သိပ်ကြည်လင် နေတာပဲ။ နေလို့ကလဲ ကောင်းလိုက်တာ ချမ်းသာတာကလဲ လွန်လို့ပဲ။ အကောင်းဆုံး အချမ်းသာဆုံးပါပဲ” ဤသို့ စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။

မဂ်ဖိုလ်၏ အဟုန်ကြောင့် အလွန်ကြည်လင်သော သဒ္ဓါအလွန်ထက်သန်သော သုခတို့ ကြာရှည်စွာ ဖြစ်နေကြသော ကြောင့် ဤသို့ ပြောပေသည်။ ထိုစိတ်များကို မှတ်လို့ မရဘူး။ မှတ်သော်လဲ သူ့မှာ ဖြစ်ဆဲဉာဏ်က ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မျှသာ ဖြစ်နေသောကြောင့် အားမကောင်းသေးသည့်အတွက် အပိုင်းအခြားဖြင့် ရှင်းလင်းစွာ မသိနိုင်ဘူး။ ထို့ကြောင့် ထိုသို့သော စိတ်များကိုကား ရှုမှတ်ရန် မတိုက်တွန်းလေသင့်။ ထိုစိတ်များ ပြတ်စဲ၍ မှတ်နိုင်သော အခါကျမှသာ မှတ်မြဲဆက်၍ မပြတ် မှတ်ရန် ညွှန်ကြားပါလေ။

အချို့ကလဲ “အဲဒီလို အမှတ်ပြတ်သွားတဲ့ နောက်မှာ စိတ်ထဲက ဘယ်လို ဘယ်လို ဖြစ်နေတယ်လို့ကို မသိဘူး။ ပေါ့ပေါ့ကလေး လိုလိုလဲ ဖြစ်နေတယ်။ ဝမ်းသာသလိုလိုလဲ ဖြစ်နေတယ်။ ရင်ထဲက ဖိုဖို ဖိုဖို လှိုက်လှိုက် လှိုက်လှိုက်နဲ့လဲ ဖြစ်ပြီးနေတယ်။ မှတ်လို့ကို မဖြစ်နိုင်ဘူး” ဤသို့ စသည်ဖြင့်လဲ ပြောတတ်၏။

အမှတ်ပြတ်လျက် သင်္ခါရချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်သွားတာကို အမည်နှင့်တကွ ဘာရယ်လို့ အသေအချာ မဆုံးဖြတ်နိုင်သော သူမှာသော်လည်း အဓိကမသဒ္ဓါ စသည်တို့၏ အဟုန်ကြောင့် ဤသို့သော ဝမ်းသာတက်ကြွမှုများ ဖြစ်တတ် သည်ပင်။ အမည်နှင့်တကွ သေသေချာချာသိရသော သူမှာမူကား သာ၍ပင် လွန်ကဲစွာ ဖြစ်တတ်၏။ ဤသို့ သဒ္ဓါအားကောင်း နေစဉ်မှာ မှတ်၍မဖြစ်နိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် ထိုသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်အား ကြိုးစား၍ ရှုမှတ်ရန် မတိုက်တွန်းလေလင့်။ တိုက်တွန်းလျှင် ထိုတပည့် ယောဂီမှာ အချည်းနှီး ပင်ပန်းရုံမျှသာ ရှိချေမည်။ သို့ဖြစ်၍ ဖြစ်သမျှသာ ရှုမှတ်နေရန် မဖြစ်သေးလျှင် မမှတ်ပဲ ရပ်နားနေလိုပါက ရပ်နားနေရန်သာ ပြောကြားအပ်၏။ နာရီပိုင်းဖြစ်စေ ရက်ပိုင်းဖြစ်စေ ကြာသော အခါ၌ ထိုသဒ္ဓါအဟုန် အားနည်းသွားလိမ့်မည်။ ထိုအခါကျမှ ကြိုးကြိုးစားစား မှတ်ရန် တိုက်တွန်းရာ၏။ ထို့ပြင် တရားထူးသို့ ရောက်ပြီးခါစ၌ မိမိရောက်ပြီးသော တရားကို သေသေချာချာ သိရလျှင် သဒ္ဓါ အလွန်တက်၍ အမှတ်ပျက်နေတတ်၏။ အမှတ်ပျက်နေလျှင် နောက်ထပ် အတွေ့မရှိသောကြောင့် ဧကန်ဟုတ်ပြီဟု ဆရာဖြစ်သူက ယုံကြည်ဆုံးဖြတ်ရန် ခဲယဉ်း၏။ ထို့ကြောင့် ဆရာ ဖြစ်သူ၏ စိတ်ထဲ၌ မဂ်မှန်ဖြစ်ကြောင်းကို သေသေချာချာ သဘောကျပြီး ဖြစ်သော်လည်း ထုတ်ဖော်၍ မပြောအပ်သေး။ မိမိသဘောကျ ကျေနပ်သည်ကိုလဲ တပည့်ယောဂီအား မရိပ်မိစေလင့်။ “တရားသဘောအတိုင်း ဖြစ်ခြင်း မှန်ကန်ကြောင်း၊ ဉာဏ်အားပြည့်သောအခါမှာ ဒီလို အမှတ် ပြတ်သွားသည်ကိုလဲ တွေ့ရတတ်ကြောင်း၊ ယခုအနေမှာ ကြိုးစား၍ မှတ်လျှင်သာ၍ ကောင်းကြောင်း” စသည်တို့ကိုသာ ပြောကြားအပ်၏။

