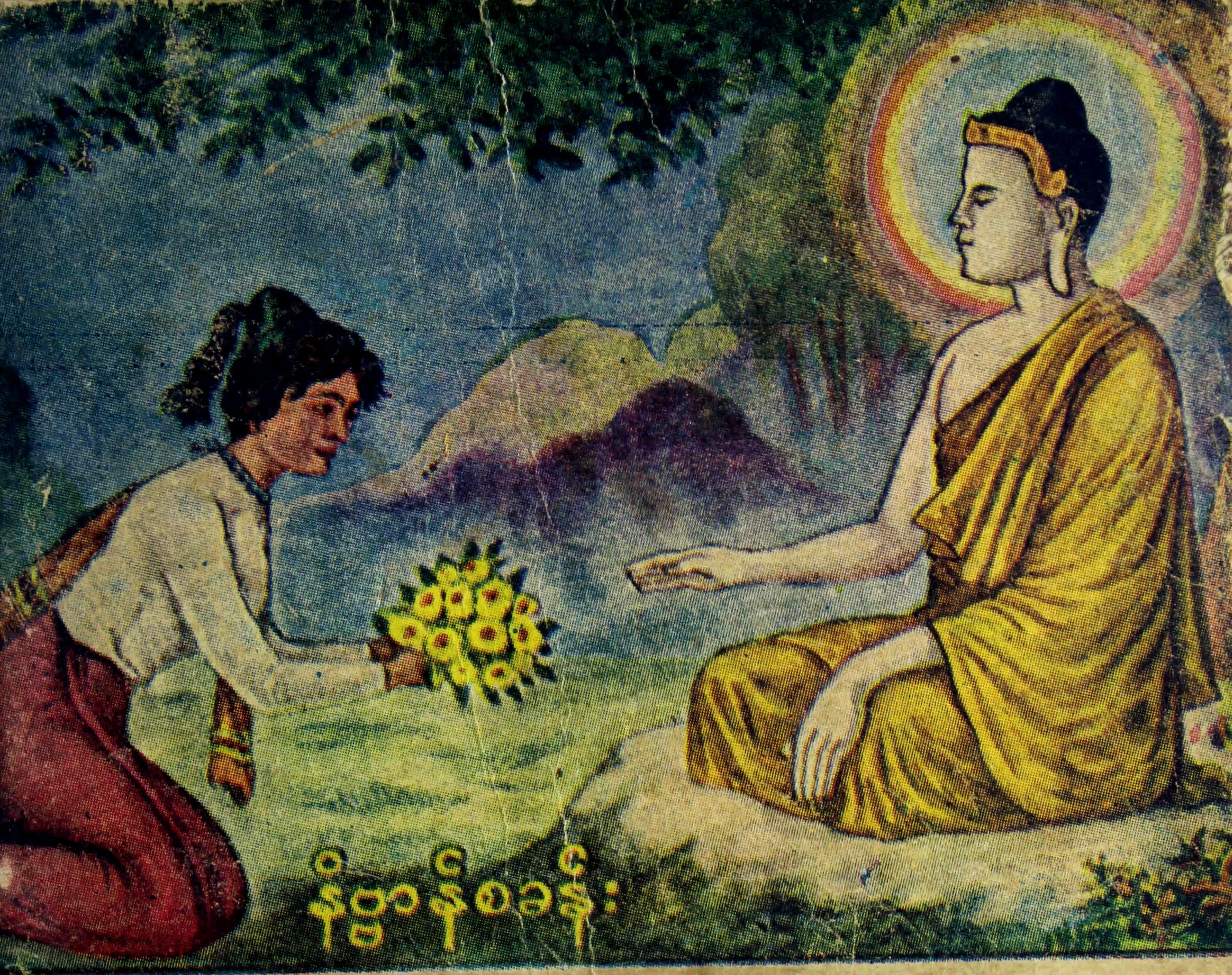




မဂ်ဖိုလ်ဖြတ်လမ်း

နှစ်ပေါင်း-၄၀-ဆယ်ကျော် သုတေသနပြုလုပ်၍
ဆရာကြီး ဂေါ်ဒေါ့ဇ်ဝါးခေါ်ဦးဘအေး
ရေးသားပြုစုသည်

၁-မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်အရသာ ခံစားလိုသော်
၂ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်လမ်းစခန်းကို သိမြင်လိုသော်
ပညာရှိပါရဂူများ တည်းဖြတ် စစ်ဆေး၍ ချီးမွမ်းကြသော
ဤစာအုပ်ကို ဖတ်မိအောင်ဖတ်ပါ။

နိဗ္ဗာန်စခန်း မဂ်ဗိုလ်ဖြတ်လမ်း

ပဌမနှိပ်ခြင်း ၁၉၇၀-ခု၊မေလ

အုပ်စု ၁၅၀၀

တန်ဖိုး ၄-ကျပ်

ဘာသာရေးခွင့်ပြုချက်အမှတ် ၃၈၀၄

ထုတ်ဝေသူ။ ။ဦးတင်မောင်(၀၀၈၂)-သင့်ဘဝစာအုပ်တိုက်၊
၁၇-မလ္လာကုန်းလမ်း၊ ကျောက်မြောင်း၊ရန်ကုန်

ပုံနှိပ်သူ။ ။ဒေင်မြင့် (၀၁၁၁)-သင့်ဘဝပုံနှိပ်တိုက်၊
၁၇-မလ္လာကုန်းလမ်း၊ ကျောက်မြောင်း၊ရန်ကုန်



စာရေးသူ အက်(စ်)စီ ဘရူးဝါး၏
၇၀ နှစ် အရွယ်ပုံ

အနန္တငါးအင် ဦးထိပ်ဆင်

“ဗုဒ္ဓဂုဏော အနန္တော” ဟု မိန့်တော်မူသည့် အတိုင်း ကျော်စောထင်ရှားပြီးလျှင် နတ်လူဗြဟ္မာသတ္တဝါအပေါင်းကို မဂ္ဂင်ရွှေဖောင် ယာဉ်သင်္ဘောဖြင့် ကယ်တင် ပို့ဆောင်တော် မူသော အနန္တဂုဏ်အင် ကျေးဇူးတော်ရှင် မြတ်ဘုရားကို၊ ဝန္ဒေ ဝန္ဒာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

“ဓမ္မဂုဏော အနန္တော” ဟူသည့် အတိုင်း လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ကို အဝိဇ္ဇာနှင့်တဏှာသံယောဇဉ် ကိလေသာမှ သုတ်သင်ပေးတတ်သော တရားတော်မြတ်ကို၊ ဝန္ဒေ ဝန္ဒာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

“သံဃဂုဏော အနန္တော” ဟု မိန့်တော်မူသည့် အတိုင်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟကင်းကွာ တဏှာကာမ ကိလေသ နှင့်၊ ရာဂအမှိုက်၊ မကြိုက်မမျှော်၊ မမေ့လျော့ဘဲ၊ မြတ်တရားကို၊ လိုက်နာမှတ်သား အားထားကြည်ညို၊ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အားထုတ်တော်မူပေသော ဂုဏ်တော်ကြီးစွာ ရဟန္တာကို၊ ဝန္ဒေ ဝန္ဒာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

“မာတာပိတုဂုဏော အနန္တော” ဟု မိန့်ဆိုသည့်အတိုင်း ကျေးဇူးကြီးလှ အနန္တဂုဏ်ရှင် မွေးကျေးဇူးရှင်အမိအဘကိုကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ သုံးပါးဖြင့် ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏။

“အာစရိယဂုဏော အနန္တော” ဟူသည့် အတိုင်း မကောင်းရာကိုကြဉ် ကောင်းရာကို ယှဉ်လျက်၊ လောကီနှင့် လောကုတ္တရာ ချမ်းသာစေလိုသော စေတနာဖြင့် လိမ်မာ ယဉ်ကျေးအောင် သွန်သင်ပေးတော်မူသော ဆရာသခင်တို့ကို၊ ဝန္ဒေ ဝန္ဒာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

ကူးပေးခြင်း၊ လက်နှိပ်စက်ရိုက်ပေးခြင်း၊ ကူညီ ဖတ်ရှုတည်းဖြတ်
ပေးခြင်းစသော လုပ်ငန်းအဝဝတွင် စိတ်စေတနာ ဖြူစင်စွာဖြင့်
တမျိုးတမည် တတ်အားသမျှ အကူအညီ ပေးခဲ့ကြပါသည်။ ထို့
ကြောင့် ဖော်ပြပါ ကလျာဏ မိတ်အပေါင်း တို့အား အထူး
တလည် ကျေးဇူးဥပကာရ တင်ရှိပါသည်။ ဤမှန်မြတ်သော ဓမ္မ
ဒါနကောင်းမှု မှရရှိသောကောင်းမှုကုသိုလ်၏အဘို့ဘာဂ အဝဝ
ကိုလည်း ၎င်းကလျာဏပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်းတို့အား သာဓုခေါ်ရန်
အမျှပေးဝေအပ်ပါသည်။

စာရေးသူ



ဆရာကြီး အက်(စ်)စီ ဘရူးဝါး၏
အသက် ၅၀ အရွယ်ပုံ

အငြိမ်းစား ခရိုင်စက်ရှင်တရားသူကြီး ဦးသိန်းမောင်၏

မိတ်ဆက်စကား

“ပူဇာစပူဇနေယျာနံ” (ပူဇော်ထိုက်သောသူကို ပူဇော်ရမည်၊ ချီးကျူးထိုက်သောသူကို ချီးကျူးရမည်) ဟူသော မင်္ဂလာတရားတော်အရ၊ ဤ “နိဗ္ဗာန်စခန်း မင်္ဂလိလ်ဖြတ်လမ်း” စာအုပ်ကို ရေးသားသူ မစ္စတာ ဘရူးဝါးခေါ် ဦးဘအေးကို ကျွန်တော် မချီးကျူးဘဲ မနေနိုင်ပါ။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးသည် ကျွန်တော်များ ကျောင်းသားအရွယ်ကပင် ချောင်းဦးမြို့သို့ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသက်မွေး ဝမ်းကျောင်း အလုပ်ဖြင့် ရောက်ရှိလာပြီး ကိုယ်ပိုင် ဆေးတိုက်နှင့် ကုန်စုံဆိုင်များ ဖွင့်လှစ်၍ နေထိုင်ခဲ့ပါသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာကို သက်ဝင်ယုံကြည်သော အမျိုးသားကောင်း တယောက် ဖြစ်သည်နှင့်အညီ ဗုဒ္ဓဘာသာ မြန်မာအမျိုးသမီးတဦးနှင့် ထိမ်းမြား လက်ထပ်၍ သားသမီးရတနာ (၉)ယောက်ကို ဝတ္တရားမပျက်ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်၍ ခေတ်ပညာသင်ပေးခဲ့ပါသည်။

ဆရာကြီး ဦးဘအေးသည် ဗုဒ္ဓဘာသာ ဥပါသကာ တယောက်ဖြစ်သည့် အလျောက်၊ ဘာသာရေးနှင့်ဆိုင်ရာ ပုဂံပြည် စောရဟန်းမင်း တည်သွားသည့် ကြာငနဲ့ ရွှေဂူကြီးဘုရား ပျက်စီးယိုယွင်းသည်ကို ပြန်လည် ပြင်ဆင်ရာတွင် အလှူငွေ ကောက်ခံသည့်ပြင် ဘဏ္ဍာတော်ထိန်း အဖြစ်ဖြင့် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ မိဘယောက္ခမများ၏ ဘုရားနှင့် တန်ဆောင်းများကို အသစ် ပြု

ပြင်မုမ်းမံ၊ တည်ဆောက်ခြင်း၊ သတိပဋ္ဌာန်စာမေးပွဲ အသင်းတွင် ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ မန္တလေးမြို့ ဘင်္ဂါလီဗုဒ္ဓဘာသာ အသင်း ကျောင်းတည်ထောင်ခြင်းနှင့် ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဆောင်ရွက် ခြင်း၊ ခန္တောရိပ်သာတည်ထောင်ရာတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ၎င်းရိပ်သာတွင် ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်း ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းခြင်း၊ ဓမ္မာရုံတိုက်အတွင်း ကမ္မဋ္ဌာန်းရိပ်သာများကို ရှေ့ဦးစွာ ဆောက် လုပ် လှူဒါန်းခြင်း၊ ခေမာသီဝံတိုက်အတွင်း ကျောင်းဆောက် လုပ် လှူဒါန်းခြင်း၊ မကြာမီအတွင်း ဓမ္မာရုံတိုက်တွင် ဘုန်းကြီး ကျောင်းတဆောင် ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းခြင်း၊ နောက်ဆုံး မိမိ နေထိုင်သည့် စက်ဝင်းရှိအုတ်တိုက်ကို “သာသနာ့ဗိမာန်”အဖြစ် လှူဒါန်း၍ ၎င်းဗိမာန်အတွင်း တရားဓမ္မ ဟောပြော ဆွေးနွေးပွဲ ကျင်းပခြင်း၊ ဝတ်အသင်း တည်ထောင်ခြင်းနှင့် ကျမ်းစာအုပ် များ ထားရှိ၍ ဘိတ်ခေါ် ဘတ်ရှုစေခြင်း၊ ရကော်ဒါဖြင့် တရား ဓမ္မကျေညာခြင်းစသည်များ ပြုလုပ်နေသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

လောကုတ္တရာရေးတွင် သာမက၊ လောကီလူမှုရေးရာနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ရပ်ရွာ သာမူ နာမူကိစ္စအဖြာဖြာ တို့တွင်လည်း ကိုယ်ထိလက်ရောက် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရာ၌ အမျိုးသားကျောင်း ကော်မတီတွင် ငွေ ကောက် ခံခြင်းနှင့် ဘဏ္ဍာရေးမှူး အဖြစ် ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ နိုင်ငံတော်တန်းမြင့်ကျောင်း ထူထောင်ရာတွင် လည်း အင်တိုက်အားတိုက် ကူညီလုပ်ကိုင်ခြင်း၊ ၎င်းကျောင်း၌ အခါအားလျော်စွာ မင်္ဂလာတရား ဟောပြောခြင်း၊ အရေပြား ရောဂါ ကာကွယ်ရေးအတွက် ဆေးပေးတိုက်တခု ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းခြင်း၊ ဂျပန်အစိုးရလက်ထက် ဆေးဝါးနှင့် ဆရာဝန်

များ ရှားပါးနေချိန်တွင် ပြည်သူ့ဆေးရုံတာဝန်ခံအဖြစ် ဆောင်ရွက်ရင်း အခမဲ့ ဆေးဝါးကုသပေးခြင်း၊ အင်္ဂလိပ်အစိုးရ လက်ထက်တွင် သမာဓိခံလူကြီးအဖြစ် အမှုအခင်းများ စီရင်ရခြင်း စသော လူမှုရေးနှင့်ဆိုင်သည့် ပရဟိတ လုပ်ငန်းများကို အဓိကထား၍ ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်ကိုလည်း တွေ့ရှိရပါသည်။

မိမိ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စ စီးပွားဥစ္စာ ရှာမှီးရာတွင်လည်း သမ္မဒါတရား ၄-ပါးလက်ကိုင်ထားကာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့်အလျောက် ချောင်းဦးမြို့တွင် ၆-ခန်း၊ ၂-ထပ်တိုက်ကြီးကို ပိုင်ဆိုင်ပြီး၊ ဝါဂွမ်းစက်နှင့်ဆီစက်များ တည်ထောင်ကာ၊ စက်ဝင်းအတွင်း သီးသန့်တိုက်ငယ်ဖြင့် တဦးတည်း နေထိုင်ခဲ့ခြင်း၊ ကုန်စုံဆိုင်ကြီးများကို မုံရွာ၊ မြောင်၊ ချောင်းဦးစသည်တို့၌ ဖွင့်လှစ်ခြင်းဖြင့် မိမိလက်အောက် အမှုထမ်း အလုပ်သမားများ အပေါ် နာယကဂုဏ်ဖြင့် လျော်ညီစွာ ပြုစုစောင့်မခဲခြင်း စသည့် ဂုဏ်ပုဒ်များဖြင့် ပစ္စည်းဥစ္စာကုံလုံကြွယ်ဝသည့်အခြေသို့ ရောက်ရှိ အောင်မြင်ခဲ့သည်ကိုလည်း တွေ့ရပါသည်။

ထို့ပြင်လည်း ကိုယ်ထူကိုယ်ထ စနစ်ဖြင့် အင်္ဂလိပ်စာ မြန်မာစာရေးတတ် ဘတ်တတ်ရုံမျှမက ကျမ်းစာအုပ်များ ရေးသားပြုစုနိုင်သည်အထိ ကြိုးစား အောင်မြင်သည်ကိုလည်း တွေ့ရှိရပါသည်။ ဝေနေယျသတ္တဝါတို့၏ ကျန်းမာရေး၊ ချမ်းသာရေးနှင့်ဘာသာရေးကို အထူးလိုလားသည့်အားလျော်စွာ အောက်ပါစာအုပ်စာတမ်းများကို မြန်မာဘာသာဖြင့် ရေးသားထုတ်ဝေသည်ကို တွေ့ရခြင်းအားဖြင့် မြန်မာကျောင်း မနေဘူးသော

ဘင်္ဂါလီအမျိုးသားတယောက်က မြန်မာစာအုပ်များ ရေးသား ထုတ်ဝေသည်ကို လှိုက်လှိုက်လဲ့လဲ့ ချီးကျူး မိပါတော့သည်။ ပို၍ ဝမ်းမြောက်ဘွယ်မှာ အားလုံးသော စာအုပ်များကို ပညာ ရေးဌာနမှအသိအမှတ်ပြု ပြဋ္ဌာန်းခြင်း ခံရခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာကြီးရေးသားခဲ့သည့် စာအုပ်များအနက် လူကြိုက် အများဆုံး စာအုပ်များမှာ (၁) ဒို့ချမ်းသာရေး (၂) မိခင် လက်စွဲ (၃) ပြည်သူ့သက်စောင့်၊ (၄) သင့်တက်လမ်း (၅) အောင်ခြင်းမင်္ဂလာ (၆) ကျောင်းသုံးဗုဒ္ဓဝင် (၇) ဒါနစခန်း မင်္ဂလ်လမ်းစသော စာအုပ်များ ဖြစ်ပါသည်။

ဤမျှသာမက ဘင်္ဂါလီဘာသာ ဖြင့်လည်း ဗုဒ္ဓသာသနာ ပြန့်ပွားရေးကို စေတနာထား၍ “သန္တိပဒ”၊ “ပညာဒဿန”နှင့် “တို့တိုင်းပြည်” စသော စာအုပ်များကို ရေးသား ဖြန့်ဝေခြင်း ဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝိပဿနာ၊ ဘာဝနာတရားများကို ဘင်္ဂါလီလူမျိုး တို့အတွင်း ပြန့်ပွားစေခဲ့ပါသည်။ ၎င်းပြင် အင်္ဂလိပ်၊ မြန်မာနှင့် ဘင်္ဂါလီဘာသာဖြင့် တရားဓမ္မဆောင်းပါးများ ရေးသား၍ ဗုဒ္ဓ တရားတော်များ ပြန့်ပွားရေး၌ အားထုတ်လျက် ရှိသည့်အပြင် အသက်ကြီးရင့်၍ ဇရာ၊ ဗျာဓိ၊ ဒဏ်ကို ခံစားနေရသော ၈၂-နှစ် အရွယ် ယခုအချိန်တွင် ဤ “နိဗ္ဗာန်စခန်း မင်္ဂလ်လမ်း” ခေါ် တရားကျမ်းစာကို ဝမ်းမြောက်ဘွယ်ရာ ရေးသား ပြုစု ထုတ်ဝေလိုက်ပြန်ပါသည်။

အဆိုပါ အကြောင်းအရာနှင့် အရည်အခြင်းများကို ဆက်လက်ထား၍ “ပူဇော်ထိုက်သူကို ပူဇော်ရမည်၊ ချီးကျူးထိုက်

သူကို ချီးကျူးရမည်” ဟူသော မင်္ဂလာတရားတော်များအရ၊ ဤ
ကျမ်းစာအုပ် ရေးသားသူ မစ္စတာဘရူးဝါး (ခေ၂) ဦးဘအေး
သည် သီလသမာဓိ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့်ပြည့်စုံ၍ ရတနာသုံးပါးကြည်
ညိုသည်နှင့် လျော်ညီစွာ ဘာသာသာသနာနှင့်တကွ တိုင်းကျိုး
ပြည်ကျိုး ရပ်ရွာကျိုးကို အဓိကအားဖြင့် စောင့်ရှောက်သော
မျိုးချစ်ပုဂ္ဂိုလ်တဦး ဖြစ်သောကြောင့် ဖြောင့်မတ်ဖြူစင်သော
စေတနာရှိပြီး ဂုဏ်ပြုချီးကျူးလိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဦးသိန်းမောင်

အငြိမ်းစား ခရိုင်တရားမနှင့်
စက်ရှင်တရားသူကြီး၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၉၇၀-ပြည့်နှစ်၊ ဧပြီလ ၂၃-ရက်။

နိဒါန်း

အမျိုးဘာသာသမ္မာနနှင့် ရတနာသုံးပါးကို ကြည်ညို
မြတ်နိုးသည်နှင့်အညီ မြန်မာ ပြည်သူ့ပြည်သားများ (အထူး
သဖြင့်) မြန်မာ လူငယ် လူရွယ်များအား လောကီနယ်နှင့်
လောကုတ္တရာနယ်တို့၌ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ကျန်းမာချမ်းသာ၍ တိုး
တက် ကောင်းစားကြသည်ကို မြင်လိုသော မေတ္တာစေတနာဖြင့်
ကျန်းမာချမ်းသာရေးနှင့် ပတ်သက်သော စာအုပ် စာတမ်းများ
ကို၎င်း၊ အင်္ဂလိပ်မြန်မာ တရားမဂ္ဂဇင်းများတွင် ဆောင်းပါးများ
ကို၎င်း ရေးသားခဲ့ပါသည်။

ယင်း စာအုပ်စာတမ်းများအနက်၊ အစိုးရ ပညာရေးဌာ
နမှ ပြဌာန်း၍လူကြိုက်များခဲ့သော စာအုပ်များမှာ ‘ကျောင်း
သုံးဗုဒ္ဓဝင်’၊ ‘ဒို့ချမ်းသာရေး’၊ ‘အောင်ခြင်းမင်္ဂလာ’၊ ‘သင့်တက်
လမ်း’နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သော “မိခင်လက်စွဲ”၊
“ပြည်သူ့သက်စောင့်”၊ “ကူးစက်တတ်သော ရောဂါတော်လှန်
ရေး” စသော စာအုပ်များဖြစ်ပါသည်။ လူငယ် လူရွယ်တို့အား
ပညာအရည်အခြင်းနှင့် အကျင့်စာရိတ္တများ တိုးတက်ကောင်း
မွန်စေရန် ကျန်းမာရေးနှင့်တကွ ဘာသာတရား၏မျိုးစေ့လည်း
ရစေရန် မင်္ဂလာတရား၊ လောကနီတိ၊ ဓမ္မနီတိစသည့်ကျမ်းများ
ကို မှီငြမ်းပြု၍ အထက်ပါ စာအုပ်စာတမ်းများကို စီရင်ရေး
သားခဲ့ပါသည်။

စာရေးသူသည် အသက်အရွယ် ကြီးရင့်လာသည့် အ
လျောက် ယခုတဖန် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့အဖို့ အလွန်မွန်မြတ် အ

ရေးကြီးလှသော လောကုတ္တရာ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ကို အလွယ်တကူ ရယူရေးအတွက် ဤ“နိဗ္ဗာန်စခန်း မဂ်ဖိုလ်ဖြတ်လမ်း” ခေါ် စာအုပ်ကို ရေးသားပြုစုလိုက်ပါသည်။

ယခုအခါ မဂ်ဖိုလ်တရားရရေးကို စိတ်ဝင်စား၍ နေကြ သည်နှင့်အညီ ပညာရှိ ရဟန်းရှင်လူပုဂ္ဂိုလ်များ ရေးသားသော ဝိပဿနာစာအုပ်စာတမ်းအမျိုးမျိုး ထွက်နေသည်ကို တွေ့မြင်ရ သည့်အတွက် များစွာဝမ်းမြောက်အားရ သာဓုခေါ်ဘွယ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤ“နိဗ္ဗာန်စခန်း မဂ်ဖိုလ်ဖြတ်လမ်း” ကျမ်းစာအုပ် သည် “အချိုပေါ် သကာလောင်း” သလို ဖြစ်မည်လော၊ သို့မ ဟုတ် စာရေးသူရည်မှန်းသည့်အတိုင်း သံသရာဘေးမှ ထွက် ပေါက်ရှာသူ ယောဂီတို့အဖို့ “လမ်းပြမီးတိုင်” ကဲ့သို့ အရာရောက် အသုံးဝင်မည်လော၊ မဝင်မည်လောဟူ၍ ဝေဖန်ရန်မှာ စာဖတ် ပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့၏ မှန်ကန်သော ဝေဖန် ဆုံးဖြတ်ချက်အပေါ်တွင် တည်ရှိပါသည်။

ပညာဉာဏ်နုနယ်သူ ပုထုဇဉ်တို့အဖို့ အကျဉ်းချုံးလွန်း သော စာအုပ်စာတမ်းများမှ၎င်း၊ ရှည်လွန်းသော စာအုပ် စာ တမ်းများမှ၎င်း၊ ကျမ်းဂန်စာပေစကားများဖြင့် ရှုပ်ထွေးသော စာအုပ်စာတမ်းများမှ၎င်း လိုရင်းသဘောအဓိပ္ပါယ်ကို စာပေ ပရိသတ်မလုံလောက်သော ယောဂီသစ်များအဖို့ ထုတ်နုတ်ယူ ဆောင်လွယ်မည် မဟုတ်ဟူ၍ ယူဆမိပါသည်။

ထို့ကြောင့် နုနယ်သော ယောဂီတို့သည် မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ် အလျင်အမြန်ရလို မြင်လိုသော စိတ်ဆန္ဒထက်သန်လျက် ဆရာ အမျိုးမျိုး၊ နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြ သော်လည်း စာပေဗဟုသုတ ဉာဏ်များ မပြည့်စုံ၍ အားထုတ်

နည်းနိဿယများအနက်မှ မိမိနှင့်သင့်မြတ်သော ကျင့်နည်း၊ ရှု
နည်း အမှန်ကို မယူတတ် မဆောင်တတ်ဘဲ အချိန်ကုန်လှပန်းပြီး
စမ်းတဝါးဝါးဖြစ်ကြသည်ကိုလည်း တွေ့ရပေသည်။ ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်
များ လိုချင်တောင့်တသော မင်္ဂလိပ်ဥာဏ် ချမ်းသာမှုနှင့် နိဗ္ဗာန်
လမ်းကို လွယ်လင့်တကူ တွေ့မြင်နိုင်ရန် ရှုပ်ထွေးခက်ခဲသော
စာပေစကားများမပါဘဲ လွယ်ကူသော အရပ်စကားရိုးရိုးဖြင့်
တိုတိုတုတ်တုတ် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း စီစဉ်ရေးသားအပ်ပါသည်။

များသောအားဖြင့် ကိုယ်ပိုင်ဥာဏ်ဗဟုသုတကို အသုံးမပြု
ကြဘဲ အချို့စာအုပ်များမှာ ဘာသာပြန် သက်သက်ဖြစ်ပြီး အချို့
မှာ ပရိယတ်သက်သက်ဖြစ်၍ အချို့မှာလည်း စာတတ်တိုင်း
မိမိထင်ရာကို ဆွဲယူရေးသားပြီးလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဗဟုသုတဖြင့် ရေး
သားသော စာအုပ်များ နည်းပါးလေသောကြောင့် ဥာဏ်နုနယ်
သူ ယောဂီများအတွက် အပိုအရှည်မပါသော ဤစာအုပ်သည်
သင့်တော်လုံလောက်မည်ဟု ယူဆပါသည်။

အစစ အရာရာ မလွယ်ကူသော အခါကာလပင် ဖြစ်လင့်
ကစား မသေမီအချိန်ကလေးတွင် မဖြစ်ဖြစ်အောင် ရေးသား
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေပါလိုသောကြောင့် စာသွား၊ စာလာ ချောမောရေး
အတွက် ကြိုးစားပြုစုခဲ့ပါသည်။ ယင်းသို့ ကြိုးစားငြားသော်
လည်း ချို့ယွင်းချက်များ လုံးဝကင်းလွတ်မည် မဟုတ်ပါ။ ထို့
ကြောင့် စာဖတ်သူ မေ့မိတ်ဆွေတို့အား “ပျားပိတုန်းများသည်
ဆူးငြောင့်များကိုရှောင်၍ လိုရင်းဖြစ်သော ပန်းဝတ်ရည်ကို စုတ်
ယူ သယ်ဆောင်ကြသကဲ့သို့” လိုရင်းသဘော ပေါက်ရောက်
အောင် သည်းခံ၍ စိတ်ရှည်ရှည်နှင့် ဖတ်ရှုမှတ်သား ထုတ်နုတ်
ယူဆောင်ကြပါရန် မေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်။

အသက် ၃၅-၄၀ အရွယ်လောက်က ပညာရှိကျေးဇူး ရှင် ချောင်းဦး၊ မြင်းမူ၊ ခန္ဓောသတိပဋ္ဌာန် ဆရာတော်မှစ၍ မိုးညှင်းစသော အခြားဆရာတော်များထံ ဆည်းကပ်ခြင်းဖြင့် ၎င်း၊ မိုးညှင်း၊ မင်းတုန်း၊ သထုံ၊ ကြောင်ပန်း၊ လယ်တီနှင့်မိုးကုတ် ဆရာတော်များ၏ တရားစာပေများကို တတ်အားသမျှ ဖတ်ရှု လေ့လာခြင်းဖြင့်၎င်း။ ခန္ဓော၊ မဟာစည်၊ မိုးညှင်း၊ ကမာရွတ် စသော ကမ္မဋ္ဌာန်းရိပ်သာဆရာတော်များ၏ အဆုံးအမကိုခံယူ၍ တရားအားထုတ်ခွင့် ရခြင်းဖြင့်၎င်း၊ ဒုလ္လဘရဟန်းဘောင်သို့ တက် ရောက်ကာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခဲ့ရခြင်းဖြင့်၎င်း၊ နှစ် ပေါင်း ၄၀-ကျော်အတောအတွင်း စုဆောင်းရခဲ့သော ကိုယ် တွေ့ဗဟုသုတများမှ သုတေသနပြု၍၎င်း၊ လိုရင်းဖြစ်သော အဆီ အနှစ်များကို ဆန်းစစ်ထုတ်နုတ်ကာ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ ဝိပဿ နာဉာဏ်များ ပွင့်လွယ်သောအချက်များကို စုဆောင်းခဲ့သော မှတ်စုများမှ ကောင်းနိုးရာရာများ ရွေးချယ်ပြီးလျှင် ဤ“နိဗ္ဗာန် စခန်း မဂ်ဖိုလ်ဖြတ်လမ်း”ခေါ် ကျမ်းစာအုပ်ကလေးတွင် ထည့် သွင်း၍ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာမှုကို လိုလားတောင့်တသူ ဓမ္မ မိတ်ဆွေများအား စေတနာဖြင့် တင်ပြအပ်ပါသည်။

စီးပွားရေးအတွက် သော်၎င်း၊ ဂုဏ်ပကာသန အတွက် သော်၎င်း၊ ရေးသားထုတ်ဝေခြင်းမဟုတ်ပါ။ မိမိနှင့်အတူ မဂ် ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမှုကို အလျင်အမြန် ရလိုသူ ဓမ္မမိတ်ဆွေ များအား တစိတ်တဒေသအားဖြင့် အကူအညီ ဖြစ်စေခြင်းငှာ ဓမ္မဒါနပြုလိုသော မေတ္တာစေတနာရိုးရိုးဖြင့် ငွေကုန်လှူပန်းခြင်း၊ မလွယ်ကူခက်ခဲခြင်းနှင့် မကျန်းမာခြင်းတို့ကို ပဓာန မထားဘဲ ထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်တွင် ပါဝင်ပြီးဖြစ်သော အချက်အလက်များ မှာ ပထမပိုင်းအခန်း ၁-နှင့် ၂ တွင် ဦးစွာလိုအပ်သော သီလ၊ သမာဓိနှင့် ပညာအလင်းဖွင့်လှစ်ရေးဖြစ်၍ အခန်း ၄-၅ နှင့် ၆-၇ တို့တွင် ပင်ဖိုလ်တရားရရေး၊ အတ္တဒိဋ္ဌိခွာရေးနှင့် နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာရရေးအတွက် ဝိပဿနာတရား ကျင့်သုံးအားထုတ်နည်း စသော လိုရင်းအချက်များကို စာမျက်နှာတိုင်းလိုလိုပင် ရိုးရိုး အရပ်စကားဖြင့် ရှင်းလင်းစွာ ရေးသားပြုစုလိုက်ပါသည်။

၎င်းပြင် အင်္ဂလိပ်စာတတ် လူငယ်လူရွယ်များနှင့် နိုင်ငံခြားသား ဘာသာခြားတို့ပါ မြတ်ဗုဒ္ဓတရားတော်၏တန်ဖိုး အရသာများကို သိမြင်ခံစားနိုင်ကြရန် အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် လည်း ပူးတွဲရေးသားထားပါသည်။

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့် ပေတ္တာရပ်ခံလိုသည်မှာ ဤကျမ်းစာသည် ခေတ်ပေါ်ဝတ္ထု-မဂ္ဂဇင်းများကဲ့သို့ အာရုံခံစားရေးကို ဦးစားပေး၍ ရေးသားသည်မဟုတ်ပေ။ ထို့ကြောင့် လောကီ အာရုံ ကာမဂုဏ်ကို စိတ်စောကာ မဖတ်ကြဘဲ တရားသဘောကိုသာလျှင် အာရုံထားလျက် အကောင်းဆုံးဖြစ်သော တရားအရသာကို ခံစားကြရန်သာလျှင် ဖြစ်ပါသည်။

၎င်းအပြင် ဤကျမ်းစာကို ဖတ်ရှုသောအခါ စာရေးသူသည် မည်သူမည်ဝါဖြစ်သည်ဟူ၍ ပုဂ္ဂိုလ်စွဲ (ဝါ) ပုဂ္ဂလ ဓိဋ္ဌာန်သဘော မသက်ရောက်စေဘဲ တရားသဘောသက်သက်ကိုသာ ဉာဏ်ဝင်စားကာ ဖတ်ရှုပြီးလျှင် အကျိုးကျေးဇူးဖြစ်ထွန်းမည်ဟု ထင်မြင်သော အချက်များကို ထုတ်ယူမှတ်သားကျင့်သုံး

၍ ဥာဏ်စဉ်တိုးတက်ကာ လိုအပ်သော မဂ်ဖိုလ်ချမ်းသာကို ခံစားနိုင်ကြပါစေဟူသော စေတနာကောင်းဖြင့် ရေးသားထား သည့်အတိုင်း ပညာဥာဏ်တိုးတက်မှုကို ရှေးရှုပြီး ဖတ်ရှုကြပါ ရန် မျှော်လင့်ပါသည်။

ထိုမှတစ်ပါး ဝန်ခံလိုသည်မှာ ဤကျမ်းစာကို ရေးသားသူ သည် နိုင်ငံခြားသားတစ်ဦးဖြစ်၍ မြန်မာစာပေသင်ကြားခွင့်မရရှိ ခဲ့ပါ။ မြန်မာစာသည် စာရေးသူ၏ ဘာသာရင်းမဟုတ်သည့်အ တွက် ရေးသားရာ၌ အလွန်အခက်အခဲတွေ့ခဲ့ရပါသည်။

ဤမျှလောက် မလွယ်ကူစေကာမူ မဂ်ဖိုလ်တရား ရရေး၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကင်းကွာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ အရေးကြီးလှသော အချက်များကို မိမိမဟုတ်ဘဲ ဥာဏ်မှီသလောက် သင့်လျော်စွာ ထည့်သွင်းပြုစုလိုက်ပါသည်။ စာအုပ်အမည်နှင့် လိုက်လျောညီစွာ “မဂ်ဖိုလ်ဖြတ်လမ်း”ကို အလျင်အမြန် လွယ်လွယ်ကူကူ တွေ့လို မြင်လိုသူ ယောဂီများတို့အား ဤကျမ်းစာအုပ်သည် “လမ်းပြမီး တိုင်”ကဲ့သို့ အသုံးဝင် အရာရောက်လိမ့်မည်ဟု အထူးမျှော်လင့် ပါသည်။

စာရေးသူသည် အသက်အရွယ်အားဖြင့် (၈၂)နှစ်ရှိပြီ ဖြစ်၍ ဇရာဗျာဓိနှင့်မကင်းသည့်အပြင် မရဏတရားနှင့်လည်း နီး ကပ်လျက်ရှိနေသော ဤအခါသမယတွင် ဘေးဒုက္ခအမျိုးမျိုး ကိုကျော်လွှား၍ အောင်မြင်စွာ ပြုစုလိုက်သော ဤကျမ်းစာအုပ် တွင် ပါဝင်သမျှ မြတ်ဗုဒ္ဓကိုယ်တော်တိုင် ဟောကြားတော်မူ သည့် အတ္ထုသက္ကာယချုပ်ငြိမ်းစေသော မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊

နိဗ္ဗာန်တရားတော်များမှတစ်ပါး၊ အပိုအရှည် မပါသောကြောင့် ယုံကြည်စွာ မှတ်သား၍ ကျင့်သုံးကြပြီးလျှင် လိုလားတောင့်တ အပ်သော မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်နိဗ္ဗာန်စခန်းသို့ ရောက်လွယ်-မြင်လွယ်ကြ မည်ဆိုလျှင် (၀၂) တစိတ်တဒေသအားဖြင့် ကူညီရာရောက်ပေ သည်ဟု ထင်မြင်ယူဆကြမည်ဆိုလျှင် အစစအရာရာ မလွယ်ကူ သော ဤအခါမျိုး၌ ငွေကုန်လူပန်း ခံရခြင်းအကျိုး နပ်ပြီဟု ဝမ်းမြောက်အားရ ရှိရပေတော့မည်။ ဓမ္မဒါနအစစ်ဖြစ်သော ဤကျမ်းစာကို ရေးသားပြုစုသည်ကိုမြင်၍ နှစ်သက်ဝမ်းသာ သာဓုအနုမောဒနာ ခေါ်နိုင်ကြပါစေ။ စာရေးသူ၏ အဓိက ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း ချမ်းသာအမှန် အမတနိဗ္ဗာန်ကို အလျင် အမြန် ရယူနိုင်ကြပါစေသတည်း။

၁၉၇၀-ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၃၀-ရက်။

စာရေးသူ

ဦးဘအေး(ခေါ်)အက်စ်၊စီ၊ဘရူးဝါး

စာရေးဆရာ ပါရဂူ၏ အမှာစကား

မြန်မာစာကို မသင်ကြားဘူးသူတိုင်းက မြန်မာစာကို ရေးသည်ဆိုလျှင် အံ့ဩဘွယ်ရာ ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။ ရေးသည့် မြန်မာစာမှာလည်း သာမန်ရိုးရိုး မြန်မာစာမဟုတ်ဘဲ ခက်ခဲ နက်နဲသော ဗုဒ္ဓစာပေနှင့်ပတ်သက်သည့် မြန်မာစာ ဖြစ်သည်ဆို လျှင် ပို၍အံ့ဩဘွယ်ရာဖြစ်ပေလိမ့်မည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ယခုငွေ နေရပြီ။

ဆရာကြီး အက်စ်-စီ-ဘရူးဝါးသည် မြန်မာစာကို ဆရာ သမားများနှင့် ဟုတ်တိပတ်တိ သင်ကြားလေ့လာခြင်း မပြုခဲ့ ရဟု သိရပေသည်။ မိမိဖာသာ ဖတ်ရင်း မှတ်ရင်းနှင့် တတ်လာ သည်ဟုဆိုသည်။ သို့ရာတွင် မြန်မာစာဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ ကျမ်းဂန်များကို ရေးသားပြုစုခဲ့သည်မှာ တကျမ်းနှစ်ကျမ်းမက တော့ပေ။

ဆရာကြီး၏ဘဝနှင့် ကြိုးပမ်းမှုကို လေ့လာကြည့်သော အခါ လူ့ဘဝ၌ လက်တွေ့သည် မည်မျှအရေးကြီးပြီး မည်မျှ ခရီးရောက်သည်ဆိုသည့်အကြောင်းကို သိရှိရပေသည်။ မြန်မာစာ ကို ဆရာသမားများနှင့် ဟုတ်တိပတ်တိ သင်ကြားလေ့လာဘူး ခြင်းမရှိခဲ့သည့် ဆရာကြီးဘရူးဝါးအား မြန်မာစာဖြင့် ခက်ခဲ နက်နဲသော လောကုတ္တရာကျမ်းစာများကို ရေးသားပြုစုနိုင်သည့် အဆင့်သို့ ရောက်အောင် တွန်းပို့သည့်အားမှာ “လက်တွေ့”ပင် ဖြစ်လေသည်။

တစုံတခုကိုတင်ပြရာ၌ ‘စာတွေ့’ကို တင်ပြခြင်းထက် ‘လက်တွေ့’ကို တင်ပြခြင်းက ပိုပြီးပြတ်သားသည်။ ပိုပြီးရှင်းလင်းသည်။ ပိုပြီးနားဝင်လွယ်သည်။ စာတွေ့သမားသည် လုံးချာ လုံးချာ ဖြစ်နေတတ်သော်လည်း လက်တွေ့သမားကမူ တိတိပပ သာ ရှိနေတတ်သည်။

ဆရာကြီး၏ လောကုတ္တရာအသိဉာဏ် ဗဟုသုတသည် စာတွေ့ထက် လက်တွေ့က ပိုကဲပိုရသည်။ အက်စ်၊စီ၊ဘရူးဝါးသည် အိုနာသေဘေး ကင်းဝေးချုပ်ငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်သို့ ဦးတည်သည့် လမ်းကို ကိုယ်တိုင်လျှောက်နေသူဖြစ်ပုံရသည်။ သို့ဖြစ်၍ သူတင်ပြ ရေးသားထားသည့်လောကုတ္တရာကျမ်းစာများမှာလည်း စာတွေ့ ထက် လက်တွေ့ကို အခြေခံထားသည်က များ၏။ သူ့ စာများမှာ ကျမ်းဂန်တစုံတရာမှ ထုတ်နုတ်ဘာသာပြန်ဆိုထားခြင်းမျိုး သက် သက်မဟုတ်ဘဲ နိဗ္ဗာန်သို့ဦးတည်သည့် လမ်းမတိုင် လျှောက်နေ သည့် နိဗ္ဗာန်ခရီးသည်တဦး၏ ကိုယ်တွေ့များကို ရေးသားတင်ပြ ထားသည့် နိဗ္ဗာန်ခရီးသွား မှတ်တမ်းသဖွယ်သာ ဖြစ်နေသည်။

သူ၏တင်ပြချက်များ သူ၏စကားလုံးများသည် ယင်းသို့ လက်တွေ့ကိုယ်တွေ့များမှ ပေါ်ထွက်လာသည့် တင်ပြချက်များ စကားလုံးများဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်သို့ ရှေးရှုသည့်လမ်းစဉ်ကို တကယ် တန်း ကျင့်သုံးလိုသူများအတွက် အကျိုးများစွာ သက်ရောက် နိုင်လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။

ပါရဂူ

၅-၅-၇၀

တောင်းပန်လိုသည်မှာ

အခက်အခဲ အမျိုးမျိုးကိုကျော်လွှား၍ ပြုစုလိုက်ရသော ဤကျမ်းကလေးကို အစအဆုံး ကျေးဇူးပြု၍ ဖတ်ရှု စစ်ဆေးပြီးလျှင် ပါရှိသော အချက်အလက်များပေါ်တွင် မေတ္တာ၊ စေတနာဖြင့် ဝေဖန်ချက်ကို ပေးပို့ကြမည် ဆိုလျှင် ဝမ်းပန်းတသာ လက်ခံပါမည် ဖြစ်ပါသည်။

စာရေးသူ

မာတိကာ

အခန်း ၁	ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့်ဗုဒ္ဓတရားတော်	၁
	ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အရေးကြီးကြောင်း	၁၃
အခန်း ၂	မြတ်ဗုဒ္ဓ၏မနှိုင်းယှဉ်အပ်သော ထိုးထွင်းဉာဏ်	၂၇
အခန်း ၃	သစ္စာလေးပါးခေါ်အမှန်တရား ၄-ပါး အတိုချုပ်အားဖြင့်	၄၀
အခန်း ၄	ဒုက္ခနှင့်ဒုက္ခငြိမ်းချမ်းရေး	၅၉
အခန်း ၅	အလင်းဉာဏ်ရှာဖွေတော်မူခြင်း	၆၅
အခန်း ၆	မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရရေး အားထုတ်ဖွယ်	၉၀
အခန်း ၇	ဖြစ်ပျက်မြင်-ဒိဋ္ဌိစင်	၁၁၁
အခန်း ၈	အမှန်မြင် ဒိဋ္ဌိစင်တရားတော်	၁၂၈

နိဗ္ဗာန်စခန်း မဂ် ဖိုလ် ဖြတ် လမ်း

ရတနတ္ထယံ အဟံ ဝန္တာမိ

အခန်း ၁

ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် ဗုဒ္ဓတရားတော်

ငြိမ်းချမ်းသာယာပျော်ရွှင်မှု တည်ဆောက်ရေးအတွက် မည်သည့်အချက်ကို စောင့်ထိန်းလိုက်နာရမည်၊ သို့မဟုတ် မည်သည့်အချက်ကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်ကို စဉ်းစားဆင်ခြင်မည်ဆိုလျှင် မသင့်မြတ်သော မကောင်းမှု ဒုစရိုက်ဟူသမျှကို ရှောင်ကြဉ်၍ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ပွားများရပေမည်။ မိမိတို့၏ စိတ်ကိုလည်း ဖြူစင်သန့်ရှင်းစေရန် ချုပ်တည်းရပေမည်ဟု ဓမ္မပဒ၌ ဟောတော်မူ၏။ သို့သော် မည်သည့် အပြုအမူ အခြင်းအရာသည် ကောင်းမှု ဖြစ်၍ မည်သည့် အပြုအမူ အခြင်းအရာသည် မကောင်းမှု ဖြစ်သည်ကို ဦးစွာခွဲခြား၍ သိနားလည်ရန်လည်း လိုအပ်ပေမည်။ ဤသို့ သိရုံသက်သက်နှင့်လည်း အရာမရောက်သေးချေ။ ကုသိုလ်နှင့် အကုသိုလ် ဖြစ်စေတတ်သော မူလအကြောင်းရင်းကိုလည်း

သိရပေမည်။ တဖန် သိသည့်အတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးခြင်း၊ အကုသိုလ်တရား ပယ်ဖျောက်ရေးနှင့် ကုသိုလ်တရား ပွားများရေး၌ ဆင်ခြင်အားထုတ်ခြင်းပြုမှသာ အရာခပ်သိမ်း ငြိမ်းချမ်း၍ အကျိုးကျေးဇူးဖြစ်ထွန်းနိုင်ပေမည်။ အထူးအားဖြင့် ဒုစရိုက်ဟူသမျှကို ရှောင်ကြဉ်ရန် လိုအပ်ပေမည်။

အကုသိုလ်ဒုစရိုက်ဟူသည်မှာ အဘယ်နည်း ဟူမူကား—

- ၁။ သက်ရှိသတ္တဝါတို့ကို နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်း သတ်ဖြတ်ခြင်း (ပါဏာတိပါတ)
- ၂။ ခိုးဝှက်ညှာဖြန်း မတရား လိမ်လည်ယူခြင်း (အဒိန္နာဒါန)
- ၃။ သူတပါး သားမယားအား မသင့်မြတ်သော ကာမဂုဏ် ကျူးလွန်ခြင်း (ကာမေသုမိစ္ဆာစွာရ) ယင်းတို့သည် ကာယကံ ဒုစရိုက် ၃-ပါး။
- ၁။ မှဟုတ်မမှန်သောစကား (မုသာဝါဒ)
- ၂။ ဂုံးတိုက်၊ မိတ် ပျက် ဘွယ်သော စကား (ပိသုဏဝါစာ)
- ၃။ စိတ်နာဘွယ်ရာ ကြမ်းတမ်း ဆဲရေးသော စကား (ဖရုသဝါစာ)
- ၄။ သိမ်ဖျင်း အကျိုးမရှိသော စကား (သမ္မပ္ပလာပ) ယင်းတို့သည် ဝစီကံ ဒုစရိုက်မူ ၄-ပါး။

- ၁။ သူတပါး၏ပစ္စည်းဥစ္စာ စည်းစိမ်ချမ်းသာကိုမြင်၍ ဝမ်းသာရမည့်အစား သူ၏ဥစ္စာစည်းစိမ်သည်ငါ၏ ဥစ္စာစည်းစိမ်ဖြစ်လျှင် ကောင်းလေစွဟု စိတ်က အောက်မေ့ခြင်း (အဘိဇ္ဈာ)
- ၂။ သူတပါးကို ရန်ငြိုးထားကာ နှိပ်စက်ရအောင် စိတ်ကကြံဆောင်ခြင်း (ဗျာပါဒ)
- ၃။ မကောင်းမှုကိုပင် ကောင်းမှုဟုထင်ကာ အယူမှား ခြင်းနှင့် ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားကို ငါငါဟု အထင်အမြင် လွဲမှားခြင်း (မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ) ယင်းတို့ သည် မနောကံ ဒုစရိုက် ၃-ပါး။

ဤဒုစရိုက် ဆယ်ပါးကို ရှောင်ကြဉ်လျှင် သုစရိုက်ဖြစ်၍ သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ပါသည်။

ဤမကောင်းမှု အကုသိုလ် ဒုစရိုက်မှု ၁၀-ပါးဖြစ်ရခြင်း ၏ အကြောင်းရင်းကား—

- ၁။ လောဘနှင့်တဏှာ (Greed and Craving)
- ၂။ ဒေါသ (Anger)
- ၃။ မိန်းမောတွေဝေခြင်း မောဟ (Ignorance, Delusion) တို့ဖြစ်၏။

ဤ၃-မျိုးသည် မကောင်းမှုအကုသိုလ်များ၏ ဖြစ်ပွားရာ အကြောင်းရင်းဖြစ်၍ လူတို့ကိုဆင်းရဲရာ ဆင်းရဲကြောင်းသို့ တွန်းချလေတော့သည်။

လောဘနှင့်တဏှာ (Greed and Craving)

လောဘ-စည်းစိမ်ချမ်းသာရာထူးရာခံကိုလိုချင်တောင့်တမှု စသည်ဖြင့် ခြောက်ပါးအာရုံ ကာမဂုဏ် ခံစားလိုသောတဏှာ သည် ဆင်းရဲရာ ဆင်းရဲကြောင်းအစစ် ဖြစ်သည်ကို မထင်မမြင် တတ်ဘဲ လောဘသက္ကာယအားကြီး၍ တကိုယ်ကောင်းစိတ်ဖြင့် တဘက်သား နစ်နာသည်ကို ပမာဏမထား ငါချမ်းသာလျှင် ပြီးရောဟု သဘော ထားတတ်ကြလေသည်။

မသမာသော လောဘသက္ကာယဖြင့် သူတပါးနစ်နာပြီးမှ ရသောချမ်းသာမှုသည် အနှစ်သာရမရှိ၊ ချမ်းသာစစ်မဟုတ်ချေ၊ ဆင်းရဲကြောင်းသာ ဖြစ်သည်ဟု သဘောမထားကြကုန်။

ဒေါသ (Anger)

ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်း ဒုတိယအကြောင်းသည် ဒေါသပင် ဖြစ်၍ လောဘနှင့်တဏှာ အလျောက် အလိုမပြည့်သောကြောင့် မကျေနပ် မတင်းတိမ်မှုကို အကြောင်းခံ၍ ရန်ခိုက်ဒေါသ၊ သောက၊ ဗျာပါဒ စသည်ဖြင့် မချမ်းမသာဖြစ်ရုံသာမက သေ ကြေပျက်စီးသည်အထိ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်တတ်လေသည်။

ဤအကြောင်းရင်းဖြစ်သော လောဘမှုလကို အကြောင်း ပြု၍ တကိုယ်ကောင်းကြံသော (Selfishness) စိတ်ဆန္ဒ ပေ၇ ပေါက်လာလေသည်။ ထို့ကြောင့် လူမကြည်ညို၊ နတ်မကြည်ညို ဖြစ်၍ အစဉ်သဖြင့် ဆင်းရဲကြလေသည်။ မချုပ်တည်းနိုင်သော ဤလောဘတဏှာသည် အဆိုးရွားဆုံးဖြစ်၍ မိမိနှင့်ထိုက်သင့်

မထိုက်သင့်သည်ကို မစဉ်းစားမဆင်ခြင်နိုင်သဖြင့် ဂုဏ်ပကာသန ဟိတ်ဟန်များ လိုလားတောင့်တသောစိတ်သည် ငန်းငန်းတက်၍ အားလုံးကုန် ငါ့လက်အောက်ခံဖြစ်ရမည်၊ နာခံလိုက်နာရမည်၊ ဤသို့ဖြင့် တဦးနှင့်တဦး၊ တသင်းနှင့်တသင်း၊ တမျိုးနှင့်တမျိုး၊ တပြည်နှင့်တပြည်၊ မသင့်မမြတ်ဖြစ်ကြပြီးလျှင် ခိုက်ရန်ဒေါသ ဖြစ်ပွားရုံမျှမက စစ်ခင်းတိုက်ခိုက်၍ပင် ပျက်စီးတတ်ကြလေ သည်။ တဦးမှအစ တအိမ်သားလုံး၊ တသင်းလုံး၊ တပြည်လုံး ငြိမ်းချမ်းသာယာပျော်ရွှင်မှုများ ကွယ်ပျောက်ကာ အပြစ်ကင်း သော လူသူယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ ကလေးသူငယ်များပါမကျန် အတိဒုက္ခနှင့်ရင်ဆိုင်ရရှာလေသည်။

မောဟ (Delusion)

ဆင်းရဲဒုက္ခဖြစ်ပွားတတ်သော တတိယအကြောင်းသည် မောဟနှင့် အဝိဇ္ဇာ (ဝါ) အမှန်ကိုမသိမှုနှင့် တွေ့ဝေခြင်းပင် ဖြစ်၏။ လောဘနှင့်ဒေါသသည် မသိမှုအဝိဇ္ဇာ (ဝါ) တွေ့ဝေမှု မောဟမှ ဖြစ်ပွားလေသည်။ ဤမသိမှုအဝိဇ္ဇာသည် ပထမမူလ အမှတ်-၁ အကြောင်းရင်း ဖြစ်၍ အဝိဇ္ဇာနှင့်တဏှာသည် ဒုက္ခ ခပ်သိမ်းဖြစ်ပွားရေး၌ အကြောင်းရင်း နှစ်ပါး ဖြစ်သည်။ “မည် သူသေသေ ငတေမာပြီးရော၊ ငါသာလျှင် ပိုင်စိုးလိုသည်၊ ငါ မရမနေနိုင်၊ သင့် မသင့် ထိုက် မထိုက် ငါ မစဉ်းစားလို” စသည်ဖြင့် ရိုင်းစိုင်း ကြမ်းတမ်းသောစိတ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းသည် မသိမလိမ္မာမှုအဝိဇ္ဇာ သို့မဟုတ် မိန်းမောတွေ့ဝေသောမောဟ ပယောဂ၏ တန်ခိုးပင် ဖြစ်၏။ “Suffering is the result of action resorted under the influence

of anger and greed.” လောဘ ဒေါသနှင့် မောဟ၊
ဤသုံးခုအကြောင်းခံ၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးမချမ်းမသာဖြစ်လေ၏။
ဟု ပညာရှိပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများက မြက်ကြားလေသည်။

ဥပမာအားဖြင့် အရိုးခြောက်တခုကို ပစ်လိုက်သောအခါ
ခွေးများသည် သူ့ထက်ငါ့ရလို့မူ လောဘတဏှာကြောင့် ဝိုင်းအုံ
ပြေးလွှားပြီး တကောင်နှင့်တကောင် ကိုက်ကြ လုယက်ကြလေ
သည်။ အားအင် သာလွန်သော ခွေးသည် ထိုအရိုးခြောက်ကို
မရရအောင် ယူပြီးလျှင် အရသာကောင်း တွေ့နှိုးနှိုးနှင့် တနေ
ကုန် ကိုက်ဖဲ့ စုတ်ယူနေလေသည်။

တဖန် တော၌ ပေါက်ရောက်လေ့ရှိသော ပေါက်ပင်မှ
နီမြန်းသည့် ပေါက်ပန်းတပွင့် ကြွေကျလျှင် အသားတစ်အသား
တုံး ကျသည်ဟူသော အထင်ဖြင့် ခွေးများသည် သူ့ထက်ငါ့
ရအောင် ပြေးလွှားကြ၍ တကောင်ကိုတကောင် ကိုက်ကြလေ
သည်။ အသားတစ် မဟုတ်၍ အရသာ မတွေ့စေကာမူ သစ်ပင်
ပေါ်၌ ရှိနေသော အပွင့်များကိုလည်း အသားတုံး အသားခဲ
ဟုတ်နှိုးနှိုးအထင်နှင့်ပင် သစ်ပင်နားမှ မခွာမရှောင်နိုင်ဘဲ တနေ
ကုန် စောင့်မျှော်နေကြလေသည်။

မသိမလိမ္မာမှု အဝိဇ္ဇာတဏှာနှင့် မိန်းမောတွေဝေခြင်း
မောဟသည် ကောင်းမကောင်း မချင့်ချိန် မစဉ်းစားနိုင်သော
ပုထုဇဉ်တို့ကို လှည့်စား၍ ဂျမ်းထိုးမှောက်ခုံဖြစ်အောင် ကျောက်
တုန်းတတ်လေသည်။ အသိတရားကင်းမဲ့သော ပုထုဇဉ်တို့သည်
ကောင်းနှိုးနှိုးထင်မှတ်ပြီး ချမ်းသာယောင်ယောင်နှင့် လောကီ

ရေးရာကို မခွာနိုင် မရှောင်နိုင်သကဲ့သို့ လောဘတဏှာအားဖြင့် ပူးတွဲကာ မကောင်းမှုကို ကောင်းမှုမဟုတ်၍ ဇုတ်တိုး လုပ်ကိုင်ကြ လေသည်။ ဤသည်ကား မောဟကြောင့် လူတို့သည် အရူးပမာ ဖြစ်၍ တကိုယ်ကောင်းအကြံဖြင့် လူလူချင်း ကူဖော်လောင်ဘက် ဖြစ်ရမည့်အစား ငါမင်း၊ ငါချင်း သဘောမျိုးနှင့် “ငါ့လှေ ငါထိုး ပဲခူးရောက်ရောက်” စသည့် မှောက်မှားသော မာန်မာန ထောင်လွှားခြင်းဖြင့် တကမ္ဘာလုံး ရသင့်ရထိုက်သော အေးချမ်း သာယာမှုလမ်းစဉ် ကွယ်ပျောက်၍ ကမောက်ကမ ဖြစ်နေကြ တော့သည်။ ဤကဲ့သို့ ဖြစ်ရခြင်းသည်ကား လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၏ စွမ်းရည်ကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် မကောင်းမှု ဒုစရိုက်များကို ရှောင်ကြဉ်၍ သနား ကရုဏာ မေတ္တာ ဗြဟ္မစိုရ်တရားများကို ပွားများကြပါ။ ငြိမ်းချမ်းသာယာစွာ နေထိုင်ကြပါလေဟူ၍ မဟာကရုဏာရှင် မြတ်ဗုဒ္ဓက အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် ဆိုဆုံးမတော်မူခဲ့လေသည်။

ကောင်းမှုသုစရိုက်ဆိုသည်မှာ အထက်က ပြဆိုခဲ့ပြီးသော ကာယကံ ဒုစရိုက် ၃-ပါး၊ ဝစီကံ ဒုစရိုက် ၄-ပါး၊ မနာကံ ဒုစရိုက် ၃-ပါးတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ပါလျှင် ကောင်းမှုသုစရိုက် ဖြစ် ပါတော့သည်။

ကောင်းမှုသုစရိုက် ဖြစ်စေသော အကြောင်းသည်ကား—

- ၁။ အလောဘ—လောဘသက္ကာယကင်းစင်ခြင်း
- ၂။ အဒေါသ—ဒေါသကင်းခြင်း(ဝါ)မေတ္တာပွားခြင်း
- ၃။ အမောဟ—တွေဝေမိန်းမောခြင်းမှ ကင်းခြင်း

အလောဘ၊ အဒေါသ၊ အမောဟ ဤ ၃-ပါးသည် ကောင်းမှုကုသိုလ်၏အကြောင်းရင်းများဖြစ်ပါသည်။ ဤ ၃-ပါးကို မေတ္တာ ကရုဏာ စသော စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်ဖြင့် မွေးမြူထားပါက မျိုးစေ့ မျိုးကောင်းများဖြင့် စိုက်ပျိုးထားသလို အချိန်တန်က ကောင်းမြတ်သော အသီးအပွင့် ဖြစ်ထွန်းလာဘိသကဲ့သို့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၏ အကျိုးကျေးဇူး ခံစားရပါလိမ့်မည်။ ယခု ပစ္စုပ္ပန်မှာလည်း မကောင်းသော ဘေးအန္တရာယ်များမှ ကာကွယ်နိုင်၍ နောင်သံသရာမှာလည်း သုဂတိဘဝကို မုချမသွေ ရောက်ရပေလိမ့်မည်။

တကိုယ်ကောင်း သက်သက် ကြံခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ လိုလားတောင့်တခြင်းကြောင့်သာ မကောင်းမှု အကုသိုလ်များ ဖြစ်တက်လေသည်။ အားလုံးသော လူနတ်သတ္တဝါများ ချမ်းသာကြပါစေ ဟူသော မေတ္တာစိတ်စေတနာကောင်းမွေးမြူလျှင် ငါသာ ကောင်းကျိုးရလိုသည် ဟူသော စိတ်ယုတ်မာများပါ ပျောက်လေတော့သည်။ မိမိတို့၏ လုပ်ကိုင်ပြောဆို ကြံစည်သမျှ အမှုကိစ္စ တို့သည် အများ၏ ချမ်းသာမှု ငြိမ်းချမ်းသာယာမှု အတွက်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ ငါနှင့် ငါ၏စည်းစိမ်သည် ငါ့အတွက် သက်သက်မဟုတ်၊ အများအတွက်လည်း ဖြစ်သည်ဟု ကိုယ်တို့ သူတို့ မျှတသော သဘောထားလျှင် ငြိမ်းချမ်းသာယာမှုသည် အလိုအလျောက် ဆိုက်ရောက်လိမ့်မည်ကား မလွဲချေ။

နာယကအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည် နာယကဂုဏ် ၆-ပါးနှင့်ပြည့်စုံပြီးလျှင် အတန်းအစားမရွေး၊ အမျိုးမရွေး၊ ဘာသာမရွေး၊ တဦးတယောက်မကျန် ချမ်းသာကြပါစေ ဟူ

သော သမ္မာဆန္ဒ-မေတ္တာစေတနာဖြင့် ဆောင်ရွက်ကြလျှင် မုချ
ကေနိ အောင်မြင်ကြပေလိမ့်မည်။ သို့မဟုတ်ပါက အောင်မြင်
ခြင်းနှင့် ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲမှု ဘယ်အခါမျှ တွေ့မည်မဟုတ်ပေ။

နာယကဂုဏ် ၆-ပါးကို ဖော်ပြရလျှင်....

