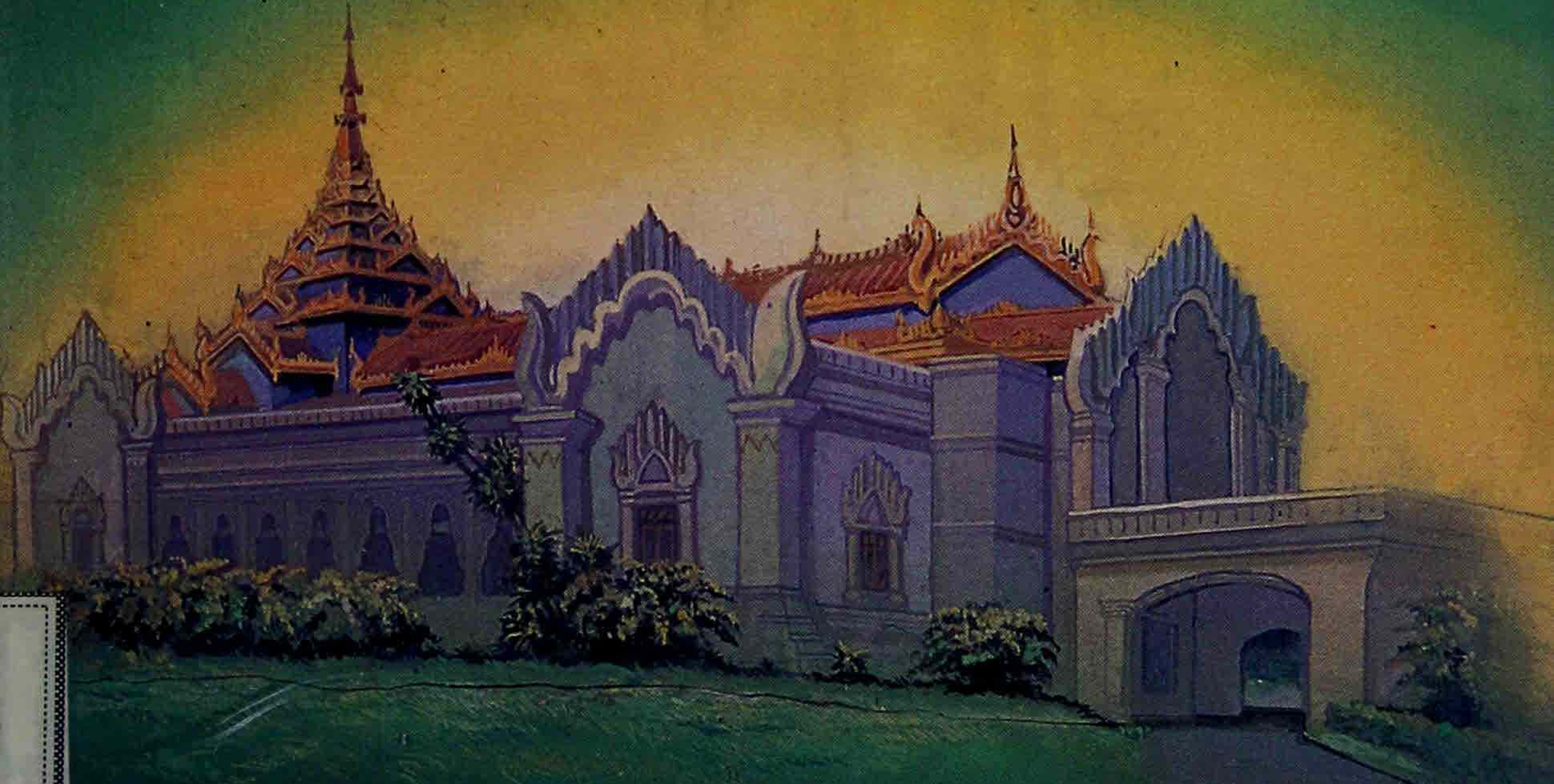
ချမ်းမြေ့ဆရာတော်

၁၉၈၅-ခုနှစ်

တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ချမ်းသာရေးတရားတော်များ



မေးခွန်း (၅၀) ကိုဖြေထားသည်

သာသနာနှစ် ၂၅၃၄ | မြန်မာနှစ် ၁၃၅၂ | ခရစ်နှစ် ၁၉၉၀

ဆုတောင်းမေတ္တာ

သူယော်စိတ်မြတ်၊ အငြိမ်းဓာတ်၊ လွှမ်းပတ်ကမ္ဘာတည်ပါစေ။
မေတ္တာစိတ်မြတ်၊ အအေးဓာတ်၊ လွှမ်းပတ်ကမ္ဘာခြုံပါစေ။
သတ္တဝါမှန်သမျှ၊ ဘေးမခ၊ အေးမြချမ်းသာရှိပါစေ။
သတ္တဝါမှန်သရွေ့၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာရှိပါစေ။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်

တတိယအကြိမ်
၁၉၉၇
အောက်တိုဘာလ

အုပ်ရေ
၅၀၀၀

မြဝတီစာပေတိုက်

အမှတ် ၇၅(ခ)၊ ပြည်လမ်း၊ စော်ဘွားကြီးကုန်း၊ အင်းစိန်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့တွင် စာတည်းမှူးချုပ် ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီး ချစ်နိုင်က ပုံနှိပ်သူအမှတ် (၀၂၂၅၁)ဖြင့် ပုံနှိပ်၍ ထုတ်ဝေသူအမှတ် (၃၇၀၂)ဖြင့် ဖြန့်ချိ ထုတ်ဝေသည်။

မြဝတီ ပုံနှိပ်တိုက်အတွက် ဒေါ်ခင်စီ (၀၁၄၈၀)၊ မေတ္တာမိုး ပုံနှိပ်တိုက်၊ အမှတ် ၂၂ ဓမ္မဝိဟာရလမ်း၊ ကျောက်မြောင်း ရန်ကုန်မြို့က ရိုက်နှိပ်သည်။

ဖြန့်ချိရေး

ဦးအောင်သိန်း
ဓမ္မဒေသနာပြန့်ပွါးရေးအဖွဲ့ငယ်
ချမ်းမြေ့ရိပ်သာကျောင်း
၅၅(က) ကမ္ဘာအေးစေတီလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၆၆၁၄၇၉

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်

၁၉၈၅ ခုနှစ် တက္ကသိုလ်မွေ့သဘင်

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ

(အမေးအဖြေများ ပါဝင်သည်)

သာသနာနှစ်	မြန်မာနှစ်	ခရစ်နှစ်
၂၅၄၁	၁၃၅၉	၁၉၉၈

၂၅၇၆၀

ချမ်းမြေ့ စာစဉ်များ

၁။ ဆင်းရဲငြိမ်းအေး ချမ်းသာရေးတရားတော် (ပဥ္စမအကြိမ်)

၂။ ချမ်းမြေ့ အခြေပျိုးဗုဒ္ဓဘာသာ (စတုတ္ထအကြိမ်)

၃။ ချမ်းမြေ့မင်္ဂလာ သင်စရာ (တတိယအကြိမ်)

၄။ ဂုဏ်တော်ဘုရားရှိခိုးနှင့် သိမှတ်ဖွယ် အထွေထွေ (အဋ္ဌမအကြိမ်)

၅။ အသံလွှင့်တရားတော်များ (ဒုတိယအကြိမ်)

၆။ ၁၉၈၅-ခုနှစ် တက္ကသိုလ်မေ့သဘင် (ဒုတိယအကြိမ်)

၇။ လူ့ကြထိန်သက်န်းနှင့် မင်္ဂလမ်းကိုရွယ် (စတုတ္ထအကြိမ်)

၈။ အနောက်တိုင်းမှ ဘာဝပြဿနာ (ကုန်ပြီ)

၉။ ချမ်းမြေ့ သာသနာတော်လျှောက်စာတန်း (ဒုတိယအကြိမ်)

၁၀။ နိုင်ငံခြားမှ ပေးစာများ (ကုန်ပြီ)

၁၁။ တတိယအကြိမ် ဓမ္မခရီး (ထွက်ပြီ)

၁၂။ ယောဂီသိဖွယ် အသွယ်သွယ် (ထွက်ပြီ)

၁၃။ Vipassana Meditation Guidelines (မလေးရှား၌ ထုတ်ဝေပြီး)

၁၄။ Vipassana Meditation

၁၅။ Ordination Procedure and some rules of Vinaya

ကြိုးစားကြပါစို့

လူနတ်ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါတို့၊
များစွာကျိုးရ၊ ချမ်းသာလှသည့်၊
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ သာသနာသည်၊
ရှည်ကြာတည်တံ့၊ ရှည်နိုင်ခံ့၍၊
ပျံ့နှံ့တိုးပွား၊ ကျင့်သူများလျက်၊
ရှကြွားချမ်းသာ၊ ချမ်းမြေ့သာအောင်၊
ညီညာတို့များ၊ တာဝန်ထား၊
ကြိုးစားကြပါစို့။

များလှအကျိုးတွေ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ ပွင့်ထွန်းလာ၍၊
သစ္စာလေးအင်၊ ရှစ်မဂ္ဂင်နှင့်၊
သုံးအင်လက္ခဏာ၊ သင်္ခတာ’ သင်္ခတ၊
မြတ်ဓမ္မကို၊ နက်လှ ဉာဏ်တော်၊
ဟောထုတ်ဖော်၍၊ သူတော်အများ၊
သိရငြား၊ များလှ အကျိုးတွေ။

ခမ္မကြေးမုံတွင် တင်၍ စစ်ဆေးပါ

သန့်ရှင်းကြည်လင်၊ ကြေးမုံပြင်ဝယ်၊ သင့်သွင်ရုပ၊ လှ မလှကို၊ နေ့ညမရွေး၊ ကြည့်စစ်ဆေး၍၊ ယင်ချေး မှဲ့ ပြောက်၊ ဝက်ခြံပေါက်နှင့်၊ ညှင်းပြောက် တင်းတိတ်၊ ဖုအကျိတ်ကို၊ ဆေးသိပ်ပယ်ရှား၊ ပမာလားသို့၊ မြတ်ဖျားဗုဒ္ဓ၊ ဟောညွှန်ပြသည့်၊ ခမ္မကြည်လင်၊ ကြေးမုံပြင်ဝယ်၊ သင့်သွင်မနံ၊ စိတ်အလှကို၊ နေ့ ည မရွေး၊ တင်စစ်ဆေးလော့၊ ညစ်ကြေးကိလေ၊ တွေ့ခဲ့ ပေသော်၊ ခြောက်ထွေ နည်းဖြင့်၊ ပျောက်စေလွှင့်မှ၊ မလင့်မကြာ၊ သင့်ခန္ဓာသည်၊ ချမ်းသာ ဖုံးလိမ့် မှန်စွာတည်း။

အချိန် ရွေးမနေနှင့်

အိုဘယ့်လူသား၊ ငမိုက်သား၊
သင်ကားအဝိဇ္ဇာ၊ ပိတ်ဖုံးကာ၍၊
ငါးဖြာအာရုံ၊ ဒုက္ခပုံကို၊
အကုန်မမြင်၊ အကောင်းထင်ကာ၊
ခင်မင်တပ်မက်၊ တွယ်ကာဖက်လျက်၊
အောက်ထက်သံသာ၊ စုန်ဆန်ကာဖြင့်၊
တဏှာလက်သယ် (သည်)၊ ထင်တိုင်းခြယ်၍၊
အေးတယ်မရှိ၊ ဆင်းရဲဖိသည်၊
ဝဋ်၏ သားကောင် လုံးလုံးတည်း။

ဝဋ်၏ သားကောင်၊ ဒုက္ခဘောင်မှ၊
လွတ်အောင်ရန်း၍၊ ချမ်းသာတွေ့ဖို့၊
မမေ့ရပ်နာမ်၊ ဖြစ်ပျက်ဟန်ကို၊
အမှန်ဉာဏ်သို့၊ ဖြစ်တိုင်းသိလော့၊
ဝီရိနှစ်တန်၊ ရှု့မြှုက်တံဖြင့်၊
ဆယ်တန်ကိလေ၊ လောင်ကျွမ်းကြေအောင်၊
မသေ မနာ၊ မအိုပါခင်၊ တက်သုတ်နှင်လျက်၊
ဆောလျင်မြန်စွာ၊ ရှု့မြှုက်ပါလော့၊
နောင်ခါကာလ၊ ချိန်လွန်ရဟု၊
နောင်တ တကြီး၊ သင် မညည်းလင့်၊
ဇနီးမယား၊ သမီးသားနှင့်၊
လင်သား အိမ်ရာ၊ အဖြာဖြာကို၊
ငဲ့ကာဖင့်နွှေး၊ အချိန်ရွေးက၊
သေဘေး သင့်ကို ဦးလိမ့်တည်း။ ။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်၏

၁၉၇၅-ခုနှစ် တက္ကသိုလ် ဓမ္မသဘင်

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ

အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
ကျေးဇူးတင်ပါသည်	က-ဃ
ဒေါက်တာ ဦးမင်းတင်မွန်၏ အမှာစာ	၁
စာသဝက်	၉

ပထမနေ့ တရားပွဲ ၁၅

တရားသိပုံလေးမျိုး	၁၇
အပိုင်း လေးပိုင်း	၁၉
၁။ ကြည်ညိုယုံကြည်မှု အပိုင်း၊	၂၀-၁၃၁

သဘာဝနှင့် ကိုက်ညီတဲ့တရား ၅၊ ကြည်ညိုတယ်ဆိုတာ ၂၃။
ဗုဒ္ဓဆိုတာ သိသူ ၂၄၊ အမှန်အတိုင်း သိတယ်ဆိုတာ ၂၆၊

သဘာဝကို အရှိအတိုင်းသိသူ ၂၇၊ ဒဿန အမြင်က အမျိုးမျိုး၊ အရှိအတိုင်း ကြည့်လို့ အမှန်အတိုင်း သိမြင် ၂၉၊ သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်စဉ် ၃၀၊ သိတယ်လို့ ထင်စရာပဲ ၃၁။

ကိုတ်တွေ့ ရှင်း ကမ္မဋ္ဌာန်း ၃၄၊ တုတ်နှင့် ရိုက် အငိုက်ဖြေ ၃၅၊ မြတ်စွာဘုရား၏ အငိုက်ဖြေဆေး ၃၇၊ မြတ်စွာဘုရား အရှိ သဘာဝ သိတော်မူပုံ ၃၉၊ လိုချင် တပ်မက်မှုကြောင့် ဆင်းရဲ ဖြစ် ၃၉၊ ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်း ၄၁။

အမှန်အတိုင်းသိလို့ ဆင်းရဲငြိမ်း၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ လို့ ထင်မှ လိုချင် တပ်မက်သည် ၄၁၊ ဒုက္ခနှင့် သမုဒယကို သိမြင်၊ နိရောဓနှင့် မဂ္ဂကို သိမြင် ၄၄၊ အမှန်လေးပါး၊ ကြောင်းကျိုး ဆက်စပ်ပုံ ၄၅၊ ဘာကြောင့် ဗုဒ္ဓလို့ ခေါ်ရသလဲ ၄၆၊ အကျင့်မှန်လို့ အသိမှန် ၄၇။ ဒါကြောင့် အားကိုးယုံကြည်ထိုက်သည် ၄၇၊ ယုံကြည်အားကိုးထိုက်တဲ့ တရားတော် ၄၉၊ ယုံကြည် အားကိုးထိုက်တဲ့ သံဃာတော် ၅၀၊ မှန်ကန်သော ယုံကြည်မှု နှင့် မှားယွင်းသော ယုံကြည်မှု ၅၁၊ ပသာဒကြောင့် ကောင်းကျိုးရ ၅၂၊ စိတ်ကြည်လင်လို့ ကောင်းကျိုးရ၊ တခြား ဥပမာများ ၅၄၊ အကျိုးရသူများ ၅၅။

ဒုတိယနေ့ တရားပွဲ ၅၇

အီလီနွိုက် တက္ကသိုလ်မှာ ၆၁၊ ဒဿနပညာဟာ အသိမှန်လား ၆၅၊ အရှိအတိုင်းကြည့်၍ အမှန်ကို သိသူ၊ တွေးကြည့်၍ အမှား သိသူ ၆၇၊ တွေးခေါ်ဉာဏ်၏ အရာ မဟုတ် ၆၈၊ ဘဝ ချမ်းသာရေး နှင့် ဘဝ လွတ်မြောက်ရေး ၇၀၊ ဒဿန ပညာက လက်လှမ်း မမီတဲ့ တရား ၇၀၊ ဗုဒ္ဓ သိတော်မူတဲ့ အမှန်တရား လေးပါး ၇၂၊ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ၇၆၊ မဂ္ဂင် ရှစ်တန် အကျင့်မှန် ၇၈၊ သရဏ နှင့် သရဏဂုံ ၇၉။

ယုံကြည် ဆည်းကပ်စိတ်သည် သရဏဂုံ ၇၀၊ သရဏဂုံ တည်သူ နှင့် မတည်သူ ၇၁၊ သရဏဂုံ နှစ်မျိုး၊ မပျက်တဲ့ သရဏဂုံ ၇၃၊ ပျက်တဲ့ သရဏဂုံ ၇၄၊ အသေလှ အနေလှ ၇၆+ သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းခြင်း လေးမျိုး ၇၇၊ ဂုဏ်တော်ကို သံသယ ဖြစ်ရင် ၇၇၊ လိုရင်းအနှစ်က အစစ်အမှန်၊ သတိထားဖို့ ၇၉။

သံဃာရတနာကို မယုံမှားဖို့ ၉၀၊ ဥာဏ်တိမ်သူတွေ ၉၁၊ ရိုသေလေးစားထိုက်သူ၊ မြင့်မြတ်တာ နဲ့ ယုတ်ညံ့တာ၊ မစောင့်စည်းရင် တိရစ္ဆာန် နဲ့ မထူးလှ ၉၃၊ မစောင့်စည်းခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများ၊ စောင့်စည်းရင် မြင့်မြတ်၊ မစောင့်စည်းရင် ယုတ်ညံ့ ၉၄၊ ရတနာသုံးပါး ရိုသေထိုက်ပုံ၊ သံဃာ ရတနာနဲ့ ပတ်သက်လို့ ၉၅၊ အိမ်ထောင် မပြုတာ တစ်ခုတည်းနဲ့ပဲ ၉၆၊ တစ်စိတ် တဒေသကိုသာ မကြည့်နှင့် ၉၇၊ တိုတိုကျဉ်းကျဉ်းမှတ်ဖို့ ၉၉၊ ရှိခိုးတိုင်း သရဏဂုံ မဖြစ် ၁၀၀။

တတိယနေ့ တရားပွဲ ၁၀၅

ယုံလို့ကြည်မှ သဒ္ဓါ ၁၀၇၊ ယုံလို့ ကြည်လင်စေမှ ယုံပါ ၁၀၉၊ ယုံလို့မကြည်လင်စေတဲ့ ဝါဒများ၊ စိတ်ကြည်လင်မှချမ်းသာ ၁၁၀၊ သဒ္ဓါ၏ လက္ခဏာ ၁၁၁၊ ရသ ၁၁၂၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်၊ ပဒဋ္ဌာန် ၁၁၃၊ သဒ္ဓါလေးမျိုး ၁၁၄၊ ပသာဒသဒ္ဓါ၏ စွမ်းအား ၁၁၇၊ ဒမိဋ္ဌကုလားတစ်ယောက် ၁၁၉၊ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ ၁၂၀၊ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ ဂုဏ်တော်များ ၁၂၂၊ ပသာဒသဒ္ဓါမျှပင် မရှိသူများ ၁၃၀၊ အာဂမနသဒ္ဓါ၊ အဓိဂမသဒ္ဓါ ၁၃၁။

၂။ လိုက်နာကျင့်ကြံမှု အပိုင်း ၁၃၂-၁၆၉

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ဩဝါဒအကျဉ်းချုပ် ၁၃၂၊ ရှောင်ရန်နှင့် ဆောင်ရန် ၁၃၃၊ စိတ်ဖြူအောင် ထားနည်း ၁၃၄၊ အဆိုးကိုစွဲလမ်းတတ်တဲ့

လူ့သဘာဝ ပင်ကိုစိတ်ထား ပြုပြင်ဖို့လိုသည် ၁၃၅၊ အထက်တန်း အကျဆုံးနည်း ၁၃၆၊ ယောနိသောမနသိကာရ၏ အမြင့်ဆုံး အဓိပ္ပာယ်၊ အများသိ ယောနိသောမနသိကာရ ၁၃၇။

ကြိုတင်သတ်မှတ်တဲ့နည်း၊ အာရုံပြောင်းတဲ့နည်း ၁၃၉၊ ကုသိုလ် ကောင်းမှု မပြတ်ပြုတဲ့နည်း ၁၄၀၊ မေတ္တာပွားတဲ့ နည်း ၁၄၁၊ သမထဘာဝနာ ပွားတဲ့နည်း ၁၄၂၊ စိတ်က အခြေခံ ၁၄၃၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စစ်ဆေးပါ ၁၄၄၊ တရားမှန်မှာ ကြည့်ပါ ၁၄၅၊ စိတ်ထားဖြူဖွေး ဆောင်ပုဒ် စာအုပ် ၁၄၆။

ကြီးပွားရေး တရားတွေ အများကြီး ၁၄၆၊ ရာဟုလာကို ပေးတဲ့ ဩဝါဒ ၁၄၇၊ ကာယကံ မလုပ်မီ စဉ်းစား ၁၅၀၊ ဝစီကံ မပြောမီ စဉ်းစား ၁၅၁၊ မနောကံ မတွေးမီ စဉ်းစား ၁၅၂၊ နှုတ်ကို ထိန်းဖို့ အရေးကြီးသည် ၁၅၅။

စတုတ္ထနေ့ တရားပွဲ ၁၅၇

လင်းနို့က ရဟန်းဖြစ် ၁၆၀၊ ဖားနတ်သား၊ စကားလုံးတိုင်း အာရုံစိုက်နာပါ ၁၆၁၊ ကြီးပွား ချမ်းသာကြောင်း တရားလေးပါး ၁၆၃၊ ပျက်စီးကြောင်းတရား လေးပါး ၁၆၅၊ တမလွန် ချမ်း သာကြောင်းတရား လေးပါး၊ စီးပွားပျက်ကြောင်း တရားခြောက်ပါး ၁၆၆၊ ရွှေအိုးညွှန်ပြသူ၊ အပြစ်ညွှန်ပြ ဆုံးမသူ ၁၆၇၊ ကျွဲကန်း လိုလူ ၁၆၈၊ ဆရာကောင်းထံ နည်းခံပါ ၁၆၉။

၃။ ကိုယ်ကျင့်တရား အပိုင်း ၁၇၀–၁၉၃

ကိုယ်ကျင့် သီလ ၁၇၀၊ အလုပ် အပြော ကြည့်ကြတာ ၁၇၁၊ သီလ၏ အကျိုး ၁၇၂၊ ယဉ်ကျေးတယ် ဆိုတာ၊ စိတ်ကို ဖြူစင် စေသော ဝိပဿနာဘာဝနာ ၁၇၃။

သီလ၏ လောကီ အကျိုး ၁၇၅၊ သီလ၏ လောကုတ္တရာ အကျိုး ၁၇၀၊ သီလ ဘာကြောင့် ပြည့်စုံ သလဲ ၁၀၂၊ သီလ စင်ကြယ်လို့ ရဟန္တာဖြစ် ၁၀၄၊ အကပ်တတ်မှ အာပတ်လွတ် ၁၀၄၊ စားသောက်ဖွယ် ကပ်ရာမှာ သတိပြု ၁၀၅၊ မထိကောင်း ၁၀၆၊ တခြားသတိပြုစရာတွေ ၁၀၇၊ သဒ္ဓါပြည့်တဲ့ ဒကာ ၁၀၉၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဝေဖန်ရေး ၁၉၀၊ သီလ ဆင်ခြင် ဝိတိဝင် ၁၉၁၊ စင်ကြယ်တဲ့ သီလက အခြေခံ ၁၉၂၊ အာကင်္ခေယျသုတ် ၁၉၃။

၄။ လက်တွေ့ကျင့်ကြံ ပွားများအားထုတ်မှု အပိုင်း　　၁၉၄-၃၁၉

သိ ပယ် ဆိုက် ပွား ၁၉၄၊ ပရိညေယျတရား ၁၉၅၊ ဒုက္ခကို သေသေချာချာ သိမှ၊ ခဏာတာ ချမ်းသာမှု ၁၉၇၊ သင်္ခါရဒုက္ခ အသိခက် ၁၉၉ ပဟာတဗ္ဗတရား သစ္ဆိကာတဗ္ဗတရား ၂၀၀၊ သဉပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်၊အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန် ၂၀၁။

ဘာဝေတဗ္ဗတရား ၂၀၂၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပွားပုံ ၂၀၃၊ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ် နှင့် အရိယမဂ် ၂၀၃၊ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်လဲ ဘာဝေတဗ္ဗ ၂၀၄၊ ရှုမှတ်ရာတွင် မဂ္ဂင်ဖြစ်ပွားပုံ၊ ဝိပဿနာရှုခိုက် လောကီသစ္စာလေးပါး ၂၀၅၊ မြုပ်နေတဲ့ ကွင်းဆက် ၂၀၇၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပြုတ်မှ တကျော ချုပ် ၂၀၀။

ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းခြင်း ၂၀၉၊ သီလကို အခြေခံ ၂၀၉၊ ဘာဝနာဆိုတာ၊ ဘာဝနာလုပ်ငန်း၏ ရည်ရွယ်ချက် ၂၁၀၊ ဘာဝနာ နှစ်မျိုး ၂၁၁၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း ၂၁၂၊ သမထဘာဝနာ၏ အကျိုး ၂၁၃၊ ဝိပဿနာနှစ်မျိုး၊ သမထပုဗ္ဗင်္ဂမဝိပဿနာ ၂၁၄၊ သုဒ္ဓဝိပဿနာ ၂၁၅။

ဝိပဿနာ ခဏိကသမာဓိ ၂၁၀၊ ခဏိကသမာဓိနှင့် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ၂၁၅၊ တင်စားခေါ်ရတဲ့ ဥပစာရ သမာဓိ ၂၁၀။

အကြောင်းအရာ **စာမျက်နှာ**

ဝိပဿနာဘာဝနာ အားထုတ်ရာမှာ သတိပြုစရာများ ၂၂၀၊ ဘာဝနာ၏ ပရိကံ ၂၂၀၊ ထိုင်ပုံ ၂၂၁၊ သမ္မတ္တက ကမ္မဋ္ဌာန်း ၂၂၃၊ သတိပဋ္ဌာန် လေးပါး ၂၂၄၊ မရွေးချယ်ရ ၂၂၅၊ အားထုတ်စမှာ သမာဓိပင် မဖြစ်သေး ၂၂၆၊ ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများနှင့် အရိယာများ ၂၂၈၊

ကာယာနုပဿနာ သတိပြုစရာ ၂၂၈၊ အခြေခံမှု၊ ပင်တိုင်အာရုံကို စပြီး ရှု ၂၂၉၊ ကုဋိသယဝါယော ၂၃၀၊ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ၂၃၁၊ စကားလုံးကို မရှုနဲ့ သဘာဝကို ရှု ၂၃၂၊ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကိုသာ မဟုတ်၊ အသက်ကို ပြုပြင် မရှုပါနှင့် ၂၃၄၊ ထိုင်မှု ထိမှုကိုလဲ ပင်တိုင်ထား ရှုနိုင် ၂၃၅။

စိတ္တာနုပဿနာ သတိပြုစရာ၊ စိတ်လွှင့်ရင် ပြန်မထိန်းနှင့်၊ လွှင့်စိတ်ကို ရှုပါ ၂၃၆၊ သန္တတိပစ္စုပ္ပန်ကို ရှုပါ ၂၃၆၊ ရေများ ရေနိုင် မီးများမီးနိုင် ၂၃၈၊ ဝိပဿနာမှာ လွှင့်စိတ်ကို ပြန် မထိန်းရ ၂၃၉၊ စဉ်းစားစိတ်ကို မရှုရင် ၂၄၀၊ စိတ်ကို ရှုခြင်း ကြောင့် ရတဲ့ အကျိုး ၂၄၃၊ တကယ်လို့သာ စိတ်ကိုမရှုရင် ၂၄၄။

ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပြုစရာ ၂၄၄၊ ခံစားမှုနှင့်ရှုသိမှု ၂၄၅၊ ဒုက္ခဝေဒနာ ၂၄၅၊ နိဗ္ဗာန်တံခါးသော့၊ သည်းမခံနိုင်တော့လျှင် ၂၄၆။

စင်္ကြံလျှောက်ရာ သတိပြုစရာ ၂၄၇၊ မျက်စိကိုထိန်းပါ ၂၄၇၊ ဖြည်းဖြည်း ခြေလှမ်းစိပ်စိပ် ၂၄၈၊ စင်္ကြံလမ်း အဆုံးမှာ ၂၄၉၊ စင်္ကြံကို ဂရုစိုက်ပါ၊ စင်္ကြံအကျိုး ငါးပါး ၂၅၀၊ စင်္ကြံရှုရုံမျှဖြင့် တရားရသူ၊ စင်္ကြံရှုမှတ်မှု ရည်ရွယ်ချက် ၂၅၁၊ သိမှု ဝိပဿနာ ၂၅၂။

အကြောင်းအရာ စာမျက်နှာ

အသေးစိတ်အမှုအရာ သတိပြုစရာ ၂၅၃၊ သမ္ပဇညပိုင်း ရှုပုံ၊ ရှုပုံနည်းပြ ၂၅၃၊ များပြားသလောက် ရှုမှတ်မှု၊ အလေ့အကျင့် ရလာတော့ မလွတ်တော့ပါဘူး ၂၅၄၊ တစ်ကွေး တစ်ဆန့်မှ အလွတ်မခံသူ ၂၅၅။

ရှုမှတ်ပုံအမြွက်မျှ ၂၅၇၊ စကြံအလျင်လျှောက် ၂၅၇၊ မျက်စိ မှိတ် မလျှောက်ပါနှင့် ၂၅၈၊ ချာခနဲ မလှည့်ပါနှင့် ၂၅၉၊ ဖြည်း ဖြည်းလျှောက် စိပ်စိပ်လှမ်း ၂၆၁၊ ထိုင်ရင်း ရှုပုံ အမြွက်မျှ ၂၆၂၊ ကိုယ်ကို မတ်မတ် ထိုင်ပါ ၂၆၃၊ ဖောင်းမှု ပိန်မှု ရှုမရရင် ၂၆၄။ စိတ်ကိုရှုပုံ ၂၆၄၊ ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး အားလုံးရှုပါ ၂၆၆၊ လက္ခဏာရေး သုံးပါးကို သိသည် ၂၆၈။

ဝေဒနာရှုပုံ ၂၆၁၊ သဘာဝလက္ခဏာ သိသည်၊ သည်းခံပါ ဇွဲကောင်းပါ၊ ဒိဋ္ဌိသတ် ၂၇၀၊ ဒဿနပညာဖြင့် မသိနိုင်၊ သာမည လက္ခဏာ သိသည် ၂၇၁၊ ဝေဒနာစက် ရေစွက်ပမာ ၂၇၂၊ ဝေဒနာရှုပုံ သုံးနည်း ၂၇၄၊ သတိပြုဖို့ ၂၇၅၊ ရောဂါရှု၍ ရဟန္တာဖြစ် ၂၇၆၊ ဒီခေတ်မှာလဲ ရောဂါပျောက်ကြသည် ၂၇၇၊ ပြင် မထိုင်ပါနှင့် ထ စင်္ကြံလျှောက်ပါ ၂၇၈၊ ချမ်းသာတာကို မရှုပဲ နေတတ်သည် ၂၇၉။

ဓမ္မာနုပဿနာရှုပုံ ၂၈၀၊ ထမင်းစားတဲ့အခါ ၂၈၀၊ တခြား အသေးစိတ်အမှုအရာတွေ ဂရုစိုက် ရှုပါ ၂၈၂၊ အပဏ္ဏကပဋိပဒါ ၂၈၂။

တရားတိုးတက်ပုံ ၂၈၄၊ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ၂၈၆၊ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ၂၈၆၊ သမ္မသနဉာဏ် ၂၈၇၊ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ၂၈၈၊ ဝိပဿနာရဲ့ အညစ်အကြေး ၂၈၈၊ မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ ၂၉၀၊ ဘင်္ဂဉာဏ်၊ ဘယဉာဏ်၊ အာဒီနဝဉာဏ် ၂၉၁၊ နိဗ္ဗိဒါနုပဿနာဉာဏ်၊ မုဉ္စိတုကမျတာ ဉာဏ်၊ ပဋိသင်္ခါနုပဿနာ

အကြောင်းအရာ **စာမျက်နှာ**

ဥာဏ် ၂၉၂၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဥာဏ် ၂၉၃၊ အနုလောမဉာဏ်၊ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာ ၂၉၄၊ ဂေါတြဘု ဥာဏ်၊ မဂ်ဥာဏ် ဖိုလ်ဥာဏ်၊ ပစ္စဝေက္ခဏာဥာဏ် ၂၉၅။

မဂ်ဥာဏ်က သစ္စာလေးပါးကို သိပုံ ၂၉၅၊ တပါးကို အာရုံပြု သိ သုံးပါးကို ကိစ္စပြီး သိ ၂၉၆၊ ဆီမီးဥပမာ ၂၉၉။

အထက် မဂ်များအတွက် အားထုတ်ပုံ ၃၀၀၊

ဒေသနာတော်နှင့် ညှိနှိုင်းခြင်း ၃၀၀၊

ဘုရားဟော ဥာဏ်စဉ် ၃၀၁၊

ဝိသုဒ္ဓိ ၇ ပါး ၃၀၅၊

မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ နှင့် တိုက်ဆိုင်ကြည့် ၃၀၆၊

သတိပဋ္ဌာန် အကျိုး ၇ မျိုး ၃၁၀၊ အားထုတ်နိုင်သလောက် အကျိုးရ ၃၀၀၊ ကိလေသာ စင်ကြယ်ခြင်း၊ စိုးရိမ် ပူဆွေးမှု မရှိခြင်း ၃၁၁၊ ငိုကြွေးမှု မရှိခြင်း ၃၁၂၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ၃၁၃၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ၃၁၅၊ မဂ်ဥာဏ်ကို ရခြင်း ၃၁၆၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်း ၃၁၇။

တရားနိဂုံး ၃၁၉။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်၏

၁၉၇၅-ခုနှစ် တက္ကသိုလ် ဓမ္မသဘင်

အမေး အဖြေများ

အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်

	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁	လူသေကို သရဏဂုံတင်ပေးလို့ ရပါသလား	၃၂၂
၂	သပိတ်သွတ်ခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက် ဘာပါလဲ	၃၂၄
၃	စိတ်နှင့် ဝိညာဉ် တူပါသလား	၃၂၅
၄	အတိတ်ဘဝက ဖြစ်ရပ်များကို ပြိတ္တာများ ဘယ်လိုသိပါသလဲ	၃၂၇
၅	သေခါနီး စိတ်ထားတတ်ဖို့ အရေးကြီးပါသလား	၃၂၉
၆	သေခါနီးကံက အကျိုးပေးလျှင် မသေမီ ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ ကံတွေ အလဟဿ ဖြစ်သွားပါသလား	၃၃၂

အကြောင်းအရာ		စာမျက်နှာ
၇	လူသေတဲ့ အခါ တိရစ္ဆာန် တကောင် သရဲ စသည် ဖြစ်နိုင်ပါ သလား	၃၄၅
၈	လေးကျွန်း တမြင့်မိုရ် အမှန်ရှိပါသလား	၃၄၇
၉	သူ့ရဿတီကို ကိုးကွယ်ထိုက်ပါ သလား	၃၅၀
၁၀	ငရဲဆိုတာ ရှိပါသလား	၃၅၂
၁၁	နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဆင်းရဲ ငြိမ်းခြင်းလား၊ ဘာမှ မရှိခြင်းလား	၃၅၆
၁၂	ကိုယ့်ကိုကိုယ် သတ်သေတာ အပြစ်ရှိပါသလား	၃၇၆
၁၃	ရှင်ဥသောတာပန်သည် နောက် ဘဝ၌ သရဏဂုံ ဆက်လက် တည်ပါ သလား	၃၈၁
၁၄	သက်သတ်လွတ် စားတာ ကုသိုလ် ရပါသလား	၃၈၉
၁၅	မကောင်းမှု ပြုလုပ်ဖို့ တိုက်တွန်းတာ အပြစ်ရှိပါ သလား	၃၉၃
၁၆	အကျိုးကို မြင်၍ မုသားပြောလျှင် အပြစ်ရှိပါ သလား	၃၉၅
၁၇	ပြည့်တန်ဆာမနှင့်ဆက်ဆံလျှင် မိစ္ဆာစာရကံ ထိုက်ပါသလား	၃၉၇
၁၈	ဂုဏ်တော်ပုတီး စိပ်ခြင်းဖြင့် သမာဓိ ဖြစ်နိုင်ပါ သလား	၄၀၀
၁၉	အထက် ပစ္စယံပေါ်သို့ တက်လျှင် အပြစ်ဖြစ်ပါသလား	၄၀၄

အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ

၂၀ နမောတဿကို မည်သူ စတင်ရှိခိုးပါသနည်း ၄၀၅

၂၁ သမထ နှင့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ် နှစ်ပါး ခြားနားပုံကို သိပါ ရစေ ဘုရား ၄၀၆

၂၂ အရိယာ အဖြစ်သို့ ရောက်ရန် မည်မျှကြာကြာ အားထုတ်ရ ပါမည်လဲ ၄၁၁

၂၃ ဒိဋ္ဌိပုဂ္ဂိုလ် တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ကြောင်း မည်သို့ သိနိုင်ပါ သနည်း ၄၁၃

၂၄ ပညာလိုချင် တရားလိုချင်တာ လောဘ လား ၄၁၆

၂၅ စိတ်သည် ကောင်းသည့်အရာများပေါ်၌ ဘာကြောင့် မတည် ပါသလဲ ၄၂၃

၂၆ စိတ်ကို နိုင်အောင် မည်သို့ ကျင့်ကြံ၍ နိုင်လျှင် မည်သို့ အကျိုး ကျေးဇူး များပါ သလဲ ၄၂၆

၂၇ သီလရှင်များ သံဃာစာရင်း ဝင်ပါသလား ၄၂၈

၂၈ ခရစ်ယာန် ဘာသာကို လေ့လာလို၍ သင်တန်း တက်ခြင်း၊ ခရစ်ယာန်ဘုရား ရှိခိုးခြင်းကြောင့် သရဏဂုံ ပျက်ပါသလား ၄၃၂

၂၉ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ နှင့် မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ အဓိက အားဖြင့် ဘယ်လို ကွာခြားပါ သလဲ ၄၃၃

၃၀ ဈင်းဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဟုတ်ပါသလား။ ဈင်း အကြောင်း သိပါရစေ ဘုရား ၄၇၀

အကြောင်းအရာ		စာမျက်နှာ
၃၁	ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ ထိပ်တန်းကျတဲ့ ဘာသာ ဖြစ်ပါလျက် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အချို့ရဲ့ အမူအကျင့်များ အဘယ်ကြောင့် အဆင့်အတန်းနိမ့်ကျပါသလဲ	၅၀၉
၃၂	ဗုဒ္ဓတရားတော်ဟာ ဘာကြောင့် လူနည်းစု ကိုးကွယ်တဲ့ ဘာသာတရား ဖြစ်နေပါသလဲ။	၅၁၄

[ပင်မ မေးခွန်းများကိုသာ အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်၌ ထည့်သွင်း ထားပါသည်။ အသေးစိတ် မေးခွန်းများကို အမေး အဖြေ စာသား၌ တွေ့ရပါလိမ့်မည်။]

တကယ်သိလို မဖြစ်သင့်ဘူး မေးခွန်းများ ပြည့်စုံပြီ။

တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေးတရားတော်များ
ဒုတိယအကြိမ်ရိုက်နှိပ်ခြင်း

ပထမအကြိမ် ကျေးဇူးရှင် ချမ်းမြေ့ဆရာတော်ဘုရား၏ **တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်** စာအုပ်ကို ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ် အောက်တိုဘာလ၌ စောင်ရေ တစ်သောင်း ပထမအကြိမ်အဖြစ် ပုံနှိပ်ဖြန့်ချိခဲ့ပါသည်။ စာမျက်နှာ ၅၅၀ ကျော် ကျမ်းစာအုပ်ကြီးလည်းဖြစ်၊ စောင်ရေ တစ်သောင်းလည်း ပုံနှိပ်ထားသဖြင့် အချိန် အတော်ကြာသည့်တိုင်အောင် ဒုတိယအကြိမ် ရိုက်နှိပ်ရန် လိုအပ်မည် မဟုတ်ဟု ကျွန်တော်များ ဓမ္မဒေသနာပြန့်ပွားရေး အဖွဲ့ငယ်က ယူဆခဲ့ကြပါသည်။

ယောဂီသိဖွယ်အသွယ်သွယ် တဖန် **တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်** တွင် နောက်ဆုံးပိုင်းဖြစ်သော လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်မှု အပိုင်း (Practical Aspect of Buddhism) ကို သီးခြား ထုတ်နှုတ်၍ အခြား သိမှတ်ဖွယ်ရာများကို ဖြည့်စွက်ကာ **ယောဂီသိဖွယ်အသွယ်သွယ်** ဟူသောအမည်ဖြင့် တရားစာအုပ် သီးခြားထုတ်ဝေခဲ့သောကြောင့်လည်း ဤ **တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်** စာအုပ်ကို ဒုတိယအကြိမ် ပုံနှိပ်ရန် လိုဦးမည်မဟုတ်သေးဟု ယူဆခဲ့ကြပါသည်။

အခြေအနေက တောင်းဆို၍ တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင် စာအုပ်ထွက်ပြီးနောက် သုံးလအကြာ မှစ၍ ကျွန်တော်များ ထိန်းထိန်းသိန်းသိန်း ဖြန့်ချိခဲ့ကြ ပါသည်။ သို့သော်လည်း တစ်နှစ်ကျော်ကျော်အတွင်းမှာစာအုပ် ကုန်သွားပါသည်။ စာအုပ်မရလိုက်သူများက "ဒုတိယအကြိမ် မရိုက်သေးဘူးလား" ဟု အကြိမ်ကြိမ် မေးမြန်းကြပါသည်။ ရိုက်နှိပ်ရန်လည်း တိုက်တွန်းကြပါသည်။ ယင်း အခြေအနေအရ ဒုတိယအကြိမ် ရိုက်နှိပ်ရန် မလိုအပ်သေးဟူသော ကျွန်တော်များ၏ အယူအဆကို ပြောင်းလဲကာ ယခု ဒုတိယအကြိမ် ရိုက်နှိပ် ထုတ်ဝေလိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အထူးပြုပြင်
တည်းဖြတ်မှုမပြု

ဤ ဒုတိယအကြိမ် ရိုက်နှိပ်ချိန်တွင် ဆရာတော်ဘုရားသည် ပြည်ပ ဓမ္မခရီးကို တစ်နှစ်လျှင် နှစ်ကြိမ် ကြွနေရပါသည်။ ပြည်တွင်း ဓမ္မခရီးကိုလည်း မကြွလျှင် မဖြစ်သည့် နေရာများသို့ ကြွနေရပြန်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ဤစာအုပ်ကို ထပ်မံသုတ်သင် တည်းဖြတ်ရန် အချိန်မရသဖြင့် ပထမအကြိမ် ရိုက်နှိပ်စဉ်က ပုံနှိပ်မှု ချွတ်ယွင်းချက် (printing mistake) အနည်းငယ်ကိုသာ ပြင်ဆင်ပုံနှိပ်လိုက်ရပါသည်။ တရားစာသား အနေဖြင့်မူ အထူးသုတ်သင် တည်းဖြတ်ဖွယ် ရှိမည်မဟုတ်ကြောင်းလည်း ဆရာတော်ဘုရားက မိန့်ကြားပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဤ ဒုတိယအကြိမ်ရိုက်၌ ဆရာတော်ဘုရား ၁၉၉၃ – ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ ၂၅ ရက် အထိ ကြွခဲ့သော ပြည်ပ ဓမ္မခရီးစဉ်များကို မှတ်တမ်းကျန်ရှိစေရန် နောက်ဆက်တွဲအဖြစ် ထည့်သွင်းပုံနှိပ်ခြင်းမှ တပါး တခြားပြုပြင် တည်းဖြတ်မှု မရှိကြောင်း သတင်းကောင်းပါးလိုက်ရပါသည်။

သူတော်စိတ်မြတ်၊ အငြိမ်းဓာတ်၊ လွှမ်းပတ်ကမ္ဘာတည်ပါစေ။
မေတ္တာစိတ်မြတ်၊ အအေးဓာတ်၊ လွှမ်းပတ်ကမ္ဘာခြုံပါစေ။
သတ္တဝါမှန်သမျှ၊ ဘေးမခ၊ အေးမြချမ်းသာရှိပါစေ။
သတ္တဝါမှန်သရွေ့၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာရှိပါစေ။

၁၃၅၄ – ခုနှစ်၊ တပေါင်းလပြည့်ကျော် ၈ ရက်
၁၉၉၃ – ခုနှစ်၊ မတ်လ ၁၅ ရက်

ဓမ္မဒေသနာပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ဝယ်
ချမ်းမြေ့ရိပ်သာဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့

ဒေါက်တာဦးမင်းတင်မွန်၏
အမှာစာ

အတိတ်အကြောင်း အောက်မေ့ဖွယ် ချမ်းမြေ့ဆရာတော်၏ ၁၉၇၅ ခုနှစ် တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်ဖြစ်သည့် 'ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေးတရားတော်များ' စာမူကို ဖတ်ရှုရသည့်အခါ လွန်ခဲ့သော ၄ နှစ်ကာလက တက္ကသိုလ်ဓမ္မာရုံတွင် စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာ ကျင်းပခဲ့ရသည့် တရားပွဲများဆီသို့ စိတ်ကူးရောက်သွားပါသည်။

တက္ကသိုလ်များ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းကြီးက ပင့်လျှောက်သဖြင့် ချမ်းမြေ့ဆရာတော်သည် ၁၉၇၅ ခုနှစ် ဇွန်လ ၂၁ ရက်၊ ၂၈ ရက်၊ ဇူလိုင်လ ၅ ရက်၊ ၁၂ ရက် သောကြာနေ့များတွင် နေ့စဉ် ညနေ ၄ နာရီမှ ၅ နာရီခွဲအထိ တက္ကသိုလ်ဓမ္မာရုံ၌ တရား ဟောကြားချီးမြှင့်ခဲ့ပါသည်။

ရန်ကုန် တက္ကသိုလ်၊ စီးပွားရေး တက္ကသိုလ်၊ ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) နှင့် ပညာရေးတက္ကသိုလ်များတွင် ပညာဆည်းပူးနေကြသော ကျောင်းသူကျောင်းသားအများစုသည် ရန်ကုန်မြို့တွင်း၌ နေထိုင်ကြသဖြင့် သောကြာနေ့ ကျောင်းဆင်း

ချိန်နှင့် ချိန်ကိုက်၍ ဆည်းဆာတရားပွဲများကို ကျင်းပပေးခြင်းသည် တက္ကသိုလ် ကျောင်းသူကျောင်းသားအများစုအဖို့ အဆင်ပြေလှပါသည်။ သို့အတွက် ချမ်းမြေ့ဆရာတော်၏ တရားပွဲ ၄ ပွဲစလုံး၌ တက္ကသိုလ်ဓမ္မာရုံ ပြည့်လျှံအောင် တရားနာပရိသတ်များ စည်ကားခဲ့ပါသည်။

တရားတော်နှင့် တရားနာပရိသတ် ပနံရ

တရားနာကြသော ပရိသတ်အားလုံးလောက်သည် တက္ကသိုလ်ဆရာ ဆရာမများနှင့် တက္ကသိုလ် ကျောင်းသူကျောင်းသားများ ဖြစ်ကြပါသည်။ ချမ်းမြေ့ဆရာတော် ဟောကြားသည့် တရားတော်များမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏အခြေခံသဘော တရားများကို ခြုံငုံသုံးသပ်လျက် အနှစ်သာရများကို စိစစ်ထုတ်ဖော်ပြထားသည်ဖြစ်ရာ တရားတော်သည် တရားနာပရိသတ်နှင့် အလွန်လိုက်ဖက်ညီလှပေ၏။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်သည် 'ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ' ကို အပိုင်း၄-ပိုင်းခွဲ၍ တက္ကသိုလ်ဓမ္မာရုံ၌ ဟောကြားခဲ့ပါသည်။

(၁) ကြည်ညိုယုံကြည်မှုနှင့် ဆိုင်သည့် အပိုင်း = **Devotional Aspect of Buddhism**

(၂) လိုက်နာကျင့်ကြံမှုနှင့် ဆိုင်သည့် အပိုင်း = **Ethical Aspect of Buddhism**

(၃) ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ဆိုင်သည့် အပိုင်း = **Moral Aspect of Buddhism**

(၄) လက်တွေ့ကျင့်ကြံပွားများအားထုတ်မှုနှင့်ဆိုင်သည့်အပိုင်း = **Practical Aspect of Buddhism**

ဆရာတော်သည် နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်များ၌ တရားချီးမြှင့်သည့်အခါ ဤသို့လျှင် တရားတော်ကို လေးပိုင်းခွဲ၍ ဟောကြားလေ့ရှိပါသည်။ ဤသို့ဟောကြားသော နည်းသည် ဗုဒ္ဓတရားတော်များ၏ လိုရင်းအနှစ်သာရကို အချိန်တို

တို့ဖြင့် သိလိုသူများအတွက် အလွန်တရာ အကျိုးကျေးဇူးများသော နည်းဖြစ်ပါသည်။

လွယ်ကူရှင်းလင်းစွာ ဟောနိုင်သည့်စွမ်းရည် ချမ်းမြေ့ဆရာတော်သည် ဉာဏ်ပညာကြီးသူတစ်ဦး ဖြစ်သည်နှင့် အညီ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တရားတော်များကို ခေတ်အမြင်နှင့် စိစစ်ဝေဖန် ဆင်ခြင်သုံးသပ်နိုင်သည့် အပြင် အလွန်ခက်ခဲနက်နဲသော တရားသဘောများကို လွယ်လွယ်ရှင်းရှင်းဖြင့် သိနားလည်နိုင်အောင် ဟောနိုင်စွမ်းရှိသူ ဖြစ်ပါသည်။ ဆရာတော်၏ လွယ်ကူ ရှင်းလင်းအောင် ကြံဇွေး ဟောပြောနိုင်သော စွမ်းရည် (the ability to simplify) သည် အံ့ချီးဖွယ်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

အကြောင်းအကျိုးယုတ္တိရှိ၍ အလွန်သဘာဝကျသော ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တရားတော်များကို ချမ်းမြေ့ဆရာတော်သည် သဘာဝကျကျပင် အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ကာ နာကြားသူများက အတူလိုက်ပါပြီး ဆင်ခြင်သွားနိုင်အောင် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ထိထိမိမိ တိတိကျကျ ဟောကြားသွားပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဘာသာရေး ဗဟုသုတ အလိုရှိနေကြသော တက္ကသိုလ်ပရိသတ်သည် အလွန် အားရ ဝမ်းမြောက်ခဲ့ကြပါသည်။

ကြည်ညိုယုံကြည်မှု ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအဖို့ ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ သံဃာ တည်းဟူသော ရတနာမြတ်သုံးပါးတွင် သက်ဝင်ယုံကြည်မှုသည် အခြေခံ လိုအပ်ချက် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ သက်ဝင် ယုံကြည်နိုင်ရေးအတွက် ရတနာသုံးပါး၏ အကြောင်းကို သိထိုက်သမျှ သိရှိထားရန် လိုပါသည်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် သဘာဝအရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်သဖြင့် သဘာဝတရားကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်သူ ဖြစ်သည်။ ဒဿနိကဆရာကြီးများသည် ဒဿနအမြင်

ရှုထောင့်ကနေ ကြည့်ကြသည့်အတွက် သဘာဝအရှိကို အရှိအတိုင်း မမြင်နိုင်ကြပါ။ ရုပ်နာမ်တို့သည် မပြတ် ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်နေသည့် တရားများ ဖြစ်ကြသည့်အတွက် ဒုက္ခသဘာဝအမှန်ဖြစ်သည်။ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်တွယ်တာမှု တဏှာသည် ထိုဒုက္ခသဘာဝ၏ အကြောင်းရင်း အမှန်ဖြစ်သည်။ အကြောင်းတဏှာ ချုပ်ငြိမ်းသည့်အခါ အကျိုးတရားဖြစ်သည့် ဆင်းရဲ ချုပ်ငြိမ်းသည်။ ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းစေသည့် အကျင့်လမ်းမှန်သဘာဝကိုလည်း ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ မြင်သိပြီး ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့သည်။ ဤအကြောင်းအရာတို့ကို ချမ်းမြေ့ဆရာတော်သည် လွယ်ကူစွာ သဘောပေါက်အောင် အကျယ်တဝင့်ပင် ဟောကြား ပေးခဲ့ပါသည်။

ထို့အပြင် ရတနာသုံးပါးသည် ဆင်းရဲ ငြိမ်းအေးရေးအတွက် အမှန်အားကိုးထိုက်ပုံ၊ သရဏဂုံတည်ပုံနှင့် ပျက်ပုံ၊ ရတနာသုံးပါးကို ကြည်ညိုသည့် ပသာဒသဒ္ဓါ ဖြစ်ရုံမျှဖြင့် အကျိုးကျေးဇူးကြီးမားပုံ၊ ရတနာသုံးပါးကို ဉာဏ်ဖြင့်သက်ဝင်ယုံကြည်သော ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ ဖြစ်ပေါ်လျှင် ပို၍ အကျိုးကြီးမားပုံ၊ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါနှင့် အဓိဂမသဒ္ဓါတို့ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်အောင် ကျင့်ကြံပုံကိုလည်း ချမ်းမြေ့ဆရာတော် ရှင်းလင်းထားပါသည်။

လိုက်နာကျင့်ကြံမှု တစ်ဖန် လိုက်နာကျင့်ကြံမှုနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ကို ဖြူစင်စေရေးအတွက် အကုသိုလ်အာရုံများနှင့် မဆုံတွေ့ရအောင် နေထိုင်နည်း၊ ဆုံတွေ့လျှင်လည်း အကုသိုလ် စိတ်ညစ် စိတ်မည်းတွေ မဖြစ်ရအောင် စိတ်ထားမည်ဟု စိတ်ကို ကြိုတင်ဆုံးဖြတ် သတ်မှတ်ထားသည့်နည်း၊ အကုသိုလ်အာရုံကို ဆုံတွေ့ရသဖြင့် လောဘ၊ ဒေါသ စသည့် စိတ်အညစ်အကြေး ဖြစ်လာလျှင် ကုသိုလ်အာရုံဘက်သို့ စိတ်ပြောင်းပေးသောနည်း၊ အဆင်ပြေအောင် နှလုံးသွင်းသည့် ယောနိသောမနသိကာရနည်း၊ ညစ်မည်းသော စိတ်တို့ကို အမြစ်ပြတ်ဖြူစင်စေသည့် ဝိပဿနာနည်းတို့ကို လိုက်နာကျင့်ကြံတတ်အောင် ဆရာတော် လမ်းညွှန်ပြထားပါသည်။

ကိုယ်ကျင့်တရား ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ပတ်သက်၍ ကိုယ်နှင့် နှုတ်ကို အပြစ်ကင်းအောင် ကောင်းစွာ ထားခြင်းဟူသည့် ကိုယ်ကျင့်သီလကို ထူထောင်ပုံ၊ စိတ်ကိုပါ အပြစ်ကင်းစေ၍ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲဘေးမှ လုံခြုံရန်အတွက် တစ်ဆင့်တိုးပြီး သမထဘာဝနာဖြစ်စေ၊ ဝိပဿနာဘာဝနာဖြစ်စေ အားထုတ်ရပုံ၊ သီလ၏ လောကီကျိုးများနှင့် လောကုတ္တရာကျိုးများ ကြီးမားပုံနှင့် သီလမြေပေါ်တွင် ရပ်တည်၍ မဂ်ဉာဏ်နှင့် ဖိုလ်ဉာဏ်သို့ တက်လှမ်းနိုင်ပုံတို့ကို ဆရာတော် စနစ်တကျ ဟောကြားရှင်းပြထားပါသည်။

လက်တွေ့ကျင့်ကြံပွားများအားထုတ်မှု တရားနာ ပရိသတ်များ လွယ်ကူစွာ နားလည်နိုင်ရေးအတွက် လက်တွေ့ ကျင့်ကြံ ပွားများအားထုတ်မှုအပိုင်းကို တစ်ဖန် လေးပိုင်းခွဲ၍ ဆရာတော်က ရှင်းပြထားပါသည်။

(၁) ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမည့် (ပရိညေယျ) တရား၊

(၂) ပယ်ရမည့် (ပဟာတဗ္ဗ) တရား၊

(၃) ဉာဏ်ဖြင့် မျက်မှောက်ထင်ထင် သိမြင်ဆိုက်ရောက်ရမည့် (သစ္ဆိကာတဗ္ဗ) တရား၊

(၄) မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေရမည့် (ဘာဝေတဗ္ဗ) တရားတို့ ဖြစ်ကြ၏။

ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမည့် တရားကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိမှသာ ပယ်ရမည့်တရားကို ပယ်နိုင်မည်။ မျက်မှောက်ဆိုက်ရောက်ရမည့် တရားကို မျက်မှောက်ဆိုက်ရောက်နိုင်မည်။ မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်စေရမည့် တရား ဖြစ်ပေါ်လာအောင် လက်တွေ့ကျင့်ကြံပွားများနိုင်မည်။ ထို့ကြောင့် ချမ်းမြေ့ဆရာတော်သည် သိရမည့်

ပရိယတ္တိတရားကို သေသေချာချာ ရှင်းပြပြီးလျှင် ပယ်ရမည့် ပဟာတဗ္ဗတရားနှင့် သိမြင်ဆိုက်ရောက်ရမည့် သစ္ဆိကာတဗ္ဗတရားတို့ကို အသိဉာဏ် ပေါက်လောက်အောင် ဟောကြားထားပါသည်။

ထို့နောက် မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေရမည့် ဘာဝေတဗ္ဗတရားနှင့် ပတ်သက်၍ လက်တွေ့ ဝိပဿနာအားထုတ်ပုံ၊ အားထုတ်သည့်အခါ အဆင့်ဆင့် မြင်တွေ့ရပုံ၊ ဉာဏ်စဉ်အဆင့်ဆင့်တို့ ဖြစ်ပွားပုံတို့ကို ဆရာတော် အကျယ်တဝင့် ရှင်းပြထားသဖြင့် ဝိပဿနာ အားထုတ်လိုသူများနှင့် အားထုတ်ဆဲ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် အလွန်တရာ အကျိုးကျေးဇူး များမည် ဖြစ်ပါသည်။

အမေးအဖြေများ တက္ကသိုလ်စမ္မသဘင် ဒုတိယနေ့ တရားပွဲမှစ၍ ချမ်းမြေ့ဆရာတော်က ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် ပတ်သက်၍ မေးမြန်းလိုသည်များကို စာဖြင့် ရေးသားလျက် မေးမြန်းနိုင်ကြောင်း အမိန့်ရှိသဖြင့် တက္ကသိုလ်ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် တက္ကသိုလ် ကျောင်းသူ ကျောင်းသားများသည် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ မေးခွန်း ၅၀ ကို မေးမြန်းခဲ့ကြပါသည်။

ထိုမေးခွန်းများပွင် လူသေကို သရဏဂုံတင်ပေးလို့ ရသလား၊ သပိတ်သွတ်ခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်က ဘာလဲ၊ စိတ်နှင့်ဝိညာဉ် တူပါသလား၊ လေးကျွန်း တစ်မြင်းမိုရ် အမှန်ရှိသလား၊ ငရဲဆိုတာ အမှန်ရှိသလား၊ စိတ်သည် အကျိုးရှိသော ကုသိုလ်အာရုံများပေါ်၌ ဘာကြောင့် မတည်ပါသလဲ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ထိပ်တန်းကျသော ဘာသာ ဖြစ်ပါလျက် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အချို့၏ အမူအကျင့်များသည် အဘယ့်ကြောင့် အဆင့်အတန်း နိမ့်ကျနေပါသလဲ၊ ဗုဒ္ဓတရားတော်သည် ဘာကြောင့် လူနည်းစု ကိုးကွယ်သော ဘာသာတရား ဖြစ်နေပါသလဲ၊ ဈင်းနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘာ ကွာခြားပါသလဲ စသည်ဖြင့် အလွန် စိတ်ဝင်စားဖွယ် ကောင်းသောမေးမြန်းချက်များ ပါရှိပါသည်။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်သည် အနောက်နိုင်ငံများ၌ တရား ဟောကြားပြီးသည့် အခါများတွင် တရားနာပရိသတ်က မေးမြန်းသည်များကို ကျေနပ်အောင် ဖြေကြား ခဲ့သလို တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်၌ မေးမြန်းသမျှ မေးခွန်းများကိုလည်း အထူး အချိန် ပေး၍ ကြေလည်အောင် ဖြေကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ ကမ္မသတ္တိ၊ နိဗ္ဗာန်၊ ပုတီး စိပ်ခြင်း၊ သက်သတ်လွတ် စားခြင်း၊ ရင်းကျင့်စဉ်တို့နှင့် ပတ်သက်၍ ဆရာတော်၏ ဖြေရှင်းချက်များမှာ အထူး စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းပါသည်။

ဤစိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ အမေးအဖြေကဏ္ဍသည် လက်နှိပ်စက်ရိုက် စာမူတွင် စာမျက်နှာ ၁၀၀ ကျော် ပါရှိသဖြင့် စာရှုသူများ အားရရွှင်လန်းဖွယ်ရာ ဖတ်ရှုကြ ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

သောင်းသောင်းဖြဖြ ကြိုဆိုကြ

တက္ကသိုလ် ဓမ္မာရုံ၌ ချမ်းမြေ့ဆရာတော် ဟောကြားစဉ် ကပင် ဤ ဟောကြားချက်များကို ပရိသတ်က ကြိုက်နှစ်သက်ခဲ့ကြသဖြင့် စာအုပ်အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိလျှင် အလွန် တရာ အကျိုးကျေးဇူးများမည်ကို မြင်၍ စာအုပ် ရိုက်နိုင်အောင် တည်းဖြတ် စီစဉ်ပါ မည့်အကြောင်း ဆရာတော်အား ကျွန်တော် လျှောက်ထားခဲ့ပါသည်။ ဆရာတော် သည် ပြည်တွင်းပြည်ပ သာသနာပြုလုပ်ငန်းများနှင့် အလုပ် များနေသည့်အပြင် အလွန် စနစ်ကျ တိကျသူ ဖြစ်သဖြင့် ဤတက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင် ဟောကြားချက်များကို တည်းဖြတ်ရာတွင် ၄ နှစ်ပင် ကြာညောင်းသွားခဲ့ပါသည်။

သို့ကလောက် ကြာ ညောင်း သွား ပါ သော် လည်း ဤ တရားစာမူများကို ဖတ်ရှုရသောအခါ ယခင် တရားနာကြားစဉ်က အားရဝမ်းမြောက်မှု ဖြစ်ခဲ့သလို ဝမ်းမြောက်ကြည်နူးမှု ဖြစ်ရပါသည်။ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် တရားစာမူများကို ဖြည်းဖြည်းအေးအေး ဖတ်ရှုရ၍ မှတ်သားသင့်သည်များကို မိမိရရ မှတ်သားလိုက် ရသဖြင့် တရားနာစဉ်ကထက်ပင် ပို၍ အားရကျေနပ်မိပါသည်။

ကလေးမြို့နယ် ခရစ်ယာန် အသင်းတော်များ ကောင်စီ၏ ပင့်ဖိတ်ချက်အရ ချမ်းမြေ့ဆရာတော် ကလေးမြို့၌ ဟောကြားခဲ့သော 'ဆင်းရဲငြိမ်းအေးချမ်းသာရေး တရားတော်' စာအုပ်သည် ၂ နှစ်အတွင်း အုပ်ရေ ၂၄၀၀၀ ရိုက်နှိပ်ရသည် အထိ (ယခု ဤစာအုပ် ပုံနှိပ်နေစဉ်တွင် ၃၄၀၀၀ ရိုက်နှိပ်ပြီးပါပြီ။) လူကြိုက်များခဲ့သလို ဤတက္ကသိုလ် ဓမ္မသဘင် 'ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ' စာအုပ်ကိုလည်း စာရှုပရိသတ် အပေါင်းတို့က သောင်းသောင်းဖြဖြ ကြိုဆိုလက်ခံကြမည် ဖြစ်ပါသတည်း။

ဒေါက်တာ မင်းတင်မွန်
ပါမောက္ခ၊ ဓာတုဗေဒဌာန၊ မော်လမြိုင်တက္ကသိုလ်
ဥက္ကဋ္ဌ၊ မော်လမြိုင်တက္ကသိုလ် ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်
၁၉၇၅ ခုနှစ် တက္ကသိုလ် ဓမ္မသဘင်
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ

စာသဝဏ်

သုတပဒေသာ စိတ်မှာသိုမှီး တက္ကသိုလ် ဓမ္မသဘင်စာအုပ်နှင့် ပတ်သက်၍ 'မထွက်သေးပါလားဘုရား' 'ဘယ်တော့ထွက်မှာပါလဲဘုရား' စသည့် မေးခွန်းများကို မကြာခဏမေးလျှောက်ကြသည်။ အထူးသဖြင့် တက္ကသိုလ် အသိုင်းအဝန်းက မေးလျှောက်ကြသည်။ မိမိတို့ နာကြားထားသည့် တရားကို စာအုပ်အဖြစ် ဖတ်ရှုကာ အစာ ချေလိုကြသည်။ မိမိတို့ မေးသည့် မေးခွန်းများ၏ အဖြေများကို ပြန်လည်ဖတ်ရှု မှတ်သားလိုကြသည်။ သူတစ်ပါးတို့ မေးသည့် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ မေးခွန်းများ၏ ရွှင်မြူးနှစ်သိမ့်ဖွယ်ရာ အဖြေများကိုလည်း နာကြားခဲ့ရပြီးဖြစ်ရာ ထိုအဖြေများကို ပြန်လည်ဖတ်ရှုကာ ကြည်နူးနှစ်သိမ့်စွာ သုတပဒေသာကို စိတ်မှာ သိုမှီး ထားလိုကြသည်။

တရားနာပရိသတ် တာဝန်ကျေလှသည်

ဤ တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်ကို တက္ကသိုလ်များဗုဒ္ဓဘာသာ အသင်းကြီး၏ ပင့်လျှောက်ချက်အရ ၁၉၇၅ ခုနှစ် ဇွန်လနှင့် ဇူလိုင်လများတွင် တက္ကသိုလ်များဓမ္မာရုံကြီး၌ ကျင်းပခဲ့ကြခြင်းဖြစ်သည်။ တက္ကသိုလ်မောင်မယ်များနှင့် ဆရာ ဆရာမများသည် ဓမ္မသဘင် ဆင်ယင်ကျင်းပ ပြီးစကတည်းကပင် **တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်** စာအုပ်ကို မျှော်ကြသည်။ ၇၅ ခုနှစ်ထဲမှာပင် စာအုပ် ထွက်နိုင်လိမ့်မည်ဟု တစ်ချို့က ထင်ကြဟန်ရှိသည်။

ထို့ကြောင့်ပင် စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်၊ နိုင်ငံရေးသိပ္ပံဌာနမှ ဆရာဦးခင်မောင်ညိုနှင့် တပည့်များသည်လည်းကောင်း၊ ဝိဇ္ဇာသိပ္ပံတက္ကသိုလ်၊ ဓာတုဗေဒဌာနမှ ဆရာမ ဒေါ်အေးအေးမြင့်နှင့် တပည့်များသည် လည်းကောင်း ကက်ဆက်ခွေ ၁၀ ခွေထဲမှ လေးရက်စာတရားကို စာမူအဖြစ်သို့ အမြန်ဆုံး ရောက်အောင် စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကြည်လင်သော သဒ္ဓါ၊ ထက်သန်သောဆန္ဒ၊ နိုင်မြဲသော ဝီရိယတို့ဖြင့် ကူးယူကြရာ တစ်လအတွင်းမှာပင် ဘုန်းကြီး၏လက်သို့ စာမူကြမ်းအဖြစ် လာရောက်ဆက်ကပ်နိုင်ခဲ့ကြသည်။ တရားနာပရိသတ် တာဝန် ကျေလှပါသည်။

တရားဟောဘုန်းကြီး တာဝန်မကျေနိုင်ခဲ့

သို့သော် ဘုန်းကြီးမှာ လေးငါးကိုယ် ခွဲရလောက်အောင် အလုပ်များသူ ဖြစ်သည်။ သာသနာ့အလုပ် ကုသိုလ်အလုပ်တွေ ဖြစ်၍သာ တော်တော့သည်။ ထိုကြောင့် သဒ္ဓါတရား ထက်သန်စွာဖြင့် ကူးယူဆက်ကပ်ထားသော ဓမ္မသဘင်-စာမူ တည်းဖြတ်မှုကို ၁၉၇၅ ခုနှစ် ကုန်သည်အထိ စိတ်ကူးရုံမျှသာ တတ်နိုင်ခဲ့သည်။ အကောင်အထည် မဖော်နိုင်ခဲ့ပေ။

၁၉၇၆ ခုနှစ် နှစ်ဦးပိုင်းလောက်က စ၍ တည်းဖြတ်နိုင်ခဲ့သော်လည်း ကြိုးကြား ကြိုးကြားမျှသာ အချိန် ပေးနိုင်ခဲ့သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ နေ့ဆက်ရက်ဆက်

ပျက်ကွက်ခဲ့သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ၆ လလောက် စာမူကို လှည့်မကြည့်နိုင်ခဲ့ပေ။ အချိန်ရအောင် ယူ၍ တည်းဖြတ်ချိန် ရပါသည်ဆိုသော နေ့များ၌ပင် နာရီဝက်၊ တစ်နာရီထက် ပို၍ အချိန်မရခဲ့။ ဤအခြေအနေများက စာမူပြီးစီးရေး နှောင့်နှေးစေခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် တာဝန် မကျေသလို ဖြစ်ခဲ့ရသည်။

တော်ရုံလျော်ရုံ မတည်းဖြတ်လို ဟောထားသည့်တရားကို ဖတ်ရှုကောင်းရုံမျှ တော်ရုံလျော်ရုံ တည်းဖြတ် ထုတ်ဝေလျှင်တော့ သည်မျှလောက် နှောင့်နှေးခဲ့မည် မဟုတ်ပါ။ ဟောပြီးလို့ တစ်နှစ်မကြာမီ အတွင်း၌ပင် ပြီးစီးနိုင်ပါသည်။ သို့သော် နာကြားသူ ဖတ်ရှုသူတို့ကို တတ်နိုင်သမျှ အသိတိုး၍ အကျိုးများစေလိုသော စေတနာက ယင်းသို့ တည်းဖြတ်ရန် ခွင့်မပြုခဲ့ပါ။ အကောင်းဆုံး ဖြစ်အောင် ပြုပြင်တည်းဖြတ်ခြင်း၊ နုတ်ပယ်ဖြည့်စွက်ခြင်းများကိုသာ ထိုစေတနာက ခွင့်ပြုခဲ့ပါသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ဖြစ်နိုင်သမျှ တိကျသေချာစေရန်နှင့် တတ်နိုင်သမျှ ပြည့်စုံစေရန် စွမ်းနိုင်သမျှ ကြိုးစားရပါသည်။

ထို့ကြောင့်ပင် ဟောစဉ်က တရားနာ ပရိသတ် မငြီးငွေ့စေရန် ရံဖန်ရံခါ ထည့်သွင်း ပြောကြားသော ပြုံးစရာစကားလုံးများကိုပင် စာအုပ်အဖြစ်ဖြင့် မလိုအပ်ဟု ယူဆကာ အသာဖြုတ်၍ ဒုပ်စေခဲ့ပါသည်။ အချိန် မရ၍ အပြည့်အစုံ မပြောခဲ့ရသော အကြောင်းအရာများကို တရားစာသား၌ရော အမေးအဖြေများ၌ပါ ထပ်မံ ဖြည့်စွက်ကာ တတ်နိုင်သမျှ ပြည့်စုံစေရပါသည်။ အထူးသဖြင့် လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများမှုအပိုင်း၌ လက်တွေ့ အားထုတ်လိုသူများ ဤတရားတော်ကို စိတ်ဝင်စားစွာ ဖတ်ရှုရုံမျှဖြင့် ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်နိုင်လောက်အောင် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြည့်ပေးထားပါသည်။

ညွှန်းစရာ မလိုတော့သလောက် ယခုအခါ ပြုပြင်ဖြည့်နုတ်အလုပ်များ ပြီးစီးပြီဖြစ်၍မျှော်လင့်ထားခဲ့ကြသည့် **တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်** စာအုပ် ထုတ်ဝေနိုင်ခဲ့ပါပြီ။ ဤ ဓမ္မသဘင်တွင် ပါဝင်သည့် အကြောင်း

ရပ်များကို ဒေါက်တာ ဦးမင်းတင်မွန်က သူ၏ **အမှာစကား** ရပ်၌ စေ့စပ်ပြည့်စုံ ခြုံမိငုံမိအောင် တင်ပြထားပြီးဖြစ်ရာ ဘုန်းကြီးအနေနှင့် အထူးညွှန်းစရာ မလိုသလောက်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် အနည်းအကျဉ်းတော့ မလွတ်ရုံမျှ ညွှန်းရပါဦးမည်။

အခြေခံ အရေးကြီးသည် ဤ တရား၌ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်၏ တရားတော်များကို လေးပိုင်းခွဲခြား၍ ဟောကြားရာတွင် အခြေခံဖြစ်သည့် ကြည်ညိုယုံကြည်မှုအပိုင်းကို အချိန် များများ ယူ၍ ဟောကြားခဲ့ခြင်းမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအတွက် အရေးကြီးသည့် အခြေခံလိုအပ်ချက်များကို အထိုက်အလျောက် နားလည် သဘောပေါက် စေလိုသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သရဏဂုံ၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်၊ သရဏဂုံတည်ပုံ၊ ညစ်နွမ်းပုံ၊ ပျက်ပုံတို့မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း သိထားရမည့် အချက်များဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓ၊ ဓမ္မ၊ သံဃ ဟူသော ရတနာသုံးပါးကို ဘာကြောင့် ယုံကြည်ထိုက်၊ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ထိုက်ကြောင်းကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သဘောပေါက်မှ သရဏဂုံ ခိုင်မြဲနိုင်သည်။ ကုသိုလ်ပိုပြီးပွားနိုင်သည်။

ဗုဒ္ဓနှင့်သံဃ သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသောကြောင့် **ဗုဒ္ဓ** အမည်ရပုံကို ပြောပြရာမှ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား သစ္စာလေးပါး သိမြင်ပုံကိုပါ မကျဉ်းမကျယ် သိလွယ်အောင် ရှင်းပြထားသဖြင့် **ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်**ကို လေးလေးနက်နက် အာရုံပြု၍ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားနိုင်ကြပါသည်။ သံဃာရတနာနှင့် ပတ်သက်၍ ကြည်ညိုတတ်စေရန် မြင့်မြတ်ခြင်းနှင့် ယုတ်ညံ့ခြင်း သဘောတရားတို့ကို ရှင်းလင်းစွာ ခွဲခြားပြထားပါသည်။

သတိထား ဆင်ခြင်စဉ်းစား လိုက်နာစရာ ဆုံးမဩဝါဒများ အပိုင်းတွင် **အမ္ဗလဋ္ဌိက** ကျောင်းဆောင်၌ ရှင် **ရာဟုလာ** သာမဏေကလေးအား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား မိန့်ကြားတော်မူသော ဩဝါဒ

ကို ထည့်သွင်း ရှင်းပြထားပါသည်။ လောကမှာ သတိမထား၊ မဆင်ခြင် မစဉ်းစား ဘဲ အမှတ်မဲ့ ပြောဆို၊ ပြုလုပ်၊ ကြံတွေးလေ့ရှိသူကသာ များပေသည်။ ထို့ကြောင့် ပင် အပြောမှား၊ အလုပ်မှား၊ အကြံအတွေးမှားကာ ဆင်းရဲဒုက္ခ တွေ့ကြရသည်။ ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာက ထိုသို့မဖြစ်ကြစေရန် သတိထား ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီးလျှင် မိမိ သူတပါး ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိပါးနိုင်ဟု သိမြင် သဘောပေါက်မှသာ ပြောဆို၊ ပြုလုပ်၊ ကြံ တွေးဖို့ ဩဝါဒပေးခဲ့ရာ လိုက်နာသူတိုင်း အကျိုးများကြဖို့ချည်း ဖြစ်သည်။

ဘာကြောင့် သီလစင်ကြယ်သလဲ ကိုယ်ကျင့်တရားအပိုင်းမှာ စစ်မှန်တဲ့ လောကီ ကြီးပွား ချမ်းသာရေး အတွက်ရော၊ လောကုတ္တရာ တရား ရရေး အတွက်ပါ အခြေခံအနေနှင့် ကိုယ်ကျင့်သီလ စင်ကြယ်ဖို့ လိုအပ်ကြောင်း ရှင်းပြထားပါသည်။ အထူးသဖြင့် သီလစင်ကြယ်မှုမှ စပြီး မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်အထိ အကျိုးအဆင့်ဆင့် ရသွားပုံကို ဘုရားဟော ဒေသနာတော်၌ လာ သည့်အတိုင်း အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ပြထားပါသည်။ ကိုယ်ကျင့်သီလ စင်ကြယ် ဖို့ လိုအပ်လေတော့ ဘယ်လို အကြောင်းကြောင့် ကိုယ် ကျင့် သီ လ စင်ကြယ်နိုင် ကြောင်းကိုလည်း သိဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ ဤအချက်ကိုလည်း ကြောင်းကျိုး ဆက်စပ် ရှင်းပြထားပါသည်။

လောကုတ္တရာအတွက် အရေးအကြီးဆုံးအပိုင်း လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်မှုအပိုင်းသည် လောကုတ္တရာ ချမ်းသာ ရရေးအတွက် အရေးကြီးသော အပိုင်းဖြစ်သည်။ ဤအပိုင်း၌ ဘာဝနာတရား၏ အခြေခံ အကျဆုံးအပိုင်းမှ စ၍ အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်အထိ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများအားထုတ် ပုံကို အတော်အသင့် ပြည့်စုံအောင် ဖော်ပြထားပါသည်။ အခြေခံ အားထုတ်ပုံ အပိုင်းကိုမူ ဆရာလွှတ် အားထုတ်နည်းဟု ဆိုရမလောက် ရှင်းပြထားပါသည်။ သတိထားစရာ မှားတတ်သည့် အချက်ကလေးများကိုပါ အသေးစိတ် ဖော်ပြထား ပါသည်။

ဝိပဿနာဘာဝနာ အားထုတ်ရာတွင် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပါဝင်ဖြစ်ပွားပုံ၊ ဉာဏ် အဆင့်ဆင့် တိုးတက်ပုံ၊ ဝိသုဒ္ဓိ ခုနစ်ပါး ပါဝင်ပုံတို့ကိုလည်း ရှင်းပြထားပါသည်။ မိမိ ရရှိထားသည် ဟု ယူဆသော တရား မှန် မမှန်ကို စစ်ဆေးရန် **မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ ခုနစ်ပါး**ကိုလည်း အကျဉ်းမျှ ရှင်းပြထားပါသည်။

အမေးအဖြေများ တရားနာပရိသတ်များသည် အသေးစိတ် မေးခွန်းခွဲများ အပါအဝင် မေးခွန်းပေါင်း ငါးဆယ်ကို အားရ ပါးရ မေးကြရာ တစ်ချို့ မေး ခွန်း များ ကို ဖြေရင်း ပြုံးရပါသည်။ ဓမ္မ သ ဘင် တွင် မေးခွန်းများကို ဖြေစဉ်က မေးခွန်းတိုင်းလိုလိုကို ပြုံးစရာ စကားလုံးများဖြင့် ခပ် ရွှင်ရွှင် ဖြေခဲ့ရာ တရားနာပရိသတ်မှာ အချိန်လွန်လို့ လွန်မှန်းမသိ တပြုံးပြုံးနှင့် ရှိကြ သည်။ အိမ်ပြန်ဖို့၊ အဆောင်ပြန်ဖို့လည်း မေ့နေကြဟန်တူသည်။ ညနေ ၄ နာရီမှ ည ၈ နာရီအထိ ဇွဲကောင်းကောင်းဖြင့် တပြုံးပြုံးတရွှင်ရွှင် နားသောတ ဆင်ကြ သည်။ သို့သော် စာအုပ်အဖြစ် ပုံနှိပ်ရာ၌မူ ထို ပြုံးစရာ စကားလုံးများကို ချန်ခဲ့ရာ သူတို့နေရာတွင် အနှစ်ပြည့်သည့် စကားများဖြင့် အစားထိုးရသည်။ လိုအပ်သည့် နေရာများတွင် ဟောစဉ်ကထက် အချက်အလက် အတော်များများကို ဖြည့်စွက် ပေးထားပါသည်။

ဤမျှလောက် လမ်းညွှန်လျှင် သင့်လောက်ပြီဟု ထင်ပါသည်။ **တက္ကသိုလ် ဓမ္မသဘင်** တရားနာပရိသတ်၊ စာရှုပရိသတ်များသည် နာကြား ဖတ်ရှုရသမျှ နား လည် သဘောပေါက်၍ လိုက်နာကျင့်ကြံနိုင်ကြသဖြင့် ချမ်းသာမှန်သမျှ ရကြပါစေ။

သတ္တဝါမှန်သရွေ့၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာ ရှိပါစေ။

သာသနာ ၂၅၃၃ ခုနှစ်၊
မြန်မာ ၁၃၅၁ ခုနှစ်
ဝါခေါင်လဆန်း ၁၀ ရက်၊ သောကြာနေ့။
(၁၁၊၈၊၈၉)

အရှင် ဇနကာဘိဝံသ
ချမ်းမြေ့ရိပ်သာ ဆရာတော်

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်
၁၉၈၅ ခုနှစ် တက္ကသိုလ်ဓမ္မသဘင်
ဇွန်လ ၂၁ ရက်၊ ပထမနေ့ တရားပွဲ

ပုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ဒီနေ့ ၁၉၈၅ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ ၂၁ ရက်နေ့ ညနေ ၄ နာရီ ၁၇ မိနစ်အချိန်မှာ ဘုန်းကြီးတို့ တရားပွဲစပါတယ်။ ဒီ တက္ကသိုလ်များ ဓမ္မာရုံမှာ အယင်ကလဲ တရား ချီးမြှင့်ခဲ့ဘူးပါတယ်။ ပညာရေးတက္ကသိုလ်မှာလဲ နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ် ချီးမြှင့်ခဲ့ဘူးပါတယ်။ အခု ဒီတစ်ခါတော့ ဒီ တက္ကသိုလ်များ ဓမ္မာရုံမှာ ၄ ရက် တရား ချီးမြှင့်ဖို့ရှိပါတယ်။ ၄ ရက်ဆိုတာ သောကြာ ၄ ရက်ပေါ့လေ။ ဇွန်လ ၂၁ ရက် ၂၈ ရက်၊ ဇူလိုင်လ ၅ ရက်၊ ၁၂ ရက်၊ သောကြာနေ့ ၄ ရက်ပါပဲ။ နေ့စဉ် တရားပွဲ စဖို့ကတော့ ၄ နာရီမထိုးမီ ၁၀ မိနစ်မှာ စပြီး သီလ ခံယူရင် ၄ နာရီမှာ တရားသား စဟောနိုင်တာပေါ့။ နောက်နေ့တွေကျတော့ အဲဒီလို ဖြစ်ရမှာ

ပါပဲ၊ တရားသိမ်းချိန် ၅ နာရီခွဲထက် မလွန်ရဘူးပေါ့။ ဟောချိန် သိပ်မကြာပါဘူး၊ ၁ နာရီ ၁၅ မိနစ် ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ ၁ နာရီခွဲ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ တရားနာတာ အဲဒီလောက်ပဲ ကောင်းပါတယ်။

တရားခေါင်းစဉ် ပြီးတော့ ဒီကနေ့ ဘုန်းကြီးဟောဖို့ရာ တရားခေါင်းစဉ်နဲ့ ပတ်သက်လို့ တရားပွဲ ဦးဆောင်ပြီးပင့်တဲ့ **တက္ကသိုလ်များ ဗုဒ္ဓဘာသာအဖွဲ့ကြီး**ရဲ့ အတွင်းရေးမှူး ဒေါက်တာ ဦးမင်းတင်မွန်က 'တရားခေါင်းစဉ်ကလေး ပေးပါဘုရား' လို့ လျှောက်တော့ ဘုန်းကြီးက '**ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ**' လို့ ခေါင်းစဉ်ပေးလိုက်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားဟောကြားတော်မူတဲ့ လောကီချမ်းသာရေး လောကုတ္တရာချမ်းသာရေး တရားတွေ အများကြီးပါပဲ၊ အဲဒီ ချမ်းသာရေး တရား အားလုံးဟာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ရဲ့ စရိုက်အလိုက် ဒေသအလိုက် အချိန်အခါအလိုက် ထိုက်သင့်သလို သင့်လျော်တဲ့ ရှုထောင့်က ကြည့်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရား အမျိုးမျိုးအဖုံဖုံ သွန်သင်ညွှန်ကြားဆုံးမခဲ့တဲ့ တရားတွေပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ အားလုံး ပေါင်းစု ကြည့်လိုက်တော့ သဘောက တစ်ခုတည်းပါ၊ အဲ့ဒီတစ်ခုတည်းက ဘာလဲဆိုတော့ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရေး၊ ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်ရေး ဝိမုတ္တိရသ တစ်ခုတည်းပဲ။

ဒီလို သဘောတစ်ခုတည်းပင် ဖြစ်သော်လည်း အဲဒီသဘောတစ်ခုတည်းသာ ဟောရင် တချို့သတ္တဝါများ တချို့တရားနာ ပရိသတ်များက သဘောပေါက်မယ် မဟုတ်တဲ့အတွက် ဘုရားရှင်ဟာ တချို့နေရာမှာ ခေါင်းစဉ်မျှ ဟောလို့ သဘောပေါက်မည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကို ခေါင်းစဉ်မျှပဲ ဟောတော်မူတယ်။ဒီလိုခေါင်းစဉ်မျှ ဟောရုံနဲ့ပဲ တရား သိသွားကြတယ်။အကျယ်တဝင့် ဟောမှ သိမည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ အကျယ်တဝင့်ပဲ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတယ်။ ပို အသေးစိတ် ဟောပြီး အပြန်ပြန် အလှန်လှန် မေးဖြေဟောမှပဲ သဘောပေါက်မည့် ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကျတော့ ပို အသေးစိတ်ပြီး အမေးအဖြေနဲ့ တကွ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူတယ်။

တရားသိပုံလေးမျိုး ဒီနေရာမှာ သတ္တဝါတွေ မိမိတို့ ဉာဏ်ပါရမီ အလိုက် တရား နားလည်သဘောပေါက်ကြပုံ ကွာခြားကြတာကို မြတ်စွာဘုရားက ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုး ခွဲခြားပြီး ဟောပြထားပါတယ်။ ဒါကို ဗဟုသုတ အဖြစ် မှတ်သားထားရင် ကောင်းပါတယ်။ အဲဒီလေးမျိုးကို အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်နှင့် အဘိဓမ္မာ ပုဂ္ဂလပညတ်ကျမ်းများမှာ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီလို တွေ့ရပါတယ်။

၁။ တရားနာသူရဲ့ ဉာဏ်ကို ဖွင့်ပေးလိုက်သလို တရားအကျဉ်းချုပ်မျှ ဟောပြရုံနဲ့ တရားသိသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဥဃဋိတညူ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

၂။ အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ပြ ဟောကြားမှ တရားသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဝိပဉ္စိတညူ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

၃။ အကျယ်တဝင့်ဖွင့်ပြီး ဟောပြရုံမျှနဲ့ တရားမသိသေးပဲ လက်တွေ့ကျင့်မှ တရားသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကိုတော့ နေယျပုဂ္ဂိုလ် လို့ခေါ်ပါတယ်။

၄။ ဘယ်လိုပင် အားထုတ်သော်လဲ ယခုဘဝမှာ မဂ်အသိ ဖိုလ်အသိ မရနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကိုတော့ ပဒပရမ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ အားထုတ်တာကတော့ အချီးနှီး မဖြစ်ပါဘူး၊ နောက်နောက်ဘဝများမှာ မဂ်ဖိုလ် ရဖို့ရန် ဝိပဿနာ သတိသမာဓိဉာဏ်တွေ ရင့်သန်အားကောင်းအောင် စုဆောင်းမိပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ပါရမီ ရင့်သန်စေပါတယ်။

ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုး

အကျဉ်းချုပ်မျှ၊ ဟောဖော်ပြ၊ သိက ဥဃဋိ။
အကျယ်ဖွင့်ပြ၊ ဟောပြောမှ၊ သိက ဝိပဉ္စိ။
လက်တွေ့ကျင့်မှ၊ သိမြင်က၊ နေယျ ခေါ်လေဘိ။
ယခုဘဝ၊ မသိက၊ ပဒပရပ ခေါ်လေဘိ။
ပါရမီကွဲပြား၊ ဉာဏ်ခြားနား၊ တရားရပုံ လေးမျိုးရှိ။

အဲဒီလို ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးက နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟော ကြားတော်မူတဲ့ တရားတွေအားလုံးဟာ ဆင်းရဲငြိမ်းအေးချမ်းသာရေး တရား တော်တွေချည်းပါပဲ။ ဒီတရားတွေကို ကုန်စင်အောင် ပြောပြလို့ကတော့ ကုန်နိုင် မယ်မဟုတ်ပါဘူး။ သို့သော်လဲပဲ အခြေခံသဘောတစ်ခု ကိုင်ထားရင်တော့ ရှင် တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ တရားတော်တွေ အားလုံး ပါဝင်အောင် မိမိတို့က လိုက်နာကျင့်ကြံနိုင်ကြပါတယ်။ နှလုံးသွင်းနိုင်ကြပါတယ်။

လက်ရှိဘဝ ချမ်းသာရေးလဲ ပါဝင်

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ တရားတော်တွေကို စုံစုံစေ့စေ့ နှံ့နှံ့စပ်စပ် မလေ့လာဘူးကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် များက မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေဟာ နိဗ္ဗာန် ရောက်ရေး တမလွန်ကောင်းစားရေး သက်သက်ပဲလို့ ယူဆကြတယ်။ နှံ့နှံ့စပ်စပ် မလေ့လာဘူးကြတော့ ပစ္စုပ္ပန် ချမ်းသာရေးအတွက် ဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူတဲ့ တရားတော်တွေကို မတွေ့ဖူးကြဘူး။ ဒီတော့ တမလွန်ကောင်းစားရေးနဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရေး သက်သက်ပဲလို့ ယူဆကြတယ်။

အမှန်တော့ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ တရားတော်တွေ ထဲမှာ လက်ရှိပစ္စုပ္ပန်ဘဝမယ် အစစအရာရာ အပြစ်ကင်းပြီး ချမ်းသာစေနိုင်တဲ့ စိတ်ထားနည်း၊ စည်းစနစ်ကျကျ နေနည်း၊ ထိုင်နည်း၊ ပြောနည်း၊ ဆိုနည်း၊ ဝတ်နည်း၊ စားနည်း၊ ကျင့်နည်း၊ ကြံနည်းတွေကို ညွှန်ကြားတော်မူထားတာ သူ့နေရာနဲ့သူ အများကြီးပါပဲ။ ဆိုလိုတာက ရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမ တွေမှာ လောကီရော၊ လောကုတ်ရော နှစ်ဘက်လုံးရတဲ့ ဘက်စုံစွယ်စုံရတရား တော်တွေ အများကြီးပါပဲ။ လောကီမှာလဲ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ညွှန်ကြားထား တဲ့အတိုင်း ဆုံးမထားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံနိုင်ရင် ချမ်းချမ်း သာသာ စိတ်ထားတတ်တယ်၊ နေတတ်ထိုင်တတ်တယ်။ လောကုတ္တရာအနေနဲ့ ဆိုရင်လဲပဲ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဆုံးမထားတဲ့အတိုင်း ကျင့်ကြံပွားများအားထုတ်ရင် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ရပြီး နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက်ပြုနိုင်တယ်၊ ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန် ရနိုင်တယ်။

စကားအရာလိမ္မာသူ ဒါကြောင့် ဒီကနေ့ ဘုန်းကြီးက အဲဒီလို တရားတော်တွေ များစွာရှိတဲ့အနက်က ဘာတရားများ ဟောရမလဲလို့ ဒကာ ဦးမင်းတင်မွန်ကို မေးပါတယ်။ မေးတာကတော့ တခြား မဟုတ်ပါဘူး။ တက္ကသိုလ်ကျောင်းသူကျောင်းသား၊ ဆရာ၊ ဆရာမများ အသိုင်းအဝန်းနဲ့ ထိတွေ့ဆက်ဆံနေရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်လို့ပါပဲ။ ဒီက ကျောင်းသူကျောင်းသား ဆရာဆရာမများ ရုံးဝန်ထမ်းများဟာ ဘယ်လိုတရားမျိုးကို ဟောရင် သိလွယ်တယ်။ နားလည်သဘောပေါက်လွယ်တယ်၊ အကျိုးရှိနိုင်တယ် ဆိုတာ ထိတွေ့ဆက်ဆံနေရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ပိုပြီးတော့ သိနိုင်တဲ့အတွက် မေးတာပါ။

ဒီတော့ ဒေါက်တာ ဦးမင်းတင်မွန်က လျှောက်ပါတယ်။ 'ဗုဒ္ဓဘာသာအကြောင်း နားလည်သင့်တာလေးတွေ နားလည်စေချင်ပါတယ်ဘုရား။ဝိပဿနာလဲ ပါစေချင်ပါတယ်ဘုရား' တဲ့။ ပြီးတော့ 'သိပ်လေးလေးနက်နက်ကြီး ဟောပြန်လို့ရှိရင်လဲ တရားနဲ့ မယဉ်ပါးသေးတဲ့ တစ်ချို့ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ငြီးငွေ့စရာဖြစ်မှာလဲ စိုးပါတယ်ဘုရား' လို့လဲ အဖွင့်နဲ့ အပိတ်နဲ့ လျှောက်ပြန်ပါတယ်။ ပြီးတော့မှ တစ်ခါ စကားအရာ လိမ္မာပါးနပ်တဲ့ ဒကာတို့ ထုံးစံအတိုင်း 'ဟောတာကတော့ ဆရာတော်ဘုရား အလိုကျ ဟောပါဘုရား' တဲ့။ နိဂုံးကျမှ အဲဒီလို လျှောက်ပြန်ပါတယ်။ပထမရှေ့ပိုင်း သူလျှောက်ချင်တာလေးတွေ လျှောက်ပြီး နိဂုံးသတ်ကျမှ'ဆရာတော်ဘုရား အလိုကျ ဟောပါဘုရား' တဲ့။ အဲဒီတော့ ဘုန်းကြီးကလဲ ဘုန်းကြီး သိလိုတာ သိလိုက်ရပြီဖြစ်တဲ့အတွက် ကျေနပ်သွားပြီ။

နားလည်လွယ်တဲ့နည်း

အပိုင်းလေးပိုင်း ဒီတော့ ဒီကနေ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ကို ဒီလေးရက်မှာ အပိုင်းလေးပိုင်း ထားပြီး ဘုန်းကြီး ဟောပါမယ်။ အပိုင်းလေးပိုင်း ထားပြီး ဟောတာမှာလဲပဲ တစ်ရက်ကိုတစ်ပိုင်း ဟောဖို့တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ သင့်လျော်သလို ကြည့်ပြီးတော့ ဟောသွားပါမယ်။

ရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ ချမ်းသာရေး တရားတော်များကို အပိုင်းလေးပိုင်း ပိုင်းကြည့်တဲ့ အခါကျတော့ ဒီလို တွေ့ရပါတယ်။

ပထမပိုင်းက ကြည်ညိုယုံကြည်မှုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်း။

ဒုတိယပိုင်းက လိုက်နာကျင့်ကြံမှုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်း။

တတိယပိုင်းက ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်း။

စတုတ္ထပိုင်းက လက်တွေ့ကျင့်ကြံ အားထုတ်မှုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်း။ အဲဒီလို လေးပိုင်း တွေ့ရပါတယ်။

ကြည်ညိုယုံကြည်မှုနဲ့ဆိုင်တဲ့ အပိုင်းက အခြေခံအပိုင်းပေါ့။ လိုက်နာကျင့်ကြံမှုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်းက အဆင့်တစ်ဆင့် မြင့်သွားပြီပေါ့။ ကိုယ်ကျင့် သီလနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်း ဆိုရင် ပိုပြီးတော့ အဆင့် မြင့်သွားပြန်ပြီ။ လက်တွေ့ကျင့်ကြံ အားထုတ်မှုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်းကျတော့ ထိပ်ဆုံးအပိုင်း အမြင့်ဆုံးအပိုင်းပဲ။ အဲ့ဒီလို လေးပိုင်း ခွဲပြီးကြည့်ရင် ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်ကို ပိုပြီးတော့ သဘော ပေါက်နိုင်တယ်လို့ ဘုန်းကြီး ယူဆပါတယ်။

ကြည်ညိုယုံကြည်မှုနဲ့ဆိုင်တဲ့ အပိုင်းဆိုတာ Devotional Aspect of Buddhism ပေါ့။ ဒါ ကြည်ညိုယုံကြည်မှုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်း။ နောက် လိုက်နာကျင့်ကြံမှုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်းကတော့ Ethical Aspect of Bnddhism ပေါ့။ နောက် ကိုယ်ကျင့် တရားနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်းကတော့ Moral Aspect of Buddhism ပေါ့။ နောက်ဆုံးပိုင်းက လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်မှုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်းက Practical Aspect of Buddhism ပေါ့။

နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွေမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ ခပ်စိမ်းစိမ်းဖြစ်နေတဲ့ တိုင်းပြည်တွေ တရားနဲ့ သိပ်မရင်းနှီးသေးတဲ့ တိုင်းပြည်တွေမှာဆိုရင် ဘုန်းကြီး အဲဒီလိုပဲ လေးပိုင်းခွဲ ဟောပေးပါတယ်။ လေးပိုင်းခွဲ ဟောပေးတဲ့ အခါကျတော့ **ပိုသ**ဘောပေါက်တာ

တွေ့ရ ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီမှာလဲ အဲဒီလိုပဲ လေးပိုင်း ပိုင်းပြီးတော့ ဟော ပါမယ်။

ယုံကြည်မှု အပိုင်း ဒီတော့ပထမဆုံး Devotional Aspect of Buddhism ကြည်ညိုယုံကြည်မှုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ အပိုင်းဆိုတော့ ဘာကို ကြည်ညိုတာလဲ၊ ဘာကို ယုံကြည်တာလဲ။ ကြည်ညိုတယ်၊ ယုံကြည်တယ်ဆိုတာပါဠိ စကားမှာ သဒ္ဓါလို့သုံးတယ်။ တချို့နေရာမှာ ပသာဒလို့၊ တချို့နေရာမှာ ပသန္နလို့ သုံးတယ်။ သဒ္ဓါတို့၊ပသာဒတို့၊ပသန္နတို့ဟာ ယုံကြည်မှု၊ ကြည်ညိုမှုကို ဆိုလိုပါတယ်။

ဒီတော့ ယုံကြည်တယ်ဆိုတာ ဘာကို ယုံကြည်တာလဲ။ လွယ်လွယ်ပြောမယ် ဆိုရင်တော့ မြတ်စွာဘုရားကို ယုံကြည်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟောကြားညွှန်ပြတော် မူတဲ့ တရားတော်ကို ယုံကြည်တယ်၊ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား ညွှန်ပြတော် မူတဲ့ အတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံတော်မူကြတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့တပည့်သာဝက သံဃာ တော်တွေကို ယုံကြည်တယ်။

သဘာဝနဲ့ ကိုက်ညီတဲ့တရား အဲဒီထက် ပိုပြီး သေချာအောင် ပြောရရင် ရှင်တော်မြတ် ဘုရား ဟောကြား ညွှန်ပြတဲ့ တရားတော်ထဲမှာ ပါဝင်တဲ့ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ အခြေခံ သဘာ ဝကို ယုံကြည်တယ်။ တရားတော်ကို ယုံကြည်ရင် အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ် တယ်ဆိုတဲ့ အခြေခံသဘောကို ယုံကြည်မှုလဲ ပါဝင်ပြီးဖြစ်တယ်။ သို့သော်လဲပဲ ပိုပြီး သေချာသွားအောင်လို့ ထပ်ပြောတာပါ။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်မှန်သမျှဟာ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်တယ် ဆိုတဲ့ ကြောင်းကျိုး နိယာမပေါ်မှာ အခြေခံပြီးတော့ ဟောကြားထားတာ ချည်း ပါပဲ။ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ တရားတော်ထဲမှာ အကြောင်းအကျိုး လွတ်တဲ့ တရား မရှိဘူး။ ကြောင်းကျိုး နိယာမပေါ်မှာပဲ အခြေခံပြီး ဟောထားတာဖြစ်လို့ ဘုရား ရှင်ရဲ့ တရားတော်တွေကို တကယ်နားလည် သဘောပေါက်ပြီ ဆိုရင် ဘယ်ဘက်က

၂၇၇၆၀
သုတေသနစာကြည့်တိုက်
ာသာရေးဦးစီးဌာန
ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်။

ဘယ်သူပဲ လာပြီး ကိုင်လှုပ်လှုပ် မတုန်လှုပ်တော့ဘူး။ ဘာကြောင့် မတုန်လှုပ်သလဲ ဆိုတော့ ကြောင်းကျိုးနိယာမပေါ်မှာ အခြေခံပြီးတော့ ဟောထားတဲ့ တရားဖြစ်တဲ့အတွက် သဘာဝနဲ့ ကွက်တိ ကိုက်ညီနေလို့ပါပဲ။

သဘာဝနဲ့ ကွက်တိ ကိုက်ညီနေတဲ့တရားဖြစ်တော့ ဘယ်သူကမှ ဒီတရားဟာ မဟုတ်ဘူးလို့ မပြောနိုင်တော့ဘူး။ ဒီတော့ ဒီလို နားလည်သဘောပေါက် ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် ဒီတရားမှတပါး တခြားဘယ်တရားကိုမှ အားကိုးရာကိုးကွယ်ရာအဖြစ် ရှာစရာ လုံးဝမလိုတော့ဘူး။ အဲဒါ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ တရားတော်က သဘာဝ ကျလို့၊ အကြောင်းအကျိုး ညီညွတ်လို့ပါပဲ။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား တော်မူတဲ့ တရားတော်ကို ယုံကြည်တယ်။ ဒါ သဒ္ဓါပဲ။

သံဃာတော်ကိုလဲ ယုံကြည်တယ်

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ တရားတော်တွေ အတိုင်း ကိုယ်တိုင်လဲ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ပြီး သူတစ်ပါးတွေ ကျင့်ကြံ ပွားများ အားထုတ်နိုင်အောင်လဲ သွန်သင်ညွှန်ကြား ဟောပြတော်မူကြတဲ့ သံဃာတော်တွေကို ယုံကြည်တယ်။ ဒါလဲ သဒ္ဓါပဲ။

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်က အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ အရှင်မောဂ္ဂလာန် အရှင် အနုရုဒ္ဓါ၊ အရှင် မဟာကဿပ၊ အရှင် အာနန္ဒာအစရှိတဲ့ ရဟန္တာ မထေရ် မြတ်ကြီးများက စပြီးတော့ ဒီကနေ့ ရှိတဲ့ သမ္မုတိသံဃာတော်တွေအထိ ဒီ သံဃာ တော်တွေဟာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူတဲ့အတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်ကြံ ပွားများ အားထုတ်ကြလို့ တချို့လဲ ကိလေသာငြိမ်း၊ ဆင်းရဲ ငြိမ်းသွား ကြပြီ။ တချို့လဲ ကိလေသာ တစ်စိတ်တစ်ဝက် ငြိမ်း၊ ဆင်းရဲ တစ်စိတ်တစ်ဝက် ငြိမ်းကြပြီ။ တချို့လဲ ကိလေသာငြိမ်းစ ပြုကြပြီ။ တချို့လဲ ဆင်းရဲငြိမ်းစ ပြုကြပြီ။ တချို့ကတော့ ကိလေသာကို အမြစ်ပြတ် မပယ်သတ်နိုင်သေးသော်လဲ ကိလေသာ အားနည်းအောင် သီလ၊သမာဓိ၊ပညာ အကျင့်တရားတွေကို စွမ်းနိုင်သမျှ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်

နေကြတယ်။ အဲဒီ သံဃာတော်တွေ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်နေတာဟာ ဘယ်စည်းမျဉ်းဘောင်အတွင်းက ကျင့်ကြံ အားထုတ်ကြသလဲဆိုတော့ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ညွှန်ကြား ထားတော်မူတဲ့ တရားစည်းမျဉ်း ဘောင်အတွင်းက ကျင့်ကြံ ပွားများ အားထုတ်နေကြတယ်။ သံဃာတော်တွေကို ဒီလို ယုံကြည်တယ်။ ဒါလဲ သဒ္ဓါပဲ။

ကြည်ညိုတယ်ဆိုတာ ဒီတော့ အဲဒီလိုယုံကြည်တာကိုပဲ ကြည်ညိုတယ်လို့ ခေါ်ပြန်တယ်။ ဒါပေမယ့် ကြည်ညိုတယ် ဆိုတဲ့ စကား သုံးလိုက်တဲ့အခါကျတော့ ယုံကြည်မှုသက်သက်ကလေးတင် မဟုတ်တော့ဘူး။ ကြည်ညိုမှုဆိုတဲ့ မြန်မာစကားအဓိပ္ပါယ်မှာ ယုံကြည်မှုသက်သက် မဟုတ်တော့ဘဲ ယုံကြည်မှုထဲမှာ တခြား သဘောတရားလေးတွေ ပါလာပါတယ်။ တခြား နာမ်သဘောလေးတွေပါလာတယ်။ ကျေးဇူးသိတဲ့သဘော၊ ကျေးဇူးတင်တဲ့ သဘော၊ ဂေဟသိတပေမ ခေါ်တဲ့ ခင်မင်တဲ့သဘော၊ ဒီသဘောတွေပါ တွဲပါလာတတ်တယ်။ ဒါကိုပဲ ရှိပြီး ကြည်ညိုတယ်လို့ သုံးကြတယ်။ လိုရင်း ပဓာနကတော့ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါပါပဲ။

ဘာကြောင့် ယုံကြည်ဆည်းကပ် ထိုက်သလဲ ဒီတော့ ဘာကြောင့် မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးရာ အားထားရာ ကိုးကွယ်ရာပဲလို့ ယုံကြည်သင့်သလဲ၊ ယုံကြည်ထိုက်သလဲ၊ ဒီမေးခွန်းကို ဖြေချင်ရင် ဘုန်းကြီးတို့ ရှေးဦးစွာ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ ဘဝဖြစ်စဉ် အကျဉ်းမျှကို နည်းနည်း သိထားမှ ကောင်းမယ်။ ဒါမှ ဘာကြောင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို သူမတူအောင် ထူးချွန်မြင့်မြတ်တဲ့ လောကသုံးပါးမှာ အထွတ်အထိပ် ဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ယုံကြည်ရသလဲ ဘာကြောင့် ယုံကြည်သင့်သလဲ ဆိုတာ သဘောပေါက်မယ်။ လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ရဲ့ ဆရာပဲ၊ လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ကို ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း လမ်းကောင်း ညွှန်ပြ ဆိုဆုံးမတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ လို့ ဘာကြောင့် ယုံကြည်သလဲ။ အဖြေက ယုံကြည်ထိုက်လို့ ယုံကြည်တယ်။ ဒီလိုဆိုရင် ဘာကြောင့် ယုံကြည်ထိုက်သလဲ။

ဗုဒ္ဓဆိုတာ သိသူ အဲဒီ ဘာကြောင့် ယုံကြည်ထိုက်သလဲ ဆိုတဲ့ အမေးရဲ့ အဖြေကို ဗုဒ္ဓဆိုတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဘွဲ့မည်တော်၊ အဲဒီ ဘွဲ့မည်တော်ရဲ့ အတွင်းငုပ်နေတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို သိမှသာ အဲဒီအမေးရဲ့ အဖြေကို သိမယ်။ အဖြေရပြီးသား ဖြစ်မယ်။ ဒီတော့ ဒါဖြစ်ရင် ဗုဒ္ဓဆိုတာ ဘာအဓိပ္ပာယ် ရှိသလဲ။ ဗုဒ္ဓဆိုတာ တိုတိုပြောရရင် 'သိသူ' ပဲ။ ဗုဒ္ဓဆိုတဲ့ ပါဠိစကားလုံးရဲ့ တိုက်ရိုက် မြန်မာ အဓိပ္ပာယ်က 'သိသူ'။ ပါဠိဘာသာ အနေနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ဝိဂ္ဂဟ ဝါ စနတ်တွေ ဘာတွေနဲ့ ပြောရမယ်။ ဗုဇ္ဈတီတိ ဗုဒ္ဓေါ = သိတတ်သောကြောင့် ဗုဒ္ဓ မည်၏။

လောကမှာ သတ္တဝါတွေ ရှာဖွေနေတာ ဘာလဲဆိုတော့ အသိပဲပေါ့။ လောကီ ကျောင်းတွေမှာ ရှာဖွေနေကြတာလဲ အသိပဲ။ လောကီရေး ကိစ္စတွေမှာ ရှာဖွေ နေကြတာလဲ အသိပဲ။ လောကုတ္တရာရေးကိစ္စတွေမှာ ရှာဖွေနေကြတာလဲ အသိပဲ။ တပည့်တော်တို့တော့ အဲဒီလို မထင်ပါဘူး ဘုရား။ လူတွေ ရှာဖွေနေကြတာဟာ စားရေး၊ ဝတ်ရေး၊ နေရေးတွေ ရှာနေကြတာပါလို့ ပြောလိုသူ ရှိကောင်းရှိမယ်။ အဲဒီ စားရေး၊ ဝတ်ရေး၊ နေရေးကို ရှာဖွေဖို့ သက်ဆိုင်ရာ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အသိမရှိရင် စားဝတ်နေရေး ပြည့်စုံနိုင်ပါ့မလား။ ဘယ့် နှယ်တုံး ပရိတ်သတ်တို့၊ (မပြည့်စုံနိုင်ပါ ဘုရား။) မပြည့်စုံနိုင်ဘူးနော်။ မပြည့်စုံ တော့ အဲဒီ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း အသိ ပြည့်စုံအောင် မရှာရပေဘူးလား။ (ရှာ ရပါတယ် ဘုရား။)

ဘုန်းကြီးက တဖြည်းဖြည်းကျတော့ မေးမယ်နော်။ အဲ့ဒါ မေးလို့ရှိရင် ဖြေဖို့ ရာ အဆင်သင့် ရှိကြပါစေနော်။ ဘာကြောင့် မေးတာလဲ ဆိုတော့ ဘုန်းကြီးပြော တာကို တရားနာပရိတ်သတ် သဘောပေါက်သလား မပေါက်ဘူးလား သိချင်လို့ ပါ။ သဘောပေါက်တယ်ဆိုရင် ဘုန်းကြီးက ထပ်ပြောစရာ မလိုဘူး၊ သဘောမ ပေါက်ဘူးဆိုရင် အဲဒါ ထပ်ပြီးတော့ ရှင်းရမယ်ကိုး။

ထူးခြားတဲ့ တရားပွဲ ခုနက ဒကာဦးမင်းတင်မွန် မိတ်ဆက်စကားပြောတဲ့အထဲ မှာ ပါသွားပါတယ်။ 'မကြာခင်ကလဲပဲ မြန်မာ့သမိုင်းမှာ ထူးခြားတဲ့ တရားပွဲတစ်ပွဲ ဆရာတော် ဟောခဲ့ပါတယ်။ ဘယ်မှာလဲဆိုတော့ ကလေး မြို့ခရစ်ယာန်ဂိုဏ်းပေါင်းစုံက ဗုဒ္ဓတရားတော် နာကြားချင်ပါတယ်ဆိုပြီး ပင့်လို့မို့ ဆရာတော် သွားဟောရပါတယ်' လို့ ပါသွားပါတယ်။ အဲဒါ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီပရိသတ် ထဲက တချို့သိကြမယ်မဟုတ်သေးပါဘူး။ စာအုပ်ကိုလဲ တချို့ဖတ်ဘူးကြမှာ မဟုတ်သေးပါဘူး။ ခုန ဒကာ ဦးမင်းတင်မွန်ပြောသလို စာအုပ်ကတော့ အုပ်ရေ ၂၄၀၀၀ ကုန်သွားပြီ။ ဒါပေတဲ့ ဒီပရိတ်သတ်ထဲမှာ စာအုပ်မမြင်းဘူးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ရှိအုံးမှာနဲ့တူတယ်။ (ယခု ပဉ္စမအကြိမ်အဖြစ် အုပ်ရေတစ်သောင်း ထပ်မံ ဖြန့်ချိနေပါပြီ။)

အဲဒီ ကလေးမြို့မှာ ဘုန်းကြီး ၃ ရက် တရားဟောရပါတယ်။ ၁၉၈၂ ခုနှစ် မေလ ၃ ရက်၊ ၄ ရက်၊ ၅ ရက်။ ပထမရက်မှာ တရားနာပရိသတ် ၃၀၀၀ ကျော်ပါတယ်။ ဒါ သူတို့ တရားပွဲဖြစ်မြောက်ရေးကော်မတီရဲ့ လျှောက်ထားချက်ပါ။ ဘုန်းကြီးက တော့ ဓမ္မာရုံထဲက ဟောနေတာဆိုတော့ ဓမ္မာရုံထဲမှာ ပရိသတ်တွေ ပြည့်ကျပ်နေ လို့ လျှံထွက်ပြီး ဓမ္မာရုံအပြင်ဘက်က နာနေကြရတယ် ဆိုတာလောက်ပဲ သိပါတယ်။ ဒုတိယနေ့ကျတော့ ပရိသတ် ၅၀၀၀ ကျော်ပါတယ်။ တတိယနေ့ကျတော့ ပရိသတ် ၆၀၀၀ ကျော်ပါတယ်။ အဲဒီအထဲမှာ ခရစ်ယာန်ပရိသတ်က အများစုလို့ သူတို့ လျှောက်ကြပါတယ်။

အားရပါးရဖြေကြတယ် အဲဒီမှာလဲပဲ ဘုန်းကြီးက ထုံးစံအတိုင်းပဲ တရားသား အတော်ဟောမိတော့ မေးမေးပြီး ဟောပါတယ်။ အဲဒီ တရားပွဲမှာ မေးတာကို အဲဒီ ပရိသတ်ဟာ အင်တိုက်အားတိုက် အားရလောက် အောင် ဖြေပါတယ်။ အဲဒီ တရားကို အသံဖမ်းထားတဲ့ တရားကက်ဆက်ခွေ ၁၀ ခွေ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ ၁၀ ခွေကို နာကြည့်တဲ့အခါမှာ တရားနာပရိသတ် ဘယ်လောက် တက်ကြွတယ်ဆိုတာ သူတို့ရဲ့ အဖြေတွေကို ကြားရခြင်းအားဖြင့် သိရပါတယ်။

တက္ကသိုလ်ပရိသတ် ဒီမှာလဲ အဲဒီလို အားရပါးရဖြေတဲ့ အဖြေတွေ ကြားရလိမ့်မယ်လို့ ဘုန်းကြီးက မျှော်လင့်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ဒီပရိသတ်က ဘာပရိသတ်ပါလိမ့်။ (တက္ကသိုလ်ပရိသတ်ပါဘုရား။) ဗုဒ္ဓဘာသာပရိသတ်မဟုတ်ဘူးလား၊ ကဲ .. ဟော... ဟုတ်ပုံမရဘူး ကြည့်ရတာ။ ငြိမ်နေကြတာထောက်တော့ ဗုဒ္ဓဘာသာပရိသတ် ဟုတ်ပုံမရဘူး၊ဟုတ်ကဲ့လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) တော်ပါသေးရဲ့နော်၊ဒါတောင် ရှေ့ပိုင်းကတင် ဟုတ်တာ၊ နောက်ပိုင်းက ဟုတ်ပုံမရဘူးနော်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ ပရိသတ်ဖြစ်ရုံမကဘူး အသိပညာကို အချိန်အားမရှိအောင် ရှာဖွေနေရတဲ့ တက္ကသိုလ်ပရိသတ် မဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အခု တရားနာတယ် ဆိုတာလဲ ဗုဒ္ဓတရားတော်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အသိပညာတိုးရေးအတွက် ရှာဖွေနေတာ မဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲသလိုဆိုတော့ မိုပြီးတော့ အားရပါးရ အဖြေကို ကြားရဖို့ မလိုဘူးလား။ (လိုပါတယ်ဘုရား။) လိုသလောက်လဲ ကြားရမှာပါပဲ။ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။)

အမှန်အတိုင်း သိတယ်ဆိုတာ ဒီတော့ တရားပြန်ဆက်ကြစို့။ ဗုဒ္ဓဆိုတာ သိသူ၊ သိသူဆိုတာ ဘာကို သိတာလဲဆိုတော့ အမှန်သဘာဝကိုသိသူ။ အမှန်သဘာဝကို သိသူကို ဗုဒ္ဓ၊ဒီနေရာမှာ သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိတယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုသိတာလဲ။ အဲဒါ နဲနဲသဘောပေါက်ဖို့ လိုပါတယ်။သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိတယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုသိတာလဲ။ကိုယ်ဥာဏ်ရှိသလို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီးတော့ သိတဲ့အသိမျိုးလား။ အဲဒီ အသိမျိုးဆိုရင် အထက်တန်းစားဉာဏ်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က သူဥာဏ်ရှိသလို ဆင်ခြင်သုံးသပ်တဲ့အတွက် သူ့အသိက တမျိုး ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ ဉာဏ်အလတ်စားရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလဲ သူ ဉာဏ်ရှိသလို သဘာဝကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်တော့ သူ့အသိက ဉာဏ်အထက်တန်းစားရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လို မဟုတ်ဘူး၊တမျိုး ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ တခါ ဉာဏ်နုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များက သဘာဝကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြန်တဲ့ အခါကျတော့ သူတို့သိတဲ့ အသိက တမျိုးဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။

ဒီလိုဆိုတော့ မိမိဉာဏ်ရှိသလို ဆင်ခြင်သုံးသပ်လို့သိတဲ့ အသိဟာ အသိတမျိုးတည်း ဖြစ်မလား၊ အသိအမျိုးမျိုးဖြစ်မလား။ (အသိအမျိုးမျိုးဖြစ်ပါမယ်ဘုရား။) အသိအမျိုးမျိုးဖြစ်ရင် မှန်တယ်လို့ဆိုနိုင်ပါ့မလား။ (မဆိုနိုင်ပါဘုရား။) မဆိုနိုင်ဘူး။ အသိ အမျိုးမျိုး ဖြစ်နေရင် မှန်တယ်လို့ မဆိုနိုင်ဘူး။ အသိ တမျိုးတည်း တထပ်တည်း ဖြစ်မှသာ အမှန်သိ ဖြစ်မယ်ပေါ့။ ဒီတော့ မိမိ ဉာဏ်ရှိသလို ဆင်ခြင်သုံးသပ်တာ မဟုတ်ပဲနဲ့ သဘာဝအရှိကို အရှိအတိုင်းသိရင် ဒီစကားကို ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်နားလည်ပါတယ်။ အရှိကို အရှိအတိုင်း သိရင် အဲဒီအသိဟာ အမျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်မလား။ (မဖြစ်နိုင်ပါဘုရား။) ဘယ်လိုဖြစ်မလဲ။ (တမျိုးတည်း ဖြစ်မှာပါဘုရား။) တမျိုးတည်း ဆိုရင် ဒီ အသိကို အမှန် ခေါ်မလား၊ အမှား ခေါ်မလား။ (အမှန်ခေါ်ရပါမယ်ဘုရား။) အမှန်ခေါ်ရမယ်။

သဘာဝကို အရှိအတိုင်းသိသူ

ဒီတော့ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားဟာ သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိတယ်၊ ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓ။ တစ်ခါ သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓ၊ သမ္မာ = အမှန်အတိုင်း။ သံ = ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့။ ဗုဒ္ဓ = သိသူ။ သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓ = အမှန်အတိုင်း ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ သိသူ။ ဘာကို သိတာလဲ။ သဘာဝကို သိတာ။ ဒီတော့ ဗုဒ္ဓ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားက သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိတယ်ဆိုတော့ သူ ဉာဏ်ရှိသလို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီး သိတာလား။ ဒါမှမဟုတ် သဘာဝအရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်တာလား။ (သဘာဝအရှိကို အရှိအတိုင်းမြင်တာပါဘုရား။) အရှိအတိုင်း မြင်တာ။ ဒီလိုဆိုရင် အမှန်မြင်လား၊ အမှားမြင်လား။ (အမှန်မြင်ပါဘုရား။) အမှန်မြင်ပေါ့၊ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (မှန်ပါဘုရား။)

မနက်တုန်းကဆိုရင် မိုးတွေ တစ်မနက်လုံး ရွာမနေဘူလား။ (ရွာနေပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီ မိုးရွာတာကြည့်ပြီးတော့ ဒီလောက် မိုးရွာနေတာ ဒီရာသီ ဘာရာသီလဲ။ (မိုးရာသီပါဘုရား၊) အဲဒါ အရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်တာ မဟုတ်ပေဘူးလား။

(ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဒီလိုဆိုရင် မှန်သလား၊ မှားသလား။ (မှန်ပါတယ် ဘုရား။) အေး ဒါလေဘက် မိုးရွာနေပေမယ်လို့ ဒါ မိုးရာသီ ဟုတ်ပုံမရဘူး။ နည်းနည်း အိုက်တာပူတာ ထောက်တော့ နွေရာသီ ဖြစ်လိမ့်မယ်။ ဒီလို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းပြီး သိရင် မှန်သလား၊ မှားသလား။ (မှားပါတယ်ဘုရား)။ မှားတယ်နော်။

သို့သော်လည်းပဲ ဟို အိန္ဒိယက လာတဲ့အတိုင်း မြန်မာက လက်ခံထားတဲ့ ပိုင်းခြား သတ်မှတ်ချက်အရ ဆိုရင်တော့ ဒါ အခေါ်အဝေါ်အနေနဲ့ နွေရာသီပဲ။ ဘာကြောင့် လဲဆိုတော့ တပေါင်းလပြည့်ကျော် ၁ ရက်က စပြီးတော့ ဝါဆိုလပြည့်နေ့အထိကို နွေရာသီလို့ ပိုင်းခြား သတ်မှတ်ထားတာကိုး။ ဝါဆိုလပြည့်ကျော် ၁ ရက်နေ့က စပြီး တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်အထိ မိုးရာသီလို့ သတ်မှတ်ထားတယ်။ တန်ဆောင်မုန်း လပြည့်ကျော် ၁ ရက်နေ့က စပြီးတော့ တပေါင်းလပြည့်နေ့အထိကို ဆောင်းရာသီ လို့ သတ်မှတ်ထားတယ်။

အဲဒီ သတ်မှတ်ချက်အရ ဆိုရင်တော့ အခေါ်အဝေါ်အနေနဲ့ နွေရာသီ ခေါ်ရတယ်။ သို့သော် တကယ့်အရှိသဘာဝအနေနဲ့ မိုးရာသီ။ ဟုတ်ရဲ့လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။)

အရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်ရင် ဒီရာသီဟာ ဘာရာသီလဲ။ (မိုးရာသီပါဘုရား။) လူတို့ ပိုင်းခြား သတ်မှတ်ချက် အခေါ်နဲ့ ကပ်ပြီး ကြည့်ရင်တော့ ဘာရာသီလဲ။ (နွေရာသီပါဘုရား။)

ဒီတော့ အခေါ်အဝေါ်နဲ့ ကပ်ကြည့်ပြီး သိရတဲ့၊ ကိုယ်သိထားတဲ့ ဗဟုသုတနဲ့ ကပ်ကြည့်ပြီး သိရတဲ့ အသိဟာ အရှိအတိုင်း မှန်ပါ့မလား။ (မမှန်ပါဘုရား။) မမှန်ဘူးနော်။ ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား အမှန်သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိတယ် ဆိုတာ အရှိကို အရှိအတိုင်း သိတာပဲ။ အရှိကို အရှိအတိုင်း သိရတာဆိုတော့

ဘုန်းကြီးက ဒီဘက်မှာ အားသန်တာမို့ အခြေခံကလေးတော့ နည်းနည်း တို့မိတယ်။ နည်းနည်း ဆက်ပြောပါရစေ။

ဒဿနအမြင်က အမျိုးမျိုး

ဘုန်းကြီး ဒီကနေ့ပြောရမှာ ဒီလောက်ပြောရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် အခြေခံကလေးတော့ တို့ပါရစေ။

အရှိကို အရှိအတိုင်းသိချင်ရင် philosophical point of view = ဒဿနအမြင် တွေးခေါ်ရေး ဉာဏ်အမြင်နဲ့ ကြည့်လို့ရမလား။ (မရပါဘုရား။) ဒဿနဉာဏ်အမြင်နဲ့ ကြည့်လို့ အရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်ရင် ဒဿနိကဆရာကြီးတွေ ဒီလောက်များနေပါ့မလား။ (မများပါဘုရား။) မများဘူး။ ဒဿနအမြင် အမျိုးအစားကော ဒီလောက်များနေပါ့မလား။ (မများပါဘုရား။) မများပါဘူး။ ဒဿနအမြင် တစ်မျိုးတည်း ရှိမှာပေါ့။ အခုတော့ ဒဿနအမြင်က အမျိုးမျိုး ဖြစ်နေတယ်။ ဟုတ်ရဲ့လား။ ဒီတော့ ဒီဒဿနအမြင် ရှုထောင့်ကနေ ကြည့်လို့ကတော့ အရှိကို အရှိအတိုင်း မမြင်နိုင်ဘူး။

ဒါဖြစ်ရင် အရှိကို အရှိအတိုင်း သဘာဝအမှန်အတိုင်း မြင်အောင် ဘာလုပ်ရမလဲ။ အရှိအတိုင်းကြည့်။ ဒါပဲ။ ဟုတ်ရဲ့လား။ အရှိကို အရှိသဘာဝအတိုင်း သိချင်ရင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။ (အရှိသဘာဝအတိုင်း ကြည့်ရပါမယ်ဘုရား။) အရှိသဘာဝ အတိုင်း ကြည့်။ ကိုယ် ကြိုတင်သိထားတဲ့အသိ (Preconception) တွေ မသွင်းနဲ့ ဟုတ်ရဲ့လား။ ကြိုတင်သိထားတဲ့ အသိတွေပေါ် အခြေခံပြီး ဉာဏ်သွင်း ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှု မပြုနဲ့။ အဲဒီလို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ရင် တစ်မျိုး သိသွားလိမ့်မယ်။ အရှိအတိုင်း မသိဘူး။ အရှိအတိုင်း သိချင်ရင် ဘာလုပ်ရမလဲ။ (အရှိအတိုင်း ကြည့်ရပါမယ်ဘုရား။)

အရှိအတိုင်းကြည့်လို အမှန်အတိုင်းသိမြင်

အဲဒီတော့ ဘုန်းကြီးက ဒီနေရာမှာ ခုနက ပြောပါရစေ ဆိုတာ ဘာခြား ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့ သတိပဋ္ဌာန်နည်းအရ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တယ်

ဆိုတာ အဆန်းတကြယ်ကြီး မဟုတ်ပါဘူး။ အရှိသဘာဝကို အရှိအတိုင်း ကြည့်တာပါပဲလို့ ပြောချင်တာပါ။

တချို့က အဆန်းတကြယ် ခက်ခက်ခဲခဲကြီး အောက်မေ့ကြတယ်။ မဟုတ်ပါဘူး။

ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် မေးပါရစေ။မြတ်စွာဘုရား သဘာဝကို သိတယ်ဆိုတာ အမှန်အတိုင်း သိတယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုသိတာပါလဲ။ (အရှိအတိုင်းသိတာပါဘုရား။) အရှိအတိုင်း သိတာနော်။အဲဒီလို အရှိအတိုင်း သိတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သန္တာန်တော်မှာ လောဘ၊ဒေါသ၊မောဟတွေ ငြိမ်းသွားတယ်။ ဘာကြောင့် ငြိမ်းတာလဲ ဆိုရင် အရှိသဘာဝကို အရှိအတိုင်း သိလို့ ငြိမ်းသွားတာပဲ။ လောဘ၊ဒေါသ၊ မောဟဆိုတဲ့ ကိလေသာတွေ ငြိမ်းရင် ဆင်းရဲ ငြိမ်းရော။ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ တရားတော်တွေဟာ ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း အကျင့်ကောင်း အကျင့်မှန်တွေပဲ။ ဘုရားရှင် ဟောခဲ့တဲ့ ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရေး တရားဖြစ်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ နည်းမှာလဲပဲ မြတ်စွာဘုရား ဘယ်လို ညွှန်ကြားခဲ့တယ် ထင်ပါသလဲ။ 'အရှိကို အရှိအတိုင်း ကြည့်ဖို့ပဲ' ညွှန်ကြားခဲ့တယ်၊ ဒီအတိုင်းပဲ ညွှန်ကြားခဲ့ပါတယ်။

သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ် ဘုန်းကြီး တစ်ခုကလေး ရွတ်ပြပါမယ်။မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ် ဒေသနာတော်ထဲက စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရား ဘယ်လို ဟောတော်မူခဲ့သလဲ ဆိုတော့'သဒေါသံ ဝါ စိတ္တံ သဒေါသံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ' လို့ ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်။သဒေါသံ ဝါ စိတ္တံ= စိတ်ဆိုးစိတ်ကိုလဲ၊ သဒေါသံ စိတ္တန္တိ =စိတ်ဆိုးစိတ်ပဲဟု၊ ပဇာနာတိ=ရှုသိနေရ၏ တဲ့။ ဟော ဘာတဲ့တုံး၊ စိတ်ဆိုးစိတ်ကို ဘယ်လို ရှုရမှာတဲ့လဲ။ (စိတ်ဆိုးတယ်လို့ ရှုရမှာပါဘုရား။) စိတ်ဆိုးတယ်လို့ ရှုနေပါတဲ့။ ဒီလိုဆိုရင် အရှိကိုအရှိအတိုင်း

ရှုတာပေါ့။ ‘ဟဲ့ ငါ ဒေါသထွက်လို့ ဘယ်ဖြစ်မလဲ၊ဒီဒေါသကြောင့် သူများကို ဆဲလား၊ဆိုလား၊ရိုက်လားပုတ်လား ပြုရင်တော့ ဒုက္ခရောက်ကုန်မှာပေါ့။ ဟဲ့ ဒေါသ မထွက်နဲ့ မထွက်နဲ့။’ ဒီလိုဆိုရမှာလား။ (မဆိုရပါဘုရား။) ဘယ်လိုဆိုရမှာလဲ။ စိတ်ဆိုးနေတယ်လို့ အရှိအတိုင်း ရှုနေပါတဲ့။

နောက်တစ်ခုက ‘ဝိက္ခိတ္တံ ဝါ စိတ္တံ ဝိက္ခိတ္တံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ။’ ဝိက္ခိတ္တံ ဝါ စိတ္တံ=ပျံ့လွင့်ပြေးသွားတဲ့စိတ်ကိုလဲ၊ ဝိက္ခိတ္တံ စိတ္တန္တိ = ပျံ့လွင့်စိတ် ပြေးသွားစိတ်၊ ထွက်စိတ်ပဲဟု၊ ပဇာနာတိ=ရှုသိနေရ၏။ ဟော စိတ်ပျံ့လွင့်နေ၊ ပြေးနေ၊ ထွက်နေပြီဆိုရင် ဘယ်လို ရှုရမလဲ။ ‘ပျံ့လွင့်တယ်၊ပြေးတယ်။ထွက်တယ်၊ စဉ်းစားတယ်၊ စိတ်ကူးတယ်’ လို့ရှု။ ဟောဒါ အရှိကိုအရှိအတိုင်း ရှုတာ၊ အဲဒါ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာပဲ။ ခက်သလား။ (မခက်ပါဘုရား။) အဲဒါ သဘောမသိ တော့ ခက်တယ်လို့ ထင်နေကြတာ။ လွယ်လွယ်ကလေးပဲ။ စိတ်နဲ့ပငါသက်တဲ့ ရှုပုံပဲ။

ရုပ်ကိုရှုပုံ ရုပ်နဲ့ ပတ်သက်လို့ ကြည့်ဦးမလား။၊ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ် သမ္ပဇညပိုင်းဆိုတာမှာ ဘယ်လိုမိန့်ထားလဲဆိုတော့ ‘အဘိက္ကန္တေ ပဋိက္ကန္တေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ။’ အဘိက္ကန္တေ = ရှေ့သို့သွား သည်ရှိသော်၊ ပဋိက္ကန္တေ=နောက်သို့ဆုတ်သည်ရှိသော်၊ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ= မှန်စွာ အပြားအားဖြင့် ရှုသိလျက်ပြုရမည်တဲ့။ ဟော ရှေ့သွားရင် ရှေ့သွားတယ် လို့ပဲ အရှိအတိုင်း ရှုသိနေပါတဲ့။နောက်ဆုတ်ရင်လဲ နောက်ဆုတ်တယ်လို့ပဲ အရှိ အတိုင်း ရှုသိနေပါတဲ့။ သမိဉ္ဇိတေ=လက်ခြေတို့ကို ကွေးသည်ရှိသော်၊သမ္ပဇာနကာ ရီ ဟောတိ=အမှန်အတိုင်း ရှုသိလျက်ပြုရမည်။

သိတယ်လို့ ထင်စရာပဲ အမှန်အတိုင်းရှုသိတယ်ဆိုတာဘယ်လိုလဲ။ လက်ကွေးရင် ကွေးတယ်။ လက်ဆန့်ရင် ဆန့်တယ်။ ခြေကွေးရင် ကွေး တယ်။ ခြေဆန့်ရင် ဆန့်တယ်။ အဲဒီလို အရှိအတိုင်း ရှုနေ

ပါတဲ့။ တပည့်တော်တို့ ဒီတရား မကြားဘူးပါဘူးဘုရားလို့ ပြောကောင်းပြော မယ်။ လက်ကွေးရင် ကွေးတယ် သိတာပေါ့။ လက်ဆန့်ရင် ဆန့်တယ် သိတာပေါ့ လို့ ပြောစရာပဲ။ ဒါပေမယ့် တကယ် သိတာမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်က သိတယ်လို့ ထင်နေတာ။

အဲဒီ လက်ကွေးနေရင်းပဲ စာမေးပွဲအကြောင်း စဉ်းစားမနေဘူးလား။ (စဉ်းစားနေပါတယ်ဘုရား။) ကဲ အဲဒီတော့ လက်ကွေးတာ သိသေးလား။ (မသိ ပါဘုရား။) မသိဘူး။ လက် ဆန့်နေရင်လဲ 'ဟိုကျောင်းသား ငါ ဘယ်လိုနား လည်အောင် ပြောရမလဲ'လို့ စဉ်းစားမနေဘူးလား (စဉ်းစားနေပါတယ်ဘုရား။) စဉ်းစားတော့ လက် ဆန့်တာ သိသေးလား။ (မသိပါဘုရား။) သိတယ်လို့တော့ မထင်ဘူးလား။ (ထင်ပါတယ်ဘုရား။) တကယ်တော့ သိလား။ (မသိပါဘုရား။) အဲဒါကို ပြောတာ။ အဲဒီလို သိတာကို သိတယ်လို့ ခေါ်တာမဟုတ်ဘူး။ ကွေးတယ် ဆိုတာ စကွေးတဲ့အချိန်က စပြီး ကွေးတာ ဆုံးတဲ့အထိ စိတ်နဲ့ ကွေးမှုနဲ့ တခါ တည်း ကပ်ပါသွားအောင် ကွေးနေသမျှ တစ်ချိန်လုံး ရှု၊သိ၊ကြည့်နေရမှာ။ အဲဒါ မှ အရှိကို အရှိအတိုင်း သိတာ။

ဘယ်အလုပ်မဆို အစမှာခက်တယ်

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာက ခက်သလား၊ လွယ်သလား။ လွယ်လွယ် ကလေးရယ်။ ဟုတ်ကဲ့လား။ သို့သော်လဲပဲ တစ်ခုတော့ ရှိတာပေါ့။ဘယ် အလုပ်မျိုးမဆို အလုပ်ဝင်စမှာ အလုပ်ရဲ့သဘောကို နားမလည်သေးလို့ အလုပ်နဲ့ အံဝင်ခွင်ကျ မဖြစ်သေးခင်တော့ ခက်တာပေါ့။ အခက်အခဲ တွေ့လှရင် နှစ်ရက်သုံး ရက်ပေါ့။ အလွန်ဆုံး လေးငါးရက်ပေါ့။ ဘယ်အလုပ်မျိုးမဆို အစမှာ နဲနဲခက် တာချည်း ပါပဲ။

စာသင်တဲ့ အလုပ်တောင် ကြည့်ပါ။ဟို စာသင်စ ဆရာ၊ဆရာမဆို အတန်းထဲဝင် လာရင် အိုးနင်းခွက်နင်းပဲ၊ဟိုကျောင်းသူကပဲ ကိုယ့်ကို ကြည့်နေသလို၊ဒီကျောင်းသား

ကပဲ စိုက်ကြည့်နေသလိုလို၊ မြေဖြူကိုင်တဲ့လက်က တုန်လို့၊ ဘောပေါ်မှာ ရေးဖို့ရာ စိတ်က ရည်ရွယ်ထားတာက တစ်မျိုး၊ ရေးမိတာက တစ်မျိုး၊ မဖြစ်ပေဘူးလား။ အဲဒီထဲမှာ ချွေးကောပြန်မလာဘူးလား။ (ပြန်လာပါတယ်ဘုရား။) ပြန်လာတယ်။ ဘယ်အလုပ်မျိုးမဆို အလုပ်ဝင်စမှာတော့ အလုပ်နဲ့ အံဝင်ခွင်ကျ မဖြစ်သေးခင် အလုပ်နဲ့ မကျွမ်းသေးခင်မှာတော့ နဲနဲခက်တာပေါ့။ အလုပ်နဲ့ အံဝင်ခွင်ကျ ဖြစ်သွားတဲ့အခါကျတော့ ခက်ပါဦးမလား။ (မခက်ပါဘုရား။) တရားလဲ အဲဒီအတိုင်းပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရား၏ သတိပဋ္ဌာနဒေသနာတော်နဲ့ ညီ အရှိကို အရှိအတိုင်း ကြည့်တာမှာလဲ အစမှာတော့ အလုပ်နဲ့ အံဝင်ခွင်ကျ မဖြစ်သေးခင် အဲဒီလိုပဲ နည်းနည်း အခက်ဒ ခဲ တွေ့ရတယ်။ နှစ်ရက် သုံးရက် လေးရက် စသည် အားထုတ်မိလို့ အလုပ် အသားကျလာတဲ့ အခါကျတော့ အဆင်ပြေလာတာပါပဲ။

ကြာတော့ အဆင်ပြေလာတယ် ဘုန်းကြီးတို့ ကျောင်းမှာ အခု ဂျပန်တယောက် အားထုတ်နေတယ်။ သူ အားထုတ်နေတာ ပထမ ၁ ရက်၊ ၂ ရက်၊ ၃ ရက်မှာ ၁၅ မိနစ်ထက် ပိုမထိုင်နိုင်ဘူး။ ညောင်းက ညောင်းသေး။ ခါးက ကိုက်သေး။ ရှုမှတ်လို့က မရဘူး။ စိတ်တွေကလဲ လွင့်လို့။ သူ အားထုတ်တာ အခု ရက်သတ္တတပတ်လောက် ရှိသွားပြီ။ အခုတော့ သူဟန်ကျနေပြီ။ မနေ့က တရားစစ်တဲ့ အခါကျတော့ လျှောက်တယ် 'အခု တော်တော်ဟန်လာပြီ၊ စိတ်တွေကလဲ ငြိမ်လာပြီ'တဲ့။

ဂျပန်ပြည်တုန်းက အားမထုတ်ခဲ့ဘူးလား မေးတော့၊ ဂျပန်ပြည်တုန်းက ဂျပန်ဘုန်းကြီးကျောင်းတောင် မသွားဘူးတဲ့။ အားထုတ်ခဲ့ဘူးဖို့ဆိုတာ ဝေးရော ပေါ့လေ။

ချင်းကမ္မဋ္ဌာန်း စမ်းကြည့်ခဲ့တယ်

ကိုယ်တွေ့ ချင်းကမ္မဋ္ဌာန်း ဘုန်းကြီးက ပြီးခဲ့တဲ့ စတုတ္ထပတ်ဓမ္မခရီးတုန်းက ဂျပန်ပြည် တိုကျိုမှာ အေးဟေကျိုးဆိုတဲ့ ချင်းကျောင်းမယ် ၃ ရက်နေ ပြီးတော့ ချင်းကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီတော့ သူတို့ အားထုတ်ပုံကို သိခဲ့ရတယ်။ အဲဒါ သူတို့ ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားထုတ်တာတဲ့။ ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားထုတ်တာ တနေ့မှ ထိုင်တာက ၃–၄ကြိမ်။ စင်္ကြံလျှောက်တာလဲ ၃-၄ကြိမ်။ တနာရီမှာ သူတို့ အချိန်ပိုင်းထားတယ်။ မိနစ်၄၀ ထိုင်ပြီး အားထုတ်ရတယ်။ ပြီးတော့ ၁၀ မိနစ် စင်္ကြံလျှောက်ရတယ်။ ပြီးတော့ ၁၀ မိနစ် နားရတယ်။ ၁၀ မိနစ် စင်္ကြံလျှောက်တာကလဲ ရှေ့နောက် တန်းစီပြီး ဝိုင်းကြီးပတ်ပတ် လှည့်ပြီးတော့ လျှောက်ရတယ်။လျှောက်တာကတော့ ဖြည်းဖြည်းပါပဲ၊ ဖြည်းဖြည်း လျှောက်ရတယ်။

ရှုမှတ်တာကတော့ သူတို့ဟာ အမျိုးမျိုးပဲ။ ဘုန်းကြီးက မေးတယ် 'ဖြေးဖြေး လျှောက်တာတော့ ဟုတ်ပါပြီ။စိတ်က ဘာကို အာရုံပြု ရှုရမလဲ'လို့။ဒီတော့ တစ်ဦးကပြောတယ်၊ခြေထောက် လှုပ်ရှားတာ အာရုံပြုပါတဲ့။နောက်တစ်ဦးက ပြောတယ် ထွက်လေ ဝင်လေကို အာရုံပြုပါတဲ့။ နောက်တစ်ဦးက ပြောပြန်တာ ကတော့ Nothingness (ဘာမှမရှိတာ)ကို အာရုံပြုပါတဲ့၊ ကိုင်း အဲဒါသာ ကြည့်ပါ။ အဲဒါ တစ်ကျောင်းတည်းရယ်၊ တစ်ကျောင်းတည်းမှာ စုပြီးတော့ အားထုတ်နေကြဟာ၊ ရှုနည်းကအမျိုးမျိုးပဲ။

ဖေဖော်ဝါရီလ ၁၂၊၁၃၊၁၄ ရက်များမှာ မြတ်စွာဘုရားပွင့်တော်မူတဲ့နေ့ အကြိုနေ့ဆိုပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်တဲ့အနေနဲ့ သူတို့အချိန်ပြည့် အားထုတ်တာတဲ့။ဒီလိုပဲ မိနစ်လေးဆယ်ထိုင်၊ဆယ်မိနစ် စင်္ကြံလျှောက်၊ဆယ်မိနစ်နား၊နားပြီး ရင် တရားခန်းမက ထွက်၊ကိုယ့်ကျောင်း ကိုယ်ပြန်။ကိုယ့်နေရာ ကိုယ်ပြန်၊ (Green

Tea) ခေါ်တဲ့ လက်ဖက်ရည်ကြမ်းလေး ဘာလေးသောက်။ စကားလေး ဘာလေး ပြော၊ တစ်ခြား လုပ်စရာရှိတာလဲ လုပ်ပေါ့၊ တစ်နာရီလောက်။ ပြီးတော့အဲဒီနောက် တစ်နာရီလောက်ဆို ခေါင်းလောင်းထိုးတယ်။ အဲဒီကျတော့ တရားခန်းမကို သွားပြီး ခုန ပြောတဲ့အတိုင်း အားထုတ်။ အဲဒီလို လုပ်တာဆိုတော့ တစ်နေ့မှာ သုံးလေးကြိမ် ထိုင် တစ်ထိုင်တစ်ထိုင်မှာ မိနစ် ၄၀ ဆိုတော့ ခရီးမရောက်ဘူးပေါ့။

ကျွန်ုင်ကြီးပေါ်ထိုင် အဲဟာနဲ့ကျတာ တစ်ခုရှိတယ်။ ဘာဟန်ကျသလဲ ဆိုတော့ အားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက စီတန်း ထိုင်ပြီးတော့ တစ်ပေ လောက်မြင့်ပြီး တစ်ပေပတ်လည်လောက်ရှိတဲ့ ကျွန်ုင်အပိုင်းကြီးတွေ တင်ပါး အောက်မှာ ခုပြီးတော့ထိုင်ရတယ်။ အဲဒီ ခုထိုင်တာ တစ်ခုတော့ရှိတယ်၊ ခါးတော့ ရှေ့မကုန်းဘူး။ သူ့ဟာ အဲဒီကျွန်ုင်ကြီး ရှိနေတဲ့အခါကျတော့ ကိုယ်ကတော့ မတ်နေတယ်။ အဲဒါတော့ ကောင်းတယ်။ ဒါပေမယ့် တင်ပျဉ်ခွေထားတဲ့ ခြေထောက် က ရင်ခွင်နဲ့ တညီတည်း မနေဘဲ တင်ပျဉ်ခွေလျက်ကြီး အောက်ကို ဇောက်ထိုး ကျနေတာမို့ ဘုန်းကြီးတော့ သမာဓိမရပါဘူး။

တုတ်နဲ့ရိုက်အဒိုက်ပြေ အဲဒီလို ထိုင်ပြီးတော့ အားထုတ်နေကြတုန်းမှာ စောင့် ကြပ်တဲ့ ဘုန်းကြီးက အရှည် သုံးပေလောက် ရှိပြီးတော့ ဒု ၁ လက်မ၊ ပြက် ၂ လက်မလောက်ရှိတဲ့ တုတ်ကြီး ကိုင်ပြီးတော့ နောက်က လမ်း လျှောက်နေတယ်။ သူက အဲဒီတုတ်ကြီးကို လက်နှစ်ဖက်နဲ့ မတ်နေအောင် ရင်ဘတ်နဲ့ နဖူးမှာ ကပ်ထောင်ကိုင်ပြီး နောက်ကနေ လျှောက်သွားနေတာ။

သူတို့ ထိုင်ကြရတာက နံရံဘက် လှည့်ထိုင်ကြရတယ်။ ဒါပေတဲ့ ဘုန်းကြီးရဲ့ မိတ်ဆွေ ရဟန်းဘုန်းကြီးက တာနာကာတဲ့၊ အဲ သူကတော့ နံရံဘက် လှည့်မထိုင်ဘူး၊ ဘုန်းကြီးကိုလဲပဲ နံရံဘက် လှည့်မထိုင်စေဘဲ နံရံကို ကျောပေးပြီး ရှေ့ဘက် လှည့် ထိုင်စေတယ်။ ဘုန်းကြီးနဲ့ သူနဲ့ နှစ်ပါးပဲ ရှေ့ လှည့်ထိုင်ရတယ်။

အဲဒီ ဈေးကြောက်နေတဲ့ ဘုန်းကြီးက ဘာ လုပ်သလဲဆိုတော့ ငိုက်တဲ့ လူကို အဲဒီတုတ်ကြီးနဲ့ ရိုက်တာကို။ ဟို မနက်စော အရုဏ်တက်မှာ ထိုင်တာဆိုတော့ တစ်ချို့က ငိုက်ကြတာပေါ့။ ငိုက်တဲ့ သူတွေကို အဲဒီဘုန်းကြီးက ပခုံးကို တဖုန်းဖုန်း တဖျန်းဖျန်း မြည်အောင် ရိုက်တာပါပဲ။ ရိုက်တဲ့အခါ အသံက တော်တော် မြည်တယ်။ တခါတခါ ရိုက်ရင် သုံးချက် သုံးချက် ရိုက်သံကြားရတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့နဲ့ တတန်းတည်း လက်ယာဘက် အစွန်ဆုံးက ထိုင်တဲ့ ဘုန်းကြီးက အသက် ၃၀ လောက်၊ ဝဝကြီး၊ သူက ကူရှင်တစ်ခုကို အောက်က ခုထိုင်ပြီး တခြားကူရှင် တစ်ခုကို နဖူးနဲ့ တည့်တည့် နံရံမှာ ကပ်ထားပြီး အဲဒီ ကူရှင်ကို နဖူးနဲ့ ဖိညှပ်ထားတယ်။ စဉ်းစားကြည့်ပေါ့။ ခေါင်းအုံးကို ခေါင်း နောက်က ထား မအုံးပဲ ရှေ့ကထား အုံးတဲ့ သဘောပဲ။ငိုက်ရုံဘယ်ကမလဲ၊အိပ် လို့ သိပ်ကောင်းတာပေါ့။ မကြာခင် သူ့ဘက်က ရိုက်သံ ကြားတာပါပဲ။ ပြီးတော့ ရိုက်သူနဲ့ အရိုက်ခံရသူ စကား တိုးတိုး ပြောနေသံလဲ ကြားရတယ်။ စဉ်းစားကြည့်ရတာတော့ အရိုက်ခံရသူက ''သာသာ ရိုက်ပါ ကိုယ်တော်၊သာသာ ရိုက်လဲ အငိုက်ပြေတာပါပဲ၊ အခုတော့ ကိုယ်တော့်ဟာ ရန်သူရိုက် ရိုက်တာပဲ'' လို့ ပြောဟန်တူတယ်။ ဒီတော့ ရိုက်တဲ့ ဘုန်းကြီးက '' အံမယ် တပည့်တော် က ကိုယ်တော့်ကို သနားလို့ တရားရအောင် ရိုက်ရတာ၊ တပည့်တော် မရိုက်ရင် ကိုယ်တော် ဘယ်ကလာ တရားရမှာလဲ'' လို့ ပြန်ချေပုံရတယ်။

ဘုန်းကြီးက အဲဒီ ဈင်းဘုန်းကြီး ငိုက်လို့ ရိုက်နေတာပဲ ဆိုတာ သိတော့ သိပါတယ်။ သို့သော်လဲ အခန်း ပြန်ရောက်တဲ့ အခါကျတော့ တာနာကာကို မေးကြည့်တယ်။ ''တရား ထိုင်နေကြတုန်းက တဖုန်းဖုန်းနဲ့ ဘာလုပ်တာလဲ'' လို့ မေးတော့ ''ငိုက်လို့ ရိုက်တာ'' တဲ့ သူက ဖြေတယ်။ (ရယ်ကြသည်။) မကောင်း ဘူးလား သူတို့ အငိုက်ပြေဆေး။ သိပ်ကောင်းတယ်နော်။ ဘုန်းကြီးတို့ ဆီမှာလဲ ဒီနည်း သုံးဖို့ ကောင်းတယ်။

မြတ်စွာဘုရား၏ အငိုက်ဖြေဆေး

ဘုန်းကြီးတို့ မြတ်စွာဘုရားဟာ အရှင်မောဂ္ဂလာန် တရား အားထုတ်လို့ ငိုက်တဲ့ အခါမှာ **ပစလာယမာနသုတ်** အငိုက်ဖြေဆေးတရား ဟောတော်မူပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား ဟောတဲ့ အထဲမှာ ပထမ ငိုက်မျဉ်းစေတဲ့ သညာကို ဖျောက်ပစ်ပါတဲ့၊ ဒုတိယ တရားတော်တွေကို ဆင်ခြင်ပါတဲ့၊ ဒါနဲ့ အငိုက် မပြေသေးရင် တရားတော်တွေကို ကျယ်ကျယ်ရွတ်ပါတဲ့၊ အဲဒီလိုနဲ့ အငိုက် မပြေသေးရင် ခန္ဓာကိုယ်ကို လျှောက်ပြီးတော့ ပွတ်သပ်နှိပ်နယ် ပေးပါတဲ့။ အဲဒီလိုမှ အငိုက် မပြေသေးရင် နားကို ဆွဲလိမ်လိုက်ပါတဲ့။ အဲဒါ မြတ်စွာဘုရား ပေးတဲ့ အငိုက်ဖြေဆေးပဲ၊ ဘုန်းကြီးက မြတ်စွာဘုရား ပေးတဲ့ အငိုက်ဖြေဆေး ကြမ်းလှပြီလား အောက်မေ့တယ်။ အဲဒီ ရှင်းအငိုက်ဖြေဆေးက ပိုကြမ်းတယ်။

မှားပြီးအရိုက် မခံရအောင်

နောက်တော့မှ ဘုန်းကြီး သဘောပေါက်တယ်။ ဘုန်းကြီး ကို ဘာလို့ ရှေ့ဘက် လှည့် ထိုင်ခိုင်းသလဲ ဆိုတော့ အာဂန္တုဘုန်းကြီးကို အာဝါသိက မှတ်ပြီး မှားရိုက်မိမှာ စိုးလို့နဲ့ တူပါတယ်။ (ရယ်ကြသည်။) ဘုန်းကြီးတော့ အဲဒီလိုပဲ စဉ်းစားမိတယ်။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးနဲ့ အတူ ထိုင်တဲ့ ကျောင်းထိုင်ဘုန်းကြီးက ခေတ်ပုံ ရိုက်ပြီးတော့ ယူထားတယ်။ ဘုန်းကြီးရှေ့မှာ တုတ်ကြီးနဲ့ စောင့်ကြပ်တဲ့ ဘုန်းကြီး ရောက်လာတဲ့ အခါကျတော့ သူက ခေတ်ပုံ ရိုက်သေးတယ်။ အဲဒီ ခေတ်ပုံကို ဘုန်းကြီး ယူလာပြီး ချမ်းမြေ့ကျောင်း ပြန်ရောက်တော့ ဓမ္မာရုံအပေါ်ထပ် ဘောပေါ်မှာ ကပ်ထားလိုက်တယ်။ အမှတ်တရပေါ့။ ထားကြပါစို့။

စည်းကမ်းတွေတော့ ကြီးလိုက်တာ

ဒီတော့ သူတို့ အားထုတ်တာကတော့ သိပ်မဟုတ် လှပါဘူး၊ စည်းကမ်းတွေ ကတော့ ကြီးလိုက်တာ လွန်ရော။ အဲဒီလောက် စည်းကမ်းကြီးတာ ဘုန်းကြီး

ဖြင့် မတွေ့ဘူးပါဘူး။ ဆွမ်းစားတာ ဇွန်းကို ဘယ်လို ကိုင်ရမယ်။ ဘယ်ပန်းကန်ကို ဘယ်နေရာ ထားရမယ်။ ဘယ်ဟင်းကို ဘယ်နား ထားရမယ်။ စားပြီးတဲ့အခါ ဘယ်ပန်းကန်ကို အရင် စဆေး၊ ဘယ်ဇွန်းကို နောက်မှဆေး၊ လက်သုတ်ပဝါ တယ်ဘက်က ချ၊ ဇွန်းကိုသုတ်ရင် ဇွန်းမြီးကို အရင်သုတ်၊ နောက်မှ ဇွန်းခွက်ကို သုတ် စသည်ဖြင့် စည်းကမ်းတွေ ကြီးလိုက်တာ လွန်ရော။

အဲဒီ စည်းကမ်းတွေကို တချို့ အနောက်တိုင်း သားတွေက သိပ် အထင်ကြီးကြတယ်။ ဘုန်းကြီးကတော့ အထင်မကြီးပါဘူး။ သူတို့ဟာ စည်းကမ်းပဲရှိတယ်၊ အားထုတ်တာကျတော့ တယ်မဟုတ်လှပါဘူးလို့ ဘုန်းကြီးက သဘောပေါက်ခဲ့တယ်။ တနည်းအားဖြင့်တော့ အားမထုတ်တဲ့ ဘုန်းကြီးတွေနဲ့ စာရင်တော့ သူတို့က ကြည်ညိုစရာပေါ့။ ဒါပေမယ့် တမင်တကာ တရားထိုင်ပြီး အားထုတ်နေလို့ ရှင်းတွေ ပျက်စီးနေပါပြီလို့ ယူဆကြတဲ့ ရှင်းဝါဒီ တချို့လဲရှိသေးတယ်။

ရက်ကြာလာလေ လွယ်လာလေ

ဒါကြောင့် ခုနက ဂျပန်ဟာ သူတို့ ဂျပန်ပြည်မှာ ဂျပန်ဘုန်းကြီးကျောင်းတွေမှာ ဘာတရားမှ အားမထုတ်ခဲ့ဖူးဘူး ဆိုတာ ဟုတ်ပါလိမ့်မယ်။ ဒီမှာ သူ အားထုတ်တော့ သူ တော်တော်လေး ပျော်နေတာ၊ ခု ဒီတရားပွဲကို မလာခင်တောင်မှ တခြား ယောဂီတွေနဲ့ ဘုန်းကြီးတွေက ချမ်းမြေ့ဓမ္မာရုံ အောက်ထပ် ဆင်းပြီး တရား နာနေကြတော့ သူက အပေါ်ထပ်မှာ တစ်ယောက်တည်း တရားထိုင်နေတာ ဘုန်းကြီး ဝင်ကြည့်ခဲ့သေးတယ်။ ငြိမ်ပြီး မတ်နေတာပါပဲ။ ဒီတော့ ဆိုလိုတာက ရက်ရလာတဲ့ အခါကျတော့ တရားက ရှုရင်း ရှုရင်းနဲ့ သူ့အလိုလို အဆင် ပြေလာတာပဲ။ ပထမ ၂ ရက်၊ ၃ ရက်၊ ၄-၅ ရက်လောက်ကတော့ အဆင်မပြေဘူးပေါ့။

အရှိသဘာဝအတိုင်းသိလို့ ဗုဒ္ဓခေါ်ရ

အဲ ဘုန်းကြီး ပြောချင်တာက ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားလဲပဲ အရှိသဘာဝကို အရှိသဘာဝအတိုင်း ရှုသိသွားလို့ အရှိသဘာဝအတိုင်း သိပြီး ကိလေသာ ငြိမ်း ဆင်းရဲ ငြိမ်းသွားတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း နည်းကောင်းလမ်းမှန် အနေနဲ့ ညွှန်ကြားထားခဲ့တဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာနည်း ဟာလဲပဲ အရှိသဘာဝကို အရှိအတိုင်း ရှုကြည့်တဲ့ နည်းပဲ၊ ခက်တဲ့ နည်း မဟုတ်ဘူး။ ဒါ ပြောချင်တာပါ။

မြတ်စွာဘုရား အရှိသဘာဝကို သိတော်မူပုံ

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား အဲဒီ အရှိသဘာဝကို အရှိအတိုင်း သိတဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုသိသလဲ ဆိုတာ ကြည့်ကြရအောင်။ ဘုရားရှင် သိဒ္ဓတ္ထ ဘုရားလောင်းအနေနဲ့ ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို စွန့်ပြီး တောထွက်တာကိုက ဆင်းရဲကို သိပြီးတော့ အဲဒီ ဆင်းရဲက လွတ်ချင်လို့ ဆင်းရဲငြိမ်းချင်လို့ ထွက်လာတာ ဖြစ်တယ်။ ဆင်းရဲငြိမ်းချင်လို့ ထွက်လာတာဖြစ်တော့ ပထမ မြတ်စွာဘုရားက ဆင်းရဲကို သဘာဝ အမှန်အတိုင်း သိအောင် ရှုတယ်။ ဒီတော့ ရုပ်ခန္ဓာကြီး ရှိနေသမျှလဲ ဆင်းရဲပဲ၊ စိတ်နာမ် ရှိနေသမျှလဲ ဆင်းရဲပဲ၊ အဲဒီဆင်းရဲကို သဘာဝအမှန်အတိုင်း သိတယ်။

လိုချင်တပ် မက်မှုကြောင့် ဆင်းရဲဖြစ်

အဲဒီ ဆင်းရဲကို အရှိအတိုင်း သိအောင် ရှုရင်း ရှုရင်းနဲ့ ဆင်းရဲရဲ့ အကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရား သွားတွေ့တယ်။ "အော်... ဒီဆင်းရဲတွေဟာ တခြားအကြောင်းကြောင့် ဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်တွယ်တာမှုကြောင့် ဖြစ်တာပဲ" လို့ အရှိသဘာဝအတိုင်း သွားသိတယ်။ ကိုယ်ဆင်းရဲဖြစ်စေ၊ စိတ်ဆင်းရဲဖြစ်စေ၊ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု ဆင်းရဲဖြစ်စေ၊ ငိုကြွေးမှုဆင်းရဲ

ဖြစ်စေ၊ ဘယ်လို ဆင်းရဲပဲဖြစ်ဖြစ် အကြောင်းရင်းက လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်တွယ်တာမှုကြောင့် ဖြစ်တာပဲ၊ ဒါ သဘောပေါက်သွားတယ်။ ကိုင်း ဟုတ်ပါ့မလား ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်၊ လိုချင်ရင် ဆင်းရဲတယ်။ (ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား) ဟုတ်တယ်နော်၊ မသေချာဘူးလား။ (သေချာပါတယ် ဘုရား။)

အခု ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ ဒကာမတွေ စားဖို့၊ ဝတ်ဖို့၊ နေဖို့ မလိုချင်ဘူးလား။ (လိုချင်ပါတယ်ဘုရား။) အဲ လိုချင်တဲ့ အခါကျတော့ လိုချင်တာရအောင် မရှာရဘူးလား။ (ရှာရပါတယ်ဘုရား။) မရှာခင်ကတည်းကပဲ ရမှရပါ့မလား ဆိုတဲ့ စိုးရိမ်စိတ် မရှိဘူးလား။ (ရှိပါတယ်ဘုရား။) အဲဒါ ချမ်းသာလား၊ ဆင်းရဲလား။ (ဆင်းရဲပါဘုရား။) ဒီ ဆင်းရဲဟာ လိုချင်တာကြောင့် ဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) လိုချင်တာ ရအောင် နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ ရှာတဲ့ အခါကျတော့ကော မဆင်းရဲဘူးလား။ (ဆင်းရဲပါတယ်ဘုရား။) လိုချင်တာ ရပြီး ခဏတော့ ဝမ်းသာလိုက်တယ်၊ လိုချင်တာ ရလို့။ ဒါပေမယ့် အဲဒီ ရတဲ့ဟာကို ဘယ်လို သုံးစွဲရပါ့မလဲလို့ ဝေဖန်တဲ့အခါကျတော့ စားရေး သောက်ရေး ဝတ်ရေး နေရေး ထိုင်ရေး ကလေးကျောင်း ပညာရေး ကျောင်းစာအုပ်အရေး ဝေဖန်လိုက်တဲ့ အခါကျတော့ ရတာနဲ့ လောက်ရဲ့လား၊ မလောက်ပြန်တဲ့ အခါကျတော့ မဆင်းရဲဘူးလား။ (ဆင်းရဲပါတယ်ဘုရား။) ရတော့ရတယ်၊ ဒါပေမယ့်ဆင်းရဲတာပဲ။ ရတာကို ပျောက်ပျက်သွားမှာ မစိုးရိမ်ဘူးလား။ (စိုးရိမ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒါကော (ဆင်းရဲပါတယ်ဘုရား။)

ဒီတော့ အားလုံး လိုက်ကြည့်မယ်ဆိုရင် ဒီဆင်းရဲတွေရဲ့ ပင်ရင်း အရင်းခံ အကြောင်းဟာ ဘယ်သူလဲ။ (လိုချင်မှုပါဘုရား။) လိုချင်မှု တပ်မက်မှု နှစ်သက်မှု ငြိတွယ်မှု၊ မဟုတ်ပေဘူးလား။ အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား အဲဒီသဘာဝကို သိတော်

မှုတယ်၊ ''အော်...ဆင်းရဲတွေရဲ့ အကြောင်းဟာ တခြား မဟုတ်ဘူး၊ လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှုတွေပဲ'' လို့ အရှိကို အရှိတိုင်း သိတော်မူလာတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် အသိပါ၊ အဲဒီ သက်မဲ့ဖြစ်တဲ့ စာရေး နေရေး ဝတ်ရေးကို လိုချင် တပ်မက်တာထက် သက်ရှိကို လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာပြီဆိုတော့ ပို မဆင်းရဲဘူးလား။ အဲဒါ ကိုယ်တွေ မဟုတ်လား။ (ရယ်ကြသည်။) ဟော ဘယ်နှယ်လဲ၊ ကိုယ်တွေပေါ့။ ကျောင်းတက်နေတုန်းမှာ ကိုယ့် မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ကျောင်းအတူတူသွား၊ အတန်း အတူတူတက်၊ စာ အတူတူ ကျက်၊ မှတ်စု အတူတူရေး။ အချင်းချင်း ဆွေးနွေး၊ ဟော ပျော်မနေဘူးလား၊ ပျော်နေတယ်။ သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေတွေ ခင်မင်နှစ်သက် တွယ်တာနေကြတယ်၊

ဒါနဲ့ တစ်ယောက်က နေမကောင်းလို့ ကျောင်း မတက်နိုင်တဲ့ အခါကျတော့ အတန်းထဲ ကြည့်လိုက်တဲ့ အခါမှာ သူ့ကို မတွေ့ဘူး၊ ဟော....စိတ်ထဲမှာ ထိတ်ကနဲ ဖြစ်မသွားဘူးလား။ (ဖြစ်ပါတယ်ဘုရား။) ဖြစ်တယ်။အဲဒီအခါကျတော့ ဆင်းရဲသလား၊ ချမ်းသာသလား။ (ဆင်းရဲပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီ ဆင်းရဲ ဘာကြောင့် ဖြစ်သလဲ။ အဲဒီ ကိုယ့်မိတ်ဆွေ ကိုယ့် သူငယ်ချင်းအပေါ် ငြိတွယ်လို့ ဖြစ်တာ ခင်မင်လို့ ဖြစ်တာ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဒါဖြင့်ရင် ခင်မင် နှစ်သက်မှု ငြိတွယ်မှု တပ်မက်မှု ဆိုတာ ဆင်းရဲခြင်းရဲ့ အကြောင်း မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) (ရယ်ကြသည်။) ဘုန်းကြီးက အဲဒါ ပြောတာပါ။ မရယ်ပါနဲ့နော်၊အဲ့ဒါပြောတာပါ။ တစ်ခြားဟာ ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်း

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဆင်းရဲ အမှန်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်၊ ဆင်းရဲအမှန်ဖြစ်တဲ့ နာမ်ကို ထင်ရှားရာထင်ရှားရာ အရှိအတိုင်း ရှုရင်းက 'အော်... ဒီဆင်းရဲတွေ ဖြစ်တာ တခြား

ကြောင့် မဟုတ်ဘဲကိုး၊ လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှု ငြိကပ်မှုကြောင့် ဖြစ်တာကိုး' လို့ သဘောပေါက်တော်မူတယ်။ ဒီတော့ ဆက်ပြီး မြင်လာတယ်။ ဒီဆင်းရဲသဘာဝတွေကို ဆင်းရဲသဘာဝအမှန်အတိုင်း သိလာတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီရုပ်ခေါ်တဲ့ အရှိသဘာဝ၊စိတ်နာမ်ခေါ်တဲ့ အရှိသဘာဝကို ဘုရားအလောင်းတော်ရဲ့ဉာဏ်ထဲမှာ လူလို့လဲ မမြင်ဘူး၊ ပုဂ္ဂိုလ်လို့လဲ မမြင်ဘူး။ သတ္တဝါလို့လဲ မမြင်ဘူး။ ငါလို့လဲ မမြင်ဘူး။ 'ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်နေတဲ့ သဘာဝဖြစ်စဉ်မျှပဲ၊ ဖြစ်ပျက်သဘာဝအစဉ်ကြီးမျှပဲ' လို့မြင်လာတယ်။

အကြောင်း ငြိမ်းတော့ အကျိုးဆင်းရဲငြိမ်း

ဒီလို ရှုရင်းရှုရင်းနဲ့ စိတ်က တဖြည်းဖြည်း ပိုပြီး တည်ငြိမ်လာတဲ့ အခါကျတော့ ဉာဏ်က ပိုပို ထက်လာတယ်။ ပိုထက်လာတဲ့အတွက် ရုပ်နဲ့နာမ်ကို သဘာဝဖြစ်စဉ်အနေနဲ့ပဲ မြင်တော့တယ်၊ အဲဒီလို သဘာဝဖြစ်စဉ်အနေနဲ့သာ မြင်တော့ကာ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ လူလို့ သတ္တဝါလို့ မမြင်တဲ့အတွက် ခင်မင်မှု တပ်မက်မှု ရှိမလား။ (မရှိပါဘုရား။) မရှိရင် သဘာဝဖြစ်စဉ်လို့ မြင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် ခင်မင်မှု တပ်မက်မှု ဆိုတာ မရှိတော့ ဆင်းရဲရဲ့ အကြောင်းဖြစ်တဲ့ အဲဒီ ခင်မင်တပ်မက်မှု ငြိမ်းရင် ဘာငြိမ်းမလဲ။ (ဆင်းရဲ ငြိမ်းပါတယ်ဘုရား။) ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘောကို သွားသိတော်မူပြန်တယ်။ 'ဒီ ခင်မင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှု၊ ဒီသဘာဝ မရှိရင် ဆင်းရဲ ငြိမ်းတာပါလား' လို့ အမှန်အတိုင်း သွားမြင်တော်မူတယ်။

ဒါဖြင့်ရင် အဲဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းတာ ဘာကြောင့် ငြိမ်းသလဲလို့ ဆင်ခြင်ကြည့်လိုက်တဲ့ အခါကျတော့ သဘာဝဖြစ်စဉ်ကို သဘာဝဖြစ်စဉ်အတိုင်း မြင်လို့ ဆင်းရဲငြိမ်းတာ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အမှန်အတိုင်း မြင်တဲ့ အခါကျတော့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါလို့ ထင်သေးလား။ (မထင်တော့ပါဘုရား) မထင်

တော့ ခုနက ခင်မင် တပ်မက် ငြိကပ် တွယ်တာမှုဆိုတဲ့ တဏှာက လာသေးသလား။ (မလာပါဘုရား။) မလာတော့ အကြောင်းတဏှာ ငြိမ်းသွားပြီပေါ့။ ဒီတော့ သူ့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်မည့် ဆင်းရဲ ရှိအုံးမလား။ (မရှိပါဘုရား။) ဆင်းရဲ မငြိမ်းပေဘူးလား။ (ငြိမ်းပါတယ်ဘုရား။)

အမှန်အတိုင်း သိလို့ဆင်းရဲငြိမ်း

အဲဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းတယ် ဆိုတာ အကြောင်းရင်းကတော့ တစ်ခြားမဟုတ်ပေဘူး။ ရုပ်သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်မှု။ နာမ်သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်မှု၊ အဲဒီ အမှန်အတိုင်း သိမြင်မှုကို ဘာ ခေါ်သလဲဆိုတော့ သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်လို့ ခေါ်တယ်။ သမ္မာ=အမှန်အတိုင်း၊ ဒိဋ္ဌိ=သိမြင်မှု၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ အမှန်အတိုင်း သိမြင်မှု၊ Right Understanding ခေါ်တယ်။ Right View လို့လဲ သုံးကြသေးတယ်။ ဘုန်းကြီးကတော့ Right Understanding ကို ပို သဘောကျတယ်။ အဲဒါကိုပဲ Realization လို့လဲပဲသုံးတယ်။

အဲဒီတော့ သဘောက မြတ်စွာဘုရားဟာ ဆိုကြပါစို့ The Omniscient Buddha rightly understood the processes of mental and physical phenomena ပါပဲ။ အမှန်တော့ ရုပ်သဘာဝ နာမ်သဘာဝရဲ့ ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်နေတဲ့ ဖြစ်ပျက်အစဉ်ကို အရှိအတိုင်း မြင်တာပါပဲ။

ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါလို့ထင်မှ လိုချင်တပ်မက်သည်

အဲဒီလို သမ္မာဒိဋ္ဌိ=အမှန်အတိုင်း သိမြင်၊ အရှိအတိုင်း သိမြင်တော့ အရှိအတိုင်း မသိမမြင်ခင်က ထင်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါဆိုတဲ့ အကောင်အထည်ကြီးပဲ ဆိုတဲ့ အထင် ပျောက်သွားတယ်။ ခုန လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက်မှုဆိုတာက ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဆိုတဲ့ အကောင်အထည် ရှိတယ်လို့ ထင်မြင်မှ ဖြစ်တာကိုး။ ဒီပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ

အကောင်အထည် အနေနဲ့ မထင်မမြင်တော့ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်မှုက မရှိတော့ဘူး။ မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ သဘာဝဖြစ်စဉ်မျှပဲလို့ အမှန်အတိုင်း သိမြင်လာရင် ဒီ အသိအမြင်ပေါ် အခြေတည်ပြီး လိုချင် တပ်မက်မှု နှစ်သက် တွယ်တာမှု မဖြစ်ပေါ်တော့ဘူး။

သဘာဝဖြစ်စဉ်ကို သဘာဝဖြစ်စဉ်မှန်း သိအောင် ရှုကြည့် သိနေရတာပဲ ရှိတယ်။ဒီတော့ သဘာဝဖြစ်စဉ်ပဲလို့ သိတဲ့အတွက် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါလို့ မထင် တော့ ခင်မင်တပ်မက်မှု ငြိမ်းရော၊ ငြိမ်းတော့ သူ့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ဆင်းရဲ မဖြစ်ပေါ်လာတော့ဘူး။

ဒုက္ခနှင့် သမုဒယကို သိမြင် ဟောဒီမှာ ဘုရားရှင် သဘာဝလေးမျိုး သွားမြင်တယ်။ ပထမဆုံး ရုပ်ရော နာမ်ရောဟာ မပြတ် ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက် နေတဲ့ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲ ဒုက္ခသဘာဝကြီးပဲလို့ ဒီ သဘာဝတစ်မျိုးကိုမြင်တယ်။ ဒုတိယ အဲဒီ ဒုက္ခသဘာဝကြီးကို အရှိအတိုင်း မြင် တာနဲ့ ဒီ ဒုက္ခသဘာဝကြီး ဘာကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရသလဲလို့ ဆင်ခြင်မိတော့ လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှု အကြောင်းတရားကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရတာပဲ လို့ အမှန်အတိုင်း မြင်လာတယ်။ ဒုက္ခရဲ့ အကြောင်းသဘာဝကိုပါ မြင်လာတယ်။

နိရောဓနှင့်မဂ္ဂကို သိမြင် ဒါမြင့်ရင် အဲဒီအကြောင်းများ ငြိမ်းသွားရင်၊ မရှိဘဲနေ ရင် အဲဒီဆင်းရဲ ဖြစ်ပေါ်လာဦးမလား။ (မဖြစ်ပေါ်ပါ ဘုရား။) မဖြစ်ပေါ်တော့ဘူး။ ဒီတော့ တတိယအနေနဲ့ အကြောင်းငြိမ်းရင်ဖြင့် အကျိုးဆင်းရဲ ငြိမ်းတယ်လို့ ဟောဒီ အကျိုးဆင်းရဲ ငြိမ်းမှု ဆိုကဲ့ သဘာဝကိုလဲ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား သိမြင်သွားတယ်။ ဟုတ်ပြီ။ အကျိုး ဆင်းရဲ မဖြစ်ပေါ်ဘဲ ငြိမ်းရင် လိုချင်တဲ့ချမ်းသာ ရပြီ။ ဘာ ကြောင့် လဲ ဆို တော့

ချမ်းသာဆိုတာ ဆင်းရဲငြိမ်းမှ ရတာမဟုတ်လား။ ဆင်းရဲမငြိမ်းရင် ချမ်းသာရပါ့မလား။ (မရပါဘုရား။) မရဘူး။ ဆင်းရဲငြိမ်းမှ ချမ်းသာရတယ်။

ဒီတော့ ဆင်းရဲငြိမ်းမှုဟာ ဘာကြောင့်များ ငြိမ်းသလဲဆိုတော့ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်မှုဆိုတဲ့အကြောင်း မရှိလို့ ဆင်းရဲရဲ့အကြောင်းမရှိလို့ ဒီဆင်းရဲငြိမ်းတာ။ အဲဒီအကြောင်းက ဘာကြောင့် မရှိသလဲဆိုတော့ သဘာဝကို အမှန်အတိုင်းသိမြင်လို့ မရှိတာပဲလို့ ဟောဒီလို ဆင်းရဲငြိမ်းစေတဲ့ အကျင့်လမ်းမှန်ကိုလည်း စတုတ္ထသဘာဝ အနေနဲ့ သဘောပေါက်လိုက်တယ်။ အမှန်အတိုင်း သိမြင်လို့ ဆင်းရဲရဲ့ အကြောင်းဖြစ်တဲ့ လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက်တွယ်တာမှု တဏှာ ငြိမ်းခြင်းဆိုတဲ့ သဘာဝကိုလဲ တွေ့ရတယ်။ အဲဒီ တဏှာ ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ဆင်းရဲငြိမ်းတယ်ဆိုတဲ့ သဘာဝကိုလဲ တွေ့ရတယ်။

အမှန်လေးပါး ဒီတော့ ဒီနေရာမှာ မြတ်စွာဘုရား အရှိအတိုင်း သိမြင်တဲ့ သဘာဝတွေက ပထမ ဆင်းရဲသဘာဝ၊ ဒုတိယ ဆင်းရဲဖြစ်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းသဘာဝ၊ တတိယ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းသဘာဝ၊ စတုတ္ထ ဆင်းရဲငြိမ်းရေး အကျင့်လမ်းမှန်ဖြစ်တဲ့ အမှန်အတိုင်းသိ အရှိအတိုင်းသိတဲ့ သဘာဝ= သမ္မာဒိဋ္ဌိ။ ဒီ လေးမျိုး ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် လက်ခံနိုင်သလား။ (လက်ခံနိုင်ပါတယ်ဘုရား။)

ကြောင်းကျိုး ဆက်စပ်ပုံ အဲဒီ သဘာဝလေးမျိုး အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်နေပုံက ဒီလိုပါ။ လောကမှာ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ အရာ အားလုံး ရုပ်ရော နာမ်ရောဟာ ဖြစ်ပြီးရင် ပျက်စီးကြရတာချည်း ဖြစ်လို့ တစ်ခုမှ ကောင်းတာ ချမ်းသာတာရယ်လို့ မရှိဘူး။ မကောင်းတာ ဆင်းရဲတာ ချည်းပဲ။ အဲဒီ ဆင်းရဲအားလုံးဟာ လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှုကြောင့်

ဖြစ်ရတာချည်းပဲ။ လိုချင်တပ်မက်မှုကြောင့် ကိုယ်ဆင်းရဲတယ်၊ စိတ်ဆင်းရဲတယ်။ နှစ်သက်တွယ်တာမှုကြောင့် ကိုယ်ဆင်းရဲတယ်၊ စိတ်ဆင်းရဲတယ်။ အဲဒီ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှုမရှိရင် ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲက စပြီး ဆင်းရဲအားလုံး ငြိမ်းရော။ ဟုတ်တယ်မဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ပြီးတော့ လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှုကလဲ သဘာဝကို အရှိအတိုင်း မသိမမြင်လို့သာ လိုချင်နေတာ၊ အရှိအတိုင်း သိမြင်ရင် မလိုချင်တော့ဘူး။ အဲဒီအရှိအတိုင်း သိမြင်တာကို အမှန်သိ အမှန်မြင် သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်လို့ ခေါ်တယ်။

ဘာကြောင့်ဗုဒ္ဓလို့ **ခေါ်ရသလဲ** ဒါကြောင့် ဆင်းရဲဆိုတဲ့ အရှိသဘာဝကို ဒုက္ခသစ္စာ= ဆင်းရဲအမှန်တရားလို့ နာမည် တပ်လိုက်တယ်။ အဲဒီ ဆင်းရဲကို ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကြောင်းတရား လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှုကိုတော့ သမုဒယသစ္စာ = ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်း အမှန်တရားလို့ နာမည်တပ်လိုက်တယ်။ အဲဒီ လိုချင်တပ်မက်မှု မရှိတော့လို့ ဆင်းရဲငြိမ်းသွားတာကိုတော့ နိရောဓသစ္စာ=ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းအမှန်တရားလို့ နာမည်တပ်လိုက်တယ်။ အဲဒီ လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက်မှု မရှိအောင် အမှန်အတိုင်း သိတဲ့ အသိ=သမ္မာဒိဋ္ဌိ ခေါင်းဆောင်တဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကိုတော့ မဂ္ဂသစ္စာ=ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း အကျင့်လမ်းမှန်လို့ နာမည်တပ်လိုက်တယ်။ ဒီ သဘာဝလေးမျိုးကို မြတ်စွာဘုရား ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိလို့ ဗုဒ္ဓဆိုတဲ့ ဘွဲ့မည်တော်ကို ရတော်မူတယ်။

ဒါကြောင့်-

ဗုဒ္ဓေါ=သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားတို့ကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဗုဒ္ဓေါ=အမှန်လေးပါး သဘာဝတရားတို့ကို ပိုင်ခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ ဟုတ်ပြီလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ကဲ လိုက်ဆိုကြည့်ပါ။

ဗုဒ္ဓေါ=သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားတို့ကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဗုဒ္ဓေါ=အမှန်လေးပါး သဘာဝတရားတို့ကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဒီတော့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား ရရှိတဲ့ ဗုဒ္ဓဆိုတဲ့ ဘွဲ့မည်တော်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို သိပြီလား။ (သိပါပြီဘုရား။) ဘာကြောင့် ဗုဒ္ဓ ခေါ်သလဲ။ (အမှန်သဘာဝလေးမျိုးကို ထိုးထွင်းသိလို့ ဗုဒ္ဓလို့ ခေါ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီလို သိရာမှာ သူတပါးဆီက သင်ယူပြီး သိတာလား၊ ကိုယ်တိုင် ကျင့်လို့ ကိုယ်တိုင် ထိုးထွင်းသိတာလား။ (ကိုယ်တိုင် ကျင့်လို့ ကိုယ်တိုင် ထိုးထွင်းသိတာပါဘုရား။)

အကျင့်မှန်လို့ အသိမှန်

အဲဒီလို ကိုယ်တိုင် ကျင့် ကိုယ်တိုင် ထိုးထွင်းသိရာမှာလဲ အမှန်နဲ့အမှား နှစ်မျိုးရှိရာမှာ ဘုရားရှင်ကျင့်တဲ့ နည်းက အရှိသဘာဝကို အရှိအတိုင်း ရှုကြည့်တဲ့နည်း ဖြစ်လို့ အမှန်အတိုင်း သိတာ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အမှန်အတိုင်း သိစေတဲ့ အကျင့်ဟာ အကျင့်မှန်လား၊ အကျင့်မှားလား။ (အကျင့်မှန်ပါဘုရား။)

ဒါကြောင့် အားကိုးထိုက်ယုံကြည်ထိုက်သည်

ဒီတော့ အမှန်အတိုင်း သိထားတဲ့ မြတ်စွာဘုရားဟာ ကိုယ်တော်တိုင် ကိလေသာငြိမ်း ဆင်းရဲငြိမ်းတော်မူတဲ့အတွက် သတ္တဝါတွေကို ကိလေသာငြိမ်းစေ ဆင်းရဲငြိမ်းစေဖို့ရာ ပြန်ပြီး ဟောကြားတဲ့ အခါမှာ အရှိသဘာဝအတိုင်း သိဖို့ပဲ မဟောကြားပေဘူးလား။ (ဟောပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီလို ဟောကြားတော်မူတဲ့ တရားတော်နဲ့ အညီ အရှိသဘာဝကို အရှိသဘာဝအတိုင်း မသိဘူးလား။ (သိပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီလို သဘာဝကို အရှိအတိုင်း အမှန်အတိုင်း သိတော့

တပည့်တွေလဲ မြတ်စွာဘုရားလိုပဲ ကိလေသာ မငြိမ်းပေဘူးလား။ (ငြိမ်းပါတယ် ဘုရား။) ဆင်းရဲ မငြိမ်းပေဘူးလား။ (ငြိမ်းပါတယ်ဘုရား။)

ဒီတော့ ဗုဒ္ဓလို့ ဘွဲ့မည်တော် ရတဲ့ မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘာကြောင့် ယုံကြည်ထိုက် ဆည်းကပ်ထိုက် အားကိုးထိုက် ကိုးကွယ်ထိုက်တယ် ဆိုတာ ရှင်းရောပေါ့။ (ရှင်းပါတယ်ဘုရား။)

ပိုသေချာအောင် ထပ်ပြီး ပြောချင်ပါသေးတယ်။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားဟာ ကိုယ်တော်တိုင် အကျင့်လမ်းမှန်ကို ကျင့်တော်မူခဲ့လို့ အသိမှန်အမြင်မှန်ရပြီး အမှန်သဘာဝကို ထိုးထွင်းသိတဲ့အတွက် ကိလေသာငြိမ်း ဆင်းရဲငြိမ်းတော်မူရတာ ဆိုတော့ သဘာဝမကျပေဘူးလား။ (ကျပါတယ်ဘုရား။) မယုံကြည်ထိုက် မဆည်းကပ်ထိုက်ပေဘူးလား။ (ယုံကြည်ထိုက် ဆည်းကပ်ထိုက်ပါတယ် ဘုရား။) ယုံကြည်ထိုက် ဆည်းကပ်ထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ဆိုတာ သေချာတာပေါ့။

ကိုယ်တော်တိုင် ဆင်းရဲငြိမ်းတော်မူတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူတဲ့ အကျင့်လမ်းမှန်အတိုင်း ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ မြတ်စွာဘုရားလိုပဲ ဆင်းရဲငြိမ်းကြ ချမ်းသာရကြတယ် ဆိုတော့ ဒီ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားဟာ ဆင်းရဲငြိမ်းရေးအတွက် အားကိုးအားထားထိုက် ကိုးကွယ်ထိုက်တဲ့ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဆင်းရဲငြိမ်းလိုသူတို့ရဲ့ အားကိုးအားထားရာ ကိုးကွယ်ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူတဲ့ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားပေါ့။ ဒါကြောင့်-

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ = မြတ်စွာဘုရားကို ဆင်းရဲ ငြိမ်းအေး ချမ်းသာရေးအတွက် အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည်ဆည်းကပ်ပါ၏ဘုရား။

တရားတော်

ယုံကြည်အားကိုးထိုက်တဲ့ တက္ကသိုလ်က ဆရာ ဆရာမများဟာ ကျောင်းသားတွေကို မိမိတို့ သင်ယူထားတဲ့ ဘာသာရပ်ကို ပြန်ပြီး သင်ကြားပို့ချတဲ့ အခါမှာ မိမိတို့ သိထားတဲ့အတိုင်း ပြန်ပြီး သင်မပေးဘူးလား။ (သင်ပေးပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီတော့ တပည့်တွေလဲ ဆရာ ဆရာမတွေ သိသလို မသိပေဘူးလား။ (သိပါတယ်ဘုရား။) ဆရာ ဆရာမတွေ တတ်တဲ့ ဘာသာရပ်တွေကို မတတ်ပေဘူးလား။ (တတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဒီအတိုင်းပဲ မြတ်စွာဘုရားဟာလဲပဲ သတ္တဝါတွေ ဆင်းရဲငြိမ်းရေးအတွက် တရားတော်တွေကို ပြန်ပြီး ဟောပြောညွှန်ကြားတော်မူတဲ့ အခါမှာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် ကျင့်ခဲ့ပြီး အသိမှန် ရတော်မူခဲ့တဲ့ အကျင့်နည်းလမ်းတွေကိုပဲ ပြန်ပြီး ဟောကြားတော်မူတယ်။ အဲဒီ အကျင့်နည်းလမ်းတွေကိုပဲ ဓမ္မ=တရားတော်တွေလို့ ခေါ်ဝေါ်ကြရတယ်။

ဒီ အကျင့်လမ်းခေါ်တဲ့ တရားတော်တွေအတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်ကြံကြတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ ကိလေသာငြိမ်းကြ ဆင်းရဲ ငြိမ်းကြတယ်။ ချမ်းသာ ရကြတယ်။ ဒီတော့ တရားတော်ကရော သဘာဝမကျပေဘူးလား။ (ကျပါတယ်ဘုရား။) ဒါဖြင့် မယုံကြည်ထိုက် အားမကိုးထိုက်ပေဘူးလား။ (ယုံကြည်ထိုက် အားကိုးထိုက်ပါတယ်ဘုရား။) ဆင်းရဲငြိမ်းရေးအတွက် လုံးဝ ယုံကြည်ထိုက် အားကိုးထိုက်တဲ့ တရားတော်မြတ်ပဲ။ ဒါကြောင့်—

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ=မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားမြွက်ဖော် တရားတော်မြတ်ကို ဆင်းရဲငြိမ်းအေး ချမ်းသာရေးအတွက် အားကိုးရာ ဟူ၍ ယုံကြည်ဆည်းကပ်ပါ၏ ဘုရား။

သံဃာတော်

ယုံကြည်အားကိုး ထိုက်တဲ့သံဃာတော် အဲဒီ တရားတော်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံကြတဲ့ သံဃာတော်တွေရော လူဒကာဒကာမတွေပါ သဘာဝကို အရှိအတိုင်း အမှန်အတိုင်း သိပြီး ကိလေသာငြိမ်းကြ ဆင်းရဲငြိမ်းကြတယ်။ ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်က မြတ်စွာဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူတဲ့ တရားတော်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံကြလို့ အမှန်အတိုင်း သိပြီး ကိလေသာငြိမ်းလို့ ဆင်းရဲငြိမ်းတော်မူကြတဲ့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ အရှင်မောဂ္ဂလာန် အစရှိတဲ့ သံဃာတော်များ အထင်အရှား ရှိတော်မူခဲ့ကြတယ် ဆိုတာကော မယုံကြည်ထိုက်ပေဘူးလား။ (ယုံကြည်ထိုက်ပါတယ်ဘုရား။)

အဲဒီ အချိန်က စပြီး ယခုအချိန်အထိ နှစ်ပေါင်း ၂၆၀၀ နီးပါး အတွင်းမှာ အဲဒီလို ကိလေသာငြိမ်း ဆင်းရဲငြိမ်းတော်မူကြတဲ့ သံဃာတော် အရှင်မြတ်တွေ မြောက်မြားစွာ ရှိခဲ့ကြတယ် ဆိုတာရော မယုံကြည်ထိုက်ပေဘူးလား။ (ယုံကြည်ထိုက်ပါတယ်ဘုရား။) ဘာကြောင့် ယုံကြည်ထိုက်သလဲ။ (သဘာဝတရားမို့ပါဘုရား။)