အချို့ကလဲ “ယခုဖြင့် အမှတ်ကောင်းလာလို့ တော်တော်ကြာလျှင် သွက်သွက် သွက်သွက်နှင့် အထူးကောင်းကောင်း လာပြီးတော့ လစ်ကနဲ လစ်ကနဲ ဖြစ်တာကလေးကိုချည်း ခဏ ခဏရောက်ရောက်နေတယ်။ ရောက်ပြီးပြန်တော့လဲ အမှတ်က ကျဲကျဲပြီး ပျက်ပျက်နေတော့တာပဲ” ဟု ညည်းညူ၍ ပြောတတ်၏။

အားပေးပုံ ကိစ္စ မရှိပါဘူး။ ဒီလို လစ်တာကို ခဏ ခဏ ရောက်စမ်းပါစေ။ ခဏ ခဏ ရောက်အောင်လို့ကို ရည်ရွယ်ပြီး အားထုတ်ရဦးမှာပဲ။ သူက ခဏ ခဏ အများကြီး ရောက်ပြီးတော့မှ ပြုပြင်လို့ ကောင်းတာကလား။ မရောက်စေချင်လို့ ပြုပြင်လိုက်မည်ဆိုလျှင် မခက်ပါဘူး။ အလွယ်ကလေးပါပဲ။ ယခုတော့ ခဏ ခဏ ရောက်စမ်းပါစေဦး။ အဲဒီ လစ်ရာသို့ ခဏ ခဏ ရောက်အောင်လို့ကို ရည်ရွယ်ပြီး မှတ်နေပါဦး။ အချိန်တန်တော့ ပြင်ပေးပါမည်။ တစ်ချက်ထဲ ပြင်ရမှာပါဟု အားပေးတိုက်တွန်းအပ်၏။

မြန်မြန် ရောက်အောင် အားထုတ်ပုံကား-အမှတ်ပြတ်တဲ့ နေရာသို့ တစ်နာရီအတွင်း ရောက်ပါစေဟု စိတ်ညွတ်၍ မှတ်မြဲပင် မှတ်နေပါ။ ရှုမှတ်အားထုတ်နေစဉ်၌ကား ရောက်ပါစေဟု ထပ်၍ စိတ်ညွတ်ရန် မလိုပြီ။ ရောက်မှုနှင့်စပ်၍ ဘာမျှ စိတ်မကူးနှင့်တော့။ သူ့ရောက်နိုင်လျှင် ရောက်မှာပဲလို့ စိတ်ချပြီးတော့ အမှတ်ကိုသာ ဂရုစိုက်၍ မှတ်နေပါ။ တစ်နာရီအတွင်း ရောက်နိုင်သောအခါမှာ “နာရီဝက်အတွင်း ရောက်ပါစေ။ ၁၅-မိနစ်အတွင်း ရောက်ပါစေ။ ၁၀-မိနစ်အတွင်း ရောက်ပါစေ။ ၅-မိနစ်အတွင်း ရောက်ပါစေ။ ၁-မိနစ်အတွင်း ရောက်ပါစေ” စသည်ဖြင့် အချိန်ကို တိုစေ တိုစေ၍ ပိုင်းခြား ပိုင်းခြားပြီး ရှုမှတ် အားထုတ်ပါလေ။ လေး ငါးချက် မှတ်အတွင်း ရောက်ပါစေဟူ၍လဲ ပိုင်းခြား၍ မှတ်ကြည့်နိုင်၏။

ဤသို့ လေ့လာ၍ တစ်နာရီအတွင်းမှာ ၂-ခါ ၃-ခါ စသည်ဖြင့် ရောက်ရောက်နေသည်ဟု ပြောသော ယောဂီအား အမှတ်ပြတ်ရာ၌ ကြာရှည်စွာ တည်တံ့နေနိုင်အောင် အားထုတ်စေရမည်။ သမာဓိဉာဏ် အားနည်းသူ ဖြစ်လျက်ကား တစ်နေ့အတွင်း တညဉ့်အတွင်းမှာ သုံး လေး ခါလောက် ရောက်နိုင်ရုံမျှဖြင့်လဲ ကြာရှည်စွာ တည်တံ့အောင် အားထုတ်မှုသို့ ပြောင်းလဲပေးပါလေ။

ကြာကြာ တည်အောင် အားထုတ်ပုံကား-အမှတ် ပြတ်တဲ့နေရာသို့ ရောက်တဲ့အခါမှာ ငါးမိနစ်ခန့် ကြာအောင် တည်ပါစေဟု စိတ်ညွတ်၍ မှတ်မြဲပင် မှတ်နေပါ။ မှတ်နေဆဲ၌ကား ကြာကြာတည်အောင် မမျှော်လင့် မတောင့်တ မကြောင့်ကြ မကြံစည်လေလင့်။ ငါးမိနစ်ခန့် တည်နိုင်သော အခါမှာ ၁၀-မိနစ်ခန့် တည်ပါစေ။ ၁၅-မိနစ်ခန့် တည်ပါစေ။ နာရီဝက်ခန့် တည်ပါစေ။ တစ်နာရီခန့် တည်ပါစေ” စသည်ဖြင့် အချိန်ကို များစေ၍ များစေ၍ ပိုင်းခြား ပိုင်းခြားပြီး အားထုတ်ပါလေ။ မိမိအလိုရှိသလောက် သုံး လေး ငါးနာရီ စသည် တည်တံ့အောင်လဲ အားထုတ်ကြည့်နိုင်၏။

နာရီဝက် ဆယ့်ငါးမိနစ်အတွင်း စသည်၌ လျင်မြန်စွာ ရောက်ခြင်း၊ ငါးမိနစ် ဆယ်မိနစ် စသည်ဖြင့် ကြာရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်းများသည် သမာဓိဉာဏ် ထက်သန်သော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာသာ ပြည့်စုံလွယ်ပေသည်။ သမာဓိဉာဏ် နဲ့သော ပုဂ္ဂိုလ် များမှာ မူကား မပြည့်စုံသည်လဲ ရှိတတ်သေး၏။ အကြိမ်များစွာ ရက်လများစွာ လေ့လာ၍ သမာဓိဉာဏ် အားသန်လာသော အခါကျမှ ပြည့်စုံသည်လဲ ရှိတတ်သေး၏။ သို့ဖြစ်၍ ဆရာတို့သည် တပည့် ယောဂီ၏ သမာဓိအား ဉာဏ်အားကို ချင့်ချိန် ပြီးလျှင် ဖြစ်နိုင်တန်သမျှကိုသာ စေခိုင်း၍ စုံစမ်းကုန်ရာ၏။

