ပြည်ထောင်စု မြန်မာနိုင်ငံတော် အစိုးရ

သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန

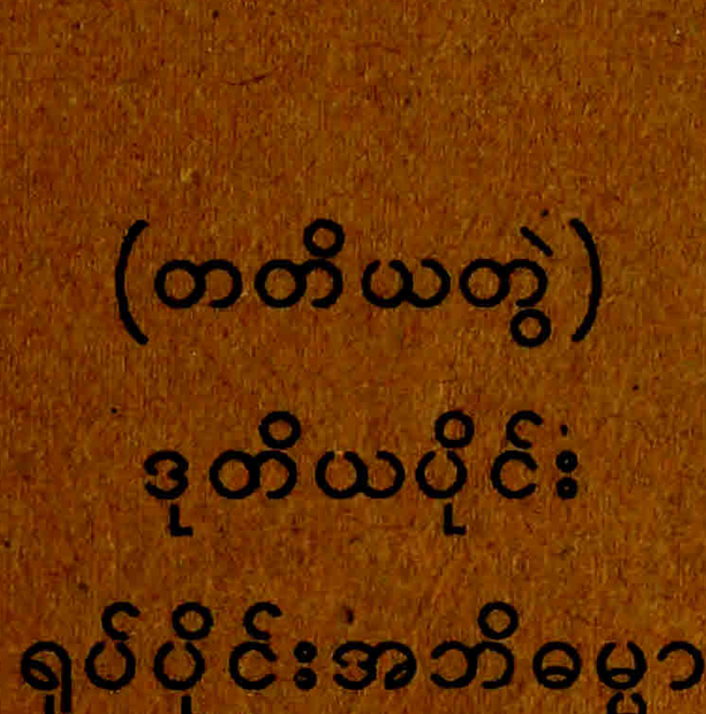
သာသနာရေးဦးစီးဌာန

# ပဋ္ဌာနသာလက်စွဲကျမ်း

(တတိယတွဲ)

ဒုတိယပိုင်း

ရုပ်ပိုင်းအဘိဓမ္မာ



မောင်အံ့ (မဟာဝိဇ္ဇာ - ဘုံဘဲ)

သာသနာ ၂၅၄၅ ကောဇာဒုဖဒု ခရစ် ၂၀၀၂

ပြည်ထောင်စု မြန်မာနိုင်ငံတော် အစိုးရ
သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန

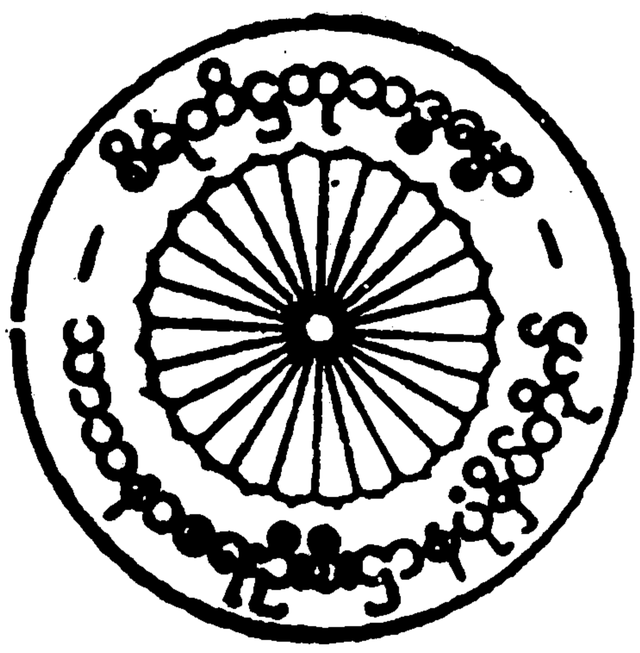
သုတေသနစာတမ်းတိုက်
သာသနာတော်ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးဦးစီးဌာန၊
ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်။

# ဗုဒ္ဓဘာသာလက်စွဲကျမ်း

(တတိယတွဲ)

ဒုတိယပိုင်း

ရှုပ်ပိုင်းအဘိဓမ္မာ



မောင်အံ့ (မဟာဝိဇ္ဇာ - ဘုံဘော)

သာသနာ ၂၅၄၅ ကောဇာဝုဒ်ဝု ခရစ် ၂၀၀၂

ရန်ကုန်မြို့၊ ကမ္ဘာအေး၊ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်တွင်
ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးညွှန့်မောင်
(မှတ်ပုံတင်အမှတ်-၅၂၄/ဝ၂၄ဝ၅) က
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

# ရုပ်ပိုင်းအဘိဓမ္မာ

## မာတိကာ

### အခန်း(၁)


| စဉ် | အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|---|
| ၁။ | ရုပ်နှင့် နာမ် | ၁ |
| ၂။ | ရုပ်သက်သက် သတ္တဝါနှင့်နာမ်သက်သက်သတ္တဝါ | ၂ |
| ၃။ | အသည်သတ်နှင့် အရူပ ဗြဟ္မာ | ၂ |
| ၄။ | ရုပ် နာမ်နှစ်ပါးရှိ သတ္တဝါများ | ၃ |
| ၅။ | ဖေါက်ပြန်တတ်သောကြောင့် ရုပ် | ၄ |
| ၆။ | ဆန့်ကျင်ဘက် အကြောင်းတရားကြောင့်ဖေါက်ပြန် | ၄ |
| ၇။ | ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရကြောင့်ဖေါက်ပြန်ခြင်း | ၅ |
| ၈။ | အမာခံရုပ်နှင့်မှီခိုရုပ်များ | ၆ |
| ၉။ | မဟာဘူတ် ကင်းလွတ်သည့်နေရာ | ၈ |
| ၁၀။ | ဖုတ်၊ တစ္ဆေ၊ မျက်လှည့်ဆရာ | ၉ |
| ၁၁။ | ဓါတ်ကြီးလေးပါး၏ သဘောလက္ခဏာ | ၁၀ |
| ၁၂။ | ပထဝီနှစ်မျိုး | ၁၁ |
| ၁၃။ | အဋ္ဌကထာက ပထဝီဓာတ် နှစ်ဆယ် | ၁၃ |
| ၁၄။ | အာပေါဓာတ် လက္ခဏာ နှစ်ပါး | ၁၄ |
| ၁၅။ | အာပေါဓာတ် နှစ်မျိုး | ၁၅ |
| ၁၆။ | တေဇောဓာတ်၏ လက္ခဏာ နှစ်မျိုး | ၁၆ |
| ၁၇။ | အဋ္ဌကထာက ဗဟိဒ္ဓ တေဇောဓာတ် | ၁၈ |

| စဉ် | အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|---|
| ၁၈။ | ဝါယော စွမ်းအားဓာတ် | ၂၁ |
| ၁၉။ | အဗ္ဗတ္တိက ဝါယောနှင့် ဗဟိဒ္ဓဝါယော | ၂၂ |
| ၂၀။ | အာကာသဓာတ် | ၂၃ |
| ၂၁။ | အာကာသ လေးမျိုး | ၂၅ |
| ၂၂။ | ဓာတ်ကြီး ငါးပါးတို့ မိတ်ဘက်ရန်ဘက် | ၂၆ |
| ၂၃။ | ဖြစ်မှု ပျက်မှု တဇောပြု | ၂၇ |
| ၂၄။ | အပူစွမ်းအင်နှင့် အရွေ့စွမ်းအင် | ၂၈ |
| ၂၅။ | လေးလံခြင်းနှင့် ပေါ့ပါးခြင်း | ၂၉ |
| ၂၆။ | ပူ၊ ပွ၊ ပေါ့၊ ပျံတက်၊ အေး၊ မာ၊ လေး၊သက်ဆင်း | ၃၀ |
| ၂၇။ | အဘိဓမ္မာ အခြေခံဆေးပညာ | ၃၁ |
| ၂၈။ | အကြည်ရုပ်ငါးပါး | ၃၃ |
| ၂၉။ | စက္ခုနှစ်မျိုး၊ ပညာစက္ခုငါးပါး | ၃၄ |
| ၃၀။ | သောတပသာဒ၊ နား၊ အကြည်ဓာတ် | ၃၅ |
| ၃၁။ | အာရုံငါးပါး | ၃၇ |
| ၃၂။ | သဒ္ဒါရုံ၊ အသံအာရုံ | ၄၁ |
| ၃၃။ | ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ | ၄၄ |
| ၃၄။ | ဂေါစရရုပ်၊ ဝိသယရုပ် | ၄၆ |
| ၃၅။ | ဘာဝရုပ်နှစ်ပါး၊ ကျားမအသွင်၊ နိမိတ်၊ ဟန်ပန် | ၄၇ |
| ၃၆။ | မိန်းမ၊ ယောကျ်ားဖြစ်ရန် အကြောင်းကံ | ၄၈ |
| ၃၇။ | လိင်ပြောင်းခြင်း | ၄၉ |

| စဉ် | အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|---|
| ၃၈။ | ယောက်ျားဖြစ်လိုသော အမျိုးသမီးများ | ၄၉ |
| ၃၉။ | ဥဘတောဗျည်း | ၅၀ |
| ၄၀။ | ပဏ္ဏက ငါးမျိုး | ၅၁ |
| ၄၁။ | ဟဒယဝတ္ထုရုပ် | ၅၂ |
| ၄၂။ | စိတ်သည်ဟဒယဝတ္ထုကိုမှီသည် | ၅၃ |
| ၄၃။ | စိတ်သည် ဦးနှောက်ကို အမှီပြုသလော | ၅၅ |
| ၄၄။ | ကိုယ်အင်္ဂါ အသုံးပြုစဉ်းစား | ၅၆ |
| ၄၅။ | ဇီဝိတရုပ် | ၅၉ |
| ၄၆။ | တစ်ကိုယ်လုံး ပျံ့နှံ့ရုပ်များ | ၆၀ |
| ၄၇။ | ဘာဟာရရုပ် | ၆၀ |
| ၄၈။ | သစ်ပင်သည် အသက်ရှိသလော | ၆၁ |
| ၄၉။ | သစ်ပင်သည် အသက်ရှူ အစာစား | ၆၃ |
| ၅၀။ | သစ်ပင်၌စိတ်ဝိညာဏ် မရှိ | ၆၅ |
| ၅၁။ | ဘယင်နှင့် သတ္တဝါ ထူးခြားချက် | ၆၈ |
| ၅၂။ | နိမ္မုဋ္ဌ ရုပ်နှင့် ဘနိမ္မုဋ္ဌရုပ် | ၆၉ |
| ၅၃။ | ဝိညတ်ရုပ်နှစ်မျိုး | ၇၀ |
| ၅၄။ | ဝိကာရရုပ်များ | ၇၁ |
| ၅၅။ | ရုပ်ဘို့၏ သက်တမ်း | ၇၂ |
| ၅၆။ | ရုပ်တို့ကို ခွဲခြမ်းဝေဖန်ခြင်း | ၇၃ |
| ၅၇။ | ကြမ်း၊ နု၊ နီး၊ ထေးဝသောရုပ်များ | ၇၅ |

(ဃ)


| စဉ် | အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|---|---|---|
| ၅၈။ | တရော်ဒိဋ္ဌဖြင့် စွဲလမ်းစရာဥပါဒိန္နရုပ် | ၇၆ |
| ၅၉။ | ခွဲစိပ်ရရုပ်နှင့် ခွဲစိပ်မရရုပ် | ၇၇ |
| ၆၀။ | ရုပ်နှင့် နာမ် ဥပါဒ်ပြုင် | ၇၈ |
| ၆၁။ | ရုပ်ကိုဖြစ်စေနိုင်သောစိတ်များ | ၇၉ |
| ၆၂။ | ဟန်မပျက်ဆက်ထိန်းနိုင်ခြင်း | ၈၀ |
| ၆၃။ | ဥတုကြောင့် ဖြစ်သောရုပ် (၁၃)ပါး | ၈၁ |
| ၆၄။ | အာဟာရဇရုပ်(၁၂)ပါး | ၈၂ |
| ၆၅။ | ရုပ်ကလာပ်စည်း (၂၁)စည်း | ၈၃ |
| ၆၆။ | ရုပ်တို့၏ ဖြစ်ပေါ်ပုံ အစီအစဉ် | ၈၆ |
| ၆၇။ | ကလလရေကြည် | ၈၇ |
| ၆၈။ | မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း | ၈၈ |
| ၆၉။ | စိတ္တဇ ဥတုဇ ရုပ်များ စတင်ဖြစ်ပေါ်ချိန် | ၈၉ |
| ၇၀။ | ရုပ်တို့၏ ချုပ်ဆုံးခြင်း | ၉၀ |
| ၇၁။ | အိမ်မြှောင်အမြီးပြတ် | ၉၁ |
| ၇၂။ | နိဗ္ဗာန် အကြောင်း | ၉၂ |
| ၇၃။ | နိဗ္ဗာန်သို့ စံဝင်ခြင်း | ၉၃ |

# ဗုဒ္ဓဘာသာလက်စွဲကျမ်း

(တတိယတွဲ)

ဒုတိယပိုင်း

# ရှစ်ပိုင်းအာဘိဓမ္မာ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

## အခန်း (၁)

**ရုပ်နှင့်နာမ်**

ရုပ်သည် အာရုံကို သိတတ်သော သဘောမရှိချေ၊ နာမ်သည် အာရုံကို သိတတ်သည်၊ ခံစားတတ်သည်၊ မှတ်သားတတ်သည်၊ လှုံ့ဆော်တတ်သည်၊ နာမ်သည် ရုပ်တရားကို ဦးစီးချုပ်ကိုင်၍ ခိုင်းစေတတ်သည်၊ နာမ်တရားက စေခိုင်း ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ရုပ်ခန္ဓာသည် သွားလာလှုပ်ရှားရသည်။ ပြုလုပ်ရသည်။ ရုပ်၏ တုန့်ပြန်မှုသည် တရားသေ ပုံသေနည်းကျဖြစ်၍ နာမ်၏ တုန့်ပြန်မှုသည် တရားသေ.ပုံသေမရှိချေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်အရ၊ အခြေအနေအချိန်အခါအရ ပြောင်းလဲမှုမတူ ထူးခြားမှုရှိသည်။

ရုပ်နှင့် နာမ်ကို သူကျိုးနှင့် သူကန်းနှစ်ယောက်ပေါင်းစပ်ထားပုံဥပမာဖြင့် ရှင်းလင်းပြလေ့ရှိသည်။ သူကန်းသည် မျက်စိမမြင်ရသဖြင့် အရှေ့အနောက် တောင်မြောက်ကိုလည်းမသိ၊ အတက်အဆင်း၊ ခလုတ် ကန်သင်းတွင်း၊ ကျင်းကိုလည်း မသိသောကြောင့် မသွားနိုင် မလှုပ်ရှားနိုင်ဖြစ် နေသည်။ သူကျိုးသည်လည်း မျက်စိကောင်းနေသဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကြည့်ရှုနိုင်သော်လည်း ခြေထောက်ကျိုးနေ၍ ရွေ့လျားသွားလာခြင်း မပြုနိုင်ချေ။ ယင်းတို့နှစ်ဦးသဘောတူပူးပေါင်းပြီး သူကန်းသည် သူကျိုးကို ပခုံးဖြင့်ထမ်း၍ ပခုံးပေါ်မှ သူကျိုးက ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ရွေ့လျားသွားလာသည်။ ဤနည်း အားဖြင့် နှစ်ယောက်ပူးပေါင်း၍ လိုရာခရီးကို သွားလာနိုင်ကြသည်။ ဤဥပမာ၌ သူကျိုးသည် နာမ်တရားနှင့်တူ၍ သူကန်းသည် ရုပ်တရားနှင့်တူလေသည်။

သိတတ်သော နာမ်တရားက ဦးစီးဦးဆောင် စေခိုင်းသည့်အတိုင်း မသိတတ်သော ရုပ်တရားသည် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်ပြုမူနေတော့သည်။

## ရုပ်သက်သက် သတ္တဝါနှင့် နာမ်သက်သက် သတ္တဝါ

အသိစိတ်(နာမ်)တရားဟူ၍ လုံးဝမပါဘဲ ရုပ်ချည်းသက်သက် ဖြစ်ပေါ်တည်ရှိနေသော သတ္တဝါတစ်မျိုးရှိသည်။ အသည်သတ်ပြဟ္မာ ဟုခေါ်သည်။ (အ + သညာ + သတ္တ) - အ- မရှိ+သညာ- အသိစိတ်နာမ်တရား+ သတ္တ- သတ္တဝါ။ (သညာမရှိသော သတ္တဝါ - အသိစိတ်နာမ်တရားမရှိသော သတ္တဝါ- ရုပ်ချည်း သက်သက်ရှိသော သတ္တဝါ) ဟုဆိုလိုသည်။

ဤအသည်သတ်ပြဟ္မာ ဖြစ်လာရခြင်း၏ အကြောင်းကား- လူပြည်တွင် ကသိုဏ်းစွာန်ပွားများ၍ ပဋ္ဌမစွာန်ကို ရရှိပြီးနောက် နာမ်တရားကို ရှုမှုန်းဖွယ်ရာဖြစ်သည်ဟု ပွါးများအားထုတ်ခြင်းကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ် သေလွန်သည့်အခါ အသည်သတ်ဘုံသို့ ရောက်ရှိပါသည်။ ထိုအသည်သတ် ပြဟ္မာ၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် ရွှေလျားလှုပ်ရှားခြင်း မရှိဘဲ ရွှေတုံးရွှေခဲကြီးသဖွယ် တည်ရှိနေလေသည်။ ကမ္ဘာငါးရာတိုင်အောင် အသက်ရှူသည်သည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ အမြင်အယူအဆမှာ သတ္တဝါအားလုံးတို့သည် အရာရာကို သိတတ်သော နာမ်တရားကြောင့် လိုချင်တပ်မက်ခြင်း၊ မုန်းတီးခြင်း၊ အကုသိုလ်အမှုများ ဖြစ်ပေါ်ရ၏။ ဘာကိုမျှ မသိဘဲနေလျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ သိခြင်းကြောင့် ဆင်းရဲရသည်၊ မသိလျှင် ဆင်းရဲမည်မဟုတ်ဟု ထင်မြင်ယူဆ၍ နာမ်တရားကို စက်ဆုပ်ရွံရှာသည့် ဘာဝနာကို ပွားများအားထုတ်ခဲ့လေသည်။

## အသည်သတ်နှင့် အရူပဗြဟ္မာ

ယင်း အသည်သတ်ဘုံကို ရူပကွန္ဓာဟူသော ရုပ်ခန္ဓာတစ်မျိုးတည်းသာရှိသော ကြောင့် "ဧကဝေါကာရဘုံ" ဟုခေါ်သည်။ (ဧက+ဝေါကာရ) - ဧက- တစ် + ဝေါကာရ - ခန္ဓာ - (ခန္ဓာတစ်ပါးသာရှိသော ဘုံ) ဟုဆိုလိုသည်။

အခြားသတ္တဝါတစ်မျိုးမှာ- ရုပ်လုံးဝမရှိဘဲ နာမ်တရားသက်သက်သာရှိသည်၊ အရူပဗြဟ္မာဟုခေါ်ကြသည်။ ရူပ- ရုပ်+အ- မရှိ- (ရုပ်မရှိသော နာမ်ခန္ဓာလေးပါးသာရှိသော အရူပဗြဟ္မာ)ဟု ဆိုလိုသည်။

ဤအရူပဗြဟ္မာဖြစ်လာရခြင်း အကြောင်းကား- ရုပ်သည် စိတ်ကို နှောင်ဖွဲ့ထားသည်၊ ရုပ်အနှောင်အဖွဲ့ကြောင့် စိတ်ထင်တိုင်း မပေါက်နိုင်၊ အကယ်၍ ရုပ်မရှိဘဲ နာမ်တရားသက်သက်သာရှိပါက စိတ်ကူးလိုက်ရုံမျှဖြင့် သွားချင်ရာ သွားနိုင်သည်။ လွတ်လွတ်လပ်လပ် အချုပ်အနှောင်ကင်းမဲ့စွာ နေနိုင်သည်။ ဤသို့ ရုပ်၏အပြစ်များကို ရှုမြင် ရုပ်ကို ရွံမုန်းပြီး ရုပ်နှင့်လွတ်ကင်းအောင် ဝိညာဏကမ္မဋ္ဌာန်း၊ သုညကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းခြင်းကြောင့် သေလွန်သည့်အခါ ရုပ်ကင်းမဲ့သည့် အရူပဘုံသို့ ရောက်ရှိသွားလေသည်။ အရူပဗြဟ္မာသည် မျက်စိရုပ် မရှိသောကြောင့် ဘုရားရဟန္တာတို့ကို ဖူးမြင်ရခြင်း မရှိချေ။ နား၊ သောတရုပ်မရှိသောကြောင့် ဘုရားရဟန္တာတို့၏ တရားစကားကို နာယူ နိုင်ခြင်း မရှိချေ၊ ထို့ကြောင့် အရူပဗြဟ္မာဘုံနှင့် အသညသတ်ဗြဟ္မာဘုံတို့ကို ရုပ်ပြစ်ရှုစ်ပါး၌ ထည့်သွင်းရေတွက်ရလေသည်။

အရူပဗြဟ္မာဘုံ၌ ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၊ သညာက္ခန္ဓာ၊ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၊ ဝိညာဏက္ခန္ဓာဟူသော နာမ်ခန္ဓာလေးပါးရှိသောကြောင့် စတုဝေါကာရဘုံဟု ခေါ်ရသည်။ စတု= လေး + ဝေါကာရ= ခန္ဓာ (ခန္ဓာလေးပါးရှိသောဘုံ)ဟု ဆိုလိုသည်။

## ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးရှိသော သတ္တဝါများ

သတ္တဝါတို့တည်ရှိရာ ဘုံဌာန (၃၁)ဘုံရှိသည့်အနက် ယခုဖော်ပြ ပြီးသော အသညသတ်ဘုံနှင့် အရူပလေးဘုံကို ဖယ်ထားလျှင် ကျန်သော (၂၆)ဘုံရှိ လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာသတ္တဝါများသည် ရုပ်နှင့်နာမ်နှစ်ပါးပူးတွဲ တည်ရှိနေကြသည်။ ဘဝတစ်ခု၏ အစကနဦးဖြစ်သော ပဋိသန္ဓေတည်နေချိန်၌ ရုပ်နှင့်နာမ်နှစ်ပါးတို့သည် အတိတ်ဘဝမှ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံကြောင့် စတင်ဖြစ်ပေါ်လာရခြင်းဖြစ်၍ တပြိုင်နက် အတူတကွ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။ ယင်းအစကနဦးဖြစ်သော ရုပ်သည် ကံကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာရခြင်းဖြစ်၍ ကမ္မဇရုပ် ဟု ခေါ်ရသည်။ ကံကုန်သဖြင့် စုတေမနေ ကွယ်လွန်သေဆုံးရသည့်အခါ၌လည်း ကံကြောင့်ဖြစ်သောရုပ် (ကမ္မဇရုပ်)တို့သည် နောက်ဆုံးဖြစ်သော စုတိစိတ်နှင့် အတူ တကွ တပြိုင်နက် ချုပ်ငြိမ်း ချုပ်ပျက်ကြလေသည်။

ဤသို့ ရုပ်နှင့်နာမ်တွဲလျက် ရုပ်ခန္ဓာတစ်ပါး၊ နာမ်ခန္ဓာလေးပါး၊စုစုပေါင်း ခန္ဓာငါးပါးရှိသော (၂၆)ဘုံကို ပဉ္စဝေါကာရဘုံဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ (ပဉ္စ = ငါး + ဝေါကာရ= ခန္ဓာ= ခန္ဓာငါးပါးရှိသောဘုံ) ဟုဆိုလိုသည်။

## ဖေါက်ပြန်တတ်သောကြောင့်ရုပ်

ရုပ်သည် ကံကြောင့်လည်းကောင်း၊ စိတ်ကြောင့်လည်းကောင်း၊ ဥတုကြောင့်လည်းကောင်း၊ အာဟာရကြောင့်လည်းကောင်း၊ ဖေါက်ပြန်တတ်သောသဘောရှိ၏။ ဖေါက်ပြန်သည်ဟု ဆိုခြင်းမှာ ရှေ့ရုပ်ဖြစ်စဉ်နှင့် နောက်ရုပ်ဖြစ်စဉ် မတူကွဲပြားခြားနားခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ ရှေ့ရုပ်သည် ပူ၍ နောက်ရုပ်သည် အေးသွားခြင်း၊ ရှေ့ရုပ်သည် အေးနေ၍ နောက်ရုပ်သည် ပူလာခြင်း၊ ရှေ့ရုပ်သည် ဝနေ၍ နောက်ရုပ်သည် ပိန်သွားခြင်း၊ ရှေ့ရုပ်သည် ပိန်နေ၍ နောက်ရုပ်သည် ဝလာခြင်း၊ ရှေ့ရုပ်သည်နေထိုင်ကောင်း၍ နောက်ရုပ်သည် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်လာခြင်း၊ နေထိုင်မကောင်းဖြစ်နေရာမှ နာလန်ထ၍ ကျန်းမာနေကောင်းလာခြင်း၊ ကျန်းမာနေရာမှ ဖျားနာ နာကျင်ကိုက်ခဲလာခြင်း၊ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုများ ပျောက်သွား၍ နေထိုင်ကောင်း လာခြင်း စသည်တို့သည် ရုပ်တို့၏ ရှေ့နောက်ဖြစ်စဉ် မတူထူးခြားစွာ ဖေါက်ပြန်နေခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ သိသိသာသာ ထင်ထင်ရှားရှား ဖေါက်ပြန်တတ်သောကြောင့် ရုပ်ဟုခေါ် ဆိုရသည်။

## ဆန့်ကျင်ဘက်အကြောင်းတရားများကြောင့်ဖေါက်ပြန်ခြင်း

ရုပ်၏အဓိပ္ပါယ်ကို ဖွင့်ဆိုရှင်းလင်းရာ၌ "သီတုဏှာဒိဝိရောဓိပစ္စယေဟိ ရူပပ္ပတီတိ ရူပံ = အအေးအပူစသော ဆန့်ကျင်ဘက် အကြောင်းတရားတို့ကြောင့် ဖေါက်ပြန်တတ်သောကြောင့် ရုပ်ခေါ် ဆိုရသည်ဟု ဖွင့်ဆိုကြသည်။ အအေးဓါတ်ကြောင့် ရသည် အရည်ဘဝမှ ခဲသွား၍ ရေခဲဖြစ်လာသည်။ ထို့ထက်ပို လွန်၍ အေးလာသောအခါ ရေခဲများသည် ကွဲအက်သွားကြသည်။ ပူလာသော အခါ ရေခဲသည် အရည်ပျော်၍ အရည်သည် အနိုးအငွေ့ဖြစ်သွားသည်။ သံတုံးသည် သံရည်ပူဖြစ်သွားသည်။ သစ်တုံးများနှင့်မီးသွေးခဲများသည် အပူလွန် လောင်ကျွမ်းပြီး မီးခိုးဖြစ်၊ ပြာဖြစ်သွားသည်။ အပူဓါတ်ကြောင့် သစ်ရွက်စိမ်းများ ရင့်ရော်ဝါ၍ ကျွေကြ၊ ခြောက်သွေ့သွားသည်။ ရွက်နုများ ထွက်ပေါ်လာသည်။ အလားတူသတ္တဝါများသည် ပူအိုက်သောအခါ ချွေးပြန်၍ မောပန်းနွမ်းနယ် သည်၊ ချမ်းသောအခါ ကြက်သီးထ၍ အေးသောအခါ ခိုက်ခိုက်တုန်လာသည်။ ဆောင်းရာသီ၌ လျှာကွဲ၊ နှုတ်ခမ်းကွဲဖြစ်လာရသည်၊ မိုးအုံ့သောအခါ ဒူလာပါဒရက်သမားများ ကိုက်ခဲ ညောင်းညာလာသည်။

အပူအအေးကြောင့် သက်ရှိရုပ် သက်မဲ့ရုပ်များ ဖေါက်ပြန်ပြောင်းလဲနေပုံကို မတွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။

**အာဟာရကြောင့်ဖေါက်ပြန်ခြင်း**

ခန္ဓာကိုယ်နှင့် မသင့်မြတ်သော မတည့်သော အစာများကို စားမိုပြီး သောအခါ ခေါင်းမူးခြင်း၊ ဒေါသအန်ခြင်း၊ ဝမ်းလျှောခြင်း ဖြစ်ကြရသည်။ သင့်မြတ်သော အစာအဟာရကို မှီဝဲရသည့်အခါ ခွန်အားပြည့်ဖြိုး အားအင်ပြည့်ဖြိုး အလှတိုးလာသည်။ အာဟာရချို့တဲ့သည့်အခါ ကြုံလို့ ဖျော့တော့၍ အစာအာဟာရ ပေါကြွယ်ဝသည့်အခါ ဝဖြိုးလာသည်။ အဆီ အအိမ့်နှင့် တက်စာများ စားရသည့်အခါ ဝိုက်ဖျဉ်း၍ သွေးတိုးတတ်သည်။ ဤကဲ့သို့ အာဟာရကို အကြောင်းပြု၍ ရှေ့ရုပ်နှင့် နောက်ရုပ် မတူ ထူးခြားစွာ ဖြစ်ပေါ်နေခြင်းကို ဖေါက်ပြန်သည်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

**စိတ်ကြောင့် ဖေါက်ပြန်ခြင်း**

လူများသည် စိတ်ဆိုးသောအခါ မျက်နှာနီရဲလာ၍ အသံတုန် အသားတုန်လာသည်။ ကြောက်ရွံ့သောအခါ ဒူးတုန်လာသည်။ မျက်နှာဖြူ ဖပ်ဖြူရော် ဖြစ်သွားသည်။ ကျားအနံ့၊ သစ်အနံ့ရသော ခွေးများမှာ ခါးကျိုး၍ ဖင်ဒရွတ် ဆွဲနေသည်။ လူများသည် ဝမ်းသာပျော်ရွှင်သည့်အခါ မျက်နှာကြည်လင် တောက်ပနေ၍ စိတ်ညစ်သည့် အခါ မျက်နှာသုန်မှုန်နေတတ်သည်၊ ဤကား စိတ်ကြောင့် ရုပ်တရားများ မတူ ထူးခြားစွာ ဖြစ်ပေါ်ပြောင်းလဲ ဖေါက်ပြန်နေခြင်းဖြစ်သည်။

**ကံကြောင့် ဖေါက်ပြန်ခြင်း**

ကုသိုလ်ကံ အရှိန်အဟုန် အကျိုးပေးခွင့်ရသည့် အချိန်၌ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် ကြည်လင်တောက်ပခြင်း၊ အားအင်ပြည့်ဖြိုးခြင်း၊ တင့်တယ် လှပသည့် အသွင်ကို ဆောင်နိုင်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်နေသည်။ ကံဇာတာညှိုးမှိန် သည့်အခါ ကိုယ်ရောင်ကိုယ်ဝါ မထွက်နိုင်ဘဲ ညှိုးမှိန်နေတတ်သည်။ တင့်တင့် တယ်တယ်၊ ဝင့်ဝင့်ဝါဝါ၊ ကြွားကြွားရွားရွား မနေနိုင်ရှာဘဲ ကုပ်ချောင်း ကုပ်ချောင်းဖြင့် ချောင်ကပ်နေရသည်။ လူသိမခံရဲဘဲ ဇာတ်မြုပ်နေရသည်။

သောရေယျ သူဋ္ဌေးသားသည် လွန်စွာ တင့်ဟယ်ချောမောလှပသည့် အရှင်ကစ္စည်း ရဟန္တာမထေရ်ကြီးကို "မိမိဇနီးမယား ဖြစ်ပါမူ ကောင်းလေစွ"ဟု စိတ်ကူးယဉ်ပြစ်မှား မိသောကြောင့် ချက်ခြင်း ယောကျ်ားအသွင်ပျောက်၍ မိန်းမအသွင်၊ မိန်းမအင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများ ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်လာလေသည်၊ ထိုအခါ သောရေယျ သူဋ္ဌေးသားသည် မိမိအိမ်သို့ မပြန်ဝံ့တော့သဖြင့် ယူဇနာတစ်ရာဝေးကွာသည့် တစ်နယ်တစ်ကျေးသို့ သွားရောက်ကာ မိမိဘဝမှန်ကို ဇာတ်မြှုပ်၍ သူဋ္ဌေးသားတစ်ဦးနှင့် အိမ်ထောင်ကျကာ ကလေးနှစ်ယောက် မွေးဖွားခဲ့ရသည်၊ နောက်တစ်ဖန် မိတ်ဆွေကောင်း၏ ကူညီမှုဖြင့် အရှင်ကစ္စည်း မထေရ်ကြီးအား တောင်းပန်သော ကုသိုလ်ကံကြောင့် မိန်းမအင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းများ ကွယ်ပျောက်ပြီး ယောကျ်ားအင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများ ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ယောကျ်ားအဖြစ်သို့ ပြန်လည် ရောက်ရှိခဲ့ရသည်။ ဤကား ကုသိုလ်ကံအကုသိုလ်ကံကြောင့် ရုပ်၏ဖေါက်ပြန်ပြောင်းလဲပုံကို ပြဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

## အမာခံရုပ်နှင့် မှုခဲရုပ်များ

ရုပ်တရားများကို အမာခံရုပ်နှင့် မှီခိုရုပ်ဟူ၍ နှစ်မျိုးခွဲခြားလေ့လာရ၏။ သတ္တဝါများနှင့် အပင်များသည် ဤမဟာပထဝီမြေကြီးပေါ်၌တည်နေရသည်၊ မဟာပထဝီမြေကြီးကို မှီခိုနေရသည်။ ဤမြေကြီးကို အမှီပြု၍ ကြီးပွါးတိုးတက်ခြင်း၊ အမှုကိစ္စများကို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်းပြုကြရသည်၊ လေထဲ၌ တိုက်အိမ်ဆောက်၍မရ၊ ပထဝီမြေကြီးပေါ်၌သာ တိုက်အိမ် ဆောက်နိုင်သည်၊ လေယာဉ်ပျံနှင့် ဒုံးပျံတို့သည် ဤမဟာပထဝီမြေကြီးကို အမှီပြု၍ စွမ်းအား စိုက်ထုတ်၍ တွန်းကန်၍ ကောင်းကင်ယံသို့ တက်ကြရသည်။ ထို့ကြောင့် ပထဝီမြေကြီးသည် အမာခံရုပ်၊ အမှီခံရုပ်ဖြစ်သည်။

တစ်ဖန် ဖြူ။ နီ ၊ ညို၊ ပြာ အစရှိသော အရောင်များသည် ရေ၊ ဆီ အစရှိသော အရည်ဓါတ် အာပေါဓာတ်ကို အမှီပြု၍ မိမိ၏ အရောင်သဘာဝကို ဖေါ်ပြနိုင်ကြသည်။ အရောင်အဆင်း စသည့်ရုပ်များသည် မီးဓါတ်၊ ရေဓါတ် စသည်တို့ကို မှီခို၍ တည်ကြရသည်။

ရုပ်တရားများသည် ပူခြင်း၊ အေးခြင်း ဟူသော တေဇောဓာတ်၏ အနှိန်အဝါကို အမှီပြု၍ တိုးတက်ခြင်း၊ ဆုတ်ယုတ်ခြင်း ဖြစ်ကြရသည်။ တေဇော

အပူဓာတ်ကို လုံလောက်စွာမရရှိသော သစ်ပင်များသည် နှစ်ပေါင်းတစ်ရာခန့် ကြာမှ ခြေသလုံးခန့်သာ လုံးပတ်ရှိနိုင်ကြသည်။

တစ်ဖန် ထောက်ကန်မှု၊ တွန်းကန်မှု ဝါယောဓါတ်ကို အမှီပြု၍ သက်ရှိသက်မဲ့ရုပ်များ တိုးတက်မှု၊ ကြီးပွားမှု၊ ဆုတ်ယုတ်မှု ဖြစ်ကြရသည်။ ဤကြောင့် ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယောဟူသော ဓါတ်ကြီးလေးပါး တို့သည် အမာခံရုပ်၊အထည်ကိုယ်ရုပ်များ ဖြစ်ကြသည်။ ယင်းဓါတ်ကြီးလေးပါး ကို အမှီပြု၍ အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာများ တည်ရှိ ဖြစ်ပေါ်ကြရသည်။ ထို့ကြောင့် အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ စသော အပေါ်ယံ အမွှန်းတင်ရုပ် (ဥပါဒါရုပ်)များကို မှီခိုရုပ်များဟုခေါ်ဆိုရသည်။

## ဘူတရုပ်နှင့် ဥပါဒါရုပ်

အမာခံရုပ်များကို ဘူတရုပ်ဟုခေါ်ဆိုရ၍ မှီခိုရုပ်များ အပေါ်ယံ အမွှန်းတင်ရုပ်များကို ဥပါဒါရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

## မဟာဘူတရုပ် - မဟာဘုတ်လေးပါး

ကြီးကျယ်ထင်ရှားသည့် သဘောကို မဟာဘူတ - မဟာဘုတ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ မဟာ- ကြီးကျယ်သော + ဘူတ - ထင်ရှားသောရုပ်ဟုဆိုလိုသည်။ ဟိမဝန္တာတောင်ကြီးသည်လည်းကောင်း၊ ဤမဟာပထဝီမြေကြီးသည်လည်းကောင်း၊ ဂြိုဟ်နက္ခတ်များသည်လည်းကောင်း၊ အလွန်ကြီးမားထင်ရှားသော ပထဝီဓါတ်၊ အစုအဝေးများဖြစ်ကြသည်။ မြစ်ချောင်း အင်းအိုင်များနှင့် မဟာသမုဒ္ဒရာအတွင်းရှိရေများသည် အလွန်ကြီး ကျယ်ထင်ရှားသော အာပေါဓာတ်လွန်ကဲသော ရုပ်ဝတ္ထုများဖြစ်ကြသည်။ ဤကမ္ဘာကိုပတ်၍ တည်ရှိနေသော လေထုကြီးနှင့် လေမုန်တိုင်းများသည် အလွန် ထင်ရှားကြီးကျယ်သည့် ဝါယောဓါတ် မဟာဘုတ်ရုပ်ဖြစ်သည်။ လူတို့ပြုလုပ်သော မီးတောက် မီးလျှံများ၊ သဘာဝအလျောက်ဖြစ်ပေါ်လာသော မီးတောက်မီးလျှံများ၊ နေဗိမာန်၌ ဖြစ်ပေါ်နေသော မီးတောက်မီးလျှံများသည် အလွန်ထင်ရှားကြီးကျယ်သော တေဇောဓါတ်မဟာဘုတ်ရုပ်ဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာပျက်သည့်အခါ စကြာဝဠာကုဋေ တစ်သိန်းကို အရည်ပျော်စေသော အာပေါဓါတ်များ၊ စကြာဝဠာတစ်သိန်းကို

မှုန်မှုန်ညက်ညက် ကြေမွသွားအောင် တိုက်ခိုက် ခြေဖျက်နိုင်သော ဝါယောဓါတ်တို့၏ ထုထည် အရွယ်ပမာဏ ကြီးကျယ်ထင်ရှားပုံကို လေ့လာသုံးသပ်နိုင်ပါသည်။

သက်ရှိသတ္တဝါများ၌ အလွန်ကြီးမားသော မြွေကြီးများ၊ ဆင်ကြီးများ၊ ဝေလငါးစသော ငါးကြီးများသည် ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော ဓါတ်ကြီးလေးပါး စုပေါင်းတည်နေပုံကို ဖော်ပြသည်။

## မဟာဘုတ်လေးပါးနှင့် ကင်းလွတ်သည့်နေရာ

ဤစကြာဝဠာအသီးသီးကို မဟာဘုတ်လေးပါးဖြင့် တည်ဆောက်ထားသည်၊ အဆုံးမရှိသော အာကာသကောင်းကင်အတွင်း၌ မရေမတွက်နိုင်သော စကြာဝဠာလောကဓါတ်များ တည်ရှိနေသည်။ စကြာဝဠာအနန္တ တည်ရှိသဖြင့် စကြာဝဠာများ၏ အဆုံး လောကဓါတ်အဆုံးကို ဟန်ဦးရှင်များအနေဖြင့် တန်ဦး ကဿဒ္ဓပါဒ်ကို အသုံးပြု၍ အရှိန်အဟုန် ပြင်းစွာ ပြေးသွားခဲ့သော်လည်း အဆုံးသို့ မရောက်နိုင်ခဲ့ချေ။

ဤသို့ မရောက်နိုင်ကြောင်းကို ရောဟိတဿ နတ်သားသည် မြတ်စွာဘုရားရှင်ထံလာ၍ ဤသို့လျှောက်ထားခဲ့သည်။

"အရှင်ဘုရား ဤသို့ ဖြစ်ဘူးသည်ကားအကျွန်ုပ်သည် တန်ဦးနှင့်ပြည့်စုံ၍ ကောင်းကင်သို့ပျံတက် သွားလာနိုင်သော မုဆိုး၏သား ရောဟိတဿမည်သော ရဒ္ဓေးဖြစ်ခဲ့ဘူးပါသည် အရှင်ဘုရားတပည့်တော်၏ လျင်မြန်ပုံမှာ ဤသို့သဘောရှိခဲ့ပါသည်။ (လေးအတတ်ကို) သင်ကြားပြီး၍ လေးအတတ်၌ လေ့ကျင့်ရပြီးသော မင်းအိမ်၌ လေးအတတ်ကိုပြပြီးသော မြဲမြံခိုင်ခဲ့သောလေးရှိသော လေးဆရာသည် ခဲယဉ်းမှုမရှိသော ပေါ့ပါးသော မြားဖြင့်ထန်းပင်ရိပ်ကို ဖီလာကန့်လန့်လွန်စေသည့် ကာလနှင့်အမျှ တစ်ခုသော စကြာဝဠာကို လွန်စေနိုင်သည့် သဘောရှိသော လျင်မြန်ခြင်းရှိခဲ့ပါသည်။ ဤသို့ သဘောရှိသော ခြေလှမ်းဖြစ်ခဲ့ဘူးပါသည်။ အရှေသမုဒ္ဒရာမှ အနောက်သမုဒ္ဒရာကို လွန်စေနိုင်သော သဘောရှိသော ဝေးကွာသော သဘောရှိသော ခြေလှမ်းရှိခဲ့ဘူးပါသည်။

အရှင်ဘုရား ဤသို့ သဘောရှိသော လျင်မြန်ခြင်းနှင့် ပြည့်စုံသော ဤသို့ သဘောရှိသော ခြေလှမ်းနှင့်ပြည့်စုံသော ထိုအကျွန်ုပ်အား "ငါသည် (ခြေဖြင့်) သွားခြင်းဖြင့် လောက၏ အဆုံးကိုရောက်ရမည်ဟု ဤသို့ သဘောရှိသော စိတ်အလို ဖြစ်ခဲ့ဘူးပါ၏။ အရှင်ဘုရား အနှစ်တစ်ရာ အသက်ရှင်လျက် စားချိန် သောက်ချိန် ခဲချိန် လျက်ချိန် မှ တစ်ပါး ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်မှု အိပ်စက်မှု အပန်းဖြေနားနေမှု မှတစ်ပါး အနှစ်တစ်ရာ ပတ်လုံးကို သွားခဲ့ရာ လောကအဆုံးကို မရောက်ဘဲ စကြာဝဠာအကြား၌သာလျှင် သေခဲ့ရပါသည်။

