

အဓိကအားဖြင့် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်သည်။

၁၆၄

ကျမ်းပလ္လင်



ဤမှတ်တမ်းစာစောင်သည် ပုဂ္ဂိုလ် တဦးတည် ကြည့်ရှုသုံး သပ်ရန်အတွက် ဒိုင်ယာယီသဘော မှတ်ယူ ရေးသား ထားသော စာစောင်မျှဖြစ်ခဲ့သည်။ ပုံနှိပ်ရန်ကို မူလကစဉ်းစားချက် မရှိချေ။ ထိုရည်ရွယ်ရင်းအတိုင်း မှတ်တမ်းရှင်သည်သာ သုံးသပ်နေခိုက်၊ ထို မှတ်တမ်းရှိကြောင်း အဆင့်ဆင့်ငှါးယူနေကြ၏။

ဖတ်ရသူတိုင်းကလည်း စာမူတခုစီလိုချင်လာကြ၏။ ကူးယူ လိုသူတွေများလာသဖြင့်၊ ကူးယူမှုလွယ်ကူရန် ပုံနှိပ်ဝေယူဘို့တဆင့် တိုးပြီး အကြံပေးကြပြန်၏။ ဓမ္မဒါနရှင်တွေလည်းပေါ်လာကြ တော့ ၏။ ထိုအချက်များကြောင့် ပုံနှိပ်ဝေယူရန်အ တည်ပြုလိုက်ကြတော့ ၏။

ဝေဘန်တင်ပြချက်

ဤစာစောင်ကိုပုံနှိပ်လျှင်၊ သင့်လျော်အောင် ပြင်ဆင် ပြည့် စွက်၍ပုံနှိပ်သင့်ကြောင်းနှင့်၊ မှတ်တမ်းတင်ထားသော စာများသည် ဝိပဿနာလုပ်ငန်းတွင် ချွတ်ချော်မှုများပါမပါ ဝေဘန်ရန်တရားညွှန် ပြနေသော ဆရာတော် ၂ပါးသို့တင်ပြဘို့ တရားမှန် လိုလားသူတို့ က ဆဘောထူညီ တင်ပြခဲ့လေသည်။

စီစစ်ချက်။

တင်ပြချက်အရ အောက်ဖော်ပြပါ မိမိသည် စီစစ်သောအခါ၊ ဤစာစောင်ပါ သဘောတရားတို့ကို ဟော ညွှန် သူ- မင်းကွန်း ဆရာတော် အရှင်ဝိသုဒ္ဓိ ဟောကြားညွှန်ပြသော ဒေသနာ များ ၏ လိုရင်းဆိုင်ရာများပါဝင်နေခြင်း၊ အသုံးအနှုန်း များမှတစ်ပါး၊ တရားတော်၌ထိခိုက်မှုများ မတွေ့ရခြင်းများကြောင့်၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်နှင့် တကွ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ နိဗ္ဗာန်၏အရသာတို့ကို တောင့်တအား ကိုးနေကြသော ဝိပဿနာမာမက၊ ပဋိပတ္တိ သာသနုဂ္ဂဟ လူထု အတွက်၊ (ဝါ) ပုဂ္ဂိုလ်စုအတွက် လျော်ကန်သော မှတ်တမ်း စာစောင် ဟုယူဆကာ ထုတ်ဝေခွင့်ကို သဘောတူလိုက်ပေကြောင်း။