ဤသို့ ခဏ ခဏ ရောက်ခြင်း ပိုင်းခြား ထားသည့်အတိုင်း လျင်မြန်စွာ ရောက်ခြင်း ကြာမြင့်စွာ တည်တံ့ခြင်းတို့ဖြင့် ထိုက်သင့်သလောက် စုံစမ်းပြီး၍ သေချာလောက်သော အခါ၌ ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား ဉာဏ် ၁၆-ပါးတို့၏ ဖြစ်ပုံကို

အစဉ်အတိုင်း နားလည်လောက်အောင် ဟောပြောကုန်ရာ၏။ ယောဂီသည် ထိုဉာဏ်စဉ်ကို နာကြားပြီးလျှင် သူ၏ အဆင့်အတန်းကို သူ့ကိုယ်တိုင်ပင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါလိမ့်မည်။ သူ့ကိုယ်တိုင်သာ ဆုံးဖြတ်ပါစေ။ “ဉာဏ် ၁၆-ပါးလုံး အဆုံးတိုင်အောင် ရောက်သည်။ အဆုံးတိုင်အောင် သူ့မှာ ဖြစ်ပုံနှင့်ညီသည်။ သူ့မှာ ဖြစ်ပုံနှင့် ကိုက်၍ ကောင်းကောင်း သဘောကျနိုင် နားလည်နိုင်သည်” ဟု ဝန်ခံပါမူ၊ ထိုယောဂီအား ပယ်သင့် ကင်းသင့်သော ကိလေသာ ဒုစရိုက်တို့ကို၎င်း၊ ပြည့်စုံသင့်သော ဂုဏ်တို့ကို၎င်း၊ မဇ္ဈဒါသ သုတ်စသည်ဖြင့် ဟောပြောကုန်ရာ၏။ ထို့ပြင် နောင်အခါ၌ မိမိသန္တာန်မှာ ထိုကိလေသာများ ဖြစ်ပေါ်သေးလျှင် ဖြစ်စေ၊ ထိုဒုစရိုက်များကို ကျူးလွန်သေးလျှင် ဖြစ်စေ၊ ထိုဂုဏ်များနှင့် မပြည့်စုံပြန်လျှင် ဖြစ်စေ၊ “ယခု သဘောကျသည့်အတိုင်း ဝန်ခံသည့်အတိုင်း မဟုတ်သေးဘူး၊ အရိယာမဂ်ဖိုလ်သို့ မရောက်သေးဘူး” ဟု မိမိကိုယ်တိုင်ပင် ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် အရိယာ မဂ်ဖိုလ်အစစ်သို့ ရောက်အောင် တစ်ဖန် အားထုတ်အပ်ကြောင်းကိုလဲ ဟောပြော မှာထားလိုက်ကုန်ရာ၏။

အထူးမှာ-မူလက ရန်ရင်းကြမ်းတမ်းသော ကာယကံ ဝစီကံ ရှိသူဖြစ်လျှင် ထိုယောဂီအား ဉာဏ်စဉ်ကို မဟောပြောသေးပဲ သူ၏အမူအရာကို အတန်ကြာအောင် စုံစမ်း ချင့်ချိန်ပြီးလျှင် စိတ်ချရလောက်မှ ဟောပြောခြင်းသည် သာ၍ သင့်လျော်ပေ၏။ အားထုတ်ပြီးခါစမှာပင် မလွဲသာ၍ ဟောပြောပါလျှင် သောတာပန် သုံးမျိုးရှိကြောင်းကိုလည်း ပြောပြကုန် ရာ၏။

သောတာပန် ၃-မျိုး

သောတာပန်ဟု ဝန်ခံသောပုဂ္ဂိုလ်များမှာ (၁) အဓိမာနိကသောတာပန်၊ (၂) ဥလ္လပနာဓိပ္ပါယ သောတာပန်၊ (၃) အရိယာ သောတာပန် ဟူ၍ ၃-မျိုး ရှိသင့်၏။ ထိုတွင် ဆရာက သဘောမကျသေးပဲ ဖြစ်စေ၊ ဆရာက သဘောကျ၍ ဉာဏ်စဉ်ကို ဟောပြောသောကြောင့် ဖြစ်စေ၊ အရိယာမဂ်သို့ မရောက်သေးပါပဲလျက် ရောက်ပြီဟု တကယ်ပင် ထင်မှတ်၍ သောတာပန်ဟု ဝန်ခံသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အဓိမာနိက သောတာပန် မည်၏။ မိမိကိုယ်တိုင်က တရားထူးသို့ မရောက်သေးမှန်း သိပါလျက် ကြားဘူးသော သုတ အားလျော်စွာ ဝါကြား ပလွှားလိုသဖြင့် မဂ်ဖိုလ်သို့ ရောက်သည့် အခြင်းအရာများကို ဆရာအား လိမ်လည်၍ ပြောသောကြောင့် ဆရာက သဘောကျ၍ ဉာဏ်စဉ်ကို ဟောပြောရာတွင် ထိုဉာဏ်အလုံးစုံပင် မိမိမှာ ဖြစ်သည်ဟု လိမ်လည်၍ ဝန်ခံသော သူသည် ဥလ္လပနာဓိပ္ပါယ သောတာပန် မည်၏။ ဤသောတာပန် ၂-မျိုးမှာ အစစ်အမှန် မဟုတ်သောကြောင့် နောင်အခါ၌ မကြာမီပင် ဖောက်ပြန်၍ အမှုပေါ်တတ်၏။ အရိယာသောတာပန်မှာ မဂ်ဖိုလ်အစစ်သို့ တကယ်ပင် ရောက်ပြီးသော သောတာပန် အစစ်ပေတည်း။ ဤသောတာပန် အစစ်မှာ ဘယ်အခါမျှ မဖောက်ပြန်နိုင်ပြီ။