၁။ သနားကြင်နာခြင်း (ဒယာ)

၂။ စိတ်ရှည်လက်ရှည်သည်းခံခြင်း (ခမာ)

၃။ သမစိတ္တဖြင့် မျှတစွာ ပေးကမ်း ဝေဘန် ဆုံးဖြတ်
ခြင်း (သဝိဘာဂ)

၄။ ဉာဏ်မျက်စိကျယ်ခြင်း၊ အမြော် အမြင် ကောင်း
ရှိခြင်း (ဣက္ခနာ)

၅။ ထကြွလုံ့လရှိခြင်း (ဥဋ္ဌာန)

၆။ သတိထက်ကြပ်ပါခြင်း၊ နိုးနိုးကြားကြား ရှိခြင်း
(ဇာဂရိယ)

ဤနာယကဂုဏ် ၆ပါးသည် အောင်မြင်ရာ အောင်မြင်
ကြောင်းနှင့် ချမ်းသာရာချမ်းသာကြောင်းဖြစ်၍ လောကီ လော
ကုတ် နှစ်ဖြာသောအကျိုး ဖြစ်ထွန်းရေး၌ အကောင်းဆုံးသော
အားထားရဘွယ် လက်နက်ကောင်းများ ဖြစ်ပေရာ လူလူချင်း
ကြင်နာစွာပေါင်းသင်းရခြင်းဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသာယာရွှင်လန်းမှုကို
တည်ဆောက်နိုင်ပေသည်။ ဣဿာ၊မစ္ဆရိယ-မနာလို ဝန်တိုခြင်း၊
သတ်ဖြတ် ညှဉ်းပန်းခြင်းတို့သည် ချမ်းသာလမ်းကို ပိတ်ပင်လေ
သည်။ တဖန် အဟိံသ ခေါ် မေတ္တာကရုဏာသည် ငြိမ်းချမ်း

သာယာ ရှင်လန်းရေး လမ်းပေါက်ကို၎င်း၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာလမ်း ကို၎င်း၊ ထာဝစဉ် ဖွင့်ပေးသော Passport ခေါ် နိုင်ငံကူး လက်မှတ်ကဲ့သို့ အရာရောက်စေသည်။

ဒို့ချမ်းသာရေးနှင့် ဗုဒ္ဓတရားတော်

လောကီနယ်မှာ ကြီးပွားချမ်းသာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ ‘ဒို့ချမ်းသာရေး’ ‘အောင်ခြင်းမင်္ဂလာ’ စသော စာအုပ်စာတမ်း များစွာကို ပြုစုခဲ့ပါသည်။ ထိုစာအုပ်တို့တွင် ကြီးပွားချမ်းသာ ရေးနှင့် ပတ်သက်သော မြတ်ဘုရား၏ အဆုံးအမ စကားတော် များ လုံလောက်စွာ ပါဝင်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသောကြောင့် ယခု အကြိမ်တွင် အထူးတလည် ထပ်မံရေးသားရန် မလိုတော့ပါ။

ယခုဆိုလိုသည်မှာ ဖောက်လွှဲဖောက်ပြန်၍ အဆင်းရဲ မကင်းလွတ်သော လောကီချမ်းသာထက် များစွာ သာလွန် မှန်မြတ်သော သန္တိသုခခေါ် လောကုတ္တရာချမ်းသာစစ်ကို ဖြစ် ပွားထူထောင်မှုသာလျှင် လိုရင်းအချက်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အခြေခံအုတ်မြစ်သဘာဝ အရေးကြီးလှသော အကျင့်ကောင်း သီလ(၀၂)မှန်မြတ်ဖြူစင်သော စိတ်ဓါတ်ကို မွေးမြူကြရန် တိုက် တွန်းရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် လောကုတ္တရာ ဘက်သို့ ကူးမြောက်ရေး၌ အထောက်အပံ့ဖြစ်သော လောကီချမ်းသာ မှုကို လုံးဝ ပယ်ရှားတော် မမူဘဲ သမ္မဒါတရား လေးပါး၊ မင်္ဂလာတရား ၃၀ပါးနှင့် ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါးစသည်များဖြင့် ဆုံးမတော် မူခဲ့ပါသည်။ ကောင်းမှုဟူသမျှ အောင်မြင်ရေး

သည် အကျင့်ကောင်း သီလပေါ်မှာ တည်လျက်ရှိသည်နှင့်အညီ
လောကီနယ်မှာ အကျင့်ကောင်းနှင့်တကွ ကြီးပွားချမ်းသာ
ပြည့်စုံမှုသာလျှင် လောကုတ္တရာဘက်သို့ ကူးမြောက်နိုင်မည်ဖြစ်
ပါသည်။ အကျင့်သီလမှ မရှိလျှင် လောကီ၊ လောကုတ်၊ မည်
သည့်နေရာမျှ အထမြောက် အောင်မြင်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

ပုထုဇဉ်တို့သည် တဏှာလောဘ၏ တိုက်တွန်းမှုကြောင့်
ရွံ့လုံးနှင့်တူသော ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ် ခံစားမှုနောက်သို့
ငမ်းငမ်းတက် မိန်းမော တွေဝေ လိုက်စားကြ၏။ ရွံ့လုံးနှင့်တူ
သော လောကုတ္တရာ ချမ်းသာမှုကြီးကို လက်လွှတ်ကာ အရုံး
ကြီးရုံးကြလေသည်။ ထိုကာမဂုဏ် ခံစားရာ၌ မိန်းမောတွေဝေ
နေသူတို့သည် ကောင်းမကောင်း၊ သင့်မသင့်ကို စဉ်းစားဝေ
ဖန်ခွင့် မရသည့်အတွက် ဒုစရိုက်ဘက် အားသန်၍ ဆင်းရဲပူပန်
ကြရလေသည်။ ထို့ကြောင့် ကာမရာဂလောက် ပူပြင်းသော
အခြားမီးမရှိဟု ဟောတော်မူသည်။

လူအများသည် အောင်မြင် ကောင်းစားရေး အတွက်
သည်းခံခြင်း၊ တင်းတိမ်လွယ်ခြင်းနှင့် မေတ္တာတရား ပွားများ
ခြင်းသည် ဆေးလက်ဖွဲ့ကဲ့သို့ အရာရောက် အသုံးဝင်သည်ကို
မသိမမြင်ကြကုန်။ မြတ်ဗုဒ္ဓသည် သည်းခံခြင်းနှင့် မေတ္တာတရား
နှစ်ပါးကို လက်ကိုင်ပြုကာ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူခဲ့သည်။
အောင်ခြင်းရှစ်ပါးကိုလည်း အောင်မြင်တော်မူခဲ့သည်။ မေတ္တာ
စသော ဗြဟ္မစိုရ်တရားနှင့် သည်းခံခြင်းသည် ခိုးဝှက် လိမ်လည်
တိုက်ခိုက်ခြင်း စသော ဒုစရိုက်တရားများကို ကာကွယ်စေသည့်
အပြင် သုစရိုက်ခေါ် သူတော်ကောင်းတရားနှင့်လည်း ပြည့်စုံ၍

လူချီးမွမ်း၊ နတ်ချီးမွမ်းခံရသည်။ ထိုအကျင့်ကောင်းများသည် အမိအဘနှင့်တူ၍ ဘေးမျိုးစုံမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်လေသည်။

သုတထူးဆင်းရဲခြင်း၊ နှစ်နာခြင်းကို မိမိကိုယ်တိုင် ဆင်းရဲ နှစ်နာသလို ကရုဏာစိတ်ထားလျှင် (၀၂) မိမိ၏ အသက်စည်း စိမ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် ချစ်ခင်မြတ်နိုးသလို သုတထူးသည်လည်း မိမိ ကဲ့သို့ပင် သူ၏ အသက်စည်းစိမ်ကို ချစ်ခင်မြတ်နိုး ပေလိမ့်မည် ဟူ၍ ကိုယ်ချင်းစာတရားဖြင့် ထောက်ထား၍ မည်သူ၏ ချမ်းသာမှုကိုမျှ မထိခိုက် မနှစ်နာစေဘဲ တရားသဖြင့် ပြောဆိုကြံစည် ပြုလုပ်၍ စင်ကြယ်စွာ အသက်မွေးမှု ပြုလုပ်ကြလျှင် လူနတ်တို့ ၏ မေတ္တာစိတ် မိမိထံ ပြန်လိမ့်မည်။ သို့မဟုတ် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံဖြင့်ပြစ်မှားခဲ့လျှင် ပြစ်မှားခဲ့သမျှ မိမိတို့ထံပြန်လိမ့်မည်။

ထို့ကြောင့် မြတ်ဗုဒ္ဓက ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ ဒုစရိုက်ကို ရှောင်ကြဉ်ရန်နှင့် လောဘကို အလောဘ ပေးကမ်းခြင်းဖြင့်၎င်း၊ ဒေါသကို အဒေါသခေါ် မေတ္တာဖြင့်၎င်း၊ မသူတော်ကို သူတော်ကောင်း တရားဖြင့်၎င်း၊ ကြမ်းတမ်းရိုင်းစိုင်းသူကို နူးညံ့သိမ်မွေ့ ယဉ်ကျေးမှုဖြင့်၎င်း၊ အောင်မြင်ကြပါဟူ၍ ဆုံးမတော်မူပါသည်။

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့်စာရှုသူနှင့်တကွတကမ္ဘာလုံးရှိလူသတ္တဝါတို့သည် လောကီနှင့် လောကုတ္တရာ ချမ်းသာမှုကို တညီတညာတည်း စောင့်ထိန်းကြခြင်းဖြင့် ကိုယ်စီကိုယ်ငှ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲကြပါစေ ဟူ၍ မေတ္တာစေတနာဖြင့် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ အဆိုပါ စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ် ဟူသော အကျင့်သီလ မစင်ကြယ်ပါက မဂ်ဖိုလ်တရားအားထုတ်ရာ၌လည်း မအောင်မြင်နိုင်ပါ။

ပဉ္စဂုဏ်အဟံဝန္တာမိ

၁၀-၈-၆၆ ရက်နေ့တွင် ရန်ကုန်မြို့ ရာမကရစ္ဆနာအသင်းတိုက်၌
စာရေးသူ အက်(စ်)စီဘရူးဝါးခေါ် ဦးဘအေး ဟောပြောခဲ့သော
တရားတော် (အင်္ဂလိပ်မှ မြန်မာပြန်)။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အရေးကြီးကြောင်း

တရားနာ သူတော်ကောင်း၊ ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်းတို့
ခင်ဗျား၊ ဓမ္မမိတ်ဆွေတို့အလယ်မှာ ယခုလို တရားဓမ္မဟောပြော
ခွင့်ရတဲ့အတွက် အထူးဘဲဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူမိပါတယ်။

နာယကကြီးရဲ့ တိုက်တွန်းချက်အရ ယခုလို ဟောပြော
ခွင့်ရပြီး ဓမ္မမိတ်ဆွေများက ကြာရောက်နားဆင်တော်မူကြတဲ့
အတွက်လဲ လှိုက်လှိုက်လဲ့လဲ့ ကျေးဇူးတင်မိပါတယ်။ ဝမ်းမြောက်
ဝမ်းသာ သာဓုလဲခေါ်ပါတယ်ခင်ဗျား။

ဒီကနေ့ ကျွန်တော်ဟောပြောမဲ့ အကြောင်းကတော့
ဗုဒ္ဓတရားတော်တွေအနက်က အလွန်တရာ မှန်မြတ် ထူးကဲတဲ့
တရားမို့ “အဘိဓမ္မ”လို့ ခေါ်ဝေါ်သမုတ်တဲ့ “ကမ္မဋ္ဌာန်း
တရား” အကြောင်းဘဲဖြစ်ပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအကြောင်း
ကို ဟောပြောရင်း လက်စနဲ့တဆက်ထဲဘဲ သိသင့်သိအပ်တဲ့
အခြားသုတ်၊ ဝိနည်းတရားတော်များကိုလဲ အနည်းအကျဉ်း
ဆိုသလို ဆိုင်ရာကြားညှပ်ပြီး ဟောပြောသွားပါမယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားတော်ရဲ့ တရားကိုယ်အမြဲတေ သဘောကို မပြောမီ ဦးစွာ ကျွန်တော်တို့သိထားအပ်တဲ့အချက်ကတော့ ဖြစ် “ဘယ်လိုအကျိုးကိုမျှော်ကိုးပြီး ကျွန်တော်တို့ တတွေဟာ ဒီကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်ကြသလဲ” ဆိုတာကို ပထမဆုံး သိထားဘို့လိုပဲလိမ့်မယ်။ ဒီအချက်ကို အချုပ်သဘောနဲ့ ပြောရရင်တော့ အောက်ပါ အကျိုးကျေးဇူးများဖြစ်ထွန်းရေးအတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ရန် လိုအပ်ပါတယ်။

၁။ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရယူလိုကြတဲ့အတွက်

၂။ သင်္ခါရသဘောအုပ်စိုးပြီး ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံး၊ ဒုက္ခတုံးကြီးဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတို့ရဲ့ မမြဲတဲ့သဘော၊ ဆင်းရဲတဲ့သဘော၊ အစိုးမရတဲ့သဘောကို ယထာဘူတကျကျ အမြင်မှန် အသိမှန်ရလိုကြတဲ့အတွက်

၃။ ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း မတည်မငြိမ်ဘဲ အစဉ် ထာဝရ ပြောင်းလဲကုန်ဆုံးနေတဲ့စိတ်ကို တည်ငြိမ်အေးချမ်းစေလိုတဲ့အတွက်

၄။ ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့ဟာ၊ ငါ့ဥစ္စာဆိုပြီး အတ္တ၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိများ ကပ်ငြိနေတဲ့အမြင်မှား၊ အထင်မှားကို လုံးလုံးလျားလျား စွန့်ခွာလိုကြတဲ့အတွက်

၅။ ဒုက္ခအပေါင်းမှ ကျွတ်လွတ် ကင်းကွာ ချမ်းသာရာရလိုကြတဲ့အတွက်

၆။ အမြင်မှား၊ အထင်မှား၊ အယူမှားတွေကို ပယ်ခွာလိုကြတဲ့အတွက်

၇။ အပါယ်ငရဲမှ ကင်းလွတ်ရာအမှန် မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်
ကို ရလိုကြတဲ့အတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်
ရန် လိုအပ်ပါတယ်။

အဲဒီလို အကျိုးတရား ရည်မှန်းချက်(၇)ပါးကို မြှော်ကိုး
ပြီး ကျွန်တော်တို့တတွေဟာ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်း အား
ထုတ်ကြရပါတယ်။

တရားမဟောမီ ဝန်ခံလိုတာကတော့ ကျွန်တော်ဟာ
အဘိဓမ္မာ စာပေအရာမှာ ပြည့်စုံသူတဦး မဟုတ်ပါဘူး။ ပညာရှိ
ဆရာသမား ကလျာဏတို့နှင့် ဆည်းကပ်ခွင့်ရခြင်း၊ တရားဓမ္မ
စာပေ ကျမ်းဂန်များကို အနည်းငယ်လောက်သာ ဖတ်ရှုခွင့်ရ
ခြင်း၊ ပညာရှိဆရာတော်များရဲ့ အဆုံးအမကို ခံယူပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်း
တရားအားထုတ်ခွင့် ရခဲ့ခြင်း စတဲ့ အခွင့်အရေးများကို အိမ်
ထောင်မှုကိစ္စများ လုပ်ရင်းကိုင်ရင်းပင် ရသမျှသော အချိန်ကို
လှူ၍ ဆောင်ရွက်ခဲ့ရပါတယ်။ သို့ဖြစ်ငြားသော်လည်း ကျွန်တော်
သိသလောက် တတ်အားသမျှ ကျေနပ်မှုရအောင် ကြိုးစားပြီး
ဟောပြောတင်ပြပါမယ်ခင်ဗျား။

ကျွန်တော် မြော်လင့်လျက် ရှိဘာကတော့ ဓမ္မမိတ်ဆွေ
များဟာ အနည်းငယ်သည်းခံ၍ နားဆင်တော်မူပြီး ပျားပိတုံး
များဟာ ဆူးငြောင့်များကို ရှောင်ပြီး ပန်းဝတ်ရည်များကို
စုတ်ယူဘိသကဲ့သို့ မကောင်းသမျှ ရှောင်ပြီး ကောင်းသမျှကို
ထုတ်ယူတော်မူကြမယ်လို့ မြော်လင့်ပါတယ်။ ပညာစွမ်းရှိ၍
၎င်း၊ ချီးမွမ်းခံလို၍သော်၎င်း ဟောပြောရခြင်း မဟုတ်ပါ။
စိတ်ကောင်းထား၍ ချမ်းသာရာ ချမ်းသာကြောင်း ဖြစ်သော

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကိုသာ အားထုတ်ကြပါစေဟူ၍၎င်း၊ တရားဓမ္မ ပြန့်ပွားစေလိုခြင်းကြောင့်၎င်း၊ ဓမ္မဒါနအဖြစ်ဖြင့် ဓမ္မမိတ်ဆွေ များအား တိုက်တွန်းခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

တရားနာ ပရိသတ် သူတော်ကောင်း အပေါင်းတို့ ခင် ဗျား။ ။ ကျွန်တော်ဟာ ယခုကျော်စောနေသော “ဓမ္မဗျူဟာ” “ဗုဒ္ဓဓမ္မလောက” စတဲ့ မဂ္ဂဇင်းများမှာ ဆောင်းပါးများ ရေးနေ ကျဖြစ်ခဲ့တဲ့အပြင် ကျန်းမာချမ်းသာ၊ လိမ္မာယဉ်ကျေးမှုနှင့် ပတ် သက်တဲ့ စာအုပ်စာတမ်းများကို ရေးသားခဲ့ပါသော်လဲ နှုတ်ဖြင့် ဟောပြောရေး၌ စွမ်းရည်မရှိပါကြောင်း ဝန်ခံပါတယ်ခင်ဗျား။ ဆိုခဲ့တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို တတ်အားသမျှ ဟောပြောပါတော့ မယ်။ သည်းခံ၍ နားဆင်တော်မူပါမည့် အကြောင်း ထပ် လောင်း၍ တောင်းပန် ပါရစေခင်ဗျား။

နောက်တခု တောင်းပန်ချင်တာ ကတော့ ပုဂ္ဂလဓိဋ္ဌာန် အနေနဲ့ နားမဆင်ဘဲ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်အနေနဲ့သာ နားဆင်တော် မူကြပါမည့်အကြောင်းပါဘဲခင်ဗျား။

ဘာကြောင့် ဒီကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာဟာ အရေးကြီးသလဲ ဆိုတော့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်လမ်းကြီးကို ပိတ်ပြီးလျှင် ကိုယ်စိတ် နှစ်ပါး မချမ်းမသာ ဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းရင်းကို အရင်းစစ်လိုက်ရင် မယဉ်ကျေးမလိမ္မာတဲ့စိတ်ကြောင့်ပင် ဖြစ်ပါ တယ်။ အဲဒီ မယဉ်ကျေး မလိမ္မာမတည်ငြိမ်တဲ့စိတ်ကို ယဉ်ကျေး လိမ္မာ တည်ငြိမ်အောင် ချုပ်တည်းမှုမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ တရား အားထုတ်ခြင်းဖြင့်သာ အောင်မြင်နိုင်ပါမယ်။

“ပါပသ္မိံ ရမတိ မနော” ဆိုတဲ့ပါဠိတော်အရ စိတ်ဟာ မကောင်းမှု ဒုစရိုက်၌သာ နှစ်သက် ပျော်မေ့ တတ်ပါတယ်။ (တခါတရံ) စိတ်ကိုချုပ်တည်းနိုင်တဲ့အခါမှာ မိတ်ဆွေကောင်း ပမာ ချမ်းသာရာ ချမ်းသာကြောင်းကိုလဲ ဖန်တီး ပေးတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်ချမ်းသာခြင်းအစစ်ကိုခံစားလိုသူတိုင်းဟာ မိမိ စိတ်ကိုဦးစွာလိမ္မာယဉ်ကျေးအောင်ချုပ်တည်းရပါမယ်။ တကယ်တမ်း စိတ် ကို ကောင်း စွာ ချုပ် တည်း နိုင် လျှင် သေခြင်းဆိုတဲ့ မစ္စုမာရ်ဘေးမှပင် လွတ်မြောက်နိုင်ကြောင်းကို “ယံစိတ္တံ သံယမိဿန္တိ၊ မောက္ခန္တိ မာရဗန္ဓနာ” လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

ဒါကြောင့် ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲလိုလျှင် ဆုတောင်းရုံနှင့် မရနိုင်ပါ။ ဆုတောင်း ပတ္တနာ ပြုမည့်အစား တဏှာပင် ဖြစ်စေ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ အားထုတ်သင့်၏။ မိမိစိတ်ကို တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးအတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာတရားမှတစ်ပါး အခြားနည်းလမ်းမရှိပါ။

အဝိဇ္ဇာမောင်ထဲမှာ မသန့်ရှင်းသော စိတ်ဖြင့် မည်မျှပင် ကောင်းမှုကုသိုလ်ပြုစေကာမူ ဆင်းရဲခြင်းအမှန်ဖြစ်သည့် လောကီ ချမ်းသာ တည်းဟူသော ချမ်းသာ အတုကိုသာ ရမည်။ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာအစစ် ရရေးအတွက်ကား များစွာ အရာမရောက် လှပါ။ မိမိစိတ်ကို မချုပ်တည်းနိုင်သမျှ (၀၂) စိတ်နေ စိတ်ထား မပြုစင်သမျှ ငါစွဲမှု၊ တပ်မက်မှု၊ တဏှာ၊ မာန်မာနနဲ့ ဒိဋ္ဌိများ မကင်းလွတ်သမျှ ဒုက္ခဇာတ်သိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာနဲ့ မတွေ့နိုင်ပါ။ တနည်းအားဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာသည် စိတ်ရော ကိုယ်ပါ ကျန်းမာချမ်းသာရေးကို တည်ဆောက်ပေးနိုင်ကြောင်း တရားအားထုတ်သူ ယောဂီအပေါင်းတို့ ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်နိုင်

ပါတယ်။ ဆေးဘက် ပါရဂူများက တညီတညွတ်တည်း ဝန်ခံ ကြဒါကတော့ သွေးတိုးရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါ၊ အစာအိမ် အနာရောဂါ တွေဟာ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ဝသော ပူပန်သောက များကြောင့် ဖြစ်ရတတ်ကြောင်း၊ အဆိုပါ ရောဂါများကို တည်ငြိမ်အေးမြ ချမ်းသာတဲ့စိတ်ဖြင့် ကာကွယ်ပျောက်ကင်းစေ နိုင်ကြောင်း ဆုံးဖြတ်ကြပါတယ်။

ဒါကြောင့် တဏှာမျှ ကမ္မဋ္ဌာန်း တရား အားထုတ်တဲ့ အစွမ်းဖြင့် မတည်ငြိမ်သော စိတ်အာရုံဆိုးများကို ချုပ်တည်း ထိန်းသိမ်းနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် များစွာသောရောဂါများ ကာ ကွယ်ပျောက်ကင်း နိုင်ပါတယ်။ ခံစားနေဆဲ ဝေဒနာများလဲ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာဖြင့် သက် သာပျောက်ကင်းနိုင်သည်ကို ယောဂီများကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်နိုင် ပါတယ်။

စိတ်မချမ်းမြေ့ဘွယ် မကျေနပ်ဘွယ် စိုးရိမ်ပူဆွေးဘွယ် စသော စိတ်မအေးမှု တစုံတခုတွေ့ကြုံသောအခါ မိမိစိတ်ကို အာနာပါန ဟူသော ကွက်သက် ဝင်သက်မှာ ဖြစ်စေ၊ ဣရိယာ ပထဟူသော သွားရပ်ထိုင်လျောင်းမှု အပေါ်မှာ ဖြစ်စေ၊ သတိ အမှတ်ပြုလုပ်လျှင် အဆိုပါ စိတ်မချမ်းသာ၊ မကြည်လင်မှုများ ရုတ်တရက် ကွယ်ပျောက်သွား၍ စိတ်ချမ်းမြေ့ ကြည်လင်မှုကို ရုတ်တရက် ချက်ခြင်း ရပါတယ်။ လောဘ၊ဒေါသ စသော အကုသိုလ် အညစ်အကြေးများလည်း ကင်းပျောက်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ တွေ့မြင်ရသည်မှာ များစွာသော သူတော် စင်တို့ ကျန်းမာ ချမ်းသာပြီး မြင့်မြတ်တဲ့ အဆင့်အတန်းကို

ရောက်ခြင်း၊ လူအများရဲ့ ကြည်ညိုမြတ်နိုးမှုကို ခံစားကြရခြင်းတို့ဟာ ဒီကမ္ဘာ့နန်းဘာဝနာရဲ့ အစွမ်းပါဘဲ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကိုယ်တော်တိုင် ပညာဉာဏ် ပွင့်လင်းကာ အထွတ်အထိပ် ဘုရားအဖြစ်သို့ရောက်ပြီး ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားတို့ရဲ့ ပူဇော်ကန်တော့ခံရခြင်း အကြောင်းဟာ စင်စစ် ကမ္ဘာ့နန်း ဘာဝနာ၏ အစွမ်းဖြင့် ရခဲ့သော အသိဉာဏ်ပညာ အလင်းကြောင့်သာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူတွေဟာ စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ချမ်းသာမှုကို ရနိုးနိုး အထင်နဲ့ နတ်မျိုးစုံတို့ကို ပူဇော်ပသကြတယ်။ အချို့ကလဲ အရက်သေစာသောက်ခြင်း၊ ဖဲကစားခြင်း၊ ရုပ်ရှင်ကြည့်ခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရှာဖွေကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ချမ်းသာမှုကို မရတဲ့ အပြင် ကာမဂုဏ် ခံစားချင်လေလေ စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲ အမျိုးမျိုး တွေ့ရလေလေ ဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်အာရုံကိုလိုက်၍ ခံစားလိုလေလေ ဆင်းရဲပူပန်ရလေလေ ပါဘဲ။ အမှန်ကတော့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်ကို လိမ္မာစွာ ချုပ်တည်းမှု(ဝါ) အာရုံချုပ်တည်းမှု မရမချင်း ချမ်းသာခွင့် မရနိုင်ပါ။ အမှန်သဘော-ပရမတ်ကို မမြင်သမျှ ကာလပတ်လုံး ကာမဂုဏ် ခံစားရာ၌ ငြီးငွေ့ခြင်းသို့ မရောက်နိုင်ပါဘူး။ စွဲလမ်းတွယ်တာမှလဲ မကင်းနိုင်ပါဘူး။ မက်မောတွယ်တာမှ ရှိနေသမျှ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာနဲ့ ဝေးလေလေ ပါဘဲခင်ဗျား။

ကမ္ဘာလောကကြီးမှာ ရှိရှိသမျှ မမြဲဆင်းရဲ၊ အစိုးမရ၊ သူငါမဟုတ် စတဲ့ သင်္ခါရ သဘောတရားများကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိကြပါက နှစ်သက်တွယ်တာမှ ကင်းပျောက်ပြီး ဒုက္ခခပ်သိမ်းမှလွတ်မြောက်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သန္တိသုခခေါ် ချမ်း

သာမုန်ကို တကယ်တမ်းရလိုကြပါလျှင် လက္ခဏာရေးသုံးပါးဖြစ်
 တဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ မှစပြီး အသုဘ ဉာဏ်အထိ ထင်မြင်
 ပေါက်ရောက်လာရန် ဦးစွာ အရေးကြီးပါတယ်။ နာကြား
 ခြင်း၊ စာဘတ်ခြင်းမှရတဲ့အသိဉာဏ်ဟာ အနည်းငယ် အထောက်
 အပံ့ရနိုင်ပါသော်လည်း တခဏမှာဘဲ ပျောက်ကွယ် သွားတတ်ပါ
 တယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာအစွမ်းဖြင့် ရတဲ့အသိဉာဏ်မှသာ မုန်
 ကန်တည်မြဲတဲ့ဉာဏ်ပညာဖြစ်လို့မို့ မဂ်ဖိုလ်ချမ်းသာရရေးအတွက်
 အရာရောက်အသုံးဝင်ဆုံးဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ချမ်းသာသုခ
 အစစ်ကို တောင့်တကြံတွဲ ယောဂီတို့ဟာ မလျော့သော လုံ့လ
 ဝီရိယဖြင့် မပျင်းမရိ ကြိုးပမ်း အားထုတ် ကြရ ပါလိမ့်မယ်။ သို့
 မဟုတ်ပါက ပြန့်လွှင့်နေတဲ့စိတ်ကို ငြိမ်သက်အောင် ချုပ်တည်း
 ရန်နှင့် ဉာဏ်မျက်စိပွင့်စေရန် မလွယ်ကူပါဘူး။ ဒါကြောင့် တရား
 အားထုတ်ရာမှာ တခဏနှင့် စိတ်ပျက် အားလျော့ခြင်း မဖြစ်
 သင့်ပါဘူး။

တရားအားထုတ်ရာမှာ အောင်မြင်လို့ တဲ့ ယောဂီဟာ
 အကျင့်ကောင်း သီလနှင့် မေတ္တာဘာဝနာကို အခြေပြုပြီး စိတ်
 ရှည်လက်ရှည် အားထုတ်ရပါလိမ့်မယ်။ ဆရာကောင်းကိုမှီမှီသာ
 အားထုတ်ရာမှာ နည်းမှန်လမ်းမှန် ရပါမယ်။ ဆရာညွှန်ပြတဲ့ နည်း
 မှန်အတိုင်း ကျင့်ရလေအောင် အိမ်မှုကိစ္စကို ရက်အနည်းငယ်
 လောက် စွန့်လွှတ်ပြီး ရိပ်သာသို့သွားရောက် အားထုတ် သင့်ပါ
 တယ်။ လုပ်ကိုင်ကျင့်ကြံနည်း မှန်ကန်၍ ကျင့်သားရလာတဲ့အခါ
 အိမ်တွင်းမှ လုပ်ကိုင်ရင်း အားလပ်ချိန်ကလေး ရအောင်ရှာ၍
 တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်တဲ့နေရာတခုမှာ ကိုယ့်ဒူးကိုယ်ချွန် လွှတ်လပ်
 စွာ မလျော့သောဇွဲဖြင့် အားလပ်ချိန်ရတိုင်းရတိုင်း မမေ့မလျော့

ဘဲ အားထုတ်နိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုမှ အချိန်မရ မလွယ်ကူလျှင် အိမ်
 တိုင်းမှလုပ်တိုင်းလုပ်တိုင်း၊ ထိုင်တိုင်း၊ ထတိုင်း၊ သွားလာ လှုပ်ရှား
 တိုင်း၊ မလစ်သော သတိအမှတ်ပြု၍ ရုပ်၊ နာမ်၊ ခန္ဓာငါးပါး မမြဲမှု၊
 ဆင်းရဲမှု၊ အစိုးမရမှုတို့ကို ထင်မြင်အောင် အစဉ်သဖြင့် အားထုတ်
 နိုင်ပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ အားထုတ်ခြင်းဟာ မကောင်းမှု
 ဒုစရိုက် ဘက်သို့ဆွဲငင်ရာမှာ အလွန်စွမ်းရည်ရှိတဲ့စိတ်ကို မပြန်လွှင့်
 စေဘဲ ငြိမ်သက်တည်ငြိမ်အောင် (ဝါ) လိမ်မာအောင် ချုပ်တည်း
 နိုင်ပါတယ်။

ထိုကဲ့သို့ အမှတ်သတိ မလွတ်စေဘဲ အားထုတ်မှသာလျှင်
 စေ့ စေ့ စပ်စပ် မိုးထားတဲ့ အမိုးဟာ မိုးရေမယိုနိုင်သလို လောဘ၊
 ဒေါသ၊ မောဟ စတဲ့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးများ ဝင်ရောက်
 ချွံ့ရမည်မဟုတ်ပါဘူး။ ထို လောဘ၊ ဒေါသ စသော လောင်မီး
 ကိလေသာအညစ်အကြေး မကင်းလွတ်ပါက တရားအားထုတ်ရာ
 ၌ မအောင်မြင်နိုင်ပါ။

ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာ ဘာလဲ။ ဟုတ်တိုင်း မှန်စွာ
 အထူးသိမြင်အောင် အထပ်ထပ်ကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ် အားထုတ်
 ခြင်းကို ဝိပဿနာလို့ခေါ်ပါတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာကတော့ တရားဓမ္မ အားထုတ်ခြင်းရဲ့ တည်
 ရာကို ခေါ်ပါတယ်။ အားထုတ်သူရဲ့ ဟဒယဝတ္ထုဟာလဲ
 ကမ္မဋ္ဌာန်း(ဝါ) အလုပ်ရုံဘဲလို့လဲ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ ဝိပဿနာ
 ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခြင်းဟာ အခြားမဟုတ်ပါ
 ဘူး၊ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရ တရားတို့၏ ဖြစ်ပုံပျက်ပုံကို သိမြင်ရေး
 အတွက် သတိအမှတ်ပြုခြင်းဖြင့် သိမြင်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါတယ်။

ကမ္မာ ဗုဒ္ဓတ က္ကသိုလ်
 စာကြည့်တိုက်
 ကမ္ဘာအေး။

ဥပမာ လက်ခြေများကွေးမှု၊ ဆန့်မှုစတဲ့ ကိုယ်အင်္ဂါ လှုပ်ရှားခြင်း၊ အသက်ရှူရှိုက်ခြင်းများကို တခုမကျန် အစဉ်သဖြင့် မပြတ်မလပ် မှတ်သားခြင်း ပြုလုပ်နေတာဟာ ကာယာနုပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းပါဘဲ။ ထို့ပြင် စိတ်ကူး ကြံစည် တွေးတောခြင်း၊ စိတ်ပျက်ခြင်း၊ စိတ်ချမ်းသာခြင်း၊ ကာမရာဂကပ်ရောက်ခြင်း သို့မဟုတ် ကင်းလွတ်ခြင်း စတဲ့ စိတ်၏လှုပ်ရှားမှု ဖြစ်ပျက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ပိုင်းခြား၍ မှတ်သားခြင်းဟာ စိတ္တာနုပဿနာလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကြိုက်မကြိုက်၊ ကောင်းမကောင်း၊ စတဲ့ ခံစားခြင်းကို မှတ်သားခြင်းဟာ ဝေဒနာနုပဿနာလို့ခေါ်ပါတယ်။ တရားဓမ္မများအဖန်ဖန် အောက်မေ့ခြင်း၊ သိမှတ်ခြင်း ဆင်ခြင်ခြင်းနှင့် သတိမူခြင်းများကို ဓမ္မာနုပဿနာလို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီ ကာယ၊စိတ္တ၊ဝေဒနာနှင့် ဓမ္မာနုပဿနာဆိုတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး၌ အဆင်သင့်သလို ကြုံကြိုက်သလို သတိအမှတ် ပြုနေခြင်းဟာ သတိဝိပဿနာဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း လေးပါးပင်မည်ပါတယ်။ ဤနည်းအတိုင်း သွန်သင်ဆုံးမနေတဲ့ ရန်ကုန်မဟာစည်၊ စွန်းလွန်း၊ မင်းကုန်း၊ ကမာရွတ်၊ မိုးကုတ် စတဲ့ရိပ်သာနှင့် အခြားသောရိပ်သာများ မြန်မာပြည်မှာ အများအပြားရှိကြပါပြီ။ စိတ်ရောက်ကိုယ်ပါ အားထုတ်ကြခြင်းဖြင့် အထက်တန်းဉာဏ်စဉ်တက်၍ အောင်မြင်သော ယောဂီများလဲ မြောက်မြားစွာရှိနေကြပါပြီ။ ဤနေရာမှာ သဲလွန်စရရုံလောက်သာဟောပြောပါတယ်။ ဘုရားသခင်ကိုယ်တော်တိုင် ဟောတော်မူသော သတိပဋ္ဌာန်တရားလေးပါးကို အဓိပ္ပာယ်နှင့်တကွ ရှင်းလင်းစွာ ဟောပြော ရေးသားသော ပညာရှင်ဆရာတော်များနှင့် စာအုပ်စာတမ်း များကိုလဲ

နာကြားဖတ်ရှု၍ လိုရင်းအချက်ကို မှတ်သား ကျင့်သုံးကြပါ
လို့ သတိပေးလိုပါတယ်။

တဖန်အတိုချုပ်အားဖြင့် မှာကြားချင်တာကတော့ ဖတ်
ရှုကြားနာ၍ ရသော စိန္တာမယ ဉာဏ်ပညာလောက်နဲ့ အားရ
တင်းတိမ်၍မနေကြဘဲ သတိသမာဓိဖြင့် ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ အား
ထုတ်၍ရသော ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ သိမြင်ရသော ဝိပဿနာဉာဏ်ကို
သာလျှင် အိုနာသေဘေး ကင်းလွတ်နိုင်သော မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်
ဉာဏ်ဖြစ်၍ အားကိုးအားထား ပြုကြပါလေဟူ၍ သတိပေးပါ
တယ်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သဗ္ဗေသင်္ခါရာ အနိစ္စာစသော
လက္ခဏာရေးသုံးပါးကို ပညာယပဿတိ- ဝိပဿနာပညာဖြင့်
ထင်မြင်မှသာလျှင်၊ **သေ မဂ္ဂေါဝိသုဒ္ဓိယာ** သံသာရဘေးမှ ကျွတ်
လွတ်ရန် စင်ကြယ်သော မဂ်လမ်းဟု ဟောထားတော်မူပါတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာကမ္မဋ္ဌာန်းတရားနှင့် ပတ်သက်ပြီး ရှေးဦးစွာ
လိုအပ်သော အကြောင်းအချက်များ အကြမ်းအားဖြင့် သိသင့်
သိအပ်သမျှ ပေါ်လွင်ပြီး ဖြစ်ပြီဟု ယုံကြည်ပါတယ်။ သို့စေ
ကာမူ ဗုဒ္ဓဘာသာ တရားတော်မှ အဆီအနှစ်ဖြစ်၍ အလွန်
သိအပ်သော တရားအချို့ကို မတင်ပြပါက ကျွန်တော်၏ ဟောပြ
ချက်များသည် လုံလောက်မည် မဟုတ်သောကြောင့် ကျွန်တော်
တတ်သိနားလည်သလောက်ကို တင်ပြပါဦးမည်။

အဘယ်မည်သော အကြောင်းခံ၍ သတ္တဝါများ ဆင်းရဲ
ကြသည်၊ အဘယ်နည်းဖြင့် ထိုဆင်းရဲခြင်းမှ လွတ်မြောက်နိုင်
မည်ဟူသော ပြဿနာသည် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အရေးအကြီးဆုံး ကြံစည်

စိတ်ကူးခဲ့သည့်ပြဿနာဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ဤပြဿနာကိုဖြေရှင်းရန် အတွက် (၀၇) အိုနာသေခြင်း စသော ဘေးဒုက္ခမှ လွတ်မြောက် ရေးအတွက် နည်းမှန်လမ်းမှန်ကို ရှာဖွေလိုသောစိတ်ဗွဲ့ဖြင့် ရွှေနန်း တော်၏ စည်းစိမ် ချမ်းသာများနှင့်တကွ ချစ်လှစွာသော သား မယားနှင့် ဖခမည်းတော်ကြီးတို့ကိုစွန့်ခွာခဲ့၍ နုနယ်ငယ်ရွယ်သော သက်တော် (၂၉)နှစ် အရွယ်တွင် လောကီစည်းစိမ် ခံစားမှုဟူ သမျှသည် အသုံးမကျ၊ မမြဲ ဆင်းရဲ အလိုမကျ အစိုးမရသော သဘောတရားသာဖြစ်သည်ဟု ထင်မြင်ပြီးလျှင် အိမ်ယာမရှိသော တောကြီးမျက်မဲသို့ ထွက်ခွာသွားခဲ့ပါတယ်။

တောတွင်း လျှောက်သွားရင်းပင် ဂျိန်းနှင့် ဟိန္ဒူယောဂီ များနှင့်တွေ့ဆုံ၍ ၎င်းတို့၏ကျင့်စဉ်အတိုင်း အစာငတ်ခံ၍၎င်း၊ အ သက်ရှူ ထိန်း၍၎င်း၊ မီးပူခံ၍၎င်း၊ ပြင်းထန်စွာ အားထုတ်ခဲ့ပေ သည်။ သို့သော်လည်း ထိုနည်းစနစ်အတိုင်း အားထုတ်ရခြင်းဖြင့် လိုအပ်သောပညာအလင်းကိုရနိုင်မည်မဟုတ်ကြောင်း ထင်မြင်ယူ ဆသည့်အပြင် အလွန်မသင့်မြတ် အကျိုးယုတ်ဘွယ် အကြောင်း ဆိုးနှစ်မျိုးဖြစ်ကြောင်း မြင်တော်မူပါတယ်။ ထို ၂ မျိုးကတော့ (၁) ကာမသုခလ္လိကာ နုယောဂေါ- ကာမဂုဏ် ခံစားလိုခြင်း၊ (၂) အတ္တကိလမထာနုယောဂေါ-ခန္ဓာကိုယ်ကို နှိပ်စက်ညှဉ်းပမ်း ခြင်းသည် ကြီးမားသော ဆူးငြောင့်ပမာ ယုတ်ညံ့ အဘိုးမတန် အကျိုးမဲ့ အကျင့်များသာဖြစ်၍ လိုရာမရောက်နိုင်။ ပြဟ္မာလော ကကို ရနိုင်သောပညာဉာဏ်တမျိုးကိုသာ ရပါသော်လည်း မမြဲ ဆင်းရဲ အိုနာသေခြင်းမကင်းဟု ရှုတ်ချတော်မူပြီး၊ အခြားသော နေရာကောင်းကို ရှာရင်းဖြင့် အိန္ဒိယပြည် ဂယာနယ်၊ နေရဉ္စရာ မြစ်ကမ်းရှိ ဥရုဝေလ တောအုပ်အတွင်း ဗောဓိပင်တပင်အောက်၌

ခိုင်မြဲတည်တန့်သော စိတ်ဓာတ်ဖြင့် တဦးတည်း လွတ်လပ်စွာ တရားအားထုတ်၍ နေတော်မူပါတယ်။

လိုအပ်သော တရားမှန်ကို မတွေ့မချင်း အသားကြေကြေ အရေခန်းခန်း ဤနေရာမှ ခွဲခွာထသွားမည်မဟုတ်ဟု သန္နိဋ္ဌာန်ပြု လိုက်ပါတယ်။ ထို့ကြောင့်လဲ အောင်မြင်တော်မူခဲ့ပါတယ်။

တကမ္ဘာလုံးအတွက် ကံကောင်းထောက်မသကဲ့သို့ ဘုရား လောင်းဟာ လောကီနယ်တွင် ချမ်းသာစေရုံသာမက၊ ဇာတိဇရာ ဗျာဓိမရဏ သောက ပရိဒေဝ စသော မီး (၁၁)တန်မှ လွတ် မြောက်သော လောကုတ္တရာချမ်းသာရေး အတွက်လည်း ပညာ အလင်းနှင့် ပြည့်စုံ၍ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓအဖြစ်သို့ ရောက်တော် မူခဲ့ပါ တယ်။

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ မေတ္တာတရားနှင့် ပညာအလင်းသည် သူ့ အတွက် သက်သက်မဟုတ်ဘဲ ကမ္ဘာတဝှန်းလုံးအတွက် ငြိမ်းချမ်း သာယာရေးပင်ဖြစ်ပါတယ်။

ထိုအချိန်အခါမှာ မင်း စိုး ရာ ဇာ များ သည် လောဘ- ဒေါသ-ဟိံ သ-စသော အကုသိုလ်တရားများ ဖုံးလွှမ်းနေ၍ တဦး ကိုတဦးသတ်ဖြတ်ခြင်းဖြင့် သေကြေ ပျက်စီးကုန်ပါတယ်။ သူ့ ထက်ငါ အောင်မြင်လို့ ကျော်စောလိုသော ဆန္ဒပြင်းပြစွာဖြင့် တိရစ္ဆာန် အမျိုးမျိုးသာမက လူကိုပင်သတ်၍ ယဇ်ပူဇော်ကြ သော ဓလေ့ဆိုးမျိုး ရှိခဲ့ကြပါတယ်။

ထိုအကျင့်ဆိုး ဓလေ့ဆိုးများကို သူတို့၏ ပုရောဟိတ် ပုဏ္ဏားဆရာကြီးများ၏ သွေးဆောင် ဖျားယောင်း တိုက်တွန်း ချက်အတိုင်း ပြုကျင့်ခဲ့ကြခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ထို့ကြောင့် အိန္ဒိယတွင် သာမက၊ ကမ္ဘာတဝှန်းလုံး၏ ငြိမ်းချမ်းမှု ယဉ်ကျေးမှုအတွက် ဗုဒ္ဓ၏ မေတ္တာတရားနှင့်အမှန်ကို သိမြင်သောပညာအစွမ်းသည် ကမ္ဘာငြိမ်းချမ်းမှု တည်ထောင်ရာ ၌၎င်း၊ အိုနာသေဘေးမှ လွတ်မြောက်နိုင်ရေးအတွက် ၎င်း စွမ်း ဆောင်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။ သူ၏မေတ္တာတရားနဲ့ ပညာ၊ ဒီနှစ်ခုကို ကျင့် ဆောင်ကြလျှင် စစ်တိုက်ခြင်း စသော ဘေးရန်များ ကင်း ပျောက်၍ ကမ္ဘာကြီးငြိမ်းချမ်း နိုင်ကြောင်းကို မဟတ္တမဂန္ဓီနှင့် နေရှူး စတဲ့ ပညာရှင်ကြီးများက ဆုံးဖြတ် ဟောပြောခဲ့ကြပါ တယ်။ ထိုမျှန်မြတ်လှသော ဗုဒ္ဓတရားကို ကြည်ညိုစွာ လိုက်နာ ကျင့်ကြံခြင်းကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ် ၂ ဦးစလုံး ကမ္ဘာကျော်ပညာ ရှိဟူ၍ မှတ်တမ်းတင် ခံခဲ့ရပါတယ်ဟုဆိုလျှင် လုံမည်မဟုတ်ပါ။

ယနေ့ဤတွင် နိဂုံးချုပ်ကြပါစို့။ ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်းတို့ ခင်ဗျား။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အရေးကြီးပုံကို အတော်အသင့် ရှင်း လင်းပြီဖြစ်၍ ထိုကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အစွမ်းဖြင့် အသိမှန်အမြင်မှန် ရကြပြီးလျှင် ချမ်းသာစစ်ချမ်းသာမှန် နိဗ္ဗာန်ကို အလျင်အမြန် ရယူနိုင်ကြပါစေ သတည်း။

အခန်း (၂)

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ မနှိုင်းယှဉ်အပ်သော ထိုးထွင်းဉာဏ်

ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရားသည် မည်သူမျှ မစွမ်းဆောင်နိုင်ခဲ့သော၊ လူတို့ဆင်းရဲရာ ဆင်းရဲကြောင်း၏ မူလ အကြောင်းရင်းကို ပြသည့် အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်ပေါ်ပုံ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်ကို၎င်း၊ သစ္စာလေးပါးကို၎င်း ကြံစည်ထုတ်ဖော်ခဲ့၏။ အိုနာ သေခြင်း စသော ဒုက္ခခပင်းမှ ကျွတ်လွတ်ရာ ကျွတ်လွတ်ကြောင်း ချမ်းသာရာ ချမ်းသာကြောင်း ဖြစ်သော မဂ္ဂင် ရှစ်ပါးလမ်းစဉ် ဆန်းကြယ်စွာ စီစဉ် ထားရှိ ခဲ့သည်မှာ လည်းကမ္ဘာပေါ်တွင် မနှိုင်းယှဉ်အပ် အံ့ဩဘွယ် ဖြစ်ကြောင်း ပညာရှင်များ ဝန်ခံ ကြပေသည်။ မဂ္ဂင် ရှစ်ရပ် အကျင့်မြတ်သည် ချမ်းသာမှုကို လိုလားသူ ဒုက္ခစက်ကွင်းမှ ကျွတ်လိုသူအဘို့ အားရှိဘွယ် တရားတော်များ ဖြစ်ပါပေ၏။ ဤမဂ္ဂင်ရှစ်တန် အကျင့် မှန်ကို ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် ဘဝပေါင်းများစွာက တောင့်တ ရှာဖွေခဲ့ရာ၊ နောက်ဆုံး သိဒ္ဓတ္ထဘဝကျမှ အောင်မြင်ခဲ့သည်။ သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို၎င်း၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အကြောင်းအကျိုး တရားတော်များကို၎င်း ဖေါက်ထွင်း၍ ထင်မြင်လာခြင်း၊ ပညာအလင်းရခြင်းဖြင့် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူ၍ ဝမ်းသာအားရ ဥဒါန်းကျူးရင့်တော် မူသည်မှာ—

“အနေက ဇာတိသံသာရုံ၊
သန္တာဝိဿံ အနိဗ္ဗိသံ။
ဂဟကာရံ ဂဝေသန္တော၊
ဒုက္ခာ ဇာတိ ပုနပုနံ။
ဂဟကာရက ဒိဋ္ဌောသိ၊
ပုန ဂေဟံ န ကာဟသိ”

စသဖြင့် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ဥဒါန်းကျူးတော်မူ၏။

အဓိပ္ပာယ်မှာ— ရှည်လျားလှစွာ သံသရာ လည်ခဲ့ရာတွင် တဏှာအိမ် ဆောက်လုပ်သော လက်သမားကို ရှာဖွေခဲ့ပါသော် လည်း မတွေ့ခဲ့ပါ။ ဇာတိဒုက္ခသာ အဖန်ဖန်တွေ့ခဲ့ရသည်။ ယခုမှ ထိုတဏှာအိမ် ဆောက်လုပ်သူ လက်သမားကို တွေ့ရသည့်အပြင် တိုင်၊ ထုပ်၊ လျှောက်၊ ယက်မ စသော ကိရိယာတန်ဆာဝတ္ထုပစ္စည်း အားလုံးကို ဖျက်ဆီးပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ဤအခါ၌ ထိုတဏှာ- ဥပါဒါန်စွဲလမ်းမှုများ ငါ၌မရှိတော့ပြီ။ ထို့ကြောင့် သင်လက် သမားသည် တဏှာအိမ်ကိုလည်း မဆောက်လုပ် နိုင်တော့ပြီ။ ဤသည်ကား ငါ၏နောက်ဆုံး မွေးဖွားခြင်းတည်း။ အိုနာသေ ခြင်းစသော ဝဋ်ဆင်းရဲများမှ လုံးဝကျွတ်လွတ်ပြီးဖြစ်ပြီ။

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိပြီးနောက် မြတ်ဗုဒ္ဓသည် လေးဆယ် ကိုးရက်ပတ်လုံး ဗောဓိပင်၏ အနီးအနား၌ ရှင်လန်း စွာနေတော်မူ၍ အလွန်ခက်ခဲစွာ ရလာသော ဤတရားစစ်ကို အများသတ္တဝါအား ကယ်ဆယ်ရေးအတွက် ဟောပြောရန် သင့် မသင့်ကိုဆင်ခြင်တော်မူခဲ့သည်။ လူသတ္တဝါတို့သည် သံသရာတွင် ပျော်ရွှင်မှု၌ အလွန်နစ်နာမှုရှိနေလေသည်။ လူတို့သည် ဤနက်နဲ

ခက်ခဲသော တရားဓမ္မကို နားလည်ရန် ခဲယဉ်းလိမ့်မည် စသဖြင့် စဉ်းစားဆင်ခြင်တော် မူလေသည်။ ဤတွင် သဟမ္ပတိ မြဟွာကြီး ကိုယ်တိုင် ဘုရားထံဆည်းကပ်လာသဖြင့် “မြတ်စွာဘုရား....ကယ် တင်ရာ ကယ်တင်ကြောင်းဖြစ်သော တရားတော်မြတ်ကို ဟော တော်မူပါ” ဟူ၍ အတန်တန်တောင်းပန်သောကြောင့် တကမ္ဘာ လုံး သတ္တဝါများ ကယ်တင်ရေးအတွက် ရှာဖွေခဲ့ရသော တရား ဓမ္မကို ဟောပြောတော်မူရန် ဆုံးဖြတ်တော်မူလေသည်။ ပထမ ဦးစွာ မည်သူ့ကိုဟောရပါမည်နည်းဟု စဉ်းစားသောအခါ ရှေး ရှေးက ဤတရားတော်ကိုအောင်မြင်လိမ့်မည်ဟု မထင်ဘဲ အခြား သို့ ခဲ့ခွာသွားခဲ့သော ပဉ္စဝဂ္ဂါးဦးတို့အား ဟောတော်မူရန် သင့် တော်မည်ကို သိ၍ မေတ္တာ စေတနာဖြင့် ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ နေထိုင်ရာ ဣသိပတနခေါ် မိဂဒါဝုန်တောသို့ ကြွတော်မူလေသည်။

တရားနာမိတ်ဆွေ အပေါင်းတို့ ခင်ဗျား။ ကျွန်ုပ်တို့လိုရင်း အချက်ကိုစကြပါစို့။ အထူးဖော်ပြရန် မလိုသော အကြောင်း တခုမှာ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ လူတရာလျှင်တရာနှုန်းလောက် နီးနီးသည် ဆင်းရဲခြင်းမှလွတ်မြောက်ကာ ပျော်ရွှင် ချမ်းသာမှုကို လိုလား တောင့်တ၍ နည်းမျိုးစုံဖြင့် အားဆုတ်ကြသည်။ သို့စေကာမူ များ သောအားဖြင့် အလိုအတိုင်း မပြည့်ကြသည့်အပြင် စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲ ဒုက္ခအမျိုးမျိုးနှင့် တွေ့ကြလေသည်။ အကြောင်းမူ ကား သူ့ကိုသည် လက္ခဏာရေးသုံးပါး စသော သဘာဝမှန်ကို မသိ၊ ဒုက္ခကိုဒုက္ခမှန်းမသိ၊ ဒုက္ခ ဖြစ်ပွားစေသော အကြောင်းရင်း ကိုလည်းမသိ၊ လမ်းမှန် လမ်းမှားကိုလည်း ခွဲခြား၍ မသိဘဲ ခရီး သွားနေသောကြောင့် အဆုံး၌ မောပန်းကာ ဂျောက်ကျရလေ တော့သည်။

အသစ်အဆန်းကို ခံစားသော တဏှာလောဘနောက်သို့ သာလျှင် အစဉ်သဖြင့် ပြေးလွှားနေကြရလေသည်။ သူတို့ သိသင့် သိအပ်သည်မှာ— လောဘတဏှာဖြင့် အာရုံခံစားမှု နောက်သို့ လိုက်၍ ဝန်ကြီးချုပ်မှ ဘုရင် ဥက္ကဋ္ဌ သမတမင်းအထိ မည်သူမျှ ရှိသမျှနှင့်အားရသည် ကျေနပ်သည် တင်းတိမ်သည် ဟူ၍ မရှိခဲ့။ သို့စေကာမူ ငါ့ဘဝမှာ ချမ်းသာပါသည်ဟုပြောလျှင် ပြောသူ သည် သူ၏စိတ်နောက်ဖွယ်ရာ အိပ်မက်အကြောင်း ပြောနေ သကဲ့သို့ရှိပေလိမ့်မည်။ ဆားငန်ရေကိုသောက်သကဲ့သို့ပင် တဏှာ ဟူသည်ကား အားရတင်းတိမ်သည် ဟူ၍မရှိ၊ လူတို့သည် လောဘ သမားချည်း ဖြစ်ကုန်ကြသည်။ ရသမျှနှင့် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ခြင်း မရှိ၊ အသစ်အဆန်းကိုခံစားလိုသဖြင့် အမြဲတမ်း တောင့်တလျက် သာရှိသောကြောင့် တိုး၍သာဆင်းရဲကို ခံစားရလေတော့သည်။ အမှန်စင်စစ်မှာ တဏှာအားဖြင့် အိပ်မက်မက်သလို ချမ်းသာ ယောင်ယောင်နှင့်တွေ့ကြုံရသော ချမ်းသာမျိုးသည် လုံးဝမမြဲဘဲ၊ တဏှာတွင် ကွယ်ပျောက်သွား၍ လူကို ဒုက္ခထဲတွင် ပစ်ချခဲ့လေ သည်။

လူအများသည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာလို၍ ကျမ်း စာအုပ်ထဲရှိ တရားစကားတော်များကို စကားလုံး သက်သက်၊ ပါးစပ်ဖျားဖြင့် ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈယ်ကြသည်။ ကျမ်းစာအုပ်များ ဖတ်ကြသည်။ ရှည်လျားစွာဘုရားကန်တော့ကြသည်။ ထိုမှတပါး နတ်များကို ပူဇော်ပသခြင်းပြုကြပြီးလျှင် အဆမတန်ဆုတောင်း ပတ္တနာပြုကြသည်။ ဤကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရပါလို့ ၏ဟူ၍လည်း ပါးစပ်ဖျားဖြင့် တောင်းကြလေသည်။ ဤသို့ဖြင့်

ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ကြသည်။ သို့စေကာမူ ဖြူစင်သော စိတ်ဓာတ်မရှိသောကြောင့် ဆင်းရဲမှလွတ်ကင်းသည်ဟူ၍ မရှိကြချေ။ ထို့ကြောင့် ဓမ္မပဒ၌ ဟောပြော ဆုံးမ တော်မူခဲ့သည်မှာ—

“သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊
ကုသလဿုပသမ္ပဒါ၊
သစိတ္တ ပရိယောဒါပနံ၊
တေ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ”

အဓိပ္ပာယ်ကား— အလုံးစုံသောမကောင်းမှု ဒုစရိုက်များကိုရှောင်ကြဉ်၍၊ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ပြုကာ၊ မိမိစိတ်နှလုံးကို စင်ကြယ်ပါစေ။

မိမိကိုယ်တိုင် ချမ်းသာရေးအတွက်မိမိတာဝန်သာဖြစ်ပေသည်။ မိမိရောင့်ရဲတင်းတိမ်မှု၊ သည်းခံမှုများနှင့် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ ကောင်းမြတ်မှုသာ လိုပေသည်။

ဆင်းရဲချမ်းသာ ဟူသည်ကား မိမိ၏ ကောင်းသော၊ မကောင်းသော လုပ်မှုကိုင်မှုပေါ်မှာ တည်လျက်ရှိသည်။ အမှန်အားဖြင့် မိမိ၏ချမ်းသာခြင်း ဆင်းရဲခြင်းသည် မည်သူ၏ စောင့်မခြင်း၊ သို့မဟုတ် ကျိန်ဆဲခြင်းကြောင့် မဟုတ်ပေ။ မည်သူ့ကိုမျှ အပြစ်တင်စရာ (၀၂) ချီးကျူးစရာ မဟုတ်ပေ။ အချို့သည် သားမယား၊ သို့မဟုတ် လုပ်ဘော်ကိုင်ဘက်ကိုပင် အပြစ်ပြောသော အလေ့ရှိကြသည်။ ဤကား သူတို့၏လုံ့လများသော အလေ့ဖြစ်သည်ဟု ထင်ပါသည်။ စင်စစ်သူတို့၏အလုပ်အကိုင် အပြောအဆိုပေါ်မှာ ဆင်းရဲချမ်းသာမှုတည်နေသည်ကို သတိမမူကြကုန်။

“ယာဒိသံ ဝပ္ပတေ ဗီဇံ၊
တာဒိသံ ဟရတေ ဖလံ”

မိမိစိုက်ပျိုးသောမျိုးစေ့ အတိုင်း အသီးအပွင့်ရမည်ပင် တည်း။ (ကမ္မဿကာ)ပြုလုပ်သော ကံသာလျှင် ပဓာနဖြစ်သည်။

လောကီနှင့် လောကုတ္တရာချမ်းသာမှု နှစ်ဌာန ရကြလေ အောင် ပဓာနအားဖြင့် ဟောတော်မူသည်မှာ အရာရာတိုင်း၌ အောင်မြင်ချမ်းသာလိုလျှင် အစဦးစွာ မိမိတို့၏ အကျင့်ကောင်း သီလမွန်မြတ်ပါစေ။ (ဝါ)ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံမှ သန့်ရှင်း စင်ကြယ်ပါစေ။ ငါစွဲမှု ဖျောက်ပစ်နိုင်ပါစေ။ ထို့ပြင် လိုချင် တပ်မက်မှု လောဘတဏှာ စသည့် အညစ်အကြေးများ မကပ် ရောက်ပါစေနှင့်။ အထူးအားဖြင့် ကောင်းမြတ်သော ကြံစည် ခြင်း၊ ပြုမှုခြင်း၊ ပြောဆိုခြင်းများ ပေါ်၌ သတိသမ္ပဇာန်ရှိပါစေ။ သို့မှသာလျှင် လိုရာပြီးမြောက် အောင်မြင်နိုင်ပေမည်။ (သရန္တိ ဂစ္ဆန္တိ နိဗ္ဗာနံ ယာယာတိသတိ) အထက်၌ ဖော်ပြခဲ့သည့် အ တိုင်း သတိဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားမထုတ်ဘဲ ဝဋ်ကို တောင့်တကာ လှူဒါန်းခြင်းဖြင့်၎င်း၊ ဆုတောင်းခြင်း ဖြင့်၎င်း နိဗ္ဗာန်တဘက်ကမ်းသို့ မရောက်နိုင်ပါ။

အထမြောက် အောင်မြင် ကောင်းစားရေးအဖို့ “ဗြဟ္မ ဝိဟာရ” ခေါ် တရားတမျိုး ဟောတော်မူသည်မှာ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာများပင် ဖြစ်ပေသည်။ အဓိပ္ပာယ်မှာ—

၁။ သတ္တဝါတိုင်း ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ် ဖြစ်ပါစေ ဟူ သော မေတ္တာ စေတနာ။

- ၂။ ဆင်းရဲနေသော သတ္တဝါများ အမြန်ချမ်းသာ ကြပါစေဟူသော ကရုဏာ၊
- ၃။ သူတထူး ချမ်းသာနေသည်ကို မြင် လျှင် ဝမ်းမြောက်ခြင်း မုဒိတာ၊
- ၄။ ဆင်းရဲချမ်းသာ လို့ နှစ် ဖြာ အ ကြား၌ စိတ် ကို သောကကင်းအောင်ထားကာ လျစ်လျူရှု သည်းခံခြင်း-ဥပက္ခာ၊

များသည် ဗြဟ္မစိုရ်တရားဖြစ်၍ ဘေးကင်းရန်ကင်း ဖြစ်ပြီးလျှင် ချမ်းသာရေးအဘို့ အကောင်းဆုံး ဆေးလက်ဖွဲ့ပမာ အားကိုးရသော လက်နက်တမျိုး ဖြစ်ပါသဖြင့် ဂရုတစိုက် ကျင့်ဆောင် ထိုက်ပေသည်။ ဤမေတ္တာစသော ဗြဟ္မစိုရ်တရားသည် ခိုက်ရန် ဒေါသများကို ကာကွယ်တတ်၍ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး၌၎င်း၊ ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ထောင်ရေး၌၎င်း ဆေးစွမ်း ကောင်းသဖွယ် အရေးကြီးပေသည်။ အများသတ္တဝါပေါ်မှာ မေတ္တာကရုဏာ မထား၊ ချမ်းသာအောင်လည်း မပြုတတ်သူသည် ဘေးရန်မကင်း သဖြင့် ချမ်းသာပျော်ရွှင်မှုနှင့် မတွေ့တတ်ချေ။ ဤမေတ္တာ တရားတော်သည် စောင်းမြောင်း ဝန်တိုခြင်းများ ချောမွတ်စေ ပြီး မသင့်မမြတ်ခြင်း၊ သဘောကွဲလွဲခြင်း စသော ပဋိပက္ခများကို ဖြောင့်တန်းစေသဖြင့် လူလူချင်း မိတ်သဟာယ ဖြစ်လာစေ သည်။ မိမိချမ်းသာလိုလျှင် တဘက်သားကိုလည်း ချမ်းသာ အောင်ပြုလုပ်ပါဟု ဟောတော်မူသည်။

ကိုယ်စောင့် နတ်များကလည်း စောင့်ရှောက်တတ်၏။ ဤမေတ္တာ စသော ဗြဟ္မစိုရ်တရား ဆည်းကပ်သူသည် ၎င်း၏ တရားတော် အစွမ်းဖြင့် လောကီနယ်မှာ ဖွံ့ဖြိုး ရှင်လန်း သဖြင့်

လောကုတ္တရာ မဂ်ဖိုလ်တရား အားထုတ်ရေး၌လည်း ဘေးရန် ကင်းစွာ အောင်မြင်တတ်ပါသည်။ ၎င်းမေတ္တာတရား၏ အစွမ်း ဖြင့် မြေဆိပ်နှင့် သေနတ်ကျည်ဆန် များကိုပင် ကာကွယ်ချေ သည်။

လူတို့၏ ဒုက္ခဘေးမှ လွတ်မြောက်ခြင်းနှင့် ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲခြင်းသည် လူတို့၏ တာဝန် ဖြစ်ပါသည်။ လူတို့၏ အာရုံ စိတ်၏စွမ်းရည်သည် အလွန်ပြင်းထန်၍ အကျင့်ကောင်း သီလများ ပျက်စီးပြီး ဒုစရိုက်ဘက်သို့ ဆွဲငင်တတ်သည်။ လူက လည်း ၎င်းစိတ်ကို နိုင်အောင် မထိန်းသိမ်းနိုင်ဘဲ စိတ်ဆွဲရာသို့ ကောက်ကောက် ပါကြလေသည်။ မိမိစိတ်ကို နိုင်နင်းစွာ မထိန်း သိမ်းနိုင်ဘဲ လျော့စားပေးပြီးလျှင် မိမိပိုင်သောစိတ်၏ ကျွန် သပေါက် ဖြစ်ကုန်ကြလေသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့၏ စိတ်သည် သူတို့ကို စိုးမိုးကြသဖြင့် သူတို့ကို မြှင့်တင်ရမည့်အစား ချောက် ထွန်းလေသည်။ လူတို့၏စိတ်သည် လူတို့၏ဆင်းရဲ ချမ်းသာများ သို့လျှောင်ထားသော စတုအိမ်ပမာ ဖြစ်စေကာမူ မချုပ်တည်း နိုင်သောကြောင့် မိတ်သဟာယမဖြစ်စေဘဲ ရန်သူကြီးပမာ ဖြစ်၍ ချမ်းသာမှုကို ပိတ်ပင်ပြီးလျှင် အောက်တန်းသို့ ဆွဲချလေသည်။ ချုပ်တည်းသောစိတ်သည် အဓိက သားသမီးများကို စောင့် ရှောက်သကဲ့သို့ ဘေးကင်းအောင် စောင့်ရှောက်ပါသည်။ ထို့ ကြောင့် မိမိစိတ်ကို မှန်မြတ် တည်ကြည် စေအောင်(၀၁) အသိ မှန်အမြင်မှန်ရလေအောင် ဝိပဿနာ ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း တရား အားထုတ်ရပေမည်ဟု ဟောတော်မူပါသည်။