(အင်္ဂုတ္တိရ် ပါဠိတော် မြန်မာပြန်၊ စာ- ၃၇၁၊ ရောဟိတဿသုတ်)

ထိုကြောင့် အဆုံးပိုင်းအခြားမရှိသော အာကာသကောင်းကင် အတွင်း၌ ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော မဟာဘုတ်ခါတ်ကြီးလေးပါးတို့နှင့် ကင်းလွတ်သော နေရာဟု မရှိ၊ မဟာဘုတ် ခါတ်ကြီးလေးပါးတို့သည် အနန္တ အာကာသ ကောင်းကင်အတွင်း၌ ပျံ့နှံ့တည်ရှိနေကြသည်။ မဟာဘုတ်လေးပါးတို့ အကြောင်းမဲ့ ချုပ်ငြိမ်းရာကား နိဗ္ဗာန်သာလျှင် ဖြစ်သည်။

## ၄ မျက်လှည့်နှင့် တူသော မဟာဘုတ်

မျက်လှည့်ဆရာသည် ပတ္တမြားမဟုတ်သော ရေကို ပတ္တမြားပြုလုပ်၍ ပြသည်၊ ရွှေမဟုတ်သော မြေကြီးခဲကို ရွှေပြုလုပ်၍ပြသည်။ မျက်လှည့်ဆရာသည်၊ မိမိကိုယ်ကို ဘီလူးကြီးတစ်ကောင် ထင်ရအောင် လှည့်စားပြသည်၊ ငှက်ကဲ့သို့ပျံသန်းပြသည် အလားတူပင် ဤမဟာဘုတ် ခါတ်ကြီးလေးပါးတို့သည်လည်း 'မိမိကိုယ်တိုင် မည်ကဲ့သို့ အညိုရောင်ကို လှည့်စားပြသည် မဝါကဲ့သို့ အဝါရောင်ထင်စေရန် လှည့်စားပြသည်၊ မနီကဲ့သို့ အနီရောင် လှည့်စား ပြသည်၊ မဖြူကဲ့သို့ အဖြူရောင်လှည့်စား ပြသည်။

တစ်ဖန်နတ်ဘီလူးတို့သည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ပူးကပ်ရာ၌ ထိုလူ၏ ကိုယ်တွင်း၌ လည်းကောင်း၊ ကိုယ်ပြင်ပ၌ လည်းကောင်း၊ တည်ရှိနေခြင်းမဟုတ်၊ သို့ရာတွင် ထိုလူကို အမှီပြုနေသည်ကား မှန်၏၊ အလားတူပင် ဤမဟာဘုတ်ခါတ်ကြီးလေးပါးတို့သည် အချင်းချင်းအတွင်း၌လည်းကောင်း၊ ပြင်ပ၌လည်းကောင်း၊ တည်ရှိနေခြင်းမဟုတ်၊ သို့ရာတွင် အပြန်အလှန် အမှီသဟဲ ပြုနေကြသည် မှန်၏။ ဤကဲ့သို့ မျက်လှည့်ဆရာ၊ နတ်ဘီလူးတို့နှင့်

တူသောကြောင့် ဓါတ်ကြီးလေးပါးကို မဟာဘူတဟုခေါ်ကြရသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဘီလူးမကို (မဟာဘူတ) ဖုတ် တစ္ဆေ ဟုခေါ်ကြသည်။ ဘီလူးမသည် တောအုပ်တွင်းဌ မိမိကိုယ်ကို ချောမောလှပအောင် ပြုပြင်ဖန်ဆင်းထား၍ ခရီးသွားယောကျ်ားတို့ကို လှည့်ပတ် ဖျားယောင်း ဖမ်းစားတတ်၏။ အလားတူပင် ပထဝီစသော ဤဓါတ်ကြီးလေးပါးတို့သည် ချစ်ခင်နှစ်သက်ဖွယ်ရာ အရောင်အဆင်း၊ ကိုယ်လက်အင်္ဂါ နှင့် ပြည့်စုံသော၊ မျက်လုံး၊ မျက်ခုံး လှပတင့်တယ်သော မိန်းမယောကျ်ား အသွင်ကိုဆောင်၍ အသိဉာဏ်နည်းသူတို့ကို လှည့်စားတတ်ကုန်၏၊ ပထဝီဓါတ်သည် ခက်မာခြင်း၊ ကြမ်းထမ်းခြင်း လက္ခဏာကို ဖုန်းဖိ၍ လည်းကောင်း၊ တေဇောဓါတ်သည် လောင်ကျွမ်းတတ်သည့် လက္ခဏာကို ဖုန်းဖိ၍လည်းကောင်း၊ အာပေါဓါတ်သည် ယိုစီးခြင်းလက္ခဏာကို ဖုံးဖိ၍လည်းကောင်း၊ ဝါယောဓါတ်သည် ထောက်ကန်ခြင်း လက္ခဏာကို ဖုံးဖိ၍ လည်းကောင်း၊ ချစ်ဖွယ်ရာ မိန်းမယောကျ်ား အသွင်သဏ္ဌာန်ကို ဆောင်၍ လှည့်စားတတ်သည်၊ ဤသို့လှည့်စားတတ်သော ဘီလူးမနှင့်တူသောကြောင့် ဤဓါတ်ကြီးလေးပါးတို့ကို မဟာဘူတဟု ခေါ်ရသည်။

ဤနည်းအားဖြင့် မဟာဘူတဟူသော ပါဠိဝေါဟာရသည် မျက်လှည့်ဆရာဟူသောအနက်၊ နတ်ဘီလူကြီးဟူသော အနက်၊ ဖုတ်တစ္ဆေ ဘီလူးမဟူသော အနက် တို့ကို ဟောနိုင်ကြောင်း ထင်ရှားအောင် ရှင်းပြခြင်းဖြစ်သည်။

## ဓါတ်ကြီးလေးပါး၏ သဘောလက္ခဏာ

၁။ ပထဝီ- မြေ - ခက်မာခြင်း လက္ခဏာ- ထောက်တည်ရာသဘော၊
၂။ အာပေါ- ရေ- ယိုစည်းခြင်းလက္ခဏာ- ပွါးစည်းခြင်း သဘော၊
၃။ တေဇော- မီး- ပူလောင်ခြင်းလက္ခဏာ- ရင့်ကျက်ခြင်း သဘော၊
၄။ ဝါယော-လေ- ထောက်ကန်ခြင်းလက္ခဏာ- ပင့်မြှောက်ခြင်းသဘော၊

### ပထဝီဓါတ်

ပထဝီဓါတ်သည် ပထဝီကို သာမန်အားဖြင့် မြေဟု ဘာသာပြန်ဆိုကြသည်၊ ပထဝီဓါတ်၏ လက္ခဏာသဘာဝမှာ ကြမ်းတမ်းခက်မာမှုဖြစ်သည်၊ မြေကြီးမှာ ခက်မာသော လက္ခဏာ ပထဝီလွန်ကဲသောကြောင့် မြေကြီးကို ပထဝီဓါတ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည် အမှန်စင်စစ် မြေကြီးဌ် ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော ဓါတ်ကြီးလေးပါး အားလုံးပါဝင်ကြသည်။

**ပကာဝိနှစ်မျိုး**

ပထဝီဟု ခေါ်ဆိုရသော မြေဓါတ်သည် လက္ခဏာပထဝီနှင့် သဘာဝရ ပထဝီဟု နှစ်မျိုးရှိသည်။ ပထဝီဓါတ်၏ ကြမ်းတမ်းခက်မာခြင်း လက္ခဏာကို လက္ခဏာပထဝီဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ယင်း လက္ခဏာပထဝီဓါတ်ပေါင်း သိန်းသန်း ကုဋေ ပေါင်းစုမိသောအခါ အစိုင်အခဲ အထည်ကိုယ်ခြံအသွင်ကိုဆောင် ထားသော မြေဆိုင်၊ မြေခဲ၊ ကျောက်ဆောင်၊ ကျောက်တုံး၊ ကျောက်ခဲစသည်ဖြင့် တွေ့ထိကိုင်တွယ်၍ ရနိုင်သော၊ မျက်စိဖြင့် မြင်နိုင်သော ပထဝီကို သဘာဝရ ပထဝီဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

**လက္ခဏာပထဝီနှစ်မျိုး**

ပထဝီဓါတ်၏ လက္ခဏာကို ကြမ်းတမ်းခက်မာမှုဟူ၍ ပြဆိုထားရာ ယင်းကြမ်းတမ်း ခက်မာမှုသဘော အယုတ်အလွန်နှင့် အတိုးအမလျှော့ကို အကြောင်းပြု၍ လက္ခဏာပထဝီနှစ်မျိုးကွဲပြားသည်။ အမာသဘော မာခြင်း အစွမ်းသတ္တိလျော့နည်းယုတ်လျော့သွားသည့်အခါ ပျော့ခြင်းသဘော ဖြစ်ပေါ် လာသည်။ ကြမ်းတမ်းသောသတ္တိ လျော့နည်းယုတ်လျော့လာသောအခါ နူးညံ့မှု သဘောဖြစ်ပေါ် လာရသည်။ မာခြင်းနှင့် ပျော့ခြင်းသည် နှစ်ဖျိုးမဟုတ် တစ်မျိုး တည်းသာဖြစ်သည်။ အမာဓါတ် ယုတ်လျော့သောအခါ ပျော့သည်ဟု ခေါ်ဆိုရ သည်။ အပျော့ဓါတ် ယုတ်လျော့သွားသောအခါ မာခြင်းသဘောသို့ ရောက်ရှိ သွားသည်။ ကြမ်းတမ်းမှု လျော့နည်းသွားသောအခါ နူးညံ့မှုဖြစ်ပေါ် လာသည်။ နူးညံ့မှု လျော့နည်းသွားသောအခါ ကြမ်းတမ်းမှု ဖြစ်ပေါ် လာသည်။ မူလ သဘာဝမှာ ပထဝီဓါတ်သာလျှင် ဖြစ်သည်။ ရွှံ့မာနှင့် ရွှံ့ပျော့၊ သဖင်းမာနှင့် ထမင်းပျော့၊ ကျောက်ကြမ်းနှင့် ကျောက်နု၊ အပတ်ကြမ်းနှင့် အဝတ်နုတို့ကို ထောက်ရှုပါက ရွှံ့တစ်မျိုးတည်းကိုပင် မာသည် ပျော့သည် နှစ်မျိုးခွဲခြား၍ ပြောကြသည်။ ထမင်းတစ်မျိုးတည်းကိုပင် မာသည်ပျော့သည် ပြောကြသည်။ အဝတ်အထည်တစ်မျိုးတည်းကိုပင် ကြမ်းသည် နုသည် ပြောကြသည်။ ကျောက်သားတစ်မျိုးတည်းကိုပင် ကြမ်းသည် နုသည် ပြောကြသည်။

J

ဤသို့အားဖြင့် ပထဝီဓါတ်၏ လွန်ကဲမှု၊ လျော့နည်းမှုကို ထောက်ဆ၍ ကြမ်းတမ်း ခက်မာမှု၊ နူးညံ့ပျော့ပြောင်းမှု နှစ်မျိုးခွဲခြား၍ ပြောဆိုရခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ပထဝီကို နူးညံ့ပထဝီ၊ ခက်မာပထဝီဟု နှစ်မျိုးနှစ်စားခွဲခြားရသည်။

နူးညံ့ပထဝီများ စုပေါင်းမိသောအခါ အစိုင်အခဲများ ဖြစ်လာ၍ ခက်မာပထဝီသဘောသို့ ရောက်ရှိရသည်။ ဥပမာ- ရွံ့ပျော့သည် နူးညံ့ပျော့ပြောင်းလျော်ရှိသည်။ တဖြေးဖြေး ရေခန်းခြောက်သွားသောအခါ ရွံ့ခဲသည် မာကျစ်လာ၍ ကြမ်းတမ်းသော အတွေ့အထိကိုဆောင်လျက် ခက်မာပထဝီ ဖြစ်လာသည်။ ယင်းရွံ့ခြောက်ကို ရေစိမ်လိုက်ပါက နူးညံ့ပတဝီ ဖြစ်သွားသည်။ ဆီ၊ရေ၊ဆား၊ ဝါဂွမ်းတို့၌ ပထဝီဓါတ်သည် အားနည်း၍ နူးညံ့ပထဝီအဖြစ် တည်ရှိသည်။

လေနှင့်အခိုးအငွေ့များကို ထိတို့ စမ်းသပ်ကြည့်ပါက အလွန်နူးညံ့သိမ်မွေ့သည်ကို တွေ့ရသည်။ တစ်ဖန် ဆီနှင့်ရေတို့ကို ထိတို့ ကြည့်ပါက နူးညံ့သိမ်မွေ့သော်လည်း လေထက်ပိုမို ကြမ်းတမ်းလာသည်။ ဆီနှင့်ရေထက် ဝါဂွမ်းသည် ပိုမိုကြမ်းတမ်းခက်မာသည်။ ဝါဂွမ်းထက် အဝတ်အထည်သည် ပို၍ ကြမ်းလာသည်။ အဝတ်အထည်ထက် သစ်သားသည် ပို၍ ကြမ်းတမ်းခက်မာသည်။ သစ်သားထက် သသည်ပို၍ ကြမ်းတမ်းခက်မာသည် စသည်ဖြင့် အဆင့်ဆင့် ပထဝီဓါတ် လွန်ကဲမှု ယုတ်လျော့မှုဟူ၍ လေ့လာသုံးသပ် သိရှိနိုင်ပေသည်။ယင်း နူးညံ့မှု ခက်မာမှုသဘောလက္ခဏာသည် ပရမတ္ထပထဝီဖြစ်သည်။

## သ သမ္ဘာရ ပထဝီနှစ်မျိုး

သမ္ဘာရဆိုသည်မှာ အဆောက်အဦးအထည်ကိုယ်ခြုပ်သဘောကို ဆိုလိုသည်။ ဥပမာ အိမ်တစ်ဆောင် ဆောက်လုပ်ရာ၌ အုတ်၊ ကျောက်၊ ထုံး၊ သဲ၊ သစ်သား စသော ဆောက်လုပ်ရေး ပစ္စည်းများသည် သမ္ဘာရ - အဆောက်အဦများဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ယင်းအဆောက်အဦ (သမ္ဘာရ) များ စနစ်တကျ စုပေါင်းဖွဲ့စည်းလိုက်သောအခါ အိမ်တစ်ဆောင်ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ဤကဲ့သို့ ရှုပ်ထွေးပီသစွာဖေါ်ဆောင်လာသော အထည်ဝတ္ထုပစ္စည်းဖြုပ်ကို သသမ္ဘာရ (ပုံဆောင်ခြုပ်ဝတ္ထု) ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

ယင်း သသမ္ဘာရ (ပုံဆောင်ခြုပ်ဝတ္ထု) ပထဝီများမှာ ကိုယ်တွင်း အလွ္ဆတ္တိကပထဝီနှင့် ပြင်ပဗဟိဒ္ဓပထဝီဟူ၍ နှစ်မျိုးနှစ်စား ရှိသည်။

## အလွ္ဆတ္တိက ပထဝီဓါတ် နှစ်ဆယ်

အောက်ဖော်ပြပါ ပထဝီဓါတ်နှစ်ဆယ်တို့သည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ ရှိသောကြောင့် အလွ္ဆတ္တိက ပထဝီဟု ခေါ်ဆိုရသည်-

၁။ ကေသာ = ဆံပင်
၂။ လောမာ = အမွေး
၃။ နခါ = ခြေသည်းလက်သည်း
၄။ ဒန္တာ = သွား
၅။ တစော = အရေထူ အရေပါး
၆။ မံသံ = အသား
၇။ နှာရု = အကြော
၈။ အဋ္ဌိ = အရိုး
၉။ အဋ္ဌိမိဉ္ဇ = ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ
၁၀။ ဝက္ကံ = အညှိ
၁၁။ ဟဒယံ = နှလုံး
၁၂။ ယကနံ = အသဲ
၁၃။ ကိလောမကံ = အမွေး
၁၄။ ပိဟကံ = အဖျဉ်း
၁၅။ ပပ္ဖါသံ = အဆုပ်
၁၆။ အန္တံ = အူမ
၁၇။ အန္တဂုဏံ = အူသိမ်
၁၈။ ဥဒရိယံ = အစာသစ်
၁၉။ ကရီသံ = အစာဟောင်း
၂၀။ မတ္ထလုင်္ဂံ = ဦးနှောက်

ပြင်ပဗဟိဒ္ဓ ပထဝီများမှာ - စိန်၊ ရွှေ၊ ငွေ၊ ကျောက်၊ သံ၊ ပတ္တမြား မြေကြီးစသည်တို့ဖြစ်ကြသည်။

### အာပေါဓါတ်

အာပေါဓါတ်သည် တိုးပွားစေခြင်း၊ ပျံ့နှံ့စေခြင်း သဘောရှိသည်။ ရေ၌ အာပေါဓါတ်လွန်ကဲသည်၊ ရောဂါ မြူးနွန်များကို ဖွဲ့စည်းပေးသည်။ သတ္တဝါများကို ကြီးထွားလာအောင် အားဖြည့်ထောက်ပံ့သည်။ အပင်များကိုလည်း ကြီးထွားလာအောင် ကူညီထောက်ပံ့ဖွဲ့စည်းပေးသည်။

ရှေးဦးစွာ ရေထဲ၌ ရေညိုများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထိုနောက် ရေမှော်များ ဖြစ်ပေါ်လာ သည်။ ယင်းမှ ရေညိုပင်များနှင့် မြက်ပင်၊ ပေါင်းပင်ငယ်များ ပေါက်ပွားလာသည်။ ယင်းမှ ခဲျပုတ်များနှင့် အပင်ငယ်များ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ယင်းမှ အပင်ကြီးများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထိုသတ္တဝါများမှာလည်း ရေညိုကို စားသုံးသည့် ရေပိုး ရေမွှားများ စတင်ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ယင်းရေပိုးရေမွှားများကို စားသုံးသည့် ဖားငယ် ငါးငယ်များ ဖြစ်လာသည်။ ယင်းတို့ကို စားသည့် ရေသတ္တဝါအကောင်ကြီးများ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။ ထို့ကြောင့် အာပေါဓါဟ = ရေကို အမှီပြု၍ အပင်များနှင့် သတ္တဝါများ ကြီးပွားကြီးထွားလာကြသည်။ ထို့ပြင် လေထုအတွင်း လွင့်ပါနေသော မြူမှုန်များ၊ ဖြူမှုန်များကို ရေခဲတိုဖြင့် တွဲစပ်ပေါင်းစည်း စုစည်း၍ အစိုင်အခဲ ထုထည်များ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။

### အာပေါဓါတ်၏ လက္ခဏာနှစ်ပါး

အာပေါဓါတ်မှာ ဖွဲ့စည်းခြင်း လက္ခဏာနှင့် ယိုစီးခြင်း လက္ခဏာ ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိသည်။ ဖွဲ့စည်းခြင်း သတ္တိယုတ်လျော့သွားသောအခါ ပျက်စီးသွားသောအခါ ယိုစီးခြင်းသဘော လွန်ကဲလာသည်။ ယိုစီးခြင်းသဘော ယုတ်လျော့နည်းပါးသွားသောအခါ ဖွဲ့စည်းခြင်းသဘော ဖြစ်ပေါ်လာလေ့ရှိသည်။ ဖွဲ့စည်းမှုနည်းလျှင် ယိုစီးမှုလွန်ကဲ၍ ယိုစီးမှု နည်းလျှင် ဖွဲ့စည်းမှု လွန်ကဲလာလေသည်။ ဥပမာ - ဆားခဲ သကြားခဲများ၌ ဖွဲ့စည်းမှု လျော့နည်းသောအခါ ဆားရည်၊ သကြားရည် ဖြစ်သွားပြီး ဖွဲ့စည်းမှု လွန်ကဲသောအခါ ဆားခဲ၊ သကြားခဲ၊ အတုံးအခဲ အသွင်သဏ္ဌာန်ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ သံစသော ဓါတ်သတ္တုများကို မီးပြင်းတိုက်သောအခါ ဖွဲ့စည်းမှု ပျက်ပြယ်၍ ယိုစီးမှု ဖြစ်သွားသည်။ သံတုံး သံခဲမှ သံရည်ဖြစ်၍ ယိုစီးလေသည်။ ဆန်မှုန့်၊ ဂျုံမှုန့်၊ မြေမှုန့်စသည်တို့ကို ရေသင့်လျော်ရုံ ထည့်၍ မွှေပေးလျှင် အကုံးအခဲဖြစ်သွား

လေသည်။ ပြိုကွဲနေသော အမှုန်များဟို ရောက စုစည်း၊ ပေါင်းစည်း ဖွဲ့စည်းပေး ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤဥပမာ၌ အမှုန်များသည် ပထဝီဓါတ် လွန်ကဲသော ရုပ်ဝတ္ထု များဖြစ်၍ ရေသည် ဖွဲ့စည်းမှု အာပေါဓါတ် လွန်ကဲသော ရုပ်ဝတ္ထုဖြစ်သည်။ အာပေါဓါတ်သည် အခြားသော ပထဝီဓါတ်၊ တေဇောဓါတ်၊ ဝါယောဓါတ် ဟူသော မဟာဘုတ်သုံးပါးကို စုစည်း ဖွဲ့စည်းပေးတတ်သည်။

## လက္ခဏအာပေါနှင့် သသမ္ဘာရအာပေါ

ယခု ပြဆိုခဲ့ပြီးသော ဖွဲ့စည်းခြင်းသဘော ယိုစီးခြင်း သဘော လက္ခဏအာပေါ ပရမတ္ထအာပေါဓါတ်ဖြစ်သည်။ အထည်ကိုယ်ဒြပ်ဝတ္ထုမရှိချေ။ အထည်ကိုယ်ဒြပ်ဝတ္ထုအသွင်ဆောင်နိုင်သော ရေ၊ ဆားရည်၊ သကြားရည်၊ ကြံရည်စသော အာပေါဓါတ် လွန်ကဲသည့် ဒြပ်ဝတ္ထုများသည် သသမ္ဘာရ အာပေါဓါတ်မည်၏။

## သသမ္ဘာရ အာပေါဓါတ်နှစ်မျိုး

ဒြပ်ဝတ္ထုအသွင်ဆောင်ရာတွင်သော သသမ္ဘာရ အာပေါဓါတ်သည် ကိုယ်တွင်း (အဇ္ဈတ္တ) အာပေါဓါတ်နှင့် ပြင်ပ (ဗဟိဒ္ဓ) အာပေါဓါတ်ဟူ၍ နှစ်မျိုး ရှိသည်။ ကိုယ်တွင်း အဇ္ဈတ္တိကအာပေါဓါတ်တို့မှာ အောက်ပါအတိုင်း ၁၂ မျိုး ရှိသည်-

၁။ ပိတ္တံ = သည်းခြေ
၂။ သေမှံ = သလိပ်
၃။ ပုတ္ထော = ပြည်
၄။ လောဟိတံ = ယွေး
၅။ သေဒေါ = ခွဲး
၆။ မေဒေါ = အဆီခဲ
၇။ အဿု = မျက်ရည်
၈။ ဝသာ = အဆီကြည်
၉။ ခေဇ္ဇော = ထိန်းဆီး
၁၀။ သယ်ာနံကာ = နှုပ်
၁၁။ လသိကာ = အဆစေး
၁၂။ မုတ္တံ = ကျွဲငယ်

**ပြင်ပ (ဗဟိဒ္ဓ)အာပေါဓါတ်များမှာ-** ပကကိရေ၊ နို့ရည်၊ ထန်းရည်၊ ကြံရည်၊ ဆားရည်၊ ကော်ရည် စသည်တို့ဖြစ်ကြသည်။ ထို့ပြင် သစ်သားတုံး၊ သံတုံး၊ သံခဲ၊ မြေဆိုင်ခဲ စသော အတုံးအခဲများမှာလည်း အာပေါဓါတ် ပါဝင်လျက် ရှိသည်၊ ဖွဲ့စည်းအာပေါဓါတ် လွန်ကဲသော ရုပ်ဝတ္ထုများဖြစ်သည်။

**တေဇောဓါတ်**

တေဇော၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ- ထက်မြက်ခြင်း၊ ရင့်ကျက်ခြင်းဟူဆိုလိုသည်၊ မုတ်၍ လွယ်ကူစေရန် ရှင်းပြရပါမူ တေဇော ဓါတ်သည် မီးဓါတ်ဖြစ်သည်။ နွေးစေခြင်း၊ ပူစေခြင်း၊ ရင့်ရော်ခြင်း၊ ကျက်ခြင်း၊ လောင်ကျွမ်းခြင်း သဘော လက္ခဏာကို ဆောင်သည်။

**တေဇောဓါတ်၏ လက္ခဏာနှစ်မျိုး**

အပူသည် တေဇောဓါတ်ဖြစ်သကဲ့သို့ အအေးသည်လည်း တေဇော ဓါတ်ဖြစ်သည်၊ အပူလျော့နည်းသွားသည်ကို အေးသည်ဟုဆိုကြသည်၊ အအေး ဓါတ်လျော့နည်းသွားသည်ကို ပူသည်ဟု ပြောကြသည်။ အပူနည်းလျှင် အအေး ဖြစ်၍ အအေးနည်းလျှင် အပူဖြစ်သည်၊ အပူလွန်လျှင် အအေးပျောက်၍ အအေးလွန်လျှင် အပူပျောက်သည်၊ ထို့ကြောင့် တစ်ခုတည်းသော တေဇော ဓါတ် (မီးဓါတ်)ကိုပင် ပူသည် အေးသည် (ဥဏှတေဇောနှင့် သီတတေဇော) ဟု နှစ်မျိုးခွဲခြား၍ ပြောဆိုနေကြခြင်း ဖြစ်သည်။

အပူလွန်သောအခါ သံတုံး သံခဲများသည် အရည်ဖြစ်သွားသည်၊ ထို့ထက် ပူလောင်သောအခါ အငွေ့ဖြစ်သွားသည်၊ ပူသောအခါ ရေခဲသည် အရည်ပျော်၍ ထို့ထက် ပူသောအခါ ရေငွေ့အဖြစ် ပြောင်းလဲသွားသည်။ အအေးဓါတ်နှင့် ထိတွေ့သောအခါ ရေငွေ့များသံ့သည် ရေမှုန် ရေမွှား ဖြစ်လာကြသည်။ ဆောင်းရာသီ၌ ကျွန်ုပ်တို့ နှာခေါင်းမှ အသက်ရှူထုတ်လိုက်သော လေတွင် ရေခိုးရေငွေ့များ ပါရှိလာသည်၊ ယင်းရေခိုးရေငွေ့များသည် ပြင်ပ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အအေးဓါတ်နှင့်တွေ့ထိ သောအခါ ရေမှုန်ရေမွှားများအဖြစ် စုစည်းဖွဲ့စည်း သွားသည်။

ထို့ကြောင့် ဆောင်းရာသီတွင် အသက်ရှူထုတ်လိုက်သောအခါ နှာပေါက်ဝ၏ ရှေ့တစ်ပေခန့်အကွာအထိ ရေမှုန် ပေါ့မွှားများ တွေ့မြင်ရခြင်းဖြစ်သည်၊ မိုးရေထဲ၌ မော်တော်ကားကို မှန်တံခါးပိတ်၍ မောင်းသွားသောအခါ ကားယဲရှိလူများ ရှူထုတ်လိုက်သော ထွက်သက်လေနှင့် ကိုယ်ငွေ့တွင် ရေခိုးရေငွေ့များ ပါရှိလာသည်။ ယင်း ရေခိုး ရေငွေ့များသည် မော်တော်ကားမှန်ကို ထိသည့်အခါ အအေးဓါတ်ကြောင့် ရေမှုန်ရေမွှားများ ဖြစ်လာ၍ မှန်တွင် တွယ်ကပ်နေသည်၊ သို့ရာတွင် ကားအတွင်း၌ လေအေးစက်ဖွင့်ထားပါက ယင်းရေမှုန်ရေမွှားများသည် မှန်သို့ သွားရောက် တွယ်ကပ်ခြင်း မရှိတော့ဘဲ ငအာက်ခြေသို့ နိမ့်ဆင်းသွားလေတော့သည်။

မိုးရာသီ၌ ပင်လယ်မှ တက်လာသော ရေခိုး ရေငွေ့များသည် ကောင်းကင်ယံ၌ တိမ်တောင် တိမ်တိုက်များအဖြစ် တည်ရှိနေတတ်သည်။ ယင်းမိုးတိမ်များသည် ကောင်းကင်ယံ၌ အအေးဓါတ်နှင့်ထိတွေ့သောအခါ၊ ရေမှုန်ရေမွှားအဖြစ် ဖွဲ့စည်း၍ ယင်း ရေမှုန်ရေမွှားများ ပေါင်းစပ်ကာ မိုးရေပေါက်ဖြစ်လာသည်။ အအေးဓါတ်ကြောင့် ရေမြူမှုန်များ စုပေါင်းဖွဲ့စည်းလာသောအခါ ရေ မြူမှုန်များသံည် ကျစ်လစ် သိပ်သည်း၍ လေးလံလာသဖြင့် ကောင်းကင်ယံမှ မြေပြင်သို့ လျှောကျလာသည်ကို မိုးရွာသည်ဟု ခေါ်ဆိုကြသည်။ ဥကၠာတေဇော အပူဓါတ်ကြောင့် ပင်လယ်ရေသည် အခိုးအငွေ့ဖြစ်၍ အမြင့်သို့တက်လာသည်။ ကောင်းကင်အမြင့်တွင် သီတတေဇော အအေးဓါတ်နှင့် ထိတွေ့သောအခါ ရေမြူမှုန် (မိုးတိမ်)များသည် ကျစ်လစ်သိပ်သည်းကာ ပေါင်းစပ်၍ မိုးရေပေါက်များ ဖြစ်လာကြသည်။ ယင်းမိုးတိမ်များနှင့် မိုးရေပေါက်များကို ဥကၠာတေဇော သီတတေဇောတို့ကဲ့ ဖန်တီးနေခြင်းဖြစ်သည်။

### သ သမ္ဘာရ တေဇော

ပူခြင်း၊ အေးခြင်း ဓါတ်သဘောမျှကို လက္ခဏာတေဇောဟု ခေါ်ဆို၍ ရုပ်ဝတ္ထု အကောင်အထည်ရှိသော တေဇောဓါတ်ကို သသမ္ဘာရ တေဇောဓါတ်ဟုခေါ်ရသည်။

**အမျှတ်ကနှင့် ပယ်ဒုတေဇော**

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ တေဇောဓါတ်သည် အမျှတ်ကတေဇောဖြစ်၍ ခန္ဓာကိုယ်ပြင်ပ၌ ရှိသောတေဇောဓါတ်များသည် ပဟိဒ္ဓတေဇောဖြစ် သည်။

**အမျှတ်ကဒေဇော**

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ ရှိသော အမျှတ်ကတေဇောဓါတ်သည် အောက်ပါ အတိုင်း ၎င်းမျိုးရှိသည်။

၁။ ဥဿဟတေဇော = ပကတိ ကိုယ်ငွေ့၊
၂။ ပါစကတေဇော = ဝမ်းမီး - ကမ္မဇတေဇော၊
၃။ သန္တပ္ပနတေဇော = တရက်ခြားဖျား - ငွေ့.ငွေ့.ပူခြင်း
၄။ ဒါဟတေဇော = အပူလွန် ဖျားခြင်း၊
၅။ ဇိဏ္ဏဇာဒတေဇော = အိုမင်း ရင့်ရော်စေခြင်း။

သတ္တဝါများ ကျန်းမာနေခိုန်တွင် ခန္ဓာကိုယ်မှာရှိသော ပကတိကိုယ်ငွေ့သည် ဥဿဟတေဇောမည်၏၊ ပြဒါးတိုင်ဖြင့် တိုင်းကြည့်ပါက ( ၉၈. ၅ ) ဒီဂရီ ဖါရင်ဟိုက် ရှိသည်၊ ကံကြောင့်ဖြစ်သော မီးဓာတ်ဖြစ်၍ ကမ္မဇတေဇော ဟု ခေါ်ရသည်။ သွေးနှင့်အတူ ရောနှောပြန့်နှံ့နေသော သည်းခြေ ဖြစ်သည် ။

ပါစက ဆိုသည်မှာ ချက်ပြုတ်ခြင်း ဆိုသည်၊ ကျွန်ုပ်တို့ စားသောက်လိုက်သော အစာအာဟာရ များကို ကျေညက်အောင် ချက်တတ်သော ဝမ်းမီးကို ပါစကတေဇောဟု ဆိုရသည်၊ ယင်း ဝမ်းမီးသည် မွေးကတည်းက ပါလာသော တေဇောဓါတ်ဖြစ်၍ ကမ္မဇတေဇောဓါတ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ အစာသစ်အိမ်ရှိ အပူဓါတ် အချဉ်ဓါတ်ကို ပါစက ဝမ်းမီးဓါတ် ဟုခေါ်ဆိုရသည်။ ယင်း ဝမ်းမီးသည် စားမြိုလိုက်သော အစာအာဟာရများကို လောင်ကျွမ်း၍ အပူဓါတ် ကို ထုတ်လုပ်ဖြန့်ချိပေးသည်၊ ပါစက ဝမ်းမီးမှ တစ်ကိုယ်လုံးသို့ အပူငွေ့ဖြန့် ထုတ်ပေးသည်။ ပါစကမီး လွန်ကဲခြင်း၊ ယုတ်လျော့အားနည်းခြင်း၊ ဒေနရာရွှေ့ ပြောင်းခြင်း တို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်သည် အပူချိန် လွန်ကဲမှု ယုတ်လျော့မှုများ ဖြစ်ကြရသည်။

သန္တပ္ပနတေဇောမှာ- အပူဒီဂရီ (၉၉ - မှ - ၁၀၁)ခန့်ထိ ရှိတတ်သည်၊ အပြင်းဖျားခြင်း မဟုတ်ဘဲ ငွေ့.ငွေ့.ပူ၍ အနည်းငယ်ဖျားခြင်း၊ တရက်ခြား နှစ်ရက်ခြား ဖျားခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။

ဒါဟတေဇောမှာ အပူဒီဂရီ (၁၀၃- မှ -၁၀၅) အထက် အပူလွန်ခြင်း ဖြစ်သည်။ အပူအားကြီးသဖြင့် ကယောင် ကတမ်း ပြောတတ်သည်။

ပါကစတေဇော ဓါတ်သည် လွန်ကဲလာ၍ မူလနေရာ၌ မနေတော့ဘဲ အစာအိမ်လမ်းကြောင်းတလျှောက် အူသိမ်အူမတစ်လျှောက် လောင်ကျွမ်း၍ အူရောင်ငန်းဖျား ဖြစ်တတ်သည်၊ အစာလမ်းကြောင်း တစ်လျှောက်၌ အဖုအပိန့်များဖြစ်လာ၍ အူများလောင် ကျွမ်းခံရခြင်းဖြစ်သည်။

ဥဿုမာတေဇောဖြစ်သော သည်းခြေဓါတ် ဖေါက်ပြန် လွန်ကဲသောအခါ တစ်ကိုယ်လုံး ချစ်ချစ်တောက် ပူလောင်၍ ကျောက်ဝက်သက်၊ ပေါက်သကဲ့သို့ အရေပြားပေါ်၌ အဖုအပိန့်များ ထွက်တတ်သည်။

ပါစက ဝမ်းမီးအားနည်းသောအခါ နံ့သောအခါ မစားချင်၊ မသောက်ချင် ဖြစ်တတ်သည်၊ အစာမကြေဖြစ်တတ်သည်၊ အစာသစ်အိမ်တွင် အချဉ် ပေါက်၍ ပျို့.အန်တတ်သည်၊ လေချဉ်တက်တတ်သည်။

ဇီရဏတေဇောမှာ- မွေးသည်မှ အိုမင်းရင့်ရော် သေဆုံးသည်အထိ တစ်ဖြေးဖြေး အရေတွန့်ခြင်း၊ ဆံပင်ဖြူခြင်း၊ သွားကျိုးခြင်း၊ ခါးကိုင်းခြင်း၊ နားထိုင်းခြင်း၊ မျက်စိမှုန်ခြင်း၊ တို့ကိုဖြစ်စေတတ်သော တေဇောဓါတ်ဖြစ်သည်။

သတ္တဝါ အားလုံးတို့၌ ဥဿုမာတေဇော၊ ပါစကတေဇောနှင့် ဇီရဏတေဇောတို့သည် ဖြစ်ရုံးဖြစ်စဉ် ဖြစ်နေကြတိုင်း ပုံမှန် တည်ရှိနေကြသည်၊ သန္တပ္ပနတေဇောနှင့် ဒါဟတေဇောတို့မှာ ပုံမှန်မဟုတ်ဘဲ ပါစကတေဇောနှင့် ဥဿုမာတေဇောတို့ ဖေါက်ပြန်ခြင်း၊ လွန်ကဲခြင်း ဖြစ်၍ ဖျားနာသည့်အခါတို့၌သာ ရှိကြသည်။ အနာပေါက်ခြင်းမှာ ဒါဟတေဇော လွန်ကဲ၍ တစ်နေရာတစ်ဌာနတည်း ကွက်၍ လောင်ကျွမ်းခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။

**ဗဟိဒ္ဓတေဇော**

ခန္ဓာကိုယ်၏ ပြင်ပ၌တည်ရှိသော မီးတောက်မီးလျှံ မီးကျီးခဲများနှင့် နေရောင်ခြည် စသည်တို့ဖြစ်ကြသည်။

## ဝါယောဓါတ်

တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ရောက်ရှိအောင် ရွှေ့လျားခြင်း၊ သို့မဟုတ် ရွှေ့လျားမှု မရှိစေရန် အရုပ်ဆယ်မျက်နှာမှ ဟန့်ချက်ညှိနှိုင်း ထောက်ကန်ထားခြင်းဖြင့် တည်ငြိမ်နေခြင်းသဘောသည် ဝါယောဓါတ်၏ လက္ခဏာဖြစ်သည်။ တွန်းထိုးခြင်းနှင့် ထောက်ကန်ခြင်း၊ ဆွဲငင်ခြင်းနှင့် ရုံးကန်ခြင်း ရွှေ့လျားခြင်းနှင့် တည်ငြိမ်ခြင်း၊ ပင့်မြှောက်ခြင်းနှင့် ဖိနှိပ်ခြင်း သဘောလက္ခဏာများသည် ဝါယောဓါတ်၏ အမှုအရာများဖြစ်ကြသည်။

ဘောလုံးတစ်လုံးကို တွန်းကန်လိုက်သောအခါ ဘောလုံးသည် ရွှေ့လျားပြေးသွားသည်။ အခြားတစ်ဖက်မှ အင်အားတူညီစွာ ပြန်လည် ထောက်ကန်တားလျှင် တွန်းကန်ခြင်းနှင့် ထောက်ကန်ခြင်း အင်အားမျှတနေ၍ဘောလုံးသည် မရွှေ့တော့ဘဲ ရပ်တည်နေပေလိမ့်မည်။

ဒုံးပျံတစ်ခုသည် လမ္ဘာပြင်ဆွဲအားမှ ရုံးကန်ထွက်ခွါလိုသောအခါ ရုံးကန်အားသည် ဆွဲအားထက် အဆများစွာ သာလွန်မှသာလျှင် ကမ္ဘာမြေမှ ထွက်ခွါနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာမြေမှ ပိုင် ၂၁၁/ ၃၀၀ ကွာသောအခါ ဒုံးပျံ၏ ရုံးကန်အားနှင့် ကမ္ဘာမြေ၏ ဆွဲငင်အား [illegible] ညီမျှနေ၍ အထက်သို့လည်း မတက်၊ အောက်သို့လည်း မကျဘဲ အလယ်အပင် တည်ရှိနေပေလိမ့်မည်။ ဂြိုဟ်တုများ တည်နေပုံကို ဥပမာအဖြစ် လေ့လာနိုင်ပါသည်။ ဒြပ်ဝတ္ထုတခုပေါ်သို့ အရုပ်ဆယ်မျက်နှာမှလာသော ဆွဲငင်အားများ ညီမျှနေပါက ယင်းဒြပ်ဝတ္ထုသည် ရွှေ့လျားမှုမရှိဘဲ ဟည်ငြိမ်နေပေလိမ့်မည်။ ဥပမာ လွန်ဆွဲသည့်အခါ နှစ်ဖက်ဆွဲအား တူညီနေပါက တစ်ဖက်မက်သို့ ရွှေ့လျားခြင်း၊ မရှိဘဲ မူလပကတိအတိုင်း ဟည်နေပေလိမ့်မည်။ အလားတူပင် ဒြပ်ဝတ္ထုတစ်ခုပေါ်အရုပ်ဆယ်မျက်နှာမှ ကျရောက်လာသော ဘွန်းကန်အားများသည် တူညီနေပါက ရွှေ့လျားခြင်း မရှိဘဲ မူလနေရာအတိုင်း တည်ငြိမ်နေပေလိမ့်မည်။ ဖြစ်ခြောင်းများအတွင်းရှိ ရေများသည် ကမ္ဘာမြေ တစ်ဘက်သက်ဆွဲမှုကြောင့် တစ်ဘက်သတ်စီးဆင်းနေရသည်။ လေတိုက်ခြင်းနှင့် ပင်လယ်ရေစီးခြင်းတို့မှာ ပူသောလေနှင့် ရေပူတို့သည် ပွ၍ ပေါ့လာသည်။ အပေါ်သို့ တက်သွားသည်။ ထိုနေရာ၌ ရေနှင့်လေတို့၏ တွန်းကန်အား ထောက်ကန်အား နည်းပါးမှုကြောင့် တွန်းကန်အား ငေါက်ကန်အား များပြားသော ပတ်ဝန်းကျင်မှ ရေနှင့်

လေတို့သည် ဝင်ရောက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ တွန်းကန်အား ထောက်ကန်အား မည်မျှမူကြောင့် ပင်လယ်ရေ စီးခြင်း၊ လေတိုက်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်လာရလေသည်။

ကလေးကစားသော ပူစီဖေါင်း (ပူပေါင်း) ၌ ပြင်ပ ပတ်ဝန်းကျင် လေထု၏ ဖိညှပ်အားသည် အတွင်းရှိ လေများ ပြန်လည်တွန်းကန်မှု၊ ထောက်ကန်မှုနှင့် ညီမျှနေသည့်အခါ ပကတိအတိုင်း တည်ရှိနိုင်ပေသည်။ ပြင်ပ လေဖိအား လျော့နည်းလာသည့်အခါ အတွင်းမှ ထောက်ကန်အား များပြားလာပြီး ပူစီဖေါင်း အဆမတန် ကြီးထွားရှိ ပေါက်ကွဲသွားပေလိမ့်မည်။

## ဝါယောစွမ်းအားဓါတ်

ဝါယောဓါတ်ကို ဝလဓါတ်၊ စွမ်းအားဓါတ်ဟု ခေါ်ရသည်။ ဝါယောဓါတ်အားကောင်းမှသာ စွမ်းအားကောင်းသည်၊ အိုင်္ဂဟိနိုင်သည်၊ မနိုင်သည်၊ မြောက်နိုင်သည်၊ ထမ်းနိုင်သည်၊ တွန်းနိုင်သည်၊ ဆွဲနိုင်သည်၊ ရုံးနိုင်သည်၊ ကန်နိုင်သည်၊ ထောက်နိုင်သည်၊ ထိမ်းနိုင်သည်။ ထိုဝါယောဓါတ်ကို အသုံးချနိုင်ရန်အတွက် ဖွဲ့စည်းမှု အာပေါဓါတ်ဖြင့် နှောင်ဖွဲ့ချုပ်ကိုင် သိုလှောင်ထားရမည်။ ထို့ပြင် အမာခံဖြစ်သော ပထဝီဓါတ်ကို မှီခိုရမှသာလျှင် ဝါယော၏ စွမ်းအားကို အသုံးချနိုင်သည်။ လူများသည် အင်အားတစ်ခု စိုက်ထုတ်လိုသည့်အခါ အသက်ဝအောင်ရှူ၍ အသက်အောင့်ထားပြီး ပထဝီမြေကြီးကို ခြေကန်လျက် တွန်းကန်ခြင်း၊ ရုံးကန်ခြင်း၊ ဆွဲငင်ခြင်း၊ ထမ်းပိုးခြီမခြင်း ပြုလုပ်ကြသည်။

