

မှတ်တမ်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၂ ခုနှစ်၊ ကောဇာ
သက္ကရာဇ် ၁၃၇၀ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း (၆)ရက်။
ရန်ကုန်တိုင်း၊ ဗိုလ်တထောင်မြို့နယ်၊ အမှတ်(၂)
ရပ်ကွက်၊ ရာဇာဓိရာဇ်လမ်းသွယ်၊ ဓမ္မသိင်္ဂီဓမ္မာရုံ၌
ဆင်ယင်ကျင်းပ ပြုလုပ်အပ်သည့် ဓမ္မသဘင် အခမ်း
အနားဝယ် ဟောကြားအပ်သော “လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်”
တရားဒေသနာတော်။

လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော်ရဲ့ ပန်းတိုင်ဟာ
လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ကို ရရှိရေးဖြစ်တယ်။ “ဝိမုတ္တစိတ္တ”
လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့
သာသနာတော်မှာ အဆင့်အမြင့်ဆုံး ရဟန္တာလို့ ခေါ်ရ
မယ့် ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ။ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်မှ “ဝိမုတ္တစိတ္တ” လွတ်မြောက်
တဲ့စိတ်ရှိသူ။ အဲဒီတော့ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ် ရှိဖို့
အတွက် ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်
အားထုတ်နေကြရတယ်။ ဒီလိုမှတ်ပါ။

လူတိုင်း လူတိုင်းဟာ လွတ်လပ်မှုကို မြတ်နိုးကြ
တယ်။ လွတ်မြောက်တယ်တို့၊ လွတ်လပ်တယ်တို့
စကားလုံးဟာ နေရာတကာ အရပ်ထဲမှာလည်း အနှံ့
အပြား ပြောကြတယ်။ တစ်ချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပြောကြ

တယ်။ တို့ကတော့ လွတ်လွတ်လပ်လပ်ပဲ၊ သားသမီး သံယောဇဉ်လည်း မရှိဘူး၊ အလုပ်အကိုင်လည်း အေးအေးဆေးဆေးပဲ၊ ဘာမှ ပူစရာမရှိဘူး” လို့ သူက လွတ်မြောက်မှုကို ကြွေးကြော်တယ်။ အချုပ်အနှောင် ခံရလို့ လွတ်မြောက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း သူ လွတ်မြောက်လာတယ်လို့ ပြောတာပဲ။ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ လွတ်မြောက်မှုကို ရည်ညွှန်းပြီး တစ်ချို့ကလည်း ပြောကြတယ်။

“လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်” ဆိုတဲ့နေရာမှာ အလွန်ကို အဆင့်မြင့်တဲ့ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်မျိုး ဖြစ်ရမယ်။ အရပ်ကပြောတဲ့ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်နဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောလိုတဲ့ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ဟာ အဆင့်အတန်း ချင်း မြောက်များစွာ ကွာတယ်။ အရပ်က လွတ်မြောက် တယ်ဆိုတဲ့စိတ်၊ လွတ်လပ်တယ်ဆိုတဲ့စိတ်ဟာ ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာရဲ့ စံနှုန်းနဲ့ သတ်မှတ်ပြီးတော့ ကြည့်မယ်ဆိုရင် မလွတ်လပ်တဲ့စိတ်ကို ခေါ်နေတာ။ လွတ်လပ်တဲ့စိတ် မဟုတ်ဘူး။

ရှိတယ်ပေါ့။ သမာဓိဖြစ်ရင် စိတ်ရဲ့ ကိလေသာတွေ (သို့မဟုတ်) စိတ်ရဲ့အနှောင်အဖွဲ့တွေက လွတ်သွား တာမျိုးကို “စေတောဝိမုတ္တိ”။ “ဝိမုတ္တိ” ဆိုတာ လွတ်မြောက်တာ။ ဘာအနှောင်အဖွဲ့မှမရှိ၊ အနှောင့် အယှက် မရှိ၊ အညစ်အကြေး လုံးဝကင်းစင်တဲ့ လုံးဝ လွတ်မြောက်မှုရှိတဲ့ စိတ်မျိုးသာလျှင် “စေတောဝိမုတ္တိ” လို့ ဒီလိုပြောလို့ရတယ်။ နောက်ဆုံး အမြင့်ဆုံး ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် အရဟတ္တဖိုလ် စိတ်ကလေးဟာ “စေတောဝိမုတ္တိ” ပဲ။ လွတ်မြောက်တဲ့ စိတ်ကလေးပဲ။

ကျန်တဲ့စိတ်တွေဟာ လွတ်မြောက်မှုဆိုတာ တဒင်္ဂ အားဖြင့် လွတ်မြောက်ချင် လွတ်မြောက်နေမယ်။ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်လို့ အပြည့်အဝ မခေါ်နိုင်သေးဘူး လို့ ပြောရမယ်။ အဲဒီတော့ တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ်တို့အနေနဲ့ တို့တစ်တွေဟာ လွတ်မြောက်တဲ့ စိတ်နဲ့နီးပြီလား၊ တို့ရဲ့စိတ်ဟာ လွတ်မြောက်မှုရှိရဲ့လား၊ မရှိသေးဘူးဆိုလို့ရှိရင် တို့ ဘာတွေလုပ်ရမလဲဆိုတာ သိရမှာပေါ့နော်။ အဲသလိုသိမှ ကိုယ့်စိတ်ကလေးဟာ လွတ်မြောက်တယ်၊ မလွတ်မြောက်ဘူး သိတယ်။

လူတွေက ပြောကြတယ်မို့လား၊ တို့ကတော့ စိတ် လွတ် ကိုယ်လွတ် လွတ်လွတ်လပ်လပ်ပဲ” လို့ ပြောကြ တယ်။ တကယ်တော့ သူက အနှောင်အဖွဲ့တွေနဲ့ ချည်းပဲ။ လွတ်လပ်တာ မဟုတ်ဘူးနော်။ အဲဒီတော့ ကိုယ့်စိတ်ကလေးဟာ အနှောင်အဖွဲ့တွင်းမှာ ရှိသလား၊ အနှောင်အဖွဲ့တွေမှ လွတ်မြောက်နေသလားဆိုတာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ တရားဓမ္မတွေကိုနာပြီး တရားဓမ္မ စံနှုန်းနဲ့ ကိုက်ကြည့်မှ တကယ့်လွတ်လပ်မှု ဟုတ်မဟုတ် ဆိုတာ သိရှိနားလည်နိုင်တယ်။ အရပ်ပြော သူပြော ငါပြော ပြောနေတဲ့ လွတ်လပ်မှုတွေ၊ အရပ်ပြော သူပြော ငါပြော ပြောနေတဲ့ လွတ်မြောက်မှုတွေဆိုတာ အပေါ်ယံက လွတ်မြောက်မှုလေးတွေကြီးပဲတဲ့။ တကယ့် လွတ်မြောက်မှု မဟုတ်ပါဘူး။

အဲဒီ လွတ်မြောက်မှု၊ စိတ်ရဲ့ လွတ်မြောက်မှု သို့မဟုတ် လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ကို ပါဠိဘာသာမှာ “စေတောဝိမုတ္တိ”။ “စေတောဝိမုတ္တိ” ကို ဘာသာ အမျိုးမျိုးနဲ့ ပြန်ကြသော်လည်းပဲ စေတော ဆိုတာ စိတ်၊ စိတ်ဆိုတာ ဒီနေရာမှာ သမာဓိကို ရည်ညွှန်းတာလည်း

အများစုက ထင်နေကြတာ တစ်ယောက်တည်းနေရင် လွတ်လပ်တယ်လို့ ဒီလိုထင်တယ်။ တစ်ယောက်တည်း နေရင် အနှောင်အဖွဲ့တွေနဲ့နေတာ။ အနှောင်အဖွဲ့ တွေက နှောင့်ဖွဲ့မှန်းမသိအောင် သိမ်မွေ့လွန်းတယ်။

တစ်ချို့ကပြောတယ်၊ အေး- သားသမီးတွေ ကြီးကုန်ပြီ၊ သားသမီးသံယောဇဉ်လည်း မရှိတော့ဘူး။ ဟော-သံယောဇဉ်မရှိဘူးလို့ထင်နေတယ်။ သံယောဇဉ် ကြီးဆိုတာ (၁၀)မျိုးရှိတယ်။ အောက်ဆွဲတဲ့ကြိုးက ခြေထောက်မှာချည်ပြီး အောက်ဆွဲချတဲ့ သံယောဇဉ် ကြိုးက (၅)မျိုး။ လည်ပင်းကနေချည်ပြီး အထက် ဆွဲတင်တဲ့ သံယောဇဉ်ကြိုးက (၅)မျိုး။ အားလုံး သံယောဇဉ်ကြိုး (၁၀)မျိုး။ အဲဒီ သံယောဇဉ်ကြိုးတွေနဲ့ ချည်နှောင်ထားသေးသမျှ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ် ဘယ် တော့မှ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ခြေထောက်ကချည်ပြီး အောက် ဆွဲချတဲ့ ကြိုးမျိုး၊ ဒါ တင်စားပြီးတော့ ပြောတာပေါ့နော်။ တင်စားပြီးတော့ပြောတာ။ လူတစ်ယောက်ကို ကြည့် ကြည့်လိုက် ခြေထောက်မှာ ကြိုး(၅)ချောင်း၊ ခေါင်းမှာ ကြိုး(၅)ချောင်း။ ခြေထောက်ကကြိုးက အောက်ဆွဲ

တယ်။ လည်ပင်းမှာ ချည်ထားတဲ့ ကြိုး (၅)ချောင်းက အပေါ်ဆွဲတင်တယ်။ အောက်ကြိုး လွတ်သွားရင် အထက်ကြိုး ရှိသေးတယ်။

လွတ်မြောက်အောင် ကြိုးစားဖို့လိုတယ်။ အဲဒီ အောက်ကြိုးကို ဘာခေါ်သလဲဆိုရင် “ဩရမ္မာဂိယ သံယောဇန” တဲ့။ “ဩရမ္မာဂိယ” ဆိုတာ ကာမဘုံနယ် အတွင်းမှာ ချည်နှောင်ထားတတ်တဲ့ သံယောဇနကြိုး တဲ့။ အဲဒါက ဘာတုန်းဆိုရင် ကာမစ္ဆန္ဒ ကာမဂုဏ် ခံစားချင်တဲ့ အတွေးတွေ၊ စိတ်ဆန္ဒတွေ၊ လောဘတွေ။ ကာမဂုဏ် ခံစားတယ်ဆိုတာ ဘာပြောတာတုန်း၊ မျက်စိက လှတာလေးကြည့်ပြီး ပျော်ရွှင်မှုကို လိုလား တယ်။ နားက သာယာတဲ့အသံလေးကို နားထောင် ပြီးတော့ ပျော်ရွှင်မှုကို လိုလားနေတယ်။ နှာခေါင်းက မွှေးကြိုင်တဲ့ အနံ့လေးနဲ့ သာယာမှုကို လိုလားတယ်။ လျှာက အရသာရှိတာလေး စားပြီးတော့ သာယာမှုကို လိုလားတာ။ ခန္ဓာကိုယ်က ကောင်းတဲ့ အထိအတွေ့ လေး ထိတွေ့ပြီးတော့ သာယာမှုကို လိုလားနေတာ။ တစ်ခါမြင်ပြီးရင် နောက်ထပ်မြင်ချင်တယ်။ တစ်ခါ