ဤ သောတာပန် ၃-မျိုး အကြောင်းကို ပြောပြပြီးလျှင် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာလုပ်သူမှာ တပည့်ယောဂီ၏ ပြောပုံကို ထောက်ဆ၍ ခန့်မှန်းရုံမျှသာ ခန့်မှန်းနိုင်ကြောင်း၊ ဆင်တူရိုးမှား ဖြစ်ပုံကလေးများကလဲ ရှိသောကြောင့် ဧကန်ပင်ဟူ၍ မဆုံးဖြတ်နိုင်ကြောင်း၊ မိမိကိုယ်တိုင် ကိလေသာဖြစ်ဖွယ်များနှင့် တွေ့ကြုံရသော အခါများ၌ ကင်းသင့်သော ကိလေသာများ မိမိမှာ ကင်းသည် မကင်းသည်ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်ပြီးမှ ထိုကိလေသာများ လုံးဝမဖြစ်ပေါ်နိုင်လျှင် ဧကန်ဟုတ်ပြီဟု မိမိကိုယ်တိုင်သာ ဆုံးဖြတ်ရမည့် အကြောင်း၊ အကယ်၍ ကင်းသင့်သော ကိလေသာ ဒုစရိုက်များ မိမိမှာ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါလျှင် ယခု ထင်မြင်သည့်အတိုင်း မဟုတ်သေးဟု ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် အရိယာ မဂ် ဖိုလ် အစစ်သို့ ရောက်အောင် မြန်မြန်ပြန်၍ အားထုတ်ရမည့် အကြောင်းများကိုလဲ မှာထားဆုံးမကုန်ရာ၏။

ရက်များစွာပင် ဆက်၍ အားထုတ်နိုင်သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပါမူကား အမြန်ရောက်ခြင်း အကြာတည်ခြင်းတို့ကို လိုသလောက် ရတာမျှဖြင့် ဉာဏ်စဉ်ကို မဟောသေးပဲ ဒုတိယအဆင့်သို့ တက်ရန် အားထုတ်စေအပ်၏။

အားထုတ်စေပုံကား-ယခု အမှတ်ပြတ်ပြတ်နေတဲ့ သဘောမှာ အလျင်က အားထုတ်လာခဲ့ပြီးတဲ့ ကုသိုလ်တရား၏ အကျိုးဆက် ဖြစ်ကြောင်း၊ ဤအကျိုးကို အလိုမရှိလျှင် သို့မဟုတ်-ဤအကျိုးထက် မြင့်မြတ်သော ကုသိုလ်တရားကို အလိုရှိလျှင် ဤအကျိုးတရားကို ခေတ္တစွန့်လွှတ်ထားပြီးတော့ အားထုတ်ရကြောင်းများကို နားလည်အောင် ပြောပြလျှင် ၁-ရက်ဖြစ်စေ ၂-ရက်ဖြစ်စေ ၃-ရက်ဖြစ်စေ၊ လေး ငါး ခြောက်ရက် ခုနစ်ရက် ဖြစ်စေ၊ ထိုထက် အလွန်ဖြစ်စေ ပိုင်းခြား၍ အားထုတ်စေအပ်၏။

၃-ရက် ပိုင်းခြား၍ အားထုတ်ပုံကိုပြအံ့၊ အမှတ် ပြတ်တဲ့ နေရာသို့ ခဏ ခဏ ရောက်အောင် ရှေးဦးစွာ အားထုတ် ရမည်။ တစ်ထိုင်အတွင်း၌ သုံး လေး ငါးခါလောက် ရောက်ပြီး၍ အားရလျှင် “ဤအချိန်မှစ၍ ၃-ရက်အတွင်းမှာ ရပြီးဖြစ်တဲ့ ကုသိုလ်၏ အကျိုးတရားသို့ မရောက်လိုပါ။ မရောက်သေး မရသေးမဖြစ်သေးတဲ့ အထက်ကုသိုလ် တရားထူးသို့သာ ရောက်ပါစေ” ဟု စိတ်ညွတ်မိဋ္ဌာန်၍ မှတ်မြဲပင် မှတ်နေရမည်။ ဤသို့ ရှုမှတ်နေသောအခါမှာ “ရှေးရှေး အားထုတ်စဉ်က အမှတ်ပြတ်ရာသို့ တစ်နာရီအတွင်းမှာ လေးငါးဆယ်ကြိမ် ရောက်နေကျပင် ဖြစ်သော်လဲ” ယခုမူကား တကြိမ်မျှ မရောက်တော့ပြီ၊ ဉာဏ်အား မပြည့်သေးလျှင် တစ်ရက် နှစ်ရက် ကြာသော်လဲ မရောက်တော့ပြီ၊ အမှတ်ဉာဏ်၏ အခြေအနေ

