ဖိုး ၆၁၄၇၆

ရန်ကုန်မြို့

ချမ်းမြေ့ရိပ်သာဆရာတော်

အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏

အသိအမြင်မှန်မှ ချမ်းသာရ

တရားတော်

.၃၆၄
နက

...သံမှ ၁၃၄၀-ခုနှစ် တော်သလင်းလကွယ်နေ့
(...၀-၇၈) နေ့ ဟောကြားတော်မူသည်။

ဓမ္မဒါန

သာသနာရေးဦးစီးဌာနပုံနှိပ်တိုက်၌ ရိုက်နှိပ်သည်။

ကောဇာ ၁၃၄၀၊ သာသနာ ၂၅၂၂၊ အောက်တိုဘာ ၁၉၇၈

ပညာအလင်းပြစာအုပ်ဆိုင်
၁၃၀-ဗိုလ်ချုပ်[illegible] ရန်ကုန်မြို့။

ရန်ကုန်မြို့

ချမ်းမြေ့ရိပ်သာဆရာတော်

အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏

အသိအမြင်မှန်မှ ချမ်းသာရေး
တရားတော်

မြန်မာ့အသံမှ ၁၃၄၀-ခုနှစ် တော်သလင်းလကွယ်နေ့
(၁-၁၀-၇၈) နေ့ ဟောကြားတော်မူသည်။

ဓမ္မဒါန

သာသနာရေးဦးစီးဌာနပုံနှိပ်တိုက်၌ ရိုက်နှိပ်သည်။

ကောဇာ ၁၃၄၀၊ သာသနာ ၂၅၂၂၊ အောက်တိုဘာ ၁၉၇၈

ထုတ်ဝေသူ။ ။ဦးအေးမောင်၊ ဥက္ကဋ္ဌ၊ ချမ်းမြေ့ရိပ်သာ
ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့၊ ၅၅ (က) ကမ္ဘာအေး
စေတီလမ်း၊ကမ္ဘာအေးစာတိုက်၊ရန်ကုန်။
(ကင်းလွှတ်ခွင့်အမှတ် ၀၄၇၁၅)

(ဘာသာရေးဆိုင်ရာခွင့်ပြုချက်အမှတ် ၁၁၃၂၅)

ရန်ကုန်မြို့၊ ကမ္ဘာအေး သာသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်တွင်
လက်ထောက် ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးမြင့်ဆွေမောင်
(မှတ်ပုံတင်အမှတ် ၀၂၄၀၅)က ပုံနှိပ်သည်။

သိစေလိုသည်မှာ

ကျေးဇူးရှင် ချမ်းမြေ့ရိပ်သာ ဆရာတော်သည် ပြည်ထောင်စု ဆိုရှယ်လစ်သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော် သာသနာရေးဦးစီးဌာန၏ လျှောက်ထား စီစဉ်ချက် အရ ၁၃၄၀-ခုနှစ်၊တော်သလင်းလကွယ်(၁-၁၀-၇၈) နေ့တွင် မြန်မာ့အသံမှနေ၍ "အသိအမြင်မှန်မှ ချမ်းသာရ တရားတော်"ကို အသံလွှင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

၎င်းတရားတော်ကို စာအုပ်ငယ်အဖြစ် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေရလျှင် အသံလွှင့်တရားတော်ကို မနာကြားလိုက်ရသူများအတွက်ပါ အကျိုးကျေးဇူး များပေမည်ဟု သဘောရ၍ ကျွန်တော်များ အမှုဆောင် အဖွဲ့က တရားစာအုပ်ငယ် အဖြစ် ပုံနှိပ် ထုတ်ဝေ လိုက်ပါသည်။

အမှုဆောင်အဖွဲ့

ချမ်းမြေ့ရိပ်သာ ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့။

ရန်ကုန်မြို့
ကမ္ဘာအေးစေတီလမ်း
ချမ်းမြေ့ရိပ်သာကျောင်း
ဆရာတော် အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏

အသိအမြင်မှန်မှ ချမ်းသာရ တရားတော်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

သတ္တဝါတိုင်း ချမ်းသာချင်သည်

ဘုန်းကြီး ယခုမြန်မာ့အသံကနေပြီး အသံလွှင့်ဟောကြားမည့် တရားကတော့ "အသိအမြင်မှန်မှ ချမ်းသာရ"ဆိုတဲ့ တရားတော်ပါဘဲ။

လူတိုင်းဟာ ဆင်းရဲကို အလို မရှိကြပါဘူး၊ ချမ်းသာကိုသာ အလိုရှိကြပါတယ်။ လူတိုင်းဆိုတာ