ဒီတော့ ဆင်းရဲငြိမ်းအောင် ကျင့်ကြံ အားထုတ်ကြလို့ ဆင်းရဲငြိမ်းတော်မူကြတဲ့ အဲဒီ သံဃာတော်တွေကိုရော ဆင်းရဲငြိမ်းရေး အတွက် အားမကိုးထိုက်ပေဘူးလား။ (အားကိုးထိုက်ပါတယ်ဘုရား။) ဒါကြောင့် သံဃာတော်တွေဟာလဲ ဆင်းရဲငြိမ်းအေး ချမ်းသာရေး အတွက် အားကိုး အားထားရာ ကိုးကွယ်ရာ အဖြစ် ယုံကြည် ဆည်းကပ်ထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တွေ မဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား။) ဒါကြောင့်–

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ=မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတိုင်းသာကောင်းစွာ ကျင့်ကြံတော်မူသော သံဃာတော်အရှင်မြတ် အပေါင်းကို ဆင်းရဲ ငြိမ်းအေး ချမ်းသာရေး အတွက် အားကိုးရာ ဟူ၍ ယုံကြည်ဆည်းကပ်ပါ၏ဘုရား။

မှန်ကန်သော ယုံကြည်မှု နဲ့ မှားယွင်းသော ယုံကြည်မှု

အခု ဘုန်းကြီး ပြောနေတာဟာ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါနဲ့ အားကိုးရာ သရဏဂုံရဲ့ အခြေခံ သဘောကို ပြောနေတာပါ။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားကို ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါ၊ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ တပည့်သား သံဃာတော်အပေါင်းကို ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါ၊ အဲဒီ သဒ္ဓါကို ဘုန်းကြီး ပြောနေတာပါ။

ဒီ သဒ္ဓါဟာ ယုံကြည်သင့် ယုံကြည်ထိုက်တာကို ယုံကြည်မှ အကျိုးရှိတဲ့ စစ်မှန်တဲ့ သဒ္ဓါ၊ ယုံကြည်သူကို ကြည်လင်စေ ရွှင်လန်းစေ ချမ်းသာစေတဲ့ သဒ္ဓါ ဖြစ်ပါတယ်။ မယုံကြည်သင့် မယုံကြည်ထိုက်တာကို သွားပြီး ယုံကြည်မိတဲ့ မှားယွင်းတဲ့ ယုံကြည်မှုက ယုံကြည်သူကို နောက်ကျုစေ ညစ်နွမ်းစေ ဆင်းရဲစေပါတယ်။ အကျိုး ယုတ်စေပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓ၊ ဓမ္မ၊ သံဃာတို့ကို ယုံကြည်တာတော့ ဟုတ်ပြီ။ အဲဒီယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါဟာ ယုံကြည်သင့် ယုံကြည်ထိုက်တာကို ယုံကြည်တာ ဟုတ်ရဲ့လားလို့ အခု ဘုန်းကြီးတို့ စဉ်းစားဝေဖန်ကြည့်နေကြတာ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အခုလို စဉ်းစားဝေဖန်ကြည့်တော့ ယုံကြည်ထိုက်တယ်လို့ တွေ့ရသလား။ မယုံကြည်ထိုက်ဘူးလို့ တွေ့ရသလား။ (ယုံကြည်ထိုက်တာ တွေ့ရပါတယ်ဘုရား။) နှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ် နက်နက်နဲနဲ ဝေဖန်ကြည့်လေ ယုံကြည်ထိုက်ကြောင်း ပိုထင်ရှားလေပေါ့။ အဲဒီလို ယုံကြည်ထိုက်တာကို ယုံကြည်တာ သဒ္ဓါ အစစ်

အမှန်။ ဒီတော့ ရှေ့မှာ ရှင်းပြခဲ့တဲ့ အတိုင်း ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်တာဟာ သဒ္ဓါ အစစ်အမှန်ပေါ့။

ပသာဒ သဒ္ဓါကြောင့်လဲ ကောင်းကျိုးရ

တချို့မှာ အခု ဘုန်းကြီး ရှင်းပြသလောက် နားမလည် သဘောမပေါက်ကြပေတဲ့ "ဘုရားဆိုတာ ကိုးကွယ်ထိုက်တယ်၊ တရားဆိုတာ ကိုးကွယ်ထိုက်တယ်၊ သံဃာဆိုတာ ကိုးကွယ် ထိုက်တယ်၊ ကိုးကွယ်ရင် ကုသိုလ်ရတယ်၊ ချမ်းသာတယ်" လို့ ဒီလောက်ကလေး သိရုံမျှ နားလည် ရုံမျှနဲ့ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည် ကြည်ညိုနေကြသူတွေ၊ ဆည်းကပ် ကိုးကွယ် နေကြသူတွေ မရှိပေဘူးလား။ (ရှိပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အဲဒီ ယုံကြည် ကြည်ညိုမှုမျှနဲ့ပဲ ဘုရားရှိခိုးတယ်၊ ဘုရားကို ရေချမ်းကပ်တယ်၊ ပန်း ကပ်တယ်၊ ဆွမ်း ကပ်တယ်၊ ဆီမီး ပူဇော်တယ်၊ ဥပုသ် စောင့်တယ်၊ တရား နာတယ်၊ တရား အားထုတ်တယ်၊ သံဃာတော်တွေကို ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း ကပ်လှူတယ်။ ကျောင်းလှူတယ်၊ ဒီကုသိုလ်တွေ မလုပ်ဘူးလား။ (လုပ်ပါတယ် ဘုရား။)

အဲဒီ ကုသိုလ်တွေ သူတို့ လုပ်ကြတာဟာ ရတနာသုံးပါးရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေ အကြောင်းအရာတွေကို သေသေချာချာ ဉာဏ်သက်ဝင် သဘောပေါက်ပြီး သိလို့ လုပ်တာတော့ မဟုတ်ဘူး၊ ကုသိုလ်ရတယ် ဆိုတဲ့ ယုံကြည်မှု ကြည်ညိုမှု သက်သက်နဲ့ပဲ ဒီကုသိုလ်တွေကို လုပ်ကြတာပဲ။ ပသာဒသဒ္ဓါ၊ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ၊ အဓိဂမသဒ္ဓါ၊ အာဂမနသဒ္ဓါ ဆိုတဲ့ သဒ္ဓါ လေးမျိုးထဲက ပသာဒသဒ္ဓါမျိုးပေါ့။ ဒီ သဒ္ဓါ လေးမျိုးကို နောက်တနေ့ရောက်မှတော့ ဘုန်းကြီး ပြောပါဦးမယ်။

ယုံကြည်ထိုက်တာကို ယုံကြည်ပါ

စစ်မှန်တာကို ယုံကြည်လို့

ဒါဖြင့် ဉာဏ်သက် ဝင်နိုင် လောက်အောင် သဘော မပေါက်ဘဲ "ဘုရားပဲ၊ တရားပဲ၊ သံဃာ ပဲ" လို့ သိရုံမျှ လေးနဲ့ ယုံကြည် ကြည်ညိုပြီး အခုန ပြောခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်

တွေကို ပြုလုပ်ကြတဲ့ အဲဒီလူတွေမှာ အကျိုးမရဘူးလား ဆိုတော့ ရတာပေါ့၊ စေတနာ အားကောင်းရင် အားကောင်းသလောက် ကြီးမားတဲ့အကျိုးကို ရတာပဲ။ ဘုန်းကြီး ပြောနေတဲ့ အပိုင်းလေးပိုင်းထဲက ယုံကြည် ကြည်ညိုမှုအပိုင်းဆိုတာ ဒါကို ပြောတာပါ။ ဗုဒ္ဓ၊ ဓမ္မ၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို သေသေချာချာ ဥာဏ်မသက်ဝင်နိုင်ဦးတော့ အခု ပြောခဲ့တဲ့ သာမန် ယုံကြည် ကြည်ညိုမှုနဲ့ပဲ အကျိုးရစေနိုင်တယ်၊ ချမ်းသာစေနိုင်တယ်။ ဘာကြောင့်လဲ၊ အယုံကြည်ခံ ရတနာသုံးပါးက စစ်မှန်တဲ့ ဝတ္ထု ဖြစ်လို့ပဲ၊ ယုံကြည် ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်ထိုက်တဲ့ ဝတ္ထု အစစ်အမှန် ဖြစ်လို့ပေါ့။

မြေသြဇာ ကောင်း မကောင်း မသိတဲ့ လူတယောက်ဟာ မြေသြဇာ ကောင်းတဲ့ လယ်မြေမှန်း မသိဘဲ မြေရှိတာနှင့်ပဲ မျိုးစေ့ချပြီး စိုက်ပျိုးလိုက်တယ်။ အဲဒီလူ ဖွံ့ဖြိုးတဲ့ သီးနှံကို ရမလား၊ မရဘူးလား။ (ရမှာပါ ဘုရား။) ဘာဖြစ်လို့။ (မြေက မြေသြဇာ ကောင်းလို့ပါဘုရား။) မြေသြဇာ ကောင်းမှန်း သူကတော့ သိသလား။ (မသိပါဘုရား။) သူက မသိပေတဲ့ မြေက မြေကောင်းမြေမှန် ဖြစ်တော့ ဖွံ့ဖြိုးတဲ့ သီးနှံ ရတာမဟုတ်လား။ (မှန်ပါဘုရား။) ဒဲဒီအတိုင်းပဲ ရတနာသုံးပါးဟာ ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ ဝတ္ထု အစစ်အမှန် ဖြစ်လို့ ရတနာသုံးပါးအကြောင်း ကောင်းကောင်း မသိဘဲ ယုံကြည် ကြည်ညိုပြီး ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်တဲ့ လူများကို တောင်မှ အကျိုးရစေနိုင်တယ်။ ချမ်းသာစေနိုင်တယ်။

ဘာကြောင့် အကျိုးရစေနိုင်တာလဲ ချမ်းသာစေနိုင်တာလဲ ဆိုတော့ ယုံကြည်ထိုက်တာကို ယုံကြည်တဲ့အတွက် စိတ်ကြည်လင်နေလို့ပါပဲ။ ဟုတ်ပါတယ်။ ယုံကြည်သင့် ယုံကြည်ထိုက်တာကို ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန်မှာ စိတ်ကို ကြည်လင်စေတဲ့ သဘာဝ ရှိပါတယ်။

စိတ်ကြည်လင်လို့ ကောင်းကျိုးရ သဒ္ဓါဆိုတာ ယုံကြည် ထိုက်တဲ့ အရာမှာ ယုံကြည် တဲ့ သဘာဝပါပဲ။ ယုံကြည်ထိုက်တာကို ယုံကြည်လို့ပဲ စိတ်ကို ကြည်လင်စေ ကြည်နူးစေတယ်။ ဒါကြောင့် ကျမ်းဂန်များက သဒ္ဓါကို ဥဒကပ္ပသာဒက မဏိ ဝိယ=ရေကို ကြည်လင်စေတဲ့ ပတ္တမြားနဲ့ တူတယ်လို့ ဥပမာ ပြုကြတယ်။ နောက်နေတဲ့ ရေထဲကို ပတ္တမြား ထည့်လိုက်ရင် အနယ်တွေ ရေအောက်ခြေမှာ ထိုင်ကျ သွားပြီး ရေဟာ ကြည်လာတယ်။ အဲဒီလိုပဲ လောဘ ဒေါသ မာန စတဲ့ စိတ်အညစ်အကြေးတွေကြောင့် စိတ်မကြည်လင်ဘဲ နောက်ကျုနေရင် ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို အာရုံပြုပြီး ယုံယုံကြည်ကြည် ကြည်ကြည်ညိုညိုနဲ့ ရှိခိုးလိုက်ရင် စိတ်ဟာ တခါတည်း ကြည်လင်သန့်ရှင်းသွားပြီး ချမ်းသာလာတာပဲ။ ဒါကြောင့် ယုံကြည် ကြည်ညိုမှု သက်သက်မျှနဲ့ ပြုလုပ်တဲ့ ဒါနပြု၊ သီလဆောက်တည်၊ တရားနာ၊ ဘုရားပန်းကပ်၊ ဆွမ်းကပ်၊ ရေချမ်းကပ် စတဲ့ ကုသိုလ်တွေဟာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ရစေတာမုချပဲ။

တခြား ဥပမာများ ဒါကြောင့် ကျမ်းဂန်များက သဒ္ဓါကို ဟတ္ထဝိတ္တဗီဇာနိ ဝိယ=လက်နဲ့လဲ တူတယ်၊ ပစ္စည်း ဥစ္စာနဲ့လဲ တူတယ်၊ မျိုးစေ့နဲ့လဲ တူတယ် လို့ ဥပမာ ပြုကြပြန်ပါတယ်။ လက်ရှိတဲ့ သူဟာ လိုရာကို ကိုင်နိုင် ယူနိုင်သလို ရတနာသုံးပါး ကံ ကံ၏ အကျိုးတရားကို ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သဒ္ဓါတရား အခြေခံကြောင့် ဘယ်လို ကုသိုလ်ကောင်းမှုမျိုးမဆို ပြုနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့်ပဲ လိုရာကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ရနိုင်တယ်။

လောကမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လိုရာ လောကီ စည်းစိမ် ချမ်းသာကို ပြည့်စုံစေနိုင်တယ်။ အဲဒီလိုပဲ သဒ္ဓါတရား ရှိသူဟာ လိုရာ လောကီလောကုတ္တရာ ချမ်းသာကို ပြည်စုံစေနိုင်တယ်။ မျိုးစေ့ကြောင့် အပင် ပေါက်ပြီး အပွင့် အသီး

စားသုံးရ သလို သဒ္ဓါတရားကြောင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုဖြစ်ပြီး ကောင်းကျိုး ချမ်းသာကို ရကြတယ်။

အကျိုးရကြသူများ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါက **အဒိန္နပုဗ္ဗက** ဆိုတဲ့ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဗြာဟ္မဏ သူကြွယ်ရဲ့ သားကလေးဟာ ရောဂါဝေဒနာ ဖိစီးလို့ သေခါနီးဖြစ်နေတဲ့ အချိန်မှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ရောင်ခြည်တော် ခြောက်သွယ်ကို ဖူးမြော်ကြည်ညိုရတာနှင့် သေတော့ နတ်ပြည် ရောက်သွားတယ်။

ယခု ခေတ်မှာလဲ ရတနာသုံးပါး အကြောင်း ကောင်းကောင်း မသိဘဲနှင့် ဘုရားရှိခိုးရင် ကုသိုလ်ရတယ် ဆိုတာကို ယုံကြည်ရုံမျှနှင့် နေ့စဉ် ဘုရားရှိခိုးလို့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ရနေကြသူတွေ အများအပြား ရှိကြတယ်။ ဒါနပြုရင် စီးပွား ဖြစ်တယ်လို့ ယုံကြည်ရုံမျှနှင့် သံဃာတွေကို မကြာမကြာ ဆွမ်းကပ်လို့ အရောင်း အဝယ် ကောင်းတယ် ဆိုတဲ့ လူတွေလဲ တွေ့ဖူးတယ်။

ဒါကြောင့် ကြည်ညိုရုံမျှ ပသာဒသဒ္ဓါ ဖြစ်ရုံမျှနှင့်လဲ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ တွေ ရနိုင်တယ် လို့ ပြောခဲ့တာပါ။

ယုံကြည် ကြည်ညိုမှု အပိုင်း ဒါလောက်ဆိုလျှင် တော်လောက်ပါပြီ။ တရား သိမ်းကြစို့။

ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်ဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေကို နာကြားကြ ပြီးတော့ ယုံကြည်ထိုက် ကိုးကွယ်ထိုက်တဲ့ စစ်မှန်တဲ့ ကိုးကွယ်ရာ ရတနာသုံးပါး ပေါ်မှာ ခိုင်မြဲစွာ တည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားကို အခြေခံပြီး ကိုးတက် ကျင့်ကြံ ပွားများ

အားထုတ်နိုင်ကြ၍ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက် ပြုနိုင်ကြ ပါစေ။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။

သတ္တဝါ မှန်သရွေ့၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာ ရှိပါစေ။

ပထမနေ့ တရားပွဲ ပြီး၏။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်
၁၉၈၅ ခုနှစ် တက္ကသိုလ် ဓမ္မသဘင်
ဇွန်လ ၂၈ ရက်၊ ဒုတိယနေ့ တရားပွဲ
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ

၁၉၈၅ ခုနှစ် ဇွန်လ ၂၈ ရက်နေ့ ညနေ ၄ နာရီ ၁၄ မိနစ်အချိန်မှာ ဘုန်းကြီးတို့ တရားပွဲ စတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ ဇွန်လ ၂၁ ရက်နေ့ ဒီ တက္ကသိုလ် ဓမ္မာရုံမှာ ကျင်းပတဲ့ ပထမတရားပွဲတုန်းက ဘုန်းကြီးက ဗုဒ္ဓဘာသာရေးတော်ထဲက အပိုင်း လေးပိုင်းမှာ အမခြခံ အကျဆုံး အောက်ဆုံးထစ် ဖြစ်တဲ့ ကြည်ညို၊ ယုံကြည်မှု အပိုင်း အကြောင်း ပြောခဲ့တယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီနေ့ဟောမည့် တရားသဲ ပထမတရားပွဲတုန်းက တရားခေါင်းစဉ် တပ်ထားတဲ့ အတိုင်းပဲ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ ပါပဲ။ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ ဆိုတဲ့ ဗဟုဝုစ် စကားကို

ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် တရားတော်တစ်ခု ထဲက အကြောင်းအရာတစ်ခုကိုသာ ပြောမှာ မဟုတ်ဘဲနဲ့ ကာလ ဒေသ ပုဂ္ဂလနဲ့ သင့်တော်မယ့် တရား အနည်းအပါးကို ရွေးချယ်ပြီးတော့ ပြောသွားမှာပါ။

တရားတော်တွေက အများကြီး ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်တွေက ဒေသအမျိုးမျိုး အချိန်အခါ အမျိုးမျိုးမှာ ပုဂ္ဂိုလ် အမျိုးမျိုးတို့ရဲ့ အဇ္ဈာသယနဲ့ လိုက်လျောညီထွေ ရှိပြီးတော့ သူတို့ နားလည်နိုင်မယ့် ရှုထောင့်က သဗ္ဗညုတရွှေဉာဏ်တော်နဲ့ ကြည့်ပြီး ဟောထားတာဆိုတော့ တရားနာပုဂ္ဂိုလ် များသလောက် ဟောတော်မူပုံတွေကလဲ များတယ်။ ဒါကြောင့် တရားတော်တွေကလဲ များတယ်၊ အဲဒီတော့ အဲဒီတရားတော်တွေ အကုန်လုံးဟော နေမယ်ဆိုလို့ရှိရင် မကုန်နိုင်ဘူး၊ တစ်နှစ်လဲ မကုန်ဘူး၊ နှစ်နှစ်လဲ မကုန်ဘူး။

အဲဒီ များလှစွာသော တရားတော်တွေထဲက ပရိသတ်နှင့် သင့်လျော်ရာ တရားတော် အနည်းအပါးကို ဘုန်းကြီး ထုတ်ပြီးတော့ ပြောမှာပါ။ ဒီတော့ အဲဒီ ဘုန်းကြီးဟောတဲ့ ပြောတဲ့ အထဲက အချက်အလက်တွေကို သေသေချာချာ သဘောပေါက် နားလည်အောင် မှတ်သားထားလို့ ရှိရင် မိမိတို့ အတွက် ဗုဒ္ဓဘာသာ အကြောင်း မသိသေးတာလဲ သိပြီး၊ သိပြီးသားတွေလဲ သတိရလို့ ပိုပြီး မှတ်မိလာတဲ့ အတွက် အကျိုးများလာကြမှာ ပါပဲ။

မေးခွန်းမေးတာ ကောင်းပါတယ် ဒီတော့ အဲဒီလို ဟောရာမှာ ဘုန်းကြီး ဟောတဲ့ တရားထဲက အချက်အလက်တွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဖြစ်စေ၊ ဒါမှ မဟုတ် ဘုန်းကြီး ဟောတဲ့ အထဲမှာ မပါသော်လဲပဲ မိမိတို့ ရှေးကတည်းက စဉ်းစား ဆင်ခြင်ထားတဲ့ ဗုဒ္ဓတရားတော်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အချက်

အလက်ကို ဖြစ်စေ မေးခွန်း မေးလိုကြရင် စာနဲ့ ရေးပြီးတော့ အဲဒီ ဒေါက်တာ ဦးမင်းတင်မွန်ဆီမှာ ပေးထားပါ။ လာမည့် တရားပွဲကျတော့ ဘုန်းကြီးက တရားထဲမှာတော့ ထည့်မဟောဘူး။ တရားပွဲပြီးတဲ့ အခါမှာ အဲဒီ မေးခွန်းတွေ ဘုန်းကြီး ဖြေပေးပါ့မယ်။

ဘယ် နေရာမှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် တရား ဟောတဲ့အခါမှာ တရားပွဲ အပြီးမှာ မေးခွန်းမေးတာ ဘုန်းကြီးက သိပ်သဘောကျတာ။ ဒါမှ မိမိ ဟောလိုက်ပြောလိုက်တဲ့ ရှင်းပြလိုက်တဲ့ တရားသဘောထဲမှာ ပရိသတ် နားမလည်သေးတဲ့ သဘောတရားဟာ ဘယ်ဟာလဲ ဆိုတာ ပိုသိတယ်။ ပို သိတဲ့ အခါ ကျတော့ အဲဒီ သဘောတရားကို နောက်ကျတော့ ပိုပြီး ရှင်းရှင်းလင်းလင်း နားလည် သဘောပေါက်အောင် ပြောနိုင်ဖို့ အခွင့်အရေး ရတယ်။

ပြည်ပနိုင်ငံတွေမှာ ဘုန်းကြီးတို့ တရားဟော တရားပြတဲ့ အခါမှာလဲ ဒီလိုပါပဲ၊ တရားပွဲပြီးတိုင်း မေးခွန်းမေးဖို့ ဘုန်းကြီးတို့ ခွင့်ပြုပါတယ်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးနဲ့ ပထမဆုံး ဓမ္မခရီး ထွက်ခဲ့ကြတဲ့ အခါမှာ ပထမဆုံး ဘုန်းကြီးတို့ တရားချီးမြှင့်ရတာ ဟဝိုင်ယီပြည်နယ် ဟိုနိုလူလူမြို့က ဗုဒ္ဓဘုန်းကြီးကျောင်းမှာ ညတရားပွဲ ချီးမြှင့်ရတယ်။ အဲဒါ အစပဲ။ ၁၉၇၉ ခုနှစ် ဧပြီလ ၅ ရက်လား၊ ၆ ရက်လား မမှတ်မိပါဘူး။

အဲဒီနေ့က ဆရာတော်ဘုရားကြီးက သတိပဋ္ဌာန် ရှုမှတ် ပွားများပုံ တရားတော်ကို သတိပဋ္ဌာနသုတ် ဒေသနာတော်မှာ လာတဲ့ အတိုင်း ဟောပါတယ်။ ဘုန်းကြီးက အင်္ဂလိပ်လို ဘာသာပြန်ပေးရ ပါတယ်။ တရားပွဲ ပြီးတဲ့ အခါမှာ ''ကိုင်း မေးခွန်းများ မေးလိုတာ ရှိက မေးကြပါ'' လို့ ဆိုတော့ မေးကြပါ

တယ်။ အဲဒါတော့ စာနဲ့ မဟုတ်ပါဘူး။ နှုတ်မေးခွန်းပါပဲ။ မေးခွန်း လေးငါးခု မေးကြပါတယ်။

သတိပဋ္ဌာနသုတ် ဒေသနာတော် မှာက ''ဧကာယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ''အဲဒီလို ဘုရားရှင် ဟောထားတာက ပါတာကိုး။ ဒီ သတိပဋ္ဌာန် နည်းလမ်းဟာ ဆင်းရဲငြိမ်းလိုသူများ အတွက် တခုတည်းသော နည်းလမ်းပဲ၊ ဒီ နည်းလမ်းမှ တပါး တခြားနည်းလမ်းဟာဖြင့် ဆင်းရဲကို မငြိမ်းစေနိုင်ဘူး ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ပေါ့။ အဲဒီ အတိုင်းပဲ ဟောရတယ်။

ဒီတော့ အမေရိကန် တစ်ယောက်က ထ မေးတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် နည်းလမ်းသည်သာလျှင် ဆင်းရဲငြိမ်းရေး အတွက် တခုတည်းသော နည်းလမ်း ဖြစ်ရင်တဲ့ ယေရှုခရစ်တော်နဲ့ တမန်တော် မိုဟာမက်တို့ ပေါ်ထွန်းလာရတာဟာ ဘာ ရည်ရွယ်ချက်ပါလဲ တဲ့။ ဒီလို မေးတယ်။ လိုရင်းကတော့ သတိပဋ္ဌာန်သာလျှင် တခုတည်းသောနည်းလမ်း မဟုတ်နိုင်ဘူးလို့ ဆိုလိုတာ ပေါ့လေ။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးက အဖြေကို မပြောတော့ပါဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့က လွယ်လွယ် ဖြေလိုက်တာ။ ဘုန်းကြီးတို့ကဆို ဆရာတော်ဘုရားကြီးက လွယ်လွယ် ဖြေလိုက်တာ။ ဘုန်းကြီးလဲ လွယ်လွယ်ပဲ ဘာသာပြန်လိုက်တယ်။ မှန်လဲ မှန်တယ်၊ ဟုတ်လဲ ဟုတ်တယ်။ နောက်ထပ် ထပ်တွန့်မေးခွန်းလဲ မလာပါဘူး။ အဖြေတော့ ဘုန်းကြီးက မပြောတော့ပါဘူး။ သိပ်ပြီး မထူးလှလို့။ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်လဲ ကိုယ့်ဟာကိုယ် နားလည်သဘောပေါက်ပြီး ရှိမှာပါပဲ။

ဘုန်းကြီး ပြောချင်တာက အဲဒီ မေးခွန်းမေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ချီးကျူးစရာကောင်းတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ သူ တရားကို စိတ်ဝင်တစား မှတ်

မှတ်သားသား နာယူတယ် ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ပဲ။ အဲဒါကြောင့် သူ ဒီတရားထဲက သူ့စိတ်ထဲမှာ မကြေညက်တာ သူမေးတာ။ အဲဒါကြောင့် သူ တရားကို အမှတ်တမဲ့ မနာပဲနဲ့ ဂရုတစိုက် နာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လို့ ချီးကျူးစရာ ကောင်းတယ်။ ဘုန်းကြီးက သဘောကျတယ်။

အီလီနွိုက်တက္ကသိုလ်မှာ ဘုန်းကြီးတို့ ဘယ်နေရာမှာဖြစ်ဖြစ် မေးခွန်းမေးနိုင်းပါတယ်။ ၁၉၈၂ ခုနှစ်တုန်းက ဘုန်းကြီးက အဲဒီနှစ်က ဝါရှင်တန်မှာ ဝါဆိုရတယ်။ ဝါရှင်တန်မှာ ဝါဆိုတော့ စက်တင်ဘာလမှာ ထင်ပါရဲ့၊ Western Illinois University ဝက်စ်တန်အီလီနွိုက် တက္ကသိုလ်က လေးရက် တရားစခန်း ပြပေးဖို့ လာပင့်လို့ သွားရတယ်။ အဲဒါ ပထမ နေ့တော့ သတိပဋ္ဌာန်တရားနဲ့ ဆင်းရဲ ဘယ်လို ငြိမ်းစေနိုင်တယ် ဆိုတာကို အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ပြီးတော့ ဟောတယ်။ သဘောတရားပေါ့လေ။ နောက်နေ့တွေကျတော့ လက်တွေ့ကျင့်ကြံဖို့ရာ အတွက် ကျင့်ကြံပွားများအားထုတ်ပုံကို သတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာတော် အခြေခံပြီး ဟောတော့ သူတို့ အားထုတ်ကြတယ်။

သူတို့ရဲ့ မဟာဌာနမှူးက ဘုန်းကြီးကို လျှောက်တယ်။ "ကျောင်းသားတွေ ကျောင်းဆရာတွေများ ဗုဒ္ဓတရားတော်မြတ်နဲ့ ပတ်သက်လို့ မေးချင်တာရှိရင် မေးနိုင်ပါသလား" လို့ မေးပါတယ်။ "မေးနိုင်ပါတယ်၊ သို့သော် စာရေးမေးပါ၊ ပြီးတော့ တရားပွဲ အတွင်းမှာလဲပဲ မဖြေပါရစေနဲ့၊ တချိန်ချိန် ပြန်ခါနီးမှာ အချိန်သတ်မှတ်ပြီး ဖြေပေးပါ့မယ်၊ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ တရားအားထုတ်တာ အနှောင့်အယှက် ဖြစ်မှာစိုးလို့၊ အနှောင့်အယှက်ဆိုတာ အချိန်စားသွားမှာ စိုးလို့ပါ" လို့ ပြောရတယ်။ ပြန်မည့်နေ့ကျတော့ တစ်နာရီ အချိန် သတ်မှတ် ပေးလိုက်တယ်။ စာနဲ့ ရေးပြီး အမေးနိုင်းပါတယ်။

အချိန်မရလို့ အဖြေတိုတို ကျောင်းသားတွေက မေးခွန်းစာရွက်ကလေးတွေကို ပါမောက္ခဆီ အပ်တယ်။ ပါမောက္ခက ဘုန်းကြီးနား လာရပ်ပြီးတော့ မေးခွန်း တစ်ခွန်းချင်း တစ်ခွန်းချင်း ဖတ်ပြတယ်။ ဘုန်းကြီးက ဖြေတယ်။ ဖြေချိန်က တစ်နာရီ ပေးထားတယ်။ အချိန်က တစ်နာရီထက်လဲ ပိုမရဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ မေးခွန်းတွေ ဖြေပြီးတာနဲ့ တန်းပြီး လေဆိပ်ဆင်း လေယာဉ်ပျံနဲ့ ဝါရှင်တန် ပြန်ရမှာ။ ဒီထက်လဲ အချိန်က ဆန့်လို့ မရဘူး။ အဲဒီမှာ မေးခွန်းပေါင်း ၅၂ ခု မေးတယ်။ အဲဒီ တစ်နာရီအတွင်းမှာ ၄၀ ခု ပြီးအောင် ဘုန်းကြီး ဖြေခဲ့ပါတယ်။ နောက် ဘုန်းကြီးက ပြောခဲ့တယ်။ ''အချိန်တိုလို့မို့ တချို့မေးခွန်းတွေကို ပြေရှုံပဲ တိုတို ဖြေခဲ့ရတယ်။ အဲဒါကို မကျေနပ်သေးရင် စာနဲ့ ဝါရှင်တန်ကို လှမ်းမေးပါ''လို့ ဘုန်းကြီးက ပြောခဲ့ပါတယ်၊ ဒါပေမယ့်လို့ အဲဒီ ဝါရှင်တန်မှာ နေတဲ့ ၆ လပတ်လုံး မေးခွန်း မေးတဲ့စာ ဘာစာမှ မလာပါဘူး။ဆိုလိုတာက ဘုန်းကြီးက မေးခွန်းမေးတာ သိပ်သဘောကျတာပဲ။ အဲဒါတွေဖြေရတာ ပျော်လဲပျော်တယ်။

ဘယ်နေရာမှာဖြစ်ဖြစ် မေးခွန်း မေးလို့ရှိရင် ဖြေရလို့ရှိရင် ဘုန်းကြီးလဲ ပျော်တယ်။ မေးခွန်း မေးတဲ့သူတွေလဲပဲ ပျော်တယ်။ တခါတခါ တချို့တချို့ မေးခွန်းက ပြုံးစရာတွေ ပါတယ်။ အဲဒါတွေလဲပဲ ဖြေသင့်လို့ရှိရင် ဖြေလိုက်တာပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့ ဒိပရိသတ်ထဲက ဘုန်းကြီး ခရစ်ယာန်များကို ဟောတဲ့ ''ဆင်းရဲငြိမ်းအေး ချမ်းသာရေး'' တရားစာအုပ်ကို ဖတ်ဘူးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ရှိရင်တော့ အဲဒီထဲက မေးခွန်း တစ်ခုကို ဖတ်ဖူးပြီးသား ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ မဖတ်ဖူးသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ဘုန်းကြီးက အဲဒီ မေးခွန်းလေးကို ပြောပြချင်လို့။

မဖြေနိုင်တဲ့ မေးခွန်းတစ်ခု ကလေးမြို့နယ် ခရစ်ယာန်တွေက တရားဟော ပင့်လို့ သွားပြီး တရားဟောတော့ သူတို့ တရားပွဲက ပါတီ၊ ကောင်စီနဲ့ သာသနာရေး ဦးစီးဌာနက ဦးစီးပြီး တရားပွဲ

ဖြစ်မြောက်ရေး ကော်မတီဖွဲ့တာ ဆိုတော့ သူတို့ကလဲ နဲနဲ စိုးရိမ်စိတ် ပါတယ်။ လှုပ်လှုပ်ရှားရှား ဖြစ်မှာ စိုးတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ''မေးခွန်း မမေးရ'' လို့ သူတို့ အစည်းအဝေး တွေမှာ စည်းဝေးဆွေးနွေးပြီး ပိတ်ပင်ထားကြတယ်။ ဘုန်းကြီး ရောက်သွားတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒါ လျှောက်တယ်။ မေးခွန်းတော့ မမေးဖို့ တပည့်တော်တို့ စီစဉ်ထားပါတယ် ဘုရား တဲ့။ ''ဟာ .... ဘယ်ဟုတ်မလဲ။ မေးပါစေ၊ မေးခွန်း မမေးရလို့ရှိရင် စိတ်ထဲမှာ မကြေမညက်နဲ့ ကျန်နေရင် ဘယ်ကောင်းမလဲ'' လို့ ဆိုပြီး ဘုန်းကြီးက မေးခွန်း မေးဖို့ အစီအစဉ်တွေ ပြောပြပြီး မေးခိုင်းတယ်။

တရားပွဲ ၃ ရက်မှာ နောက်ဆုံးရက်ကျတော့ တရားပွဲ အပြီးမှာ ကဲ.... မေးခွန်းတွေ ဖြေကြစို့ ဆိုတော့ မေးခွန်းတွေက ဘုန်းကြီးလက်ထဲ ရောက်နေပါပြီ။ သုံးခုပဲ ရှိတယ်။ သူတို့ အဲဒီ သုံးခုသော မေးခွန်းတွေရဲ့ အဖြေတွေကို အဲဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းအေး ချမ်းသာရေး စာအုပ် နောက်ပိုင်းမှာ ဘုန်းကြီးက ထည့်ထားပါတယ်။

အဲဒါ တစ်ခုသော မေးခွန်းက ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ ဘုန်းကြီး နိုင်ငံခြားမှာ ဗုဒ္ဓသာသနာ ဖြန့်ဖြူးဖို့ သွားတဲ့အခါမှာ ဘာအခက်အခဲတွေများ တွေ့ရပါသလဲ တဲ့၊ အဲဒီ အခက်အခဲတွေ သိပါရစေတဲ့။ ဒီတော့ အဲဒီ မေးခွန်းကို ''ဘာ အခက်အခဲမှ မတွေ့ရဘူး'' လို့ အဲဒီလောက် ဖြေလိုက်ရင် ပြီးပါတယ်။ သို့သော်လဲ ဘုန်းကြီးက နဲနဲ ဆက်ဖြေတယ်၊ ''အခက်အခဲ တစ်ခုတော့ တွေ့ခဲ့တယ်'' လို့ ဖြေပါတယ်။

အဲဒီ တစ်ခုက ဘာလဲဆိုတော့ မေးခွန်းတစ်ခု ဘုန်းကြီးကို မေးတာ ဘုန်းကြီး မဖြေနိုင်ခဲ့ဘူး၊ အဲဒီ မေးခွန်းကို အဲ့ဒီတုန်းကလဲ မဖြေနိုင်ခဲ့ဘူး၊အခုလဲ

မဖြေနိုင်ခဲ့ဘူး၊ အဲဒါ တရားနာ ပရိသတ်က ဖြေနိုင်ရင်ဖြင့် ကူပြီး ဖြေပေးကြပါဦး” လို့ အကူအညီ တောင်းချင်တာနဲ့ ဘုန်းကြီးက အဲဒီ မေးခွန်း ထုတ်ပြောခဲ့တယ်။ အဲဒီ မေးခွန်းက ဘယ်မှာ ခမေးတာလဲဆိုတော့ အမေရိကန်ပြည် မက်ဆာချူးဆက် **Massachusetts** ပြည်နယ် ဘာရီဆိုတဲ့ မြို့ကလေး နားက ဝိပဿနာ ဘာဝနာ အသင်းမှာ။ အဲဒီမှာ တရားစခန်းပြီးတော့ နောက် တစ်နေ့မှာ မေးခွန်း မေးဖို့ အချိန်ပေးခဲ့တယ်။ အဲဒီ အခါမှာ မေးတဲ့ မေးခွန်းပဲ။ အဲဒီအခါမှာလဲ မေးခွန်းတွေ တော်တော် မေးကြတယ်၊ ဘုန်းကြီးလဲ ဖြေခဲ့တယ်။

အချစ်ဆိုတာ ဘာလဲ

အဲဒီမှာ အမေရိကန် အမျိုးသမီး တစ်ယောက်က အသက် ၃၀ လောက် သူက မေးတယ်၊ ဘာမေးသလဲလို့ ဆိုတော့ **What is Love?** တဲ့၊ အဲလိုမေးတယ်၊ အဲလိုမေးတော့ ဘုန်းကြီးက ဖြေတယ်။ **Love** ကိုတော့ ဘုန်းကြီး မသိပါဘူး။ ဒါကြောင့် **Love** ကို မဖြေနိုင်ပါဘူး။ **Loving-Kindness** ကို မေးရင်တော့ ဘုန်းကြီး ဖြေနိုင်ပါတယ်လို့ ပြောရတယ်။

အဲဒီမှာ မေးတဲ့ အမျိုးသမီးရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က Love ဆိုတာ အများသုံးနေတဲ့ Love ကို သူဆိုလိုဟန် မတူပါဘူး။ ထာဝရဘုရားသခင်ကိုလဲ Love လို့ တင်စားပြီး သုံးကြတာရှိတော့ အဲဒီ ထာဝရဘုရားသခင်ကို ရည်ရွယ်ပြီး **What is Love ?**လို့ အဲဒီလို မေးပုံရပါတယ်။ ဘုန်းကြီးလဲ ရိပ်မိလိုက်တယ်၊ ဒါပေမယ့် ဘုန်းကြီးက Love is God လို့များ ဖြေလိုက်မယ်ဆိုရင် ဘုန်းကြီးက ထာဝရဘုရားသခင် God ကို လက်ခံရာ ရောက်မသွား ပေဘူးလား။ အဲဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးက မဖြေဘူး။ မဖြေဘဲနဲ့ Love ကို ဘုန်းကြီး မသိပါဘူး၊ Loving-Kindness ကိုပဲ သိပါတယ်လို့ ဖြေခဲ့တယ်။

အဲဒီလို ဒီ ပြုံးစရာ မေးခွန်းလေးတွေလဲ ပါပါတယ်။ အဲဒါ သင့်လျော်တယ် ဆိုလို့ရှိရင် ဘုန်းကြီးတို့ ဖြေလိုက်တယ်။ မသင့်လျော်ဘူး ဆိုရင်လဲ တနည်းတလမ်းအားဖြင့် လှည့်ပေးလိုက်တယ်။ ထားကြပါစို့။

ဒီတော့ အခုလဲပဲ မေးနိုင်ပါတယ်။ မေးခွန်းတွေ ရေးပြီးတော့ ဒေါက်တာဦးမင်းတင်မွန်ဆီမှာ အပ်ပါ။ အဲဒီ လာမည့် တရားပွဲ ပြီးတဲ့အခါမှာ ဘုန်းကြီးက ဆက်ဖြေပေးမယ်။

ဒဿနပညာဟာ အသိမှန်လား

အသိမှန်ဆိုတာ ဦးမင်းတင်မွန်က လျှောက်ပါတယ်။ ဒဿန ဘာသာရပ်က ဆရာ ဆရာမများက တရားကို သူတို့ အာရုံစိုက်ပြီး နာကြကြောင်း၊ ဒဿနပညာရှင်များရဲ့ ယူဆတွေးခေါ်ထားတဲ့ ဒဿန ပညာတွေဟာလဲပဲ ဘဝအကြောင်း တွေးခေါ်ထားတဲ့ အတွက် ဘဝကို အကျိုးပြုတဲ့ အတွေးအခေါ်တွေပါပဲလို့ ပြောကြကြောင်း လျှောက်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးဟောတဲ့ တရားထဲမှာတော့ ဒဿနိကပညာရှင်တွေရဲ့ အတွေးအခေါ်ဟာ ဘဝကို အကျိုးမပြုဘူး ဆိုတဲ့ စကား တိုက်ရိုက်လဲ မပါပါဘူး။ အဓိပ္ပာယ် သက်ရောက်တဲ့ အနေနဲ့လဲ မပါပါဘူး။

ဘုန်းကြီး ဟောခဲ့တာကတော့ အရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်မှ အမှန်မြင်။ အရှိအတိုင်း မမြင်ရင် အမှန်မြင် မဟုတ်ဘူး။ အဲဒါက မြတ်စွာဘုရား တိုက်ရိုက်ဟောထားတဲ့ စကား၊ "ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ"တဲ့။ ယထာဘူတံ-အရှိသဘာဝအတိုင်း၊ သမ္မပ္ပညာယ–အမှန်သိဉာဏ်ဖြင့်၊ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ-ရှုသိရမည်တဲ့။ အရှိသဘာဝအတိုင်း အမှန်သိဉာဏ်နဲ့ ရှုသိရတယ်။ ဒီတော့ အမှန်အတိုင်း

သိချင်ရင်ဖြင့် အရှိကို အရှိအတိုင်းပဲ ရှုရမယ်။ အရှိအတိုင်း မရှုရင် အမှန် အတိုင်း မသိနိုင်ဘူး။

ဒီ'အရှိကို အရှိအတိုင်း ရှုပါ'ဆိုတဲ့ စကားလုံးဟာ ဒီမှာ ပြောတော့ လွယ်လွယ်လေးပဲ။ ဘုန်းကြီး ဒီလိုမပြောရင် အဲဒီ စကားလုံးရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို အများကြီး ပျည့်ပတ်ပြီးတော့ အဓိပ္ပါယ် ကောက်တတ်ကြတယ်။ ကောက်ကြတဲ့ အခါကျတော့ အမှန် မရောက်နိုင်ဘူးပေါ့။ အရှိကို အရှိအတိုင်း ဘယ်လို မြင်တာလဲဆိုတာ တတိယတရားပွဲနှင့် စတုတ္ထတရားပွဲကျတော့ ဘုန်းကြီးတို့ပရိသတ် သိရလိမ့်မယ်။ ဒီကနေ့ တရားပွဲမှာ မသိရသေးဘူး။ အရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်ပုံဆိုတာ အခု ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် စိတ်ထဲမှာ သိထားမြင်ထားတဲ့ အသိအမြင်မျိုး မဟုတ်ပါဘူး။ ဘုရားရှင်ရဲ့ အမြင် ရဟန္တာများရဲ့ အမြင်နဲ့ အရှိကို အရှိအတိုင်း ဘယ်လို မြင်တယ်ဆိုတာ တတိယ တရားပွဲ စတုတ္ထ တရားပွဲကျတော့ ပြောပြပါမယ်။

လွယ်လွန်းလို့ အဲဒီအခါမှာလဲ လက်နဲ့ကိုင်ပြီး ကောက်ပြီး ပြသလိုနေအောင် ပြောမှာပါ။ အဲဒီလို ပြောလို့လဲ ဘုန်းကြီး တရားတွေ ရှင်းလွန်းလွန်းလို့မို့ တချို့က လွယ်တယ်လို့တောင် ထင်ကြတယ်။ လွယ်တယ်လို့ ထင်တဲ့အတွက် ဘုန်းကြီးက သိပ်ဝမ်းသာတာပဲ။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ကိုယ်ဟောတဲ့ တရား လွယ်လွယ်နဲ့ ပရိသတ်နားထဲ ဝင်ပြီး စိတ်ထဲ ရောက်သွားတယ်ဆိုတော့ ဟောရကျိုးနပ်တာပေါ့။ ခက်ခက်ခဲခဲနဲ့ ခေါင်းကုတ် စဉ်းစားပြီးမှ ဖျစ်ဖျစ်ညှစ်ညှစ် ဉာဏ်ထဲ ရောက်ရမယ် ဆိုရင် ဒါ မကောင်းတော့ ဘူး။ အဲဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးက ဘယ်တော့ဖြစ်ဖြစ် အမြဲတမ်း အလွယ်ဆုံး စကားလုံး သုံးပြီး အလွယ်ဆုံး ရှုထောင့်ကနေပြီးတော့ ဟောတာပဲ။ ထားကြပါစို့။

ဒီတော့ အခုန ဘုန်းကြီး အရင်တစ်နေ့က ပြောခဲ့တဲ့ထဲမှာ ဒဿနပညာရှင်များရဲ့ အတွေးအခေါ်ဟာ ဘဝအကြောင်း မဟုတ်ဘူးလို့လဲ ဘုန်းကြီးက မပြောခဲ့ဘူး။ ဘဝကို အကျိုးမပြုဘူးလို့လဲ မပြောခဲ့ဘူး။ ဘုန်းကြီး ပြောခဲ့တာ ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ ဒဿနပညာရှင်တို့က တွေးခေါ်ပြီး သိတာဖြစ်တဲ့အတွက် မိမိဉာဏ်နဲ့ လျော်အောင် တွေးခေါ်တာဖြစ်လို့ မိမိဉာဏ်နဲ့ လျော်ညီစွာ သိကြတာဆိုတော့ ဉာဏ်အဆင့်အတန်း အမျိုးမျိုး ရှိတဲ့အတိုင်း အသိတွေဟာလဲ အမျိုးမျိုးအဖုံဖုံ ဖြစ်နေတဲ့အတွက် အမှန် မရောက်ကြဘူး၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အမှန်ဆိုတာ တစ်ခုတည်းရှိတာကိုး၊ အရှိကို အရှိအတိုင်း သိတာမှ အမှန်ကိုး။

အရှိအတိုင်းကြည့်၍ အမှန်ကိုသိသူ ဆိုကြပါစို့၊ ဒီမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဓမ္မာရုံ၊ ဗုဒ္ဓဘုရားဆင်းတု တော်ရှိတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘုန်းကြီးက တရား ဟော နေတယ်။ ပရိသတ်က တရား နာနေတယ်။ အဲဒီတော့ လာကြည့်လို့ရှိရင် လာကြည့်တဲ့ လူကတော့ ဘုရားဆင်းတုလဲ တွေ့မယ်၊ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘုန်းကြီး ဟောနေတာလဲ တွေ့မယ်၊ဗုဒ္ဓတရားတော်တွေလဲ နာကြားသွားရမယ်ဆိုတော့ အရှိအတိုင်း သူတွေ့တယ်။ တွေ့တော့ ''အော်....ဒါ ဗုဒ္ဓတရားတော် ဟောရာဖြစ်တဲ့ ဓမ္မာရုံပါလား'' လို့ အမှန်အတိုင်း သူသိမယ်။

တွေးကြည့်၍ အမှားသိသူ ဒီလို မဟုတ်ပဲနဲ့ ဟိုလမ်းကနေ ကြည့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က တော့ အင်း ဓမ္မာရုံကတော့ ဓမ္မာရုံနဲ့တူတယ်၊ လူတွေ စုဝေးနေတဲ့ နေရာပဲ၊ ခရစ်ယာန်တရားတွေ ဟောနေတဲ့ ဓမ္မာရုံလား၊ ဒါမှမဟုတ် မူဆလင်တရားတွေ ဟောနေတဲ့ ဓမ္မာရုံလား၊ သူ့ စိတ်ထဲမှာ သူ ထင်သလို မြင်သလို သူ ဉာဏ်သက်ဝင်သလို တွေးပေလိမ့်မယ်။တွေးပြီး ဆုံးဖြတ်ချက် ချတော့လဲပဲ သူ ဉာဏ်အားသန်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက် ချပေလိမ့်မယ်။ ''ဒါဖြင့်

မှုဆလင်တရား ဟောတဲ့ ဓမ္မာရုံ ဖြစ်မှာပါ။ ဟိန္ဒူတရား ဟောတဲ့ ဓမ္မာရုံ ဖြစ်မှာပါ။ ဒါမှမဟုတ် ခရစ်ယာန်တရား ဟောတဲ့ ဓမ္မာရုံဖြစ်မှာပါ'' လို့ လမ်းက နေပြီးတော့ အဝေးက ကြည့်ပြီး ဆုံးဖြတ်ချက် ချပေလိမ့်မယ်။ဒီလို ဆုံးဖြတ်ချက် ချရင် မမှန်ပါဘူး။အဲဒါ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ တွေးခေါ်ပြီး ချတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက် ဖြစ်လို့ပဲ။ သူ အမှန်မရနိုင်ဘူး။

ဒီတော့ အရှိကို အရှိအတိုင်းသိတဲ့ လူကတော့ လာပြီး ဓမ္မာရုံထဲ ကြည့်ပြီး တရား နားထောင်။ ဆင်းတုတော်လဲ တွေ့တယ်၊ ဘုန်းကြီးလဲ တွေ့တယ်၊ ဗုဒ္ဓရှင်တော် မြတ်ဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေ ဟောနေတာလဲ တွေ့တယ်။ ဒါကြောင့် အရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်တော့ ''အော်....ဒါ ဗုဒ္ဓဘာသာတရား ဟောရာ ဓမ္မာရုံပါလား'' လို့ သူက အရှိအတိုင်း သိတယ်။ ဒီတော့ အမှန်ကို ရတယ်။ ဒါက အထင်ရှားဆုံး ဥပမာကိုပြောတာပါ။

တွေးခေါ်ဉာဏ်၏ အရာမဟုတ်

ဘုန်းကြီးတို့ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား အရှိကို အရှိအတိုင်း သိတယ်ဆိုတဲ့ အသိဟာ ဒီထက် အဆပေါင်း ထောင်သောင်းသိန်းသန်းမက နက်နဲပါတယ်။ဒါကြောင့် မို့ မြတ်စွာဘုရားက သူ့တရားတော်ဟာ ဂမ္ဘီရော=နက်နဲ၏။ ဒုဒ္ဒသော= သိနိုင်မြင်နိုင်ခဲ၏။ ဒုရနုဗောဓော=ထိုးထွင်း၍ သိနိုင်ခဲ၏၊ သန္တော=ငြိမ်းအေး၏၊ ပဏီတော=မွန်မြတ်၏၊ **အတက္ကာဝစရော = ဆင်ခြင်တွေးခေါ် ဉာဏ်သည် မသက်ဝင်နိုင်၊ ဝါ ဆင်ခြင်တွေးခေါ်ဉာဏ်၏ အရာမဟုတ်၊ ဆင်ခြင် တွေးခေါ်ဉာဏ်ဖြင့် မသိနိုင်တဲ့။**

အဲဒါ ဘုရား ဖြစ်ပြီးပြီးချင်း တရား ဟောတော်မူမည်ကြံတဲ့ အခါကျတော့ ဒီတရားကို အခု တရား နာယူမယ့် လူတွေဟာ နားလည် သဘောပေါက်နိုင်

မပေါက်နိုင် မြတ်စွာဘုရား ဆင်ခြင်တော်မူတဲ့ အခါ အဲဒီလို ဆင်ခြင်တော်မူမိတယ်။ ငါ သိထားတဲ့ တရားက နက်နဲတယ်၊ သိမ်မွေ့တယ်၊ သိနိုင်မြင်နိုင်ခဲတယ်။ ကြံစည်တွေးခေါ် ဆင်ခြင် ဉာဏ်ဖြင့် မသိနိုင်ဘူး တဲ့။ ဒါဖြင့် ဘယ်လို ဉာဏ်နဲ့မှ သိနိုင်မလဲဆိုတော့ ပဏ္ဍိတဝေဒနီယော=ဝိပဿနာ အကျင့်မှန်ကို ကျင့်ကြံကြတဲ့ပညာရှင်တို့သာလျှင် ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်နိုင်ကြတယ်။ Personal experience နဲ့မှ သိနိုင်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံ ပွားများ အားထုတ်သူတို့သာလျှင် ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်နှင့် အမှန်အတိုင်း သိမြင်နိုင်တဲ့ တရားတော်မြတ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒါကြောင့် အရှိ သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိတဲ့ အသိမှန် အမြင်မှန်ကို ဆင်ခြင်တွေးခေါ်ရုံမျှ ဖြစ်တဲ့ ဒဿနပညာ၊ တက္ကပညာ၊ ဟေတုဝိဇ္ဇာ တို့နဲ့ မရနိုင်ပါဘူး။ အဲဒီ ပညာတို့ရဲ့ အရာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့်ပဲ မြတ်စွာဘုရားက ''အတက္ကာဝစရော=ကြံစည် တွေးခေါ် ဉာဏ်သည် မသက်ဝင်နိုင်။ ဝါ၊ ကြံစည်တွေးခေါ်ဉာဏ်၏ အရာ မဟုတ်'' လို့ တည့်တည့်လင်းလင်း ရှင်းရှင်း မိန့်တော်မူခဲ့ခြင်းပါပဲ။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီး တတိယတရားပွဲနှင့် စတုတ္ထတရားပွဲကျတော့မှ ကြံစည်တွေးခေါ်ဉာဏ်၏ အရာ ဘယ်လိုမဟုတ်သလဲ၊ ဘယ်လို Personal experience နဲ့မှ ဘယ်လိုသိနိုင်သလဲဆိုတာ ဘုန်းကြီး အဲဒီကျတော့ ရှင်းပြပါ့မယ်။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီး ပြောခဲ့တာက ဒဿနိက ပညာရှင်တွေဟာ အရှိကို အရှိအတိုင်း ကြည့်တာ မဟုတ်ဘဲ မိမိ ဉာဏ်သက်ဝင်သလို တွေးခေါ် ဆင်ခြင်ကြည့်ကြတဲ့ အတွက် ဉာဏ်အမျိုးမျိုးအလျောက် အယူအဆအမျိုးမျိုး ဖြစ်နေတော့ အမှန်မကျဘူး၊ ဒီသဘော ဘုန်းကြီး ပြောခဲ့တယ်။ အမှန် မကျလို့ဘဲ အယူအဆ အမျိုးမျိုး ဖြစ်နေတာ၊ အမှန်ကျရင် အယူအဆ တစ်ခုတည်းပဲ ဖြစ်ရမယ်။ ဒါကို နောက် တတိယတရားပွဲ၊ စတုတ္ထတရားပွဲတွေ ကျတော့ ပြန်ပြီး ရှင်းပြပါဦးမယ်။

ဘဝချမ်းသာရေးနှင့် လွတ်မြောက်ရေး

ဘဝချမ်းသာရေးနှင့် ဘဝလွတ်မြောက်ရေး

ဒီတော့ အခု ဘာ ပြောချင်သလဲဆိုတော့ မကြေညက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ နည်းနည်းလေး ကြေညက် သွားအောင် ဘုန်းကြီးက တစ်ခွန်း နှစ်ခွန်း ပြောချင်တယ်။ ဗုဒ္ဓတရားတော်က လောကီ လောကုတ္တရာ နှစ်မျိုး ရတဲ့ တရားတော်ပါ။ တနည်း ပြောရမယ်ဆိုရင် ဗုဒ္ဓတရားတော်ဟာ ဘဝချမ်းသာရေးနဲ့ ဘဝလွတ်မြောက်ရေး နှစ်ဘက်ရ တရားတော်ပါ။ ဘဝလွတ်မြောက်ရေးကို မရသေးမီ စပ်ကြားမှာ ဘဝချမ်းသာကို ရအောင် ဘယ်လိုနေရ ပြုမူပြောဆိုရမယ် စိတ်ထားရမယ် ဆိုတာ ဘုရားရှင် သင်ကြား ပေးခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီ တရားတော်တွေကို လောကီရေး တရားတော်တွေလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဘဝချမ်းသာရေး တရားတော်တွေပါပဲ။ တကယ်တော့ ဘဝတွေ ဆက်ကာဆက်ကာ ဖြစ်တော့ ရုပ်နာမ်တွေ ဆက်ကာဆက်ကာ ဖြစ်နေလို့ ရုပ်နဲ့ နာမ်ကို ရနေသမျှ ကာလပတ်လုံးတော့ တကယ့်ချမ်းသာ အစစ်အမှန်ကို မရတာ အမှန် ပါပဲ။ အဲဒီ ရုပ်ဘဝ နာမ်ဘဝက လွတ်မြောက်မှ ရပြီ ဆိုရင်တော့ တကယ့် ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်ကို ရတာ အမှန်ပဲ။ ဒါကြောင့်မို့ ဘဝမှ လွတ်မြောက်ရေး အတွက် မြတ်စွာဘုရားက ပဓာနထားပြီး ဟောပါတယ်။

ဒဿနပညာက လက်လှမ်း မမီတဲ့ တရား

ဒီတော့ ဘဝချမ်းသာရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မြတ်စွာဘုရား သဗ္ဗညုတရွှေဉာဏ်တော်နဲ့ ဟောကြားထားတဲ့ တရားတော် တွေကိုတောင်မှ ဒဿနိက ပညာရှင်တွေရဲ့ အတွေးအခေါ်နဲ့ နှိုင်းခိုင်းဖို့ မသင့်ပါဘူး။ သို့သော်လဲ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ရဲ့ အတိမ်အနက်ကို မရိပ်စားမိသူတွေ နှိုင်းခိုင်းကြတာကိုတော့ ခွင့်လွှတ်ကြရမှာပါပဲ။ ဒီ ဒဿနိက ပညာရှင် ဆိုသူတွေလဲ သူတို့ ဉာဏ်သက်ဝင်သလို တွေးပြီးတော့ ဘဝချမ်းသာရေးတွေကို ဖန်တီးနေကြတာကိုး။ ဒါပေမယ့် မြတ်စွာ

ဘုရား၏ ဘဝ လွတ်မြောက်ရေး တရားတွေကိုတော့ ဒဿနိက ပညာရှင်တွေ၏ ဉာဏ်က လုံးဝ လက်လှမ်းမမီပါဘူး။ မိုးနဲ့မြေကြီးလို ကွာပါတယ်။ အဲဒါ ဘယ်လို ကွာတယ် ဆိုတာလဲပဲ ဘုန်းကြီးတို့ နောက်တရားပွဲတွေကျတော့ သိလာရပါလိမ့်မယ်။

ဒီတော့ ဆိုလိုတာက ဒဿနိက ပညာရှင်တွေ၏ အတွေးအခေါ်ဟာ ဘဝကို သူ့နည်းနဲ့သူ အကျိုးပြုသလောက် ပြုကောင်းပြုပါလိမ့်မယ်။ မြတ်စွာဘုရား၏ ဘဝ ချမ်းသာရေး တရားတွေဟာလဲပဲ ဘဝကို အကျိုးပြုတာမို့ အခြေခံ ရည်ရွယ်ချက် အနေနဲ့ တူတယ်လို့ ဆိုချင် ဆိုပါဦးတော့။ ဒါပေမယ့် မြတ်စွာဘုရား၏ ဘဝမှ လွတ်မြောက်ပြီးတော့ ချမ်းသာနေတဲ့ ချမ်းသာရေးအတွက် ညွှန်ကြား ထားတဲ့ တရားတော်တွေကျတော့ ဒဿနိက ပညာရှင်တွေ လုံးဝ ဉာဏ်မမီပါဘူး။ တကယ် လို့ အဲဒါကို မီတယ်လို့ ပြောရင် ဒဿနိက ပညာရှင်တွေကို လဲပဲ သဗ္ဗညု ဘုရား တွေလို့ ဆိုရပါလိမ့်မယ်။ တကယ်တော့ ဒဿနိက ပညာရှင်တွေဟာ မြတ်စွာ ဘုရား၏ ဘဝ လွတ်မြောက်ရေး တရားတွေ၏ အနီးအပါးကိုတောင်မှ မသီနိုင် ကြ ပါဘူး။

ဉာဏ်ကြီးရှင်တွေပါပဲ သို့သော်လဲပဲ ဒီလောက် ဉာဏ်ကြီးတဲ့ ပညာရှင်တွေဟာ ရှုပင်ဟောင်းဝါး တို့လို မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကို ယုံကြည်လက်ခံပြီး တကယ် လက်တွေ့ ကျင့်ကြံလိုက်မယ် ဆိုရင်တော့ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ် တွေဟာ ရဟန္တာ ဖြစ်သည် အထိ ဖြစ်နိုင်လောက်တဲ့ ဉာဏ်ကြီးရှင်တွေလို့ ဆိုနိုင် လောက်ပါတယ်။ အခုတော့ သူတို့၏ ဉာဏ်ဟာ ဆရာကောင်းကို မဆည်းကပ် မိတဲ့အတွက် ဘဝချမ်းသာရေးလောက်နဲ့ပဲ ရပ်နေတာကို ဘုန်းကြီးတို့ အားလုံးပဲ တွေ့ရ သိရပါတယ်။

ဗုဒ္ဓ သိတော်မူတဲ့ အမှန်တရား လေးပါး

ဗုဒ္ဓဆိုတာ ဒီတော့ ဘုန်းကြီး အရင် အပတ်က ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၊ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား ထားတဲ့ တရားတော်တွေ၊ အဲဒီ တရားတော်တွေ အတိုင်း ကျင့်ကြံ နေတဲ့ သံဃာတော်တွေကို ဘာကြောင့် ယုံကြည်ထိုက် ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ထိုက်သလဲ ဆိုတဲ့ အမေးကို ဖြေတဲ့ အနေနဲ့ ဗုဒ္ဓဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ဘုန်းကြီး ပြောခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီလို ပြောခဲ့တာမှာ ဘုန်းကြီးက ဆင်းရဲအမှန်တရား၊ ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်း အမှန် တရား၊ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း အမှန်တရား၊ ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း အကျင့်လမ်း အမှန် တရားလို့ ဒီ အမှန်တရား လေးပါးကို အရှိသဘာဝအတိုင်း ဗုဒ္ဓ သိတော်မူတဲ့ အတွက် ဆင်းရဲမှ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ လွတ်မြောက်တော် မူတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မိမိ သိထားတဲ့အတိုင်းပဲ သတ္တဝါတွေကို ပြန်ပြီး နည်းလမ်းညွှန်ပြတော်မူတော့ သတ္တဝါ တွေလဲပဲ ဒီ နည်းလမ်းအတိုင်း ကျင့်ကြံခွင့်ရကြလို့ ချမ်းသာရကြတယ်။ ဒါကြောင့် မို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟာ ကြည်ညိုကိုးကွယ် ဆည်းကပ်ထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်တယ်လို့ ပြောခဲ့ပါတယ်၊

အရင်တပတ်က လွယ်လွယ် ပြောခဲ့တယ် အဲဒီမှာ ဆင်းရဲအမှန်တရားဆိုတာ ဒုက္ခသစ္စာကိုပြော တာပါ။ ဆင်းရဲ ဖြစ်ကြောင်း အမှန်တရား ဆိုတာ သမုဒယသစ္စာ ကို ပြောတာပါ။ ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းခြင်း အမှန်တရား ဆိုတာ နိရောဓသစ္စာ ကို ပြောတာပါ။ ဆင်းရဲ ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်ကြောင်း အကျင့်လမ်း အမှန်တရား ဆိုတာ မဂ္ဂသစ္စာ ကို ပြောတာပါ။

အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ နိရောဓသစ္စာ၊ မဂ္ဂသစ္စာ ဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေ များများ မသုံးဘဲနဲ့ မြန်မာလို ရှင်းရှင်းလေး ပြောတော့

တချို့ပရိသတ်က လွယ်တယ်လို့ ထင်ကောင်းထင်ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီ အမှန်တရား လေးပါးကို ဝိပဿနာ အားထုတ်တဲ့ ယောဂီများ သိမ့်၊ နောက် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရတဲ့ အခါကျတော့ ဒီအမှန်တရား လေးပါးကို အရိယာတို့ သိပုံကို နောက် တရားပွဲတွေကျတော့ ဘုန်းကြီးက ပြောပြ ပါမယ်။ အဲဒီကျတော့မှ ''အော်-- ဟိုဟာ နားလည် လွယ်အောင် လွယ်လွယ်လေး ပြော သွားတာကိုး''လို့ နားလည်သဘောပေါက်လာ ပါလိမ့်မယ်။

အခုတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီတရား အစက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ တရားတော်ကို လေးပိုင်း ပိုင်းရာမှာ ပထမဆုံး အပိုင်းဖြစ်တဲ့ ကြည်ညို ယုံကြည်မှု အပိုင်းကိုပဲ ပြောနေခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ နောက် ဒုတိယ အပိုင်းက လိုက်နာကျင့် ကြံမှုအပိုင်း။ နောက် တတိယအပိုင်းက ကိုယ်ကျင့်သီလ အပိုင်းပါ။ နောက် စတုတ္ထ အပိုင်းက လက်တွေ့ ကျင့်ကြံ ပွားများ အားထုတ်မှု အပိုင်း။

အဲဒီ ၄ ပိုင်း ထဲက အနိမ့်ဆုံး အပိုင်းကို အလွယ်ဆုံး နည်းနဲ့ ဘုန်းကြီး ပြောပြနေပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ နားမလည်လို့ စိတ်ပျက်မသွားစေချင် တဲ့အတွက်ပါပဲ။ ဒီတော့ အရင်တရားပွဲမှာ ပြောခဲ့တဲ့ အမှန်တရား လေးပါးကို ဘုန်းကြီးက အခု အခြေခံအနေနဲ့ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် မှတ်ထားရအောင် ပါဠိ စကားလုံးလေးတွေနဲ့ ပြောချင်ပါတယ်။ အဲဒီ အမှန်တရား လေးပါးက **ဒုက္ခ သစ္စာ**=ဆင်းရဲခြင်း အမှန်တရား၊ **သမုဒယသစ္စာ**=ဆင်းရဲ ဖြစ်ကြောင်း အမှန် တရား၊ **နိရောဓသစ္စာ**=ဆင်းရဲ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း အမှန်တရား၊ **မဂ္ဂသစ္စာ**=ဆင်းရဲ ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်ကြောင်း အကျင့်လမ်း အမှန်တရား။ အဲဒါ ဗုဒ္ဓ သိထားတဲ့ အမှန်တရား လေးပါးပဲ၊ ဒီ အမှန်တရား လေးပါးကို သိလို့ပဲ ဗုဒ္ဓ ဆိုတဲ့ ဘွဲ့မည်ကို ရတော်မူ ပါတယ်။

ဒီတော့ **ဒုက္ခသစ္စာ** ဆိုတာ ဘုန်းကြီးတို့ ပြောရိုးပြောစဉ်အတိုင်း ပြောမယ်ဆိုရင် ရုပ်နဲ့နာမ်ကို ဒုက္ခသစ္စာလို့ ခေါ်ပါတယ်။ဘာလို့ ဒုက္ခသစ္စာလို့ ခေါ်သလဲဆိုတော့ ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်သွားလို့ ဒုက္ခသစ္စာလို့ ခေါ်ပါတယ်။

သမုဒယသစ္စာ ဆိုတာ တဏှာ သို့မဟုတ် လောဘ။ဘာကြောင့် သူ့ကို သမုဒယသစ္စာလို့ ခေါ်သလဲဆိုတော့ ဆင်းရဲကို ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကြောင်းတရား ဖြစ်လို့ပါ။

နိရောဓသစ္စာ ဆိုတာက ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း နိဗ္ဗာန်ကိုခေါ်ပါတယ်။ နိရောဓသစ္စာ=ဆင်းရဲငြိမ်းတယ် ဆိုတာ ဆင်းရဲရဲ့ အကြောင်းဖြစ်တဲ့ တဏှာလောဘ အမြစ်ပြတ်သွားမှပဲ ဆင်းရဲငြိမ်းပါတယ်။ အဲဒီ တဏှာလောဘ အမြစ်မပြတ်ဘူးဆိုရင် ဆင်းရဲမငြိမ်းပါဘူး။

ဆင်းရဲငြိမ်းတာဟာ နိဗ္ဗာန်ပဲ။နိဗ္ဗာန် ဆိုတာ တချို့ ထင်သလို တိုင်းပြည်ကြီး နေရာကြီးနဲ့ ဒီလို မဟုတ်ပါဘူး။ အခြေအနေ တစ်မျိုးပါပဲ၊ ဆင်းရဲမရှိပဲနေတဲ့ အခြေအနေပါ။ ဆင်းရဲငြိမ်းနေတဲ့ အခြေအနေပါ။ ဒီ အခြေအနေကိုပဲ နိဗ္ဗာန်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

နောက် အဲဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းအောင် ကျင့်ကြံတဲ့ အကျင့်လမ်းမှန် ဆင်းရဲငြိမ်းစေတဲ့ အကျင့်လမ်းမှန်ကိုတော့ **မဂ္ဂသစ္စာ** လို့ခေါ်တယ်။ ဒီမဂ္ဂသစ္စာ ဆိုတာ ဘာလဲဆိုတော့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးပါပဲ။

အဲဒါလေးကို ဘုန်းကြီးက အခြေခံအနေနဲ့ မှတ်သားထားရအောင် ပရိသတ်ကို ဘုန်းကြီး တိုင်ပေးပါ့မယ်၊ ရအောင် ·လိုက်ဆိုပါ။

သဗ္ဗာလေးပါး အမှန်တရား ဆိုသည်မှာ မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတွေက ဒုက္ခသစ္စာ=ဆင်းရဲအမှန်တရား။

ကဲ....ရုပ်နာမ်တွေ သင်္ခါရတွေ ပါလာပြီ။ အဲ့ဒီ ရုပ်တို့ နာမ်တို့ သင်္ခါရတို့ ဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေဟာ ဘုန်းကြီးတို့ပရိသတ်နဲ့ မရင်းနှီးဘူး၊ စကားလုံးရဲ့ အသံနဲ့ ရင်းနှီးပေမယ့် သူ့ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်နဲ့ မရင်းနှီးဘူး။မရင်းနှီးတော့ အဲ့ဒီ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေ ပါလာတဲ့အခါမှာ ''အမယ်လေး ခက်လိုက်တာ၊တရားက နက်နဲလိုက်တာ''လို့ ပရိသတ်က အဲဒီလို ထင်မယ်။အမှန်တော့ ဒါ စကားလုံးပဲ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ ဆိုတာ တခြားပြောတာမဟုတ်ဘူး ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ စိတ်ကို ပြောတာပဲ။ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ စိတ်ကိုပဲ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရလို့ ဆိုတာ။အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ စိတ်လို့ ပြောလိုက်ရင် လွယ်လွန်းတယ်လို့ ပြောကောင်းပြောမယ် ထင်ကောင်းထင်မယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရလို့ ပရိသတ် နားမလည်တဲ့ စကားလုံး နဲ့နဲ ထည့်ပေးလိုက်တယ်နော်။

လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်တွယ်တာတဲ့ တဏှာလောဘက သမုဒယသစ္စာ = ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်း အမှန်တရား။

အကြောင်းတဏှာ ချုပ်ခြင်းကြောင့် အကျိုးဆင်းရဲ မဖြစ်ပေါ်ပဲ ချုပ်ငြိမ်းတာက နိရောဓသစ္စာ=ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း အမှန်တရား။

မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးက မဂ္ဂသစ္စာ — ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်ကြောင်း အကျင့် လမ်းမှန်တရား။

အမှန်တရား ဘယ်နှစ်ပါးလဲ (လေးပါးပါဘုရား။) **သစ္စာ**ဆိုတာ ဘာပါလိမ့်။ (အမှန်တရားပါဘုရား။) ဒီတော့ဘုန်းကြီး အရင်တပတ်က ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သိတဲ့တရားတွေကို ပြောတာမှာ အခုပြောတဲ့ သစ္စာလေးပါးကိုပဲ သစ္စာလေးပါးဆိုတဲ့ စကားလုံး ဒုက္ခ သမုဒယ နိရောဓ မဂ္ဂ ဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေ တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ပြီးတော့ မြန်မာလို အဓိပ္ပာယ် ရှင်းပြသွားတယ်။ အဲဒီတုန်းကတော့ ရှင်းရှင်းလေး လွယ်လွယ်လေးပေါ့။ အခု ဒီစကားလုံးတွေ ပါလာတော့ ရှုပ်သွားတယ်။ ဒါပေမယ့် ရှုပ်ရှုပ်ကလေးပဲ ပေးလိုက်အုံးမှ။ ဒါမှ ဂရုစိုက်ကြောင့်ကြစိုက်ပြီး မှတ်ရသားရတာပေါ့လေ။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါမဂ္ဂင်ရှစ်ပါး

အဲဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို မြတ်စွာဘုရားက **ဓမ္မစကြာမှာ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ**လို့ နာမည်တပ်ဟောခဲ့တယ်။ **မဇ္ဈိမပဋိပဒါ** ဆိုတာ အလယ်လမ်း၊ လက်ဝဲစွန်းလဲ မရောက်၊ လက်ျာစွန်းလဲ မရောက်ပဲ အလယ်က သွားတဲ့လမ်း။ ဒီမဇ္ဈိမပဋိပဒါကို အနောက်ဆီက လူတွေ ဘာသာပြန်တဲ့အခါကျတော့ Middle Way သို့မဟုတ် Middle Path လို့ ဘာသာပြန်တယ်။ အလယ်လမ်းပေါ့၊ ဒါကြောင့် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ဆိုတာ အလယ်အလတ် အကျင့်လမ်းပဲ။ အလယ်ဆိုတာက လက်ဝဲစွန်း လက်ျာစွန်း မရောက်ပဲ အလယ်ကသွားတဲ့လမ်း၊ အလတ်ဆိုတာက မလျော့မတင်း ကျင့်တဲ့လမ်း၊ တင်းဟင်းကြီးလဲ မကျင့်၊ လျော့လျော့ကြီးလဲ မကျင့်ဘဲနဲ့ မလျော့မတင်း အလတ်စားအနေနဲ့ ကျင့်တာကို ဆိုလိုတယ်။

အလယ်လမ်းဆိုတာ ဓမ္မစကြာ တရားတော်မှာ ပါတဲ့ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာခံစားရေး ဆိုတဲ့ လက်ျာစွန်းနဲ့ မိမိကိုယ်ကို ပင်ပန်းအောင် ကျင့်ရေးဆိုတဲ့ လက်ဝဲစွန်း၊ အဲဒီ အစွန်း ၂ ခုရဲ့ အလယ်ဖြစ်တဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်တန် အကျင့်မှန်ပါပဲ။

အဲဒီ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အလယ်အလတ်အကျင့်လမ်း မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကတော့-

၁။	သမ္မာဒိဋ္ဌိ=မှန်စွာသိမြင်မှု	}	ပညာမဂ္ဂင်နှစ်ပါး
၂။	သမ္မာသင်္ကပ္ပ=မှန်စွာကြံစည်မှု		
၃။	သမ္မာဝါစာ=မှန်စွာပြောဆိုမှု	}	သီလမဂ္ဂင်သုံးပါး
၄။	သမ္မာကမ္မန္တ=မှန်စွာပြုလုပ်မှု		
၅။	သမ္မာအာဇီဝ=မှန်စွာအသက်မွေးမှု		
၆။	သမ္မာဝါယာမ=မှန်စွာအားထုတ်မှု	}	သမာဓိမဂ္ဂင်သုံးပါး
၇။	သမ္မာသတိ=မှန်စွာသတိကပ်ရှုမှတ်မှု		
၈။	သမ္မာသမာဓိ=မှန်စွာစူးစိုက်တည်ငြိမ်မှု		

အားလုံး ပေါင်းတော့ မဂ္ဂင်ဘယ်နှစ်ပါးလဲ၊ (ရှစ်ပါးပါဘုရား။) ပညာမဂ္ဂင်က ဘယ်နှစ်ပါးလဲ၊ (နှစ်ပါးပါ ဘုရား။) သီလမဂ္ဂင်က သုံးပါး၊ သမာဓိမဂ္ဂင်က သုံးပါး၊ ပေါင်းတော့ ရှစ်ပါး။ အဲဒါကို ဒီထက်ခက်တဲ့ စကားလုံးနဲ့လဲ ပြောနိုင်သေးတယ်။ ကျမ်းဂန်မှာလဲ သုံးတယ်။ ပထမမဂ္ဂင် နှစ်ပါးကို **ပညာက္ခန္ဓမဂ္ဂင်** နှစ်ပါး၊ ဒုတိယမဂ္ဂင် သုံးပါးကို **သီလက္ခန္ဓမဂ္ဂင်** သုံးပါး၊ တတိယ မဂ္ဂင် သုံးပါးကို **သမာဓိက္ခန္ဓမဂ္ဂင်** သုံးပါး၊ အဲဒီလို ခက်တဲ့ စကားလုံးနဲ့လဲ သုံးနိုင်သေးတယ်။ သီလသာမညပဲ သုံးသုံး၊ သီလက္ခန္ဓပဲသုံးသုံး၊ ဒီဟာ ဒီဟာပါပဲ။ အဲဒီတော့ လွယ်တာက ကောင်းပါတယ်။

အခြေခံကလေး ရထားနှို ဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဟာ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် ကျင့်တော်မူတဲ့ အကျင့်လမ်းမှန်ပါပဲ။ တခါ အခု ခေတ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတဲ့ အတိုင်း သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာကို ကျင့်ကြံနေသူတို့ရဲ့ အကျင့်လမ်းဟာလဲ ဒီမဂ္ဂင်ရှစ်ပါးပါပဲ။ ဒီတော့

အဲဒီ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာနည်းအရ ဘုရားရှင် ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ကျင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ ကျင့်မှုထဲမှာ ရှုမှတ်မှုထဲမှာ ဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဟာ ဘယ်လိုပါဝင်ပြီးတော့ မဂ္ဂင် အသီးသီးဟာ မိမိတို့ရဲ့ တာဝန်ကို ဘယ်လို ဆောင်ရွက်တယ် ဆိုတာကို ဘုန်းကြီးတို့ စတုတ္ထတရားပွဲကျတော့မှပဲ ပြောနိုင်လိမ့်မယ်။ ဒီဟာကတော့ အခြေခံကလေး ရထားအောင် ဘုန်းကြီးက ပြောထားတာ။

မြတ်စွာဘုရားက'' ဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးရှိတဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးပါဝင်တဲ့ အကျင့်လမ်းမှန်ရှိတဲ့ ဘာသာ အယူဝါဒဟာ လောဘ ဒေါသ မောဟ ကိလေသာကို ငြိမ်းစေတဲ့ အတွက် ဆင်းရဲကို ငြိမ်းစေတယ်၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပါဝင်တဲ့ အကျင့်လမ်း မရှိတဲ့ ဘာသာအယူဝါဒဟာ ကိလေသာကို မငြိမ်းစေနိုင်တဲ့ အတွက် ဆင်းရဲ မငြိမ်းစေနိုင်ဘူးလို့'' ဟောတော်မူခဲ့တယ်။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ လိုက်ဆိုကြပါ။

မဂ္ဂင်ရှစ်တန် အကျင့်မှန်

သိမှန် ကြံမှန်၊ ပြောပြုမှန်နှင့်၊ ကောင်းမှန်သက်မွေး၊
ဖြူစင်မွေး၍၊ မှန်ရေးကြိုးစား၊ မှန်ပြားသတိ၊ သမာဓိဟု၊
၅ သည့်ရှစ်ဖြာ၊ ကျင့်စဉ်ပါမူ၊ ဘာသာဝါဒ၊ ဝဋ်ဒုက္ခ၊
မုချငြိမ်းစေသည်။

ပဓာနမဂ္ဂင် ဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးမှာ အရေးအကြီးဆုံး ပဓာနမဂ္ဂင်ကတော့ သမ္မာဒိဋ္ဌိ=မှန်စွာ သိမြင်မှုပေါ့။ အဲဒါ မှန်စွာ သိတယ်ဆိုတာ ဘယ်လို သိတာကို ဆိုလိုကြောင်း နောက် တရားပွဲ တွေကျမှပဲ ဘုန်းကြီးတို့ ပြောပြနိုင်မယ်။ နောက် သမ္မာသင်္ကပ္ပ=မှန်စွာ ကြံစည်မှု၊ အဲ့ဒီ သမ္မာသင်္ကပ္ပ ဆိုတဲ့ မဂ္ဂင်ကို တရားရှုမှတ်ရာမှာ ဘယ်လို သမ္မာသင်္ကပ္ပမဂ္ဂင် ပါဝင်တယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်ဖို့ လိုပါတယ်။ အဲဒါကို သဘောမပေါက်ကြတာ များတယ်၊ ဘာကြောင့်လဲ

ဆိုတော့ ဘာသာပြန်တာက မှန်စွာ ကြံစည်မှုလို့ပဲ ပြန်ရတာကိုး။ သမ္မာက မှန်စွာ၊ သင်္ကပ္ပက ကြံစည်တာ ဆိုတော့ သမ္မာသင်္ကပ္ပ-မှန်စွာ ကြံစည်မှုလို့ ပြန်ရတော့ အဲဒီ နေရာမှာ နည်းနည်း သဘောပေါက် လွဲလွဲသွားတတ်တယ်။ အဲဒါကိုလဲ နောက်ကျ တော့ ဘုန်းကြီးတို့ တိုတိုရှင်းရှင်း ပြောရမယ်။ ထားကြပါစို့။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီး အရင်တပတ်က ပြောခဲ့တယ်။ ဗုဒ္ဓ ဆိုတာ သိသူ။ ဘာကို သိသလဲ။ အမှန်တရား လေးပါးကို သိသူ။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား သိတဲ့ အဲဒီ အမှန်တရား လေးပါး ဆိုတာဟာ ယခု ဘုန်ကြီး ချပေးခဲ့တာတွေထဲမှာ အကုန်လုံး ပါတယ်၊ ဒါတွေ အကုန်လုံး ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးက အဲဒါတွေကို တစ်ချက် ကလေးမှ ပါဠိလို မတို့ဘဲနှင့် မြန်မာပရိသတ် နားလည်မည့် ရှုထောင့်ကနေပြီးတော့ မြန်မာလို လွယ်လွယ်စကားလုံးကလေးတွေနဲ့ ပြောသွားတော့ နားလည် သဘော ပေါက်တာပေါ့။ နားလည် သဘောပေါက်တော့ အကျိုးရှိတာပေါ့။ အခုတော့ စကားလုံးတွေက ကြီးလာပြီ၊ ကြီးလာတော့ နည်းနည်း ရှုပ်သွားပြီ။ အဲဒါ သိပ် တော့ မကောင်းဘူး။

သရဏနှင့် သရဏဂုံ

ရတနာ သုံးပါးသည် သရဏ ဒီတော့ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား ကိုယ်တိုင် အကျင့်မှန် သိလို့ အဲဒီ အကျင့်မှန်ကို ကျင့်တဲ့အတွက် အရှိသဘာဝ ကို အရှိအတိုင်း သိမြင်တော်မူတော့ လောဘ ဒေါသ မောဟ ကိလေသာတွေ ငြိမ်းလို့မို့ ဆင်းရဲ ငြိမ်းတော်မူတယ်၊ ရှင်တော်မြတ် ဘုရားက ပြန်ပြီး ဟောကြားတော်မူတဲ့ အခါမှာလဲ ဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း တရား တွေကိုပဲ ကျင့်တော်မူ သိတော်မူတဲ့ အတိုင်း ဟောကြားတော်မူတော့ ဒီ တရား တော်တွေဟာ အမှန်တရားတွေ ဖြစ်လာတယ်။ အမှန်တရားတွေဆိုတော့ ဒီ အမှန်

တရားတွေဟာလဲပဲ ဆင်းရဲငြိမ်းလိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ အားကိုးအားထားရာ ကိုးကွယ်ရာ ဆည်းကပ်ရာ အဖြစ်နဲ့ ယုံကြည်ရ လက်ခံရ လိုက်နာ ကျင့်ကြံရ ကိုးကွယ်ရမည့် သရဏ တွေပဲ။

အဲဒီ တရားတွေ အတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်ကြံကြလို့ ဆင်းရဲ တစိတ်တဒေသ ငြိမ်းတဲ့ သံဃာတော်တွေ၊ ဆင်းရဲ များစွာ ငြိမ်းတဲ့ သံဃာတော်တွေ၊ ဆင်းရဲ လုံး၀ ငြိမ်းတဲ့ သံဃာတော်တွေဟာ ဘုရားရှင်ရဲ့ သာသနာတော် နှစ်ပေါင်း ၂၅၇၀ ကျော် ကာလအတွင်းမှာ များစွာ ပေါ်ပေါက်ခဲ့တယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ အရှင်မောဂ္ဂလာန်၊ အရှင်ကောဏ္ဍည၊ အရှင်ဝပ္ပ၊ အရှင်ဘဒ္ဒိယ၊ အရှင်မဟာနာမ်၊ အရှင်အဿဇိ တို့က စပြီးတော့ အခု အချိန်အထိ သာသနာတော်မှာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား အမှန်အတိုင်း ညွှန်ကြားထားတဲ့ တရားတော်တွေအတိုင်း ကျင့်ကြံလို့ ကိလေသာငြိမ်း ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ များစွာ ပေါ်ပေါက်ခဲ့တယ်။ အဲလို များစွာပေါ်ပေါက်ခဲ့တဲ့ ဒီ သံဃာတော်တွေဟာလဲပဲ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ် ကြည်ညိုထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပဲ၊ ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပဲ။ သရဏ တွေပဲ။

ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ သံဃ ခေါ်တဲ့ ရတနာသုံးပါးဟာ အားကိုးရာ၊ အားထားရာ ကိုးကွယ်ရာ အနေနဲ့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်ထိုက်တဲ့ သရဏ တွေပဲ ဆိုတာ ဘုန်းကြီးတို့ သိရတယ်။ အဲဒီတော့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်ထိုက်တဲ့ ဒီ ရတနာသုံးပါးဟာ ကိလေသာ ဆင်းရဲ ဝဋ်ဆင်းရဲ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းလိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ရဲ့ အားကိုးရာ အားထားရာ မှီခိုရာ ကိုးကွယ်ရာ သရဏ တွေပဲ။

ယုံကြည်ဆည်းကပ် စိတ်သည် သရဏဂုံ	ဒီ ရတနာသုံးပါးကို အားကိုးအားထားရာ ကိုးကွယ်ရာ မှီခိုရာပဲလို့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်ကို သရဏဂုံ လို့ ခေါ်တယ်။

သရဏဂုံ သရဏဂုံလို့ ပြောနေကြသော်လဲပဲ သရဏဂုံရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို တိတိကျကျ နားလည်တာက ခပ်ရှားရှားပဲ၊ ယောင်ဝါးဝါးမျှပဲ နားလည်ကြတယ်။ သရဏ=အားကိုးရာ ကိုးကွယ်ရာပဲလို့၊ ဂမန=ယုံကြည် ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်။ ဒီ **သရဏဂမန** ကိုပဲ မြန်မာက **သရဏဂုံ** လို့ ခေါ်လိုက်တယ်။ ဒီတော့ သရဏဂုံ ဆိုတာ အားကိုးအားထားရာ ကိုးကွယ်ရာပဲလို့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်ပဲ။

ဘုရားကို သရဏဂုံလို့ မခေါ်ဘူး၊ တရားကို သရဏဂုံလို့ မခေါ်ဘူး၊ သံဃာကို သရဏဂုံလို့ မခေါ်ဘူး၊ ဘုရား တရား သံဃာကို **သရဏ** လို့သာ ဆိုနိုင်တယ်၊ **သရဏဂုံ**လို့ မဆိုနိုင်ဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သရဏဂုံဆိုတာ ယုံကြည် ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်မို့ပဲ။

ဘယ်သူ့ကို ယုံကြည်ဆည်းကပ်တာလဲ၊ ဗုဒ္ဓ=ရှင်တော်မြတ်ဘုရားကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်တယ်၊ ဓမ္မ=တရားတော်ကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်တယ်၊ သံဃ=သံဃာတော်ကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်တယ်။ အဲဒီတော့ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာ သုံးပါးက အားကိုး အားထားရာ ဖြစ်တဲ့ **သရဏ**တွေ၊ တနည်းဆိုရင် အားကိုး အားထားရာပဲလို့ ယုံကြည်ထိုက် ဆည်းကပ်ထိုက် ကိုးကွယ်ထိုက်တဲ့ **သရဏဂမနီယ တွေ၊** အဲဒီ ယုံကြည်ထိုက် ကိုးကွယ်ထိုက် ဆည်းကပ်ထိုက်တဲ့ ဘုရား တရား သံဃာကို ယုံကြည်တဲ့ စိတ်၊ ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်တဲ့ စိတ်က **သရဏဂုံ**။

သရဏဂုံ တည်သူနှင့် မတည်သူ

အဲဒီ ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်က ဘယ်သူ့ သန္တာန်မှာ ရှိသလဲ ပရိတ်သတ်၊ သရဏဂုံဆိုတာ ဘယ်သူ့သန္တာန်မှာ ရှိတာလဲ၊ (ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ သန္တာန်မှာ ရှိပါတယ်ဘုရား။) ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ သန္တာန်မှာ ရှိတယ်နော်။ အားထားရာပဲလို့ ယုံကြည် ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်၊ ဟုတ်ကဲ့လား။ အဲဒီ စိတ်

ရှိသူကို **သရဏဂုံတည်သူ** လို့ ခေါ်တယ်။အဲဒီ ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့စိတ် ရှိသူကို တာလို့ခေါ်သလဲ၊ (သရဏဂုံတည်သူလို့ ခေါ်ပါတယ် ဘုရား။)

ဒီလိုဆိုတော့ အဲဒီ ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ် မရှိရင် သရဏဂုံတည်သူလို့ ခေါ်ပါ့မလား။ (မခေါ်နိုင်ပါ ဘုရား။) သရဏဂုံ မတည်ရင် အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လို့ ခေါ်နိုင်မလား၊ (မခေါ်နိုင်ပါ ဘုရား။) မခေါ်နိုင်ဘူး နော်၊ သရဏဂုံ တည်မှသာလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်၊ ဟုတ်ကဲ့လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။)

သရဏဂုံပျက်နိုင် ဒီတော့ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို ကိလေသာဆင်းရဲ ဝဋ်ဆင်းရဲ ငြိမ်းရေး အတွက် အားကိုး အားထားရာပဲလို့ ယုံကြည် ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်ဟာ **သရဏဂုံ**၊ အဲ့ဒီစိတ် ရှိသူဟာ **သရဏဂုံတည်သူ**။ ဟုတ်ကဲ့လား။ ဒါဖြင့်ရင် ဒီစိတ်ဟာ တချို့မှာ အမြဲတမ်း ရှိနေနိုင်ပါ့မလား။ (မရှိနိုင်ပါ ဘုရား။) ရံဖန်ရံခါမှာ ဘုရားယုံကြည်မှု လျော့ပြီးတော့ ပျက်ချင်လဲ ပျက်သွားနိုင်တယ်၊ ရံဖန်ရံခါမှာ တရားယုံကြည်မှု လျော့ပြီးတော့ ပျက်ချင်လဲ ပျက်သွားနိုင်တယ်၊ ရံဖန်ရံခါမှာ သံဃာ့ ယုံကြည်မှု လျော့ပြီးတော့ ပျက်ချင်လဲ ပျက်သွားနိုင်တယ်၊ မဟုတ်ပေဘူးလား၊ အဲဒီလို ယုံကြည်မှု ပျက်သွားပြီဆိုရင် အဲဒီသူဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဟုတ်ပါတော့မလား။ (မဟုတ်တော့ပါဘုရား။)

ဘယ်လောက်ပဲ ဘုရားစေတီ ရှေ့မှာ ထိုင်နေနေ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ဘုရားဝေယျာဝစ္စ၊ တရားဝေယျာဝစ္စ၊ သံဃဝေယျာဝစ္စ၊ သာသနာ့ဝေယျာဝစ္စ လုပ်နေလုပ်နေ အဲဒီ ယုံကြည်စိတ်မှ မရှိရင်တော့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ကို သရဏဂုံတည်သူလို့ ခေါ်နိုင်ပါ့မလား။ (မခေါ်နိုင်ပါဘုရား။) မခေါ်နိုင်ရင် သူ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဟုတ်မလား။ (မဟုတ်ပါ ဘုရား။) အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးလဲ ရှားရှားပါးပါး ရှိတတ်သေးတာပဲ။

ဘုရားဝေယျာဝစ္စ၊ တရားဝေယျာဝစ္စ၊ သံဃာ့ဝေယျာဝစ္စ၊ သာသနာ့ဝေယျာဝစ္စတွေကို ဝါသနာပါလို့ လုပ်တတ်ကိုင်တတ်တဲ့ ဝါသနာ ရှိလို့ ဆောင်ရွက်နေသော်လဲ ဘုရား တရား သံဃာကို တကယ် မယုံကြည်ဘဲ ပေါ့တော့တော့ ဖြစ်နေတဲ့ မိရိုးဖလာ သမားများကော မရှိတတ်ဘူးလား။ (ရှိတတ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ခေါ်နိုင်ပါ့မလား။ (မခေါ်နိုင်ပါ ဘုရား။) ယုံကြည်စိတ် ရှိမှသာလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်စစ်စစ် မဟုတ်ပေဘူးလား၊ ယုံကြည်စိတ် မရှိလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လို့ ခေါ်နိုင်မလား။ (မခေါ်နိုင်ပါဘုရား။)

သရဏဂုံနှစ်မျိုး သရဏဂုံ ပျက်တာကို ပြောမိတော့ သရဏဂုံ ၂ မျိုး ရှိတာကို ဆက်ပြီး ပြောလိုက်ဦးမှ ဖြစ်မယ်။ အဲဒီ ယုံကြည်ဆည်းကပ်မှု သရဏဂုံ နှစ်မျိုး ရှိတယ်၊ တစ်မျိုးက လောကီသရဏဂုံ၊ နောက်တစ်မျိုးက လောကုတ္တရာ သရဏဂုံ။ လောကီသရဏဂုံက ပျက်နိုင်တယ်၊ လောကုတ္တရာ သရဏဂုံက မပျက်နိုင်ဘူး။

လောကီသရဏဂုံ ဆိုတာက မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မရသေးလို့ အရိယာမဖြစ်သေးတဲ့ ပုထုဇဉ်တွေရဲ့ သန္တာန်မှာ ရှိတဲ့ ယုံကြည် ဆည်းကပ်စိတ်၊ ဒါ လောကီသရဏဂုံ။

လောကုတ္တရာသရဏဂုံ ဆိုတာက မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရတဲ့ အရိယာတို့ရဲ့ သန္တာန်မှာရှိတဲ့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်၊ ဒါ လောကုတ္တရာသရဏဂုံ။

မပျက်တဲ့သရဏဂုံ အရိယာတို့ သန္တာန်မှာ မဂ်ဉာဏ်နှင့် အတူတကွ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်ကတော့ ခိုင်မြဲပြီး ဘယ်တော့မှ မပျက်တော့ဘူး။ သေလဲ မပျက်တော့ဘူး။

ဟိုဘက်ဘဝကျတော့လဲ သူဟာ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်မြဲ ယုံကြည်လျက်၊ ဆည်းကပ်မြဲ ဆည်းကပ်လျက်ပဲ။ ဒါကြောင့် အရိယာတို့ သန္တာန်မှာ မဂ်ဉာဏ်နှင့် အတူတကွ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ယုံကြည် ဆည်းကပ်စိတ်=လောကုတ္တရာ သရဏဂုံက ဘယ်တော့မှ မပျက်တော့ဘူး။

ပျက်တဲ့ သရဏဂုံ အရိယာ မဖြစ်သေးတဲ့ ပုထုဇဉ်တို့ရဲ့ သန္တာန်မှာ ရှိတဲ့ ယုံကြည် ဆည်းကပ်စိတ်=လောကီ သရဏဂုံ ကတော့ အကြောင်း တမျိုးမျိုးကြောင့် ပျက်ချင် ပျက်သွားနိုင်တယ်၊ အဲဒီလို ပျက်တာမှာ ၂ မျိုးရှိတယ်။ ယုံကြည်ဆည်းကပ်စိတ် ပျက်သွားတာ ၂ မျိုးရှိတယ်။

တစ်မျိုးက တခြားဘာသာ အယူဝါဒကို ပြောင်းလဲ ယုံကြည်ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်လိုက်လို့ ပျက်သွားတာ။ ဗုဒ္ဓဝါဒမှတပါး တခြား ဘာသာအယူဝါဒကို ပြောင်းလဲပြီးတော့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ အတွက် သရဏဂုံ ပျက်သွားတယ်။

နောက် တစ်မျိုးက သေသွားရင်လဲ သရဏဂုံ ပျက်တယ်။ အဲဒီ နှစ်ချက် ကြောင့် သရဏဂုံ ပျက်တယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် သရဏဂုံ ပျက်ဘာ ဘယ်နှစ်မျိုး ရှိသလဲ၊ (နှစ်မျိုးပါ ဘုရား။) ဘာတွေပါလိမ့်မလဲ။ (တခြားဘာသာ ပြောင်းလဲ ကိုးကွယ်လို့ ပျက်တာနှင့် သေလို့ ပျက်တာပါဘုရား။)

တခြားဘာသာကို ပြောင်းလဲ ယုံကြည်ကိုးကွယ်လို့ သရဏဂုံ ပျက်တာကတော့ နားလည်နိုင်ပါရဲ့၊ သေသွားလို့ သရဏဂုံ ပျက်တာကိုတော့ ဘယ်လို နားလည်ရ ပါမလဲ။ သေသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ စိတ် ရှိသေးလား။ (မရှိပါဘုရား။) သရဏဂုံ

ဆိုတာ ဘာကို ခေါ်တာလဲ။ (စိတ်ကို ခေါ်တာပါဘုရား။) ဘာစိတ်ကို ခေါ်တာလဲ။ (ယုံကြည် ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်ကို ခေါ်တာပါ ဘုရား။) သေသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ စိတ် ရှိသေးသလား။ (မရှိပါဘုရား။) မရှိတော့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ် ရှိအုံးမလား။ (မရှိပါဘုရား။) မရှိတော့ သူ့မှာ သူ့ရဲ့ ဥတုဇရုပ်အလောင်းမှာ သရဏဂုံ ရှိသေးလား။ (မရှိပါဘုရား။) ပျက်မသွားဘူးလား။ (ပျက်သွားပါတယ် ဘုရား။) ဒါဟာ သေလို့ သရဏဂုံ ပျက်တာပေါ့။ ဒါ လောကီသရဏဂုံ၊ ပုထုဇဉ်တို့ရဲ့ သရဏဂုံ ပြောတာ။

သရဏဂုံပျက်တာ အပြစ် ရှိ မရှိ

အဲဒီ သရဏဂုံ ပျက်ပုံ နှစ်မျိုးအနက်က ဗုဒ္ဓဝါဒမှတပါး တခြား ဝါဒကို ပြောင်းလဲ ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်လို့ သရဏဂုံပျက်ရင် အပြစ်ရှိတယ်။ မှားယွင်းတဲ့ အယူဝါဒကို ယုံကြည် ကိုးကွယ်မိပြီ ဆိုတော့ အခြေခံကိုက မှားနေပြီ။ ဒီတော့ နောက်လဲ ဆက်ပြီး အမှားတွေကိုပဲ စဉ်းစားမိ ကြံစည်မိ ယူဆမိဖို့ များတယ်။ အမှားတွေကိုပဲ ပြောဆို ပြုလုပ်မိဖို့ များတယ်။ ဒီလိုဆိုရင် ဆိုးကျိုးဆင်းရဲကျိုး တွေသာ ရဖို့ များတော့တာပဲ။

ဒီ သဘောကို ကျမ်းဂန်က "သာဝဇ္ဇော တဏှာဒိဋ္ဌာဒိ ဝသေန သဒေါသော"လို့ တိုတိုထိထိ ဖွင့်ဆိုပါတယ်။ "အပြစ်ရှိတယ် ဆိုတာ တဏှာခြင်း၊ အသိအမြင် အယူအဆ မှားယွင်းခြင်း စသည်ဖြင့် အပြစ် ရှိတာကို ဆိုလိုပါတယ်"တဲ့။

သေလို့ သရဏဂုံ ပျက်တာကတော့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ ပျက်စီးသွားလို့သာ ယုံကြည် ဆည်းကပ်မှု သရဏဂုံလဲ ပျက်စီးသွားရတာ ဆိုတော့ ဘာ အပြစ်မှ မရှိပါဘူး။အကုသိုလ်လဲ မဖြစ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဘာဆိုးကျိုးကိုမှလဲ မဖြစ်စေပါဘူး။

အမေးလှ ဒီတော့ ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်က ယုံကြည်ဆည်းကပ်မှု မခိုင်မြဲ
အနေလှ သေးတဲ့ အတွက် သေတဲ့ အခါမှာ သရဏဂုံ ပျက်သွား
ပြီးတော့ နောက်ဘဝမှာ သူ့သန္တာန်မယ် ရတနာသုံးပါး
ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ် ရှိချင်လဲ ရှိနိုင်တယ်။ မရှိချင်လဲ မရှိနိုင်ဘူး။

မဂ်ဉာဏ် ရထားတဲ့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့ရဲ့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်စိတ်= လောကုတ္တရာ သရဏဂုံကတော့ ဒီအရိယာပုဂ္ဂိုလ် ဒီဘဝက ကွယ်လွန်သွားလို့ နောက်ဘဝမှာ ဖြစ်သော်လဲပဲ သူ့ရဲ့ယုံကြည်ဆည်းကပ်စိတ်ဟာ မပျက်ဘူး။နောက် ဘဝမှာလဲပဲ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ် သူ့မှာ ရှိမြဲ ရှိတာပဲ။ ဒါကြောင့် လောကုတ္တရာသရဏဂုံဟာ မြဲတယ်၊ မပျက်ဘူး။

ဆိုလိုတာက ပုထုဇဉ်တို့ရဲ့ လောကီသရဏဂုံဟာ ပျက်နိုင်တဲ့အတွက် သေပြီး နောက်ဘဝမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ယောက် ပြန်ဖြစ်ဖို့ မသေချာဘူး။ အရိယာ တို့ရဲ့ လောကုတ္တရာသရဏဂုံကတော့ မပျက်တဲ့ အတွက် သေပြီး နောက်ဘဝမှာလဲ ဗုဒ္ဓ ဘာသာဝင်ပဲ ပြန်ဖြစ်မှာ သေချာတယ်။

ဒီတော့ တမဂ်တဖိုလ် မရခင် ပုထုဇဉ်ဘဝနဲ့ သေသွားရင် နောက် ဘဝမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်မယ်၊ ဖြစ်ဖို့မသေချာဘူး" တခြားဘာသာဝင် ဖြစ်ချင်လဲ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။ တမဂ်တဖိုလ် ရလို့ အရိယာအဖြစ်နဲ့ သေရင်တော့ နောက်ဘဝ မှာလဲ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်ဖို့ သေချာတယ်။ စိတ်အေးရတယ်။

ပုတုဇဉ်ဘဝနဲ့ သေသွားလို့ နောက်ဘဝမှာများ ဘာသာအယူဝါဒတပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်မိသွားရင် ရင်လေးစရာ စိတ်မအေးစရာကြီးပဲ၊ စေ့စေ့တွေး ရင် ကြောက်စရာ ကောင်းလေပဲ။ ဒါကြောင့် ဆင်းရဲကို ကြောက်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်

မှန်သမျှဟာ အရိယာ တစနဲ့ အသေလှပြီး နောက်ဘဝမှာလဲ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်ပြီး အနေလှအောင် အနည်းဆုံး တမဂ်တဖိုလ်လောက်တော့ ရအောင် ကြိုးစားအား ထုတ်သင့်ကြတာပဲ။

သရဏဂုံညစ်နွမ်းခြင်း လေးမျိုး အခု ပြောခဲ့တာကတော့ သရဏဂုံ လုံးဝ ပျက်သွားတာကို ပြောခဲ့တာပါ။ သရဏဂုံ လုံးဝ ပျက်မသွားသော်လဲ သရဏဂုံ မစင်ကြယ်ဘဲ ညစ်နွမ်းသွားတာလဲ ရှိပါသေးတယ်။ ညစ်နွမ်းတယ်ဆိုတာက အားကောင်းတဲ့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်စိတ်ကလေးချည်း သီးသီးသန့်သန့်ကလေး မဖြစ်ရဘဲ ယုံကြည်မှုကို တွေဝေယိမ်းယိုင်စေတဲ့ စိတ်သဘောတွေပါ တွဲပြီး ဖြစ်လာလို့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်စိတ် အားနည်းပြီး လျော့လျော့ရဲရဲ ဖြစ်နေတာကို ဆိုလိုတာပါ။ အဲဒီလို ဆိုရင် သရဏဂုံကြောင့် ရတဲ့ ကောင်းကျိုးလဲ ဖွံ့ဖွံ့ဖြိုးဖြိုး မရှိတော့ဘူးပေါ့။

အဲဒီ သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းပုံက ၄ မျိုး ရှိတယ်။ ပထမ ဆုံးက ရတနာ သုံးပါးရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေကို မသိတဲ့အတွက် သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းတာ။

ဘုရားဂုဏ်တော် တရားဂုဏ်တော် သံဃာ့ဂုဏ်တော်တွေကို နားမလည်ရင် ယုံကြည် ဆည်းကပ်စိတ် အားပျော့သွားတယ်။ ညစ်နွမ်းသွားတယ်။ အဲဒါ ဟုတ် မလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဟုတ်တာပေါ့၊ ဘာမဆို တစုံတခုရဲ့ အကြောင်း အရာကို သေသေချာချာ နားလည် သဘောပေါက်ရင် အဲဒီ အရာပေါ်မှာ ပိုပြီး အာရုံ မစိုက်ပေဘူးလား။ (စိုက်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီ အရာရဲ့ အကြောင်းကို နားမလည် သဘောမပေါက်ရင် အဲဒီအရာပေါ်မှာ အာရုံစိုက်လို့ ရနိုင်ပါ့မလား။ (မရပါဘုရား။) အဲဒီလို ဆိုရင် ယုံကြည်စိတ် အားမပျော့ပေဘူးလား။ (ပျော့ ပါတယ်ဘုရား။)

အဲဒီအတိုင်းပဲ ဘုရားရှင်ရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေကို နားလည်ရမယ်။ တရားတော်ရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေကို နားလည်ရမယ်။ သံဃာတော်ရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေကို နားလည်ရမယ်။ အဲဒီလို နားလည် သဘောပေါက်တဲ့ အခါကျတော့ ရတနာသုံးပါးရဲ့ ဂုဏ်တွေကို သေသေချာချာ ဉာဏ်နဲ့ သက်ဝင်ပြီး ဆင်ခြင် နှလုံးမသွင်းတတ်ပေဘူးလား။ (သွင်းတတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဒီလို ဉာဏ်သက် ဝင်ပြီး ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းတတ်ရင် ယုံကြည်ဆည်းကပ်စိတ် ဝိုပြီး အား မကောင်းပေဘူးလား။ (အားကောင်းပါတယ်ဘုရား။) ဒီတော့ ရတနာသုံးပါးရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေကို မသိရင် နားမလည်ရင် ယုံကြည်ဆည်းကပ် စိတ် အားနည်းပြီး သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းတာ မသေချာပေဘူးလား။ (သေချာပါတယ် ဘုရား။)

နောက် ဒုတိယ အချက်က ရတနာသုံးပါးရဲ့ ဂုဏ်ကို အသိမှားရင်လဲ သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဂုဏ်တော်အရှိက တခြား ကိုယ်သိထားတာက တမျိုးဆိုရင် ဒါ အသိမှား တာပဲ။ အဲဒီလို ဆိုရင် ယုံကြည် ဆည်းကပ်စိတ် အား ပျော့သွားတယ်၊ ညစ်နွမ်းသွားတယ်။ ဒါကြောင့် အသိ မမှားဘဲ အသိ မှန်အောင် ဂုဏ်တော်တွေရဲ့ အနက် အဓိပ္ပာယ်ကို သေသေချာချာ လေ့လာသင့်ကြပါတယ်၊ ဒါမှ အမြဲတမ်း သရဏဂုံ စင်ကြယ်နေပြီး ကြည်နူးရမယ်၊ ချမ်းသာရမယ်။

ဂုဏ်တော်ကို သံသယ ဖြစ်ရင်

နောက် တတိယ အချက်က ဘုရား တရား သံဃာ ကို ယုံမှား သံသယ ဖြစ်ရင်လဲ သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းတယ်။ ဘုရားဆိုတာ တကယ် ပွင့်ခဲ့တာမှ ဟုတ်ရဲ့လား၊ သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကို ရတယ်ဆိုတာ ဟုတ်နိုင်ပါ့မလား။ တရားကကော တရားစစ် တရားမှန် ဟုတ်ရဲ့လား၊ ဒီ တရားအတိုင်း လိုက်နာရင် အကျိုး ရှိနိုင်ပါ့မလား၊ချမ်းသာရစေနိုင်တယ်ဆိုတာ ဟုတ်ပါ့မလား၊ ဒီ တရားအတိုင်း ကျင့်ရင် စီးပွားရေးတွေ မဆုတ်ယုတ်ကုန်ပေဘူးလား။ သံဃာကကော ကိုးကွယ် ဆည်းကပ် ထိုက်တဲ့ သံဃာ

ဟုတ်ပါ့မလား၊ လူတွေနဲ့ ဘာထူးသလဲ၊ အဲဒီလို စသည်ဖြင့် ရတနာသုံးပါးပေါ်မှာ ဖြစ်စေ၊ တပါးပါးအပေါ်မှာ ဖြစ်စေ၊ ယုံမှားသံသယ ဋ္ဌိဟစိတ် ဝိစိကိစ္ဆာစိတ်တွေ ဖြစ်နေရင် ယုံကြည်ဆည်းကပ်မှု အားပျော့သွားပြီ၊ သဒ္ဓါဂုဏ် ညစ်နွမ်းသွားပြီ။

လိုရင်းအနှစ်က အစစ်အမှန်

ဒီနေရာမှာ တစ်ခု သတိပြုဖို့ လိုပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေဟာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံပြီးနောက် ဒီအချိန်အထိ နှစ်ပေါင်း ၂၅၃၀ ဆိုတဲ့ ရှည်လျားလှတဲ့ အချိန် ကာလကြီးကို ဖြတ်သန်းလာခဲ့ရပြီး သဒ္ဒါတရား အစားစား၊ ဉာဏ်ပညာအမျိုးမျိုး၊ အယူအဆ အထွေထွေ ရှိကြတဲ့ ဘာသာဝင်တွေ လက်ဆင့်ကမ်း သယ်ဆောင်လာခဲ့ကြတာ ဆိုတော့ နေရာဒေသ၊ အချိန်ကာလ၊ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အယူအဆနဲ့ လျော်ညီစွာ အရေးမကြီးတဲ့ အချက်ကလေးတွေမှာ ဖြည့်စွက်မှု၊ ပယ်နုတ်မှု၊ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုဆိုတာ အနည်းအကျဉ်းတော့ ရှိမယ်ဆို ရှိနိုင်ပါတယ်။

သို့သော်လဲ ဆင်းရဲငြိမ်းရေး အတွက် အချက်အချာ ပဓာန ကျတဲ့ အနတ္တတရား၊ သစ္စာလေးပါး၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးစတဲ့ လိုရင်း အနှစ်သာရ တရားတွေကတော့ ဘုရားရှင် ဟောတော်မူရင်း အတိုင်းပဲ ရှိနေတယ်ဆိုတာ သေချာပါတယ်။ လုံးဝ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှု မရှိပါဘူး။ ဘာ့ကြောင့် ဒီလို ပြောနိုင်သလဲဆိုတော့ အဲဒီ တရားတော်တွေကို ရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ ဒေသနာတော်နဲ့ အညီ ရိုးသားစွာ လက်တွေ့ကျင့်ကြံ အားထုတ်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ ကိုယ်တွေ့ အသိတွေဟာ အဲဒီ အနှစ်သာရ တရားတွေနဲ့ တထပ်တည်း ကိုက်ညီနေလို့ ပါပဲ။ ဒီအချက်ကို စာဖတ်ရုံ တရားနာရုံ တရားဆွေးနွေးရုံမျှကို ဟုတ်လှပြီ ထင်ပြီး သဘောတရားလေ့လာရေးမျှနဲ့ ကျေနပ်အားရနေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ နားလည် သဘောပေါက်ဖို့ ခဲယဉ်းပါတယ်။

သတိထားဖို့

ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ တရား အနှစ်အထိ ကိုယ်တွေ့ အသိ မရှိကြသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ခုနက ပြောခဲ့တဲ့

အရေးမကြီးတဲ့ အချက်ကလေးတွေမှာ သဘာဝနဲ့ ကွာဟ နေတယ်လို့ ထင်မြင် ယူဆရုံမျှနဲ့ ဖြစ်စေ၊ ကိုယ့်ဉာဏ်က (ကိုယ်ထင်သလောက် အဆင့်မြင့်လှတာ မဟုတ်တဲ့ အတွက်) မလိုက်နိုင် မမီနိုင်တော့ တရားတော်ရဲ့ လိုရင်းသဘာဝကို ယထာဘူတ ကျကျ ထိုးထွင်း မသိနိုင်လို့ ကိုယ့်အနေနဲ့ မှားတယ်လို့ ထင်မြင်ယူဆရုံမျှနဲ့ဖြစ်စေ တရားတော်အပေါ်မှာ သံသယ ဝိစိကိစ္ဆာ မဖြစ်မိအောင် အထူးသတိပြု ရှောင်ကြဉ် သင့်ကြပါတယ်။ သံသယဖြစ်လာရင် ပြစ်မှားမှုလဲ အနည်းနဲ့အများ တွဲပါလာတတ်တာမို့ အထူး သတိထားဖို့ လိုပါတယ်။

သံဃာရတနာကို မယုံမှားဖို့ သံဃာရတနာနဲ့ ပတ်သက်လို့လဲ သံသယ မဖြစ်ရအောင် မပြစ်မှားမိအောင် အထူး သတိထားသင့်ပါတယ်။ သံဃာရတနာဆိုတာ ဘုရားရှင်ရဲ့ သာသနာတော် တလျှောက်လုံးမှာ မဂ်ရပြီး ဖိုလ်ရပြီး ဖြစ်ကြတဲ့ အရိယာသံဃာတော် အပေါင်းကို ပဓာနအားဖြင့် ဆိုလိုပါတယ်။ သမ္မုတိသံဃာတော်များလဲ မဂ်ဖိုလ် မရသေးစေကာမူ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ပညတ်တော်မူထားတဲ့ ဝိနည်းဒေသနာတော်နဲ့ အညီ သံဃာတော်များက ကမ္မဝါစာ ဖတ်ပြီး အညီအညွတ် ရဟန်းအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုထားတာဖြစ်လို့ သံဃာရတနာပါပဲ။

စဉ်းစားကြည့် ယခုခေတ်မှာ မဂ်ဖိုလ် ရရေး ရှေးရှုပြီး လူသူ အတွေ့ အမြင် နည်းပါးရာ အရပ်ဒေသတွေမှာ သီလသမာဓိ ပညာအကျင့်တွေကို အချိန်ပြည့် အားထုတ်နေကြတဲ့ ဆရာတော်ကြီးတွေ၊ သမာဓိ ပညာအကျင့်တွေကို အချိန်ပြည့် အားမထုတ်နိုင်သော်လဲပဲ သီလကို အသက်တမျှ မြတ်နိုးပြီး ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်တွေကို အလွန် ရိုသေလေးစားစွာ ဖြည့်ကျင့်နေကြတဲ့ ဆရာတော် သံဃာတော်တွေဟာ မြန်မာနိုင်ငံ အရပ်ရပ်မှာ ရှိကြပါတယ်။

ဒီလို သံဃာတော်တွေရဲ့ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံတွေဟာ အလွန်

စင်ကြယ်နေကြတာမို့ ကြည့်ညိုဖွယ် အင်မတန် ကောင်းပါတယ်။ မဂ်ဖိုလ် မရကြသေးတဲ့ ဒီ သံဃာတော်တွေတောင်မှ ဒါလောက် ကြည့်ညိုဖွယ် ရှိနေကြရင် မြတ်စွာဘုရား သက်တော်ထင်ရှား ရှိတော်မူတဲ့ အချိန်ကစပြီး ဒီနေ့အထိ အနည်းဆုံး တမဂ် တဖိုလ်မျှ ရပြီးကြတဲ့ အရိယာ သံဃာတော်တွေဆိုရင် ဒီထက် အများကြီး ပိုပြီး ကြည့်ညိုဖွယ် ရှိကြမှာပဲလို့ စဉ်းစားဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှိတဲ့လူတိုင်း သိနိုင်ကြပါတယ်။ ဒါလောက် ဆင်ခြင်ဉာဏ် ရှိရင်ပဲ သံဃာရတနာပေါ်မှာ သံသယဖြစ်စရာ မရှိတော့ပါဘူး။

အားထုတ်ကြည့် မိမိတို့ ကိုယ်တိုင် သီလ ဆောက်တည်စောင့်ထိန်းနိုင်ကြလို့၊ သမာဓိ ပညာတရားတွေ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်ကြလို့ ကိုယ်နဲ့ နှုတ် အပြစ်ကင်း စင်ကြယ်ပြီး အကုသိုလ်စိတ်တွေ နည်းပါးလာတဲ့အတွက် စိတ်လဲ အထိုက်အလျောက် စင်ကြယ်လာတာ တွေ့ရရင်တော့ သံဃာရတနာကို ပိုပြီး ကြည့်ညိုတတ်လာပါလိမ့်မယ်။ ဒီလိုဆိုရင် သံသယ ဝိစိကိစ္ဆာ လုံးဝရှိတော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဉာဏ်တိမ်သူတွေ မြို့ထဲ ရွာထဲ ဟိုနေရာ ဒီနေရာမှာ ရံဖန်ရံခါ တွေ့ရတဲ့ ရဟန်းငယ် အနည်းအပါးနဲ့ ရဟန်းစစ်မဟုတ်ပဲ မိမိဘာသာ သင်္ကန်းဝတ်လာပြီး အလှူခံနေကြတဲ့ သင်္ကန်းဝတ်အချို့ကို ကြည့်ပြီး သံဃာရတနာကို အကဲဖြတ်မယ်ဆိုရင်တော့ ဒါ လုံးဝ သဘာဝမကျပါဘူး။ စဉ်းစားဉာဏ် မရှိရာ ''ဉာဏ်တိမ်'' ရာလဲ ရောက်ပါတယ်။ အခြေခံ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကြောင်း ဖော်ပြရာလဲ ရောက်ပါတယ်။

လူတွေမှာလဲ ဘိန်းစား အရက်သောက် ဖဲရိုက် ခိုးဆိုး တိုက်ခိုက်ပြီး ဒုစရိုက်တွေ ပြုလုပ်နေကြတဲ့ လူရှော်လူညံ့တွေ ရှိသလို လူရိုသေ ရှင်လေးစားလောက်တဲ့

သိက္ခာသမာဓိနဲ့ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ဣန္ဒြေရရ နေထိုင်ကြတဲ့ လူတော်လူကောင်းတွေလဲ ရှိကြတယ်ဆိုတဲ့ သဘောနှင့် နှိုးနှောယှဉ်စပ်ကြည့်ရင် သံဃာရတနာကို သဘောပေါက်နိုင်ပါတယ်။

သံဃာရတနာကို သဘောပေါက်ရင် သံဃာ့ဂုဏ်တော်တွေကိုလဲ ယုံကြည်တတ် ကြည်ညိုတတ်လာမှာပါပဲ။

မရှိသေလို့ သရဏဂုံညစ်နွမ်း ရတနာသုံးပါး ဂုဏ်ကို မသိခြင်း၊ အသိမှားခြင်း၊ ရတနာသုံးပါးကို ယုံမှားသံသယ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် သရဏဂုံညစ်နွမ်းရကြောင်းကို ပြောခဲ့ပါပြီ။ အခု စတုတ္ထအချက်အနေနဲ့ ရတနာသုံးပါးကို မရိုသေမလေးစားလို့ သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းတာကို နည်းနည်း ပြောပါဦးမယ်။

ရိုသေထိုက် လေးစားထိုက်တဲ့ ရတနာသုံးပါးကို မရိုသေ မလေးစားဘူးဆိုတော့ ရတနာသုံးပါး ယုံကြည်ဆည်းကပ်စိတ်ဟာ အလွန် အားနည်းနေပြီပေါ့။ ဒီတော့ သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းရောပေါ့။

ဘုရားအကြောင်း၊တရားအကြောင်း၊ သံဃာအကြောင်းကို ကောင်းကောင်းမလေ့လာဘူးလို့ ရတနာသုံးပါးအကြောင်းကို အဝ်ကျမဝ်ကျ ဂဃဏန မသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ သူတို့ သာမန်မျှ မဖြစ်စလောက် သိထားတဲ့ အသိကလေးပေါ်အခြေခံပြီး ရတနာသုံးပါးပေါ်မှာ အထင်သေး အမြင်သေး ဖြစ်ချင်ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒီလိုဆိုရင် ရိုသေလေးစားမှု မရှိတော့ပါဘူး။ လောကသဘာဝက အထင်ကြီးမှ ရိုသေလေးစားတတ်တဲ့ သဘော ရှိတာကိုး။

စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းခြင်း

ရှိသေလေးစားထိုက်သူ လောကမှာ မြင့်မြတ်တဲ့ ဂုဏ်အရည်အသွေးဟာ ရှိသေထိုက် လေးစားထိုက်တဲ့ အရာပဲလို့ အသိအမှတ် ပြုရပါတယ်။ မြင့်မြတ်တာဟာ ယုတ်ညံ့တာရဲ့ ဆန့်ကျင့်ဘက်ပါ။ ယုတ်ညံ့တဲ့ အပြောအဆို၊ ယုတ်ညံ့တဲ့ အပြုအမူရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရှိသေလေးစားထိုက်သူ မဟုတ်ပါဘူး။ သူ့ရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တဲ့ မြင့်မြတ်တဲ့ အကြံအတွေး၊ အပြောအဆို၊ အပြုအမူ ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သာလျှင် ရှိသေလေးစားထိုက်သူလို့ အများက အသိအမှတ် ပြုကြပါတယ်။

မြင့်မြတ်တာနဲ့ ယုတ်ညံ့တာ ဒီတော့ မြင့်မြတ်တယ် ဆိုတာနဲ့ ယုတ်ညံ့တယ်ဆိုတာကို ဘာနဲ့ တိုင်းတာပြီး ခွဲခြားမလဲလို့ မေးစရာရှိပါတယ်။ အဖြေက ဆိုးသွမ်းယုတ်ညံ့တဲ့ စိတ်ထား ရှိ,မရှိပေါ်မှာ မူတည်ပြီး ခွဲခြားရပါမယ်။ ဆိုးသွမ်းယုတ်ညံ့တဲ့ စိတ်တွေ ဆိုတာက လွန်ကဲတဲ့ လောဘ၊ လွန်ကဲတဲ့ ဒေါသ၊ လွန်ကဲတဲ့ မာန၊ မနာလိုတဲ့ ဣဿာ၊ ဝန်တိုတဲ့ မစ္ဆရိယ စတဲ့ စိတ်တွေပါပဲ။ ဒီ စိတ်ဆိုး စိတ်ယုတ်တွေ ရှိနေရင် အပြောအဆို အပြုအမူတွေလဲ ဆိုးသွမ်းယုတ်ညံ့လာတော့တာပါပဲ။

မစောင့်စည်းရင် တိရစ္ဆာန်နဲ့မထူးလှ ဒီ ဆိုးသွမ်းယုတ်ညံ့တဲ့ စိတ်နေစိတ်ထား၊ အပြောအဆို၊ အပြုအမူတွေကို သဟိ ပညာ ရှေ့သွားရှိတဲ့ ဟိရီဩတ္တပ္ပ တရားနဲ့ စောင့်စည်းထိန်းကွပ် မထားပဲ ''ဇက်လွှတ်'' ပေးလိုက်ရင် လူ့အဆင့်အတန်းဟာ တိရစ္ဆာန်အဆင့်အတန်းနဲ့ သိပ်ပြီး မကွာခြားတော့ပါဘူး။ ဒီ လွန်ကဲတဲ့ လောဘ ဒေါသ မာန စတဲ့ ဆိုးယုတ်တဲ့ စိတ်တွေဟာ လူ့ သန္တာန်မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ တိရစ္ဆာန်သန္တာန်မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် လိုချင်တပ်

မက်တဲ့ သဘော စိတ်ဆိုးစိတ်ပျက်တဲ့ သဘော မောက်မာ ထောင်လွှားတဲ့ သဘော စတဲ့ အခြေခံသဘာဝအနေနဲ့ အတူတူပါပဲ၊ ခြားနားမှု မရှိပါဘူး။ ခြားနားတာက ဒီ ဆိုးသွမ်းယုတ်ညံ့တဲ့ အကြံအတွေး အပြောအဆို အပြုအမူတွေကို လူက သတိ သမ္ပဇဉ် ဉာဏ်နှင့် ယှဉ်ပြီး ဟိရိဩတ္တပ္ပ တရားနဲ့ စောင့်စည်းထိန်းကွပ် ပေးနိုင်တယ်။ တိရစ္ဆာန်က လူလို အသိဉာဏ်မရှိလို့ အရှက်အကြောက် ဆိုတာလဲ နားမလည်တော့ စောင့်စည်းထိန်းကွပ် မပေးတတ်ဘူး။ ဒါပဲ ခြားနားပါတယ်။

မစောင့်စည်းခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများ

လူတွေရဲ့ သန္တာန်မှာ ရှိတဲ့ ဒီ စိတ်ဆိုးစိတ်ယုတ်တွေကို စောင့်စည်း ထိန်းကွပ်မှု မပြုဘဲ လွှတ်သာ ပေးလိုက်ရင်တော့ တိရစ္ဆာန်တွေရဲ့ မလျော်တဲ့ အပြုအမူတွေကို တွေ့မြင်နေရသလို လူတွေရဲ့ မလျော်တဲ့ အပြုအမူတွေကိုလဲ တွေ့မြင်နေရမှာ မုချပါပဲ။

အာရုံအမျိုးမျိုး ခံစားမှုကို သဘာဝက ပေးအပ်ထားတဲ့ မြတ်နိုးဖွယ်ရာ ဆုလာဘ်တစ်ခုလို့ ယူဆထားကြတဲ့ တိုးတက်တယ် ဆိုတဲ့ အနောက်နိုင်ငံ တချို့မှာ ဒီ စိတ်ဆိုးစိတ်ယုတ်တွေကို အတော်များများ ''ဇက်လွှတ်'' ပေးထားကြတော့ မမြင်ဝံ့ မကြားဝံ့စရာ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ် ယုတ်ညံ့တဲ့ အပြုအမူ အဖြစ်အပျက်တွေ စက္ကန့်နဲ့အမျှ မိနစ်နဲ့အမျှ ဖြစ်ပျက်နေကြတာတွေဟာ မစောင့်စည်း မထိန်းသိမ်းမှုရဲ့ ထင်ရှားတဲ့ ဆိုးကျိုးတွေပါပဲ။

စောင့်စည်းရင်မြင့်မြတ် မစောင့်စည်းရင်ယုတ်ညံ့

ဒီတော့ အားလုံးခြုံငုံပြီး ကောက်ချက် ချရရင် စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းသူဟာ မြင့်မြတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ရိုသေထိုက်တယ်။ မစောင့်စည်း မထိန်းသိမ်းသူဟာ ယုတ်ညံ့တယ်။ ဒါကြောင့် မရိုသေထိုက်ဘူးလို့ ကောက်ချက် ချရပါလိမ့်မယ်။

နည်းနည်း စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းရင် နည်းနည်း မြင့်မြတ်တယ်။ များများ စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းရင် ပိုပြီး မြင့်မြတ်တယ်။ အပြည့်အစုံ စောင့်စည်းထိန်းသိမ်း ရင်တော့ အမြင့်မြတ်ဆုံးပါပဲ။

ရတနာသုံးပါး ရှိသေထိုက်ပုံ အခု ဘုန်းကြီးတို့ ပြောနေကြတာက ရတနာသုံးပါးကို မရှိသေရင် သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းတယ် ဆိုတဲ့ အချက်ကို ပြောနေကြတာ၊ အဲဒီ အချက်နဲ့ ပတ်သက်လို့ ရှိသေထိုက်တာ မရှိသေထိုက်တာကို ခွဲခြားကြည့်နေကြတာ။

ရတနာသုံးပါးအနက်က ဘုရားရတနာဟာ အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်လို့ ရှိသေထိုက် ပူဇော်ထိုက်တဲ့ ရတနာဖြစ်ကြောင်းကိုတော့ အထူး ပြောဖို့ မလိုပါဘူး။ တရား ရတနာဟာလဲ သတ္တဝါရဲ့ သန္တာန်မှာ ဆိုးယုတ်တဲ့ စိတ်နေစိတ်ထား၊ အပြော အဆို၊ အပြုအမူတွေ မဖြစ်ရအောင် စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းဖို့နဲ့ စောင့်စည်းထိန်း သိမ်းနိုင်အောင် လေ့ကျင့်ပွားများအားထုတ်ဖို့ နည်းမှန်လမ်းမှန်တွေကို ညွှန်ကြား ထားတဲ့ တရားတွေ ဖြစ်လို့ ရှိသေထိုက် ပူဇော်ထိုက်တဲ့ ရတနာ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။ ရှိသေထိုက်တာ မှန်ပါလျက်နဲ့ ရှိသေရမှန်း မသိလို့ မရှိ မသေ ပြုမိရင်တော့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်မှု သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းရုံမျှမကပဲ အကုသိုလ် ပွားလို့ ဆိုးကျိုး ဆင်းရဲကျိုးတွေ များကြမှာ သေချာပါတယ်။

သံဃာရတနာနဲ့ ပတ်သက်လို့ သံဃာရတနာနဲ့ ပတ်သက်လို့တော့ ရှိသေထိုက် မရှိသေ ထိုက်တဲ့ သဘာဝကို သဘော မပေါက်ကြသေးတဲ့ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်များက အနေအထိုင် မတတ်ကြတဲ့ ရဟန်း တော် အနည်းအကျဉ်းမျှကို ကြည့်ပြီး သံဃာရတနာပေါ်မှာ ရှိသေလေးမြတ်စိတ် တယ်ပြီး မထားချင်ကြတာ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ ''လူဝတ်

ကြောင်တို့ရဲ့ လူမှုရေးစည်းမျဉ်း ဘာသာရေးစည်းမျဉ်းများအရ ဒို့များ စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းရတဲ့ လူ့ကျင့်ဝတ်ဟာ ရဟန်းတော်များ စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းရတဲ့ အကျဉ်းအားဖြင့် ၂၂၇ သွယ်သော ရဟန်းကျင့်ဝတ်နဲ့ နှိုင်းစာရင် ဒို့များရဲ့ ကျင့်ဝတ်က မဆိုစလောက်သာ ရှိတာပါကလား၊ စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းမှုချင်း အဆပေါင်း များစွာ ကွာခြားနေဘာပါလား၊ သံဃာတော်များဟာ ပုထုဇဉ်သဘောအရ သေးငယ်တဲ့ ဝိနည်းစည်းမျဉ်း တစ်ခုတလေကို မစောင့်စည်းနိုင်လို့ ချိုးဖျက်မိဦးတော့ ဒို့များထက် အဆပေါင်းများစွာ စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းမှု ပိုလျက်ပဲ ရှိပါသေးလား၊ ဒို့ထက် များစွာ မြင့်မြတ်နေပါသေးလား'' လို့ ဆင်ခြင်စဉ်းစားတတ်ကြရင်ဖြင့် ဘယ်သံဃာကိုမဆို ရိုသေလေးမြတ်တဲ့စိတ် ထားနိုင်ကြမယ် ထင်ပါတယ်။ ဒီလို ဆိုရင် ရိုသေထိုက်သူကို မရိုသေမိခြင်းကြောင့် ရရှိမည့် ဆိုးကျိုး ဆင်းရဲကျိုးကို မရတဲ့ အပြင် ရိုသေထိုက်သူကို ရိုသေခြင်းကြောင့် ရနိုင်တဲ့ သက်ရှည်ချမ်းသာ စတဲ့ ကောင်းကျိုး အမြာမြာကိုပင် ရကြပါလိမ့်ဦးမယ်။

အိမ်မထောင်မပြုတာ တစ်ခုတည်းနဲ့ပဲ ဒီနေရာမှာ ရှေးက ဒကာမကြီးတစ်ယောက် ပြောတဲ့ စကား တစ်ဆင့်ကြားဖူးတာကို ပြောပြချင်ပါတယ်။ အင်မတန် မှတ်သားထိုက်တဲ့ စကားပါ။ အဲဒီ ဒကာမကြီးဟာ မြို့ထဲ ရပ်ထဲ သွားလာတဲ့အခါမှာ ဘုန်းကြီး တွေတိုင်း မြင်တိုင်း လက်အုပ်တချီချီနဲ့ ရှိခိုးလေ့ရှိသတဲ့။ တစ်နေ့တော့ သူနဲ့ အမြဲလိုလို လိုက်ပါတတ်တဲ့ သူ့တူက ''အဒေါ်ကလဲ ဘုန်းကြီးမြင်တိုင်း ရှိခိုးနေ၊ ဘုန်းကြီးတွေကဖြင့် မြို့ထဲ လျှောက်သွား၊ ရုပ်ရှင်ကြည့်၊ ဘောလုံးကြည့်နဲ့ ကျောင်းမှာလဲပဲ မဟုတ်မဟတ်တာတွေ ဘာတွေ လုပ်နေမယ် မသိဘူး'' လို့ ပြောသတဲ့။ ဒီတော့ ဒကာမကြီးက ''ဟဲ့ ဘုန်းကြီးတွေဟာ နင် ပြောတာတွေ ဘာတွေပဲ လုပ်နေနေ၊ လူတွေထက်တော့ သာသေးတာပဲ၊ ငါတော့ ဘုန်းကြီးတွေ အိမ်ထောင် မပြုဘဲ နေတာ

တစ်ခုတည်းနဲ့ပဲ ကျေနပ်လွန်းလို့ ကြည်ညိုလှပြီ၊ နင် အဲဒီလို အိမ်ထောင် မပြုဘဲ နေနိုင်လို့လား'' လို့ ပြန်ပြောသတဲ့။

ဒီ ဒကာမကြီးရဲ့စကားက သံဃာတော်တွေဟာ လူတွေထက် စောင့်စည်းမှု သာတာကို ရည်ရွယ်တာပါပဲ။ သံဃာတော်တွေဟာ ဂရုကအာပတ် ခေါ်တဲ့ ကြီးလေးတဲ့ အာပတ်ကြီးတွေ မသင့်သေးရင် စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းမှုမှာ လူတွေထက် အဆပေါင်း များစွာ သာမြဲ သာနေတာပဲ။ စောင့်စည်းမှု သာရင် လူတွေထက် ပိုပြီး မြင့်မြတ်တာ ဖြစ်လို့ ကြည်ညို ရှိသေထိုက်တာ သေချာပါတယ်။

ဒီပုတ်ထဲကဒီပဲ မဆိုနှင့်

နောက်တခုက ရှေ့နားမှာ ပြောခဲ့သလို မြို့ထဲ ရပ်ထဲမှာ သွားလာနေတာ တွေ့ရတဲ့ ရဟန်းငယ် တချို့နဲ့ ရဟန်းတု တချို့ကို ကြည့်ပြီး သံဃာဆိုရင် ဒီလိုချည်းပဲ လို့ ''ဒီ ပုတ်ထဲက ဒီပဲပါပဲ''သဘောမျိုးနဲ့ ရောမွှေပစ်လိုက်ပြီး အရိုသေ ပေါ့နေတတ်ပါတယ်။ ဒီမှာလဲပဲ အသက် ၇၀ ကျော် ဒကာကြီးတစ်ယောက်က သူ့ ညီဝမ်းကွဲ တယောက်ကို ဆုံးမတဲ့ စကားတစ်ခွန်း မှတ်သားဖွယ်ရာ ပြောပြချင်ပါတယ်။ အဲဒီ ဒကာကြီးရဲ့ ညီဝမ်းကွဲဟာ ဒုတိယကမ္ဘာစစ် မဖြစ်မီကတည်းက နိုင်ငံခြားမှာ ပညာသင်ပြီး မြန်မာပြည် ပြန်လာတော့လဲ အင်္ဂလိပ်တွေနဲ့ နီးနီးကပ်ကပ် အလုပ် လုပ်ရသတဲ့။ ဒါနဲ့ ဒီ ဒကာဟာ ဗိုလ်တွေး တွေး၊ ဗိုလ်အမူအကျင့် ကျင့်၊ ဗိုလ်စကား ပြော၊ ဗိုလ်မနဲ့ အိမ်ထောင်ကျသတဲ့။

တစိတ်တစ်ဒေသကိုသာ မကြည့်နှင့်

ညီအစ်ကို နှစ်ယောက် ရတနာသုံးပါးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာ ဆွေးနွေးမိကြရင် ''ဘုန်းကြီးတွေဟာ မြို့ထဲ ဟိုသွား ဒီသွား၊ ရုပ်ရှင်ကြည့်၊ ဇာတ်ပွဲကြည့်၊

ဘောပွဲကြည့်နဲ့ ရဟန်းသိက္ခာ ဘာမှ မရှိဘူး၊ ဒါကြောင့် ကျွန်တော်တော့ ဘုန်းကြီးဆို ကြည်ကိုမကြည်ညိုဘူး'' စသည်ဖြင့် ညီဖြစ်သူက ပက်ပက်စက်စက် ပြောလေ့ ရှိသတဲ့။ ဒီ ဒကာကြီးလဲ အသက် ၇၀ နား နီးနေပြီ။ လွန်ခဲ့တဲ့ ငါးနှစ် လောက်က တနေ့တော့ မိုလ်ဆန်တဲ့ အဲဒီ ဒကာက ခုနလိုပဲ ပြောတော့ သူ့ အစ်ကို ဒကာကြီးက ''ဟေ့-မင်း သေသေချာချာ နားထောင်၊ ငါပြောမယ်၊ မင်းက ဘုန်းကြီး ဆိုရင် မင်း တွေ့ဖူးတဲ့ ဘုန်းကြီးတွေလိုချည်းပဲ ထင်နေတယ်။ မင်းက လမ်းပေါ် သွားတော့ လမ်းပေါ်က ဘုန်းကြီးပဲ တွေ့တာပေါ့၊ မင်းက ရုပ်ရှင်ရုံ သွားတော့ ရုပ်ရှင်ရုံသွားတဲ့ ဘုန်းကြီးပဲ တွေ့တာပေါ့၊ ရဟန်းသိက္ခာနဲ့ အညီ နေကြတဲ့ ဘုန်းကြီးတွေက မင်းသွားတဲ့ နေရာတွေကို မလာဘူး၊ သူတို့ ကျောင်း ထဲမှာတင် သူတို့နေကြတာ၊ အဲဒီလို ဘုန်းကြီးတွေကို မင်း ဘယ်တွေ့ဖူးမလဲ၊ မင်းက ဘုန်းကြီးကျောင်းမှ မရောက်ပဲ၊ မင်းက လမ်းပေါ်နဲ့ ရုပ်ရှင်ရုံလောက်သာ ရောက် တဲ့လူပဲ။ မင်း ရဟန်းသိက္ခာနဲ့ အညီ နေတဲ့ ဘုန်းကြီး တွေ့ချင်ရင် သူတို့ နေတဲ့ ကျောင်းသွားမှ တွေ့ရမှာပေါ့။'' လို့ ပြောသတဲ့။

ဒီတော့ ''အစ်ကို အဲဒီလို ဘုန်းကြီးတွေ တကယ်ရှိသလား''လို့ မေးသတဲ့၊ သူ့အစ်ကိုက '' ရှိပါ့မောင်၊ မင်း တွေ့ချင်ရင် နက်ဖြန် ငါနဲ့ လိုက်ခဲ့ပါ၊ ရဟန်း သိက္ခာနဲ့ အညီ နေတဲ့ ဘုန်းကြီးတွေ တွေ့ရပါစေ့မယ်'' လို့ ပြောပြီး နောက် တနေ့ကျတော့ ကျောင်းကို ခေါ်လာတယ်။ ၁၀ မိနစ်လောက် အာလာပသလ္လာပ ပြောကြပြီး တရားပွဲ အချိန် ရောက်လို့ ဒီ ဒကာ ၁ နာရီလောက် တရားနာတယ်။ '' တရား နာပြီးတော့ တရား အားထုတ်ပါရစေ ဘုရား '' လို့ လျှောက်တယ်။ နောက်တနေ့က စပြီး ကျောင်းမှာ တရား အားထုတ်တော့တာပဲ။

အခုတော့ ဘုန်းကြီးတွေကို ကြည်ညိုလို့ မရဘူးဆိုတဲ့ ဒီ ဒကာဟာ တရား မြိပြီး ဘုန်းကြီးတွေကို ကြည်ညိုနေပါပြီ။ ဘုန်းကြီးတွေရဲ့ စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းမှု

ကျင့်ကြံ အားထုတ်မှုကို နားလည်သွား သဘောပေါက်သွားပြီ ဖြစ်လို့ သံဃာရတနာကို အားကိုးအားထားရာ အဖြစ်နဲ့ ယုံကြည်ဆည်းကပ် လေးမြတ်ကြည်ညို ရှိသေမြတ်နိုးနေပါပြီ။

ဒါကြောင့် အရာရာမှာ တစ်စိတ်တစ်ဒေသကိုသာ မကြည့်ဘဲနဲ့ အလုံးစုံ ငုံမိအောင် ခြုံကြည့်မှ အမှန်ကို ရနိုင်တယ်ဆိုတာ သတိပြုစရာပါပဲ။

ဒီတော့ သရဏဂုံ ညစ်နွမ်းကြောင်း လေးမျိုးကို မှတ်မိသွားအောင် ပြန်ပြောပါဦးမယ်။ (၁) ရတနာသုံးပါးရဲ့ ဂုဏ်ကို မသိလို့၊ (၂) ရတနာသုံးပါးရဲ့ ဂုဏ်ကို အသိမှားလို့၊ (၃) ရတနာသုံးပါးကို ယုံမှားသံသယဖြစ်လို့၊ (၄) ရတနာသုံးပါးကို မရိုသေ မလေးစားလို့ ယုံကြည် ဆည်းကပ်စိတ်=သရဏဂုံ မစင်ကြယ်ဘဲ အညစ်အကြေး တင်ရတယ်။ သရဏဂုံ မစင်ကြယ်ရင် ရုံဖန်ရံခါမှာ အကုသိုလ် တောင် ဖြစ်တတ်တာမို့ အထူး သတိထားပြီး မညစ်နွမ်းရအောင် ကြိုးစားသင့်ကြပါတယ်။

မှတ်မိသွားအောင် ဆောင်ပုဒ်ကလေး လိုက်ဆိုကြပါ။

ရတနာ့ဂုဏ်ရည်၊ မသိပြီ၊ ညစ်သည် သရဏဂုံ။
ရတနာ့ဂုဏ်ရည်၊ သိမှားပြီ၊ ညစ်သည် သရဏဂုံ။
ရတနာ့ဂုဏ်ရည်၊ ယုံမှားပြီ၊ ညစ်သည် သရဏဂုံ။
ရတနာသုံးထွေ၊ မရိုသေ၊ ညစ်လေ သရဏဂုံ။

တိုတိုကျဥ်းကျဥ်း မှတ်ရန်

သရဏဂုံနဲ့ ပတ်သက်လို့ အခု ပြောခဲ့တဲ့ အချက်တွေကို ဘုန်းကြီး တို့ ''ချမ်းမြေ့ အခြေပျိုး ဗုဒ္ဓဘာသာ'' စာအုပ်မှာ · တိုတို ကျဥ်းကျဥ်း သိသာရုံမျှ ထည့်သွင်း

ဖော်ပြထားပါတယ်။ ဒီဃနိကာယ်အဋ္ဌကထာနှင့် ခုဒ္ဒကပါဌအဋ္ဌကထာ တို့မှာ လာတဲ့အတိုင်း ရေးထားပါတယ်။ အကျဉ်းမျှ အလွယ်တကူ မှတ်သားလိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ဖတ်ရှုမှတ်သားနိုင်အောင်လို့ပါပဲ။

ရှိခိုးတိုင်း သရဏဂုံမဖြစ် နောက် တစ်ခုက ယုံကြည်ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်တယ် ဆိုတာ လက်အုပ်ချီရုံမျှ ရှိခိုးရုံမျှကို ယုံကြည်ဆည်းကပ်တယ် ကိုးကွယ်တယ် လို့ မဆိုနိုင်ပါဘူး။ တခါတရံမှာ လူမှုရေး ထုံးတမ်းစဉ်လာနဲ့ ယဉ်ကျေးမှုအရ လက်အုပ်ချီတာ ရှိခိုးတာတွေ လုပ်ကြရပါတယ်။ မြင့်မြတ်သူအနေနဲ့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်စိတ် မပါဘဲ အဲဒီလို ရှိခိုးတာတွေ ကျတော့ သရဏဂုံမဖြစ်ပါဘူး။ မြင့်မြတ်သူ (ဒက္ခိဏေယျ) ဖြစ်လို့ အားကိုး အားထားရာအနေနဲ့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်စိတ် ထားပြီး လက်အုပ်ချီမှ ရှိခိုးမှ သရဏဂုံ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျမ်းဂန်မှာ သရဏဂုံ မဖြစ်တဲ့ ရှိခိုးခြင်း၊ သရဏဂုံ ဖြစ်တဲ့ ရှိခိုးခြင်းတွေကို ခွဲခြားပြထားပါတယ်။

''သော ဟိ ဉာတိဘယာ စရိယ ဒက္ခိဏေယျဝသေန စတုဗ္ဗိဓော ဟောတိ'' လို့ ဒီဃနိကာယ်အဋ္ဌကထာ စသည်မှာ ပြထားပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်က —

၁။ ဆွေမျိုးဖြစ်လို့ ရှိခိုးခြင်း၊ အရိုအသေပြုခြင်း၊
၂။ ကြောက်လို့ ရှိခိုးခြင်း၊ အရိုအသေပြုခြင်း၊
၃။ ဆရာဖြစ်လို့ ရှိခိုးခြင်း၊ အရိုအသေပြုခြင်း၊ ဒီ ရှိခိုးခြင်းတွေဟာ သရဏဂုံ မဖြစ်ပါဘူး။

၄။ သီလ သမာဓိ ပညာ ဂုဏ်တွေကြောင့် မြင့်မြတ်သော (ဒက္ခိဏေယျ) ပုဂ္ဂိုလ်လို့ သိမှတ်ပြီး ရှိခိုးမှ သရဏဂုံ ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ကဲ....ဆောင်ပုဒ်ကလေးကို ဆိုကြည့်ကြစို့။

ဆွေမျိုးအဖြစ်၊ ရှိခိုးလစ်၊ မဖြစ် သရဏဂုံ။
ကြောက်ရသူအဖြစ်၊ ရှိခိုးလစ်၊ မဖြစ် သရဏဂုံ။
ဆရာအဖြစ်၊ ရှိခိုးလစ်၊ မဖြစ် သရဏဂုံ။
ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ဟူ၊ ရှိခိုးမူ၊ ရယူ သရဏဂုံ။
သရဏဂုံတည်က၊ ပါယ်လေးဝ၊ လားရမရှိကုန်။

သရဏဂုံ မြေစ်တာ ၃ မျိုးနော်။ ဆွေမျိုးဖြစ်လို့ ရှိခိုးတယ် ဆိုရင်လဲ သရဏဂုံ မဖြစ်ဘူး၊ ကြောက်လို့ ရှိခိုးရင်လဲ သရဏဂုံ မဖြစ်ဘူး။ ဓားပြရိုက်မှာ ကြောက်တဲ့ အခါကျတော့ ရှိမခိုးဘူးလား။ (ရှိခိုးပါတယ်ဘုရား။) ဟုတ်ကဲ့လား။ ရှိခိုးတော့ အဲဒါ ဓားပြကို ကိုးကွယ်တာ၊ ဓားပြကို အားကိုးရာလို့ ယုံကြည်တာ လား။ (မဟုတ်ပါဘုရား။) ဒီတော့ သရဏဂုံ မဖြစ်ဘူးပေါ့။ အဲဒါ ပြောတာ။ ဆရာကို အနန္တောအနန္တငါးပါးမှာ တစ်ပါး အပါအဝင်မို့ ဂုဏ်ကျေးဇူး သိလို့ ရှိခိုးတယ်၊ သရဏဂုံ ဖြစ်သလား။ (မဖြစ်ပါဘုရား။) ဆရာမို့ ရိုသေလေးစား လို့ ကျေးဇူးတင်လို့ ရှိခိုးတာပဲ၊ ကိုးကွယ်တဲ့အနေနဲ့ ရှိခိုးတာ မဟုတ်တော့ သရဏဂုံ မြေစ်ဘူးပေါ့။

ဘယ်လိုမှ သရဏဂုံ ဖြစ်သလဲဆိုတော့ ''ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ဟူ၊ ရှိခိုးမူ၊ ရယူ သရဏဂုံ'' အဲဒီလိုမှ သရဏဂုံဖြစ်တယ်။ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ဆိုတာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ကိလေသာငြိမ်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ ငြိမ်းကြောင်းအကျင့်တွေ ကျင့်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊

သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်တွေ ကျင့်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ အဲဒီလို စိတ်ထဲ ယုံမှတ်ပြီး ရှိခိုးမှ သရဏဂုံ ဖြစ်တယ်။

အဲဒီလို သရဏဂုံ တည်တော့ ဘာ အကျိုးရသလဲ မေးစရာ ရှိပါတယ်။ တကယ့် သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန်နဲ့ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်ဆည်းကပ်ရင် အပါယ် မကျရတော့ဘဲ ဘဝသမ္ပတ္တိ = ဘဝကောင်း ဘဝမွန်တွေ ရနိုင်ကြောင်း၊ ဘောဂ သမ္ပတ္တိ = စည်းစိမ်ဥစ္စာနဲ့ ပြည့်စုံရကြောင်း မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူပါတယ်။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် ကြည်ညိုယုံကြည်မှု ဆိုတဲ့ အောက်ဆုံးဆင့် အခြေခံအပိုင်း၊ ဒီ အပိုင်းမှာတောင်မှ ဒါလောက် သိစရာတွေ များမနေပေဘူး လား။ (များပါတယ်ဘုရား။) များတယ်နော်။ အဲဒီတော့ သိစရာရှိသမျှ လျှောက် ပြောနေလို့ရှိရင် မကုန်တော့ဘူး။ ဒီတော့ လေ့လာသင့်တဲ့ စာအုပ်စာတမ်းတွေ ကြည့်ပြီး ဆက်လေ့လာရင် နားလည်သဘောပေါက်နိုင်ပါတယ်။

အခု ၅ နာရီနဲ့ မိနစ် ၃၀ နီးပါး ရှိသွားပြီ။ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီနေ့တရားပွဲ ဒီမှာပဲ ရပ်ပြီးတော့ တရားသိမ်းကြစို့။

နောက် အဆင့်သုံးဆင့် ကျန်သေးတယ်။ အခု ဒီအဆင့်ကိုတောင် ပီပီ သသ မပြီးသေးဘူး။ ဒီ အောက်ဆုံးအဆင့်ဟာ အရေးမကြီးဘူးလား။ (အရေး ကြီးပါတယ်ဘုရား။) အခြေခံအဆင့် သရဏဂုံကို နားလည်ဖို့ လိုတယ်။ ဘာ ကြောင့် ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ သံဃာဟာ ရှိခိုးထိုက်၊ ကိုးကွယ်ထိုက်၊ ယုံကြည်ထိုက်၊ ဆည်းကပ် ထိုက်တယ် ဆိုတာ နားလည်ဖို့ လိုတယ်။ အဲဒါ အဲဒီ အခြေခံ ရသွားပြီ ဆိုရင် တော့ အထက် အထက် ကျင့်စဉ်တွေကို မိမိတို့ ကျင့်နိုင်သွားမှာပါပဲ။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ တရားနာ ပရိသတ်ဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်ချားအနက် ကြည်ညို ယုံကြည်မှုအပိုင်း၊ လိုက်နာကျင့်ကြံမှုအပိုင်း၊ ကိုယ်ကျင့်သီလအပိုင်း၊ လက်တွေ့ကျင့်ကြံမှုအပိုင်း ၄ ပိုင်းအနက် ကြည်ညို ယုံကြည်မှု ဆိုတဲ့ အောက်ဆုံးအဆင့် အခြေခံအပိုင်းကို နာကြားရပြီးတော့ နာကြားရတဲ့ အလျောက်လဲ သဘောပေါက်လို့မို့ သဘောပေါက်တဲ့အလျောက်လဲပဲ ရတနာသုံးပါးကို အားကိုးအားထားရလို့ တို့များ ယုံကြည်ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်ရတာဟာဖြင့် အမှန်ကြီးမှန်တဲ့ ယုံကြည်ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်မှုပဲလို့ ဥာဏ်ထဲမှာ သဘောပေါက်ပြီးတော့ မိမိတို့ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်တဲ့ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူတဲ့အတိုင်း အထက် အထက် အဆင့်ဖြစ်တဲ့ လိုက်နာစရာ ဩဝါဒများအပိုင်း၊ စောင့်ထိန်းစရာ ကိုယ်ကျင့်သီလများအပိုင်း၊ လက်တွေ့ကျင့်ကြံ ပွားများအားထုတ်စရာ ဘာဝနာအပိုင်းများကိုလဲပဲ ဆက်လက် နာကြားပြီး လိုက်နာ ကျင့်ကြံပွားများ အာထုတ်နိုင်ကြသဖြင့် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေ။

ဆရာတော်ဘုရား ပေးတဲ့ ဆုနဲ့ ပြည့်စုံရပါလို၏ ဘုရား။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။

ဆုတောင်းအမျှဝေ ယနေ့ယခု တပည့်တော်တို့ ပြုစုရသော၊ ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ ဘာဝနာကုသိုလ်၊ တရားနာရသော ကုသိုလ်၊ဝေယျာဝစ္စ ဆောင်ရွက်ရသောကုသိုလ်၊ ဤကုသိုလ်အစုစုကြောင့် တပည့်တော်တို့သည် ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့နှင့်သာ တွေ့ကြုံဆုံဆည်း ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံရ၍ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့ ဟောပြောသော တရားမှန် စကားမှန်

သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်တွေ ကျင့်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို အဲဒီလို စိတ်ထဲ ယုံမှတ်ပြီး ရှိခိုးမှ သရဏဂုံ ဖြစ်တယ်။

အဲဒီလို သရဏဂုံ တည်တော့ ဘာ အကျိုးရသလဲ မေးစရာ ရှိပါတယ်။ တကယ့် သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန်နဲ့ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်ဆည်းကပ်ရင် အပါယ် မကျရတော့ဘဲ ဘဝသမ္ပတ္တိ = ဘဝကောင်း ဘဝမွန်တွေ ရနိုင်ကြောင်း၊ ဘောဂ သမ္ပတ္တိ = စည်းစိမ်ဥစ္စာနဲ့ ပြည့်စုံရကြောင်း မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူပါတယ်။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် ကြည်ညိုယုံကြည်မှု ဆိုတဲ့ အောက်ဆုံးဆင့် အခြေခံအပိုင်း၊ ဒီ အပိုင်းမှာတောင်မှ ဓါလောက် သိစရာတွေ များမနေပေဘူးလား။ (များပါတယ်ဘုရား။) များတယ်နော်။ အဲဒီတော့ သိစရာရှိသမျှ လျှောက်ပြောနေလို့ရှိရင် မကုန်တော့ဘူး။ ဒီတော့ လေ့လာသင့်တဲ့ စာအုပ်စာတမ်းတွေ ကြည့်ပြီး ဆက်လေ့လာရင် နားလည်သဘောပေါက်နိုင်ပါတယ်။

အခု ၅ နာရီနဲ့ မိနစ် ၃၀ နီးပါး ရှိသွားပြီ။ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီနေ့တရားပွဲ ဒီမှာပဲ ရပ်ပြီးတော့ တရားသိမ်းကြစို့။

နောက် အဆင့်သုံးဆင့် ကျန်သေးတယ်။ အခု ဒီအဆင့်ကိုတောင် ဗိဗိ သသ မပြီးသေးဘူး။ ဒီ အောက်ဆုံးအဆင့်ဟာ အရေးမကြီးဘူးလား။ (အရေး ကြီးပါတယ်ဘုရား။) အခြေခံအဆင့် သရဏဂုံကို နားလည်ဖို့ လိုတယ်။ ဘာ ကြောင့် ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ သံဃာဟာ ရှိခိုးထိုက်၊ ကိုးကွယ်ထိုက်၊ ယုံကြည်ထိုက်၊ ဆည်းကပ် ထိုက်တယ် ဆိုတာ နားလည်ဖို့ လိုတယ်။ အဲဒါ အဲဒီ အခြေခံ ရသွားပြီ ဆိုရင် တော့ အထက် အထက် ကျင့်စဉ်တွေကို မိမိတို့ ကျင့်နိုင်သွားမှာပါပဲ။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ တရားနာ ပရိသတ်ဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များအနက် ကြည်ညိုယုံကြည်မှုအပိုင်း၊ လိုက်နာကျင့်ကြံမှုအပိုင်း၊ ကိုယ်ကျင့်သီလအပိုင်း၊ လက်တွေ့ကျင့်ကြံမှုအပိုင်း ၄ ပိုင်းအနက် ကြည်ညို ယုံကြည်မှု ဆိုတဲ့ အောက်ဆုံးအဆင့် အခြေခံအပိုင်းကို နာကြားရပြီးတော့ နာကြားရတဲ့ အလျောက်လဲ သဘောပေါက်လို့မို့ သဘောပေါက်တဲ့အလျောက် လဲပဲ ရတနာသုံးပါးကို အားကိုးအားထားရလို့ တို့များ ယုံကြည်ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်ရတာဟာဖြင့် အမှန်ကြီးမှန်တဲ့ ယုံကြည်ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်မှုပဲလို့ ဉာဏ်ထဲမှာ သဘောပေါက်ပြီးတော့ မိမိတို့ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်တဲ့ ဗုဒ္ဓရှင်တော် မြတ်ဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူတဲ့အတိုင်း အထက် အထက် အဆင့်ဖြစ်တဲ့ လိုက်နာစရာ ဩဝါဒများအပိုင်း၊ စောင့်ထိန်းစရာ ကိုယ်ကျင့်သီလများအပိုင်း၊ လက်တွေ့ကျင့်ကြံ ပွားများအားထုတ်စရာ ဘာဝနာအပိုင်းများကိုလဲပဲ ဆက်လက် နာကြားပြီး လိုက်နာ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်နိုင်ကြသဖြင့် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေ။

ဆရာတော်ဘုရား ပေးတဲ့ ဆုနဲ့ ပြည့်စုံရပါလို၏ ဘုရား။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။

ဆုတောင်းအမျှဝေ ယနေ့ယခု တပည့်တော်တို့ ပြုစုရသော၊ ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ ဘာဝနာကုသိုလ်၊ တရားနာရသော ကုသိုလ်၊ဝေယျာဝစ္စ ဆောင်ရွက်ရသောကုသိုလ်၊ ဤကုသိုလ်အစုစုကြောင့် တပည့်တော်တို့သည် ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့နှင့်သာ တွေ့ကြုံဆုံဆည်း ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံရ၍ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတို့ ဟောပြောသော တရားမှန် စကားမှန်

တို့ကို နာခံမှတ်သားရသဖြင့် ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့ ကျင့်ကြံ နေထိုင်ကြသည့် အတိုင်း ဆင်းရဲငြိမ်းကြောင်း အကျင့်ကောင်း အကျင့်မှန်တို့ကို ကျင့်ကြံပွားများ ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြသဖြင့် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန် စွာ မျက်မှောက်ပြုရပါလိုကုန်၏ အရှင်ဘုရား။

ဤ ကောင်းမှု အစုစု၏ အဖို့ဘာဂကို မိဘ ဘိုးဘွား ဆရာသမားတို့မှ စ၍ အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့အား အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အမျှရကြ၍ ချမ်းသာ ကြပါစေ။

အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု ပါဘုရား။

သတ္တဝါ မှန်သမျှ၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာ ရှိပါစေ။

ဒုတိယနေ့ တရားပွဲ ပြီး၏။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်

၏

၁၉၇၅ ခုနှစ် တက္ကသိုလ် ဓမ္မသဘင်

ဇူလိုင်လ ၅ ရက်၊ တတိယနေ့ တရားပွဲ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ

ဒီနေ့ ဇူလိုင်လ ၅ ရက်နေ့ ညနေ ၄ နာရီနဲ့ ၄ မိနစ် အချိန်မှာဘုန်းကြီးတို့ တရားပွဲ စပါတယ်။ ဒီနေ့ဟာ ဆရာ၊ ဆရာမ၊ ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများ ကြီးမှူးကျင်းပတဲ့ တက္ကသိုလ်များ ဓမ္မာရုံ တရားပွဲ တတိယနေ့ပေါ့။ နောက် စတုတ္ထတရားပွဲ ရှိပါသေးတယ်။ ဒါပေမယ့် စတုတ္ထတရားပွဲ ပြီးသည့်တိုင်အောင် လဲပဲ ဘုန်းကြီးသိစေချင်တဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ ချမ်းသာရေးတရားတော်တွေကို ပြော

ပြလို့ မပြည့်စုံသေးပါဘူး၊ တဝက်လောက်ပဲ ရှိဦးမှာပါ၊ သိစေချင်တဲ့ အထဲက တဝက်လောက်ပဲ သိဦးမှာပဲ။ အခြေခံလောက်တော့ ရသွားကြလိမ့်မယ် ထင်ပါတယ်။ ဆက်လေ့လာရင် လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ နားလည် သဘောပေါက်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။

မေးခွန်းများ ဒုတိယနေ့ တရားပွဲမစခင်က မေးခွန်း မေးလိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ မေးနိုင်ကြပါတယ် လို့ ပြောလိုက်တော့ ဒေါက်တာ ဦးမင်းတင်မွန်ထံ မေးခွန်းတွေ လာအပ်ကြတယ်။ ဘုန်းကြီးဆီ ရောက်တဲ့ မေးခွန်းလဲ ရောက်ပြီးပါပြီ။ ခုန ဦးမင်းတင်မွန် ဖတ်သွားတဲ့ မေးခွန်းသုံးခုပါပဲ။ အဲဒီ သုံးခုအပြင် ဘုန်းကြီးလက်ထဲ ရောက်တာကတော့ တဘဝကနေ တဘဝကို ကူးတာဟာ တစ်စက္ကန့်တောင် မကြာဘူးလို့ သိရပါတယ်တဲ့၊ ဒီလိုဆိုရင် မြန်မာတို့ ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ သပိတ်သွတ်ခြင်းဟာ ဒိဋ္ဌိအယူ ဖြစ်ပါသလား၊ ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့ သပိတ်သွတ်ကြပါသလဲတဲ့။ ဒါ ဘုန်းကြီး စာရွက်ကြည့်တာ မဟုတ်ပါဘူး၊ မှတ်မိသလောက် မေးခွန်းရဲ့ သဘောကို ပြောပြတာပါ။ နောက်တစ်ခုက နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဒီဘဝအတွင်းမှာပဲ ရတာလား၊ ဒါမှမဟုတ် တဘဝကူးသွားမှ ရတာလား။ နိဗ္ဗာန်ဘယ်မှာ ရှိပါသလဲတဲ့။

နောက်တစ်ခုက ငရဲဆိုတာ တကယ်ရှိပါသလား၊ မြေကြီး အောက်မှာ ပါလားတဲ့၊ အဲဒီ မေးခွန်းလဲ ပါပါတယ်။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးက ဘာကြောင့် ဒီစကား ပြောရသလဲဆိုတော့ သပိတ် သွတ်ခြင်း ဆိုတဲ့ မေးခွန်းက ခုနက ဒေါက်တာ ဦးမင်းတင်မွန် ဖတ်ပြသွားတဲ့ သရဏဂုံမေးခွန်း နဲ့ ဆက်စပ်နေတဲ့ အတွက် ဒီနေ့ တရားပွဲ အပြီး သရဏဂုံမေးခွန်း ဖြေပြီးတဲ့ အခါမှာ အချိန်ရရင် သပိတ်သွတ်တာနဲ့ စပ်တဲ့ မေးခွန်းကို ဖြေရပါမယ်။ အဲဒါ ဖြေပြီးလို့

အချိန် ရသေးရင် စူဠသောတာပန် မေးခွန်းကို ဖြေပါမယ်။ ကျန်တဲ့ နိမ္မာန်နဲ့ ငရဲ ဆိုတာကတော့ အချိန်ရမယ် မဟုတ်ဘူး။ စတုတ္ထတရားပွဲ ပြီးမှပဲ ဖြေရ လိမ့်မယ်။

မေးခွန်းတွေ မေးတာ စိတ်ဝင်စားစရာပါပဲ၊ မေးသင့်မေးထိုက်တာတွေ မေးကြတာပဲ။ ဝမ်းသာစရာ အလွန် ကောင်းပါတယ်၊ အဲဒီလို မေးသင့်မေး ထိုက်တဲ့ မေးခွန်းတွေ မေးတာ သိပ်ကောင်းတာပဲ။ မမေးသင့်မမေးထိုက်တဲ့ မေးခွန်းတွေ မေးကြရင်တော့ မကောင်းဘူးပေါ့။ မမေးသင့် မမေးထိုက်တဲ့ မေးခွန်းကိုမေးလို့ အရှင်နာဂသိန်နဲ့ မိလိန္ဒမင်းကြီးတို့ စကားအချေအတင် ပြောကြရတာ ဘုန်းကြီး အလျင်းသင့်ရင် ထည့်ပြောပါမယ်။ အခု မေးခွန်း တွေကတော့ အင်မတန် မေးသင့်မေးထိုက်၊ သိသင့်သိထိုက်တဲ့ မေးခွန်းတွေ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာတလောကလုံး သိသင့်သိထိုက်တဲ့ မေးခွန်းတွေမို့ မေးသင့်မေးထိုက်တဲ့ မေးခွန်းတွေပဲ။ ဒီ တရားပွဲ ပြီးရင် ဘုန်းကြီး မကျဉ်းမကျယ် ဖြေပါမယ်။

တရားအဆက် ဒီတော့ ဒီကနေ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရား တော်များကို ဆက်ကြစို့။ ဘုန်းကြီး ဒီ တရားကို ၄ ပိုင်းပိုင်းထားခဲ့ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် အရင် တရားပွဲတွေမှာ ပါတဲ့ ပရိသတ်ဆိုရင် မှတ်မိပါလိမ့်မယ်။ မေးပါရစေ၊ ဘုန်းကြီး ၄ ပိုင်း ဘယ်လိုများ ပိုင်းထားပါသလဲပရိသတ်၊ (ကြည်ညိုယုံကြည်မှုအပိုင်း၊ လိုက်နာ ကျင့်ကြံမှုအပိုင်း၊ ကိုယ်ကျင့်သီလအပိုင်း၊ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများမှုအပိုင်းပါ ဘုရား။)

အဲဒီ လေးပိုင်းထဲက ဒုတိယတရားပွဲမှာတုန်းက ဘုန်းကြီး သရဏဂုံ

အထိ ပြောခဲ့တယ်။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ ရတနာသုံးပါးဟာ မိမိတို့ရဲ့ ဆင်းရဲငြိမ်းရေးအတွက် အားကိုးအားထားရာပဲ ကိုးကွယ်ရာပဲ လို့ ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်ဟာ သရဏဂုံ၊ အဲဒီ စိတ်ရှိသူဟာ သရဏဂုံတည်သူ ဆိုတာ ရှင်းပြခဲ့တယ်။ အဲဒါဟာ **ဒီဃနိကာယ်အဋ္ဌကထာ၊ ခုဒ္ဒကပါဌအဋ္ဌကထာ**တို့ ဖွင့်ပြတဲ့ အတိုင်း မြန်မာလို ရှင်းရှင်း ပြောပြခဲ့တာပါ။ ပါဠိတွေ ရွတ်ပြနေရင် ပရိသတ် နားမလည်တဲ့ ပါဠိစကားလုံးတွေက ကြားက ကန့်လန့်ကန့်လန့် ဖြစ်နေမှာစိုးလို့ ဘုန်းကြီးက ပါဠိတွေ ရွတ်ပြီး မပြောပါဘူး။

ယုံလို့ကြည်မှု သဒ္ဓါ

ယုံကြည်တယ်ဆိုတာ ဒီတော့ အခု ဘုန်းကြီးပြောတာ ကြည်ညိုယုံကြည်မှု အပိုင်းပဲ ရှိသေးတယ်။ ဒီ နေရာမှာ ဘုန်းကြီးတို့ ယုံကြည်တယ်ဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ ပတ်သက်လို့ နည်းနည်း သိထားရင် ကောင်းပါတယ်။ ယုံကြည်တယ် ဆိုတာ မြန်မာစကား။ ပါဠိဘာသာမှာတော့ သဒ္ဓါ။ ဒါပေမယ်လို့ တစ်ခါတစ်ရံ ဟိန္ဒူတွေ ဗြဟ္မဏတွေက ကွယ်လွန်သူကို ရည်စူးပြီးတော့ ကျွေးတဲ့ လှူဒါန်းတဲ့ ထမင်းကို သဒ္ဓံလို့ ခေါ်ကြတာလဲ ရှိတယ်။ အဲဒါကို ရှေးဆရာတော်ကြီးတွေက ကုတ်ဟီးထမင်းလို့ ဘာသာပြန်ကြပါတယ်။

ဒီ နေရာမှာ ဘုန်းကြီးတို့ ပြောနေတဲ့ သဒ္ဓါကတော့ ယုံကြည်မှုပဲ။ ယုံရင် ကြည်လင်တယ်၊ မယုံရင် မကြည်လင်ဘူး။ ယုံလို့ ကြည်လင်စေတဲ့ အရာဟာ သဒ္ဓေယျ=ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ အရာပဲ။ ယုံသော်လဲပဲ စိတ်ကို မကြည်လင်စေပဲနဲ့ စိတ်ကို နောက်ကျုံစေတယ် ဆိုရင်တော့ သဒ္ဓေယျ=ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ အရာ မဟုတ်ဘူး။

စိတ်ကို ကြည်လင်စေတဲ့ တရားတွေ ရှိသလို နောက်ကျုစေတဲ့ တရားတွေ ရှိတယ်။ စိတ်ကို နောက်ကျုစေ ညစ်နွမ်းစေ ညစ်ညမ်းစေတဲ့ တရားတွေကို ပါဠိဘာသာနဲ့ ဘယ်လို ခေါ်သလဲ ဆိုတော့ ကိလေသာလို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒါကို အင်္ဂလိပ်စကားနဲ့ Defilement လို့ ဘာသာပြန်တယ်။ ဆီလျော်တဲ့ စကားလုံးလို့ ဆိုရမှာပါပဲ။ စိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေ ညစ်ပေစေတဲ့တရား လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။ ဖြူစင်နေတဲ့ စိတ်ကို ညစ်ပေစေတဲ့ သဘာဝတစ်မျိုးကို ဆိုလိုပါတယ်။

he mind is defiled by Such mental states as desire, greed, lust, love, craving, attachment, hatred, conceit, jealousy and the like. So, they are called defilements.