တစ်ချို့ကထင်တယ်၊ သား သံယောဇန၊ သမီး သံယောဇနတွေ ဖြတ်လိုက်တယ်။ သားသမီးတွေ မခေါ်မပြော အဝေး ပို့ပစ်လိုက်တယ်ပေါ့။ ဒါ သံယောဇနကင်းတယ် ထင်နေတာ။ ဘယ်ဟုတ်မတုန်း နော်။ သားသမီးကို ဖြတ်ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဖြတ်ရမှာ ဘာတုန်း။ တွယ်တာမှု တဏှာကို ဖြတ်ရမှာ။ တလွဲ သွားဖြတ်ရင် ဒုက္ခရောက်လိမ့်မယ်။ ပစ္စည်းဥစ္စာ သံယောဇန ဖြတ်တယ်ဆိုတာ ပစ္စည်းတွေ အကုန် လှူပစ်ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ ပစ္စည်းဥစ္စာပေါ်မှာ တွယ်တာနေတဲ့ သံယောဇနကို ဖြတ်ခိုင်းတာ။ ပစ္စည်း က ရှိရမှာပေါ့။ လူ့ဘဝမှာ စားဝတ်နေရေး မပြည့်စုံလို့ ရှိရင် ဘယ်လိုလုပ်လို့ရမလဲ။ ဘဝတစ်ခု ရပ်တည်ဖို့ရာ အတွက် ပစ္စည်းဆိုတာ ရှိရမယ်။ သို့သော် အဲဒီ ပစ္စည်း ပေါ်မှာ တစ်တွယ်တာတာ ဖြစ်နေတဲ့ သံယောဇန၊ တဏှာအတွယ်အတာကိုသာ ဖြတ်ရမှာ။ ပစ္စည်းကို ဖြတ်ရမှာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ အဲဒီတော့ ကာမစ္ဆန္ဒ ဆိုတာ သံယောဇနကြိုးတစ်ချောင်းပဲ။ အဲဒီ ကြိုးတစ်ချောင်းနဲ့ ချည်နှောင်ခြင်း ခံထားရတဲ့ စိတ်ကလေးဟာ ဘယ်လို

ကြားပြီးရင် နောက်ထပ်ကြားချင်တယ်။ ဒီ မြင်ချင်၊ ကြားချင်၊ နှမ်းရှူချင်၊ လျက်ချင်၊ ထိတွေ့ချင်တယ်ဆိုတဲ့ ဒီဆန္ဒတွေကို ကာမစ္ဆန္ဒ လို့ခေါ်တယ်။

အဲဒီ ကာမစ္ဆန္ဒဟာ အောက်ကိုဆွဲချတာ ဖြစ်သော ကြောင့် ကာမဘုံမှာတင် ချည်နှောင်ထားတာ ဖြစ်သော ကြောင့် “ဩရမ္မာဂိယ” သံယောဇနကြိုးတစ်ချောင်း။ ဘုန်းကြီးတို့ တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ် တို့၊ ကိုယ့်မှာ အဲဒီကြိုး ရှိမရှိ ကြည့်ဖို့လိုတယ်။ အရပ် ထဲမှာ ပြောတာက သားသံယောဇန၊ သမီးသံယောဇန လို့ ပြောတယ်။ ဟုတ်တယ်မို့လား။ သားသံယောဇန၊ သမီး သံယောဇန၊ ပစ္စည်း သံယောဇန၊ တကယ့် သံယောဇနအစစ်က သားကလည်းသံယောဇန မဟုတ် ဘူး၊ သမီးကလည်း သံယောဇန မဟုတ်ဘူး၊ ပစ္စည်း ကလည်း သံယောဇန မဟုတ်ဘူး၊ တကယ့်သံယောဇန အစစ်က ဟောဒီ ကာမစ္ဆန္ဒ ဆိုတဲ့ sense pleasure, desire for sense pleasure ကာမအာရုံတွေနဲ့ ပျော်ပါး လိုတဲ့ စိတ်ဆန္ဒ လောဘလေးကသာ တကယ့် သံယောဇန ဖြစ်တယ်။

လုပ်ပြီး လွတ်မြောက်တဲ့စိတ် ဖြစ်နိုင်မလဲ။ မဖြစ်နိုင် ဘူးနော်။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆို “ဗျာပါဒ” သံယောဇန၊ “ဗျာပါဒ” ဆိုတာ ထစ်ခနဲရှိ စိတ်ထဲမှာ အလိုမကျဖြစ်တာ။ ပြင်းထန်လာလို့ရှိရင် လူတွေက ပြောတယ်။ စိတ်ဆိုးတယ်။ စိတ်တိုတယ်။ ကိုယ်မကြိုက် တဲ့ အာရုံနဲ့တွေ့ရင် စိတ်ထဲမှာ မကျေမနပ်ဖြစ်တယ်။ မဖြစ်ဘူးလား။ အဲဒါကလည်း “ဗျာပါဒ” သံယောဇန လို့ ခေါ်တယ်။ သူကလည်း သံယောဇနပဲ။ အမုန်း သံယောဇန။ ဒါကိုတော့ လူတွေက သိပ်ပြီးတော့ သံယောဇနလို့ မတွက်ကြဘူး။ “တဏှာ” ကိုတော့ သံယောဇနလို့ နားလည်ကြတယ်။ ဗျာပါဒဆိုတဲ့ ဒေါသ အမုန်းတရားကိုတော့ သံယောဇနလို့ မထင်ကြဘူး။ သို့သော် ဒါလဲပဲ သံယောဇနပဲ။

မုန်းတဲ့စိတ်ကလေး ရှိနေသေးသမျှ ထိုမုန်းစရာ အာရုံကို ခဏခဏ သတိရနေတယ်။ အဲဒါ ကြိုးလေးက ချည်ထားလို့ပဲ ဟုတ်တယ်မဟုတ်လား။ ချစ်တဲ့လူကို သတိရသလို၊ မုန်းတဲ့သူရော သတိမရဘူးလား။ အဲဒါ

“ဗျာပါဒ” သံယောဇဉ်လို့ခေါ်တယ်။ အမုန်းသံယောဇဉ် ကလည်းပဲ ရှိတာပဲ။ အဲဒီ သံယောဇဉ်ဆိုတဲ့ ဒီကြိုးနဲ့ နှောင်ဖွဲ့ထားတဲ့စိတ်ဟာ ဘယ်လိုမှ လွတ်မြောက်တဲ့ စိတ် ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ကို သဘောကျဖို့ရာအတွက် ဒီလိုကြည့်ရတယ်။ desire for sense pleasure ဆိုတဲ့ ကာမစ္ဆန္ဒ ကြိုးတစ်ချောင်း ဖြုတ်ပစ်လိုက်။ ကာမစ္ဆန္ဒ ပြုတ်သွားလို့ရှိရင် ဗျာပါဒ ဆိုတဲ့ အလိုမကျတာလည်း ပြုတ်သွားပြီ။ ဒီကြိုးတွေ ပြုတ်ဖို့ဆိုတာ မလွယ်ဘူး၊ သောတာပန်တောင် မပြုတ် သေးဘူး။ သကဒါဂါမ်လည်း မပြုတ်သေးဘူး။ ဒီကြိုး (၂)ချောင်းက အနာဂါမ်ကျမှ ပြုတ်တယ်။

သောတာပန် အနေနဲ့ ဖြုတ်နိုင်တဲ့ကြိုးက (၃)ချောင်း။ ဘာလဲဆိုရင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ တဲ့။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ဆိုတာ ခန္ဓာ ငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားကို အထင်မှားပြီးတော့ အသက်၊ ဇီဝ၊ အတ္တ၊ ထာဝရမြဲနေတဲ့အရာလို့ထင်တာ။ တစ်ဘဝ ကသေရင် တစ်ဘဝကူးသွားတာလို့ထင်တာ။ အဲဒီလို အတွေးမျိုးတွေနဲ့ ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ

ဝိညာဏ တို့ဆိုတဲ့ ခန္ဓာ (၅)ပါးထဲက တစ်ခုခုပေါ်မှာ အမြင်မှားနေတာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ။ သက္ကာယ ဆိုတာ တကယ်ထင်ရှားရှိနေတဲ့ ခန္ဓာ(၅)ပါး။ ဒိဋ္ဌိ ဆိုတာ အဲဒီ ခန္ဓာ(၅)ပါးအပေါ်မှာ မှားယွင်းတဲ့ အယူအဆတစ်ရပ်။ ခန္ဓာ(၅)ပါးနှင့် ပတ်သက်ပြီး မှားယွင်းတဲ့ အယူအဆ တစ်ရပ် ဖြစ်တာကို သက္ကာယဒိဋ္ဌိ တဲ့။ ဒါလဲ သံယောဇဉ် ပဲ။ စိတ်ကို ချည်နှောင်ထားတတ်တယ်။ မှားယွင်းတဲ့ အမြင်တစ်ခုဟာ စိတ်ကို ချည်နှောင်ထားတတ်တဲ့ သံယောဇဉ်။ အဲဒီနှောင်ကြိုး ရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ဆိုတာ မရှိနိုင်ဘူး။

ဝိစိကိစ္ဆာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သံသယဖြစ်တယ်။ ကိုယ်ကျင့်နေတဲ့ ကျင့်စဉ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး သံသယဖြစ်တယ်။ အမြင်မရှင်းဘူး။ ခုနလို အမြင်မှားနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ သံသယ ရှိနေမှာပဲ။ အမှန်မမြင်သေးသမျှ သံသယဆိုတာ လာနေမှာပဲ။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကင်းသွားမယ် ဆိုလို့ရှိရင် ဝိစိကိစ္ဆာ လည်း ကင်းသွားနိုင်တယ်။

နောက်တစ်ခုက သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ။ သီလ + ဝတ “ဝ”ကို “ဗ”ပြောင်းပြီး သီလဗ္ဗတပရာမာသ၊ သီလ ဆိုတာ အလေ့အထတစ်ခု၊ ဝတ ဆိုတာ လိုက်နာ ကျင့်သုံးနေတဲ့အချက်။ သီလ ဆိုတာ အပြုအမူ အလေ့ အထ။ လူတိုင်း လူတိုင်းမှာ အလေ့အထလေးတွေ ရှိတယ်။ တိရစ္ဆာန်တွေမှာလည်း အလေ့အထလေးတွေ ရှိတယ်။ ဆိုပါစို့ ခွေးလေးတစ်ကောင်ကို ကြည့်၊ ခွေးလေးရဲ့ အလေ့အထက ဘာတုန်း၊ အိပ်တော့မယ် ဆိုရင် ချာချာလှည့်ပြီးမှ ကွေးကွေးလေး အိပ်တတ် တယ်။ ဒါသူ့ရဲ့ အလေ့အထ။ အစာစားတဲ့ အခါမှာ လည်းပဲ ပါးစပ်နဲ့စားတယ်။ လက်နဲ့စားတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါသူ့ရဲ့ အလေ့အထ။ ဒီပြင် တိရစ္ဆာန်တွေလည်း ဒီလိုပဲ အလေ့အထလေးတွေ ရှိတယ်။ အဲဒါကို ဒီနေရာမှာ သီလလို့ ပြောတာ။ ဝတ ဆိုတာ တစ်စုံတစ်ခုကို ဆောက်တည်ထားတာ။ ဥပမာ ငါ သက်သတ်လွတ် စားမယ်။ တစ်စုံတစ်ခုကို လိုက်နာ ကျင့်သုံးဖို့ရာ စည်းကမ်းချက်ကလေး ထုတ်ထားတာ။ အဲဒါ ဝတ လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ သီလ ဝတ နဲ့ ပတ်သက်လာရင်

မှားမှားယွင်းယွင်း သုံးသပ်ဆင်ခြင်ပြီးတော့ လိုက်နာ ကျင့်ကြံနေတဲ့ မှားယွင်းတဲ့ အယူအဆတစ်ရပ်ကို သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ လို့ခေါ်တယ်။ မှားယွင်းတဲ့ မိစ္ဆာ ဒိဋ္ဌိတစ်မျိုးပဲ။

ဆိုပါစို့ သံသရာဝဋ်က လွတ်ဖို့ရန်အတွက် အကုသိုလ်တွေ နည်းနိုင်သမျှ နည်းသွားအောင် ဘာလုပ်ရမလဲ။ ခွေးလိုနေ၊ ခွေးလိုစား၊ ခွေးလိုကျင့်။ ခွေးအကျင့်ကို ဆောက်တည်ရင် ခွေးရဲ့ အလေ့အထ တွေက သီလ၊ ခွေးအလေ့အထတိုင်း လုပ်မယ်လို့ ဆောက်တည်တာက ဝတ။ အဲဒီ သီလ နဲ့ ဝတ ဆောက်တည်လို့ရှိရင် သံသရာဝဋ်က လွတ်တယ်။ ကိလေသာတွေ စင်ကြယ်နိုင်တယ်လို့ ယူဆတာက ပရာမာသ တဲ့။