အင်ဂျင်စက်တစ်ခုဌ လောင်စာဆီကို မီးလောင်ပေါက်ကွဲသည့်အခါ ဝါယောဓါတ် တွန်းကန်အား ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ယင်းတွန်းကန်အားကို ယိုစိမ့်ပေါက်ထွက်ခြင်း မရှိစေရန် ပြုပြင်စီမံလိုက်သောအခါ ( အာပေါ ဖွဲ့စည်းမှု ပြုပြီးလျှင်)လိုအပ်သည့် တွန်းကန်အားကို ရရှိသည်။ ယင်း တွန်းကန်အားကို ပယ်ဖျက်လိုသည့်အခါ အာကာသ ဟင်းလင်း အပေါက်ဖွင့်လှစ်ပေးခြင်း (ဝါ-အာပေါဖွဲ့စည်းမှုကို ယုတ်လျော့စေခြင်း)ဖြင့် တွန်းကန်အားသည် ပျက်ပြယ်သွားလေသည်။ အလားတူပင် လေဘရိတ်နှင့် လေထိုးဏာယာများ၊ လေဖိအားသုံး ကရိန်းစက်များကို ကြည့်၍ ဝါယောဓါတ်၏ ပင့်တင်အား၊ တွန်းကန်

အားကို သိနိုင်ပေသည်။ အလားတူပင် လေယာဉ်ပျံနှင့် ဒုံးပျံတို့၌ လောင်စာကို မီးလောင်ပေါက်ကွဲစေခြင်းဖြင့် အလို ရှိသော တွန်းကန်အားမျာ ရရှိနိုင်ပုံကို တွေ့နိုင်ပေသည်။

လူသည် စကားပြောလိုသည့်အခါ လေကို ရှူသွင်းပြီး ထိန်းချုပ်၍ တစ်ဖြေးဖြေးချင်း ထုတ်လွှတ်လျက် စကားအသံကို ဖန်တီးယူရသည်။ အဆုတ်အတွင်းရှိ လေများကို အကုန်အစင် ထုတ်ပြီးမှ ဓလေမရှိဘဲ စကားပြောချင်၍ မဖြစ်နိုင်ပေ။

## အဋ္ဌင်္ဂိက ဝါယောနှင့် ဗဟိဒ္ဓ ဝါယော

ထောက်ကန်ရွေ့လျားခြင်းသဘောသည် ဝါယောဓာတ်ဖြစ်ကြောင်း လုပ်ငန်းကိစ္စပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သော လေထုကို သာမှာရ ဝါယောဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ သာမှာဝဝါယောမှာ ကိုယ်တွင်း အဋ္ဌင်္ဂိက ဝါယောနှင့် ကိုယ်ပ ဗဟိဒ္ဓဝါယောဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပေသည်။ ကိုယ်တွင်း အဋ္ဌင်္ဂိက ဝါယောမှာလည်း အောက်ပါအတိုင်း ခြောက်မျိုးရှိပေသည်-

(က) ဥဒ္ဓင်္ဂမ ဝါယော = အာတင်းနုံယာလေ
(ခ) အဓောဂမ ဝါယော = ဆာဇာသိပ္ပုန်ဆေလေ
(ဂ) ကောဋ္ဌာသယ ဝါယော = အူတွင်းရှိရှိသောလေ
(ဃ) ကုစ္ဆိသယ ဝါယော = အူပြင်ပ ဝမ်းတွင်းရှိလေ
(င) အင်္ဂမင်္ဂနုသာရီ ဝါယော = ဓာဂ်ီကြွေးငယ်အတွင်းရှိလေ
(စ) အဿာသ ပဿာသ ဝါယော = ထွက်သက်ဝင်ယက်လေ

အထက်သို့ ပြို့အန်သောလေ၊ ကြွေ့ထိုးသောလေ၊ လေချဉ်တက်သော လေတို့သည် ဥဒ္ဓင်္ဂမ ဝါယောမည်၏။ ကျင်ကြီးကျင်ငယ် သွားနိုင်အောင် အောက်သို့ တွန်းကန်ဖယ်ထုတ်သော လေ၊ လေလည်သော လေ၊ စုံ၍လေ တို့သည် အဓောဂမဝါယောမည်၏။ အူအတွင်း၌ ရေနှင့်အစာကို လှုပ်ရှား သွားလာအောင် ပြုလုပ်ပေးသော လေသည် ကောဋ္ဌာသယဝါယောမည်၏။ အူအပြင်ပ ဝမ်းဗိုက်အတွင်း၌ ကြွက်သားများ အူခွေများ ရွေ့လျားလှုပ်ရှား နိုင်အောင် ပြုလုပ်သောလေသည် ကုစ္ဆိသယဝါယောမည်၏။ ခြေ လက်အင်္ဂါတို့

လှုပ်ရှားနိုင်အောင် ပြုလုပ်ပေးသော လေသည် အင်္ဂါမင်္ဂနာသရီ ဝါယော မည်၏။ ရှူသွင်းရှူထုတ်နေသော ဝင်သက် ထွက်သက် လေတို့သည် အသာသ ပသာသ ဝါယောမည်၏။

## ဗဟိဒ္ဓဝါယော

ခန္ဓာကိုယ်ပြင်ပ၌ ရှိသောလေများ ဥပမာ-အရပ်လေးမျက်နှာမှ တိုက်ခတ်သော လေ၊ လေပြေ၊ လည်င်း၊ လေဆင်နှာမောင်း၊ လေပွေ၊ လေမုန်တိုင်း၊ ယပ်လေ၊ ပန်ကာလေစသည်တို့သည် ဗဟိဒ္ဓဝါယောမည်ကုန်၏။

ဝါယောဓါတ်သည် သက်ရှိသက်မဲ့ အရာဝတ္ထုများကို လှုပ်ရှားသွားလာနိုင်အောင်ပြုသည်။ လိမ့်မကျအောင် ၊ လဲမကျအောင် ထိန်းခြင်း၊ မြောက်တက်အောင် မြောက်ပင့်ထားခြင်း၊ ပိန်မသွားအောင် ဖေါင်းပွနေအောင် ထောက်ကန် တွန်းကန်ထားခြင်းသည် ဝါယောဓါတ်၏ အစွမ်းသတ္တိဖြစ်သည်။

## အာကာသဓါတ်

အာကာသဆိုသည်မှာ ဟင်းလင်းပြင် သို့မဟုတ် အပေါက်၊ အကြား၊ အခေါင်းအဖြစ်တည်ရှိခြင်း သဘောကိုဆိုသည်။ မဟာဘုတ်ဓါတ်ကြီး လေးပါးတို့သည် အတူတကွ ပေါင်းစည်း၍ ကလာပ်စည်းများအဖြစ် တည်ရှိနေကြသည်၊ ယင်းကလာပ်စည်းများ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု တွဲစပ် ထိစပ်ခြင်းမရှိပဲ အကြားတစ်ခု သို့မဟုတ် အပိုင်းအခြားတစ်ခု ရှိနေတတ်သည်။ ရုပ်ဝတ္ထုများ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်စပ် ပူးတွဲခြင်းမရှိဘဲ ပိုင်းခြားထားသည့်သဘော (ဝါ) ကြားနေရာလွတ်ရှိနေတတ်သည်၊ အလွန်ကြီးမားသည့် ရုပ်ဒြပ်များ ဖြစ်ကြသော ကြယ်၊ နက္ခတ်တာရာများ၊ တနင်္ဂနွေ၊ တနင်္လာ စသောဂြိုဟ်များသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ထိစပ်မှုမရှိဘဲ အကြားနေရာလွတ်များ ရှိနေသောကြောင့် လွတ်လပ်စွာ ရွေ့လျား လှုပ်ရှားသွားလာနိုင်ကြသည်။ အလားတူပင် ပွဲလမ်းတစ်ခုအတွင်း၌ လူများ ပြည့်ကြပ်နေသည် ဆိုသော်လည်း တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက်အကြား နေရာလွတ် (အာကာသ) ရှိနေသည်သာ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်သာ လူအများ လှုပ်ရှားသွားလာနိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ အလားတူပင် သေးငယ်သော မြူမှုန်များ၊ ကလာပ်စည်းများ ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းထားသော

သစ်သား၊ သံ၊ ကျောက်၊ မြေကြီး၊ ရေ စသော ရုပ်ဝတ္ထုများ၌ မြူမှုန်တစ်ခုနှင့် တစ်ခုအကြား ရှိနေသည်သာ ဖြစ်သည်။ အပိုင်းအခြားတစ်ခု နေရာလွတ် တစ်ခု ရှိနေသည်သာဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ မြူမှုန်ငယ်များ။ ရုပ်ကလာပ်စည်းများ အကြား၌ အပိုင်းအခြား နေရာလွတ် ရှိနေသောကြောင့်သာလျှင် သစ်သား အတွင်းသို့ သံရိုက်သောအခါ သံချောင်း ဝင်သွားနိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ အပိုင်း အခြားအကြားရှိသောကြောင့်သာ ကျောက်တုံးသည် ကွဲအက်နိုင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ သံချောင်းကို ဖြတ်တောက်ဖောက်ထွင်းနိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။

ရုပ်ခြုပ်များ ဖုံးလွှမ်းဖွဲ့စည်းရာ၌ အာကာသ ( ကြားနေရာလွတ် ) နည်းပါးလျှင် ဒိပ်သည်းကျစ်လျစ်ခိုင်မာသည်၊ ပို၍လေးလံသည်၊ အာကာသ များပြားနေလျှင် (ကြားနေရာလွတ် များလျှင်) သိပ်သည်းကျစ်လျစ်မှု လျော့ နည်း၍ ခိုင်မာမှုလည်း လျော့နည်းသည်။ ဒေလေးချိန်လည်း လျော့နည်းသည်။

လေထဲ၌ သေးငယ်သော မြူပွှန်များ အပြည့်အဝ ရှိနေကြသည်။ သို့ရာတွင် မြူမှုန်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု အကြားနေရာလွတ်များ ကျယ်ဝန်းစွာ ရှိနေ ခြင်းကြောင့် အလင်းရောင် အလင်းဟန်းများ အနှောက်အယှက်မရှိ ဖြတ်သန်း သွားနိုင်ကြသည်။ အလင်းရောင်၏ အကူအညီကြောင့် လေထုအတွင်းရှိ မြူမှုန်များကို ဖြတ်သန်းလျက် အဝေးရှိ ရုပ်အဆင်းများကို မြင်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ယင်းမြူမှုန်များ အကြားနေရာလွတ်များ ကျဉ်းမြောင်း၍ မြူမှုန်အချင်းချင်း လွန်စွာနီးကပ်လာသည့်အခါ ပိုမိုသိပ်သည်းလာသဖြင့် မြင်ကွင်းသည် တိုသွား သည်။ ထို့ကြောင့် မြူများ ဆိုင်းနေသည့်အခါ အဝေးသို့ မမြင်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ နေအပူရှိန်ကြောင့် မြူများကျဲသွားသည့်အခါ အဝေးသို့မြင်နိုင်သည်။ လေထု အတွင်းရှိ မြူများထက် ဝါဂွမ်းဆိုင်သည် ပိုမိုသိပ်သည်းလာသည်၊ ယင်းထက် လက်ပံသားက ပိုမိုသိပ်သည်းလာသည်။ ယင်းထက် ကျွန်းသား၊ ယင်းထက် ပျဉ်းကတိုး သစ်မာများ၊ ယင်းထက် ကျောက်တုံး ကျောက်ခဲများနှင့် သံတုံး သံခဲများ ဖွဲ့စည်းမှု ပိုမို သိပ်သည်းလာ၍ အကြားအပေါက်များ ကျဉ်းမြောင်း သွားသဖြင့် ကျစ်လျစ်ခိုင်မာသည်၊ ပို၍လေးလံလာသည်။

## အာကာသလေးမျိုး

ရုပ်ဝတ္ထု နှစ်ခုတို့၏ဒေသကြား၊ အပိုင်းဒေသခြား၊ ကြားခံနယ်၊ ဟင်းလင်းပြင်၊ အပေါက်သည် အာကာသ၏ သဘောလက္ခဏာဖြစ်သည်။ ရုပ်ဝတ္ထုနှစ်ခုတို့ တစ်ခုတည်းဒေသဖြစ် ပူးတွဲပေါင်းစပ် မသွားစေရန် ပိုင်းခြားထားခြင်း သဘော ရှိသည်၊ ထို့ကြောင့် လက်နှစ်ချောင်းကို မည်သို့ပင် ပူးကပ်ထားသော်လည်း တစ်ခုတည်းအဖြစ် ပေါင်းစပ်ပူးတွဲနိုင်ခြင်းမရှိသဖြင့် လက်နှစ်ချောင်း၏ အကြားခံ့ ပိုင်ခြားထားမှု (အာကာသ) ရှိနေသောကြောင့် ပူးကပ်ထားသော လက် နှစ်ချောင်းကို ပြန်၍ခွဲထုတ်နိုင်သည်၊ ခွဲထုတ်နိုင်သည်။ ပင်းအာကာသ ဓါတ်ကို တည်နေပုံ အခြင်းအရာများဖြင့် ဖေးမျိုးခွဲခြားနိုင်သည်။

(၁) ပရိစ္ဆေဒ အာကာသ - ကြားခံနယ်၊ အပိုင်းဒေခြား၊

ရုပ်ကလာပ်နှစ်ခုတို့ ဟစ်ခုနှင့်ဟာ၍ ရောယှက်မသွားစေရန်၊ ပေါင်းစပ် မသွားစေရန်၊ ပိုင်ခြားထားသော ကြားခံနယ်၊

(၂) ပရိပ္ပိန္နအာကာသ - အပေါက်အဝင်းပေါက်

နယ်နိမိတ် အနားရေးဖြင့် ပိုင်းခြားကန့်သတ်ထားသော အခေါင်း အပေါက်၊ ဥပမာ- ဝါးလုံးခေါင်း၊ အိုးပေါက်၊ တံခါးပေါက်၊ မြေတွင်း၊ မြေကျင်းစသည်။

(၃) အဇ္ဈာကာသ - မိုးကောင်းကင်

အဆုံးအပိုင်းဒေခြားမရှိသော အာကာသ မိုးကောင်းကင်ကြီးကို အဇ္ဈာ ကာသဟု ခေါ်သည် (ဇ္ဈာ - ရှုပ်ယှက်ခြင်း၊ ငြိတွယ်ခြင်း) အဇ္ဈာ = ရှုပ်ထွေးမှု မရှိ၊ ငြိတွယ်မှု မရှိခြင်း၊ အာကာသ မိုးကောင်းကင်ကြီးသည် အဆုံးအပိုင်း အခြားမရှိ၊ ပြန်ခြားလျှယ်ဝန်းမျှ ငြိတွယ်ရှုပ်ထွေးမှု မရှိဘဲ ဖြပ်ဝတ္ထုများ ရွှေ့လျားသွားလာ နိုင်ကြသည်။

(၄) ကသိဏာကာသ - ကသိဏ်းရုပ်ပုံပေါ်ခွာ၍ စိတ်အာရုံ၌ပေါ်လာသော ကောင်းကင်

ပထဝီကသိုဏ်း၊ နီလကသိုဏ်း၊ ပီတကသိုဏ်း စသော ကသိုဏ်း ရုပ်ကို အာရုံပြု၍ စတုတ္ထစျာန်အထိ ရရှိပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အရူပစျာန်သို့

ဟက်ရောက်လိုသည့်အခါ ယင်း ကသိုဏ်းရုပ် အာရုံကို ဖယ်ထုတ်နိုင်ရန် အနန္တ အာကာသ ကောင်းကင်အဖြစ် အကြိမ်ကြိမ် ပရိကံပြုရသည်၊ အရှိန်ရလာသောအခါ စိတ်အာရုံအတွင်းရှိ ကသိုဏ်းရုပ်သည် ပျောက်ကွယ်သွား၍ ယင်းကသိုဏ်းရုပ်နေရာ၌ ဗလာဟင်းလင်းပြင်၊ ကောင်းကင်အာရုံ အစားထိုး ပေါ်လာသည်၊ ဤအာရုံသည် အစစ်အမှန် ပရမတ္ထတရားမဟုတ်၊ စိတ်ထဲ၌ ထင်လာသော ပညတ်တရားဖြစ်၍ ကောင်းကင်ပညတ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ အာကာသ (ကောင်းကင်) လေးမျိုးတို့အနက် အမှတ်စဉ် (၁) ပရိစ္ဆေဒ အာကာသ တစ်ခုတည်းသည်သာလျှင် ပရမတ္ထတရားဖြစ်သည်။ ယင်းအာကာသဓါတ်ကို ပရိစ္ဆေဒရုပ်ဟုခေါ်ရသည်။ ကလာပ်စည်းတစ်ခုနှင့် တစ်ခုအကြား ပိုင်းခြားထားသောအကြားကို ပရိစ္ဆေဒ အာကာသဟုခေါ်ရသည်။

## ဓါတ်ကြီးငါးပါးတို့ မိတ်ဘက် ရန်ဘက်

ပထဝီမြေဓါတ်သည် အာပေါရေဓါတ်နှင့် မိတ်ဖက် ဖြစ်သည်၊ တေဇောမီးဓါတ်သည် ဝါယော လေဓါတ်နှင့် လည်းကောင်း၊ အာကာသ အပွင့်ဓါတ်နှင့်လည်းကောင်း မိတ်ဖက်ဖြစ်သည်။

အာပေါရေဓါတ်သည် တေဇောမီးဓါတ်နှင့် လည်းကောင်း၊ အာကာသ အပွင့်ဓါတ်နှင့်လည်းကောင်း ရန်ဘက်ဖြစ်သည်။

ပထဝီမြေဓါတ်သည် ဝါယော လေဓါတ်နှင့် ရန်ဘက်ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် မြေနှင့်ရေတို့သည် ပူးတွဲတည်ရှိနိုင်၍ မီးနှင့်လေတို့သည် ပူးတွဲတည်ရှိနိုင်သည်၊ မီးလောင်ရာ လေပင့်ဆိုသည့်အတိုင်း မီးလောင်လျှင် လေပူများ အပေါ်သို့ တက်သွား၍ ပတ်ဝန်းကျင်မှ လေအေးများ တိုက်ခတ် ဝင်ရောက်လာသည်။

မီးလောင်လျှင် ရေဖြင့် ငြိမ်းသတ်ရသည်၊ ရေကို မီးနှင့် ကြုံချက်လျှင် ရေခန်းခြောက်သွားသည်၊ လေမုန်တိုင်းလာလျှင် တောင်တန်းများကို အကာအကွယ် ယူရသည်၊ ထို့ကြောင့် ရှေးလူကြီးများက (လေလာကျောက်ဖိ) ဟု ဆိုကြသည်။ မီးလောင်လျှင် မြေဖြင့် ဖိသတ်ရခြင်းမှာ မီး၏ မိတ်ဆွေ ဖြစ်သော ဝါယောလေကို တာဆီးပိတ်ဆို့ပေးခြင်းဖြင့် မီးကိုငြိမ်းစေသည်။

## ဖြစ်မှုပျက်မှု တေဇောပြု

ရုပ်ဝတ္ထု၊ ဒြပ်ဝတ္ထုများသည် တေဇောဓါတ်၊ မီးဓါတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြ၍ တေဇောဓါတ် မီးဓါတ်ကြောင့်ပင် ပျက်စီးကြရသည်။ ထို့ကြောင့် တေဇောဓါတ်သည် ဖြစ်မှု ပျက်မှုနှစ်ခုစလုံးကို ဖန်တီးနိုင်သည်။ အပြု တေဇောနှင့် အဖျက်တေဇော နှစ်မျိုးခွဲရသည်။ ပတ်ဝန်းကျင် သဘာဝတောတောင် ရေမြေ ရာသီဥတုကို လေ့လာကြည့်ပါက နေ၏အပူရှိန် (တေဇောဓာတ်)ကြောင့် ပင်လယ်မှ ရေခိုးရေငွေ့များ၊ မိုးတိမ်များဖြစ်ပေါ်လာ၍ မြေပြင်ပေါ်၌ မိုးရွာချသည်။ မိုးရေကြောင့် မြက်ပင်များ၊ ခြုံနွယ်များ၊ သစ်ပင်ကြီးများ ပေါက်ရောက်ကြီးထွား သီးပွင့်လာကြသည်။ တစ်ဖန် နေ၏အပူရှိန် (တေဇောဓာတ်) ကြောင့်ပင် သစ်ရွက်များ ကြွေကျ၍၊ မြက်ပင်များနှင့် အပင်ငယ်များ ခြောက်သွေ့သေဆုံးသွားကြသည်။ မြောက်ဝန်ရိုးစွန်း ရေခဲပြင်အရပ်၌ လုံလောက်သော အပူဓာတ် (တေဇောဓာတ်) မရရှိသဖြင့် သစ်ပင်များ မပေါက်ရောက်နိုင်ကြခြေ၊ ပေါက်လာသော အချို့သစ်ပင်များမှာလည်း တေဇောဓါတ် မလုံလောက်သဖြင့် နှစ်ပေါင်းတရာခန့်ရှိမှ လုံးပတ်ထွာဆိုင်မျှသာ ကြီးထွားနိုင်ကြသည်။ အပင်များသည် နေရောင်ခြည်စွမ်းအား (တေဇောဓါတ်)ကို အသုံးပြု၍ မြေဆီမြေဩဇာများကို အစာဖြစ်အောင် ချက်လုပ်လျက် ရှင်သန် ကြီးထွားကြရသည်။ သက်ရှိသတ္တဝါများမှာမူ ကံကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ပါစကတေဇောဝမ်းမီး၏ အစွမ်းဖြင့် အစာကို ချက်လုပ်၍ ခွန်အားသစ် ရုပ်သစ်များ တိုးပွားဖြစ်ထွန်းစေရသည်။ တစ်ဖန် ဤတေဇောဓါတ် မီးဓာတ်သည်ပင်လျှင် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ ရုပ်ကလာပ်များကို လောင်ကျွမ်း၍ အိုမင်းရင့် ရော်စေခဲ့သည်။ အသက်အရွယ် ကြီးလာသောအခါ ခန္ဓာကိုယ် အရေပြားပေါ်၌လည်းကောင်း၊ မျက်နှာပေါ်၌ လည်းကောင်း၊ မဲ့.မည်း၊ မဲ့.ခြောက်များ၊ တင်းတိပ် များ၊ ညှင်းများ ဖြစ်ပေါ်စေခဲ့သည်။ သွားကျိုး၊ ဆံဖြူ အရေတွန့်ခြင်း၊ ချဉ်ဆီ ခန်း၍ အရိုးခေါင်းပွ ဖြစ်လာခြင်းတို့သည် ဇီရကာတေဇော (မီး)ဓာတ်ကြောင့် ရုပ်များ ပျက်စီးရခြင်းဖြစ်သည်။

သီးနှံများစိုက်ပျိုးရာ၌ မြေကို ခြောက်သွေ့သွားအောင် နေပူခံ အပူဓာတ် သွင်းပေးရသည်။ ထို့ပြင် လယ်ကွက် ယာကွက်ထဲ၌ ကောက်ရိုးခြောက်၊ မြက်ခြောက်၊ သစ်ရွက်ခြောက်များ ဖြန့်ခင်း၍ မီးတိုက်ရ၏။ တေဇောဓာတ်မီး

အပူမာတ်ဝင်နေသော မြေကြီးကို ရေသွင်းရေလောင်း စိုက်ပျိုးသည့်အခါ အားကောင်းသန်မာသောအပင်များ၊ အညွှန့်အဖူးများ၊ အသီးအပွင့်များ ရရှိနိုင်ကြသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ အောက်ပိုင်း ခြံစိုက်ပျိုးသူများသည် နွေရာသီတွင် မြေစိုင်မြေခဲများကို စုပုံ မီးဖုတ်၍ မိုးမစွတ်အောင် သိမ်းဆည်းသိုလှောင်ထားပြီး မိုးရာသီတွင် အဆက်မပြတ် မိုးရွာနေမှုကြောင့် အမြစ်များ စိမ့်ကိုင်မသွားစေရန် ယခင် သိမ်းဆည်းထားသော မြေကျက်များကို သစ်ပင်အရင်းသို့ အုံပေးရသည်။ မြေကျက်ကျွေးရသည်။ အညာဒေသတွင် ဇီးပင် ဇီးချဉ်ကို မီးရှို့လိုက်သောအခါ ထွက်ပေါ်လာသော အညွှန့်အတက်များသည် လွန်စွာသန်မာထွားကြိုင်းလေသည်။ တေဇောမာတ် (မီးမာတ်)ကြောင့် ရုပ်တရားများသန်မာထွားကြိုင်းလာပုံကို တွေ့ရှိနိုင်ပေသည်။

**အပူစွမ်းအင်နှင့် အရွေ့စွမ်းအင်**

တေဇောမာတ်သည် အပူစွမ်းအင်ဖြစ်၍ ဝါယောမာတ်သည် အရွေ့စွမ်းအင် ဖြစ်သည်။ အပူမာတ်ကြောင့် ရွေ့လျားမှု(ဝါယော)ဖြစ်သကဲ့သို့ ရွေ့လျားမှုကြောင့် အပူမာတ် တေဇောမာတ် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။ လက်ဝါးနှစ်ဘက်ကို အပ်၍ ထက်အောက် လျင်မြန်စွာ အကြိမ်များစွာ ရွေ့လျားပွတ်တိုက်ပေးလျှင် အပူမာတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ခြောက်သွေ့သော သစ်တုံးနှစ်ခုကို ကြာရှည်စွာ ပွတ်တိုက်ပေးပါက မီး(တေဇော)ပေါ်ထွက်လာသည်။ ဤကား ရွေ့လျားဝါယောကြောင့် တေဇောဓါတ် ဖြစ်ပေါ်လာပုံတည်း။ အလားတူပင် ဖိအားဟု ခေါ်သော ထောက်ကန် ဝါယော၊ တွန်းကန် ဝါယောကြောင့်လည်း အပူမာတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ သံမဏိလေဗူးအတွင်းသို့ လေထိုးစက်ဖြင့် လေထိုးသွင်းရာ လေဖိအားသည်ပေါင်ချိန် တစ်ရာ၊ နှစ်ရာ၊ တစ်ထောင်၊ နှစ်ထောင်စသည်ဖြင့် ဖိအား တိုးမြှင့်လာသလောက် အပူဒီဂရီ အပူချိန်မြင့်တက်လာလေသည်။ စက်ဘီး လေထိုးတံ တစ်ခုကို လေထွက်ပေါက်တွင် လက်ညှိုးဖြင့် ပိတ်လျက် လေထိုးကြည့်ပါက လေဖိအားများပြားမှုကြောင့် လေထိုးတံသည် ပူလာသည်။ ပိတ်ထားသော လက်ညှိုးမှာလည်း လေများကိုးထွက်သည့်အခါ ပူကျက်သွားသည်။ ဤကား ထောက်ကန်ဝါယော၊ တွန်းကန်ဝါယောကြောင့် တေဇောမာတ်ဖြစ်ပေါ်လာပုံတည်း။

တစ်ဖန် တေဇောမီးအပူဓာတ်ကြောင့် ရွေ့လျားခြင်း၊ တွန်းကန်ခြင်း ဝါယောဓာတ်တို့ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ အင်ဂျင်စက်အတွင်း၌ လောင်စာဆီကို မီးလောင်ကျွမ်းသည့်အခါ တွန်းကန်မှု ဝါယောဓာတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ယင်း တွန်းကန်မှုကို အသုံးပြု၍ အင်ဂျင်စက်လည်ခြင်း၊ ယာဉ်၊ ရထား၊ လေယာဉ်များ လှုပ်ရှားသွားလာခြင်း ဖြစ်ပေါ်ရသည်။ ကျည်ဆံအတွင်းရှိ ယမ်းကို မီးစွဲလောင်သောအခါ တွန်းကန်ဝါယောများဖြစ်ပေါ်လာ၍ သေနတ် ကျည်ဆံ၊ အမြောက်ကျည်ဆံတို့ကို တွန်းဟန် ထုတ်လိုက်သည်။ ဤကား တေဇောဓာတ် အပူစွမ်းအင်ကြောင့် အရွေ့စွမ်းအင် (ဝါယောဓာတ်) ဖြစ်ပုံကို ပြခြင်းတည်း။

လျှပ်စစ်၊ ဒိုင်နမို (ဂျင်နရေတာ)တစ်ခုကို အရှိန်အဟုန်ဖြင့် အပတ်ရေ များစွာ လည်ပတ်စေသည့်အခါ ကြေးနန်းကြိုးတလျှောက်ရှိ အီလက်ထရွန် မြူမှုန်တို့သည် အရှိန်ပြင်းစွာ ရွေ့လျားကြသည်၊ ယင်းရွေလျားမှု (အရွေ့ စွမ်းအင်)ကို မီးလုံး မီးချောင်းအတွင်း၌ အပူစွမ်းအင်ဖြစ်ပြီးနောက် အလင်း ရောင်ဖြစ်လာသည်။ တဖန် နေရောင်နှင့် မီးအပူတို့ကို ဝါယောဓာဟ် အရွေ့ စွမ်းအင် (လျှပ်စစ်)အဖြစ်သို့လည်း ပြောင်းလဲပေးနိုင်ကြသည်။

**လေးလံခြင်းနှင့်ပေါ့ပါးခြင်း**

ပထဝီနှင့် အာပေါဓာတ်တို့သည် လေးလံသည်။ တည်တံ့ခိုင်မာသည်။ စုစည်းတတ်သည်။ တေဇောဓါတ်နှင့် ဝါယောဓာတ်တို့သည် ပေါ့ပါးသည်။ ပြန့်ကားစေသည်၊ ကျယ်ပြန့်စေသည်၊ ပြိုကွဲစေတတ်သည်။ ယမ်းမှုံ့၊ ယမ်းခဲကို မီးလောင်သည့်အခါ အခိုးဖြစ်သွား၍ အဆမတန် ပြန့်ကားသွားပြီး တွန်းကန်မှု ဖြစ်ပေါ်လာကာ ပတ်ဝန်းကျင်ရုပ်ဝတ္ထုများကို ပြိုကွဲစေသည်။ အပူဓာတ် ကြောင့် ယမ်းမှုံ့ ယမ်းခဲ၌ရှိသော ကလာပ်စည်းများသည် အချင်းချင်းတွန်းကန် မှု ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ကျယ်ပြန့်စွာ နေရာယူကြသည်။ ယင်း ယမ်းခိုး ယမ်းငွေ့များ သည် အနီးပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လေထုကို တွန်းဖယ်ကြသည်။ တွန်းကန်အား အပြင်း အပျော့ကိုလိုက်၍ ပတ်ဝန်းကျင် ရုပ်ဝတ္ထုများ ပျက်စီးမှု အနည်းနှင့် အများ ဖြစ်ကြရသည်။

မီးအကြီးအကျယ် လောင်သည့်အခါ မီးတောက် မီးလျှံကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင် လေများ အပူခိုန်မြင့်လာသည်။ ပူသောငေများသည် ပြန့်ကား လာသည်။ ပွလာသည်။ ထိုအခါ လေပူသည် ပေါ့ပါးလာသဖြင့် အပေါ်သို့ ပျံတက်လေသည်။ လေပူများ ပျံတက်သွားသောအခါ အောက်ခြေတွင် လေကင်းမဲ့မှု၊ လေအင်အား နည်းပါးမှု၊ လေဟာနယ်တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထိုအခါ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လေအေးများသည် ဝင်ရောက်လာ၍ လေတိုက်ခတ်မှု ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ မိုးရာသီတွင် နေသည် မြောက်ယာဉ်စွန်းတန်းပေါ်၌ သွားနေရာ ယင်းနေပူရှိန်ကြောင့် မြောက်ယာဉ်စွန်းတန်း လမ်းကြောင်းပေါ်ရှိ လေထုသည် ပူလာသည်၊ ပွလာသည်၊ ပေါ့လာသည်။ အထက်သို့ တက်သွားသည်။ ထိုအခါ အီကွေတာတောင်ဘက်ရှိ ပင်လယ်ပြင်ပေါ်မှ ရေငွေ့ပါသော လေများသည် မြောက်ဘက်သို့ ရွှေ့လျားတိုက်ခတ်ကာ မိုးရွာသွန်းစေသည်။ ဤကား တေဇော အပူမာတ်ကြောင့် လှုပ်ရှားမှု ဝါယောဓါတ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ အလားတူပင် တောင်ယာဉ်စွန်းတန်းပေါ်၌ နေသွားလမ်း ကျရောက် သည့်အခါ ကမ္ဘာ့မြောက်ဖျားမှ လေအေးများသည် အီကွေတာဘက်သို့ တိုက်ခတ် ဝင်ရောက်လာ၍ ခိုက်ခိုက်တုန် ချမ်းအေးမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

### ပူ၊ ပွ၊ ပေါ့၊ ပျံတက်

လေသည် ပူလျှင် ကျယ်ပြန့်လာသည်၊ ပွလာသည်၊ ပေါ့လာသည်။ ထို့နောက် အပေါ်သို့ ပျံတက်သည်။ ထို့ကြောင့် ပူ၊ ပွ၊ ပေါ့၊ ပျံတက် ဖြစ်စဉ်များ တဆက်တည်း ဖြစ်တတ်သည်။ ဥဇာတေဇောကြောင့် ဖြစ်တတ်သည့် ဖြစ်စဉ် ဟူသည်။

### အေး၊ မာ၊ လေး၊ သက်ဆင်း

သီတတေဇော (အအေး)မာတ်ကြောင့် ရေခိုးရေငွေ့ (မိုးတိမ်)များ သည် အမြင့်မှ အနိမ့်သို့ ဆင်းလာကြသည်။ အအေးမာတ်ကြောင့် လေးလံမှု ဖြစ်လာသည်။ မိုးရေအဖြစ်ဖြင့် မြေပြင်သို့ ဆင်းသက်လာသည်။ ထို့ထက် အေးပါက ရေသည် အခဲဖြစ်သွား၍ မာကျောလာသည်။ ရေခဲလောက်အောင် အေးသော အရပ်ဒေသများ၌ ထမင်းကို လေတိုက်ထဲ ထားပါက ကျောက်ခဲ တမျှ မာကျော၍ ဝါးမရတော့ချေ။ ပြန်လည်၍ အပူပေးမှသာ ဝါးရအောင်

ပျော့ပျောင်းလာမည်။ ဖယောင်းနှင့် ချိတ်တို့သည် မီးပူထိလျှင် အရည်ပျော်၍ အေးသောအခါ မာကျောလာသည်။ သံ စသောသတ္ထုများသည် မီးပြင်းတိုက်လျှင် အရည်ပျော်၍ အေးသောအခါ မာကျောလာသည်။

## အဘိဓမ္မာ အခြေခံဆေးပညာ

ဖေါ်ပြခဲ့ပြီးသော ဓါတ်ကြီးငါးပါးကို အခြေခံထား၍ မြန်မာ့ဆေးပညာ၌ အဘိဓမ္မာနည်းဖြင့် ဆေးကုသခြင်း ပြုကြသည်။ ဖျားနာခြင်းနှင့် အနာပေါက်ခြင်းမှာ တေဇောဓါတ်ကို အာပေါဓါတ်က ဖွဲ့စည်းပိတ်ဆို့ထားခြင်း ကြောင့်ဖြစ်သည်။ အာပေါဓါတ်ကို အာကာသဟင်းလင်းအပေါက်ဖြစ်အောင် ပြုပြင်လိုက်ပါက တေဇောဓါတ်သည် အပြင်သို့ ထွက်ပေါက်ရရှိသဖြင့် တေဇော အကျဉ်းအကြပ်ဖြစ်နေမှုကို ပပျောက်စေသည်၊ ဥပမာ- ရေနွေးအိုးကို မီးပြင်းထိုး၍ ဖုံးပိတ်ထားသောအခါ အိုးအတွင်း၌ ရေမျှားပွက်ပွက်ဆူလျက် ရေနွေးငွေ့များ တွန်းကန်နေပေသည်၊ အောက်မှမီးကို လျှော့ပေး၍ အပေါ်မှ အဖုံးကို ဖွင့်ပေးသောအခါ အာကာသရရှိ၍ အပူခိုန်ကျသွားမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ အတူ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ ပူပြင်းစွာ ပူလောင်နေသော တေဇောဓာတ်ကို လျှော့နည်းစေရန် ခို၊ ဆိမ့်၊ အေး၊ ဆေးတိုက်ကျွေး၍ ခန္ဓာကိုယ် အရေပြားပေါ်ရှိ ချွေးပေါက်များ ပွင့်သွားအောင် ချွေအောင်းပေးခြင်း၊ ဆေးလိမ်းခြင်းပြုကြရသည်။ အတွင်းမီးကို လျှော့၍ အပြင်မှ အာကာသဖွင့်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

အခြားတစ်နည်းမှာ ကိုယ်တွင်းရှိ တေဇော အပူဓါတ်များကို ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော အအေးဓါတ်နှင့် ထိတွေ့ပေး၍ အပူငြိမ်း စေခြင်းဖြစ်သည်၊ ထိုကြောင့် ကိုယ်အလွန်ပူနေသူအား ရေခဲတင်ပေးခြင်း ၊ ရေခဲရေချိုးပေးခြင်း၊ လေအေးစက်ရှိသော အအေးခန်းအတွင်း၌ ထားပေးခြင်းဖြင့် အပူကို လျှော့နည်းအောင် ပြုလုပ်ကြရသည်။ သတိပြုရန်မှာ ဤနည်းဖြင့်ကုသရာ၌ အပြင်မှ အအေးဓာတ် ဖြင့် လွှမ်းခြုံပတ်ဖွဲ့ထားသဖြင့် ကိုယ်တွင်း၌ရှိသော အပူဓါတ်သည် အကျဉ်းအကြပ် ကျနေ၍ ဦးတည်မိရာလောင်တတ်သည်၊ အသဲနှင့် အဆုတ်တို့ကို အပူလောင်လျှင် အသဲနာ အဆုတ်နာဖြစ်မည်၊ နှလုံးကိုလောင်လျှင် နှလုံးအားနည်းခြင်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် အတွင်းမီးကို အားနည်းအောင်ပြု ၍ ပတ်ဖွဲ့ထားသော အာပေါဓါတ်ကို အာကာသဓာတ်ဖြင့် ပယ်ဖျက်၍ ဖွင့်ထုတ်ကုသနည်းသည် ပို၍အန္တရာယ်ကင်းသည်။

အနာပေါက် ကုသရာဌ်လည်း ကိုယ်တွင်းရှိအပူဓာတ် တေဇောဓာတ်သည် ခြေဖျား လက်ဖျားမကျန် တစ်ကိုယ်လုံးသို့ ပျံ့နှံ့၍ အပူခိုးအပူခိုနှ်များ တစ်ရှိန်ရှိန်ထွက်နေရမည်၊ ကျန်းမာနေသူများမှာ လက်ဖဝါး ခြေဖဝါးများ နွေးထွေးနေရုံမျှမက နှစ်လကွ၊ သုံးလကွ အကွာအဝေးတိုင်အောင် အပူရှိန်ဟပ်နေတတ်သည်၊ ယင်းအပူရှိန်သည် တစ်နေရာဌ်အာကာသပိတ်၍ ထွက်ပေါက် မရရှိပါက ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း တစ်နေရာတည်းသို့ ဦးတည်၍ အပူမီးလောင်တတ်သည်၊ မျက်စိသို့ အပူထိုးပါက မျက်စိနာသည်၊ သွားသို့ အပူထိုးပါက သွားနာသည်၊လည်ချောင်းသို့ အပူထိုးပါက လည်ချောင်း နာသည်၊ ယင်းအပူကို ထွက်ပေါက်ရအောင်၊ ပိတ်နေသည်ကို ပွင့်သွားအောင် ပြုလုပ်ပေးပါက သက်သာပျောက်ကင်းမည်ဖြစ်သည်၊ အပူများထွက်ပေါက်ရစေရန် ရေနွေး ကြပ်ထုပ်ထိုးခြင်း၊ ရေနွေးဖပ်အုပ်ခြင်း၊ ချွေးအောင်းခြင်း၊ လိမ်းဆေးများ လိမ်းပေးခြင်း ပြု၍ အပူဓာတ်ကို အပြင်သို့ ထွက်ပေါက်ရအောင် ပြုပြင်ပေးကြသည်။

ကိုယ်တွင်းဌ်ဒဲမီးအပူဓါတ်လောင်ကျွမ်းမှုကြောင့် သလိပ်များ၊ အရည်ပျော်၊ အရည်ကျဲလာပြီး အပေါ်သို့ မှုတ်တင်သည်၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်း တစ်လျှောက် အကျိအခွဲများ ရောက်ရှိသွား၍ နှာစေးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ရင်ကြပ်ခြင်း ဖြစ်တတ် သည်။ ထိုအခါ အတွင်းဌ် လွန်ကဲသော မီးဓါတ်ကို လျော့နည်းစေ၍ ခန္ဓာကိုယ် အရေပြား ချွေးပေါက်များ ကျဲလာအောင် ပြုလုပ်ပေးရသည်၊ အာကာသ လွန်၍ ချွေးထွက်လွန်လျှင် အားယုတ်ပြီး မောတတ်သည်။

တေဇောဓါတ်၊ ဝါယောဓါတ်လွန်ကဲသော သတ္တဝါများမှာ ပေါ့ပါးသည်၊ အပေါ်သို့. ပျံတက်နိုင်သည်၊ ခုံပေါက်နိုင်သည်၊ အသံကျယ်သည်။ ဥပမာ-ငှက်များ၊ ကြွက်များ၊ နွား၊ ဆိတ်၊ သမင်စသည်။ ပထဝီဓါတ်နှင့် အာပေါဓါတ် လွန်ကဲသောသတ္တဝါများမှာ လေးလံ ထိုင်းမှိုင်းသည်၊ အသံကျယ်လောင်ခြင်း မရှိ။ ဥပမာ- ရေသတ္တဝါများ၊ တွင်းအောင်း သတ္တဝါများ၊ ကျဲ၊ နွား စသည်-

လူများမှာလည်း တေဇော၊ ဝါယော လွန်ကဲသော သူများသည်။ ပိန်သည်၊ ခုန်ပျံကျော်လွှားနိုင်သည်၊ ပေါ့ပါးသည်၊ အသံကျယ်သည်၊ ပထဝီအာပေါ လွန်ကဲသော လူများသည် လေးလံ ထိုင်းမှိုင်းသည်၊ ဝဖြိုးသည်၊ အသံကျယ်လောင်ခြင်း မရှိ။

