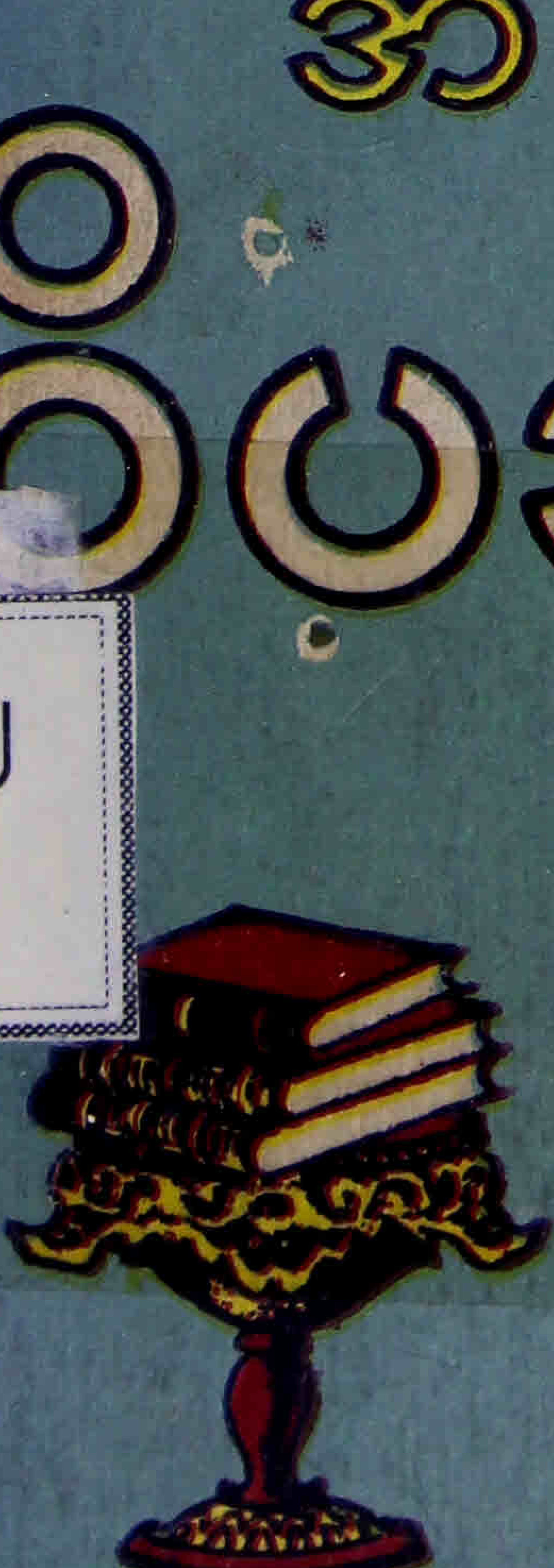
ဦးသိန်းဟန် (ယံသာဝတီ)

# ဓမ္မစကြာ

## အမြွက်ဆုံး

# ဝိပဿနာ

၁၂
၀



၁၉၉၇ခု

ဦးသိန်းဟန် [ဟံသာဝတီ]

ရေး

# ဓမ္မစကြာ

# အမြတ်ဆုံးဝိပဿနာ

တအုပ် ၃ိ/၅၀ါး


ယုဝစာပေဖြန့်ချိရေး

အမှတ်(၄၇၇) ၈၄ အောင်ဆန်းလမ်း မန္တလေး။

၁၉၆၉-ခု၊ ဇွန်လ

ဘာသာရေးဆိုင်ရာစာပေ ခွင့်ပြုချက်အမှတ် ( ၀၇၂၅ )

အုပ်ရေ(၃၀၀၀)

ထုတ်ဝေသူ ဦးမြင့်ဦး ယုဝစာပေဖြန့်ချိရေး (ထ ၀၉၆၂) မြို
အမှတ် ၄၈၇ ၈၄ အောင်ဆန်းလမ်း မန္တလေး။

ပုံနှိပ်သူ ဦးမြင့်ဦး ယုဝရောင်စုံပုံနှိပ်တိုက်(ပ ၀၇၈၅) ယာယီ
အမှတ် ၄၈၇ ၈၄ အောင်ဆန်းလမ်း မန္တလေး။

၁၉၉၇၈

ဗုဒ္ဓသာသနံ စိရံ တိဋ္ဌတု၊

# စာပန်းချီ

၁၃၃၀ ပြည့်နှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့် ဓမ္မစကြာ အခါတော်နေ့သည်၊ တမူထူးခြား၍ စိတ်ဝင်စားဘွယ်ကောင်းသော နေ့ထူးနေ့မြတ်ပင်ဖြစ်သည်၊ ဝါဆိုလပြည့်နေ့ကို ဓမ္မစကြာအခါတော်နေ့အဖြစ် သတ်မှတ်၍၊ နှစ်စဉ် နှစ်တိုင်း ကျင်းပလာခဲ့သည်မှာ နှစ်ပေါင်း အတော်ကြာခဲ့ပေပြီ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ အသင်းအဖွဲ့များကလည်း တခန်းတနား ဓမ္မစကြာပါဠိတော်ကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ကြသည်၊ခေတ်အဆက်ဆက်အစိုးရအသီးသီးကလည်း ဓမ္မစကြာပါဠိတော်ကိုပင် ရေဒီယိုမှ ပြည်သူအများ ကြားနာစေရန်အတွက် အသံလွှင့်ပေးခဲ့ပေသည်၊ သို့သော် — မြန်မာဘာသာသက်သက်ဖြင့် မည်သည့်အစိုးရ မည်သည့်အသင်းအဖွဲ့များကမှ ရွတ်ဖတ်ပူဇော် အသံလွှင့်ခဲ့သည့် ထုံးတမ်းစဉ်လာမရှိခဲ့ပေ၊ ယခုနှစ်မှသာ ပြည်မြို့၊ နိဗ္ဗန္ဓတောရ ဆရာတော်ကြီး၏ တပည့်များဖြစ်ကြသည့် ယောဂီနွယ်ဝင် သီလရှင်ဆရာကလေးများ မြန်မာဘာသာ သက်သက်ဖြင့် ရေဒီယိုလေလှိုင်းသံမှ ကြည်သာချိုမြသော ဓမ္မစကြာတရားတော်ကို အသံလွှင့်ခဲ့ပေသည်၊ထို့ကြောင့် ၁၃၃၀ - ပြည့်နှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့် ဓမ္မစကြာ အခါတော်နေ့မှာ

တမူထူးခြား၍ စိတ်ဝင်စားဘွယ်လည်းကောင်းလှသည်၊ မြန်မာ့နည်း မြန်မာ့ဟန် မြန်မာ့အသံကို နာခံရသော နေ့ဖြစ်သဖြင့် နေ့တူး နေ့မြတ်လည်းဖြစ်သည်၊ ဤမျှသာမကသေး ဤ "ဓမ္မစကြာ အမြတ်ဆုံး ဝိပဿနာ" ရေးသားရန် အတွက် အခြေခံ အကြောင်းတရပ်အဖြစ် မြစ်ဖျားခံလျှက်ပင်ဖြစ်သည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဤစာရေးသူသည် ယခုနှစ် ဝါဆိုလပြည့်နေ့တွင် ရေဒီယိုမှ ဓမ္မစကြာတရားတော်ကို မြန်မာဘာသာ သက်သက်ဖြင့် အသံ လွှင့်ချက်ကို ကြားနာရသော အခါ ရှေးကထက်ပို၍ ကြည်ညိုသဒ္ဒါ ပွါးလာသည်၊ ဓမ္မစကြာလာ အမှန် လေးချက် နှင့် လမ်းစဉ် သတ်မှတ်ချက်ကို အကွက် မိမိ သဘောတရားရှိရှိဖြင့် လက်တွေ့လုပ်နည်း လုပ်ဟန်များပါ ဖြည့်စွက်၍ မြန်မာဘာသာသက်သက်ဖြင့် ရေးသားတင်ဆက်ရလျှင် ကောင်းမှာဘဲ ဟု အကြံသစ် ဉာဏ်သစ်များလည်း ပေါ်လာသည်၊ ထိုမှတဖန် ၁၃၀၄ - ခုနှစ်၊ မြို့တော်ခမ်းမတွင် ကျင်းပသည့် ဘွဲ့နှင်းသဘင် အခန်းအနားတွင် ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း မိန့်ကြားခဲ့သော—

"သီလပေးရာကစ၍ မြန်မာဘာသာသက်သက်
ဖြင့် သာသနာ ပြုကြလျှင် အားလုံး နားလည်
သဘောပေါက်လွယ်၍ ပိုမို ထိရောက်ပါတယ်"

ဟု ဆရာတော်ကြီးများအား လျှောက်ထားခဲ့သောစကားများကိုလည်း ပြန်ပြောင်းသတိရမိသည်။

မှန်ပါသည်၊ ထိုဘွဲ့နှင်းသဘင်အခန်းအနားတွင် သာသနာ့ဓဇ သီရိပဝရ-ဘွဲ့ထူးယူရန်အတွက် ဤစာရေးသူရှိနေသည်၊ သို့သော် ထိုစဉ်က ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း ၏ ဆရာတော်ကြီး များအား

လျှောက်ထားချက်ကို သဘောမပေါက်ခဲ့ပေ၊ ရှင်တော်ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့သော တရားတော်မှန်သမျှ ပါဠိဘာသာဖြင့် ဟောပြမှသာ အရသာရှိသည်ဟု ထင်ခဲ့မိသည်၊ ယခုနှစ် ဝါဆိုလပြည့် ဓမ္မစကြာ အခါတော်နေ့တွင် ဓမ္မစကြာ တရားတော်ကို မြန်မာဘာသာ သက်သက်ဖြင့် ရေဒီယိုမှ အသံလွှင့်ချက်ကို ကြားနာရမှ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း၏ လျှောက်ထားချက်သည် တယ်မှန်ပါတကား-ဟု အားရဝမ်းသာဖြစ်မိသည်။

ဤစာရေးသူသည် သာသနာ့ဗေဒီရိပဝရ- ဘွဲ့ထူးသာမက စေတီယင်္ဂဏ ဝံသ သကာ၊ အဌကထာပြန် အကျော် ဟူသော ဘွဲ့ထူးများကို အင်္ဂလိပ်အစိုးရခေတ်ကပင် အောင်မြင်ခဲ့သည်၊ ဓမ္မစကြာပါဠိတော်ကို ပါဠိဘာသာဖြင့်အခါခါရွတ်ခဲ့ဘူးသည်၊ နာလည်း နာကြားဘူးသည် သို့သော် ယခုနှစ် ဓမ္မစကြာအခါတော်နေ့က မြန်မာဘာသာသက်သက်ဖြင့် နာကြားရသလောက် သဘောလည်းမပေါက်ခဲ့ပေ၊ အရသာလည်းမတွေ့ခဲ့ပေ။

ပါဠိဘာသာကို ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်ပြီးသူတယောက်ပင် သို့ကလောက်ဖြစ်နေလျှင် ပါဠိဘာသာကို မလေ့လာဘူးသော လူပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ပါဠိဘာသာထက် မြန်မာဘာသာ သက်သက်က ပိုမို ထိရောက်မည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း၏ မိန့်ခွန်းစကားကို ပြန်ပြောင်းသတိရမိခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါ ရေဒီယိုလေလှိုင်းသံမှ သာယာချိုမြသောတရားသံကို နာခံရသောကြောင့်၎င်း၊ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း ၏ မိန့်ခွန်းစကားကို ပြန်ပြောင်းသတိရမိသောကြောင့်၎င်း၊ မြန်မာဘာသာ သက်သက်ဖြင့် ဓမ္မစကြာလာ အမှန်လေးချက်နှင့် လမ်းစဉ်သတ်မှတ်ချက်ကို အခြေခံထား၍—

၁။ ဓမ္မစကြာ ပါဠိဘာသာ
၂။ ဓမ္မစကြာ မြန်မာဘာသာ
၃။ ဓမ္မစကြာအကြောင်းအရာ
၄။ ဓမ္မစကြာ ထောပနာ
၅။ ဓမ္မစကြာ သဘောတရား
၆။ ဓမ္မစကြာ လက်တွေ့လုပ်ထုံး
၇။ ဓမ္မစကြာလေ့လာချက် ……… ဟု အခန်း

၇ - ခန်းဖွဲ့လျက် ရေးသားတင်ဆက်လိုသော ဆန္ဒ အလွန်ပြင်းပြလာပါသည်။

ထိုသို့ ပြင်းပြလာသော ဆန္ဒအားလျော်စွာ ရေးသားမည်ဆိုပါက အဆိုပါကျမ်းစာ၏ အမည်ကို မည်သို့မည်ပုံ တင်စားသင့် သနည်းဟု တဆင့်တက်၍ စဉ်းစားမိပြန်ပါသည်။

၁။ ဓမ္မစကြာ ဒေသနာသည် တရားဦးဖြစ်၍ ထူးလှသည်။
၂။ အမှန်လေးချက်နှင့် လမ်းစဉ်သတ်မှတ်ချက်ကို တိတိကျကျ ညွှန်ပြသဖြင့် သဘာဝကျလှသည်။
၃။ ကြားနာရရုံမျှဖြင့် တရားစစ် တရားမှန် တွေ့ရသဖြင့် မြတ်လှသည်။

အထက်ပါ အချက် သုံးချက်ကို အခြေခံ၍ ထူးလည်းထူး သဘာဝလည်းကျ၊ မြတ်လည်း မြတ်လှသော ဤ ဓမ္မစကြာ ဒေသနာလာ သဘောတရားများကို အခန်း -၇- ခန်းဖွဲ့လျက် ရေးသားတင်ဆက်သော ဤကျမ်းစာကို “ဓမ္မစကြာအမြတ်ဆုံးဝိပဿနာ” ဟု တင်စားရလျှင် ကောင်းမှာဘဲဟု ဓမ္မစကြာ ဒေသနာကို ဂုဏ်ပြုသောအားဖြင့် အကြံဖြစ်လာပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဤကျမ်းစာကို ဓမ္မစကြာ အမြွတ်ဆုံးဝိပဿနာ ဟု တင်စားခဲ့ပါသည်၊ ဤတင်စားချက်သည် မည်သည့်ကျမ်းစာ များကိုမျှ ထိပါးစေလိုသော ဆန္ဒမရှိပါကြောင်းနှင့် ဤကျမ်း စာပါအခန်းကဏ္ဍများတွင်မကြေလည်သောအချက်များရှိပါက ဓမ္မသာကစ္ဆာ မင်္ဂလာနှင့် အညီ ကြေလည်သည်အထိ တင်ပြ ဆွေးနွေးပေးမည်ဖြစ်ပါကြောင်းကို ဂါရဝ နိဝါတမင်္ဂလာဖြင့် ပန်ကြားပါသတည်း။

---

သိန်းဟန်(ဟံသာသိန်း)
အမှတ်၊ ၁၀/၂- လမ်း
ဗဟိုစည်—ရန်ကုန်။

# ဓမ္မစကြာ ပါဠိဘာသာ။

---

ဒွေ မေ ဘိက္ခဝေ အန္တာ ပဗ္ဗဇိတေန နသေဝိတဗ္ဗာ၊ ကတ မေ ဒွေ။

ယောစာယံ ကာမေသု ကာမ သုခလ္လိကာ နုယောဂေါ ဟီနော ဂမ္မော ပေါထုဇ္ဇနိကော အနရိယော အနတ္ထသံဟိတော။

ယော စာယံ အတ္တကိလမထာနုယောဂေါ ဒုက္ခော အန-ရိယော အနတ္ထသံဟိတော။

ဧ တေ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဥဘောအန္တေ အနုပဂမ္မ မဇ္ဈိမာ ပဋိပဒါ တထာဂတေန အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္ဗောဓါယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

ကတမာ စသာ ဘိက္ခဝေ မဇ္ဈိမာပဋိပဒါ တထာဂတေန အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္ဗောဓါရ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

အယ မေဝ အရိယော အဋ္ဌင်္ဂိကော မဂ္ဂေါ သေယျထိဒံ သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ၊ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တော သမ္မာ အာဇီဝေါ၊ သမ္မာဝါယာမော သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။

အယံခေါ သာ ဘိက္ခဝေ မဇ္ဈိမာ ပဋိပဒါ တထာဂတေန အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္ဗောဓါယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ၊ ဇာတိပိဒုက္ခာ၊ ဇရာပိဒုက္ခာ၊ ဗျာဓိပိဒုက္ခော၊ မရဏံပိဒုက္ခံ၊ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော၊ ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါဒုက္ခော၊ ယံပိစ္ဆံ နလဘတိ တံပိဒုက္ခံ၊ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါ နက္ခန္ဓာဒုက္ခာ။

ဣဒံ ခေါပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ၊ ယာယံတဏှာ ပေါနောဗ္ဘဝိကာ နန္ဒီရာ သဟဂတာ တတြ တတြာဘိ နန္ဒိနီ။

သေယျထိဒံ၊ ကာမတဏှာ၊ ဘဝတဏှာ၊ ဝိဘဝတဏှာ၊

ဣဒံ ခေါ ပနဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ၊ ယော တဿာယေဝ တဏှာယ အသေသဝိရာဂ နိရောဓော စာဂေါ ပဋိနိဿဂ္ဂေါ မုတ္တိ အနာလယော။

ဣဒံ ခေါ ပနဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓ ဂါမိနီ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ၊ အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌင်္ဂိကော မဂ္ဂေါ။

သေယျထိဒံ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တော သမ္မာအာဇီဝေါ သမ္မာဝါယာမော သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။

ဣဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

တံ ခေါပနိဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ ပရိညေယျန္တိမေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကောဥဒပါဒိ။

တံခေါ် ပနိဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ ပရိညာတန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကောဥဒပါဒိ။

ဣဒံ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကောဥဒပါဒိ။

တံခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ ပဟာတဗ္ဗန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကောဥဒပါဒိ။

တံခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ ပဟီနန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကောဥဒပါဒိ။

ဣဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကောဥဒပါဒိ။

တံခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ သစ္ဆိကာတဗ္ဗန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

တံခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ သစ္ဆိကတန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကောဥဒပါဒိ။

ဣဒံ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနီ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံဥဒပါဒိ ဉာဏံဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလောကောဥဒပါဒိ။

တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနီ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ ဘာဝေတဗ္ဗန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံ ဥဒပါဒိ ဉာဏံဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလော-ကောဥဒပါဒိ။

တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနီ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ ဘာဝိတန္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခုံ ဥဒပါဒိ ဉာဏံဥဒပါဒိ ပညာဥဒပါဒိ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ အာလော-ကောဥဒပါဒိ။

ယာဝကီဝဉ္စ မေ ဘိက္ခဝေ ဣမေသု စတူသု အရိယသစ္စေသု ဧဝံ တိပရိဝဋ္ဋံ ဒွါဒသာကာရံ ယထာဘူတံ ဉာဏဒဿနံ န သုဝိသုဒ္ဓံ အဟောသိ၊ နေဝတာဝါဟံ ဘိက္ခဝေ သဒေဝကေ လောကေ သမာရကေ သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြာဟ္မဏိယာ ပဇာယ သဒေဝမနုဿာယ "အနုတ္တရံ သမ္မာသမ္ဗောဓိံ အဘိသမ္ဗုဒ္ဓေါ"တိ ပစ္စညာသိံ။

ယတော စ ခေါ မေ ဘိက္ခဝေ ဣမေသု စတူသု အရိယသစ္စေသု ဧဝံ တိပရိဝဋ္ဋံ ဒွါဒသာကာရံ ယထာဘူတံ ဉာဏဒဿနံ သုဝိသုဒ္ဓံ အဟောသိ၊ အထာဟံ ဘိက္ခဝေ သဒေဝကေ လောကေ သမာရကေ သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြာဟ္မဏိယာ ပဇာယ သဒေဝ မနုဿာယ "အနုတ္တရံ သမ္မာသမ္ဗောဓိံ အဘိသမ္ဗုဒ္ဓေါ"တိ ပစ္စညာသိံ၊ ဉာဏဉ္စ ပန မေ ဒဿနံ ဥဒပါဒိ၊

အကုပ္ပါ မေ ဝိမုတ္တိ၊ အယမန္တိမာ ဇာတိ၊ နတ္ထိဒါနိ ပုနဗ္ဘဝေါတိ၊ ဣဒမဝေါစ ဘဂဝါ၊ အတ္တမနာ ပဉ္စဝဂ္ဂိယာ ဘိက္ခူ ဘဂဝတော ဘာသိတံ အဘိနန္ဒုန္တိ။

ဣမသ္မိံ စ ပန ဝေယျာကရဏသ္မိံ ဘညမာနေ အာယသ္မတော ကောဏ္ဍညဿ ဝိရဇံ ဝီတမလံ ဓမ္မစက္ခုံ ဥဒပါဒိ၊ ယံကိဉ္စိ သမုဒယဓမ္မံ: သဗ္ဗံ တံ နိရောဓ ဓမ္မန္တိ။

ဓမ္မစကြာပါဠိ ပြီး၏။

## ဓမ္မစကြာ မြန်မာဘာသာ၊

(လမ်းစဉ်ချမှတ်ချက်)

ချစ်သားတို့ ....... သမုဒယတဏှာ ပယ်ခွာလိုသောသူသည် အယုတ်တရား ဤစွန်းနှစ်ပါးတို့ကို မမှီဝဲသင့် မမှီဝဲထိုက်ကုန်။

အယုတ်တရား စွန်းနှစ်ပါးတို့ကား အဘယ်တို့ပါနည်း ... ။

ငါးဖြာအာရုံ ကာမဂုဏ်တို့၌ ကာမချမ်းသာ ခံစားလိုမှု ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ ဟုခေါ်သော ကာမုပါဒါန် အစွဲသန်သော အကြင်အယုတ်တရားသည် ယုတ်လည်း ယုတ်ည့ံ၏၊ ရွာသူတို့ဓလေ့လည်းဖြစ်၏၊ ပုထုဇဉ်တို့ဥစ္စာဖြစ်၏၊ အရိယာတို့ဥစ္စာမဟုတ်၊ အကျိုးမဲ့ကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ ထို ကာမုပါဒါန် အစွဲသန်သော အယုတ်တရားတပါး။

ကိုယ်ပင်ပန်းမှု အတ္တဝါဒုပါဒါန် အစွဲသန်သော အကြင်အယုတ်တရားသည် ဆင်းလည်း ဆင်းရဲ၏၊ အရိယာတို့ဥစ္စာမဟုတ်၊ အကျိုးမဲ့ကိုဖြစ်စေတတ်၏၊ ထို အတ္တဝါဒုပါဒါန် အစွဲသန်သော အယုတ်တရားတပါး။

အယုတ်တရားစွန်းနှစ်ပါးတို့ကား ဤသည်တို့ပါတည်း....... ။

ချစ်သားတို့ .... .... ဤအယုတ်တရား စွန်းနှစ်ပါးတို့ကို သာယာ လေးမြတ် မကပ်ရောက်မူ၍ အနတ္တဝါဒ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အကြင်သာယာသည့် လမ်းစဉ်သည် ငါဘုရားကိုယ်တိုင် ကိုယ်ပိုင်

ဉာဏ်ဖြင့်သိအပ်သော လမ်းစဉ်ဖြစ်၏၊ အမြင်မှန်ကိုလည်း ပြုနိုင်၏၊ အသိမှန်ကိုလည်း ပြုနိုင်၏၊ သောကကိုလည်း ငြိမ်းစေနိုင်၏၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ကိုလည်းဖြစ်စေနိုင်၏၊ မဂ်ဉာဏ်ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်၏၊ တဏှာခေါ်တဲ့ခန်း ငြိမ်းချမ်းရေးကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်၏။

အဆိုပါ ဂုဏ်အပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံသော အနုတ္တရဝါဒ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လွန်သာသည့် ထိုလမ်းစဉ်ဟူသည် အဘယ်နည်း။

ဖြောင့်ဖြူးသာယာ ဂုဏ်အင်္ဂါနှင့်ပြည့်စုံသော ဤမဂ္ဂင် ရှစ်ပါး သာတည်း။

မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ ဂုဏ်အင်္ဂါဆိုသည်မှာ အဘယ်ပါနည်း ... ... ။

၁။ ကောင်းသောအသိရှိခြင်း၊ (ဝါ)အမြင်မှန်ရခြင်း။

၂။ ကောင်းသော အကြံရှိခြင်း၊ (ဝါ) အတွေး အခေါ် မှန်ခြင်း - ဟူသော ဉာဏအား။

၃။ ကောင်းသော စကားရှိခြင်း။

၄။ ကောင်းသောအမှုရှိခြင်း။

၅။ ကောင်းသောအသက်မွေးမှုရှိခြင်းဟူသော စာရိတ္တအား။

၆။ ကောင်းသော ဝီရိယရှိခြင်း။

၇။ ကောင်းသောသတိရှိခြင်း။

၈။ ကောင်းသော သမာဓိရှိခြင်းဟူသော ကာယအား။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ဂုဏ်အင်္ဂါဆိုသည်မှာ ဤ အားသုံးပါးနှင့်ပြည့်စုံသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးပင်ဖြစ်သတည်း။

ချစ်သားတို့ .... အင်္ဂါရှစ်ပါး အားသုံးပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ဤ မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်သည် ငါဘုရားကိုယ်တိုင် ကိုယ်ပိုင်

ဥာဏ်ဖြင့်သိအပ်သော လမ်းစဉ်ဖြစ်သည်၊ အမြင်မှန်ကိုလည်းပြု နိုင်၏၊ အသိမှန်ကိုလည်းပြုနိုင်၏၊ သောကငြိမ်းခြင်းကိုလည်းဖြစ် စေနိုင်၏၊ ဝိပဿနာဥာဏ်ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်၏၊ မဂ်ဥာဏ်ကို လည်း ဖြစ်စေနိုင်၏၊ တဏှာ ဓါတ်ခန်း ငြိမ်းချမ်းရေးကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်၏။

## အမှန်လေးချက်။

၁။ ဘဝအသစ်ဖြစ်ရခြင်း သဘောသည်လည်း ဆင်းရဲ၏။
၂။ အိုရခြင်းသဘောသည်လည်း ဆင်းရဲ၏။
၃။ နာရခြင်းသဘောသည်လည်း ဆင်းရဲ၏။
၄။ သေရခြင်းသဘောသည်လည်း ဆင်းရဲ၏။
၅။ မနှစ်သက်ဘွယ်သောအာရုံဝတ္ထုတို့နှင့်ပေါင်းဆုံရခြင်း သဘောသည်လည်း ဆင်းရဲ၏။
၆။ နှစ်သက်ဘွယ်သော အာရုံဝတ္ထုတို့နှင့် ကွေကွင်းရခြင်း သဘောသည်လည်းဆင်းရဲ၏။
၇။ အလိုရှိသမျှ မရခြင်းသဘောသည်လည်းဆင်းရဲ၏။
၈။ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် ဥပါဒါန် အစွဲကပ်သော ခန္ဓာ ငါးရပ်သည်လည်း ဆင်းရဲ၏။

ချစ်သားတို့......ဤ ရှစ်ပါးသော ဆင်းရဲတရားသည် အမှန် လေးချက်တွင် တခုအဝင်အပါ ဒုက္ခသစ္စာသာတည်း။

တဖန် ဘဝသစ်ကိုဖြစ်စေတတ်သော၊ နှစ်သက်ခြင်း ရာဂနှင့် တကွဖြစ်သော ထိုထိုဘုံဘဝ သက္ကာယ၌ အလွန်နှစ်သက်သော အကြင်တဏှာတရားသည်ရှိ၏။

ချစ်သားတို့ ...... .... ဤတဏှာတရားသည် ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၍ အမှန်လေးချက်တွင် တခုအဝင်အပါ သမုဒယ သစ္စာသာတည်း။

ဤ သမုဒယသစ္စာ တဏှာတရားသည် အဘယ်မျှပြား သနည်း........။

၁။ ကာမချမ်းသာကို ခုံမင်တွယ်တာသော ကာမတဏှာ တပါး။

၂။ ဘဝအသစ်ဆက်ကာ, ဆက်ကာဖြစ်၏ဟု ထိုထို ဘုံဘဝ ကို ခုံမင်တွယ်တာသော ဘဝတဏှာတပါး။

၃။ နောင်တဖန် ဘဝအသစ်မဖြစ်တော့ဟု ပစ္စုပ္ပန်ဘဝကို သာ ခုံမင်တွယ်တာသော ဝိဘဝတဏှာတပါး။

သမုဒယသစ္စာတဏှာတရားသည်ဤသို့သုံးပါးပြားသတည်း။

ချစ်သားတို့ .... ထိုတဏှာသုံးပါး အကြွင်းမဲ့ ကင်းချုပ် ခြင်းသဘော၊စွန့်လွှတ်ခြင်းသဘော၊လွှတ်လွှတ်စွန့်ခြင်းသဘော၊ လွှတ်ငြိမ်းခြင်း သဘော၊ အာလယပြတ်ခြင်း သဘောရှိသော အကြွင်းသန္တိသုခနိဗ္ဗာနဓါတ်သည်ရှိ၏၊ ဤသန္တိသုခနိဗ္ဗာနဓါတ် သည် အမှန်လေးချက်တွင် တခု အဝင်အပါ နိရောဓသစ္စာ သာတည်း။

ချစ်သားတို့ .... .... ဒုက္ခ၏ချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကောင်းဖြစ်သော ဤ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးတည်းဟူသော မဇ္ဈိမ ပဋိပဒါလမ်းစဉ်သည် အမှန်လေးချက်တွင် တခုအဝင်အပါ မဂ္ဂ သစ္စာသာတည်း။

ဤမဂ္ဂင်ရှစ်တန် မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်မှန်ဟူသည် အဘယ်ပါနည်း........။

၁။ ကောင်းသောအသိရှိခြင်း၊
၂။ ကောင်းသောအကြံရှိခြင်း။
၃။ ကောင်းသောစကားရှိခြင်း။
၄။ ကောင်းသောအမှုရှိခြင်း။
၅။ ကောင်းသောအသက်မွေးမှုရှိခြင်း။
၆။ ကောင်းသောဇွဲလုံ့လရှိခြင်း။
၇။ ကောင်းသောသတိရှိခြင်း။
၈။ ကောင်းသောသမာဓိရှိခြင်း။

မဂ္ဂင်ရှစ်တန် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်မှန်ဟူသည် ဤ အင်္ဂါရှစ်ပါးပင်တည်း။

## အသိလေးချက်။

၁။ ချစ်သားတို့ ဤ ရှစ်ပါးသော ဆင်းရဲတရားသည် စစ်မှန်သော ဒုက္ခသစ္စာသာတည်း၊ ဤစစ်မှန်သော ဒုက္ခသစ္စာတရားကို ပိုင်းခြား၍သိအပ်၏၊ ဤပိုင်းခြား၍သိအပ်သော စစ်မှန်သော ဒုက္ခသစ္စာတရားကို ငါဘုရားကိုယ်တိုင် ပိုင်းခြား၍ သိအပ်၏။

ဤသို့အားဖြင့် ငါဘုရားအား ရှေးအခါက တကြိမ်တခါမျှ မကြားဘူးကုန်သော ဒုက္ခသစ္စာတရားတို့၌ ပကတိမျက်စိအသွင် ဉာဏ်အမြင်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ အသိစိတ်အစဉ် ဉာဏ်အမြင် ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ ပိုင်းခြားသိမြင် ဉာဏ်အစဉ်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ ထူးခြားသိမြင် ဉာဏ်အစဉ်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ အလင်းရောင်အသွင် ဉာဏ်အမြင်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ။

၂။ ချစ်သားတို့ .... .... ဤသုံးပါးသော တရားတရားသည် ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းကို စစ်မှန်သော သမုဒယသစ္စာသာ တည်း၊ ဤဒုက္ခဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းကိုစစ်မှန်သော သမုဒယ သစ္စာကို ပယ်အပ်,ပယ်သင့်,ပယ်ထိုက်၏၊ ဤ ပယ်အပ်,ပယ်သင့် ပယ်ထိုက်သော ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း၏အကြောင်းကို စစ်မှန်သော သမု ဒယသစ္စာကို ငါဘုရားကိုယ်တိုင် အကြွင်းမဲ့ ပယ်သတ်ခဲ့ပြီ။

ဤသို့အားဖြင့် ငါဘုရားအား ရှေးအခါက တကြိမ်တခါမျှ မကြားဘူးကုန်သော သမုဒယသစ္စာတရားတို့၌ ပကတိ မျက်စိ အသွင် ဉာဏ်အမြင်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ အသိစိတ်အစဉ် ဉာဏ်အမြင် ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ ပိုင်းခြားသိမြင် ဉာဏ်အစဉ်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ ထူး ခြားသိမြင် ဉာဏ်အစဉ် ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ အလင်းရောင် အသွင် ဉာဏ်အမြင်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ။

၃။ ချစ်သားတို့ .... .... ဤသက္ကိသုခနိဗ္ဗာန်ဓါတ်သည် ဒုက္ခ ချုပ်ရာ စစ်မှန်သော နိရောဓသစ္စာသာတည်း၊ ဤဒုက္ခချုပ်ရာ စစ်မှန်သော နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုအပ်၏၊ ဤမျက် မှောက်ပြုအပ်သော ဒုက္ခချုပ်ရာစစ်မှန်သော နိရောဓသစ္စာကို ငါဘုရားကိုယ်တိုင် မျက်မှောက်ပြုခဲ့ပြီ။

ဤသို့အားဖြင့် ငါဘုရားအား ရှေးအခါ တကြိမ် တခါမျှ မကြားဘူးကုန်သော နိရောဓသစ္စာတရားတို့၌ ပကတိ မျက်စိ အသွင် ဉာဏ်အမြင်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ အသိစိတ်အစဉ် ဉာဏ်အမြင် ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ ပိုင်းခြားသိမြင် ဉာဏ်အစဉ်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ ထူး

ခြားသိမြင် ဉာဏ်အစဉ် ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ အလင်းရောင် အသွင် ဉာဏ်အမြင်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ။

၄။ ချစ်သားတို့ ... ဒုက္ခချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကောင်းဖြစ်သော ဤမဂ္ဂင် ရှစ်ပါးတည်းဟူသော မဇ္ဈိမ ပဋိပဒါလမ်းစဉ်သည် စစ်မှန်သော မဂ္ဂသစ္စာသာတည်း၊ ဤမဇ္ဈိမ ပဋိပဒါမဂ္ဂသစ္စာကို အခါခါပွားများအပ်၏၊ ဤ အခါခါပွား များအပ်သော မဇ္ဈိမပဋိပဒါ မဂ္ဂသစ္စာကို ငါဘုရားကိုယ်တိုင် အခါခါပွားများအပ်ပြီ။

ဤသို့အားဖြင့် ငါဘုရားအား ရှေးအခါက တကြိမ်တခါမျှ မကြားဘူးကုန်သော မဂ္ဂသစ္စာတရားတို့၌ ပကတိမျက်စိအသွင် ဉာဏ်အမြင်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ အသိစိတ်အစဉ် ဉာဏ်အမြင် ထင် ရှားဖြစ်ပြီ၊ ပိုင်းခြားသိမြင် ဉာဏ်အစဉ်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ အထူး သိမြင် ဉာဏ်အစဉ်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ၊ အလင်းရောင်အသွင် ဉာဏ် အမြင်ထင်ရှားဖြစ်ပြီ။

## ဘုရားအဖြစ်ဝန်ခံချက်။

ချစ်သားတို့ .... .... ငါဘုရားအား ဤအမှန်လေးချက် စက် လက္ခဏာ အရိယာသစ္စာတရား၌ ဤသို့သော အပြန် သုံးပါး တဆဲ့နှစ်ပါးသော အချင်းအရာရှိသော ယထာဘူတ ဉာဏ် အမြင် မစင်ကြယ်သေးသမျှ ဒေဝလောက မာရလောက၊ ဗြဟ္မ လောက ဟူသော ဩကာသလောကဓါတ်၌၎င်း၊ ရဟန်း၊ပုဏ္ဏား မင်းတရား၊ပြည်သူ ဟူသော သတ္တလောကဓါတ်၌၎င်း၊ တုဘက် ပြိုင်ကင်း တရားမင်းအစစ် ဘုရားဖြစ်ပြီဟူ၍ ဝန်မခံခဲ့ပေ။