လောဘ ဒေါသ မောဟ မာန အစရှိတဲ့ တရားတွေဟာ ဖြူစင်နေတဲ့ စိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေ ညစ်ပေစေတတ်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့ကို ကိလေသာလို့ ခေါ်ကြရတယ်။ သတ္တဝါကို နှိပ်စက်တတ် ပူလောင်စေတတ်တဲ့ တရားလို့လဲ ကျမ်းဂန်များမှာ ဖွင့်ပြကြပါတယ်။

ယုံလို့ကြည်လင်စေမှ ယုံပါ

ဘုန်းကြီးက ဒါလေး ထည့်ပြောတာ တခြား မဟုတ်ပါဘူး၊ ယုံတိုင်း စိတ်ကို ကြည်လင်စေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ တစ်ချို့အရာမှာ ယုံတဲ့အတွက် စိတ်ကို နောက်ကျုစေ ညစ်နွမ်းစေတဲ့ အရာတွေရှိတယ်။ ဒါကို ဘုန်းကြီး ပြောချင်တာပါ။ အဲဒါကြောင့် ယုံတဲ့အတွက် စိတ်ကို ကြည်လင်စေတဲ့ အရာမှ သဒ္ဓေယျ= ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ အရာ၊ ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ တရား ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ အယူဝါဒ၊ ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်။ ဒီလို မဟုတ်ပဲနဲ့ ယုံရင် စိတ်ကို မကြည်လင်စေပဲ စိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေတယ်၊ ညစ်ညူးစေတယ်၊ ညစ်ပေစေတယ် ဆိုရင်တော့

အဲဒီ အရာဟာ သဒ္ဓေယျ=ယုံကြည်အပ်၊ ယုံကြည်ထိုက်၊ ယုံကြည်သင့်တဲ့ အရာ မဟုတ်ဘူး။

ယုံလို့ မကြည်လင်စေတဲ့ ဝါဒများ

ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် အသိပါ၊ လောကမှာ အယူဝါဒ တွေ အမျိုးမျိုးရှိတယ်။ အရှင်းရှင် ဝါဒတို့၊ ဆိုရှယ်လစ် ဝါဒတို့၊ ဘာဝါဒ၊ ညာဝါဒ စသည်ဖြင့် စုံနေတာပါပဲ။ ဒါတွေလဲ သူ့နည်းနဲ့သူ လေ့လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ သူ သဘောကျရင် ယုံရတဲ့ အယူဝါဒတွေပဲ၊ သဘောမကျတဲ့ လူကတော့ မယုံဘူး ပေါ့။ ဒီတော့ အဲဒီ ဝါဒတွေထဲမှာပဲ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် သိပါတယ်၊ တစ်ချို့ဝါဒဟာ ယုံလိုက်ရင် အဲဒီ ဝါဒယုံလိုက်တာနဲ့ အဲဒီ ဝါဒရဲ့ သဘော တရားအရရော၊ လမ်းစဉ်အရရော၊ ဒေါသ ထားရတယ်၊ လောဘ ထားရတယ်၊ မာန ထားရတယ်။ အဲဒီ လောဘ၊ဒေါသ၊မာန ထားမှ ဒီဝါဒ အောင်မြင် တယ် လို့ သူတို့ ယူဆကြတယ်။

အဲဒီလို ဆိုတော့ ဒီဝါဒဟာ ယုံလို့ ကြည်လင်စေတဲ့ ဝါဒလား၊ ယုံလို့ မကြည်လင်စေတဲ့ ဝါဒလား။ (ယုံလို့ မကြည်လင်စေတဲ့ ဝါဒပါဘုရား။) မကြည်လင်စေတဲ့ ဝါဒဆိုရင် ယုံလို့ ဘာဖြစ်စေတဲ့ ဝါဒလဲ။ (ညစ်နွမ်းစေတဲ့ ဝါဒပါဘုရား။) ညစ်နွမ်းစေ၊ညစ်ညူးစေ၊ညစ်ပေစေတဲ့ ဝါဒပေါ့။ မဟုတ်ဘူးလား၊ အဲဒီလိုဆိုရင် ယုံကြည်ထိုက်တယ် ဆိုရမလား၊ မယုံကြည်ထိုက်ဘူး ဆိုရမလား။ (မယုံကြည်ထိုက်ဘူး လို့ ဆိုရပါမယ်ဘုရား။)

စိတ်ကြည်လင်မှ ချမ်းသာ

ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် သိပါတယ်၊ ကြည်လင်တဲ့ စိတ်က ချမ်းသာသလား၊ ညစ်နွမ်းတဲ့ စိတ်က ချမ်းသာသလား။ (ကြည်လင်တဲ့ စိတ်က ချမ်းသာပါတယ်ဘုရား။)

ဒါဖြင့်ရင် ချမ်းသာချင်တဲ့ လူဟာ ကြည်လင်တဲ့ စိတ် ဖြစ်အောင် မွေးမြူရမလား၊ ညစ်နွမ်းတဲ့ စိတ် ဖြစ်အောင် မွေးမြူရမလား။ (ကြည်လင်တဲ့ စိတ်ဖြစ်အောင် မွေးမြူရပါမယ် ဘုရား။) ကြည်လင်တဲ့ စိတ် ဖြစ်အောင် မွေးမြူရမယ်နော်။ ဒီတော့ ယုံလို့ ကြည်စေတဲ့ အရာကို ယုံကြည်မှ ကြည်လင်တဲ့ စိတ် ဖြစ်မယ်ပေါ့၊ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။)

ယုံလို့ ညစ်နွမ်းစေတဲ့ အရာကို ယုံကြည်မယ်ဆိုရင် ကြည်လင်တဲ့ စိတ်ဖြစ်ပါ့မလား။ (မဖြစ်ပါဘုရား။) ညစ်နွမ်းတဲ့စိတ်၊ ညစ်ညူးတဲ့စိတ် ဖြစ်တယ်ဆိုတော့ ချမ်းသာမလား၊ ဆင်းရဲမလား။ (ဆင်းရဲပါမယ်ဘုရား။) ဆင်းရဲကို ဘယ်သူကြိုက်သလဲ။ (ဘယ်သူမှမကြိုက်ပါဘူး ဘုရား။) ဘယ်သူမှ မကြိုက်ဘူးနော်။ ဒါဖြင့် ချမ်းသာကော ဘယ်သူကြိုက်သလဲ၊ (ကြိုက်ပါတယ် ဘုရား။) ဟော ချမ်းသာကြိုက်တဲ့ လူ နည်းနည်းပဲနဲ့ တူတယ်။ ဒီ ပရိသတ် ချမ်းသာမကြိုက်ကြဘူးနဲ့ တူတယ်။ အခုမှ ဒေါက်တာ ဦးမင်းတင်မွန်က အသံပျော့ပျော့လေး ထွက်လာတယ်၊ ကြိုက်ပါတယ်ဘုရား တဲ့။ သူများ ကြိုက်လို့ ကြိုက်လိုက်ရတာများလား မသိဘူး။

ဒီတော့ ချမ်းသာစေချင်ရင် စိတ် ကြည်လင်အောင် ထားရမယ်၊ မွေးမြူရမယ်၊ဆင်ခြင်ရမယ်၊ စိတ်ကြည်လင်စေတဲ့ အလုပ်ကိုပဲ လုပ်ရမယ်။ ယုံခြင်းကြောင့်ကြည်လင်စေတဲ့ အရာဆိုရင် စိတ်ကို ကြည်လင်စေတာပဲ၊ သဒ္ဒေယျ=ယုံကြည်အပ်တဲ့ အရာ၊ ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ အရာပဲ။

သဒ္ဓါရဲ့ လက္ခဏာ — အဲ့ဒီ သဒ္ဓါရဲ့ သဘာဝက ယုံတတ်တဲ့ သဘာဝပဲ (=သဒ္ဒဟန လက္ခဏာသဒ္ဓါ)။ သို့သော်လဲ ယုံသင့် ယုံထိုက်တာကို ယုံမှ သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန် ဖြစ်ပါတယ်။ ဥာဏ်အမြင်

မှားပြီး မယုံသင့် မယုံထိုက်တာကို ယုံတာကတော့ သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန် မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီနှစ်မျိုးကို ခွဲခြားဖို့ကလဲ မခက်ပါဘူး။ ယုံလို့ စိတ်ကို ကြည်လင်ရွှင်ပျချမ်းသာရစေတဲ့ အရာဟာ ယုံသင့် ယုံထိုက်တဲ့ အရာပဲ။ ယုံလို့ စိတ်ကို နောက်ကျုစေ ညစ်နွမ်းစေတဲ့ အရာ ဆိုရင်တော့ မယုံသင့် မယုံထိုက်တဲ့ အရာပဲ။

ရသ ဒီ သဒ္ဓါဟာ စိတ်ကို ကြည်လင်စေတဲ့ ကိစ္စရှိတယ် (=သမ္ပသာဒန ရသာ)။ တကယ့် သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန်ဟာ စိတ်ထဲမှာ သူ ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်လာရင် စိတ်ကို ကြည်နေတာပဲ။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေကျေးဇူးတော်တွေကို တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နဲ့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းမိတဲ့ အခါမှာ အင်အားကောင်းတဲ့ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်တယ်။ အဲဒီ အခါမှာ ဆိုရင် စိတ်ရော ကိုယ်ပါ ကြည်လင်ရွှင်မြူး ကြည်နူး နှစ်သိမ့်နေတတ်တယ်။ တစိမ့်စိမ့်နဲ့ နှစ်သိမ့်ဝမ်းမြောက်မှုတွေ ဖြစ်နေတတ်တယ်။ တချို့မှာ စိတ်တွေ မတည်မငြိမ်နဲ့ ရှုပ်ထွေးနောက်ကျုနေတဲ့အခါ စိတ်ညစ်နေတဲ့အခါမှာ ဘုရားစင်ရှေ့မှာ ထိုင် ဘုရားအာရုံ ကောင်းကောင်းယူပြီး ရှိခိုးလိုက်ရင် စိတ်နောက်ကျုရှုပ်ထွေးနေတာတွေ မကြာခင်မှာပဲ ပျောက်ကုန်တယ်။ တစ်ခဏအတွင်းမှာပဲ စိတ်ရှင်းသွားပြီး ကြည်လင် လန်းဆန်း ခိုပြည်လာတယ်။ ဒါဟာ သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန်ရဲ့ စိတ်ကို ကြည်လင်စေတတ်တဲ့ သတ္တိပေါ့။

ဒါကြောင့် ဒီ သဒ္ဓါကို ကျမ်းဂန်များမှာ ပတ္တမြားနဲ့ ဥပမာပြုကြတယ်။ အရည်အသွေး ကောင်းတဲ့ ပတ္တမြားကို အင်မတန် နောက်နေတဲ့ ရေထဲကို ထည့်လိုက်ရင် အနယ်အမှုန်တွေ ချက်ချင်း အနယ်ထိုင်သွားပြီး ရေဟာ ကြည်လင်လာသတဲ့၊ အဲဒီလိုပဲ လောဘ ဒေါသ စတဲ့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေ စိတ်ထဲ ဝင်နေလို့ စိတ်နောက်ကျုပြီး စိတ်မချမ်းသာ ဖြစ်နေတဲ့ အခါမှာ

ရတနာသုံးပါးဂုဏ်ကို အာရုံပြုပြီး ယုံကြည်သဒ္ဓါစိတ်ကို နှိုးဆွထုတ်ဖော်ပေးလိုက်ရင် စိတ်အညစ်အကြေးတွေ ပျောက်ပျက်သွားပြီး နောက်ကျုနေတဲ့ စိတ်ဟာ ချက်ချင်း ကြည်လင်လာတော့တာပဲ။

ပစ္စုပဋ္ဌာန် ဒါကြောင့် သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန်ဟာ မနောက်ကျုတဲ့ အခြင်း အရာပဲ လို့ ယောဂီရဲ့ ဉာဏ်မှာ သက်ဝင် သိမြင်လာတယ်။ (=အကာဒုလုသိယ ပစ္စုပဋ္ဌာနာ)။ သမာဓိ ပိုပို အားကောင်းလာလို့ ရုပ် နာမ်ရဲ့ သဘာဝကို သိတဲ့ ကိုယ်တွေ့အသိတွေ ပိုပို ရှင်းလာလေ ရတနာ သုံးပါးပေါ် ယုံကြည်မှု ပိုပို အားကောင်းလာလေပဲ။ ပို ယုံကြည်လာလေ ယောဂီရဲ့ စိတ်ထဲမှာ အနောက်အကျု ပို ကင်းစင်ပြီး ပို ကြည်လင်လာတာကို ကိုယ်တိုင် တွေ့ရ သိရလေပဲ။

ပဒဋ္ဌာန် အဲဒီလို အညစ်အကြေး အနောက်အကျု ကင်းစင်ပြီး ကြည်လင် စေတဲ့ သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန်ဟာ ယုံကြည်သင့် ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ အရာကိုသာ ယုံကြည်တတ်ပါတယ် (=သဒ္ဓေယျဝတ္ထုပဒဋ္ဌာနာ)။ မယုံကြည်သင့်တဲ့ အရာကို ယုံကြည်တာကတော့ သဒ္ဓါ အစစ်အမှန် မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီ မစစ်မှန်တဲ့ သဒ္ဓါကတော့ စိတ်ကို မကြည်လင်စေတဲ့ အပြင် ပိုပြီးတော့ပင် နောက်ကျုစေတတ်ပါသေးတယ်။

ဒါကြောင့် ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ ရတနာသုံးပါး ကံ ကံ၏ အကျိုးတရား စတဲ့ အမှန်သဘာဝတွေဟာ စစ်မှန်တဲ့ သဒ္ဓါ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းရဲ့ အနီးဆုံး အကြောင်းတွေပါပဲ။

သဒ္ဓါ ၄ မျိုး သဒ္ဓါကို ကျမ်းဂန်များမှာ ၄ မျိုး ခွဲခြား ပြပါတယ်။ ပသာဒသဒ္ဓါ၊ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ၊ အဓိဂမသဒ္ဓါ၊ အာဂမန သဒ္ဓါ လို့ ၄ မျိုး ပြပါတယ်။

ပသာဒသဒ္ဓါဆိုတာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာဆိုတဲ့ အသံ ကြားလိုက်ရုံမျှနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်လင်စိတ် ကြည်ညိုစိတ် ဖြစ်သွားတာကို **ပသာဒသဒ္ဓါ** ခေါ်ပါတယ်။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာအကြောင်း ဘာမျှ မသိသေးဝဲ ဘုရားသံ၊ တရားသံ၊ သံဃာသံ ကြားရုံမျှနဲ့ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ စိတ်ကြည်လင်မှု ကြည်ညိုမှုပါပဲ။ ဒီပသာဒသဒ္ဓါလဲ တချို့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အင်မတန် အင်အားကောင်းစွာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်က ကုက္ကုဋဝတီပြည့်ရှင် ဘုရင် ကပ္ပိနဟာ အစဆုံး ဗုဒ္ဓ၊ ဓမ္မ၊ သံဃဆိုတဲ့ အသံကို ကြားလိုက်ရတာနဲ့ ကြည်ညိုမှု ပသာဒသဒ္ဓါတွေ တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်လာရာက နှစ်သိမ့်ဝမ်းမြောက်မှု ပီတိတွေ အားကောင်းလာတော့ သတိလွှတ်သွားပြီး မေ့မြောသလိုတောင် ဖြစ်သွား ကြောင်း ကျမ်းဂန်မှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား ဆိုတဲ့ အသံ ကြားလိုက်တာနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်လင် သွားတယ်။ ထို့အတူပဲ ဘုရားရှင်က အပြစ်မကင်းတာတွေ ရှောင်ရမယ်၊ မိမိ စိတ်ကို ဖြူစင်ကြည်လင်အောင် ထားရမယ် လို့ မိန့်ကြားတယ်၊ ဒီ တရားသံ ကြားလိုက်တာနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်လင်မှု ဖြစ်သွားတယ်။ သဘောကျ သကိုး။ ထို့အတူပဲ အရှင်သာရိပုတ္တရာ အရှင်မောဂ္ဂလာန် အစရှိတဲ့ ဘုရားရှင်ရဲ့ တပည့်သံဃာတော်များဟာ သူတို့သန္တာန်မှာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အညစ်အကြေးတွေ မရှိဘူး။ အညစ်အကြေး လုံးဝ ကင်းစင်လို့မို့ အမြဲတမ်း ဖြူစင်ကြည်လင်တဲ့ စိတ်အစဉ်သာ သူတို့သန္တာန်မှာ ရှိတယ်။ ဒီ သံဃာတော်

ဆိုတာတွေဟာ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်ကတည်းက အခုအချိန်အထိ ရှိနေကြတယ်။ အဲဒီလို သံဃာဆိုတဲ့ အသံကြားလိုက်တာနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်လင်မှု ဖြစ်တယ်။

ဗုဒ္ဓအကြောင်း၊ ဓမ္မအကြောင်း၊ သံဃအကြောင်း ဘာမှ **ကောင်းကောင်း** မသိသေးဘူး။ ဘုရားဆိုတာ ဘယ်လိုဟာ၊ ဘယ်လို ကျင့်ရတယ်၊ ဘယ်လို **သိလို့မို့** ဘယ်လို ကိလေသာငြိမ်းပြီး ဘယ်လို ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းတယ် **ဆိုတာလဲ** မသိဘူး။ ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်ဟာ ဘယ်လို နိယျာနိက ဖြစ်တယ်၊ **ဘဝ** ဆင်းရဲမှ ဘယ်လို လွတ်မြောက်စေတယ် ဆိုတာလဲ မသိဘူး။ အရိယာ သံဃာ**တော်များ** ဆိုတာ ဘယ်လို ကိလေသာခပ်သိမ်း ငြိမ်းလို့ ဆင်းရဲငြိမ်း နေကြတယ်ဆို**တာလဲ** မသိဘူး။ **သို့သော်လဲ** အဲဒီ အသံကြားတာနဲ့ပဲ ကြည်လင်တဲ့ ကြည်ညိုတဲ့စိတ် ဖြစ်တယ်။

အဲဒါ ပသာဒသဒ္ဓါပဲ။ ဘုန်းကြီး ပြောတာဟာ အခု ကြည်ညိုယုံကြည်မှု အပိုင်း ဆိုတာ ဒီအဆင့်ကို ပြောတာပါ။

ပသာဒသဒ္ဓါကြောင့် ကုသိုလ်တွေဖြစ်

အခု ဘုန်းကြီးတို့ တစ်ချို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ ဘုရား အကြောင်း၊ တရား အကြောင်း၊ သံဃာ အကြောင်း ဘာမှ မသိပဲနဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို ကြည်ညိုတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ကို ကြည်ညိုတယ်၊ သံဃာတော်ကို ကြည်ညိုတယ်။ ကြည်ညိုလို့ ဘုရားရှိခိုးတယ်၊ ဘုရား ပန်းကပ်တယ်၊ ဆွမ်းကပ်တယ်၊ ရေချမ်းကပ်တယ်။ အားတဲ့ နေ့တွေမှာ ဆိုရင် ဓာတုစေတီတော်ဖြစ်တဲ့ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီး သွားပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားကို အာရုံပြုပြီး ကြည်ကြည်

ညိုညို ရှိခိုးတယ်။ ဒါတွေဟာ ပသာဒသဒ္ဓါနဲ့ ပြုလုပ်တဲ့ ကုသိုလ်တွေပဲ။ ကြည်ညို ယုံကြည်မှု အပိုင်း ပေါ့။

ဒီတော့ အဲဒီလို ကြည်ညိုစရာကို စိတ်က ကြည်ညို ယုံကြည်လို့ အကြောင်း အရာ ဘာမှ မသိသေးပဲနဲ့ ဒါ ကြည်ညိုလိုက်တဲ့ ယုံကြည်လိုက်တဲ့ အရာပဲလို့ ဆိုပြီးတော့ ယုံကြည် ကြည်ညိုတော့ အဲဒီ ဘုရားရှိခိုးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ ပန်းကပ်၊ ဆွမ်းကပ်၊ ဆီမီးကပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ သန္တာန်မှာ စိတ်ကြည်လင်မှု ဖြစ်သလား။ (ကြည်လင်မှု ဖြင်ပါတယ်ဘုရား။) ကြည်လင်မှု ဖြစ်တယ်ဆိုတော့ ဒီ ရတနာ သုံးပါးဟာ စိတ်ကို ကြည်လင်စေတဲ့ အရာ မဟုတ်ပေဘူးလား။ အဲဒီလိုဆိုတော့ ယုံကြည်လိုက်သလား၊ မယုံကြည်လိုက်ဘူးလား။ (ယုံကြည်လိုက်ပါတယ်ဘုရား။)

ဒါဟာ ဘုန်းကြီးတို့ အနိမ့်ဆုံးအဆင့် ပြောနေတာနော်၊ ယုံကြည်လိုက် မယုံကြည်လိုက်ကို သူ့ထက် မြင့်တဲ့ အကဲဖြတ်နည်းနဲ့ အကဲဖြတ် ဝေဖန် ပိုင်းခြားပြီးတော့ ဆုံးဖြတ်တဲ့နည်း ရှိသေးတယ်။ အဲဒါကိုတော့ ဟို စတုတ္ထနေ့ တရားပတ်ကျ သိကြရလိမ့်မယ်။ အခုဟာက အောက်ဆုံးအဆင့်အနေနဲ့ ဆုံးဖြတ် ယုံကြည်တာ။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ကို နာရင် ကုသိုလ်ရတယ် ဆိုတဲ့ စိတ် ကလေးနဲ့ပဲ တရားကိုနာတယ်။ အဲဒီလို နာတဲ့ အခါကျတော့ တရားနာရင်း ညစ်နွမ်းတဲ့ စိတ်တွေ ဖြစ်မလား။ ကြည်လင်တဲ့ စိတ်တွေ ဖြစ်မလား။ (ကြည်လင် တဲ့ စိတ် ဖြစ်ပါတယ်ဘုရား။) ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်က စိတ်ကြည်လင် ကြောင်း နည်းကောင်း လမ်းမှန်တွေကို ရှုထောင့် အမျိုးမျိုးက ကြည့်ပြီး ဟောကြားထားတဲ့ တရားတွေဆိုတော့ စိတ်ကြည်လင်စေတဲ့ သဘောသဘာဝ

တွေ နာရ၊ ကြားရတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ် ကြည်လင်တယ်၊ ကြည်ညိုတယ်။ တရားအကြောင်း ဘာသိသလဲ၊ ဘာမှတော့ မသိသေးဘူး။ အဲဒါ ဒီလို ကြည်လင်စေတဲ့အတွက် ဒီ တရားဟာ ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ တရားပဲ၊ ထို့အတူပဲ သံဃာတော်မှာလဲ ဒီအတိုင်းပေါ့။

ဒီတော့ အဲဒီလို သာမန် စိတ်ကြည်လင်မှု ရရုံမျှ ပသာဒသဒ္ဓါနဲ့ လှူတယ်၊ တန်းတယ်၊ ဘုရားရှိခိုးတယ် အစရှိသည်ဖြင့် ပြုလုပ်တာဟာ သူ့မှာ စိတ် ချမ်းသာမှု ရစေသလား၊ မရစေဘူးလား။ (ရစေပါတယ်ဘုရား။) ရစေတယ် နော်။ ဒီလို ဘုရား တရား သံဃာ အကြောင်းကို ကောင်းကောင်း မသိသေး သော်လဲပဲ ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ အရာ ကြည်ညိုထိုက်တဲ့ အရာပဲ ဆိုပြီး ယုံကြည် ကြည်ညိုတဲ့ စိတ်နဲ့ ကုသိုလ်လုပ်ငန်းတွေ လုပ်တဲ့အခါကျတော့ ကောင်းတဲ့ အလုပ်ဆိုတာ ကောင်းကျိုး ရစေသလား၊ ဆိုးကျိုး ရစေသလား။ (ကောင်းကျိုး ရစေပါတယ်ဘုရား။) ကောင်းကျိုး ရစေတယ်ဆိုရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ် ချမ်းသာမလား။ ဆင်းရဲမလား။ (ချမ်းသာပါတယ်ဘုရား။) ဒါကြောင့်မို့ ဒီ သာမန် ယုံကြည် ကြည်ညိုမှု ပသာဒသဒ္ဓါဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ အနက် တစ်ခုပဲ ဆိုတာ မှတ်ထားဖို့ပါပဲ။

ပသာဒသဒ္ဓါ၏ စွမ်းအား

အခု ဘုန်းကြီး ပြောနေတာက ပသာဒသဒ္ဓါ အကြောင်း ပြောနေတာ။ ဒီနေရာမှာ နည်းနည်း ပြောချင်တယ်။ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်က ပုဏ္ဏားတစ်ယောက် ရှိတယ်။ သူ့ နာမည်က အဒိန္နပုဗ္ဗက။ ဒီ အဒိန္နပုဗ္ဗကကို မြန်မာပြန်ရင်တော့ မလှူ မတန်းဘူးသူလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။ သူ့ အမည်က ဘာပါလိမ့်။ (အဒိန္န ပုဗ္ဗကပါဘုရား။) ဘယ်လိုဘာသာပြန်ရမလဲ။ (မလှူမတန်းဘူးသူ ပါဘုရား။)

သူ့မှာ သားတစ်ယောက်ရှိတယ်။ တိုတို ပြောကြစို့၊ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်လဲ ကြားဘူးပြီး ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်၊ သူ့ သား အပြင်းအထန် မကျန်းမာဘူး၊ သေလု နီးပါး ဖြစ်နေတယ်။ ကပ်စေးနဲတဲ့ ဒီပုဏ္ဏားက သူ့အိမ်ထဲမှာရှိတဲ့ ပစ္စည်းတွေ သူများ မြင်မှာ ကြောက်တယ်။ ဒီတော့ သား သေလို့ အသုဘ လာမေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အိမ်ထဲဝင်ရင် ပစ္စည်းတွေ မြင်ကုန်တော့မှာပဲ ဆိုပြီးတော့ သားကို အိမ်ရှေ့ ကြမ်းပြင်မှာ ထုတ်ထားတယ်။ သားက အိပ်ရာပေါ် ပက်လက်လှဲ နေရာက နေပြီး အိမ်ဘက်စောင်း လဲလျောင်းနေတယ်။ သေဖို့ အချိန် စောင့် နေတာပေါ့လေ။

မြတ်စွာဘုရားက သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်နဲ့ လောကကို ကြည့်တော်မူတဲ့ အခါမှာ ဒီကလေး အကျိုးရှိဖို့ မြင်တော်မူတာနဲ့ ဘုရားရှင် သူ့အိမ်အနီး ကြွတော်မူပြီးတော့ လမ်းကပဲ နေပြီး ရောင်ခြည်တော် လွှတ်တော်မူတယ်။

ပုဏ္ဏားက မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိနော်၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တပည့်သာဝက မဟုတ်ဘူး။ ဘုရားမယုံ၊ တရားမယုံ၊ သံဃာမယုံပဲ။ သူ မယုံတော့ သူ့သားလဲ မယုံဘူး ပေါ့။ သားက ငယ်တော့ ငယ်သေးပုံ ရပါတယ်။ ကြီးရင်တော့ သူ့ ယုံကြည်မှုနဲ့သူ ရှိမှာပေါ့။

ဒီတော့ လွှတ်တဲ့ ရောင်ခြည်တော်က အိမ်နံရံ သွားပြီးတော့ တလက် လက်နဲ့ ဟပ်တယ်။

ကလေးက အဲဒါမြင်တော့ ဘာရောင်ပါလိမ့်မလဲ လို့ လမ်းဘက် လှည့်လိုက်တဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားကို မြင်သွားတယ်။ ဒါဟာ ဂေါတမမြတ်စွာ

ဘုရားရဲ့ ရောင်ခြည်တော်ပဲလို့ သိတာနဲ့ လက်အုပ်တောင် မချီနိုင်လို့ စိတ်ထဲကပဲ ကြည်ညိုလိုက်တယ်။ အဲဒီလို ကြည်ညိုစိတ် ဖြစ်ပြီးတော့ သူ ကွယ်လွန်သွားပြီး တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ နတ်သွားဖြစ်တယ်။ အဲဒီ နတ်ပြည်မှာ **နတ်စည်းစိမ်** ချမ်းသာကို ခံစားရတယ်။

ဘာကြောင့် ဒီလို ချမ်းသာ ခံစားရသလဲ ဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရား အကြောင်း ဘာမှ မသိပဲနဲ့ ဂေါတမဘုရားပါပဲလား လို့ ကြည်ညိုတဲ့ စိတ် ကလေး ဖြစ်လိုက်တယ်။ အဲဒီ ကြည်ညိုစိတ်နဲ့ စေတနာကလေးကို ဇနကကံ လို့ ခေါ်တယ်။ ဇနကကံ ဆိုတာ ပဋိသန္ဓေအကျိုးကို ဖြစ်စေတဲ့ ကံ၊ ကြည်ညို စိတ်ကလေး စေတနာကလေးက အကျိုးပေးလိုက်တဲ့ အတွက် နတ်ပြည်မှာ သွားပြီးတော့ ပဋိသန္ဓေကျိုး ပေးပြီး နတ်ဖြစ်သွားတယ်။ ဒါဟာ ပသာဒသဒ္ဓါရဲ့ စွမ်းအားပေါ့။ အဲဒီတော့ ယုံကြည်ကြည်ညိုမှုဟာ ဘယ်လောက် ထိအောင် လူတစ်ဦး တစ်ယောက်ကို စည်းစိမ်ချမ်းသာ ရစေတယ်ဆိုတာ မှတ်ထားဖို့ပါပဲ။ ဘုရား၊တရား၊သံဃာ ရတနာသုံးပါးရဲ့ သဘောသဘာဝကို မသိသော်လဲ ဘုရားပဲ၊ တရားပဲ၊ သံဃာပဲ လို့ ယုံကြည် ကြည်ညိုလိုက်ပြီ ဆိုရင်တော့ အကျိုးရပြီ။

ဒမိဠကုလား တစ်ယောက် သီဟိုဠ်ကျွန်း မဂုအင်္ဂဏရွာမှာ ဒမိဠကုလားတစ်ယောက် နှစ်ပေါင်းငါးဆယ် တံငါသည်အလုပ်နဲ့ အသက်မွေးဝမ်း ကျောင်း ပြုတယ်။ ဒီ ကုလား အသက်ကြီးတော့ တစ်နေ့ မှာ ရောဂါဝေဒနာ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖြစ်တယ်။ အဲဒါကို သူ့နဲ့အကျွမ်းဝင်တဲ့ ရဟန်းတော်တစ်ပါးက သိတဲ့အခါ အနည်းဆုံး ထောက်ရာတည်ရာ ရအောင် တော့ လုပ်ပေးဦးမှပဲ ဆိုပြီး အဲဒီ ကုလားအိမ်ကိုသွားတယ်။

အိမ် ရောက်တော့ ကုလားမကြီးကို ''သင့် ခင်ပွန်း ဘယ့်နှယ်နေတုံး'' လို့ မေးတယ်။ ''အဲ မသက်သာဘူး၊ သေမှာပဲ ထင်ပါရဲ့'' ဆိုတော့ ''ကောင်းပြီ ဒီလိုဆိုရင် တို့များ ဝင်မကြည့်ရဘူးလား။'' ''ဝင်ကြည့်ရပါတယ်'' ဆိုပြီး ကုလားမကြီးက နေရာ ခင်းပေးတယ်၊ ကုလားကြီး အနီးရောက်တဲ့ အခါကျတော့ ''ရောဂါ ဘယ့်နှယ်နေသလဲ'' လို့ မေးတယ်၊ ကုလားကြီးက ''ရောဂါ ဝေဒနာ မသက်သာဘူး'' တဲ့။ ''ကဲ ဒီလိုဆိုရင်တော့ ရောဂါ ဝေဒနာ သက်သာအောင် ဘုရားဆေးနဲ့ ကုကြစို့၊ လိုက်ဆိုစမ်းပါဦး'' လို့ ပြောပြီးတော့ ရဟန်းတော်က သရဏဂုံကို ချပေးတယ်။

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

အဲဒါ ဘာပါလိမ့်မလဲ။ (သရဏဂုံပါဘုရား။) အဓိပ္ပာယ်က

မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည်ဆည်းကပ်ပါ၏။

တရားတော်မြတ်ကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည်ဆည်းကပ်ပါ၏။

သံဃာတော်မြတ်ကို အားကိုးရာဟူ၍ ယုံကြည်ဆည်းကပ်ပါ၏။ ဒီလို မဟုတ်လား။

ဘုန်းကြီးက တိုင်ပေးတယ်၊ ကုလားက လိုက်ဆိုတယ်။ ဘုရားကိုးကွယ်ပါ၏၊ တရား ကိုးကွယ်ပါ၏၊ သံဃာ ကိုးကွယ်ပါ၏။ ဒီလောက်တော့ အဓိပ္ပာယ်သိတယ်။ အဲဒါနဲ့ ဘုန်းကြီးက သရဏဂုံ ချပေးပြီးတော့ အင်း ဒီကုလား ငါးပါးသီလကလေးပါ ဆောက်တည်ရရင်တော့ ပိုအကျိုးရှိမှာပဲ လို့ တွေးမိလို့ ကဲ လိုက်ဆိုပါဦးဆိုပြီး ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ လို့

ချပေးတယ်။ အောက်က အသံ ထွက်မလာလို့ ငုံ့ကြည့်လိုက်တော့ ဟိုမှာ မလှုပ်တော့ဘူး၊ ကွယ်လွန်သွားပြီ။ ချက်ချင်းတော့ မဟုတ်ဘူး။ လျှာကလှုပ်မရတော့ လို့ လိုက်မဆိုနိုင်ဘူးတဲ့။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးလဲ ငါ ဒီထက် ပိုကူညီလို့တော့ မရတော့ဘူး လို့ သဘောပေါက်ပြီး ကုလားမကြီး နှုတ်ဆက်ပြီး ပြန်ကြွသွားတယ်။ ကုလားလဲ ကွယ်လွန်သွားရော။ ဘယ်ရောက်သွားသလဲ ဆိုတော့ စတုမဟာရာဇ် နတ်ပြည် ရောက်သွားတယ်။

အဲဒါဟာ သရဏဂုံ ဆောက်တည်ပြီး ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာ သုံးပါးကို အသံကြားလို့ ယုံကြည်ကြည်ညိုရုံမျှနဲ့ပဲ အဲဒီလို ကောင်းရာ သုဂတိ ဘဝကို ရောက်ရ လားရတယ်လို့ **အင်္ဂုတ္တရဋ္ဌကထာ**၊ ဒုတိယအုပ်၊ စာ ၁၀၇၊ ၁၀၈ တို့မှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။ မဖြစ်နိုင်ဘူးလား ဆိုတော့ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ယုံရင် ကြည်လင်စေတဲ့ အရာကို ယုံလို့ စိတ်ကြည်လင်ပြီဆိုရင် အဲဒီ ကြည်လင်တဲ့ စိတ်က ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ပေးတာ မုချပဲ။ ယုံကြည်ကြည်ညိုရုံမျှနဲ့ အဲဒီလို ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ယုံကြည်ကြည်ညိုရုံ သက်သက်ဟာလဲပဲ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စိတ်ချမ်းသာကြောင်း နည်းကောင်းလမ်းမှန်ပဲ။

ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ နောက် သဒ္ဓါတစ်ခုက ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ၊ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ ဆိုတာ ဉာဏ်ဖြင့် သက်ဝင်ယုံကြည်မှု။ ဘုရားကို ဉာဏ်ဖြင့် သက်ဝင် ယုံကြည်တယ်၊ တရားကို ဉာဏ်ဖြင့် သက်ဝင် ယုံကြည်တယ်၊ သံဃာကို ဉာဏ်ဖြင့် သက်ဝင် ယုံကြည်တယ်။ ဉာဏ်ဖြင့် သက်ဝင် ယုံကြည်တယ် ဆိုကတည်းက ဘုရားအကြောင်း၊ တရားအကြောင်း၊ သံဃာအကြောင်း သိသလောက် သိလို့ ဉာဏ် သက်ဝင်နိုင်တာပေါ့။ မသိပဲနဲ့ ဉာဏ်သက်ဝင်လို့ ရမလား။ (မရပါဘုရား။) ဘုရားအကြောင်း ဆိုရင် မြတ်စွာဘုရား ဘယ်လို

ဘုရား ဖြစ်လာတယ်ဆိုတဲ့ ဗုဒ္ဓဝင်အကျဉ်းချုပ်သိရမယ်။ ကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံတဲ့ အတွက် မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘုရားအဖြစ် ပွင့်တော်မူတယ်။ ဘုရားဖြစ်တဲ့အခါမှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စိတ်သန္တာန်တော် ဘယ်လို ရှိတယ်၊ ရုပ်သဏ္ဍာန်တော် ဘယ်လို ရှိတယ်ဆိုတာ သိသလောက် သိရမယ်။

ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ ဂုဏ်တော်များ မြတ်စွာဘုရားမှာ ဂုဏ်တော် ဘယ်နှစ်ပါး ရှိတယ် ဆိုတာ သိရမယ်။ (ဂုဏ်တော် ကိုးပါး ရှိပါတယ် ဘုရား။) အဲဒီလို သိရမယ်။ ဂုဏ်တော် ကိုးပါး ဆိုတာ ဘာတွေ ပါလိမ့်။ ပရိသတ် အချို့ ဖြေကြသည်။ ပရိသတ်က ဓမ္မာရုံကြီး လျှံလို့ အသံက လေးငါးခြောက်ယောက် အသံ၊ အားရစရာ မကောင်းဘူးလား။ ကိုယ့် အသံကို သူများ ကြားသွားမှာ ရှက်လို့နဲ့ တူပါရဲ့နော်။ ကဲ ဒါဖြင့်ရင် ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ် ဘုရားအပေါ်မှာ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ ဖြစ်အောင် ဉာဏ်ဖြင့် သက်ဝင် ယုံကြည်မှု ဖြစ် အောင် လိုက်ဆိုပါ။ ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးပါးဆိုသည်မှာ–

ဣတိပိ သော ဘဂဝါ

၁။ အရဟံ

၂။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ

၃။ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော

၄။ သုဂတော

၅။ လောကဝိဒူ

၆။ အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ

၇။ သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ

၈။ ဗုဒ္ဓေါ

၉။ ဘဂဝါ

၁။ **အရဟံ**=ကိလေသာ အညစ်အကြေးတို့မှ ကင်းဝေး စင်ကြယ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၂။ **သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ**=သိစရာမှန်သမျှ တစမကျန် သယမ္ဘူဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၃။ **ဝိဇ္ဇာစရဏ သမ္ပန္နော**=အသိတရား အကျင့်တရားတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ (ဝါ) ဝိဇ္ဇာသုံးပါး၊ ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး၊ စရဏတရား ၁၅ ပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၄။ **သုဂတော**=ကျိုးရှိ ဟုတ်မှန် နှစ်တန်သော စကားကိုသာ မိန့်ကြားတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။ (ဝါ) ကျိုးရှိ ဟုတ်မှန် သူခံသာသော စကားနှင့် ကျိုးရှိဟုတ်မှန် သူမခံသာသော စကား ဤနှစ်ပါးကိုသာ မိန့်ကြားတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။

၅။ **လောကဝိဒူ**=သတ္တ လောက၊ ဩကာသ လောက၊ သင်္ခါရ လောက တည်းဟူသော လောကသုံးခွင်ကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၆။ **အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ**=မယဉ်ကျေးကြပြား သတ္တဝါများကို ယဉ်ပါးလေအောင် သွေးဆောင် ဆုံးမခြင်း၌ တုဘက်ကင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၇။ **သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ**=လူနတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ဆရာတစ်ဆူအစစ် ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဂ။ ဗုဒ္ဓေါ=သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားတို့ကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ (ဝါ) သစ္စာလေးအင် ကိုယ်တိုင်မြင်၍ များဖြင်ဝေနေ ဟပည့်တွေကိုလည်း သိစေတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဃ။ ဘဂဝါ=ဣဿရိယ စသည် ဘုန်းခြောက်လီနှင့် စုံညီပြည့်ဝတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

(က) ကိုယ်တော်မြတ်၏ စိတ်တော်ကို စိုးပိုင်နိုင်နင်းတော်မူခြင်း တည်းဟူသော ဣဿရိယ ဘုန်းတော်၊

(ခ) မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် ကိုးတန်သော လောကုတ္တရာ တရားတည်းဟူသော ဓမ္မ ဘုန်းတော်။

(ဂ) ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သုံးဖြာသော လောကတွင် ပျံ့နှံ့ကျော်စောရခြင်း တည်းဟူသော ယသ ဘုန်းတော်။

(ဃ) အင်္ဂါကြီးငယ် တင့်တယ်ပြည့်ဖြိုး အချိုးတကျ သပ္ပါယ်တော်မူလှခြင်း တည်းဟူသော သိရီ ဘုန်းတော်၊

(င) အလိုတော်ရှိတိုင်း မဆိုင်းခဏ ပြီးစီးတော်မူရခြင်း တည်းဟူသော ကာမ ဘုန်းတော်၊

(စ) အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်၊ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တိုင်အောင် ရစေနိုင်သည့် ကြံ့ခိုင်ကြီးမားသော ဝိရိယတော် တည်းဟူသော ပယတ္တ ဘုန်းတော်၊

၎င်း ဘုန်းတော် ခြောက်စုံဖြင့် ကုံလုံပြည့်ဝတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဤသို့လျှင် အရဟံ စသား ဂုဏ်ကိုးပါးနှင့် ထူးခြားကိုလုံ ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားကို တပည့်တော်သည် ကြည်ညိုမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ကဲ အခုလို မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေကို အကြမ်းဖျဉ်းမျှပဲဖြစ်ဖြစ် နားလည်ရင် ဉာဏ်နဲ့ သက်ဝင်ယုံကြည်မှု မဖြစ်နိုင်ဘူးလား၊ ဩကာပွနသဒ္ဒါပေါ့။

ဒီတော့ နဲနဲ ထပ်ရှင်းကြဦးစို့၊ အရဟံ ဆိုတာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စတဲ့ကိုလေသာ အညစ်အကြေးတွေ စိတ်ရိုင်း စိတ်ညံ့တွေ လုံးဝ ကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ ဒီ သဘော မဟုတ်လား။ အရဟံ အရဟံ လို့ ပါးစပ်က ရွတ်ပြီး စိပ်ပုတီး တချောက်ချောက်နဲ့ ချနေပေမယ့် အရဟံဂုဏ်တော်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို မသိရင် ဘယ်လိုလုပ်ပြီး ဉာဏ်သက်ဝင်မလဲ။ (မသက်ဝင်ပါဘုရား။) စိတ် ငြိမ် သလောက်တော့ ငြိမ်ပြီး ကုသိုလ် ဖြစ်သလောက်တော့ ဖြစ်တာပေါ့လေ။

သို့သော်လဲ ဂုဏ်တော်ရဲ့ သဘောသဘာဝကို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီး ပုတီး စိပ်ရင် အကျိုးပိုမများဘူးလား (များပါတယ်ဘုရား။) ပိုများတာပေါ့။

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ=သိစရာမှန်သမျှ တစမကျန် သယမ္ဘူဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ သိစရာတရားမှန်သမျှ တစ်ခုမှ မကျန်ရအောင် သယမ္ဘူဉာဏ်ဖြင့် သိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ သယမ္ဘူဉာဏ် ဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နော်၊ သူများဆီက သင်ယူလို့ ရတဲ့ ဉာဏ် မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်တိုင် ထိုးထွင်း သိတဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ကို သယမ္ဘူဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်။ သယမ်= ကိုယ်တော်တိုင်၊ ဘူ=ဖြစ်တော်မူ သိတော်မူတဲ့ ဉာဏ်။ သိစရာတရားတွေ တစ်ခုမှ မကျန်ရအောင် အမှန်အတိုင်း ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ သိတယ်။ သူတစ်ပါးထံ နည်းခံ သင်ယူမှု သိတာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒါ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဂုဏ်တော်ရဲ့ လိုရင်း အဓိပ္ပါယ်ပဲ။

နောက်တစ်ခုက ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော=အသိတရား အကျင့်တရားတို့နှင့် **ပြည့်စုံတော်မူသော** မြတ်စွာဘုရား။ (ဝါ) ဝိဇ္ဇာသုံးပါး၊ ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး၊ စရဏတရား တစ်ဆယ့်ငါးပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

ဝိဇ္ဇာသုံးပါး ဆိုတာ ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိဉာဏ်၊ ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်၊ အာသဝက္ခယဉာဏ်။ ဒါ ဝိဇ္ဇာသုံးပါး၊ အဲဒီ သုံးပါးထဲကို ဝိပဿနာဉာဏ်၊ စေတောပရိယဉာဏ်၊ မနောမယိဒ္ဓိဉာဏ်၊ ဒိဗ္ဗသောတဉာဏ်၊ ဣဒ္ဓိဝိဓဉာဏ် ငါးပါး ပေါင်းထည့်တော့ ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါးဖြစ်တယ်။

စရဏ ဆိုတာ အကျင့်။ **စရဏတရားတစ်ဆယ့်ငါးပါး** ဆိုတာကတော့ သီလ၊ ဣန္ဒြိယသံဝရ၊ ဘောဇနေမတ္တညုတာ၊ ဇာဂရိယာနုယောဂ ပြီးတော့ သဒ္ဓါ၊ သတိ၊ ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပ၊ ဝီရိယ၊ သုတ၊ ပညာ ဆိုတဲ့ သူတော်ကောင်းတရား ခုနစ်ပါး၊ ပြီးတော့ ပထမဈာန်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန် ဆိုတဲ့ ဈာန်လေးပါး။ အားလုံး ပေါင်းတော့ စရဏတရား တစ်ဆယ့်ငါးပါး။ အဓိပ္ပာယ်ကိုတော့ သက်ဆိုင်ရာ စာအုပ်တွေမှာ ရှာဖွေယူပေါ့။ ဘုန်းကြီးတို့ **ချမ်းမြေ့အခြေပျိုး ဗုဒ္ဓဘာသာ** စာအုပ် စာမျက်နှာ ၁၉၄-၅-၆မှာလဲ အဓိပ္ပာယ် အကျဉ်းချုံးတော့ ထည့်ပေးထားပါတယ်။

သုဂတော=ကျိုးရှိဟုတ်မှန် နှစ်တန်သော စကားကိုသာ မိန့်ကြားတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။ နှစ်တန်သော စကားဆိုတာ အကျိုးလဲ ရှိတယ်၊ မှန်လဲ မှန်တယ်၊ သူများ နားခံသာတဲ့ စကားက တစ်မျိုး။ အကျိုးလဲ ရှိတယ်၊ မှန်လဲ မှန်တယ်၊ ဒါပေမယ့် သူတစ်ပါး နားမခံသာဘူး၊ အဲဒီစကားက တစ်မျိုး။ အဲဒီ နှစ်မျိုးလုံးကို မြတ်စွာဘုရား လျော်သလို မိန့်ကြားတော်မူတယ်တဲ့။ ဒါကြောင့် သုဂတဂုဏ်နဲ့ ပြည့်စုံတော်မူတယ်။

အကျိုးရှိတယ်၊ မှန်တယ်ဆိုရင် သူတပါး နားမခံသာတဲ့ စကားပင် ဖြစ်သော်လဲ မြတ်စွာဘုရား ရံဖန်ရံခါ မိန့်ကြားတော်မူတယ်။ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အကျိုးရှိမယ် ထင်ရင် မိန့်ကြားတော်မူတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ ဒကာမတွေ ကြားဖူးမှာပေါ့။ အရှင်ပေါဋ္ဌိလ ဆိုတဲ့ ဆရာတော်ကြီး စာတွေတတ် စာတွေချပြီး စာနဲ့ပဲ နေ့ရှိသရွေ့နေတယ်။ တရားအားမထုတ်တော့ မြတ်စွာဘုရားက သူ့ကို သဘောမကျဘူး။ ဒါကြောင့် ''တုစ္ဆ ပေါဋ္ဌိလ၊ မောဃ ပေါဋ္ဌိလ''လို့ မိန့်တော်မူတယ်။ တုစ္ဆပေါဋ္ဌိလ ဆိုတာ အလကားပေါဋ္ဌိလ၊ မောဃပေါဋ္ဌိလ ဆိုတာ အသုံးမကျတဲ့ ပေါဋ္ဌိလ အဲဒီလို ဆိုတာ။

မြတ်စွာဘုရားက အလကား အသုံးမကျဘူး လို့ ဆိုတာ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် မရလို့ ပြောတာ။ မြတ်စွာဘုရားက သူ့ တပည့်သားတိုင်း မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် ရပြီး ကိလေသာ ငြိမ်းစေချင်တယ်။ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် မရတော့ မောဃပေါဋ္ဌိလ=အသုံးမကျ အလကားပေါဋ္ဌိလ လို့ မိန့်တော်မူတယ်။ ဒီ စကားလုံးကို အကြိမ်ကြိမ် ကြားရလို့ အရှင်ပေါဋ္ဌိလ သူ့ကိုယ် သူ သိပြီး တရားအားထုတ်တယ်။ ဒါနဲ့ပဲ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။ အကျိုးရှိသွားတယ်၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားဟာ အကျိုးရှိပြီးတော့ ဟုတ်မှန်တဲ့ စကားဆိုရင် ရံဖန်ရံခါ သူနားမခံသာပေမယ့် မိန့်ကြားတော်မူရတယ်။

ကဲဆိုပါ၊ ကျိုးရှိဟုတ်မှန် သူခံသာသော စကားနှင့် ကျိုးရှိဟုတ်မှန် သူမခံသာသော စကား ဤနှစ်ပါးကိုသာ မိန့်ကြားတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။ သုဂတောဆိုတာ သု=ကောင်းသော စကားကို၊ ဂတော=ဆိုတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။ သုဂတော=ကောင်းသော စကားကို ဆိုတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ ဒီ စကားနှစ်မျိုးကို မိန့်ကြားတော်မူလို့ သုဂတဂုဏ်နဲ့ ပြည့်စုံတယ်။

လောကဝိဒူ ဆိုတာ **လောက**=လောကကို၊ **ဝိဒူ**=သိသူ၊ **သတ္တလောက** ဆိုတာ သတ္တဝါတွေ၊ **ဩကာသ လောက** ဆိုတာ သတ္တဝါတွေ တည်နေရာ ဘုံဌာနတွေ၊ **သင်္ခါရလောက** ဆိုတာ ရုပ်နဲ့နာမ်၊ ဒီသုံးမျိုးကို မြတ်စွာဘုရား သိတော်မူတယ်။ ဒါကြောင့် **လောကဝိဒူ**=သတ္တလောက၊ ဩကာသလောက၊ သင်္ခါရလောက တည်းဟူသော လောကသုံးခွင်ကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ= မယဉ်ကျေးကြပြီး သတ္တဝါများကို ယဉ်ပါးလေအောင် သွေးဆောင် ဆုံးမခြင်း၌ တုဘက် ကင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ အဓိပ္ပာယ် ထင်ရှားရဲ့လား။ (ထင်ရှားပါတယ်ဘုရား။) ထင်ရှား ပါတယ်နော်။ ဆုံးမရာမှာတော့ အတုမရှိတဲ့ မြတ်စွာဘုရားလို့ ဆိုလိုတယ်။

သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ= လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ဆရာတစ်ဆူ အစစ် ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ ဘာကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက လူတွေရဲ့ ဆရာ၊ နတ်တွေရဲ့ ဆရာ၊ ဗြဟ္မာတွေရဲ့ ဆရာ အစစ် ဖြစ်ရပါလိမ့်မလဲ။ ဆင်းရဲ ငြိမ်းကြောင်း လမ်းကောင်းညွှန်ပြ ဆိုဆုံးမတော်မူတတ်လို့ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။)

ဗုဒ္ဓေါ=သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားတို့ကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော် မူသော မြတ်စွာဘုရား။ ဗုဒ္ဓ ဆိုတာ သစ္စာလေးပါးကို ကိုယ်တော်တိုင် သိသူ။ ဗုဒ္ဓ=သစ္စာလေးပါးကို သိစေသူ လို့လဲ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။ သစ္စာလေးပါးကို သိစေသူ ဆိုတာ ဘာ အဓိပ္ပာယ်ပါလိမ့်မလဲ။ အကျယ်ဆိုတော့ သတ္တဝါ အများကို သစ္စာလေးပါး သိအောင် ဟောကြားတော်မူတတ်သူ၊ ဒီလို အဓိပ္ပာယ်

မရပေဘူးလား။ အဲဒါပြောတာ။ ကဲဆိုပါ။ (၁၀) ဗုဒ္ဓေါ= သစ္စာလေးအင် ကိုယ်တိုင်မြင်၍ များဖြင်ဝေနေ တပည့်တွေကိုလဲ သိစေတော်မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရား။

ဘဂဝါ= ဘုဃ္ဃသိရိယ စသည့် ဘုန်းခြောက်လီနှင့် စုံညီပြည့်ဝတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။ ဘုဃ္ဃသိရိယ စသည့် ဂုဏ်တော် ဆိုတာ ဘုဃ္ဃသိရိယ၊ ဓမ္မ၊ ယသ၊ သိရီ၊ ကာမ၊ ပယတ္တ ဆိုတဲ့ ဂုဏ်တော်တွေပဲ။ အဲဒါတွေရဲ့ အဓိပ္ပာယ်တွေ ရှေ့မှာ ပါပြီးသား ထင်ရှားပြီးသား ဖြစ်လို့ မပြောတော့ပါဘူး။

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဂုဏ်တော်ကို ဂုဏ်တော်ရဲ့ သဘောသဘာဝ အနည်းငယ်မျှပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ အတော်များများပဲ ဖြစ်ဖြစ် နားလည်ရင် ဉာဏ်နဲ့ သက်ဝင်လို့ မရဘူးလား။ (ရပါတယ်ဘုရား။) ဉာဏ်နဲ့ သက်ဝင်ပြီး ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းရင် ပိုပြီး ကြည်ညိုဖွယ်တွေ မတွေ့ဘူးလား။ (တွေ့ပါတယ်ဘုရား။) တွေ့တဲ့အခါကျတော့ ပိုပြီး မကြည်ညိုပေဘူးလား။ ပိုပြီးတော့ မယုံကြည်ပေဘူးလား။ (ယုံကြည်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒါ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါပဲ။

ထို့အတူပဲ တရားတော်ကို ဉာဏ်နဲ့သက်ဝင် ယုံကြည်မှု ဆိုတာ အဲဒီ တရားတော်နဲ့ ပတ်သက်လို့ သိသင့်သိထိုက်တဲ့ တရားတော်ရဲ့ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော်နှင့် စွမ်းရည်သတ္တိ အာနိသင်တွေ အကြောင်း သိဖို့လိုတယ်။ သံဃာတော်ကို ဉာဏ်နဲ့ သက်ဝင် ယုံကြည်နိုင်အောင်လဲ သံဃာတော်ရဲ့ ဂုဏ်တော်တွေ၊ သံဃာတော်နဲ့ ပတ်သက်လို့ သိသင့်သိထိုက်တာတွေ သိဖို့လိုတယ်။ အဲဒီလို သိရင် ဉာဏ်နဲ့ သက်ဝင်ပြီး ယုံကြည်နိုင်တယ်။ ကြည်ညိုနိုင်တယ်။

ဒါလဲ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါပဲ။ ဒီ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ ဆိုရင်ပဲ ယုံကြည်မှု တော်တော်လေး ခိုင်မြဲသွားပါပြီ။

ပသာဒသဒ္ဓါမျှပင် မရှိသူများ

တစ်ချို့ မိရိုးဖလာ ဗုဒ္ဓဘာသာကျတော့ ဘာလို ပြောရမယ်မသိဘူး၊ ပသာဒသဒ္ဓါလို့ ပြောလို့ရမလား။ မိရိုးဖလာ ကိုးကွယ်နေကြတာလေ၊ အမေ အဖေက ဗုဒ္ဓဘာသာ ဖြစ်လို့ ကိုယ်လဲ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ရတယ်၊ နာမည်ခံရတယ်။ ဘုရားလဲ မသွားဘူး၊ ဘုန်းကြီးကျောင်းလဲ မသွားဘူး၊ တရားလဲ မနာဘူး၊ ဘုန်းကြီးလဲ ရှိမခိုးဘူး၊ ဒါနလဲ မပြုဘူး၊ သီလလဲ မဆောက်တည်ဘူး။ လူမှုသူမှု ကိစ္စနဲ့ပဲ နပန်းလုံးပြီး ဒီအတိုင်းပဲ အချိန် ကုန်နေတယ် ဆိုရင် အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ပသာဒသဒ္ဓါထဲ သွင်းရမလား၊ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါထဲ သွင်းရမလား။ ပသာဒသဒ္ဓါ ထဲတောင် သွင်းဖို့ မလွယ်ဘူးနော်၊ အဲဒါသာ စဉ်းစားကြည့်။

ပသာဒသဒ္ဓါ ဆိုတာ ဘုရားသံ၊ တရားသံ၊ သံဃာသံ ကြားလိုက်တာနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်လင်ရွှင်လန်းသွားတာ၊ အဲဒီလို စိတ်ထဲမှာ ယုံကြည်စိတ်ကလေး ဖြစ်သွားတာ။ ဒါ ပသာဒသဒ္ဓါ။ အခုန ပြောခဲ့တဲ့ မိရိုးဖလာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ချို့ကတော့ အဲဒီလိုကို သူတို့ စိတ်ထဲမှာ မရှိဘူး။ အဲဒီလိုများ စိတ်ထဲမှာ ရှိရင် ဘုရားသံ၊ တရားသံ၊ သံဃာသံ ကြားတာနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်လင်တဲ့ ကြည်ညိုတဲ့ စိတ်ကလေးသာ သူတို့မှာ ရှိရင် တစ်ခေါက်မဟုတ် တစ်ခေါက် ဘုရားကို မရောက်နိုင်ဘူးလား။ (ရောက်နိုင်ပါတယ်ဘုရား။) တစ်ခေါက်မဟုတ် တစ်ခေါက် ဘုန်းကြီးကျောင်း မရောက်နိုင်ဘူးလား။ (ရောက်နိုင်ပါတယ်ဘုရား။) အခုန ပြောတဲ့ ပသာဒသဒ္ဓါတောင်မှ မရှိတဲ့ မိရိုးဖလာသက်သက် ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးက လုံးဝကို မရောက်တာ။ တစ်ခါတစ်ရံ အိမ်က တခြားတခြား ပုဂ္ဂိုလ်တွေက၊ ယုံကြည်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက တရားသိသလောက် သိလို့၊ ဘုရားဂုဏ်တော် တရား

ဂုဏ်တော်၊ သံဃာဂုဏ်တော် သိသလောက် သိလို့ တရားကက်ဆက်ခွေကလေး များ ဖွင့်ပြီး နားထောင်ကြရင် ဒီ မိရိုးဖလာသက်သက် ပုဂ္ဂိုလ်က ''မင်းတို့ဟာကွာ နားငြီးလိုက်တာ။ ပိတ်လိုက်စမ်းပါ။'' လို့ တောင် ပြောတတ်ကြသေးတယ်။ ဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးလဲ ရှိတတ်သေးတယ်။

အာဂမနသဒ္ဓါ အာဂမနသဒ္ဓါ ဆိုတာ ကတော့ သာမန် ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ မဆိုင်ဘူး၊ ဘုရားအလောင်းများနဲ့သာ ဆိုင်တယ်။ ဘုရား အလောင်းများမှာ ဘုရား ဖြစ်လိမ့်မယ်လို့ ဘုရားတစ်ဆူဆူထံမှ ဗျာဒိတ်ရပြီးတဲ့ အချိန်က စပြီးတော့ သူ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ယုံကြည်မှုဟာ အာဂမန သဒ္ဓါပဲ။

အဓိဂမသဒ္ဓါ အဓိဂမသဒ္ဓါ ဆိုတာကတော့ မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော်မူတဲ့အတိုင်း သတိပဋ္ဌာန်တရား မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်တရား တွေကို ကျင့်ကြံပွားများလို့ ခန္ဓာကိုယ် ခေါ်တဲ့ ရုပ်နဲ့ စိတ် ခေါ်တဲ့ နာမ် တရားမှာ ဖြစ်ပေါ်သမျှကို ဖြစ်တဲ့အတိုင်း သတိနဲ့ စူးစိုက် ရှုရင်းရှုရင်း ရုပ်ရဲ့ သဘာဝ၊ နာမ်ရဲ့ သဘာဝကို သဘာဝလက္ခဏာအနေနဲ့ရော သာမညလက္ခဏာ အနေနဲ့ပါ ထိုးထွင်း သိလာတဲ့ အခါကျတော့ ''မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်က တယ်ဟုတ်တာပဲ၊ တယ်မှန်တာပဲ။ ဘုရား ဆုံးမထားတဲ့အတိုင်း တကယ် ကျင့်ရင် တကယ် သိရတာပါကလား၊ ရှုလိုက်တိုင်း ရှုလိုက်တိုင်း ဖြစ်ပျက် ပြောင်းလဲ နေတာတွေချည်း တွေ့ရတာပဲ၊ ခဏကလေးတောင် တည်တံ့ ခိုင်မြဲနေတာရယ်လို့ ဘာမျှ မရှိပါကလား'' စသည်ဖြင့် ယုံကြည် ဆုံးဖြတ်နိုင်လာတယ်။ တရား အသိ ပိုပြီး ရှင်းလင်းလာတာနှင့် အမျှ ယုံကြည်မှု ပိုပြီး အားကောင်းလာ တယ်။ အဲဒီလို တရားကို လက်တွေ့ ကျင့်ကြံအားထုတ်ရာက တရားတော် အတိုင်း ကိုယ်တွေ့ သိရလို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ယုံကြည်မှုဟာ အဓိဂမသဒ္ဓါပဲ။

မဂ်အသိ ဖိုလ်အသိအထိ ရရှိထားကြတဲ့ အရိယာများမှာတော့ အဓိဂမသဒ္ဓါဟာ အလွန် အားကောင်းပြီး ခိုင်မြဲနေတော့တာပဲ၊ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီးတော့ဘူး။

အဲဒီ သဒ္ဓါလေးမျိုးထဲက အခု ဘုန်းကြီးတို့ ပြောနေတဲ့ ယုံကြည်ကြည်ညိုမှု အပိုင်းနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ သဒ္ဓါကတော့ ပသာဒသဒ္ဓါနဲ့ ဩကပ္ပနသဒ္ဓါပဲ။ ပသာဒ သဒ္ဓါလောက် ရှိနေရင်ပဲ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ မြောက်မြားစွာ ရနေပါပြီ။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေးတရားတော်များ ယုံကြည် ကြည်ညိုမှုအပိုင်း တော်လောက်ပါပြီ၊ ပြောဖို့ ရည်ရွယ် ထားတာထက်တောင် အချိန်ရော အကြောင်းအရာ အချက်အလက်တွေပါ အတော်ကြီး ပိုများသွားပြီ။

လိုက်နာ ကျင့်ကြံမှု အပိုင်း

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ဩဝါဒအကျဉ်းချုပ် အခု ဘုန်းကြီးတို့ လိုက်နာကျင့်ကြံမှု အပိုင်းကို ပြောရပါမယ်၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်မှာ လိုက်နာစရာ ဆုံးမဩဝါဒတွေ၊ လိုက်နာရင်လဲ လောကီကျိုး ဖြစ်စေ၊ လောကုတ္တရာကျိုးဖြစ်စေ၊ နှစ်ကျိုးလုံးဖြစ်စေ မုချရစေနိုင်တဲ့ အဆုံးအမတွေ အလွန် များပါတယ်။ အခြေအနေ အမျိုးမျိုးမှာ ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးရဲ့ စရိုက် အမျိုးမျိုးကို ကြည့်ပြီး ဟောကြား ဆုံးမထားတဲ့ အဆုံးအမတွေ ဖြစ်လို့ အမျိုးအစားလဲ များပြား လှပါတယ်။ သို့သော်လဲ အဲဒီ များပြားလှတဲ့ အဆုံးအမတွေ အားလုံး ပါဝင်အောင် အနှစ်ထုတ် အကျဉ်းချုပ်ပြီးတော့လဲ ရုံဖန်ရံခါ ဆုံးမတော်မူလေ့ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ အကျဉ်းချုပ် အဆုံးအမကတော့–

''သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊
ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ။

သစိတ္တ ပရိယောဒါပနံ၊

ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ'' ပါပဲ။

သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ=မကောင်းမှု ဟူသမျှ မပြုလုပ်ခြင်း၊

ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ=ကောင်းမှု မှန်သမျှ ပြည့်စုံစေခြင်း၊

သစိတ္တပရိယောဒါပနံ=မိမိစိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ထားခြင်း၊

ဒီ သုံးချက်ပါပဲ။ ဒီ အချက် သုံးချက်ထဲမှာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမ အားလုံး အကျုံးဝင်သွားပါတယ်။ ဒါကြောင့်–

ဧတံ=မကောင်းမှု ရှောင် ကောင်းမှု ဆောင်၍ ဖြူအောင် စိတ်ထား ဤသုံးပါးသည်။ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ=သဗ္ဗညုမြင် ဘုရားရှင်တို့၏ သွန်သင်ဆုံးမ ဩဝါဒ ပေတည်း။

ရှောင်ရန်နှင့် ဆောင်ရန်

အဲဒီ အချက် သုံးချက်ထဲက မကောင်းမှု ဟူသမျှ မပြုလုပ်ခြင်းဆိုတဲ့ အချက်မှာ မကောင်းမှု ဆိုတာ တစ်စုံ တစ်ယောက်ကို ထိပါးနစ်နာစေတဲ့ အတွက် အပြစ် မကင်းတဲ့ အပြုအမူ အပြောအဆို အကြံအတွေးတွေပါပဲ။ အဲဒါတွေ မရှောင်ရင် မကောင်းကျိုးတွေ ရမှာ မုချမို့ အဲဒီ မကောင်းမှုတွေကို လုံးဝ ရှောင်ကြဉ်ပါတဲ့။ ကောင်းမှု ဆိုတာကတော့ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိပါးမနစ်နာစေတဲ့ အတွက် အပြစ်ကင်းတဲ့ အပြုအမူ အပြောအဆို အကြံအတွေးတွေပါပဲ။ အဲဒါတွေကို ပြုလုပ်ရင် ကောင်းကျိုးတွေ မုချ ရမှာဖြစ်တဲ့အတွက် အဲဒီ ကောင်းမှုတွေကို ပြုလုပ်နိုင်သမျှ ပြုလုပ်ပါ၊ ဆည်းပူး စုဆောင်းပါတဲ့။

စိတ်ထားဖြူစင်စေတဲ့ နည်းများ

စိတ်ဖြူအောင် ထားနည်း မိမိစိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ထားပါ ဆိုတဲ့ အချက်နဲ့ ပတ်သက်လို့ စိတ်ထဲမှာ လောဘ ဒေါသ မောဟ မာန ဒိဋ္ဌိစတဲ့ အညစ်အကြေးတွေ ရှိနေရင် အလွန် ဆင်းရဲပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ စိတ်အညစ်အကြေးတွေ နည်းနိုင်သမျှ နည်းပြီး ဖြစ်နိုင်ရင် လုံးဝမရှိဘဲ စိတ်ကလေး ဖြူစင် ကြည်လင်နေအောင် ထားဖို့ပါပဲ။ အဲဒီလို စိတ်ထားဖြူစင်အောင် အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် နည်းနှစ်နည်းကို အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။

အဲဒီ နှစ်နည်းက (၁) ယောနိသောမနသိကာရ နည်းနဲ့၊ (၂) ဝိပဿနာရှုတဲ့ နည်းပါပဲ။

အဆင်ပြေအောင် နှလုံးသွင်းတဲ့ နည်း ယောနိသော မနသိကာရဆိုတာ သင့်တင့်အောင် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခြင်း၊ အဆင် ပြေအောင် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခြင်း၊ ကုသိုလ် ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခြင်းပါပဲ။ ဘယ်လောက်ဆိုးနေဆင်းရဲနေတဲ့ အခြေအနေမှာ ရောက်ရရောက်ရ၊ ဘယ်လောက် ဆိုးဝါးတဲ့ ဖြစ်ရပ်နဲ့ ကြုံရကြုံရ အဲဒီ အခြေအနေ အဲဒီ ဖြစ်ရပ်ကို သင့်တင့်အောင် အဆင်ပြေအောင် ကြည့်တတ်ဖို့ နှလုံးသွင်းတတ်ဖို့ပါပဲ။တွေ့လာကြုံလာတဲ့ အကြောင်းအရာအဖြစ်အပျက် အခြေအနေပေါ်မှာ မကောင်းတဲ့ အချက်တွေ ဖယ်ထားပြီး ကောင်းတဲ့ အချက်တွေကိုပဲ တတ်နိုင်သမျှ ရွေးထုတ်ပြီး ကြည့်ဖို့ ဆင်ခြင်ဖို့ နှလုံးသွင်းဖို့ပါပဲ။ **optimism** လို့ ဆိုကြပါစို့၊ အကောင်းကြည့် ဝါဒ ပေါ့။ ''အရှုံးထဲက အမြတ်ထုတ်'' ဆိုသလို ''အဆိုးထဲက အကောင်းကို ရွေးကြည့်ဖို့'' ပါပဲ။ ဒီလိုဆိုရင် စိတ်ဖြူစင်သလောက် ဖြူစင်နေတာမို့ အတော်ကြီး စိတ်ချမ်းသာနိုင်ပါတယ်။ စိတ်ကို လေ့ကျင့်ပေးရင် ရသလောက် ရပါတယ်။

အဆိုးကို စွဲလမ်းတတ်တဲ့ လူ့သဘာဝ

များသောအားဖြင့် လူ့သဘာဝက အဆင်မပြေတဲ့ အခြေအနေ အကြောင်းအရာ အဖြစ်အပျက်နဲ့ တွေ့ရကြုံရရင် အဲဒီ အထဲက အဆင်မပြေတဲ့ အချက်ကလေးကိုသာ စိတ်က စွဲနေတတ်ပြီး ဒါကလေးကိုပဲ တနုံ့နုံ့ တွေးပြီး စိတ်ဆင်းရဲနေတတ်ပါတယ်။ ကောင်းတဲ့ အဆင်ပြေတဲ့ အချက်တွေကိုတော့ မေ့နေတတ်ပါတယ်။ အခြေအနေ အဖြစ်အပျက် အကြောင်းရပ်တိုင်းမှာ အဆင်မပြေတာ ဆိုးတာတွေ ရှိသလို အဆင်ပြေတာ ကောင်းတာတွေလဲ ရှိပါတယ်။ အဲဒီလို ရှိတဲ့ အထဲက ဆိုးတဲ့ အချက်တွေကို မစဉ်းစားမိအောင် တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ရှားပြီးတော့ ကောင်းတဲ့ အချက်တွေကိုပဲ ရွေးချယ် ဖော်ထုတ်ပြီး ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းတတ်အောင် စိတ်ကို လေ့ကျင့်ထားရပါမယ်။လေ့ကျင့်ရင် အတော်ကြီး ထမြောက် အောင်မြင်သည် အထိ ရတတ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ယောနိသော မနသိကာရ=အဆင်ပြေအောင် နှလုံးသွင်းခြင်း ပါပဲ။ စိတ်ကို ဖြူစင်စေ ချမ်းသာစေတဲ့ နည်းထဲမှာ လူတိုင်း လက်လှမ်းမီတဲ့ နည်းပေါ့။

ပင်ကိုစိတ်ထား ပြုပြင်နိုင်သည်

သို့သော်လဲ မိမိရဲ့ ပင်ကို စိတ်ခံတ်ကိုက သူတစ်ပါးကို ငဲ့ညှာ သနား မေတ္တာထားတတ်တဲ့ စိတ်၊ သူတစ်ပါးကို ကူညီရိုင်းပင်းတတ်တဲ့ စိတ်၊ သူတစ်ပါး ကောင်းစားတာ ချမ်းသာတာကို ဝမ်းသာ ကြည်နူးတတ်တဲ့ စိတ်၊ ချီးကျူးနိုင်တဲ့ စိတ်ထားမျိုး ရှိမှသာ သင့်တင့်အောင် အဆင်ပြေအောင် နှလုံးသွင်းလို့ လွယ်ကူပါတယ်။ တနည်း ပြောရရင် မိမိသန္တာန်မှာကိုက အခြေခံ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ကလေးတွေ ရှိသလောက် ရှိနေမှသာ ယောနိသော မနသိကာရ ဖြစ်ဖို့ လွယ်ကူပါတယ်။

အဲဒီလို မဟုတ်ဘဲနဲ့ မိမိပင်ကို စိတ်ခံတ်က သူတစ်ပါး ကောင်းစားတာ ချမ်းသာတာကို မနာလို မရှုစိမ့်တဲ့ စိတ်တွေ၊ သူတစ်ပါးကို ဖျက်လိုဖျက်ဆီး ပြုလုပ်

ချင်တတ်တဲ့ စိတ်တွေ၊ လွှန်ကဲတဲ့ လောဘ ဒေါသ မာန်မာန စိတ်တွေသာ များပြား အားကောင်းနေရင်တော့ ယောနိသော မနသိကာရ စိတ်ထား ဖြစ်ဖို့ အတော် ခဲယဉ်းပါလိမ့်မယ်။ လိုရင်းကတော့ စိတ်ထားယုတ်ညံ့တဲ့လူအတွက် ယောနိသော မနသိကာရ ဖြစ်ဖို့ ခက်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒီတော့ အဲဒီလို လူမျိုးအတွက် စိတ်ထား မမြင့်နိုင်တော့ စိတ်ချမ်းသာဖို့ အခွင့်အလမ်း အလွန် နည်းနေပြီး ဆင်းရဲ နေမှာသာ များတာပါပဲ။

ဒီတော့ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမ တရားတော်တွေကို ရှာဖွေ လေ့လာ ဆည်းပူး စုဆောင်းပြီး အခြေခံ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်တွေ မွေးမြူဖို့ အလွန် အရေးကြီးပါတယ်။

အထက်တန်း အကျဆုံးနည်း အမှတ်နှစ် ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာပွားများ အားထုတ်ခြင်းဖြင့် စိတ်ဖြူစင်အောင် လုပ်တဲ့ နည်းကတော့ အကောင်းဆုံး နည်းပါပဲ။ ဝိပဿနာဆိုတာ ရုပ်လို့ခေါ်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ နာမ်လို့ ခေါ်တဲ့ စိတ်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ သဘာဝတွေကို အရှိအတိုင်း သတိနဲ့ စောင့် ကြည့်တာကို ခေါ်တာ ပါပဲ။ စောင့်ကြည့်စောင့်ရှုပါ များလာတော့ စိတ်တည် ငြိမ်လာပြီး သမာဓိ ဖြစ်လာပါတယ်။အဲဒီတော့ စောင့်အကြည့်ခံ ရုပ်သဘာဝ စိတ် သဘာဝတွေကို အရှိသဘာဝအတိုင်း သိသိလာပါတယ်။ အဲဒီလို သိနေတဲ့အခါမှာ မရှုမသိရင် ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ စိတ်ညစ် စိတ်မဲတွေ ကိလေသာတွေ မဖြစ်လာတော့ ပါဘူး။ ဒီတော့ စိတ်ကလေး ဖြူစင်ကြည်လင်နေတဲ့အတွက် ချမ်းသာနေပါတယ်။ ဒါဟာ သစိတ္တပရိယောဒါပနံ=မိမိစိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ထားရမည် ဆိုတဲ့ မြတ်စွာ ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမတော်ကို အထက်တန်းအကျဆုံး လိုက်နာခြင်းပါပဲ။

ဒီနှစ်နည်းအနက်က ယောနိသောမနသိကာရ နည်းကိုတော့ လူတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးနိုင်ကြပါတယ်။ ဝိပဿနာနဲ့ စိတ်ကို ဖြူစင်စေတဲ့ နည်းကိုတော့ လူတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးမှု မပြုနိုင်ကြဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ခက်တယ်လို့ ထင်ကြတဲ့ အတွက်ပါပဲ။ တကယ်တော့ အများထင်သလို မခက်ပါဘူး။ လေ့ကျင့် ပွားများကြည့်မိရင် မခက်ဘူး ဆိုတာ တွေ့ကြရမှာပါပဲ။

ယောနိသော မနသိကာရ၏ အမြင့်ဆုံး အဓိပ္ပာယ်

ဒီနေရာမှာ တစ်ခုတော့ သတိပြုရပါမယ်။ စိတ်ကို ဖြူစင်စေတဲ့ နည်းကို အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် သင့်တင့်အောင် နှလုံးသွင်းခြင်း=ယောနိသော မနသိကာရနဲ့ ဝိပဿနာ ရှုတဲ့နည်း လို့ ခွဲခြား ပြောခဲ့ပါတယ်။ သို့သော်လဲ ယောနိသောမနသိကာရရဲ့ အမြင့်ဆုံး အဓိပ္ပာယ်ကို ယူပြောရရင်တော့ ဝိပဿနာနဲ့ ယောနိသောမနသိကာရဟာ အတူတူပါပဲ။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုရင် ဝိပဿနာဆိုတာ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတွေကို ရှုသိတဲ့ ဉာဏ်လို့ အဓိပ္ပာယ်ရသလို ယောနိသော မနသိကာရရဲ့ အမြင့်ဆုံး အဓိပ္ပာယ်ကလဲ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ တရားတွေကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လို့ အမှန်အတိုင်း နှလုံးသွင်း ရှုပွားတာကိုပဲ ဆိုလိုတာ ဖြစ်လို့ပါပဲ။

အများသိ ယောနိသော မနသိကာရ

အခု ဒီမှာ စိတ်ဖြူစင်ရေး နည်းလမ်းတစ်ခု အဖြစ်နဲ့ သုံးထားတဲ့ ယောနိသောမနသိကာရကိုတော့ သူ့ရဲ့ အမြင့်ဆုံး အဓိပ္ပာယ်နဲ့ သုံးတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အရပ်သုံး အိမ်သုံး အများ သိထားတဲ့ အသုံးအနှုန်း အတိုင်း အများ သိလွယ်တဲ့ အဓိပ္ပာယ်နဲ့ သုံးလိုက်တာပါ။ အများ သိထားတဲ့ ယောနိသော မနသိကာရရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကတော့ အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းခြင်းပါပဲ။ အသင့် အတင့် ဆိုတာ သင့်လျော်အောင် နှလုံးသွင်းတာ အဆင်ပြေအောင် နှလုံးသွင်းတာ

ကုသိုလ် ဖြစ်အောင် နှလုံးသွင်းတာကို ဆိုလိုတာပါပဲ။ စိတ်ချမ်းသာအောင် ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းတာပါပဲ။ ဒီ အဓိပ္ပာယ်ဟာ အရပ်သုံးပင်ဖြစ်သော်လဲ ကျမ်းဂန်လာစကားနဲ့ ညီညွတ်ပါတယ်။ **မဟာဝဂ္ဂ သံယုတ်ပါဠိတော်၊ ဗောဇ္ဈင်္ဂသံယုတ် အဖွင့် သံယုတ်ဋီကာမှာ အယောနိသောမနသိကာရကို** "အလိုရှိအပ်သော စီးပွားချမ်းသာကို ရခြင်း၏ အကြောင်းမဟုတ်သော နှလုံးသွင်းခြင်း" လို့ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ ဒီတော့ **ယောနိသောမနသိကာရ** က "အလိုရှိအပ်သော စီးပွားချမ်းသာကို ရခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သော နှလုံးသွင်းမှု"ပေါ့။ သင့်လျော်အောင် အဆင်ပြေအောင် ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် စိတ်ချမ်းသာအောင် နှလုံးသွင်းမှုပါပဲ။

အခု ပြောခဲ့တဲ့ စိတ်ဖြူစင်စေတဲ့ နည်း နှစ်နည်းအနက် အဆင်ပြေအောင် နှလုံးသွင်းတဲ့ ယောနိသောမနသိကာရ နည်းကတော့ လူတိုင်း အလွယ်တကူ အသုံးပြုနိုင်တဲ့ **ဆေးမီးတိုနည်း** ပေါ့။ ဝိပဿနာရှုတဲ့ နည်းကတော့ ညစ်မဲတဲ့ စိတ်တွေ အမြစ်ပြတ် ဖြူစင်စေတဲ့ **မြစ်ဖြတ်ဆေးနည်း** လို့ ဆိုရပါလိမ့်မယ်။ ဒီနည်းကတော့ အချိန်ယူပြီး ရေရှည်အားထုတ်ရတဲ့ နည်းဆိုတော့ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အသုံးပြုနိုင်ရေးအတွက် အကြောင်းညီညွတ်ဖို့ နည်းနည်း အခက်အခဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ အကျိုး သက်ရောက်မှုချင်း ကျတော့ ပထမနည်းနဲ့ အလွန် ကွာခြားလှပါတယ်။

တခြားနည်းများ အခု ပြောခဲ့တဲ့ နည်းနှစ်နည်းအပြင် စိတ်ကို ဖြူစင်စေတဲ့ တခြားနည်းတွေလဲ ရှိပါသေးတယ်။ အဲဒီ နည်းတွေကတော့ စိတ်ကို ညစ်မဲစေတဲ့ အကုသိုလ်အာရုံတွေနဲ့ မကြုံရ မတွေ့ရအောင် နေတဲ့နည်း၊ တွေ့လာရင်လဲ အကုသိုလ်စိတ်ညစ်စိတ်မဲတွေ မဖြစ်ရအောင် စိတ်ထားမယ်လို့ စိတ်ကို ကြိုတင် ဆုံးဖြတ် သတ်မှတ်တဲ့နည်း၊ ပြီးတော့ အကုသိုလ်အာရုံကို အာရုံပြုမိလို့ လောဘ ဒေါသ စတဲ့ စိတ်အညစ်အမဲ ဖြစ်ပေါ်လာရင် စိတ်ကို ဘုရား တရားစတဲ့ ကုသိုလ်အာရုံပေါ်ကို ပြောင်းပေးတဲ့နည်း စသည်တွေပါပဲ။

မကြုံစေနှင့် ပထမဆုံး စိတ်ညစ်မဲစေတဲ့ အကုသိုလ်အာရုံတွေနဲ့ မကြုံရ မတွေ့ရအောင် ရှောင်နေတဲ့ နည်းကတော့ ထင်ရှားပါတယ်။ စိတ်ဆိုတာ လောဘ ဒေါသ ဖြစ်စရာ အာရုံနဲ့ ပက်ပင်းပါ တိုးနေ တွေ့နေပြီ ဆိုရင် လောဘ ဒေါသ စိတ်အညစ်အကြေး အနည်းနဲ့အများ ဖြစ်တော့တာပါပဲ။ ပင်ကို ဗိဇဓာတ်ခံ စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ် ရှိပြီး စိတ်ကို အလေ့အကျင့် လုပ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များမှာသာ မဖြစ်ပဲရင်လဲ နေမယ်၊ အဖြစ်သက်သာရင်လဲ သက်သာမယ်။ သာမန် ပုဂ္ဂိုလ်များမှာတော့ တွေ့လိုက်တာနဲ့ လောဘ ဒေါသ တန်းဖြစ်တော့တာပဲ။ ဒီတော့ အဲဒီလို စိတ်ညစ်မဲစေတဲ့ အာရုံမျိုးကို မကြုံရ မတွေ့ရအောင် တတ်နိုင်သမျှရှောင်နေရင် စိတ်အညစ်အမဲ လုံးဝမဖြစ်ဘဲ ရင်လဲနေမယ်၊ ဖြစ်ပင်ဖြစ်သော်လဲ အာရုံ တိုက်ရိုက် တွေ့နေရတာ မဟုတ်လို့ အနည်းအကျဉ်းလောက်သာ ဖြစ်ပေလိမ့်မယ်။ ဒီလိုဆိုရင် စိတ်ချမ်းသာပြီပေါ့။

ကြိုတင် သတ်မှတ်တဲ့နည်း အကယ်၍ မရှောင်သာလို့ စိတ်ညစ်မဲစေတဲ့ အာရုံနဲ့ တွေ့ကြုံရတော့မယ်၊ သို့မဟုတ် တွေ့ကြုံနေရပြီ ဆိုရင်တော့ ဒီလိုအာရုံတွေနဲ့ တွေ့တောင်မှ စိတ်အညစ်အကြေး မဖြစ်စေရဘူး လို့ ကြိုတင်ဆုံးဖြတ် သတ်မှတ်တဲ့ နည်းကို သုံးရင် အညစ်အကြေး အဖြစ်သက်သာသလောက် သက်သာပါတယ်။ ကြိုတင်ပြီးတော့ တရားသဘောတွေကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းထားခြင်း၊ သည်းခံ ခွင့်လွှတ်နိုင်အောင် စိတ်ကို လေ့ကျင့်ထားခြင်းအားဖြင့် လောဘ ဒေါသ စသည် မဖြစ်အောင် ကြိုတင် ဆုံးဖြတ် သတ်မှတ်ထားရင် အောင်မြင်သလောက် အောင်မြင်ပါတယ်။

အာရုံ ပြောင်းတဲ့နည်း အာရုံ ပြောင်းခြင်း အားဖြင့် စိတ်ဖြူစင်စေတဲ့ နည်းလဲ အတော် ထိရောက်ပါတယ်။ လောဘ ဒေါသ အညစ်အကြေးဖြစ်စရာ အာရုံနဲ့ တွေ့လို့ စိတ်အညစ်အကြေး

ဖြစ်လာပြီ ဆိုရင် အဲဒီ အာရုံကို အာရုံမပြုတော့ဘဲ ဘုရား,တရား,သံဃာ အာရုံ၊ မိမိပြုထားတဲ့ ဒါန သီလ ဘာဝနာ ဝေယျာဝစ္စ အစရှိတဲ့ ကောင်းတဲ့ အာရုံတွေပေါ် စိတ်ကို အတင်း ပြောင်းတင်ပေးပြီး အဲဒီ အာရုံတွေရဲ့ ကြည်နူး နှစ်သိမ့်ဖွယ် အားရကျေနပ်ဖွယ် သဘောတွေကို အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ဆင်ခြင် ပွားများ နေရပါမယ်။ အဲဒီလိုဆိုရင် အညှာ်အကြေးဖြစ်စရာ အာရုံဆီကို စိတ်ပြန်ရောက်ဖို့ အခွင့် အလမ်း အတော်ကြီး နည်းသွားတာမို့ စိတ် ဖြူစင်သလောက် ဖြူစင်သွားပါတယ်။ ဒီလို ဆိုရင် ချမ်းသာပါတယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှု မပြတ်ပြုတဲ့နည်း ပြီးတော့ စိတ်ကို ကုသိုလ် လုပ်ငန်းတွေနဲ့သာ အမြဲ တစေ ထိတွေ့နေအောင် ကြိုးစားတဲ့ နည်းဟာလဲ စိတ် အညစ်အကြေးကို လျှော်ဆေးတဲ့ နည်းကောင်း တစ်ခု ပါပဲ။ သံဃာတော်များမှာ ပရိယတ္တိ တရားတော်တွေကို အမြဲမပြတ် ကြည့်ရှုလေ့ လာနေရင်၊ သင်ယူပို့ချနေရင်၊ ဟောပြော နာယူနေရင်၊ ဆွေးနွေး မေးမြန်းနေရင် ကုသိုလ်စိတ်အစဉ်တွေပဲ မပြတ် ဖြစ်နေတော့ အကုသိုလ် စိတ်အညစ်အကြေးတွေ ကင်းဝေးနေပါတယ်။ ပဋိပတ် ဖြစ်တဲ့ သမထ, ဝိပဿနာ ဘာဝနာ တရား အားထုတ်နေရင်တော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

လူဒကာ ဒကာမများမှာလဲ ဒါနပြု၊ ဥပုသ်စောင့်၊ တရားနာ၊တရားအားထုတ်၊ တရားစာပေဖတ်ရှု၊ ဘုရားရှိခိုး၊ ဘုရားကို ပန်း ရေချမ်း ဆွမ်း ဆီမီး စသည် ကပ်လှူ ပူဇော်၊ ကျောင်းကန်ဘုရားသွား ကုသိုလ် ဝေယျာဝစ္စ ဆောင်ရွက်၊ အဲဒီလို စသည်ဖြင့် ကုသိုလ်အလုပ် တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခု လုပ်နေရင် ဖြူစင်တဲ့ စိတ်တွေပဲ အလေ့အကျင့် များနေတော့ စိတ်အညစ်အကြေး အဝင် အင်မတန် သက်သာ ပါတယ်။

အကြောင်းအားလျော်စွာ တခါတရံ လောဘ ဒေါသ စတဲ့ အညစ်အကြေး ဝင်လာပြန်ရင်လဲ အခြေခံအားဖြင့် ဖြူစင်တဲ့ စိတ်က အားကောင်းနေတာ ဖြစ်လို့ ချက်ချင်းပဲ ဖယ်ရှားပစ်လိုက်နိုင်တော့ ချမ်းသာပါတယ်။

အယုတ်ဆုံးအားဖြင့် အလုပ်လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်းတောင်မှ ဘုရားဂုဏ်တော်၊ တရားဂုဏ်တော်၊ သံဃာဂုဏ်တော်တွေ ရွတ်ဆိုနေရင်၊ သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာစေဖို့ မေတ္တာပို့နေ ပွားနေရင် ဖြူစင်တဲ့ ကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်ပွားပြီး စိတ်ချမ်းသာရုံမျှ မကပဲ မိမိအလုပ်အတွက်ပါ အလွန် အကျိုးကျေးဇူး များပါတယ်။ မိမိ လုပ်ငန်း အဆင်ပြေပြေနဲ့ ကြီးပွားတိုးတက်နိုင်ပါတယ်။

အခု ပြောတဲ့ နည်းတွေဟာ ကျမ်းဂန်လာ နည်းတွေချည်းပါပဲ။ **အဋ္ဌသာလိနီအဋ္ဌကထာ၊ စိတ္တုပ္ပါဒကဏ္ဍ။ ကာမာဝစရကုသိုလ်အဖွင့်မှာ** ဖော်ပြထားတဲ့ နည်းတွေပါ။

မေတ္တာပွားတဲ့နည်း နောက် တစ်နည်းက မေတ္တာဘာဝနာ ပွားပေးပါ။ ''သတ္တဝါမှန်သမျှ ကျန်းမာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ'' လို့ မေတ္တာပွားပေးပါ။ သတ္တဝါအားလုံးပေါ်မှာ ချမ်းသာစေလိုတဲ့ မေတ္တာစိတ်ထား မိမိသန္တာန်မှာ အင်ကောင်း အားကောင်းနဲ့ ဖြစ်ပွားရင် လောဘ ဒေါသစတဲ့ စိတ် အညစ်အကြေးတွေ ရှိဦးမလား။ (မရှိပါဘုရား။) အဲဒီတော့ စိတ်ဖြူစင်သလောက် ဖြူစင်မသွားဘူးလား။ ဖြူစင်သွားတယ် မဟုတ်လား။ ဒါကြောင့် မေတ္တာပွားခြင်းဖြင့်လဲ စိတ်ကို ဖြူစင်စေတယ် ဆိုတာ မှတ်သားဖို့ပါပဲ၊

သမထ ဘာဝနာ ပွားတဲ့နည်း နောက်တစ်နည်းကတော့ မေတ္တာမှတစ်ပါး တခြား သမထဘာဝနာကို ပွားတဲ့နည်းပါ။ သမထဘာဝနာ ဆိုတာ စိတ်တည်ငြိမ်အောင် အာရုံတစ်ခုတည်းကို စူးစိုက်ရှုတဲ့ ဘာဝနာပါ။ အဲဒီလို အာရုံတစ်ခုတည်းကို စိုက်ရှုလို့ စိတ်တည်ငြိမ်လာရင် စိတ်ထဲမှာ လောဘ ဒေါသ အညစ်အကြေးတွေ မဝင်လာနိုင်ပါဘူး။ မူလက ဝင်နေတဲ့ စိတ်ညစ်စိတ်မဲတွေလဲ လွင့်စင်ကုန်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်ဟာ ဖြူစင်ကြည်လင်နေပြီး ချမ်းသာနေပါတယ်။ အဲဒီလို တည်ငြိမ်တာဟာ ဈာန် အခြေအနေအထိ အားကောင်းရင်တော့ ဈာန်ချမ်းသာကို ခံစားတယ်လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ သို့သော်လဲ ဒီနည်းဟာ အာရုံထဲမှာ စိတ်တည်ငြိမ် နေနိုက်မှာသာ စိတ်ဖြူစင်နေပြီး အဲဒီအာရုံမှ စိတ်ကိုခွာလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် စိတ်ညစ်စိတ်မဲ ပြန်ဝင်လာတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာ ပွားတဲ့နည်း လောက်တော့ မကောင်းပါဘူး။

ဒီနည်းတွေကို မှတ်လို့လွယ်အောင် ဒီလို ဆောင်ပုဒ်စီထားပါတယ်။ လိုက်ဆိုကြပါ။

စိတ်ဖြူစေသည့်နည်းများ

မဲသည့်စိတ်ကို၊ ဖြူစေလိုသော်၊ ထိုထိုအာရုံ၊ ညစ်မျိုးစုံနဲ့၊ မကြုံတွေ့စေ၊ မမွေ့စေဲ၊ ပြောင်းလေဖုံဖုံ၊ ကောင်းအာရုံတည့်၊ နှလုံးပဋိ၊ ဥာဏ်ချိန်ညှိလော့၊ ဗိုဘိမေတ္တာ၊ သမထာနှင့်၊ ပွားရာဝိပဿ်၊ နည်းခြောက်ရပ်တွင်၊ သင့်မြတ်ရာသုံး၊ ဖြူစိတ်ဖုံးသည်၊ သက်လုံးချမ်းသာ လိမ့်မည်တည်း။

စိတ်က အခြေခံ ဒီတော့ မကောင်းမှုဟူသမျှ မပြုလုပ်ခြင်း၊ ကောင်းမှုဟူသမျှ ပြည့်စုံစေခြင်း၊ မိမိစိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ထားခြင်းဆိုတဲ့ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမ သုံးချက်အနက် စိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ထားခြင်း ဆိုတဲ့ အဆုံးအမကို ဘယ်လို လိုက်နာကျင့်သုံးရမယ် ဆိုတာကို လိုက်နာကျင့်ကြံနိုင်လောက်အောင်တော့ ပြောမိပြီ လို့ ယူဆပါတယ်။ စိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ထားနိုင်ရင် ကိုယ်ရော နှုတ်ပါ ဖြူစင်နိုင်ပြီလို့ မဆိုနိုင်ပေဘူးလား။ (ဆိုနိုင်ပါတယ်ဘုရား။) ကိုယ် နှုတ် စိတ် သုံးပါးမှာ ဘယ်ဟာက အခြေခံအကြောင်းအရင်း ဖြစ်သလဲ။ (စိတ်က အခြေခံ အကြောင်းရင်းပါဘုရား။) ဒီတော့ အခြေခံအကြောင်းရင်းဖြစ်တဲ့ စိတ်က ညစ်မဲ့ရင် နှုတ်ကလဲ အပြစ်မကင်းတာတွေ ပြောပေလိမ့်မယ်၊ ကိုယ်ကလဲ အပြစ်မကင်းတဲ့ အပြုအမူတွေ ပြုမူမိမယ်ပေါ့။ အဲဒီတော့ စိတ်ကိုက ဖြူစင်နေမယ်ဆိုရင် နှုတ်ကလဲ ကောင်းတာတွေ အကျိုးရှိတာတွေကိုပဲ ပြောမယ်၊ ကိုယ်ကလဲ အပြစ်ကင်းတာ အကျိုးရှိတာတွေပဲ ပြုလုပ်မယ်ပေါ့။ အဲ့ဒီလို ဆိုရင် ဆင်းရဲမလား၊ ချမ်းသာမလား။ (ချမ်းသာပါမယ်ဘုရား။) အဲဒီတော့ လိုရင်းက ဘာကိုကိုင်ထားဖို့ အရေးကြီးသလဲ။ (စိတ်ကို ကိုင်ထားဖို့ အရေးကြီးပါတယ်ဘုရား။) စိတ်ကို ကိုင်ထားဖို့ အရေးကြီးတယ်။

ဒါပေတဲ့ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ့်စိတ်ထဲ လောဘဝင်လို့ ဝင်မှန်း သိရဲ့လား။ (မသိပါဘုရား။) မသိဘူးနော်။ အမှတ်တမဲ့ နေတော့ တစ်ခါတစ်ရံ ဒေါသ ဝင်မှန်းတော့ သိရဲ့လား။ (မသိပါဘုရား။) ဝင်နေမှန်း သိတာတောင်မှ ဒီ ဒေါသကို အကောင်း ထင်တတ်တာ မရှိဘူးလား။ (ရှိပါတယ်ဘုရား။) ရှိတယ်နော်။ ဒေါသ အကောင်းထင်လို့မို့ ဒေါသကို သိမ်းပိုက်ထားတော့ အကျိုးယုတ်သလား။ အကျိုးရှိသလား။ (အကျိုးယုတ်ပါတယ်ဘုရား။)

ကိုယ့်ကိုယ်ကို စစ်ဆေးပါ

ဒီတော့ မိမိကိုယ်ကို မိမိသန္တာန်မှာ ဘာဖြစ်နေတယ်၊ ဘာစိတ်တွေ ဝင်နေတယ်ဆိုတာ သိဖို့ မလိုဘူးလား။ (လိုပါတယ်ဘုရား။) မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ့်ကိုယ်ကို စစ်ဆေးပေးပါတဲ့။ **အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်၊ သစိတ္တသုတ်မှာ** မြတ်စွာဘုရား ညွှန်ကြားထားပါတယ်။ ဘယ်လို ညွှန်ကြားထားသလဲ ဆိုတော့ လူများဟာ မိမိရဲ့ ရုပ်သွင်မှာ မိမိရဲ့ မျက်နှာမှာ အစွန်း အကွက် ရှိမရှိ၊ မှဲ့ ဝက်ခြံ ညှင်း တင်းတိတ် အဖုအကြိတ် ရှိမရှိ၊ မိမိရဲ့ ခန္ဓာကိုယ် အချိုး ကျမကျ သိချင်ရင် ဘာလုပ်ရသလဲ။ (မှန်ကြည့်ရပါတယ်ဘုရား။) မှန်တင်ပဲ ကြည့်လို့ ရသလား၊ တခြားဟာကော ကြည့်လို့ မရဘူးလား။ (ရပါတယ်ဘုရား။) အာဒါသေ ဝါ ဥဒကပတ္တေ ဝါ=မှန်မှာဖြစ်စေ၊ ရေခွက်မှာဖြစ်စေ မိမိမျက်နှာရိပ်ကို ကြည့်ပါတဲ့။

အဲဒီလို ကြည့်ရင် မိမိရဲ့ မျက်နှာမှာ အညစ်အကြေး တင်မဘင် အဖု အကြိတ် ရှိမရှိ မသိပေဘူးလား။ (သိပါတယ်ဘုရား။) သိရင် အဲဒီ အညစ်အကြေး အဖု အပိမ့်ကို ချော်ဆေးသုတ်သင် ဆေးထိုး ဆေးလိမ်းလိုက်ရင် သန့်ရှင်း စင်ကြယ် မသွားပေဘူးလား။ (စင်ကြယ်သွားပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီတော့ ကြည်လင် ရွှင်ပျ အချိုးကျ မသွားဘူးလား။ (အချိုးကျ သွားပါတယ်ဘုရား။)

အဲဒီ အတိုင်းပါပဲ မိမိ စိတ်အစဉ်မှာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အညစ်အကြေး ရှိမရှိ သိချင်ရင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်နဲ့ ယှဉ်ကြည့်ပါတဲ့၊ တရားတော်ဆိုတဲ့ မှန်ပြင်မှာ တင်ကြည့်လိုက်ရင် ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်က ဒီလို ဆိုတယ်၊ ငါ့ စိတ်ထဲက ဒီလို ဖြစ်နေတယ်၊ ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားက အပြစ်ကင်းတာ ကုသိုလ်၊ အပြစ်မကင်းတာ အကုသိုလ် လို့ ဆိုတယ်။ ငါ့ စိတ်ထဲမှာ လောဘ ဖြစ်နေတယ်၊ လောဘ အပြစ်ကင်းသလား။ ငါ့ စိတ်ထဲ

မှာ ဒေါသ ဖြစ်နေတယ်၊ ဒေါသ အပြစ်ကင်းသလား။ အဖြေက တယ်လို ထွက်သလဲ၊ အပြစ် မကင်းဘူး လို့ အဖြေ ထွက်တယ်။ အပြစ် မကင်းရင် ဒါ အကုသိုလ်ပဲ။ ဒီ အကုသိုလ်ကို လက်ခံထားရမလား၊ ဖယ်ရှားရမလား။ (ဖယ်ရှားရပါမယ် ဘုရား။) လက်ခံထားမယ် ဆိုရင် ချမ်းသာမလား၊ ဆင်းရဲမလား။ (ဆင်းရဲပါတယ် ဘုရား။) ဖယ်ရှားမယ် ဆိုရင် (ချမ်းသာပါမယ် ဘုရား။) အဲဒီလို စစ်ဆေးပြီး အညစ်အကြေး တွေ့လို့ရှိရင် လျှော်ဆေးပစ်ပါတဲ့၊ **သစ္စဂ္ဂသုတ်**မှာ မြတ်စွာဘုရားက လူတွေ ခန္ဓာကိုယ်ကို တင့်တယ်လှပ အချိုးကျအောင် ပြုပြင်ကြ တန်ဆာ ဆင်ကြသလို စိတ်ကိုလဲ တင့်တယ်လှပ အချိုးကျအောင် ပြုပြင်ဖို့ မိန့်ကြားခဲ့ပါတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ အခု ဟောနေတာက လိုက်နာ ကျင့်ကြံရေး အပိုင်း ဆိုတော့ ဒီ စိတ်ဖြူစင်ရေး၊ စိတ်ချမ်းသာရေး နည်းတွေကို သိရှိနားလည် သဘောပေါက် မှတ်သားပြီးတော့ လိုက်နာ ကျင့်ကြံခြင်းအားဖြင့် စိတ်ချမ်းသာမှုကို အရယူဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် မှတ်မိအောင် ဆောင်ပုဒ် လိုက်ဆိုကြပါ။

တရားမှန်မှာ ကြည့်ပါ

သန့်ရှင်းကြည်လင်၊ ကြေးမုံပြင်ဝယ်၊ သင့်သွင် ရုပ်၊ လှ မလှကို၊ နေ့ညမရွေး၊ ကြည့်စစ်ဆေး၍၊ ယင် ချေး မွဲပြောက်၊ ဝက်ခြံပေါက် နှင့်၊ ညှင်းပြောက် တင်းတိတ်။ ဖုအကျိတ်ကို၊ ဆေးသိပ် ပယ်ရှား၊ ပမာလားသို့၊ မြတ်ဗျား ဗုဒ္ဓ၊ ဟောညွှန်ပြသည့်၊ ဓမ္မကြည်လင်၊ ကြေးမုံပြင်ဝယ်၊ သင့်သွင်မန၊ စိတ်အလှကို၊ နေ့ညမရွေး၊ တင် စစ် ဆေးလော့၊ ညစ်ကြေး ကိလေ၊ တွေ့ခဲ့ပေမသော်၊ ခြောက်တွေနည်း

ဖြင့်၊ ပျောက်စေလွှင့်မှ၊ မလင့်မကြာ၊ သင့်ခန္ဓာသည်၊ ချမ်းသာ
ဖုံးလိမ့် မှန်စွာတည်း။

စိတ်ထားဖြူဖွေး ဆောင်ပုဒ်စာအုပ် ဘုန်းကြီးတို့ အဲဒီတရားကို ''စိတ်ထားဖြူဖွေး ချမ်းသာရေး တရားတော်''လို့ နာမည်တပ်ပြီး မနှစ်က ဝါဆိုလပြည့်က စပြီး ဥပုသ်နေ့တိုင်း ဟောခဲ့တယ်။ အခုထိတော့ အပြီးမသတ်သေးဘူး။ လာမည့် ဝါဆိုလကွယ်နေ့ ဥပုသ်နေ့မှာ အပြီးသတ်ဖို့ ရည်ရွယ်ထားပါတယ်။ အဲဒီ တရားကိုလဲ ဆောင်ပုဒ်စာအုပ်ကလေးတွေ ၃၀၀၀ ရိုက်ပြီး လှူထားကြတာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ တရားက အဆုံးသတ်တော့မှာမို့ ဆောင်ပုဒ် စာအုပ်ကလေးတွေ ပိုသလောက် ပိုလိမ့်မယ်၊ နောက်တရားပတ်ကျတော့ အဲဒါ လေးတွေ ယူခဲ့ရဦးမယ်၊ အကုန်တော့ နှံ့မှာ မဟုတ်ဘူး၊ ရသလောက်တော့ ရပါလိမ့်မယ်။ ဒေါက်တာ ဦးမင်းဟင်မွန်ရဲ့ လက်ထဲထည့်လိုက်ရမှာပဲ။ စာအုပ် တစ်ရာလောက်တော့ ရှိသေးတယ် ထင်ပါရဲ့။

စီးပွားရေးကြီးပွားရေး တရားတွေအများကြီး ဒီတော့ အဲဒါက မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဒေသနာတော်ထဲက စိတ်ပြုပြင်ရေးအတွက် လိုက်နာစရာ တရားတော်၊ ကျင့်ကြံစရာ တရားတော်တွေပါပဲ။ တခြားတခြား လိုက်နာစရာ ကျင့်ကြံစရာတွေလဲ များစွာ ရှိပါသေးတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့လဲ သင်ကြားခဲ့တာ ရှိတယ်။ စီးပွားရေး ကြီးပွားရေးနဲ့ ပတ်သက်တာတွေလဲ ညွှန်ကြားခဲ့တာတွေ ရှိတယ်။ စီးပွား ပျက်ကြောင်း၊ ကြီးပွား တိုးတက်ကြောင်းတွေကို ညွှန်ကြားခဲ့တာလဲ ရှိတယ်။ ပြီးတော့ လူမှုဆက်ဆံရေးနဲ့ ပတ်သက်တာတွေ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားခဲ့တာတွေလဲ ရှိတယ်။ အများကြီး ရှိပါတယ်၊ အများကြီး ရှိသော်လဲပဲ အခု ဘုန်းကြီးတို့ အချိန်က မရှိတော့လို့ နောက်ထပ် နဲနဲပဲ ပြောပါတော့မယ်။

လူတိုင်းလိုက်နာသင့်တဲ့ ဩဝါဒ

ရှင်ရာဟုလာ မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘုရားဖြစ်တော်မူပြီး တစ်နှစ်အကြာ ကဆုန်လပြည့်နေ့မှာ ခမည်းတော် **သုဒ္ဓေါဒန** မင်းကြီး ပင့်လို့ **ကပိလဝတ်** ပြည်ကို ကြွလာပြီး တရားရေအေး အမြိုက်ဆေး တိုက်ကျွေး တော်မူတော့ **သုဒ္ဓေါဒန** မင်းကြီး အနာဂါမ် တည်သွားတယ်။ တိုင်းသူ ပြည်သားတွေလဲ ရသင့်တဲ့တရား အသီးသီး ရသွားကြတယ်။ လက်ထပ်ခါနီး ဆဲဆဲဖြစ်တဲ့ ညီတော် **နန္ဒ** မင်းသားကို ရဟန်းပြုပေးပြီး အမြိုက်တရား ရစေတော် မူတယ်၊ **ယသော်ဓရာ** ရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်အရ သားတော်ကလေး **ရာဟုလာ** က အမွေတောင်းတော့လဲ ကျောင်းတော်ကို ခေါ်လာပြီး အရှင် **သာရိပုတ္တရာ** ထံ အပ်ပြီး လောကုတ္တရာအမွေ ပေးတဲ့အနေ ရှင်သာမဏေ ပြုပေးစေတယ်။ အဲဒီ အခါမှာ **ရာဟုလာ** ကလေးက ခုနစ်နှစ်သားပဲ ရှိသေးတယ်။

အဲဒီနောက် **ရာဇဂြိုဟ်**ကို ပြန်ကြွတော့ ကိုရင်လေး **ရာဟုလာ**လဲ သံဃာ တော်များနဲ့ အတူ ပါလာတယ်။ **ရာဇဂြိုဟ်** ရောက်တဲ့အခါ **ဝေဠုဝန်** ကျောင်း တိုက်တော်ရဲ့ အစွန်မှာ ရှိတဲ့ **အမ္ဗလဋ္ဌိက** ကျောင်းဆောင်းမှာ ကိုရင် **ရာဟုလာ** ကို သီတင်းသုံးစေတယ်။ အမ္ဗလဋ္ဌိကကျောင်းဆိုတာ သရက်ပင်ပျိုကျောင်းလို့ အဓိပ္ပာယ် ရှိတယ်။ ဒီ သရက်ပင်ပျိုကျောင်းဟာ ကျောင်းတိုက်ရဲ့ အစွန် ကျလို့ အင်မတန် တိတ်ဆိတ်တယ်။ တရားအားထုတ်ဖို့ သိပ်ကောင်းတယ်။ ဒါကြောင့် **မိဇ္ဇကိုက** တိတ်ဆိတ်မှု ဆိတ်ငြိမ်မှုကို ကြိုက်တဲ့ ကိုရင် **ရာဟုလာ** ဟာ ဒီ **အမ္ဗလဋ္ဌိက** ကျောင်းဆောင်ကို အလွန် သဘောကျတယ်။

ရာဟုလာကိုပေးတဲ့ ဩဝါဒ တစ်နေ့တော့ မြတ်စွာဘုရား **အမ္ဗလဋ္ဌိက** ကျောင်း ဆောင်ကို ကြွလာတော့ ကိုရင် **ရာဟုလာ**က မြတ်စွာ ဘုရားအတွက် အမြဲတစေ အသင့် ခင်းထားတဲ့

အခင်းကလေးကို ခါပြီး ပြင်ခင်းပေးတယ်။ ပြီးမှ ဦးချပြီး လက်အုပ်ကလေး ချီလျက် ထိုင်နေတယ်။ ဒီတွင်မှ မြတ်စွာဘုရားက ရေအကြွင်းအကျန် နည်းနည်း ကလေးသာ ရှိတဲ့ ရေအိုးတစ်လုံးကို ရှေ့ချပြီး ကိုရင်ရာဟုလာကို ဩဝါဒစကား မိန့်ကြားတော်မူတယ်။

မြတ်စွာဘုရား။ “ရာဟုလာ၊ ဒီ ရေအိုးထဲမှာ ကျန်နေတဲ့ ရေအနည်းငယ်ကို မြင်ရဲ့လား။”

ရာဟုလာ။ “မြင်ပါသည် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား။”

မြတ်စွာဘုရား။ “မုသားပြောရမှာ မရှက်တဲ့ ရှင်ရဟန်းမှာ ရဟန်းတရား ဆိုတာ ဒီ ရေကျန်လောက်ကလေးပဲ ရှိတယ် ရာဟုလာ။”

ရာဟုလာ။ “မှန်ပါဘုရား”

ရှင်တော်မြတ်ဘုရားက ရေအိုးထဲမှ ရေကျန်ကို သွန်ပစ်တော်မူပြီးတော့ မေးခွန်းထုတ်တော်မူပြန်တယ်။

မြတ်စွာဘုရား။ “ဒီ ရေအိုးထဲက ရေကို သွန်ပစ်လိုက်တာ မြင်တယ်မဟုတ်လား ရာဟုလာ။”

ရာဟုလာ။ “မှန်ပါ မြင်ပါသည် အရှင်မြတ်ဘုရား”

မြတ်စွာဘုရား။ “မုသားပြောရမှာ မရှက်တဲ့ ရှင်ရဟန်းလဲ ဒီရေကို သွန်ပစ် လိုက်သလို ရဟန်းတရားကို စွန့်ပစ်လိုက်တာပဲ ရာဟုလာ။”

ရာဟုလာ။ “မှန်ပါ အရှင်မြတ်ဘုရား။”

မြတ်စွာဘုရားက ရေအိုးကို မှောက်လိုက်ပြီးနောက် မေးတော်မူပြန်တယ်။

မြတ်စွာဘုရား။ “ဒီ ရေအိုး မှောက်တာကို မြင်ရဲ့လား ရာဟုလာ။”

ရာဟုလာ။ "မှန်ပါ မြင်ကြောင်းပါ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား။"

မြတ်စွာဘုရား။ "မုသားပြောရမှာ မရှက်တဲ့ ရှင်ရဟန်းဟာ ဒီရေအိုး မှောက်ထားသလို သူ့ရဲ့ ရဟန်း တရားကို မှောက်ထားတာပဲ ရာဟုလာ။"

ရာဟုလာ။ "မှန်ပါ အရှင်မြတ်ဘုရား"

မြတ်စွာဘုရားက ရေအိုးကို လှန်လိုက်ပြန်ကာ မေးတော်မူ ပြန်တယ်။

မြတ်စွာဘုရား။ "ဒီ လှန်ထားတဲ့ ရေအိုးမှာ ရေတစက်မှ မရှိဘူး မဟုတ်လား ရာဟုလာ။"

ရာဟုလာ။ "မှန်ပါ မရှိပါဘုရား။"

မြတ်စွာဘုရား။ "မုသားပြောရမှာ မရှက်တဲ့ ရှင်ရဟန်းမှာ ရဟန်းတရား ဆိုတာ ဘာမှ မရှိဘူး ရာဟုလာ။ ဒီ ရေအိုးထဲမှာ ရေတစ်စက်မှ မရှိသလိုပဲ။"

ရာဟုလာ။ "မှန်ပါ အရှင်မြတ်ဘုရား။"

အဲဒီ နောက် မြတ်စွာဘုရားက စစ်မြေပြင်မှာ တိုက်ပွဲဝင်နေတဲ့ ဘုရင် မင်းတော်ဆင်ဟာ ရန်သူကို ကိုယ်လက်အင်္ဂါ အားလုံးနဲ့ မလွတ်တမ်း တိုက်ခိုက်တဲ့ အခါ ဆင်ဦးစီးက "ဒီဆင်ဟာ ဘယ်ရန်သူကို မဆို ဘာနဲ့ပဲ ဖြစ်ဖြစ် တိုက်ခိုက် မှာပဲ၊ သူ မတိုက်ခိုက်မှာ ဘာမှ မရှိဘူး" လို့ အားရဝမ်းသာ ဖြစ်ကြောင်း၊ အဲဒီ အတိုင်းပဲ မုသား ပြောရမှာ မရှက်တဲ့ ရှင်ရဟန်းလဲပဲ သူ မပြုမည့် မကောင်းမှု ဆိုတာ ဘာမှ မရှိကြောင်း ဆက်ပြီး မိန့်တော်မူပါတယ်။

ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဆက်ပြီး မေးတော်မူပြန်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား။ "ကြည့်မှန်ဟာ ဘာ အသုံးကျသလဲ ရာဟုလာ။"

ရာဟုလာ။ "မျက်နှာရိပ်ကို မှန်ထဲမှာ ကြည့်ပြီး အညစ်အကြေး ရှိ မရှိ စစ်ဆေးဖို့ အသုံးကျပါသည် ဘုရား။"

မြတ်စွာဘုရား။ "အဲဒီ အတိုင်းပဲ ရာဟုလာ၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီးမှ အလုပ်ကို လုပ်ရမယ်၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီးမှ စကားကို ပြောရမယ်၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီးမှ အကြံအတွေးကို ကြံတွေးရမယ်။"

ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီးမှ လုပ်၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီးမှ ပြော၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီးမှ ကြံတွေးဆိုတဲ့ အချက် သုံးချက်ကို ကိုရင်ကလေး **ရာဟုလာ** နားလည်အောင် မြတ်စွာဘုရား အကျယ်ချဲ့ပြီး ဆက်လက် မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။ အဲဒီ ဩဝါဒ တော်ကို လူတိုင်း နားလည်နိုင်ပါတယ်။ လိုက်နာဖို့လဲ မခက်ပါဘူး။ လိုက်နာရင် လောကရေး ဓမ္မရေး နှစ်ဌာနလုံးမှာ အင်မတန် အကျိုးကျေးဇူးများပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ အကျယ် ဩဝါဒတော်ကို ဘုန်းကြီးက အကျဉ်းချုံးပြီး ပြောပြပါမယ်။

ကာယကံ
မလုပ်မီစဉ်းစား

အလုပ် တစ်ခုခုကို လုပ်မယ် ကြံရင် မလုပ်မီ မိမိ ဘာ လုပ်တော့မယ် ဆိုတာ သတိရှိပါ။ ပြီးမှ မိမိ လုပ်မယ့် အလုပ်ဟာ မိမိကို ထိခိုက်စေနိုင်သလား၊ သူတစ်ပါးကို ထိခိုက်စေနိုင်သလား ဆိုတာ အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်စဉ်းစားပါ။ ဆင်ခြင်စဉ်းစားလို့ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်နိုင်ဘူး လို့ သေသေချာချာ သိရရင် အဲဒီ အလုပ်ကို လုပ်ပါ။ တစ်ဦးဦးကို ထိခိုက်လိမ့်မယ်လို့ သိရင်၊ သို့မဟုတ် ထင်ရင် အဲဒီ အလုပ်ကို မလုပ်ပါနဲ့။

ထို့အတူပဲ ပြုလုပ်နေဆဲမှာလဲ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပါ။ အခု ငါ လုပ်နေတဲ့ အလုပ်ဟာ ငါ့ကိုများ ထိခိုက်နေသလား၊ သူတစ်ပါးကိုများ ထိခိုက်နေသလား လို့ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပါ။ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်ဘူးဆိုတာ သေချာမှ အဲဒီ အလုပ်ကို ဆက်လုပ်ပါ။ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ထိခိုက်နေတယ် လို့ သိရရင် အဲဒီ အလုပ်ကို ဆက်မလုပ်ပါနဲ့၊ ရပ်လိုက်ပါတော့။

ထို့အတူပဲ ပြုလုပ်ပြီးပြန်ရင်လဲ ငါ လုပ်လိုက်တဲ့ အလုပ်ဟာ ဘယ်သူ့များ ထိခိုက်သွားသလဲ ဆိုတာ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပါ။ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်ဘူး ဆိုတာ သေချာမှ အဲဒီ အလုပ်မျိုးကို နောက်လဲ လုပ်ပါ။ တစ်ဦးဦးကို ထိခိုက်သွားပြီ လို့ သိရရင်၊ သို့မဟုတ် ထင်ရင် အဲဒီ အလုပ်မျိုးကို နောက် ဘယ်တော့မှ မလုပ်ပါနဲ့၊ ရှောင်ပါ။

ဝစီကံ မပြောမိစဉ်းစား အပြောမှာလဲ ထို့အတူပဲ။ တစ်စုံတစ်ရာ မပြောမီ မိမိဟာ ပြောမယ်ဆိုတာ သတိထားပါ၊ ပြီးတော့ သေသေချာချာ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပါ။ မိမိ ပြောမယ့် စကားဟာ တစ်ဦးဦးကို ထိခိုက်မယ်ဆိုရင် မပြောပါနဲ့။ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်မှသာ ပြောပါ။ ပြောနေဆဲမှာလဲ သတိထား၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပါ။ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်မှသာ အဲဒီ စကား ဆက်ပြောပါ။ တစ်ဦးဦးကို ထိခိုက်ရင် ဆက်မပြောပါနဲ့၊ ရပ်လိုက်ပါ။

အခု ဘုန်းကြီး ဟောနေတဲ့ တရား တစ်ဦးဦးကို ထိခိုက်နေ ထင်ပါရဲ့၊ ရပ်လိုက်ရမလား၊ ဆက်ဟောရမလား။ (ဆက်ဟောပါဘုရား။) ဒါဖြင့် ဘယ်သူ့မှ မထိခိုက်ဘူးပေါ့နော်။ တရားနာပရိသတ်ကို မထိခိုက်ဘူးလား။ (မထိခိုက်ပါဘုရား။) မညောင်းဘူးလား။ (မညောင်းပါဘုရား။) ဒါဖြင့် အဆောင် ပြန်ဖို့

အိမ်ပြန်ဖို့ စိတ်ထဲမှာ တထင့်ထင့် ဖြစ်မနေဘူးလား။ (မဖြစ်ပါဘုရား။) ဒီလိုဆိုရင် ဘယ်သူ့မှ မထိခိုက်ဘူးပေါ့။ ဒါဖြင့် ဆက်ပြောမယ်၊ ဟုတ်ကဲ့လား။ (မှန်လှပါ ဘုရား။)

ပြောပြီးပြန်ရင်လဲ သတိထား၊ ပြန်ပြီး ဆင်ခြင် စဉ်းစားပါဦး။ ငါ ပြော လိုက်တာ ဘယ်သူ့များ ထိခိုက်သွားပါလိမ့်။ ငါ့များ ထိခိုက်သွားသလား၊ ဒါမှ မဟုတ် သူတစ်ပါးများ ထိခိုက်သွားသလား စဉ်းစားဆင်ခြင်ကြည့်ပါ။ တစ်စုံ တစ်ဦးကို ထိခိုက်သွားရင် ဒီစကားမျိုး နောက် ဘယ်တော့မှ မပြောတော့ဘူး လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး ရှောင်ပါ။ ဘယ်သူ့မှ မထိခိုက်ဘူး ဆိုရင်တော့ အဲဒီ စကားကို နောင် လဲ အကြောင်းသင့် အခွင့်သာတိုင်း ပြောပါ။

ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ သုံးမျိုးအနက် ဒီ ဝစီကံ ဆိုတဲ့ အပြောကို ပိုပြီး သတိထားဖို့ လိုပါတယ်။ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် မဆင်ခြင်မစဉ်းစားဘဲ နှုတ်က လွှတ်ခနဲ လွှတ်ခနဲ လွယ်လွယ်နဲ့ ထွက်ထွက်သွားတတ်လို့ပါပဲ။ ဒါကြောင့် ပြောမယ် ကြံရင် မပြောသေးဘဲ ခဏရပ်ပြီး စဉ်းစားလိုက်ပါဦး၊ကိုယ်ပြောမယ့် စကားကို စိစစ်ဝေဖန် ကြည့်လိုက်ပါဦး။ ဘယ်သူ့မှ မထိခိုက်မှ အကျိုးရှိမယ် ဆိုတာ သေချာမှ ပြောပါ။ အဲဒီလိုဆိုရင် အပြောမှားအဆိုမှား အတော်ကြီးနည်းသွားပြီး ''နှုတ်ကြောင့်ကြေ'' ဆိုတာမျိုး မဖြစ်တော့ဘဲ အများကြီး စိတ်ချမ်းသာ သွားပါလိမ့်မယ်။ လူမှု ဆက်ဆံရေး စီးပွားရေးတွေမှာလဲ ပိုပြီး အဆင်ပြေလာမှာ မုချပါပဲ။

မနောကံ မတွေးမီစဉ်းစား

အကြံအတွေး မနောကံမှာလဲ ဒီအတိုင်းပါပဲ။ မကြံခင် မတွေးခင် သတိထား၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပါ။ အခု ငါကြံမှာ တွေးမှာဟာ ငါ့ကို ထိခိုက်မလား၊ သူများ ထိခိုက်မလား

ဆင်ခြင်စဉ်းစားပါ။ တစ်ဦးဦးကို ထိခိုက်မယ် ဆိုရင် မကြံမတွေးပါနဲ့။ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်မှသာ ကြံတွေးပါ။ ကြံတွေးနေစဉ်မှာလဲ သတိထား၊ ဆင်ခြင် စဉ်းစားပါ။ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ထိခိုက်ရင် ဆက်မတွေးပါနဲ့၊ ရပ်လိုက်ပါ။ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်မှသာ ဆက်ပြီးတော့ ကြံတွေးပါ။ ကြံတွေးပြီးတော့လဲ ပြန်ပြီး ဆင်ခြင်စဉ်းစားပါဦး။ တစ်ယောက်ယောက်ကို ထိခိုက်သွားရင် ဒီအကြံမျိုးကို နောက် ဘယ်တော့မှ မကြံမတွေးတော့ဘူးလို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး ရှောင်ပါ။ ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်ရင်တော့ နောင်လဲ အခွင့်သာတိုင်း ကြံတွေးပါ။

အဲဒါဟာ ဝေဠုဝန်ကျောင်းတိုက်ရဲ့ အစွန်မှာ ရှိတဲ့ **အမ္ဗလဋ္ဌိက** ကျောင်းဆောင်မှာ ကိုရင်လေး **ရာဟုလာ**ကို မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတဲ့ ဩဝါဒတရားတော် အကျဉ်းချုပ်ပါပဲ။ **အမ္ဗလဋ္ဌိကရာဟုလောဝါဒ ဒေသနာ**လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီ ဒေသနာတော်ကို ကိုရင်လေး ရာဟုလာ ကလေးဆိုတော့ မုသား ပြောမိချင် ပြောမိတတ်တာမို့ မုသား မပြောဖို့ရာ ပဓာနထားပြီး မိန့်ကြားတော်မူတာဖြစ်လို့ အလွန် အကျိုးများတဲ့ ဒေသနာတော် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ ဒေသနာတော်ရဲ့ သဘောအကျဉ်းချုပ်ကို ဘုန်းကြီးက ဆောင်ပုဒ် လုပ်ထားပါတယ်။ လိုက်ဆိုကြပါ။

အပြု(ကာယကံ)

ပြုမည်ကြံလဲ၊ သင့်စိတ်ထဲ၊ အမြဲဆင်ခြင်ပါ၊
မိမိ သူတစ်ပါး၊ နှစ်ဦးသား၊ ဘယ်သူ့များ ထိမည်လဲ။
ထိခိုက်နိုင်ငြား၊ အပြုများ၊ မမှားရှောင်ကြဉ်ပါ။

ပြုဆဲမှာလဲ၊ သင့်စိတ်ထဲ၊ အမြဲ ဆင်ခြင်ပါ။
မိမိ သူတစ်ပါး၊ နှစ်ဦးသား၊ ဘယ်သူ့များထိသလဲ။

ထိခိုက်နိုင်ခြား၊ အပြုံများ၊ မမှားရှောင်ကြဉ်ပါ။

ပြုံပြီးပြန်လဲ၊ သင့်စိတ်ထဲ၊ အမြဲ ဆင်ခြင်ပါ။
မိမိ သူတစ်ပါး၊ နှစ်ဦးသား၊ ဘယ်သူ့များထိပြီလဲ။
ထိခိုက်နိုင်ခြား၊ အပြုံများ၊ မမှား ရှောင်ကြဉ်ပါ။

အပြော(ဝစီကံ)

ပြောမည်ကြံလဲ၊ သင့်စိတ်ထဲ၊ အမြဲ ဆင်ခြင်ပါ။
မိမိ သူတစ်ပါး၊ နှစ်ဦးသား၊ ဘယ်သူ့များ ထိမည်လဲ။
ထိခိုက်နိုင်ခြား၊ အပြောများ၊ မမှားရှောင်ကြဉ်ပါ။

ပြောဆဲမှာလဲ၊ သင့်စိတ်ထဲ၊ အမြဲ ဆင်ခြင်ပါ။
မိမိ သူတစ်ပါး၊ နှစ်ဦးသား၊ ဘယ်သူ့များ ထိသလဲ။
ထိခိုက်နိုင်ခြား၊ အပြောများ၊ မမှားရှောင်ကြဉ်ပါ။

ပြောပြီးပြန်လဲ၊ သင့်စိတ်ထဲ၊ အမြဲ ဆင်ခြင်ပါ။
မိမိ သူတစ်ပါး၊ နှစ်ဦးသား၊ ဘယ်သူ့များထိပြီလဲ။
ထိခိုက်နိုင်ခြား၊ အပြောများ၊ မမှားရှောင်ကြဉ်ပါ။

အတွေး(မနောကံ)

တွေးမည်ကြံလဲ၊ သင့်စိတ်ထဲ၊ အမြဲ ဆင်ခြင်ပါ။
မိမိ သူတစ်ပါး၊ နှစ်ဦးသား၊ ဘယ်သူ့များထိမည်လဲ။
ထိခိုက်နိုင်ခြား၊ အတွေးများ၊ မမှားရှောင်ကြဉ်ပါ။

တွေးဆဲမှာလဲ၊ သင့်စိတ်ထဲ၊ အမြဲ ဆင်ခြင်ပါ။
မိမိ သူတစ်ပါး၊ နှစ်ဦးသား၊ ဘယ်သူ့မျှားထိသလဲ။
ထိခိုက်နိုင်ငြား၊ အတွေးမျှား၊ မမှားရှောင်ကြဉ်ပါ။

တွေးပြီးပြန်လဲ၊ သင့်စိတ်ထဲ၊ အမြဲ ဆင်ခြင်ပါ။
မိမိ သူတစ်ပါး၊ နှစ်ဦးသား၊ ဘယ်သူ့မျှားထိပြီလဲ။
ထိခိုက်နိုင်ငြား၊ အတွေးမျှား၊ မမှားရှောင်ကြဉ်ပါ။

ဒီဆောင်ပုဒ်တွေ အမိပ္ပာယ် ရှင်းတယ်မဟုတ်လား၊ နားလည်လွယ်ပါတယ်၊ ဒီအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးဖို့ပဲ လိုတယ်။ မလုပ်ခင် လုပ်ဆဲ လုပ်ပြီး၊ မပြောခင် ပြောဆဲ ပြောပြီး၊ မတွေးခင် တွေးဆဲ တွေးပြီး အချိန်များမှာ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီး ဘယ်သူ့မှ မထိခိုက်ပဲ အပြစ်ကင်းမှသာ ပြုလုပ် ပြောဆို ကြံတွေးပါတဲ့။

နှုတ်ကိုထိန်းဖို့ အရေးကြီးသည် ထပ်ပြီး ပြောရဦးမယ်၊ အဲဒီ ကံသုံးမျိုးထဲက အပြောကို ပိုပြီး သတိထား ဆင်ခြင်စဉ်းစားဖို့ အရေးကြီးတယ်ဆိုတာ လူတိုင်း သတိပြုမိကြမှာပါပဲ။ မပြောသင့်တဲ့ စကားကို မဆင်မခြင် လွှတ်ကနဲ ပြောမိလို့ မိတ် မပျက်သင့်ဘဲ ပျက်သွားကြရတာတွေ၊ စီးပွားမဆုံးရှုံး သင့်ပဲ ဆုံးရှုံးရတာတွေ၊ နာမည် မပျက်သင့်ဘဲ ပျက်ကြရတာတွေ။ လူ မသေ သင့်ဘဲသေကြရတာတွေ၊ ဒုက္ခ မရောက်သင့်ဘဲ ရောက်ကြရတာတွေ အများကြီးပဲ။ အခု ဒီ ဒေသနာတော်အတိုင်း လိုက်နာပြီး နှုတ်ကို သတိနဲ့ထိန်း ပြောမည့် စကားကို ဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီး ဘယ်သူ့ကိုမှ မထိခိုက်ဘဲ အပြစ်ကင်းတဲ့ စကားပဲလို့ အသေအချာ သိရမှသာ ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်၊ အေးအေးဆေးဆေး ပြောကြရင် အမှားအယွင်း အချွတ်အချော် အများကြီး ကင်းသွားမှာမို့ ချမ်း သာရဖို့ သေချာပါတယ်။

တခါတရံမှာ မပြောသင့်တဲ့ စကား၊ သူများကို ထိခိုက်မယ့် စကားမှန်း သိပါလျက်နဲ့ မိမိရဲ့ ဒေါသ မာန်မာနကြောင့် ပြောချလိုက်ချင်တဲ့ သဘောတွေ ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဒီစကားမျိုးကို ပြောဖြစ်နိုင်လောက်တဲ့ နေရာမှာ မနေဘဲ ချက်ချင်း ရှောင်ထွက်သွားလိုက်ရင် မပြောဖြစ်တော့ဘူး။ မပြောဖြစ်လို့ တစ်ဖက်လူက သူ့ကို ထိခိုက်မယ့် စကားကို မကြားရရင် သူလဲ ဒေါသ မထွက်ရ စိတ်မချမ်းမသာ မဖြစ်ရတော့ဘူး၊ ကိုယ့်အပေါ်မှာလဲ မေတ္တာ မပျက် ပြား ရန်ငြိုးမထားတော့ဘူး။ အဲဒီတော့ နှစ်ဦးလုံးအတွက် မကောင်းပေဘူး လား။ (ကောင်းပါတယ်ဘုရား။) မချမ်းသာပေဘူးလား။ (ချမ်းသာပါတယ် ဘုရား။) ဒီတော့ ဒါလဲ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေးတရားတော်ပဲ မဟုတ်ပေ ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။)

ကဲ အချိန်စေ့သွားပြီ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များထဲက လိုက်နာ ကျင့်ကြံရေး အပိုင်း ပေါ့နော်။ ဒီလောက်ဆိုရင် တော်လောက်ပါပြီ။ နောက် သောကြာပတ်ကျမှ ဆက်ကြသေးတာပေါ့။

ဒီတော့ တရားသိမ်းကြပါစို့။ ဘုန်းကြီးတို့ တရားနာပရိသတ်ဟာ မြတ် စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်များကို မြတ်စွာဘုရား ရှုထောင့်အဖုံဖုံက နေပြီး ဟော ထားတော်မူတဲ့အတိုင်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ကွင်းကွင်းကွက်ကွက် အချက်ကျကျ နားလည်သဘောပေါက်ကြပြီးလျှင် လိုက်နာကျင့်ကြံနိုင်ကြသဖြင့် အမြဲတစေ ချမ်း ချမ်းသာသာ နေထိုင်နိုင်ရုံမျှမကဘဲ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို လျင် မြန်စွာ မျက်မှောက် ပြုနိုင်ကြပါစေ။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။

သတ္တဝါ မှန်သမျှ၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာ ရှိပါစေ။

တတိယနေ့ တရားပွဲ ပြီး၏။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်

၏

၁၉၇၅ ခုနှစ် တက္ကသိုလ် ဓမ္မသဘင်

ဇူလိုင်လ ၁၂ ရက်၊ စတုတ္ထနေ့ တရားပွဲ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ

တရားအနုသန္ဓေ ဒီကနေ့ ၁၉၇၅ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၁၂ ရက်နေ့၊ ညနေ ၄ နာရီနဲ့ ၉ မိနစ် အချိန်မှာ ဘုန်းကြီးတို့ တရားပွဲ စပါတယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ သောကြာပတ် တရားပွဲများအနက် နောက်ဆုံး တရားပွဲပေါ့။ အရင် တရားပွဲတွေတုန်းက ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် မှတ်မိသလောက် မှတ်မိမှာပေါ့၊ တတိယတရားပွဲတုန်းက ဘာတွေများ ဟောခဲ့မိပါလိမ့်မလဲ။

ဘယ်နှယ့်လဲ၊ တတိယ တရားပွဲတုန်းက ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် ဘာတွေ မှတ်မိခဲ့သလဲ၊ မှတ်မိသလောက်တော့ မှတ်မိမှာပေါ့။ ဘုန်းကြီးတို့ ပထမနေ့က မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ကို လေးပိုင်း ပိုင်းခြားပြီး ကြည့်ကြမယ်လို့ ပြောခဲ့တယ်။ အဲဒီ လေးပိုင်းကို ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် မှတ်မိကြသေးလား၊ မှတ်မိတယ်နော်၊ နည်းနည်းပဲနဲ့ တူတယ်။ ဘယ်လိုများ ပိုင်းခြားထားပါသလဲ။

(၁) ယုံကြည် ကြည်ညိုမှု အပိုင်း၊ (၂) လိုက်နာကျင့်ကြံရေး အပိုင်း၊ (၃) ကိုယ်ကျင့်တရားအပိုင်း၊ (၄) လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်မှု အပိုင်း လို့ လေးပိုင်း ပိုင်းခဲ့တယ်။

အဲဒီမှာ ယုံကြည်ကြည်ညိုမှု အပိုင်းကို အခြေခံဖြစ်တဲ့အတွက် ဘုန်းကြီးက အလေးပေးပြီးတော့ ပြောခဲ့တတ်။ လိုက်နာကျင့်ကြံမှု အပိုင်းကို တတိယတရားပွဲမှာ ပြောခဲ့တယ်၊ နည်းနည်းပါပဲ။ နည်းနည်းပင် ဖြစ်သော်လဲ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် သဘောပေါက်မှာ မှတ်မိမှာပေါ့။ ရှင်ရာဟုလာကို ဟောတဲ့ **အမ္ဗလဋ္ဌိက ရာဟုလောဝါဒသုတ်** ဆိုတာ လူတိုင်း လိုက်နာနိုင်ပြီးတော့ လူတိုင်းအတွက် လောကီကျိုး လောကုတ္တရာကျိုး တိုးပွားစေနိုင်တယ် ဆိုတာ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် သဘောပေါက် ပါလိမ့်မယ် ထင်ပါရဲ့။ အစစ အရာရာ သတိထား အပြစ်ရှိ မရှိ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီး အပြစ်မရှိမှ ပြောဆို ပြုလုပ် ကြံတွေးပါ။ လိုရင်းက ဒါပဲ။

ပြောခဲ့တာက ဒီလိုပါ ဒီတော့ ကြည်ညို ယုံကြည်မှု အပိုင်းမှာ ဘုန်းကြီး ပြောခဲ့တယ်။ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာ သုံးပါးတို့ရဲ့ အကြောင်းအရာ မသိသော်လဲ ဘုရားပဲ၊ တရားပဲ၊ သံဃာပဲ လို့ စိတ်ထဲမှာ စွဲပြီးတော့ ယုံကြည် ကြည်ညိုစိတ်နဲ့ ဆွမ်းကပ်တယ်၊ ပန်းကပ်တယ်၊

ဆီမီးကပ်တယ်၊ ဘုရားရှိခိုးတယ်၊ တရားနာတယ်၊ အဲဒီလိုဆိုရင် ယုံကြည် ကြည်ညို ခြင်းကြောင့် အကျိုးရတယ်လို့ ပြောခဲ့သလား၊ မရဘူးလို့ ပြောခဲ့သလား။ (ရတယ်လို့ ပြောခဲ့ပါတယ် ဘုရား။)

သူဌေးသားကလေး တစ်ယောက် သေခါနီး မြတ်စွာဘုရား ရောင်ခြည်တော် မြင်တာနဲ့ မြတ်စွာဘုရားပဲ လို့ သိပြီး ကြည်ညိုရုံနဲ့ပဲ အကျိုးရတာကို ပြောခဲ့တယ် မဟုတ်လား။ (ပြောခဲ့ပါတယ် ဘုရား။) ဒါဖြင့်ရင် ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်တွေ ရွတ်တာကို ရွတ်သံကြားပြီး ''ဒါ ဘုရား တရားတော်''ပဲလို့ စိတ်ထဲက ကြည်ညို၊ ယုံကြည်မှုဖြစ်ရင်ကော အကျိုးရှိသလား၊ မရှိဘူးလား။ (ရှိပါတယ် ဘုရား။) တရားတော်ကို မကြားရဘဲနဲ့ ဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြုရုံနဲ့တောင် အကျိုးရှိတယ်ဆိုတော့ ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်ပဲ လို့ သိလို့ ကြည်ညိုတယ် ဆိုရင် ပြောစရာမလိုဘူးပေါ့။

ဂုဏ်တော်နဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘုရားဂုဏ်တော်၊ တရားဂုဏ်တော်၊ သံဃာ့ဂုဏ်တော် မသိဘဲနဲ့ ရှိခိုးတာ၊ ပန်းကပ်တာ၊ ဆွမ်းကပ်တာ၊ ဆီမီးကပ်တာ၊ ကြည်ညိုတာဟာ အကျိုးများတယ်၊ အဲဒါဟာ ''ပသာဒသဒ္ဓါ''ပဲ။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ဂုဏ်တော်တို့ရဲ့ သဘောသဘာဝကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းပြီးတော့ ကြည်ညိုနိုင်တယ် ဆိုရင် ''ဩကပ္ပနသဒ္ဓါ''။ အဲဒီလိုဆိုရင် ပိုပြီး အကျိုးများတယ်လို့ ဘုန်းကြီး ပြောခဲ့သလား၊ မပြောခဲ့ဘူးလား၊ 'ပို' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေး ဘုန်းကြီး ထည့်သလား၊ မထည့်ဘူးလား။ (ထည့်ပါတယ် ဘုရား။)

ကြားတာက တစ်မျိုး

ဒီတော့ ဘုန်းကြီး စကားထဲမှာ အဓိပ္ပာယ် မသိဘဲနဲ့ ကြည်ညိုရုံမျှဟာ အကျိုး မရှိဘူးလို့ ပါသလား။ (မပါပါ ဘုရား။) ဟောဒီမှာ မေးခွန်းတစ်ခု ရောက်လာတယ်၊ အဲဒါလေးကို ဘုန်းကြီးက ထည့်ပြောချင်လို့ပါ။

မေးခွန်းက ''အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားအပ်ပါသည်။ ၀၅၊၇၊၅ ရက်နေ့မှာ အရှင်ဘုရား ဟောကြားရာတွင် ဂုဏ်တော်များ၏ အနက် အဓိပ္ပာယ်ကို မသိဘဲနဲ့ ဂုဏ်တော်ကို ပုတီးစိပ်ခြင်းသည် အကျိုးမရှိ ဟု ဟောကြားသွားပါသည်''တဲ့

ဘုန်းကြီး တရားထဲက အဲဒီလို ပါသလား၊ (မပါပါဘုရား။) အကျိုးမရှိဘူးလို့တော့ မပါဘူး နော်။ သူ ဘယ်က ဘယ်လိုကြားလိုက်သလဲ မသိဘူး။ သူနားလွဲသွားပုံရတယ်။

''ထိုသို့ဖြစ်ပါက၊ ဘုရားရှိခိုးခြင်း၊ ပရိတ်ရွတ်ဖတ်ခြင်း၊ ပဋ္ဌာန်းများ ရွတ်ဖတ်ခြင်းတို့တွင်လဲ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို မသိသော်လည်း ယုံယုံကြည်ကြည်ဖြင့် ပါဠိချည်းသက်သက် ရွတ်ဖတ်နေခြင်းသည်လည်း မည်ကဲ့သို့ ဖြစ်မည်ကို ဟောကြားစေလိုပါသည်''တဲ့။

ဘုန်းကြီးက ထပ်ပြောစရာ လိုသေးသလား၊ မလိုပါဘူးနော်၊ သူ့ဟာသူ နားကြားမှားတာပဲ။ ''ရှိသေစွာဖြင့်၊ စတုတ္ထနှစ်၊ ရူပဗေဒ''တဲ့။ နာမည်လဲ ပါပါတယ်၊ နာမည်တော့ မဖတ်တော့ပါဘူး။

လင်းနို့က ရဟန်းဖြစ် ကျမ်းဂန်မှာ ဖော်ပြထားတာ ရှိပါတယ်။ ကဿပမြတ်စွာဘုရား လက်ထက်က ရဟန်းတော်တွေ ဂူတစ်ခုထဲမှာ အဘိဓမ္မာရွတ်နေတော့ အဲဒီဂူထဲမှာ နေကြတဲ့ လင်းနို့တွေဟာ သံဃာတော်တွေရဲ့ အဘိဓမ္မာရွတ်သံ ကြားပြီးတော့ အဘိဓမ္မာတရားသံ လို့ မသိပေမယ့် ကြည်ညိုစိတ် ကြည်လင်စိတ်ဖြစ်တာနဲ့ အဲဒီလင်းနို့တွေ သေတော့ နတ်ပြည်သွားပြီး

နတ်သားဖြစ်ကြတယ်။ နောက် ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်ကျတော့ ရဟန်းတွေ လာဖြစ်တယ်။ အဲဒါ တရားတော်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ် မသိပဲ တရားသံလို့လဲ မသိပဲ ကြည်ညိုစိတ် ဖြစ်ရုံနဲ့ အကျိုးရတဲ့ သာဓကပါပဲ။

ဖားနတ်သား နောက်တစ်ခုက မြတ်စွာဘုရား တောတစ်တောထဲမှာ တရားဟောနေတဲ့ အခါမှာ နွားကျောင်းသား တစ်ယောက်က တရားနာတယ်။ အဲဒီ နွားကျောင်းသားက နွားကျောင်းသား တုတ်ကို မြေကြီးမှာ ထောက်ပြီး အဲဒီတုတ် မှီပြီးတော့ တရား နာနေတယ်။ အဲဒီ တုတ် မထောက်ခင် အဲဒီနားမှာ ဖားကလေး တစ်ကောင်ကလဲ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အသံတော် ကြည်ညိုလို့ (တရား သိလို့တော့ မဟုတ်ဘူး) ကြည်ညိုတဲ့ စိတ်နဲ့ နာနေတယ်။ နားထောင်နေတာပေါ့။ အဲဒီ နွားကျောင်းသားက တုတ်ထောက်ပြီး တရားနာတော့ သူ့တုတ်က ဖားကိုယ်ပေါ် သွားထောက်မိတယ်။ ဖားကလေးဟာ တုတ်ထောက်မိလို့ သေတယ်။ သေတဲ့အခါကျတော့ နတ်ပြည်မှာ နတ်သား သွားဖြစ်တယ်တဲ့။ အဲဒါကို **မဏ္ဍူကဒေဝပုတ္တ=ဖားနတ်သား** လို့ သာသနာမှာ ထင်ရှားတယ်။

စကားလုံးတိုင်း အာရုံစိုက်နာပါ ဒီတော့ တရားနာတဲ့အခါမှာ ဘုန်းကြီးတို့ စကားလုံးကလေးတွေကို စေ့စေ့စပ်စပ် နားလည်အောင် လွှတ်မသွားအောင် နာဖို့ အရေးကြီးပါတယ်၊ အဲဒါကို စေ့စေ့စပ်စပ် မနာရင် အခု ဒီဒကာလေး နားကြားမှားပြီး အဓိပ္ပာယ် အယူမှားသလို မှားနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီတော့ စေ့စေ့စပ်စပ် နာမှ မငိုက်ပဲနာမှ တရားသဘောကို အကုန်အစင် သိပါလိမ့်မယ်။ ဒါလေး ဘုန်းကြီး ပြောချင်လို့ပါ။

ပြောချင်တာလေး မပါသေးလို့ ဘုန်းကြီးတို့ ယုံကြည်ကြည်ညိုမှု အပိုင်းပြီးတော့ လိုက်နာကျင့်ကြံမှု အပိုင်း ဘုန်းကြီး ပြောခဲ့တယ်။ လိုက်နာကျင့်ကြံမှု အပိုင်းကို ပြောသလောက် ပြောခဲ့ပြီဖြစ်ပေမယ့်

ဘုန်းကြီးက ဒီကနေ့ နဲနဲလေး ဆက်ချင်တယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ပြောချင်တာလေး မပါသေးလို့။ ဘုန်းကြီးတို့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ကို လောကီချမ်းသာရေး လောကုတ္တရာချမ်းသာရေး နှစ်မျိုးလုံးအတွက် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့တယ် လို့ ဘုန်းကြီးပြောခဲ့ပါတယ်။

သို့သော်လဲ လောကီချမ်းသာရေးကတော့ မလွဲသာ မကင်းသာ ''သွားရင်းဟန်လွှဲ'' အနေနဲ့သာ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်။ တကယ် ပဓာနထားတာကတော့ လောကုတ္တရာ ချမ်းသာရေး၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ရရေး၊ ဒီအရေးကိုပဲ အလေးပေးပြီး ဟောတော်မူခဲ့တယ် လို့ ဘုန်းကြီး ပြောခဲ့ပါတယ်။

ဒီဃဇာဏု ဗြာဟ္မဏ

အခု ဒီမှာတော့ လောကီ ချမ်းသာရေးအတွက် မြတ်စွာဘုရား ဒီဃဇာဏု ဗြာဟ္မဏ ကြီးကို ဟောတဲ့ တရားကလေး တိုတို ကျဉ်းကျဉ်း ဘုန်းကြီးပြောချင်ပါတယ်။

တချိန်မှာ ကက္ကရပတ္တရွာကြီးက **ဒီဃဇာဏု**ဆိုတဲ့ ဗြာဟ္မဏကြီးက မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်တယ်။

''ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊ တပည့်တော်များ လောကီလူသားတွေဆိုတာ သားသမီး ဇနီး ခင်ပွန်းတွေနဲ့ နေကြရပါတယ်၊ မိသားစုနဲ့ နေကြရပါတယ်၊ အဲဒီလို နေကြရတဲ့အတွက် ကာသိတိုင်းဖြစ် စန္ဒကူးတွေလဲ လိမ်းကျံ ရှုရှိုက် ကြပါတယ်၊ ကာသိတိုင်းဖြစ် နူးညံ့ တဲ့ အဝတ်အထည်တွေလဲ ဝတ်ကြရပါတယ်။ (သံသရာဝဋ်က လွတ်မြောက် ရေးအတွက် တပည့်တော်တို့ မကြိုးစားနိုင်သေးဘူးပေါ့လေ) ဒါကြောင့် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား

တပည့်တော် များအား သနား ငဲ့ညှာ သော အားဖြင့် ပစ္စုပ္ပန် ဘဝ ကောင်းစားချမ်းသာရေးနှင့် တမလွန်ဘဝ ကောင်းစားချမ်းသာရေးတရား နှစ်မျိုး ဟောကြားပေးတော်မူပါဘုရား'' လို့ လျှောက်ထားတယ်၊ ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက ပထမ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ချမ်းသာရေးအတွက် ဟောတော်မူတယ်။

ဘုန်းကြီးက ဒါလေးကို နည်းနည်းလေး တိုတိုလေး ပြောချင်တာပါ၊ အချိန် ကုန်သွားမှာစိုးလို့။ တိုတိုလေး ပြောချင်တာဆိုတော့ ဘုန်းကြီး ပြောနေလို့ ရှိရင် ဘုန်းကြီးက နည်းနည်း စကားရှည်တယ်၊ စကားစပ်ရာစပ်ရာက ပါပါသွား တတ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ပြောမနေတော့ပဲ ဘုန်းကြီး စာအုပ်ထဲက ဖတ်ပြ ပါရစေ။ သိစေချင်တာက လောကီချမ်းသာရေးတရားလဲ ဘုရားရှင်ဟာ ဒီလို သဘာဝကျကျ ဟောခဲ့တယ်လို့ သိစေချင်တာပါ။ အဲဒီလောက် သိရင် တော်ပါပြီ။

ဒီမှာ ''အခြေပျိုး ဗုဒ္ဓဘာသာ'' စာအုပ် စာမျက်နှာ (၁၇၂)၊ ဒီဃဇာဏုသုတ်။

ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်း တရား ၄ ပါး

မြတ်စွာဘုရားသည် ကောလိယတိုင်း ကက္ကရပတ္တနိဂုံးကြီး၌ သီတင်း သုံးတော်မူစဉ် ကောလိယတိုင်းသား ဗျဂ္ဃပဇ္ဇအနွယ်ဖြစ်သော ဒီဃဇာဏု ဥပါသကာကြီးက မြတ်စွာဘုရားအား ဤသို့ လျှောက်ထား၏။

''ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ လူဒကာများမှာ လောကီရေးရာ ကာမဂုဏ်မှုတွေမှ မလွတ်နိုင်ကြသေးပါ။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ခုဘာဝအကျိုး၊ နောင်

တမလွန်ကျိုး နှစ်မျိုးလုံး ပါဝင်သော ဆုံးမဩဝါဒစကားကို မိန့်ကြားတော်မူပါဘုရား။'' ဒီလို လျှောက်ထားတယ်။ ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက

''ဗျဂ္ဃပဇ္ဇ၊ လောကမှာ ထကြွလုံ့လ ဝီရိယနှင့် ပြည့်စုံခြင်း=ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ၊ စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းမှုနှင့် ပြည့်စုံခြင်း= အာရက္ခသမ္ပဒါ၊ မိတ်ဆွေကောင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်း=ကလျာဏမိတ္တတာ၊ ဝင်ငွေ ထွက်ငွေ မျှတအောင် အသက်မွေးခြင်း=သမဇီဝိတာ ဆိုတဲ့ ပြည့်စုံမှု=သမ္ပဒါလေးမျိုး ရှိသူဟာ ယခု မျက်မှောက်ဘဝမှာ ကြီးပွားချမ်းသာတယ်'' လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

၁။ **ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ** = မိမိ အသက်မွေး ဝမ်းကျောင်းမှု ပြုသော လုပ်ငန်း၌ ကျွမ်းကျင်၍ ပညာ ဉာဏ် ဖြင့် စူးစမ်း မြော်မြင် ဆင်ခြင်လျက် တက်တက်ကြွကြွ လုံ့လဝီရိယဖြင့် ဆောင်ရွက်ရမည်။

ကိုယ်လုပ်တဲ့ လုပ်ငန်း ကျွမ်းကျင်မှကိုး၊ မကျွမ်းကျင်တော့လဲ ဘယ် အ ရာ ရောက်မလဲ။ ကျွမ်းပင် ကျွမ်း ကျင် သော် လဲ ပဲ ပညာဉာဏ်နဲ့ စူးစမ်းမြော်မြင် ဆင်ခြင်ပြီး မလုပ်ဘူးဆိုရင် ဘယ်အကျိုးများမလဲ။

၂။ **အာရက္ခသမ္ပဒါ** = မိမိ၏ ဉာဏ်အား၊ ဝီရိယအား၊ လက်ရုံးအားဖြင့် နဖူးက ချွေး ခြေမကျအောင် အားထုတ်လုပ်ကိုင်မှ စင်ကြယ်စွာ ရသည့် စည်းစိမ်ဥစ္စာကို ရန်သူမျိုးငါးပါး မဖျက်ဆီးရအောင် လုံခြုံစွာ စောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်းနိုင်ရမည်။

အဲဒါ ဘုရားဟော ပါဠိတော်ကို အကျဉ်းချုံးပြီးတော့ စကားလုံးနည်းနည်းနဲ့ ဘာသာပြန်ပေးထားတာပါ။

၃။ ကလျာဏမိတ္တတာ = ဖော်ပြပါ အချက်နှစ်ချက် ပြည့်စုံရန် မိတ်ဆွေကောင်း လိုအပ်သည်။ ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည်ဖြစ်စေ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်မှု၊ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းမှု၊ ပေးကမ်းလှူဒါန်းလေ့ရှိမှု၊အသိအလိမ္မာ ပညာရှိမှုတည်းဟူသော အရည်အချင်းများ ရှိလျှင် ဆက်ဆံပေါင်းသင်းထိုက်သော၊ အတုယူထိုက်သော မိတ်ဆွေကောင်းဖြစ်သည်။

အဲဒီမှာ ပါဠိစကားလုံးလေး လိုချင်ရင်တော့ 'သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ စာဂ၊ ပညာ' ဒီလေးချက်ပဲ။ ဘုန်းကြီးက အဲဒီစာအုပ်မှာ ပါဠိစကားလုံးကို ထည့်မထားဘူး။

၄။ သမဇီဝိတာ = ဝင်ငွေနှင့် ထွက်ငွေကို မျှအောင် စီမံသုံးစွဲရမည်။ ဒါ အရေးကြီးဆုံးပေါ့။

ဒီလေးပါးဟာ ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်း တရား ၄ ပါးပါပဲ။

ပျက်စီးကြောင်းတရား ၄ ပါး

မြတ်စွာဘုရားသည် ယခု မျက်မှောက်ဘဝ၌ ကြီး ပွား ချမ်း သာ ကြောင်း ဖြစ်သော သမ္ပဒါလေးပါးကို ရှင်းပြပြီးနောက် ပျက်စီးကြောင်းတရား ၄ ပါးကို ဆက်လက်မိန့်ကြားတော်မူ၏။

'ဗျဂ္ဃပဇ္ဇ၊ ယခုပြောခဲ့တဲ့ သမ္ပဒါလေးပါးနဲ့ ပြည့်စုံလို့ ရထားတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာဟာ (၁) အမျိုးသမီးများနဲ့ အပျော်အပါး လိုက်စားရင်ဖြစ်စေ၊ (၂) အရက်သေစာ အသောက်အစား ကြူးရင်ဖြစ်စေ၊ (၃) အ လောင်း အစား ကြူးရင်ဖြစ်စေ၊ (၄) မိတ်ဆွေယုတ်နဲ့ ပေါင်းသင်းမိရင်ဖြစ်စေ ပျက်စီး ဆုံးရှုံးတတ်တယ်။ 'ဒါကြောင့် ဒီ ပျက်စီးကြောင်း လေးပါးကို ရှောင်ရမယ်'။

ခုန ရထားတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာ မပျက်စီးချင်ရင် ဒီ ပျက်စီးကြောင်း တရား လေးပါးကို ရှောင်ပါ။ ဒါက ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ချမ်းသာကြောင်း လေးပါး။

တမလွန် ချမ်းသာကြောင်း တရားလေးပါး ထို့နောက် မြတ်စွာဘုရားသည် တမလွန် ကြီးပွား ချမ်းသာရေးအတွက် (၁) ယုံကြည်မှု = သဒ္ဓါ၊ (၂) ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းမှု = သီလ၊ (၃) စွန့်ကြဲပေးကမ်းလှူဒါန်းမှု = စာဂ၊ (၄) အလိမ္မာပညာမှစ၍ ဥဒယဗ္ဗယပညာအထိ ပြည့်စုံရမည် ဖြစ်ကြောင်း ဆက်လက် မိန့်ကြားတော်မူ၏။ ဥဒယဗ္ဗယပညာ ဆိုတာ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှုကို သိတဲ့ပညာပါပဲ။

ဘုန်းကြီးက စာလုံးနှမြောလို့ တိုတိုပဲရေးတယ်။ နောက် အဲဒါနဲ့ တစ်ဆက် တည်း ဒီမှာ ဒီဃနိကာယ်၊ ပါထိကဝဂ်ပါဠိတော်မှာ မြတ်စွာဘုရားဟောကြား တော်မူထားတဲ့ လူတိုင်းနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ စီးပွားပျက်ကြောင်း တရား၆ - ပါး။

စီးပွားပျက်ကြောင်း တရား ၆ — ပါး

၁။ သေရည်သေရက်စား၊ ပြုသူများ၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၂။ ညဉ့်ခါပျော်ပါး၊ လှည့်လည်သွား၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၃။ ပွဲလမ်းကြိုက်ငြား၊ အသွားများ၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၄။ ကစားလောင်းစား၊ ပြုသူများ၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၅။ လူမိုက်နှင့်ကား၊ ပေါင်းသင်းငြား၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၆။ ပျင်းရိလေငြား၊ ထိုသူအား စီးပွားပျက်မည်မှတ်။

ရွှေအိုး နောက်တစ်ခုက ဆရာ့အပေါ်မှာ တပည့်တွေ ထားရမယ့် စိတ်ထား။
ညွှန်ပြသူ ဆရာသမားဟာ ဘယ်လို ဆရာပဲဖြစ်ဖြစ် ဆရာသမား အပေါ်မှာ တပည့်တွေ ထားရမယ့်စိတ်ထားကို –

နိဓိနံဝ ပဝတ္တာရံ၊ ယံ ပဿေ ဝဇ္ဇဒဿိနံ။
နိဂ္ဂယှဝါဒိံ မေဓာဝိံ၊ တာဒိသံ ပဏ္ဍိတံ ဘဇေ။
တာဒိသံ ဘဇမာနဿ၊သေယျော ဟောတိ န ပါပိယော လို

(ဓမ္မပဒ၊ ပဏ္ဍိတဝဂ်၊ ရာဓတ္ထေရဝတ္ထု)

ဒီမှာ နိုတိပေးထားတယ်။

ကိုယ့်အလိုမလိုက်၊ ကိုယ့်အကြိုက်ကို မပြောဘဲ ကိုယ်ရဲ့ ချွတ်ယွင်းချက်ကို လက်ညှိုး ထိုးပြပြီးတော့ ''ဒီမှာ ဒီလို ချွတ်ယွင်းချက် ဖြစ်နေတယ်၊ မင်း ဒီလို ပြင်လိုက်'' လို့ မညှာမတာ မေတ္တာ ကရုဏာ ရှေ့ထားပြီး ဆုံးမတဲ့ ဆရာသမားကို ရွှေအိုးညွှန်ပြတဲ့သူလို သဘောထားပြီး အမြဲတမ်း ဆည်းကပ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါ တယ်။ ကဲ....ဆောင်ပုဒ်ကလေးကို လိုက်ဆိုပါ။

အပြစ်ညွှန်ပြ ဆုံးမသူ

မေတ္တာကရုဏာ၊ ရှေ့ရှုကာဖြင့်၊ နာနာကျင်ကျင်၊
အပြစ်မြင်တိုင်း၊ သွန်သင်တတ်ရှိ၊ ပဏ္ဍိတ်မျိုးကို၊
ရွှေအိုးညွှန်ကြား၊ သူအလားသို့၊ ဝပ်တွားဆည်းကပ်၊
ဆက်ဆံတတ်၊ များမြတ်အကျိုးတွေ။

(အခြေပျိုး ဗုဒ္ဓဘာသာ စာမျက်နှာ ၁၇၀)

ပဏ္ဍိတ်ဆိုတာ ဘာပါလိမ့်။ (ပညာရှိပါဘုရား။) ပဏ္ဍိတ်ဆိုတာ = ပညာရှိ၊ ရှေးက ပဏ္ဍိတဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ သုံးရင် စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်း ရှိတဲ့ ပညာရှိပဲ၊ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းပေါ့။ အခုခေတ်မှာတော့ ပညာရှိပေတဲ့ သူတော်ကောင်းချင်မှ ကောင်းတာကိုး။

နောက်တစ်ခုက –

နော စေ အဿ သကာ ဗုဒ္ဓိ၊ ဝိနယော ဝါ သုသိက္ခိတော။
ဝနေ အန္ဓမဟိံသောဝ၊ စရေယျ ဗဟုကော နရော။

(သတ္တကနိပါတ်၊ ဂန္ဓာရဇာတ်)

ဒီမှာလဲ နီတိပေးထားတယ်။ အဓိပ္ပာယ်က ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်လဲ မရှိ၊ ဆရာ့ထံမှာ ကျိုးနွံစွာ နည်းခံပြီး သင်ယူထားတဲ့ နေနည်း၊ ထိုင်နည်း၊ အသိ အလိမ္မာလဲ မရှိတဲ့သူဟာ တောကြီးမျက်မည်းအတွင်းမှာ ကျွဲကန်းကြီးလို ဒုက္ခ လှလှကြီး ရောက်တတ်တယ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ကျွဲကန်းလိုလူ

ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်မဲ့၊ သင်ယူမဲ့၍၊ ကင်းမဲ့ပညာ၊ ဉာဏ်တုံးပါမူ၊ မဟာ မြိုင်လယ်၊ ကျွဲကန်းနှယ်၊ ခက်ဖွယ်ကြုံရသည်။

ဘုန်းကြီးတို့ ဒီက ပရိသတ်နဲ့ အထူးသက်ဆိုင်လို့ ဘုန်းကြီးက ဒါလေး အထူးရွေးပေးတာပါ၊

ဆရာကောင်းထံ နည်းခံပါ နောက်တစ်ခုတ ဆရာ့ထံ၌ ကျိုးနွံစွာ နည်းခံ သင်ယူထားသူသည် ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့်လည်း ပြည့်စုံ၊ စိတ်လည်း တည်ကြည်ငြိမ်သက်လှ၍ ကြည်လင်ရွှင်လန်း ချမ်းသာရ၏တဲ့။
(သတ္တကနိပါတ်၊ ဂန္ဓာရဇာတ်)

ကဲ....လိုက်ဆိုပါ။

ဆရာ့ထံ နည်းခံ

ဆရာကောင်းထံ၊ နည်းနာခံ၍၊ သင်အံကြိုးကျင့်၊
ပညာပွင့်သော်၊ ကိုယ်ကျင့်စုံညီ၊ စိတ်တည်ကြည်၊
ရွှင်ကြည်ချမ်းမြေ့ပါသတည်း။

အဲဒါရဲ့ ပါဠိက -

ယသ္မာ စ ပနိဓေကစ္စေ၊ အာစေရမှိ သုသိက္ခိတာ။
တသ္မာ ဝိနီတဝိနယာ၊ စရန္တိ သုသမာဟိတာ။

ဂန္ဓာရဇာတ်က နိတိပဲ။

အဲဒီလို ရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ တရားတော်ထဲမှာ လောကီကြီးပွား ချမ်းသာရေးအတွက် လိုက်နာစရာ သဘာဝကျကျ တရားတွေ များစွာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီတရားတွေ ကုန်စင်အောင် မသိတောင်မှ တချို့တဝက် သိတယ်၊ နားလည်တယ် ဆိုရင်ပဲ လောကမှာ နေတတ် ထိုင်တတ်ပြီးတော့ ချမ်းသာနိုင်ပါတယ်၊ ဒီလောက်နဲ့ပဲ ဘုန်းကြီးတို့ လိုက်နာကျင့်ကြံရေးအပိုင်း အဆုံးသတ်ကြစို့။ နောက် ကိုယ်ကျင့်တရားအပိုင်း ဆက်ကြရအောင်။

ကိုယ်ကျင့်တရားအပိုင်း

ကိုယ်ကျင့်သီလ ကိုယ်ကျင့်တရားအပိုင်းဆိုတာ ကိုယ်ကျင့်သီလ အပိုင်းပါပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့ပရိသတ် သိပြီးတဲ့အတိုင်း ကိုယ်ကျင့်သီလ ဆိုတာဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာတော့ ငါးပါးသီလ၊ ရှစ်ပါးသီလ၊ ကိုးပါးသီလ၊ ဆယ်ပါးသီလ အစရှိသည်ဖြင့် လူ့ကျင့်ဝတ်၊ ရှင်သာမဏေကျင့်ဝတ်တွေ၊ အကျဉ်းအားဖြင့် ၂၂၇ သွယ်သော ဝိနည်း သိက္ခာပုဒ် စည်းမျဉ်းတွေကို စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းခြင်းအားဖြင့် ရရှိတဲ့ ရဟန်းတော်များရဲ့ ပါတိမောက္ခ သံဝရသီလ ခေါ်တဲ့ ရဟန်း ကျင့်ဝတ်တွေ ဒါတွေဟာ ကိုယ်ကျင့်သီလတွေပါပဲ။

အဲဒီ ကျင့်ဝတ် သိက္ခာပုဒ်တွေကို စောင့်ထိန်းရင် ကိုယ်ကျင့်သီလ ကောင်းတော့တာပဲ။ နိုင်သမျှ စောင့်ထိန်းရင် နိုင်သမျှ ပြည့်စုံတယ်။ အမြဲတမ်း အပြည့်အစုံ စောင့်ထိန်းနိုင်ရင်တော့ အမြဲတစေ ကိုယ်ကျင့်သီလတွေ ပြည့်စုံစင်ကြယ်နေတော့တာ ပါပဲ။ အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလကို အမြဲတမ်း စောင့်ထိန်းနိုင်ရင်ပဲ အတော်ကို ပြည့်စုံနေပြီ။ ဒါကြောင့်မို့ ငါးပါးသီလကို **နိစ္စဂရုဓမ္မသီလ** လို့ ခေါ်တယ်။ နိစ္စ = အမြဲ၊ ဂရုဓမ္မ = အလေးဂရုပြုပြီးတော့ စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းအပ်တဲ့ သီလကျင့်ဝတ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒီတော့ ဒီနေရာမှာ ကိုယ်ကျင့်တရားအပိုင်း ဆိုတော့ သီလဆိုတာ ဘာလဲ ဆိုတာကို သိဖို့လိုတယ်၊ သီလဆိုတာ ကိုယ်ကျင့်တရားပဲ။ ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုတော့ ဒီ ပုဂ္ဂိုလ် ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းတယ်၊ ဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ကဖြင့် အကျင့်မကောင်းဘူး၊ ဒီပုဂ္ဂိုလ် အကျင့်ယုတ်တယ်။ အဲဒီလို ပြောတာဟာ ကိုယ်အပြုအမူ၊ နှုတ်အပြောအဆို၊ စိတ်အကြံ အတွေး သုံးမျိုးအနက်က အများ မသိနိုင်တဲ့ စိတ်အကြံအတွေးကို ကြည့်ပြောကြတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်အပြုအမူနဲ့ နှုတ်အပြောအဆိုကို ကြည့်ပြောကြတာပဲ။ အပြောနဲ့ အလုပ်ကို ကြည့်ပြီး ပြောကြတာပေါ့။

အလုပ်နဲ့အပြော ကြည့်ကြတာ တစ်စုံတစ်ယောက်ဟာ အရက် သောက်နေတယ်၊ သူ အရက် သောက်တာကို လူအများ မြင်တယ်၊ သို့သော်လဲ သူ အိမ်ကိုပြန်သွားတဲ့ အခါကျတော့ ညအခါ တရားထိုင် ကောင်း ထိုင်မှာပဲ၊ကြိုက်တတ်လို့ အရက် သောက်ပေမယ့်လဲ စိတ်ကောင်း ရှိချင်ရှိမှာ ပေါ့။သူတစ်ပါးကို ကြင်နာသနားတတ်မယ်၊ကူညီတတ်မယ်၊မနေနိုင်လို့ အကျင့်ပါနေ လို့သာ သောက်နေတယ်၊ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးတော့လဲ အကြည် ညိုသား၊ အဲဒီလို စိတ်ထားလဲ သူ့မှာ ရှိတယ် ဆိုပါတော့။ ဒါပေတဲ့ အများမြင်ကြ တာက သူ့ကို အရက်ဆိုင်ထဲ ဝင်ပြီး အရက် သောက်တာကိုပဲ မြင်ကြတာ၊ခုနက ပြောတဲ့ သူ စိတ်ကောင်းစေတနာကောင်း ရှိတာတွေကို ဘယ်သူမှ မမြင်ဘူး။ အရက် သောက်ပြီး အရက်ကလေး နည်းနည်းဝင်သွားတာနဲ့ သွေးကြွလာတော့ ပါးစပ်က တောပြော တောင်ပြော မဟုတ်မဟတ်တွေ ပြောမိကောင်းလဲ ပြောမိ ပေလိမ့်မယ်။ ဒီအခါကျတော့ ဝစီကံ ကြားရပြန်တယ်။ အပြောနဲ့ အလုပ် အဟုတ် မဟုတ်တာ မြင်ရကြားရတော့ 'အို....ဒီလူကြီးနှယ် သူပြောတာဆိုတာ လုပ်တာကိုင် တာတွေက အသက်အရွယ်နဲ့ မလိုက်ဘူး၊ ကိုယ်ကျင့်တရား မကောင်းလိုက်တာ အကျင့်ပျက်လိုက်တာ။' အဲဒီလို ပြောကြတယ်။

ဒီတော့ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းတယ်၊ မကောင်းဘူးဆိုတာ စိတ်ကို ကြည့် ပြောတာလား၊ ကိုယ်နဲ့နှုတ်ကို ကြည့်ပြောတာလား။ (ကိုယ်နဲ့နှုတ်ကို ကြည့်ပြော တာပါဘုရား။) ကိုယ်နဲ့နှုတ်ကို ကြည့်ပြောကြတာ၊ ဒါကြောင့် ကိုယ်ကျင့်သီလ ဆိုတာ ကိုယ်နဲ့ နှုတ်ကို စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းတာကို ဆိုလိုတာပဲ။ အပြစ်ကင်းတဲ့ အလုပ်၊ အပြစ်ကင်းတဲ့ အပြော ဖြစ်အောင် ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်းလုပ်၊ ထိန်းထိန်း သိမ်းသိမ်း ပြောတာကို ဆိုလိုတာပါ။

သီလံ နာမ သမာစာနံ၊ သီလံနာမ=ကိုယ်ကျင့်သီလမည်သည်၊သမာစာနံ=

ကိုယ်နှင့် နှုတ်ကို အပြစ်ကင်းအောင် ကောင်းစွာ ထားခြင်းတည်းတဲ့၊ သီလဆိုတာ ကိုယ်နှင့် နှုတ်ကို အပြစ်ကင်းအောင် ကောင်းစွာထားတာ။ကောင်းစွာ ထားတယ် ဆိုတာ အပြောနဲ့ အလုပ် အပြစ်ကင်းအောင် စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းထားတာ၊ အပြစ်မကင်းတဲ့ အပြောတွေ မပြောမိအောင်၊ အပြစ်မကင်းတဲ့ အလုပ်တွေ မလုပ်မိအောင် စောင့်စည်းတာ ထိန်းသိမ်းတာကို ဆိုလိုတာပါ။

သီလ၏အကျိုး ကိုယ်နဲ့ နှုတ် အပြစ်ကင်းအောင် စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းနိုင်တယ် ဆိုရင်ပဲ အင်မတန် အကျိုးများနေပြီ၊ ဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းတဲ့အနေနဲ့ လူတွေက ရိုသေကြပြီ၊ လေးစားကြပြီ၊ ချစ်ခင်ကြပြီ၊ လူမှုသူမှုကိစ္စ ရှိပြီဆိုရင် သူ့ကို ရှေ့တန်း တင်ကြပြီ။

သူဟာ သတ္တဝါရဲ့ အသက် မသတ်ဘူး၊ မခိုးဘူး၊ မဖောက်ဘူး၊ သူတစ်ပါး သားမယား မပြစ်မှား မကျူးလွန်ဘူး၊ လိမ်မပြောဘူး၊ အရက်သေစာ မသောက်စားဘူး ဆိုကြပါစို့၊ ကိုင်း ကျွန်တော်တို့ အဖွဲ့အစည်းက အဖွဲ့ဝင်ကလဲ များတယ်၊ ရံပုံငွေကလဲ များတယ်၊ လူသူတန်းသူတွေကလဲ များတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ငွေထိန်း ဘယ်သူ့ကို ခန့်ကြမလဲလို့ တိုင်ပင်ကြပြီ ဆိုပါတော့၊ ကိုယ်ကျင့်ကောင်းသူ ခန့်မလား၊ မကောင်းသူ ခန့်မလား။ (ကောင်းသူပဲ ခန့်ပါမယ်ဘုရား။) ကောင်းသူပဲ ခန့်မယ်၊ သူ့ကိုပဲ ယုံကြည်တယ်၊ သူ့ကိုပဲ လေးစားတယ် မဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား။)

တကယ်လို့သာ ကိုယ်ကျင့်တရား မကောင်းဘူး၊ ကိုယ်အပြုအမူ အပြစ်မကင်းဘူး၊ သို့မဟုတ် နှုတ်အပြောအဆို အပြစ်မကင်းဘူး၊ သို့မဟုတ် ကိုယ်ရောနှုတ်ရော အပြစ် မကင်းဘူးဆိုရင်တော့ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဒီနေရာ ဘယ်သူ ရွေးချယ်ပါ့မလဲ။

(ဘယ်သူမှ မရွေးချယ်ပါဘုရား။) မရွေးချယ်တော့ဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ။ (အကျင့် မကောင်းလို့ပါဘုရား။)

ယဉ်ကျေးတယ် ဆိုတာ

ဒါကြောင့်မို့ ကာယကံ ကိုယ်အပြုအမူနဲ့ ဝစီကံ နှုတ် အပြောအဆိုကို အပြစ်ကင်းအောင် စောင့်စည်းထိန်းသိမ်း ထားတာဟာ သီလ။ အပြစ်မကင်းတာ မပြုလုပ်ရင်၊ အပြစ် မကင်းတာ မပြောဆိုရင် အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ် ယဉ်ကျေးသလား၊ ရိုင်းစိုင်းသလား။ (ယဉ် ကျေးပါတယ်ဘုရား။) ယဉ်ကျေးတာပေါ့။ အဲဒီလောက်ယဉ်ကျေးတယ် ဆိုရင်ပဲ အကျိုး အများကြီး မရပေဘူးလား။ (ရပါတယ်ဘုရား။) သို့သော် ဘာ ကျန်နေ သေးလဲ။ (စိတ် ကျန်နေသေးပါတယ်ဘုရား။) စိတ် ကျန်နေသေးတယ်နော်။ သီလက စိတ်ကိုတော့ လောဘ ဒေါသ ကိလေသာ မဝင် ဖြူစင်အောင် လုပ်မပေး နိုင်သေးဘူး၊ ဟုတ်ကဲ့လား။ (မှန်ပါဘုရား။)

စိတ် အပြစ်ကင်းအောင်

စိတ် ကျန်နေတော့ အဲဒီ စိတ်ပါ ကိလေသာအပြစ် ကင်းပြီးတော့ ဖြူစင်အောင် ပြုလုပ်ဖို့ကျတော့ သီလ နဲ့ မလုံလောက်တော့ဘူး။ ဒီတော့ ဘာလုပ်ရမလဲ။ (တရား အားထုတ်ရပါမယ်ဘုရား။) တရားအားထုတ်၊ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ် ပါတယ်ဘုရား။) သမထကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ယင် စိတ် မတည်ငြိမ်ပေဘူးလား။ (တည်ငြိမ်ပါတယ်ဘုရား။) စိတ်တည်ငြိမ်မှု=သမာဓိ ရပြီဆိုယင် အဲဒီ စိတ်ဟာ ဖြူစင်မလား ညစ်နွမ်းမလား။ (ဖြူစင်ပါမယ်ဘုရား။) ဖြူစင်တယ်။ ဒီလိုဆို အပြစ် ကင်းသလား၊ အပြစ် ရှိသလား။ (အပြစ် ကင်းပါတယ်ဘုရား။)

စိတ်ကိုဖြူစင်စေသော ဝိပဿနာဘာဝနာ

ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်တဲ့အခါမှာ ခန္ဓာ ကိုယ်ခေါ်တဲ့ ရုပ်နဲ့ စိတ်ခေါ်တဲ့ နာမ်တရားကို သတိ ကပ်ပြီး စောင့်ရှုရတယ်၊ အဲဒီလို ရှုတဲ့အခါ ရှုတိုင်း

ရှုတိုင်း ရုပ်ပေါ်နာမ်ပေါ်မှာ စိတ်ကလေးက တည်ငြိမ်ပြီး ရုပ်သဘာဝ နာမ်သဘာဝကို ရှင်းခနဲ ရှင်းခနဲ သိသိသွားတဲ့ အခိုက်မှာ စိတ်ဖြူစင်သလား၊ညစ်နွမ်းသလား။ (ဖြူစင်ပါတယ်ဘုရား။) ဒီလိုဆိုယင် အပြစ်ကင်းသလား၊ အပြစ်ရှိသလား။ (အပြစ်ကင်းပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီတော့ စိတ်ပါ အပြစ်ကင်းအောင်၊ စိတ်ပါ ကိလေသာဘေးမှ လုံခြုံအောင်၊ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲဘေးမှ လုံခြုံအောင် တိုးတက်ပြီး ဘာ လုပ်ဖို့လိုသလဲ။ (ဘာဝနာ အားထုတ်ဖို့ လိုပါတယ်ဘုရား။) ဘာဝနာ အားထုတ်ဖို့ လိုတယ်၊ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) သမထ ဘာဝနာဖြစ်စေ၊ ဝိပဿနာဘာဝနာဖြစ်စေ အားထုတ်ရမယ်။

သမထဘာဝနာကတော့ စိတ်တည်ငြိမ်ရုံမျှ ဈာန်အဘိညာဏ် ရရုံမျှပဲ အကျိုးရစေနိုင်တယ်။ ကိလေသာကို အခိုက်အတံ့ ခွာရုံမျှတော့ ခွာထားနိုင်တယ်။ကိလေသာတော့ မငြိမ်းစေနိုင်ဘူး။ ဝိပဿနာဘာဝနာကတော့ စိတ်တည်ငြိမ်ရုံမျှမကဘဲ ရုပ်သဘာဝ နာမ်သဘာဝ သိတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ အရိယာသစ္စာလေးပါးကို ထိုးထွင်းသိတဲ့ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်အထိ ရစေနိုင်တာ ဖြစ်လို့ စိတ်ကို အပြည့်အစုံ ဖြူစင်စေနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်ကို အပြည့်အစုံ ဖြူစင်စေချင်ရင်တော့ ဝိပဿနာဘာဝနာတရား ပွားများအားထုတ်မှု မပြုဘဲနဲ့ မရဘူး။

ကိုင်း.... ဆောင်ပုဒ်ကလေး လိုက်ဆိုပါ။

သီလ ဆိုတာ

သီလဆိုတာ ကိုယ်နှုတ်များကို၊
ကောင်းစွာ ထားဖို့ စောင့်ရသလေ။
ကိုယ်နှုတ် လုံရင် လူယဉ်ကျေးကွယ့်၊
ကောင်းကျိုး ပေးဖြိ အမှန်ပေ။

စိတ်ပါ လုံရင် ဗိုလ် ကောင်းသကွယ့်၊
ကောင်းသထက် ကောင်းအောင် ကြိုးစားလေ။
စိတ်ပါ လုံအောင် ဘာဝနာပွားရှို၊
မြတ်ဘုရားက မိန့်ခဲ့ပေ။
ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထား၊၍သုံးပါး၊
လုံပြားချမ်းသာပေ။

အဲဒီမှာ သီလအမိပ္ပာယ် ပါပြီနော်၊ သီလဆိုတာ ဘာပါလိမ့်။ (ကိုယ်နဲ့ နှုတ်ကို ကောင်းစွာ ထားခြင်းပါဘုရား။) ကိုယ်နဲ့ နှုတ်ကို အပြစ်ကင်းအောင် ကောင်းစွာ ထားခြင်း၊ ဟုတ်ပြီလား။ (မှန်ပါဘုရား။)

ဒီတော့ အဲဒီလို ကိုယ်နှုတ်စိတ် သုံးပါးလုံး လုံခြုံပြီဆိုတော့ ဒီလို ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ မရပေဘူးလား။ (ရနိုင်ပါတယ်ဘုရား။) ဒါလဲပဲ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်ပဲ မဟုတ်လား။ (မှန်ပါဘုရား။) မြတ်စွာဘုရားက သီလရဲ့ အကျိုးကို တိုတိုရှင်းရှင်း မိန့်တော်မူခဲ့သေးတယ်။

သီလ၏ လောကီကျိုး သီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်လို့ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ (၁) စည်းစိမ်ဥစ္စာ မြောက်မြားစွာ ရတယ်တဲ့။ မှန်တာပေါ့၊ သီလစင်ကြယ်ရင် သီလပြည့်စုံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို လူအများက ယုံကြည်တဲ့အတွက် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း လုပ်ရင် သူ မလုပ်နိုင်တဲ့ စီးပွားရေးလုပ်ငန်း ရှိပါမလား။ (မရှိပါဘုရား။)

(၂) ကောင်းသတင်း ကျော်စောတယ်တဲ့၊ နာမည်ကောင်း ထွက်တယ်။

(၃) မိမိက အပြစ် မကင်းတဲ့ အပြောတွေ မပြောဘူး၊ လိမ်မပြောဘူး၊ ဂုံးမချောဘူး၊ ကြမ်းတမ်းရိုင်းစိုင်းတဲ့ စကားတွေ မပြောဘူး၊ သိမ်ဖျင်းတဲ့ အကျိုးမရှိတဲ့ စကား၊ အတင်းစကား အဖျင်းစကားတွေ မပြောဘူး၊ ပြီးတော့ အပြစ်မကင်းတဲ့ အလုပ်တွေ မလုပ်ဘူး၊ မသတ်ဘူး၊ မခိုးမဝှက် မတိုက်မခိုက် မလုမယက် မကျူးလွန် မသောက်မစားဘူး၊ အဲဒီလို သီလလုံရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အမြဲတမ်း သူ့မှာ စိတ်သန့်မနေဘူးလား။ (သန့်နေပါတယ်ဘုရား။) လိပ်ပြာ သန့်မနေဘူးလား။ (သန့်နေပါတယ်ဘုရား။) သူ့ စိတ်မှာ ကြည်လင်မနေဘူးလား။ (ကြည်လင်နေပါတယ်ဘုရား။) ဒီတော့ ပရိသတ်ထဲဝင်ရင် ကြည်ကြည်လင်လင်၊ ရွှင်ရွှင်ပျပျ၊ မျက်နှာပန်းလှလှနဲ့ မဝင်နိုင်ဘူးလား။ (ဝင်နိုင်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒါ ကိုယ်ကျင့်သီလ စင်ကြယ်လို့ ရတဲ့ နံပါတ် ၃ အကျိုးပဲ။

တကယ်လို့သာ သူဟာ ခိုးတတ်တယ်၊တိုက်တတ် ခိုက်တတ်တယ်၊ သတ်တတ်ဖြတ်တတ်တယ်၊ လိမ်တတ် ညာတတ်တယ်၊ ဒါမှ မဟုတ် သူများ သားမယားပြစ်မှား ကျူးလွန်တတ်တယ်၊ အဲဒီ ကျင့်ဝတ်တွေထဲက တစ်ခုခုကို ကျူးလွန်ထားလို့ ကိုယ်ကျင့်သီလ ပျက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ရင် လူပရိသတ်ထဲ ဝင်တဲ့အခါမယ် စိတ်ထဲ ဘယ်လိုနေမလဲ စိတ်သန့်ပါ့မလား။ (မသန့်ပါဘုရား။) စိတ်မသန့်ဘူး၊ စိတ်မလုံဘူး။

ဒီတော့ တစ်စုံတစ်ယောက်က သူ့ကို ကြည့်မိရင်ပဲ၊ ဘယ်လို ထင်မလဲ''ငါ ဟိုနေ့က ခိုးတာ သူသိတယ်နဲ့ တူတယ်။ ငါ ဟိုနေ့က ဟို အမျိုးသမီးဆီ သွားတာ ဒီလူ သိနေပုံရတယ်၊ ကြည့်စမ်း ငါ့ကို ကြည့်နေလိုက်တာ တမျိုးကြီးပဲ'' အဲဒီလို စိတ်က တစိုးရိမ်ရိမ် တကြောင့်ကြကြ တထင့်ထင့်နဲ့ စိတ်မသိုးမသန့် ဖြစ်နေရတော့ သူ့မျက်နှာက ကြည်လင်ပါ့မလား။ (မကြည်လင်ပါဘုရား။) စိတ်သန့်ရင်တော့ မျက်နှာ ကြည်လင်တယ်၊ **Clear Conscience** ဖြစ်ရင်ပေါ့၊ မျက်နှာ

ကြည်လင်တယ်။ guilty conscience ဖြစ်နေရင်တော့ မကြည်လင်တော့ဘူး၊ စိတ်က မကြည်လင်တော့ ရုပ်လဲ မကြည်လင်တော့ဘူး။

သီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ သူ့ကိုယ်သူ ယုံကြည်စိတ်ချပြီး စိတ်က သန့်ရှင်းနေတော့ ကြည်ကြည်လင်လင် ရွှင်ရွှင်ပျပျ မျက်နှာပန်းလှလှနဲ့ ပရိသတ်ထဲ ဝင်နိုင်တယ်။

(၄) သီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သေတဲ့အခါမှာလဲ သတိရှိလျက် သေရတယ်၊ အော်ဟစ် ညည်းညူပြီး မသေရဘူး။ သူ့ရဲ့ သေခါနီးစိတ်ဟာ ကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်လုပ်ငန်းတွေကို အာရုံပြုနိုင်တယ်။ အဲဒီတော့ တရား ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်နေကျ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် တရား ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်လျက်ပဲ သေရမယ်ပေါ့။

ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေ များစွာ ပြုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သီလကလဲ လုံခြုံနေတယ်ဆိုရင် သူ သေခါနီး ပြန်ဆင်ခြင်ကြည့်ရင် ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေပဲ သတိရပြီး ကုသိုလ်တွေကိုပဲ တွေးမိ ဆင်ခြင်မိတော့ ကောင်းတဲ့ သေခြင်းနဲ့ပဲ သေရတယ်ပေါ့၊ ဒါလဲ သီလကြောင့် ရတဲ့ ကောင်းကျိုး တစ်ခုပဲ။

(၅) နောက်တစ်ခုက သီလ လုံခြုံသူဟာ သေပြီးပြန်ရင်လဲ လူ့ဘုံ နတ်ဘုံ၊ သုဂတိဘုံပဲ ရောက်ရတယ်။ ဒါလဲ သီလပြည့်စုံစင်ကြယ်ခြင်းရဲ့ အကျိုးပဲ။

ဒါဟာ အများသိနိုင်တဲ့ သီလရဲ့ လောကီကျိုးတွေပေါ့။ ဒီ အကျိုးငါးပါး ရနိုင်ကြောင်း မြတ်စွာဘုရားက အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်၊ ပဉ္စကနိပါတ်၊ သီလသုတ်မှာ ဟောတော်မူခဲ့တယ်။

သီလ၏ လောကီကျိုးများ

သီလခေါ်ဆို၊ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ စင်ကြယ်ပြားမှု၊ စီးပွားတိုးလျက်၊ နာမည်တက်၍၊ ရှိန့်ရှက်ကြောက်ကင်း၊ ပွဲလယ်ချဉ်း၏။ သေခြင်းဆိုက်လတ်၊ သတိကပ်လျက်၊ ရောက်လတ်နတ်ဝယ်၊ ဤငါးသွယ်၊ ရဖွယ်ကောင်းကျိုးတည်း။

သီလ၏ လောကုတ္တရာအကျိုး ဒါက ကိုယ်ကျင့်သီလ စင်ကြယ်ခြင်းကြောင့် ရတဲ့ လောကီကောင်းကျိုး ချမ်းသာပေါ့။ ကိုယ်ကျင့်သီလ စင်ကြယ်တာ လောကီကောင်းကျိုးချမ်းသာလေး ရရုံနဲ့ ပြီးရောလား၊ လောကုတ္တရာကောင်းကျိုးချမ်းသာရော မရနိုင်ဘူးလား ဆိုတော့ လောကုတ္တရာကောင်းကျိုးချမ်းသာ ရဖို့ရာလဲ ကိုယ်ကျင့်သီလဟာ အခြေခံပဲ။

ကိုယ်ကျင့်သီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်ပြီ ဆိုရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စိတ်ဟာ ကြည်လင်ရွှင်ပျနေမလား၊ ညစ်နွမ်းနေမလား။ (ကြည်လင်ရွှင်ပျနေပါမယ် ဘုရား။) ကြည်လင်ရွှင်ပျနေမယ် (အဝိပ္ပဋိသာရ)။ စိတ်ကြည်လင်ရွှင်ပျတော့ ဝမ်းမြောက်တယ် (ပါမောဇ္ဇ)။

ဝမ်းမြောက်စမ်းသာဖြစ်ရင် နှစ်သိမ့် ဝမ်းမြောက်တဲ့ ပီတိဖြစ်တယ် (ပီတိ)။ အဲဒီ နှစ်သိမ့် ဝမ်းမြောက်တဲ့ ပီတိ အားကောင်းရင် ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ငြိမ်းအေးနေတဲ့ ပဿဒ္ဓိဖြစ်တယ် (ပဿဒ္ဓိ)။

ဒီနေရာမှာ ပဿဒ္ဓိဆိုတာ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ အားကောင်းနေတော့ စိတ်ထဲမှာ လောဘ ဒေါသ စတဲ့ ပူလောင်လှုပ်ရှားတဲ့ စိတ်တွေ မရှိတဲ့အတွက်

စိတ် ငြိမ်းအေးနေတာကို ခေါ်တာပါ၊ ငြိမ်းနေတာပင် **ဖြစ်ပေတဲ့** အေးဆိုတဲ့ စကားလုံးကလေး ပါမှ ပိုပြီး အဓိပ္ပာယ် ပေါ်လွင်တယ်၊ စိတ် ငြိမ်းအေးတော့ ရုပ်ပါ ငြိမ်းအေးနေတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်းအေးနေတာဟာ ပဿဒ္ဓိ။

ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ငြိမ်းအေးနေရင် ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ချမ်းသာတယ် (**သုခ**)။ ကိုယ်စိတ် ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ ဘာဝနာတရား ပွားများအားထုတ်တော့ စိတ်တည် ငြိမ်မှုကို မြန်မြန်ရတယ် (**သမာဓိ**)။

သမာဓိ မြန်မြန် အားကောင်းတော့ ''သမာဟိတော ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ''လို့ မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော်မူတဲ့အတိုင်း ရုပ်သဘော နာမ်သဘောကို အမှန်အတိုင်း သိတယ်။ သမာဟိတော=စိတ်တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ယထာဘူတံ=အရှိသဘာဝအတိုင်း၊ ပဇာနာတိ=သိ၏ တဲ့။ စိတ်တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အရှုခံရုပ်နဲ့ အရှုခံနာမ်ရဲ့ သဘာဝကို အရှိအတိုင်း သိတယ်။ အရှိအတိုင်း သိတယ်ဆိုတာ ဝိပဿနာဉာဏ်အမြင်ပဲ၊ ဝိပဿနာပညာပေါ့။ (**ယထာဘူတဉာဏဒဿန**)။

ဒီ ဝိပဿနာဉာဏ်အမြင်ဟာ ကြိုးစားရှုမှတ်လို့ တဖြည်းဖြည်း နုရာက ရင့်လာတော့ ရုပ်တွေ နာမ်တွေပေါ်မှာ ငြီးငွေ့တဲ့ ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာတယ် (**နိဗ္ဗိဒါ**)။

ငြီးငွေ့တဲ့ ဉာဏ် အားကောင်းလာတော့ ရုပ်နာမ်ကို တပ်စွဲနှစ်သက် တပ်မက်တဲ့ စိတ်တွေ ပျက်ပြယ်ကုန်တယ် (**ဝိရာဂ**)။

အဲဒီ အခါမှာ အဝိဇ္ဇာ တဏှာက စပြီး ကိလေသာတွေ လုံးဝ ချုပ်ငြိမ်း သွားတော့ ယောဂီရဲ့ စိတ်ဟာ ကိလေသာမှ လုံးဝ လွတ်မြောက်သွားတယ် (**ဝိမုတ္တိ**)။

''ငါ့ စိတ် ကိလေသာက လုံးဝ လွတ်မြောက်သွားပြီ''လို့လဲ ယောဂီက ဆင်ခြင်သိ သိလိုက်တယ် (**ဝိမုတ္တိဉာဏဒဿန**)။

ဒီနည်းနဲ့ပဲ အခြေခံ ဖြစ်တဲ့ ကိုယ်ကျင့်သီလ စင်ကြယ်မှုကြောင့် အကျိုး အဆက်ဆက် တိုးတက် ရလာလိုက်တာဟာ နောက်ဆုံးမှာ **ကိလေသပရိ နိဗ္ဗာန်** ခေါ်တဲ့ **သဉပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်** ကို ရတဲ့အထိပါပဲ၊ နောက် အဲဒီ ရုပ်အစဉ် နာမ်အစဉ် ချုပ်ငြိမ်းစဲပြတ် အဖြစ်ရပ်သွားတော့ **ခန္ဓပရိနိဗ္ဗာန်** ခေါ်တဲ့ **အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်** ကို ရတော့တာပါပဲ။ ဒါဟာ ကိုယ်ကျင့်သီလ စင်ကြယ်ခြင်းကြောင့် ရတဲ့ လောကုတ္တရာကျိုးပါပဲ။

အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သီလ ပြည့်စုံလို့ အရဟတ္တဖိုလ်အထိ လောကုတ္တရာကျိုးတွေ အဆက်ဆက် ရပုံကို မြတ်စွာဘုရားက အရှင်အာနန္ဒာအား မိန့်ကြားခဲ့ကြောင်းကို **အင်္ဂုတ္တိုရ်**၊ **ဒသကနိပါတ်**၊ **ကိမတ္ထိယသုတ်**မှာ တွေ့ရပါ တယ်။ **ဧကာဒသကနိပါတ် ဉပနိသသုတ်** စသည်မှာလဲ တွေ့ရပါတယ်။

အဲဒီ ဒေသနာတော်တွေမှာ **ယထာဘူတဉာဏဒဿန=အရှိသဘာဝ အတိုင်း သိမြင်တဲ့ဉာဏ်** ဆိုတာ **တရုဏဝိပဿနာ =နုသေးတဲ့ ဝိပဿနာ**ကို ခေါ်ကြောင်း၊ ဒီ တရုဏဝိပဿနာဆိုတာလဲ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှုကို သိစ **ဉဒယဗ္ဗယဉာဏ်** ရှေ့ပိုင်းကို ဆိုလိုကြောင်း အဋ္ဌကထာများ ဖွင့်ပြ ကြပါတယ်။ (သံ-ဋ္ဌ ၂၊၅၀။ နိဒါနဝဂ္ဂသံယုတ်၊ ဉပနိသသုတ်အဖွင့် စသည်)

ဖြစ်မှု ပျက်မှုကို သိစမှာ ဝိပဿနာသတိ သမာဓိ ဉာဏ်အားတွေ အလွန် ကောင်းနေလို့ လက်မလွှတ်ချင်လောက်အောင် ကောင်းလှတဲ့ အလင်းရောင်၊ ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ စတဲ့ တရားအတွေ့တွေကို တွေ့ရတယ်။ ဒီအခါမှာ "ဒါတွေကို သာယာ နှစ်သက်ပြီး မရှုမှတ်ဘဲနေရင် လမ်းမှားပဲ။ ဒါတွေကို ရှုမှတ်ပြီး ဖယ်ရှား ကျော်လွှား မှ လမ်းမှန်ပဲ" လို့ သဘောပေါက်တဲ့ ဉာဏ်အမြင်ကို **မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ** ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒါကိုပဲ **နုသေးတဲ့ ဝိပဿနာ = တရုဏဝိပဿနာ** လို့ ခေါ်ပါ တယ်။ ဒါဟာ **ယထာဘူတဉာဏဒဿန = ရုပ်နာမ် အရှိသဘာဝကို သိမြင် တဲ့ ဉာဏ်ပါပဲ**။

နိဗ္ဗိဒါ = **ငြီးငွေ့တဲ့ဉာဏ်** ဆိုတာကတော့ **အားကောင်းတဲ့ ဝိပဿနာ= ဗလဝ ဝိပဿနာ** အခိုက်အတန့်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ နိဗ္ဗိဒါနုပဿနာဉာဏ်က စပြီး မဂ်စိတ်ရဲ့ ရှေ့နား ကပ်နေတဲ့ **ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာ** အထိကို **ဗလဝဝိပဿနာ** ခေါ်ပါတယ်။

ဝိရာဂ = တပ်စွဲ တပ်မက်မှု ပျက်ပြယ်တယ်ဆိုတာ **အရိယမဂ်** ကို ဆိုလို ပါတယ်။

ဝိမုတ္တိ = ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်ခြင်း ဆိုတာ **အရဟတ္တဖိုလ်** ပါပဲ။

ဝိမုတ္တိဉာဏဒဿန = လွတ်မြောက်မှုကို သိမြင်ခြင်းဆိုတာ ရ ထား တဲ့ အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ပြန်ပြီး ဆင်ခြင်တဲ့ **ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်** ပါပဲ။

ဒါတွေဟာ အခြေခံဖြစ်တဲ့ သီလပြည့်စုံ စင်ကြယ်လို့ ရတဲ့ လောကုတ္တရာ ကျိုးတွေပါပဲ။

သီလ ဘာကြောင့် ပြည့်စုံသလဲ

ဒီတော့ သီလပြည့်စုံလို့ အရဟတ္တဖိုလ်အထိ လောကုတ္တရာကျိုးတွေ ရတာတော့ဟုတ်ပါပြီ။ သီလ ပြည့်စုံ စင်ကြယ်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းကတော့ ဘာပါလဲလို့ မေးစရာ ရှိနေပါတယ်။သီလ ပြည့်စုံခြင်းရဲ့ အကြောင်းဟာ မကောင်းမှု ပြုလုပ်ရမှာ ရှက်ခြင်း = ဟိရီ၊ ကြောက်လန့်ခြင်း = ဩတ္တပ္ပ ဖြစ်ကြောင်း ဟိရီ ဩတ္တပ္ပ သုတ် (အံ ၂၊ ၄၇၂) မှာ မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ အဲ့ဒီ အရှက် အကြောက်တရား နှစ်ပါးကတော့ ရတနာသုံးပါး ကံ ကံ၏အကျိုးတရားကို ယုံကြည်လို့ ဖြစ်ပေါ်တာပါပဲ။

အခု ပြောခဲ့တဲ့ ကြောင်းကျိုးကွင်းဆက်သဘောကို အကျဉ်းချုပ် ပြန်ပြောရရင်တော့–

ရတနာသုံးပါး ကံ ကံ၏အကျိုးတရားကို ယုံကြည်လို့ ရှက်တတ် ကြောက်တတ်တယ် (ဟိရီဩတ္တပ္ပ)။

အရှက်အကြောက်ကြောင့် အကုသိုလ်အမှု ရှောင်ကြဉ်လို့ သီလ လုံခြုံပြည့်စုံတယ် (သီလ)။

သီလပြည့်စုံလို့ စိတ်ကြည်လင် ရွှင်လန်းတယ် (အဝိပ္ပဋိသာရ)။

ကြည်လင်ရွှင်လန်းလို့ ဝမ်းမြောက်တယ် (ပါမောဇ္ဇ)။

ဝမ်းမြောက်လို့ နှစ်သိမ့်မှု ပီတိဖြစ်တယ် (ပီတိ)။

ပီတိဖြစ်လို့ ကိုယ်စိတ် ငြိမ်းအေးတယ် (ပဿဒ္ဓိ)။

ကိုယ်စိတ်ငြိမ်းအေးလို့ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ချမ်းသာတယ် (သုခ)။

ချမ်းသာလို့ သမာဓိ ရလွယ်တယ် (သမာဓိ)။

သမာဓိ ရလို့ ရုပ်နာမ်သဘာဝ အမှန်အတိုင်း သိတယ် (ယထာဘူတ ဉာဏဒဿန)။

အမှန်အတိုင်းသိလို့ ငြီးငွေ့တဲ့ ဉာဏ် ဖြစ်တယ် (နိဗ္ဗိဒါ)။

ငြီးငွေ့လို့ တပ်စွဲ တပ်မက်မှု ပျက်ပြယ်တယ် (ဝိရာဂ)။

တပ်မက်မှု ပျက်ပြယ်လို့ ကိလေသာမှလွတ်တယ် (ဝိမုတ္တိ)။

ကိလေသာမှ လွတ်လို့ ပြန်ပြီး ဆင်ခြင်တဲ့ ဉာဏ် ဖြစ်တယ် (ဝိမုတ္တိဉာဏဒဿန)။

အခု ပြောခဲ့တဲ့ ကြောင်းကျိုးဆက် သဘောကို အခုလို ဆောင်ပုဒ် စီထားပါတယ်။ လိုက်ဆိုပါ။

သီလ၏ လောကုတ္တရာအကျိုး

ကောင်းဆိုးနှစ်တန် ကံတရားနှင့်၊ သုံးပါးရတနာ ယုံရင်လေ။
ဆိုးကံပြုရန် ရှက်ကြောက်များလို့၊ သီလတရား လုံခြုံပေ။
သီလလုံလျှင် ကြည်ရွှင်လန်းလို့၊ ဝမ်းသာအားရ နှစ်သိမ့်ပေ။
နှစ်သိမ့်သောခါ ကိုယ်စိတ်ငြိမ်းလို့၊ ငြိမ်းအေးချမ်းသာ ရသလေ။
ချမ်းသာလေဘိ၊ သမာဓိ၊ ရ၏ ဉာဏ်မြင်တွေ့။
 ယင်းသို့မြင်၍ ငြီးငွေ့လေလျှင်။
 တပ်စွဲ ပြယ်ပျောက်၊ လွတ်မြောက်သည်ပင်။
 လွတ်လျှင် လွတ်ကြောင်း၊ ပြန်ပြောင်းဆင်ခြင်။
 ဝဋ်ဒုက္ခ၊ မုချငြိမ်းသည်ပင်။

သီလစင်ကြယ်၍ ရဟန္တာဖြစ်

သီလ စင်ကြယ်တဲ့အတွက် စင်ကြယ်တဲ့ သီလပေါ် အခြေခံတဲ့ ဝိပဿနာ စွမ်းအားကြောင့် အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ် အထိ ရရှိသွားတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေ ရှေးက အတော်များများ ရှိခဲ့ပါတယ်။ သီရိလင်္ကာမှာ ရှေးက မဟာတိဿ ဆိုတဲ့ ဆရာတော်ရဲ့ ဖြစ်ရပ်ဟာ အဲဒီ ထင်ရှားတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေထဲက တစ်ခုပါပဲ။ ဒီ ဆရာတော်ဟာ တစ်ကျွန်းလုံး ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးတဲ့ ဘေးကြီး ဆိုက်နေတဲ့အချိန်မှာ ခရီးကြွတော်မူတဲ့အခါ အသက်ကကြီး၊ ဆွမ်းကလဲ မဘုဉ်းပေးရ၊ ခရီးကလဲပန်းတော့ အားပြတ်ပြီး လမ်းဘေး သရက်ပင်တစ်ပင်ရဲ့ အရိပ်မှာ လဲလျောင်းပြီး မှိန်းနေရတယ်။

ဆရာတော်ရဲ့ အနီးပတ်ဝန်းကျင်မှာတော့ ကြွေကျနေတဲ့ သရက်သီးမှည့်တွေက မနည်းဘူး။ သို့သော်လဲ ကပ်မည့်သူမရှိတော့ သရက်သီးတွေက အကပ် မခံရသေးတာတွေ ဖြစ်နေတယ်။ အကပ်မခံရသေးတဲ့ အစားအစာကို ဘုဉ်းပေးရင် ဘုန်းကြီးများမှာ ပါစိတ်အာပတ်သင့်တယ်။

အကပ်တတ်မှ အာပတ်လွတ်

ဘုန်းကြီးဆိုတာ အစားအသောက်ကို သာမဏေများ ဒကာများက လက်ထဲ လာပြီးတော့ ကပ်မှပဲ စားရတာ မဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား။) ဟုတ်ကဲ့လား၊ မကပ်ဘဲနဲ့ စားရင် ဘာဖြစ်သလဲ (အာပတ်သင့်ပါတယ် ဘုရား။) တာ အာပတ်ပါလိမ့် (အပြစ် ရောက်ပါတယ်ဘုရား။) ဟုတ်တယ်၊ ပါစိတ်အာပတ် ခေါ်တဲ့ အပြစ် ရောက်တယ်၊ မှန်တယ်နော်။

ကပ်တဲ့ အခါမှာလဲ ဒကာက စည်းစနစ်ကျကျ ကပ်တတ်မှ အကပ်မြောက် ပြီးတော့ ဘုန်းကြီးများမှာ အာပတ် လွတ်တယ်။ ကပ်ပင်ကပ်ငြားသော်လဲ

ဒကာက နားမလည်လို့ စည်းစနစ်ကျကျ မကပ်တတ်ရင် ဘုန်းကြီးလက်ထဲ ရောက်သာရောက်တယ် အကပ်မမြောက်ဘူး။ အဲဒါ စားပြန်ရင်လဲ ပါစိတ်အာပတ်သင့်တာပဲ။ မကပ်တာကို စားတာနဲ့ အတူတူပဲ။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ဒကာ ဒကာမတွေက ဘုန်းကြီးတွေကို ဆွမ်းကပ်နေကြတာ အဖျော်ရည် အစရှိသည် ကပ်နေကြတာဆိုတော့ ဒီလို စည်းကမ်းတကျ စနစ်တကျ ဝိနည်းနဲ့ ညီအောင် ကပ်ပုံကပ်နည်းလေးများ သိထားဖို့ မကောင်းဘူးလား။ (ကောင်းပါတယ်ဘုရား။) အဟုတ် ကောင်းသလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဘုန်းကြီးက မကောင်းဘူးလားမေးလို့ ကောင်းတယ်လို့ လျှောက်တာလား။ (မဟုတ်ပါဘုရား။)

စားသောက်ဖွယ် ကပ်ရာမှာသတိပြု ဒီလိုဆိုရင် ''တပည့် လိမ္မာ ဆရာ အာပတ်လွတ်'' ဆိုတဲ့ အတိုင်း ဝိနည်းအရာ ဆရာ အာပတ်လွတ်ဖို့ တပည့်လိမ္မာတွေ ဖြစ်အောင် နည်းနည်း ပြောရဦးမှာပေါ့။ အစားအသောက် တစ်ခုခုကို ဘုန်းကြီးတစ်ပါးပါးအား ကပ်တဲ့အခါမှာ (၁) ကပ်သူနဲ့ ဘုန်းကြီးနဲ့ အကွာအဝေး၊ (၂) အစားအသောက် ထည့်ရာခွက်၊ တင်ရာခုံ စသည်နဲ့တကွ အစားအသောက်ရဲ့ အလေးချိန်၊ ဒီနှစ်ချက်ကို အထူး သတိထားရပါတယ်။

အကွာအဝေးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ခန့်မှန်းတိုင်းတာရာမှာ (အကပ်ခံတဲ့ လက်နဲ့ ကပ်တဲ့လက်များမှတစ်ပါး) အကပ်ခံတဲ့ ဘုန်းကြီးရဲ့ နောက်ဘက်အစွန်းနဲ့ ကပ်သူဒကာရဲ့ ရှေ့ဘက်အစွန်းဟာ နှစ်တောင့်ထွာထက် ပိုမဝေးရဘူး။ (နှစ်တောင့်ထွာဆိုတဲ့ အတိုင်းအတာကို ''**ဟတ္ထပါသ်**'' လို့ ဝိနည်းအရာမှာ ခေါ်ဝေါ်

သုံးနှုန်းကြပါတယ်။) ကပ်သူနဲ့ အကပ်ခံသူ ဘုန်းကြီးရဲ့ အကြားမှာ တစ်တောင့် ထွာထက် ပို မဝေးရဘူး လို့လဲ မှတ်ထားနိုင်ပါတယ်။ အတိအကျ တိုင်းတာနေ ဖို့တော့ မလိုပါဘူး။ အဲဒီထက် ပိုနီးအောင် တိုးပြီး ကပ်လိုက်ရင် သံသယဖြစ် စရာ မရှိတော့ပါဘူး။

အလေးချိန်နဲ့ ပတ်သက်လို့တော့ ထည့်ထားတဲ့ခွက် တင်ထားတဲ့ ခုံနဲ့ တကွ ကပ်တဲ့ အစားအသောက်ကို စုယူပြီး မလိုက်ရင် ခွန်အား အလယ်အလတ် ရှိတဲ့ အမျိုးသားတစ်ယောက်၊ အတော်အားကောင်းတဲ့ အမျိုးသား တစ်ယောက် မြှောက်နိုင်တဲ့ အလေးချိန်ထက် မပိုရဘူး။ အဲဒီထက် ပိုရင် အဲဒီ အစား အသောက်ကို လေးငါးယောက် မြှောက်ပြီး ကပ်လို့နိုင်ပေတဲ့ အကပ် မမြောက် တော့ဘူး။ အဲဒီ အလေးချိန်အောက် လျော့ရင်တော့ ဘယ်လောက်ပဲ လျော့ လျော့ အကပ် မြောက်ပါတယ်။