မိမိစိတ်သည် မိမိသာ ပိုင်သည် မိမိကိုယ်တိုင် ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာ အားထုတ်သောအခါ(၀၁) ပိန်-ဖေါင်းကို ရှူလျှင်

ရှုသော နေရာမှာ၎င်း၊ သို့မဟုတ် ရှုရှိုက်ခြင်းကို မှတ်ရုံချိန် တွင် နှာသီးဖျားမှာ စိတ်ကိုတည်မြဲစွာနေရန် တစ တစ အကျင့် လုပ်ပေးရမည်။ ဤကဲ့သို့ အကျင့်လုပ်လျှင် စိတ်ကို ချုပ်တည်း ရန်ခဲယဉ်းလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။ ဤကဲ့သို့ လုပ်စေရုံလျှင် စိတ်သည် တစတစ မိမိအလိုအတိုင်း တည်ကြည်ငြိမ်သက်၍ လာလိမ့်မည်။ ထိုအခါ ဒေါသ အလျောက် ပြုမူတတ်သော မသင့်လျော်မှုများ မပြုတော့ပါ။ ဤသို့အားဖြင့် စိတ်ကို ချုပ်တည်းရေး အတွက် မြတ်စွာဘုရား သွန်သင်ဆုံးမထားသည့် အတိုင်း အတိုချုပ်အား ဖြင့် တင်ပြပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းအတိုင်း ကျင့်ကြံ အားထုတ်၍ စမ်းသပ်ရန်သာ လိုပေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ ကျွတ်လွတ်ရာကျွတ် လွတ်ကြောင်း ဖြစ်သော တရားဓမ္မ မြောက်မြားစွာ တို့အနက် အားရှိဘွယ် အနှစ်သာရဖြစ်သော တရားတော်များကို လွယ်ကူ စွာ နှစ်လုံးသွင်းနိုင်ကြအောင် မြတ်ဗုဒ္ဓသည် မည်မျှလောက် ညင်သာစွာ ညွှန်ကြားတော်မူသည်ကို အောက်တွင် ဖော်ပြပါ ဦးမည်။

- (၁) လက္ခဏာရေးသုံးပါး
- (၂) သစ္စာလေးပါး
- (၃) ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်
- (၄) ခန္ဓာငါးပါး
- (၅) မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး—သီလ-သမာဓိနှင့် ပညာများပါဝင်သော မဂ်လမ်း ရှစ်သွယ်

ဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓတရားတော်မှ အဆီအနှစ်များ ဖြစ်ပေသောကြောင့်

၎င်းတရားတော်များကို တတ်သိနားလည် ထိုက်သော အချက်များဖြစ်ပါသည်။ လွယ်ကူစွာ နားလည်သောနည်းဖြင့် အတိုချုပ်၍ တင်ပြပါဦးမည်။

(၁) အနိစ္စ=မမြဲခြင်း

(၂) ဒုက္ခ=ဆင်းရဲခြင်း

(၃) အနတ္တ=အလိုမရောက် အစိုးမရခြင်း

ဤလက္ခဏာရေး သုံးပါးသည် သာမည တရားမဟုတ်၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရရေး၌ နံပါတ် (၁) အရေးကြီးပေသည်။ များသောအားဖြင့် လူတို့သည် ၎င်းလက္ခဏာရေးသုံးပါးကိုသဘောအဓိပ္ပာယ် နှလုံးမသွင်းဘဲ စကားလုံး သက်သက်နှင့် ကြေနပ်နေကြသည်။ အနိစ္စမမြဲမှု ဆိုသည်မှာ သတ္တဝါတိုင်းသေကြေပျက်စီးရမည်။ ဖြစ်လျှင်ပျက်ရမည်ဟု ဆိုရုံသိရုံနှင့် အရာရောက်မည် မဟုတ်ပါ။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုလျှင် ၎င်းအသိမျိုးသည် ပြီးပြီးပျောက်ပျောက်ဖြစ်ပါသည်။ သတိပဋ္ဌာန်နည်းအတိုင်း ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ခြင်းဖြင့် (၀၂) ကိုယ်အမှုအရာ စိတ်အမှုအရာ စသည်ဖြင့် ပြောင်းလဲလှုပ်ရှားတိုင်း သတိအမှတ်ဖြင့် ရုပ်-နာမ် ဖြစ်ပျက်နေသည်ကို နှလုံးသွင်း၍ ကိုယ်တိုင် မုချ သိသိသာသာထင်ပေါ်လာသော် မမြဲမှု-အနိစ္စ သဘော ထင်မြင် လာခြင်းသည် ဟုတ်မှန်သော အနိစ္စဉာဏ်သဘောမှန် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအသိမျိုးသာလျှင် အသိမှန်ဖြစ်၍ ဝိပဿနာဉာဏ် (ပညာယပဿတိ) အစစ်ဟု ခေါ်ပါသည်။ ဤမမြဲမှု အနိစ္စသဘောကို ဟုတ်မှန်စွာထင်မြင်ခဲ့ပါမူ ဒုက္ခ သဘော ကို အလိုလိုပေါ်လွင်လာတတ်၏။ အကြောင်းမူကား အစဉ်သဖြင့် ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံးနေသော ရုပ်

နာမ် သဘောကို ချမ်းသာသည်ဟူ၍ မယူဆနိုင်ချေ။ ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခပါကလားဟူ၍သာ ထင်မြင်လာပေလိမ့်မည်။ ဤမမြဲမှုဆင်းရဲမှုကို ရပ်ဆိုင်းပါစေဟူ၍ မတားမြစ်နိုင်၊ အစိုးလည်း မရသောကြောင့် အတ္တကိုယ်မဟုတ်၊ အနတ္တသက်သက်ပါကလား၊ ဤမမြဲဆင်းရဲ အလိုမလိုက်သော သဘောသက်သက်ကို ငါ့ငါ့ဟူ၍ စွဲလမ်း တပ်မက် တွယ်တာစရာ လုံးဝမရှိပါကလား စသည်ဖြင့် သဘာဝမှန်အတိုင်း သိမြင်ခြင်းကို သမ္မာဒိဋ္ဌိ(ဝါ)ဒိဋ္ဌိစင်သည်ဟု ခေါ်ပါသည်။ ဤသဘာဝဓမ္မကို အမှန်အတိုင်းသိမြင်ခြင်းသည် ဒုက္ခပွားများစေသော တဏှာ သမုဒယ စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန် ချုပ်စစ်ရေးအတွက် အလွန် အရေးကြီးပါသည်။ သို့မဟုတ် ခံစားစံစားမှုအပေါ်၌၎င်း ငါ့ဟာစသော အရာဝတ္ထုပေါ်၌၎င်း ခင်မင်တွယ်တာသော သံယောဇဉ် မဖြတ်နိုင်ချေ။ ၎င်းအရာဝတ္ထုပေါ်၌ မမြဲ ဆင်းရဲ အလိုမရောက် အစိုးမရသော အပြစ်အနာသဘော (အာဒီနဝ) မမြင်သမျှ နိဗ္ဗိန္ဒခေါ် ငြီးငွေ့စက်ဆုတ်ဘွယ်၊ ရှုံရှာဘွယ်၊ မတင့်တယ်ဘွယ် စသော အပြစ်အနာ-အာဒီနဝ သဘောမှန်ကို မတွေးမမြင်ကြသောကြောင့် ခင်မင်နှစ်သက် တွယ်တာ စွဲလမ်းမှု တဏှာဥပါဒါန် မဖြတ်ပစ်နိုင်၊ ထိုစွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ကြောင့် ဇာတိ ခေါ် ဘဝတဖန်ဖြစ်လာသည်မှစ၍ အိုနာသေဘေး စသော သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ မကျွတ်လွတ်နိုင်ကြချေ။ ဇာတိပစ္စယ ဇရာမရဏ သောကပရိဒေဝဟု ဆိုထားသည့်အတိုင်းပင်တည်း။

အနတ္တ-ငါ့ဟူသည့် အတ္တမရှိခြင်း၊ လက္ခဏာရေး သုံးပါး၌ အနတ္တ သဘော ထင်မြင်အောင် အထူးအားဖြင့် ကြိုးပန်းရပေမည်။ ဤငါ့ဟု စွဲလမ်းမှု အတ္တဒိဋ္ဌိသည် နိဗ္ဗာန်လမ်း

ပိတ်ပင်ရာ၌ ကြီးမားသော (ကန္တက)သံယောဇဉ် ဖြစ်ပါသည်။ ဒုက္ခဟူသမျှ ဤငါ့စွဲမှ အတ္တဒိဋ္ဌိမှစ၍ ဖြစ်ပွားလေတော့သည်။ မမြဲမှုအနိစ္စကို၎င်း၊ ဆင်းရဲမှုဒုက္ခကို၎င်း တားမြစ်ရန် မတတ်စွမ်းနိုင်သည့်အပြင် မိမိအလိုအတိုင်း ဘာမျှမဖြစ်၊ ဖြစ်ချင်သလို မဖြစ်ခြင်းကြောင့် အတ္တ မဟုတ်၊ ငါဟူ၍၎င်း၊ မိန်းမ ဟူ၍၎င်း၊ ယောကျ်ားဟူ၍၎င်း၊ ယူဆရန် အကြောင်းလုံးဝ မတွေ့မမြင်ပါ။ ယခုတိုင်အောင် တဦးတယောက်က ငါဟူ၍၎င်း၊ အတ္တရှိသည်ဟူ၍၎င်း၊ ထင်မြင်ယူဆလျက် ရှိပါက ၎င်းကို မေးနိုင်သည်မှာ သူ့ကိုယ်၌ပင် ရင့်ရော်လာခြင်း၊ ဆံပင်ဖြူလာခြင်း၊ သွားကျွတ်ခြင်း၊ နားထိုင်းခြင်း၊ မျက်စိမှုခြင်းများနှင့် အိုနာခြင်းများကို အဘယ့်ကြောင့် မတားမြစ်နိုင်သနည်း၊ ဤသို့မတားဆီးမစွမ်းဆောင်နိုင်ခြင်းကြောင့် သူ၏ငါ့စွဲမှ အတ္တဒိဋ္ဌိ အထင်အမြင်မှားမှု ခွာပစ်ရန် အကြောင်း ထင်ရှား၍ လာပြန်သည်။ အတ္တမဟုတ် ငါမဟုတ်ကြောင်း အနည်းငယ်လောက်ပင် မယူဆနိုင်သည့် တဏှာလောဘ၊ ကာမရာဂ မီးပူမှု(ဝါ)လုံ့မှားမှုဟူသော အယူအဆသည် သူ့ကို နှိပ်စက် ညှဉ်းပမ်း လိမ့်မည်။ ငါဟူသော သက္ကာယဒိဋ္ဌိသည် ချမ်းသာလမ်းကို ပိတ်ပင်နေသည်မှာ အထင်အရှားပင်ဖြစ်ကြောင်း သတိမူထိုက်ပေသည်။ မြတ်ဗုဒ္ဓကိုယ်တိုင်ပင်၎င်း အနုတ္တသဘောကို မမြင်နိုင်၍ (၆)နှစ်ပတ်လုံး ဆင်းရဲစွာ အားထုတ်ခဲ့ရပါသည်။ ချမ်းသာမှုကို အလိုရှိလျှင် ငါငါဟူသော အထင်မှား အယူမှား(အတ္တဒိဋ္ဌိ)ကို ခွာပစ်အောင်ကြိုးပမ်းရပေမည်။ ပိဋကတ်သုံးပုံ၌ ရည်ရွယ်ချက်သည် အတ္တဒိဋ္ဌိခွာ၍ အနုတ္တသဘောကို ထင်မြင်စေခြင်းငှာ ဖြစ်ပေသည်။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ လမ်းကြီးကို ပိတ်ဆို့နေသော သံယောဇဉ်ထဲမှာ

ဤအတ္တဒိဋ္ဌိကြီးသည် အကြီးဆုံး အဆီးအတား အနှောက်
အယှက်ဖြစ်နေသည်ကို သတိမူသင့်လှပေသည်။

ယခုကျွန်ုပ်တို့မှာ ဒုက္ခမှန်ကို သိမြင်၍၎င်း၊ ဒုက္ခဖြစ်ပွား
စေသော အကြောင်းရင်းနှင့်တကွ ငြိမ်းချမ်းရေးလမ်းကြောင်း
ကို သိမြင်ရန် လိုနေသောကြောင့် သစ္စာလေးပါးခေါ် အမှန်
တရားလေးပါးကို ပွင့်လင်းစွာ ဖော်ပြရန် လိုအပ်ပေသည်။

အသက်တရာပင် ရှည်စေကာမူ ဤအမှန်တရား လေးပါး
ကို မ သိလျှင် အ သက် ရှည် ကျိုး မ နပ် ပါ။ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်လဲ
မရပါ။

အခန်း (၃)

သစ္စာလေးပါးခေါ် အမှန်တရား ၄ ပါး အတိုချုပ်အားဖြင့်

၁။ ဒုက္ခသစ္စာ (ဆင်းရဲအမှန်) ဘဝရခြင်း၊ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်း၊ သောကပရိဒေဝဖြင့် ပူဇော်ခြင်း၊ ချစ်ဘွယ်နှင့် ကင်းကွာခြင်း၊ မချစ်မနှစ်သက် ဘွယ်နှင့် ပေါင်းဖော်ရခြင်း၊ အလိုအတိုင်း မပြည့်ဝခြင်းသည်ဒုက္ခ၊ အတိုချုပ်အားဖြင့် ရုပ်— နာမ်ခန္ဓာငါးပါးရှိနေခြင်းကြောင့် ဒုက္ခပေါင်း (၁၁)မျိုး ဖြစ်ပွားလေတော့သည်။ ဒုက္ခမှန်းမသိပါက ဒုက္ခဖြစ်ပွား စေသော အကြောင်း သမုဒယကိုလည်း မသိမမြင်တတ်၍၎င်း၊ အကြောင်းရင်းကိုဖြတ်ပစ်ရန် မတတ်စွမ်းနိုင်ကြပါ။ ထို့ကြောင့် ၎င်းကိုဖြတ်ပစ်၍ ချမ်းသာလိုပါက ဒုက္ခကိုရှေးဦးစွာ အမှန်အတိုင်း မြင်ပါစေဟု ဟောတော်မူ၏။

တဏှာ ၃-ပါး

၂။ သမုဒယသစ္စာ— ဒုက္ခဖြစ်ပွား စေသော အကြောင်းရင်း။

(၁) ကာမတဏှာ ခံစား၊ စံစား၊ ပျော်ပါး လိုခြင်း။

(၂) ဘဝတဏှာ သဿတဒိဋ္ဌိနှင့် တကွ ဖြစ်သော ဘဝအမျိုးမျိုး၌ ခံစားစံစားလိုခြင်း။

သစ္စာလေးပါးခေါ် အမှန်တရား ၄-ပါးအတိုချုပ်အားဖြင့် ၄၁

(၃) ဝိဘဝတဏှာ-ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိနှင့်တကွ ဘဝပြတ်စဲမှု၌ သာယာတပ်မက်ခြင်း။

ဤတဏှာလောဘနှင့်တကွ ငါဟူသော အတ္တဒိဋ္ဌိသည် မသိမှုအဝိဇ္ဇာမှတစ်ဆင့် ဖြစ်ပွားလေတော့သည်။ ၎င်းတဏှာရာဂသည် ဆင်းရဲပူပန်မှု ဒုက္ခအမျိုးမျိုး ဖြစ်ပွားလေတော့သည်။ ဒါကြောင့် “ယာယံတဏှာ ပေါနောဗ္ဘဝိကာ နန္ဒီရာဂသဟဂတာ တတြ တတြာ ဘိနန္ဒီနီ-ဒုက္ခောသမုဒယော” ဟုဟောတော်မူ၏။

၃။ နိရောဓသစ္စာ- ဒုက္ခဖြစ်ပွားစေသော တဏှာသမုဒယကို ဖြတ်ပစ်၍ ငြိမ်းချမ်းမှုရခြင်းသည် နိရောဓသစ္စာဖြစ်၏။ အဲဒါ နိဗ္ဗာန်။

ဒုက္ခခပ်သိမ်း ဖြစ်ပွားစေသော ဤတဏှာကို မည်သည့်နည်းဖြင့် ဖြတ်ပစ်ရမည်ကို ရှင်းကြပါစို့။

ပထမအကြောင်းရင်းဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာမှောင်ကို ဝိဇ္ဇာအလင်းဖြင့် ဖျောက်ပစ်လျှင် တပ်မက်မှု တဏှာ စွဲလမ်းမှုဥပါဒါန်ကို အမြစ်ပါ ဖြတ်ပစ်နိုင်ပါသည်။ ဝိဇ္ဇာခေါ် ပညာအလင်း (ဝါ) အသိမှန် အမြင်မှန်ကို မည်သို့ဖြင့် ရယူရမည်ဟု ဆိုလျှင် သတိဝိပဿနာ ဘာဝနာ အားထုတ်ခြင်းဖြင့် ငါဟူသောသက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ရှေးဦးစွာ ခွာပစ်လျှင် အဝိဇ္ဇာမှောင်နှင့် တဏှာဥပါဒါန်များ မကပ်ငြိနိုင်ပါ။ ဤနည်းသည်သာလျှင် အဝိဇ္ဇာမှောင်နှင့် တဏှာရာဂဥပါဒါန်ပါ မူလအကြောင်းရင်း နှစ်ပါးကို ခုတ်ဖြတ်၍ ငြိမ်းချမ်းသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးခေါ် အရိယာလမ်းသို့ ဆိုက်ရောက်ခါ ပျော်ရွှင်နိုင်ပါသည်။ “ယော တဿာယေဝ တဏှာယ အသေသ ဝိရာဂ နိရောဓော စာဂေါ ပဋိနိဿဂ္ဂေါ

မုတ္တိအနာလ ယော၊ အယံ ဒုက္ခနိရောဓေါ။” အဓိပ္ပာယ်သည် ချစ်သားရဟန်းတို့ ဤဒုက္ခခပ်သိမ်းတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းမှု သဘောကြီးဖြစ်သော မဖေ့ကံမပြန် မှန်ကန်သော အရိယသစ္စာတရားသည်ရှိ၏။ ထိုတဏှာလောဘလျှင်—

- (၁) အကြင်အကြွင်းမဲ့ပယ်ဖျောက်ချုပ်ဆုံးမှုသည်၎င်း၊
- (၂) အကြင်စွန့်လွှတ်မှုသည်၎င်း၊
- (၃) အကြင်ဝေးစွာ စွန့်လွှတ်မှုသည်၎င်း၊
- (၄) အကြင်ကျွတ်လွှတ် ထွက်မြောက်မှုသည်၎င်း၊
- (၅) အကြင် မငြိမကပ်မှုသည်၎င်း ဤနိဗ္ဗာန်သဘောတရားကြီးပင်တည်း။ “ဣဒံ ခေါပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ။”

(၄) မဂ္ဂသစ္စာသည် ရှစ်ပါးသော အရိယာလမ်းစဉ် ဖြစ်ပါသည်။ ဒုက္ခ ခပ် သိမ်း ငြိမ်း ရာ ငြိမ်း ကြောင်း ဖြစ်သော သီလသမာဓိနှင့် ပညာဟူသော သိက္ခာ သြဝါဒ(၃)ပါးပါဝင်သည်ဖြစ်၍ အကျင့်မှန် အသိမှန်ရရေးနှင့် နိဗ္ဗာန် တဖက်ကမ်းသို့ ကူးမြောက်ရေးအဘို့ ယာဉ်ကောင်းတခု ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်ကား အရိယာတို့သုံးစွဲ၍ အောင်မြင်ခဲ့သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဟူသော လမ်းဟောင်းရှစ်သွယ် ဖြစ်ပါသည်။

ဤအလွန် အသုံးဝင် အရာရောက်သော သစ္စာလေးပါး တရားတော်ကို မိဂဒါဝုန်၌ ပဉ္စဝဂ္ဂါးပါးအား အစဦးစွာ ဟောတော်မူခဲ့သည်။ ဤတရားတော်ကို နာပြီးလျှင် တဦးပြီးတဦး၊ ငါးဦးစလုံး သောတာပန်မှစ၍ အာသဝေ ကုန်ခမ်းပြီး နောက်ဆုံး၌ ရဟန္တာဘဝသို့ ဆိုက်ရောက်ခဲ့ကြသည်။

အလွန်အရေးကြီးသော မဂ္ဂင် ရှစ်ပါး ကို နောက် ချန်ထား၍ ယခုငါ့ငါ့ဟု စွဲလမ်းကြသော ကျွန်ုပ်တို့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ငါ့ခန္ဓာဟူ၍ စွဲလမ်းဘွယ် အနှစ်သာရရှိမရှိ ဆန်းစစ်ကြည့်ကြပါစို့။ အမှန်စင်စစ်မှာ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် နာမ်ရုပ်နှစ်ခု (သို့မဟုတ်) ခန္ဓာငါးပါး၏ အစုအဝေးသာ ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းကို ဟုတ်မှန်သည့် အတိုင်း မသိမမြင်သောကြောင့် အနှစ်သာရမရှိသော ဤအရိုးစု ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကို ငါ့ငါ့ဟူ၍ ၎င်း ငါ့ကိုယ်ဟူ၍ ၎င်း တဏှာလောဘ အားဖြင့် စွဲလမ်းကုန်ကြသည်။ အို-မှားလေစွ မှားလေစွ။

အမှန်အတိုင်းဆိုလျှင် ခန္ဓာကိုယ်တိုင်းရှိ ရုပ်နာမ်နှင့်တကွ ဆံပင်စသော “၃၂” ကောဋ္ဌာသတို့သည် အနှစ်သာရမရှိသော အသုဘပင်ဖြစ်၏။ ကျွန်ုပ်တို့ မသိမလိမ္မာမှုကြောင့် နှစ်သက်ဘွယ် လုံးဝမရှိသော ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ငါ့ငါ့ဟု စွဲလမ်းကြသည်။ ခန္ဓာကိုယ်အတိုင်းရှိ ဆံပင်၊ မွေးညှင်း၊ ခြေသဲ၊ လက်သဲ၊ အူကြီး၊ အူငယ်၊ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်၊ ချွေး၊ သလိပ် စသဖြင့် ၃၂ ကောဋ္ဌာသတို့သည် အလုံးကုန် တည်ရာအရပ် အဆင်းသဏ္ဌာန်အားဖြင့် ရှိရှိဘွယ် စက်ဆုတ်ဘွယ် မတင့်တယ်ဘွယ်သဘောမျှသာရှိသည်။ ဤမတင့်တယ်မနှစ်သက်ဘွယ်အရာများကို အမှန်အတိုင်း မသိမမြင်သော ပုထုဇဉ်တို့သည် အရေဖြူ အရေညိုတို့ဖြင့် ဖုံးအုပ်ထားသော ရှိရှိဘွယ် ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို နှစ်သက်ခင်တွယ်ပြီး ငါ့ကိုယ် ငါ့ဟု စသဖြင့် စွဲလမ်းတွယ်တာကြသည်။

ဥပမာအားဖြင့်-

အရူးမတယောက်သည် သူ၏တဲကိုဝိုင်းပြီး အမှိုက်များစုတ်ထားပြီးလျှင် မီးရှို့လိုက်သည်။ မီးတောက်လောင်သော် လာကြ

ကယ်ကြပါဟု အော်သောအခါ လူတွေလာကြ၍ “ဟဲ့အရူးမ ဒီအမှိုက်ကို ဘယ်သူကပုံသလဲ” “ကျုပ်ကပုံတယ်” “ဘယ်သူက မီးရှို့သလဲ” “ကျုပ်က မီးရှို့တယ်” “ဒါဖြင့် ဘယ်သူက မီးလောင်သေမယ်လဲ” “ကျုပ်ဘဲသေမယ်” လို့ ပြောလိုက်သတဲ့။

အရူးမသဘွယ် မသိမလိမ္မာသော လူတို့ သည်လည်း ကာမရာဂတည်းဟူသော မီးကို ကိုယ်တိုင် မွှေးပြီးလျှင် ၎င်းမီးပုံ ကြီးကိုကိုယ်တိုင်ဖက်ခါ “ပိုးဖလံမျိုးမီးကိုတိုး ကိုယ်ကျိုးနည်း” သေကြသလို အဆိုပါ အရူးမကဲ့သို့၎င်း ကိုယ်မွှေးသော မီးဖြင့် ကိုယ်တိုင် မသေကြပါစေကုန်လင့်။

ထိုသို့တွေ့မြင်သော ကရုဏာရှင် မြတ်ဗုဒ္ဓက ညည်းညူတော်မူသည်။

ကိန္နု ဟာသော ကိမာနန္ဒော၊ နိဇ္ဇံ ပဇ္ဇလိတေ သတိ။
အန္ဓကာရေန ဩနဒ္ဓါ။ ဗဒီပံ နဂဝေသထ။

အဓိပ္ပာယ်မှာ မီးပူထဲတွင် လောင်ကျွမ်း၍၎င်း အမှောင်ထဲတွင် တဝဲလယ်လယ် နေလျက်သားနှင့် သော်၎င်း အလင်းကို လည်းမရှာ၊ အအေးကိုလည်း မဖက်ဘဲ ရယ်လားမောလား ပျော်လားပါးလားနှင့်နေနိုင်ကြသည်က အဘယ်နည်းဟု မေးမိန့်တော်မူ၏။ လူတို့သည် သစ္စာလေးပါး ဟူသော တရားမှန်လေးပါးကို အမှန်တကယ် သဘောပေါက်၍ ကျင့်ဆောင်ခဲ့ပါမူ တဏှာ ဟူသော လောင်စာမသွင်းသော် မီးငြိမ်းသွားသကဲ့သို့ နိရောဓသို့ ဆိုက်လျှင်ဆိုက်ချင်း မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာမှန်သို့ ဆိုက်ရောက်ပျော်ရွှင်နိုင်ပေမည်။ ခိုင်မြဲသော အတ္တဒိဋ္ဌိ-သက္ကာယဒိဋ္ဌိ-မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ စသဖြင့် အမှန်မသိမူ အဝိဇ္ဇာကို အထက်ကနည်းဖြင့် ခွါပစ်လျှင်

သစ္စာလေးပါးခေါ် အမှန်တရား ၄-ပါးအတိုချုပ်အားဖြင့် ၄၅

တဏှာရာဂ မကပ်ငြိအောင် စွမ်းဆောင်ခြင်းသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကျင့်ကြံသူအတွက် မခဲယဉ်းလှပေ။ ထို့ကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာအားထုတ်၍ မိမိစိတ်ကို မှန်မြတ်ဖြူစင်အောင် ကြိုးပမ်းထိုက်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် အောက်ပါ လေးပါးသော သတိဝိပဿနာ ဘာဝနာများအနက် မိမိနှစ်သက်ရာ သို့မဟုတ် ကြိုကြိုက်ရာကို အားထုတ်နိုင်ပါသည်။

ဝိပဿနာဘာဝနာ

၁။ ကာယာနုပဿနာ— ကိုယ်ခန္ဓာ သို့မဟုတ် ခြေလက် စသော အင်္ဂါများကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၊ ရွှေ့ပြောင်း လှုပ်ရှားခြင်းနှင့် အသက်ရှူခြင်း၊ ရှိုက်ခြင်းပေါ်၌ သတိအမှတ်ပြုခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ ဆံပင်ကစ ၃၂ ကောဠာသကို ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်၍ ကြည့်ရှုဆင်ခြင်ခြင်းကို ကာယာနုပဿနာ ခေါ်၏။

၂။ ဝေဒနာနုပဿနာ— ကြိုက်မကြိုက်စသော ချမ်းသာမှု ဆင်းရဲမှုများ ပေါ်၌ (ဝါ) အာရုံခြောက်ပါး၌ ဖြစ်ပေါ်သမျှ ဆင်းရဲချမ်းသာခံစားမှုများဖြစ်ပေါ်လာလျှင် လာသမျှကို သတိအမှတ်ဖြင့် မှတ်ရှုခြင်းကို ဝေဒနာနုပဿနာခေါ်၏။

၃။ စိတ္တာနုပဿနာ— အာရုံခြောက်ပါး၌ ဖြစ်ပျက်ကွယ်ပျောက်နေသော အာရုံစိတ် (ရုပ်-နာမ်) ဖြစ်ပျက်မှု သဘာဝဓမ္မကို သတိအမှတ်ပြုနေခြင်းကို စိတ္တာနုပဿနာခေါ်သည်။

၄။ ဓမ္မာနုပဿနာ— ခေါ် ဘာဝနာတရားသည် အလွန်နက်နဲ၍ ရုပ်-နာမ်၏ အဖန်တလဲလဲ ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံးမှု သဘာဝ

ဓမ္မကို အမြဲတမ်းသိ၍နေခြင်း (၀၇) သတိအမှတ် ပြုခြင်းသည် ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်တရားဖြစ်ပါသည်။

အကြောင်းမူကား—

၁။ နီဝရဏတရား	၅-ပါး
၂။ ခန္ဓာ	၅-ပါး
၃။ အာယတန	၁၂-ပါး
၄။ ဗောဇ္ဈင်	၇-ပါး
၅။ သစ္စာ	၄-ပါး

ဤတရားဓမ္မငါးပါးစလုံး ပါဝင်နေ၍ ၎င်းတို့၌ သူ့အချိန်နှင့်သူ အစဉ်မပြတ် ဆုံစီးတိုက်ဆိုင် လာတိုင်း လာသမျှ ဖြစ်ပျက်ဖေါက်ပြန်နေသော သဘာဝဓမ္မကို မှတ်ရှုနေခြင်းကို ဓမ္မာနုပဿနာဟု ခေါ်၏။

(၁) နီဝရဏ— ကာမစွန္ဒ, ဗျာပါဒ, ထိနမိဒ္ဓ စသဖြင့် နိဗ္ဗာန်လမ်းကို ပိတ်ပင်လေသော တရားငါးပါးတို့မှ တပါးပါး ပေါ်လာလျှင် ပေါ်လာတိုင်း သတိအမှတ်ပြုရန်။

(၂) ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်, ဝေဒနာ, သညာ, 'သင်္ခါရ, ဝိညာဏ်တို့နှင့် ဆုံဆိုက်လာသမျှကို အလုံးစုံမှတ်ရှုရန်။

(၃) အာယတန ၁၂-ပါးမှာ မျက်စိနား စသော အတွင်းအာယတန, အဆင်းအသံ စသော အပြင်အာယတနနှင့် ဖဿ ထိခိုက်လျှင် ထိခိုက်သောကြောင့် ကာမ, ရာဂ, မာန, ဝိစိကိစ္ဆာ စသဖြင့် သံယောဇဉ် တမျိုးတမည် ပေါ်လျှင် ပေါ်တိုင်း မှတ်ရှုရန်။

သစ္စာလေးပါးခေါ် အမှန်တရား၄-ပါး အတိုချုပ်အားဖြင့် ၄၇

(၄) ဗောဇ္ဈင် ခုနစ်ပါးမှလည်း ထိုင်,ထ,သွား, ရပ် စသဖြင့် ပေါ်ပေါက်ကြုံကြိုက်လာသမျှကို (ဝါ,သတိ,ဓမ္မဝိစယ, ဝီရိယ,ပီတိ စသည် ဖြစ်လျှင် ဖြစ်တိုင်း မှတ်ရှုရန် ဖြစ်ပါသည်။

(၅) သစ္စာလေးပါးမှလည်း ထိုနည်းတူ ပဋိသန္ဓေမှ အို နာသေခြင်း စသည် ဒုက္ခဘေးကိုတွေ့ကြုံတိုင်း မှတ်သိရန်နှင့် ထို ဒုက္ခများ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း မှတ်ရှုရန် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် နိရောဓ ဆိုက်ရောက်လျှင် ဆိုက်ရောက်ကြောင်း၊ လောဘတဏှာ ကပ်ရောက်လျှင် ကပ်ရောက်ကြောင်း၊ ကင်းလျှင် ကင်းကြောင်း မှတ်ယူရန်၊ မဂ္ဂသစ္စာမှလည်း ဒုက္ခငြိမ်း-နိရောဓဆိုက်လျှင် ဆိုက် ခြင်း၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၌ ချမ်းမြေ့စွာ ခံစားလျက် နိဗ္ဗာန်ကို မျက် မှောက်ပြုနိုင်ပေမည်။ ထိုအခါ တိမ်နှင့်ကင်းလွတ်သော လပြည့် ဝန်းကဲ့သို့ သန့်ရှင်းကြည်လင် တောက်ပထိန်လင်းလှလေသည်။

ငါ့ဟုစွဲလမ်းနေသော မိမိတို့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို သဘာဝ မှန်အတိုင်း သိမြင်ရေးအတွက် ဆန်းစစ်ကြည့်ကြပါစို့။

ခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် ရုပ်-နာမ်နှင့်တကွ ၃၂ ကောဠာသ အစုပေါင်းသက်သက်ဖြစ်ပါသည်။ အချို့သည် အရေပျော့ဖြစ်၍ အချို့သည် အမာသဘောဖြစ်၏။ ခြေသည်း၊လက်သည်း၊ဆံပင်၊ အရိုး၊သွား စသည်တို့သည် ပထဝီဓါတ် (၂၀)မျိုး ဖြစ်၍ သွေး၊ ပြည်,သလိပ်,ချွေး,ကျင်ငယ် စသည့် (၁၂)မျိုးတို့သည် အာပေါ ဓာတ်ဖြစ်သဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာရှိ အပေါက် ၉-ပေါက်မှ အစဉ်သဖြင့် ယိုစီးထွက်နေတော့သည်။ ဤစက်ဆုတ်ရှုံ့ရှာဘွယ် အားလုံးကုန် တို့သည် သူ့သဘာဝအတိုင်း ပုပ်သိုး နှစ်စော်နေသဖြင့် မတင့်တယ် သော အသုဘဖြစ်၍၊ ငါ့ဟုမှတ်ယူဘွယ်၊ နှစ်သက်ဘွယ် လုံးဝမရှိ

ချေ၊ ယင်းတို့ကို အရေနှင့် ဖုံးအုပ်နေ၍ ငါ့သုယောကျ်ားမိန်းမ၊ လှသည် အရုပ်ဆိုးသည် စသည်ဖြင့် အထင်မှား၊ အယူမှားဖြစ် ကုန်ပြီးလျှင် ငါ့ဟူ၍၎င်း၊ အတ္တဟူ၍၎င်း၊ ငါ့ဟာဟူ၍၎င်း စွဲလမ်း ကုန်ကြသည်။ အံ့ဩဘွယ်ပင်။

ဤခန္ဓာတို့တွင် မဟာဘုတ်ဟူ၍ ဓာတ်လေးပါးလည်း ပါဝင်လေသည်။ ယင်းတို့သည် ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော၊ ရေ၊ မြေ၊ လေ၊ မီးတို့ပင်ဖြစ်၏။ ခုန်ခြင်း၊ ကခြင်း၊ အသက်ရှူခြင်း၊ ရှိုက်ခြင်းတို့သည် လေ၏စွမ်းရည်ဖြစ်၏။ အစာကြေခြင်း၊ အဖျားအပူတက်ခြင်း၊ လျော့ခြင်း၊ အသီးအနှံများ ဖြစ်မှည့်ခြင်းနှင့် မေးညှင်း၊ ဆံပင်ဖြူခြင်းများသည် တေဇောခေါ် အပူအအေးကြောင့်ဖြစ်၍ ချွေးထွက်ခြင်း၊ ရေချိုးခြင်း၊ ကျင်ငယ်စွန့်ခြင်း စသည်ဖြင့် အတိုင်းအပြင် စင်ကြယ်အောင်ပြုပြင်ခြင်းများသည် အာပေါဓာတ်၏ အစွမ်းဖြစ်၏။ ခန္ဓာကိုယ်တို့တွင် သွေးလျှောက်ခြင်း၊ အသက်ရှူရှိုက်ခြင်း၊ အကြောအခြင် လှုပ်ရှားခြင်းအသက်သည် သွေးလေနှင့် ဓာတ်လေးပါး၏ ညီညွတ်စွာ စွမ်းဆောင်မှုကြောင့် ဖြစ်လေသည်။

၃၁-ဘုံ၌ ရှိရှိသမျှ လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ အားလုံးကုန် ငတ္ထုပစ္စည်းဟူသမျှ ဓာတ်လေးပါး အပေါင်းအစုပင် ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းတို့သည် ရုပ်နာမ်စုလည်းမည်၏။ ဤရုပ်နာမ်နှစ်ခုကို ခွဲခြား၍ သိရန် လိုအပ်ပါသည်။ ၃၂-ကောဠာသနှင့် မဟာဘုတ်လေးပါးအပြင် အဆင်း၊ အနံ့၊ အရသာ၊ သြဇာပေါင်း ဓာတ်ရှစ်ပါးတို့သည် “ရူပတိတိ ရူပံ” အရ ရုပ်ပင်ဖြစ်၏။ အားလုံးကုန် မမြဲမူ၍ အစဉ်သဖြင့် ပြောင်းလဲဖောက်ပြန် ကုန်ခန်းလျက် ရှိနေပါသည်။ ဤသဘာဝ ဓမ္မကို မည်သို့မျှ မတားဆီးမပြောင်လွှဲနိုင်ပါ။

ပါ။ ထို့ကြောင့် အနိစ္စ, ဒုက္ခပင်မက အနတ္တအမှန်ပင်ဖြစ်ကြောင်း သိအပ်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်ကို လောဘ-တဏှာ အားဖြင့် ငါ့ဟု စွဲလမ်း ခင်မင်တွယ်တာခြင်းသည် ကြီးမားသော မှားယွင်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အမြဲတမ်း ပုပ်သိုး နံစော်ပြီးလျှင် ဖောက်လွှဲ ဖောက်ပြန် ကုန်ခန်း ပျက်စီးနေသော ရုပ်-နာမ်နှင့် ဓာတ်လေးပါးအစု ဖြစ်သော ဤခန္ဓာ ကိုယ်ကြီးကို ငါ, သူ, ယောက်ျား, မိန်းမ စသည်ဖြင့် အထင်မှား, အယူမှား၍ စွဲလမ်း တွယ်တာတွယ်အကြောင်း လုံးဝမရှိကြောင်း ဤတွင် ကျွန်ုပ်တို့ ကောင်းစွာ သိမြင်ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ သိမြင်ခြင်းသည် သမ္မာ ဒိဋ္ဌိဖြစ်နေသည်။

ဆံပင်မှစ၍ ၃၂-ကောဠာသ အားလုံးကုန်တို့သည် တည်ရာအားဖြင့်၎င်း, အဆင်းသဏ္ဌာန်အားဖြင့်၎င်း, ရံ့ရှာဘွယ် စက်ဆုပ်ဘွယ် မတင့်တယ်ကြ။ ဤအသုဘခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် ငါ-မဟုတ်, သတ္တဝါမဟုတ်, ရုပ်သဘောမျှသာတည်း။

ထိုဟုတ်မှန်သော သဘောတရားကို သိမြင်အောင် အားထုတ်ကြပါစို့။ သို့မှသာလျှင် မသိမှုအဝိဇ္ဇာနှင့် ချစ်ခင်တွယ်တာမှု နှစ်သက်မှု တဏှာလောဘကို အမြစ်ပါ ခုတ်ဖြတ်ပြီးလျှင် ငါ့ကိုယ်ဟူ၍၎င်း, ငါ့ပစ္စည်း ငါ့ဥစ္စာဟူ၍၎င်း တွယ်တာခင်မင် စွဲလမ်းမှုကင်း၍ ငြီးငွေ့မှုအစွမ်းဖြင့် လွတ်လပ်စွာ ငြိမ်းချမ်းမှု ရနိုင်သည့်ပြင် ဤသံသရာ အချင်ထောင်မှ ကျွတ်လွတ်နိုင်ပေမည်။ ယခုတော့ ဆုံလည်နှားကဲ့သို့ တဝဲလည်လည်ဖြစ်၍နေကြရလေသည်။ ယခုတဖန် မမြဲဆင်းရဲမှု အလိုမရောက် အစိုးမသော

သဘောမှန်ကို သိမြင်ပြီးဖြစ်၍ ဒုက္ခမီးတွေ မွေးဖွားနေသော
တဏှာ၊မာန၊ဒိဋ္ဌိ ဆိုသော ရန်သူ လက်မှ လွတ်မြောက်နိုင်ပေပြီ။

ဝိပဿနာ ဘာဝနာ ခေါ် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား၏ တန်ဖိုး
ကြီးကြောင်း၊ အားထုတ် သင့်ကြောင်းနှင့်တကွ အဘယ်သို့သော
အကြောင်းကြောင့် လူတို့မှာ ဆင်းရဲကြလေသည်။ အဘယ်နည်း
ဖြင့် ချမ်းသာခွင့်ရနိုင်မည် ဟူသော အကြောင်းများ အတော်
အသင့် ဖြေရှင်းပြီးဖြစ်၍ အမှန်သဘော ထင်မြင်လိမ့်မည်ဟု ယူဆ
ပါသည်။

ယခု သတ္တဝါတို့၏ ဒုက္ခပွားများခြင်းနှင့် စပ်လျဉ်း၍
အကြောင်းနှင့်အကျိုး(ဝါ) တချိုးမှတမျိုးဖြစ်ပွားလျက် ဒုက္ခ
ပိုက်အတွင်း၌ မည်ကဲ့သို့ ဖမ်းမိနေကြသည်ကို၎င်း၊ မည်သို့ဖြင့်
လွတ်မြောက်နိုင်မည်ကို၎င်း မြတ်ဗုဒ္ဓက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရား
တော်နှင့် ရှင်းလင်းတော် မူသည့်အတိုင်း တင်ပြရမည် ဆိုလျှင်
“အကြောင်းတခုမဖြစ်ပေါ်လျှင် အကျိုးတခုမဖြစ်နိုင်ပါ” ဟူ၍
မိန့်တော်မူသည်မှာ—

ဣမသ္မိံ သတိ ဣဒံ ဟောတိ

ဣမသ္မိံ အသတိ ဣဒံ န ဟောတိ

ဤသည်က ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်၏ ရှင်းလင်း ပေါ်
လွင်သော အချက်တခုဖြစ်ပေသည်။ အလွန်ခဲယဉ်း နက်နဲသော
တရားဓမ္မပင်ဖြစ်လင့်ကစား တတ်အားသမျှ လွယ်ကူစွာ သဘော
ပေါက်လွယ်အောင် ရှင်းလင်းပါဦးမည်။

အထူးမှတ်သားဘွယ်မှာ

ပညတ်အားဖြင့် ငါ့သုဟူ၍ အထင်မှားစေကာမူ ပရမတ် အားဖြင့် ရုပ်-နာမ်သာ ရှိသည်ကို သဘောပေါက်သည့်အပြင် အနတ္တ လက္ခဏာကို၎င်း၊ သစ္စာလေးပါး ခန္ဓာငါးပါး ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ် တရားတော်ကို၎င်း သိမြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အန္တပုထု ဇဉ်မဟုတ်ပေ။ ကလျာဏပုထုဇဉ် သို့မဟုတ် စူဠသောတာပန်ဖြစ် ပါသည်။ ပညတ်နှင့်ပရမတ် ခွဲခြားသိပြီးလျှင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာ လုံးဝ ပြုတ်ကွာပြီးဖြစ်သော် (၇)ရက် (၇)လ၊ သို့ မဟုတ် (၇) ဘဝအတွင်း ပဌမအဆင့်ဖြစ်သော မဟာသောတာ ပန်အဆင့်သို့ မုချတက်ရောက်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကလျာဏပုထု ဇဉ် စူဠသောတာပန်တို့အတွက် အပါယ်တံခါး ပိတ်၍ နိဗ္ဗာန် တံခါးပွင့်နေပြီ ဖြစ်ပါသည်။ ဆက်ကာဆက်ကာ အားထုတ်လျှင် နိဗ္ဗာန်သို့ တိုက်ရိုက်ဝင်ဘို့သာ ရှိပါသည်။ ဆက်ကာ ဆက်ကာ အားထုတ်၍ ဒိဋ္ဌိနှင့်ဝိစိကိစ္ဆာပြုတ်ကွာပြီး ဒုတိယအဆင့် သကာ ဓါမိမဂ်မှ တဖန် ဆက်လက်အားထုတ်သော် တတိယအဆင့် အနာဂါမိမဂ်မှ တဖန်အားထုတ်သော် တဏှာများ အကြွင်းမဲ့ ကုန်ခန်းပြီးလျှင် နောက်ဆုံး စတုတ္ထအဆင့် ပန်းတိုင်ဖြစ်သော ရဟန္တာအဖြစ်သို့ တက်ရောက်ခါ အမတနိဗ္ဗာန်သို့ဝင်ပြီး ဝဋ် ဆင်းရဲမှ လုံးဝကင်းလွတ်နိုင်တော့သည်။

အဝိဇ္ဇာမှောင် အတွင်းတွင် ပုထုဇဉ်ဘဝမှာ မည်မျှပင် အကြီးအကျယ် ဒါနသီလစသော သာမညကောင်းမှုများ ပြုလုပ် စေကာမူ၊ နေ့ရောညပါ ဘုရားကန်တော့ စေကာမူ၊ ပါရမီဒါန ပါရမီသီလ မဖြစ်သေးသမျှ(၀၁) တဏှာမာန၊ဒိဋ္ဌိမကွာနိုင်သမျှ

နိဗ္ဗာန်တဘက်ကမ်းသို့ မရောက်နိုင်ရုံမျှမက အဟိတ်ဘဝ ကိုပင် စိတ်မချရသေးပါ။

အထက်ပါအတိုင်း အသိမှန် အမြင်မှန် ရ ပြီး သူ သည် သမ္မာဒိဋ္ဌိအစစ်ဖြစ်သဖြင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းချမ်းသော မဂ္ဂင်ရှစ် ပါးလမ်းစဉ်အတိုင်း မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ကူးမြောက်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်၍ လက်ခမောင်း ခတ်နိုင်ပါသည်။ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ဖြစ်သော ဤမဂ္ဂင်ရှစ်ပါး လမ်းမှလွဲပြီး နိဗ္ဗာန်သို့ ကူးမြောက်နိုင်သော အခြားနည်းလမ်း မရှိကြောင်း တထစ်ချမှတ်ကြပါလေ။

မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး လမ်းစဉ်သည်ကား-

- ၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ အမှန်မြင်ခြင်း၊ အတိုချုပ် အားဖြင့် ဒုက္ခနှင့်ဒုက္ခ ဖြစ်ပွားခြင်းအကြောင်း ကို၎င်း ဒုက္ခငြိမ်းရာ ငြိမ်းကြောင်းကို ၎င်းအမှန်အတိုင်း သိ မြင် ခြင်း သည် သမ္မာဒိဋ္ဌိ မည်၏။
- ၂။ သမ္မာသင်္ကပ္ပ မှန်ကန် ကောင်းမြတ်သော အကြံ အစည်နှင့် စိတ်ကူးခြင်း။
- ၃။ သမ္မာဝါစာ ကောင်းမွန်မှန်ကန် ညင်သာ ချိုသာ သောစကား၊ ကာမ ရာဂ တိုးပွား ရေးနှင့် အပြစ်မကင်းသော စကား များ ရေး၍ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် မျက် မှောက်ပြုနိုင်သော စကားများ။

သစ္စာလေးပါးခေါ်အမှန်တရား ၄-ပါးအတိုချုပ်အားဖြင့် ၅၃

၄။ သမ္မာကမ္မန္တ ကောင်းမွန်သော လောကီလောကုတ် အကျိုးရှိသော လုပ်ကိုင်မှု(ဝါ)အပြစ် ကင်းစွာပြုမူခြင်း။

၅။ သမ္မာအာဇီဝ ရိုးသားဖြောင့်မှန်သော နည်းဖြင့် အသက်မွေးဝမ်းကြောင်း ရှာခြင်း။

၆။ သမ္မာဝါယာမ မှန်ကန်သော လုံ့လဝီရိယဖြင့် မဂ်ဖိုလ် တရားအားထုတ်ခြင်း။

၇။ သမ္မာသတိ ကိုယ်အမူအရာ စိတ်အမူအရာ ဟူသမျှ အပေါ်၌ အမှတ်သတိဖြင့် ရုပ်-နာမ်၏ ဖြစ်ပျက်မှုကို နှစ်လုံးသွင်းခြင်း။

၈။ သမ္မာသမာဓိ ကိုယ်အမူအရာ စိတ်အမူအရာ ဟူသမျှမှ သတိ ဝိပဿနာဘာဝနာ အားထုတ်ရာ၌ စိတ်တည်လာခြင်းကို သမ္မာသမာဓိခေါ်၏။ ဤသတိနှင့် သမာဓိသည် ဟုတ်တိုင်း မှန်စွာသိမြင်သော ပညာဉာဏ်ဆည်းပူးရာ၌ အလွန်အရေးကြီးပါသည်။

သတိ သမာဓိကင်း၍ ပညာဉာဏ် မရနိုင်ချေ။ (“နဟိ သတိသမာဓိ ရဟိတာ ပညာ အတ္ထိ”)

သီလ သမာဓိ ပညာသည် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၌ ပါဝင်ပုံ

၁။ သမ္မာဝါစာ, သမ္မာကမ္မန္တ, သမ္မာအာဇီဝ သုံးပါးသည် သီလမဂ္ဂင်။

၂။ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ၊ သမ္မာဝါယာမ သုံးပါး
သည် သမာဓိမဂ္ဂင်။

၃။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ နှစ်ပါးသည် ပညာမဂ္ဂင်
ဖြစ်ပါသည်။

ဤသည်ကား နိဗ္ဗာန် တဘက်ကမ်းသို့ ကူးမြောက်ရန်
မဂ္ဂင်ဖော်ဟူ၍ မှတ်ယူရ၏။ အမှန်သိ၊ အမှန်မြင် ဟူသော သမ္မာ
ဒိဋ္ဌိတခုကို သိမြင်ဘို့ အရေးကြီးပါသည်။ မည်သို့ သိမြင်ရမည်
နည်းဟုဆိုလျှင် ယခုရရှိထားသည့် ခန္ဓာငါးပါး၊ ရုပ်နာမ်တရား
တို့ကို ဆင်းခံခြင်း အမှန်ဟူ၍၎င်း၊ ထိုရုပ်နာမ်တရားတို့၌ တပ်
မက်တွယ်တာခြင်းကို ဆင်းရဲကြောင်း အမှန်ဟူ၍၎င်း၊ တပ်မက်
တွယ်တာမှု ကင်းခြင်းကို ဆင်းရဲချုပ်ရာ အမှန်ဟူ၍၎င်း၊ မဂ္ဂင်
ရှစ်ပါး အကျင့်မြတ်ကို ဆင်းရဲချုပ်ခြင်းသို့ ရောက်စေတတ်
သောအကျင့် လမ်းမှန်ဟူ၍၎င်း၊ အမှန်တရားလေးပါးကို သိမြင်
ခြင်းသည် သမ္မာဒိဋ္ဌိမည်ပါသည်။ ဤသို့ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမြင်
လျှင် (၀၁)သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်လျှင် သမ္မာသင်္ကပ္ပ စသော ကျန်မဂ္ဂင်
(၇)ပါးစလုံး သိမြင်ပြီး ဖြစ်သွားပါတယ်။ တခုစီလုပ်မနေရပါ။
ဥပမာအားဖြင့် မီးရထားခေါင်းတွဲတခု ချောမောစွာသွားသည်
ရှိသော် နောက်တွဲ (၇) တွဲလည်း တန်း၍ လိုက်ပါသကဲ့သို့ပင်။
ထိုအရေးပါ အရာရောက်သော သမ္မာဒိဋ္ဌိခေါ် အမြင်မှန်တခု ရ
သော် ကြံစည်စိတ်ကူးခြင်း သမ္မာသင်္ကပ္ပလဲမှန်ကန်လိမ့်မည်။ ထို
နည်းတူ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပြုမှု သမ္မာကမ္မန္တ၊ ပြောဆိုမှု သမ္မာ
ဝါစာ၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှန်ကန်မှု သမ္မာအာဇီဝ၊ အား
ထုတ်မှု သမ္မာဝါယာမ၊ မှတ်သားမှုသမ္မာသတိ၊ ကောင်းမှု၌ စိတ်
တည်မြဲမှု သမ္မာသမာဓိများ အားလုံးကုန် မှန်ကန်သွားလိမ့်မည်။

သစ္စာလေးပါးခေါ်အမှန်တရား ၄-ပါးအတိုချုပ်အားဖြင့် ၅၅

အမြင်မှန်တခုရလျှင် အားလုံးကုန် မှန်သွားသည့်အတိုင်း အမြင် တခုလွဲလျှင်လည်း အားလုံးကုန် လွဲမည်။ တရားအားထုတ်ရာ၌ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကုန်လုပ်နေရမည် မဟုတ်။ သမ္မာဒိဋ္ဌိတခုဖြစ်လျှင် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဖြစ်နေသည်ဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်တဘက်ကမ်းသို့ ကူးမြောက် ဘို့သာရှိပေသည်။ ထို့ကြောင့် သမ္မာဒိဋ္ဌိ(၀၂) အမှန်မြင် အမှန် သိခြင်းသည် လိုရင်းအချက်ပင်တည်း။

အာရုံခြောက်ပေါက်မှ တဏှာဝင်လာ၍ ဒုက္ခပွားများပုံ

မျက်စိနှင့် အဆင်း၊ နားနှင့်အသံ တွေ့ထိမှု“ဖဿ” ဖြစ်လျှင် ရုတ်တရက်ချက်ခြင်း မြင်သိစိတ် (စက္ခုဝိညာဏ်)، ကြားသိ စိတ် (သောတဝိညာဏ်)တို့ ပေါ်လာသည်။ မြင်သိစိတ်၊ ကြားသိ စိတ်တို့နောက်က မြင်၍ကောင်း မကောင်း၊ ကြား၍ ကောင်း မကောင်း ခံစားမှုပေါ်လာသည်။ လှပတင့်တယ်သော အဆင်း မြင်လျှင် သို့မဟုတ် နားဝင်ချိုသော အသံကြားလျှင် နှစ်သက် တပ်မက်သော တဏှာ ကပ်ရောက်လာသဖြင့် ဥပါဒါန်ဖြစ်ပေါ် ပြန်သည်။ စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ကြောင့် ကမ္မဘဝဖြစ်ပေါ်ပြီး ကမ္မ ဘဝကြောင့် ဇာတိခေါ် ပဋိသန္ဓေကည်နေရလေသည်။ ဤဇာတိ မှစ၍ အဖန်ဖန် အိုနာ သေခြင်းစသော ဒုက္ခခပ်သိမ်း ဖြစ်ပွားကာ ဘဝသံသရာလည်ရသည်။ ထို့ကြောင့် ဝေဒနာမှတဏှာ မကူးရ လေအောင် သတိအမှတ်ဖြင့် ကာကွယ်ရန် အရေးကြီးပေသည်။ ထို့ကြောင့် သတိဝိပဿနာ ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ဘို့ လို အပ်ပေသည်။

ဤသို့လျှင် မျက်စိပေါက်က လှပတင့်တယ်သော အဆင်းကို မြင်လိုသောတဏှာ၊ နားပေါက်က ချိုသာသော အသံကြားလိုသောတဏှာ၊ နှာခေါင်းပေါက်က မွှေးကြိုင်သောအနံ့၊ လျှာပေါက်က အရသာကောင်း ခံစားလိုသော ရသတဏှာ၊ ကိုယ်ပေါက်က နူးညံ့သော အထိအတွေ့ကို ထိတွေ့လိုသောတဏှာ၊ မနောပေါက်က ကောင်းသောဓမ္မာရုံကို စိတ်ကူးကြံစည်လိုသောတဏှာ၊ တံခါးခြောက်ပေါက်က တပ်မက်သော တဏှာ ရာဂမီး ခြောက်မျိုး တောက်လောင်ကြကုန်သည်။ သတိ-ဝိပဿနာဖြင့် ထိုတဏှာမီး မလောင်မီက တားဆီးရပေမည်။

ဤ တဏှာရာဂမီးများ မလောင်ရန် ကာကွယ်နည်းမှာ၊ မြင်လျှင် မြင် သိဖြစ်ပြီး ပျက်သွားသည်၊ ကြားလျှင် ကြားသိဖြစ်ပြီး ပျက်သွားသည်။ စားလျှင် စားသိဖြစ်ပြီး ပျက်သွားသည် စသည်ဖြင့် အမှတ်သတိ အစဉ်ရှိနေရပေမည်။ မြင်ရုံ ကြားရုံမျှ ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားသည်၊ ကြားသိ မြင်သိထဲ၌ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါမပါဟု ရှုရပေမည်။ ဆိုလိုသည်မှာ—မြင်ကြားနံစား ထိသိသမျှ အားလုံးကုန် မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ အစိုးမရပါတကား (ဝါ) နှစ်သက်ခင်မင် တွယ်တာစရာ ဘာတခုမျှမရှိပါတကား (ဝါ) အားလုံးကုန် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနန္တချည်းပါတကား ဟူ၍ အသိမှန်၊ အမြင်မှန်ရဘို့ သာလျှင် လိုရင်းဖြစ်ပါသည်။

ယခုကျွန်ုပ်တို့သိမြင်လာသည်မှာ-

အဝိဇ္ဇာခေါ် မသိမှုနှင့် တပ်မက်မှုတဏှာ၊ ဤမူလ အကြောင်းနှစ်ခုကြောင့် ဇာတိမှစ၍ အို-နာ-သေခြင်းစသော ဒုက္ခခပ်သိမ်းဖြစ်ပွားလျက်၊ တသံသရာလုံး ဝဋ်ဆင်းရဲ ခံစားကြရလေ

သည်။ ထို့ကြောင့် ဇာတိမတူယလေအောင် ပိတ်ပင် ရပ်စဲသော နည်းကို ရှာကြရပေမည်။

အတိုချုပ်အားဖြင့် ဒုက္ခမူလ အကြောင်းဖြစ်သော ဇာတိကို ရပ်စဲရေးအတွက် မြတ်ဗုဒ္ဓက ရှာဖွေထားသောနည်းသည် အထက်ကနည်းအတိုင်း မျက်စိပေါက်ကမြင်လျှင် မြင်သည်၊ မြင်သည်ဟူ၍၎င်း၊ နားပေါက်ကကြားလျှင် ကြားသည် ကြားသည်ဟူ၍၎င်း၊ (တခြားတစုံတရာမတွေးတော့ဘဲ) မျက်စိစသော တံခါးခြောက်ပေါက်ကို သတိအမှတ်ဖြင့် စောင့်ကြပ်နေသောနည်းပင် ဖြစ်၏။ ထိုသို့ စောင့်ကြပ်နေလျှင် တဏှာ သမုဒယဟူသော ကိလေသာရန်သူများ မဝင်ရောက်နိုင်အောင် တားမြစ်နိုင်ပေသည်။ ထိုသို့တားမြစ်ခြင်းသည် ဇာတိ ရပ်စဲပိတ်ပင်ရေးအတွက် သော်၎င်း၊ ဒုက္ခ ငြိမ်းအေးရေးအတွက်သော်၎င်း အကောင်းဆုံးနည်းပင်ဖြစ်ပေသည်။ အဘယ်ကြောင့်နည်း ဟူမူကား—မြင်ကြား နံစား တွေ့ထိသောအခါ ကောင်း-မကောင်း၊ စသည်ဖြင့် ဝေဒနာများပေါ်ပေါက်လာသော် ကြိုက်-မကြိုက်ဟူသော တဏှာနှင့် ဒေါသသို့ မကူးလေအောင် သတိအမှတ်ဖြင့် တားဆီးရပေမည်။ မဟုတ်က-တဏှာမှဥပါဒါန်၊ ဥပါဒါန်မှ ကမ္မဘဝနှင့် ဇာတိခေါ် ပဋိသန္ဓေတည်နေပြီး ဇရာ၊မရဏစသော ဒုက္ခတွေ ကပ်ရောက်ချေမည်။

တမျိုးအားဖြင့် ဒုက္ခ၏ အကြောင်းရင်း မူလဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာ အမြစ်နှစ်သွယ်ကို ဝိဇ္ဇာခေါ် ဝိပဿနာ ပညာ လက်နက်ဖြင့် ဖြတ်တောက်ပစ်သော် အဆိပ်ပင်နှင့် တူလှသော ဒုက္ခပင်ကြီး အလိုအလျောက် လဲကျသွားမည်က မလွဲပေ—။ အဝိဇ္ဇာခေါ် အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဒုက္ခ တွေ့ရနေသည်။

ဝိဇ္ဇာခေါ် အသိမှန် အကြောင်းရင်းကြောင့် ဒုက္ခခေါ် အကျိုး
တရားတွေ ချုပ်ဆုံးရတော့သည်။

“တဏှာက္ခယံနိဗ္ဗာန်” ၊ တဏှာနိရောဓာ၊ ဒုက္ခ နိရောဓော၊
ဥပါဒါနိရောဓာ ဘဝနိရောဓော၊ ဘဝနိရောဓာ
ဇာတိနိရောဓော၊

စသည်ဖြင့် ဘုရားဟောအတိုင်း ဇာတိတခု ရပ်စဲသွား
လျှင် ဇရာ၊ မရဏ၊ သောက၊ ပရိဒေဝ စသော မှီးများ အားလုံး
ငြိမ်းအေး သွားတော့သည်။

ဤသို့ဖြင့် ဒုက္ခဖြစ်ပွားလေသော် အကြောင်း တဏှာ
သမုဒယကင်းပြတ်၍ ငြိမ်းချမ်းမှု နိရောဓနှင့် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးမည်
သော အရိယသာဝကတို့၏ လမ်းစဉ်အတိုင်း အိုနာသေဘေး
ကင်းသော သန္တိသုခ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို အလျင်အမြန် ရယူနိုင်
ကြပါစေသတည်း။

သစ္စာ ၄-ပါးကို အမှန်အတိုင်း မသိခြင်းနှင့် ပြောင်းပြန်
အထင်မှားပြီးသိခြင်း-အဝိဇ္ဇာ၊ သစ္စာ ၄-ပါးကို အမှန်အတိုင်း
သိခြင်း ဝိဇ္ဇာ။

အခန်း (၄)

ဒုက္ခနှင့်ဒုက္ခငြိမ်းချမ်းရေး

အဓိကအားဖြင့် လောကလူသားတို့ အတောင့်တဆုံး အလိုလားဆုံးသော အရာကား မည်သည့်အရာ ဖြစ်ပါသနည်း။ ဤမေးခွန်းအတွက် အဖြေမှာ မခက်လှချေ။ လူတိုင်း လူတိုင်း အလွန်အမင်း အပြင်းအထန် ရည်သန်တောင့်တဆုံးသော အရာ သည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးချမ်းသာမှု ပင်ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ပင်လျှင် လူတိုင်းလူတိုင်းသည် မိမိတို့၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာမှုကို အမျိုးမျိုးအဖုံဖုံ နည်းမျိုးစုံဖြင့် ကြံစည်ရှာဖွေ အားထုတ်နေကြလေသည်။

ချမ်းသာမှုဆိုရာတွင် လောကီချမ်းသာနှင့် လောကုတ္တရာ ချမ်းသာဟူ၍ ချမ်းသာမှုနှစ်မျိုး ရှိသည့်အနက် အဘယ်ချမ်းသာ မှုမျိုးကို ပဓာနအားဖြင့် တောင်းခံသင့်သည်ကို စဉ်းစားဝေဖန် ခြင်းမရှိဘဲ ယခု ပစ္စုပ္ပန်တွင် တခဏအားဖြင့် ခံစားလိုသော စိတ် ဆန္ဒသည်သာ အလွန်အမင်း ထက်သန်ကြလေသည်။ အစဉ်ထာ ဝရအားဖြင့် ခံစားရသော သန္တိသုခခေါ် ချမ်းသာစစ်ချမ်းသာ မှန် နိဗ္ဗာန်ကိုမူ ပါးစပ်ဖျားမှ တောင်းတတ်ကြသော်လည်း အ တွင်းစိတ်မှာ အမှန်ပင် မထက်သန်ကြချေ။ သို့ကြောင့်လည်း သန္တိသုခခေါ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာအမှန်နှင့် ဝေးကွာကြလေသည်။