ချစ်သားတို့ ... ဤအမှန်လေးချက် စက်လက္ခဏာ အရိယ သစ္စာတရားတို့၌ ဤသို့သော အပြန်သုံးပါး တဆဲ့နှစ်ပါး အချင်းရှိသော ယထာဘူတဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်သော အခါ မှသာ ဒေဝလောက၊ မာရလောက၊ ဗြဟ္မလောက ဟူသော ဩကာသလောကခေါ်ဘ်၌၎င်း၊ရဟန်း၊ပုဏ္ဏား၊မင်းတရား၊ပြည်သူ ဟူသော သတ္တလောကခေါ်တ်၌၎င်း၊ တုဘက်ပြိုင်ကင်း တရား မင်းအဖြစ် ဘုရားဖြစ်ပြီဟူ၍ ငါဘုရား ဝန်ခံတော်မူခဲ့ပြီ။

## အကျိုးသက်ရောက်ချက်။

ငါဘုရားအား သဘာဝအမှန်တရားကို အမှန်အတိုင်းသိပြီး နောက်၊ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသည်နှင့်တပြိုင်နက် ပစ္စ ဝက္ခဏာ ဉာဏ်အမြင်သည် ထင်ရှားဖြစ်လာပြီ။

ငါဘုရား၏ အရဟတ္တဖိုလ် ဝိမုတ္တိကို မည်သူတဦးတယောက်မှ ဖျက်ဆီး၍မရ၊ ဤဘဝသည် အဆုံးသတ်ဘဝဖြစ်၏၊ နောက် ထပ်တဖန် ဘဝအသစ်မဖြစ်တော့ပြီ၊ ဤသို့အကျိုးသက်ရောက် ပစ္စဝက္ခဏာ ဉာဏ်အမြင်ပေါက်ခဲ့ပြီ။

ရှင်တော် ဘုရားသည် တုဘက် ပြိုင်ကင်း တရားမင်း အစစ် ဘုရားဖြစ်ပြီဟူ၍ ကြော်ငြာထုတ်ဖော်၍ ဤ ဓမ္မစကြာတရား တော်ကို နှုတ်တော်ရွှရွှ ညွှန်ပြတော်မူခဲ့လေပြီ၊ ပဉ္စဝဂ္ဂီရဟန်းတို့ သည် ရှင်တော်ဘုရား ညွှန်ကြားတော်မူအပ်သော ဓမ္မစကြာ ဒေသနာကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ နှစ်သက်ကြည်ဖြူ လက်ခံ တော်မူကြကုန်ပြီ။

## အကျိုးဆက် သက်ရောက်ချက်။

ဤမြွှေစကြာ ဒေသနာကို အကျွက်ကျကျ ဟောပြတော်မူသည် ရှိသော အရှင်ကောဏ္ဍညအား... ။

"အလုံးစုံသော သင်္ခါရတရားသည် အကြောင်း မကင်းဖြစ်ခြင်း သဘောရှိ၏၊ ထို အကြောင်း မကင်းဖြစ်ခြင်း သဘောရှိသော သင်္ခါရ တရား အားလုံးသည် ချုပ်ခြင်းသဘောရှိ၏"....... ဟူ၍ မြူမှုံ နှင့်တူသော ကာမုပါဒါန် အစွဲသန်ခြင်းမှ ကင်းသော အငြစ် အကြေးနှင့်တူသော အတ္တဝါဒုပါဒါန်အစွဲသန်ခြင်းမှကင်းသော သဘာဝအမှန် ကေန်မြင်သိ ဉာဏ်မျက်စိသည်၊ ဥဒပါဒိ၊ လမ်း စဉ်နှင့် သဘောတရား ညွှန်ကြားသော ကျေငြာချက်ကို လေး နက်သောစိတ်ထားဖြင့် မှတ်သားနာယူ ဇမ္ဗူတွင်ကျော်ကြား ရှေ့ဦးစွာ ထင်ရှားဖြစ်ရလေပြီတကား... ။

မမွှစကြာ မြန်မာဘာသာပြီး၏။

## မေမ္မစကြာ အကြောင်းအရာ။

အထက်ပါ မြန်မာဘာသာ မေမ္မစကြာကို အသေအချာလေ့လာပါက အောက်ဖော်ပြပါ ရှင်တော်ဘုရား၏ သဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်ကို တွေ့ရမည်ပင်ဖြစ်သည်။

တဏှာစွဲ နှင့် အတ္တစွဲ တည်းဟူသော မျိုးအညစ်အကြေး မကင်းသေးသမျှ၊ ဇာတိဇရာဗျာဓိ မရဏစသော သံသရာ ဒုက္ခ အပေါင်းမှ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာလိမ့်မည်ဟု မယုံကြည်။

သံသရာ ဒုက္ခ အပေါင်းတို့၏ ဖြစ်ကြောင်းကား တဏှာစွဲ နှင့် အတ္တစွဲတည်းဟူသော မျိုးအညစ်အကြေးများသာတည်း။

သံသရာ ဒုက္ခအပေါင်းမှ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာကြောင်း မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းကောင်း လမ်းမှန်ကို ငါဘုရားကိုယ်တိုင် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ကောန်သိပြီးဖြစ်၍ သံသရာ ဒုက္ခအပေါင်းမှ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာ ပြည်ခေမာကို ကိုယ်တိုင်ရောက်ခဲ့ပြီ။

ထို့ကြောင့် တဏှာစွဲ နှင့် အတ္တစွဲတည်းဟူသော မျိုးအညစ်အကြေးများကို မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်ဖြင့် ဆေးကြောသုတ်သင်၍ သံသရာဒုက္ခအပေါင်းမှ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာ ပြည်ခေမာသို့ ငါဘုရားကဲ့သို့ ရောက်ရှိ ခံစားနိုင်ရန် အတွက် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်တရားကို ကြိုးစားကြ ..။

၁၄၆၂၇

အထက်ပါသဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်ကိုပင် ရှင်တော်ဘုရား၏အဆုံးအမတော်ဖြစ်၍သာသနာဟုခေါ်သည်၊ဓမ္မစကြာဆိုသည်မှာ အဆိုပါရှင်တော်ဘုရား၏ သဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်ကို ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ထံမှောက်တွင် တရားဝင် ကြေငြာသော ကြေငြာချက်စာတမ်းကြီးပင်ဖြစ်သည်။

လောကတွင် စနစ်သစ်တခု တည်ထောင်ရာတွင် မိမိ၏ သဘောထား နှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်ကို ကြေငြာရမြဲပင် ဖြစ်သည်၊ သို့သော် ယေဘုယျအားဖြင့် ထိုထုတ်ပြန်ကြေငြာသော သဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်များမှာ မိမိကိုယ်တိုင် လေ့လာလျက် လက်တွေ့ စမ်းသပ်အောင်မြင်ပါမှ ထုတ်ပြန် ကြေငြာသည်က နည်း၍ ထင်မြင်ယူဆ စိတ်ကူးယဉ်အဆင့်ကသာ ထုတ်ပြန်သည်ကများလေသည်။

ရှင်တော်ဘုရားကမူ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ လက်တွေ့စမ်းသင် အောင်မြင်ပြီးမှသာ မိမိ၏သဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်များကို ထုတ်ပြန်ကြေငြာခဲ့လေသည်၊ ထို့ကြောင့် ရှင်တော်ဘုရား၏ သဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်များမှာ ချွတ်ချော်တိမ်းပါးခြင်း အလျင်းမရှိ၊ ကျောက်စာတိုင်အလား ပကတိအားဖြင့် ခိုင်မြဲလှသည်၊ အစ-အလယ်-အဆုံး သုံးပါးလုံးညီညွတ်၍ အပိုအလိုမရှိ တိကျမှန်ကန်ပေသည်။

ရှင်တော်ဘုရား၏ သဘောထားမှာ ဇာတိ ဇရာ၊ ဗျာဓိ မရဏ စသော သံသရာဒုက္ခမှန်သမျှ မည်သူမှုမကင်းကြချေ၊ ထိုသံသရာ ဒုက္ခ မှန်သမျှမှာ တဏှာစွဲ၊ အတ္တစွဲ တည်းဟူသော အကြောင်းသမုဒယကြောင့်သာဖြစ်သည်ဟုသဘောထားသည်။

ရှင်တော်ဘုရား၏ ဝါဒမှာ အနတ္တအခြေခံသော ကြားနေဝါဒဖြစ်သည်။

မှန်ပေသည်၊ တဏှာစွဲဆိုသည်မှာ ကာမအာရုံကို ခုံမင်တွယ်တာသဖြင့် အမြဲတစေတောင့်တနေသောအစွဲဖြစ်သည်၊ ၎င်းကို ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂခေါ်သည်။

အတ္တစွဲဆိုသည်မှာ မိမိဘဝ၊ မိမိခန္ဓာကိုယ်အပေါ် ခုံမင်တွယ်တာသဖြင့် အမြဲတစေကြောင့်ကြနေသောအစွဲဖြစ်သည်၊ ၎င်းကို အတ္တကိလမထာနုယောဂခေါ်သည်။

၎င်းအစွဲနှစ်ပါးသည် သံသရာဒုက္ခအားလုံးကို ဖြစ်ပွားစေသော အကြောင်းတရားများဖြစ်သည်၊ သံသရာဒုက္ခအားလုံးမှ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာရေး အတွက် တောင့်တမှုတဏှာစွဲနောက်သို့လည်း မလိုက်၊ ကြောင့်ကြမှု အတ္တစွဲနောက်သို့လည်းမလိုက် ဖြစ်လာသမျှ အရာရာတိုင်းကို ဥပေက္ခာသဘောထားကာ ငါမပိုင် ငါမဆိုင် ဟု မိမိ၏အသိစိတ်ကို အနတ္တဘက်သို့ ဦးတည်စေလျက် ထိမ်းကြောင်း ပေးလိုက်ပါက အစွဲနှစ်ပါးပြု၍ သံသရာ ဒုက္ခအားလုံး ချုပ်ရမည်သာဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် အစွဲနှစ်ပါးတို့၏ အလိုသို့မလိုက်မှု၍ အနတ္တသဘောကို အခြေခံလိုက်လျှင် ကြားနေဝါဒပင်ဖြစ်သည်။

ရှင်တော်ဘုရား၏ လမ်းစဉ်မှာ ကြားနေဝါဒအခြေခံသော မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ပင်ဖြစ်သည်။

မှန်ပေသည်၊ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်ဆိုသည်မှာ လက်တွေ့အလုပ်လုပ်ရာတွင် တဏှာစွဲနှင့် အတ္တစွဲတို့နောက်သို့ မိမိ၏အသိစိတ်ကို တကောက်ကောက်မလိုက်စေဘဲ၊ သမ္မာဝါစာ, သမ္မာကမ္မန္တ, သမ္မာအာဇီဝ ဟူသော စာရိတ္တအား၊ သမ္မာဝါယမ,

သမ္မာသတိ, သမ္မာသမာဓိ ဟူသော ကာယအား၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ, သမ္မာသင်္ကပ္ပ ဟူသော ဉာဏအား၊ ၎င်းအားသုံးပါးအညီအမျှထား၍ ပစ္စက္ခအားဖြင့် တွေ့ထင်ခံစားနေရသော သင်္ခါရ ဒုက္ခတပါးပါးကို ဒုက္ခအဖြစ်ထင်ရှားလာအောင် တက်တက်ကြွကြွရှုပွားရသောလမ်းစဉ်ဖြစ်သည်၊ ထိုမဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်အတိုင်း ဆုတ်ဆိုင်းမရှိ တိတိကျကျအားထုတ်ပါက ဇာတိဇရာ၊ ဗျာဓိ မရဏစသော, သင်္ခါရဒုက္ခအပေါင်းမှ လွတ်ငြိမ်း၍ ဘဝဇာတ်သိမ်း ဒုက္ခအားလုံး ငြိမ်းအေးရာအမှန် ပြည်နိဗ္ဗာန်သို့ အမှန်ရောက်ရမည်သာဖြစ်သည်။

အထက်ပါ ဓမ္မစကြာလာရှင်တော်ဘုရား၏သဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ် ကျေငြာချက်ကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ရှင်တော်ဘုရားသည် လူသားစင်စစ် လက်တွေ့သမား ဖြစ်ကြောင်းမှာ သောင်ပြင်တွင် ဆင်သွားသကဲ့သို့ အလွန်ထင်ရှားလှသည်။

မှန်ပေသည် ....၊ ရှင်တော်ဘုရားသည် လူသားစင်စစ်ပင် ဖြစ်သည်။

၁။ မဟာသက္ကရာဇ် ၆၇ ခု၊ ဝါဆိုလပြည့် ကြာသပတေးနေ့တွင် နတ်ပြည်မှ ရွေ့လျော၍ သာကီဝင်မင်းမျိုး မယ်တော်မာယာ မိဖုယားကြီးဝမ်းတိုက်၌ ပဋိသန္ဓေ တည်နေသည်။

၂။ ၆၈ ခု၊ ကဆုံလပြည့် သောကြာနေ့တွင် ဘွားမြင်လေသည်။

၃။ မင်းသားစည်းစိမ် ၁၆ နှစ်၊ မင်းစည်းစိမ် ၁၃ နှစ် ခံစား၍ သက်တော် ၂၉ နှစ်ရှိသောအခါ နိမိတ်ကြီးလေးပါးမြင်၍၊ ၉၇-ခု ၊ဝါဆိုလပြည့် တနင်္လာနေ့တွင် မြင်းယာဉ်စီး၍ တောထွက်တော်မူလေသည်။

၄။ တောဋ္ဌ အာဠာရ,ရသေ့၊ ဥဒကရသေ့တို့ထံမှ စျာန်တရားများရသော်လည်း ငါအလိုရှိသောတရားမဟုတ်သေးဟု ပယ်စွန့်၍၊ ပဥ္စဝဂ္ဂီငါးဦးတို့၏ အလုပ်အကျွေးခံလျက် ဒုက္ကရစရိယာ ခြောက်နှစ် ကျင့်စဉ် ပဥ္စဝဂ္ဂီတို့သည် ခြောက်နှစ်ရှိသောအခါ ဘုရားဖြစ်အံ့သောအကြောင်းမရှိပြီဟု ရှောင်တိမ်းကာ ဖယ်ခွဲ၍ သွားကုန်၏၊ ထိုအခိုက်တွင် ဗောဓိမဏ္ဍိုင်သို့ကြွ၍ ၁၀၃-ခု ကဆုံလပြည့် ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသည်။

၅။ ၁၀၃-ခု၊ ဝါဆိုလပြည့် စနေနေ့တွင် ဤဓမ္မစကြာကို ဟောတော်မူသည်။

၆။ ထိုနောက် ၄၅ ဝါပတ်လုံး သတ္တဝါတို့အား တရားအမြိုက်ဆေး တိုက်ကျွေးကယ်တင်၍ ၁၄၈-ခု၊ ကဆုံလပြည့် အင်္ဂါနေ့တွင် ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူလေသည်။

၇။ ကဆုံလပြည့်ကျော် ၁၂-ရက် တနင်္ဂနွေနေ့တွင် တေဇောဓါတ်မီး အပူဇော်ခံယူတော်မူလေသည်။

ထို့ကြောင့် ရှေးပညာရှိတို့သည် ........

"မ၊ သိ၊ ကြ၊ လျှင်၊ တွေး၊ ဆ၊ ဦး"ဟု အကျဉ်းဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကုန်၏။

၁။ မ — ကြာသပတေးနေ့ သန္ဓေယူသည်
၂။ သိ — သောကြာနေ့တွင် ဘွားမြင်သည်
၃။ ကြ — တနင်္လာနေ့ တောထွက်သည်

၄။ လျှင်— ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ ဘုရားဖြစ်သည်
၅။ တွေး— စနေနေ့ မွေစကြာတရားဦးဟောသည်
၆။ ဆ – အင်္ဂါနေ့ ပရိနိဗ္ဗာန်စံသည်
၇။ ဦး – တနင်္ဂနွေနေ့ မိးပူဇော်ခံသည်။

အထက်ပါ ဗုဒ္ဓဝင်အကျဉ်းချုပ်ကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ရှင်တော်ဘုရားသည် မိုးကျရွှေကိုယ်မဟုတ်၊ စိတ်ကူးယဉ်သက်သက်ဖြင့် ပေါ်ထွက်လာသော ဖန်ဆင်းရှင် ကယ်တင်ရှင် မဟုတ်၊ တကယ်လက်တွေ့ အလုပ်လုပ်သော လူသားစင်စစ် ကေန်ဖြစ်ကြောင်းမှာ ထင်ရှားလှသည်။

ထို့ကြောင့် ရှင်တော်ဘုရားကဲ့သို့ မအိုလို မနာလို မသေလိုသောလူသားများသည် ရှင်တော်ဘုရား ချမှတ်ထားခဲ့သော သဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်များပါ ဤမွေစကြာဒေသနာကို သေသေချာချာ လေ့လာပြီးလျှင် စနစ်တကျ ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

မွေစကြာအကြောင်းအရာပြီး၏။

## ဓမ္မစကြာ ထေ၀ါမနာ။

အထက်ပါ ဓမ္မစကြာ အကြောင်းအရာများကို လေ့လာကြည့်ပါက ဓမ္မစကြာဒေသနာကို ဟောကြားသူမှာ ကပိလဝတ်ပြည်ကြီးအရှင် ဘုရင်သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီး၏ သားတော် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား၊ အနွယ်အားဖြင့် ဂေါတမအမည်တော်ရသော ရှင်တော်ဘုရားဖြစ်ကြောင်းမှာ ထင်ရှားသည်။

ရှင်တော်ဘုရားသည် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဘဝက ကာမချမ်းသာခံစားရာတွင် တုဘက်ကင်းပျောက် လောကနိဗ္ဗာန်ခေါ် လောက်အောင်ပင် သောကကင်းဝေး အရာရာ လိုလေသေးမရှိ ပြည့်ပြည့်ဝဝ ခံစားခဲ့ရပေသည်။

ထိုခေတ် - ထိုအခါကဆိုလျှင် အတ္တစွဲလွန်ကဲသော ဗြဟ္မဏဘာသာတဦးတည်းသာ ထွန်းကားခဲ့သည်၊ ထိုဗြဟ္မဏဘာသာ၏ လောကနိဗ္ဗာန်မှာ စျာန်ချမ်းသာသာဖြစ်သည်၊ စျာန်ချမ်းသာကို ခံစားနိုင်ရေးအတွက် သမာဓိလမ်းစဉ်ကို ချမှတ်ကာ ကြိုးစားနေသော ခေတ်လည်းဖြစ်သည်၊ အချို့ ပညာရှင်များမှာ သမာဓိစခန်းပေါက်၍ စျာန်ချမ်းသာကို ခံစားနိုင်လောက်သည့်အထိ ပြောင်မြောက်၍ စိတ္တဇေဒပါရဂူများ ဖြစ်လာကြသည်၊ အဆိုပါစိတ္တဇေဒပါရဂူများသည် ဇေဒင်ကျမ်းအမျိုးမျိုး၊ဆေးကျမ်းအသွယ်သွယ် သိမှတ်ဘွယ်နီတိများနှင့်နက္ခတ်တာရာကျမ်းများပါမကျန်လူသားများအတွက် ရေးသားစီရင်ခဲ့ကြပေသည်။

သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ဖွားသစ်စအချိန်တွင် အဆိုပါပညာရပ်များ အထွန်းကားဆုံးအချိန်ဖြစ်သည်၊ ဘုရင်မင်းတရားများကလည်း ထိုစိတ္တဗေဒပညာရှင်များကို ဦးစားပေးကာ မင်းတိုင်ပင်အမတ် ရာထူးဖြင့် ချီးကြူးမြှောက်စားသော အချိန်လည်းဖြစ်သည်။

သုဒ္ဓေါဒန မင်းကြီးလည်း သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ဖွားမြင်လာသောအခါ မိမိကိုယ်တိုင်မြှောက်စားထားသည့် အဆိုပါပညာရှင်များအား ဇာတာတော်စစ်ဆေး၍ အကျိုးအပြစ်ကို မေးကြည့်သည်တွင်............

ဘဝကောင်းစားရေးဘက်တွင် အထွဋ်အထိပ်ဖြစ်သော စကြာမင်းသော်၎င်း—

ဘဝမှ ထွက်မြောက်ရေးဘက်တွင် အထွဋ်အထိပ်ဖြစ်သော တရားမင်းသော်၎င်း—

ဖြစ်ရမည်ဟု ပညာရှင်အများစုက နိမိတ်ဘတ်ကြသည်။

ကောဏ္ဍည အနွယ်ရှိသော ထိုပညာရှင်များတွင် အငယ်ဆုံးဖြစ်သည့် ပညာရှင် တယောက်ထည်းကသာ........

မချွတ်ကေန် တရားမင်းစင်စစ် ဘုရားဖြစ်မည်ဟု နိမိတ်ဘတ်သည်။

သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီးကမူ အများဆန္ဒနှင့်အညီ စကြာမင်းသာဖြစ်စေလိုသဖြင့် ဘဝကို မငြီးငွေ့စေရန် အတွက် အချိန်တန်အရွယ်ရောက်သည်ကစ၍ ထီးပြိုင်—နန်းပြိုင်မင်းအဖြစ် တင်မြှောက်ကာ တိုင်းရေးပြည်ရာအတွက် မိမိကသာ အဖက်ဖက်က

တာဝန်ယူ၍ ကာမစည်းစိမ် ခံစားရေးအတွက်သာ သားတော်အား လိုလေသေးမရှိအောင် အမျိုးမျိုးစီမံဖန်တီးပေးမှုကြောင့် ပြိုင်ဘက် ရှားလောက်အောင် ကာမစည်းစိမ်ကို ခံစားခဲ့ရပေသည်၊ ကာမစည်းစိမ်ခံစားရာတွင် သူ့ခေတ်နှင့်သူ့အခါ ဘာတကွက်မှ ဟာကွက်မရှိပေ၊ သာမန်လူသားဖြစ်က ဘဝမှ ထွက်မြောက်ရေး အတွက် အတွေးဖက်၍ အိပ်မက်ပင် မက်မည် မဟုတ်ပေ။ —

သို့သော် ဥယျာဉ်တော်သို့ အပျော်အပါး တောကစားထွက်ခန်းမှ မမျှော်လင့်ဘဲ သူအို၊ သူနာ၊ သူသေ၊ များကို ဖွားကန်တွေ့လိုက်သောအခါ "လောကနိဗ္ဗာန်ဟု စံတင်ထားရသည့် ဤကာမ ချမ်းသာများကား စင်စစ်အားဖြင့် အို၊ နာ၊ သေ ရေး ဒုက္ခဘေးနှင့်မကင်းပါတကား" ဟု မြောက်စိတ်နှင့်ယှဉ်တွဲ အသိဉာဏ် ဖွားကန် ပေါ်လာသည်၊ ထိုအခိုက်တွင် သားတော်ရာဟုလာ ဖွားမြင်ကြောင်းပါ ကြားသိလိုက်ရသောအခါ ဘဝကို ခင်တွယ်ရေးနှင့် ဘဝမှ ထွက်မြောက်ရေးဟူသော အရေးနှစ်ပါး အတွေးအခေါ်များ သူနိုင်ကိုယ်နိုင် အပြိုင်နွှဲ၍ လွန်ဆွဲနေကြသည်။

ဤနေရာတွင် စဉ်းစားစရာ အကွက်တကွက် ဝင်လာသည်၊ အို၊နာ၊သေ၊ရေးသည် အကျိုးဒုက္ခတရားဖြစ်သည်၊ သားတော်ရာဟုလာ အပေါ် တွယ်တာမှုတဏှာသည် အကြောင်းသမုဒယတရားဖြစ်သည်၊ ဤသို့ဖြစ်က ဒုက္ခသစ္စ ပရိဇာနတွေအရ အကျိုးဒုက္ခသစ္စာကိုလည်း ပိုင်းခြား၍သိသည်၊ သမုဒယသစ္စပဇယတွေအရ အကြောင်းသမုဒယကိုလည်းပယ်ခွာနိုင်သည်ဖြစ်၍ နိရောဓသစ္စသစ္ဆိကရောတွေအရ တဏှာချုပ်ရာ နိရောဓသစ္စာကို မျက်

မှောက်ပြု၍၊ ထိုခဏတွင် ဘုရားအဖြစ်သို့ရောက်ရမည်ဖြစ်လျက် အဘယ်ကြောင့် မရောက်ပါသနည်း စဉ်းစားစရာ တကွက်ဝင်လာသည်။

အထက်ပါ အရေးနှစ်ပါး အတွေးအခေါ်များအား ပြိုင်နေခိုက်တွင် သတိပင်ရှိသော်လည်း သမာဓိ အားနည်းနေသောကြောင့် ထိုအခိုက်ပေါ်လာသော သံဝေဂစိတ်သည် လက်တွေ့ထင်ဟတ်နေသော အို့,နာ,သေ,ရေးကို ဗဟိဒ္ဓသဏ္ဍာန်အသွင်မှ အဇ္ဈတ္တခန္ဓာအစဉ်သို့ မတင်နိုင်ဖြစ်နေသည်။

တဖန် ရာဟုလာအပေါ် တွယ်တာမှု တဏှာသံဝေဂ အသိစိတ်ဓါတ်ကို အဇ္ဈတ္တခန္ဓာအစဉ်သို့ မတင်နိုင်အောင် ရစ်ပတ်ချိန္နှောင်လိုက်ပြန်သည်။

အကယ်၍သာ ထို အို့,နာ,သေ,ရေးကို အခြေခံ၍ သံဝေဂဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာခိုက်တွင် သားတော်ရာဟုလာ ဖွားမြင်လာကြောင်းကို မသိရလျှင် လက်တွေ့ထင်ဟတ်နေသော အို့,နာ, သေ့,ရေးကို ဗဟိဒ္ဓသဏ္ဍာန်အသွင်မှ အဇ္ဈတ္တခန္ဓာအစဉ်သို့ ထင်နိုင်မည်မှာ သေချာလှသည်၊ ထိုသို့ထင်နိုင်ပါကလည်း -

အိုခြင်းသဘောသည် အနိစ္စလက္ခဏာ
နာခြင်းသဘောသည် ဒုက္ခလက္ခဏာ
သေခြင်းသဘောသည် အနတ္တလက္ခဏာ

ဟု လက္ခဏာရေးသုံးပါး ထင်ရှား၍ ထို နေရာတွင်ပင် ဘုရားဖြစ်တော်မူသည်ကားမလွဲပေ။

သို့သော် တဏှာဝင်နှောက်၍ကမောက်ကမဖြစ်ကာ မအိုရာ မနာရာ မသေရာ အမှန် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရှာကြံတော့အံ့ ဟူ၍ သန္နိဋ္ဌာန်ချနိုင်လောက်အောင်သာအကျိုးသက်ရောက်လာသည်။

မကြောင့်မကျ၊ ‘မတောင့်မတ ကာမချမ်းသာကို အပြည့် အဝ ခံစားနိုင်မှုကိုပင် လောကနိဗ္ဗာန်ဟုအထင်ကြီးကာ တဏှာ မီးပွားနေကြသူများအတွက် သံဝေဂဉာဏ် အခြေခံ၍ လောက နိဗ္ဗာန်ဟု ဘယ်လိုပင်တင်စားကာ အထင်ကြီးနေကြသည့် ကာမ ချမ်းသာဆိုဒါ အို, နာ, သေ,ရေးနှင့် မကင်းပါဟု နောင်လာ နောက်သား စိန်မှုနာထားရလောက်အောင် ထို ကာမချမ်းသာ များကို ထောက်ကနဲ တိကနဲနေအောင် ဖြတ်တောက်၍ ထိုနေ့ မှာပင် ဟောထွက်တော်မူခဲ့သည်။

ကာမချမ်းသာကို လောကနိဗ္ဗာန်ပါ-ဟု အထင်ကြီး၍ တဏှာ မီးပွားနေသူများအတွက် သတိရလောက်အောင် ပြောင်မြောက် စွာသာဓကပြပြီးနောက် “ဈာန်ချမ်းသာ,သာလောကနိဗ္ဗာန်ပါ” ဟု ယူစွဲနေသော စိတ္တဗေဒပညာရှင်များအတွက်လည်း “ဈာန် ချမ်းသာသည် အတ္တစွဲ လွန်ကဲနေသဖြင့် စင်စစ် လောကနိဗ္ဗာန် အစစ် မဟုတ်သေး၊ လောကနိဗ္ဗာန်အစစ်ကား လောကခေါ် ဘဝအပေါ် တွယ်တာမှုတဏှာပြတ် ခန္ဓာဇာတ်သိမ်းနိုင်မှ ငြိမ်း အေးသော လောကနိဗ္ဗာန်အစစ်ဖြစ်သည်” ဟု အဆင့်ဆင့်ကြိုး စားရရှိပြီးသော ဈာန်ချမ်းသာကို စွန့်ခွာ ခြောက်နှစ်တိတိ ဒုက္ကရစရိယာကို ကျင့်ပြ၍ နယုပဒေသပေးတော်မူခဲ့သည်ကား--

ရော့လွန်းလျှင် .... ပတ်
တင်းလွန်းလျှင် .... ပြတ်
မရော့မတင်း စောင်းကြိုးညှင်း

ဟူသော စောင်းကြိုးဉပမာဖြင့် .... ....

၁။ ကာမချမ်းသာနောက် တကောက်ကောက်လိုက်နေကြ ရသည့်အတွက် မိမိ၏အသိစိတ်ကို သတိဖြင့် ထိန်းချုပ်မထားနိုင်

သဖြင့် ရော့လွန်းသော စောင်းကြိုးသည် ပတ်တတ်သလို ရော့ရဲရဲဖြစ်နေသည့် အသိစိတ်ကို တွယ်တာမှုတဏှာက ရစ်ပတ်လာသည်၊ ဤသို့ တဏှာရစ်ပတ်မှုကြောင့် ပြော့ညံ့သောစိတ်ဓါတ်ဖြင့် အမြဲတစေ တောင့်တနေရသော ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂခေါ် ကာမချမ်းသာကိုလည်း ငါဘုရားစွန့်ခဲ့ပြီ။

၂။ တဏှာ ကြောင့် ဒုက္ခ ရောက်ရသည် ဟု တွေးမိကာ "ဤခန္ဓာကိုယ်ခန့်ကြမ်းလို့သာ တဏှာပွားသည်၊ တဏှာပါးအောင်နှင့် ဤခန္ဓာမခန့်ကြမ်းအောင် အမျိုးမျိုးနှိပ်စက်ရမည်" ဟုသဘောပေါက်၍ ခြောက်နှစ်တိတိ ဤခန္ဓာကိုယ် မချိအောင်နှိပ်စက်သော အတ္တကိလမထာနုယောဂခေါ် အကျိုးမပြီးအချီးနှီးသော အကျင့်ယုတ်ကိုလည်း တင်းလွန်းလျှင် ပြတ်တတ်သောသဘောရှိ၍ ငါဘုရားစွန့်ခဲ့ပြီ။

၃။ တဏှာအလိုကျ ဤခန္ဓာကိုယ်ကို မွေးမြူရခြင်းသည်လည်း မကောင်း၊ တဏှာကိုသတ်ရမည်ဟု ဤခန္ဓာ ကိုယ်ကို အသေအလဲ ညှင်းဆဲရခြင်းသည်လည်းမကောင်း၊ မရော့မတင်း စောင်းကြိုးညှင်းသကဲ့သို့တဏှာအလိုသို့လည်းမလိုက် ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း မညှင်းဆဲ ဤတဏှာနှင့် ဤခန္ဓာ အစွန်းနှစ်ဘက်အကြား ပဋ္ဋုပ္ပန်ကျကျ ထင်ဟတ်လာသော သဘောတရားများကိုသာ သတိထား၍ ရှုပွားရသော မဇ္ဈိမပဋိပဒါခေါ် အနတ္တဝါဒသရုပ်ဖေါ်သည့် ဤလမ်းစဉ်သစ်ကို စနစ်တကျငါကိုယ်တိုင်ကျင့်သုံးခဲ့ပြီ၊ ဤသို့ ကျင့်သုံးသဖြင့်လည်း သုံးလောကထွဋ်ထားဘုရားအဖြစ်သို့ရောက်တော်မူပြီ။

ဤသို့ ပယ်သင့် ပယ်ထိုက်သော တဏှာပွားသည့် ကာမလမ်းစဉ်နှင့် ခန္ဓာပါးသည့် အတ္တလမ်းစဉ်များကိုရင်း ပွားသင့်

ပွားထိုက်သော မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်ကိုရှင်း၊ အနတ္တဝါဒကို သက်ဝင်ယုံကြည်သူ ဟိန္ဒူများအတွက် နယုပဒေသ မိန့်ဟတော်မူခဲ့သည်။

ထို့ကြောင့် ဤ ဓမ္မစကြာဒေသနာကို ရှင်တော်ဘုရား၏ သဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်ကို တရားဝင်ကျေငြာသော ကြေငြာချက်စာတမ်းပါဟု အထက်ကပြဆိုခဲ့ပေသည်။

ထိုစဉ်အခါ ဗြဟ္မဏဘာသာဝင်တို့က အတ္တဝါဒကိုတရားဝင် ကျေငြာပြီး၍ သမာဓိလမ်းစဉ်ကို ချမှတ်ကာ ဒုဒသ်ကြီးမား စည်းရုံးပြီးသားအချိန်ဖြစ်နေသည်၊ ဘာသာရေးကို စိတ်ပါဝင် စားသူတိုင်းကလည်း အတ္တဝါဒကို မပိုတ်မသုံ ယုံကြည်ကာ သမာဓိလမ်းစဉ်ဖြင့် အပြင်းချီတက်နေသော အချိန်ဖြစ်သည်။

ရှင်တော်ဘုရားကား မိမိ၏သဘောထားနှင့် ဝါဒလမ်းစဉ်ကို တရားဝင်ကျေငြာရန်အတွက် နာခံမည့်ပရိသတ်ကို ရှာဖွေရာ ငါးယောက်သာတွေ့ရသည်၊ ထို ငါးယောက်မှာလည်း မြို့ရွာ နိဂုံးများတွင် နေကြသူများမဟုတ်ကြဘဲ၊ မိဂဒါရုံတောရကို တွင် တရားထူးကို နာခံရန် အတန်ကြာက စောင့်မျှော်နေကြသူများပင်ဖြစ်သည်၊ ၎င်းတို့ကို ပဉ္စဝဂ္ဂီဟုခေါ်တွင်လေသည်။

အတ္တဝါဒ ထွန်းကားနေချိန်တွင် အနတ္တဝါဒကို ကျေငြာရသည်မှာ မလွယ်ကူပေ၊ အတ္တဝါဒနှင့် အနတ္တဝါဒသည် မိုးနှင့် မြေကြီးပမာ အလွန်ကွာခြားလှသည်ဖြစ်၍ ယုံကြည်မှုနည်းပါး အန္တရာယ်လည်း အလွန်များလှသည်၊ ထို့ကြောင့် လူသူများပြားသည့် မြို့ရွာနိဂုံးများတွင် ဟိတ်ဟန်ထုတ်ကာ မကျေငြာဘဲ

တကယ်လေးစား၍ အကျိုးများမည်ဟုထင်ရသည့် ပစ္စဝဂ္ဂီငါးဦး တရားထူး စောင့်မျှော်နေသည့် မိဂဒါရုံ တောရဂုံ တွင်သာ ကျော်ငြာချက် ထုတ်ပြန်ခဲ့ရသည်။

(ဤနေရာတွင် စနစ်သစ်တည်ထွင်၍ ဝါဒ နှင့် လမ်းစဉ်ကို တရားဝင်ကျေငြာရာ၌ နည်းယူစရာဖြစ်သည်၊ မိမိ၏ ဝါဒ နှင့် လမ်းစဉ်ကို တကယ်လက်ခံနိုင်သူများကို ဦးစွာပထမရွေးချယ်၍ ရှင်တော်ဘုရား၏ နယပဒေသ အရ ကျေငြာမှသာ အောင်မြင်နိုင်မည်ကို သတိပြုသင့်သည်)။

မိမိ၏ ဝါဒနှင့် လမ်းစဉ်ကို နှစ်သက်သည်ဖြစ်စေ၊ မနှစ်သက်သည်ဖြစ်စေ အများသိလျှင် တော်လောက်ပြီဟု သဘောပေါက်ကာ အာပေါင်အာရင်းသံသံနှင့် ကျေငြာနေခြင်းသည် အကျေအလယ် သဘောပေါက်၍ လက်ခံကျင့်သုံးသူက နည်းပါးပြီး ရောင်ဝါးဝါး အချောင်သမားများကသာ များနေပေမည်၊ ထိုသို့ဖြစ်က မိမိ၏ ဝါဒလမ်းစဉ်မှာ အောင်အောင် မြင်မြင် ကြီးထွားမလာပဲ တဖြေးဖြေးလုံးပါးပါးကာ တနေ့ပျောက်သွားရမည်သာဖြစ်သည်။

ရှင်တော်ဘုရား၏ စည်းရုံးရေးမူမှာ အရည်အချင်းမှ အရည်အတွက်သို့ဖြစ်၍ အရည်အတွက်မှ အရည်အခြင်းသို့ မဟုတ်ပါ၊ ထို့ကြောင့် စည်းရုံးရေးပါရဂူဖြစ်တော်မူသော ရှင်တော်ဘုရား၏ စည်းရုံးရေးနမူနာကိုခံယူကာ ဝါဒဖြန့်စည်းရုံးသင့်လှပေပြီ။

ရှင်တော်ဘုရားသည် စည်းရုံးရေးပါရဂူ ဖြစ်တော်မူသည်သာမက လမ်းစဉ်ခင်းရာတွင်လည်း ပါရဂူမြောက် စံတင်လောက်ပေသည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မိမိချမှတ်မည့်လမ်းစဉ်အပေါ်

ကိုယ်တိုင်လက်တွေ့စမ်းသပ်ပြီးမှ တိတိကျကျ မှတ်တော်မူသော ကြောင့်ဖြစ်သည်၊ စိတ်ကူးစိတ်သန်းအရ လက်တွေ့မရှိဘဲ ဝါဒ ဖြန့်သဘောဖြင့် ချမှတ်သော လမ်းစဉ်များကို ရှင်တော်ဘုရား သည် ဘယ်သောအခါမှ မချမှတ်ပေ။

ထို့ကြောင့် ဤမဟာစကြာဒေသနာတွင် ...........