ကပ်သူနဲ့ အကပ်ခံတဲ့ ဘုန်းကြီးဟာ သတ်မှတ်ထားတဲ့ အကွာအဝေးထက် ပို ဝေးနေရင်ဖြစ်စေ၊ ကပ်တဲ့ အစားအသောက်က သတ်မှတ်ထားတဲ့ အလေးချိန် ထက် ပို လေးနေရင်ဖြစ်စေ ကပ်သော်လဲပဲ အကပ်မမြောက်ဘူး။ အဲဒီ အစား အသောက်ကို ဘုဉ်းပေးရင် မကပ်ရသေးတာကို ဘုဉ်းပေးတာနဲ့ အတူတူမို့ အာပတ်သင့်ပါတယ်။

မထိကောင်း အကပ်မခံရသေးတဲ့ အစားအသောက်ကို (လူသာမဏေကို ပေးဖို့ မဟုတ်ရင်) ဘုန်းကြီးက ထိတောင် မထိကောင်းပါ ဘူး။ ထိလိုက်ရင် အာပတ်သင့်တာပါပဲ။ အဲဒီ ထိမိထားတဲ့ အစားအသောက် ကို ဒကာတစ်ဦးဦးက ကပ်ရင်လဲ အဲဒီ ထိတဲ့ ဘုန်းကြီးတော့ မဘုဉ်းပေးကောင်း တော့ဘူး။ တခြား ဘုန်းကြီးတွေတော့ ဘုဉ်းပေးကောင်းပါသေးတယ်။ ထိရုံ

ကလေး မဟုတ်ဘဲ နေရာ ရွေ့သွားအောင် ထိမိကိုင်မိထားတဲ့ အစားအသောက် ကို ကပ်ရင်တော့ ထိတဲ့ ကိုင်တဲ့ ဘုန်းကြီးရော တခြား ဘုန်းကြီးတွေပါ မဘုဉ်း ပေးကောင်းတော့ဘူး။

တခြား သတိပြုစရာတွေ ပြီးတော့ ကပ်ရာမှာ ကပ်သူက လက်တစ်ဘက်တည်းနဲ့ မကပ်သင့်ပါဘူး၊ မရိုသေ မလေးစား မယဉ်ကျေးရာ ရောက်ပါတယ်။ လက်နှစ်ဘက်နဲ့ ရိုရိုသေသေ ကပ်သင့် ပါတယ်။ တချို့က ကပ်ပြီးသား **စားသောက်ဖွယ်** ထည့်ရာခွက် တင်ရာခုံ စသည် ကို လူများ၊ ရှင်သာမဏေများ **မထိကောင်း** မကိုင်ကောင်းဘူး လို့ ထင်ကြပါ တယ်။ အဲဒီလို မဟုတ်ပါဘူး၊ **ထိကောင်း** ကိုင်ကောင်းပါတယ်။ ဘုန်းကြီးက "ယူကြတော့" လို့ မစွန့်သေးသမျှ လူများ ထိသော် ကိုင်သော်လည်း အကပ် မပျက်ပါဘူး။ သို့သော်လည်း လူမှာ ကပ်ပါလာတတ်တဲ့ ဖုန်တွေများ ကပ်ပြီးသား စားသောက်ဖွယ်ထဲ ကျသွားရင်တော့ အကပ်ပျက်ပါတယ်။ အဲဒါ ပြန်ကပ်ရပါ တယ်။ ခုံပေါ်မှာ ရှိနေသေးတဲ့ စားဖွယ်ပင် ဖြစ်စေဦးတော့ ဘုန်းကြီးက "ယူကြ" လို့ စွန့်လိုက်ရင် လူ မကိုင်ရသေးသော်လည်း အကပ်ပျက်သွားပါပြီ။ ဘုန်းကြီး စားလိုသေးရင် ပြန်အကပ်ခံရပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ ခုံမှာ ခင်းထားတဲ့ စားပွဲခင်း ကြမ်းက လွတ်သွားအောင် မြှောက်မှ အကပ်မြှောက်တယ် လို့ တစ်ချို့ ထင်ကြပါတယ်။ ဒါလည်း မဟုတ်ပါ ဘူး၊ **ဝိနည်းအဋ္ဌကထာ** (ဝိ-ဋ္ဌ၃၊ ၁၁၅) မှာ ရှင်သာမဏေ ကလေးက ဆွမ်းအိုးကြီး မမြှောက်နိုင်လို့ မြေပေါ်မှာ ပွတ်လှည့်ယူလာပြီး ကပ်တာကို ဘုန်းကြီးက အကပ်ခံလိုက်ရင် အကပ်မြှောက်ကြောင်း ဖွင့်ဆိုထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် စားသောက်ဖွယ် ကပ်တဲ့အခါမှာ မြေမှ သို့မဟုတ် ကြမ်းမှ လွတ်ဖို့ မလိုတဲ့အတွက် စားပွဲခင်းလွတ်အောင် မြှောက်ဖို့ မလိုကြောင်း သတိပြုရပါမယ်။

စကားစပ်သွားတာနဲ့ သိသင့်တာလေးတွေ ပြောလိုက်တာ များသွားပြီ။ သို့သော်လဲ လူတွေနဲ့ ဆက်စပ်နေတဲ့ ဝိနည်းစည်းမျဉ်းတွေကိုတော့ လူ ဒကာ ဒကာမတွေ နားလည်ထားသင့်လို့ ကြုံတုန်း ပြောပြရတာပဲ။ အဲဒီလို နားလည် ထားတဲ့အတွက် အခု ပြောပြခဲ့တဲ့ အရာဌာနမျိုးတွေမှာ ဘုန်းကြီးတွေက ပြောပြ မနေရဘဲ ဒကာ ဒကာမတွေ လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်သွားတတ်တော့ "တပည့် လိမ္မာ ဆရာ အာပတ်လွတ်" သွားတာပေါ့။

ကဲ... မူလတရား ပြန်ဆက်ကြရအောင်။ အခု ဒီမှာ ဒီ ဆရာတော်ကြီးဟာ အားပြတ်နေတာဆိုတော့ အနီးမှာ ရှိနေတဲ့ သရက်သီးတွေကို ကောက်သာ ဘုဉ်းပေး လိုက်ရင် အနည်းဆုံး ခရီးဆက်ကြွနိုင်လောက်အောင်တော့ အားပြည့်သွားမှာပဲ။ ဒါပေတဲ့ အကျင့်သီလကို အသက်ထက် ပိုပြီး မြတ်နိုးတဲ့ ဆရာတော် ဖြစ်လေတော့ ဒီလို ဆင်ခြင်တော်မူတယ်။

"ဓါးမြ လူဆိုးများနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ ကိုယ်လက်အင်္ဂါကို မထိပါး မနှိပ်စက် အောင် ပစ္စည်းဥစ္စာကို စွန့်တန် စွန့်ရမယ်။ အဆိပ်ပြင်းထန်တဲ့ မြွေ အကိုက် ခံရတဲ့ အခါမှာ အသက်မသေအောင် မြွေကိုက်တဲ့ ကိုယ်အင်္ဂါကို စွန့်တန်စွန့် ရမယ်။ သူတော်ကောင်းတရားကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းတဲ့အခါမှာ ပစ္စည်း ဥစ္စာ ကိုယ်အင်္ဂါရော အသက်ပါ စွန့်တန်စွန့်ရမယ်"

ဒီလို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းတော်မူပြီး အသက်မှ ရှင်မှ ရှင်ပါဦးမလား လို့ သံသယ ဖြစ်လောက်အောင် အားပြတ်နေတဲ့ အချိန်မှာတောင်မှ အကပ်မခံရသေး တဲ့ သရက်သီးကို ကောက်ယူ ဘုဉ်းပေးတော်မမူဘူး။ အကပ်ခံမှုနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကျူးလွန်ဖောက်ဖျက်တော်မမူဘဲ ရဟန်းသီလကို စင် ကြယ်အောင် စောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်းတော်မူတယ်။

သဒ္ဓါပြည့်တဲ့ဒကာ အဲဒီအချိန်မှာပဲ ခရီးသွား ဒကာတစ်ယောက် ဒီအနားရောက်လာလို့ သရက်ပင်အောက်မှာ ဆရာတော်ကြီး လဲနေတာ မြင်တော့ ဝင်ပြီး ရှိခိုးတယ်။ ဆရာတော်ကြီး အားပြတ်ပြီး လဲနေတာ သိတာနဲ့ သဒ္ဓါတရားလဲရှိ အသိဉာဏ်လဲပြည့်တဲ့ ဒကာဆိုတော့ သရက်သီးတွေကောက် အရည်ညှစ်ပြီး ဆရာတော်ကြီးကို ထူပေးတယ်။ ဆရာတော်ကြီး ထိုင်နိုင်အောင် လက်တစ်ဖက်နဲ့ ဖေးထားတယ်။ ပြီးမှ ''အကပ်ခံတော်မူပါ ဘုရား'' လို့ လျှောက်ပြီး တစ်ခြား လက်တစ်ဘက်နဲ့ သရက်ရည်ကို ဆရာတော်ကြီး ပါးစပ်ထဲ နည်းနည်း နည်းနည်း ချပေးတယ်။ တဖြည်းဖြည်းမှ တိုးတိုးပြီး များများ တိုက်တယ်။ တိုတိုပြောရရင် ဒီဒကာ အပြုအစု ကောင်းတာနဲ့ ဆရာတော်ကြီး အား အတော်ရှိလာပြီး စကားပြောနိုင်လာတယ်။ မိမိဘာသာ ထိုင်နိုင်လာတယ်။ ဒီတော့မှ ဒကာက ''ဘယ်လိုဖြစ်တာပါလဲ ဆရာတော်ဘုရား'' လို့ မေးတယ်။

''ဆွမ်းကွမ်း မျှတမည့် ရွာကိုသွားရင်း အားပြတ်ပြီး ဒီနားမှာ လဲတာပါဒကာ''

''ဒီလိုဆိုရင်? တပည့်တော်လဲ အဲဒီရွာကို သွားမလို့ပါဘုရား။ တပည့်တော်ကျော ပေါ် ကုန်း ပိုး ပြီး လိုက်တော်မူပါ၊ တပည့်တော် ကုသိုလ် ယူပါရစေ ဘုရား။''

ကြည့်စမ်းပါ၊ ဘယ်လောက် တော်လဲနော်။ ကဲ .. ဘုန်းကြီးတို့ ဒီ ပရိသတ်ထဲက ဒကာ ဒကာမတွေ အဲဒီလိုများတွေ့ယင် အဲဒီလို ကုသိုလ် ယူနိုင်ပါ့မလား။ အင်း....စဉ်းစားရဦးမယ်နဲ့ တူတယ်။ တစ်ယောက်မှ မလှုပ်ကြဘူး။

ဒီလို ကုသိုလ် ယူနိုင်ရင် အင်မတန် ကောင်းတာပေါ့။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ဒီ ဆရာတော်ကြီးက သီလလဲ စင်ကြယ်တယ်။ အခုလဲ လဲသာနေတာ တရား ရှုမှတ်လျက် ပွားများလျက်ပဲ ရှိမှာ။ သူ့ သန္တာန်မှာ လောဘ ဒေါသ မောဟ ကိလေသာတွေ လုံးဝ မစင်ကြယ်သေးပေတဲ့ အတော်ကြီးတော့ စင်ကြယ်နေတဲ့ သဘောရှိတယ်။ ဒီတော့ ဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ကုန်းပိုးပြီး ကုသိုလ်ယူရတယ်ဆိုတာ အများကြီး ကုသိုလ်ပွားပြီး အကျိုး ကြီးမားတာပေါ့။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဝေဖန်ရေး

ဒါနဲ့ ဆရာတော်လဲပဲ မတတ်သာလို့မို့ ဆိတ်ဆိတ်နေပြီး လက်ခံလိုက်ရတယ်။ ဒကာက ဆရာတော်ကြီးကို ကုန်းပိုး ပြီးတော့ ရှေ့ရွာကို ခရီးဆက်တယ်။ ဒကာ့ ကျောပေါ်မှာ လိုက်ရင်းကနေ ဆရာတော်က စဉ်းစားတယ်

''တိဿ၊ ဒီဒကာ သင်နဲ့ ဘာတော်သလဲ၊ အဖေလား၊ အမေလား၊ ဆွေမျိုး ဉာတကာလား၊ အသိအကျွမ်းလား၊ ဒါမှမဟုတ် ဒကာရင်း ဆရာရင်းလား၊ ဘာမှ မဟုတ်ဘူး၊ ဒါဖြင့် ဒီလို လုံးဝ မသိကျွမ်းဘူးတဲ့ ဒကာက သင့်ကို သူ့ကျောပေါ်မှာ ဒီလောက်လေးတဲ့ ဝန်ကြီးကိုကုန်းပိုးပြီး ခေါ်တာဟာ တခြားကြောင့် မဟုတ်ဘူး၊ သင့်သီလကြောင့်၊ သင့် သီလကြောင့်''

သူ့ကိုယ်သူ ပြန်ပြီးတော့ ဝေဖန်ရေး လုပ်တယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်မှာရော တရားတော်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဝတ္ထုသာဓကတွေမှာရော ဒီလို ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဝေဖန်ရေးလုပ်တာတွေ အများကြီးပဲ ရှိပါတယ်။

ဟိုတစ်နေ့က ဘုန်းကြီး ဟောခဲ့တဲ့ ''သတိထား ဆင်ခြင်စဉ်းစား'' ဆိုတာလဲ ဝေဖန်ရေးတွေပဲ မဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒါ တချို့ ဝါဒတွေက အခုမှ သူတို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဝေဖန်ရေး လုပ်တာ နောက်တောင် အတော်ကြီး ကျနေပြီ။ မကျဘူးလား။ (ကျပါတယ်ဘုရား။)

သီလဆင်ခြင် ဝိတိဝင်

ဒကာ့ ကျောပေါ်မှာ စီးလိုက်ရင်း အမှတ်မဲ့ မနေဘူး။ အဲသလို ဝေဖန်ရေးလုပ်ပြီးတော့ ''ကိုင်း ...ဘာမျှ မတော်မစပ်တဲ့ တစိမ်းဒကာက သင့်ကို ကျောပေါ်တင်တာ သင့်သီလကြောင့်ပဲ။ သို့သော်လဲ သီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်ရုံနဲ့တော့ သူ့ ကျောပေါ် သင် လိုက်လို့ မတော်ဘူး။ ဒီတော့ သူ့ကျောပေါ်မှာ သင် ကိလေသာ ကင်းလျက် လိုက်နိုင်အောင် ကြိုးစားမှ ဖြစ်မယ်'' လို့ သူ့ကိုယ်သူ ဆုံးမပြီးတော့ သူ့ သီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်ပုံကို ပြန်ဆင်ခြင်လိုက်တယ်။

ရဟန်း ဖြစ်သည်က စပြီးတော့ အခုအချိန်အထိ သူ့ သီလဟာ လုံးဝ မညှိုးခဲ့ မနွမ်းခဲ့ မကျိုးခဲ့ မပြောက်ခဲ့ မကြောင်မကျားခဲ့ဘူး၊ အစွန်းအစက် အကွက်မထင်ခဲ့ဘူး၊ ပွတ်သစ်စ ခရုသင်းလို ဖြူစင်နေတယ်။ ဒါကို သူ ပြန်ဆင်ခြင်မိတဲ့ အခါကျတော့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်လင်ရွှင်လန်း ဝမ်းမြောက်မှုတွေလဲဖြစ်၊ အားရနှစ်သိမ့် ကျေနပ်မှုတွေလဲဖြစ်၊ ကိုယ်စိတ် ငြိမ်းအေးမှုတွေလဲဖြစ်ပြီး ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ချမ်းသာလာတယ်။ အဲဒီ စိတ်အစဉ်တွေ သူ လိုက်ပြီးရှုတယ်။ အရှိကို အရှိအတိုင်း ရှုတာပဲ၊ 'ကြည်လင်တယ်' 'ဝမ်းသာတယ်' 'နှစ်သိမ့်တယ်' 'ကြည်နူးတယ်' 'ငြိမ်းအေးတယ်' 'ချမ်းသာတယ်' စသည်ဖြင့် စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်သမျှ နာမ်တရားတွေကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း ဆရာတော်ကြီးရှုတယ်။

အဲဒီလို ရှုရင်း ရှုရင်းနဲ့ ကြည်လင်ရွှင်လန်း ဝမ်းသာလို့ ချမ်းသာလာတဲ့ အခါကျတော့ စိတ်ဟာ တည်ငြိမ်လာတာကိုး။ အောက်က ဒကာကတော့ ဘာမျှ

မသိဘူး။ အပေါ်က ဘုန်းကြီးက တရားရှုလိုက်နေတယ်။ ဝမ်းသာတယ်၊ နှစ်သိမ့်တယ်၊ အားရတယ်၊ ကျေနပ်တယ်၊ ချမ်းသာတယ် စသည်ဖြင့် အဲ့ဒီ နာမ်တရားလေးတွေကို တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ သိအောင် စူးစူးစိုက်စိုက်နဲ့ သူ ရှုတဲ့အခါကျတော့ ဒီစိတ်ကလေးတွေ တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်ပြီး ပျောက်သွား၊ နောက်တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်ပြီး ပျောက်၊ နောက်တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်ပြီး ပျောက်နဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း ပျောက်ပျောက်သွားတာလေးတွေ သူ့ဉာဏ်နဲ့ ရှင်းရှင်းကြီး တွေ့မြင်လာရတယ်။ အဲဒီလို မြင်တော့ ''ဒီ နာမ်တရားတွေဟာ တစ်ခုမှ မမြဲပါလား၊ ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်သွားတာပဲ၊ တရိပ်ရိပ်ဖြစ်ပြီး တရိပ်ရိပ် ပျက်နေတာပါလား'' လို့ အနိစ္စသဘောတွေ ဉာဏ်ထဲမှာ ပြက်ပြက်ထင်ထင် သိမြင်သွားတယ်။

စင်ကြယ်တဲ့သီလက အခြေခံ ဘာကြောင့် ဒီအသိမှန် ဉာဏ်မှန် (ယထာဘူတဉာဏဒဿန) ဖြစ်သလဲဆိုတော့ စိတ်တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းလို့ ဖြစ်တာပဲ။ ဘာကြောင့် စိတ်တည်ငြိမ်မှု ဖြစ်သလဲဆိုတော့ ချမ်းသာလို့၊ ဘာကြောင့် ချမ်းသာသလဲဆိုတော့ ကိုယ်စိတ် ငြိမ်းအေးလို့၊ ဘာကြောင့် ကိုယ်စိတ်ငြိမ်းအေးသလဲဆိုတော့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာမှု၊အားရကျေနပ်မှု နှစ်သိမ့်မှု ပီတိတွေဖြစ်လို့၊ အဲဒီ ဝမ်းမြောက်မှု နှစ်သိမ့်မှု ပီတိတွေ ဘာကြောင့် ဖြစ်သလဲဆိုတော့ စိတ်ကြည်လင် ရွှင်လန်းလို့၊ ဘာကြောင့် စိတ်ကြည်လင် ရွှင်လန်းသလဲဆိုတော့ **သီလ** ပြည့်စုံစင်ကြယ်လို့ ပြည့်စုံစင်ကြယ်တဲ့ သီလကို ဆင်ခြင်မိလို့ပါပဲ။

အဲဒီလို အကြောင်း အကျိုးဆက်ပြီးတော့ နာမ်တရားတွေရဲ့ ဖြစ်မှုပျက်မှု မတည်မြဲမှုတွေ ဖြစ်ပျက်မပြတ် နှိပ်စက်လို့ ဆင်းရဲမှုတွေ၊ ဒါကြောင့် ''တည်မြဲနေတဲ့ အတ္တ အသက်ဝိညာဉ် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါဆိုတာ ဘာတစ်ခုမှ မရှိပါကလား၊ တကယ်တော့ မပြတ် ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်အစဉ် နာမ်အစဉ်

မျှပါကလား'' လို့ အနုတ္တသဘောပါ ဥာဏ်နဲ့ ပြက်ပြက်ထင်ထင် သိမြင်တာနဲ့ ဝိပဿနာဥာဏ်တွေ တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် ရင့်ကျက်လာတော့ မဂ်လေးဆင့် ဖိုလ်လေးဆင့် တစ်ဆက်တည်း ရပြီး ဒကာ့ ကျောပေါ်မှာပဲ ကိလေသာ ကုန်ခန်း ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်။

အာကင်္ခေယျ သုတ် ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းသူ၊ အကျင့်သီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်သူဟာ လောကီကျိုး လောကုတ္တရာကျိုး နှစ်မျိုးလုံး ရနိုင်ကြောင်း မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားတဲ့ ဒေသနာတော်တွေ များစွာ ရှိပါတယ်။ အကျင့်သီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်သူဟာ သီတင်းသုံးဖော် တရားကျင့်ဖော် ကျင့်ဘက်တို့ရဲ့ ချစ်ခင်လေးမြတ်မှုကို ခံယူရတယ်။ ဆွမ်း သင်္ကန်း ကျောင်း ဆေး ပစ္စည်းလေးပါး ပေါများတယ်။ မိမိအား ပစ္စည်းလေးပါး လှူဒါန်းသူတွေကို အကျိုးများစေတယ်။ မိမိကို သတိရအောက်မေ့တဲ့ ကွယ်လွန်သူ ဆွေမျိုးညာတကာတွေကို အကျိုးများစွာ ရစေတယ်။ တောရိပ် တောင်ရိပ် တိတ်ဆိတ်တဲ့ နေရာတွေမှာ မပျော်မွေ့တဲ့စိတ်၊ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေမှာသာ ပျော်မွေ့တဲ့ စိတ်တွေကို လွှမ်းမိုးနိုင်နင်းတယ်။ ကြောက်မက်ဖွယ် အာရုံတွေကိုရော ကြောက်စိတ်ကိုပါ လွှမ်းမိုးနိုင်နင်းတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ကိလေသာ အာသဝေါ ကုန်ခန်းပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သည်အထိ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ ရနိုင်ကြောင်း မဇ္ဈိမနိကာယ်၊ အာကင်္ခေယျသုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော် မူခဲ့ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ကိုယ်ကျင့်သီလကို အပြည့်စုံ အစင်ကြယ်ဆုံး ဖြစ်အောင် ကိုယ်အပြုအမူနဲ့ နှုတ်အပြောအဆိုကို အစွမ်းကုန် စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းကြဖို့ လိုပါတယ်။ စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းနိုင်သလောက် အကျိုးများလှပါတယ်။

ကဲ .... ဘုန်းကြီးတို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်ထဲက ကိုယ်ကျင့်သီလ အပိုင်း Moral Aspect of Buddhism ဒီလောက်နဲ့ ရပ်ကြဦးစို့။

လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်မှုအပိုင်း

အခု လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်မှုအပိုင်း (Practical Aspect of Buddhism) ကို ပြောကြရပါမယ်။ ဒီ အပိုင်းကို နဲနဲပဲ ပြောဖို့ အချိန်ရပါတယ်။ လက်တွေ့ကျင့်ကြံမှု အပိုင်း ပါတယ်ဆိုရရုံပါပဲ။

သိပယ် ဆိုက်ပွား ဒီ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံမှု အပိုင်းမှာလဲ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားကို အပိုင်းလေးပိုင်း ခွဲခြားကြည့်ယင် ဗိုပြီး သဘောပေါက်ဖို့ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ အပိုင်း လေးပိုင်းကတော့

၁။ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမည့် (ပရိညေယျ) တရား၊
၂။ ပယ်ရမည့် (ပဟာတဗ္ဗ) တရား၊
၃။ ဉာဏ်နဲ့ မျက်မှောက်ထင်ထင် သိမြင်ဆိုက်ရောက်ရမည့် (သစ္ဆိကာတဗ္ဗ) တရား၊
၄။ မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေရမည့် (ဘာဝေတဗ္ဗ) တရားများပါပဲ။

ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမည့် တရားကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိမှသာ ပယ်ရမည့် တရားကို ပယ်နိုင်တဲ့အတွက် မျက်မှောက် ဆိုက်ရောက်ရမည့် တရားကို မျက်မှောက် ဆိုက်ရောက်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို သိလို့ ပယ်နိုင်ပြီး မျက်မှောက် ဆိုက်ရောက်ဖို့ရာ ပွားများရမည့် တရားကို လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများရပါတယ်။

ပရိညေယျတရား ပရိညေယျ= ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမည့် တရားဆိုတာ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်တရားနဲ့ နာမ်တရားပါပဲ။ ဒုက္ခသစ္စာ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီ တရားတော်ရဲ့ ရှေ့ပိုင်းမှာ အတော်အသင့် ပြောခဲ့ပါပြီ။ ဒီ ခန္ဓာကိုယ် ခေါ်တဲ့ ရုပ်နဲ့ စိတ်စေတသိက် ခေါ်တဲ့ နာမ်ဟာ ဒုက္ခသစ္စာဆိုတဲ့အတိုင်း ဆင်းရဲ အစစ်အမှန်ပါပဲ။ ဒီ ဆင်းရဲကို ကျမ်းဂန်များမှာ သုံးမျိုး ခွဲပြကြပါတယ်။ဒုက္ခဒုက္ခ=ဆင်းရဲဆိုမှ ဆင်းရဲ၊ဝိပရိဏာမဒုက္ခ=ပြောင်းလဲ ဖောက်ပြန် ဆင်းရဲ၊ သင်္ခါရဒုက္ခ=ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲ၊ ဒီသုံးမျိုးပါပဲ။

ဒုက္ခဒုက္ခ ဆိုတာ အများသိသာတဲ့ ဆင်းရဲ၊ မသိပဲ နေလို့ မရတဲ့ ဆင်းရဲပါပဲ။ အိုခြင်းဆင်းရဲ၊ နာခြင်းဆင်းရဲ၊ သေခြင်းဆင်းရဲ၊ စိုးရိမ်ပူဆွေးရခြင်း ဆင်းရဲ၊ ငိုကြွေးရခြင်းဆင်းရဲ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းဆင်းရဲ၊ ရောဂါဝေဒနာ ခံစားရခြင်းဆင်းရဲ စသည်ဖြင့် စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲ အားလုံးဟာ ဒုက္ခဒုက္ခ= ဆင်းရဲဆိုမှ တကယ့်ဆင်းရဲတွေပါပဲ။ ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ် ပေါင်းစပ်ထားတဲ့ သတ္တဝါ ရယ်လို့ ဖြစ်လာယင် ဒီဆင်းရဲတွေကို ရှောင်လွှဲလို့ မရပါဘူး၊ ဒီဆင်းရဲတွေ ဖြစ်ပေါ်နေတာကို မသိကျိုးကျွံ ပြုနေလို့လဲ မရပါဘူး၊ မသိပဲနေလို့ မရအောင် ဆင်းရဲတဲ့ ဆင်းရဲတွေပါပဲ။

ဝိပရိဏာမဒုက္ခ=ပြောင်းလဲ ဖောက်ပြန်ဆင်းရဲ ဆိုတာကတော့ အများက ချမ်းသာတယ် ပျော်တယ်လို့ အသိအမှတ်ပြုထားတဲ့ သုခဝေဒနာပါပဲ။ ရုပ်နာမ် တို့ရဲ့ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲတတ်တဲ့ သဘာဝအရ ဒီချမ်းသာသုခဟာလဲ မကြာမတင်ပဲ ဆင်းရဲအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲ သွားတာပါပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံ ချမ်းသာနေတာ လေးဟာ တစ်မိနစ်တောင် မကြာသေးပဲနဲ့ ရုတ်တရက် ဆင်းရဲဘက်ကို ပြောင်းသွားရပါတယ်။ ဒီ နေရာမှာ ဆင်းရဲအဖြစ် ပြောင်းလဲသွားတယ်ဆိုတာ ချမ်းသာခံစားမှုကလေး ပျောက်သွားပြီး ဆင်းရဲခံစားမှု ဖြစ်ပေါ်လာတာကိုပဲ

အများ နားလည်အောင် ဆင်းရဲအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲ သွားတယ် လို့ ပြောရတာပါ။

ဆင်းရဲလဲ မတည်မြဲပဲ ပြောင်းလဲသွားတတ်တာ မှန်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ လောကကြီးမှာ မွေးဖွားလာကတည်းက ဆင်းရဲဒုက္ခ အမျိုးမျိုးကြားမှာ တလူးလူးတလိမ့်လိမ့်နဲ့ ဒီ ဆင်းရဲတွေဒဏ်ကို ခါးစည်းခံရင်း ဘဝခရီးကြမ်းကြီးကို လျှောက်နေကြရတာဆိုတော့ တစ်ဘဝလုံး ပြည့်သိပ်နေတဲ့ အဲဒီ ဆင်းရဲတွေနဲ့ နှိုင်းစာလိုက်ယင် ရံဖန်ရံခါမှ လင်းကနဲ လက်ကနဲ ပေါ်လာပြီး ချက်ချင်း ပျောက်ပျောက်သွားတဲ့ ချမ်းသာသုခဆိုတာ ဘာမျှ မပြောပလောက်ပါဘူး။ တစ်မိုးလုံး မဲမှောင်နေတဲ့ အချိန်မှာ ဖျတ်ကနဲ တစ်ချက်ကလေး လက်လိုက်တဲ့ လျှပ်စီးရောင်လိုပါပဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီလောက် ချမ်းသာသုခကလေးကို ချမ်းသာလို့ မခေါ်တော့ပဲ ဝိပရိဏာမဒုက္ခလို့ပဲ ခေါ်ရပါတော့တယ်။

သင်္ခါရဒုက္ခ ဆိုတာကတော့ ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲပါပဲ။ သင်္ခါရလို့ ခေါ်ရတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေဟာ ခဏလေးတောင်မှ တည်တံ့ခိုင်မြဲမနေဘဲ ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ ချက်ချင်း ပျက်သွားကြတာချည်းပဲ၊ ဖြစ်ပြီး မပျက်တဲ့ ရုပ်နာမ်ရယ်လို့ မရှိဘူး။ တရိပ်ရိပ် ဖြစ်ပြီး ပျက်နေကြတာပဲ။ ဖြစ်ပြီး မပျက်ဘဲ ခဏလေး တည်မြဲနေတယ်လို့ မရှိဘူး။ ခဏမစဲ တသဲသဲ ပျက်နေကြတာချည်းပဲ။ ဒီတော့ တဖြစ်တည်းဖြစ်ပြီး တပျက်တည်းပျက်နေတဲ့ ဒီသဘာဝတွေဟာ ချမ်းသာသုခ မဟုတ်တာ သေချာနေတယ်။ မကောင်းတဲ့သဘာဝ ဆင်းရဲတဲ့သဘာဝ ဒုက္ခ အစစ်အမှန်တွေချည်းပဲ။ ဒါကြောင့် ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတွေရဲ့ ဒီ ဖြစ်မှု ပျက်မှု သဘာဝတွေကို **သင်္ခါရဒုက္ခ** လို့ ခေါ်ကြရတယ်။

သို့သော်လဲ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေရဲ့ ဒီလို ဖြစ်ပြီး ပျက်နေတဲ့ သဘောတွေကို သတိနဲ့ စောင့်မရှုလို့ မသိနိုင်ကြတဲ့အတွက် သင်္ခါရဒုက္ခကို မသိနိုင် မမြင်နိုင်ကြဘူး။ ဒီလို မသိနိုင်ကြလို့ပဲ မြဲတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ ချမ်းသာတယ် **လို့ အမှတ်** မှားပြီး သာယာနှစ်သက် တပ်မက် တွယ်တာနေကြတော့ ဒီရုပ် ဒီနာမ်တွေ ထပ်ခါတလဲလဲ ဖြစ်ပျက်နေတာနဲ့ ဒီဆင်းရဲထဲက မလွတ်နိုင် မထွက်နိုင်ဘဲ ဆင်းရဲဒုက္ခထဲမှာပဲ တဝဲလည်လည် နစ်မြုပ် မျောပါကြရတော့တာပဲ။

ဒုက္ခကို သေသေချာချာသိမှ အခု ပြောခဲ့တဲ့ ဒုက္ခ သုံးမျိုးထဲက ဒုက္ခဒုက္ခကိုတော့ သတ္တဝါတိုင်း သိကြတယ်၊ သဘောပေါက်ကြတယ်။ ဒီ ဒုက္ခဒုက္ခရဲ့ ဆင်းရဲတဲ့သဘာဝက ထင်ရှားလွန်းလို့သာ သတ္တဝါတွေဟာ ဒုက္ခကို အတော်အတန် သိကြတာပဲ၊ လောကကြီးမှာ ဆင်းရဲတဲ့ သဘာဝဆိုတာ ရှိပါကလား လို့ ဒုက္ခကို အသိအမှတ်ပြုသလောက် ပြုကြတာပဲ။ ဒုက္ခဒုက္ခဆိုတာ မရှိရင်တော့ ဆင်းရဲဆိုတာ ရှိတယ်လို့တောင် ထင်ကြမှာ မဟုတ်ဘူး။ တလောကလုံး ချမ်းသာသုခတုံးကြီး လို့ ထင်နေကြမှာပဲ။ ဒါတောင်မှ ဒီ ဒုက္ခဒုက္ခခေါ်တဲ့ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ အမျိုးမျိုးရဲ့ အဖိစီး အနှိပ်စက်ကို အလူးအလဲ ခံနေရတုန်းမှာသာ 'ဆင်းရဲလှချည့်၊ ပူလောင်လှချည့်၊ ကူကြပါ။ ကယ်ကြပါ'လို့ တစာစာ ငိုကြွေး မြည်တမ်းနေကြပေတဲ့ အဲဒီဆင်းရဲ ကွေလဲ အခိုက်အတံ့ ငြိမ်းသွားရော ဆင်းရဲဒုက္ခကို မေ့ပစ်လိုက်ကြပြန်ရော၊ ဒါနဲ့ပဲ ပျော်တပြုံးပြုံးနဲ့ စီးပွားရေး သမီးသားရေး ဇနီးမယားရေးအာရုံ ကာမဂုဏ်တွေထဲ ပြန်နစ်သွားကြပြီး ချမ်းသာကြောင်း ကုသိုလ်လုပ်ငန်းတွေ မေ့လျော့နေကြပြန်ရော။

ခဏတာချမ်းသာမှု အဲဒီလို ခဏတာ ချမ်းသာပျော်ရွှင် အဆင်ပြေနေတာ ကလေးဟာ ဝိပရိဏာမဒုက္ခပဲ လို့ မရိပ်မိနိုင်အောင်လဲ

မသိမှုအမှောင်ဓာတ်က ဖုံးလွှမ်းထားပြန်တယ်။ ဒါကြောင့် ဒီ ဝိပရိဏာမဒုက္ခဟာ ဉာဏ် မသက်ဝင် မဆင်ခြင်တတ်သူများအတွက် အသိခက်တဲ့ ဒုက္ခတစ်မျိုးပါပဲ။ ဉာဏ်သက်ဝင်ပြီး ဆင်ခြင်တတ်သူများအတွက်တော့ "ဒီ ချမ်းသာပျော်ရွှင် အဆင်ပြေနေတာလေးဟာ ဒို့များ အမြဲတစေ တွေ့နေရတဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေနဲ့ စာရင် ဘာမျှ မဟုတ်သေးပါကလား၊ မကြာမတင် ဒုက္ခ တစ်မျိုးမျိုး ဝင်နှောက် လိုက်ရင် ခဏချင်း ပျောက်ပျက်သွားမှာပါကလား၊ ဒီ ချမ်းသာသုခဆိုတာက တမိုးလုံး မည်းမှောင်နေတဲ့အချိန်မှာ တချက်ကလေး လက်လိုက်တဲ့ ကြယ်ရောင် ကလေးပမာ ခဏတာမျှပါကလား" လို့ ဆင်ခြင်သိမြင်နိုင်ပါတယ်။ ဒီလို သိမြင် ရင် ဝိပရိဏာမဒုက္ခ လို့ ခေါ်တဲ့ ဒီ ချမ်းသာသုခကလေးကို အထင်မကြီးတော့ ဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီ ချမ်းသာကလေး ပျောက်သွားရင်လဲ အလွန်ကြီး စိတ် ဆင်းရဲမှု မဖြစ်တော့ဘဲ ဆင်းရဲ သက်သာသလောက် သက်သာသွားတယ်။ ဒါကြောင့် ဝိပရိဏာမဒုက္ခဟာလဲ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမည့် ပရိညေယျ တရားပဲ။

ဒါလောက်သိရုံနဲ့ မလုံလောက်သေး သို့သော်လဲ အခု ပြောခဲ့တဲ့ ဒုက္ခဒုက္ခနဲ့ ဝိပရိဏာမ ဒုက္ခကို သိရုံမျှနဲ့တော့ ဆင်းရဲကင်းပျောက် ချမ်းသာ ရောက်ဖို့ မလုံလောက်သေးပါဘူး။ ဒါလောက် သိရုံမျှနဲ့ သိစရာ ဒုက္ခ မကုန်သေးပါဘူး။ ဒုက္ခကို အကုန်မသိသေးတော့ ဒုက္ခမှ လွတ် မြောက်လိုတဲ့ ဆန္ဒကလဲ အားနည်းနေပါသေးဘယ်။ ဆန္ဒဓာတ် အားနည်း နေသေးတဲ့အတွက် ဆင်းရဲငြိမ်းရေး ဒုက္ခလွတ်မြောက်ရေးအတွက် အားမထုတ် သေးတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခမှ မလွတ်မြောက်နိုင်သေးပါဘူး။

ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှု သင်္ခါရဒုက္ခကို ပြက်ပြက်ထင်ထင် ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်နဲ့ သိမြင်မှသာ ဒုက္ခရဲ့ သဘောကို နက်နက်နဲနဲ အကုန်အစင်

သိမြင်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဒုက္ခကို အကြောက်ကြီး ကြောက်ပြီး လွတ်မြောက်လိုတဲ့ ဆန္ဒပြင်းပြလာကာ လွတ်မြောက်ရေး အကျင့်လမ်းကို အစွမ်းကုန် လိုက်နာကျင့်ကြံကြတော့ ဒုက္ခမှ လုံးဝ လွတ်မြောက်ကြရပါတယ်။ လိုရင်းကတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခ ငြိမ်းလိုရင် သင်္ခါရဒုက္ခကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြားသိမြင်ပြီး ဒုက္ခကို ကြောက်တတ်ဖို့ အထူး လိုအပ်တယ် လို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။

သင်္ခါရဒုက္ခ အသိခက်

သို့သော်လဲ ဒီသင်္ခါရဒုက္ခဟာ သိမြင်ဖို့ အခက်ဆုံးပါပဲ။ ဒီသင်္ခါရဒုက္ခကို ဆင်ခြင် တွေးခေါ်ဉာဏ်နဲ့ သက်ဝင် သိမြင်ဖို့ လုံးဝမဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဆင်ခြင် တွေးခေါ်ဉာဏ်ရဲ့ နယ်ပယ် မဟုတ်ပါဘူး။ သင်္ခါရလို့ ခေါ်တဲ့ ရုပ်နဲ့နာမ်ကို သတိဦးစီးတဲ့ စိတ်နဲ့ စောင့်ရှုရာက ရရှိတဲ့ ကိုယ်တွေ့ ဘာဝနာဉာဏ်နဲ့မှသာ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေရဲ့ ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲကို ထိုးထွင်း သိမြင်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို သင်္ခါရဒုက္ခကို ဗိုဗိုပြင်ပြင် ထိုးထွင်းသိမြင်မှပဲ ဖြစ်ချည်ပျက်ချည်နဲ့ မတည်မြဲတဲ့ဟာတွေ၊ မကောင်းတဲ့ဟာတွေ၊ သာယာနှစ်သက်စရာ ချမ်းသာသုခ မဟုတ်တဲ့ဟာတွေ လို့ သဘောပေါက်ပြီး ဒီ ရုပ်နာမ်အစုပေါ်မှာ သာယာတပ်မက်မှု မရှိမှဘဲ ရုပ်အသစ် နာမ်အသစ် နောက်ထပ် မဖြစ်တော့ဘဲ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းသွားပါတယ်။

ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲ သင်္ခါရဒုက္ခကို ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် မသိသေးသမျှတော့ ရုပ်နာမ်တွေကို ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါလို့ထင်ပြီး သာယာတပ်မက်မှုကြောင့် ဒီရုပ်ဒီနာမ် အဖန်ဖန် ဖြစ်နေဦးမှာမို့ ဘဝအတန်တန် သံသရာဆင်းရဲ ဝဲသြဃထဲမှာ မြုပ်မြိမြုပ်မျောမြိမျောနေကြရဦးမှာပါပဲ၊ ဒါကြောင့်ဆင်းရဲက လွတ်မြောက်ရေးအတွက် သင်္ခါရဒုက္ခဟာ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမည့် ပရိညေယျတရားထဲမှာ ပဓာနခေါင်းချုပ်ပဲဆိုတာ သေသေချာချာ သဘောပေါက်ဖို့ လိုပါတယ်။

ပဟာတဗ္ဗတရား ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမည့် ဒီ သင်္ခါရဒုက္ခကို မသိသေးသမျှတော့ ဒီ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရကို ဒုက္ခ လို့မမြင်ဘဲ သုခလို့ ထင်ပြီး ဒီ သင်္ခါရပေါ်မှာ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်တွယ်တာတဲ့ တဏှာ ဖြစ်နေဦးမှာပါပဲ။ တပ်မက် တွယ်တာနေသမျှလဲ ဒီ ရုပ်နာမ်တွေက အသစ်အသစ် ထပ်ခါတလဲလဲ ဖြစ်နေဦးမှာမို့ ဆင်းရဲမြဲ ဆင်းရဲနေဦးမှာပဲ။

အဲဒီတော့ ရုပ်အသစ် နာမ်အသစ် မဖြစ်ဘဲ ဆင်းရဲငြိမ်းချင်ရင် ဆင်းရဲကို ဖြစ်ပေါ်အောင် ဖန်တီးပေးတဲ့ တဏှာ(သမုဒယသစ္စာ)ကို ပယ်ရမယ်။ ဒီ တဏှာဟာ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ ရုပ်ဆင်းရဲ နာမ်ဆင်းရဲ ဆင်းရဲအားလုံး ဖြစ်ပေါ်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းရင်းပဲ။ လိုချင်လို့ ဆင်းရဲတယ်၊ တပ်မက်လို့ ဆင်းရဲတယ်၊ နှစ်သက်လို့ ဆင်းရဲတယ်၊ ချစ်ခင်လို့ဆင်းရဲတယ်၊ တွယ်တာလို့ ဆင်းရဲတယ် စသည်ဖြင့် ဆင်းရဲမျိုးစုံဟာ ဒီ တဏှာကြောင့် ဖြစ်တာချည်းပဲ။

အကြောင်းတဏှာကို မပယ်သတ်နိုင်သေးသမျှတော့ အကျိုးဆင်းရဲတွေ ဖြစ်ပေါ်နေဦးမှာပဲ။ ဆင်းရဲမြဲ ဆင်းရဲနေရဦးမှာပဲ။

ဒါကြောင့် ဆင်းရဲငြိမ်းရေးအတွက် ဒီ တဏှာ (သမုဒယသစ္စာ) ဟာ အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်ပစ်ရမည့် **ပဟာတဗ္ဗတရား** ဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။

သစ္ဆိကာတဗ္ဗတရား အဲဒီ အကြောင်းတဏှာကို ပယ်သတ်နိုင်လို့ အကြောင်း ချုပ်ငြိမ်းသွားရင် အကျိုးဆင်းရဲ မှန်သမျှလဲ ချုပ်ငြိမ်းသွားတော့တာပဲ။ အဲဒီတော့ ဆင်းရဲတွေ နောက်ထပ် မဖြစ်တော့ဘဲ အဖြစ်ရပ်ပြီး ချုပ်ငြိမ်းနေတဲ့ သဘောကို မျက်မှောက်ထင်ထင် သိမြင်ရပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းနေတဲ့ သဘာဝ (နိရောဓသစ္စာ) ဟာ မျက်မှောက်ထင်ထင် သိမြင် ဆိုက်ရောက်ရမည့် **သန္တိကာတဗ္ဗတရားပါပဲ**။

သဥပါဒိသေသနိဗ္ဗာန် ဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းနေတဲ့ သဘောကို နိဗ္ဗာန် လို့ ခေါ်ကြပါတယ်။ ဆင်းရဲငြိမ်းတာဟာ နှစ်ဆင့် ရှိပါတယ်။ ပထမဆင့်ကတော့ အဝိဇ္ဇာတဏှာ ဦးဆောင်တဲ့ ကိလေသာတွေ လုံးဝ မရှိတော့ဘဲ အမြစ်ပြတ် အကြွင်းမဲ့ ချုပ်ငြိမ်းသွားတဲ့ အဆင့်ပါ။ ဒီ အဆင့်မှာ ကိလေသာ ခပ်သိမ်း လုံးဝငြိမ်းသွားသော်လည်း ရုပ်ခန္ဓာ နာမ်ခန္ဓာကတော့ မချုပ်ငြိမ်းသေးဘဲ ကျန်နေပါသေးတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီ အဆင့်ကို **သဥပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်= ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ ကြွင်းကျန်နေသေးတဲ့ နိဗ္ဗာန်** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ **ကိလေသပရိနိဗ္ဗာန်** လို့လဲ ခေါ်ရပါတယ်။

အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်က ကိလေသာမှန်သမျှ အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်ပြီးတဲ့ အချိန်က စပြီး ပရိနိဗ္ဗာန် မစံမီအတွင်းမှာ ရဟန္တာတွေဟာ ဒီ ပထမဆင့် ဆင်းရဲငြိမ်းမှုကို မျက်မှောက် ဆိုက်ရောက်ကာ တွေ့သိရတော့တာပါပဲ။

အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန် ဒုတိယအဆင့် ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘောဆိုတာကတော့ ဘုရား ရဟန္တာများ ပရိနိဗ္ဗာန်စံပြီးတဲ့ နောက်မှာ ရုပ်ခန္ဓာ နာမ်ခန္ဓာ တစ်စုံတရာ မဖြစ်ပေါ်တော့ဘဲ ငြိမ်းနေတဲ့ သဘာဝကို ဆိုလိုပါတယ်။ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ လုံးဝ မကျန်တော့ဘဲ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း လုံးဝ ငြိမ်းနေတဲ့ ဒီသဘာဝကို **အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်=ခန္ဓာ အကြွင်းအကျန် မရှိတဲ့ နိဗ္ဗာန်** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ **ခန္ဓပရိနိဗ္ဗာန်** လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။

ဒီ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းနေတဲ့ သဘာဝကို ဘယ်လိုပဲ နာမည် တပ်တပ် နာမည်က လိုရင်း မဟုတ်ပါဘူး။ ဆင်းရဲကို ကြောက်လို့ ဆင်းရဲကို မလိုချင်တဲ့ သတ္တဝါအတွက် ဆင်းရဲ မရှိဘဲ **ဆင်းရဲငြိမ်းနေတဲ့ ချမ်းသာ=သန္တိသုခ** ရဖို့ပဲ လိုရင်း ဖြစ်ပါတယ်။

အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ကြည့်လျှင် ဒီလို ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲ၊ သင်္ခါရဆင်းရဲ၊ ဆင်းရဲ မှန်သမျှ အကုန်ငြိမ်းတာက အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ရုပ်နာမ်သင်္ခါရအားလုံး အဖြစ်ရပ်သွားပြီး နောက်ထပ် ပြန်မဖြစ်တော့မှပဲ ဆင်းရဲ အကုန်ငြိမ်းပါတယ်။ ဒီ ရုပ် နာမ် သင်္ခါရတွေ နောက်ထပ် မဖြစ်ဖို့က သူတို့ကို သာသာနှစ်သက်တပ်မက်ပြီး သူတို့ ဖြစ်ပေါ်အောင် ပြုလုပ်ပေးတဲ့ အကြောင်းတဏှာကို ပယ်သတ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒီ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေရဲ့ ဖြစ်ချည် ပျက်ချည် မတည်မမြဲ ဆင်းရဲ သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း မသိမမြင်လို့သာ ဒီတဏှာက အကောင်းထင်ပြီး ခင်မင်နှစ်သက် တပ်မက်တွယ်တာနေတာပဲ။ သင်္ခါရတွေရဲ့ ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲ သင်္ခါရဒုက္ခကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်ရင်ဖြင့် ဒီတဏှာ မဖြစ်လာတော့ပဲ ချုပ်ငြိမ်းနေတာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီတဏှာ မဖြစ်လာအောင် သင်္ခါရဒုက္ခကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ဘာဝေတဗ္ဗတရား အဲဒီလို အမှန်အတိုင်း ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိမြင်ဖို့ရာ မိမိတို့ သန္တာန်မှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပွားအောင် အားထုတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး(မဂ္ဂသစ္စာ)တရားဟာ သင်္ခါရဒုက္ခ ရုပ်နာမ် သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်ပြီး အကြောင်းတဏှာ မဖြစ်လာပဲ အကျိုးဆင်းရဲ လုံးဝငြိမ်းစဲရေးအတွက် မိမိတို့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားစေရမည့် ဖြစ်ပွားအောင် အားထုတ်ရမည့် **ဘာဝေတဗ္ဗတရား** ပါပဲ။

ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းရာ (နိဗ္ဗာန်) ကို ရောက်ဖို့ရာ မိမိတို့သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားအောင်

အားထုတ်ရမည့် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ကျင့်စဉ်အတိုင်း ဒီလိုလဲ မှတ်သားနိုင်ပါတယ်။ ဘယ်လိုလဲ ဆိုတော့—

၁။	သမ္မာဝါစာ=မှန်စွာ ပြောဆိုမှု	သီလ မဂ္ဂင်သုံးပါး
၂။	သမ္မာကမ္မန္တ=မှန်စွာ ပြုလုပ်မှု	
၃။	သမ္မာအာဇီဝ=မှန်စွာ အသက်မွေးမှု	
၄။	သမ္မာဝါယာမ=မှန်စွာ အားထုတ်မှု	သမာဓိ မဂ္ဂင် သုံးပါး
၅။	သမ္မာသတိ=မှန်စွာ သတိကပ် ရှုမှတ်မှု	
၆။	သမ္မာသမာဓိ=မှန်စွာ စူးစိုက်တည်ငြိမ်မှု	
၇။	သမ္မာသင်္ကပ္ပ=မှန်စွာ ကြံစည်မှု	ပညာ မဂ္ဂင် နှစ်ပါး
၈။	သမ္မာဒိဋ္ဌိ=မှန်စွာ သိမြင်မှု	

ပဓာန မဂ္ဂင် ဒီ မဂ္ဂသစ္စာတရား မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးထဲမှာ သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်ဟာ လိုရင်း ပဓာန မဂ္ဂင်ပါပဲ။ ရုပ်နာမ် တို့ရဲ့ ဖြစ်မှုပျက်မှုကို အမှန်အတိုင်းသိတဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ် ဖြစ်ပွားမှ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ ပေါ်မှာ သာယာတပ် မက်တဲ့ တဏှာကို ပယ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အမှန်အတိုင်း သိမြင်ရေးဟာ ပဓာနလိုအပ်ချက်ပါပဲ။ တခြားမဂ္ဂင် ခုနစ်ပါးကတော့ အမှန်သိမဂ္ဂင် ဖြစ်ပေါ်ရေး အတွက် ထောက်ပံ့ကူညီရတဲ့ မဂ္ဂင်တွေပါပဲ။

မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပွားပုံ

ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်
အရိယမဂ်

မဂ္ဂ=မဂ် ဆိုတာ ဒီနေရာမှာ အကျင့်လမ်း လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။ မဂ္ဂ=မဂ္ဂင် ဆိုတာ မဂ်ရဲ့ အဖွဲ့အစုတရား၊

သို့မဟုတ် **မဂ်ရဲ့အစိတ်အပိုင်း** လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။ ဒီ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အပေါင်းကို **မဂ်=မဂ္ဂသစ္စာ** လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် မဂ္ဂင် တစ်ပါးစီ တစ်ပါးစီကို **မဂ္ဂင်=မဂ္ဂင်=မဂ်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်း** လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ ဒီ မဂ်ဟာ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်၊ အရိယမဂ်လို့ နှစ်မျိုး ရှိပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုတဲ့မဂ်ကို **အရိယမဂ်** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ **လောကုတ္တရာမဂ်** လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ အရိယမဂ် မရမီ ရှေ့အဖို့ ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာ ရှုခိုက်မှာ ပါဝင် ဖြစ်ပွားတဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အပေါင်းကိုတော့ **ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ **လောကီမဂ်** လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။

ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်လဲ ဘာဝေတဗ္ဗ

ဒီနေရာမှာ **ဘာဝေတဗ္ဗ=ဖြစ်ပွားစေရမည့်တရား** ဆိုတာ မှချအားဖြင့် အရိယမဂ်ပါပဲ။ သို့သော်လဲ အရိယမဂ် ခေါ်တဲ့ လောကုတ္တရာမဂ်ကို ရလိုရင် ပုဗ္ဗဘာဂမဂ် ခေါ်တဲ့ လောကီမဂ် ဖြစ်ပွားအောင် အားထုတ်ရပါတယ်။ လောကီဖြစ်တဲ့ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်ကို မပွားရင် လောကုတ္တရာ ဖြစ်တဲ့ အရိယမဂ်ကို မရနိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် **မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၊ ဥဒ္ဒေသ** မှာ– ''ဤ သတိပဋ္ဌာန် လေးပါးသည် အရိယမဂ်ကို ရဖို့ရာ တစ်ခုတည်းသော လမ်း ဖြစ်သည်''လို့ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား မိန့်ကြားတော်မူတာပါပဲ။

ပြီးတော့ အဲဒီ **ဥဒ္ဒေသအဖွင့် အဋ္ဌကထာ** (ဒီဋ္ဌ ၂၊၃၄၂) မှာလဲ–

''အယဉှိ ပုဗ္ဗဘာဂေ လောကိယော သတိပဋ္ဌာနမဂ္ဂေါ ဘာဝိတော လောကုတ္တရမဂ္ဂဿ အဓိဂမာယ သံဝတ္တတိ'' လို့ဖွင့်ပါတယ်။

''**မှန်၏** ၊ရှေ့အဖို့၌ လောကီဖြစ်သော ဤ သတိပဋ္ဌာန်မဂ်သည် (မိမိသန္တာန်၌) ဖြစ်ပွားစေအပ်သည် ရှိသော် လောကုတ္တရာမဂ်ကို ရ ခြင်း ငှာ ဖြစ်၏''လို့ ဆိုပါတယ်။

ရှုမှတ်ရာတွင် မဂ္ဂင်ဖြစ်ပွားပုံ

ဒါကြောင့် လောကီဖြစ်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်လဲ **ဘာဝေတဗ္ဗ=ဖြစ်ပွားစေရမည့်တရား** ပါပဲ။ ဒါကြောင့် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ ပွားနိုက်မှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပါဝင်ဖြစ်ပွားပုံကို အကျဉ်းမျှ ပြောပြချင်ပါတယ်။ ဝိပဿနာ ရှုပွားတဲ့ အခါမှာ ပထမ သီလကို စင်ကြယ်အောင် စောင့်ထိန်းရပါတယ်။ စင်ကြယ်တဲ့ သီလပေါ် အခြေတည်ပြီးမှ ရုပ်တရား နာမ်တရားကို ရှုမှတ်ရပါတယ်။ သီလ စင်ကြယ်တယ် ဆိုတာ ကိုယ်မှု၊ နှုတ်မှု၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှု စင်ကြယ်တာပါပဲ။

အဲဒီလို စင်ကြယ်ရင် ဝစီဒုစရိုက် သုံးပါးမှ ရှောင်ကြဉ်တဲ့ **သမ္မာဝါစာ**၊ ကာယဒုစရိုက်သုံးပါးမှ ရှောင်ကြဉ်တဲ့ **သမ္မာကမ္မန္တ**၊ အပြစ်မကင်းတဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှု ရှောင်ကြဉ်တဲ့ **သမ္မာအာဇီဝ** ဆိုတဲ့ သီလမဂ္ဂင်သုံးပါး ပြည့်စုံသွားပါတယ်။

စင်ကြယ်တဲ့ သီလကို အခြေခံပြီး ထင်ရှားတဲ့ ရုပ်၊ ထင်ရှားတဲ့ နာမ်ကို ရှုမှတ်တဲ့ အခါမှာ ရှုဖို့ရာ ကြောင့်ကြစိုက် အားထုတ်တာက **သမ္မာဝါယာမ**၊ ရှုသိလိုက်တာက **သမ္မာသတိ**၊ အရှုခံ ရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံပေါ်မှာ ရှုစိတ် တည်ငြိမ်နေတာက **သမ္မာသမာဓိ**၊ အာရမ္မဏာဘိနိရောပနလက္ခဏော သမ္မာသင်္ကပ္ပော= ဆိုတဲ့ အတိုင်း အရှုခံအာရုံဆီ ရှုစိတ်ကို ဦးတည့် တင်ပေးတဲ့ သဘောက **သမ္မာသင်္ကပ္ပ**၊ အရှုခံရုပ် အရှုခံနာမ်ရဲ့ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အတ္တမဟုတ်တဲ့ သဘောကို သိတာက **သမ္မာဒိဋ္ဌိ**။ ရုပ်နာမ် နှစ်ပါး ခန္ဓာငါးပါးကို ဝိပဿနာ ရှုပွားတဲ့ ယောဂီရဲ့ သန္တာန်မှာ မဂ္ဂင်တရားတွေ အဲဒီလို ဖြစ်ပွားနေပါတယ်။ လောကီ မဂ္ဂင်တွေ ပါပဲ။ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာရှုနိုက် လောကီသစ္စာ လေးပါး

အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ရာမှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပါဝင်ဖြစ်ပွားနေတာက ဖြစ်ပွားစေရမည့် **မဂ္ဂသစ္စာ**ကို ဖြစ်ပွားအောင် ပွားများနေခြင်း ပါပဲ။

အရှုခံရုပ်နာမ်တွေရဲ့ ပေါ်မှု ပျောက်မှု ဖြစ်မှု ပျက်မှုကို အမှန်သိဉာဏ် သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်နဲ့ ကိုယ်တွေ့ သိနေရတာတွေ၊ မတည်မြဲတဲ့ သဘော၊ ဆင်းရဲတဲ့ မကောင်းတဲ့ သဘောတွေကို တွေ့သိနေရတာတွေ' တည်မြဲနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အတ္တရယ် လို့ မတွေ့ရဘဲ အမြဲတစေ တရိပ်ရိပ် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်အစဉ် နာမ်အစဉ်မျှသာ သိမြင်နေရတာတွေ၊ ဒီလို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတွေကို ကိုယ်တွေ့ သိနေရတာတွေဟာ **ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိနေခြင်း** ပါပဲ။

အဲဒီလို အရှုခံ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဒုက္ခသဘာဝကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိနေခိုက်မှာ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်တွယ်တာမှု တဏှာ လောဘတွေ ကင်းနေတာဟာ **ပယ်ရမည့် သမုဒယသစ္စာကို** ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ တဒင်္ဂပဟာန် အားဖြင့် **ပယ်သတ်ခြင်း** ပါပဲ။

အဲဒီလို သမုဒယသစ္စာ တဏှာ ကင်းငြိမ်းနေတဲ့ အတွက် အမှန်အတိုင်း သိရတဲ့ အရှုခံရုပ် အရှုခံနာမ် ရှုသိစိတ်တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကိလေသာဆင်းရဲ ဘဝသစ် ဆင်းရဲတွေ ဖြစ်ပေါ်ခွင့် မရဘဲ **ချုပ်ငြိမ်းနေခြင်း** ဟာ **နိရောဓသစ္စာ** ပါ။ ဒါကို တဒင်္ဂနိရောဓ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီ နိရောဓကို လောကုတ္တရာမဂ်လို လောကီမဂ်က အာရုံပြုသိတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ချုပ်ငြိမ်းမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေရုံမျှ ပါပဲ။

ဒါဟာ ဝိပဿနာယောဂီ သိရတဲ့ သစ္စာလေးပါးပါပဲ။ လောကုတ္တရာ အရိယသစ္စာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။

အခု ပြောခဲ့တာတွေဟာ ရုပ်နဲ့နာမ်မှာ ရှိနေတဲ့ အရှိသဘာဝတွေကို ဘာဝနာဉာဏ်နဲ့ အရှိအတိုင်း အမှန်အတိုင်း ကိုယ်တွေ့သိနေကြတာတွေပါပဲ။ ဒီ အသိမျိုးကို အတွေးအမြင် ဒဿနပညာနဲ့ ဆင်ခြင်တွေးခေါ်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။

အခု ပြောခဲ့သလို အမှန်သိ=သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်နဲ့ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်မှုပျက်မှုကို မသိသေးသမျှတော့ ရုပ်နာမ်ပေါ်မှာ သာယာတပ်မက်မှု တဏှာ သမုဒယသစ္စာ ဖြစ်မြဲ ဖြစ်နေတာပါပဲ။ သမုဒယသစ္စာ ဖြစ်နေသမျှလဲ သူ့ရဲ့အကျိုး ဒုက္ခသစ္စာ ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးက ဆက်လက် ဖြစ်ပွားနေတာပါပဲ။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိနှင့် အတ္တဒိဋ္ဌိ

မြုပ်နေတဲ့ ကွင်းဆက်

ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှုကို အမှန်အတိုင်း မသိမမြင်လို့ သာယာတပ်မက်မှု ဖြစ်တယ် ဆိုရာမှာ အမှန်အတိုင်း မသိမှုနဲ့ သာယာတပ်မက်မှု ကြားမှာ ကြောင်းကျိုး ကွင်းဆက် တစ်ခု ရှိပါသေးတယ်။ အဲဒီ ကွင်းဆက် မြုပ်နေပါတယ်။ အဲဒီ ကွင်းဆက်က ဘာလဲဆိုတော့ ရုပ်နဲ့ နာမ်ကို ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အသက် ဝိညာဉ် အတ္တလို့ အသိမှားနေမှုပါပဲ။ အဲဒီ အသိမှား အမြင်မှားကို **သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ အတ္တဒိဋ္ဌိ**လို့ခေါ် ပါတယ်။

ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်ပေါ်ပြီး ပျောက်ပျောက် သွားတဲ့ သဘောကို မသိမမြင် တော့ ရုပ်ခန္ဓာနဲ့ စိတ်နာမ်တရားကို မပျက်ဘဲ တည်မြဲနေတယ် လို့ ယူဆကြပါတယ်။ ဒီတော့ အဲဒီ တည်မြဲနေတယ် လို့ ယူဆထားတဲ့ ရုပ်နဲ့နာမ်ကို မွေးဖွားလာကတည်း က မပျက်မစီးဘဲ တည်မြဲနေတဲ့ အသက်ဝိညာဉ် အတ္တပဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါပဲ လို့ အသိအမြင် မှားနေပါတော့တယ်။ အဲဒီလို အသိအမြင် မှားတာဟာ အတ္တဒိဋ္ဌိ၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပါပဲ။

ရုပ်နဲ့နာမ်ကို ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ငါလို့ အသိအမြင် အယူအဆမှားတော့ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ် အဲဒီ သတ္တဝါက လိုချင်တယ်၊ တပ်မက်တယ်၊ စိတ်ဆိုးတယ်၊ အမျက်ထွက် တယ်၊ မာနတက်တယ် စသည်ဖြင့် လောဘ ဒေါသ မာန စတဲ့ ကိလေသာ တရား

တွေ ဖြစ်ပွားလာပါတယ်။ ဒီလို ကိလေသာတွေ ဖြစ်ပွားလာတာဟာ ရုပ်နဲ့နာမ်ကို မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်သဘာဝ နာမ်သဘာဝမျှသာပဲ လို့ အမှန်အတိုင်း မသိဘဲ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ လို့ အသိအမြင် မှားတဲ့ အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကြောင့် ဖြစ်ပွား လာတာပဲ။

အဲဒီလို ဖြစ်ပွားတဲ့ ကိလေသာတွေထဲမှာ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်တွယ်တာ တဲ့ တဏှာလောဘဟာ ဆင်းရဲအားလုံးရဲ့ အကြောင်းရင်းပဲ။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာ ဘုရားက ဒီ တဏှာ လောဘကို ဆင်းရဲဖြစ်ခြင်းရဲ့ အကြောင်း သမုဒယသစ္စာ လို့ မိန့်ကြားတော်မူခဲ့တာပါပဲ။

သက္ကာယ ဒိဋ္ဌိပြုတ်မှ တဏှာချုပ် ဒီတော့ ဆင်းရဲငြိမ်းချင်ရင် ဆင်းရဲကို ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကြောင်း တဏှာကို ပယ်ရပါတယ်။ တဏှာကို ပယ်ချင်ရင် တဏှာရဲ့ အခြေတည် အကြောင်းရင်းဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ ဆိုတဲ့ အသိမှား အမြင်မှား သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ရှားရ ပါမယ်။ဒီ အသိမှား သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ချင်ရင် ရုပ်နဲ့နာမ်ရဲ့ မတည်မြဲတဲ့ သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိဖို့လိုပါတယ်။ အမှန်အတိုင်းသိချင်ရင် ရုပ်ဖြစ်တိုင်း နာမ်ဖြစ်တိုင်း သတိနဲ့ စောင့်ကြည့် စောင့်ရှုမှသာ သိနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို သတိနဲ့ စောင့်ရှုတဲ့ နည်းကို သတိပဋ္ဌာန် အကျင့်မှန်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီနည်းကို ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြား ညွှန်ပြတော်မူခဲ့ ပါတယ်။

ဒီနည်းအတိုင်း သတိဦးစီးတဲ့ စိတ်နဲ့ ရုပ်နာမ်ကို စောင့်ရှုတဲ့ အခါ ရှု ချက်တိုင်းမှာ မဂ္ဂင် ၈ ပါး ထိုက်သလို ပါဝင်ဖြစ်ပွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရုပ်ကို ရှုတိုင်း နာမ်ကိုရှုတိုင်း မဂ္ဂင် ၈ ပါး မိမိတို့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားနေပါတယ်။ ဒါဟာ ဖြစ်ပွားစေရမည့် **ဘာဝေတဗ္ဗ** တရားကို **ဖြစ်ပွားအောင် အားထုတ်ခြင်းပါပဲ**။

ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းခြင်း

သီလကို အခြေခံ အဲဒီလို ရှုမှတ်ပွားများဖို့ရာ အခြေခံ ဘာလိုအပ်သလဲ၊ ဒါ သိဖို့ လိုပါတယ်။ အခြေခံ ဘာလိုအပ်သလဲ ဆိုတာ သိရအောင် ဒီနေရာမှာ အရှင်ဥတ္တိယ မထေရ်ကို မြတ်စွာဘုရား ဆုံးမတဲ့ အကျဉ်းချုပ် တရားကို ကြည့်သင့် ပါတယ်။ အရှင်ဥတ္တိယ က မြတ်စွာဘုရားကို "အကျဉ်းချုပ်တရား ဟောကြား ချီးမြှင့်တော်မူပါ ဘုရား" လို့ လျှောက်ထားတော့ မြတ်စွာဘုရားက အခုလို မိန့်တော်မူ ပါတယ်။

"ဥတ္တိယ၊ ကုသိုလ်တရားတို့တွင် အစကိုသာလျှင် (ရှေးဦးစွာ) စင်ကြယ်အောင် သုတ်သင်ပါလော့။ အစ ဆိုသည်မှာ ကောင်းစွာ စင်ကြယ်သော သီလနှင့် ဖြောင့်မှန်သော အယူဝါဒပင်တည်း။ ဥတ္တိယ၊ သီလစင်ကြယ်၍ အယူဝါဒ ဖြောင့်မှန်သောအခါ စင်ကြယ်သောသီလ၌ တည်၍ စင်ကြယ်သော သီလကို မှီ၍ သတိပဋ္ဌာန်တရား လေးပါးကို ပွားများ အားထုတ်ပါလေတော့" (သတိပဋ္ဌာနသံယုတ်၊ ဥတ္တိယသုတ်။ သံ ၃၊ ၁၄၅)

ဒီဒေသနာတော်အရ သတိနဲ့ စောင့်ရှုတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်ကို ပွားများရေးအတွက် အယူဝါဒ ဖြောင့်မှန်ဖို့နဲ့ သီလစင်ကြယ်ဖို့ရာ အခြေခံအားဖြင့် လိုအပ်ကြောင်း သိရပါတယ်။ အယူဝါဒ ဖြောင့်မှန်ဖို့ဆိုတာက ရတနာ သုံးပါး၊ ကံ ကံ၏ အကျိုးတရားနဲ့ အနတ္တဝါဒကို ယုံကြည်လက်ခံရင် အယူဝါဒ ဖြောင့်မှန်တော့တာပါပဲ။ အခု ဘုန်းကြီးတို့ ဒီပရိတ်သတ်ကတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဖြစ်ကြတဲ့ အတွက် အယူဝါဒ ဖြောင့်မှန်ပြီးပါပဲ။ သီလ စင်ကြယ်ဖို့ ဆိုတာကတော့ လူများမှာ အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလ၊ ရှင်သာမဏေများမှာ ဆယ်ပါးသီလ၊ ရဟန်းတော်များမှာ ပါတိမောက္ခ သံဝရသီလ ခေါ်တဲ့ ရဟန်းတော်တို့ရဲ့ သီလပြည့်စုံရင် သီလစင်ကြယ်တော့တာပါပဲ။

အဲဒီလို အယူဝါဒ ဖြောင့်မှန်လို့ သီလစင်ကြယ်ရင် သတိပဋ္ဌာန်ဘာဝနာ တရား အားထုတ်ဖို့ အခြေခံ ပြည့်စုံပါပြီ။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးထဲက သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာ ကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ ဆိုတဲ့ သီလမဂ္ဂင်သုံးပါး ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

ဘာဝနာဆိုတာ စင်ကြယ်တဲ့ သီလကို အခြေခံပြီး ဘာဝနာအလုပ်ကို စတင် အားမထုတ်မီမှာ 'ဘာဝနာ' ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို အကြမ်းဖျင်း နားလည်ထားသင့်ပါတယ်။ ဘာဝနာဆိုတာ 'မိမိသန္တာန်၌ ဖြူစင်သော စိတ်များ ဖြစ်ပွားအောင် အားထုတ်ခြင်း' သို့မဟုတ် 'မိမိသန္တာန်၌ မဂ္ဂင် ရှစ်ပါး ဖြစ်ပွားအောင် အားထုတ်ခြင်း' သို့မဟုတ် 'မိမိ . သန္တာန်၌ သီလ သမာဓိ ပညာတရားများ ဖြစ်ပွားအောင် အားထုတ်ခြင်း' လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါ တယ်။ တကယ်တော့ ဒီအဓိပ္ပါယ်သုံးမျိုးဟာ အတူတူပါပဲ။ မိမိတို့ သန္တာန်မှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပွားရင် ကိလေသာ အညစ်အကြေး ကင်းစင်နေတဲ့အတွက် စိတ်အစဉ်ဟာ ဖြူစင်နေပါတယ်။ အဲဒီ မဂ္ဂင် ရှစ်ပါးထဲမှာ သီလမဂ္ဂင်သုံးပါး၊ သမာဓိမဂ္ဂင် သုံးပါး၊ ပညာမဂ္ဂင် နှစ်ပါး ပါဝင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အခု ပြောပြခဲ့တဲ့ 'ဘာဝနာ'ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်သုံးမျိုးဟာ အတူတူပါပဲ။

ဘာဝနာလုပ်ငန်း၏ ရည်ရွယ်ချက် အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း မိမိသန္တာန်မှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး သီလ သမာဓိ ပညာတရားတွေ ဖြစ်ပွားပြီး စိတ်ဖြူစင် အောင် ရုပ်နဲ့နာမ်ကို သတိနဲ့ မပြတ် စောင့်ရှုရပါတယ်။ ဒါကိုပဲ ဘာဝနာ အားထုတ်တယ်လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ အဲဒီလို ရုပ်ဖြစ်တိုင်း နာမ် ဖြစ်တိုင်း စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုပါများလာတော့ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိတွေ အား ကောင်းလာပြီး ရုပ်နာမ်အသီးသီးရဲ့ ပင်ကိုယ်ရင်း သီးသန့်သဘော=သဘာဝ လက္ခဏာနဲ့ ရုပ်တိုင်းနာမ်တိုင်းနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဆိုတဲ့

သာမည လက္ခဏာတွေကို အရှိသဘာဝအတိုင်း သိတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။

အဲဒီ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်နေခိုက်မှာ **ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်** (=အရိယမဂ် ဉာဏ်၏ရှေ့အဖို့၌ ဖြစ်သော မဂ်အကျင့်) ခေါ်တဲ့ လောကီမဂ္ဂင် ရှစ်ပါး ပါဝင် ဖြစ်ပွားနေပါတယ်။ အဲဒီ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ တစ်ဆင့်ထက် တစ်ဆင့် ရင့်ကျက်ပြီး မြင့်တက်လာတော့ နောက်ဆုံးမှာ ဝိပဿနာဉာဏ်အစဉ် ကုန်ဆုံးသွား တော့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာတော့တာပါပဲ။

အဲဒီ မဂ်အသိ လေးခုက မိမိတို့စွမ်းနိုင်ရာ ကိလေသာ အညစ်အကြေးကို အသီးသီး လျှော်ဆေးပယ်သတ်ပစ်ကြတော့ စိတ်အစဉ်ဟာ အညစ်အကြေး ကင်းစင်ပြီး ဖြူစင်လာပါတယ်။ နောက်ဆုံး စတုတ္ထဖြစ်တဲ့ အရဟတ္တမဂ်အသိ ဖြစ်ပေါ်လာတော့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးမှုန်သမျှ အနည်းငယ်မျှ မကျန်ရ အောင် အကြွင်းမဲ့ အပြည့်အစုံ လျှော်ဆေး ပယ်သတ်ပစ်လိုက်ပါတယ်။ ဒီ အခါမှာ စိတ်အစဉ်ဟာ လုံးဝ ဖြူစင်နေပါတော့တယ်။ ဒီလို ကိလေသာ အညစ်အကြေး လုံးဝ မတင် အပြည့်အစုံ စိတ်ဖြူစင်ရေးဟာ ဘာဝနာလုပ်ငန်းရဲ့ အဆုံးစွန်သော ရည်ရွယ်ချက် ပန်းတိုင်ပါပဲ။ ဒါကို **သဥပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သဥပါဒိသေသနိဗ္ဗာန် ရရင် **အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်** ရဖို့ **သေချာ** ပါပြီ။

ဘာဝနာနှစ်မျိုး

သမထဘာဝနာ ဒီ ဘာဝနာဟာ သမထဘာဝနာ ဝိပဿနာဘာဝနာ လို့ နှစ်မျိုး ရှိပါတယ်။ **သမထ** ဆိုတာ "ကိလေသာ

နီဝရဏတို့ကို (ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်အားဖြင့်) ငြိမ်းစေတဲ့ သမာဓိ''ပါပဲ။ အာရုံ **တစ်ခုတည်း**မှာ စိုက်ပြီး တည်ငြိမ်နေတဲ့ သမာဓိစိတ် ဖြစ်နေခိုက်မှာ အဲဒီ စိတ် အစဉ်ထဲကို လောဘ ဒေါသ စတဲ့ ကိလေသာ နီဝရဏတွေ မဝင်လာနိုင် တော့ ပရိယုဋ္ဌာနအနေနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ထကြွဖြစ်ပေါ်မှု မရှိဘဲ ငြိမ်ဝပ်နေတာကိုပဲ ကိလေသာ နီဝရဏတို့ကို သမာဓိက ငြိမ်းစေတယ် လို့ ဆိုရပါတယ်။ အမှန် တော့ ကိလေသာတွေ ငြိမ်ဝပ်နေတာကို ဆိုလိုတာပါပဲ။ အဲဒါကိုပဲ သမထက ကိလေသာ နီဝရဏတွေကို ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်အားဖြင် ပယ်တယ်လို့ ဆိုရပါတယ်။ **ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်**ဆိုတာ ကိလေသာကို ဝေးကွာအောင် ခွါထားသောအားဖြင့် ပယ်ခြင်းပါပဲ။ အဲဒီ သမထ ခေါ်တဲ့ သမာဓိကို မိမိသန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားအောင် အဖန်ဖန် အားထုတ်တာကိုပဲ **သမထဘာဝနာ** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ **သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း** လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်း ကမ္မဋ္ဌာန=ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာ ''တရားထူးရခြင်း၏ အကြောင်း ဖြစ်၍ မုချ ပြုလုပ်ရမည့် အလုပ်''လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်၊ (မူလ-ဋီ ၂၊၁၅၆) ''ချမ်းသာထူးကို ရကြောင်းဖြစ်၍ မုချပြုလုပ်ရမည့်အလုပ်'' (ဝိသုဒ္ဓိ-ဋီ၁၊ -၂၀၉) လို့လဲ အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ပြကြပါတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နောက်တစ်မျိုး အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်တာလဲ ရှိပါသေးတယ်။ အဲဒီ ဖွင့်ဆိုချက်အရ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာ ''ဘာဝနာအလုပ်၏ တည်ရာ အာရုံ''လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။ (မ-ဋီ၃၊ ၆၄) လက်တွေ့ အားထုတ်သူများရဲ့ စကားနဲ့ ပြောရရင် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာ အရှုခံ အာရုံပါပဲ။

အဲဒီ အဓိပ္ပာယ်အရ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း လေးဆယ်ရှိပါတယ်။ သမထ

ဘာဝနာ အလုပ်ရဲ့ အရှုခံအာရုံ လေးဆယ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီ လေးဆယ်ကတော့ ကသိုဏ်း ကမ္မဋ္ဌာန်း ၁၀-ပါး၊ အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ၁၀-ပါး၊ အနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း ၁၀-ပါး၊ မေတ္တာ ကရုဏာ မုဒိတာ ဥပေက္ခာ ဆိုတဲ့ အပ္ပမညာကမ္မဋ္ဌာန်း လေးပါး၊ စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်ကမ္မဋ္ဌာန်း ၁-ပါး၊ အာဟာရေပဋိကူလသညာ ကမ္မဋ္ဌာန်း ၁-ပါး၊ အာရုပ္ပကမ္မဋ္ဌာန်း လေးပါးတို့ပါပဲ။

သမထဘာဝနာ၏ အကျိုး ဒီ သမထဘာဝနာရဲ့ အကျိုးတရားကတော့ အားကောင်းတဲ့ ဥပစာရသမာဓိနှင့် အပ္ပနာသမာဓိ ခေါ်တဲ့ ဈာန်ကို ရခြင်း အကျိုးပါပဲ။ ဈာန်ဆိုတာ ''ဈာယတိ ဥပနိဇ္ဈာယတီတိ ဈာနံ'' ဆိုတဲ့ ဖွင့်ဆိုချက်အရ 'အာရုံကို ကပ်၍ ရှုတတ်တဲ့ သဘာဝ' လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။ အာရုံ၌ စူးစိုက်တည်ငြိမ်နေတဲ့ သမာဓိကို ဆိုလိုတာပါပဲ။ ဈာန်ကို ကျေပွန်အောင် အကြိမ်ကြိမ် လေ့ကျင့်ပွားများပြီး တိုးတက်အားထုတ်ရင် အဘိညာဏ် တန်ခိုးတွေလဲ ရပါတယ်။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာမှာ သမထဘာဝနာရဲ့ အကျိုးတရားတွေ အနေနဲ့ (၁) ဈာန်ချမ်းသာ ခံစားရခြင်း၊ (၂) အဘိညာဏ်တန်ခိုး ရခြင်း၊ (၃) ဝိပဿနာဘာဝနာရဲ့ အခြေခံဖြစ်ခြင်း၊ (၄) နိရောဓသမာပတ်ရဲ့ အခြေခံဖြစ်ခြင်း၊ (၅) ဈာန်ဝင်စားရင်း ကွယ်လွန်ရင် ဗြဟ္မာဘုံ၌ ဖြစ်ရခြင်း ဆိုတဲ့ အကျိုးတရား ငါးပါးကို ဖော်ပြထားပါတယ်။ (ဝိသုဒ္ဓိ ၁၊ ၃၆၀-၉)

ဒီနေရာမှာ သမထဘာဝနာ သက်သက်ပွားခြင်းဖြင့် ဈာန်နှင့် အဘိညာဏ် တန်ခိုးတွေကို ရနိုင်သော်လဲ ရုပ်နာမ်သဘာဝ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘော

တွေကို မသိနိုင်တဲ့အတွက် သမထဘာဝနာ သက်သက်ဟာ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရစေတဲ့ အကျင့်လမ်း မဟုတ်ဘူးဆိုတာ သတိပြုရပါမယ်။

ဝိပဿနာနှစ်မျိုး ဝိပဿနာ ဆိုတာကတော့ '**ရုပ်နာမ်တို့၌ ရှိသောအနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတို့ကို ရှုသိသော ဉာဏ်**' လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်၊ အဲဒီ ဝိပဿနာ အသိ ဝိပဿနာဉာဏ် ရရှိရေးအတွက် ပွားများအားထုတ်တဲ့ ဘာဝနာကို ဝိပဿနာဘာဝနာ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ရုပ်နဲ့ နာမ်ရဲ့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတွေကို အမှန်အတိုင်း သိရေးအတွက် ရုပ်နဲ့နာမ်ကို သတိဦးစီးတဲ့ စိတ်နဲ့ စောင့်ရှုတဲ့ အလုပ်ပါပဲ။

ဝိပဿနာဟာ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ အဲဒီ နှစ်မျိုးကတော့ (၁) သမထပုဗ္ဗင်္ဂမဝိပဿနာ နှင့် (၂) သုဒ္ဓဝိပဿနာတို့ ပါပဲ။

သမထပုဗ္ဗင်္ဂမ ဝိပဿနာ ဝိပဿနာရဲ့ အခြေခံအနေနဲ့ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း တစ်ခုခုကို လက်ဦးအားထုတ်လို့ ဈာန်လောက်နီးပါး အားကောင်းတဲ့ ဥပစာရ သမာဓိကို ဖြစ်စေ၊ ဈာန်သမာဓိကို ဖြစ်စေ ရတဲ့ အခါမှာ ဝိပဿနာရဲ့ အာရုံဖြစ်တဲ့ ရုပ်နဲ့နာမ်ကို ပြောင်းလဲရှုရင် ဒါဟာ **သမထပုဗ္ဗင်္ဂမ ဝိပဿနာ**ပါပဲ၊ **သမထ** ရှေ့သွားရှိတဲ့ **ဝိပဿနာ** လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒီနည်းမှာ အားမထုတ်မီက စောင့်ထိန်းထားလို့ စင်ကြယ်နေတဲ့ သီလက **သီလဝိသုဒ္ဓိ**၊ သမထဘာဝနာ ပွားခိုက်မှာ ရတဲ့ **ဥပစာရသမာဓိ**၊ သို့မဟုတ် **အပ္ပနာသမာဓိက စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ** ဖြစ်ပါတယ်။

စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဆိုတာ ရှုစိတ်က အရှုခံ အာရုံပေါ်မှာ စူးစိုက်ပြီး တည်ငြိမ်နေတဲ့ အတွက် ရှုစိတ်ထဲမှာ ကိလေသာနီဝရဏ အညစ်အကြေး မဝင်နိုင်လို့ ရှုစိတ်ကလေးချည်း သက်သက် စင်ကြယ် သန့်ရှင်းနေတာကို ဆိုလိုတာပါပဲ။

အဲဒီလို စိတ်စင်ကြယ်နေတဲ့ အချိန်ကစပြီး ရုပ်သဘာဝ နာမ်သဘာဝတွေကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိတဲ့ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် စ ဖြစ်တော့တာပါပဲ။

သုဒ္ဓဝိပဿနာ သုဒ္ဓဝိပဿနာ ဆိုတာကတော့ သမထဘာဝနာကို အခြေခံအနေနဲ့ အားထုတ်မနေတော့ပဲ **စတင် အားထုတ်ကတည်းက ဝိပဿနာရဲ့ အာရုံဖြစ်တဲ့ ရုပ်နဲ့ နာမ်ကို ရှုတဲ့ နည်းပါပဲ။** ဒီနည်းအရ ဝိပဿနာ ရှုစမှာ သမာဓိ မဖြစ်သေးသော်လဲ ထင်ရှားတဲ့ရုပ် ထင်ရှားတဲ့နာမ်ကို စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုရင်း ရှုရင်းနဲ့ ရှုပါများလာတော့ တဖြည်းဖြည်း စိတ် တည်ငြိမ်လာပါတယ်။ ကြာလာလို့ ရှေ့ရှုမှတ်မှုသတိနဲ့ နောက်ရှုမှတ်မှုသတိ စပ်မိသလောက် နီးပါးဖြစ်လာတော့ ရှုစိတ်ဟာ ရှုဆဲခဏမယ် အရှုခံ အာရုံပေါ်မှာ စိုက်ကနဲ စိုက်ကနဲ တည်ငြိမ်နေပါတယ်။ အပြင်အာရုံတွေဆီ ပျံ့လွင့်မှု မရှိသလောက်ပါပဲ။

ဝိပဿနာ ခဏိက သမာဓိ

ခဏိကသမာဓိ နှင့် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဒီ သမာဓိဟာ ရုပ်အာရုံ နာမ်အာရုံ ဖြစ်ပေါ်ဆဲ ခဏမှာသာ ရှုရလို့ ခဏမျှ ခဏမျှ စိုက်တည်ရသော်လဲပဲ အာရုံဖြစ်ပေါ်တိုင်း ရှုရတာ ဖြစ်လို့ အဆက်မပြတ် တည်ငြိမ်နေတဲ့ အတွက် တည်ငြိမ်မှု အလွန်အားကောင်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် သမထကမ္မဋ္ဌာန်းရှုရာမှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ဥပစာရသမာဓိလောက် တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းတဲ့ အတွက် ဆန့်ကျင်ဘက် နီဝရဏတရားတွေကို ပယ်ခွာနိုင်စွမ်းရှိကြောင်း **ဝိသုဒ္ဓိမဂ်**

နှင့် မဟာဋီကာ မှာ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ ရှုစိတ်ထဲမှာ နီဝရဏ မဝင်နိုင်အောင် ခွာထားနိုင်ရင် စိတ်စင်ကြယ်မှု စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာ ဘာဝနာမှာ ရုပ်နာမ်အာရုံကို ရှုလို့ ခဏမျှခဏမျှ ဆက်ကာဆက်ကာ တည်နေတဲ့ ဒီ **ခဏိက သမာဓိဟာ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ** ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်ပါတယ်။

ဒီသမာဓိကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မှာ **ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာ** လို့ သုံးပါတယ်။ **ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မဟာဋီကာ** မှာတော့ **ခဏမတ္တဋ္ဌိတိကော သမာဓိ** လို့သုံးပါတယ်။ **ခဏိက သမာဓိ** လို့ ဆိုပါတယ်။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်နှင့် မဟာဋီကာ

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ၊ အာနာပါန ရှုမှတ်ပုံပြရာ အခန်း၊ **'သမာဒဟံ စိတ္တံ'** အဖွင့်မှာ ဒီလို ဆိုပါတယ်။

> ''ထိုဈာန်တို့ကို ဝင်စားပြီးနောက် (ဈာန်မှ) ထ၍ ဈာန်နှင့် ယှဉ်သော စိတ်ကို 'ကုန်သွားသည်၊ ပျက်သွားသည်' ဟု ရှုသောသူအား ဝိပဿနာခဏ၌ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာတို့ကို ထိုးထွင်းသိသဖြင့် **ခဏမျှ တည်မြဲသော စိတ်**=(ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာ)ဖြစ်ပေါ်၏။''[၁]

၁။ တာနိ ဝါ ပန ဈာနာနိ သမာပဇ္ဇိတွာ ဝုဋ္ဌာယ ဈာနသမ္ပယုတ္တံ စိတ္တံ ခယတော ဝယတော သမ္မသတော ဝိပဿနက္ခဏေ လက္ခဏပဋိဝေဓေန ဥပ္ပဇ္ဇတိ ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာ။ (ဝိသုဒ္ဓိ ၁၊ ၂၈၁)

အဲဒီစကားကို **ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မဟာဋီကာ** က ဒီလို ထပ်ဖွင့်ပြပါတယ်။

> ''ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာ ဆိုသည်မှာ ခဏမျှ တည်သော သမာဓိ (= ခဏိက သမာဓိ) တည်း။ မှန်၏။ ထိုခဏမျှ တည်သော သမာဓိ (=ခဏိကသမာဓိ) သည်လည်း အာရုံ၌ အခြားအပြတ် မရှိဘဲ တရစပ် တစ်မျိုးတည်း တည်ငြိမ်သော အခြင်းအရာအားဖြင့် ဖြစ်လတ်သော် **ဆန့်ကျင်ဘက် နီဝရဏ တရားတို့က မလွှမ်းမိုးနိုင်သည်ဖြစ်၍** အပ္ပနာသို့ ရောက်သကဲ့သို့ စိတ်ကို (အာရုံ၌) မတုန်မလှုပ်ထား၏။''[1]

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါး ရှုပုံကို ပြတဲ့ **စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်**ကို ပြရာမှာလဲ ဒီလို ဆိုထားပါတယ်။

> ''(ဓာတ်ကြီးလေးပါးတည်းဟူသော) သဘာဝဓမ္မလျှင် အာရုံ ရှိသောကြောင့် (နက်နဲလှသဖြင့်) အပ္ပနာအထိ မရောက်ဘဲ ဥပစာရ သမာဓိမျှလောက် (အားကောင်းသော) သမာဓိ ဖြစ်ပေါ်၏။''[2]

၁။ ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာတိ ခဏမတ္တဋ္ဌိတိကော သမာဓိ။ သောပိ ဟိ အာရမ္မဏေ နိရန္တရံ ဧကာကာရေန ပဝတ္တမာနော ပဋိပက္ခေန အနဘိဘူတော အပ္ပိတော ဝိယ စိတ္တံ နိစ္စလံ ဌပေတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-ဋီ ၂၊ ၃၄၂)

၂။ တဿေဝံ ဝါယမမာနဿ န စိရေနေဝ ဓာတုပ္ပဘေဒါဝဘာသနပညာ ပရိဂ္ဂဟိတော သဘာဝဓမ္မာရမ္မဏတ္တာ အပ္ပနံ အပ္ပတ္တော ဥပစာရ သမာဓိ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ ၁၊ ၃၄၇)

တင်စားခေါ်ရတဲ့ ဥပစာရသမာဓိ

ရုပ်တရားဖြစ်တဲ့ ဓာတ်ကြီးလေးပါးကို ရှုတဲ့အခါမှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ သမာဓိဟာ အပ္ပနာ သမာဓိ အခြေအနေအထိ မရောက်နိုင်ဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အရှုခံ မဟာဘုတ်ရုပ်ကြီးများက နက်နဲတဲ့ သဘာဝတရားများ ဖြစ်လို့ပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဥပစာရသမာဓိ အခြေအနေလောက်ပဲ ရှိတဲ့ သမာဓိပဲ ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဥပစာရသမာဓိဆိုတာ အပ္ပနာသမာဓိအနီးသို့ ကပ်၍ ဖြစ်တဲ့ သမာဓိကို ခေါ်ပါတယ်။ အခု ဒီ ဓာတ်ကြီးလေးပါးကို ရှုတဲ့နေရာမှာ အရှုခံအာရုံက သဘာဝဓမ္မဖြစ်လို့ နက်နဲတဲ့အတွက် အခုနပြောခဲ့သလို အပ္ပနာ သမာဓိ မဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါဘူး။ ဒီတော့ အပ္ပနာသမာဓိရဲ့ အနီးကပ်ပြီးဖြစ်တဲ့ ဥပစာရ သမာဓိအစစ်လဲ မဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါဘူး။

အဲဒီ ဥပစာရသမာဓိနဲ့ နီရဝဏကို ခွါနိုင်တဲ့ သဘောလက္ခဏာအားဖြင့် တူတဲ့ အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေတဲ့ ဝိပဿနာခဏိကသမာဓိကိုပဲ ဥပစာရသမာဓိလို့ တင်စားပြီး သုံးနှုန်းလိုက်တာပါပဲ။[၁] ဒါကြောင့် ခဏိက သမာဓိဟာ ဥပစာရ သမာဓိလောက် အင်အားကောင်းတယ်လို့ ပြောခဲ့တာပါ။

ဥပစာရ သမာဓိဟာ စိတ်အစဉ်မှ နီဝရဏအညစ်အကြေးကို စင်ကြယ်စေတဲ့ အတွက် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဖြစ်သလို ဥပစာရသမာဓိနဲ့ နီဝရဏကို ပယ်ခွါနိုင်ခြင်း သဘော

၁။ ဥပစာရသမာဓိတိ စ ရုဠ္ဟီဝသေန ဝေဒိတဗ္ဗံ။ အပ္ပနံ ဟိ ဥပေစ္စ စာရိ သမာဓိ ဥပစာရ သမာဓိ၊ အပ္ပနာ စေတ္ထ နတ္ထိ။ တာဒိသဿ ပန သမာဓိဿ သမာနလက္ခဏတာယ ဧဝံ ဝုတ္တံ။ ကသ္မာ ပနေတ္ထ အပ္ပနာ န ဟောတီတိ။ တတ္ထ ကာရဏမာဟ “သဘာဝဓမ္မာရမ္မဏတ္တာ” တိ။
(ဝိသုဒ္ဓိ-ဋီ ၂၊ ၄၃၆)

လက္ခဏာအားဖြင့် တူတဲ့ ဒီ ဝိပဿနာ ခဏိက သမာဓိဟာလဲ နီဝရဏ အညစ် အကြေးကို စင်ကြယ်စေနိုင်တဲ့အတွက် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကတော့ သုဒ္ဓဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ ဥပစာရသမာဓိနှင့် အပ္ပနာ သမာဓိ မဖြစ်နိုင်တဲ့အတွက် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ မဖြစ်ဘူးလို့ ယူဆကြတဲ့ အချို့ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ရှင်းလင်းချက်ပါပဲ။ ဝိပဿနာကို လက်တွေ့ အားထုတ်ကြည့်ရင်တော့ စိတ်စင်ကြယ်လောက်အောင် အားကောင်းတဲ့ သမာဓိ = စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ မိမိ သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေတာကို ကိုယ်တွေ့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိရပါတယ်။

ဝိပဿနာ ဘာဝနာ အားထုတ်ရာမှာ သတိပြုစရာများ

ဘာဝနာ၏ ပရိကံ ဘာဝနာ ဆိုတဲ့ စကားရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို သင့်တင့်စွာ ပြောပြီးပါပြီ။ အခု သမထဘာဝနာ ဝိပဿနာဘာဝနာ နှစ်ခုထဲက ဝိပဿနာ ဘာဝနာကို ပွားများ အားထုတ်ချင်သူဟာ ဘာဝနာရဲ့ ပရိကံ ခေါ်တဲ့ ဘာဝနာ အားထုတ်ဖို့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရမှာကလေးတွေကို သိဖို့ လိုပါသေးတယ်။ အဲဒါကို ဆက်ပြောပါဦးမယ်။

အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သီလပြည့်စုံသူဟာ မဂ္ဂင်ရှစ်တန်ပါဝင်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ ဘာဝနာကို ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်တဲ့အခါမှာ ဘာဝနာ၏ ပရိကံခေါ်တဲ့ ရှေးဦး ပြုဖွယ်ရာများကို ပြုလုပ်ရပါမယ်။ ပထမဆုံး မိမိ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ကြည်လင်လန်းဆန်း ရှင်လန်းနေစေဖို့ရာ ရေမိုးချိုး သန့်ရှင်း စင်ကြယ်တဲ့ ချောင်ချောင်ချိချိ အဝတ်ကိုဝတ်၊ တရားရှုမှတ်ပွားများနေတဲ့ အချိန်အတွင်းမှာ ကြောင့်ကြပလိဗောဓတွေ ဖြတ်နိုင်သမျှဖြတ်ပြီး ဟိုဟိုဒီဒီရော တစ်နေရာရာမှာ ထိုင်ရပါတယ်။

ထိုင်ပြီးတဲ့အခါမှာ ရတနာသုံးပါး မိဘ ဆရာသမားတွေကို ကန်တော့ပါ။ အဲဒီနောက် အကျင့်သီလနဲ့ ပြည့်စုံသူများကို ပြစ်မှားမိတာများရှိရင် အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကန်တော့ပါ။ အနီးမှာ မရှိရင် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာကို လျှောက်ထားပြီး အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ရှိရာ မှန်းပြီး ကန်တော့ပါ။ တကယ်လို့များ မိမိ ပြစ်မှားမိသူဟာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်နေရင် မကန်တော့မိက မဂ်ဖိုလ်အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

အဲဒီနောက် မိမိကိုယ်ကို မြတ်စွာဘုရားနှင့် ဆရာသမားအား အပ်နှံပါ။ ''ဘုရား၏ ခန္ဓာကိုယ်ကို မြတ်စွာဘုရားအား လည်းကောင်း၊ ဆရာသမား အားလည်းကောင်း စွန့်လှူအပ်နှံပါ၏''လို့ ဆိုပြီး အပ်နှံပါ။ ဒီလို အပ်နှံထားတော့ တခုအားထုတ်နေစဉ် ကြောက်လန့်ဖွယ်အာရုံ တစ်စုံတရာ မြင်ရ ကြားရသော်လဲ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်ခြင်းမရှိဘဲ ရှုမှတ်ပွားများနိုင်ခြင်းအကျိုး ရပါတယ်။ ပြီးတော့ ဆရာကလဲ အခြေအနေကိုကြည့်ပြီး တိတိကျကျ ညွှန်ကြားဆုံးမနိုင်ခြင်း အကျိုးရှိပါ တယ်။ တပည့်ကလဲ ဆရာ ဘယ်လောက်ပဲ ခြိမ်းခြောက် ငေါက်ငမ်းဆုံးမစေကာမူ အပြုံးမပျက် ကြည်သာရွှင်ပျ အားရဝမ်းသာ လိုက်နာနိုင်ခြင်း အကျိုးရှိပါတယ်။

ထိုင်ပုံ ပြီးတော့ ထိုင်တဲ့အခါမှာ အင်္ကျီလုံချည်တွေကို တင်းတင်းကျပ်ကျပ်ကြီး ဝတ်မထား၊ စည်းမထားပါနှင့်။ အားလုံးကိုလျှော့ထားပါ။ ချောင်ချောင် ချိချိ ရှိပါစေ။ ကိုယ်ကလဲ တောင့်တောင့်တင်းတင်းကြီး ဖြစ်မနေစေဘဲ ကြွက်သား ကြောတွေ အားလုံး အလိုက်သင့် လျှော့ချထားပြီး သက်သက်သာသာ ထိုင်ပါ။ ကိုယ်ကို ရှေ့လဲ မကုန်းစေဘဲ နောက်လဲ မလန်စေဘဲ အသက်သာဆုံး အနေ အထားနဲ့ ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် ထားပြီး တင်ပလ္လင်ခွေလျက် ဖြစ်စေ၊ ကျုံ့ကျုံ့ ဖြစ်စေ ထိုင်ပါ။ ခေါင်းကိုလဲ ရှေ့မငိုက် နောက်မလန်စေဘဲ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ တဖြောင့်တည်း ဖြစ်အောင် အလိုက်သင့်ကလေးထားပါ။

ခြေထောက်ကို ခြေသလုံးချင်း ကန့်လန့်ဖြတ် ထပ်တင်ပြီး ထိုင်တာထက် ခြေသလုံးချင်း ရှေ့နောက်ယှဉ်လျက် ချထားတာက ထိုင်လို့ ပိုကောင်းပါတယ်။ ပိုပြီး ကြာကြာလဲ ထိုင်နိုင်ပါတယ်။ ညာဘက်ခြေသလုံးက **အတွင်းဘက်**၊ ဘယ် ဘက် ခြေသလုံးက အပြင်ဘက် ထားပါ။ ခြေသလုံးချင်း **ထပ်မထားဘဲ** ယှဉ် ထားတဲ့အတွက် ခြေသလုံးချင်း ပိညှပ်မနေလို့ သွေးလည်ပတ်မှုကို အနှောင့် အယှက် မဖြစ်တော့ ပိုအဆင်ပြေပါတယ်။

လက်ကို ရင်ခွင်ထက်မှာ ဘယ်ဘက်လက်က အောက်က၊ ညာဘက်လက်က အထက်က လက်ဖဝါး ပက်လက်လှန်ပြီး ထပ်ထားပါ။ လက်မထိပ်ချင်း ထိထားဖို့ မလိုပါဘူး။ ထိမထားဘဲ အလိုက်သင့် ထားတာက ပို ကောင်းပါတယ်။ လက်မထိပ်ချင်း ထိထားတဲ့အတွက် တချို့မှာ လက်မထိပ် သွေးတိုးတာက အလွန် ထင်ရှားနေတော့ တခြား ရုပ်နာမ်အာရုံကို ရှုတဲ့အခါ အနှောင့်အယှက် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ လက်နှစ်ဘက်ကို ဒူးနှစ်ဘက်ပေါ်မှာ ပက်လက်လှန်ပြီး တင်ထားချင်လဲ ထားနိုင်ပါတယ်။ ဒူးကို လက်ဝါးနဲ့ အုပ်မထားပါနှင့်။

နေသားတကျ ထိုင်ပြီးတဲ့အခါ မျက်စိကို အလိုက်သင့်ကလေး မှိတ်ပြီး ရှုစိတ်ကို အရှုခံအာရုံဆီကို ရှေးရှု ဦးတည်ထားပါ။ တစ်ထိုင်အတွင်း တစ်ကြိမ်မျှ မျက်စိကို မဖွင့်ပါနှင့်၊ ထိုင်ရာက ထမှသာ မျက်စိကို ဖွင့်ပါ။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ အခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း စနစ်တကျ ထိုင်ပြီးတဲ့အခါ ဘုရားဂုဏ်တော် ကိုးပါးလုံးကို ဖြစ်စေ၊ မိမိ စိတ်မှာ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းလို့ လွယ်ကူရာ ဂုဏ်တော် တစ်ပါးပါးကို ဖြစ်စေ အာရုံပြုပြီး နှစ်မိနစ်ခန့် ပွားများပါ။ ဥပမာ အရဟံ ဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြု ပွားများရင် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စတဲ့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးလုံးဝ ကင်းစင်နေလို့ စိတ်တော် စင်ကြယ် သန့်ရှင်းနေပုံကို မိမိစိတ်ထဲမှာ ထင်လာမြင်လာအောင် အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်း ပွားများပါ။ စင်ကြယ်သန့်ရှင်းနေတဲ့ စိတ်တော်ကြောင့် သန့်ရှင်းကြည်လင် ငြိမ်းချမ်းအေးမြပြီး ကျက်သရေရှိတော်မူလှတဲ့ မျက်နှာတော်နှင့် ရုပ်ခန္ဓာတော်ကိုပါ စိတ်ထဲပေါ်လာအောင် ပွားများရင် ပိုပြီး သဒ္ဓါဆန္ဒတွေ အားကောင်းလာပါတယ်။ စိတ်လဲ ကြည်လင်ပြီး ကြည်နူးမှု၊ ဝမ်းမြောက်မှုတွေ ဖြစ်လာပါတယ်။ ဘုရားဂုဏ်တော်

ကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်း ပွားများတာဟာ **ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာပါ။** သမထ ဘာဝနာပေါ့။

သဗ္ဗဩက ကမ္မဋ္ဌာန်း: ပြီးတော့ သတ္တဝါအားလုံးကို အာရုံပြုပြီး ''သတ္တဝါမှန်သမျှ ကျန်းမာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ အစစအရာရာ အဆင်ပြေကြပါစေ'' စသည်ဖြင့် သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာစေလိုတဲ့ မေတ္တာစိတ်ထား တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်လာအောင် အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်း ပွားများပါ။ အဲဒီအတိုင်း နှစ်မိနစ်ခန့်၊ အထူးလိုအပ်တယ် ထင်ရင် ငါးမိနစ် ဆယ်မိနစ်ခန့် **မေတ္တာဘာဝနာ** ပွားပါ။ သူလဲ သမထ ဘာဝနာပါပဲ။

အဲဒီနောက် ''မွေးဖွားလာတဲ့ သတ္တဝါမှန်သမျှ သေကြရတာချည်းပဲ၊ ငါလဲ သေရမှာ မုချပဲ၊ ဘယ်သူမှ သေခြင်းတရားကို မလွန်ဆန်နိုင်ကြဘူး'' စသည်ဖြင့် သေခြင်းတရားကို တစ်မိနစ်ခန့် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်း ပွားများပါ။ မရဏာဿတိဘာဝနာကို ပွားခြင်းဖြင့် တရားသံဝေဂ ဖြစ်ပြီး တရားကို မဆုတ်မနစ် ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်လိုတဲ့ ဆန္ဒကို ဖြစ်ပေါ်စေပါတယ်။ **မရဏာဿတိဘာဝနာ**လဲ သမထဘာဝနာပါပဲ။

ပြီးတော့ ''ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ နှပ်၊ တံတွေး၊ သွေး၊ ပြည်၊ အစာသစ်၊ အစာဟောင်းတွေနဲ့ ပြည့်နှက်နေတဲ့ ရွံစရာ စက်ဆုပ်စရာကြီးပါတကား'' စသည်ဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ အသုဘသဘောကို ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်း ပွားများပါ။ ဒီလို အသုဘဘာဝနာ ပွားများခြင်းအားဖြင့် တရားအားထုတ်တဲ့အခါ စိတ်အစဉ်မှာ ထင်မြင်လာတတ်တဲ့ နှစ်သက်သာယာဖွယ်ရာ အာရုံ တစ်စုံတစ်ရာကိုမျှ

ဘာယာနုစ်သက်တဲ့ စိတ် မဖြစ်ပေါ်ဘဲ အားထုတ်နိုင်ခြင်း အကျိုးရှိပါတယ်။ ဒီ အသုဘဘာဝနာ လဲ သမထဘာဝနာပါပဲ။

မေတ္တာ၊ မရဏာဿတိ၊ အသုဘဘာဝနာ - ဒီ ဘာဝနာ သုံးခုကို ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် စပ်ရာ မှန်သမျှမှာ အလိုရှိအပ်လှို့ သဗ္ဗတ္ထကကမ္မဋ္ဌာန်းများ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒီ ဗုဒ္ဓါနုဿတိနဲ့ သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းသုံးပါးကို အခု ပြောခဲ့တဲ့ အတိုင်း ဘာဝနာရဲ့ ပရိကံအနေနဲ့ မိနစ်အနည်းငယ်မျှ ပွားပြီးရင် သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ ဘာဝနာကို စတင်ပွားများဖို့ ပြင်ဆင်မှု ပြည့်စုံ လုံလောက်သွားပါပြီ။ ဒီ ကမ္မဋ္ဌာန်း လေးပါးကို စတုရာရက္ခ (အစောင့်အရှောက်) တရားလေးပါးလို့ ခုဒ္ဒသိက္ခာ မှာ ပြဆိုပါသေးတယ်။

သတိပဋ္ဌာန် လေးပါး ဒီ နေရာမှာ သတိပဋ္ဌာန်ဆိုတဲ့ စကားရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို အကျဉ်းချုပ်မျှ သိထားရင် ကောင်းပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဆိုတာ **'အာရုံ၌ သက်ဝင်ပျံ့နှံ့၍ ဖြစ်တတ်သောသတိ'** (ဒီ-ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၃၄၄)လို့ အဓိပ္ပါယ် ရပါတယ်။ **'အာရုံ၌ ခိုင်မြဲစွာ တည်သော သတိ'** (ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၃၄၄)လို့လဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ အာရုံက ရုပ်, ဝေဒနာ, စိတ်,သဘောလို့ လေးမျိုးကွဲပြားတော့ သတိပဋ္ဌာန်လဲ ကာယာနုပဿနာသတိ ပဋ္ဌာန်၊ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ ဓမ္မာနု ပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်လို့ လေးမျိုး ကွဲပြားပါတယ်။

နောက်တစ်နည်းကတော့ **'သတိဖြင့် ခိုင်မြဲစွာ ရှုခြင်း ရှုးစိုက် ရှုခြင်း'** လို့ ဆိုရင် ပိုရှင်းပါတယ်။ ရုပ်ကို စူးစိုက် ရှုတာ ကာယာနုပဿနာ သတိ

ပဋ္ဌာန်၊ ခံစားမှုကို စူးစိုက် ရှုတော့ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ စိတ်ကို စူးစိုက် ရှုတော့ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ သဘောကို စူးစိုက်ရှုတော့ ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ခေါ်ပါတယ်။

မရွေးချယ်ရ အရှုခံအာရုံက ရုပ်, ခံစားမှု, စိတ်, သဘော လို့ လေးမျိုး ရှိသော်လဲ 'ရုပ်ကို ရှုမယ်၊ ခံစားမှုကို ရှုမယ်' လို့ ရွေးချယ်ဖို့ မလိုပါဘူး။ ရွေးချယ်လို့လဲ မရပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ရှုစိတ်က ကိုယ်ရှုလိုရာ အာရုံဆီ မရောက်ပဲ ထင်ရှားရာ အာရုံဆီကိုသာ ရောက်တတ်လို့ပါပဲ။ ဥပမာ နာ ကျဉ် ကိုက်ခဲ စတဲ့ ပြင်းထန်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အခါမှာ မိမိက ဝင်လေ ထွက်လေကို ဖြစ်စေ၊ ငမ်းဗိုက် ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ဖြစ်စေ ရှုလိုတဲ့အတွက် ရှုစိတ်ကို အဲဒီအာရုံတွေပေါ် တွန်းပို့သော်လဲ မရပါဘူး။ အဲဒီ အာရုံတွေထက် ပိုပြီး ထင်ရှားတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေဆီကိုပဲ ရောက်ရောက်သွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် မိမိ ရှုလိုရာကို ရွေးချယ်ပြီး မရှုရပါဘူး။ ရှုရင် သဘာဝ မကျတဲ့အတွက် သမာဓိ မရရုံမျှမကပဲ စိတ်နဲ့ ယောဂီ အားပြိုင် လွန်ဆွဲနေသလို ဖြစ်ပြီး မောလာတတ်ပါတယ်။ ဒီတော့ အားထုတ်လို့ မဖြစ်ပါဘူး ဆိုပြီး စိတ်ပျက်သွားတတ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် မိမိ ရှုလိုရာ အာရုံကို မရွေးချယ်ပဲ ရှုနေဆဲခဏမှာ ထင်ရှားရာ ထင်ရှားရာ အာရုံကိုသာ အလိုက်သင့် ရှုရပါတယ်။ စူးစိုက် ရှုရပါတယ်။

ဘယ်လို ရှုရပါသလဲ ရှုတဲ့အခါမှာ ဘယ်လို ရှုရပါသလဲ၊ ဒါလဲ သိဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ''ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ= အရှိသဘာဝအတိုင်း အမှန်သိဉာဏ်ဖြင့် ရှုသိရမည်'' လို့ မိန့်

တော်မူပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ရုပ်၊ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ နာမ်ကို ဖြစ်နေ ရှိနေတဲ့အတိုင်း ရှုသိရပါတယ်။

ပူတာ ဖြစ်ပေါ်နေရင် ပူနေသမျှ 'ပူတယ် ပူတယ်' လို့ ရှုနေရပါတယ်။ အေးနေရင်လဲ အေးတာ ပျောက်မသွားသမျှ 'အေးတယ် အေးတယ်' လို့ ရှုနေရပါတယ်။ စိတ်ဆိုးနေရင်လဲ 'စိတ်ဆိုးတယ် စိတ်ဆိုးတယ်' လို့ စိတ်ဆိုးတာ မပျောက်မချင်း ထပ်ခါတလဲလဲ ရှုနေရပါတယ်။ စဉ်းစားနေရင်လဲ 'စဉ်းစားတယ်'၊ တွေးနေရင်လဲ 'တွေးတယ်'၊ စိတ်ကူးနေရင်လဲ 'စိတ်ကူးတယ်'၊ စိတ်ထဲမှာ တစ်စုံတစ်ရာ မြင်နေရင်လဲ 'မြင်တယ်' စသည်ဖြင့် အဲဒီ စိတ်တွေ ဖြစ်နေသမျှ ထပ်ခါထပ်ခါ ရှုနေရပါတယ်။ ဒါဟာ ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်၊ ဖြစ်နေတဲ့ နာမ်ကို ဖြစ်နေရှိနေတဲ့အတိုင်း သူ့ အရှိသဘာဝအတိုင်း ရှုနေခြင်းပါပဲ။

အားထုတ်စမှာ သမာဓိပင်မဖြစ်သေး

'ဖြစ်ပျက် ဖြစ်ပျက်' 'အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ' လို့ကော မရှုရဘူးလား ဆိုတော့ အားထုတ်ခါစမှာ အဲဒီ ဖြစ်ပျက် စသည်တို့ကို ရှုလို့ မသိသေးပါဘူး။ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိပင် မဖြစ်သေးပါဘူး၊ ရှုတာတောင် မှန်အောင် အချိုးကျအောင် မရှုနိုင်သေးပါဘူး၊ ကဘောက်တိ ကဘောက်ချာပဲ ရှုတတ်ပါသေးတယ်။ ရံဖန်ရံခါ အချိုးကျအောင် ကြိုးစားရှုရင်းနဲ့ အသက်ရှူ မမှန်ပဲ မောလာတော့ သက်ပြင်းကြီး ချပြီး နားနေတဲ့ အခါတောင် ရှိတတ်ပါသေးတယ်။ ဒါနဲ့ စိတ်ပျက် လက်ပျက် ဖြစ်ပြီး 'ဖြစ်မယ် မထင်ပါဘူး၊ ငါ ပါရမီ မပါဘူးနဲ့ တူပါတယ်' လို့ အားလျော့တဲ့ စိတ်တွေတောင် ဖြစ်တတ်ပါသေးတယ်။ အဲဒီလို အခါမှာ ဖြစ်မှု ပျက်မှု၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတွေ သိနိုင်ဖို့ အဝေးကြီး ရှိပါသေးတယ်။ ''သမာဟိတော ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ=စိတ်တည်ငြိမ်မှ အမှန်သဘာဝအတိုင်း သိတယ်'' ဆိုတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ မိန့်ကြားတော်မူချက်ကို သတိပြုဖို့ လိုပါတယ်။

အဲဒီ သဘောတွေကို သမာဓိ အားကောင်းခါစမှာတောင် မသိနိုင်သေးပါဘူး။ ဒီသဘောတွေကို သိတာက သမာဓိအား အတော်ကြီးကောင်းတဲ့ တတိယဉာဏ်နဲ့ စတုတ္ထဉာဏ် ရောက်မှ သိရပါတယ်။

အဲဒီ ဉာဏ်အဆင့်တွေ မရောက်မီ စိတ် အတော်ကြီး တည်ငြိမ်ပြီး သမာဓိအားကောင်းတဲ့အတွက် ရှုစိတ်ထဲမှာ ကိလေသာ နီဝရဏတွေ အတော် စင်ကြယ်ပြီး **စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ** ဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်စင်ကြယ်မှ နာမ်ရုပ် ပိုင်းခြားသိပြီး **နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်** ဖြစ်ပါတယ်။ တိုးတက်ရှုလို့ ပိုပြီး သတိ သမာဓိ အားကောင်းလာတော့ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ အကြောင်းအကျိုးကို သိတဲ့ **ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်** ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီနောက်မှပဲ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တကို သိတဲ့ **သမ္မသန (တတိယ) ဉာဏ်**၊ ဖြစ်ပျက်သိတဲ့ **ဥဒယဗ္ဗယ (စတုတ္ထ) ဉာဏ်**၊ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အားထုတ်စမှာ 'ဖြစ်ပျက်' လို့ ဖြစ်စေ၊ 'အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ' လို့ ဖြစ်စေ ရှုရင် စိတ်က ရွတ်ဆိုရုံမျှ ဆင်ခြင်ရုံမျှပဲ ရှိပါတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ် မဖြစ်ပါဘူး။

ပြီးတော့ **မဟာသတိပဋ္ဌာန**သုတ်တော်မှာလဲ ''ဤသို့ မိမိ၏ သန္တာန်၌ ဖြစ်သော ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းမျှ ဟု ရှုသိလျက်နေ၏။ သူတပါး၏ သန္တာန်၌ ဖြစ်သော ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းမျှ ဟု ရှုသိလျက်နေ၏။'' စသည်ဖြင့် ရှုပုံကို မိန့်တော်မူပြီးမှ ''သမုဒယ ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ'' စသည်ဖြင့် ဖြစ်မှု ပျက်မှု ရှုသိပုံကို မိန့်တော်မူပါတယ်။ ပြီးတော့ ကာယာနုပဿနာပိုင်း စသည်မှာလဲ ''သွားလျှင်လဲ သွားသည်ဟု သိ၏'' ''ရပ်လျှင်လဲ ရပ်သည်ဟုသိ၏'' ''တပ်မက်စိတ်ဖြစ်လျှင်လဲ တပ်မက်စိတ် (ဖြစ်သည်) ဟု သိ၏'' စသည်ဖြင့် ဖြစ်နေ ရှိနေတဲ့အတိုင်း ရှုသိနေဖို့ မြတ်စွာဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။

ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများ နှင့် အရိယာများ သို့သော်လဲ ရှေးရှေးဘဝတွေမှာ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကြိုးစား အားထုတ်ခဲ့လို့ သတိ သမာဓိ ဉာဏ်ပါရမီ အားကောင်းနေပြီ ဖြစ်တဲ့ ဉာဏ်ထူးရှင်များဆိုရင်တော့ အားထုတ်စ ခဏအတွင်း မှာပဲ သမာဓိ အားကောင်းလာပြီး အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တသဘော၊ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းသဘောတွေ သိမြင်လာနိုင်ပါတယ်။ ဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများတော့ အားထုတ်စမှာပဲ 'ဖြစ်ပျက်' 'ဖြစ်ပျက်' လို့ ဖြစ်စေ၊ 'အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ' လို့ ဖြစ်စေ ရှုရင် သင့်လျော်ဖွယ် ရှိပါတယ်။ သို့သော်လဲ ဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကတော့ တစ်ထောင်မှာ တစ်ယောက် ရှိဖို့တောင် ခဲယဉ်းပါလိမ့်မယ်။

အနည်းဆုံး တစ်မဂ် တစ်ဖိုလ် ရပြီးတဲ့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များတော့ ရှုလျှင် ရှုချင်း အဖြစ်အပျက်ကို စသိကြောင်း **ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ**မှာ ပြဆိုထားပါတယ်။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၂၊ ၃၄၂)

ကာယာနုပဿနာ သတိပြုစရာ

အခြေခံမှု သတိပဋ္ဌာန် ဆိုတာ အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ထင်ရှားရာ ရုပ်၊ ထင်ရှားရာ နာမ်ကို သူ့ အရှိသဘာဝအတိုင်း သတိ ဦးစီးတဲ့ စိတ်နဲ့ ရှုရတာ ဆိုတော့ ရှုပုံ အခြေခံမှုကို အများသိလွယ်အောင် ဒီလို ချမှတ် ထားနိုင်ပါတယ်။

> **''ရုပ်နှင့် နာမ်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ သဘောတွေကို ဖြစ်နေတဲ့ အတိုင်း သတိနဲ့ စောင့်ရှု၊ အဲဒါ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာပဲ''**

ရုပ်နာမ် ဆိုတာ ဘာကို ဆိုလိုမှန်းမသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်တော့

"ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်မှာ ဖြစ်နေတဲ့သဘောတွေကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း သတိနဲ့ စောင့်ရှု၊ အဲဒါ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာပဲ"

လို့ အရပ်စကား ရိုးရိုးနဲ့ မှ ချမှတ်ပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒီ အခြေခံမှုကို သေသေချာချာ သဘောပေါက်ရင် ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်တတ်ပါတယ်။ ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်ပေါ်နေဆဲ ရုပ်၊ ဖြစ်ပေါ်နေဆဲ နာမ်ကို သတိနဲ့ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုရုံပါပဲ။

ပင်တိုင်အာရုံကို စဖြီးရှု

သို့သော်လဲ လုံးဝ အားမထုတ်ဖူးသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် ဖြစ်ပေါ်ရာ ဖြစ်ပေါ်ရာကို လိုက်ရှုရမယ် ဆိုတာ သိပေမယ့် ရှုစမှာ ဟိုဟာ ရှုရမလိုလို၊ ဒီဟာ ရှုရမလိုလိုနဲ့ ယောင်ဝါးဝါး ဖြစ်ပြီး အခက်အခဲ တွေ့တတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လက်ဦးမှာ ထင်ရှားတဲ့ ပင်တိုင်အာရုံ တစ်ခုကို စဖြီး ရှုစေရပါတယ်။ လေ ဝင်တိုင်း ထွက်တိုင်း အထက်နှုတ်ခမ်းဖျားမှာ ဖြစ်စေ၊ နှာခေါင်းဝမှာ ဖြစ်စေ ထိထိသွားပါတယ်။ အဲဒီ အထိ (ဝါယောဖောဋ္ဌဗ္ဗ) ကို ဖြစ်စေ၊ အသက်ရှူတိုင်း ရှိုက်ထုတ်တိုင်း ဝမ်းဗိုက်မှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ လေလှုပ်ရှားမှု ဝါယောရုပ်ကို ဖြစ်စေ ပင်တိုင်အာရုံအဖြစ် ရှုနိုင်ပါတယ်။ ချက်ဘဝိုက် ဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းကြွလှုပ်ရှားလာတော့ 'ဖောင်းတယ်' လို့ စိတ်ကဆိုပြီး ရှုပါ။ ပိန်ကျသွားတော့ 'ပိန်တယ်' လို့ စိတ်ကဆိုပြီး ရှုပါ။ နှုတ်က အသံထုတ်ပြီး မဆိုရပါဘူး။

ရှုတယ် ဆိုတာ ဖောင်းကြွလှုပ်ရှားမှု ပိန်ကျလှုပ်ရှားမှုကို သတိဦးစီးတဲ့ စိတ်နဲ့ စူးစူးစိုက်စိုက်ကလေး သိလိုက်တာပါပဲ။ ဒါကို သဘောပေါက်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' ဆိုတဲ့ အရပ်သုံး စကားဟာ 'ထောက်ကန်တယ် တောင့်တင်းတယ်' ဆိုတဲ့ စာပေသုံးစကားနဲ့ အဓိပ္ပာယ် အတူတူပါပဲ။

‘‘ဝါယောဓာတု = လေသဘာဝသည်၊ ဝိတ္ထမ္ဘနလက္ခဏာ=ထောက်ကန်တောင့်တင်းခြင်း သဘော ရှိ၏။ ဝါ–ထောက်ကန်တောင့်တင်းခြင်းလျှင် မှတ်ကြောင်းလက္ခဏာရှိ၏။’’ ဆိုတဲ့ ကျမ်းဂန်စကားအတိုင်း ဝါယောဓာတ်ရဲ့ ထောက်ကန်ခြင်း တောင့်တင်းခြင်းသဘော သဘာဝလက္ခဏာကို ရှုသိနေခြင်းပါပဲ။ ပြီးတော့ ‘‘သမုဒီရဏရသာ=ရွေ့လျားခြင်းကိစ္စ ရှိ၏’’ ဆိုတဲ့ အတိုင်း ဝမ်းဗိုက်အတွင်းမှာရှိတဲ့ လေရဲ့ရှေ့ဘက်ကို တရွေ့ရွေ့ တွန်းရွေ့သွားခြင်း သဘော၊ နောက်ဘက်ကို တရွေ့ရွေ့ တွန်းရွေ့သွားခြင်းသဘောကို ရှုသိနေခြင်းပါပဲ။ အဘိနီဟာရပစ္စုပဋ္ဌာနာ=ရွေးရှုဆောင်တတ်သော တရား ဟု ရှုသူ၏ ဉာဏ်အား ထင်လာ၏’’ ဆိုတဲ့ အတိုင်း ဝမ်းမှာတည်တဲ့ လေ(=ကုစ္ဆိသယဝါယော) ရဲ့ ရှေ့ဘက်ကို ရွေးရှုဆောင်သွားခြင်းသဘော၊ နောက်ဘက်ကို ရွေးရှုဆောင်သွားခြင်း သဘောကို ရှုသိနေခြင်းပါပဲ။

ကုစ္ဆိသယဝါယော ဒီလို ဝါယောဓာတ်ရဲ့ သဘာဝ လက္ခဏာဖြစ်တဲ့ ထောက်ကန် တောင့်တင်း ရွေ့လျားသဘောကို ရှုတာဟာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ ဓာတ်ကြီးလေးပါး ရှုပုံပြတဲ့ **စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်အပိုင်းမှာ** ပါဝင်ပါတယ်။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၃၄၂၊ ၃၄၆၊ ၃၄၇) ဝမ်းဗိုက်မှာရှိတဲ့ ဝါယောကို ရှုရမယ် လို့တော့ သီးသန့် သတ်မှတ်ပြီး မဖော်ပြပါဘူး။ သို့သော်လဲ ဝါယောဓာတ်ရဲ့ သဘာဝလက္ခဏာကို ရှုရမယ် လို့ အားလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ သာမညစကားကို ဆိုထားတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဝမ်းမှာ တည်တဲ့ ဝါယောကိုလဲ ရှုရမယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ် ပါပြီး ဖြစ်နေပါပြီ။

ဝမ်းဗိုက်မှာ တည်တဲ့ တွန်းကန်လှုပ်ရှားမှု(ကုစ္ဆိသယဝါတ) ကိုရှုတာဟာ **မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်**၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါးကို ရှုပုံ ပြတဲ့ **ဓာတုမနသိကာရပဗ္ဗလာ** ဒေသနာတော်နှင့်လဲ ညီညွတ်ပါတယ်။ အဲဒီ ပဗ္ဗမှာ ‘‘ဤ ရုပ်အစုအဝေး

၌ ခက်မာ ကြမ်းတမ်း နူးညံ့သဘော (=ပထဝီဓာတ်)၊ ယိုစီး ဖွဲ့စည်း သိပ်သည်း ပူးတွဲ လုံးခဲသဘော (=အာပေါဓာတ်)၊ ပူနွေးအေးသဘော (=တေဇောဓာတ်)၊ ထောက်ကန် တောင့်တင်း လှုပ်ရှား ရွေ့လျားသဘော (=ဝါယောဓာတ်) တို့ ပါဝင်လျက် ရှိကြ၏ ဟု ရှုရမည်'' လို့ မြတ်စွာဘုရား မိန့်တော်မူပါတယ်။ ဒီ ဒေသနာတော်မှာ ဘယ်ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းက ဓာတ်ကို ရှု၊ ဘယ်ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းက ဓာတ်ကို မရှုရလို့ ကန့်သတ်ချက် မပါဘဲ ဓာတ်မှန်သမျှကို ရှုဖို့ မိန့်တော်မူတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဝမ်းမှာတည်တဲ့ ဝါယောဓာတ် ဖောင်းမှု ပိန်မှု သဘာဝကိုလဲ ရှုရမှာ ဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားပါဘယ်။

ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ပြီးတော့ သီလဝန္တသုတ်မှာ **အရှင်မဟာကောဋ္ဌိက** ရဲ့ အမေးကို **အရှင်သာရိပုတြာ** က ''သီလ ပြည့်စုံ စင်ကြယ်သူဟာ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါးကို အကြောင်းမှန် လမ်းမှန်အားဖြင့် နှလုံးသွင်းရမယ်'' လို့ ဖြေထားတာ ရှိပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ နှလုံးသွင်းတယ် ဆိုတာ ရှုသိတာပါပဲ။ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါးကို ရှုသိဖို့ ဖြေတာပါပဲ။

ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဆိုတာ **ဥပါဒါန်၏ အာရုံတရားအစု**၊ စွဲလမ်းတတ်တဲ့ **တဏှာဥပါဒါန် ဒိဋ္ဌိဥပါဒါန်တို့ရဲ့ အစွဲအလမ်းခံရတဲ့ တရားစု** လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီ အစွဲလမ်းခံ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ငါးပါးဆိုတာ ရုပ်, ဝေဒနာ, သညာ, သင်္ခါရ ဝိညာဏ်ငါးခုပါပဲ။

ဝမ်းဗိုက်မှာ တည်တဲ့ တွန်းကန်ရွေ့လျားမှု ဆိုတဲ့ ဝါယောဟာ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ငါးပါးထဲက ရုပ် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ရှုသိရမယ့် တရားဆိုတာ ထင်ရှားလှပါတယ်။

ဒီ ဒေသနာတော် အရ **သဘာဝရုပ်** မှန်ရင် ဘယ်ရုပ်ကို မဆို ရှုသိရမှာ ချည်းပါပဲ။ လောကမှာ မရှုရမယ့် **သဘာဝရုပ်** ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ နာမ်မှာလဲ ထို့အတူပါပဲ။ မင်္ဂစိတ္တုပ္ပါဒ် ဖိုလ်စိတ္တုပ္ပါဒ်မှ တပါး မရှုရမယ့် နာမ်တရား မရှိပါဘူး။ ဒီ ရုပ်နာမ်တွေကို မရှုရင် သာယာတပ်မက်စွဲ ဖြစ်စေ၊ အသိအမြင်မှားစွဲ ဖြစ်စေ စွဲလမ်းတော့တာပါပဲ၊ ရှုမိတဲ့ ရုပ်နာမ်ပေါ်မှာတော့ မစွဲလမ်းပါဘူး။

ဒါကြောင့် အဲဒီလို မစွဲလမ်းဖို့ရာ အစွဲကင်းဖို့ရာ ဖောင်းမှု ပိန်မှု ဆိုတဲ့ ဝမ်းဗိုက် တွန်းကန်ရွေ့လျားမှု (=ကုဋ္ဌသယဝါယော) ကို ရှုရတာပါပဲ။

စကားလုံးကိုမရှုနှင့် သဘာဝကိုရှု ဒီနေရာမှာ 'ဖေါင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' ဆိုတဲ့ စကား လုံးပညတ် ဝေါဟာရပညတ်ကို ရှုရမှာ မဟုတ်ဘူးဆို တာ အထူး သတိပြုရပါမယ်။ 'ဖေါင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးဟာ ရုပ်လဲမဟုတ်၊ နာမ်လဲ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာ ရှုရမယ့် တရား မဟုတ်ပါဘူး။ သူဟာ ပညတ်ပါ။ တွန်းကန်ရွေ့လျားသဘော ကို မှတ်သားထားတဲ့ စကားလုံး ဝေါဟာရပညတ်၊ သင်္ကေတပညတ်၊ နာမ ပညတ်မျှပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီ စကားလုံး ပညတ်ကို ရှုလို့မရပါဘူး။ မြတ်စွာ ဘုရားကလဲ 'ဖေါင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ဖြစ်စေ၊ 'ဝါယော' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ဖြစ်စေ ရှုဖို့ ညွှန်ကြားတော် မမူခဲ့ပါဘူး။

အဲဒီ 'ဖေါင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ ခေါ်ဝေါ်မှတ်သား ထားတဲ့ တွန်းကန်ရွေ့လျားသဘော ပရမတ်ဝါယောကိုသာ ရှုသိနေရမှာ ဖြစ်ပါ တယ်။ မြတ်စွာဘုရားကလဲ ပရမတ္ထသဘာဝကို ရှုသိဖို့ပဲ မိန့်တော်မူပါတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်အဆို စကားလုံးပေါ်မှာ ရှုစိတ်ကို တင်မနေစေပဲ တွန်းကန်ရွေ့ လျား စတဲ့ သဘာဝကို ထိထိမိမိ သိအောင် ရှုဖို့ လိုပါတယ်။

အားထုတ်ခါစမှာ ရှုစိတ် အရှုခံသဘာဝပေါ် တိတိကျကျ ရောက်အောင် စကားလုံးက အကူအညီပေးရုံမျှပါပဲ။ တရားရင့်လာလို့ စကားလုံးမပါပဲနှင့် အရှုခံသဘာဝကို ရှုစိတ်က သေသေချာချာ ရှုသိနိုင်လာရင် 'ဖေါင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' အစရှိတဲ့ စိတ်အဆို စကားလုံးတွေ မလိုအပ်တော့ပါဘူး၊ အရှုခံအာရုံကို ရှုစိတ်နဲ့ သိရုံမျှနဲ့ ကိစ္စပြီးပါတယ်။ တရားတကယ် ရင့်လာ ကောင်းလာတော့ စိတ်အဆိုတွေ ပါနေရင် ရှုသိရတာချောချောမောမော မရှိပဲ ကြားထဲက ခုခု နေသလိုတောင် ဖြစ်နေပါသေးတယ်။

ခွဲခွဲခြားခြား သိပါစေ

'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' ဆိုတာက စိတ်အဆို စကားလုံးပညတ်၊ ဝေါဟာရပညတ်၊ သင်္ကေတပညတ်။ တွန်းကန်ရွေ့လျားသဘောသာလျှင် ရှုသိရမယ့် ပရမတ္ထသဘာဝ လို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ခွဲခွဲခြားခြား သိဖို့လိုပါတယ်။ အဲဒီလို ခွဲခြား မသိရင် စကားလုံးပညတ်နဲ့ ပရမတ္ထသဘာဝ ရောသွားပြီး ဖောင်းတာ ပိန်တာ ရှုဖို့ ဘုရားဟော မရှိပါဘူး လို့ အယူအဆ တိမ်းယိမ်းသွားတတ်ပါတယ်။

မှန်ပါတယ် 'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကိုဖြစ်စေ၊ အာနာပါန ရှုမှတ်ရာမှာ 'ထွက်လေ' 'ဝင်လေ' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကိုဖြစ်စေ ရှုမှတ်ဖို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော် မမူခဲ့ပါဘူး။ အဲဒီ ဝေါဟာရ စကားလုံးတွေနဲ့ ခေါ်ဝေါ်မှတ်သားရတဲ့ တောင့်တင်း တွန်းကန် လှုပ်ရှားသဘာဝကိုသာ ရှုဖို့ ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ရှုသူတွေကလဲ ရှုစိတ် အရှုခံသဘာဝပေါ် သေသေ ချာချာ ရောက်အောင် 'ဖောင်းတယ်' 'ပိန်တယ်'လို့ အကူအညီ ရရုံမျှ စိတ်က ဆိုသော်လဲပဲ ရှုတာကတော့ တောင့်တင်း တွန်းကန် လှုပ်ရှားသဘော ပရမတ်ဝါယောကိုသာ ရှုတာပါပဲ။ ဒါကို ခွဲခွဲခြားခြား သိဖို့ လိုပါတယ်။

ဖောင်းမှုပိန်မှုကိုသာ ရှုရမှာမဟုတ်

ဝမ်းဗိုက်ရဲ့ ရှေ့ဘက် တွန်းကန်ရွေ့လျားမှု၊ နောက်ဘက်တွန်းကန် ရွေ့လျားမှု ဆိုတဲ့ ဖောင်းသဘာဝ ပိန်သဘာဝဟာ အသက်ရှင်နေသမျှ သတ္တဝါရဲ့ သန္တာန်မှာ အမြဲ ရှိနေလို့ တခြားရုပ်နာမ် ရှုစရာ မရှိရင် ရှုဖို့ ပင်တိုင်အရှုခံ အာရုံအဖြစ်သာ ပေးထားခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ကိုချည်း အမြဲ တွယ်ကပ်ပြီး ရှုနေရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ တခြားရုပ်ဖြစ်စေ၊ နာမ်ဖြစ်စေ ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်ပေါ်ရင် ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို လွှတ်ပြီး အဲဒီ ထင်ရှားတဲ့ ရုပ် ထင်ရှားတဲ့ နာမ်ကိုပဲ ရှုရပါမယ်။ အဲဒီ ရုပ်နာမ် ချုပ်ပျောက်သွားမှပဲ ပင်တိုင်အာရုံဖြစ်တဲ့ ဖေါင်းမှု ပိန်မှုကို ပြန်ရှုရပါမယ်။

ဖောင်းမှု ပိန်မှုဟာ ရှုစရာ ရုပ်ခန္ဓာ နာမ်ခန္ဓာတွေထဲက အရှုခံ ရုပ်သဘာဝ တစ်ခုမျှသာ ပါပဲ၊ တခြားရုပ် တခြားနာမ်တွေထက် သူက ဘာမျှ ပို မထူးခြားပါဘူး။ လူ မသေသေးသမျှ သူက အမြဲရှိနေလို့သာ ပင်တိုင် ရှုစရာ အာရုံအဖြစ် သူ့ကို သတ်မှတ်ပေးထားရုံမျှပဲ လို့ သဘောပေါက်ဖို့ လိုပါတယ်။

အသက်ကို ပြုပြင်မရှုပါနှင့်

ဝမ်းဗိုက် လှုပ်ရှားမှုကို 'ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်' လို့ ရှုခါစမှာ အလေ့အကျင့် မရှိသေးလို့ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ထင်ထင်ရှားရှား မသိရပဲလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ ခဏသာ ထင်ထင်ရှားရှား သိလိုက် ရှုလိုက်ရပြီး မကြာခင်ပဲ ပျောက်သွားသလိုလဲ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒီလိုအခါမှာ ရှုသူက အားမရတော့ အသက်ကို ပြင်းပြင်းရင်လဲ ရှူတတ်ပါတယ်၊ မြန်မြန်ရင်လဲ ရှူတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ရှူရင် သဘာဝမကျလို့ ခဏအတွင်းမှာပဲ မောလာတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အသက်ကို အဲဒီလို ပြုပြင်ပြီး မရှူရပါဘူး။ ပုံမှန် ရှူနေကျအတိုင်းသာ ရှူရပါမယ်၊ သဘာဝအတိုင်းသာ ရှူရပါမယ်။ အဲဒါကိုမှ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို သိသလောက်

ကလေးပဲ ရှုသိနေရပါမယ်။ နောက်ကျတော့ ရှုမှတ်မှု အသားကျလာတဲ့ အခါမှာ တဖြည်းဖြည်း ပိုပို ထင်ရှားလာပြီး ရှုလို့ ကောင်းလာပါလိမ့်မယ်။

ဝမ်းဗိုက်ပေါ် လက်ဖဝါးနှစ်ဘက် အလိုက်သင့်ကလေး တင်ထားရင်လဲ ဖေါင်းမှု ပိန်မှုကို ရှုလို့ ရသလောက် ရတတ်ပါတယ်။ ရှုမှတ်မှုအားကောင်း လာတဲ့ အခါကျတော့ လက်မတင်ဘဲ ပီပီသသ ရှုလို့ ရလာပါလိမ့်မယ်။

ထိုင်မှု ထိမှုကိုလဲ ပင်တိုင်ထားရှုနိုင် မိမိရဲ့ ခန္ဓာကိုယ် အခြေအနေအရ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ဘယ်လိုမှ ရှုလို့မရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ ထိုင်သဘော နှင့် ထိသဘောကို 'ထိုင်တယ် ထိတယ်' 'ထိုင်တယ် ထိတယ်'လို့ ပင်တိုင်အာရုံ ထားပြီး ရှုနိုင်ပါတယ်။

'ထိုင်တယ်' လို့ ရှုတဲ့အခါမှာ ရှုစိတ်က လူပုံသဏ္ဌာန်ကို သိအောင် မကြိုးစားရပါဘူး။ အောက်ပိုင်း ခွေခွေ အထက်ပိုင်း ထောင်ထောင်သဘောကို အာရုံပြုပြီး ရှုရပါမယ်။ **ဟေဋ္ဌိမကာယဿ သမိဉ္ဇနံ ဥပရိမကာယဿ ဥဿိတဘာဝေါ နိသဇ္ဇာတိ ဝုစ္စတိ = အောက်ပိုင်းကိုယ် ခွေခွေ အထက်ပိုင်းကိုယ် ထောင်ထောင် ဖြစ်နေတာကို ထိုင်တယ် လို့ ဆိုရကြောင်း** အဋ္ဌကထာ ဖွင့်ပြပါတယ်။ အခင်းပေါ်မှာ တင်ပါး ထိနေတာကိုလဲ 'ထိုင်တယ်' လို့ မရှုရပါဘူး။ အဲဒါဟာ ထိုင်တာမဟုတ်ပါဘူး၊ ထိတာပါ။

'ထိတယ်' လို့ ရှုတဲ့အခါမှာ တင်ပါး၊ ခြေဖျား၊ ခြေမျက်စိ၊ ဒူး စတဲ့ ကိုယ်အင်္ဂါတွေ ထိုင်နေရာအခင်းနဲ့ ထိနေတာကို ဖြစ်စေ၊ လက်နဲ့လက်၊ ဒူးနှင့်လက်၊ ခန္ဓာကိုယ်နှင့်အဝတ် စသည် ထိနေတာကိုဖြစ်စေ ရှုရပါမယ်။ အဲဒီ အထိ

တွေထဲက အထင်ရှားဆုံး ထိမှုကို ရှုပါ။ ထိတာ တစ်နေရာတည်းကို အမြဲ ရှု ဖို့ မလိုပါဘူး။ ထင်ရှားတဲ့ ထိမှု မှန်သမျှကို ရွှေ့ပြောင်းပြီး ရှုနိုင်ပါတယ်။

စိတ်လွင့်ရင် ပြန်မထိန်းနှင့် လွင့်စိတ်ကိုရှုပါ

ဖေါင်းမှု ပိန်မှုကို ဖြစ်စေ၊ ထိုင်မှု ထိမှုကို ဖြစ်စေ အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်နေခိုက်မှာ စိတ်က တခြားအာရုံဆီ ပျံ့သွားလွင့်သွားရင် အဲဒီစိတ်ကို ပင်တိုင်အာရုံဆီ ပြန်ဆွဲပြီး မထိန်းရပါဘူး။ ဝိပဿနာရဲ့ အခြေခံမူဟာ ဖြစ်နေရှိနေတဲ့ ရုပ်နာမ်ကို ဖြစ်နေရှိနေတဲ့အတိုင်း ရှုသိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပျံ့စိတ်၊ လွင့်စိတ်၊ စဉ်းစား ဆင်ခြင်စိတ်၊ တွေးစိတ်၊ စိတ်ကူးစိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာရင် ပင်တိုင်အာရုံဆီ စိတ်ကို ပြန်မဆွဲပဲ ဖြစ်နေ ရှိနေတဲ့အတိုင်း 'ပျံ့တယ်' 'လွင့်တယ်' 'စဉ်းစားတယ်' 'တွေးတယ်' 'စိတ်ကူးတယ်' စသည်ဖြင့် အဲဒီစိတ် ဖြစ်ပေါ်နေသမျှ အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ထပ်ခါထပ်ခါ ရှုသိနေရပါမယ်။ ထို့အတူပဲ စိတ်ထဲမှာ တစ်စုံတစ်ရာကို မြင်ရင် ငေးပြီး ကြည့်မနေရပါဘူး။ မြင်တာကို 'မြင်တယ် မြင်တယ်' လို့ ထပ်ခါထပ်ခါ ရှုရပါမယ်။ မြင်တာပျောက်သွားမှ ဖေါင်းမှု ပိန်မှုကို ပြန်ရှုရပါမယ်။

သန္တတိပစ္စုပ္ပန် ရှုပါ

ပျံ့စိတ်၊ လွင့်စိတ်၊ စဉ်းစားစိတ် စတဲ့ စိတ်တွေကို ရှုရာမှာ ရုပ်ကို ရှုသလို ခဏပစ္စုပ္ပန် တည့်အောင် ရှုလို့ မရပါဘူး။ ရုပ်ကို ရှုတဲ့အခါမှာ ဖြစ်ဆဲဖြစ်ခိုက် ရုပ်ကို ဖြစ်နေဆဲခဏမှာပဲ ရှုသိလို့ ရပါတယ်။ စိတ်ကတော့ ဒီလို မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်ဟာ တစ်ခုဖြစ်ပြီးမှ နောက်စိတ်တစ်ခု ဖြစ်တာမို့ စဉ်းစားစိတ် ဖြစ်နေဆဲခဏမှာ ရှုစိတ် မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ရှုစိတ် ဖြစ်နေဆဲခဏမှာလဲ စဉ်းစားစိတ် မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ သို့သော်လဲ စဉ်းစားတဲ့စိတ်ကို 'စဉ်းစားတယ်' လို့ ရှုလို့ ဖြစ်တာကတော့ ယောဂီတို့ ကိုယ်တွေ့ပါပဲ။ ဒါကြောင့်လဲ မြတ်စွာ

ဘုရားက ''ဝိက္ခိတ္တံ ဝါ စိတ္တံ ဝိက္ခိတ္တံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ=ပျံ့လွင့်တဲ့ စိတ်ကိုလဲ ပျံ့လွင့်တဲ့ စိတ် ဟု သိ၏'' လို့ စိတ်ရှုပုံ စိတ္တာနုပဿနာကို မိန့်တော်မူခဲ့တာပါပဲ။

ဒီတော့ စိတ္တက္ခဏတချက်အတွင်းမှာ စိတ်နှစ်ခု ပြိုင်ပြီး မဖြစ်၊ တစ်ခုသာ ဖြစ်နိုင်ပါလျက်နဲ့ ဘာကြောင့် ပျံ့လွင့်စိတ်ကို 'ပျံ့လွင့်တယ်' စဉ်းစားစိတ်ကို 'စဉ်းစားတယ်' လို့ စိတ်တစ်ခုကို အခြားစိတ်တစ်ခုက ရှုသိနိုင်ရသလဲ လို့ မေးစရာ ရှိပါတယ်။ အဖြေကတော့ **''ခဏပစ္စုပ္ပန်အခိုက်မှာ ရှုတာမဟုတ်၊ သန္တတိပစ္စုပ္ပန်အခိုက်မှာ ရှုတာဖြစ်လို့ ရှုနိုင်တယ်''** လို့ ဖြေရပါမယ်။

သန္တတိပစ္စုပ္ပန်ဆိုတာ အမျိုးတူ စိတ်တွေ ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ အစဉ်တစ်ခု ဖြစ်နေဆဲအခါကို ခေါ်ပါတယ်။ ရုပ်ဖြစ်စဉ်မှာလဲ ဒီအတိုင်းပါပဲ။ အမျိုးတူစိတ် ဖြစ်စဉ်တစ်ခု ဖြစ်ချည်ပျက်ချည်နဲ့ ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်ပျက်နေတာဟာ တစ်စက္ကန့် နှစ်စက္ကန့်လဲ ကြာနိုင်တယ်။ တစ်မိနစ် နှစ်မိနစ် ငါးမိနစ် ဆယ်မိနစ် စသည်လဲ ကြာနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် စဉ်းစားစိတ်အစဉ်တစ်ခု ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်ပျက်နေဆဲ အခိုက်အတန့်မှာ ရှုစိတ်က 'စဉ်းစားတယ်' လို့ ရှုလို့ ရပါတယ်။ ရှုစိတ် ဖြစ်ဆဲခဏမှာ စဉ်းစားစိတ် မဖြစ်သော်လဲ ရှုစိတ် ချုပ်ပျက်ပြီးရင် ပြီးချင်း သူ့နောက်က ကပ်လျက် စဉ်းစားစိတ်က ပြန်ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ အဲဒီ စဉ်းစား စိတ် ပျက်သွားပြန်တော့ ရှုစိတ်က ဖြစ်လာပြန်ပါတယ်။ ဒီနည်းနဲ့ပဲ စဉ်းစား စိတ်နဲ့ ရှုစိတ်ဟာ တလှည့်စီ ဆက်ကာ ဆက်ကာ အလွန်မြန်မြန်ကြီး ဖြစ်ပျက် နေကြတော့ မြန်လွန်းလို့ တလှည့်စီဖြစ်တယ်လို့ မသိရဘဲ တစ်ချိန်တည်းမှာ

စဉ်းစားစိတ်အစဉ်နဲ့ ရှုစိတ်အစဉ် နှစ်ခုဟာ တပြိုင်နက်တည်း ဖြစ်နေတယ် လို့ ထင်ရတာပါပဲ။ အဲဒါကိုပဲ စဉ်းစားစိတ်ကို သန္တတိပစ္စုပ္ပန် အခိုက်မှာ ရှုတယ် လို့ ခေါ်ရပါတယ်။

ရေများရေနိုင် မီးများမီးနိုင် အဲဒီလို ရှုရာမှာ စဉ်းစားစိတ်အစဉ်က အားကောင်းနေရင် ရှုစိတ်အစဉ်က ရှုသော်လဲပဲ ရှုသိရုံမျှပဲ ရှိတယ်။ စဉ်းစားစိတ်အစဉ်က ရပ်မသွားဘူး။ ယောဂီက ဖြည်းဖြည်းအေးအေး ပေါ့ချောင်ချောင် ရှုနေရင် အဲဒီလိုပဲ ရှုစိတ်က အားနည်းပြီး စဉ်းစားစိတ်က အားကောင်းနေတတ်ပါတယ်။ ဒီလိုဆိုရင် စဉ်းစားစိတ်က ဆက်ပြီး တရှည်တမျောကြီး စဉ်းစားနေတာနဲ့ စိတ်တည်ငြိမ်မှု (=သမာဓိ) ကို တော်တော်နဲ့မရနိုင်ပါဘူး။

ဒီလို မဟုတ်ဘဲ ယောဂီက တင်းတင်းရင်းရင်း စူးစူးစိုက်စိုက် သမ္မာဝါယာမအား သွင်းပြီး 'စဉ်းစားတယ်' 'စဉ်းစားတယ်' လို့ ခပ်သွက်သွက် အဆက်မပြတ် ရှုပစ်လိုက်ရင် ရှုစိတ်အစဉ်က မြန်မြန် အားကောင်းလာတဲ့အတွက် စဉ်းစားစိတ် အစဉ်က တဖြည်းဖြည်း အားနည်းသွားတော့ မကြာခင်ဘဲ စဉ်းစား စိတ်အစဉ် အဖြစ်ရပ်ပြီး ချုပ်ငြိမ်းသွားတော့တာပါပဲ။ အဲဒီ အခါမှာ ရှုစိတ်အစဉ်ချည်း သက်သက် ကျန်ခဲ့ပြီး စဉ်းစားစိတ်ရဲ့ မတည်ငြိမ်တဲ့သဘော၊ ပျံ့လွင့်တဲ့ သဘောကို ရော ဖြစ်ပေါ်ပြီး ပျောက်သွားတတ်လို့ မတည်မြဲတဲ့ သဘောကိုပါ သိလိုက်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ သမာဓိ တကယ် အားမကောင်းသေးမီမှာတော့ ဝိဝိပြင်ပြင် မသိသေးပါဘူး။ ဝိုးတဝါးမျှပဲ သိလိုက်ပါတယ်။

အရှုခံ စဉ်းစားစိတ်အစဉ် ပြတ်သွားတော့ ရှုစိတ်က ပင်တိုင်အာရုံဖြစ်တဲ့ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို သူ့အလိုအလျောက် ပြန်ရှုတော့တာပါပဲ။

ဝိပဿနာမှာ လွှင့်စိတ်ကို ပြန်မထိန်းရ ဒီနေရာမှာ တစ်ခု သတိထားဖို့ရှိပါတယ်။ အားထုတ်စမှာ တချို့ ယောဂီက စိတ်လွှင့်သွား ထွက်သွားရင် စိတ်တည်ငြိမ်အောင် ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ လွှင့်စိတ် ထွက်စိတ်ကို သိလိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် ချက်ချင်း ပင်တိုင်အာရုံပေါ် ဆွဲတင်ပြီး ပြန်ထိန်းလိုက်တတ်ပါတယ်။ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ရာမှာတော့ အဲဒီလို လုပ်ရင် မှန်ပါတယ်။ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ရာမှာတော့ အဲဒီလို မလုပ်ရပါဘူး။ **ဝိပဿနာရဲ့ အခြေခံသဘောက စိတ်ကို ချုပ်ထိန်းတဲ့ သဘော မဟုတ်ပါဘူး။ အကြောင်း အားလျော်စွာ ဖြစ်နေတဲ့ စိတ်ကို အရှိသဘာဝအတိုင်း သိအောင် သတိနဲ့ စောင့်ကြည့်တဲ့ သဘောပါ။** ဒါကြောင့် လွှင့်စိတ် ထွက်စိတ်ကို ပင်တိုင်အာရုံဆီ ပြန်ဆွဲမထိန်းဘဲ လွှင့်နေ ထွက်နေတဲ့အတိုင်းပဲ 'လွှင့်တယ်' 'ထွက်တယ်' လို့ အရှိအတိုင်း ရှုသိနေရပါတယ်။ လွှင့်စိတ် ထွက်စိတ် ပျောက်သွားမှပဲ ပင်တိုင်အာရုံကို ဖြစ်စေ၊ ထင်ရှားရာ တခြား အာရုံတစ်ခုခုကိုဖြစ်စေ ရှုရပါတယ်။

''ပျံ့လွှင့်တဲ့ စိတ်ကိုလဲ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ် ဟု ရှုသိရ၏'' ဆိုတဲ့ ဘုရားရှင်ရဲ့ စိတ္တာနုပဿနာ ဒေသနာတော်ကို အမြဲ သတိပြုရပါမယ်။

စိတ်နဲ့ နပန်းမလုံးရ တချို့က လွှင့်စိတ်နောက် လိုက်ရှုနေရင် ဗိုပြီး လွှင့်နေမှာပဲ လို့ ယူဆပြီး လွှင့်စိတ်ကို မရှုဘဲနဲ့ အတင်း ထိန်းချုပ်ပြီး ပင်တိုင်အာရုံကိုပဲ တွယ်ကပ်ရှုနေတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို လုပ်ရင် မှားပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ စိတ်နဲ့ ယောဂီ သူနိုင် ကိုယ်နိုင် အပြိုင်ကြဲပြီး လွန်ဆွဲနေလို့ပါပဲ။ စိတ်နဲ့ ယောဂီ နပန်းပွဲလို့လဲ ဆိုနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

စိတ်က ပြင်ပအာရုံ တစ်ခုခုဆီ လွှင့်သွား ထွက်သွားတဲ့ အခါမှာ ယောဂီက အဲဒီစိတ်ကို ပြန်ထိန်းပြီး ပင်တိုင်အာရုံဆီ ပြန်ဆွဲတယ်။ စိတ်က ပင်တိုင်အာရုံ

မှာ မနေဘူး။ အပြင်အာရုံဆီပဲ ပြန်သွားတယ်။ ဒီလိုနဲ့ ယောဂီက ပြန်ဆွဲထိန်းလိုက်၊ စိတ်က ပြန်ထွက်လိုက်နဲ့ ယောဂီနဲ့ စိတ် လွန်ဆွဲနေတယ်။ နပန်းလုံးနေသလို ဖြစ်နေတယ်။ နောက်ဆုံး ဘယ်လိုမှ ဆွဲထိန်းလို့မရတော့ ယောဂီ မောပြီး ဇောချွေးတွေ ပြန်လာတယ်။ ဒီတော့မှ ရှုမှတ်လို့ မရတော့ပါဘူး ဆိုပြီး စိတ်ပျက်လက်ပျက်နဲ့ မရှုမှတ်ဘဲ နေလိုက်တော့တယ်။

ထွက်စိတ် လွင့်စိတ်ကို ပြန်ဆွဲထိန်းရင် အဲဒီလို အခြေအနေမျိုးကိုလဲ ရောက်တတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပြန်ဆွဲပြီး မထိန်းရပါဘူး။

ဒါကြောင့် လွင့်နေတဲ့စိတ်ကို သူ့အရှိ သဘာဝအတိုင်း 'ထွက်တယ်' 'လွင့်တယ်' လို့ စူးစူးစိုက်စိုက်ရှုလိုက်ရင် အထွက် အလွင့် ရပ်သွားပြီး ငြိမ်ကျသွားပါတယ်။ ယောဂီလဲ မပင်ပန်းပါဘူး။ ဒီလိုနဲ့ ထွက်တဲ့ လွင့်တဲ့ အကြိမ်တဖြည်းဖြည်း နည်းသွားပြီး တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ တဖြည်းဖြည်း အားကောင်းလာပါတယ်။

စဉ်းစားစိတ်ကို မရှုရင် တချို့ကျတော့လဲ စဉ်းစားစိတ် တွေးစိတ်ကို လိုက်လဲ မရှု၊ပြန်လဲ မထိန်းပဲနဲ့ သည်အတိုင်း ကြည့်နေတတ်ပါတယ်။ အဲဒီတော့ ပိုပိုပြီး စဉ်းစား ပိုပိုပြီး စိတ်ကူးယဉ်လာတတ်ပါတယ်။ ဒီတော့ ရှေးက မိမိစာအုပ်ထဲမှာ ဖတ်ဖူးထားတာ၊ ကြားဖူးထားတာ၊ ဖြစ်ချင်တာ၊ ဖြစ်စေချင်တာ၊ တွေ့ချင် မြင်ချင်တာ၊ မတွေ့ချင် မမြင်ချင်တာတွေကို စိတ်ကူးထဲမှာ မြင်ယောင်လာတတ်ပါတယ်။

ဥပမာ ဘုရား၊ ရဟန္တာတွေ ကောင်းကင်မှာ ရှာန်ကြွနေတာ၊ နတ်တွေ၊ ဗြဟ္မာတွေနဲ့ သူတို့ရဲ့ ဘုံဗိမာန်တွေ၊ ဒါတွေကို စိတ်ထဲမှာ မြင်လာပြီး တကယ်

တွေ့နေရသလို ထင်နေတတ်ပါတယ်။ ဒါနဲ့ အဲဒါတွေ စိတ်ထဲ စွဲလမ်းနေရာက တချို့မှာ ဘဝင်မြင့်ပြီး စိတ် ကယောင်ချောက်ချား ဖြစ်သွားတာလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ ဂိုဏ်းတို့ ပုဏ္ဏားတို့ အစွဲအလမ်းကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များလဲ စိတ်ထဲမှာ ဝတ်ဖြူစင်ကြယ်နဲ့ လူသူတော်တို့၊ ဘိုးဘိုးအောင်တို့၊ ဝိဇ္ဇာတို့ ဆိုတာတွေကို တွေ့ရသလိုလို စိတ်ကူးယဉ်နေရာက တကယ်ထင်ပြီး ဘဝင် မြင့်သွားတတ်ပါတယ်။

တချို့လဲ စိတ်ကူးလွန်သွားပြီး ကွယ်လွန်သွားတဲ့ ဘိုးဘွားတွေ မိဘတွေ သားသမီးတွေ စသည်ကို စိတ်ထဲ မြင်ယောင်လာရာက တကယ်ထင်ပြီး စိတ်ထဲ စွဲလမ်းနေတတ်ပါတယ်။ သူ့ကို စကား လာပြောသလိုလို စိတ်ကူးမိရာက စွဲလမ်းပြီး သူတို့ စကားပြောသံကို မကြားခဏ ကြားနေရသလို ထင်နေတတ်ပါတယ်။

တချို့လဲ အဲဒီလို စိတ်ကူးယဉ်နေပြီး သရဲ၊ တစ္ဆေ၊ ဘီလူး၊ သဘက် ဆိုတာတွေ စိတ်ထဲ ထင်လာ မြင်လာရာက တကယ်တွေ့နေ မြင်နေရတယ် လို့ ထင်ပြီး ကြောက်လန့်တကြားနဲ့ ထအော်တတ်ပါတယ်။ စိတ်ချောက်ချားချင်လဲ ချောက်ချားနေတတ်ပါတယ်။

ဒါတွေ အားလုံးဟာ တွက်စိတ်၊ လွင့်စိတ်၊ စိတ်ကူး စဥ်းစားစိတ် တွေကို မရှုလို့ မရှုမိလို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဆိုးကျိုးတွေပါပဲ။ စိတ်ကူး စဥ်းစားစိတ်တွေကို မရှုတော့ ဒီစိတ်တွေက လွတ်လွတ်လပ်လပ်ကြီး ပုံကြီးချဲ့ စိတ်ကူးခွင့် ရနေတဲ့အတွက် ထင်ရာမြင်ရာတွေ စိတ်ကူးမိရာက ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဆိုးကျိုးတွေပေါ့။ ယောဂီရဲ့ စိတ်က ယောဂီကို ပြန်သတ်တာပါပဲ။ အဲဒီ စိတ်ကူး စဥ်းစားစိတ်တွေကိုသာ သိလျှင်သိချင်း ရှုးရှုးစိုက်စိုက် ရှုပစ်လိုက်ယင် အဲဒီ စိတ်တွေ ခဏအတွင်း ပျောက်သွားပြီး စိတ်တည်ငြိမ်သွားပါတယ်။ ဘာကိုမှ စိတ်ကူးမယဉ်တော့ပါဘူး။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာရှုရာမှာ စိတ်ကို ရှုဖို့ နံပါတ်တစ် အရေးကြီးပါတယ်။ ကောင်းကောင်း ဆိုးဆိုး ဘယ်စိတ်မျိုးမဆို ချက်ချင်း ရှုဖို့လိုပါတယ်။ ရှုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ စိတ်နာမ်တရားနဲ့ သဘာဝအမှန်ကို သိဖို့ပါပဲ။

စိတ်လွင့်သော်လည်း မသိ

သို့သော်လဲ ရှုစမှာ စိတ် လွင့်နေ ထွက်နေ စဉ်းစားနေတာကို ယောဂီက ချက်ချင်း မသိပါဘူး။အတော်ကြီးကြာမှ သိတတ်ပါတယ်။ တချို့လဲ စဉ်းစားလို့ပြီးဆုံးမှ သိကြပါတယ်။ အဲဒီလို သိတဲ့အခါမှာလဲ စိတ်ကို ရှုမှတ်ဖို့ သတိမရတတ်ပါဘူး။ သတိ ရပေတဲ့ မရှုနိုင်တာလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒီတော့ အမှတ်မထင် စိတ်ကို ပင်တိုင်အာရုံဆီ ပြန်ဆွဲပြီး ထိန်းမိတတ်ပါတယ်။ **အဲဒီလို မဖြစ်ရအောင် စိတ်လွင့်ရင် ထွက်ရင် ချက်ချင်း ရှုရမယ်ဆိုတာ အမြဲ သတိ ရှိနေရပါမယ်။**

တချို့ကျတော့လဲ စိတ်လွင့်နေ ထွက်နေတာကို လုံးဝ မသိကြပါဘူး။ ဒီတော့ စိတ် မလွင့်မထွက်ဘူး လို့ပဲ ထင်နေတတ်ကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် တရား လျှောက်တဲ့အခါမှာ 'စိတ်ကတော့ ငြိမ်ပါတယ်၊ မထွက်ပါဘူး'' လို့ အနိုင်အမာ လျှောက်တတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို စိတ်မထွက်တာ မလွင့်တာ မဟုတ်ကြောင်း၊ ထွက်နေ လွင့်နေတာကို မိမိက မသိတာသာ ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းလင်း ပြောပြပြီး စိတ်ကို ရှုမှတ်ဖို့ အရေးကြီးကြောင်း ထပ်ခါတလဲလဲ တိုက်တွန်းရပါတယ်။

ပင်တိုင်အာရုံကို ထင်ထင်ရှားရှား သိပြီး စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုတတ်လာရင်

တော့ စိတ်လွင့် စိတ်ထွက်ကို သေသေချာချာ သိလာပါတယ်။ အဲဒီလို သိဖို့ဟာ အရေးကြီးဆုံးပါပဲ။

စိတ်ကိုရှုခြင်းကြောင့် ရတဲ့အကျိုး

စိတ်ကို ရှုမှတ်လို့ အကျိုးရသွားကြတဲ့ ဝတ္ထု သာဓကတွေ ကျမ်းဂန်မှာ အတော် များများရှိပါတယ်။ အဲဒီအထဲက တစ်ခုကို ထုတ်ပြချင်ပါတယ်။ သာသနာပတချိန်မှာ **ဗာရာဏသီ**ပြည်မယ် ဖြစ်ပျက်ခဲ့တဲ့ ဖြစ်ရပ်ပါ။ **ဗာရာဏသီ** မြို့မှာ ဒကာတစ်ယောက်ဟာ ဈေးနားက လမ်းမကြီးဘေးမယ် ရပ်ပြီး လမ်း သွားလမ်းလာတွေ ကြည့်နေပါတယ်။ အဲဒီလို ကြည့်နေတုန်းမှာ ခပ်လှမ်းလှမ်းက ရုပ်ရေရူပကာယ တင့်တယ်လှပတဲ့ ဇနီးမောင်နှံ နှစ်ယောက် လျှောက်လာတာကို သူ ကြည့်နေမိတယ်။ အနီး ရောက်လာတော့ ဇနီးဖြစ်သူကိုသာ ကြည့်မိပြီး ချစ်ခင် နှစ်သက် တပ်မက်စိတ်တွေ ဖြစ်လာတယ်။ ပထမတော့ ဒီ စိတ်ရိုင်း စိတ်မိုက် ဖြစ်နေတာ သူ မသိဘဲ ငေးကြည့်နေမိတယ်။ ခဏ ကြာမှ သတိ ရပြီး သူတစ်ပါး ဇနီးပေါ် တပ်မက်စိတ်တွေ ဖြစ်နေပါလား လို့ သိလာတယ်။ သိသိချင်း ထိတ်လန့် သံဝေဂစိတ်တွေ ဖြစ်လာပြီး တပ်မက်တဲ့ စိတ်တွေကို "တပ်မက်တယ် တပ်မက်တယ်" လို့ ရှုမိပြီးသား ဖြစ်နေတယ်။ သာသနာပ ဆိုတော့ သူ့ကို ရှုမှတ်ဖို့ သင်ပေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် မရှိပါဘူး။ သူ့ ပါရမီက ရင့်နေပြီဖြစ်လို့ သူ့ အလိုအလျောက် ရှုမှတ် ပြီးသား ဖြစ်သွားတာပဲ။

ရှုလို့ မကြာမီအတွင်းမှာပဲ သမာဓိတွေ အားကောင်းလာပြီး အရှုခံ တပ်မက်စိတ်ရဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှု၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တသဘောတွေကို ရှင်းရှင်းကြီး သိလာပြီးတော့ မဂ်လေးဆင့် ဖိုလ်လေးဆင့် ရပြီး ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဖြစ်သွားပါတယ်။

တကယ်လိုသာ စိတ်ကိုမရှုရင် ဒီဖြစ်ရပ်ကို ကြည့်ပါ။ တကယ်လို့သာ ဒီ ဒကာဟာ တစ်မက်စိတ်ကို မရှုမိရင် ဒီစိတ် တဖြည်းဖြည်း ကြီးထွားလာပြီး စွဲလမ်းမှု ဖြစ်လာမှာ သေချာပါတယ်။ တဖျာကနေပြီး ဥပါဒါန် ဖြစ်လာတဲ့ သဘောပေါ့။ အဲဒီလို စွဲလမ်းလာရင် သူ့စိတ်ကို မထိန်းနိုင် မသိမ်းနိုင် ဖြစ်ပြီး ဒီအမျိုးသမီးကို ဆွဲလား ရမ်းလားနဲ့ ကိုယ်ထိလက်ရောက် ကျူးလွန်မိကောင်း ကျူးလွန်မိပေလိမ့်မယ်။ ဒါမှ မဟုတ်လဲ တခြား တနည်းနည်းနဲ့ ရအောင် ပြုလုပ်ကောင်း ပြုလုပ်ပေလိမ့်မယ်။ ဒီလို ဆိုရင် မြောက်မြားလှစွာသော ဆိုးကျိုးဆင်းရဲကျိုးတွေကို တွေ့ရခံစားရမှာ သေချာတယ်။ တကယ်လို့ ကိုယ်ထိလက်ရောက် မပြုမိအောင် ထိန်းသိမ်း စောင့်စည်းနိုင်ဦးတော့ ဒီ စွဲလမ်းစိတ်ကြောင့် သေသည်အထိ ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်သွားနိုင်တာပဲ။

အခုတော့ စိတ်ကို နိုင်နိုင်နင်းနင်း ရှုလိုက်တဲ့အတွက် စိတ်ရဲ့ သဘာဝ အမှန်ကို ထိုးထွင်းသိပြီး အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်အထိ ရသွားတယ်။ ကိလေသာငြိမ်း ဆင်းရဲငြိမ်းသွားပြီး ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဖြစ်သွားတယ်။

ဒီ ဖြစ်ရပ်ကို ကြည့်ရင် စိတ်ကို ရှုတဲ့ စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ဟာ အလွန် အရေးကြီးကြောင်း သိသာပါတယ်။

ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပြုစရာ

ဝေဒနာရှုရာမှာ သတိထားစရာ ခံစားမှု=ဝေဒနာကို ရှုရာမှာလဲ သတိထားစရာ အချက်ကလေးတွေ ရှိပါတယ်။ ပထမဆုံး သတိပြုဖို့ ကတော့ **မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်** ဝေဒနာနုပဿနာ

အခန်းမှာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူချက်အရ **ခံစားမှု မှန်သမျှ ကောင်းကောင်း ဆိုးဆိုး ရှုသိနေရမှာချည်း**ပဲ ဆိုတာ သတိပြုဖို့ပါပဲ။ ချမ်းသာခံစားမှု (သုခဝေဒနာ) ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဆင်းရဲခံစားမှု (ဒုက္ခဝေဒနာ) ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မချမ်းသာမဆင်းရဲ ဝမ်းမနဲ့ဝမ်းမသာ ခံစားမှု (ဥပေက္ခာဝေဒနာ) ပဲ ဖြစ်ဖြစ် ရှုသိရမှာချည်းပါပဲ။

ခံစားမှု နှင့်ရှုသိမှု တချို့က နာမှု၊ ကျဉ်မှု စတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာကိုရှုရင် အကုသိုလ် ဖြစ်တာမို့ မရှုကောင်းဘူး လို့ ယူဆကြပါတယ်။ နာမှု ကျဉ်မှုကို ခံစားနေရင်တော့ ဒေါသ ဒေါမနဿ ဖြစ်တာ မှန်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီလို ခံစားနေဖို့ မိန့်ကြားတာ မဟုတ်ပါဘူး။ မခံသာတဲ့ ခံစားမှု ဆင်းရဲတဲ့ ခံစားမှု (ဒုက္ခဝေဒနာ) ကို ရှုသိနေဖို့ မိန့်ကြားတော်မူဟာပါ။ ဒုက္ခသစ္စာ = ဆင်းရဲအမှန်တရားကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရမယ်ဆိုတဲ့အတိုင်း သိအောင်ရှုနေခြင်း (သမ္မာသတိ) နှင့် မခံသာတဲ့ သဘောပဲလို့ အမှန်အတိုင်း သိနေခြင်း (သမ္မာဒိဋ္ဌိ) ဟာ အကုသိုလ် မဟုတ်ကြောင်း၊ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်း မဂ္ဂင်တရားတွေသာ ဖြစ်ကြောင်း အားထုတ်ဖူးသူတိုင်း သိနိုင်လောက်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်ပဲ မြတ်စွာဘုရားက "ဆင်းရဲ ခံစားမှုကို ခံစားရလျှင်လဲ ဆင်းရဲခံစားမှုကို ခံစားရတယ်လို့ သိ၏" လို့ **မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်** ဒေသနာတော်မှာ တိုက်ရိုက် မိန့်ကြားတော်မူတာပါပဲ။

ဒုက္ခဝေဒနာ ဒီတော့ ထိုင်ပြီး ရှုမှတ်တာ ကြာလာလို့ ညောင်းမှု၊ ကျဉ်မှု၊ ထုံမှု၊ နာမှု၊ ကိုက်ခဲမှု၊ စတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာဖြစ်လာရင် မူလ

ရှုမြဲအာရုံကို လွှတ်ပြီး "ညောင်းတယ်" "ကျဉ်တယ်" "ထုံတယ်" "နာတယ်" စသည်ဖြင့် အဲဒီဝေဒနာ ရှိနေသမျှ ထပ်ခါထပ်ခါ ရှုပါ။ ဝေဒနာ ပြင်းထန်လာရင်လဲ သည်းခံပြီး ရှုနိုင်သမျှ ရှုပါ။ ဒီလို ရှုတာဟာ ခံစားမှု ဝေဒနာက္ခန္ဓာရဲ့ သဘောကို သဘာဝအတိုင်း သိရအောင် ရှုနေခြင်းပါပဲ။ ဒုက္ခဝေဒနာ ပျောက်သွား ပြေသွားအောင် ရှုရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သို့သော်လဲ ရှုပါများလို့ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ အားကောင်းလာတဲ့ အခါမှာ ဝေဒနာဟာ လျော့ရင်လဲ လျော့သွားတတ်ပါတယ်။ ဆက်မဖြစ်တော့ပဲ အဖြစ်ရပ်ပြီး ပျောက်ရင်လဲ ပျောက်သွားတတ်ပါတယ်။ ဒီလို ရှုတာဟာ "ဒုက္ခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီတိ ပဇာနာတိ" ဆိုတဲ့ ဝေဒနာနုပဿနာ တရားတော်အတိုင်း ရှုခြင်းပါပဲ။

နိဗ္ဗာန်တံခါးဖွင့်သော့ ဝေဒနာကို သည်းခံနိုင်သမျှ သည်းခံပြီး ဇွဲစိတ်နှင့် ရှုသင့်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် **ဝေဒနာဟာ နိဗ္ဗာန်တံခါး ဖွင့်တဲ့သော့** ဖြစ်လို့ပါပဲ။ ဝေဒနာကို ရှုလို့ ဝေဒနာရဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှု အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောကို သိမြင်ရင် နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်ပါတယ်။

သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ ရောဂါဝေဒနာ အနှိပ်စက် ခံရတဲ့ မထေရ် တစ်ပါးဟာ အဲဒီ ရောဂါဝေဒနာကို ရှုတာနှင့် ကိလေသာခပ်သိမ်း ငြိမ်းပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားကြောင်းကို **ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ** (ပ-တွဲ၊ ၄၆)မှာ ဖော်ပြထားပါတယ်၊ **ဒီစာအုပ်** နောက်ပိုင်း ဝေဒနာရှုပုံ အခန်းမှာ အကျယ် ဖော်ပြထားပါတယ်။

သည်းမခံနိုင်တော့လျှင် ဒုက္ခဝေဒနာဟာ ပိုပိုပြင်းထန်လာလို့ သည်းမခံနိုင်တော့တဲ့ အခြေအနေ ရောက်လာရင် မိနစ်သုံးဆယ်

ထက်မနည်း မပြင်ပဲ ထိုင်နိုင်သူများဟာ ပြင်ပြီး မထိုင်ပါနှင့် ထပြီး စကြီလျှောက် အားထုတ်ပါ။ မိနစ်သုံးဆယ်ပင် ပြည့်အောင် မပြင်ပဲ ထိုင်လို့ မရသေးသူများ ကတော့ တကြိမ် ပြင်ထိုင်ပြီး ဆက်ရှုမှတ်ပါ။ ဒုတိယအကြိမ် အထိုင်ပြင်ဖို့ အခြေ အနေဖြစ်လာရင်တော့ မပြင်ဘဲနှင့် ထပြီး စကြီလျှောက် အားထုတ်ပါ။

အထိုင် ပြင်စရှိယင် စိတ်အကျင့်ပါပြီး ပြင်ဖို့ပဲ စိတ်ကူးနေတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မပြင်မိအောင် အထူး ကြိုးစားပါ။ တထိုင်ထက်တထိုင် ပိုပြီး ကြာ ကြာ ထိုင်နိုင်ရမယ်လို့ စိတ်ဆုံးဖြတ်ပြီး ကြိုးစားဖို့ လိုပါတယ်။ ကြာကြာ ထိုင်နိုင် လေ သမာဓိအရှိန် ပိုရလေပါပဲ။

စင်္ကြံလျှောက်ရာ သတိပြုစရာ

စကြီလျှောက်လျှင် စကြီလျှောက်တဲ့အခါမယ် စကြီဦးမှာ ကိုယ်ကို ဖြောင့် ဖြောင့်မတ်မတ် ထားပြီး ရပ်ပါ။ လက်ပိုက်ထားပါ။ ဒါမှ မဟုတ်ရင် လက်ကို နောက်ဘက် ပစ်ထားပြီး လက်ချင်း ယှက်ထားပါ။ လက်နှစ်ဘက်ကို နံဘေးတစ်ဘက်တစ်ချက်မှာ တွဲလောင်း ချမထားပါနှင့်။

ခေါင်းကို သိပ်ငုံ့မထားပါနှင့်။ ခြေထောက်ရှေ့ သုံးလေးတောင်ခန့် ဝေးတဲ့ နေရာကို မျက်လွှာချထားတဲ့ မျက်စိနှင့် သာမန် ကြည့်ဖြစ်နိုင်ရုံ ခေါင်းကို စဉ်းငယ်မျှ ညွှတ်ကိုင်းထားပါ။ သိပ်ငုံ့ထားယင် မကြာခင် ဇက်ကြော တက်လာ တတ် ခေါင်းမူးလာတတ်ပါတယ်။

မျက်စိကို ထိန်းပါ စကြီလျှောက်နေတဲ့ တချိန်လုံး အဝေးကို၊ဘေးကို မကြည့် မိအောင် မျက်စိကို ထိန်းပါ။ တခြား မကြည့်ဘူးလို့လဲ

ဆုံးဖြတ်ပါ။ ကြည့်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာရင်လဲ ကြည့်ချင်စိတ်ကို ရှုမှတ်ပါ။ ရှုမှတ်လိုက်ယင် ကြည့်ချင်စိတ် ပျောက်သွားပြီး တခြားကို မကြည့်ဖြစ်တော့ဘူး။ စိတ်ရဲ့အလို လိုက်ပြီး ကြည့်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်တိုင်း မျက်စိက လျှောက်ကြည့်နေယင်တော့ မျက်စိသွားရာ စိတ် လိုက်ပါနေပြီး သမာဓိ ပျက်ပျက်နေတာနှင့် စင်္ကြံလျှောက်ရာမှာ ဘာတရားမှ တွေ့မယ် သိမယ် မဟုတ်ပါဘူး။

စင်္ကြံလျှောက်ရာမှာ မျက်စိကို ထိန်းနိုင်ဖို့၊ မျက်စိလုံဖို့ အရေးကြီးဆုံးပါပဲ။ မျက်စိလုံအောင် တချို့ မျက်စိမှိတ်ပြီး လျှောက်တတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မျက်စိမှိတ်ပြီး လျှောက်ရင် မျက်စိတော့ လုံပါရဲ့၊ စိတ်ကမလုံပါဘူး။ ဒါကြောင့် မျက်စိမှိတ်ပြီး မလျှောက်ရပါဘူး။

စရှုပုံ စင်္ကြံ စရှုတဲ့အခါ စိတ်ကို ခြေထောက် ရွေ့လျားမှုဆီ ရှေးရှုတည်ထားပါ။ ခြေလှမ်း လှမ်းတဲ့အခါမှာ ''သွားတယ် သွားတယ်'' လို့ ဖြစ်စေ၊ ''လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်''လို့ ဖြစ်စေ၊ ''ဘယ်လှမ်းတယ် ညာလှမ်းတယ်'' လို့ ဖြစ်စေ စိတ်အဆိုကလေး ဆိုပြီး ရှုမှတ်ပါ။ စိတ်အဆိုက လိုရင်း မဟုတ်သော်လဲ အားထုတ်စမှာ အကူအညီ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါတယ်။

စင်္ကြံလျှောက်ရင်း စိတ် တခြားကို ပျံ့သွား လွင့်သွားရင် ပျံ့စိတ် လွင့်စိတ်ကို ရှုပြီးမှ ခြေလှမ်းကိုပြန်ရှုပါ။ ရံဖန်ရံခါမှာ လွင့်စိတ် တွေးစိတ် တာရှည်နေရင် ရပ်ပြီးမှစိတ်ကို ရှုမှတ်ပါ။ လွင့်စိတ် တွေးစိတ် ပျောက်သွားမှ စင်္ကြံ ပြန်လျှောက်ပြီး ရှုမှတ်မြဲ ရှုမှတ်ပါ။

ဖြည်းဖြည်း ခြေလှမ်းစိစိ စင်္ကြံလျှောက် အားထုတ်တဲ့ အခါမှာ စင်္ကြံကို ဖြည်းဖြည်း လျှောက်ပါ။ မမြန်ပါစေနှင့်။ ခြေလှမ်းကို သိပ်မကျဲပါစေနှင့်၊ ခြေဖဝါး တစ်ပြန်စာ၊ သို့မဟုတ် တစ်ပြန်စာသာသာကလေး

လှမ်းပါ။ ဒါမှ ရှုလို့ ကောင်းပါတယ်။ ခြေဖဝါးချင်း ရှေ့နောက် စဉ်ပြီး မလှမ်းပါနှင့်၊ ယိုင်တတ် လဲတတ်ပါတယ်။

ရှုမှတ်ချက် တိုးပါ ရှေ့နားမှာ ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း "သွားတယ်" လို့ ဖြစ်စေ၊ "လှမ်းတယ်" လို့ ဖြစ်စေ၊ "ဘယ်လှမ်းတယ် ညာလှမ်းတယ်" လို့ ဖြစ်စေ ရှုမှတ်လို့ ၂-ရက်လောက် ရှိရင် ရှုစိတ်နှင့် အရှုခံ အာရုံ တည့်လာပြီး ရှုလို့ ကောင်းလာပါလိမ့်မယ်။ ဒီအခါမှာ "ကြွတယ် ချတယ်" လို့ခြေတလှမ်းကို နှစ်ပိုင်း သိအောင် တိုးပြီး ရှုပါ။ အဲဒီ ရှုမှတ်ချက် နိုင်နင်းလာတဲ့ အခါမှာ "ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်" လို့ ခြေတလှမ်းကို သုံးပိုင်း သိအောင် တိုးရှုပါ။ ဒီထက် ပိုရှုနိုင်သေးရင် "ကြွချင်တယ် ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်" လို့ ကြွချင်စိတ်ကိုပါ ထည့်ရှုပါ။

အဲဒီ နည်းအတိုင်း ရှုမှတ်ချက် တိုးတိုးသွားရင် စင်္ကြံလျှောက်ခိုက်မှာ ဝိပဿနာသတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ်တွေ အားကောင်းလာတဲ့အတွက် ပိုပိုပြီး ရှင်းရှင်း လင်းလင်း ဗိုဗိုပြင်ပြင် တွေ့သိလာပါလိမ့်မယ်။

စင်္ကြံလမ်းအဆုံးမှာ စင်္ကြံလျှောက်တဲ့အခါ ဟိုနား လျှောက်လိုက်၊ ဒီနား လျှောက်လိုက်နှင့် မလျှောက်ပါနှင့်၊ အဲဒီလို လျှောက်လို့ အားကောင်းတဲ့ သမာဓိကို မရနိုင်ပါဘူး။ စင်္ကြံလမ်းကြောင်း တစ်ကြောင်းတည်းမှာ ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် လျှောက်ပါ။

စင်္ကြံအဆုံး ရောက်ရင် ပြန်မလှည့်သေးဘဲနှင့် ခြေစုံ ရပ်လိုက်ပါ။ ပြီးမှ ရပ်နေတဲ့ ထောင်ထောင်သဘောကို စိတ်အာရုံစိုက်ပြီး "ရပ်တယ် ရပ်တယ်"

လို့ မိနစ်ဝက်လောက် ဖြစ်စေ၊ တစ်မိနစ်လောက် ဖြစ်စေ ရစ်ဇူရိယာပုထ်ကို ရှုမှတ်ပါ။ ပြီးမှ ပြန်လှည့်ချင်စိတ်ကို သေသေချာချာ သိအောင် အကြိမ်ကြိမ် ရှုပါ။ ပြီးမှ တဖြည်းဖြည်း နောက် ပြန်လှည့်တာကို ရှုပါ။ လာလမ်းကို ပြန်ပြီး မျက်နှာမူမိရင် ရပ်လိုက်ပြီး ရပ်တာကို ရှုပါ။ ပြီးမှ ''ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်'' စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်မြဲ ရှုမှတ်သွားပါ။

စင်္ကြံကို ဂရုစိုက်ပါ — စင်္ကြံ တစ်ကြိမ် လျှောက်ရင် တရား မရင့်သေးမီမှာ အနည်းဆုံး တစ်နာရီ လျှောက်ပါ။ မလျှော့ပါစေနှင့်၊ ပိုရင်သာ ပိုပါစေ။ **စင်္ကြံမှာ အရှုခံအာရုံထင်ရှားလို့ သမာဓိ ပိုပြီး ရလွယ်ပါတယ်။** ဉာဏ်လဲ ပိုပြီး ဖြစ်လွယ်ပါတယ်။ ခြေထောက်ရဲ့ ကြွရွေ့သဘော၊ လှမ်းရွေ့သဘော၊ ချရွေ့သဘောဟာ အလွန် ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရှုရတာ လွယ်ကူတဲ့အတွက် သမာဓိရလွယ်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက စင်္ကြံရဲ့ အကျိုးငါးပါးကို ဟောတော်မူတော့ ''စင်္ကြံသမာဓိဟာ ကြာရှည် တည်တံ့တယ်'' လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

စင်္ကြံအကျိုး ငါးပါး — စင်္ကြံလျှောက်ခြင်းကြောင့် ရတဲ့ အကျိုးငါးပါး ဆိုတာ (၁) ခရီးရှည်သွားနိုင်ခြင်း၊ (၂) ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ခြင်း၊ (၃) အနာရောဂါ ကင်းရှင်း ကျန်းမာခြင်း၊ (၄) အစာကြေခြင်း၊ (၅) စင်္ကြံလျှောက် (ရှုမှတ်) ခြင်းကြောင့် ရရှိတဲ့ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိဟာ ကြာရှည်စွာ တည်ခြင်း ဆိုတဲ့ အကျိုးများ ဖြစ်ကြောင်း **အင်္ဂုတ္တရ နိကာယ်၊ စင်္ကမသုတ်**မှာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား မိန့်ကြားတော် မူခဲ့ပါတယ်။

ငါးခုမြောက် အကျိုးမှာ သမာဓိဆိုတာ သမာပတ်ရှစ်ပါး သမာဓိ ဖြစ်ကြောင်း အဋ္ဌကထာက ဖွင့်ပြပါတယ်။ (အံ–၅ ၃၊ ၁၂)

စင်္ကြံရှုမှုဖြင့် တရားရသူ

ဒီနေရာမှာ စင်္ကြံလျှောက် ရှုမှတ်ခြင်းဖြင့် တရားရသွားသူ တစ်ဦးအကြောင်း မှတ်သားသင့်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံခါနီး နာရီပိုင်း အလိုမှာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားထံ **သုဘဒ္ဒ**ဆိုတဲ့ ပရိဗိုဇ်ကြီး လာပြီး တရား မေးလျှောက်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ကျင့်မှသာ ကိလေသာငြိမ်းနိုင် ဆင်းရဲငြိမ်းနိုင်တဲ့ သဘောကို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်ကို **သုဘဒ္ဒ** သဘောကျ နှစ်မြို့သွားပြီး ရဟန်းပြုခွင့် တောင်းလို့ ရဟန်းအဖြစ် ရတော့ ကုသိနာရုံ အင်ကြင်းဥယျာဉ်ရဲ့ လူသူ တိတ်ဆိတ်တဲ့ နေရာတနေရာမှာ သွားပြီး တရား အားထုတ်ပါတယ်။ သူက စင်္ကြံလျှောက်ပြီး ရှုမှတ်ပါတယ်။

စင်္ကြံလျှောက် ရှုမှတ်တယ် ဆိုတော့ ''သွားတယ် သွားတယ်'' ''လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်'' ''ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်'' ''ကြွချင်တယ် ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်'' စသည်ဖြင့် ခြေတောက် လှုပ်ရှား ရွေ့လျားမှု ဝါယောရုပ်ကို ရှုရမှာပါပဲ။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ရင်းက တဖြည်းဖြည်း ရှုမှတ်မှုချင်း ဆက်စပ်မိပြီး သမာဓိ အားကောင်းလာတော့ အရှုခံရုပ် အရှုခံနာမ်နဲ့ ရှုသိစိတ်တို့ရဲ့ မမြဲ ဆင်းရဲ အတ္တမဟုတ်တဲ့ သဘောတွေကို သိမြင်လာပြီး ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် ရင့်ကျက်လာကာ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ဉာဏ် အထိ ရရှိပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားကြောင်း **ဒီဃနိကာယ် အဋ္ဌကထာ** (ဒီ-ဋ ၂၊ ၁၀၂) မှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။

စင်္ကြံရှုမှတ်မှု ရည်ရွယ်ချက်

အခု ပြောခဲ့တာတွေကို သဘောပေါက်ရင် စင်္ကြံလျှောက်ရင်း တရား ရှုမှတ်မှုရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို နားလည်နိုင်ပါတယ်။ ထပ်ပြီး ပြောရရင် စင်္ကြံလျှောက် ရှုမှတ်တာဟာ

ဣရိယာပုထ် အပြောင်းအလဲ ဖြစ်ရုံမျှ ရှုမှတ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ အညောင်းပြေရုံမျှ ရှုမှတ်တာမဟုတ်ပါဘူး။ အားကောင်းတဲ့ သမာဓိ ရရုံမျှ ရှုမှတ်တာမဟုတ်ပါဘူး။

ရည်ရွယ်ချက်အမှန်က စင်္ကြံလျှောက်ခိုက်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်တွေ နာမ်တွေရဲ့ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အတ္တ မဟုတ်ဆိုတဲ့ သဘော လက္ခဏာ သုံးမျိုးကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိဖို့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ရှုမှတ်ရတာပါ။

ပြီးတော့ စင်္ကြံလျှောက်ခိုက်မှာ ရရှိတဲ့ ဝိပဿနာ သတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ်တွေကို ထိုင်သည်အထိ ပါသွားအောင် အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်ပြီး ထိုင်မည့် နေရာကို သွားရင် စင်္ကြံနှင့်အထိုင် သတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ် ဆက်စပ်မိသွားလို့ ထိုင်ရှုမှတ်ရာမှာ အများကြီး အထောက်အကူ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စင်္ကြံ တလှည့်၊ အထိုင် တလှည့် ရှုမှတ်ရပါတယ်။သို့သော်လဲ စင်္ကြံနှင့်အထိုင် အချိန် ညီမျှဖို့ မလိုပါဘူး။ တရားအခြေအနေအလိုက် အချိန် အတိုးအလျှော့ လုပ်ရပါတယ်။ များသောအားဖြင့်တော့ အားထုတ်စမှာ စင်္ကြံကို အချိန် ပိုပေးပြီး တရား ရင့်လာတဲ့ အခါမှာ ထိုင်တာကို အချိန် ပိုပေးရပါတယ်။

သိမှုဝိပဿနာ တခြား ရုပ်တွေ နာမ်တွေကို ရှုမှတ်ရာမှာလဲ စင်္ကြံလျှောက်ရှုရာမှာလိုပဲ သိဖို့ ရည်ရွယ်ချက်ပါပဲ။ အရှုခံရုပ် အရှုခံနာမ်တို့ရဲ့ သီးသန့် ပင်ကိုရင်းသဘော သဘာဝလက္ခဏာနှင့် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဆိုတဲ့အများဆိုင်သဘော သာမညလက္ခဏာတွေကိုဗိုဗိုပြင်ပြင်သိမြင်ဖို့ရှုရတာပါ။ သိဖို့ ရှုရတာ ဆိုတော့ မသိသေးဘဲ စိတ် အတော်အတန် တည်ငြိမ်ပြီး ချမ်းသာနေရုံမျှနှင့် ဝိပဿနာကိစ္စ မပြီးသေးပါဘူး။ သိမှပဲ ဝိပဿနာကိစ္စ ပြီးမြောက်တယ် ဆိုတာ သဘောပေါက်ဖို့ လိုပါတယ်။ အဲဒီအထိ သဘောမပေါက်ရင် အတော်ကလေး စိတ်ငြိမ်လာလို့ အနည်းငယ်မျှ စိတ်ချမ်းသာမှု ရရင်ပဲ