မည်သည့်ချမ်းသာမှုမျိုးကို ပိုမိုတောင့်တ ရည်သန်ကြံဆ အားထုတ်အပ်သည်ဟူသော အချက်ကိုမူ လူတိုင်း ခဲ့ခြားဝေဖန် ခြင်းမရှိသည်က များပေသည်။ အများအားဖြင့် တဒဂ်၊ တခဏ သဘောကိုဆောင်သော လောကီချမ်းသာကိုသာ အများအား ဖြင့် တောင့်တကြ၏။

တဖန် ချမ်းသာမှုကို ရှာကြရာတွင် နည်းမှန်လမ်းမှန်ဖြင့် ရှာကြံခြင်းမရှိကြပဲ စိတ်မိုက်အလိုသို့လိုက်ကာ လွဲမှားစွာ ကြိုး စားရှာဖွေ အားထုတ်တတ်ကြသည်။ စိတ်အာရုံ၏ ဆွဲခေါ်ရာသို့ လိုက်လေလေ ချမ်းသာခြင်းနှင့် ကင်းဝေးလေလေ ဖြစ်ပေသည်။ ယခုခေတ်တွင် “ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခ” ဟူသော ညည်းညူသံကို နေရာတကာ တွင် နားလျှံအောင် ကြားနေရသည်မှာ ထင်ရှားသော သာဓက ပင် ဖြစ်ပေသည်။

လောကီချမ်းသာမျိုးဟူသည် ဆင်းရဲခြင်းနှင့် မကင်း၊ မြဲမြံတည်တန့်ခြင်းလည်း မရှိသောကြောင့် အပေါ်ယံရွှေမှုန့်ကြဲ၊ အတွင်းက နွားချေးခံသော “ဝေဒယိတ” သုခမျိုး (၀၂) ဆင်းရဲခြင်းနှင့် မကင်းလွတ်သော သုခမျိုးဖြစ်ပေသည်။ ဤသို့ မူမမှန် ကြာရှည်မခံသော အပေါ်ယံ သုခမျိုးကို ဗုဒ္ဓအရှင်မြတ် သည် တံတွေးသဖွယ် ရှုံရှာမုန်းတီးတော်မူ၍ ကြီးကျယ်လှသော မင်းသားဘဝမှ စည်းစိမ်းချမ်းသာကို ရက်ရက်ရောရော စွန့်လွှတ် ပယ်ခွါပြီးလျှင် ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှုကို ရှာဖွေရန် တော ထွက်တော်မူခဲ့ခြင်းဖြစ်လေသည်။

ချမ်းသာမှုကို ရှာဖွေသူတိုင်းသည် လောကုတ္တရာမဂ်ဖိုလ် ချမ်းသာကို ပဓာနအားဖြင့် ရည်မှန်းတောင့်တသည် မှန်သော် ငြားလည်း ထိုသန္တိသုခခေါ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မရသေးမီကာ

လ အတောအတွင်း လောကီဘဝ၌ ချောင်ချီသက်သာစွာ စားသောက်နေထိုင်နိုင်လောက်သော လောကီချမ်းသာမျိုး လိုအပ်ပေရာ သမ္မာအာဇီဝခေါ် စင်ကြယ်သော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်ကို ရှာဖွေအားထုတ်ကြရပေမည်။ သမ္မာအာဇီဝအလုပ်နှင့် ရိုးရိုးစားသောက်လိုမှုသည် ဝိသမလောဘမဟုတ်ပေ။

ထိုသို့ အားထုတ်ရှာဖွေကြသော်လည်း အလိုမပြည့်၊ အစိုးမရသော လောကဓံတရား ရှစ်ပါးအတိုင်း လိုအပ်သည်ကို မရလျှင် လောဘကစ၍ ဒေါသစိတ်များ ဖြစ်ပွားလျက် ကိုယ်၏ ဆင်းရဲမှု၊ စိတ်၏ဆင်းရဲမှု၊ အစုစုကို ခံစားကြရလေသည်။

ဤသို့ဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းရင်းကို ရှာဖွေသောအခါ လူသတ္တဝါတို့အား ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ဆင်းရဲအောင် နှိပ်စက်နေကြသော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ တည်းဟူသော အကြောင်းခံတရားဆိုးသုံးပါးကို တွေ့ရှိရလေသည်။ သမ္မာအာဇီဝ အမှုဖြင့် လုပ်ကိုင်စားသောက်ခြင်းသည် သမလောဘဖြစ်၍ မတော်မတရားသော သက်မွေးမှုသည် ဝိသမလောဘဖြစ်သည်။ ဝိသမလောဘသည်ကား ဒုက္ခအပေါင်းကို ဖြစ်ပွားစေသော မူလအကြောင်းရင်းဖြစ်ကြောင်း အထင်အရှားပင် တွေ့ရသည်။

ရိုးရိုးစားသောက် နေထိုင်ရေးအတွက် သမလောဘနှင့် မတော်မတရားဝိသမလောဘတို့အနက် ဝိသမလောဘသည် ဒုက္ခခပ်သိမ်းဖြစ်ပွားရာ၌၎င်း၊ ချမ်းသာမှုကို ပိတ်ပင်ရာ၌၎င်း၊ အဆိုးဆုံးရန်သူကဲ့သို့ဖြစ်၍ လူတို့ကို နှိပ်စက်ညှဉ်းပမ်းလေသည်။ သေသည့်နောက်လည်း ပြိတ္တာ ဖြစ်ရတတ်၏။

လိုချင်မှုလောဘ မပြည့်သောအခါ ဒေါသမီးတောက်လောင်ကာ ရန်ခိုက်ဒေါသ၊ ပဋိပက္ခ၊ ဗျာပါဒ အမျိုးမျိုးဖြင့်

ဆင်းရဲဒုက္ခအဖုံဖုံ ရောက်ရလေတော့သည်။ ဤနေရာမှာ ငါစွဲမှုသည် မူလဗီဇ အကြောင်းရင်းဖြစ်လေသည်။

“ငါ”ချောသည်၊ လှသည်၊ ဥစ္စာရှိသည်၊ ပညာရှိသည်၊ ရာထူးရှိသည် စသဖြင့် အသင်ကြီးပြီး မာန်မာန ထောင်လွှား တတ်ကြသည်။ တခဏအားဖြင့် ရရှိသော အသက်နှင့် ဥစ္စာ စည်းစိမ် ရာထူးဂုဏ်သိရုံ ဟူသမျှတို့သည် အစဉ်သဖြင့် တည်မြဲသည် မဟုတ်၊ စိတ်ချရသည်လည်း မဟုတ်သဖြင့် ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံး အနိစ္စရောက်ရသော သင်္ခါရသဘောမျှ ဖြစ်သည်ကို မသိ မမြင်တတ်ကြ၍သာ မထောင်လွှားထိုက်သော မာန်မာန၊ မသင့်တော်သော ဣဿမစ္ဆရိယ၊ ရန်ခိုက်၊ ဒေါသ၊ ဗျာပါဒ စသောဒုက္ခ မီးအမျိုးမျိုးဖြစ်ပွားလေသည်။ လင်နှင့်မယားနှင့် မြတ်ခြင်း၊ သားအဖ မောင်နှမ ဆွေမျိုးသားချင်း အချင်းချင်း ရုံးရောက် ဂါတ်ရောက်ဖြစ်ကြရသည်။ ဤတွင်မက ထိုသို့သော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာန်မာနကြောင့် လုယက်ခြင်း၊ သတ်ဖြတ်ခြင်း၊ စစ်တိုက်ခြင်းအထိ ကြီးမားသော ပြစ်မှားမှုများ ဆိုက်ရောက်ကြရသည်။

အမှန် အားဖြင့် ဆင်းရဲဒုက္ခအဖုံဖုံ ရောက်တတ်စေသော လောဘ၊ တဏှာ၊ မခံချင်သော ဒေါသ၊ တွေဝေမှောက်မှားသော မောဟနှင့် ငါတည်းဟူသော မာန်မာနများကို အားပေးခြင်း ဖြင့် ဘယ်အခါမျှ ငြိမ်းချမ်းမှုမရနိုင်ချေ။ သို့သော် ထိုလောဘ၊ ဒေါသမီးများသည် မလိုချင်ခြင်း အလောဘ၊ သည်းခံခြင်း—မေတ္တာ၊ ကရုဏာစသော အဒေါသဖြင့်၎င်း၊ မတွေဝေခြင်း—အမောဟတို့ဖြင့် အောင်မြင်ခြင်းသာလျှင် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး

ငြိမ်းအေးနိုင်မည်ဟု ဘုရားအဆူဆူတို့က ဟောပြောဆုံးမ,တော် မူခဲ့ပါသည်။

ဆိုးဝါးသော လောဘ, ဒေါသ, မောဟ, မာန်မာန တည်း ဟူသော မီးများကို တရားတော်ရေအေးဖြင့် ငြိမ်းသတ်ကြမည် ဆိုလျှင် ယခုပစ္စုပ္ပန်မှာ ဆင်းရဲဒုက္ခအဖုံဖုံ ငြိမ်းချမ်းရုံသာမက နောင်သံသရာမှာလည်း အပါယ်တံခါးပိတ်၍ လူချမ်းသာ နတ် ချမ်းသာ ခံစားရမည့်အပြင် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာအထိ ခံစားဘို့အ တွက် အခြေခံရမည်ကား ကေနပ်ပင်ဖြစ်ပေသည်။

အမှန်အားဖြင့် အနည်းငယ်မျှလောက် သည်းခံခြင်း, ဖေါ ရွှေခြင်း, မျှတမှုရှိခြင်း, စွန့်လွှတ်ခြင်း, အနစ်နာခံနိုင်ခြင်း, ရက် ရောခြင်းတို့ဖြင့် သဘောထားမြင့်မြတ်ပါက လူတို့ကိုနှိပ်စက် ညှင်းပန်း၍နေသော လောဘ, ဒေါသ, မောဟ, မာန်မာနမီးများ လွယ်လင့်တကူ ငြိမ်းအေးသွားနိုင်သဖြင့် ခိုက်ရန်ဒေါသ, ပဋိပက္ခ ဟူသမျှ ကင်းဝေးနိုင်ပေသည်။

ဤသို့သော မြင့်မြတ်သိမ်မွေ့သည့် စိတ်ဓာတ်ဖြင့် လင်နှင့် မယား, သားနှင့်အဖ, ညီအစ်ကိုမောင်နှမအချင်းချင်း ငြိမ်းချမ်း သာယာပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်သည့်အပြင် လုယက်သတ်ဖြတ် ခြင်းနှင့် ကြီးမားသော အမှုအခင်းများအားလုံးကုန် ငြိမ်းချမ်း ၍ သာယာရွှင်လန်းသော အိမ်ထောင်အစုစုနှင့် ငြိမ်းချမ်းသာ ယာသော တိုင်းပြည်တခု ဖြစ်လာနိုင်ပေမည်။

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့် အကြံပေးလိုသည်မှာ သာယာစွာ ကိုယ် စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းမြေ့ နေထိုင်လိုသူမှန်သမျှသည် မိမိတို့ကိုယ်စီ

ကိုယ်၌ ကျင့်ကြံအပ်သော ဝတ္တရားများကို ကောင်းစွာ ကျေပွန်
 ထိုက်ကြပေသည်။ ဤသို့ ကောင်းစွာ ကျေပွန်ကြမည်ဆိုလျှင်
 အစဉ်ထာဝရ ချမ်းမြေ့သာယာ ရှင်လန်းစွာဖြင့် နေထိုင်ကြရ
 မည် အမှန်ပင်ဖြစ်ပေသည်။ “စကားနဲ့-ရန်စ” “စကားများ
 အမှားပါ” ဆိုသလို စကားနဲ့နိုင်သမျှ ကောင်းလေစွ။ သို့ကြောင့်
 ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ၊ ဒုစရိုက်တို့ကို အထူးရှောင်ကြဉ်
 ကြပါက ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

အခန်း (၅)

အလင်းဉာဏ် ရှာဖွေတော်မူခြင်း

ဘုရားအလောင်း သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားသည် ကမ္ဘာသူ
ကမ္ဘာသား အများသတ္တဝါတို့ အဖန်တလဲလဲ အိုနာသေခြင်း
စသော ဒုက္ခစက်ကင်းမှ လွတ်မြောက်ရာ လွတ်မြောက်ကြောင်း
ပညာဉာဏ်အလင်းရောင်ကို ရှာဖွေလိုသောစိတ်ဓာတ် ထက်သန်
လှသဖြင့် စည်းစိမ်းချမ်းသာ စံစား ခံစားမှုတို့နှင့်တကွ ချစ်လှ
စွာသော အဖ ခမည်းတော်ကြီးနှင့် မိန်းမလှ ထိပ်ခေါင်တင်
ယသော်ဓရာနှင့် သားတော်ရာဟုလာတို့၏ သံယောဇဉ်ကို ဖြတ်
ပြီးလျှင် ၂၈-နှစ်အရွယ်ကောင်းတွင် အိမ်ရာမရှိသော တော
စခန်းသို့ တိတ်တဆိတ် ထွက်သွားရှာလေသည်။ ထိုအချိန်သည်
ဝါဆိုလပြည့်နေ့ည သန်းခေါင်ယံပင် ဖြစ်ပေသည်။ ထွက်ခွာ
သွားခါနီးဆဲဆဲ သားတော် ရာဟုလာကို ရှုမြင်လိုသော အကြံ
တော်ရှိ၍ အဆောင်တော်သို့ဝင်ပြီး ကြည့်ရှုလိုက်သောအခါ
သားကလေးကိုပေ့ပိုက်၍ စက်ပျော်နေသည့် ယသော်ဓရာကို
မြင်ရုံသာမြင်ခဲ့ရ၍ ပြန်လှည့်ကာ ထွက်သွားတော်မူရှာလေသည်။

လူ့ဘုံလောက အပါအဝင်ဖြစ်သော ၃၁-ဘုံတွင် ချမ်းသာ
ဟူသည် မြူမျှမရှိ။ ဒုက္ခအတိသာ ပြည့်၍နေသည်ကို အထင်အ

ရှား တွေ့ရှိစေကာမူ စဉ်းစားဆင်ခြင်ဉာဏ် မသုံးသူ အချို့သည် သုခဟူ၍လည်း ရှိသေးသည်ဟု အထင်မှား အမြင်မှားလျက်ရှိကြလေသည်။ ဤကဲ့သို့ အထင်မှားရခြင်းကား အသိပညာ မပြည့်စုံခြင်းကြောင့်သာတည်း။ သုခဟူသည် တဒင်္ဂအားဖြင့် အနည်းငယ်ချမ်းသာ သယောင်ယောင်ရှိစေကာမူ အိပ်မက် မက်သလို ခဏချင်း ကွယ်ပျောက် အနိစ္စရောက်သွားသည့်အပြင် နောက်ဆုံး၌ ဒုက္ခ၊ ဒေါမနဿဝေဒနာသာ အဖတ်တင်လေသည်။ ၎င်းကို “ဝေဒယိတသုခ” ဟုခေါ်၍ ထိုမမြဲမှုဆင်းရဲမှုမကင်းသော ချမ်းသာမျိုးကို သူတော်ကောင်းများမနှစ်သက်၍ သုခမှန် သုခစစ်ကိုသာ ရှာကြံကြလေသည်။

အသိဉာဏ် ပညာအလင်းရောင်များ ခေါင်းပါးသော ပုထုဇဉ်တို့သည် သူတို့၏ သဘာဝ သဘောအားလျော်စွာ (နန္ဒီရာဂ သဟဂတာ တတြတတြာဘိနန္ဒီနီ) ဟူသော ဘုရားဟော ပါဠိတော်အတိုင်း တပ်မက်သော တဏှာရာဂဖြင့် ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ်ကိုသာ လွန်စွာလိုက်စားကြလျက် ချမ်းသာပျော်ရွှင်မှုကို တောင့်တရှာဖွေ ခံစားလိုကြလေသည်။ အားရ တင်းတိမ်သည်ဟူ၍လည်းမရှိ။ နောက်ဆုံးတနေ့ အိုနာသေခြင်း ဒုက္ခတို့ကိုသာ အဖန်တလဲလဲ တွေ့ကြုံခံစားကြရလေသည်။

သို့ပါသော်လည်း “ပိုးဖလံမျိုး၊ မီးကိုတိုး၊ ကိုယ်ကျိုးနည်းလှပြီ” ဆိုသော သံဝေဂကမ္မဋ္ဌာန်း လင်္ကာအရ ပိုးဖလံမျိုး မဖြစ်စေဘဲ သတိတရားကောင်းရစေလျက် ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန် ရကြောင်းကိုသာ နှလုံးသွင်းသင့်လှ၏။ နောက်ထပ် လောဘ၊ ဒေါသ၊ စသော မီး ၁၁-ပါး မမွေးမလောင်စေဘဲ

အိုနာသေရေးကင်းငြိမ်းရာ “သန္တိသုခ”ခေါ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ အစစ်ကို အရေးတကြီး ရှာကြံသင့်ပေသည်။

အမှန်စင်စစ်အားဖြင့် ၃၁-ဘုံသည် ဒုက္ခနယ်တွင်းပင် ဖြစ်စေကာမူ မြတ်ဗုဒ္ဓက ချမ်းသာရာ ချမ်းသာကြောင်း ရရှိစေခြင်းငှာ သတ္တဝါများအတွက် မဟာကရုဏာ သက်ဝင်၍ “ကမ္မဿကဘာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ”ခေါ် ကံတရားကို ဟောတော်မူသည်မှာ အကုသိုလ်တရားကျူးလွန်လျှင် ငရဲတိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာ အသူရကာယ်တည်းဟူသော အပါယ်လေးဘုံသို့ ကျရောက်ရမည်၊ ကုသိုလ်တရား အားထုတ်ခဲ့ပါလျှင် လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာ ဗြဟ္မာချမ်းသာများ ရရှိပေမည်၊ ဒါန သီလ သမထ ကုသိုလ် ကောင်းမှုသည် ဆိုအပ်ပြီးသော ချမ်းသာသုံးပါးအတွက်ပင်ဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့သော တရားများကို ဟောရခြင်းမှာ မြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မမူမီ ရှေးအခါက လူတို့သည် လုပ်ချင်တာလုပ်၊ ဖြစ်ချင်ရာဖြစ်သားဘဲဟု အယူဝါဒ စွဲလမ်းနေစဉ် မြတ်စွာဘုရားသည် ၎င်းအယူကို ပယ်ဖျောက်၍ “ကမ္မဿကဘာသမ္မာဒိဋ္ဌိ”ခေါ် ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံကို ဟောပြောရခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ၎င်းနောက် ပုညာဘိသင်္ခါရ၊ အပုညာဘိသင်္ခါရ၊ အာနေဉ္ဇာဘိသင်္ခါရ တရားတို့သည် (၃၁)ဘုံမှ မထွက်မြောက်နိုင်ဘဲ အထက်တန်း သံသရာလည်ကြောင်းသာဖြစ်၍ အထင်ကြီးနေမည်စိုးရိမ်သဖြင့် “ဝိပဿနာပညာ”စခမ်းကိုသာ အတွင်းလှမ်းဘို့ အရေးတကြီး ဟောတော်မူပေသည်။

၎င်း ပညာစခမ်းမှသာလျှင် (၃၁) ဘုံလည်လမ်းမှလွတ်၍ ဉာဏ်စခမ်းတည်းဟူသော နိဗ္ဗာန်ရွှေမြို့ ရောက်နိုင်ကြောင်း အထက်တန်းတရားကို ဟောတော်မူပေသည်။

သတ္တဝါတို့ကို ဝဋ်ဆင်းရဲမှ ကယ်တင်လိုသော စိတ်ဆန္ဒ မဟာကရုဏာတော်ဖြင့် သင်္ချေ (၂၀) ကမ္ဘာတသိန်း ဘဝ ပေါင်းများစွာ အဆင်းရဲခံ၍ ပါရမီဖြည့်ခဲ့ပြီး သံသရာ လည်စေ တတ်တဲ့ ပထမတရားခံလက်သယ်ကို ရှာပါသော်လည်း မတွေ့ခဲ့ ရပါ။ နောက်ဆုံး ဂေါတမအနွယ် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဘဝမှ တော ထွက်၍ ရဟန်းအသွင်ယူပြီး ဒုက္ကရစရိယာကို (၆)နှစ်တိုင် ဆင်း ရဲစွာကျင့်လျက် အိန္ဒိယပြည် ဂယာနယ် ဥရုဝေလတော၌ ဗောဓိပင်အောက် ရွှေပလ္လင်ပေါ်တွင် လိုအပ်သောအလင်းဉာဏ် ရသဖြင့် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိတော်မူ၍ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ အားရတော်မူလျက် ကျူးရင့်သော ဥဒါန်းကား အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်လေသည်။

အနေကဇာတိသံသာရုံ၊ သန္တာဝိဿံ အနိဗ္ဗိဿံ။

ဂဟကာရံ ဂဝေသန္တော၊ ဒုက္ခာ ဇာတိပုနပ္ပနံ။

စသည်ဖြင့် ဥဒါန်းကျူးရင့်တော်မူ၏။ အဓိပ္ပာယ်မှာ— ဒုက္ခမူလဖြစ်သော တဏှာအိမ်ကို ဆောက်လုပ်သူကို ဘဝပေါင်း များစွာက ရှာဖွေခဲ့သော်လည်း မတွေ့ခဲ့ပါ။ ဆင်းရဲလှသော ဇာ တိဒုက္ခကိုသာလျှင် အဖန်တလဲလဲ ခံစားခဲ့ရသည်။ ယခုအချိန်မှာ ပင် ထိုဒုက္ခဖြစ်ပွားလေသော တဏှာအိမ်ကို ဆောက်သူနှင့်တကွ ၎င်းတို့၏ တိုင်တန်းစသော ကိရိယာတံဆာပလာများပါ ပျက် စီးပြီးဖြစ်ပါသည်။ နောင်ကိုတဏှာအိမ်ကြီး ဆောက်တည်ခွင့်မရှိ၊ ဇာတိစသော ကိလေသာမီး (၁၁) ပါးလည်း လုံးဝ ငြိမ်းချမ်း တော့သည်။

လူသတ္တဝါတို့သည် တခဏဖြင့် တွေ့ကြုံကြရသော ချမ်းသာမှုကို တပ်မက်ကြ၍ အမှောင်ထဲတွင် တဝဲလည်လည်ဖြစ်၍ အစဉ်သဖြင့် တဏှာရာဂမီးကို ပူမှန်းမသိပေ့ ပိုက်ခါ လောင်ကျွမ်းနေသည်ကို မြင်တော်မူ၍ ကရုဏာရှင် မြတ်ဗုဒ္ဓက ညီးညူတော်မူသည်မှာ—

ကောနုဟာသော ကိမာနန္ဒော၊ နိစ္စံ ပဇ္ဇလိတေ သတိ။
အန္ဓကာရေန ဝနဒ္ဓါ၊ ပဒီပံ နဂဝေသတိ။

ဟူ၍ ဝမ်းနည်းစွာ မိန့်တော်မူ၏။ အဓိပ္ပာယ်ကား-အစဉ်သဖြင့် ပူဆွေးနေကြရပါလျက် အကိုမရှာ၊ အမှောင်ထဲတွင် တဝဲလည်လည် နေရပါလျက်နှင့် အလင်းရောင်လည်း မရှာကြဘဲလျက် အဘယ်ကြောင့် ရယ်လားမောလားနှင့် ပျော်ပါး၍နေနိုင်ကြသနည်း။

ဘုရားလောင်း သိဒ္ဓတ္ထသည် အလင်းရောင် ပညာမှန်ကို ရှာဖွေရင်း တောထဲ၌ အရိမ်ကလမ်ခေါ် ကာလမအမျိုးသား အဋ္ဌာရရသေ့နှင့် ဥဒကံရသေ့နှစ်ဦးနှင့် တွေ့သဖြင့် ၎င်းတို့၏ နည်းအတိုင်း အတူတကွ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော်လည်း ၎င်းတို့နည်းဖြင့် လိုအပ်သော ပညာအလင်းရမည် မထင်၍ တဦးတည်းခွဲခွဲပြီး နေရဉှော့မှန်ကမ်းရှိ ဥရုဝေလတော၌ ဗောဓိပင်တပင်အောက်တွင် မိမိကိုယ်ပိုင်ဉာဏ် ဝီရိယဖြင့် လွတ်လပ်စွာ အားထုတ်၍ စက္ခုကရဏီ အလင်းဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ကြံတွေးလာပုံမှာ—အော် လိုချင်တပ်မက်မှုတဏှာနှင့် တွယ်တာစွဲလမ်းမှု သမုဒယကြောင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်းဖြစ်ပွား

လာပါတကား၊ ထိုဒုက္ခကင်းငြိမ်းသော နိရောဓသစ္စာခေါ် နည်းတခုလည်း ရှိပေသည်ဟူ၍ ထင်မြင်လာသဖြင့် ဆက်လက်၍ မရပ်မနားအားထုတ်ရင်း ကြံတွေးရင်း သစ္စာလေးပါးခေါ် အမှန်တရားလေးပါးကို ဆက်လက်၍ ထင်မြင်လာလေသည်။ ဒုက္ခဒုက္ခဖြစ်ခြင်းအကြောင်းနှင့် ငြိမ်းအေးရာ နိရောဓသစ္စာ-နိဗ္ဗာန်သို့ ကူးမြောက်ရန် မဂ်လမ်းရှစ်သွယ်ကို တပြိုင်နက် ထင်မြင်လာတော်မူသည်။

ဤသစ္စာလေးပါး တရားတော်ကို အဖန်တလဲလဲ ထပ်ခါထပ်ခါ ဆင်ခြင်အားထုတ်ရာတွင် တဖန်ပေါ်လွင်လာသည်မှာ— အဘယ်မည်သောအကြောင်းများ ဆက်စပ်လာ၍ အကျိုးဒုက္ခဖြစ်ပွားလာသနည်းဟူ၍၎င်း၊ အကြောင်းကင်း၍ အကျိုးမဖြစ်တန်ရာစသဖြင့်၎င်း ဆင်ခြင်တော်မူလေသည်။

ဆင်ခြင်သောဉာဏ်နှင့် ဝီရိယအားဖြင့် တဖန် ထင်မြင်၍လာပုံမှာ— မျက်စိ၊ နား၊ စသော အတွင်း အာယတန(၆)ပါးနှင့် အဆင်းအသံစသော အပြင် အာယတနများနှင့် ဝိညာဏ်ခေါ် သိမှုဤ(၃)မျိုးစလုံး ပေါင်းစပ်မှု (ဝါ) ထိခိုက်မှု (ဖဿ)ကြောင့် ကောင်းမကောင်း ဝေဒနာများ ခံစားရ၏။ ၎င်း ဝေဒနာမှာ တဏှာရာဂခေါ် လိုချင်တပ်မက်မှု ဖြစ်လာ၏။ ၎င်းတပ်မက်မှုတဏှာ ရင့်သန်လာ၍ ဥပါဒါန်ခေါ် စွဲလမ်းမှုဖြစ်လာခြင်းကြောင့် ကမ္မဘဝ-ကမ္မဘဝကြောင့် ပဋိသန္ဓေတည်ပြီး ဇာတိဖြစ်၍လာသည်။ ဇာတိမှစ၍ အိုနာသေခြင်းစသော ဒုက္ခပင်ကြီး တိုးပွားလာလေပါတကားဟူ၍ ထင်မြင်လာပြန်သည်။

ဤတဏှာမှအကြောင်းပြု၍ ဇာတိဖြစ်ရခြင်းအကြောင်း ရင်းသည် အဝိဇ္ဇာခေါ် မသိမှု (၀၂) ဉာဏ်အလင်း ကင်းမဲ့မှု ဖြစ်လေသည်။ ထို့ကြောင့် အဝိဇ္ဇာနှင့်တဏှာ ဤမူလအကြောင်း ရင်း (၂) ပါးကြောင့် ဇာတိစသောဒုက္ခများ ဖြစ်ပွားလေသည်။ ထို့ကြောင့် “အဝိဇ္ဇာတဏှာဝသေနဒွေမူလာ” ဟု ဟောတော် မူ၏။ အဝိဇ္ဇာမှောင်တွင်း မိန်းမောတွေဝေနေကြသော သူတို့ သည် လူနတ်ဗြဟ္မာ ဘုံ(၃)ပါးတွင် စံစားခံစားလိုသော စိတ် သာလျှင် ထက်သန်၍နေတော့သည်။ ငရဲပြည်၌လည်း ခံစားခဲ့ ပြီ၊ လူနတ်ဗြဟ္မာဘုံမှာလည်း စံစားခဲ့ပြီ၊ သို့သော် မည်သည့်ဘုံ မှလဲ အမြဲမရှိ၊ ငိုလိုက်ရယ်လိုက်နှင့်ပင် နေခဲ့ရသည်။ ၎င်း လူနတ် နတ်ဘုံ ဗြဟ္မာဘုံ ဘုံ ၃-ပါးစလုံးတွင် ခံစားရသောချမ်းသာမျိုး သည် လုံးဝမမြဲ၊ မမြဲမှုကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ မကင်းသည်ကိုလည်း မသိမမြင်ကြကုန်၊ ဒုက္ခကိုလည်း ဒုက္ခမှန်းမသိ၊ ဒုက္ခငြိမ်းရာ ငြိမ်း ကြောင်း နိရောဓ သစ္စာကိုလည်းမမြင်၊ ဒုက္ခဖြစ်ပွားစေသော သမုဒယလည်းမပယ်၊ သိမြင်ဖယ်ပစ်ရန်လည်း အားမထုတ်ကြ၍ ၎င်း သစ္စာ(၄)ပါးခေါ် အမှန်တရားကို မသိမမြင်သောကြောင့် ဝဋ်ဆင်းရဲမှ မထွက်နိုင်ပါတကားဟူ၍ သတိမမူကြကုန်။ ဤ သစ္စာ (၄) ပါး အမှန်တရားကို မသိမြင်သမျှ ကာလပတ်လုံး နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော သံသရာတဘက်ကမ်းသို့ ပို့ဆောင်နိုင်သော မဂ္ဂင်(၈)ပါးဖေါင်ကြီးကို မချဉ်းကပ်နိုင်ကြချေ။

တရားဓမ္မ ကျမ်းဂန်စာပေများ ပါးစပ်က ရွတ်ဖတ်ရုံနှင့် ငါတတ်သည်ဟူ၍ ရောင့်ရဲကြသည်၊ တဖန် သစ္စာ(၄)ပါး ထင် မြင်အောင်မလုပ်ဘဲ သာမည ဒါနသီလဖြင့် အချိန်ကုန်ရုံနှင့်

ဒုက္ခငြိမ်းချမ်းရေးအဘို့ လုံလောက်သည်ဟုလည်း ထင်မြင်ကြသည်။

သစ္စာ(၄)ပါး ဟူသည်ကား ဥရုဝေလတောရှိ ဗောဓိပင်အောက်၌ ထူးချွန်စွာ ကြံစည်အားထုတ်၍ရသော တရားမှန် (၄)ပါးဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတရားမှန် (၄) ပါးသည် မိဂဒါဝုန်တော၌ ဓမ္မစက္ကပဝတ္ထနသုတ်ဖြင့် ပဉ္စဝဂ္ဂီ(၅)ဦးကို ဦးစွာဟောတော်မူခဲ့သောတရားဖြစ်၏။ မည်သူမျှ ရှေးက မဟောပြောခဲ့ပါ။ ဆရာမရှိဘဲ မိမိကိုယ်တိုင် အဖန်ဖန်သားထုတ်၍ရစေကာမူ သတ္တဝါတို့ ကယ်ဆယ်နိုင်သူတဦး ဖြစ်စေကာမူ ကိုယ် ကိုယ်ကို ဘုရားတဆူ ဆရာတဦးဟူ၍၎င်း ဂုဏ်ပကာသနကိုလည်းမလိုလား၊ နာခံလိုက်နာရမည်ဟူ၍လည်း အတင်းအကြပ် မခိုင်းခဲ့ပါ။ “ဧဟိပဿိကော ဓမ္မော၊ သန္နိဋ္ဌိကော၊ ဩပနေယိကော၊ ပစ္စတ္တံဝေဒိတဗ္ဗော” ဟူ၍ မိန့်တော်မူခဲ့ပါသည်။ အတိုချုပ်အဓိပ္ပါယ်မှာ—လာ ကြည့် ရှုလှည့်ပါ။ ကိုယ်တိုင်စမ်းသပ်၍ ကိုယ်ကျိုးသူကျိုးရှိမည်ဟူ၍ ထင်မြင်မှသာလျှင် ယူဆောင် လိုက်နာ ကျင့်သုံးကြပါဟု သဒ္ဓါကြည်ဖြူစွာ မိန့်တော်မူ၏။ မည်သူက ပြောဟောစေကာမူ မစဉ်းမစား မယုံကြည်ကြပါနှင့်။ ဥာမာအားဖြင့် ရွှေများဝယ်သည့် အခါ မှတ်ကျောက်တင်၍ စမ်းစစ်သကဲ့သို့ အကျိုးအပြစ်ကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်၍သာလျှင် ယူဆောင်လိုက်နာ ကျင့်သုံးကြပါဟူ၍ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း မိန့်တော်မူခဲ့သည်။ ရလို့သူတိုင်း သစ္စာ(၄)ပါး အမှန်တရားကို ထင်မြင်အောင် အားထုတ်ကြပါဟု စေတနာကောင်းနှင့် သတိပေးခဲ့သည်။

ဤ နက်နဲမှုန်မြတ်လှသော တရားကို မသိမမြင်သော ကြောင့် သံသရာဘေးကို ဘေးမဆင်ဘဲ ပျော်ပါးနေကြသော

လူသတ္တဝါတို့သည်၊ ဤတရားဓမ္မကို နားလည်မည်၊ လိုက်နာမည်၊ မထင်၍မဟောဘဲ နေတော်မူသောအခါ သဟံပတိ ဗြဟ္မာကြီးကိုယ်တိုင် လာရောက်ခါ သတ္တဝါတို့အား ကယ်ဆယ်ရာ ကယ်ဆယ်ကြောင်း တရားဖြစ်သည့်အပြင် အလွန်ခက်ခဲစွာ ရထားသော ဤတရားတော်ကို ဟောတော်မူပါမည့်အကြောင်း အတန်တန် တောင်းပန်တော်မူသောအခါ ဟောတော်မူရန် ဆုံးဖြတ်တော်မူလေသည်။

မည်သူ့ကို အစဦးစွာ ဟောတော်မူမည်ဟူ၍ စဉ်းစားတော်မူသောအခါ ရှေးတုံးက အတူနေထိုင် အားထုတ်ခဲ့သော ယောဂီငါးပါးကို သတိရတော်မူ၏။ ၎င်းတို့ကား ဂေါတမသည် တရားရမည်မဟုတ်ပါဟုထင်၍ အခြားသို့ ထွက်ခွာသွားသူများ ဖြစ်ကြသည်။ ၎င်းတို့နေထိုင်ကြသော မိဂဒါဝုန်သို့ တောလမ်းခရီးဖြင့် ကြွတော်မူ၏။ ၎င်းတို့ကို စုံလင်စွာ တွေ့သောအခါ မိန့်တော်မူသည်မှာ အို ...ငါ့ရှင် ဘိက္ခုတို့ တရားတော်အလင်း သစ္စာလေးပါးကို မထင်မမြင်သောကြောင့် ငါတို့နှင့် တကွ သတ္တဝါအပေါင်းတို့သည် အဖန်တလဲလဲ အိုနာသေခြင်းစသော ဘေးဒုက္ခတွင်း နစ်မြုပ်နေကြရကုန်သည်။ ၎င်းဘေးမှ လွတ်ရာ လွတ်ကြောင်း တရားမှန် အလင်းဉာဏ်ကို ယခု ငါပြောပြဖြစ်၍ အရှင်ယောဂီများအား ယခု ဟောပြောရန်လာခဲ့သည်။

ဤတရားငတင်ကို စိတ်နှလုံးတွင် ထင်ပေါ် လာသည့် အချိန်မှစ၍ ဤဗောဓိဉာဏ်ပြည့်စုံလာသဖြင့် ငါသည် သမ္မာသံဃုဒ္ဓါအဖြစ်သို့ ရောက်လာပြီဖြစ်ပါသည်။ ယုံကြည်စွာ နားဆင်ကြပါဟု မိန့်တော်မူ၏။

ဣဒံ ခေါဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံအရိယသစ္စံ၊ ဇာတိပိဒုက္ခာ
ဇရာပိဒုက္ခာ၊ ဗျာဓိပိဒုက္ခော၊ မရဏံပိဒုက္ခံ၊ အပ္ပိယေဟိ
သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော
ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော၊ ယံပိစ္ဆန္ဒံ နလဘတိ
တံပိ ဒုက္ခံ

သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ။ (၀၇) ရုပ်-
နာမ်ပင်ဖြစ်သော ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးပင်လျှင် ဒုက္ခဖြစ်ပေသည်။

(၁) ဇာတိပိဒုက္ခ-ကျဉ်းမြောင်း ညစ်ပတ်သော အမိ
ဝမ်းတွင်း ကိုးလ ဆယ်လနေ၍ မွေးဖွားလာခြင်း၊
ပဋိသန္ဓေ နေရခြင်းနှင့် မွေးဖွားလာခြင်းဒုက္ခ၊
၎င်းဒဏ်များမခံနိုင်၍ မီးဖွားခါနီး သေရခြင်း
များသည်လည်း ဒုက္ခ။

(၂) ဇရာပိဒုက္ခ-ဇာတိဖြစ်၍ မွေးဖွား လာပြီးသည်
နောက်ခန္ဓာကိုယ်ကြီး အိုမင်းရင့်ရော်လာသဖြင့်
ခမ်းခြောက်၍ အားအင် ကုန်ခမ်းပြီးလျှင် မသွား
မလာနိုင်ခြင်းသည် ဆင်းရဲအမှန် ဖြစ်လာခြင်းကို
ဇရာဒုက္ခခေါ်ပါသည်။ မအိုမနာချင်သော်လည်း
မနေရ ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါများ လျော့ပါးပျက်စီးခြင်း
ကို ခံရလေသည်။

(၃) ဗျာဓိပိဒုက္ခ-သွားနာခြင်း၊ ခါးနာခြင်း၊ မျက်စိ
နာခြင်း၊ နားထိုင်းခြင်း၊ စသော ရောဂါဘေး
တမျိုးပြီးတမျိုးမှ မည်သူမျှ ကင်းလွတ်ချမ်းသာ

ခွင့် မရနိုင်ချေ၊ ယခု ကျန်းမာရေးပညာ ထွန်းကားလာသဖြင့် ကုသပြုစုကြသော်လည်း ရောဂါများ ကာကွယ်ကင်းလွတ်ရာ၌ လုံးဝ မစွမ်းဆောင်နိုင်ပေ။

မရဏံပိဒုက္ခ - ကျန်းမာရေးပျက်ကွက်ပြီး ရောဂါအမျိုးမျိုး ခံစားရုံပင်မက မည်သူမဆို သေခြင်းတရားမှ လွတ်ခွင့်မရနိုင်ပေ။ သေခြင်းတရားကို မကြောက်သူဟူ၍ မရှိ၊ မသေချင်ပါသော်လည်း မနေရ၊ သေခါနီး မတန်အဆန့်ခံရသော ဒုက္ခကို မတွေ့မခံလိုကြသော်လည်း ဝတ်ဆင်စားသောက်နေထိုင်၍ အားမရသေးဘဲ ခံစား စံစား နေချင်တုန်းဆဲဆဲပင် သေကြရသည်။ ထို့ကြောင့် သေခြင်းဒုက္ခသည် အကြီးဆုံးဒုက္ခပင် ဖြစ်သည်။ သေခါနီးအချိန်မှာ ကုသိုလ်ရှင်များ မျက်မှောက်သို့ နတ်ရထား နတ်ပန်းအဆောင်များ ပေါ်လွင်တတ်၍ ရှင်ပြုံးစွာသေနိုင်ကြသည်။ အကုသိုလ်သမားရှေ့ မှောက်တွင် ကြောက်ဘွယ်ကောင်းသော ခွေးနက်ကြီး၊ ဒေါင်း၊ လှံများစသော ကြောက်ဘွယ်ရာများပေါ်လာ၍ ကြောက်ရွံ့သောမျက်နှာဖြင့် သေရသည်။ ငရဲကျဘို့ နိမိတ်ပင်တည်း။

ပိယေဟိပိပ္ပယောဂေါဒုက္ခော - မည်သူမဆို ချစ်ခင်မြတ်နိုးသော သားသမီးလင်မယား သို့မဟုတ် ဝတ္ထုပစ္စည်းနှင့် ခွဲခွာရခြင်းဒုက္ခနှင့် မတွေ့မကြုံလို

ကြသော်လည်း တွေ့ကြုံသောအခါ မခံမရပ်နိုင်
အောင် စိတ်ဆင်းရဲခံရလေသည်။

(၆) အပိယေဟိသမ္ပယောဂေါဒုက္ခော— မချစ် မနှစ်
သက်သူနှင့် မနေလို မပေါင်းလိုသော်လည်း မလွဲ
မကင်းသာ၍ ပေါင်း ဖော် နေရခြင်းသည်လည်း
အတိဒုက္ခဖြစ်ကြောင်း ခံရသူသာလျှင် သိပေ
လိမ့်မည်။

(၇) တဖန် လိုချင်တောင့်တသမျှ မရခြင်းသည် ဒုက္ခ
အစစ်ဖြစ်ပေသည်။ “ယံပိစ္ဆန္တု နလဘတိ တံပိဒုက္ခံ”
ဟု ဟောတော်မူသည်။

(ဂ-၉-၁၀-၁၁) ဇာတိ၊ ဇရာ၊ ဗျာဓိ၊ မရဏအပြင်
သောက-ပရိဒေဝ ဥပါယာသ စသဖြင့် လောက
သံသရာ၌ မရေမတွက်နိုင်အောင် ဒုက္ခအမျိုးမျိုး
ခံစားရသည်။ ထို့ကြောင့် အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့်
ခန္ဓာ(၅)ပါး (ရုပ်-နာမ်)ရှိသမျှ ဒုက္ခပင်ဖြစ်၏ဟု
ဟောတော်မူသည်။ ဇာတိသည် ဒုက္ခမူလဖြစ်၍
ဇာတိဒုက္ခ မရပ်စဲသမျှ ဤဒုက္ခမှမလွတ်နိုင်ချေ။

မှတ်ချက်

ဒုက္ခကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ မထင်သမျှ သုခခေါ် ချမ်းသာ
ရာ ချမ်းသာကြောင်းကို ရှာကြံတတ်မည်မဟုတ်ချေ။ ထို့ကြောင့်
ဒုက္ခစစ်ကို ဦးစွာထင်မြင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

ကရုဏာရှင် မြတ်ဗုဒ္ဓသည် သစ္စာလေးပါးကို ဟောပြောရာ၌ ဒုက္ခဖြစ်ပွားရေး အကြောင်းရင်းသည် အဘယ်နည်း၊ အကြောင်းရင်းကို ဖော်ထုတ်ရာ၌ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဟူသော သဘာဝဓမ္မသည် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားပင် ဖြစ်ကြောင်း သိမြင်တော်မူလေသည်။ သိမြင်လာပုံမှာ — ခင်မင်တပ်မက်မှုတဏှာသည် ဒုက္ခဖြစ်ပွားလေသော သမုဒယသစ္စာဖြစ်၏။ ၎င်းတဏှာကိုအကြောင်းပြု၍ ဇာတိ-ဇာတိမှစ၍ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ဖြစ်ပွားလေတော့သည်။ တဏှာဟူသည် အကျဉ်းချုံးအားဖြင့် (၃) မျိုးရှိ၏။ ၎င်းတို့သည် (၁) ကာမတဏှာငါးပါးအာရုံ ခံစားလိုခြင်း (၂) ဘဝတဏှာ ဘဝအမျိုးမျိုး၌ အာရုံခံစားလိုခြင်း (၃) ဝိဘဝတဏှာ အထူးထူးသော ဘဝကို နှစ်သက်တပ်မက်ခြင်း၊ ဆင်းရဲသမျှသည် တဏှာ၏ ချယ်လှယ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်၏။ (၁)တဏှာသာလျှင် ဇာတိမှစ၍ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ဆောက်လုပ်နေသောကြောင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ပွားများလေသည်။ ဤတဏှာဖြတ်ပစ်ရေးကိစ္စသည် မလွယ်ကူသော်လည်း မလျော့သော ဇီဝိတလဖြင့် လမ်းမှန်အတိုင်း အားထုတ်ပါက နိုင်နင်းစွာ ဖြတ်ပစ်နိုင်ပါသည်။ (၂) တဏှာသည် ဒုက္ခဖြစ်ပွားစေသော အကြောင်းရင်းဟူ၍ အမှန်သိခြင်းသည် သမုဒယသစ္စာ (၃) ဒုက္ခဖြစ်စေသော တပ်မက်မှုတဏှာမျိုးစုံကို ဖြတ်ပစ်၍ ဒုက္ခငြိမ်းချမ်းရေး အစစ်အမှန်ရခြင်းသည် “နိရောဓသစ္စာ” နိဗ္ဗာန်မည်၏။ (၄) ၎င်းဟောတော်မူသည်မှာ— ဣဒံခေါပနဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ၊ အယံမေဝအရိယော အဋ္ဌင်္ဂိကောမဂ္ဂေါ- ၎င်းနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရန် မဂ်လမ်းအမှန်သည် မဂ္ဂသစ္စာဖြစ်၏။

ဤတဏှာ ကုန်ခမ်းပျက်စီးရေးအတွက် အားထုတ်ရာ၌ အလေ့ဆိုး အကျင့်ညံ့(၂)ခုကို ရှောင်ကြဉ်ရပေမည်။ ထို(၂)ခုသည်ကား—

- (၁) ကာမဂုဏ် ခံစားလိုသောအကျင့်
- (၂) ကိုယ် ကိုယ်ကို နှိပ်စက် ညှင်းပန်းသော အကျင့် ဖြစ်၏။

အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တနှင့် အသုဘကို ဟုတ်မှန်စွာ မထင် မမြင်ခြင်း (၀၂) နိစ္စ သုခ အတ္တသုဘဟူ၍ လွဲမှားစွာ ယူဆခြင်းကြောင့် တဏှာ-လောဘကို မသတ်ဖြတ်နိုင်ကြကုန်။ မမြဲမှန်း ဆင်းရဲမှန်း ငါမဟုတ် အတ္တမဟုတ် အသုဘမှန်း မသိမမြင်ကြဘဲ ငါစွဲမ အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မကွာနိုင် မသတ်နိုင်သမျှ တဏှာ-ရာဂ မသေနိုင်ကြောင်း တထစ်ချမှတ်ပါ။

“ငါတုရားသည် အများတို့အတွက် နိဗ္ဗာန်ကိုခေါ် ဝိမုတ္တိလမ်းကို ဖွင့်ပေးပေသည်။ အို အရှင်ယောဂီတို့ ကြိုးစားအားထုတ်၍ ချမ်းသာအစစ်အမှန်ဖြစ်သော ဝိမုတ္တိကို ရအောင်ယူကြပေတော့။”

ဘာသာ ကဲ့ အချို့တို့က ဗုဒ္ဓတရားသည် ဒုက္ခဝါဒ သက်သက်ဖြစ်၏။ တသံသရာလုံး ဒုက္ခ-ဒုက္ခဟူ၍ ဟောတော်မူသောကြောင့် ဗုဒ္ဓသည် ဒုက္ခဝါဒီ (Pessimist) သက်သက် ဖြစ်သည်ဟူ၍ ယူဆကြလေသည်။ ဤသို့ယူဆခြင်းသည် လွဲမှားသောယူဆခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ အကြောင်းမူကား ဗုဒ္ဓသည် ဒုက္ခကို အသေအချာ ထင်မြင်စေခြင်းငှာ ပြောဟောလေ့ရှိသည်

ကားမှန်ပေသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဒုက္ခကို ဟုတ်တိုင်း မှန်စွာ မထင်မြင်လျှင် ချမ်းသာရာချမ်းသာကြောင်း စွမ်းဆောင်နိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ဗုဒ္ဓသည် ပိဋကတ် (၃) ပုံစလုံးမှာ လူတို့၏ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းချမ်းသာရာ ချမ်းသာကြောင်း နည်းကောင်းလမ်းမှန်များကို မြောက်မြားစွာ ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့သည့်အပြင် ပရိနိဗ္ဗာန်မစံမီ (၄၅) နှစ်ပတ်လုံး ဒုက္ခခပ်သိမ်းပြီး ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် ဟော ပြောဆုံးမတော် မူခဲ့ သည်။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓသည် ဒုက္ခဝါဒီသက်သက်မဟုတ်ပေ။ ချမ်းသာသုခကိုမြင်လိုသော သုခဝါဒီ (Optimist) အစစ်ဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားပေသည်။

ဗုဒ္ဓသည် ကိုယ်ကိုနှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းခြင်း (အတ္တကိုလမထာနုယောဂေါ) နှင့် (ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂေါ) ဟူသော ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ် ခံစားလိုခြင်းတို့သည် နစ်နာကျိုးယုတ်စေသော အကျင့်ဆိုးများဖြစ်၍ နှစ်သက်တော်မမူပါ။ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ်တည်းဟူသော ကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်ဖြင့် ပူဇော်ခြင်းကိုသာ နှစ်သက်တော်မူပေသည်။ စောင်မတော်မူရန် မျှော်လင့်တောင့်တ၍ ပူဇော်ပသပြုသည်ကိုလည်း လိုလားတော်မမူပါ။ မိမိတို့ကိုယ်ပိုင် လုလ္လဝီရိယဖြင့် တရားတော်နည်းအတိုင်း အားထုတ်၍ ချမ်းသာရာရအောင် ကြိုးပန်းခြင်းကိုသာ ချီးကျူးတော်မူ၏။ ဤသည်ကား မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အလင်းဉာဏ်ဖြစ်၍ ‘အနုတ္တရော ပုရိသ’ ခေါ် မနှိုင်းယှဉ်အပ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ထူးယောကျ်ားမြတ်ဟူ၍ ကမ္ဘာတဝှန်းလုံး ကျော်ကြားတော်မူသည်။

ကိုယ်ကျင့်တရားပျက်ကွက်ငြား ဆင်းရဲရမည်သာ

လူတို့သည် ကျန်းမာချမ်းသာ ပျော်ရွှင်မှုကို ငန်းငန်းတက် လိုလားတောင့်တကြပါသော်လည်း မလိုအပ်သော ဆင်းရဲဒုက္ခအတန်တန်နှင့်သာ အများအားဖြင့် တွေ့ကြုံကြလေသည်။ ဤသည်ကား အဘယ်နည်းဟူ၍ စဉ်းစားဝေဖန်ထိုက်ပေသည်။ အကြောင်းမဲ့ အကျိုးမဖြစ်တန်ခေ့ ဟူသော စကားအတိုင်း အကြောင်းရင်းကို ရှာသော် များသောအားဖြင့် တွေ့ကြုံကြရသည့် ချို့ယွင်းချက်များမှာ—

လူတို့၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာရာ ချမ်းသာကြောင်း ဖြစ်သော အရည်အချင်းထဲမှာ အရေးကြီးဆုံးဖြစ်သော လူ့ကျင့်ဝတ် လူ့ဝိနည်းခေါ် ကိုယ်ကျင့်တရား၊ လိမ်မာယဉ်ကျေးမှု၊ ကိုယ်ချင်းစာနာမှု မြင့်မြတ်ဖြူစင်သော စိတ်ဓာတ်နှင့် လူ့ဝတ္တရား ကျေပွန်မှုများ ကွယ်ပျောက်နေသည်ကိုသာလျှင် အဖက်ဖက်၌ တွေ့မြင်ရလေသည်။

အဆိုပါ သိမ်မွေ့ မှန်မြတ်သော အရည်အချင်းနှင့်ပြည့်စုံသော လူတို့သည် ၎င်းတို့၏ ဘဝရပ်တည်ရေးတွင် အမှန်လိုအပ်သော ဆန်ရေစပါး အိမ် မြေယာစသော နေထိုင်စားသောက် ဝတ်ဆင်ရေးအတွက် ပစ္စည်းဥစ္စာနှင့် ခြွေရံသင်းပင်းများဖြင့် ပြည့်ဝချမ်းသာကြသည်ကို တွေ့ကြရပေလိမ့်မည်။

အချို့သည် စားသောက်နေထိုင်ရေးအတွက် မလောက်မငဘဲ မဝတဝဖြင့် ဆင်းရဲနွမ်းပါးစွာ နေထိုင်ကြသည်ကိုလည်း တွေ့ကြရလိမ့်မည်။ ဤသို့ ကွာခြားခြင်းနှင့် ဆင်းရဲခြင်း ချမ်းသာ

ခြင်း၏ အကြောင်းသည် အခြားမဟုတ်၊ ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ကျင့် တရားနှင့် အထက်ပါမှုန်မြတ်သော လူ့ဝတ္တရား လူ့ဝိနည်းများ ပျက်ကွက် ချို့တဲ့ခြင်းကြောင့်ပင် ဖြစ်လေသည်။

ယာဒိသံ ဝပတေ ဗီဇံ

တာဒိသံ ဟရေတဖလံ ဟူသည့် စကားအတိုင်း ကောင်းမှု အတွက် ကောင်းကျိုး၊ မကောင်းမှုအတွက် မကောင်းကျိုးများ ခံစားရမည်သာဖြစ်ပေသည်။ (၀၇) မိမိစိုက်ပျိုးသည့် မျိုးစေ့ အတိုင်း အသီးအပွင့်ရမည်သာ၊ ဖြူစင်မှုန်မြတ်သော လူ့ကျင့်ဝတ် များ ချို့တဲ့ပျက်ကွက်ပြီးလျှင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန် မာန၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယများခြံရံလျက် ယုတ်ညံ့သော အကျင့်ဆိုး များကို အားသန်သန်နှင့် ကျင့်ကြံသောကြောင့် အဆိုပါ မတော်မတရား အကျင့်တို့သည် လူတို့ကို ရန်သူကြီးကဲ့သို့ ပျက် စီးရာပျက်စီးကြောင်း အောက်ဆုံးတန်းသို့ ဆွဲချလေတော့သည်။ မည်သူ၏ရက်စက်မှု၊ ကျိန်ဆဲမှုကြောင့်မှ မဟုတ်ပေ၊ မိမိတို့၏ လွဲ မှားသော ကျင့်ကြံလုပ်ကိုင်မှုကြောင့်သာဖြစ်သည်ကို သတိမမူ ကြကုန်။

လူတို့သည် ကံ-ကံ၏ အကျိုးကိုလည်း မယုံကြည်တတ်၊ အချို့တို့သည် ဆင်းရဲနွမ်းပါးပြီး အချို့မှာ ကံကောင်းသည်ဟု ဆိုအပ်သော ပြုမူကျင့်ကြံမှု အကျင့်ကောင်းမှုတို့၏ တောက်ပုံမှု ကြောင့် လှပတင့်တယ်သော တိုက်တာနှင့် စားကောင်းဝတ် ကောင်းဖြင့် ကားပိုင်အိမ်ပိုင်နှင့် ရာထူးရှင်ကြီးများဖြစ်၍ လော ကစည်းစိမ် ခံစားကြသည်။ ဤသို့ ကွာခြားခြင်းအကြောင်းရင်း သည် အခြားမဟုတ်ပေ၊ အထက်တွင်ညွှန်ကြားခဲ့သည့် အတိုင်း

မိမိတို့၏ ကောင်းမြတ်ဖြူစင်သော စိတ်ဓာတ်ဖြင့် လုပ်ကိုင်ပြောဆို ကြံစည် နေထိုင်မှုများကြောင့်၎င်း၊ မှန်မြတ်သော အကျင့်တို့ ကြောင့်၎င်း ကောင်းကျိုး၊ မကောင်းမှုကြောင့် မကောင်း ကျိုးများ ခံစားရလေသည်။ ဤသည်ကား-ကမ္မဿကာ ခေါ် မိမိ ကံ၏ အကျိုးပေးအတိုင်းပင်ဖြစ်၏။

ကံ-ကံဆိုသောစကား၏ အဓိပ္ပာယ် အမှန်ကိုလည်း သိဘို့ လိုအပ်ပေသည်။ ပါဠိလို “ကမ္မ” အင်္ဂလိပ်လို “Action” “အက်ကရှင်း” ခေါ်၍ လုပ်ကိုင်ပြုမူခြင်းဟု အဓိပ္ပာယ်ရသည်။ ကာယကံ ဒုစရိုက်၊ ဝစီကံ ဒုစရိုက်၊ မနောကံ ဒုစရိုက်ဟူ၍ (၃) မျိုးရှိလေသည်။ (၀၇) ကိုယ်ဖြင့်လုပ်သောမကောင်းမှု၊ နှုတ်ဖြင့် ပြောသောမကောင်းစကား၊ စိတ်ဖြင့်မကောင်းသော ကြံစည်မှု၊ ဤသို့ မသင့်မတော်သော လုပ်ကိုင်ပြောဆို ကြံစည်မှုတို့ဖြင့် အသက်မွေးကြသော ဒုစရိုက်သမားတို့သည် “ဤဘဝဤကိုယ်စံ၊ ဟိုဘဝဟိုကိုယ်ခံ” ဆိုပြီး ထင်မိထင်ရာလုပ်ကိုင်ပြောဆိုကြံစည်ကြ သည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းဒုစရိုက်သမားတို့သည် ယခု ပစ္စုပ္ပန်တွင် လူမကြည်ညို၊ နတ်မကြည်ညိုသဖြင့် ရာဇဝတ်မှုစသော အပြစ် ဒဏ်အမျိုးမျိုး ခံစားရသည့်အပြင်၊ ယခုဘဝမှာ အောက်ကျ နောက်ကျဖြစ်၍ ဆင်းရဲရဲပင်မက နောင်သံသရာမှာလည်း ယုတ် ညံ့သော အဟိတ်တိရစ္ဆာန်ဖြစ်၍ ဝဋ်ဆင်းရဲခံရမည်ကား ကေနိ မလွဲပေ။ ယခုပစ္စုပ္ပန်နှင့် နောင်သံသရာဘဝတွင် ချမ်းသာကိုယ် စိတ် မြဲလိမ့်တို့သည် မကောင်းမှုဟူသမျှ ရှောင်ကြဉ်၍ ကောင်း မှုကိုသာ ပြုမူခြင်းဖြင့် မိမိစိတ်ကို မှန်မြတ်ဖြူစင်ကြပါဟူ၍ “ဓမ္မ ပဒ” တွင် ဆုမတော်မူခဲ့သည်။

ဝမ်းနည်းဘယ်မှာ များစွာသော လူတို့သည် အကျင့်
ကောင်းသီလ၏တန်ဖိုးကို မသိကြသဖြင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်း
သာမှုနှင့် ကောင်းစားမှုတို့၏ အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သော မှန်
မြတ်မှု အကျင့်ကောင်းသီလကို မလေးစားကြဘဲ ပျက်ကွက်ချို့
ယွင်းနေသမျှကိုပြုပြင်လိုသောစိတ်ဓာတ်မရှိ၊ လုလုဥဿာဟလဲမရှိ၊
သွန်သင်ဆုံးမမှုကိုလည်း လက်မခံဘဲ လျစ်လျူရှု၍ မတော်မတ
ရားသော ကျင့်ကြံပြောဆို လုပ်ကိုင်မှု၌ ထက်သန်စွာ အားထုတ်
လျက် မိမိတို့၏ ချမ်းသာလမ်းကို မိမိကိုယ်တိုင် ပိတ်ပင်ကြလေ
သည်။ ထို့ကြောင့် လိုလားတောင့်တသော ကိုယ်ချမ်းသာ စိတ်
ချမ်းသာနှင့် မတွေ့ကြဘဲ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး မချမ်းမသာ ဖြစ်ကုန်
ကြလေတော့သည်။ ဤသည်ကား အမျိုးဘာသာ သာသနာ၏
ဂုဏ်ကို ထိခိုက်စွန်းပေနေသည့်အပြင် မိမိတို့ ကိုယ်တိုင်လည်း
အောက်ကျနောက်ကျ ဆင်းရဲဘဝသို့ ကျရောက်ကုန်ကြသည်။
ဤသို့ဖြင့် ကံကောင်း“မ”၍ရသော လူ့ဘဝကိုလည်း အရှုံး
ပေးကြကုန်သည်။ သတိမူအပ်သည်မှာ လုလုဥဿာဟနှင့် အကျင့်
ကောင်းသီလဖြူစင်အောင် မပြုပြင်ပါက လောကီလောကုတ်မည်
သည့် ကောင်းစားမှု၌အောင်မြင်ခြင်း မင်္ဂလာနှင့်မျှ တွေ့နိုင်မည်
မဟုတ်ပါ။

လူအများတို့သည် မိမိတို့ဘာသာတရားကို မသင်ကြား
မလိုက်နာ မလေးစားမစောင့်ထိန်းဘဲလျက် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့က
ငါတို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာဟူ၍၎င်း၊ ဟိန္ဒူလူမျိုးတို့က ငါတို့သည်
ဟိန္ဒူလူမျိုးဟူ၍၎င်း၊ ထိုနည်းတူစွာ အခြားဘာသာဝင်တို့က
လည်း မိမိတို့၏ ဘာသာနှင့်ပင် စိတ်ကြီးဝင်ပြီး ကြားဝါဂုဏ်ယူ

ကြလေသည်။ ဘာသာတရားနှင့် ညီအောင် မကျင့်ကြံဘဲလျက် ဗုဒ္ဓဘာသာအမျိုးမှ ပေါက်ဖွားလာရုံနဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဟုမခေါ်နိုင်ပါ။ ဟိန္ဒူမျိုးများမှာလည်း ထိုနည်းတူ ဘာသာတရားနှင့် ညီအောင် မလိုက်နာ မကျင့်ကြံဘဲ ဟိန္ဒူဟုမခေါ်နိုင်ပေ။

ဘာသာ၊ သာသနာတော်၌ ခေါင်းဆောင်တို့၏ဝတ္တရား

မိမိတို့ဘာသာဝင်တို့အား သွန်သင်ပြုပြင်မပေးခြင်းသည် သားသမီးမကောင်း မိဘခေါင်းဆိုင်သကဲ့သို့ သာသနာရေးခေါင်းဆောင် နာယကပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ချို့ယွင်းချက်ပင်ဖြစ်ပေသည်။ ၎င်းတို့က ခေါင်းရွှောင်၍နေပုံရလေသည်။ လူတို့၏ သိက္ခာသီလမှန်မြတ်မှု၊ ယဉ်ကျေးမှု ကျင့်ဝတ်တရားဖြစ်သော တရားတော်များသည် ဘာသာတိုင်း၌ရှိလိမ့်မည်ကား လွဲမည်မဟုတ်ပေ။ မေတ္တာကရုဏာစသော ဗြဟ္မစိုရ်တရားနှင့် ပြည့်စုံပြီးလျှင် မိမိနှင့်တူညီသော သတ္တဝါတစ်ဦးကိုမျှ မာန်မာနဖြင့်သော်၎င်း၊ ရာထူးဂုဏ် ဗလဂုဏ်ရှိန်ဖြင့်သော်၎င်း၊ မနှိပ်စက် မညှင်းပန်းစေရန် (၀၂) ကိုယ်ချင်းစာတရားဖြင့် ကြင်နာစွာ ကူညီထောက်ပံ့စောင့်ရှောက်ရန်လိုအပ်ကြောင်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သာမက ဘာသာတိုင်း ဆုံးမမည်ကား လွဲမည်မဟုတ်ပါ။ ကရုဏာရှင် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အရင်းခံတရားတော်သည်ကား မေတ္တာကရုဏာပင်ဖြစ်၍ အထူးဆုံးမသည်မှာ ကိုယ်ချင်းစာတရားလက်လွှတ်၍ လောဘ ဒေါသအလျောက် မည်သူ့ကိုမျှ မနစ်နာပါစေနှင့်။ ရသင့်ရထိုက်သမျှ မဆုံးရှုံးပါစေနှင့်။ ကိုယ်နှင့်မခြား အများသတ္တဝါတို့ကို မောင်ရင်းနှုမကဲ့သို့ ၎င်း၊ မိမိ၏ မိသားစုကဲ့သို့၎င်း ကြင်နာကြပါလေ။