တဏှာပင်ပျို ရှင်လန်းကြီးပွားစေမည့်လက်ျာလမ်းစဉ်သည် အမြဲတစေ တောင့်တနေရသည့်အတွက် စိတ်ဆင်းရဲမှုကို ဖြစ် စေသည်။

ခန္ဓာစဉ်ကို ပင်ပန်း ငြီးတွားစေမည့် လက်ဝဲ လမ်းစဉ်သည် အမြဲတစေ ကြောင့်ကြစိုက်နေရသည့်အတွက် ကိုယ်ဆင်းရဲမှုကို ဖြစ်စေသည်။

တဏှာပင်ပျိုကိုသတ် ခန္ဓာစဉ်ကိုဖြတ် အမတဓါတ်သို့ရောက် စေမည့် ဤမဇ္ဈိမပဋိပဒါ အလယ်လမ်းစဉ်သာ ဘဝလွတ်မြောက် ရေး အလွန်ငြိမ်းအေးသော နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်စေနိုင်သည် ဟု တိတိကျကျ လမ်းစဉ်ချပြသဖြင့် ဤမဟာစကြာဒေသနာသည် ....

၁။ တထာဂတေန အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ကိုယ် တော်တိုင် ထိုးထွင်း၍သိသော မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ကို ဦးစွာပထမ ညွှန်ပြသောဒေသနာဖြစ်သည်။

၂။ စက္ခုကရဏီ– သစ္စာလေးတန် အမှန်လေးချက်ကို ပြ သဖြင့်ဉာဏ်မျက်စိကိုလည်း ပွင့်စေနိုင်သည်။

၃။ ဉာဏကရဏီ– မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ လက်တွေ့ အလုပ် လုပ်က စစ်မှန်သောအသိဉာဏ်ကိုလည်းရစေနိုင်သည်။

၄။ ဥပသမာယ – သောကကင်းဝေး နေနိုင်ရေးကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။

၅။ အဘိညာယ – မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ ရှုမှတ်ရသော ဝိပဿနာဉာဏ်ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။

၆။ သမ္ဗောဓါယ – တဏှာပင်ပျိုကိုသတ် ခန္ဓာစဉ်ကို ဖြတ်နိုင်သော မဂ်ဉာဏ်ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။

၇။ နိဗ္ဗာနာယ – တဏှာပင်ပျိုကို သတ်နိုင်သဖြင့် တဏှာချုပ်ငြိမ်းသော ကိလေသနိဗ္ဗာန်နှင့် ခန္ဓာအစဉ်ကို ဖြတ်နိုင်သဖြင့် ခန္ဓာဇာတ်သိမ်းသော ခန္ဓာနိဗ္ဗာန်ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။

ကိလေသာနိဗ္ဗာန်ဆိုသည်မှာ အဘိညာယ အရ မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုမှတ်၍ အိုနာသေရေး ဒုက္ခဘေးကို သတ္တာန်မဖက် သဘာဝသက်သက်ကိုသာရှုလျက် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တအားဖြင့် ထူးထူးခြားခြား ကွဲကွဲပြားပြား သိသောအခါ သမ္ဗောဓါယအရ ခန္ဓာစဉ်အပေါ် အပြစ်မြင်လာသဖြင့် ခန္ဓာစဉ်ကိုဖြစ်စေသော တဏှာပင်ပျိုကို တကန့်နေအောင် ဖြတ်၍ သတ်နိုင်သော မဂ်ဇောကျ၍ မဂ်ဉာဏ်ကိုရသည်၊ ထိုမဂ်ဇောကျ၍ မဂ်ဉာဏ်ကိုရလိုက် တဏှာပြတ်သဖြင့် ဖြတ်ကန့်ပေါ်လာသော ငြိမ်းအေးလှသည့် အာရုံသစ်တမျိုးကို ဉာဏ်အမြင်ဖြင့် ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ တွေ့လိုက်ရသည်၊ ထိုသို့ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ဉာဏ်အမြင်ဖြင့် တွေ့လိုက်ရသော ငြိမ်းအေးလှသည့် အာရုံသစ်တမျိုးကို ကိလေသနိဗ္ဗာန်ခေါ်သည်။

ခန္ဓာနိဗ္ဗာန်ဆိုသည်မှာ သမ္ဗောဓါယ အရ မဂ်ဇောကကြိမ်ကျလျှင် အပါယ်ဘဝ ခန္ဓာအစဉ်ကိုဖြစ်စေတတ်သော တဏှာ

ကိုယ်ပယ်သတ်သဖြင့် အပါယ်ဘဝခန္ဓာအစဉ်ပြတ်သည်၊ ထိုအခါ အပါယ်ဘဝတွင် တွေ့ကြုံခံစားနေရသော ဆင်းရဲအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသည်၊ နောက်ထပ် မဂ်ဇောတကြိမ်ကျလျှင်လည်း ပထမမဂ်ဇောကျသကဲ့သို့ပင် အပါယ်ဘဝ ခန္ဓာအစဉ်ပြတ်၍ ဆင်းရဲအားလုံးချုပ်ငြိမ်းရသည်၊ သို့သော် ပထမ, မဂ်ဇောသည် လူ နတ် ဘဝ ခန္ဓာအစဉ် ၇-ကြိမ်ပင် ဖြစ်ခွင့်ရသေး၍ ဒုတိယမဂ်ဇောမှာမူ တကြိမ်သာဖြစ်ခွင့်ရတော့သည်။

တတိယအကြိမ် မဂ်ဇောကျသောအခါ လူ နတ် ဘဝအစဉ်လုံးဝပြတ်၍ ထို လူ နတ် ဘဝတွင် တွေ့ကြုံခံ စားနေရသော ဆင်းရဲအားလုံးမှ ချုပ်ငြိမ်းသည်။

စတုတ္ထအကြိမ် မဂ်ဇောကျပါမူ ဈာန်ချမ်းသာကို ခံစားနေကြသည့် ရူပ အရူပဘဝတွင် ခန္ဓာအစဉ်အားလုံးပြတ်၍ ဘဝအသစ် နောက်ထပ်ဖြစ်ခွင့် မရှိတော့သဖြင့် ဒုက္ခအားလုံး အပြီးတိုင် ချုပ်ငြိမ်းသည်။

ဤသို့ မဂ်ဇောလေးချက်သည် အဆင့်ဆင့်တဏှာကို ပယ်သတ်၍ခန္ဓာအစဉ်လည်း အဆင့်ဆင့်ချုပ်ငြိမ်းသဖြင့် ထိုထိုဘဝတွင်ခံစားရသည့် ဒုက္ခများလည်း အဆင့်ဆင့်ပင် ငြိမ်းချုပ်သော သဘောကို ခန္ဓာနိဗ္ဗာန်ဟုခေါ်သည်။

အထက်ပါ ဂုဏ်အင်္ဂါထောမနာ -၇- ချက်ကို ထောက်ဆကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ဤ ဓမ္မစကြာဒေသနာသည် အဘိဓမ္မာ ၇-ကျမ်း၏ သည်းခြေပမာ အလွန်ခိုင်မာသော ဒေသနာဖြစ်သည်၊ ဓမ္မခန္ဓာပေါင်း ရှစ်သောင်းလေးထောင်၏ မြောင်းငယ်

ပမာ မာတိကာလည်းဖြစ်သည်၊ သစ္စာလေးတန် အမှန်လေးချက်ကို ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း အတိုချုပ် ရှင်းပြထားသဖြင့် အနှစ်သာရရှိရှိ ထိမိသောဒေသနာဖြစ်သည်၊ ကြားနာရရုံမျှဖြင့်တရားထူး ရစေနိုင်လောက်အောင် ပြောင်မြောက်ထူးခြား စီထားသင့်သော ဒေသနာဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ဤဓမ္မစကြာဒေသနာကို ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စဉ်မှန်သမျှ နှုတ်တက်ရွရွဆောင်ထားသင့်သည်၊ မြန်မာဘာသာဖြင့် ရေးသားထားသည့် သဘောသွားကိုလည်း ထပ်တလဲလဲဖတ်၊ ထပ်တလဲလဲ စဉ်းစား၊ ထပ်တလဲလဲ ပွားများ၍၊ သစ္စာလေးတန် အမြင်မှန်ရရှိရေးအတွက် ဝိပဿနာဉာဏ်ဖက်ကာ ကြိုးစားသင့်လှပါသတည်း။

ဓမ္မစကြာ ထောမနာပြီး၏။

## ဓမ္မစကြာ သဘောတရား။

ခန္ဓာအစဉ်ဆိုသည်မှာ- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာတို့ အညမညစုပေါင်း အကြောင်းအားလျော်စွာ လုပ်အားပေးနေသော ဖြစ်စဉ်ပင်ဖြစ်သည်၊ ထိုခန္ဓာအစဉ်ကိုပင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ယောကျ်ား- မိန်းမ၊ လူ ၊နတ်၊ ဗြဟ္မာ စသည်ဖြင့် သမုတိသစ္စာအားဖြင့် ခေါ်ဝေါ်သမုတ်ထားလေသည်။

## ရှိပရမတ်နှင့်-ဖြစ်ပရမတ်

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သဘောတရားသည် ပထဝီ၊ အာပေါ်၊ တေဇော၊ ဝါယော ဟူသော အမာခံဓါတ်ကြီးလေးပါးကို အခြေခံထားသဖြင့် အမြင်အကြား အတွေ့အားဖြင့် ထိတွေ့၍ရစကောင်းသောသဘောတရားဖြစ်၍ ထင်ရှားရှိသော အမှန်တရား ရှိ၊ပရမတ်များဖြစ်သည်။

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သဘောတရားများသည် အသိစိတ်ကို ဦးတည်ချက်ထား၍ အကြောင်းအားလျော်စွာ ...

| | |
|---|---|
| မြင်လာသောအခါ | မြင်သိစိတ် |
| ကြားလာသောအခါ | ကြားသိစိတ် |
| နံမ်းကြည့်သောအခါ | နမ်းသိစိတ် |
| စားကြည့်သောအခါ | စားသိစိတ် |
| ထိမိသောအခါ | ထိသိစိတ် |
| တွေးကြည့်သောအခါ | တွေးသိစိတ် ... ဟူသော |

အသိစိတ် ခြောက်မျိုးတို့သည် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်မှ ထင်ဟပ်ဖြစ်ပေါ်လာသောသဘောတရားဖြစ်၍ ထင်ရှားဖြစ်သောအမှန်တရား ဖြစ်,ပရမတ်များဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာသည် ရှိ,ပရမတ် အဖြစ်ဖြင့်၎င်း၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာသည် ဖြစ်,ပရမတ် အဖြစ်ဖြင့်၎င်း၊ အညမည သဘောအားလျော်စွာ စုပေါင်းလုပ်အားပေးနေကြသည့် ဖြစ်စဉ်ကို ခန္ဓာအစဉ်ဟုခေါ်သည်။

## ရုပ်–နာမ် ခွဲပြချက်

အသိစိတ်ခြောက်မျိုးတို့အကြောင်းအားလျော်စွာဖြစ်ပေါ်လာကြရာတွင်.......

မြင်သိ၌ – အမြင်သည် မျက်စိ အကြည့်နှင့် အဆင်းဓါတ် ရှိပရမတ်ရုပ်တရား အသိသည် ဖြစ် ပရမတ် နာမ်တရား

အနမ်းသည်– နှာခေါင်းအကြည့်နှင့် အနံ့ ဓါတ် ရှိပရမတ်ရုပ်တရားအသိသည် ဖြစ်,ပရမတ် နာမ်တရား

စားသိ၌ – အစားသည် လျှာအကြည်နှင့် ရသဓါတ် ရှိပရမတ်ရုပ်တရား အသိသည် ဖြစ်, ပရမတ်နာမ်တရား

ထိသိ၌ – အထိသည် ကိုယ်အကြည် နှင့် အတွေ့ဓါတ် ရှိပရမတ်ရုပ်တရား အသိသည်,ဖြစ် ပရမတ် နာမ်တရား

တွေးသိ၌–အတွေးသည် နှလုံးသားအကြည်
ရှိ ပရမတ်ရုပ်တရား အသိသည် မနောအကြည်
ဖြစ်ပရမတ်နာမ်တရား။

ဤသို့အားဖြင့် ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး ရှိပရမတ် နှင့် ဖြစ်ပရမတ်များ အညမည စုပေါင်းလုပ်အားပေးနေကြသည်၊ ထို အညမည စုပေါင်း လုပ်အားပေးမှုကြောင့် ဖြစ်စိတ်, ကြားစိတ်, စသော ရုပ် နာမ် နှစ်ပါးဖြစ်စဉ်များ အခါအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်၊ ၎င်းဖြစ်စဉ်ကိုလည်း ခန္ဓာအစဉ်ခေါ်သည်။

## ရှိပရမတ်နှစ်ပါး

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခန္ဓာအစဉ်သည် ရှိပရမတ်ဖြစ်၍ နာမ်တရားနှင့် မတွဲဘဲ သီးခြားစုပေါင်းအားဖြင့်လည်း ရှိနေသည်၊ နာမ်တရားနှင့် တွဲ၍ပူးတွဲစုပေါင်းအားဖြင့်လည်း ရှိနေသည်။

ထိုတွင် သီးခြားစုပေါင်းအားဖြင့်ရှိနေသော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခန္ဓာအစဉ်မှာ ဓါတ်ကြီးလေးပါးပင်ဖြစ်သည်။

ပူးတွဲစုပေါင်းအားဖြင့်ရှိနေသော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခန္ဓာအစဉ်မှာ မျက်စိ အဆင်း၊ နား နှင့် အသံ၊ နှာခေါင်း နှင့် အနံ့၊ လျှာ နှင့် အရသာ၊ ကိုယ် နှင့် အတွေ့ ဟူသော အခံဓါတ် ရုပ်တရားနှင့် အတိုက်ဓါတ် ရုပ်တရားများပင် ဖြစ်သည်၊ ၎င်းရုပ်တရားများသည် အခြင်းခြင်းပေါင်းဆုံမိသောအခါ အသိစိတ်များကို ဖြစ်ပွားစေသည်၊ ဖြစ်ပွားပုံမှာ ........

မျက်စိ နှင့် အဆင်း ပေါင်းဆုံက မြင်သိစိတ်
နား နှင့် အသံ ပေါင်းဆုံက ကြားသိစိတ်

နှာခေါင်း နှင့် အနံ့ ပေါင်းဆုံက နံ့သိစိတ်
လျှာ နှင့် အရသာ ပေါင်းဆုံက လျှာသိစိတ်

ကိုယ် နှင့် အထိ ပေါင်းဆုံက ထိသိစိတ် ... အသိစိတ်နှင့် ဒွန်တွဲကာ ဖြစ်လာကြသည်၊ အသိစိတ်သည် ဖြစ်ပရမတ်ဖြစ်၍ မိမိချည့်သက်သက်မဖြစ်နိုင်၊ အထက်ပါအတိုင်း ရှိပရမတ်ဖြစ်သည့် ရုပ်တရားနှင့် တွဲဘက်ရမှသာဖြစ်ပေါ်လာရသည်။

ဓါတ်ကြီးလေးပါးမှာမူ အမာခံအထည်ကို ရှိပရမတ်များဖြစ်၍ နာမ်တရားနှင့် မတွဲဘဲ သီးခြားခွဲ၍ အချင်းချင်းစုပေါင်းလုပ်အားပေးနိုင်သည်။

## ဓါတ်ခွဲခန်း

ဤခန္ဓာကိုယ်သည် အထက်ပါအမာခံ အထည်ကိုဓါတ်ကြီးလေးပါးဖြင့် ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ထားသည်ဖြစ်၍ အစိတ်စိတ်ခွဲဝေကြည့်မည်ဆိုပါက............

ဆံပင်၊အမွေး၊ခြေသည်း၊လက်သည်း၊ သွား၊
အရေ၊အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ချင်ဆီ၊ အညှို၊
နှလုံး၊ အသဲ၊ အမြှေး၊ အဖျဉ်း၊ အဆုတ်၊ အူမ၊
အူသိမ်၊ အစာသစ်၊ အစာဟောင်း၊ ဦးနှောက်
ဟူသော အမာခံပထဝီဓါတ် - ၂၀။

သည်းခြေ၊သလိပ်၊ပြည်၊သွေး၊ချွေး၊ အဆီခဲ၊
မျက်ရည်၊ဆီကြည်၊တံထွေး၊နှပ်၊အစေးကျင်ငယ်
ဟူသော အရေကလာပ် အာပေါဓါတ် - ၁၂။

ဤအထည် ကိုယ်အမာခံပထဝီဓါတ် ၂၀၊ အာပေါဓါတ် ၁၂ ပါး-ပေါင်း ၃၂ ပါးသော အစိတ်အပိုင်းများကို ပထမ

တွေ့ရမည်သာဖြစ်သည်၊ ဤဓါတ်ကြီးနှစ်ပါး အစိတ်အပိုင်း ၃၂ ပါးကို စုပေါင်း ဖွဲ့စည်းထားလိုက်သော အခါ အထည်ကိုယ် သဏ္ဍာန် ဒြပ် သည် မြင်တွေ့ရှုရစကောင်းလောက်အောင် ထင် ရှားရှိနေသည်။

သို့သော် ... ထိုဓါတ်ကြီးနှစ်ပါးဖြင့် တည်ဆောက်ထားသော ခန္ဓာကိုယ်သည် ဝါယောဓါတ်၊ တေဇောဓါတ် ဟူသော ဓါတ် ကြီးနှစ်ပါး အားပေးကူညီမှု မရပါက လှုပ်ရှားနိုင်မည်မဟုတ် သည့်အပြင် သိုးပုပ်ပျက်စီးသွားရသည်မှာ သေချာသည်၊ ထို့ ကြောင့် လှုပ်လှုပ်ရှားရှား လုပ်အားပေးနိုင်သော ဝါယော ဓါတ် ၆ ပါးနှင့် ပုပ်သိုးပျက်စီးမသွားအောင် အပူအအေး ညီ မျှစွာပေးနိုင်သော တေဇောဓါတ် ၄ ပါးတို့ကိုလည်း ထည့် သွင်းကာ စုပေါင်းဖွဲ့စည်းထားရသည်၊ ဤ ဓါတ်ကြီးလေးပါး စုပေါင်းအားကြောင့် ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် တလှုပ်လှုပ်နှင့် အလုပ်လုပ်လာနိုင်သည်၊ အဆိုပါဓါတ်ကြီးလေးပါးတွင် တပါး ပါး ချို့ယွင်း ဖေါက်ပြန်လာပါက ဤ ခန္ဓာ ကိုယ်ကြီးသည် တလှုပ်လှုပ်နှင့် အလုပ်မလုပ်နိုင်တော့ပေ။

ဥပမာ ပထဝီဓါတ်ဖေါက်ပြန်လာပါက ဆီးချုပ် ဝမ်းချုပ် ဖြစ်ပြီး တကိုယ်လုံး နာကျင်ကိုက်ခဲလာသည်၊ အာပေါဓါတ် ဖေါက်ပြန်လာပါက ဝမ်းဖေါ ဝမ်းရောင် ဖြစ်ပြီး ဝမ်းလျှော လာတတ်သည်၊ ဝါယောဓါတ် ဖေါက်ပြန်လာပါက လေချုပ် လေအောင့် ခြေသေ့ လက်သေ ကိုယ်တခြမ်းသေ စသည်ဖြင့် အထွေထွေဖြစ်လာတတ်သည်၊ တေဇောဓါတ် ဖေါက်ပြန်လာပါ က အဖျားအနာ ခေါင်းကိုက် ချောင်းဆိုးစသော ရောဂါများ ဖြစ်ပွားလာတတ်သည်၊ ထိုအခါ ဆေးဝါးဓါတ်စာတို့ဖြင့် ဓါတ် လေးပါး ညီမျှလာအောင် ပြုပြင်ကုသပေးရသည်မှာ လူတိုင်း

အသိပင်ဖြစ်သည်၊ ဤမျှလောက်ဖြင့် ခန္ဓာအစဉ်၏ သဘာဝ အားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ်နေမှုကို သဘောပေါက်လောက်ပေပြီ။ အနုစိတ်အားဖြင့် ရေးသားရမည်ဆိုလျှင် လက်တွေ့ ဓမ္မစကြာ ဖြစ်မလာဘဲ အဘိဓမ္မာဓမ္မစကြာဖြစ်လာမည် စိုးရပေသည်။

မှန်ပေသည်၊ လက်တွေ့အလုပ်လုပ်လိုသူများအတွက် သချင်္ာ နည်းပြ အဘိဓမ္မာသဘာဝကို အကုန်အစင် အနုစိတ်အားဖြင့် သိရန်မလိုပါ၊ အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် သဏ္ဌာန်သဘောနှင့် ခန္ဓာ သဘောလောက် သိလျှင်ပင် လက်တွေ့အလုပ် လုပ်နိုင်မည်သာ ဖြစ်ပါသည်၊ ဤဓမ္မစကြာဒေသနာတွင် သံခိတ္တနဟု ရှင်တော် ဘုရားကိုယ်တိုင် ညွှန်ပြတော်မူခဲ့သဖြင့် သချင်္ာအရေအတွက်နှင့် တကွ ရုပ်က ၂၈ ပါး၊ စိတ်က ၈၉ ပါး၊ စေတသိတ်က ၅၂ ပါး စသည်ဖြင့် အနုစိတ်ခန္ဓာသဘောကို သိရန်မလိုသေးပါ၊ "ခန္ဓာဆိုသည်မှာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာတို့ အညီ-မညီ စုပေါင်းလုပ်အားပေးမှုသဘောပင်ဖြစ်သည်"ဟု အကျဉ်း ချုပ်အားဖြင့် ခန္ဓာသဘောသိလျှင် ရှင်တော်ဘုရား၏ အလို တော်ကျ လက်တွေ့အလုပ်လုပ်၍ ရတော့သည်၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာအစဉ်ဆိုင်ရာ သဘောတရားကို ဤမျှလောက်ဖြင့် ကျေနပ် ကြရန် တောင်းပန်ပါသည်။

## တဏှာဝင်

နန္ဒီရာဂသဟဂတော – နှစ်သက်ခြင်း, စွဲလန်းခြင်းသဘော ကို တဏှာဟုခေါ်သည်။

ဘာကိုနှစ်သက်သနည်း........၊ ဘာကိုစွဲလန်းသနည်း ........။

တတြ တတြ အဘိနန္ဒိနီ – လှုပ်လှုပ်ရွရွနှင့် သွားလာလှုပ် ရှားနေသော ခန္ဓာအစဉ်နှင့် အကြောင်းတိုက်ဆိုင် လာသော

အခါ ထင်ဟတ်ဖြစ်ပေါ်လာသော မြင်သိ - ကြားသိ စသော ခန္ဓာအစဉ်များအပေါ် အသစ်အသစ်ဖြစ်လာတိုင်းဖြစ်လာတိုင်း နှစ်သက်သည်၊ စွဲလန်းသည်။

အသစ်အသစ်ဖြစ်လာအောင် မည်သူက ဖန်တီးပေးသနည်း။

ပေါနောဘဝိကာ -နောက်ထပ်တဖန် အသစ်အသစ်ဖြစ်လာစေရန် တဏှာကပင်ဖန်တည်းပေးသည်။

မှန်ပေသည်၊ သဘာဝအားလျော်စွာ လှုပ်ရှားနေသော ဤခန္ဓာအစဉ်နှင့် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်သောအခါ တဖြတ်ဖြတ်ထင်ဟပ်လာသော ခန္ဓာအစဉ် အပေါ် နှစ်သက် စွဲမက်သော တဏှာဝင်လာသည်၊ တဏှာဝင်လာသဖြင့် မူလအသိစိတ်ဓါတ်ပြောင်းလာသည်၊ အသိစိတ်ဓါတ် ပြောင်းလာသည်နှင့်အမျှ တဏှာကရစ်ပတ်လာသည်၊ ထိုအခါ မူလအသိစိတ်သည် တဏှာ၏ ဆွဲဆောင်ရာ နောက်သို့ တကောက်ကောက် ပါလာသဖြင့် သွားလိုသောတဏှာကြောင့် သွားချင်သောအသိစိတ် ဖြစ်လာသည်၊ သွားချင်သောအသိစိတ်ကြောင့် ခန္ဓာအစဉ်ကြီးကသွားရမည်၊ထို့အတူ မြင်လိုသောတဏှာကြောင့် မြင်ချင်သောအသိစိတ်နှင့် မြင်ရသည့်ခန္ဓာအစဉ်ဖြစ်လာသည်၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် တဏှာအလိုနောက် အသိစိတ်က တကောက်ကောက် လိုက်နေရသောကြောင့်သာ ဤခန္ဓာအစဉ်ကြီးသည် အသစ် အသစ်ဖြစ်လာရသည်၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာအစဉ် အသစ်အသစ် ထပ်ကာထပ်ကာဖြစ်နေရသည်မှာ ဤ တဏှာကြောင့်သာဖြစ်သည်၊ အသစ်သစ် ဖြစ်ဖြစ်နေသော ခန္ဓာအစဉ်သည် အကျိုးတရားဖြစ်၍ ဖြစ်စေလိုသောတဏှာသည် အကြောင်းတရားဖြစ်သည်၊ တဏှာဝင်လျှင် ခန္ဓာအစဉ်ဖြစ်ရသည်မှာ ဓမ္မတာပင်ဖြစ်သည်။

## အစွဲသုံးပါး

ထိုသို့တဏှာဝင်သောအခါ အသစ်အသစ် ဖြစ်ဖြစ်လာသော ခန္ဓာအစဥ်အပေါ် ............

ကော်မမ–ဤခန္ဓာအစဥ်သည် ငါပိုင်ဖြစ်သည်ဟူ၍ငင်း ...
သောဟမသ္မိ–ပိုင်ရှင်ဟာ ငါဘဲ ဟူ၍ငင်း ... ..
သော မေ အတ္တာ–ငါဟာ ပိုင်ရှင်ဘဲ ဟူ၍ငင်း ... ...

တဏှာ၏ ရစ်ပတ်ဆွဲဆောင်မှုကြောင့် မူလ အသိစိတ်ဓါတ်တွင် တဆင့်တက်ကာ ငါစွဲသုံးမျိုးကပ်လာသည်၊ ထိုသုံးမျိုးတို့တွင် ငါပိုင်ဟူသောအစွဲသည် မူလတဏှာစွဲဖြစ်သည်၊ ပိုင်ရှင်ဟာ-ငါ ဟူသောအစွဲသည် မာနစွဲဖြစ်သည်၊ ငါဟာ ပိုင်ရှင်ဟူသောအစွဲ သည် အတ္တစွဲဖြစ်သည်၊ ၎င်းငါစွဲသုံးပါး ပူးဝင်လာသောအခါ နှစ်သက်ခြင်း, စွဲလန်းခြင်းသဘောသည် လွန်ကဲသည်ထက် လွန်ကဲလာလည်၊ အတိုင်းအတာမရှိ ကျယ်ပြန့်ချင်တိုင်း ကျယ်ပြန့် လာသည်၊ လက်ရှိအာရုံ ကာမဂုဏ်နှင့် အားမရ တင်းမတိမ်ဘဲ တဆင့်တက်လာအရာရာတိုင်းကို ပိုင်လိုဆိုင်လိုလာသည်၊ ၎င်းကို ပင် အတ္တစွဲ လွန်ကဲသည်ဟုဆိုသည်၊ အတိုင်းအတာ မရှိသဖြင့် ပပဥ္စဟုလည်းခေါ်သည်၊ မရလျှင် ငါမနေ့ဟု ဇွဲသန်သန်နှင့် စွဲ လမ်းသည်ထက် စွဲလမ်းလာသော အခါ ဥပါဒါန် ဖြစ်လာ ပြန်သည်။

## ဝဋ်သုံးပါး

ထိုအခါ ပိုင်လို့ဆိုင်လိုရယူလိုသောဥပါဒါန်ကြောင့် ကောင်း သောအလုပ်ဖြစ်စေ၊ မကောင်းသောအလုပ်ဖြစ်စေအလုပ်တခုခု ကို လုပ်လာကြသည်၊ထိုတွင် အစွဲဥပါဒါန်မှာ မူလအသိစိတ်ကို

ညစ်နွမ်းစေတတ်သောကြောင့် ကိလေသာဝဋ်ဓါသည်၊ လုပ်မိသော အလုပ်တခုခုကို ကမ္မဝဋ်ဓါသည်။

ကောင်းသော အလုပ်လုပ်က ကောင်းသောဘဝတွင် ခန္ဓာစဉ်အသစ်ဖြစ်၍၊ မကောင်းသောအလုပ်လုပ်က မကောင်းသောဘဝတွင် ခန္ဓာစဉ်အသစ်ဖြစ်သည်၊ ၎င်းခန္ဓာစဉ် အသစ်ဖြစ်မှုကို ဝိပါကဝဋ်ဓါသည်။

## အလုပ်နှစ်မျိုး

ကောင်းသောအလုပ် ဆိုသည်မှာ ကိုယ်အမူအယာအားဖြင့်ဖြစ်စေ၊နှုတ်အမူအယာအားဖြင့်ဖြစ်စေ၊စိတ်အမူအယာအားဖြင့်ဖြစ်စေ သူတပါးအကျိုးစီးပွားကို မထိပါးစေသော ပြုမူပြောဆို ကျင့်ကြံသော အလုပ်များပင်ဖြစ်သည်၊သဘောအားဖြင့်....

၁။ ဒါန— ပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်း။

၂။ သီလ— သတ်မှတ်ထားသော စည်းကမ်းချက်များကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း။

၃။ သမထ— မိမိ၏အသိစိတ်ဓါတ်ကို နိုင်နင်းစွာထိမ်းချုပ်နိုင်ခြင်း။

၄။ ဝိပဿနာ— ခန္ဓာအစဉ်ကိုအပြစ်မြင်အောင် ရှုဆင်ခြင်ရခြင်း ဟူ၍ ကောင်းသောအလုပ် လေးမျိုးရှိသည်၊

သို့သော် ထို ကောင်းသော အလုပ်များကို ပြုလုပ်ရာတွင် ကိုယ်ကျိုးကိုသာ တဘက်သတ်ကြည့်ကာ တဏှာဝင်လာလျှင် တခါတရံ သူတပါးအကျိုးကို ထိပါးစေနိုင်သည်ဖြစ်၍ အကျိုးထင်သင့်သလောက် မထင်ဘဲရှိတတ်သည်၊ ထို့ကြောင့်ကောင်းသောအလုပ်ကို လုပ်ရာတွင် တဏှာမဝင်အောင် အထူးသတိထားသင့်သည်။

ဥပမာ ဒါန ပေးကမ်း လှူဒါန်းမှုပြုသောအခါ သူတပါး အကျိုးကို ရှေ့ရှု၍ နိဗ္ဗာနပစ္စယော ဟောတုဟု ဥပေက္ခာပြုကာ ပေးကမ်းလှူဒါန်းမှုသာ တဏှာစင်သဖြင့်ကောင်းသောအလုပ် စင်စစ်ကေန်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့မဟုတ်ပဲ ဒါန၏အကျိုးအာနိသင် ခန္ဓာဖြစ်စဉ်ကို ခင် မင်တွယ်တာ၍ လူနတ်ချမ်းသာ ခံစားရလိုပါ၏၊ ပစ္စည်းဥစ္စာ တိုးတက်ရလိုပါ၏စသည်ဖြင့် တောင်းတောင်းတတပြုကာ ပေး ကမ်းလှူဒါန်းခြင်း။

ငါ့အလှူ၊ အလှူရှင်ဟာ- ငါ၊ ငါဟာအလှူရှင် ဟု ငါစွဲ ဝင်၍ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားလိုမှု ဂုဏ်ပကာသနကို မက်မောမှု စသော ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးအာနိသင်များကို တောင်းတောင်းတတ ပြုကာ ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်း။

ဤသို့ အနာဂါတ်အကျိုးနှင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးများကို မျှော် ကိုးတောင်းတ ပေးကမ်း လှူဒါန်းကြလျှင် ကောင်းသော အလုပ်ပင်ဖြစ်သော်လည်း ကောင်းကျိုးထက်ဆိုးကျိုးကိုအများ ဆုံး ခံစားရမည်မှာ သေချာလှသည်။

မကောင်းသောအလုပ် ဆိုသည်မှာ သူတပါးအကျိုးကို ထိ ပါးစေသော ကိုယ်အမှု၊ နှုတ်အမှုများပင်ဖြစ်သည်။

သဘောအားဖြင့်........

၁။ ပါဏာတိပါတ — သူ့အသက်သတ်မှု။
၂။ အဒိန္နာဒါန — ခိုးယူတိုက်ခိုက်မှု။
၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ — မုဒိန်းကျင့်မှု။
၄။ မုသာဝါဒ — မုသားပြောမှု။
၅။ သုရာမေရယ = မူးယစ်သောက်စားမှု........ ဟု....
မကောင်းသောအလုပ် ငါးမျိုးရှိသည်။

သဘာဝ(၈)ချက် ...