ဘုရားလက်ထက်က ဒီလို ခွေးအကျင့် ကျင့်တာ တို့၊ နွားအကျင့် ကျင့်တာတို့၊ ဥဒေါင်းလို ကျင့်တာတို့၊ မျောက်လို ကျင့်တာတို့ စုံနေတာပဲ။ တိရစ္ဆာန်တွေရဲ့ အကျင့်ကို လိုက်ကျင့်တာ။ ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ ကောင်းတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီအကျင့်တွေနဲ့

ပတ်သက်လာရင် “သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ” သူ့ရဲ့ ရည်မှန်းချက် မရဘူးတဲ့။ ခွေးလိုကျင့်ရင်ဘာဖြစ်တုန်း?။ တစ်ခါတုန်းက ကုက္ကရဝတိက သုတ်မှာ ခွေးလိုကျင့်ရင် ခွေးဖြစ်ဖို့ပဲရှိတယ်တဲ့။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် တစ်ချိန် လုံး ခွေးစိတ်မွေးပြီး ခွေးလိုနေလို့တဲ့။ ခွေးဘဝနဲ့ မနီး ပေဘူးလား။ နွားလိုကျင့်ရင် နွားဖြစ်ဖို့ပဲရှိတယ်။ ဘာဖြစ် လို့တုန်းဆိုရင် နွားစိတ်မွေးနေတာကိုး၊ လူစိတ်မွေးမှ လူဖြစ်တော့မပေါ့။ နွားစိတ်မွေးရင် နွားပဲဖြစ်မှာပေါ့။ ဟုတ်တယ်မို့လား။ အဲဒီ အကျင့်မှားတွေကို “သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ” လို့ခေါ်တယ်။

သို့သော် အင်္ဂလိပ်လို ဘာသာပြန်တဲ့အခါမှာ “သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ” ကို ပေါ့ပေါ့လေး ပြန်ထား တယ်။ Right and Ritual တဲ့။ ဒီဘာသာပြန်ကတော့ မမှန်ဘူး။ Right and Ritual ဆိုတာ အခမ်းအနားတွေ၊ ပွဲလမ်းသဘင်တွေ၊ ဘာသာရေးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အခမ်း အနားတွေ။ “သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ” ဆိုတာ ခွေး အကျင့်၊ နွားအကျင့် ကျင့်ရင် သံသရာဝဋ်က လွတ်နိုင် တယ်လို့ မှားယွင်းစွာ သုံးသပ်မှု။ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။ ဒီ

အကျင့်တွေနဲ့ သံသရာဝဋ်က လွတ်ပြီးတော့ ကိလေသာ အာသဝေါတွေ စင်ကြယ်နိုင်တယ်လို့ မှားယွင်းစွာ သုံးသပ်မှုကိုပဲ “သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ” လို့ခေါ်တယ်။

ခန္ဓာ(၅)ပါးနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မြတယ်။ ခန္ဓာ (၅)ပါးကို အတ္တလို့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိက မှားတယ်။ သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ က အကျင့်နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ မှားတယ်။ အမြင်မှား နှစ်ခု။ ထိုအမြင်မှား နှစ်ခုကို လက်ကိုင်ကျင့်သုံးနေသည့်အတွက်ကြောင့် သံသဖြစ်မှု ဝိစိကိစ္ဆာ။ အဲဒီ သံယောဇဉ်(၃)ပါးကို သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်က ဖြတ်လိုက်နိုင်ပြီ။ သောတာပန်ဖြစ်သွားရင် အဲဒီသံယောဇဉ် မရှိတော့ဘူး။

ခန္ဓာ(၅)ပါးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မှားယွင်းတာ မရှိဘူး။ အကျင့်နှင့် ပတ်သက်လာလို့ရှိရင်လည်း မှားယွင်းတာ မရှိဘူး။ ခွေးလိုကျင့်၊ နွားလိုကျင့်တဲ့ အကျင့်နဲ့ သံသရာက မစင်ကြယ်နိုင်ဘူး။ သံသရာက မလွတ် မြောက်နိုင်ဘူး။ ဖြူစင်တဲ့စိတ်ဓာတ် မရနိုင်ဘူးလို့ သိတယ်။ အမှန်မြင်တယ်။ အမှန်မြင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ဒီကနေ ကျင့်နေကြတဲ့ သီလ ကျင့်စဉ်၊ သမာဓိ ကျင့်စဉ်၊

ပညာ ကျင့်စဉ်၊ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဘာမျှ သံသယ မရှိတော့တာ။ ဟော သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သွားလို့ရှိရင် သံယောဇဉ်ကြိုး(၅)ချောင်းထဲက အောက်ခြေထောက်မှာချည်ထားတဲ့ (၃)ချောင်း ပြုတ် သွားပြီ။ အနာဂါမ်ဖြစ်လို့ရှိရင် နောက်ထပ်(၂)ချောင်း ထပ်ပြုတ်တယ်။ ကြိုး(၅)ချောင်း ပြုတ်သွားပြီ။ အဲဒါ ဆိုလို့ရှိရင် အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်တောင်မှ လွတ်မြောက်တဲ့ စိတ်ဆိုတာ မရသေးဘူး။ အထက်မှာ ချည်ထားတဲ့ “ဥဒ္ဓမ္မာဂီရ” သံယောဇဉ်(၅)ကြိုး ကျန်နေသေးတယ်။

အဲဒီ “ဥဒ္ဓမ္မာဂီရ” သံယောဇဉ်ဆိုတာ အထက် ကနေ ချည်နှောင်ထားတဲ့ကြိုး။ ဘာကြိုးတွေတုန်း ကြည့်ရင် “ရူပရာဂ” ဗြဟ္မာဘုံ သို့မဟုတ် ရူပဈာန် ပေါ်မှာ တပ်မက်နေတယ်။ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေ ကိုတော့ စွန့်လွှတ်နိုင်တယ်။ ထို ကာမဂုဏ်အာရုံတွေကို စွန့်လွှတ်လို့ရလာတဲ့ ချမ်းသာလေးကိုတော့ တပ်မက် တယ်။ ဒါကို ဈာန်ချမ်းသာလို့ခေါ်တယ်။ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေကို စွန့်လွှတ်လိုက်လို့ ရလာတဲ့ အကျိုး အမြတ်ဖြစ်တဲ့ ဈာန်ချမ်းသာကို ရူပဈာန်ချမ်းသာ။

ထိုရူပဈာန်ကြောင့် ရောက်လာမယ့် ရူပဘဝ အဲဒါတွေ ပေါ်မှာ တွယ်တာမှုလေးက မပြတ်သေးဘူးတဲ့။ ကာမစ္ဆန္ဒ ဆိုတဲ့ ကာမဂုဏ်ပေါ်မှာ တွယ်တာတာတော့ ပြတ်သွားပြီ။ ကာမကို ဖယ်ရှားလိုက်လို့ ရလာတဲ့ ဈာန် ချမ်းသာနဲ့ ထိုဈာန်ချမ်းသာကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့ ဘုံဘဝကို တွယ်တာနေတုန်းပဲ။ အဲဒါကို ရူပရာဂ လို့ ခေါ်တယ်။ ဒီ နေရာမှာ ရူပ ဆိုတာ ရူပဈာန်ကိုပြောတာ။

“အရူပရာဂ”။ အရူပရာဂ ဆိုတာ အဲဒီလို ရုပ် အထည်အကိုယ် မရှိဘူး။ နာမ်တရားသက်သက်နဲ့ ဖြစ်တဲ့ အရူပ(၄)ဘုံ၊ အရူပဈာန်ပေါ်မှာ တွယ်တာနေတဲ့ တဏှာလောဘ၊ ထိုအရူပဈာန်ကြောင့် ရလာနိုင်တဲ့ အရူပဘဝက သက်တမ်းရှည်တယ်၊ ချမ်းသာတယ်။ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမရှိဘဲ စိတ်ကလေးသာ ရှိတဲ့အတွက် သိပ်လွတ်လပ်တယ်။ ချမ်းသာတယ်။ ဟုတ်တာပေါ့။ ခေါင်းကိုက်တာတို့၊ ခါးနာတာတို့ဆိုတာ ရုပ်ရှိမှ ဖြစ်တာ မို့လား။ စိတ်ကလေးချည်းဆို ဖြစ်စရာအကြောင်းမှ

မရှိတာကိုးနော်။

ရုပ်ရှိသည့်အတွက် ပြဿနာတွေက အများကြီး ကိုး။ အဲတော့ စိတ်ချည်းဖြစ်တဲ့ဘုံ၊ အရူပဘုံကို တွယ်တာမူဆိုတဲ့ သံယောဇဉ်တွေက သွားတွယ်နေပြန် ရော။ တဏှာရဲ့ နယ်ပယ်က ဘယ်လောက် ကျယ်သလဲ ဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်။ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေကို လွှတ်လိုက်ပြန်လို့ရှိရင်လည်း ဈာန်ပေါ် သွားတွယ် တယ်။ အဲဒါကို အထက်ကြိုးလို့ ခေါ်တယ်။ ရူပရာဂ အရူပရာဂ၊ ဒါ လောဘရဲ့ နာမည်တွေချည်းပဲ။ အကုန် လုံး ရူပရာဂ အရူပရာဂ ဆိုတာ လောဘရဲ့ နာမည်။ ရူပရာဂ အရူပရာဂ ဆိုတာ ကြိုး(၂)ချောင်း ထပ်တွယ် လာတယ်။

“မာန” ကိုယ့်ရဲ့ အရည်အသွေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အထင်ရှိနေတာ။ အထင်ရောက်နေတာ။ ကိုယ့်ရဲ့ အရည်အသွေးပေါ်မှာ အားကိုးယုံကြည်မှု၊ ထင်မြင် ယူဆမှု၊ ငါဆိုတဲ့ အတွေးနဲ့တွေးနေတာ။ ငါလုပ်နိုင် တယ်ဆိုတဲ့ အတွေးတွေနဲ့ တွေးနေတဲ့ မာန။ conceit လို့ခေါ်တယ်။ ဒီ မာန လည်း အန္တရာယ် အလွန်များ

သံယောဇဉ်ပဲ၊ ချည်ထားတာ။

အဝိဇ္ဇာ အမှန်မသိဘူး၊ အမှားတွေကို သိနေတာ ကိုပဲ သူ့ကိုယ်သူ အမှန်သိနေတယ်လို့ ထင်နေတယ်။ ဟောဒီ အဝိဇ္ဇာ ဆိုတဲ့ကြိုးက အလွန်သိမ်မွေ့ပြီး အလွန် ပြင်းထန်တဲ့ ကြိုးတစ်ချောင်းပဲ။ အမှားသိမှုဟာ ဖျောက်ဖျက်ပစ်လို့ မရနိုင်တဲ့ဟာမို့ သံယောဇဉ်ပဲ။

ပေါင်းလိုက်တော့ အထက်က ချည်နှောင်တဲ့ သံယောဇဉ်ကြိုးက (၅)မျိုး ရူပရာဂ အရူပရာဂ မာန ဥဒ္ဓစ္စ အဝိဇ္ဇာ အဲဒီ သံယောဇဉ်ကြိုးတွေ လုံးဝ ကင်းသွား ပြီ၊ သံယောဇဉ်ကြိုး (၁၀)မျိုးစလုံး ကင်းသွားပြီ ဆိုတဲ့ အခါမှ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ဆိုတာ ဖြစ်နိုင်တာ။

အနာဂါမ်ဖြစ်ရင်တောင်မှပဲ မလွတ်လပ်သေးဘူး။ သံယောဇဉ်ကြိုး(၅)မျိုး ကျန်နေသေးတယ်။ ရဟန္တာ ဖြစ်ပြီဆိုတော့မှ လုံးဝလွတ်လပ်သွားတာ။ ဒါကြောင့်မို့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာလျှင် ဝိမုတ္တစိတ္တ လွတ်မြောက်တဲ့ စိတ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ခေါ်ရမယ်။

ကဲ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ လွတ်မြောက်ချင်တယ်၊ လွတ်မြောက်တဲ့ စိတ်ကလေးကို ရချင်တယ်ဆိုတာ