မိမိ၏ ဆင်းရဲချမ်းသာမှုသည် မိမိ၏တာဝန်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ မိမိတို့၏ကောင်းမှု၊ မကောင်းမှု အပေါ်မှာ လုံးဝတည်နေပေသည်။ မေတ္တာကရုဏာစသဖြင့် မြင့်မြတ်ဖြူစင်သော စိတ်နှလုံးရှိလျှင်ရှိသလို၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာရှင်လမ်းသာယာနိုင်ပေမည်။ ထို့ကြောင့် ကောင်းမှု၊ မကောင်းမှု၌ ရွေးသွားဖြစ်သော မိမိတို့ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို ဖြူစင်မှုန်မြတ်လေအောင်နိုင်နင်းစွာ ချုပ်တည်းရပေမည်။ စိတ်သည် များသောအားဖြင့် မကောင်းဘက်သို့ ဆွဲငင်တတ်လေသည်။ ရန်သူကဲ့သို့ ဂျောက်တုန်းတတ်လေသည်။ သို့သော် ဆုံးမချုပ်တီးပြီးသောစိတ်သည် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းပမာဖြစ်၍ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲအောင် လူချမ်းသာနတ်ချမ်းသာအထိ ပို့ဆောင်နိုင်ပါသည်။

အဘယ်နည်းဖြင့် အဆင်းရဲလွတ်မြောက်ခါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်စွမ်းဆောင်နိုင်ပါမည်နည်း။ (၁) မည်သူသည် ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ဖြစ်နိုင်ပါမည်နည်းဟူ၍ စဉ်းစားဝေဖန်ရမည်ဟုဆိုလျှင် အောက်ပါအဖြေများသာ တွေ့ပေလိမ့်မည်။

- (၁) ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ-ကောင်းမြတ်သော အမှု၌ ထကြွလှလှရှိသူ၊
- (၂) အာရက္ခသမ္ပဒါ- ရရှိသော ဥစ္စာ ပစ္စည်းကို မပျောက်ပျက်အောင် ချွေတာ စောင့်ရှောက်သူ၊
- (၃) ကလျာဏမိတ္တသမ္ပဒါ-လိမ္မာယဉ်ကျေး၍ ပညာရှိ မိတ်ဆွေကောင်း ဆည်းကပ်သူနှင့် မေတ္တာတရားပွားများသူ၊

- (၄) သမ္မဇီဝိတသမ္ပဒါ- ကောင်းသော အသက်မွေး ဝမ်းကျောင်းရှာခြင်းနှင့် မျှတစွာ သုံးစွဲတတ်သူ ဤသမ္ပဒါတရား လေးပါးလေးစားသူ၊ ၎င်းပြင်-
- (၅) အကျင့်ကောင်းသီလနှင့် သည်းခံနိုင် ရည် ရှိသူ၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားရှိသူ၊ မကောင်းမှု၌ ရှက်ခြင်း ကြောက်ခြင်းရှိသူ၊
- (၆) မေတ္တာကရုဏာစသော ဗြဟ္မစိုရိတရားနှင့် ပြည့်စုံသူ၊
- (၇) မတည်ငြိမ်သောစိတ်ကို ငြိမ်သက်ချုပ်တည်းစွာ အုပ်ထိန်းနိုင်သူ၊
- (၈) ဆုခါဒုက္ခ၊ လာဘော၊ အလာဘောစသော လောကဓံ၌မတုန်လှုပ် တည်ငြိမ်သောစိတ်ဓာတ်ရှိသူ၊
- (၉) ကာယကံ-ဝစီကံ-မနောကံ ဆိုအပ်သော ကံ-သုံးပါးကို ထိန်းသိမ်း ချုပ်တီးနိုင်သူ (၁၀) ငါတည်းဟူသော မာနစိတ် နှိမ်ချတတ်သူ၊

အသီးအပွင့်နှင့်ပြည့်စုံသော သစ်ကိုင်းများ ညွတ်ကိုင်းနေသကဲ့သို့ ပစ္စည်းဥစ္စာ ရာထူးရာခံ ပညာဉာဏ်အရည်အချင်းပြည့်စုံသူပင်ဖြစ်စေကာမူ အသီးအပွင့်နှင့် ပြည့်စုံသော သစ်ကိုင်းများ ညွတ်ကိုင်းနေသကဲ့သို့ ကိုယ် ကိုယ်ကို မာန်မာနလျှော့၍ ညွတ်ကိုင်းနေတတ်သူသည် ပညာရှိမှန်၏၊ ဘေးကင်းရန်ကင်း ချမ်းသာနိုင်၏။

(နိဝါတောစမဂ်လာတရား)

(၁၀) လိုချင်တပ်မက်သော တဏှာခေါင်းပါးသူ (၀၁)
ဣန္ဒြေငါးပါးချုပ်တည်းသူ။

(၁၁) မိမိနှင့် မထိုက်တန်သည်ကို လိုချင်တောင့်တမှု
ကင်းသူနှင့် အကြွေးမတင်သူ။

ဤမည်သော အရည်အချင်းနှင့် စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်
မွေးမြူသောသူသာလျှင် ဆင်းရဲဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ခါ ကြီးပွား
ရေးနှင့်တကွ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲမည်ကား မလွဲပေ။

အသစ်ပြုပြင်ရန်လိုအပ်ကြောင်း

“ပျက်လျှင်အစဉ် ပြင်လျှင်ခဏ” ဆိုသလို ပျက်ပြားချို့
ယွင်းနေသော အကျင့်စာရိတ္တပင် ဖြစ်စေကာမူ တစတစ ပြုပြင်
သွားပါက မိမိအလိုအတိုင်း စွမ်းဆောင်နိုင်ပေသည်။ မိမိစိတ်
သည် မိမိပိုင်သည်ဖြစ်၍ မချုပ်တီးနိုင်ဘွယ် (၀၁) မပြုပြင်နိုင်
ဘွယ် မရှိတတ်ချေ။ စိတ်ကိုချုပ်တီးနိုင်လျှင် အသေတရားမှပင်
လွတ်မြောက်နိုင်ကြောင်း မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

ရောဂါနှင့်ဆေးကိုက်အောင်ပေး

ရောဂါနှင့်ဆေး ကိုက်အောင်ပေးတတ်သော ဆရာဝန်
ကဲ့သို့ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားတို့၏ဆရာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားသည်
လောဘကို အလောဘဖြင့်၎င်း၊ ဒေါသကို အဒေါသ မေတ္တာဖြင့်
၎င်း၊ မောဟကို အမောဟခေါ် မတွေမဝေသော အသိပညာဖြင့်
၎င်း၊ အသိတရားဖြင့် (၀၁) တရားတော်အမြိုက်ဆေးဖြင့် ငြိမ်း
သတ်နိုင်ကြောင်း ညွှန်ကြားတော်မူပါသည်။ လောဘ၊ ဒေါသ၊

မောဟတည်းဟူသော နာတာရှည်ရောဂါများကို ဆရာဝန်များက ပျောက်ကင်းအောင် မကုသနိုင်ပါ။

ကမ္ဘာ၏ ဆရာတပါး ဖြစ်တော်မူသော မြတ်ဗုဒ္ဓသည် အကျင့်ဆိုးဒုစရိုက်သမားတို့ လူသတ္တဝါတို့ မဆိုထားဘိ အမေကိုပင်သတ်ရန် လိုက်နေသော ဓားပြ အင်္ဂုလိမာလကို သူတော်စင် ဖြစ်အောင် တဏှာအတွင်း ကုသပေးခဲ့သည်။ ၎င်း လူဆိုးလူမိုက် သာမက တောတိရစ္ဆာန်ဖြစ်ကြသော မြွေဟောက် မြွေဆိုးနှင့် ဆင်ရိုင်းကြီးကိုပင် မေတ္တာခေါ်ဆေးတလက်နှင့် ဦးခေါင်းညှတ်ခါ ယဉ်ကျေးလာအောင် အောင်မြင်စွာ ကုသပေးခဲ့ပါသည်။ အောင်ခြင်းရှစ်ပါးမှလည်း ဤကဲ့သို့ မေတ္တာဖြင့် အောင်မြင်တော်မူခဲ့သည်။ ယခုခေတ် အံ့ဩဘွယ်ကောင်းသော စွမ်းရည်ရှိ သိပ္ပံပညာရှင် ပါမောက္ခကြီးများကပင် ဤမျှလောက် မတတ်စွမ်းနိုင်ပါ။

ဆေးကောင်းတလက်

၎င်းထက် သာလွန် စွမ်းရည်ရှိသော ဆေးကောင်းပမာ နည်းကောင်းတခုသည် ဝိပဿနာပင်ဖြစ်၍ မငြိမ်မသက်ပြန်လွှင့်သောစိတ်မိုက်ကို တည်ငြိမ်စေခြင်း၊ မမြဲဆင်းရဲ အစိုးမရဟူသော အမှန်သဘော လက္ခဏာရေးသုံးပါး၌ အသိဉာဏ်ပညာအလင်း ထွန်းကားစေခြင်း၊ ချမ်းသာစစ်ချမ်းသာမှန် ဖြစ်သော သန္တိသုခ ခေါ် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ခြင်းနှင့် လူတို့ကို ညှင်းပန်းနှိပ်စက်နေသော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟခေါ် ကိလေသာ အညစ်အကြေးဟူသော အလားတူ ရောဂါဆိုးများ မဝင်မကပ်နိုင်

အောင် ပိတ်ပင်တားဆီးတတ်သော ဝိပဿနာ ဘာဝနာသည် အကောင်းဆုံး ဆေးဝိဇ္ဇာတလက် ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါ အကျင့်ကောင်းသီလနှင့် အလွန်တရာ အရာရောက် အရေးပါသော ယထာဘူတခေါ် အသိမှန်အလင်းဉာဏ်၏အစွမ်းဖြင့် ဒုစရိုက်အညစ်အကြေး ပပျောက်ခါ ဒုက္ခဆင်းရဲ ခေါင်းပါးပြီးလျှင် လောကနိဗ္ဗာန်ပင်မက လောကုတ္တရာ နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာအစစ်ကိုပင် မျက်မှောက်ပြုနိုင်သော အခြေခံအစစ်ဖြစ်ပေသည်။ ကိုယ်တွေ့ဒိဋ္ဌထင်ရှားလေအောင် အထက်ပါညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ(၃)ပါး စောင့်ထိန်း၍ ဝိပဿနာ ဘာဝနာကို ကောင်းမွန်စွာအားထုတ်ကြစမ်းပါ ဟူ၍ စိတ်ကောင်း စေတနာဖြင့် စာဖတ်သူ ဓမ္မမိတ်ဆွေ သူတော် ကောင်းများအား တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။



အခန်း (၆)

ချောင်းဦးမြို့ ဓမ္မကထိကဆရာကြီး ဦးဘရှိန်၏အိမ်၌

ဓမ္မရက္ခိတအသင်း တရားပွဲမှာ

ဟောပြောခဲ့သောတရား

မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရရေးအားထုတ်ဖွယ်

ဟူသော မြတ်ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်မှ အဆီအနှစ်များ ထုတ်
နုတ်၍ ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့အား စေတနာ
ဖြင့် တင်ပြအပ်ပါသည်။

ဘဝတိုတိုနှင့် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာမှုနှင့် ရလို့သော
ရဟန်းရှင်လူတို့အား အတိုချုပ်အားဖြင့် သိအပ်မှတ်အပ် ကျင့်
ကြံ အားထုတ်အပ်လှသော အချက်များကား-

- (၁) ရုပ်နာမ်မြင်မှ အတ္တကွာသည်။
- (၂) အတ္တကွာမှ သက္ကာယပြုတ်သည်။
- (၃) အနတ္တဉာဏ်ပေါက်မှ ဒိဋ္ဌိစင်သည်။
- (၄) ဒိဋ္ဌိစင်မှ ယထာဘူတဖြစ်သည်။
- (၅) ယထာဘူတဖြစ်မှ မဂ်အခြေရသည်။
- (၆) အတ္တသက္ကာယကွာမှ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်။

“အကျယ်အားဖြင့်ရှင်းလင်းကြပါစို့။”

(၁) ငါငါဟူသော စွဲလမ်းခြင်းကို အတ္တဒိဋ္ဌိ သို့မဟုတ် သက္ကာယဒိဋ္ဌိဟု ခေါ်ပါသည်။ ငါ၊ သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါဟူ၍ ပညတ်အားဖြင့် ခေါ်ဝေါ်ကြသော်လည်း ပရမတ်အားဖြင့် သူငါမဟုတ် နာမ်နှင့်ရုပ်သာဟုတ်သည်။ အစဉ်သဖြင့် ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံး အနိစ္စရောက်နေသော ရုပ်နာမ် သဘာဝဓမ္မကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ မသိမမြင်ဘဲ ၎င်းတို့ကို ငါသူတပါးဟု စွဲလမ်းထားခြင်းသည် သက္ကာယဒိဋ္ဌိခေါ်၏ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိမြင်ဒါကို ယထာဘူတဉာဏ် သို့မဟုတ် “သမ္မာဒိဋ္ဌိ” ဉာဏ်ဟုခေါ်ပါသည်။ ယထာဘူတအတိုင်း ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ မသိမမြင်သောကြောင့် အဆိုပါ အဆိုးဝါးဆုံးဖြစ်သော သို့မဟုတ် ဆိုးဝါးသော အတ္တဒိဋ္ဌိ (၀၁)သက္ကာယဒိဋ္ဌိစသော အထင်မှား အမြင်မှားနေသော အဝိဇ္ဇာအမှောင်ကို မပယ်ခွာနိုင်ကြကုန်၊ အယူမှန်အမြင်မှန်ခေါ် ယထာဘူတဉာဏ် (၀၁) ဝိဇ္ဇာအလင်း မပိုင်သမျှ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ မလွတ်နိုင်ဘဲ တဝဲလည်လည် နေကြရမည်သာ။

အတ္တဒိဋ္ဌိ စွဲလမ်းမှုအပြစ်သည်ကား—

(၁) ငါ-သူ- ပုဂ္ဂိုလ်- သတ္တဝါဟူ၍ အတ္တဒိဋ္ဌိ-မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ စသဖြင့် အမြင်မှားအယူမှားကို စွဲလမ်းထားသောကြောင့်(၀၁) အနတ္တဉာဏ် မမြင်သောကြောင့် ငါ၊ ငါဟူသော မာနထောင်လွှားခြင်း၊ လောဘ၊ ဒေါသစသော ပပဉ္စတရား လွှမ်းမိုးကာ ခိုးဝှက်လိမ်လည် ညာဖျန်းခြင်းစသော မကောင်းမှု ဒုစရိုက်မှုကို

ဤဘဝ ဤကိုယ်စံ ဟိုဘဝ ဟိုကိုယ်ခံဆိုပြီး ရဲရဲကြီး လုပ်ကုန်ကြလေသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း အိုနာသေဘေးနှင့် အပါယ်ဘေးမှ မလွတ်နိုင်ဘဲ ဝဋ်ဆင်းရဲမှာ မြုတ်ချည်ပေ၍ ချည်ဖြစ်ကုန်ကြလေသည်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုရာ၌လည်း မိမိ၏အပါယ်ဘေး အိုနာသေဘေးမှလွတ်မြောက်ရေးကို အာရုံမထားကြဘဲ ယခုဘဝမှာ နာမည်ကောင်းရလို့မူ နောက်ဘဝမှာ ငါ ကောင်းစားလို့မူကိုသာလျှင် တဏှာမာနဒိဋ္ဌိဖြင့် တပ်မက်ကြလေသည်။ ထို့ကြောင့်လဲ အိုနာသေဘေး အပါယ်ဘေးမှ မလွတ်ကြရပေ။ သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ တစ်လည်လည် ဒုက္ခအဖုံဖုံ တွေ့ကြုံခံစားကြရလေသည်။ ဤကား အတ္တအက္ခာယ စွဲလမ်းခြင်း၏ အပြစ်ပင်ဖြစ်၏။

“အနတ္တဉာဏ်အမြင်၏အကျိုးမှာ”

နာမ်နှင့်ရုပ်တို့၏မမြဲပုံ၊ ဆင်းရဲပုံ၊ အစိုးမှရပုံနှင့် ငါ သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ မဟုတ်ပုံကို အမှန်အတိုင်းသိ၍ အနတ္တအမြင်ပေါက်သည်ရှိသော် အထက်ပါ တဏှာလောဘစသော အပြစ်တွေမှ လွတ်မြောက်ပြီးလျှင် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို မုချကေန မျက်မှောက်ပြုကြရပေမည်။

သို့ကြောင့် သတိရှိအပ်သည်မှာ ယထာဘူတာခေါ် အမြင် မှန်မပိုင်သမျှ အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မခွာနိုင်သမျှ (၀၇)အဝိဇ္ဇာ မှောင်တွင်နေသမျှ အတောအတွင်း မည်မျှလောက် ကြီးကျယ်သော ဒါနသီလစသော ကောင်းမှုကုသိုလ် ပြုစေကာမူ နိဗ္ဗာန်

ဘက်သို့ ကူးမြောက်နိုင်သော (၀၁) ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်
 နိုင်သော ဝိဝဋ္ဌဇေယျပါရမီဒါန၊ ပါရမီသီလ မဟုတ်သေးပါ။
 (၀၁) အသိတရားမပါသောကြောင့် (၀၁) လူဘုံ နတ်ဘုံ ခံစား
 စံစားလိုသောတဏှာ၊ ငါငါဟူ၍ ထောင်လွှားသောမာန၊ ငါ
 ကိုယ် ငါ့ဟာဟူသော သက္ကာယစွဲလမ်းသော ဒိဋ္ဌိများ မကွာခြင်း
 ကြောင့် သောတာပန်မဖြစ်၊ သောတာပန်မဖြစ်သမျှ အပါယ်တံ
 ခါးမပိတ်၊ နိဗ္ဗာန်တံခါးလည်းမဖွင့်ပါ။ ထိုဆိုးဝါးသော တဏှာ
 မာန၊ ဒိဋ္ဌိဇေယျပါပညတရား (၃) ပါးကြောင့် ဝဋ်ဆင်းရဲမှ မလွတ်
 နိုင်ဘဲ သံသရာတွင် တဝဲလည်လည် ဖြစ်ကြရလေသည်။

အဆိုပါဒါနသီလစသော ကောင်းမှုတွေဟာ သံသရာ
 အကျိုး ဖြစ်ပါသော်လည်း မဂ်ဉာဏ်-ဖိုလ်ဉာဏ် မရနိုင်၍ ၎င်း၊
 ဒိဋ္ဌိသုံးပါးမကွာနိုင်သောကြောင့် ၎င်း၊ ဤသာမည ကုသိုလ်မျိုး
 နှင့် နိဗ္ဗာန်အစော်မနံပါ။ စဉ်းစားဝေဖန်လိုသည့် အကြောင်း
 တခုမှာ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အကြီးဆုံးသော ဒါနရှင် “သီရိဓမ္မာ
 သောက” မင်းကြီးပင်လျှင် နတ်ရွာစံသောအခါ အပါယ်မှမလွတ်
 ကင်းခဲ့ချေ။ သီလတရားမှာ ဝိနည်းသိက္ခာတွေကို ရိုသေတဲ့နေရာ
 မှာ ပြိုင်ဘက်မရှိသော တိဿ ရဟန်းကြီးသည် ပျံ့လွန်တော်မူ
 သောအခါ ငါစွဲမှုကြောင့် အပါယ်မှမလွတ်ခဲ့ပါ။ ၎င်းတို့ကို စဉ်း
 စားဝေဖန်နိုင်ပေသည်။ ဤသို့ မဖြစ်ချင်ဘဲ ဖြစ်ရခြင်းသည် အတ္တ
 သက္ကာယ မခွာခြင်းကြောင့်သာတည်း။

ဒီနေရာမှာ ဒါနသီလလုပ်လို့ အပါယ်ဘုံလားရသည်
 မဟုတ်ပါ။ ဝိပဿနာဉာဏ်ဇေယျ ယထာဘူတဉာဏ် အနတ္တ
 ဉာဏ် စသော အသိမှန် အမြင်မှန် မပါသောကြောင့် ၎င်း၊
 မှောက်မှားသော အဝိဇ္ဇာနှင့်တဏှာ ဒိဋ္ဌိသက္ကာယ မကွာသော

ကြောင့်၎င်း ဖြစ်ချင်ရာမဖြစ် မရောက်ချင်ရာသို့ ရောက်ကြရ ကုန်သည်။ ထို့ကြောင့် အသိတရားကင်းသော အဝိဇ္ဇာမှောင်တွင် ပြုလုပ်သော ဒါန သီလစသော ကာမာဝစရ ကုသိုလ်များသည် အိုနာသေဘေးကို အားပေးရာရောက်သည်ဟူ၍ လယ်တီဆရာ တော်ကြီးကိုယ်တိုင် ရေးသားတော်မူ၏။ ၎င်း အပါယ်လေးပါးမှ မလွတ်ကင်းနိုင်သော သာမည ကုသိုလ်များကို အထင်ကြီး၍ အားကိုးဖြင့် တင်းတိမ်ရောင့်ရဲမနေကြဘဲ အပါယ်သံသရာမှလွတ် ခြောက်နိုင်သော မဂ်အခြေ ဖိုလ်အခြေ ဖြစ်နိုင်အောင် (၀၂) လိုအပ်သော ယထာဘူတဉာဏ် အနတ္တဉာဏ် (၀၂) သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်ရ၍ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားနိုင်အောင် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြဘို့ အလွန် အရေးကြီးပါတကားဟူ၍ သတိရှိအပ် ပေသည်။

ဝိပဿနာဉာဏ်ရရေးနှင့် သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်မှာ

သက္ကာယဒိဋ္ဌိ* ပဟာနာယ၊ သဘော ဘိက္ခု ပရိဗ္ဗဇေ။
ယောဘိက္ခုသံသရာဘေးကို ကြောက် ရှုံကြ ကုန်သော ရဟန်းရှင်လူ အကြင်သူတို့သည်။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပဟာနာယ၊ ငါ ကိုယ်-ငါ့ဟာဟူသော အမြင်မှား အထင်မှားကို ပယ်စွန့်သော၊ သဘော-သတိရှိသည်ဖြစ်၍၊ ပရိဗ္ဗဇေ ဝိပဿနာ ဘာဝနာကို အားထုတ်ရာ၏ ဟူသော ဒေသနာစကားအရ သံသရာဘေးကို မျှော်တွေးမြင်သူ ရဟန်းရှင်လူတို့သည် မပေါ့မလျော့သော သတိ ဖြင့် ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ကြပါဟု ဟောတော်မူ၏။ မည်သို့ဖြင့် အားထုတ်ရမည်ဟုဆိုလျှင် သွား၊ရပ်၊ထိုင်၊ လျောင်း

ဟူသော ဣရိယာပုထ်လေးပါး၌၎င်း၊ မြင်းမှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊
 တွေ့ထိမှု၊ ကြံစည်မှု၌၎င်း၊ ထွက်လေဝင်လေ ရှုရှိုက်ရာတို့ကို၎င်း၊
 သတိဖြင့် တခုမကျန်မှတ်ရှု၍ နေရမည်ဖြစ်ပေသည်။ စင်စစ်
 အားဖြင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး လှုပ်ရှားမှုဟူသမျှကို သတိအမှတ်ပြု
 ခြင်းဖြင့် ရုပ်-နာမ်ဖြစ်ပျက်မှု အနိစ္စကို မြင်အောင် ထင်အောင်
 ရှုမှတ်မှသာလျှင် ဒုက္ခဆင်းရဲမှု အနတ္တအစိုးမရမှု၌ ပညာဉာဏ်
 ရလိမ့်မည်။ ဤ လက္ခဏာရေးသုံးပါး ထင်မြင်လာမှသာလျှင်
 သစ္စာလေးပါးခေါ် (အမှန်တရားလေးပါး)လဲ မြင်လာ၍ မဂ္ဂင်
 ရှစ်ပါးလမ်းစဉ်အတိုင်း မင်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ဘွယ်
 အခြေခံကိုရလိမ့်မည်။

ထို့ကြောင့် ဘယ်အချိန် ဘယ်အခါမှာဟူ၍ စိတ်မချရ
 သော သေမင်းနှင့်မတွေ့မီ သာသနာ့အလင်းမကွယ်မီ “လသာ
 တုန်းဗိုင်းငင်” ရသကဲ့သို့ အခွင့်ရှိခိုက် လုံ့လစိုက်၍ သိအောင် မြင်
 အောင် ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြရန် အရေးကြီးလှပေသည်။ အား
 ထုတ်ရာမှာလည်း မဖြစ်မနေရဟူသော ဇွဲသန်သန်နှင့် မပျင်းမရိ
 သော ဝီရိယဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်ပြုရပေမည်။

မြတ်ဗုဒ္ဓကိုယ်တော်တိုင် “အရေကြွင်းစေ၊ အရိုးကြေစေ၊
 အသွေးအသားခမ်းခြောက်စေ” လိုအပ်သောတရားကို မရမချင်း
 ဤနေရာမှ မထဘူးဟူသော အဓိဋ္ဌာန် ပြုတော်မူခဲ့သည်။ ထိုကဲ့သို့
 ဇွဲရှိခဲ့သောကြောင့် မင်ဖိုလ်ဉာဏ်၊ သဗ္ဗညုတဉာဏ်များကို ရတော်
 မူ၍ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူခဲ့သည်။ ဤကဲ့သို့
 အားထုတ်လျှင် ပဉ္စန္ဒိယကံ လွတ်မြောက်သူတိုင်း မည်သူမဆို
 မင်ဖိုလ်ဉာဏ် ချမ်းသာမှုကို မုချကေနိစံစားရမည်ကား ကေနိ
 အမှန်ဖြစ်တော့သည်။

ဥာဏ်စဉ်တရား အားထုတ်စရာ
ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ်တရားပြချက်မှာ

ထိုကဲ့သို့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားလိုသော ရဟန်းရှင်လူ
တို့သည် ငါ၊ သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမဆိုသော “ပညတ်”
ကို ပယ်ရှောင်၍ “ပရမတ္ထ” ဖြစ်သော ရုပ်-နာမ် ခန္ဓာငါးပါးကို
မမြဲဆင်းရဲအလိုမရောက် အစိုးမရသော လက္ခဏာရေးသုံးပါး
တင်၍ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမြင်သော ယထာဘူတဥာဏ်ပေါက်
အောင် အားထုတ်သင့်လှပေသည်။

“ပညတ်ပေါ်လျှင် ပရမတ်တုတ်မြဲ၊ ပရမတ်ပေါ်လျှင်
ပညတ်ပျောက်မြဲ” ဖြစ်ပေသည်။ ပရမတ္ထဥာဏ် အမှန်မပိုင်သမျှ
ပညတ်အစွဲမပျောက်သမျှ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်မရနိုင်။ ပညတ်နဲ့ ပရ
မတ် ခွဲခြား၍ သိမြင်လျှင် နိဗ္ဗာန်ဘဲလို့ မှတ်နိုင်ပေသည်။ ပညတ်
ကျော်ဖြတ် ပရမတ်-တပ်တပ်တွေ့အောင်ရှာ၊ ပညတ်လက်ခံထား
လျှင် နိဗ္ဗာန်မရ၊ ပရမတ်ကို လက်ခံထားလျှင် နိဗ္ဗာန်မူချ ရလိမ့်
မည်။

သတိပြုသင့်သည့်အချက်များ

ယောဂီတို့ ပညတ်နှင့် ပရမတ် ခွဲခြား၍ ပထမဦးစွာ ဒိဋ္ဌိ
ခွဲပစ်ဘို့ အရေးကြီးပါသည်။ ဒိဋ္ဌိကွာပြီးလျှင် သောတာပန်ဖြစ်
ဘို့ လိုအပ်ပါသည်။ အနတ္တအချက်ပိုင်လျှင် အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယ
ဒိဋ္ဌိ ကွာရော့ပါဘဲ၊ ဒိဋ္ဌိကွာပြီး ငါ၊ သူ၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊
သတ္တဝါမရှိ နာမ်နှင့်ရုပ်သာရှိကြောင်း သိမြင်တော့တာဘဲ၊ ဝိစိ

ကိစ္စာလည်း တပြိုင်နက် ကွာရောပါတဲ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို သောတာပန်လို့ ခေါ်နိုင်ပါပြီ။ ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္စမကွာလျှင် သောတာပန်မဖြစ်နိုင်။ သောတာပန်မဖြစ်လျှင် အပါယ်သံသရာက ထွက်နိုင်ဘို့မရှိ။ ထို့ကြောင့် ဒိဋ္ဌိကွာပြီး မင်္ဂလိကအမြန်ရောက်အောင် ကြိုးစားကြရန် သတိပေးပါသည်။ ရဟန်းဖြစ်ဖြစ် လူဖြစ်ဖြစ် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်နှင့် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အဆုံး မမြင်သေးသမျှ အပါယ်နှင့် မလွတ်သေးဘူးဟုမှတ်လေ။ ပိဋကတ်တော်တွေကိုကြေပြီး ရေလို နှောက်နိုင်တဲ့ ရဟန်းပင်ဖြစ်လင့်ကစား ဘာမင်္ဂမရသေးတော့ နိဗ္ဗာန်ရရေးအတွက် ဘာမျှ အရာမရောက်သေးပါ။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိရှိနေလျှင် ကုသိုလ်ကောင်းမှု မည်သို့ပင်လုပ်စေကာမူ အပါယ်ဘေးမှ မလွတ်နိုင်သေးပါဟု ကြပ်ကြပ်ကြီး မှတ်ကြပေတော့။ အလင်းရောက် အမှောင်ပျောက်ဆိုသလို ဒုက္ခအစုပျောက်တော့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ ရတော့တာဘဲ၊ ကိုယ် ကိုယ် သနားကြပါလျှင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကွာဘို့ အပါယ်တံခါးပိတ်ဘို့ နှောင့်နှေးမနေကြပါနဲ့ဟု သတိပေးရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုမူကား မင်္ဂလိကမှမရရင် ကိုယ်ကျိုးနည်းပြီဟု မှတ်ပါတော့။ အကြောင်းမူကား ကံကောင်းလို့ ရထားသော ယခုလူ့ဘဝတွင်း သံသနာနဲ့ လည်းကြုံကြိုက်တုံး ဘာမင်္ဂမရလျှင် (၀၂) အနည်းဆုံး နိဗ္ဗာန်၏ ပထမအဆင့်ဖြစ်သော သောတာပန်မှ မတက်ရောက်နိုင်လျှင်လူ့ဘဝကြီးအချည်းနှီးဖြစ်လိမ့်မည်။ အကယ်၍ လူ့ဘဝမှ အဟိတ်တိရစ္ဆာန်ဘဝသို့ ရောက်သွားလျှင် ဤဗုဒ္ဓသာသနာလည်း ကွယ်သွားမည်ဆိုလျှင် ဤအခွင့်အရေးကို ပြန်၍ရဘို့ အခက်ကြီးခက် အရှုံးကြီးရှုံးသွား

မည်ဖြစ်၍ ဘယ်အခါမှ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်နိုင်
ဘယ်မရှိပေ။

ဉာဏ်အလင်းပွင့်နိုင်ရေးမှာ အတားအဆီး

အနှောက်အရှက်များမှာကား- ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့
ပစ္စည်းစသဖြင့် စွဲလမ်းခြင်း၊ အတ္တဒိဋ္ဌိ-သက္ကာယဒိဋ္ဌိနှင့် ငါတတ်
သည်၊ ငါလိမ္မာသည်စသဖြင့် မာန်မာန ကိန်းအောင်းခြင်း၊
လောဘ၊ ဒေါသစသည့် ကိလေသာများ ကပ်ငြိနေခြင်းတို့သည်
ဉာဏ်အလင်းရရေးတွင် ကြီးမားသော အတားအဆီးများဖြစ်၍
တရားအားထုတ်ရာ၌ ဉာဏ်အလင်းမပွင့်နိုင်ပါ။ အထူးအားဖြင့်
မှတ်သားရန်မှာ ပညတ်စွဲ၊ အတ္တစွဲ၊ စသော သက္ကာယဒိဋ္ဌိများ
မကွာနိုင်ပါ။ က မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ် ချမ်းသာအမှန်ကို မစွမ်းဆောင်
နိုင်ရုံပင်မက တမလွန်မှာလည်း အပါယ်ဘုံ လားရမည်ကား
မလွဲပေ။

ထို့ကြောင့် ရုပ်-နာမ်နှစ်ပါးကို ခွဲခြား၍သိမြင်အောင် ၎င်း
တို့၏ မမြဲဆင်းရဲ အလိုမရောက်၊ အစိုးမရသော အနတ္တလက္ခဏာ
သဘောမှန်ကို သိမြင်အောင် အစဦးစွာ ဤလက္ခဏာရေးသုံးပါး
ထင်မြင်ပြီး နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ သမ္မသနဉာဏ်နှင့် ပစ္စယ
ပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဤဉာဏ်သုံးပါးကိုလည်း ပိုင်အောင် အားထုတ်
သင့်ပေသည်။ ၎င်းမှလိုအပ်သော မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ရပါမည်။

နာမ်ရုပ်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်းဟူမူကား

- (၁) နာမ်ဆိုသည်ကား.... အာရုံ အမျိုးမျိုးသို့ ညွှတ်
တတ်သောကြောင့် နာမ်ဟုခေါ်ပါသည်။ မျက်စိ၊

နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်တို့ဖြင့် မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား တွေထိသမျှတို့သိတတ်သော ဝိညာဉ်စိတ်ကို နာမ်ဟုခေါ်ပါသည်။ ကြံတွေးထင်မြင် သိတတ် သမျှသည် ဤနာမ်၏အစွမ်းပင်ဖြစ်၏။

(၂) ရုပ်ဆိုသည်ကား.... “ရူပတိတိရူပံ” ဆိုသည့်အ တိုင်း မရုပ်မနား အမြဲတန်းကုန်ဆုံး ဖေါက်လွဲ ဖေါက်ပြန်နေသောကြောင့် ရုပ်ဟုခေါ်ပါသည်။ အတိုချုပ်မှတ်ရန်မှာ-အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့ စသည် တို့သည် ရူပက္ခန္ဓာရုပ်ဟု ခေါ်ပါသည်။ ရုပ်မှာ အသိတရားမရှိ၊ နာမ်၏ ချယ်လှယ်ခြင်းကြောင့် ထိုင်၊ ထ၊ သွားလာလှုပ်ရှားနိုင်ကြရလေသည်။

တဖန် ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ်ကို ရှင်းပါဦးမည်။ ခန္ဓာ ငါးပါးဆိုသည်မှာ ရုပ်နှင့်နာမ်ခန္ဓာပင်ဖြစ်၏။ အဘယ်နည်းဟု ဆိုမှုကား ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဉ် ဤငါးပါး ကိုပေါင်း၍ ခန္ဓာငါးပါးဟု ခေါ်ပါသည်။ ၎င်းငါးပါးကို အတိုချုံး၍ လွယ်ကူလေအောင် ရုပ်-နာမ်နှစ်ပါးဟူ၍ ခေါ် ထားပါသည်။ အဆိုပါငါးပါးအနက် ရှေးဦးစွာသော ရုပ်မှ တပါး၊ ကျန်ရှိသော ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဉ်တို့ကို သိမှု သဘောရှိသောကြောင့် နာမ်ခန္ဓာဟု ခေါ်ပါသည်။

တဖန် ရှင်းသည်ထက် ရှင်းအောင် (၀၁) ဆင်ခြင်နိုင် အောင် ဥပမာဆောင်သော် ထမင်းစားသည်ဟု ဆိုကြပါစို့။ ထမင်းဟင်းများကို ကိုင်တွယ်စားသောက်ခြင်းနှင့် ထမင်းဟင်း

စားသောက်ဘွယ်များတို့နှင့်တကွ သွား၊လျှာ စသည်တို့သည် ရုပ်၊ရင်းပြင် အစာအဟာရတွင်ပါရှိသော အဆင်း၊ အရောင်၊ အနံ့၊အရသာ ဩဇာနှင့်တကွ ပါဝင်နေသော ပထဝီ-မာမူ၊ အာပေါ-စိုမူ၊ တေဇော-ပူမူ၊ ဧမူ၊ ဝါယောထောက်ခံလှုပ်ရှားမှု ခေါ် မြေ-ရေ-လေ-မီးဟူသော ဓာတ်ကြီးရှစ်ပါး အစုတို့သည် လည်း ရူပက္ခန္ဓာပင်ဖြစ်၏။ ၎င်းဓာတ်ရှစ်ပါးတို့သည် တပေါင်း တည်း ဖြစ်၍ ခွဲမရခြင်းကြောင့် အဝိနိဗ္ဗာနရုပ်ဟုလဲ ခေါ်ပါသည်။

၎င်းပြင် မိမိတို့ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိနေသော ဆံပင်၊မေးညင်း၊ ခြေသည်း၊ လက်သည်း၊ အသွေး၊ အသား၊ အရိုးအမြွင်၊ အူကြီး၊အူသေး၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်စသဖြင့် (၃၂)ကောဠာသတို့သည်လည်း ရုပ်စုပင်ဖြစ်၏။ ၎င်းရုပ်စုတို့သည် အစဉ်သဖြင့် ပြောင်းလဲဖောက်ပြန် အနိစ္စရောက်တော့သည်။ ပါဠိလို “ရူပံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ ခယဓမ္မံ ဝယဓမ္မံ ဝိပရိဏာမဓမ္မန္တိ”

(၂) ဝေဒနာ။ မြင်၊ကြား၊နံ၊ စားသောက်၊ တွေ့ထိ ချိန်တွင် တွေ့ကြုံခံစားရသော အချို့အဆိမ့် စသဖြင့် ကောင်း၊ မကောင်း အရသာများကိုခံစားရခြင်းသည် ဝေဒနာ (sensation) ဒီဝေဒနာသည် ခံစားပြီးသည်နှင့် တပြိုင်နက် ကွယ်ပျောက် အနိစ္စရောက်တော့သည်။

(၃) သညာ။ စားသောက်ဘွယ်များကို သာမည အားဖြင့် ရိုးရိုးမှတ်သားခြင်းသည် သညာ (perception) ၎င်းသညာသည်လည်း မှတ်သားပြီးသည်နှင့်တပြိုင်နက် ကွယ်ပျောက် အနိစ္စရောက်တော့သည်။

(၄) သင်္ခါရ။ စားသောက်မျှ သွတ်နိုင်အောင် ကိုင်
ကွယ်ခြင်းနှင့် စိတ်ဖြင့်၎င်း၊ လက်ဖြင့်၎င်း၊ ပစပ်ဖြင့်၎င်း၊ ပြုပြင်
စိတ် အားထုတ်ခြင်းကို သင်္ခါရ(Formation)ဟုခေါ်ပါသည်။
၎င်းသင်္ခါရသည်လည်း ရုတ်တရက် ချက်ခြင်း ကွယ်ပျောက်
အနိစ္စရောက်တော့သည်။

(၅) ဝိညာဉ်။ စားသောက်သမျှ ချိုသည်၊ ခါးသည်
(ဝါ)မြင်ကြားသမျှ ကောင်းသည်၊မကောင်းသည် မည်သို့မည်ပုံ
ဖြစ်သည်စသဖြင့် အကြောင်းစုံကို အသေအချာ သိနားလည်
ခြင်းသည် ဝိညာဉ်(conscious)၏ အစွမ်းပင် ဖြစ်လေသည်။
ဤဝိညာဉ်သည်လည်း သိပြီးသည်နှင့် တပြိုင်နက် ကွယ်ပျောက်
အနိစ္စရောက်တော့သည်။

အစဉ်သဖြင့် ဖြစ်ပျက်ကုန်ဆုံး အနိစ္စရောက်နေသော
ဤရုပ်-နာမ် ခန္ဓာငါးပါးကို “ငါ-ငါ”ဟူ၍ “ငါ့ဥစ္စာ”ဟူ၍
စွဲလမ်းဘွယ်ရာ လုံးဝမရှိပေ။

အနိစ္စမမြင်-ဒုက္ခမထင်

ဒုက္ခမြင်မှ သမုဒယပယ်နိုင်သည်။ ။အနိစ္စတော မနသိ
ကရောတော ခယတော သင်္ခါရာ ဥပဌဟန္တိ။

အနိစ္စတော-မမြဲဟု၊ မနသိကရောတော-နှလုံး သွင်းမိ
သေခ၊ခယတော-ကုန်ဆုံးတတ်သော၊ သင်္ခါရာ-သင်္ခါရတရားတို့
သည်၊ဥပဌဟန္တိ-ထင်လာကုန်၏။

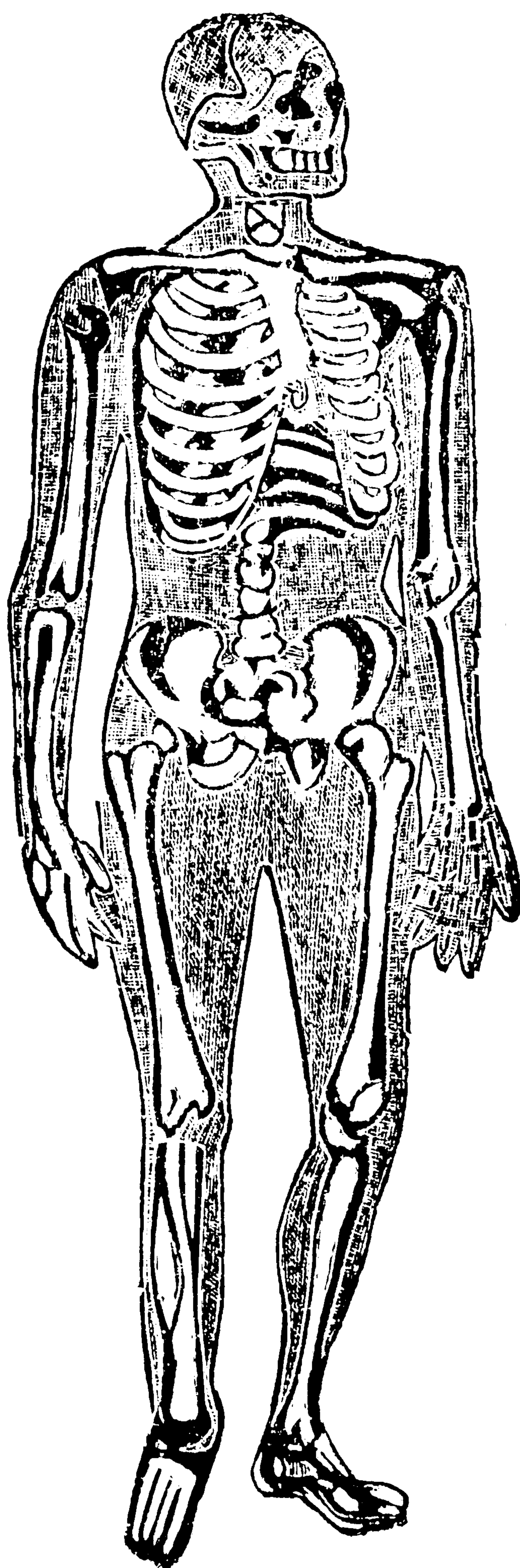
မမြဲသောအနိစ္စကို ထင်မြင်သည်ထဲက လိုချင်တပ်မက်မှု
တဏှာလောဘ ကင်းကွာသည်ဖြစ်၍ စွဲလမ်းမှုဥပါဒါန် ကာမ

ဘဝနှင့် ဇာတိရပ်ဆိုင်းလေသောကြောင့် ဇာတိကစ အိုနာသေခြင်းစသော ဒုက္ခခပ်သိမ်း ကင်းစင်ငြိမ်းအေးပြီဟု မှတ်နိုင်ပေသည်။

ဤမမြဲမှု ဆင်းရဲမှုကို မိမိအလိုအတိုင်း အစိုးမရ တားဆီး၍လည်း မရသည်ကို ထင်မြင်သည်ထဲက အနတ္တဉာဏ်ကိုလည်း ပိုင်သည်ဟု ဆိုရပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိနေသည်ကား မဂ္ဂသစ္စာကို ပွားများနေတာဘဲဟု ဟောတော်မူ၏။ အဲဒီလို ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်နိုင်စွာသိမြင်ခြင်းကြောင့် သမုဒယသစ္စာကို ပယ်ခြင်းကိစ္စ၊ နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းကိစ္စနှင့် မဂ္ဂသစ္စာကို ပွားများခြင်းကိစ္စ၊ ဤသိပယ်ဆိုက်ပွားဆိုတဲ့ ကိစ္စလေးချက်တပြိုင်နက် ပြီးစီးသည်ဟု ဆိုရပါသည်။

လက္ခဏာရေးသုံးပါးထင်မြင်၍ ဝိပဿနာဉာဏ် တိုးပွားရေးအတွက် ကျောက်ခပ် ဆရာတော်၏ အာဘော်ဖြစ်သော ဆောင်ပုဒ်သည် အထောက်အပံ့ ဖြစ်နိုင်သောကြောင့် တင်ပြပါဦးမည်။

- (၁) ငါ့ခန္ဓာဖြစ်ရကုန်စဲ မမြဲအနိစ္စ ဖြစ်ပျက်ညှဉ်းဆဲ ဆင်းရဲဒုက္ခ အတ္တကင်းကွာ အစိုးမရအနတ္တ။
- (၂) ပထဝီစပြု ဓာတ်ရှစ်ခုဖောက်ပြန် စုချက် ရူပက္ခန္ဓာ ဖြစ်ရကုန်စဲ မမြဲအနိစ္စ ဖြစ်ပျက်ညှဉ်းဆဲ ဆင်းရဲဒုက္ခ အတ္တကင်းကွာ အစိုးမရ အနတ္တ။
- (၃) အာရုံခြောက်ပါး ခံစားစုချက် ဝေဒနာက္ခန္ဓာ ဖြစ်ရကုန်စဲ မမြဲအနိစ္စ ဖြစ်ပျက်ညှဉ်းဆဲ ဆင်းရဲဒုက္ခ အတ္တကင်းကွာ အစိုးမရ အနတ္တ။



- (၄) အာရုံခြောက်ပါး မှတ်သားစုချက် သညာက္ခန္ဓာ ဖြစ်ရကုန်စဲ မမြဲအနိစ္စ ဖြစ်ပျက်ညှင်းဆဲ ဆင်းရဲ ဒုက္ခ အတ္တကင်းကွာ အစိုးမရ အနတ္တ။
- (၅) အာရုံခြောက်ခု ပြုပြင်စုချက် သင်္ခါရက္ခန္ဓာ ဖြစ်ရ ကုန်စဲ မမြဲအနိစ္စ ဖြစ်ပျက်ညှင်းဆဲ ဆင်းရဲဒုက္ခ အတ္တကင်းကွာ အစိုးမရ အနတ္တ။
- (၆) အာရုံခြောက်ခု သိမှုစုချက် ဝိညာဏက္ခန္ဓာ ဖြစ်ရ ကုန်စဲ မမြဲအနိစ္စ ဖြစ်ပျက်ညှင်းဆဲ ဆင်းရဲဒုက္ခ အတ္တကင်းကွာ အစိုးမရ အနတ္တ။

လက္ခဏာရေး(၃)ပါး အတိုချုပ်မှတ်ဖွယ် (ဆယ်ကြီး ဆရာတော်၏ ဆောင်ပုဒ်)ကိုလည်း တင်ပြပါဦးမည်။

- (၁) ဖြစ်ပျက်ဖောက်ပြန် ကုန်ဆုံးနေသော ရုပ်-နာမ် သည် အနိစ္စ။
- (၂) ဖြစ်ပျက်မစဲ အဖန်တလဲလဲ နှိပ်စက်နေသော ရုပ်-နာမ်သည် ဒုက္ခ။
- (၃) အလိုသို့မလိုက် အစိုးလဲမရသော ရုပ်-နာမ်သည် အနတ္တ။

ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်-နာမ်မြင်မှ အတ္တပျောက်သည်ကို ကြပ်ကြပ်မှတ်လေ၊ အနိစ္စထင်မှဒုက္ခမြင်၊ ဒုက္ခမြင်မှ သမုဒယကင်း၊ နိရောဓဆိုက်မှ မဂ်ကို ပွားများနိုင်ပေမည်၊ လယ်တီဆရာတော် ဟောကြားသော သိ၊ ပယ်၊ ဆိုက်၊ ပွား ဆိုသည့်အတိုင်းပင်တည်း။

ရုပ်-နာမ်သဘာဝ ခွဲခြားချက်

ရုပ်-နာမ်နှစ်ပါး ပေါင်းဆုံမိကြ၍ သွား၊ လာ၊ ထိုင်၊ ထ၊ လုပ်ကိုင်ပြောဆိုခြင်းနှင့် မြင်ခြင်း၊ ကြားခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်မြောက်လေသည်။ ရုပ်ချည်းသက်သက် နာမ်ချည်းသက်သက် သွားလာလုပ်ကိုင် စားသောက်ခြင်း စသည်တို့သည် ဘာတခုမျှ မဖြစ်မြောက်နိုင်ချေ။ နာမ်သည် ရှေ့သွားဖြစ်၍ နာမ်ကခိုင်းတိုင်း ရုပ်က သွားလာလုပ်ကိုင်ရလေသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုင်၊ ထ၊ သွား၊ ရပ်၊ စားသောက်ခြင်းကို သိတတ်သော စိတ်စေတသိက်တို့ကို နာမ်ဟုခွဲခြား၍မှတ်လေ။ တဖန် အတိုချုပ်သိရန်မှာ ထိုင်တာက ရုပ်၊ ထိုင်မှန်းသိတာကနာမ်၊ ထသည်ကရုပ်၊ ထမှန်းသိတာက နာမ်၊ သွားလာစားသောက်သည်ကရုပ်၊ သွားမှန်း စားမှန်းသိတာကနာမ်ဟုမှတ်။ ထို့ကြောင့် ထိုင်ထသွားလာ စားသောက်သမျှ နာမ်နှင့် ရုပ်သက်သက်ပင်ဖြစ်၍ ငါ၊ သူတပါး၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမစသည် မဟုတ်ပါ။ တကားဟူ၍သာ ဥာဏ်မှာ ထင်မြင်လာအောင် သတိမူကြပါလေ။

ယခုဖော်ပြခဲ့သည့် ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ်တို့သည် လှုပ်ရှားတိုင်း လှုပ်ရှားတိုင်း အစဉ်သဖြင့် ဖြစ်ပျက်မစဲ ကွယ်ပျောက်နေသော ရုပ်နာမ်သည် အနိစ္စ၊ ဖြစ်ပျက်ဖျက်ပြန်နှိပ်စက်သောကြောင့် ဒုက္ခ၊ အလိုသို့မလိုက် အစိုးလဲမရသောကြောင့် အနတ္တသဘောသက်သက်ဟူသော အနတ္တသညာကို ထင်မြင်မှသာလျှင် အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အစွဲပြုတ်မည်။ ဤသဘာဝဓမ္မကို သိသာရုံမျှ ဖော်ပြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

၎င်းအရေးကြီးလှသော သဘာဝဓမ္မကို ယထာဘူတကျ
အောင် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ကိုယ်တွေ့ဒိဋ္ဌထင်
မြင်အောင် ဝိပဿနာဘာဝနာကို အားထုတ်ရန် လိုပါသည်။
၎င်း ဝိပဿနာဘာဝနာ အစွမ်းဖြင့်သိသော အသိမျိုးမှသာလျှင်
အသိမှန်ဝိပဿနာဉာဏ်ဟု ခေါ်ပါသည်။ ထို အသိမှန်အမြင်မှန်
ရမှသာလျှင် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းအေးသော မင်္ဂလိကနိဗ္ဗာန် မျက်
မှောက်ပြုနိုင်မည်။ ဒါကြောင့် -

“သဗ္ဗေသင်္ခါရာ အနိစ္စာ၊ ဒုက္ခာ၊ အနတ္တာ၊
ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊
ဇသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ”

လို့ ဟောတော်မူသည်။

ဤအနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဖြစ်သော သင်္ခါရ သဘောကို
ပညာယပဿတိ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ပညာဖြင့် ထင်မြင်လျှင် ငြီးငွေ့
သော နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ် ဖြစ်လာမည်။ ၎င်းသည် စင်ကြယ်သော မင်္ဂ
ဉာဏ်ဖြစ်၏။

ဉာဏ်စဉ်ကိုပြဆိုကြပါစို့။

(အရှည်ကိုသိလိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ ဒါနစခမ်း မင်္ဂလိကဖြတ်
လမ်းစာအုပ်ကိုကြည့်ပါ)

နာမ်ရုပ်နှစ်ပါးကို ဤဟာရုပ် ဤဟာနာမ်ဟူ၍ ခွဲခြား
သိသောဉာဏ်ကို နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဟု ခေါ်ပါသည်။ ဤ
ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို ဆင်ခြင်သော သမ္မသနဉာဏ်အားဖြင့် ဟုတ်
တိုင်းမှန်စွာသိမြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ငါ၊ သူတပါး၊ မိန်းမ၊

ယောက်ျား စသဖြင့် မတွေ့မမြင်၍ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကင်းပျောက်သော ကလျာဏပုထုဇဉ် ဖြစ်တော့သည်။ အန္တပုထုဇဉ် မဟုတ်တော့ပေ။ ဤသို့ဖြင့် နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်မှစ၍ ဉာဏ်စဉ်တက်ရာ၌ ဖတ်ရှုကြားနာ၍ သိသော သုတမယဉာဏ်၊ စဉ်းစားဆင်ခြင်၍သိသော စိန္တာမယဉာဏ်၊ ကြံစည်တွေးတော၍ရသော ဘာဝနာမယဉာဏ်၊ ဤသုံးမျိုးကို အခြေခံပြုပြီးလျှင် ဆက်လက်အားထုတ်ပါက တဆင့်ပြီးတဆင့် တိုးတက်၍ အဓိကဉာဏ်စဉ် ဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်သို့ ဆိုက်ရောက်ခါ အဝိဇ္ဇာမှောင်ကို ဖြိုခွင်းပြီးဖြစ်၍ အမြင်မှားသော ဒိဋ္ဌိခေါ် ရန်သူကြီးကို ဤအမှန်ခေါ် ဝိဇ္ဇာလက်နက်ဖြင့် သတ်ပြီးဖြစ်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဟူမူ ကား ငါ၊ ငါဟူသောရေသောက်မြစ် အတ္တဒိဋ္ဌိကို ဖျက်လိုက်မှ ဖြင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ပွားများလေသော တဏှာလောဘသည် လုံးဝ ချုပ်ငြိမ်းလေတော့သည်။ ဥပမာ-အမြစ်ခုတ်ဖြတ်ပြီးသော သစ်ပင်သည် အကိုင်းအခက် အသီးအပွင့်ပါ လဲကျသွားဘိသကဲ့သို့ ဖြစ်၏။ ငါဟူသော သက္ကာယဒိဋ္ဌိမကွာသမျှ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ဖြစ်ပွားစေသော တဏှာလောဘ မကွာနိုင်ပါ။ တဏှာကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်ဖျောက်နိုင်သောဉာဏ်သည် ဒိဋ္ဌိစဉ်သော မဂ်ဉာဏ်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ မဂ်ဉာဏ်ရလျှင် ဖိုလ်ဉာဏ်လဲ အလိုအလျောက် ရနိုင်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် “အနာနှင့်ဆေးကိုက်အောင်ပေး ပျောက်မှု မခက်ပါ” ဆိုသလို ဒိဋ္ဌိစင်တဏှာကင်း နိဗ္ဗာန်မြင်လွယ်အောင် အထက်ကဖေပြုပါ။ နာမ်-ရုပ် ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်မှစ၍ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ရပြီးလျှင် အိုနာသေဘေးကင်းလွတ်သော နိဗ္ဗာန်ကို မျက်

မောက်ပြုရေးအတွက် လိုအပ်သောဉာဏ် အလင်းရလေအောင်
 ဇွဲသန်သန်ဖြင့် အခွင့်ရခိုက် လုံ့လစိုက်၍ အထက်ကညွှန်ပြခဲ့သည့်
 အတိုင်း သတိသမ္ပဇ်ဖြင့် ကြိုးစားကြပါကုန်၊ လေ့ကားတထစ်
 တက်မိလျှင် တဆင့်ပြီးတဆင့် အထက်ဆုံးအဆင့်သို့ ရောက်ကြ
 ရန် မခဲယဉ်းသကဲ့သို့ လိုအပ်သော ဉာဏ်စဉ်များ တဆင့်နှင့်
 တဆင့် နီးကပ်နေ၍ ဝိပဿနာအစွမ်းဖြင့် အဆက်မပြတ်ကြိုး
 စားလျှင် အထက်ဆုံးဉာဏ်စဉ်သို့ တက်ရောက်ခါ လိုရင်းဖြစ်
 သောပန်းတိုင်ကို မုချကေန ရောက်နိုင်ပေလိမ့်မည်။

ဉာဏ်စဉ်တက်နိုင်ပုံပြချက်

(၁) နာမ်-ရုပ် ခွဲခြား၍သိသော နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်
 ကိုပိုင်ပြီးလျှင် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရဥပါဒါန်
 တို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်သို့ ၎င်း၊ နာမ်
 ရုပ်တို့၏ မမြဲဆင်းရဲ အစိုးမရ အနတ္တဟူသော လက္ခဏာရေး သုံး
 ပါးကို ဆင်ခြင်သော သမ္မသနဉာဏ်သို့၎င်း၊ အစဉ်သဖြင့်ဖြစ်ပြီး
 ပျက်သွားသည်ကိုသိသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သို့၎င်း၊ တပျက်ထဲ
 ပျက်နေသော ဘင်္ဂဉာဏ်သို့၎င်း၊ ဖြစ်ပျက်မစဲ သင်္ခါရဓမ္မကို တွေ့
 မြင်၍ ဘုံ (၃) ပါးကို ကြောက်လာသော ဘယဉာဏ်သို့၎င်း၊
 ရုပ်-နာမ်တို့၏ အနိစ္စသော အပြစ်အနာကိုသာ တွေ့မြင်၍
 မကောင်းမှုကိုသိမြင်သော အာဒိနဝဉာဏ်တို့၎င်း၊ အစဉ်ထာဝရ
 ဖြစ်ပျက်ဖောက်ပြန် နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းနေသော ရုပ်-နာမ် သင်္ခါရ
 တို့အပေါ်၌ ပျော်မွေ့ခြင်းမရှိ၊ ငြီးငွေ့ စိတ်ပျက်လာသော
 နိဗ္ဗိဒ္ဓဉာဏ်သို့၎င်း၊ အစဉ်ထာဝရ ဖြစ်ပျက်နှိပ်စက်နေသော ရုပ်

နာမ်၏ဘေးမှ လွတ်မြောက်လိုသော မုဉ္ဇိတုကမ္ပတဉာဏ်သို့၎င်း၊
တဆင့်ပြီးတဆင့်သိအပ်သော မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်သို့၎င်း၊ တက်
ရောက်ရေး၌ မခဲယဉ်းလှပေ။ ဤမည်သော အသိဉာဏ် (၁၆)
ပါးစလုံး ပွင့်လင်းလာလျှင် ငါ၊ သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမဟု
မမြင်မူ၍ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ်ကို မမြဲဆင်းရဲအနတ္တ အသုဘ
ဟူ၍ ယထာဘူတအတိုင်း သိမြင်လိမ့်မည်။ ဤသို့ ဟုတ်တိုင်းမှန်
စွာထင်မြင်သော သူသည် လိုချင်တပ်မက်သော တဏှာလောဘ
ကင်းပြတ်ခါ သံသရာ၌ ငြီးငွေ့လိမ့်မည်။ ခန္ဓာသံသရာ၌ မပျော်
မေ့ ငြီးငွေ့လာခြင်းသည် မဂ်ဖိုလ်ရဘို့အစ ပုဗ္ဗနိမိတ်ကဲ့သို့
အစပေါ်တော့သည်ဟုမှတ်လေ။ ထိုအကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရား
သည် သားတော် ရာဟုလာအား ဟောပြောဆုံးမသည်မှာ—

အိုချစ်သားရာဟုလာဤသို့ ဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော နည်းဖြင့်
ပုဂ္ဂိုလ်မရှိ၊ သတ္တဝါမရှိ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတို့ကိုသာမြင်သော
အရိယာသာဝကတို့သည် ရုပ်အစုတို့၌လည်း ငြီးငွေ့၏၊ အနိစ္စ
ဒုက္ခ အနတ္တဖြစ်သော ဝေဒနာအစု၌လည်း ငြီးငွေ့၏၊ အနိစ္စ
ဒုက္ခ အနတ္တဖြစ်သော သညာအစု၌လည်း ငြီးငွေ့၏၊ အနိစ္စ
ဒုက္ခ အနတ္တဖြစ်သော ဝိညာဉ်၌လည်း ငြီးငွေ့၏၊ ခန္ဓာငါးပါး
ရုပ်-နာမ် သင်္ခါရတို့ကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟုသိ၍ မနှစ်သက်
နိုင် မပျော်မေ့နိုင်သဖြင့် ငြီးငွေ့သောသူသည် ဝိရာဂမည်သော
မဂ်လေးပါးကိုရ၏၊ မဂ်လေးပါးကို ရခြင်းကြောင့် ဖိုလ်လေးပါး
ကိုလည်းရ၏၊ ဖိုလ်လေးပါး၌ဖိုလ်ဟု စေ့စေ့ဆင်ခြင်သော ပစ္စု
ဝေက္ခဏဉာဏ်ဖြစ်လာ၏။ ငါ့အား ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း ကင်းသည်
ကိုသိလာ၏၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်မြတ်ကိုကျင့်ပြီးပြီဟုလည်း သိရ
၏။ တခြားတပါးပြုဘွယ်ရာမရှိတော့ပြီ၊ ဤသည်ကား နိဗ္ဗာန်၊

နဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော်စကားဖြစ်၏။ ဤသို့ထင်မြင်အောင် အားထုတ်နေသူသည် နိဗ္ဗာန်သို့ သွားနေသော ပုဂ္ဂိုလ်တဲဟု မှတ်နိုင်ပြီ။

ဤ ဟောတော်မူသော ဒေသနာကိုထောက်၍ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်ဟူသည် မိန်းမ မဟုတ်၊ ယောက်ျားမဟုတ်၊ သူမဟုတ်၊ ငါလဲမဟုတ် ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ်ဟူသည်ကား အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတည်း။ ဤသို့ ယထာဘူတဉာဏ်ဖြင့် ဟုတ်မှန်သော သဘာဝဓမ္မကို သိမှသာလျှင် ဘုံသုံးပါးကို ငြိမ်းငြေ့လာသည်ဖြစ်၍ ကောင်းစွာကျင့်ပြီးလျှင် မင်ဖိုလ်တရားထင်ရှား၏။ ထို့ကြောင့် မင်ဖိုလ်ဉာဏ် အတန်တန် နိဗ္ဗာန်ကိုရလိုလျှင် အရေးကြီးသော ယထာဘူတခေါ် သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်ကိုပိုင်အောင် သူ့ထက်ငါအားထုတ်ကြပါလေ။ နည်းလမ်းရှိလျက်သားနှင့် ရအောင် ကျွတ်လွတ်အောင်မလုပ်လျှင် သင်၏အပြစ်ပင်ဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့် “န ဟိ သတိရဟိတာ ပညာ အတ္တိ” ဟူသော ဘုရားစကားအတိုင်း သွားလျှင်သွားမှန်းသိ၊ ရပ်လျှင်ရပ်မှန်းသိ၊ ထိုင်လျှင်ထိုင်မှန်းသိ၊ အိပ်လျှင်အိပ်မှန်းသိ၍ သတိအမှတ်ပြုနေပါလေ။ အမှတ်သတိကင်း၍ အသိမှန် ပညာဉာဏ် မရနိုင်ပါဟူသော အဓိပ္ပါယ်စကားကို လေးစားစွာ မှတ်ပါလေ။ ဤကား သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်ဖြစ်၏။

ကာယ, စိတ္တ, ဝေဒနာနှင့် ဓမ္မ ဟူသော သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး၏ သဘောအတိုင်း သွားလာ ကွေးဆန့်လှုပ်ရှားတိုင်း၌ ၎င်း၊ ထွက်လေဝင်လေရှူရှိုက်တိုင်း၌၎င်း၊ စိတ်ဘွင်ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း၌ ၎င်း၊ ကောင်း မကောင်း ခံစားတိုင်း၌၎င်း၊ သတိအမှတ်ပြု၍ နေရပေမည်။ ဤသို့ သတိအမှတ်ပြုသည့် ဖြစ်ပျက်မှုအနိစ္စ မမြဲမှုနှင့်

ဆင်းရဲမှုကို၎င်း၊ ဤ မမြဲဆင်းရဲမှုကိုမြဲပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေဟု မတတ်စွမ်းနိုင်၊ အလိုသို့မပါနိုင် အစိုးလဲ မရနိုင်သောကြောင့် အနတ္တသဘောကို ကောင်းစွာထင်မြင်၍ ဟုတ်မှန်သော ယထာဘူတဉာဏ်သည် သူပြော ငါပြောမဟုတ်ဘဲ မိမိ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ထင်ပေါ်၍ လာလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် လူ့ဘဝရပြီး သာသနာတော်နဲ့လဲ ကြုံကြိုက်တဲ့အခါ ကြုံကြိုက်ရကျိုးနပ်အောင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း ဝိပဿနာတရားကို အချိန်ရအောင်ယူပြီး ရသလောက် ကြိုးစားအားထုတ်ကြဘို့ သေးနက်စွာ တိုက်တွန်းပါရစေ၊ အားထုတ်ရန်လဲ သင့်လှပေသည်။