ဦးတိလောကဉာဏ၊

ပဋိပတ္တိသာသနုဂ္ဂဟလမ်းပြ

၁၃၁၇-ခု၊ တပေါင်းလပြည့်ကျော်(၄)ရက်။

နိဒါန်း

၁၃၁၇ ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလပြည့်ကျော် (၁) ရက်၊ တနင်္ဂနွေနေ့ ညကစ၍၊ လပြည့်ကျော် (၈) ရက်နေ့ညအထိ၊ ချစ်ညတိုင်တိုင် ရွှေတိဂုံစေတီတော်မြတ်ကြီး၏ တနင်းလာဒေါင့် ရေကြည်တော်ဝတ် အသင်း၏ တည်ရာဌာန၊ ဒေါ်လှဗျော်၊ တန်ဆောင်း ကြီးတွင် ဘဏ္ဍာတော်ထိန်းလှကြီးမင်း စက်သူဌေး ဆာဦးသွင်၊ ရေကြည်တော်ဝတ် အသင်း အကျိုးတော်ဆောင်ချုပ် ဦးဘလှနှင့်၊ သရာခင် သားမျှား ကုမ္ပဏီ၊ ဦးသက်တင်၊ ဦးဘသင်၊ ဘဏ္ဍာတော်ထိန်းလှကြီး၊ သူဌေးဦးမြင့်၊ ဘဏ္ဍာရေးဝန်ကြီး ဆာ-သွန်းအောင်ကျော်၊ စသော လှကြီးမင်းများ၏တောင်းပန်ချက်အရ၊ အင်းစိန်မြို့- မင်းကွန်းဇေတဝန်ဆရာတော် ဦးဝိသုဒ္ဓိ အရှင်မြတ်သည်၊ ကမ္ဘာတလုံးသို့ အသံလွှင့်ဟောကြားဆုံးမအပ်သော ဝိပဿနာအလုပ် တရားတော်ကို နာယူ မှတ်သားမိသလောက် အကျဉ်းချုံး၍၊ မှတ်တမ်းတခုအဖြစ်ဖြင့် ရေးသားပေအံ့။

ယခု ကျွန်တော်ရေးသားသောဟောစဉ် မှတ်တမ်းတရားတွင် အချို့သောနေရာများ၌ ရှေးရှေးကကျွန်တော်လေ့လာ မှတ်သားခဲ့ဘူးသောလယ်တီ၊ ဒီပဲရင်း၊ မြဝတီ၊ မိုးညှင်း စသောဆရာတော်အရှင်မြတ်များ၏ လင်္ကာသံပေါက်ကလေးများကို၊ အလျဉ်းသင့်ရာများ၌ ဖြည့်စွက်ကြားညှပ်၍ လည်းထည့်ထားပါသည်။ ဟောစဉ် စကားသုံးများမှာလည်းစာရေးထုံးသို့မလိုက်ဘဲစကားပြောတဲ့အတိုင်းသာရေးထားပါသည်။ ဤသို့ရေးသားခြင်းဖြင့် ဤဟောစဉ်ကို ဘတ် ရှု ကြသည့်အခါ၊ လွယ်ကူစွာနားလည်ကြစေရန်နှင့် ထိုင်ရာမထ ဥာဏ်အမြင် သန့်ရှင်းကြစေရန်ရည်သန်၍ ရေးသားခြင်းဖြစ်ပါသောကြောင့်

စကားသုံးအတွက် အပြစ်တင်ခြင်းမှ ခွင့်လွှတ်ရန် တောင်းပန်ပါ
ကြောင်း။

အကျဉ်းမှတ်တမ်းရေးသူ

ဦးစိုးဆိုင်

၁၀၃-ဘုရားလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

မင်းကွန်း ဝိပဿနာ အလုပ်မှတ်တမ်း

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သပ္ပာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ။

လူအကြောက်ဆုံးရန်သူ။

လူအားလုံးတို့ အကြောက်ဆုံးရန်သူဟာ ဘယ်သူလဲ သေမဆိုတဲ့ သေမင်းဘဲ။ အဲဒီသေမင်းဆိုတဲ့ ရန်သူကို လူတိုင်း လူတိုင်းပင် ကြောက်ကြတယ်။ ဒီလို ကြောက်ကြလို့ကော သေတော့ မသေရဘူးတဲ့လား။ ငြင်းလို့မရ၊ ရှောင်လို့မရ၊ ပုန်းလို့မရ၊ အားလုံးပင် တယောက် မကျန် တနေ့နေ့မှာ သေကြရမှာ ချည်းဘဲ။ ဒီတော့ သေသေချာချာ စဉ်းစားကြည့်ရင် ဒီသေခြင်းဆိုတာဟာ အကြောင်း မရှိဘဲ သေရတာမဟုတ်ဘူး။ အဲဒီသေခြင်းရဲ့ အကြောင်းရှိလို့သာ သေကြရတာဘဲ။ ဒီလို စဉ်းစားဉာဏ်ပေါ်လာတော့ အဲဒီသေခြင်းရဲ့ အကြောင်းဆိုတဲ့ မူလတရားခံကို ရှာကြံစိစစ်ဘို့ မလိုကြပေဘူးလား။