ကိစ္စပြီးသလောက် အထင်ရောက်ပြီး လိုရင်း ရောက်အောင် အားမထုတ်တော့ပဲ လျှော့ပစ်တတ်ပါတယ်။

အသေးစိတ်အမူအရာ သတိပြုစရာ

သမ္မာဒိဋ္ဌိ ရှုပုံ သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာရဲ့ အခြေခံသဘောက ရုပ်နှင့် နာမ်မှာ ခဏမစဲ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ သဘောတွေကို စက္ကန့်မလပ် မိနစ်မလပ် တရစပ် စောင့်ကြည့် ရှုသိနေရပါတယ်။ မရှုမိဘဲ လပ်သွားတဲ့ မိနစ်ပိုင်း စက္ကန့်ပိုင်းကလေးမှာပဲ မရှုမိလိုက်တဲ့ ရုပ်နာမ်နှင့် ပတ်သက်လို့ ကိလေသာက ဝင်လိုက်တော့တာပါပဲ။

ဒါကြောင့် စကြံလျှောက်တဲ့အခါနှင့် ထိုင်တဲ့အခါလေးမှာသာ ရှုရုံမျှနဲ့ မလုံလောက်ပါဘူး။ နိုးနေသမျှ တချိန်လုံး လှုပ်ရှားမှု၊ ပြုမူမှု၊ ကိုယ်အမူအရာ မှန်သမျှကိုရော စဉ်းစား၊ ကြံတွေး၊ လိုချင်တပ်မက်၊ စိတ်ပျက်၊ စိတ်ဆိုး စတဲ့ စိတ်သဘော မှန်သမျှကိုပါ ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်တိုင်း အမြဲတစေ ရှုသိနေရပါတယ်။

ရှုပုံနည်းပြ လှုပ်ရှားပြုမူမှု အသေးစိတ် အမူအရာမှန်သမျှ ရှုမှတ်ပုံကို **မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိမှာ** နည်းပြအနေနှင့် မြတ်စွာဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ရှေ့ကို သွားတိုင်း၊ နောက်ကိုဆုတ်တိုင်း ကွေးတိုင်း၊ ဆန့်တိုင်း၊ ထိုင်တိုင်း၊ ထတိုင်း၊ သင်္ကန်းကိုင်တိုင်း၊ သပိတ်ကိုင်တိုင်း၊ အဝတ်ဝတ်တိုင်း၊ စားသောက်တိုင်း၊ ရေချိုးတိုင်း၊ တပိုတပါး သွားတိုင်း စသည်မှာ ပါဝင်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ လှုပ်ရှားမှု ပြုမူမှုတွေကို ''ကွေးတယ်'' ''ဆန့်တယ်'' ''ထိုင်တယ်'' ''ထတယ်'' စသည်ဖြင့် ဖြစ်နေ ရှိနေတဲ့အတိုင်း အမြဲမပြတ် သတိကပ်ပြီး ရှုသိနေရပါတယ်။

များပြားသလောက် ရှုမှတ်မှု

ဒီသမ္မဇဉ္ဉပိုင်းမှာ မြတ်စွာဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့တဲ့ အထွေထွေ အမူအရာ အသေးစိတ် အမူအရာတွေကို စိပ်စိပ် ရှုမှတ်ဖို့ဟာ အလွန် အရေးကြီးပါတယ်။ ဒီ လှုပ်ရှားမှု ပြုမူမှု အသေးစိတ် အမူအရာတွေဟာ ထိုင်ရှုမှတ်နေတဲ့အခါ စင်္ကြံလျှောက် ရှုမှတ်နေတဲ့ အခါမှာတောင်မှ ရှုမှတ်ဖို့ရာ ထင်ထင်ရှားရှား ရှိနေပါတယ်။ အဲဒီ နှစ်ချိန်မှ တစ်ပါး တခြား အချိန်တွေမှာတော့ အဲဒီ လှုပ်ရှားပြုမူမှု အမူအရာတွေကို ရှုမှတ်ရတာဟာ တစ်ခုပြီး တစ်ခု မပြီးနိုင် မဆုံးနိုင် မကုန်နိုင်အောင်ကို များပြားလှပါတယ်။ များပြားသလောက် ရှုမှတ်နိုင်မှုလဲ ကိလေသာ ကြားမဝင်နိုင်ဘဲ တဖြည်းဖြည်း သမာဓိအားကောင်းလာပြီး ဒီအမူအရာတွေကို ပြုခိုက်မှာ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်သဘောနာမ်သဘောတွေကို သိသိလာပါတယ်။

ဒါကြောင့် ထိုင်တဲ့ ထတဲ့ အခါ၊ ကွေးတဲ့ ဆန့်တဲ့ အခါ၊ မြှောက်တဲ့ ချတဲ့ အခါ၊ စားသောက်တဲ့ အခါ၊ မျက်နှာသစ်တဲ့ အခါ၊ ရေချိုးတဲ့ အခါ၊ အဝတ်လျှော်တဲ့ အခါ၊ အဝတ်ချွတ်တဲ့ အခါ၊ အဝတ်ဝတ်တဲ့ အခါ၊ တပိုတပါး သွားတဲ့ အခါ စသည်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ လှုပ်ရှားပြုမူမှုတွေကို တစ်ခုမျှ မလွတ်ရအောင် စေ့စေ့စပ်စပ် ရှုမှတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ ရှုမှတ်ပုံက မခက်ပါဘူး၊ ပြုလုပ်နေတဲ့အတိုင်း ဖြစ်နေတဲ့ အတိုင်း အရှိအတိုင်း ရှုမှတ်ရုံပါပဲ။ ဥပမာ "ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်၊ ထတယ် ထတယ်၊ ကွေးတယ် ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်" စသည်ဖြင့် ရှုမှတ် သွားရုံပါပဲ။

အလေ့အကျင့် ရလာတော့ မလွတ်တော့ပါဘူး

အားထုတ်စမှာတော့ ဒီ အထွေထွေလှုပ်ရှားမှု အသေးစိတ် အမူအရာတွေကို ရှုမှတ်မိတာက နည်းပြီးတော့ မရှုမှတ်မိဘဲ မေ့မေ့သွားတာ

များပါတယ်။ သို့သော်လဲ ဒီ အမူအရာတွေဟာ တစ်ခုမကျန် ရှုမှတ်ရမည့် ဝါယောရုပ်တွေချည်းပဲလို့ စိတ်ထဲမှာ အမြဲသတိထား ကြိုးစား ရှုမှတ်သွားရင် တဖြည်းဖြည်း ရှုမှတ်နိုင်တာတွေ များလာပြီး နောက်ဆုံးမှာ မရှုမှတ်မိလိုက်တာ တစ်ခုမျှ မရှိတော့ပါဘူး။ အလေ့အကျင့် များလာတဲ့ အခါကျတော့ နည်းနည်းလေး လှုပ်ရှားလိုက်တာနှင့် စိတ်က အလိုလို ရှုမှတ်ပြီးသား ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။

သို့သော်လဲ တစ်ခု သတိထားဖို့က ဒီ အသေးစိတ် အမူအရာတွေကို နေ့စဉ် ပြုလုပ်နေကျ လှုပ်ရှားမှုနှုန်းအတိုင်း ဆိုရင် မြန်နေလို့ ရှုမှတ်ဖို့ မလွယ်ကူပါဘူး။ ဒါကြောင့် အဖြစ်နိုင်ဆုံး ဖြည်းဖြည်း လှုပ်ရှား ပြုမူရပါမယ်။ ဒါမှ ရှုလို့ ရပါတယ်။

တစ်ကွေးတစ်ဆန့်မှ အလွတ်မခံသူ ဒီ အသေးစိတ် လှုပ်ရှားပြုမူမှုတွေကို ရှုမှတ်နိုင်အောင် ဖြည်းနိုင်သမျှ ဖြည်းဖြည်း ပြုလုပ်ဖို့ လိုအပ်ကြောင်း ဖြစ်ရပ်တစ်ခုကို **မူလပဏ္ဏာသအဋ္ဌကထာ၊ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်အဖွင့် (စာ ၂၆၉)** မှာ ဒီလို ဖော်ပြထားပါတယ်။ **သီဟိုဠ်ကျွန်း** မှာ ရှေးက မထေရ်တစ်ပါးဟာ သူ့ တပည့်တွေနှင့် အတူ စကားပြောနေရင်းက လက်ကို မြန်မြန် ကွေးမိလိုက်တယ်။ ပြီးမှ ချက်ချင်းပဲ လက်ကို မူလ နေရာမှာ ပြန်ထားလိုက်ပြီး ဖြည်းဖြည်းလေး ပြန် ကွေးလိုက်ပြန်ပါတယ်။

ဆရာမထေရ်ရဲ့ ဒီအပြုအမူကို နားမလည်နိုင်ကြတဲ့ တပည့်တွေက ''ဆရာတော်ဘုရား၊ ဘာကြောင့် လက်ကို မြန်မြန် ကွေးလိုက်ပြီးမှ မူလနေရာ ပြန်ထားပြီး ဖြည်းဖြည်းလေး ပြန်ကွေးပါသလဲဘုရား'' လို့ မေးလျှောက်ကြတယ်။ ဒီတော့ ဆရာတော်က ''မောင်ပဉ္စင်းတို့၊ ငါဟာ တရား စတင် အားထုတ်

တဲ့ အချိန်က စပြီး ရှုမှတ်မှုလွတ်လျက် လက်ကို မကွေးခဲ့ဘူးပါ၊ ယခု သင်တို့နှင့် စကားပြောနေတဲ့အတွက် ရှုမှတ်မှု လွတ်လျက် လက်ကို ကွေးလိုက်မိသည်၊ နောက်မှ သတိရလို့ မူလနေရာ ပြန်ထားပြီး ရှုမှတ်လျက် ပြန်ကွေးခြင်း ဖြစ်သည်'' လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။ ဒီဆရာတော်ကြီးရဲ့ အပြုအမူကို ထောက်ခြင်းအားဖြင့်လဲ လှုပ်ရှားမှု အမူအရာမှန်သမျှ ဖြည်းဖြည်း ပြုလုပ်ပြီး မလွတ်တမ်း ရှုမှတ်ဖို့ လိုကြောင်း နားလည်ရပါတယ်။

ဝိပဿနာရှုပုံအမြွက်မျှ

အခု ဘုန်းကြီးတို့ ပြောနေတဲ့ အပိုင်းဟာ လက်တွေ့ကျင့်ကြံ ပွားများတဲ့ အပိုင်းဖြစ်လို့ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံရာမှာ သတိပြုရမည့် အချက်ကလေးတွေကို အခု ပြောပြီးခဲ့ပါပြီ။ အခု လက်တွေ့ကျင့်ပုံ ရှုမှတ်ပုံကို အကျဉ်းမျှ ပြောပြပါမယ်။ ဒီလို ပြောပြရာမှာ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ဒေသနာတော်မှာလာတဲ့ နည်းကို အရပ်စကားနှင့် ပြောပြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာကို အားထုတ်သူဟာ စင်္ကြံလျှောက်အားထုတ်ခြင်း၊ ထိုင်အားထုတ်ခြင်း၊ အသေးစိတ် ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတွေကို ရှုမှတ်အားထုတ်ခြင်းလို့ သုံးပိုင်း အားထုတ်ရပါတယ်။ အဲဒီ သုံးမျိုးထဲက စင်္ကြံလျှောက် အားထုတ်မှုဟာ အရှုခံအာရုံ အလွန် ထင်ရှားတဲ့အတွက် အားထုတ်စပုဂ္ဂိုလ်နှင့် အလွန် ဆင့်လျော်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စင်္ကြံလျှောက် ရှုမှတ်ပြီးမှ ထိုင်ရှုမှတ်တာက ပို ကောင်းပါတယ်။ ထိုင်မည် ကြံတိုင်း မထိုင်မီ စင်္ကြံလျှောက်သင့်ပါတယ်။

စင်္ကြံ အလျင်လျှောက်

စင်္ကြံ စရှုမှတ်ရာမှာ သတိပြုစရာလေးတွေကို ရှေ့နား (စာမျက်နှာ ၂၄၇–၂၅၂) မှာ ပြောခဲ့ပါပြီ။ အဲဒီ ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ခြေထောက် ရွေ့လျားမှုကို သတိကပ်ပြီး မလွတ်ရအောင် စူးစိုက် ရှုပါ။ ''ဘယ်လှမ်းတယ် ညာလှမ်းတယ်''

''ကြွတယ် ချတယ်'' ''ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်'' စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပါ။ ရှုမှတ်ခိုက်မှာ စိတ်လွင့်သွားရင် ထွက်စိတ်ကို ရှုလိုက်ပါ။ ပြီးမှ ခြေလှမ်းကို ပြန်ရှုပါ။ တကယ်လို့ စိတ်ထွက်တာ စဉ်းစားတာက ကြာနေရင်တော့ စင်္ကြံကို ရပ်လိုက်ပြီးမှ စိတ်ကို စူးစူးစိုက်စိုက် ထိထိမိမိ ရှုပါ။ လွင့်စိတ် ထွက်စိတ် စဉ်းစားစိတ် ပျောက်သွားမှပဲ စင်္ကြံကို ရှုမြဲ ပြန်ရှုပါ။

စင်္ကြံလျှောက် ရှုတဲ့အခါမှာ အဝေးလဲ မကြည့်ပါနှင့်၊ ဘေးလဲ မကြည့်ပါနှင့်။ မကြည့်ဘူးလို့လဲ စိတ်ကို ဆုံးဖြတ်ထားပါ။ ကြည့်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ရင်လဲ ကြည့်ချင်စိတ်ကို ပျောက်သည်အထိ ရှုပါ၊ ကြည့်ချင်စိတ် ပျောက်သွားရင် မကြည့်ဖြစ်တော့ပါဘူး။

မျက်စိမှိတ် မလျှောက်ပါနှင့်

တချို့က မျက်စိ ဖွင့်ပြီး စင်္ကြံလျှောက်ရင် အာရုံ ပြားလို့ သမာဓိ မဖြစ်ဘူးလို့ ထင်ကြတဲ့အတွက် မျက်စိ မှိတ်ပြီး စင်္ကြံလျှောက်တတ်ကြပါတယ်။ မျက်စိမှိတ်ပြီး လျှောက်ရင် ဘာမှ မမြင်ရလို့ သမာဓိ ရတယ်လို့ ထင်ကြပါတယ်။ အဲဒီ အထင်ဟာ မမှန်ပါဘူး။ မျက်စိမှိတ်ထားလို့ မျက်စိနောက်ကို စိတ်က မပါ ရပေတဲ့ ''လျှောက်တဲ့လမ်းမှ မှန်ရဲ့လား၊ ဘေးများ ရောက်နေပြီလား၊ ဘာကိုများ တိုးမိမလဲ၊ စင်္ကြံလမ်းများ ဆုံးနေပြီလား၊ မဆုံးသေးဘူးလား'' စသည်ဖြင့် မျက်စိမှိတ်ရင်း စိတ်ကစားပြီး စဉ်းစားနေတတ်ပါတယ်။ ဒီတော့ သမာဓိ မဖြစ်ပါဘူး။ စိတ်မငြိမ်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် မျက်စိဖွင့် မျက်လွှာချပြီး စင်္ကြံလျှောက်ပါ။ သို့သော်လဲ ခြေထောက်ကို မကြည့်ပါနှင့်။ ခြေထောက်နှင့် နီးနီးကိုလဲ မကြည့်ပါနှင့်၊ အဝေးကြီးလဲ လှမ်းမကြည့်ပါနှင့်။ ခြေထောက်ရှေ့ လေးတောင်လောက်ကို

လှမ်းကြည့်ထားပါ။ စိတ်ရဲ့အားကိုတော့ မျက်စိ ကြည့်ရာဆီ မပါပါစေနှင့်။ အရှုခံ ခြေထောက်လှုပ်ရှားမှုဆီကိုသာ စိတ်ရဲ့ အင်အား အားလုံးကို စူးစိုက်ပို့ထားပါ။ ခြေထောက် ကြွတာတစ်ပိုင်း၊ လှမ်းတာတစ်ပိုင်း၊ ချတာတစ်ပိုင်း၊ ထိတာတစ်ပိုင်း ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိအောင် ဂရုစိုက်ရှုပါ။

ဒီနေရာမှာ ချတာနှင့် ထိတာကို ခွဲခြားနားလည်ဖို့ လိုပါတယ်။ နားမလည်ရင် ထိတာကိုပဲ ချတယ်လို့ ရှုမိနေတတ်ပါတယ်။ ချတယ်ဆိုတာဟာ ခြေထောက် လှမ်းရာကနေပြီး အောက်ဘက် ကြမ်းဆီ၊ မြေကြီးဆီကို ခြေထောက် တဖြည်းဖြည်း လွှတ်လိုက်တာကို ခေါ်ပါတယ်။ အောက်မထိမီ အချိန်ပိုင်းကလေးကို ဆိုလိုပါတယ်။ အောက်ထိသွားတော့ "ထိတယ်"လို့ ရှုရပါတယ်။

ချာခနဲ မလှည့်ပါနှင့် အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း "ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်" လို့ ခြေထောက် ရွေ့လျားမှုနှင့် ရှုတဲ့စိတ် တည့်အောင် ဖြည်းဖြည်း စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုလျက် လျှောက်ပါ။ စိတ်လွင့်ရင် စဉ်စားရင် ရပ်ပြီးတော့ လွင့်စိတ် စဉ်းစားစိတ်ကို ရှုပါ။ လွင့်စိတ် စဉ်းစားစိတ် ပျောက်သွားမှ စင်္ကြံဆက်လျှောက်ပြီး "ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်" စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်မြဲ ရှုမှတ်သွားပါ။ စင်္ကြံအဆုံး ရောက်သွားရင် ချာခနဲ မြန်မြန် မလှည့်လိုက်ပါနှင့်။ ပထမ ရပ်လိုက်ပါ၊ ရပ်တာကို "ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်" လို့ ရှုလိုက်ပါ။ ရပ်နေတဲ့ ထောင်ထောင်မတ်မတ် အမူအရာကို အာရုံပြုပြီးတော့ ဆယ်ကြိမ်ထက်မနည်းရှုပါ။ ပြီးမှ လှည့်ချင်တဲ့ စိတ်ကို "လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်ချင်တယ်"လို့သေသေချာချာသိအောင် ရှုပါ။ ပြီးမှ ကိုယ်ကို ဖြည်းဖြည်း ရွေ့ရွေ့ကလေး လှည့်ပါ။ လှည့်ရင်း တစ်ရွေ့ရွေ့ လည်နေတဲ့ ကိုယ်အမူအရာကို သိအောင် "လှည့်တယ်၊ လှည့်တယ်"လို့ အကြိမ်ကြိမ် ရှုပါ။ လာလမ်းဘက်ကို မျက်နှာပြန်မူမိသည်အထိ ရှုပါ။ လှည့်ပြီးရင် ဆက်မလျှောက်လိုက်ပါနှင့်ဦး၊ ရပ်လိုက်ပါဦး၊ ရပ်တာကို

ဆယ်ကြိမ်ထက် မနည်း ရှုပါဦး။ ပြီးမှ ''ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်''လို့ ရှုမြဲ ရှုသွားပါ။ နောက် ဟိုဘက် စင်္ကြံအဆုံး ရောက်ပြန်တော့လဲ အခု ပြောခဲ့တဲ့ နည်းအတိုင်း ရှုသွားပါ။

''ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်'' လို့ သုံးပိုင်း ရှုမှတ်ရာမှာ ရှုစိတ်နဲ့ ခြေထောက် လှုပ်ရှားမှု တည့်အောင် နိုင်နိုင်နင်းနင်း ရှုမှတ်နိုင်လာတဲ့ အခါမယ် ''ကြွတယ်၊ မတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်'' လို့ လေးပိုင်းရှုပါ၊ ခြေဖနောင့် ကြွတဲ့ အခါ ''ကြွတယ်''လို့ ရှုပါ၊ ခြေဖျားပါ လွတ်အောင် မလိုက်တဲ့အခါ''မတယ်''လို့ ရှုပါ။အဲဒါ နိုင်နင်းလာပြန်တဲ့ အခါမှာ ကြွခါနီး (မကြွမီလေးမှာ)ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ကြွချင်စိတ်ကလေးကို သိအောင် ''ကြွချင်တယ်'' လို့ ရှုပါ။ ပြီးမှ ကြွတာ မတာ လှမ်းတာ ချတာကို ရှုပါ။ ဒါက ခြေတစ်လှမ်းကို ငါးပိုင်း ရှုတာပါ။ ''ကြွချင်တယ်၊ ကြွတယ်၊ မတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်'' လို့ အစဉ်အတိုင်း တိတိကျကျ ရှုနိုင်အောင် ဝိုပြီး ဖြည်းဖြည်း လျှောက်ပါ။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အဋ္ဌကထာနှင့် ဋီကာမှာ(မ-ဋ္ဌ၊ ၁၊၂၆၅။ မ-ဋီ ၁၊ ၃၅၈) ဖွင့်ပြတဲ့အတိုင်း ''ကြွတယ်၊ ဆောင်တယ်၊ တွန်းတယ်၊ လွှတ်တယ်၊ ချတယ်၊ ဖိတယ်''လို့လဲ ရှုနိုင်ပါတယ်။ တဋ္ဌာပညတ်ခေါ်တဲ့ စိတ်အဆို ဝေါဟာရ စကားလုံးမျှပဲ ကွာခြားတာပါ။ ရှုသိရပုံကတော့ အတူတူပါပဲ။ လိုရင်းကတော့ သွားနေဆဲမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ရွေ့လျားမှု ဝါယောရုပ်တွေကို ရှုသိနိုင်ဖို့သာ လိုရင်းပါပဲ။

သမာဓိ ဝိုကောင်းလာလို့ တိုးတက်ပြီး ရှုနိုင်ရင် ''ကြွချင်တယ်၊ ကြွတယ်၊ မချင်တယ်၊ မတယ်၊ လှမ်းချင်တယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချချင်တယ်၊ ချတယ်၊ ထိတယ်၊ ဖိချင်တယ်၊ ဖိတယ်'' စသည်ဖြင့် မိမိနိုင်သလောက် တိုးတိုးပြီး ရှုမှတ်နိုင်ပါတယ်။

နိုင်သလောက်ထက်တော့ ပိုပြီး မရှုမှတ်သင့်ပါဘူး။ ဥပမာ မိမိရဲ့ သမာဓိ အခြေ အနေက သုံးပိုင်းသာ ရှုမှတ်နိုင်သေးရင် တရားလောဘကြီးပြီး လေးပိုင်း ငါးပိုင်း မရှုမှတ်ရပါဘူး၊ ရှုမှတ်ရင် မကြာမီ ခေါင်းကိုက် ခေါင်းမူးလာနိုင်ပါတယ်။ ဇက် ကြော နောက်ကြော တက်လာနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် နိုင်သလောက်ကလေး ပိုင်း ပိုင်းပြီး သက်သက်သာသာနဲ့ စူးစူးစိုက်စိုက်ကလေး ရှုမှတ်သင့်ပါတယ်။

ဖြည်းဖြည်းလျှောက် ၓ၀ၓ၀လှမ်း

စင်္ကြံကို လျှောက်နိုင်ရင် အနည်းဆုံး တစ်နာရီလောက် လျှောက်ပါ။ တစ်နာရီခွဲလောက် လျှောက်နိုင်ရင် ပို ကောင်းပါတယ်။ လျှောက်လို့ ကောင်းရင်၊ သတိသမာဓိ ဉာဏ် ကောင်းကောင်း ဖြစ်နေတယ်လို့ ထင်ရင် တစ်ခါတစ်ရံ နှစ်နာရီလောက် လျှောက်လဲ ကောင်းတာပါပဲ။ သို့သော် ခြေထောက် ရွေ့လျားမှုနဲ့ ရှုမှတ်စိတ် တည့်အောင်ရှုဖို့၊ တရားစကားနဲ့ ပြောရရင် ပစ္စုပ္ပန် တည့်တည့် ရှုဖို့တော့ အလွန် အရေးကြီးပါတယ်။

အဲဒီလို ရှုစိတ်နဲ့ အရှုခံအာရုံ တည့်အောင်က ခြေလှမ်းကို ဖြည်းဖြည်းလေး လှမ်းရပါတယ်။ မြန်မြန် လှမ်းရင် အားထုတ်စမှာ ရှုစိတ်က မီအောင် လိုက်ပြီး မရှု နိုင်သေးလို့ ရှုစိတ်နဲ့ အရှုခံအာရုံ မတည့်နိုင်သေးပါဘူး။ ပြီးတော့ ခြေလှမ်း ကျဲကျဲ မလှမ်းရပါဘူး။ ခြေတစ်ဖဝါးစာ၊ တစ်ဖဝါးစာ သာသာလေး လျှောက်ရ ပါတယ်။ ဒါမှ ရှုလို့ အဆင်ပြေပါတယ်။

မြန်နေရင်တော့ ရှေ့ခြေ ချပြီးလို့ နောက်ခြေ ကြွတာကို ရှုတဲ့ အခါမှာ နောက်ခြေဖနောင့် စ ကြွတာကို မရှုနိုင်တော့ပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ''ကြွတယ်'' လို့ ရှုတဲ့ အချိန်မှာ ခြေဖဝါးက တစ်ဝက်လောက် ကြွပြီး ဖြစ်နေပြီး

ဖနောင့်က အထက် ထောင်နေပြီ။ ဒီတော့ ခြေဖျား မ,လိုက်တာကိုသာ ''ကြွတယ်' လို့ ရှုမှတ်လိုက်နိုင်တော့တယ်။ ဒါကြောင့် ဖနောင့် ကြွတာက စပြီး ရှုသိနိုင်အောင် ခြေလှမ်း ဖြည်းဖြည်း စိပ်စိပ် လှမ်းဖို့ လိုပါတယ်။

ပြီးတော့ ခြေဖဝါး ချလိုက်တဲ့ အခါမှာလဲ ဖနောင့်က စ ချပြီးမှ ခြေဖဝါးနဲ့ ခြေဖျားကို ချတာထက် ခြေဖဝါး တစ်ပြင်လုံး တပြိုင်နက်တည်း တညီတည်း ချတာက ရှုလို့ ပို ကောင်းပါတယ်။ အဲဒီလို တညီတည်း ချဖို့ကလဲ ခြေလှမ်း ကျဲနေရင် မဖြစ်နိုင်ပါဘူး၊ ခြေလှမ်း စိပ်မှပဲ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ထိုင်ရင်းရှုပုံ အမြွက်မျှ စင်္ကြံကို အနည်းဆုံး တစ်နာရီလောက် လျှောက်ပြီးရင် ထိုင်ပြီး ရှုမှတ်ပါ။ သို့သော်လဲ ထိုင်မည့် နေရာကို သွားတဲ့ အခါ ရှုမှတ်မှု လွှတ်ပြီး မသွားပါနှင့်၊ ရှုမှတ်လျက် သွားပါ။ အနည်းဆုံး ''ကြွတယ်၊ လှမ်းဘယ်၊ ချတယ်'' လို့ ရှုမှတ်သွားပါ။ စင်္ကြံမှာ နောက်ဆုံး မှတ်တဲ့ မှတ်ချက်အတိုင်း ရှုမှတ်သွားရင် ပို ကောင်းပါတယ်။ စင်္ကြံ ရှုမှတ်မှုနဲ့ အထိုင်ရှုမှတ်မှု အကြားမှာ မရှုမှတ်ဘဲ လစ်လပ် မသွားပါစေနှင့်၊ စင်္ကြံ အမှတ်နှင့် အထိုင်အမှတ် ဆက်စပ်မိသွားဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါကြောင့် စင်္ကြံ ကနေ ထိုင်မည့် နေရာကို သွားတဲ့ အခါ ရှုမှတ်သွားဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ထိုင်မည့် နေရာကို ရောက်တဲ့အခါ ဖြုတ်ခနဲ တန်း ထိုင်မချလိုက်သေးဘဲ ပထမ ရပ်တာက စရှုပါ။ ''ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်'' လို့ ဆယ်ကြိမ်လောက် ရှုပါ။ ပြီးမှ ဖြည်းဖြည်းကလေး ထိုင်ချရင်း တရွေ့ရွေ့ ထိုင်ကျသွားတဲ့ အမူအရာကို ''ထိုင်တယ်၊ ထိုင်တယ်'' လို့ အောက်ကို ထိမိသည်အထိ အဆက်မပြတ် ရှုပါ၊ အောက်က အခင်းကို ထိတော့''ထိတယ်၊ ထိတယ်''လို့ရှုပါ။ လက်ကို ကြမ်းမှာ ထောက်ချင်တော့ ''ထောက်ချင်တယ်၊ ထောက်ချင်တယ်၊''

လက်ထောက်တော့ ''ထောက်တယ်၊ ထောက်တယ်'' လို့ ရှုပါ။ တင်ပျဉ်ခွေဖို့ရာ ခြေထောက် ကွေးတော့ ''ကွေးတယ်၊ ကွေးတယ်၊'' လက်ကို မြှောက်တော့ ''မြှောက်တယ်၊ မြှောက်တယ်။'' လက်ကို ရင်ခွင်ဆီ ယူတော့ ''ယူတယ်၊ ယူတယ်'' ကွေးတော့ ''ကွေးတယ်၊ ကွေးတယ်'' လက်ချင်း ထပ်တော့ ''ထပ်တယ်၊ ထပ်တယ်'' စသည်ဖြင့် ထိုင်ဖို့ပြင်တဲ့ အမူအရာ အားလုံး ဖြည်းဖြည်း လုပ်ရင်း စေ့စေ့စပ်စပ် ရှုမှတ်ပါ။

ကိုယ်ကိုမတ်မတ် ထိုင်ပါ ထိုင်တဲ့အခါ ကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် ထားပြီး ထိုင်ပါ။ ကွေးညွတ်မနေစေပါနှင့်။ ခေါင်းကိုလဲ ကိုယ်နဲ့ တစ်ဖြောင့်တည်း နေအောင် မတ်မတ်ထားပါ။ မျက်စိမှိတ် စိတ်ကို ချက်တဝိုက် ဝမ်းဗိုက်မှာ စိုက်ထားပါ။ ဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းကြွလာရင် ''ဖောင်းတယ်'' လို့ ရှုပါ။ ပိန်ကျသွားရင် ''ပိန်တယ်'' လို့ ရှုပါ။ အသက်ကို ပြုပြင် မရှူပါနှင့်၊ ပြင်းပြင်းလဲ မရှူပါနှင့်၊ မြန်မြန်လဲ မရှူပါနှင့်။ ပုံမှန် ရှူနေကျအတိုင်း ရှူပါ။

အစမှာ ဖောင်းတာ ပိန်တာ အလွန်ကြီး ထင်ရှားချင်မှ ထင်ရှားပါမယ်။ သို့သော် ရှုနိုင်လောက်အောင်တော့ ဖောင်းမှုပိန်မှုကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ ဖောင်းမှုပိန်မှုကို သိသလောက်ကလေးပဲ ''ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်'' လို့ စူးစိုက်ပြီးရှုပါ။ ရှုပါများလာတော့ တဖြည်းဖြည်း ပိုပို ထင်ထင်ရှားရှား သိလာပါလိမ့်မယ်။ ရှုနိုင်လောက်ရုံပင် ဖောင်းမှုပိန်မှု မထင်ရှားရင်တော့ ဝမ်းဗိုက်ပေါ် လက်နှစ်ဘက် တင်ပြီး လက်ရဲ့ ကြွတက်မှု ကျမှုကို အမှတ်ပြုပြီး ''ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်'' လို့ ရှုပါ။ နောက် အလေ့အကျင့် ရလာလို့ ရှုမှတ်မှု မှန်လာတော့ လက်မတင်ဘဲ ရှုလို့ ရလာပါလိမ့်မယ်။

ဖောင်းမှုပိန်မှု ရှုမရရင် အသက်ရှူ သိမ်မွေ့တဲ့ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ဘယ်လိုမှ ရှုလို့ မရတာလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်များကျတော့ ဝမ်းဗိုက်ကို ရှုဖို့ မလိုပါဘူး။ ထိုင်နေတဲ့ ထောင်ထောင်မတ်မတ် အမူအရာနဲ့ ထိသဘောကို ရှုသင့်ပါတယ်။ ထိတာကို တစ်နေရာတည်း မရှုဘဲ အနည်းဆုံး နှစ်နေရာလောက် ရှုသင့်ပါတယ်။ ထိုင်နေတဲ့အခါမှာ ရှုစရာ ထိနေတာတွေ အများကြီး ရှိပါတယ်။ တင်ပါးနှစ်ဘက်က ထိတာ၊ ဒူးနှစ်ဘက်က ထိတာ၊ ခြေမျက်စိနှစ်ဘက်က ထိတာ၊ ခြေဖျားနှစ်ဘက်ကထိတာ၊ လက်ချင်း ထပ်ထားတဲ့ နေရာက ထိတာ၊ လက်နဲ့ ပေါင်နဲ့ ထိတာ၊ အဝတ်နဲ့ အသား ထိတာ စသည်ဖြင့် ရှုစရာ အထိတွေ အများကြီးပါပဲ။ အဲဒီ အများကြီး ထဲက အထင်ရှားဆုံး အထိနှစ်နေရာကို ရှုရပါမယ်။

ထိုင်တာကို အရင် ရှုရပါမယ်။ ပြီးမှ ထိတာကို ရှုရပါမယ်။ ဒါကြောင့် ရှုမှတ်မှုအစဉ်က ''ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်၊ ထိတယ်'' ''ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်၊ ထိတယ်'' လို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ရှုမှတ်လို့ စိတ် အတော်ကလေး ငြိမ်ပြီး သမာဓိ အတော်အသင့် ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ ထိတာကို နေရာပုံမှန် ထားပြီး မရှုဘဲ အထိထင်ရှားတဲ့ နေရာတွေကို ရွှေ့ရွှေ့ပြီး ရှုရပါမယ်။ နေရာပုံမှန် ထားပြီး ရှုရင် ရှုရတာ လွယ်ကူလာတာနဲ့အမျှ ရှုအား စူးစိုက်အား လျော့လျော့လာပြီး စိတ်လွင့် စိတ်ထွက်တွေရင်လဲ များနေတတ်ပါတယ်။ ဒါမှ မဟုတ်လဲ ထိနမိဒ္ဓ ဝင်လာပြီး အိပ်ငိုက်ရင်လဲ အိပ်ငိုက်တတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အထူး ဂရုစိုက်ပြီး စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုရပါတယ်။

စိတ်ကိုရှုပုံ

လွင့်စိတ်ကိုရှုပါ အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ဖြစ်စေ၊ ထိုင်တာ ထိတာကို ဖြစ်စေ ရှုမှတ်နေခိုက်မှာ စိတ်လွင့်

သွားရင် ''လွင့်တယ်၊ လွင့်တယ်'' လို့ လွင့်တဲ့စိတ် မရပ်မချင်း စူးစူး စိုက်စိုက် တင်းတင်းရင်းရင်း ရှုပါ။ လွင့်တဲ့စိတ် ရပ်သွား ပျောက်သွားရင် ပင်တိုင်အာရုံ ဖြစ်တဲ့ ဖောင်းမှု ပိန်မှု သို့မဟုတ် ထိုင်မှု ထိမှုကို ပြန်ရှုပါ။ ထို့အတူပဲ စိတ်ကူး စဉ်းစား ကြံစည် တွေးတောစိတ်တွေ ဖြစ်ရင်လဲ ''စိတ်ကူးတယ်၊ စိတ်ကူးတယ်'' ''စဉ်းစားတယ်၊ စဉ်းစားတယ်'' ''ကြံစည်တယ်၊ ကြံစည်တယ်'' ''တွေးတယ်၊ တွေးတယ်'' စသည်ဖြင့် အဲဒီစိတ်တွေ ပျောက်သွားသည် အထိ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုပါ။ ပျောက်သွားရင် ပင်တိုင် အာရုံဖြစ်တဲ့ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ပြန်ရှုပါ။

စိတ်ထဲမှာ တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုဖြစ်စေ၊ တစ်စုံတစ်ရာကိုဖြစ်စေ မြင်ရင် ကြည့်မနေဘဲ ''မြင်တယ်၊ မြင်တယ်'' လို့ ခပ်သွက်သွက် တင်းတင်းရင်းရင်း စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုပါ။ မြင်ရတဲ့အရာ ပျောက်သွားသည်အထိ ရှုပါ။ စိတ်ထဲမှာ မြင်တာကို နှစ်သက်သဘောကျလို့ဖြစ်စေ၊ ကြည်နူးလို့ဖြစ်စေ၊ ကြည်ညိုလို့ဖြစ်စေ မရှုပဲ ငေးကြည့်နေရင် မြင်ရတဲ့ အရာဟာ ပျောက်မသွားဘဲ ပိုပြီး ပီသ ထင်ရှားလာရုံမျှမက အဲဒီ မြင်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် မြင်ရတဲ့ အရာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေပါ တရှည်တမျောကြီး ဆက်ပြီး စဉ်းစားမိနေတတ်ပါတယ်။ တချို့မှာ အဲဒီလို စဉ်းစားမိနေပေတဲ့ စဉ်းစားနေတယ်လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မသိပဲ ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ရှုမှတ်နေတယ် လို့ဘဲ ထင်နေတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ဆိုရင် စဉ်းစားစိတ်ကို မရှုနိုင်လို့ တော်တော်နှင့် စိတ်မတည်ငြိမ် ပါဘူး။ သမာဓိ တော်တော်နှင့် မဖြစ်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် တစ်စုံတစ်ရာ သို့မဟုတ် တစ်စုံတစ်ယောက်ကို စိတ်ထဲမှာ မြင်လိုက်တာနှင့် ကြည့်မနေပဲ ချက်ချင်း ရှုမှတ်နိုင်ဖို့ အထူး သတိထားပြီး

လေ့ကျင့်ရပါတယ်။ မြင်တာကို ရှုမှတ်လို့ မြင်တာ ပျောက်သွားရင် ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှု၊ ထိုင်မှု။ ထိမှုကိုပဲ ပြန်ရှုပါ။

ထို့အတူပဲ လိုချင်စိတ်၊ တပ်မက်စိတ်၊ နှစ်သက်စိတ်၊ တွယ်တာစိတ်တွေကိုလဲ ဒီစိတ်တွေ ဖြစ်နေပြီ လို့ သိတာနဲ့ တပြိုင်နက်တည်း ''လိုချင်တယ်'' ''တပ်မက်တယ်'' ''နှစ်သက်တယ်'' ''တွယ်တာတယ်'' စသည်ဖြင့် အဲဒီစိတ်တွေ ပျောက်သွားသည်အထိ ရှုမှတ်ပါ။ ဒေါသထွက်တာ၊ စိတ်ပျက်တာ၊ စိတ်ဆင်းရဲတာ၊ စိတ်ညစ်တာ၊ ပျင်းတာ၊ ပျော်ဘာ၊ ဝမ်းနည်းတာ၊ ဝမ်းသာတာ စတဲ့ စိတ်တွေ ဖြစ်လာရင်လဲ ''စိတ်ဆိုးတယ်'' ''စိတ်ပျက်တယ်'' စသည်ဖြင့် တင်းတင်းရင်းရင်း စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုပါ။ ဒီစိတ်တွေ ပျောက်သွားသည်အထိ ရှုပါ။

ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး အားလုံးရှုပါ

စိတ်ထဲ ဖြစ်ပေါ်သမျှ ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး အကုန် ရှုရပါမယ်။ စိတ်ဆိုး စိတ်ညံ့ကိုသာ ရှုပြီး စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ကို မရှုပဲ လက်ခံထားရင် မမှန်ပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် စိတ်ကို ရှုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ စိတ်တွေကို အသက်ဝိညာဉ် အတ္တ လို့ မစွဲလမ်းမိအောင်၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ လို့ မစွဲလမ်းမိအောင် ရှုရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို မစွဲလမ်းဖို့ ဆိုတာကလဲ စိတ်ရဲ့သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိမှသာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အမှန်အတိုင်း သိချင်ရင် စိတ်ဆိုး စိတ်ကောင်း ရွေးချယ်မနေဘဲ ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ စိတ်တိုင်းကို ရှုရပါတယ် စိတ်ဆိုး စိတ်ညံ့ကိုသာ ရှုပြီး စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ကို မရှုရင် အဲဒီ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ရဲ့ သဘာဝအမှန်ကို မသိလို့ အသက်ဝိညာဉ် အတ္တ လို့ ဖြစ်စေ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ လို့ ဖြစ်စေ စွဲလမ်းမှာ သေချာပါတယ်။

ဒါကြောင့် ကြည်ညိုစိတ်၊ ယုံကြည်စိတ်၊ လှူချင်စိတ်၊ ဥပုသ်စောင့်ချင်စိတ်၊ တရားနာချင်စိတ်၊ ဘုရားရှိခိုးချင်စိတ် စတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်ရင်လဲ ''ကြည်ညိုတယ်'' ''ယုံကြည်တယ်'' ''လှူချင်တယ်'' ''ဥပုသ်စောင့်ချင်တယ်'' စသည်ဖြင့် စိတ်ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း ထင်ကာထင်ကာ ရှုပါ။

လိုရင်းကတော့ စိတ်ကို မရှုရင် ဒီစိတ်ရဲ့ သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း မသိတဲ့အတွက် ဒီစိတ်ကို အသက် ဝိညာဉ် လို့ ဖြစ်စေ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ လို့ ဖြစ်စေ ယူဆစွဲလမ်းပြီး အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မဖြစ်ရအောင် ရှုသိရတာပါပဲ။

စဉ်းစားစိတ် ဖြစ်တယ် ဆိုကြပါစို့၊ အဲဒီ စဉ်းစားစိတ်၊ တွေးစိတ်ကို မရှုရင် ဒီစိတ်ကို တည်မြဲနေတဲ့ ''အသက်ဝိညာဉ်'' လို့ ယူဆစွဲလမ်းတတ်ပါတယ်။ ''ငါစဉ်းစားတယ်၊ စဉ်းစားတဲ့ငါ ရှိတယ်၊ ငါတွေးတယ်၊ တွေးတဲ့ငါ ရှိတယ်'' စသည်ဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ အနေနဲ့လဲ ယူဆစွဲလမ်းတတ်ပါတယ်။

စဉ်းစားစိတ် ဖြစ်နေဆဲ ဖြစ်နေခိုက်မှာ ''စဉ်းစားတယ်၊ တွေးတယ်'' စသည်ဖြင့် စူးစူးစိုက်စိုက် အဆက်မပြတ် ရှုလိုက်ရင် စဉ်းစားတဲ့သဘော၊ တွေးတဲ့သဘောမျှပဲလို့ သဘာဝအမှန်အတိုင်း သိနေတဲ့အတွက် ''အသက်ဝိညာဉ်'' လို့ ဖြစ်စေ ''ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ'' လို့ ဖြစ်စေ မယူဆမစွဲလမ်းတော့ပါဘူး။ အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အသိမှား အမြင်မှား မဖြစ်တော့ပါဘူး။ ဒီ ဒိဋ္ဌိ မဖြစ်ရင် သူ့ကို အမှီရမှ ဖြစ်ပေါ်နိုင်တဲ့ လောဘ ဒေါသ စတဲ့ ကိလေသာတွေလဲ အဲဒီအခိုက်မှာ မဖြစ်ပေါ်လာတော့ပါဘူး။

လက္ခဏာရေး သုံးပါးကိုသိသည် အဲဒီထက် ပိုပြီး ဝိပဿနာ သတိ သမာဓိ ဉာဏ်အား ကောင်းလာတဲ့ အခါမှာတော့ စဉ်းစားစိတ် တွေးစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာလို့ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုလိုက်ရင် မကြာခင်ပဲ ပျောက်ပျောက်သွားတာ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ စိတ်နာမ်တရားရဲ့ မတည်မြဲတဲ့သဘော၊ ဖြစ်ချည်ပျက်ချည်နဲ့ မကောင်းတဲ့ ဆင်းရဲတဲ့သဘော၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါရယ်လို့ ယူဆစရာ အနိုင်အမာ အနှစ်အသား မရှိတဲ့ သဘောတွေပါ ပြက်ပြက်ထင်ထင် သိမြင်လာပါတယ်။ ဒါဟာ စိတ်နာမ်တရားရဲ့ အနိစ္စလက္ခဏာ ဒုက္ခလက္ခဏာ၊ အနတ္တလက္ခဏာတွေကို သိခြင်းပါပဲ။

ဒါကြောင့် စဉ်းစားစိတ်၊ တွေးစိတ်၊လိုချင်စိတ်၊ စိတ်ဆိုးစိတ်၊ စိတ်ပျက်စိတ်၊ ပျင်းစိတ်၊ ပျော်စိတ်တွေက စပြီး စိတ်ဖြစ်တိုင်း မလွတ်ရအောင် ရှုသိနေဖို့ လိုပါတယ်။ **စိတ်အလုပ်ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာလုပ်ငန်းမှာ စိတ်ကိုရှုတဲ့စိတ္တာနုပဿနာဟာ အရေးအကြီးဆုံးပါပဲ။**

ဝေဒနာကိုရှုပုံ

ဝေဒနာရှုပုံကို နည်းနည်း ပြောပါဦးမယ်။ တရားထိုင်စ မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် များမှာ အားထုတ်စမယ် ဆိုင်လို့ ၁၀မိနစ်လောက် ကြာရင်ပဲ ညောင်းတာ၊ ကျဉ်တာ၊ နာတာ၊ ကိုက်တာ စတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ တစ်ခုခုကို ခံစားရတတ်ပါတယ်။ ထိုင်နေကျ ယောဂီများမှာတော့ အားထုတ်စမှာ တစ်နာရီခန့် ကြာမှ ဒုက္ခဝေဒနာ တစ်ခုခုကို ခံစားရတတ်ပါတယ်။

ဒီလို ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အခါ အလွန် မထင်ရှားသေးရင် ပင် တိုင်အာရုံဖြစ်တဲ့ ဖောင်းမှု ပိန်မှု ထိုင်မှု ထိမှုကိုသာ ရှုမြဲရှုနေပါ။ ပင်တိုင်

အာရုံကို ရှုလို့ မရလောက်အောင် ညောင်းညာ၊ နာ၊ ကျဉ်၊ ကိုက်ခဲက ထင်ရှား လာမှသာ ''ကျဉ်တယ်၊ ကျဉ်တယ်'' ''ကိုက်တယ်၊ ကိုက်တယ်'' စသည်ဖြင့် တင်းတင်းရင်းရင်း စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုပါ။ ဝေဒနာ အားသေးယင် မကြာမီမှာပဲ ပျော့ရင်လဲ သွားတတ်ပါတယ်၊ ပျောက်ရင်လဲ သွားတတ်ပါတယ်။ ဝေဒနာက အားကောင်းနေရင်တော့ ကြာကြာ ရှုမှတ်ပေတဲ့လဲ ပျော့လဲမသွား၊ ပျောက်လဲ မသွားပဲ ပိုဆိုးလာတယ် လို့တောင် ထင်ရတတ်ပါတယ်။ အမှန်တော့ ပိုဆိုးလာ တာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဒုက္ခဝေဒနာရဲ့ မခံသာတဲ့သဘော အခံခက်တဲ့သဘောကို ပို သိလာခြင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဝေဒနာကို ရှုရာမှာ ပျော့တာ၊ ပျောက်တာ၊ သက်သာတာ၊ ပိုဆိုး တာက ပဓာန မဟုတ်ပါဘူး၊ ဝေဒနာရဲ့ သဘာဝလက္ခဏာ သာမညလက္ခဏာ ကို သိရေးသာလျှင် လိုရင်းပဓာနပါ။

''အနိဋ္ဌဖောဋ္ဌဗ္ဗာနုဘဝနလက္ခဏာ ဒုက္ခာ''ဆိုတဲ့ အတိုင်း အလိုမရှိအပ်တဲ့ အထိအတွေ့ကို ခံစားတဲ့ သဘော မခံသာတဲ့ အခံရခက်တဲ့ ထိတွေ့ဆင်းရဲကို ခံစားတဲ့ သဘောဟာ ဒုက္ခဝေဒနာရဲ့ **သဘာဝလက္ခဏာ** သီးသန့်ပင်ကိုယ်ရင်း သဘောပါပဲ။

အဲဒီ မခံသာတဲ့ ထိတွေ့ဆင်းရဲခံစားမှုကို ''နာတယ်၊ နာတယ်'' ''ကျဉ် ကျဉ်တယ်'' စသည်ဖြင့် ရှုသိနေတာက သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ ကုသိုလ်စိတ်ပါ။ မခံသာတဲ့ ဆင်းရဲကို ခံစားတဲ့ သဘော ဒုက္ခဝေဒနာက အကုသိုလ်၊ အဲဒီ ခံစားမှု အကုသိုလ်ဝေဒနာကို သတိဦးစီးတဲ့ စိတ်နဲ့ ရှုသိနေတာက ဝိပဿနာ ကုသိုလ်စိတ် လို့ ခွဲခွဲခြားခြား ကွဲကွဲပြားပြား သိပြီး ရှုမှတ်ဖို့ လိုပါတယ်။

သဘာဝလက္ခဏာ သိသည် အဲဒီလို ခွဲခွဲခြားခြား နားလည်သဘောပေါက်ပြီး ဝေဒနာကို ''နာတယ်၊ နာတယ်'' ''ကျဉ်တယ်၊ ကျဉ်တယ်'' စသည်ဖြင့် အတတ်နိုင်ဆုံး သည်းခံပြီး တင်းတင်းရင်းရင်း စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ရင် စိတ်တည်ငြိမ်လာတာနှင့်အမျှ ပထမဆုံး မခံသာတဲ့သဘော ဆင်းရဲတဲ့သဘောကို ပိုမို သိလာပါတယ်။ ဒါဟာ ဒုက္ခဝေဒနာရဲ့ သီးသန့်ပင်ကိုယ်ရင်းသဘော **သဘာဝလက္ခဏာ**ကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိလာတာပါပဲ။ အဲဒီလို သိရာကနေပြီး တဖြည်းဖြည်း ဝေဒနာလျော့ရင်လဲ လျော့သွားတတ်ပါတယ်။ ပျောက်ရင်လဲ ပျောက်သွားတတ်ပါတယ်။ ပျောက်သွားရင်တော့ ပင်တိုင်အာရုံဖြစ်တဲ့ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ရှုနေကျအတိုင်း ပြန်ရှုရပါမယ်။

သည်းခံပါ ဇွဲကောင်းပါ မလျော့ပဲ မပျောက်ပဲ ပိုပြီး နာကျဉ်လာတယ် ဆိုရင်လဲ ရှုမှတ်မှု လွှတ်မပစ်ရပါဘူး။ ''သည်းညည်းခံ နိဗ္ဗာန်ရောက်'' ဆိုတဲ့ စကားကို စိတ်မှာ ထားပြီး သည်းခံနိုင်သမျှ အောင့်အည်း သည်းခံကာ ဆက်လက်ရှုမှတ်ရပါမယ်။ ''ဥပ္ပန္နုပ္ပန္နံ ဒုက္ခံ ဝီရိယေန အဘိဘဝိတွာ ဘာဝနံ သမ္ပာဒေတိ = ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော ဆင်းရဲကို ကြီးမားသော ဝီရိယဖြင့် လွှမ်းမိုး၍ ဝိပဿနာဘာဝနာကို ပြီးစီးစေ၏''ဆိုတဲ့ **မဟာဋီကာ (၃၊ ၃၉၉)** စကားကို စိတ်မှာထားပြီး မလျော့တဲ့ ဇွဲလုံ့လဝီရိယနဲ့ သဲသဲမဲမဲ ရှုမှတ်ရပါမယ်။

ဒိဋ္ဌိသတ် အဲဒီလို ဇွဲကောင်းကောင်းနဲ့ ရှုမှတ်ရင် မကြာမီပဲ နာမှုနဲ့ ရှုသိစိတ်၊ ကျဉ်မှုနဲ့ ရှုသိစိတ် စသည်ဖြင့် တစ်စုံစီ တစ်စုံစီ တစ်တွဲစီ တစ်တွဲစီ သိလာပါတယ်။ ဒါဟာ အရှုခံ နာမ်တရားနဲ့ ရှုသိတဲ့ နာမ်တရားကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိခြင်းပါပဲ။ ဒီအခါမှာ နာမှု ကျဉ်မှုရဲ့ တည်ရာ လက်,ခြေ,ခါး

စသည့်ကို မတွေ့ရတော့ဘူး။ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါအနေနဲ့လဲ မတွေ့တော့ပါဘူး။ နာသဘော ကျဉ်သဘော သက်သက်ပဲ သိရ တွေ့ရ ပါတော့တယ်။ ဒါဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ဝိပဿနာဉာဏ်က တဒင်္ဂပဟာန်အနေနဲ့ ပယ်သတ်ထားတာပါပဲ။

အဲဒီလို အခါမှာ ရှုမှတ်လို့ အလွန် အရသာ ရှိပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ မပါတော့တဲ့အတွက် နာတာ ကျဉ်တာကို ခံစားရမှု မရှိတော့ဘဲ ရှုလိုက်တိုင်း သိရုံမျှ သိရုံမျှ သိနေရလို့ပါပဲ။

ဒဿနပညာနှင့် မသိနိုင်

အဲဒီလို နာမှု ကျဉ်မှုစတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေကို "မခံသာတဲ့ သဘော၊ ဆင်းရဲတဲ့ သဘော သက်သက်မျှပါကလား" လို့ ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်နဲ့ သိနေတာဟာ ဒုက္ခဝေဒနာရဲ့ အရှိသဘာဝကို အရှိအတိုင်း သိနေခြင်းပါပဲ။ "ငါ နာတယ်" "ငါ ကျဉ်တယ်" လို့ ငါ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အနေနဲ့ မသိမမြင်ဘဲ နာမှု ကျဉ်မှု သဘောနဲ့ ဒီသဘောကို သိနေတဲ့ စိတ်ကလေးမျှပဲ လို့ အရှိအတိုင်း သိနေပါတယ်။ ဒီလို "ငါ"မပါတဲ့ အသိကို အတွေးအမြင် ဒဿနပညာနဲ့ ဆင်ခြင်တွေးခေါ်လို့ မသိနိုင် မရနိုင်ပါဘူး။ ရုပ်နဲ့ နာမ်ကို သူ့ အရှိသဘာဝအတိုင်း စောင့်ရှုရာက ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ကိုယ်တွေ့ (ဘာဝနာဉာဏ်) နဲ့မှသာ သိနိုင် ရနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက "အတက္ကာဝစရော=ဆင်ခြင်တွေးခေါ် ဉာဏ်သည် မသက်ဝင်နိုင်၊ ဝါ-ဆင်ခြင်တွေးခေါ် ဉာဏ်၏ အရာမဟုတ်" လို့ မိန့်တော်မူခဲ့တာပါပဲ။

သာမညလက္ခဏာ သိသည်

အဲဒီလို ရှုနေဆဲမှာ ဝေဒနာဟာ အမြင့်ဆုံး အခြေအနေအထိ တက်သွားပြီး တဖြည်းဖြည်း လက်သန်း တစ်ထောက်စာ နေရာကလေးမှာ စုခဲလာရာက ဖြာခနဲ

ပေါက်ကွဲ ကျေပျက်ရင်လဲ သွားတတ်ပါတယ်။ တဖြည်းဖြည်း တရစ်စီ တရစ်စီရင်လဲ ပျောက်ပျောက် သွားတတ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ဝေဒနာရဲ့ မတည်မြဲတဲ့ သဘော အနိစ္စလက္ခဏာကို သိခြင်းပါပဲ။ မတည်မြဲတဲ့ သဘောကို သိမြင်ရတော့ ဆင်းရဲတဲ့ သဘော ဒုက္ခလက္ခဏာ၊ အလိုအတိုင်း မဖြစ်တဲ့သဘော အနတ္တလက္ခဏာတွေကိုလဲ သိရမြင်ရတော့တာပါပဲ။

ဒီ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောသုံးမျိုးဟာ ရုပ်တိုင်း နာမ်တိုင်းမှာ ရှိလို့ သူတို့ကို ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ **သာမညလက္ခဏာ** များ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဝေဒနာကို အောင့်အည်းသည်းခံကာ ဝီရိယ ကြီးကြီးထား သမ္မာဝါယာမ အားသွင်းပြီး စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ရင် အခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သဘာဝလက္ခဏာ၊ သာမညလက္ခဏာတွေကို သိတဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိ=အသိမှန် အမြင်မှန် ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်ရုံမျှမက ဝေဒနာကို မြန်မြန်လဲ ကျော်လွှန်နိုင်ပါတယ်။

ဝေဒနာစက် ရေပွက် ပမာ

အဲဒီနောက် တရားရင့်လာတဲ့ အခါကျတော့ နာတာလေး ပေါ်လာလိုက်၊ ရှုလိုက်၊ ဖြုတ်ခနဲ ပျောက်သွားလိုက်။ ကျဉ်တာလေး ပေါ်လာလိုက်၊ ရှုလိုက်၊ ဖြုတ်ခနဲပျောက်သွားလိုက်၊ ဒီလိုတွေ့ရပါတယ်။ ဖြုတ်ခနဲ ဖြုတ်ခနဲ ပေါ်၊ ရှု၊ ပျောက်။ ပေါ်၊ ရှု၊ ပျောက်နဲ့ ခဏကလေးတောင်မှ တည်မနေဘဲ ချက်ချင်း ပျောက်ပျောက်သွားတာပဲ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ တံစက်မြိတ်က ရေစက်ကလေးတွေ ကျလိုက်တိုင်း ရေပွက်ကလေးတွေ ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ချက်ချင်း ပျောက်ပျောက်သွားတာကို ကြည့်နေရသလိုပါပဲ။ ''ဝေဒနာ ပုဗ္ဗုဠုပမာ=ဝေဒနာစက် ရေပွက် ပမာ'' ဆိုတဲ့ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ တရားတော် အလွန် မှန်တာကို ဘာဝနာဉာဏ်နဲ့ တွေ့ရတော့ အတိုင်း

မသိ ဝမ်းသာရပါတယ်။ ဝမ်းသာတော့လဲ ''ဝမ်းသာတယ်၊ ဝမ်းသာတယ်'' လို့ မလွှတ်တမ်း ရှုလိုက်ရပါမယ်။

ဒဿနိက ပညာရှင်များ လက်လှမ်းမမီ

အခု ပြောတဲ့အတိုင်း အရှုခံရုပ် အရှုခံနာမ်တွေ ဖြတ်ခနဲ ပေါ်လာပြီး ဖြတ်ခနဲ ပျောက်ပျောက်သွားတာကို သိမြင်နေရတာလဲ ဖြစ်မှုပျက်မှု အရှိသဘာဝကို အရှိအတိုင်း အမှန်အတိုင်း ကိုယ်တိုင် တွေ့သိနေခြင်းပါပဲ။ ဒီ အသိကိုလဲ ဒဿနိက ပညာရှင်တွေရဲ့ ဆင်ခြင်တွေးခေါ် ဉာဏ်နဲ့ မသိနိုင် မရနိုင်ပါဘူး။ ဘာဝနာ ဉာဏ်နဲ့မှသာ ရနိုင်ပါတယ်။

အဲဒီလို သိလာတဲ့ အခါမှာ ဝေဒနာကို ရှုရတဲ့ တန်ဖိုး ဘယ်လောက်ကြီးမားတယ်၊ ဘယ်လောက် အဖိုးတန်တယ် ဆိုတာ သဘောပေါက်ရသလို ဝေဒနာကို မဆုတ်မနစ် အားမာန်သစ်ပြီး ရှုဖို့ရာ ဘယ်လောက် အရေးကြီးတယ် ဆိုတာလဲ သိမြင်လာပါတယ်။

ဒါ ထောက်ခြင်းအားဖြင့် ဝေဒနာကို ရှုတာဟာ မခံသာတဲ့ အခံခက်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ ပျောက်ငြိမ်းသွားဖို့ ရှုရတာ မဟုတ်ဘူး။ ဝေဒနာရဲ့ အရှိသဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိဖို့ ရှုရတာ ဆိုတာ အလွန် ထင်ရှားပါတယ်။

ဒါကိုပဲ မြတ်စွာဘုရားက ''ဇာတိ ဝေဒနာ ဇာတိ ဝေဒနာယ သမုဒယော၊ ဇာတိ ဝေဒနာယ အတ္ထင်္ဂမော'' လို့ **မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်** ဒေသနာတော်မှာ ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်က ''ဤသည်ကား ခံစားမှု၊

ဤသည်ကား ခံစားမှု၏ ဖြစ်ခြင်းသဘော၊ ဤသည်ကား ခံစားမှု၏ ချုပ်ပျက်ခြင်းသဘောပေတည်း ဟု သိ၏'' လို့ မိန့်တော်မူတာပါပဲ။

ဝေဒနာရှုပုံ သုံးနည်း ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုရာမှာ ရှုနည်း သုံးနည်း ရှိပါတယ်။ **ပထမနည်းက** စစ်ပွဲမှာ သူနိုင်ကိုယ်နိုင် ရင်ဆိုင်တိုက်သလို ဝေဒနာကို မရှောင်ပဲ အလျှော့မပေးပဲ့ တင်းတင်းရင်းရင်း စူးစူးစိုက်စိုက် အင်နဲ့အားနဲ့ ဖိပြီး ရှုတဲ့ နည်းပါ။ ''လာမည့်ဘေး ပြေးတွေ့တဲ့နည်း'' လို့ ဆိုချင်လဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ အခု ရှေ့နားမှာ ပြောခဲ့တာ အဲဒီနည်းပါပဲ။

ဒီနည်းဟာ အကြမ်းနည်း ဖြစ်လို့ ပင်ပန်းတော့ ပင်ပန်းပါတယ်။ သို့သော်လဲ ဝေဒနာရဲ့ သဘောကို မြန်မြန် သိပြီး ဝေဒနာကို မြန်မြန် ကျော်လွှန်စေတဲ့ နည်းဖြစ်ပါတယ်။

ဝေဒနာက အလွန် အားကောင်းနေရင်တော့ ဒုတိယနည်းကို သုံးကြည့်သင့်ပါတယ်။ **ဒုတိယနည်းက** ရန်သူ့တပ်က ကိုယ့်တပ်နဲ့ မယှဉ်သာအောင် အား အလွန်ကောင်းနေတဲ့အခါမှာ ရင်ဆိုင်မတိုက်ပဲ ပြောက်ကျားစနစ် သုံးပြီး တိုက်ရတာမျိုးပါပဲ။ ဝေဒနာကို စွမ်းနိုင်သမျှ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုလိုက်ပြီး ဝေဒနာက လျှော့မသွားပဲ တင်းခံနေလို့ နဲနဲ မောလာရင် ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ဖြစ်စေ၊ တခြား ရှုလို့ရတဲ့ အာရုံ တစ်ခုခုကို ဖြစ်စေ ပြောင်းရှုရပါတယ်။ နေပူလွှန်းတော့ အရိပ်မှာ ခဏ ဝင်ခိုတဲ့ သဘောပါပဲ။ ရှုအား ရှိလာပြန်တော့ ဝေဒနာကို ရှုလိုက်၊ မောပြန်တော့ တခြား အာရုံတစ်ခုခုကို ရှုပြီး အရိပ်ခိုလိုက်၊ ဒီအတိုင်း ဝေဒနာကို ငြိမ်းသည်အထိ ရှုရပါတယ်။

အဲဒီနည်းနဲ့ အဆင်မပြေသေးရင် တတိယနည်းကို သုံးသင့်ပါတယ်။ ဒီ တတိယနည်းကတော့ ရန်သူကို ချော့သတ်တဲ့ သဘောမျိုးပါပဲ။ ဝေဒနာ ဘယ်လောက် ပြင်းထန်ပြင်းထန် စူးစူးစိုက်စိုက် မရှုဘဲ **ဝေဒနာကို** မလွှတ်ရုံကလေး ဖော့ဖော့သာသာလေး ရှုရပါမယ်။ အဲဒါက မပင်ပန်း ပါဘူး။ မြစ်ထဲမှာ လက်ပစ်ကူးလို့ မောလာတဲ့ လူဟာ တွေ့ရာ ဝါးလုံး ကလေး၊ သို့မဟုတ် သစ်ချောင်းကလေးကို လက်ကလေးနဲ့ အသာ မှေး ကိုယ်ကိုဖော့ပြီး ရေစီးအတိုင်း မျောလိုက်နေတဲ့ သဘောမျိုးပါပဲ။ ဒီ ရှုနည်းက လူတော့ သက်သာပါတယ်။ ဝေဒနာကို သိဖို့နဲ့ လွန်ဖို့ကျတော့ အချိန် ကြာတတ်ပါတယ်။

အကောင်းဆုံးကတော့ ဒီနည်း သုံးနည်းကို အခြေအနေအရ လျော် သလို ပြောင်းလဲ သုံးတာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

သတိပြုဖို့ ဒီနည်း သုံးနည်းကို သုံးရာမှာ ကချို့ ယောဂီအတွက် သတိပြုသင့်တာလေးတွေ ရှိပါတယ်။ နှလုံးရောဂါရှိတဲ့ ယောဂီ၊ သွေးတိုးရောဂါရှိတဲ့ ယောဂီ၊ အမူးရောဂါရှိတဲ့ ယောဂီများဟာ ရင်ဆိုင်တိုက်တဲ့နည်း ဖြစ်တဲ့ ပထမနည်းကို မသုံးသင့်ပါဘူး။ အကြမ်းနည်း ဖြစ်တဲ့ အတွက် ရောဂါ ပိုဆိုးလာ တတ်ပါတယ်။ ဒုတိယနည်းနဲ့ တတိယ နည်းကို အခြေအနေ ကြည့်ပြီး လျော်သလို သုံးသင့်ပါတယ်။ ဒီ နှစ်နည်းကို အချိန် ယူပြီး ရှုမှတ်ရင် အဲဒီ ရောဂါဝေဒနာတွေလဲ တဖြည်းဖြည်း သက်သာ ပျောက်ကင်းသွားတတ်ပါတယ်။

နောက်တစ်ခု သတိပြုဖို့က ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုမှတ်တဲ့ အခါ လက်ဦးမှာ ဝေဒနာဟာ ပိုပို ပြင်းထန်လာတယ် လို့ ထင်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့်

ယောဂီက "တိုး ရှုမှတ်ရင် တိုးနာလာမှာပဲ" လို့ ယူဆပြီး ဝေဒနာကို ရှုရမှာ ကြောက်၍ တွန့်ဆုတ်နေတတ်ပါတယ်။ အမှန်တော့ ဝေဒနာက ပိုတိုးလာတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သမာဓိ မဖြစ်ခင် စိတ်မတည်ငြိမ်သေးလို့ သိပ်ပြီး ထင်ထင်ရှားရှား မသိရတဲ့ ဝေဒနာကို စိတ်ငြိမ်လာ သမာဓိ ဖြစ်လာတော့ ရှုစိတ်က ပိုပြီး ထင်ထင်ရှားရှား ပြတ်ပြတ်သားသား သိလာလို့ ပို နာလာတယ် လို့ ထင်ရတာပါ။ ဒါကြောင့် ရဲရဲဝံ့ဝံ့သာ ဆက်ပြီး ရှုပါ၊ ဝေဒနာရဲ့ သဘာဝအမှန်ကို သိပြီး မကြာခင် လျော့သွား ပျောက်သွားမှာပါ။

ပြီးတော့ နောက်တစ်ခု သတိပြုဖို့က တချို့ ယောဂီက တရားရှုမှတ်တဲ့ အခါ တွေ့လာရတဲ့ ဝေဒနာကိုသာ ရှုရမယ်၊ ပကတိရောဂါဝေဒနာကို မရှု ရဘူး လို့ ထင်မှတ် နေတတ်ပါတယ်။ အဲဒီ အထင်ဟာ မမှန်ပါဘူး။ တရားဝေဒနာလဲ ရုပ်ကိုမှီဖြစ်တဲ့ နာမ်တရား၊ ပကတိ ရောဂါဝေဒနာလဲ ရုပ်ကိုမှီဖြစ်တဲ့ နာမ်တရားပါပဲ။ ရုပ်နာမ်မှန်သမျှ ရှုရမယ့် တရားချည်းပါပဲ။ မရှုရမယ့် ရုပ်နာမ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် တရားဝေဒနာပဲ ဖြစ်စေ၊ ရောဂါဝေဒနာပဲ ဖြစ်စေ ဝေဒနာမှန်သမျှ သူ့ရဲ့ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အတ္တမဟုတ်တဲ့ သဘောကို အမှန်အတိုင်း သိအောင် ရှုရမှာချည်းပါပဲ။

ရောဂါကိုရှု၍ ရဟန္တာဖြစ် သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ ရှေးက ရောဂါဝေဒနာကို ရှုပြီး တရားရသွားကြတဲ့ ဖြစ်ရပ်တချို့ကို မှတ်တမ်းတင်ထား ခဲ့ကြတာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ ဖြစ်ရပ်တွေထဲက တစ်ခုကို ထုတ်ပြချင်ပါတယ်။ အဲဒီမှာ မထေရ်တစ်ပါးဟာ ရောဂါဝေဒနာ အပြင်းအထန် ခံစားနေရတော့ ဆွမ်းတောင်မှ ကိုယ့်လက်နဲ့ ယူမစားနိုင်တဲ့ အခြေအနေ ရောက်နေတယ်။ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်တောင်မှ မထိန်းနိုင် မသိမ်းနိုင်တော့ပဲ အိပ်ရာ

ထဲမှာ လူးလှိမ့် ညည်းညူနေရတယ်။ ဒီမထေရ်ရဲ့ ခံစားရပုံကို ရဟန်းကလေး တစ်ပါးက မြင်တော့ ''ဇီဝိတိန္ဒြေနှင့် စပ်တဲ့ သန်ရေတရားတွေဟာ တယ်.... ဆင်းရဲပါကလား'' လို့ သံဝေဂစကား ညည်းတွား ပြောဆိုမိတယ်။

ဒီတော့ မထေရ်ကြီးက ''ငါ့ရှင် ဒီအခြေအနေအတိုင်း ငါ သေရင် နတ်ပြည် ရောက်မှာ သေချာပါတယ်၊ လုံးဝ သံသယ မရှိပါဘူး၊ သို့သော်လဲ ငါ့ သီလနဲ့ နတ်ပြည်ကို မလဲနိုင်ဘူး၊ သေလို့ သီလပျက်ပြီးမှ ရတဲ့ နတ်စည်းစိမ် ဟာ ရဟန်းသီလသိက္ခာကို ပယ်စွန့်ပြီးမှ ရတဲ့ လူ့ဘဝလိုပါပဲ။ ဒါကြောင့် သီလ မပျက်စီးဘဲ သေရအောင် ငါ ကြိုးစားမယ်''

မထေရ်ကြီးရဲ့ စကားကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မဟာဋီကာ (ပ၊ ၇၇)က ''ယခု စောင့်စည်းထားတဲ့ သီလဟာ နောက် ဘဝသစ် ဖြစ်ရင် မရှိတော့ဘူး၊ ဒါကြောင့် သီလနဲ့ မကင်းကွာစေဖို့အတွက် ဘဝသစ် မဖြစ်စေဘဲ သေမည်'' လို့ ဆိုလို ကြောင်း ရှင်းပြထားပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်က ပရိနိဗ္ဗာန် စံ ရအောင် ကြိုးစား အားထုတ်မယ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

မထေရ်ကြီးဟာ အဲဒီလို ပြောပြီးတော့ ရောဂါဝေဒနာကို စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်တော့ ဝေဒနာရဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောတွေ သိမြင်ရာက ဝိပဿနာ ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် အဆင့်ဆင့် တက်သွားပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားပါတယ်။ (ဝိသုဒ္ဓိ–ပ၊ ၄၆)

ဒီ ရဟန္တာ အရှင်မြတ်ကြီးရဲ့ ဖြစ်ရပ်ကို ကြည့်ရင် ရောဂါဝေဒနာကို ရှုမှတ် ခြင်းဖြင့် ကိလေသာငြိမ်း ဆင်းရဲငြိမ်းနိုင်ကြောင်း အလွန် ထင်ရှားပါတယ်။ သဘာဝလဲ ကျပါတယ်။

ဒီခေတ်မှာလဲ ရောဂါပျောက်ကြသည်

ဒီခေတ် ဒီအခါမှာ ရောဂါဝေဒနာကို ရှုမှတ်လို့ တရားလဲ တိုးတက်၊ ရောဂါဝေဒနာလဲ ပျောက်ကင်းကြရသူတွေ အမြောက်အမြား ရှိပါတယ်။ ရောဂါဝေဒနာကို ရှုမှတ်လို့ ဆီးရောဂါ ပျောက်သူ၊ အစာအိမ်ရောဂါ ပျောက်သူ၊ လပေါင်းများစွာ မပျောက်ပဲ နေတဲ့ အနာကြီးကို စူးစိုက် ရှုမှတ်ရင်း အနာကြီး ပေါက်ကွဲသွားပြီး တဖြည်းဖြည်း ခြောက်ကပ် ပျောက်သွားသူ၊ ခြေဖနောင့် အရိုးနု ပေါက်လို့ ထောက်လိုက်တိုင်း မခံနိုင်အောင် နာလွန်းလို့ ဆရာဝန်က ခွဲမှ ဖြစ်မယ် ဆိုတဲ့ ရောဂါကို သည်းခံ ကျိတ်မှိတ် ရှုမှတ်တာနှင့် တစ်လလောက် ရှိတော့ လုံးဝ ပျောက်သွားသူ စသည်ဖြင့် များလှပါတယ်။ သို့သော် တစ်ခု သတိပြုဖို့ကတော့ ဝေဒနာကို ရှုတာဟာ ပျောက်ဖို့ ရှုတာ မဟုတ်၊ သိဖို့ ရှုတာ ဆိုတဲ့ အချက်ပါပဲ။

ဒါကြောင့် ခံစားမှု ဝေဒနာမှန်သမျှ တရားဝေဒနာပဲ ဖြစ်စေ၊ ရောဂါဝေဒနာပဲ ဖြစ်စေ ကောင်းကောင်း ဆိုးဆိုး သူ့ အရှိသဘာဝအတိုင်း အမှန်အတိုင်း သိရအောင် စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ရမှာချည်းပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားကလဲ ကောင်းခံစား=သုခဝေဒနာ၊ ဆိုးခံစား = ဒုက္ခဝေဒနာ၊ မကောင်းမဆိုးခံစား = ဥပေက္ခာဝေဒနာ၊ ဒီ သုံးမျိုးမှာ ဘယ်ဝေဒနာပဲ ပေါ်ပေါ် ရှုသိနေဖို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

ပြင်မထိုင်ပါနှင့် ထပြီးစင်္ကြံလျှောက်ပါ

ဒုက္ခဝေဒနာ ရှုမှုနဲ့ ပတ်သက်လို့ ပြောစရာလေး ကျန်နေသေးတာကတော့ ဝေဒနာကို အစွမ်းကုန် အောင့်အည်းသည်းခံပြီး ရှုမှတ်သော်လဲ လျော့မသွား ပျောက်မသွားရင်တော့ သည်းမခံနိုင်တဲ့ အဆုံးမှာ ပြင်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာတာဟာ သဘာဝပါပဲ။ အဲဒီလို ပြင်ချင်စိတ် ပေါ်လာရင် ပြင်ပြီး ဆက်မထိုင်ပါနှင့်။ ပြင်ပြီး ဆက်ထိုင်ရင် အကျင့် ပါသွားပြီး နောက်ကျတော့ နည်းနည်း နာရုံကလေးနဲ့

ဖြစ်စေ၊ လုံးဝ မနာမကျဉ်ဘဲနဲ့ ထိုင်တာ အချိန်ကြာလို့ ဖြစ်စေ ပြင်ချင်စိတ် ပေါ်ပြီး ချက်ချင်း ပြင်ပြင်ပစ်တတ်ပါတယ်။ ဒီလိုဆိုရင် သမာဓိ အရှိန် ပျက်ပျက်သွားပါတယ်။

ဒါကြောင့် မခံသာလွန်းလို့ ပြင်ချင်စိတ် ဖြစ်နေရင် ပြင်မထိုင်ဘဲနဲ့ ထပြီး စင်္ကြံလျှောက်ပါ။ လျှောက်တဲ့ အခါမှာလဲ အနာပျောက် အညောင်းပြေရုံ ခဏကလေး မလျှောက်ပါနဲ့၊ အနည်းဆုံး တစ်နာရီ တစ်နာရီသာသာ လျှောက်ပါ။ ပြီးမှ ပြန်ထိုင်ပါ။

ချမ်းသာတာကို မရှုမှတ်ဘဲ နေတတ်သည်

သုခဝေဒနာ=ကောင်းတာ ချမ်းသာတာကို ရှုမှတ်ရမှာတော့ သိပ်များများ ပြောစရာ မရှိပါဘူး။ သို့သော်လဲ နာတာ ကျဉ်တာ စိတ်ဆင်းရဲတာကို ရှုမှတ်ဖို့ သတိရလွယ်ပေတဲ့ ကောင်းတာ ချမ်းသာတာကျတော့ ရှုမှတ်ဖို့ တော်တော်နဲ့ သတိမရဘဲ သာယာနှစ်သက်ပြီး ရှုမှတ်မှု လွတ်နေတတ်တာမို့ အထူး သတိထားရတယ်။

ကောင်းတာ ချမ်းသာတာလဲ ရှုမှတ်ရမှာဘဲ လို့ အမြဲ သတိရှိပြီး ဝမ်းသာရင် ''ဝမ်းသာတယ် ဝမ်းသာတယ်''၊ ပျော်ရင် ''ပျော်တယ် ပျော်တယ်'' ရှုမှတ်လို့ ကောင်းရင် ''ကောင်းတယ် ကောင်းတယ်''၊ ငြိမ့်ရင် ''ငြိမ့်တယ် ငြိမ့်တယ်''၊ နှစ်သက်ရင် ''နှစ်သက်တယ် နှစ်သက်တယ်''၊ သာယာရင် ''သာယာတယ် သာယာတယ်''၊ သဘောကျရင် ''သဘောကျတယ် သဘောကျတယ်'' ပီတိဖြစ်ရင် ''ပီတိဖြစ်တယ် ပီတိဖြစ်တယ်'' စသည်ဖြင့် ပျောက်သွားသည်အထိ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ရပါမယ်။

ဓမ္မာနုပဿနာရှုပုံ

ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ထိုင်လျက် ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ရှုမှတ်နေဆဲမှာ ရံဖန်ရံခါ ကျယ်လောင်တဲ့ အသံ၊ စူးရှတဲ့ အသံများကိုလဲ ကြားတတ်ပါတယ်။ ရှုမှတ်ရလောက်အောင် ထင်ရှားတဲ့ အသံ မှန်သမျှကို "ကြားတယ် ကြားတယ်" လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ အသံ ပျောက်သွားရင် ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ပြန်ရှုပါ။ အသံက ခဏနှင့် မပျောက်ဘဲ ကြာနေရင်တော့ အသံကို ဂရုမစိုက်တော့ပဲ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ဖြစ်စေ၊ တခြား ထင်ရှားရာ အာရုံတစ်ခုခုကို ဖြစ်စေ ရှုပါ။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကျယ်ကျယ်လောင်လောင် စူးစူး ဝါးဝါး မဟုတ်ဘဲ အဝေးက ကားသွားနေတဲ့ အသံမျိုးလို ခပ်ဝါးဝါး အဆက်မပြတ် ကြားနေရတဲ့ အသံမျိုးလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ အဲဒီ အသံမျိုးကိုတော့ ရှုဖို့ မလိုပါဘူး။ ထင်ရှားတဲ့ တခြားအာရုံကိုပဲ ရှုပါ။

ထိုင် အားထုတ်နေဆဲမှာ ဖြစ်စေ၊ စင်္ကြံလျှောက် အားထုတ်နေဆဲမှာ ဖြစ်စေ အမွှေးနံ့ တစ်မျိုးမျိုး ရလာရင် "မွှေးတယ် မွှေးတယ်"လို့ ရှုပါ၊ နံ့ရင်လဲ "နံ့တယ် နံ့တယ်"လို့ ရှုပါ။ အဲဒီ အနံ့နဲ့ ပတ်သက်လို့ စဉ်းစားမိရင်လဲ "စဉ်းစားတယ် စဉ်းစားတယ်" လို့ ရှုပါ။ အနံ့ကို နှစ်သက်ရင် "နှစ်သက်တယ်"၊ တပ်မက်ရင် "တပ်မက်တယ်"၊ မနှစ်မြို့ရင် "မနှစ်မြို့ဘူး" စသည်ဖြင့် အရှိသဘာဝအတိုင်း ရှုပါ။

အခု ပြောပြခဲ့တဲ့ ရှုမှတ်ပုံဟာ **မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၊ ဓမ္မာနုပဿနာ၊ အာယတနပဗ္ဗနဲ့ နီဝရဏပဗ္ဗ** တို့မှာ အတွင်းဝင်ပါတယ်။

ထမင်းစားတဲ့အခါ ထမင်း စားဖို့ ထိုင်မယ် ကြံတဲ့အခါ "ထိုင်ချင်တယ် ထိုင်ချင်တယ်" လို့ ထိုင်ချင်စိတ်ကို ရှေးဦးစွာ ရှုပါ။

ပြီးမှ ဖြည်းဖြည်း ထိုင်ချရင်းနဲ့ တရွေ့ရွေ့ ထိုင်ကျသွားတဲ့ အမူအရာကို အာရုံပြုပြီး ''ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်''လို့ ရှုပါ။ အောက် ထိတော့လဲ ''ထိတယ်''၊ ခြေထောက် ပြင်တော့ ''ပြင်တယ်''၊ လက်ပြင်တော့ ''ပြင်တယ်'' စသည်ဖြင့် နေသားတကျ ထိုင်မိသည်အထိ လှုပ်ရှားပြုမှုမှ မှန်သမျှကို ဖြည်းဖြည်း ပြုလုပ်ရင်း စိပ်နိုင်သမျှ စိပ်စိပ် ရှုပါ။ ဘာအကြောင်းကြောင့်ပဲ ထိုင်ထိုင် ထိုင်တဲ့အခါတိုင်း အခု ပြောခဲ့တဲ့နည်းအတိုင်း ရှုမှတ်ပြီး ထိုင်ပါ။ ဒီထက် ပိုပြီး စိပ်စိပ် ရှုနိုင်ရင် ပိုကောင်းပါတယ်။

ထမင်းပွဲမှာ ထိုင်မိလို့ ထမင်းပွဲကို ကြည့်ရင် ''ကြည့်တယ်''၊ မြင်ရင် ''မြင်တယ်''၊ လက်ဆေးချင်ရင် ''လက်ဆေးချင်တယ်''၊ လက်ဆေးခွက်ကို ကြည့်တော့ ''ကြည့်တယ်''၊ မြင်တော့ ''မြင်တယ်''။ လက်ဆေးခွက်ဆီ လက်လှမ်းတော့ ''လှမ်းတယ်''၊ ရေကို ထိတော့ ''ထိတယ်''၊ လက်ဆေးတော့ ''ဆေးတယ်''၊ အေးတော့ ''အေးတယ်''၊ လက်ရုပ်တော့ ''ရုပ်တယ်''၊ ထမင်းကြည့်တော့ ''ကြည့်တယ်''၊ ''မြင်တယ်''၊ ထမင်းဆီ လက်လှမ်းတော့ ''လှမ်းတယ်''၊ ထမင်းထိတော့ ''ထိတယ်''၊ ကိုင်တော့ ''ကိုင်တယ်''၊ လက်ထဲယူတော့ ''ယူတယ်''၊ ထမင်းလုတ်ပြင်တော့ ''ပြင်တယ်'' ၊ပါးစပ်ဆီယူတော့ ''ယူတယ်''၊ ခေါင်းငုံ့တော့ ''ငုံ့တယ်''၊ ပါးစပ် ဟချင်တော့ ''ဟချင်တယ်''၊ ဟတော့ ''ဟတယ်''၊ ခွံ့ချင်တော့ ခွံ့ချင်တယ်''၊ ခွံ့တော့ ''ခွံ့တယ်''၊ လက် ပြန်ချချင်တော့ ''ချချင်တယ်''၊ ချတော့ ''ချတယ်'' ထမင်းလုတ်ဝါးတော့ ''ဝါးတယ်''၊ ဆိမ့်တော့''ဆိမ့်တယ်''၊ မျိုချင်တော့ ''မျိုချင်တယ်''၊ မျိုတော့ ''မျိုတယ်'' စသည်ဖြင့် စားနေသဲ အခါမှာ လှုပ်ရှား ပြုမှုမှန်သမျှကို ရှုရပါမယ်။ ရှုမှတ်ပါ များလာတော့ အံ့သြလောက်တဲ့ အကျိုးတွေ ရလာပါလိမ့်မယ်။

တခြားအသေးစိတ် အမူအရာတွေ ဂရုစိုက်ရှုပါ

ထို့အတူပဲ အိပ်ရာက နိုးတဲ့အခါ၊ ထတဲ့အခါ၊ မျက်နှာသစ်တဲ့အခါ၊ ရေချိုးတဲ့အခါ၊ အဝတ် လျှော်တဲ့အခါ၊ အဝတ်လဲတဲ့အခါ၊ တပိုတပါး သွားတဲ့အခါ၊ တစ်စုံတစ်ခု သောက်တဲ့အခါ၊ တစ်စုံတစ်ရာ လုပ်ကိုင်တဲ့အခါ၊ အိပ်ရာဝင်ခါနီး အိပ်ရာခင်းတဲ့အခါ၊ အိပ်ရာပြင်တဲ့အခါ၊ လျှောင်းလိုက်တဲ့အခါ စတဲ့ တင်နေ့လုံး ပြုမူ လှုပ်ရှားမှု မှန်သမျှကို ဖြည်းနိုင်သမျှ ဖြည်းဖြည်း ပြုလုပ်ပြီး အမူအရာအတိုင်း လှုပ်ရှားမှုတိုင်းကို ရှုမိအောင် ရှုပါ။ အိပ်ဖို့ လဲလျှောင်းမိတဲ့ အခါမှာ ''လျှောင်းတယ် ထိတယ်'' လို့ (စူးစူးစိုက်စိုက် မဟုတ်ဘဲ) အလိုက်သင့်ကလေး ဖော့ဖော့သာသာ ရှုရင်း အိပ်ပျော်သွားပါစေ။ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုလိုက်ရင် အိပ်မပျော်ဘဲ ရှိတတ်ပါတယ်။

အပဏ္ဏက ပဋိပဒါ

ဒီလို အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်မှ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ အလိုတော်လဲကျ တရားလဲ ရနိုင်ပါတယ်။ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားက အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ **တိကနိပါတ်**၊ **အပဏ္ဏကသုတ်** ဒေသနာတော်မှာ မလွဲမသွေ တရားရစေနိုင်တဲ့ အကျင့် (**အပဏ္ဏက ပဋိပဒါ**)ကို ဟောတော်မူတဲ့အခါ—

၁။ ဣန္ဒြေခြောက်ပါးကို ရှုမှတ်မှုဖြင့် စောင့်စည်းဆို့ပိတ်ခြင်း၊

၂။ အစားအသောက်မှာ အတိုင်းအရှည် သိခြင်း၊

၃။ သတိတည်းဟူသော နိုးကြားမှုနှင့် မပြတ်ယှဉ်ခြင်း ဆိုတဲ့ တရားသုံးပါးနှင့် ပြည့်စုံရင် တရား မုချ ရနိုင်ကြောင်း၊ အာသဝေါ ကုန်ခန်း ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်ကြောင်း မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

အဲဒီအချက် သုံးချက်ထဲက ပထမအချက် ဖြစ်တဲ့ ဣန္ဒြေ ခြောက်ပါး စောင့်

စည်းပိတ်ဆို့ခြင်းကို အကျယ် ဟောတော်မူတဲ့အခါ "စက္ခုနာ ရူပံ ဒိသွာ န နိမိတ္တဂ္ဂါဟီ ဟောတိ၊ နာနုဗျဉ္ဇနဂ္ဂါဟီ ဟောတိ" စသည်ဖြင့် မိန့်တော်မူပါတယ်။ အကျဉ်းချုပ် အဓိပ္ပာယ်ကတော့ မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ နံတိုင်း၊ စားတိုင်း၊ ထိတိုင်း၊ ကြံတွေးတိုင်း ကိလေသာ မဖြစ်ရအောင် "မြင်တယ်" "ကြားတယ်" စသည်ဖြင့် သတိ ကြားမလပ်စေပဲ ရှုမှတ် ပိတ်ဆို့ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

တတိယ အချက်ဖြစ်တဲ့ သတိ မပြတ် ယှဉ်ခြင်းကို အကျယ် ဟောတော်မူတဲ့အခါ "နေ့အချိန်မှာ စင်္ကြံလျှောက် ရှုမှတ်လိုက်၊ ထိုင် ရှုမှတ်လိုက်နဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ နီဝရဏ မဝင်အောင် သုတ်သင်ရမည်။ ညအချိန်ကိုတော့ သုံးပိုင်း ပိုင်းပြီး ညဦးယံနှင့် မိုးသောက်ယံ အချိန်များမှာ စင်္ကြံလျှောက် ရှုမှတ်ခြင်း၊ ထိုင်ရှုမှတ်ခြင်းအားဖြင့် စိတ်အစဉ်မှာ နီဝရဏ မဝင်အောင် သုတ်သင်ရမည်၊ နေ့ရော ညပါ တစ်ရက်တာ (၂၄-နာရီ) မှာ သန်းခေါင်ယံ အချိန်ပိုင်း (၄-နာရီခန့်) သာ နားနေ အိပ်စက်ရမည်" ဆိုတဲ့ သဘောကို ဟောတော်မူပါတယ်။

တစ်ရက်တာ ၂၄-နာရီ ရှိတဲ့ အနက်က သန်းခေါင်ယံ အချိန်ပိုင်း ၄-နာရီ ခန့်သာ နားနေအိပ်စက်ရမည်။ ကျန် နာရီ နှစ်ဆယ်လုံးလုံး မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်နေရမည်။ ဒီလို အားထုတ်တာကို ဇာဂရိယမနုယုတ္တော=သတိတည်းဟူသော နိုးကြားမှုနှင့် မပြတ်ယှဉ်ခြင်းလို့ မိန့်တော်မူတာပါပဲ။

အပ္ပဏ္ဏကအကျင့်

ဣန္ဒြေစောင့်ပါ၊ ဘောဇဉ်မှာ၊ တိုင်းထွာသိပါစေ။
အမြဲ နိုးကြား၊ ရှုမှတ်ပွား၊ သုံးပါးဓမ္မ မြဲပါစေ။
သုံးပါး ဓမ္မ၊ မြဲလေက၊ အပဏ္ဏက ကျင့်သူပေ၊
အာသဝေါကုန်ခန်း၊ နိဗ္ဗာန်နန်း၊ စံမြန်းမည့်သူ အမှန်ပေ။
မချွတ်မယွင်း၊ ဝဋ်အတွင်း၊ လွတ်ကင်းဖို့ရာ သေချာပေ။

တရားတိုးတက်ပုံ

အားထုတ်စမှာ အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ဖောင်းမှု ပိန်မှုက စပြီး ရှုလို့ တဖြည်းဖြည်း ရှုမှတ်ရတာ ကောင်းလာတဲ့ အခါမှာ စိတ်ထွက်စိတ်လွင့်တွေကို သိတာ များလာတယ်။ အဲဒီ စိတ်တွေကို ရှုမှတ်နိုင်တာလဲ များလာတယ်။ စိတ်ထွက်စိတ်လွင့်၊ စဉ်းစားစိတ် တွေးစိတ်တွေကို ရှုမှတ်နိုင်တာနှင့်အမျှ စိတ် တဖြည်းဖြည်း တည်ငြိမ်လာပြီး သမာဓိ ဖြစ်လာတယ်။ ဝေဒနာကိုလဲ တော်တော် သည်းခံပြီး ရှုနိုင်လာတယ်။ တချို့ ဝေဒနာကို သည်းခံပြီး တင်းတင်းရင်းရင်း စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုလိုက်ရင် မကြာမီမှာပဲ ပျောက်သွားတတ်တယ်။

စင်္ကြံလျှောက်ရာမှာလဲ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် ဆိုတဲ့ ရှုမှတ်ချက်မှာ ရှုစိတ်နဲ့ အရှုခံ တည့်လာပြီး ရှုလို့ ကောင်းလာတယ်။ စိတ်ထွက်စိတ်လွင့်လဲ နည်းလာတယ်။ ပင်လဲမပင်ပန်းဘူး။

အကွေး အဆန့် အမြှောက် အချ အကိုင် အတွယ် စတဲ့ လှုပ်ရှားပြုမှုမှ အသေးစိတ် အမှုအရာတွေကိုလဲ များသောအားဖြင့် ဖြည်းဖြည်း လှုပ်ရှား ပြုမူတတ်လာပြီး ရှုမှတ်နိုင်တာလဲ များလာတယ်။

တိုးရှုမှတ်ပါ ဒီလို အခြေအနေမှာ ရှုမှတ်ချက်ကို တိုးပြီး ရှုမှတ်မှုပဲ တရား မြန်မြန်တိုးတက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဖောင်းမှု ပိန်မှုကိုသာ ရှုမှတ်မနေပဲ ထိုင်တာနှင့် ထိတာကိုပါ ထည့် ရှုမှတ်ရပါမယ်။ ရှုမှတ်တဲ့ အစဉ်က ''ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်''လို့ ဖြစ်ရပါမယ်။ ပိန်တာ ရှုမှတ် ပြီးလို့ ပြန်မဖောင်းသေးမီ အချိန်ကလေးမှာ ထိုင်တာနဲ့ ထိတာကို သွင်းရှုလိုက် ပါ။ ဖောင်းတာကို ပြန်မရှုမှတ်ခင် ''ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်''လို့ ရှုမိအောင် ရှုလိုက်ရပါမယ်။

ဒီလို ရှုမှတ်ချက်ကို တိုးလိုက်တဲ့ အခါမှာ အစ ပထမတော့ မရှုတတ်ပဲ ကသိကအောက် ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အသက်ရှူတာလဲ အောင့် ထားကောင်း ထားမိတတ်ပါတယ်။ သို့သော် ကြိုးစားပြီး ရှုမှတ်ရင် မကြာ မီအတွင်းမှာပဲ ရှုလို့ကောင်းလာပြီး စိတ်လွင့် စိတ်ထွက်တွေ တော်တော်ကြီး နည်း လာတဲ့အတွက် သမာဓိ အားကောင်းလာပါတယ်။ စိတ်ထဲမှာ လောဘ ဒေါသ စတဲ့ နီဝရဏတွေ များသောအားဖြင့် စင်ကြယ်နေတဲ့အတွက် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်စ ပြုလာပါတယ်။

စကြိမှာလဲ ''ကြွတယ်'' လို့ ရှုရာမှာ မကြွမီ ကြွချင်စိတ်ကလေး ဖြစ် တာကို သိလာတဲ့အတွက် အဲဒီ ကြွချင်စိတ်ကို ''ကြွချင်တယ်''လို့ ရှုနိုင်လာတယ်။ ဒီတော့ ''ကြွချင်တယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်''လို့ လေးချက် ရှုရတယ်။

ပထမဉာဏ် ဒီလို စိတ်ကလေး ငြိမ်ပြီး စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ချိန်က စပြီး ဖောင်း မှုနဲ့ ရှုတဲ့စိတ်၊ ပိန်မှုနဲ့ ရှုတဲ့စိတ်၊ ကြွမှုနဲ့ရှုတဲ့စိတ်၊ လှမ်းမှုနဲ့ ရှုတဲ့စိတ်တွေကို တခြားစီ တစ်ခုစီ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိလာပါတယ်။ အရှုခံရုပ်နဲ့

သိစိတ် နာမ်တရားကို တခြားစီပဲလို့ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိတဲ့ **နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်** လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ အဲဒီထက်တိုးပြီး သမာဓိ ပိုကောင်းလာတော့ ဖောင်းတယ် လို့ ရှုတဲ့အခါမှာ ဝမ်းဗိုက်ပုံသဏ္ဍာန် မတွေ့ရပဲ ရှေ့ဘက်ကို တွန်းကန်ရွေ့လျားလာတဲ့ သဘာဝ၊ နောက်ကို တရွေ့ရွေ့ တွန်းသွားတဲ့ သဘာဝကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိလာရပါတယ်။ ဝါယောဓာတ် ခေါ်တဲ့ လေရဲ့ သဘာဝလက္ခဏာကို သိခြင်းပါပဲ၊ ဒါလဲ **နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်**ပါပဲ။

ဒုတိယဉာဏ် နောက်ကျတော့ ဖောင်းမှုရှိလို့ ရှုသိစိတ် ဖြစ်တယ်၊ ပိန်မှုရှိလို့ ရှုသိစိတ်ဖြစ်တယ် စသည်ဖြင့် အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်တာကို သိလာပါတယ်။ စင်္ကြံလျှောက်ရာမှာ ကြွချင်စိတ်ကြောင့် ကြွမှု ဖြစ်တယ် စသည်ဖြင့် သိလာပါတယ်။ ကွေးချင်စိတ်ကြောင့် ကွေးမှု ဖြစ်တယ်၊ ဆန့်ချင်စိတ်ကြောင့် ဆန့်မှု ဖြစ်တယ် လို့လဲ အကြောင်းအကျိုးကို သိလာပါတယ်။ **ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်**လို့ ခေါ်ပါတယ်။

တတိယဉာဏ် တိုးတက် ရှုမှတ်လို့ သမာဓိအား ပိုကောင်းလာတော့ ဖောင်းရုပ်ကိုလဲ့ အစ အလယ် အဆုံး၊ ပိန်ရုပ်ကိုလဲ အစ အလယ် အဆုံး သိလာတယ်။ ဝေဒနာတွေ ရှုမှတ်တဲ့ အခါမှာလဲ ပိုပို ပြင်းထန်လာလို့ မခံသာတဲ့ သဘောကို ပို သိလာရပြီး စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ ပျောက်ပျောက် သွားတာကို တွေ့ရတယ်။ မမြဲခြင်း **အနိစ္စလက္ခဏာကို** သိခြင်းပါပဲ။ ဖြစ်ချည်ပျက်ချည်နဲ့ မကောင်းတဲ့ဟာတွေ ဆင်းရဲတွေပဲလို့လဲ သိလာပါတယ်။ ဆင်းရဲခြင်း **ဒုက္ခလက္ခဏာ**ကို သိခြင်းပါပဲ။ နာမှု ကျဉ်မှု စတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေကို မတွေ့ချင်ပေတဲ့လဲ ရှုလိုက်ရင် တွေ့တွေ့နေရတာပဲ လို့ သဘောကျလာတယ်။ မိမိအလိုအတိုင်း မဖြစ်တဲ့ **အနတ္တလက္ခဏာ**ကို သိခြင်းပဲ။

ပြီးတော့ ပြင်းထန်တဲ့ နာ၊ ကျဉ်၊ ကိုက်ခဲ ဝေဒနာကို ရှုအား ကောင်း ကောင်းနဲ့ စူးစိုက် ရှုလိုက်တဲ့အခါ အရှုခံ နာတာနဲ့ ရှုသိစိတ်၊ ဒွိသဘာဝ နှစ်ခုကိုပဲ သိရပြီး လူပုံသဏ္ဌာန် လက်ခြေပုံသဏ္ဌာန် စသည်ကို မသိမမြင်တဲ့ အတွက် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ မဟုတ်တဲ့ သဘော မရှိတဲ့သဘောကိုပါ သိလာရ တယ်။ **အနတ္တာနုပဿနာဉာဏ်** ပါပဲ။ အဲဒီလို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘော လက္ခဏာ သုံးခုကို သုံးသပ် သိမြင်တာကို **သမ္မသနဉာဏ်**လို့ ခေါ်ပါတယ်။

သမာဓိ ပိုပို အားကောင်းလာလေ အရှုခံရုပ် ရှုသိတဲ့နာမ် နှစ်ခုလုံးရဲ့ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အတ္တ အသက်ဝိညာဉ် မဟုတ်တဲ့ သဘောကို ပိုပြီး အသိရှင်းလေ ဖြစ်လာပါတယ်။ ဒီတော့ ဉာဏ်ရင့်လာတာနှင့်အမျှ ခံယူချက် ခံစားချက်တွေလဲ ပြောင်းလဲလာတယ်။

စတုတ္ထဉာဏ် ဒီလို ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတွေရဲ့ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အတ္တ မဟုတ်တဲ့ သဘောတွေကို သိတဲ့ သမ္မသနဉာဏ် ရင့်သန်လာတော့ နာမှု ကျဉ်မှု စတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေလဲ တဖြည်း ဖြည်း အားသေးလာပြီး ရှုမှတ်ရတာ ပိုပို ကောင်းကောင်းလာပါတယ်။ ဝေဒနာ ကို ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ ဝေဒနာကို ရှုလိုက်တိုင်း ရှုလိုက်တိုင်း ဖြုတ်ခနဲ ဖြုတ်ခနဲ လက်နဲ့ ယူပစ်လိုက်သလို ပျောက်ပျောက် သွားတာကို ရှင်းရှင်းကလေး တွေ့ရ တတ်ပါတယ်။

ဖောင်းမှု ပိန်မှု ရှုတဲ့ အခါမှာလဲ ဖောင်းကြွလှုပ်ရှားမှုကလေးတွေ အဆင့် ဆင့် ဖြစ်ပေါ်ပြီး အဆင့်ဆင့် ပျောက်ပျောက်သွားတာကလေးတွေ တွေ့လာရ တယ်။ အထိုင် အထ အကွေး အဆန့် စတဲ့ လှုပ်ရှားပြုမှု ကလေးတွေကိုလဲ တစ်ခုတည်း တစ်တန်းတည်း မဟုတ်ဘဲ အကွေးပေါင်းများစွာ အဆန့်ပေါင်း

များစွာ အဆင့်ဆင့် တွေ့လာရတတ်ပါတယ်။ စကြိုမှာလဲ ကြွရွေ့မှု အဆင့်ဆင့်၊ လှမ်းရွေ့မှု အဆင့်ဆင့်တွေကို သိလာရပါတယ်။ ဒါတွေဟာ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်ပေါ်မှု ပျောက်သွားမှုကို သိတဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဥာဏ် ပါပဲ။

ဝိပဿနာရဲ့ အညစ်အကြေး ဒီဥာဏ် အစပိုင်းမှာ ဝေဒနာတွေကလဲ မရှိတော့သလောက် ဖြစ်နေပြီး ရှုစရာအာရုံတွေကလဲ အဆင်သင့်ပဲ ပေါ်ပေါက်နေပါတယ်။ ရှုစိတ်ကလဲ အထူး ကြောင့်ကြစိုက် မရှုရဘဲ အလိုက်သင့်ကလေး ရှုပြီးသား ဖြစ်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်ကလဲ အလွန် တည်ငြိမ်နေတော့ ဝမ်းမြောက်မှု နှစ်သက်အားရမှုကလေးတွေ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ ကြက်သီး မကြာခဏ ထပြီး စိမ့်ခနဲ သိမ့်ခနဲ ဆိုသလို မကြာခဏ ခံစားရတတ်ပါတယ်။ အရောင်အလင်း အမျိုးမျိုးကိုလဲ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ ဒါတွေကို သဘောကျနေတတ်ပါတယ်။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်းအေးနေပြီး ဘယ်ချမ်းသာနဲ့မှ မတူတဲ့ ချမ်းသာကို ခံစားနေရတတ်ပါတယ်။ ဒီလို ချမ်းသာမျိုးကို တခါမှ မခံစားခဲ့ရဖူးပါဘူး လို့လဲ သဘောကျ နေတတ်ပါတယ်။

ဒီလို ကိုယ်တိုင် ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်လို့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘော၊ ဖြစ်မှု ပျက်မှု သဘောတွေကို ကိုယ်တွေ့သိရပြီး ကောင်းတာ ချမ်းသာတာကလေး တွေကို ကိုယ်တွေ့ ခံစားရတော့ ရတနာသုံးပါးကို ပိုပို ယုံကြည်လာပြီး သဒ္ဓါ တရားတွေ တဖွားဖွား ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ မိဘ သားသမီး ဆွေမျိုးညာတကာ မိတ်ဆွေ သင်္ဂဟတွေကိုလဲ ဒီတရားကို အားထုတ်စေချင်တဲ့ စိတ်ဆန္ဒတွေ၊ ဒီအတွေ့ တွေ တွေ့စေချင်တဲ့ စိတ်ဆန္ဒတွေ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ဒါတွေ တွေ့နေရတာကိုလဲ နှစ်သက် သဘောကျနေတတ်ပါတယ်။ ဒါတွေ အားလုံးဟာ **ဝိပဿနုပက္ကိလေသ=ဝိပဿနာရဲ့ အညစ်အကြေး**တွေပါပဲ။

ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ယောဂီဟာ သူ မတွေ့ဖူးတဲ့ ဒီကောင်းတာ ချမ်းသာတာကလေးတွေကို တွေ့ရတော့ ဒါတွေကို သာယာနှစ်သက်မှု နိကန္တိ ဖြစ်ပါတယ်။ နိကန္တိဆိုတာ လောဘပါပဲ။ ဒီ နိကန္တိကြောင့် တရားရှေ့မတိုးဘဲ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီအကောင်းတွေကို ဝိပဿနာရဲ့ အညစ်အကြေး= ဝိပဿနုပက္ကိလေသ လို့ ခေါ်ကြရပါတယ်။ ဒီ ဝိပဿနုပက္ကိလေသ ဆယ်ပါး ရှိပါတယ်။ အဲဒီ ဆယ်ပါးကတော့-

၁။ မလျော့လွန်း မတင်းလွန်းတဲ့ ဝီရိယ၊

၂။ အလိုက်သင့်ကလေး လွယ်လွယ်ကူကူ ရှုမှတ်နိုင်တဲ့ သတိ၊

၃။ ဖြစ်မှု ပျက်မှုကို ရှုသိဖို့ ကြောင့်ကြမပြုရတဲ့ ဥပေက္ခာ၊

၄။ အရောင်အလင်း ဩဘာသ၊

၅။ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်မှု ပီတိ၊

၆။ ကိုယ်စိတ် ငြိမ်းအေးမှု ပဿဒ္ဓိ၊

၇။ ချမ်းသာနေမှု သုခ၊

၈။ ရှုလိုက်တိုင်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိမှု ဉာဏ၊

၉။ ဆုံးဖြတ် ယုံကြည်မှု အဓိမောက္ခ (သဒ္ဓါ)

၁၀။ ရှေ့တိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်တာကို သာယာနှစ်သက်မှု နိကန္တိ၊

ဒီ ဥပက္ကိလေသ ဆယ်ပါးအနက်က နိကန္တိ တခုတည်းသာ အကုသိုလ် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန် ကိုးပါးကတော့ ကုသိုလ်တရားတွေပါ။ သူတို့ကို သာယာနှစ်သက်နေရင် တရားတိုးတက်ရေးရဲ့ အနှောင့်အယှက် အတားအဆီး ဖြစ်လို့သာ ဝိပဿနုပက္ကိလေသ လို့ ခေါ်ကြရတာ ဖြစ်ပါတယ်။

လမ်းမှား လမ်းမှန်

အလင်း ပီတိ၊ ငြိမ်းအေးဘိ၊ ဝိရိ သဒ္ဓါမှန်။
သုခံ ဉာဏ၊ သတိပြ၊ တဝ ဥပေက္ခ။
နိကန္တိပေါင်း၊ ညစ်ညူးကြောင်း၊ အကောင်းဤဆယ်တန်။
ဤဆယ်မျိုးအား၊ သာယာငြား၊ လမ်းမှားနေပြီမှန်။
မသာယာဘဲ၊ ရှုမှတ်မြဲ၊ မလွဲ လမ်းအမှန်။
မှားမှန်နှစ်ဖြာ၊ သိမြင်တာ၊ မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏ်။

ဒီ ဝိပဿနုပက္ကိလေသ ဆယ်ပါးကို ကျမ်းဂန်များမှာ ဒီလို ဖော်ပြထားပါတယ်–

ဩဘာသော ပီတိ ပဿဒ္ဓိ၊ အဓိမောက္ခော စ ပဂ္ဂဟော။
သုခံ ဉာဏမုပဋ္ဌာန၊ မုပေက္ခာ စ နိကန္တိ စ။

အခု ပြောခဲ့တဲ့ အကောင်းကလေးတွေကို တွေ့ရတဲ့အခါမှာ ဒါတွေကို သာယာနှစ်သက်နေရင် တရားတိုးတက်မှုရဲ့ အနှောင့်အယှက် အတားအဆီး ဖြစ်နေပါတယ်၊ သူတို့ကို မလွတ်တမ်း ရှုမှတ်နေမှ သူတို့ကို သာယာနှစ်သက်မှု ကင်းပြီး သိစရာရှိတဲ့ တရားကို တိုးတက် သိရမှာပဲ လို့ သဘောပေါက်ဖို့ လိုပါတယ်။ အဲဒီလို သဘောပေါက်တာကို လမ်းမှားလမ်းမှန် အသိအမြင် **ဝင်ကြယ်မှု=မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီလို သဘောပေါက်တာနဲ့အမျှ ဒီ ကောင်းတာ ချမ်းသာတာကလေးတွေကို မလွတ်တမ်း ရှုမှတ်နိုင်ရင် ဒီတောင်ကို ကျော်နိုင်တော့တာ ပါပဲ။

ပဥ္စမဉာဏ် ဒီအဆင့်က လွန်သွားရင် ဖြစ်မှု ပျက်မှုတွေကို ပိုပြီး ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပီပီပြင်ပြင် သိလာရပါတယ်။ အဲဒီလို

သိလာရာက တိုးတက်ရှုမှတ်တော့ အရှုခံရုပ် အရှုခံနာမ်တွေ ဖြစ်တာ ပေါ်ဟာကို သိလိုက်တာ နည်းပြီး ပျက်တာ ပျောက်တာကိုသာ သိသိနေတတ်ပါတယ်။ ပျက်မှုကို သိတဲ့ **ဘင်္ဂဉာဏ်ပါပဲ**။ ပုံသဏ္ဌာန် ပညတ်တွေလဲ မတွေ့ရပဲ ရှိနေတတ်ပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ ရုပ်ခန္ဓာကြီး လုံးဝပျောက်နေပြီး အသိစိတ်ကလေးသာ ရှိလို့ အဲဒီ အသိကလေးကိုသာ ရှုနေရတတ်ပါတယ်။

ဆဋ္ဌမဉာဏ် အရှုခံ ရုပ်နာမ်တွေ ပျက်တာ ပျောက်တာတွေကိုချည်း တွေ့နေရတော့ ဒီ ရုပ်နာမ်တွေကို တပျက်တည်းပျက်နေတာ ကြောက်စရာတွေပဲ လို့ သိမြင်လာပါတယ်။ ရံဖန်ရံခါ ကြောက်တာလဲ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ''ကြောက်တယ် ကြောက်တယ်'' လို့ ရှုလိုက်ရင် ပျောက်သွားပါတယ်။ ကြောက်ဖွယ်ထင်တဲ့ **ဘယဉာဏ်** ပါပဲ။

သတ္တမဉာဏ် ရုပ်တွေ နာမ်တွေကို ရှုလိုက်တိုင်း ပျက်တာ ပျောက်တာတွေကိုချည်း တွေ့နေရတော့ ရုပ်နာမ်တွေကို မကောင်းတဲ့ဟာတွေပဲလို့ အပြစ်မြင်လာပါတယ်။ ရှုရမှာမို့ ရှုနေရပေတဲ့ စိတ်က တက်တက်ကြွကြွ မရှိဘဲ မရွှင်မလန်း ညှိုးနွမ်းနေတတ်ပါတယ်။ စိတ်အားငယ်နေသလိုလိုလဲ ခံစားရတတ်ပါတယ်။ ဒီစိတ်တွေကိုလဲ ရှုလိုက်ရင် ပျောက်ပျောက်သွားတာပါပဲ။ **အာဒီနဝဉာဏ်** လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဋ္ဌမဉာဏ် ဒါနဲ့ ဒီရုပ် ဒီနာမ်တွေ ရှိနေတာ၊ ဒီရုပ် ဒီနာမ်တွေကို တွေ့နေရတာ မပျော်တော့ဘူး၊ ငြီးငွေ့လာတယ်။ ရှုရမှတ်ရတာလဲ ခြောက်သွေ့သွေ့လို ဖြစ်နေတယ်။ ပျင်းသလိုလိုလဲ ဖြစ်နေတော့ မရှုချင် မမှတ်ချင် ဖြစ်နေတယ်။ မရှုမမှတ်ဘဲတော့လဲ မနေနိုင်ဘူး။ ဒီ

သဘောကတော့ ငြီးငွေ့တဲ့ **နိဗ္ဗိဒါနုပဿနာဉာဏ်** ပါပဲ။ **နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်** လို့လဲ ခေါ်ကြပါတယ်။

နဝမဉာဏ် ဒီ ရုပ်နာမ်တွေကို ငြီးငွေ့နေတော့ သူတို့ကို စွန့်လွှတ်ချင်နေတယ်။ ဒီရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေမှ လွတ်ထွက်သွားချင်တယ်၊ သွားစရာ နေစရာ နေရာ မရှိသလိုလဲ ဖြစ်နေတတ်တယ်။ ထိုင်ရှုမှတ်လို့ အားမရတာနဲ့ ထလိုက် စင်္ကြံလျှောက်လိုက်၊ စင်္ကြံလျှောက်ပြန်တော့လဲ ပြန်ထိုင်ချလိုက်နဲ့ ဘယ်လိုမှ အနေမကျသလို ဖြစ်နေတယ်။ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေမှ လွတ်ချင်တဲ့ **မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်** ဖြစ်ပေါ်နေတာပါပဲ။ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေကို စွန့်လွှတ်ချင်တဲ့ **မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်** လို့လဲ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

ဒသမဉာဏ် လွတ်ချင်တော့ ဒီရုပ် ဒီနာမ် ဒီခန္ဓာကိုယ်နဲ့ စိတ်ကို ထပ်ပြန်တလဲလဲ ရှုမိပြန်ပါတယ်။ ရှုမိတော့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောတွေကို ပိုပို ဝိဝိပြင်ပြင် သိလာပြန်ပါတယ်။ ဒုက္ခဝေဒနာတွေကိုလဲ တော်တော် ထင်ထင်ရှားရှား ပြန်တွေ့လာပြန်ပါတယ်။ ရှုတော့လဲ ပျောက်ပျောက်သွားတာပါပဲ။ မမြဲတဲ့သဘော အနိစ္စ၊ ဆင်းရဲတဲ့သဘော ဒုက္ခ၊ အလိုမလိုက် အစိုးမရတဲ့သဘော အနတ္တတွေကို ဝိပြင်ပြတ်သားစွာ သိနေရပါတယ်။ လက္ခဏာသုံးတန်ကို ထပ်မံ ရှုတဲ့ **ပဋိသင်္ခါနုပဿနာဉာဏ်** ပါပဲ။

ဒီဉာဏ် အဆင့်မှာ ရှုသိရပုံ အခြင်းအရာကို ကျမ်းဂန်များမယ် “**ပဉ္စက္ခန္ဓေ အနိစ္စတော ဒုက္ခတော ရောဂတော ဂဏ္ဍတော**” စသည်ဖြင့် **အနိစ္စအခြင်းအရာ ၁၀ ပါး၊ ဒုက္ခ အခြင်းအရာ ၂၅ ပါး၊ အနတ္တအခြင်းအရာ ၅ ပါးအားဖြင့် အခြင်းအရာ လေးဆယ်ကို** ဖော်ပြထားကြပါတယ်။

ဒါကိုပဲ အရပ်ခေါ်အားဖြင့် 'တော' လေးဆယ် လို့ ခေါ်ကြပါတယ်။ ဒီ အခြင်းအရာ လေးဆယ်ထဲက တစ်ချို့ကို ယောဂီတွေ ထင်ထင်ရှားရှား တွေ့သိရပါတယ်။

သောဒသမဉာဏ် ရှုပါများလာလို့ သမာဓိ အားကောင်းသထက် ကောင်းလာတော့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တသဘော သိတဲ့ အသိတွေ ပို ကြည်လင် ရှင်းလင်းပြတ်သားလာပြီး ရှုစိတ်ဟာ အလွန် တည်ငြိမ်လာပါတယ်။ စိတ်ဟာ ပြင်ပအာရုံတွေဆီကို လွှတ်ကြည့်တောင်မှ မထွက် မသွားတော့ပဲ အဆင်သင့် ပေါ်ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်အာရုံ နာမ်အာရုံ ကိုပဲ သက်သက်သာသာကလေး အလိုက်သင့်ရှုပြီး ဖြစ်ပေါ်မှု ပျောက်သွားမှုကလေးတွေ ကို ရှင်းရှင်းကလေး သိသိနေပါတယ်။ စောစောက ဖြစ်ခဲ့တဲ့ ညှိုးနွမ်းတာ ငြီးငွေ့ တာတွေလဲ လုံးဝ မဖြစ်လာတော့ဘူး၊ ရှုရ မှတ်ရတာ ကောင်းနေတာပဲ ရှိတယ်။ ပျော်တယ်လို့လဲ မရှိဘူး၊ ပျင်းတယ်လို့လဲ မရှိဘူး၊ ဆင်းရဲတယ် လို့လဲ မရှိဘူး၊ ချမ်းသာတယ်လို့လဲ မရှိဘူး။ ရှုစရာ အာရုံ ရှိလို့ ရှုနေတာပဲ ရှိတယ်။ ဒါဟာ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေကို အညီအမျှ ရှုသိနေတဲ့ **သင်္ခါရု ပေက္ခာဉာဏ်** ပါပဲ။

ဒွါဒသမဉာဏ် ဒီ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် အားပြည့်လာတဲ့အခါမှာ ရှုမှတ်မှု သွက်လာတယ်၊ ဒီအခါမှာ ယောဂီက ''ဘာဖြစ်တာ ပါလိမ့်'' လို့ သွားစဉ်းစားမိလိုက်တတ်တယ်၊ အဲဒီလို စဉ်းစားမိလိုက်တာနဲ့ သမာဓိ အားလျော့သွားပြီး မူလ ရှုမှတ်နေကျအတိုင်း ပြန်ဖြစ်သွားတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ ရှုမှတ်မှု ကျဲသွားတတ်တာလဲ ရှိတယ်။ တစ်ခါ ပြန်ပြီး စူးစိုက် ရှုလိုက်ပြန်တော့ မကြာမီပဲ ရှုမှတ်မှု ကောင်းလာ သွက်လာပြန်တယ်။ အခုနလို စဉ်းစားစိတ် ဝင်မိလိုက်ရင် ပြန်လန်ကျ သွားပြန်တယ်။ ဒီအခြေအနေဟာ

ရှေ့ ဝိပဿနာဉာဏ် ၅ရပ်ပါးနဲ့ နောက်ဖြစ်ပေါ်မယ့် မဂ်ဉာဏ်ထဲက ဗောဓိပက္ခိယတရားများအားလျော်တဲ့ **အနုလောမဉာဏ်** ဖြစ်ကြောင်း ကျမ်းဂန်များမှာ ဖော်ပြကြပါတယ်။ **ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာ = ဝုဋ္ဌာန်ဆိုတဲ့ မဂ်ဆီကို သွားတဲ့ဝိပဿနာဉာဏ်** လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။

ကမ်းညွှန်ကျီးဥပမာ ရှေးက ပင်လယ်ခရီးသွားတဲ့ ကုန်သည်များဟာ မိမိတို့ သင်္ဘော လေပြင်းတိုက်ရာ ပါသွားပြီး ကမ်းကို မမြင်ရတဲ့အခါ ကမ်းရှိရာ အရပ်ကို သိချင်တော့ အသင့်ယူသွားတဲ့ ကမ်းညွှန်ကျီးငှက်တစ်ကောင်ကို လွှတ်ကြည့်ကြတယ်၊ ကျီးငှက်က ပျံသွားပြီး ကမ်းကို ရှာတယ်။ ကမ်းမတွေ့သေးရင် သင်္ဘောကို ပြန်ပြန်လာတယ်၊ ကမ်းတွေ့ရတော့ သင်္ဘောကို ပြန်မလာတော့ဘဲ ကမ်းဆီကိုပဲ တစ်ခါတည်း ပျံသွားတော့တယ်။ ဒီ ဥပမာကို ကျမ်းဂန်များမှာ ဖော်ပြကြပါတယ်။

မှန်မှန်နဲ့ ရှုကောင်းနေရာက ရှုမှတ်မှု သွက်လာတာဟာ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းရာဆီကို သွားနေတာပါပဲ။ သင်္ဘောက ပျံတက်သွားတဲ့ ကျီးငှက် ကမ်းကို ရှာတာနဲ့ တူပါကယ်။

ဒီ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီဝိပဿနာဉာဏ် အားမပြည့်သေးရင် သင်္ခါရချုပ်ငြိမ်းရာကို မတွေ့နိုင်သေးပါဘူး။ ဒီအခါမှာ ရှုမှတ်မှု ပုံမှန်ရင်လဲ ပြန်ဖြစ်သွားပါတယ်။ ကျဲရင်လဲ ကျဲသွားတတ်ပါတယ်။ ကမ်းကို မတွေ့သေးတဲ့ ကျီးငှက် သင်္ဘောကို ပြန်လာတာနဲ့ တူပါတယ်။

စူးစိုက် ရှုလို့ အရှိန်ပြန်ကောင်းသွားပြီး တဟုန်ထိုး သွက်လာရာက သင်္ခါရ

ချုပ်ငြိမ်းတဲ့ သဘောထဲကို ရောက်သွားတာဟာ ကမ်းကို တွေ့သွားတဲ့ ကျီးငှက် သဘော်ကို ပြန်မလာတော့ဘဲ ကမ်းဆီကို ပျံသွားပြီး ကမ်းကို ရောက်သွား တာနဲ့ တူပါတယ်။

ဉာဏ် ၁၃ ၁၄ ၁၅ ၁၆ ဒီအခြေအနေမှာ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းရာကို ပထမဆုံး ဦးတည် အာရုံပြုမိတာက **ဂေါတြဘုဉာဏ်**။ ပုထုဇဉ် အနွယ်ကို ဖြတ်ပြီး အရိယာအနွယ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ ဉာဏ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းတဲ့ သဘောထဲကို ရောက်သွားတာက **မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်**။ ရောက်ပြီးတဲ့နောက် ပြန်ပြီး ဆင်ခြင်ကြည့်တာက **ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်** လို့ ကျမ်းဂန်စကား ထောက်ထားပြီး မှတ်သားရ ပါတယ်။

မဂ်ဉာဏ်က သစ္စာလေးပါး သိပုံ

မဂ်က သစ္စာကိုသိပုံ အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း အရိယမဂ်ဉာဏ်က ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုတဲ့အခါ သစ္စာလေးပါးကို တပြိုင်နက်တည်း သိကြောင်း ကျမ်းဂန်များက ဆိုပါတယ်။ **မဇ္ဈိမနိကာယ်၊ မူလပဏ္ဏာသ၊ မဟာဝေဒလ္လသုတ်** အဖွင့် အဋ္ဌကထာ (စာ ၂၃၉)မှာ ''မဂ္ဂက္ခဏေ စတ္တာရိ သစ္စာနိ ဧကပဋိဝေဓေန ပဋိဝေဓေတိ= မဂ်ခဏ၌ သစ္စာလေးပါကို တစ်ခုတည်းသော မဂ်ဉာဏ်က ထိုးထွင်းသိ၏'' လို့ ဖွင့်ပြပြီးတော့—

၁။ ဒုက္ခသစ္စာ (ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး)ကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိခြင်း ဆိုတဲ့ တည့်တည့်မတ်မတ် သိခြင်း (ပရိညာဘိသမယ)နဲ့ သိပုံ၊

၂။ သမုဒယသစ္စာ (တဏှာ) ကို ပယ်ခြင်းဆိုတဲ့ တည့်တည့်မတ်မတ် သိခြင်း (ပဟာနာဘိသမယ) နဲ့ သိပုံ၊

၃။ နိရောဓသစ္စာ (နိဗ္ဗာန်) ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်း ဆိုတဲ့ တည့်တည့် မတ်မတ် သိခြင်း (သစ္ဆိကြိယာဘိသမယ) နဲ့ သိပုံ၊

၄။ မဂ္ဂသစ္စာ (မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး) ကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေခြင်း ဆိုတဲ့ တည့်တည့်မတ်မတ် သိခြင်း (ဘာဝနာဘိသမယ) နဲ့ သိပုံကို ဆက်ပြီး ရှင်းပြပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ ပိုင်းခြားသိခြင်း၊ ပယ်ခြင်း၊ မျက်မှောက်ပြုခြင်း၊ ပွားများခြင်း ကိုပင် ထိုးထွင်းသိခြင်း (ပဋိဝေဓ)၊ တည့်တည့်မတ်မတ် သိခြင်း (အဘိသမယ) လို့ ဆိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ခုတည်းသော မဂ်ဉာဏ်က တစ်ချိန်တည်းမှာ သစ္စာလေးပါးကို တပြိုင်နက် ထိုးထွင်းသိတယ် ဆိုတော့ စိတ်တစ်ခုတည်းက အာရုံလေးခုကို တပြိုင်နက် အာရုံပြုပြီး သိသလိုလို ထင်မှားစရာ ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဋ္ဌကထာ ဆရာက "ထို စတုသစ္စကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသော ယောဂီသည် (ဒုက္ခ၊ သမုဒယ၊ မဂ္ဂ) သစ္စာသုံးပါးကို ကိစ္စပြီးစီးသောအားဖြင့် ထိုးထွင်းသိ၏။ နိရောဓ သစ္စာကို အာရုံပြုသော အားဖြင့် ထိုးထွင်းသိ၏။" လို့ ဆက်ရှင်းပါတယ်။

မူရင်းပါဠိက "သော တီဏိ သစ္စာနိ ကိစ္စတော ပဋိဝိဇ္ဈတိ၊ နိရောဓံ အာရမ္မဏတော။" (မ-ဋ္ဌ၂၊ ၂၃၉)

တပါးကို အာရုံပြုသိ သုံးပါးကို ကိစ္စပြီးသိ

တစ်ခါ ဒါကိုပဲ ပိုသေချာအောင် "ဉာဏ်ဖြင့် သိမ်းဆည်းဆဲသာလျှင် ဖြစ်သော ထိုယောဂီ၏ မဂ် သည် သစ္စာသုံးပါးတို့၌ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိခြင်း

စသော ကိစ္စကို ပြီးစေလျက်သာလျှင် နိရောဓသစ္စာကို အာရုံပြုလျက် ထိုးထွင်း သိ၏။'' လို့ ထပ်မံ မိန့်ပြန်ပါသည်။

မှုရင်းပါဠိကတော့ ''တေသာ ပန ပရိဂ္ဂဏှန္တဿေဝ မဂ္ဂေါ တီသု သစ္စာသု ပရိညာဒိကိစ္စံ သာဓေန္တော ၀ နိရောဓံ အာရမ္မဏတော ပဋိဝိဇ္ဈတိ။'' (မ-ဋ္ဌ၂၊ ၂၃၉)

အများ သိကြတဲ့အတိုင်းပဲ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး ဒုက္ခသစ္စာတရားဟာ ပိုင်းပိုင်း ခြားခြား သိရမည့် (ပရိညေယျ) တရားပဲ။ ဒီ ဒုက္ခသစ္စာကို မဂ်ဉာဏ်က ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိခြင်း (ပရိညာကိစ္စ)ကို ပြုပါတယ်၊ ပိုင်းပိုင်း ခြားခြား သိပါတယ်။

တဏှာ သမုဒယသစ္စာဟာ ပယ်ရမည့် (ပဟာတဗ္ဗ) တရားပဲ။ ဒီ သမုဒယသစ္စာကို မဂ်ဉာဏ်က ပယ်ခြင်း (ပဟာနကိစ္စ)ကို ပြုပါတယ်၊ ပယ်သတ်ပါတယ်။

ဆင်းရဲငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ နိရောဓသစ္စာဟာ မျက်မှောက် သိမြင်ရမည့် (သစ္ဆိကာတဗ္ဗ)တရားပဲ။ ဒီ နိရောဓသစ္စာ နိဗ္ဗာန်ကို မဂ်ဉာဏ်က မျက်မှောက် ထင်ထင် သိမြင်ခြင်း (သစ္ဆိကြိယာကိစ္စ)ကို ပြုပါတယ်၊ မျက်မှောက် ထင် ထင် သိမြင်ပါတယ်။

မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ မဂ္ဂသစ္စာဟာ မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေရမည့် (ဘာဝေတဗ္ဗ) တရားပဲ။ ဒီ မဂ္ဂသစ္စာကို မဂ်ဉာဏ်က ဖြစ်ပွားစေခြင်း (ဘာဝနာကိစ္စ)ကို

ပြုပါတယ်၊ ဖြစ်ပွားစေပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပွားစေမှု ကိစ္စ ပြီးခြင်းကိုပင် မဂ်ဉာဏ်က ဖြစ်ပွားစေတယ်၊ ပွားများတယ် လို့ ဆိုရပါတယ်။

လိုရင်းအဓိပ္ပာယ် မဂ်ဉာဏ်က ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းတဲ့သဘော နိရောဓ သစ္စာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် သိမြင်လိုက်တဲ့ အချိန်မှာ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘောကို တွေ့ရတယ်။ အဲဒီအခိုက်မှာ သင်္ခါရ မချုပ်ငြိမ်းမီက ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေဟာ ဆင်းရဲတွေပဲ လို့ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းပိုင်း ခြားခြား သိခြင်းကိစ္စ ပြီးစီးသွားတယ်။ အဲဒီလို ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘောကို အာရုံ ပြုနေချိန်မှာ လိုချင်တပ်မက်မှုတဏှာ မဖြစ်တဲ့အတွက် သမုဒယသစ္စာ တဏှာကို ပယ်ခြင်းကိစ္စလဲ ပြီးစီးသွားတယ်။ ရှေးအဖို့ ဝိပဿနာအခိုက်မှာ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်ကို ပွားများခဲ့တာ၊ အခုလဲ အဓိယမဂ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်သိမြင်နေတာ ဆိုတော့ မဂ္ဂသစ္စာကို ဖြစ်ပွားစေခြင်း ပွားများခြင်း ကိစ္စလဲ ပြီးစီးသွားတယ်။

အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း မဂ်ဉာဏ်က နိရောဓသစ္စာ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြု သိလိုက်တဲ့ ခဏမှာ ဒုက္ခ၊ သမုဒယ၊ မဂ္ဂ သစ္စာသုံးပါးနှင့် ပတ်သက်လို့ ပြုရမည့် ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိခြင်းကိစ္စ၊ ပယ်ခြင်းကိစ္စ၊ ပွားများခြင်းကိစ္စတွေ သဘော အားဖြင့် ပြီးစီးနေတာကိုပဲ မဂ်ဉာဏ်က သစ္စာလေးပါးကို တပြိုင်နက် သိတယ် လို့ ဆိုရပါတယ်။ ဒါကိုပဲ မဂ်ဉာဏ်က နိရောဓကို အာရုံပြု သိပြီး ကျန်သစ္စာ သုံးပါးကို ကိစ္စပြီးသောအားဖြင့် သိတယ်လို့ ကျမ်းဂန်များမှာ ဖွင့်ပြကြတာပါပဲ။ ဒါကြောင့်ပဲ—

''မဂ္ဂေါ တီသု သစ္စာသု ပရိညာဒိကိစ္စံ သာဓေန္တော = မဂ်သည် သစ္စာသုံးပါးတို့၌ ပိုင်းခြားသိခြင်း စသော ကိစ္စကို ပြီးစေလျက်သာ လျှင်၊ နိရောဓံ အာရမ္မဏတော ပဋိဝိဇ္ဈတိ=နိရောဓကို အာရုံပြုလျက်

ထိုးထွင်း သိ၏''လို့ အဋ္ဌကထာဆရာ မိန့်တော်မူတာပါပဲ။ (မ-ဋ၂၊ ၂၃၉)

ပဋိသမ္ဘိဒါ မဂ်အဋ္ဌကထာ(ပ-၁၁၄)၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ (ဒု၊ ၃၃၁)၊ မူလပဏ္ဏာသအဋ္ဌကထာ (ပ၊ ၇၆)၊ ဒီဃနိကာယ် အဋ္ဌကထာ (ဒု၊ ၃၉၁)တို့မှာလဲ အခု ပြောခဲ့တဲ့ သဘောကိုပဲ ဖွင့်ပြကြပါတယ်။

ဆိမီးဥပမာ ဒီနေရာမှာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်နှင့် ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် အဋ္ဌကထာများမှာဆိမီးဥပမာ၊ နေဥပမာ၊လှေဥပမာတွေကို ပြကြပါတယ်။ဆိမီးဟာ တချိန်တည်းမှာပဲ မီးစာကို လောင်ခြင်း၊ အမှောင်ကို ပယ်ဖျောက်ခြင်း၊ အလင်းကို ဖြစ်ပေါ် ပျံ့နှံ့စေခြင်း၊ ဆီကို ကုန်ခမ်းစေခြင်း ဆိုတဲ့ ကိစ္စလေးခုကို တပြိုင်နက် ပြုသလို မဂ်ဉာဏ်ဟာလဲ သစ္စာလေးပါးကို တပြိုင်နက် သိတယ်လို့ ဥပမာပြုကြပါတယ်။

ဆိမီးဟာ မီးစာကို လောင်သလို မဂ်ဉာဏ်က ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားသိပုံ၊ အမှောင်ကို ပယ်ဖျောက်သလို မဂ်ဉာဏ်က သမုဒယသစ္စာကို ပယ်ပုံ၊ အလင်းကို ဖြစ်ပေါ်ပျံ့နှံ့စေသလို မဂ်ဉာဏ်က မဂ္ဂသစ္စာကို ပွားများပုံ၊ ဆီကို ကုန်ခမ်းစေသလို မဂ်ဉာဏ်က ကိလေသာကို ကုန်စေပြီး နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုပုံ ဥပမာဥပမေယျ နှိုင်းယှဉ် စပ်ဟပ် ပြကြပါတယ်။

အခု ပြောခဲ့တာတွေဟာ ဘုရားရဟန္တာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များ မဂ်ဉာဏ်အခိုက်အတန့်မှာ အမှန်တရား လေးပါးကို သိပုံပါပဲ။ ပုထုဇဉ် ဝိပဿနာယောဂီများ အမှန်တရား လေးပါး သိပုံကိုတော့ ရှေ့စာမျက်နှာ (၂၀၅-၆)မှာ ပြန်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။

အထက်မဂ်များအတွက် အားထုတ်ပုံ

သကဒါဂါမိမဂ် သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ် ရပြီးလို့ သကဒါဂါမိမဂ်ဖိုလ်ကို ရလိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ''ကာမရာဂနှင့် ဗျာပါဒ ခေါင်းပါးဖို့ရာ သကဒါဂါမိမဂ်ကို ရလိုပါ၏''လို့ ရလိုတဲ့ မဂ်ကို စိတ်ညွှတ်ထားပြီး ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကိုပဲ ''မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ အတ္တ မဟုတ်''ဆိုတဲ့ အသိအမြင် ကြေညက်အောင် ရှုမှတ်ရင် ဝိပဿနာလမ်းမှန်ကို ရောက်ပြီး ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် တက်ကာ သကဒါဂါမိမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်ကြောင်း ဝိသုဒ္ဓိမဂ် (ဒု၊ ၃၁၆)မှာ ပြဆိုထား ရှိပါတယ်။

အနာဂါမိမဂ်နှင့် အရဟတ္တမဂ် ထို့အတူပဲ သကဒါဂါမိမဂ်ဖိုလ် ရပြီးလို့ အနာဂါမိမဂ်ကို ရလိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ''ကာမရာဂနှင့် ဗျာပါဒကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်ဖို့ရာ အနာဂါမိမဂ်ကို ရလိုပါ၏''လို့ စိတ်ညွှတ်ပြီး ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကိုပဲ ရှုရပါမယ်။ အနာဂါမိမဂ်ဖိုလ် ရပြီးလို့ အရဟတ္တ မဂ်ဖိုလ်ကို ရလိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ''ရူပရာဂ၊ အရူပရာဂ၊ မာန၊ ဥဒ္ဓစ္စနှင့် အဝိဇ္ဇာ တို့ကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်ဖို့ရာ အရဟတ္တမဂ်ကို ရလိုပါ၏''လို့ စိတ်ညွှတ်ပြီး ခန္ဓာ ငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကိုပဲ ရှုမြဲ ရှုရပါမယ်။ (ဝိသုဒ္ဓိ ၂၊ ၃၁၇)

ဒေသနာတော်နှင့် ညှိနှိုင်းခြင်း

ဝိပဿနာဉာဏ် ဆယ်ပါး အခု ပြောခဲ့တာကတော့ ဝိပဿနာယောဂီများ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရသည်အထိ တရားတိုးတက်ပုံ အကျဉ်းချုပ်ပါပဲ။ ဒီလို တရားတိုးတက်ရာမှာ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နဲ့ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဆိုတဲ့ ဝိပဿနာရဲ့ အခြေခံ ဉာဏ်နှစ်ပါး၊ ပြီးတော့ သမ္မသန ဉာဏ်က စပြီး အနုလောမဉာဏ်အထိ ဝိပဿနာဉာဏ် ဆယ်ပါး၊ ဂေါတြဘု

ဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်၊ အားလုံး ၁၆ပါး။ ဒီဉာဏ်တွေ ဖြစ်ပုံကို ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်နှင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ကျမ်းဂန်များမှာ အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ပြကြပါတယ်။

ဝိပဿနာဉာဏ် ၁၃ပါး အဋ္ဌသာလိနီအဋ္ဌကထာ (စာ ၃၀၆)၊ မူလ ပဏ္ဏာသ အဋ္ဌကထာ (ပ၊၂၄)၊ နှင့် ခန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ္တအဋ္ဌကထာ စာ၊ ၂၃၃) တို့မှာတော့ "**တထာယံ နာမရူပပရိစ္ဆေဒါဒိသု ဝိပဿနာဉာဏေသု ပဋိပက္ခဘာဝတော**" စသည်ဖြင့် နာမရူပပရိစ္ဆေဒ နှင့် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် နှစ်ပါးကိုပါ ဝိပဿနာဉာဏ် လို့ ဆိုကြပါတယ်။ ပြီးတော့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ (၃၊၃၁၂)မှာ "**ဂေါတြဘုဉာဏံ ဝိပဿနာသောတေ ပတိတတ္တာ ပန ဝိပဿနာတိ သင်္ခံ ဂစ္ဆတိ**" လို့ ဂေါတြဘု ဉာဏ်ဟာ (ရုပ်နာမ်ကို အာရုံမပြုဘဲ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသော်လဲ) ဝိပဿနာ အလျဉ်မှာ ကျရောက်တာမို့ ဝိပဿနာလို့ ခေါ်ရကြောင်း ဖွင့်ပြပါတယ်။

အခု ပြောခဲ့တဲ့ ကျမ်းဂန်တွေ အဆိုအရ ရေတွက်ရင်တော့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်က စပြီး ဂေါတြဘုဉာဏ်အထိ ဝိပဿနာဉာဏ် ၁၃ပါးလို့ မှတ်ယူနိုင်ပါတယ်။ နောက် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်များပါ ဆိုရင် ဉာဏ် ၁၆ပါး ဖြစ်ပါတယ်။

ဘုရားဟော ဉာဏ်စဉ် **အနတ္တလက္ခဏာသုတ်** အစရှိတဲ့ ဘုရားဟော ဒေသနာတော်တွေမှာတော့ ဒါလောက် အသေးစိတ်ပြီး ဟောတော်မူတာ မတွေ့ရပါဘူး။ လိုရင်းသဘောလောက်သာ ဟောတော်မူတာ တွေ့ရပါတယ်။ အဲဒီ ဒေသနာတော်များမှာ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့ရဲ့

အနီစွ၊ ဒုက္ခ အနတ္တ ဖြစ်ပုံကို ဟောတော်မူပြီးနောက် မြတ်စွာဘုရားက အခုလို ဆက်ပြီး ဟောတော်မူပါတယ်။

''စေ ပဿံ ဘိက္ခဝေ သုတဝါ အရိယသာဝကော ရူပသ္မိံပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝေဒနာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သညာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သင်္ခါရေသုပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝိညာဏသ္မိံပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊''

အဓိပ္ပာယ်က–

''ဤသို့ (မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အတ္တ မဟုတ်ဟု) ကိုယ်တွေ့ ဘာဝနာဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်သော မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သည် ရုပ်၌လဲ ငြီးငွေ့၏၊ ခံစားမှု၌လဲ ငြီးငွေ့၏၊ မှတ်သားမှု၌လဲ ငြီးငွေ့၏၊ စေ့ဆော် ပြုလုပ် အားထုတ်မှုတို့၌လဲ ငြီးငွေ့၏၊သိမှု၌လဲ ငြီးငွေ့၏''လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒီ ပါဠိတော်မှာ နိဗ္ဗိန္ဒတိ=ငြီးငွေ့၏ ဆိုတဲ့ စကားဟာ ဘယဉာဏ်က စပြီး မဂ်ဉာဏ်ရဲ့ ရှေ့ကပ်ကပ်မှာ ရှိတဲ့ ဂေါ်တြဘုနဂါမိနိဝိပဿနာအထိ ရည်ညွှန်း ကြောင်း ကျမ်းဂန်များမှာ[၁] ဖော်ပြကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် 'နိဗ္ဗိန္ဒတိ' ဆိုတဲ့ စကားနဲ့ မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘယ၊ အာဒီနဝ၊ နိဗ္ဗိဒါ၊ မုစ္စိတုကမျတာ၊ ပဋိသင်္ခါ၊ သင်္ခါရုပေက္ခာ၊ အနုလောမအထိ ဉာဏ်အားလုံးကို အကျဉ်းချုံး မိန့်တော်မူတယ်လို့ မှတ်ယူနိုင်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ ဘုရားရှင်က လိုရင်း အချက်မျှကိုသာ မိန့်တော်မူတာကိုပဲ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် နှင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ် တို့က ယောဂီတို့ တွေ့ရသိရတဲ့အတိုင်း ဖြစ်နိုင်သမျှ အသေးစိတ်ပြီး ဘယ၊ အာဒီနဝ၊

၁။ သံ-ဋ္ဌ ၂၊၅၀။ သံ-ဋီ ၃၊ ၁၁၆။သာရတ္ထ-ဋီ ၃၊ ၁၀၉ စသည်။

နိဗ္ဗိဒါ စသည်ဖြင့် ဉာဏ်နာမည် တပ်ပေးကြတယ် လို့ ဆိုရင် ပိုပြီးသဘာဝ ကျပါလိမ့်မယ်။

''ဧဝံ ပဿံ နိဗ္ဗိန္ဒတိ= ဤသို့ သိမြင် သည်ရှိသော် ငြီးငွေ့၏''လို့ ဟောတော်မူတဲ့အတွက် ငြီးငွေ့ဉာဏ်များ မဖြစ်မီ ရှေ့အဖို့မှာ ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေကို ''ဧဝံ ပဿံ=ဤသို့ သိမြင်သည် ရှိသော်'' ဆိုတဲ့ စကားအရ ယူရမှာပါပဲ။ ဒီတော့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောတွေကို သိတဲ့ သမ္မသန ဉာဏ်၊ ဖြစ်ပျက်သိတဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်၊ အပျက်ကိုသာ သိတဲ့ ဘင်္ဂဉာဏ်တွေ ဟာ ''ဧဝံ ပဿံ'' ဆိုတဲ့ စကားထဲမှာ ပါဝင်တယ် လို့ ယူရပါလိမ့်မယ်။

''ဧဝံ ပဿံ နိဗ္ဗိန္ဒတိ'' လို့ မိန့်တော်မူပြီးတဲ့နောက် မြတ်စွာဘုရားက– ''နိဗ္ဗိန္ဒံ ဝိရဇ္ဇတိ၊ ဝိရာဂါ ဝိမုစ္စတိ၊ ဝိမုတ္တသ္မိံ ဝိမုတ္တမိတိ ဉာဏံ ဟောတိ၊ 'ခီဏာ ဇာတိ၊ ဝုသိတံ ဗြဟ္မစရိယံ၊ ကတံ ကရဏီယံ၊ နာပရံ ဣတ္ထတ္တာယာ'တိ ပဇာနာတိ''လို့ ဆက်လက် မိန့်တော်မူပါတယ်။

အဓိပ္ပာယ်က–

''ငြီးငွေ့သည်ရှိသော် တပ်မက်မှု မရှိတော့ပေ၊
တပ်မက်မှု မရှိလတ်သော် လွတ်မြောက်လေတော့၏။
လွတ်မြောက်သည်ရှိသော် လွတ်မြောက်ပြီ ဟု ဆင်ခြင်လျှက် သိသော ဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်၏။ 'ဘဝသစ် ဖြစ်မှု ကုန်ပြီ၊ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံးပြီးပေပြီ၊ ပြုဖွယ်မှန်သမျှ ပြုပြီးပေပြီ၊ တခြား ပြုလုပ်ဖွယ် မရှိတော့ပေ'ဟု ဆင်ခြင်လျက် သိ၏'' လို့ ဆိုပါတယ်။

ဘုရားရှင်ရဲ့ ဒီ စကားတော်မှာ "ဝိရဇ္ဇတိ=တပ်မက်မှု မရှိတော့ပေ" ဆိုတဲ့ စကားက မဂ်ဉာဏ်ကို ရည်ညွှန်းကြောင်း၊ "ဝိရာဂါ ဝိမုစ္စတိ= တပ်မက်မှု မရှိလတ်သော် လွတ်မြောက်လေတော့၏"ဆိုတဲ့ စကားက ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရည်ညွှန်းကြောင်း၊ ဝိမုတ္တသ္မိံ ဝိမုတ္တမိတိ ဉာဏံ ဟောတိ=လွတ်မြောက်သည်ရှိသော် လွတ်မြောက်ပြီ ဟု ဆင်ခြင်လျက်သိသော ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်၏" ဆိုတဲ့ စကားက မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ပြန်ဆင်ခြင်တဲ့ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ကို ရည်ညွှန်းကြောင်း၊ "ခီဏာ ဇာတိ=ဘဝသစ် ဖြစ်မှု ကုန်ပြီ" အစရှိတဲ့ စကားက ဆင်ခြင်ပုံ အခြင်းအရာကို ဖော်ပြတဲ့ စကား ဖြစ်ကြောင်း ကျမ်းဂန်များမှာ ဖော်ပြကြပါတယ်။ (အံ-ဋ္ဌ ၃၊၂၀၇။ဝိ-ဋ္ဌ ၄၊၂၀၀ စသည်။)

ရှင်တော်မြတ်ဘုရား မိန့်ကြားတော်မူတဲ့ ဒီတရားတော်မှာ "ဝိရဇ္ဇတိ= တပ်မက်မှု မရှိတော့ပေ" ဆိုတဲ့ စကားတော်နှင့် နောက်ဆုံး ဖြစ်တဲ့ အရဟတ္တမဂ်အထိ ရည်ညွှန်းတော်မူတာဖြစ်ပြီး "ဝိမုစ္စတိ။ လွတ်မြောက်လေတော့၏" ဆိုတဲ့ စကားနှင့် အရဟတ္တဖိုလ်အထိ ရည်ညွှန်းတော်မူတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်အထိ ရရှိပုံကို ရှင်တော်မြတ်ဘုရား မိန့်ကြားတော်မူတာ ဖြစ်ကြောင်း မှတ်သားဖို့ပါဘဲ။

ဘုရားရှင် ဟောတော်မူသော ဉာဏ်စဉ်

ခန္ဓာငါးပါး၊ ရူပွား လေလျှင်။
မမြဲ ဆင်းရဲ၊ ငါ့စွဲ ကင်းစင်။
လက္ခဏာ သုံးပါး၊ ထင်ရှား သိမြင်။
ဝဋ်ဒုက္ခ၊ မုချ ငြိမ်းမကြာင်းပင်။

ယင်းသို့ မြင်၍၊ ငြီးငွေ့လေလျှင်။
တပ်ငြွပြယ်ပျောက်၊ လွတ်မြောက်သည်ပင်။
လွတ်လျှင် လွတ်ကြောင်း၊ ပြန်ပြောင်း ဆင်ခြင်။
ဝဋ်ဒုက္ခ၊ မုချငြိမ်းသည်ပင်။

ဝိသုဒ္ဓိ ၇ ပါး ဖြစ်ပွားပုံ

အဲဒီလို ကြိုးကြိုးစားစား ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်လာခဲ့ရတဲ့ ဝိပဿနာ ခရီးတစ်လျှောက်မှာ ယောဂီ ကိုယ်တွေ့ သိခဲ့ရတဲ့ တရားအတွေ့အကြုံတွေကို ဝိသုဒ္ဓိ ခုနစ်ပါးနှင့် ယှဉ်စပ် ကြည့်လိုရင် ဒီလို ကြည့်နိုင်ပါတယ်။

သီလ စတင်ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းကတည်းက ရရှိလာခဲ့တဲ့ သီလ စင်ကြယ်မှုက သီလဝိသုဒ္ဓိ။

စိတ်တည်ငြိမ်လာလို့ ခဏိကသမာဓိရဲ့ စွမ်းအားနဲ့ စိတ်ထဲမှာ နီဝရဏတွေ ကင်းနေပြီး ရှုစိတ်ချည်းသက်သက် စင်ကြယ်နေတာက စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ။

နာမ်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိတဲ့ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်ချိန်မှာ "ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အသက်ဝိညာဉ် အတ္တဆိုတာမရှိ၊ ရုပ်သဘာဝနှင့် နာမ်သဘာဝမျှသာ ရှိတာပဲ" လို့ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိနေတဲ့အတွက် အသိမှား အမြင်မှား အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကင်းစင်နေတာက ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ။

အကြောင်းအကျိုးကို သိတဲ့ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဖြစ်ချိန်မှာ "တည် မြဲတဲ့ အသက်ဝိညာဉ်အတ္တဆိုတာ ရှေးကလဲ မရှိခဲ့ဘူး၊ အခုလဲ မရှိဘူး၊

နောင်လဲ ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး၊ အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်အစဉ်မျှသာရှိတာပဲ'' လို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိရတဲ့အတွက် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အသက်ဝိညာဉ်အတ္တ ရှိများ ရှိလေသလား ဆိုတဲ့ ယုံမှားသံသယ လုံးဝ ကင်းသွားတာက **ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ**။

အဖြစ်အပျက်ကို သိတဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အနုပိုင်းမှာ ဝိပဿနာရဲ့ အညစ်အကြေး ဝိပဿနုပက္ကိလေသလို့ ခေါ်ရတဲ့ အကောင်းဆယ်ပါးကို တွေ့ရတဲ့ အခါ ဒါတွေကို သာယာနှစ်သက်နေတာက လမ်းမှားပဲ၊ ဒါတွေကို ရှုမှတ်မြဲ ရှုမှတ်သွားတာက လမ်းမှန်ပဲ လို့ သိတာက **မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ**။

ဝိပဿနာရဲ့ အညစ်အကြေး ကင်းစင်သွားတဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အရင့် ပိုင်းမှ စပြီး မဂ်ဉာဏ်ရဲ့ ရှေ့ကပ်ကပ်က ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီဝိပဿနာအထိ အကျင့်လမ်းစဉ် အသိအမြင် စင်ကြယ်တာက **ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ**။

မဂ်ဉာဏ်က **ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ**။

အဲဒီလို တရားအတွေ့ အသိနဲ့ ဝိသုဒ္ဓိ ၇-ရပ်ကို ယှဉ်စပ်၍ ကြည့်နိုင် ပါတယ်။

မဟာပစ္စဝေက္ခဏာနှင့်
တိုက်ဆိုင်ကြည့်

အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ် ရသည်အထိ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံအားထုတ် **ပုံကိုတော့ သိသာလောက်ရုံ** အကျဉ်းမျှ ရှင်းပြပြီးပါပြီ။ သို့သော်လဲ ကျင့်ကြံ

အားထုတ်သူဟာ အနည်းဆုံး ပထမမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို မိမိ ရပြီ လို့ ထင်မှတ်ရင် မှတ်ကျောက် တင်ကြည့်ဖို့တော့ လိုပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို မှတ်ကျောက်တင်ရာမှာ သောတာပန်ရဲ့ အင်္ဂါလေးပါး ဖြစ်တဲ့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာကို မတုန်မလှုပ် သက်ဝင် ယုံကြည်ခြင်း၊ အရိယကန္တ ငါးပါးသီလ အပြည့်အဝ လုံခြုံခြင်းဆိုတဲ့ တရားမှန်တော်ကြီးအပြင် မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ ၇- ပါး မှတ်ကျောက်မှာလဲ တင်ကြည့်သင့်ပါတယ်။

အဲဒီလို တင်ကြည့်ဖို့ရာ ကျေးဇူးတော်ရှင် **မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး** ဟောကြားတော်မူတဲ့ မဟာပစ္စဝေက္ခဏာတရားတော် စာအုပ်မှာ ဘုန်းကြီးရေးထားတဲ့ နိဒါန်းကို ယခုပြန်လည် ဖော်ပြလိုက်ပါတယ်။

မဟာပစ္စဝေက္ခဏာတရားတော်ဟာ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ကို ရပြီးသော သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်များ မိမိတို့ တရား ပြည့်စုံမပြည့်စုံ ပြန်၍ ဆင်ခြင်ကြည့်ပုံကို ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့သော တရားတော် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဂိုဏ်းဂဏ ပုဂ္ဂိုလ် မရွေး ကိုယ်တွေ့ တရားအားထုတ်ထား၍ မိမိ တစ်မဂ်တစ်ဖိုလ်မျှ ဆိုက်ရောက်ရပေပြီ ဟု ယုံကြည်ယူဆသူ မည်သူမဆို ဤတရားတော်ကို ဖတ်ရှုနာကြားပြီးလျှင် မိမိတို့ တရားသည် ဤတရားတော်လာ မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ ၇-ပါးနှင့် ညီညွတ် မညီညွတ် ဆင်ခြင်ကြည့်ရှုလျှင် လွန်စွာ အကျိုးများဖွယ် ရှိပေသည်။

ဤတရားတော်အရ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိကိုယ်ကို ပြန်၍ ဆင်ခြင်ကြည့်လျှင်-

၁။ စိတ်အေးလက်အေး ရှိသောအချိန်တွင် ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ ထိုင်၍ သင်္ခါရတရားတို့ကို ရှုမှတ်သောအခါ ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာတို့ မဖြစ်ပေါ် နိုင်သည်ကို တွေ့ရခြင်း၊ အကယ်၍ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင်လည်း ရှုမှတ်၍ ပယ်နိုင်သည်ကို တွေ့ရခြင်း၊

၂။ ရှုမှတ်နေသည့်အခါ နီဝရဏတို့ ကင်းငြိမ်းနေလောက်အောင် သမာဓိ ထက်သန် အားကောင်းနေသည်ကို တွေ့ရခြင်း၊ ရှုမိသည့် အာရုံ၌ ကိလေသာ ဖြစ်ခွင့်မရဘဲ ငြိမ်းနေခြင်းနှင့် တချို့ ကိလေသာတွေ လုံးဝဖြစ်မလာတော့ဘဲ အမြစ်ပြတ် ငြိမ်းနေသည်ကို တွေ့ရခြင်း၊

၃။ ဖြစ်ခိုက် ရုပ်နာမ်ကို ရှုမှတ်လျက် အသိအမြင်မှန်ကို ရသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်၌သာ ရှိ၍ အခြားမှာ မရှိ ဟု သိမြင် သဘောပေါက်ခြင်း၊

၄။ လွန်ကျူးဖြစ်မှားလိုစိတ် မရှိဘဲ လွန်ကျူးဖြစ်မှားမိသော အပြစ်များကို သိလျှင်သိချင်း ကုစား၍ နောင်ခါမှာ မလွန်ကျူးမိအောင် ရိုရိုသေသေ စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းသည်ကို တွေ့ရခြင်း၊

၅။ မလွဲမရှောင်သာ၍ အလုပ်ကိစ္စများကို ပြုလုပ်နေရသော်လည်း သိက္ခာ သုံးပါး ဖြည့်ကျင့်ပွားများ အားထုတ်ရန်သာ စိတ်အား ထက်သန် နေသည်ကို တွေ့ရခြင်း၊

၆။ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်တို့ကို နာကြားရသောအခါ ရှုးရှူး စိုက်စိုက် ရှိရှိသေသေ လိုလိုချင်ချင် နာယူခြင်း၊

၇။ တရားနာနေစဉ်မှာ တရားကို သဘောပေါက် နားလည်သောကြောင့် ဝမ်းမြောက်မှု ပီတိတို့ဖြင့် တကိုယ်လုံး နှံ့လျက် တသိမ့်သိမ့် တစိမ့်စိမ့် ဖြစ်နေခြင်း၊

ဤ အချက်၇-ချက်နှင့် ပြည့်စုံလျှင် မိမိကိုယ်ကို သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ် ကို ရပြီးသူ ဟု ယုံကြည်စိတ်ချနိုင်ကြောင်း ဟောပြထားပေသည်။

မိမိရဲ့ တရားတိုးတက်မှု အခြေအနေအရ မိမိကိုယ်ကို တမဂ် တဖိုလ်တော့ ရလောက်ပြီ လို့ မှန်းဆနိုင်တဲ့ ယောဂီဟာ—

(၁) ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားကို မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည်ခြင်း၊

(၂) ဗုဒ္ဓတရားတော်ကို မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည်ခြင်း၊

(၃) သံဃာတော်ကို မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည်ခြင်း၊

(၄) အရိယကန္တသီလ ခေါ်တဲ့ ငါးပါးသီလ ပြည့်စုံ လုံခြုံခြင်း ဆိုတဲ့

သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ပြည့်စုံရမည့် အင်္ဂါ လေးပါးနှင့်လဲ ညီညွတ်တယ်၊ အခု ပြောခဲ့တဲ့ မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ ၇-ပါးနှင့်လဲ ညီညွတ်နေတယ် ဆိုရင် မိမိဟာ သံသရာမှာ ထောက်ရာတည်ရာ ရပြီ (လဒ္ဓပတိဋ္ဌော)၊ သက်သာရာ ရပြီ (လဒ္ဓဿာသော)၊ သုဂတိသာလျှင် လားရာရှိပြီ (သုဂတိပရာယဏော) လို့ ဆုံးဖြတ်နိုင်လောက်ပါတယ်။

သတိပဋ္ဌာန်အကျိုး ၇ မျိုး

အားထုတ်နိုင်သလောက် အကျိုးရ အခု ပြောခဲ့တာကတော့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ ပွားများ အားထုတ်ခြင်းကြောင့် ရနိုင်တဲ့ အမြင့်ဆုံး အကျိုးများပါပဲ။ သို့သော်လဲ ဒီခေတ် ဒီအခါမှာ လူမှာလဲ လူ့ကိစ္စနှင့်၊ ဘုန်းကြီးမှာလဲ ဘုန်းကြီးကိစ္စနှင့် အလုပ်များကြ ရှုပ်ကြတော့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ဆိုတဲ့ အမြင့်ဆုံး အကျိုးတရားအထိ ရရှိအောင် အားထုတ်နိုင်ရေးအတွက် အချိန်မပေးနိုင်ကြပဲ ရက်ပိုင်းလပိုင်းလောက်ပဲ အားထုတ်နိုင်ကြတာက များပါတယ်။ ဒီတော့ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် အကျိုး မရတော့ဘူးလား ဆိုတော့ ဒီလို မဟုတ်ပါဘူး။ တနေ့ တထိုင် နှစ်ထိုင် အားထုတ်နိုင်သူလဲ သူ အားထုတ်နိုင်သလောက် အကျိုး ရပါတယ်၊ ၁၅-ရက်၊ တလ စသည် အားထုတ်နိုင်သူများလဲ သူတို့ အားထုတ်နိုင်သလောက် အကျိုး ရကြတာပါပဲ။

အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ **မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်** ဒေသနာတော်မှာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားထားတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်ရဲ့ အကျိုး ၇-ပါးကို အပြည့်အစုံ မရကြပေတဲ့ သူ အားထုတ်နိုင်တဲ့ အချိန်နှင့် လုံ့လဝီရိယအလိုက် ထိုက်သလောက်တော့ ရကြတာချည်းပါပဲ။ ဘယ်လို အကျိုးတွေ ရကြသလဲ ဆိုတော့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကို ရှောင်ရှားလိုတဲ့ ဆန္ဒတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်း ထားတတ်လာတယ်။ အထိုက်အလျောက် စိတ်နှလုံး နူးညံ့သိမ်မွေ့လာတယ်။ လောကရဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေပေါ်မှာ အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းတတ်လာတယ်၊ နေတတ် ထိုင်တတ် ဖြစ်လာတယ်။ တော်ရုံတန်ရုံ အဆင်မပြေမှု ပျက်စီး ဆုံးရှုံးမှုကြောင့်တော့ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း မဖြစ်တော့ဘူး။

ကိလေသာ စင်ကြယ်ခြင်း ဒီနေရာမှာ မြတ်စွာဘုရား **မဟာသတိပဋ္ဌာန** သုတ်တော်မှာ ဟောတော်မူတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်ရဲ့ အကျိုး ၇-ပါးကို သိထားသင့် ပါတယ်။ ပထမဆုံး အကျိုးက လောဘ ဒေါသ မောဟ စတဲ့ **ကိလေသာ စင်ကြယ်ခြင်း** အကျိုးပါ။

စနစ်တကျ ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်တဲ့ ယောဂီဟာ တလ၊ တလခွဲ၊ နှစ်လ ဆိုသလို အားထုတ်မိရင် အတော် အဆင့်မြင့်မြင့် တရားတွေကို တွေ့ရသိရပါပြီ။ ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်နေတဲ့ အတောအတွင်းမှာ လောဘ ဒေါသတွေ ငြိမ်း နေတဲ့အခါ အင်မတန်ချမ်းသာတာကို သူကိုယ်တွေ သိလာရပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရင်က အဝတ်အထည် တပ်မက်သူများလဲ အဝတ်သစ် မဝယ်ဘဲ ရှိတဲ့ အဝတ်နဲ့ပဲ ကျေနပ် ရောင့်ရဲလာကြတယ်။ အစားမက်သူများလဲ အစားဇိဇာမကြောင်တော့ဘဲ တွေ့ရာနှင့် စားနိုင်လာကြတယ်။ ရုပ်ရှင်ကားလဲတိုင်း မလွတ်တမ်းကြည့်ရမှ ကျေနပ် သူများလဲ တစ်နှစ်နေလို့မှ ရုပ်ရှင်ရုံဘက် တခေါက်တောင် မရောက်တော့တဲ့ အခြေအနေမျိုး ဖြစ်လာတာ တွေ့ရတယ်။ သည်းခံ ခွင့်လွှတ်တတ်တဲ့ စိတ်ထား တွေလဲ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ ဒေါသကိုလဲ အတော်ကလေး ထိန်းသိမ်းနိုင်တဲ့ အလေ့အကျင့် ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ ဒါတွေဟာ ကိလေသာ လုံးဝ မစင်ကြယ်သေး သော်လဲ ကိလေသာ အလွန် နည်းပါးသွားလို့ ရတဲ့ ချမ်းသာကျိုးတွေပါပဲ။

စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု မရှိခြင်း ဒုတိယအကျိုးက **စိုးရိမ်ပူဆွေးမှုမရှိခြင်း** အကျိုးပါ။ အခု ပြောခဲ့တဲ့ ယောဂီမျိုးဟာ အရင်က သားရေး သမီးရေး စီးပွားရေး ကိစ္စတွေမှာ အစိုးရိမ် ကြီးတတ်ပေတဲ့ တရား အားထုတ်ပြီးတဲ့ အခါမှာ အစိုးရိမ် မကြီးတော့ဘဲ နေတတ် ထိုင်တတ် စိတ် အေးအေးထားတတ်တာကို တွေ့ရပါတယ်။ (ဒါလဲ တရားကို တကယ်တွေ့မှ ရတဲ့

အကျိုးပါ၊ ရက်ရှည်လများ အားထုတ်သော်လဲ တကယ်တရားမတွေ့သေးရင်တော့ အရင်ကနဲ့ တယ်ပြီး မထူးခြားလှပါဘူး။)

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် အခါက **သန္တတိ** အမတ်ကြီးဟာ ကပွဲကြည့်နေတုန်းမှာ သူ အင်မတန် နှစ်သက်လှတဲ့ ကချေသည်မလေး က,ရင်း လဲကျသေဆုံးသွားလို့ ရင်တွင်း မီးတောက်မတတ် ပူဆွေးသောက ရောက်နေတယ်။ အဲဒီ သောကမီးကို မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သတိပဋ္ဌာန်တရားရေအေးနဲ့ ငြိမ်းသတ်လိုက်လို့ ငြိမ်းအေးသွားပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်။ ဒီနေရာမှာ ဒိဋ္ဌတွေကို သာဓကအဖြစ် အဋ္ဌကထာက ထုတ်ပြထားပါတယ်။ (ဒီ-ဌ ၂၊ ၃၃၀။ ဓမ္မပဒ-ဌ ၂၊ ၄၉-၅၀)

ငိုကြွေးမှု မရှိခြင်း တတိယ အကျိုးကတော့ ငိုကြွေးမှု လွန်မြောက်ခြင်း အကျိုးပါပဲ။ ဝိပဿနာ တရားကို သန်ရှပေကွာ ဉာဏ်လောက်ရောက်အောင် အားထုတ်မိပြီ ဆိုရင် မိမိရဲ့ သားသမီး ဇနီး ခင်ပွန်းဖြစ်စေ၊ မိဘပဲဖြစ်စေ၊ စီးပွားဥစ္စာပဲ ဖြစ်စေ ပျက်စီး ဆုံးရှုံးမှုကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲမှု ဖြစ်ဦးတော့ ငိုရတဲ့ အခြေအနေအထိတော့ မဖြစ်တော့ဘူး။ **ငိုချင်စိတ်ကို** တရားနဲ့ ထိန်းထားနိုင်တယ်။ တချို့မှာ မိမိရဲ့ ဇနီးခင်ပွန်း သေဆုံးတာတောင်မှ ဇာခြွေ မပျက်ဘဲ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နဲ့ ဆောင်ရွက်စရာ ကိစ္စကို ပြီးစီးအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြတာကို တွေ့ရပါတယ်။

ဒီနေရာမှာလဲ အများသိကြတဲ့ ပဋာစာရာဝတ္ထုကို သာဓကအဖြစ် အဋ္ဌကထာက ထုတ်ပြထားပါတယ်။ (ဒီ-ဌ ၂၊ ၃၃၀) သားသေ လင်ဆုံး မိဘမောင်ဖွားပါ ပျက်စီးဆုံးရှုံးလို့ အပူလုံးကြွပြီး ငိုကြွေးရုံမျှမက ရူးသွပ်ရတဲ့ အခြေအနေထိ ရောက်သွားတဲ့ ပဋာစာရာဟာ ဘုရားရှင်ရဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ရေအေးနဲ့ တွေ့မှ

ဝိုကြေးခြင်း ကင်းပျောက်ရုံမက သောတာပတ္တိ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ရသည် အထိ အကျိုးရှိသွားပါတယ်။ (ထေရီ-ဋ္ဌ၊ ၁၁၁-၁၂၁)

အခု ပြောခဲ့တဲ့ **သန္တတိအမတ်၊ ပဋာစာရာ**တို့လို ပုဂ္ဂိုလ်များကို မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကို နာကြားရတဲ့အခါ သောတာပတ္တိမဂ်ကို ရသွားကြောင်း၊ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားကြောင်း စသည်ဖြင့် ကျမ်းဂန်များမှာ ဖော်ပြကြပါတယ်။ ဒီလိုဆိုတော့ သတိပဋ္ဌာန်မပွားရဘဲ တရားနာရုံမျှနဲ့ တရားထူး ရသွားကြသလိုလို ယူဆစရာ ဖြစ်နေပါတယ်။ ဒီအချက်ကို **မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အဋ္ဌကထာ** (ဒီ-ဋ္ဌ ၂၊ ၃၃၉)မှာ အောက်ပါအတိုင်း ရှင်းပြထားပါတယ်။

> "ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ စိတ်၊ သဘော တို့အနက် တစုံတခုသော တရားကိုမျှ မသုံးသပ်ဘဲ (မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး)ကို ဖြစ်ပွားစေခြင်း မည်သည် မရှိပေ။ ထိုကြောင့် ထို(သန္တတိအမတ်စသော) ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း ဤသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းဖြင့် သာလျှင် စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးမှုတို့ကို လွန်မြောက်ပေသည် ဟု သိအပ်၏။"

ဆိုလိုရင်းကတော့ တရားနာရင်း ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ စိတ်၊ သဘော တခုခုကို ရှုပွားလို့သာ ဝိပဿနာဉာဏ် လျင်မြန်စွာ ဖြစ်ပေါ်ပြီး မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရသွားကြတာပါ လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ကိုယ်ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း

စတုတ္ထအကျိုးကတော့ ကိုယ်ဆင်းရဲ ငြိမ်းခြင်း အကျိုး ပါ။ သတိပဋ္ဌာန်ကို အားထုတ်စမှာတော့ နာတာ၊ ကျဉ်တာ၊ ကိုက်ခဲတာ စတဲ့ ကိုယ်ဆင်းရဲ ဒုက္ခဝေဒနာတွေကိုပဲ အတွေ့များပြီး သူတို့ကို ရှုသော်လဲ မိမိရဲ့ သတိ သမာဓိ ဉာဏ်က အားနည်းနေသေး

တော့ မလွန်မြောက်နိုင်ဘဲ ရှိနေတတ်ပါတယ်၊ သို့သော်လဲ ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုတာဟာ ပျောက်အောင် ရှုတာ မဟုတ်၊ သူ့ သဘောကို သိအောင် ရှုတာပဲ လို့ အမှန်အတိုင်း နားလည်သဘောပေါက်ပြီး ဖြစ်နေတာကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း ရှုဖို့သာ လိုရင်းဘဲ ဆိုတဲ့ သဘောနဲ့ မှန်မှန်ကြီး ရှုသွားရင် ကြာလာတဲ့ အခါ သတိသမာဓိ ဉာဏ်အား ပြည့်လာတဲ့အတွက် ဝေဒနာရဲ့ သဘောကို တဖြည်းဖြည်း သိလာရာက ဒုက္ခဝေဒနာ လျော့သွား ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရပါတယ်။

တရား တကယ် ကောင်းလာတော့ တရားဝေဒနာသာ မဟုတ်ပဲ အချို့မှာ ပကတိရောဂါ ဝေဒနာတွေပါ ပျောက်ငြိမ်းသွားတာ ရှိပါတယ်။ ခွဲရမယ့် အခြေအနေရှိနေတဲ့ နှလုံးရောဂါသည်တွေ ရောဂါအခြေအနေ ကြည့်ပြီး သင့်လျော်သလို သက်သက်သာသာနဲ့ အချိန် လုံလောက်အောင် ယူပြီး ဖြည်းဖြည်း အားထုတ်သွားရင် ခွဲရလောက်အောင် အခြေအနေ မဆိုးတော့ပဲ လူးလူးခြားခြား သက်သာလာတာကို တော်တော်များများ တွေ့ရပါတယ်။

ဒီနေရာမှာလဲ ပေါင်ကျိုးတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုမှတ်ပြီး စင်ကြယ်တဲ့ သီလကို ဆင်ခြင်ရာက ရရှိလာတဲ့ ပီတိကို ရှုလို့ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတဲ့ ရဟန်းတော် တစ်ပါး အကြောင်းကို အဋ္ဌကထာက သာဓကအဖြစ် ဖော်ပြ ထားပါတယ်။ (ဒီ-ဋ္ဌ ၂၊ ၃၃၉)

ပြီးတော့ ''ရဟန်းတို့ ရုပ်တရားသည် သင်တို့ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ မဟုတ်၊ ထို ရုပ်တရားကို ပယ်ကြ၊ ရုပ်တရားကို ပယ်နိုင်ရင် ချမ်းသာကြလိမ့်မည်''ဆိုတဲ့ န တုမှာက သုတ် တရားတော် တပိုင်းတစကို ကြားလိုက်ရလို့ သံဝေဂဖြစ်ပြီး လက်ဇော့ကျော်ဘဝကနေ ရဟန်းပြုသွားတဲ့ ပီတမလ္လမထေရ် ရဲ့ ဖြစ်ရပ်ကိုလဲ ဖော်ပြထားပါတယ်။ ဒီမထေရ်ဟာ ရဟန်းပြုပြီး တောထဲမှာ တရားကျင့်နေ

တယ်။ တနေ့တော့ နေဝင်မိုးချုပ်ချိန်မှာ ခြေဖဝါးတွေ နာလို့ မတ်တတ်ရပ် စင်္ကြံ မလျှောက်နိုင်တာနဲ့ လေးဘက်ထောက်ပြီး စင်္ကြံလျှောက် ရှုမှတ်တယ်။ မလှမ်းမကမ်းကို ရောက်လာတဲ့ မုဆိုးတစ်ယောက်က လေးဘက်ထောက်လျှောက် နေတဲ့ မထေရ်ကို သမင် ထင်ပြီး လှံနဲ့ ပစ်ထိုးလိုက်တာ ထုတ်ချင်းပေါက် ဒဏ်ရာကြီး ရသွားတယ်၊ အဲဒီ ဝေဒနာကို ရှုရင်းနဲ့ မထေရ်မြတ် ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်။ (ဒီ-ဋ ၃၊ ၃၃၉)

စိတ်ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း ပဌမအကျိုးကတော့ **စိတ်ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း အကျိုးပါပဲ**။ သတိပဋ္ဌာန် ရှုပွားလို့ စိတ်ဆင်းရဲ ငြိမ်းတာဟာ သုံးမျိုးရှိပါ တယ်။ **ပထမ** တမျိုးကတော့ တရား အားထုတ်နေဆဲမှာ စိတ်ဆင်းရဲမှု ဖြစ်ပေါ်လာတော့ အဲဒီ ဆင်းရဲကို ''စိတ်ဆင်းရဲတယ် စိတ်ဆင်း ရဲတယ်'' လို့ စူးစူးစိုက်စိုက် ထပ်ခါထပ်ခါ ရှုမှတ်လိုက်လို့ ရှုစိတ်က အား ကောင်းလာတာနဲ့ စိတ်ဆင်းရဲမှု မဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တော့ဘဲ ငြိမ်းသွားပါတယ်။

ဒုတိယ အမျိုးအစားကတော့ အရှုခံ ရုပ်နဲ့နာမ်ရဲ့ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အတ္တမဟုတ် ငါမဟုတ်တဲ့ သဘောတွေကို ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ ထိုးထွင်း သိမြင်တဲ့အတွက် အတ္တစွဲ သာယာတပ်မက်စွဲတွေ တော်တော် အားနည်းသွား လို့ စိတ်ဆင်းရဲမှု မဖြစ်ပေါ်လာတော့ဘဲ ငြိမ်းသွားပါတယ်။

တတိယ အမျိုးအစားကတော့ အချိန်ယူပြီး အဆက်မပြတ် ကြိုးစားအားထုတ် တဲ့ အတွက် တချို့ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်၊ တချို့ သကဒါဂါမိ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်၊ တချို့ အနာဂါမိမဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်၊ တချို့ အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်အထိ ထိုးထွင်း သိမြင်သွားကြလို့ သက်ဆိုင်ရာ ကိလေသာ တွေ ငြိမ်းသွားကြတဲ့အတွက် စိတ်ဆင်းရဲ ငြိမ်းသွားကြပါတယ်။

အခုခေတ်မှာ ကိုယ့်အရင်းအချာထဲက တစုံတစ်ယောက် ပျက်စီးလို့ ပူဆွေးသောက ရောက်ပြီး စိတ်ဆင်းရဲနေကြသူတွေ၊ အိမ်ထောင်ရေး မိသားစု အရေး အဆင်မပြေလို့ စိတ်ဆင်းရဲနေကြသူတွေ၊ စီးပွားရေး အဆင် မပြေလို့ စိတ်ဆင်းရဲနေကြသူတွေ၊ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်တွေ လာပြီး တရားအားထုတ်တဲ့အခါ ပထမနည်း၊ ဒုတိယနည်းမျိုးနဲ့ စိတ်ဆင်းရဲ သက်သာသွားကြတာ၊ စိတ်ချမ်းသာ သွားကြတာ အများအပြား တွေ့ရပါတယ်။

ဒီနေရာမှာလဲ မိမိရဲ့ နတ်သမီးတွေ နန္ဒဝန်ဥယျာဉ်ထဲမှာ ပန်းခူးရင်း စုတေပြီး ငရဲခံနေရတာကိုလဲ မြင်ရ၊ မိမိကိုယ်တိုင် ၇-ရက်ကြာရင် စုတေပြီး ငရဲမှာ ခံရတော့ မယ်ဆိုတာလဲ သိမြင်နေရလို့ ဆောက်တည်ရာ မရအောင် စိတ်ဆင်းရဲနေတဲ့ **သုဗြဟ္မ** နတ်သားဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်နဲ့ တွေ့မှပဲ စိတ်ချမ်းသာသွားကြောင်း သာဓကအဖြစ် အဋ္ဌကထာက ဖော်ပြထားပါတယ်။ (ဒီ-ဋ္ဌ၂၊ ၃၄၁။ သံ-ဋ္ဌ ၁၊ ၁၀၃-၄)

မဂ်ဉာဏ်ကို ရခြင်း: ဆဋ္ဌမအကျိုးကတော့ မဂ်ဉာဏ်ကို ရခြင်းအကျိုးပဲ။ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ် ခေါ်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန်ကို ကြိုးကြိုးစားစား ပွားများအားထုတ်လို့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့် တိုးတက်ရရှိပြီးတဲ့ အခါမှာ ထူးခြားထက်မြက်တဲ့ အသိ ဖြစ်ပေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ အသိက ရုပ်နာမ် ငြိမ်းတဲ့သဘော နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ထင်ထင် သိမြင်ပါတယ်။ ဒီ အသိကို မဂ်အသိ=မဂ်ဉာဏ် လို့ ခေါ် ပါတယ်။ မဂ်စိတ်ရဲ့ နောက်က ကပ်လျက် မဂ်ရဲ့ အကျိုး ဖိုလ်စိတ်လဲ ဖြစ်ပါ တယ်။

ပထမမဂ်ဖြစ်တဲ့ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်က ဒိဋ္ဌိနဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာ ကိလေ **သာကို** အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်ပါတယ်။ အပါယ်ကို လားစေနိုင်လောက်အောင်

ကြမ်းတမ်းတဲ့ အပါယဂမနီယကိလေသာ မှန်သမျှကိုလဲ ပယ်သတ်ပါတယ်။ ရှစ်ဖြာမဂ္ဂင် ဘောင်မဝင်တဲ့ အလေ့အကျင့် ဝတ်အကျင့်တွေကို ပြုရုံမျှနဲ့ သံသရာမှ လွတ်နိုင်တယ် လို့ ယူမှားတဲ့ သီလဗ္ဗတပရာမာသဒိဋ္ဌိ ကိုလဲ ပယ်သတ်ပါတယ်။

ဒုတိယမဂ်ဖြစ်တဲ့ သကဒါဂါမိမဂ်ဉာဏ် ကတော့ ကာမဘုံမှာ သာယာတပ်မက်စရာတွေကို တပ်မက်တဲ့ ကာမရာဂနဲ့ ဒေါသကို ခေါင်းပါးအောင် အားသေးအောင် ပြုလုပ်ပေးတယ်။

တတိယမဂ်ဖြစ်တဲ့ အနာဂါမိမဂ်ဉာဏ် ကတော့ ကာမရာဂနဲ့ ဒေါသကို အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်တယ်။ ရူပ အရူပ ဈာန်တွေနဲ့ ရူပ အရူပ မြဟ္မာဘုံတွေကို လိုချင်တပ်မက်တဲ့ ရူပရာဂ အရူပရာဂ လောဘကိုတော့ မပယ်နိုင်သေးဘူး၊ ကျန်နေသေးတယ်။

စတုတ္ထမဂ်ဖြစ်တဲ့ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ကတော့ အောက်သုံးမဂ် မပယ်နိုင်သေးလို့ ကျန်နေတဲ့ ရူပရာဂ၊ အရူပရာဂ၊ ယာထာဝမာန၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဝိဇ္ဇာ စသည်ဖြင့် ကိလေသာကို ဘာမျှ မကျန်ရအောင် အကြွင်းမဲ့ အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်ပစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ရပြီးရင် ကိလေသာ ကုန်ခန်းလို့ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားပါတယ်။

နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်း

နောက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ သတ္တမအကျိုးကတော့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်း အကျိုးပါပဲ။ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း

ဆင်းရဲမရှိခြင်းကို နိဗ္ဗာန် လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒါဟာ သတိပဋ္ဌာန် ပွားလို့ ရတဲ့ အမြင့်မြတ်ဆုံး အကျိုးပါပဲ။

အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်က ကိလေသာမှန်သမျှ အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်ပြီးတဲ့ အခါမှာ ကိလေသာတွေ လုံးဝ ငြိမ်းသွားကြတော့ အဲဒါကို ကိလေသပရိနိဗ္ဗာန် ခေါ်ပါတယ်။ ကိလေသာဆင်းရဲ ငြိမ်းနေခြင်း မရှိခြင်းပါပဲ။ အဲဒီ ကိလေသာ ငြိမ်းနေတဲ့ ရဟန္တာ ပရိနိဗ္ဗာန် စံသွားတော့ နောက်ထပ် ရုပ်အသစ် နာမ်အသစ် မဖြစ်တော့ဘဲ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေ အပြီးသတ်ချုပ်ငြိမ်းပြီး အဖြစ်ရပ်သွားတာကို ခန္ဓပရိနိဗ္ဗာန် ခေါ်ပါတယ်။ ခန္ဓာဆင်းရဲ အပြီးသတ်ငြိမ်းသွားတဲ့ သဘောပါပဲ။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ရဲ့ အမြင့်ဆုံး ရည်မှန်းချက်ဟာ ဒါပါပဲ။ ဘုရားရှင် ညွှန်ကြားတဲ့ အတိုင်း သတိပဋ္ဌာန်တရားကို လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ခြင်းရဲ့ အဆုံးစွန်သော ရည်ရွယ်ချက် ဟာလဲ ဒါပါပဲ။

ခိုင်မြဲတဲ့ သဒ္ဓါတရား၊ ပြင်းပြတဲ့ဆန္ဒ၊ ထက်သန်တဲ့ စိတ်၊ စွဲမြဲတဲ့ ဇွဲလုံ့လဝီရိယနှင့် တကယ် ကြိုးစားအားထုတ်ရင် တကယ် ရနိုင်တဲ့ အကျိုးတရားတွေပါ။ ဒီ အကျိုးတရားတွေ မှတ်မိသွားအောင် ဆောင်ပုဒ်ကလေး လိုက်ဆိုကြပါ။

သတိပဋ္ဌာန်၏ အကျိုး ၇-ပါး

ကိလေဝင်ရေး၊ စိုးပူဆွေး၊ ငိုကြွေးကင်းလိုလျှင်၊
ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ၊ မရှိဘဲ၊ အမြဲ ငြိမ်းလိုလျှင်၊
မဂ်နှင့်နိဗ္ဗာန်၊ တရားမှန်၊ အမြန် ရလိုလျှင်၊
ရုပ်နာမ်ဖြစ်ဆဲ၊ သတိစွဲ၊ ပွားမြဲ တလမ်းပင်၊
တလမ်းတည်းမှန်၊ သတိပဋ္ဌာန်၊ ပွားရန် ဘယ်သို့နည်း၊

ရုပ်ဖြစ်တိုင်းသာ၊ ရှုးစိုက်ကာ၊ သေချာ ရှုရသည်၊
ခံစားတိုင်းသာ၊ ရှုးစိုက်ကာ၊ သေချာ ရှုရသည်၊
စိတ်ဖြစ်တိုင်းသာ၊ ရှုးစိုက်ကာ ၊သေချာ ရှုရသည်၊
သဘောတိုင်းသာ၊ ရှုးစိုက်ကာ၊ သေချာ ရှုရသည်၊
ရှုလျှင် ရှုလျှင်၊ အမှန်မြင်၊ ပြေးဝင် နိဗ္ဗာန်ပြည်။

တရားနိဂုံး

ကဲ.... ဒါလောက်ဆိုရင် လက်တွေ့ ကျင့်ကြံအားထုတ်မှုအပိုင်း (Practicai Aspect of Buddhism) တော်လောက်ပါပြီ။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ်ဟာ ''ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေးတရားတော်များ''ကို လေးရက်တိုင်တိုင် လေးပိုင်း ပိုင်း နာကြားပြီးကြပါပြီ။ ပထမ ယုံကြည်မှုအပိုင်း၊ ဒုတိယ လိုက်နာစရာ ဆုံးမ ဩဝါဒများ အပိုင်း၊ တတိယ ကိုယ်ကျင့်သီလ အပိုင်း၊ စတုတ္ထ လက်တွေ့ကျင့် ကြံမှု အပိုင်း ဒီ လေးပိုင်းလုံးကို နာကြားပြီးကြပါပြီ။ နားလည်သလောက်လဲ အတော် နားလည်သဘောပေါက်ကြပြီ လို့ ထင်ပါတယ်။

အဲဒီလို နားလည် သဘောပေါက်တဲ့ အတိုင်း အခြေခံ ဖြစ်တဲ့ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါကို မိမိတို့ သန္တာန်မှာ ခိုင်မြဲစွာ ဖြစ်ပေါ်စေပြီးတော့ လိုက်နာစရာ ဆုံးမ ဩဝါဒတွေကို အတတ်နိုင်ဆုံး လိုက်နာနိုင်ကြတဲ့ အတွက် ကိုယ်ကျင့်သီလတွေ စင်ကြယ်အောင် စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းနိုင်ကြလျက် စင်ကြယ်တဲ့ သီလကို အခြေ ခံပြီး လက်တွေ့ ကျင့်ကြံအားထုတ်ရမည့် သတိပဋ္ဌာန်ဘာဝနာအလုပ်ကို အချိန် ရတိုင်း ကြိုးပမ်းအားထုတ်နိုင်ကြပါစေ၊ ကြိုးပမ်းအားထုတ်နိုင်တဲ့ အလျောက်လဲ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ သဘာဝအမှန်ကို အမှန်အတိုင်း သိတဲ့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေ

တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် ရှင့်သန်ပြီး မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့ အရိယာသစ္စာလေးပါးကို ပိုင်းခြား သိမြင်ကာ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာ ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေ။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ ချမ်းသာရေး တရားတော်များ

ဤတွင် ပြီးပါပြီ။

သတ္တဝါ မှန်သမျှ၊ တရားတွေ့၊ ချမ်းမြေ့သာယာ ရှိပါစေ။

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်

၏

၁၉၈၇ ခုနှစ် တက္ကသိုလ် မေ့သဘင်

အမေး အဖြေများ

တက္ကသိုလ်များ ဓမ္မာရုံ၌ ဘုန်းကြီးဟောကြားသော ''ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ချမ်းသာရေးတရားတော်များ'' ဓမ္မသဘင်ကို စိတ်ပါဝင်စားကြသော တရားနာ ပရိသတ်များသည် မိမိတို့ သိလိုသည့် တရားအချက်အလက်များကို စာဖြင့်ရေး၍ မေးခွန်းများ မေးကြပါသည်။ ဘုန်းကြီးသည် ယင်း မေးခွန်းများကို စွမ်းနိုင်သမျှ ဖြေကြားခဲ့ပါသည်။

အချို့ မေးခွန်းများကို တတိယနေ့ တရားပွဲ အပြီး၌ ဖြေကြားခဲ့ပါသည်။ အများစုကိုမူ စတုတ္ထနေ့ တရားပွဲ အပြီး၌ ဖြေကြားခဲ့ပါသည်။ တရားပွဲ၌ အချိန်

မရ၍ မဖြေခဲ့ရသော မေးခွန်းများကို ဤစာအုပ်တွင် ဖြေထားပါသည်။ စာအုပ်အဖြစ် ရိုက်နှိပ်ရာ၌မူ တရား အဆက်မပြတ်စေလိုသောကြောင့် လည်းကောင်း၊ အမေးအဖြေများကို တစ်စုတည်း ဖတ်ရှုစေလိုသောကြောင့်လည်းကောင်း စတုတ္ထနေ့ တရားပွဲအပြီး၌ တစ်ပေါင်းတည်း ဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။ မေးခွန်းများကို တည်းဖြတ်ရာတွင် စာဖတ်သူတို့ အကျိုးကို မျှော်ကိုး၍ ဖြည့်သင့်တာ ဖြည့်၊ ဖြုတ်သင့်တာ ဖြုတ်၊ ပြင်သင့်တာ ပြင်၍ အဆင်ပြေအောင် တည်းဖြတ်ထားပါသည်။

၁။ လူသေကို သရဏဂုံတင်ပေးလို့ ရပါသလား

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေ့စွာ လျှောက်ထားပါသည်။

(က) သရဏဂုံ ဆိုတာ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည် ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်ဖြစ်ကြောင်း ဆရာတော် ဟောခဲ့ပါသည်။

(ခ) လူ သေသောအခါ စိတ် မရှိသော လူသေအလောင်းကို သရဏဂုံ တင်ပေးလို့ ရပါသလား။

(ဂ) မရလျှင် ဘာကြောင့် သရဏဂုံ တင်ကြပါသလဲ။

(ဃ) သရဏဂုံ တင်တယ်လို့ ဘာကြောင့် ခေါ်ကြပါသလဲ။

(င) အလောင်းကို သရဏဂုံ တင်တာနဲ့ ဆရာတော် ဟောကြားတဲ့ သရဏဂုံ ဘယ်လို ကွာခြားပါသလဲ ဘုရား။

ဒေါ်မေကြည်ဝင်း မမြမြညွန့်
တက္ကသိုလ် ဗဟိုစာကြည့်တိုက် စတုတ္ထနှစ်ဓာတုဗေဒ

ဖြေ ။ ။ (က) သရဏဂုံ ဆိုတာ ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ စိတ်ပါပဲ။ ကျမ်းဂန်များကလဲ ''စိတ္တုပ္ပါဒေါ သရဏဂမနံ'' လို့ ဖွင့်ဆိုကြပါတယ်။

(ခ) စိတ်မရှိတဲ့ လူသေအလောင်းကို သရဏဂုံ တင်ပေးလို့ မရပါဘူး။

(ဂ) (ဃ) စိတ်မရှိတဲ့ လူသေအလောင်းကို သရဏဂုံ တင်ပေးလို့ မရ သော်လဲ လူသေ အလောင်းကို သရဏဂုံ တင်တယ် လို့ တချို့ ထင်မှတ်ကြတာ ရှိပါတယ်။ ဒါကတော့ မျက်မြင်ကို ကြည့်ပြီး တိုက်ရိုက် အဓိပ္ပာယ် ကောက်ယူတဲ့ သဘောပါပဲ။