ထက် သတ္တပါတိုင်းလို့ ဆိုယင် ပိုပြီး မှန်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ လူ့ဘုံ လူ့လောကဆိုတော့ လူကိုဘဲ ဦးတည်ပြီး ပြောရပါတယ်။

ချမ်းသာကို ရဘို့ကတော့ ဆင်းရဲငြိမ်းမှဘဲ ရနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ချမ်းသာကို အလိုရှိတဲ့ လူဟာ ဆင်းရဲဒုက္ခ ငြိမ်းအောင် အားထုတ်ရပါတယ်။ ဆင်းရဲငြိမ်းစေချင်ယင် ဆင်းရဲကိုဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကြောင်းတရားကို ပယ်သတ်ရပါတယ်။ အကြောင်းကို ပယ်သတ်နိုင်လို့ အကြောင်း မဖြစ်ပေါ်ယင် အကျိုးဆင်းရဲလဲ ငြိမ်းတော့တာပါဘဲ။

ဆင်းရဲ၏ အကြောင်းတရားများ

ဒီတော့ အဲဒီ ဆင်းရဲကို ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကြောင်းတရားတွေကို သိဘို့ လိုပါတယ်။ ဒီ အကြောင်းတရားတွေက ဘာတွေလဲဆိုယင် လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှု=လောဘ၊ စိတ်ဆိုးမှု အမျက်ထွက်မှု=ဒေါသ၊ အမှန်အတိုင်း မသိမှု=

မောဟ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးမှု=မာန၊ အသိ အမြင်မှားမှု=ဒိဋ္ဌိ၊ ယုံကြည်သင့်ရာမှာ မယုံကြည်ပဲ သံသယဖြစ်နေမှု=ဝိစိကိစ္ဆာ အစရှိတဲ့ ကိလေသာ တရားဆိုးတွေပါဘဲ။ ဒီတရားဆိုးတွေ ရှိနေလို့သာ သတ္တဝါတွေ ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်နေကြရတာပါဘဲ။

ဒီကိလေသာတရားဆိုးတွေ များယင် များသလောက် ဆင်းရဲကြီးမားပါတယ်၊ နဲ့ယင် နဲ့သလောက် ဆင်းရဲနဲပါးပြီး ချမ်းသာ များပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီတရားဆိုးတွေကို ပယ်နိုင်အောင် ကြိုးစားဘို့ လိုပါတယ်။ နဲနဲပယ်နိုင်ယင် နဲနဲ ချမ်းသာတယ်၊ များများ ပယ်နိုင်ယင် များများ ချမ်းသာတာပါဘဲ။ သူတို့ကို ပယ်နိုင်ဘို့ကတော့ ရုပ်နာမ် အစုကို သိတဲ့ ဉာဏ်အမြင် ဖြောင့်မှန်မှဘဲ ပယ်နိုင်ပါတယ်။ ရုပ်နာမ်အပေါင်းအစုပေါ်မှာ အသိအမြင် လွဲမှားနေသမျှ ဒီကိလေသာတွေကို မပယ်နိုင်ပါဘူး။ မပယ်နိုင်သေးသမျှလဲ ဆင်းရဲ လွတ်ကင်း ချမ်းသာခြင်းကို မရနိုင်ပါဘူး။

အခြေခံကျတဲ့ အကြောင်းတရား

ဒါကြောင့် ဒီတရားဆိုးတွေထဲမှာ အသိအမြင်မှားတဲ့ ဒိဋ္ဌိဟာ ဆင်းရဲကို ဖြစ်ပေါ်စေရာမှာ အခြေခံကျတဲ့ ပမာနတရားလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဒီ ဒိဋ္ဌိကလဲ အမှန်အတိုင်းမသိတဲ့ မောဟကို အဖော်ပြုလုပ်ထားပါတယ်။ အမှန်အတိုင်းမသိလို့ အသိမှား အမြင်မှား ဖြစ်နေတဲ့အပေါ်မှာ အခြေခံပြီးတော့ လောဘ ဒေါသ မာန ဣဿာ မစ္ဆရိယ အစရှိတဲ့ တခြား ကိလေသာတွေ ဖြစ်ပွါးလာတော့တာပါဘဲ။ အဲဒီလို တရားဆိုးတွေ တဆင့်တဆင့် ပွါးများလေ ဆင်းရဲများလေပါဘဲ။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိနှင့် အတ္တဒိဋ္ဌိ

အနည်းငယ် ရှင်းပြရမည် ဆိုယင် ခန္ဓာကိုယ်ခေါ်တဲ့ ရုပ်နဲ့ စိတ်ခေါ်တဲ့ နာမ် – ဒီတရား နှစ်ခုပေါင်းစုနေတာကို အချိန်မလပ် မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်တရားနှင့် နာမ်တရားအစု သက်သက်မျှဘဲလို့ ဉာဏ်ထဲမှာ သက်ဝင်သိမြင်ယင် တကယ်ဖြစ်နေ ရှိနေ