၁။ တဏှာဝင်သောကြောင့် ခန္ဓာအစဉ် အသစ်အသစ် ဖြစ်သော ဇာတိသဘော။

၂။ အသစ်အသစ် ဖြစ်လာသော ခန္ဓာအစဉ်အမြဲပင် ရွေ့လျား နေသော ဇရာသဘော။

၃။ ရွေ့လျောနေသဖြင့် အစဉ်ဖေါက်ပြန်နေသော ဗျာဓိ သဘော။

၄။ အစဉ်ဖေါက်ပြန်နေသဖြင့် အပျက်သဘော ထင်နေ သော မရဏသဘော။

၅။ တခါတရံ မနှစ်သက်ဘွယ်သော အာရုံဝတ္ထုတို့နှင့် တွေ့ကြုံနေရသော အပ္ပိယမှသမ္ပယောဂသဘော။

၆။ တခါတရံ နှစ်သက်ဘွယ်သော အာရုံဝတ္ထုတို့နှင့် တွဲရ သော ပိယဝိပ္ပယောဂသဘော။

၇။ တခါတရံ လိုတမရသော ဣစ္ဆိတာ လာဘသဘော။

၈။ အချုပ်အားဖြင့် တဏှာဝင်သော ခန္ဓာအစဉ်သည် ပြုပြင်မှုမကင်း သင်္ခါရနယ်အတွင်းမှာသာ ဖြစ်ရသော သင်္ခါရသဘော။

ဤခန္ဓာအစဉ်တွင် အထက်ပါသဘာဝ(၈)ချက်သည် အမြဲ တစေ ထင်ဟတ်နေသည်။ သို့သော် မူလအသိစိတ်ဓာတ်တွင် တဏှာပူးဝင်နေသဖြင့် အထက်ပါသဘာဝ (၈) ချက်သည် မထင်ဟတ်နိုင်ဘဲ ရှိနေသည်၊ သဘာဝ(၈)ချက် အကွက်မဝင် အောင်လည်း ထိုထိုအာရုံ နောက်သို့သာ တကောက်ကောက် လိုက်နေအောင် တဏှာက မူလအသိစိတ်ကို တွန်းပို့နေသည်၊

ထို့ကြောင့် မူလအသိဓာတ်သည် သဘာဝအမှန်တရားကို မသိနိုင်ဘဲ တဏှာကြိုးဆွဲတိုင်း က,နေရသည်ဖြစ်၍ ဝဋ်သုံးပါးထဲ တဝဲလယ်လယ်ဖြစ်ကာ ဘုရားအဆူဆူနှင့် လွဲခဲ့ရသည်။

ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ

အာရုံငါးပါးသည် တဏှာဝင်၍ လိုချင်လာခိုက် ကာမဂုဏ် ဟူသော အမည်ကို ရသည်၊ ထိုအာရုံ(၅)ပါး ကာမဂုဏ်တရားကို လိုတ,ရသောအခါ ကောင်းလိုက်တာ ဟု အသိစိတ်တွင် ဝေဒနာကပ်၍ မှတ်ချက်ချလိုက်သည်၊ ဤသို့ မှတ်ချက်ချခံရသော အာရုံ(၅)ပါးကိုပင် ကာမချမ်းသာ ဟု ခေါ်သည်၊ အဆိုပါ ကာမချမ်းသာကို ဘမ်းပြကာ တဏှာကဆွဲဆောင်လိုက်သည်၊ ၎င်းကို ကာမသုခလ္လိက ဟု ခေါ်သည်၊ တဏှာဆွဲဆောင်ချက်ကြောင့် အဆိုပါကာမ ချမ်းသာရရှိရေးအတွက် စိတ်နောက် ကိုယ်ပါ မသေမချင်း အလုပ် လုပ်နေရသည်၊ ၎င်းကို အနုယောဂ ခေါ်သည်၊ ထိုသို့ တဏှာအလိုကို ဦးစား ပေးကာ အချိန်ရှိသမျှ အလုပ်လုပ်နေကြရသဖြင့် အထက်ပါ သဘာဝ အမှန်တရားများကို သတိမထားနိုင်ဘဲရှိသဖြင့် ၎င်း ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ အလုပ်ကို—

ဟိနော—ယုတ်ညံ့သောသူတို့အလုပ်။

ဂမ္မော - ရွာသူတို့အလုပ်။

ပေါထုဇ္ဇနိကော တဏှာဝင်သော ပုထုဇဉ်တို့အလုပ်။

အနရိယော—အရိယာသူတော်စင်တို့ အလုပ်မဟုတ်။

အနတ္ထသံဟိတော – ဘာမျှအကျိုးမရှိသောအလုပ် ဟု....

ရှင်တော်ဘုရားက အပြစ်ပြ၍ မလုပ်ကြနှင့်ဟု တားမြစ်တော် မူသည်။

အတ္တကိလမထာနုယောဂ

အသစ်အသစ်ဖြစ်နေသော ခန္ဓာအစဉ်ကို တဏှာဝင်ခိုက် အတ္တဟု ခေါ်သည်၊ ထိုခန္ဓာအစဉ်တွင် ငါစွဲအတ္တသက္ကာယနှင့်တကွ တဏှာဝင်လာသဖြင့် အသစ်အသစ်ဖြစ်နေသော ခန္ဓာအစဉ်ကို တငါငါနှင့် စွဲလန်းနှစ်သက်နေသည်ဖြစ်၍ အသစ်အသစ် ဖြစ်ရသော ဇာတိသဘောကြောင့် ခန္ဓာအစဉ်ပင်ပန်းလှသည်၊ ထို့အတူ အို၊နာ၊သေရေး စသော သဘောများကြောင့် ခန္ဓာအစဉ် ပင်ပန်းလှသည်၊ ၎င်းခန္ဓာအစဉ် ပင်ပန်းမှုကို အတ္တကိလမထ ခေါ်သည်။

သို့သော် ငါစွဲအတ္တသက္ကာယနှင့် တဏှာကပါ အစွဲသန်လှသဖြင့် ဘိစီးနှိပ်စက်နေသော ဇာတိစသော သဘောအမှန်ကို မသိနိုင်ဘဲရှိနေသည်၊ ထိုသို့ သဘောအမှန်ကို မသိခြင်းကြောင့်ပင်—

ကာမချမ်းသာရရှိရေးအတွက် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ လုပ်အားပေးမှုတည်းဟူသော ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ အလုပ်သာမက အနာဂတ်ဘဝ ခန္ဓာအစဉ်သစ်ဖြစ်ရေးအတွက်ပါ ဘဝတဏှာ အခြေခံသည့် အလုပ်များကို အားပါးတရ လုပ်လာကြသည်၊ ထို့ကြောင့် ဇာတိဇရာ ဗျာဓိမရဏစသော သဘောတရားများ အဖန်ဖန်ဘိစီးနှိပ်စက်နေသဖြင့် ပင်ပန်းလှသော ခန္ဓာအစဉ်ကို ပင်ပန်းသည်ဟု အပြစ်မမြင်ဘဲ အချစ်တော်ဝင်ကာ အနာဂတ်ဘဝတွင် ထိုခန္ဓာအစဉ်မျိုး ဖြစ်စေလိုကြောင်းဖြင့် တောင်းတောင်း တတ ကံမြောက်အောင် အလုပ်လုပ် နေကြသော သူတို့၏အလုပ်ကို အတ္တကိလမထနုယောဂ ခေါ်သည်။

ထို အတ္တကိလမထ အလုပ်ကိုလည်း ရှင်တော်ဘုရားက ဒုက္ခောအနုရိယော အနတ္တသံဟိတော ဟု အပြစ်ပြ၍ မလုပ်ကြနှင့်ဟု တားမြစ်တော်မူပြန်သည်။

## ဤစာရေးသူ၏ ထင်မြင်ချက်။

ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ အရ ကာမတဏှာကို ယူ၍ ပစ္စုပ္ပန် စား, ဝတ်, နေရေးအတွက် နေ့စဉ် လုပ်နေရသော အလုပ်ဟူ၍ရင်း –

အတ္တကိလမထာနုယောဂ အရ ဘဝတဏှာကိုယူ၍ ဇာတိဇရာ စသော သဘောတရားတို့ အထင်အရှား ဖိစီးနှိပ်စက်နေသော်လည်း ခန္ဓာအစဉ်အပေါ် အပြစ်မမြင်ဘဲ အချစ်တော်ဝင်ကာ အနာဂတ်ဘဝ ကောင်းစားရေးအတွက် နေ့စဉ်လုပ်နေရသော အလုပ်ဟူ၍ရင်း ထင်မြင်ယူဆပါသည်။

ကာမတဏှာ အစွဲသန်မှု ကာမုပါဒါန်ကြောင့်ရင်း၊ ဘဝတဏှာအစွဲသန်မှု အတ္တဝါဒုပါဒါန်ကြောင့်ရင်း ပုထုဇဉ်သတ္တဝါများသည် နေ့စဉ်အလုပ်လုပ်ကြရသည်၊ သို့သော် ကာမတဏှာ အစွဲသန်မှု ကာမုပါဒါန်ကြောင့် အလုပ်လုပ်ရာတွင် ကာမချမ်းသာခေါ် စည်းစိမ်ဥစ္စာများကို အထိုက်အလျောက်ရ၍ ပစ္စက္ခတွင် အကျိုးထင်သော်လည်း ဘဝတဏှာ အစွဲသန်မှု အတ္တဝါဒုပါဒါန်ကြောင့် အနာဂတ်ဘဝ ခန္ဓာအစဉ် အသစ်အသစ် ဖြစ်ရေးအတွက် လုပ်အားပေးရာတွင်မူ ပစ္စက္ခတွင် မည်သည့်အကျိုးမျှမထင်ပဲ ကိုယ်ခန္ဓာပင်ပန်းမှုသာ အဖတ်တင်သည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဤသို့ဆိုက အနာဂတ်ဘဝကောင်းစားရေးအတွက် ကြိုတင်တွက်ဆ၍ ဒါန,သီလ စသော ကောင်းသော အလုပ်များကို မလုပ်သင့်ဟု တားမြစ်ရာရောက်နေသည်ဖြစ်၍ဤ ထင်မြင်ယူဆချက်သည်မသင့်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ရှင်တော်ဘုရားသည် ဒါန,သီလစသည်တို့၏ အကျိုးတရားများကို ဟောကြားတော်ခဲ့သောကြောင့်ဟု ဆိုရန်ရှိလာပြန်သည်။

ဒါန,သီလ စသည်တို့၏အကျိုးတရားများကို ရှင်တော်ဘုရားဟောကြားတော်မူခဲ့သည်မှာ မှန်ပါသည်၊ သို့သော် ထိုထိုဘဝတွင် ရရှိခံစားရမည့်အကျိုးတရားများကို တွယ်တာမှု ဘဝတဏှာခေါ် အတ္တဝါဒုပါဒါန်ဖြစ်ပွားစေရန်အတွက် ရည်သန်တော်မူ၍ ထို ဒါန, သီလ စသည်တို့၏ အကျိုးတရားများကို ဟောကြားခဲ့သည်ကား မဟုတ်ပါ၊ ဤသည့် အကြောင်းကို လုပ်လျှင် ဤသည့်အကျိုးရသည်၊ ကောင်းတဲ့အကြောင်းကို လုပ်လျှင် ကောင်းတဲ့အကျိုး၊ မကောင်းတဲ့အကြောင်းလုပ်လျှင် မကောင်းတဲ့အကျိုးရမည် ဟု အကြောင်းနှင့်အကျိုးကို ဆင်ခြင်နိုင်သော အသိဉာဏ်ရင့်သန်စေရန် အတွက်သာ ရည်ရွယ်၍ ဟောတော်မူခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် လူနတ်ချမ်းသာခံစားရပါလို၏ ဟု အနာဂတ်ဘဝ ခံစားရမည့် ကာမချမ်းသာကို တောင့်တ,သော တဏှာဖြင့် ဒါန,သီလစသည်ကို မလုပ်သင့်ပါ၊ ထိုသို့ ပြုလုပ်ပါက အနာဂတ်ဘဝ ကာမချမ်းသာကို တောင့်တ,၍ ပြုလုပ်မိသည့်အတွက် ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ အလုပ်မျိုးဖြစ်၍ ထိုအလုပ်မျိုးကို ရှင်တော်ဘုရားက ဟီနောဂမ္မော စသည်ဖြင့် ရှုံ့ချတော်မူသည့်အပြင် နသေဝိတဗ္ဗော ဟု တားမြစ်တော်မူပြန်သည်။

ဤသို့ အနာဂတ်ဘဝ ကာမချမ်းသာကို တောင့်တသော တဏှာဖြင့် ဒါန သီလ စသည်ကို ပြုလုပ်မိပါက ယခု ပစ္စက္ခ ဘဝတွင်သာ ပစ္စည်းကုန် လူပန်း၍ အတ္တကိလမထ ဖြစ်သည် မဟုတ်သေး၊ အနာဂတ်ဘဝတွင် ခန္ဓာအစဉ် အသစ်အသစ် ဖြစ်၍ ဇာတိဇရာ ဗျာဓိမရဏစသော သဘောတရားတို့ ဘိစီး နှိပ်စက်ခံရသဖြင့် အတ္တကိလမထ နောက်ထပ် ဖြစ်အုံးမည်သာ ဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် ထိုအလုပ်ကိုလည်း ဒုက္ခောအနရိယော စသည်ဖြင့် ရှုံ့ချတော်မူသည့်အပြင် နသေဝိတဗ္ဗောဟု တားမြစ် တော်မူပြန်သည်။

ဆိုလိုသည်မှာ ဒါန သီလ စသော အလုပ်များသည် ကောင်း သောအလုပ်များဖြစ်၍ အမြဲတစေပြုလုပ်သင့်ပေသည်၊ သို့သော် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်၍ ပြုလုပ်ကြရာတွင် လုပ်နည်းလုပ်ဟန် မှန်ဘို့ ရန် အလွန်အရေးကြီးပေသည်။

မှန်ပေသည်၊ အလုပ်တခုခုကို လက်တွေ့လုပ်ကြည့်ရာ၌ လုပ်နည်းလုပ်ဟန် မမှန်ပါက အကျိုးကနည်း၍ အပြစ်ကသာ များပေသည်၊ လုပ်နည်းလုပ်ဟန် မှန်ကန်ရန်အတွက် အခြေခံ အကြောင်းရင်းမှာ သတိသာဖြစ်သည်၊ သတိဆိုသည်မှာ တခြား မဟုတ်ပါ သဘာဝအခြေအနေကို မျက်ခြေမပြတ် လေ့လာ ဆန်းစစ်သောသဘောပင် ဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ အလုပ်လုပ်မည်ဆိုပါက မိမိလုပ်လိုသော အလုပ်၏ သဘာဝ အခြေအနေကို သတိထား၍ လေ့လာ ဆန်းစစ်ကြည့်ရန် အလွန်အရေးကြီးလှသည်။

သတိရှိမှ အတွေးအခေါ်မှန်သည်၊ အတွေးအခေါ်မှန်မှ အမြင်မှန်ရသည်၊ အမြင်မှန်ရမှ လုပ်နည်းလုပ်ဟန် မှန်သည်၊

ထိုမှ ပြန်သောအားဖြင့် သတိမရှိက အတွေးအခေါ် မမှန်၊ အတွေးအခေါ်မမှန်က အမြင်မှန်မရ၍ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်လည်း မမှန်တော့ပါဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဒါနလုပ်ငန်း

ရှေးဦးစွာ ဒါနအလုပ်ကို ဆန်းစစ်ကြည့်မည်ဆိုပါက ၎င်း ဒါနအလုပ်သည် သဘာဝအခြေအနေအရ သူတပါးအကျိုး အတွက် ကိုယ်ကျိုးကိုစွန့်သောအလုပ်ဖြစ်သည်၊ ၎င်း အလုပ် သဘောကို သတိထား၍ လေ့လာ ဆန်းစစ်ကြည့်သောအခါ သူ့အကျိုးဆောင်လျှင် ကို့အကျိုးအောင်ရမည် ဟူသော ယုံကြည်ချက်အပေါ် အမှီပြု၍ အတွေးအခေါ် မှန်လာသည်၊ ထိုသို့ အတွေးအခေါ်မှန်သဖြင့် ကိုယ်ကျိုးစွန့်သည်မှာ ကိုယ့် အကျိုးအပေါ် ခံစားလိုသော တဏှာစွဲနှင့် ငါပိုင်သည် ငါ ဆိုင်သည်ဟူသော အတ္တစွဲကို စွန့်လိုက်ခြင်းပါတကား-ဟု အမြင် မှန်ရလာသည်၊ ကိုယ့်အကျိုးအပေါ် အနတ္တသဘောလည်း ပေါက်လာသည်၊ ထိုအခါ တည်ငြိမ်သော စိတ်ထား ဗွလုံ့လ တည်းဟူသော ကာယအားဖြင့် သူတပါးအကျိုး အတွက် ကိုယ်ကျိုးကို အာလယပြတ်စွန့်လိုက်သည်၊ ထိုသို့အာလယပြတ် စွန့်လိုက်သောခဏတွင်--

မုတ္တိ=တဏှာစွဲ အတ္တစွဲ နှစ်ခုမှ လွတ်သဖြင့် ငြိမ်းအေးခြင်း။

အနာလယော – အာလယပြတ်သဖြင့် ငြိမ်းအေးခြင်း ဟူသော ခဏိကနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်သော ပစ္စက္ခအကျိုး ရသည်ဖြစ်၍ လုပ်နည်းလုပ်ဟန် မှန်သည်ဟုဆိုရသည်။

အကယ်၍ အနာဂတ်ဘဝ ကာမချမ်းသာနှင့် ပစ္စက္ခ ဂုဏ် ပကာသနကိုသာ မျှော်လင့်တောင့်တ၍လျက် ဒါနအမှု ပြုမည်

ဆိုပါက ကိုယ်ကျိုးစွန့်ရသော ဒါန၏ အခြေခံသဘာဝနှင့် ဖီလာကန့်လန့်ဖြစ်၍ သတိတရားခေါင်းပါးလာသဖြင့် အတွေး ချော်လာသည်၊ အတွေးချော်လာသဖြင့်လည်း ဒါနဟူသည် ကိုယ်ကျိုးကိုစွန့်၍ သူတပါးအကျိုးအတွက် ဆောင်ရွက်ရသော အလုပ်ဟု အမြင်မှန်မရတော့ဘဲ အနာဂတ်ဘဝ ကာမချမ်းသာ ကို ရယူလိုသော တဏှာစွဲနှင့် ပစ္စက္ခဂုဏ်ပကာသနကို ရယူလို သောအတ္တစွဲတို့လွှမ်းကဲသည်ထက် လွှမ်းကဲလာသဖြင့်တကယ်ခံစား ရမည့် မုတ္တိအနာလယ ဟူသော ငြိမ်းအေးသည့် ခဏိကနိဗ္ဗာန် ကို မျက်မှောက်ပြုရခြင်း ပစ္စက္ခအကျိုးမှ လွဲခဲ့ရသည်၊ထို့ကြောင့် အနာဂတ်ဘဝ ကာမချမ်းသာနှင့် ပစ္စက္ခဂုဏ်ပကာသနကိုသာ တန်ဘိုးထားသော ဒါနအလုပ်မှာ လုပ်နည်းလုပ်ဟန် မမှန် တော့ပေ။

## လူနှင့်လူ

လူဆိုသည်မှာ တော်လည်းတော်၊ ကောင်းလည်းကောင်း၊ လုပ်သားကောင်းလည်းဖြစ်၍ အင်္ဂါသုံးချက်နှင့်အညီ ကိုယ့် အား ကိုယ်ကိုးသော သူပင်ဖြစ်သည်။

လျှိုဆိုသည်မှာ အထက်ပါအင်္ဂါသုံးချက်နှင့် ညီညွတ်သော လူသား၏ သူသေလျှင် လူပြန်ဖြစ်ရန်အတွက် ပရဟိတသဘော ထားသော ထမ်ဆင့်လုပ်အားပင်ဖြစ်သည်။

၁၂ဦးအဲ့–လူဟူသော ဝေါဟာရသည် ပါဠိဘာသာမှ ဆင်း သက်လာသော ဝေါဟာရမဟုတ်ပါ၊ မြန်မာနည်း မြန်မာ့ဟန် မြန်မာ့အယူအဆဖြင့် အဓိပ္ပါယ်သဘာဝ ပြည့်ပြည့်ဝဝ ခေါ် ဝေါ်သတ်မှတ်ထားသော မြန်မာဝေါဟာရ သက်သက်သာ

ဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် လူဟူသောဝေါဟာရ ခံယူရရှိရန်မှာ မလွယ်ကူလှပေ၊တော်လည်းတော်ဟူသော ဉာဏအား၊ကောင်း လည်းကောင်းဟူသော စာရိတ္တအား လုပ်သားကောင်းဟူသော ကာယအား ဤအားသုံးပါးဂုဏ်အင်္ဂါများနှင့် ပြည့်စုံ၍ ကိုယ့် အားကိုယ်ကိုး အလုပ်ကို ကြိုးစားသူနှင့်သာ ထိုက်တန်သော ဝေါဟာရဖြစ်သည်၊ စားကာ အိပ်ကာ ကာမဂုဏ်ခံစားကာဖြင့် မေ့မေ့လျော့လျော့ ပေါ့ပေါ့တန်တန် နေသူများနှင့် လား လားမှ မထိုက်ပေ၊ ထိုသူများမှာ လူဟူသော ဝေါဟာရနှင့် မထိုက်တန်၊ အချောင်နေ အချောင်စား အချောင်သမားများ ဖြစ်၍ လူတွင်ဝတ်ဆံတလုံးပေါက်လျက် လူ့ဟူ၍ငင်း၊လုပ်အား အလိုက် အကျိုးမခံစားရဘဲ ဆင်းဆင်းရဲရဲနေရသောကြောင့် လူတွင်ဝတ်ဆံနှစ်လုံးပေါက်၍ လူးဟူ၍ငင်း ဝေါဟာရ အသစ် ဖွင့်ကာ ခေါ်ဝေါ်ရန်သာသင့်ပေသည်။

လူ၊ လူ့၊ လူး

ထို့ကြောင့် အားသုံးပါးနှင့်အညီ ကိုယ့်လုပ်အားနှင့် အညီအမျှ အကျိုးခံစားနေသူကို လူ၊ ကိုယ့်အားကိုယ်မကိုးဘဲ အချောင် အကျိုးခံစားနေရသူကို လူ့၊ ကိုယ့်လုပ်အား နှင့် အညီအမျှ အကျိုးမခံစားဘဲ ဆင်းရဲနေသူကို လူး-ဟု အခြေ အနေအားလျော်စွာ လူတန်းစားသုံးမျိုးပြားလာသည်၊ ၎င်း လူတန်းစားသုံးမျိုးကို အကျယ်ချဲ့၍ ဝေဖန်ပြရလျှင် ဘာသာ ရေးဆိုင်ရာ အတွေးအခေါ်များ ဝင်လာတော့မည် ဖြစ်၍ ဘာသာရေးနှင့် နိုင်ငံရေးရောထွေးသွားမည်စိုးရကား ဤတွင် အကျယ်မရေးသားတော့ဘဲ အကြောင်းတိုက်ဆိုင် လာပါက

" အမြွတ်ဆုံးလမ်းစဉ် " ဟူသော အမည်ဖြင့် နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာ စာစောင်အဖြစ် ရေးသားတင်ဆက်ပါမည်။

၎င်း ဓမ္မစကြာဒေသနာလာ လမ်းစဉ်သုံးပါးတွင် ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂလမ်းစဉ်မှာ ကာမချမ်းသာကို ခံစားရန် အတွက်သာ ဦးတည်ချက်ထား၍အလုပ်ကိုမကြိုးစား အချောင်သမားတို့ ကျင့်သုံးသောလမ်းစဉ်ဖြစ်သောကြောင့် ထိုလမ်းစဉ် အရ ကျင့်သုံးသောသူကို လူ့–ဟူ၍ရင်း၊

အတ္တကိလမထာနုယောဂလမ်းစဉ်မှာ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး၍ အလုပ်ကိုကြိုးစားသော်လည်း အားသုံးပါးဂုဏ်အင်္ဂါများနှင့် အညီ မကြိုးစားသောကြောင့် ရသင့်ရထိုက်သော အကျိုးများကို မခံစားရဘဲ ကိုယ်ပင်ပန်းခြင်းသာ အဖတ်တင်သော လမ်းစဉ်ဖြစ်၍ ထိုလမ်းစဉ်အရ ကျင့်သုံးသောသူကို လူး–ဟူ၍ ရင်း၊

မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်မှာ =

၁။ အတွေးလည်းမှန်၊ အမြင်မှန်လည်းရသော ဥာဏအား နှင့် ပြည့်စုံသည့်လူတော်ဖြစ်ခြင်း။

၂။ စကားလည်း ချိုသာ၊ ကိုယ် အမူအရာလည်း နူးညံ့၊ သန့်စင်သော အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းရှိသောစာရိတ္တ အားနှင့်ချည်း ပြည့်စုံသည့်လူကောင်းဖြစ်ခြင်း။

၃။ သတိရှေ့ထား စိတ်အားလည်းကြံ့ခိုင် ပိုင်နိုင်သည့် ဇွဲလုံ့လရှိသော ကာယအားနှင့် ပြည့်စုံသည့် လုပ်သား ကောင်းဖြစ်ခြင်း။

အထက်ပါ အားသုံးပါးဂုဏ်အင်္ဂါများနှင့်အညီ ကျင့်သုံးရသော လမ်းစဉ်ဖြစ်၍ ကိုယ့်လုပ်အားနှင့် အညီအမျှ အကျိုးခံစားရသောကြောင့် ထိုလမ်းစဉ်အရ ကျင့်သုံးသောသူကို လူ-ဟူ၍ရင်း အသီးသီးခေါ်တွင်ရလေသည်၊ ထို့ကြောင့် လူဟူသော ဝေါဟာရနှင့် ထိုက်တန်လိုသူ ဟိန္ဒူများသည် ဤမဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်အတိုင်းသာ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ကြရန် သင့်ပေသည်။

ထို့တွင် အတွေးမှန်ခြင်းသည် သမ္မာသင်္ကပ္ပ

အမြင်မှန်ခြင်းသည် သမ္မာဒိဋ္ဌိ။

စကားချိုသာခြင်းသည် သမ္မာဝါစာ။

ကိုယ်အမူအရာနူးညံ့ခြင်းသည် သမ္မာကမ္မန္တ။

သန့်စင်သောအသက်မွေးမှုရှိခြင်းသည် သမ္မာအာဇီဝ။

သတိရှေ့ထားခြင်းသည် သမ္မာသတိ။

စိတ်အားကြံ့ခိုင်ခြင်းသည် သမ္မာသမာဓိ။

ငြိုလို့လရှိခြင်းသည် သမ္မာဝါယမ ဟု

အသီးသီး အမည်ရသည်ဖြစ်၍ ၎င်းအမည်များကိုပင် မဂ္ဂင် (၈)ပါး ၎င်းမဂ္ဂင်(၈)ပါးကိုပင် မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျင့်စဉ်များဟု ခေါ်တွင်ရလေသည်။

## ၎င်းမဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်(၈)ပါးတွင်

၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ–သမ္မာသင်္ကပ္ပသည် ဥာဏအား လူတော်ဖြစ်ရေးလက္ခဏာ(၂)ပါး။

၂။ သမ္မာဝါစာ–သမ္မာကမ္မန္တ သမ္မာအာဇီဝသည် စာရိတ္တအား လူကောင်းဖြစ်ရေးလက္ခဏာ(၃)ပါး။

၃။ သမ္မာဝါယမ--သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိသည် ကာယအား လုပ်အားကောင်းဖြစ်ရေးလက္ခဏာ(၃)ပါး ဟု အသီးသီးခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ သေသေချာချာ မှတ်ထားသင့်သည်၊ သို့မှသာ ဉာဏအားနှင့် ပြည့်စုံသူကို လူတော်၊ စာရိတ္တအားနှင့် ပြည့်စုံသူကိုလူကောင်း၊ ကာယအားနှင့် ပြည့်စုံသူကို လုပ်သားကောင်းဟု ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်သိစွမ်းနိုင်၍လူဆိုသည်မှာအားသုံးပါးနှင့်အညီ တော်လည်းတော်၊ကောင်းလည်းကောင်း၊ လုပ်သားကောင်းလည်းဖြစ်သောသူနှင့်သာ ထိုက်တန်သော ဝေါဟာရဖြစ်ကြောင်း ကောင်းကောင်းကြီးသိရမည်သာဖြစ်သည်။

ထိုလူ ဟူသော ဝေါဟာရတွင် ကပ်လာသည့် ဟထိုးသဘောမှာ နိုးကပ်သောသဘော ငြိကပ်သောသဘောကို ဆောင်သည်ဖြစ်၍ ဤလက်ရှိဘဝနှင့် နိုးကပ်သော သို့မဟုတ် ဤလက်ရှိဘဝကို ငြိကပ်သော အခြေခံအကြောင်းတရားကား ဒါနတရားသာဖြစ်သောကြောင့် တမလွန်ဘဝတွင် လူဖြစ်စေလိုသော ဆန္ဒဖြင့် လုပ်အားသစ်တရပ် အနေဖြင့် ပရဟိတသဘောထားကာ အလှူဒါနပြုကြသည်၊ ထို ပရဟိတသဘောဖြင့် အလှူဒါနပြုကြခြင်းသည် လူသေလျှင်လူပြန်ဖြစ်ရေးအတွက် အကောင်းဆုံးသော ပရဟိတလုပ်ငန်းဖြစ်သည်၊ သို့သော် "လူသေလျှင် လူဘဲဖြစ်ရမည်" ဟူ၍ကား တထစ်ချမမှတ်ယူသင့်ပါ၊ လူဖြစ်ရန်အတွက် ပရဟိတလုပ်ငန်းဖြစ်သည့် အလှူဒါနကို အထက်တွင်ပြဆိုခဲ့ပြီးသော အားသုံးပါးနှင့်အညီ စနစ်တကျ ပြုနိုင်မှသာ လူဖြစ်နိုင်သည်။

ထို့ကြောင့် လှူဆိုသည်မှာ အင်္ဂါသုံးပါးနှင့် ညီညွတ်သော လူသား၏လူသေလျှင်လူပြန်ဖြစ်ရေးအတွက်သို့မဟုတ် ရင်းစားရရေးအတွက် ပရဟိတသဘောထားသော ထပ်ဆင့်လုပ်အားပင်

ဖြစ်သည်ဟု အထက်ကဆိုခဲ့ပါသည်၊ လူ့လို့ လူဖြစ် လူဖြစ်လို့ လူ့ ဟု သဘောထား၍ ရှေးပညာရှိကြီးများက ဒါနဟူသော ပါဠိစကား၏အဓိပ္ပါယ်ကို မြန်မာဝေါဟာရသက်သက်ဖြင့် လှူ ဟူသော ဝေါဟာရနှင့် ဆက်စပ်၍ လှူ ဟု ဝေါဟာရထွင်ခဲ့ခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

လူ လူ့ လူး ဟု အခြေအနေအရ ဝေါဟာရ သုံးမျိုး ပြားသကဲ့သို့ လှူ လှူ့ လှူး ဟူ၍လည်း သဘာဝအားလျော်စွာ ဝေါဟာရသုံးမျိုးများသင့်သည်။

ထို့တွင် မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျလှူသော ဒါနကိုမူ– ကာမသုခလ္လိကနှင့်အညီ အနာဂတ်ဘဝ ကာမချမ်းသာကို တောင့်တ၍ လှူသောဒါနကိုလှူ– အတ္တကိလမထ နှင့် အညီ ပစ္စုပ္ပန်ဂုဏ်ပကာသနကို တောင့်တ၍ လှူသောဒါနကို လှူး– ဟု အသီးသီး ခေါ်ဆိုရန်သင့်ပေသည်။

သူသေ လူဖြစ်ဝတ္ထု

ရှင်တော်ဘုရားလက်ထက်တော်အခါ ပျို့ပြစ်နုနယ်ငယ်ရွယ်သော သာမဏေဘဝကပင်တရားထူးရ၍ ရဟန္တာဖြစ်သွားကြသော သာမဏေကျော်လေးပါး ထွန်းကားခဲ့သည်၊ ထို သာမဏေကျော် လေးပါးတွင် တပါးအပါအဝင် ဖြစ်သော တိဿသာမဏေသည် လူလိုလှူသဖြင့် လူဖြစ်လာသည့် လူဝင်စား သာမဏေပင်ဖြစ်သည်၊ လူသေလို့ လူဖြစ်လာသော ထုံးသာဓကကို လက်တွေ့ပြပါဟုဆိုလျှင် တိဿသာမဏေကို ပင် ပြရပေမည်။

အဆိုပါ တိဿသာမဏေသည် ခုနှစ်နှစ်အရွယ် သူငယ်ကလေးဘဝကပင် ရှင်သာရိပုတ္တရာထံမှောက် သာမဏေဘဝ

ရောက်စ တစပဉ္စကကမ္မဋ္ဌာန်းကိုမှီးငြမ်းပြု၍တရားထူးရလာသည့် မှတ်တမ်းဝင် သာမဏေကျော်တပါးပင် ဖြစ်သည်၊ ထိုသို့ မှတ်တမ်းတင်လောက်အောင် ပြောင်မြောက်ထူးချွန်လာရသည် မှာ အကြောင်းမဲ့ကား မဟုတ်ပါ၊ ပုဏ္ဏားဖြစ်စဉ် ဘဝက ရှင်သာရိပုတ္တရာအား လှူလိုလှူခဲ့သော အလှူဒါနကြောင့်သာ မှတ်တမ်းတင်လောက်အောင် ထူးချွန်ပြောင်မြောက်လာရသည့် အပြင် ပုဏ္ဏားသေ၍ ဝင်စားလာသော လူဝင်စားလည်းဖြစ်ရ သည်။

မှန်ပါသည်၊ လူဝင်စားဆိုသည်မှာ လူ့ဘဝတခုမှ လူ့ဘဝ တခုသို့ ဘဝမခြားဘဲ တဆက်ထည်း ကူးပြောင်းလာသူကို လူဝင်စားဟု ဆိုစမှတ်ပြုကြသည်၊ လူသေ၍ လူဖြစ်လာသူဟု ဆိုလိုပါသည်၊ တိဿသာမဏေကျော်သည်လည်း ပုဏ္ဏားဘဝမှ မခြားဘဲ တဆက်တည်းလူဖြစ်လာသော လူဝင်စားပင် ဖြစ် သည်၊ ထိုသို့ လူဝင်စားဖြစ်ရန်မှာ လွယ်ကူလှသော အလုပ် မဟုတ်ပါ၊ မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ အလှူဒါနပြုမှသာ သေချာ ပေါက် လူဝင်စားဖြစ်နိုင်သည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မဇ္ဈိမ ပဋိပဒါကျကျ အလှူဒါနပြုခဲ့စဉ်က မုတ္တိအနာလယော အရ ဗဟိဒ္ဓတဏှာစွဲနှင့် အတ္တစွဲကို ဖေါက်ခွဲနိုင်ခဲ့၍ အနတ္တသဘော အားဖြင့် ခဏိကနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ခဲ့သောကြောင့် တရားထူးရရန် အခြေခံအကြောင်း ကောင်းကောင်းကြီး ပြည့်စုံ လာရကား တဆင့်တက်၍ တရားအားထုတ်နိုင်ရန် အတွက် တဆက်တည်း လူ့ဘဝ တဖန်ဖြစ်လာရပြန်သည်၊ တိဿ သာမဏေမှာလည်း ထိုနည်းရင်းပင် ပုဏ္ဏားဘဝက မဇ္ဈိမပဋိ ပဒါကျကျ အလှူဒါနပြုခဲ့သောကြောင့် တဆင့်တက်၍ တရား အားထုတ်ရန်အတွက် ပုဏ္ဏားဘဝက စုတေသောအခါ လူ

ဝင်စားဖြစ်၍ တစပဥ္စကကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်လျှင် တရားထူး ရကာ သာမဏေကျော်လေးပါးတွင် တပါးအပါအဝင်ဖြစ်လာ ရသည်၊ ထို့ကြောင့် မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ အလှူဒါနပြုလျှင် သို့မဟုတ် လူလိုသိ၍ လူလိုလှူလျှင် တရားရရန်အတွက် လူ သေ လူဖြစ်ရသည်မှာ သေချာသည်။

သို့သော် မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ အလှူဒါနမပြုကြဘဲ တခါ တရံ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်၍ သို့မဟုတ် အခွင့်ကောင်းရ၍ လူ သေ လူဖြစ်လာသော လူဝင်စားများ အချို့ရှိပါသေးသည်၊ ထိုသူများမှာ တိဿသာမဏေကဲ့သို့ မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ အလှူ ဒါနမလုပ်ခဲ့တဲ့အတွက် တရားထူးမရဘဲ ပုထုဇဉ်အရှုံးဘဝနှင့် သာ နေကြရသည်။