သေခြင်းအကြောင်းရှာခန့်။

ကဲ-စိစစ်ရှာတွေ့ကြစို့၊ မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတော်မူတဲ့ တရားထဲမှာ “မရဏ” ဆိုတာ သေခြင်းဘဲတဲ့။ အဲဒီ မရဏတရားဟာ ဘာကြောင့်ဖြစ်လာရသလဲဆိုရင် “ဇာတိ” ဆိုတဲ့ အခံတရားရှိလို့တဲ့။

“ဇာတိ” ဆိုတဲ့ ဘဝတခု၏ ဖြစ်မှုအစဟာ ဘာကြောင့် ပေါ်လာရသလဲလို့ စိစစ်ပြန်တော့ မရ-ရအောင် ကြံဆောင်အားထုတ်မှုဆိုတဲ့ “ကမ္မဘဝ” ကြောင့်တဲ့။ အဲဒီလို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားနှင့် ပဋိလုံနောက်ပြန် စစ်ဆေးရှာကြံကြည့်တော့ “ဘဝ” ဆိုတဲ့ ကြံဆောင်အားထုတ်မှုဟာလဲ “ဥပါဒါန်” ဆိုတဲ့ စွဲလမ်းမှု အားကြီးခြင်းကြောင့်တဲ့။ ထိုစွဲလမ်းမှုဟာ ဘာကြောင့်လဲလို့ တဖန် ပြန်ကြည့်ပြန်တော့ သာယာမှုဆိုတဲ့ “တဏှာ” လောဘကြောင့်တဲ့။

အဲဒီလိုချည်းနောက်ပြန်စစ်ဆေးကြည့်တဲ့အခါ နောက်ဆုံးမှာ “အဝိဇ္ဇာ” ဆိုတဲ့ တရားခံအစစ်ကို တွေ့ရောမဟုတ်လား၊ အဲဒီတရားခံ ဖြစ်တဲ့ အဝိဇ္ဇာဟာ၊ (ဝါ) မသိမှုဟာ သေကြရအံ့ရဲ့ အကြောင်းရင်းဘဲ၊ (ဝါ) သေဆေးဘဲတဲ့။

မှတ်ချက် ။ ။ အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့စကားဟာ ပါဠိစကား၊ မြန်မာလိုတော့ မသိမှုခေါ်တယ်။ သံသရာ ဝဋ်ဒုက္ခ ဝဲဩဿထဲမှာ တံဝဲလယ်လယ်နေကြရခြင်းဟာ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဆိုတဲ့ စက်ရဟတ်မပြတ်လို့၊ ဒီလို မပြတ်တာဟာလဲ အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ မသိမှုကြောင့်တဲ့။

ဘာကို မသိမှုလဲလို့ ဆိုလျှင်၊ ဥပမာ—ထိုင်နေစဉ် အခိုက်အတန့်မှာ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်လို့ သိ၊ သိနေအောင် သတိရှေ့ဆောင်၍ မမှတ်ဘဲ ထိုင်နေတဲ့အတွက် ဘာမှ သိမှုမရှိ၊ ဒီလိုမသိနေတဲ့ အခိုက်အတန့်မှာ လောဘမီး၊ ဒေါသမီး၊ မောဟမီး ဆိုတဲ့ မီး ၃-ပါး အနက်၊ မီးတပါးပါး ဖြစ်မနေပေဘူးလား။ ဟော-ယခု ဆရာတော် ဘုရား ညွှန်ပြတဲ့ တရားတော်အရ၊ ဣရိယာပုထိတိုင်းမှာ သတိမလွတ်

ဝိပဿနာ မလွတ်တဲ့ အလုပ်နဲ့ မကင်း ဘဲနေလေ့ရှိတဲ့ အကျင့်ဖြစ်နေ
အောင် သတိကို အထူးယှဉ်တွဲ၍၊ (ဝါ) သိသိနေအောင်မှတ်။