မှာလဲ “ရှေးရှေးက လေး ငါး ဆယ်ချက်လောက် မှတ်ရုံမျှဖြင့် ငြိမ်သက် သိမ်မွေ့သော သင်္ခါရုပေက္ခာအမှတ်သို့ ရောက်နေကျပင် ဖြစ်သော်လဲ” ယခုမူကား တစ်နာရီ နှစ်နာရီစသည့် ကြာသော်လဲ ထိုအမှတ်မျိုးသို့ မရောက်နိုင်ပဲ ရှိတတ်၏။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မှစ၍ တဖြေးဖြေးချင်း ရင့်ကျက်နေရသောကြောင့် မူလပဌမ အားထုတ်စဆီကလိုပင် ခပ်ကျဲကျဲ ခပ်ကြမ်းကြမ်းမှစ၍ မှတ်နေရတတ်၏။ အချို့မှာ အာရုံနှင့်အမှတ် ကောင်းကောင်းမတည့်ပဲ ချော်လဲ့လဲ့ ဖြစ်နေသည်ကိုလဲ တွေ့ရတတ်၏။ စိတ်ပျံ့လွင့်မှုများကိုလဲ တွေ့ရတတ်၏။ နာကျင်မှုစသော ဝေဒနာများကိုလဲ တွေ့ရတတ်၏။ အလင်းရောင်များ ပုံသဏ္ဍာန်များကိုလဲ တွေ့ရတတ်၏။ သို့သော်လဲ နာရီပိုင်းများ နေ့ရက်ပိုင်းများ ကြာလွန်သော အခါမှာ ရှေးကလိုပင် သိမ်မွေ့သော သင်္ခါရုပေက္ခာ အမှတ်သို့ ရောက်လိမ့်မည်။ ထိုအခါမှာလဲ ဉာဏ်မရင့်သေးလျှင် ထိုဉာဏ်အဆင့်၌သာလျှင် တန်ဖိုးတန် တည်နေတတ်၏။ အမှတ် ပြတ်ခြင်း သဘောသို့ကား မရောက်နိုင်ပဲသာ ရှိတတ်၏။ ဉာဏ်ရင့်သော အခါမှာ ရှေးကလိုပင် လျင်မြန်ထူးခြားသော အမှတ်ထူးများ အလိုလို ဖြစ်ပေါ် လာပြီးလျှင် အမှတ်ပြတ်ခြင်း သဘောသို့ ရှေးကလိုပင် ရောက်သွားပါလိမ့်မည်။

ဤသို့ အားထုတ်စေရာတွင် အမှတ်ပြတ်ရာသို့ ပြန်မရောက်ပဲ တစ်မှတ်ထဲ မှတ်နေရခြင်း ကြမ်းတမ်းပီသသော အာရုံများကိုတွေ့လျက် အတန်ကြာအောင် မှတ်ရခြင်း စသည် တို့ကို၎င်း၊ ရောက်ပြီးနေရာသို့ ပြန်ရောက်အောင် ရည်ညွှတ်၍ မှတ်ပြန်လျှင် အမှတ်ပြတ်ရာသို့ လွယ်ကူစွာနှင့် ပြန်၍ရောက်ခြင်းကို၎င်း၊ ကြားသိရသဖြင့် ဆရာ၏စိတ်ထဲမှာ သာ၍ ရှင်းလင်းလာသော အခါမှာဖြစ်စေ၊ ဒုတိယအဆင့်သို့ ရောက်ပြီးသော အခါကျမှ ဖြစ်စေ၊ တပည့်ယောဂီအား ဉာဏ်စဉ် စသည်ကို ဟောပြောခြင်းသည်လည်း သာ၍ပင် ကောင်းပေ၏။

အရိယဘူမိ အခန်း ပြီး၏။

ဆရာတို့၏ အထူးမှာထားချက်။

ဤမှတ်တမ်း၌ ဖော်ပြထားသော အတွေ့ထူးများနှင့် ပြောပုံများမှာ အစက ခွဲခြား၍ ပြခဲ့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် ၃-မျိုး တို့တွင် မိမိတို့၏ တွေ့ပုံသိပုံများကို မိမိတို့ကိုယ်တိုင်ပင် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ကျကျနန ပြောပြတတ်ကြသော ပဌမ အမျိုးအစား ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ပြောပုံများသာဖြစ်ပေသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ပြောပုံများမှာလဲ ဤမှတ်တမ်း၌ အလုံးစုံ ဖော်ပြထားသည် မဟုတ်ပေ။ နည်းယူနိုင်ရလောက်သာ ရည်ရွယ်၍ အချို့ကိုသာ ဖော်ပြထားပါသည်။ ကျမ်းကျယ်မည်ကြောင့် မဖော်ပြပဲ ခြွင်းချန်ထားရသော ပြောပုံ များမှာလဲ အလွန်ပင် များသေး၏။ ထို့ကြောင့် “ထိုထိုဉာဏ်အဆင့်တွင် မဖော်ပြပဲ ကြွင်းကျန်နေသော အာရုံအထူးများ၌လဲ ဖော်ပြထားသော ပြောပုံများနှင့် အလားတူပင် ထိုထိုယောဂီတို့ သိနိုင်ကြသည်”ဟု မှတ်ယူကုန်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့သည် မေးသင့် မေးထိုက်သော အချက်များကို တပည့်ယောဂီတို့အား မေးမြန်းစုံစမ်း ကြည့်ရာ၏။

သိနိုင်ပုံများကား-နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် အဆင့်၌ တည်သော ယောဂီသည် မည်သည့်အာရုံကို မဆို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း “အာရုံနှင့်မှတ်စိတ်၊ ၂-ခု ၂-ခုသာ ရှိသည်”ဟု ဖော်ပြထားသော ပြောပုံများနှင့် အလားတူပင်” သိနိုင်ပေ၏။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်အဆင့်၌ တည်သော ယောဂီသည် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း “အကြောင်း အကျိုး ၂-ခုမျှ”ဟု သိနိုင်ပေ၏။