တဲ့ အခြေအနေကို အဖြစ်အတိုင်း အရှိအတိုင်း သိတာ မြင်တာဖြစ်လို့ အသိမှန်လို့ ဆိုရပါတယ်။ ဒီလို မသိမမြင်ဘဲ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ-လို့ဖြစ်စေ၊ အသက် ဝိညာဉ် အတ္တ-လို့ဖြစ်စေ သိမြင်နေတယ်ဆိုယင် ဒါဟာ အသိမှန် အမြင်မှန် မဟုတ်ပါဘူး၊ အသိမှား အမြင်မှားပါဘဲ၊ ဒါကိုဘဲ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ=တကယ့် အရှိတရားပေါ်မှာ မရှိတာကို စိတ်ကူးနဲ့ ပုံဖော်ပြီး မှားယွင်းစွာ သိမြင်ယူဆမှုလို့ ခေါ်ပါတယ်။ အတ္တ-ဒိဋ္ဌိ=ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ မဟုတ်တဲ့ သဘာဝတရားအစုမျှကို ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ-လို့ အသိအမြင် မှားနေမှုပါဘဲ။

အဲဒီလို သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အတ္တဒိဋ္ဌိ အနေနဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ-ဆိုတဲ့ အသိမှားအမြင်မှား ဖြစ်လာတော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ် ဒီသတ္တဝါက ချမ်းသာချင် ကြီးပွါးချင်လာတယ်၊ ရာထူးဂုဏ်သိရ် မြင့်မားချင် လာတယ်၊ အဲဒီလို စသည်ဖြင့် လိုချင် ရချင် ဖြစ်ချင် တာတွေ ပေါ်လာတယ်၊ ဒါတွေဟာ လောဘကိလေသာတွေပါဘဲ၊ တစုံတရာ အဆင်မပြေတာနဲ့ တွေ့လာယင်

ဒေါသဖြစ်တယ်။ ဒီငါ-က သူများထက် သာတယ်ထင်လာယင် မာနကြီးလာတယ်၊ ကိုယ့်ထက်သာသူတွေယင် မနာလိုတဲ့ ဣဿာတွေ ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီလို စသည့်ဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ-လို့ ဆိုတဲ့ အသိမှား ဝင်လိုက်တာနဲ့ ဒီလောဘ ဒေါသ မာန စတဲ့ ကိလေသာ တရားဆိုးတွေက ဝင်လာတော့တာပါဘဲ။ ဒီတရားတွေ **ဝင်လာယင် မချမ်းသာတော့ဘူး၊ ဆင်းရဲတော့တာပါဘဲ။** ဒါကြောင့် ဆင်းရဲကို ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကြောင်းတရား တွေထဲမှာ ဒီအသိအမြင်မှားမှု သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အတ္တဒိဋ္ဌိဟာ အခြေခံအကြောင်းဘဲ ဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။

အသိအမြင်မှားပုံ

ဒီသက္ကာယဒိဋ္ဌိ အတ္တဒိဋ္ဌိနဲ့ အသိအမြင် မှားပုံကိုနဲနဲ ဆက်ပြောပါဦးမယ်၊ ရုပ်ခန္ဓာအစုမှာ ပေါင်းစပ်ပါဝင်နေတဲ့ အပူသဘော အအေးသဘောကို ပူရုပ် အေးရုပ် မျှဘဲလို့ အရှိအတိုင်း အမှန်အတိုင်း မသိမမြင် နိုင်ကြတော့ ပူတဲ့လူ အေးတဲ့လူ ပူတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် အေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ရှိတယ်လို့ အသိအမြင် မှားနေကြ

တယ်။ ငါပူတယ်၊ ငါအေးတယ်လို့လဲ အသိမှားနေကြတယ်။ ထို့အတူဘဲ ခက်မာကြမ်းတမ်း နူးညံ့ချောမွေ့တဲ့သဘော၊ တွန်းကန် တောင့်တင်း လှုပ်ရှား ရွေ့ရှားတဲ့သဘော၊ ယိုစီး ဖွဲ့စည်း သိပ်သည်းပူးတွဲ လုံးခဲတဲ့သဘော အစရှိတဲ့ ရုပ်သဘာဝတွေကိုလဲ သဘာဝတရားမျှသာဘဲလို့ မသိ မမြင် နိုင်ကြတော့ သူကကြမ်းတမ်းတယ် သူ့အသားအရေကကြမ်းတမ်းတယ်၊ ငါက နူးညံ့တယ် ငါ့အသားအရေက နူးညံ့တယ် စသည်ဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါအနေနဲ့ အသိမှားနေကြတယ်၊ သူငါအနေနဲ့ အသိမှားနေကြတယ်။