ဤသို့ အားထုတ်ခြင်းဖြင့် လက္ခဏာရေးသုံးပါးကို ပိုင်နိုင်စွာ နှလုံးသွင်းသူသည် ဒုက္ခစစ်ဒုက္ခမှန်ကို၎င်း၊ ဒုက္ခဖြစ်ခြင်းအကြောင်း တဏှာသမုဒယကို၎င်း၊ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရာ ငြိမ်းကြောင်း နိရောဓသစ္စာကို၎င်း၊ နိဗ္ဗာန်လမ်းစဉ်ဖြစ်သော မဂ္ဂသစ္စာကို၎င်း သိ၊ ပယ်၊ ဆိုက်၊ ပွားဟုဆိုသော ကိစ္စလေးချက်ကို ပါ တပြိုင်နက် သိမြင်လာသည်ဖြစ်၍ ၎င်း ဝိပဿနာဉာဏ် အလင်းမှန်ရအောင် ညွှန်ပြချက်အတိုင်း အားထုတ်ကြပါကုန်ဟု အဖန်တလဲလဲ သတိပေးအပ်ပါသည်။

အဆိုပါ ရုပ်တရား နာမ်တရား ဖြစ်ပျက်မှု သဘာဝဓမ္မကို ဟုတ်မှန်စွာ သိမြင်ပြီးလျှင် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်လမ်းကို ပိတ်ပင်တားဆီးရာ၌ အဆိုးဆုံးရန်သူဖြစ်သော သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို အလျှင်အမြန် ပစ်ခွါပြီးလျှင် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမှုကို ဘဝတိုတိုနှင့် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေဟု ဆုတောင်းပတ္တနာဖြင့် နိဂုံးချုပ်ပါသည် ဓမ္မမိတ်ဆွေ သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့။

အခန်း (၇)

ပဉ္စဂုဏ် အဟံ ဝန္ဒာမိ

ဖြစ်ပျက်မြင်-ဒိဋ္ဌိစင်

“နိဗ္ဗာန်ဝင် တရားတော်”

(ချောင်းဦး ဓမ္မရတိ-ဝိပဿနာအသင်းမှ
ဟောခဲ့သောတရား)

“ဖြစ်ပျက်မမုန်း ဉာဏ်မဆုံး ရှုအုံးအထပ်ထပ်”
ဖြစ်ပျက်ဆုံးလျှင် ဒိဋ္ဌိစင် ဒါမှသောတာပန်။

ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်ဆိုတဲ့ ခန္ဓာငါး
ပါးရဲ့ အဖြစ်အပျက်ကို မြင်တဲ့အမြင်ဟာ အမြင်မှန်ဘဲ ဒီအမြင်
မှန်သည် ဒိဋ္ဌိစင်နိဗ္ဗာန်မြင်တဲ့ မဂ်အမြင်ဘဲလို့ ဟောတော်မူတယ်။
အဘယ်ကြောင့်ဟုဆိုလျှင် ဒီဖြစ်ပျက်မြင်လို့မို့ ငါရယ်လို့ သူရယ်
လို့မထင်ယင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိပြုတ်တယ်။ ဖြစ်ပျက်ရှုတုန့် (ဝါ) ပိုင်း
ခြားနေတုန့် သမုဒယချုပ်နေတယ်။ သမုဒယချုပ်တော့ ဒုက္ခ
မပေါ်၊ ဒုက္ခချုပ်တော့ နိရောဓဆိုက်တယ်။ နိရောဓဆိုက်တော့
မဂ်ပွားနေတယ်လို့မှတ်။ အဲ့ဒါနိဗ္ဗာန်ပါဘဲ ဖြစ်ပျက်မြင်သော
“မြင်” စိတ်ကလေးဟာ ငါလား၊ သူတပါးလား စဉ်းစား
ကြပေါ့။ ဖြစ်ပျက်ပေါ်တိုင်း မှတ်ရှုကြပါ။ ဤဖြစ်ပျက်နေ

သော ရုပ်နာမ်ထဲမှာ သူ-ငါပါသလား၊မပါတော့ အနတ္တဉာဏ်
 နောက်က မဂ်ဉာဏ်ပေါ်လာမယ်၊ “ယဒါပညာယပဿတိ”
 စကားအတိုင်း အစဉ်သဖြင့်ရှုမှတ်ယင်း အနတ္တဉာဏ်ပေါ်လိမ့်
 မယ်၊ အဲဒါမှ ဝိပဿနာပညာဉာဏ်၊ ဤအနတ္တဉာဏ်ကို မြင်
 တာနဲ့ မသိမှုအဝိဇ္ဇာ-လိုချင်မှုတဏှာ စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်တွေ
 ချုပ်ကုန်မယ်။ တဏှာဥပါဒါန်ချုပ်တော့ ဇာတိမဖြစ်၊ ဇာတိ
 မဖြစ်တော့ ဇရာမရဏ-သောကပရိဒေဝမီးတွေမလာ၊ အဲဒါ
 နိဗ္ဗာန်ပါဘဲ၊ ဆုတောင်းဘို့မလို ဆုတောင်းရုံနဲ့ လဲမရဘူး။

ချောင်းဦး ခန္ဓောဆရာတော် ဦးနရိန္ဒာဘိဓဇ၏ ဆောင်
 ပုဒ်ကို မှီငြမ်း၍—

မပျက်စိအဆင်း မြင်ခြင်းရုပ်နာမ်၊
 မြင်တယ်မှတ်ရှု ပျက်မှုထင်ပြန်၊
 အသံနှင့်နား ကြားခြင်းရုပ်နာမ်၊
 ကြားတယ်မှတ်ရှု ပျက်မှုထင်ပြန်၊
 အနံ့နာခေါင်း နံကြောင်းရုပ်နာမ်၊
 နံတယ်မှတ်ရှု ပျက်မှုထင်ပြန်၊
 လျှာနှင့်ရသာ စားတာရုပ်နာမ်၊
 စားတယ်မှတ်ရှု ပျက်မှုထင်ပြန်၊
 ကိုယ်နှင့်အတွေ့ ထိ၍ရုပ်နာမ်၊
 ထိတယ်မှတ်ရှု ပျက်မှုထင်ပြန်၊
 မနောသဘော သိသောရုပ်နာမ်၊
 သိတယ်မှတ်ရှု ပျက်မှုထင်ပြန်၊
 ကွေးလိုသဘော ကွေးသောရုပ်နာမ်၊
 ကွေးတယ်မှတ်ရှု ပျက်မှုထင်ပြန်၊

သွားလိုသဘော သွားသောရုပ်နာမ်
သွားတယ်မှတ်ရှု ပျက်မှုထင်ပြန်၊
ဒွါရခြောက်က ကျတိုင်းရုပ်နာမ်
သတိမှတ်မှု ရှုငြားဖန်ဖန်
ဥာဏ်စဉ်လျှောက် မျက်မှောက်ပြည်နိဗ္ဗာန်။

ဝိပဿနာ သတိအမှတ်ဖြင့် ရုပ်,နာမ်၏ ဖြစ်ပျက်ကိုမြင်
သော သူ၌ နှစ်သက်မှုတဏှာ၊ လောဘ၊ ငါထင်မှု သက္ကာယ
ဒိဋ္ဌိတို့သည် မကိန်းအောင်းဘဲ အကြောင်းသမုဒယသစ္စာ ဖြတ်
နေတယ်ဟု မှတ်ရပါမယ်။

သတိလေးခု မှတ်ရှုဖန်ဖန်
အသုဘများ ထင်ရှားလာပြန်
မမြဲဆင်းရဲ မလွဲကေနိ
အနတ္တ ရှုကြ သတိဥာဏ်။
သတိတရား ရှုငြားကြိမ်ဖန်
ပိုင်းခြားဒုက္ခ သိကြအမှန်
သစ္စာသမု ပယ်မှုထင်ပြန်
ကျိုးဘဝ ချုပ်ရ နိရောဓ။

မျက်စိ, နား, နှာခေါင်း, လျှာ, ကိုယ်, စိတ်ဆိုတဲ့ ဒွါရ
ခြောက်ပေါက်ကလဲ တဏှာဒိဋ္ဌိစသော အပါယ်ဒုက္ခတွေ ထပ်တ
လဲလဲ စုမိနေကြတာဘဲ၊ ဒါကြောင့် ဒွါရခြောက်ပေါက်ကို
အထက်ကနည်းအတိုင်း သတိဝိပဿနာဖြင့် စောင့်ကြပ်ကာကွယ်
ပေးရန် လိုအပ်ပါတယ်။

ဒိဋ္ဌိစင် နိဗ္ဗာန်မြင်ဆိုတဲ့ အချက်သည် အများအားဖြင့် ဘာဘဲလုပ်လုပ် နိဗ္ဗာန်ရလိုပါ၏ဟု ဆုတောင်းလေ့ ရှိကြတယ်။ အမှန်အားဖြင့် ဒိဋ္ဌိမစင်သမျှ နိဗ္ဗာန်မရနိုင်ရိုး မှန်ပေတယ်။

ဒုက္ခငြိမ်းအေးသုခနိဗ္ဗာန်သည် ဆုတောင်း၍ ရနိုင်သည် မျိုးမဟုတ်။ နိဗ္ဗာန်ဆိုသည်ကား အဘယ်နည်းဟုလည်း အသေအချာမသိကြဘဲ၊ ပျော်ရွှင်ဘွယ် ကောင်းသော ရွှေပြည်တမျိုးလိုလို ထင်မှတ်သူက ထင်မှတ်ကြတယ်။

စင်စစ်အားဖြင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်းငြိမ်းအေးသော သဘောကို သာလျှင် နိဗ္ဗာန်ဟုခေါ်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို လက်ညှိုးထိုးပြီး ပြစရာမရှိ။ နိဗ္ဗာန်မှာ မီးတုံး မီးတောက်မရှိ။ နေလအရောင်လဲ မရှိ။ သို့ပေမဲ့ အမှောင်လဲမရှိ၊ လောင်စာကုန်၍ မီးငြိမ်းသွားပြီး သကဲ့သို့ ငြိမ်းအေးသော သဘောမျှသာ နိဗ္ဗာန်မည်၏။ သန္တိ သုခခေါ် ချမ်းသာမှုသည် အေးချမ်းသာယာမှုန်ဖြစ်၍ မင်္ဂလာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် အမြင်မှန်၊ အလင်းမှန် ရသူမှသာလျှင် နိဗ္ဗာန်ကို မြင်နိုင်တယ်။ နိဗ္ဗာန်၏အရသာလဲ ခံစားနိုင်တယ်။

ဒါန၊ သီလ စသော သာမည ကုသိုလ်ကောင်းမှုဖြင့်၎င်း၊ ဆုတောင်းပတ္ထနာဖြင့်၎င်း ရနိုင်သည်မျိုးမဟုတ်။ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ ဆရာ၊ မိဘမဆိုထားဘိ မြတ်ဘုရား ကိုယ်တိုင်ပင် ပေးနိုင် သည်မဟုတ်။ နည်းမှန်-တရားမှန် ညွှန်ကြားတော်မူသည့်အတိုင်း ကျင့်ကြံ အားထုတ်၍ ယူမှသာလျှင် မည်သူမဆို ရနိုင်တယ်။ “ဝါနတောနိက္ခန္တိနိဗ္ဗာနံ” ဟူသော စကားအတိုင်း တဏှာ၊ ရာဂ မှ လွတ်မြောက်ရာ ကင်းအေးရာကို နိဗ္ဗာန်ခေါ်တယ်။ အဝိဇ္ဇာ

နဲ့တဏှာ ဤမူလအကြောင်းရင်းနှစ်ခုကို သတိဝိပဿနာဉာဏ် အစွမ်းဖြင့်သတ်ပြီးလျှင် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးခေါ် အရိယသာဝကတို့ လျှောက်ခဲ့သော ခရီးလမ်းရှစ်သွယ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်တဘက်ကမ်းသို့ တက်ရောက်နိုင်တယ်။ သို့သော် သတိဝိပဿနာ ဉာဏ်စခန်းကင်း၍မရနိုင်၊ မရောက်နိုင်ရိုးမှန်၍ “သရန္တိဂစ္ဆန္တိ ယာယာတိသတိ” ဟူသော ဘုရားစကားအတိုင်း သတိတည်းဟူသော ယာဉ်ရထား ဖြင့်သာ နိဗ္ဗာန်တဘက်ကမ်းသို့ ကူးမြောက်နိုင်တယ်။

ပဉ္စာနန္တရိယကံ ကျူးလွန်သူ၊ အမှန်တကယ် လိုချင်သောစိတ်နဲ့ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါမရှိသနဲ့ ဒွိဟိတ် ပုဂ္ဂိုလ်များမှ တပါး နည်းမှန်အတိုင်း မရပ်မနား အားထုတ်သူမှန်လျှင် အိုနာသေဘေးကင်းငြိမ်းသော အမတနိဗ္ဗာန် ရနိုင်ပါတယ်။

သို့သော် နိဗ္ဗာန်လမ်းကို ဆူးငြောင့်ကဲ့သို့ ပိတ်ဆို့ထားသော သံယောဇဉ်ဆယ်ပါးကို ဦးစွာဖြတ်ပစ်ရန် လိုအပ်ပါတယ်။ ၎င်းသံယောဇဉ်တို့သည်ကား—

(၁) ဒိဋ္ဌိသံယောဇဉ်-အနိစ္စဒုက္ခအနတ္တဖြစ်သော ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ်-သင်္ခါရတို့ကို မြဲသည်၊ ချမ်းသာသည်၊ ငါဟုတ်သည် စသဖြင့် အမြင်မှား အယူမှားသော သက္ကာယဒိဋ္ဌိခေါ် အတ္တစွဲခြင်းသည် အဆိုးဝါးဆုံး ရန်သူသဘွယ် ချမ်းသာနိဗ္ဗာန်ကို ပိတ်ဆို့လျက်ရှိနေသည်။

(၂) ဝိစိကိစ္ဆာသံယောဇဉ်-ရတနာသုံးပါး၊ သစ္စာလေးပါး၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၊ ကံ၏အကျိုးနှင့် ဝိပဿနာ တရားတော်တို့၌ မယုံသက်သာရှိခြင်း။

(၃) သီလဗ္ဗတပရာမာသ-ကိလေသာ အညစ်အကြေး ခေါင်းပါးမည်ထင်၍၎င်း၊ ဝိမုတ္တိရမည်ထင်၍၎င်း၊ အတ္တ ကိလေသာ နှလှောင် ခေါ်မိမိကိုယ်ကို နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းခြင်းကို မြတ်ဘုရားက နှစ်သက်တော်မမူပါ။

(၄) ကာမရာဂ- ဘုံသုံးပါး၌ ကာမဂုဏ် ခံစားလိုသော အာသာဆန္ဒရှိခြင်း၊ ၎င်းကို ဘုရားက ကာမသုခလွှဲကာ နှလှောင် ဆိုပြီး နှစ်သက်တော်မမူ၍ ရှုတ်ချတော်မူ၏။

(၅) ဗျာပါဒ-သုတဦး၏ အသက်စည်းစိမ်ကို ဖျက်ဆီးလိုခြင်း။

(၆) ရူပရာဂ-အဆင်းရုပ်ကို နှစ်သက်တောင့်တခြင်း။

(၇) အရူပရာဂ-ကိုယ်ရုပ်မရှိ၊ စိတ်သာလျှင်ရှိသော အရူပဘုံကို လိုလားခြင်း။

(၈) မာနသံယောဇဉ်-ငါ၊ ငါဟူသော မာန်မာန အဟံကာရ ထောင်လွှားခြင်း၊ မာန်မာနသည်ကား အဆိုးဆုံးသော ရန်သူဖြစ်သည်။

(၉) ဥဒ္ဓစ္စ-တရားဓမ္မအားထုတ်ရာ၌၎င်း၊ သမာဓိ ထူထောင်ရေး၌၎င်း၊ စိတ်မတည်ငြိမ်ခြင်း၊ ဧကဂ္ဂတာ ကင်းမဲ့ခြင်း။

(၁၀) အဝိဇ္ဇာသံယောဇဉ်-ရုပ်,နာမ်,သင်္ခါရတရား၌၎င်း၊ သစ္စာလေးပါး၌၎င်း အကြောင်းအကျိုး တရားတော်၌၎င်း အသိဉာဏ်ခေါင်းပါးခြင်း၊ ဤမည်သော သံယောဇဉ်နှင့် တွယ်

တာစွဲလမ်းခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်ရရေး၌ ကြီးမားသော အဆီးအတား
ကြီးများ ဖြစ်ပေတယ်။

ဒါကြောင့် ၎င်းဆိုးဝါးသော သံယောဇဉ်တို့၏ ချည်
နှောင်ခြင်းမှ ကျွတ်လွတ်ခါ နိဗ္ဗာန်ရဘို့ ကြိုးစားကြပါဟု
အဖန်တလဲလဲ ဟောတော်မူပါတယ်။

ထို့ကြောင့် ဖော်ပြပါ သံယောဇဉ်ခေါ် ကိလေသာ
အန္တရာယ်များကို ဝိပဿနာဉာဏ်စွမ်းဖြင့် ဖြတ်တောက်၍ နိဗ္ဗာန်
ချမ်းသာရအောင် အားထုတ်သင့်လှပေတယ်။

၎င်းပြင် သီလဝိသုဒ္ဓိ၊ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိပြင် အကျင့်မှန်၊ အမြင်မှန်
ရဘို့ ဦးစွာလိုအပ်ပါတယ်။ ရုပ်၊ နာမ်၊ သင်္ခါရတို့၌ မမြဲသော
အနိစ္စ၊ အစိုးမရ အနတ္တကိုမြင်လျှင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကွာတယ်၊
အကြောင်းအကျိုး ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မြင်လျှင် ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ ကွာတယ်၊
ဖြစ်ပျက် အနိစ္စ၊ ဆင်းရဲ ဒုက္ခ၊ အစိုးမရ အနတ္တမြင်၍ ငါ့ကိုယ်
ငါ့ဟာ ငါ့ဥစ္စာဟု မစွဲလမ်းလျှင် အတ္တဒိဋ္ဌိစင်တယ်။ ဒိဋ္ဌိစင်လျှင်
သီလလဲစင်ကြယ်သွားတော့တယ်။ ဤဒိဋ္ဌိသုံးပါးစင်၍ သမ္မာ
ဒိဋ္ဌိခေါ် အမြင်မှန် (ဝါ) စင်ကြယ်စွာမြင်မှုသည် သော
တာပန်အမြင် (ဝါ) မဂ်အမြင် မြင်ခြင်းဖြစ်တယ်။

ထို့ကြောင့် အမြင်မှန်ရဘို့ အရေးကြီးတယ်။ မိမိတို့၏
ခန္ဓာမှာ အမှန်ရှိဒါက ရုပ်နှင့်နာမ် အဖြစ်နှင့် အပျက်ဘဲရှိတယ်၊
ဒီအမှန်ရှိတဲ့ ရုပ် နာမ် ဖြစ် ပျက် ကိုမြင်မှ အမြင်မှန်ရတယ်၊
ဒီအမြင်မှန်မရလျှင် တဏှာမာနဒိဋ္ဌိ မကွာနိုင်၊ မကွာနိုင်သော
ကြောင့် ဒီဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ်ကို ငါ့ဟာ

ငါ့ဥစ္စာ ငါ့ကိုယ်စသဖြင့် ငါ့၊ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့ကိုယ်ဟုစွဲလမ်းကြတယ်။
 ငါမဟုတ် ငါ့ဥစ္စာလဲမဟုတ်လို့ မပိုင်လို့မို့ သူ့သဘောအ
 တိုင်း သူဖြစ်လိုက်-ပျက်လိုက်နေဒါဘဲ မဟုတ်လား၊ ဒါကြောင့်
 ကိုယ်ဖြစ်ချင်သလိုမဖြစ်သော ဤရုပ်နာမ်သည် ငါမဟုတ်၊ အတ္တ
 မဟုတ်ပါတကားဟု ထင်မြင်လာလျှင် ယထာဘူတအတိုင်း အ
 မှန်မြင်တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် (၀၇) အရိယ
 ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အမြင်ဘဲလို့လဲ မှတ်နိုင်တယ်။

ဖြစ်ပျက်မြင်လို့ ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့ဥစ္စာဟုမမြင်လျှင် မစွဲလျှင်
 သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ အတ္တဒိဋ္ဌိစသဖြင့် အထင်မှား၊ အမြင်မှား ငါစွဲ၊
 သူစွဲလဲကွာရော၊ အမြင်မှား ဒိဋ္ဌိစင်ပြီး မဂ်ဉာဏ်လဲပိုင်ရောပါတဲ့၊
 မသိမှု အဝိဇ္ဇာမှောင်ကင်း၍ လိုချင်မှုတဏှာ၊ စွဲလမ်းမှုဥပါဒါနိ
 များ ခေါင်းပါးသွားသောကြောင့် သမုဒယကွာပြီး နိရောဓ
 ဆိုက်ကာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးလမ်းစဉ်အတိုင်း ပျော်မွေ့ကာ အိုနာသေ
 ဘေးကင်းဝေးသော အမတနိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင် ရောက်နိုင်တော့ဒါ
 ဘဲ။

သို့သော် ဒါလောက် ကြားသိရုံနဲ့ လဲ စိတ်မချရသေးပါ။
 အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် ဒါဟာ ကြားနာ၍ရသော သုတမယ
 ဉာဏ်လောက်သာဖြစ်၏။ ဒါလောက်နဲ့ ခိုင်မြဲသော မဂ်ဉာဏ်
 မပိုင်သေးသောကြောင့် (၀၇) ပညာယပဿတိခေါ် ဝိပဿနာ
 အားထုတ်၍ရသော ပညာဉာဏ် မဟုတ်သေး သောကြောင့်
 ပင်ဖြစ်၏။ ဝိပဿနာ ဘာဝနာမယ ဉာဏ်မှသာလျှင် ဒုက္ခခပ်
 သိမ်း ငြိမ်းရာငြိမ်းကြောင်း မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ပညာမှန်ဖြစ်

တယ်။ ဤဉာဏ်မှသာလျှင် သံသရာဘေးလွတ်ကင်းရာ၌ အားကိုး
အားထားပြုနိုင်တော့တယ်။

ဒိဋ္ဌိပျောက် သောတာပန်မြောက် တရားသည်ကား—
ရုပ်-နာမ်ဖြစ်ပျက် မမြင်သေးလျှင် ဒိဋ္ဌိမပြုတ်၊ ဒိဋ္ဌိမပြုတ်လျှင်
(၀၇) မသိမှုအဝိဇ္ဇာ မကွာလျှင် ငါစွဲမှု အတ္တ၊ လိုချင်တပ်မက်မှု
တဏှာ၊ တွယ်တာစွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်၊ ကာမဘဝနဲ့ ဆင်းရဲမှု
အကြောင်းဖြစ်သော ဇာတိဖြစ်ပေါ်လာမည် မလွဲပေ။ ဒါ
ကြောင့် ဝိပဿနာပညာလက်နက်ဖြင့် ဒိဋ္ဌိတော တဏှာတောကို
ခုတ်ရှင်းပစ်ရမယ်၊ ဒိဋ္ဌိရှင်းပြီး အနတ္တပိုင်လျှင် (၀၇) သက္ကာယ
ပြုတ်လျှင် တဏှာလဲ အလိုလို ရှင်းသွားလိမ့်မယ်၊ ဒိဋ္ဌိသတ်မှ
တဏှာသေမယ်၊ ဒိဋ္ဌိဦးစွာသတ်ပစ်ရမယ်။

အဝိဇ္ဇာမကွာလို့ (၀၇) အမြင်မှန်မရလို့မို့ ဒိဋ္ဌိမကွာ၊
ဒိဋ္ဌိမကွာလို့ ဘဲ တဏှာမကွာ၊ တဏှာမကွာလို့ ဥပါဒါန်မကွာ၊
ဥပါဒါန်ကြောင့် ဇာတိ၊ ဇာတိကစ ဒုက္ခ(၁၁)မီး မငြိမ်း၊ ဒါကို
ပါရမီချွေကြတယ်၊ အရိယဉာဏ်ရရေးမှာ ပါရမီ အထူးမလိုဘူး၊
လူအဖြစ်လဲရပြီး သာသနာလဲကြုံနေပြီ၊ တရားနာရန် နားလဲရှိနေ
တယ်၊ ဒါနသီလလဲလုပ်ကြတယ်၊ ဤအခွင့်အရေး အရည်အ
ခြင်းနှင့် ပြည့်စုံလျက်သားနဲ့ ဒိဋ္ဌိကွာအောင် မလုပ်ယင် (၀၇)
ဉာဏ်အလင်းမဖွင့်လျှင် တရားအားထုတ်နည်း မမှန်လို့ သို့မဟုတ်
ဇွဲမသန်လို့ မရကြတယ်လို့သာမှတ်ကြ၊ ကျင့်နည်းမှန်မှ ဇွဲလဲရှိမှ
တရားပေါက်မယ်၊ တရားရလျှင် သံယောဇဉ်ကြီးလဲ ပြတ်မယ်၊
ငါငါလို့ ယူမှားတဲ့ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ပြီးငွေ့လာမယ်၊
ထိုအခါမှာ နိဗ္ဗာန်မြင်မယ်။

ရုပ်-နာမ်နဲ့ ဖြစ်ပျက်မြင်အောင် ကျင့်ကြသည်က ဒိဋ္ဌိ သတ်တဲ့တရားဘဲ။ ဒိဋ္ဌိသတ်မှ တဏှာသေမယ်၊ ဒိဋ္ဌိမသတ်လျှင် တဏှာမသေဘူး၊ တဏှာသေမှဖြင့် စွဲလမ်းမှုပေါ်ဒါနနဲ့ ဇာတိ ကင်းမယ်၊ ဒါ ဒုက္ခဌိမ်းတာဘဲ၊ နည်းပြဆရာကောင်း ရှိမှလဲ ပညာအလင်းရလွယ်တယ်၊ တရားမှန် အမြင်မှန်ကိုဘဲ မဂ်ဉာဏ် ဆိုတယ်၊ မဂ်ဉာဏ်နောက် ဖိုလ်ဉာဏ်လာတယ်၊ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ရမှ နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုနိုင်တယ်။

သတိပေးလိုသည့် အချက်တခုမှာ လူ့ဒါနိန်းပစ်မယ်၊ နိဗ္ဗာန် မရောက်မီ ကြားဘဝ နောက်ဘဝမှာ ခံစားစံစားမယ်၊ ဤခံစား စံစားလိုသောဆန္ဒနှင့် တဏှာမာန ဒိဋ္ဌိခြံရံလျက် လူ့ဒါနိန်းခြင်း သည် အိုနာသေဘေးကို တောင့်တသည်နှင့် အတူတူပါဘဲလို့ လယ်တီနဲ့မိုးကုတ်ဆရာတော်များအထူးသဖြင့်ဟောတော်မူတယ်။

ဒိဋ္ဌိသတ်မှုသာလျှင်ပဓာန၊ ဒီဒါနသီလမျိုးနဲ့ အားကိုး၍ တင်းတိမ်အားရကြတယ်၊ သူတော်ကောင်းဖြစ်ပြီလို့လဲ ထင်ကြ တယ်၊ ဒါ တော်ရောပေါ့လို့လဲ ပြောကြတယ်၊ ပါးစပ်က ဤ ကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ရလို့ပါ၏ဘုရားဟု ဆုတောင်းပေမယ် လို့ အတွင်းအာရုံက ဘဝခံစားလိုသောတဏှာ၊ ငါငါဆိုသော မာန၊ ငါထင်မှု ဒိဋ္ဌိကိန်းအောင်းနေသမျှ နိဗ္ဗာန်ရဘို့ နေနေသာ သာ အပါယ်ကိုပင် စိတ်မချရသေးပါ။

စင်စစ်အားဖြင့် အနိစ္စမျိုး၊ ဒုက္ခမျိုး၊ အနတ္တမျိုးဖြစ် သော ဤ နာမ်-ရုပ်၊ ခန္ဓာငါးပါးကို ငါဘဲ၊ သူဘဲ၊ မိန်းမဘဲ၊ ယောက်ျားဘဲလို့ စွဲထားခြင်းဟာ သင့်တော်ပါဦးမလား စဉ်းစား

ကြပါလေ။ ဤ ရုပ်-နာမ်အစုဟာ အမြဲတန်း ဖြစ်ပျက်မစဲ ဖေါက်ပြန် ကုန်ဆုံးနေသော အနိစ္စဉာဏ်ကိုပိုင်လျှင် ဒုက္ခချက်ကိုလဲပိုင်မယ်။ ဒုက္ခအချက်ကိုပိုင်လျှင် ငါဖြစ်ချင်သလိုမဖြစ်၊ သူဖြစ်ချင်သလိုဖြစ်၍ အစိုးမရသော အနတ္တအချက်ကိုလဲ ပိုင်မယ်ဆိုလျှင် အတ္တဒိဋ္ဌိ-သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကွာရောပါဘဲ။

ဒိဋ္ဌိသက္ကာယကွာအောင် မည်သို့လုပ်ရမည်ကို အထူးပြောရန်မလို။ သို့သော်—အတိုချုပ်အားဖြင့် မှတ်ရန်မှာ အစဉ်သဖြင့် ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်-နာမ် သင်္ခါရတို့သည် ဖြစ်လိုက်ပျက်လိုက်နေသော ဖြစ်ပျက်မှုကို ဟုတ်မှန်သည့်အတိုင်းမြင်လျှင် ဒိဋ္ဌိပြုတ်မယ်လို့မှတ်ပါ။ ဖြစ်ပျက်အဆုံး၌ နိဗ္ဗာန်မြင်ယင် မဂ်ဉာဏ်အစစ်ဘဲလို့ မှတ်ပါ။

ရှင်ဖြစ်ဖြစ်၊ လူဖြစ်ဖြစ် ဤဒိဋ္ဌိမှ မကွာသေးလျှင်တော့ သံသရာမှ ထွက်ရန်မရှိသေးဘူးလို့မှတ်ပါ။ ရုပ်-နာမ်ဖြစ်ပျက်နှင့် ဖြစ်ပျက်အဆုံး၌ နိဗ္ဗာန်မမြင်သေးသမျှ အပါယ်ဘုံနှင့် အိုးစားမကွဲသေးဘူးလို့လဲမှတ်ပါ။

လူတွေဟာ ရွှံ့လုံးကိုရွှေလုံးမှတ်ပြီး အားကိုးနေကြတယ်။ အသိကင်းသော ဒါနသီလဟာ ရွှံ့လုံးနဲ့ အတူတူဘဲ။ မိုးခရနဲ့ တွေ့လျှင် အရေပျော်သွားမယ်။ ဝိပဿနာ မဂ်ဉာဏ်နှင့်သာ ရွှေစင်တုံးကိုရနိုင်မယ်။ ဒါကြောင့် ရွှေစင်တုံးကို ရအောင် ပိုင်အောင် အခွင့်ရှိခိုက် လုံ့လစိုက်ကြပါ။ သေမင်းနှင့်မတွေ့မီ မသိမှုအဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာ၊ သက္ကာယ၊ အတ္တဒိဋ္ဌိခွါဘို့ အပါယ်တံခါးပိတ်ဘို့

မပေါ့ကြန့်လို့ မိုးကုတ်ဆရာတော်ကြီးက အတန်တန် တိုက်
တုန်းတော်မူခဲ့တယ် မဟုတ်လား။

ဒိဋ္ဌိက္ခာဘို့အရေးမှာ ပရမတ္ထသစ္စာနှင့်သမ္မုတိသစ္စာခွဲခြား
သိဘို့လဲ အရေးကြီးတယ်၊ မသိလျှင် ဒိဋ္ဌိက္ခာမည်မဟုတ်၊ မရှိဘဲ
မှန်ကန်ခြင်းသည် သမ္မုတိသစ္စာ၊ အဟုတ်ရှိ၍ ဟုတ်မှန်သည်က
ပရမတ္ထသစ္စာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရလိုလျှင် ပညတ်နဲ့ ပရမတ်
ခွဲခြား၍ ဟုတ်မှန်သည့်အတိုင်း သိအောင်မြင်အောင်လုပ်ကြပါ၊
အမြင်မှန် အသိမှန်ရလျှင် နိဗ္ဗာန်ရမယ်လို့ မှတ်၊ ရုပ်-နာမ်ခန္ဓာငါး
ပါး၏ အဖြစ်အပျက်ကို မြင်တာက နိဗ္ဗာန်ရမည့်အမြင်ပါဘဲ။

ပထဝီ-အာပေါစသော ဓာတ်လေးပါး၏ ဖြစ်ပျက်မှုကို
မြင်ယင်လဲ နိဗ္ဗာန်ရမည့်အမြင်ဘဲမှတ်ပါ၊ ဥဒယနဲ့ ဝယမြင်ရင်လဲ
နိဗ္ဗာန်ရမည့်အမြင်ဘဲလို့ ဟောတော်မူတယ်၊ ဘာမဆို အဖြစ်နှင့်
အပျက်သာရှိတယ်၊ ဒီဖြစ်ပျက်နှစ်ခုမြင်ယင် နိဗ္ဗာန်မြင်တော့မှာပါ
ဘဲ၊ ဝိပဿနာမှန်မှန်လုပ်လျှင် ဖြစ်ပျက်တွေ့မြင်ရမယ်၊ ဖြစ်ပျက်
နှစ်ခုတကယ်မြင်မှသာလျှင် အမှန်မြင်တာဘဲလို့ မှတ်တော့၊ ဖြစ်
ပျက်မြင်သောဥာဏ်ဟာ နိဗ္ဗာန်မြင်မည့် ဝိပဿနာဥာဏ်ဘဲ၊ ဖြစ်
ပျက်နေတာက အနိစ္စ၊ ဖြစ်ပျက်နေလို့ ဆင်းရဲတာက ဒုက္ခသစ္စာ၊
ဖြစ်ပျက်အဆုံး ငြိမ်းအေးတာက နိရောဓသစ္စာ၊ နိဗ္ဗာန်ဖြစ်ပျက်
အဆုံးမြင်တာက မဂ္ဂသစ္စာ၊ ဒါကြောင့် ဒီဖြစ်ပျက်ကို ဟုတ်မှန်
စွာမြင်ဘို့ လိုရင်းပါဘဲလို့မှတ်ပါ။ သို့သော် ဖြစ်ပျက်သက်သက်
မြင်ရုံမျှနှင့် နိဗ္ဗာန်မြင်တဲ့ ဝိပဿနာဥာဏ် မဆိုက်သေးပါ၊ တပျက်
ထဲပျက်နေတာကို မြင်မှသာ ဘင်္ဂဥာဏ်၊ ဒီ ဘင်္ဂဥာဏ်ရဘို့
အရေးကြီးပါတယ်။ သို့မရယင် လိုရင်းဖြစ်သော နိဗ္ဗိဒ္ဓဥာဏ်
မပေါ်နိုင်ဘူး။

“ဖြစ်ပျက်မမုန်း ဥာဏ်မဆုံး ရှုအုံးအထပ်ထပ်”

ဒါကြောင့် ဖြစ်ပျက် မြင်အောင် မုန်းအောင် ရှုပါ။ မြင်လျှင် မုန်းလျှင် ဆုံးလျှင် မဂ်ပါဘဲလို့ မှတ်ပါ။

လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာကို ရလို၏ဟူ၍ ဆုတောင်းတာဟာ အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် အိုနာသေဘေးနှင့် တွေ့ကြုံရပါလို့၏ဟု ဆုတောင်းဒါနဲ့ မခြားပါ။ ကိုယ် ကိုယ်ကို သနားကြလျှင် ကျွတ်လွတ်ရာ ကျွတ်လွတ်ကြောင်းကို အရေးတကြီးလုပ်ကြပါ။ သားရေး သမီးရေး ပစ္စည်းရေးသာလုပ်နေ၍ အခွင့်အရေးကုန် သွားရင် ရထားသော လူ့ဘဝကြီးအချည်းနှီး ဆုံးရှုံးသွားလိမ့်မည်။

ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်နိုင်စွာ သိအောင်မြင်အောင်လုပ်ကြပါ။ ဖြစ်ပျက်နေတာက ဒုက္ခအစစ်ဘဲ၊ ဖြစ်ပျက်မြင်သည့်လမ်းကလွဲလို့ နိဗ္ဗာန်ရောက်တဲ့တရား အခြားမရှိဘူးလို့ ဟောတော်မူတယ်။ ထို့ကြောင့် မြတ်ဘုရားက “ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ” ဟု နောက်ဆုံး သတိပေးခြင်းအနေနှင့် ဆုံးမတော်မူခဲ့တယ် မဟုတ်လား။ ဆိုလိုရင်းကတော့ အခြားမဟုတ်၊ ရုပ်နာမ်-သင်္ခါရတို့သည် အစဉ်သဖြင့် ကုန်ဆုံးအနိစ္စ ရောက်နေသည်ကို မမေ့မလျော့သောသတိဖြင့် နေကြကုန်ဟူ၍ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် မိန့်တော်မူခဲ့တယ်။

မေတ္တာက အအေး၊ တဏှာက မီးပူ၊ မီးပူမှန်းသိလျှင် တဏှာမီးကိုမမှေးနဲ့၊ မမှေးလျှင် ပူပန်သောက ဗျာပါဒစသော ဒုက္ခမီးတွေအကုန် ငြိမ်းအေးသွားမယ်၊ တဏှာရာဂလောက်

ပူပြင်းသောမီး အခြားမရှိ၊ တဏှာကင်းလျှင် ဇာတိကအစ ဒုက္ခ
ခပ်သိမ်းကင်းအေးသွားမယ်၊ ကင်းငြိမ်းတာက နိဗ္ဗာန်။

အထူးမှတ်သားရန်မှာ—မသိမှု အဝိဇ္ဇာ မသေသမျှ တဏှာ
ဥပါဒါန်မသေဘူး၊ မသေတော့ ဇာတိတူယံရော၊ ဒုက္ခ(၁၁)မီး
လဲ တောက်လောင်ရောပါတဲ့၊ “အဝိဇ္ဇာတဏှာ ဝသေနဒုက္ခ
မူလာနိစ္စ”ဟု ဆိုထားသည့်အတိုင်း ဒီအဝိဇ္ဇာနဲ့ တဏှာမူလ
အကြောင်းရင်းနှစ်ပါးကို ဝိဇ္ဇာခေါ် ဝိပဿနာ ပညာလက်နက်
ဖြင့် ဖျက်ပစ်မှသာလျှင် ငြိမ်းချမ်းမှုရနိုင်မည်ဖြစ်၍ နိဂုံးချုပ်
အားဖြင့် ဆုတောင်းမေတ္တာ ပို့သလိုသည်မှာ ဝိပဿနာပညာ
နက်လက်ဖြင့် ထိုဆိုးဝါးသော အဝိဇ္ဇာနဲ့ တဏှာမူလရေသောက်
မြစ်နှစ်ခုကို ဖြတ်ပစ်နိုင်ကြပါစေ၊ “ဒိဋ္ဌိစင် နိဗ္ဗာန်မြင်”ဆိုသည့်
စကားအတိုင်း အမြင်မှန်ရ၍ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းအေးရာချမ်း
သာနိဗ္ဗာန်ကို အလျင်အမြန် ရနိုင်ကြပါစေသတည်း။

ပညတ်နှင့် ပရမတ်ခွဲခြားချက်

သမ္မုတိသစ္စာအတိုင်း ပညတ်အားဖြင့် ငါ သူတပါးမိန်း
မ ယောက်ျား ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟု ခေါ်ဝေါ် သမုတ်ကြသော်
လည်း ပရမတ္ထသစ္စာအားဖြင့် ငါသူတပါး မိန်းမ ယောက်ျား
စသည်မဟုတ်၊ နာမ်နှင့်ရုပ် နှစ်ခုသာဟုတ်သည်ဟူ၍ မှတ်ကြပေ
တော့။

“ပရမတ္ထတော ပုဂ္ဂလော သတ္တော နာမ နတ္ထိ”ဟု ဆို
သည်နှင့်အညီ ရုပ်ပရမတ် နာမ်ပရမတ်မှတစ်ပါး ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ
လူနတ်ဗြဟ္မာ ယောက်ျား မိန်းမဟူ၍ ပရမတ္ထအားဖြင့်မရှိ၊

သဏ္ဌာန်ပညတ်အားဖြင့် ဓာတ်လေးပါး ဓာတ်ရှစ်ပါးနှင့် ရုပ်
နာမ် ခန္ဓာငါးပါးကို အစိုင်အခဲဟူ၍၎င်း၊ ငါ၊ သူ၊ ယောက်ျား၊
မိန်းမပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟူ၍၎င်း အထင်အမြင် လွဲမှားကြတယ်။

“ပညတ်ဟူသမျှ မည်နာမ မိစ္ဆာမှားမြင်စမြဲ၊
နာမ်ရုပ်မထင်၊ အနိစ္စမမြင်၊ နာမ်ရုပ်ထင်မှ အနိစ္စမြင်စမြဲ၊
နာမ်ရုပ်မထင် ဒုက္ခမမြင်၊ နာမ်ရုပ်ထင်မှ ဒုက္ခမြင်စမြဲ၊
နာမ်ရုပ်မထင်၊ အနတ္တမမြင်၊ နာမ်ရုပ်ထင်မှ အနတ္တမြင်
စမြဲ”

အနတ္တမြင်မှ ဒိဋ္ဌိစင်၊ ဒါကြောင့် ပညတ်နှင့် ပရမတ်ကိုခွဲခြား
၍မသိလျှင် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘာဝဓမ္မကိုမသိနိုင်။ တားဆီး
၍မရ၊ အလိုသို့မလိုက်ပါ။ အနှစ်သာရလဲမရှိ၊ နှစ်သက်သာယာ
ဘွယ်အကြောင်းလဲ လုံးဝမရှိသောကြောင့် အတ္တမဟုတ် အနတ္တ
သဘောသာရှိ၍ ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့ဟာဟု စွဲလမ်းခင်မင် တွယ်တာ
စရာ လုံးဝမရှိတော့ပါဟူသော အမှန်သဘောကို မသိမမြင်
နိုင်ကြ။

ဒါကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးနှင့်တကွ မည်သည့် ဝတ္ထု
ပစ္စည်းကိုမျှ ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့ဟာ၊ ငါ့ဥစ္စာဟူ၍ တွယ်တာနှစ်သက်
သာယာဘွယ် မြူမျှမရှိဘူး၊ ပြီးငွေ့စက်ဆုပ်ဘွယ်သာရှိတယ်။

ဒါကြောင့် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် သဘောမှန်ကို သိမြင်တဲ့
ဉာဏ်စွမ်းဖြင့်၎င်း၊ ပညတ်နှင့်ပရမတ်ကို ခွဲခြား၍သိမြင်ခြင်းဖြင့်
၎င်း၊ ဓာတ်လေးပါး ဓာတ်ရှစ်ပါးကို သိမြင်တဲ့ဉာဏ်စွမ်းဖြင့်၎င်း
ငါမဟုတ် ငါ့ဟာမဟုတ် အတ္တမဟုတ်၊ အနတ္တတရားသဘောကို

ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမြင်ရမယ်။ အနတ္တကိုမသိမမြင်သမျှ အတ္တဒိဋ္ဌိ၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မကွာမစွန့်နိုင်၊ အတ္တသက္ကာယ မကွာမစွန့်နိုင်လျှင် ငါ၊ ငါဟူသော အထင်မှား အယူမှားကို မဖြုတ်နိုင်ဘူး။

အတ္တဒိဋ္ဌိ၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိခေါ် ငါ၊ ငါဟူသော အစွဲမှား အယူမှားနေသူ ကာမ၊ ရာဂ၊ သံယောဇဉ်နှင့် နှစ်သက်မှုတဏှာ၊ လိုချင်တောင့်တမှု လောဘ၊ အလိုမပြည့်သော် ဒေါသ စတဲ့ မကောင်းမှု တရားမှ မကျွတ်မလွတ်နိုင်သောကြောင့် ဆီဆုံနှားကဲ့သို့ သံသရာဘေးခေါ် ဆင်းရဲဘွင်းမှာ တဝဲလယ်လယ် ဖြစ်ကုန်ကြရတယ်။

ဥဒယ-ဖြစ်ခြင်း၊ ဝယ-ပျက်ခြင်း။ ဤဖြစ်ပျက်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်သော အရာဝတ္ထုဟူ၍၎င်း၊ ဓာတ်လေးပါး ဓာတ်ရှစ်ပါးမှ ကင်းလွတ်သော အရာဝတ္ထုဟူ၍၎င်း မရှိ၊ ဘယ်ဟာမဆို “ဥပ္ပဇ္ဇိတှာ နိရုဇ္ဈန္တိ” ဟူသော ဘုရားစကားအတိုင်း ဖြစ်သမျှပျက်မည်ဟုသာ ရှိချေ၏။ ထို့ဖြစ်ပျက်ကို မသိမမြင်လျှင် မမြဲဆင်းရဲ အစိုးမရ အနတ္တဟူသော သဘာဝဓမ္မကို မမြင်နိုင်ဘူး။ ဤသို့ အမှန်သဘောကိုမမြင်လျှင် တဏှာမသေ၊ တဏှာလောဘ မသေသမျှ ဆင်းရဲဒုက္ခမှ မလွတ်နိုင်ဘူး။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် မမြဲသောအနိစ္စ ပျက်မှု၊ ပျက်မှုကြောင့် ဆင်းရဲ၍ ဆင်းရဲဒုက္ခကို ထင်မြင်မှသာလျှင် မဂ်ဉာဏ်ရမယ်။ မဂ်ဉာဏ်ရမှ ချမ်းသာနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်မယ်။

မဂ်ဉာဏ်မရလျှင် မကောင်းမှုဒုစရိုက်ကို အားသန်သန်နှင့် ပြုလုပ်ကြ၍၎င်း၊ ငါစွဲမှု သက္ကာယကြီး တန်းလန်းရှိ နေ ၍၎င်း၊ ယခု ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ အရှက်တကဲ့ အပြစ်ဒဏ်ခံရမည့်အပြင်

တမလွန်ဘဝမှလည်း အပေါ်ယံဒုက္ခအဖုံဖုံ ခံစားရမည်ကား မလွဲပေ။

ဒါကြောင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်စေခြင်းငှာ ပညတ်နှင့် ပရမတ်ခွဲခြား၍ သိမြင်နိုင်ကြပါစေ၊ အမြင်မှန်အသိမှန် ရကြပါစေ၊ ဖြစ်ပျက်မှုသင်္ခါရတရား ထင်မြင်နိုင်ကြပါစေ၊ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမှုကို အလျင်အမြန် ရယူနိုင်ကြပါစေဟူသော မေတ္တာစေတနာဖြင့် ဘုရားစသော သူတော်စင်များက ဟောတော်မူသည့်အတိုင်း ယခု ဟောပြောသူကလည်း ဖေါက်သည် အနေနှင့် ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်းတို့အား တတ်အားသမျှ တင်ပြအပ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် “ပညတ်ကျော်ဖြတ် ပရမတ်ဆတ်ဆတ် တွေ့အောင်ရှာ” ပညတ်လက်ခံထားလျှင် နိဗ္ဗာန်မမြင်၊ ပရမတ်လက်ခံထားမှ နိဗ္ဗာန်မုချရမယ်၊ အမှန်သိလျှင် ဒိဋ္ဌိကွာ၊ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်လျှင် ဝိစိကိစ္ဆာပါကွာမယ်၊ ဒီတော့မှ သောတာပန်။



အခန်း (၈)

အမှန်မြင်ဒိဋ္ဌိစင်တရားတော်

အနန္တဂိုဏ်းဝင် ကျေးဇူးရှင် ဘုရားတရားသံဃာ ရတနာသုံးပါးနဲ့ မိဘ ဆရာသမားတို့အား ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ သုံးပါးသောကံဖြင့် ရှိသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ကန်တော့ပါ၏။ ဤ ကန်တော့အပ်သော ပဏာမကုသိုလ်ကြောင့် မိမိတို့ တောင့်တအပ်သော မအိုမသေ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်း ရာအမှန် ချမ်းသာမှန် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တို့ အလျင်အမြန်ရပါလို့၏ ဘုရား။

ဤသို့ ဆုတောင်းပတ္တနာ ပြုသည်နှင့်အညီ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာမှန်ရရေးအတွက် မိမိတို့ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်၍ ရအောင်မလုပ်လျှင် လိုအပ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် (၈) အသိမှန်အမြင်မှန် ရမည်မဟုတ်။ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်အမြင်မှန် မရသေးလျှင် နိဗ္ဗာန်ရဘို့ နေနေသာသာ အပါယ်တံခါးမပိတ်၊ နိဗ္ဗာန်တံခါးလဲ မပွင့်နိုင်ပါ။ ဝိပဿနာ ဉာဏ် ရပြီးမှသာလျှင် မဂ်ဉာဏ်ရမယ်၊ မဂ်ဉာဏ်ရမှ နိဗ္ဗာန် ရမယ်။

ဝိပဿနာရှုလျှင် ဖြစ်ပျက်မြင်မယ်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်လျှင် နိဗ္ဗာန်မြင်ဘို့နှင့်ရဘို့ သေချာပြီလို့ မှတ်ပါ။ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်မြင်

သော အမြင်မှသာလျှင် နိဗ္ဗာန်ရမယ်၊ ဒါကြောင့် အမြင်မှန်ရဘို့ အားမလျှော့တန်း ကြိုးစားကြပါလို့ တိုက်တွန်းအပ်ပါတယ်။ “ဖြစ်ပျက်မမှန်း ဥာဏ်မဆုံး ရှုအုံးအထပ်ထပ်” ဖြစ်ပျက်ဆုံးလျှင် မဂ်ဝင်သောတာပန်။

နိဗ္ဗာန်မြင်တဲ့အမြင်ဟူသည် အဘယ်နည်း

ဘုရားရှင်လက်ထက်တော်က ပုထုဇဉ် ရဟန်းတပါးဟာ နိဗ္ဗာန်မြင်တဲ့ ရဟန်းတပါးထံသွား၍ ဘယ်လိုနည်းနဲ့ ရဟန္တာဖြစ် သလဲဆိုပြီး မေးမြန်းစုံစမ်းတယ်တဲ့။ အရှင်မြင်တဲ့အမြင် အရှင်ရတဲ့ အမြင်ကို အမိန့်ရှိပါအုံးဘုရားဟု လျှောက်ထားတော့ ရဟန္တာ မထေရ်ကြီးက ငါမြင်တဲ့အမြင်ဟာ တခြားမဟုတ်ဘူး၊ မျက်စိ နား နှာခေါင်း လျှာ ကိုယ်ဆိုတဲ့ ရုပ်ငါးခုနဲ့ စိတ်ဆိုတဲ့ နာမ်တခု ပါ သဠာယတန ခြောက်ပါးမှ ဖြစ်ပျက်တွေကိုမြင်တယ်၊ ဝိပဿ နာ ဘာဝနာအားဖြင့် ဖြစ်ပျက်ရှု၍ရသော အမြင်သာလျှင် စင် ကြယ်တဲ့အမြင်မှန်ဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်မြင်တဲ့ အမြင်ဘဲ လို့ ပြောလိုက် တော်မူတယ်၊ (ဤသည်မှာ သံယုတ်ပါဠိတော်မှလာတဲ့ စကား ပင်ဖြစ်တယ်။)

ကောင်းစွာမရှင်းလင်း၍ နောက်ထပ် ရဟန္တာတပါးထံ သွားရောက်မေးမြန်းသတဲ့၊ အရှင်ဘုရား အရှင် နိဗ္ဗာန်မြင်တဲ့ အမြင်မှန်ကို အမိန့်ရှိပါအုံးဘုရားဟု လျှောက်ထားပြန်သတဲ့၊ ဒီအခါ ရဟန္တာမထေရ်ကြီးက ဥဒယနဲ့ ဝယ ဖြစ်တာနဲ့ ပျက်တာ မြင်ရင် နိဗ္ဗာန်မြင်တဲ့ အမြင်ဘဲ” လို့ ပြောလိုက်တယ်တဲ့။

တဖန် ဘုရားထံသွား၍ ဤအတိုင်း ဟုတ်မဟုတ်ဆိုပြီး လျှောက်ထားပြန်တယ်တဲ့၊ ဘုရားကလဲ ယံကိဉ္ဇီသမုဒယဓမ္မံ သဗ္ဗံ တံ နိရောဓဓမ္မန္တိ၊ ဘာမဆို အဖြစ်နဲ့ အပျက်ဘဲရှိတယ်၊ ဒီ ဖြစ်ပျက်

နှစ်ခုမြင်ရင် နိဗ္ဗာန်မြင်တာဘဲ”ဆို၍ ထောက်ခံချက်ပေးတော်မူလိုက်သတဲ့။ ဤနေရာမှာ ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပါယ်သည် ဝိပဿနာကို အမှန်အတိုင်း ရှုမှတ်အားထုတ်မှသာလျှင် ဖြစ်ပျက်တွေ့မြင်ရမယ်၊ ၎င်းဖြစ်ပျက်တွေ့မှသာ ဝိပဿနာဉာဏ် အမြင်မှန်ရမယ်။

ထို့နောက် ဘုရားသခင်က ဆက်လက်ပြီး အထက်က အဖြေအတိုင်း အားလုံးကုန် အမှန်ချည်းပါဘဲ၊ သို့သော် “ဥဒယနဲ့ ဝယ”ဆိုတဲ့ ဖြစ်ပျက်တရားတခုသာ အဓိကထားပြီး မှတ်ပေတော့၊ ဤအချက်ကို လေးလေးနက်နက် မှတ်ထားကြရန်လိုတယ်၊ မည်သူက မည်သို့ပင် ဟောပြောနေသော်လည်း ကိုယ်က ဖြစ်ပျက်သာမြင်အောင် အားထုတ်ကြပါ”လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

ဘယ်ဟာမဆို ဖြစ်ပျက်နေတာဘဲ၊ ဖြစ်ပျက်သမျှ ဒုက္ခအစစ်ပါဘဲ၊ ဤဖြစ်ပျက်မှုအနိစ္စကို မမြင်သောကြောင့် အနတ္တဉာဏ် မပေါက်၊ ဒါကြောင့် သား၊ သမီး၊ ဥစ္စာ၊ ပစ္စည်းပေါ်မှာ စွဲလမ်းတွယ်တာတဲ့ တဏှာဥပါဒါန်တွေဖြစ်ပွားလာပြီး အိုဘေး၊ နာဘေး၊ သေဘေးစသော ဒုက္ခမီးအဖုံဖုံ တောက်လောင်ခံစား၍ နေကြရတယ်။

ရုပ်ဆိုတာ ဖေါက်လွှဲဖေါက်ပြန် မမြဲကေန

“ရူပံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ ခယဓမ္မံ ဝယဓမ္မံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ” ရုပ်ဟူသမျှသည် အသစ်၊ အဟောင်းမရွေး ကုန်ဆုံး ဖေါက်လွှဲ ဖေါက်ပြန်နေသော ရုပ်တွေကို ငါ၊ ငါ့ဟာဟူ၍ ပိယရူပံ သာတရူပံအဖြစ် နှစ်သက်ခင်မင် တွယ်တာနေကြသည်မှာ သင့်တော်ပါဦးမလား စဉ်းစားကြပါ။

ရုပ်ချစ်ရင် ဒုက္ခဖြစ်

“ရူပံလောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ” စသဖြင့် အနာထပိဏ် သူဌေးကြီးကို သေခါနီးမှာ ဟောတဲတရားတော်ဘဲ၊ သား၊ သမီး အခြေအရံ ပစ္စည်းဥစ္စာ စည်းစိမ်ချမ်းသာကို ခင်မင်တုယ်တာ သော တဏှာဥပါဒါန်က ဖက်ထားသောကြောင့် ဇာတိမှစ၍ မသေမချင်း သောက၊ ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ၊ ဒေါမနဿ၊ ဥပါယာသ ဆိုတဲ့ ဒုက္ခမီးတွေ တောက်လောင်ခံရတယ်။ အဲဒါ ခန္ဓာမီးတွေ ဘဲ၊ တဏှာဥပါဒါန်၏ အကျိုးဒုက္ခတွေဘဲ၊ အဝေးသွားနေတဲ့ သားသမီးအတွက် ငိုသံပါပါနဲ့ မေတ္တာပို့နေခြင်းဟာ ရာဂမီး ဘဲ၊ အဲဒါ ကာမရာဂသံယောဇဉ်၊ တဏှာရာဂ အပူ၊ ဒီအပူ လောက်ပြင်းထန်တဲ့အပူ အခြားမရှိတော့ဘူး။

တဏှာက ခန္ဓာကိုမှီ၊ ခန္ဓာမှာ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသာရှိ တယ်။ တဏှာနဲ့ မှီလျှင် မှီသလောက် အလောင်ခံရတယ်။ အသိ မှန်၊ အမြင်မှန်မရလို့ ဘဲ မရှောင်ကြ မရှားကြလို့ ဘဲ အလောင် ခံရတာဘဲ၊ မီးကို မီးမှန်းမသိ၊ ဒုက္ခကို ဒုက္ခမှန်းမသိ၊ “ပိုးဖလံ မျိုး မီးကိုတိုး ကိုယ်ကျိုးနဲ့တတ်တယ်” ဆိုသလို ဖြစ်နေကြတာ ဘဲ၊ ဒါကြောင့် ဒုက္ခကို ဒုက္ခမှန်းသိအောင် မီးကို မီးမှန်းသိ အောင် ကြိုးစားကြပါလို့ တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

မီးကို မီးမှန်းမသိ၊ ဒုက္ခကိုလဲ ဒုက္ခမှန်းမသိကြ၍ ရှောင် ရမှန်းမသိကြသော လူသတ္တဝါတို့ကို ကရုဏာရှင် မြတ်ဗုဒ္ဓက သံဝေဂဂါထာဖြင့် ညည်းရှာတော်မူတယ်။

အဓိပ္ပာယ်မှာ-မီးထဲမှာ ပူလောင်နေလျက်သားနဲ့ အ အေးကိုမရှာ၊ အမှောင်ထဲတွင် တဝဲလယ်လယ်နေကြသော်လည်း

အလင်းကို မရှာဘဲလျက် ရယ်လား၊ မောလား၊ ပျော်လား၊
ပါးလား အဘယ်နည်း နေသလဲဟူ၍ ညည်းညူတော်မူရှာတယ်။

မင်္ဂလာရှိပါစေ

အမြင်မှန် အသိမှန်ရပြီးသော ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ
“အသောက် ဝိရဇံ ခေမံ”ဆိုတဲ့ မင်္ဂလာစကားအတိုင်း စိုးရိမ်
ကြောင့်ကြမရှိ၊ ရမက်ဟူသောတဏှာ ကိလေသာ အညစ်အ
ကြေးမရှိ၊ဘေးလဲမရှိသောကြောင့် အလွန်တရာ ငြိမ်းချမ်းလှ၏။
အဲဒီလို ဘုရားဟော မင်္ဂလာစကားတော်အရ မကျင့်ကြံ မလိုက်
နာသူများက အဆင်းရဲမှမလွတ် ချမ်းသာရာလဲ မတွေ့နိုင်ဘူး။
ဒါကြောင့် ဖြစ်ပျက်အဆုံးမြင်ပါစေ၊မြင်ရင် အကုန်ငြိမ်းအေး
သော နိဗ္ဗာန်ဘဲ၊ ငါ၊ ငါဟူသော အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိတို့သည်
တဏှာ၊ ဥပါဒါန်စွဲလမ်းရာ၌ အဆိုးဆုံးရန်သူဖြစ်၍ ၎င်းတို့ကို
အသိမှန်၊ အမြင်မှန်ဟူသော ပညာလက်နက်ဖြင့် ဖြတ်ပြီးလျှင်
အနတ္တဉာဏ် ပေါက်ရောက်နိုင်ပါစေ၊ ဤနေရာမှာ ဒီပဲရင်းဆရာ
တော်၏ဆောင်ပုဒ်ကို အထောက်အပံ့ ရစေခြင်းငှာ တင်ပြပါ
အုံးမယ်။

အကုန်လုံး အနတ္တပါတကား

ငါ့ကိုလဲ သူမပိုင် သူ့ကိုလဲငါ့မပိုင်

ဘယ်သူ့ကိုမျှ ဘယ်သူမပိုင်

ငါ့ကိုယ်ကိုမှ ငါမပိုင်။

အချိန်တန်က—

သူဖြစ်ချင်သလိုသူဖြစ် ငါဖြစ်ချင်သလိုမဖြစ်

ဥစ္စာကသော်လည်း လူကိုပစ်
 လူကသော်လည်း ဥစ္စာကိုပစ်။
 စင်စစ်မူချ အမြဲမရှိ အနိစ္စ
 ကြောက်စရာကောင်း ဒုက္ခ
 အစိုးမရ အနတ္တပါတကား။

သိအပ် မှတ်အပ် ကျင့်အပ်သော လက္ခဏာရေးသုံးပါး
 နှင့် အလွန်အလွန် အရေးကြီးလှသော အနတ္တဉာဏ်ပေါက်ရေး
 အတွက် ဤဆောင်ပုဒ်ကလေးကို အာဂုံဆောင် သင့်ပါတယ်။
 အနတ္တဉာဏ်ပေါက်ဘို့ အရေးကြီးတယ်နော်။

ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ် သင်္ခါရတို့သည် သူ့သဘာဝ
 အတိုင်း အစဉ်သဖြင့် ဖြစ်ပျက်ဖေါက်ပြန်နေသည်ကို ခိုင်မြဲပါစေ၊
 မဖေါက်မပြန်ပါစေနဲ့ ၊ ချမ်းသာပါစေဟု ဆုတောင်းနေလို့ မရ
 ဘူး၊ ပင်ကိုယ်က မခိုင်မမြဲတဲ့တရား၊ အစိုးမရ အလိုမပြည့် အနှစ်
 သာရလဲရှာမတွေ့ဘဲ၊ ဤခန္ဓာငါးပါး ရုပ်-နာမ်ကို ငါဘဲ သူဘဲ
 ရယ်လို့ အတ္တလုပ်စရာ ငါလုပ်စရာရှိသေးရဲ့လား၊ သူ့သဘာဝ
 မှန်ကို မသိမမြင်၍သာ ငါပိုင်၊ ငါဆိုင်မှတ်ပြီး အတ္တလုပ်နေကြ
 တယ်၊ ဒါကြောင့်လဲ ဒုက္ခနဲ့ အိုးစားမကွဲဘဲ တသံသရာလုံး ဆင်းရဲ
 နေကြတယ်။

အမြင်မှား အထင်မှား အယူမှားနေကြပုံကို ဥပမာရှင်း
 ကြပါစို့၊ သမီး သို့မဟုတ် သားတယောက် ကျောင်းမှ ပြန်လာ
 သော် အဆင်းပရမတ်ကိုမမြင်ဘဲ ငါ့သားလိုမြင်ခြင်းဟာ အမြင်
 မှား ဒိဋ္ဌိဝိပလ္လာသ ငါ့သား ငါ့သမီးထင်မြင်ခြင်းသည့် အထင်မှား
 သားသို့မဟုတ် သမီးလို့ မှတ်သားခြင်းဟာ အယူမှားပါဘဲ၊ ဒိဋ္ဌိ

ဝိပလ္လာသ သညာဝိပလ္လာသသာပါဘဲ။ စင်စစ်အားဖြင့် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ
စင်ကြယ်သော အမြင်မှန်ဖြစ်ရပေမည်။

အစိုးမရတရားတော်

တဏှာမာန၊ဒိဋ္ဌိက၊ သုံးဝ ပပဉ္စာ။
ပပဉ္စပင်၊ရှိနေလျှင်၊ ချဲ့ထွင်သံသရာ။
လူနတ်တိရစ္ဆာန်၊သံသရာ၊ ဖန်ဖန်လှည့်လည်ကာ။
မသိမှိုက်စွာ၊ပြောပါမူ၊ အရူးသွက်သွက်ခါ။
ရုပ်-နာမ်ပေါ်တွင်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်၊ဉာဏ်မြင်အနတ္တ။
အနတ္တမြင်မှ၊မဂ်ဝင်က၊ သေကြ ပပဉ္စာ။
ပပဉ္စဓာတ်၊ သေအောင်သတ်၊ အမြတ်နိဗ္ဗုတာ။
မိမိတို့ခန္ဓာမှာ ဉာဏ်နဲ့ ရှာကြည့်ရင် နေရာတိုင်း အနတ္တနဲ့
သုဘ သဘောကိုသာ တွေ့မြင်ကြရမယ်။
ခန္ဓာဖြန့်ခင်း-ဉာဏ်နဲ့ရှင်း အလင်းတွေမှာ အရိယာ
ခန္ဓာပေါ်တွင် ဉာဏ်နဲ့ ယှဉ် အနတ္တမြင်ရမယ်။

ခန္ဓာရဲ့ သဘောဟာ ယခုပုလိက်၊ ယခုအေးလိက်၊ ပြင်
လိက်၊ဆင်လိက်နဲ့ အမြဲတန်း ဖေါက်ပြန်ပျက်စီးနေတယ်။ ဒါကို
ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ အမှန်အတိုင်း သိအောင်၊မြင်အောင်ခန္ဓာကိုယ်
ဉာဏ်နဲ့ကြည့်လျှင် အထင်အရှား တွေ့မြင်လိမ့်မယ်၊ ရုပ်နာမ်
သဘောဟာ ပူချည်၊အေးချည်၊ ကောင်းချည်၊ဆိုးချည် စသဖြင့်
သူ့ သဘောနှင့်သူ ဖြစ်လိက် ပျက်လိက်နေသည်ကိုသာ တွေ့ရမယ်၊
ဒီထဲမှာ ငါရယ်၊ သူရယ်လို့ မရှိ၊ မမြဲဆင်းရဲ အလိုမရောက်အစိုး
မရမှု အနတ္တ သဘော ချည်ဘဲလို့ တွေ့မြင်ရတယ် မဟုတ်

လား၊ ဒါကြောင့် ဘုရားက “သဗ္ဗေသင်္ခါရာ အနိစ္စာဒုက္ခာ အနတ္တာ”လို့ ဟောတယ်။ ဤသို့တွေ့သော် မဂ္ဂင်လိုက်ပေးရမယ်။

ဥပမာ—မြင်စရာအဆင်းနှင့်တွေ့လျှင် မြင်စိတ်ပေါ်လာတယ်။ ဒီမြင်စိတ်ကလေးဟာ ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတယ် မဟုတ်လား၊ ဒါဟာ ငါလား၊ သူလား၊ ဒါကြောင့် ဒီမြင်စိတ်ကလေးကို ဖြစ်-ပျက်-ရှုပေး၊ ရှုတော့ အနတ္တ၊ အနတ္တဉာဏ် ဒီဉာဏ်မှ မဂ်ဉာဏ်ပေါ်လာမယ်၊ ပေါ်တိုင်း အနတ္တ၊ အနတ္တပါကလား”ဟု မှတ်၊ အစဉ်သဖြင့်မှတ်ရှုလျှင် အနတ္တဉာဏ် မုချလာတော့မှာဘဲ၊ ဒါကြောင့် အနတ္တဉာဏ်မြင်ဘို့ ကြိုးစားကြပါ။ အနတ္တမြင်လျှင် မဂ်ဉာဏ်ဝင်လာမယ်၊ ဒီတော့ တဏှာ၊ လောဘစသော ပပဉ္စလဲ အလိုလိုကွာသွားမယ်၊ အိုနာသေဘေးလဲ အကုန်ငြိမ်းအေးသွားမယ်၊ ဒီဉာဏ်မြင်လျှင် မြင်သောအခါ အစမပျောက်အောင် ဆက်ခါဆက်ခါအားထုတ်ရှုပါ၊ အားမလျော့နှင့်၊ မမြင်သေးလို့ ရှိရင် ဇွဲမရှိလို့ သာမှတ်ပါ၊ ဇွဲရှိပါစေ၊ ဇွဲရှိမှ အလင်းရမယ်။

(၁) အလိုမလိုက်၊ အကြိုက်သို့မပါတဲ့ သဘောက အနတ္တ။

(၂) ဒီအနတ္တသဘောကို သိဒါက မဂ္ဂသစ္စာ။

(၃) မစွဲလမ်း မတွယ်တာဒါက သမုဒယပယ်ဒါ၊ အဲဒါ သမုဒယသစ္စာ။

(၄) သမုဒယကင်းငြိမ်းဒါက နိရောဓသစ္စာ။

ဤသို့သိတာက မဂ်ဉာဏ်-နိဗ္ဗာန်

ဤသည်ကား အနတ္တလက္ခဏသုတ်မှလာတဲ့ စကားများ ဖြစ်ပါတယ်။

သင်္ခါရမြင် နိဗ္ဗာန်မြင် တရားတော်

“အနိစ္စာ ဝတ သင်္ခါရာ၊ ဥပ္ပါဒဝယ ဓမ္မိနော။
ဥပ္ပဇ္ဇိတော နိရုဇ္ဈန္တိ၊ တေသံ ဝုပသမောသုခေါ”
အဓိပ္ပာယ်မှာ....