သမ္မသနဉာဏ်အဆင့်၌ တည်သော ယောဂီသည် မှတ်မိတိုင်းသော အာရုံကို အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံးဖြင့် ထင်ရှားတွေ့၍ “မမြဲဟူ၍သော်၎င်း၊ ဆင်းရဲဟူ၍သော်၎င်း၊ အစိုးမရ ဟူ၍သော်၎င်း” သဘောကျလျက် သုံးသပ်ဆင်ခြင် တတ်၏။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အဆင့်၌ တည်သော ယောဂီသည် မှတ်မိသော အာရုံတိုင်း၏ အစနှင့်အဆုံးပေါ်မှုနှင့် ပျောက်ကွယ်မှု ဟူသော အဖြစ်နှင့်အပျက်တို့ကို တွေ့မြင်နိုင်ပေ၏။

ဘင်္ဂဉာဏ်အဆင့်၌တည်သော ယောဂီသည် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အာရုံနှင့်မှတ်စိတ်=ဤ ၂-မျိုးလုံး ကုန်ကုန် သွားသည်။ ဆုံးဆုံးသွားသည်။ ပျောက်ပျောက်သွားသည်။ ပျက်ပျက်သွားသည်ကို တွေ့မြင်နိုင်ပေ၏။ အထက်ဉာဏ်အဆင့် များ၌လဲ နည်းတူပင်တည်း။

နေရာတကျ မပြောတတ်သော ဒုတိယအမျိုးအစား ပုဂ္ဂိုလ်များကို မူကား ဤမှတ်တမ်းတွင် ဖော်ပြထားသော ပြောပုံများမှ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာကိုယူ၍ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များ၏ ဉာဏ်အဆင့်အတန်း အားလျော်စွာ ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ တွေ့ပုံများကို မေးမြန်း စိစစ် ကုန်ရာ၏။

ဥဇကအင်္ဂါနှင့်မပြည့်စုံသော တတိယအမျိုးအစား ပုဂ္ဂိုလ်ကို မူကား မှတ်ပုံများကို စေ့စုံစွာမေး၍ ဉာဏ်အတွေ့များကို မူကား သူ့အလိုလိုပင် ပြောစေရ၏။ မပြောတတ်၍ ကြွင်းကျန်နေသည်ဟု ထင်ရသော အရာတို့၌ကား နှစ်သွယ်နှစ်ခွ အဖြေ ထွက်စေသော မေးခွန်း ပြောင်းပြန်မေးခွန်း သာမန်မေးခွန်း စသည်တို့ဖြင့် ဆရာ၏ စိတ်ထဲမှာ သိထားသော အမှန်အကန် သိပုံ တွေ့ပုံများကို မရိပ်မိအောင် ပြု၍သာလျှင် မေးမြန်းစိစစ်ရာ၏။ ထုတ်ဖော်၍ မေးရာ၌ “နှုတ်ယောင်လိုက်၍ ဖြေသည်”ဟု ထင်လျှင် အလားတူဖြစ်သော အခြားနေရာ၌ မဖော်ပဲ မေးခြင်း၊ အမှားကို အမှန်ကဲ့သို့ပြု၍မေးခြင်း၊ မသိနိုင်လောက်သေးရာကို မေးကြည့်ခြင်း စသည်ဖြင့် စုံစမ်းရာ၏။

ဝိပဿနာဉာဏ် တစ်မျိုး တစ်မျိုး၏ နောက်ပိုင်း ရင့်ကျက်သောအခါ၌ အညီအမျှရှုခြင်း ဟူသော တကြမဇ္ဈတ္တတာ ဥပက္ခာသည် ထင်ရှားစွာ ဖြစ်မြဲပေတည်း။ သို့ဖြစ်၍ ထိုအခါများ၌၎င်း၊ ဥပက္ခာ၏ အစွမ်းကြောင့်မှတ်၍ လွယ်ကူနေရာမှာ စူးစိုက်မှု ဝီရိယက လျော့သွားတတ်၏။ ဝီရိယအားနည်းသွားလျှင် သမာဓိအားက ဝီရိယအားကို ကျော်လွန်သွားသောကြောင့် ထိုအချိုး အစားအတိုင်းသာ ကြာမြင့်စွာ ရှုမှတ်နေလျှင် မှတ်ရသော အာရုံများမှာ တဖြေးဖြေးချင်း သေး၍ သေး၍ မှေး၍ မှေး၍ သွားတတ်၏။ ထိနမိဒ္ဓလဲ ဖြစ်တတ်၏။ ထိုအခါမှာ ထိနမိဒ္ဓကြောင့် လစ်ကနဲ လစ်ကနဲ သတိမေ့လျက် တွေဝေ တွေဝေ သွားတတ်၏။ တွေဝေရာမှတစ်ဖန် ဖွားကနဲ သတိရ၍ ကောက်ပြီးမှတ်ပြန်လျှင် အမှတ်မှာ ကြည်ကြည်လင်လင်နှင့် ကောင်းနေကျ အတိုင်းပင် ကောင်းနေတတ်၏။

ထို့ပြင် သမ္မသနစသော ဝိပဿနာဉာဏ် ၉-ပါးတို့ အားပြည့်ရှင့်သန်သော အခါများ၌၎င်း၊ အထူးအားဖြင့် ဥပက္ခာလေသပိုင်း၌၎င်း၊ အလွန်အားကောင်းသော ပီတိများဖြစ်ပေါ်ခြင်းကြောင့် သတိလစ်သလို ဖြစ်ဖြစ်သွားတတ်သည်လဲ ရှိ၏။ ထိုသို့ ဖြစ်ရာမှ တစ်ဖန် ဖွားကနဲ သတိရ၍ ကောက်ပြီး မှတ်ပြန်လျှင် အမှတ်မှာ ရှေးကလိုပင် ကောင်းမြဲ ကောင်းနေ သည်လဲရှိ၏။ ရှေးကထက်ပင် ပို၍ ကောင်းလာသည်လဲ ရှိတတ်၏။