တယ်။ ဒီ အတွေးတွေ ဝင်နေရင်လည်း တရားထူး၊ တရားမြတ် မရနိုင်ဘူး။ ရှင်အနုရုဒ္ဓါလိုပေါ့။ ရှင်အနုရုဒ္ဓါ က “ငါ စကြဝဠာ (၁၀၀၀)ကို ဒိဗ္ဗစက္ခုနဲ့ ကြည့်နိုင် တယ်” ဒိဗ္ဗစက္ခုနဲ့ စကြဝဠာ (၁၀၀၀)ကို တစ်ခါတည်းနဲ့ ထိုင်ကြည့်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ဒီအတွေးလေး ဝင်နေတဲ့ အတွက်ကြောင့် ရဟန္တာ မဖြစ်ဘူး။ မာနလေး ခံနေ တယ်။ အဲဒီ မာနဟာ အထက်ကြိုးတဲ့။

နောက်တစ်ခု “ဥဒ္ဓစ္စ” သမာဓိရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်။ စိတ်က မငြိမ်းချမ်းဘူး၊ စိတ်တွေ မငြိမ်သက်ဘူး၊ ကယောင်ချောက်ချား ဖြစ်နေတဲ့ (သို့မဟုတ်) သမာဓိ မရတဲ့စိတ်၊ စိတ်လေလွင့်နေတာမျိုးဟာ ဥဒ္ဓစ္စ။ အဲဒီ ဥဒ္ဓစ္စ ကလည်းပဲ သံယောဇဉ်တစ်မျိုးပဲ။ သူကလဲ စိတ်ကို ချည်နှောင်ထားတတ်တယ်။ မာနက စိတ်ကို ချည်နှောင် သလို ဥဒ္ဓစ္စ ဆိုတဲ့ မငြိမ်းချမ်းမှုကလည်း စိတ်ကို ချည်နှောင်တယ်။ ကြည့်လေ မငြိမ်းချမ်းတဲ့စိတ်ဆိုတာ ခဏခဏ ပေါ်လာတတ်တယ်။ စိတ်ပူတတ်တဲ့သူမှာ ခဏခဏ မပေါ်ဘူးလား။ စိတ်ကလေး အေးအေး ထားစမ်းပါလို့ ပြောလိုက်မရဘူး၊ ရှာကြံပူတာ။ ဒါ

ဘယ်လိုလုပ်ကြမလဲ။ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ဟာ ဗုဒ္ဓ ဘာသာ ကျင့်စဉ်ရဲ့ ပန်းတိုင်ဆိုတာ အားလုံးသိကြပြီ။ တို့တစ်တွေ ဘာလုပ်နေတာတုန်းလို့မေးရင် စိတ်ဓာတ် ကလေး လွတ်မြောက်ဖို့၊ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ရဖို့ လုပ်နေကြတာ။ ဒါဖြင့် လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ဆိုတာ ရအောင်လုပ်နည်း ရှိသလား၊ ရှိတယ်။ လွတ်မြောက်တဲ့ စိတ် ရဖို့။ ဒီကနေ့လုပ်၊ ဒီကနေ့ ဖြစ်သွားတာ မဟုတ် ဘူး၊ ဒီကနေ့ ရင့်ကျက်သွားတာမဟုတ်ဘူး။ တဖြည်း ဖြည်းနဲ့ ရင့်ကျက်လာတာ။ သစ်သီးများလိုပဲ၊ သစ်သီး များဟာ အနုလေးကနေပြီးတော့ တဖြည်းဖြည်း ရင့်လာရတယ်။ အဲဒီလိုပဲ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ဟာ လည်း အနုစားလေးကနေ တဖြည်းဖြည်း ရင့်လာ တယ်။ တဖြည်းဖြည်း ရင့်လာအောင် ဘာလုပ်မလဲ၊ ဘာတွေအရေးကြီးသလဲ။ အကျိုးတရားကို လိုလားလို့ ရှိရင် အကြောင်းတရားကို တည်ဆောက်ရမယ်ဆိုတာ ဒါ ဗုဒ္ဓရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်ပဲ၊ လမ်းညွှန်ချက်က အကျိုး လိုချင်ရင် အကြောင်းကို တည်ဆောက်ရမယ်။ ဟုတ်ကဲ့

လား။ အကျိုးလိုချင်ရင် အကျိုးကို တိုက်ရိုက်ယူလို့ မရဘူး။ အကြောင်းကို လုပ်ရမယ်။ အကြောင်းတရား ကို ဖန်တီးပေးမှ အကျိုးတရားရမှာ။

ဒါကြောင့် စေတောဝိမုတ္တိ လို့ခေါ်တဲ့ လွတ်မြောက် တဲ့ စိတ်ကလေး ရဖို့ရာအတွက် မရင့်ကျက်သေးတဲ့ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ကလေးကို ရင့်ကျက်လာအောင် ဘယ်အကြောင်းတရားတွေက ဖြစ်စေနိုင်တာတုန်းလို့ ဆိုတာကို မြတ်စွာဘုရားက မေယိယ သုတ္တန် မှာ ဟောထားတာရှိတယ်။

မေယိယသုတ္တန် ဖြစ်ပေါ်လာပုံ ဇာတ်လမ်းလေး နည်းနည်းပြောရမယ်။ မြတ်စွာဘုရား တစ်ခါတုန်းက စာလိယ လို့ခေါ်တဲ့မြို့နားက စာလိကာ ဆိုတဲ့ တောင် ပေါ်မှာ သီတင်းသုံးနေထိုင်တယ်။ တောရကျောင်းမှာ နေတယ်ပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားကို အနီးကပ်ပြုစုနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ရှင်မေယိယ လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီတုန်းက ရှင်အာနန္ဒာ မဟုတ်သေးဘူး။ ရှင်မေယိယ က မြတ်စွာ ဘုရားကို အနီးကပ်ပြုစုတယ်။ စာလိကာတောင်ကနေ ဆင်းပြီး နေ့စဉ်ဆွမ်းခံကြတဲ့ ဇန္တု ဆိုတဲ့ရွာလေးရှိတယ်။

ဘုရားလက်ထက်က ရဟန်းတော်တွေရဲ့ နေပုံနေနည်း ပေါ့။ ဆွမ်းခံသွားတယ်။ တစ်ထပ်ပဲ ဘုန်းပေးကြတယ်။ ဆိုပါစို့ အခုခေတ်နာရီနဲ့ ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် (၇)နာရီ (၈)နာရီလောက် ကျောင်းကနေ ထွက်လာပြီးတော့ (၈)နာရီ (၉)နာရီ (၁၀)နာရီလောက် ဆွမ်းခံပြီး ဆွမ်းပါ ဘုန်းပေးပြီးတဲ့အခါ သပိတ်ကလေးဆေး၊ ပြန်လွယ်ပြီး သင့်တော်တဲ့နေရာကို ကြွသွားကြတယ်။ တိတ်ဆိတ် ငြိမ်သက်မယ့်နေရာကို ကြွသွားတယ်။

အဲဒီ ဇန္တု ရွာ ကမ်းခြေမှာ ကိမိကိလာ ဆိုတဲ့ မြစ်ရှိတယ်။ ကိမိကိလာ မြစ်ဘေးမှာ လူတွေ စိုက်ပျိုး ထားကြတဲ့ သရက်ဥယျာဉ်တစ်ခုရှိတယ်။ စိမ်းလို့ စိုလို့ အရိပ်အာဝါသ အလွန်ကောင်း၊ နေ့ခင်းမှာဆိုရင် ဘယ်သူမှမရှိဘူး။ အေးအေးဆေးဆေးပဲ။ ရှင်မေယိယ ကလည်း အဲဒီနေ့မှာ ကိမိကိလာမြစ်ကမ်းခြေ လျှောက် လှမ်းရင်း အဲဒီသရက်ဥယျာဉ်ဘက် ရောက်သွားတယ်။ သရက်ဥယျာဉ်ထဲ ဝင်လိုက်တာနဲ့ သူ့စိတ်လေးက ကြည်နူးသွားတယ်။ ‘ဟာ ဒီနေရာဖြင့် တရားအားထုတ်

ကုလားနာမည်ပေါ်နေမှာ။ တစ်နေ့ကျတော့ ရှင်မေယိယ ဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ပြုပြီးတော့ စာလိကာ တောင်ပေါ်ကနေ ဆင်းပြီးတော့ ဇန္တု ဆိုတဲ့ ရွာလေးကို ဆွမ်းခံကြတယ်။ တစ်အိမ်တစ်ဇွန်း ဒကာ၊ ဒကာမများ လောင်းလျှာတဲ့ဆွမ်းတွေနဲ့ သပိတ်လေးကို ပိုက်ပြီး လမ်းဘေးမှာ ကုသိုလ်ရှင်တွေက ဇရပ်ကလေး တွေ ဆောက်ထားကြတယ်။ အဲဒီမှာ ထိုင်ပြီးတော့ ဆွမ်းဘုန်းပေးတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို အဝေးကြီး ဆိုတော့ ကျောင်းကိုပြန်ပြီး မသယ်နိုင်ဘူး။

ရှေးတုန်းက ကျောင်းမှာ ဆွမ်းစားကြတာ နည်း တယ်။ မြို့ထဲ ရွာထဲ ဆွမ်းခံ၊ ဆွမ်းခံပြီးလို့ရှိရင် မြို့ထဲ ရွာထဲမှာ ဇရပ်ကလေးတွေ ဆောက်ထားတာရှိတယ်။ အဲဒီ ဇရပ်ပေါ် တက်ပြီးတော့ ရေလေး ဘာလေး လွယ်လွယ်ကူကူရမယ့် နေရာမှာ ဆွမ်းစားကြတယ်။ အဲဒီလို ဆွမ်းစားပြီးတော့ ဘယ်သွားတုန်းဆိုရင် အဲဒီ မြို့ရွာအနီးအနားမှာ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်တဲ့ တောအုပ် လေးတွေ၊ တောတန်းလေးတွေ၊ ဥယျာဉ်ကလေးတွေ လူသူမရွတ်ထွေးတဲ့ နေရာတွေကို သွားကြတယ်။ ဒါ

ရရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲ။ မြတ်စွာဘုရားက ခွင့်ပြုမယ် ဆိုရင် ငါ ဒီနေရာပြန်လာပြီး တရားအားထုတ်မယ်’ အဲဒီလို စိတ်ကူးမိတာနဲ့ ကျောင်းပြန်သွားတယ်။

စာလိကာတောင် ကျောင်းရောက်တော့ ဘုရားဆီ ဝင်ပြီး “အရှင်ဘုရားတဲ့၊ တပည့်တော် ဆွမ်းခံ ဆွမ်းစား ပြီး အပြန်မှာ ကိမိကိလာ မြစ်ကမ်းခြေက သရက် ဥယျာဉ်ကြီးတစ်ခု တွေ့တယ်ဘုရား၊ သိပ်သာယာတာပဲ၊ တိတ်ဆိတ်တယ်၊ ငြိမ်သက်တယ်။ အဲဒီမှာ တပည့်တော် တရားအားထုတ်ချင်တဲ့စိတ်တွေ ပေါက်တယ်၊ အဲဒီမှာ သွားပြီးတော့ တပည့်တော် တရားအားထုတ်ချင်တယ် ဘုရား”တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက ဘယ်သူက ဘာလုပ်ချင် တယ် ဆိုလို့ရှိရင် အကြောင်းအကျိုးတွေ အမြဲတမ်း ဆင်ခြင်ကြည့်လေ့ရှိတယ်။ ရှင်မေယိယ စိတ်ကူးယဉ် တာ သာမန်မဟုတ်ဘူး။ လျှို့ဝှက်ချက်လေးရှိတယ်။ လောကမှာ လူတိုင်းလူတိုင်း လျှို့ဝှက်ချက်လေးတွေ ရှိနေတယ်။ ကိုယ်မေ့နေတဲ့ ဇာတ်လမ်းလေးတွေ ရှိတတ်ကြတယ်။ ဒါ ဒီဘဝက ဇာတ်လမ်း မဟုတ်ဘူး၊ အတိတ်ကဇာတ်လမ်း၊ ကြုံဖူးကြပါလိမ့်မယ်။ ဘုန်းကြီး