ဆိုလိုသည်မှာ လူဝင်စားဆိုတိုင်း တရားထူးရမည်ကား မဟုတ်၊ မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ အလှူဒါန ပြုလုပ်ခဲ့သူများမှ သာ တရားထူးရနိုင်သည်၊ လူလိုလှူ၍ လူဖြစ်လာသူမှ တရား ထူးရသည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

လူလိုမလှူပဲ အနာဂတ်ဘဝ ကာမချမ်းသာကို တောင့် တ၍ လှူသောလူ့အလှူများမှာ လူသေလျှင် လူဖြစ်နိုင် သည် ဟု ဘဝအာမခံချက်မရပါ၊ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်သည့် အားလျော်စွာ လူလည်းဖြစ်နိုင်သည်၊ နတ်လည်းဖြစ်နိုင်သည်၊ အပါယ်ဘုံသားလည်း ဖြစ်နိုင်သည်၊ ပါဏာတိပါတ စသော မကောင်းသောအလုပ်များကို လုပ်နေသည့်သူများအတွက်မှာမူ လူဖြစ်လျက် လူအလုပ်ကိုမလုပ်သောသူများဖြစ်၍ လူစာရင်းမှ ပယ်ဖျက်ပြီးဖြစ်သောကြောင့် လူသေလူဖြစ်စာရင်းတွင် မပါဝင် တော့ပဲ လူသေခွေးဖြစ်စသော စာရင်းတွင်သာ ပါဝင်တော့ သည်။

ထို့ကြောင့် လူသေလူဖြစ်၍ တိဿသာမဏေကဲ့သို့ တရား ထူး ရလိုသူများသည် အလှူဒါနပြုရာ၌ မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ အလှူဒါနပြုသင့်လှပေသည်။

သို့သော် နောက်ဘဝတွင်မှ တရားထူးရရန်အတွက် မစောင့် လိုတော့ဘဲ ဤဘဝတွင်ပင် တရားထူးရရန် ရည်သန်တော်မူ ကြသော ပါရမီရှင်များအတွက်မှာမူ မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ အလှူ ဒါန ပြုရေးထက် အရေးတကြီးပြုလုပ်ရမည့် သီလ လုပ်ငန်း သမာဓိလုပ်ငန်း ဝိပဿနာပညာလုပ်ငန်းများကို မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ကျကျ ကြိုးပန်းရမည်သာဖြစ်သည်။

အထက်ပါလုပ်ငန်းသုံးရပ်ကို မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ ကြိုးပမ်း ပါက ဆကယ်၍ တိဿသာမဏေကဲ့သို့ တရားထူးရကြမည် ဆိုပါလျှင် လူသေလျှင် ဘာမျှမဖြစ်တော့ဘဲ ဘဝချုပ်ငြိမ်း သည့် စစ်မှန်သော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားရမည်သာ ဖြစ် သည်။

သို့သော် ငါတရားအားထုတ်နေသာဘဲ အလှူဒါနပြုစရာ မလိုဟူ၍ရှင်း၊ ငါတရားထူးရနေမှာဘဲ အလှူဒါနပြုစရာမလို ဟူ၍ရှင်း၊ ဤသို့လွဲမှားသော အယူအဆများကို မယူဆမိရန် အတွက် တိဿသာမဏေကျော်လိုပင် ထုံးသာဓကအဖြစ် တင်ပြ စဉ်းစားသင့်ပေသည်။

တိဿသာမဏေကျော်သည် ပုဏ္ဏားဘဝက အလွန်ဆင်းရဲ လှသည်၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ ငယ်သူငယ်ချင်းဖြစ်သည်၊ ရှင်သာရိ ပုတ္တရာကလည်း သူငယ်ချင်းအား သနားသဖြင့် နေ့စဉ်ဆွမ်းခံ ကြွသည်၊ ပုဏ္ဏားကလည်း လှူစရာဘာမှမရှိသဖြင့် ရှင်သာရိ ပုတ္တရာ ကြွလာသည်ကိုမြင်လျှင် ပုန်း၍ပင်နေရသည်၊ ရှင်သာရိ ပုတ္တရာကလည်း ဝတ္တရားမပျက် နေ့စဉ်ရက်ဆက်ပင် ဆွမ်းခံ

ဝင်တော်မူသည်၊ တနေ့တွင် ပုဏ္ဏားပွဲတခုမှ ထမင်းတနပ်စာနှင့် ဖျင်ကြမ်းတစရလာသည်၊ ထိုနေ့တွင် လှူဘွယ်ဝတ္ထုရသဖြင့် ဝမ်းသာအားရဖြင့် ရှင်သာရိပုတ္တရာ ဆွမ်းခံအလာကို စောင့်ကြို နေသည်၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာ ကြွလာသောအခါ—

၁။ လူ့ဘဝသည် အလွန်ဆင်းရဲလှသည်-ဟု ဘဝ အခြေအနေအပေါ် မှန်သောအတွေးအခေါ် ဝင်လာသည်၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပဖြစ်လာသည်ဟု ဆိုလိုသည်။

၂။ ဤအလှူဒါနဖြင့် စစ်မှန်သောချမ်းသာကို ရအံ့ဟု အမြင်မှန်ရလာသည်၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်လာသည်ဟု ဆိုလိုသည်၊ ထိုအခိုက်တွင် ဉာဏအားနှင့် ပြည့်စုံ၍ လူတော်ဖြစ်နေသည်၊ လှူလိုသော စေတနာ ကပ်နေခိုက်ဖြစ်၍ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တ သမ္မာအာဇီဝဟူသော စာရိတ္တအားသုံးပါးနှင့်ပြည့်စုံ၍ လူကောင်းလည်း ဖြစ်နေသည်။

၃။ ရှင်သာရိပုတ္တရာ အိမ်ရှေ့ရောက်လာသောအခါ တနပ်စာသော ထမင်းနှင့် ဖျင်ကြမ်းတစကို မုတ္တိလွတ်လွတ် ကျွတ်ကျွတ် အနာလယ အာလယပြတ် ကိုယ်ကျိုးကို စွန့်လျက် ပရဟိတအကျိုးအတွက် အနတ္တသဘောကို သတိပြု၍ တည်ငြိမ်သောစိတ်ထားဖြင့် လုံ့လပြုကာ လုပ်သားကောင်းလက္ခဏာနှင့်အညီလှူဒါန် လိုက်သည်။

အထက်ပါလူတော်လက္ခဏာ ဉာဏအား (၂)ပါး လူကောင်းလက္ခဏာ စာရိတ္တအား (၃)ပါး၊ လုပ်သားကောင်း လက္ခဏာ ကာယအား (၃)ပါး ဤမဂ္ဂင်(၈)ပါးနှင့်အညီ လှူဒါန်းလိုက်သဖြင့် မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ အလှူဒါနပြုသည် ဟု ဆိုရသည်။

လှူပြီးသောခဏတွင်ပင် အာဟာရပြတ်၍ လေဖြတ်လိုက်သဖြင့် မတ်တတ်ကလေး၍ သေပွဲဝင်ရသည်၊ ပုဏ္ဏားဘဝက မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ အလှူဒါနပြုသဖြင့် ရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ ဆွမ်းဒါယကာအိမ်တွင် လူဝင်စားဖြစ်၍ လူသေလူဖြစ်သည့်အတွက် သာမဏေအဖြစ် ရပ်တည်ပေးခဲ့သည်။

(၇) နှစ်အရွယ် ရောက်သောအခါ ၎င်းရှင်သာရိပုတ္တရာ အထံတော်တွင် သာမဏေအဖြစ်ခံယူ၍ တစပဉ္စကကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်းလျက် တရားအားထုတ်ရာ တရားထူးရ၍ ရဟန္တာဖြစ်လာသည်၊ သာမဏေကျော်လေးပါးတွင် တပါးအပါအဝင်ဖြစ်၍ စံတင်လောက်သော တိဿသာမဏေကျော်တပါး ဖြစ်လာသည်။

ဤသည်ကိုထောက်၍ သူများအကျိုးဆောင် ကိုယ့်အကျိုးအောင်သော သာဓကတခု ပြပါဆိုလျှင်လည်း တိဿသာမဏေကျော်ကိုသာ ပြသင့်ပေသည်။

တိဿသာမဏေကျော်သည် ငါတရားထူးရပြီးပြီဟု အမှုမဲ့အမှတ်မဲ့ မနေမူ၍ ရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ ဝတ်ကြီး ဝတ်ငယ်အားလုံးကို ပြုသည့်အပြင် သံဃာတော်များအားလည်း ကမ္ဗလာကြိုးထည်များကို မိမိကိုယ်တိုင်အလှူခံ၍ ကမ္ဗလာသင်္ကန်းအလှူကို လှူတော်မူသည်၊ ထိုအခါမှစ၍ ကမ္ဗလတိဿ ဟု အမည်ထူးရတော်မူသည်။

အထက်ပါသာဓကကို ထောက်ဆပြန်လျှင်လည်း တရားအားထုတ်ဆဲ ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် တရားထူးရပြီ ဟု ဝန်ခံသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် အလှူဒါနပြုစရာမလိုဟု အယူအဆမလွဲမှား ကြဘဲ ကြိုးစား၍ လှူဒါန်းသင့်လှပါသည်။

အလျှုဒါနပြုစရာမလိုဟု အယူအဆမှားသူများမှာ မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ကို သဘာဝကျကျ မသိသောကြောင့်သာဟု ဆိုချင်ပါသည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ကို ယထာဘူတကျကျ သိလေလေ အလှူလုပ်ချင်လေလေ ဖြစ်သောကြောင့်ပင်ဖြစ်ပါသည်၊ ထို့ကြောင့် မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ကို စနစ်တကျလေ့လာသင့်ကြပါသည်။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ဆိုသည်မှာ တခြားမဟုတ်ပါ မှတ်လွယ်သိလွယ်သော စကားများဖြင့် ရေးသားရမည်ဆိုပါလျှင် စိတ်ပင်ပန်း၍ ကိုယ်ချမ်းသာသော ကာမသုခလ္လိက လမ်းစဉ်နှင့် ကိုယ်ပင်ပန်း၍ စိတ်ချမ်းသာသော အတ္တကိလမထလမ်းစဉ်နှစ်ခုတို့၏ အလယ်အကြားရှိ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာသော လမ်းစဉ်ပင်ဖြစ်သည်။

## ထိုမဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်တွင်

၁။ လူတော်လက္ခဏာဖြစ်သည့် ...

(က) သမ္မာသင်္ကပ္ပ -အတွေးအခေါ်မှန်ခြင်း။
(ခ) သမ္မာဒိဋ္ဌိ–အမြင်မှန်ခြင်း ဟူသော ဥာဏ်အား (၂)ပါး။

၂။ လူကောင်းလက္ခဏာဖြစ်သည့် -

(က) သမ္မာဝါစာ -မှန်သောစကားရှိခြင်း၊
(ခ) သမ္မာကမ္မန္တ–မှန်သောအပြုသဘောရှိခြင်း။
(ဂ) သမ္မာအာဇီဝ မှန်သောအသက်မွေးဝမ်းကြောင်း ရှိခြင်းဟူသော စာရိတ္တအား(၃)ပါး၊

၃။ လုပ်သားကောင်းလက္ခဏာဖြစ်သည့်—

(က) သမ္မာဝါယာမ—မှန်သောဇွဲလုံ့လရှိခြင်း။
(ခ) သမ္မာသတိ—မှန်သောသတိရှိခြင်း၊
(ဂ) သမ္မာသမာဓိ—မှန်သော စိတ်တည်ငြိမ်မှုရှိခြင်း
ဟူသော ကာယအား(၃)ပါး

ဟု အင်္ဂါအားဖြင့် မဂ္ဂင်(၈)ပါး ပါဝင်သည်၊ လုပ်အား အနေအားဖြင့်မူကား— လူကောင်း၊လက္ခဏာဖြစ်သည့် စာရိတ္တအား (၃)ပါးနှင့်ပြည့်စုံသောလုပ်ငန်းကို သီလလုပ်ငန်းဟူ၍ရင်း၊

လုပ်သားကောင်းလက္ခဏာဖြစ်သည့်ကာယအား(၃)ပါးနှင့် ပြည့်စုံသောလုပ်ငန်းကို **သမာဓိ**လုပ်ငန်းဟူ၍ရင်း—

ဤမဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်တွင် လုပ်ငန်းသုံးရပ်ပါဝင်သည်။

ထိုလုပ်ငန်းသုံးရပ်နှင့် လမ်းစဉ်သုံးသွယ်ကိုခွဲဝေမည်ဆိုပါက

၁။ ကာမသုခလ္လိကလမ်းစဉ်သည် စာရိတ္တပျက်ပြား သီလကြောင် အချောင်သမားများ လိုက်စားသောလမ်းစဉ်ဖြစ်သည်။

၂။ အတ္တကိလမထလမ်းစဉ်သည် ဉာဏအား ပျက်ပြား အတွေခေါင် တဇွတ်ထိုးသမားများ လိုက်စားသော လမ်းစဉ်ဖြစ်သည်။

၃။ မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်သည် ကာယ၊ ဉာဏ၊ စာရိတ္တ ဟူသော အားသုံးပါး အညီအမျှထား၍ သတိအား ကောင်းသောသူများ လိုက်စားသော လမ်းစဉ်ဖြစ်သည်။

## သီလလုပ်ငန်း

သီလလုပ်ငန်းဆိုသည်မှာ သူတပါးအကျိုးပျက်ပြားစေသည့် မကောင်းသော ကာယကံမှု ဝစီကံမှုများကို မပြုမိအောင် ကိုယ်ချင်းစာတရား လက်ကိုင်ထား၍ ထိန်းကြောင်းရသော လုပ်ငန်းဖြစ်သည်၊ ဤသို့ ကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာများကို ပျော့ပျောင်း နူးညံ့လာအောင် ထိန်းကြောင်းထားနိုင်သူကို စာရိတ္တအားနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ အကျင့်စာရိတ္တကောင်းသူ ဟူ၍ရင်း လူတော်လူကောင်းတယောက်ပါဟူ၍ရင်း ဆိုရသည်။

အချုပ်အားဖြင့်—

မုသာဝါဒ—မမှန်သောစကား။

ပိသုဏာဝါစာ—ကုန်းချောသောစကား။

ဖရုသဝါစာ—ကြမ်းထန်းသောစကား။

သမ္ဖပ္ပလာပ—အတင်းအဖျင်းစကား။

ဤစကားလေးခွန်းသည် သူတပါးအကျိုးကို ပျက်ပြားစေသော စကားများဖြစ်၍ လုံးဝမပြောကြားမိအောင် မိမိ၏ နှုတ်အမူအရာကို ထိန်းကြောင်းထား၍ မှန်သောစကား စေ့စပ်သောစကား နူးညံ့သောစကား အကျိုးရှိသောစကား ဤစကားမျိုးကိုသာ ပြောကြားရသော သမ္မာဝါစာ—

ပါဏာတိပါတ—သတ်ဖြတ်သောအမှု။

အဒိန္နာဒါန—ခိုးဆိုးတိုက်ခိုက်မှု။

ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ—မှုဒိန်းကျင့်မှု။

ဤလုပ်ငန်းသုံးရပ်သည် သူတပါးအကျိုးကို ပျက်ပြားစေသော လုပ်ငန်းရပ်များဖြစ်၍ လုံးဝမပြုမိအောင်၊ မိမိ၏ ကိုယ်

အမူအရာကို ထိန်းကြောင်းထားလျက် မေတ္တာကရုဏာ အခြေခံသော ကိုယ်ချင်းစာတရားဖြင့် ပရဟိတလုပ်ငန်းကို ပြုလုပ်ရသော သမ္မာကမ္မန္တ။

အထက်ပါစကားလေးခွန်း အလုပ်သုံးမျိုးကို အတ္တဟိတအတွက်ပင် မပြုလုပ် မပြောဆိုသော သမ္မာအာဇီဝ။

ဤသမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝဟူသော မဂ္ဂင်သုံးပါးနှင့်အညီ မိမိ၏ကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာများကို သူတပါးအကျိုး မပျက်ပြားစေရန်အတွက် ကိုယ်ချင်းစာတရားဖြင့် ထိန်းကြောင်းရသောအလုပ်ကို သီလလုပ်ငန်းဟု ခေါ်သည်။

## အရက်နှင့်ဘိန်း

အချို့ အရက်ကြိုက်တတ်သူ၊ ဘိန်းစားလိုသူများက အရက်သောက်ခြင်း၊ ဘိန်းရှူခြင်းသည် ထိန်းကြောင်းရမည့် စာရိတ္တအင်္ဂါ(၇) ချက်တွင် မပါဝင်သောကြောင့် သောက်ကောင်းသည်၊ ရှူကောင်းသည်ဟုပင် အဆိုပြုလာကြသည်။

အရက်သောက်ခြင်း၊ ဘိန်းရှူခြင်းသည် စာရိတ္တအင်္ဂါ (၇) ချက်တွင် မပါဝင်သည်မှာ မှန်ပါသည်၊ သို့သော် စာရိတ္တပျက်ပြားခြင်း၏ အကြောင်းရင်းကို ရှာပါဟုဆိုလျှင် ဤအရက်သောက်ခြင်း၊ ဘိန်းရှူခြင်းသည် မှန်ကန်တိကျသောအကြောင်းရင်းပင်ဖြစ်သည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အရက်နှင့်ဘိန်းသည် အခြားသောအစာအဟာရနှင့်မတူပါပေ၊ အရက်က မူလအသိစိတ်ဓာတ်ကို တက်ကြွစေ၍ ဘိန်းက ထိုင်းမှိုင်းနိမ့်ကျစေသည်၊ မူလ အသိ

စိတ်ဓာတ် တက်ကြွလာသောအခါ အာရုံအမျိုးမျိုးကို စိမ့် စိတ်ကူး၍ ထိန်းချုပ်မထားနိုင်အောင် လွင့်ပါးလာသည်၊ မူလ အသိစိတ်ကို ထိန်းချုပ်သော ကိရိယာမှာ သတိသာဖြစ်သည်၊ အရက်အရှိန်ကြောင့် စိတ်လွင့်ပါးသည်ထက် လွင့်ပါးလာသော အခါ ထိန်းချုပ်မှုကိရိယာပြုတ်၍ သတိလက်လွှတ်ဖြစ်လာ တတ်သည်၊ သတိလက်လွှတ်ဖြစ်လာပြီဆိုပါက မပြောရဲ-မဆိုရဲ မလုပ်ရဲသော အလုပ်ဟူသမျှ ဘာမျှမရှိတော့ဘဲ သမ္မာဝါစာ အရ မပြောသင့်သော စကားများကို ပြောလာတတ်သည်၊ သမ္မာကမ္မန္တအရ မပြုသင့်သောအလုပ်များကို လုပ်လာတတ် သည်၊ တခါတရံ သမ္မာအာဇီဝအရ ဝမ်းရေးအတွက် သတ်မှတ် ချက်များကို ချိုးဖေါက်၍ ပြုမူပြောဆို လာတတ်သည်၊ ထို့ကြောင့် အရက်သောက်ခြင်းသည် သတိလက်မလွှတ်သေးက စိတ်ကူးကောင်းရုံလောက်သာရှိသေး၍ အပြစ်မရှိသေးဟု ဆိုရ ငြားသော်လည်း အရက်အရှိန်တက်၍ သတိလက်လွှတ်ဖြစ်လာ သောအခါ အရူးနှင့်မခြား ဘာမဆို လုပ်တတ်သည်ဖြစ်၍ စာရိတ္တပျက်ပြားခြင်း၏ အကြောင်းရင်း အစစ်ကေန်ဖြစ်သည်။

ဘိန်းသည် အရက်နှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ပင် ဖြစ်သည်၊ အရက် သည် စိတ်ကိုလွင့်ပါးစေသလောက် ဘိန်းသည် စိတ်ကိုထိုင်းမှိုင်း နိမ့်ကျစေသည်၊ အရက်သောက်လျှင် မလုပ်သင့်သော အလုပ် များကို လုပ်မိသည်၊ ဘိန်းစားလျှင် လုပ်သင့်သောအလုပ်များ ကို မလုပ်မိဘဲရှိတတ်သည်၊ မလုပ်သင့်သောအလုပ်ကို လုပ်မိက အကျိုးယုတ်သလို လုပ်သင့်သောအလုပ်ကို မလုပ်မိက အကျိုး ဆုတ်သည်၊ သို့သော် ခေတ်လူသားများသည် အရက်သောက် ခြင်းကို ချွင်းချက်ထား၍ ခွင့်ပြုနိုင်ငြားသော်လည်း ဘိန်းစား

ဟု အခေါ်ခံရလျှင် အလွန်နာတတ်သည်၊ အရက်သမားနှင့် ဘိန်းစားသည် သတိတည်းဟူသော ထိန်းချုပ်မှု ကိရိယာ ပြုတ်လာသောအခါ ဘိန်းစားကလုပ်သင့်သည်ကို မလုပ်မိ၍ သူ့အတွက် အကျိုးယုတ်ရှိသာရှိသည်၊ သူတပါး အကျိုးကို မည်သို့မှမထိပါးစေပါ၊ အရက်သမားမှာမူ မလုပ်သင့်သည်များ ကို လုပ်မိသဖြင့် သူတပါးအကျိုးကို ပျက်ပြားစေရုံသာမက မိမိအကျိုးလည်း ဘာမျှမရှိပေ၊ ထို့ကြောင့် အရက်သောက် ခြင်း၊ ဘိန်းစားခြင်းများသည် စာရိတ္တ ပျက်ပြားစေသော အကြောင်းများဖြစ်၍ စာရိတ္တအင်္ဂါ (၇) ပါးတွင် တိုက်ရိုက် အားဖြင့် မပါဝင်စေကာမူ ရှောင်ရှားရန်သင့်ပေသည်။

သို့သော် ချွင်းချက်ကား ရှိပါသေးသည်၊ သုရာမေရယ မဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာတွင် ပမာဒဋ္ဌာနာ ဟု ဝိသေသလက္ခဏာ ထည့်ထားပါ သဖြင့် သတိ ကင်းပျောက် လောက်အောင် မသောက်စားကြမူ၍ ကျန်းမာရေးအတွက် ဆေးအဖြစ် ဝါး အဖြစ် သောက်စားပါမူကား သောက်စားသင့်ပါသည်၊ဤကား ပုထုဇဉ်လူသားများအတွက် ချွင်းချက်ပင်ဖြစ်ပါသည်၊ အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်မှာမူ ချွင်းချက်လုံးဝမထားဘဲ ရှောင်ရှား မြဲ ဓမ္မတာပင်ဖြစ်၍ အရိယာ စစ်-မစစ်ကို မှတ်ကျောက် တင် ကြည့်ရာတွင် အရက်နှင့်ရေ ရောတိုက်ကြည့်က ရေသာဝင်၍ အရက်မဝင်ကြောင်းဖြင့် အခိုင်အမာအဆိုပြုလျက်ပင် ရှိပါ သည်။

ဂရုဓမ္မ -

အလေးအနက်ပြု၍ ထိန်းကြောင်းသင့်သော သီလလုပ်ငန်း ကို ဂရုဓမ္မခေါ်သည်၊ လူသားအားလုံး အကျင့်စာရိတ္တ

ကောင်းမွန်ရေးအတွက် လေးလေးစားစား လိုက်နာကျင့်သုံး သင့်သောတရားဟု ဆိုလိုပါသည်။

အထက်ပါမဂ္ဂင်သုံးပါးဖြင့် ပြအပ်သော စာရိတ္တအင်္ဂါ (၇)ပါးမှာ လူသာမန်တို့ လိုက်နာရန် ခဲရင်းလှသည်၊ သတိအားကောင်းသော သို့မဟုတ် သတိအားကောင်းရေးအတွက် အဖက်ဖက်က ကြိုးစားနေသော သို့မဟုတ် အတွေးအခေါ် ရင့်ကျက်၍ အသိဉာဏ်ရှိသင့်သလောက် ရှိသောသူများသာ လိုက်နာနိုင်ပေသည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လူသာမန်တို့မှာ သတိတရားအားသေးလှသည်ဖြစ်၍ စကားပြောဆိုရာ၌ သတိမထားမိပေ။

ဥပမာ - ဥပုသ်သည်တယောက်သည် ဥပုသ်ဇရပ်တွင် လူဆုံမိသောအခါ သားကြောင်း သမီးကြောင်းများလည်း ပြောတတ်သည်၊ စီးပွားရေးနှင့် လုပ်ခင်းကိုင်တာအကြောင်းကိုလည်း ပြောတတ်သည်၊ တခါတရံ အတင်းစကား၊ အဖျင်းစကား ဂုံးစကားများလည်း ပါလာတတ်သည်၊ တခါတရံ စိတ်ဆိုး မာန်ဆိုးလည်း ပြောတတ်သည်၊ သို့သော် ထိုစကားများသည် သူတပါးအကျိုးပျက်ပြားစေသော မုသားစကားများ မဟုတ်သဖြင့် မိမိဆောက်တည်ထားသော သီလကို ညှိုးစေသော်လည်း သီလကား မပျက်သေးပေ၊ လူသာမာန်တို့အတွက်မှာမူ သီလ မပျက်လျှင်ပင် စာရိတ္တအားအတွက် သင့်တော်လောက်ပြီဖြစ်၍ ၎င်း၊သမ္မာဝါစာလာ စကားလေးမှ သူတပါးအကျိုးကို ပျက်ပြားစေသည့် မုသာဝါဒတပါးကိုသာယူပါသည်၊ သမ္မာကမ္မန္တလာ ပါဏာတိပါတ၊ အဒိန္နာဒါန၊ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ တို့မှာ သူတပါးအကျိုးကို ပျက်ပြားစေသော အမှုများဖြစ်၍ သုံးပါး

စလုံးကိုပင် ဂရုဓမ္မအင်္ဂါအဖြစ်ယူပါသည်၊ သုရာမေရယမှာမူ မူလအင်္ဂါ(၇)ပါးတွင် မပါဝင်သော်လည်း သူတပါးအကျိုး ပျက်ပြားစေနိုင်သော အကြောင်းရင်း အစစ်ဧကန် ဖြစ်၍ ဂရုဓမ္မအင်္ဂါတွင် ထည့်သွင်းယူရပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဂရုဓမ္မအင်္ဂါသည်—

၁။ ပါဏာတိပါတ — သတ်ဖြတ်ခြင်း။
၂။ အဒိန္နာဒါန — ခိုးဆိုးတိုက်ခိုက်ခြင်း။
၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ — မုဒိန်းကျင့်ခြင်း။
၄။ မုသာဝါဒ — မုသားပြောခြင်း။
၅။ သုရာမေရယ — အရက်သောက်ခြင်း၊ ဘိန်းရှုစားခြင်း

ဟု (၅)ပါးဖြစ်လာသည်၊ ၎င်းကိုပင် (၅)ပါးသီလဟူ၍ရင်း၊ နိစ္စသီလဟူ၍ရင်းခေါ်သည်၊ အကျင့်စာရိတ္တရှိရှိနှင့် လူကောင်း ဖြစ်လိုသူမှန်သမျှ အမြဲထိန်းကြောင်းသင့်သော သီလလုပ်ငန်းဟု ဆိုလိုပါသည်။

မှန်ပေသည်၊ လူသားများသည် မိမိ၏ စားဝတ်နေရေး ဟူသော အရေးသုံးပါး ကိုယ်ကျိုးများအတွက် နေ့စဉ်အလုပ် လုပ်ကြရသည်၊ ထိုသို့ ကိုယ်ကျိုးအတွက် အလုပ်လုပ်ရာတွင် သူတပါး အကျိုးပျက်ပြားစေမည့် အလုပ်များကို ကိုယ်ကျိုး မည်မျှပင်ရှိပါစေ မလုပ်သင့်ပေ၊ အမြဲတစေ ရှောင်ရှားသင့်ပေ သည်၊ ထိုသို့ ရှောင်ရှားလိုက်ခြင်းကိုပင် သီလဟုခေါ်သည်၊ ဤသို့သောသူများကို အကျင့်စာရိတ္တကောင်းသော လူကောင်း တယောက်အဖြစ် အသိအမှတ်ပြုကြသည်၊ ကိုယ့်ကျိုးကိုသာ တဘက်သတ်ကြည့်၍ သူတပါးအကျိုး ပျက်ပြားစေသော

အလုပ်ကို လုပ်မိသူများကိုမူ ငို့ဘသမား၊ အကျင့်စာရိတ္တ ပျက်ပြားသော လူယုတ်မာများ ဟု ခေါ်ဝေါ်သမုတ်ကြ လေသည်။

ကိုယ်ကျိုးကိုသာ ရှေ့တန်းတင်၍ သူတပါးအကျိုးကို ထိပါးစေသော အလုပ်သည် ကာမသုခလ္လိကဖြစ်၍ မလုပ်သင့်ပါ။

ကိုယ်ကျိုးလည်းရှိ၍ သူတပါးအကျိုးလည်း မထိပါးသော အလုပ်များသည်သာ မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျသောအလုပ်ဖြစ်၍ လုပ်သင့် လုပ်ထိုက်ပါသည်။

ဥပမာ - လယ်သမား အလုပ်သမားများသည် ကိုယ်ကျိုးအတွက် အလုပ်လုပ်နေရစေကာမူ စင်စစ်အားဖြင့် သူတပါးစားဝတ်နေရေးအတွက်ပါ အလုပ်လုပ်ပေးနေရပါသည်၊ မိမိ၏ လုပ်အားကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဆန်ရေစပါး၊ လူအသုံးအဆောင်များကို မိမိတဦးတည်းခံစားရသည်မဟုတ်ပါ အများပင် ခံစားရပါသည်၊ ထို့အတူ သူတပါးလုပ်အားမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် ဆန်ရေစပါး လူသုံးပစ္စည်းများကိုလည်း အညမည အားဖြင့်ဝယ်ယူခံစားနေရပါသည်၊ ဤသို့ ကိုယ့်လုပ်အားနှင့် သူ့လုပ်အား အညမညသဘောဖြင့် အချင်းချင်း အကျိုးပြုနေပုံကို သတိထား၍ စဉ်းစားကြည့်သောအခါ "ငါ၏လုပ်အားသည် ကိုယ်ကျိုးအတွက်သာမက သူတပါးအကျိုးအတွက်ပါ ကိုယ်စားပြုနေသည်ဟု သဘောပေါက်လာမည်၊ ထိုသို့ သဘောပေါက်လာအောင် သတိထား၍ ဆင်ချင်စဉ်းစားနိုင်သူကို ဉာဏ်အားကောင်းသော လူတော်တယောက်ဟု ဆိုရပါသည်၊ ငါလုပ်သော အလုပ်သည် ငါ့အကျိုးသာမက သူတပါးအကျိုးကိုလည်း ပြီးမြောက်စေသည်ဟု အတွေးမှန်၍ အမြင်မှန်ရလာ

သဖြင့် မခိုမကပ်တော့ဘဲ စိတ်အားထက်သန်စွာ အလုပ်လုပ်လာကြသည်၊ ထိုသို့ အလုပ်လုပ်သောသူကို ကာယအားနှင့် ပြည့်စုံသော လုပ်သားကောင်းဟု ခေါ် ဆိုရသည်။

ထိုသို့ အမြင်မှန်ရ၍ လုပ်အားပေးသော အလုပ်သမား၊ လယ်သမားများ၏ လုပ်အားသည် ကာယအား ဉာဏအား စာရိတ္တအားတည်းဟူသော အားသုံးပါးနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ လုပ်သော လုပ်အားဟု ဆိုရသည်၊ ထိုလုပ်အားပိုင်ရှင်ကိုလည်း အမြင်မှန်ဖြင့်အလုပ်လုပ်သောကြောင့် လူတော်ဟူ၍ရင်း၊ သူတပါးအကျိုးကို မထိပါးစေသောကြောင့် လူကောင်းဟူ၍ရင်း၊ သတိရှေ့ထား စိတ်ဝင်စားစွာ ဇွဲရှိရှိ အလုပ်လုပ်သောကြောင့် လုပ်သားကောင်းဟူ၍ရင်း ဂုဏ်ပြုခြင်း ခံရလေသည်။

ကျောင်းသင်ပညာ မည်မျှပင်တတ်စေကာမူ ကိုယ်ကျိုးကိုသာ တဘက်သတ်ကြည့်ရှု၍ သူတပါးအကျိုးကို ဥပေက္ခာပြုသော အတွေးအခေါ်ပိုင်ရှင်နှင့် အသိဉာဏ်ပိုင်ရှင် ဖြစ်နေပါမူ ထိုသူ၏ အတွေးအခေါ်နှင့် အသိဉာဏ်သည် မှန်ကန်သော အတွေးအခေါ် မှန်ကန်သော အသိဉာဏ်မဟုတ်သဖြင့် ထိုသူသည် မည်မျှပင် ဒီဂရီဘွဲ့ရဖြစ်စေကာမူ ဉာဏအားပိုင်ရှင် လူတော်တယောက်မဖြစ်နိုင်ပါ၊ ဉာဏအားနှင့် ပြည့်စုံသော လူတော်တယောက်ဖြစ်ရေးမှာ ကျောင်းသင်ပညာနှင့် မဆိုင်ပါ၊ သဘာဝအခြေအနေအပေါ် မူတည်၍ ပရဟိတ စေတနာဖြင့် အတွေးအခေါ်မှန်ခြင်း သမ္မာသင်္ကပ္ပနှင့် အမြင်မှန်ရခြင်း သမ္မာဒိဋ္ဌိနှင့်သာ လုံးဝသက်ဆိုင်ပါသည်။

ထို့အတူ စာရိတ္တအားနှင့် ပြည့်စုံသော လူကောင်းဖြစ်ရေးမှာလည်း ကျောင်းသင်ပညာနှင့်မဆိုင်ပါ၊ အတွေးအခေါ်မှန်၍

အမြင်မှန်ရသော ဥာဏ်အားနှင့် ပြည့်စုံသည့် လူတော်များ၏ သူတပါးအကျိုး မပျက်ပြားစေလိုသော ပရဟိတစေတနာမှ ပေါက်ဖွားလာသောအားကို စာရိတ္တအားခေါ်၍ ထိုအားနှင့် ပြည့်သူကို လူကောင်းဟု ခေါ်ပါသည်၊ လူတော်ဖြစ်လာလျှင် လူကောင်းဖြစ်တတ်၍ လူကောင်းဖြစ်လာလျှင်လည်း လူတော် ဖြစ်လာတတ်ပါသည်။

ထိုမှတဖန် ခွန်အားဗလ မည်မျှပင်ပြည့်စုံစေကာမူ ကာယအားနှင့် ပြည့်စုံသော လုပ်သားကောင်းဟု မဆိုနိုင်ပါ၊ မိမိ၏ လုပ်အားသည် မိမိကိုယ်ကျိုးအတွက်သာ ဟု သဘောထား၍ အလုပ်လုပ်သောသူကို ကာယအားနှင့် ပြည့်စုံသူ ဟု မဆိုရပါ၊ ကိုယ်ကျိုးရှာ အချောင်သမားဟုသာ ဆိုရပါမည်။

မိမိ၏လုပ်အားသည် မိမိကိုယ်ကျိုးအတွက်သာ မဟုတ်၊ သူတပါးအကျိုးအတွက်လည်း ဖြစ်သည်ဟူသော သဘောထား၍ အလုပ်လုပ်သောသူကိုသာ ကာယအားနှင့် ပြည့်စုံသူ ဟု ဆိုရပါသည်။

ဆိုလိုသည်မှာ ပရဟိတစေတနာထား၍ အလုပ်လုပ်သူများသာ အမြင်မှန်လည်းရ စာရိတ္တလည်းကောင်းသဖြင့် ကာယအားနှင့် ပြည့်စုံသော လုပ်သားကောင်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် မိမိ၏လုပ်အားကို ကိုယ်ကျိုးအတွက်သာဟု တဘက်သတ် သဘောမထား၍ တက်တက်ကြွကြွ လုပ်အား ပေးသင့်လှပေသည်၊ ထိုမှသာ မိမိ၏လုပ်အားသည် မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျ၍ လူတော်လူကောင်း လုပ်သားကောင်း အဖြစ် သတ်မှတ်ခြင်းခံရသော လုပ်အားဖြစ်ပေမည်။