စင်စစ်သော်ကား သင်္ခါရတရားတို့သည် အမြဲရယ်လို့ မရှိ၊ ဖြစ်ခြင်း-ပျက်ခြင်း သဘောသာရှိကုန်၏။ ဖြစ်ပြီး၍ ကွယ် ပျောက်ချုပ်ငြိမ်းကုန်၏။ ဤသင်္ခါရတရားတို့၏ ငြိမ်းရာ ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်သည်သာလျှင် ချမ်းသာရာဖြစ်တော့၏။

ငါ့သား ငါ့သမီးကိုစွဲလို့ သားသမီးကြောင့်ပူ။

ငါ့သား ငါ့သမီးမစွဲလျှင် သားသမီးကြောင့်မပူ။

ငါ့ဥစ္စာစွဲလို့ ဥစ္စာကြောင့်ပူ၊ မစွဲလျှင်မပူ။

ထိုနည်းအတိုင်း ငါ့စွဲသော သက္ကာယကြောင့် ငါချစ်ခင် တွယ်တာပြီး လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ သက္ကာယ၊ သံယောဇဉ် ဖြစ်၏။ ထိုသံယောဇဉ်ကြောင့် နိဗ္ဗာန်ဟံခါးပိတ်၏။

မြင်သမျှကိုအနတ္တဘဲလို့ ပိုင်းဖြတ်လျှင်မူ—

(၁) သမုဒယမလာ၊ သမုဒယမလာလျှင် ဒုက္ခလဲမလာ။

(၂) တဏှာဥပါဒါန်မလာလို့ ဇာတိဖြတ်၊ ဇာတိဖြတ် လို့ မို့ ဒုက္ခငြိမ်းဒါက နိရောဓသစ္စာ နိဗ္ဗာန်ဘဲ။

ကျောင်းကအပြန် သားသမီးကို သားသမီးဟူ၍ မြင်ဒါ က အမြင်မှား၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ

သားသမီးဟူ၍ စွဲလမ်းဒါက အယူမှား။

သားသမီးဟူ၍ ထင်ဒါက အထင်မှား။

၎င်းကို ရုပ်-နာမ်ဘဲဟူ၍မြင်ဒါက အမြင်မှန်(သမ္မာဒိဋ္ဌိ)

အနတ္တမြင် နိဗ္ဗာန်ဝင်

သဗ္ဗေ ဓမ္မာ အနတ္တာ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။

အထ နိဗ္ဗန္တတိ ဒုက္ခေ၊ သေမဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

အလုံးကုန် ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ ဓမ္မဆိုသည် မမြဲ၊ ဆင်းရဲရုံပင်
မက အလိုသို့မလိုက်၊ အစိုးလည်းမရသောကြောင့် ငါ့ သူမဟုတ်၊
အနတ္တပါတကားဟု ထင်မြင်သော် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းအေးပြီး
မဂ်စခန်းသို့ ဆိုက်ရောက်လိမ့်မည်။

အနတ္တဉာဏ်ပေါက်လျှင် တဏှာဥပါဒါန်ကံတွေချုပ်မယ်၊
ချုပ်တော့ ဇာတိ ဇရာမရဏ မလာဘဲ အကုန်ငြိမ်းသွားမယ်၊
ဆုတောင်းဘို့မလို၊ ဆုတောင်းလို့ လဲမရဘူးမှတ်၊ ရှုမှသာရမယ်။

ထို့ကြောင့် မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ တွေ့ထိတိုင်း ဝိပဿနာ
ဉာဏ်ဖြင့် အနတ္တဉာဏ်ပိုင်အောင် မှတ်ရှုပေး၊ သို့မဟုတ်လျှင်
တဏှာဥပါဒါန်ကံတွေလာမယ်၊ အနတ္တ ပညာဉာဏ်ဖြင့်
မြင်သော် နိဗ္ဗန္တတိဒုက္ခ-ဒုက္ခသစ္စာမြင်သဖြင့် ဖြစ်ပျက်နေ
သော ရုပ်-နာမ်တို့၌ ပျင်း၊ မုန်း၊ ငြီးငွေ့လာမယ်၊ ငြီးငွေ့ပျင်းမုန်း
ဒါက သေမဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာဘဲ၊ စင်ကြယ်သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဘဲ၊
ငြီးငွေ့ဒါက ဖြစ်ပျက်မုန်းတဲ့ဉာဏ်၊ မုန်းလျှင် ဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ပြီ စင်
ကြယ်ပြီလို့မှတ်၊ ဖြစ်ပျက်အဆုံး၌ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်နဲ့ တွေ့ရပြီလို့
မှတ်ပါလေ။

အမှန်မြင် ဒိဋ္ဌိစင်တရားတော်ဟူသော အမည်နဲ့ လျော်ညီ
စွာ ယခုမျက်မှောက်ခေတ်သည် အမှန်တရား ထွန်းကားလျက်
ရှိနေရာ တကယ်တန်း သိမြင်အပ်တဲ့ အမှန်တရားကို ဝိပဿနာ
ဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်တို့ဖြင့် သိမြင်နိုင်ကြပါစေ၊ သိမြင်သည်နှင့်

တပြိုင်နက် အမြင်မှား၊ အထင်မှား၊ အယူမှားတွေပျောက်၍ အမတ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေဟူသော စေတနာကို ပဓာန ပြု၍ ဥာဏ်မှီသလောက် ဟောကြားအပ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာကလျာဏနွယ်ဝင် သူတော်စင်ဖြစ်ကြကုန်သော မိတ်ဆွေအပေါင်းတို့သည် ကျန်းမာချမ်းသာရွှင်လန်း၍ ဒုက္ခဖြစ် ပွားရေး အကြောင်းဖြစ်သော တဏှာ၊ လောဘ၊ စသောအ ကြောင်း သမုဒယကို သတ်ဖြတ်ပယ်ဖျောက်ပြီးလျှင် အကျိုး ဒုက္ခဆင်းရဲခပ်သိမ်း ချုပ်ရာကုန်ရာ ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို အလျင် အမြန် ရနိုင် ယူနိုင်ကြပါစေသတည်း။

အဝိဇ္ဇာမှောင်ဆိုသည်

အဝိဇ္ဇာမှောင်ဆိုသော အဓိပ္ပာယ်မှန်ကို သိသလိုလိုနဲ့ မသိသူကများကြတယ်။ ဝိဇ္ဇာခေါ် အမှန်သဘောကို မသိကြ၍ အဝိဇ္ဇာမှောင်ကြီးထူထပ်ခဲ့၊ ပညာခေါ် အလင်းရောင်ကွယ်ပြီး လူတွေတဝဲလည်လည်ဖြစ်ကုန်ကြတယ်။ မည်သို့သော မသိမှုမျိုး ကို အဝိဇ္ဇာခေါ်တယ်လို့ မေးလျှင်-

- (၁) အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တခေါ် လက္ခဏာရေးသုံးပါးနဲ့ ၎င်း၏သဘာဝလက္ခဏာကို ဟုတ်မှန်စွာမသိခြင်း။
- (၂) ဒုက္ခနဲ့ ဒုက္ခဖြစ်ပွားခြင်း အကြောင်း သမုဒယ၊ ငြိမ်းအေးကြောင်း နိရောဓနဲ့ မဂ်ဖိုလ်ခေါ် မဂ္ဂ သစ္စာကို မသိခြင်း။
- (၃) အကြောင်းအကျိုးဖြစ်သော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရား ကို မသိခြင်း။
- (၄) ရုပ်နဲ့ နာမ်ခေါ် ဖြစ်ပျက်နေသော သင်္ခါရတရား တော်ကို ခွဲခြား၍မသိခြင်း၊ ၎င်း၏ သဘာဝဓမ္မ

ဖြစ်သော အနိစ္စ မမြဲ၊ ဒုက္ခဆင်းရဲ၊ အနတ္တ အစိုး
မရသော အမှန်သဘောကို မမြင်ခြင်းကို အဝိဇ္ဇာ
မှောင်ဟု ခေါ်၏။

အဝိဇ္ဇာမှောင်ခေါ်မသိမှု၏ အပြစ်အနာများ

အသိအလိမ္မာခေါင်းပါး၍ အမှန်မသိသူကို ပုထုဇဉ်ခေါ်
သည်။ ၎င်းပုထုဇဉ်တို့သည် မမြဲသည်ကို မြဲသည်၊ ဆင်းရဲသည်ကို
ချမ်းသာသည်၊ ငါသူတပါး မဟုတ်သည်ကို သူရယ်၊ ငါရယ်
ပုဂ္ဂိုလ်ရယ်လို့ အထင်အမြင်လွဲ၍ နေသည်။ ဒုက္ခစစ်ကိုလည်း
ဒုက္ခမှန်းမသိ၊ ဒုက္ခဖြစ်ချေသောကြောင့် သမုဒယနဲ့ ငြိမ်းအေး
သော နိရောဓ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ဘက်သို့ ကူးမြောက်ကြောင်း မဂ္ဂင်
ရှစ်ပါးလမ်းစဉ်ကိုလဲ မသိကြ၊ ထို့ကြောင့်လည်း သံသရာဝဋ်ဆင်း
ရဲမှ လွတ်ခွင့်မရကြဘဲ တဝဲလယ်လယ်ဖြစ်နေကြတယ်။

ဒုက္ခဖြစ်ပွားလေသော အကြောင်း (၇)ပါး

(၁) အဝိဇ္ဇာ၊ (၂) တဏှာ၊ (၃) ကာမရာဂ၊ (၄)
သည်းမခံခြင်း၊ (၅) မစင်ကြယ်သောစိတ်၊ (၆) မတည်ငြိမ်
မလိမ္မာသောစိတ်၊ (၇) ဣဿာမစ္ဆရိယ ဗျာပါဒတို့သည် ချမ်း
သာလမ်းပိတ်နေ၍ ဆင်းရဲရာ ဆင်းရဲကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။

၎င်းတို့အနက် အမှန်တရား မသိမမြင်အောင် ဖုံးအုပ်
ထားသော အဝိဇ္ဇာသည် နံပါတ် (၁) ဒုက္ခခပ်သိမ်းဖြစ်ပွား
ရေး၌ အကြောင်းရင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ထို့ကြောင့် မသိမလိမ္မာ
သော ပုထုဇဉ်တို့သည် အနှစ်သာရမရှိတာကို အနှစ်သာရရှိ
တယ်လို့ ထင်ကြတယ်။ မကောင်းမှုကို ကောင်းမှုထင်၍ အကု
သိုလ်၌ စိတ်သန်ကြတယ်။ ထို့ကြောင့်လဲ ယခုပစ္စုပ္ပန်မှာ ဒုက္ခ

အဖုံဖုံခံစားရတဲ့အပြင် နောင်သံသရာမှာလည်း ခံစားရမည်ကို မသိမမြင်ကြတဲ့အတွက် ၎င်းမသိမမြင်သူကို အန္တပုထုဇဉ်ဟုလဲ ခေါ်တယ်။

၎င်းဒုက္ခဖြစ်ခြင်း၏ ဒုတိယအကြောင်းသည် အဝိဇ္ဇာမှ ဖြစ်ပွားလာတဲ့ ငါ့ငါ့ဟုဆိုတဲ့ မာန်မာနကို အဟံကာရလို့ ခေါ်တယ်။ ၎င်းငါ့ငါ့ဆိုတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိနဲ့ အဟံကာရကြောင့် တဏှာ၊ လောဘ အားဖြင့် ငါ့သား၊ ငါ့သမီး၊ ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့ဥစ္စာ စွဲလမ်းနေကြတယ်။ အမှန်အားဖြင့် ကိုယ်၊ ကိုကိုယ်ပင် ကိုယ်မပိုင်၊ သူဖြစ်ချင်သလိုဖြစ်၍ အချိန်တန်လျှင် ပစ်ကြရမည်သာ။ ဤ ငါ့ထင်မှုအစွဲကြီးမှလာတဲ့ တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိနဲ့ စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန် ၏ လက်ချက်ကြောင့် ပုထုဇဉ်တို့သည် အဖန်တလဲလဲ ဇာတိခေါ် ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းကြောင့် အဖန်တလဲလဲ အိုနာသေ ဘေးနှင့် တွေ့ကြရတယ်။

ဤနည်းအတိုင်း လူတို့သည် သူတို့ကိုယ်တိုင် ယက်လုပ် သော ဒုက္ခပိုက်ကန်တွင် ပင့်ကူများကဲ့သို့ ကိုယ်ပိုက်တွင် ကိုယ်မိ နေ၍ ဒုက္ခအဖုံဖုံနဲ့ နောက်ဆုံးသေကြရတယ်။ လူတို့သည် မိမိ တို့၏တဏှာချောင်းထဲမှာ မြောပါ၍ မြုပ်ချည်၊ ပေါ်ချည်နှင့် နေကြရတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်ဘုရားက “တဏှာရာဂလောက် ပူပြင်းသောမီးဟူသည်မရှိ၊ မချုပ်ထိန်းနိုင်သော စိတ်လောက် ဆိုးဝါးသော ရန်သူဟူသည် အခြားမရှိ၊ ငါ့ငါ့ဟူသော အထင် မှားမှုသက္ကာယဒိဋ္ဌိလောက် ချမ်းသာလမ်း ပိတ်ဆို့နေသော အတားအဆီးဟူသည် အခြားမရှိ။ ၎င်းတို့သည် အဝိဇ္ဇာခေါ် မသိမှုမှပွားများလာတယ်။ ထို့ကြောင့် ဤအဝိဇ္ဇာအမှောင်ကို ဝိဇ္ဇာအလင်းဖြင့် ပယ်ဖျောက်ကြပါ”လို့ ဟောတော်မူတယ်။

ဒါ့ကြောင့် ချမ်းသာလိုလျှင် အောက်ပါ ဘုရားဆုံးမ၊ စကားများကို ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြပါစို့။ -

- (၁) သမ္မာစိတ္တခေါ် စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်မွှေးရမယ်။
- (၂) ညီညီညွတ်ညွတ် ပေါင်းသင်းရမယ်။
- (၃) မေတ္တာ ကရုဏာပွားများရမယ်။
- (၄) သည်းခံခြင်းတရားရှိရမယ်။
- (၅) ဝိဇ္ဇာခေါ် ပညာသတ္တိရှိရမယ်။ (Spiritual Knowledge)
- (၆) အမှန်တရား လိုက်နာရမယ်။
- (၇) မသိမှုအဝိဇ္ဇာကို ပညာအလင်းဖြင့် ဖျောက်ပစ်ရမယ်။

၎င်းတို့သည် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းအေးစေသော တရားတော်များဖြစ်၍ ဒုက္ခ မူလဒုက္ခ သမုဒယခေါ် မသိမှု အဝိဇ္ဇာကို ဝိဇ္ဇာ ခေါ် ပညာ လက် နက် ဖြင့် ဖျောက် ပစ် ၍ အလင်း ဉာဏ်ချမ်းသာမှန်ရအောင် ကိုယ်စီကိုယ်ငှ အားထုတ်ကြပါစို့ရဲ့။

ဝိဇ္ဇာခေါ် ပညာအလင်းဆိုသည်ကား -

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တကိုသိခြင်း။

ဒုက္ခ၊ သမုဒယ၊ နိရောဓ နှင့်မဂ္ဂသစ္စာဟုခေါ်သော အမှန်တရားကိုသိခြင်း။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ခေါ် အကြောင်း အကျိုးတရားတော် သိခြင်းကို ဝိဇ္ဇာ၊ သို့မဟုတ် ပညာအလင်းဟု ခေါ်ပါတယ်။

အန္တိမဝစန

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ နောက်ဆုံးသြဝါဒ

“ဟန္တဒါနိံ ဘိက္ခဝေ အာမန္တယာမိ ဝေဝါ

ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ”

ဘိက္ခဝေ-ချစ်သားရဟန်းတို့၊ ဒါနိ-ငါတုရားနိဗ္ဗာန်စံလွန်
ခါနီးဖြစ်သော ယခုအခါ၌၊ ဟန္တ-ငါတုရား တိုက်တွန်းတော်မူ
၏၊ ဝေဝါ-သင်ချစ်သားတို့ကို၊ အာမန္တယာမိ ငါအထူးခေါ်၍ သိ
စေတော်မူ၏၊ သင်္ခါရာ-ပြုပြင်သမျှသော သင်္ခါရ တရားတို့သည်၊
ဝယဓမ္မာ-ပျက်စီးရခြင်းသဘောရှိကုန်၏၊ အပ္ပမာဒေန-မမေ့
မလျော့သော သတိတရားဖြင့်၊ သမ္မာဒေထ-ပြည့်စုံကြစေကုန်
လော့။

နိဗ္ဗာန်လိုလား အို-ချစ်သားရဟန်းတို့၊ မိမိတို့ရုပ်သန္တာန်
မှာ အစဉ်သဖြင့် ဖြစ်၍ပျောက်ကွယ်ကုန်ဆုံးနေသော ရုပ်-နာမ်
သင်္ခါရတို့သည် ဝယဓမ္မ သင်္ခါရအတိုင်း ကွယ်ပျောက်ကုန်ခန်း
အနိစ္စရောက်နေသည်ကို အပ္ပမာဒေန-သမ္မာဒေထ-မမေ့မလျော့
သော သတိအမှတ်ပြု၍ နေကြကုန်လော့။

၎င်းနှင့်ဆင်တူသော အဆုံးအမ တခုသည်လည်း ဓမ္မပဒ
ပါဠိတော် ၂၂-တွင် အောက်ပါအတိုင်း ဟောတော်မူခဲ့၏။

“အပ္ပမာဒေါ အမတံ ပဒါပမာဒေါ မစ္စုနောပဒါ။

အပ္ပမာဒေါ န မရန္တိ၊ ယေ ပမာဒေါ ယထာမတာ”

(မြန်မာဘာသာဖြင့် အဓိပ္ပါယ်အမှန်ကို ပြန်ဆိုရန် ဤနေ
ရာမှာ မလွယ်ကူလှချေ။)

အပ္ပမာဒေါဟူသော စကားတလုံး၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ အ
မျိုးမျိုးရလေသည်။ သတိအမှတ်ပြုခြင်း၊ သတိမကင်းလွတ်ခြင်း၊

နှိုးနှိုးကြားကြားနေခြင်း၊ စောင့်ကြပ်ကြည့်ခြင်း၊ ဂရုတစိုက်နေခြင်း စသဖြင့် ဖြစ်ပေ၏။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ လိုလားတောင့်တသော ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း မမေ့မလျော့သောလုံ့လဖြင့် ဤကဲ့သို့ အမှတ်သတိပြုခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးပြုခြင်းသည် အလွန်မှန်မြတ်လှသည်။ ဒါ့ကြောင့် အပ္ပမာဒေါ-စကားတလုံး၏ အဓိပ္ပါယ်အမှန်အတိုင်း မမေ့မလျော့ နှိုးနှိုးကြားကြားနေခြင်းသည် ဝိမုတ္တိသုခနိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရရေးအဘို့ အရာရောက်ဆုံးဖြစ်၏။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် “အပ္ပမာဒါ နမရန္တိ” စကားနှင့်အညီ သတိမလွတ်ချွတ်သူသည် မသေရသလိုဖြစ်၍ ပမာဒေါ သတိကင်းမဲ့၍ မေ့မေ့လျော့လျော့ နေသူသည် ပမာဒေါ မစွဲနောပဒိ-စကားအတိုင်း အစဉ်သဖြင့် သေနေသည့်ပမာဖြစ်၍ နေလေသည်။ ဤသည်ကား အထက်ပါ ပါဠိတော်စကားတို့၏ အဓိပ္ပါယ်များဖြစ်၏။

ဤသို့ဖြင့် အဆိုပါ ရုပ် နာမ်-သင်္ခါရတို့၏ ကွယ်ပျောက်အနိစ္စရောက်နေသည်ကို အစဉ်သဖြင့် သတိအမှတ်ပြုနေသူတို့သည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာရွှင်လန်းနေသဖြင့် မိမိ၏ဟုတ်မှန်သော ယထာဘူတဉာဏ်စွမ်းဖြင့် အချမ်းသာဆုံးဖြစ်သော အို, နာ, သေခြင်း ကင်းရာနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြမည်။

အဆိုပါ ပါဠိစကားများကို ဝါကျတခုတည်းနှင့်ပြောရလျှင် “အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ” ပင်ဖြစ်၏။ အဓိပ္ပါယ်အားဖြင့် သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိပင်ဖြစ်၏။ ဖြစ်သမျှ ရုပ်-နာမ်-သင်္ခါရတို့၏ ပျောက်ကွယ်ကုန်ဆုံး ပျက်စီးနေပုံ၊ မမြဲပုံ၊ ဆင်းရဲပုံနှင့် အစိုးမရပုံကို သတိဝိပဿနာအစွမ်းဖြင့် အကျိုးရှိစွာ သိမြင်ရန် ဖြစ်ပေသည်။ ဤသို့ဖြင့် ယောနိသော မနသိကာရ အတိုင်း

သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ သတိမူခြင်းသည် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကွာရေး နှင့် နိဗ္ဗာန်ရရေးအတွက် လိုအပ်သော ယထာဘူတဉာဏ်အလင်း များ တိုးပွားလာခြင်းအကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ယောနိသော မနသိကာရ သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ သတိအမှတ်ပြုခြင်း၏သဘော အဓိပ္ပာယ်ကား-ရုပ်,နာမ်, သင်္ခါရ တို့သည် ဖြစ်ပျက် အနိစ္စ ရောက်နေသည်ကို မမေ့မလျော့သော သတိဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

အပ္ပမာဒေါ “စကားအတိုင်း မပျင်းမရိ နိုးနိုးကြားကြား စိတ်ဖြင့် လောဘ,ဒေါသစသော အညစ်အကြေးများ မဝင် မကပ်နိုင်အောင် မျက်စိစသော အာရုံခြောက်ပေါက်ကို သတိ သမ္ပဇ်ဖြင့် စောင့်ကြပ်နေရပါမယ်။ ဒါမှသာလျှင်မကောင်း သမျှ မှပယ်ရှောင်၍ ကောင်းမြတ်သမျှ လက်ခံယူဆောင်နိုင်ပြီး လျှင် ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲနိုင်ပါမယ်။(၀၁) အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တ ဖြစ်သော ရုပ်-နာမ်-သင်္ခါရတို့၏ မမြဲပုံ၊ဆင်းရဲပုံ၊ အစိုးမရပုံတို့ကို သိမြင်လာ၍ သမ္မာဒိဋ္ဌိစသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး လမ်းစဉ်တလျောက် နိဗ္ဗာန်သို့ ဆိုက်ရောက်နိုင်ပေမယ်။ ဤသည်ကား မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ နောက်ဆုံးအတိုချုံးဩဝါဒ (၀၁) အန္တိမ ဝစနဖြစ်ပါသည်။

သက္ကရာဇ် ၁၃၃၀-ခုနှစ်၊ တပေါင်းလဆုတ် (၇)ရက်၊ ကြာသပတေး (6-3-69)နေ့တွင် ယခုဟောပြော ရေးသား သူ S.C ဘရူးဝါး ခေါ် ဦးဘအေး၏ အသက် (၈၀)ပြည့် မွေးနေ့မင်္ဂလာပွဲမှ ဤဟောပြောချက်ကို (၀၁) ဤကျမ်းငယ် ကို ရေးသားစီရင်ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

Lecture Notes
on
The Certain Principles of Buddhism
by
SHRI. S. C. BARUA (a) U BA AYE

1970

Dedicated

to

Dear Father & Mother.

Rev. Arya Vamsa Maha Thera

and

Dr. Lakshmi Charan Barua.

**Translation of a Short Biography
of Mr. S.C. Barua (a) U Ba Aye, the Author
by**

U Thein Maung-Esqr.

Rtd. District Session Judge, Rangoon.

In obedience to a certain stanza of Lord Buddha's MANGALA Sutta, the highest blessing, viz. "Pujaca Pujaneyanam", one must honour and appreciate those who really deserve. Hence I cannot refrain from appreciating Mr. S. C. Barua alias U Ba Aye, the author of this book.

I am glad to give here a short outline of his life story. He came to Chaung-U, my birth place, as medical man when I was a mere student. He had married here and since been residing at Chaung-U with his wife and children for the last 55 years or so. Being an honest and dutiful person he maintained and gave modern education to his children at Monywa, Mandalay and

Rangoon when there was no Anglo-Vernacular school at Chaung-U. He had opened a Medical Hall and run it, preparing patent medicine and practising as a helpful physician in those days. He had mercantile shops at Chaung-U, Monywa and Myaung, and established oil and cotton mills at Chaung-U. During prewar time he was appointed as an Arbitrator, tried and decided complicated cases. Medical Officer in-charge of the public Hospital has been given to him during the Japanese occupation on a small salary of Ks. 500/-per month, when he had had a good chance to help neighbouring patients free of charges. Besides, he had been appointed as a president of the Indian Community.

Being a well wisher he rendered selfless services towards the social and religious welfare of the town. He had taken an active part in repairing the old Shwegugyi Pagoda, which was built by King Sawrahan of Pagan and served as a collector of donation and treasurer. He had repaired and built the old damaged Pagodas and Prayer halls that belonged to his father-in-law and others. He had also established a Satipattan Kyaung in Khandaw Monestry and served as a Vice-president of the Satipattan Society. He had also built two meditation cottages and a Kyaung nearby for the guru, and started

the first meditation centre in Chaung-U Maha Dhammayon Taik.

A pucca dispensary building for lepers had been built by obtaining a part donation from the Government. At last he offered his own pucca building in his old mill-compound as Sasana Viman and started people's reading club and as a discussion centre, gathering discussion group. He has also installed decent images of Buddha there and managed a daily evening prayer and to practise meditation where he used to broadcast religious lectures through his tape recorder almost every Sabbath day night as Dhammadana.

He reads and writes English and Bengali as well as Burmese, though he had never been in any Burmese school, which is admirable of course. He wrote many books in Burmese such as "Health and Happiness", "People's life guard", "Mother's Hand Book", "Sure success", "The life of Buddha", "Your progress" etc. Almost all the books are approved by the Board of Examination or Text Book Committee. He wrote and contributed many religious articles published in the Light of Buddha, Dhamma Byuha, and Buddha Dhamma Loka etc. A booklet ခါနုခန့်မိမိလမ်း had also been compiled in 1955. Now at the ripe age of 82 he tried his best and compiled this book in Burmese and English.

He has also compiled some books in Bengali, such as SHAHNTIPADA and Proгна Darsona, dealing with Buddhist meditation (SATIPATTHANA BHAVANA) and published amongst the Bengali-Buddhists for the propagation of the Dhamma in Bengal.

He worked hard with Saya Toke and others and established a National Middle School in Chaung-U,¹ about the year 1930, which was destroyed by bomb during World War II.

He then felt a great need of a new Anglo-Vernacular School at Chaung-U, persevered with heart and soul with U Sein Oo, U Ba Kyu and Saya U Ba Hein and others to obtain a grant of a State High School which was fortunately won, through the recommendation and patronage of U Ba Myint, M.A. (London), Director of Education. (Planning training).

The school has since been running full swing, producing many educated boys and girls including even State Scholars like Maung Than Htaik, who is now Dr. Than Htaik, M.Sc., Ph.D., Lecturer at the University of Rangoon.

Thus he had initiated and participated in many social and cultural activities at Chaung-U.

Therefore, I am glad to pass my honest and frank opinion that he is not only a patriot, moralist and philanthropist, but also a religious person who has rendered selfless services toward the progress of the Buddha sasana as well as the social welfare of the country.

U Thein Maung
Rtd. Dist. Session Judge

Preface

The following pages will help and show you the shortest way to health, wealth, peace and enlightenment as a torch to all who are desirous of learning about the sweet teachings of Buddha and eager to attain real peace and happiness.

This will remove the darkness of AVIJJA (ignorance) by eternal light of VIJJA (wisdom or the knowledge of truth) and help the people at large to enjoy everlasting peace and happiness, the VIMUTTI SUKHA, technically known as NIRVANA.

The writer is not a learned one nor a scholar of ABHIDHAMMA but a mere self-taught old man of 82 who tried his best to compile it in perfect English but could not help it due to decay, disease and superannuation.

Much attention could not have been exercised for the rhetoric ornamentation of the language, but special care is taken for the expression of the essential ideas of the Dhamma only. Gentle readers are therefore requested to overlook the linguistic errors and slips but to accept and acquire the essentials of the text or doctrine please.

* Favour of passing opinions on the work is welcome from the gentle readers.

S.C. Barua (a) U Ba Aye
Sasana Viman
Chaung-U, Monywa Dt.,

Chapter (1)

LECTURE NOTES

on

Importance of Ethical Disposition

What does man seek and long for? He seeks and longs for peace and happiness but mostly is deprived of it. Why? It seems that human beings of the universe are suffering mostly due to a serious deficiency of ethical dispositions, such as fellow-feeling, sympathy, benevolence, well wishing, spiritual feeling and co-operation, which are the only elements, lacking, and nothing else. Money, general education, energy or intellectual spirit, and food with other necessities are adequate and just enough for the maintenance of life.

The trouble is that man seldom cares to realise the value and benefit of the moralities, (the Sila), which are absolutely needful and most important for the development and attainment of peace and happiness as desired. Sila, the moral purity serves and saves men like mother and father. No auspicious or propitious work can be accomplished with-

out the ethical culture or moral disposition. So the Buddha says: “SUBBESA KUSALA DHAMMA SILENA PATITTHITA.”

Man seeks and strives for peace and happiness mostly in immoral ways. In other words the people are eager to reap grapes by sowing neem trees, “give and take” policy is unknown. Some people tries to secure happiness and pleasure through drinking, gambling, and some wish to gain through stealing, cheating, swindling, bribery, misappropriation and injuring others through dishonesty and selfishness, which brings about more and more miseries, poverty and then ruin. Some are desirous of prosperity and success by merely offering and praying to Gods and Goddesses but in vain. Because prosperity and adversity or fortune and misfortune are the results of one’s own good or bad actions of past and present life, and not due to cursing or blessings of anybody else. Man himself is responsible for his good or bad fortunes. One should realise that he will reap as he has sown, KAMMASAKA.

Most of the people are boasting of their races and religions and self-conciet without any knowledge of religious teachings viz. Hindus are proud of their Hiduism. Buddhists are proud of their Buddhism, merely being Hindu and Buddhist by birth only and not by following the teachings. They are not

Buddhists nor Hindus who do not follow or observe the precepts or teachings of their respective religions.

Responsibility also lies with the priests and preceptors of the religions, to teach, reform and to amend their followers; to be honest, polite and pious devotees or virtuous, and who should also be compassionate to all the fellow men or creatures and harm none through anger, greed, cruelty, hatred and maliciousness or jealousy.

Every one is dear to his life and property just as you are dear to yours, so you should injure none but help and have sympathy, fellow feeling and kind regards to your fellow brothers as your own family. Happy is he whose hearts are filled with love, sympathy, kindness and renders selfless service to other s

These virtues alone will bring every success, peace, happiness and safety in present and future existence. It will close the doors of the animal abode and open the doors of heaven and help for the attainment of Santi Sukha the everlasting peace of Nirvana.

In conclusion, if you wish to be free from pain and suffering or wish to be happy you should at least follow the following main teachings of Lord Buddha.

158 The Certain Principles of Buddhism

10. Happy is he who illuminates his heart with the Light of wisdom.
11. Happy is he who comprehends the truth of Dukkha, its origin and cessation.
12. Happy is he who dwells in loving kindness, sympathy, and possesses benevolence, and fellow feeling.
13. Happy is he who observes moral qualities and delights to see others prosperity.
14. Happy is he who dwells in apathy, connivance and tolerates or overlooks ill treatment of others.
15. Happy is he who possesses forbearance, patience and tranquillity.
16. Happy is he who desires nothing extra or more than what he has or needs and contented with.
17. Happy is who loves all, trusts few, injures none but helps all.
18. Happy is he who conquers his internal enemies as, greed, anger, delusion, false conceit of self through selfless imagination and knowledge of the nature of impermanence, sorrow, and egolessness (Anatta).

19. Happy is he who used to overcome greed by self-sacrifice and generosity, anger and delusion by loving kindness, illusion (Moha) or conceit by wakefulness and righteousness (Amoha), enviousness by broad-mindedness or by cult of non-violence (Ahinsa) and rendering selfless service to others, who are in need.
20. Really happy is an Arahant who has overcome all the internal enemies such as lobha, dosa, and moha and sensuality or who is self-restrained and has rooted out delusion, Tanha and attachment completely.
21. Happy is he who lives a life of detachment and contentment.

Some noteworthy remarks:-

It is needless to mention that all the creatures on earth fear sorrow, miseries, distress and death and one and all are anxious to get rid of suffering. Each and everyone is striving to gain peace and happiness or to get a release from misery by all means, but alas, they often miss and meet with failure, disappointment and distress, instead of happiness of what they wish. Why? Because they miss the right way and follow the wrong and care little to recognise the dukkha properly and to

160 The Certain Principles of Buddhism

realise the way to expel the main origin of misery. They also forget to comprehend and realise the true nature of things viz. impermanence, sorrow and egolessness (Anatta) the three aspects of life, but hanker after sensual pleasures only. They should know that ordinary man can seldom quench his thirst whether he be a king or a prime minister, and has never been satisfied out of his sensuality. On failure or disappointment some are in a habit of blaming their colleagues, wives, children and even God as well as the Government, which we think are one's false notion or lame excuse only. None is to blame for the failure but to understand that the failure and success solely depend on one's good or bad actions only. It is to remember that good action leads to happiness and bad action leads to misery and ruin.

The Lord Buddha proclaims—The seeker of real happiness should attenuate and cast off his sensual desire and self-conceit (Attaditthi) or Avijja, the ignorance. The Avijja and craving, the two roots are the vital creators of the whole mass of suffering as well as the main obstacle in the way to peace and happiness. So it is most important to expel the Avijja and Tanha through an insight into the three aspects of life and the Four Noble Truths, i.e. Dukkha its origin and cessation (Nirodha) and Magga

(Arya-Middle Path). Another importance is, to restrain one's mind, because an unrestrained mind is the biggest enemy and seductive. In other words, it pulls man to evil course and ruin. Mind is a powerful fore-runner and can make the hell as well as heaven for us, when it is trained. It should be restrained and suitably utilised, in order to shift the wrong and to take the right. It is our own mind and mental building that we stand or fall. Our prosperity or adversity, is not due to cursing or blessing of any other else, where as we are only responsible for our own prosperity or adversity.

We must understand and recognize our own defects or cause of our miseries and strive to remove it and reform ourselves. Ignorance and disobedience to the spiritual law of one's own religion is also an unfortunate cause of one's misfortune and misery.

Health, wealth and peace are our birth-right preference and it is our privilege to take possession of our inheritance and to enjoy the benefits. Selfless service for other's benefit begets real happiness. The person who gives up lust and egoism and is contented with what he possesses is always happy. Good opportunity and happiness will not come and knock our doors, we are to work out and beget in right way and prepare to receive it.

162 The Certain Principles of Buddhism

If we are happy and prosperous it is because we have been consistent, persistent and constructive with restrained body, tongue and mind; according to the law of “Yoniso-manasicara” it means state of mind being suitably utilised.

It is unwise and unfair to hear, remember and worry about unkind things that others say of us. It breeds poison and impair the digestive system and nervous system and weakens heart and brain and thus makes man unhappy and sick if continued.

It is to remember that each of us is a master of our inner fate and may refine and correct if there is any wrong in our character so that we may live in health, peace, happiness and prosperity, if we so desire.

In conclusion, it is worthwhile to remember that we find no better means than following the Noble Eightfold Path, that was prescribed and practised by Buddha himself. They are:- Right view, Right determination, Right actions, Right speech, Right livelihood (moral way earning), Right endeavour, Right mindfulness and Right concentration.

This middle path is proclaimed and observed by Buddha himself. It is a combination of Sila, Samadhi and panna (wisdom) which is the most essential doctrine of

Buddha, that can give us happiness and peace not only in this world but in the supramundane also.

The hints and ideas furnished above regarding the solution of the question, "Who is really happy" is hoped to be fairly sufficient, satisfactory and helpful to the general readers, who are desirous of happiness and peace. Truly happy are they who follow the above teachings and work hard for the welfare of the society, for the good of their country, for the fame of their forefathers and their religions and reputation. None can achieve happiness except in acquiring human virtues and other essential qualities of a gentleman which may last for the rest of one's life.

The Aim and Object of Buddha and Buddhism

Deliverance or ultimate salvation of all the universal beings or the end of suffering was the main aim and object of the compassionate Buddha. Some may interrogate as to why the deliverance is so needful whereas everything is enough and no lack of money, material and intellect for the happiness and pleasure in the world? Buddha says it is but his insanity and delirium if one says that he finds happiness and pleasure in the worldly affairs. Of course one may find some pleasure and happiness in this human abode or in the heaven, but he forgets that such pleasure and happiness so called are all transient, momentary and perishable like that of dreams and mirage. And the after effect is changeable or impermanent (Viparinama Dhamma) and concomitant with miseries and distress. So it is called VEDAYITA SUKHA.

So it is important to realise the true nature of sorrow or Dukkha properly through self-introspection and analysis in one's own body. The body is but a mere combination of 32 constituents such as bones, flesh, blood, urine and other putrid elements composed with eight elements such as patavi, apo, tezo and vayo, i.e. matter, water, heat and air, as well as colour, smell, taste and energy. These eighth Rupa kalapas are also conditioned with decay, disease, melancholy and death with the nature of putridity (ASUBA) and ANATTA-selflessness, only when one will realise the truth of sorrow or suffering-DUKKHA SACCA and the origin of Dukkha-SAMUDAYA SACCA and its cessation-NIRODHA SACCA. One realises the Four Noble Truths (Catuariya Sacca) along with the nature of Anicca-the impermanence, Dukkha-the suffering, Anatta-soullessness (Tilakkhna) perfectly, one will walk over the eight noble paths leading direct to the gate of real peace, the salvation known as NIRVANA. When the knowledge dawns Tanha and Lobha will dwindle and be dispelled.

It is to note that there is no possibility of the extinction of sorrow as long as the Nama Rupa, the Five aggregates (PANCA KHANDA) exists. The ignorant takes it as his own body. So our Teacher the Compassionate Buddha says—One who wishes

extinction of sorrow and to acquire real peace and happiness he should strive to acquire subtle wisdom in realising Nama Rupa with its nature of impermanence and sorrow by meditation, which is the only way to acquire wisdom and peace. This was the main aim and objects of the Buddha for which He gave up His worldly pleasure and princely luxuries and set out to lonely forest to seek the way out of the worldly sorrow. It is not for himself only that he sought the way out but for the sake of the universal beings also.

For six years he practised all terrible austerities which brought him to the door of death instead of that of Truth. He saw that the correct path to enlightenment is not in self-indulgence or self-mortification but between those extremities.

He worked hard and stuck at his meditation with earnest determination for success and sworn: "I will not get up until I attain the Enlightenment as desired. Let my bone and flesh decompose and decay".

After six years of hard struggle and perseverance, He discovered the Middle Path and attained the Enlightenment and brought it before the eyes of the people who are harassed with misery in the world. In show-

ing the way out of miseries He preached for 45 years till his last breath. His last words were: "HANDADANI BHIKKHAVE AMANTAYAMI VO VAYA DHAMMA SANKHARA APPAMADENA SAMPADETHA". It means-it is my last words to you all, to note that each and every thing or every formation of the world is impermanent and perishable, which is to be aware mindfully.

This was compiled and contributed by the writer in detail and appeared in the Light of Buddha in the year 1959 as well as described in the next chapter of this book. Hence no further explanation is given here.

It is our own misfortune and blindness or negligence if we do not care to follow the noble path. It is our own look-out to tread over the path for our own liberation. Which is the Path? It is the Eightfold Noble Path which was trodden by all the Arahats who had overcome the suffering and attained the everlasting peace of Nirvana.

The first step of the Eightfold Noble Path is known as SAMMADITTHI, the right view or perfect wisdom. This is a full realisation of the true nature of things as they really are. It denotes an insight in Tilakkhana or three characteristics viz. ANICCA, DUKKHA, and ANATTA, i.e. impermanence, sorrow and

selflessness, and the Four Noble Truths CATUARIYA SACCA viz. Dukkha, Samudaya, Nirodha and Magga Sacca.

Realisation of the nature of things denotes SAMMADITTHI—the perfect knowledge or wisdom. When this knowledge dawns, it brings forth the other good qualities automatically such as Right aspiration, Right action, Right speech, Right livelihood (Right way of earning), Right endeavour to cease the evils and to involve right use of energy for purification of mind, to strive to do good and to leave evils or wrongs in order to attain the peaceful Nirvana. This is the teaching or main object and aim of Buddha and Buddhism.

The Sixth step is SAMMA SATI, the Right mindfulness or awareness in every momentary actions of mind and body as detailed in Sati Patthana Sutta in Majjhima Nikaya. SAMMA SAMADHI is the last step, and means the Right concentration of mind. It is the most important and absolutely necessary for the development of spiritual insight. These two steps are closely woven up being the most essential ones for the attainment of Samma Ditthi, the Right view or wisdom. Spiritual Culture for the attainment of wisdom is most necessary. It is far remote or impossible without contemplation or observation on these two steps Sati and Samadhi—the mindfulness and concentration. As said “NAHI SATI RAHITA PANNA ATTHI”

The Noble Eightfold Path is embodied with SILA, SAMADHI and PANNA which are the essences of Buddhism. Samma Ditthi-Right view, Samma Sankappa-Right aspiration, Samma Vaca-Right speech, Samma Ajiva-Right livelihood are Sila khandha. Samma Vayama-Right endeavour, Samma Sati-Right mindfulness and Samma Samadhi-Right concentration are SAMADHI KHANDHA. SAMMA DITTHI and SAMMA SANKAPPA are the PANNA KHANDHA (Wisdom Group).

What does man seek? He seeks happiness and pleasure in this world of sorrow. The Compassionate Buddha felt it and presumed that the human beings are severely immersed in and perplexed with misery and distress which made him anxious to give up his luxuries in the kingdom and to set out in search of the way for the emancipation of mankind, with a strong determination. This was His only aim and thought through out his numerous lives in various races. He worked out and discovered the way for the deliverance of the mankind which is a wonderful discovery above all other Saints.

It required us to follow the Noble Eightfold Path. He discovered, for the attainment of perfect wisdom, during this golden opportunity of human life. Every one who craves for Vimutti Sukha, the pleasurable

deliverance, should strive and attain the YATHA BHUTA NANA-the perfect wisdom, as none is supposed to attain the peaceful NIRVANA unless one acquire the perfect knowledge or wisdom which are 16 kinds. So I find here necessary to add a description about the wisdom in brief. They are:—

1. NAMA RUPA PARICCHEDA NANA—understanding the Nam-Rupa separately.
2. PICCAYA PARIGGAHA—Understanding the causation of the growth of the Nama Rupa and realising the real nature of things.
3. SAMMASANA—Realising the nature of impermanence, sorrow and selflessness.
4. UDAYABBAYA—Realising the nature of arising and the vanishing of NAMA RUPA.
5. BHANGA—Realisation of the frequent dilapidation and disappearance of Nama-Rupa.
6. BHAYA NANA—Fearfulness to witness the transient and sorrowful condition of Nama-Rupa.
7. ADINAVA—Realisation of the Impermanence, Sorrow and Selflessness

or impersonality with other harmful and defective condition of the worldly affairs.

8. NIBBIDA—Indifferent, remorse and disgust at the worldly pleasure.
9. MUCCITU KAMYATA—Anxiety to escape from the sorrowful worldly formation.
10. PATISANKHAR—Settlement of the way out of sorrow.
11. SANKHARUPEKKHA—Equanimity and heedlessness to the worldly formation.
12. ANULOMA—Realisation of the 4 noble truths and three characteristics of life completely in order to acquire, the perfect wisdom.
13. GUTTARABU—The state of liberation when the lineage of ‘puthujjana’ (the worldlings) is cut off at the root.
14. MAGGA—The expulsion of ignorance and freedom from thirst, conceit and delusion which are obstacles in the way to Nirvana.
15. PHALA—The enlightened state or the perception of Nirvana or the state of PHALA CITTA, being the result of Magga Nana.
16. PACCAVEKKHANA—The state of reviewing.

172 The Certain Principles of Buddhism

After attaining the above WISDOM, there is no dark ness of AVIJJA, but all clear and delightful as bright as the illumination of MOON and SUN in the clear sky.

Note: One must strive to gain the above 16 successive states of attainment to qualify himself to attain the the state of stream winner or MAHA SOTA PANNA, the first step to Nirvana, for whom the gate of Nirvana is opened and the gate of lower animal abode is closed. It is not difficult nor impossible to acquire the highest state for an enthusiastic YOGI who practises regular MINDFUL contemplation known as SATIVIPASSANA BHAVANA. This is the main aim and object of Lord Buddha.

May all be successful and acquire the desired peace of salvation.

Restoration of World Peace and Happiness Through the Practice of Buddha Dhamma

The full moon day of Visakha (KASUN), the triple sacred day (visakha punnami) is observed and regarded as a sacred day in all the Buddhist countries of the world because the Buddha was born as prince Siddattha on this full-moon day of visakha (i.e. May and June) attained enlightenment or became Samma Sambuddha and finally passed away on the same day.

So our thoughts are naturally directed to Lumbini, the birth place, Buddha Gaya, the place of His enlightenment. Migadavana (Saranath) where He had delivered the first sermon, and Khushi Nagara, where He had breathed for the last.

Our thoughts are also directed to his coming across with the four significant omens on the way to his pleasure park as a prince. The first sight was that a worn-out decayed old man stepping slowly by the help of a

174 The Certain Principles of Buddhism

staff. Secondly he saw a sick man crying and moaning with pain and distress. Thirdly, he viewed a dead body which was carried in a cot followed by relatives and friends, bewailing with great sadness and grief. Fourthly, a bald headed sage, clad in yellow robe holding a rosary and walking in a thoughtful mood.

On enquiry, he had been told by his driver that the nature of old age, decay, disease and death are unavoidable and compulsory to all beings rich and poor, young and old alike. The last omen-A sage being disgusted with the worldly affairs walking about in quest of the way out of worldly miseries, such as the misery of old age, disease, decay, distress and death. Witnessing the four omens he was so seriously disgusted with his princely pleasure and luxuries, that he left the palace leaving his newly born son, beautiful wife and his old dear father. He renounced the miserable world at his youthful age of 29; in search of the way of deliverance from human sufferings.

He had attained enlightenment and came to realize the true fact of misery and its root cause and cessation, after six years of continuous meditation under the sacred Bodhi tree in Uruvela forest, on the bank of Neranzara river. It is in Gaya District,

India. He thought and presumed that if there be the cause of misery, there must be the way to deliverance too. Thus he discovered the cause and effect or the mystery of all the sufferings, such as rebirth, decay, disease, distress, and death. The memorable fact of Life's suffering was realized and attained the full knowledge about its rise and cessation. He became Samma Sambudha, the Enlightened One. He then spent 49 days, near the sacred places around the Bodhi Tree in a pleasant mood, thinking as to whether or to whom He should preach or not the truth He gained and whoever would understand and follow it?

At the repeated request of Sahampati Brahma, he determined to preach. Through his spiritual knowledge He recollected that His five old disciples were then living at Migadavana (Isipatana), who would eventually comprehend the gist of the Dhamma, and be benefited. So the compassionate Buddha went to them and delivered His first Sermon as “**Dhamma Sacca Pavattana Sutta**” at Migadavana. All the five had won the Sotapatti stage on listening the Dhamma and attained Arahantship at the end.

He preached 45 years for the good of the human beings and sent out his disciples almost all over the world. He said, “Preach

the gospel and tell them that the poor and the rich, the low and the high are all one and that all castes unite in this religion as do the rivers into the sea." His message was one of the Universal benovolence and love for all without discrimination.

For never does hatred cease by hatred, but by love and compassion. Let man overcome anger by kindness, evils by good. One may overcome a thousand men in battle, but he who conquers himself is the real victor. Victory over one another leads to unhappy consequences. Victory breeds hatred for the vanquished is unhappy. All the suffering is brought about by our cravings, rooted in Avijja non-understanding. Ignorance of truth is the causc of all miseries. Sensual pleasure is but craving for existence and prosperity in human abode and heaven (Devalok) is miserable.

Steps to Happiness-The human emotion when properly analysed, exhibits a strong urge for happiness and pleasure, but his delusion confuses pleasure of senses with real happiness and contentment which uplifts conciousness. **The sages said:pleasure follows pain and pain follows pleasure.** Man should possess clear idea on lasting happiness, which shall be free from miseries. Such a state of mind can surely be acquired as sages and savants have demonstrated in their blessed lives. Mere reading of

religious books and knowledges of principle of ethics cannot bring our happiness. Practice of meditation and realisation of truth only can breed real peace and happiness.

The best way to lead one's life on the road to real happiness is to lead a practical life on ethical lines. Take inmate human aspirations and happiness. For example if we lead our daily life as Buddha teaches in Dhammapada we are sure to overcome the shackles of misery and woe. Let us cite a few texts to illustrate our points. Animosity we meet in every day life, misery often follows daily pursuasion, so says Dhammapada. Enmity never ceases enmity but by love and compassion, as it said: **Nahi verana verani samantona kudacana averenaca Samanti esadittami sanantana.**

Let no one think that virtue and wisdom are not within his reach. Mere drops of rain water falling in a pot fills the enormous vessel up. Our wisdom can acquire enough virtue for us bit by bit through noble work and meditation.

Buddha states in Dhammapada to control your tongue, mind and body. Don't speak harshly. Those to whom you are rude will answer you rudely, because harsh words are painful. Blow for blow will torment both

178 The Certain Principles of Buddhism

parties mentally and physically. Do not follow the evil way but the right virtuous way would make your mind pure. Do not indulge yourself in thoughtlessness. Do not follow wrong doctrines.

Avoid worldly pursuits. One who has done evil, that very one suffers.

Let man overcome anger by love, overcome evil by virtuous inclination, conquer the greedy by magnanimity or greatness of mind and the deceivers by truthfulness. Every Buddhist scripture is a store house of wisdom.

The Panca Sila, the five gems of morals.

1. One shall not injure nor kill the life of others.
2. One shall not dishonestly acquire any property of others.
3. One shall not indulge in sexual misconduct.
4. One shall never tell lies nor use harsh and harmful words.
5. Refrain from taking intoxicants.

Yes, peace, happiness, contentment and bliss are the ultimate aim of human life. It is idle to give up hopes for securing permanent peace and happiness. One should learn and abide by religious texts. It is advisable to follow moral precepts and religious teachings. It will breed peace and happiness.

Buddha preached selflessness. Selfishness is more wicked than any other crime of moral and spiritual misconduct.

He discovered as to what are the miseries. To be born, to pass through all the process of growth, through pain and frustration, to grow weak, to suffer from disease, and to suffer disappointments, loss, lamentation, old age, decay and death. In short the five groups of existence—PANCA-KKHANDHA and adherence to them are miseries.

He discovered that all these miseries are brought about by our cravings and yearning, rooted in our ignorance.

The Noble Eightfold Path: Mental culture and true knowledge or wisdom can burn out all cravings, and those who follow the Noble Eightfold Path will bring about peace and happiness in this existence and in the next.

This is the way to make an end of sorrow. The way of deliverance is the Four Noble Truth and the Noble Eightfold Path. Tread along that Noble Path and you will find yourself at the end of sorrow, the attainment of lasting peace and happiness.

Panca gunam aham vandami.

Importance of Buddhist Meditation

(As delivered in Ramakrishna Mission Hall, Rangoon by the Author on 10-8-66.)

Why is Meditation so important? Because most of the trouble and obstacle in the way to peace and happiness of mankind is due to uncontrolled mind and therefore the practice of meditation is necessary to develop and control the mind to attain enlightenment and salvation.

Naturally mind is the forerunner and is very illusive and powerful to persuade people to do evils. The mind, like an enemy, misleads people and pushes them down to hell but some time like a good friend, leads men to heaven, when it is restrained and controlled. A properly trained mind can help and even rescue man from the bondage of birth and death.

So in place of mere praying and offering, Buddhists or those who wish real peace and

happiness should strive to restrain their mind through the practice of meditation. This is the only way to culture and control the mind for its development and tranquility.

Any amount of meritorious deeds one may perform is not sufficient to serve the purpose to acquire the real peace, if his mind is not purified or until and unless it is free from thirst, delusion, self-conceit, false belief and ignorance.

Meditation is the only remedy for mental and physical sickness.

It is already accepted by the Medical Authority that mental strain, frustration, worries, anxieties and fears etc. are the causes of many diseases, such as cancer, high-blood-pressure, heart trouble, gastritis and gastric ulcer etc. Most of these diseases and mental ills can be avoided if one spends at least some moments a day in meditation to pacify the mind.

We find that all the spritual sages of the world had attained the high state of life through the practice of meditation. The Buddha himself is honoured by millions and millions of people of the world, because of His wonderful discovery and enlightenment and services rendered for the good of the people with His supreme wisdom, which He

182 The Certain Principles of Buddhism

attained for the development of mind by the practice of meditation, without the help of any devine power.

People try to overcome their mental frustration, anxieties and worries by pleasing their senses through drinking, gambling and enjoying pictures but alas by doing so they create more and more worries and miseries instead of pleasures. The more they try to satisfy the senses the more they become slaves to the mind and there can be no end of miseries but ruin.

The real way of relaxation or calming down the mind is controlling the mind. If we can control the mind we will be able to purify it and can see things as they really are. Then only we can realise the impermanance, sorrow, and uncontrollable nature of the world and find out the way out of miseries through disgust with and detachment from the worldly affairs, and obtain salvation.

The attainment of real knowledge in the Tilakkhna, namely the impermanance, sorrow and selflessness of the mental and physical phenomena is absolutely important. The knowledge obtained through reading and hearing is good but fades away in no time. Where as the knowledge obtained through

the practice of meditation is really permanent and useful as a torch shows the way to salvation, the ever lasting peace. The yogi who wishes to gain success in meditation should endeavour hard with a lot of patience, because it takes time to control and concentrate the mind.

It is not impossible to calm down and concentrate the mind but one must not get fed up very soon. The meditator must have a good moral background and a good teacher too. He should find a solitary place or a room which must be congenial to concentrate his mind. The room must be equipped with necessary things he may need for his comfort. The teacher will teach him as how to practise the meditation. It is to remember that the object of meditation is to purify and calm down the mind, which is very powerful and illusive, often persuades man to evil tendencies. Every attempt should be made to eradicate all passions for the attainment of peace and knowledge. If the light of knowledge dawns, the greed, illusion, anger, self conceit, worries, anxieties or the evils may not enter into a meditator's mind, as no rain water seeps through a well-thatched roof.

What meditation is and how to practise it.

Meditation is known as Sati Vipassana Bhavana. It means continuous mindful contemplation or awareness and vigilance and every activity of the body and mind i.e. perception and moving etc. as they occur. ANA PANA or breathing in and out is the popular method' exercised in Burma and India. It was practised by Buddha himself under the Bo tree. It is practised successfully in many hermitages in Burma. Books on the method are obtainable in every meditation centre. One who tries and practises earnestly is sure to have mental and physical peace and can eradicate all passions from the mind which will lead him to Nirvana, the final salvation.

As long as there exists strong will, energy, and vitality, man can carry on the meditation to realise the true nature of things, that will help a lot to have mental relaxation and peace by overcoming anger, greed, anxiety, worry and finally eradicate all passions and attain the eternal bliss.

Why Man Suffers and How He Can Escape from Suffering

The discovery about the arising of suffering and its cessation was the whole thought of Buddha throughout His life. For the solution of this riddle only he left for lonely forest at the youthful age of 29. He renounced all his princely enjoyment, kingly comfort and luxuries besides his dear father, beloved wife and newly born son.. Realising the worthlessness of the temporary enjoyment and pleasures, he set forth in search of the truth and peace, abandoning the earthly possession of worldly pleasures. During his wandering period he came across some Hindu ascetics and started the meditation with them, strongly determined for the success. He practised all the ascetic exercises such as fasting, breath control etc. and tried his best, but alas he found it absolutely futile and in vain to serve the purpose for the attainment of the required wisdom, to seek the way out of the

cycle of round birth, disease, decay, death and suffering. He realised that the practice of the two extremes are not only painful and harmful but also an obstacle to enlightenment. The two extremes are:—

1. KAMASUKHALLIKANIYOGO- Thirst for the pleasure of senses.

2. ATTAKILAMATHANUYOGO - self-mortification in the hope of VIMUTTI. These two extremes being low, vulgar, unworthy and harmful, are the evil obstacles. Those who do not avoid these extremes are unfit to gain enlightenment or to reach the goal of his choice. Though Buddha has acquired some knowledge from Hindu ascetics for the attainment of Brahma Loka, he disapproved it, because it is transient. These he presumed no hope for the entire release from rebirth and pain. So he left the company of the Hindu ascetics and set out to seek some solitary place. On his arrival in Uruvela forest on the bank of Neranjara river in Gaya, he found the Bo-tree under which he started the course of meditation at his own accord, independently adopting the middle way method. He had strongly determined and sworn “I will never get up untill I attain the desired enlightenment, let my flesh go dry and my bone be destroyed.”

It is a good fortune not only for himself but for the world also, that he was born and had attained the enlightenment on the same

fullmoon day (Vishakha) i.e. May, 2500 years ago, as a bliss for the liberation from rebirth and death. His doctrine of loving kindness (AHINSA) was acting as a saviour of himself as well as of whole India. While the people and the kings of India were severely afflicted with such evils as malice, jealousy, striking, rebelling and killing each other with hatred cruelty, anger and enviousness.

They were also in the evil habit of slaughtering varieties of animals and even human beings in order to make an offering of food to their Gods and Goddesses, whom they worshipped in the hope of victory, fame and prosperity, according to persuasion of Brahmins, the priests of those time. Indeed it was a good luck for India and the world that Buddha had appeared with His doctrine of loving kindness at that time when India had fallen into a perilous way or ruinous state.

He discovered the whole mystery or the cause of human suffering and the origin of birth, decay, disease, death and distress, and the way out of the sorrow, the cessation, as per the happy middle path. This is the hope for the hopeless who are eager to escape from the miseries and the cycle of suffering or to gain peace and happiness. So the Lord rejoiced and assured in His success in tracing out as to what the main causes of men's suffering are and which is the way to the

188 The Certain Principles of Buddhism

deliverence is. He understood the four Ariya truths of suffering. There arose in him the vision, knowledge, wisdom and the light when He recited the following stanza in delight.

“Aneka jati samsaran sanda vissan anibbissan gahakara gavesanto dukkha jati punappunan, gahakaraka ditthosi puna gehan nakahasi.” It means “I travelled many an existences in search of the builders of the house of Tanha but in vain. Now I have found the builders and the materials are all destroyed, hence no house of Tanha nor delusion is left in me for creating my birth and suffering any more. I am now quite free from rebirth, decay, disease, death and suffering. This is my last birth and the end of all suffering”.

After enlightenment the Lord spent in delight for 49 days at the sacred sites around the Bo tree, considering as to whether he should preach or not the doctrine he had attained after a great struggle for the benefit of the mankind; who may not understand and follow it as they are deeply infatuated under illusion and worldly pleasure. But on the repeated request of Sahampati Brahma, He resolved to preach and spread the Dhamma, what He acquired for the benefit and deliverence of the mankind of the universe.

Dhamma Cakka Pavattana Sutta,

The First Sermon

The first sermon was delivered to his five old disciples (Pancavaggi) who had left his company while he was meditating in a middle way in the shade of Bo tree, at Gaya. He recollected that they are now living at Isipatana, Migadavana or Deer Park (Sarnath) near Benares. The five disciples were rejoiced and they attained the first stage, Sotapanna (stream winner) one after another by hearing the sermon and acquiring the insight in the Four Noble Truths, Anatta doctrine and the Paticca Samuppada, and were walking over the Ariya Noble Eightfold Path as the happy travellers to Nirvana. At the end of the sermon (Anatta Lakkhana Sutta) all of them attained Arahantship. Verily it is the utter passionless state of mind, cessation of suffering, the forsaking, the release from the detachment of craving. In Pali: ASESA VIRAGA NIRODHO, CAGO, PATINI-SSAGGO, MUTTI, ANALAYO, AYAM

190 The Certain Principles of Buddhism

DUKKHA NIRODHO. Now let us go back to our starting point.