တို့လည်း သတိထားမိတဲ့အခါ တချို့နေရာက ရောက်သွားရင် စိတ်ထဲမှာပျော်သွားတဲ့နေရာရှိသလို မပျော်တဲ့နေရာလဲရှိတတ်တယ်။ စိတ်ရဲ့ခံစားချက်နော်၊ ထူးဆန်းတယ်၊ သိလို့မဟုတ်ဘူး။

မေယိယ ရဟန်းတော်ကလည်း အဲဒီဥယျာဉ်ထဲ ဝင်လိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် သူ့စိတ်ထဲမှာ သိပ်ကြည်နူးသွားတာ။ မြတ်စွာဘုရားက သူ့ရဲ့ အတိတ်ဇာတ်လမ်းကို ပြန်ကြည့်လိုက်တော့ ဒီရှင်မေယိယဟာ တစ်ခုသောဘဝမှာ ဘုရင်ဖြစ်ပြီးတော့ အဲဒီ ဥယျာဉ်ထဲမှာ နေခဲ့ဖူးတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်နူးတာ။ ဒါတွေကိုတော့ သူမေ့နေပြီ၊ သူမသိဘူး။ အတိတ်ရဲ့ ပုံရိပ်တွေက သူ့စိတ်ထဲမှာ ပေါ်လာပေမယ့်လို့ သူ မမှတ်မိတော့ဘူး။

မြတ်စွာဘုရားက ဒါတွေကိုသိတော့ မသွားစေချင်ဘူး။ သွားရင် သူ တရားရမှာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီနေရာ သူနဲ့မတော်ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ အတိတ်တုန်းက အဲဒီမှာ ဘုရင်အနေနဲ့ စိုးစံခဲ့တဲ့နေရာဆိုတော့ အဲဒီဥယျာဉ်ထဲ ဝင်လိုက်လို့ရှိရင် ရဟန်းစိတ်ပျောက်ပြီး

ဘူး။ စိတ်တိုင်းကျ သွားတာပေါ့” လို့ ခွင့်ပေးလိုက်တယ်။ ခွင့်လည်းပေးလိုက်ရော အဲဒီ သရက်ဥယျာဉ်ဘက်ကို ခြေဦးလှည့်ပြီး သွားတော့တာပဲ။ ဟိုလဲရောက်ရော သူ ဘုရင်ဘဝက ထိုင်ခဲ့တဲ့ သရက်ပင်ကြီးအောက်မှာ သွားထိုင်တယ်။ သူသိလို့မဟုတ်ဘူး။ အတိတ်က ပုံရိပ်တွေက ပေါ်နေတယ်။

အဲဒီ ရှင်မေယိယ တရားအားထုတ်မလို့သွားပြီး သစ်ပင်ရင်းလည်း ထိုင်လိုက်ရော စိတ်ထဲ ဘာတွေ ပေါ်လာတုန်းဆို သူထိုင်နေတဲ့အချိန် သူ့ကိုယ်သူ နားကင်းကြီးနဲ့ ဘုရင်ကြီးဖြစ်လာတယ်။ စိတ်တွေ စိတ်တွေနော်၊ စိတ်ကူးစိတ်သန်းတွေက သူ့ကိုယ်သူ ဘုရင်စိတ် ဝင်လာတယ်။ အလွန်ဆန်းကြယ်တယ်။ ဒါတွေက Unknow Cause မသိနိုင်တဲ့ အကြောင်းတရားတွေ။ ဒါမျိုးက လူတိုင်းမှာ ရှိတတ်တယ်။ အဲဒီအတိတ်ရဲ့ ပုံရိပ်တွေ ပေါ်လာတော့ သူ့ကိုယ်သူ ဘုရင်စိတ်ဝင်လာ၊ ဝင်လာသည့်အတွက်ကြောင့် ဘေးကနေ မောင်းမမိသံ၊ မိဖုရားတွေ အခြံအရံတွေနဲ့ အိုကာမဝိတက် တွေ ပေါ်လာတယ်။ မင်းစည်းစိမ် ခံစား

မင်းစိတ်ပေါက်မှာ သေချာတယ်။ ဒါမျိုးကလည်း ရှိသေးတာနော်။ အဲဒါကြောင့်မို့ ဘုရားက ခွင့်မပြုချင်ဘူး။ ခွင့်မပြုတာကို မြတ်စွာဘုရားက ဒီဇာတ်လမ်းနဲ့ ပြောပြနေရင် သူ ယုံချင်မှယုံမှာ။ “မေယိယရယ်၊ ငါတစ်ပါးတည်း ရှိသေးတယ်၊ နေပါဦး၊ နောက်တစ်ပါးရောက်လာရင် သွားတာပေါ့” အချိန်လွှဲပေးလိုက်တယ်။ သူက ဘာပြန်ပြောတုန်းဆို “အရှင်ဘုရားတဲ့၊ အရှင်ဘုရားက ဘာမှလုပ်စရာမရှိဘူးတဲ့၊ တရားထူး တရားမြတ်တွေ အကုန်ရပြီး အရှင်ဘုရားမှာ လုပ်စရာ ကျင့်စရာ ဘာမှမရှိဘူး၊ တပည့်တော်မှာ လုပ်စရာတွေ ရှိသေးတယ်၊ ပုထုဇဉ်ဘဝပဲ ရှိသေးတယ်။ တပည့်တော်တရားအားထုတ်ချင်ပါတယ်” တဲ့။

မြတ်စွာဘုရားက ထပ်ပြီး အမိန့်ရှိတယ်။ “နေပါဦး မေယိယ၊ ငါတစ်ပါးတည်းဖြစ်နေတယ်၊ နောက်တစ်ပါးလာတော့မှ သွားတာပေါ့” မရဘူး၊ သူက ဒါပဲ ထပ်ပြောတယ်။ သုံးကြိမ်တိုင်အောင် ပြောလို့မရတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဘာအမိန့်ရှိတုန်း။ “အေး၊ တရားအားထုတ်မယ်လို့ပြောတာ တို့က ကန့်ကွက်စရာ မရှိပါ

ရတဲ့စိတ်တွေ၊ အတွေးတွေ ဝင်လာတယ်။

ဘုရင် ဆိုတာမျိုးက ပျော်စရာချည်းမှ မဟုတ်ဘဲ၊ ရန်သူတွေ အလွန်များတာပဲလေ၊ အဲဒီလို သရက်ဥယျာဉ်ထဲမှာ နေတဲ့အချိန်မှာပဲ “ဟာ၊ ဒီလူဟာ တိုင်းပြည်ကို ပုန်ကန်တဲ့လူ” ဆိုပြီး ဖမ်းခေါ်လာ၊ ဖမ်းခေါ်လာတဲ့ အခါကျတော့ အမိန့်ချရသေးတယ်။ “ဒီကောင်ဖမ်း၊ ဒီကောင်ထောင်ချ၊ ဒီကောင်သတ်” ဆိုပြီး ပြောရသေးတယ်။ အဲဒီအတွေးတွေ တစ်ခါ ဝင်လာပြန်ရော။ ဟုတ်ကဲ့လား၊ အုပ်ချုပ်တယ်ဆိုတာ ဒီလိုပဲ ဖမ်းဆီးချုပ်နှောင်၊ နှောင်ဖွဲ့သတ်ဖြတ်ဆိုတဲ့ ဒေါသအတွေးတွေ ဝင်လာတယ်။ ဒါက ဗျာပါဒဝိတက် လို့ခေါ်တယ်။ စိတ်တွေ တိုလာတယ်။ “ဒီကောင် ဒီလောက်ဆိုးသလား၊ လုပ် ဒီကောင်ကို ဇက်ဖြတ်သတ်”။ ဟော အတွေးတွေ ဝင်လာတယ်။ “အေး၊ ဒီကောင်တွေက တော်လှန်မယ့် အကောင်တွေပဲ၊ စောစောထဲကဖမ်းချုပ်” ဆိုပြီးတော့ ဝိဟိံသာဝိတက်-ညှင်းဆဲသတ်ဖြတ်ဆိုတဲ့ အတွေးတွေပါ ဝင်လာတယ်။ ကာမဝိတက် ဝင်တယ်၊ ဗျာပါဒဝိတက် ဝင်တယ်။

ဝိဟိသာဝိတက် ဝင်တယ်။

တရားအားထုတ်ပါမှ တရားမဝင်ဘဲ ဒီအတွေးတွေ ဝင်လာတော့ သူ့စိတ်ထဲ အံ့သြသွားတယ်။ “အမလေး ဖြစ်မှဖြစ်ရလေ၊ ဒီထဲကိုလာတာ ငါတရားအားထုတ်မလို့လာတာ၊ အခုကြည့်စမ်း၊ ငါ တွေးနေလိုက်တာ မင်းစိတ်ပေါက်ပြီးတော့ တွေးနေလိုက်တာ ကာမဂုဏ်စိတ်တွေ ကာမဝိတက်တွေကလည်း ပေါ်လာတယ်။ ဗျာပါဒဝိတက်က သတ်လိုက်လို့မတွေ့ပေါ်လိုက်တယ်။ ဝိဟိသာဝိတက်က ညှင်းဆဲလို့မတွေ့ပေါ်လာတယ်။ ငါဟာ သာသနာ့ဘောင် ဝင်လာတာ တကယ့်ယုံကြည်ချက်နဲ့ ဝင်လာတာ၊ ဒါတွေ ငါလိုချင်လို့ ဝင်လာတာ မဟုတ်ဘူး။ ဘယ်နှယ့်ကြောင့် ဒီအတွေးတွေ ရောက်လာပါလိမ့်မလဲ”။

သို့သော် မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီနေရာသွားရင် ဒါတွေ ဝင်လိမ့်မယ်ဆိုတာ သိထားတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို ဥပနိဿယပစ္စယော လေ။ နေရာဆိုတာက ဥပနိဿယပစ္စည်းပဲ။ “အာဝါသော ပိ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော” တဲ့။ ဟော နေရာဌာန တစ်ခုဟာ

အဲတော့မှ တရားဟောတာ။

“မေယိယ- လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ကလေး ရဖို့ဆိုတာ လွယ်တာမဟုတ်ဘူး။ မရင့်ကျက်သေးလို့ရှိရင် ရင့်ကျက်အောင်လုပ်ဖို့ အကြောင်းတရားတွေ မင်းမှာ လိုပါသေးတယ်။ အဲဒီ အကြောင်းတရားတွေက ဘာတွေလဲဆိုလို့ရှိရင် နံပါတ် (၁) မင်းမှာ လမ်းညွှန်မှု guide line ပေးနိုင်တဲ့ မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်း လိုတယ်။ ဒီအတွေးတွေကို ဘယ်လိုဖျောက်ရမယ်ဆိုတဲ့ guide line ပေးနိုင်တဲ့ ဆရာသမား လိုတယ်။ ဒါကလျာဏမိတ္တလို့ခေါ်တယ်။ နံပါတ်(၂) မင်း ကိုယ်ကျင့်သီလ ပြည့်စုံဖို့လိုတယ်။ ရဟန်းဆိုရင် ရဟန်းတွေ ကျင့်သုံးရမယ့် ပါတိမောက္ခသံသဝရသီလ ဆိုတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေနဲ့ ပြည့်စုံဖို့လိုတယ်။ နောက်ပြီး နံပါတ်(၃) ကထာ (၁၀)မျိုး စကား (၁၀)မျိုး သူများ ဆီက ကြားနာဖို့လိုတယ်။ ဆွေးနွေးပြောကြားတဲ့ စကားဆိုတာလဲ အင်မတန်မှ ထိရောက်တယ်။

ဘာစကားတွေ နားထောင်ရမလဲဆိုရင် “အပ္ပိစ္ဆကထာ” လောဘဆိုတာ မထားရဘူး ဆိုတာနဲ့

အားကောင်းတဲ့ အထောက်အပံ့တစ်ခု ပေးနိုင်တယ်။ “ပုဂ္ဂလောပိ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော” ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ကလည်း အားကောင်းတဲ့ အထောက်အပံ့တစ်ခု ပေးနိုင်တယ်။ ကြီးမားတဲ့ အထောက်အပံ့တစ်ခု ကြောင့်မို့လို့ အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်တာတော့ မဟုတ်ဘူး။ အတိတ်ဘဝက စိတ်ကူးစိတ်သန်းတွေ ပြန်ပြီးပေါ်လာတာတဲ့။ အဲဒီ အတွေးတွေ နှိပ်စက်တာနဲ့ ဘာတရားမှ မရဘူး။