ဘာကြောင့် သရဏဂုံ တင်တယ် ဆိုတာကိုလဲ ဒီမျိုးမျိုး ယူဆကြပါတယ်။ မိမိတို့ ဉာဏ်သက်ဝင်သလို ယူဆကြတာပါပဲ။

ဒီတော့ ယခုခေတ် သရဏဂုံ တင်ကြတဲ့ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းကို အရှိအတိုင်း ကြည့်ပြီး ဆင်ခြင်သုံးသပ်ရင် အမှန်နဲ့ အနီးစပ်ဆုံး အဓိပ္ပာယ်ကို ရနိုင်လောက်ပါ တယ်။ ယခုခေတ် သရဏဂုံ တင်တဲ့ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းက (၁) ဩကာသနဲ့ ကန်တော့ခြင်း၊ (၂) သရဏဂုံ သီလတောင်းပြီး သရဏဂုံ ဆောက်တည်ခြင်း၊ (၃) ငါးပါးသီလခံယူခြင်း၊ (၄) ကွယ်လွန်သူကို ရည်စူးပြီးလှူဖွယ်ဝတ္ထုလှူဒါန်းခြင်း၊ (၅) ကွယ်လွန်သူ ချမ်းသာရေးအတွက် ကွယ်လွန်သူကို အမှူးထားပြီး ကုသိုလ်ကို အမျှဝေခြင်း။ ဒီ ငါးချက်ပါပဲ။ ဒီ ငါးချက်ထဲက ဘယ်ဟာ လိုရင်း ဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ရင် သိပါတယ်။

ဒီ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းကို နည်းနည်း စဉ်းစားကြည့်ရင်ပဲ သရဏဂုံ တင်တယ် ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကိုရော၊ ဘာကြောင့် သရဏဂုံ တင်ရတယ် ဆိုတာကိုပါ သဘော ပေါက်နိုင်လောက်ပါတယ်။

(င) သရဏဂုံ တင်တယ် ဆိုတဲ့ စကားထဲက သရဏဂုံနဲ့ ဘုန်းကြီး ဟော ကြားတဲ့ သရဏဂုံ ကွာခြားမှု မရှိပါဘူး၊ အတူတူပါပဲ။

၂။ သပိတ်သွတ်ခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက် ဘာပါလဲ

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေ့စွာ လျှောက်ထားပါသည်။

(က) ဘဝတစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ ကူးပြောင်းခြင်းဟာ တစ်စက္ကန့်ပင် မကြာ ဟု ဆိုပါသည်။

(ခ) သို့ဖြစ်လျှင် မြန်မာ့ အစဉ်အလာအရ သပိတ်သွတ်ခြင်းသည် ဒိဋ္ဌိအယူ ဖြစ်ပါသလား။

(ဂ) အဘယ် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် သပိတ်သွတ်ကြပါသလဲ ဘုရား။

မစိုးမိုးသူ
အင်္ဂလိပ်စာ (ဒုတိယနှစ်) ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်၊

ဖြေ ။ ။ (က) ဘုန်းကြီး ပြောတဲ့ တရားထဲမှာတော့ ဘဝတစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ ကူးပြောင်းတယ် လို့ မပါပါဘူး။ ဘဝအသစ် ဖြစ်တယ်လို့သာ ပါပါတယ်။ ဘဝဟောင်း ရုပ်နာမ် ချုပ်ငြိမ်းပြီး ရုပ်နာမ်အသစ်နဲ့ ဘဝသစ်ဖြစ်တာဟာ တစ်စက္ကန့် တောင်မှ မကြာတဲ့ အချိန်အတွင်းမှာ ဖြစ်တာပါပဲ။ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာ သဘော အရ မှန်ကန် ပါတယ်။

(ခ) ဒါကြောင့် သေသူဟာ တစ်စက္ကန့်တောင်မှ မကြာတဲ့ အချိန်အတွင်း မယ် ဘဝအသစ်မှာ ဖြစ်လို့ သူ့ကို ရည်စူးပြီး သပိတ်သွတ်တာဟာ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဖြစ် မသွားပါဘူး။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူ ကင်းစင်သွားခြင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလို မဟုတ်ပဲ အသက်ဝိညာဉ်ဟာ သေသူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကနေ မပျက်မစီးဘဲ တည်မြဲလျက် ထွက်သွားပြီး နောက်တစ်ဘဝမှာ သွားဖြစ်လို့ အဲဒီ တည်မြဲနေတဲ့ အသက်ဝိညာဉ်ကို ရည်စူးပြီး သပိတ်သွတ်တယ်လို့ ယူဆရင်တော့ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဖြစ်ပါတယ်။ **သဿတဒိဋ္ဌိ**=တည်မြဲအယူမှား လို့ ခေါ်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်အရ တည်မြဲနေတဲ့ အသက် ဝိညာဉ် အတ္တ ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ မပြတ်ဖြစ်ပျက် ပြောင်းလဲနေတဲ့ ရုပ်နာမ် အစဉ်မျှသာ ရှိပါတယ်။

(ဂ) ဟကယ်လို့ သေသူဟာ ပြိတ္တာဘဝမှာ ရုပ်နာမ် အသစ်ဖြစ်ပြီး ဘဝသစ်များ ရနေရင် သူ့ကို ရည်စူးပြီး ပြုတဲ့ သပိတ်သွတ်ကုသိုလ်ကို ဝမ်းမြောက်နှမော် သာဓုခေါ်နိုင်ပြီး သူ့မှာ **စည်းစိမ်ချမ်းသာ**တွေ ရပါစေ ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ သပိတ်သွတ်ကြရတာ ဖြစ်ပါတယ်။

[ဤ သရဏဂုံ မေးခွန်းနှင့် သပိတ်သွတ် မေးခွန်းများကို အတော်ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြေထားပါသည်။ စာမျက်နှာ ၃၅ မျက်နှာခန့် ရှိပါလိမ့်မည်။ သို့သော်လည်း အကြောင်း မညီညွတ်၍ အကျဉ်းမျှသာ ဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။]

၃။ စိတ်နှင့် ဝိညာဉ် တူပါသလား

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား။

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

(က) စိတ်နှင့် ဝိညာဉ် တူပါသလားဘုရား။

(ခ) လူသေပြီးနောက် ၇-ရက် မမြောက်မချင်း သပိတ် မသွတ်မချင်း သေသူ၏ ဝိညာဉ်သည် အိမ်ထဲတွင်ပင် ရှိသည် ဟု ပြောကြပါသည်။

(ဂ) ဆရာတော်၏ တရားတော်တွင် လူ သေလျှင် စိတ် မရှိတော့ဘဲ စက္ကန့်မခြားဘဲ နောက်ဘဝသို့ ကူးပြောင်းသွားသည် ဟု ဆိုပါသည်။

(ဃ) ဆရာတော် ဟောသည့် တရားနှင့် အများ ယူဆချက် မတူသည်ကို ရှင်းပြပါဘုရား။

မစိစိမြုံး
စတုတ္ထနှစ်၊ ဝါဏိဇ္ဇ၊ စီးပွားရေး တက္ကသိုလ်

ဖြေ ။ ။ (က) စိတ်နှင့် အများ ယူဆထားကြတဲ့ အသက်ဝိညာဉ် မတူပါ။ စိတ်က ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်သွားလို့ မမြဲပါ။ အများက ရှိတယ်လို့ ယူဆထားကြတဲ့ အသက် ဝိညာဉ်ဆိုတာက မွေးဖွားလာကတည်းက မပျက်စီးဘဲ တည်မြဲလာတာ သတ္တဝါ သေတော့တောင် အသက်ဝိညာဉ်က မပျက်စီးဘဲ နောက်ဘဝတွေကို ကူးပြောင်းသွားတယ် လို့ ယူဆကြပါတယ်။

ဗုဒ္ဓတရားတော်အရ အဲဒီလို တည်မြဲနေတဲ့ အသက်ဝိညာဉ် ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်အစဉ်မျှသာ ရှိပါတယ်။ အရပ်စကားနဲ့ ပြောရရင် ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်ကိုယ်ကြီးနဲ့ စိတ်ပဲ ရှိပါတယ်။ လူ သေတဲ့ အခါမှာ ရုပ်ရော စိတ်ပါ ချုပ်ငြိမ်း ပျက်စီးသွားပြီးမှ ဒီ ဘဝက အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံ စတဲ့ အကြောင်းတရားတွေကြောင့် နောက် ဘဝမှာ အကျိုးတရား အနေနဲ့ ရုပ်သစ် စိတ်သစ် ဘဝသစ် ဖြစ်ရတာပါ။ ဒီ ဘဝက နောက်ဘဝကို ရုပ်လဲ မကူးပြောင်းဘူး၊ စိတ်လဲ မကူးပြောင်းဘူး။ ရုပ်နဲ့ စိတ်မှတပါး မပျက်စီးဘဲ ကူး ပြောင်းသွားတဲ့ အသက်ဝိညာဉ် ဆိုတာဟာလဲ လုံးဝ မရှိပါဘူး။

ဒါကြောင့် ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းရှိတဲ့ စိတ်ဝိညာဏ်နဲ့ အများက ရှိတယ်လို့ ယူဆ ထားကြတဲ့ အသက်ဝိညာဉ်ဟာ လုံးဝ မတူပါဘူး။ ဒီတော့ စိတ်ဝိညာဏ်က

''ဝိညာဏ်''ကို ''ဏ်''သတ်နဲ့ ရေးပြီး အသက်ဝိညာဉ်က ''ဝိညာဉ်''ကို ''ဉ်'' သတ်နဲ့ စာလုံးပေါင်းသတ်ပုံ ခွဲခြားပြီး ရေးသင့်ပါတယ်။

(ခ) သေသူရဲ့ အသက်ဝိညာဉ်ဟာ ၇-ရက် မပြည့်မချင်း အိမ်တွင်းမှာ ရှိနေတယ်လို့ တချို့ ယူဆကြပါတယ်။ အဲဒါကို ဗုဒ္ဓဝါဒ ရှုထောင့်ကနေ ကြည့်ရင် **သဿတဒိဋ္ဌိ=တည်မြဲအယူမှား** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သေသူရဲ့ အသက်ဝိညာဉ်ဟာ တည်မြဲလျက် အိမ်တွင်းမှာ ရှိနေတယ်လို့ မယူဆဘဲ သေပြီးနောက် ရုပ်သစ် နာမ် သစ်နဲ့ ပြိတ္တာ ဖြစ်ပြီး အိမ်အနီးအပါးမှာ လှည့်လည် သွားလာနေတယ်လို့ ယူဆ ရင်တော့ ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်နဲ့ ကိုက်ညီပါတယ်။

(ဂ) ဘုန်းကြီး တရားထဲမှာ လူသေလျှင် စက္ကန့်မခြားဘဲ နောက် ဘဝကို ကူးပြောင်းသွားတယ်လို့ မဟောခဲ့ပါဘူး၊ စက္ကန့် မခြားဘဲ ဘဝသစ်ဖြစ်တယ် ဆိုတဲ့ သဘောပဲ ဟောခဲ့ပါတယ်။ ဒါလဲ ရှေ့အဖြေထဲမှာ ပါခဲ့ပါပြီ။

(ဃ) ဘုန်းကြီး ဟောတဲ့ တရားနဲ့ အများ ယူဆချက် ဘယ်လိုခြားနား တယ်ဆိုတာကတော့ အများ ယူဆချက်ဆိုတာ ဘာကို ဆိုလိုတယ်ဆိုတာ ဘုန်းကြီး ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မသိလို့ မဖြေတတ်ပါဘူး။ သို့သော်လဲ ရှေ့မေးခွန်းတွေရဲ့ အဖြေ တွေကို ကြည့်ရင် မေးခွန်းရှင် လိုတဲ့ အဖြေကို ရမယ်ထင်ပါတယ်။

၄။ အတိတ်ဘဝဖြစ်ရပ်ကို ပြိတ္တာများဘယ်လိုသိပါသလဲ

မေး ။ ။ ဆရာတော်ဘုရား။

တပည့်တော်ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

တရားပွဲ တတိယပတ်တုန်းက ဟောကြားတဲ့ ပေတဝတ္ထုကို နှစ်ခြိုက်စွာ နာကြားခဲ့ရပါသည်။ [ယင်းဝတ္ထုမှာ ဖြတ်ထားခဲ့ရသည့် အဖြေဖြည့်ပါသွားသည်။]

တမလွန် ပြိတ္တာဘ၀ကို ရောက်နေတဲ့ မိန်းကလေးဟာ အတိတ် လူ့ဘ၀ တုန်းက ၎င်းပြုခဲ့တဲ့ မကောင်းမှုတွေကို နောင်တ တရားရပြီး ထုတ်ဖော်ပြောကြား ကြောင်း နာကြားရပါတယ်။ တပည့်တော် သိလိုတာက တမလွန် ပြိတ္တာဘ၀ ရောက်မှ လူ့ဘ၀တုန်းက ဤသို့ ဤပုံ ပြုခဲ့တဲ့ မကောင်းမှုကြောင့် ဤသို့ ပြိတ္တာ ဖြစ်ရတယ် ဆိုတာကို ကာယကံရှင် ကိုယ်တိုင် အလိုအလျောက် သိတာပါလား။ ၎င်းအား မည်သူက အသိပေးလို့ သိတာပါလဲ။ ဒါမှ မဟုတ် ပြိတ္တာ ဘ၀မှာလဲ အသိတရား ဖွင့်ပေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် (ပြိတ္တာမျိုး) ရှိနေလို့လား။ တပည့်တော် သိချင် ပါတယ်။

ကံတရားကို ရိုးသားစွာ ယုံကြည်၍ သိချင်ပါ သောကြောင့် မေးမြန်း လျှောက်ထားရခြင်း ဖြစ်ပါသည် ဘုရား။

မောင်ထွန်းမြင့် (ရွှေဟင်္သာ)

ဖြေ။ ။ ပြိတ္တာကိုယ်တိုင် အလိုအလျောက် သိတာပါ။ ကမ္မဝိပါကဇိဒ္ဓိ=ကံ၏ အကျိုးကြောင့်ဖြစ်တဲ့ တန်ခိုး လို့ ဆိုနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် (၃၉၁)နှင့် **ဝိသုဒ္ဓိမဂ်** (၃-၁၁) စသည်မှာ တန်ခိုးဇ္ဈိ ဆယ်ပါးကို ဖွင့်ပြတော့ ငှက်အားလုံး၊ နတ်အားလုံး၊ တချို့ လူများနှင့် တချို့ အပါယ်ဘုံသားများ ကောင်းကင် ပျံနိုင်တာ၊ မျက်စိအမြင် အထူး စင်ကြယ်တာ စသည်ဟာ ကမ္မဝိပါကဇိဒ္ဓိ ဖြစ်ကြောင်း ဖွင့်ပြကြပါတယ်။

အဇာတသတ် ဘုရင်ဟာ အဖသတ် ကံကြောင့် အိပ်မပျော်တဲ့ အတွက် ည အခါမှာ နန်းပြာသာဒ်ရဲ့ အထက်ထပ် လသာဆောင်မှာ စင်္ကြံ လျှောက်နေတုန်း ကောင်းကင်မယ် ပြိတ္တာ တယောက် သွားနေတာ မြင်လိုက်ရတော့ အဲဒီ ပြိတ္တာနဲ့ စကားပြောကြောင်း ပေတဝတ္ထုအဋ္ဌကထာ၊ ရူဋ္ဌသေဋ္ဌိပေတဝတ္ထု (ပေတ-ဋ္ဌ၊

(၉၉)မှာ ဖော်ပြ ထားပါတယ်။ ပြိတ္တာ ကောင်းကင်မှာ ပျံသွားနိုင်တာဟာ ကမ္မဝိပါကဇိဒ္ဓိ ဖြစ်သလို အတိတ်ဘဝ ဖြစ်ရပ်တွေ ပြန်သိနိုင်တာလဲ ကမ္မဝိပါကဇိဒ္ဓိ လို့ ဆိုရမှာပါပဲ။

၅။ သေခါနီး စိတ်ထားတတ်ဖို့ အရေးကြီးပါသလား

မေး ။ ။ ဆရာတော်ဘုရား၊

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

(က) လူ တစ်ယောက်သည် သေခါနီး တစ်ချက်တွင် စိတ်ထားတတ်ရန် အရေးကြီးသည် ဆိုတာ ဟုတ်ပါသလား။

(ခ) ဒါနပြု၊ သီလဆောက်တည်၊ ဘာဝနာပွားး၍ သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ်ကို ရပြီးသော သောတာပန် အဆင့်ရှိတဲ့ လူတစ်ယောက်သည် သေဆုံးပါက အပါယ်လေးဘုံသို့ မရောက်နိုင်ဟု နာကြားခဲ့ရပါသည်၊ အကယ်၍ ထိုသူသည် အကုသိုလ်ဇောစိတ်ဖြင့် သေဆုံးခဲ့လျှင် (သို့) ဥပစ္ဆေဒကကံဖြင့် သေဆုံးခဲ့လျှင် အပါယ်ငရဲသို့ ကျရောက်နိုင်ပါသလား။

(ဂ) လူ တစ်ယောက်သည် အကုသိုလ်နှင့်သာ ကျင်လည်ပြီး ကုသိုလ် လုပ်တာနည်းပါသည်။သို့သော် ထိုသူသည် သေခါနီးတွင် မိမိပြုလုပ်ခဲ့သော အနည်းငယ်မျှသော ကုသိုလ်ကို အာရုံပြု၍ ကုသိုလ်စိတ်ဖြင့် သေဆုံးပါက လူ့ပြည် နတ်ပြည် စသော အထက်ဘုံများသို့ ရောက်နိုင်ပါသလားဘုရား။

မစန္ဒာနွယ်၊ ခေတ္တမေဒ၊ လှိုင်နယ်မြေ

မေး။ ။ (က) လူ တစ်ယောက်သည် သေခါနီး တစ်ချက်တွင် စိတ်ထား တတ်ရန် အရေးကြီးသည် ဆိုသည်မှာ ဟုတ်ပါသလားဘုရား။

ဖြေ ။ ။ (က) သေခါနီးမှာ စိတ်ထားတတ်ဖို့ အရေးကြီးတယ် ဆိုတာ မှန် ပါတယ်။ သို့သော်လဲ တစ်ဘဝလုံး စိတ်ထားတတ်ဖို့က ပို အရေးကြီးပါတယ်။

မေး ။ ။ (ခ) ဒါနပြု၊ သီလဆောက်တည်၊ ဘာဝနာပွားး၍ သောတာပတ္တိ မဂ်ဖိုလ်ကို ရပြီးသော သောတာပန် အဆင့်ရှိတဲ့ လူတစ်ယောက်သည် သေဆုံးပါက အပါယ် ၄ ဘုံသို့ မရောက်နိုင်ဟု နာကြားခဲ့ရ ပါသည်။ အကယ်၍ ထိုသူသည် အကုသိုလ် စိတ်စေ့ဖြင့် သေဆုံးခဲ့လျှင် (သို့) ဥပစ္ဆေဒက ကံဖြင့် သေဆုံးခဲ့လျှင် အပါယ်ငရဲသို့ ကျရောက်နိုင်ပါသလားဘုရား။

ဖြေ ။ ။ (ခ) သောတာပတ္တိမဂ်ဥာဏ်က အပါယ်ကို ကျစေနိုင်လောက် အောင် ကြမ်းတမ်းတဲ့ အကုသိုလ်တွေကို အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်ပြီးပါပြီ။ ဒါကြောင့် သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဥပစ္ဆေဒကကံကြောင့် သေစေကာမူ အပါယ် မကျ တော့ပါ။

မေး။ ။ (ဂ) လူ တစ်ယောက်သည် အကုသိုလ်နှင့်သာ ကျင်လည်ပြီး ကုသိုလ်လုပ်တာ နည်းပါသည်။ သို့သော် ထိုသူသည် သေခါနီးတွင် မိမိ ပြုလုပ် ခဲ့သော အနည်းငယ်မျှသော ကုသိုလ်ကို အာရုံပြု၍ ကုသိုလ်စိတ်ဖြင့် သေဆုံးပါက လူ့ပြည် နတ်ပြည် စသော အထက်ဘုံများသို့ ရောက်နိုင်ပါသလားဘုရား။

ဖြေ ။ ။ (ဂ) ရောက်နိုင်ပါတယ်။ အမြဲတစေပြုလုပ်နေတဲ့အလုပ် = **အာစိဏ္ဏကံ** နှင့် သေခါနီးမှ ပြုလုပ်တဲ့ အလုပ် = **အာသန္နကံ** နှစ်ခု အနက် နောက်ဘဝ ပဋိသန္ဓေ ကျိုး ပေးဖို့ရာ ပဋိသန္ဓေနဲ့ နီးကပ်နေတဲ့ အာသန္နကံက ပိုပြီး အားကောင်းလို့ ပါပဲ။

ဒီအချက်ကို ထင်ရှားစေတဲ့ ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ကျမ်းဂန်မှ ထုတ်ပြလိုပါတယ်။ **သောဏဂိရိတောင်ခြေမှာ အစေလဝိဟာရကျောင်း**ဆိုတာရှိပါတယ်။ ကျောင်းထိုင် ဘုန်းကြီးကမ္မကထိက **အရှင်သောဏ** ထေရ်ပါ။ သူ့ ဖခင်က မုဆိုးကြီးပါ။ ကြီးတော့ ကုသိုလ်အထောက်အပံ့ ရအောင် သဘောနဲ့ ရဟန်းပြုပေးထားပါတယ်။ ဒီ ဦးပဉ္စင်းကြီး မကျန်းမာလို့ သေလုမြောပါး ဖြစ်တဲ့ အချိန်မှာ ကြီးမားလှတဲ့ ငရဲခွေးကြီးတွေ သူ့ကို စားတော့ဝါးတော့မလို သူ့နားမှာ ဝိုင်းနေကြတယ် လို့ စိတ်ထဲမယ် ထင်ပြီး ကြောက်လန့်တကြား အော်ဟစ်နေပါတယ်။ အဲဒါဟာ ငရဲ ဂတိနိမိတ် ထင်တာပါ။

သတ္တဝါများ ရဲ့ သေစိတ် စုတိစိတ်နဲ့ အနီးကပ်ဆုံး ဖြစ်တဲ့ သေခါနီးဇော စိတ်=မရဏာသန္နဇောဟာ ကံအာရုံကို ဖြစ်စေ၊ ကမ္မနိမိတ်အာရုံကို ဖြစ်စေ၊ ဂတိနိမိတ်အာရုံကိုဖြစ်စေ အာရုံပြုပါတယ်။

ကံအာရုံ ဆိုတာ ကိုယ်ပြုခဲ့တဲ့ ကောင်းမှု မကောင်းမှု ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံ ပါပဲ။

ကမ္မနိမိတ်အာရုံ ဆိုတာ အဲဒီကံကို ပြုလုပ်စဉ်က အဲဒီကံကို ပြီးမြောက်စေတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေပါပဲ။ ဒါန ကုသိုလ်ကံကို ပြုရင် အလှူဝတ္ထုပစ္စည်းတွေ၊ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်တွေ စသည်ဟာ ကမ္မနိမိတ်ပေါ့၊ သီလ ခံယူဆောက်တည်ရင် သီလပေးတဲ့ ဘုန်းကြီး၊ သီလ အတူယူကြတဲ့ ဥပုသ်သည် စသည်တွေဟာ ကမ္မနိမိတ်ပေါ့။ အကုသိုလ်ဘက်ကလဲ နွားသတ်တယ်ဆိုရင် အသတ်ခံရတဲ့ နွား၊ သတ်တဲ့ လက်နက်၊ သတ်ဖော်သတ်ဖက် လူတွေ စသည်ဟာ ကမ္မနိမိတ်ပေါ့။

ဂတိနိမိတ်အာရုံ ဆိုတာကတော့ သေပြီးနောက် ကိုယ် လားရောက်ရမည့် ဘဝ အခြေအနေတွေပါပဲ။ နတ်ပြည် ရောက်ရမည့် လူအတွက် နတ်ဘုံနတ်နန်း၊

နတ်သား၊ နတ်သမီး၊ နတ်သုဓါ စသည်တွေဟာ ဂတိနိမိတ်ပေါ့။ ငရဲပြည် ရောက်ရမည့်လူအတွက် ငရဲသား၊ ငရဲခွေး၊ ငရဲအိုး၊ ငရဲထိန်း စသည်တွေဟာ ဂတိနိမိတ်ပေါ့။

အခု ဒီဦးပဥ္ဇင်းကြီး ထင်နေတာတွေဟာ ငရဲဂတိနိမိတ်တွေပေါ့။ ဒါကို သူ့သား ဘုန်းကြီးက သိတော့ ချက်ချင်းပဲ ကိုရင်လေးတွေကို ပန်းတွေ အခူး ခိုင်းပြီး ဘုရားရင်ပြင်တော်ပေါ်မှာရော ဘုရားပလ္လင်တော်ပေါ်မှာပါ လှလှပပ ပန်းကော်ဇောကြီးတွေ ခင်းစေတယ်။ ပြီးမှ ဦးပဥ္ဇင်းကြီးကို ခုတင်ပါ မ ယူလာပြီး ဘုရားရင်ပြင်တော် ပေါ်မှာ ချထားလိုက်တယ်။ ပန်းကော်ဇောနဲ့ ဘုရားကို အာရုံ အပြုခိုင်းရင်း နှုတ်ကလဲ "ဒီ ပန်းကော်ဇောနဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို တပည့်တော် ပူဇော်ပါတယ် ဘုရား" လို့ ဆိုပြီး အပူဇော်ခိုင်းတယ်။

ဦးပဥ္ဇင်းကြီးရဲ့ ဂတိနိမိတ်တွေ ချက်ချင်းပဲ ပြောင်းသွားတယ်။ သူဟာ နတ်ဥယျာဉ် တစ်ခုထဲကို ရောက်နေပြီး နတ်သား နတ်သမီးတွေ နတ်ကချေသည်တွေက သူ့ကို ပတ်ပတ်လည် ဝိုင်းရံနေကြတယ် လို့ သူ့စိတ်ထဲမှာ ထင်လာပြီး ကြည်လင်ရွှင်ပျ ဝမ်းသာအားရ ဖြစ်နေတယ်။ မကြာမီ ကွယ်လွန်ပြီး နတ်ပြည် ရောက်သွားတယ်။ (သမ္မောဟဝိနောဒနီ-ဋ္ဌ၊ ၄၂၀) အဲဒါဟာ အကုသိုလ်အာစိဏ္ဏကံကို ကုသိုလ်အာသန္နကံက လွှမ်းမိုးပြီး ပဋိသန္ဓေကျိုး ပေးလိုက်တာပါပဲ။

၆။ သေခါနီးကံက အကျိုးပေးလျှင် မသေမီ ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ကံတွေ အလဟဿဖြစ်သွားပါသလား

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

တစ်သက်လုံး တံငါလုပ်လာတဲ့ လူဟာ သေခါနီးမှ ကောင်းမွန်ရာကို နှလုံးသွင်းမိလျှင် သုဂတိဘုံသို့ ရောက်နိုင်ပါသလား။ တစ်သက်လုံး ဒါနသီလကို မှန်မှန် ဖြည့်ဆည်းခဲ့တဲ့ လူဟာ သေခါနီးမှာ နှလုံးသွင်း မှားလျှင် အပါယ် လားရပါ သလား။

ထိုသို့ ဖြစ်လျှင် ထိုသူ ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံ ကုသိုလ်ကံများဟာ အလဟဿ ဖြစ်သွားပါသလား။

မအေးအေးသော်၊ တတိယနှစ်၊ စီးပွားရေး

ဖြေ ။ ။ သေခါနီး အခါမှာ ကုသိုလ်အာရုံကို နှလုံးသွင်းမိလျှင် သုဂတိသို့ ရောက်နိုင်ပြီး အကုသိုလ်အာရုံကို နှလုံးသွင်းမိလျှင် ဒုဂ္ဂတိသို့ ရောက်နိုင်ပါသည်။ ဘာကြောင့် ဒီလို ရောက်နိုင်သလဲ ဆိုတာကိုတော့ ရှေ့မေးခွန်းမှာ ဖြေပြီးခဲ့ပါပြီ။ သုဂတိရောက်နိုင်တာကို ဒမိဠတံငါသည် ဝတ္ထုနှင့် ရှေ့မေးခွန်းရဲ့ အဖြေမှာ ပြောပြခဲ့တဲ့ ဦးပဥ္စင်းကြီး ဝတ္ထုကို ထောက်ဆပြီး သိနိုင်ပါတယ်။ ဒုဂ္ဂတိ ရောက်ရတဲ့ ဝတ္ထုကို ပသေနဒီကောသလ မင်းကြီးရဲ့ မိဖုရား မလ္လိကာဒေဝီ ရဲ့ ဖြစ်ရပ်ကို ထောက်ဆပြီး သိနိုင်ပါတယ်၊

မလ္လိကာဒေဝီ ဟာ အမြော်အမြင် ပညာနဲ့ ပြည့်စုံပြီး သာသနာတော်ကို အလွန် သက်ဝင်ကြည်ညိုတဲ့ မိဖုရားကြီးပါ။ ကောသလမင်းကြီးနဲ့ စိတ်တူသဘောတူ အသဒိသ အလှူတော်ကြီးကို ပေးလှူခဲ့သူလဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေတဲ့ သူ ကွယ်လွန်တော့ အဝီစိငရဲမှာ ကျရတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သူ သေခါနီးမှာ ရှေးက သူ ပြုခဲ့မိတဲ့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကို အာရုံပြုမိပြီး စိတ်ဆင်းရဲမှုကို ခံစားနေရ ခိုက်မှာ ကွယ်လွန်သွားလို့ပါပဲ။ သူ ပြုမိခဲ့တဲ့ မကောင်းမှုကတော့ တစ်နေ့မှာ သူ

မရည်ရွယ်ဘဲ အမှတ်မထင် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သူ့ အချစ်တော် ခွေးရဲ့ အဖြေကို သာယာမိမှုနဲ့ ဒီကိစ္စကို သိသွားတဲ့ ကောသလဘုရင်ကြီး ကို ပရိယာယ် ဆင်ပြီး ဆိတ်မနဲ့ မဟုတ်မမှန် လုပ်ကြံစွပ်စွဲတဲ့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ပါပဲ။ သေခါနီးမှာ ဒီ အဖြစ်အပျက်တွေကို အာရုံပြုမိပြီး စိတ်မချမ်းမသာနဲ့ သေသွားရရှာတယ်။ အဲဒီ အာသန္နကံက အဝီစိပဋိသန္ဓေကျိုးကို ပေးလိုက်တာပါပဲ။

ပါကဒါန ပရိယာယကံ ၄ မျိုး

ဒီတော့ ဒီနေရာမှာ (ပါကဒါနပရိယာယ) အကျိုးပေးလှည့် အစဉ် အားဖြင့် ခွဲခြားရတဲ့ ကံလေးပါးကို မှတ်သားသင့် ပါတယ်။ အဲဒီ ကံလေးပါး ကတော့–

၁။ ကြီးလေးတဲ့ **ဂရုကကံ**၊ ကုသိုလ်ဘက်မှာ ရူပ အရူပ ကုသိုလ်ကံ တွေနဲ့ အကုသိုလ်ဘက်မှာ အမိသတ်ကံ၊ အဖသတ်ကံ၊ ရဟန္တာ သတ်ကံ၊ ဘုရားသွေးစိမ်းတည်အောင် ပြုတဲ့ကံ၊ သံဃာကို သင်းခွဲတဲ့ ကံ။ ဒီ ကံ ငါးပါးကို ပဉ္စာနန္တရိယ ကံကြီးများလို့ ခေါ်ပါတယ်။

နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကံ ကိုလဲ ဂရုကကံထဲမှာ သွင်းယူကြပါတယ်။

၂။ သေခါနီးမှာ ပြုတဲ့ **အာသန္နကံ**၊ သေခါနီးမှာ ပြုလုပ်တဲ့ ကံနဲ့ ရှေးက ပြုလုပ်ခဲ့တာကို သေခါနီးမှာ ပြန်ပြီး အာရုံပြု နှလုံးသွင်းမိတဲ့ ကံများ ပါပဲ။

၃။ အမြဲတစေပြုလုပ်တဲ့ **အာစိဏ္ဏကံ**၊ အမြဲတစေ နှစ်ရှည်လများ ပြုလုပ်တဲ့ ကံများ၊ တစ်ခါ ပြုလုပ်လိုက်ပြီးတဲ့ နောက် အဲဒီ ကံကို ထပ်ခါထပ်ခါ

ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းမိပြီး ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ ဖြစ်နေတဲ့ ကုသိုလ်ကံများ၊ ပြီးတော့ တွေးမိတိုင်း ထပ်ခါ ထပ်ခါ စိတ်ပူပန် ဆင်းရဲနေရတဲ့ အကုသိုလ် ကံများ ပါပဲ။

၄။ ပြုမိရုံမျှဖြစ်တဲ့ **ကဋတ္တာကံ**၊ ရှေ့ကံသုံးပါးထဲ မပါဝင်တဲ့ အမှတ်မထင် ပြုမိတဲ့ ကံများနဲ့ ရှေးဘဝတွေမှာပြုခဲ့တဲ့ ကံများပါပဲ။

အကျိုးပေးလှည့် အစဉ် အဲဒီ ကံလေးမျိုးအနက် ဂရုကကံ ပြုမိရင်တော့ နောက်ဘဝမှာ ပဋိသန္ဓေကျိုးကို မုချ ပေးတော့တာပဲ။ ဂရုကကံ မရှိရင်တော့ အာသန္နကံက ပဋိသန္ဓေကျိုးကိုပေးတယ်။ အာသန္နကံ မရှိမှ အာစိဏ္ဏကံက ပဋိသန္ဓေကျိုးကို ပေးဘယ်။ ရှေ့ကံသုံးပါးမရှိမှသာ ကဋတ္တာကံက ပဋိသန္ဓေကျိုးပေးရတယ်။ တကယ်တော့ ရှေ့ကံသုံးပါးလုံး မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရယ်လို့တော့ မရှိပါဘူး။

နှစ်ရှည်လများ အမြဲပြုလုပ်နေတဲ့ အာစိဏ္ဏကံဟာ သဘာဝအားဖြင့် အားကောင်းတဲ့ ကံပါပဲ။ အာသန္နကံဟာ သဘာဝအားဖြင့် အာစိဏ္ဏကံလောက် အားမကောင်းနိုင်ပါဘူး။ သို့သော်လဲ သေပြီး နောက်တစ်ဘဝမယ် ပဋိသန္ဓေကျိုး ပေးရာမှာတော့ သေခါနီး ပြုလုပ်တဲ့ အာသန္နကံက ပဋိသန္ဓေနဲ့ နီးကပ်နေတဲ့အတွက် ပဋိသန္ဓေကျိုး ပေးဖို့ရာ ဝိုပြီး အခွင့်သာသွားပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒမိဠ တံငါသည်ဟာ နှစ်ပေါင်း ငါးဆယ်လုံးလုံး ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ ပါဏာတိပါတအကုသိုလ်အာစိဏ္ဏကံကို လွှမ်းမိုးပြီး သေခါနီးမှ ဆောက်တည်လိုက်ရတဲ့ သရဏဂုံ ကုသိုလ်အာသန္နကံက စတုမဟာရာဇ် နတ်ပြည်မှာ ပဋိသန္ဓေကျိုးကို ပေးလိုက်လို့ နတ်ဖြစ်သွားရတာပါ။

မလ္လိကာဒေဝီမှာလဲ နှစ်ပေါင်းများစွာ ရတနာသုံးပါးကို ကြည်ညို ဆည်းကပ်ခဲ့တဲ့ အာစိဏ္ဏကံကုသိုလ်တွေ အသဒိသဒာနကြီး ပေးပြီးတဲ့နောက် ဒီအလှူကြီးကို ပြန် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းမိတိုင်း ဝမ်းမြောက်ရတဲ့ အာစိဏ္ဏကံကုသိုလ်တွေကို လွှမ်းမိုးပြီး သေခါနီးမှာ မလျော်တဲ့အမှုကို အာရုံပြုမိလိုက်တဲ့ အကုသိုလ်အာသန္နကံက ပဋိသန္ဓေကျိုးကို ပေးလိုက်လို့ အဝီစိငရဲမှာ ကျရတာပါ။

ဥပမာ ဒီနေရာမှာ အာသန္နကံရဲ့ အကျိုးပေးပုံကို ကျမ်းဂန်များမှာ ဥပမာနဲ့ ဖေါ်ပြကြပါတယ်။ နွားခြံကြီး တစ်ခုထဲမယ် နွားတွေ အပြည့်သွင်းထားတယ်။ နံနက်ကျတော့ နွားတွေကို စားကျက်လွှတ်ဖို့ ခြံကို ဖွင့်လိုက်တဲ့အခါ ခြံရဲ့ နောက်ပိုင်းနဲ့ အလယ်ပိုင်းမှာ ရောက်နေတဲ့ အားကောင်းတဲ့ နွားကြီးတွေက အရင် မထွက်နိုင်ဘဲ ခြံဝမှာ ရှိနေတဲ့ အားနည်းလှတဲ့ နွားအိုကြီးတွေကသာ အရင် ထွက်နိုင်သလို ပဋိသန္ဓေနဲ့ နီးတဲ့ သေခါနီးပြုတဲ့ အာသန္နကံကသာ ပဋိသန္ဓေကျိုးကို ပေးကြောင်း ဥပမာ ပြုကြပါတယ်။ (အံ-ဋ္ဌ ၂၊ ၁၀၇)

အခု ပြောခဲ့တဲ့ စကားစဉ်အရ ဂရုကကံ မရှိရင် အာသန္နကံက ပဋိသန္ဓေကျိုးပေးတယ်။ အာသန္နကံ မရှိမှ အာစိဏ္ဏကံ အကျိုးပေးတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ဒီအစဉ်ကတော့ **အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟ** နှင့် **ဝိဘာဝနီဋီကာ**တို့မှာ ဖေါ်ပြထားတဲ့ အစဉ်ပါ။ အခု ပြောပြခဲ့တဲ့ ဒမိဠတံငါသည်ဖြစ်ရပ်နဲ့ **မလ္လိကာဒေဝီ**ဖြစ်ရပ်ကို ကြည့်ရင် အာစိဏ္ဏကံကို လွှမ်းမိုးပြီး အာသန္နကံက ပဋိသန္ဓေကျိုး ပေးတယ်ဆိုတာ အကြောင်း ယုတ္တိကန်ပါတယ်။

အဋ္ဌကထာကြီးများ အလို သို့သော်လဲ အဋ္ဌကထာကြီးများမှာ **ယဂ္ဂရုကံ၊ ယဗ္ဗဟုလံ** (အာစိဏ္ဏကံ)၊ **ယဒါသန္နံ၊ ကဋတ္တာကံ**လို့ **အကျိုးပေး**လှည့်အစဉ်အားဖြင့် တစ်မျိုးစဉ်ထားတာကို **တွေ့**ရပါတယ်။ ဒီအစဉ်အရရော အဋ္ဌကထာ (အံ-ဋ္ဌ ၂၊ ၁၀၅)၊ ဋီကာများ (အံ-ဋီ ၂၊

၁၀၂။ ဝိသုဒ္ဓိ-ဋီ ၂၊ ၃၇၇) မိန့်ကြားချက်အရပါ ဂရုကကံ မရှိရင် အာစိဏ္ဏကံက အကျိုးပေးကြောင်း၊ အာစိဏ္ဏကံ မရှိမှသာ အာသန္နကံ အကျိုးပေးကြောင်း တစ်နည်း မှတ်သားရပြန်ပါတယ်။

ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ မှာ လာတဲ့ ဓမ္မိကဉပါသကာဝတ္ထု စသည်တို့ကို ကြည့်ရင် အာစိဏ္ဏကံကုသိုလ်တွေပဲ သေခါနီး စိတ်အစဉ်မှာ အာသန္နကံအဖြစ် နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်မိပြီး နတ်ပြည်မှာ ပဋိသန္ဓေကျိုး ပေးတာကို တွေ့ရပါတယ်။

ဓမ္မိက ဉပါသကာဟာ သူ့ အပေါင်းအဖော် သူတော်စဉ် ဉပါသကာ မြောက်မြားစွာနှင့် အတူ ရတနာသုံးပါးနဲ့ စပ်သမျှ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ၊ ဝေယျာဝစ္စ၊ ဓမ္မဿဝဏ စတဲ့ ကုသိုလ်လုပ်ငန်းတွေကိုပဲ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး လုပ်လာခဲ့ပြီး သေခါနီးကာလမှာလဲ တရားနာရင်း ကုသိုလ်ပွားနေရာက ကောင်းကင်မှာ နတ်ရထားတွေကို မြင်လို့ တုသိတာနတ်ပြည်က နတ်ရထားကို ရည်မှန်းပြီး သားသမီးတွေကို ပန်းကုံး အပစ်ခိုင်းတယ်။ ပြီးတော့ သားသမီးတွေကို ''သားတို့ သမီးတို့ အဖေရှိရာ တုသိတာနတ်ပြည်မှာပဲ ရောက်ကြရအောင် အဖေ့လိုပဲ ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေကို များများ ပြုကြပါ'' လို့ မှာထားပြီး ကွယ်လွန်သွားကြောင်း **ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ** (ပ၊၃၈) မှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။

ထူးခြားတဲ့ အစီအမံ

ကံတို့ရဲ့ အားရှိအားမဲ့ကို စဉ်းစားကြည့်ရင် အာစိဏ္ဏကံဟာ အမြဲတစေ နှစ်ရှည်လများ ပြုလုပ်ပွားများခဲ့တာ ဖြစ်လို့ အားကြီးတာ သေချာပါတယ်။ ဒါကြောင့် သေခါနီးမှာ ဒမိဠ တံငါသည်နှင့် သောဏဂိရိကျောင်းက ဦးပဥ္ဇင်းကြီးတို့လို ထူးခြားတဲ့ အကြောင်း၊ ထူးခြားတဲ့ အစီအမံ မရှိရင် အလေ့အကျင့်များခဲ့တဲ့ ကောင်းမှု၊ မကောင်းမှုကိုသာ

ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းမိဖို့ ရှိပါတယ်။ အဲဒီလို ဆိုရင် အာစိဏ္ဏကံကိုပဲ သေခါနီးမှာ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းမိမှာ ဖြစ်လို့ အာစိဏ္ဏကံကိုပဲ အာသန္နကံလို့ နာမည်တပ်ရမှာပါပဲ။

မေးခွန်းရဲ့ ဒုတိယပိုင်း နောက် ဒီမေးခွန်းရဲ့ ဒုတိယပိုင်းမှာ ''ဒီလို ဆိုရင် သူ ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံများဟာ အလဟဿဖြစ်သွားပါသလား'' လို့ ထပ်ဆင့်ပြီး မေးထားပါတယ်။ ဒီအချက်ဟာ မေးသင့်တဲ့ အချက်ပါပဲ။

သူ ရည်ညွှန်း မေးတာက ဒမိဠတံငါသည် တစ်သက်လုံးလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံတွေကို သေခါနီး ဆောက်တည်တဲ့ သရဏဂုံကုသိုလ်ကံက လွှမ်းမိုးပြီး သုဂတိပဋိသန္ဓေကျိုး ပေးတယ် ဆိုတာကို ရည်ညွှန်းပြီး မေးတာပါပဲ။ ဒါကော စဉ်းစားသင့် မေးသင့်တဲ့ အချက်ပါ။

အဖြေကတော့ အားကြီးတဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် ကုသိုလ်၊ သို့မဟုတ် အကုသိုလ်ကသာ လွှမ်းမိုးနှိပ်စက် ဖျက်ဆီး သတ်ဖြတ်ခြင်း မပြုရင် သူ ပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်တွေဟာ အကြောင်းညီညွတ်တဲ့အချိန်မှာ အကျိုးပေးရမှာပါပဲ။

လုပ်ငန်းကိစ္စအားဖြင့် ကံ ၄ မျိုး

ဒီမှာလဲ လုပ်ငန်းကိစ္စအားဖြင့် ကွဲပြားခြားနားတဲ့ ကံလေးမျိုးကို အကျဉ်းမျှ ရှင်းပြဦးမှ ပိုပြီး ရှင်းမယ်ထင်ပါတယ်။ အဲဒီ ကံတွေကတော့ **ဇနကကံ၊ ဥပထမ္ဘကကံ၊ ဥပပီဠကကံ၊ ဥပဃာတကကံ**ဆိုတဲ့ ကံလေးမျိုးပါပဲ။

ဇနကကံ ဇနကကံဆိုတာ (က) ပဋိသန္ဓေအခါ၊ (ခ) ပဝတ္တိအခါတို့မှာ **အကျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ ကံ** ပါပဲ။ [**ပဋိသန္ဓေအခါ** ဆိုတာ တစ်ဘဝရဲ့ အစဆုံး စိတ်ကလေး ဖြစ်ဆဲဖြစ်ခိုက် အချိန်ကို ခေါ်တာပါ၊ အဲဒီ အစဆုံးစိတ်ကလေးရဲ့ နောက်က ဒုတိယစိတ်မှ စပြီး သေစိတ်ရဲ့ ရှေ့ကပ်ကပ်က စိတ်အထိ တစ်ဘဝတာကို **ပဝတ္တိအခါ** ခေါ်ပါတယ်။ သေစိတ်ဖြစ်နေတဲ့အချိန် ကိုတော့ **စုတိအခါ** လို့ခေါ်ပါတယ်။ ဒီနည်းနဲ့ တစ်ဘဝဆိုတဲ့ အချိန်တာကို **ပဋိသန္ဓေအခါ၊ ပဝတ္တိအခါ၊ စုတိအခါ**လို့ (ဗုဒ္ဓ အဘိဓမ္မာအရ) သုံးပိုင်း ပိုင်း ထားပါတယ်။]

(က) **ပဋိသန္ဓေအခါ** အကျိုးဖြစ်ပေါ်စေတယ်ဆိုတာ ရှေ့ဘဝတွေမှာ ပြုခဲ့တဲ့ ကောင်းမှု မကောင်းမှု= **ဇနကကံ**က လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝ၊ တိရစ္ဆာန် ဘဝ စသည်မှာ အစဆုံး ပဋိသန္ဓေစိတ်နဲ့ ရုပ်တွေကို ဖြစ်ပေါ်စေတာပါပဲ။

(ခ) **ပဝတ္တိအခါမှာ** ရှေးက ပြုခဲ့တဲ့ **ဇနကကံ**က အကျိုးဖြစ်ပေါ်စေတယ် ဆိုတာကတော့ လူ့ဘဝမှာ ဆိုရင် ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ အချိုးကျပြီး လှပခြင်း၊ ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ အချိုးမကျ မလှမပခြင်း၊ အိမ်ကောင်းရာကောင်းမှာ **နေရခြင်း**, မနေရခြင်း၊ အဝတ်အစား ပေါများခြင်း, ရှားပါးခြင်း၊ ပစ္စည်းဥစ္စာ ချမ်းသာ ကြွယ်ဝခြင်း, ဆင်းရဲမွဲတေခြင်း၊ ကျန်းမာခြင်း, ရောဂါများခြင်းစတဲ့ ကောင်း ကျိုး မကောင်းကျိုးတွေကို ဖြစ်စေတာပါပဲ။

ဥပထမ္ဘကကံ ဥပထမ္ဘကကံ ဆိုတာ (က) ဇနကကံ အကျိုးပေးခွင့်ရအောင် (ခ) ဇနကကံက ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကျိုး ဖွံ့ဖြိုးတာရှည်အောင် ကူညီထောက်ပံ့တဲ့ကံ ကို ခေါ်ပါတယ်။ ကုသိုလ် ဥပထမ္ဘကကံက ကုသိုလ် ဇနက

ကံကို ကူညီတယ်။ အကုသိုလ် ဥပထမ္ဘကကံက အကုသိုလ် ဇနကကံကို ကူညီတယ်။

(က) စုတိစိတ် = သေစိတ်ရဲ့ရှေ့က ကပ်နေတဲ့ စိတ်ဖြစ်စဉ် (မရဏာသန္နဝီထိ)မှာ ပါဝင်တဲ့ ဇောစိတ်က ကုသိုလ်ကို အာရုံပြုမိရင် အရင်က ပြုထားခဲ့တဲ့ ကုသိုလ် ဇနကကံကို ပဋိသန္ဓေကျိုးပေးနိုင်အောင် ကူညီထောက်ပံ့ပါတယ်။ အဲဒီ မရဏာသန္နဇောစိတ်က အကုသိုလ်ကို အာရုံပြုမိရင် အရင်ကပြုထားခဲ့တဲ့ အကုသိုလ် ဇနကကံကို ပဋိသန္ဓေကျိုးပေးနိုင်အောင် ကူညီထောက်ပံ့ပါတယ်။ ဒါဟာ ပဋိသန္ဓေအခါမှာ ကူညီထောက်ပံ့ပုံပဲ။ သေခါနီးစိတ် ဖြစ်စဉ်မှာ ပါဝင်တဲ့ အဲဒီ ကူညီ ထောက်ပံ့တဲ့ ကုသိုလ်စိတ်က ကုသိုလ်ဥပထမ္ဘကကံ၊ အကုသိုလ်စိတ်က အကုသိုလ်ဥပထမ္ဘကကံ။

(ခ) ပဝတ္တိအခါမှာ ကူညီထောက်ပံ့ပုံကတော့ **ရှေးကုသိုလ် ဇနကကံကြောင့် ပဝတ္တိအခါမှာ စားဝတ်နေရေး အဆင့်အတန်းမြင့်တဲ့ အခြေအနေကို ရရှိနေတဲ့အခါမယ် ဒါန သီလ ဘာဝနာစတဲ့ ကုသိုလ် (ဥပထမ္ဘကကံ) တွေကို အခွင့်သင့်သလို ပြုလုပ်တော့ ပိုပြီး အခြေကောင်း အနေကောင်း တွေကို ရရှိတယ်။** ပိုပြီးတော့လဲ တာရှည်တယ်။ ဒါဟာ ရှေးကုသိုလ်ဇနကကံရဲ့ အကျိုးကို ယခုပြုလုပ်တဲ့ ကုသိုလ် ဥပထမ္ဘကကံက ကူညီထောက်ပံ့တာပါပဲ။ အကုသိုလ် ဇနကကံကြောင့် အခြေအနေဆိုးတွေနဲ့ တွေ့နေရတဲ့ အခါမှာ မကောင်းမှုတွေကို ပြုလုပ်ရင် အခြေအနေပိုပြီး ဆိုးလဲဆိုးမယ်၊ တာလဲရှည်မယ်။ ဒါဟာ အကုသိုလ် ဇနကကံရဲ့ အကျိုးကိုပိုဆိုးအောင် အကုသိုလ်ဥပထမ္ဘကကံက ကူညီထောက်ပံ့လိုက်တာပဲ။

ဥပပီဋ္ဌကကံ ဥပပီဋ္ဌကကံ ဆိုတာ (က) တခြားကံကိုဖြစ်စေ၊ (ခ) တခြားကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ အကျိုးကိုဖြစ်စေ တားဆီးနှောင့်ယှက် နှိပ်စက်တဲ့ ကံကို ခေါ်ပါတယ်။

(က) တခြားကံကို **ဥပပီဋ္ဌကကံက** တားဆီးနှိပ်စက် နှောင့်ယှက်တယ် ဆိုတာ ယခုဘ၀မှာ ရတနာသုံးပါးကိုင်းရှိုင်းပြီး အပြစ်ကင်းတဲ့ ကုသိုလ် လုပ်ငန်းတွေ အလုပ်များတော့ ရှေးကပြုခဲ့မိတဲ့ အကုသိုလ်ကံတွေဟာ ယခုဘ၀ ပြုတဲ့ အဲဒီ ကုသိုလ်ဥပပီဋ္ဌကကံတွေရဲ့ အတားဆီး အနှောင့်ယှက်ခံနေရလို့ မကောင်းကျိုး ပေးခွင့် မရကြပါဘူး။ ဒါကြောင့် ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲမှု နည်းပါးပြီး ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာမှုသာ များများတွေ့ရပါတယ်။ ရှေးကပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကံကို အကုသိုလ် ဥပပီဋ္ဌကကံက တားဆီးနှိပ်စက်တာကိုလဲ အခုပြောခဲ့တဲ့ သဘောကို ပြောင်းပြန် လှန်ကြည့်ရင် သိသာပါတယ်။

(ခ) တခြားကံကြောင့် ဖြစ်ပေါ်တဲ့ အကျိုးကို **ဥပပီဋ္ဌကကံက** တားဆီး နှိပ်စက် နှောင့်ယှက်တယ်ဆိုတာကတော့ ဒီလိုပါ။ ကုသိုလ်ဇနကကံတစ်ခုခုကြောင့် လူ့ဘ၀စတဲ့ သုဂတိဘုံဘ၀မှာ ဖြစ်ရပြီး တခြားကုသိုလ် ဇနကကံကြောင့် ပဝတ္တိအခါမှာ ပစ္စည်းပစ္စယ ပြည့်ပြည့်စုံစုံနှင့် နေရသော်လဲ ရောဂါဘယ ထူပြောခြင်း၊ သားဆိုး သမီးဆိုးကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲဖြစ်ရခြင်း၊ သူခိုးဓားပြအနှိပ်စက်ခံရခြင်း စသည်ဖြင့် အဆင်မပြေတာတွေပဲ များနေတာ ရှိတတ်ပါတယ်။

အဲဒါဟာ ရှေးကုသိုလ် ဇနကကံကြောင့် ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ကောင်းကျိုးကို အကုသိုလ် ဥပပီဋ္ဌကကံက တားဆီးနှိပ်စက် နှောင့်ယှက်တာပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်အခါက ပုတိဂတ္တတိဿမထေရ် ဆိုတာ ကုသိုလ်ဇနကကံကြောင့် လူ့ဘဝရပြီး ပဗ္ဗဇ္ဇိအခါမှာလဲ ရဟန်းဘဝရလို့ ရဟန်းတရားကို အားထုတ်ခွင့် ရပါရဲ့။ သို့သော်လဲ ရှေး ငှက်မုဆိုးဘဝက ငှက်ကလေးတွေကို ခြေချိုး၊ အတောင်ချိုး၊ သတ်ဖြတ် စသည်ဖြင့် သူပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ အကုသိုလ် ဥပပီဠကကံက တားဆီးနှိပ်စက်လို့ တစ်ကိုယ်လုံး သီးသီးခန့် ဥသျှစ်သီးခန့်ရှိတဲ့ အနာကြီးတွေ အပ်ချစရာ မရှိလောက်အောင် ပေါက်ပြီး သွေးတစိုစို ပြည်တရွှဲရွှဲ အပုပ်နံ့ တထောင်းထောင်းနဲ့ အိပ်ရာထဲမှာပဲ အလူးအလဲ ခံနေရတယ်။

နောက်မှ မြတ်စွာဘုရား သိတော်မူလို့ ကြွလာပြီး ရဟန်းတွေနဲ့အတူ ဝိုင်းဝန်းပြုစုလို့ သက်သာရာ ရသွားတယ်။ အဲဒီအခါမှ မြတ်စွာဘုရား တရားဟောတော်မူလို့ တရားရပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်ရတယ်။ ဒီလို ရဟန္တာ ဖြစ်သည်အထိ တရားသိသွားတာကတော့ အဲဒီ မုဆိုးဘဝမှာပဲ သံဝေဂဖြစ်ပြီး ရဟန္တာ တစ်ပါးကို ရိုရိုသေသေနဲ့ ဆွမ်းလှူတယ်။ ပြီးတော့ 'ဒီကောင်းမှုကြောင့် အရှင်မြတ်သိတဲ့ တရားကို သိရပါလို၏' လို့ ဆုတောင်းခဲ့တယ်။ အဲဒီကုသိုလ်ကြောင့် ရဟန္တာ ဖြစ်ရတာပါပဲ။

ဥပဃာတကကံ ဥပဃာတကကံ ဆိုတာ (က) တခြားကံကိုဖြစ်စေ၊ (ခ) တခြားကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ အကျိုးကိုဖြစ်စေ သတ်ဖြတ် ဖျက်ဆီးတဲ့ ကံကို ခေါ်ပါတယ်။ ဒီကံကို ဥပစ္ဆေဒကကံ လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။

(က) အမှတ်ပြ ဥပဃာတကကံနှင့် ပတ်သက်လို့ ကုသိုလ် ဥပဃာတကကံက အကုသိုလ်ကံကိုသတ်ဖြတ်တဲ့ ဝတ္ထုသာဓက ကတော့ ပြောခဲ့ပြီးတဲ့ ဒမိဠ တံငါသည်

ဝတ္ထုကိုကြည့်ပါ။ အဲဒီ ဝတ္ထုမှာ အပါယ်ပဋိသန္ဓေကျိုးကို ပေးနိုင်တဲ့ ပါဏာတိပါတ အကုသိုလ်ကံကို သရဏဂုံ ဆောက်တည်တဲ့ ကုသိုလ်ဥပဃာတကကံက သတ်ဖြတ်ဖျက်ဆီးပြီးတော့ စတုမဟာရာဇ်နတ်ပြည်မှာ ပ ဋိ သ န္ဓေ ကျိုး ပေး လိုက် တယ်။ မလ္လိကာဒေဝီ ဝတ္ထုကို ကြည့်ရင် သုဂတိပဋိသန္ဓေကျိုးကို ပေးနိုင်တဲ့ ကုသိုလ်ကံတွေကို သေခါနီးမှာ နှလုံးသွင်းမှားသွားတဲ့ အကုသိုလ် ဥပဃာတကကံက သတ်ဖြတ် ဖျက်ဆီးပြီး အပါယ်ကို ကျစေတယ်။

(ခ) အမှတ်ပြ ဥပဃာတကကံနှင့် ပတ်သက်လို့ တခြားကံရဲ့ အကျိုးကို ဥပဃာတကကံက သတ်ဖြတ်ရာမှာ ၃ မျိုးရှိပါတယ်။ (၁) တခြားကံရဲ့အကျိုးကို သတ်ရုံမျှသာ သတ်ခြင်း၊ (၂) တခြားကံရဲ့အကျိုးကို သတ်ပြီးတော့ တခြားဇနကကံတစ်ခုကို ပဋိသန္ဓေကျိုးပေးခွင့်ပြုခြင်း၊ (၃) တခြားကံရဲ့အကျိုးကို သတ်ပြီးတော့ သတ်တဲ့ ဥပဃာတကကံကပဲ ပဋိသန္ဓေကျိုးကို ပေးခြင်းလို့ ၃ မျိုးရှိပါတယ်။

(ခ-၁) အဲဒီ ၃-မျိုးထဲက တခြားကံရဲ့ အကျိုးကို သတ်ရုံသာသတ်တဲ့ ဥပဃာတကကံကိုတော့ **သောဏရေယျ** သူဌေးသားအဖြစ်ကို ကြည့်ရင် နားလည်နိုင်ပါတယ်။ **သောဏရေယျ**သူဌေးသားဟာ ပထမ **အရှင်ကစ္စည်းမထေရ်**မြတ်ကို စိတ်နဲ့ ပြစ်မှားမိလို့ ယောက်ျားစင်စစ်က မိန်းမဖြစ်သွားရပြီး တက္ကသိုလ်သူဌေးသားနဲ့ အိမ်ထောင်ရက်သားကျ ကလေးနှစ်ယောက် မွေးဖွားပြီးမှ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းကြောင့် အရှင်မြတ်ကို ကန်တော့ခွင့်ရလို့ ကန်တော့တောင်းပန်လိုက်တဲ့ ကုသိုလ်ကြောင့် ယောက်ျားဘဝ ပြန်ရပြီး ရဟန်းပြုခွင့်ရသွားတယ်။ နောက် တရားကြိုးစားအားထုတ်တော့ ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တရဟန္တာ ဖြစ်သွားတယ်။ ဒီဖြစ်ရပ်မှာ ကန်တော့တောင်းပန်တဲ့ ကုသိုလ် ဥပဃာတကကံက ပြစ်မှားတဲ့ အကုသိုလ်ကံရဲ့ အကျိုးဖြစ်တဲ့

မိန်းမဘဝကို သတ်ဖြတ်ဖျက်ဆီးပစ်လိုက်တယ်။ ဒါကြောင့် ယောက်ျားဘဝ ပြန်ရသွားတယ်။

(ခ–၂) ဥပဃာတကကံက တခြားကံရဲ့ အကျိုးကို သတ်ဖြတ်ဖျက်ဆီးပြီး တခြားဇနကကံတစ်ခုကို ပဋိသန္ဓေကျိုးပေးခွင့် ပြုပုံကိုတော့ ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးရဲ့ ဖြစ်ရပ်ကို ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ ရှေးကုသိုလ်ဇနကကံကြောင့် ရခဲ့တဲ့ ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီး ရဲ့ မင်းစည်းစိမ်ချမ်းသာကို ရှေးဘဝတစ်ခုမယ် ဘုရားရှင်ပြင်ပေါ်မှာ ဖိနပ်စီးခဲ့ခြင်းနှင့် သံဃာတော်များအတွက် ခင်းထားတဲ့ဖျာပေါ်ကို ခြေမဆေးဘဲ တက်ခြင်းဆိုတဲ့ အကုသိုလ် ဥပဃာတကကံက ဖျက်ဆီးလိုက်ပြီး ခြေဖဝါးကို ဓားနှင့်ခွဲ ဆားသိပ်ခြင်း ဆိုတဲ့ ဆိုးကျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေပါတယ်။ သို့သော်လည်း အဲဒီအကုသိုလ် ဥပဃာတကကံက ပဋိသန္ဓေကျိုးတော့ မပေးဘူး၊ ဒါကြောင့် နတ်ရွာစံတော့ မင်းကြီးရဲ့ အသဒိသဒါန စတဲ့ တခြား ကုသိုလ်ကံတွေထဲက အားကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်ကံ တစ်ခုက စတုမဟာရာဇ်နတ်ပြည်မှာ ပဋိသန္ဓေကျိုး ပေးလိုက်လို့ **ဇနဝသဘနတ်သား** ဆိုတာ သွားဖြစ်ပါတယ်။

ကုသိုလ်ကံတွေက အားကောင်းပါလျက် အနိမ့်ဆုံးနတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ရတာကတော့ ဒီမင်းကြီးက ဒီနတ်ဘုံမှာ အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်ခဲ့ဖူးတော့ ဒီဘုံကို နှစ်သက်နေတဲ့ နိကန္တိတဏှာကြောင့် ဖြစ်ရကြောင်း **ဒီဃနိကာယ်၊ ဇနဝသဘသုတ် အဋ္ဌကထာ** မှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။

(ခ–၃) ဥပဃာတကကံက တခြားကံရဲ့အကျိုးကို သတ်ပြီးတော့ ဒီသတ်တဲ့ ကံကိုယ်တိုင်ပဲ ပဋိသန္ဓေကျိုး ပေးပုံကိုတော့ **အရှင်အနုရုဒ္ဓါ** ရဲ့ နှမ **ရောဟိနီ** ရဲ့ ဖြစ်ရပ်ကို ကြည့်သင့်ပါတယ်။ သာကီဝင် မင်းသမီးဖြစ်တဲ့ **ရောဟိနီဟာ** ရှေးဘဝတစ်ခုမယ် တခြား အမျိုးသမီးတစ်ဦးကို မနာလိုစိတ် ဖြစ်ရာက ခွေးလေးယားသီး

မှန်တွေနဲ့ ဖြူးခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံကြောင့် အခု ရောဟိနီ မင်းသမီးဘဝမှာ အနာကြီး ရောဂါ စွဲကပ်လို့ အခန်းအောင်းနေရတယ်။

ဒါကို **အရှင်အနုရုဒ္ဓါ** သိတော့ ရောဟိနီကို လက်ဝတ်လက်စား ရောင်းပြီး တော့ ဆွမ်းကျောင်း ဆောက်လှူဖို့ ညွှန်ကြားတယ်။ **ရောဟိနီဟာ** ညွှန်ကြားတဲ့ အတိုင်း နှစ်ထပ်ဆွမ်းကျောင်း ဆောက်လုပ်လှူပြီးတော့ ဆွမ်းကျောင်း နှစ်ထပ် လုံးရောကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်ပါ သန့်ရှင်းရေး နေ့စဉ် လုပ်တယ်။ ဒါနဲ့ပဲ အနာကြီး ရောဂါလုံးဝ ပျောက်သွားပြီး သေတော့ တာဝတိံသာ နတ်ပြည်မှာ အလွန်ချော အလွန်လှတဲ့ နတ်သမီးဖြစ်သွားတယ်။

လှလွန်းလို့ နတ်သားလေးယောက် ဒီ နတ်သမီးကို သူရထိုက် ငါရထိုက် အငြင်းပွားကြရာက သိကြားမင်းဆီ သွားပြီး တရား အဆုံးအဖြတ်ခံတော့ သိကြားမင်းက ဒီ နတ်သမီးကို မရရင် သူ သေရပါတော့မယ် ဆိုလို့ သိကြားမင်း အသေမခံနိုင်တဲ့ နတ်သားလေးယောက်ဟာ နတ်သမီး ထားခဲ့ပြီး စိတ်ပျက် လက်ပျက်နဲ့ တပ်ခေါက် ပြန်ခဲ့ကြရသတဲ့။

ဒီ ဖြစ်ရပ်မှာ ရောဟိနီရဲ့ ကျောင်းဒါနကုသိုလ်နဲ့ သန်းရှင်းရေးကုသိုလ် ဉပဃာတကကံက ရှေးအကုသိုလ်ကံရဲ့ အကျိုးဖြစ်တဲ့ အနာကြီးရောဂါကို ပျောက် ကင်းစေရုံမက နတ်ဘဝ ပဋိသန္ဓေကျိုးကိုရော ရုပ်ချောခြင်းဆိုတဲ့ ပဝတ္တိကျိုးကိုပါ ဖြစ်ပေါ်စေပါတယ်။

ခုလောက် ရှင်းပြတော့ ကံတွေရဲ့ အသီးသီး လုပ်ငန်းကိစ္စ ဆောင်ရွက် ကြပုံကို အတော်အတန် သဘောပေါက်လောက်ပါပြီ။

ပြုခဲ့တဲ့ကံများ အလဟသမဖြစ်

ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးရဲ့ ဖြစ်ရပ်ကို ကြည့်ရင် ကံတစ်ခုခုဟာ ဥပပီဠကကံက ဖြစ်စေ၊ ဥပဃာတကကံက ဖြစ်စေ နှိပ်စက်သတ်ဖြတ်လို့ အကျိုးပေးခွင့် မသာတဲ့အတွက် အကျိုးမပေးရသော်လဲ နှိပ်စက်သတ်ဖြတ်တဲ့ ကံရဲ့ အကျိုးအာနိသင် ကုန်ဆုံးသွားတဲ့အခါမှာ အကျိုးပေးခွင့်သာပြီး အကျိုးပေးနိုင်တယ်၊ အလဟဿ ဖြစ်မသွားဘူးဆိုတာ သဘောပေါက်နိုင်ပါတယ်။

အဲဒီလို အားကြီးတဲ့ တခြားကံတစ်ခုရဲ့ အလွှမ်းမိုးခံနေရလို့ အကျိုးပေးခွင့်မရနိုက်မှာ ငုပ်လျှိုးနေရပြီး လွှမ်းမိုးမှုမှ လွတ်မြောက်သွားတဲ့ အခါ အကျိုးပေးကြတဲ့ ဝတ္ထုတွေ ဖြစ်ရပ်တွေ တော်တော် တွေ့ရပါတယ်။

မလ္လိကာ မိဖုရားဟာ သေခါနီးမှာ အကုသိုလ်အာရုံကို အာရုံပြုမိလို့ အဝီစိငရဲ ကျသော်လဲ ၇ ရက်သာ ငရဲခံရပြီး အဲဒီ အကုသိုလ်ကံရဲ့ အစွမ်းသတ္တိကုန်သွားတော့ ၈ ရက်မြောက်နေ့မှာ ငရဲမှ လွတ်ပြီး တုသိတာ နတ်ပြည်မှာ သွားဖြစ်ရတယ်။ အရှင်မောဂ္ဂလာန် ရှေးဘဝ တစ်ခုမှာ ပြုခဲ့တဲ့ မာတုဃာတက=အမိသတ်ကံနှင့် ပိတုဃာတက = အဖသတ်ကံများဟာ ဘဝပေါင်းများစွာဆိုးကျိုးဆင်းရဲကျိုးကို ပေးခဲ့ပြီးသော်လဲ ကံရဲ့သတ္တိက မကုန်သေးပဲ ကျန်နေသေးတယ်။ သို့သော်လဲ သာဝကပါရမီ ကုသိုလ်တွေက အားကောင်းနေတော့ အကျိုးပေးခွင့် မရပဲ ငုပ်နေတယ်။ ပရိနိဗ္ဗာန် စံခါနီးမှ အခွင့်သာပြီး အဲဒီ အကုသိုလ်ကံကြွင်းက အကျိုးပေးလိုက်လို့ အရှင်မြတ်ဟာ လူဆိုးတွေ သတ်လို့ ပရိနိဗ္ဗာန် စံသွားရတယ်။

ဘုရားသော်မှ ရှောင်လွှဲလို့မရ

မြတ်စွာဘုရားသော်မှလဲ ရှေးအကုသိုလ်ကံဟောင်းက မလွတ်နိုင်ဘူး။ ဘုရားရှင် ဘုရားလောင်း ဘဝတစ်ခုမှာ မိမိနှင့်ကိုလာပြီး ပြိုင်တဲ့ နပန်းသမား တစ်ယောက်ကို နပန်းပွဲမှာ လက်နှစ်ဘက်နဲ့ ခေါင်းပေါ်မြှောက်ပြီး မြေပေါ် ပစ်ချလိုက်လို့ ပြိုင်ဘက် နပန်း

သမား ခါးကျိုးသွားတယ်။ အဲဒီ အကုသိုလ်ကံဟာ အကျိုးပေးခွင့် မသာလို့ ငုပ်နေခဲ့ပြီး ဘုရားအဖြစ် ရောက်မှ အကျိုးပေးတဲ့အတွက် ဘုရားရှင်ဟာ ခါးနာ ခါးညောင်းတဲ့ ဝေဒနာကို ရံဖန်ရံခါ ခံစားရတယ်။ ထို့အတူပဲ ဝိပါက်တော် ၁၂-ပါး ဆိုတာတွေဟာ ဘုရားလောင်းဘဝက ပြုခဲ့မိတဲ့ အကုသိုလ်ကံတွေ သံသရာခရီးတစ်လျှောက်မှာ အကျိုးပေးခွင့် မသာလို့ ငုပ်နေရာက ဘုရားဖြစ်တော် မူမှ အကျိုးပေးကြရတာတွေပါပဲ။

ဒါကြောင့် ဒမိဠတံငါသည် တစ်သက်လုံး ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ ပါဏာတိပါတ အကုသိုလ်ကံတွေဟာ အလဟဿ မဖြစ်ပါဘူး။ သရဏဂုံကုသိုလ် အာသန္န ကံရဲ့ အစွမ်းသတ္တိ ကုန်ဆုံးသွားတော့ သူတို့ အလှည့် ရောက်ရမှာပါပဲ။ ထို့အတူ ပဲ သေခါနီး နှလုံးသွင်းမှားလို့ အပါယ်လားသူများလဲ သူတို့ပြုခဲ့တဲ့ ဒါန သီလ ကုသိုလ်တွေ အလဟဿ မဖြစ်ပါဘူး၊ မလ္လိကာလို အပါယ်ကလွတ်တဲ့ အခါမှာ ဒါန သီလ ကုသိုလ်ကံတွေရဲ့ အကျိုးပေးလှည့် ရောက်ရမှာပါ။

သို့သော် အလွန်အားကောင်းတဲ့ ကံတစ်ခုက အားသေးတဲ့ ကံတစ်ခုကို ဘယ်တော့မှ အကျိုးမပေးရအောင် အပြီးအပိုင် သတ်ပစ်တာမျိုးလဲ ရှိတော့ရှိတတ် ပါတယ်။ အဲဒါကတော့ အင်္ဂုလိမာလရဲ့ အပါယ်ကျစေနိုင်လောက်တဲ့ ပါဏာတိ ပါတ အကုသိုလ်ကံကို အားကြီးတဲ့ မဂ်ကုသိုလ်ကံက သတ်လိုက်တာ မျိုးပါပဲ။

၇။ လူသေတဲ့အခါ တိရစ္ဆာန် တစ္ဆေသရဲ စသည် ဖြစ်နိုင်ပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။ လူသေတဲ့ အခါ တိရစ္ဆာန် တဈေ သရဲ ဖြစ်နိုင်ပါသလား။

မင်းတေဇာမွန်၊ စာရင်းအင်း ဂုဏ်ထူးတန်း၊
စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ရှေး သာသနာပတစ်ချိန်မှာ ဘလ္လကပ္ပပြည်မယ် ငတ်မွတ် ခေါင်းပါး ဘေးကြီး ဆိုက်တော့ ဇနီးမောင်နှံ နှစ်ယောက် ရသလောက် လမ်းရိက္ခာလေး စုဆောင်းပြီး ကောသမ္ဗီပြည်ကို ပြေးလာကြတယ်။ လမ်းမှာ အစာပြတ်ပြီး သေလုမတတ် ဖြစ်ခဲ့ရတယ်။ ကောသမ္ဗီ ရောက်တော့ နွားကျောင်းသား တစ်ယောက်က မင်္ဂလာပွဲ ကျင်းပနေတဲ့ အချိန်နဲ့ တိုးလို့ ဒီ ဇနီးမောင်နှံကို သနားတာနဲ့ ထမင်းကျွေးတယ်။ ထမင်းကလဲ မပျစ်မကျဲ နို့ထမင်းကို ထောပတ်ကောင်းကောင်းနဲ့ နယ်ထားတာ ဆိုတော့ ထမင်း မစားခဲ့ရတာ ကြာပြီဖြစ်တဲ့ ဒကာဟာ ဆာဆာနဲ့ တစ်ဝကြီး စားပစ်လိုက်တာ စားပိုးနင့်ပြီး စားတဲ့နေရာမှာပဲ ကွယ်လွန်သွားတယ်။

သေတော့ အဲဒီ အိမ်က ခွေးမကလေးရဲ့ ဝမ်းထဲ ဝင်စားပြီး ခွေးကလေး သွားဖြစ်တယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ သူ့ကို ထမင်းမကျွေးမီက အဲဒီ ခွေးမလေးကို အိမ်ရှင်က နို့ထမင်းနဲ့ ထောပတ်တွေ ကျွေးတာကို ဒီလူ မြင်တော့ ''ဒီ ခွေးကလေးနှယ်နော်၊ ကုသိုလ်ကောင်းလိုက်တာ၊ သူ နေ့တိုင်း ဒီလို အစား ကောင်းတွေ စားနေရမှာပဲ'' ဆိုပြီး ခွေးဘဝ အားကျမိလို့ တဲ့။ ခွေးဘဝကို တပ်မက်တဲ့ ဘဝတဏှာပေါ့။

ဒါပေတဲ့ ခွေးကလေး ကြီးလာတော့ အိမ်ကို နေ့စဉ် ဆွမ်းခံကြွတဲ့ ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါ အရှင်မြတ်ကို ခင်မင်ကြည်ညိုတာနဲ့ တောလမ်းဖြတ်ပြီး သွားကြို၊ ပြန်ပို့၊

လမ်းမှားရင် လမ်းပြပေး၊လမ်းမှာ ဘေးအန္တရာယ် ရှိရင် ရှေ့ကနေ ဟောင်ပေးနဲ့ ကုသိုလ်ဝေယျာဝစ္စတွေ ဆောင်ရွက်တယ်၊ သေတော့ တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ အသံသြဇာ အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ **ဃောသကနတ်သား** ဆိုတာ ဖြစ်သွားတယ်။ (ဓမ္မ-ဋ္ဌ ၁၊ ၁၁၀)

အခုခေတ်မှာလဲပဲ လောကမှာ လူသေလို့ တိရစ္ဆာန် ဖြစ်ကြတာတွေ ရှိပါတယ်။ စာအုပ်တွေထဲ ဖတ်ဖူးကောင်း ဖတ်ဖူးပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ့် ပတ်ဝန်းကျင် လူ့လောကထဲမှာလဲ ယုံကြည်လောက်တဲ့ လူဝင်စား တိရစ္ဆာန်တွေ သတိထားရင် တွေ့ကောင်း တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

တစ္ဆေ သရဲလို့ လူတွေ ခေါ်နေကြတာဟာ ကျမ်းဂန်လာ ပြိတ္တာတွေပါပဲ။ ဒီ ပြိတ္တာတွေ ကိုယ်ထင်လာပြပြီး အစာတောင်းကြတဲ့ အကြောင်းကို **ပေတဝတ္ထု ပါဠိတော်၊ အဋ္ဌကထာ** စသည်မှာ မြောက်မြားစွာ တွေ့ရပါတယ်။

ကုသိုလ်စိတ် ဆိုတာ ဖြူစင်တဲ့စိတ် မြင့်မြတ်တဲ့စိတ်ပါ။ လောဘ ဒေါသ မာန စတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်တွေဟာ ညစ်မဲတဲ့စိတ် ယုတ်ညံ့နိမ့်ကျတဲ့ စိတ်တွေပါ။ မြင့်မြတ်ဖြူစင်တဲ့စိတ် အဖြစ်များသူဟာ မြင့်မြတ်တဲ့ ဘဝမှာ ဖြစ်ရပြီး ယုတ်ညံ့နိမ့်ကျတဲ့ စိတ်အဖြစ်များသူဟာ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာ စတဲ့ ယုတ်ညံ့နိမ့်ကျတဲ့ ဘဝတွေမှာ ဖြစ်ရတာဟာ သဘာဝတရားအရပါပဲ။ ဆန်းကြယ်တဲ့ ကိစ္စ မဟုတ်ပါဘူး။

၈။ လေးကျွန်း တမြင့်မိုရ် အမှန်ရှိပါသလား

မေး။ ။ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။ လေးကျွန်းတမြင့်မိုရ်ကို အာကာသ သူရဲများ မတွေ့ခဲ့ကြရပါ။ လေးကျွန်းတမြင့်မိုရ် အမှန် ရှိပါသလား။ အထောက်အထားများဖြင့် ဖြေဆိုပေးပါဘုရား။

မင်းတေဇာမွန်၊ စာရင်းအင်း ဂုဏ်ထူးတန်း၊
စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ရှိပါတယ်။ မြင့်မိုရ်တောင်ဆိုတာ ယူဇနာပေါင်း မြောက်မြားစွာ မြင့်လှ ဝေးလှတဲ့အတွက် အာကာသသူရဲများ အဲဒီကို မရောက်နိုင်ကြလို့ မတွေ့ခဲ့ကြရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အထောက်အထားဖြင့် ဖြေဆိုပေးပါ ဘုရားတဲ့။ အထောက်အထားကတော့ သွားကြည့်ပါလေ။ (ရယ်ကြသည်)။ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ဒီလိုလေးလဲ စဉ်းစားကြည့်လို့ ရပါတယ်။ ဒီလိုလဲ စဉ်းစားကြည့်ပါဦး လို့ ပြောချင်တာပါ။

တကယ်တော့ လေးကျွန်း တမြင့်မိုရ် တည်နေပုံကို ဘုရားဟော ပါဠိတော်တွေထဲမှာ တိတိကျကျ ဖော်ပြထားတာ မတွေ့ရပါဘူး။ မြင့်မိုရ်တောင်ကိုပဲ တရားနဲ့စပ်တဲ့ နေရာတွေမှာ ရံဖန်ရံခါ ဖော်ပြထားတာ တွေ့ရပါတယ်။ ကျွန်းကြီးလေးကျွန်း တောင်စဉ်ခုနစ်ထပ် သီတာခုနစ်တန် ဆိုတာတွေလဲ နေမိဇာတ် ပါဠိတော်မှာပဲ အမည်မျှ ဖော်ပြထားတာ တွေ့ရပါတယ်။

မြင့်မိုရ်တောင်ကို ဖော်ပြတာကလဲ တရားနှင့် စပ်ပြီး ဖော်ပြထားတာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ အင်္ဂုတ္တရ နိကာယ်၊ သတ္တသူရိယ သုတ်မှာ အနိစ္စကမ္မဋ္ဌာန်းရှုတဲ့ ရဟန်းတွေကို အနိစ္စသဘော ဟောရာမှာ ကြီးမားလှတဲ့ မြင့်မိုရ်တောင်ကြီး၊ မြစ်ကြီး ငါးသွယ်၊ အိုင်ကြီး ခုနစ်အိုင် ဆိုတာတွေလဲ နောက်ဆုံးကျ ဘာမှမကျန်

ရအောင် လောင်ကျွမ်းပျက်စီးကြရတာမို့ အနိစ္စချည်းပဲ လို့ သက်ရှိသက်မဲ့ မြတ်တဲ့ အရာ ဘာမျှ မရှိကြောင်း ဟောတော်မူတာပါပဲ။

လေးကျွန်း၊ တမြင့်မိုရ်၊ တောင်စဉ်ခုနစ်ထပ်၊ သီတာခုနစ်တန်၊ သမုဒ္ဒရာ လေးစင်း၊ ကျွန်းငယ် ငါးရာစတဲ့ စကြဝဠာ တည်နေပုံကို ဖော်ပြတဲ့ ကျမ်းဂန် တွေ ရှိတော့ ရှိပါတယ်၊ သို့သော်လဲ အဲဒီကျမ်းဂန်တွေက ပါဠိတော်ကျမ်းဂန် တွေမဟုတ်ပါဘူး။ အဋ္ဌကထာကျမ်းဂန်တွေပါ။

မြတ်စွာဘုရားကတော့ သံသာရာဝဋ်မှ လွတ်မြောက်ကြောင်းနှင့် စပ်တဲ့အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတရား၊ သစ္စာလေးပါး၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကိုသာ အလေးထား ဟော တော်မူပါတယ်။ သံသရာမှ လွတ်ကြောင်းနှင့် မစပ်တာတွေကိုတော့ မကင်း ကောင်းတဲ့ အခါမှာသာ သာမညမျှ ဟောတော်မူပါတယ်။

သတိပြုဖို့ ပြီးတော့ တစ်ခု သတိပြုဖို့ ရှိပါတယ်။ ရှေးက တောတောင် ရေမြေ ပထဝီအနေအထားတွေဟာ မပြောင်းမလဲ တသမတ်တည်း တည်နေတာ မဟုတ်ဘဲ အမြဲ ပြောင်းလဲနေတာဆိုတော့ ရှေးက တည်ရှိခဲ့တယ် ဆိုတဲ့ အရာတွေဟာ ရှေးက အခြေအနေအတိုင်း ခုအချိန်မှာ မရှိနိုင်တော့ပါဘူး။ တောင်အမေရိကတိုက်ကြီးနဲ့ အာဖရိကတိုက်ကြီးနှစ်တိုက်ဟာ ရှေးက တစ်စပ်တည်း တစ်ပြင်တည်းရှိခဲ့ကြောင်း နောက်မှသာ ကွဲသွားပြီး တစ်ခြားစီ ဖြစ်သွား ကြကြောင်း၊ ရေအောက်မှာ အခြေခံ (ဖောင်ဒေးရှင်း) တစ်ခုတည်း တည်ရှိနေတာ တွေ့ရကြောင်း အထောက်အထားတွေကို သိပ္ပံပညာရှင်တွေ တင်ပြ ထားကြ ပါတယ်။

ဒီတော့ ရှေးလွန်လေပြီးသော အချိန်က လေးကျွန်းတမြင့်မိုရ်ကို အခု အမှန် သိဖို့ သိပ်မလွယ်လှပါဘူး။ သိရခြင်းကြောင့်လဲ အကျိုး တယ်မများလှပါဘူး။

ဒါကြောင့် ဒါကို လေ့လာ စဉ်းစားနေလို့ ကုန်သွားမည့် အချိန်ကို တခြားလက်တွေ့အကျိုးရှိမည့် ကိစ္စမှာ သုံးလိုက်တာက ပိုကောင်းပါတယ်။

၉။ သူရဿတီကို ကိုးကွယ်ထိုက်ပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။ သူရဿတီ မယ်တော်ဟာ ဘယ်သူပါလဲ။ သူ တကယ်ရှိပါသလား။ သူ့အား ကိုးကွယ်ထိုက် မထိုက် သိလိုပါသည် ဘုရား။

မောင်မျိုးမင်း၊ ရူပဗေဒ၊ တတိယနှစ်၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ သူရဿတီမယ်တော်ဟာ ဘယ်သူလဲ ဆိုတာ ဘုန်းကြီး မသိပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ မမြင်ဘူးလို့ပါ။ (ရယ်ကြသည်)။ သူရဿတီ ဆိုတာ ဘုန်းကြီး သိသလောက်တော့ အိန္ဒိယက ဟိန္ဒူယဉ်ကျေးမှု ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ ရောပါလာတာကို တချို့ မြန်မာတွေက ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ထင်မှတ်ပြီး ကိုးကွယ်နေကြတာ လို့ ထင်ပါတယ်။ ဟိန္ဒူဗြဟ္မဏဘာသာမှာ နတ်ဘုရား သုံးဆူ ရှိပါတယ်။ **မဟာဗြဟ္မာ၊ ဝိဿနိုး၊ သိဝ** လို့ ခေါ်ကြပါတယ်။ မဟာဗြဟ္မာက ကမ္ဘာလောကနဲ့ သတ္တဝါတွေကို ဖန်ဆင်းပါတယ်။ ဝိဿနိုးက လောကကို စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းပါတယ်။ သိဝက ဖျက်ပါတယ်။ ဖန်ဆင်းရှင် မဟာဗြဟ္မာရဲ့ ကြင်ရာတော်က **ဆရဿတီ၊** ပါဠိဘာသာနဲ့တော့ **သရဿတီ၊** အများခေါ်ကြတာက **သူရဿတီ၊** ဝိဿနိုးရဲ့ ကြင်ရာတော်က **လက္ခမီ။** သိဝရဲ့ ကြင်ရာတော်က **ပဗ္ဗတီ။** အဲဒီလို အသီးသီးရှိပါတယ်။

မဟာမြဟ္မာရဲ့ စီးတော်ယာဉ်က ဟံသ၊ ပါဠိလို.ဟံသ၊ မြန်မာလိုတော့ **ဟင်္သာ**။ သူရဿတီမှာတော့ စီးတော်ယာဉ် ရှိတယ်လို့ မတွေ့မိပါဘူး။ သို့သော်လဲ မဟာမြဟ္မာမှာ စီးတော်ယာဉ် ရှိနေရင် သူ့ရဲ့ ကြင်ရာတော်ဖြစ်တဲ့ သူရဿတီမှာ ယာဉ်သီးခြား ရှိဖို့မလိုတော့ပါဘူး။ ဒါဟာ လောကသဘာဝပါပဲ။ ဒါကြောင့် မြန်မာပြည်က သူရဿတီရုပ်တွေဟာ ဟင်္သာ စီးနေကြတာပါပဲ။

ငန်းဘဲ စီးတော်ယာဉ် သို့သော်လဲ တခုတော့ စဉ်းစားစရာ ရှိပါတယ်။ ဟံသ ဆိုတဲ့ စကားကို အိန္ဒိယက Swan လို့ အင်္ဂလိပ်လို ဘာသာပြန်ကြပါတယ်။ Swan ကို မြန်မာက ငန်း၊ ငန်းဘဲ လို့ မြန်မာမှုပြုကြပါတယ်။ ဒီတော့ ပင်ရင်းကျတဲ့ မြဟ္မဏဝါဒ ထွန်းကားရာ အိန္ဒိယသားတို့ အယူအဆကို လက်ခံရမယ် ထင်ပါတယ်။ အဲဒီအတိုင်း ဆိုရင် သူရဿတီဟာ **ငန်းဘဲစီး**မှ မှန်မလားလို့ စဉ်းစားမိပါတယ်။ ပြီးတော့ အိန္ဒိယက မဟာမြဟ္မာ ရုပ်ပုံတွေမှာလဲ စီးတော်ယာဉ်ကို ငန်းဘဲရုပ်ပဲ ပြထားတာတွေ့ရပါတယ်။

တောဘဲ စီးတော်ယာဉ် တစ်ခါ မြန်မာအယူအဆအရ ဟံသကို ဟင်္သာ လို့ ယူပြန်ရင်လဲ တစ်ခု စဉ်းစားမိပြန်ပါတယ်။ ငယ်စဉ်က မြစ်နား ကမ်းနား သဲသောင်ပြင်ပေါ် လမ်းလျှောက်သွားတဲ့ အခါမှာ လူကြီးများ ပြောပြလို့ ဟင်္သာဆိုတာကို မြင်ဖူးရပါတယ်။ တောဘဲတစ်မျိုးပါပဲ။ အရောင်က နီညိုရောင်၊ တချို့ ရွှေဝါညိုရောင်။ အမြဲတမ်း နှစ်ကောင် တပူးတွဲတွဲ နေလေ့ရှိပါတယ်။ သွားလဲ နှစ်ကောင်တွဲ၊ စားလဲ နှစ်ကောင်တွဲ၊ ဂျိလဲ နှစ်ကောင်တွဲ၊ ခွဲတယ်လို့ မရှိဘူး။ တစ်ကောင်ကိုပစ်လိုက်လို့ ထိမှန်သွားရင် နောက်တစ်ကောင်ကလဲ မှန်တဲ့ အကောင်ရဲ့ အနားက မခွာတော့ဘူး၊ အသက်အသေခံတယ် လို့ သိရပါတယ်။ **မဟာဟံသဇာတ်တော်**မှာ **ဓတရဋ္ဌဟင်္သာမင်း** ကျော့ကွင်းမှာ မိတော့ ဟင်္သာ

စစ်သူကြီး သုမုခက ဟသ်ာမင်းအနားက မခွာပဲ မုဆိုးအလာကို အသက်ပေး စောင့်နေကြောင်း ဖတ်ရပါတယ်။

ဒီတော့ ပါဠိဟံသ၊ မြန်မာဟသ်ာဆိုတာ ကြည့်ပျော် ရှုပျော်ရှိတဲ့ တောဘဲ တစ်မျိုး ဖြစ်ဟန် ရှိပါတယ်။ အဲဒီ တောဘဲကို သူရဿတီ စီးရမယ်ထင်ပါတယ်။

လိုရင်းကတော့ အခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သူရဿတီဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ လုံးဝ မသက်ဆိုင်တဲ့ ဟိန္ဒူဘုရားကြီး မဟာဗြဟ္မာရဲ့ ကြင်ရာတော် ဆိုတာ စာပေလိုက်စား သူတိုင်း သိကြပါတယ်။

ကိုးကွယ်ထိုက် မကိုးကွယ်ထိုက် ဆိုတာကိုတော့ မိမိကိုယ်ကို ဟိန္ဒူဘာသာ ဝင် ဟုတ် မဟုတ် ပြန်လည်စစ်ဆေး မေးမြန်းပြီးတော့ ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ဖို့ပါပဲ။

၁၀။ ငရဲဆိုတာ ရှိပါသလား

မေး။ ။ငရဲဆိုတာ ရှိပါသလား။ မြေကြီးအောက်မှာ ရှိပါသလား။ အထောက် အထားပြပေးပါဘုရား။

မစိုးမိုးသျှ၊ ဒုတိယနှစ် အင်္ဂလိပ်စာ၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ငရဲဆိုတာ ရှိပါသလား တဲ့။ အင်း ခက်တာပဲ။ သွားချင်တယ်နဲ့တူတယ်။ ဖြေပေးလိုက်ဦးမှ။ ငရဲဆိုတာရှိပါတယ်။ ဟုတ်ပါတယ်၊ မြေကြီးအောက်မှာ ရှိပါ တယ်။ဘယ်လောက်အဝေးမှာရှိသလဲဆိုတော့ မြေကြီးအောက် ယူဇနာ တစ်သောင်း ငါးထောင်အနက်မှာ ရှိတယ်လို့ လောကပညတ္တိ ကျမ်းက ဆိုပါတယ်။ဘုရားဟော

ပါဠိတော်နဲ့ အဖွင့်အဋ္ဌကထာကျမ်းများမှာတော့ အကျဥ်းအဝေး အတိုင်းအတာကို မတွေ့ရပါဘူး။ အထောက်အထားကတော့ မယုံရင် ကိုယ်တိုင်သွားကြည့်ပါ၊ တွေ့ ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီမှာ ပျော်ရင်လဲ ပျော်သလောက် နေနိုင်ပါတယ်။

စဉ်းစားစရာတွေ ဒါလောက်ဖြေရင်ပဲ သင့်လောက်ပြီ ထင်ပါတယ်။ သို့သော် လဲ စဉ်းစားစရာလေးတွေ နည်းနည်းပြောချင်ပါသေးတယ်။ သိပ္ပံပညာရှင်များရဲ့ သုတေသနပြုချက်အရ ကမ္ဘာလုံးကြီးဟာ အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် အပြင်ဆုံးအထပ် မြေထုက မိုင် ၂၀၀ ခန့်၊ သူ့အောက်ကသတ္တုရိုင်းထုကမိုင် ၃၀ဝခန့်၊ အဲဒီအောက်က သတ္တုရည်ထုက မိုင် ၂၀၀၀ ခန့်၊ အတွင်းအကျဆုံး ဗဟိုဝတ်ဆံ အပိုင်းကအချင်း မိုင် ၄၀၀၀ ခန့်ရှိတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

မြေကြီးအောက်မှာ နေထက်ပိုပူတယ် ကမ္ဘာကြီးရဲ့ ဗဟိုဝတ်ဆံပိုင်းဟာ နေမျက်နှာပြင် အပူထက် စင်တီဂရိတ်ဒီဂရီ ၁၀၀၀ ခန့် ပိုပြီး ပူတယ် လို့ ဆိုပါ တယ်။ကမ္ဘာ့ဗဟိုဝတ်ဆံရဲ့ အပူဒီဂရီဟာ အလယ်ဗဟိုချက် မှာ ၆၆၀၀ ဒီဂရီ စင်တီဂရိတ် ရှိပြီး အပေါ်ယံ အနားပိုင်းမှာ ၄၅၀၀ ဒီဂရီ စင်တီ ဂရိတ် ရှိကြောင်း သိရပါတယ်။ ဘယ်လောက်ပူလဲဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ အခု ဘုန်းကြီးတို့ နွေအခါမှာ အပူဒီဂရီ ၄၀ စင်တီဂရိတ် (၁၀၄ ဖာရင်ဟိုက်) လောက် ရှိရင်ပဲပူလှချည့် လောင်လှချည့်နဲ့ ညည်းနေကြပြီ မဟုတ်လား။ ဒီဂရီ ၆၆၀၀ စင်တီ ဂရိတ် အပူဆိုရင် ဘယ်လိုနေမလဲ။ ပြာကျရုံပဲ ရှိတော့တယ်။ အဲဒါ ငရဲပဲလို့ ဆိုရင် မလွန်တန်ကောင်းပါဘူး။

ငရဲမီးရဲ့ အပူဒီဂရီ ရှေးက မထေရ်တစ်ပါး တန်ခိုးနဲ့ ငရဲမီးကို ယူပြီး ဘယ်လောက် ပူတယ်ဆိုတာ ပြဖူးပါတယ်။ ကမ္ဘာ့ဗဟိုဝတ်ဆံအပူနဲ့ ယှဉ်ကြည့်ဖို့

နည်းနည်း ပြောပြချင်ပါတယ်။ ဖြစ်ရပ်က ဒီလိုပါ။ မုဆိုး တစ်ယောက် ရဟန်းဝတ် တရားအားထုတ်တော့ စိတ်တွေ မတည်ငြိမ်သေးမိမှာ စိတ်ထဲမယ် ကျော့ကွင်း တွေ ထောင်ချောက်တွေ သားကောင် ငှက်ကောင်တွေပဲ မြင်မြင်နေတော့ စိတ် တွေ ပူလောင်လာတယ်။

ဒါနဲ့ တရားမရတော့ပါဘူး၊ လူထွက်ပါတော့မယ် ဆိုပြီး ရှင်ဥပ္ပလဝဏ်ဏာ ပါတိက မထေရ်ကို လျှောက်တော့ မထေရ်က ကိုရင်တွေကို သစ်ပင်တွေအခုတ်ခိုင်းပြီး အဲဒီ သစ်သားစိုတွေကို ထင်းပုံအကြီးကြီးဖြစ်အောင် စုပုံစေတယ်။ ပြီးတော့ မီးအရှို့ခိုင်း တယ်။ ရှို့လို့မရဘူး။ ထင်းစိုတွေဆိုတော့ မီးကမလောင်ဘူးပေါ့။ အဲဒီ အခါကျမှ မထေရ်က အငိစိငရဲက ပိုးစုန်းကြူးလောက်ရှိတဲ့ ငရဲမီးလေးကို တန်ခိုးနဲ့ ယူပြီး ထင်းပုံပေါ် ချလိုက်တယ်။ ငရဲမီးချလိုက်တာနဲ့ ထင်းစိုပုံကြီးဟာ ချက်ချင်းပြာကျသွား တယ်။ အဲဒီ ငရဲမီး အပူဒီဂရီ ဘယ်လောက်ရှိမလဲ၊ ၆၆၀၀ စင်တီဂရိတ်ထက် တော့ နည်းမှာမဟုတ်ဘူး။

ပြီးမှ မထေရ်က လူထွက်ချင်တဲ့ရဟန်းကို ''ကဲ ကြည့်ပေတော့၊ သင်လူထွက် ပြီး သေရင် အဝီစိမှာ အဲဒီ မီးစာဖြစ်မှာပဲ'' လို့ ပြောတော့မှ မုဆိုးလူထွက် ရဟန်း ကြောက်လန့်သွားပြီး တရားဆက်အားထုတ်တော့ ပထမ အနာဂါမ်၊ နောက် ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။

မြေအောက်အပူ မြေပေါ်ယူ ကမ္ဘာမြေကြီးအောက်မှာ မမှန်းဆနိုင်လောက်အောင် အပူဒီဂရီ များလှတဲ့ အပူဓာတ်ကြီး ရှိနေတယ်ဆိုတာကို ဘုန်းကြီးတို့လို သာမန် ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ မီးတောင်တွေ ပေါက်ကွဲတာတို့၊ မီးတောင်ကထွက်တဲ့ ချော်ရည်ပူတို့၊ မြေအောက်ကထွက်တဲ့ ရေပူစမ်းတို့ကို ကြည့်ပြီး သိရပါတယ်။ သိပ္ပံပညာရှင်များကတော့ မြေအောက် ပေသုံးသောင်းအထိ တွင်း

တူး ပိုက်ချပြီး မြေအောက် အပူစွမ်းအားကို မြေပေါ် ရောက်အောင် ထုတ်ယူကြ ပါတယ်။ အဲဒီ အပူစွမ်းအင်နဲ့ အေးလွန်းတဲ့ ဒေသတွေမှာ အိမ်တွေကို အပူပေး ကြတယ်။ အဲဒီအပူငွေ့နဲ့ ကာဘိုင်ကို လည်စေပြီး လျှပ်စစ်ဓာတ်အားထုတ်ယူ အသုံးပြုကြပါတယ်။

ငရဲမီး နဖားကြိုးတပ်

မြောက်အအေးပိုင်းဇုံမှာ ရှိတဲ့ အိုက်စလန်ကျွန်းမှာ အဆောက် အအုံ ၄၀ ရာနှုန်းကို မြေအောက်က ရတဲ့ အပူငွေ့နဲ့ အပူပေး ကြောင်း သိရပါတယ်။ အီတလီပြည်မှာ ၁၉၀၄ ခုနှစ်ကတည်း က မြေအောက်အပူအား လျှပ်စစ်စက်ရုံ တည်ဆောက်ပြီး အပူစွမ်းအင် ထုတ်ယူ သုံးစွဲလာခဲ့ပါတယ်။ အီတလီ တစ်ပြည်လုံးမှာ ရှိတဲ့ လျှပ်စစ်ရထားတွေ သုံးတဲ့ လျှပ်စစ်အားရဲ့ ၅၀ ရာနှုန်းကို အဲဒီ မြေအောက်အပူအား လျှပ်စစ်စက်ရုံတွေက ရရှိပါတယ်။ အမေရိကန်၊ ဂျပန်၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ မက္ကဆီကို၊ နီကာရာဂွါး၊ နယူးဇီ လန် နိုင်ငံတွေမှာလဲ အဲဒီလို စက်ရုံတွေ ရှိပါတယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ နိုင်ငံပေါင်း ၁၄၂ နိုင်ငံမှာ မြေအောက်အပူအားကို စီးပွားဖြစ် ထုတ်ယူနိုင်ကြောင်း လေ့လာ တွေ့ရှိရတယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ငရဲမီးကို နဖားကြိုးတပ်ပြီး လူ့အကျိုးကို သည်ပိုး စေကြမှာနဲ့ တူပါတယ်။

မြေကြီးအောက် ပေ ၃၀၀၀၀ ဆိုတာ ကမ္ဘာမြေကြီးရဲ့ အပြင်ဆုံးအထပ် မြေထုရဲ့ အပေါ်ယံလွှာ ၅-မိုင် ကျော်ကျော်ပဲ ရှိသေးတယ်။ အဲဒီ မြေထုကိုက မိုင် ၂၀၀ ထူနေတော့ အဲဒီထက် အတွင်းပိုင်းကျပြီး အပူဒီဂရီ ပိုပိုပူလာတဲ့ သတ္တုရိုင်းအထပ်၊ သတ္တုရည်အထပ်၊ ဗဟိုဝတ်ဆံအထပ်တွေရဲ့ အပူကို ခန့်မှန်း ကြည့်လို့ ရပါတယ်။

၁၁။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းလား၊ ဘာမှ မရှိခြင်းလား

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ လူ့ဘဝ၌ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းကို ခေါ်ပါသလား။ ဘဝကုန်ဆုံးပြီး ဘာမှမရှိခြင်းကို ခေါ်ပါသလား။ ကောင်းကင်မှာ ရှိပါသလား။

မစိုးမိုးသူ၊ ဒုတိယနှစ် အင်္ဂလိပ်စာ၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ ဟုတ်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းကို ခေါ်ပါတယ်။ ဘာမှ မရှိတာကို နိဗ္ဗာန်လို့ မခေါ်ပါဘူး။ **အဘာဝပညတ်** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ဟာ ကောင်းကင်မှာ မရှိပါဘူး။ ဘယ်မှာမှ မရှိပါဘူး၊ နိဗ္ဗာန်ဟာ အမှန်ရှိပါတယ်။ သို့သော် ဘယ်မှာမှ မရှိပါဘူး။ နားထွေးသွားပါသလား။ ဆိုလိုတာက ဆင်းရဲမရှိခြင်း ဆိုတဲ့ အငြိမ်းဓာတ်ကြီးမှာ တည်ရာဌာန မရှိပါဘူး။ ဒီ သဘာဝကြီးဟာ အကြောင်း တစ်စုံတစ်ရာကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ (သင်္ခတ) သဘာဝ မဟုတ်ပါဘူး။ မူလကတည်းက သဘာဝအလျောက် ရှိနေတဲ့ အရှိ (အသင်္ခတ) သဘာဝကြီးပါ။

သင်္ခတတရား ဒီနေရာမှာ သင်္ခတနဲ့ အသင်္ခတရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို သဘောမပေါက်သေးသူများအတွက် အနည်းအကျဉ်း ရှင်းပြဖို့ လိုမယ်ထင်ပါတယ်။ ''သင်္ခတ'' ဆိုတာ '**အကြောင်းတို့ စုပေါင်းပြုလုပ်ပေးလို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ တရား**' လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ တိုတိုရှင်းရှင်း ပြောရရင် **အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်တဲ့ တရားဟာ သင်္ခတ တရား** ပါပဲ။ ရုပ်နဲ့နာမ်ကို သက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းတွေကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတာမို့ **သင်္ခတတရား** လို့ ခေါ်ရပါတယ်၊ မဖောက်မပြန် အမှန်တကယ် ရှိတဲ့ တရားများ ဖြစ်လို့ ''**သင်္ခတပရမတ်**'' တရားများလို့ ခေါ်ရပါတယ်၊ သို့သော်လဲ အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်တဲ့ **အဖြစ်တရား** များမို့ သူတို့ဟာ ပျက်ပါတယ်။ ဘာကြောင့် ပျက်သလဲဆိုတော့ ဖြစ်လို့

ပျက်တာပါပဲ။ ဒါကြောင့် **သင်္ခတနယ်** ဟာ ဖြစ်ပျက်နယ်ပါ။ ဖြစ်ပျက်နယ်ထဲမှာ ရှိလို့ သင်္ခတဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်မှန်သမျှဟာ **ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲ သင်္ခါရဒုက္ခချည်းပါပဲ**။

အသင်္ခတ တရား ''အသင်္ခတ'' ဆိုတာကတော့ သင်္ခတရဲ့ ပြောင်းပြန် သဘာဝပါ။ 'အကြောင်းတို့ စုပေါင်းမပြုလုပ်အပ်တဲ့ သဘာဝ' လို့ ဆိုလိုပါတယ်။တိုတိုရှင်းရှင်း ပြောရရင် **အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်တဲ့ အဖြစ်တရား မဟုတ်ဘူး** လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဖြစ်တရား မဟုတ်တဲ့ ဒီ **အသင်္ခတ** သဘာဝဟာ မဖောက်မပြန် အမှန်တကယ်ရှိတဲ့ တရားဖြစ်လို့ **မူလသဘာဝ အနေနဲ့ ရှိနေ**တဲ့ ''အရှိပရမတ်'' တရားပါ။ ''**အသင်္ခတပရမတ်**'' ပေါ့။ အဲဒီ အရှိတရားဟာ ဘာလဲဆိုတော့ သူဟာ သင်္ခတရဲ့ ပြောင်းပြန်သဘောဖြစ်လို့ သင်္ခတ ခေါ်တဲ့ ရုပ်နာမ်ငြိမ်းနေခြင်း ရုပ်နာမ် မရှိခြင်း သဘောပါပဲ။ ရုပ်နဲ့နာမ် ရှိနေသမျှ ဆင်းရဲနေတယ်။ ရုပ်နာမ်ငြိမ်းသွားတော့ ဆင်းရဲ မရှိတော့ဘူး။ **အဲဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းနေတာဟာ တကယ်ရှိတဲ့ အရှိသဘာဝပါပဲ**။ ဒါကိုပဲ နိဗ္ဗာန်လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ အဲဒါဟာ **အသင်္ခတ** တရားပါပဲ။

ဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းနေတဲ့ ဆင်းရဲကင်းနေတဲ့ သဘာဝဟာ မူလကတည်းက ရှိနေတဲ့ အရှိသဘာဝမို့ သူဟာ အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်တာ မဟုတ်လို့ သူ့ကို **အသင်္ခတ**လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ အဖြစ်တရား မဟုတ်၊ အရှိတရားလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အရှိတရား ဖြစ်လို့ မဖြစ်တဲ့အတွက် ပျက်လဲမပျက်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် **အသင်္ခတနယ်လို့ ခေါ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ဟာ ဖြစ်ပျက်နယ်ကို လွန်မြောက်နေပြီ ဖြစ်လို့ ဆင်းရဲမရှိဘဲ ဆင်းရဲငြိမ်းနေပါတယ်**။

ဒီတော့ အကျဉ်းချုပ်လိုက်ရင် သင်္ခါရလို့လဲ ခေါ်တဲ့ **သင်္ခတအဖြစ်တရား**များဟာ ဖြစ်ပျက်မကင်းလို့ ဆင်းရဲတယ်။ **အသင်္ခတ** ခေါ်တဲ့ **အရှိတရားဟာ** ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်း မရှိလို့ ဆင်းရဲငြိမ်းတယ်။ ဒါကိုပဲ နိဗ္ဗာန်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော်(စာ ၁၅) မှာလဲ "ဥပ္ပါဒေါ= အဖြစ်တရားသည်၊ သင်္ခါရာ=ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့ ပေတည်း။ အနုပ္ပါဒေါ= မဖြစ်တရား(အရှိတရား)သည်၊ နိဗ္ဗာနံ=နိဗ္ဗာန်ပေတည်း" လို့ အဖြစ်တရားနဲ့ အရှိတရားကို ခွဲခြားမိန့်တော်မူခဲ့တာပါပဲ။

ဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့သဘာဝ အရှိပရမတ် တရားဟာ တည်ရာဌာန မရှိလို့ ဘယ်နေရာမှာ ရှိတယ်လို့ ပြောမရသလို အဖြစ်တရား မဟုတ်လို့ ဘယ်အချိန် ဘယ်ကာလက ဖြစ်တယ်လို့လဲ ပြောလို့ မရပါဘူး။ ဒါကြောင့် အပတိဋ္ဌ= တည်ရာဌာန မရှိတဲ့တရား၊ ကာလဝိမုတ္တ= အတိတ် အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန်ဆိုတဲ့ အချိန်ကာလမှ လွတ်တဲ့တရားပါ။ (Nibbana is beyond time and space)

ကိလေသာ ငြိမ်းရင်ပဲ နိဗ္ဗာန် လောဘ ဒေါသ မောဟ မာန ဒိဋ္ဌိ စတဲ့ တရားတွေဟာ သတ္တဝါကို ပူလောင်စေတဲ့ တရား၊ ဆင်းရဲစေတဲ့ တရားတွေပါ။ ဒါကြောင့် သူတို့ကို ကိလေသာလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီ ကိလေသာတွေ ရှိနေသမျှ ဆင်းရဲနေတာပါပဲ။ ဒီ ကိလေသာတွေ မရှိရင် ဆင်းရဲငြိမ်းပြီး ချမ်းသာတော့တာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ကိလေသာငြိမ်းခြင်းဟာ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း=နိဗ္ဗာန်ပါပဲ။

ကိလေသာ ငြိမ်းသော်လဲ ရုပ်နဲ့ နာမ်တချို့က ရှိနေသေးတော့ ဖြစ်ပျက် ဆင်းရဲ=သင်္ခါရဒုက္ခ ကျန်နေပါသေးတယ်။ အဲဒီ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေ အဖြစ်ရပ်ပြီး နောက်ထပ် မဖြစ်တော့ပဲ သင်္ခါရဒုက္ခပါ အပြီးသတ်ငြိမ်းမှပဲ သန္တိသုခခေါ်တဲ့ တကယ် အငြိမ်းသဘာဝ နိဗ္ဗာန်ကြီး ကို တွေ့ရပါတယ်။

သင်္ခါရငြိမ်းလို့ ဆင်းရဲမရှိတဲ့သဘာဝ

လောကမှာ မီးမရှိပဲ အေးနေတဲ့ သဘာဝဟာ မူလကတည်းက ရှိနေတဲ့ အရှိသဘာဝပါ။ သို့သော်လဲ မီးရှိနေတဲ့ အခါမှာတော့ မီးမရှိပဲ အေးနေတဲ့ သဘာဝကို မတွေ့နိုင် မသိနိုင်ပါဘူး။ မီးငြိမ်းသွားတဲ့အခါကျတော့မှပဲ မူလကတည်းက ရှိနေတဲ့ ဒီအေးတဲ့သဘာဝကို သေသေချာချာ တွေ့ရသိရပါတယ်။

အဲဒီအတိုင်းပဲ ဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့သဘာဝ ဆင်းရဲမရှိတဲ့သဘာဝကြီးဟာ မူလကတည်းက ရှိနေတဲ့ အရှိသဘာဝကြီးပါ။ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ အဖြစ်ရပ်သွားမှ ဖြစ်ပေါ်လာတာ မဟုတ်ပါဘူး။ တစ်ဘက်က ဆင်းရဲ ရှိနေတော့ တခြားတစ်ဘက်ကလဲ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ ဆင်းရဲမရှိတဲ့ သဘာဝဟာ ရှိနေပါတယ်။ သို့သော်လဲ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေ ဖြစ်နေခိုက်မှာတော့ ရုပ်ဆင်းရဲ နာမ်ဆင်းရဲ သင်္ခါရဆင်းရဲတွေက ဖုံးကွယ်ထားလို့ ဆင်းရဲမရှိတဲ့ သဘာဝကြီးကို မဆိုက်ရောက်နိုင် မသိနိုင်ပဲ ဖြစ်နေတာပါ။

အရှိသဘာဝကို ဆိုက်ရောက်

ရန်ကုန်ကနေ မန္တလေးအမြန်ရထား စီးသွားတော့ လမ်းဆုံးရင် မန္တလေးမြို့ကြီးကို ရောက်တယ်။ ဒီတော့ ရထား ဆိုက်မှပဲ မန္တလေးမြို့ကြီး ဖြစ်ပေါ်လာသလား ဆိုတော့ မဟုတ်ပါဘူး၊ အများသိတဲ့အတိုင်းပဲ အရင်ကတည်းက ရှိနေတာ မဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီအတိုင်းပဲ ဆင်းရဲမရှိတဲ့ သဘာဝကြီးဟာလဲ အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အဖြစ်တရား (သင်္ခတ) မဟုတ်၊ မူလကတည်းက ရှိနေတဲ့ အရှိတရား (အသင်္ခတ)ပဲ။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ယာဉ်ရထားကို လမ်းဆုံးအောင် စီးသွားနိုင်တဲ့ လူကတော့ လမ်းဆုံးရင် အသင်္ခတ သဘာဝ အငြိမ်းခါတ်ကို ဆိုက်ရောက်သွားမှာပဲ။

တကယ်လို့သာ နိဗ္ဗာန်ဟာ အကြောင်းတစ်ခုံတစ်ရာကြောင့် ဖြစ်တဲ့သဘာဝ ဆိုရင် ဖြစ်တဲ့ သဘာဝဟာ ပျက်ရတာ ဓမ္မတာဖြစ်လို့ နိဗ္ဗာန်ကိုလဲ ပျက်တယ်လို့ ဆိုရာ ရောက်ပေလိမ့်မယ်။ ဒီလိုဆိုရင် နိဗ္ဗာန်ဟာ ဖြစ်တတ် ပျက်တတ်လို့ ဆင်းရဲပင် ဖြစ်နေတဲ့အတွက် ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ချမ်းသာ လို့ မဆိုနိုင်ပြန်ဘူး။

တကယ်တော့ နိဗ္ဗာန်ဟာ အရှိသဘာဝဖြစ်လို့ ဖြစ်လဲမဖြစ် ပျက်လဲမပျက်ဘူး။ အဲဒီလို မဖြစ်မပျက်လို့ပဲ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘာဝအနေနဲ့ အမြဲ တည်ရှိနေတာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ''ဓုဝံ=အမြဲရှိနေတဲ့သဘော'' လို့ ဆိုရပါတယ်။ ပြီးတော့ မဖြစ်တဲ့ သဘာဝမို့ သူ့ကို ဖြစ်ပေါ်အောင်လုပ်ပေးတဲ့အကြောင်းတရားလဲမရှိဘူး။

ရောက်စေတဲ့ အကြောင်းတော့ ရှိတယ်

ဒါဖြင့်ရင် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဟာ နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အကြောင်းတရားမဟုတ်ဘူးလား။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ကျင့်ကြံပွားများမှ ဆင်းရဲငြိမ်းတာ ဆိုတော့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဟာ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း ဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အကြောင်းတရားပေါ့လို့ စောဒကတက်စရာ ရှိပါတယ်။အဖြေကတော့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပွားများမှ ဆင်းရဲငြိမ်းတာ မှန်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဟာ နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အကြောင်းတရား ဆိုတာလဲ မှန်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပွားခြင်းက ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းကို ဖြစ်စေတာမဟုတ်ပါဘူး။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးပွားခြင်းကြောင့် ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ ဆင်းရဲမရှိတဲ့ သဘာဝကို ဆိုက်ရောက်သွားခြင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။ မီးရထားစီးသွားလို့ မူလကတည်းကရှိနေတဲ့ မန္တလေးမြို့ကြီးကို ရောက်သွားသလိုပါပဲ။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ် (၃၊ ၁၄၀) မှာ ''ပတ္တဗ္ဗမေဝ ဟေတံ မဂ္ဂေန၊ န ဥပ္ပါဒေတဗ္ဗံ=ဤ နိဗ္ဗာန်ကို မဂ်သည် ရောက်အပ်သည်သာလျှင် ဖြစ်၏၊ ဖြစ်စေအပ်သည်ကား မဟုတ်ပေ'' လို့ မိန့်ဆိုထားပါတယ်။

ပိုရှင်းအောင်ပြောရရင် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဟာ နိဗ္ဗာန်ကို ဖြစ် စေ တဲ့ အ ကြောင်း (=ဇနကဟိတ်) မဟုတ်၊ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်စေတဲ့အကြောင်း (=သမ္ပာပကဟိတ်) သာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကိုဖြစ်စေတဲ့အကြောင်း မရှိလို့ နိဗ္ဗာန်ဟာ အဖြစ်တရား (သင်္ခတ) မဟုတ်။ အရှိတရား (အသင်္ခတ) သာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြစ်တဲ့ တရားမဟုတ်လို့ ပျက်လဲမပျက်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဓုဝံ=အမြဲရှိနေတဲ့ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း သဘာဝကြီးပါ။

ဆင်းရဲမရှိဘဲ ဆင်းရဲငြိမ်းနေတဲ့ သဘာဝကြီးဟာ အရှိတရား ဖြစ်သော်လဲပဲ အဲဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘာဝကို ရဖို့ ဆိုက်ရောက်ဖို့ကတော့ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာဆင်းရဲ ငြိမ်းမှပဲ ရနိုင် ဆိုက်ရောက်နိုင်ပါတယ်။

မဆင်းရဲချင်ရင် ဆင်းရဲရဲ့အကြောင်းကို ပယ်သတ်

အဲဒီ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ ဆင်းရဲငြိမ်းအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။ အဲဒီ ဆင်းရဲရဲ့အကြောင်းကို ပယ်သတ်ရပါမယ်။ မီးခိုးကို မမြင်မတွေ့ချင်ရင် မီးခိုးရဲ့အကြောင်းဖြစ်တဲ့ မီးကို ငြိမ်းသတ်ရပါမယ်။ အဲဒီအတိုင်းပဲ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ ဆင်းရဲကို မလိုချင်ရင် အဲဒီ ဆင်းရဲရဲ့ အကြောင်းကို ပယ်သတ်ရမှာပဲ။ ဒီရုပ်နာမ်ခန္ဓာဆင်းရဲရဲ့ အကြောင်းက လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှု တဏှာလောဘပဲလို့ မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားခဲ့ပါတယ်။

မှန်ပါတယ်။ တစ်စုံတစ်ရာကို လိုချင်ရင် ဆင်းရဲတော့တာပဲ၊ ငွေလိုချင်ရင် ငွေလိုချင်စိတ်ကြောင့် ဆင်းရဲတယ်။ ကားလိုချင်ရင် ကားလိုချင်စိတ်ကြောင့် ဆင်းရဲတယ်။ အဝတ်အစား တစ်စုံတစ်ခုကို တပ်မက်ရင်လဲ အဲဒီတပ်မက်စိတ်ကြောင့် ဆင်းရဲတယ်။ သူဌေးသူကြွယ် စတဲ့ ဘဝကောင်း ဘဝမွန်တွေကို လိုချင်ရင်လဲ အဲဒီလိုချင်

စိတ်ကြောင့် ဆင်းရဲတယ်။ အဲဒီ ဆင်းရဲမှန်သမျှ ရုပ်ဆင်းရဲ နာမ်ဆင်းရဲချည်းပဲ။ ဒါကြောင့် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာဆင်းရဲ ငြိမ်းချင်ရင် အကြောင်းဖြစ်တဲ့ လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာမှု တဏှာလောဘကို ပယ်သတ်မှပဲ ဆင်းရဲငြိမ်းနိုင်မယ်။

အသက်ရှင်ချင်စိတ် ဆက်ပြောပါဦးမယ်။ ရုပ်အသစ် နာမ်အသစ်နဲ့ ဘဝသစ်တစ်ခု ဖြစ်တယ်ဆိုတာလဲ ဘဝဖြစ်ချင်တဲ့ တဏှာလောဘကြောင့် ဖြစ်တာပဲ။ ဘဝတစ်ခု ဖြစ်လာပြီဆိုလို့ရှိရင် ရုပ်အသစ် နာမ်အသစ် ဖြစ်လာတယ်။ ရုပ်နဲ့နာမ် ဖြစ်လာရင် ဆင်းရဲများသလား။ ချမ်းသာများသလား။ (ဆင်းရဲများပါတယ်ဘုရား။) ဆင်းရဲများတယ်။ သို့သော် သင်္ခါရဒုက္ခဆိုတဲ့ ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲအနေနဲ့ ဆိုရင်တော့ ဆင်းရဲချည်းပဲ။ဟုတ်ကဲ့လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ကျန်တဲ့ ဒုက္ခ ဒုက္ခ၊ ဝိပရိဏာမဒုက္ခ ဆိုတာတွေနဲ့ တွက်လို့ရှိရင်တော့ ဆင်းရဲများတယ်။ ချမ်းသာနည်းတယ်၊ သေချာသလား။ (သေချာပါတယ်ဘုရား။) ဒီတော့ ဆင်းရဲ များပြီးတော့ ချမ်းသာနည်းပါလျက်နဲ့ သတ္တဝါဟာ ဘဝတစ်ခု ဖြစ်ပြီးတော့ အသက်ရှင်ချင်မနေဘူးလား။ (ရှင်ချင်နေပါတယ်ဘုရား။)

ကဲ မေးရဦးမယ်။ ဒီပရိသတ်ထဲ ဘယ်သူ သေချင်သလဲ။ (ဘယ်သူမှ မသေချင်ပါဘုရား။) သေချင်သလား၊ ရှင်ချင်သလား။ (ရှင်ချင်ပါတယ်ဘုရား။) ရှင်ချင်တယ် ဆိုတာ ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်ခုတွဲပြီးတော့ အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပျက် ဖြစ်ပျက် အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်နေတာ ပြောတာမဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီတော့ ရှင်ချင်တယ်ဆိုတာ ရုပ်နာမ်နှစ်ခု ဆက်ပြီးတော့ ဖြစ်ပျက်နေတာကို ဆိုလိုတာ မဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီတော့ ဒီဘဝမှာ သေသွားတာကို ဘယ်သူလိုချင်မလဲ။ (ဘယ်သူမှ မလိုချင်ပါဘုရား။)

ဒီတော့ အချို့က ပြောကောင်းပြောမယ်—

''အမယ်လေး ဆရာတော်၊ မကြာခင်က ၁၀-တန်း စားမေးပွဲကျကြတုန်းက လေ သေချင်တဲ့လူတွေ အများကြီးဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ တားထားရတယ်''လို့။

တကယ်သေချင်တာလား ဒီတော့ တစ်စုံတစ်ခုသော အဆင်မပြေမှုကြောင့်သေချင်တယ်ဆိုတဲ့ အဲဒီလူတွေ တကယ် သေချင်သလား ဆိုတော့ အဲဒီဆင်းရဲနဲ့ တွေ့တဲ့ကြုံတဲ့ အခိုက်မှာတော့ သေချင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ ''ဒီလိုဆိုရင် ကြိုးဆွဲချ သေမယ်'' ဆိုပြီး ကြိုးကွင်းစွပ်လိုက်တဲ့ အခါကျတော့ ဘယ့်နှယ် သူသေချင်စိတ် ရှိပါဦးမလား။ (မရှိပါဘုရား။) ဆန့်ငင်ဆန့်ငင် ဖြစ်နေတာ သေချင်လို့လား မသေချင်လို့လား။ (မသေချင်လို့ပါဘုရား။) အဲဒီတော့ ရှင်ချင်လို့ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီ ရှင်ချင်စိတ်ကြောင့် နောက်ဘဝ အသစ် ရုပ်အသစ် နာမ်အသစ် ဆိုတဲ့ ရှင်မှု ဖြစ်ရတာ။

ချင်စိတ်ကြောင့် ဆင်းရဲ စားချင်စိတ်ကြောင့် စားရတယ်။ ဝတ်ချင်စိတ်ကြောင့် ဝတ်ရတယ်၊ ဟုတ်တယ်မဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အသက်ရှင်ချင်စိတ်ကြောင့် ရှင်ရတယ်ဆိုတာ အဲဒါကိုပဲ စကားလုံးထွားထွားနဲ့ ပြောရရင် ''ဘဝတဏှာကြောင့် ဘဝတစ်ခုဖြစ်ရတယ်'' လို့ ပြောရတယ်။ ရှင်ချင်စိတ်ကြောင့် ဘဝဖြစ်တယ်။ ဒီတော့ အဲဒီရှင်ချင်စိတ်ဟာ သမုဒယသစ္စာ၊ ဟိုဘက်မှာ ဘဝအသစ် ရုပ်အသစ် နာမ်အသစ် ဖြစ်ပြီးတော့ ဆင်းရဲတွေ တွေ့နေတာဟာ ဘာတွေလဲ။ (ဒုက္ခသစ္စာပါဘုရား။) ဒုက္ခသစ္စာ။ အဲဒီတော့ သမုဒယ သစ္စာကြောင့် ဒုက္ခဖြစ်တယ်။

အဝိဇ္ဇာဟာ တဏှာရဲ့အကြောင်း ဒီတော့ ဆင်းရဲရဲ့ အကြောင်းတရားဟာ ဘာလဲ။ (သမုဒယသစ္စာ တဏှာလောဘပါဘုရား။) လိုချင်မှု၊ နှစ်သက်မှု၊ ချစ်ခင်မှု၊ တွယ်တာမှု၊ ဒါပဲမဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဒီတော့ လိုချင် တပ်မက် နှစ်သက် တွယ်တာခြင်းရဲ့ အကြောင်းတရားက

ဘာလဲဆိုတော့ ဒါတွေကို ဆင်းရဲလို့ အမှန်အတိုင်း မသိတဲ့ အဝိဇ္ဇာပဲ မဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။)

''အဲဒီ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေ ဖြစ်နေတာဟာ ဆင်းရဲပဲ''လို့ အမှန်အတိုင်း မသိတာ။ အဲဒါကို အဝိဇ္ဇာလို့လဲ ခေါ်တယ်။ မောဟလို့လဲ ခေါ်တယ်။ သူ့ကြောင့်ပဲ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်တဲ့ တဏှာတွေ ဖြစ်တယ်။ ဒီတဏှာတွေနဲ့ လိုချင်တဲ့အခါကျတော့ အဲဒီ ဘဝအသစ်တွေ ဖြစ်လို့ ဆင်းရဲတယ်။ တစ်ခါ အဲဒီ ဘဝမှာလဲပဲ ကားလိုချင်လို့ ကားဝယ်ဖို့ ငွေရှာရ၊ ကားရှာရနဲ့ ဆင်းရဲတွေ ဖြစ်ရတယ်။ စာမေးပွဲ အောင်ချင်လို့ အမျိုးမျိုး ကြိုးစားရတဲ့ ဆင်းရဲတွေ ဖြစ်တယ်။ ''ဒီလိုဆို မအောင်ချင်ရဘူးလား ဘုရား'' လို့ မေးရင် (အောင်ချင်ပါတယ်ဘုရား။) အောင်ချင်ရမှာပေါ့။ လောဘကို ပယ်မှမပယ်နိုင်သေးတော့ လူ့ဘဝ အဆင်ပြေအောင်တော့ ဒီလောဘ ရှိသလောက် ရှိမှာဘဲ။

တဏှာငြိမ်းရင် ဆင်းရဲငြိမ်း ဒီတော့ လိုချင်တပ်မက် နှစ်သက်တွယ်တာမှု=တဏှာ= သမုဒယသစ္စာဟာ ဆင်းရဲခြင်းရဲ့ အကြောင်းပဲ။ သူ့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ဆင်းရဲမှန်သမျှ ရုပ်ဒုက္ခ နာမ်ဒုက္ခ အပါအဝင် လောကမှာ တွေ့ရတဲ့ ဒုက္ခမှန်သမျှဟာ ဒုက္ခသစ္စာ=ဆင်းရဲအမှန်တွေပဲ။ ဒါဖြင့်ရင် အဲဒီဆင်းရဲတွေ ဘယ်အခါငြိမ်းမလဲ၊ အဲဒီ လိုချင် တပ်မက်တဲ့ တဏှာ မရှိတဲ့ အခါမှာ ဆင်းရဲငြိမ်းမယ်။ မဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား။) မသေချာဘူးလား။ (သေချာပါတယ် ဘုရား။) သေချာတယ်နော်၊ **တဏှာတစ်ခုမရှိရင် အဲဒီ တဏှာကြောင့်ဖြစ်မယ် ဆင်းရဲတစ်ခု ငြိမ်းတာပဲ၊ ကိုင်း မေးမယ်။**

ဟောဒီ ပရိသတ်မှာ ကျောင်းရှိသလား။ ကျောင်းဆိုတာ ဘုန်းကြီးကျောင်း ပြောတာ။ ကိုယ်ပိုင်ဘုန်းကြီးကျောင်း ရှိသလား။ (မရှိပါဘုရား။) မရှိရင် ငါ

ကျောင်းမှာ မိုးတွေများ စိုနေမလားဟဲ့၊ မိုးကလဲ ရွာတော့မယ်၊ အဲဒီ စိုးရိမ် စိတ် ရှိပါ့မလား၊ (မရှိပါဘူးဘုရား။)

ဘာကြောင့် မရှိသလဲ။ (ကျောင်းမရှိလို့ပါ ဘုရား။) ကျောင်းမရှိတော့ ကျောင်းပေါ်မှာ တွယ်တာတပ်မက်တဲ့ တဏှာ ရှိသလား။ (မရှိပါဘုရား။) အဲဒီလို ကျောင်းပေါ်မှာ တွယ်တာတပ်မက်တဲ့ တဏှာငြိမ်းတော့ ကျောင်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဆင်းရဲ မငြိမ်းဘူးလား။ (ငြိမ်းပါတယ်ဘုရား။) တဏှာငြိမ်းရင် ဆင်းရဲငြိမ်းတယ်၊ ဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးများ ဆိုရင် ဘယ်သား ဘယ်သမီးအတွက်မှ ဘုန်းကြီး ဆင်းရဲမဖြစ်ဘူး။ (ပရိသတ် ရယ်ကြသည်။) အမယ် မရယ်နဲ့လေ၊ ဟုတ်တာ ပြောတာ။

ကဲ အဲဒါ ဘာကြောင့်လဲ၊ သားသမီး မရှိတော့ သားသမီးကို တပ်မက်တဲ့ တဏှာရှိသလား။ (မရှိပါဘုရား။) အဲဒီတဏှာ မငြိမ်းဘူးလား။ (ငြိမ်းပါတယ် ဘုရား။) ဒီတဏှာငြိမ်းတော့ ဘုန်းကြီးမှာ သားသမီးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဆင်းရဲ မငြိမ်းဘူးလား။ (ငြိမ်းပါတယ် ဘုရား။) အဲဒါ ထင်ရှားတဲ့ သာဓကတွေ မဟုတ်ပေဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား။)

မဂ်လေးပါးက ပယ်သတ်တဲ့ ကိလေသာတွေ

ဒီတော့ တရားကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်လို့မို့ ရုပ်နဲ့နာမ်ကို သတိဦးစီးတဲ့ စိတ်နဲ့ မပြတ်ရှုလို့ ရုပ်နာမ်ရဲ့ သဘာဝအမှန်ကို သိပြီး အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာတွေ သိမြင်တဲ့ အခါ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် တက်သွားပြီး **သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်** ရတော့ ဒိဋ္ဌိနဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာ ကိလေသာ ငြိမ်းတယ်။ **သကဒါဂါမိမဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်** ရတော့ ကြမ်းတမ်းတဲ့ **လောဘ ဒေါသ** ကိလေသာတွေ ငြိမ်းတယ်။ **အနာဂါမိမဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်** ရတော့

ကာမဘုံမှာ တွယ်တာတပ်မက်တဲ့ လောဘနဲ့ ဒေါသ အားလုံး ငြိမ်းတယ်။ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် ရတော့ ကျန်တဲ့ ကိလေသာအားလုံး အကြွင်းမဲ့ ငြိမ်းထယ်။ အဲဒီ ငြိမ်းတဲ့ ကိလေသာထဲမှာ အခုနက ပြောခဲ့တဲ့ မသိမှု အဝိဇ္ဇာရော တပ်မက်မှု တဏှာရော ရှေ့ဆုံးက ပါတယ်။ မပါပေဘူးလား။ (ပါပါတယ် ဘုရား။) မငြိမ်းနိုင်ဘူးလား။ (ငြိမ်းနိုင်ပါတယ် ဘုရား။)

ငြိမ်းနိုင်တာကို ကျောင်းသူကျောင်းသား ဆရာဆရာမတွေမှာ ဘုန်းကြီး ကျောင်းကို တပ်မက်တဲ့ တဏှာ မရှိလို့ တဏှာ ငြိမ်းတာ သာဓက ပြခဲ့တယ်။ ဘုန်းကြီးမှာ သားသမီးကို တပ်မက်တဲ့ တဏှာ ငြိမ်းတာကို သာဓက ပြခဲ့တယ်။ တဏှာဆိုတာ ငြိမ်းနိုင်တယ်။ ငြိမ်းအောင် လုပ်လို့ရှိရင် ငြိမ်းနိုင်တယ်။ ဒါကို ပြော ချင်တာပါ။

ဒီမှာလဲပဲ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်နဲ့ အရိယသစ္စာကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်တဲ့ အခါကျတော့ ဘာကိလေသာ ဘာအဝိဇ္ဇာ ဘာတဏှာမှ မရှိတော့ဘူး။ ကိလေသာ အားလုံး အမြစ်မကျန် (အနုသယပါ) ငြိမ်းကုန်ကြတယ်။ ဒိဋ္ဌိလဲ မရှိတော့ဘူး။ အကုန်လုံး ကိလေသာတွေ ငြိမ်းသွားကြပြီ။

သဉပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန် ဒီတော့ ဆင်းရဲရဲ့ အကြောင်းဖြစ်တဲ့ တွယ်တာ တပ်မက်မှု တဏှာငြိမ်းတဲ့ အခါကျတော့ ဒီ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဘာ ဆင်းရဲ ရှိဦးမလဲ။ (ဘာဆင်းရဲမှ မရှိပါဘုရား။) မရှိ တော့ဘူး။ သို့သော် အဲဒီ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ ရုပ်ခန္ဓာ နာမ်ခန္ဓာတော့ ကျန် မနေဘူးလား။ (ကျန်နေပါတယ်ဘုရား။) ကျန်နေတော့ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ဖြစ်ပျက်မှု သင်္ခါရဒုက္ခ ဆိုတာတော့ မရှိဘူးလား။ (ရှိပါတယ်ဘုရား။) ဒါကြောင့် အဲဒီ ရဟန္တာရတဲ့ အာရုံပြုတဲ့ ဆင်းရဲငြိမ်းမှုသဘော=နိဗ္ဗာန်ကို ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အကြွင်း

အကျန်ရှိတဲ့ နိဗ္ဗာန်=သဥပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန် လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒါဟာ ဒိဘဝတင်ပဲ ရနိုင်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ပဲ။ ဒီတော့ လုပ်ရင် မရဘူးလား။ (ရပါတယ် ဘုရား။) ရတယ်။ ဒါပေမယ့် သင်္ခါရဒုက္ခဆိုတဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာရဲ့ ဖြစ်မှုပျက်မှု ကျန်နေသေးတယ်။

အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန် အဲဒီ ရဟန္တာ ပရိနိဗ္ဗာန် စံပြီးတဲ့ အခါကျတော့ ရှင်ချင်တယ် ဆိုတဲ့ တဏှာ မရှိတော့တဲ့ အတွက် နောက်ဘဝမှာ အသက်ရှင်မှု ဆိုတဲ့ ရုပ်သစ်နာမ်သစ် ပြန်ဖြစ်ဦးမလား။ (မဖြစ်တော့ပါ ဘုရား။) မဖြစ်တော့ ရုပ်ခန္ဓာနာမ်ခန္ဓာမှာရှိတဲ့ သင်္ခါရဒုက္ခဆိုတဲ့ ဆင်းရဲကော ရှိသေးသလား။ (မရှိပါဘုရား။) မရှိတော့ ဒီ ဆင်းရဲ အားလုံး ငြိမ်းမသွားဘူးလား။ (ငြိမ်းသွားပါတယ် ဘုရား။) အဲဒါကို **အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်** လို့ ခေါ်တယ်။ **ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အကြွင်းအကျန် မရှိတော့ဘဲ လုံးဝငြိမ်းသွားတဲ့ နိဗ္ဗာန်ပဲ။**

ဘာရှိတာလဲ ဒီတော့ ''ဒီနေရာမှာ ဘာမှ မရှိတာကိုများ နိဗ္ဗာန် ခေါ်ရသလား'' လို့ ဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး၊ ရှိတယ်။ ဘာရှိတာလဲ ဆိုတော့ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘာဝကြီး ရှိနေတယ်။ မဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား။) ဆင်းရဲ ငြိမ်းတဲ့ သဘာဝ ရှိမနေဘူးလား။ (ရှိနေပါတယ် ဘုရား။) ဒါဖြင့် ရှိတာလား မရှိတာလား။ (ရှိတာပါ ဘုရား။) ဘာရှိတာလဲ။ (ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘာဝရှိတာပါ ဘုရား။)

ဆိုကြပါစို့၊ ဒီမှာ မီးတောက်နေတယ်။ မီးပုံကြီး မီးတောက်နေတဲ့ အခါကျတော့ ''ဟဲ့.... မီးတွေ တောက်နေတယ်၊ ငြိမ်းလိုက်စမ်း'' လို့ ခိုင်းတော့ ငြိမ်းပစ်လိုက်တယ်။ ဘာရှိသေးသလဲ။ (ဘာမှမရှိပါဘုရား။) ရှိတယ်။ (ရယ်ကြသည်။) မီးငြိမ်းတဲ့ သဘာဝ မရှိဘူးလား။ (ရှိပါတယ် ဘုရား။)

မိးနို့တုန်းက မပူဘူးလား။ (ပူပါတယ်ဘုရား။) အခု မီးငြိမ်းသွားတဲ့ အခါ ကျတော့ ပူသေးလား။ (မပူတော့ပါဘုရား။) အဲဒီတော့ အပူငြိမ်းတဲ့ သဘာဝ မရှိဘူးလား။ (ရှိပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီအတိုင်းပဲ ရုပ်ဒုက္ခ နာမ်ဒုက္ခ သင်္ခါရဒုက္ခပါ မရှိတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီ သင်္ခါရဒုက္ခ သင်္ခါရဆင်းရဲပါ ငြိမ်းနေတဲ့ သဘာဝကြီး ရှိနေတယ်။ အဲဒါကို နိဗ္ဗာန်ခေါ်တယ်။

ရဟန္တာ ပရိနိဗ္ဗာန် စံတဲ့ အခါ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အားလုံး အဖြစ်ရပ်သွားတာနဲ့ နောက်ထပ် ရုပ်နာမ်အသစ် မဖြစ်ပေါ်တော့ဘဲ အဲဒီ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ မူလသဘာဝ ကြီးကို ဆိုက်ရောက်သွားတာပဲ။ အဲဒါ အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ပဲ။ အဲဒါဟာ နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာပါပဲ။ လောကီစည်းစိမ်ချမ်းသာလို ခံစားရတဲ့ ချမ်းသာတော့ မဟုတ်ဘူး။ ဆင်းရဲ ငြိမ်းနေလို့ ဆင်းရဲမရှိလို့ ချမ်းသာလို့ ခေါ်ရတဲ့ သန္တိသုခ=ငြိမ်းအေး ချမ်းသာပဲ။ ခံစားရတဲ့ ချမ်းသာ မဟုတ်ဘူး။

သန္တိသုခ ချမ်းသာ ခံစားရရင် မကြာခင် ဆင်းရဲက ပေါ်လာဦးမှာပဲ။ ပြီးတော့ ခံစားရတဲ့ ချမ်းသာ=ဝေဒယိတသုခဟာ ဖြစ်မှု ပျက်မှု ရှိနေတော့ ချမ်းသာစစ် မဟုတ်ဘူး။ သင်္ခါရဒုက္ခပဲ။ ဒါကြောင့် ဆင်းရဲ လုံးဝ ငြိမ်းနေတဲ့ **သန္တိသုခ=ငြိမ်းအေးခြင်း ချမ်းသာမှသာ** ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်ပဲ။ ဒီတော့ ''ဒီလိုဆိုရင် ဘုရား၊ ဘာမှမရှိတာကြီး လို့ တပည့်တော်တို့ မြင်နေပါတယ်၊ မလိုချင်ပါဘူး'' လို့များ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်မိရင် ဒီလို စဉ်းစား ကြည့်ပါ။

ကင်ဆာရောဂါသည် ဥပမာ လူတစ်ယောက် ကင်ဆာရောဂါ ဖြစ်နေတယ်။ အော်ဟစ် ညည်းညူ နေရတယ်။ ဝေဒနာက သိပ် ပြင်းထန်နေတယ်။ ဆရာဝန်တွေလဲ ကုပါရဲ့၊ ဓာတ်လဲ ကင်ပါရဲ့၊ ဒါပေမယ့် ရောဂါဝေဒနာက ပြင်းထန်တော့ မသက်သာဘူး။ တအော်အော် တအင်အင်နဲ့

နေရတယ်။ နေ့လဲ အော်၊ ညလဲ အော်နဲ့၊ အဲဒါ ဆင်းရဲလား၊ ချမ်းသာလား။ (ဆင်းရဲပါတယ်ဘုရား။) ဒီဆင်းရဲ ကြိုက်သလား၊ မကြိုက်ဘူးလား။ (မကြိုက်ပါဘုရား။) မကြိုက်တာ သေချာသလား။ (သေချာပါတယ် ဘုရား။)

ဒါဖြင့် အဲဒီ ဆင်းရဲ ငြိမ်းအောင် ဘယ်လို လုပ်မလဲ။ အခက်သားပဲ နော်။ ဘုန်းကြီး Newsweek မဂ္ဂဇင်း ထဲမှာ တွေ့တယ်။ အနောက်နိုင်ငံများမှာတော့ ကင်ဆာရောဂါ ပျောက်တဲ့ နှုန်းဟာ အားရစရာ ကောင်းလောက်အောင် တိုးတက်လာပါပြီတဲ့။ အဲဒါ သုတေသနတွေနဲ့ ဆေးကောင်း ဝါးကောင်း တွေကြောင့် တိုးတက်လာပါပြီတဲ့။ ဒါကြောင့် အခု ကင်ဆာရောဂါဟာ စောစောသိရင် ပျောက်နိုင်ပြီတဲ့။

ဒါပေမယ့် အခု ဒီ လူမမာကတော့ ဝေဒနာ အင်မတန် ပြင်းထန်နေလို့မို့ အလွန်ကို နာနေကိုက်နေတယ်။ ကိုင်း ညလဲ မအိပ်ရ၊ နေ့လဲ မအိပ်ရနဲ့ အအိပ်ကလဲ ပျက်။ နာတာ ကျင်တာကလဲ ပြင်းထန်နဲ့ ဆင်းရဲလိုက်တာ လွန်ရော၊ ငါ့နှယ် သေတာ ကောင်းပါရဲ့ လို့ ခဏခဏ သေပစ်လိုက်ချင်စိတ် ပေါ် နေတယ်။

အဲလို မစဉ်းစားမိပေဘူးလား။ (စဉ်းစားမိပါတယ် ဘုရား။) စဉ်းစားမိတယ်။ ဒါပေမယ့် တကယ် သေပါဆိုရင် သူ သေဝံ့ပါ့မလား။ (မသေဝံ့ပါဘုရား။) မသေဝံ့လို့ ဆေးတွေကုနေတာပေါ့။ မဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) ဒီတော့ ဆရာဝန်က ကဲလေ ဒီလောက်တောင်မှ ခံစားနေရတာ ဒီနေ့ညတော့ ချမ်းသာ ရစေမယ်ပေါ့ ဆိုပြီးတော့ ကုပေးလိုက်တယ်။ ဘယ်လို ကုပေးသလဲ ဆိုရင် အားကောင်းတဲ့ အိပ်ဆေး ထိုးပေးလိုက်တယ်။ အိပ်ဆေးထိုးပြီး လို့ နာရီဝက်လောက် ကြာတော့ အိပ်ပျော်သွားရော။

ည ၁၀ နာရီလောက်ကနေ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်ကြီး အိပ်လိုက်တာ နံနက် ၈ နာရီလောက်ကျမှ နိုးတယ်။ အဲဒီ အိပ်ပျော်နေတုန်းမှာ သူ ဆင်းရဲကို သိသလား။ (မသိပါ ဘုရား။) မသိဘူး နော်။ အဲဒီ အိပ်ပျော်နေတဲ့ အချိန်မှာ သူ ခံစားနေရတဲ့ ဆင်းရဲ ငြိမ်းမနေပေဘူးလား။ (ငြိမ်းနေပါတယ် ဘုရား။) ငြိမ်းနေတယ် နော်။

မခံစားရတဲ့ ချမ်းသာ

ဒါပေမယ့် ဘာတော့ ခံစားနေရသလဲ။ (ဘာမှ မခံစားရပါ ဘုရား။) ဘာမှ မခံစားရဘူးလား။ (မခံစားရပါဘုရား။) ကောင်းတာဆိုလို့ ဘာမှတော့ မခံစားရဘူး။ သို့သော် ဆင်းရဲကတော့ ငြိမ်းနေတယ်။ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘာဝထဲတော့ ဆိုက်ရောက်မနေဘူးလား။ (ဆိုက်ရောက်နေပါတယ် ဘုရား။)

နံနက် ၈ နာရီမှာ နိုးလဲလာရော၊ နိုးလာတာနဲ့ တပြိုင်နက်တည်း အနာက နာလာတာပဲ။ အမေရယ် အဘရယ်နဲ့ အော်နေရတယ်။ ပြန် ဆင်းရဲပြန်တာပဲ။

ကိုင်း စဉ်းစားကြည့်၊ အဲဒီ ဆင်းရဲနေတဲ့ လူမမာ တောက်လျှောက်ကြီး သိလျက် ဆင်းရဲနေတာကို သူ ကြိုက်မလား။ ဒါမှမဟုတ် ခံစားမှုမရှိဘဲ ဆင်းရဲ ငြိမ်းနေတာကို သူ ကြိုက်မလား။ (ခံစားမှုမရှိဘဲ ဆင်းရဲငြိမ်းနေတာကို သူ ကြိုက်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီလိုဆိုရင် ခံစားမှုမရှိဘဲ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ သဘောဟာ မလိုလားအပ်ဘူးလား။ (လိုလားအပ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒါ ဘုန်းကြီး ဥပမာ ပြောတာ။

ခုနက အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ဆိုတာ အဲဒါမျိုးပဲ။ ခံစားမှုမရှိဘဲ ဆင်းရဲ ခပ်သိမ်း အပြီးသတ်ငြိမ်းနေတဲ့ သဘောပဲ။ ဆင်းရဲငြိမ်းတော့ ချမ်းသာရနေတာ

ပေါ့။ ခံတော့ မခံစားရဘူး။ ဝေဒယိတသုခ=ခံစားရတဲ့ချမ်းသာ မရှိဘူး။ သန္တိသုခ=ငြိမ်းချမ်းသာပဲရှိတယ်။

နိဗ္ဗာန် ဘယ်မှာရှိလဲ

ဒီတော့ နောက်တစ်ခုက နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဘယ်မှာရှိပါသလဲ။ ကောင်းကင်မှာ ရှိပါသလားတဲ့။ ကိုင်း .. ဘယ်မှာရှိတယ် လို့ ပြောရမလဲ။ ဆင်းရဲတာ ဘာရှိလို့ ဆင်းရဲနေသလဲ။ (ရုပ်နဲ့နာမ် ရှိလို့ ဆင်းရဲနေပါတယ်ဘုရား။) ရုပ်နဲ့နာမ် ခန္ဓာကိုယ်နဲ့စိတ် ရှိလို့ ဆင်းရဲနေတာ မဟုတ်လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီတော့ ရုပ်နဲ့နာမ် ခန္ဓာကိုယ်နဲ့စိတ် နှစ်ခုရှိတဲ့အနက်က နာမ်ထဲက ဆင်းရဲကို ဖြစ်စေတဲ့ အဝိဇ္ဇာတဏှာ အစရှိတဲ့ ကိလေသာတွေ ငြိမ်းသွားရင်ပဲ မချမ်းသာဘူးလား။ (ချမ်းသာပါတယ်ဘုရား။) တဝက်မက ချမ်းသာသွားပြီ။ အများကြီး ချမ်းသာသွားပြီ၊ ဆယ်ပုံပုံရင် ကိုးပုံချမ်းသာသွားပြီ၊ တစ်ပုံပဲ ကျန်တော့တယ်။

ဒီတော့ အဲဒီ ကိလေသာငြိမ်းလို့မို့ ဆင်းရဲငြိမ်းတာဟာ ကောင်းကင်မှာ ရှိတာလား၊ မြေကြီးထဲမှာ ရှိတာလား၊ ဗြဟ္မာ့ဘုံမှာလား၊ နတ်ဘုံမှာလား၊ ကိုင်း ဘယ်မှာရှိလဲ၊ (ဘယ်မှာမှ မရှိပါဘုရား။) အဲဒီ ကိလေသာငြိမ်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ သန္တာန်မှာ မရှိပေဘူးလား။ (ရှိပါတယ်ဘုရား။) ဒါဖြင့် **နိဗ္ဗာန်ဘယ်မှာလဲ** (ခန္ဓာကိုယ်မှာပါဘုရား။) ဟုတ်ကဲ့လား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား။)

ရောဟိတဿ သုတ်

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါက တစ်ချိန်မှာ **ရောဟိတဿ နတ်သား**က မြတ်စွာဘုရားကို ဒီလို လျှောက်ဖူးတယ်၊ မြတ်စွာဘုရား၊ တပည့်တော်ဟာ ရှေးဘဝတစ်ခုမှာ အလွန်တန်ခိုးကြီးတဲ့ ရသေ့ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ကျွမ်းကျင်တဲ့ လေးသမား ပစ်လွှတ်လိုက်တဲ့ မြားတစ်

စင်း ထန်းပင်ရိပ်တစ်ခုကို ကျော်လွန်တဲ့အချိန်နှင့် တပည့်တော် စကြဝဠာတစ်ခု ဖြတ်ကျော်တဲ့ အချိန် ညီမျှသည်အထိ လျင်မြန်လှတဲ့ အဟုန် ရှိခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီ လောက် တပည့်တော် အသွား လျင်မြန်ခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီလောက် အသွားလျင်မြန်လှတဲ့ တပည့်တော်ဟာ စကြဝဠာအနန္တ ရှိတဲ့ လောကကြီးရဲ့ အဆုံးကို ရောက်ချင်တဲ့အတွက် ဆွမ်းခံချိန်၊ စားချိန်၊သောက်ချိန်၊ **အနည်းငယ်မျှ** ဖြစ်တဲ့ အနားယူချိန်၊ တပို့တပါး သွားချိန်မှ တစ်ပါး အချိန်ပြည့် နှစ်ပေါင်းတစ်ရာလုံးလုံး အဲဒီလောက် လျင်မြန်တဲ့ အဟုန်နဲ့ လောကကြီးရဲ့ အဆုံးကို သွားခဲ့ဖူးပါတယ်။ သို့သော်လဲ လောကကြီးရဲ့ အဆုံးကို မရောက်မီ လမ်းမှာပဲ သေဆုံးခဲ့ရပါတယ်။ အဲဒီလို လျှောက်ထားပါတယ်။

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက မဒိုမနာ မသေရာဖြစ်တဲ့ လောကရဲ့ အဆုံးကို သွားခြင်းဖြင့် မရောက်နိုင်ကြောင်း မိန့်တော်မူပြီးတော့ ဒီလို မိန့်တော်မူပါတယ်။

''ဣမသ္မိံယေဝ ဗျာမမတ္တေ ကဠေဝရေ သသညိမှိ သမနကေ လောကဉ္စ ပညပေမိ လောကသမုဒယဉ္စ လောကနိရောဓဉ္စ လောကနိရောဓဂါမိနိဉ္စ ပဋိပဒံ''

ခု ရွတ်ပြခဲ့တဲ့ **ရောဟိတဿသုတ်**မှာ မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော်မူတာက စိတ်ရှိတဲ့ တလံမျှလောက်သော ခန္ဓာကိုယ်မှာပဲ လောကကို ငါဘုရား ဟောတော်မူတယ်တဲ့။ (**ဒုက္ခသစ္စာ**ကိုဆိုလိုပါတယ်။) လောကဖြစ်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းလဲ ဒီခန္ဓာ ကိုယ်မှာပဲတဲ့။ (**သမုဒယသစ္စာ**=တဏှာကိုဆိုလိုပါတယ်။) ရုပ်နာမ်ဆိုတဲ့ လောက ချုပ်ငြိမ်းတာလဲ ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာပဲတဲ့။ (ဒါ ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းခြင်း=**နိရောဓသစ္စာ**ကို မိန့်တော်မူတာပါ။) အဲဒီလောက ချုပ်ငြိမ်းအောင်ကျင့်တဲ့ အကျင့်လမ်းမှန်လဲ ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာပဲတဲ့။ (မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး **မဂ္ဂသစ္စာ**တရားကို ဆိုလိုပါတယ်။)

ဒီတော့ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း ဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန် ဘယ်မှာ ရှိသလဲ။ (ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရှိပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီတော့ နိဗ္ဗာန် ဘယ်မှာလဲ။ (ခန္ဓာကိုယ်မှာပါဘုရား။) ကောင်းကင်မှာလား။ (မဟုတ်ပါဘုရား။) မြေကြီးထဲမှာလား။ (မဟုတ်ပါ ဘုရား။) သေချာရဲ့လား။ (သေချာပါတယ်ဘုရား။) နားလည်ပြီနော်။

ခန္ဓာကိုယ်နှင့် သစ္စာလေးပါး

သို့သော်လဲ ပြောစရာက နည်းနည်း ကျန်နေပါသေးတယ်။ အခု ပြောခဲ့တဲ့ **ရောဟိတဿသုတ်**မှာ လောကဆိုတာရုပ်နဲ့ နာမ်ပါပဲ၊ အဲဒီ ရုပ်နဲ့ နာမ်ဟာ ဒုက္ခသစ္စာတရားပါပဲ။ ဒီတော့ လောကဆိုတာ ဒုက္ခကိုပဲ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား မိန့်ကြားတော်မူတာ ဖြစ်ပါ တယ်။ ဒီတော့ ဒီဒေသနာတော်အရ ဒုက္ခ၊ သမုဒယ၊ နိရောဓ၊ မဂ္ဂ ဆိုတဲ့ သစ္စာ လေးပါးဟာ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရှိတယ် လို့ နားလည်ရပါတယ်။

ဒုက္ခသစ္စာကတော့ သတ္တဝါတိုင်းရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရှိပါတယ်။ သမုဒယ သစ္စာကတော့ ဘုရား ရဟန္တာတို့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ မရှိပါဘူး။ တခြားသတ္တဝါ များရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာသာ ရှိပါတယ်။ မဂ္ဂသစ္စာကတော့ ဝိပဿနာရှုဆဲ ပုဂ္ဂိုလ် များရဲ့ ခန္ဓာမှာ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ် ရှိပြီး အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့ရဲ့ မဂ်ဖိုလ်အခိုက်မှာ အရိယမဂ် ရှိပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားကတော့ ယထာလာဘ=ရသင့်သလို ယူဖို့ရာ ပေါင်းပြီး ဟောတော်မူခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

တင်စားဟောတဲ့ ဒေသနာ

နိရောဓသစ္စာ=ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းအမှန်တရား=နိဗ္ဗာန်။ ဒီသစ္စာ လဲ တလံမျှလောက်သော ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရှိတယ် လို့ ဟော တော်မူတော့ နိဗ္ဗာန်ရဲ့ တည်ရာဟာ ခန္ဓာကိုယ်ပဲ လို့ ဆိုရာ ရောက်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် နိဗ္ဗာန်ဟာ တည်ရာမရှိတဲ့တရား မဟုတ်၊ တည်ရာရှိတဲ့ တရား လို့ ယူဆစရာ ဖြစ်ပါတယ်။

တကယ်တော့ ဒိဒေသနာတော်ဟာ မုချဒေသနာတော် မဟုတ်ပါဘူး။ တင်စားပြီး ဟောတော်မူတဲ့ ဥပစာဒေသနာတော်သာ ဖြစ်ပါတယ်။

လောင်နေတဲ့ မီး ငြိမ်းသွားတဲ့အခါ ''မီးဘယ်မှာငြိမ်းသလဲ''လို့ မေးရင် ''ဟိုမှာ ငြိမ်းတယ်'' လို့ မီးလောင်ပြီးရာ နေရာကို လက်ညှိုးထိုးပြရသော်လဲ တကယ်တော့ မီးငြိမ်းသွားမှုကို မြင်ရတွေ့ရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ မီးငြိမ်းသွားမှု၊ မီးမရှိဘဲ ဖြစ်နေမှုကို မမြင်ရမတွေ့ရလို့ ဘယ်နေရာမှာ ငြိမ်းတယ် လို့ လက်ညှိုးထိုး ပြောလို့ မရပါဘူး။ မီးငြိမ်းတယ်ဆိုတာ မကြာမီကလေးက ရှိနေတဲ့ မီး အခု မရှိဘဲ ဖြစ်သွားတာကိုပဲ ငြိမ်းတယ်လို့ ပြောကြရတာဖြစ်တော့ မီးငြိမ်းတာကို ပြောချင်ရင် မကြာမီက မီးရှိခဲ့တဲ့ နေရာကိုပဲ မီးငြိမ်းတဲ့ နေရာလို့ တင်စားပြောကြရပါတယ်။

အဲဒီအတိုင်းပဲ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ ရှိနေသမျှတော့ ဆင်းရဲမငြိမ်းနိုင်ဘူး။ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ ချုပ်ငြိမ်းပြီး နောက်ထပ် မဖြစ်ပေါ်တော့မှပဲ ဆင်းရဲ လုံးဝငြိမ်းသွားတယ်။ ဆင်းရဲငြိမ်းမှုဟာ ဆင်းရဲအမှန်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာနဲ့ ဆက်စပ်နေတယ်။ ဒါကြောင့် ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ဆင်းရဲမငြိမ်းမီက ရှိနေတဲ့ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာမှာ ရှိတယ် လို့ တင်စားပြီး မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ရွှေပြည်နိဗ္ဗာန် နောက်ပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်နှင့် ပတ်သက်လို့ ''ရွှေပြည်နိဗ္ဗာန် ဝင်စံတော်မူသည်'' လို့ သုံးနှုန်းတဲ့ အရာမှာလဲ တင်စားမှု ပါပဲ။ နိဗ္ဗာန်ဟာ တည်နေရာ တိုင်းကြီး ပြည်ကြီး မဟုတ်ပါဘူး။ ရွှေပြည်တော်ကြီးဟာ ရောက်ချင် နေချင်စရာ သာယာစည်ကားသလို နိဗ္ဗာန=အငြိမ်းဓာတ်ကြီးဟာလဲ ဆင်းရဲ လုံးဝ မရှိလို့ ရချင် ရောက်ချင်စရာ မျက်မှောက် ပြုချင်စရာ

ကောင်းလှကြောင်း အတူပြုပြီး တင်စား သုံးနှုန်းတာပါပဲ။ သဒ္ဒါသူပစာ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

သုခဝတီဗျူဟာ သို့သော် ဒီနေရာမှာ တစ်ခုတော့ သတိပြုရလိမ့်မယ်။ ဓဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ ဂိုဏ်းခွဲတစ်ခု ဖြစ်တဲ့ **သုခဝတီဗျူဟာ** ဂိုဏ်းကတော့ အနောက်ဘက် ကောင်းကင်မှာ အလွန် သာယာလှတဲ့ နိဗ္ဗာန် ရွှေပြည်ကြီး ရှိတယ်လို့ ယူဆပါတယ်။ **သုခဝတီနိဗ္ဗာန်** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်မှာ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူပြီးတဲ့ ရှေးရှေး ရှင်တော်မြတ်ဘုရားများ ချမ်းသာစွာ စံတော်မူလျက်ရှိကြောင်း ယူဆပါတယ်၊ အဲဒါ ဘုန်းကြီးတို့ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ မသက်ဆိုင်ပါဘူး။

အသင်္ခတဓာတ် နောက်တစ်ခုက လွန်ခဲ့တဲ့ ၂၅-နှစ်လောက်က အငြိမ်းစား တရားလွှတ်တော်ချုပ် တရားသူကြီးတစ်ယောက်က ဘုန်းကြီးကို မေးဘူးတာ ရှိပါတယ်။ သူက ရှေးဆရာတော်ကြီးများ ပြုစုတော်မူကြတဲ့ ကျမ်းဂန်တွေမှာ သင်္ခတဓာတ်မှ အသင်္ခတဓာတ်သို့ ရောက်သွားတယ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်ကို ဖတ်ရ မှတ်ရပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ဟာ အသင်္ခတဓာတ် ဆိုတော့ ပထဝီစတဲ့ ဓာတ်ကြီးများလို ရုပ်ဓာတ်ပါလား၊ ဒါမှမဟုတ် ဝိညာဏဓာတ်လို နာမ်ဓာတ်ပါလား လို့ မေးပါတယ်။ မေးလဲ မေးစရာပါပဲ။ နိဗ္ဗာန်ဟာ ရုပ်ဓာတ်လဲ မဟုတ်၊ စိတ်စေတသိက်လို နာမ်ဓာတ်လဲ မဟုတ်ပါဘူး။[၁] ဓာတု=ဓာတ် ဆိုတာ **သဘာဝတရား**ကို ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် အသင်္ခတဓာတ်ဆိုတာ **အသင်္ခတသဘာဝ**=အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်တာ မဟုတ်ဘဲ မူလ ကတည်းက ရှိနေတဲ့

၁။ ဤနေရာ၌ 'နာမ်ဓာတ်လဲမဟုတ်ဘူး' ဆိုသည်မှာ 'စိတ်, စေတသိက်တို့ ကဲ့သို့ အာရုံသို့ညွတ်တတ်သော နာမ်မဟုတ်'ဟု ဆိုလိုပါသည်။ 'မိမိသို့ အာရမ္မဏိကတရားတို့ကို ညွတ်စေတတ်သောကြောင့် နာမ်မည်၏'ဟူသော ဝေနဏ္ဍအရမူ နိဗ္ဗာန်ကို နာမ်တရား၌ သွင်းယူရပါသည်။

အရှိသဘာဝတရားလို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။ ကဲ ဒါလောက်ဆိုရင် နိဗ္ဗာန်မေးခွန်းရဲ့ အဖြေ တော်သင့်လောက်ပါပြီ။

၁၂။ ကိုယ့် ကိုယ်ကို သတ်သေတာ အပြစ်ရှိသလား

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

(က) မိမိကိုယ်မိမိ သတ်သေသူသည် သူတစ်ပါးကို သတ်ခြင်း မဟုတ်သည့်အတွက် အပြစ်ရှိပါသလား။ (ခ) ဗုဒ္ဓလက်ထက်က ရဟန်းတစ်ပါးသည် ဈာန်တက်ပြီးနောက် မိမိ လည်ပင်းကို လှီးဖြတ်ရာ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားခဲ့ပါသည်။ (ဂ) ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေသူသည် ဘဝငါးရာ ထပ်မံ အသတ်ခံရမည်ဟု လည်း ဆိုကြပါသည်။ ရှင်းပြပေးပါ ဘုရား။

မင်းထူးမွန်၊ တ-သချ်ာ ဂုဏ်ထူးတန်း၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ (က) မိမိကိုယ် မိမိ သတ်တာဟာ ပါဏာတိပါတကံ ဖြစ်ပါတယ်။ ပါဏာတိပါတ ကံမှာ အင်္ဂါ ၅ ပါး ရှိပါတယ်။ အဲဒီ အင်္ဂါ စုံရင် ပါဏာတိပါတကံ ထိုက်ပါတယ်။ အင်္ဂါ ၅ ပါးက (၁) အသတ်ခံရသူဟာ သက်ရှိဖြစ်ခြင်း၊ (၂) သတ်သူက သက်ရှိသတ္တဝါလို့ အသိအမှတ် ရှိခြင်း၊ (၃) သတ်လိုစိတ်ရှိခြင်း၊ (၄) သတ်ခြင်း၊ (၅) သေခြင်း၊ ဒီအင်္ဂါ ငါးပါး ပြည့်စုံရင် ပါဏာတိပါတ အပြစ်ထိုက်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေသူဟာ ဒီ အင်္ဂါငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံနေပါတယ်။

ဖြေ။ ။ (ခ) ဗုဒ္ဓ လက်ထက်က ရဟန်း တစ်ပါးသည် ဈာန်တက်ပြီးနောက် မိမိလည်ပင်းကို လှီးဖြတ်ရာ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားခဲ့ပါသည်၊ ရှင်းပြပါ တဲ့။

ဒီတော့ ဒီမှာ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်က ရဟန်း တစ်ပါး ဈာန်တက်ပြီး တော့ ကိုယ့်လည်ပင်းကိုယ် လှီးလိုက်လို့ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားရသတဲ့။ ဒီလို ဆိုတော့လဲ ချင်း ထက်တောင် ဆိုးနေပါလား။ (ရယ်ကြသည်) ဒီလိုဆိုတော့ ချင်းထက် ဆိုး နေပြီ။ ချင်းက တံမြက်စည်းနဲ့ ရိုက်လိုက်လို့ လဲသွားတာနဲ့ပဲ ဉာဏ်အလင်း ရသွား တယ်။ ဒီမှာတော့ လည်ပင်း ဓားနဲ့ လှီးမှပဲ ဉာဏ်အလင်းရတယ်နော်။ ဉာဏ် အလင်းရအောင် အားထုတ်ရတာ ကြောက်စရာကြီးပါလား။

ဒီ ဒကာလေး မေးတာ ဟုတ်ပါတယ်။ သူ ရေးတာ မပြည့်စုံလို့ပါ။ အဲဒီ မထေရ်က **ဂေါဓိကမထေရ်**ပါ။ **ဂေါဓိကမထေရ်** ဟာ ဈာန်ဝင်စားပြီးတော့ ဈာန်ကနေ ရှေ့ ဝိပဿနာတက်တဲ့ အခါကျတော့ မတက်နိုင်ဘဲ ဈာန်က ပြန်ပြန် လျှောကျနေတယ်။ သုံးလေးကြိမ်မက လျှောကျနေတော့ သမာဓိကနေ ဝိပဿနာကို သူ မကူးနိုင်တဲ့ အတွက် သူ သိပ် အားငယ်သွားတယ်။ ဒီဘဝတော့ တရားရမှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး လို့ ဆိုပြီး ဓားနဲ့ သူ့လည်ပင်း သူ လှီးပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေလိုက်တယ်။

အဲဒီလို လှီးပြီးခါမှ ဝေဒနာကို သူ တရားရှုတယ်။ နာတဲ့ ဝေဒနာကို ရှုတယ်။ အဲဒီတော့ ရှုနိုင်လောက်အောင် ဆိုတော့ သူ့ဟာ မရဲတရဲ လှီးလိုက်တာနဲ့ တူပါတယ်။ ကောင်းကောင်း ပြတ်သွားတာ ဟုတ်ပုံမရဘူး။ အဲဒီတော့ အဲဒီ ဝေဒနာကို ရှုရင်းရှုရင်းနဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောတွေ ဉာဏ်ထဲမှာ ရှင်းရှင်း လင်းလင်း ထင်ထင်မြင်မြင်ကြီး သိလာတဲ့ အခါ ဝိပဿနာ ဉာဏ် အဆင့်ဆင့်တက် ပြီးတော့ မဂ်လေးဆင့် ဖိုလ်လေးဆင့် ရပြီး **သမသီသီရဟန္တာ** ဖြစ်သွားတယ်။

သမသီသီ လေးမျိုး သမသီသီရဟန္တာက ဇုရိယာပထသမသီသီ၊ ရောဂသမသီသီ၊ ဇီဝိတသမသီသီ လို့ ၃-မျိုး ရှိတယ်။ **အင်္ဂုတ္တိုရ်အဋ္ဌကထာ** ကတော့ ဝေဒနာသမသီသီပါ ထည့်ပြီး ၄-မျိုး လို့ ဆိုပါတယ်။ (အံ-ဋ္ဌ ၃၊ ၁၄၉) ဇုရိယာပထသမသီသီ ဆိုတာ ကိလေသာအာသဝေါ မကုန်ခန်းသမျှ ဒီ ဇုရိယာပုတ်ကို မဖျက်ဘူး လို့ စိတ်ဆုံးဖြတ်ပြီး သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း ဇုရိယာပုထ် တစ်ခုခုနဲ့ တရား အားထုတ်နေစဉ်မှာ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရလို့ ကိလေသာ ကုန်ခန်းခြင်း နဲ့ ဇုရိယာပုတ်ကို ဖျက်လိုက်ခြင်းဟာ တပြိုင်နက်တည်း ဖြစ်သွားရင် အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို **ဇုရိယာပထသမသီသီရဟန္တာ** လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ရောဂသမသီသီ ဆိုတာကတော့ ရောဂါ တစ်ခုခု ဖြစ်နေစဉ်မှာ တရားကို ကြိုးစားရှုမှတ်နေသူဟာ ကိလေသာ ကုန်ခန်းခြင်းနဲ့ ရောဂါ ပျောက်ငြိမ်းသွားခြင်း တပြိုင်နက်တည်း ဖြစ်သွားရင် သူ့ကို **ရောဂသမသီသီ ရဟန္တာ** လို့ခေါ်ပါတယ်။

ရောဂါဝေဒနာ မဟုတ်တဲ့ ဒုက္ခ၊ သုခ၊ ဥပေက္ခာ ဝေဒနာတခုခု ခံစားနေရစဉ် တရားရှုမှတ်တဲ့ အခါ ကိလေသာငြိမ်းသွားခြင်းနဲ့ ဝေဒနာချုပ်ငြိမ်းသွားခြင်း တပြိုင်နက်တည်း ဖြစ်သွားရင် သူ့ကို **ဝေဒနာသမသီသီရဟန္တာ** လို့ ခေါ်ပါတယ်။

[ဇုရိယာပထသမသိသီနှင့် ရောဂသမသီသ် နှစ်ပါးကို **နေတ္တိအဋ္ဌကထာ** (မ၁၊ ၂၇၂-၃)မှာ တစ်မျိုး ဖွင့်ပြပါသေးတယ်။]

ဇီဝိတသမသီသီ ဇီဝိတသမသီသီ ဆိုတာကတော့ ကိလေသာအာသဝေါကို ကုန်ခန်းစေတဲ့ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်ပြီး

သူ့နောက်က ကပ်လျက် မဂ်ဖိုလ်ကို ပြန်ဆင်ခြင်တဲ့ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်တယ်။ အဲဒီ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ် ဖြစ်ပြီးရင်ပြီးချင်း ဇီဝိတိန္ဒြေ ချုပ်ငြိမ်းပြီး ပရိနိဗ္ဗာန် စံသွားတယ်။ ဒီ ရဟန္တာမျိုးကို ကိလေသာ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းနဲ့ ဇီဝိတိန္ဒြေ ချုပ်ငြိမ်းပြီး ပရိနိဗ္ဗာန် စံခြင်း နှစ်ခုဟာ မရှေးမနှောင်း တပြိုင်နက်လိုလို ဖြစ်တာမို့ **ဇီဝိတသမသီသီရဟန္တာ** လို့ ခေါ်ပါတယ်။[၁] အဲဒါမျိုးကို အရပ်စကားနဲ့ ပြောရရင် ရဟန္တာဖြစ်တာနဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန် စံတာ တပြိုင်နက်ဖြစ်တယ် လို့ ပြောရပါတယ်။ ဒါကိုပဲ **အဘိဓမ္မာ၊ ပုဂ္ဂလပညတ်ပါဠိတော်** (အဘိ ၃၊ ၁၁၆)မှာ—

> ''ယဿ ပုဂ္ဂလဿ အပုဗ္ဗံ အစရိမံ အာသဝပရိယာဒါနဉ္စ ဟောတိ ဇီဝိတပရိယာဒါနဉ္စ၊ အယံ ဝုစ္စတိ ပုဂ္ဂလော သမသီသီ''လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

အဓိပ္ပာယ်က—

> ''အာသဝေါ ကုန်ခြင်းနဲ့ (အသက်ခေါ်တဲ့) ဇီဝိတိန္ဒြေ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း မရှေးမနှောင်း ဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို သမသီသီ ခေါ်ရတယ်'' လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒီတော့ အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်ကို ရပြီး ကိလေသာအာသဝေါ ကုန်သွားတာက ရှေ့၊ ဇီဝိတိန္ဒြေ ချုပ်ငြိမ်းပြီး ပရိနိဗ္ဗာန် စံတာက နောက် ဆိုတော့ အဖြစ်အပျက် နှစ်ခု

၁။ သံ-ဋ္ဌ ၁၊ ၁၆၉။ သံ-ဋီ ၁၊ ၂၁၇-၀။ အံ-ဋ္ဌ ၃၊ ၁၄၉။ အံ-ဋီ ၃၊၁၅၅-၆။ အဘိ-ဋ္ဌ ၃၊ ၃၇-၀။ နေတ္တိ-ဋ္ဌ၊ ၂၇၂-၃။

စိတ္တက္ခဏအနည်းငယ်တော့ ကွာခြားတယ်။ သို့သော်လဲ ဒါလောက် ကွာခြားတာကလေးကို ထည့်ရေတွက်မနေတော့ဘဲ အာသဝေါကုန်ခြင်းနှင့် ပရိနိဗ္ဗာန် စံခြင်း တပြိုင်နက် ဖြစ်တယ် လို့ ပြောကြရပါတယ်။ ဒါကြောင့်ပဲ ဒီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို **ဇီဝိတသမသီသီ ရဟန္တာ** လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ အခု ဒီ အရှင် **ဂေါဓိကမထေရ်** ဟာ အဲဒီ ဇီဝိတသမသီသီ ရဟန္တာပေါ့။

ဝဋ်ရဲ့ ဦးခေါင်း ဖြစ်တဲ့ မသိပ္ပ=အဝိဇ္ဇာ နဲ့ သံသရာရဲ့ ဦးခေါင်း ဖြစ်တဲ့ ဇီဝိတိန္ဒြေ တပြိုင်နက် ချုပ်သွားလို့ ဦးခေါင်းနှစ်လုံး တပြိုင်နက် ပြတ်သွားတယ် လို့ ခေါ်ရပါတယ်။

သမ ဆိုတာ အတူတူ တပြိုင်နက်၊ သီသ ဆိုတာ ဦးခေါင်း၊ နှစ်ခုပေါင်းတော့ **သမသီသီ (=ဝဋ်ရဲ့ ဦးခေါင်း အဝိဇ္ဇာနဲ့ သံသရာရဲ့ ဦးခေါင်း ဇီဝိတိန္ဒြေ တပြိုင်နက်တည်း ပြတ်သော ရဟန္တာ)** လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒီတော့ ဒီမှာ အခုရှင်းပြခဲ့တဲ့ စိတ်ဖြစ်စဉ်အရ ဒီ အရှင်ဂေါဓိကမထေရ်ဟာ မသေခင်ဘဲ အာသဝေါ ကုန်ခန်းပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားပြီ ဆိုတော့ ဒီရဟန္တာဟာ ရဟန္တာမဖြစ်မီ စပ်ကြားမှာ မသေသေးတဲ့ အတွက် ပါဏာတိပါတ အင်္ဂါငါးပါးနဲ့ ကိုက်ညီ သလား။ (မကိုက်ညီပါဘုရား။) မကိုက်ညီရင် ပါဏာတိပါတ ကံ မြောက် မလား။ (မမြောက်ပါဘုရား။)

ရဟန္တာ ဖြစ်ပြီးမှ သေသွားတဲ့ အခါ ကျတော့ သူ့ သန္တာန်မှာ ကိလေသာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းနေပြီ မဟုတ်လား။ ငြိမ်းနေပြီ ဆိုတော့ ပါဏာတိပါတကံ ဖြစ်ပါ

ဦးမလား။ (မဖြစ်ပါ ဘုရား။) ပြီးတော့ ဘဝကို လိုချင်တပ်မက်တဲ့ တဏှာ ငြိမ်းနေပြီ ဖြစ်လို့ နောက်ဘဝကော ဖြစ်ဦးမလား။ (မဖြစ်တော့ပါဘုရား။)

ဖြေ ။ ။ (၇) ကိုယ့်ကိုကိုယ် သတ်သေသူသည် ဘဝငါးရာ ထပ်မံ အသတ် ခံရမည် ဟုလည်း ဆိုကြပါသည်။ ရှင်းပြပေးပါ ဘုရားတဲ့။

ဒါတော့ ဘုန်းကြီး ဘယ်ကျမ်းဂန်မှာမှ မတွေ့ဖူးဘူး။ ဘုန်းကြီးလဲ ကလေး ဘဝတည်းက ဒါကို ကြားဖူးတာပဲ ရှိတယ်။

၁၃။ စူဠသောတာပန်သည် နောက်ဘဝ၌သရဏဂုံဆက်လက်တည်ပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

(က) စူဠသောတာပန်သည် ဘဝတလျှောက်လုံး သေခါနီးဇောစော သည့် အချိန်အထိ သရဏဂုံတည်ခဲ့လျှင် အခြားမဲ့ဘဝ၌ သရဏဂုံ ဆက်၍ တည်နိုင်ပါမည်လား။

(ခ) အကယ်၍ ထိုစူဠသောတာပန်သည် ဘဝတလျှောက်လုံး သရဏဂုံ တည်ခဲ့ပြီးနောက် စုတိခါနီး၌ သရဏဂုံ တည်မတည် မသေချာခဲ့ပါက အခြားမဲ့ ဘဝ၌ သရဏဂုံ ဆက်၍ တည်နိုင်ပါသလား ဘုရား။

ဒေါ်ဌေးဌေးဝင်း၊ ဒေါ်တင်တင်ရှု၊ SAT များ

ဖြေ။ ။(က) ဒီတော့ ဒီမေးခွန်းမှာ ပထမဆုံး ရှုဋ္ဌသောတာပန် ဆိုတာ ဘယ်လို ပုဂ္ဂိုလ် လို့ သိဖို့လိုပါတယ်။ အနည်းငယ် ရှင်းပြပါမယ်။ ဝိပဿနာတရား အား ထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ ပထမဆုံး သီလစင်ကြယ်အောင် သီလ ဆောက်တည် စောင့်ထိန်းရပါတယ်။ သီလစင်ကြယ်လို့ သီလဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်တဲ့အခါမှာ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေကို ရှုမှတ်ပွားများရပါတယ်။

စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ရှုမှတ်လို့ သမာဓိ အတော် အားကောင်းလာတဲ့ အခါမှာ စိတ်ထဲမယ် ကိလေသာ နီဝရဏ အညစ်အကြေးတွေ မရှိသလောက် ဖြစ်ပြီး ရှုစိတ်ချည်းသက်သက် စင်ကြယ်နေတဲ့အခါ **စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ** ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်တဲ့အချိန်က စပြီးတော့ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ပင်ကိုရင်း သီးသန့်သဘော သဘာဝ လက္ခဏာတွေကို သိလာပါတယ်။ နာမ်တရားဖြစ်တဲ့ စိတ်ရဲ့ အရှုခံ အာရုံဆီကို ညွတ်နေ လှမ်းနေတဲ့ သဘောကိုလဲ သိရပါတယ်။ ရုပ်ထဲက ပထဝီဓာတ်ရဲ့ ခက်မာကြမ်းတမ်းသဘော၊ နူးညံ့သဘော၊အာပေါဓာတ်ရဲ့ ယိုစီးဖွဲ့စည်း သိပ်သည်း ပူးတွဲ လုံးခဲသဘော၊တေဇောဓာတ်ရဲ့ ပူနွေးအေးသဘော၊ ဝါယောဓာတ်ရဲ့ ထောက်ကန် တောင့်တင်း လှုပ်ရှား ရွေ့ရှား သဘောတွေကိုလဲ ဆင်ခြင် စဉ်းစားမှုမပါပဲ ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်တွေ့ သိသိလာပါတယ်။ အဲဒါဟာ နာမ်သဘော ရုပ်သဘောကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိတဲ့ **နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်** ပါပဲ။

ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ပြီးတော့ သမာဓိ မဖြစ်မီက အရှုခံအာရုံကိုရော ရှုစိတ်ကိုရော ငါလို့ ထင်မှတ်နေပါတယ်။ သမာဓိ ရလာလို့ ရုပ်သဘော နာမ်သဘော

သိတဲ့အခါ အဲဒီလို မထင်မှတ်တော့ပဲ အရှုခံအာရုံက သီးခြား သဘာဝတစ်မျိုး၊ ရှုစိတ်က သီးခြား သဘာဝတစ်မျိုးလို့ အရှုခံ အာရုံနဲ့ ရှုစိတ်ကို သဘာဝတရား သက်သက်အနေနဲ့ ခွဲခွဲခြားခြား သိလာပါတယ်။ ရုပ်ကို ရှုရင် အရှုခံ ရုပ်က တခြား ရှုသိစိတ်က တခြား၊ နာမ်ကိုရှုရင် အရှုခံ နာမ်က တခြား ရှုသိစိတ်က တခြား ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိလာပါတယ်။ အဲဒီလို သိတဲ့အတွက် အရှုခံအာရုံနဲ့ ရှုစိတ်ကို ငါအနေနဲ့ မထင်မှတ် မစွဲလမ်းတော့ပဲ သီးခြားသဘာဝ နှစ်မျိုးလို့ သိလာပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ ဆိုတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အသိမှား အမြင်မှား မရှိတော့လို့ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ပါတယ်။ အသိမှား အမြင်မှား စင်ကြယ်သွားတယ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ရုပ်ကြောင်း နာမ်ဖြစ် ဆက်လက်ပြီး ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်တဲ့အခါ သမာဓိကလဲ ပို ကောင်းလာပြီး ဉာဏ်ကလဲ ပို ထက်မြက်လာပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ရုပ်အကြောင်းကြောင့် နာမ်အကျိုး ဖြစ်တာ၊ နာမ်အကြောင်းကြောင့် ရုပ်အကျိုး ဖြစ်တာလေးတွေ သိသိလာပါတယ်။ ဝမ်းပိုက် ဖောင်းကြွလှုပ်ရှားမှုကို ရှုတဲ့အခါ ဖောင်းကြွလှုပ်ရှားမှုရှိလို့ ဖောင်းတယ် လို့ ရှုသိစိတ် ဖြစ်တယ်ဆိုတာ သိလာပါတယ်။ ပိန်မှုသဘော ရှိလို့ ပိန်တယ် လို့ ရှုသိတဲ့စိတ် ဖြစ်တယ်ဆိုတာ သိလာပါတယ်။

စင်္ကြံလျှောက်တဲ့အခါမှာ ကြွချင်တယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် လို့ ရှုတဲ့အခါမယ် ခြေထောက် ကြွမှုရှိလို့ ကြွတယ်လို့ ရှုသိစိတ်၊ လှမ်းမှုရှိလို့ လှမ်းတယ်လို့ ရှုသိစိတ်၊ ချမှုရှိလို့ ချတယ်လို့ ရှုသိစိတ် ဖြစ်တယ်လို့ အသီးသီး သိလာပါတယ်။ ကွေးတာဆန့်တာ စတဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေကို ရှုရာမှာလဲ ကွေးမှု ရှိလို့ ကွေးတယ်လို့ ရှုသိစိတ်၊ ဆန့်မှုရှိလို့ ဆန့်တယ်လို့ ရှုသိစိတ် ဖြစ်တယ် စသည်ဖြင့် ရုပ်အကြောင်းတရားကြောင့် နာမ်အကျိုးတရား ဖြစ်ပုံ၊ အရှုခံအာရုံ

အကြောင်းတရားကြောင့် ရုပ်စိတ် အကျိုးတရား ဖြစ်ပုံတွေကို ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်တွေ့ သိလာပါတယ်။

နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ် စင်္ကြံလျှောက်ရာမှာ ကြွချင်တယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းချင်တယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချချင်တယ်၊ ချတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်တဲ့အခါ စိတ်တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းလာတာနဲ့ အမျှ နာမ်အကြောင်းတရားကြောင့် ရုပ်အကျိုးတရား ဖြစ်ပုံကလေးတွေကို သိသိလာပါတယ်။ သမာဓိ အားမကောင်းသေး မီမှာတော့ မိမိကပဲ အားပြုပြီး ကြွရ လှမ်းရ ချရတယ် လို့ ထင်နေပါတယ်။ ကြွသူ လှမ်းသူ ချသူဟာ ငါပဲ လို့ ယူဆစွဲလမ်းနေပါတယ်။

သမာဓိ အားကောင်းလာတဲ့ အခါမှာ ပထမဆုံး ခြေထောက်က အလိုလို ကြွလိုက်သလိုလို၊ တစ်စုံတစ်ခုကပဲ မ ပေးလိုက်သလိုလို တွေ့လာပါတယ်။ လှမ်းတာ ချတာကိုလဲ သူ့အလိုလို လျှောကနဲ လှမ်းသွားသလိုလို၊ တစ်စုံတစ်ခုကပဲ နောက်ကနေ တွန်းလိုက်သလိုလို၊ သူ့အလိုလို ကျသွားသလိုလို၊ တစ်စုံတစ်ခုကပဲ ဆွဲချလိုက်သလိုလို တွေ့လာရပါတယ်။

သမာဓိ ပို အားကောင်းလာတဲ့အခါ အသိက ပိုရှင်းလာပါတယ်။ ကြွချင်စိတ်ကြောင့် ကြွလိုက်တာ၊ လှမ်းချင်စိတ်ကြောင့် လှမ်းလိုက်တာ၊ ချချင်စိတ်ကြောင့် ချလိုက်တာကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိလာပါတယ်။ နာမ်အကြောင်းတရားကြောင့် ရုပ်အကျိုးတရား ဖြစ်ပုံကို သိလာပါတယ်။ ဒါဟာ အကြောင်းအကျိုးကို ဉာဏ်ဖြင့် သိမ်းဆည်းတဲ့ **ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်** ပါပဲ။

ကာရကအတ္တ ဝေဒကအတ္တ ဒီအခါမှာ ကြွသူ လှမ်းသူ ချသူ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ငါကို မတွေ့ရတော့ပါဘူး။ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်နေတယ်

ဆိုတဲ့ သဘောမျှပဲ သိလာပါတော့တယ်။ဒါကြောင့် ပြုလုပ်သူ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ ရှိတယ် လို့ ယူဆတဲ့ **ကာရကအတ္တဒိဋ္ဌိ**၊ ခံစားသူ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ ရှိတယ်လို့ ယူဆတဲ့ **ဝေဒကအတ္တဒိဋ္ဌိ** တွေလဲ ကင်းစင်သွားပါတယ်။

ဒီတော့ ဒီဘဝမှာလဲ ရုပ်နာမ်တရားတွေဟာ အကြောင်းအကျိုး ဆက်သွယ်ပြီး ဖြစ်ပျက်နေကြတာပဲရှိတယ်။ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ ဆိုတာ မရှိဘူး။ အဲဒီအတိုင်းပဲ ရှေးဘဝတွေမှာလဲ ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်ပြီး ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်သဘာဝမျှပဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါဆိုတာ မရှိခဲ့ဘူး။ နောက်ဘဝတွေမှာလဲ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါဆိုတာ မရှိဘူးလို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း နားလည် သဘောပေါက်လာပါတယ်။

ဒီလို အကြောင်းအကျိုးကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိမြင်လာရတော့ အကြောင်းမရှိဘဲ ဖြစ်တယ် လို့ ယူဆတဲ့ **အဟေတုက** ဒိဋ္ဌိ၊ ဖန်ဆင်းရှင် ရှိတယ်လို့ ယူဆပြီးဖန်ဆင်းရှင်သည်ပင်လျှင် အကြောင်းတရားပဲလို့ ယူဆတဲ့ **ဝိသမဟေတုက** ဒိဋ္ဌိ၊လောကကြီးနဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ တန်ခိုးရှင်က ဖန်ဆင်းလိုက်လို့သာ ဖြစ်ပေါ် လာရတယ် ဆိုတဲ့ **ဣဿရနိမ္မာန**ဒိဋ္ဌိတွေလဲ ကင်းစင်သွားပါတယ်။

ကင်္ခါဝိတရဏာ ဝိသုဒ္ဓိ

ဒီတော့ ရှေးဘဝတွေမှာ ငါဖြစ်ခဲ့သလား၊ မဖြစ်ခဲ့ဘူးလား၊ ဖြစ်ရင် ငါ ဘာဖြစ်ခဲ့သလဲ၊သူဌေးလား၊ မင်းလား။ နောက်ဘဝမှာ ငါ ဖြစ်ဦးမှာလား၊ မဖြစ်တော့ဘူးလား စတဲ့ ယုံမှားမှု **ကင်္ခါ** ၁၆ ပါးဟာ ဝိပဿနာ မရှုသူများမှာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာ ရှုသူများမှာတော့ အကြောင်းအကျိုး ဆက်သွယ်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်မျှပဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါဆိုတာ မရှိဘူးလို့ ရှင်းရှင်းကြီး သိတဲ့ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ ဉာဏ် ရတဲ့အခါမှာ အဲဒီ ယုံမှားမှု ကင်္ခါတွေ မရှိတော့ဘူး၊ ရှေ့ဘဝတွေမှာလဲ ရုပ်နာမ်တွေဟာ အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပျက်သွားကြတာချည်းပဲ။

ခုဘဝလဲ ဒီအတိုင်းပဲ၊ နောက်ဘဝတွေမှာလဲ ကြောင်းကျိုးနိယာမအရ ဖြစ်ကြဖျက်ကြမှာချည်းပဲ။ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ ရယ်လို့ တည်မြဲနေတဲ့ အကောင်အထည်အနေနဲ့ ဘာမျှ မရှိဘူး လို့ သိလာတော့ ငါ ဖြစ်ခဲ့သလား၊ မဖြစ်ခဲ့ဘူးလား စတဲ့ ယုံမှားမှု ဖြစ်စရာကို မရှိတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကို **ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ=ယုံမှားကို လွန်မြောက်လျက် အသိအမြင်စင်ကြယ်ခြင်း** လို့ ခေါ်ရပါတယ်။

စူဠသောတာပန် ဒီပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိနှင့် ပြည့်စုံသူကို ဒုတိယဘဝမှာ ဏတိမြဲတာချင်း တစ်စိတ်တဒေသ တူတာကို အကြောင်းပြုပြီး သောတာပန်နဲ့ အလားတူတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်=**စူဠသောတာပန်** လို့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်(ဒု၊ ၂၄၀)မှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။

ဒီမှာ မေးခွန်းရှင် မေးထားတာက အဲဒီ စူဠသောတာပန်ဟာ သေခါနီးဇောစော့ချိန်အထိ သရဏဂုံတည်ခဲ့ရင် နောက်ဘဝမှာကော သရဏဂုံ ဆက်တည်နိုင်ပါသလားတဲ့။