ပြီးတော့ လိုချင်တပ်မက်စိတ်၊ နှစ်သက်ချစ်ခင်စိတ်၊ မုန်းတီးစိတ်၊ စိတ်ဆိုးစိတ်၊ တွန့်ဆုတ်စိတ်၊ အားတက်စိတ်၊ ဝမ်းနည်းစိတ်၊ ဝမ်းသာစိတ် အစရှိတဲ့ နာမ်တရားတွေကိုလဲ လိုချင်တပ်မက်စရာ အာရုံစသည်ကြောင့် အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ် လာပြီးတော့ ပျောက်ပျောက် သွားကြတဲ့သဘော သက်သက်မျှသာဘဲလို့ အမှန်အတိုင်း မသိ

မမြင်ကြဘူး။ ငါလိုချင်တယ် သူလိုချင်တယ် စသည်ဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါအနေနဲ့ဘဲ အသိမှားနေကြတယ်။

အသက် ဝိညာဉ်နှင့် အတ္တ

နောက်ပြီးတော့ တချို့က ရုပ်ခန္ဓာကို တချို့က နာမ်ခန္ဓာကို အသက် ဝိညာဉ်လို့ မှတ်ယူစွဲလမ်း ကြပါတယ်။ တချို့ကတော့ အသက် ဝိညာဉ်ကလေးဟာ ရုပ်လဲ မဟုတ်ဘူး၊ နာမ်လဲမဟုတ်ဘူး၊ ရုပ်နာမ်မှတပါး သီးခြား အရာတခု အနေနဲ့ သတ္တဝါရဲ့ သန္တာန်မှာ မပျက်မစီးဘဲ တည်ရှိနေတယ်လို့ ယူဆစွဲလမ်း ကြပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ မြန်မာလူမျိုးများကတော့ စိတ်ကိုဘဲအသက် ဝိညာဉ် လိပ်ပြာလို့ ယူဆစွဲလမ်း တတ်ကြတာ များပါတယ်။ ဒီအသက် ဒီဝိညာဉ်ဟာ မွေးဖွားလာကတည်းက သေသည်အထိ မပျက်မစီးဘဲ အမြဲတည်နေတယ်လို့ ယူဆတတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီ တချို့ယူဆထားကြတဲ့ အသက် ဝိညာဉ်ဆိုတာဟာ မြတ်စွာဘုရားက မရှိဘူး မဟုတ်ဘူး-လို့ ဟောကြားထားတဲ့ အတ္တ-ဆိုတာပါဘဲ။ အ-တ္တလို့လဲ ခေါ်ပါ

တယ်။ ဒါကြောင့် အသက် ဝိညာဉ် လိပ်ပြာနဲ့ အတ္တဟာသဘောအားဖြင့် အတူတူပါဘဲ။

ဒီ အသက် ဝိညာဉ် အတ္တဆိုတာကို အစွဲပြုပြီး တော့လဲ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါငါ သူတပါး ဆိုတဲ့ အသိမှား အမြင်မှား ဖြစ်ပေါ်ပါတယ်။ ရုပ်ကို အသက်ဝိညာဉ် အတ္တလို့ ယူဆယင် အဲဒီရုပ်ကို ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါငါ-လို့ ထင်မှတ်တော့တာပါဘဲ။ စိတ်ကို အသက် ဝိညာဉ် အတ္တလို့ ယူဆယင် အဲဒီစိတ်ကို ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါငါ-လို့ ထင်မှတ်တော့တာဘဲ။ ဒါတွေဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အတ္တဒိဋ္ဌိ=အသိမှား အမြင်မှား တွေချည်းပါဘဲ။

ဒီအသက် ဝိညာဉ် အတ္တဆိုတာကို မပျက်မစီးဘဲ အမြဲတည်နေတဲ့ အမာခံ သဘောအနေနဲ့ ယူဆထား ကြတော့ ရုပ်ကို အသက် ဝိညာဉ်အတ္တလို့ ယူဆယင် ရုပ်ကို တည်တံ့ခိုင်မြဲတယ်လို့ မှတ်ယူတော့တာဘဲ။ စိတ်ကို အသက် ဝိညာဉ်အတ္တလို့ ယူဆယင် စိတ်ကို တည်တံ့ ခိုင်မြဲတယ်လို့ မှတ်ယူကြတော့တာပါဘဲ။