## ပဿာဒရုပ် အကြည်ရုပ်ငါးပါး

သက်ဆိုင်ရာအာရုံများ ထင်ဟပ်လာနိုင်သော ပေါ်လာနိုင်သော ရုပ်များကို အကြည်ရုပ်ဟုခေါ်ရသည်။ ပါဠိလို "ပသာဒ" မြန်မာလို အကြည်ဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်၊ ဥပမာ- ကြည့်မှန် တစ်ချပ်၏ ရှေ့၌ရှိသော ရုပ်ပုံသဏ္ဌာန်များသည် ကြည့်မှန်အတွင်း၌ ပုံရိပ်ပေါ်လာသည်၊ မှန်ကြည်လျှင် ကြည်သလောက် ပုံရိပ်သည် ကြည်လင်ပြတ်သားသည်၊ မျက်စိ အကြည်ဓါတ်သို့ အရောင်အဆင်း ရုပ်ပုံများ ထင်လာသည်၊ နားအကြည်ဓါတ်သို့ အသံများ ထင်လာသည်၊ နှာခေါင်းအကြည်ဓါတ်သို့ အနံ့များ ထင်လာသည်၊ လျှာအကြည်ဓါတ်သို့ အရသာ ခြောက်ပါးထင်လာသည်။ ကိုယ်ကာယ အကြည်ဓါတ်သို့ အတွေ့အထိများ ထင်လာတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် အာရုံငါးပါးတို့ ထင်ဟပ်လာသည်ကို အသီးသီး ဖမ်းယူနိုင်သော အကြည်ရုပ် ငါးပါး (ပသာဒရုပ် ငါးပါး)တို့ မှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ကြသည်။

(၁) စက္ခု ပသာဒ = မျက်စိအကြည်ဓာတ်
(၂) သောတပသာဒ = နား အကြည်ဓာတ်၊
(၃) ဃာန ပသာဒ = နှာခေါင်း အကြည်ဓာတ်၊
(၄) ဇိဝှါ ပသာဒ = လျှာ အကြည်ဓာတ်၊
(၅) ကာယပသာဒ = ကိုယ်ကာယ အကြည်ဓာတ်။

### စက္ခုပသာဒ မျက်စိအကြည်ဓာတ်

ရူပါရုံဟုခေါ်သော အဆင်းအရောင် ရုပ်ပုံသဏ္ဌာန်သည် စက္ခုပသာဒခေါ် မျက်စိပသာဒ အကြည်ဓာတ်၌ ထင်ဟပ်လာသည်။ ထိုသို့ ထင်ဟပ်လာသော ရူပါရုံကို မြင်သိစိတ် (စက္ခု ဝိညာဏ်စိတ်)က သိမြင် လေတော့သည်၊ မြင်သိစိတ် သည် စက္ခုပသာဒရုပ် မျက်စိ အကြည်ဓာတ်အတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်လေသည်။

ထို့ကြောင့် မျက်စိ အကြည်ဓာတ် (စက္ခုပသာဒရုပ်)သည် မြင်သိစိတ် စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်၏ မှီရာ တည်ရာရုပ်၊ ဝတ္ထုရုပ်ဖြစ်သည်။ စက္ခုပသာဒ မျက်စိအကြည်ဓာတ်ကို အမှီပြု၍ မြင်သိစိတ် ဖြစ်ပေါ်ရသည်။ ယင်း စက္ခုပသာဒ

ရုပ်သည် မျက်လုံး အလယ်ဗဟို သူငယ်အိမ်အတွင်း၌ မျက်လွှာ ခုနှစ်လွှာကို ပြန့်နှံ့လျက်တည်ရှိသည်။ ယင်းစက္ခုဝတ္ထုသည် မြင်ခြင်းကိစ္စကို ပိုင်ဆိုးသောကြောင့် စက္ခု + ဣန္ဒြေ - (စက္ခုန္ဒြေ)ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ မြင်ခြင်းကိစ္စကို လက်ခြေစသော အင်္ဂါများက လုပ်မပေးနိုင်၊ စက္ခုပသာဒ (မျက်စိအကြည်ဓာတ်) ကသာ ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်၏။ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်၏ ဝင်ရာထွက်ရာ တံခါးပေါက်သဖွယ် ဖြစ်၍လည်း မျက်စိတံခါးပေါက် (စက္ခုဒွါရရုပ်) ဟုလည်း ခေါ်ဆိုရသည်။

## စက္ခု- နှစ်မျိုး

စက္ခုဟုခေါ်သော မျက်စိသည် ပသာဒစက္ခု၊ မံသစက္ခုဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိသည်၊ ပသာဒစက္ခုအကြောင်းကို ရှင်းခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ အသားအသွေးတို့ဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသော မျက်လုံးတစ်ခုလုံးကို မံသ စက္ခုဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ယင်း မံသစက္ခုကိုပင် သသမ္ဘာရစက္ခုဟုလည်း ခေါ်ဆို ရသည်၊ (သမ္ဘာရ - အဆောက်အအုံ၊ အထည်ကိုယ်ခြုပ်ဝတ္ထု) သသမ္ဘာရစက္ခု- အသားအသွေးတို့ဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသော အဆောက်အအုံနှင့်တကွသော မျက်စိဟုဆိုလိုသည်။ တနည်းအားဖြင့် မံသစက္ခု၊ ပညာစက္ခုဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိ သည်၊ ရူပါရုံ ရုပ်အဆင်းကို မြင်နိုင်သော သတ္တဝါတို့၏ ရိုးရိုးမျက်စိကို မံသ စက္ခုဟု ခေါ်ဆိုရသည်၊ တွေးခေါ်မြော်မြင်မှု ဉာဏ်ပညာဖြင့် ဆင်ခြင် ထောက်ဆ၍ သိမြင်ခြင်းကို ပညာစက္ခုဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

## ပညာစက္ခု ငါးပါး

ပညာဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်ခြင်းကို ပညာစက္ခုဟုခေါ်သည်၊ ယင်း ပညာစက္ခုသည် အောက်ပါအတိုင်း ငါးမျိုးရှိသည် -

(၁) ဒိဗ္ဗစက္ခု - နတ်မျက်စိနှင့်တူသော ဒိဗ္ဗစက္ခုအဘိညာဉ်၊
(၂) ပညာစက္ခု - အာသဝက္ခယဉာဏ်တော်၊
(၃) ဓမ္မစက္ခု - မဂ်ဉာဏ်တော်၊
(၄) ဗုဒ္ဓစက္ခု - ကြွင်းယပရောပရိယဲတို့ နှင့် အာသယာနုသယ ဉာဏ်တော်၊
(၅) သမန္တစက္ခု - သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်။

**သောတပသာဒရုပ် နားအကြည်ဓာတ်**

အသံအာရုံသည် (သောတပသာဒရုပ်)နားအကြည်ဓာတ်၌ ထင်လာမြင်လာ ထိခိုက်လာ၍ ကြားသိစိတ် (သောတဝိညာဏ်) ဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ ကြားသိစိတ်သည် (သောတပသာဒ) နားအကြည်ဓာတ်ကို အမှီပြု၍ နားအကြည်ဓာတ်အတွင်း၌သာလျှင် ဖြစ်ပေါ် ချုပ်ပျက်လေသည်၊ ထိုသို့ ကြားသိစိတ် သောတဝိညာဏ်စိတ်၏ မှီရာတည်ရာ ဖြစ်သောကြောင့် သောတပသာဒကို သောတဝတ္ထုရုပ်ဟုခေါ် ဆိုရသည်။ အသံကို ကြားခြင်းကိစ္စမှာ သောတပသာဒ နားအကြည်ဓာတ်ကသာလျှင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည်။ အခြားသောကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းများက ဆောင်ရွက်မပေးနိုင်ချေ၊ လက်ဖြင့် အသံကို ကြားချင်၍ မဖြစ်နိုင်၊ ခြေထောက်ဖြင့် အသံကို ကြားချင်၍ မဖြစ်နိုင်။ နားရွက်၊ နားတွင်းရှိနားအကြည်ဓာတ်ကသာလျှင် ကြားခြင်းကိစ္စကို ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည်။ ထို့ကဲ့သို့ အသံကို ကြားခြင်းကိစ္စကို ပိုင်စိုးသောကြောင့် ဣန္ဒြိယရုပ် (ဣန္ဒြေ)ဟု ခေါ် ဆိုရသည်။ အသံကြားခြင်းကိစ္စ ပိုင်ဆိုင်မှုကို အကြောင်းပြု၍ သောတ + ဣန္ဒြေ = သောတိန္ဒြေ ဟုခေါ် ဆိုရသည်။

ယင်းသောတပသာဒ နားအကြည်ဓာတ်သည် နားအတွင်း၌ လက်စွပ်ကွင်းသဏ္ဌာန် အဝိုင်းပုံရှိ၍ အနီရောင် အမွေးနုများ ပေါက်ရောက် နေသည်၊ ပြင်ပမှ အသံလှိုင်းများ ဝင်ရောက်လာသည့်အခါ ယင်းအမွေးနုများ သည် တုန်ခါ ၍ နားစည်ပေါ်၌ အသံတုန်ခါမှု ဖြစ်စေခြင်းဖြင့် ကြားသိစိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်၊ ကြားသိစိတ်၊ သောတဝိညာဏ်စိတ်၏ ဝင်ထွက်ရာ တံခါးပေါက်သဖွယ် ဖြစ်၍ ဤသောတပသာဒရုပ်ကို (သောတဒွါရရုပ်) နားတံခါးပေါက်ဟုလည်း ခေါ် ဆိုရသည်။

**ယာနပသာဒ နှာခေါင်းအကြည်ဓာတ်**

မွေးကြိုင်ခြင်း၊ နံစော်ခြင်းဟူသော အနံ့အာရုံ (ဂန္ဓာရုံ)သည် နှာခေါင်းအတွင်းရှိ ပသာဒရုပ်ကို ထင်ဟပ်ထိခိုက်လာသည်။ ထိုအခါ အနံ့သိစိတ် (ယာနဝိညာဏ်စိတ်) ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ အနံ့သိစိတ်သည် ယာနပသာဒ နှာခေါင်းအကြည်ဓာတ် အတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ် ချုပ်ပျက်ရသည်။ အနံ့ သိစိတ်၏ မှီရာ တည်ရာဖြစ်သောကြောင့် နှာခေါင်း အကြည်ဓာတ်ကို ယာန ဝတ္ထုဟု

လည်းခေါ်ဆိုရသည်။ အနံ့သိမှုကိစ္စကို ယာနပသာဒမှတစ်ပါး အခြားရုပ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းများက ဆောင်ရွက်မပေးနိုင်ချေ။ အနံ့သိမှုကိစ္စကို ယာနပသာဒကသာလျှင် ပိုင်စိုးသည်။ ထို့ကြောင့် ယာနပသာဒကို ယာန+ က္ကန္ဒြေ ယာနိန္ဒြေဟုလည်း ခေါ်ဆိုရသည်။

ယာနပသာဒ နှာခေါင်းအကြည်ဓာတ်၏ တည်နေဟန်ကား နှာခေါင်းအတွင်း၌ ဆိတ်ခွါသဏ္ဌာန်ရှိသော အသားနု၌ ပျံ့နှံ့တည်ရှိနေသည်။ ယင်းအသားနုကို နှာရည်များ၊ ဖုံးအုပ်နေသည့်အခါ ဂန္ဓာရုံ အနံ့ရုပ်သည် ယာနပသာဒနှင့်တွေ့ထိမှု မရှိသောကြောင့် အနံ့သိစိတ် ယာနဝိညာဏ်စိတ် မဖြစ်နိုင်ချေ။ (၀၊) နံမှန်း၊ မွှေးမှန်း မသိချေ၊ အလားတူပင် နှာခေါင်းကို ပိတ်၍ ပါးစပ်ပေါက်ဖြင့် အသက်ရှူရာ၌လည်း ဂန္ဓာရုံအနံ့ရုပ်သည် နှာခေါင်းအတွင်းရှိ ယာနပသာဒအကြည်ဓာတ်သို့ ထိခိုက်မှု ရောက်ရှိမှု မရှိသောကြောင့် အနံ့သိစိတ်မဖြစ်နိုင်ချေ၊ အနံ့သိစိတ်၏ ဝင်ရာထွက်ရာ တံခါးပေါက်သဖွယ်ဖြစ်၍ ယာနပသာဒရုပ်ကို ယာနဒွါရဟုလည်း ခေါ်ဆိုရသည်။

### ဇိဝှါပသာဒ လျှာအကြည်ဓာတ်

ချို၊ ချဉ်၊ ဖန်၊ ခါး၊ စပ်၊ ငန်ဟူသော အရသာများ (ရသာရုံ)သည် ခံတွင်းအတွင်းရှိ လျှာပေါ်သို့ ရောက်ရှိသည့်အခါ အရသာ သိစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ဇိဝှါပသာဒရုပ်သည် လျှာ၏အလယ်၌ ကြာပွင့်ဖပ် အဖျား ပုံသဏ္ဌာန် ရှိသောနေရာ၌ ပျံ့နှံ့တည်ရှိနေသည်။ အရသာ သိစိတ် (ဇိဝှါဝိညာစိတ်)သည် လျှာပေါ်၌ ဖြစ်၏။ ဇိဝှါပသာဒ လျှာအကြည်ဓာတ်ကို အမှီပြု၍ လျှာအကြည်ဓာတ်ပေါ်၌ တည်လျက် ဖြစ်ပျက်ရသည်။ ထို့ကြောင့် ဇိဝှါပသာဒရုပ်ကို ဇိဝှါဝိညာဏ်စိတ်၏ မှီရာဖြစ်သောကြောင့် ဇိဝှါဝတ္ထုရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ဇိဝှါဝိညာဏ်စိတ်၏ ဝင်ထွက်ရာ တံခါးပေါက်နှင့် တူသောကြောင့် ဇိဝှါဒွါရ (လျှာတံခါးပေါက်) ဟုလည်း ခေါ်ဆိုရသည်။ အရသာ ခြောက်ပါးကို အခြားသော ခြေလက်စသော အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများက သိနိုင်ခြင်းမရှိ၊ ဇိဝှါပသာဒရုပ်ကသာလျှင် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် အစိုးတရ သိနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ဇိဝှါပသာဒရုပ်ကို ဇိဝှါ+က္ကန္ဒြေ= ဇိဝှိန္ဒြေဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

## ကာယပသာဒ ကိုယ်ကာယအကြည်ဓာတ်

ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းအားလုံးသည် ထိလျှင် ထိမှန်းသိသည်။ ပူလျှင် ပူမှန်းသိသည်။ အေးလျှင် အေးမှန်းသိသည်။ လှုပ်လျှင် လှုပ်မှန်းသိသည်။ တွန်းကန်ဖိနှိပ်မှု၊ နာကြင်မှုကိုလည်း သိသည်။ ဤသို့ အတွေ့အထိအာရုံ (ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ) ကို ခံယူနိုင်စွမ်း ရှိကြသည်။ သို့ရာတွင် မာခြောက်နေသော အသားမာများ၊ အနာရွတ်များ၊ အရေပြား အပြင်သို့ထွက်ပေါ်နေသော ဆံပင်မွေးညှင်း၊ ခြေသည်း၊ လက်သည်းနှင့် ပါစက ဝမ်းမီးတို့မှာ အတွေ့အထိကို ခံစားနိုင်သော ကာယပသာဒရုပ် ကာယ အကြည်ဓာတ် မရှိချေ။ ထို့ကြောင့် ယင်းအစိတ်အပိုင်းများကို လှီးဖြတ်ပစ်ရာ၌ နာကျင်မှု မခံစားရချေ။ ယင်းအစိတ်အပိုင်းများ၌ ကာယပသာဒ ကာယအကြည်ဓာတ် ပျံ့နှံ့တည်နေခြင်း မရှိကြောင်း သိသာထင်ရှားပေသည်။ အတွေ့အထိအာရုံ (ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ)ကို သိနိုင်သော ထိသိစိတ် ကာယဝိညာဏ်စိတ်သည် ကာယပသာဒ (ကာယအကြည်ဓာတ်)ကို အမှီပြု၍ ကာယပသာဒရုပ်ပေါ်၌ တည်၍ ဖြစ်ပေါ် ချုပ်ပျက်ရသည်။ ထိုသို့ ကာယဝိညာဏ်စိတ်၏ တည်ရာမှီရာဖြစ်သောကြောင့် ကာယပသာဒရုပ်ကို ကာယဝတ္ထုရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုသည်။ ထိသိစိတ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းကို ကာယပသာဒရုပ်ကသာလျှင် ပိုင်စိုးသောကြောင့် ကာယ + ဣန္ဒြေ= ကာယိန္ဒြေရုပ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုရသည်။ ထိသိစိတ်၊ (ကာယဝိညာဏ်စိတ်)၏ ဝင်ရာထွက်ရာ တံခါးပေါက်သဖွယ်ဖြစ်၍ ယင်းကာယပသာဒရုပ်ကို ကာယဒွါရဟုလည်း ခေါ်ဆိုရသည်။

ကာယပသာဒရုပ်၌ ပထဝီ၊ တေဇော၊ ဝါယော ဓာတ်ကြီးသုံးပါး (ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ)ထိခိုက်ရာ၌ အင်အားပြင်းထန်သဖြင့် ချမ်းသာမှု၊ ဆင်းရဲမှု (သုခဝေဒနာနှင့် ဒုက္ခဝေဒနာ)ကို ချက်ခြင်း ခံစားကြရသည်။

### အာရုံငါးပါး

ပါဠိဘာသာ အာရမ္မဏပုဒ်ကို အာရုံဟု မြန်မာမှု ပြုထားခြင်းဖြစ်သည်။ အာရမ္မဏ၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ ပျော်မွေ့စရာဌာန၊ မွေ့လျော်ဖွယ်ရာဌာန ဟုဆိုလိုသည်။ စိတ်စေတသိက် နာမ်တရားများသည် အာရုံငါးပါးအပေါ်သို့ လာ၍ရောက်၍ စုဝေး ပျော်မြူးကြသည်။ အရသာခံစားကြသည်။ စက္ခု

ဝိညာဏ်စိတ်၊ မြင်သိစိတ်သည် စိမ်းလန်းစိုပြေသော ရှုမျှော်ခင်းအလှအပများ၊ ပန်းခိုကားများ၊ လှပသော တိရိစ္ဆာန်များ၊ လှပသော ယောကျ်ားမိန်းမများ အပေါ်သို့ ကျရောက်၍ ပျော်မွေ့နေတတ်သည်။ အလားတူပင် သောတဝိညာဏ်စိတ်၊ ကြားသိစိတ်သည် တူရိယာ ဂီတ တီးမှုတ်သံများ၊ သီဆိုသံများ၊ ဟောပြောသံများကို အာရုံစိုက်လျက် ပျော်မွေ့နေတော့သည်။ ဃာနဝိညာဏ်စိတ်၊ အနံ့သိစိတ်သည်လည်း ပန်းရနံ့များ၊ ရေမွှေးရနံ့များ၊ နံ့သာမျိုးစုံ အနံ့များအပေါ်၌ ကျင်လည်ကျက်စား ပျော်မွေ့နေတော့သည်။ ဇိဝှါဝိညာဏ်စိတ်၊ အရသာသိစိတ်သည်လည်း အသားမျိုးစုံ ငါးမျိုးစုံ အမဲဟင်းလျာ၊ မုန့်ပဲသွားရေစာ၊ ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ဟူသော ရသာရုံများအပေါ်၌ ကျရောက်၍ ကျင်လည်ကျက်စား မွေ့လျော်နေတော့သည်။ ထိသိစိတ်၊ ကာယဝိညာဏ်စိတ်သည်လည်း ပိုးဖဲကတ္တီပါ၊ မွေ့ယာ၊ မှီအုန်း၊ ခေါင်းအုံး အတွေ့အထိများနှင့် ယောကျ်ား မိန်းမတို့ အတွေ့အထိအာရုံ (ဖေါဋ္ဌဗ္ဗာရုံ)သို့ ကျရောက်၍ ကျင်လည်ကျက်စား ပျော်မွေ့နေတော့သည်။ ထိုကဲ့သို့ ဝိညာဏ်စိတ်များ၏ ပျော်မွေ့ရာဌာနဖြစ်၍ ဤအာရုံများကို အာရမ္မဏ- အာရုံ (ပျော်မွေ့ရာဌာန) ဟု ခေါ်ဆိုရခြင်း ဖြစ်သည်။

တစ်နည်းအားဖြင့် အာလမ္ဗဏဟူသော ပါဠိပုဒ်၌ "လ"ကို "ရ" ပြောင်း၍ အာရမ္မဏ- အာရုံဟု ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။ အာလမ္ဗဏ၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ ကိုင်စွဲစရာ၊ အားထားမှီခိုစရာဟု ဆိုလိုသည်။ စိတ်စေတသိက်တို့သည် အာရုံကို ကိုင်စွဲ၍ အမှီပြု၍ ဖြစ်ပေါ်ကြရသည်။ အားနည်းသော လူအို၊ လူနာသည် ကြိုးတန်း၊ ကြိမ်တန်းကို ကိုင်စွဲ၍ လည်းကောင်း၊ တောင်ဝှေးဖြင့် ထောက်၍ လည်းကောင်း သွားလာလှုပ်ရှားကြရသကဲ့သို့ စိတ် စေတသိက် တို့သည်လည်း အာရုံကို ကိုင်စွဲ၍ အမှီပြု၍ သွားကြရသောကြောင့် စိတ် စေတသိက်တို့၏ မှီခိုအားထားကိုင်စွဲရာ အာရုံကို အာလမ္ဗဏ- အာရမ္မဏဟု ခေါ်ဆိုရခြင်း ဖြစ်သည်။

**ရူပါရုံ အဆင်းအာရုံ**

ရူပ သဒ္ဒါသည် သာမညအားဖြင့် ဖေါက်ပြန်ခြင်း သဘောလက္ခဏာရှိသော ရုပ် - ၂၈ပါးလုံးကို ရည်ညွှန်းသည်၊ သို့ရာတွင် ဤနေရာ၌ "ရူပယတိ ပကာသေတိ" ထင်ရှားပြတတ်၏- ဟူသော အနက်အဓိပ္ပါယ်အရ အရောင်

အဆင်း၊ ပုံပန်း သဏ္ဌာန်တို့ကို ရူပါရုံဟုဆိုလိုသည်။ မုခ္ဂဖြစ်သော ရူပါရုံမှာ ဖြူ နီ၊ ပြာ၊ ဝါ အစရှိသော အရောင်အဆင်းများ ဖြစ်ကြသည်။ ယင်း အရောင် အဆင်းမှ ဆင့်ပွားဖြစ်သော အရှည်၊ အတို၊ အလုံးအဝိုင်း စသောပုံပန်း သဏ္ဌာန်များကိုလည်း ရူပါရုံဟု ခေါ်ဆိုနိုင်သည်။ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် မျက်စိဖြင့် မြင်ရသမျှသည် ရူပါရုံဖြစ်သည်။ ဤရူပါရုံသည် မဟာဘုတ်လေးပါးကို အမှီပြု ဖြစ်ပေါ်နေရ၍ ဥပါဒါရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

စက္ခုပသာဒကို အမှီပြု၍ ဖြစ်ပေါ်ရသော မြင်သိစိတ်သည် ရှေးဦးစွာ အလင်းအမှောင်ကို သိသည်။ မူလ အလင်းရောင်သည် ရုပ်ဝတ္ထုတစ်စုံ တစ်ခုံ အပေါ်သို့ ကျရောက်သွားသည့်အခါ ပြန်လည်ထွက်ပေါ်လာသော ရောင်ပြန်များသည် မျက်စိ အကြည်ဓာတ်သို့ ရိုက်ခတ် ထင်ဟပ်လာသဖြင့် မျက်စိအကြည်ဓာတ် အတွင်းရှိ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်က အဖြူဘဲ၊ အဝါဘဲ၊ အနီဘဲ၊ အပြာဘဲ၊ စသည်ဖြင့် သိရှိခြင်းဖြစ်သည်။ အလင်းရောင် အလင်းတန်း၌ နီ၊ ပြာ၊ စိမ်း၊ ဝါ၊ ခရမ်းရောင် စသော အရောင်များအားလုံး ပါဝင်နေကြလျက် ရုပ်ဝတ္ထုတစ်ခု သည် ယင်းအရောင်အားလုံးကို လက်ခံရယူထားလျှင် ယင်းရုပ်ဝတ္ထုကို အမဲရောင်ဟုသတ်မှတ်ကြသည်။ အဝါရောင်ကို လက်မခံဘဲ ပြန်ကန်ထုတ် လိုက်သော အရာဝတ္ထုကို အဝါရောင်ဟု သတ်မှတ်ကြသည်။ အပြာရောင်ကို လက်မခံဘဲ ပြန်ကန်ထုတ်လိုက်သော အရာဝတ္ထုကို အပြာဟု သတ်မှတ်ကြသည်။ အရောင်အားလုံးကို လက်မခံဘဲ ပြန်ကန်ထုတ်လိုက်သည့်အရာဝတ္ထုကို အဖြူဟု သတ်မှတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် အစိမ်းရောင် လက်မခံသော ပုဆိုးကို ပုဆိုးစိမ်းဟု လည်းကောင်း၊ အပြာရောင်လက်မခံသော ထဘီကို ထဘီပြာဟု ခေါ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မစိမ်းသော အရာဝတ္ထုကို အစိမ်းဟု မြင်ကြရ၍ မပြာသောအရာဝတ္ထုကို အပြာဟု မြင်ကြသည်။ အလင်းတန်း ရောင်ခြည်အားလုံးကို လက်မခံဘဲ ပြန်ကန်ထုတ်တတ်သော ပိတ်ဖြူ အဝတ်ဖြူသည် လူသားတို့အား အပူလှိုင်းဒဏ်မှ ကာကွယ်ပေးသည့်အပြင် အဝတ်ဖြူသည် ကြာရှည်ခံသည်။ လွယ်လွယ်ဖြင့် ဆွေးမြေ့ခြင်းမရှိ။ အရောင် အားလုံးကို စုပ်ယူထားသော အမဲရောင်အဝတ် အထည်သည် အပူလှိုင်း ဒဏ်ကို အကာအကွယ် မပေးနိုင်သည့်အပြင် လွယ်ကူ

လျင်မြန်စွာ ဟောင်းနွမ်း ဆွေးမြေ့တတ်သည်။ ထို့ကြောင့် ချည်ပင်အဖြူနှင့် အနက်ရောနှော ယှက်လုပ်ရာ၌ အနက်ရောင်ချည်မျှင်များသည် အချိန်စောစွာ ဆွေးမြေ့ပျက်စီးသွားသည်ကို တွေ့ရှိနိုင်သည်။

မြင်သိစိတ် စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်သည် ရှေးဦးစွာ အလင်းအမှောင်နှင့် အဆင်းအရောင်ကို သိမြင်၍ ထို့နောက် ထိုအဆင်းအရောင်များ၏ တည်ရှိမှု အဆုံးအပိုင်းအခြား၊ နယ်နိမိတ်ကို ဆက်လက်၍ ဆင့်ပွားသိမြင်လေသည်။ တိုက်ရိုက်သိခြင်းမဟုတ်ဘဲ ဆင်ခြင်စဉ်းစားမှုကြောင့် ရရှိသော ဆင့်ပွား အသိဉာဏ်ဖြစ်သည်။ အနီရောင်ရှိသော ရုပ်ဝတ္ထုတစ်ခု၏ နခမ်းသတ်၊ နယ်နိမိတ်၊ လေးဘက်၊ ပတ်လည်ကို ကြည့်ရှုသိမြင်ပြီးမှသာလျှင် လေးဒေါင့် ဖြစ်သည်။ သုံးဒေါင့်ဖြစ် သည်။ အဝိုင်းဖြစ်သည်။ အလုံးဖြစ်သည် စသည်ဖြင့် ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကို သိခြင်းဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကို သိခြင်းသည် ထပ်ဆင့်စဉ်းစား ဆင်ခြင်မှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ် ရရှိသော ဆင့်ပွားအသိဉာဏ်ဖြစ်သည်၊ ဆိုလိုသည်မှာ အလင်းအမှောင်နှင့် အဆင်း အရောင်ကို မြင်ခြင်းသည် ပရမတ္ထရုပ်အစစ်ကို မြင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကို သိခြင်းသည် တိုက်ရိုက်သိမဟုတ်၊ ဆင့်ပွားသိဖြစ်၍ ပညတ်သိ ဖြစ်သည်။ ယင်းပုံပန်းသဏ္ဌာန်အသိကို အခြေခံ၍ ထပ်ဆင့်စဉ်းစား ဆင်ခြင် သည့် အခါမှ ရရှိသော သစ်ပင်၊ တိရစ္ဆာန်၊ လူ ဟူသော အသိ၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမဟူသော အသိ၊ မောင်ဖြူ၊ မောင်ညိုဟူသောအသိ တို့သည်လည်း တိုက်ရိုက်သိမဟုတ်၊ နှစ်ဆင့် သုံးဆင့် စဉ်းစား၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိများ ဖြစ်၍ ပညတ်သိ ဧကန် စင်စစ်ဖြစ်သည်။ ပရမတ္ထတရား အစစ်အမှန် တရားကို သိခြင်းမဟုတ်ချေ။ ထို့ကြောင့် ညဉ့်အခါ လရောင် ဝိုးတဝါးအောက်၌ တွန့်လိမ် နေသော ကြိုးတစ်ချောင်းကို မြွေဟု ဆုံးဖြတ်ချက်ချ၍ ထိန့်လန့်ခြင်းဖြစ်တတ်သည်။ မီးလောင်ထားသော သစ်ငုတ်တို့ကို လရောင်အောက်၌ အဝေးမှ တွေ့မြင်ရသည့် အခါ တစ္ဆေ၊ သရဲဟု ထင်မှတ်၍ ကြောက်လန့်တတ်ကြသည်။ ဤကား ပညတ်သိမှာ မှန်ကန်မှုမရှိကြောင်း ပရမတ္ထရုပ်အစစ်ကို မြင်သော စိတ်မှာ အစစ်အမှန်ကို သိခြင်းဖြစ်ကြောင်း ဖေါ်ပြအပ်ပါသည်။

**သဒ္ဒါရုံ(အသံအာရုံ**

နားဖြင့်ကြားရသော အသံအားလုံးကို သဒ္ဒါရုံ (အသံအာရုံ) ဟုခေါ်ဆိုရသည်။ သို့ရာတွင် နားဖြင့် မကြားရသော အသံများကိုလည်း သဒ္ဒါရုံဟူ၍ ခေါ်ဆိုရသည်။ လူတို့၏ နားဖြင့် မကြားရသော ပုရွက်ဆိတ်မြည်သံ၊ ပိုးမွှားငယ်များမြည်သံကဲ့သို့ အလွန်နူးညံ့ သိမ်မွေ့သော အသံများရှိကြသည်။ ထို့ပြင် အလွန်ဝေးလံသော အရပ်၌ ဖြစ်ပေါ်သော မိုးချုန်းသံ၊ တော်လဲသံ၊ ပေါက်ကွဲသံများသည်လည်း မိမိနားဖြင့် မကြားရသော်လည်း သဒ္ဒါရုံ (အသံအာရုံ)ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ သဒ္ဒ= အသံသည် ပထဝီဓာတ် (အမာဓာတ်)ကို အခြေခံ၍ ဖြစ်ပေါ်ရသည်။ ပထဝီဓာတ်လွန်ကဲသော ရုပ်ဝတ္ထုအချင်းချင်း ရိုက်ခတ်စေရန် အတွက် သက်ရှိ အင်အား၊ သက်မဲ့ အင်အား စိုက်ထုတ်၍ တွန်းကန် ရွေ့လျားပေးရသည်။ သံပြား၊ သံချောင်းတစ်ခုကို အခြားသံချောင်းတစ်ခုဖြင့် ရိုက်ခတ်ခြင်း၊ တုံးတစ်ခုကို ရိုက်တံတစ်ခုဖြင့် ရိုက်ခတ်ခြင်း၊ စည်ကို လက်ခတ်ဖြင့် ရိုက်ခတ်ခြင်းတို့ကြောင့် အသံများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို တွေ့ရှိရပေသည်။ ကြိုးတပ်တူရိယာများ၌ ကြိုးကို တင်းမာအောင် ပြုလုပ်ထားမှသာလျှင် တီးခတ်၍ အသံမြည်နိုင်သည်။ မာကျောမှု အဆင့်အတန်းကို လိုက်၍ အသံမာကျောခြင်း ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ စိုက်ထုတ်သော စွမ်းအား၏ ကြီးမားမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အသံသည်လည်း လွန်စွာကြီးမား မြည်ဟိန်းလေသည်။

ရေထဲ၌ ပထဝီဓါတ် (ခက်မာမှု) ပါရှိသောကြောင့် ရေအချင်းချင်း ရိုက်ခက်သည့်အခါ၌ အသံများ ထွက်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ မိုးတိမ်များအတွင်း၌ ပထဝီဓါတ် (ခက်မာမှု) ပါရှိနေသောကြောင့် တိမ်တိုက်ခြင်း ပွတ်တိုက်မှု၊ ဆွဲငင်မှု၊ လျှပ်စီးအားများဖြစ်ပေါ်လာကာ မိုးချုန်းသံ မိုးခြိမ်းသံများ ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ လက်ဝါးနှစ်ဖက်ကို ရိုက်ခတ်ပေးသည့်အခါ လက်ခုပ်သံ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ လူ၊ တိရိစ္ဆာန်တို့၏ ဟစ်အော်ခြင်းကြောင့် အသံများ ဖြစ်ပေါ်လာရခြင်းမှာ ရင်တွင်း၊ ဝမ်းခေါင်းတွင်းရှိ လေများကို လည်ချောင်းအတွင်း ဇလုပ်ခေါ် အသံအိုးဆီသို့ ဦးတည်လျက် အရှိန်ဖြင့် တွန်းကန်ထုတ်လိုက်သောအခါ အသံဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ ယင်းအသံကို လျှာအနေအထား၊ နှုတ်ခမ်းအနေအထား ပြုပြင်စီမံဖန်တီး၍ အသံအမျိုးမျိုး အနိမ့်အမြင့် အသံစုံ၊ ဌာန်စုံပြုလုပ် တတ်သောကြောင့် လူသားတို့သည် စကားပြောခြင်း

ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ တိရိစ္ဆာန်များမှာမူ အသံစုံ၊ ဌာန်စုံအောင် မလုပ်တတ်သဖြင့် လူသားများကဲ့သို့ စကားပရိယာယ် ကြွယ်ဝစုံလင်စွာ ပြောဆိုနိုင်ခြင်း မရှိကြချေ။ စိတ်ဆိုးခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်း၊ ချစ်ခင်နှစ်သက်ခြင်းစသော စိတ်၏ သဘာဝအလိုဆန္ဒ အနည်းငယ်မျှကိုသာလျှင် အသံဖြင့် ဖေါ်ပြနိုင်စွမ်း ရှိကြလေသည်။

သဒ္ဒရုပ်အသံသည် အဓိကအားဖြင့် ပထဝီ(အမာဓါတ်) ကို အခြေခံပြုသော်လည်း တေဇောဓါတ်၊ ဝါယောဓါတ်များ၏ ကူညီဖေးမမှုကိုလည်း လိုအပ်ပေသည်။ ခက်မာပထဝီဖြစ်သော သံချောင်းနှစ်ခုကို အရွေ့စွမ်းအင် (ဝါယောဓါတ်) မကူညီပါက သံချောင်းချင်း ရိုက်ခတ်မှု မဖြစ်နိုင်သဖြင့် သဒ္ဒအသံရုပ်လည်း မဖြစ်နိုင်ချေ။ အလားတူပင် တေဇောဓါတ်၏ အကူအညီ အထောက်အပံ့ကို ရရှိမှသာလျှင် ပထဝီဓါတ်သည် အားကောင်းလာ၍ အရွေ့စွမ်းအင် ဝါယောဓါတ်လည်း အားကောင်းလာသည်။ မီးဖုတ်ထားသော မြေအိုး နှစ်လုံးရှိရာ မီးကျက်သော အိုးမှာ "တောင်တောင်" မည်၍ မီးမကျက်သော အိုးမှာ "ဗတ်ဗတ်၊ ဂွပ်ဂွပ်" အသံထွက်လာပေလိမ့်မည်။ ဥဏှတေဇောဓါတ်လွန်ကဲသည့်ကြက်၊ ချိုး၊ ခါတို့မှာ အသံကျယ်လောင်သည်။ ဥဏှတေဇောဓါတ်လွန်ကဲသော နွားနှင့်ဆိတ်တို့မှာ အသံကျယ်လောင်၍ သီတတေဇော အာပေါဓါတ် လွန်ကဲသော ကျွဲ၊ ကြွ၊ ရေမြင်းတို့မှာ အကောင်ကြီးသလောက် အသံသေးငယ်ကြသည်။

## ဂန္ဓာရုံ အနံ့အာရုံ

ပန်းရနံ့၊ ရေမွှေးနံ့၊ နံ့သာနံ့၊ အပုတ်နံ့၊ အညှော်နံ့စသော ဂန္ဓာရုံအနံ့ရုပ်တို့ကို ဝါယောဓာတ် (လေဓာတ်)တိုက်ခတ်ပေး၍ နှာခေါင်းအတွင်းသို့ ရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပေးရသည်။ ထိုအခါ နှာခေါင်းအတွင်းရှိ ဃာနပသာဒရုပ် (နှာခေါင်းအကြည်ဓာတ်) ရုပ်သည် အနံ့အာရုံကို ခံယူ၍ အနံ့သိစိတ် ဃာန ဝိညာဏ်စိတ်သည် နှာခေါင်းအကြည်ဓာတ်အတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်လေသည်။ မွှေးသည်၊ နံသည်၊ ညှော်သည်ဟူသော အနံ့သိစိတ်များသည် ဃာနပသာဒရုပ်အတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။ အချို့သောရုပ်ဝတ္ထုများမှာ မွှေးကြိုင်၍ အချို့သော ရုပ်ဝတ္ထုများမှာ ပုပ်ဟောင်သည်။ ပုပ်သိုးသည်။ သီတတေဇော

အပေးခတ်လွန်ကဲပါက ပုပ်ခြင်း၊ သိုးခြင်းမရှိ၊ လူသေကောင်များကို ရေခဲတိုက်အတွင်းလနှင့်ချိုး၍ကြာအောင် ထားသော်လည်း ပုပ်ခြင်းမရှိ၊ ငါးများကို ရေခဲရိုက်ထားပါက ရေခဲမကုန်မခြင်း ပုပ်သိုးမှုမရှိ၊ မြောက်ဝန်ရိုးစွန်း ရေခဲပြင်အောက်၌ တွေ့ရှိရသော တိရစ္ဆာန် အသေကောင်များမှာ နှစ်ပေါင်း ထောင်သောင်းခြို၍ ကြာခဲ့ပြီဖြစ်သော်လည်း ပုပ်သိုးခြင်းမရှိ၊ လတ်ဆတ်စွာ တွေ့ရှိ ရလေသည်။ ထို့ကြောင့် ဟင်းလျာများ သစ်သီးများ ပုပ်သိုးခြင်းမရှိစေရန် ရေခဲသေတ္တာဖြင့် ထားကြသည်။ တစ်ဖန် ဥဏှတေဇော အပူဓာတ်လွန်ကဲပါက လည်း ပုပ်သိုးခြင်း မရှိချေ။ ဟင်းလျာများကို ချက်ပြုတ်ပြီးနောက် ဆက်လက်၍ အပူဓာတ်ပေးထားပါက ပုပ်သိုးခြင်းမရှိချေ။ ငါးအသေများကို နေပူပြင်းပြင်း တပါတ်ခန့် နေလှမ်းပေးသောအခါ ပုပ်သိုးခြင်းမရှိ၊ ငါးခြောက်များ ရရှိနိုင်လေသည်။ ထို့ကြောင့် ပုပ်သိုးမှုသည် မပူလွန်း မအေးလွန်းသော အခြေအနေ၌ ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။

လူ၏ခန္ဓာကိုယ်၌ အစာသစ်အိမ်တွင် သလိပ်များသည် ထူထဲစွာ ဖုံးအုပ်လျက် ရှိနေကြသည်။ အစားအစာများ မျိုချလိုက်သောအခါ ရေမှော်အတွင်း ခဲကျသကဲ့သို့ သလိပ်ပြင်နှစ်ခြမ်းကွဲလျက် အစားအစာသည် အစာအိမ်အောက်ခြေသို့ ရောက်သွားသည်။ သလိပ်ပြင်သည် ပြန်လည် ဖုံးအုပ်၍ ဖုံးအုပ်ထားသည်။ ထို့ကြောင့် အစားအစာများကို ဝမ်းမီးက ချက်သည့်အခါ ဖြစ်ပေါ်လာသော အနုံ့အသက်များသည် သလိပ်ပြင်၏ ဖုံးအုပ်ထားမှုကြောင့် အာခံတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာခြင်းမရှိသဖြင့် ထိုသူမှာ အာပုပ်စော်မနံချေ။ ဓာတ်လေးပါး မညီမျှမှုကြောင့် သလိပ်များသည် ကျဲ၍၊ ပါး၍ နေသည့်အခါ စားလိုက်သော အစာများကို ဖုံးအုပ်ထားနိုင်ခြင်းမရှိသဖြင့် အနုံ့အသက်များသည် အပေါ်သို့ တက်လာ၍ အာပုပ်စော်နံလေတော့သည်။

မွေးသောအနုံ့ကိုဖြစ်စေ၊ နံသောအနုံ့ကိုဖြစ်စေ အကြိမ်များစွာ ကြာရှည်စွာ ရှူရှိုက်ရပါက ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အဆိပ်ဖြစ်လေသည်။ ကြားရဘူးသည်မှာ- အမျိုးသမီးတစ်ယောက် မွေးနေ့ပွဲကျင်းပသည်ကို သူငယ်ချင်းများက ဂုဏ်ပြုသောအားဖြင့် အိပ်ယာပေါ်၌ နှင်းဆီ၊ စံပယ်၊ ကြက်ရုံးစသော ပန်းများကို ခင်းပေးကြသည်။ မွေးနေ့ရှင်သည် ပန်းခင်းသော အိပ်ရာပေါ်၌ အိပ်စက်ခဲ့ရာ မိုးလင်းသောအခါ အသက်ဟောက်နေသည်ကို တွေ့ကြရသည်။ ဓာတုဗေဒ

နည်းအားဖြင့် ဓာတ်ခွဲသည့်အခါ မွေးသောအနံ့သည် လည်းကောင်း၊ နံသော အနံ့သည် လည်းကောင်း၊ နိုက်ထရိုဂျင်ဓာတ် လွန်ကဲ၍ အောက်စီဂျင် ဓာတ်နည်းပါးသည် ဆိုသည်။ နိုက်ထရိုဂျင်ဓာတ်ငွေ့ကို ကြာရှည်စွာ ရှူရှိုက်မှု ကြောင့် သေဆုံးရခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အနံ့အသက် နည်းပါးလတ်ဆပ် သော လေကောင်းလေသန့်ကိုသာ ရှူရှိုက်ကြရမည်။ ယခုခေတ်တွင် ဓာတုဗေဒ နည်းအားဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော ပေါင်ဒါ၊ ရေမွှေးများသည် နိုက်ထရိုဂျင် ဓာတ်ပေါင်းများဖြစ်၍ အမြတ်တနိုး သုံးစွဲခြင်း မပြုသင့် ကြပေ။