ဒီလို မှတ်နေတော့မယ်လို့ ကြိုးစားအားထုတ်ပါမူ၊ ထိုင်တာ
ကိုလဲ ထိုင်တယ်၊ ထိုင်တယ် လို့ သိသိနေမယ်။ ထတာ၊ စားတာ၊
သွားတာ၊ စတဲ့ နေရာတိုင်းမှာ သိသိနေမယ်ဆိုရင်၊ ခုနက ပြောခဲ့တဲ့
မီး ၃-မီး ဖြစ်ခွင့်ရပါဦးမလား။ မဖြစ်ဘူးပေါ့။ အဲဒီလို ထိုင်တာကို
ထိုင်တယ်၊ ထိုင်တယ်လို့ သိအောင်မလုပ်လျှင်၊ ထတာကိုလဲ ဤနည်း
တူစွာ သိအောင်မလုပ်လျှင်၊ ဟောဒီ မသိမှုဆိုတဲ့ “အဝိဇ္ဇာ” နှင့်
နှစ်သက်မှုဆိုတဲ့ တဏှာတရားတွေနဲ့ အမြဲတွဲတွဲနေမယ်။ ဒီလိုတွဲတွဲနေ
တာဟာလဲ မသိမှုဆိုတဲ့ အဝိဇ္ဇာကြောင့်ဘဲ။ ကဲ-မသိမှုအရ အဝိဇ္ဇာ
ဆိုတာ တွေ့ကြံပြီမဟုတ်လား။

ထို့ပြင် တရားမှန်ကို တရားမှန်ရယ်လို့ မသိမှု၊ အမှားကိုလဲ
အမှားဘဲလို့မသိမှု၊ အမှန်ကို အမှား၊ အမှားကို အမှန်၊ ပြောင်းပြန်
လှန်၍ သိမှု၊ ရုပ်၊ နာမ်၊ ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ မိတ်၊ သစ္စာ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှ
စ၍ သူ့နေရာနှင့်သူ မသိမှု အစ ရှိသည်ဖြင့်၊ မသိမှု တွေ့ဘဲတဲ့။
ဘယ်ဒင်းမဆို အကြောင်းနဲ့ အကျိုးကင်း၍ ဖြစ်တယ်လို့မရှိဘူးတဲ့။
အဲဒါကြောင့် သေခြင်းရဲ့ အကြောင်းရင်းဟာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရား
စက်ကို ပြောင်းပြန်လှန်ကြည့်လိုက်တော့ အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ မသိမှုအပေါ်
မှာ တာဝန်ကျတာကိုတွေ့ကြံပြီမဟုတ်လား။

အကြောင်းအကျိုးစပ်ချက်

သည့်တော့မသိမှုဟာအကြောင်း၊သေရမှုဟာအကျိုးတရားဘဲ၊ မသိမှု“အဝိဇ္ဇာ” ဟာဘယ်လိုအကြောင်းမျိုးထဲကလဲ စစ်လိုက်တော့၊ အတိတ်အကြောင်းဘဲ၊ အဲဒီခေါင်းဆောင်အဝိဇ္ဇာကြီးက အရင်းခံ လိုက်တော့၊ တဏှာ၊ဥပါဒါန်ဘဝဆိုတဲ့ တပ်နှစ်သက်မှု၊စွဲလမ်းမှု၊အား ထုတ်မှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာပါရော၊ ထိုတဏှာဆိုတဲ့ သာယာမှု၊ ကိုယ်ပိုင် လုပ်ချင်မှု၊လိုချင်မှု၊ရချင် ယူချင်မှု၊အလွန် ခင်မင်တောင့်တမှုတွေဟာ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်တဲ့အကြောင်းတဏှာဘဲ။

အဲဒီ မသိမှု တွေဟာ သေဆေးတွေဘဲ၊ သေရမှာတော့ ကြောက်တယ်၊ သေဆေးဖြစ်တဲ့ မသိမှုတွေကိုတော့ သုံးစွဲနေတယ်၊ လက်ကိုင်ထားနေတယ်ဆိုလျှင် နေ့ရှိသမျှ သေဆေးတွေကို နင်းကန် စားနေတာနဲ့ မတူပေဘူးလား။ ကြောက်ရာလဲ မရောက်တော့ ဘူးပေါ့၊ ဒီတော့ ကြောက်ရင် မသိမှုတွေကို ပပျောက်သွားအောင်၊ သိမှုတွေ ဝင်လာအောင်လုပ်ဘို့ လိုပေတယ်။

ဆောင်ပုဒ်။

(က) သံသရာကို၊ တိုစေလို၊ ချွေ့ကိုသတ်ကြပေ။

(ခ) ချွေ့ကိုမဖြတ်၊ ရမ်း၍သတ်၊ မဖြတ်သံသရာ။

ဆိုတဲ့ လင်္ကာသံပေါက်ကို တကယ်သတ်ပစ်ရမဲ့ တရားခံအစစ်ကို ရှာကြံစစ်ဆေး၍ နှိပ်ကွပ်ရသလို မသိမှုတရားကို တခါထဲ ပပျောက်