ဒီနေရာမှာ ဒီလို စဉ်းစားကြည့်သင့်ပါတယ်။ ဝိပဿနာရှုလို့ အကြောင်းအကျိုးမျှပဲ ရှိတယ် လို့ သိတဲ့ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်အထိ ရရှိထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရတနာသုံးပါးပေါ်မှာ ယုံကြည်မှု အလွန် အားကောင်းနေပြီ ဖြစ်လို့ သရဏဂုံ တော်တော် ခိုင်မြဲနေပြီလို့ ဆိုရမှာပါပဲ။ ပြီးတော့ ဒီ အားကောင်းတဲ့ သရဏဂုံဟာလဲ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး သေခါနီးဇောစိတ်အထိ ဆက်လက်တည်ခဲ့တယ် ဆိုတော့ သရဏဂုံအရှိန် အင်မတန် ကောင်းနေပါတယ်။ ဒီလောက် သရဏဂုံ အားကောင်းတာ ထောက်တော့ သူဟာ တရားသတိ အမြဲရှိပြီး မကြာခဏ ရှုမှတ်ပွားများတဲ့ အခါမှာလဲ ရောက်ဖူး ရဖူးပြီးသား ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် သူ့

သန္တာန်မှာ ကြည်ကြည်လင်လင် ဝိဝိပြင်ပြင် ဖြစ်ပေါ်တယ် လို့ ယူဆရမှာပါပဲ။ ဒါကြောင့် သူ့မှာ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အတော်လေး ပြည့်စုံတယ် လို့ ဆိုရမှာပါပဲ။

ကျမ်းဂန်အဆို အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မဟာဋီကာ (၃၊ ၃၇၅)မှာ ဒီလို ဖွင့်ဆိုထားပါတယ်။

> "မဆုတ်ယုတ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ ရှိသော ဝိပဿနာရှုသူသည် စင်ကြယ်သော လောကီ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာတို့နှင့် ပြည့်စုံသောကြောင့် အထက်ဖြစ်သော တရားထူးများကို မသိရသေးသော်လည်း သုဂတိသာ လျှင် လားရာရှိပေသည်။ ထို့ကြောင့် "သုဂတိလျှင် လားရာရှိသူ" ဟု ဆရာမြတ် မိန့်တော်မူခြင်း ဖြစ်ပေသည်"

မေးခွန်းရှင် မေးတဲ့ ဂုဏ်သောတာပန်ဟာ အဲဒီ မဟာဋီကာ စကားအရ သုဂတိ လားမည့် ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ဖြစ်တာတစ်ကြောင်း၊ သေခါနီးဇောအထိ သင်္ခါရုံ အရှိန်အဟုန် ကောင်းနေတာ တစ်ကြောင်းကြောင့် အဲဒီ ဇောစိတ်ရဲ့နောက် စိတ်ကလေး သုံးလေးစိတ်၊ လေးငါးစိတ်မျှသာ ခြားပြီးဖြစ်ပေါ်တော့မယ့် နောက်ဘဝ ပဋိသန္ဓေစိတ်အထိ ဒီသင်္ခါရုံအရှိန် မပါနိုင်လောက်ဘူးလား။ (ပါနိုင်လောက်ပါတယ်ဘုရား)။ဒီလိုဆိုရင် လောကီသင်္ခါရုံဖြစ်လို့ စုတိစိတ်အခိုက်မှာ ပျက်သွားဦးတော့ နောက်ဘဝမှာ သင်္ခါရုံ ပြန်မတည်နိုင်လောက်ဘူးလား။ (တည်နိုင်လောက်ပါတယ်ဘုရား)။

နတ်ဖြစ်သော်လဲ ရဟန်းစိတ်မပျောက် တရားရှုမှတ်ရင်း ပြန်တော်မူသွားတဲ့ ရဟန်းတော်ကလေး တစ်ပါးအကြောင်း သိတယ်မဟုတ်လား။ အဲဒီရဟန်းကလေးဟာ တရားလိုချင်လွန်းလို့ အချိန်ကုန်မှာစိုးတာနဲ့ ဆွမ်းလဲ မဘုဉ်းပေး၊ ကျိန်းလဲ မကျိန်းစက်ဘဲ အချိန်ရှိသမျှ တရားကို ကြိုးစား

ရှုမှတ်နေရာက လေသိုးပြီး ပြန်တော်မူတော့ ချက်ချင်းပဲ တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ နတ်သားသွားဖြစ်တယ်။ တစ်ဘဝနဲ့ တစ်ဘဝဟာ ကပ်နေတာ။ ရှေ့ဘဝက သေစိတ် ချုပ်ပျက်ပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် နောက်ဘဝရဲ့ အစဆုံးစိတ် (ပဋိသန္ဓေစိတ်) ချက်ချင်း ဖြစ်တာ၊ ဒါကြောင့် ဒီရဟန်းတော်ကလေး နတ်သားသာ ဖြစ်သွားပေတဲ့ ရှေ့ဘဝက အရှိန် ပါနေလို့ ရဟန်းစိတ် မပျောက်ဘဲ ဖြစ်နေသတဲ့။

ပြီးတော့ ဒီရဟန်းကလေးဟာ ပြန်တော်မူတော့ ဘာမဂ် ဘာဖိုလ်မှ မရသေးပါဘူး။ ဝိပဿနာ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အားကောင်းနေဆဲ အချိန်မှာ ပြန်လွန်သွားတာပဲ။ နတ်သားဘဝ ရောက်မှ မြတ်စွာဘုရားထံ လာပြီး လျှောက်ထားလို့ ဘုရားက တရားဟောမှပဲ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ကို ရသွားတယ်။ (သံယုတ်အဋ္ဌကထာ၊ အစ္ဆရာသုတ်အဖွင့်)

ဒါကြောင့် သေခါနီး ဇောစိတ်အထိ သရဏဂုံ အားကောင်းနေတဲ့ စူဠသောတာပန်ဟာ နောက်ဘဝမှာ သရဏဂုံ ပြန်တည်နိုင်လောက်ပါတယ်။

မေး။ ။(ခ) နောက် ဒီမေးခွန်း ဒုတိယပိုင်းက အဲဒီ စူဠသောတာပန်ဟာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး သရဏဂုံတည်ခဲ့ပြီး သေခါနီးမှာ သရဏဂုံ တည်မတည် မသေချာရင် အခြားမဲ့ဘဝမှာ သရဏဂုံ ဆက်တည်နိုင်ပါသလားတဲ့။

ဒီမေးခွန်းကို နှစ်မျိုးစဉ်းစားရလိမ့်မယ်။ ဘယ်လိုလဲ ဆိုတော့ သေခါနီးမှာ သရဏဂုံ တည်မတည် ဘေးလူက သိပါမလား။ (မသိပါဘုရား။) မသိဘူးနော်။ ဒါဖြင့် သူကိုယ်တိုင်အနေနဲ့တော့ တည်တယ် မတည်ဘူး ဆိုတာ မသေမချာ ဖြစ်ပါမလား။ (မဖြစ်ပါဘုရား။) မဖြစ်ဘူးနော်။ တည်ရင်လဲ တည်မှန်း သေသေ

ချာချာ သိမှာပဲ။ မသိပေဘူးလား။ (သိပါတယ်ဘုရား) မတည်ရင်လဲ မတည်မှန်း သေသေချာချာ သိတာပေါ့။ တည်မတည် မသေမချာကတော့ မဖြစ်ဘူး။

သူဟာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး တည်လာခဲ့ရင် သေခါနီးလဲ တည်နိုင်လောက် ပါတယ်။ တည်ရင်တည်ကြောင်းလဲ သိမှာပါပဲ။ သေခါနီးဇောစိတ်မှာ တည်နေ ရင် လောကီသရဏဂုံဖြစ်လို့ စုတိစိတ်အနိုက်မှာ ပျက်သွားဦးတော့ အခြားမဲ့ဘဝ မှာ အရှိန်ဆက်ပါပြီး ပြန်တည်နိုင်လောက်ပါတယ်။ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးမှာ တည် လိုက် မတည်လိုက် ဆိုရင်တော့လဲ အခြားမဲ့ ဘဝမှာ တည်နိုင်ဖို့ မလွယ်ဘူးပေါ့။

၁၄။ သက်သတ်လွတ်စားတာ ကုသိုလ် ရပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

(က) သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဖြင့် ကုသိုလ်ရပါသလား။ မည်သို့သော အကျိုးသက်ရောက်ပါသလဲ။ သွေးလှူဒါန်းခြင်းနှင့် မည်သည်က ပို၍ မြတ်ပါသလဲ ဘုရား။

(ခ) ဆရာဝန်များက သွေးလွန်တုပ်ကွေး ကာကွယ်ရေး အတွက် ပိုး လောက်လန်းများကို သတ်ရခြင်းသည် အကုသိုလ်ဖြစ်ပါသလား။ ပါဏာတိ ပါတကံ ကျူးလွန်ရာ ရောက်ပါသလား။

သင်းသင်းလှိုင်၊ တတိယနှစ် စီးပွားရေး

ဖြေ။ ။ (က) သက်သတ်လွတ် စားသူနဲ့ စိတ်ထားပေါ် မူတည်ပြီး ကုသိုလ် ရ မရ နှစ်မျိုး ရှိပါလိမ့်မယ်။

မေတ္တာ ကရုဏာပွား — **ပထမအမျိုးအစားက** သတ္တဝါများကို ကြင်နာသနား ကရုဏာပွားပြီး မိမိတည်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် သတ္တဝါတွေ မသေကြေ မပျက်စီးကြပါစေနှင့် ဆိုတဲ့ မေတ္တာစိတ်ထားဖြင့် သက်သတ်လွတ် စားကြသူများ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီပုဂ္ဂိုလ်များမှာ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ ဖြဟ္မစိုရ် ကုသိုလ်များ ပွားကြရပါတယ်။ မေတ္တာ ဘာဝနာ ပွားသူများ ဒီစိတ်ထားမျိုးနဲ့ သက်သတ်လွတ် စားရင် မေတ္တာဘာဝနာကို အများကြီး အထောက်အပံ့ ဖြစ်စေပါတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ချမ်းမြေ့ရိပ်သာမှာ ဝါတွင်း ဥပုသ်နေ့တိုင်း ဥပုသ်သည်ရော ယောဂီပါ မေတ္တာအထွက်တပ်တဲ့ နဝင်္ဂဥပုသ် စောင့်ထိန်းကြပြီး ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ အားလုံး သက်သတ်လွတ်စား မေတ္တာဘာဝနာ ပွားကြရပါတယ်။

ကြီးကြီးဖန်ဖန် လှည့်စားသူများ — **ဒုတိယအမျိုးအစားက** တော့ ရောဂါဝေဒနာ တစ်ခုခုကြောင့် သက်သတ်လွတ် စားသူများ၊ အခု ပြောခဲ့တဲ့ မေတ္တာ ကရုဏာ ရှေ့သွားမရှိဘဲ မိမိတို့ ဒေသထုံးစံ၊ ဘာသာရေး ထုံးတမ်း စဉ်လာများအရ သက်သတ်လွတ် မစားရင် မဖြစ် လို့ စားကြရသူများ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ ပုဂ္ဂိုလ်များမှာတော့ ကုသိုလ်ဖြစ်တာ နည်းပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီအထဲမှာ သားငါးကိုလဲ စားချင်၊ စားလို့ကလဲ မဖြစ်တဲ့အတွက် သက်သတ်လွတ်စားနေရတဲ့ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ ရသေ့စိတ်ဖြေသဘောနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကြီးကြီးဖန်ဖန် လှည့်စားတတ်တာလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။

ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်တချို့ဟာ သက်သတ်လွတ်ဟင်းကို ရိုးရိုး မချက်ဘဲ၊ ကြက်သားဟင်း၊ ဝက်သားဟင်း၊ ငါးဟင်းလို့ ထင်ရအောင် တူယောင် ယိုးမှား ချက်ပြီး သားငါးဟင်းအမှတ်နဲ့ စားကြပါတယ်။ ဒီလို သက်သတ်လွတ်က တော့ ကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်းပါလိမ့်မယ်။

သက်သတ်လွတ် မစားသူဘယ်လိုလဲ

သက်သတ်လွတ်စားသူက မေတ္တာ ကရုဏာ ဗြဟ္မစိုရ် ကုသိုလ် ပွားတယ် ဆိုတော့ သက်သတ်လွတ် မစားတဲ့လူကတော့ အကုသိုလ်တွေချည်း ဖြစ်နေသလားလို့ မေးစရာ ရှိပါ တယ်။ ဒီလိုတော့မဟုတ်ပါဘူး။ အစားအသောက်ကို အရသာခံပြီး စားတဲ့လူ မှန် သမျှ သက်သတ်လွတ်သူရော မလွတ်သူပါ အရသာကို သာယာနှစ်သက်တဲ့ လောဘ အကုသိုလ်ကတော့ ဖြစ်နေတာပါပဲ။ သက်သတ်မလွတ်တဲ့ လူမှာ အဲဒီလောဘထက် ပိုပြီး အကုသိုလ် မဖြစ်ဘူး လို့ ထင်ပါတယ်။

ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ သက်သတ်မလွတ်သူဟာ သားငါးကိုစားနေပေတဲ့ ဝက်ကိုသတ်ပြီး ချက်ထားတဲ့ အသား၊ ကြက်ကိုသတ်ပြီး ချက်ထားတဲ့ အသားလို့ အာရုံပြုစားတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သူ့စိတ်ထဲမယ် စားသောက်ဖွယ်ဟင်းတစ်မျိုးပဲ ဆို တဲ့ အသိအမှတ်နဲ့သာ စားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သာယာနှစ်သက်တဲ့ လောဘထက် ပိုပြီး အကုသိုလ် မဖြစ်ဘူးလို့ ယူဆပါတယ်။

သွေးလှူတာက ပိုအကျိုးရှိ

သက်သတ်လွတ် စားသူနဲ့ သွေးလှူသူ နှစ်ဦးမှာ သွေးလှူသူက ပိုအကျိုးပြုနိုင်ပြီး ကုသိုလ်လဲ ပိုပွားပါတယ်။ သက်သတ်လွတ် စားသူက ရှောင်ကြဉ်ရုံမျှပဲ ပြုနိုင်ပြီး သွေးလှူသူက လက် တွေ့ ကျန်းမာအောင်၊ အသက်မသေအောင် အကျိုးပြုနိုင်ပါတယ်။ သက်သတ်လွတ် စားသူက မေတ္တာ ကရုဏာ ပွားရုံမျှပဲရှိပါတယ်။ သွေးလှူသူက မေတ္တာ ကရုဏာ

မြဟ္မစိုရ် ပွားရုံမျှမက မိမိသွေးကို စွန့်လှူခြင်း ဆိုတဲ့ အင်္ဂပရိစ္စာဂကုသိုလ်၊ သေမယ့်လူနာ အသက်မသေစေပဲ မိမိသွေးနဲ့ အသက်ရှင်နေစေခြင်း ဆိုတဲ့ ဇီဝိတဒါနကုသိုလ်ပါ ပွားရပါတယ်။

မေး။ ။(ခ) ဆရာဝန်တွေ သွေးလွှန့်တုတ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ဖို့ ပိုးလောက်လန်းတွေကို သတ်တာမှာလဲ ပါဏာတိပါတ အင်္ဂါ ငါးပါးနှင့် ကိုက်ညီရင် ပါဏာတိပါတကံ ဖြစ်ပါတယ်။ မကိုက်ညီရင် မဖြစ်ပါဘူး။

ပါဏာတိပါတ အင်္ဂါ ၅-ပါးကို ထပ်ဖော်ပြပါဦးမယ်။ (၁) သက်ရှိသတ္တဝါဖြစ်ခြင်း၊ (၂) သတ်သူက သက်ရှိသတ္တဝါလို့ အမှတ်ရှိခြင်း။ (၃) သတ်လိုစိတ်ရှိခြင်း။ (၄) သတ်ခြင်း၊ (၅) သေခြင်း။ ဒီအင်္ဂါငါးပါးနှင့် ကိုက်ညီရင် ပါဏာတိပါတကံ မြောက်ပါတယ်။ အပါယ်ကျနိုင်ပါတယ်။

အပြစ် အကြီးအသေး

အပြစ် အကြီးအသေးတော့ ကွာခြားပါတယ်။ သတ်ကြောင်းစေတနာ အားကောင်းရင် အပြစ်ကြီးတယ်။ စေတနာအားသေးရင် အပြစ် သေးပါတယ်။ ပြီးတော့ အသတ်ခံရတဲ့ သတ္တဝါကို လိုက်ပြီးတော့လဲ အပြစ် အကြီးအသေး ကွာခြားတယ်။ အသတ်ခံရတဲ့ သတ္တဝါ အကောင်ကြီးရင် ဇီဝိတကလာပ်ပေါင်းများစွာကို ဖျက်ဆီးရာရောက်လို့၊ ပြီးတော့ သေအောင် ပိုပြီး လုံ့လစိုက်ထုတ်ရတဲ့အတွက် စေတနာပိုအားကြီးလို့ အပြစ်ကြီးတယ်။ အကောင်သေးရင် ဇီဝိတကလာပ် နည်းလို့၊ ပြီးတော့ လုံ့လစိုက်ထုတ်ရတာ နည်းတဲ့အတွက် စေတနာ အားသေးလို့ အပြစ်သေးတယ်။ အသတ်ခံရတဲ့ သတ္တဝါ သီလ သမာဓိ ပညာ ဂုဏ်ကြီးရင် အပြစ်ကြီးတယ်။ ဂုဏ်ငယ်ရင် အပြစ်သေးတယ်။

ဆရာဝန် သုံးမျိုး ဆရာဝန်က ဒီ ပိုးလောက်လန်းတွေ သေမှပဲ သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ မဖြစ်မယ်၊ ဒါကြောင့် သေအောင် ဆေးဖျန်းရမယ် ဆိုတဲ့ စိတ်ထားနဲ့ ဆေးအဖျန်းခိုင်းလို့ သေရင် သတ်လိုတဲ့ စိတ်စေတနာ အပြည့်အဝ ပါတဲ့အတွက် ပါဏာတိပါတကံ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုမဟုတ်ပဲ ပိုးလောက်လန်း သေ မသေကို အရေးမထားပဲ တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်နိုင်ရေးကိုသာ စိတ်အာရုံထားပြီး ဆေးအဖျန်းခိုင်းရင် ပါဏာတိပါတကံ ဖြစ်ကောင်းမှ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ နောက်တစ်မျိုးကလဲ ဆရာဝန်က ပိုး သေ မသေကို မစဉ်းစားပဲ ဆရာဝန်တို့ လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်အရ အမှတ်မဲ့ ဆေးဖျန်းခိုင်းရင် ပါဏာတိပါတကံ ဖြစ်မည် မဟုတ်ပါ။

အင်္ဂါငါးပါးညီလို့ ပါဏာတိပါတကံ ဖြစ်ဦးတော့ ရောဂါကာကွယ်ရေးကိုသာ စိတ်အာရုံ စိုက်ထားလို့ တစ်ကြောင်း၊ အသတ်ခံရတဲ့ သတ္တဝါက သဏ္ဍာဝါ လို့ ဆိုရရုံမျှသာ ဖြစ်ပြီး အကောင်သေးသေး ဂုဏ်လဲငယ်လို့ တစ်ကြောင်း အပြစ်လို့ ဆိုရရုံမျှသာ ရှိပါလိမ့်မယ်။ ဒါ ဘုန်းကြီးအယူအဆ ပြောတာပါ။ ဘယ် သက်ရှိသတ္တဝါကိုမှ မထိခိုက်စေပဲ သွေးလွန်တုပ်ကွေး ကာကွယ်နိုင်ရင်တော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

၁၅။ မကောင်းမှုပြုလုပ်ဖို့ တိုက်တွန်းတာ အပြစ်ရှိပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။ သူတစ်ပါးအား မသတ်ချင်တာ သတ်ချင်လာအောင်၊ မခိုးချင်တာ ခိုးချင်လာအောင်၊ မမြတ်သော

မေထုန်ကို မပြုကျင့်ချင်တာ ပြုကျင့်ချင်လာအောင် ပြောဆို (တိုက်တွန်း)ခြင်း သည် အပြစ်ရှိပါသလား။ အပါယ်ကျနိုင်ပါသလား။

မောင်မြင့်ဦး၊ ဒုတိယနှစ် ရူပဗေဒ၊ လှိုင်နယ်မြေ

ဖြေ။ ။ သတ္တဝါရဲ့ အသက်ကို သတ်ခြင်း စတဲ့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကို ပြုချင်လာအောင် တိုက်တွန်းရင် တိုက်တွန်းရုံမျှဖြင့်ပင် အကုသိုလ်အပြစ် ဖြစ်နေပါပြီ။ မကောင်းမှု ပြုဖို့ တိုက်တွန်းတဲ့ စိတ်ဟာ မကောင်းတဲ့စိတ် အကုသိုလ် စိတ်ပါ။သို့သော် အတိုက်တွန်းခံရသူက တိုက်တွန်းတဲ့ အတိုင်း မလုပ်ရင်ဖြစ်စေ၊ လုပ်သော်လဲ ကိစ္စ မပြီးမြောက်ရင်ဖြစ်စေ ပါဏာတိပါတ စတဲ့ ဆိုင်ရာအကုသိုလ် မှုမှာ ပြည့်စုံရမယ့် အင်္ဂါ မပြည့်စုံသေးတဲ့အတွက် ကမ္မပထ (=အပါယ်လား ကြောင်း အလုပ်) အခြေအနေအထိ မရောက်လို့ အပါယ်လားရသည်အထိ တော့ အပြစ် မကြီးသေးပါဘူး။ တိုက်တွန်းတဲ့ မကောင်းမှု ကိစ္စပြီးမြောက် သည်အထိ အတိုက်တွန်းခံရသူက ပြုလုပ်ရင်တော့ နှစ်ဦးလုံး အပါယ်လားကြ ရမှာပါပဲ။

အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ စတုက္က၊ ပါဏာတိပါတီသုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဒီလို ဟော တော်မူပါတယ်။

> ''သတ္တဝါ၏ အသက်ကို ကိုယ်တိုင်လည်း သတ်လေ့ရှိ၏။ သတ္တဝါ၏ အသက်ကို သတ်ခြင်း၌ သူတစ်ပါးကိုလည်း တိုက်တွန်း၏၊ သတ္တဝါ၏ အသက်ကို သတ်ခြင်း၌ သဘောလည်းတူ၏။ သတ်ခြင်းကို ချီးမွမ်း လည်းချီးမွမ်း၏။ ဤ တရား ၄ ပါးနှင့် ပြည့်စုံသူကို သူ၏ ကံသည် ငရဲ၌ ပစ်ချလေ၏။'' (အံ ၁၊၅၇၆)

ဒုစရိုက် ဆယ်ပါးလုံးကို အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း အကျယ် ဟောထား ပါတယ်။ ဒါဒီ ဒေသနာတော်မယ် တရား ၄ ပါးနှင့် ပြည့်စုံသူ ဆိုရာမှာ

၄ ပါးလုံးနှင့် ပြည့်စုံသူလို့ အဓိပ္ပာယ် ယူရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ၄ ပါးထဲက တစ်ပါးပါးနဲ့ ပြည့်စုံရင်ပဲ ငရဲကျတယ် လို့ ယူရမှာပါ။

နောက်ပြီးတော့ တိုက်တွန်းသူနှင့် အတိုက်တွန်းခံရပြီး ကိုယ်တိုင်ကျူးလွန်သူတို့ အပြစ် တူနိုင်ပါသလား လို့ မေးစရာ ရှိပါတယ်။ အဲဒါ အတွက်လဲ ကျမ်းဂန်စကားကိုပဲ ထုတ်ပြပါမယ်။ အင်္ဂုတ္တိုရ် အဋ္ဌကထာ (ပ၊ ၃၇၃)မှာ ဒီလို ဆိုထားပါတယ်။

> ''တိုက်တွန်းသော သူသည် သတ္တဝါ၏ အသက် သတ်ခြင်း စသော မကောင်းမှုတို့၌ လူတစ်ရာကို တိုက်တွန်းလျှင် ထို လူတစ်ရာလုံးတို့၏ အကုသိုလ်နှင့် ညီမျှသည်သာလျှင် ဖြစ်သော အကုသိုလ်သို့ ရောက်၏။''

ရံဖန်ရံခါမှာ တရားဥပဒေဟာ သဘာဝနိယာမ သဘာဝဥပဒေနှင့် ဆီလျော်ညီညွတ်တာလဲ တွေ့ရပါတယ်။ အာဇာနည် ခေါင်းဆောင်ကြီးများကို လုပ်ကြံစဉ်က ဦးစောရဲ့ စိမံတိုက်တွန်းချက်အရ သူ့တပည့်များက လုပ်ကြံကြပါတယ်။ ကြိုးပေးတော့ စီမံတိုက်တွန်းတဲ့ ဦးစောကိုပါ တရားဥပဒေက ကြိုးပေးလိုက်ပါတယ်။ သဘာဝဥပဒေနှင့် လျော်ပါတယ်။

၁၆။ အကျိုးကို မြင်၍ မုသားပြောလျှင်အပြစ်ရှိပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။ မုသား မပြောလိုပဲနှင့် အကျိုးရှိမည်ကို မြင်၍ မုသားပြောလျှင် အပြစ်ရှိပါသလား။

မောင်မြင့်ဦး၊ ဒုတိယနှစ် ရူပဗေဒ၊ လှိုင်

ပြေ။ ။ မုသာဝါဒ အဖြစ် ဖြစ်ပါတယ်။ မုသား မပြောချင်သော်လဲ ပြော ခိုက်မှာ အလွဲအမှားကို သိစေလိုတဲ့ စေတနာ ပါပါတယ်။ သို့သော်လဲ သူတစ်ပါးရဲ့ အကျိုးကို မပျက်စီးစေတဲ့အတွက် ကမ္မပထ မမြောက်ပါ၊ အပါယ်ကို လားကြောင်း အလုပ်အဖြစ် မရောက်ပါ။

မုသာဝါဒကံမှာ အင်္ဂါလေးပါး ရှိပါတယ်။ (၁) အကြောင်းအရာက ပြောသလို မဟုတ်ခြင်း၊ (၂) အမှား သိစေလိုစိတ်=လိမ်ပြောလိုစိတ် ရှိခြင်း၊ (၃) လိမ်ပြောခြင်း၊ (၄) တဘက်လူက အမှားကို နားလည်ခြင်း၊ ဒီ အင်္ဂါ ၄ ပါး ပြည့်စုံရင် မုသာဝါဒကံ=လိမ်ပြောတဲ့ အမှုဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ အဲဒီလို ပြောလို့ တစ်စုံတစ်ယောက်ရဲ့ အကျိုး မပျက်စီးရင် အပါယ်လားကြောင်း အမှု=ကမ္မပထ မမြောက်ပါဘူး။ အကျိုး ပျက်စီးမှသာ ကမ္မပထ မြောက်ပါ တယ်။ ကျမ်းဂန်များမှာ ဒီလို ဖော်ပြထားပါတယ်။ **ခုဒ္ဒကပါဌအဋ္ဌကထာ** (စာ ၂၂) မှာ ''မုသာဝါဒသည် ဝစီကံသာလျှင်တည်း။ အကျိုးကို ဖျက်ဆီး သော မုသာဝါဒသည် ကမ္မပထသို့ ရောက်၏။ အကျိုးကို မဖျက်ဆီးသော မုသာဝါဒသည် မုသာဝါဒကံသာလျှင် ဖြစ်၏။ (ကမ္မပထသို့ကား မရောက် ပေ။)'' **အဘိဓမ္မတ္ထဝိဘာဝိနီဋီကာ**၊ ကမ္မစတုက္ကအဖွင့် (စာ ၁၄၁) မှာ ဒီလို ဆိုထားပါတယ်။

> ''လို မုသာဝါဒသည် သူတစ်ပါး၏ အကျိုးကို ဖျက်ဆီးသော်သာလျှင် ကမ္မပထ=အပါယ်လားကြောင်း မကောင်းမှု ဖြစ်၏။ အကျိုးကို မဖျက်ဆီး သော မုသာဝါဒသည်ကား မုသာဝါဒကံသာလျှင် ဖြစ်၏ (ကမ္မပထကား မဖြစ်ပေ။)''

၁၇။ ပြည့်တန်ဆာမနှင့် ဆက်ဆံလျှင် မိစ္ဆာစာရကံ ထိုက်ပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော် ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေ့စွာ လျှောက်ထားပါသည်။

ပြည့်တန်ဆာမနှင့် သွားလာမိလျှင် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံ ထိုက်ပါသလား။ ရှင်းပြပါဘုရား။

မောင်မြင့်ဦး၊ ဒုကိယနှစ်ရူက္ခဗေဒ၊ လှိုင်

ဖြေ။ ။ ဒီနေရာမှာ ပြည့်တန်ဆာမကို ၃ မျိုးခွဲ စဉ်းစားရပါလိမ့်မယ်။

၁။ ကာမပိုင်လင်ယောကျ်ား မရှိတဲ့ ပြည့်တန်ဆာ၊

၂။ ကာမပိုင်ရှိသော်လဲ ၎င်းက အလိုတူစွာ ခွင့်ပြုထားတဲ့ ပြည့်တန်ဆာ၊

၃။ ကာမပိုင်ရှိပြီး ၎င်းက အလိုမတူ ခွင့်မပြုတဲ့ တိတ်တိတ် ပုန်း ပြည့်တန်ဆာ။

အမှတ် ၁-နှင့် ၂-ကို ဆက်ဆံရင် မုဟုတ္တိကာ=ခဏမယားတွင် ပါဝင်တဲ့ အတွက် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ မဖြစ်ပါ။

မိစ္ဆာစာရမဖြစ်တဲ့ အမှတ် ၁-နှင့် ၂-ပင် ဖြစ်စေကာမူ ယောကျ်ား တစ်ဦးဦးထံမှ အခကြေးငွေယူထားရင် အဲဒီယောကျ်ားနှင့် တာဝန်မကျေသေး

သမျှ နောက်မှ ရောက်လာတဲ့ ယောက်ျားနှင့် မဆက်ဆံရပါ။ ဆက်ဆံရင် မိန်းမ ယောက်ျား နှစ်ဦးလုံး မိစ္ဆာစာရ ဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော် အခကြေးငွေ ပေးထားတဲ့ ယောက်ျားက အကြောင်း တစ်စုံတစ်ရာကြောင့် ဆက်ဆံမှု မပြုတော့ဘူးလို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ရင် ပေးထားတဲ့ အခကြေးငွေကို ပြန်မယူသော်လဲ နောက် ဆက်ဆံသူမှာ မိစ္ဆာစာရ မဖြစ်ပါ။ ပေးထားတဲ့ အခကြေးငွေကတော့ ကူညီ ထောက်ပံ့တဲ့ ငွေ ဖြစ်သွားရမှာပါပဲ။

စိတ်ဝင်စားစရာ ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ကျမ်းဂန်လာ ပြည့်တန်ဆာမ တစ်ယောက်ရဲ့ ဖြစ်ရပ်ဟာ စိတ်ဝင်စားစရာလဲကောင်း ဒီမေးခွန်းနဲ့လဲ ဆီလျော်လို့ အကျဉ်းမျှ ပြောပြချင်ပါတယ်။ ကုရုတိုင်းမှာ ကောရဗျ ဘုရင် အုပ်စိုးတဲ့ အချိန်မယ် မင်းရော တိုင်းသူပြည်သားများပါ ငါးပါးသီလ မြဲကြတဲ့အတွက် မိုးလေဝသ မှန်ပြီး စပါးဆန်ရေ ပေါများကြွယ်ဝကြလို့ အလွန် အေးချမ်းသာယာကြသတဲ့။

အဲဒီ အချိန်မှာ ပြည့်တန်ဆာမကလဲ ငါးပါးသီလမြဲသတဲ့။ တစ်နေ့တော့ လုလင်တစ်ယောက်က ''ကျွန်ုပ် နောက်မှ လာပါမယ်၊ အခကြေးငွေ အခု ပေးထားပါရစေ''လို့ ပြောပြီး ငွေတစ်ထောင် ပြည့်တန်ဆာကို ပေးထားခဲ့ပါတယ်။ သို့သော်လဲ ဒီလုလင်ဟာ ရက်လတွေ ကြာသော်လဲ မပေါ်လာဘူး၊ လကနေ နှစ်ကူးလို့ သုံးနှစ်ကြာတာတောင်မှ မပေါ်လာဘူး။ ပြည့်တန်ဆာမဟာ သူ့ငွေကို လက်ခံထားမိပြီး ဖြစ်နေတော့ သီလပျက်မှာစိုးတာနဲ့ နောက်လာတဲ့ လူတွေကို လက်မခံဘူး။ဒီလိုနဲ့ သုံးနှစ်တောင် ကြာလာတော့ လုလင်ပေးခဲ့တဲ့ ငွေတစ်ထောင် ကလဲ ရက်ပိုင်းနဲ့ ကုန်သွားပြီး နောက်လူ လက်မခံတော့ နောက်ထပ်လဲ ငွေမရဘူး။ ဒီတော့ စားရေးသောက်ရေး ကျပ်တည်းလာတယ်။

ဒီတော့ ပြည့်တန်ဆာမ မနေသာတာနဲ့ အဖြေရှာရတယ်။ အဖြေကတော့ တရားရုံးရဲ့ အဆုံးအဖြတ်ကို ခံယူတာပါပဲ။ တရားရုံးက သုံးနှစ်စောင့်လို့မှ မလာရင် တခြားလူတွေရဲ့ အခကြေးငွေကို လက်ခံစေ လို့ ဆုံးဖြတ်ပေးလိုက်တယ်။ တရားရုံးက လဲ ထွက်ကရော ရုံးတံခါးဝမှာပဲ လုလင်တစ်ယောက်က ငွေတစ်ထောင် ကမ်းပေး လိုက်တယ်။ အမျိုးသမီးက ယူမလို့ လက်လှမ်းလိုက်တော့မှ လွန်ခဲ့တဲ့ သုံးနှစ်က ငွေပေးခဲ့တဲ့ လုလင်က ဆိုင်းမဆင့် ဗုံမဆင့် သူတို့ နှစ်ယောက် အကြား ရောက်လာတယ်။ ဒီတော့မှ ''လွန်ခဲ့တဲ့ သုံးနှစ်က ငွေပေးသွားတဲ့ အမျိုးသား ရောက်လာပြီ၊ ရှင့်ငွေကို ယူလို့ မဖြစ်တော့ဘူး''လို့ ပြောပြီး ပြည့်တန်ဆာက လက်ကို ပြန်ရုပ်သွားတယ်။

အဲဒီတင်မှ လုလင်ဟာ သိကြားအသွင်နဲ့ ကောင်းကင်မှာ ရပ်ပြီး ''ဒီ ပြည့်တန်ဆာရဲ့ သီလကို စမ်းချင်လို့ လွန်ခဲ့တဲ့ သုံးနှစ်က ငွေပေးခဲ့တာပဲ၊ သီလကို စောင့်ထိန်းတယ် ဆိုတာ ဒီလို လုံခြုံမှပေါ့။ ကောင်းပြီ မမေ့မလျော့ နေပေတော့'' လို့ ပြောပြီး ပြည့်တန်ဆာရဲ့ အိမ်ကို ရတနာ ခုနစ်ပါးနှင့် ပြည့်အောင် စီမံပေးသွားသတဲ့။

အင်္ဂါလေးပါး ဒီ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံမှာ အင်္ဂါလေးပါး ရှိပါတယ်။ (၁) တနည်းနည်းနဲ့ ကာမကို ပိုင်ဆိုင်သူရှိနေ၍ မဆက်ဆံ အပ်တဲ့ မိန်းမ ဖြစ်ခြင်း၊ (၂) ဆက်ဆံလိုစိတ် ရှိခြင်း၊ (၃) ဆက် ဆံ ခြင်း၊ (၄) သာယာခြင်း။ ဒီ အင်္ဂါ ၄ ပါး စုံရင် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံ ထိုက်ပါ တယ်။ အမျိုးသမီးများရဲ့ မိစ္ဆာ စာ ရ ကံ မှာ လဲ (၁) မ ဆက် ဆံ အပ် တဲ့ ယော က်ျား ဖြစ် ခြင်း၊ (၂) ဆက် ဆံ လို စိတ် ရှိ ခြင်း၊ (၃) ဆက် ဆံ ခြင်း၊ (၄) သာယာခြင်း လို့ ဒီ ၄ မျိုးပဲ ရှိရမှာပါပဲ။ ကျမ်းဂန်များမှာတော့ တိုက်ရိုက် မဖော်ပြပါဘူး။

၁၈။ ဂုဏ်တော်ပုတီး စိပ်ခြင်းဖြင့် သမာဓိ ဖြစ်နိုင်ပါသလား

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

(က) အရဟံစတဲ့ ဘုရားဂုဏ်တော်နှင့် သရဏဂုံ သုံးပါးကို ပုတီးစိပ်၍ ဘာဝနာပွားလျှင် သမာဓိ ဖြစ်နိုင်ပါသလား။

(ခ) ဂုဏ်တော်ပွားများပြီး အကြားအမြင် ရသူများဟာ မည်သည့် နည်းဖြင့် အကြားအမြင် ရကြပါသလဲဘုရား။

မောင်မျိုးမင်း၊ တတိယနှစ် ရူပဗေဒ။ မိယုဇနမွန်၊ ဆေးတက္ကသိုလ် ၂။

ဖြေ။ ။ (က) ဒီမေးခွန်းမှာ ဘုရားဂုဏ်တော်နှင့် သရဏဂုံ သုံးပါးကို ပုတီးစိပ်၍ ဘာဝနာပွားလျှင်လို့ ဆိုထားပါတယ်။ ပုတီးစိပ်တာဟာ သမထ ဘာဝနာလဲ မဟုတ်၊ ဝိပဿနာ ဘာဝနာလဲ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဘာဝနာသမာဓိကိုတော့ မရနိုင်ပါဘူး။

သမာဓိဆိုတာ ဒီနေရာမှာ သမာဓိဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို နားလည်ဖို့ လိုပါတယ်။ သမာဓိ ဆိုတာ အာရုံ နှစ်ခု၊ သုံးခု၊ လေးခု စသည်မှာ စိတ် ပျံ့လွင့်မနေဘဲ အာရုံတစ်ခုတည်းမှာသာ စိတ် တည်ငြိမ် စူးစိုက် မြုပ်ဝင် နေခြင်းကို သမာဓိ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သမာဓိဟာ အဘိဓမ္မာ စေတသိက်အနေနဲ့ဆိုရင် အားကောင်းတဲ့ ဧကဂ္ဂတာ စေတသိက်ကို

ခေါ်ပါတယ်။ ဧကဂ္ဂတာ ဆိုတာ အာရုံတစ်ခုတည်းမှာ စိတ်ကျရောက်နေခြင်း လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီ အာရုံ တစ်ခုတည်းမှာသာ စိတ် စုစည်းစူးစိုက် တည်ငြိမ် နေတာကိုပဲ သမာဓိ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ပုတီးစိပ်တာ အာရုံလေးခု ဒီတော့ ပုတီးစိပ်တာကို စဉ်းစားကြည့်ကြစို့။ ဘုရားဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြုပြီးတော့ ပုတီးစိပ်တဲ့အခါမှာ နှုတ်က အရဟံလို့လဲ ရွတ်ရတယ်၊ စိတ်ကလဲ အရဟံဂုဏ်တော်ရဲ့ သဘောကို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းရတယ်၊ လက်ကလဲ ပုတီးလုံးကို ချရတယ်၊ ပြီးတော့ ပုတီးပတ်ကိုလဲ စိတ်က မှတ်ထားရသေးတယ်။ အဲဒီတော့ အာရုံဘယ်နှစ်ခု ဖြစ်နေသလဲ။ (လေးခုပါဘုရား။) အဲဒီတော့ အာရုံတစ်ခုတည်းမှာ စိတ် စူးစိုက် တည်ငြိမ်နိုင်ပါ့မလား။ (မတည်ငြိမ်နိုင်ပါဘုရား။) အာရုံတစ်ခုတည်းမှာ စိတ် စုစည်းစူးစိုက် တည်ငြိမ်နေမှသာ သမာဓိ လို့ ခေါ်ရတာဆိုတော့ အာရုံလေးခုဆီ ရောက်နေရတဲ့ စိတ်ကို သမာဓိ လို့ ခေါ်နိုင်ပါ့မလား။ ဒီအထဲမှာ ပုတီးစိပ်ရင်း မကြာခဏ ဟိုသွားတွေးမိ ဒီသွားစဉ်းစားမိ ဆိုတာတွေလဲ ရှိဦးမှာပဲ။ များသောအားဖြင့် ပုတီးစိပ်ကြတယ်ဆိုတာ အကြားအမြင် အစွမ်းသတ္တိ ဆိုတာတွေနဲ့ လောကီစီးပွားရေး ကြီးပွားရေးတွေအတွက် ရည်ရွယ်ပြီး စိပ်ကြတာ ဆိုတော့ မကြာခဏ အဲဒီ ကိစ္စတွေကို စဉ်းစားမိ တွေးမိ တတ်ကြတာဟာ ဓမ္မတာပါပဲ။ ဒီတော့ ကျမ်းဂန်မှာ ဖော်ပြတဲ့ သမထ သမာဓိ၊ ဝိပဿနာသမာဓိမျိုး မရနိုင်တာကတော့ သေချာပါတယ်။

သို့သော် ပုတီးစိပ်ပါများလာလို့ အလေ့အကျင့် ရလာတဲ့ အခါမှာ အခု ပြောခဲ့တဲ့ အာရုံလေးခုပေါ်မှာ အတော်ကလေး တည်ငြိမ်တဲ့ သမာဓိကိုတော့ ရနိုင်မှာပါပဲ။

ပုတီးမပါပဲ ဂုဏ်တော်အာရုံပြုပါ

ဒီတော့ ပုတီးကိုင်ပြီး အာရုံလေးခုပေါ် စိတ်ရောက်နေတာထက် ပုတီး မပါဘဲ ဘုရားဂုဏ်တော်ရဲ့ သဘော သဘာဝ တစ်ခုတည်းကိုသာ အာရုံပြု ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်း ပွားများတာက ဘာဝနာသမာဓိစစ်စစ် ဖြစ်နိုင်တာမို့ ပို ကောင်းပါတယ်။

ဖြေ။ ။ (ခ) ဂုဏ်တော် ပွားတယ်ဆိုတာ ယခုခေတ် လုပ်ကြသလို ပုတီးစိပ်ရင်း ဂုဏ်တော်ပွားတာက တစ်နည်း၊ ပုတီးမပါဘဲ ဘုရား ဂုဏ်တော် သက်သက်ကိုသာ အာရုံပြုပြီး ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာစစ်စစ် ဖြစ်အောင် ပွားတာက တနည်း၊ နှစ်နည်းရှိပါတယ်။ အဲဒီ နှစ်နည်းအနက်က မေးခွန်းရှင် မေးတဲ့ နည်းဟာ ပထမနည်းကို ရည်ရွယ်ပြီး မေးတယ်လို့ ယူဆရပါတယ်။

အဲဒီ ပထမနည်းအရ နှစ်ပေါင်းများစွာ အချိန်များများ ယူပြီး ပုတီးစိပ်ပွားများရင်ဖြင့် အမြင်အကြားတွေ ရနိုင်မလားတော့ မပြောတတ်ပါ။ ဘုန်းကြီးတော့ဖြင့် တကယ့်အစစ်အမှန် အမြင်အကြား ရသူတွေ ဆိုတာကို တွေ့လဲ မတွေ့မိသေးဘူး၊ ကြားလဲ မကြားမိသေးဘူး။ တကယ်လို့ အကြားအမြင်ရတယ် ဆိုဦးတော့ ကျမ်းဂန်မှာ ဖော်ပြထားတဲ့ ဒိဗ္ဗစက္ခုအဘိညာဏ်၊ ဒိဗ္ဗသောတအဘိညာဏ် အကြားအမြင်မျိုးတော့ မဟုတ်တာ သေချာပါတယ်။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာစစ်စစ်၏ အကျိုး

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာစစ်စစ် ပွားများ အားထုတ်သူများ တောင်မှ ဒိဗ္ဗစက္ခု၊ ဒိဗ္ဗသောတအဘိညာဏ် ရနိုင်တယ်လို့ ကျမ်းဂန်မှာ ဖော်ပြထားတာ မရှိပါဘူး။ **ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ** (ပ၊ ၂၀၆) မှာ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာရဲ့ အကျိုးကို ဒီလို ဖော်ပြထားပါတယ်။

''ဤ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်သော ရဟန်းသည် ဆရာ အရှင်ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၌ ရိုသေခြင်းရှိပေ၏။ တုပ်ဝပ်ခြင်း ရှိပေ၏။ သဒ္ဓါ၏ ပြန့်ပြောခြင်း သတိ၏ ပြန့်ပြောခြင်း ပညာ၏ ပြန့်ပြောခြင်း ကောင်းမှု၏ ပြန့်ပြောခြင်းသို့လည်း ရောက်ပေ၏။ နှစ်သိမ့် ဝမ်းမြောက်မှု (ပီတိပါမောဇ္ဇ) ဖြစ်ခြင်း များပေ၏။ ကြောက်ဖွယ် ဘေးငယ် ဘေးကြီးကို သည်းခံနိုင်ပေ၏။ ဆင်းရဲဒုက္ခတို့ကို သည်းခံခြင်းငှါ စွမ်းနိုင်ပေ၏။ မြတ်စွာဘုရားနှင့် အတူတကွ နေရသည်ဟူသော အမှတ် သညာကို ရပေ၏။ ထို့အပြင် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၏ ကိန်းအောင်ရာ ဖြစ်သော ယောဂီ၏ ကိုယ်သည်လည်း စေတီအိမ် (ဘုရားကျောင်း) ကဲ့သို့ ပူဇော် ထိုက်ပေ၏။ (ထိုယောဂီ၏) စိတ်သည် ဘုရားအဆင့် ဘုရားအဖြစ်၌ ညွတ်၏။ ထို့ပြင် ကျူးလွန်စရာ ဝတ္ထုအမှု တွေ့လတ်သော် မြတ်စွာဘုရား ကို မျက်မှောက်၌ မြင်နေရသကဲ့သို့ ရှက်ကြောက်မှု (ဟိရိဩတ္တပ္ပ) သည် ထို ယောဂီအား ရှေးရှုထင်၏။ အထက်၌ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို ထိုးထွင်း၍ မသိငြားသော်လည်း သုဂတိလျှင် လားရာရှိပေ၏။'' (ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မြန်မာ ပြန်၊ ဒု၊ ၁၅၀၊ ၁၅၁)

အခု ထုတ်ပြခဲ့တဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ စကားမှာ ဗုဒ္ဓါ နုဿတိ ဘာဝနာကြောင့် ရနိုင်တဲ့ အကျိုးတွေထဲမယ် အကြားအမြင် ရတာ မပါဝင် ပါဘူး။ ဒိဗ္ဗစက္ခု၊ ဒိဗ္ဗသောတ အဘိညာဏ် ရနိုင်ကြောင်း လဲ မပါဝင်ပါဘူး။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ သမထဘာဝနာစစ်စစ် အားထုတ်ရာမှာတောင်မှ အကြားအမြင် စွမ်းရည် ရကြောင်း မပါတော့ ပုတီးစိပ်ပြီး ဘုရားဂုဏ်တော် ပွားလို့ အကြား အမြင် ရတယ် ဆိုတာ စဉ်းစားဖို့ ကောင်းပါတယ်။

သို့သော်လဲ ရှေးဘဝတွေမှာ အဘိညာဏ်တွေ ရခဲ့ပြီး အလေ့အလာလဲ

များခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုတော့ တစ်မျိုးစဉ်းစားရမယ် ထင်ပါတယ်။ ဒါလဲ လူ ၁၀ သန်းလောက်မှ တစ်ယောက်တလေ ရှိကောင်းမှရှိမယ်။

၁၉။ အထက်ပစ္စယံပေါ်သို့ တက်လျှင် အပြစ် ဖြစ်ပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

ရွှေတိဂုံစေတီတော်မြတ်၏ အထက်ပစ္စယံသို့ အမျိုးသားများအား တက်ရောက်ကြည်ညိုခွင့် ပြုထားပါသည်။ တက်ရောက်ကြည်ညိုလျှင် အပြစ် ဖြစ်နိုင် မဖြစ်နိုင် သိလိုပါသည်ဘုရား။

မောင်မျိုးမင်း၊ တတိယနှစ် ရူပဗေဒ

ဖြေ။ ။ စေတီတော်ကို မရိုသေတဲ့ အဂါရဝစိတ်ထားနဲ့ တက်ရင် အပြစ် ဖြစ်ပါတယ်။ အခု မေးခွန်းမှာ ''တက်ရောက်ကြည်ညိုလျှင်'' ဆိုထားတဲ့အတွက် မရိုမသေစိတ်နဲ့ တက်တာ မဟုတ်ပဲ ကြည်ညိုရိုသေစိတ်နဲ့ တက်တာလို့ ယူဆရတဲ့အတွက် အပြစ် မဖြစ်ပါ။

သို့သော်လဲ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်တဲ့ အဝတ်ကို ဝတ်ပြီး ကိုယ်ကိုလဲ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်အောင် ဆေးကြောသုတ်သင်ပြီးမှ အထူးသဖြင့် ခြေဆေးပြီးမှ တက်ရောက်ကြည်ညိုဖို့ သင့်ပါတယ်။

၂၀။ နမောတဿ ကို မည်သူ စတင် ရွတ်ဆို ရှိခိုးခဲ့ပါသနည်း။

မေး။ ။ ဆရာတော် ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည် ဘုရား။

''နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ'' ဂါထာကို မည်သူက စတင် ကျူးရင့်ခဲ့ပါသလဲ ဘုရား။

မောင်မျိုးမင်း၊ တတိယနှစ် ရူပဗေဒ

ဖြေ။ ။ အင်း....ဒုက္ခပါပဲ၊ (ရယ်ကြသည်။) တော်တော် ခေါင်းကုတ် ရမယ့် မေးခွန်းပဲ။ (ရယ်ကြပြန်သည်။) ဘုန်းကြီး လေ့လာမိသလောက်တော့ နမော တဿ ကို စတင် ရွတ်ဆို ရှိခိုးသူဟာ သိဝ်မကြာလှသေးပါဘူး။ ဒီကမ္ဘာကနေ ပြန်ရေတွက်လိုက်ရင် သိဝ်မကြာလှသေးတဲ့ ဟို... ၉၂–ကမ္ဘာ ထက်မှာ ဖုဿမြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီ ဖုဿမြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဖခမည်းတော်က မဟိန္ဒမင်းကြီးတဲ့။ အဲ သူက ''ငါ့သားဘုရား။ ငါ့သားဘုရား'' လို့ အမြဲ နှလုံးသွင်းပြီး ''မမေဝ ဗုဒ္ဓေါ၊ မမေဝ ဓမ္မော၊ မမေဝ သံဃော၊ နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ'' လို့ အမြဲ ရွတ်ဆို ရှိခိုးလေ့ ရှိပါသတဲ့။ (ဓမ္မပဒ- ဋ္ဌ၊ ပ၊ ၆၄)

အဓိပ္ပါယ်ကတော့ ''ငါ၏သာလျှင် ဘုရား၊ ငါ၏သာလျှင် တရား၊ ငါ၏ သာလျှင် သံဃာ၊ ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သော တရားအလုံးစုံကို

အကုန်အစင် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိမြင်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားအား ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား''လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒီ နမော တဿ ကို ရွတ်ဆိုရှိခိုးရာမှာ ၉၂-ကမ္ဘာထက်က ဒီ မဟိန္ဒမင်းကြီးထက် ရှေးကျတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုတော့ ဘုန်းကြီး မတွေ့ဘူးသေးပါဘူး။

၂၁။ သမထနှင့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ် ၂-ပါး ခြားနားပုံ သိပါရစေဘုရား။

မေး။ ။ ဆရာတော် ဘုရား

သမထကျင့်စဉ်နှင့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်တို့၏ ကွဲလွဲချက်ကို သိပါရစေဘုရား။

မစန္ဒာနွယ်၊ ဓာတုဗေဒ၊ လှိုင်နယ်မြေ

ဖြေ။ ။ **သမထဆိုတာ** ကိလေသာ နီဝရဏတို့ကို ငြိမ်းစေတဲ့ တရားပါပဲ၊ သမာဓိကို ဆိုလိုပါတယ်။ ကိလေသာ နီဝရဏတို့ကို ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်အားဖြင့် ငြိမ်းစေတဲ့ တရားကို သမထလို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။ သမာဓိလို့လဲခေါ်ပါတယ်။ ဈာန်ဆိုတာလဲ ဒီအဓိပ္ပါယ်ပါပဲ။

စကားလုံး တစ်လုံးစီအနေ နဲ့ သမထ=ကိလေသာ နီဝရဏတို့ကို ငြိမ်းစေသောတရား၊ သမာဓိ=အာရုံတစ်ခုတည်း၌ စူးစိုက် တည်ငြိမ်သော တရား၊ ဈာန=

ဈာန်=အာရုံကို ကပ်၍ရှုသော တရား လို့ အနက်အဓိပ္ပာယ် ကွဲပြားသော်လဲ သရုပ် တရားကိုယ် အရအားဖြင့်တော့ အားကောင်းတဲ့ ဧကဂ္ဂတာစေတသိက်ကို ဆိုလိုတာပါပဲ။

အနည်းငယ် ချဲ့ပြောရရင် ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန် ဆိုတာ ကိလေသာ နီဝရဏတို့ကို စိတ်မှ ဝေးကွာအောင် ခွာထားသောအားဖြင့် ပယ်ခြင်း ငြိမ်းစေခြင်း ကို ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပယ်နိုင်ဖို့ ငြိမ်းစေဖို့ကလဲ အာရုံတစ်ခုတည်းမှာ စိတ် စူးစိုက် တည်ငြိမ်နေမှပဲ ပယ်နိုင် ငြိမ်းနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သဘောအချုပ်အားဖြင့် ဆိုရင် သမထလဲ စိတ်စူးစိုက် တည်ငြိမ်မှု၊ သမာဓိလဲ စိတ်စူးစိုက် တည်ငြိမ်မှု၊ ဈာန်လဲ စိတ်စူးစိုက်တည်ငြိမ်မှုပင် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီစကားလုံး သုံးလုံးဟာ အားကောင်းတဲ့ ဧကဂ္ဂတာစေတသိက်ကိုချည်း ကောက်ယူရတဲ့အတွက် တရားကိုယ် အရ တူကြပါတယ်။ စိတ်ဟာ အာရုံတစ်ခုတည်းမှာ စူးစိုက် တည်ငြိမ်နေမှပဲ ကိလေသာ နီဝရဏတို့ မဝင်လာနိုင်ဘဲ ဝေးကွာနေပါတယ်။ ဒါကိုပဲ သမထက ကိလေသာ နီဝရဏတွေကို ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်အားဖြင့် ငြိမ်းအေးစေတယ်လို့ ဆိုရပါတယ်။

ဒါကြောင့် သမထကျင့်စဉ်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ အားကောင်းတဲ့ စိတ်စူးစိုက် တည်ငြိမ်မှု (ဈာန်) ကို ရဖို့ ရည်ရွယ်ချက်ပါပဲ။

ဝိပဿနာဆိုတာ **ဝိပဿနာဆိုတာ** ''ဝိဝိဓေနအနိစ္စာဒိအာကာရေနပဿ တီတိ ဝိပဿနာ'' ဆိုတဲ့ ဖွင့်ဆိုချက်နဲ့ အညီ **ရုပ်နာမ်တို့ကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ** **အခြင်းအရာ သုံးမျိုးဖြင့် ရှုသိသောဉာဏ်ကို** ခေါ်ပါတယ်။အဲဒီ ရုပ်နှင့် နာမ်ရဲ့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောသုံးမျိုးကို ရှုသိတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်

တဆင့်ထက် တဆင့် ရင့်ကျက်ပြီး နောက်ဆုံးဝိပဿနာဉာဏ် ကျော်လွန်သွားတဲ့ အခါမှာ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရရှိပါတယ်။ အဲဒီ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နှင့် ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရ ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ပထမဆင့်အနေနဲ့ ရုပ်နာမ် တို့ရဲ့ သဘာဝ အမှန်ကို သိမြင်ရေး၊ ဒုတိယဆင့်အနေနဲ့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နှင့် ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရေး ရည်ရွယ်ချက် ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါလောက်ဆိုရင်လဲ သမထနဲ့ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ် နှစ်ပါးရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ရင် ကျင့်စဉ်နှစ်ပါး ခြားနားချက်ကို သိနိုင်လောက်ပါပြီ။

သမထ၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် လုပ်ငန်းစဉ်

သို့သော်လဲ ပိုရှင်းအောင် အနည်းငယ် ဆက်ပြောပါဦးမယ်။ သမထကျင့်စဉ်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ အားကောင်းတဲ့ စိတ် စူးစိုက်တည်ငြိမ်မှု ဈာန်ကို ရဖို့၊ ဒီထက်ပိုရင် ဈာန်ကို အခြေခံပြီး တက်ရတဲ့ အဘိညာဏ်တန်ခိုး ရဖို့ ရည်ရွယ်ချက် ပါပဲ။ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ သဘောအမှန်ကို သိတဲ့ ဝိပဿနာပညာ၊ အရိယသစ္စာ လေးပါးကို သိတဲ့ မဂ်ဖိုလ်ပညာကို ရဖို့ ရည်ရွယ်ချက် မဟုတ်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် အာရုံ တစ်ခုတည်းမှာသာ စိတ်စူးစိုက် တည်ငြိမ်ဖို့ကိုသာ ရည်ရွယ်တဲ့ အတွက် သမထကျင့်စဉ်ကို ကျင့်တဲ့သူမှာ အာရုံတစ်ခုတည်းကိုသာ စူးစိုက် ရှုရပါတယ်။ ရှုနေဆဲမှာ တခြားအာရုံတွေဆီ စိတ်ပျံ့လွင့်သွားရင်လဲ စိတ်ကို ပြန် ဆွဲပြီးတော့ မူလအာရုံပေါ်မှာ တင်ပြီး စူးစိုက်ရှုရပါတယ်။

ဝိပဿနာ၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် လုပ်ငန်းစဉ်

ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကတော့ ဒီလို မဟုတ်ပါဘူး။ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်မှာ အတော်အသင့် အားကောင်းတဲ့ သမာဓိကို လိုအပ်ပေတဲ့လဲ သည်သမာဓိမှာပဲ ရပ်တန့်နေဖို့ မဟုတ်ပါပါဘူး။ ဒီ သမာဓိကို အခြေခံပြီးတော့ ရှုရာရှုရာ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတွေကို သိမြင်ရေး နှင့် မဂ်အသိ ဖိုလ်အသိဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရေးက ပဓာန ဖြစ်ပါတယ်။

ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ သဘောမှန်ကို သိရာမှာလဲပဲ ဘယ်ရုပ် ဘယ်နာမ်ရဲ့ သဘောကို သိမှသာ ကိစ္စပြီးမြောက်တယ် လို့ သတ်မှတ်ချက် မရှိပါဘူး။ ထင်ရှားရာ အရှုခံ ရုပ်ကလာပ်တစ်ခု နာမ်တရားတစ်ခုရဲ့ လက္ခဏာရေး သုံးပါးကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဝိဝိပြင်ပြင် သိမြင်ရင်ပဲ ဝိပဿနာဉာဏ်ရဲ့ ကိစ္စ ပြီးစီးပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာကျင့်စဉ် ကျင့်တဲ့သူဟာ အာရုံ တစ်ခုတည်းကိုသာ ရွေးချယ်ပြီး ရှုဖို့ မလိုပါဘူး။ ရှုခိုက်မှာ ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ရုပ်အာရုံ နာမ်အာရုံ မှန်သမျှကို ရှုရမှာချည်းပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာရှုခိုက်မှာ တခြား အာရုံဆီ စိတ်ပျံ့လွင့်သွားရင် သမထကျင့်စဉ်မှာလို မူလ အာရုံဆီ ပြန်ဆွဲပြီး မရှုရပါဘူး။ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်ဟာလဲ ဝိပဿနာရှုရမယ့် နာမ်အာရုံဖြစ်လို့ ပျံ့လွင့်တဲ့ စိတ်ကိုပဲ ''ပျံ့လွင့်တယ်၊ ပျံ့လွင့်တယ်'' လို့ ထပ်ခါ ထပ်ခါ ရှုရပါတယ်။ ပျံ့လွင့်စိတ် မပျောက်သေးသမျှ သူ့ကိုပဲ ရှုနေရပါတယ်။ ပျံ့လွင့်စိတ် ပျောက်သွားရင်တော့ တခြား ထင်ရှားရာ အာရုံကို ရှုရပါတယ်။

အကျဉ်းချုပ် မှတ်ဖို့

ဒီတော့ အကျဉ်းချုပ်လိုက်ရင် သမထ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ် နှစ်ပါး ခြားနားချက်ကို ဒီလို တွေ့ရပါတယ်။

(၁) **သမထကျင့်စဉ်**ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က အားကောင်းတဲ့ စိတ်တည်ငြိမ်မှုဈာန်နဲ့ အဘိညာဏ် ရရေး ရည်ရွယ်ချက် ဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာရဲ့ အခြေခံ သမာဓိ ရရေးလဲ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ **ဝိပဿနာကျင့်စဉ်**ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ ပထမဆင့် ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ သဘောမှန် သိရေး၊ ဒုတိယဆင့် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်နှင့် နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက်ပြုရေး ဖြစ်ပါတယ်။

(၂) **သမထကျင့်စဉ်**မှာ အာရုံ တစ်ခုထဲကိုသာ ရှုရပါတယ်။**ဝိပဿနာကျင့်စဉ်**မှာတော့ ရှုခိုက် ခဏမှာ ထင်ရှားရာ ရုပ်နာမ်အာရုံ မှန်သမျှကို ရှုရပါတယ်။

(၃) **သမထကျင့်စဉ်**မှာ စိတ်ပျံ့လွင့်သွားရင် ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်ကို မူလ အာရုံပေါ် ပြန်ဆွဲတင်ပြီး ရှုရပါတယ်။ **ဝိပဿနာကျင့်စဉ်**မှာတော့ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်ကို **မူလအာရုံ**ပေါ် ပြန် ဆွဲမတင်ရပါဘူး။ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ် နာမ်တရားကိုပဲ ဝိပဿနာ ရှုရပါတယ်။

(၄) **သမထကျင့်စဉ်** မှာ ပညတ်အာရုံကို များသောအားဖြင့် ရှုရပါတယ်။ **ဝိပဿနာကျင့်စဉ်** မှာ ပညတ်အာရုံကို လုံးဝ မရှုရပါဘူး။ ရုပ်နာမ် **ခန္ဓာ** ပရမတ်အာရုံကိုသာ ရှုရပါတယ်။

(၅) **သမထကျင့်စဉ်** မှာ အားကောင်းတဲ့ သမာဓိ ရရေးသာ ပဓာန ဖြစ်လို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းခွင်က ထလိုက်ရင် စိတ်ပျံ့လွင့်သွားပြီ ဖြစ်တဲ့အတွက် အားထုတ်ဆဲမှာ ရရှိထားတဲ့ သမာဓိ ပျက်သွားလို့ မရှိတော့ပါဘူး။ **ဝိပဿနာကျင့်စဉ်** မှာတော့ ဒီလို မဟုတ်ပါဘူး။ ဝိပဿနာ ရှုခိုက်မှာ ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်တွေ့ သိမြင်ထားတဲ့

အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ အသိတွေဟာ ကမ္မဋ္ဌာန်းခွင်က ထသွားသော်လဲပဲ စိတ်အစဉ်မှာ ကျန်ရစ်ခဲ့ပါတယ်။ ပြန် ဆင်ခြင်ကြည့်လိုက်ရင် အဲဒီ အသိတွေ စိတ်ထဲမှာ ပြန်ဝင်လာပါတယ်။ မဂ်အသိ ဖိုလ်အသိ ရသည့်အထိ ခရီးရောက်ရင်တော့ ပြောစရာ မလိုတော့ပါဘူး။

ဒါဟာ လူတိုင်းနားလည်သဘောပေါက်နိုင်တဲ့ သမထနဲ့ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်နှစ်ပါးရဲ့ ခြားနားချက်ပါပဲ။

၂၂။ အရိယာအဖြစ်သို့ ရောက်ရန် မည်မျှကြာကြာ အားထုတ်ရပါမည်လဲ။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

(က) သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာကို ကြိုးစား အားထုတ်လျှင် ဤ ဘဝတွင်ပင် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရနိုင်သည် ဟု ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားထားပါသည်။ အရှင်ဘုရား၏ အတွေ့အကြုံတွင် အရိယာအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိခဲ့သောသူများ ရှိပါသလားဘုရား။ (ခ) အရိယာအဖြစ်သို့ ရောက်ရန် မည်သို့သော နည်းဖြင့် မည်မျှကြာကြာ အားထုတ်ရပါမည်လဲ ဘုရား။

မိုးမိုးအေးနှင့် မိစန္ဒာမွန်၊ ဒုတိယနှစ်၊ စက်မှုတက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ (က) ယောဂီရဲ့ တရားအတွေ့အကြုံ တရားတက်ပုံဟာ ကျမ်းဂန်နဲ့ ညီညွတ်တယ်လို့ ယူဆနိုင်တဲ့အတွက် ဒီယောဂီဟာဖြင့် တစ်မဂ်တစ်ဖိုလ် ရလောက်

တယ်လို့ မှန်းဆရတဲ့ ယောဂီတချို့ ဘုန်းကြီး တွေ့ဖူးပါတယ်။ အဲဒီလို ယောဂီမျိုးဟာ စတင်အားထုတ်ကတည်းက တကယ့် သဒ္ဓါတရားနဲ့ တရားကို လိုလိုချင်ချင်ရှိပြီး ဆရာရဲ့စကားကို မြေဝယ်မကျ တစ်သဝေမတိမ်း လိုက်နာပြီး ကြိုးကြိုးစားစားအားထုတ်ကြ ပါတယ်။ ရိုရိုသေသေ လေးလေးစားစား အားထုတ်ကြ ပါတယ်။ ကျမ်းဂန်မှာ ဖော်ပြထားတဲ့ မီးပွတ်သမားဥပမာအတိုင်း နိုးနေသမျှ တချိန်လုံးအထွေထွေ အသေးစိတ် လှုပ်ရှားပြုမူမှုတွေက အစ မလွတ်ရ မလပ်ရအောင်အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်ကြပါတယ်။ သူတို့ ဝီရိယဟာ တင်းလိုက် လျော့လိုက်မဟုတ်ဘဲတရှိန်တည်း တိုးတက် တိုးတက်လို့သာ အားထုတ်ကြပါတယ်။

ဒီတော့ သူတို့ တရားတွေ့ပုံကလဲ အတော် ရှင်းပါတယ်။ ကျမ်းဂန်နဲ့လဲ အလွန် ညီညွတ်ပါတယ်။ တစ်မဂ်တစ်ဖိုလ် ရသည်အထိ တရား တွေ့ကြ တယ်လို့ ယူဆနိုင်လောက်အောင်ပဲ ကျမ်းဂန်နဲ့ ညီညွတ်ကြတာကို တွေ့ရပါတယ်။

သို့သော်လဲ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ ဘယ်ယောဂီကိုမှ ဘယ်ဉာဏ် ရောက်ပြီ၊ ဘယ်အဆင့် ရောက်ပြီ ဆိုတာ ဘယ်တော့မှ မပြောပါဘူး။ သူတစ်ပါးရဲ့ တရားအခြေအနေကို တပ်တပ်အပ်အပ် သိနိုင်တာက မြတ်စွာဘုရားတစ်ပါးပဲ ရှိပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့မှာ သူတစ်ပါးစိတ်ကို သိတဲ့ ပရစိတ္တဝိဇာနနဉာဏ် မရှိတော့ သူတစ်ပါးရဲ့ တရားအခြေအနေကို အမှန်အကန် အတိအကျ မသိနိုင်ပါဘူး။ ယောဂီရဲ့တရားတွေ့ပုံဟာ ကျမ်းဂန်နဲ့ ညီညွတ်တယ် လို့ ယူဆရလို့သာ ဒီအခြေအနေလောက်တော့ ရောက်လောက်ပြီ လို့ မှန်းဆနိုင်ရုံလောက်ပဲ ရှိပါတယ်။

ကျမ်းဂန်နဲ့ ညီညွတ်လို့ တစ်မဂ်တစ်ဖိုလ် ရတယ် လို့ ယူဆရတဲ့ ယောဂီများကို ကျမ်းဂန်မှာ ဖော်ပြထားတဲ့ စစ်ဆေးနည်းတွေနဲ့ စစ်ဆေးကြည့်တဲ့ အခါ

မှာလဲ တချို့ ယောဂီများမှာ ကိုက်ညီနေတာကို တွေ့မြဲ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီ ယောဂီဟာဖြင့် တစ်မဂ်တစ်ဖိုလ်တော့ ရလောက်ပြီ လို့ မှန်းဆရတာပဲ ရှိပါတယ်။

ဖြေ ။ ။ (၁) အရိယာအဖြစ်သို့ ရောက်အောင် အားထုတ်တဲ့ နည်းကတော့ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူထားတဲ့ သတိပဋ္ဌာနသုတ် ဒေသနာတော်မှာ လာတဲ့ နည်းပါပဲ။ အဲဒီ သတိပဋ္ဌာန်နည်းနဲ့ အားထုတ်ရင် မလွဲကေန် အမှန်ပဲ အရိယာအဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီနည်းနဲ့ အားထုတ်ပုံကိုတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီ တရားပွဲ စတုတ္ထနေ့မှာ ဟောခဲ့တဲ့ တရားတွေထဲမှာ အခြေခံအနေနဲ့ ပြည့်စုံလုံလောက်အောင် ဟောပြော နည်းပေးထားခဲ့ပါပြီ။

ဘယ်လောက်ကြာကြာ အားထုတ်ရမယ် ဆိုတာကတော့ မိမိရဲ့ ဥာလုံ့လ ဝီရိယနဲ့ ပါရမီပေါ်မှာ တည်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ပါရမီဆိုတာ အလိုအလျောက် မိုးပေါ်က ကျလာတဲ့ အရာ မဟုတ်ပါဘူး။ ရှေးရှေးဘဝတွေက ဒီ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ခဲ့ဖူးလို့ တဖြေးဖြေး မိမိသန္တာန်မှာ စုပေါင်းမိလာတဲ့ ဝိပဿနာ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အရှိန်တွေကို ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ ပါရမီအရှိန် အားကောင်းခဲ့ရင် အချိန်မကြာလှပဲ ရနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီ ပါရမီ အရှိန် အားနည်းခဲ့ရင်တော့ အချိန်ကြာကြာ အားထုတ်မှပဲ ရနိုင်ပါတယ်။ အရေးကြီးတာကတော့ ဥာလုံ့လ ဝီရိယပါပဲ။

သို့သော်လဲ မေးခွန်းရှင် နှစ်ယောက်အတွက် ဘယ်လောက်ကြာကြာ အားထုတ်ရမယ် ဆိုတာကိုတော့ ဘုန်းကြီးက အတိအကျ ပြောနိုင်ပါတယ်။ဘယ်လောက်ကြာကြာ အားထုတ်ရမလဲ ဆိုတော့ အရိယာအဖြစ် မရောက်မချင်း အားထုတ်ရမှာ

ဖြစ်လို့ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် ရတဲ့ အချိန်အထိပဲ ကြာပါလိမ့်မယ်။ ဒီထက် ပို မကြာပါဘူး။

၂၃။ ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ကြောင်း မည်သို့သိနိုင်ပါသနည်း။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားအပ်ပါသည်။

တပည့်တော်တို့ဟာ တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေနေသူ၊ သို့မဟုတ် ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေနေသူ ဖြစ်သည်ကို မည်ကဲ့သို့ သိနိုင်ပါသလဲဘုရား။

မောင်မျိုးမင်း၊ တတိယနှစ် ရူပဗေဒ

ဖြေ ။ ။ ဒီနေရာမှာ ဟိတ်ဆိုတာ အကြောင်းတရားကို ခေါ်ပါတယ်။ အကုသိုလ်ဘက်မှာလဲ လောဘဟိတ်၊ ဒေါသဟိတ်၊ မောဟဟိတ် လို့ အကြောင်း ၃-မျိုးရှိပါတယ်။ ကုသိုလ်ဘက်မှာလဲ အလောဘဟိတ်၊ အဒေါသဟိတ်၊ အမောဟဟိတ် လို့ အကြောင်း ၃-မျိုး ရှိပါတယ်။ အလောဘဟိတ် ဆိုတာ မလိုချင် မတပ်မက်ခြင်း တည်းဟူသော အကြောင်း၊ အဒေါသဟိတ် ဆိုတာ စိတ်မဆိုး စိတ်မပျက်ခြင်း တည်းဟူသော အကြောင်း၊ အမောဟဟိတ်ဆိုတာ မတွေဝေခြင်း ရှင်းရှင်း လင်းလင်း သိခြင်း ဟူသော အကြောင်း လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် အမောဟ ဆိုတာ အသိဉာဏ်ကို ဆိုလိုဘာပါ။

ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်	ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ လို့ သုံးနှုန်းရာမှာ တစ်ဘဝရဲ့ အစဆုံး ပဋိသန္ဓေစိတ် ဖြစ်ခိုက်မှာ အသိဉာဏ်ဖြစ်တဲ့ အမောဟဟိတ်မပါဘဲ အလောဘ အဒေါသ ဟိတ်နှစ်ပါး

နဲ့သာ ပဋိသန္ဓေစိတ် ဖြစ်ခဲ့ရင် အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဟိတ် နှစ်ပါးနဲ့ ပဋိသန္ဓေနေလို့ ဒွိဟိတ် ပဋိသန္ဓေနေသူ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒါကိုပဲ လွယ်အောင် **ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်** လို့ ခေါ်လိုက်ကြပါတယ်။ နောက် တစ်ယောက်ကတော့ ပဋိသန္ဓေစိတ် ဖြစ်စဉ် အခါမှာ အလောဘ၊ အဒေါသ၊ အမောဟ ဟိတ် ၃-ပါးလုံး ပါဝင်တဲ့ အတွက် ဟိတ် ၃-ပါးနှင့် ပဋိသန္ဓေ နေလို့ တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ နေသူ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒါကို လွယ်ကူအောင် **တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီ **တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်**ဟာ ပဋိသန္ဓေ နေစဉ်က အမောဟဟိတ် ခေါ်တဲ့ ဉာဏ်ပါလို့ ဉာဏ် ထက်မြက်သူဖြစ်ပါတယ်။ **ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်** ကတော့ ပဋိသန္ဓေစိတ် ဖြစ်စဉ်က အမောဟဟိတ်ခေါ်တဲ့ ဉာဏ်မပါလို့ ဉာဏ်ထက်မြက်မှု မရှိပါဘူး။

တရား အားထုတ်ရာမှာ ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား ရနိုင်လောက်အောင် ဉာဏ် မထက်မြက်တဲ့ အတွက် တရားအားထုတ်တဲ့ အခါမယ် ဒီ ဘဝမှာတော့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို မရနိုင် ပါဘူး။ သို့သော် သူ့ရဲ့ လုံ့လ ဝီရိယနဲ့ အားထုတ်တဲ့ အချိန် အနည်းအများ အလိုက် ထိုက်သင့်သလောက် ဝိပဿနာ ဉာဏ်များတော့ သူ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပွားနိုင် ပါတယ်။ တိဟိတ် ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ သူ့ရဲ့ လုံ့လ ဝီရိယနဲ့ အချိန် ပြည့်စုံ လုံလောက်ရင် ဒီဘဝမှာပဲ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရနိုင်ပါတယ်။

မှတ်ကျောက် တင်ကြည့်မှသိတယ် အလေးမ လေ့ကျင့်တဲ့ သူဟာ ဘယ်လောက် အလေးချိန်ကို မိမိ မ,နိုင်တယ် ဆိုတာကို သိချင်ရင် ''ငါ ဘယ်လောက် မ,နိုင်သလဲ''လို့ စဉ်းစားနေရုံနဲ့ သူ အလေးချိန်ဘယ်လောက် မ,နိုင်စွမ်းအား ရှိတယ် ဆိုတာကို မသိနိုင်ပါဘူး။ အဲဒီ အတိုင်းပဲ ''ငါ ဒွိဟိတ် ပုဂ္ဂိုလ်လား တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်လား'' လို့ စဉ်းစားနေရုံနဲ့တော့ အမှန်ကို မသိနိုင် ပါဘူး။ ခန့်မှန်းနိုင်ရုံလောက်ပဲ ရှိမှာပဲ။ လက်တွေ့ မ,ကြည့်မှ ဘယ်လောက်

အလေးချိန် မ,နိုင်တယ်ဆိုတာကို သိရသလို တရားကို လက်တွေ့ အားထုတ်ကြည့်မှပဲ မိမိဟာ တိဟိတ်လား ဒွိဟိတ်လား ဆိုတာ ကွဲကွဲပြားပြား သေသေချာချာ သိနိုင်ပါတယ်။ ရွှေကောင်း ရွှေညံ့ သိဖို့ မှတ်ကျောက် တင်ရသလို တရားမှတ်ကျောက်မှာ တင်ကြည့်ဖို့ပါပဲ။

ဒီတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဒွိဟိတ်လား တိဟိတ်လား ဆိုတာ ကွဲကွဲပြားပြား သိချင်ရင် ချမ်းမြေ့ရိပ်သာကို လာပြီး တရားမှတ်ကျောက် တင်ကြည့်လှည့်ပါ။ သိရပါစေ့မယ်။

၂၄။ ပညာလိုချင် တရားလိုချင်တာ လောဘလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

လိုချင် တပ်မက်ခြင်းကို ''လောဘ'' ဟု ဆိုထားပါသည်။ တရားလိုချင် ပညာလိုချင်ခြင်းတို့ကို လောဘ ဟု ဆိုနိုင်ပါသလား။ အဘယ်အကြောင်းကြောင့် ဆိုနိုင် မဆိုနိုင် သိလိုပါသည် ဘုရား။

မောင်မြင့်ဦး၊ မောင်မြင့်စိုး၊ ဒုတိယနှစ်၊ စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်

ဖြေ ။ ။ ဒီအချက်နဲ့ ပတ်သက်လို့ သာသနာတော်မှာ နေလိုလလို ထင်ရှားပြီး အများ လေးစားကြည်ညိုရတဲ့ ဆရာတော်ကြီး တစ်ပါးက ဒီလို ဆိုထားပါတယ်။ ''အလိုရှိလျှင် ရှာမှီးရမြဲ ဖြစ်ရကား လိုလားအပ်သော အာရုံကို ရှာမှီးခြင်းသည်

ဆန္ဒ၏ ကိစ္စတည်း။ လောက၌ လောဘနေယျအာရုံ ကာမဂုဏ်ကို ရှာမှီးမှုမှ တစ်ပါး တရားရှာမှု ပညာရှာမှု နိဗ္ဗာန်ကို လိုချင်တောင့်တမှုများသည် ဤဆန္ဒ၏ သဘောကိစ္စချည်းတည်း။ လောဘနေယျ အာရုံ ကာမဂုဏ်ကို အလိုရှိရာ၌ကား လောဘက ပြဋ္ဌာန်းသောကြောင့် လောဘသဘောကို ဆန္ဒက လိုက်လျောရသည်။ လောဘနေယျ အာရုံပင် ဖြစ်စေကာမူ သူတစ်ပါးအား လှူဒါန်းလို ချီးမြှောက်လို၍ ပစ္စည်းဉစ္စာကို ရှာဖွေသိမ်းဆည်းရာ၌ ငြိကပ်တွယ်တာ တဏှာသဘော မပါသူတို့ အတွက်မှာ လောဘသဘော မဟုတ်၊ ဆန္ဒသဘောသာ ဖြစ်သည်။ ဥပမာ မြားပုံကြီးကို အနားထား၍ မြားပစ်သော လေးသမားသည် မြားတို့ကို ကောက်၍ ကောက်၍ ယူသော်လည်း ထိုမြားတွေအပေါ်၌ ငြိကပ်တွယ်တာမှု သဘော မပါ သကဲ့သို့တည်း။'' (သင်္ဂြိုဟ်ဘာသာဋီကာ၊ စ၁၊ ၁၇၁)

ဓမ္မရာဂ ဓမ္မနန္ဒီ ဒီအချက်နဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘုန်းကြီးကတော့ ဘုန်းကြီးတွေ့ဖူးတာကိုပြောမှာပါ။ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် အခါတုန်းက **အဋ္ဌကနဂရ** မြို့သား ဒကာ တစ်ယောက်က မေးလျှောက်ထားလို့ **အရှင်အာနန္ဒာ** က ဒီလို ရှင်းပြခဲ့ဖူးပါတယ်။ ရှင်းပြပုံ အကျဉ်းချုပ်ကတော့–

> ''ဒါယကာ၊ ဒီ သာသနာတော်မှာ ရဟန်း တစ်ပါးပါးဟာ ပဌမဈာန် ဝင်စားပြီး အဲဒီ ဈာန်ရဲ့ ဖြစ်မှုပျက်မှုကို ဝိပဿနာရှုတယ် ဆိုရင် အဲဒီ ပဌမဈာန်နဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်မှာ တည်ပြီးတော့ အာသဝေါကုန်ခန်း ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ တကယ်လို့ အဲဒီ ပဌမဈာန်နဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်ကို တပ်မက်တဲ့ ဓမ္မရာဂနဲ့ နှစ်သက်တဲ့ ဓမ္မနန္ဒီကို မပယ်နိုင်ရင်တော့ အနာဂါမ် လောကပဲ ဖြစ်ပြီး သုဒ္ဓါဝါသပြဟ္မာဘုံကို ရောက်နိုင်တယ်။''

ဒီစကားဟာ မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသ ပါဠိတော်၊ အဋ္ဌက နာဂရသုတ် (စာ၊ ၁၃)နဲ့ အဲဒီသုတ်ရဲ့ အဖွင့် အဋ္ဌကထာ (စာ၊ ၉)ကို ရောပြီး လိုရင်းမျှ ထုတ်နုတ်ထားတဲ့ အကျဉ်းချုပ်စကားပါ။ အဲဒီစကားထဲက ဓမ္မရာဂ ဓမ္မနန္ဒီ ဆိုတာ သမထ ဝိပဿနာ တရားတို့၌ လိုလား တပ်မက်မှုကို ခေါ်ကြောင်း အဋ္ဌကထာက ဖွင့်ပြပါတယ်။ လိုလားတပ်မက်မှုဆိုတာ လောဘပါပဲ။ တစ်ခါ မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသဋီကာ (စာ၊ ၈)က နှစ်သက်တပ်မက်မှု ဆိုတာ နိကန္တိ လို့ ခေါ်တဲ့ သိမ်မွေ့တဲ့ ငဲ့ကွက်မှုပါပဲ လို့ ထပ်ပြီး ရှင်းပြပါတယ်။ သိမ်မွေ့တဲ့ လောဘ လို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။

လိုရင်းကတော့ ဈာန်ရဲ့ အဖြစ်အပျက်ကို ဝိပဿနာ ရှုလို့ လက္ခဏာရေး သုံးပါးကို သိမြင်ပြီး မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် ရသော်လဲပဲ ဈာန်နဲ့ဝိပဿနာကို နှစ်သက် ငြိတွယ်နေတာကလေးက ရှိနေသေးတော့ ရဟန္တာအထိ ဖြစ်နိုင်လောက်ပါလျက်နဲ့ အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ ဖြစ်ပြီး သူ နှစ်သက်ငြိတွယ်နေတဲ့ ဈာန်စေတနာကံက ပို့လိုက်ရာ ဖြစ်တဲ့ သုဒ္ဓါဝါသဘုံမှာ သွားပြီး ဗြဟ္မာ ဖြစ်ရတယ် လို့ ဆိုလိုတာပါ။

လောကီကုသိုလ် နှင့် လောကုတ္တရာ ကုသိုလ်

သမထ ဝိပဿနာလုပ်ငန်းကို လူမှုရေးကိစ္စတွေနဲ့ မပတ်သက်လို့ အရပ်ခေါ်အားဖြင့်တော့ လောကုတ္တရာ လုပ်ငန်း လို့ ခေါ်ကြပါတယ်။ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာအရကတော့ သမထကုသိုလ်နဲ့ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်တွေဟာ လောကီ ကုသိုလ် တွေပါပဲ။ လောကုတ္တရာ စစ်စစ်ဖြစ်တဲ့ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်မှ တပါး ဒါန သီလ ဘာဝနာ စတဲ့ ကုသိုလ်အားလုံးဟာ လောကီကုသိုလ်တွေ ချည်းပါပဲ။ မဟဂ္ဂုတ်ကုသိုလ် လို့ ခေါ်တဲ့ ရူပ အရူပ ဈာန်ကုသိုလ်တွေလဲ လောကီ ကုသိုလ်တွေပါပဲ။

လောကီကုသိုလ်ကို လောဘက အာရုံ ပြုနိုင်

အဘိဓမ္မာသဘောအရ အဲဒီ လောကီကုသိုလ် မှန်သမျှကို အကြောင်းအားလျော်စွာ လောဘက အာရုံပြုနိုင်ပါတယ်။ အာရုံပြုနိုင်တယ် ဆိုတာလဲ အာရုံပြုပုံ နှစ်မျိုး ရှိပါတယ်။

ပထမ တစ်မျိုးကတော့ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ၊ ဝေယျာဝစ္စ၊ ဓမ္မသဝဏ၊ ဓမ္မဒေသနာ စတဲ့ ပုညကြိယဝတ္ထုတွေကို ပြုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ မိမိတို့ ပြုတဲ့ ကုသိုလ်တွေကို ကြည်နူး ဝမ်းမြောက်နေတတ်ကြပါတယ်။ ဒါတွေကတော့ ပီတိပါမောဇ္ဇကုသိုလ်တွေပါ။ တချို့ကျတော့ အဲဒီ ကုသိုလ်တွေကို ကြည်နူးဝမ်းမြောက်မှုထက် ပိုပြီး သာယာနေတတ်ကြပါတယ်။ နိကန္တိ ခေါ်တဲ့ သိမ်မွေ့တဲ့ လောဘပါပဲ။

သမထကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်သူများဟာလဲ မိမိ ဈာန်ရတဲ့အခါမှာ ကိုယ်တွေ့ ခံစားနေရတဲ့ ခံစားထားရတဲ့ ဈာန်ချမ်းသာကို သာယာ နှစ်သက်နေတတ်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ လောဘပါပဲ။ ဝိပဿနာ အားထုတ်သူကလဲ မိမိကိုယ်တိုင် တွေ့သိထားတဲ့ ကောင်းတဲ့ တရား အတွေ့ကလေးတွေကို သဘောကျ နေတတ်ပါတယ်။ နိကန္တိ ခေါ်တဲ့ သိမ်မွေ့တဲ့ လောဘပါပဲ။

ဒုတိယ အမျိုးအစားကတော့ ကိုယ်မပြုဘူးသေးတဲ့ ဒါန သီလ ဘာဝနာ ကုသိုလ်များကို ပြုဖို့ရာ စိတ်ထဲမှာ စွဲလမ်းတောင့်တနေမှုပါပဲ။ သမထ အားထုတ်သူများအနေနဲ့လဲ မိမိ မရဘူးသေးတဲ့ အထက်အထက် ဈာန်အဘိညာဏ်တွေကို ရဖို့ရာ စိတ်ထဲမှာ စွဲလမ်းတောင့်တနေတတ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာ အားထုတ်သူများ အနေနဲ့လဲ မိမိ မရဘူးသေးတဲ့ အထက်အထက် ဝိပဿနာ တရားထူးများကို ရလိုစိတ်ပြင်းထန်ပြီး စွဲလမ်းတောင့်တနေတတ်ပါတယ်။

ဒါတွေဟာ လောကီကုသိုလ်တွေကို လောဘက အာရုံပြုတာတွေပဲ လို့ ဘုန်းကြီးသဘောရပါတယ်။

မဂ်စစ်ဖိုလ်စစ်ကို လောဘက အာရုံမပြု

သို့သော်လဲ လောကုတ္တရာဖြစ်တဲ့ မဂ်စစ် ဖိုလ်စစ် နိဗ္ဗာန်စစ်ကိုတော့ လောဘက အာရုံမပြုနိုင်ပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ အာရုံပြုသူရဲ့ သန္တာန်မှာ ကိုယ်တွေ့ရထားတဲ့ မဂ်အသိ ဖိုလ်အသိနဲ့ ဉာဏ်တွေ မျက်မှောက်ထင်ထင် သိမြင်ထားတဲ့ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့သဘာဝ နိဗ္ဗာန်စစ်စစ်ကို မရသေး မရှိသေးလို့ပါပဲ။

ပြီးတော့ လောဘဟာ သာယာဖွယ်ရာ ခံစားရတဲ့ သဘာဝကိုပဲ ကြိုက်နှစ်သက်တတ်ပါတယ်။ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်မှာ၊ အထူးသဖြင့် နိဗ္ဗာန်မှာ လောဘကြိုက်တတ်တဲ့ သာယာဖွယ်ရာ ခံစားရတဲ့ သဘာဝမျိုး လုံးဝမရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့်လဲ ကိုယ်တွေ့ရထားတဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို လောဘက အာရုံမပြုပါဘူး။ လောဘရဲ့ အရာ မဟုတ်ဘူး လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဘာနဲ့ တူသလဲ ဆိုတော့ သာယာစည်ကားလှပါတယ် ဆိုတဲ့ တိုင်းကြီးပြည်ကြီးတွေကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ မရောက်ဖူးတော့ စိတ်ထဲမှာ တပ်တပ်ထင်ထင် မြင်လာအောင် နှစ်သက်သဘောကျလို့ မဖြစ်နိုင်သလိုပါပဲ။

စိတ်ကူးမဂ်ဖိုလ်ကို လောဘက အာရုံပြု

သို့သော်လဲ ကိုယ်တွေ့ သိထားတဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် မဟုတ်ဘဲ တဆင့်ကြား သိထားလို့ သဘောတရားအနေနဲ့ နားလည်သဘောပေါက်ပြီး စိတ်ထဲမှာခံယူထားတဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကိုတော့ စိတ်နဲ့ မှန်းဆပြီး လိုချင်လောဘ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒါကတော့ မဂ်စစ် ဖိုလ်စစ် နိဗ္ဗာန်စစ် မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ ကိုယ်နားလည်

သဘောပေါက်သလို ခံယူထားတဲ့ စိတ်ကူး မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ပါပဲ။ ဒါကတော့ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား စစ်စစ်ကို လောဘနဲ့ လိုချင်တာလို့ မဆိုနိုင်ပါဘူး။

ကိုယ် မရောက်ဘူးသေးတဲ့ သာယာစည်ကားလှပါတယ် ဆိုတဲ့ တိုင်းကြီး ပြည်ကြီးတွေကို သူတပါး ပြောစကားအရ ကြားသိရပြီး ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ ကိုယ် ကြိုက်သလို ပုံဖော်ကာ နှစ်သက်သဘောကျနေတာမျိုးပါပဲ။

တဆင့်ကြား အရဟတ္တဖိုလ် လောဘကအာရုံပြု

မဇ္ဈိမနိကာယ်၊ ဥပရိပဏ္ဏာသပါဠိတော်၊ သဠာယတနဝိ**ဘင်္ဂသုတ်မှာ** နေကွမ္မသိတ ဒေါမနဿ (ဝိပဿနာကိုမှီတဲ့ ဒေါမနဿ) ခြောက်မျိုးအကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတော့ ဝိပဿနာရှုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ 'ယခု အခါ ရဟန္တာအရှင်မြတ်များ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်လျက် နေတော်မူကြတယ်၊ ငါဟာ ဘယ်အခါများမှ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်လျက် နေရပါမည်လဲ' ဟု အရဟတ္တဖိုလ်၌ လိုချင်တောင့်တမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား လိုချင် တောင့်တမှုကြောင့် စိတ်မချမ်းသာခြင်း ဒေါမနဿဖြစ်၏လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။ အဲဒီ ဒေသနာတော်မှာ 'အရဟတ္တဖိုလ်ကို လိုချင်တောင့်တမှု လောဘဖြစ်တယ်'လို့ အဓိပ္ပာယ် ကောက်ယူရမလို ဖြစ်နေပါတယ်။

ဋီကာများ၏ ရှင်းပြချက်

အဲဒါကို **ဥပရိပဏ္ဏာသဋီကာ** (မ-ဋီ ၄၊ ၃၀၃) မှာ ဒီလို ရှင်းပြထားပါတယ်။ ''ရရှိထားအပ်သော အရဟတ္တဖိုလ်သည် (လိုချင်တောင့်တမှု လောဘ၏) အာရုံ မဖြစ်ပေ။ ရရှိထားအပ်သော အရဟတ္တဖိုလ်ကို အာရုံပြု၍ လိုချင်တောင့်တမှု မဖြစ်ပေ။ စင်စစ်မူ တဆင့်ကြားဖြင့် ရအပ်သော၊ ကြံစည်စဉ်းစားခြင်းဖြင့် ပြီးသော အရဟတ္တ ဖိုလ်ကို ရည်ရွယ်၍ လိုချင်တောင့်တမှုသည် ဖြစ်ပေ၏။ ထို့ကြောင့်ပင် မြတ်စွာ

ဘုရားက ဝိပဿနာရှုသူမှာ 'ငါဟာ ဘယ်အခါများမှ အရဟတ္တဖိုလ်ကို ရောက်လျက် နေရပါမည်လဲ' လို့ လိုချင်တောင့်တမှု ဖြစ်ကြောင်း မိန့်တော်မူခြင်း ဖြစ်သည်''[၁] ဒါဟာ ဋီကာစကားကို စကားစဥ် တည့်ရုံ အဓိပ္ပာယ်သိရုံမျှ အကျဥ်းချုံးပြီး ဘာသာပြန်ထားတာပါ။

ဒီဃနိကာယ်၊ သုတ်မဟာဝါဋီကာ၊ သက္ကပဥှသုတ် အဖွင့် (ဒီ-ဋီ ၃၊ ၂၆၅) မှာလဲ ''ရရှိထားသော အရဟတ္တဖိုလ်ကို အာရုံပြုသည်၏ အစွမ်းအားဖြင့် ထိုအရဟတ္တဖိုလ်၌ လိုချင်တောင့်တမှု ဖြစ်သည် ဟု မမှတ်ယူအပ်ပေ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် (လိုချင်တောင့်တမှုလောဘ၏) အရာ မဟုတ်သောကြောင့် တကြောင်း၊ အရဟတ္တဖိုလ်ကို မရသေးသောကြောင့်တကြောင်း ဖြစ်သည်။ စင်စစ်မူကား တဆင့်ကြားဖြစ်သော အရဟတ္တဖိုလ်ကို ရည်ရွယ်၍ လိုချင်တောင့်တမှု ဖြစ်သည်ကိုပင် 'ထိုအရဟတ္တဖိုလ်၌ လိုချင်တောင့်တမှု ဖြစ်ပေါ်သည်'ဟု မိန့်တော်မူခြင်း ဖြစ်၏''[၂]လို့ ရှင်းပြထားပါတယ်။

၁။ န ဟိ အဓိဂတံ အရဟတ္တံ အာရမ္မဏံ ဟောတိ။ န စ တံ အာရဗ္ဘ ပိဟာ ပဝတ္တတီတိ။ ကော ဝေမာဟ 'အရဟတ္တံ အာရမ္မဏံ ကတွာ ပိဟံ ဥပဋ္ဌပေတီ'တိ။ အနုဿုတိလဒ္ဓံ ပန ပရိကပ္ပသိဒ္ဓံ အရဟတ္တံ ဥဒ္ဒိဿ ပတ္ထနံ ဌပေတိ။ တတ္ထ ဝိတ္တံ ပဏိဓဟတိ။ တေနာဟ ဘဂဝါ 'ကုဒါဿု နာမာဟံ တဒါယတနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇ ဝိဟရိဿာမီ'တိ။ (မ–ဋီ ၃၊ ၃၀၃)

၂။ န ခေါ ပနေတံ ဧဝံ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ ''ယံ အာရမ္မဏကရဏဝသေန တတ္ထ ပိဟာ ပဝတ္တေတီ'' တိ အဝိသယတ္တာ, ပုဂ္ဂလဿ စ အနဓိဂတဘာဝတော။ အနုဿဝူပလဒ္ဓေ ပန အနုတ္တရဝိမောက္ခေ ဥဒ္ဒိဿ ပိဟံ ဥပဋ္ဌာပေန္တော ''တတ္ထ ပိဟံ ဥပဋ္ဌာပေတီ''တိ ဝုတ္တော။ (ဒီ–ဋီ၃၊ ၂၆၅)

အခု ဖော်ပြထားတဲ့ ဋီကာများရဲ့ ဆိုလိုရင်းက ရှင်းပါတယ်။ ရရှိထားတဲ့ အရဟတ္တဖိုလ်စစ်စစ်ကို အာရုံပြုပြီး လိုချင်တောင့်တမှု မဖြစ်နိုင်။ တရားနာရာ၊ တရားဆွေးနွေးရာ၊ တရားစာပေဖတ်ရှုရာမှ တဆင့် ကြားသိပြီး မိမိ သဘော ပေါက်သလို ကြံစည်တွေးခေါ်ထားတဲ့ အရဟတ္တဖိုလ်ကိုသာ အာရုံပြုပြီး လိုချင် တောင့်တမှု လောဘဖြစ်နိုင်တယ် လို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။

ပညာလိုချင်တာ လောဘ ဒီ မေးခွန်းရဲ့ နောက်တပိုင်းဖြစ်တဲ့ 'ပညာလိုချင်တာကို လောဘလို့ ဆိုနိုင်ပါသလား' ဆိုတဲ့ အမေးရဲ့ အဖြေက တော့ ရှင်းပါတယ်။လိုချင်တပ်မက်တဲ့ လောဘဟာ သမုဒယ သစ္စာပါ။ သမုဒယသစ္စာဆိုတာ ဆင်းရဲကို ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ အကြောင်းအမှန်ပါ။ ဆင်းရဲမှန်သမျှဟာ လောဘကြောင့် ဖြစ်တာချည်းပဲ။ ဒီတော့ ပညာရှာတဲ့ ကျောင်းသားများ ဆယ်တန်းစာမေးပွဲမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဒီ၅ လုံး၊ ၆ လုံး ပါမယ် လို့ မျှော်လင့်ထားပြီး ဒီ ၂လုံး၊ ၃လုံးပဲ ပါလို့ ချုံးချငိုကြတာဟာ ပညာရေး အဆင့် မြင့်မြင့်ကို လိုချင်တပ်မက်တဲ့ လောဘကြောင့် ဖြစ်တဲ့ ဆင်းရဲဆိုတာ ထင်ရှား ပါတယ်။

၂၅။ စိတ်သည် ကောင်းသည့် အရာများပေါ်၌ ဘာကြောင့် မတည်ပါသနည်း

မေး။ ။ လူ့စိတ်သည် သန့်ရှင်းကြည်လင်နေလျှင် ချမ်းသာပြီး စိတ်ညစ်နွမ်း နေလျှင် ဆင်းရဲသည် ဟု အရှင်ဘုရား ဟောကြားခဲ့ပါသည်။ ဒါပေမယ့် လူတို့၏ စိတ်သည် ကောင်းသည့် အရာများပေါ်၌ မတည်လိုပဲ မကောင်းမှု များ၌သာ မွေ့လျော်နေတတ်ပါသည်။ ရှင်းပြပေးပါ ဘုရား။

ဇော်ဝင်း၊ ပထမနှစ်၊ စက်မှုတက္ကသိုလ်

ဓမ္မ။ ။ ''လူ့စိတ်သည် သန့်ရှင်းကြည်လင်နေလျှင် ချမ်းသာပြီး စိတ်ညစ်နွမ်းနေလျှင် ဆင်းရဲသည် ဟု အရှင်ဘုရား ဟောကြားခဲ့ပါသည်'' တဲ့။ အရှင်ဘုရား ဟောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ မြတ်စွာဘုရား ဟောတာပါ။ ဘုရားဟောတာကို ဘုန်းကြီးကလဲ ထောက်ခံပြီး ဟောတယ်ပေါ့။

လူ့စိတ်ဟာ ကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်လုပ်ငန်းပေါ်မှာ မတည်တံ့နိုင်ဝဲနဲ့ မကောင်းတဲ့ အကုသိုလ်လုပ်ငန်းတွေမှာသာ တည်တံ့နေတာ ဘာကြောင့်လဲ။ သတ္တဝါတွေရဲ့ သန္တာန်မှာ လောဘ ဒေါသ မောဟတွေ ထူပြောလွန်းလို့ပေါ့။

ရေနဲ့တူတဲ့စိတ် စိတ်ဟာ ရေနဲ့တူတယ်။ ရေများ မြေပြင်ပေါ် လောင်းချလိုက်ရင် အဲဒီရေဟာ အမြင့်ဘက် စီးသလား။ အနိမ့်ဘက် စီးသလား။ (အနိမ့်ဘက် စီးပါတယ်ဘုရား။) အမြင့်ဘက် စီးချင်တော့ ရှေ့က အတားအဆီးလုပ်၊ တာတမံလုပ်ပြီးတော့ အမြင့်ဘက် တင်ရတယ် မဟုတ်လား။ ဟော အနိမ့်ဘက်ကျတော့ လျှောကနဲ တန်းစီးသွားတယ်၊ ဟုတ်ရဲ့လား။ အဲဒီ အတိုင်းပဲ စိတ်ဟာလဲပဲ ကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်ဘက် ရောက်စေချင်ရင်တော့ ကုသိုလ် တရားတွေ ဆင်ခြင်လိုက် နှလုံးသွင်းလိုက် ကြိုးစားလိုက်ရတာ လွန်ရော။ ကျောင်းတောင်မှ သွားဖို့ဆိုရင် လေးငါးခြောက်ခါ စဉ်းစားမှ တစ်ခါ သွားဖြစ်တယ်။ မဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား။) တရားနာဖို့ ဆိုရင်လဲ ဒီအတိုင်းပဲ။ လေးငါးခါလောက် စဉ်းစားမှ တစ်ခါလောက်ပဲ နာဖြစ်တယ်။

ဒါပေမဲ့ ရုပ်ရှင်သွားဖို့ကျတော့ မလွယ်ပေဘူးလား။ (လွယ်ပါတယ် ဘုရား။) လွယ်လိုက်တာ။ နှစ်ကား သုံးကား တစ်နေ့တည်း ဆက်ကြည့်နိုင်တယ် နော်။ ဒီတော့ အဲဒါဘာ ကြောင့်လဲ။ လူတို့ရဲ့ သန္တာန်မှာ လောဘ ဒေါသ

မောဟ မာနကိလေသာတွေ များနေလို့ မဟုတ်ဘူးလား။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား) ဒါပဲပေါ့။ အဲဒီ လောဘ ဒေါသ မောဟ မာန ကိလေသာတွေ များနေတဲ့ အတွက်ပဲ ကိလေသာရဲ့ ဦးတည်ရာဖြစ်တဲ့ အနိမ့်ဘက်ပဲ စိတ်က စီးသွားတာ ပေါ့။

ဒါကြောင့်ပဲ အဲဒီ လောဘ ဒေါသ မောဟတွေ ငြိမ်းသလောက် ငြိမ်းအောင် လုပ်ပေးနေရတာ။ လောဘ ဒေါသ မောဟတွေ ငြိမ်းသလောက်ငြိမ်းပြီဆိုရင် စိတ်ဟာ ဖြူစင်သလောက် ဖြူစင်မလာဖူးလား။ (ဖြူစင်ပါတယ် ဘုရား။) အဲဒီ လိုဆိုရင် ကုသိုလ်တရားတွေဘက် စိတ်က ဦးလှည့်မလာဘူးလား။ (ဦးလှည့် လာပါတယ် ဘုရား။)

ဥပမာ ဆိုကြပါစို့။ ကျောင်းသား တစ်ယောက် တရား ၂ လ အားထုတ် လိုက်တယ်။ ၂ လ အားထုတ်တယ် ဆိုတော့လဲ တရားက တော်တော် သိသွား ပြီ၊ တွေ့သွားပြီ၊ ဒီတော့ စိတ်ပါ ပြောင်းလဲသွားတယ်။ အရင်က သောကြာ နေ့တိုင်း ရုပ်ရှင်ကြည့်တဲ့ ကျောင်းသားဟာ အဲဒီ တရားအားထုတ်ရာက ပြန်သွား တဲ့ အခါကျတော့ တနင်္ဂနွေ တနင်္လာ လဲပဲ ကြည့်ရောလား။ (ပရိသတ် ရယ်ကြ သည်။) မဟုတ်ဘူးလား။ ဟုတ်တယ်။ တချို့ကလဲ အဲဒီလိုပဲ။ အားထုတ်စဉ်က ကြိုးကြိုးစားစား အားမထုတ်တော့ သူတို့က တရား မတွေ့ကြဘူး။ မတွေ့ရတော့ သူတို့ စိတ်ဓာတ်ဟာ ဒုံရင်း ဒုံရင်းပဲ ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီတော့ ပြန်သွားတဲ့အခါ အတိုးချ ကြည့်ကြတာကိုး။

ဒီတော့ ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်တဲ့ ကျောင်းသားကတော့ ၂ လ ဆိုရင် ထိထိမိမိလေး တွေ့သွားပြီ ဆိုတော့ သူ့ စိတ်ဓာတ် ပြောင်းသွားတာပဲ။

၁ လနေလို့ ရုပ်ရှင် တစ်ခါ မကြည့်ဖြစ်ဘူး။ ရုပ်ရှင်ကြည့်လိုတဲ့ လောဘ နည်းသွားတယ်။ ဒီတော့ သူဟာ ကျောင်းကို တရားနာလာဖို့ပဲ စိတ်ကူးနေတော့တာပဲ။ အင်း တနင်္ဂနွေနေ့ သွားဦးမှဟဲ့။ စနေနေ့သွားဦးမှဟဲ့။ ဒီကနေ့ နေ့အားဟဲ့။ ကျောင်းသွား တရား နာဦးမှပဲ။ အဲဒီလို စိတ်ဖြစ်တာ ကုသိုလ်ဘက်ကို လှည့်လာတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ စိတ်ဖြူစင်လာ လို့။

ဒီတော့ စိတ်ဟာ ကောင်းတဲ့ အာရုံပေါ်မှာ များသောအားဖြင့် တည်နိုင်အောင် စိတ်ဖြူစင်ရေး လေ့ကျင့်ဖို့ လိုပါတယ်။ လေ့ကျင့်ပုံ စိတ်ဖြူစင်ပုံကို ဒီတရားတော် ရှေ့ပိုင်းမှာ ပြောခဲ့ပါပြီ။ အဲဒီ နည်းတွေထဲက မိမိနှင့် သင့်ရာနည်းကို ရွေးပြီး လေ့ကျင့်ဖို့ပဲ လိုပါတယ်။

၂၆။ စိတ်ကိုနိုင်အောင် မည်သို့ကျင့်ကြံ၍ နိုင်လျှင် မည်သို့ အကျိုးကျေးဇူးများပါသနည်း။

မေး။ ။ ဆရာတော် ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

စိတ်ကို နိုင်အောင် မည်သို့ ကျင့်ကြံ အားထုတ်ရပါသလဲ။ စိတ်ကို နိုင်လျှင် မည်သို့သော အကျိုးကျေးဇူးများ ရပါသလဲ ဘုရား။

မောင်ဇော်ဝင်း၊ ပထမနှစ်၊ ဝက်မှုတက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ စိတ်ကို နိုင်အောင် လေ့ကျင့်တဲ့နည်းကို ဒီတရား ရှေ့ပိုင်းမှာ ပြောခဲ့ပါပြီ။ မနိုင်ရင် ဘယ်လို အကျိုးယုတ်လို့ နိုင်ရင် ဘယ်လို အကျိုးကျေးဇူးများသလဲ၊ စဉ်းစားကြည့်ရအောင်။

ဆိုကြပါစို့။ ကိုယ့်စာမေးပွဲက နီးနေပြီ။ သဘက်ခါ စာမေးပွဲ ဖြေရတော့မယ်။ ဒါပေမဲ့လို့ ဒီနေ့က ရုပ်ရှင်ကားလဲတယ်။ ရုပ်ရှင်ကလဲ ကြိုက်လိုက်တာလွန်ရော။ စာကြည့်လို့ကို မဖြောင့်နိုင်ဘူး။ သွားမှ ထင်ပါရဲ့။ ဟာ သူတို့တွေလဲ သွားကုန်ပြီ။ခက်ပါပြီ။ ဒီတော့ စိတ်က ငြိမ်သေးလား။ (မငြိမ်ပါဘုရား။) မငြိမ်ဘူး။ ကဲ စာမေးပွဲပဲလေ....စာမေးပွဲခန်းထဲ ရောက်မှပဲ တော်သလို ကြည့်ဖြေမယ်။ ကဲ....သွားမယ် ဆိုပြီးတော့ ဟော....သွားလိုက်တယ်။ ဟုတ်ကဲ့လား။ ရောက်သွားပြီ။ ရုပ်ရှင်ကြည့် လို့ သဘောကို ကျလို့ ပြန်လာတယ်၊ ပျော် လို့။

စာမေးပွဲနေ့ကျ ဖြေတယ်။ ဟာ.... မသိတဲ့ မေးခွန်းတွေ များနေတယ်။ မှားသွားပြီ။ ဟိုနေ့က ငါ စာဆက်ကြည့်လိုက်မယ် ဆိုရင် တည လောက် ကြည့် ငါ စာတွေတော်တော်ရပြီးတော့ ဒီမေးခွန်းတွေဆို ငါ ဖြေနိုင်မယ့်မေးခွန်းတွေချည်း ဖြစ်မှာ။ ငါ့ စိတ်ကို မနိုင်လို့ ရုပ်ရှင် သွားကြည့်လိုက်တာနဲ့ မဖြေနိုင်တော့ဘူး။ မှားလိုက်လေ၊ မှားလိုက်လေ။ ကဲ.... ဆင်းရဲလား၊ ချမ်းသာလား။ (ဆင်းရဲပါဘုရား။) အဲဒီဆင်းရဲ စိတ်နိုင်လို့ ဖြစ်တဲ့ဆင်းရဲလား။ မနိုင်လို့ ဖြစ်တဲ့ဆင်းရဲလား။ (မနိုင်လို့ ဖြစ်တဲ့ဆင်းရဲပါဘုရား။)

ကဲ နိုင်တဲ့သူကတော့ ရုပ်ရှင်ပဲ၊ ဘယ်တော့ဖြစ်ဖြစ် ကြည့်လို့ ရတာပဲ။ ဒီကားကလဲ ဒီတစ်နေ့တည်း ပြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ နောက် သူ အကြာကြီး ဆက်ပြနေဦးမှာပဲ။ အဲဒီအခါကျတော့ စာမေးပွဲပြီးမှ အတိုးချ ကြည့်လိုက်မယ်။ အခုတော့ ဒီရုပ်ရှင် မကြည့်ဘူး ဆိုပြီး စာထဲမှာပဲ စိတ်ကို အတင်း မြှုပ်သွင်းပြီးတော့ စာပဲ ဆက်ကြည့်နေလိုက်တယ်။ စာမေးပွဲကျ သူ သိတဲ့ မေးခွန်းတွေနဲ့ တိုးပြီး မဖြေနိုင်ဘူးလား။ (ဖြေနိုင်ပါတယ် ဘုရား။) ဒီအခါကျ စိတ်မချမ်းသာဘူးလား။ (ချမ်းသာပါတယ်ဘုရား။) အဲဒီ ချမ်းသာ ဘာလို့ရသလဲ။ (စိတ်ကိုနိုင်လို့ ရပါတယ်

ဘုရား။) အဲဒါ အသေးအမွှားဆုံး ပုံစံပါပဲ။ ဟုတ်ရဲ့လား။ (ဟုတ်ပါတယ် ဘုရား။) ဒီထက် ကြီးမားတဲ့ အကျိုးတွေလဲ ရနိုင်တယ်။ စိတ်ကို နိုင်အောင် များများ လေ့ကျင့်ပေးပါ။

လိုရင်းကတော့ စိတ်ကို နိုင်ရင် အပြစ်ကင်း အကျိုးရှိမယ့် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာတွေကိုပဲ လုပ်မိမယ်၊ ပြောသင့် ပြောထိုက်တာတွေကိုပဲ ပြောမိမယ်၊ တွေးသင့် တွေးထိုက်တာတွေကိုပဲ တွေးမယ်။ ဒီလိုဆိုတော့ ကိုယ်ချမ်းသာ စိတ်ချမ်းသာ ရှိမယ်။ ကြီးပွားတိုးတက်မယ်။ နောက်ဆုံးမှာ လူ့ချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ အထိ ရနိုင်တယ်။

စိတ်ကို မနိုင်ရင်တော့ မလုပ်သင့်၊ မပြောသင့်၊ မတွေးသင့်တာတွေကိုပဲ ပြုလုပ် ပြောဆို ကြံတွေးမိမှာ သေချာလို့ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ သံသရာပဲ လည်နေရမှာပါပဲ။

၂၇။ သီလရှင်များ သံဃာစာရင်း ဝင်ပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

သံဃာ စာရင်းတွင် သီလ ဆောက်တည်၍ ဘာဝနာ ပွားများနေကြတဲ့ သီလရှင်များ ပါဝင်ပါသလား ဘုရား။

မစိုးမိုးသူ၊ ဒုတိယနှစ် အင်္ဂလိပ်စာ၊ လှိုင်နယ်မြေ

ဖြေ။ ။ သီလရှင်များ သံဃာ စာရင်းမှာ မပါဝင်ပါဘူး။

ဒီလောက် ဖြေရင်ပဲ လိုအပ်တဲ့အဖြေ ပြီးသွားပါပြီ။ သို့သော် မေးခွန်းရှင် မေးလိုတဲ့ အာဘော်က ဒါလောက်တင် မဟုတ်ဘဲ သံဃာဆိုတာ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ် မျိုးတွေကို ခေါ်တယ်၊ သီလရှင်က ဘာ့ကြောင့် သံဃာစာရင်းမှာ မပါဝင်နိုင်တယ် ဆိုတာ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိချင်တဲ့ စကားရိပ် ပါနေပါတယ်။

သံဃ သံဃာ လို့ အများက ခေါ်နေကြတဲ့ စကားလုံးရဲ့ ပါဠိ စကား ဝိဝိသသက "သံဃ" ဆိုတဲ့ စကားပါပဲ။ ဒီ **သံဃ** ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ကျမ်းဂန်များမှာ "အသိအမြင် ဆိုတဲ့ ဒိဋ္ဌိ၊ ကိုယ်နှုတ် စောင့်စည်းမှု ဆိုတဲ့ သီလ တူညီကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် အပေါင်း" လို့ အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုကြပါတယ်။[၁]

"အသိအမြင် နဲ့ သီလ တူညီကြတယ်" ဆိုတာ အရိယာအသိအမြင် အရိယာသီလ တူညီကြတာကို ဆိုလိုပါတယ်။ မှန်ပါတယ်၊ အရိယာတို့ရဲ့ စင်ကြယ် တဲ့ သီလ နဲ့ (မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ် ဆိုတဲ့) အသိအမြင် တွေဟာ မဂ်ဉာဏ်ကြောင့် ဖြစ်လာကြတဲ့ အတွက် ရွှေပြားကို နှစ်ပြား ခွဲလိုက် သော်လဲ မကွဲမပြား တစ်သားတည်း တူညီနေသလို တူညီနေကြပါတယ်။ ဒါ ကြောင့် ဒီ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ တစ်နေရာတည်းမှာ မရှိကြဘဲ နေရာအနှံ့ အပြားမှာ တစ်ခြားစီ ရှိနေကြဦးတော့ သူတို့ကို တူညီတဲ့ အရိယာအသိအမြင်နဲ့

၁။ ဒိဋ္ဌိသီလသာမညတာယ သံဃာတဘာဝမာပန္နော သာဝကသမူဟော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁၊ ၂၁၂)

အရိယာသီလက ပေါင်းပေးထားတာ ဖြစ်လို့ **သံဃ==တပေါင်းတည်းဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များ** လို့ ဆိုကြရပါတယ်။[၂]

သံဃ=အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အရိယာအဖြစ်ကို မရောက်သေးတဲ့ ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ မဂ်အသိ ဖိုလ်အသိကို မရသေးတဲ့အတွက် အသိအမြင် မတူညီကြသေးပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဆရာအမျိုးမျိုးဆီက ရရှိတဲ့ အသိအမြင် အမျိုးမျိုးတွေကြောင့် "ပုထုဇဉ်" ကို "ဆရာများတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်" လို့လဲ ဖွင့်ဆိုကြပါတယ်။ (ပုထူနံ နာနာသတ္ထာရာနံ ဥလ္လောကိကာ တိ ပုထုဇ္ဇနာ။) အသိအမြင် မတူကြတော့ ကိုယ်နှုတ် စောင့်စည်း ထိန်းသိမ်းမှု သီလလဲ မတူနိုင်ကြပါဘူး။ ဒါကြောင့် "သံဃ" ဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ အန္ဝတ္ထအမည်အဖြစ် နာမည်တပ်လို့ မရပါဘူး။ **အန္ဝတ္ထအမည်** ဆိုတာ **အရှိသဘာဝနဲ့ ကိုက်ညီတဲ့ နာမည်** လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဥပမာ အသားမည်းတဲ့လူကို ဦးဖြူ လို့ ခေါ်ရင် အန္ဝတ္ထအမည် မဟုတ်ပါဘူး။ ဦးမည်း လို့ ခေါ်မှသာ အန္ဝတ္ထအမည် ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရပြီးတဲ့ ရဟန်းသာမဏေ အမျိုးသား အမျိုးသမီး သီလရှင် ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ကိုမဆို သံဃ လို့ ခေါ်ရင် အန္ဝတ္ထအမည် ဖြစ်လို့

၂။ ဒိဋ္ဌိသီလသာမညတာယာတိ အရိယေန သီလေန အရိယာယ စ ဒိဋ္ဌိယာ သမာနဘာဝေန။ အရိယာနဉ္ဟိ သီလဒိဋ္ဌိယော မဇ္ဈေ ဘိန္နေ သုဝဏ္ဏံ ဝိယ နိန္နာနာကရဏံ မဂ္ဂေနာဂတတ္တာ။ တေန တေ ယတ္ထ ကတ္ထစိ ဋ္ဌိတာပိ သံဟတာဝ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-ဋီ ၁၊ ၂၇၀-၉)

ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ သံဃလို့ ခေါ်နိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာ ၃ ပါးမှာ ပါဝင်တဲ့ သံဃအဖွဲ့ဝင်တော့ မဖြစ်သေးပါဘူး။ ဥပမာ အမျိုးသား တစ်ယောက်ယောက်ဟာ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရသွားရင် သူ့ကို သံဃလို့ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ သို့သော် ရတနာ ၃ ပါးမှာ ပါဝင်တဲ့ သံဃ အဖွဲ့ဝင် ဖြစ်ဖို့ကျတော့ သိမ်ထဲမှာ သံဃာတော်များက ဉတ္တိစတုတ္ထကမ္မဝါစာ ဖတ်ပြီးတော့ ရဟန်းအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုပြီးမှပဲ သံဃအဖွဲ့ဝင် ဖြစ်ပါတယ်။

အရိယာသံဃာ ပုထုဇဉ်သံဃာ ဒီနေရာမှာ အရိယာသံဃာနဲ့ ပုထုဇဉ်သံဃာကို ခွဲခွဲခြားခြား သိဖို့ လိုပြန်ပါတယ်။ **အရိယာသံဃာ** ဆိုတာ အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သံဃာတော်များက ကမ္မဝါစာ ဖတ်ပြီး ရဟန်းပြုထားတဲ့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရပြီးတဲ့ သံဃာ့အဖွဲ့ဝင်ကို ခေါ်ပါတယ်။ **ပုထုဇဉ်သံဃာ** ဆိုတာကတော့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မရသေးသော်လဲ သံဃာတော်များက ဉတ္တိစတုတ္ထကမ္မဝါစာ ဖတ်ပြီး ရဟန်းအဖြစ် သံဃာအဖြစ် အသိအမှတ် ပြုထားတဲ့ သံဃာတော်များကို ခေါ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပုထုဇဉ် သံဃာကို **သမ္မုတိသံဃာ= သံဃာတော်များ အညီအညွတ် အသိအမှတ် ပြုထားတဲ့ သံဃာ** လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။ ဒါကတော့ အရိယာနှင့် ပုထုဇဉ်သံဃာ ကွဲပြားအောင် အများ ပြောရိုးပြောစဉ်အတိုင်း ပြောလိုက်တာပါ။ သို့သော်လည်း ဝိနည်းအရာမှာတော့ သမ္မုတိသံဃာဆိုတာ သာမန်အားဖြင့် (ပုထုဇဉ်ရော အရိယာပါ) ရဟန်းတော်အားလုံးကို ခေါ်ရကြောင်း ကင်္ခါအဋ္ဌကထာ (စာ ၈၅) မှာ ဖွင့်ဆိုပါတယ်။ အရိယာသံဃာကိုတော့ မဂ်အသိမှန် ဖိုလ်အသိမှန် ရပြီး ကိလေသာ တချို့တဝက်ဖြစ်စေ၊ အားလုံးဖြစ်စေ စင်ကြယ်နေပြီ ဖြစ်တဲ့ အတွက် **ပရမတ္ထသံဃာ= အသိအမြင် မဖောက်ပြန်တော့သော သံဃာ၊** ဖြူစင် **မြင့်မြတ်သော သံဃာ**လို့ ခေါ်တာပါပဲ။ **ဒက္ခိဏေယျသံဃာ= မွန်မြတ်သော အလှူဝတ္ထုကို ခံထိုက်သော သံဃာ** လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် အခါတုန်းက ရှင်တော်မြတ်ဘုရား အထူး အမိန့်ဖြင့် ရဟန်းပြုပေးထားတဲ့ တခြား ရဟန်း ခုနစ်မျိုးလည်း သံဃာ အဖွဲ့ဝင်တွေ ပါပဲ။ ဒီနေရာမှာတော့ ရှင်းပြဖို့ မလိုအပ်ပါဘူး။

အဲဒီ အရိယာသံဃာ ပုထုဇဉ်သံဃာ ၂ မျိုးလုံး စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းရတဲ့ သိက္ခာပုဒ်တွေကတော့ အကျဉ်းအားဖြင့် ၂၂၇ သွယ်သော သိက္ခာပုဒ်များပါပဲ။ အကျယ်အားဖြင့် ဆိုရင်တော့ ကုဋေကိုးထောင်ကျော်ကြောင်း အဋ္ဌကထာ များမှာ ဖေါ်ပြထားပါတယ်။

သီလရှင် သံဃာစာရင်းမဝင် ဒီတော့ သီလရှင်ဟာ ဘာဝနာတရား ပွားများ အား ထုတ်လို့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရစေကာမူ အခုအချိန်မှာ ကမ္မဝါစာဖတ်ပြီး ရဟန်းပြုပေးလို့ မရတဲ့အတွက် သံဃာ စာရင်းမှာ မပါဝင်ပါဘူး။ သီလရှင် စောင့်စည်းထိန်းသိမ်းတဲ့ သီလများကလဲ ရှစ်ပါး ဥပုသ်သီလမျှသာ ဖြစ်ပါတယ်။

၂၈။ ခရစ်ယာန်ဘာသာကို လေ့လာလို၍ သင်တန်းတက်ခြင်း၊ ခရစ်ယာန်ဘုရား ရှိခိုးခြင်းကြောင့် သရဏဂုံ ပျက်ပါသလား။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရိုသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်။ ခရစ်ယာန်ဘာသာကို လေ့လာလို၍ ခရစ်ယာန်ကျမ်းစာ သင်တန်းတက်ခြင်း၊ ခရစ်ယာန်ဘုရား ရှိခိုးခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်လျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ်မှ ပျက်ပြယ်သွားပါမည်လား။ ခရစ်ယာန် ဘာသာကို လေ့လာပြီးနောက် သရဏဂုံ သုံးပါးကို ခံယူ ဆောက်တည်လျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ပြန်ဖြစ်နိုင်ပါသလား။

မောင်မြင့်ဦး၊ ဒုတိယနှစ် ရက္ခဗေဒ၊ လှိုင်နယ်မြေ။

ဖြေ။ ။ ဒါကတော့ စပြီး ခရစ်ယာန်ဘာသာကို လေ့လာတာကိုက ဘယ်ဘာသာတရားကိုမဆို လေ့လာထားရင် ဗဟုသုတများပြီး အမှားအမှန် ဝေဖန်နိုင်တယ် ဆိုတဲ့ စိတ်ထားနဲ့ ဗဟုသုတအဖြစ် လေ့လာတာပဲ။ ခရစ်ယာန်ဘုရားရှိခိုးကျောင်းကို သွားပြီး လိုက်ရှိခိုးတယ် ဆိုတာကလဲ ခရစ်ယာန်ဘုရားကို ယုံကြည်လို့မှ မဟုတ်ဘဲ။ ခရစ်ယာန်ဘုရားရှိခိုးတယ် ဆိုတာ ဘယ်လိုလဲ လို့ လက်တွေ့သိချင်လို့ လိုက်ရှုတ်ဆိုတာ မဟုတ်လား။ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာတော့ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာ ၃ – ပါးကို ယုံကြည်မြဲယုံကြည်လျက်ပဲ မဟုတ်လား။ ဒီလိုဆိုတော့ သရဏဂုံ မပျက်ပါဘူး။ မပျက်တဲ့အတွက် အဲဒီလို လေ့လာပြီးမှ ပြန်ပြီး သရဏဂုံ ခံယူစရာလဲ မလိုပါဘူး။ အဲဒါ ဘုန်းကြီးတို့ တစ်နေ့က သရဏဂုံနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အချက်ကလေးတွေကို ဟောထားတာ ပြန်ပြီးတော့ ဆင်ခြင်စဉ်းစားရင် တွေ့ပါလိမ့်မယ်။

၂၉။ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာ အဓိကအားဖြင့် ဘယ်လို ကွာခြားပါသလဲ။

မေး။ ။ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေ့စွာ လျှောက်ထားပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံမှာ ကိုးကွယ်တဲ့ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ ကိုရီးယား ဂျပန် စသည်တို့မှာ ကိုးကွယ်ကြတဲ့ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာတို့ဟာ အဓိကအားဖြင့် ဘယ်လို ကွာခြားကြပါသလဲဘုရား။

မောင်တင်စိုးသိမ်း၊ ပထမနှစ်၊ စက်မှုတက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာ ကွာခြားချက်တွေကတော့ များစွာရှိပါတယ်။ မေးခွန်းရှင်က အဓိကကွာခြားချက်ကို မေးတာဖြစ်တဲ့အတွက် အရေးကြီးတဲ့ ကွာခြားချက်အချို့ကို ပြောပြပါမယ်။

ထေရဝါဒ ဒီမှာ ပထမဆုံး သင်္ဂါယနာတင်ခဲ့သည့်ဆိုက မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်

မဟာယာန ကို ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း မပြုမပြင်၊

ဟီနယာန မဖြည့်မစွက်၊ မပယ်မနုတ်ဘဲ လိုက်နာကျင့်သုံးတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို **ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ** ခေါ်ပါတယ်။ ယခု **မြန်မာ၊ ထိုင်း၊ သီဟိုဠ်၊** လောနိုင်ငံတို့မှာ ကိုးကွယ်နေကြပါတယ်။

ဘုရားရှင် ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း မဟုတ်ဘဲ ကာလ၊ ဒေသ၊ ပုဂ္ဂလ စတဲ့ အခြေအနေ အရပ်ရပ်နဲ့ ကိုက်ညီအောင် ဘုရားတရားတော်တွေကို ပြုပြင်ပြီး သာဝကအဖြစ်၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါအဖြစ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်မရနိုင်၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဘုရားဖြစ်မှသာ နိဗ္ဗာန် ရနိုင်တယ် လို့ ယူဆတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို **မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာ** ခေါ်ပါတယ်။ ယခု **တိဘက်၊ ဆိကင်၊ ဘူတန်၊ နီပေါ၊ မွန်ဂိုလီးယား၊ တရုတ်၊ ကိုရီးယား၊ ဂျပန်၊ ဗီယက်နမ်** စတဲ့ နိုင်ငံများမှာ ကိုးကွယ်နေကြပါတယ်။

နောက်တစ်ဂိုဏ်းကတော့ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာလို မူရင်းတရား အစစ်အမှန်တွေကိုလဲ အတိအကျ မလိုက်နာနိုင်၊ မဟာယာနတွေလောက်လဲ ပြုပြင်ဖြည့်စွက် နုတ်ပယ်ဖို့ မလုပ်ချင်ကြတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေပါပဲ။ မဟာယာနတွေက သူတို့လို ဗုဒ္ဓယာနတစ်ခုတည်းသာ ရဲရဲဝံ့ဝံ့ လက်မခံဘဲ သာဝကယာနနဲ့ ပစ္စေကဗောဓိယာန ဆိုတဲ့ အနိမ့်စား ယာန် နှစ်ခုကို လက်ခံတာလဲ တစ်ကြောင်း၊

ပြီးတော့ တခြားအယူအဆတွေမှာလဲ သူတို့နဲ့ မတူတာလဲ တစ်ကြောင်းကြောင့် ဒီဂိုဏ်းကို ဟီနယာန=နိမ့်ကျတဲ့ယာဉ် လို့ နှိမ်ပြီး ခေါ်ကြပါတယ်။

အဲဒီ ဟီနယာန လို့ နာမည် အတပ်ခံရတဲ့ ဂိုဏ်းတွေကတော့ ရှေးက အိန္ဒိယပြည် ဂန္ဓာရတိုင်း၊ ကသ္မီရတိုင်းအထိ အနောက်မြောက်ပိုင်း၊ မြောက်ပိုင်းတလျှောက် ပြန့်ပွားထွန်းကားခဲ့တဲ့ သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်း၊ သုတ္တန္တိကဂိုဏ်း စတဲ့ ဂိုဏ်းတွေပါပဲ။ အခုတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာလောကမှာ ဟီနယာန လို့ နာမည်အတပ်ခံရတဲ့ အဲဒီဂိုဏ်းတွေ မရှိတော့ပါဘူး။ ကွယ်ပျောက်ကုန်ပါပြီ။ သို့သော်လဲ အသိ မရှင်းသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တချို့ကတော့ အခုဝိုင်ပဲ ထေရဝါဒနဲ့ ဟီနယာနကို ရောထွေးယှက်တင် ပြောဆိုရေးသားနေကြဆဲပါပဲ။

တရားကျမ်းဂန်ချင်း မတူ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ တရားတော်များဟာ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား လက်ထက်တော်မှ စပြီး ဒီကနေ့အထိ ပြုပြင် ဖြည့်စွက် နုတ်ပယ်မှု မရှိဘဲ အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်၊ အရှင်မဟာကဿပ၊ အရှင်အာနန္ဒာ အစရှိတဲ့ ရဟန္တာ မထေရ်မြတ်ကြီးများမှ စပြီးတော့ မထေရ်မြတ်ကြီး အဆက်ဆက်တို့ သင်ယူပွားများ ဆောင်ထားတော်မူခဲ့ကြတဲ့ နိကာယ်ငါးရပ် ပိဋကတ်သုံးပုံမှာ ပါရှိတဲ့ တရားတော်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ မူရင်းအကျဆုံး အမှန်ကန်ဆုံး အသန့်စင်ဆုံး တရားတော်များ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီတရားတော်များကို လိုက်နာကျင့်သုံးတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေကို **မထေရ်မြတ်ကြီး အဆက်ဆက်တို့ရဲ့ ဝါဒအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးကြသူများဖြစ်လို့ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ** လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ပြုပြင်ထားတဲ့ တရားများ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာ တရားများကတော့ မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း ၁၀၀ လောက် အချိန်က စပြီး သက်ဆိုင်ရာ ဒေသ၊ သက်ဆိုင်ရာ ခေတ်ကာလနဲ့

ကိုက်ညီအောင်၊ အဲဒီခေတ် လူတွေရဲ့ အကြိုက်စရိုက်နဲ့ ကိုက်ညီအောင်၊ ခေတ်ပေါ်လူကြိုက်များတဲ့ အယူဝါဒတွေနဲ့ မဆန့်ကျင်အောင်၊ အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်အောင် တစ်စတစ်စ မိမိတို့ လိုသလို ပြုပြင် ပြောင်းလဲလာခဲ့တဲ့ တရားတော်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။

လိုရင်းကတော့ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ ခေါင်းဆောင်များဟာ မိမိတို့ တရား မှန်တာ မှားတာကို အရေးမထားဘဲ လူကြိုက်များပြီး နောက်လိုက်များများ ရရင် ပြီးရောဆိုတဲ့ သဘောမျိုးနဲ့ ခေတ်ကာလအလိုက် လူကြိုက်များမယ်ထင်တဲ့ အယူအဆ အမျိုးမျိုးကို ဗုဒ္ဓတရားတော်တွေထဲ သွတ်သွင်းပြီးတော့ အမျိုးမျိုး ပြုပြင် ပြောင်းလဲခဲ့ကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရှေ့ပိုင်းကျတဲ့ မဟာယာနတရားများမှာ ဗုဒ္ဓရဲ့ တရားတော်များကို မူရင်းအဓိပ္ပာယ်နဲ့ အတော်အတန် တွေ့ရသော်လည်း နောက်ပိုင်းကျတဲ့ မဟာယာနတရားများဟာ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ မူရင်းတရားများထဲမှ သစ္စာလေးပါး မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး နိဗ္ဗာန် အသင်္ခတ အစရှိတဲ့ စကားလုံးများလောက်သာ ပါဝင်ပြီး အနက်အဓိပ္ပာယ်ကျတော့ မူရင်းတရားတော်နဲ့ တခြားစီ ဖြစ်နေတတ်တာပဲ များပါတယ်။

နောက်ရေး ကျမ်းဂန်တွေ ဒီ မဟာယာနတရားတော်တွေကို ဖော်ပြတဲ့ ကျမ်းဂန်တွေကလဲ ဘုရားဟော ကျမ်းဂန်တွေ မဟုတ်ပါဘူး။ ရှင်**အဿဃောသ၊ ရှင်နာဂဇ္ဇုန၊ ရှင်အသင်္ဂ၊ ရှင်ဝသုဗန္ဓု၊** အစရှိတဲ့ ဉာဏ်ပညာ ထက်မြက်တဲ့ မဟာယာန ဘုန်းတော်ကြီးတွေ ရေးသားထားခဲ့တဲ့ ကျမ်းဂန်တွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီ ဘုန်းတော်ကြီးတွေထဲမှာ **ရှင်အဿဃောသက** မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း ၆၀၀ ခန့်မှာ ပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါတယ်။ **ရှင်နာ**

ဂန္ဓကုနက သာသနာတော်နှစ် ၇၀၀ အတွင်းမှာ ပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါတယ်။ ရှင်အသင်္ဂနှင့် ရှင်ဝသုဗန္ဓုတို့က သာသနာတော်နှစ် ၉၀၀ ခန့်မှာ ပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါတယ်။

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း ခုနစ်ရာ ရှစ်ရာခန့် ကြာမှ ဘုရားရှင်ရဲ့ တရားတော်တွေကို အနည်းငယ်မျှ မှီငြမ်းပြုပြီး မိမိတို့ အယူဝါဒကို ဖွင့်ဆိုဖော်ပြ ရေးသားကြတဲ့ ဒီ မဟာယာန ကျမ်းဂန်တွေထဲမှာ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ မူရင်းတရားတော်များ ဘယ်လောက် ပါနိုင်တယ် ဆိုတာ စဉ်းစား ကြည့်ရင် သိနိုင်ပါတယ်။

နိဗ္ဗာန်ဝင်စံနည်းလဲ မတူ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ အယူအဆအရ (၁) ဘုရား ဖြစ်ပြီးလဲ နိဗ္ဗာန်ဝင်နိုင်တယ်။ (၂) ပစ္စေကဗုဒ္ဓါဖြစ်ပြီးလဲ နိဗ္ဗာန်ဝင်နိုင်တယ်။ (၃) တပည့်သာဝကရဟန္တာ ဖြစ်ပြီးလဲ နိဗ္ဗာန်ဝင်နိုင်တယ်။ အဲဒီလို နိဗ္ဗာန် ဝင်နိုင်တဲ့နည်း ၃ နည်း ရှိပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ မဟာယာန စကားလုံးနဲ့ သုံးရရင် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာက **သမ္မာသမ္ဗောဓိယာန၊ ပစ္စေကဗောဓိယာန၊ သာဝကဗောဓိယာန** ဆိုတဲ့ ယာဉ်သုံးမျိုးနဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို သွားနိုင်ပါတယ်။

မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာ အယူအဆကတော့ ဘုရားဖြစ်ပြီးမှသာ နိဗ္ဗာန်ဝင်နိုင်တယ်။ **သမ္မာသမ္ဗောဓိယာန** တစ်ခုတည်းကိုသာ ယုံကြည်လက်ခံတယ်။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါအဖြစ်၊ တပည့်သာဝက ရဟန္တာအဖြစ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်မဝင်နိုင်ဘူးလို့ ယူဆပါတယ်။

ဒီနေရာမှာလဲ သူတို့ အယူအဆအရ အတိအကျ ပြောရရင်တော့ ဘုရားဖြစ်ပြီးမှ နိဗ္ဗာန်ဝင်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ နိဗ္ဗာန် ဝင်စံပြီးမှပဲ ဘုရားဖြစ်တယ် လို့

ပြောရလိမ့်မယ်။ ဒီတော့ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာတွေက သူတို့ဟာ အမြတ်ဆုံး ယာဉ်ဖြစ်တဲ့ သမ္မာသမ္ဗောဓိယာန တစ်ခုတည်းနဲ့သာ နိဗ္ဗာန်ကို သွားနိုင်တယ် လို့ ယုံကြည်ကြတာဖြစ်လို့ သူတို့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ လို့ သူတို့ဟာ သူတို့ နာမည်တပ်ကြပါတယ်။

မဟာယာန သမိုင်းကြောင်း အကျဉ်း

ဒီ နေရာမှာ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာဂိုဏ်း ဘယ်လိုစတင် ပေါ်ပေါက်လာတယ်ဆိုတာ အကျဉ်းချုပ်မျှ နားလည်ထားသင့်တယ် လို့ ထင်ပါတယ်။ အများသိကြတဲ့အတိုင်းပဲ မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း ၁၀၀ ခန့် အကြာမှာ ဝေသာလီပြည်က **ဝဇ္ဇီပုတ္တကရဟန်းများ**ဟာ ဘုရားရှင်ရဲ့ ဝိနည်းပညတ်တော်ထဲက အချက် ၁၀ ချက်ကို မိမိတို့ လိုသလို ပြုပြင်ကျင့်သုံးကြတဲ့အတွက် သံဃာ စည်းဝေးပြီးတော့ ကမ္မဝါစာဖတ်ပြီး သူတို့ကို နှင်ထုတ်ရပါတယ်။ အဲဒီလို နှင်ထုတ်ပြီးတော့ ဝေသာလီမြည်မှာ ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီး ၇၀၀ နဲ့ ဒုတိယသံဂါယနာ တင်ခဲ့ပါတယ်။

ဒီ အနှင်ထုတ်ခံရတဲ့ ဝဇ္ဇီပုတ္တကရဟန်းများဟာ ဝေသာလီက ထွက်ခွာသွားပြီးတော့ စိတ်တူသဘောတူ သံဃာများ ဒကာ ဒကာမများ ရအောင် စည်းရုံးပြီး ကောသမ္ဗီပြည်မှာ သံဃာတစ်သောင်းနဲ့ စင်ပြိုင် ဒုတိယသံဂါယနာ တင်ခဲ့ကြပါတယ်။

သူတို့ သံဂါယနာကို **မဟာသင်္ဂီတိသံဂါယနာ**၊ သူတို့ဂိုဏ်းကို **မဟာသင်္ဂီတိဂိုဏ်း** လို့ သူတို့ဘာသာ နာမည်တပ်ကြပါတယ်။ သူတို့က သံဂါယနာတင်တဲ့ သံဃာ များလို့ **မဟာသံဃိကဂိုဏ်း** လို့လဲ သူတို့ကိုယ် သူတို့ ခေါ်ကြပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ မူရင်းတရားတော်များကို ဒီ မဟာသံဃိကဂိုဏ်းက စပြီးတော့

ပြုပြင်ပြောင်းလဲ ခဲ့တာပါဘဲ။ ဒီ မဟာသံဃိက ဂိုဏ်းရဲ့ အယူအဆ တစ်ခုက ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားဟာ လူသားဘုရား မဟုတ်ဘူး၊ နိဗ္ဗာန်ဘုံမှာ အမြဲတည် နေပြီး ရုပ်ခန္ဓာကိုယ် မရှိလို့ လူသားတွေ မမြင်ရတဲ့ အနန္တတန်ခိုးရှင် ဘုရား လို့ ယူဆကြပါတယ်။ လူ့ပြည်မှာ တရား ဟောပြောနေတဲ့ မြတ်စွာဘုရားဟာ နိမ္မိတ ဘုရား ကိုယ်ပွားဘုရားသာ ဖြစ်တယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီ အချက်ဟာလဲ မဟာ ယာနဗုဒ္ဓဘာသာဂိုဏ်း ပေါ်ထွန်းဖို့ မျိုးစေ့တစ်စေ့ပဲ ဆိုတာ သတိပြုသင့် ပါတယ်။

တတိယ သံဂါယနာ အဲဒီအချိန်က စပြီးတော့ သံဃာတော်များ အယူအဆ အမျိုးမျိုး ကွဲပြားပြီး ဂိုဏ်းကြီး ၁၈ ဂိုဏ်းအထိ ကွဲပြား ခဲ့ကြပါတယ်။ အဲဒီနောက် နှစ်ပေါင်း ၁၃၅ နှစ်အကြာ သာသနာတော်နှစ် ၂၃၅ နှစ် ရောက်တော့ အသောက မင်းတရားကြီးက ကွဲ ပြားနေတဲ့ ဂိုဏ်းတွေ ညီညွတ်စေဖို့နှင့် သာသနာတော် သန့်ရှင်း စင်ကြယ်စေဖို့ ရည်ရွယ်ပြီး တတိယသံဂါယနာ တင်ခဲ့ပြန်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ မညီညွတ်နိုင် ကြတဲ့ သဗ္ဗတ္ထိဝါဒ ဂိုဏ်းသား သံဃာများက ရာဇဂြိုဟ်အနီးရှိ နာလန္ဒမြို့မှာ စင်ပြိုင် တတိယသံဂါယနာ တင်ကြပြန်ပါတယ်။

စတုတ္ထ သံဂါယနာ တတိယသံဂါယနာပွဲ အပြီးမှာ အသောက မင်းတရားကြီးနှင့် ရှင်မောဂ္ဂလိပုတ္တတိဿမထေရ်တို့ တိုင်ပင်ကြပြီးတော့ သီဟိုဠ်ကျွန်း (ယခုသီရိလင်္ကာနိုင်ငံ) နဲ့ သုဝဏ္ဏဘူမိ အပါအဝင် ၉ တိုင်း ၉ ဌာနကို သာသနာပြုဖို့ သံဃာတော်များကို စေလွှတ်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီအချိန်က စပြီး သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ သာသနာတော် ထွန်းလင်း ခဲ့ပါတယ်။ သာသနာတော်နှစ် ၄၅၀ ရောက်တဲ့အခါ သီဟိုဠ်ကျွန်း ဝဋ္ဋဂါမဏီ အဘယမင်း လက်ထက်မှာ မာတလေ့အရပ် အာလောကဝိဟာရ မယ်

သီဟိုဠ်သံဃာတော်များက စတုတ္ထသံဂါယနာ တင်တော်မူကြပါတယ်။ ဒီ စတုတ္ထသံဂါယနာရဲ့ ထူးခြားချက်ကတော့ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်က စပြီး မထေရ်မြတ်ကြီး အဆက်ဆက်တို့ နှုတ်နဲ့ ဆောင်လာခဲ့ကြတဲ့ ဗုဒ္ဓတရားတော်များကို ဒီ စတုတ္ထသံဂါယနာမှာ ပေရွက်ပေါ်တွင် စတင် ရေးသားပြီး ပေထက်အက္ခရာ တင်ခဲ့ကြတဲ့ အချက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်း သံဂါယနာ အသောကမင်းကြီးနဲ့ ရှင်မောဂ္ဂလိပုတ္တတိဿ မထေရ်တို့ရဲ့ ကျေးဇူးကြောင့် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာဟာ အိန္ဒိယတောင်ပိုင်း၊ သီဟိုဠ်ကျွန်း၊ မြန်မာပြည်၊ ယိုးဒယားပြည် စတဲ့ တောင်ဘက်ဒေသများကို ပျံ့နှံ့နေတဲ့ အချိန်မှာ တတိယသံဂါယနာ တင်စဉ်က နာလန္ဒမြို့မှာ စင်ပြိုင်သံဂါယနာ တင်ခဲ့တဲ့ **သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်း**ကလဲ အိန္ဒိယမြောက်ပိုင်းနဲ့ အနောက်မြောက်ပိုင်းဘက်ကို ပြန့်ပွားသွားလိုက်တာဟာ **ဂန္ဓာရ**တိုင်းနဲ့ **ကသ္မီရ**တိုင်းအထိတောင် ရောက်သွားခဲ့ပါတယ်။ ဒီ သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်းရဲ့ အခြေခံအယူဝါဒက **''သဗ္ဗံအတ္ထိ=အားလုံးဟာ အစစ်အမှန်အနေနဲ့ အမြဲရှိနေကြတယ်''** ဆိုတဲ့ အယူအဆဘဲ။

သာသနာနှစ် ၆၅၀ ခန့်မှာ ဒီ သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်းကို ကြည်ညိုတဲ့ **သကမင်းမျိုး ကနိဿျက** ဘုရင်က **ဝသုမိတြ** မထေရ်ကို ဥက္ကဋ္ဌ၊ **အဿဃောသ** မထေရ်မြတ်ကို ဥပဥက္ကဋ္ဌ တင်မြောက်ပြီး **ဂန္ဓာရ**တိုင်း (ယခုအနောက်ပါကစ္စတန်)၊ **ဇာလန္ဓရ**မြို့၊ **ကုဝန**ကျောင်းမှာ သံဂါယနာ တင်ပြန်ပါတယ်။ **ကသ္မီရ**တိုင်း (ယခုကက်ရှမီး)၊ **ကုဏ္ဍလဝန**ကျောင်းမှာ တင်တယ်လို့လဲ တချို့ ဆိုကြပါတယ်။

ဒီ သံဂါယနာမှာ ထူးခြားချက်ကတော့ ကနိသျှကဘုရင်က သံဃာတော်တွေကို ဝိဘာသာခေါ်တဲ့ ပိဋကတ်အဖွင့်ကျမ်းကြီးများကို သက္ကတဘာသာနဲ့ ရေးသားစေပါတယ်။ အိန္ဒိယမှာ တချို့က အသောကမင်းတရားကြီးရဲ့ တတိယသံဂါယနာကို ထောက်ပြီးတော့ ဒီ သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်း သံဂါယနာကို စတုတ္ထသံဂါယနာ လို့ သုံးနှုန်းကြပါတယ်။ [တတိယသံဂါယနာဟာ ထေရဝါဒသန့်သန့်သံဂါယနာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ တတိယသံဂါယနာမှာဘဲ ဒီ သဗ္ဗတ္ထိဝါဒ ဂိုဏ်းသားတွေကို ပယ်ထုတ်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ ကနိသျှကမင်း တင်တဲ့ သံဂါယနာဟာ ထေရဝါဒရဟန်းတော် မလွှမကင်းသာ အနည်းအကျဉ်း ပါဝင်ကောင်းပါဝင်နိုင်သော်လဲ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ လုံးဝ မသက်ဆိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာက ဒီ သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်း သံဂါယနာကို စတုတ္ထသံဂါယနာအဖြစ် အသိအမှတ် မပြုပါဘူး။ သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ သာသနာတော်နှစ် ၄၅၀ မှာ ဝဋ္ဋဂါမဏိ မင်းလက်ထက်မယ် ပေထက်အက္ခရာ တင်ခဲ့တဲ့ သံဂါယနာကိုသာ စတုတ္ထသံဂါယနာအဖြစ် အသိအမှတ် ပြုပါတယ်။]

မဟာယာန စကားလုံး အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ဒီ သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်း သံဂါယနာမှာ ထင်ရှားကျော်ကြားတဲ့ မဟာပညာကျော် အရှင်**အဿဃောသ** မထေရ် ပါဝင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီ မထေရ်မြတ် ရေးတဲ့ **ဗုဒ္ဓစရိတ**ကျမ်းမှာ ''မဟာယာန'' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ပထမဆုံး တွေ့ရပါတယ်။ ဒီ အရှင်မြတ်ဟာ သာသနာနှစ် ၆၀၀ စု (ခရစ်နှစ် ပထမရာစု) မှာ ပေါ်ထွန်းတာ ဖြစ်ပါတယ်။

သာသနာနှစ် ၁၀၀ မှာ မဟာသံဃိကဂိုဏ်း ကွဲထွက်သွားပြီးကတည်းက နောင်အခါမှာ မဟာယာန လို့ ထင်ရှားလာမယ့် သဘောတရားတွေဟာ ကြာလေ အသစ်အသစ် တီထွင်တာတွေ များပြီး ပြန့်ပွားလေ ဖြစ်လာသော်လဲပဲ

မဟာယာန လို့တော့ ထင်ထင်ရှားရှား နာမည်မတပ်ကြသေးပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဟီနယာနဆိုတဲ့ အသုံးလဲမပေါ်သေးပါဘူး။

ဒီ ဗုဒ္ဓစရိတကျမ်း အခန်း ၁၆၊ ဂါထာ ၇၅ မှာ

''ကြီးမြတ်သောယာဉ် (မဟာယာန) ကို ရရှိတော်မူပြီး၍ တရားမင်းဖြစ်တော်မူသော၊ လောကသုံးပါး၏ အရှင်ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် အလုံးစုံသော အာဝေဏိကဂုဏ်တော်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏''

လို့ ဖွဲ့ဆိုထားတာ တွေ့ရပါတယ်။ ဘုန်းကြီးအနေနဲ့ကတော့ **မဟာယာန** ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ဒီကျမ်းမှာ အစောဆုံးသုံးတာ တွေ့ရပါတယ်။ သို့သော်လဲ ဒီမှာ ဟီနယာနနဲ့ နှိုင်းယှဉ်သုံးတဲ့ သဘောမဟုတ်ပါဘူး။ ဘုရားရှင်ကို သင့်လျော်မယ် ထင်တဲ့ စကားလုံးနဲ့ ချီးကျူးပူဇော်ဖွဲ့ဆိုတဲ့ သဘောသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါနဲ့ ရဟန္တာတွေကို ပူဇော်ဖို့ တိုက်တွန်းထားတာလဲ တွေ့ရတော့ ပစ္စေကဗောဓိယာနနဲ့ သာဝကဗောဓိယာနကိုလဲ ယုံကြည်လက်ခံကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီ **ဗုဒ္ဓစရိတ**ကျမ်း ပေါ်ထွန်းချိန် သာသနာနှစ် ခြောက်ရာစုမှာ မဟာယာန ဟီနယာန မကွဲပြားသေးဘူးလို့ ဆိုရမှာပါပဲ။

အဿဃောသ ဟီနယာနများလား — အိန္ဒိယနိုင်ငံ သက္ကတစာပေ ပညာရှင်ကြီး တစ်ဦးကတော့ ''ဒီ **အဿဃောသမထေရ်**ဟာ သူကိုယ်တိုင် သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်းသားဖြစ်သော်လဲ သူ့ခေတ်မတိုင်မီ နှစ်ပေါင်းနှစ်ရာသုံးရာလောက် လူသိများလာတဲ့ မဟာယာန စကားအသုံးအနှုန်းများကို သူ့ကျမ်းစာများမှာ တွေ့နေရတယ်'' လို့ မှတ်ချက်ချထားပါတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာ ဒီ သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်းကို ဟီနယာန လို့ နာမည် အတပ်ခံရတာကို ရည်ညွှန်းပြီး မှတ်ချက်ချပုံ ရပါတယ်။

သဗ္ဗတ္ထိဝါဒဂိုဏ်းသံဂါယနာမှာ ဒီအရှင် ပါဝင်တာကြောင့် ဒီ အရှင် **အသဃောသ**မထေရ် မဟာယာန ဂိုဏ်းဝင် ဟုတ်၊ မဟုတ် ဆိုတာကိုလဲ သက္က တစာပေ ပညာရှင်အချို့ အငြင်းပွားနေကြပါတယ်။ ဒီလို အငြင်းပွားကြရာမှာ မဟာယာနများအတွက် အလွန်အရေးပါလှတဲ့ **မဟာယာနသဒ္ဓုပ္ပါဒကျမ်း** ကို **ရှင်အသဃောသ** ပြုစုတာ ဟုတ် မဟုတ် သံသယ ဖြစ်ကြတာလဲ အကြောင်း တစ်ရပ် အနေနဲ့ ပါဝင်ပါတယ်။

မဟာယာနအကြိုခေတ် အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်းပဲ မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် ပြုပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း ၆၀၀ (ခရစ်နှစ် ပထမရာစု) အထိ နောင်ခါမှာ မဟာယာနတရားလို့ နာမည် တပ်လာတော့မယ့် အယူအဆ တွေ အမျိုးမျိုး တီထွင် ဟောပြောခဲ့ကြပေတဲ့လဲ မိမိတို့ဂိုဏ်းရဲ့ အယူဝါဒအရ အသီးသီး ယူဆဟောပြောနေတာ ဖြစ်တော့ စုစုစည်းစည်းလဲ မဟုတ်၊ စည်း စည်းလုံးလုံးလဲ မဟုတ်၊ သူတမျိုး ငါတဖုံ ပြောချင်ရာပြော၊ ဟောချင်ရာဟောပြီး ငြင်းခုံနေကြတာပဲ ရှိတယ်။ အကြောင်းယုတ္တိနဲ့ သဘာဝကျကျ အများ လက်ခံ နိုင်လောက်အောင် တင်ပြ ပြောဟောနိုင်ကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် သာသနာတော်နှစ် တစ်ရာမှ ခြောက်ရာ ခုနစ်ရာခန့်အထိကို စည်းစနစ်မဲ့ **မဟာ ယာနအကြိုခေတ်** လို့ ခေါ်ရမယ် ထင်ပါတယ်။

မဟာယာနရှေ့ပြေး မဟာသံဃိကဂိုဏ်း အမှန်တော့ သာသနာတော်နှစ် တစ်ရာကတည်းက ပင်မဗုဒ္ဓဘာသာ ထေရဝါဒက ခွဲထွက်သွားတဲ့ **မဟာ သံဃိကဂိုဏ်း**ဟာ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာကို မျိုးစေ့ချ ပေးတဲ့ မဟာယာနရဲ့ ရှေ့တော်ပြေးဂိုဏ်း လို့ ဆိုရင် မှားမယ် မထင်ပါဘူး။ ဒီတော့ မဟာယာနဟာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံပြီး လို့ နှစ်တစ်ရာခန့်

မှာပဲ မျိုးစေ့ကျပြီး အညှောက်ထွက် အပင်ပေါက်ကာ တဖြည်းဖြည်း ကြီးထွား လာတဲ့ဂိုဏ်း လို့ ဆိုရမှာပါပဲ။

ကြောက်စရာ မျိုးစေ့ ပထမဆုံး **မဟာသံဃိကဂိုဏ်း** ခွဲထွက်ကြောင်း ပြောခဲ့စဉ်က ဒီဂိုဏ်းဟာ မဟာယာနမျိုးစေ့ ချခဲ့ကြောင်း ပြောခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါကတော့ တခြားမဟုတ်ပါဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားကို လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါများ အကြားမှာ သွားလာလှုပ်ရှားပြီး တရားဟောပြော ချေချွတ်တော်မူနေတဲ့ သွေးနဲ့သားနဲ့ လူသားစစ်စစ်ဘုရား လို့ မဟာသံဃိကဂိုဏ်းက မယူဆဘဲ လောကထဲက လုံးဝ လွတ်မြောက်သွားပြီး နိဗ္ဗာန်ဘုံမှာ ရုပ်သဏ္ဌာန်တော် ဘာမှမရှိတဲ့ အနန္တတန်ခိုးရှင် ဘုရားအဖြစ် ကောင်းကင်နိဗ္ဗာန်ဘုံနန်းမှာ အပြီးအပိုင် စံမြန်းတော်မူစေတဲ့ အယူအဆပါပဲ။

ဖခင်ဘုရားနှင့် သားဘုရား **မဟာသံဃိက**အယူအဆအရ ဘုန်းကြီးတို့ သာပတ္ထိ၊ ရာဇဂြိုဟ်၊ ဝေသာလီစတဲ့ မြို့တွေမှာ သီတင်းသုံးပြီး သတ္တဝါတွေကို နည်းကောင်းညွှန်ပြ ဆိုဆုံးမတော်မူနေတဲ့ ဂေါတမမြတ်စွာ ဘုရားဟာ သမ္မုတိတရွေ့ဥာဏ်တော်ရတဲ့ လူသားဘုရားအစစ် မဟုတ်ဘူးတဲ့။ နိဗ္ဗာန်ဘုံမှာ ရှိနေတဲ့ **အာဒိဗုဒ္ဓ**ဘုရားက ဖန်ဆင်းပြီး လူ့ပြည်ကို ပို့ပေးလိုက်တဲ့ နိမ္မိတကိုယ်ပွား ဘုရားသာ ဖြစ်တယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ခရစ်ယာန် ထာဝရဘုရား သခင်နဲ့ သားတော် ယေရှုခရစ်သဘောမျိုး ဖြစ်သွားပါတယ်။

ဒီ အချက်ဟာ မဟာယာနတရားတွေ ပေါ်ထွန်းလာဖို့ မျိုးစေ့၊ ဘုရား ရှင်ရဲ့ မူရင်းတရားတော်တွေ ဟိုဒေသ ဒီဒေသတွေမှာရှိတဲ့ လူမှုရေး အယူအဆ၊ ဘာသာရေး အယူအဆတွေနဲ့ ရောထွေးယှက်တင် မသန့်စင်တဲ့ အခြေအနေကို

ရောက်စေမယ့် မျိုးစေ့၊ နောက်သုံးမှာ ဗုဒ္ဓတရားတော် အစစ်အမှန်တွေ တဖြည်းဖြည်း အမျိုးအဝါး ခံရပြီး ရောက်တတ်ရာရာ တွေးခေါ်ယူဆထားတာတွေကို ဗုဒ္ဓတရားတော် လို့ နာမည်အတပ်ခံရသည်အထိ အခြေဆိုး အနေဆိုးကို ရောက်စေမယ့် မျိုးစေ့ပဲ လို့ ဆိုရမယ် ထင်ပါတယ်။

ဒီလို ခေတ်အလိုက် ဗုဒ္ဓတရားတော်တွေကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲကြတာကိုပဲ သေနေတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ မဟုတ်ဘဲ အမြဲရှင်သန်နေတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ လို့ တချို့ မဟာယာန ဂိုဏ်းသားများက ဆိုကြပါတယ်။

ဘုရားပွား သုံးဆူလေးဆူ အခု ပြောခဲ့တဲ့ မဟာသံဃိကဂိုဏ်းရဲ့ အယူဝါဒအရ နိမ္မာန်ဘုံမှာ ဘုရားတစ်ဆူ၊ လူပြည်မှာ နိမ္မာန (နိမ္မိတ) ဘုရားတစ်ဆူ လို့ တစ်ဆူတည်းသော ဘုရားက နေပြီး ဘုရားနှစ်ဆူ ဖြစ်နေပါတယ်။ အဲဒီ အယူဝါဒကို အခြေခံပြီး သာသနာနှစ် ၉၀၀ ခန့်မှာ ဘုရားတစ်ဆူတည်းကနေ ဘုရားပွား နှစ်ဆူမက သုံးဆူ လေးဆူအထိ တီထွင်လိုက်တဲ့ ဂိုဏ်းတစ်ဂိုဏ်း ပေါ်ထွန်းလာပါတယ်။ အဲဒီ ဂိုဏ်းကတော့ ယောဂါစာရဂိုဏ်းပါပဲ။ အဲဒီ ဂိုဏ်းရဲ့ ဝါဒက **စိတ်ဝိညာဏ်သာလျှင် အရှိတရား ဖြစ်တယ် လို့ ယူဆတဲ့အတွက် သူ့ကို ဝိညာဏဝါဒ ဂိုဏ်း** လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။ **ဝိညတ္တိမတ္တတာ** ဂိုဏ်း လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီဂိုဏ်းကို စတင်တည်ထောင်သူကတော့ **အသင်္ဂ** မထေရ်ပါဘဲ။

သုတ္တန္တိကလဲ မဟာယာနရှေ့ပြေး ပင်မ ထေရဝါဒဂိုဏ်းကြီးကနေ မဟာသံဃိကဂိုဏ်း ခွဲထွက်ပြီးတဲ့ နောက်မှာတော့ ထေရဝါဒရဲ့ တင်းကျပ်တဲ့ ဝိနည်း၊ စစ်မှန်တိကျတဲ့ တရားတော်တွေအတိုင်း

မလိုက်နာနိုင်ကြတဲ့ သံဃာတွေဟာ ဂိုဏ်းအသီးသီး ခွဲထောင်ပြီး အယူဝါဒ အမျိုးမျိုး တီထွင်လာကြတဲ့အတွက် ဂိုဏ်းတွေ အများကြီး ပေါ်ထွက်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီအထဲက **သဗ္ဗတ္ထိကဂိုဏ်း** လို့လဲ ခေါ်တဲ့ **သက်္တိကဂိုဏ်း**ရဲ့ အယူအဆက သတ္တဝါရဲ့ သန္တာန်မှာရှိတဲ့ သိမ်မွေ့တဲ့ ဝိညာဏ်ဟာ မပျက်မစီးဘဲ တစ်ဘဝ ကနေ တစ်ဘဝကို ကူးပြောင်းတယ် လို့ ယူဆပါတယ်။ ရုပ်တရားတွေကတော့ အဆင့်ဆင့် စိတ်ဖြာခွဲခြမ်းကြည့်လိုက်ရင် နောက်ဆုံးမှာ ဘာမှမရှိတဲ့အတွက် သုညသာ ဖြစ်တယ် လို့လဲ ယူဆပါတယ်။ ပြီးတော့ သတ္တဝါတိုင်းမှာ ဗုဒ္ဓ သဘာဝ ရှိတယ် လို့လဲ ယူဆပါတယ်။

မဓျမိကဂိုဏ်း သုညဝါဒ ဒီတော့ အဲဒီဂိုဏ်းရဲ့ သုညအယူဝါဒကို အခြေခံပြီး လောက မှာ အရာတိုင်းဟာ အစစ်အမှန် ရှိတာမဟုတ် လို့ အားလုံး ကို အပြန်ပြန် အလှန်လှန် အဖန်ဖန် ငြင်းပယ်ခြင်းအားဖြင့် နောက်ဆုံးမှာ အစစ်အမှန်ဆို လို့ ဘာမှမရှိ၊ သုညသာ ဖြစ်ပုံကို သဘောပေါက် အောင် ငြင်းပယ်မှု ပြုရမယ်ဆိုတဲ့ ဂိုဏ်းတစ်ဂိုဏ်းဟာ သာသနာနှစ် ၇၀၀ လောက်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ သူ့ကို **မဓျမိကဂိုဏ်း** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီဂိုဏ်းကို တည်ထောင်သူက အရှင်**နာဂဇ္ဇုန**မထေရ်ပါပဲ။

သို့သော်လဲ **ဒီမဓျမိက**ဂိုဏ်းရဲ့ သုညဟာ ဘာမှမရှိခြင်း မဟုတ် ကြောင်းကို ပန်းအိုးဥပမာနဲ့ ရှင်းပြကြပါတယ်။ ပန်းအိုးရဲ့ အတွင်းဘက်မှာ ဘာမှမရှိ၊ အခေါင်းသာ ရှိတယ်။ အဲဒီ ဘာမှမရှိခြင်း (**Emptiness**) သည် ပင် ပန်းအိုးရဲ့ အနှစ်သာရပဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အဲဒီအတွင်းဘက်မှာ ဟာ လာဟင်းလင်း (သုည) မဟုတ်ဘဲ ခေါင်းပိတ် (**Solid**) ဖြစ်နေရင် ပန်းအိုး မှာ ပန်းထိုးမဖြစ်တော့ လို့ ဒီ ပန်းအိုးဟာ အသုံးမဝင်တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် ပန်းအိုးအတွင်းဘက်မှာ ဘာမှမရှိခြင်း (သုည) ဟာ ပန်းအိုးရဲ့ အနှစ်သာရ ဖြစ်

တယ်။ အဲဒီအတိုင်းပဲ **မဓျမိကဂိုဏ်း**ရဲ့ သုညဟာလဲ အရာခပ်သိမ်းရဲ့ အစစ်အမှန် တရားအနေနဲ့ မရှိခြင်းကို ပြတဲ့ ပရမတ္ထသုညသာ ဖြစ်တယ် လို့ ရှင်းပြကြပါတယ်။

ဒီဂိုဏ်းက ခုနပြောခဲ့တဲ့ **ယောဂါစာရ** ဂိုဏ်းထက် နှစ် ၂၀၀ လောက် စောပါတယ်။ သာသနာနှစ် ၇ ရာစု၊ ခရစ်နှစ် ၂ ရာစုမှာ ပေါ်ထွန်းတဲ့ ဂိုဏ်းပါ။ ဒီဂိုဏ်းရဲ့ အယူဝါဒတွေဟာ အခု မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ ထွန်းကားနေတဲ့ နိုင်ငံတွေမှာ အပြည့်အစွက် အရောအရှက်တွေနဲ့တကွ ပျံ့နှံ့နေပါတယ်။

ဓမ္မကာယ **သမ္ဘောဂကာယ** **နိမ္မာနကာယ** ခုနက သာသနာနှစ် ၉ ရာစု၊ ခရစ်နှစ် ၄ ရာစုလောက်မှာ မဟာသံဃိကဂိုဏ်းရဲ့ အယူဝါဒကို အခြေခံပြီး ဘုရားတစ်ဆူဘည်းက ဘုရားပွားသုံးဆူ လေးဆူအထိတောင် တီထွင်ခဲ့ကြတယ် ဆိုတာ ပြောခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါက ဒီလိုပါ။ အဲဒီ ဘုရားပွားတွေ တီထွင်လိုက်တဲ့ **ယောဂါစာရ** ဂိုဏ်းက ဗုဒ္ဓမှာ ကာယသုံးပါ ရှိတယ်လို့ ယူဆပါတယ်။ အဲဒီ သုံးပါးကတော့ (၁) ဓမ္မကာယ၊ (၂) သမ္ဘောဂကာယ၊ (၃) နိမ္မာနကာယ လို့ ဆိုပါတယ်။

ဓမ္မကာယ **ဓမ္မကာယ** ဆိုတာ 'မလှုပ်မရှားပဲ မူလသဘာဝအတိုင်း တည်ငြိမ်နေတဲ့ သန့်ရှင်းသော **အာလယဝိညာဏ** ဓာတ်ကြီး'ကို ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ ဓာတ်ကြီးကို **တထတာ** လို့လဲ ခေါ်ပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်ကတော့ ဒီအတိုင်းရှိနေတဲ့ မူလသဘာဝကြီး လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ တထတာကို အင်္ဂလိပ်လို **Suchness** သို့မဟုတ် **Thusness** လို့ ဘာသာပြန်ကြပါတယ်။ ဒီ သူ့အတိုင်းရှိနေတဲ့ မူလသဘာဝ ဝိညာဏဓာတ်ကြီးကို **တထတာ**၊

ဘူတတထတာ၊ တထာဂတဂဗ္ဘ၊ အာလယဝိညာဏ၊ ဓမ္မကာယ ဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေနဲ့ နာမည် တပ်ထားပါတယ်။ ဒါဟာ **မဟာယာနနိဗ္ဗာန်**ပါပဲ။

မဟာယာန ဘုရားလောင်းများဟာ 'သူ့သဘာဝအတိုင်း ရှိနေခြင်း' ဆိုတဲ့ အဲဒီ တထတာ အာလယ ဝိညာဏဓာတ်ကြီးနဲ့ တသားတည်း ဖြစ်သွားရင် အဲဒါ နိဗ္ဗာန်ဝင်စံသွားတာပါပဲ။ အဲဒီလို နိဗ္ဗာန်ဝင်စံပြီးမှပဲ ဘုရား ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ **ဓမ္မကာယဘုရား** ပါပဲ။ ဒီဓမ္မကာယဘုရားဟာ တထတာ နိဗ္ဗာန်မှာ အမြဲ ရှိနေပါတယ်။ ရုပ်သဏ္ဍာန်တော်နဲ့ ရှိနေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ မလှုပ်မရှား တည်ငြိမ်နေတဲ့ အာလယ ဝိညာဏဓာတ်ကြီးအနေနဲ့ ရှိနေတာပါပဲ။

သမ္ဘောဂကာယ **သမ္ဘောဂကာယ** ဆိုတာကတော့ ဈာန်ချမ်းသာကို ခံစားနေတဲ့ ဘုရားလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သို့သော်လဲ အဲဒီ **သမ္ဘောဂကာယဘုရား**ရဲ့ ခန္ဓာတော်ဟာ အလွန် သိမ်မွေ့လွန်းလို့ ဘုရားလောင်းတွေတောင်မှ မမြင်နိုင်ဘူး လို့ ဆိုပါတယ်။ [**ဝိညတ္တိမတ္တတာသိဒ္ဓိ** ကျမ်းက သမ္ဘောဂကာယကို နှစ်မျိုး ထပ်ခွဲပါတယ်။ အဲဒီနှစ်မျိုးက ဘုရားလောင်းတွေ မြင်နိုင်တဲ့ **ပရသမ္ဘောဂကာယ**နဲ့ စကြဝဠာလောကဓာတ်အားလုံးမှာရှိတဲ့ ဘုရားတွေကသာ မြင်ရပြီး ဘုရားလောင်းတွေ မမြင်ရတဲ့ **သသမ္ဘောဂကာယ**တဲ့၊ အကျိုးသိပ်မထူးလို့ ဒါလောက်ပဲ ပြောချင်ပါတယ်။]

နိမ္မာနကာယ **နိမ္မာနကာယဘုရား** ဆိုတာကတော့ ဓမ္မကာယဘုရားက ဖန်ဆင်းပြီး သတ္တဝါတို့ကို ကယ်တင်ဖို့ လူ့ပြည်ကို လွှတ်လိုက်တဲ့ ဘုရားကို ဆိုလိုပါတယ်။ အခု ဘုန်းကြီးတို့ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားဟာ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ အယူအဆအရ ဆိုရင် တထတာနိဗ္ဗာန်မှာ ရှိတဲ့ **အာဒိဗုဒ္ဓ**

လို့လဲ အချို့ယူဆကြတဲ့ ဝိညာဏခေတ် ဘုရားကြီးက ဖန်ဆင်းပြီး လူ့ပြည်ကို လွှတ်လိုက်တဲ့ နိမ္မာနကာယဘုရား လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ လူသားစစ်စစ် ဘုရား မဟုတ်ပါဘူးတဲ့။

ဒါဟာ **မဟာသံဃိက** ဂိုဏ်းရဲ့ နိမ္မာနကာယ အယူအဆကို အခြေခံပြီး **ယောဂါစာရ** ဂိုဏ်းက တီထွင်လိုက်တဲ့ ကာယသုံးမျိုးပါပဲ။

တထတာ နိဗ္ဗာန် ဒီအတိုင်းရှိနေတဲ့ သူ့အတိုင်းရှိနေတဲ့ တထတာ ဆိုတဲ့ မူလ သဘာဝကြီးဟာ ဘာလဲဆိုတော့ သန့်စင်တဲ့ ဝိညာဏ ခေတ်ကြီးပါတဲ့။ ထူးခြားတဲ့ နာမ်ခေတ်တစ်မျိုး လို့ ယူဆဟန် တူပါတယ်။ ဒီ ဝိညာဏခေတ်ကြီးဟာ သူ့သဘာဝ အတိုင်း မပြောင်းမလဲဘဲ အမြဲရှိနေတဲ့ မူလသဘာဝကြီး လို့ ဆိုပါတယ်။ လောကမှာ ဒီ ဝိညာဏခေတ်ကြီး သာလျှင် အရှိတရား အမှန်တရား ဖြစ်တယ်၊ ဒီ ဝိညာဏခေတ်ကြီးမှ တစ်ပါး တခြားအရာတွေဟာ ဝိညာဏခေတ်ကြီးရဲ့ ထင်ဟပ်ချက်တွေသာ ဖြစ်တယ်၊ အစစ် အမှန် ရှိတဲ့ တရားတွေ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့် ဒီ မူလသဘာဝ ဝိညာဏ ခေတ်ကြီးကို ''တထတာ=ထိုအတိုင်း ရှိနေတဲ့ သဘာဝ၊ သူ့အတိုင်း ရှိနေတဲ့ သဘာဝ'' လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒါကိုပဲ **ပရမတ္ထသစ္စာ** လို့ ယူဆကြပါတယ်။ ဒါဟာ **မဟာယာနနိဗ္ဗာန်** ပါပဲ။

ယောဂါစာရဂိုဏ်း ဝိညာဏဝါဒ ဒီ **အာလယဝိညာဏ** ခေတ်ကို တီထွင်တဲ့ ဂိုဏ်းကတော့ **ယောဂါစာရ** ဂိုဏ်းပါပဲ။ ဝိညာဏ ခေတ်ကြီးသာလျှင် အမှန်တရား အရှိတရား လို့ ယူဆတဲ့အတွက် အဲဒီ ဂိုဏ်းကို **ဝိညာဏဝါဒ** ဂိုဏ်း လို့လဲ ခေါ်ကြပါတယ်။ သာသနာနှစ်

၉၀၀ (ခရစ်နှစ် ၄၀၀) ခန့်မှာ စတင် ပေါ်ပေါက်လာပြီး သာသနာနှစ် ၁၀၀၀ (ခရစ်နှစ် ၅၀၀) မှာ စည်ပင်ပြန့်ပွား ထွန်းကားလာပါတယ်။

မဟာယာန
ဟီနယာန

ဒီအချိန်မှာ ယုတ္တိဗေဒနည်းကျအောင် စနစ်တကျ တီထွင်ထားတဲ့ **မဇ္ဈိမိက**ဂိုဏ်းရဲ့ **သုညဝါဒ** ကိုလဲ ဗုဒ္ဓဘာသာအများစုက တဖြည်းဖြည်း လက်ခံလာကြတယ်။ **ယောဂါစာရ** ဂိုဏ်းရဲ့ တထတာနဲ့ အာလယဝိညာဏဓာတ်ကြီးကိုလဲ လူကြိုက်များလာကြတယ်။

အမှန်တော့ ဒီအယူဝါဒတွေဟာ အသစ်အဆန်းတွေ မဟုတ်ပါဘူး။ အခုန ပြောခဲ့သလို ရှေးက ရှိနှင့်ပြီးသား မဟာသံဃိက စတဲ့ ဂိုဏ်းများရဲ့ အယူဝါဒတွေကိုပဲ စနစ်ကျအောင် ပြုပြင်ဖြည့်စွက်ပြီး တီထွင်လိုက်တဲ့ အယူဝါဒတွေပဲ။ ဒီတော့ ဒီအယူဝါဒတွေကို လက်ခံကြိုဆိုဖို့ရာ မခဲယဉ်းကြတော့ဘူး။

သဗ္ဗတ္ထိကဝါဒဂိုဏ်း နှင့် သုတ္တန္တိကဂိုဏ်းကတော့ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဘုရားအဖြစ်နှင့်သာ နိဗ္ဗာန် ဝင်စံနိုင်တယ် ဆိုတာကို လက်မခံကြဘူး။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အဖြစ်၊ သာဝကအဖြစ်နဲ့လဲ နိဗ္ဗာန် ဝင်စံနိုင်တယ်လို့ **ယာနသုံးပါးလုံး** ကို လက်ခံထားကြတယ်။ ပြီးတော့ တထတာ၊ အာလယဝိညာဏ် ဆိုတာတွေလဲ လက်မခံကြဘူး။

ဒါကြောင့် သူများနှင့်ရောယောင်မလိုက်တဲ့ သဗ္ဗတ္ထိကဝါဒဂိုဏ်းနှင့် သုတ္တန္တိက စတဲ့ ဂိုဏ်းတွေကို အမြင့်ဆုံး ဖြစ်တဲ့ သမ္မာသမ္ဗောဓိယာန တစ်ခုတည်းကိုသာ လက်မခံဘဲ ကိုယ်ကျိုးသက်သက်သာ ကြည့်တဲ့ ပစ္စေကဗောဓိနှင့် သာဝကဗောဓိ ယာနနှစ်ခုကိုပါ ယုံကြည်လက်ခံလို့ တစ်ကြောင်း၊ သတ္တဝါတို့ အကျိုးကို သည်ပိုးရွက်ဆောင်တဲ့ ဗောဓိသတ္တဘုရားလောင်းဝါဒကို အဆင့်နိမ့်ထားလို့ တစ်ကြောင်း **ဟီနယာနဗုဒ္ဓဘာသာ=နိမ့်ကျတဲ့ ယာဉ်ကို လက်ခံယုံကြည်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ** တွေ

လို့ နံနှိမ်ပြီး တခြားဂိုဏ်းများက ခေါ်ဝေါ်လာကြတယ်။ သူတို့ကိုယ် သူတို့တော့ ကြီးမြတ်သော သမ္မာသမ္ဗောဓိယာနကိုသာ လက်ခံ ယုံကြည်သူများ ဖြစ်လို့ **မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ=ကြီးမြတ်တဲ့ ယာဉ်ကို လက်ခံယုံကြည်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာ** တွေလို့ အပေါ်စီး နာမည်ယူပြီး အမည်တပ်လာကြတယ်။

ထေရဝါဒမပေါ် ဒီ အချိန်မှာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာကတော့ အိန္ဒိယ ပြည်မယ် တောင်ပိုင်း အစွန်အဖျားလောက်မှာသာ အနည်းအကျဉ်းမျှ ရှိပါတော့တယ်။ ဒါကြောင့် မဟာယာန၊ ဟီနယာန အငြင်းပွားကြ ပြိုင်ဆိုင် ထိုးနှက်ကြရာမှာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ မပါဝင်ခဲ့ပါဘူး။ ဒီအချိန်မှာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာရောင်ဟာ သီဟိုဠ်ကျွန်းမှာ ထွန်းပြောင် ထိန်လင်းနေပါတယ်။

ပြန့်ပွားကြပုံ အဲဒီလို မဟာယာန၊ ဟီနယာန ဆိုတဲ့ နာမည်တွေ ထင်ရှားလာပြီး သိသိသာသာ ကွဲပြားလာကြတာဟာ အခုပြောခဲ့တဲ့ အတိုင်း သာသနာနှစ် တစ်ထောင်လောက်မှာ ဖြစ်ကြောင်း ပညာရှင်များ ခန့်မှန်းကြပါတယ်။ အဲဒီ အချိန်က စပြီး မဟာယာနဂိုဏ်း တဖြည်းဖြည်း ပြန့်ပွားလာပါတယ်။

ဒီ မဟာယာန ဂိုဏ်းတွေဟာ **တိဗက်၊ ဆီကင်၊ ဘူတန်၊ နီပေါ၊ မွန်ဂိုလီးယား၊ တရုတ်၊ ကိုရီးယား၊ ဂျပန်** စတဲ့ နိုင်ငံတွေကို ပြန့်ပွားသွားကြပါတယ်။ အဲဒီ နိုင်ငံတွေကို ရောက်တော့ သူတို့ဘာသာစကားနဲ့ အသီးသီး နာမည်တပ်လိုက်ကြတယ်။ မဟာယာနဂိုဏ်းကို တရုတ်ပြည်မှာ တီယင်တိုင်ဂိုဏ်း လို့ ခေါ်ကြတယ်။ ဂျပန်ပြည်မှာတော့ တင်ဒိုင်ဂိုဏ်း၊ စံရွှန်ဂိုဏ်း လို့ ခေါ်ကြတယ်။

ယောဂါစာရ ဂိုဏ်းကတော့ တရုတ်ပြည်မှာ ရှေလွန်၊ ဂျပန်ပြည်မှာ ဟိုဆိုဂိုဏ်း လို့ ထင်ရှားတယ်။

အကျဉ်းချုပ် ပြောရရင် အကျဉ်းချုပ်ကတော့ သမ္ဘောဓိယာန တစ်ခုတည်းကိုသာ ယုံကြည်ခြင်း၊ ဗောဓိသတ္တ=ဘုရားလောင်းဝါဒကို ဦးစားပေးခြင်း၊ မြူမှုန်တွေ၊ အမှိုက်သရိုက်တွေ၊ တိရစ္ဆာန်တွေက အစ အရာတိုင်းမှာ ဗုဒ္ဓသဘာဝ ရှိတယ် လို့ ယုံကြည်ခြင်း၊ သန့်စင်တဲ့ ဝိညာဏ်တော် ဆိုတဲ့ တထတာနိဗ္ဗာန်ကို ယုံကြည်ခြင်း၊ အာလယ ဝိညာဏ်ကို ယုံကြည်ခြင်း၊ ဗုဒ္ဓ၏ ကာယသုံးပါးကို ယုံကြည်ခြင်း အစရှိတဲ့ အင်္ဂါလက္ခဏာတွေနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ လို့ ခေါ်ကြရတာပါပဲ။

ဒါတွေ အားလုံးဟာ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားရဲ့ မူရင်း တရားတော်တွေမှာ မပါပါဘူး။ ဒါကြောင့် ထေရဝါဒက လက်မခံပါဘူး။

အခု ပြောခဲ့တာဟာ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာဂိုဏ်း ပေါ်ပေါက်လာပုံ သမိုင်းကြောင်း အကျဉ်းချုပ်ပါပဲ။

နိဗ္ဗာန်ချင်းလဲမတူ

ထေရဝါဒနိဗ္ဗာန် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာနိဗ္ဗာန်က အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သင်္ခတတရား အဖြစ်တရား မဟုတ်ပါဘူး။ ဖြစ်ရင် ပျက်ဦးမယ်။ ပျက်ရင် ဆင်းရဲဦးမယ်။ ဒီလိုဆိုရင် ဆင်းရဲရှိနေတဲ့အတွက် ဆင်းရဲမငြိမ်းလို့ နိဗ္ဗာန် မဟုတ်ဘူး။ ဘာအကြောင်းကြောင့်မှ ဖြစ်ပေါ်လာတာ မဟုတ်ဘဲ မူလကတည်းက ရှိနေတဲ့ ဆင်းရဲငြိမ်းနေတဲ့ သဘာဝတရားကြီးသာလျှင် နိဗ္ဗာန်ပါ။ အရှိသဘာဝ အသင်္ခတသဘောပါ။ ဘာအကြောင်းကြောင့်မှ

ဖြစ်ပေါ်တာ မဟုတ်လို့ မပျက်ပါဘူး။မပျက်တဲ့အတွက် ဆင်းရဲငြိမ်းနေတာမို့ နိဗ္ဗာန်လို့ ခေါ်ရတာပါ။ ဆင်းရဲမရှိတဲ့ ဒီ မူလအရှိသဘာ၀ကြီးကို အဖြစ်တရား (သင်္ခတ ရုပ်နာမ်)တွေ ရှိနေသရွေ့ မသိနိုင် မမြင်နိုင် မတွေ့နိုင်သေးပါဘူး။ အဖြစ်တရားတွေ ချုပ်ငြိမ်းပျောက်ကွယ်သွားမှပဲ အရှိသဘာ၀က ပေါ်လွင်ထင်ရှားလာပြီး သိရမြင်ရ တွေ့ရပါတယ်။

ဆင်းရဲအဖုံးကွာမှ ချမ်းသာပေါ်လာ အလွန် အဖိုးတန်လှတဲ့ ပတ္တမြားရတနာကို ကြုတ်ထဲထည့်ပြီး ဖုံးထားတော့ အဖုံးက ကာကွယ်ထားလို့ အတွင်းမှာ ရှိနေတဲ့ ပတ္တမြားရတနာကို မတွေ့ရ မမြင်ရပါဘူး။အဖုံးကို ဖယ်ရှားလိုက်မှပဲ အတွင်းက အဖိုးတန်ပတ္တမြားကို ဘွားကနဲ တွေ့ရပါတယ်။ အဲဒီအတိုင်းပဲ သင်္ခတရုပ်နာမ် အဖြစ်တရားတွေရဲ့ ဆင်းရဲမျိုးစုံတွေ ရှိနေတဲ့အခါမှာ ဒီဆင်းရဲတွေက ဖုံးကွယ်ထားလို့ မူလရှိနေတဲ့ ဆင်းရဲမရှိတဲ့သဘာ၀ကြီးကို မသိမမြင်မတွေ့ရပါဘူး။ အဲဒီ ဆင်းရဲတွေကို အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်က တွန်းလှန် ဖယ်ရှားပစ်လိုက်လို့ ဆင်းရဲအဖုံး ကွာကျသွားမှပဲ အမြဲရှိနေတဲ့ မူလအရှိသဘာ၀ ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့သဘော ပေါ်လွင်ထင်ရှားလာပြီး မျက်မှောက်ထင်ထင် သိမြင်ရပါတော့တယ်။ ဒါဟာ ထေရ၀ါဒနိဗ္ဗာန်ရဲ့ သဘောပါပဲ။

ဒီနိဗ္ဗာန်ဟာ အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်ဓာတ်လဲမဟုတ်၊ စိတ်စေတသိက်လို နာမ်ဓာတ်လဲ မဟုတ်ပါဘူး။ မူလကတည်းက သူ့သဘာ၀အလျောက်ရှိနေတဲ့ ဆင်းရဲမရှိလို့ ငြိမ်းနေတဲ့ အငြိမ်းဓာတ်ကြီးပါ။ အစ္စုတ=သူဟာ ရွေ့လျောခြင်း ပြောင်းလဲခြင်း၊ လှုပ်ရှားထကြွခြင်း လုံး၀မရှိပါဘူး။

မဟာယာနနိဗ္ဗာန် မဟာယာနနိဗ္ဗာန်ကတော့ **မူလဓာတ်ကြီးဖြစ်တဲ့ တထတာ သဘာ၀ကြီး** လို့ ဆိုပါတယ်။ တထတာ ဆိုတာ အမြဲတမ်း

ထိုအတိုင်းရှိနေခြင်း၊ သူ့အတိုင်းရှိနေခြင်းလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူ့ကို **Suchness, Thusness** လို့ ဘာသာပြန်ကြတာပါပဲ။ **Thatness, Trueness** လို့လဲ ဆိုကြတယ်။ သူ့သဘာဝအတိုင်း ရှိနေတဲ့သဘော လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကိုပဲ ''တထတာဆိုတာ သူ့အတိုင်းရှိနေတဲ့ လောကကို ညွှန်ကြတာပါ''လို့ ထပ်ဆင့် ဖွင့်ကြပါတယ်။သူ့အကိုင်းရှိနေတဲ့ တထတာ ဆိုတာ သန့်စင်တဲ့ဝိညာဏ်တော်ကြီး လို့ ဆိုပါတယ်။

မဟာယာနဘုရားအလောင်းများဟာ သူတို့ ကျင့်ရမယ့် ဒသဘူမိခေါ်တဲ့ အဆင့်၁၀-ခုကို ကျင့်ပြီးတဲ့အခါမှာ ဒီ တထတာမူလသဘာဝကြီးနှင့် တစ်သားတည်း ဖြစ်သွားပြီး နိဗ္ဗာန်ရသွားကြပါတယ်။ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်ရပြီးမှ ဘုရား ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီ တထတာနိဗ္ဗာန်မှာ ပွင့်တော်မူပြီးတဲ့ ဘုရားတွေ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားလျက် ရှိကြပါတယ်။တရုတ်၊ကိုရီးယား၊ဂျပန်စတဲ့ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာများ ကိုးကွယ်ကြတဲ့ **ဝေရောစနဘုရား**၊ **ရတနသမ္ဘဝဘုရား**တွေဟာ တထတာ ဝိညာဏ ဓာတ်အနေနဲ့ ရှိနေကြပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒီ တထတာဟာ သဗ္ဗညုတဉာဏ်ဘော်တည်းဟူသော သန့်ရှင်းတဲ့ ဝိညာဏ်တော်ကြီးလဲ ဖြစ်ပါတယ်။ဗုဒ္ဓသဘာဝလဲ ဖြစ်ပါတယ်။ဒီ ဗုဒ္ဓသဘာဝကြီးသည်ပင် မဟာယာနနိဗ္ဗာန်ပါပဲ။

အာလယဝိညာဏ်နှင့် တထတာနိဗ္ဗာန် ဒီ တထတာကို သန့်ရှင်းတဲ့ အာလယဝိညာဏ်ကြီး လို့လဲ ခေါ်ကြပါတယ်။ **အာလယဝိညာဏ်**ဆိုတာ ကုသိုလ် အကုသိုလ် မျိုးစေ့တွေ၊ ကောင်း မကောင်း သဘာဝတွေကို **သိုမှီးရာဖြစ်တဲ့ စိတ်ဝိညာဏ်** လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။ ဒီ

အာလယဝိညာဏ်ထဲမှာ ဖြူစင်တဲ့တရား ညစ်မဲတဲ့တရားတွေ အရောရော အထွေးထွေး သိုမှီးလျက် ရှိနေပါတယ်။ ဒီလို ဖြစ်နေတာကတော့ အဝိဇ္ဇာကြောင့်လို့ ဆိုပါတယ်။ အကောင်းအဆိုး သဘာဝအမျိုးမျိုး သိုမှီးထားတဲ့ ဒီ အာလယဝိညာဏ်ကြီးကပဲ စက္ခုဝိညာဏ်စတဲ့ တခြားဝိညာဏ် ခုနစ်ပါးနဲ့ လောကကြီးရော သတ္တဝါတွေကိုပါ ဖြစ်ပွားစေပါတယ်၊ လိုရင်းကတော့ အာလယဝိညာဏ်ကနေပြီး လောကကြီး ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ တထတာဆိုတဲ့ မူလသဘာဝကြီး လှုပ်ရှားထကြွလာတဲ့သဘောလို့ ဆိုပါတယ်။