## ရာသာရုံ- အရသာအာရုံ

ချို၊ ချဉ်၊ ဖန်၊ ခါး၊ စပ်၊ ငန်ဟူသော ရသာခြောက်ပါးသည် လျှာပေါ်သို့ ရောက်ရှိသည့်အခါ အရသာသိစိတ် (ဇိဝှါဝိညာဏ်စိတ်) ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ဇိဝှါပသာဒ၊ လျှာအကြည်ဓာတ်နှင့် သိနိုင်သော ရသာရုပ်များကို ရသာရုံဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ယင်းအရသာ ခြောက်ပါးကို မဟာဘုတ်ဓာတ်ကြီးလေးပါး လွန်ကဲမှု ယုတ်လျော့မှုဖြင့် အဘိဓမ္မာဆေးပညာ၌ ခွဲခြားလေ့ရှိကြသည်။

| | | |
|---|---|---|
| ပထဝီဓာတ် | = | အချို၊ အဆိမ့်၊ အဖန် အရသာ |
| အာပေါဓာတ် | = | အငန်အရသာနှင့် အဖန်အရသာ |
| တေဇောဓာတ် | = | အချဉ်၊ အစပ်အရသာ |
| ဝါယောဓာတ် | = | အခါးအရသာ |

အငန်အရသာမှာ ယိုစီးအာပေါဖြစ်၍ အဖန်အရသာမှာ ဖွဲ့စည်း အာပေါဖြစ်သည်။ အဖန်အရသာမှာ ပထဝီနှင့် ဖွဲ့စည်းအာပေါတို့ ပေါင်းစပ် ထားသည်။ အစပ်အရသာမှာ တေဇောဓာတ်အပြင် အာကာသဓာတ် အပွင့် ဓာတ်လည်း ပါဝင်ရှိသည်။

## ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ အတွေ့အထိအာရုံ

တွေ့ထိခြင်းဆိုသည်မှာ ပထဝီဓာတ်၊ တေဇောဓာတ်နှင့် ဝါယောဓာတ် တို့ကို တွေ့ထိခြင်းဖြစ်သည်။ အာပေါဓာတ်ကိုမူ တွေ့ထိ၍ မရစကောင်းချေ။ ခက်မာခြင်း၊ နူးညံ့ခြင်း၊ ပျော့အိခြင်းကို တွေ့ခြင်းသည် ပထဝီဓာတ်ကို တွေ့ခြင်း

ဖြစ်၏။ အပူအနွေး အအေးသဘောကို တွေ့ခြင်းသည် တေဇောမာတ်ကို တွေ့ခြင်းဖြစ်သည်။ လှုပ်ရှားမှု၊ ငြိမ်သက်မှု၊ ထောက်ကန်မှု၊ တွန်းကန်မှုတို့ကို တွေ့ခြင်းသည် ဝါယောမာတ်ကို တွေ့ထိခြင်းဖြစ်သည်။ အာပေါမာဟ်မှာပူ ယိုစီးခြင်းသဘော၊ ဖွဲ့စည်းခြင်းသဘောကို ပညာဉာဏ်ဖြင့် ထောက်ဆ၍ သိနိုင်သည်။ ကာယပသာဒ၊ ကာယအကြည်မာတ်ဖြင့် ထိတွေ့၍ မသိနိုင်၊ ထိတွေ့၍ မရစကောင်းချေ။ ထို့ကြောင့် ပထဝီမာတ်၊ တေဇောမာတ်၊ ဝါယောမာတ်၊ ဤမာတ်သုံးပါးကိုသာ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ အတွေ့အထိ အာရုံဟု မှတ်သားထားရမည်ဖြစ်သည်။

## ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံမာတ်ကြီးသုံးပါး မာတ်တစ်ပါးချင်းသိနိုင်

ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံဟု ဆိုရာ၌ ပထဝီမာတ်၊ တေဇောမာတ်၊ ဝါယောမာတ်ဟူသော မာတ်ကြီးသုံးပါး ပါဝင်ကြသည်။ ကာယအကြည်မာတ်သို့ ကိုတွေ့သည့်အခါ ထိသိစိတ် (ကာယဝိညာဏ်စိတ်) ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ယင်းထိသိစိတ်သည် မိမိဦးတည်ရာ မာတ်ကြီးတစ်ပါးကိုသာလျှင် သိနိုင်သည်။ သိလျှပ်ပြီသည်။ မာတ်သုံးပါးလုံးကို သိလေ့မရှိ။ ဥပမာ- အုတ်ခဲတစ်ခဲကို (ပူသလား၊ အေးသလား) သိချင်စိတ်ဖြင့် ထိတို့ကိုင်တွယ် စမ်းသပ်ရာ၌ အုတ်ခဲ၏ ပူခြင်းသဘော၊ အေးခြင်းသဘော တေဇောမာတ်၏ လက္ခဏာကိုသာလျှင် သိပေလိမ့်မည်။ အုတ်ခဲ၏ မာသော သဘော၊ ပျော့သောသဘော ပထဝီဓာတ်၏ လက္ခဏာကို သိလိမ့်မည် မဟုတ်ချေ။ တစ်ဖန် ရွံ့ခဲတစ်ခဲကို (မာသလား၊ ပျော့သလား) သိလိုစိတ်ဖြင့် ကိုင်တွယ် စမ်းသပ်ကြည့်ရာ ပထဝီဓာတ်၏ မာခြင်း ပျော့ခြင်းလက္ခဏာကိုသာလျှင် သိပေလိမ့်မည်။ ထိုရွံ့ခဲ၏ ပူခြင်း၊ အေးခြင်း သဘောကို အာရုံမစူးစိုက်သဖြင့် သိလိမ့်မည်မဟုတ်ချေ။ အလားတူပင် သံချောင်းတစ်ချောင်းကို (ငြိမ်သက်နေသလော လှုပ်ရှားနေသလော) သိလိုစိတ်ဖြင့် ထိတို့ ကိုင်တွယ် စမ်းသပ်ကြည့်ရာ၌ လှုပ်ရှားခြင်း၊ ငြိမ်သက်ခြင်း ကဲ့သို့ဆိုအပ်သော ဝါယောမာတ်၏ လက္ခဏာကိုသာလျှင် သိနိုင်ပေလိမ့်မည်။ ထို့သံချောင်း၏ မာခြင်းသဘော ပထဝီနှင့် ပူခြင်းအေးခြင်းသဘော တေဇောမာတ်လက္ခဏာတို့ကို သိလိမ့်မည်မဟုတ်ချေ။ ထို့ကြောင့် ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၌ ပါဝင်သော မာတ်ကြီးသုံးပါးတို့သည်၊ ကာယပသာဒ (ကာယဒွါရ) သို့ ထိခိုက်

ထင်ဟပ်လာရာ၌ မာတ်ကြီးသုံးပါးလုံး တစ်ပေါင်းတည်း တစ်စည်းတည်း၊ တပြိုင်နက်တည်း ထင်ဟပ်လာသော်လည်း ထိသိစိတ် ကာယဝိညာဏ်စိတ်သည် မာတ်ကြီးသုံးပါးလုံးကို မသိနိုင်ဘဲ မာတ်ကြီးတစ်ပါးခြင်းကိုသာလျှင် သိနိုင်ပေလိမ့်မည်။

ဂေါစရရူပ် ဝိသယရူပ်

ရူပါရုံအစရှိသော အာရုံငါးပါးတို့သည် စိတ်စေတသိတ်နာမ်တရားတို့၏ လှည့်လည်သွားလာ ကျက်စားရာ ဌာနဖြစ်သောကြောင့် ဂေါစရရူပ်မည်၏။ (ဂေါစရဆိုသည်မှာ စားကျက်) ဟုဆိုလိုသည်။ တိရစ္ဆာန်များသည် မိမိတို့ စားနေကျနေရာ၌သာလျှင် ကျင်လည်ကျက်စားသွားလာလေ့ရှိသည်။ ယင်းတို့ အမြဲကျင်လည် ကျက်စားသောနေရာကို "စားကျက်" ဟုခေါ်သည်။ စိတ်စေတသိက်တည်းဟူသော နာမ်တရားတို့သည်လည်း မိမိကျင်လည် ကျက်စားနေကျဖြစ်သော အာရုံငါးပါးတို့အပေါ်၌သာလျှင် အာရုံပြုလေ့ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် အာရုံငါးပါးတို့သည် စိတ်စေတသိက်တို့၏ "စားကျက်" ဖြစ်သောကြောင့် ဂေါစရရူပ်မည်၏။ စိတ်စေတသိက်တို့၏ ဝပ်ကျင်း၊ တည်ရာဌာနဖြစ်သောကြောင့် ဝိသယရူပ်လည်းမည်၏။

ဘာဝရူပ်နှစ်ပါး

ဘာဝရူပ်ဆိုသည်မှာ အဖို အမ၊ အထီးအမ၊ ခွဲခြားသိသာထင်ရှားစေရန် ဖေါ်ပြသောရူပ်ဖြစ်သည်။ ယင်းဘာဝရူပ်၏ စွမ်းအားဖြင့် အဖိုအမတို့မှာ သဏ္ဌာန်၊ နိမိတ်လက္ခဏာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက် ပုံနှင့် အမူအရာ၊ ဣန္ဒြေလေးမျိုးတို့ ကွဲပြားခြားနားစွာ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။ အဖိုသတ္တဝါများမှာ -

(က) ပုရိသလိင် - ယောကျ်ားအသွင်သဏ္ဌာန်၊
(ခ) ပုရိသနိမိတ္တ - ယောကျ်ား နိမိတ်လက္ခဏာ၊
(ဂ) ပုရိသကုတ္တ - ယောကျ်ား ဝါသနာနှင့်အလုပ်၊
(ဃ) ပုရိသအာကပ္ပ - ယောကျ်ား အမူအရာ၊

ဤလေးမျိုးတို့ကို ထူးခြားကွဲပြားစွာ ဖြစ်လာကြသည်။

အမသတ္တဝါများမှာ -

(က) ကျတ္ထိလိင် - မိန်းမအသွင်သဏ္ဌာန်၊
(ခ) ကျတ္ထိနိုမိတ္တ - မိန်းမ နိုမိတ်လက္ခဏာ၊
(ဂ) ကျတ္ထိကုတ္တ - မိန်းမ ဝါသနာနှင့်အလုပ်၊
(ဃ) ကျတ္ထိအာကပ္ပ = မိန်းမအမူအရာ၊

ဤလေးမျိုးတို့ ထူးခြားကွဲပြားစွာ ဖြစ်လာကြသည်။

## လိင် - အသွင်သဏ္ဌာန် -

ပုရိသ ဘာဝရုပ်ကြောင့် ပုရိသလိင်ဟုခေါ်သော ယောကျ်ားအသွင်သဏ္ဌာန်ဖြစ်ပေါ်လာ့ရသည်၊ ကျတ္ထိဘာဝရုပ်ဖြင့် ကျတ္ထိလိင်ဟုခေါ်သော မိန်းမအသွင် သဏ္ဌာန်များ ပေါ်ပေါက်လာရသည်။ အဖိုသတ္တဝါများမှာ ပုရိသဘာဝရုပ်နှင့် အရုပ်အမောင်းမြင့်၍ ခြေလက်အင်္ဂါကြီးခြင်း၊ ခန့်ညားခြင်း၊ အသွင်သဏ္ဌာန်များနှင့် အဖိုအင်္ဂါ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ အမသတ္တဝါများမှာ ကျတ္ထိဘာဝရုပ်နှင့် ခြေလက်အင်္ဂါ သေးသွယ်ခြင်း၊ အရုပ်အမောင်း နိမ့်ခြင်းနှင့် ကျတ္ထိလိင်ဟု ဆိုအပ်သော အမအင်္ဂါဖြစ်ပေါ်လာရသည်။

## နိမိတ္တ - နိမိတ်လက္ခဏာ

ဘာဝရုပ်၏စွမ်းအားကြောင့် အဖိုသတ္တဝါမှာ မုတ်ဆိတ် ကျင်စွယ်ပါရှိ၍ အမသတ္တဝါ ၌ မုတ်ဆိတ်ကျင်စွယ် မပါခြေ၊ အဖိုသတ္တဝါမှာ ရင်သားနှင့် တင်ပါးတို့ သေးငယ်၍ အမသတ္တဝါမှာ ရင်သားနှင့် တင်ပါးတို့ ကြီးထွားသည်။ အဖိုသတ္တဝါမှာ အသံကျယ်ကျယ်လောင်လောင်ရှိ၍ အမသတ္တဝါမှာ အသံသေးငယ်သည်။ ထို့ပြင် အဖိုနှင့်အမ ပြိုးရယ်ပုံခြင်း မတူကြခြေ။ အဖိုမှာ ကျယ်လောင်စွာ ရယ်မောရ၍ အမမှာ ဖြေးညှင်း သက်သာစွာ ရယ်မောလေ့ရှိသည်။

## ကုတ္တ - အလုပ် (ဝါသနာနှင့်အလုပ်)

အဖိုနှင့်အမတို့မှာ ဘာဝရုပ်မတူညီမှုကြောင့် ဝါသနာနှင့် အလုပ်အကိုင်များ ကွဲပြားမှုကို တွေ့မြင်နိုင်သည်။ အဖိုသတ္တဝါများသည် ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ခွန်အား စိုက်ထုတ်ရသော ကစားနည်းများနှင့် အလုပ်အကိုင်များ

ကို နှစ်သက်ကြသည်၊ လက်ပန်းလုံးခြင်း၊ လက်ဝှေ့ထိုးခြင်း၊ သစ်ပင်တက်ခြင်း၊ ပြေးခုန်ပစ် ကစားနည်းများကို ဝါသနာပါကြသည်၊ ပြုလုပ်ကြသည်၊ အရွယ်ရောက်သောအခါ၌လည်း လှေထိုးလွှတိုက်၊ သစ်ခုတ်၊ တောင်ယာလုပ်၊ ထွန်ယက်စိုက်ပျိုးခြင်း၊ ပန်းရံ၊ ပန်း၊ လက်သမားစသော ခွန်အားစိုက်ထုတ်ရသည့် လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်လေ့ရှိကြသည်။

အမျိုးသမီးများမှာ ငယ်စဉ်အခါကပင် ဘန်းငယ်၊ စကောငယ်ဖြင့် ဖမ်းရောင်းတန်း ကစားခြင်း၊ အိုးပုတ်၊ ချိုးရုပ်တို့ဖြင့် ကစားခြင်း ပြုလေ့ရှိကြ၍ အရွယ်ရောက်သောအခါ၌လည်း အချက်အပြုတ်၊ အချုပ်အလုပ်၊ ဖျော်ရောင်း၊ ဖမ်းဝယ်လုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်လေ့ရှိသည်။ ဤသို့ ကွဲပြားခြင်းမှာ ပုရိသဘာဝရုပ်နှင့် ကွဲဖြိုဘာဝရုပ်တို့ကြောင့် ဖြစ်ရသည်။

အခန်း ၉ - အမှုအရာ

အဖိုသတ္တဝါများသည် အမှုအရာ ကြွမ်းတမ်းသည်၊ အထိုင်အထ၊ သွားလာလှုပ်ရှားပုံများမှာ အင်အားပါမှု လျင်မြန်သွက်လက်သည်၊ အမသတ္တဝါများမှာ အမှုအရာသိမ်မွေ့သည်၊ ညှိမ်ညှိမ်သက်သက် ညင်ညင်သာသာ သွားလာလှုပ်ရှားမှု ပြုကြသည်။

မိန်းမများမှာ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု၊ အလှပြင်ဆင်မှု၌ ရွှတ်ရွှတ်ထွေးထွေး ရှိ၍ အမျိုးအမည် များပြားသည်၊ ယောကျ်ားများမှာမူ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု အလှပြင်ဆင်မှု ပြုလုပ်ရာ၌ ရှင်းလင်းလွယ်ကူသည်၊ အမျိုးအမည်နည်းသည်။

ထို့ကြောင့် ဣတ္ထိဘာဝရုပ်နှင့် ပုရိသဘာဝရုပ်တို့၏ မတူ ထူးခြားမှုကို အခြေခံ၍ ယောကျ်ားကို အသွင်အပြင် ပုံပန်းလက္ခဏာ၊ ဝါသနာ၊ အလုပ်အကိုင်၊ အမှုအရာနှင့် မိန်းမတို့၏ အသွင်အပြင် ပုံပန်းလက္ခဏာ၊ ဝါသနာ အလုပ်အကိုင် အမှုအရာတို့ မတူ ထူးခြား ကွဲပြားမှု ဖြစ်ပေါ်ရလေသည်။

မိန်းမ ယောကျ်ားဖြစ်ရန် အဖြောင်းကံ

ကုသိုလ်ကံ အားကြီးသော သူများမှာ ယောကျ်ားဖြစ်လာရသည်၊ ကုသိုလ်ကံ အားနည်းသော သူများမှာ မိန်းမဖြစ်ကြရသည်၊ တိရစ္ဆာန်များမှာလည်း အလားတူဖြစ်ကြရသည်။ အထူးအားဖြင့် အတိတ်ဘဝများက

သူတစ်ပါး မယားကို ပြစ်မှား ဖျက်စီးတတ်သော၊ သူတစ်ပါး သမီးပျိုကို ပြစ်မှား ဖျက်ဆီးတတ်သော သူမှားသည် ဤဘဝ၌ မိန်းမဖြစ်ကြရသည်။

## လိင်ပြောင်းခြင်း

ဤလက်ရှိဘဝမှာပင် ကျတ်ထိလိင်မှ ပုရိသလိင်သို့လည်းကောင်း၊ ပုရိသလိင်မှ ကျတ်ထိလိင်သို့ လည်းကောင်း ပြောင်းလဲတတ်ကြသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင် လက်ထက်တော်အခါက ရဟန်းတစ်ပါးသည် ကျတ်ထိလိင် ပြန်၍ မိန်းမဖြစ်သွားကြောင့် ညတွင်းချင်းပင် ဘိက္ခုနီမကျောင်းသို့ ပြောင်းရွှေ့ပေးခဲ့ရသည်။ အလားတူပင် ဘိက္ခုနီမ တစ်ဦးသည် ပုရိသလိင် ပြန်၍ ယောက်ျားဖြစ်သွားသောကြောင့် ညတွင်းချင်းပင် ရဟန်းတော်များ နေထိုင်သည့် ကျောင်းတိုက်သို့ ပြောင်းရွှေ့ပေးခဲ့ရသည်။ ကုသိုလ်ကံ တစ်ရှိန်ထိုးမြင့်တက်လာမှုကြောင့် မိန်းမဘဝမှ ယောက်ျားဘဝသို့ ပြောင်းခြင်းဖြစ်သည်။ အကုသိုလ်ကံ တဟုန်ထိုး များပြား နှိပ်စက်မှုကြောင့် ယောက်ျားဘဝမှ မိန်းမဘဝသို့ ပြောင်းလဲ ရသည်။ ဤခေတ်မှာလည်း မိန်းမ ယောက်ျား လိင်ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို သတင်းစာများတွင် ဖတ်ရှုရပေသည်။

## ယောက်ျားဖြစ်လိုသော အမျိုးသမီးများ

အမျိုးသမီးများ ယောက်ျားဖြစ်နိုင်ရန် လိုက်နာပြုကျင့်ရမည့် အချက်နှစ်ချက်ကို ဓမ္မပဒပါဠိတော် သောရေယ္ယသေဋ္ဌေးသားဝတ္ထု၌ အောက်ပါအတိုင်း မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။

(၁) ယောက်ျား ဘဝ ရလိုသော အမျိုးသမီးသည် မိမိလင်ယောက်ျားကို မယားဝတ္တရားနှင့်အညီ ပြုစုစောင့်ရှောက် လုပ်ကျွေးရမည်။

(၂) မိန်းမ ဘဝကို ရွံရှာမုန်းတီးသောစိတ်ဖြင့် ကုသိုလ်ပြုတိုင်း ယောက်ျားဖြစ်ရပါလို၏ဟု ဆုတောင်းရမည်။

အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် ရှေးရှေးဘဝက အငြဟ္မစရိယာသင်္ဘာပုဒ်ကို စောင့်ထိမ်းခဲ့၍ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံကို မလွန်ကျူးဘဲ ကုသိုလ်ပြုတိုင်း ယောက်ျားဘဝဆုတောင်းနေပါက ယောက်ျားဖြစ်စေနိုင်သည် ကုသိုလ်ကံအားကောင်းမှုကြောင့် ကျတ်ထိဘဝရုပ် ဆက်လက် မဖြစ်တော့ဘဲ ပုရိသ

ဘာဝရုပ် ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်လာ၍ ဤဘဝမှာပင် မိန်းမဘဝမှ ယောကျ်ား စင်စစ် ဖြစ်လာနိုင်ပေသည်။

မြတ်စွာဘုရားရှင် လက်ထက်တော်က သောရေယျ သေဋ္ဌေးသား သည် ရူပနိကာယ် လွန်စွာတင့်တယ် သပ္ပါယ် အရှင်မဟာကစ္စည်း ရဟန္တာ မထေရ်မြတ်ကြီးကို "ငါ၏ ဇနီးမယား ဖြစ်ပါမူကောင်းလေစွ" ဟု စိတ်ဆန္ဒ တောင်းတမှုကြောင့် ချက်ချင်းပင် ယောကျ်ားဘဝမှ မိန်းမ ဘဝသို့ ရောက်လေသည်။ တစ်ဖန် ပြန်လည်တောင်းပန်ကန်တော့သောအခါ ယောကျ်ားဘဝကို ပြန်လည်ရရှိသွား၍ ရဟန်းပြုသွားပါသည်။

## ဥဘတောဗျည်း

ဥဘတောဟူသည် နှစ်ခုကို ဆိုလိုသည်၊ ဗျည်းဆိုသည်မှာ ယောကျ်ား အင်္ဂါဇာတ်၊ မိန်းမအင်္ဂါဇာတ်ကို ဆိုလိုသည်။ ယောကျ်ားအင်္ဂါနှင့် မိန်းမအင်္ဂါ နှစ်မျိုးလုံးပါရှိသောသူကို ဥဘတောဗျည်းဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ကာမေသု-မိစ္ဆာစာရကံ မှားစွာလွန်ကျူးခဲ့၍ ကိလေသာ ပူလောင်မှု ပြင်းပြသောကြောင့် ဤကဲ့သို့ အင်္ဂါနှစ်မျိုးပါရှိလာခြင်းဖြစ်သည်။

ဥဘတောဗျည်းမှာလည်း ယောကျ်ား ဥဘတောဗျည်းနှင့် မိန်းမ ဥဘတောဗျည်းဟု နှစ်မျိုးရှိသည်။ မုတ်ဆိတ်၊ ကျင်စွယ်၊ ဇခြုလက်အင်္ဂါ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ အရုပ်အမောင်းထွားကြိုင်း၍ ယောကျ်ားအင်္ဂါဓါတ်သည် ပိုမို ပေါ်လွင်ထင်ရှား၍ မိန်းမအင်္ဂါဓါတ်သည် ဝေးသိန်မှေးမှိန်နေပါက ယောကျ်ား ဥဘတောဗျည်းဖြစ်သည်။ ယောကျ်ားဥဘတောဗျည်းသည် အခြားမိန်းမ တစ်ဦးအား ကိုယ်ဝန်သန္ဓေပေးစွမ်းနိုင်၍ မိမိသည် ကိုယ်ဝန်သန္ဓေ မယူနိုင် ချေ။ ယင်းသည့် ယောကျ်ားစိတ်ပေါက်နေသည့်အခါ ယောကျ်ားအင်္ဂါ ထင်ရှား ထွားကြိုင်းလာသည်။ မိန်းမစိတ်ပေါက်၍ အခြားယောကျ်ားတစ်ဦးနှင့် ဆက်ဆံ လိုသည့်အခါ ယောကျ်ားအင်္ဂါသည် သေးငယ်သွား၍ မိန်းမအင်္ဂါကြီးထွား ထင်ရှားလာသည်။

မိန်းမဥဘတောဗျည်းမှာ ပုံပန်းသဏ္ဌာန် အသွင်အပြင် ဟန်အမူအရာ များသည် မိန်းမအသွင်အပြင် ဟန်အမူအရာများသာ ဖြစ်သည်။ ယင်းသည် မိမိကိုယ်တိုင် ကိုယ်ဝန်သန္ဓေကို ဆောင်နိုင်၍ အခြားမိန်းမအား လည်း ကိုယ် ဝန်သန္ဓေပေးနိုင်သည်။ မိန်းမစိတ် လွန်ကဲလာသည့်အခါ မိန်းမဒေါ်ထွားကြိုင်း

ပေါ်လွင်ထင်ရှားလာ၍ ယောကျ်ားတစ်ပါးနှင့် ဆက်ဆံနိုင်သည်။ ယောကျ်ား စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည့်အခါ မိန်းမအင်္ဂါသည် သေးသိန် မှေးမှိန်သွား၍ ယောကျ်ားအင်္ဂါသည် ကြီးထွားပေါ်လွင် ထင်ရှားလာသည်။

## နပုံးပဏ္ဏာကဲ့

နပုံးပဏ္ဏာကဲ့များမှာ မူလအစ ပဋိသန္ဓေနေစဉ်ကပင် ကိုယ်ထိဘာဝရုပ် ဖြစ်စေ၊ ပုရိသဘာဝရုပ်ဖြစ်စေ ဘာဝရုပ်ဟစ်ခုမျှ မပါရှိလာသောကြောင့် ယောကျ်ား လိင်အင်္ဂါ၊ မိန်းမလိင်အင်္ဂါ တစ်ခုခုမျှ မပါရှိတော့ချေ။ ယောကျ်ား အင်္ဂါ၊ မိန်းမအင်္ဂါဖြစ်ရမည့်နေရာ၌ ပြင်ညိုချပ်ပိတ်ဖြစ်နေ၍ ဆီးသွားရန် အပေါက်ဝယ်ဟစ်ခုသော်မှသာ ပါရှိလေသည်။ တစ်ချို့ နပုံးပဏ္ဏာကဲ့များသည် ယောကျ်ားအသွင် ဆောင်ယူထား၍ ဘဝဖျိုးသပီးနှင့် လက်ထပ်ပြီးနောက် တွင် အမျိုးသမီးသည် အဖြစ်မှန်ကို သိ၍ ဟွာရှင်းပေးရသည်။ အချို့မှာ မိန်းမအသွင်ကို ယူထား၍ အကြောင်းမှန်မသိသော ယောကျ်ားက လက်ထပ် ယူပြီးနောက် အကြောင်းမှန်ကို သိပြီး ကွာရှင်းကြရသည်။

နပုံးပဏ္ဏာကဲ့ဖြစ်ရခြင်းမှာ ကိလေသာစိတ်လွန်ကဲ၍ အတိတ်ဘဝများက ကာမဂုဏ်ဆိုးဆရက်များစွာ ကျူးလွန်ခဲ့ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ ယင်းသည် ကိလေသာပူလောင်မှုကို ဖြေဖျောက်ရန် အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း မပါရှိသော်လည်း သာမန်ယောကျ်ားမိန်း မဟိုတက် အဆ ရာ၊ ထောင် သာလွန်၍ ကိလေသာ ပူလောင်တတ်သည်။ ယင်းနပုံးပဏ္ဏာကဲ့သည် ရှင်သာမဏေပြုခွင့် ရဟန်းပြုခွင့် မရှိချေ။

## ပဏ္ဏာကဲ့ငါးမျိုး

ဤနေရာ၌ နပုံးပဏ္ဏာကဲ့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ပဏ္ဏာတ်ငါးမျိုးကို ပြဆိုပါဦးမည်။ ၄င်းတို့မှာ ဒေဿာတ်ပါအတိုင်း ငါးမျိုးရှိသည်-

(က) နပုံးပဏ္ဏာကဲ့ -
(ခ) အာသိတ္တပဏ္ဏာကဲ့-
(ဂ) ဥဿူယပဏ္ဏာကဲ့ -

(ဃ) သြပက္ကမိကာပက္ခာက်-
(c ) ပက္ခပက္ခာက် -

ယင်းဝါးမျိုးတွင် နုပုံးပက္ခာက်ဒေကြောင်းကို ရှင်းလင်းပြဆိုပြီ ဖြစ်သည်။ အာသိတ္တာ၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ သွန်းလောင်းခြင်းဖြစ်သည်။ အခြား အမျိုးသားတစ်ဦးဝဲမှ သုတ်ရည်ကို မြို့သောက်မှမှ ကိလေသာပူပန်မှု အာသာပြေငြိမ်းသည်။ ပန်းစုပ်သူကို အာသိတ္တပက္ခာက်ဟု ခေါ်သည်။ ဥဿုယ၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ ငြူစူခြင်းဟု ဆိုလိုသည်။ သူတစ်ပါးကို ဖိုမဆက်စပ်နေသည်ကို ဆောင်းမြောင်းကြည့်ရှုမှ ကိလေသာ ပူလောင်မှု အာသာပြေငြိမ်းသည်။ သြပက္ကမိကာ၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ တစ်စုံတစ်ခုသော ပယောဂကြောင့် ဝေးစေအထုတ်ခံရသော သူဖြစ်သည်။ ဆွေခေတ်ကာ ရှင်ဘုရင်များသည် မိန်းမဆောင်၊ အနောက်ဆောင် မိဖုရား မောင်းမမိသံများကို အုပ်ချုပ်ရန်အတွက် အသက်(၄၀)ခန့်ရှိ အမတ်တစ်ယောက်ကို လခရိက္ခာပေး၍ သဘောတူညီချက်ရယူပြီး ဆေးဆရာဖြင့် ယေဓုတ်ပြုနောက် (မိန်းမစိုး) စာနောက်ဝန် အဖြစ် ခန့်ထားလေ့ရှိကြသည်။

ပက္ခဆိုသည် လဆန်း (၁၅)ရက်၊ ပဆုတ် (၁၅)ရက်ကို ပက္ခဟုဆိုလိုသည်၊ အချို့သော ပဏ္ဍာဂိုရများသည် ယောကျ်ားတစ်လှည့် နုပုံးပက္ခာက်တစ်လှည့် (၁၅)ရက် တစ်ကြိမ် အပြောင်းအလဲ ဖြစ်တတ်သည်။ ယင်းသို့ပြောင်းလဲတတ်သောသူကို ပက္ခပက္ခာက်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

## ဟဒယ ဝတ္ထုရှင်

ဟဒယသဒ္ဒါသည် စိတ်ကိုလည်းကောင်း၊ နှလုံးသားကို လည်းကောင်း ဟောသည်၊ နှလုံးသားသည် ပဒုမ္မာကြာဝုံကို အောက်သို့စောက် ထိုးဆွဲထားသည့် ပုံသဏ္ဌာန်ဖြင့် တည်ရှိသည်၊ နှလုံးသားအတွင်းပိုင်းသည် သပွတ်ခါးသီးကဲ့သို့ အခန်းငယ်များ၊ အကန့်များပါရှိသည်။ နှလုံးသား၏ အပြင်ဘက်၌မူ ဆွေမွေ့နေသည်၊ နှလုံးသား၏ အတွင်းပိုင်း၌ ပုံးညက်စေ့ သဏ္ဌာန် အတွင်းငယ်ရှိသည်။ ယင်းတွင်းငယ်၌ ဟလက်ဆွန့်ခန့် မျှရှိသော သွေးများတည်ရှိနေသည် ဤပမာဏမှာ ငယ်ရွယ်သူများ၏ နှလုံးသားကို ရည်ရွယ်ပြဆိုခြင်းဖြစ်သည်။ အသက်အရွယ် ကြီးရင့်လာသောအခါ နှလုံးသား၏ အရွယ်ပမာဏ

လည်း ကြီးထွားလာ၍ ယင်းနှလုံးသား အိမ်အတွင်းရှိသွေးများသည်လည်း ပိုမိုများပြားလာဖွယ်ရှိသည်။ယင်းနှလုံးအိမ်အတွင်း၌ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်တည်ရှိသည်။ ယင်း ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ကို မနောဓါတ်နှင့် မနောဝိညာဏဓါတ်ဟုဆိုအပ်သော ဝိညာဏဓါတ်နှစ်ပါးတို့ မှီတွယ်ကြရသည်။ ဝိညာဏဓါတ် (၇)ပါးရှိရာ အောက်ပါအစီအစဉ်အတိုင်း ဝတ္ထုရုပ်များကို အမှီပြုကြရသည်။ မှီတွယ်ရသည်-

| ဝိညာဏဓါတ် | | ဝတ္ထုရုပ် |
|---|---|---|
| (က) | စက္ခုဝိညာဏဓါတ် | စက္ခုဝတ္ထုရုပ် |
| (ခ) | သောတဝိညာဏဓါတ် | သောတဝတ္ထုရုပ် |
| (ဂ) | ဃာနဝိညာဏဓါတ် | ဃာနဝတ္ထုရုပ် |
| (ဃ) | ဇိဝှါဝိညာဏဓါတ် | ဇိဝှါဝတ္ထုရုပ် |
| (င) | ကာယဝိညာဏဓါတ် | ကာယဝတ္ထုရုပ် |
| (စ) | မနောဓါတ် | ဟဒယဝတ္ထုရုပ် |
| (ဆ) | မနောဝိညာဏဓါတ် | |

စိတ်သည် ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ကို မှီသည်

လောဘဇော၊ ဒေါသဇော၊ မောဟဇောအစရှိသော အကုသိုလ်ဇောစိတ်များနှင့် အလောဘဇော၊ အဒေါသဇော၊ အမောဟဇော ကုသိုလ်ဇောစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သည့်အခါ၌ နှလုံးသား အတွင်းရှိ နှလုံးသွေးကို မှီတွယ်ဖြစ်ပေါ်နေသော ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ကို အမှီပြုကြသည်။ ထို့ကြောင့် ကြမ်းတမ်းသော လောဘဇော၊ ဒေါသဇောများ ဖြစ်ပေါ်လာသည့်အခါ မှီရာ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်မှ တစ်ဆင့် နှလုံးသွေးနှင့် နှလုံးသားတို့ကို ပြင်းထန်စွာ ရိုက်ခတ်လေသည်။ တုန်လှုပ်စေသည်။ ကြောက်ခြင်း၊ လန့်ခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်း၊ ပြင်းစွာ တပ်မက်ခြင်းတို့ ဖြစ်သောအခါ နှလုံးသားသည် ပြင်းထန်စွာ တုန်လှုပ်ရသည်။ နှလုံးခုန်သည်။ ရင်တုန်သည်ဟုလည်း ဆိုကြသည်။

ခန္ဓာကိုယ် ခွန်အားစိုက်ထုတ်ရသည့် အလေးအပင်မခြင်း၊ အမြင့်သို့ တက်ခြင်း၊ အရှိန်အဟုန်ဖြင့် ပြေးခြင်း ပြုလုပ်ရာ၌ သက်ဆိုင်ရာ ခြေလက် အင်္ဂါများ အင်အားပြည့်ဖြိုးစေရန် နှလုံးမှ သက်ဆိုင်ရာ အင်္ဂါများသို့ သွေးများအလျင်အမြန် လုံလုံလောက်လောက်ပို့ပေးရသည်။ ထို့ကြောင့် လက်ဖြစ်စေ၊ ခြေဖြစ်စေ အင်အားစိုက်ထုတ်ရာ၌ နှလုံးသားသည်လည်း

ပြင်းထန်စွာ အင်အားဝိုက်ထုတ်ဖုသည်။ ခြေလက်နှင့် လက်မျှား ခြေကုန် လက်ပန်းကျသကဲ့သို့ နှလုံးသားသည်လည်း အင်အားကုန်ခမ်းရလေ သည်။ နှလုံးသားအင်အားကုန်ခမ်းပြီ. ရုပ်ဆိုင်းသွားသဖြင့် သေဆုံးရမှုမျှား ရှိသည်။

မခံမျိုမခံသာ ဒေါသဖြစ်ခြင်းဟူသော အကြောင်းအရာများနှင့် တွေ့ကြုံတိုက်ဆိုင်၍ ဒေါသစိတ်များ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ငါးဝိနစ် သို့မဟုတ် ဆယ်မိနစ်ခန့် ဖြစ်ပွားပြီးနောက် နှလုံးသားသည် မောမျိ ကျန်ရစ်တတ်သည်။ အလားတူပင် ကာမဆန္ဒတစ်ခုဟူသော စိတ်များ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖြစ်ပေါ်ပြီး နောက်တွင်လည်း နှလုံးသားသည် မောပန်းကျန်ရစ်တတ်သည်။ ခြေလက် အင်္ဂါကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းမျှား အင်အားစိုက်ထုတ်လှုပ်ရှားခြင်း မပြုပါဘဲလျက် ပြင်းထန်စွာ ဒေါသစိတ် ပြင်းထန်သော ကာမရာဂစိတ်မျှား ကြောင့် နှလုံးသားသည် အင်အားကုန်ခမ်း ပင်ပန်း ဇွမ်းနွယ်တတ်သည်။ လို့ကြောင့် နှလုံးရောဂါရှိသူမျှား (နှလုံးကြွက်သား အားနည်းသူများ) သည် ဒေါသပြင်းထန်လွှင်လည်းကောင်း၊ လွန်စွာပမ်းနည်းလှင်လည်းကောင်း၊ လွန်စွာပင်းပာလှင်လည်းကောင်း နှလုံးကြွက်သားများ အင်အားကုန်ခမ်း ရုပ်ဆိုင်၍ သေဆုံးတတ်သည်။

တစ်ဖန် ကြည်လင်သော ကုသိုလ်ဇောစိတ်နှင့် ဩဒါတရူးထက် သန်မှုမျှားကြောင့် နှလုံးသွေးသည် ကြည်လင်တောက်ပလျှ် နှလုံးကြွက် သားမျှား အင်အားပြည့်ဖြိုးလာ မမောနိုင် ပမ်းနိုင်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နိုင် ကြသည်ကို တွေ့ရတတ်သို့ ထို့ကြောင့် ကုသိုလ်ဇောစိတ်များသည် နှလုံး သားကို အင်အားပြည့်ဖြိုးစေ၍ အကုသိုလ်စေတသိတ်များသည် နှလုံးသားကို အင်အားကုန်ခန်းစေ၏။ မနောဝါတ်နှင့် မနောဝိညာဏ ဓါတ်ဟု ဆိုအပ် သော စိတ်များသည် ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ကို အမှီပြုရသည်။ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်သည် လည်း နှလုံးအစွန်း၌ သွေးကို အမှီပြုရသည်။ နှလုံး သွေးသည်လည်း နှလုံးသားကို အမှီပြုရသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်လှုပ်ရှား သည့်အခါ စိတ်ပူလောင်သည့်အခါ ယင်းဂါဠီရှာ ဟဒယဝတ္ထုနှုပ် သည်လည်း လှုပ်ရှားရသည်။ ပူလောင်ရသည်။ ယင်းဟဒယဝတ္ထုရုပ်၏ လှုပ်ရှားမှု ပူလောင်မှုသည် နှလုံးသွေးနှင့် နှလုံးသားကို လှုပ်ရှားစေသည်။ ပူလောင်စေသည်။ ယင်း ပူလောင်မှုကြောင့် နှလုံးရောဂါ ဖြစ်တတ်သည်။ ယင်းအပူသည် အဆုပ်

အတွင်းသို့ ရောက်ရှိသည့်အခါ အဆုပ်ရောဂါဖြစ် ဖတ်သည်။ ယင်းအပူသည် ဦးခေါင်းအတွင်းသို့ ရောက်ရှိသည့်အခါ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း စသော ရောဂါအမျိုးမျိုးကို ဖြစ်စေတတ် သည်။ လူသတ္တဝါများ ဖြစ်ပေါ်ခံစားကြရသော အနာရောဂါများအနက် ထက်ဝက်ကျော်မှာ စိတ်ပူလောင်မှုကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲမှုကြောင့် စိတ်အား ငယ်မှုကြောင့် ဖြစ်ကြရသည်။

## စိတ်သည် ဦးနှောက်ကို အမှီပြုသလော

သိပ္ပံပညာရှင်များသည် အသိဉာဏ်ကို ဦးနှောက်က ထုတ်လုပ်ပေးသည်။ အသိဉာဏ် စဉ်းစားဉာဏ်သည် ဦးနှောက်ကို အမှီပြုရသည်။ ခက်ခဲနက်နဲသော ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရန် အကြံဉာဏ်ထုတ် စဉ်းစားရာ၌ ခေါင်းကိုက်သည်။ ခေါင်းခဲသည်ကို တွေ့ကြုံခံစားရသဖြင့် ဦးနှောက်ကို အသုံးပြု၍ စဉ်းစားရသည်ဟု ဆိုကြသည်။ ထို့ကြောင့် အသိဉာဏ်သည် ဦးနှောက်အတွင်း၌ ဖြစ်၍ ဦးနှောက်ကို အမှီပြုသည်ဟု ယူဆကြသည်။

စဉ်းစားခန်းထုတ်ရာ၌ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ခေါင်းခဲခြင်း၊ ခေါင်းမကြည်ခြင်း ဖြစ်ရသည်မှာ ကြိုစည်စဉ်းစားသည့် အချိန်အခါတွင် အသက်ရှူမှု၊ မမှန်ကန်ဘဲ အသက်ရှူတလှည့် မရှူတလှည့် ဖြစ်နေတတ်သည်။ ရံခါ အသက်ရှူသွင်းပြီးနောက် ကြာရှည်စွာ အသက်အောင့်ထား၍ "ဟင်းကနဲ" သက်ပြင်းမှုတ်ထုတ်တတ်သည်။ ခက်ခက်ခဲခဲ၊ လေးလေး နက်နက်၊ စဉ်းစားမိတိုင်း ဤသို့ဖြစ်တတ်သည်။ ရံခါ ပြဿနာ၏ အဖြေကို ရှာမရနိုင်သဖြင့် ကြာရှည်စွာ အသက်အောင့်ထားလေ့ ရှိသည်။ ဥပမာ- ကားမောင်းသူ တစ်ဦးသည် လူသေလောက်အောင် ကားတိုက်မှု ဖြစ်ပွားခဲ့ လျှော်စရာ ပိုက်ဆံကလည်း မရှိ၊ အားကိုးစရာ ဆွေမျိုးသားချင်း၊ ဆရာသမား၊ မိတ်ဆွေလည်းမရှိ၊ ထိုပြဿနာကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်ရန် ကြိုစည်စဉ်းစားသည့် အခါ အဖြေမတွေ့နိုင်သဖြင့် မကြာခဏ သက်ပြင်းချလျက် မအိပ်နိုင် မစားနိုင် ခံစားနေရသည်။ ထိုအခါ ခေါင်းမူးခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းတို့သာမက နှလုံးတုန် ရင်ခုန်မောပန်းခြင်းများ ခံစားရမည်ဖြစ်သည်။ သောကမီး ပူလောင်မှု၊ ဒေါသမီး ပူလောင်မှု၊ (အချစ်) ရာဂမီး ပူလောင်မှုတို့ကြောင့် နှလုံးသွေးပူလောင်၍ ယင်းသွေးသည် တကိုယ်လုံးသို့ ပျံ့နှံ့သွားကာ ကိုယ်တွင်းရှိ ကလီစာ အစိတ်အပိုင်းများ အနာရောဂါ

ဖြစ်ကြရသည်။ အမှုတ်နာ၊ အဆုတ်ကင်ဆာ၊ အသဲနာ၊ လည် ချောင်းနာ၊ ခေါင်းကိုက်ရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ စသည်တို့ ဖြစ်တတ်ကြသည်။ ထိုကြောင့် စိတ်ပူလောင်မှု၊ စိတ်ယောက်ယက်ခက်မှုကြောင့် ခေါင်းနောက်၊ ခေါင်းရွတ်၊ ခေါင်းမူးရုံ သာမက ဝမ်းတွင်းကလီစာအားလုံး ထိခိုက်နိုင်သဖြင့် စိတ်ပူလောင်ခြင်းကြောင့် နှလုံးသွေးပူလောင်သည်။ နှလုံးသွေးပူလောင်မှုကြောင့် တကိုယ်လုံးသို့ အပူကူးစက်သွားသည်ကို တွေ့နိုင်ပေသည်။

## ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများ အသုံးပြုမှု စဉ်းစားခြင်း

စိတ်သည် အကိတ်မှ အဖြစ်အပျက်များကို ပြန်လည်စဉ်းစားခြင်း၊ အနာဂါတ်တွက်ပြုလုပ်မည့် ကိစ္စများကို အကြိုဉာဏ်ထုတ်ခြင်းပြုလုပ်ရာ၌ သက်ဆိုင်ရာ ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းနှင့် ဆက်စပ်၍ စဉ်းစားလေ့ရှိသည်။ ခြေထောက်ဖြင့် ပြုလုပ်ရမည့် ကိစ္စများကို စဉ်းစားသည့်အခါ ခြေထောက်၌ စိတ်ထည့်၍ စဉ်းစားလေ့ရှိသည်။ ဥပမာ ဘောလုံးသမားတစ်ယောက်သည် ဘောလုံးကန်စဉ်က ကွေ့ရှိခဲ့ရသော အတွေ့အကြုံများကို ပြန်လည် စဉ်းစားရာ၌ လည်းကောင်း၊ လာမည့် ဘောလုံးပွဲအကြောင်းကို ကြိုတင်စဉ်းစားရာ၌ လည်းကောင်း ခြေထောက်ကဲ့၌ စိတ်ရောက် နေတတ်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ခြေထောက်သည် ဘောလုံးကန်သကဲ့သို့ ဖြစ်သွားတတ်သည်။ ကားမောင်းတတ်သူတစ်ဦးသည် မိမိကိုယ်တိုင် မမောင်းပဲ ယာဉ်မောင်းဘေး၌ ထိုင်လိုက်ရသည့်အခါ ကားဂျွှေ့တွင် လူတစ်ယောက် ဖြတ်ပြေးသည်ကို မြင်ရပါက ထိုသူ၏ ခြေထောက်သည် အလိုအလျောက် ဘရိတ်နင်းသကဲ့သို့ ဖြစ်ရတတ်သည်။ လက်ဝှေ့သမားတစ်ဦးသည်လည်း လက်ဝှေ့အကြောင်းကို စဉ်းစားသည့်အခါ၊ သူ၏စိတ်သည် လက်သီးထဲသို့ ရောက်နေတတ်သည်။

အလားတူပင် အမြင်အာရုံနှင့် ပတ်သက်သောအကြောင်းအရာများကို စဉ်းစားသည့်အခါတွင်လည်း စိတ်သည် မျက်စိ၌လည်းကောင်း မျက်စိနှင့် ဆက်စပ်နေသော ဦးနှောက်အစိတ်အပိုင်း၌ လည်းကောင်း ဆက်စပ်ပျံ့နှံ့ ရောက်ရှိနေလိမ့်မည်။ အကြားအာရုံနှင့် ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများကို စဉ်းစားသည့်အခါ နား၌လည်းကောင်း၊ နားနှင့် ဆက်စပ်နေသော ဦးနှောက်အစိတ်အပိုင်း၌ လည်းကောင်း ဆက်စပ်ပျံ့နှံ့ ရောက်ရှိနေ ပေလိမ့်မည်။ အနံ့နှင့် ပတ်သက်စဉ်းစားသောအခါ နှာခေါင်း၌

လည်းကောင်း၊ နှာခေါင်းနှင့် ဆက်စပ်နေသော ဦးဖျော့အစိတ်အပိုင်း၌ လည်းကောင်း၊ စိတ်သည် ဆက်စပ်ပုံနှံ့နေလိမ့်မည်။ အရသာနှင့် လျာသက် စည်းစားသောအခါ လျှာ၌လည်းကောင်း၊ လျှာနှင့်ဆက်စပ်နေသော ဦးနှောက် အစိတ်အပိုင်း၌လည်းကောင်း စိတ်သည် ဆက်စပ်ပုံနှံ့ ရောက်ရှိနေလိမ့်မည်။ အတွေ့.အထိအာရုံနှင့် ပတ်သက်၍ စည်းစားသောအခါ သက်ဆိုင်ရာ ကိုယ်ကာယ အစိတ်အပိုင်း၌လည်းကောင်း၊ ကိုယ်ကာယနှင့် ဆက်စပ်နေသော ဦးနှောက် အစိတ်အပိုင်း၌လည်းကောင်း စိတ်သည် ဆက်စပ်ပုံနှံ့ ရောက်ရှိနေပေလိမ့်မည်။ စိတ်ရောက်သွားသည့် ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းသို့ နှလုံးမှ သွေးများ အလုံအလောက် အထူးပို့ပေးနေရမည်။

ဆိုလိုသည်မှာ စိတ်သည် မြင်စရာအာရုံနှင့် ပတ်သက်၍ စည်းစားသည့်အခါတွင် မြင်မှုဆိုင်ရာ အင်္ဂါအစိတ် အပိုင်းများဟို အသုံးပြု၍ စဉ်းစားဆင်ခြင်လေသည်။ အိပ်မက်မက်နေသူ တစ်ဦး၏ ကြောက်စိုက်လေ့လာကြည့်ရာ၌ မျက်စိပိုင်းဆိုင်ရာ အာရုံကြောများသည် လှုပ်ရှား ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို တွေ့ရှိရသည် ဟုဆိုကြသည်။အလားတူပင် အာရုံအာရုံနှင့် ပတ်သက်၍ ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည့်အခါ နားနှင့်ဆိုင်ရာဒေဂီ အစိတ်အပိုင်း များကို အသုံးပြုလေသည်၊ အရသာနှင့် ဆိုင်သည့်အာရုံကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားသည်အခါ လျှာနှင့်ဆိုင်ရာ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်များကို အသုံးပြု၍ စဉ်းစားလေသည်။ ထိုကြောင့် သံပုရာသီး ရှောက်သီးစသော အချဉ်အရသာကို စဉ်းစားသည့်အခါ လျှာအကြော၊ ပါးအကြောများလှုပ်ရှားလာ၍ သွားရည်များယွက်လာသည် ကိုတွေ့ရပေသည်။ အထူးအားဖြင့် ဖိုမတို့၏ ကာမရာဂတိစ္ဆဏကို စဉ်းစားသည့် အခါတွင်လည်း သက်ဆိုင်ရာ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများ နိုးကြားယက္ကြွ လှုပ်ရှား လာသည်ကို တွေ့နိုင်ပေသည်။ စိတ်ရောက်သည့် ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်း များသို့ နှလုံးမှ သွေးများ အထူးပြု ပို့ဆောင်နေရသည်။

ထို့ကြောင့်စိတ်သည် တစ်နေရာတည်းဌာ ရပ်တည်၍ အာရုံခံစားခြင်း စဉ်စားဆင်ခြင်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်သည် မဟုတ်ချေ၊ နှလုံးသားအတွင်းရှိ ဟဒယဝတ္ထုကို အမှီပြု၍ ဝဟိုဓာက်ပြု၍ သက်ဆိုင်ရာ အာရုံခံယူသည့် အစိတ်အပိုင်းသို့ ဆန့်ထုတ် ဖြန့်ထုတ်၍ ကိစ္စပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်လေသည်၊ အကြောင်းမူ နှလုံးမှသွေးသည် တစ်ကိုယ်လုံးသို့ ပုံ့နှံ့လှည့်ပတ်လှုပ်ရှိသဖြင့် နှလုံးသွေးကိုမှီသော ဟဒယဝတ္ထုရုပ်သည်လည်း လိုအပ်သည့်

အခါ လိုအပ်သည့်နေရာသို့ ဖြန့်ထုတ် ဆက်သွယ်နိုင်သည့်သဘောရှိသည်။ ဝိထိစိတ်များကို လေ့လာရာ၌ စက္ခုပသာဒရုပ်ကို အမှီပြု၍သော စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်သည် မှတ်ဉာဏ်ယင်အာမ အတွင်းစက္ခုပသာဒ၌ ဖြစ်ပေါ်သည်၊ ယင်း စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်၏ ဓရုံ၌ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော သဝဏစိတ်နှင့် အာဝဇ္ဇန်း စိတ်တို့သည် ဟဒယဝတ္ထုကို အမှီပြု၍ကြသည်။ ယင်း စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်၏ နောက်၌ ဖြစ်သော သမ္ပဋိစ္ဆိုင်း၊ သန္တီရုဏ၊ ဝုဋ္ဌေးဆယ်သောနောက်စိတ်များသည် ဟဒယဝတ္ထုကိုအမှီပြု၍ကြသည်။

ပဥ္စဒ္ဒါရာဝဇ္ဇန်းစိတ်သည် မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ တံခါးငါးပေါက်ကို ဖွင့်ပေးတတ်သော စိတ်ဖြစ်သည်၊ ဖြင်စရာအာရုံတစ်ခုသည် မျ. စိသူဇယ်အိမ်သို့ တင်ဖျပ်လာသည့်အခါ နှလုံးအိမ်အတွင်း၌ ကိန်းဝပ်ဖြစ်ပေါ်နေသော ဘဝင်စိတ်အစဉ်သည် ပြုက်ဖောက်သွား၍ ပဥ္စဒ္ဒါရာဝဇ္ဇန်းဟုခေါ်သော အာဝဇ္ဇန်းစိတ်သည် ဟဒယဝတ္ထုကိုမှီလျက် မျက်စိတံခါးပေါက်ဆီသို့ စိတ်ကိုဦးတည်ပေးလိုက်သည့်၊ ဂါ ဖွင့်ထိတံခါးကို ဖွင့်ပေးလိုက်သည်။ ထိုအချိန်မှာ နှလုံးအိမ်အတွင်း၌ ဟဒယဝတ္ထုသည် မျက်စိတံခါးပေါက်သို့ ရောက်အောင် သွေးကြောမှတဆင့် ဆက်သွယ်ပေးရမည်၊ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်က မြင်ယိုက်သော ဧရုပါရုံကို သမ္ပဋိစ္ဆိုင်းစိတ်သည် လက်ခံရယူ၍ နှလုံးအိမ်ဘက်ဆီသို့ ပြန်လည် ဦးတည်ရမည်၊ အလားတူပင် နားဖြင့်အသံကိုကြားခြင်း၊ နှာခေါင်းဖြင့် အနံ့ကိုသိခြင်း၊ လျှာဖြင့် အရသာကို သိခြင်းဟူဆိုအပ်သော သောတဝိညာဏ်စိတ်၊ ဃာနဝိညာဏ်စိတ်၊ ဇိဝှါဝိညာဏ်စိတ်တို့ ဖြစ်ပေါ်သည့်အခါ၌လည်း ဟဒယဝတ္ထုကို မှီသော အာဝဇ္ဇန်းစိတ်သည် သက်ဆိုင်ရာနေရာသို့ ဦးတည်ပြီး တံခါးကို ဖွင့်ပေးရပေလိမ့်မည်၊ ယင်းဝိညာဏ်စိတ်တို့က ရယူလိုက်သော သဒ္ဒါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ ရသာရုံ တို့ကို သမ္ပဋိစ္ဆိုင်းစိတ်သည် လက်ခံရယူ၍ ဟဒယဝတ္ထု၏ ပဟိုချက်ဖြစ်သော ဟဒယဝတ္ထု နှလုံးသားသို့ ပြန်လည် ရောက်ရှိလာရသည်။ ဤကဲ့သို့ ဟဒယဝတ္ထုသည် လိုအပ်သည့် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်း ဒွါရတံခါးပေါက်ဆီသို့ လိုအပ်သည့်အခါ သွေးလမ်းကြောင်းတစ်လျှောက် ဆန့်ထုတ်ဖြန့်ထုတ်ဆက်သွယ်၍ မလိုသည့်အခါ နှလုံးအိမ်အတွင်း၌ ကိန်းဝပ်ဘည်နေခြင်း ဖြစ်လေသည်၊ သို့ရာတွင် ဟဒယဝတ္ထုရုပ်နှင့် စက္ခုဝတ္ထုရုပ်၊ သောတဝတ္ထုရုပ် စသည်တို့ ဆက်စပ်ဆက်နွယ်မှုမှာ နေရာရွေ့လျားခရီးသွားလာသည့် သဘောမျိုး မဟုတ်

ချေ။ သံလိုက်စက်ကွင်း၊ သံလိုက်နယ်ပယ် တစ်ခုကဲ့သို့ ဓာတ်ကူး ဓာတ်ဆက် ခြင်း သဘောဖြစ်သည်။ ဤအဓိပ္ပါယ်ကို ပင့်ကူဥပမာဖြင့် ပြလေ့ ရှိကြသည်။ ပင့်ကူတစ်ကောင်သည် ပိုက်ကွန်ယက်ကို ယက်လုပ် ဖြန့်ထား၍ အလယ်ဗဟို တွင်ဝပ်နေသည်၊ ယင်ကောင်စသော ပိုးကောင်ငယ် တစ်ခုခုသည် ပင့်ကူပိုက် ကို အစွန်အဖျား တစ်နေရာ၌ တိုးမိတိုက်မိ၍ ငြိကပ်နေသောအခါ ပင့်ကူ သည် ထိုယင်ကောင်ရှိရာသို့ သွားရောက်၍ အဆိအသားကို ဖျော်စားပြီး နောက် အလယ်ဗဟိုချက်သို့ ပြန်လာပြီး ဝပ်နေလေ တော့သည်။ အလားတူပင် စိတ်ဝိညာဏ်သည် မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ စသော ဒွါရငါးခုသို့ ထင် ဟပ်လာသော အာရုံကို သွားရောက်ဖမ်းယူ၍ အရသာခံယူ စားသုံးပြီး သော အခါ နှလုံးအိမ်အတွင်းရှိ ဟဒယဝတ္ထုသို့ ပြန်လာ၍ ဘဝင်စိတ်အဖြစ်ဖြင့် ငြိမ်သက်စွာ ဝပ်နေလေတော့သည်။ ဤကဲ့သို့ ပင်ကူမျှင်များ ကွန်ယက်သဖွယ် ဖြန့်ထားပုံနှင့် တံခါးပေါက် (ဒွါရ) ငါးခုနှင့် နှလုံးအိမ်ရှိ ဟဒယဝတ္ထုတို့ ဆက်စပ်မှု ဆက်နွယ်မှုရှိနေကြောင်း၊ ဤသို့ရှိ နေခြင်းကြောင့်သာလျှင် မျက်စိ၊ သို့မဟုတ် နားစသည်တို့ အာရုံထင်လာမှု ကြောင့် နှလုံးအိမ်အတွင်းရှိ ဘဝင်စိတ်သည် တုန်လှုပ်ရကြောင်းကို ပင့်ကူ ဥပမာဖြင့် ပြလေ့ရှိကြသည်။

## ဇီဝိတရုပ်

ဇီဝ-အသက်၊ ဇီဝိတ- အသက်ရှင်အောင် ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက် ပေးသောရုပ်။

စက္ခုပသာဒ မျက်စိအကြည်ဓာတ်၊ သောတပသာဒ နားအကြည် ဓာတ်၊ ဃာနပသာဒ နှာခေါင်းအကြည်ဓာတ်၊ အစရှိသော ပသာဒရုပ်၅-ပါး၊ ဣတ္ထိဘာဝ၊ ပုမ္ဘာဝရုပ်၊ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်တို့သည် ကံကြောင့်ဖြစ်သောရုပ်များ (ကမ္မဇရုပ်များ) ဖြစ်ကြသည်။ ယင်း ကမ္မဇရုပ်များကို သတ်မှတ်ထားသည့် သက်တမ်းကာလအတွင်း အသက်ရှင်နိုင်စေရန် ဤဇီဝိတရုပ်က ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ပေးသည်။ ထို့ကြောင့် ဇီဝိတရုပ်သည် ကမ္မဇရုပ်တို့၏ အသက် ဖြစ်သည်။ ကမ္မဇရုပ်တို့ကို အသင်ရှင်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရာ၌ ပိုင်နိုင်ခြင်း၊ ပိုင်စိုးခြင်းကြောင့် ဣန္ဒြိယရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ဇီဝိတနှင့် ဣန္ဒြေကို တွဲစပ်၍ ဇီဝိတိန္ဒြေရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်၊ ရုပ်တို့၏ အသက်ကို ဇီဝိတိန္ဒြေရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရ၍ နာမ်တရားတို့၏ အသက်ကို ဇီဝိတိန္ဒြေ စေတသိက်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

အခြိန်ကာလ ကွာဝေးသော ရှေးဘဝများက ပြုလုပ်ခဲ့သော ကုသိုလ်ကံ၏ အစွမ်းကြောင့် မျက်စိ၊နား၊ နှာခေါင်း စသော ပသာဒရုပ်များ ကမ္မဇရုပ်များဖြစ်ပေါ်ကြရာ၌ အကြောင်းဖြစ်သော ကံတရားနှင့်အကျိုးဖြစ်သော ရုပ်တရားတို့သည် အလုံးကွာဝေးလျက်ရှိသောကြောင့် အကြောင်းကံတရားသည် ကမ္မဇရုပ်တို့ကို ဖြစ်ပေါ်ရုံမျှသာ တာဝန်ယူသည်၊ တာဝန်ခံသည်။ ယင်းကမ္မဇရုပ်တို့၏ အသက်ရှင်မှုကို ကံတရားက တာဝန်မယူနိုင်ချေ။ မိခင်ရင်း ကွယ်လွန်သွားသည့် မိတဆိုး : ကလေး ငယ်ကို နို့ထိန်းက တာဝန်ယူ စောင့်ရှောက်ရသကဲ့သို့ ကမ္မဇရုပ်တို့၏ မူလ မိခင်ရင်းနှင့် တူသောကုသိုလ် ကံသည် အတိတ်ဘဝက ဖျပ်ခြိမ်းခဲ့ပြီဖြစ်၍ ဤဇိဝိတရုပ်သည် နို့ထိန်းသဖွယ် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပေးရမည်။ ဤ ဇိဝိတရုပ်သည်သာလျှင် ကမ္မဇရုပ် တို့ကို အသက်ရှင်စေရန် တာဝန်ယူ စောင့်ရှောက်ပေးသည်။

## တကိုယ်လုံး၌ ပျံ့နှံ့သော ရုပ်များ

ပသာဒ၊ လောဟိတ၊ ဇိဝ၊ သည်းခြေ၊ သုက်

ဤတို့ဘာဝ၊ ပုမ္ဘာဝဟုခေါ်သော ဘာဝရုပ်၊ ကာယပသာဒရုပ်၊ လောဟိတ ဟုခေါ်သော သွေး၊ ဇိဝဟုခေါ်သော ဇိဝိတရုပ်၊ သည်းခြေရည်၊ သုက်သွေး၊ ဤရုပ်(၆)မျိုးတို့သည် အရေပြား အပြင်ဘက်သို့ ထွက်နေသော ခြေသည်း၊ လက်သည်း၊ ဆံပင်၊ အမွေးတို့မှအပ တကိုယ်လုံး၌ ပျံ့နှံ့တည်ရှိနေသည်။

## အာဟာရရုပ်

သတ္တဝါများ စားမျိုလိုက်သောအစာသည် ဝမ်းတွင်းသို့ ရောက်ရှိ၍ ဓနွာကိုယ်အား အထောက်အပံ့ ပြုနိုင်သော အဆီ အစေး ဩဇာဓာတ်ကို အာဟာရရုပ်ဟုခေါ်သည်။ သတ္တဝါတို့ စားမျိုလိုက်သော အစာသည် အရည်ဖြစ်၍ ဝမ်းသားအတွင်းသို့ ရောက်ရှိပြီး သွေးသားကို ထောက်ပံ့သည့် ဩဇာကိုသာလျှင် အာဟာရရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ထိုကဲ့သို့ စားမျိုခြင်း မပြုရသော ပြင်ပဗဟိဒ္ဓရှိ ရုပ်ဝတ္ထု ရုပ်ကလာပ်များအတွင်း၌ ဩဇာဟု ခေါ်ဆို

အပ်သော ရုပ်အဆီ အနှစ်ကို အာဟာရရုပ်ဟု မခေါ်ရ၊ ဩဇာရုပ်ဟုသာ ခေါ်ဆိုရသည်။ ယင်းဩဇာရုပ်သည် သက်ရှိသက်မဲ့ ရုပ်ကလာပ်စည်းတိုင်း၌ ပါဝင်ဖွဲ့စည်းထားသည်။ သဲမှုန်၊ဖုန်မှုန်၌လည်း ဩဇာရုပ်ပါရှိသည်။ ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ သစ်သီးဝလံ၊ ကောက်ပဲသီးနှံတို့၌လည်း ဩဇာရုပ် ပါရှိသည်။

## သစ်ပင်သည် အသက်ရှိသလော

သစ်ပင်၌ အသက်ရှိ၊ မရှိ ဟူသောပြဿနာကို တိတိကျကျ ရှင်းပြရန် လိုမည်ထင်ပါသည်။ ဤနေရာ၌ " အသက်"ဟူသော ဟောဝါဟာရ စကားလုံးကို အဓိပ္ပါယ် တိတိကျကျ သတ်မှတ်ရန်လိုပါသည်။ ကိုယ့်အဓိပ္ပါယ်နှင့် ကိုယ် ပြောကြလျှင် မှန်သည်ချည်းပင်ဖြစ်၏။

တည်ရှိခြင်း တည်တန့်နေနိုင်ခြင်း ဆိုသောအဓိပ္ပါယ်နှင့် ပြောသည် ဆိုလျှင် ကျောက်ခဲ၊ သလဲမျှားသည်လည်း ကျောက်ခဲအဖြစ်၊ သဲအဖြစ် တည်ရှိနေနိုင်သောကြောင့် အသက်ရှိသည်ဟုပင် ဆိုရမည်ဖြစ်သည် ထိုကြောင့် ဤကျောက်ခဲများ၏သက်တမ်းကို ဘူမိဗေဒပညာရှင်များက တွက်ချက်သိနိုင်ကြခြင်း ဖြစ်သည်။ မီးသင့်ကျောက်၊ အနယ်ကျကျောက်၊ အသွင်ပြောင်းကျောက်တို့ကို နှစ်သန်းပေါင်း မည်မျှရှိပြီဟု ဘူမိဗေဒပညာရှင်များက သက်တမ်းကို တွက်ချက် ခန့်မှန်းနိုင်ကြသည်။ ဤနေရာ၌ ကျောက်ခဲသည် ကျောက်ခဲ၏အဖြစ်ဖြင့် ဆက်လက်တည်ရှိနေနိုင်ခြင်းဟူသော အချိန်ကာလ အပိုင်းအခြားကို သက်တမ်းဟု၍ ခေါ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အခြားနည်းအားဖြင့် ရှင်သန်ကြီးထွားမှု၊ မျိုးပွားမှုစသော အချက်များကို ဖြည့်စွက်၍ သစ်ပင်၌ သက်ရှိသည်ဟု ဆိုကြသည်။ အပင်များ၏ ရုပ်ကလာပ်တို့သည် သတ္တဝါများ၏ ရုပ်ကလာပ်များကဲ့သို့ "ဆဲလ်"ဟု ခေါ်သော ကလာပ်စည်းများနှင့် ဖွဲ့စည်းထားသည်။ ဆဲလ်ဟူသော ရုပ်ကလာပ်ငယ်များသည် ငါးစည်ဖောင်းကဲ့သို့ အတွင်း၌ အခေါင်းဖြစ်နေပြီး ထိုအခေါင်းထဲ၌ အရည်များပြည့်နေသည်။ ဤစည်ဖောင်းလေးများသည် တဖြည်းဖြည်း ရှည်လာပြီး

လျှင် အလယ်၌ ခါးသိမ်ပြီးနောက် နှစ်ပိုင်းပြတ်ထွက် သွားတော့သည်။ ဤနည်းအားဖြင့် "ဆဲလ်"ဟူသော ရုပ်ကလာပ်များ နှစ်ဆနှစ်ဆ တိုးပွားသွားပြီးလျှင် အပင်များ သတ္တဝါများ ကြီးထွားပွားများလာကြသည်ဟု ဆိုသည်။

ထို "ဆဲလ်"ဟုခေါ်သော ရုပ်ကလာပ်များ စက္ကန့်တိုင်း၊ မိနစ်တိုင်း မရပ်မနား ကြီးထွားလာပြီး ဆက်ကာ ဆက်ကာ နှစ်ပိုင်းကွဲနေကြသည်။ ဤနည်းဖြင့် ဆက်လက်ကြီးထွားသွားသော ရုပ်ကလာပ်" ဆဲလ်"ကိုသာ ရုပ်ရှင် (ရုပ်အရှင်) ဟုခေါ်ဆိုပြီး ဆက်လက် မကြီးထွားနိုင်တော့သော ရုပ်ကလာပ် ဆဲလ်များကို ရုပ်သေ (ရုပ်အသေ)ဟု ခေါ်ကြ၏။ ရုပ်သေကို ရုပ်သစ်များက ဖယ်ထုတ်ပစ်ကြရသည်။ ရုပ်ကလာပ်အဟောင်း ရုပ်သေများသည် သစ်ပင်တစ်ခုၟ အခွန်အခေါက်ဖြစ်၍ ကွာထွက်သွားကြသည်။ သတ္တဝါ၏ ခန္ဓာကိုယ်ထဲၟ ရုပ်သေ ရုပ်ဟောင်းများ အောင်းနေလျှင်မူ မြင်းဖု၊ အကျိတ်အခဲ၊ ကင်ဆာစသော အနာရောဂါ များ ဖြစ်သည်ဟု ဆို၏။ ဤကဲ့သို့ ရုပ်ကလာပ်ဆဲလ်များ ရှင်သန်ကြီးထွားပုံချင်း တူညီနေသောကြောင့် အပင်နှင့်သတ္တဝါကို တူသည်ဟု သိပ္ပံဆရာများက ယူဆကြသည်။

အခြားတူညီသော အချက်တစ်ခုမှာ သစ်ပင်နှင့် သတ္တဝါများသည် မျိုးဆက်ပြန့်ပွားအောင် ဆောင်ရွက်သည့် နေရာၟလည်း တူညီကြသည်ဟုဆို၏။ သစ်ပင်များသည် သီးချိန်တန်လျှင် သီး၍ ပွင့်ချိန်တန်လျှင် ပွင့်ကြသည်။ သတ္တဝါများလည်း မျိုးဆက်ပြန့်ပွားစေရန် ဖိုဓါတ်၊ မဓါတ်၊ ကူးလူးဆက်ဆံမှု လိုအပ်သကဲ့သို့ အပင်များလည်း အသီး၊ အစေ့ အောင်မြင်စေရန်အတွက် ဝတ်ဆံဖို၊ ဝတ်ဆံမ ကူးလူး ဆက်ဆံမှု လိုအပ်သည်ဟု ဆိုသည်။ "ငှက်ပျောပင်စိုက် မိလိုက် ဖပါ" ဆိုသကဲ့သို့ မိဘများ၏ အရည်အချင်းတို့ကို သားသမီးများက အမွေခံရရှိကြသည်။ ထိုနည်းတူစွာပင် အပင်များၟလည်း သရက်စေ့မှ သရက်ပင်ပေါက်ပြီး သရက်သီး သီးကြ၏။ သရက်ပင်က ပိန္နဲသီး မသီးနိုင်ချေ။ လူများလည်း မြန်မာမိဘမှ အင်္ဂလိပ်ကလေး မမွေးနိုင်၊ မြန်မာကလေးသာ မွေးနိုင်၏။ ဤကဲ့သို့ မျိုးရိုးလိုက်သည့်နေရာၟလည်း သစ်ပင်နှင့် သတ္တဝါများ တူညီချက်ရှိနေသည်။

နောက်ထပ် တူညီချက်တစ်ခုမှာ သတ္တဝါများသည် လေကို ရှူရှိုက်ကြ ရသကဲ့သို့ သစ်ပင်များလည်း လေကို ရှူရှိုက်ကြသည်။ အရွက်များ၏ ကျောဘက်၌ မွေးညှင်းပေါက်ကဲ့သို့သော အပေါက်ကလေး များဖြင့် ပြည့်နေသည်။ ဤအပေါက်ကလေးများဖြင့် လေကို စုပ်ယူပြီး နေ့အခါမှာ ကာဗွန်ကို စုပ်ယူ၍ အောက်ဆီဂျင်ကို ပြန်လည်ထုတ်လွှတ်သည်။ ညအခါ၌ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်ဓါတ်ကို ပြန်လည် ထုတ်လွှတ်သည် ဟုဆိုကြသည်။

အခြားတူညီချက်တစ်ခုမှာ အစာစားပြီး အစာကို ချက်လုပ်မှုပင်ဖြစ်သည်။ အပင်များသည် အမြစ်မှ ဓါတ်ဆားရည် ဟုခေါ်သော မြေဆီဩဇာနှင့် ရေများကို စုပ်ယူပြီး အရွက်ထဲသို့ ရောက်အောင်ပို့ပေးသည်။ အရွက်၌ ရှိသော ကလိုရိုဖိုးလ် ခေါ် အစိမ်းရောက် (ဟရိတ)ဓာတ်က နေရောက်ခြည်၏ အကူအညီကို ရယူပြီး မြေဆီမြေဩဇာများကို သစ်ပင်၏ အစာဖြစ်အောင် ချက်လုပ်ပေး၏။ လေထုအတွင်း၌ရှိသော ကာဗွန်ဓာတ်၊ နိုက်ထရိုဂျင်ဓာတ်၊ ဟိုက်ဒရိုဂျင်ဓာတ်များကိုလည်း အရွက်များက စုတ်ယူ၍ မြေဆီ မြေဩဇာနှင့် ရောနှောကာ အစာချက်လုပ်ကြသည်။ ရှေးဦးစွာ နေ့အခါ၌ "ကစီ" ဟုခေါ်သော ကော်ရည်တစ်မျိုးကို ချက်လုပ်ပြီး သစ်ကိုင်း၊ သစ်ခွမျှော်၏ အတွင်းဝယ် သိုမှီးထားသည်။ ညအချိန်ရောက်သောအခါ ထိုကစီရည် (သစ်ရည်) များကို သစ်ရွက်အတွင်းသို့ ပြန်ပို့ပြီးလျှင် ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲစေ၏။ နောက်တစ်ဆင့် သကြားအဖြစ် ပြောင်းလဲပြန်၏။ ဤသကြားဓာတ်ကိုပင် သစ်ပင်တစ်ခုလုံးက ဝေမျှ သုံးစွဲကြရသည်ဟုဆိုသည်။

အားလုံးကို ခြုံငုံသုံးသပ်ကြည့်မည်ဆိုလျှင် သစ်ပင်များသည် ရှင်သန်ကြီးထွားတတ်သည်။ မျိုးဆက်ပွားစေတတ်သည်။ လေရှူတတ်သည်၊ အစာစားတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် သစ်ပင်သည် သတ္တဝါကဲ့သို့ အသက်ရှိသည်ဟု ဆိုကြသည်။

ဤယူဆချက်များ ရှေးခေတ်ကလည်း ရှိခဲ့ဘူးပါသည်။ အာဇီဝက တက္ကဒွန်းများ၊ ဂျိန်းရဟန်းများနှင့် ၎င်းတို့၏ တပည့်သာဝကတို့က ရုပ်မှုန်များ

အားလုံးသည် အသက်ရှိသည်ဟု ယူဆ ယုံကြည်ထားကြ၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာ ရဟန်းတော်များ သစ်ပင်ခုတ်မှု၊ မြေကြီးတူးမှုများကို ထိုခေတ် အိန္ဒိယပြည်သားများက အသက်သတ်မှုဖြစ်သည်ဟု ကဲ့ရဲ့ရွဲတ်ချကြသည်။ ထိုကဲ့ရဲ့ ရွဲတ်ချမှုများမှ လွတ်ကင်းစေရန် ရဟန်းတော်များ သစ်ပင် သစ်ကိုင်း မချိုးရ မခုတ်ရ၊ မြေကို မတူးဆွရ ဟု မြတ်စွာဘုရားရှင်က သိက္ခာပုဒ် ပညတ်တော်မူခဲ့ရသည်။ ( ဘူတဂါမ သိက္ခာပုဒ်၊ ပထဝီခနန သိက္ခာပုဒ် )

သို့ရာတွင် ဗုဒ္ဓတရားတော်အရ သစ်ပင်၌ အသက်မရှိဟု ဆိုရမည်၊ ဗုဒ္ဓတရားတော်အရ အသက်သည် နာမ်တရား ကံတရားနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည်၊ သစ်ပင်၌ နာမ်တရား၊ ကံတရား မရှိသောကြောင့် အသက်မရှိဟူ၍ ဆိုရမည်။ အသက်ကို ပါဠိ၌ ဇီဝိတဟုခေါ်၏။ နာမ်ဇီဝိတ (နာမ်သက်) ရုပ်ဇီဝိတ (ရုပ်သက်)ဟူ၍ အသက်ဇီဝိတနှစ်မျိုး ပိုင်းခြား၍ ဟောတော်မူထားသည်။ နာမ်ဇီဝိတသည် အတူတကွဖြစ်ဖေါ် ဖြစ်ဖက် စိတ်စေတသိက်တရားများကို သတ်မှတ်ထားသော သက်တမ်းကာလအတွင်း အသက်ရှင်နေအောင် စောင့်ရှောက်တတ်သည်။ ရုပ်ဇီဝိတသည် အတူတကွ ဖြစ်ဖေါ် ဖြစ်ဖက် ကမ္မဇရုပ်ကလာပ်များ အသက်ရှင်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရုံမျှမက အနှစ် ၅၀၊ အနှစ်-၁၀၀ စသည်ဖြင့် သတ်မှတ်ထားသော သက်တမ်းကာလ အတွင်း၌ ကမ္မဇရုပ်များ အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပေါ်နေစေရန် (ပဝတ္တ) စွမ်းဆောင် တတ်သည်။

ရုပ်ဇီဝိတဟု ခေါ်သော ရုပ်သက်ကို အာယု(အသက်)ဟုခေါ်သည်။ သက်တမ်းဆိုသည်မှာ ပဋိသန္ဓေ တည်နေစက ပထမဆုံးဖြစ်သော ရုပ်ဇီဝိတ၏ စွမ်းအားသတ္တိကို သက်တမ်းဟု ခေါ်သည်။ သတ္တဝါများသည် ပဋိသန္ဓေတည်စက ပါလာသော ရုပ်ဇီဝိတ၏ စွမ်းအားအလျောက် သက်တမ်းအတို အရှည် ကွာခြားကြသည်။ အချို့တွင် သေလောက်သော ရောဂါဒဏ်ရာရှိသော်လည်း အသက်ပြင်း(ရုပ်ဇီဝိတအားကောင်း) သည့်အတွက် မသေနိုင်ဘဲ သေဖွာပြန်ဖြစ်ခဲ့ရသည်။ ရုပ်ဇီဝိတသည်- မျက်စိအကြည်ဓါတ် (စက္ခုပသာဒရုပ်) နားအကြည်ဓါတ် (သောတပသာဒရုပ်) နှာခေါင်းအကြည်ဓါတ် (ဃာန-

ပသာဒရုပ်) လျှာအကြည်ဓါတ် (ဇိဝှါပသာဒရုပ်) ကိုယ်အကြည်ဓါတ် (ကာယ-ပသာဒရုပ်) နှလုံးသွေး (ဟဒယဝတ္ထုရုပ်) များကို ဆက်လက်ရှင်သန် ဖြစ်ပေါ် နေစေရန် စွမ်းဆောင်နိုင်သည်။ ဤမျက်စိအကြည်ဓါတ်စသော ရုပ်အကြည် ဓါတ်များ ရှိနေမှသာ မြင်စိတ်၊ ကြားစိတ်၊ နံစိတ် စသည်တို့ ဖြစ်နိုင်ကြသည်။ အကယ်၍ မျက်စိအကြည်ဓါတ် ချို့တဲ့လျှင် (မျက်စိကွယ် နေလျှင်) မြင်စိတ် မဖြစ်နိုင်ချေ။ ထို့ကြောင့် မြင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်နိုင်ရန် မျက်စိအကြည်ဓါတ် (စက္ခုပသာဒ) လိုအပ်သည်။ စက္ခုပသာဒ ရှင်သန်စေရန် ဖူးဇီဝိတက ဆောင် ရွက်ပေးရသည်။ ဇီဝိတရုပ်၊ မျက်စိအကြည်ဓါတ်၊ နားအကြည်ဓါတ် စသော ရုပ်တရားများသည် ကံတရားကို အကြောင်းရင်းခံ၍ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့ကြသည်။ ဤကံတရားများသည်လည်း အတိတ်က ဖြစ်ခဲ့သော စိတ်၊ စေတသိက်၊ နာမ် တရားများက ဖန်တီးပေးလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

အတိတ်က ဖြစ်ခဲ့သော နာမ်တရားများက စေတနာကံ (နာနာက္ခဏိ-ကကံ) ကို ဖန်တီးပေးသည်။ ထိုကံတရားက အကျိုးဝိပါက်စိတ်နှင့် ရုပ်အကြည် ဓါတ်များကို ဖန်တီးပေးသည်။ ဤရုပ်အကြည်ဓါတ်နှင့် ဝိပါက်စိတ်ကြောင့် နောက်ဆက်တွဲ ကုသိုလ်စိတ်၊ အကုသိုလ်စိတ်များ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ရပြန် သည်။ တဖန် ဤကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်စိတ်များက (နာနာက္ခဏိကကံ) ကို ဖြစ်ပေါ်စေပြန်သည်။ ဤကဲ့သို့ ကံနှင့် ဘဝအပြန်ပြန် အလှန်လှန် ဆက်၍ ဆက်၍ သံသရာလည်မှု ဖြစ်ကြရသည်။ ထို့ကြောင့် သက်ရှိသတ္တဝါ မှန်ပါက သံသရာ ကျင်လည်မှု ရှိကြသည်။

သစ်ပင်နှင့် သတ္တဝါတို့၏ အဓိကခြားနားချက်မှာ စိတ်ဝိညာဏ် ဟုခေါ်သော နာမ်တရားပင် ဖြစ်သည်။ သတ္တဝါ၌ သိတတ်သော စိတ်ဝိညာဏ် ရှိ၏။ သစ်ပင်၌ သိတတ်သော စိတ်ဝိညာဏ်မရှိ၊ စိတ်ဝိညာဏ် ဖြစ်ပေါ်ရာမှာလည်း မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ အစရှိသော ပသာဒရုပ် ( Sense organs) များရှိရန် လိုပါသည်။ သစ်ပင်၌ မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ စသော အဂါအစိတ် အပိုင်းများ မရှိသည့်အတွက် မြင်စိတ်၊ ကြားစိတ်၊ နံစိတ်၊ အရသာ သိစိတ်များ မဖြစ်ပေါ်နိုင်ပေ။ သစ်ပင်သည် အရောင်အဆင်းကို ခွဲခြားသိမြင်

နိုင်စွမ်းလည်း မရှိပေ။ အသံကိုလည်း ခွဲခြားနားလည်နိုင်စွမ်း မရှိပေ။ အနံ့ကိုလည်း ခွဲခြားနားလည်နိုင်စွမ်း မရှိပေ။ အရသာကိုလည်း ခွဲခြား၍ မသိရှိမခံစားနိုင်ပေ။ သို့သော် အချို့သော သစ်ပင်များ အတွေ့.အထိကို ခံစားတတ်သိတတ်သည်ဟု ထင်ဖွယ်ရာ ရှိ၏။ ဥပမာ- ထိကရုန်းပင်သည် အတွေ့.အထိကြောင့် ညှိုးသွားရ၏။ သို့သော်လည်း ထိကရုန်းပင်၏ တုန့်ပြန်မှု၌ အသိဉာဏ် ပါ၊ မပါ စိစစ်ကြည့်သင့်သည်။ အသိဉာဏ်ပါသော တုန့်ပြန်မှုဆိုလျှင် ရန်သူ မိတ်ဆွေ အဆိုး အကောင်း ခွဲခြားတတ်ရမည် ဖြစ်သည်။ သို့သော် ထိကရုန်းပင်သည် လက်ဖြင့် ထိလျှင်သော်လည်းကောင်း တုတ်ဖြင့်ထိလျှင်သော် လည်းကောင်း၊ လေတိုက်လျှင်သော်လည်းကောင်း ပုံသေနည်းအတိုင်း အရွက်များ ကုတ်ကျသွားသည်ကို တွေ့.ရမည်။ ထို့ကြောင့် ထိကရုန်းပင်၏တုန့်ပြန်မှုသည် အသိဉာဏ် လုံးဝမပါကြောင်း ထင်ရှားလှ၏။ ဤကဲ့သို့သော ပုံသေနည်းကျ တုန့်ပြန်မှု၊ လှုပ်ရှားမှုများကို စက်ရုပ်များ၊ စက်ယန္တရားများလည်း လုပ်တတ်ကြသည်။ ထိုသို့ စက်ရုပ် ယန္တရား ဆန်ဆန် တုန့်ပြန်လှုပ်ရှားမှုများ၌ အသိဉာဏ် ပါဝင်ဦးစီးမှု မရှိကြောင်း တွေ့.ရှိနိုင်ပေသည်။

ဤအတူ အချို့သော သစ်ပင်များက ယင်ကောင်များ၊ ငှက်ငယ်များကို ဖမ်းယူစားတတ်ကြသည်ဟု ဆိုသည်။ ထိုသစ်ပင်များ၏ အရွက်နှင့် အပွင့်များသည် ကတော့ပုံ ရှိပြီးအထဲ၌ ကျိုချဲ့သော အရည်တစ်မျိုးရှိ၏။ အပင်၏အရွက်ပေါ် အပွင့်ပေါ်သို့ ယင်ကောင်များ၊ ပျားပိတုန်းများ၊ ငှက်ငယ်များ နားလာပါက နှုတ်ခမ်းသားများက အတွင်းဖက်သို့ ကုပ်၍ ပိတ်ဖမ်းသလို ဖြစ်သွားသည်။ ထိုအခါ အတွင်း၌ ရှိသော သတ္တဝါငယ်သည် အတွင်းရှိ ကျိုချဲ့ချဲ့ အရည်ထဲသို့ နစ်မြုပ် ကျမွပြီး အပင်၏အစာ အာဟာရ ဖြစ်သွားရတော့သည်။ ထို့ကြောင့် ဤသစ်ပင်မျိုးသည် ပျားပိတုန်းနှင့် ငှက်ငယ်များကို ဖမ်းယူစားသောက် တတ်သည်ဟု ဆိုကြလေသည်။ ဤသစ်ပင်၏ အပြုအမူကို အသိဉာဏ် ပါ၊မပါ စမ်းသပ်ကြည့်သင့်သည်။ ထိုအပင်မျိုး၏ အပွင့်ထဲ အရွက်ထဲသို့ ခဲလုံး (သို့မဟုတ်) တုတ်တို တုတ်စ များထည့်ကြည့်