စိတ်ပျက်လက်ပျက်နဲ့ အဲဒီကနေ ထွက်လာခဲ့ပြီး မြတ်စွာဘုရားဆီရောက်လို့ လျှောက်တယ်။ “တပည့်တော် တရားအားထုတ်မလို့ သွားတယ် ဘုရားတဲ့၊ အတွေးတွေနှိပ်စက်လို့ တပည့်တော်ပြန်လာခဲ့ရတယ်။ ဘာတရားမှ မရခဲ့ဘူး၊ ကာမဂုဏ် ခံစားချင်တဲ့ အတွေးတွေ၊ ဒေါသနဲ့ အတွေးတွေ၊ နှိပ်စက်လိုတဲ့ သတ်ဖြတ်ညှင်းဆဲလိုတဲ့ အတွေးတွေ အဲဒီ အတွေးတွေက တပည့်တော်စိတ်ကို ချည်နှောင်ထားပြီးတော့ နှောင့်ယှက်နေတဲ့ အတွက်ကြောင့် တပည့်တော် ဘာတရားထူးမှ မရခဲ့ဘူးဘုရား” တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက

ပတ်သက်တဲ့ စကားမျိုးတွေ များများနားထောင်ရမယ်။ “သန္တုဋ္ဌိကထာ” ရှိတာလေးနဲ့ ရောင့်ရဲရမယ်ဆိုတဲ့ စကားမျိုးတွေ များများနားထောင်ရမယ်။ “အသံသဌကထာ” ကိလေသာတွေနဲ့ စိတ်နဲ့ မရောနှောရဘူး၊ ကင်းကွာလွတ်လပ်အောင် နေရမယ်ဆိုတဲ့ နေနည်းတွေနဲ့ ပြောပြနေတဲ့စကားတွေကို မင်း နားထောင်ရမယ်။ “ပဝိဝေက ကထာ” လွတ်လွတ်လပ်လပ် ကိုယ်လွတ် စိတ်လွတ် တရားပေါ်မှာသာ စိတ်ညွတ်ပြီးတော့နေတဲ့ အနေအထားမျိုးကို ရှင်းလင်းပြောကြားတဲ့ စကားမျိုးတွေကို နားထောင်ပြီးတော့ ပေးရမယ်တဲ့။ ဒီစကားမျိုးတွေဟာ သိပ်အရေးကြီးတယ်။ “သ-ခကထာ” ကိလေသာဆိုတာ ဖယ်ထုတ်ပစ်ရမယ်။ မကောင်းတဲ့ဘက်နဲ့ ကောင်းတဲ့ဘက် မကောင်းတာကို ဖယ်ရှားပြီး ကောင်းတဲ့ဘက်ကို ကျင့်ကြံပွားများဖို့ဆိုတဲ့ စိတ်ကိုမွေးရမယ်။ အဲဒါတွေကို မွေးဖို့ တိုက်တွန်းတဲ့စကားတွေကို များများနားထောင်ပေးရမယ်။

ဟုတ်တယ်လေ၊ စကားဆိုတာ အင်မတန်မှတန်ဖိုး

ကြီးတယ်။ တရားနာလိုက်လို့ရှိရင် တရားက ရလာတဲ့ အသိလေးက ကိုယ့်ကို အများကြီး ပြောင်းလဲသွားစေ တယ်။ ဒါ သေချာတာပေါ့။ ခုနက သူတော်ကောင်းနဲ့ ပေါင်းတဲ့အခါမှ ကလျာဏမိတ္တ ဆိုတဲ့ မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်းဆီကမှ ဒီစကားမျိုး ကြားမှာတဲ့။ ဒီပြင် လူဆီသွားလို့ ဒီစကားမျိုးကြားမှာမဟုတ်ဘူး။ ကုန်သည် ပွဲစားဆီသွားရင် အရောင်းအဝယ်ကိစ္စပဲ ကြားမှာပဲ။ သူခိုး ဓားပြဆီသွားလို့ရှိရင် တိုက်မယ်၊ ခိုက်မယ်ဆိုတဲ့ စကားမျိုးပဲ ကြားမှာပဲ။ ခါးပိုက်နှိုက်ဆီသွားရင် ခါးပိုက် နှိုက်ဖို့အကြောင်းပဲ ကြားမှာပဲ။ အဲတော့ သူတော် ကောင်းနဲ့ ပေါင်းတဲ့အခါမှ ဟောဒီစကားမျိုးကြားရမှာ။

နောက် သီလကထာ- ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ ပတ်သက်တဲ့စကား။ သမာဓိကထာ- စိတ်ဓာတ် တည်ငြိမ်မှုနဲ့ ပတ်သက်တဲ့စကား။ ပညာကထာ- ပညာနဲ့ပတ်သက်တဲ့စကား။ ဝိမုတိကထာ- စိတ်ရဲ့ လွတ်မြောက်မှုနဲ့ ပတ်သက်တဲ့စကား။ ဝိမုတ္တိဉာဏ ဒဿနကထာ-လွတ်မြောက်ပြီးတော့ရတဲ့ အသိဉာဏ် မျိုးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ လွတ်မြောက်မှန်းသိတဲ့ အသိဉာဏ်

တယ်။

အခုပြောခဲ့တဲ့ (၅)မျိုး။ (၁) မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်း ရှိရမယ်၊ (၂) ကိုယ်ကျင့်သီလ ရှိရမယ်၊ (၃) ကထာ (၁၀)မျိုးကို နားထောင်ရမယ်၊ (၄) လုံ့လ ဝီရိယ ရှိရမယ်၊ (၅) အသိပညာ ရှိရမယ်။ အဲဒီ အရည်အသွေး (၅)မျိုးမှာ အရေးကြီးဆုံးက ဘာတုန်း ဆိုရင် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း။ ကလျာဏမိတ္တဆိုတာ သာမန်မိတ်ဆွေ မဟုတ်ဘူး။ တရားဓမ္မကို ညွှန်ကြား ပြသနိုင်တဲ့ ကလျာဏမိတ္တ ဘုရားထိအောင် ရည်ညွှန်း တာ။ ကလျာဏမိတ္တဆိုတဲ့ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း ရှိလာပြီ ဆိုလို့ရှိရင် သီလပြည့်စုံဖို့ အခြေအနေတစ်ခု ဖြစ်လာမယ်။ ကထာ (၁၀)မျိုးကို နားထောင်ဖို့လည်းပဲ အခြေအနေတစ်ခု ဖြစ်လာနိုင်တယ်။ ကြိုးပမ်း အားထုတ်မှု ဝီရိယရှိဖို့ဆိုတဲ့ အခြေအနေလည်း ရှိလာမယ်။ အသိပညာ တိုးတက်လာဖို့ အခြေအနေ မျိုးလဲ ဖြစ်လာနိုင်တယ်။ အရေးကြီးဆုံး နံပါတ်တစ်က ကလျာဏမိတ္တ၊ ဒါကိုပြောတာပဲ သပ္ပာယ်သုပဋိဿယ

ကို ရရှိစေတတ်တဲ့ စကားမျိုးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့စကားမျိုး။ ကထာ (၁၀)မျိုး လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီကထာ (၁၀)မျိုး ကလည်း စိတ်ရဲ့ လွတ်မြောက်မှုကို ရင့်ကျက်စေနိုင် တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ အဲဒီ ကထာ (၁၀)မျိုးကိုလည်းပဲ မကြာခဏ နားထောင်ပေးရမယ်။

နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုရင် အရဒ္ဓဝီရိယ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု လိုအပ်တယ်ဆိုတဲ့ ဝီရိယနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုမျိုးနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်။ ဘာအတွက် ကြိုးပမ်းရမတုန်းဆို အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်အောင် ကြိုးပမ်းရမယ်။ ဖြစ်လာရင် ဖယ်ရှားပစ်ဖို့ ကြိုးပမ်းရမယ်။ အဲဒီကြိုးပမ်းမှုနှစ်မျိုးနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်တဲ့။

နောက်တစ်ခုက လိုအပ်တဲ့ အရည်အသွေးက ဘာတုန်းဆိုရင် ဥဒယတ္ထဂါမိနီပညာ- သင်္ခါရတရား တွေရဲ့ ဖြစ်မှုပျက်မှုကို မြင်တဲ့ပညာ။ ကိလေသာ အစိုင် အခဲကို ဖောက်ခွဲပစ်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်ထက်မြက်တဲ့ပညာ။ ဝိပဿနာ ပညာ၊ မဂ် ပညာ ဆိုတဲ့ ဒီပညာမျိုးတွေနဲ့ ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားရမယ်တဲ့။ အဲသလို ကြိုးစားမှ လွတ်မြောက်တဲ့ စိတ်ကလေးဟာ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်

တဲ့။ အင်အားကောင်းတဲ့ အကြောင်းတရား။

အဲဒီ အကြောင်းတရားတွေကနေ သယ်ဆောင် လိုက်တဲ့အခါ အကြောင်းတရားတွေ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်လာတယ်။ ဒါဖြင့် စိတ်ကလေးက ဒီလောက်နဲ့ လွတ်မြောက်ပြီလားဆိုရင် မလွတ်မြောက်သေးဘူး။ ဒီအခြေအနေ (၅)မျိုးပေါ်မှာ အခိုင်အမာ ရပ်တည်ပြီး ဘာလုပ်ရမလဲ။ လွတ်မြောက်အောင် ကြိုးစားရမယ်။ လွတ်မြောက်အောင် ကြိုးစားဖို့ဆိုတာ လွယ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါဖြင့် လွတ်မြောက်အောင် ကြိုးစားဖို့ ဆိုတာ ဘာတွေက လွတ်မြောက်အောင် ကြိုးစား ရမှာလဲဆိုရင် လောဘက လွတ်မြောက်ဖို့၊ ဒေါသက လွတ်မြောက်ဖို့၊ မမုန်ကန်တဲ့ အတွေးတွေက လွတ် မြောက်ဖို့၊ မှားယွင်းနေတဲ့ အထင်အမြင်တွေကနေ လွတ်မြောက်ဖို့။ အဲဒါတွေ လွတ်မြောက်မှ စိတ် ကလေးက တကယ့်လွတ်မြောက်တဲ့စိတ် ဖြစ်လာမှာတဲ့။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက “မေဃိယ၊ ဟောဒီ အရည်အသွေး (၅)မျိုးပေါ် ရပ်တည်ပြီး အခုပြောမယ့် တရားလေးမျိုးကို ပွားပါတဲ့၊ ဆက်ပြီးတော့ လုပ်ပါတဲ့။

အဲဒါမှ လွတ်မြောက်နိုင်တယ်” ဘာတွေ လုပ်ရမတုန်းဆိုရင် “အသုဘာ ဘာဝေတဗ္ဗာ ရာဂဿ ပဟာနာယ” တဏှာလောဘကို ဖယ်ရှားပစ်ချင်လို့ရှိရင် အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ကို ပွားပါ။ အသုဘဆိုတာ မစင်မကြယ် မတင့်မတယ် ရွံစဖွယ်ကို တွေးတောပေးရတာ။

အပေါ်ယံလေးကြည့်ရင် တဏှာ ရာဂစိတ် ပေါ်လာပြီး လှတယ်လို့ထင်တယ်။ အဲဒီလို လှတယ်ထင်လို့ လောဘဖြစ်လာလို့ရှိရင် အတွင်းသားကိုကြည့်၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးရဲ့ သဘာဝ မစင်ကြယ်တာတွေကို ကြည့်။