မြန်မာတို့၏အတ္တ

ဒါကြောင့်ဘဲ လူသေလို့ ရုပ်ခန္ဓာကြီး ပျက်စီး သွားတဲ့အခါ အသက်ဝိညာဉ်ကလေးဟာ ရုပ်ခန္ဓာ ကြီးထဲက မပျက်မစီးဘဲ ထွက်ခွါ သွားပြီးတော့ သင်းချိုင်းမှာဖြစ်စေ၊သေသူ့ရဲ့ အိမ်နားပတ်ဝန်းကျင် မှာဖြစ်စေ လှည့်လည် သွားလာနေတယ်လို့ တချို့ ယူဆ ကြတာပေါ့။ သေသူ့ရဲ့ ဝိညာဉ်ဟာ သူ့ရှိနေ ကြောင်းသိရအောင် ကိုယ်ထင်ယင်လဲ ပြတယ်၊ အိမ် တံခါးကိုယင်လဲ လာခေါက်တယ်၊ အိမ်အောက်မှာ ဖြစ်စေ၊အိမ်ထဲမှာဖြစ်စေ ခြေသံတရှပ်ရှပ်နဲ့ သွားလာ လှုပ်ရှားနေတယ် စသည်ဖြင့် ယူဆစွဲလမ်းကြတယ်။ ဒါကိုဘဲ သူ့ရဲ့ တစ္ဆေလို့ ခေါ်ဝေါ် သမုတ် ကြပြန် တယ်။ သူ့ကိုရည်မှန်းပြီး ရက်လည်ဆွမ်းသွတ်ခြင်း စတဲ့ ဒါနကုသိုလ်ကို ပြုလိုက်မှဘဲ ဒီဝိညာဉ်လေး အတ္တလေးဟာ သာဓုခေါ်ပြီး တွယ်ရာမဲ့ တစဲ လည်လည် လှည့်လည်နေရတဲ့ သူ့ရဲ့ တစ္ဆေဘဝမှ ကျွတ်လွတ်သွားတယ်၊ အဲဒီလို ကျွတ်လွတ်သွားပြီး

တော့မှဘဲ သူ ရောက်ထိုက်တဲ့ နောက်ဘဝ တခုကို ရောက်သွားရတယ် လို့ အများအားဖြင့် ယူဆစွဲလမ်းကြပါတယ်။ ဒီအယူအဆမျိုးကတော့ ရောက်ထိုက်တဲ့ ဘဝကို မရောက်ရသေးမီကြားခံ အန္တရာဘဝတခု ရှိသေးတယ်လို့ ယူဆတဲ့ အယူမှားပါဘဲ။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ အဘိဓမ္မာ ဒေသနာတော်အရကတော့ စုတိစိတ် ချုပ်ပြီးတဲ့နောက် နောက်တဘဝမှာ ပဋိသန္ဓေစိတ် ဖြစ်တာဟာ တစက္ကန့်တောင်မှ မကြာပါဘူး။

သို့သော်လဲ သေသူဟာ သူ့ရဲ့ အကုသိုလ်ကံကြောင့် သေစိတ် ချုပ်ပျက်ပြီးလျှင်ပြီးချင်း ပြိတ္တာဘဝမှာ ရုပ်သစ် နာမ်သစ်နဲ့ ဆင်းရဲတဲ့ဘဝကို ချက်ချင်း ရကောင်း ရနေမှာဖြစ်တဲ့ အတွက် သူ့ကို ရည်ရွယ်ပြီး ဆွမ်းသွတ်ခြင်းစတဲ့ ဒါန ကုသိုလ်တွေပြုကြရပါတယ်၊ဒီလို ပြုတယ်ဆိုရင်တော့ ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်အရ သဘာဝ ကျပါတယ်။ ကွယ်လွန်သူများပြိတ္တာဖြစ်ပြီး အစားအစာငတ်မွတ်နေလို့ ကိုယ်ထင်

ပြုပြီး လာတောင်းကြကြောင်းလဲ ပေတာဝတ္ထု ပါဠိ တော်မှာ လာပါတယ်။

သဿတဒိဋ္ဌိနှင့် ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ

အခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း အသက် ဝိညာဉ် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါဆိုတဲ့ အတ္တလေးဟာ မပျက်မစီးဘဲ အမြဲ တည်နေပြီး တဘဝပြီး တဘဝ ကူးပြောင်းနေတယ် ဆိုတဲ့ အယူအဆကို သဿတဒိဋ္ဌိ=တည်မြဲအယူမှား လို့ ခေါ်ပါတယ်။