သင့်သည်။ အကယ်၍ ထိုအပင်သည် အသိဉာဏ် ရှိသည် ဖြစ်ပါမူ အစာအာဟာရကိုသာ ရွေးချယ်ဖမ်းစားပြီး အစာမဟုတ်သော ခဲလုံး၊ တုတ်တိုတုတ်စများကို ပိတ်ဖမ်းမည် မဟုတ်တော့ပေ။ ကြာပွင့်များသည် နေထွက်လျှင် ပွင့်အာလာပြီး နေဝင်လျှင် ပြန်ငုံသွားလေ့ရှိသည်။ ပြန်ငုံသောအခါ ကြာဝတ်ရည် စပ်ယူနေသော ပျား ပိတုန်းကို ပိတ်ဖမ်းသကဲ့သို့ ဖြစ်ပြီး နောက်တစ်ရက် နေထွက်မှ ကြာငုံပြန်ပွင့်ပြီး ပိတုန်း ပြန်ထွက်နိုင် လေသည်။ ကုက္ကိုရွက်များသည် နေဝင်လျှင် ကုတ်ကျသွားပြီး အိပ်တတ် သည်ဟု ဆိုကြ၏။ နေကြာပန်းသည်လည်း နေရှိရာဘက်သို့ လိုက်လှည့် နေတတ်သည်။ ဤအဖြစ်အပျက်များသည် သဘာဝတရား၏ ပုံသေနည်းကျ တုန့်ပြန်မှုများသာ ဖြစ်သည်။ အသိတရား စိတ် ဝိညာဏ်၏ ဆောင်ရွက်ချက်များ တုန့်ပြန်မှုများ မဟုတ်ကြောင်း ထင်ရှားသည်။ ရေသေသည် လူကို ရေနက်ပိုင်းထဲသို့ ဆွဲတတ်သော သဘော၊ ကြာပင်ရုံများအကြားသို့ ရေကူး သူကို ကြာရိုး၊ ကြာနွယ်များက ရစ်ပတ် ဆွဲနစ်တတ်သောသဘော၊ ရေဝဲသည် ရေအောက်ပိုင်းသို့ ဆွဲစုပ်ယူတတ်သော သဘော၊ ဤသဘောတရားများကို နားမလည် သူတို့က "ဤရေကန်သည် လူစားတတ်သည်" "ဤချောင်းသည် လူစားသည်" ဟု ယုံကြည်စွဲလမ်းနေတတ်ကြသည်။

အားလုံးကို ခြုံ၍ကြည့်မည်ဆိုပါက သစ်ပင်များ၌ မြင်စိတ်၊ ကြားစိတ်၊ နံစိတ်၊ အရသာစိတ်၊ ထိသိစိတ်ခွဲခြားဝေဖန်သိမှုဟူသော စိတ်ဝိညာဏ်၏ လက္ခဏာတစ်ခုမျှ မတွေ့ရချေ။ ထို့ကြောင့် သစ်ပင်၌ ဝိညာဏ်နာမ်တရားမရှိ။ နာမ်တရားမရှိပါက စေတနာ(ကံ) တရားလည်းမရှိနိုင်ချေ။ ကံတရား မရှိလျှင်လည်း ကံကြောင့်ဖြစ်သော ကမ္မဇရုပ်များနှင့် ရုပ်ဇဝိတ(ရုပ်သက်) မရှိနိုင်ချေ။ ကမ္မဇရုပ်နှင့် ရုပ်သက် မရှိလျှင် အပင်များကို သက်ရှိဟု မခေါ်ဆိုနိုင်ချေ။ သို့ရာတွင် ရှင်သန်မှု၊ ကြီးထွားမှု၊ မျိုးပွားမှု အစာစားမှုများမှာ ဗီဇ(မျိုးစေ့) ဓာတ်သဘောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ယင်းဗီဇမျိုးစေ့ ဓာတ်သဘာဝသည် (ဟရိတ) အစိမ်းရောင်ဓာတ် ဟုခေါ်သော တေဇော(မီး) ဓာတ်ပင်ဖြစ်သည်။

## အပင်နှင့်သတ္တဝါ ထူးခြားချက်

သတ္တဝါ၌ အာယုဟုခေါ်သော ဇီဝိတရုပ်၊ ဥသွာတေဇော(ကိုယ်ငွေ့)နှင့် အသိစိတ်တို့ပါရှိ၍ အပင်၌ ယင်းတရားသုံးပါး မရှိခဲ့။ ဇီဝိတရုပ် မရှိပုံနှင့် စိတ်ဝိညာဏ် မရှိပုံကို ရှင်းလင်းပြဆိုခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

ဥသွာတေဇောမှာ( Normal Temperature ) ကိုခေါ်သည်။ လူ၏ပုံမှန်အပူချိန်မှာ ၉၈. ၄ ဖာရင်ဟိုက် ဒီဂရီရှိသည်။ ပတ်ဝန်းကျင် ပြင်ပရာသီဥတုက အလွန်အေးနေလျှင်လည်း ခန္ဓာကိုယ်အပူချိန်ကို နိမ့်ဆင်း မသွားစေရန် ထိန်းထားနိုင်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင် ပြင်ပရာသီဥတုက ဖာရင်ဟိုက် ဒီဂရီ ၁၁၀ ကျော်နေလျှင်လည်း ခန္ဓာကိုယ်အပူချိန်ကို မြင့်တက် မသွားစေရန် ထိန်းထားတတ်သည်။ အပင်များမှာမူ ပြင်ပရာသီဥတုက အေးလျှင် တပြေးညီ လိုက်အေးတတ်၍ ပြင်ပရာသီဥတုက ပူလျှင်လည်း တပြေးညီ ပူတတ်သည်။ ယင်းကဲ့သို့ သက်ရှိသတ္တဝါများ ခန္ဓာကိုယ် အပူချိန် ပုံမှန်ဖြစ်နေအောင် ထိန်းထားသော တေဇောဓာတ်ကို ဥသွာတေဇောဟု ခေါ်သည်။ ယင်းဥသွာတေဇောကို ပါစကတေဇော ဟုခေါ်သော ဝမ်းမီးက ထောက်ပံ့ထားသည်။ အပင်များမှာ ပါစကဝမ်းမီး မရှိသဖြင့် ကလိုရိုဖိုး ခေါ် အစိမ်းရောင်(ဟရိတ)ဓာတ်သည် နေရောင်ခြည် အကူအညီကို ရယူပြီး အစာကို ချက်လုပ်ရသည်။ သက်ရှိသတ္တဝါများမှာ ကလိုရိုဖိုးလ် အစိမ်းရောင်(ဟရိတ)ဓာတ် ရှိလည်းမရှိ လိုလည်းမလိုချေ။ နေရောင်ခြည် (ပြင်ပအပူဓာတ်) အကူအညီလည်း မလိုချေ။ ပါစကတေဇော ခေါ် ဝမ်းမီး အစွမ်းဖြင့် အစာကိုချက်လုပ်နိုင်သည်။ ဤသို့ အပင်နှင့်သတ္တဝါတို့၏ မတူကွဲပြားမှုကို သုံးသပ်၍ အပင်သည် သတ္တဝါမဟုတ်၊ သတ္တဝါသည် အပင်မဟုတ်ကြောင်း ခွဲခြားနိုင်ပေသည်။

## နိပ္ပန္နရုပ် (၁၈)

ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ၊ အကြောင်းတရား လေးပါးတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရသောကြောင့် ယခုပြဆိုပြီးသော ရုပ်(၁၈)ပါးတို့သည် နိပ္ပန္နရုပ် တို့မည်ကုန်၏။ ကြွင်းသော (၁၀)ပါးသောရုပ်တို့သည် အကြောင်းတရား လေးပါးကြောင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း မရှိသဖြင့် အနိပ္ပန္နရုပ်တို့ မည်ကုန်၏။ မှတ်သား၍ လွယ်ကူစေရန် နိပ္ပန္နရုပ် (၁၈)ပါးကို အောက်ပါအတိုင်း ပြန်လည် စုပေါင်း ရေတွက်ပြအပ်ပါသည်။

| | |
|---|---|
| (၁) မဟာဘူတရုပ် | ၄-ပါး |
| (၂) ပသာဒရုပ် | ၅-ပါး |
| (၃) ဂေါစရရုပ် (အာရုံ) | ၄-ပါး |
| (၄) ဘာဝရုပ် | ၂-ပါး |
| (၅) ဟဒယဝတ္ထုရုပ် | ၁-ပါး |
| (၆) ဇီဝိတရုပ် | ၁-ပါး |
| (၇) အာဟာရရုပ် (ဩဇာရုပ်) | ၁-ပါး |
| ပေါင်း | ၁၈-ပါး |

၍(၁၈)ပါးသော ရုပ်တို့သည် အနိစ္စလက္ခဏာစသော လက္ခဏာ ရေးသုံးပါးတို့နှင့် အတူတကွဖြစ်သောကြောင့် သလက္ခဏရုပ်တို့ မည်ကုန်၏။ ဖောက်ပြန်တတ်သော သဘောရှိသောကြောင့်လည်း ရူပရုပ်တို့ မည်ကုန်၏။ ဝိပဿနာ ရှုရာ၌ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာရေးသုံးချက်တင်၍ သုံးသပ်ရှုမှတ်အပ်သောကြောင့် သမ္မသနရုပ်တို့ မည်ကုန်၏။(သမ္မသန- သုံးသပ်ခြင်း)

## အနိပ္ပန္နရုပ် (၁၀)

အောက်ဖော်ပြပါ (၁၀)ပါးသော ရုပ်တို့သည် ကံ၊စိတ်၊ဥတု၊အာဟာရ၊ အကြောင်းတရားတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းမဟုတ်၊ နိပ္ပန္နရုပ် (၁၈) ခုတို့၏

အမူအရာ အထူးမျှသာဖြစ်သည်။ ကံစသော အကြောင်းတရားများသည် သီးခြားတိုက်ရိုက် ဖြစ်ပေါ်နိုင်စေခြင်း မရှိသောကြောင့် အနိပ္ပန္နရုပ်တို့ မည်ကုန်၏။

| | | |
|---|---|---|
| (က) | ပရိစ္ဆေဒရုပ် (အာကာသဓာတ်) | ၁-ပါး |
| (ခ) | ဝိညတ္တိရုပ် | ၂-ပါး |
| (ဂ) | ဝိကာရရုပ် (၂+၃- ၅) | ၃-ပါး |
| (ဃ) | လက္ခဏာရုပ် | ၄-ပါး |
| | | -------- |
| | ပေါင်း | ၁၀-ပါး |

၁။ အာကာသဓာတ် ဟုခေါ်ဆိုရသော ပရိစ္ဆေဒရုပ် အကြောင်းကို ရှင်းလင်းဖော်ပြပြီးဖြစ်သည်။

၂။ ကာယဝိညတ္တိရုပ်

အဓိပ္ပါယ် တစ်စုံတခုကို သိစေလိုသဖြင့် ကိုယ်ကာယအစိတ်အပိုင်းတစ်ခု၏ လှုပ်ရှားခြင်းသည် ကာယဝိညတ္တိ ရုပ်မည်၏။ မျက်စ ပစ်ခြင်း၊ မျက်စောင်း ထိုးခြင်း၊ မျက်မှောင် ကုပ်ခြင်း၊ ပြုံးခြင်း၊ ရယ်ခြင်း၊ မဲ့ခြင်း၊ လျှာထုတ်ခြင်း၊ ခေါင်းညိတ်ခြင်း၊ ခေါင်းရမ်းခြင်း၊ လက်လှုပ်ခြင်း၊ လက်ခါခြင်း၊ လက်မြှောက်ခြင်း၊ လက်ညှိုးထောင်ခြင်း၊ လက်ဝှေ့ယမ်းခြင်း၊ ခြေထောက် လှုပ်ရှားခြင်း၊ စသောကိုယ်အမူအရာကို ကာယဝိညတ္တိရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ အခြားသော သူအား အဓိပ္ပါယ် တစုံတခုသိစေရန် ရည်ရွယ်ချက် မရှိပဲ လက်လှုပ် ခြေလှုပ်ခြင်းသည် ကာယဝိညတ္တိရုပ် မဟုတ်ချေ။

၃။ ဝစီဝိညတ္တိရုပ်

. အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို ဆောင်နိုင်သော ဖော်ပြနိုင်သော စကားသံမျှားသည် ဝစီဝိညတ္တိရုပ်ခေါ်၏။ ရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော ချောင်းဆိုးသံ၊

ကြို့ထိုးသံ၊ ခြေဆပ်သံများသည် ဝစီဝိညတ္တိရုပ်၌ အကျုံးမဝင်ချေ။ အခြားသူ တစုံတယောက်အား မိမိ၏ အလိုဆန္ဒသဘောထားကို သိစေရန် အသံဖြင့် ထုတ်ဖော်ပြသခြင်းသည် ဝစီဝိညတ္တိရုပ်မည်၏။ စကားသံမှာ ဝစီဝိညတ္တိရုပ်မည်၏။ ထို့ပြင် လေချွန်သံ၊ လက်ခေါက်မှုတ်သံ၊ အော်ဟစ်သံတို့သည်လည်း မိမိ၏ခံစားချက် အလိုဆန္ဒကို ဖော်ပြခြင်းဖြစ်၍ ဝစီဝိညတ္တိရုပ်မည်၏။

ဤကာယဝိညတ်နှင့် ဝစီဝိညတ်ရုပ်၊ နှစ်ပါးကို မိမိအလိုဆန္ဒကို သိစေတတ်သောကြောင့် ဝိညတ္တိရုပ်ဟူ၍ ခေါ်ဆိုသည့်အပြင် ဝိကာရရုပ်ဟူ၍လည်းခေါ်ဆိုသည်။ (ဝိညတ္တိ - သိစေခြင်း)

၄။ လဟုတာရုပ်

နိပ္ဖန္နရုပ် (၁၈) ခုတို့၏ ပေါ့ပါးသော သဘောသည် လဟုတာရုပ်မည်၏။

၅။ မုဒုတာရုပ်

နိပ္ဖန္နရုပ် (၁၈)ခုတို့၏ နူးညံ့ပျော့ပြောင်းသော သဘောသည် မုဒုတာရုပ်မည်၏။ ကောင်းစွာကြိတ်နယ် ပြုပြင် ထားသော သားရေနယ်သည် ကြမ်းတမ်းခြင်းမရှိ၊ ပျော့ပြောင်းနေသကဲ့သို့ ရုပ်တို့၏ နူးညံ့ပျော့ပြောင်းသော သဘောသည် မုဒုတာရုပ်မည်၏။

၆။ ကမ္မညတာရုပ်

ကောင်းစွာလော်ပြီး၊ ဦးပြီးသော ရွှေသည် လက်ဝတ်တန်ဆာ ပြုလုပ်ရာ၌ လိုသလိုနန်းဆွဲ၊ ပုံဖော်ခံနိုင်သကဲ့သို့ နိပ္ဖန္နရုပ် (၁၈)ခုတို့သည် လိုအပ်သည့် ကိုယ်အမူအရာကို ပြုလုပ်နိုင်ရန် လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်နေခြင်းသည် ကမ္မညတာ ရုပ်မည်၏။

ဓါတ်ကြီးလေးပါး မညီမျှမှုကြောင့် မကျန်းမမာဖြားနာသည့်အခါ ခန္ဓာကိုယ်လေးလံနေတတ်သည်၊ ခက်မာ တောင့်တင်းနေတတ်သည်။ လိုအပ်သလို ကုန်း၊ ကော့၊ ကွေး၊ ကောက်၊ ဆန့်တန်းခြင်းပြု၍ မရဘဲ ရှိနေတတ်

သည်။ ဓါတ်ကြီးလေးပါး ညီညွတ်မှုတနေသည့်အခါ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် ပေါ့ပါး သွက်လက်၊ ဖျတ်လတ် လျက်လိုသလို ခုန်ပျံ ကွေးကော့ စသည် ပြုလုပ်နိုင်သည့် အမူအရာထူးကို လက္ခဏာရပ်၊ မုဒုတာရုပ်၊ ကမ္မညတာရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ဤလဟုတာ၊ မုဒုတာ၊ ကမ္မညတာရုပ် သုံးပါးနှင့် ဝိညတ်ရုပ် ၂-ခု၊ စုစုပေါင်းရုပ် (၅)ခုတို့သည် နိပ္ပန္နရုပ်(၁၈)ပါးတို့၏ အမူအရာ အထူး ဖြစ်သောကြောင့် ဝိကာရရုပ်ဟုခေါ်ဆိုရသည်။ (ဝိကာရ - ထူးခြားမှု)

**လက္ခဏာရုပ် လေးပါး**

(၁) ဥပစယရုပ် - ပထမဦးဆုံးရုပ်တို့၏ ဖြစ်ခြင်း၊ ဥပါဒ်ခဏာ

(၂) သန္ဟတိရုပ် - ဂဠိုဏ်းဂဠမကဲ့နေပြီးနောက် ရုပ်တို့၏ ဆက်လက်ဖြစ်ခြင်း၊ ဥပါဒ်ခဏာ

(၃) ဇရတာရုပ် - ရုပ်တို့၏ ငြိခဏာ

(၄) အနိစ္စတာရုပ် - ရုပ်တို့၏ ဘင်ခဏာ၊

ဤလက္ခဏာရုပ်လေးပါးတို့သည် သီခြား အဏုကိုယ်သဘာဝ မရှိချေ၊ နိပ္ပန္နရုပ်(၁၈)ခုတို့၏ ဖြစ်ခြင်း ဥပါဒ်ခဏာ၊ တည်ဆဲ- ငြိခဏာ၊ ပျက်ခြင်း- ဘင်ခဏာတို့ကိုသာလျှင် လက္ခဏာရုပ်ဟု အမည်တပ်၍ ပြဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

**ရုပ်တို့၏ သက်တမ်း**

စိတ်တစ်မှဉ် ဖြစ်ခြင်း ဥပါဒ်ခဏာ၊ တည်ဆဲ ငြိခဏာ၊ ပျက်ခြင်း ဘင်ခဏာ ဟူ၍ ခဏငယ် သုံးချက်ရှိသည်၊ ယင်း ခဏငယ် သုံးချက်ကို စုပေါင်း၍ ခဏကြီးတစ်ချက်၊ စိတ္တက္ခဏာ တစ်ချက်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

ရုပ်တို့၏ သက်တမ်းမှာ သာမန်အားဖြင့် စိတ္တက္ခဏာ- ၁၇-ချက် (သို့မဟုတ်) ခဏငယ် ၅၁-ချက် (၁၇×၃= ၅၁) ရှိသည်၊ ယင်း ၅၁-ချက် အနက် အစဦးဆုံးသော ဥပါဒ်ခဏာသည် ရုပ်၏ ဥပါဒ်ခဏာမည်၏။ နောက်ဆုံးဖြစ်သော ဘင်ခဏာသည် ရုပ်၏ ဘင်ခဏာမည်၏။ ယင်းဥပါဒ်ခဏာနှင့် ဘင်ခဏာကို ဖယ်ထား၍ ကြွင်းသော ခဏငယ် ၄၉-ချက်သည် ရုပ်၏

ဌိခကာမည်၏။ ထို့ကြောင့် ရုပ်၏ဥပါဒ်ခကာနှင့် ဘင်ခကာတို့သည် စိတ်၏ ဥပါဒ်ခကာ၊ ဘင်ခကာတို့နှင့် အချိန်ကာလတူညီကြ၏။ ရုပ်၏ ဌိခကာမှာမူ ခကာငယ် ၄၉-ချက်စာရှိ၍ စိတ်၏ ဌိခကာထက် အဆပေါင်းများစွာ ရှည်ကြာလေသည်။

နိပ္ပန္နရုပ် (၁၈)ခုတို့၏ သက်တမ်းသည် ခကာကြီး ၁၇-ချက်၊ ခကာငယ် ၅၁-ချက်ရှိသည်။ ထို နိပ္ပန္နရုပ်(၁၈)ခုတို့၏ ဥပါဒ်ခကာကို ဥပစယရုပ်၊ သန္ဋတိရုပ်ဟုခေါ်ဆိုရသည်။ ဘင်ခကာကို အနိစ္စတာရုပ်ဟု ခေါ်ရသည်။ ထို့ကြောင့် ဥပစယရုပ်၊ သန္ဋတိရုပ်၊ အနိစ္စတာရုပ်တို့သည် ခကာငယ် တစ်ချက်စာမျှသာ သက်တမ်းရှိသည်။ ဇရတာရုပ်သည် နိပ္ပန္နရုပ် (၁၈)ခုတို့၏ ဌိခကာကို ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်၍ ခကာငယ် ၄၉-ချက်စာ သက်တမ်းရှိသည်။

ဝိညတ်ရုပ် နှစ်ခုသည် စိတ္တက္ခကာတစ်ခုနှင့် သက်တမ်းတူ၏။ ထို့ကြောင့် ခကာငယ် သုံးချက်မျှသာ သက်တမ်း ရှိသည်။

အာကာသဓါတ်နှင့် လဟုတာ၊ မုဒုတာ၊ ကမ္မညတာ ဤရုပ်လေးပါးတို့သည် နိပ္ပန္နရုပ် (၁၈)ခုမှ တစ်သီး တစ်ခြားမဟုတ်သောကြောင့် နိပ္ပန္နရုပ်တို့ကိုပင် အမှီပြုနေသောကြောင့် နိပ္ပန္နရုပ်တို့နှင့် သက်တမ်းတူ၏။

## ရုပ်တို့ကို ခွဲခြမ်းဝေဖန်ခြင်း

အလုံးစုံသော ရုပ်တို့သည် ဟိတ်နှင့်မယှဉ်သောကြောင့် အဟိတ်သာ ဖြစ်ကုန်၏၊ အကြောင်းမဲ့မဟုတ်၊ (သပ္ပစ္စယ)အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ကြသည်၊ ပြုပြင် စီမံထားအပ်သော သခ်ၤတတရားများဖြစ်သည်၊ လောကီတရား၊ ကာမာဝစရတရားတို့၌ အကျုံးဝင်ကုန်၏။ အာသဝေါတရားတို့၏ အာရုံဖြစ်ကုန်၏။ အာရုံကို သိတတ်သော သဘောမရှိ၊ ဝါ၊ အာရုံမယူတတ်၊ ပဟာန်လေးပါး၊ မဂ် လေးပါးတို့ဖြင့် ပယ်ရန်မလိုချေ။

**အပ္ပဆ္ဆိကရူပ်နှင့် ဗာဟိရရူပ်**

ပသာဒရူပ် ငါးပါးတို့သည် စိတ်ဖြစ်ပေါ်စေရန် အရေးပါ အရာရောက်သော တံခါးပေါက်များ ဖြစ်ကြ၍အပ္ပဆ္ဆိကရူပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်၊ ကြွင်းသောရူပ် ၂၃-ပါးတို့သည် ပြင်ပရူပ် ၊ ဗာဟိရရူပ် မည်ကုန်၏။

**ဝဏ္ဏရူပ်နှင့် အဝဏ္ဏရူပ်**

ပသာဒရူပ် ၅-ခုနှင့် ဟဒယဝတ္ထုရူပ်တို့သည် စိတ်၏မှီရာဖြစ်၍ ဝဏ္ဏရူပ်မည်ကုန်၏။ ကြွင်းသောရူပ် ၂၂-ပါးတို့သည် စိတ်၏မှီရာ မဟုတ်သောကြောင့် အဝဏ္ဏရူပ် မည်ကုန်၏။

**ဒွါရရူပ်နှင့် အဒွါရရူပ်**

ပသာဒရူပ် ၅-ခုနှင့် ဝိညတ်ရူပ် ၂-ခုတို့သည် နာမ်တရားများထွက်ရာ တံခါးပေါက်၊ ကံတရားတို့ တံခါးပေါက် ဖြစ်၍ ဒွါရရူပ်မည်ကုန် ကြွင်းသောရူပ် ၂၁-ပါးတို့သည် အဒွါရရူပ် မည်ကုန်၏။

**ဂ္ဂဟဏိယရူပ်နှင့် အနိဂ္ဂဟဏိယရူပ်**

ပသာဒရူပ် ၅-ခု၊ ဘာဝရူပ် ၂-ခု၊ ဇီဝိတရူပ်တို့သည် မိမိဆိုင်ရာလုပ်ငန်းကိစ္စကို ပိုင်စိုးသောကြောင့် ဂ္ဂဟဏိယရူပ်တို့ မည်ကုန်၏။ ကြွင်းသောရူပ် ၂၀-တို့သည် ပိုင်စိုးမှုမရှိသောကြောင့် အနိဂ္ဂဟဏိယရူပ်မည်ကုန်၏။

စက္ခုပသာဒရူပ်သည် မြင်ခြင်းကိစ္စကို ပိုင်စိုး၏။ မျက်စိဖြင့် မမြင်ဘဲနား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ခြေတို့ဖြင့် မြင်ချင်၍ မဖြစ်နိုင်ပေ။ မျက်စိကြည်လင်လျှင် ကြည်လင်သလောက် မြင်နိုင်စွမ်းအားကောင်းသည်။ မျက်စိမှုန်လျှင် မှုန်သလောက် မြင်နိုင်စွမ်းအား လျော့နည်းသွားသည်။ ထို့ကြောင့် စက္ခုပသာဒသည် မြင်ခြင်းကိစ္စကို ပိုင်စိုးသည်။ အလားတူပင် သောတပသာဒသည် ကြားခြင်းကိစ္စကို ပိုင်စိုးသည်။ ဃာနပသာဒသည် နမ်းရှုခြင်းကိစ္စကို ပိုင်စိုးသည်။ ဇိဝှါပသာဒသည် အရသာခံယူခြင်းကိစ္စကို ပိုင်စိုးသည်။ ကာယပသာဒသည် ထိတွေ့မှု ကိစ္စကို ပိုင်စိုးသည်။ အခြား မည်သည့်ရူပ်ကမျှ အစားထိုးနေရာယူနိုင်ခြင်း မရှိချေ။

ဣကတ္ထိဘာဝရုပ်သည် မိန်းမတစ်ယောက် မိန်းမပီပီသသ ဖြစ်ပေါ်လာစေခြင်းကိစ္စကို ပိုင်စိုးသည်။ ပုရိသ ဘာဝရုပ်သည် ယောကျ်ားတစ်ယောက် ယောကျ်ားပီပီသသ ဖြစ်ပေါ်လာစေခြင်းကိစ္စကို ပိုင်စိုးသည်။ ဇီဝိတရုပ်သည် အတူတကွ ဖြစ်ဖေါ်ဖြစ်ဖက် ကမ္မဇရုပ်တို့ သက်တမ်းပြည့် တည်ရှိနိုင်စေရန် စောင့်ရှောက်ခြင်း လုပ်ငန်းကိစ္စကို ပိုင်စိုးသည်။ သတ္တဝါ တစ်ယောက်၏ အသက်တို့မှ အသက်ရှည်မှ သက်လုံကောင်းမှ ကျန်းမာမှုသည် ဤဇီဝိတရုပ်နှင့် မျှားစွာသက်ဆိုင်သည်။ ဇီဝိတရုပ်သည် အသက်ရှင်ခြင်း ကိစ္စကို ပိုင်စိုးသည်။

ထို့ကြောင့် ဤရုပ် ၈-ပါးတို့ကို အခြားသော ရုပ်များထက် ထူးခြားစွာ မိမိသက်ဆိုင်ရာလုပ်ငန်းကို အစိုးတရ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်ရှိခြင်းကြောင့် စက္ခုန္ဒြေ၊ သောတိန္ဒြေ၊ ဃာနိန္ဒြေ၊ ဇိဝှိန္ဒြေ၊ ကာယိန္ဒြေ၊ ဣတ္ထိန္ဒြေ၊ ပုရိသိန္ဒြေ၊ ဇီဝိတိန္ဒြေဟု ခေါ်ဆိုကြရသည်။

## ဩဇာရိကရုပ်နှင့် သုခုမရုပ်

ဩဇာရိက၏အဓိပ္ပါယ်မှာ ကြမ်းတမ်းခြင်းဖြစ်၍ သုခုမ၏အဓိပ္ပါယ်မှာ နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ပသာဒရုပ် ၅-ခုနှင့် ဂေါစရုပ် ၇-ခုတို့သည် သိရန်လွယ်ကူသောကြောင့် ထင်ရှားသောကြောင့် ဩဇာရိက ရုပ်တို့မည်ကုန်၏။ ကြွင်းသော ၁၆-ပါးသော ရုပ်တို့သည် သိနားလည်ရန်ခက်ခဲသောကြောင့် သုခုမရုပ်တို့မည်ကုန်၏။

## သန္ဌိကေရုပ်နှင့် ဒူရေရုပ်

သန္ဌိကေ၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ အနီးကိုဆိုလိုသည်။ ဒူရေမှာ အဝေးကိုဆိုလိုသည်။ ပြဆိုခဲ့ပြီးသော ပသာဒရုပ်နှင့် ဂေါစရရုပ်တို့သည် သိသာထင်ရှားသောကြောင့် အနီးရုပ် (သန္ဌိကေရုပ်)ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ကြွင်းသောရုပ် ၁၆-ပါးတို့မှာမသိသာ မထင်ရှားသောကြောင့် ဒူရေရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

## သပ္ပဋိဃရုပ်နှင့် အပ္ပဋိဃရုပ်

အာရုံနှင့် ဒွါရ ထိခိုက်ခြင်း ထင်ဟပ်ခြင်းသဘောကို သပ္ပဋိဃဟု ဆိုလိုသည်။ အာရုံဒွါရထိခိုက်ခြင်း မရှိသော ရုပ်များကို အပ္ပဋိဃရုပ်ဟု

ခေါ်ဆိုရသည်။ ပသာဒရုပ်နှင့် ဂေါစ့ရရုပ်တို့သည် သပ္ပဋိယအမည်ရ၍ ကြွင်းသောရုပ် ၁၆-ပါးတို့သည် အပ္ပဋိယရုပ်မည်ကုန်၏။

**ဥပါဒိန္နရုပ်နှင့် အနုပါဒိန္နရုပ်**

(ဥပ+အာဒိန္န) ဥပ-ကပ်၍ + အာဒိန္န - အကျိုးအဖြစ်ဖြင့် ယူရခြင်း။ တဏှာဒိဋ္ဌိတို့သည် ကပ်အပ်သော ကံသည် အကျိုး၏အဖြစ်ဖြင့် ယူအပ်သောကြောင့် ကမ္မဇရုပ်တို့ကို ဥပါဒိန္နရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ဧကန် ကမ္မဇရုပ်ဖြစ်သော ဟဒယဝတ္ထုရုပ်နှင့် ကွန္ဒြိယရုပ် ၈-ပါး အနေကန် ကမ္မဇရုပ် ဖြစ်သော အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈-ခုနှင့် အာကာသဓာတ်ပေါင်း ၁၈-ပါးတို့သည် ဥပါဒိန္နရုပ်မည်ကုန်၏။ ကြွင်းသောရုပ်၁၀-ပါးတို့သည် အနုပါဒိန္နရုပ် မည်ကုန်၏။ တဏှာဒိဋ္ဌိတို့သည် ကံကြောင့်ဖြစ်သော ဤရုပ် ၁၈-ပါးအပေါ်၌ အထူးစွဲလမ်းနှစ်သက်ကြသည်။ အသားအစစ်နှင့် တူအောင် ပြုပြင်ဖန်တီးထားသော အသားတုထက် အသားစစ်ကိုသာ ကြိုက်နှစ်သက်ကြသည်။ လူနှင့် တထပ်တည်း တူညီအောင် အတွေ့အထိနူးညံ့လျက် လူကဲ့သို့ စကားပြောတတ်သော စက်ရုပ်ကို လူတစ်ယောက်ကဲ့သို့ စွဲလမ်းချစ်ခင်ခြင်း မပြုနိုင် ကြချေ။ လူအတုစက်ရုပ်ဖြင့် အာသာမပြေနိုင်ကြချေ။ ထို့ကြောင့် ကမ္မဇရုပ် ၁၈-ပါးတို့ကို တဏှာဒိဋ္ဌိတို့၏ စွဲလမ်းစရာ အာရုံရုပ်ဝတ္ထုအဖြစ် သတ်မှတ်ကြရသည်။ (ဥပါဒိန္န - တဏှာဒိဋ္ဌိဖြင့် စွဲလမ်းခြင်း)

**သနိဒဿနရုပ်နှင့် အနိဒဿနရုပ်**

ရူပါရုံသည် မြင်၍ရစေကောင်းသောကြောင့် သနိဒဿနရုပ်မည်၏။ ကြွင်းသောရုပ် ၂၇-ပါးတို့သည် မြင်၍ မရသောကြောင့် အနိဒဿနရုပ်မည်၏။ (နိဒဿန - မြင်ခြင်း)

**ဃဋ္ဋနရုပ်နှင့် အဃဋ္ဋနရုပ်**

(ဃဋ္ဋန+ဂါဟိက) ဃဋ္ဋန-အာရုံ + ဂါဟိက - ယူတတ်ခြင်း။

ပသာဒရုပ်ငါးပါးတို့သည် အာရုံငါးပါးကို ရယူတတ်သောကြောင့် ဃဋ္ဋနဂါဟိကရုပ်တို့ မည်ကုန်၏။ ကြွင်းသောရုပ် ၂၃-ပါးတို့သည် အဃဋ္ဋန-ဂါဟိကရုပ်မည်ကုန်၏။

## သမ္ဗဉ္ဇာ၊ အသမ္ဗတ္တ

ထိုဂေါစရဂ္ဂါဟိကရုပ်ဟု ဆိုအပ်သော ပသာဒရုပ်ငါးပါးတို့ကို သမ္ဗတ္တနှင့် အသမ္ဗတ္တဟု နှစ်မျိုးခွဲသည်။ စက္ခုပသာဒနှင့် သောတပသာဒ တို့သည် ရူပါရုံနှင့် သဒ္ဒါရုံတို့ မိမိပသာဒသို့ မရောက်မီ ၊မထိမီ အာရုံကို ရယူနိုင်သောကြောင့် အသမ္ဗတ္တဂေါစရဂ္ဂဟိကမည်၏။ ဃာန၊ ဇိဝှါ၊ ကာယ ပသာဒရုပ်သုံးခုတို့သည် အနံ့အာရုံ၊ အရသာအာရုံ၊ အတွေ့အထိ အာရုံတို့ မိမိပသာဒသို့ရောက်ရှိမှ အာရုံရယူနိုင်သောကြောင့် သမ္ဗတ္တဂေါစရဂ္ဂါဟိက ရုပ်တို့မည်ကုန်၏။ ဤနေရာ၌ အချို့က စက္ခုပသာဒသည် မိမိထံသို့ အဆင်း ရူပါရုံရောက်ရှိမှသာလျှင် အာရုံယူနိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ဆိုကြသည်။ ယင်းပုဂ္ဂိုလ် တို့အား လေးသမားဥပမာဖြင့် ဖြေဆိုရမည်။ လေးသမားသည် ရန်သူကို ချိန်ရွယ်ပစ်ခတ်ရာ၌ အကယ်၍သာ မျက်လုံးထဲ ရောက်လာသည့် ရုပ်အဆင်းကို မြင်ရသည်ဟုဆိုပါက မိမိမျက်စိကိုပင် မြှားမှန်စရာရှိသည်။ အလားတူပင် နားထဲသို့ ရောက်ရှိသောအသံကို ကြားသိရသည်ဟုဆိုပါက ညဉ့်အမှောင်ထဲ၌ အသံကြားရာကို ပစ်ခတ်နိုင်သော သရဝေမိ လေးသမားသည် ရန်သူကို မပစ်မိဘဲ မိမိနားကိုသာလျှင် ပစ်မိလေရာ၏။ ထို့ကြောင့် စက္ခုပသာဒနှင့် သောတပသာဒတို့သည် အာရုံကို မိမိထံမရောက်မီ ရယူနိုင် သိနိုင်သောကြောင့် အသမ္ဗတ္တဂေါစရဂ္ဂါဟိကရုပ်ဟု မှတ်အပ်၏။

## အဝိနိဿောဂရုပ်နှင့် ဝိနိဿောဂရုပ်

## ခွဲစိပ်ရသောရုပ်နှင့် ခွဲစိပ်မရသောရုပ်

အောက်ပါရုပ် ၈-ပါးတို့သည် အမြဲတမ်းတွဲဖက်နေ၍ တစ်ခုစီခွဲစိတ်မရသောကြောင့် အဝိနိဿောဂရုပ်တို့မည်ကုန်၏။

၁။ ဝဏ္ဏ - အဆင်း၊ အရောင်၊ ရူပါရုံ

၂။ ဂန္ဓ - အနံ့

၃။ ရသ - ရသာရုံ (အရသာ ၆-ပါးအနက် တစ်ခုခု)

၄။ ဩဇာ - အဆီအနှစ်အစေး

၅။ ပထဝီဓါတ် -
၆။ အာပေါဓါတ် -
၇။ တေဇောဓါတ်-
၈။ ဝါယောဓါတ် -

ကြွင်းသောရုပ် ၂၀-တို့သည် ခွဲစိတ်၍ ရစကောင်းသောကြောင့် ဝိနိဘ္ဘောဂရုပ်မည်ကုန်၏။

## ရုပ်၏ အကြောင်းတရားများ

ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ ဤအကြောင်းတရားလေးပါးတို့သည် ရုပ်ကိုဖြစ်စေတတ်ကုန်၏။

ရုပ်ကိုဖြစ်စေနိုင်သော ကံ- ၂၅ ပါး

| | |
|---|---|
| (က) အကုသိုလ် စေတနာကံ | ၁၂-ပါး |
| (ခ ) ကာမာဝစရကုသိုလ်စေတနာကံ | ၈-ပါး |
| (ဂ ) ရူပါဝစရကုသိုလ် စေတနာကံ | ၅-ပါး |
| --- | |
| ပေါင်း | ၂၅- ပါး |

## ရုပ်နှင့် နာမ်ဥပါဒ်ပြုုံ

ကာမာဝစရ (၁၁)ဘုံ၊ အသညသတ်ကြဉ်သော ရူပ- ၁၅ ဘုံတို့၌ ပဋိသန္ဓေအခါ၌ ကုသိုလ်ကံ ၁၃-ပါး၊ အကုသိုလ်ကံ ၁၂-ပါးသည် ပဋိသန္ဓေဝိပါက် ဝိညာဏ်စိတ်ကိုလည်းကောင်း၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်ကိုလည်းကောင်း၊ အတူတကွ တပြိုင်နက် ဖြစ်ပေါ်စေသည်၊ ထိုသို့ တပြိုင်နက်ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇရုပ်တို့သည် ပဋိသန္ဓေဝိပါက် နာမက္ခန္ဓာတို့က သဟဇာတပစ္စည်း၊ အညမညပစ္စည်း၊ အတ္ထိပစ္စည်း၊ အဝိဂတပစ္စည်း၊ ပစ္စယသင်္ဂတိတို့ဖြင့် ကျေးလူးပြုခြင်း ထောက်ပံ့ခြင်းကို ခံယူရရှိပေသည်။

## နောက်ဆက်တွဲ ကမ္မဇရုပ်

ပဋိသန္ဓေစိတ်၏ ဌိခဏာမှစ၍ ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း ကမ္မဇရုပ်ဝို့ကို အကုသိုလ်ကံ ကုသိုလ်ကံတို့သည် ဆက်လက် ဖြစ်ပေါ်စေကြသည်။ ယင်း ဌိခဏာမှစ၍ ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ကြသော ကမ္မဇရုပ်တို့မှာ (နာမဇ္ဈန္ဓာ) နာမ်တရားထဲမှ သဟဇာတ ပစ္စယသတ္တိ၊ အညမညပစ္စယသတ္တိတို့ကို မရရှိတော့ချေ၊ ယင်းကမ္မဇရုပ်တို့၏ အသက်ရှင်သန်ရေးအတွက် အဝူတကွ ပါလာသော ဇီဝိတရုပ်ကသာလျှင် တာဝန်ယူစောင့်ရှောက်သွားလေသည်။

ဤကမ္မဇရုပ်တို့ကို စက္ခုဝိညာဏ်စသော စိတ်ဝိညာဏ်တို့သည် အမှီပြုကြရကုန်၏။ ကမ္မဇရုပ်၌ အကျုံးဝင်သော ပသာဒဝတ္ထုရုပ်ငါးပါး၊ ဟဒယဝတ္ထုတို့ကို မှီတွယ်၍ ဝိညာဏ်(၆)ပါး ဖြစ်ကြရသည်၊ ယင်း ဝတ္ထုရုပ် ၆-ပါး၊ အင်အားကောင်းလျှင် ကောင်းသလို ဝိညာဏ်အင်အား ကောင်းသည်၊ သေခါနီးအချိန်၌ မှီခိုစရာ ဝတ္ထုရုပ်များ အားနည်းလာသောကြောင့် စိတ်ဓာတ် အင်အားလည်း လျော့နည်းသွား၍ ဇောခုနစ်ကြိမ် မစောနိုင်ဘဲ ငါးကြိမ်သာ စောရသည်။

## ရုပ်ကို ဖြစ်စေနိုင်သော စိတ် ၇၅-ပါး

အရှုပဝိပါက် ၄-ပါး နှင့်ဒွေပဉ္စဝိညာဏ် ၁၀၊ ပေါင်း ၁၄ ပါးမှတစ်ပါး၊ ကြွင်းသောစိတ် ၇၅ -ပါးတို့သည် ပဋိသန္ဓေစိတ် နောင်ပထမ ဘဝင်စိတ်မှစ၍ စုတိစိတ်တိုင်အောင် တစ်ဘဝအတွင်း၌ စိတ်ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း စိတ္တဇရုပ်ဝို့ကို ဖြစ်စေနိုင်၏။ အကြောင်းဖြစ်သော စိတ်နှင့် အကျိုးဖြစ်သော စိတ္တဇရုပ်တို့သည် ဥပါဒ်ခဏ ပြိုင်၍ တပြိုင်နက် ဖြစ်ကြသည်။ ဝါ- စိတ်သည် ဥပါဒ်ခဏ၌သာလျှင် ရုပ်တို့ကို ဖြစ်စေနိုင်သည်၊ စိတ်၏ဌိခဏ၊ ဘင်ခဏတို့၌ ရုပ်ကိုဖြစ်စေနိုင်ခြင်း မရှိချေ။

စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော ရုပ်များမှာ- ကာယဝိညတ်၊ ဝစီဝိညတ်နှင့် သဒ္ဒရုပ်၊ လဟုတာရုပ်၊ မုဒုတာရုပ်၊ ကမ္မညတာရုပ်၊ အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈ပါး- အာကာသဓာတ်-စုစုပေါင်း၊ ၁၅ ပါးရှိသည်။

ဟန်မပျက် ဆက်ထိန်းနိုင်ခြင်း

ရယ်ရွှင်ခြင်းသည် ဝစီဝိညတ်ရုပ်နှင့် သဒ္ဒရုပ်တို့ ပေါင်းစပ်ထားခြင်း ဖြစ်သည်။ လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ကျန်ရိယာပုထ်တို့သည် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော ဝါယောဓါတ် အထူးဖြစ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် မဟာဂ္ဂတ်, လောကုတ္တရာဇော်များ ဖြစ်ကြသော အပ္ပနာဇော- (၂၆)ပါးတို့သည် ကျန်ရိယာပုထ် အသစ်အသစ် ပြုပြင်ပြောင်းလဲခြင်း၊ မဖြစ်စေနိုင်သော်လည်း မူလရှိပြီးသား ကျန်ရိယာပုထ်ကိုမူ အခြေမပျက် ဆက်လက်ထိမ်းသိမ်း ထားနိုင်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ဈာန်သမာပတ်၊ ဖလသမာပတ် ဝင်စားသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် မူလ ရှိသော ထိုင်ခြင်းကျန်ရိယာပုထ်၊ ရပ်ခြင်းကျန်ရိယာပုထ်၊ လမ်းလျှောက်ခြင်း ကျန်ရိယာပုထ်တို့ကို မပျက်စေဘဲ ဆက်လက်ထိန်းထား နိုင်ကြသည်။ ဥပမာ- အားဖြင့် အိပ်ပျော်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် များသောအားဖြင့် ထိုင်လျက်ရှိပါက ယိုင်လဲသွား တတ်သည်။ ဈာန်သမာပတ်၊ ဖလသမာပတ် ဝင်စားသော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာမူ မူလအနေအထား မပျက်ပဲ မူလက ထိုင်လျက်ဖြစ်လျှင် ဆက်လက်၍ ထိုင်လျက်သာ ရှိပေလိမ့်မည်။ မူလက ရပ်လျက်ဖြစ်လျှင် ရပ်လျက်သာ ရှိပေလိမ့်မည်။ မူလက စင်္ကြံနှင်လျှောက်နေလျှင် ဈာန်သမာပတ်၊ ဖလသမာပတ် ဝင်စားသည့် အခိုက်၌လည်း ဆက်လက်၍ စင်္ကြံနှင်လျှောက်နေမည်သာ ဖြစ်သည်။