ယောဂခေါ်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကြောင့် ဒီအာလယဝိညာဏ်ကြီးအတွင်းမှာ ဖြူစင်တဲ့တရားတွေ တဖြည်းဖြည်း အားကောင်းလာတော့ ဆိုးညစ်တဲ့ တရားတွေ တဖြည်းဖြည်းနည်းပါးနည်းပါးသွားရာက နောက်ဆုံးမှာ အဝိဇ္ဇာကို လုံးဝ ပယ်သတ်နိုင်တဲ့အတွက် ညစ်မဲတဲ့တရားတွေ ပပျောက်ကုန်ပြီး ဖြူစင်တဲ့တရားတွေချည်းသာ ကျန်တဲ့အခါမှာ ဒီ အာလယဝိညာဏ်ဟာ သန့်စင်တဲ့ဝိညာဏ်တော်ကြီး ဖြစ်သွားပြီး တထတာအဖြစ် ရောက်သွားပြန်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာနဓာတ်ကြီး ဗုဒ္ဓသဘာဝကြီး ဖြစ်သွားပြန်ပါတယ်။ [ဒီနေရာမှာ တထတာနှင့် အာလယဝိညာဏ်တူ၊မတူ အယူအဆ အနည်းငယ်မျှ ကွဲပြားကြတာ ရှိပါတယ်။ ပြီးတော့ အာလယဝိညာဏ်မှာ ဖြစ်မှုပျက်မှု ရှိတယ်ဆိုတာနဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှု မရှိဘဲ အမြဲတည်တယ် ဆိုတာလဲ အယူအဆ မတူကြတာ အနည်းအပါး ရှိပါတယ်။ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေအတွက် ဒါတွေဟာ ဒါလောက်အရေးမကြီးလို့မပြောတော့ပါဘူး။]

သုခဝတီ နိဗ္ဗာန် သာသနာနှစ် ၁၂၀၀ (ခရစ်နှစ်၇-ရာစု) လောက်မှာ တရုတ်ပြည်မယ် **သုခဝတီဗျူဟာသုတ်** ဆိုတဲ့ ကျမ်းဂန် ထင်ရှားလာပါတယ်။ အဲဒီ ကျမ်းဂန်ကို အမှီပြုပြီး **သုခဝတီဗျူဟာဂိုဏ်း**ဆိုတဲ့ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ ဂိုဏ်းတစ်ဂိုဏ်းလဲ ပေါ်လာပါတယ်၊

သုခဝတီနိဗ္ဗာန် ဆိုတဲ့ မဟာယာန နိဗ္ဗာန်တစ်မျိုးလဲ ပေါ်ပေါက်လာပြန်ပါတယ်။ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်ဟာ အနောက်ဘက် ကောင်းကင်မှာ တည်ရှိပြီး သစ်ပင် ပန်းမန်တွေ၊ ကျေးငှက်သာရကာတွေရဲ့ တွန်ကျူးသံတွေနဲ့ အလွန်သာယာတယ်။ အဲဒီမှာ ဘာဒုက္ခမှ မရှိဘူး။ အမြဲတစေ ချမ်းသာသုခချည်းပဲ ခံစားနေရတယ်။ ဒီ သုခဝတီနိဗ္ဗာန်ကို **အမိတာယု** လို့လဲ ခေါ်တဲ့ **အမိတာဘာ**ဘုရား အုပ်စိုးတော်မူပါတယ်။

သုခဝတီနိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်းအကျင့် အဲဒီ သုခဝတီနိဗ္ဗာန်ကို ရောက်စေနိုင်တဲ့ အကျင့်ကတော့ ထူးထူးထွေထွေ ကျင့်နေစရာ မလိုပါဘူး။တရုတ်ပြည်မှာဆိုရင် ''နမော အမိတာဘာ ဗုဒ္ဓါယ'' ဆိုတဲ့ အမိတာဘာ ဘုရားရှိခိုးကို ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ နေ့စဉ် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ရွတ်ဆိုဖို့ပဲ လိုပါတယ်။

ဒီဂိုဏ်းကို ဂျပန်ပြည်မှာတော့ **ဂျိုဒိုဂိုဏ်း** လို့ ခေါ်ပါတယ်။ **ဂျိုဒိုရှင်၊ ဂျူဇူနင်ဗုစု၊ ဂျင်းဂိုဏ်း** များလဲ **အမိတာဘာဂိုဏ်း**တွေပါပဲ။ သုခဝတီနိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ အမိတာဘာဂိုဏ်းဝင် ဂျပန်များ ရွတ်ဆိုရတာကတော့ ''နမူ အမိတာဗုစု'' လို့ ရွတ်ဆိုရပါတယ်။ ''အမိတာဘာ ဘုရားကို ရှိခိုးပါ၏'' လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

သာသနာနှစ် ၁၇၀၀ (ခရစ်နှစ် ၁၃-ရာစု) မှာ ဂျပန်ပြည်မယ် ပေါ်ထွန်းလာတဲ့ **နိချိရင်** ဆိုတဲ့ ဂိုဏ်းကလဲ **သဒ္ဓမ္မပုဏ္ဍရိက** ဆိုတဲ့ ကျမ်းရဲ့ အမည်ကို အကြိမ်ကြိမ်ရွတ်ဆိုရုံမျှနဲ့ **သကျမုနိဘုရား** ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ ယူဆတယ်။ ဒီဂိုဏ်းကတော့ အမိတာဘာဂိုဏ်းဝင် မဟုတ်ပါဘူး။ အိန္ဒိယက ယောဂါစာရဂိုဏ်းနဲ့ ဂျပန်ပြည် **တင်ဒိုင်ဂိုဏ်း** အဆက်အနွယ်ပါပဲ။ သူတို့ ရွတ်ဆိုရတာကတော့ ''နမူ မျိုဟို

ရင်ဂျေကျို'' လို့ ရွတ်ဆိုရပါတယ်။ ''သဒ္ဓမ္မပုဏ္ဍရိကကျမ်းကို ရှိခိုးပါ၏'' လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

မဟာယာနနှင့် ထေရဝါဒ နိဗ္ဗာန်ချင်း မတူပုံ ဒါလောက် ပြောပြရင် သင့်လောက်ပါပြီ။

နိဗ္ဗာန်နဲ့ သံသရာ အတူတူ ရှေ့နားမှာ ပြောပြခဲ့တဲ့အတိုင်း တထတာခေါ်တဲ့ ဝိညာဏဓာတ်ကြီးဟာ တစ်လောကလုံး ပျံ့နှံ့နေတာ ဆိုတော့ လောကနဲ့ တထတာ၊ သံသရာနဲ့ တထတာဟာ နှစ်ခုမကွဲဘဲ တစ်ခုတည်းသော သဘာဝတရား လို့ ဆိုရပါတယ်။ သူ့အခြေအနေ အခိုက်အတန့်လိုက်ပြီး အခေါ်အဝေါ်တွေ ကွဲတာပဲ ရှိပါတယ်။ အာလယဝိညာဏ် ဆိုတာလဲ တထတာပါပဲ။

အာလယဝိညာဏ်မှာ ဆိုးညစ်တဲ့ တရားတွေရှိနေခိုက်မှာ ဒီ အာလယဝိညာဏ်ကို သတ္တဝါ လို့၊ လောကလို့ ခေါ်ရပြီး ဆိုးညစ်တဲ့ တရားတွေ မရှိလို့ စင်ကြယ်သွား တဲ့ အခါမှာ ငြိမ်သက်နေ တဲ့ တထတာ လို့ ခေါ်လိုက်တာပါပဲ။ အဲဒါ နိဗ္ဗာန်ပါပဲ။

ပင်လယ်ဥပမာ ဒီနေရာမှာ ပင်လယ်ရေပြင် ဥပမာကို ပြကြပါတယ်။ ပင်လယ်ရေပြင်ဟာ သူ့ သဘာဝအတိုင်း ဆိုရင် ငြိမ်နေပြီး လေတိုက်ရင် လှိုင်း ထလာပါတယ်။ တထတာ ခေါ်တဲ့ အာလယဝိညာဏ်ဟာလဲ သူ့သဘာဝအတိုင်း ဆိုရင် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ပြီး ငြိမ်နေပါတယ်။ အဝိဇ္ဇာက နှောင့်ယှက်လိုက်ရင်တော့ ဒီ အာလယဝိညာဏ် အတွင်းမှာ ကောင်းမှု မကောင်းမှု

မျိုးစေ့ ကိလေသာတွေ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး လှုပ်ရှားလာရာက တခြားဝိညာဏ် ခုနစ်ပါးနဲ့ တကွ သံသရာကြီး ဖြစ်ပေါ်လာတော့တာပါပဲ။

လေငြိမ်သွားတဲ့ အခါ ပင်လယ်ရေပြင်ဟာ ပြန်ပြီး ငြိမ်သက်သွားသလို ယောဂ ခေါ်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတွေ အားထုတ်လို့ ဒီ အာလယဝိညာဏ် ထဲက အညစ် အကြေးတွေ စင်ကြယ်သွားတဲ့ အခါမှာ အာလယဝိညာဏ်ဟာ ငြိမ်သက်သွားပြီး တထတာနိဗ္ဗာန် အဖြစ် ပြန် ရောက်သွားပါတယ်။

ငြိမ်သက်နေတဲ့ ပင်လယ်ပြင်နဲ့ လေကြောင့် လှိုင်းထနေတဲ့ ပင်လယ်ပြင်ဟာ ရေပြင်အနေနဲ့ အတူတူပဲ ဖြစ်သလို ငြိမ်သက်နေတဲ့ အာလယဝိညာဏ်နဲ့ ကိလေသာ ကြောင့် လှုပ်ရှား နေတဲ့ အာလယဝိညာဏ် ဟာလဲ အတူတူပဲ။ ငြိမ်သက် နေတဲ့ အာလယဝိညာဏ်ကို နိဗ္ဗာန် လို့ ခေါ်ရပြီး လှုပ်ရှား နေတဲ့ အာလယဝိညာဏ်ကို သံသရာ လို့ ခေါ်ရတာ ဖြစ်တဲ့ အတွက် နိဗ္ဗာန် နဲ့ သံသရာဟာ အတူတူပဲ လို့ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ယူဆကြ ပါတယ်။

အဲဒီလို နိဗ္ဗာန် နဲ့ သံသရာကို တစ်ထပ်တည်း သိမြင်မှ မဟာယာနဗုဒ္ဓ ဘာသာဝင် စစ်စစ် ဖြစ်တယ် လို့ ဆိုပါတယ်။

သန့်ရှင်းသော ဝိညာဏဓာတ်ကြီး ဖြစ်တဲ့ ဒီ တထတာဟာ နိဗ္ဗာန်လဲ ဟုတ်တယ်။ လောကလဲ ဟုတ်တယ်။ ဗုဒ္ဓသဘာဝလဲ ဟုတ်တယ်။ ဒါကြောင့် နိဗ္ဗာန်နဲ့ သံသရာဟာ တထတာ အနေနဲ့ အတူတူပဲလို့ ယူဆကြပါတယ်။ လှုပ်ရှား နေတဲ့ တထတာဟာ သက်ရှိသက်မဲ့ လောကတွေဖြစ်ပြီး မလှုပ်မရှား တည်ငြိမ်နေတဲ့

တထတာဟာ နိဗ္ဗာန်၊ ဗုဒ္ဓသဘာဝကြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သက်ရှိ သက်မဲ့ အားလုံးနဲ့ ဗုဒ္ဓသဘာဝဟာလဲ တထတာ အနေနဲ့ အတူတူပဲ လို့ ဆိုရပါတယ်။

သက်ရှိသက်မဲ့အားလုံး ဘုရားလောင်းချည်းပဲ

ဒီတော့ ဒီနေရာမှာ ဘာတွေရသလဲဆိုတော့ တထတာ လို့ ခေါ်တဲ့ ဝိညာဏ ဓာတ်ကြီးဟာ ဗုဒ္ဓသဘာဝ ဖြစ်ပြီး ဒီ တထတာ ဗုဒ္ဓသဘာဝဟာ သက်ရှိသက်မဲ့ အားလုံးမှာ သက်ဝင်ပျံ့နှံ့နေတယ် လို့ နားလည်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာ အယူအဆအရ သက်ရှိသက်မဲ့ အရာတိုင်းမှာ ဗုဒ္ဓသဘာဝရှိတယ် လို့ ယူဆကြပါတယ်။

လူတိုင်းမှာ ဗုဒ္ဓသဘာဝ ရှိတယ်၊ လူကောင်း လူဆိုး သူခိုး ဓားပြ ဂျပိုး ခါးပိုက်နှိုက်က စပြီး ဗုဒ္ဓသဘာဝ ရှိကြတယ်၊ အားလုံး ဘုရားလောင်းတွေချည်းပဲ။ တစ်နေ့နေ့မှာ သူတို့ အားလုံး လှုပ်ရှားနေတဲ့ တထတာ ဘဝကနေပြီး ငြိမ်သက်သွားတဲ့ တထတာ အဖြစ် ရောက်ပြီးတော့ ဘုရားဖြစ်ကြမှာချည်းပဲ။ တိရစ္ဆာန်တွေလဲ လူကို ဒုက္ခပေးနေတဲ့ ရောဂါပိုးတွေ၊ ကပ်ပါးကောင်တွေ၊ ကမြင်းနို၊ ခြင်၊ ကြမ်းပိုး၊ ပရွက်ဆိတ်ကစ ဆင်ကောင်ကြီး အထိ၊ ရေပိုး ရေမွှားကစ ဝေလငါးကြီး အထိ အားလုံးမှာ တထတာ ဆိုတဲ့ ဗုဒ္ဓသဘာဝရှိတယ်။ အားလုံး ဘုရားလောင်း ချည်းပဲ။ သက်မဲ့ တွေမှာလဲ ဖုန်မှုန့် ခဲ သလဲ အမှိုက်သရိုက်က စပြီး အားလုံး တထတာတွေချည်းဖြစ်လို့ ဗုဒ္ဓသဘာဝ ရှိတဲ့ အတွက် ဘုရားလောင်းတွေချည်းပါပဲ။ အားလုံး ဘုရားဖြစ်ကြမှာတွေချည်းပါပဲ။

ဘုရားလောင်းက ပိုအရေးပါ

ဒီတော့ အဲဒီ သက်ရှိသက်မဲ့ ဘုရားလောင်းတွေ အားလုံး တထတာသဘာဝ ဓာတ်ကြီး အဖြစ်နဲ့ ဘုရားဖြစ်ကြရမှာ

ချည်းဆိုတော့ ဒါတွေ အားလုံး ဘုရား ဖြစ်နိုင်အောင် ကိုယ်ကျိုး စွန့် အနစ်နာခံပြီး သတ္တဝါတွေ အကျိုးအတွက် ကြီးမားလှတဲ့ ပင်ပန်း ဆင်းရဲမှု ဒဏ်တွေကို ကြံ့ကြံ့ခံပြီးအဲဒီ သက်ရှိသက်မဲ့ တွေကို နိဗ္ဗာန်မရောက်ရောက်အောင် ငြိမ်နေတဲ့ တထတာအဖြစ် မရောက် ရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပေးမယ့် အာဇာနည် ပုဂ္ဂိုလ်တွေ လိုလာတယ်။ လှုပ်ရှားနေတဲ့ တထတာတွေကို ပြန် ငြိမ်သွားအောင် လုပ်ပေးရမယ့် အာဇာနည်တွေ ဆိုပါတော့။

အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ အဝလောကိတေသွာရ၊ မဉ္ဇုသိရီ စတဲ့ ဘုရား လောင်း အရင့်အမာတွေ ပါပဲ။ အဝလောကိတေသွာရ ဘုရားလောင်း ဆိုရင် ဘုရားအဖြစ် ရယူနိုင်ပါလျက် နဲ့ မယူသေးဘဲ တစ်လောကလုံးကို နိဗ္ဗာန်ရောက် အောင် ပို့ဆောင်ပြီးမှပဲ သူ နိဗ္ဗာန်ကို ယူမယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီနည်းနဲ့ပဲ ဘုရား လောင်းတွေက ဘုရားတွေထက် လောကအကျိုးကို ပို ဆောင်နိုင်ကြတယ် လို့ ယူဆ ကြတဲ့ အတွက် ဘုရားတွေထက် ဘုရားလောင်းတွေကို ပိုပြီး အရေးထားပူဇော်ကြ ကိုးကွယ်ကြတာတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။

ဂါထာ မန်းလိုသူများ အတွက်

အဝလောကိတေသွာရ ဘုရားလောင်းကို ဘယ်လောက် ကျအောင် မြင့်တင် ထားကြသလဲ ဆိုရင် – "နမး အဘာယန္ဒဒအဝလောကိတေဆွာရာယ ဗောဓိဆတ္တာယ မဟာဆတ္တာယ" လို့ ဂါထာမန်းသလို အကြိမ်ကြိမ် ရွတ်ဆိုရင် ကပ်ကြီးသုံးပါး ကျော်နင်းနိုင်တယ်၊ သဘော်ပျက်ဘေး၊ မီးဘေး၊ ရေ ဘေး၊ အကျင့်ပျက်ဘေး စတဲ့ ဘေးဒုက္ခအားလုံး ကင်းလွတ်နိုင်တယ် လို့ ယူဆကြ သတဲ့။ အဝလောကိတေသွာရ ဘုရားလောင်းက အဲဒီ ဘေးတွေမှ ကယ်တင် နိုင်တဲ့ သတ္တဝါယောင် ဖန်ဆင်းပြီး ကယ်တင်ပေး သတဲ့။ အထက်ပါ စကားကို ပါဠိဘာသာနဲ့ ရေးရင်–

“နမော အဘယန္ဒဒအဝလောကိတေသွာရာယ မောဓိသတ္တာယ မဟာသတ္တာယ” လို့ ဖြစ်ပါတယ်။

အဓိပ္ပာယ်က “ဘေးရန် ကင်းစေတော်မူသော ကြီးမြတ်သော သတ္တဝါဖြစ်တော်မူသော အဝလောကိတေသွာရ ဘုရားလောင်းအား ရှိခိုးပါ၏” လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဘုရားလောင်းများ

အဝလောကိတေသွာရ ဘုရားလောင်း မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ **အဝလောကိတေသွာရ၊ မဉ္ဇုသီရိ၊ သမန္တဘဒြ၊ အာကာသဂဗ္ဘ၊ ကိတ္တိဂဗ္ဘ၊ မေတ္တေယျ** စသည်ဖြင့် ဘုရားလောင်းများစွာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ အထဲက **အဝလောကိတေသွာရ** ဘုရားလောင်းဟာ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာ အနေနဲ့ အထင်ရှားဆုံး အရေးအပါဆုံး ဘုရားလောင်း ပါပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့ ထေရဝါဒ ကျမ်းဂန်များ ထဲမှာတော့ မပါ ပါဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့ ထေရဝါဒမှာက ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ နောက် ပွင့်တော်မူမယ့် **အရိမေတ္တေယျ** ဘုရားလောင်း တစ်ပါးပဲ အရင့်အမာအနေနဲ့ ဖော်ပြထားတာ တွေ့ရပါတယ်။ အခု တုသိတာနတ်ပြည်မှာ စံမြန်းလျက်ရှိပါတယ်။

အခု မဟာယာန အဝလောကိတေသွာရ ဘုရားလောင်း ကတော့ အရိမေတ္တေယျ ဘုရား ပွင့်တော်မမူမီ အတွင်းမှာ သတ္တဝါများကို ဖြစ်နိုင်သမျှ တထတာနိဗ္ဗာန်ကို ရောက်အောင် အဆင်းရဲအပင်ပန်းခံကာ ပို့ဆောင်ပေးနေတယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ဘုရားတစ်ဆူနဲ့ တစ်ဆူအကြားမှာ ဒီတာဝန်ကို အားသွန်ကြိုးပမ်း

ထမ်းဆောင်နေတဲ့ ဘုရားလောင်း လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဝလောကိတေ သွာရ ဘုရားလောင်းကို မဟာကရုဏာတော်ရဲ့ အထိမ်းအမှတ် လို့ မှတ်ယူကြပါတယ်။ မဟာကရုဏာတော်ရှင် ဘုရားလောင်း လို့ ဆိုကြပါစို့။ ဒါကြောင့် သူ့ကို Godess of Compassion လို့ သုံးတဲ့ အခါ သုံးကြပါတယ်။

ဟိုနိုလူလူ တရားပွဲ ကရုဏာ မပါလို့ မေး

အခု ပြောခဲ့တဲ့ အတိုင်း မဟာယာနဟာ အဝလောကိတေသွာရဘုရားလောင်း (ဗောဓိသတ္တ) ကို ဦးစားပေး ကိုးကွယ်ကြတော့ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာတို့ အယူအဆအရ ဘုရားဖြစ်ရေး နိဗ္ဗာန်ရရေး အတွက် ပညာထက် ကရုဏာက ပိုပြီး အရေးကြီးတယ် လို့ ယူဆကြပါတယ်။ ဘုန်းကြီး ၁၉၇၃ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလမှာ အမေရိကန်ပြည် ဟဝိုင်ယီပြည်နယ် ဟိုနိုလူလူမြို့မယ် သီတင်းသုံးခဲ့စဉ်က ဟိုနိုလူလူ တက္ကသိုလ်က တရားချီးမြှင့်ဖို့ နှစ်ကြိမ်ပင့်ပါတယ်။

ပထမ အကြိမ်မှာတော့ သတိပဋ္ဌာန် ပွားပုံကို ကြောင်းကျိုးဆက် သဘောတရားအရ ရှုပွားပုံနှင့် အကျိုးရပုံကို အလေးပေး ဟောခဲ့ပါတယ်။

ဒုတိယတရားပွဲမှာ ဝိပဿနာအားထုတ်တဲ့ အခါ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပါဝင်ဖြစ်ပွားပုံကို လက်တွေ့ တရားတွေ့ပုံနဲ့ ဆက်စပ် ဟောခဲ့ပါတယ်။ တရားပွဲပြီးလို့ မေးခွန်းမေးကြတဲ့ အခါမှာ ဘီးတပ် ကုလားထိုင်နဲ့ လာပြီး စိတ်ဝင်တစား တရားနာတဲ့ အသက် (၈၀) ခန့် အမေရိကန်ကြီး တစ်ယောက်က မေးခွန်း မေးပါတယ်။

သူ့ မေးခွန်းက ''ကျင့်စဉ်နဲ့ မဂ္ဂင် ဆက်စပ်ပြီး ဟောသွားတဲ့ အရှင်ဘုရားရဲ့ တရားကို အလွန် သဘောကျပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အရှင်ဘုရားရဲ့ တရားထဲမှာ

ကရုဏာအခန်း ပျောက်နေပါကလား ဘုရား'' တဲ့။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးက ''ဒကာကြီး၊ မြတ်စွာဘုရားဟာ သတ္တဝါတွေကို မဟာကရုဏာ ထားတော်မူ လို့ သံသရာမှ ကယ်တင်နိုင်အောင် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပွားများ အားထုတ်ပြီး သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော် ရလို့ ဘုရားအဖြစ် ရောက်တာပဲ။ ဒီတော့ မဟာကရုဏာက အရင်းခံအနေနဲ့ ပါပြီးသား ဆိုတာ ထင်ရှားနေပြီ ဖြစ်လို့ ထုတ်ဖော်ပြီး မပြောခဲ့တာပါ'' လို့ ဖြေတော့ ကျေနပ်သွားပါတယ်။

အဝလောကိတေသွာရ ပုံပန်းသဏ္ဌာန် မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ အခု ပြောခဲ့တဲ့ အတိုင်း ဘုရားလောင်းကို ပိုပြီး ဦးစားပေးထားတော့ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာကို ဗောဓိသတ္တယာန ဂိုဏ်းလို့လဲ သုံးနှုန်းကြပါသေးတယ်။ ဒီတော့ ဒီမှာ ထင်ရှားတဲ့ဘုရားလောင်း တစ်ပါးနှစ်ပါးရဲ့ အကြောင်းတော့ ပြောပြသင့်တယ် ထင်ပါတယ်။ အထင်ရှားဆုံးကတော့ အဝလောကိတေသွာရဘုရားလောင်း ပါပဲ။ ပါဠိအက္ခရာ အတိအကျ ပြန်ရရင်တော့ အဝလောကိတိဿရပါ။ သို့သော်လဲ အများ နားလည်ထား တဲ့ အဝလောကိတေသွာရ ကိုပဲ သုံးပြီး ပြောပါမယ်။

သူ့ရဲ့ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကို တစ်မျိုးတည်း အတိအကျ ပြောလို့ မရပါဘူး။ သူဟာ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်အမျိုးမျိုး အသွင်အမျိုးမျိုး ယူပြီးတော့ သတ္တဝါတို့ရဲ့ အကျိုးကို သည်ပိုး ရွက်ဆောင်နေတယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူ့ရဲ့ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ဟာ တစ်ရာကျော်အောင် ရှိတယ် လို့ သိရပါတယ်။

ဒီ အဝလောကိတေသွာရ ဘုရားလောင်းဟာ အိန္ဒိယပြည်မှာ ဟိန္ဒူနတ်ဘုရားကြီးတစ်ဆူ ဖြစ်တဲ့ သိဝ နတ်မင်းကြီး ပုံသဏ္ဌာန်နဲ့ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာမှ

ဘုရားလောင်း အယူအဆ ပေါင်းစပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဘုရားလောင်းဖြစ်ကြောင်း မဟာယာန ဆိုင်ရာ ကျမ်းဂန် အချို့မှာ ဆိုပါတယ်။ သူဟာ အိန္ဒိယ ပြည်မှာတုန်းက အမျိုးသား ဘုရားလောင်း ဖြစ်ခဲ့ပြီးတော့ ကိုရီးယားနဲ့ ဂျပန်ကို ရောက်တော့ အချိုးတကျ ချောမောလှပတဲ့ အမျိုးသမီး ဘုရားလောင်း ဖြစ်လာပါတယ်။ သူ့ကို ကိုရီးယားမှာ ကွမ်နွန် (Kwannon) လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဂျပန်ပြည်မှာတော့ ကန်နွန် (Kannon) လို့ ခေါ်ကြပါတယ်။ တချို့လဲ ကွမ်နွန် လို့ပဲ ခေါ်ကြပါတယ်။

တရုတ်ပြည်မှာကျတော့ ဒီ အဝလောကိတေသွာရဟာ အမျိုးသား အသွင်နဲ့ရော အမျိုးသမီး အသွင်နဲ့ပါ နှစ်မျိုးရှိတယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ အမျိုးသား အသွင်နဲ့ အဝလောကိတေသွာရကို ကွမ်ရှိုင်းယင် (Kwan-shai-yin) လို့ ခေါ်ကြပြီး အမျိုးသမီး အဝလောကိတေသွာရကိုတော့ ကွမ်ယင် (Kwan-yin) လို့ ခေါ်ကြပါတယ်။ ကွမ်ရှိုင်းယင်ကို လူသိ အလွန်နည်းပါတယ်။ ကွမ်ယင်ကိုတော့ တရုတ်လူမျိုးတိုင်း သိကြပါတယ်။ သို့သော်လဲ ဘုရားလောင်းအနေနဲ့ သိကြတာ မဟုတ်ဘဲ **ကွမ်ယင်နတ်သမီး ကွမ်ယင်မယ်တော်** အနေနဲ့ သိကြတာပါ။ အမှန်တော့လဲ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ဘုရားလောင်းကို နတ်တစ်ပါး အဖြစ် ကိုးကွယ်ပူဇော်ကြတာလဲ အများအပြား ရှိပါတယ်။

ကိုရီးယား နဲ့ ဂျပန်မှာတော့ သူ့ရဲ့ ပုံသဏ္ဍာန်ကို များသောအားဖြင့် မတ်ရပ်ပုံ ထုလေ့ရှိပါတယ်။ ဘယ်ဘက်လက်မှာ ကြာပန်းကိုင်ထားပြီး ညာဘက်လက်ကို အောက် တန်းတန်း ချပြီး လက်ဖဝါး ဖြန့် ထားလေ့ရှိပါတယ်။ ခေါင်းမှာ သရဖူ ဆောင်းထားတတ်ပါတယ်။ အဲဒီ သရဖူထဲမှာတော့ အမိတာဘာဘုရား ဆင်းတု ကလေး ရှိတတ်ပါတယ်။ ပါးလွှာတဲ့ ပဝါပါးကို ယဉ်ယဉ်ကလေး ချထားတတ်ပါတယ်။ တချို့ပုံများမှာတော့ ခေါင်းကစပြီး ခြေဖျားအထိ ပဝါပါးပါး ခြုံ

ထားတဲ့ ဟန်မျိုး ထုလုပ်ထားတတ် ပါတယ်။ တိဘက် အဝလောကိတေဿရရဲ့ ခေါင်းပေါ်မှာတော့ ဘုရားဆင်းတုတော်ကလေးတွေများစွာ တွေ့ရပါတယ်။

မိဘမဲ့တို့၏ အားကိုးရာ တချို့ တရားနာပရိသတ်များ တရုတ် ဘုရားကျောင်းတွေကို ရောက်တဲ့ အခါ သတိထားမိရင် တွေ့ရတတ်တာ တစ်ခု ရှိပါတယ်။ အဲဒါကတော့ ကြေကိုဖြစ်စေ၊ တခြားအလားတူ မြေညက်တစ်ခုခုကို ဖြစ်စေ ထုလုပ်ထား တဲ့ ဝဝဖိုင့်ဖိုင့် ဖြူဖြူဖွေးဖွေး ပြုံးပြုံး ရွှင်ရွှင် ဘုရားရုပ်တုကြီးပါပဲ။ အဲဒီ ရုပ်တုကြီး တစ်ကိုယ်လုံးပေါ်မှာ ကလေးပေါက်စတွေ မြောက်မြားစွာ တွယ်တက်နေတဲ့ ပုံကို ထုထားပါတယ်။ အဲဒါ ဘုရားမဟုတ် ပါဘူး။ မိဘမဲ့ကလေးတို့ကို ကယ်တင်နေတဲ့ အဝလောကိတေဿရ ဘုရားလောင်း လို့ ဆိုပါတယ်။

မြန်မာ အဝလောကိတေဿရ မြန်မာပြည် ပုဂံခေတ်မှာလဲ စစ်မှန်တဲ့ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ မထွန်းကားမီက အဝလောကိတေဿ ရ ဘုရားလောင်း ရုပ်တုကို ထုလုပ်ကိုးကွယ်ခဲ့ကြပါ တယ်။ အနော်ရထာ ဘုရင်ကိုယ်တိုင် အဝလောကိတေဿရ ရုပ်တုကို ကိုယ် တိုင်ထုလုပ်ပြီး ကိုးကွယ်ကြောင်း သိရပါတယ်။

ပုဂံဘုရား စေတီများ အတွင်းမှာ တွေ့ရတတ်တဲ့ အဝလောကိတေဿရ ပုံ ကတော့ ကြာပွင့်ပေါ်မှာ ညာခြေနင်းပြီး ဘယ်ခြေထောက်ကိုတော့ ထိုင်ထားတဲ့ ကြာပွင့်ကြီးပေါ်မှာ ခွေတင်ထားပါတယ်။ ဘယ်ဘက်လက်က ကြာပန်းကို ကိုင် လျက်ဖြစ်စေ၊ မကိုင်ဘဲ ပွေ့ပိုက်ထားလျက် ဖြစ်စေ ရှိတတ်ပါတယ်။ အဝလော ကိတေဿရဘုရားလောင်းတိုင်းရဲ့ ညာဘက်လက်ကတော့ လက်ဝါးဖြန့်လျက် ဘေး

ရန်ကင်းဝေးစေရန် ဆုပေးနေဟန်မျိုး ရှိတတ်ပါတယ်။ သို့သော်လဲ သတ္တဝါတို့ရဲ့ ကယ်တင်ရှင် ဖြစ်လေတော့ ရံဖန်ရံခါမှာ လက်နှစ်ချောင်းမကဘဲ လက် လေးချောင်း၊ ခြောက်ချောင်း၊ ရှစ်ချောင်းမှစပြီး လက်ချောင်းပေါင်း တစ်ထောင်အထိ ရှိတဲ့အခါလဲ ရှိကြောင်း သိရပါတယ်။

မြန်မာတို့၏ လောကနတ် အဝလောကိတေသွာရ ဘုရားလောင်းမှာ အသွင်အမျိုးမျိုး ရှိသလို နာမည်လဲ အမျိုးမျိုး ရှိပါတယ်။ လောကနာထ၊ သီဟနာဒ၊ လောကေသရ စသည်ဖြင့် နာမည်အမျိုးမျိုး ရှိပါတယ်။ အဲဒီအထဲက လောကနာထ ဆိုတဲ့ အမည်ကို မြန်မာက လောကနတ်လို့ အသံထွက်ပြီးတော့ ပုဂံခေတ်က ဘုရားလောင်းအဖြစ် ကိုးကွယ်ခဲ့ကြပါတယ်။ အခုခေတ်မှာတော့ ဒီ လောကနတ် ရုပ်တုကို မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု အနုပညာ တစ်ခုအနေနဲ့သာ အသိအမှတ်ပြုကြတော့ဟန် တူပါတယ်။ ဒီ လောကနတ် ရုပ်တုမှာ သူ့ရဲ့အကြောင်း အတ္တုပ္ပတ္တိအနေနဲ့ အကြောင်းအရာအမျိုးမျိုး ပြောဆိုရေးသားကြသော်လဲ ရှေးပုဂံခေတ်ကတော့ သူ့ကို အဝလောကိတေသွာရ ဘုရားလောင်း အဖြစ်နဲ့ပဲ ကိုးကွယ်ကြဟန်တူပါတယ်။

မဥ္ဇူသီရိ ဘုရားလောင်း မဥ္ဇူသီရိဘုရားလောင်းကတော့ ပညာရဲ့ အထိမ်းအမှတ်ပါပဲ။ ဒါကြောင့် သူ့ကို ပညာတော်ရှင် နတ်သမီး (Goddess of Wisdom) လို့လဲ ခေါ်ကြပါတယ်။ သူ့ရဲ့ပုံပန်းကတော့ မထူးခြားလှပါဘူး။ နူးညံ့သိမ်မွေ့တဲ့ ပုံပန်းသဏ္ဌာန် ရှိပြီးတော့ ခြသေ့စီးလေ့ရှိပါတယ်။ လက်တစ်ဘက်က အဝိဇ္ဇာကို ဖြတ်ဖို့ဓား၊ လက်တစ်ဘက်က ကျမ်းစာအုပ်ကို ကိုင်ထားလေ့ ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒီ မဥ္ဇူသီရိ ဘုရားလောင်းကို တိဘက်ဗုဒ္ဓဘာသာ အနွယ်ဝင်များ အများဆုံး ကိုးကွယ်လေ့ ရှိပါတယ်။ ၁၉၈၁ ခုနှစ်က ဘုန်းကြီး အင်္ဂလန်ပြည်မြောက်ပိုင်း စကော့တလန် နယ်စပ်နားက ကန်သာယာခရိုင် **အယ်လ်ဗာစတန်မြို့** အနီးက တိဘက်ဘုန်းကြီးကျောင်း တစ်ကျောင်းဖြစ်တဲ့ မဥ္ဇူသီရိ

ကျောင်းမှာ တစ်လကြာ ဝိပဿနာတရား ပြခဲ့ဘူးပါတယ်။ ကျောင်းနာမည်ကိုပဲ မဥ္စုသီရိတိဘက်ကျောင်းလို့ နာမည်တပ်ထားပါတယ်။

ဂျပန်ပြည်မှာလဲ တင်ဒိုင်ဂိုဏ်း၊ ရှင်ဂွန်းဂိုဏ်း၊ ဈင်းဂိုဏ်းများက အလေးအမြတ်ထား ကိုးကွယ်ကြပါတယ်။ ဈင်းဂိုဏ်း တရားခန်းမများထဲမှာ မဥ္စုသီရိရုပ်တုကို တွေ့ရတတ်ပါတယ်။

အရိမေတ္တေယျ ဘုရားလောင်း အရိမေတ္တေယျဘုရားလောင်းကို ထေရဝါဒ၊ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ နှစ်မျိုးလုံးက လက်ခံကြပါတယ်။ သို့သော်လဲ အခု ပြောပြခဲ့ပြီးတဲ့ အဝလောကိတေသွာရနဲ့ မဥ္စုသီရိ စတဲ့ ဘုရားလောင်းများကိုတော့ ထေရဝါဒကျမ်းဂန်များမှာ မတွေ့ရပါဘူး။ ထေရဝါဒက အလေးထားတဲ့ အရိမေတ္တေယျဘုရားလောင်းဟာ မဟာယာနကိုးကွယ်တဲ့ တချို့နိုင်ငံများမှာ သိပ်မထင်ရှားလှပါဘူး။ တချို့နိုင်ငံတွေမှာ မြပ်ကွယ်နေသလိုတောင် ရှိပါတယ်။ ၁

၁။ ကိုရီးယားနိုင်ငံ၌မူ အရိမေတ္တေယျဘုရားလောင်းကို အလေးအမြတ်ထား ကိုးကွယ်ကြသည်ကို တွေ့ရသည်။ ကိုရီးယားနိုင်ငံ မောင့်ဆွန်နီဆန် တောင်ပေါ်ရှိ ပို့ဂျူ (Popju) ကျောင်းတိုက်အတွင်း၌ ခရစ်နှစ် ၇၇၆ ခုနှစ်တွင် ၁၃-မီတာ (ပေ ၄၀ ခန့်) မြင့်သော **မေတ္တေယျဗုဒ္ဓ** ကြေးဆင်းတုတော် တစ်ဆူကို ထုလုပ် ကိုးကွယ်ခဲ့ကြသည်။ ယင်းဆင်းတုတော်မှာ ၁၉-ရာစုနှစ် ကုန်ခါနီးတွင် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဘုရင်တစ်ပါးဖျက်ဆီး၍ ပျက်စီးသွားသဖြင့် ယခုအခါ ထိုဆင်းတုတော်၏ နေရာ၌ပင် အလေးချိန် တန် ၁၀၀ ခန့် ရှိ၍ ဥဏ်တော် ၃၃ မီတာ (ပေ ၁၀၀) မြင့်သော **မေတ္တေယျဗုဒ္ဓ** မတ်ရပ် ကြေးဆင်းတုတော်ကြီး တဆူကို ထပ်မံသွန်းလောင်း ထုလုပ်ကာ ပူဇော်ထားကြသည်။

အိမ်ထောင်ပြုမပြု ကွာခြား

မဟာယာနနှင့် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဓမ္မရေးရာ ကွာခြားသလို ဝိနည်းရေးရာမှာလဲ ကွာခြားပါတယ်၊ အထင်ရှားဆုံး ကွာခြားတာကတော့ ဂျပန်ပြည်မှာ မဟာယာန ဘုန်းကြီးများ အိမ်ထောင်ပြုကြတဲ့ အချက်ပါပဲ။ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာဟာ ဂျပန်ပြည်ကို ခရစ်နှစ် ၅၅၂–ခုနှစ်မှာ ကိုရီးယားကတဆင့် စရောက်လာပါတယ်။ အဲဒီအချိန်တုန်းက အိမ်ထောင်ပြုတဲ့ ဘုန်းကြီး မရှိခဲ့သေးပါဘူး။ နောက် ခရစ်နှစ် ၁၃–ရာစုရောက်မှ ပွုံးမျိုး၊ မတ်မျိုးက ရဟန်းပြုလာတဲ့ ရှင်ရန် (Shinran) ဆိုတဲ့ ဘုန်းကြီးက စပြီး အိမ်ထောင်ပြုတဲ့ဂိုဏ်း တည်ထောင်လိုက်တာပဲ။ ဒီ ဘုန်းကြီးဟာ ပထမတော့ အမိဘာဘာ ဘုရားကို ကိုးကွယ်တဲ့ ဂျိုဒိုဂိုဏ်းဝင်ပါပဲ။ နောက်ကျတော့ ဂျိုဒိုရှင်ဂိုဏ်းကို သီးခြား တည်ထောင်လိုက်တယ်။

ယင်း ကြေးဆင်းတုတော်ကြီးကို ၁၉၇၆-ခုနှစ်က စတင်သွန်းလောင်းတည်ဆောက်ကြရာ သုံးနှစ်ခွဲအကြာတွင် အချောသတ် ပြီးစီးခဲ့သည်။ ကုန်ကျစရိတ် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၄ သိန်းကျော်သည်။ ယခုအချိန် အထိ တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် အကြီးဆုံး မတ်ရပ် ကြေးဆင်းတုတော်ကြီး ဖြစ်သည်။ ၁၉၉၀ ခုနှစ်မေလတွင် တောင်ကိုရီးယားသို့ ဘုန်းကြီးရောက်သောအခါ ဧပြီလ ၁၁-ရက်နေ့က ကြေးဆင်းတုတော်ကြီးကို ကြာဖူးသဏ္ဍာန် မီးပုံးတစ်သိန်း ပူဇော်ကာ စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာ အဖွင့်ပူဇော်ပွဲ ကျင်းပပြီးကြကြောင်း သိရသည်။

ဆိုးလ်မြို့ ဗုဒ္ဓဘာသာ အသံလွှင့်ဌာန ဥက္ကဋ္ဌက ဘုန်းကြီးတို့ကို ရွှေပိန်းချထားသော ဥာဏ်တော် တစ်တောင်ခန့်ရှိသည့် **အရိမေတ္တေယျ** ဘုရားလောင်းရုပ်တုတစ်ခုစီ ဗုဒ္ဓလက်ဆောင် ပေးလိုက်သေးသည်။

အရိမေတ္တေယျ ဘုရားလောင်းကို အမြတ်တနိုး ကိုးကွယ်သော မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံမှာ ဤ တစ်နိုင်ငံသာ ရှိမည် ထင်ပါသည်။

နောက်တော့ တဖြည်းဖြည်း တခြားဂိုဏ်းတွေကပါ လိုက်ပြီး အိမ်ထောင်ပြုလိုက်တော့ အခု ဂျပန်ပြည်မှာ မဟာယာနဘုန်းကြီးအားလုံးလောက်ပဲ အိမ်ထောင်ပြုတဲ့ ဝိနည်းကို လက်ခံနေကြပါပြီ။

ဂျပန်ကို အတုလိုက်ပြီး ကိုရီးယားမှာလဲ တချို့ဂိုဏ်းက အိမ်ထောင်ပြုကြတာ တွေ့ရပါတယ်။ ဘုန်းကြီး ၁၉၇၃–ခုနှစ် ဂျပန်ပြည်ကို ရောက်စဉ်က **ယိုကို** ဇုကမြို့ ဝါရှင်တန်ဟော်တယ်မှာ ကိုရီးယား အမျိုးသမီးတစ်ဦးနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ အကြောင်း စကားစပ်မိတော့ အဲဒီအမျိုးသမီးက ဘုန်းကြီးတွေ အိမ်ထောင်ပြုတာ သူ ထောက်ခံကြောင်း၊ ဘုန်းကြီးကိုလဲ ကိုရီးယားကို ပင့်လိုကြောင်း ပြောပါတယ်။

ကိုရီးယား၊ ဂျပန် မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ ဘုန်းကြီးတို့ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ ကွာခြားပုံ ဒါလောက် သိရရင် တော်လောက်ပြီ ထင်ပါတယ်။

ဒီမေးခွန်းကို ဖြေဆိုရာမှာ အောက်ပါကျမ်းစာများကို နှိုင်းပြုပါတယ်။

1. မြောက်ပိုင်း ဗုဒ္ဓဘာသာ မဟာယာနဂိုဏ်း၊ ရေးသူ အမျိုးသား ပညာဝန် ဦးဖိုးကျား
2. ဗုဒ္ဓသာသနာ ၂၅၀၀ ခရီး၊ ရေးသူ မောင်အံ့ မဟာဝိဇ္ဇာ (ဘုံဘေ)
3. Outlines of Mahayana Buddhism by D.T.Suzuki
4. Literary History of Sanskrit Buddhism by J.K. Nariman
5. A Critical Survey of Indian Philosophy by Chandaradhar Sharma

6. A Short History of Buddhism by Edward Conge

7. Buddhist Mahayana Texts Edited by F.B. Cowell and others

8. 2500 years of Buddhism, general Editor Professor P.V. Bapat

9. Mahayana Buddhism by Nalinaksha Dutt

10. Buddhism in Japan by E. Dale Saunders

11. Religions in Japan by William K.Bunce

12. Zen Dictionary by Ernest Wood

13. The Buddhacarita, edited by E.B. Cowell

14. Mahayana Buddhism by B.L.Suzuki

၃၀။ ဈင်းအကြောင်းသိပါရစေဘုရား

မေး။ ။ဆရာတော်ဘုရား။

တပည့်တော် ရှိသေစွာ လျှောက်ထားပါသည်ဘုရား။ နက်နဲခက်ခဲတဲ့ တရားတော်များကို အလွယ်ကူဆုံးဖြစ်အောင် ဟောကြားပေးတဲ့ ဆရာတော်အား လွန်စွာ ကြည်ညိုလေးစားမိပါတယ်ဘုရား။ တပည့်တော်ဟာ ဈင်းကျင့်စဉ်ကိုလေ့လာပြီး ဈင်း၏ ဥာဏ်ကွန့်မြူးမှုကို ခံစားခဲ့ဖူးပါတယ်။ တော်တော်လဲ နှစ်ခြိုက်မိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဈင်းဟာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းအကျင့် မဟုတ်တဲ့အပြင်

ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့်လဲ မည်သို့မျှ မသက်ဆိုင်ပါဟုလဲ ထင်မြင်မိပါတယ်။ ဟုတ်ပါသလား ဘုရား။ ဤချင်းကျင့်စဉ်ဟာ စိတ်ကိုစိတ်အတိုင်းထားဆိုတဲ့ ဝါဒနဲ့ တူနေပါတယ်။ ချင်းဟာ မည်သို့သော စိတ်အခြေအနေမျိုး ဖြစ်သည်ကိုလည်း ရှင်းပြစေလိုပါတယ်ဘုရား။

မောင်ထွန်းမြင့်၊ ရွှေဟင်္သာ

ဖြေ။ ။အဲဒီမေးခွန်းကလေး တရားနှစ်ပွဲလောက် ဟောဖို့ ကောင်းတဲ့ မေးခွန်းမျိုးနော်၊ နာကြမလား။ (နာချင်ပါတယ်ဘုရား။) အဲ....နာချင်သော်လဲ အချိန်က မရဘူး။ နာချင်လဲ မဟောနိုင်သေးပါဘူး။

တာအိုနှင့်သုညဝါဒ ပေါင်းတော့ ချင်းဖြစ်တယ် နည်းနည်းတော့ ပြောရမှာပေါ့။ ချင်းဟာ တရုတ်ပြည်မှာ ခရစ်နှစ် ၆-ရာစု အလယ်ပိုင်းလောက်မယ် ပေါ်ထွန်းလာတဲ့ ဂိုဏ်းတစ်ဂိုဏ်းပါပဲ။ အဲဒီ အချိန်က တရုတ်ပြည်မှာထင်ရှားတဲ့ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ **မဓျမိကဂိုဏ်း**ရဲ့ **သုညဝါဒ**နဲ့ **လောက်ဇူ**ဆိုတဲ့ တရုတ်ပညာရှိကြီး ဟောပြောတည်ထောင်ခဲ့တဲ့ တာအိုစစ်ဇင်း= **တာအိုအယူဝါဒ**၊ တာအိုကျင့်စဉ်မှာပါတဲ့ သဘောတရားတွေ ရောနှောပေါင်းစပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဂိုဏ်းလို့ ချင်းပညာရှင်များက ဆိုကြပါတယ်။

တာအိုအယူဝါဒမှာပါတဲ့ **မူလသဘာဝ ဘာမျှမရှိခြင်း၊ ရုတ်တရက်ဉာဏ်အလင်းရခြင်း၊ ဘာကိုမျှ မပြုလုပ်ခြင်း** စတဲ့ သဘောတရားတွေနဲ့ မဓျမိက **သုညဝါဒ**ကို ပေါင်းစပ်အခြေခံပြီး တဖြည်းဖြည်း တိုးတက်ဖြစ်ပွားလာတဲ့ ဂိုဏ်းကို ချင်းဂိုဏ်း သို့မဟုတ် ချင်းဗုဒ္ဓဘာသာလို့ ခေါ်ကြပါတယ်။

ဗောဓိဓမ္မ ဈာန်ဂိုဏ်းစ ဒီ ဈာန်ဂိုဏ်းကို တရုတ်ပြည်မှာ စတင်တည်ထောင်သူက တော့ ခရစ်နှစ် ၅၂၀ လောက်မှာ အိန္ဒိယကနေပြီး တရုတ်ပြည်ကို ရောက်လာတဲ့ အိန္ဒိယသား မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ ဘုန်းတော်ကြီး အရှင်ဗောဓိဓမ္မပါပဲ။ တရုတ်ပြည်ပေါက်ဂိုဏ်း ဆိုကြပါစို့။ ဒီ ဈာန်ဟာ အခု ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်းဆိုတော့ တရုတ်ပြည်ပေါက် ခေတ်ပေါ်ဂိုဏ်း ဖြစ်နေတဲ့အတွက် လူအများ မလေးစားစရာ ဖြစ်နေတယ်။ ဒါကြောင့် ဈာန်ဟာ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား လက်ထက်ကတည်းက မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင် ကျင့်သုံးလာတဲ့ သဘောတရား ဖြစ်ကြောင်း သမိုင်း ဖြစ်စဉ်ကို ဈာန်ဆရာတချို့က ဒီလို ဖော်ပြကြပါတယ်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို ထည့်ထားတယ် ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ တစ်ချိန်မှာ မြတ်စွာဘုရား တရားဟောတဲ့ အခါမှာ တရားမဟောဘဲနဲ့ ပန်းပွင့်ကလေး တစ်ပွင့်ကို ကိုင်နေတယ်တဲ့။ အဲဒါကို တရားနာနေတဲ့ ရဟန်းတွေထဲက ဘယ်သူမှ ဘာအဓိပ္ပာယ်ဆိုတာ နားမလည်ကြဘူး တဲ့။

အရှင်မဟာကဿပကြီးကတော့ နားလည်လို့ ပြုံးလိုက်တယ် တဲ့။ ပြုံးလိုက်တော့ မြတ်စွာဘုရားက ချစ်သားကဿပ သင် တရားသိသွားပြီ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒီတရားတွေ သင့်ကို လွှဲအပ်တယ်။ ကျန်တဲ့ တပည့်သားတွေ ဖြန့်ဖြူးပေါ့ လို့ အဲဒီလို မိန့်ကြားခဲ့သတဲ့။

ပန်းပွင့်ကလေး ကိုင်နေတာကို မြင်လို့ ပြုံးတာနဲ့ တရားသိသွားပြီ တဲ့။ ဘုန်းကြီးတို့ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ ကျမ်းဂန်တွေထဲမှာ လုံးဝ မပါပါဘူး။ အဲ သူတို့ကတော့ ဘယ်လိုက ဘယ်လို ပါနေတယ် မသိပါဘူး။ သူတို့မှာ အရှင်မဟာကဿပကနေပြီး အရှင်အာနန္ဒာ၊ အရှင်အာနန္ဒာကနေပြီး အဆင့်ဆင့် သူတို့ ဆရာ

အစဉ်အဆက်တွေ ရွေးချယ်ထားလိုက်တာ နာမည်ကြီးတဲ့ ဘုန်းကြီးတွေ ပါတယ်။ နာမည်ကြီး မဟာယာနဆရာတော်တွေ ပါတယ်။ ဝသုဗန္ဓုတို့၊ နာဂဇ္ဇုနတို့ ဆိုတဲ့ နာမည်ကြီး မဟာယာနဘုန်းကြီးတွေ ပါတယ်။

အဲဒီလို စသည်ဖြင့် ဆရာစဉ်ဆက် ရှင်းကို သင်ကြားပို့ချ ကျင့်ကြံလာကြတာ ဗောဓိဓမ္မအထိ ရှင်းဆရာ အစဉ်အဆက် ၂၀ ဆက် ရှိပြီတဲ့။ မြတ်စွာဘုရားကို အစ အဦး ရှင်းတည်ထောင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ထည့်ပြီး ရှင်း သမိုင်းကို ရေးကြတယ်။

အိန္ဒိယမှာ ရှင်းတရား မရှိခဲ့

ရှင်းဆရာ အစဉ်အဆက်ဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက စပြီး ဗောဓိဓမ္မ အထိ ၂၀ ဆက် ရှိပြီလို့ ဆိုသော်လဲ ဗောဓိဓမ္မရဲ့ ရှေ့ကျတဲ့ ရှင်းဆရာက ဗောဓိဓမ္မကို ရှင်းဂိုဏ်း ဘယ်လို လွှဲခဲ့တယ် ဆိုတာ မတင်ပြနိုင်ကြပါဘူး။ ဗောဓိဓမ္မက စပြီး နောက်ပိုင်း ရှင်းဆရာ အဆက် ဆက်ကို လွှဲအပ်သွားပုံကိုတော့ သူတို့ မှတ်တမ်း မှတ်ရာတွေနဲ့ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖော်ပြကြတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီရှင်းဟာ ဗောဓိဓမ္မခေတ် မတိုင်မီ ကတည်းက ပေါ်ထွန်းလျက် ရှိတယ် ဆိုတာကို ပညာရှင်များ လက်မခံကြ ပါဘူး။ ဒီလို လက်မခံကြတာမှာ (အိန္ဒိယ ရှင်းဆရာ ၂၇ ဆက်ကို ပြထားသော်လဲပဲ) ဒီရှင်း သဘောတရားတွေကို အိန္ဒိယမှာ မတွေ့ကြရတာလဲ အကြောင်းတစ်ကြောင်း အနေနဲ့ ပါဝင်ပါတယ်။

ဗောဓိဓမ္မနှင့် တရုတ်ဘုရင်

ဗောဓိဓမ္မဟာ တရုတ်ပြည် တောင်ပိုင်းကို ပထမဆုံးရောက် တယ်။ တောင်ပိုင်းက ကေရာဇ်ဘုရင် ဝူ ရဲ့ နန်းတော် ရောက်တော့ ဘုရင်နဲ့ တွေ့ရတယ်။ ဘုရင်က ရတနာသုံးပါး အလွန်ကြည်ညိုတဲ့ ဘုရင် ဆိုတော့ သူဟာ ဗုဒ္ဓသာသနာတော် ထွန်းကားရေး

အတွက် ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း၊ ဒီလိုဆောင်ရွက်လို့ သူ့မှာ ဘာကုသိုလ်တွေ ရတယ်ဆိုတာ သိလိုကြောင်း ဗောဓိဓမ္မကို မေးတယ်။ဒီတော့ ဗောဓိဓမ္မက "ဘာကုသိုလ်မှ မရဘူး" လို့ တိုတိုပြတ်ပြတ် ဖြေလိုက်တယ်။ "ဒါဖြင့် မြင့်မြတ်တဲ့ တရားတော်ရဲ့ ပထမဆုံး အခြေခံသဘောဟာ ဘာလဲ" လို့ ဘုရင်က ထပ်မေးတယ်။ ဗောဓိဓမ္မက "ဘာမှ မရှိဘူး၊ မြင့်မြတ်တယ် ဆိုတာလဲ မရှိဘူး" လို့ ဖြေတယ်။ "ဒါဖြင့် အခု ဒီရှေ့မှာ ရပ်နေတာက ဘယ်သူလဲ" လို့ မေးတယ်၊ ဗောဓိဓမ္မက "မသိဘူး" လို့ ဖြေတယ်။

ပစ်တိုင်းထောင် ဘုရင်က ဗောဓိဓမ္မကို မကျေနပ်ဘူး။ ဒါနဲ့ ဗောဓိဓမ္မလဲ တောင်ပိုင်းမှာ မနေတော့ဘဲ မြောက်ပိုင်း ထွက်သွားပြီး ဝေနယ်က တောင်ပေါ် ဘုန်းကြီးကျောင်း တစ်ကျောင်းကို ရောက်တော့ ဂူထဲ ဝင်ပြီး တရားထိုင်တယ်။ ကိုးနှစ်လုံးလုံး ထိုင်ရာက မထဘဲ ဂူနံရံကို စိုက်ကြည့်ပြီး တရားထိုင်တယ်။ မလှုပ်မရှား နေတာ ကြာလာတော့ သူ့ ခြေထောက် နှစ်ချောင်းလုံး ခန္ဓာကိုယ်က ပြုတ်ထွက်သွားသတဲ့။ ဒါပေတဲ့ သူကတော့ ထိုင်မြဲဆက်ထိုင်နေတယ်။

ဒါကြောင့် ဇျင်းဂိုဏ်းကို စတင်တည်ထောင်တဲ့ ဗောဓိဓမ္မ ရဲ့ အထိမ်းအမှတ် အနေနဲ့ ဂျပန်ပြည်မှာ ဒရုမ (daruma) ဆိုတဲ့ ကလေးကစားစရာ အရုပ်တွေ ထုလုပ်လေ့ ရှိကြသတဲ့။ လက်မပါ ခြေမပါဦးခေါင်းနဲ့ ကိုယ်သာရှိပြီး ပစ်ချလိုက်ရင် ဘယ်လိုပဲ ပစ်ချ ပစ်ချ ထောင်လျက်သာပဲ ကျတဲ့ အရုပ်ပေါ့။ မြန်မာပြည်မှာ ပစ်တိုင်းထောင်လို့ ခေါ်ကြတယ်။

လက်ဖက်အစ ဇျင်းက ဗောဓိဓမ္မ နဲ့ ပတ်သက်လို့ တခြား ပြောရိုးဆိုစဉ် စကား တစ်ခုလဲ စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းပါတယ်။ ဗောဓိဓမ္မဟာ နံရံကိုစိုက်ကြည့်ပြီး တရားအားထုတ်နေရင်းက တစ်ချိန်မှာ အိပ်ပျော်သွားတယ်။ ဖျတ်ခနဲ နိုးလာလို့ သူ အိပ်ပျော်သွားကြောင်း သိတော့ သိပ်

စိတ်ဆိုးသွားတယ်။ သူ့ကိုယ်သူ အကြီးအကျယ် မကျေမနပ် ဖြစ်ပြီး သိပ်ဒေါသ ထွက်နေတယ်။ ဒါနဲ့ ချက်ချင်းပဲ သူ့ မျက်ခမ်းသားတွေကို လှီးဖြတ်ပစ်လိုက်တယ်။ မျက်ခွံက ပြတ်ပြီးတော့ မြေပေါ် ကျသွားတဲ့ မျက်ခမ်းသားတွေက ချက်ချင်း လက်ဖက်ပင်တွေ ပေါက်လာတယ်။

အဲဒီ အချိန်က နောက်ပိုင်းမှာတော့ ဈာန်ဘုန်းကြီးတွေဟာ တရားထိုင်ရင်း မငိုက်ရအောင်၊ စိတ်ကြည်အောင်၊ စိတ်ဓာတ်အင်အားပြည့်အောင် လက်ဖက်ရည် သောက်ကြသတဲ့။ ''ဈာန်အရသာ နဲ့ လက်ဖက်ရည် အရသာ အတူတူပဲ'' လို့လဲ ဆိုရိုးပြုကြသတဲ့။

ဒုတိယ ဈာန်ဆရာ တစ်နေ့တော့ ဟွိုကို (Hui-ko) ဆိုတဲ့ ဘုန်းကြီးတစ်ပါးက ဗောဓိဓမ္မဆီ လာပြီး တရားတောင်းတယ်။ ဗောဓိဓမ္မက ဘာမှ ပြန်မပြောဘူး။ ဒါနဲ့ ဟွိုကိုဟာ ဂူပေါက်ဝ ပြင်ဘက် နှင်းခဲတွေထဲမှာ တရားထိုင်ရင်း စိတ်ရှည်လက်ရှည် စောင့်နေတယ်။ ရက်ပေါင်း များစွာ ထိုင်စောင့်နေပေတဲ့ ဗောဓိဓမ္မက ပြန် မဖြေတော့ ဟွိုကိုဟာ သူ့ ဘယ်ဘက်လက်ကို ဖြတ်ပြီး သူ့ရဲ့ ရိုးသားစွာ တရားလိုလားတဲ့ ဆန္ဒကို ဖော်ပြတဲ့ အနေနဲ့ ဗောဓိဓမ္မကို တင်ပြလိုက်တော့ ဗောဓိဓမ္မက ဟွိုကိုကို စကားပြောတယ်။

ဗောဓိဓမ္မ။ သင် ဘာ အလိုရှိသလဲ။

ဟွိုကို။ ကျွန်ုပ် စိတ် မအေးချမ်းပါဘူး။ စိတ် အေးချမ်းအောင် လုပ်ပေးစေချင် ပါတယ်။

ဗော။ ဒီလိုဆိုရင် သင့် စိတ်ကို ငါ့ဆီ ယူခဲ့။ စိတ် အေးချမ်းအောင် လုပ်ပေးမယ်။

ဟွံ ။ ဒါပေတဲ့ ကျွန်ုပ်စိတ်ကို ရှာတော့ စိတ်ကို မတွေ့ပါဘူး။

ဗော။ တွေ့လား အဲဒီမှာ၊ သင့် စိတ်ကို အေးချမ်းအောင် ငါ လုပ်ပေးလိုက်ပြီ။

အဲဒီလို ပြောလိုက်တဲ့ အချိန်မှာပဲ ဟွံကိုဟာ ဉာဏ်အလင်း ပေါက်သွားတယ်။ ဆတောရီ ရသွားတယ်။

အဲဒီ အချိန်က စပြီးတော့ ဗောဓိဓမ္မဟာ သူ့ ဇင်တရားတွေကို တပည့် ဟွံကို ကို လွှဲပေးလိုက်တယ်။ ဟွံကိုဟာ ဇင်းအစဉ်အဆက်မှာ ဒုတိယ ဇင်းဆရာ ဖြစ်လာတယ်။

ပထမဆုံး ဇင်းသဘောတရား ဗောဓိဓမ္မ နှင့် ဟွံကို တို့ရဲ့ အမေးအဖြေတွေဟာ ပထမဆုံး ဇင်း သဘောတရား သင်ကြားပေးချက်တွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဒီ အမေးအဖြေတွေ ထဲမှာ ဇင်း ရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေ ပါဝင်ပြီး ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ မေးရင်းဖြေရင်းနဲ့ တပည့်ရဲ့ ပင်ကိုအသိ (intuition) ကို နှိုးဆွပေးပြီး ရုတ်တရက် ဉာဏ်အလင်းကို (Sudden Enlightenment or Abrupt Awakening) ရစေတာဟာ ဇင်းရဲ့ သဘော လက္ခဏာ လို့ ဆိုပါတယ်။ သို့သော်လဲ အမေးအဖြေတွေကို ကြည့်ရင်တော့ ဘယ်လို လုပ်ပြီး ဉာဏ်အလင်းပေါက်နိုင်မလဲ လို့ တွေးရလောက်အောင်ပဲ အဆင်မပြေတဲ့ ကမောက္ကမ အမေးအဖြေတွေချည်းပါပဲ။ အဆီအငေါ် မတည့်တဲ့ ဒီ အဖြေတွေက ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်ပြီး သဘာဝကျကျ သိတဲ့ ယုတ္တိဗေဒပညာဉာဏ်ကို တွန်းလှန် ဖယ်ရှားပြီး ပင်ကိုအသိ ပကတိဉာဏ် (intuition) ကို တိုက်ရိုက် တည့်တည့်ကြီး ထိတွေ့စေတယ် လို့ ဆိုပါတယ်။

ဒီ ဈေးဂိုဏ်း တော်တော် ပြန့်ပွားလာတဲ့ အခါမှာ အမေးအဖြေကိုသာ မဟုတ်ဘဲ ဘုတ်နဲ့ရိုက်တာ အော်တာ ငေါက်တာ တွေကိုပါ ပင်ကိုအသိ နိုးဆွ လှုံ့ဆော်ရေး၊ ဉာဏ်အလင်းပေါက်ရေး (ဆတောရိ) အတွက် အသုံးပြုလာ ကြတယ်။ ကြောင်းကျိုး ဆင်ခြင်ဉာဏ်ကို မသုံးဘဲ ဖြေရတဲ့ ပဟေဠိ မေးခွန်း တွေကိုလဲ အဖြေရှာခိုင်းပြီးတော့ ဆတောရိ ရအောင် လုပ်ရတာကိုလဲ တီထွင် လာကြတယ်။

တတိယဈေးဆရာ ဟွာ့ကိုရဲ့နောက် တတိယ တရုတ်ဈေးဆရာ စင်ချန်ကို ဟွာ့ကိုက ဈေးဂိုဏ်း လွှဲပေးရာမှာလဲ အခု ပြောခဲ့တဲ့ အမေးအဖြေအတိုင်း တစ်ထပ်တည်းနီးပါးတူတဲ့ အမေးအဖြေမျိုးနဲ့ စင်ချန် ဉာဏ်အလင်း ပေါက်ပြီး ဈေးဂိုဏ်း အလွှဲအပ် ခံရတာပဲ။ ဟွာ့ကိုကဗောဓိ ဓမ္မ ကို စိတ်ချမ်းသာအောင် လုပ်ပေးဖို့ ပြောတယ်။စင်ချန်ကတော့ ဟွာ့ကိုကို သူ့မှာရှိတဲ့အပြစ် စင်ကြယ်အောင် လုပ်ပေးဖို့ ပြောတယ်။ ဒါပဲထူးပါတယ်။

စတုတ္ထဈေးဆရာ တစ်နေ့မှာ စင်ချန်ဆီကို **တာအိုရှင်** ဆိုတဲ့ တရုတ်ဘုန်းကြီး တစ်ပါး ရောက်လာတယ်။ သူက စင်ချန်ကို ''လွတ် မြောက်ရေး နည်းလမ်းဟာ ဘာလဲ'' လို့ မေးတယ်။ စင်ချန်က ''သင့်ကို ဘယ်သူက ချည်တုပ်ထားလို့လဲ'' လို့ ပြန်မေးတယ်။ တာအိုရှင်က ''ဘယ်သူကမှ ချည်တုပ်မထားပါဘူး'' လို့ ဖြေတော့''ဒါဖြင့် ဘာကြောင့် သင် လွတ်မြောက်ရေး ကို ရှာနေသလဲ'' လို့ စင်ချန်က မေးဖြေဖြေလိုက်တာနဲ့ တာအိုရှင်ဟာ ဉာဏ် အလင်းပေါက်သွားတယ်။ စင်ချန်က တာအိုရှင်ကိုဈေးဂိုဏ်း လွှဲပေးလိုက်တယ်။ **တာအိုရှင်**ဟာ **စတုတ္ထ** ဈေးဆရာ ဖြစ်လာတယ်။

သမိုင်းပုံပြင် အဲဒီလို စသည်ဖြင့် တရုပ်ပြည်မှာ ဗောဓိဓမ္မက စပြီး ဈေးဆရာ တစ်ဆက်ပြီး တစ်ဆက် ပြောင်းသွားတာကို

မှတ်တမ်းတင်ထားကြတယ်။ သို့သော်လဲ ၂၈ ဆက်မြောက် ဈင်းဆရာဆိုတဲ့ ဗောဓိဓမ္မကို သူ့ ရှေ့က ၂၇ ဆက်မြောက် ဈင်းဆရာက လွှဲအပ်ခဲ့ပုံတော့ သူတို့ မဖော်ပြနိုင်ကြဘူး။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက စပြီး အိန္ဒိယဈင်းဆရာ ၂၇ ဆက် ဆိုတဲ့ ဈင်းဆရာတို့ရဲ့ အဆိုကို သုတေသီများက သမိုင်းပုံပြင် လို့မှတ်ယူကြပါတယ်။

ရိုက်လို့အော်လို့ ဥာဏ်အလင်းရ ရှေ့နားတုန်းက ဆတောရီ ရရေးအတွက် ရိုက်တာနဲ့ အော်တာကို အသုံးပြုကြောင်း ပြောခဲ့တယ်။ အဲဒီ စနစ် စတင်ပေါ်လာတာက ဒီလိုပါ။ ခရစ်နှစ် ၈၅၀ လောက်မှာ တရုတ်ပြည်မယ် ဟွမ်ပို (Huang-po) ဆိုတဲ့ ဈင်းဆရာတော်ကြီးရဲ့ ကျောင်းမှာ လင်ချီ (Lin-chi) ဆိုတဲ့ ဉာဏ်ပညာထက်မြက်တဲ့ ဈင်းရဟန်းငယ် တစ်ပါး ဈင်းတရား သင်ယူဖို့ ရောက်နေတယ်။ အဲဒီကျောင်းကို ရောက်လို့ သုံးနှစ်ရှိတော့တောင်မှ ဟွမ်ပိုနဲ့ စကားပြောခွင့် မရဘူးတဲ့။ ဒါနဲ့ ဟွမ်ပိုရဲ့ တပည့်ထဲက အရေးပါဆုံးဖြစ်တဲ့ မူချိုက ဟွမ်ပို့အခန်းကို တိုက်ရိုက်သွားဖို့ လင်ချီကို အကြံပေးတယ်။ လင်ချီက ဟွမ်ပို့ အခန်းကိုသွားပြီး "ဗုဒ္ဓတရားတော်ရဲ့ နက်နဲလှတဲ့ သစ္စာတရားဟာ ဘာပါလဲ" လို့ မေးတော့ ဟွမ်ပိုက ဘာမှပြန်မပြောဘဲ ထပြီး တုတ်နဲ့ အချက်နှစ်ဆယ် ရိုက်ပစ်လိုက်တယ်။ လင်ချီ စိတ်ပျက်လက်ပျက်နဲ့ ပြန်လာပြီး မူချိုကို အကျိုးအကြောင်း ပြောပြတော့ ထပ်သွားဖို့ မူချိုက တိုက်တွန်းပြန်တယ်။ ဒါနဲ့ ဒုတိယအကြိမ် တတိယအကြိမ် ထပ်သွားတော့လဲ အရိုက်ပဲ ခံခဲ့ရတယ်။ ဘာအဖြေမှ မရခဲ့ဘူး။ ဒါကြောင့် ကျောင်းကထွက်သွားဖို့ စိတ်ကူးတယ်။ မူချိုက တားထားပြီး နောက်တစ်ကြိမ် ထပ်သွားဖို့ စီစဉ်ကြတယ်။

ဒီ စတုတ္ထအကြိမ် သွားတော့ မူချိုပါ အဖော်အဖြစ် လိုက်သွားပြီး သူ့ဆရာကို လင်ချီဟာ ငယ်ပင်ငယ်သော်လဲ ဉာဏ်ထက်သူဖြစ်ကြောင်း၊ ဈင်း

တရားပြန့်ပွားရေးအတွက် အလားအလာ ရှိသူဖြစ်ကြောင်း ပျောက်တော့မှ ဟွမ်ပိုက ချင်းဆရာ **တာယု (Ta-yu)** ဆီ သွားဖို့ ညွှန်ကြားလိုက်တယ်။ တာယုဆီ ရောက်တော့ လင်ချီက အကျိုးအကြောင်း ပြောပြပြီး ''သူ ဘာမှားလို့ အရိုက်ခံရတာပါလဲ'' လို့ မေးတယ်။ ဒီတော့ တာယုက ''ဟွမ်ပို ဟာ ကြီးမားလှတဲ့ မဟာကရုဏာနဲ့ သင့်ကို ရိုက်လိုက်တာပဲ၊ သင်က တယ်ပြီးတုံးတာကိုး'' လို့ အပြစ်တင်တယ်။ အဲဒီလိုလဲ တာယုက ပြောလိုက်ရော လင်ချီဟာ တခါတည်း ဉာဏ်အလင်း ပေါက်သွားပြီး ဆတောရိ ရသွားတာပဲ။ သူဟာ အရာတိုင်းကို အသိသစ် အမြင်သစ်နဲ့ သိမြင်လာတယ်။

လက်သီးနှင့်ထိုးမှ သဘောပေါက်

ဒီတော့မှ လင်ချီက ''တကယ်တော့ ဟွမ်ပို့ရဲ့ တရားက သိပ်မထူးခြားလှသေးပါဘူး'' လို့ တာယုကို ပြောလိုက်တယ်။ ဒီစကား ကြားရတော့ တာယုဟာ လင်ချီကို ထရိုက်ပြန်တယ်။ ရိုက်ရင်းလဲ ''ဒီအကောင် အခုနပဲ သူ ဘာမှားသလဲ လို့ မေးပြီး အခုတော့ ဟွမ်ပို့တရားက သိပ်မထူးခြားလှသေးပါဘူး လို့ ပြောပြန်တယ်။ ဘယ်လောက် ရိုင်းလိုက်သလဲ'' လို့ အပြစ်တင်ပြန်တယ်။ ဒီတင်မှ လင်ချီက တာယုရဲ့ နံကြားကို လက်သီးနဲ့ သုံးချက် ပစ်ထိုးလိုက်တယ်။ ဒီတော့မှ တာယုဟာ လင်ချီ စစ်မှန်တဲ့ ဆတောရိကို ရသွားပြီ ဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက်သွားပြီး လင်ချီကို ဟွမ်ပို့ဆီ ပြန်လွှတ်လိုက်တယ်။

ဆရာ့ပါး တအားရိုက်

ဟွမ်ပို့ဆီ ပြန်ရောက်တော့ လင်ချီက သူ့အတွေ့အကြုံ ပြန်ပြောပြတယ်။ ဟွမ်ပိုက ''တာယုများ လာရင်တော့ အချက် နှစ်ဆယ်လောက် တီးလိုက်ဦးမယ်'' လို့ ပြောတော့ ''လင်ချီက တာယုကို စောင့်နေဖို့ မလိုပါဘူး၊ ရော့.... ယူတော့ '' လို့ ပြောရင်း ဟွမ်ပို့ရဲ့ ပါးကို တအားလွှဲရိုက်ပစ်လိုက်တယ်။

ဟွမ်ပိုက ''တယ်....ဒီ အရှူးကောင်'' လို့ ကုန်းအော်လိုက်တော့ လင်ချီက ''ဝိုး'' လို့ မိုးခြိမ်းတဲ့ အသံမျိုးနဲ့ ပြန်အော်လိုက်တယ်။

လင်ချီဟာ ဟွမ်ပိုရဲ့ အရိုက်အရာကို ဆက်ခံတဲ့ တပည့်ကြီး ဖြစ်သွားတယ်။ အရည်အချင်းတွေ ပြည့်သွားလို့ပေါ့။

လင်ချီဂိုဏ်းကျင့်စဉ် အဲဒီ အချိန်ကစပြီး ဉာဏ်အလင်း ပေါက်ရေး မှာ ရိုက်တာနဲ့ အော်တာဟာ တရားဟောတာ တရားဆွေးနွေးတာထက် ပိုပြီး ထိရောက်တယ်လို့ လင်ချီ ယူဆလာတယ်။ ယူဆတဲ့အတိုင်းလဲ ကျင့်သုံးတယ်။ သူ့ တပည့်တွေမှန်သမျှကို နာနာရိုက် ကျယ်ကျယ်အော်ပြီးတော့ ဉာဏ်အလင်းပေါက်အောင် ချီးမြှောက်ခဲ့တယ်။

လင်ချီဆိုတာ အရပ်ဒေသရဲ့ နာမည်ပဲ။ သူ့ အမည်မှန်ကတော့ အိရွှမ် (I–Hsuam) တဲ့။ သို့သော်လဲ အရပ်ဒေသ အမည်နဲ့ လင်ချီလို့ပဲ သူ့ကို သိကြတယ်။ သူ့ရဲ့ အရည်အချင်း ပြည့်မှုကြောင့် လင်ချီမှာ တပည့်တွေ အဆမတန် များလာတဲ့အခါမှာ လင်ချီဂိုဏ်း လို့ ဖြစ်လာတယ်။ ခရစ်နှစ် ၁၂ ရာစုမှာ တရုတ်ပြည်ကို လာပြီး ပညာသင်တဲ့ ဂျပန်ဘုန်းကြီး အေးဆိုင် (Eisai) က ဒီလင်ချီဂိုဏ်း ချင်းကျင့်စဉ်တွေ သင်ယူပြီး ဂျပန်ပြည် ပြန်ရောက်တော့ ဒီကျင့်စဉ်တွေကို ပြန်ပြီး ဟောပြောပြသလို့ ဂျပန်ပြည်မှာ လင်ချီချင်းဂိုဏ်းဆိုတာ ပေါ်လာတယ်။ ဂျပန်လိုတော့ ရင်ဇိုင်း (Rinzai) ဂိုဏ်း လို့ ခေါ်တယ်။ ဒီ ရင်ဇိုင်းဂိုဏ်းကလဲ လင်ချီလိုပဲ နာနာရိုက်၊ ကျယ်ကျယ်အော်ပြီး အလင်း ဉာဏ် ရစေသတဲ့။

လိုပု အလင်းဥာဏ် ရပုံ

ဒီနေရာမယ် တရုတ်ပြည်မှာပဲ နာနာရိုက်၊ ကျယ်ကျယ် အော်လို့ အလင်းဉာဏ် ရသွားတဲ့ ဖြစ်ရပ်ကလေး တခု ပြောပြချင်ပါသေးတယ်။ တချိန်မှာ ဈင်းဆရာ လင်ချိက သူ့တပည့် လိုပု (Lo-pu) ကို ''တစ်ယောက်က တုတ်နဲ့ ရိုက်တယ်၊ အခြားတစ်ယောက်က ''ဝိုး'' လို့ အော်တယ်။ အဲဒီ နှစ်မျိုးမှာ ဘယ်ဟာက အမှန်တရား သိဖို့ ပို နီးစပ်သလဲ'' လို့ မေးတယ်။ တပည့်က ''ဘယ်ဟာမှ မနီးစပ်ဘူး'' လို့ ဖြေလိုက်တယ်၊ ''ဒါဖြင့် လူတစ်ယောက်ဟာ ဘယ်လိုလုပ်မှ အမှန်တရားသိရေးနဲ့ ပိုပြီး နီးစပ်နိုင်သလဲ'' လို့ လင်ချိက ဆက်မေးတယ်။ တပည့်က ဘာမှ ပြန်မဖြေဘဲ ရုတ်တရက် ''ဝိုး'' လို့ အော်လိုက်တော့ ဆရာက မုံးကနဲ မြည်အောင် တုတ်နဲ့ ရိုက်လိုက်တယ်။ တပည့်လိုပု တခါတည်း အလင်းဉာဏ် ပေါက်ပြီး အမှန်တရား သိသွားတယ်။

ဆွမ်းခံဘုန်းကြီး တံမြက်စည်းနဲ့ရိုက် ဥာဏ်အလင်းပေါက်

ဒီလို တုတ်နဲ့ ရိုက်ရာမှာ ဆရာက ရိုက်မှမဟုတ်ဘဲ ဘေးလူက ရိုက်ရင်လဲ အကြောင်း ညီညွတ်ရင် အလင်းဉာဏ် ရနိုင်ကြောင်း အစဉ်အဆက် မှတ်သားလာတဲ့ ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ရှိပါတယ်။ အဲဒီ ဖြစ်ရပ်ကတော့ ဒီလိုပါ။

ဂျပန်ပြည်မှာ **ဟကုဝင်** ဆိုတာ အင်မတန် နာမည်ကြီးတယ်။ ဈင်းဂိုဏ်း ဆရာကြီး တစ်ဦးပဲ။ သူ ဆတောရီ ဉာဏ်အလင်း ရသွားပုံကလဲ စိတ်ဝင်စားစရာပဲ။ ၁၈ ရာစုနှစ်က အဖြစ်အပျက်ပါ။ ဒီ အဖြစ်အပျက်ကို **စာအုပ်တိုင်းလိုလို**က ဖော်ပြကြတယ်။ သူက နာမည်ကြီးတာကိုး။

ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ အဲဒီ ဟကုဝင်ဟာ သူက **ဈင်းဘုန်းကြီးဆိုတော့** ထုံးစံအတိုင်း ရွာထဲကို ဆွမ်းခံသွားတယ်။ ဆွမ်းခံကြွတော့ ဆင်းရဲတဲ့ **အမယ်**

အိုရဲ့ အိမ်ရှေ့မှာ ဆွမ်းရပ်မိတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ အမယ်အိုက တံမြက်စည်း လှည်းနေတယ်။ ဆွမ်းမလောင်းဘူး။ မကြည်ညိုလို့လား၊ လောင်းစရာ မရှိလို့ လား မသိဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဟကုဝင်က ဇွဲကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုး။ ဒီတော့ အမယ်အို မလောင်းမချင်း မသွားဘူး။ ရပ်နေတယ်။ အမယ်အိုက အိမ်ရှေ့မှာ တံမြက်စည်းလှည်းတာဆိုတော့ တံမြက်စည်းလှည်းလိုက်၊ ဘုန်းကြီးကို လှည့်ကြည့် လိုက်။ ဘုန်းကြီးကလဲ မသွားဘူး။ သူကလဲ တံမြက်စည်းလှည်း၊ဘုန်းကြီးကလဲ မသွားနဲ့၊ ကြာတော့ အမယ် အို စိတ်အချဉ် ပေါက်လာတယ် ထင်ပါရဲ့၊ တော်တော် ခေါင်းမာတဲ့ ဘုန်းကြီး ဒါလောက်တောင်မှ မသွားချင်လှတာ သိရောပေါ့ ဆိုတဲ့ သဘောနဲ့ အမယ်အိုက ဘုန်းကြီးနား ကပျာကယာ သွား ပြီးတော့ ဘုန်းကြီးကို တံမြက်စည်းရိုးနဲ့ ရိုက်ချလိုက်တယ်။ ဘုန်းကြီး ခွေခနဲ လဲပါလေရော။

လဲကျသွားတာနဲ့ တပြိုင်နက် ဟကုဝင်ဟာ ဆတောရီ ဥာဏ်အလင်း ရသွားတယ်။ ဒါနဲ့ ဝမ်းသာလွန်းလို့ ဖျတ်ကနဲ ဖုတ်ဖက်ခါ ထပြီး သူ့ကို ရိုက်တဲ့ အမယ်အိုကို ဘာမျှမပြောပဲ ကျောင်းကို ခြေကုန်သုတ်တော့တာပဲ။

အဲဒါကို သူတို့က ဘာခေါ်သလဲဆိုတော့ **Sudden Enlightenment** ရုတ်တရက် ဥာဏ်အလင်းရသွားခြင်းတဲ့၊ ဘာမှ လုပ်နေဖို့ မလိုဘူး။ သူ့ အလိုလို အဆင်သင့်တဲ့အခါ ရသွားတာပဲတဲ့။

သူ့ ဆရာဆီ ရောက်တဲ့အခါကျတော့ ဟကုဝင်က သူဖြစ်ပုံ အလုံးစုံကို ပြောတဲ့အခါမှာ သူ့ဆရာက ဝမ်းသာလွန်းလို့ ကျောသပ်တယ်တဲ့။ ''ငါ့ တပည့်၊ မင်း ဥာဏ်အလင်းရသွားပြီ၊ ဥာဏ်အလင်း ရသွားပြီ'' လို့ ဆရာက

ချီးကျူးပြီး ကျောသပ်တယ်တဲ့။ ကျောသပ်ပြီး အဲဒီနေ့ကစ ဆရာက သူ့ကို ချစ်ခင်လိုက်တာ၊ ဂရုစိုက်လိုက်တာ လွန်ရောတဲ့။ မကောင်းဘူးလား၊ တံမြက် စည်းနဲ့ ရိုက်လိုက်တာနဲ့ပဲ လဲကျပြီး ဉာဏ်အလင်း ရသွားတာ။

ဘုန်းကြီးတို့ ပရိသတ် အဲဒါ ဈင်းကြိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရင် နာနာရိုက် ပေးကြ။ (ရယ်ကြသည်။) ဟုတ်ကဲ့လား၊ ဉာဏ်အလင်းရသွားအောင်။

ဒီ အဖြစ်အပျက်ကို ကြည့်ရင် ဆရာက ရိုက်မှသာ ဆတောရိရတာ မဟုတ်ဘူး။ ဘေးလူက ရိုက်ရင်လဲ ဆတောရိ ရနိုင်ကြောင်း သိရတယ်။ ဘုန်းကြီး ဂျပန်ပြည်မှာ ၁၄ ရက် နေခဲ့တုန်းက စာအုပ်တွေလဲ ဖတ်တယ်။ သူတို့ကိုလဲ မေးမြန်း လေ့လာခဲ့တယ်။ စိတ်ကူးတာက ဂျပန်ပြည် ဗုဒ္ဓဘာသာ အကြောင်း ရေးဖို့ စိတ်ကူးပြီး လေ့လာတာပါပဲ၊ စာအုပ်တွေလဲ အများကြီး စုထားတယ်။ ဒါကြောင့် ဈင်းအကြောင်း အတော်အတန် သိရတယ်။ သေသေ ချာချာတော့ မသိပါဘူး။ အခုဟာ သိသလောက်ကလေး ပြောပြနေတာပါ။

တိုကျို ဈင်းတက္ကသိုလ်မှာ ဈင်းဘုန်းကြီးလုပ်ပြီး စာလာသင်နေတဲ့ သီဟိုဠ် ဘုန်းကြီးတစ်ပါး တွေ့ခဲ့တယ်။ သူက ''သူ စာသင်နေတာ ၂ နှစ် ရှိသွား ပြီ။ ဈင်းဆိုတာ ဘာရယ်လို့ တိတိကျကျ သဘောမပေါက်သေးဘူး'' လို့ ဘုန်းကြီးကို ပြောပါတယ်။

ကိုအန်ပဟေဠိ အသုံးပြုပုံ ဆတောရိ ရရေးအတွက် ''ကိုအန်'' ခေါ်တဲ့ ပဟေဠိ မေးခွန်းကို အဖြေခိုင်းကြောင်း ရှေ့နားမှာ ပြော ခဲ့ပါတယ်။ ကိုအန် ဆိုတာ သတ်မှတ်ချက် မရှိပါဘူး။ ဆရာက စိတ်ထဲ ထင်ရာမြင်ရာ မေးတဲ့ မေးခွန်းပါပဲ။ တပည့်ကလဲ သဘာ

ဝယုတ္တိ ကြောင်းကျိုးညီ ဖြေဖို့ မလိုပါဘူး။ အဲဒီလိုစနစ်တကျ စဉ်းစားဖြေရင် မမှန်ပါဘူး။ စိတ်ထဲ ထင်ရာမြင်ရာ ဖြေမှပဲ မှန်ပါတယ်။

ဒီ ကိုအန် အသုံးပြုတာနဲ့ ပတ်သက် လို့ ထင်ရှားတဲ့ ဖြစ်ရပ်ကလေး တစ်ခု ပြောချင်ပါတယ်။ တရုတ်ပြည်မှာ အင်မတန် ထင်ရှားတဲ့ ဈင်းဆရာကြီး ချိုချု(Choa Chu) ဆိုတာ ၉ ရာစုမှာ ပေါ်ထွန်းခဲ့တယ်။ အဲဒီ ချိုချုကို သူ့ဆရာ နန်ချွမ်ကဈင်းဂိုဏ်းကို ဆက်ခံဖို့ လွှဲအပ်တဲ့ အခါမှာ စိတ်ဝင်စားစရာ အဖြစ်အပျက်ကလေး ရှိတယ်။

ဘယ်လိုလဲ ဆိုတော့ တရုတ်ပြည်မှာပေါ့လေ။ တနေ့မှာ အဲဒီ နန်ချွမ်ရဲ့ ကျောင်းထဲမှာ ဈင်းဘုန်းကြီးတွေ ကြောင်ကလေးတစ်ကောင်ကို သူ့ကြောင် ငါ့ကြောင်နဲ့ လုနေကြတယ်။ လုနေကြတာ ဆရာက တွေ့တော့ ကဲ မင်းတို့ ငြင်းခုံနေလို့ ရှိယင် ငါ ဖျန်ဖြေပေးမယ် ဆိုပြီး ကြောင်ကလေးကို ယူလိုက်တယ်။ ယူပြီး မြှောက်လိုက်တယ်။ မြှောက်လိုက်ပြီး ဘာပြောသလဲ ဆိုတော့ ''သင်တို့ထဲက ဒီကြောင်ကို ငါ ဘာကြောင့် မသတ်သင့်ဘူး လို့ ပြောနိုင်တဲ့လူ ရှိရင် ပြောပါ '' တဲ့။ ဒီတော့ ဘယ်သူမှ မပြောဘူး။ မပြောတာနဲ့ပဲ ဆရာက ကြောင်ကို သတ်ပစ်လိုက်တယ်။ ကျမ်းစာအုပ်တစ်အုပ်က မြေကြီးနဲ့ ကိုင်ပေါက်သတ်လိုက်တယ် လို့ ဆိုတယ်။ တခြား ကျမ်းစာအုပ်တစ်အုပ်က တူရွင်းနဲ့ ထက်ခြမ်းခွဲ သတ်လိုက်တယ် လို့ ဆိုတယ်။ ဒီတော့ ကြောင် သေသွားရော။ ကြောင်လုတဲ့ ကိုယ်တော်တွေ ဘာမှ မတတ်နိုင်ဘူး။ ဒီ အချိန်မှာ ဈင်းဂိုဏ်းကို လွှဲအပ်ခံရမယ့် ကိုယ်တော် ချိုချုက တခြား ခရီးလွန်နေလို့ အဲဒီထဲ မပါဘူး။

သူ ပြန်လာတဲ့အခါ ဆရာက အကျိုးအကြောင်း ပြောပြတယ်။''ဒီလို ဒီလို ငါက မေးတယ်၊ သူတို့ ဘယ်သူမှ မဖြေကြဘူး။ ဒါကြောင့် ငါ ကြောင်ကလေးကို သတ်ပစ်လိုက်တယ်။ ကဲ....သင်ဆိုရင် ဘယ်လိုဖြေမလဲ'' လို့ မေး

တယ်။ ဒီတော့ အဲဒီ ချီချူက ဘာလုပ်သလဲ ဆိုရင် သူစီးလာတဲ့ ကောက်ရိုး ဖိနပ်ကလေး ဖျတ်ကနဲ ချွတ်ပြီး ခေါင်းပေါ် တင်လိုက်တယ်၊ ပြီးတော့ ဘာမှ မပြောပဲ လှည့်ထွက်သွားတယ်။ ဒီတင်မှ နန်ချွမ်က ''အဲဒီတုန်းက သင်သာ ရှိရင် ကြောင်ကလေး အသတ်ခံရမှာ မဟုတ်ဘူး'' လို့ ပြောတယ်။

ဒီ ဖြစ်ရပ်မှာ ''ကြောင်ကို ဘာကြောင့် မသတ်သင့်သလဲ'' ဆိုတာ ကိုအနှပဲ။ ဝိုင်းကြည့်နေကြတဲ့ ဘုန်းကြီးတွေ ဘယ်သူမှ မဖြေနိုင်ဘူး။ ချီချူ ရောက်လာလို့ သူ့ကိုမေးတော့ သူက ဖြေတယ်။ သူ့ အဖြေက ခြေထောက် မှာ စီးထားတဲ့ ဖိနပ်ကို ခေါင်းပေါ် တင်လိုက်တာ သူ့ အဖြေပဲ။ အဓိပ္ပာယ် က သတ်သင့်၊ မသတ်သင့် ဆိုတဲ့ ပြဿနာ မရှိပါဘူး။ ပြဿနာ မဟုတ် တာ ပြဿနာ လုပ်နေကြတာပဲ။ တစ်လောကလုံးဟာ ဘာမှ အမှန်တကယ် မရှိတဲ့ သုညပဲ လို့ ဆိုလိုဟန် တူပါတယ်။

အဲဒီ ချီချူ ဂိုဏ်းဆရာ ဖြစ်လာတဲ့ အခါမှာ သူ့ကို လာပြီး တပည့်တစ်ယောက် က ''ဆရာကြီး ခင်ဗျာ၊ ကျွန်ုပ် ရှင်းကျင့်စဉ် ကျင့်ချင်လို့ သင်ကြားပေး ပါ။ ကျင့်စဉ် ညွှန်ကြားပေးပါ'' လို့ ပြောတဲ့အခါ ဆရာက ဘာပြောသလဲ ဆိုတော့ **Have you eaten gruel? Go and wash your bowl.** လို့ ပြောလိုက်တယ်။ တပည့် တရားတောင်းတာက ဈာန်ကျင့်စဉ် သင်ပေးပါ လို့ တောင်းတယ်။ ဆရာပေးတဲ့ ကျင့်နည်းက ''မင်း ဆန်ပြုတ် သောက် ပြီးပြီလား တဲ့၊ သောက်ပြီးယင် ကဲ ...ပန်းကန် ဆေးလိုက်''တဲ့။ ဟော....အဲဒါ ဈာန်းပဲတဲ့။

တပည့်က ဆရာပြောတာ နားမလည်တော့ သူမေးချင်တာ ထပ်မေး တယ်။ ''ဆရာခင်ဗျား။ လူများ သေသွားတဲ့ အခါကျတော့ ဝိညာဉ်က ဘယ်လို

များ ဖြစ်သွားပါသလဲ'' တဲ့။ အဲဒီ ဈင်းဆရာကြီး ချိုချူက ဘာပြောသလဲ ဆိုတော့ This morning it's windy again ''ဒီမနက်လဲပဲ လေထန်ပြန်ပြီကွယ်'' လို့ ဆိုသတဲ့။ အဲဒါ ဈင်းပဲ။

ဈင်းဆိုတာ ဒါလောက်ဆိုရင် ဈင်းကို နည်းနည်းပါးပါး ရိပ်မိလောက်ကောင်းပါပြီ။ ဈင်းဆိုတာ သက္ကတဘာသာ ဓျာန၊ ပါဠိဘာသာ ဈာန၊ မြန်မာဘာသာ ဈာန်၊ တရုတ်ဘာသာ ချန်၊ ဂျပန်ဘာသာ ဈင်း လို့ အသံထွက်ကွဲနေတဲ့ စကားလုံးပါ။ ဈာန=ဈာန် ဆိုတာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာတော့ ''အာရုံကို ကပ်၍ရှုတဲ့ စိတ်'' ပါပဲ။ အများသိအောင် ဆိုရင်တော့ ''အာရုံ တစ်ခုတည်းမှာ စူးစိုက်တည်ငြိမ်နေတဲ့ စိတ်'' လို့ ပြောရလိမ့်မယ်။ သို့သော်လဲ တရုတ်ဘာသာ ချန် ဂျပန်ဘာသာ ဈင်း ကတော့ ''တရားအားထုတ်ခြင်း'' လို့ သူတို့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် ဈင်းဂိုဏ်းဆိုတာ တရားအားထုတ်တဲ့ ဂိုဏ်းလို့ (သူ့မူရင်း အဓိပ္ပာယ်အရ) ပြောကြရတယ်။

ဈင်းကို စတင်တည်ထောင်တဲ့ ဗောဓိဓမ္မကတော့ ကိုးနှစ်လုံးလုံး နံရံကို ကြည့်ပြီး တရားထိုင်ခဲ့တာ ဖြစ်လို့ ''ဈင်းဆိုတာ တရားအားထုတ်ခြင်း'' ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်နဲ့ ကိုက်ညီပါတယ်။ သို့သော်လဲ တဖြည်းဖြည်း ကိုအန်ပဟေဠိတို့၊ ရိုက်တာတို့၊ အော်တာတို့ စသည်တွေ ဝင်လာတော့ ကျင့်နည်း ကျင့်ဟန်တွေဟာ ဈင်းရဲ့ မူလသဘာဝနဲ့ တခြားစီ ဖြစ်သွားပုံ ရပါတယ်။ ရင်ဇိုင်းဈင်းဂိုဏ်းက ဆိုရင် ''တရားထိုင်ရင် တရားမရဘူး၊ တရားမထိုင်မှ တရားရတယ်'' လို့တောင် ယူဆ ပြောဆိုကြတယ်။

ဆတောရိ တရားထိုင်သည် ဖြစ်စေ၊ မထိုင်သည်ဖြစ်စေ ဈင်းဂိုဏ်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်က ဆတောရိရဖို့ပဲ။ ဆတောရိဆိုတာ အမှန်တရားကို သိတဲ့ အလင်းဉာဏ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ဈင်းရဲ့ အဆုံးစွန်ဖြစ်တဲ့ အမှန်တရားက (မဇ္ဈိမိက ဂိုဏ်းနဲ့ တာအို အယူဝါဒတွေထဲက ယူထားတဲ့) **သုညပါပဲ**။ ဒီ

သုညက ထေရဝါဒ တရားမှာ ပါတဲ့ သုညနဲ့ အဓိပ္ပာယ် မတူပါဘူး။ ထေရဝါဒ သုညက အတ္တဆိတ်သုဉ်းခြင်း၊ အတ္တမရှိခြင်းကို ဆိုလိုပါတယ်။ ဈင်း သုညက တော့ အစစ်အမှန်အနေနဲ့ အတ္တလဲမရှိ၊ ရုပ်လဲမရှိ၊ နာမ်လဲမရှိ၊ ဘာမှ မရှိ တာကို သုည လို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒီ သုညကို အပြည့်အဝ သဘောပေါက်ရင် ဗုဒ္ဓဉာဏ်ကို ရပြီ၊ ဗုဒ္ဓသဘာဝကို တွေ့ပြီ၊ ဗုဒ္ဓဖြစ်ပြီအထိ အဆိုရှိပါတယ်။ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာ အယူအဆအရ သတ္တဝါတိုင်းမှာ ဗုဒ္ဓသဘာဝရှိပြီး သတ္တဝါ တိုင်းဟာ ဘုရားအဖြစ်နဲ့သာ နိဗ္ဗာန်ဝင်စံနိုင်တယ် လို့ ယူဆတာ ဆိုတော့ ဗုဒ္ဓ ဖြစ်ပြီ လို့ သူတို့ ပြောကြမှာပဲ။ ဈင်းပါရဂူကြီး ဆူဇူကီးကလဲ ဆတောရီ ဆိုတာ အနုတ္တရ သမ္မာသမ္ဗောဓိဉာဏ်ပါပဲ လို့ ရေးပါတယ်။

ဆတောရီ အမျိုးမျိုး သို့သော်လဲ တချို့ ဈင်းဘုန်းကြီးများဟာ အတွေ့အကြုံ အမျိုးမျိုးကြောင့် ဆတောရီ အကြိမ်ကြိမ် ရခဲ့တာတွေ ဖော်ပြထားတာ တွေ့ရတော့ ဆတောရီဟာ အဆင့်ဆင့် ရှိတယ်၊ အမျိုးမျိုးရှိတယ် လို့ နားလည်ရပါတယ်။ အဆင့်မြင့် ဆတောရီ ကြီးတွေက ၁၀ ဆင့် ရှိကြောင်း သိရပါတယ်။ ဆယ့်ရှစ်ရာစုနှစ်မှာ တန်ခိုး ထွားခဲ့တဲ့ ဂျပန်ဈင်းဘုန်းကြီး ဟကူဝင်က နှင်းခဲတွေ ကျတဲ့ အသံ ကြားရ လို့ ကြီးမားတဲ့ ဉာဏ်အလင်း (ဆတောရီ) ကို သူ ခုနစ်ကြိမ် ရခဲ့ကြောင်း၊ တခြား အတွေ့အကြုံတွေကြောင့်လဲ ရခဲ့ကြောင်း သူ့ရဲ့ ကိုယ်တိုင်ရေး အတ္ထုပ္ပတ္တိ စာအုပ်ထဲမှာ ရေးခဲ့တယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ဆတောရီ အသေးစားတွေကိုလဲ မရေတွက်နိုင်အောင် ရခဲ့တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီတော့ သူတို့ ဆတောရီဟာ ထေရဝါဒ မဂ်ဉာဏ်နဲ့ တခြားစီပဲ လို့ နားလည်ရပါတယ်။

ဘဝအသိအမြင်လဲ ဆတောရီ ဈင်းတရား အားထုတ်တာနဲ့ ပတ်သက်လို့ ရေးထားတဲ့ The Matter of Zen စာအုပ်ထဲမှာ ဆတောရီ အမျိုးမျိုးကို ဖော်ပြ ထားပါတယ်။

ဈင်းလေ့လာရေး သဘောလက္ခဏာ အဆင့်ဆင့်ကိုရော ဈင်းတရား အားထုတ်ရာမှာ တိုးတက်မှုအဆင့်ဆင့်ကိုရော ဆတောရီ လို့ ခေါ်ကြောင်း ဖော်ပြထားပါတယ်။ သမာဓိ လို့ ခေါ်တဲ့ နောက်ဆုံး အလင်းဉာဏ်ပေါက်ခြင်းဟာလဲ ဆတောရီပဲ။ သစ္စာတရားနှင့် ဈင်းကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်းဟာလဲ ဆတောရီ၊ ပင်ကိုအသိ ပကတိဉာဏ်နဲ့ အရှိသဘာဝကို ထိုးထွင်းသိတာလဲ ဆတောရီ၊ ဘဝ အသိအမြင်လဲ ဆတောရီပဲ လို့ ဆတောရီ အမျိုးမျိုးကို အဲဒီ စာအုပ်မှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။ ကျမ်းဆရာကတော့ **Paul Wienpahl** ဆိုသူပါပဲ။

ကိုအန် **ပဟေဠိ** ဆတောရီကို စနစ်တကျ ဆင်ခြင်တွေးခေါ်တဲ့ အသိဉာဏ်နဲ့ မရနိုင်ဘူး။ အဲဒီဉာဏ် ပျောက်သွားပြီး ပင်ကိုယ်အသိ ပကတိဉာဏ် (intuition) ပေါ်လာမှပဲ ဆတောရီကို ရနိုင်တယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပင်ကိုယ်အသိ ပကတိဉာဏ် (intuition) နိုးကြွလာအောင် နှိုးဆွပေးဖို့ရာ နည်းအမျိုးမျိုး အသုံးပြုကြတယ်။ ရုတ်တရက် တုတ်နဲ့ ရိုက်တာတို့၊ အော်တာ ငေါက်တာတို့ကို အသုံးပြုကြတယ်။ မမျှော်လင့်ဘဲ ရုတ်တရက် အလန့်တကြား ဖြစ်သွားအောင် လုပ်တဲ့ နည်းတွေ သုံးတာပါပဲ။

ခရစ် ၈-ရာစု အလယ်ပိုင်းမှာ ထင်ရှားတဲ့ **မာဆု**ဆိုတဲ့ ဈင်းဆရာက **ဗိုချန်** ဆိုတဲ့ တပည့်ကို တအားအော်ပစ်လိုက်ဘာ ဗိုချန်ဟာ သုံးရက်တိတိ နားပင်းသွားတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဆတောရီဉာဏ်အလင်းကို ရသွားသတဲ့။ တစ်ချိန်ကလဲ ဒီ ဆရာကြီး မာဆုဘဲလို့ ထင်ပါတယ်။ သိပ်တော့ မသေချာလှဘူး။ သူ့တပည့်ကို ရုတ်တရက် နှာခေါင်းဆွဲ လိမ်ပစ်လိုက်တာ တစ်ခါတည်း ဉာဏ်အလင်း ပေါက်သွားသတဲ့။

အဲဒီလို ပင်ကိုယ်အသိ ပကတိဉာဏ်ကို နှိုးဆွပေးရာမှာ ၇ ရာစုနှစ် ကုန်ခါနီးကျတော့ တရုတ်ဘာသာ ကွန်အန် (Kung–an)၊ ကိုရီးယား ဘာသာ ကုန်အန် (Kong–An)၊ ဂျပန်ဘာသာ ကိုအန် (Koan) ဆိုတဲ့ ပဟေဠိမေးခွန်း မေးတာကို တီထွင်လာကြတယ်။

ကိုအန်ဆိုတာ ကိုအန်ဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အနက်ကတော့ ''လူအများ အား ကြေငြာခြင်း'' လို့ ဆိုပါတယ်။ လိုရင်းကတော့ ရှင်းတပည့် ဖြေဖို့ရာ ပေးတဲ့ ပဟေဠိမေးခွန်း၊ အစဉ်းစားခိုင်းတဲ့ အချက် အလက်နဲ့ အမေးအဖြေတွေပါပဲ။ ဒီ ကိုအန်တွေရဲ့ အဖြေကို စဉ်းစားရှာဖွေ ရာမှာ စနစ်တကျ ကြောင်းကျိုးဆင်ခြင်သုံးသပ်နည်း၊ ယုတ္တိဗေဒနည်းတွေကို သုံးပြီး အဖြေ မရှာရပါဘူး။ အဲဒီနည်းတွေ သုံးလို့ရတဲ့ အဖြေဉာဏ်ဟာ အမှန် မရောက်နိုင်ဘူး။ ဉာဏ်အတုသာ ဖြစ်လို့ တကယ့်အရှိတရား (Reality)ကို မသိနိုင်ဘူး။ အဲဒီနည်းတွေနဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တဲ့ စိတ်ထင်ရာ စဉ်းစားကြံတွေးတဲ့ နည်း၊ ရောက်တတ်ရာရာ စဉ်းစားတဲ့နည်း၊ စိတ်ကူးရရာ စဉ်းစားတဲ့ နည်း တွေနဲ့ပဲ ကိုအန်ပဟေဠိရဲ့ အဖြေကို ရှာရမယ်။

သူတို့အဆို ဒါကြောင့် ရှင်းပညာရှင် တစ်ဦးဖြစ်တဲ့ ဒူမိုးလင်းက ''ကိုအန်ဟာ စနစ်တကျ စဉ်းစားဆင်ခြင်တဲ့ ယုတ္တိဗေဒ နည်းဥပဒေသတွေကို အကြီးအကျယ် ပြက်ရယ်ပြုတဲ့ အမေးအဖြေတွေပါပဲ'' လို့ ဆိုတယ်။

''အသိခက်ပြီး ထူးခြားထင်ရှားတဲ့ အဓိပ္ပာယ်လဲ မရှိတဲ့ ကိုအန်ခေါ်တဲ့ ဒီမေးခွန်းတွေ၊ အမေးအဖြေတွေကို ကြောင်းကျိုးဆက်စပ် ဆင်ခြင်တတ်တဲ့

စိတ်ကို ရိုက်ချိုးဖျက်ဆီးပြီး စိတ်ကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားမှု အနှောင်အဖွဲ့က လွတ်သွားအောင် အသုံးပြုကြတာပဲ'' လို့ အင်္ဂလိပ် ဗုဒ္ဓဘာသာခေါင်းဆောင် ခရစ်စမတ်ဟန်ဖရေက ဆိုပါတယ်။ဆင်ခြင်စဉ်းစားမှု မရှိရင် ပင်ကိုယ်အသိ ပကတိဉာဏ် ပေါ်လာပြီး ဉာဏ်အလင်း ပေါက်နိုင်တယ် ဆိုတဲ့ သဘောပါပဲ။

ပြီးတော့ ဟန်ဖရေက ''အနောက်နိုင်ငံတွေမှာတော့ ဒီ ကိုအန်နည်းဟာ ဝါရင့်ကျွမ်းကျင်တဲ့ ဂျပန်ဆရာများ ရှိတောင်မှဘဲ လူအနည်းငယ်မျှလောက်သာ အကျိုးရစရာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီလို ဆရာမရှိဘဲ ကိုအန်အဖြေကို ရှာရင်တော့ ရှာရင်းနဲ့ ဖိအားရဲ့ ဒဏ်ကို မခံနိုင်တဲ့ စိတ်ဟာ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးသွားပြီး ဉာဏ်အလင်း မရပဲ ရူးသွပ်သွားနိုင်သည်အထိ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်'' လို့ ဆိုတယ်။

ကိုအန်ကို တီထွင်သူ

ဒီ ကိုအန်ပဟေဠိနည်းကို တရုတ်ပြည်မယ် ၇ ရာစုမှာ ထင်ရှားခဲ့တဲ့ ဟွီနင် (Hui–neng) ဆိုတဲ့ ရဟန်းဘုန်းကြီးက စတင်အသုံးပြုခဲ့ကြောင်း ယူဆကြပါတယ်။ တစ်နေ့မှာ ဟွီနင်ရဲ့ နောက်ကို ဓားပြတသိုက် လိုက်လာတော့ ဟွီနင်ဟာ ဓားပြတွေကို ပရိယာယ်နဲ့ ခဏလေး တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ် ထိုင်ဖို့ ပြောပြီးတော့ ''သင်တို့ ကောင်းတာကိုရော၊ မကောင်းတာကိုပါ မစဉ်းစားဘဲ နေတဲ့အခါမှာ သင်တို့ရဲ့ ပကတိမျက်နှာဟာ ဘယ်လိုနေသလဲ'' လို့ မေးသတဲ့။ ဒါဟာ ကိုအန်ရဲ့ အစပဲ လို့ တချို့ ယူဆကြပါတယ်။

ထင်ရှားတဲ့ကိုအန်မူ

သို့သော်လဲ ဒီခေတ် ဒီအခါအထိ ထင်ရှားနေတဲ့ ရှေးအကျဆုံး ကိုအန်ကတော့ ချိုချူရဲ့ ကိုအန်ပါပဲ။ ချိုချူကို သူ့ဆရာက ''ခွေးမှာ ဗုဒ္ဓသဘာဝ ရှိသ

လား'' လို မေးတော့ ချီချူက ''ဂူ'' လို ဖြေလိုက်တယ်။ အဓိပ္ပာယ်က ''မရှိဘူး'' လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ တရုတ်ဘာသာ ''ဂူ'' ဟာ ဂျပန်ဘာသာနဲ့ ''မူ'' ဖြစ်လာတယ်။ ''မူ''ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်က ''သုည'' ပါ။

မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာ အယူအဆအရ သက်ရှိသက်မဲ့ အရာတိုင်းမှာ ဗုဒ္ဓသဘာဝ ရှိတယ်လို့ ယူဆထားကြတော့ ခွေးမှာ ဗုဒ္ဓသဘာဝ ''မရှိဘူး'' ဆိုတဲ့ စကားဟာ အများယုံကြည်လက်ခံထားတာနဲ့ ဆန့်ကျင်နေလို့ ကိုအန် အဖြစ် ယူဆကြဟန် တူပါတယ်။ ဒီလို ကိုအန်တွေကို မှတ်တမ်း တင်ထားကြတာ ကိုအန်ပေါင်း တစ်ထောင့် ခုနစ်ရာကျော် ရှိတယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီမှာ နမူနာ သုံးလေးခု ဖော်ပြချင်ပါတယ်၊

၁။ ဗုဒ္ဓဆိုတာ ဘာလဲ။ (ဖြေ–ဂုံလျှော်သုံးပေါင်)

၂။ လက်ခုပ်နှစ်ဘက် တီးတော့ အသံမြည်တယ်။ လက်ခုပ်တစ်ဘက်တည်းရဲ့ အသံကို နားထောင်ကြည့်ပါ။

၃။ လွန်ခဲ့တဲ့ညက သစ်သား မြင်းရုပ်ကြီး ဟီတယ်၊ ကျောက်ရုပ်လူကြီး ခုန်ပေါက် မြူးတူးတယ်။

၄။ မြတ်စွာဘုရားဟာ လေးဆယ့်ငါးနှစ်ပတ်လုံး တရားဟောတော်မူတယ်။ သို့သော်လဲ ဘုရားရှင်ရဲ့ လျှာတော်ဟာ တစ်ကြိမ်မျှ မလှုပ်ရှားခဲ့ဘူး။

ကိုရီးယားနှင့် ဂျပန်ပြည် ချင်းဂိုဏ်းမှာ သုံးတဲ့ ဝေါဟာရများဖြစ်တဲ့ ချင်း၊ ဆတောရီ၊ ကိုအန်ဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို တတ်နိုင်သမျှ ရှင်းပြခဲ့ပါပြီ။ အခု ချင်းဂိုဏ်းတွေရဲ့ အယူဝါဒနဲ့

ကျင့်စဉ်တွေ မတူကြပုံကို နည်းနည်းပြောရဦးမယ်။ ဈင်းဟာ တရုတ်ပြည်မှာ စတင် ပေါ်ထွန်းခဲ့ပေတဲ့ အခုအချိန်မှာတော့ တရုတ်ပြည်မှာ ဈင်းဂိုဏ်း ကွယ်ပျောက်သွားပြီး ကိုရီးယားနဲ့ ဂျပန်ပြည်မှာပဲ ဈင်းဂိုဏ်း စည်ပင်ပြန့်ပွား ထွန်းကားနေပါတယ်။

ကိုရီးယားဈင်း ခရစ်နှစ် ၃၇၂ ခုနှစ်မှာ ကိုရီးယားကို မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာ စတင် ရောက်ခဲ့ပါတယ်။ ယူဆောင်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ တရုတ်ဘုန်းတော်ကြီး ဆွန်ဒိုဆိုသူ ဖြစ်ပါတယ်။ သူက တရုတ်ပြည်မြောက်ပိုင်းက လာတာပါ။ ဗုဒ္ဓဘာသာ မရောက်မီကတော့ ကွန်ဖြူးရှပ်နှင့် တာအို ကိုးကွယ်သူ အနည်းအပါး ရှိပြီး နတ်ကိုးကွယ်သူ များကြောင်း သိရပါတယ်။ အဲဒီ ဗုဒ္ဓဘာသာ ရောက်လာချိန်မှာ ကိုရီးယားကျွန်းဆွယ်မယ် ကိုဂုရယို (Koguryo)၊ ဆိလ္လ (Silla)၊ ပက်ချီ (Paekche) လို့ နိုင်ငံကလေး သုံးနိုင်ငံ ကွဲနေပါတယ်။ သူ့အုပ်ချုပ်ရေးနဲ့ သူပါပဲ။ ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ ပထမဆုံး ကိုဂုရယိုကို ရောက်လာပြီး နောက်တော့ တဖြည်းဖြည်းပက်ချီနဲ့ ဆိလ္လနိုင်ငံများကိုပါ ပြန့်ပွားသွားတော့ ကျွန်းဆွယ်တစ်ခုလုံး ဗုဒ္ဓဘာသာရောင် ထွန်းပြောင်လာပါတယ်။ ဒီအချိန်မှာ တရုတ်ပြည်မှာတောင် ဈင်းဂိုဏ်းမပေါ်သေးပါဘူး။

ဗုဒ္ဓတရားတော်ကြောင့် ရတဲ့ ညီညွတ်ရေး ခရစ်နှစ် ၆ ရာစု ထက်ဝက်လောက်မှာ ချင်ဟန်ဆိုတဲ့ ကိုရီးယား ဘုရင်ကိုယ်တိုင် ရဟန်းပြုသည့်အထိ ဗုဒ္ဓဘာသာအင်အား ကောင်းလာပါတယ်။ များသောအားဖြင့်တော့ အရိမေတ္တေယျ ဘုရားလောင်းကို ကိုးကွယ်ကြကြောင်း သိရပါတယ်။ တရုတ်ပြည်မှာ ခရစ်နှစ် ၅၇၉ ခုနှစ်က ဗုဒ္ဓတရားတော်များရဲ့ သွေးစည်းမှုကြောင့်

မြောက်ပိုင်း ဝေ မင်းဆက်ဖြစ်တဲ့ ကောရာဇ်ဘုရင်ကြီး ဝင်ရဲ့ လက်ထက်မှာ တရုတ်ပြည်ကြီးတစ်ပြည်လုံး တစ်စည်းတစ်လုံးတည်း ဖြစ်ပြီး တစ်နိုင်ငံတည်း အဖြစ် ပေါင်းစည်းညီညွတ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီ အတိုင်းပဲ ကိုရီးယားမှာလဲ ခရစ်နှစ် ၆၆၈ ခုနှစ်မှာ ဗုဒ္ဓတရားတော်များကြောင့် သုံးနိုင်ငံကို တစ်နိုင်ငံတည်း အဖြစ် ပေါင်းစည်းညီညွတ်နိုင်ခဲ့ကြတယ်။ ဒါကြောင့်ပဲ သွေးစည်းညီညွတ်ရေးနဲ့ ငြိမ်းချမ်းရေး အထိမ်းအမှတ် အဖြစ် ၁၃-မီတာ (ပေ ၄၀ ခန့်) မြင့်တဲ့ မေတ္တေယျ ဗုဒ္ဓရုပ်တုတစ်ခုကို ဒိုဂျူ ကျောင်းထဲမှာ ခရစ် ၇၇၆ ခုနှစ်မယ် ထုလုပ် ကိုးကွယ်ခဲ့ကြတယ်။

ကိုရီးယားဈင်း စတင်ချိန် အဲဒီ အချိန်မှာ တရုတ်ပြည်မယ် ဈင်းဂိုဏ်း တော်တော်ပြန့်ပွားနေပါပြီ။ ခရစ်နှစ် ၆၃၀ မှာ ပုဏ္ဏာန်ဆိုတဲ့ ကိုရီးယားဘုန်းကြီးက ဈင်းဂိုဏ်းကို ကိုရီးယားမှာ စတင်ခဲ့ကြောင်း အဆိုရှိကြပေတဲ့ လူသိ မများခဲ့ဘူးလို့ သိရပါတယ်။ ခရစ် ၈၂၁-ခုနှစ်ကစပြီး တိုအီ ဆိုတဲ့ ဘုန်းကြီးက သူ တရုတ်ပြည်က အပြန်မှာ ဈင်းဂိုဏ်း ပြန့်ပွားဖို့ မနေမနား ကြိုးစားခဲ့ ပါတယ်။ ဒါပေတဲ့ တရားကျမ်းဂန်တွေကို အလေးမထားဘဲ ''ဘာမှ လုပ်ဖို့မလိုဘူး၊ တချိန်ချိန်မှာ ရုတ်တရက် ဉာဏ်အလင်း ရလိမ့်မယ်'' ဆိုတဲ့ ဈင်း သဘောတရားကို အဲဒီအချိန်က ကိုရီးယား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ လက်ခံဖို့ အတော် ခဲယဉ်းနေတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာကို သူတို့ စတင် ကိုးကွယ်ကတည်းက ဗုဒ္ဓတရားတော်တွေ သင်ကြား ပို့ချခြင်း၊ သုတ် ဒေသနာတော်တွေကို ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်ခြင်း အားဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ လုပ်ငန်းတွေ လုပ်လာခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီ ဂိုဏ်းကို ကျို ဂိုဏ်း လို့ ခေါ်တယ်။ ဒီတော့ တရားကျမ်းဂန် အလေးမထားဘဲ ဘာမှ လုပ်ဖို့ မလိုတဲ့ ဈင်းဝါဒဟာ အဲဒီ ကျို ဗုဒ္ဓဘာသာဂိုဏ်းနဲ့ ထိပ်တိုက် သွားတိုးမိနေတော့ ဈင်းဟာ အစပိုင်းမှာ တော်တော်နဲ့ တိုးလို့ မရဖြစ်နေတယ်။ အခု အချိန်အထိလဲ ဒီ နှစ်ဝါဒဟာ အားပြိုင်နေကြဆဲပဲ လို့ သိရတယ်။

ဘာချင်းဂိုဏ်းလဲ ဒီဘုန်းကြီး တိုအဲ သင်ယူလာတဲ့ ချင်းဟာ နာမည်အနေနဲ့ဘာ ချင်းရယ်လို့ မထင်ရှားပါဘူး။ ဂျပန်ပြည်ကို ရောက်တဲ့ ချင်းကို တော့ တရုတ်ပြည်မှာ သူတို့ကို ချင်းတရား သင်ပေးလိုက်တဲ့ ဆရာတွေရဲ့ အမည် အတိုင်း လင်ချီ(ရင်ဇိုင်း)ဂိုဏ်း၊ ဆိုတို ဂိုဏ်း လို့ နာမည်တပ်ကြတယ်။ တိုအဲဟာ တရုတ်ပြည်ကို ခရစ် ၇၀၄ ခုနှစ်က သွားပြီး ၃၇ နှစ်တိတိ ပညာသင်နေခဲ့တယ်။ ၈၂၁ ခုနှစ်မှာ ကိုရီးယားကို ပြန်ခဲ့တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ တရုတ်ပြည်မယ် လင်ချီ ချင်း ဆိုတုန်ချင်းတွေ မပေါ်သေးဘူး။ သူပြန်သွားပြီးနောက် နှစ်ပေါင်း ၇၀ လောက်ကြာမှ တရုတ်ပြည်မှာ လင်ချီဂိုဏ်း စပြီး ပေါ်ထွန်းတယ်။

ဆရာတူတပည့်များ သို့သော်လဲ တိုအဲနဲ့ လင်ချီဟာ ဂိုဏ်းတူလို့ ဆိုရမှာပဲ။ ဘာ ကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ဆရာ အစဉ်အဆက် တူလို့ပါပဲ။နှစ်ဦး လုံးဟာ ရုတ်တရက် ဉာဏ်အလင်း ရခြင်း (Sudden Enlightenment) ကို တီထွင်လိုက်တဲ့ ၇ ရာစုနှစ် များမှာ အလွန်ကျော်ကြားခဲ့တဲ့ တရုတ် ချင်းဆရာကြီး ဟွီနင်မှ ဆင်းသက်လာတဲ့ တပည့်တွေချည်း ဖြစ်လို့ ပါပဲ။

ရင်ဇိုင်းဂိုဏ်းလို့ ဟွီနင်ဟာ ချင်းဂိုဏ်းရဲ့ ခြောက်ယောက်မြောက် သာသနာ **ခေါ်လိုကခေါ်နိုင်** ပိုင်လို့ ဆိုပါတယ်။ သူ့ကို ကိုအန်နဲ့ ရုတ်တရက်ဉာဏ် အလင်းပေါက်ခြင်း ဆိုတဲ့ ချင်း သဘောတရားကို စတင် တီထွင်သူ အဖြစ် မှတ်ယူကြပါတယ်။ သူ့ရဲ့တပည့်က တရုတ်ပြည်မယ် ၈ ရာစု **အစပိုင်း**မှာ ထင်ရှားခဲ့တဲ့ ရှင်ဟွီ၊ ရှင်ဟွီရဲ့တပည့်က ၈ **ရာစုအလယ်ပိုင်း**မှာ အလွန်ကျော်ကြားခဲ့တဲ့ မာဆု၊ မာဆုရဲ့ တပည့်က **၈-ရာစု ကုန်ခါနီး**မှာ ထင်ရှား ခဲ့တဲ့ ပိုချန်၊ ပြီးတော့ မာဆုရဲ့ တခြား ထင်ရှားတဲ့ တပည့်တစ်ယောက်က ဂျိစန်၊ အဲဒီ ဂျိစန်ဆီမှာ ကိုရီးယား ချင်းဂိုဏ်းစ,တင် တည်ထောင်တဲ့ တိုအဲက ပညာသင် ယူခဲ့တာပဲ။အခုန ပြောခဲ့တဲ့ ပိုချန်ရဲ့ တပည့်က ဟွမ်ပို၊ ဟွမ်ပိုရဲ့ တပည့်က လင်ချီ။

လင်ချီ ကတော့ **၉-ရာစု ကုန်ခါနီး** မှာ အထင်ရှားဆုံး ချင်း ဆရာကြီးပဲ။ ဒါကြောင့် သူ့နာမည် အစွဲပြုပြီးတော့ တရုတ်ပြည်မှာ လင်ချီဂိုဏ်း၊ ဂျပန်ပြည်မှာ ရင်ဇိုင်းဂိုဏ်း ဆိုတဲ့ နာမည်နဲ့ ချင်း တရားတွေ ပြန့်ပွားနေတာ ဒီနေ့ အထိပါပဲ။

ကိုရီးယားမှာ ချင်းဂိုဏ်း စတင် ပေါ်ထွန်းတဲ့ အချိန်က စပြီး ဒီနေ့အထိ ပြန့်ပွားနေတဲ့ ချင်း ဟာလဲ လင်ချီတို့ အနွယ်ဝံသတွေ ကျင့်တဲ့ အော်ခြင်း, ဝေါက်ခြင်း, ရိုက်ခြင်း, ကိုအန် အဖြေခိုင်းခြင်းအားဖြင့် ရုတ်တရက် ဉာဏ်အလင်းရခြင်း ဆိုတဲ့ကျင့်စဉ်တွေပါပဲ။ ဒါကြောင့် ကိုရီးယား ချင်း ဂိုဏ်းကို ရင်ဇိုင်း ချင်းလို့ ခေါ်မယ်ဆိုရင် ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

နှာခေါင်းပေါက် မပါတဲ့ချင်း

ဒီ နေရာမှာ **၉-ရာစု** ထဲမယ် အလွန် ကျော်ကြားခဲ့တဲ့ ကိုရီးယား ချင်းဘုန်းကြီးတစ်ပါးအကြောင်း စိတ်ဝင်စားဖို့ ကောင်းလို့ ပြောရဦးမယ်။ သူ့နာမည် **ကျုံဟို** တဲ့။ သူဟာ အလွန်ဉာဏ်ထက်သူ ဖြစ်ပြီး ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ ကွန်ဖြူးရှပ်၊ တာအို၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ သုံးမျိုးလုံးမှာ ပါရဂူရောက် တတ်မြောက် ကျွမ်းကျင်တယ်။ ဒါကြောင့် အသက် ၂၃ နှစ်မှာပဲ စာချ ကထိက အခန့်ခံရတယ်။

အသက် ၃၀ ပြည့်တော့ မတွေ့ရတာ ကြာလှပြီ ဖြစ်တဲ့ သူ့ငယ်ဆရာ ကျီဖိုကို တွေ့ဖို့ သူ့ကျောင်းကနေ ဆိုးလ်မြို့ကို ခြေကျင် သွားတယ်။ လမ်းမှာ ရွာတစ်ရွာဝင်မိတော့ လူသူ မရှိသလို တိတ်ဆိတ်နေတာနဲ့ အိမ်တွေပေါ် တက်ကြည့်တော့ လူတွေ အတုံးအရုံး သေနေတာ တွေ့ရတယ်။ တချို့လဲ ပုပ်စော်နံနေပြီ။ ရွာရဲ့ တစ်နေရာမှာ ဆိုင်းဘုတ်တစ်ခု တွေ့ရလို့ ဖတ်ကြည့်လိုက်တော့ ''အန္တရာယ်ရှိသည်၊ ဝမ်းရောဂါ ဖြစ်နေသည်၊ ကိုယ့် အသက်ကို တန်ဖိုးထားရင် ဒီနေရာက မြန်မြန် ပြေးပါ'' လို့

တွေ့လိုက်ရတယ်။ သူ သိပ်ကြောက်သွားတယ်။ ဆောက်တည်ရာ မရအောင် ကြောက်လာတယ်။

ဒါနဲ့ သူ တွေးမိတယ်။ ''ငါဟာ ဗုဒ္ဓ တရားတော်ကို ကုန်စင်အောင် နားလည်တဲ့သူပဲ။ ဒါနဲ့များ ဘာကြောင့် ဒါလောက် ကြောက်ရသလဲ။ အားလုံးဟာ မမြဲဘူးဆိုတာလဲ သိသားပဲ၊ သေတယ် ရှင်တယ်ဆိုတာဟာ သဘာဝ တရားပဲ။ ဒီလိုသိလျက်နဲ့ ဒါလောက် ကြောက်တာထောက်တော့ ငါဟာ ငါ့ကိုယ်ကို အလွန် ခင်မင်တွယ်တာနေလို့ပဲ ဖြစ်ရမယ်''လို့ ဆင်ခြင်မိပြီး သံဝေဂစိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ် လာတာနဲ့ ဆိုးလ်ကို ဆက် မသွားတော့ဘဲ ကျောင်းပြန်လာတယ်။

ကျောင်းရောက်တော့ တပည့်တွေ အားလုံး စုဝေးစေပြီးတော့ ''တပည့်တို့ ငါဟာ တပည့်ပေါင်း ထောင်သောင်းကို တရားစာပေ ပို့ချနေသော်လဲ အမှန် တရားကို ငါ မသိသေးဘူး၊ ဒါကြောင့် အမှန်တရားကို မသိသေးသမျှ စာမချသေးဘဲ တရားပဲ အားထုတ်ဦးမယ် လို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပြီ'' လို့ ပြောပြီး သူ့ အခန်းထဲဝင် တံခါးပိတ်ပြီး ရှင်း တရား အားထုတ်တယ်။

မြည်းမသွားမီ မြင်းရောက်

သူ တရားအားထုတ်ရာမှာ အဖြေရှာတဲ့ ကိုအန် (ပဟေဠိ) ကတော့ ''မြည်း ထွက်မသွားမီ မြင်းကရောက်နှင့်နေပြီ'' တဲ့။ သူဟာမအိပ်မနေ ဒီ ကိုအန်ရဲ့ အဖြေကို စဉ်းစားရှာဖွေတယ်။ ထိုင်လိုက်၊ ထလိုက်၊ လျှောင်းလိုက်နဲ့ အမျိုးမျိုး စဉ်းစားတယ်။ အဖြေက မပေါ်လာ ဘူး။ ဘယ်သူ့ကိုမှ အတွေ့မခံဘဲ အခန်း တံခါးအတွင်းကနေ သော့ ခတ်ထား တော့ ထမင်းပို့လာတဲ့ တပည့်က တစ်နေ့တစ်ခါ ထမင်းပွဲ ယူလာပြီး တံခါး အပြင် ဘက်မှာ ထားခဲ့ရတယ်။ အိပ်ချင်စိတ် ပေါ်လာရင် စူးနဲ့ သူ့ပေါင်သူ ထိုးပြီး

အိပ်ချင်စိတ်ပျောက်အောင် လုပ်တယ်။ သုံးလ ကြာသွားသော်လဲ အဖြေက ပေါ်မလာဘူး။အဲဒီ သုံးလအတွင်း သူ တမှေးမှ မအိပ်ဘူး။

တနေ့တော့ သူ့တပည့်က ကျောင်းနဲ့ မလှမ်းမကမ်းမှာရှိတဲ့ မြို့ထဲကို သွားတော့ သူ့ဆရာရဲ့ မိတ်ဆွေ လီ ဆိုတဲ့ ဒကာကို တွေ့တယ်။ လီ က ''ဘယ့်နှယ်လဲ ဟေ့၊ မင့်ဆရာ ဘယ်လိုနေလဲ'' လို့ မေးတယ်။ တပည့်က သူ့ဆရာ တရားရဖို့ အမိဌာန် ဝင်နေကြောင်း ပြောပြီးတော့ ဆက်ပြောတယ်။

''ကျွန်တော့် ဆရာ သိပ် ကြိုးစားနေပါတယ်။ သူ စားရုံ ထိုင်ရုံ လျှောင်းရုံ လောက်ပဲ လုပ်တယ်။''

''မင့်ဆရာ စားရုံ ထိုင်ရုံ လျှောင်းရုံလောက်ပဲ လုပ်ရင်တော့ နောက် ဘဝမှာ နွားဖြစ်မှာပဲ ကွ။''

''ခင်ဗျား ဒီလို ဘာလို့ ပြောနိုင်သလဲ၊ ကျွန်တော့် ဆရာဟာ ကိုရီးယား မှာ အကြီးမြတ်ဆုံး ပညာရှိကြီးပဲ၊ သူ သေချင် နတ်ပြည်ရောက်မှာ သေချာပါတယ်။''

''ဟ....မင်း ဒီလို ဖြေရမှာ မဟုတ်ဘူး။''

''ဒါဖြင့် ဘယ်လို ဖြေရမှာလဲ ဗျ။''

''ကျွန်တော့် ဆရာ နွားဖြစ်ရင်တော့ နှာခေါင်းပေါက် မပါတဲ့ နွားဖြစ် မှာပဲ လို့ ဖြေရမယ်။''

''နှာခေါင်းပေါက် မပါတဲ့ နွား၊ ဟုတ်လား၊ ဒါ ဘာအဓိပ္ပာယ် လဲဗျ။''

''သိချင်ရင် မင့်ဆရာ သွားမေးပေါ့။''

ကျုံဟိုရဲ့ တပည့်ဟာ လီရဲ့ စကားကို မကျေနပ်လို့ စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုးနဲ့ သူ့ဆရာရဲ့ အခန်း သွားပြီး တံခါးခေါက်လိုက်တယ်။ ဆရာက တံခါးဖွင့်ပေး လိုက်တော့ လီနဲ့ သူ အပြန်အလှန် ပြောကြတဲ့ စကားတွေကို တလုံးမကျန် သူ့ ဆရာကို ပြန်ပြောလိုက်တယ်။

တပည့်ရဲ့ စကားလဲ ဆုံးရော ကျုံဟိုဟာ တံခါးကို ခြေထောက်နဲ့ ကန် ဖွင့်လိုက်ပြီး အခန်းထဲက တဟုန်ထိုး ပြေးထွက်သွားတယ်။ အပြင်ကိုရောက်တော့ ''နှာခေါင်းပေါက် မပါတဲ့ နွား၊ အဲဒါဟာ ဒါပေါ့'' ''နှာခေါင်းပေါက် မပါတဲ့ နွား၊ အဲဒါဟာ ဒါပေါ့'' လို့ ပါးစပ်က အထပ်ထပ်အော်ရင်း တပျော်တပါးကြီး ကွေးနေအောင် ကတော့တာပဲ။ သူ့ တပည့်ဟာ အံ့အားကြီး သင့်ပြီး သူ့ဆရာ ကို ကြောင်ကြည့်နေတယ်။ စိတ်ထဲကလဲ သူဆရာ ရူးသွားပြီ လို့ ထင်နေတယ်။

အမှန်တော့ ကျုံဟိုဟာ ကိုအန်ရဲ့ အဖြေကို ရုတ်တရက် ရသွားလို့ ဉာဏ်အလင်း ပေါက်သွားပြီး တရားရသွားတာ တဲ့။ သူ တရားရသွားတဲ့ နေ့ ဟာ ၁၇၇၉ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ ၁၅ ရက်နေ့တဲ့။ ကျုံဟိုဟာ သူ့တရား သူ သေချာအောင် ချက်ချင်းပဲ ရှင်းဆရာကြီး မန်ဇ္ဇာထံ သွားအစစ်ခံတော့ ဆရာကြီးက သူ တရားရတာ မှန်ကြောင်း အတည်ပြု ပေးလိုက်သတဲ့။

အိမ်ထောင်ပြုမပြု ပြဿနာ ကိုရီးယားဟာ ၁၉၁၀ ခုနှစ် မှ ၁၉၄၅ ခုနှစ် အထိ ဂျပန်ရဲ့ ကိုလိုနီနိုင်ငံ ဖြစ်ခဲ့ရတယ်။ ဂျပန်အုပ်စိုးတဲ့ ၃၅ နှစ် အတွင်းမှာ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုတွေမှာ ဂျပန်ချယ်လှယ်သလို ခံခဲ့ရတယ်။ ဘာသာရေးမှာလဲ ဂျပန်ပြည်က အိမ်ထောင် ပြုတဲ့ ဂိုဏ်းတွေ ကိုရီးယားရောက်လာတော့ သူတို့ ဩဇာ အရှိန်အဝါဟာ

ကိုရီးယား ဘုန်းကြီးတွေပေါ် တဖြည်းဖြည်း သက်ရောက်လာတယ်။ ဒါနဲ့ ကိုရီးယားဘုန်းကြီး တချို့လဲ ဝိနည်း စောင့်ထိန်းမှု ရော့ရဲလာရာက နောက်ဆုံး တော့ အိမ်ထောင်ပြုတဲ့ ဘုန်းကြီးတွေ ဖြစ်လာကြတယ်။

၁၉၃၀ ခုနှစ် ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဒီ အိမ်ထောင်ပြုဝါဒ သိပ် ခေတ်စား လာပြီး ဘုန်းကြီးတွေ အကြိုက်များလာကြတယ်။ တိုင်းပြည်မှာ ရှိသမျှ ကျောင်း တွေကို အိမ်ထောင်နဲ့ ဘုန်းကြီးတွေကပဲ အုပ်ချုပ်လာကြတော့တယ်။ ဒီတော့ လှူဒါန်းထောက်ပံ့တဲ့ ဒကာတွေ တဖြည်းဖြည်း နောက်ဆုတ်ကုန်ကြတဲ့ အတွက် ဘုန်းကြီးတွေဟာ သားကျွေးမှု မယားကျွေးမှု အတွက် ဖြစ်တဲ့နည်းနဲ့ စီးပွား ရှာကြရတယ်။ ဒါနဲ့ လူတွေနဲ့ ထူးမခြားနား ဖြစ်ကုန်ကြတယ်။

၁၉၄၅ ခုနှစ်မှာ ဂျပန်လက်အောက်က လွတ်မြောက်လာတော့ ချိုဂီ အော်ဒါ (CHOGYE ORDER) ခေါ်တဲ့ အိမ်ထောင်မပြုတဲ့ ဂိုဏ်းက အင်အားကောင်း လာတာနဲ့ ဘုန်းကြီးအိမ်ထောင်ပြုတာကို အပြင်းအထန် ဆန့်ကျင် ကန့်ကွက်ပြီး အိမ်ထောင်ပြုတဲ့ ဘုန်းကြီးတွေကို ရာထူးက ချပစ်တယ်။ ပဋိပက္ခ အကြီးအကျယ် ဖြစ်လာတယ်။ ပဋိပက္ခ ကြီးကျယ်လာတာဟာ ၁၉၅၄ ခုနှစ်မှာ သမတ ဆင်ဂမန့်ရီး ဝင်ပြီး ဖျန်ဖြေ ယူရသည်အထိပဲ။

အခုတော့ အိမ်ထောင်မဲ့ ချိုဂီဂိုဏ်းက လုံးဝလောက်နီးပါး အနိုင်ရ သွားလို့ အိမ်ထောင်နဲ့ဘုန်းကြီး တော်တော် နည်းသွားပြီ လို့ သိရပါတယ်။

ဂျပန်ချင်း ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ ဂျပန်ပြည်ကို ကိုရီးယားကတဆင့် **ခရစ် ၅၅၂ ခုနှစ်** မှာ စတင် ရောက်လာပါတယ်။ ဒီအချိန်မှာ ကိုရီးယားမယ်

ဈင်းဂိုဏ်း မရှိသေးပါဘူး။ ဂျပန်ပြည်ကို ပထမဆုံး ရောက်လာတဲ့ ဈင်းဂိုဏ်း ကတော့ လင်ချိ ဈင်းဂိုဏ်းပါပဲ။ တရုတ်ပြည်က ရောက်လာတာပါ။ ဂျပန် ဘုန်းကြီး အေးဆိုင်ဟာ ၁၂ရ၇ မှာ တရုတ်ပြည်ကို ပညာသင်သွားပြီး အပြန် မှာ ဈင်းတရား ဈင်းကျင့်စဉ်တွေကို ယူလာတယ်။ သူယူလာတဲ့ ဈင်းဟာ လင်ချိ ဈင်းဂိုဏ်းကျင့်စဉ်ပါပဲ။ ဂျပန်လိုတော့ ရင်ဇိုင်း (Rinzai) ဈင်းလို့ ခေါ်တယ်။ ဂျပန်ပြည်မှာ ဒီနေ့အထိ ဒီ ရင်ဇိုင်းဈင်း ထွန်းကားလျက် ရှိပါတယ်။

ဘာမှမလုပ်မှ ဘုရားဖြစ်မယ်

ရင်ဇိုင်းဈင်းရဲ့ အယူဝါဒက လူရဲ့ပင်ကိုယ် ပကတိစိတ်ဟာ ဗုဒ္ဓသဘာဝပဲ၊ တချို့က ပကတိစိတ်ဟာ ဗုဒ္ဓပဲလို့ ဆိုကြတယ်။ ဒီတော့ လူမှာ ဗုဒ္ဓသဘာဝ ရှိပြီးသားဖြစ်တယ်။ အဝိဇ္ဇာက ဖုံးထားလို့သာ မတွေ့ရသေးတာ။ ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓအဖြစ်ကိုရအောင် အထူးတလည် ကြိုးစားရှာဖွေနေစရာ မလိုဘူး။ ရအောင် တစုံတရာ လုပ်စရာ မလိုဘူး။

ဗုဒ္ဓသဘာဝကို ရစေနိုင်တဲ့ ဉာဏ်အလင်း (ဆတောရီ)ကို ရအောင် တရားအားထုတ်ရင် တရားအားထုတ်တာဟာ စိတ်အလုပ် ဖြစ်တဲ့အတွက် ဗုဒ္ဓ သဘာဝဖြစ်တဲ့ စိတ်ကို သိဖို့တွေ့ဖို့ရာ စိတ်ကိုပဲ အသုံးပြုရတာဖြစ်လို့ ဗုဒ္ဓသဘာဝကို မတွေ့နိုင်ဘူး။ ဗုဒ္ဓကို ရှာဖို့ ဗုဒ္ဓကို အသုံးပြုရာ ရောက်တယ်။ ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓသဘာဝကို တွေ့ဖို့ရာ၊ ဗုဒ္ဓဖြစ်ဖို့ရာ၊ ဆတောရီဉာဏ်အလင်းကို ရဖို့ရာ တရားအားထုတ်ဖို့လဲ မလိုဘူး။ ဘာမှလုပ်ဖို့ မလိုဘူး။ မိမိ ပင်ကိုယ်သဘာဝ အတိုင်းပဲ နေရမယ်။ စိတ်ကို သူ့အတိုင်းပဲ ထားရမယ်။ တစ်နေ့ကျ အကြောင်း တိုက်ဆိုင်လာရင် သူ့အလိုအလျောက် ဉာဏ်အလင်း ရလာလိမ့်မယ်။ ဉာဏ် အလင်းရရင် အဝိဇ္ဇာ ကွာပြီး ဗုဒ္ဓသဘာဝကို တွေ့ပြီ၊ ဘုရားဖြစ်ပြီ။

ခုနစ်ရာစု လင်ချိဂိုဏ်း ဈင်းဆရာကြီး ဟွမ်နင်က ''စိတ်ကို စင်ကြယ်အောင် လုပ်မည့်အစား သူ့သဘောအတိုင်း လွှတ်ထားရမယ်'' လို့ မိန့်ကြားတယ်။

ဆာရင်စား မောရင်အိပ် အဲဒါဈင်း

ရှစ်ရာစုနှစ်မှာ ပေါ်ထွန်းတဲ့ လင်ချိ(ရင်ဇိုင်း) ဈင်းဆရာကြီး ပိုချန် (Po – chan)ကလဲ ဈင်းသဘောတရားကို ''ဆာရင် စားလိုက်၊ မောရင် အိပ်လိုက်''လို့ သရုပ်ဖော်ပါတယ်။ စိတ်အလိုအတိုင်း ပြုလုပ်ပါ။ စိတ်ကို မချုပ်ထိန်းပါနဲ့၊ မပြုပြင်ပါနဲ့၊ စည်းကမ်း မသတ်ပါနဲ့၊ သူ့အတိုင်း ထားပါ လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ပိုချန်ကို ''ဈင်းဘဝဟာ ဘာပါလဲ'' လို့ မေးတဲ့အခါ ''မတွယ်တာနဲ့၊ မရှာနဲ့'' လို့ ပြောပါတယ်။ ဗုဒ္ဓသဘာဝ ရအောင် ကျင့်ကြံအားထုတ်မှုနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မေးရင် ''အဲဒါဟာ နွားရှာဖို့ နွားစီးတာနဲ့ အလွန်တူတယ်'' လို့ ပြောသတဲ့။

အဝတ်ဝတ် အစားစား ဈင်းတရား

ပိုချန်ရဲ့ တပည့် ဟွမ်ပိုကတော့ ပိုချန်ထက် ပိုပြီး ထင်ရှားကျော်ကြားတယ်။ သူ့ရဲ့ဝါဒက ''ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ဝီရိယအသုံးချဖို့ နေရာ မရှိဘူး၊ ရိုးရိုး နေနေကျအတိုင်း နေ၊ ဘာမှ ထူးထူးခြားခြား မလုပ်နဲ့၊ အပေါ့သွား၊ အလေးသွား၊ အဝတ်ဝတ်၊ အစားစား၊ မောရင် နား။ ဒါဟာ ဈင်းပဲ။ လူအ, တွေ ငါ့ကို ရယ်ကောင်း ရယ်ကြလိမ့်မယ်။ ဒါပေတဲ့ ပညာရှိတွေ နားလည်ပါလိမ့်မယ်''တဲ့။ (အော် .... ဒုက္ခပါပဲ။) ဘုရားဖြစ်အောင်၊ တရားရအောင်

ဘာမှလုပ်ဖို့ မလိုဘူး။ လုပ်ရင်မရဘူး။ သဘာဝအတိုင်း နေသွားရင် တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန်မှာ ရုတ်တရက် အလိုလို ဉာဏ်အလင်းပေါက်ပြီး ရလာလိမ့်မယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

မပျောက်တာ မရှာနဲ့ အသာနေ ဗိုချန်ရဲ့ တပည့် လင်ချီကတော့ အထင်ရှား အကျော်ကြား ဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ။ သူ့နာမည် လင်ချီကို အစွဲပြုပြီး လင်ချီ (ရင်ဇိုင်း) ဈင်းဂိုဏ်းဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာတာပဲ။ သူဟာ တပည့်တွေ ဆတောရှိ ရအောင် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ အင်တိုက်အားတိုက် သွန်သင်ညွှန်ကြားတဲ့ ဈင်းဆရာ နာမည်ကြီးပေါ့။ သူက သူတပည့်တွေကို "သင်တို့ဟာ သင်တို့ရဲ့ စိတ်ကို တစ်စုံတစ်ရာ ရှာဖို့ ကဆုန်ပေါက် လျှောက်ပြေးဖို့ ခိုင်းနေတာကိုး။ သင်တို့ ရှာနေတဲ့ အရာက ပျောက်မှ မပျောက်ပဲ၊ သင်တို့ ရှေ့မှာ အခုရှိသားပဲ" လို့ ဩဝါဒပေးတယ်။ ရှာနေစရာ မလိုဘူး၊ ရအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ဖို့ မလိုဘူး၊ ဒီအတိုင်းနေ၊ စိတ်ကို သူ့အတိုင်းထား၊ အဲဒီလိုဆိုရင် ရလိမ့်မယ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒါတွေဟာ ရင်ဇိုင်းဈင်းဂိုဏ်းရဲ့ သဘောတရားတွေပါပဲ။

တစ်မျိုးစီ လုပ်ကြရတာပဲ ဒီ ရင်ဇိုင်းဈင်းရဲ့ အယူအဆအရ ဉာဏ်အလင်း ရရေးအတွက် စိတ်ကို သူ့အတိုင်းထား၊ ဘာမှ မလုပ်နဲ့ လို့ဆိုသော်လဲ ဆရာက၊ သို့မဟုတ် တခြားလူက တုတ်နဲ့ ရိုက်ပေးရတယ်။ အော်ပေးရတယ်။ ပြီးတော့ ကိုအန်ပဟေဠိကို အဖြေရှာခိုင်းတယ်။ အဖြေ ရပြီထင်ရင် ဆရာ့ဆီ သွားပြီး အဖြေပြောရတယ်။ တစ်ခါ တစ်ရံ အဖြေမှ မဆုံးသေးဘူး၊ ဗုံးကနဲ အရိုက်ခံလိုက်ရသေးတယ်။ ဘာမှ မလုပ်နဲ့ ဆိုပေတဲ့ ဒါတွေတော့ လုပ်ရသေးတယ်။ မလွယ်လှပါဘူး။ ရင်ဇိုင်းဈင်းက ဒါတွေ လုပ်ရတယ်။ ဆိုတိုဈင်းက တရားထိုင်ခြင်းကို လုပ်ရတယ်။

ဆိုတုန်ဂိုဏ်း တရုတ်ဘာသာ **ဆိုတုန်** (so — Tung) ဂိုဏ်းကို တရုတ်ပြည်မယ် ၉ - ရာစုမှာ တည်ထောင်ခဲ့တယ်။ တည်ထောင် သူတွေကတော့ တုန်ရှန် တောင်ပေါ်ကျောင်းက **ဈင်းဘုန်းကြီး** လျမ်ချိုင်း (Liang Chai) နှင့် သူ့တပည့် **ဆိုရှန်တောင်ပေါ်ကျောင်းက** ပင်ချီ (Pen Chi) တို့ ဆရာတပည့်ပဲ။ သူတို့ကို နာမည်ရင်းနဲ့ မသိကြပဲ **တုန်ရှန်၊ ဆိုရှန်** လို့ သူတို့နေတဲ့ တောင်တွေရဲ့ နာမည်တွေနဲ့ပဲ သိနေကြတယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့ဆရာတပည့် တည်ထောင်တဲ့ ဒီဈင်းဂိုဏ်းကိုလဲ "**ဆိုတုန်**" ဂိုဏ်းလို့ ခေါ်ကြတယ်။

ဆိုတိုဈင်း ခရစ်နှစ် ၁၂၂၃ ခုနှစ်မှာ တရုတ်ပြည်ကို သွားပြီး ပညာ သင်တဲ့ ဂျပန်ဘုန်းကြီး ဒိုဂျင် (Dogen) က ဂျပန်ပြည် ပြန်ရောက်တဲ့အခါ ခရစ်နှစ် **၁၂၂၇** ခုနှစ်မှာ အဲဒီ **ဆိုတုန်ဈင်းဂိုဏ်း**ကို တည် ထောင်ခဲ့တယ်။ ဂျပန်ဘာသာနဲ့တော့ **ဆိုတို** (Soto) **ဈင်းဂိုဏ်း** လို့ ခေါ်တယ်။ ဒီဂိုဏ်းက ရင်ဇိုင်းဈင်းဂိုဏ်းနဲ့ အယူအဆ လုံးဝမတူဘူး။ ရင်ဇိုင်းရဲ့ **အယူ** အဆကို လုံးဝ လက်မခံဘူး။

ဆိုတိုဈင်း အယူအဆ ဗုဒ္ဓဉာဏ်ရရေး ဘုရားဖြစ်ရေးအတွက် အမှန်ကန်ဆုံး **နည်းကို** မြတ်စွာဘုရား နမူနာ ပြသွားပြီ လို့ ဆိုပါတယ်။ အိန္ဒိယ ပြည် ဗောဓိညောင်ပင်အောက်မှာ မြတ်စွာဘုရား **သဗ္ဗညု** တဉာဏ် ရအောင် ကျင့်ခဲ့တဲ့ နည်းဟာ အမှန်ဆုံးနည်း **ဖြစ်ကြောင်း** မြတ်စွာဘုရားက သက်သေပြသွားပြီ။ တခြားနည်းတွေ **ကြံစည်စဉ်းစားနေစရာ** မလိုဘူး လို့ ဆိုတိုဈင်းက ယူဆပါတယ်။ တခြားနည်းလမ်းတွေ မှန်ကန်ကြောင်း သက်သေအထောက်အထား မရှိဘူး လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် **တရား** အားထုတ်မှပဲ ဘုရားအဖြစ်ကို ရနိုင်တယ် လို့ ယူဆပါတယ်။

ဆိုတိုရှင်းရဲ့ ဒီအယူအဆက ရင်ဇိုင်းရှင်းရဲ့ အယူအဆဖြစ်တဲ့ သူ့အလိုအလျောက် ရုတ်တရက် ဉာဏ်အလင်းပေါက်တာတွေ၊ တရားမထိုင်ရဘူး စိတ်ကို သူ့အတိုင်း ထားရမယ် ဆိုတာတွေ၊ ရိုက်တာ နှက်တာ အော်တာ ပေါက်တာတွေ၊ ကိုအန်ဆိုတာတွေကို လုံးဝဆန့်ကျင်တယ်။

ဗုဒ္ဓဉာဏ် သဗ္ဗညုတဉာဏ်ဟာ ဘာမှ မလုပ်ပဲနဲ့ သူ့အလိုအလျောက် ရုတ်တရက်ပေါ်ပေါက်တယ် ဆိုတာဟာ ဆိုတိုရှင်းအတွက် လုံးဝ အဓိပ္ပာယ်မရှိဘူး။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားလို တရားကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်မှုပဲ တဖြည်းဖြည်း ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် တက်ပြီး သဗ္ဗညုတဉာဏ်အထိ ရနိုင်တယ် လို့ ဆိုတိုရှင်းက ယူဆတယ်။ ဒါကြောင့် ဆတောရီ ရချင်ရင် တရားအားထုတ်ရမယ်၊ ကြာကြာ တရားထိုင်နိုင်လေ ဆတောရီ ရဖို့ တဖြည်းထက်တဖြည်း ပိုပြီး နီးလာလေပဲ။

ရှင်းတရား အားထုတ်ခဲ့တယ်

ဒါကြောင့် ဂျပန်ပြည်မှာ ဆိုတိုရှင်းကျောင်းတွေမယ် တရား အားထုတ်ကြတယ်။ ဘုန်းကြီး ဂျပန်ပြည်မှာ ရက်နှစ်ပတ် နေခဲ့တုန်းကလဲ ဆိုတိုရှင်းရဲ့ ဗဟိုဌာနဖြစ်တဲ့ တိုကျိုမြို့ထဲက အေးဟေကျီးရှင်းကျောင်းမှာ ရှင်းဘုန်းကြီးတွေနဲ့ အတူ ရှင်းတရား ထိုင်ခဲ့တယ်။ တရားအားထုတ်တဲ့ နည်းတော့ တစ်ကျောင်းနဲ့ တစ်ကျောင်း တူပါလိမ့်မယ်။ စနစ်တော့ တူပုံမရဘူး။ အေးဟေကျီးမှာ ဘုန်းကြီး အားထုတ်ခဲ့စဉ်ကတော့ အားထုတ်ချိန် တစ်နာရီမှာ မိနစ် ၄၀ ထိုင်၊ ၁၀ မိနစ် စင်္ကြံလျှောက်၊ ၁၀ မိနစ်နား ဆိုတဲ့ စနစ်နဲ့ အားထုတ်ခဲ့ရတယ်။ စင်္ကြံလျှောက်တာက မငိုက်အောင်လို့ တဲ့။ ငိုက်လို့ စောင့်ကြပ်တဲ့ ဘုန်းကြီးက ပုခုံးတဘက်တချက်ကို တုတ်နဲ့ ရိုက်ပြီး အငိုက်ဖြေပေးတာလဲ တွေ့ခဲ့ရတယ်။

တချို့တော့ အားထုတ်ချိန် ၂ နာရီ လို့ သတ်မှတ်ထားပြီးတော့ နာရီဝက်တစ်ကြိမ် ထပြီး ၁၀ မိနစ် စင်္ကြံ မြန်မြန်လျှောက်ရတယ်။

ရှမှတ်တာကတော့ များသောအားဖြင့် ထွက်လေဝင်လေရှုတဲ့ အာနာပါနနည်းပါပဲ၊ ရေတွက်တဲ့ ဂဏနာနည်းကို အသုံးများကြပုံ ရပါတယ်။ ဝမ်းဗိုက် ဖောင်းမှု ပိန်မှုကို ရှုတာလဲ ရှိတယ်။ ဘာမှမရှိခြင်း ဆိုတဲ့ သုညကို ရှုဖို့ သင်ပေးတာလဲ တွေ့ခဲ့ရတယ်။

နေ့စဉ်ဘဝနဲ့ ချင်းဆက်စပ်

ပြီးတော့ နောက်တစ်ခုက ဆိုတိုချင်းဟာ လူတို့ရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝကိုလဲ အလေးပေးတယ်။ ချင်းကျင့်စဉ်နဲ့ နေ့စဉ်ဘဝကို ဆက်စပ်ပေးတယ်။ နေ့စဉ်ဘဝရဲ့ အရေးကြီးပုံကို သူ့တို့ အလွန် အလေးဂရုပြုကြတယ်။ ဟုတ်တာပေါ့၊ ဘယ်ကျင့်စဉ်မဆို နေ့စဉ်ဘဝ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကိုလဲ အထောက်အကူပြုမှ၊ အဆုံးစွန်ချမ်းသာ ရဖို့ကိုလဲ အကျိုးပြုမှ မှန်မယ်ပေါ့။ နေ့စဉ်ဘဝ နေ့စဉ်အလုပ်ဟာ ဆိုတိုချင်းရဲ့ ဘာသာရေးမှာ မပါမဖြစ်တဲ့ အခန်းကဏ္ဍပဲ။

တရား အားထုတ်ရုံသာ မဟုတ်

ပြီးတော့ တရားအားထုတ်ဖို့ လိုအပ်တယ် လို့ ယူဆသလို တရားကျမ်းဂန်တွေ ဖတ်ရှုလေ့လာဖို့လဲ လိုအပ်တယ် လို့ ယူဆတယ်။ သို့သော်လဲ တရားကျမ်းဂန်တွေကို အလွန် အကျွံ အလေးမထားမိအောင်တော့လဲ သတိထားရမယ် လို့ ဆိုပါတယ်။ ဂျပန်ပြည်မယ် ရောက်ခဲ့ရသမျှ ဆိုတိုချင်းကျောင်းတွေမှာ တရားအားထုတ်ရုံသာ မဟုတ်ဘဲ တရားကျမ်းဂန် ရွတ်ဖတ်တာ၊ ဘုရားဝတ်ပြုတာတွေပါ တွေ့ခဲ့ရတယ်။

သူတို့ ဘုရားဝတ်ပြုတာကတော့ နည်းနည်းလွန်တယ် လို့ ထင်ပါတယ်။ အချိန်ကလဲ တစ်နာရီခွဲ နှစ်နာရီလောက် ကြာတယ်။ ဝတ်ပြုတဲ့ ဘုန်းကြီး

အားလုံး ထိုင်လိုက် ထလိုက် လုပ်ရတာတွေ၊ နေရာတွေ ပြောင်းပြောင်း ထိုင်ရတာတွေကလဲ ခဏခဏ၊ ယိမ်းကတဲ့ အတိုင်းပဲ။ ဦးဆောင်တဲ့ ဘုန်းကြီး ကလဲ လုပ်လိုက်ရတဲ့ အမူအရာ လွန်ပါရော။ ပရိသတ်ထဲမှာ အမူအရာ ကောင်းကောင်းနဲ့ လှည့်ပတ်သွားလိုက်ရတာကလဲ ခဏခဏ၊ ဘုရားနား ပြန်ရောက်တော့ ဦးချလိုက်ရတာလဲ ခဏ ခဏ။ တစ်ခါတစ်လေတော့လဲ ကြည့်ကောင်းသလိုလို အရှိသား၊ တစ်ခါတလေတော့လဲ မျက်စိနောက်သလို လိုပဲ။

သူတို့ ရှိခိုးဦးချကြတာ ဘုရားလို့ ဆိုသော်လဲ အမှန်တော့ ဘုရားလောင်း ပါ။ ခြင်္သေ့ကို စီးထားတဲ့ မဥ္ဇုသီရိဘုရားလောင်း လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒီ မဥ္ဇု သီရိဘုရားလောင်းကို ဂျပန်ပြည်မှာ တင်ဒိုင် ဂိုဏ်း၊ ရှင်ဂွန်းဂိုဏ်း၊ ဇင်းဂိုဏ်း များက ကိုးကွယ်ကြောင်း သိရပါတယ်။

အကျဉ်းချုပ်မှတ်ဖို့

ရင်ဇိုင်းဇင်း လက္ခဏာ — အခု ပြောခဲ့တာတွေကို ပြန်ပြီး အကျဉ်းချုပ် ပြောပါဦး မယ်။ ဇင်းဆိုတာ ဇင်းဆရာများ အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုချက် အရ ''တရားအားထုတ်ခြင်း'' လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။ ဇင်းရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ဆတောရီဆိုတဲ့ ဉာဏ်အလင်းရပြီး တစ်လောကလုံး **အစစ်အမှန်အနေနဲ့ ဘာမှမရှိခြင်း** ဆိုတဲ့ သုည (Void) သဘာဝကို သိမြင်ကာ ဗုဒ္ဓအဖြစ်ကို ရရေး ရည်ရွယ်ချက် ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီ ဇင်းဂိုဏ်းဟာ သူပေါက်ဖွားရာ တရုတ်ပြည်မှာ ကွယ်ပျောက်ခဲ့ပြီး ဂျပန်ပြည်မှာ အခု ထွန်းကားနေပါတယ်။ ဂျပန်ပြည်မှာ ရင်ဇိုင်းဂိုဏ်း၊ ဆိုတို

ဂိုဏ်း လို့ နှစ်ဂိုဏ်း ကွဲပြားပြီး ထွန်းကားနေပါတယ်။ အိုဘာကုဆိုတဲ့ နောက်ပေါ်ချင်းဂိုဏ်း ရှိသေးသော်လဲ မထင်ရှားလှပါဘူး။

ရင်ဇိုင်းဂိုဏ်းရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေက ရုတ်တရက် သူ့အလိုအလျောက် ဉာဏ်အလင်းပေါက်တာကို ယုံကြည်ခြင်း၊ ဉာဏ်အလင်း ရဖို့ စိတ်ကို သူ့အတိုင်း ထားရခြင်း၊ တစ်စုံတစ်ရာ လုပ်ဖို့ တရားအားထုတ်ဖို့ မလိုခြင်း၊ ဉာဏ်အလင်း ရရေးအတွက် တုတ်နှင့် ရိုက်ခြင်း၊ အော်ခြင်း၊ ငေါက်ခြင်း ကိုအန်ပဟေဠိ အမြေခိုင်းခြင်းတို့ကို အကူအညီအဖြစ် အသုံးပြုခြင်း။ ဒါတွေဟာ ရင်ဇိုင်းဂိုဏ်း ရဲ့**လက္ခဏာတွေပါပဲ**။

ဆိုတိုချင်း လက္ခဏာ **ဆိုတိုချင်း**ရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေကတော့ ရုတ်တရက် အလိုအလျောက် ဉာဏ်အလင်းပေါက်တာကို မယုံကြည်ခြင်း၊ တမြည်းဖြည်း ဉာဏ်အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်ပြီးမှ ဗုဒ္ဓဉာဏ် ဗုဒ္ဓသဘာဝကို ရခြင်း၊ ဒီလိုရဖို့ရာ တရားကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ဖို့ လိုခြင်း၊ တုတ်နဲ့ရိုက်တာ အော်တာ ငေါက်တာ ကိုအန် အမြေခိုင်းတာတွေကို လက်မခံခြင်း၊ မယုံကြည်ခြင်း၊ ဒီလိုလုပ်ခြင်းကြောင့် ရတယ်ဆိုတဲ့ အသိဟာ ဆတောရိအစစ် မဟုတ်ဘဲ ရုတ်တရက် စိတ်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သာမန်အသိမျှသာ ဖြစ်တယ် လို့ ယူဆခြင်း၊ တရားစာပေ ဖတ်ရှုဖို့ ဘုရားဝတ် ပြုဖို့ လိုအပ်ခြင်း၊ ချင်းကျင့်စဉ် ချင်းသဘာဝကို လူတွေရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝနဲ့ ဆက်စပ်ပေးခြင်း။ ဒါတွေဟာ **ဆိုတိုချင်း သဘောလက္ခဏာတွေ** ပါပဲ။

နှစ်ဂိုဏ်းလုံး တရားအားထုတ် သို့သော်လဲ ဒီတီဆူဇူကီးရဲ့ နောက် အတော်ဆုံး ချင်းပညာ ရှင် တစ်ယောက် လို့ အများ အသိအမှတ်အပြုခံရတဲ့ **အလန်ဝစ်** (Alan W.Watts) က ဒီလို ရေးထားတာကို တွေ့ရ ပါတယ်။

''ဒီကနေ့ ဂျပန်ဇင်ကျောင်းများမှာ ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့ရသလောက်တော့ ရင်ဇိုင်း၊ ဆိုတို နှစ်ဂိုဏ်းလုံးပဲ တရားထိုင်တာကို အထူးအလေးအနက် ထားနေကြတာ တွေ့ရပါတယ်။ သူတို့ဟာ ထိုင်ပုံ စနစ်ကျ မှန်ကန်ဖို့၊ အသက်ရှုပုံ စနစ်ကျ မှန်ကန်ဖို့ကို အလွန် အရေးတကြီးထားပြီး နေ့စဉ် နာရီပေါင်းများစွာ တရားထိုင်ကြပါတယ်။ ဇင်းကျင့်စဉ်ဟာ ရည်ရွယ်ချက်အပြည့်နဲ့ တရားထိုင်ဖို့ပဲ ဖြစ်တယ်လို့ ယူဆကြပါတယ်။ ရင်ဇိုင်းဂိုဏ်းက ဆရာ့ဆီ မကြာခဏသွားပြီး ကိုအန်အဖြေ တင်ပြရတာ အပို ထည့်ထားပါသေးတယ်။''

၁၉၆၀-ခုနှစ်မှာ ထုတ်ဝေတဲ့ အလန်ဝပ်ရဲ့ The Way of Zen စာအုပ်မှ ထုတ်နုတ်ဖော်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ကဲ .... အဖြေလဲ တော်တော် ရှည်သွားပါပြီ။ ဇင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ မိမိ လေ့လာမိသလောက် နားလည်သဘောပေါက်သလောက်ကိုသာ ကြိုးစားဖြေခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဇင်းကို သေသေချာချာ နားလည်လို့ ဖြေတာ မဟုတ်ပါ။ စိတ်ဝင်စားသူများ၊ ဉာဏ်ကျက်စားလိုသူများအတွက် ဆက်လက်လေ့လာဖို့ရာ အခြေခံလောက်တော့ ဖြစ်ကောင်းရဲ့လို့ ထင်ပါတယ်။

ဇင်းမေးခွန်း၏ အဖြေအတွက် မှီငြမ်းပြုသော ကျမ်းစာများ

1. Zen Buddhism by D.T. Suzuki.
2. Manual of Zen Buddhism by D.T. Suzuki.
3. The Way of Zen by Alan W.Watts.
4. A History of Zen Buddhism by Dumoulin.

5. The matter of Zen by Paul Wienpahl.

6. Living Zen by Robert Linssen.

7. A Western Aproach to Zen by Christmas Humphrey.

8. Chan and Sen Teaching, Seccnd Series by Lukuan Yu.

9. Zen Dictionary by Earnest Wood.

10. Buddhism in Japan by E.Dale Sounders.

11. A History of Japanese Buddhism by Shinsho Hanayama, Litt.D.

12. Mahayana Buddhism by B.L. Suzuki.

13. Thousand Peaks by Mu Soeng Sunim.

14. The Way of Korean Zen by Kusan Sunim.

15. Zen Philosophy, Zen Practice by Thieh Thien-An.

၃၁။ ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ ထိပ်တန်းကျတဲ့ ဘာသာဖြစ်ပါလျက် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အချို့ရဲ့ အမှုအကျင့်များ၊ အဘယ်ကြောင့် အဆင့်အတန်း၊ နိမ့်နေကြပါသလဲ။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား

တပည့်တော် ရှိသေစွာလျှောက်ထားပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ ထိပ်တန်းကျတဲ့ ဘာသာဖြစ်ပါလျက် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အချို့တို့ရဲ့ အမူအကျင့်များဟာ အခြားဘာသာဝင်များလောက် နူးညံ့သိမ်မွေ့မှု မရှိဘဲ အဆင့်အတန်း နိမ့်နေတာကို တွေ့မြင်နေရပါတယ်။ အကြောင်းရင်းကို ရှင်းပြပါ ဘုရား။

ဦးခင်မောင်ညို၊ နိုင်ငံရေးသိပ္ပံဌာန၊ စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်

ဖြေ ။ ။ ထိပ်တန်းကျတဲ့ ဘာသာဖြစ်လျက်နဲ့ ဘာသာဝင်တချို့ရဲ့ အမူအကျင့် စိတ်နေစိတ်ထားတွေ အဆင့်အတန်း နိမ့်ကျနေတယ်တဲ့။ တခြားဘာသာဝင်တွေက နူးညံ့သိမ်မွေ့ပြီး အမူအကျင့် စိတ်နေစိတ်ထားတွေ အထက်တန်းကျနေတာ တွေ့ရတတ်တယ် တဲ့။ ဒီနေရာမှာ နှစ်ပိုင်း စဉ်းစားရမှာပါ။ တခြားဘာသာဝင်တွေမှာလဲ အမူအကျင့် စိတ်နေစိတ်ထား အဆင့်အတန်း နိမ့်ကျတဲ့ သူတွေ ရှိကြတာပါပဲ။ နူးညံ့သိမ်မွေ့ပြီး အထက်တန်းကျတဲ့ လူတွေလဲ ရှိကြတာပါပဲ။

အဲဒီအတိုင်းပဲ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များထဲမှာလဲ စိတ်နေစိတ်ထားတွေ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ပြီး အထက်တန်းကျတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ တော်တော်များများ ရှိပါတယ်။ စိတ်နေစိတ်ထား ယုတ်ညံ့ရိုင်းစိုင်းပြီး အောက်တန်းကျတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ ရှိသလောက် ရှိတာပေါ့။

ဖြစ်စေချင်တာတွေ ဒီအချက်မှာ ဘယ်ဘာသာဝင်မဆို ထူးမခြားနားဘဲ လို့ ဘုန်းကြီး ထင်ပါတယ်။ သို့သော်လဲပဲ မေးခွန်းရှင်က မိမိကိုယ်တိုင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်တော့ မိမိရဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ အားလုံး ခြောက်ပြစ်ကင်း သဲလဲစင်တွေ ဖြစ်နေစေချင်တယ်။ တာဝန်သိ

စေချင်တယ်၊ စည်းကမ်း ရှိစေချင်တယ်။ ယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့စေချင်တယ်၊ ကိုယ်ချင်းစာတရား၊ မေတ္တာ ကရုဏာ အကြင်နာတရားတွေ ရှိစေချင်တယ်။ စိတ်သဘောထား ကြီးကြီး ထားစေချင်တယ်။ စိတ်ထား ဖြူစင်ဖြောင့်မတ်စေချင်တယ်။ လောဘ ဒေါသ မာန်မာန အာဃာတတရား မနာလို မရှုစိမ့်တရားတွေ မထားစေချင်ဘူး။ သူတစ်ပါးကို ကူညီရိုင်းပင်းစိတ်၊ အများအတွက် အနစ်နာခံတဲ့စိတ်၊ ကိုယ်ကျိုးစွန့်လွှတ်နိုင်တဲ့ စိတ်တွေ ရှိစေချင်တယ်။ အထက်တန်းကျကျ သွားလာနေထိုင် ပြောဆို ပြုမူစေချင်တယ်။ အဲဒီလို စသည်ဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း စိတ်နေစိတ်ထားတွေ အထက်တန်းကျပြီး အမူအကျင့်တွေလဲ အထက်တန်းကျတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေချည်း ဖြစ်စေချင်တယ်။ ဒါဟာ မေးခွန်းရှင်ဖြစ်စေချင်တာတွေပေါ့၊ ဘုန်းကြီးတို့ကလဲ ဒီလိုပဲ ဖြစ်စေချင်ကြတာချည်းပါပဲ။ အဲလို ဖြစ်မလာတာ တွေ့ရတော့ အားမရဘူး။ အဲဒီလို အားမလိုအားမရ ဖြစ်တဲ့အတွက်ပဲ ဒီမှာ ဒီမေးခွန်း မေးတာ မဟုတ်လား။

ဘာသာတရားရဲ့ အနှစ်သာရကိုမသိကြလို့

ဒီတော့ အဲဒီလို အောက်တန်းကျတဲ့ စိတ်ထားတွေ ဖြစ်ရတာ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာတရားကို သေသေချာချာ မလေ့လာဘူးကြတဲ့ အတွက် ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ လူမှုရေးဆိုင်ရာ အနှစ်သာရတွေကို မသိကြတော့ ဘာသာရေးရဲ့ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို သဘောမပေါက်ကြလို့ ပါပဲ။

ဗုဒ္ဓဘာသာတရားရဲ့ သင်ကြားမှုတွေဟာ လူ့လောကမှာ အထက်တန်းကျကျ အဆင်ပြေပြေ စိတ်ထားတတ်အောင်၊ အထက်တန်းကျကျ ပြောဆို ပြုမူနေထိုင် စားသောက်တတ်အောင်၊ ဝတ်စားဆင်ယင်တတ်အောင်၊ အပြစ်ကင်းပြီး အဆင်ပြေပြေ နေတတ်ထိုင်တတ်အောင် သင်ကြားထားတာပေပဲ ဆိုတာ နားမလည်တော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ လက်တွေ့ဘဝထက် သင်းချိုင်းကုန်း ဟို ဘက်ကိုသာ လက်ညှိုးထိုးပြနေတဲ့ ဘာသာတရား လို့ တချို့က အယူအဆ မှား

ကြတယ်။ တချို့ကလဲ ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုတာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့လောက်ပဲ လို့ ထင်ကြတယ်။ ဒီတော့ သေသေချာချာ မလေ့လာကြဘူး။

ဒီလို မလေ့လာတဲ့အတွက် အသင်မှား အမြင်မှားဖြစ်တော့ ဘာသာတရားနဲ့ တန်းဘိုးကို မသိကြဘူး။ မသိတော့ အယက်ဘန်းကျတဲ့ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့နူးညံ့တဲ့စိတ်၊ သဘောထားကြီးတဲ့စိတ်၊ ဝဲ့သွာယောက်ထားစိတ်၊ မြော်မြင်ဆင်ခြင်စိတ်ဆိုတဲ့ စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်တွေ မသားတတ်တော့ပဲ ''ဘယ်သူသေသေ ငတေမာရင် ပြီးရော'' ဆိုတဲ့ အောက်တန်းကျတဲ့ စိတ်တွေ ဝင်လာတယ်။ ဒီတော့ အနေအထိုင် အပြောအဆို အပြုအမူ အလုပ်အကိုင်တွေကလဲ အဆင့်အတန်းနိမ့်လာတော့တာပဲ။ ဒီတော့ အမှားမှား အပွင်းယွင်းတွေ ပြုမိကုန်ကြတော့တာပေါ့။

ဝိုင်းဝန်းကြိုးစားကြမှ အဲဒါတွေကို ပြုပြင်ဖို့ကတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာတရားကို ကျေကျေပွန်ပွန် နားလည်ထားတဲ့ ရဟန်းရှင်လူများရော၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ အသင်းအဖွဲ့များရော၊ သက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများပါ တကယ့် အသိမှန် အမြင်မှန်နဲ့ အားလုံး ဝိုင်းဝန်းပြီး နိုးနိုးကြားကြား တက်တက်ကြွကြွနဲ့ စနစ်တကျ အဖွဲ့အစည်းတွေ ဖွဲ့ပြီး သင်ကြားပို့ချမှု၊ ဟောပြောမှု၊ စာအုပ်ရေးသား ထုတ်ဝေမှု ဆောင်လွှယ်ဖတ်လွှယ် အိပ်ဆောင်စာအုပ်ကလေးတွေ ရေးသားထုတ်ဝေ ဖြန့်ချိမှု၊ လက်တွေ့ကျင့်ကြံမှု စသည်တွေ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာအောင် အစွမ်းကုန် ကြိုးစားကြမှ ဖြစ်မှာပါပဲ။

ဘာသာရေးအသိ ကြွယ်ဝဖို့ အခု နိုင်ငံတော် သံဃာမဟာနာယက အဖွဲ့က ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု သင်တန်းတွေ စီစဉ်ပေးတာ အလွန် ကျေးဇူးများကြပါတယ်။ အလွန်လိုအပ်တဲ့

အစီအစဉ်ပါပဲ။ သို့သော်လဲ ဒါလောက်နဲ့ မလုံလောက်သေးပါဘူး။ ဒီသင်တန်းတွေက ကလေးသူငယ်တွေလောက်ကိုသာ အသိ ပညာ ပေးနိုင်ပါတယ်။ လူရွယ်လူလတ် လူကြီးပိုင်းအထိ မရောက်နိုင်သေးပါဘူး။ ဒါကြောင့် အဲဒီအရွယ်တွေအထိ ရောက်နိုင်တဲ့ သင်တန်းတွေ၊ ဟောပြောပွဲတွေ၊ စည်းရုံး နှိုးဆော်မှုတွေ၊ လူမှုရေး အကျိုးပြုလုပ်ငန်း လက်တွေ့ဆောင်ရွက်တာတွေကို ဘာသာရေး အဖွဲ့အစည်း၊ လူမှုရေး အဖွဲ့အစည်းတွေက ညီညီနှိုင်းနှိုင်း တိုင်တိုင်ပင်ပင်နဲ့ စိတ်ဝင်တစား ဆောင်ရွက်နိုင်ကြရင် တဖြည်းဖြည်း ဘာသာရေး အသိအမြင် ကြွယ်ဝလာပြီး အထက်တန်းကျတဲ့ စိတ်နေစိတ်ထားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်မယ် လို့ ထင်ပါတယ်။

မင်္ဂလာနှင့်ပဲ အထက်တန်းကျနိုင်တယ်

အနည်းဆုံး ၃၈ ဖြာ မင်္ဂလာ တရားတော်လောက်ကို ကျေကျေညက်ညက် သဘောပေါက်ပြီး စိတ်ထဲမှာ စွဲသွားလောက်အောင် လက်တွေ့နဲ့ တွဲဖက်ပြီး သင်ကြားပို့ချ ဖြန့်ဖြူးပေးနိုင်ရင်ပဲ လူ့ဝတ်သူ့ဝတ် သိနားလည်ပြီး စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်တွေ အနည်းနဲ့ အများ ဝင်နိုင်တာမို့ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ပြီး အထက်တန်းကျတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ယောက် ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။

မေတ္တာရွှေမိုး ရွာသွန်းဖြိုး

ပြီးတော့ နောက်တစ်ခုက ဗုဒ္ဓဘာသာ နိုင်ငံဖြစ်ပါလျက် လူသား အချင်းချင်း၊ ပြည်သူပြည်သား အချင်းချင်း၊ သွေးချင်း သားချင်း ကိုယ်ချင်းစာတရား မေတ္တာတရားတွေ ခေါင်းပါးခြောက်သွေ့ပြီး လောဘ ဒေါသ မာန်မာန တရားတွေကပဲ လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်နေကြတော့ တပြည်လုံး အတိုင်းအတာနဲ့ မေတ္တာခါတ်ကြီး တပ်လှန့်ပြီး မေတ္တာမိုးတွေ အဆက်မပြတ် ရွာသွန်းဖြိုးနိုင်အောင် နည်းလမ်း

တွေ့ရှာပြီး ဝိုင်းဝန်း ကြိုးစားကြမှ ချမ်းမြေ့အေးချမ်းရေး ရောင်ခြည်သန်း နိုင်မှာပါ။

၄၂။ ဗုဒ္ဓတရားတော်ဟာ ဘာကြောင့် လူနည်းစုကိုးကွယ်တဲ့ ဘာသာတရား ဖြစ်နေပါသလဲ။

မေး။ ။ ဆရာတော်ဘုရား၊

တပည့်တော် ရိုသေစွာလျှောက်ထားပါသည်။

မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ တရားတော်ဟာ အမှန်တရားဖြစ်ပါလျက် ကမ္ဘာမှာ အဘယ် ကြောင့် လူနည်းစု ကိုးကွယ်တဲ့ ဘာသာ ဖြစ်နေပါသလဲ။ ကိုးကွယ်သူ များအောင် မည်သို့ လုပ်ဆောင်ရပါမည်လဲ ဘုရား။

ဦးခင်မောင်ညို၊ နိုင်ငံရေးသိပ္ပံဌာန၊ စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်

ဖြေ။ ။ ဒါကတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များဟာ ဒီဘက်မှာ လေ့လာမှု နည်းပြီး နိုးနိုးကြားကြား မရှိကြ၊ လုံ့လ ဝီရိယ နည်းကြလို့ပါပဲ။

နိုးကြားကြ တက်ကြွကြတယ်

တခြားတခြား ဘာသာတွေ ကမ္ဘာ့ပျံ့နှံ့တယ် ဆိုတာက သူတို့ဘာသာဝင်တွေက အလွန် နိုးနိုးကြားကြား ရှိကြတယ်။ အမှတ်မဲ့ မနေကြဘူး။ ဘာသာတရား ပြန့်ပွားရေးကို အမြဲ

အလေးထားကြတယ်။ ငွေအင်အားကလဲ တောင့်တင်းကြတော့ စနစ်တကျ အဖွဲ့အစည်းတွေ ဖွဲ့ပြီး အဆင်းရဲ အပင်ပန်းခံ ဖြန့်ကြတဲ့အတွက် သူတို့ဘာသာတွေက ပျံ့နှံ့ပြီး လူများစု ကိုးကွယ်တာ ဖြစ်နေကြတာပါပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေကတော့ အခုတိုင် အိပ်တုန်းပဲ။ ကိုယ့်ရပ်ရွာ၊ မြို့၊ နယ်၊ ကိုယ့်နိုင်ငံ ကျဉ်းကျဉ်းကလေးထဲမှာ ခွေအိပ်နေကြတုန်းပဲ။ ကိုယ့်နိုင်ငံကလေးထဲမှာတောင်မှ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ လောကီရေးအနှစ်သာရတွေ၊ လောကုတ္တရာရေးအနှစ်သာရတွေ ထိထိမိမိ မဖြန့်ဖြူးနိုင်ကြလို့ ခပ်စောစောက မေးခွန်းမျိုးတွေထွက်လာရတာပဲ။

အိပ်ကြတုန်းပဲ အခုအထိ ဘုန်းကြီးတို့ မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေက ကမ္ဘာကို စစ်မှန်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြန့်ဖို့ စိတ်ကို မကူးကြသေးဘူး။ အိပ်တုန်းပဲဆိုတော့ ဒီဘာသာတရားအကြောင်း ဘယ်သူက သိမလဲ။ အခု အနောက်တိုင်းက တချို့လူတွေဟာ ဗုဒ္ဓအကြောင်း ဗုဒ္ဓဘာသာအကြောင်းသိပြီးတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဘက် မျက်နှာမူလာကြတာတို့၊ ဗုဒ္ဓတရားတော်ကို ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်လာကြတာတို့ဟာ သူတို့ ဗုဒ္ဓဘာသာစာပေတွေ လေ့လာပြီး စာထဲတွေ့လို့ သဘောကျရာကနေ အရှေ့တိုင်းဘက်ကို လာပြီး တရားလေးဘာလေး အားထုတ်ရင်း စိတ်ဝင်စားလာကြတာပဲ။ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓတရားတော်ကစစ်မှန်လို့ သူ့ဟာနဲ့သူ ဖြစ်လာကြတာပဲ။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေက အဖြန့်ကောင်းလို့ မဟုတ်ဘူး။ အခုတိုင် ဘုန်းကြီးတို့ မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေကတော့ အိပ်ပျော်တုန်းပဲ။ ဒီကိစ္စ ဆောင်ရွက်ဖို့အတွက် ဘာအသင်း ဘာအဖွဲ့အစည်းမှ ဖိုဖိုပြင်ပြင် မရှိပါဘူး။ နောက်ဆုံးမှာ တောင်တန်းဒေသ နယ်ခြားဒေသ ကိုယ့်တိုင်းရင်းသား ဆွေမျိုးရင်းချာတွေဆီတောင်မှ အသိမှန် အမြင်မှန် ထိထိမိမိ မပို့နိုင် မပေးနိုင်ကြသေးပါဘူး။

သီဟိုဠ် သီဟိုဠ်က ဘုန်းကြီးတွေနဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေကတော့ ဒုတိယကမ္ဘာစစ် မဖြစ်မီ အစောကြီးကတည်းက နိုးကြားပြီးတော့ သူတို့ တပ်နိုင်သမျှ အဖွဲ့အစည်းနဲ့ တကွ သက်ဆိုင်ရာ အစိုးရကပါ အားပေးပြီး ကမ္ဘာကို သာသနာ ဖြန့်နေကြတာ အများကြီးပဲ။ ဘယ်နိုင်ငံ သွားသွား အချက် အချာကျတဲ့ မြို့ကြီးတွေ မှန်သမျှမှာ သူတို့ ကြိုးစား နေကြတယ်။ ဘုန်းကြီးကို မြန်မာပြည်ကဘော့ အိပ် လို့ ကောင်းတုန်း ပါပဲ။

ယိုးဒယား ယိုးဒယားဘုန်းကြီးတွေကလဲ ကမ္ဘာအနှံ့အပြားမှာ ရှင်ဘုရင် ဦးဆောင်တဲ့ ထိုင်းဗုဒ္ဓဘာသာလူထုရဲ့ အားပေးထောက်ပံ့ မှုနဲ့ ဘုန်းကြီးကျောင်းတွေ တည်ထောင်ပြီး စွမ်းနိုင်သမျှ ဖြန့်ဖြူးနေကြတာ တော်တော်များနေပြီ။ အမေရိကမှာ ဆိုရင် မြို့ကြီး ၁၅ မြို့ထက်မနည်း ယိုးဒယား ဘုန်းကြီးကျောင်းတွေ ရှိနေကြပြီ။

အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံဟာ မွတ်ဆလင်နိုင်ငံပါ။ ရှေးက ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံ ဖြစ်ခဲ့ ပါတယ်။ ခရစ်နှစ် ၈ ရာစုလောက်မှာ ဆိုရင် ဗိုရိုဗုဒူးလို အံ့မခန်း စေတီတော် ကြီးများ ပေါ်ပေါက်လာသည်အထိ ထွန်းကားခဲ့ပါတယ်။ အခုတော့ အင်ဒိုနီးရှား နိုင်ငံမှာ လူဦးရေ ၁၇၆ သန်းကျော် ရှိတဲ့အနက်က ဗုဒ္ဓဘာသာ ဝိပဿသ ၂ သန်းကျော်လောက်ပဲ ရှိပါတော့တယ် လို့ ဘုန်းကြီး အဲဒီကို ရောက်စဉ်က ဒကာများ လျှောက်ထားကြပါတယ်။ မပိမသ စာရင်းစင်ရုံမျှကတော့ ၁၀ သန်း လောက် ရှိတယ်လို့ သိရပါတယ်။ အဲဒီလို နိုင်ငံမှာ ဗုဒ္ဓသာသနာ ဖြန့်ဖြူးရတာ ဘယ်လောက်ခက်ခဲမယ်ဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ရင် သိနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို နိုင်ငံမှာ တောင်မှ ယိုးဒယားဘုန်းကြီးများ အပင်ပန်းအဆင်းရဲခံပြီး ဖြန့်ဖြူးနေကြတာ

တွေ့ရတော့ အများကြီး ချီးကျူးခဲ့ ကြည်ညိုခဲ့ရပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ဆီကတော့ အိပ်ပျော်တုန်းပါပဲ။

အတားအဆီး အမျိုးမျိုး

တိဘက်ဘုန်းကြီး ဂျပန်ဘုန်းကြီးတွေ ကမ္ဘာ့အနှံ့ ပြန့်နေတာကတော့ ပြောစရာ မလိုတော့ပါဘူး။ သို့သော်လဲ အတားအဆီးက အမျိုးမျိုး ရှိပါတယ်။ သီဟိုဠ်ဘုန်းကြီးများ စာတတ်ပေတတ်၊ အင်္ဂလိပ်လို ကျွမ်းကျင်စွာ ရေးဖတ် ဟောပြော နိုင်ကြသော်လဲ အနောက်ဆီက တကယ်လိုလားတဲ့ ဝိပဿနာကရားကို ထိထိမိမိ မပြနိုင်ကြတော့ အာနာပါနလောက်နဲ့ပဲ တင်းတိမ်နေကြရတယ်။

ယိုးဒယားဘုန်းကြီးများထဲက တချို့ သင့်တင့်စွာ တရားပြတတ်ကြသော်လဲ ဘာသာစကား မကျွမ်းကျင်ကြဘူး။ တိဘက်ဘုန်းကြီး ဂျပန်ဘုန်းကြီး အနည်းအပါး ဘာသာစကားကျွမ်းကျင်ကြပေတဲ့ သူတို့တရားနည်းက ဝိပဿနာနည်း မဟုတ်တော့ ဝိပဿနာရဲ့ အနှစ်သာရကို လိုလားကြတဲ့ တိုင်းခြားသားများ အားမရကြဘူး။

မြန်မာ

ဒီတော့ သိပ္ပံနဲ့ စက်မှု တိုးတက်သလောက် ရုပ်ပိုင်းဘက်က တိုးတက်မှုအဟုန် မြန်လွန်းလို့ စိတ်က လိုက်မမီတော့ မောဟိုက်နေတဲ့ တိုင်းခြားသားတွေဟာ စိတ်မချမ်းသာကြဘူး။ ရုပ်တိုးတက်မှုမှာ အနှစ်သာရ ရှာမတွေ့ကြတော့ဘူး။ ဒီတော့ စိတ်ချမ်းသာရေးအတွက် မျှော်ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ ဝိပဿနာကို ခြေခြေမြစ်မြစ် အားထုတ်ကြပြီး

ထိထိမိမိ ဟောကြားပြသနိုင်တဲ့ မြန်မာပြည်ကိုပဲ ပဓာနထား အားကိုးကြတယ်။ ဒါပေတဲ့ မြန်မာပြည်ကတော့ နေမြဲပါပဲ။

အမေးအဖြေများပြီးပါပြီ။

၎င်း မေးခွန်းငါးဆယ်ကို ဖြေဆိုရာတွင် မိမိဉာဏ်မီသလောက် မိမိဉာဏ် သက်ဝင်သလို စွမ်းနိုင်သမျှ ဖြေဆိုထားခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ ပညာဉာဏ်ကြီး သူများ ပိုမိုကောင်းမွန်သော အဖြေများကို ဖြေဆိုနိုင်ကြလိမ့်မည် ဟု ယုံကြည် ယူဆပါကြောင်း ဖော်ပြရင်း ၎င်း အမေး အဖြေခန်းကို နိဂုံး ချုပ်လိုက်ပါ သည်။

ဆုတောင်းမေတ္တာ

သူတော်စိတ်မြတ်၊ အငြိမ်းဓာတ်၊ လွှမ်းပတ်ကမ္ဘာတည်စေသောဝ်။
မေတ္တာစိတ်မြတ်၊ အအေးဓာတ်၊ လွှမ်းပတ်ကမ္ဘာခြုံစေသောဝ်။
သတ္တဝါမှန်သမျှ၊ ဘေးမခ၊ အေးမြချမ်းသာ ရှိစေသောဝ်။

အရှင်ဇနကာဘိဝံသ
ချမ်းမြေ့ဆရာတော်

၂၃၇၆၀

ဤစာအုပ်၌

ဗုဒ္ဓတရားတော်များကို ကြည်ညိုယုံကြည်မှုအပိုင်း၊ လိုက်နာကျင့်ကြံမှုအပိုင်း၊ ကိုယ်ကျင့်တရားအပိုင်း၊ လက်တွေ့ ကျင့်ကြံပွားများအားထုတ်မှုအပိုင်းဟု လေးပိုင်း ခွဲခြားပြီး ရှင်းပြထားသည်။

တက္ကသိုလ် ဆရာ၊ ဆရာမ၊ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ မေးခွန်း ငါးဆယ်ကိုလည်း ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းပေးထားသည်။

သရဏဂုံဆိုတာ ဘာလဲ၊ သရဏဂုံပျက်တယ်၊ သရဏဂုံညှိုးနွမ်းတယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုလဲ၊ ရတနာသုံးပါးအကြောင်း ကောင်းကောင်းမသိဘဲ ဘုရားရှိခိုး၊ ဆွမ်းကပ်၊ ပန်းကပ်၊ ရေချမ်းကပ်လျှင် အကျိုးရှိသလား၊ စိတ်ချမ်းသာအောင် ဘယ်လို စိတ်ထားရမည်လဲ၊ ပြောမှား၊ ဆိုမှား၊ အလုပ်မှား မရှိရအောင် ဘယ်လို လုပ်မည်လဲ။

သမထနှင့် ဝိပဿနာ ဘယ်လို ခြားနားသလဲ၊ ဝိပဿနာကို ဒေသနာနည်းကျ ဘယ်လို အားထုတ်ရသလဲ၊ အားထုတ်ရင် ဘယ်လို အကျိုးတွေ ရသလဲ။

သရဏဂုံတင်ခြင်း၊ သပိတ်သွတ်ခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်က ဘာလဲ၊ သက်သတ်လွတ်စားတာ၊ ပုတီးစိတ်တာ ကုသိုလ်ရသလား၊ ပညာလိုချင်တာ တရားလိုချင်တာ လောဘလား၊ မဟာယာန ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဘာကွာခြားသလဲ၊ ဈင်းဆိုတာ ဘယ်လိုဟာလဲ။

ဤအချက်တွေ ဖြေရှင်းပေးထားသည်။