ထို့ပြင် ဥပက္ခာလေသပိုင်း၌ ပီတိပဿဒ္ဓိ ဥပက္ခာတို့၏ အစွမ်းကြောင့် ကြာရှည်စွာ အမှတ်လွတ်ပြီး ငြိမ်းချမ်း နေခြင်းလဲ ဖြစ်တတ်၏။ ထိုသို့ ဖြစ်နေရာမှ တစ်ဖန် သတိရ၍ ကောက်ပြီးမှတ်ပြန်လျှင် အမှတ်မှာ ကောင်းမြဲပင် ကောင်းနေတတ်၏။

ဤ ထိနမိဒ္ဓ ပီတိ ပဿဒ္ဓိ ဥပက္ခာတို့၏ အစွမ်းကြောင့် အမှတ်လွတ်ခြင်း လစ်ခြင်းများကို မဂ်ဖိုလ်ဟု မဆုံးဖြတ်မိရန် အထူးသတိပြုတော် မူပါကုန်။ ဤသို့သော လစ်ခြင်းများမှာ ဈာယီပုဂ္ဂိုလ် လေးမျိုးတို့တွင် ဒုတိယ ဈာယီပုဂ္ဂိုလ်၏ လစ်ခြင်းမျိုးသာဟူ၍ ယူဆကုန်ရာ၏။

ဈာယီ ပုဂ္ဂိုလ် ၄-ပါး

စတ္တာရော ဈာယီ၊ အတ္ထေကစ္စော ဈာယီ သမ္ပတ္တိံ ယေဝ သမာနံ
ဝိပတ္တိတိ ပစ္စေတိ၊ အတ္ထေကစ္စော ဈာယီဝိပတ္တိံ ယေဝ သမာနံ သမ္ပတ္တိတိ
ပစ္စေတိ၊ အတ္ထေကစ္စော ဈာယီ သမ္ပတ္တိံ ယေဝ သမာနံ သမ္ပတ္တိတိ ပစ္စေတိ၊
အတ္ထေကစ္စော ဈာယီ ဝိပတ္တိံ ယေဝ သမာနံ ဝိပတ္တိတိပစ္စေတိ။

(ဉာဏဝိဘင်း ပါဠိတော်)

(၁) ဈာယီ၊ ဈာန်ဝင်စားသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ စတ္တာ-ရော၊ လေးပါးတို့ ပေတည်း၊ ဧကစ္စော ဈာယီ၊ အချို့သော ဈာန်ဝင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ သမ္ပတ္တိံ ယေဝ၊ ပြည့်စုံသည်=ကောင်းသည်သာလျှင်။ သမာနံ၊ ဖြစ်ပါလျက်။ ဝိပတ္တိတိ၊ မပြည့်စုံ မကောင်းဟူ၍။ ပစ္စေတိ၊ ယုံကြည် ထင်မှတ် ဆုံးဖြတ်၏။ ဤ ဒီသောပိ၊ ဤသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း။ အတ္တိ၊ ရိပေ၏။

ပဌမော သမာပတ္တိလာဘီ သမာနော ယေဝ အလာဘိ မှီတိ ကမ္မဋ္ဌာနံ သမာနံ ယေဝ အကမ္မဋ္ဌာနန္တိ သညီ ဟောတိ၊ အယံ အပ္ပဂုဏဇ္ဈာနလာဘီတိ ဝေဒိ တဗ္ဗော။ (အဋ္ဌကထာဖွင့်)။ ပဌမ ပုဂ္ဂိုလ်သည် သမာပတ်ကို ရသူ သမာပတ်သို့ ရောက်သူ ဟုတ်မှန်ပါလျက်ပင်လျှင် မရ မရောက်ဟု အမှတ်အထင်ရှိ၏။ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဟုတ်မှန်နေသည်ကိုပင်လျှင် ကမ္မဋ္ဌာန်းမဟုတ်ဟု အမှတ်အထင်ရှိ၏။ ဤပဌမပုဂ္ဂိုလ်ကို “မကျေပွန် မနိုင်နင်းသေးသော ဈာန်ရ ပုဂ္ဂိုလ်”ဟူ၍ သိအပ်၏။ (မြန်မာပြန်)။ ဈာန်သမာပတ်အရာ၌ မကျေပွန် မနိုင်နင်းသေးသော ဈာန်ရပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိရပြီးသော ဈာန်သမာပတ်ကို ဝင်စားသော အခါ၌ သမာပတ်သို့ ရောက်သွားသည်ကိုပင် အိပ်ငိုက် သွားသည်ဟု ထင်မှားသည်ဟူလို၊ ဤအရာ၌ ဈာန်သို့ ပဌမဆုံး ရောက်ရာမှာ ထင်မှားသည်ကိုသာ ဆိုလိုသည် မဟုတ်၊ နောက်ထပ် ဝင်စားသော အခါများ၌ ထင်မှားသည်ကိုလဲ ဆိုလိုပေသည်။ အထူးသတိပြုပါ။

(၂) ဧကစ္စော ဈာယီ၊ အချို့ ဈာန်ဝင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဝိပတ္တိံ ယေဝ၊ မပြည့်စုံသည်-မကောင်းသည်သာလျှင်။ သမာနံ၊ ဖြစ်ပါလျက်။ သမ္ပတ္တိတိ၊ ပြည့်စုံသည် ကောင်းသည်ဟူ၍။ ပစ္စေတိ၊ ယုံကြည်ထင်မှတ် ဆုံးဖြတ်၏။ ဤဒိသောပိ၊ ဤသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း၊ အတ္ထိ၊ ရှိပေ၏။