It is a well known fact that nearly cent percent of the people of the earth are anxious to get a release from the cycle of misery and are striving to gain peace or happiness by all possible means, though they often meet with failure, disappointment and distress instead of peace and happiness. They miss the right path and follow the wrong one, as they care little to identify or to understand the real nature of sorrow even, let alone the consideration of the impermanent nature of the world and of the origin of sorrow and its cessation. They run blindly after sensual pleasure, now here now there. One ought to know that neither satisfaction nor pleasure has ever been experienced out of sensuality by any one whether he be a Prime Minister or a beggar. If one says that one derives perfect pleasure out of one's sensuality, it is his mental disorder or lunatic delirium as he builds castle in the air or is pleased with his visionary flowers in the sky.

One who can not quench his thirst (TANHA) does not possess contentment or patience but intemperance or avarice. Man is greedy and has no contentment but is constantly craving for more and more enjoyment. The more he craves the more he

suffers. Of course one may occasionally enjoy some momentary pleasure as in a dream which is absolutely transient and vanishes away in no time, leaves him sick in disappointment and distress.

The trouble is that the nature of “after effect” or VIPARINAMA DHAMMA the changeable condition is not known to him. Men are to accept and forbear some sorrow or some misery by his little patience. Although man utters religious words as words only, reads religious books, recites verses and stanzas from various parts of the doctrine, offers flowers, light and eatables to God and Goddess with prayers in a hope for pleasure and prosperity, sorrow never leaves him untill he works for it with an honest and pure heart.

No one else but man himself is responsible to harmonise his life by securing some peace and comfort out of the sorrow through his own patience, contentment and satisfaction with what he possesses. Good or bad, pleasure or pain are the results of his own good or bad action in his past or present life. In reality it is not due to any body’s cursing or blessing. Hence no one is to blame or praise for his suffering or enjoyment. He is to reap what he has sown. Some are in the habit of blaming their wives,

children, servants, manager and colleagues and friends even the Government, which is a false notion or lame excuse. None is to blame or to praise for one's failure or success, because it depends solely on one's own Past and Present Kamma or action.

Chapter 2

A Brief Outline of The First Sermon of the Buddha

It was over 2500 years back that the Lord Buddha, after His enlightenment, delivered His first discourse known as Dhamma Cakka Pavattana Sutta, in Isipatana Migadavana, the deer park at Sarnath near Benares, in India.

The Lord, after His enlightenment, spent 49 days at the sacred sites around the Bodhi tree in a very happy state of mind. He said that the doctrine is not only for his own release, but also for the release of all the universal mankind, who are entangled in the cycle of birth, decay, disease and death repeatedly. It is rather difficult for the ordinary people who are deeply fascinated in the enjoyment of their worldly pleasure, to understand and follow the doctrine, He reflected. Nevertheless the doctrine merits to be publicised.

194 The Certain Principles of Buddhism

He came to know through his spiritual insight that his five disciples who were living at Isipatana, the deer park, would be able to understand and benefit from this discovery. So He went to the deer park on foot and met the five disciples (Panca Waggi). They were at first at a loss to believe in His enlightenment, showed a careless mood, but shortly realized that He really got enlightened and became Samma Sambuddha, and received Him with due respect and reverence.

The Lord then announced to them: "I have found the Four Noble Truths and Noble Eightfold Path, following which is an attainment of Nirvana, the supreme release from sorrow and suffering. I will discourse it now for your benefit." Continuing He said "There are two extremes which need be avoided by those who wish to attain and enjoy the happiness of Nirvana. The two extremes which are the blockades in the way to NIRVANA are: (i) Thirst for sensual enjoyment (Kama Raga), (ii) Self-mortification in blind faith.

Practice of these two, the Buddha taught, are not only painful but also unworthy, unprofitable, vile, low and harmful, so they are obstacles in the way to Nirvana. The Four Noble Truths, are comprehended by Him through a hard cultivation and steady contemplation on the Noble Eightfold Path.

The Four Noble Truths are: 1. Dukkha Sacca—birth, decay, disease, and death are ills and suffering; conjoining objects disliked and separation from objects liked are suffering, also despair and lamentation are such. In short the existence of the five aggregates (Pancakkhandhas) is wrought with pain and sorrow.

2. Dukkha Samudaya Sacca—Craving is the source of suffering. This is the second Truth. The more we run after pleasure the more we suffer.

3. Nirodha Sacca—Ceasing of suffering, i.e. annihilation of craving and passions that entangle in the cycle of miseries and pain.

4. Magga Sacca—This is the Noble Eightfold Path, leading to Nirvana, the end of sorrow. This has to be cultivated if Light and Wisdom are the objectives.

The Eight Steps of the Path (ATTANGIKA MAGGA) are:

1. Right view, 2. Right aspiration, 3. Right speech, 4. Right action, 5. Right livelihood, 6. Right effort, 7. Right mindfulness (awareness) and 8. Right concentration.

This Middle Path the Buddha found out by his own efforts, without assistance from any teacher. This Path is a combination of (1) Sila—stainless character, (2) Samadhi—steady concentration, and (3) Panna—perfect wisdom.

196 The Certain Principles of Buddhism

To properly understand the Path one must understand the Three Fundamental Attributes, viz. (1) Anicca-impermanence (2) Dukkha-sorrow and pain; and (3) Anatta-selflessness (soullessness or egolessness). Knowledge in these attributes in the Noble Eightfold Path and in the Four Noble Truths was gained by the Buddha with great difficulty, after six years of hard struggle. Thus, there arose in Him the perfect wisdom; freedom from lust, from greed, hate and delusion; also freedom from birth, decay, disease and death, which is the end of suffering.

The cycle of birth, decay, disease, death and all other sufferings are the results of one's own greed and lust born of Avijja, the ignorance. So, one must conquer one's own greeds and desires by dispelling the ignorance, the prime cause, by the light of wisdom.

The Buddha also counselled: Those who wish to attain Nirvana or to get rid of the ills of life, should cultivate the Path and liquidate the idea of Atta Ditthi, the delusion of Self. For this purpose meditation is very helpful, specially the Vipassana Bhavana, that is to be mindful on every action, or every movement of mind and body. This is the way to realize Impermanence (Anicca), Suffering (Dukka), and Selflessness (Anatta).

The First Sermon of the Buddha 197

On hearing the discourse from the Buddha all the Five Disciples (Panca Waggi) gained the light of Dhamma (Yathabhuta nana) the perfect wisdom in the Three Attributes and the Four Noble Truths.

They were disillusioned of their false views, and attained Sotapatti Magga Nana, the first stage to Nirvana, when they were highly delighted and subsequently attained ARAHATSHIP. THIS IS THE END OF DHAMMA CAKKA PAVATTANA SUTTA, THE FIRST SERMON. (It is described in brief.)

What the Buddha Teaches Us?

“Practice makes perfect.”-One who wishes to avoid failure and wants to be crowned with success, pleasure and happiness in this life or the next, should practise to reform his habit and character, control his mind, check his tongue, purify his heart first, and think less of self. He should attend to his own business or duty with Right action, Right thought, Right endeavour (Kamma, Nana, Viriya) which are the most useful weapons or powerful qualifications to avoid failure and to derive success. It is to remember also that he should practise and attenuate his extraordinary desire, by not craving for what is undeserved and dispelling greed, illusion, thirst and intolerance bit by bit through generosity, patience, self-sacrifice, contentment, selflessness along with observance of four “Brahma Vihara Dhamma” the sublime stage, i.e. loving kindness, amity, sympathy, joy of seeing other’s prosperity and a bit of equanimity when one meets with disappoint-

ment and disagreeable events. These are to be adopted as efficacious antidotes to all distress and disagreeable events, being the proper means to acquire success, peace, prosperity, social friendship both in this life and in the next (Mundane or Supramundane). One cannot be pleased if he does not please others or unless he possesses moral excellences such as a little generosity, sympathy, kindness forbearance and fellow-feeling etc.

As for the escape from misery or to make an end of suffering and to gain peace and happiness, the responsibility lies with the individual because he is greedy and addicted to ardent passions, possesses no morality and no foreseeing capacity but is eager to satisfy his senses with extreme selfish desires only (PAPASAMIN RAMATI MANO). When a man does not practise to control his mind but let it loose to become confused and unrestrained, and to act as director over him, it leads him astray and drags him into an evil course like an enemy. Scarcely at some time it follows man as a friend and pushes him to morality when the man himself devotes to virtual intrusions. The mind is like a store-house of our pleasure and displeasure. An unrestrained mind acts like a great enemy whereas a cultured mind acts as a good friend or as a mother who saves her children from evil events. So it requires a suitable

200 The Certain Principles of Buddhism

training to restrain one's mind. It is rather difficult but not impossible if one devotes himself to a practice to reform his character and habits bit by bit.

However we shall indicate hereby some suitable process as proclaimed by our Compassionate Buddha in the teaching of SATIPATTHANA. The full description is not practicable here but it will be described briefly below. Our master, the Buddha teaches us the simple process as how to lead a good, happy life and how to restrain our mind to overcome the miseries or how to stop the birth (Jati), the origin of miseries. As for our safety and protection of worldly sorrow, He gave us assurance in various hopeful doctrines which will be described by and by. Now let us see his lucid explanations given in the following vital texts for the development of our knowledge just to realise the true nature of things. viz.

1. The Three Fundamental Attributes
2. The Four Noble Truths
3. Paticca samuppada—Dependent Origination, (Cause and Effect)
4. Pancupadanekkhanda, the Five Aggregates
5. Eightfold Middle Path, embodied with Sila, Samadhi, and Panna (Wisdom).

All the texts are deep and difficult but they are most essential ones. They should be studied, realized and cultured by all who wish to attain the way to lead a happy life. I am giving here some hints on the Three Fundamental Attributes, ANICCA, DUKKHA, and ANATTA first because it is the primary lesson.

1. ANICCA-impermanence, 2 DUKKHA—the suffering and pain, 3. ANATTA—selflessness. It is generally known as words only with its simple meaning though a full insight of each item is absolutely necessary. As for realizing ANICCA, understanding by simple meaning such as “Man will die, the house will decay and be destroyed in some time,” which will not serve the purpose of understanding the full fact of impermanence as they really are. This is to be developed by regular cultivation of mindfulness at every momentary activity and movement of body or hands and legs as well as at every act and deeds of mind or its wandering, feeling and thinking, planning, pleasure or displeasure and so on. If one pays attention and applies constant awareness of the physical activities or movements, one will realize the real nature of impermanence-ANICCA, the vital truth, through one’s own practice. If the impermanence-ANICCA is known, the sorrow-
DUKKHA cannot be taken as pleasure but

DUKKHA, the sorrow which one will presume himself at his practice of own mindful contemplation. This is the right understanding or full insight into the real nature, which is of prime importance. Otherwise no inclination may arise for the inquisition to realize the defective and disgusting nature of wordly affairs. If the impermanence] and perishable condition of things are not comprehended, the reality of sorrow and ANATTA will remain unknown as one cannot find out the way to get rid of the sorrow by expelling the TANHA desires, cravings and egoisms, the cause of suffering, just as a doctor cannot cure a disease if the cause and symptoms are unknown to him.

2. DUKKHA - the suffering. There are eleven kinds of DUKKHA in brief, such as birth, decay, disease, death, melancholy etc. As described in next chapters DUKKHA is to be known perfectly. Otherwise the cessation of DUKKHA is impracticable.

3. ANATTA-Egolessness. It is to be cultivated and understood thoroughly by regular cultivation on the "Three Fundamental Attributes."

There is no power to control the nature of impermanence and to stop the suffering as they are quite ungovernable and never follows one as desired. So there we find no reason

to take anything as Atta (self), I or mine. Hence it is an adequate and evidential proof to expel the delusion or egoism-Atta Ditthi, the false view.

If one still presumes and accepts as Atta-I, mine, man or woman through one's false belief and delusion, then one should ask oneself as to why one is not able to control and prevent the nature of one's decay, greying hair, old age, disease, death and suffering? Thus it is reasonable to accept as ANATTA, and it is quite reasonable to dispel one's wrong view-ATTA DITTHI or MICCHA DITTHI, which is the source of all suffering. If one thinks less of self or Egolessness at least or realizes the real nature of impermanence, suffering and Anatta specially he will be free from the evil fire of desires, greed, delusion and attachment, when only joy and happiness will enter his door. Atta Ditthi or self-view is the real origin of all trouble and the attachment and delusion born of his wrong belief or Atta Ditthi, the worst enemy that kills one's birth-right peace and happiness.

The lustfulness or sensual desires (KAMA RAGA) is the outcome of selfishness-Egoism which is a great obstacle in the way to peace and deliverance.

The Buddha himself had to struggle for six long years in the lonely forest of Uruvela

204 The Certain Principles of Buddhism

for the cultivation of the ANATTA doctrine being an important and a deep subject. This should be realized and comprehended for the suppression of the evils and darkness, to travel over the Ariya Middle Path, leading to Nirvana, the entire peace. Almost the whole doctrine of Abhidhamma is intended solely to bring about the realization of ANATTA-Egolessness, because every evil is arising out of it and the way to Nirvana is blocked. As we are to realize the truth of suffering and its arising and cessation, we are going to explain the Four Noble Truths.

The Four Noble Truths

(CATU ARIYA SACCA)

Which is the most important doctrine in Buddhism indicated as first aid to cure the darkness of Avijja? The most important doctrine is to realize the true nature of sorrow, its origin and cessation and to reach the happy Middle Path for a release. So a vivid insight into these Four Noble Truths is absolutely necessary for the attainment of perfect knowledge (Samma Ditthi), the Right understanding; otherwise one cannot pursue the Noble Eightfold Path (ARIYA ATTAN-GIKA MAGGA) the straight way to the gate of Real Peace (Nirvana).

1. DUKKHA SACCA-The first truth of suffering, sorrow and pain. In reality the birth is suffering, decay is suffering, disease is suffering, death is suffering, separation from the pleasant object is suffering, conjoining with the unpleasant is suffering, failure to gain as

one desire is also suffering (YAMPICCHAM NALABHATI TAMPI DUKKHAN). In brief the existence of five aggregates of attachment or grasping is suffering. Perfect knowledge in the truth of DUKKHA, the suffering is absolutely necessary for one and all who wish to overcome the sorrow by dispelling AVIJJA, the root of its outcome.

Unless the sorrow, the Dukkha is perfectly known, the cause of its arising is also unknown. Hence the origin of sorrow cannot be identified and rooted out. So the enlightened Buddha asked: Oh Bhikkhus, realize the Dukkha, expel the cause, cultivate extinction and walk over the Noble Eight-fold Path leading step by step up to the entire peace (Nirvana.)

2. DUKKHA SAMUDAYA—This is the second truth of the origin of suffering. The outcome of the whole sorrow is (i) the craving for sensual pleasure (Kama Tanha), (ii) desire for existence and enjoyment in this world (Bhava Tanha), (iii) desire for annihilation after death (VIBHAVA TANHA).

This craving is born of Avijja (ATTA DITTHI), the ignorance and self-view with the lure and lust that finds pleasure, fresh and fresh now here and now there. These are the prime origins of the arising of sorrow, as it is said: “YAYAN TANHA PONOVBHAVIKA NANDI RAGA SAHAGATA TATRA

TATRABHINANDINI DUKKHA SAMUDAYO.”

Now we are to see the way to expel the desire and stop the sorrow.

3. DUKKHA NIRODHA—Here we are to dispel the craving and attachment by conquering the ignorance, the darkness of Avijja, the first root cause, by perfect light of Vijja (Wisdom), the only weapon. But how can one attain Vijja or Wisdom?

It can be attained by regular practice of mindful contemplation, just to restrain the mind and to attenuate self-conciet, which will breed the right knowledge for the removal of darkness of ignorance and then to tread the Noble Eightfold Path spreading to the stage of entire happiness. This is the only way to dispel the stupid desire, greed and delusion in order to stop the whole mass of suffering along with the origin of Dukkha and this is Dukkha Nirodha Sacca, the extinction of sorrow. As it is said: “TANHAYA ASESĀ VIRAGA NIRODHO CAGO PATINISSAGGO MUTTI ANALAYO AYAN DUKKHA NIRODHO...”

Verily it is the extinction of, the utter passionless state and cessation of, the giving up, the forsaking, the release from suffering, the ARIYA ATTANGIKA MAGGA, the NOBLE EIGHTFOLD PATH spread to the cessation of suffering, the only way to deliverance.

DUKKHA NIRODHA GAMINI PATI-PADA. It is MAGGA SACCA, the middle way to extinction of sorrow.

Now let us see the cause and effect of our sorrow. The existence of PANCUPADANEKKHANDA is the cause of suffering. Secondly the ATTA DITTHI, SAKKAYA DITTHI i.e. self-view, ignorance and delusion are the root cause of our sorrow and suffering.

Now let us see and analyse if there is any substance in our body for the attachment, delusion and greed to accept and grasp as ATTMA, Soul or I or mine.

Why man suffers? Man suffers owing to his own false belief of ATTMA, self and acceptance of the body and its constituents as one's own body, whereas the body is but a mere composition of two united parts—matter and mind known as NAMA-RUPA, in brief. In other words, it is called the five aggregates of attachment because it is a group of five aggregates which is a complex structure of five attachments or Pancupadanekkhanda such as attachment to body—Ruparaga, Kamaraga, Bhavaraga and so on.

VEDANA – feelings, perception, SANKHARA-formation and VINNANA-consciousness or mind. Due to ignorance of the true facts of life and body, we cling tenaciously to these five aggregates and claim

these as self or mine through greed, craving and delusion. Owing to these false impressions we create our desire (Tanha) Upadana or strong attachment which derives KAMMA Bhava and then Jati, the birth which entangles us with the whole train of miseries. In reality all the five aggregates (NAMA RUPA) or the constituents of the body are transient, sorrowful, nonself and the body itself is Asubha or putrid. There we find nothing to mistake as (ATTMA) but through our false belief or misconception. For want of right understanding, the ignorant people are ablaze in the fire of KAMARAGA, the sensual desire which is the most dangerous burning fire, made by man himself. Man embraces it in delight and kills himself like moths, dashing into the flame of candle in seeking pleasure and dies in it.

It is rather difficult for a worldly man who is in false impression of Atta Ditthi which deeply rooted, to realise the real nature of things as he is addicted to his lustfulness for sensual enjoyment. But it is not impracticable to realize the truth for one who practises SATI VIPASSANA BHAVANA, mindful meditation and to acquire perfect insight (YATABHUTA NANAN) by earnest contemplation. This is the only method to control the mind and to gain wisdom if settled or fixed in any meditation out of the fourfold

210 The Certain Principles of Buddhism

awareness (CATTARI SATI VIPASSANA) namely, the mindfulness or awareness on every activity of the body (1) KAYANUPASSANA), of feelings (2) VEDANANUPASSANA, of mind and mental objects (3) CITTANUPASSANA, of awareness or reflections, planning, thinking about the realization of real nature of things, to attain right understanding (4) DHAMMANUPASSANA, to maintain self-restraint and to acquire calmness of mind and right knowledge and to attain peace, through the practice of SATI VIPASSANA BHAVANA, or mindful contemplation the only method prescribed by the Lord Buddha. This is deemed as a great compassionate gift of the Buddha.

It is also important to realize the real state of our body. The body is nothing else but NAMA RUPA and a composition of 32 kinds of earthly elements, some of which are solid and some are watery. Nails, teeth, bones, flesh, liver, heart, lungs, intestines and kidney etc. are of hard or solid groups. They are 20 in number, known as PATHAVI. And the blood, pus, phlegm, sweats, fats, saliva and urine etc. are of watery elements called APO; they are of 12 kinds, which are oozing and secreting through mouth, nose and pores etc. of 9 openings of the body. None of these elements are permanent or substantial to accept as mine

or I and my-self; they belong to none. All of these elements are unsubstantial, vile, decomposable, inauspecious and Asubha or putrid.

So it is blindness or foolishness to presume any of them as I, myself, man or woman. On the whole, the body is a skeleton or structure of bones, muscles and nerves etc. or a bundle of earthly matters of decomposable and vile constituents, covered by skin. It is a wonderful fact that the ignorants are fond of these putrid elements and implicate with attachment and mistakes as Attma or self, I, mine or as man or woman, through greeds delusion and craving and amused in pleasure and delighted in the midst of fire and darkness. So the compassionate Buddha said: "There are also four chief elements known as four MAHA BHUTA. They are namely PATHAVI, the earth; APO the water; TEZO the heat or moisture; VAYO the air. Not a body nor an engine or anything else in the world can exist and work without the composition of these four chief elements. Nothing can be made or nourished without the proportionate composition of these four viz. earth, water, heat and air. For instance breathing, walking, running, dancing or jumping etc. are the influence of air (VAYO). Digestion, cooking, temperature high or low, riping of fruits, graying hair and

212 The Certain Principles of Buddhism

decaying of things are performed by the activity of TEZO. APO—water is the secretion of sweats, tear and urine. Purification of body or washing out the system externally and internally are performed by water. It is utilized for regulating the secretory system of the body. The Digestive system, Circulatory system, Nervous system and Respiratory system of the body are regulated by the proportionate composition and utilisation of the four chief elements, which are nutriments of the body.

The 32 constituents and the four Mahabhuta in the body are of RUPA, being transformable by heat and moisture. Sorrow or suffering begets through SUKKHA VEDANA the delight in and attachment to Rupa, the forms. There we find also another four kinds of components such as Forms—beautiful or ugly, Odour—bad or sweet smelling, Taste—bitter or palatable. ENERGY—the strength, activity and influence. They are altogether called the eight MAHABHUTA or ATTHA RUPA CALAPA.

All of the elements or the constituents are impermanent and constant changes are taking place. (KHANIKA MARANA or SANTATI MARANA). The elements are of inseparable complexion and transforming constantly; old one disappears

and is replaced by new one. Changing from one state to another i.e. from heat to cold or high to low temperature minutely; it never stands still in one state. No power can control over its changeable and transformable nature. So it is a great wrong and unwise to be addicted to it. These elements or the constituent parts of the body are perishable, vile, decomposable in nature and have no substance to presume and to accept as I, mine, man or woman.

Let us try to cultivate and realize the true nature of things as indicated above, then only we shall be able to renounce all from earthly passions by growing inclination to disgust * with and detachment from the worldly affairs, when only we shall be free from the bondage of suffering, by dispelling our thirst, greed, delusion which entangles us involving in rigorous imprisonment in the bondage of Samsarik rotation, whirling round and round in the world as oxen tied with yoke and engaged in drawing the Ghany or hand mill of oil etc.

It is to note that whoever has realized Anatta doctrine, selflessness and expelled the

* According to Rev. U LOKA NATHA, DISGUST with and detachment from the worldly affairs acts as a passport to NIRVANA, the entire deliverance. These are called D.D.D. Pills by Rev. U LOKA NATHA.

214 The Certain Principles of Buddhism

false delusion by acquiring the full insight in the Four Noble Truths and Five Aggregates or Nama-Rupa, Paticca Samuppada, the arising and extinction of sorrow, the essential gist of the Dhamma, he is no more an Andha Puthujjana nor a blind but a KALYANA PUTHUJJANA or a CULA SOTAPANNA (Timely stream winner) who is to attain the state of MAHA SOTAPANNA giving up self-view and doubt, sooner or later (within 7 existences). He becomes a strict follower of silas, the five precepts. The door of lower animal abode is closed and the doors of heaven (Deva Loka) and Nirvana are opened for him, because he knows impermanence, sorrow, its arising and cessation and the Anatta Doctrine, the uncontrollable nature of things. It is his right understanding.

(SAMMA DITTHI) Verily it is to note that no guarantee is there for one to be free from existing in the lower animal world, although he performs any amount of KAMAVACARA KUSALA, virtuous works such as Dana, Sila or BHAVANA and even clad in yellow robes and lives bare head but in his darkness of Avijja with impure heart and wrong view (MICCHA DITTHI or ATTA DITTHI) verily while he is polluted with desire for higher existence in human abode or in heaven. One who has self-pride and wrong conception (Tanha, Mana, Ditthi)

cannot attain the Perfect Knowledge. But one who has attained the Perfect Knowledge, as mentioned above, in the Four Noble Truths and Three Attributes, it is his SAMMA DITTHI, the right understanding or right view for the acquisition of Nirvana, the entire peace.

The Noble Eightfold Path

1. SAMMA DITTHI- Right understanding. It is the arrival in the first path of the Noble Eightfold Path that leads straight to the door of Nirvana., the entire release of misery. (DUKKHA NIRODHA GAMINI PATIPADA). Now he is a happy traveller and will find no difficulty to travel one path after another as they are closely spread. He will reach the final goal without delay by treading over the happy Noble Path according to his Right effort, Right action Right aspiration, Right mindfulness and Right concentration. It is to note that if the **Samma Ditthi**, the right view dawns, the other moral qualities will follow automatically as the railway waggons usually follow a good running engine. Hence no worry is necessary to amend each and every item seperately. **Samma Ditthi** is of vital importance.

2. SAMMA SANKAPPA-Right aspiration. Whoever attains this second step, his thought,

aspiration, resolution, plans and all mental activities will be pure, sinless, just, honest and he will abandon all the ill tendencies. These first and second steps are called PANNEK-KHANDA. Every success depends on Right view, Right aspiration Right action and Right effort.

3. SAMMA VACA-Right speech. He will control his tongue and abstain from harsh, false and harmful words and speaks true, polite, sweet and beneficial words in regard to the improvement of either mundane or supramundane. He will never speak to encourage evils.

Unrestrained words create miseries, friction, enmity, quarrel and even murder cases. So one's tongue should be well guided and well controlled.

4. SAMMA KAMMANTA-Right action. All of his actions of body, tongue and mind will be just, right, honest, beneficial, sinless and harmless to all beings. He will naturally refrain from stealing, killing, injuring and immoral sexualities.

5. SAMMA AJIVA- Right livelihood. It is an abstinence from immoral way of earning, such as dealing in weapons, alcohol, butchering, prostituting, taming and selling

animals for slaughtering, deceiving, stealing and bribery etc. These third, fourth and fifth steps are an important part called SILEK-KHANDHA. Morality is a foundation for every success in life. Sila, the morality, saves man from error and mishaps like parents. It is sorrowful to see that generally people possess bad habit of cheating and deceiving and injuring others in delight. Poverty, adversity and prosperity are the results of one's own immoral and moral acts and deeds of past and present life.

6. SAMMA VAYAMA- Right effort. Endeavour for success in the development of right knowledge and morality, to suppress the rising of ill and evils, such as greeds, craving, delusions, emotions, idleness etc. Right effort is a power to stimulate the Right aspiration or moral cultivation and development. One should devote most of his time and energy to conquer his ignorance and to gain insight into the true nature of the mental and physical phenomena and to find out his way to get rid of sorrow. The third, fourth, fifth and sixth steps are included in SILEKKHANDHA, the group of moral qualities. Every success depends on this effort and morality or honesty. SABBESA KUSALA DHAMMA SILENA PATITTHATI.

7. SAMMA SATI- Right mindfulness. Constant application of mind or awareness of

every momentary activity of mind and body is the indication of this step. For instance, mental activities such as reflections, feelings of sorrow and pleasures, formation, perceptions and aspirations are to be aware. The application of mind on the mindfulness of the body-KAYANUPASSANA, while one is stretching and bending one's hands and legs as well as lying, sitting, standing and walking etc. should be practised as often as such motions occur. This mindful contemplation is the only way to control and calm down the mind and to guard the sense-doors in order to prevent the entrance of ills and evils. If the sense-doors are well guarded by constant application of mind or mindfulness (SATI) no space is left for evils to enter and to harass man with desires, delusions, greeds, and attachment which are the great obstacles in the way to peace and happiness.

8. SAMMA SAMADHI—Right concentration. It is most important for all those who are keen to attain PANNA, the perfect knowledge to fix their minds or to pay strict attention to their object of meditation. No enlightenment nor wisdom is attainable without SATI and SAMMADHI. These two important paths, together with SAMMA AJIVA are included in SAMADHI KKHANDA. [SILA, SAMMADHI and PANNA or morality, con-

220 The Certain Principles of Buddhism

centration and wisdom are embodied in the Eight (Ariya) Noble Paths, which are the basic Essence of the Dhamma.

Loving kindness (moitry) or compassion is another moral excellence which should be cultivated in accordance with, 'Brahma Vihara Dhamma' for one's safety and success.

These essential antidotes are prescribed by the Compassionate Buddha for the cure of ignorance and thirst, the root causes of sorrow. In other words, the thirst, greed and delusion, which are mortal diseases that accelerate man's ruin and death, concomitant with darkness of Avijja, distress and dismay.

AHIMSA- non-violence mentally and physically is a most basic advice in Buddhism. All kinds of violence and cruelty with other evils and ills are the outcome of greed, hatred, anger and Egoism. In the long run it is suicidal. Killing, harming, injuring their fellow beings are imagined as pleasures and victory by Putujjana-puggalas, the ignorants. It is not a victory; a true victory is that of conquering one's internal enemies such as greed, hatred and delusion.

Hatred can never be overcome by hatred but by love which begets tranquility. Those who have had no previous opportunity to

have such idea will be ablaze with the fire of anger, greed and hatred. It is however hoped that the interested readers may elucidate it and comprehend the substantial cream of the text and live a peaceful life and attain Nirvana, the enternal peace.

The Function of Sense-Doors

Let us describe the function of Salayatana, the six sense-doors consisting in our body and see what they are and how they concern with the outer objects. The six senses are eye, ear, nose, tongue, body and mind which are existing in our body from the beginning of our life. They are like the doors and windows of a house when it is built. Each has its own consciousness VINNANA that arises immediately at every contact (PHASSA) with its corresponding objects from outside, such as the form with eyes, sound with ears, smells with nose, tastes with tongue, touch with body and feeling and perception with mind. Seeing is impracticable until and unless the eye-consciousness, CEKKHU VINNANA comes and joins together. So is the case with other sense-organs viz. seeing, hearing, smelling, tasting and touching etc. Hearing is also impracticable until and unless the concerning consciousness (SOTA VINNANA) arises and

joins. Nothing can be accomplished unless the concerning VINNANA (consciousness) conjoins with internal and external objects, and the three interlock. For instance until the three, namely eyes, form and consciousness conjoins, seeing can not be effected. So it said: CAKKHUNCA PATICCA RUPECA UPPAJJATI CAKKHU VINNANAM TINNAM SANGATI PHASSO.

Some sorts of sensation or feeling (VEDANA) such as pleasure or displeasure, and Upekka Vedana—neutral feeling or any of the three arises surely, and immediately in the wake of seeing, hearing, smelling, and tasting etc. These feelings or sensations are decided by the concerning VINNANA or mind or conscience at every occurrence. The mind or conscience acts as a director or judge in our body. It lives in the core of our heart (HADAYA VUTHU) which arises and transmits the decision good or bad as message through sensory nerves for our knowledge as Telegraphic system. Then only we feel pleasure or displeasure as they occur. All the feelings (VEDANA) are transient and vanished instantly, as do the water bubbles. The organs of the body and its senses possess no power of its own to perceive or feel or see or hear at the absence of the concerning VINNANA or consciousness, the mind.

If the feeling or VEDANA is displeasurable or disagreeable we get angry and annoyed; if neutral or unregardful it brings about hatred or anger; but when we find it pleasurable or regardful we fall into delusion, greed, thirst, or TANHA. The TANHA arises with strong desire of attachment (UPADANA) out of SUKHA VEDANA, the pleasant feeling which brings forth or condition the conception or (PATISANDHI), i.e. KAMMA BHAVA and JATI, the birth takes place on the spot and starts the mass of suffering.

This JATI or the birth is the starting factor of human suffering. Here we find the TANHA or desire, born of Avijja, are acting as fuels and making the fire of suffering. So men are ablaze with the fire of decay, disease, and death with lamentation, distress and numerous kind of pains and miseries. So it said: EVAMME-TASSA KEVALASSA DUKKEKKHANDASSA SAMUDAYO · HOTI. This is the prime source of arising of the suffering-Dukkha. So it said: YAYAMTANHA PONO BHAVIKA NANDI RAGA SAHAGATA TATRATATRABI NANDINI. Through the desire of pleasure man runs after the sense pleasure now here and now there. Thus man himself creates whole of his miseries. Now we come to understand that the arising of sorrow is originated by

AVIJJA and TANHA through the passages of the six sense-doors. No TANHA nor clinging may enter to cause the birth (JATI) the starting point of sorrow, if the six sense-doors are well-guarded or watched carefully. How can they be guarded? The enlightened Buddha said that constant **mindful contemplation** with concentrated mind, is the way to guard the sense-doors for the prevention of TANHA-UPADANA in order to stop JATI.

It therefore needs to conquer AVIJJA the first root cause, by VIJJA, the perfect wisdom. This is to be attained through the practice of Sati Vipassana Bhavana, mindful contemplation. Then only the wandering mind will be calmed down and restrained. The full method is given in the Satipatthana Sutta and in our ခါနုဓမ္မနိမိတ်နိဗ္ဗာန်မဂ္ဂဇာနည် published in the year 1965.

Chapter 3

WHAT IS AVIJJA ?

The meanings of Avijja in brief are:

1. Ignorance of TILAKKHANA-the ANICCA, DUKKHA and ANATTA i.e. impermanence, sorrow and egolessness.
2. Ignorance of Four Noble Truths, the ARIYA SACCA i.e. DUKKHA SACCA, the truth of suffering, SAMUDAYA SACCA, the origin of suffering, NIRODHA SACCA, cessation of suffering, MEGGA SACCA, the treading on the Noble Eightfold Path spreading towards Nirvana.
3. Ignorance of PTTICCA SAMUPPADA, the dependent origination, or the cause and effect.
4. Ignorance of NAMA RUPA, the mind and matter and the nature of impermanence,

sorrow and egolessness. These are the meanings of AVIJJA, the ignorance.

The Disadvantages of AVIJJA

The ignorant or a puthujjana-puggala mistakes impermanence for permanence, miseries for happiness, selflessness for self. The ignorant does not know the DUKKHA properly, and its origin, its cessation-Nirodha Sacca, and the way to Nirvana-MAGGA SACCA i.e. Ariya Eightfold Path. Hence the ignorant creates evils and ills.

There are 7 causes of Dukkha, the suffering.

1. Unwiseness or ignorance 2. AHAM-KARA-self-conceit 3. TANHA-the craving desire 4. KAMA RAGA-the sensual pleasures 5. Intemperence 6. Impure mind Ill will and aversion etc. The results or retributions are DUKKHA. The meaning of AVIJJA is ignorance of truth, in other words, the potency of false notion or perversity. The ignorants mistakes unsubstantials for substantials or wrong for right and right for wrong.

These misconceptions are the outcome of AVIJJA, the ignorance. The other cause of suffering is AHAMKARA or self-conceit or MANA which is also the outcome of AVIJJA or ATTA DITTHI. Due to this ATTA

228 The Certain Principles of Buddhism

DITTHI, puthujjana - puggala mistakes and sees his sons or daughters as sons and daughters of his own, who are to be seen as forms or NAMA RUPA as they really are and belongs to none.

It is his DITTHI VIPPALLASA or false view or lunacy, if he sees and takes them as his own sons and daughters instead of forms or NAMA RUPA. This wrong view or misconception brings about TANHA, MANA and DITTHI the result of which is rebirth and worldly rotation.

Thus man falls and implicates in his own made trap of worldly attachment and rotation. In such a way men are floating and drifting along with the current of their own lust, desire and delusion. So the Buddha said there is no fire like the passion, lust or KAMARAGA in DHAMMA PADA. 18-17. Unrestrained senses and self-view are the great enemies and the result of which is suffering. The first cause of suffering is AVIJJA and secondly TANHA-RAGA, born of AVIJJA.

We therefore should remember and observe the following advise of the Buddha. Equilibrium, harmony, loving kindness, compassions, forbearance, spiritual energy and

wisdom or right knowledge are the annihilation and soothing of all the sufferings and pains. Now let us dispel our AVIJJA or ignorance and live a good life in bright illumination of the perfect knowledge (VIJJA) for our own peace and happiness.

HOW TO CONQUER DEATH

Life is dearest to all beings. Fear of death is poison to joy of all lives. No one knows at what moment the calamity of death may befall. Life is uncertain but death is certain for all beings, whether poor or rich. Neither the rich nor the poor, nor even kings can escape from death. Death is fearful sure and certain to all alike.

Doctors can cure the disease and can accelerate life for some moments only but cannot stop death. The cause of disease, decay and death are due to disorder, decay, weakness and wear and tear of heart, lung, liver, cells and vitality in the body. There are also other defects of KAMMA, CITTA, UTU, AHARA, i.e. action, mind, weather and food. Secondly, the default of VAYO (air) pitta-bile cough (phelgm). Thirdly the default of PATAVI, APO, TEZO, VAYO, i.e. matter, water, heat or cold and air.

The deaths are of four kinds:

1. KAMMEKKHAYA- span of life being exhausted or due to exhaustion of Kammic energy.

2. AYUKKHAYA-natural death or the exhaustion of life span.

3. UBHAYEKKHAYA - Exhaustion of life span and vitality.

4. AKALA MARANA-Untimely death due to accident. This is also called UPACCEDA MARANA. There is an excellent analogy to explain these four types of death viz. the analogy of oil lamp. The light of the lamp may be extinguished due to one of the four causes:

1. The exhaustion of the wick in the lamp, likened to death through the exhaustion of life span. (AYUKKHAYA)

2. The exhaustion of the oil in the lamp likened to death through the exhaustion of Kammic energy. (KAMMEKKHAYA).

3. Due to the exhaustion of both the oil and the wick likened to death. (UBHAYEKKHAYA.)

232 The Certain Principles of Buddhism

4. Due to external factors such as wind blowing off the light that likened to death, caused through external factors. So it is seen that Kamma alone is not the cause. There are external causes also. Every moment of our life-formations, Nama Rupa arise and vanish away instantly. This momentary dissolution is one form of death, which is called KHANIKA MARANA, or SANTITI MARANA. The momentary dissolution of the elements is not visible, because successive aggregates arise immediately and take the places of those which have dissolved, that we think life goes on.

Deaths of all kinds are really dreadful and painful. The death of evildoers or vicious victims is frightened with the appearance of horrid figures of regent of death (YAMA), spears, daks, fire and dreadful black dogs etc. due to the influence of their sins or evil deeds performed during the lifetime. The dying persons who are vicious and have had no practice of "MARANANUSSATI BHAVANA" or contemplation on death are highly afflicted and aggrieved of their eternal separation from wealth, beloved wife, sons and relatives, and meet with mournful death. But those who are meritorious and had practised meditation on death and comprehended the real nature of things, such as impermanence, sorrow and selflessness

(Anatta) i.e. ANICCA, DUKKHA and ANATTA, the TILEKKHANA, they die peacefully and see the delightful appearance of decorated carriages, beautiful buildings, flower gardens which are the signs of their attainment of heavenly pleasures due to the influence of their virtuous deeds during their lifetime.

To understand the painful state of death which can be realized more clearly when one happens to see a dying person in restless condition, bewailing with cry, distress of painful and difficult breathing, with the rattling respiration and severe perspiration all over the body. One may also imagine about JATI DUKKHA, the pain of coming into existence, i.e. dwelling in congested womb of mother for 9 to 10 months before his coming into being (birth). The suffering of birth and death is a horrible curse and a great melancholy to all the living beings who have born onto this earth.

So as to conquer the bondage of death or to turn and alter the role of death, we are to seek the means as to how to stop the birth (JATI) first, for JATI is the prime source of decay and death (JATI PACCAYA JARA MARANA). First of all we are to control and restrain our mind because a restrained mind only can help to escape from the bond-

age of death. In this regards, our Lord has proclaimed:-

“YE CITTAN SANYAMISSANTI MUKKHANTI MARA BANDHANA.” It means that a restrained mind only can help and rescue a man from the bondage of death.

How can one restrain the wandering mind? An illusive and wandering mind can be controlled and restrained through the practice of mindful contemplation, as stated above (SATIPATTHANA BHAVANA) which brings forth the subtle wisdom-YATHABHUTANANAN.

The influence of the light of wisdom will show the way out of frequent death, which is conditioned through JATI, originated from TANHA and UPADANA, the strong desire and delusion or attachment. These are the outcome of six sense-doors, being the source of accumulation of JATI, the original factor of JARA MARANA, the decay and death.

Now we are to concentrate and restrain our mind to guard the six doors of senses (SALAYATANA). They are eyes, ears, nose, tongue, body and mind through which we invite our TANHA and UPADANA, to harass the life by producing JARA MARANA,

the decay and death. How can one guard the sense-doors? In order to prevent the TANHA-UPADANA we are to watch and guard the six doors of senses by mindfulness or awareness of every activity of sense. For example when an object or a form contacts with eyes one should be aware of it simply as “seeing,seeing” or ‘form,form’ only and should not be amused nor attracted with its beauty or aggrieved with its ugly appearance, because liking of lovely object brings about TANHA UPADANA or desire and attachment or delusion, which begets JATI or birth, being the original source of JARA MARANA. Thus the ears are fond of melodious tone and TANHA arises. Tongue is also fond of delicious food. Body is fond of delicate touch. Mind is also fond of pleasant thoughts and TANNAH or KAMA RAGA arises.

The outer objects such as forms, sounds and smells etc. contact with the inner objects such as eyes, ears, nose and tongue etc. which is called PHASSA (contact). Through this PHASSA, the feeling or perception arises, VEDANA. Through VEDANA, TANHA is conditioned. Through TANHA, UPADANA, the extreme attachment is conditioned. This JATI or birth is the main origin to enchain the human beings with the bondage of JARA MARANA, i.e. decay and death.

236 The Certain Principles of Buddhism

The Lord Buddha proclaimed the following stanza regarding the arrival and extinction of JATI and JARA MARANA.

JATI SAMUDAYA JARA MARANA SAMUDAYO. JATI NIRODHA JARA MARANA NIRODHO. It means: On the arrival of JATI, JARA MARANA take place. When JATI (the root cause) is expelled JARA MARANA is also expelled. Thus the cause of death may be conquered by the root.

As for the process to stop the JATI the six sense-doors need to be watched to stop TANHA as already stated above; according to the doctrine of Dependent origination (PATICCA SAMUPPADA) in descendant and diversion order. The cause and effect as given above, teaches us the process of becoming JATI, through which we are enchained with the bondage of death. For better understanding we must strive to restrain our mind through contemplation to attain the wisdom. If the light of wisdom dawns and the darkness of AVIJJA or ignorance is expelled, the main cause of JATI vanishes. When the darkness of AVIJJA, the main cause, is expelled, the strong desire (UPADANA) is also eradicated and there remains no cause of JATI the

root cause of JARA MARANA being rooted out.

This is the way to conquer death and to make an end of suffering. It is hoped that this is quite enough to comprehend the process as to how to conquer death for everlasting peace.

Can Death Be Overcome ?

This question is already solved above. It will, however, be solved again here below for better understanding. Now let us try to understand the cause of the grief and sorrow. The cause of grief and sorrow is Tanha and attachment conditioned through AVIJJA (ignorance). If we wish to transcend sorrow, we have to give up Tanha and attachment by expulsion of AVIJJA, through the practice of meditation. Unless we learn the true lesson and follow it, death will strike us with all its terrors.

How shall we best face this tragic event? By being forewarned, by reflecting that death will surely come sooner or later. Death is certain and has to be faced. If we are told that there is a snake under our chair, we will be able to take an early step to avoid the danger.

238 The Certain Principles of Buddhism

Many are the advantages derived by reflecting on death. If we have practice in thinking that death may come at any moment, today or in a few hours, we will no doubt see the folly in harbouring grudges or picking quarrels and this fact alone would stop evil inclination to perform any mischievous deeds, by realizing that death would come some day. If we so realize, we will not postpone today's work for tomorrow and economise time and utilise our lives usefully or beneficially by reflecting on truth of impermanence (ANICCA) which is of vital importance to realize fully.

To the question "Can death be overcome?" the answer is "Yes, death is there because of birth" "JATI PACCAYA JARA MARANA" viz. PATICCA SAMUPPADA. The repetition of countless birth and death is called SAMSARA. If this cycle of existence is to be stopped, it can be cut off only at the stage of AVIJJA and TANHA, the root of frequent birth and death that have to be exterminated. JATI NIRODHA JARA MARANA NIRODHO. Therefore cut off Tanha by expelling AVIJJA. Thus birth is overcome, death is overcome, Samsara is transcended and Nirvana is attained. Attachment of sense pleasure must be overcome to attain Nirvana, the deathless

state. Reflection on death (MARANANUS-SATI BHAVANA) is a very useful remedy.

So let us start the practice of the mindful contemplation on death which will bring about tranquility and peace, through attainment of Nirvana, the deathless state or the end of death.

Chapter 4

How To Release From Suffering

The world is filled up with restless pain and suffering. It is said in Dhammapada that there is no place under the sky to be found where a man might dwell without misery and pain, such as decay, disease, death and distress in various ways. These come through our six doors of senses, from the moment of birth and harass the whole life. But the puttujjana or the fools may think that life is long, sweet, painless and a bliss.

If life is sweet and painless, Prince Siddhattha would not have left his beloved son, beautiful wife and palace filled up with luxury, comfort and pleasure. He had persistently left his princely comfort, disgusting and presuming as worthless as ash and set out to lonely forest to seek the way of deliverance. He has undertaken a hard struggle to find out the remedy for the cure and
t

cessation of the pain and suffering of human beings.

If we are to seek the way out of suffering we are to realize Dukkha (unrest) properly and find out and expel the root causes of Dukkha, the suffering first. He presumed that this suffering is compulsory and begins from the moment of birth. Either the poor or the rich, the lower or the higher, even the king or the peasant possesses no power to alter the role and to turn up the wheel of birth, decay, disease, death and pain. He tried hard and practised the Hindu method at first under the Hindu Yogis. But he found that the method was not only painful but also hopeless to gain the enlightenment as desired. So he left the company to try and meditate independently in some congenial place.

He set out and found a Bodhi tree on the bank of Nerinjara River in Uruvela, Gaya District, under which he worked hard and after a great struggle for six long years he found out the way out of the human misery as desired. None in the world except the Buddha has ever invented such a powerful remedy for the cessation of human sufferings.

6 The Lord Buddha has ascertained that the world rests on sorrow and sufferings only.

242 The Certain Principles of Buddhism

It is the result of our own action and our own fault. Our craving or eternal longing for sensual pleasure is born of Avijja, the ignorance. Through these Avijja and craving desire we are entangled in the cycle of birth, decay, death and pain. The more we hanker after the sensual pleasure the more we suffer. Thus we create our misery and we possess no power to satisfy our senses. That is why Avijja and Tanha are the curses to human beings which produce our birth or Jati, the second root cause of suffering. We are to strive for the stoppage of Jati, the birth, in any way. The process is given in previous chapter as well as in the next.

How to Stop The Birth

It is difficult and even impossible to stop the birth, Jati, unless the blind faith of self or egoism, craving, desire and Avijja are expelled by the root, being the origins of sorrow. As it is said: "AVIJJA TANHA VACENA DWE MULANICA DUKKHA." Simply praying and offering or crying will not help either to expel the Avijja or to stop the birth. According to the doctrine of Paticca Samuppada, human beings are entrapped in the cycle of suffering which arises as per following process.

Paticca Samuppada (dependent origination)

Through Avijja, Tannah is conditioned.

Through Tanha, Upadana is conditioned.

Through Upadana, Kammabhava is conditioned.

Through Kammabhava the birth (Jati) is conditioned.

Through Jati or the birth, the whole mass of sorrow is conditioned.

Through these causes and effects we invite our sorrow and miseries; through the six senses of our body; such as eyes, ears, tongue, body and mind which are called as six doors of senses (Salayatana).

The six outer objects contact (Phassa) with the concerning inner senses such as forms with eyes, sounds with ears, smells with nose, taste with tongue, touch with body, and reflections with mind to think and feel. As soon as any of the outer objects contact with any of the inner objects, the influence of the concerning consciousness (VINNANA) arises then and there on the spot, and decides the matter and then announces the fact such as good or bad, pleasant or unpleasant, which are called

244 The Certain Principles of Buddhism

Vadana that conditioned through Phassa (contact). They are specified as Sukha vedana (pleasant feeling) Dukkha vedana (unpleasant feeling) and Upekkha vedana (unheeded feeling) i.e. neither pleasant nor unpleasant.

Just for better understanding, when a fair looking object or a beautiful form contacts with eyes, man delights with it and becomes desirous and arises clinging with strong desire, being fond of it. Our suffering starts here as it is said: YAN PICCHAN NA LABHATI TAMPI DUKKHAN. It means suffering arises on failure of gaining what is desired.

Now it is clear that the main cause of our suffering is Tanha which is the outcome of Avijja, (ignorance). These factors are called Anusaya which are formed and concealed in the core of our heart and bring about the grasping and attachment, Lobha and Dosa, and other ills when one meets with liking or disliking facts. Through the pleasant attachment-Upadana, the birth (Jati) takes place, along with the whole train of sufferings and pains.

So the Buddha, the great teacher proclaims: Oh my dear Bhikkhus, you may be released from the bondage of birth and death if you give up your lust and delusion and conquer the thirst by dispelling Avijja

to stop the birth, which is the main source of your suffering. In order to stop the birth or to get rid of suffering, you are to restrain your wandering mind for its concentration and contemplation according to the process of Satipatthana Sutta, which will bring forth the subtle knowledge. This light of your knowledge will expel the darkness of Avijja and stop the birth and death for everlasting peace and happiness.

Jati is the main source of the whole of suffering. In order to stop Jati and to get rid of suffering you are to guard the six sense-doors and to restrain the wandering mind for achieving Samadhi. The concentration through the practice of Vipassana Bhavana according to Satipatthana will bring the subtle knowledge. This light of knowledge will expel the darkness of Avijja along with the craving desire (Tanha) the root of birth with all the concomitant suffering of the human beings. This is the deliverance or release from suffering and it is the only way to make an end of sorrow.

Chapter 5

THE SPIRITUAL VISION OF THE LORD BUDDHA

(Appeared in 'the Light of Buddha')

The main and essential object of the Buddha Dhamma is supreme Liberation, technically known as Nirvana. This means attainment of a state utterly free of suffering. In doing so we have but to seek the Right way or the proper means for the purpose.

It is a fact that we suffer Dukkha because we are, and because we were born. Were there be no birth or Jati, there would be no Dukkha or suffering. It is therefore that Buddhism points out a way to stop Jati or rebirth. In order to stop rebirth (Jati) the Enlightened One advised us to fully comprehend the meaning of Dukkha, the miseries of birth, decay, disease and death and the

concomitant ills and to watch the sense-doors to stop Tanha and Upadana.

Secondly, we need to comprehend the real nature of the three aspects of existence, **TILEKKHANA**, viz. **ANICCA** - impermanence, **DUKKHA**-suffering and **ANATTA**-selflessness.

Thirdly also the Four Noble Truths, **CATU ARIYA SACCA** need to be comprehended. They are the suffering-**DUKKHA**, its cause **SAMUDAYA**, its cessation **NIRODHA** and its cure, the path, **MAGGA SACCA**. This path is known as the Middle path **ARIYA ATTHANGIKA MAGGA**, which leads to Nirvana. It is an ancient path trodden by all the Ariyas who attained victory over all sufferings and gained Nirvana.

Fourthly, the one who is desirous of lasting peace of Nirvana should be free from blind faith in self or **Atta Ditthi**. To be free from **Atta Ditthi**, the element of personality needs to be analysed thoroughly. It will help the arising of disgust with and detachment from what makes up the person. Once this wisdom dawns, one will be surprised that one loves what is really offensive and worth nothing, to accept as **ATTA** or **SELF**.

Fifthly, one who is desirous of compre-

hending the true nature of Anicca, Dukkha and Anatta, should endeavour to know one's Nama and Rupa with respect to these Truths. The momentary appearance and disappearance, or the transient and perishable nature of the mind and matter must be experienced.

ANICCA is a vital truth. If this is thoroughly realized, one will also realize Dukkha and Anatta. The easiest way to realize Anicca, Dukkha and Anatta will be to submit one's body to contemplation with regard to its changeful and offensive nature. Then it will be found that this body is but a bundle of 32 hateful things, such as hair, nails, bones, flesh, blood, urine, and so on. All of these could be classified into 8 categories, viz. Patavi, Apo, Tezo and Vayo, with colours taste, odour and energy. All these elements are with the nature of impermanence and are offensive, putrid, and therefore "Asuba," These make up what we call Nama Rupa or Panca Khanda. Hence, on such an analysis one will not find anything agreeable or substantial to accept as Self or Atta. In this bargain, the idea of self will dwindle, Tanha will be weakened and ultimately be liquidated. That will mean Right view of things or Yathahuta Nana, the direct consequence of which will be awakening to Truth, which dispels Avijja, the ignorance and spells Nirvana, the end of all suffering.

The final goal is attained through the liquidation of Tanha or cravings, that rooted in Avijja, the ignorance. Tanha cause Upadana or grasping to arise Kammabhava and Jati, the birth occasioning the whole mass of suffering. Once Dukkha or suffering is eliminated, blessedness or peace is attained. Such is the Spiritual Vision of the Buddha or Buddhism.

The Last Sermon of the Lord Buddha (ANTIMA VACANA)

“Handadani Bhikkhave Amantayami Vo Vaya Dhamma Sankhara Appamadena Sampadetha.”

It means: Oh my dear disciples, it is my last word of my last breath to you all for your guidance and constant observation. That you are to be aware of the constant waning and vanishing of the mental and physical formations (Sankhara). In other words you are to remain with mindful contemplation on the momentary vanishing or annihilation of the mind and matter called Nama Rupa. This practice of mindful contemplation will bring about the knowledge and insight in the transient nature of things as really as they are, i.e. Anicca, Dukkha and Anatta or impermanence, sorrow and selflessness.

The similar teaching is given in the following stanza quoted in Dhammapada (21-22.)

“APPAMADO AMATAM PADAM PAMADO MICCUNO PADAM. APPAMATTA NA MIYANTI. YE PAMATTA YATHA MATA.” It is not very easy to give an exact rendering of the term “Appamada” which is variously translated into English by such terms as vigilance, heedfulness, wakefulness, mindfulness, watchfulness and reflection etc. The importance of ever mindfulness is convincingly emphasized from spiritual point of view for the benefit of all who desire deliverance or eternal peace.

At every outset, it is pointed out that Vigilance or Appamada is the path to life, thoughtlessness (Pamada) is the path to death. Those who are vigilant do not die and the thoughtless are as if dead already. This is the central idea of the Pali text, given above.

The wise who have clearly understood the significance of this wakefulness or mindfulness, take pleasure in this and rejoice in the way of the spiritually liberated one's supramundane. These wise ones have attained Nirvana, the highest freedom and happiness because they have been always meditative and diligent.

If we reduce the whole teachings of the Buddha in one sentence it is “Appamadena

252 The Certain Principles of Buddhism

Sampadetha''. Be vigilant and mindful. Appamada is the basis of all other meritorious virtues. Appamada denotes the same as Sammasati, viz. the seventh stanza of the Eightfold (Ariya) Noble Path. All the virtues or the benefit are to be derived from the practice of Mindfulness or vigilance. Vigilance, wakefulness or mindfulness is the begetter of wisdom. So we must be always mindful of our mental and physical movements and duly observe and note all the fleeting vagrancy and movements of mind and body such as gestures, tendencies and thoughts, ill or good. We must be aware of what we do or think.

We should constantly watch all the functions of our sense organs through steady mindful contemplation and never be forgetful. In this way we shall be able to identify the wrong to discard and the right to accept and to make a steady progress towards the development of perfect knowledge. We must not be impatient nor fed up very soon, but try to continue to be in constant wakefulness. We should not act nor speak hastily but always think before we speak, and before we act. The obstacles in the practice of awareness (Sati) are laziness and impatience which are the causes of failure. Success in meditation is the result of strenuous effort (Samma Vayama) and

The Last Sermon of the Lord Buddha 253

Samma Samadhi, the concentration. One who is earnest in his constant practice of mindful meditation (Appamada) will come to understand the nature of impermanence, sorrow and selflessness along with an insight in the Four Noble Truths which is the gist of Dhamma.

When this wisdom dawns, the evil temptation of sensual pleasure will dwindle and the greed, anger and hallucination will vanish. Henceforth one's evil tendencies, such as the desire for killing, injuring, stealing, cheating, lying, fornication and adultery etc. with other ills will eventually be eradicated.

Such a wise meditative person will be free from wrong view, delusion, distress and miseries and remain within easy reach of Nirvana, the everlasting peace. This is the most valuable and vital teaching of the Buddha's last sermon in brief.

**Why the Buddha and His Religion are
So Highly Appreciated
By the Wise People of the World**

It is worthwhile and beneficial to understand as to why the Buddha is so highly regarded and accepted as the greatest sage in the human history, and why His religion or the Buddhism is so highly esteemed and honoured by the wise people of the world.

It is not in any way an over statement to say that the Buddha is the world's greatest teacher ever born, and His Religion "Buddha Dhamma" the highest religion in the world. One may convince and comprehend it, if a thorough investigation is made about the truthfulness and the innumerable virtues of the enlightened Buddha, which are incomparable.

**What the Buddha did and Does
for the World**

He was disgusted with the momentary pleasures of the world and renounced and went to a lonely forest, in his youthful age of 29 years, abandoning his princely pleasures, dear father, newly born son, beautiful wife Yasodhara, to seek the truth and find a way out of human miseries, rebirth, decay, disease, death and pain. He strove and attained the full enlightenment after six years of hard meditation. His enlightenment resulted in Buddhahood for the rescue of the human beings.

It is indeed a most compassionate gift of the Buddha that He discovered the truth of suffering, the cause or the source of suffering, the way to its cessation, the Noble Eightfold Path (Magga) leading to cessation or the entire salvation, known as Nirvana, the everlasting peace. He discovered the Noble Eightfold Path and taught the people how to travel over it, by example and precepts. Among the numerous virtues of the exalted Buddha, we extol His nine silent virtues in our daily devotion, uttered in Pali, runs as:

**“ITI PISO BHAGAVA ARAHAN,
SAMMA SAMBUDDHO, VIJJA SARANA
SAMPANNO, SUGATO, LOKAVIDU, AN-**

UTTARO PURISA DHAMMA SARATHI, SATTHADEVA MANUSSANAN, BUD-DHO, BHAGAVA". Translation: Indeed the Lord is an Araham- worthy of offering, and highest respect and honour lavished on Him. Samma sambuddho - fully enlightened one. Vijja carana sampanno-endowed with clear vision and good conduct. Sugato-well gone and well done. Lokavidu-knower and saviour of the world. Anuttaro purisa dhammasarathi -an incomparable teacher of Gods and men. Buddho-Discoverer of truth and an awakened one. Bhagava-blessed and virtuous. These are the Master's Virtues. Every true Buddhist utters it morning and evening, ponders on its meaning in the way of meditation and adoration.

Summing up all the virtues into one, the Buddha is an Arahanta since He has (1) Discarded all desires, wickedness and mental ills, (2) Defeated all defilements by penetrating into realities of the world, (3) Shattered the spokes of the wheels of further existence, (4) Virtues worthy of offerings and honours given by Gods and men and (5) He had no secrets and mysteries. As an Arahanta He eradicated "Bhava Tanha-no desire to accumulate any clinging to existence.

The Lord conquered all what is bad bodily, verbally and mentally. His life was free from immoralities, and full

enlightenment which dawned on Him under the shade of Bo tree and kept shining up to the moment of final death and attainment of the ultramundane path (Magga Phala).

“The enemies that were deployed,
Greed and the rest have been destroyed,
By His, the master’s wisdom-sword,
So He is Arahanta by all accord.”

That is why He and His religion are worthy of honour and respect given by one-third of the people in the world and so He is worthy of esteem and appreciation as the greatest teacher or highest saint of the world. His doctrine is open and frank. His Dhamma is “Ehipassiko”-open to all to come and see. He said: Do not accept my words through mere respect towards me, as purity of gold should be tested by melting, cutting or rubbing it on a touchstone. He again said: Believe it not because of your master’s words.

The next virtue is that He proceeded to develop insight (Vipassana) into law of Dependent origination (Paticca Samuppada) cause and effect, that every effect has a cause behind it, suddenly dawned upon Him. This discovery helped him to see the reality of the world and the beings along with the realization, omniscience and all

higher knowledge, pertaining to an all-knowing one (the supreme Buddha). Hence He is known as **Samma sambuddha**.

The next virtue, is that of his being an **Anuttaro Purisa**, an incomparable great saint of the world. As regards His spiritual power He has conquered not only the human beings such as Saccaka and Angulimala, but also the demons and Yakkhas, such as Alavaka and even the wild beasts such as elephants, poisonous snakes etc. with His sword of wisdom, deep love and compassion and not by any other means.

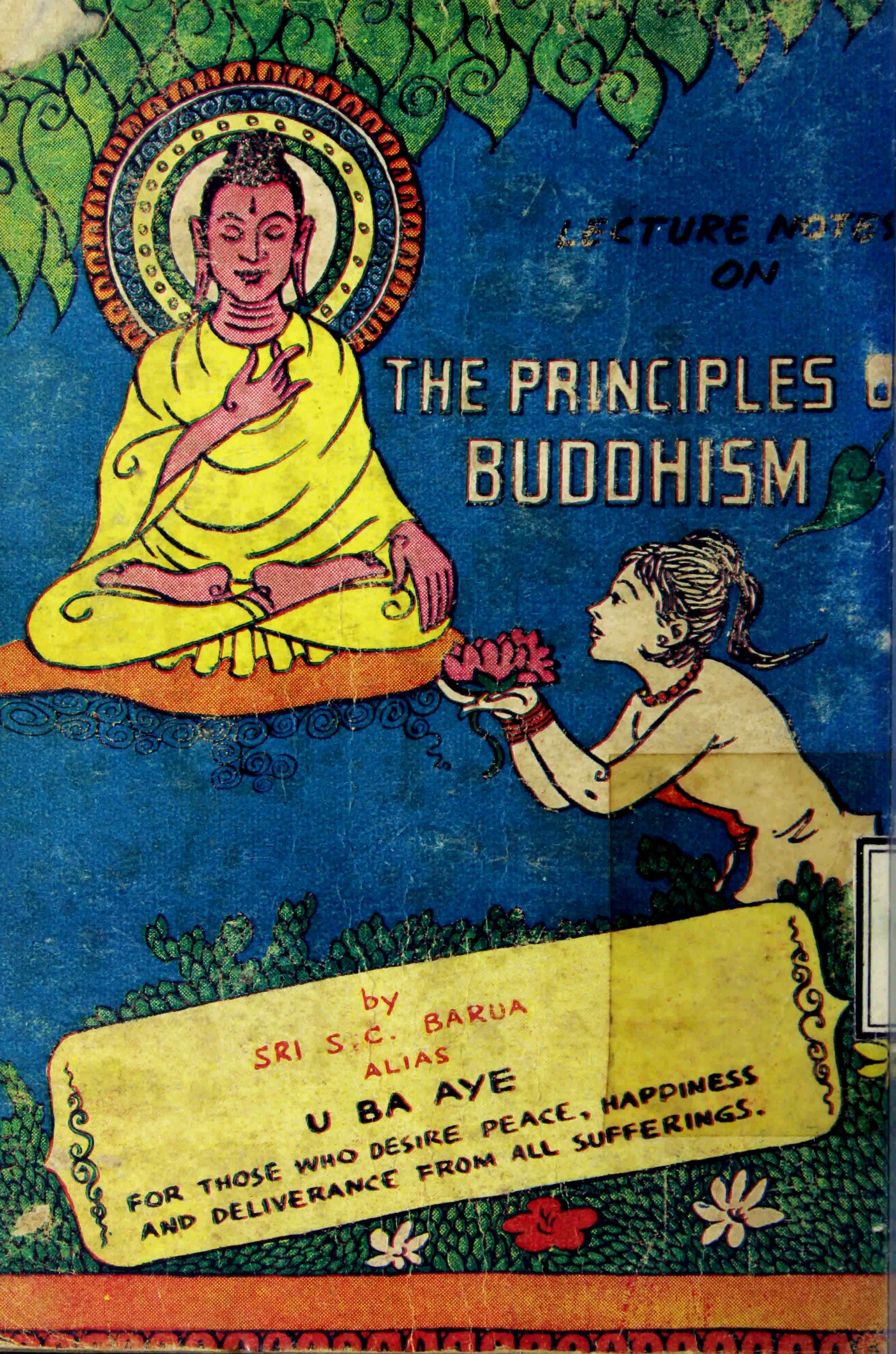
Therefore He and His religion are so highly honoured and appreciated today by all the wisest philosophers and scientists. These are His special qualities and virtues amongst many others.

This is the reason why the Buddha and His Dhamma are so highly honoured and followed by large numbers of people in England, America, Germany, Japan, Thailand, China, India, Burma and so on.

S.C. Barua

The manuscript of this book is completed on the Eightieth anniversary of the author's birthday, i.e. Thursday, the 6th. March, 1890.

ကမ္ဘာ့ ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ စာအုပ်
 စာကြည့်တိုက်
 ကမ္ဘာလုံး



LECTURE NOTE
ON

THE PRINCIPLES OF BUDDHISM

by
SRI S. C. BARUA
ALIAS

U BA AYE

FOR THOSE WHO DESIRE PEACE, HAPPINESS
AND DELIVERANCE FROM ALL SUFFERINGS.