ဝုဋ္ဌေဟု ဆိုအပ်သော မနောဒွါရဝဇ္ဇန်း စိတ်နှင့်ကာမဇော-၂၉-အဘိညာဉ်စိတ်-၂ခု-ပေါင်း-၃၂ပါးသော စိတ်တို့သည် ကာယဝိညတ်ရုပ်နှင့် ဝစီဝိညတ်ရုပ်တို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ကုန်၏။ ထို့ကြောင့် ဈာန်သမာပတ်နှင့် ဖလသမာပတ် ဝင်စားသည့် အချိန်၌ ဈာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ် ဇောစေဆိုန်၌ စကားပြောခြင်း၊ ဝစီဝိညတ်၊ ကိုယ် အမူအရာ ပြုလုပ်ခြင်း၊ ကာယဝိညတ်တို့ မဖြစ်နိုင်ဟု သိအပ်၏။

ရယ်ရွှင်စိတ် ၁၃-ပါး

လောဘမူသောမနဿစိတ်-၄ပါး၊ ဟသိတုပ္ပါဒ်စိတ်-၁ပါး၊ မဟာကုသိုလ် သောမနဿစိတ်-၄ပါး၊ မဟာကြိယာ သောမနဿစိတ်-၄ပါး၊ စုစုပေါင်း-၁၃ပါးသော ကာမာဝစရ သောမနဿ ဇောစိတ်တို့သည် ရယ်ရွှင်မှု

ကို ဖြစ်စေနိုင်ကုန်၏။ ထို့ကြောင့် အိပ်ပျော်ခိုက်၌လည်းကောင်း၊ စျာန်ဝင်စား ခိုက်၌လည်းကောင်း၊ ဖလသမာပတ် ဝင်စားခိုက်၌လည်းကောင်း၊ ရယ်ရွှင်မှု ကို မဖြစ်စေနိုင်ဟု မှတ်အပ်၏။ အိပ်မက်မက်နေသူမှာ အိပ်ပျော်တလှည့် နိုးတလှည့်၊ ဘဝင်စိတ် တလှည့်၊ ဝီထိစိတ် တလှည့် ဖြစ်နေ၍ အိပ်မက်အတွင်း ၌မှ ရယ်ရွှင်ခြင်း၊ ယောင်ပြောဆိုခြင်းများ ဖြစ်နိုင်ပေသည်။

ဥတုကြောင့် ဖြစ်သောရုပ်များ-(၁၃)ပါး။

သီတဥတု အေးခြင်း၊ ဥဏှဥတု ပူခြင်းတို့သည် တေဇောဓါတ်၏ သဘာဝနှစ်မျိုးဖြစ်ကြသည်။ အေးသည်ဖြစ်စေ၊ ပူသည်ဖြစ်စေ၊ တေဇောဓါတ် ဟု ဆိုအပ်သော ဥတုသည် ဌီဓဏသို့ ရောက်သောအခါ ဥတုဇရုပ်တို့ကို ဖြစ်စေနိုင် ကုန်၏။ အထက်၌ဖော်ပြအပ်ကုန်သော ကမ္မဇရုပ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်တို့သည် သက်ရှိသတ္တဝါတို့၏ အတွင်းသန္တာန်(အဖွဲ့တွဲ)၌သာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ ပြင်ပဗဟိဒ္ဓ ဖြစ်ခြင်းမရှိကြချေ။ ဤဥတုဇရုပ်တို့မှာမူ-သက်ရှိသတ္တဝါတို့၏ အတွင်းအဖွဲ့တွဲ သန္တာန်၌ လည်းကောင်း၊ ပြင်ပဗဟိဒ္ဓ သန္တာန်၌လည်းကောင်း၊ ဖြစ်နိုင်ကြကုန်၏။

ဥပမာအားဖြင့်- ပဋိသန္ဓေအခါ၌ ရှေးဦးစွာဖြစ်သော ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇရုပ်၌ တေဇောဓါတ် ပါဝင်လာခဲ့သည်။ ယင်းတေဇောဓါတ်သည် လဟုတာဒေကာဒသက ကလာပ်ရုပ်တို့ကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ အလားတူပင် ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်သော ကမ္မဇရုပ်၊ စိတ္တဇရုပ်၊ ဥတုဇရုပ်၊ အာဟာရဇရုပ်များ အတွင်း၌ ပါဝင်လာခဲ့သော တေဇောဓါတ်သည် ဤခန္ဓာကိုယ် အတွင်း မှာပင် လဟုတာဒေကာဒသကစသောရုပ်ကလာပ်များကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ခန္ဓာ ကိုယ်၏ပြင်ပ သစ်ပင်၊ တော၊ တောင်၊ ရေ ၊မြေ၊သမုဒ္ဒရာတို့၌ ပါဝင်သော တေဇောဓါတ်သည် ဌီဓဏသို့ ရောက်သောအခိုက် သုဒ္ဓဋ္ဌကကလာပ်၊ သဒ္ဒနဝကကလာပ် ဤနှစ်ပါးကိုသာ ဖြစ်စေနိုင်သည်။

အဗျွတ္တဥတုကြောင့်ဖြစ်သော ရုပ်များမှာ-

(၁) သဒ္ဒ(အသံရုပ်) ၁ ပါး၊
(၂) လဟုတာရုပ် ၁ ပါး၊
(၃) မုဒုတာရုပ် ၁ ပါး၊
(၄) ကမ္မညတာရုပ် ၁ ပါး၊
(၅) အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈ ပါး၊
(၆) အာကာသဓါတ် ၁ ပါး၊

---

ပေါင်း-၁၃- ပါး

အာဟာရဇရုပ်- ၁၂ ပါး

သတ္တဝါတို့ စားမျိုလိုက်သော ဩဇဟုခေါ်ဆိုအပ်သော အာဟာရသည် စားမျိုအပ်သော အချိန်၌ ဌီဓာတ်သို့ ရောက်သောအခါ အာဟာရဇရုပ်ကို ဖြစ်စေနိုင်ကုန်၏။ စားမျိုအပ်သော အစာအာဟာရသည် သွားရည်နှင့် လည်းကောင်း၊ အစာအိမ်အရည်နှင့်လည်းကောင်း၊ ရောစပ်ပေါင်းစပ်၍ ခဲခဲကျက်ကြေညက်ပြီး ရသဂုည် အဖြစ်သို့ ရောက်သွားဘည်၊ ယင်းရသရည်များသည် သတ္တဝါ၏ သွေးအတွင်းသို့ ရောက်ရှိ၍ သွေးနှင့်ပေါင်း စပ်ပြီး သက်ရှိရုပ်၏ ဖြစ်စဉ်အတွင်း လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်လာသောအခါ မှသာလျှင် အဟာရဇရုပ်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ အစာအိမ်အတွင်း၌ ရောက်ရှိသော်လည်း အစာများခဲညှစ်တ်၍ ပြန်အန်ထွက်လာခြင်းကို ကြည့်ပါက စားမျိ၍ ဝမ်းဗိုက်ထဲသို့ ရောက်ရုံမျှဖြင့် အာဟာရဇရုပ်ဖြစ်သေးကြောင်း ထင်ရှားလေသည်။

အာဟာရဇရုပ် ၁၂ ပါးတို့မှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ကြသည်-

၁။ လဟုတာရုပ်- ၁ပါး၊
၂။ မုဒုတာရုပ်- ၁ပါး၊
၃။ ကမ္မညတာရုပ်- ၁ပါး၊
၄။ အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်- ၈ပါး၊
၅။ အာကာသဓါတ်- ၁ပါး-

လက္ခဏာရုပ် လေးပါးတို့သည် သီးခြားရုပ်အစစ် မဟုတ်သောကြောင့် မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်မျှ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း မရှိခဲ့။ ကံ၊စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရကြောင့်ဖြစ်သည်ဟု မဆိုရခဲ့။

## ရုပ်ကလာပ်စည်း- ၂၁ စည်း

ရုပ်တို့သည် တစ်ခုချင်း တစ်သီးတစ်ခြားစီ ဖြစ်ပေါ်လေ့ မရှိခဲ့။ အနည်းဆုံးရုပ်- ၈ခု၊ အများဆုံးရုပ် ၁၃-ခု၊ ပူးတွဲပေါင်းစပ်၍ ဖြစ်လေ့ ဖြစ်ထ ရှိသည်။ ထိုကဲ့သို့ အတူတကွ တပြိုင်နက်ဖြစ်ခြင်း၊ တပြိုင်နက် ချုပ်ခြင်း၊ တူသောမှီရာရှိခြင်း သဘောတူရာအုပ်စု အဖွဲ့လိုက်ရှိခြင်း၊ ဤလေးချက်ကို ထောက်ရှု၍ ကလာပ်ဓညီးတစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ကြရသည်။ ယင်းကလာပ် စည်းများမှာ-

| | |
|---|---|
| (က) ကမ္မဇကလာပ် | ၉- စည်း |
| (ခ ) စိတ္တဇကလာပ် | ၆- စည်း |
| (ဂ ) ဥတုဇကလာပ် | ၄- စည်း |
| (ဃ) အာဟာရဇကလာပ် | ၂- စည်း |
| | ---------- |
| | ပေါင်း- ၂၁- စည်း |

**ကမ္မဇ ကလာပ်- ၉ စည်း**

၁။ စက္ခုဒသက ကလာပ် - စက္ခုပါသောရုပ်-၁၀ ခုတွဲ
(စက္ခုပသာဒ + ဇီဝိတရုပ် + အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်- ၈)

၂။ သောတဒသက ကလာပ်- သောတပါသောရုပ် -၁၀ခုတွဲ
(သောတပသာဒ+ ဇီဝိတရုပ်၊ အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် - ၈)

၃။ ဃာနဒသကကလာပ် - ဃာနပါသောရုပ်-၁၀ခုတွဲ
(ဃာနပသာဒ+ ဇီဝိတရုပ်+ အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်- ၈)

၄။ ဇိဝှါဒသကကလာပ်- ဇိဝှါပါသောရုပ်-၁၀ ခုတွဲ
(ဇိဝှါပသာဒ+ ဇီဝိတရုပ်+ အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် -၈)

၅။ ကာယဒသက ကလာပ်- ကာယပါသောရုပ်- ၁၀ခုတွဲ
( ကာယပသာဒ + ဇီဝိတရုပ် + အဝိနိဗ္ဘောဂရုံပ် ၈-ခု)

၆။ ဂ္ဂတ္ထိဘာဝဒသက ကလာပ် - ဂ္ဂတ္ထိဘာဝပါသောရုပ်-၁၀ ခုတွဲ
(ဂ္ဂတ္ထိဘာဝရုပ်+ ဇီဝိတရုပ်+ အဝိနိဗ္ဘောရုပ်-၈)

၇။ ပုဗ္ဗာဝဒသက ကလာပ် - ပုဗ္ဗာဝပါသောရုပ် -၁၀ခုတွဲ
(ပုဗ္ဗာဝရုပ်+ ဇီဝိတရုပ်+ အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် - ၈)

၈။ ဝတ္ထုဒသက ကလာပ်-ဝတ္ထုရုပ်ပါသောရုပ် - ၁၀ခုတွဲ
(ဟဒယဝတ္ထု+ ဇီဝိတရုပ် + အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်- ၈)

၉။ ဇိဝိတနဝက ကလာပ်- ဇီဝိတရုပ်ပါသောရုပ်- ၉ ခုတွဲ
(ဇီဝိတရုပ်+ အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်- ၈)

စိတ္တဇကလာပ်-၆ စည်း

၁။ သုဒ္ဓဋ္ဌက ကလာပ် - အဋ္ဌကလာပ်ရုပ်သက်သက် ၈-ခုတွဲ
(အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် - ၈)

၂။ ကာယဝိညတ္တိနဝက ကလာပ် - ကာယဝိညတ်ပါသောရုပ်
၉-ခုတွဲ (ကာယဝိညတ် + အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်-၈)

၃။ ဝစီဝိညတ္တိဒသက ကလာပ် - ဝစီဝိညတ်ပါသောရုပ် ၁၀-ခုတွဲ
(ဝစီဝိညတ် + သဒ္ဒရုပ် + အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်-၈)

၄။ လဟုတာဒေကာဒသက ကလာပ် - လဟုတာပါသောရုပ် ၁၁-
ခုတွဲ (လဟုတာ+ မုဒုတာ+ ကမ္မညတာ + အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်-၈)

၅။ ကာယဝိညတ္တိလဟုတာဒိဒွါဒသက ကလာပ် - ကာယ
ဝိညတ် နှင့် လဟုတာစသည်ပါသော ရုပ် ၁၂-ခုတွဲ
(ကာယဝိညတ် + လဟုတာ + မုဒုတာ + ကမ္မညတာ +
အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်-၈)

၆။ ဝစီဝိညတ္တိ သဒ္ဒလဟုတာဒိတေရသက ကလာပ် - ဝစီ ဝိညတ်
နှင့် သဒ္ဒလဟုတာ စသည်ပါသော ရုပ် ၁၃-ခုတွဲ
(ဝစီဝိညတ် + သဒ္ဒရုပ် + လဟုတာ+ မုဒုတာ + ကမ္မညတာ+
အဝိနိဗ္ဘောရုပ် ၈-ခု)

## ဥတုဇကလာပ် ၄-စည်း

၁။ သုဒ္ဓဋ္ဌကကလာပ် - အဋ္ဌကလာပ်ရုပ် ၈-ခု
(အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈-ခု)

၂။ သဒ္ဒနဝက ကလာပ် - သဒ္ဒရုပ်ပါသောရုပ် ၉-ခုတွဲ (သဒ္ဒရုပ် + အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈-ခု)

၃။ လဟုတာဒေကာဒ၊က ကလာပ် - လဟုတာစသည်ပါသောရုပ် ၁၁-ခုတွဲ
(လဟုတာ + မုဒုတာ + ကမ္မညတာ + အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈)

၄။ သဒ္ဒလဟုတာဒိဒ္ဓါဒသက ကလာပ် - သဒ္ဒရုပ်နှင့် လဟုတာ စသည် ပါသောရုပ် ၁၂-ခုတွဲ
(သဒ္ဒရုပ် + လဟုတာ + မုဒုတာ + ကမ္မညတာ + အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈-ခု)

## အာဟာရဇကလာပ် ၂-စည်း

၁။ သုဒ္ဓဋ္ဌကလာပ် - အဋ္ဌကလာပ်ရုပ် ၈-ခုတွဲ (အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈-ခု)

၂။ လဟုတာဒေကာဒသက ကလာပ် - လဟုတာ စသည်ပါသောရုပ် ၁၁-ခုတွဲ
(လဟုတာ + မုဒုတာ + ကမ္မညတာ + အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈-ခု)

ထိုကလာပ်စည်း ၂၁-စည်းတို့တွင် ဥတုဇကလာပ်ဖြစ်သော သုဒ္ဓဋ္ဌကကလာပ်နှင့် သဒ္ဒနဝကကလာပ်တို့သည် ပြင်ပ ဗဟိဒ္ဓဂ်လည်းကောင်း၊ အတွင်း အဇ္ဈတ္တဂ်လည်းကောင်း ဖြစ်နိုင်ကြကုန်၏။ ကြွင်းသော ကလာပ်စည်း ၁၉-စည်းတို့သည် အတွင်း အဇ္ဈတ္တသန္တာန်၌ သာလျှင် ဖြစ်ကြကုန်၏။

အာကာသဓါတ်သည် ရုပ်ကလာပ်တခုနှင့် တစ်ခု မရောယှက်စေရန် ပိုင်းခြားတတ်သော သဘောလက္ခဏာရှိခြင်းကြောင့် ကလာပ်စည်း ဖွဲ့စည်းရာ၌ ပါဝင်နိုင်ခွင့် မရှိချေ။ အလားတူ လက္ခဏာရုပ်လေးခုတို့သည်လည်း ကလာပ်စည်း ဖွဲ့ရာ၌ ပါဝင်နိုင်ခြင်းမရှိချေ။

## ရုပ်တို့၏ ဖြစ်ပေါ်ပုံ အစီအစဉ်

### ဘုံအားဖြင့် ခွဲခြားခြင်း

ကာမဘုံ၌ ရုပ်ကလာပ်စည်း ၂၁-စည်းလုံးဖြစ်ခွင့်ရှိသည်။ အသည်းသတ်ကြဉ်သော ရူပါဝစရ ၁၅-ဘုံ၌ ယာန ဒသက ကလာပ်၊ ဇိဝှါဒသက ကလာပ်၊ ကာယဒသက ကလာပ်၊ ဣတ္ထိဘာဝဒသက ကလာပ်၊ ပုမ္ဘာဝဒသက ကလာပ်၊ အာဟာရဇ ကလာပ် ၂-စည်း စုစုပေါင်း ကလာပ်စည်း ၇-စည်း ဖြစ်ခွင့် မရှိချေ။ ကြွင်းသော ကလာပ်စည်း ၁၄-စည်းတို့ဖြစ်နိုင်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ငြဟ္မာတို့သည် အပူအအေး စသည်ကို မသိချေ၊ အနံ့နှင့် အရသာကိုလည်း မသိချေ၊ အသည်းသတ်ဘုံ၌ ပဋိသန္ဓေအခါတွင် ဇိဝိတနဝက ကလာပ်စည်း (၁)စည်းသာလျှင် ရနိုင်သည်။ ကျန်သော ကမ္မဇကလာပ်စည်းများ ဖြစ်ခွင့်မရှိချေ။ ပဝတ္တိအခါ၌မူ ဥတုဇ ဖြစ်သော သုဒ္ဓဋ္ဌကကလာပ်နှင့် လဟုတာ ဒဇကာဒသကကလာပ်နှစ်ခုတို့သာလျှင် ဖြစ်ခွင့်ရှိကြသည်။

### ပဋိသန္ဓေ- ၃ မျိုး

၁။ ဩပပါတိကပဋိသန္ဓေ - ကိုယ်အင်္ဂါပြည့်စုံစွာ ၁၆-နှစ်အရွယ် ပြုန်းတန့်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

၂။ သံသေဒဇပဋိသန္ဓေ - အကျိအခွဲ၊ အသွေး အသားကို စွဲမှီ၍ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

၃။ ဂဗ္ဘသေယျကပဋိသန္ဓေ - အမိဝမ်း၌ ဖြစ်ရခြင်း

(က) အဏ္ဍဇ - ဥမ္မဂပေါက်ဖွားခြင်း

(ခ) ဇလာဗုဇ - သားအိမ်မှ မွေးဖွာခြင်း

ဂဗ္ဘသေယျက ပဋိသန္ဓေသည် အဏ္ဍဇ၊ ဇလာဗုဇဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိသည်။ ကြက်၊ ငှက်၊ ဖွတ်၊ ပတတ်၊ ငါး၊ လိပ်တို့မှာ ဥမ္မ တစ်ဆင့် ပေါက်ဖွားရ၍ အဏ္ဍဇပဋိသန္ဓေဟုခေါ်သည်။ (အဏ္ဍ - ဥ) လူနှင့် နွား၊ မြင်း စသည်တို့မှာ အမိဝမ်းမှာ (ဝါ) သားအိမ်မှ သတ္တဝါအကောင်လိုက် မွေးဖွားရသောကြောင့် ဇလာဗုဇ ပဋိသန္ဓေဟုခေါ်သည်။ (ဇလာဗု - သားအိမ်)

နက်၊ ဖြဟ္မာတို့သည် လည်းကောင်း၊ အသူရကာယ်နှင့် ငရဲသား တို့သည်လည်းကောင်း၊ ဥပပါတ် ပဋိသန္ဓေ နေကြကုန်၏။ အဂ်ါခြေလက် အစုံအလင် အရွယ်ရောက်ပြီး ပြုန်းကနဲ ဖြစ်ပေါ်လျက် ပဋိသန္ဓေနေကြသည်။ ၎င်းတို့မှာ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ် ပသာဒရုပ်များနှင့် ဘာဝရုပ်များ ရသင့်ရထိုက်ပါက တစ်ခါတည်းအပြီး အပြည့်အစုံရကြသည်။ အကယ်၍ မရထိုက်ပါကလည်း မျက်စိ၊ နားစသည် မပါဘဲ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။ လူနှင့် တိရိစ္ဆာန်များကဲ့သို့ တဖြည်း ဖြည်းချင်း တစ်ဆင့်ချင်း မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာတို့ဖြစ်ပေါ်ရင့်ကျက် နေရခြင်း မရှိချေ။ မွေးကတည်းက အကုန်စုံလင်ပြီး ဖြစ်သည်။ တဖြေးဖြေးချင်း ဖြစ်ပေါ်နေရခြင်းမရှိချေ။

သံသေဒဇသတ္တဝါတို့မှာလည်း အလားတူပင် ရသင့်ရထိုက်သော စက္ခုသောတ စသည်တို့ ပဋိသန္ဓေအခါက ပင်လျှင် ရရှိခဲ့ကြပေသည်။

အဏ္ဍဇသတ္တဝါများမှာ မွေးကတည်းက စက္ခု၊ မျက်စိအကြည် မပါခဲ့ကြချေ။ အဏ္ဍဇမှာ သောတ နားအကြည် မပါခဲ့ကြချေ။ အဏ္ဍဇမှာ ဃာန၊ နှာခေါင်းအကြည်မပါခဲ့ကြချေ။

အရသာကိုသိသော ဇိဝှါလျှာနှင့် အတွေ့အထိကို သိသော ကာယ ပသာဒရုပ်တို့မှာမူ ကာမဘုံ ကာမသတ္တဝါ၌ မချို့တဲ့ကောင်းချေ။ အာဟာရ မှီဝဲရမည်ဖြစ်၍ ဇိဝှါ (လျှာအကြည်ဓါတ်) မပါမဖြစ်ပါနေပေသည်။ အပူ အအေး၊ မာမှု၊ ပျော့မှု၊ နာကျင်မှုကို သိရန်အတွက် ကာယပသာဒ (အကြည် ဓါတ်) မပါ၍ မဖြစ်ပေ။

ထို့ပြင်ကာမဘုံ၌ ဩပပါတိကပဋိသန္ဓေနေရသော ဥပပါတ်သတ္တဝါ များမှာ ဃာနပသာဒရုပ်မချို့တဲ့ကောင်းချေ။

## ကလလရေကြည်

အမိဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေနေကြသော ဂဗ္ဘသေယျကသတ္တဝါတို့မှာ အမိ အဘတို့၏ ပေါင်းစပ်ထားသော သုက်သွေး အတွင်း၌ ပဋိသန္ဓေစိတ်နှင့် အတူတကွ တပြိုင်နက် ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်ကလာပ် သုံးစည်း ဖြစ်ပေါ်လာကြ သည်။ ယင်း ရွှေဦးစွာဖြစ်သော ကမ္မဇရုပ်ကလာပ်စည်း သုံးစည်းကို

ကလလရေကြည်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ကလလရေကြည်၏ ပမာဏသည် နူးညံ့သော သိုးမွေးမျှင် တစ်မျှင်ကို ဆီကြည်၌ နှစ်မြုပ်၍ မ, ယူ ခါထုတ်လိုက်သေအခါ သိုးမွေးအဖျား၌ တွယ်ကပ်နေသော ဆီစက်ပမာဏမျှရှိသည်။ ယင်းကလလရေကြည်၌ အောက်ပါကလာပ်စည်း သုံးခု (ရုပ်အမျိုးအစား ပေါင်း -၃၀) ပါဝင်ကြသည်။

(က) ကာယဒသက ကလာပ် - ရုပ် ၁၀-ခု
( ခ) ဝတ္ထုဒသက ကလာပ် - ရုပ် ၁၀-ခု
( ဂ) ဘာဝဒသက ကလာပ် - ရုပ် ၁၀-ခု

---

ပေါင်း ၃၀

ကလလရေကြည်၌ ကလာပ်စည်းအားဖြင့် သုံးစည်း၊ ရုပ်အရေအတွက်အားဖြင့် သုံးဆယ်ပါဝင်သည်။ ဘာဝဒသက ကလာပ်မှာ ယောကျ်ားဖြစ်လျှင် ပုမ္ဘာဝဒသက ကလာပ်ပါရှိသည်။ မိန်းမဖြစ်လျှင် ဣတ္ထိဘာဝဒသက ကလာပ်ပါရှိသည်။ ကျား မဟုတ်၊ မ မဟုတ် နပုံးပဏ္ဏာကြ်ဖြစ်လျှင် ဘာဝဒသက ကလာပ်မရနိုင်သောကြောင့် နပုံးပဏ္ဏာကြ်မှာ ပဋိသန္ဓေအခါ၌ ကလာပ်စည်း နှစ်စည်း၊ ရုပ်အားဖြင့် နှစ်ဆယ်သာ ရရှိသည်။

## မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

လူသားတို့ ပဋိသန္ဓေဖြစ်စဉ်ကို ခုနစ်ရက်စီ၊ခုနစ်ရက်စီပိုင်းခြား၍ ပြဆိုကြသည်။

| | | | |
|---|---|---|---|
| ၁။ | ကလလရေကြည် | ပထမသတ္တာဟ | ၇-ရက် |
| ၂။ | အမြှုပ် | ဒုတိယသတ္တာဟ | ၇-ရက် |
| ၃။ | အခဲ၊ သွေးခဲ | တတိယသတ္တာဟ | ၇-ရက် |
| ၄။ | သားတစ် | စတုတ္ထသတ္တာဟ | ၇-ရက် |
| ၅။ | ခက်မငါးဖြာ | ပဉ္စမသတ္တာဟ | ၇-ရက် |

| | | | |
|---|---|---|---|
| ၆။ | ခပ်မငါးဖြာကြီးထွားခြင်း | သတ္တာဟ ၅-ခု | ၃၅-ရက် |
| ၇။ | စက္ခုဒသကကလာပ် | ကာယသမသတ္တာဟ | ၇-ရက် |
| ၈။ | သောတဒသကကလာပ် | ဒွါဒသမသတ္တာဟ | ၇-ရက် |
| ၉။ | ဃာနဒသကကလာပ် | တေရသမသတ္တာဟ | ၇-ရက် |
| ၁၀။ | ဇိဝှါဒသကကလာပ် | စုဒ္ဒသမသတ္တာဟ | ၇-ရက် |
| | | | --- |
| | | ပေါင်း | ၉၈-ရက် |


### စိတ္တဇရုပ်စတင်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

ပဋိသန္ဓေစိတ်သည် အစကနဦးဖြစ်ပေါ်ရခြင်းဖြစ်၍ အားနည်းသောကြောင့် စိတ္တဇရုပ်ကို ဖြစ်စေနိုင်စွမ်းမရှိချေ။ စိတ္တဇရုပ်သည် ပဋိသန္ဓေစိတ်နောင်ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ပဌမဘဝင် စိတ်၏ဥပါဒ်ခဏနှင့် ပြိုင်၍ ဖြစ်ပေါ်ကြသည်။ ပဌမဘဝင် စိတ်သည် စိတ္တဇရုပ်များကို ဖြစ်ပေါ်စေရာ၌ မိမိနှင့် ဥပါဒ်ပြိုင်၍ ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ထို့နောက် ဘဝတစ်ခု၏ နောက်ဆုံးအချိန် စုတိစိတ်အထိ စိတ်ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း စိတ္တဇရုပ်များကို ဥပါဒ်ခြင်းပြိုင်၍ ဖြစ်စေကြသည်။ အသည်သတ် ငြဟ်ကတို့အား စိတ္တဇရုပ်မရှိချေ။

### ဥတုဇရုပ်စတင်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်ကလာပ်စည်းသုံးစည်းအတွင်း၌ တေဇောဓါတ်ဟုဆိုအပ်သော ဥတုပါဝင်သည်။ ယင်းဥတုသည် ဌီခဏသို့ရောက်သည့်အခါ ဥတုဇရုပ်ကလာပ်တို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

### အာဟာရဇရုပ် စတင်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

မိခင်ဖြစ်သူစားသုံးသော အာဟာရဓါတ်များ ပျံ့နှံ့ဝင်ရောက်သည့်အခါ စတင်ဖြစ်ပေါ်ရသည်။ များသောအားဖြင့် ဒုတိယသတ္တာဟ သို့မဟုတ် တတိယသတ္တာဟ၌ စတင်ဖြစ်ပေါ်ကြသည်။ သံသေဒဇနှင့် ဥပပါတ်သတ္တဝါများမှာမူ မိမိတံတွေးကို မျိုချခြင်းသို့မဟုတ် အစာအာဟာရတစ်ခုခုကို

မျိုခြင်းရှိသော အခါမှစ၍ စတင်ဖြစ်ပေါ်ကြသည်။ ရူပဌာတို့၌ အာဟာရ စားမျိုခြင်းမရှိသဖြင့် အာဟာရဇရူပ်မရှိချေ။ ထို့ကြောင့် ရူပဌာတို့မှာ ကမ္မဇရူပ်၊ စိတ္တဇရူပ်၊ ဥတုဇရူပ် သုံးမျိုးသာ ရနိုင်ကြသည်။

## ပဋိသန္ဓေအခါ မဖြစ်နိုင်သောရူပ်များ

ပဋိသန္ဓေအခါ၌ အောက်ပါရူပ်များ မဖြစ်နိုင်ချေ။

| | | |
|---|---|---|
| (၁) | သဒ္ဒရူပ် - အသံရူပ် | ၁-ပါး |
| (၂) | ဝိကာရရူပ်- | ၃-ပါး |
| (၃) | ဇရတာရူပ် - | ၁-ပါး |
| (၄) | အနိစ္စတာရူပ် (မရောကာရူပ်) | ၁-ပါး |
| | | -------- |
| | ပေါင်း | ၆-ပါး |

## ရူပ်တို့၏ ချုပ်ဆုံးခြင်း

ကမ္မဇရူပ်တို့သည် စုတိစိတ်၏ ဘင်ခဏနှင့်ပြိုင်၍ တပြိုင်နက် ချုပ်ဆုံးကြသည်။ ရုပ်၏ သက်တမ်းမှာ စိတ္တက္ခဏ ၁၇-ချက် အတိုင်းအတာရှိသောကြောင့် စုတိစိတ်၏ ဘင်ခဏနှင့် တပြိုင်နက် ချုပ်နိုင်ရန်အတွက် စုတိစိတ်မှ အထက် ၁၇-ချက်မြောက်ဖြစ်သော စိတ်၏ ဥပါဒ်ခဏနှင့် ပြိုင်၍ ဖြစ်သော ကမ္မဇရူပ်များသည် နောက်ဆုံးကမ္မဇရူပ်များ ဖြစ်ကြသည်၊ ထို ၁၇-ချက် မြောက်စိတ်မှ နောက်ဖြစ်သော ၁၆-ချက်မြောက်စိတ်၊ ၁၅-ချက်မြောက် စိတ်စသော နောက်နောက်သော စိတ္တက္ခဏတို့၌ ကမ္မဇရူပ်များ လုံးဝဖြစ်ပေါ်ခြင်း မရှိတော့ချေ။ အကယ်၍ဖြစ်ပေါ်သည် ဆိုပါက စုတိစိတ်၏ နောက်၌ ကမ္မဇရူပ်များ ကြွင်းကျန် နေရစ်ရလိမ့်မည်။ ထိုသို့ မဖြစ်ကောင်းချေ။ နောက်ဆုံး နာမ်သက်နှင့် ရုပ်သက်သည် အတူတကွ ချုပ်ငြိမ်းရမည်ဖြစ်သည်။

## အိမ်မြောင်အမြီးပြတ်

စိတ္ထဇရုပ်များမှာမူ စုတိစိတ်ချုပ်ပြီးနောက်တွင်လည်း သက်တမ်း ကျန်ရှိရစ်ကြသည်။ နောက်ဆုံးဖြစ်သော စုတိစိတ်နှင့်ယှဉ်ပြိုင်၍ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော စိတ္ထဇရုပ်များသည် စုတိစိတ်ချုပ်ပြီးနောက် စိတ္တက္ခဏ ၁၆-ချက်စာ သက်တမ်း ကျန်ရှိရစ်သည်။ ထိုသို့ စိတ္တဇရုပ် ကျန်ရစ်သောကြောင့် အိမ်မြောင်အမြီး ပြတ်သည် လူပ်ရှားနေခြင်းဖြစ်သည်။

အာဟာရဇရုပ်များမှာလည်း သေပြီးနောက် နာရီအနည်းငယ်ခန့် ဆက်လက် ကျန်ရစ်လိမ့်ဦးမည်ဖြစ်သည်။

ဥတုဇရုပ်များမှာမူ အလောင်းကောင် ပျက်စီးသွားသည်အထိ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေရစ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် လူနှင့်တိရစ္ဆာန်များ သေဆုံးပြီး နောက် ဥတုဇရုပ်ကလာပ် အလောင်းကောင် ကျန်ရှိနေရစ်ခြင်းဖြစ်သည်။

အထက်နတ်များနှင့် ပြဟ္မာများမှာ သိမ်မွေ့သော ရုပ်ကလာပ်တို့ဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းထားခြင်းဖြစ်ရကား သေဆုံးပြီးနောက် အလောင်းကောင် မကျန်ရစ်တော့ချေ။ ဥပမာ ထောပတ်ဆီကြည်ကို မီးလောင်းရာ၌ မီးတောက် ငြိမ်းသွားသောအခါ မီးသွေး သို့မဟုတ် ပြာ ကြွင်းကျန်ခြင်း မရှိသကဲ့သို့တည်း။

## နိဗ္ဗာန်အကြောင်း

နိဗ္ဗာန - ဟူသောပါဠိကို မြန်မာမှုပြု၍ "နိဗ္ဗာန်" ဟုခေါ်ဆိုကြသည်။ အဓိပ္ပါယ်မှာ တဏှာမှ ထွက်မြောက်ခြင်း၊ တဏှာမှ လွတ်မြောက်ရာဟု ဆိုလိုသည်။

နိဗာန - (နိ + ဝါန) နိ- ထွက်မြောက်ခြင်း၊ လွတ်မြောက်ခြင်း + ဝါန - ချုပ်စပ်ပေးတတ်သောတဏှာ။

ဘဝသံသရာ အဆက်ဆက်ကို အဆက်မပြတ် တလစပ်ဖြစ်ပေါ်နေစေရန် "ဝါန" ဟုဆိုအပ်သော တဏှာသည် ဆက်စပ် ပေးတတ်သည်။ ချုပ်စပ်ပေးတတ်သည်။ ယင်းတဏှာမရှိပါက သံသရာ ဘဝဆက်တို့သည် ချုပ်စပ်မှုမရှိတော့ပဲ ချုပ်ငြိမ်း ကုန်ဆုံးသွားကြသည်။ ထိုကြောင့်နိဗ္ဗာန - နိဝါန- တဏှာမရှိပါက သံသရာဝဋ်ဒုက္ခ ကုန်ဆုံးသွားလေသည်ကို ကုန်ဆုံးသွားလေပြီဟု မှတ်ယူရပေမည်။ ထိုနိဗ္ဗာန်သည် ပူလောင်မှုများ အေးငြိမ်းရာဖြစ်၍ "သီဝ"ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းအေးရာဖြစ်၍ "သန္တိ"ဟုလည်းခေါ်ဆိုကြလေသည်။

### နိဗ္ဗာန် နှစ်မျိုး

နိဗ္ဗာန်သည် သဥပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်နှင့် အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိသည်။

(ဥပါဒိ+သေသ) ဥပါဒိ- ဝိပါက်နာမက္ခန္ဓာနှင့် ကမ္မဇရုပ်များ + သေသ - ကြွင်းကျန်ခြင်း၊

တဏှာဒိဋ္ဌိတို့သည် စွဲလမ်းအပ်သော ကံတရား၏ အကျိုးဖြစ်သောကြောင့် ဝိပါက်နာမက္ခန္ဓာနှင့် ကမ္မဇရုပ်တို့ကို ဥပါဒိဟူ၍ ခေါ်ဆိုရသည်။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များသည် အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်ဉာဏ်ကိုရသည်နှင့် တပြိုင်နက် ကိလေသာတရားများ ချုပ်ငြိမ်းသွားလေသည်၊ တစ်ဖန်မဖြစ်ခြင်းသဘောသို့ ရောက်ရှိသွားသည်၊ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြု၍ မနှိုင်းယှဉ်အပ်သော ချမ်းသာသုခကို ရရှိလေ့ပြီ၊ သို့ရာတွင် ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များမှာ

ပရိနိဗ္ဗာန်မစံမီ ကာလအတောအတွင်း၌ ဥပါဒိဟု ခေါ်ဆိုရသော ဝိပါက်နာမက္ခန္ဓာနှင့် ကမ္မဇရုပ်များ ကြွင်းကျန်နေသေးသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များ ရရှိခံစားအပ်သော နိဗ္ဗာန်သည် သဥပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်မည်၏။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များသည် ဝိပါက် နာမက္ခန္ဓာကမ္မဇရုပ်များ အကြွင်းမဲ့ချုပ်ငြိမ်း၍ ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်သွားသည့်အခါ ဥပါဒိများ မကြွင်းကျန်တော့၍ ယင်းနိဗ္ဗာန်ကို အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်ဟု ခေါ်ဆိုရသည်။

## နိဗ္ဗာန်သည် အရှိတရားဖြစ်သည်

နိဗ္ဗာန်သည် ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်းမရှိ၊ ကံ, စိတ်, ဥတု, အာဟာရ အစရှိသော အကြောင်းတရားတို့သည် ပြုပြင် စီမံထားခြင်း မဟုတ်သောကြောင့် "အသင်္ခတ"မည်၏။ နိဗ္ဗာန်သည် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် အာရုံပြု၍ အမှန်တကယ်ရှိ ကြောင်း မျက်မှောက်ပြုနိုင်သောကြောင့် ပရမတ္ထတရားမည်၏။ ရွှေ့လျော ခြင်း၊ ပြောင်းရွှေ့ခြင်းမရှိသောကြောင့် "အစ္စုတ"မည်၏။

## နိဗ္ဗာန်သို့ စံဝင်ခြင်း

ဘုရား ရဟန္တာများသည် နိဗ္ဗာန်စံဝင်သည်၊ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်သည်ဟု ဆိုကြရာ၌ ဤပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ရှိသော ရုပ်နာမ်များနှင့်တကွ ရောက်ရှိသွားသလော

(သို့မဟုတ်) ဤဘဝ ဤရုပ်နာမ်များကို စွန့်ပစ်ခဲ့၍ ရုပ်အထူး နာမ်အထူးဖြင့် နိဗ္ဗာန်စံနေတော်မူကြသလော-

ဘဝဇာတ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်း၍ ဘာမျှမဖြစ်တော့ပဲ ဘဝပြတ်စဲသွားခြင်း၊ ရုပ်စဲသွားခြင်းသာ ဖြစ်ပါသလော၊

ပရိနိဗ္ဗာန်စံပြီးနောက် ဘုရား ရဟန္တာများ ဆက်လက်ရှိသေးသလော၊ မရှိတော့ပြီလော၊

သူးခြားသော အသွင်တစ်မျိုးနှင့် ရှိနေသေးသလော စသည်ဖြင့် တွေးခေါ်ကြဆမ့်မှီးများ ဖြစ်တတ်ကြသည်။

အမှန်စင်စစ် ဤဘဝရုပ်နာမ်များသည် ချုပ်ဆုံးခဲ့ပြီဖြစ်၍ ဤရုပ်နာမ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ မရောက်နိုင်ချေ။ ထို့ပြင် နိဗ္ဗာန်၌ ရုပ်အထူး နာမ်အထူးဖြင့် ဆက်လက်တည်ရှိနေသည်ဟု ယူဆပါက သဿတဒိဋ္ဌိသို့ ပြေးဝင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ချုပ်ငြိမ်း ပြတ်စဲသွားပြီဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ဤဘဝရုပ် နာမ်များ ချုပ်ငြိမ်းပြီးပါက နောက်ဘဝတစ်စုံတစ်ခုမျှ ဖြစ်ခြင်းမရှိ ဘဝပြတ်စဲ သွားသည်ဟူ၍လည်းကောင်း ယူဆပါက ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိသို့ သက်ဝင်လေတော့သည်။

နိဗ္ဗာန်ဟူသည် အကြောင်းတရားကင်းသောကြောင့် "အပစ္စယ" မည်၏၊ အကြောင်းတရားတို့က ပြုပြင် စီမံ ဖန်တီးထားခြင်း မဟုတ်သောကြောင့် "အသင်္ခတ"မည်၏။ အဋ္ဌတ္တ ဗဟိဒ္ဓနှစ်ပါးတို့တွင် ဗဟိဒ္ဓမည်၏။ ဝိပဿနာကျင့်ကြံ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ဂေါတြဘူဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တို့အား အာရုံမဂ္ဂ ပစ္စည်း၊ အဓိပတိ ပစ္စည်း၊ ဥပနိဿယပစ္စည်း၊ အတ္ထိပစ္စည်း၊ အဝိဂတပစ္စည်းတည်းဟူသော ပစ္စယသတ္တိ တို့ဖြင့် ကျေးဇူးပြုတတ်သည်။

မဂ်ဉာဏ်သည် ထိုနိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလိုက်သောအခါ ထိုနိဗ္ဗာန်၏ အလွန်အေးမြခြင်း "သန္တိ" သဘောတန်ခိုး အရှိန်သည်၊ ထိုမဂ္ဂသမ္မာဒိဋ္ဌိ၏ အဋ္ဌတ္တာခန္ဓာသို့ အရှိန်အဝါ ပြန်ခံရောက်ရှိသွား၍ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ နာမ်ခန္ဓာအစဉ်၌ ကိလေသာမီး အကြွင်းမဲ့ငြိမ်းလေသည်။ ဥပမာ- အရှိန်ပြင်းစွာလောင်ကျွမ်းလာသော တောမီးသည် စမ်းရေအိုင်ကြီးပေါ်သို့ ရောက်ရှိသွားသောအခါ အလိုအလျောက် ငြိမ်းသွားလေတော့သည်။

အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ နာမ်ခန္ဓာအစဉ် ရုပ်ခန္ဓာအစဉ်များသည် အခြေခံဓါတ်သဘာဝ ပြောင်းလဲသွားလေသည်။ ယင်းသို့ ခန္ဓာအစဉ် ဓါတ်ပြောင်းလဲသွားခြင်းကြောင့် ယင်းခန္ဓာအစဉ်၌ ကိလေသာတရားများ၊ သံယောဇဉ်တရားများ မဖြစ်နိုင် တော့ချေ။ ယင်းကဲ့သို့ မဖြစ်နိုင်တော့ခြင်းကိုပင် ကိလေသာကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်သည်ဟု ဆိုရသည်။

J
3