သုတ္တန်တစ်ခုမှာ ဟောထားတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို အတွင်း အပြင်များ လဲထားလိုက်မယ်ဆိုရင် တုတ်နဲ့ ကျီးတွေမောင်းနေရမှာတဲ့။ အပေါ်ယံ အရေပါးလေး ဖုံးထားလို့ ဟုတ်သလို ထင်နေတယ်။ အဲဒီ အရေပါးလေး ပေါ်မှာတောင် လှတဲ့အဝတ်လေးတွေ ဆင်ထားတဲ့အတွက်ကြောင့် မျက်စိလည်နေကြတာတဲ့။ ဟုတ်တာပေါ့၊ မနက် အိပ်ယာထတာနဲ့ တပြိုင်နက် ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့အညစ်အကြေး သုတ်သင်ရတာ နံပါတ်တစ်

တုတ်တုတ်ရှိတယ်။ လှအောင်ပြင်ကြတယ်၊ ဆေးဆိုးကြတယ်။ အဲဒီ ဆံပင်ချည်လေးတစ်မျှင် ထမင်းပန်းကန်ထဲ ပါလာလို့ရှိရင် ရွံကြတယ်။ လူတွေဟာ အံ့ဩစရာတော့ ကောင်းတယ်။ ဒီ ဆံပင်ပါပဲ၊ ခေါင်းပေါ်နေရင်တော့ လည်း အကောင်းသား။ နေရာရွေ့သွားတာနဲ့ တပြိုင်နက် မလိုချင်ကြတော့ဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ ပါးစပ်ထဲမှာ တံတွေးတွေ ရှိတယ်၊ အပြင် မထွက်သေးသမျှ အကောင်းပဲ၊ မြို့ချနေကြတာ။ အပြင်ထွက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် အမလေး ရွံတာ။ အဲသလိုပဲ အားလုံးဟာ အပြင်မထွက်သေးရင် အကောင်း၊ အပြင်ထွက်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ရွံစရာ။ ဒါကို ဆင်ခြင်တွေးတောတာကို အသုဘ လို့ပြောတာ။

အေး၊ အသုဘ ဆိုရင် Funeral သွားပြီးတော့ အောက်မေ့မနေနဲ့။ အဲတော့ အသုဘကို ဆင်ခြင် စဉ်းစားခြင်းဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ တွယ်တာ တပ်မက်တတ်တဲ့ တဏှာလောဘကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်ပါတယ်လို့ အဲဒါ ဖယ်ရှားပစ်နိုင်မှ လောဘက လွတ်သွားမှာ။ လွတ်သွားမှ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ဆိုတာရမှာ။ နို့မို့ဆိုရင်

ပဲလေ။ မွေးကြိုင်နေလို့ရှိရင် စုထားမှာပေါ့၊ မမွေးကြိုင်လို့ စွန့်ပစ်နေကြရတာပဲ။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲကထွက်တာ တင့်တယ်တာတို့၊ မွေးကြိုင်တာတို့ တစ်ခုမှမရှိဘူး။ အကုန်ပစ်နေရတာပဲ။ အဲဒါတွေကို စဉ်းစားတွေးခေါ် လိုက်လို့ရှိရင် လောဘဆိုတာ ဖြစ်လာစရာ၊ ရာဂဆိုတာ ဖြစ်လာစရာ အကြောင်းမရှိဘူး။

ဒါကြောင့်မို့ ခုနက အခြေအနေ (၅)မျိုးပေါ်မှာ ရပ်တည်ပြီးတဲ့အခါမှာတဲ့ တဏှာရာဂတွေ အားနည်းသွားအောင် (သို့) တဏှာရာဂကို ဖယ်ရှားပစ်ဖို့အတွက် အသုဘ ဘာဝနာကို အားထုတ်ပါ။ မတင့်တယ်တဲ့ သဘောကို ဆင်ခြင်ပေးပါ။ ဆင်ခြင်တာဟာ ဓမ္မ pretice ပဲ။ တင်ပလွင်ခွေပြီး လက်ကြီးယှက် ထိုင်နေမှ မဟုတ်ဘူးနော်။ ဘယ်လိုထိုင်ထိုင် မတင့်မတယ် ရွံစဖွယ် အခြေအနေတွေ “ကေသာ၊ လောမာ၊ နခါ၊ ဒန္တာ၊ တစော။ ဆံပင် မွေးညှင်း ခြေသည်း လက်သည်း သွား အရေ” တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ခန္ဓာကိုယ်မှ (၃၂)ကောဋာသကြည့်၊ တစ်ခုမှ သိမ်းထားစရာမရှိဘူး။

ကိုယ်ဆံပင်ပဲ ခေါင်းပေါ်နေတဲ့အခါတော့ ဟုတ်

တွယ်နေမှာ၊ မလွတ်မြောက်နိုင်ဘူး။

ဒီနေရာမှာ မြတ်စွာဘုရား ညွှန်ပြတာ “အသုဘာ ဘာဝေတဗ္ဗာ ရာဂဿ ပဟာနာယ”။ ရာဂဿ ပဟာနာယ-ရာဂကိုဖယ်ရှားပစ်ဖို့ရန်အတွက်၊ အသုဘာ ဘာဝေတဗ္ဗာ- အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားပါတဲ့။ အသုဘ မတင့်မတယ် ရွံစဖွယ်ဆိုတဲ့ အနေအထားတွေ မြင်အောင်၊ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်ပေါ်လာအောင်၊ တိုးပွားလာအောင် ကြိုးစားကျင့်ကြံအားထုတ်ပါလို့ ဒီလိုပြောတာ။ မဖြစ်သေးရင် စိတ်ထဲဖြစ်လာအောင်လုပ်တာ၊ ဖြစ်လာပြီးနောက် တိုးလာအောင် အရှိန်ရလာအောင် ကြိုးစားတာ ဒါ ဘာဝနာ။ ဘာဝနာဆိုတာ ဖြစ်စေ၊ တိုးပွားစေ၊ ဒီနှစ်ခုကိုပြောတာ။

ကဲ၊ အသုဘ ပွားသည့်အတွက်ကြောင့် ရာဂဆိုတာကို ဖယ်ရှားလိုက်နိုင်သည့်အတွက်ကြောင့် ရာဂကတော့ လွတ်မြောက်ပါပြီတဲ့၊ စိတ်ထဲမှာ အလိုမကျတာမျိုးတွေ ပေါ်လာတယ်။ ဗျာပါဒ က တစ်စထောင်လာလိမ့်မယ်၊ ဘာလုပ်ရမတုန်း။ “မေတ္တာ ဘာဝေတဗ္ဗာ ဗျာပါဒဿ ပဟာနာယ”။ ဗျာပါဒ

ပဟာနာယ- ဒေါသကိုဖယ်ရှားပစ်ဖို့ရာအတွက်၊
မေတ္တာ ဘာဝေတဗ္ဗာ-မေတ္တာပွားလိုက်ပါတဲ့။ ကမ္မဋ္ဌာန်း
ပေးနေ တာ။ ဒေါသက လွတ်ဖို့အတွက်
မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်လိုက်တဲ့၊ မေတ္တာစိတ်တွေ
များများမွေးတဲ့၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်တယ်ဆိုတာ
ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ မေတ္တာတွေ အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်အောင်
လုပ်တာကို ပြောတာ။ ဒါနဲ့တင် ရပ်သွားချင်လည်း
ရပ်သွားမှာ။ မရပ်ဘူးဆိုလို့ရှိရင် ဘာတွေလာရဦးမလဲ၊
အာနာပါန-ဿတိ ဘာဝေတဗ္ဗာ ဝိတက္က ပစ္စေဒါယ-
အတွေးတွေ ပြတ်သွားအောင် အာနာပါနဿတိ
ပွားများပါတဲ့။

လူတွေမှာ အတွေးတွေ မထိန်းနိုင်ကြဘူး။ လူ
ဆိုတာ တစ်ယောက်တည်းနေလည်း တွေးနေတာပဲ
လေ။ အမြဲတမ်း တွေးနေကြတာ။ အဲဒီ အတွေးထဲမှာ
မကောင်းတဲ့အတွေးက (၃)မျိုး၊ ကောင်းတဲ့အတွေးက
(၃)မျိုး။ မကောင်းတဲ့အတွေးကို မိစ္ဆာဝိတက် လို့
ခေါ်တယ်။ ကောင်းတဲ့ အတွေးကို သမ္မာဝိတက်
(သို့မဟုတ်) သမ္မာသင်္ကပ္ပ။ မကောင်းတဲ့အတွေးဆိုတာ

ဘာကြောင့် မကောင်းတာတုန်းဆိုရင် အသိဉာဏ်ရဖို့
အတွက် အဟန့်အတား အနှောင့်အယှက်ဖြစ်လို့
မကောင်းဘူးလို့ပြောတာ။ ကာမဝိတက် ကာမဂုဏ်
အာရုံနဲ့ ပတ်သက်တဲ့အတွေးဟာ တဏှာရာဂ ဦးတည်
ပြီး တွေးတာမို့ မကောင်းတဲ့ မှားတဲ့အတွေး။ ဗျာပါဒ
ဝိတက် ဒေါသနဲ့တွေးတဲ့ အတွေးက မကောင်းဘူးတဲ့။
ဝိဟိသာဝိတက် ညှင်းဆဲဖို့၊ သတ်ဖြတ်ဖို့တွေးတဲ့
အတွေး တွေဟာ မကောင်းတဲ့အတွေး။

အဲဒီ မကောင်းတဲ့အတွေးတွေ ကိုယ့်သန္တာန်က
ဖယ်ရှားပစ်ချင်လို့ရှိရင် ဘာလုပ်ရမတုန်း၊ ရှင်မေယိယ
တရားထိုင်လိုက်တဲ့အခါမှ မင်းစိတ်ပေါက်ပြီးတော့
တွေးလိုက်တဲ့ အတွေးတွေ၊ ဒီ အတွေးတွေ တွေးနေ
တာ။ အဲဒီအတွေးတွေပျောက်အောင် ဘာလုပ်ရမတုန်း
ဆိုလို့ရှိရင် “အာနာပါနဿတိ ဘာဝေတဗ္ဗာ” တဲ့။
ထွက်လေ ဝင်လေ ရှုပါတဲ့။ ထွက်လေ ဝင်လေပေါ်မှာ
သတိစိုက်ထားပါ။ အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို
အားထုတ်ပါ။ လေလေးကို မှန်မှန်ရှုပြီး ထွက်လာတဲ့
လေလေး၊ ဝင်သွားတဲ့လေလေး။ (၂၄)နာရီ နှာခေါင်းက

အသက်ရှူနေတယ်ဆိုတော့ အဲဒီ ထွက်လေ ဝင်လေ
ပေါ်မှာ အာရုံစိုက်ထားလို့ရှိရင် ကျန်တဲ့အတွေးတွေ
ရပ်ဆိုင်းပစ်လို့ရတယ်။ အဲဒီ အတွေးတွေ ရပ်ဆိုင်း
ပစ်လိုက်လို့ရှိရင် လောဘနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အတွေးကို
လည်း မတွေးတော့ဘူး၊ ဒေါသနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အတွေး
ကိုလည်း မတွေးတော့ဘူး၊ မှားယွင်းတဲ့ အတွေးတွေ
ဟာ လုံးဝ ကင်းရှင်းသွားနိုင်တယ်။

ဒီလောက်တင် ပြီးပြီလားဆို မပြီးသေးဘူး။
အတွေးတွေ ရပ်ဆိုင်းသွားပြီးရင် အထင်အမြင်တွေက
ရှိနေတတ်သေးတယ်။ ဘာတုန်းဆိုတော့ အဲဒီအတွေး
တွေကို ရပ်ဆိုင်းပစ်နိုင်တဲ့ အာနာပါနဿတိ။ ဒီ သတိ၊
ပညာ၊ ဝီရိယတို့ကိုပဲ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ ထာဝရရှိနေ
တယ်လို့ ထင်လာတဲ့ အထင်အမြင်မျိုး ပေါ်လာတတ်
သေးတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ “အနိစ္စသညာ ဘာဝေတဗ္ဗာ
အသို့မာန သမုတ္တိဋ္ဌာယ”။ အသို့မာန သမုတ္တိဋ္ဌာယ
ဆိုတာ ငါဆိုတဲ့ မာန်မာနကို ဖယ်ရှားပစ်ဖို့ရန်အတွက်
အနိစ္စသညာကို ပွားလိုက်ပါတဲ့။ ဒါ မေယိယရဟန်းကို
မြတ်စွာဘုရားက ကမ္မဋ္ဌာန်း ပေးနေတာ။ ကမ္မဋ္ဌာန်း