## သမာဓိလုပ်ငန်း

သီလလုပ်ငန်းဖြင့် ကာယကံအမှု ဝစီကံအမှုခေါ် မကောင်းသော ဒုစရိုက်များ ပေါက်ဖွားမလာနိုင်အောင် ထိန်းကြောင်းထားလိုက်သောအခါ မိမိပင်ကိုယ်စိတ်အားသည် ပျော့ပြောင်းနူးညံ့လာသည်၊ လျော့ပြီး ဦးပြီးသော ရွှေသည်ပျော့ပြောင်းနူးညံ့နေသဖြင့် လိုရာလိုရာ လက်ဝတ်တန်ဆာများကို လုပ်နိုင်လောက်အောင် အခြေအနေပေးလာသကဲ့သို့ မိမိ၏အသိစိတ်ကို လက်တွေ့အားဖြင့် အသုံးချနိုင်လောက်အောင် အခြေအနေက ပေးလာသည်၊ အခြေအနေပေးလာသည့် အားလျော်စွာ မိမိ၏အသိစိတ်ကို လက်တွေ့အသုံးချလာသော အလုပ်ကို သမာဓိလုပ်ငန်းဟု ခေါ်သည်၊ လက်တွေ့ လုပ်အားဖြစ်၍ ၎င်းသမာဓိလုပ်ငန်းကို ကာယအားဟုလည်း ခေါ်သည်။

ကာယအားတွင် သမ္မာဝါယာမ သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိဟု အင်္ဂါသုံးပါးရှိသည်ဖြစ်၍ သမ္မာဝါယာမအရ မိမိရှုပွားလိုသည့် အာရုံတခုခုကို ရှေးဦးစွာ ရှာဖွေသတ်မှတ်ရသည်၊ ၎င်းရှုမှတ်စရာအဖြစ် ရှာဖွေသတ်မှတ်ထားသော အာရုံကို ရှုကွက်ဟု ခေါ်သည်၊ ပါဠိစကားဖြင့် ပရိမုခဟု ခေါ်သည်။

ရှုကွက်အာရုံသတ်မှတ်ပြီးသောအခါ သမ္မာသတိဖြင့် သတိဥပထပေတွာနှင့်အညီ ထိုရှုကွက်အာရုံကိုထင်ရှားအောင်လုပ်၍ မိမိ၏အသိစိတ်ကို တင်ပေးလိုက်ရသည်။

သတိဖြင့် တင်ပေးလိုက်သောအခါ မိမိ၏ အသိစိတ် ထိုအာရုံအပေါ် စူးစူးစိုက်စိုက်ဖြစ်လာသည်၊ ထိုသို့ အာရုံအပေါ် စူးစူးစိုက်စိုက်ဖြစ်လာမှုကိုပင် သမ္မာသမာဓိဟု ခေါ်သည်။

ဆိုလိုသည်မှာ သမ္မာဝါယာမက ရှုကွက်အာရုံ ရှာပေး၊ သမ္မာသတိက ထိုရှုကွက်အာရုံအပေါ် မိမိ၏အသိစိတ်ကို တင်ပေး၊ သမ္မာသမာဓိက ထိုအာရုံကို စူးစူးစိုက်ရှုပေး၊ ဤသို့ အညီအမျှ အားပေးသောလုပ်ငန်းကို သမာဓိလုပ်ငန်းဟု ခေါ်သည်။

သို့သော် သတိက အာရုံအပေါ်တင်ပေးသော်လည်း မိမိ၏ အသိစိတ်သည် ပထမတွင် တင်ပေးသည့်အတိုင်း စူးစူးစိုက်စိုက် ဖြစ်တည်နေအုံးမည်ကား မဟုတ်ပေ၊ တခြားသော အာရုံများ နောက်သို့ အတန်ငယ်လိုက်လိုက်နေအုံးမည်သာဖြစ်သည်၊ ထိုသို့ အံ့ချော်ပြီး ထွက်ထွက်ပြေးနေသော စိတ်ကို သတိကပင် ဖမ်းဖမ်းပြီး သမ္မာဝါယာမခေါ် ဝီရိယအကူအညီနှင့် တင်တင်ပေးရမည်သာဖြစ်သည်။

ဥပမာ-အာရုံသည် ချည်တိုင်နှင့်တူ၍ သတိက ကြိုးနှင့်တူသည်၊ အသိစိတ်ကမူ နွားငယ်နှင့်တူသည်၊ ချည်တိုင်တွင် ကြိုးနှင့်ချည်ထားသော နွားငယ်သည် ချည်တိုင်နားတွင် မနေလိုဘဲ ရုန်းထွက်စေကာမူ ကြိုးနှင့်ချည်ထားသဖြင့် လွတ်အောင် မရုန်းနိုင်ဟူ၍ မောလာသောအခါ ချည်တိုင်နားတွင်ပင် ရောက်လာရသကဲ့သို့ ထို့အတူ အသိစိတ်သည် မူလအာရုံမှ တခြားအာရုံသို့ ကူးပြောင်းလိုသော်လည်း သတိက ဖမ်းချုပ်ထားသဖြင့် အတော်ကြာသောအခါ ထိုမူလအာရုံပေါ်သို့ပင် ရောက်လာရသည်၊ ထိုအခါ သမ္မာဝါယာမခေါ် ဝီရိယက မူလအာရုံအပေါ် စူးစူးစိုက်စိုက် ဖြစ်လာအောင် ကြပ်ကြပ်မတ်မတ် လုပ်ပေးလာသဖြင့် ထိုအာရုံအပေါ် စူးစူးစိုက်စိုက် ဖြစ်လာသည်၊ ထိုအခါ စိတ်အားကောင်းလာသည်ဖြစ်၍ သတိ ဝီရိယသမာဓိတို့ အညီအမျှ လုပ်အားပေးလာသဖြင့် ထိုမူလ

အာရုံကိုပင် စိတ်အလိုရှိတိုင်း ကစားနိုင် ဖန်တည်းနိုင်သည့် အထိ အစွမ်းသတ္တိရှိလာသည် အစွမ်းသတ္တိရှိသည်ထက် ရှိလာသောအခါ စိတ္တဗေဒပါရဂူဖြစ်လာ၍ ဘာမဆို သိစွမ်းနိုင်သည်၊ မြေရှိုး မိုးပျံ့ ဈာန်အဘိဉာဏ်ရသော ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများဖြစ်လာနိုင်သည်၊ သမာဓိလုပ်ငန်းသည် ဤမျှ အစွမ်းထက်သော လုပ်ငန်းဖြစ်သည်။

သို့သော် ဤသမာဓိလုပ်ငန်းသည် သဏ္ဌာန်ဒြပ်နှင့် တွဲဘက်၍ အာရုံတခုတည်းကို ရှုကွက်အဖြစ် ထပ်တလဲလဲ ရှုရာမှ ဈာန်အဘိဉာဏ်ရသည်အထိ အစွမ်းသတ္တိ ရှိငြားသော်လည်း မိမိ၏အသိစိတ်ကိုသာ ထိန်းချုပ်နိုင်၍ တွယ်တာမှုတဏှာကို မထိန်းချုပ်နိုင်သေးပါ " ကိုရင်လေး တော်တော် ဈာန်သရမ်းကမ်းမ,နဲ့ ညားလိမ့်မယ်" ဟု အဆိုပြုသော ရက်ကန်းသည်မ ဝတ္ထုလာ သမာဓိလုပ်ငန်းဖြင့် ဈာန်ရနေသော ကိုရင်လေး ကဲ့သို့ တဏှာ၏ ကျေးကျွန်ဘဝရောက်ရအုံးမည်မှာ မလွဲပါ၊ ထို့ကြောင့် သမာဓိလုပ်ငန်းဖြင့်သာ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်မနေမူ၍ တဏှာကို ပယ်သတ်နိုင်သော ဝိပဿနာလုပ်ငန်းကို တဆင့်တက်လှမ်းရမည်သာ ဖြစ်သည်။

## ဝိပဿနာလုပ်ငန်း

သီလလုပ်ငန်းဖြင့် အသိစိတ် နူးညံ့ပျော့ပြောင်းလာသောအခါ သမာဓိလုပ်ငန်းဖြင့် ထိုနူးညံ့ပျော့ပြောင်းနေသော အသိစိတ်ကို တခုတည်းသောအာရုံအပေါ်တွင် သတိဖြင့် တင်ပေး၍ ထိုအာရုံကိုပင် ရှုးရှုးစိုက်စိုက် အာရုံပြုနိုင်လောက်အောင် တည်ငြိမ်မှုရလာသောအခါ ဈာန်ခန်းသို့ရောက်အောင် အသိစိတ်ကို

ပို့ဆောင်မပေးဘဲ သတိဖြင့်ပင် ထပ်တလဲလဲ အာရုံထင်ရှား သည်ထက် ထင်ရှားလာအောင် လုပ်ပေးလျက် ဇွဲလုံးလရှိရှိ ရှုမှတ်ပါများသောအခါ—

ဤရှုမှတ်နေသော အာရုံသည် တဏှာပွားစရာသဏ္ဌာန်ဒြပ် တွဲပါနေသည်၊ သဏ္ဌာန်ဒြပ်သည် ထင်ရှားရှိသောတရားမဟုတ်၊ သဘာဝအာရုံသည်သာ ထင်ရှားရှိသောတရား ဟု အလိုလို အတွေးဝင်လာသဖြင့် သဏ္ဌာန်ကွာ၍ သဘာဝအာရုံကိုသာ အမှန်ရှိသောတရားဟု ထူးထူးခြားခြားသိသောအသိ—

ထိုသို့ ထူးထူးခြားခြား ပထမတကြိမ်သိပြီး၍ ထိုသဘာဝ အာရုံကိုပင် သတိထား၍ ရှုမှတ်ပါများသောအခါ—

ဤရှုမှတ်နေသော သဘာဝအာရုံသည် သူ့သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်ပျက်နေသည်ဟု အလိုလိုအတွေးဝင်လာသဖြင့် မမြဲသော အနိစ္စလက္ခဏာ၊ ဆင်းရဲသော ဒုက္ခလက္ခဏာ၊ အစိုးမရသော အနတ္တလက္ခဏာ ဟူသော လက္ခဏာရေးသုံးပါး ထင်ရှားရှိသော အမှန်တရားပါတကားဟု ထူးထူးခြားခြားသိသောအသိ။

ထိုသို့ ထူးထူးခြားခြား လက္ခဏာရေးသုံးပါးကို ဒုတိယ အကြိမ် သိပြီး၍ ထိုလက္ခဏာရေးသုံးပါးကိုပင် သတိထား၍ ရှုမှတ်ပါများသောအခါ—

ဤလက္ခဏာရေးသုံးပါး ထင်ရှားရှိသော သဘာဝအာရုံနှင့် တကွ သင်္ခါရတရားအားလုံးသည် အကြောင်းအကျိုး ဆက်၍ ဖြစ်လာက ပျက်တတ်သောသဘောရှိ၏–ဟု အလိုလို အတွေး ဝင်လာသဖြင့် သင်္ခါရတရားဟူသမျှ ဥပေက္ခာသဘော ထား သင့်သော အနတ္တတရားပါတကားဟု ထူးထူးခြားခြားသိသော အသိ၊

အထက်ပါအသိသုံးမျိုး အဆင့်ဆင့်တိုးကာထင်ထင်ရှားရှား ပေါ်လာအောင် ထူးထူးခြားခြား ရှုရသောအလုပ်ကို ဝိပဿနာ လုပ်ငန်းဟု ခေါ်သည်။

ဝိပဿနာသုံးမျိုး

ပထမ မူလရှုကွက်အာရုံကို သဏ္ဍာန်ကွာအောင် ထူးထူး ခြားခြား ရှုမှတ်ခြင်း။

ဒုတိယ သဘာဝအာရုံကို လက္ခဏာရေးသုံးပါး ပေါ်လာ အောင် ထူးထူးခြားခြား ရှုမှတ်ခြင်း။

တတိယလက္ခဏာရေးသုံးပါးကို အခြေခံ၍ သင်္ခါရတရား ဟူသမျှ ဥပေက္ခာပြုသင့်သော အနတ္တတရားဟု အနတ္တသဘော ပေါ်လာအောင် ထူးထူးခြားခြား ရှုမှတ်ခြင်း–

ဟူသော ဤဝိပဿနာ ရှုပွားခြင်းဆိုင်ရာ အဆင့်သုံးဆင့် မြင့်သည်ထက် မြင့်လာအောင် ရှုမှတ်ပါများသောအခါ–

အမှန်လေးချက်

၁။ ဒုက္ခသစ္စာ–ဥပေက္ခာပြုသင့်သော သင်္ခါရတရားဟူသမျှ ဖြစ်လာက ပျက်တတ်သော အနတ္တသဘောရှိ၍ ဆင်းရဲသော အမှတ်တရား–

ဟု ပရိညေယျ ကုံကုံပြားပြားသိသောအခါ

၂။ သမုဒယသစ္စာ–ထိုသင်္ခါရတရားဟူသမျှ တွယ်တာမှု တဏှာကြောင့်သာ ဖြစ်သည်ဖြစ်၍ တဏှာသည် ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သော အမှန်တရား–

ဟု ပဟာတဗ္ဗအကြောင်းဖြစ်သော တဏှာကို ပယ်ခွါ လိုက်သောအခါ–

၃။ နိရောဓသစ္စာ – တဏှာ ဖြစ်သောကြောင့် ဒုက္ခဖြစ်သည်၊ တဏှာချုပ်က ဒုက္ခလည်း ချုပ်သောအမှန်တရား
ဟု သစ္စာကာတဗ္ဗကို တဏှာချုပ်သဖြင့် ဒုက္ခချုပ်ရာ အေးငြိမ်းသည့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်သည်။

၄။ မဂ္ဂသစ္စာကို အေးငြိမ်းသည့်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရန်အတွက် အခြေခံအကြောင်းတရားမှာ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်အားသုံးပါးနှင့်ပြည့်စုံသော မဂ္ဂင်(၈)ပါး အကြောင်းတရားဟူသော အမှန်တရား
ဟု ဘာဝေတဗ္ဗ ထိုမဂ္ဂင်(၈)ပါးအကြောင်းတရားကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများရမည်သာ ဟု အမှန်လေးချက်ကို တပြိုင်နက်သိသည်ဖြစ်၍ အသိဉာဏ်အားလျော်စွာ မဂ်ဇော များ အဆင့်ဆင့်ကျ၍ သော်တာပန် သကဒါဂါမ် အနာဂါမ် ရဟန္တာ ဟု အရိယာနွယ်ဝင် သူတော်စင်များ ဖြစ်ကြရပါသတည်း။

---

## ဓမ္မစကြာလက်တွေ့လုပ်ထုံး

ဓမ္မစကြာလာအတိုင်း လက်တွေ့အားဖြင့် ပွားလိုပါက မိမိ၏ယုံကြည်ချက် သဒ္ဓါတရား အားကောင်းစေရန် အတွက် ဓမ္မစကြာပါဠိတော်ကို စိတ်ဝင်စားစွာ ကျက်မှတ်ပါ၊ဓမ္မစကြာ မြန်မာပြန်ကိုလည်း သဘောပေါက်အောင် သေသေချာချာ ဖတ်ပါ။

မြွတ်စွာဘုရား ပဉ္စဝဂ္ဂီ(၅)ဦးအား ဓမ္မစကြာတရားထူး ဟောနေပုံကိုအာရုံပြု၍ အရဟံဟူသော ဂုဏ်တော်ကို ပွားများ ပါ၊ (၁၀ - မိနစ်)

ထိုမြွတ်စွာဘုရား ဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြု၍ စာရိတ္တအား ကောင်းရန်အတွက်

သတ်ခြင်း၊ ခိုးခြင်း၊ မုဒိန်းကျင့်ခြင်း၊ မုသားပြောခြင်း၊ အရက်သောက်ခြင်းများကို ရှောင်ကျဉ်ပါ၏-ဟု တပိုဒ်စီတပိုဒ်စီ နှလုံးပြု၍ (၁၀)ကြိမ်ထက်မနည်း သီလာနုဿတိကို ပွားများ ပါ၊ (၁၀-မိနစ်)

ပရိမုခံ အရ မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်ကို ရှေ့ဦးစွာ ဘုရားသို့ရှု၍ ရှုကွက်အာရုံအဖြစ် သတ်မှတ်ပါ (၅–မိနစ်)

မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော ရှုကွက်အာရုံမှတပါး အခြား အာရုံများ ဝင်မလာအောင် မိမိ၏အသိစိတ်ကို သတိစိရိယဖြင့် ထိန်းချုပ်ထားပါ (၅-မိနစ်)

ခန္ဓာကိုယ်အပေါ် စူးစူးစိုက်စိုက် စိတ်တည်ငြိမ်မှု ရလာ သောအခါ–

၁။ ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းဆင်းရဲ။
၂။ အိုရခြင်းဆင်းရဲ။
၃။ နာရခြင်းဆင်းရဲ။
၄။ သေရခြင်းဆင်းရဲ။
၅။ ကွေကွင်းရခြင်းဆင်းရဲ။
၆။ ပေါင်းသင်းရခြင်းဆင်းရဲ။
၇။ လိုတ,မရခြင်းဆင်းရဲ

ဟု ယောနိသော မနသိကာရဖြင့် တပိုဒ်စီ တပိုဒ်စီ ထပ် တလဲလဲ သတိထား၍ နှလုံးသွင်းပါ (၃၀-မိနစ်)

နေ့စဉ်နေ့စဉ် တနေ့တနာရီမှန်မှန် ရှုမှတ်ပါ၊ (လျှောင်းတိုင်ရပ်သွား ဣရိယာပုဒ်လေးပါးတွင် မည်သည့်ဣရိယာပုဒ်ဖြင့်မဆို ရှုပွားနိုင်သည်။)

ဤသို့ ရှုမှတ်ပါများသောအခါ ရှင်တော်ဘုရား သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားဘဝက သူအို သူနာ သူသေ ဟူသော နိမိတ်များထင်သောအခါ အိုရ နာရ သေရမှာကို ကြောက်လန့်ပြီးအသိဉာဏ်ပေါက်လာသကဲ့သို့ ကြောက်ရွံ့ခြင်းနှင့်တကွဖြစ်သော သံဝေဂဉာဏ်ပေါ်လာပါသည်။

တခါတရံ သံဝေဂဉာဏ်နှင့်ယှဉ်ပြီး သမာဓိအားကောင်းလာခိုက် သဏ္ဌာန်သဘောအားဖြင့် ကြောက်စရာ အာရုံများထင်လာတတ်သည်၊ မကြောက်ပါနှင့်၊ သတိကိုသာ ဦးစားပေး၍ အထက်ပါ(၇)ချက်ကိုသာ ထပ်တလဲလဲနှလုံးသွင်းပေးပါ၊ အလိုလိုပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။

ငှရှိမှုနှင့် တည်ငြိမ်မှုကို ညီမျှခြင်းသဘော ရှိလာအောင်သတိက ဦးဆောင်၍ ထပ်တလဲလဲ နှလုံးသွင်းဖန်များသောအခါ ဤခန္ဓာကိုယ်သည် သဏ္ဌာန်သဘော အလိုလိုပျောက်၍ တရွေ့ရွေ့ ပြောင်းပြောင်းနေသော ဝိပရိဏာမ သဘောအလိုလိုထင်လာပါသည်။

ထိုအခါ တပိုဒ်စီတပိုဒ်စီ နှလုံးသွင်းနေရာမှ ရှုကွက်အဖြစ်ပြောင်း၍ တရွေ့ရွေ့ပြောင်းနေသော ဝိပရိဏာမ သဘောကရှုကွက်အဖြစ်ထားကာ ရွေ့တယ်ရွေ့တယ်ဟူ၍ရင်း၊ ပြောင်းတယ် ပြောင်းတယ်ဟူ၍ရင်း သတိထား၍ ထပ်တလဲလဲ ရှုပွားပါ၊ ထိုအခါ ရိတ်ရိတ် ရိတ်ရိတ်နှင့် မိုးသားတိမ်လိပ်များပမာပြောင်းပြောင်းနေသည်ကို တွေ့ရပါမည်။

တခါတရံ သမာဓိက ဦးဆောင်လာလိုက် သဏ္ဌာန်သဘော အားဖြင့် ရွေ့ရွေ့နေပုံ ပျက်ပျက်နေပုံများကို တွေ့ရတတ်ပါ သည်၊ ထိုနိမိတ်အာရုံများကို နှလုံးမသွင်းပါနှင့် သတိဖြင့် ဖယ်ရှား၍ မူလ(၇)ချက်ကိုပင် နှလုံးသွင်းလိုက်ပါ အလိုလို ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။

ဝိပရိဏာမ သဘောကို ထင်လာသည့်အတိုင်း ထပ်တလဲလဲ နှလုံးသွင်း၍ သတိဖြင့် မှတ်ပါများသောအခါ ဖြစ်လာက ပျက်တတ်သော သင်္ခါရသဘော ပေါ်လာတတ်ပါသည်၊ ထိုအခါ ဖြစ်လိုက်ပျက်လိုက်ဟူသော သင်္ခါရလက္ခဏာ(၂)ပါး ကိုပင် ရှုကွက်အဖြစ်တင်၍ ထပ်တလဲလဲ ရှုပွားသောအခါ သံခိတ္တေနပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာပိဒုက္ခာနှင့်အညီ သင်္ခါရဒုက္ခ အဖြစ် ထင်လာတတ်ပါသည်။

## ဓမ္မစကြာဝိပဿနာ

ပထမနှလုံးသွင်းရသည့် ဒုက္ခ(၇)ပါးဟူသော ဒုက္ခဒုက္ခ၊ ထိုမှတဆင့် နှလုံးသွင်းရသည့် တရွေ့ရွေ့ ပြောင်းပြောင်းနေ သော ဝိပရိဏာမဒုက္ခ၊ ထိုဝိပရိဏာမဒုက္ခမှတဆင့် နှလုံးသွင်းရ သည့် ဖြစ်ပျောက် ဖြစ်ပျက်နေသော သင်္ခါရဒုက္ခ၊ ဤသို့ ဒုက္ခ ဒုက္ခ ဝိပရိဏာမဒုက္ခ သင်္ခါရဒုက္ခများကို အခြင်းအရာအားဖြင့် အဆင့်ဆင့်သတိထား၍ နှလုံးသွင်းခြင်းကိုပင် ဓမ္မစကြာဝိ ပဿနာ ဟု ခေါ်သည်။

ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖြစ်၍ အကြောင်းအားလျော်စွာ ပျက်တတ်သော သင်္ခါရဒုက္ခအစစ် ဧကန်ဖြစ်၍ ၎င်းဖြစ်ပျက်နှစ်ပါးကို ထပ်တလဲလဲသတိထား၍ နှလုံးသွင်းဖန်များသောအခါ—

ယံကိဉ္စိသမုဒယဓမ္မံ သဗ္ဗန္တံ နိရောဓဓမ္မံ၊

နှင့်အညီ သင်္ခါရတရားဟူသမျှဖြစ်လာက ပျက်တတ်သော သဘောရှိသော ဒုက္ခသစ္စာပါတကားဟု အမှန်အတိုင်း ပိုင်းခြား သိသည်နှင့်တပြိုင်နက် မဂ်ဇောကျ၍ ထိုမဂ်ဇောဖြင့်အကြောင်း ဖြစ်သော သမုဒယသစ္စာ တဏှာကိုပယ်လိုက်သောအခိုက် ထို တဏှာ၏ချုပ်ရာ နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြု၍ အရှင် ကောဏ္ဍညမထေရ်ကဲ့သို့ သူတပါးအားကိုးခြင်းဖြင့် သောတာပန် မဖြစ်ရစေကာမူ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး၍ သောတာပန် အစစ် ဧကန်ဖြစ်ရပါသတည်း။

## ဓမ္မစကြာလေ့လာချက်

ဓမ္မစကြာဒေသနာတွင် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သော ကိစ္စကြီးလေးရပ်နှင့် ကိစ္စကြီးလေးရပ်ကို အောင်အောင် မြင်မြင် လုပ်နိုင်ရန်အတွက် ချမှတ်ထားသောလမ်းစဉ်ကို တွေ့ရမည်ပင်ဖြစ်သည်၊

လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သော ကိစ္စကြီးလေးရပ်ဆိုသည်မှာ–

၁၊ ပရိညေယျ–ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိသင့်သိထိုက်သောကိစ္စ။

၂။ ပဟာတဗ္ဗ–ပယ်သင့်ပယ်ထိုက်သည်ကို ပယ်ရမည့်ကိစ္စ။

၃။ သစ္ဆိကာတဗ္ဗ–မျက်မှောက်ပြုသင့်ပြုထိုက်သည်ကို မျက်မှောက် ပြုရမည့်ကိစ္စ။

၄။ ဘာဝေတဗ္ဗ–ထပ်တလဲလဲ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သည်ကို ထပ်တလဲလဲ လက်တွေ့လုပ်ရမည့်ကိစ္စ

ဤလေးမျိုးပင်ဖြစ်သည်၊ ထို့တွင် -

ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိသင့်သိထိုက်သော ကိစ္စဆိုသည်မှာ ဒုက္ခသစ္စာ-လက်တွေ့ အမှန်ခံစားနေရသော ဆင်းရဲတရားပင် ဖြစ်သည်၊ အဆိုပါ လက်တွေ့ခံစားနေရသော ဆင်းရဲတရားကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိအောင်လုပ်ရမည်။

ပယ်သင့် ပယ်ထိုက်သော ကိစ္စဆိုသည်မှာ သမုဒယသစ္စာ-လက်တွေ့အမှန်ခံစားနေရသော ဆင်းရဲတရား၏ အကြောင်းအချက်လက်ပင်ဖြစ်သည်၊ အဆိုပါဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းအချက်အလက်ကို ပယ်နိုင်ရမည်။

မျက်မှောက် ပြုသင့်ပြုထိုက်သော ကိစ္စဆိုသည်မှာ နိရောဓ သစ္စာ-ဆင်းရဲခြင်းအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းရာ မှန်ကန်တိကျသော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာပင်ဖြစ်သည်၊ အဆိုပါနိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဉာဏ် အမြင်ဖြင့် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရမည်။

လက်တွေ့ ထပ်တလဲလဲလုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သော ကိစ္စဆိုသည် မှာ—

မဂ္ဂသစ္စာ - နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဉာဏ်အမြင်ဖြင့် မျက်မှောက် ပြုနိုင်ရန်အတွက် မှန်ကန်တိကျသော လမ်းစဉ်(၈)ပါးပင် ဖြစ် သည်၊ အဆိုပါလမ်းစဉ်(၈)ပါးကို မမှိတ်မသုံ ယုံယုံကြည်ကြည် ထပ်တလဲလဲလုပ်နိုင်ရမည်။

အချုပ်အားဖြင့် တိတိကျကျသိရမည့်ကိစ္စ ပယ်ရမည့်ကိစ္စ သဘောပေါက်၍ မျက်မှောက်ပြုရမည့်ကိစ္စ လက်တွေ့လုပ်ရမည့် ကိစ္စဟူ၍ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သော ကိစ္စကြီးလေးရပ်ရှိရာ အဆို ပါ ကိစ္စကြီးလေးရပ်ကို လက်တွေ့ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် အတွက် လမ်းစဉ်တရပ် ချမှတ်ဆောင်ရွက်ရမည်သာဖြစ်သည်။

အဆိုပါ ချမှတ်ဆောင်ရွက်သင့်သော လမ်းစဉ်ဆိုသည်မှာ တခြားမဟုတ်ပါ မဂ္ဂသစ္စာ အရ အတိအကျညွှန်ပြထားသော မဂ္ဂင်(၈)ပါးတည်းဟူသောမဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်သာဖြစ်သည်၊ အထက်ပါကိစ္စကြီးလေးရပ် အပြီးသတ်အောင်မြင်ရေးအတွက် မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ဖြင့် စနစ်တကျကြိုးစားပါ ဟု ဆိုလိုပါ သည်။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ဆိုသည်မှာ အချုပ်အားဖြင့်—

၁။ အတွေးအခေါ် အယူအဆမှန်ကန်တိကျခြင်း။
၂။ တည်ငြိမ်သော ဇွဲလုံ့လရှိရခြင်း။
၃။ ကိုယ်ချင်းစာတရားရှိရခြင်း

ဟူ၍ လက္ခဏာ(၃)ပါးရှိသည်၊ ဤ လက္ခဏာသုံးပါးနှင့် အညီ သတိထား၍ လက်တွေ့အလုပ်လုပ်သော လမ်းစဉ်ကို မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ဟု ခေါ်သည်။

သတိဆိုသည်မှာ ပိုသည်ဟူ၍မရှိ၊ အမြဲတစေ လိုအပ်နေရကား အတွေးအခေါ် အယူအဆမှန်ကန်တိကျရန်လည်း သတိအရေးကြီးသည်၊ တည်ငြိမ်သော ဇွဲလုံးလရှိရန်မှာလည်း သတိမပါလျှင်မပြီး ကိုယ်ချင်းစာတရား ရှိရန်မှာလည်း သတိပင် ဦးစီးရမည်၊ ထို့ကြောင့် မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ချ၍ လက်တွေ့ လုပ်ရမည့်အလုပ်ကို သတိပဋ္ဌာန်အလုပ်ဟု ဆိုရသည်။

အမှန်တရားကို အမှန်အတိုင်းသိဘို့ရန်အတွက် မိမိ၏အသိစိတ်ကို ထိန်းချုပ်ပေးသောသဘောကို သတိဟု ခေါ်သည်။

အမှန်တရားဆိုသည်မှာ တခြားမဟုတ်ပါ—

၁။ အမှန်အတိုင်းသိသော ဆင်းရဲခြင်း။
၂။ အမှန်အတိုင်း ပယ်သင့်သော ဆင်းရဲခြင်း၏အကြောင်းတရား။
၃။ အမှန်အတိုင်း မျက်မှောက်ပြုသင့်သောချမ်းသာခြင်း။
၄။ အမှန်အတိုင်း လက်တွေ့လုပ်သင့်သော ချမ်းသာခြင်း၏ အကြောင်းတရား ဤသစ္စာလေးပါးပင်ဖြစ်သည်။

အထက်ပါ အမှန်လေးချက်ကို အမှန်သိဘို့ရန်အတွက် ရှေးဦးစွာ အသိစိတ်ကို သတိဖြင့်ထိန်းချုပ်၍ အမှန်အတိုင်း သိသင့်သော ဆင်းရဲတရားကို တည်ငြိမ်သော ဇွဲလုံ့လဖြင့် လက်တွေ့လေ့လာကြည့်ရသည်၊ ၎င်းလက်တွေ့လေ့လာကြည့်မှုကိုပင် သတိဦးဆောင်သောကြောင့် သတိပဋ္ဌာန် ဟူ၍၎င်း ထူးထူးခြားခြား ရှုကြသောကြောင့် ဝိပဿနာဟူ၍၎င်း ခေါ်သည်။

ဤသို့ သတိထား၍ တည်ငြိမ်သောဇွဲလုံ့လဖြင့် ဆင်းရဲသော အမှန်တရားကို အမှန်အတိုင်းသိရန်အတွက် လက်တွေ့လေ့လာကြည့်ရှုနေခိုက် ကာယအားနှင့်ပြည့်စုံသော ယောဂီသာကောင်း ဖြစ်နေသည်။

ဆင်းရဲသော အမှန်တရားဆိုသည်မှာ သံခိတ္တေနပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာနှင့်အညီ အချုပ်အားဖြင့် ဥပါဒါန် အစွဲကပ်သော ဤခန္ဓာကိုယ်ပင်ဖြစ်သည်။

ဤခန္ဓာကိုယ်တွင် အထက်ပါ သဘောတရားရှေးပိုင်းတွင် ပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း သဘာဝဓာတ်တို့၏ စုပေါင်းလုပ်အားကြောင့်—

၁။ ကာရက – ပြုစွမ်းနိုင်သောသတ္တိ။

၂။ ဝေဒက – ခံစားနိုင်သောသတ္တိ။

၃။ ဝိညာဏ = သိစွမ်းနိုင်သောသတ္တိ

ဟု အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် စွမ်းရည်သတ္တိ သုံးပါးရှိသည်၊ ၎င်းစွမ်းရည်သတ္တိ(၃)ပါးကို ဤခန္ဓာကိုယ်၏ အနှစ်သာရ ဟု ယူစွဲကြသည်၊ ၎င်းယူစွဲသော အနှစ်သာရကိုပင် အတ္တ-ဟု ခေါ်

ဝေါ် သမုတ်ကြသည်၊ ထို့ကြောင့် ဤခန္ဓာကိုယ်၏ သဘာဝ ဓာတ်တို့၏ စုပေါင်းလုပ်အားမှ ပေါက်ဖွားလာသော စွမ်းရည် သတ္တိများကို ပိုင်ဆိုင်သည် အစိုးရသည်ဟု ဥပါဒါန်အစွဲသန် မှုကို အတ္တစွဲခေါ်သည်။

အစွဲနှစ်မျိုး =

ဥပါဒါန်အစွဲသည် (၁)အတွင်းစွဲ၊ (၂)အပြင်စွဲ ဟု အစွဲ ၂မျိုးရှိသည်၊ထို့တွင် ဤခန္ဓာကိုယ်၏သဘာဝဓာတ်အားလျော် စွာ ဖြစ်ပေါ်နေသော ပြုစွမ်းနိုင်သော သတ္တိ၊ သိစွမ်းနိုင်သော သတ္တိများအပေါ် အနှစ်သာရ အတ္တ ဟု ဥပါဒါန် အတ္တစွဲကို အတွင်းစွဲဟု ခေါ်သည်။

ဗဟိဒ္ဓအာရုံငါးပါးသည် အကြောင်းအားလျော်စွာအဇ္ဈတ္တ အကြည်ဓာတ် များတွင် ထင်ဟပ်လာသောအခါ မြင်သိ ကြားသိ နံသိ လျက်သိ ထိသိ ဟူသော သိစွမ်းနိုင်သော သတ္တိများ ပေါ်လာကြသည်၊ အဆိုပါသိစွမ်းနိုင်သော သတ္တိ များနှင့်တကွ ထင်ဟပ်လာသော အာရုံများအပေါ် ဥပါဒါန် ကပ်သောတဏှာစွဲကို အပြင်စွဲဟု ခေါ်သည်။

အထက်ပါ အစွဲနှစ်ပါးဖြင့် ဥပါဒါန်စွဲကပ်သော ဤခန္ဓာ ကိုယ်ကို ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ဟု ခေါ်သည်၊ ဤသို့ ဥပါဒါန်အစွဲ ကပ်နေသော ဤခန္ဓာကိုယ်သည် ဥပါဒါန်အစွဲ မပြုတ်သေး သမျှ ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါအရ ဘဝအသစ် ခန္ဓာကိုယ် အသစ်ဆက်ကာ ဖြစ်ရမည်မှာ ဓမ္မတာသဘာဝပင်ဖြစ်သည်။

ဘဝအသစ် ခန္ဓာကိုယ်အသစ် ဖြစ်မှုကိုပင် ပဋိသန္ဓေတည် နေခြင်း၊ ဇာတိသဘောဟု ဆိုရသည် ဇာတိသဘောမကင်း သေးသမျှ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်း စသော ဆင်းရဲသော

သဘောများ ဤခန္ဓာကိုယ်တွင် မည်သူမှ ရှောင်လွှဲ၍မရ လက်တွေ့အားဖြင့် တွေ့ထိ ခံစားရမည်သာဖြစ်သည်၊ ဥပါဒါန်အစွဲကွာမှသာ သဘာဝအသစ် ခန္ဓာကိုယ်အသစ် ဖြစ်ခွင့်မရတော့ပေ၊ ထိုအခါမှသာ နောက်ထပ် ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း ဆင်းရဲ အိုရ၊ နာရ၊ သေရခြင်းဆင်းရဲစသော ဆင်းရဲအားလုံးတို့ ချုပ်ငြိမ်းရာကို နိဗ္ဗာန်ဟုခေါ်သည်။