ဒုတိယော သမာပတ္တိယာ အလာဘီယေဝ လာဘီ မှီတိ အကမ္မဋ္ဌာနေယေဝ ကမ္မဋ္ဌာနန္တိ သညီ ဟောတိ၊ အယံ နိဒ္ဒါဈာယီနာမ၊ နိဒ္ဒါယိတွာ ပဋိဗုဒ္ဓေါ ဧဝံမညတိ။ ဒုတိယပုဂ္ဂိုလ်သည် သမာပတ်ကို မရပဲ သာလျှင် ရသည်ဟု ထင်မှတ်၏။ ကမ္မဋ္ဌာန်း မဟုတ်သည်ပင်လျှင် ကမ္မဋ္ဌာန်းဟု ထင်မှတ်၏။ ဤဒုတိယ ပုဂ္ဂိုလ်သည် အိပ်ငိုက်သော ဈာန်ဝင် ပုဂ္ဂိုလ်မည်၏။ (ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်းစဉ်မှာ) အိပ်ပျော်သွား၍ တစ်ဖန်နိုးလတ်သော် ဤကဲ့သို့ ထင်မှတ်ပေသည်။ (အဋ္ဌကထာဖွင့်)။ နိဒ္ဒါယိတွာတိ ကမ္မဋ္ဌာနံ မနသိကရောန္တော နိဒ္ဒံ ဩက္ကမိတွာ ပဋိဗုဒ္ဓေါ သမာပတ္တိံ သမာပန္နော မှီတိအတ္ထော နိဒ္ဒါယိတွာ ဟူရာ၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်းစဉ် အိပ်ပျော်ခြင်းသို့ ရောက်ပြီးလျှင် တစ်ဖန်နိုးလတ်သော် သမာပတ်သို့ ရောက်သည်ဟု ထင်မှတ်၏။ ဤကားအနက်တည်း။ ။(မူလဋီကာဖွင့်)

(၃) ဧကစ္စော ဈာယီ၊ အချို့ဈာန်ဝင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ သမ္ပတ္တိံ ယေဝ၊ ကောင်းသည်သာလျှင်။ သမာနံ၊ ဖြစ်ပါလျက်။ သမ္ပတ္တိတိ၊ ကောင်းသည်ဟူ၍။ ပစ္စေတိ၊ ယုံကြည်ထင်မှတ် ဆုံးဖြတ်၏။ ဤဒိသောပိ၊ ဤသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း။ အတ္ထိ၊ ရှိပေ၏။

အဟုတ် ရောက်သည်ကိုပင် ရောက်သည်ဟု အမှန်အတိုင်း သိသော ပဂုဏ ဈာနလာဘီ ပုဂ္ဂိုလ်ပေတည်း။

(၄) ဧကစ္စော ဈာယီ၊ အချို့ဈာန်ဝင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဝိပတ္တိံ ယေဝ၊ မကောင်းသည် သာလျှင်။ သမာနံ၊ ဖြစ်ပါလျက်။ ဝိပတ္တိတိ၊ မကောင်းဟူ၍။ ပစ္စေတိ၊ ယုံကြည် ထင်မှတ် ဆုံးဖြတ်၏။ ဤဒိသောပိ၊ ဤသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း။ အတ္ထိ၊ ရှိပေ၏။

သမာပတ်သို့ မရောက်လျှင် မရောက်ဟု အမှန်အတိုင်း သိသော ပုဂ္ဂိုလ်ပေတည်း။

ထိနမိဒ္ဓ ပီတိ ပဿဒ္ဓိ ဥပေက္ခာတို့၏ အစွမ်းကြောင့် အမှတ်လွတ်ခြင်း လစ်ခြင်းသည် ဤပါဠိ၌ ပြအပ်သော ဒုတိယပုဂ္ဂိုလ်၏ လစ်ခြင်းမျိုးမျှသာ ဖြစ်၏။ တရားထူးကား မဟုတ်သေး။ သို့ဖြစ်၍ ထိုလစ်ခြင်းမျိုးမှ ထူးခြားစွာသော မဂ်လစ် ဖိုလ်လစ် အစစ်အမှန်ကိုကား-

- (၁) အစဉ် အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်သော ဝိပဿနာဉာဏ်တို့ဖြင့်၎င်း။
- (၂) ထူးခြားစွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော ပုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာဖြင့်၎င်း။
- (၃) ပစ္စဝေက္ခဏာနှင့်တကွ နောက်ပိုင်း ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြင့်၎င်း။
- (၄) အလွန်အကဲ အထူး ကြည်လင်စွာ ဖြစ်သော နောက်ပိုင်း စိတ်အစဉ်ဖြင့်၎င်း။
- (၅) အဖန်ဖန် ဝင်စား နိုင်ခြင်းဖြင့်၎င်း။
- (၆) မိဋ္ဌာန်သည့်အတိုင်း လျင်မြန်စွာ ရောက်ခြင်းဖြင့်၎င်း။
- (၇) မိဋ္ဌာန်သည့်အတိုင်း ကြာရှည်စွာ တည်တံ့ခြင်းဖြင့်၎င်း။
- (၈) ရပြီးကိုစွန့်၍ အားထုတ်သောအခါ၌ ထူးခြားစွာဖြစ်သော ဝိပဿနာဖြင့်၎င်း ဤ အခြင်းအရာ လက္ခဏာတို့ဖြင့် အဖန်ဖန် နှိုင်းချိန်ဝေဖန်၍ အမှန်အကန်ကျအောင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ကုန်ရာ၏ ။

မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် အစစ်အမှန်သို့ ဧကန်ရောက်လို၍ အားထုတ်ကုန်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာမြတ် တို့သည် ဤမှတ်တမ်း၌ ပြဆိုအပ်သည့်အတိုင်း မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် အစစ်အမှန်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ ထုတ်ချောက် အမှန်ရောက်အောင် ပို့ဆောင်ညွှန်ပြ ဆုံးမတော်မူနိုင်ပါစေ ကုန်သတည်း။

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့၏ မှတ်တမ်း

ပြီး၏။