စေပြီး၊ ထိုနေရာမှာ သိမ္မတရား ပေါ်လာအောင် လုပ်ဘို့လိုတယ်။

လောက ဥပမာ အားဖြင့်၊ အမှောင်ရှိလျှင်၊ အမှောင်၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ဆိုတဲ့ အလင်းရှိရမယ် ဆိုသလို၊ အဆိုးရှိလျှင် အဆိုး၏ ဆန့်ကျင်ဘက် အကောင်းရှိရမယ်။ မသိမှုရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် သိမှုသဘောလဲရှိရမယ်မဟုတ်လား။

သိမှုဆိုတာ ဘာလဲ၊ ပါဠိလို “ဝိဇ္ဇာ” ဥာဏ်ဘဲ။ ဗမာလိုတော့ သိမှုတဲ့။ ခုဒင်ကပြောခဲ့တဲ့ မသိမှုတွေ ပျောက်အောင် လုပ်ဘို့ဟာ၊ ကျွန်တော်တို့မြတ်စွာဘုရားက ဆေးကောင်းတခုပေးခဲ့တယ်။ “အနာ နှင့်ဆေး ကိုက်အောင်ပေး၊ ပျောက်ရေးမခက်ပါ” တဲ့။ ဘယ်ဆေးလဲဆိုတော့၊ မသိမှုအဝိဇ္ဇာ အနာကြီး ပျောက်အောင် လုပ်ရမဲ့ ဆေး ဟာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးတရားဆိုတဲ့ ဆေးပါဘဲတဲ့။

မဂ္ဂင် ရှစ်ပါး ဆိုတာ 'သိပြီးဖြစ်ကြတဲ့

၁။	သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊	အမှန်မြင်မှု။
၂။	သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊	အမှန်ကြံမှု။
၃။	သမ္မာဝါစာ၊	အမှန်ဆိုမှု။
၄။	သမ္မာကမ္မန္တ၊	အမှန်ပြုမှု။
၅။	သမ္မာအာဇီဝ၊	အမှန်အသက်မွေးမှု။
၆။	သမ္မာဝါယာမ၊	အမှန်အားထုတ်မှု။
၇။	သမ္မာသတိ၊	အမှန်အောက်မေ့မှု။
၈။	သမ္မာသမာဓိ၊	အမှန်တည်ကြည်မှုတို့ဘဲ။

မဂ္ဂင် အကျဉ်းချုပ်ချက်

အဲဒီ မဂ္ဂင်ဆေးရှစ်ခုကို ဆေးနဲ့နဲ့ သောက်ချင်သူတို့ အဘို့ ဆေးခွက် အကျဉ်းချုပ်ပြန်လျှင်၊ သုံးခွက်သာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ သုံးခွက်ဟာ ဘာလဲဆိုရင်၊ အင်္ဂသီလ၊ အင်္ဂစိတ္တ၊ အင်္ဂပညာဆိုတဲ့ သိက္ခာ သုံးပါးထဲပါဘဲ။ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ လို့လဲ လွယ်အောင်ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

သည့်ထက်နဲ့အောင် ချုံးလိုက်ပြန်ရင်လဲ၊ သမထနဲ့ ဝိပဿနာ ဟု ၂ ပါးသာရှိပါတော့တယ်။ တခါ ဒါထက် တိုးပြီး ချုံးချပြန်ရင်လဲ “သိမှု” တခုထဲရပါတော့တယ်။

အသိ, အလိမ္မာ, ဥာဏ်ပညာ, ဝိဇ္ဇာ, အမောဟ

ဆိုတဲ့ တရားအစုံဟာလဲ၊ စင်စစ်တော့ အဝိဇ္ဇာရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တဲ့ ဝိဇ္ဇာဥာဏ်တခုပါဘဲ။

အဲဒီဖော်ပြခဲ့တဲ့ ဘုရားရှင်၏ “သိမှု” ဆေးတော်ကြီးကို သုံးစွဲကြပါလျှင်၊ သေခြင်းမှ ကင်းကြရမယ်တဲ့။ သေခြင်းကင်းလိုတဲ့သူတွေ အဲဒီဆေးသောက်ကြ။