တချို့ကျတော့လဲ ရှေ့ဘဝ နောက်ဘဝဆိုတာကို အယုံအကြည် မရှိကြပါဘူး။ ဒီအသက် ဒီဝိညာဉ် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မသေမီအတွင်းမှာ တည်မြဲနေပြီး သေ တဲ့အခါမှာ ဘာမျှမကျန်တော့ဘဲ အသက် ဝိညာဉ် ပါ ပျက်စီး သွားရတယ်။ ဒါကြောင့် နောက်ဘဝ တမလွန် ဘဝဆိုတာ မရှိဘူး။ တဘဝတည်းနဲ့ဘဲ အပြီးသတ် ပြတ်စဲသွားတယ်လို့ ယူဆကြ ပြန်ပါ တယ်။ ဒီအယူအဆကိုတော့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ = ပြတ်စဲ အယူမှားလို့ ခေါ်ပါတယ်။

သဿတဒိဋ္ဌိကို လက်ခံလျှင်

သဿတဒိဋ္ဌိကို ယုံကြည် လက်ခံယင် တမလွန်ဘဝ ချမ်းသာရေးကို ရည်မှန်းပြီး မကောင်းမှုတွေကို ရှောင်နိုင်သလောက် ရှောင်ပါလိမ့်မယ်၊ ကောင်းမှုတွေကို ပြုနိုင်သလောက် ပြုပါလိမ့်မယ်။ သို့သော်လဲ ဘဝချမ်းသာတွေကိုသာ တောင့်တ နေမှာဖြစ်လို့ ဝဋ်ဆင်းရဲက လွတ်မြောက်ဘို့ မလွယ်ပါဘူး။ အရာရာကို တည်မြဲတဲ့ အမြင်နဲ့သာ ကြည့်မြင်နေမှာဖြစ်လို့ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတွေကို သိမြင်ဘို့၊ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိဘို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဒုက္ခသစ္စာကို မသိယင် သမုဒယသစ္စာကို မပယ်နိုင်တဲ့အတွက် နိရောဓသစ္စာ ဆင်းရဲငြိမ်းမှုကို မရနိုင်ပါဘူး။ ဒီတော့ ဒီအသိမှား အမြင်မှားကြောင့် ဆင်းရဲမြဲ ဆင်းရဲနေတာပါဘဲ။

ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိကို လက်ခံလျှင်

ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိကို ယုံကြည်လက်ခံယင် တမလွန်ဘဝ မရှိဘူးလို့ ယုံကြည်ထားတဲ့အတွက် ဒီဘဝ မသေမီ

အတွင်းမှာ မိမိ အကျိုးရှိမယ် ကောင်းစားမယ်ဆို ယင် ကောင်းမှု မကောင်းမှု ရွေးချယ်မနေတော့ဘဲ ပြုလိုရာ ပြုတော့မှာပါဘဲ၊ ဒီလိုဆိုယင် မကောင်းမှု တွေချည်းသာ အပြုများဘို့ ရှိပါတယ်။ ဒီတော့ ဒီ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားကို အခြေခံပြီးပြုမိတဲ့ မကောင်း မှုတွေကြောင့် ရှောင်လွှဲမရတဲ့ ကြောင်းကျိုးနိယာမ အရ ဆင်းရဲကျိုးတွေသာ ထပ်ကာထပ်ကာ ရနေမှာ အမှန်ပါဘဲ၊ ချမ်းသာဘို့ မရှိပါဘူး။

ဒါကြောင့် အသိအမြင်မှားယင် ဆင်းရဲတယ်။ အသိအမြင် မှန်မှ ချမ်းသာတယ်ဆိုတာ ထင်ရှား ပါတယ်။

အခု ရှင်းပြခဲ့တာကို သဘော ပေါက်ယင် သဿတဒိဋ္ဌိ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အမြင်မှား နှစ်မျိုးဟာ အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားပေါ်မှာ အခြေခံ တယ်ဆိုတာ နားလည် နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက အကြောင်းရင်း အခြေခံ ဖြစ်တဲ့

အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အမြင်မှားပျောက်ပြီး အမြင်မှန်ရောက်အောင် ရုပ်အစု နာမ်အစုကို ဖြစ်ဆဲဖြစ်ခိုက်မှာ စူးစူးစိုက်စိုက် သတိနဲ့ စောင့်ရှုဘို့ အရေးတကြီး တိုက်တွန်းဟောပြောတော်မူခဲ့တာပါဘဲ။