အဆိုပါ ဆင်းရဲအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းရာအမှန် ပြည်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုလိုပါက သို့မဟုတ် လက်တွေ့ခံစားနေရသော ဆင်းရဲအားလုံးမှ လွတ်ငြိမ်းလိုပါက ဤခန္ဓာကိုယ်တွင် စွဲကပ်နေသော တဏှာစွဲနှင့် အတ္တစွဲခေါ် ဥပါဒါန်အစွဲကို ပယ်ခွါရမည်သာဖြစ်သည်။

ခန္ဓာကိုယ်မှ ဥပါဒါန်အစွဲကို ပယ်ခွါရန်အတွက် ဥပါဒါန်စွဲကပ်နေသော ဤခန္ဓာကိုယ်ကိုပင်–ရှုကွက်အဖြစ်ထား၍

ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းဆင်းရဲ။
အိုရခြင်းဆင်းရဲ။
နာရခြင်းဆင်းရဲ။
သေရခြင်းဆင်းရဲ။
မနှစ်သက်သူနှင့်ပေါင်းသင်းရခြင်းဆင်းရဲ။
နှစ်သက်သူနှင့်ကွေကွင်းရခြင်းဆင်းရဲ။
အလိုရှိတိုင်း မရခြင်းဆင်းရဲ

ဟူသော ဤ ဆင်းရဲတရားများ အထင်အရှား ရှိနေပုံကို သတိထား၍ တည်ငြိမ်သောဇွဲလုံ့လဖြင့် အချိန်မှန်မှန် နှလုံးသွင်းပေးရသော မဇ္ဈိမပဋိပဒါလုပ်ငန်းကို ကြိုးပမ်းအားထုတ်ရသည်၊ ထိုသို့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်ရာတွင် စိတ်တည်ငြိမ်မှု ရရှိ

ရေးအတွက် ကိုယ်ချင်းစာတရားကို ဦးစားပေး၍ သီလ ဆောက်တည်ပြီးလျှင် ဤခန္ဓာကိုယ်အပေါ် ဒုက္ခတရားထင်ရှား လာအောင် ထပ်တလဲလဲ ကြိုးစားအားထုတ်ပါက "ဥပါဒါန် အစွဲကပ်နေသမျှ ခန္ဓာကိုယ်အသစ် ဘဝအသစ် ထပ်ကာထပ်ကာ ဖြစ်ရမည်၊ အဆိုပါ ခန္ဓာကိုယ်အသစ် ဘဝအသစ်ဖြစ်ဖြစ်နေ သမျှ ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းစသော ဆင်းရဲဒုက္ခများကို ခံစားရ အုံးမည်"ဟု မှန်ကန်တိကျသော အတွေးအခေါ်ဝင်လာ၍—

၁။ ဤ ခန္ဓာကိုယ်သည် အမှန်အားဖြင့် ဒုက္ခတရားပါ တကား ဟု ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်သိစွမ်းနိုင်သော အယူအဆ။

၂။ စွဲကပ်နေသော ဥပါဒါန်အစွဲနှစ်ပါးသည် ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း ၏ အကြောင်းတရား စင်စစ်အမှန်ဖြစ်၍ ပယ်သင့် ပယ်ထိုက်၏ဟူသော အယူအဆ။

၃။ ဥပါဒါန်အစွဲပြုတ်လျှင် ဒုက္ခအားလုံးချုပ်ငြိမ်းရာအမှန် ပြည်နိဗ္ဗာန်ကို ကေန်မျက်မှောက် ပြုရသည်ဟူသော အယူအဆ။

၄။ ဒုက္ခအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းရာအမှန် ပြည်နိဗ္ဗာန်ကို ကေန် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရေးအတွက် လက်တွေ့လုပ်အားပေး ရမည်ဟူသော အယူအဆ။

ဤသို့ အတွေးအခေါ်မှန်သဖြင့် အယူအဆလည်း မှန်သော ကြောင့်—

၁။ ပရိညာတ—ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိသင့်သိထိုက်သော အမှန် အတိုင်းဖြစ်နေသည့် ဒုက္ခတရားကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိသော အမြင်မှန်။

၂။ ပဟိန – ပယ်သင့်ပယ်ထိုက်သော ဥပါဒါန်အစွဲနှစ်ပါးကို ပယ်နိုင်သော အမြင်မှန်။

၃။ သစ္ဆိကတ မျက်မှောက်ပြုသင့်ပြုထိုက်သော ဥပါဒါန်အစွဲပြုတ်၍ ဒုက္ခချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြုနိုင်သော အမြင်မှန်။

၄။ ဥပါဒါန်အစွဲပြုတ်၍ ဒုက္ခချုပ်ရာနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရန်အတွက် မဇ္ဈိမပဋိပဒါအလုပ်ကို လက်တွေ့လုပ်ရသော အမြင်မှန်။

ဤအမြင်မှန် လေးချက်ခေါ် ကိစ္စလေးချက်ကို တပြိုင်နက်ပြီးမြောက်စေနိုင်သော သတ္တိထူးနှင့် ပြည့်စုံပြီး မဂ်ဇောကျလာသည်၊ ၎င်းမဂ်ဇောကျခိုက်ကိုပင်–

၁။ စက္ခုံဥဒပါဒိ–ပညာမျက်စိပွင့်ပြီ။

၂။ ဉာဏံဥဒပါဒိ–အသိဉာဏ်ရပြီ။

၃။ ပညာဥဒပါဒိ– အမြင်မှန်ရပြီ။

၄။ ဝိဇ္ဇာဥဒပါဒိ–ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ပေါက်ပြီ။

၅။ အာလောကောဥဒပါဒိ–အလင်းရောင်တောက်ပြီ

ဟု အသီးသီးဂုဏ်ပြု၍ ရှင်တော်ဘုရား ကိုယ်တော်တိုင်ချီးကျူးတော်မူခဲ့သည်။

၎င်းမဂ်ဇောတကြိမ်ကျ၍ ဖိုလ်ဇော(၂)ကြိမ်(၃)ကြိမ်ကျပြီးနောက် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်ဟု ခေါ်ဆိုရလေသည်။

ထို့ကြောင့် သောတာပန်ဖြစ်လိုသူ ဟိန္ဒူများသည် ဤဓမ္မစကြာ အမြတ်ဆုံးဝိပဿနာလာ အခန်းတိုင်းအခန်းတိုင်းကို

စိတ်ဝင်စားစွာ လေ့လာမှတ်သား၍ အရာရာ တိုင်းတွင် အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထနှင့်အညီ သတိတရားလက်ကိုင်ထား၍

၁။ ကိုယ်ချင်းစာတရားနှင့် ပြည့်စုံခြင်းဟူသော စာရိတ္တ အား။
၂။ တည်ငြိမ်သော ငုံ့လို့လရှိခြင်းဟူသော ကာယအား။
၃။ အတွေးအခေါ် အယူအဆမှန်ကန်ခြင်းဟူသော ဉာဏ အား။

၎င်းအားသုံးပါးနှင့် အညီ လူတော် လူကောင်း လိမ္မာသား ကောင်း လက္ခဏာ အပြည့်အဝပါသော မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်း စဉ်ဖြင့် စနစ်တကျ ကြိုးစားနိုင်ကြ၍ သောတာပန် အစစ် ဖြစ်နိုင်ပါစေကြောင်း အစဉ်ဆုတောင်းပါသည်။

## တရားထူး

အဆိုပါ မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ဖြင့် ထူးထူးခြားခြားရှုပွားမှ သိရသောတရားကို တရားထူးဟုခေါ်သည်။

ထူးထူးခြားခြား ရှုပွားမှုကို ဝိပဿနာဉာဏ်ခေါ်၍ သိရ သော တရားဆိုသည်မှာ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် သိရသော သစ္စာ လေးပါးတရားပင် ဖြစ်သည်၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ထူးထူး ခြားခြားရှုပွား မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် သိရသော သစ္စာလေးပါးတရားကို တရားထူးဟု ဆိုလိုပါသည်။

အဆိုပါသစ္စာလေးပါးတရားထူးမှာ ပုဗ္ဗေအန နုဿုတေသု ဓမ္မေသုနှင့်အညီ ရှေ့အခါက တကြိမ်တခါမျှ ကြားသိခဲ့ရ ဘူးသည်မဟုတ်ပေ၊ ရှင်တော်ဘုရားပွင့်တော်မူသော သာသနာ တော်နှင့် ကြုံတွေ့ရမှသာ ကြားသိရသော တရားမျိုးဖြစ်သည်။

## တရားထူးရ

တရားထူးရဆိုသည်မှာ ရှင်တော်ဘုရားကိုယ်တော်တိုင် ချမှတ်တော်မူခဲ့သော မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ဖြင့် ထူးထူးခြားခြား ကိုယ်တိုင်မျှပွားမှသာ

ဤဥပါဒါန်စွဲကပ်နေသော ခန္ဓာကိုယ်သည် စစ်မှန်သော ဒုက္ခသစ္စာတရားဟု ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်သိခြင်းကိစ္စ။

ဤခန္ဓာကိုယ်တွင် စွဲကပ်နေသော ဥပါဒါန်တရားသည် ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်သော သမုဒယသစ္စာတရားဟု အမြင်မှန်ရ၍ ၎င်းဥပါဒါန်ကို ပယ်သတ်နိုင်ခြင်းကိစ္စ။

အစွဲဥပါဒါန်ပြုတ်သဖြင့် ဒုက္ခချုပ်ရာစစ်မှန်သော ချမ်းသာဟု ဆိုအပ်သောနိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုရခြင်းကိစ္စ။

ဥပါဒါန်အစွဲပြု၍ ဒုက္ခချုပ်ရာစစ်မှန်သော ချမ်းသာကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရန် အတွက် မဂ္ဂင်(၈)ပါး မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အကျင့်တရားကို ပွားများရခြင်းကိစ္စ။

ဤကိစ္စလေးချက်ကို တပြိုင်နက်ပြီးစေနိုင်သော မဂ်ဇောကျ အဆိုပါ သစ္စာလေးပါးကို ကိုယ်တိုင်သိရသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို တရားထူးရသော ပုဂ္ဂိုလ်ဟု ခေါ်သည်။

## သောကကင်းဝေး နေနိုင်ရေး၊

သစ္စာလေးတန် အမှန်တရားကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် အမှန်သိ၍ တရားထူးရသော ပုဂ္ဂိုလ်များမှသာ သောကအားလုံးကင်း၍ ချမ်းသာစွာနေနိုင်ပေသည်၊ ထို့ကြောင့် သောကကင်းဝေးနေနိုင်ရေးအတွက် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မှန်သမျှ တရားထူး

ရရန်အတွက် ဝိပဿနာတရားကို ကြိုးစားအားထုတ်သင့်လှပေသည်။

သို့သော် ဝိပဿနာတရားအားမထုတ်နိုင်စေကာမူ သောကကင်းဝေး နေနိုင်ရေးအတွက် မိမိ၏ အသိစိတ်ကို သတိဖြင့် ထိန်းချုပ်၍—

၁။ မိမိလုပ်အားနှင့် အညီအမျှကိုသာ ခံစားမည်။
၂။ ပရဟိတစေတနာထားကာ လုပ်အားပေးမည်။
၃။ ကိုယ်ချင်းစာတရား လက်ကိုင်ထား၍ ကူညီမည်

ဟု စိတ်ကောင်းမွေးမြူလျက်—

၁။ ကိုယ်ကျိုးကိုသာ တဘက်သတ်ကြည့်သောစိတ်။
၂။ မိမိလုပ်အားထက် အပိုအလိုကို ခံစားလိုသောစိတ်။
၃။ ကိုယ်ချင်းစာတရား ခေါင်းပါး၍ အနိုင်ကျင့်လိုသော

ဤစိတ်ဆိုးစိတ်ယုတ်များကို ဖိနှိပ်ပြီးလျှင်—

အရာရာတိုင်းတွင် လွန်ကဲနေသောအတ္တစွဲကို အနတ္တသဘောဖြင့် အစားသွင်းကာ နေထိုင်သွားနိုင်ကြပါမူကား၊ စားဝတ်နေရေး ဒုက္ခဘေးဟူသော လောကဓံဒဏ်ချက်ကို ခံနိုင်ရည်ရှိသဖြင့် မည်မျှပင်ဆင်းရဲစေကာမူ ကိုယ်သာဆင်းရဲ၍ စိတ်မဆင်းရဲတော့ပေ။

ဤသို့ မိမိ၏အသိစိတ်ကို သတိဖြင့် ထိန်းချုပ်၍ စိတ်ဆိုးစိတ်ယုတ်များကိုပယ်ရှား စိတ်ကောင်းကလေးများ တိုးပွားလာအောင် လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ပေးနိုင်မည်ဆိုပါက သောကကင်းဝေး၍ စိတ်ချမ်းသာစွာ နေနိုင်မည်သာဖြစ်သတည်း။

ဥပါဒါန်

သမုတ်သောအားဖြင့် ရှိနေသောရုပ်ဝတ္ထုများအပေါ်တွင် ၎င်း အကြောင်းတိုက်ဆိုင်သောအခါ ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအရာများပေါ်တွင်၎င်း လိုချင်သောအားဖြင့် ယူစွဲခြင်း ပိုင်ဆိုင်သောအားဖြင့် ယူစွဲခြင်းကို ဥပါဒါန်ဟု ခေါ်သည်။

ထို့ထွင် လိုချင်သောအားဖြင့် ယူစွဲခြင်းကို တဏှာစွဲခေါ်၍ ပိုင်ဆိုင်သောအားဖြင့် ယူစွဲခြင်းကို အတ္တစွဲခေါ်သည်၊ ၎င်း ဥပါဒါန်အစွဲနှစ်ပါးကြောင့် သတ္တဝါအားလုံး ဒုက္ခရောက်နေကြသည်။

သမုတ်သောအားဖြင့် လက်တွေ့ခံစားနေရသော အစားဆင်းရဲခြင်းဒုက္ခ၊ အဝတ်ဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခ၊ အနေဆင်းရဲခြင်း ဒုက္ခ၊ အမှုမတောင့်သဖြင့် သီလမစောင့်နိုင်ခြင်း ဒုက္ခ စသော လူမှုဒုက္ခများသည်။

၁။ စားချင်လှပါသည်။

၂။ ဝတ်ချင်လှပါသည်။

၃။ နေချင်လှပါသည်။

ဟူသော မိမိလုပ်အားနှင့် မညီမျှသော ချင်သုံးချင် တဏှာစွဲခြင်းကြောင့်သာ ဖြစ်လာရသည့် ဒုက္ခများဖြစ်သည်၊ မိမိလုပ်အားနှင့်မညီမျှသော ချင်သုံးချင် တတ်သည့် တဏှာစွဲကို ဝိသမလောဘဟု ခေါ်သည်။

အကယ်၍ ဝိသမလောဘဖြင့် ချင်သုံးချင်မတတ်မူ၍ မိမိလုပ်အားနှင့် အညီအမျှ အကျိုးခံစားလိုမည်ဆိုပါက စားဝတ်

နေရေးကြောင့် စိတ်သောကရောက်ရမည် မဟုတ်ပေ၊ မိမိ လုပ်အားနှင့်အညီအမျှသာ အကျိုးခံစားလိုသော သဘောကို သမလောဘဟု ခေါ်သည်။

အစားဆင်းရဲခြင်း၊ အဝတ်ဆင်းရဲခြင်း၊ အနေဆင်းရဲခြင်း ဆိုသည်မှာ ဝိသမလောဘဖြင့် ချင်သုံးချင်တတ်သောကြောင့် စိတ်သောက ရောက်ရခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

မှန်ပါသည်၊ ပုထုဇဉ်လူသားများသည် မိမိလုပ်အားနှင့် မညီမျှသော အစားကိုစားချင်ကြသည်၊ ဝတ်ချင်၊ နေချင် ကြသည်၊စားချင်လျက်မစားရ၊ ဝတ်ချင် နေချင်လျက် မဝတ်ရ မနေရသောအခါ စိတ်ဆင်းရဲကြရသည်၊ စိတ်ဆင်းရဲသဖြင့် ကိုယ်ချင်းစာတရား ခေါင်းပါးလာကာ အကျင့်စာရိတ္တ ပျက် ပြားလာကြသည်၊ ထိုအခါ အူမမတောင့်၍ သီလမစောင့်နိုင် ပါဟု အကြောင်းပြ၍ လူသားအချင်းချင်းပေါ် သနား ညှာတာခြင်း အလျင်းမရှိတော့ဘဲခေါင်းပုံဖြတ် အမြတ်ကြီးစား ကြီးနိုင် ငယ်ညှင်းဆဲသော တိရိစ္ဆာန်များအလား စိတ်ဆိုး စိတ်ယုတ်များပေါ်လာကြသည်။

၎င်းစိတ်ဆိုး စိတ်ယုတ်များ၏ တိုက်တွန်း နှိုးဆော်ချက် ကြောင့် ဒုစရိုက်အမျိုးမျိုးကို ကိုယ်ထိလက်ရောက် ကျူးလွန် လာကြသည်၊ ထိုအခါ တရားဥပဒေအရ ခံစားရသည့် လူမှု ဒုက္ခများနှင့် ရင်ဆိုင်ရ၍ စိတ်သောကရောက်ကြရသည်၊ ဤသို့ စိတ်သောကရောက်ရခြင်း၏ အကြောင်းရင်းမှာ တခြားမဟုတ် ပါ၊ ချင်သုံးချင်တတ်သော ဝိသမလောဘကြောင့်သာ ဖြစ် ပါသည်၊ဤမျှသာမကသေးပါ၊အူမမတောင့်ခြင်း၏အကြောင်း

အရင်းနှင့် သီလမစောင့်နိုင်ခြင်း၏ အကြောင်းအရင်းမှာလည်း ချင်သုံးချင်တပ်က ဝိသမလောဘကြောင့်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ချင်သုံးချင်ရှောင် အိုအောင်မဆင်းရဲ ဟု ရှေးပညာရှိများက အဆိုပြုခဲ့ကြပါသည်။

တချို့လူသားများမှာ ချင်သုံးချင်ကို အခြေခံ၍ ဝိသမလောဘ ဖြင့် အလုပ်လုပ်ကြရာ အကြောင်း အားလျော်စွာ စီးပွားဖြစ်လာကြသည်၊ ကုန်ထုတ်လုပ်မှုကရိယာနှင့် ကုန်ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအားကို ပိုင်ဆိုင်လာကြသည်၊ ထိုလူသားများသည် အခြေခံစိတ်ထားက အတ္တစွဲလွန်ကဲနေသဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်လူသားများကို လူလိုတန်ဘိုးမထားတော့ဘဲ ငွေကိုသာ အဓိကထားလာကြသည်၊ ငွေရရှိရေးအတွက် မိမိ၏ လုပ်သားများအပေါ် ညှာတာထောက်ထားခြင်း အလျင်း မရှိတော့ဘဲ အမျိုးမျိုးဖိနှိပ်ချုပ်ချယ်၍ အမြတ်ထုတ်လာကြသည်၊ ထိုသို့ အမြတ်ထုတ်လာသဖြင့် ထိုသူအတွက် စားဝတ်နေရေးသည် အလျှံပယ်ဖြစ်လာသည်နှင့်အမျှ တကယ်လက်တွေ့ အလုပ်လုပ်ရသည့် အလုပ်သမားမှာ မိမိလုပ်အားနှင့်အညီအမျှ အကျိုးမခံစားရသဖြင့် အစားဆင်းရဲခြင်း၊ အဝတ်ဆင်းရဲခြင်း၊ အနေဆင်းရဲခြင်းစသော လူမှုဒုက္ခအဝဝတို့ကို ခံစားနေရသည်။

အဆိုပါ အလုပ်သမားလူတန်းစားတို့၏ နေ့စဉ်ခံစားနေရသော ဆင်းရဲဒုက္ခများ၏ အကြောင်းရင်းမှာ ဝိသမလောဘကို ကိုယ်စားပြုနေသော အလုပ်ရှင်များသာဖြစ်သည်။

တချို့လူသားများမှာ ချင်သုံးချင်ကိုလည်း အခြေမခံ ဝိသမလောဘလည်း မရှိ၊ ပကတိသော မိမိလုပ်အားကိုသာ

တန်ဘိုးထား၍ အလုပ်ကြိုးစားကြသည်၊ သမ္မဒါတရားလေးပါးနှင့်အညီ—

၁။ ထထကြွကြွအလုပ်လုပ်သည်။

၂။ ရတတ်သမျှ အလေအလွင့်မရှိရအောင် စောင့်ရှောက်သည်။

၃။ ချိုးချန်သုံးစွဲ၍ စုဆောင်းထားတတ်သည်။

၄။ မိတ်ကောင်း ဆွေကောင်းကိုလည်း ရှာတတ်သည်။

ဤသို့ အဘက်ဘက်က အညီအမျှ ခွဲဝေသုံးစွဲ စုဆောင်းလုပ်ကိုင်မှုကြောင့် စီးပွားဖြစ်လာကြသည်၊ ကုန်ထုတ်လုပ်မှုကိုရိယာနှင့် စွန်းအားကိုလည်း ပိုင်ဆိုင်လာကြသည်၊ ထိုသူ၏မူလစိတ်ထားသည် ဖြူစင်သန့်ရှင်းသဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင် လူသားနှင့် မိမိ၏ လုပ်သားများအပေါ် ကိုယ်ချင်းစာတရားထား၍ ရလာသော အကျိုးအမြတ်များကို အညီအမျှ ခွဲဝေသုံးစွဲလိုသည်၊ မိမိ၏လုပ်သားများကို မိမိ၏စီးပွားဘက်များ ဟုတန်ဘိုးထားတတ်သည်၊ ထိုအလုပ်ရှင်နှင့် ထိုအလုပ်သမားတို့ကြားတွင် မေတ္တာပေါင်းကူးတံတား အမြဲခင်းထားသဖြင့် ဆင်းရဲအားလုံးချုပ်ငြိမ်းနေသည်၊ ၎င်းကိုပင် သောကကင်းဝေးနေနိုင်ရေးဟူ၍၎င်း လောကနိဗ္ဗာန် ဟူ၍၎င်း ခေါ်ဆိုရလေသည်။

သို့သော် သမလောဘ အခြေခံသော အလုပ်ရှင် အလုပ်သမားကား အလွန်နည်းပါးလှ၍ ဝိသမလောဘ အခြေခံသော အလုပ်ရှင်နှင့် အလုပ်သမားသာ များပြားလှသည်၊ ထို့ကြောင့်ပင် အလုပ်ရှင်မှာလည်း စားဝတ်နေရေး အတွက် ကိုယ်ဆင်းရဲမှု မရှိသော်လည်း စိတ်ဆင်းရဲမှုနှင့် အမြဲပင် ကြုံတွေ့နေရ၍ အလုပ်သမားမှာလည်း အဆိုပါ ဝိသမလောဘကြောင့်

ပင် စားဝတ်နေရေး မပူသုံ့မှုကြောင့် ကိုယ်လည်းဆင်းရဲ၊ ချင်သုံးချင်ကြောင့် စိတ်လည်းဆင်းရဲလှသည်၊ ဝိသမလောဘကား မည်သူ့အားမျှ ကောင်းကျိုးမပေး၊ သူ့ကို လက်ခံထားပြီဆိုမှဖြင့် စိတ်သာချပေတော့ ဒိဋ္ဌဓမ္မအားဖြင့် ဒုက္ခနှင့် ရင်ဆိုင်ရမည်သာဖြစ်သည်။

လိုချင်အားကြီးလျှင်လည်း မရ။

မလိုချင်ပြန်လျှင်လည်း မရ။

အလယ်ကြားသဘောထားမှ ရ

ဟူသော ပရိဘာသာနှင့်အညီ လိုချင်အားကြီးသော ဝိသမလောဘ ကာမသုခလ္လိကာ လမ်းစဉ်ကိုလည်းမလိုက်နှင့် မလိုချင်သော စိတ်အားပျော့သည့် အတ္တကိလမထ လမ်းစဉ်ကိုလည်း မလိုက်နှင့်

ကိုယ့်လုပ်အားကိုသာ တန်ဘိုးထား၍ ရတတ်သမျှနှင့် ရောင့်ရဲခြင်းဟူသော အလယ်အကြား သမလောဘ အခြေခံထားသည့် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်အတိုင်းသာ အလုပ်ကို ကြိုးစားပါက ချင်သုံးချင် အလိုလိုပျောက်၍ စိတ်သောကလည်း မရောက်တော့ပေ၊ ပစ္စက္ခသောကကင်းဝေး နေနိုင်ရေးဆိုသည်မှာ အဆိုပါ ချင်သုံးချင် အလိုလိုပျောက်၍ စိတ်သောက မရောက်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ပစ္စက္ခတွင် စိတ်ချမ်းသာစွာနေလိုကြပါမူ—

၁။ ချင်သုံးချင်ကို ရှောင်ပါ။

၂။ လုပ်အားကို တန်ဘိုးထားပါ။

၃။ အလုပ်လုပ်ရမှာ မပျင်းပါနှင့်။

အထက်ပါ အချက်သုံးချက်နှင့်အညီ အလုပ် လုပ်ရာတွင် သတိရှိ၍

၁။ အကျင့်စာရိတ္တကောင်းမွန်ခြင်း။

၂။ အတွေးအခေါ် အယူအဆမှန်ကန်ခြင်း။

၃။ တည်ငြိမ်သော ဇွဲလုံ့လရှိခြင်း

ဟူသော မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်အရ အားသုံးပါးနှင့် အညီ အလုပ်လုပ်ကြမည်ဆိုပါလျှင် စိတ်သောက အလိုလိုပျောက်၍ လောကနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ရမည်မှာ စိတ်သာချပေတော့ ဒိဋ္ဌဓမ္မ ပင် ဖြစ်သည်။

ထို့အတူ သဘာဝအားဖြင့် လက်တွေ့ခံစားနေရသော အိုခြင်းဆင်းရဲခြင်း၊ နာခြင်းဆင်းရဲ၊ သေခြင်းဆင်းရဲ စသော သဘာဝဒုက္ခများသည်=

၁။ ပစ္စက္ခဘဝကို မြဲသည်ဟုထင်သည်။

၂။ ပစ္စက္ခဘဝကို ချမ်းသာဟုထင်သည်။

၃။ ပစ္စက္ခဘဝကို အနှစ်သာရဟုထင်သည်

ဟူသော ထင်သုံးထင်အယူအဆမှာ အတ္တစွဲ အကြောင်း တရားကြောင့်သာ ဖြစ်လာရသော ဒုက္ခများဖြစ်သည်၊ အတ္တစွဲ လွန်ကဲလာပြန်ကလည်း ပစ္စက္ခဘဝကို ခင်လာပြန်သည်၊ ထင် လို့ခင် ခင်လို့ထင် ဟု ထင်နှင့်ခင်သည် အပြန်အလှန် ကျေးဇူး ပြုလာပြန်သဖြင့် ပစ္စက္ခဘဝအပေါ် အတ္တစွဲထင်နှင့် တဏှာစွဲ ခင်တို့ အစဉ်ဒွန်တွဲလျက် အိုခြင်း ဆင်းရဲ နာခြင်း ဆင်းရဲ သေခြင်းဆင်းရဲတို့ကို ရင်ဆိုင်ရလာကြသည်၊ အိုနာသေရေးကို ဒုက္ခဘေးဟု မကြောက်တော့ဘဲ ဘဝအသစ်ဖြစ်ရေးကိုပင် ထင်တရေးရေးနှင့် ခင်မင်စရာ အသစ်ကလေးများဟု သဘော ထားကာ အကြောင်းကံများကိုပင် ပြုမှားလာတတ်သည်။

## ပြုလျှင်အသစ် ဖြစ်လျှင်အဟောင်း

ဆိုသကဲ့သို့ ယခုပစ္စက္ခဲ့ဖြစ်နေသော အဟောင်းဘဝမှ ဘဝအသစ်ဖြစ်ရေးအတွက် အပြုသဘောဖြင့် အမောကြီးမောနေကြသည်၊ ဤသို့ ပြုလိုက်ဖြစ်လိုက် ဖြစ်လိုက်ပြုလိုက်နှင့် ဘဝအစဉ်ကြီး အဆက်မပြတ်ဖြစ်နေမှုကြောင့် အိုခြင်းဆင်းရဲ နာခြင်းဆင်းရဲ သေခြင်းဆင်းရဲတို့လည်း ထပ်တလဲလဲ ဖြစ်နေရသည်- အဆိုပါဆင်းရဲအားလုံးဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းရင်းမှာ ထင်နှင့်ခင်ဟူသော ဥပါဒါန်အစွဲနှစ်ပါးသာ ဖြစ်သည်၊ ထင်နှင့် ခင်ဒွန်တွဲနေသမျှ သေရမှာလည်းမကြောက်တော့ပေ၊ ထို့ကြောင့် ထင်နှင့်ခင်ကို ကွဲအောင် ခွဲရပေမည်၊ ကွဲအောင်ခွဲနည်းကိုလည်း ဓမ္မစကြာတွင် ရှင်တော်ဘုရားက အထင်အရှား ပြတော်မူသည်။

ထင်သည် အမြင်မှား၊ တရားကိုယ်အားဖြင့် ဒိဋ္ဌိ၊ ထင်၏စွဲရာသည် သဘာဝအစုဖြစ်သော သက္ကာယ၊ တရားကိုယ်အားဖြင့် ပစ္စက္ခဲ့ဘဝ(ခန္ဓာ ၅-ပါး) ထို့ကြောင့် ပစ္စက္ခဘဝ (ခန္ဓာ ၅-ပါး) သည် သဘာဝအစုဖြစ်သောကြောင့် သက္ကာယ၊ ထိုသက္ကာယအပေါ် နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တ ဟု အမြင်မှားသောကြောင့် ဒိဋ္ဌိ၊ ပစ္စက္ခဘဝအပေါ် အထင်မှားနေမှုကို သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ခေါ်သည်။

ထင်ကို ပြုတ်အောင်ဖြုတ်နိုင်လျှင် ခင်သည် အလိုလိုခွါသွားသဖြင့် ထင်နှင့်ခင်ကွဲအောင် ထင်၏စွဲရာ သက္ကာယခေါ် ပစ္စက္ခဲ့ဘဝကို ရှုကွက်အဖြစ်ထား၍ လက်တွေ့သဘောတရားကို ရှာကြည့်ပါ။

ပစ္စက္ခာဘဝခေါ် သက္ကာယသည် သဘာဝအစုဟု အဆိုရှိရာ မည်သည့်သဘောတရားများ စုပေါင်းနေသနည်း။ အနိစ္စ မမြဲသော သဘောတရား၊ ဒုက္ခဆင်းရဲသော သဘောတရား၊ အနတ္တ အနှစ်သာရမရှိသော သဘောတရား ဤသဘောတရားသုံးပါးတို့ စုပေါင်းနေသည်။

အဆိုပါအချက် ဟုတ်မဟုတ်ကို လက်တွေ့ခံစားနေရသည့် အိုခြင်းဆင်းရဲ၊ နာခြင်း ဆင်းရဲ၊ သေခြင်းဆင်းရဲ ဟူသော အချက်သုံးချက်ဖြင့် နှလုံးသွင်းကြည့်ပါ။

ဤပစ္စက္ခာဘဝသည် အိုရသည်၊ နာရသည်၊ သေရသည် ထို အိုနာသေသည် မြဲတဲ့သဘောလား ချမ်းသာတဲ့သဘောလား အနှစ်သာရရှိတဲ့သဘောလား။

အကယ်၍ မြဲခဲ့လျှင်၊ ချမ်းသာခဲ့လျှင်၊ အနှစ်သာရရှိခဲ့လျှင် မအိုတန်ရာ၊ မနာတန်ရာ၊ မသေတန်ရာဟု ထပ်တလဲလဲ တွေးကြည့်ပါ၊ ထိုသို့ တွေးကြည့်နေခိုက် သတိဖြင့် မိမိစိတ်ကို ငုံလုံ့လရှိရှိ ထိန်းချုပ်ထားပါ၊ ထပ်တလဲလဲ တွေးကြည့်ပါ၊ သဘောမပေါက်သေးသမျှ အထက်ပါအတိုင်း သတိဖြင့် စိတ်ကို ဇွဲကောင်းကောင်းနှင့် ထိန်းချုပ်ပြီးတွေးကြည့်ပါ၊ ၎င်း တွေးကြည့်သောအလုပ်ကိုပင် ဝိပဿနာပွားသည်ဟု ဆိုသည်။

အိုခြင်းသဘောကိုထောက်၍ အနိစ္စ မမြဲသောတရား။
နာခြင်းသဘောကိုထောက်၍ ဒုက္ခ ဆင်းရဲသောတရား။
သေခြင်းသဘောကိုထောက်၍ အနတ္တ အနှစ်သာရမရှိသော တရား။

ဟု ပရိဇာနန္တအရ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်သိပါလျှင် ပစ္စက္ခာဘဝ ခေါ် သက္ကာယအပေါ် အထင်မှားနေသော ဒိဋ္ဌိပြုတ်၍ ထင်

ဟူသော အတ္တစွဲနှင့် ခင်ဟူသော တဏှာစွဲတို့ ဒွန်မတွဲနိုင်တော့ဘဲ လမ်းခွဲလိုက်ကြသည်၊ ထိုသို့ လမ်းခွဲလိုက်သဖြင့် ထင်နှင့်ခင် ဒွန်တွဲမှုကြောင့် လက်တွေ့ခံစားနေရသော–

၁။ သောက–စိုးရိမ်ပူဆွေးရခြင်းဆင်းရဲ။

၂။ ပရိဒေဝ–ငိုကြွေးရခြင်းဆင်းရဲ။

၃။ ဒုက္ခ–ကိုယ်ပင်ပမ်းမှုဆင်းရဲ။

၄။ ဒေါမနဿ=စိတ်ပင်ပမ်းမှုဆင်းရဲ။

၅။ ဥပါယာသ–အလွန့်အလွန် ပင်ပမ်းမှုဆင်းရဲ။

၆။ သမ္ပယောဂ–မချစ်သူနှင့်ပေါင်းသင်းရမှုဆင်းရဲ။

၇။ ဝိပ္ပယောဂ–ချစ်သူနှင့်ကွေကွင်းရမှုဆင်းရဲ။

၈။ အလာဘ–လိုတမရမှုဆင်းရဲ။

ဤဆင်းရဲအားလုံးတို့ အလိုလိုချုပ်ငြိမ်းရသည်၊ ၎င်းချုပ်ငြိမ်းမှုသဘောကိုပင် စစ်မှန်သောသဘာဝနိဗ္ဗာန်ဟု ခေါ်သည်။

## နိဗ္ဗာန်(၂)ပါးအထူး

လောကနိဗ္ဗာန်မှာ ချင်သုံးချင်ကို ကွာအောင် ခွါလျှင် စိတ်ချမ်းသာမှုရသော သဘောဖြစ်၍ သဘာဝနိဗ္ဗာန်မှာ ထင်နှင့်ခင်ကို ကွဲအောင်ခွဲလျှင် စိတ်ချမ်းမှုရသော သဘောပင်ဖြစ်သည်။

သို့သော် လောကနိဗ္ဗာန်မှာ ထာဝရ စိတ်ချမ်းသာမှုကို မပေးစွမ်းနိုင်ပါ၊ သဘာဝနိဗ္ဗာန်ကသာ ထာဝရစိတ်ချမ်းသာမှုကို ပေးစွမ်းနိုင်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ထာဝရငြိမ်းချမ်းရေးကို လိုလားသူမှန်သမျှ ပစ္စက္ခဘဝ၏ မမြဲသော အနိစ္စသဘော၊ ဆင်းရဲသော ဒုက္ခသဘော၊ အနှစ်သာရမရှိသော အနတ္တသဘောများကို လက်တွေ့ ခံစားနေရသော အို၊ နာ၊ သေရေးတို့ဖြင့် ထပ်တလဲလဲ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်း၍ ထင်နှင့်ခင် ကွဲသွားအောင် ဝိပဿနာအလုပ်ကို ကြိုးစားအားထုတ်သင့်လှပေသည်။

တချို့က ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုသည်မှာ လူတိုင်း မလုပ်နိုင်၊ လုပ်ပြန်ပါကလည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းရိပ်သာတခုခုတွင် ကိုယ်တိုင်သွား၍ လုပ်မှ တရားရသည် ဟု အဆိုပြုကြသည်၊ ထိုသို့ကား မဟုတ်ပါ၊ မာတိကာ ဒါယိကာမကြီး ထမင်းချက်ရင်း (၃၂) ကောဋ္ဌာသကို ဆင်ချင်နှလုံးသွင်းလျက် တရားထူးရသော ထုံးသာဓကရှိသဖြင့် မည်သည့်နေရာမဆို ဝိပဿနာအလုပ်ကို လုပ်နိုင်ပါသည်။