သေခြင်းကင်းတယ် ဆိုတာဟာ မသေမှု ရတာဘဲ။ မသေမှုဟာ နိဗ္ဗာန်ဘဲ။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာဟာ ဇာတိကုန်တဲ့သဘောဘဲ။ ဇာတိကုန်ရင်၊ ဇရာ- ဗျာဓိ-မရဏာခေါ်တဲ့၊ အိုမှု နာမှု သေမှုဟာ ကုန်သွားတာဘဲ။

ဒါကြောင့် ဇာတိရဲ့ အကြောင်းရင်းရှာတော့၊ အဝိဇ္ဇာတကော ဆိုတဲ့ လက်သယ်နှစ်ဦးကို တွေ့ကြတယ်။ ကဲ... အဲဒီ တရားခံကြီးနှစ်ဦး ကို ပပျောက်စေမဲ့ လက်နက်လဲဖြစ်၊ ဆေးလဲဖြစ်တဲ့ ဘုရားရှင်၏သိမှု ဝိဇ္ဇာဆေးတော်ကြီးကို ဆောင်ကြ မှီဝဲကြ၊ အရယူကြပါတော့။

လက်တွေ့ အပေါ်ရန် ဒုက္ခများ

ယခု ကမ္ဘာတလုံးမှာ အလွန်ကြီးကျယ်ပြင်းထန်တဲ့ကပ်ဆိုး ကြီးနဲ့ ရင်ဆိုင်တိုးကြရလို့ ဟိုပြေးကြရ၊ ဒီပြေးကြရ၊ တချို့လဲ ပြေး ရင်းဘဲ ပစ္စည်းဆုံး လူသေ၊ တချို့လဲ အိုးအိပ်မဲကြရ။ ယခုစစ်ကြီး ပြီးလို့ ကုသိုလ်ကံကောင်းထောက်မ၍ အသက်နှင့်ကိုယ် အိုးစားမကွဲ ဘဲ အသက်ရှင်ခွင့်ရသည်ကိုပင်၊ အင်မတန် ကံကြီးကောင်းလှပါတယ် လို့ မဆိုရပေဘူးလား။

သည်အထဲမှာ— ဒုဗ္ဘိက္ခန္ဓရကပ် ဆိုက်တော့ မလိုလို သတင်း စာတွေမှာ ဘတ်ရတွေရတော့၊ တယ်ကြောက်ဘို့ ကောင်း တာ ဘဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီအပေါ်ရန်ဒုက္ခနှင့်တကွ၊ အတွင်းပူးသတ်နေတဲ့ ဒုက္ခ ထိပ်သီး ဆယ်ပါးသောမီးတွေကို၊ ငြိမ်းနိုင်တဲ့ မီးခံသေတ္တာကြီး အစစ် ရရှိထားကြရအောင်၊ မသိမှုဆိုတဲ့ အကြောင်းရင်းကြီးကို အမြစ်က လှန်နှုတ်ပြီးမပစ်သမျှ သံသရာထဲကမထွက်ရဘဲ၊ တသေထဲသေနေကြ ရဦးမှာဘဲ။

ယခု တွေ့ခဲ့ရတဲ့၊ နောင်လဲတွေ့ရမဲ့ ဒုက္ခအမျိုးမျိုးတွေဝိုင်းအုံ နေကြတယ်။ ဒီတော့- ဒီမသိမှုဆိုတဲ့တရား ပပျောက် သွားအောင် ဘုရားရှင်ပေးထားခဲ့တဲ့ မဂ္ဂင်ဆေးကြီးကိုသောက်ကြစို့။

မသေဆေးဖော်စပ်နည်း

အဲဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး တရားဆိုတဲ့ ဆေးတော် ကြီးကို၊ ဘယ်လို ဖော်စပ်သုံးဆောင်ရမလဲ ဆိုတော့၊ ဘုရားရှင်က သတိပဋ္ဌာန် တရား တော်မှာ ဟောညွှန်ထားတဲ့အတိုင်း၊ ကျွန်တော်တို့ တတွေဟာ ဣရိယာပုတ် လေးပါးထဲမှာဘဲ အမှတ်မဲ့ နေခဲ့ကြသဖြင့်၊ ယခုအခါ အမှတ်မမဲ့ စေအောင် တတ် နိုင် သ လောက်၊ ထိုင်လျှင် ထိုင်တယ်၊ ထလျှင်ထတယ်၊ စားလျှင်စားတယ်၊ သွားလျှင်သွားတယ်လို့ နေရာ တိုင်းနေရာတိုင်းမှာ သိ၊ သိ သွားအောင်၊ တပြေးထဲပြေးနေတဲ့စိတ်ကို မိအောင်၊ သမ္မာဝါယာမ မဂ္ဂင်ဖြင့် ဘမ်းရမယ်လို့ဆိုပါတယ်။