အသိမှန်ရလိုလျှင် အရှိကို အရှိအတိုင်း ရှု

ဒီလို ရှုရာမှာ ရုပ်ထင်ရှားယင် ရုပ်ကို ရှုရပါတယ်။ နာမ်ထင်ရှားယင် နာမ်ကို ရှုရပါတယ်။ ဖြစ်နေဆဲ ရုပ် ဖြစ်နေဆဲ နာမ်ကို ဖြစ်နေ ရှိနေတဲ့ အခြေအနေအတိုင်းသိအောင် ရှုရပါတယ်။ စိတ်ကတမျိုးတဖုံ ကြံစည်ပြီး မရှုရပါဘူး။ အရှိကို အရှိအတိုင်း ရှုတဲ့ သဘောပါဘဲ။ ဒါကြောင့် ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်က ပူတာ ထင်ရှားယင် အဲဒီ အပူတေဇောကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိအောင် ပူတယ် ပူတယ်-လို့ ထပ်ကာထပ်ကာရှု၊ အအေး ထင်ရှားယင် အေးတယ် အေးတယ်-လို့ ထပ်ကာထပ်ကာ ရှု၊ တောင့်တာ တင်းတာ လှုပ်ရှားတာ ရွေ့ရှားတာ ကြမ်းတမ်းတာ နူးညံ့

တာ စတဲ့ ရုပ်တွေ ထင်ရှားယင်လဲဘဲ တောင့်တယ် တင်းတယ် စသည်ဖြင့် ထပ်ကာထပ်ကာ ရှုရပါတယ်။ ထို့အတူဘဲ ပျံ့လွင့်စိတ် စဉ်းစားစိတ် လိုချင်စိတ် စိတ်ဆိုးစိတ် စသည်ကိုလဲ ပျံ့လွင့်တယ် စဉ်းစားတယ် စသည်ဖြင့် ရှုရပါတယ်။

အသိများပျောက်၍ အသိမှန်ရောက်ပုံ

အဲဒီလို ရှုတဲ့အခါ အစဦးမှာတော့ ပျံ့လွင့်စိတ် စတဲ့ စိတ်တွေကိုဘဲ ရှုရတာ များပါတယ်။ ရုပ်ကို ရှုရတာက နဲပါတယ်။ သို့သော်လဲ ရှုပါများလာတော့ တဖြေးဖြေး အပျံ့အလွင့်နဲလာပြီးတော့ အရှုခံ ရုပ်နာမ် အာရုံပေါ်မှာဘဲ စိတ်ဟာ စူးစိုက်တည်ငြိမ်လာပါတယ်။ ဒီအခါမှာ နီဝရဏ အညစ်အကြေးတွေ သုံးဝ ကင်းစင်သလောက် ဖြစ်နေလို့ စိတ်အစဉ်ဟာ အတော်ကြီး စင်ကြယ်နေပါတယ်။ ဒါကိုဘဲ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ချိန်ကစပြီး ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ပင်ကိုယ်ရင်းသဘော = သဘာဝလက္ခဏာကို သိလာပါတယ်။ အဲဒီ အသိဟာ ကြာလေကြာလေ သမာဓိ အားကောင်းသလောက်

ထင်ရှားပြတ်သား လာလေပါဘဲ။ ဒီအခါမှာ ပူမှုနဲ့ ရှုတဲ့စိတ်၊ အေးမှုနဲ့ ရှုတဲ့ စိတ် စသည်ဖြင့် အရှုခံ အာရုံနှင့် ရှုသိစိတ် အတွဲလိုက် အတွဲလိုက် သိသိနေ ပါတယ်။ အပူ အအေး သဘောနဲ့ ရှုတဲ့စိတ်မျှသာ ရှိတာဘဲ စသည်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိနေတဲ့အတွက် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါဆိုတဲ့ အသိမှား လုံးဝ မဖြစ်လာ တော့ပါဘူး။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အတ္တဒိဋ္ဌိ အသိမှား အမြင်မှား ကင်းသွားပါတယ်။

ဒါကြောင့် ကိလေသာတွေ ငြိမ်းနေပြီး ချမ်းသာ နေတော့တာပါဘဲ။

ဒီလိုနဲ့ တိုးတက်ပြီး ကြိုးစား ရှုမှတ်ဖန်များလာ တဲ့အခါမှာ အရှုခံ ရုပ် နာမ်တွေရဲ့ ပေါ်လာမှု ပျောက်သွားမှုလေးတွေကိုလဲ မျက်စိနဲ့ ကြည့်နေရ သလို ရှင်းရှင်းကလေး ဉာဏ်နဲ့တွေ့နေရတော့ မတည် မြဲတဲ့ သဘော၊ ဆင်းရဲတဲ့ သဘော၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အသက် ဝိညာဉ် အတ္တ မဟုတ်တဲ့ သဘော, မရှိတဲ့ သဘောတွေကိုပါ ဉာဏ်နဲ့ ပြက်ပြက်ထင်ထင် သက် ဝင်တွေ့သိပြီး သဘောကျလာပါတယ်။ဒီတော့ တည်