ပေးနေတယ်ဆိုတာ လူတိုင်းအတွက်လည်း သင့်လျော်
တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်း။

ငါဆိုတဲ့ အတွေးတွေ ပျောက်ဖို့အတွက် အနိစ္စ
သညာ ပွားပါတဲ့။ လူဆိုတာ မာနမရှိဘူး ထင်တတ်
ပေမယ့် မာနဆိုတာ ရှိနေသေးတယ်။ သာမန်လူတွေ
မပြောနဲ့ သူတောင်းစားတောင် မာန ရှိတယ်။
သူတောင်းစားခေါ်ပြီး အလုပ်လုပ်ခိုင်းကြည့်ပါလား၊
ပိုက်ဆံပေးမယ်ဆိုရင် မလုပ်ဘူး။ သူက သူတောင်းစား
တဲ့၊ သူတောင်းစားက အလုပ်လုပ်စားတာ မဟုတ်ဘူး
တဲ့၊ ဘယ်ကနေတောင်းတောင်း ရတယ်၊ သူ့ကို
တံမြက်စည်း လှည်းခိုင်းလို့ လှည်းမယ်မထင်နဲ့နော်။
မာနဆိုတာ ရှိနေတာ။ အဲဒီ မာနကို ဖယ်ရှားဖို့အတွက်
ဘာလုပ်ရမှာတုန်းဆိုရင် အေး၊ ဘယ်အရာမှ မမြဲဘူး၊
ထာဝရပြောင်းလဲနေတယ်ဆိုတဲ့ အတွေးကို တွေးဖို့၊
မမြဲဘူးဆိုတဲ့အမြင်တွေကို ကိုယ့်သန္တာန် ရောက်အောင်
လို့ အနိစ္စသညာကို ပွားပါလို့ပြောတာ။

အဲဒီ အသို့မာန လို့ဆိုတဲ့ မာနတရားကို ဖယ်ရှား
လိုက်နိုင်ပြီ၊ အနိစ္စသညာကို ပွားလိုက်ပြီဆိုရင် ဘာ

ပေါ်လာနိုင်တုန်းဆိုရင် အနတ္တသညာ ကိုယ်လုပ်တိုင်း မဖြစ်ဘူးဆိုတာ သိလာလိမ့်မယ်။ မမြဲဘူးဆိုတာ သိလို့ ရှိရင် ကိုယ့်အလိုကျ ဘာမှဖြစ်ဘူးဆိုတာ သိလာလိမ့် မယ်။ လူတွေက ကိုယ်လုပ်ရင် ဖြစ်တယ်လို့ ထင်နေ တာ၊ အားလုံးက။ အဲဒါ မာနက ထင်နေတာ။ မမြဲဘူး ထာဝရ ပြောင်းလဲနေတယ်ဆိုတဲ့ အနိစ္စကို သဘော ပေါက်လိုက်တာနဲ့တပြိုင်နက် အနတ္တ ငါလုပ်လို့မရဘူး၊ သူ့သဘာဝနဲ့သူ ဖြစ်နေတာ။ ငါရဲ့ စိတ်ဆန္ဒအတိုင်း ဘာတစ်ခုမှ ဖြစ်လာမှာမဟုတ်ဘူးဆိုတဲ့ အနတ္တအတွေး မတွေးပေဘူးလား၊ တွေးတယ်။ ကိုယ့်အလိုကျ ဖြစ် မလာဘူး။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို ပျက်နေတဲ့ အရာတစ်ခု၊ ထာဝရပြောင်းလဲနေတဲ့ အရာတစ်ခုသည် ကိုယ်က မပြောင်းလဲချင်ဘူး၊ မပြောင်းလဲချင်တဲ့စိတ် ရှိနေတာ၊ ထာဝရပြောင်းလဲနေတဲ့ အရာတစ်ခုသည် ကိုယ့်အလို ကျ ဘယ်လိုလုပ်ဖြစ်ပါ့မလဲ၊ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အဲဒါကြောင့်မို့ အနိစ္စသညာကို ပွားလို့ရှိရင် အနတ္တသညာ ဝင်လာ ပါလိမ့်မယ်တဲ့။

အဲဒီ အနတ္တသညာ ဝင်လာပြီဆိုရင် အသ္မိမာန

စိတ်ကလေးဟာ လုံးဝ နှောင်ကြိုးက လွတ်မြောက် သွားပြီး လုံးဝလွတ်မြောက်တဲ့စိတ် အဆင့်ကို ရောက် သွားပါပြီ။ အဲဒီတော့မှ လွတ်မြောက်တယ်ဆိုတာ ခေါ်လိုရတာတဲ့။

ကဲ၊ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေဟာ တစ်ယောက်တည်း နေတာပါ။ လွတ်လွတ်လပ်လပ် နေတာပါ ဆိုတာနဲ့ လွတ်တာ ဟုတ်ကဲ့လား။ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ စိတ်ဟာ အနှောင်အဖွဲ့ကြီးထဲမှာ ရောက်နေတာ၊ စိတ်ဟာ နှောင်ကြိုးတွေနဲ့ တည်းခံနေရသည့်အတွက်ကြောင့် ကိုယ်က လွတ်တယ်ထင်နေပေမယ့်လို့ လွတ်မြောက်မှု မရှိဘူးတဲ့။ အဲဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက မေယိယကို အဲဒီတရား (၅)မျိုးပေါ်မှာ အခြေစိုက်ပြီးတော့ အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ရာဂပယ်ဖို့ အသုဘကိုပွားပါ။ ဗျာပါဒ ဆိုတဲ့ ဒေါသပယ်ဖို့ မေတ္တာကိုပွားပါ။ အတွေးတွေ ဖြတ်ဖို့ရာအတွက် အာနာပါနဿတိကို ပွားပါတဲ့။ မာန ကို ဖယ်ချဖို့အတွက် အနိစ္စသညာကိုပွားပါ။ အနိစ္စ သညာ ပွားလိုက်ရင် အနတ္တသညာ ဝင်လာပါလိမ့်မယ်။ အနတ္တသညာ ဝင်လာလို့ရှိရင် ငါ ဆိုတဲ့ မာန်မာနက

လုံးဝ ပျောက်သွားလိမ့်မယ်။ ငါဆိုတဲ့ မာနတရား ဖယ်ရှားလိုက်နိုင်လိမ့်မယ်တဲ့။ အနတ္တသညာ ဝင်လာလို့ ရှိရင် အသ္မိမာန လို့ခေါ်တဲ့ ငါဆိုတဲ့ အထင်အမြင်ဟာ ပျောက်သွားလိမ့်မယ်။ ငါဆိုတဲ့ အထင်အမြင် ပျောက်ရုံ တင် မကဘူး မျက်မှောက်ဘဝမှာပဲ စိတ်ကလေးက ငြိမ်းချမ်းသွားလိမ့်မယ်တဲ့။ စိတ်ကလေးက အနှောင် အဖွဲ့တွေ သံယောဇဉ်ကြိုးတွေကနေ လုံးဝ လွတ်သွား လိမ့်မယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာပါ။

ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ ပရိနိဗ္ဗာယတိ- စိတ်ကလေးဟာ ငြိမ်ကျသွားပြီးတော့၊ နှောင်ကြိုးတွေအားလုံး ပြုတ်ထွက် သွားပြီးတော့ လုံးဝလွတ်လပ်တဲ့စိတ်ဆိုတာ အဲဒီကျမှ ဖြစ်မှာတဲ့။ ရာဂကိုလည်း ဖယ်ရှားလိုက်နိုင်ပြီ၊ ဒေါသ ကိုလည်း ဖယ်ရှားပစ်လိုက်နိုင်ပြီ၊ အတွေးတွေကိုလည်း ဖယ်ရှားပစ်လိုက်နိုင်ပြီ၊ မှားယွင်းတဲ့ အထင်အမြင်တွေ ကိုလည်း ဖယ်ရှားပစ်လိုက်နိုင်ပြီ၊ မှားယွင်းသည့် အထင် အမြင်တွေ ဖယ်ရှားပစ်နိုင်သည့်အတွက်ကြောင့် မာန လည်း လုံးဝအကြွင်းအကျန် မရှိတော့ဘူးလို့ ဆိုလို့ရှိရင်

ကျသွားပါလိမ့်မယ်။ ငါ ဆိုတဲ့ မာန်မာန ကျသွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ကြိုးတွေအားလုံး ပြုတ်ထွက်သွားမယ်၊ မရှိတော့ဘူး။ ကြိုးတွေအားလုံး ပြုတ်ထွက်သွားပြီး တော့ စိတ်ကလေးက လုံးဝလွတ်သွားတယ်။ အနှောင် အဖွဲ့တွေ အားလုံးက လွတ်ထွက်သွားတဲ့ စိတ်ကလေး ကို ဝိမုတ္တစိတ္တ(စေတောဝိမုတ္တိ စိတ်ရဲ့လွတ်မြောက်မှု) ဆိုတဲ့ အဆင့်ကို ရောက်ပါတယ်။ ဒါ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ လမ်းညွှန်တော်မူခဲ့တဲ့ အဆင့်အမြင့်ဆုံး စိတ်၏ လွတ်မြောက်ခြင်းပါပဲ။

လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ဆိုတာ အရဟတ္တဖိုလ်စိတ်ပဲ။ နောက်ဆုံး ဒီထိရောက်အောင် ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ထို လွတ်မြောက်မှုဆိုတဲ့စိတ်ကို ရဖို့ရာအတွက် -

- ၁။ မိတ်ကောင်း၊ ဆွေကောင်း၊ ဆရာကောင်း၊ သမား ကောင်း ရှာရမယ်။
- ၂။ မိတ်ကောင်း၊ ဆွေကောင်း၊ ဆရာကောင်း၊ သမား ကောင်း အကြောင်းပြုပြီးတော့ ကိုယ်ကျင့်သီလ မြဲရမယ်။

၃။ တရားဓမ္မ နာယူရမယ်၊ ကထာ (၁၀)မျိုး မကြာခဏ နာရမယ်။ ပျော်စရာစကားတွေ နားထောင်ဖို့ မဟုတ်ဘူး။ တကယ့် သံဝေဂ ရစရာတို့၊ အပိစ္ဆကထာတို့၊ သန္တုဋ္ဌိကထာတို့ ဒီလိုလေးနက်တဲ့ တရားစကားတွေ နာဖို့လိုတယ်။

၄။ လုံ့လဝီရိယ ရှိရမယ်။

၅။ ပညာ ရှိရမယ်။

အဲဒီ အခြေအနေကောင်း (၅)မျိုး ရှိလာပြီဆိုရင် စိတ်ကလေး လွတ်အောင် ဘာလုပ်ရမလဲ။ လောဘက လွတ်ဖို့ အသုဘ ကို ပွားပါတဲ့။ ဒေါသက လွတ်ဖို့ အတွက် မေတ္တာ ကို ပွားပါတဲ့။ အတွေးတွေကနေ လွတ်မြောက်ဖို့အတွက် အာနာပါနဿတိ ကို ပွားပါတဲ့။ ငါ ဆိုတဲ့ မာန်မာန ဖယ်ရှားပစ်ဖို့ အနိစ္စသညာ ကို ပွားပါ။ အနိစ္စသညာ ကိုပွားလိုက်ရင် အနတ္တ ဝင်လာမှာ ဖြစ်တယ်။ အနတ္တသညာ ဝင်လာလို့ရှိရင် ငါဆိုတဲ့ မာန ကင်းသွားလိမ့်မယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ လုံးဝ လွတ်လပ်တဲ့ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ရဲ့ အခြေအနေတစ်ခုကို ရရှိ ပိုင်ဆိုင်ကြမှာဖြစ်တယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့ တရားချစ်ခင်

သူတော်စင်အပေါင်းတို့၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ နောက်ဆုံး ပန်းတိုင်ဖြစ်တဲ့ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်ကို ရရှိအောင် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်တော်မူနိုင်ကြပါစေကုန် သတည်း။