အို နာ သေရေးကို အလုပ်လုပ်နေရင်း ဆင်ချင်နှလုံးသွင်းနေနိုင်လျှင် ဝိပဿနာပင်ဖြစ်ပါသည်၊ ကြီးငယ်မဟူ မည်သူမဆို အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းသဘောကို ဆင်ချင်နှလုံးသွင်းနိုင်ပါက—

စားဝတ်နေရေးကြောင့်ဖြစ်သော စိတ်ဆင်းရဲမှုနှင့်
အို နာ သေရေးကြောင့်ဖြစ်သော စိတ်ဆင်းရဲမှုများ
အလိုလိုချုပ်ငြိမ်း၍ ပစ္စက္ခတွင် စိတ်ချမ်းသာမှုကို မုချခံစားရပါသည်။

အို နာ သေရေးကို ထပ်တလဲလဲတွေးနေသူများမှာ-စားချင်လှပါသည်၊ ဝတ်ချင်လှပါသည်၊ နေချင်လှပါသည် ဟူသော ချင်သုံးချင်လည်း မရှိတော့ပါ၊ ပစ္စက္ခဘဝကို မြဲသည်ဟု ထင်

မှုနှင့် ခင်မှု ချမ်းသာသည်၊ အနှစ်သာရရှိသည်ဟု ထင်မှုနှင့် ခင်မှု ဤထင်မှုနှင့်ခင်မှုတို့လည်း တဖြေးဖြေး ပါးပါးလာပါသည်။

ထို့ကြောင့် ချင်သုံးချင်နှင့် ထင်နှင့်ခင်တို့ကို အပြီးသတ်ပယ်နိုင်ရန်အတွက် အိုနာ သေရေးကို ထပ်တလဲလဲ တွေးကြည့်ရသည့် ဝိပဿနာအလုပ်ကို သတိရှေ့ထား၍ ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြပါစေသတည်း။

သဘောတရားနှင့်လက်တွေ့

သဘောတရားဆိုသည်မှာ (သ—ထင်ရှားရှိသော၊ ဘာဝ= တိကျမှန်ကန်သောဖြစ်ရပ် ) အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်၍ သဘာဝအားဖြင့် ထင်ရှားရှိသော တိကျမှန်ကန်သည့် ဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်သည်။

အကြောင်းအကျိုးလည်းဆပ်စပ်, သဘာဝယုတ္တိလည်း ရှိသော ဖြစ်ရပ်အမှန်များဟု ဆိုလိုပါသည်။

လက်တွေ့ဆိုသည်မှာ အဆိုပါဖြစ်ရပ်အမှန်များကို အကျိုး သက်ရောက် စေအောင် အကောင်အထည် ဖေါ်ပေးသော အလုပ်ဖြစ်သည်။

သဘာဝအမှန်တရားကို အမှန်အတိုင်းသိရန်အတွက် ကိုယ် တိုင် ကိုယ်ကျ အလုပ်လုပ်ခြင်းဟု ဆိုလိုပါသည်။

သဘာဝ အမှန်တရားကို အမှန်အတိုင်း သိရန်အတွက် လက်တွေ့အကောင်အထည် ဖေါ်ရာတွင် တိကျမှန်ကန်သော လမ်းစဉ်ရှိမှသာ သဘာဝလည်းကျသည်၊ အကျိုးလည်း သက် ရောက်သည်။

သဘောတရားသည် မျက်စိနှင့်တူသည်။
လက်တွေ့စမ်းသတ်မှုသည် လက်နှင့်တူသည်။
လမ်းစဉ်သည် ခြေထောက်နှင့်တူသည်။
အမြင်မှန်ရခြင်းသည် ပန်းတိုင်နှင့်တူသည်။

လူသားများသည်

စားဝတ်နေရေး ဖူလုံရေးအတွက်ငင်း။
အိုနာ သေရေး ကင်းဝေး၍ရင်း။

အမြင်မှန်ရရှိရေးတည်းဟူသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို လှမ်းကိုင်နိုင်ရန်အတွက် မျက်စိနှင့်တူသော သဘောတရားရေး သို့မဟုတ် ပညာရေးကိုလည်း လေ့လာ ဆည်းပူးရသည်၊ "အလိမ္မာ စာမှာရှိ"ဟု အဆိုရှိသဖြင့် လိမ္မာရေးခြားရှိရန်နှင့် သဘောတရား မိမိပညာမျက်စိရှိရန် အတွက် စာပေဗဟုသုတ ကိုလည်း ရှာမှီးကြရသည်။

သဘောတရား မိမိပညာမျက်စိရှိလာပြန်ကလည်း လက်နှင့် တူသော လက်တွေ့စမ်းသတ်မှုကိုလည်း ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ ပြုလုပ်ကြရမည်သာဖြစ်သည်၊ထိုသို့ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ လက်တွေ့ စမ်းသတ်ကြည့်ရာတွင်လည်း သဘောတရားနှင့် လက်တွေ့ကို ပေါင်းကူးတံတားခင်းပေးသော ခြေထောက်နှင့်တူသည့် တိကျ သော လမ်းစဉ်ချမှတ်၍ လက်တွေ့အလုပ်လုပ်မှသာ—

စားဝတ်နေရေး ဖူလုံရေးအတွက် အမြင်မှန်ရခြင်း။

အိုနာသေရေး ကင်းဝေးရေးအတွက် အမြင်မှန်ရခြင်း။

တည်းဟူသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ရောက်၍ "သောက ကင်းဝေး နေနိုင်ရေး"ဟူသော အောင်ပန်းကို ဆွတ်ခူးနိုင်မည် သာ ဖြစ်သည်။

စားဝတ်နေရေးအတွက် သောကကင်းခြင်းကို လောက နိဗ္ဗာန်ခေါ်၍—

အိုနာသေရေးအတွက် သောကကင်းခြင်းကို သဘာဝ နိဗ္ဗာန်ဟု ခေါ်သည်။

သဘောတရားမသိက မျက်စိကန်းနှင့်တူသည်။

လက်တွေ့မရှိက လက်မရှိသောသူနှင့်တူသည်။

လမ်းစဉ်မရှိက ခြေမရှိသောသူနှင့်တူသည်။
ပန်းတိုင်းမရှိက လေလွင့်လိပ်ပြာနှင့်တူသည်။

ထို့ကြောင့် လောကကြောင်းအားဖြင့်ဖြစ်စေ, သဘာဝကြောင်းအားဖြင့်ဖြစ်စေ သောကကင်းဝေးနေနိုင်ရေးအတွက် သဘောတရားလည်း သိ၊ လက်တွေ့လည်း ရှိ၊ တိကျသော လမ်းစဉ်ဖြင့် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ အရောက်ချီတက်ရန် အတွက် ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး၍ ကြိုးစားအားထုတ် အလုပ်လုပ်ကြရမည်သာ ဖြစ်သည်။

ဓမ္မစကြာလာ သဘောတရားမှာ အချုပ်အားဖြင့်—

၁။ ဥပါဒါန်အစွဲကပ်က ဒုက္ခအစစ်ဖြစ်သည်။

၂။ ဥပါဒါန်အစွဲပြတ်က သုခအစစ်ဖြစ်သည်။

ဤနှစ်ပါးပင်ဖြစ်သည်၊ ထို့တွင်—

ဥပါဒါန်အစွဲကပ်ခြင်းသည် အကြောင်းတရား၊ ဒုက္ခအစစ်ဖြစ်ခြင်းသည် အကျိုးတရား၊ ထို့အတူ—

ဥပါဒါန်အစွဲပြက်ခြင်းသည် အကြောင်းတရား၊ သုခအစစ်ဖြစ်ခြင်းသည် အကျိုးတရား၊ ဤသို့ အကြောင်းအကျိုးအားဖြင့် ခွဲဝေလိုက်ပါက—

၁။ စွဲကပ်သော ဥပါဒါန်သည် အကြောင်း သမုဒယသစ္စာ။

၂။ ဒုက္ခအစစ်ဖြစ်ခြင်းသည် အကျိုးဒုက္ခသစ္စာ။

၃။ ဥပါဒါန်အစွဲကို ပြတ်အောင်ဖြတ်သော လက်တွေ့အလုပ်သည် အကြောင်းမဂ္ဂသစ္စာ။

၄။ သုခ အစစ်ဖြစ်သော ချမ်းငြိမ်းသော သဘောသည် အကျိုးနိရောဓသစ္စာ။

ဟု အမှန်တရား လေးပါး ဟည်းဟူသော သဘောတရား လေးမျိုးဖြစ်လာသည်၊ ထို့တွင် ဒုက္ခသစ္စာ သမုဒယသစ္စာ နိရောဓသစ္စာသည် သဘောတရားရေးပိုင်းဆိုင်ရာ အမှန်တရား သုံးပါးဖြစ်၍ မဂ္ဂသစ္စာသည် လက်တွေ့ပိုင်းဆိုင်ရာ အမှန် တရားဖြစ်သည်။

လက်တွေ့ပိုင်းဆိုင်ရာ မဂ္ဂသစ္စာတွင် သမ္မာဒိဋ္ဌိစသော မဂ္ဂင် (၈) ပါးသည် လက်တွေ့အလုပ်လုပ်ရာ၌ ချမှတ်ထားသော လမ်းစဉ်ဖြစ်သည်၊ အဆိုပါ မဂ္ဂင် (၈)ပါး တည်းဟူသော လမ်းစဉ်ကို မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ဟု ခေါ်သည်၊ ဤ မဇ္ဈိမပဋိ ပဒါလမ်းစဉ်တွင် သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပသည် ဉာဏအား၊ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တ သမ္မာအာဇီဝသည် စာရိတ္တအား၊ သမ္မာဝါယမ သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိသည် ကာယအား ဟု အားသုံးပါး ပါဝင်ရာ -

စာရိတ္တအားချို့တဲ့ပါက ကာမသုခလ္လိက။

ဉာဏအားချို့တဲ့ပါက အတ္တကိလမထ။

ဟု အစွန်းနှစ်ဘက်ထွက်လျက်ရှိရာ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ဆိုသည် မှာ အစွန်းနှစ်ဘက်မထွက်စေမူ၍ အလယ်အကြား အား သုံးပါး အညီအမျှ လက်တွေ့လုပ်ရသော လမ်းစဉ်ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် သစ္စာလေးတန် အမှန်လေးချက်တွင် သဘော တရား လက်တွေ့ လမ်းစဉ်အပြည့်အစုံ ပါဝင်ပြီးဖြစ်၍ သောက ကင်းဝေး နေနိုင်ရေးတည်းဟူသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ အရောက်ချီတက်ရန်အတွက် ဤခန္ဓာကိုယ်တွင် စွဲကပ်နေသော ဥပါဒါန်ကို အပြုတ်ဖြုတ်ရန် အချိန်တန်ပေပြီ။

" ဤ ခန္ဓာကိုယ်သည် စားရေး ဝတ်ရေး နေရေးအတွက် နေ့စဉ် သောကရောက်နေရသဖြင့် ဆင်းရဲမှုဒုက္ခနှင့် ကြုံတွေ့ နေရသည်၊ထို့ကြောင့် ဤခန္ဓာကိုယ်သည် လိုတရခိုက်ချမ်းသာ ဟု ထင်ရသော်လည်း ဒုက္ခအစစ်ဧကန်ဖြစ်သည်။

ထိုမှတဆင့်တက်၍ ဤခန္ဓာကိုယ်သည် စားဝတ်နေရေးတို့ မည်မျှပင် ဖူလုံပြည့်ဝစေကာမူ အိုနာသေရေးအတွက် စိတ် မအေးရဘဲ အမြဲသောကဝင်နေရသည်ဖြစ်၍ ဒုက္ခအစစ်ဧကန် ဖြစ်သည်။"

ဟု အမြင်မှန်ရအောင် မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ဖြင့် လက်တွေ့ စမ်းသပ်ကြည့်သင့်သည်၊ လက်တွေ့စမ်းသပ်နည်းကို အထက်က ပြဆိုခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

စားဝတ်နေရေးအတွက် သောကဖြစ်နေရသည်မှာ တခြား ကြောင့်မဟုတ်ပေ၊ လုပ်အားနှင့်မတန်အောင် စားချင် ဝတ်ချင် နေချင်သော ဥပါဒါန်အစွဲကပ်မှုကြောင့်ဖြစ်သည်၊၎င်းဥပါဒါန် အစွဲကပ်သောခင်သုံးခင်ကိုပယ်ခွါနိုင်လျှင် သောကကင်းဝေး နေနိုင်ရေးဟူသော လောကနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ရမည်မှာ မလွဲပါ။

ထို့ကြောင့် ခင်သုံးခင်ကို ပယ်နိုင်ရေးအတွက် ဤခန္ဓာကိုယ် ကို အို နာ သေရေး ဒုက္ခဘေး ဟု အထက်က ပြဆိုခဲ့ပြီးသည့် အတိုင်း မဇ္ဈိမပဋိပဒါကျကျ လက်တွေ့စမ်းသပ်ကြည့်ပါ။

ထိုမှတဖန် အို နာ သေရေး ဒုက္ခဘေးအတွက် သောက မကင်း စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်နေရသည်မှာလည်း အကြောင်းမဲ့ ကား မဟုတ်ပါပေ။

ဤခန္ဓာကိုယ်အပေါ် အဖြစ်သဘောကိုသာမြင်၍ အပျက် သဘောကို မမြင်ရသဖြင့် မြဲသည် ချမ်းသာသည် ပိုင်ဆိုင်သည် ဟု အထင်မှားမှု အတ္တဝါဒုပါဒါန် နှင့် ခင်မင်တွယ်တာမှု

ကာမုပါဒါန် ဤဥပါဒါန်နှစ်ပါးကို ဘိုးထင်နှင့် မယ်ခင်တို့ သွားကြတဲ့ အတွက်ကြောင့် သောကမကင်း စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်နေရသည်။

ဤထင်တရေးရေးနှင့် ခင်မင်မှုပေးနေသော ဥပါဒါန်အစွဲ နှစ်ပါးသည် ဤခန္ဓာကိုယ်၏ အဖြစ်သဘောကိုသာ မှီတွယ်၍ စွဲကပ်နေသည်၊ အကယ်၍ "ဤခန္ဓာကိုယ်သည် အဖြစ်သဘော တွင်သာ ရပ်တည်၍မနေ၊ ဖြစ်လာက ပျက်တတ်သောသဘော ရှိသည်" ဟု အပျက်သဘောပေါ်လာအောင် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ကျကျ လက်တွေ့မှုပွားနိုင်ကြပါလျှင် အဖြစ်သဘော အပေါ် တွင်သာ ခြေကုတ်ယူထားသော ဥပါဒါန်အစွဲသည် အပျက် သဘောပေါ်အောင် ရှုမှတ်နိုင်သည်နှင့်အမျှ ခြေကုတ်မရဖြစ် ကာ အလိုလိုကွာကျသွားမည်သာဖြစ်သည်။

ဤသို့ ဤခန္ဓာကိုယ်အပေါ်မှ အမြင်မှန်ရသဖြင့် ဥပါဒါန် နှစ်ပါး ကွာကျသွားသောအခါ—

ယံကိဉ္စိသမုဒယဓမ္မံ၊ သဗ္ဗန္တံ နိရောဓဓမ္မံ။

ဖြစ်လာသမျှ တရားအားလုံးချုပ်ဆုံးခြင်း သဘောရှိ၏

ဟု ဒိဋ္ဌိနှင့်ဝိစိကိစ္ဆာကင်းပြတ် ဆုံးဖြတ်နိုင်သော ဉာဏ်အား ကြောင့် ဖွားကနဲ လက်ကနဲ ပေါ်လာသော ငြိမ်းအေးခြင်း လက္ခဏာရှိသည့် သန္တိသုခ သဘာဝနိဗ္ဗာန်ဆိုက်လာသည်၊ ထိုသို့ ဆိုက်လာပါက—

စားဝတ်နေရေးအတွက်လည်း သောကကင်းပျောက်။

အိုနာသေရေးအတွက်လည်း သောကကင်းပျောက်။

ဝိဇ္ဇာဉာဏ် အလင်းပေါက်သဖြင့် အရှင်ကောဏ္ဍညမထေရ် ကဲ့သို့ မဟာသောတာပန်အဆင့်သို့ ရောက်နိုင်သည်၊ ထိုအခါ—

စိတ္တံနကမှတိ–လောကခံဒဏ်ချက်ကြောင့် စိတ်ဓာတ်လည်း ကြံ့ခိုင်။

အသောကံ - စိတ်သောကလည်း ကင်းပျောက်။

ဝိရဇံ - ဉပါဒါန်မြူမှေးလည်း ကင်းဝေး။

ခေမံ– အိုနာသေရေး ဒုက္ခဘေးလည်း အလျင်းမရှိ

ဟူသော ထာဝရငြိမ်းချမ်းရေးလက္ခဏာ ဝိမုတ္တိအရသာကို ခံစားရမည်သာဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် ထာဝရငြိမ်းချမ်းရေးကို အလိုရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ဤမမွစကြာ အမြတ်ဆုံး ဝိပဿနာကို လေ့လာမှတ်သား၍ ဝိမုတ္တိအရသာကို ခံစား နိုင်ကြပါစေသတည်း။

## နိဗ္ဗာန်

နိဗ္ဗာန်ဆိုသည်မှာ ငြိမ်းအေးခြင်းသဘောဖြစ်သည်၊ ငြိမ်းအေး ခြင်းဆိုသည်မှာလည်း တခြားမဟုတ်ပါပေ၊ သောကကင်းဝေး ခြင်းပင် ဖြစ်သည်၊ သောကကင်းဝေးခြင်း ဆိုသည်မှာလည်း စိတ်ချမ်းသာခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

စိတ်ချမ်းသာမှုရသဖြင့် သောကကင်းဝေးသည်၊ သောက ကင်းဝေးသဖြင့် ငြိမ်းအေးသည်၊ ၎င်းငြိမ်းအေးသောသဘော ကို နိဗ္ဗာန်ဟု ခေါ်သည်။

စိတ်ချမ်းသာမှု(၂)မျိုး

၁။ လိုတာ့ရ၍ စိတ်ချမ်းသာခြင်း။

၂။ အမြင်မှန်ရ၍ စိတ်ချမ်းသာခြင်း

ဟု စိတ်ချမ်းသာခြင်း (၂)မျိုးရှိသည်၊ ထို့တွင်–

လိုတ ရ၍စိတ်ချမ်းသာခြင်းကိုလောကနိဗ္ဗာန်ခေါ် ၍၊အမြင် မှန်ရ၍ စိတ်ချမ်းသာခြင်းကို သန္တိနိဗ္ဗာန်ခေါ်သည်။

မှန်ပါသည်၊ လိုတ ရ၍ စိတ်ချမ်းသာခြင်းသည် လောက သမုတိအားဖြင့် သောကကင်းဝေးသဖြင့် ငြိမ်းအေးခြင်း သဘောရှိသောကြောင့် လောကနိဗ္ဗာန်ဟုခေတ်လူသားများက တင်စားကြသည်။

သို့သော်၊ အဆိုပါလိုတ ရ၍ စိတ်ချမ်းသာခြင်းသည် အမြဲ တစေ တည်နေသည်ကား မဟုတ်ပါပေ၊ လိုတ ရသော တဒင် အခိုက်အတန့်မျှသာ စိတ်ချမ်းသာသည် ဟု ထင်ရငြားသော် လည်း လိုတ မရသောအခါ စိတ်ဆင်းရဲမှု ဖြစ်လာရသည်မှာ ဓမ္မတာပင်ဖြစ်သည်၊ လိုတ မရသောအခါတို့ကို သေသေချာချာ လေ့လာကြည့်ပါက လိုတ ရသောအခါက နည်းပါး၍ လိုတ မရသောအခါကသာ များလေသည်။

ထို့ကြောင့် သမုဒယသစ္စာအားဖြင့် တင်စားထားသော လောကနိဗ္ဗာန်ဆိုသည်မှာ စိတ်ချမ်းသာမှု နည်းပါး၍ စိတ် ဆင်းရဲမှုသာများသဖြင့် စစ်မှန်သော ငြိမ်းအေးမှုသဘောမရှိ ပေ။

ဥပမာ - ယခုပစ္စက္ခလောကတွင် လိုတ ရ-ဟု ဆိုရလောက် အောင် အထွဋ်အထိပ်သို့ ရောက်နေသည့် တော်လှန်ရေး ကောင်စီ ဥက္ကဋ္ဌကြီးကို စံတင်ကြည့်ပါ၊ စားဝတ်နေရေးအတွက် လိုလေသေးမရှိ၊ လိုတ ရလျက်ပင် ဖြစ်သည်၊ သို့သော် စိတ် ချမ်းသာမှုနှင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုတို့မှာ အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာရသည်မှာ ဓမ္မတာပင်ဖြစ်၍ စိတ်ချမ်းသာမှု ရသောအချိန့်ထက် စိတ်ဆင်းရဲမှုရသောအချိန်က များမည်မှာ

လည်း ဓမ္မတာပင်ဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် လိုတ,ရ၍ စိတ်ချမ်းသာမှုသည် ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်မဟုတ်ပေ။

အမြင်မှန်ရ၍ စိတ်ချမ်းသာမှုသာ ချမ်းသာစစ်၊ ချမ်းသာမှန်ဖြစ်၍ စိတ်ဆင်းရဲမှုမှ လုံးဝကင်းစင်သဖြင့် တည်ငြိမ်အေးမြသော သန္တိသုခဖြစ်သည်။

မှန်ပါသည်၊ အမြင်မှန်မရသေးသမျှ လောကစည်းစိမ်ဂုဏ်သိမ်တို့ လိုလေသေးမရှိလောက်အောင် ပြည့်စုံသော်လည်း တည်ငြိမ်သော စိတ်ချမ်းသာမှုကို အမြဲတစေရနေသည်ကား မဟုတ်ပေ၊ ရလည်း မရနိုင်ပေ၊ အဘယ့်ကြောင့် ဆိုသော် လာဘော အ,လာဘောဟူသော လောကဓံ လှိုင်းဂရက်က မနေ့စဉ်ရိုက်ခတ်နေသဖြင့် သုခံဒုက္ခံ-ဟူသော လောကဓံဒဏ်ချက်ကို ခံရအုံးမည်သာဖြစ်သည်။

အမြင်မှန်ရမှသာ လာဘော အ,လာဘောဟူသော လောကဓံ လှိုင်းဂရက်မည်သို့ပင် ရိုက်ခတ်စေကာမူ လိုတ,ရမှုကြောင့် စိတ်ချမ်းသာမှု မလိုတ,ရမှုကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုဟူသော သုခံဒုက္ခံ လောကဓံဒဏ်ချက်ကို ခံနိုင်ရည်ရှိသဖြင့် တည်ငြိမ်သော ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်ကို ဧကန်ရပေမည်။

ထို့ကြောင့် လောကဓံဒဏ်ချက်ကို ခံနိုင်ရည်ရှိသော တည်ငြိမ်သော စိတ်ချမ်းသာမှုတမျိုးကို သန္တိနိဗ္ဗာန်ဟု ဆိုရသည်။

## လောကဓံ

လောကဓံဆိုသည်မှာ အဖြစ်နှင့်အပျက် အမြဲတစေ ဒွန်တွဲနေသော သဘောပင်ဖြစ်သည်။

မှန်ပါသည်၊ ရမှုနှင့်မရမှု၊ ပြည့်စုံမှုနှင့်ချို့တဲ့မှု၊ မြှောက်စားမှုနှင့်ဖိနှိပ်မှု၊ ချမ်းသာမှုနှင့်ဆင်းရဲမှု များသည် သဘာဝအားဖြင့်

ဒွန်တွဲနေသည်၊ ၎င်းသဘာဝများသည် အကြောင်းအားလျော်စွာဖြစ်၍ အကြောင်းအားလျော်စွာ ပျက်တတ်သည်၊ ဖြစ်လာကလည်း ပျက်ရသည်၊ ပျက်လာကလည်း ဖြစ်ရသည်၊ သူ့သဘော သူဆောင်၍ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ဖြစ်ပျက်နေကြသည်၊ မည်သူတဦးတယောက်ကမှ ဖမ်ဆင်းထားသည်လည်း မဟုတ်၊ ဖြစ်လာသော အခိုက်ရမှုသဘော၊ပြည့်စုံမှုသဘော၊မြောက်စားမှုသဘော၊ စိတ်ချမ်းသာမှုသဘောတို့သည် အခိုက်အတန့်အားဖြင့် ဖြစ်လာကြသည်။

သို့သော် ထိုသဘောတို့သည် အမြဲတစေ ဖြစ်နေကြသည်ကား မဟုတ်၊ တခဏမျှသာဖြစ်၍ ပျက်ကြရပြန်သည်၊ ထိုပျက်လာသောအခိုက် မရမှုသဘော၊ ချို့တဲ့မှုသဘော၊ ဖိနှိပ်မှုသဘော၊ စိတ်ဆင်းရဲမှုသဘောတို့သည် ဖြစ်လာကြပြန်သည်၊ ဤသို့ ဖြစ်ပျက်နေသော သဘောကို လောကဓံ ခေါ်သည်။

အဖြစ်နှင့်အပျက်သည် သဘာဝအားဖြင့် ဒွန်တွဲနေသော်လည်း အပျက်ကို မမြင်ဘဲ အဖြစ်ကိုသာ မြင်နေမှုကို အမြင်မှားခေါ်၍ အပျက်ကိုပါ ဒွန်တွဲ၍ မြင်နေမှုကို အမြင်မှန် ဟုခေါ်သည်၊ ထိုသို့ သဘာဝဆိုက်အောင် မြင်မှုကို ယထာဘူတဉာဏ် ခေါ်သည်။

မှန်ပါသည်၊ လောကဓံဆိုသည်မှာ အဖြစ်တမျိုးထည်းသာ မဟုတ်၊ အပျက်နှင့် ဒွန်တွဲနေသော သဘောရှိ၍ အဖြစ်ကိုသာ တဘက်သတ်မမြင်ဘဲ အပျက်နှင့်ဒွန်တွဲ၍ မြင်မှသာ ယထာဘူတ ကျသည်၊ သဘာဝလည်း ဆိုက်သည်။

သို့သော် ပုထုဇဉ်မှန်သမျှ အပျက်ကိုမမြင်၊ အဖြစ်ကိုသာမြင်သည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ

အရ မသိမှု အဝိဇ္ဇာတိမ်သလာလွှမ်းနေသောကြောင့် ဖြစ်သည်၊ ဥပမာ–ပကတိမျက်စိတွင် တိမ်သလာလွှမ်းနေက အမြင်မှန် မရသကဲ့သို့ ထို့အတူ အဝိဇ္ဇာက ဖုံးကွယ်ထားသဖြင့် အပျက်ကို မမြင်ဘဲ အဖြစ်ကိုသာမြင်သည်ဖြစ်၍ အမြင်မှန်မရ ဖြစ်နေသည်၊ အမြင်မှန်မရသဖြင့် ဖြစ်စဉ်ကြီးအပေါ် မြဲသည်၊ ချမ်းသာသည်၊ ပိုင်ဆိုင်သည်ဟု အထင်ကြီးလာသည်၊ ၎င်းအထင်ကြီးမှုကို သင်္ခါရဒိဋ္ဌိ ခေါ်သည်၊ ထိုသို့ ဖြစ်စဉ်ကြီး အပေါ် နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တ ဟု အထင်ကြီးလာသဖြင့် ခင်တွယ်လာသည်၊ ၎င်းခင်တွယ်မှုကို တဏှာခေါ်သည်၊ ကိုဘိုးထင်နှင့် မမယ်ခင်တို့ အချင်းချင်းနားလည်မှုယူ၍ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို တည်ဆောက်လာခဲ့သည်မှာ ဘယ်အချိန် ဘယ်အခါကဟူ၍ အစပင်သတ်မှတ်၍ မရနိုင်အောင် အချိန်ကြာမြင့်ခဲ့ပေပြီ၊ မသိလို့ပူ၊ပူလို့ဖြစ်ဟူသော ဘဝဖြစ်စဉ်ကြီးကား ကိုဘိုးထင် မမယ်ခင်တို့၏ စံအိမ်ကြီးသဘွယ် ဖြစ်လာ၍ ခင်မင်တွယ်တာ ဖြစ်သမျှအကြောင်း အကောင်းချည်းသာ ဟု အထင်ကြီးကာ လောကဓံဒဏ်ချက်ကို အောင့်သက်သက် ခံခဲ့ရသည်မှာလည်း အချိန်ကြာမြင့်ခဲ့ပေပြီ၊ လိုတ႑ရသောအခိုက် စိတ်ချမ်းသာမှု ကလေးကိုပင် အစွဲကြီးစွဲကာ တဝဲဝဲတလယ်လယ် စုံဆန်မြော ပါး ဒုက္ခအမျိုးမျိုးကို ခံစားခဲ့ရသည်မှာလည်း အသင်္ချေ အနန္တ ရေတွက်၍ပင် မရခဲ့ပေ၊ ဘဝဟူသည် ရှိသလား။

အထက်ပါ အမေးစကားသည် ပစ္စက္ခခေတ်တွင် အလွန် တာစားနေသည်၊ ၎င်းအမေးစကား၏ အဖြေကို မဖြေဆိုမီ၊ ဘဝဆိုဒါဘာလဲ ဟူသော အမေးစကားကို ရှေ့ဦးစွာ မေးသင့်သည်၊ အဖြေမှာ ....

၁။ ကာယကံအမှု၊ ဝစီကံအမှု ဟူသော ပစ္စက္ခလုပ်အား အပြုသဘောနှင့်။

၂။ အသစ်အသစ် ခန္ဓာအစဉ်ဖြစ်မှု အဖြစ်သဘော ——
ဤအပြုသဘောနှင့်အဖြစ်သဘောနှစ်မျိုးတွင်အဖြစ်သဘောကို ဘဝဟုခေါ်၍ အပြုသဘောကို ဘဝဖြစ်ခြင်း၏အကြောင်းဟု ခေါ်သည်၊ ပစ္စက္ခတွင် ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှုဟူသော အပြုသဘောရှိနေသမျှ ခန္ဓာအစဉ်သည် အဟောင်းချုပ်သော်လည်း အသစ်အသစ်ဖြစ်ရမည်မှာ ဓမ္မတာပင်ဖြစ်သည်၊ အပြုသဘော ရှိနေသေးသမျှ သို့မဟုတ် တဏှာရှိနေသေးသမျှ ဘဝဟူသည် ရှိရမည်မှာ ထို့အတူ ဓမ္မတာပင် ဖြစ်သည်။

အပါယ်ဘုံရှိသလား၊နတ်ပြည်ရှိသလားဟုပစ္စက္ခမဟုတ်သဖြင့် မယုံကြည်သူများက အထက်ပါအမေးစကားကို ပွဲထုတ်လာကြ ပြန်သည်၊ ထိုသူများအတွက် သိပ္ပံနည်းကျကျ လက်တွေ့သဘာဝ ကို ထောက်ဆ၍တင်ပြမှုသာ ယထာဘူတကျပေမည်၊ လောက တွင် အပြုသဘောရှိက အဖြစ်သဘောရှိရမည်၊ လက်တွေ့ အလုပ်လုပ်လျှင် လက်တွေ့အကျိုးခံစားရမည်၊ ဤ သဘာဝ ဖြစ်ရပ်ကို လက်ခံနိုင်လျှင်—

မကောင်းသော အပြုသဘောရှိက မကောင်းသော အဖြစ် သဘောဖြစ်သည့် အပါယ်ဘုံနှင့် ကောင်းသော အပြု သဘောရှိက ကောင်းသော အဖြစ်သဘော ဖြစ်သည့် နတ်ပြည်ဆိုသည်မှ ကိုယ့်လုပ်အားနှင့် အညီဖြစ်ရမည်၊ ရှိ ရမည်ဟု လက်ခံနိုင်ရမည်။

မမြင်မရ၍ မယုံနိုင်ပါဟု ဆိုလာလျှင် ပစ္စက္ခတွင် အဆင်းရဲ ဆုံးဖြစ်သည့် ကယ်ပါနှင့်အချမ်းသာဆုံးဖြစ်သည့် တော်လှန်

ရေး ကောင်စီဥက္ကဋ္ဌကြီးကို ဥပမာတင်၍ ကြည့်ပါ၊ကယ်ပါသည် အဆင်းရဲဆုံးဖြစ်၍ အပါယ်ဘုံသားနှင့် တူသည်၊ ဘာ့ကြောင့်ဆင်းရဲသနည်း၊မိမိ၏လုပ်အားကို အလွဲသုံးစားလုပ်သောကြောင့် ဆင်းရဲသည်၊ဥက္ကဋ္ဌကြီးသည် အချမ်းသာဆုံးဖြစ်၍ နတ်သားနှင့်တူသည်၊ သမုတိနတ်ဟုလည်း ခေါ်သည်၊ ဘာ့ကြောင့်ချမ်းသာသနည်း မိမိလုပ်အားကို တန်ဘိုးထား၍ စေနစ်တကျလုပ်သောကြောင့် ချမ်းသာသည်။

ထို့ကြောင့် မိမိ၏လုပ်အားကို ကိုယ်ကျိုးအတွက်သာ တဘက်သတ်ကြည့်၍ ကာယကံမှု ဝစီကံမှုများကို အလွဲသုံးစားလုပ်ခဲ့ပါလျှင် ကယ်ပါများကဲ့သို့ အပါယ်လားရမည်မှာ သေချာသည်၊ ထို့အတူ မိမိလုပ်အားကို ပရဟိတဓေတနာထား၍ စနစ်တကျလုပ်ခဲ့ပါလျှင် ဥက္ကဋ္ဌကြီးအလား နတ်သားဖြစ်ရမည်မှာ သေချာသည်ဟု မှတ်ယူသင့်သည်။

အဖြစ်သဘောကိုသာ မကြည့်မူ၍ အပျက်သဘောပေါ်လာအောင် ထပ်တလဲလဲကြည့်သောအလုပ်ကို ဝိပဿနာ ဟုခေါ်သည်၊ ၎င်းဝိပဿနာအလုပ်ဖြင့် အထက်ကပြဆိုခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း အပျက်သဘောပေါ်လာအောင် ထပ်တလဲလဲ ကြည့်မည်ဆိုပါက—

အနိစ္စာဝတသင်္ခါရာ အရ သင်္ခါရတရားဟူသမျှ မမြဲသော အနိစ္စတရား ဟူ၍ရင်း။

ဥပ္ပါဒဝယဓမ္မိနော အရ သင်္ခါရတရားဟူသမျှ ဖြစ်တတ် ပျက်တတ်သော သဘောရှိ၏ဟူ၍ရင်း။

ဥပ္ပဇ္ဇိတွာ နိရုဇ္ဈန္တိ အရ သင်္ခါရတရားဟူသမျှ ဖြစ်လာကရပ်တည်မနေကဲ ချုပ်ရမဲ့ဖြစ်သည်ဟူ၍ရင်း။

တေသံ့ဥပသမော သုခေါ အရ သင်္ခါရတရားတို့ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသည် သန္တိသုခ ဖြစ်သည့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာပင်ဟူ၍ရှင်း။

ဤသို့ အမြင်မှန်ရလာလျှင် မည်သည့်လောကခံချက်ကိုမဆို ခံနိုင်ရည်ရှိလောက်အောင် စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်လာသဖြင့် အမြဲတစေ စိတ်ချမ်းသာမှု ရနေခြင်းကိုပင် နိဗ္ဗာန် ဟု ခေါ်ပါသတည်း။

## မေ့စကြာ အမြွတ်ဆုံးဝိပဿနာ
## ပြီး၏။

........o........

ဘာသာရေးဆိုင်ရာစာပေ ခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၃၀၄၅)

ဦးမြင့်ဦး၊
ယုဝရောင်စုံပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်(၄၈၇) ၈၄-အောင်ဆန်းလမ်း
မန္တလေး။