ဒီတော့ ဘယ်လိုဘမ်းရမယ်လို့ လက်တွေ့လုပ်နည်းကို စိစစ် လိုက်တော့။ ဥပမာ- ထိုင်နေတဲ့ အခိုက်အတန့်မှာ၊ ထိုင်နေတယ်၊ ထိုင်နေတယ်လို့၊ သိ၊ သိ နေအောင်၊ ထိုင်နေတဲ့အမှုအရာ ပေါ်မှာဘဲ၊ မိမိ၏စိတ်ကို ရှုစိုက်၍ထား၊ စိတ်ကို တခြားမလွင့်မထွက်စေနဲ့ တဲ့။

အဲသည်လို စိုက်နေတဲ့အခိုက်မှာဘဲ၊ မျောက်လိုဆော့တတ်တဲ့ စိတ်ကလေးဟာ၊ စိုက်ထားတဲ့အာရုံမှ တခြားအာရုံ တခုခုထဲသို့သာ ရောက်သွားရော ဆိုပါတော့။ ဥပမာ - ထိုင်နေစဉ် ထိုင်နေတယ်လို့ မှတ်နေတုန်း အသံတခုခုကြားတယ်ဆိုပါတော့။ အဲဒီ အခါမှာ မှတ် နေတဲ့စိတ်ဟာ၊ အဲဒီကြားတဲ့ နေရာကိုရောက်သွားတာပေါ့။

ဒီလို ရောက်သွားတော့ - ဒီစိတ်ကို ထိုင်နေတာ မှတ်တာကို သိအောင် ပြန်ဆွဲရမယ်တဲ့။ စင်စစ်မတော့ တပြေးထဲ ပြေးနေတဲ့ လေလွင့်နေတဲ့ စိတ်နောက်က ထက်ချပ် သတိ ကလေးက လိုက်၍

ဒီကဲ့သို့ ဥာဏ်ရင့်လာလျှင် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိဥာဏ်ရလို့ ရှေးဦးစွာ နာမ်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားမှတ်သားတဲ့အတွက်၊ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားမှတ်သားခြင်းကိုပြုတယ်တဲ့။ ကင်္ခါရဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိဥာဏ်ရလို့ရုပ်ဖြစ်ခြင်း အကြောင်း၊ နာမ်ဖြစ်ခြင်းအကြောင်း သိမ်းဆည်းတဲ့ အတွက်၊ သမုဒယသစ္စာကို ပိုင်းခြားမှတ်သားခြင်းကို ပြုတယ်တဲ့။ မဂ္ဂ၊ မဂ္ဂ ဥာဏ ဒဿနဝိသုဒ္ဓိရလို့ မဘောက် မပြန် အရိယာမဂ်၏ အကြောင်း ဖြစ်တဲ့ လောကီမဂ်ကို ပိုင်းခြားမှတ်သားတဲ့ အတွက် မဂ္ဂသစ္စာကို ပိုင်းခြားမှတ်သားခြင်းအမှု ပြုတယ်လို့ဆိုလိုပါတယ်။ သည်လို လောကီဥာဏ်ဖြင့် လက်ဦးအစ သစ္စာ သုံးပါးကို ပိုင်းခြား မှတ်သားနိုင်လာတော့တာတဲ့။ အဲဒါဟာ ဥဒယဗ္ဗယဥာဏ်ပေါ်လာပုံအချုပ်ပါတဲ့။

၁၆-ပေါက်နှင့်တူတဲ့ ဥာဏ်စဉ် ၁၆- တန်ကို ပေါက် ရောက် အောင်၊
တသဝေ မတိမ်း လိုက်နာ ကျင့်ကြံ နှလုံးသွင်း အားထုတ်ကြစေလို
ပါကြောင်း။