မြဲတဲ့ အသက်ဝိညာဉ် အတ္တ ဆိုတာ မရှိဘူးလို့ ယုံကြည် ဆုံးဖြတ်နိုင်လာတဲ့အတွက် ဝိညာဉ်က မပျက်မစီးဘဲ နောက်ဘဝကို ကူးပြောင်းသွားတယ်ဆိုတဲ့ အယူမှား၊ ဝိညာဉ်လေးဟာ မကျွတ် မလွတ်နိုင်သေးလို့ တဝဲလည်လည် ဖြစ်နေရတယ်ဆိုတဲ့ အယူမှား-အဲဒီ သဿတ ဒိဋ္ဌိတွေလဲ ကင်းစင်သွားတယ်။ ပြီးတော့ ဝိညာဉ်ဟာ မသေမီအတွင်းမှာ မပျက်မစီး တည်ရှိနေပြီး သေတဲ့အခါမှာ နောက်တဘဝ မဆက်တော့ဘဲ ပြတ်စဲ ပျက်စီး သွားတယ် ဆိုတဲ့ ဥစ္ဆေဒ ဒိဋ္ဌိ အယူမှားလဲ ကင်းစင်သွားပါတယ်။

အသိအမြင်မှန်တော့ ချမ်းသာသည်

အဲဒီလို ရုပ်သဘာဝ နာမ်သဘာဝတွေကို အမှန်အတိုင်း သိလာမြင်လာလို့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါဆိုတဲ့ အသိမှား အမြင်မှား၊ တည်မြဲ အယူမှား အမြင်မှား၊ ပြတ်စဲ အယူမှားအမြင်မှားတွေ ကင်းစင်သွားတော့ ဒီ အသိမှား အမြင်မှားတွေကြောင့် ဖြစ်ပေါ်မည့် ကိလေသာတွေလဲ ဖြစ်ပေါ်မလာတော့လို့ ချမ်းသာနေပါတော့တယ်။

(၁၄)

ဒီနည်းနဲ့ဘဲ ဝိပဿနာ အသိမှန် သမ္မာဒိဋ္ဌိတွေ တဖြေးဖြေး ရင့်သန်လာပြီး မဂ်အသိ ဖိုလ်အသိ အထိ ရရှိလာတော့ ကိလေသာ အမြစ် ပြတ်လို့ ချမ်းသာမှု သုခဓာတ်ကို ရရှိလာတော့တာပါဘဲ။

သတ္တဝါမှန်သရွေ့၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့
သာယာရှိပါစေ။

ပ-မ-သ-စ—၁၄၉၊ ၉-၁၀-၇၈—၁၀၀၀၀

သဿတဒိဋ္ဌိ နှင့် ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ

ခန္ဓာကြွေကျ၊ သေကြေရလျှင်၊ အတ္တမသေ၊ မပျက်လေဘဲ၊ ထွေထွေဘဝ၊ ကူးဆက်ရ၊ သဿတယူမှားတည်း။

ခန္ဓာကြွေကျ၊ သေကြေရလျှင်၊ အတ္တပျက်ကြေ၊ မဆက်လေ၊ ဥစ္ဆေဒယူမှားတည်း။

သဿတဒိဋ္ဌိ ကင်းစင်ပုံ

သိစရာသိတာ၊ နှစ်ခုသာ၊ မှန်စွာရှိလေသည်။
နှစ်ခုအပြင်၊ သက်ဝိညာဉ်၊ မှန်ပင်မရှိပြီ။
ထို့ကြောင့်သေလျှင်၊ သက်ဝိညာဉ်၊ နောက်တွင်
မဆက်ပြီ။
ယင်းသို့မှန်သိ၊ ဆက်ဒိဋ္ဌိ၊ ကင်း၏မြတ်ယောဂီ။

ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိကင်းစင်ပုံ

အဟောင်းရုပ်နာမ်၊ ချုပ်ပျက်ပြန်၊
တဖန်အသစ်ဖြစ်ပေါ်သည်။
ခုဘဝရုပ်နာမ်၊ ချုပ်ပျက်ပြန်၊
တဖန်အသစ်ဖြစ်ပြန်သည်။
ဟောင်းချုပ်သစ်ဖြစ်၊ ကြောင်းကျိုးစစ်၊
ဉာဏ်လှစ်နိုင်ရမည်။
အဝိဇ္ဇာတဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံ-အကြောင်းတလီ။
အကြောင်းရှိက၊ကျိုးဖြစ်ရ၊လောကတံထွာရှိလေသည်။
ကြောင်းကျိုးမကင်း၊ဘဝချင်း၊အရှင်းမပြတ်မှတ်ရမည်။
ယင်းသို့မှန်သိ၊ ပြတ်ဒိဋ္ဌိ၊ ကင်း၏မြတ်ယောဂီ။