



မေ့လမ်းစာစဉ်

# ခွဲဖြူ မိမိတို့



ဒေါက်တာစိုးလွင် (ပဋ္ဌလေး)

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ မိဘ၊ ဆရာတို့အား

ဤဓမ္မစာစုဖြင့် ရိုသေစွာ ကန်တော့ပါ၏။

## စွဲရာမှ မစွဲရာသို့

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

### ဒေါက်တာ စိုးလွင် (မန္တလေး)

- ၁၉၅၈ ခုနှစ် ဇွန်လ (၃) ရက် အင်္ဂါနေ့တွင် မန္တလေးမြို့၌ အဖ ဦးသန်းအောင် အမိ ဒေါ်ဝင်းမေတို့မှ မွေးဖွားသည်။

- ၁၉၇၅ ခုနှစ်တွင် ဆယ်တန်းစာမေးပွဲကို မန္တလေးမြို့ အမှတ် (၉) အထက (ယခင် စိန့်ပီတာ)မှ အောင်မြင်သည်။

- ၁၉၇၆-၈၂ စာသင်နှစ်တွင် ဆေးတက္ကသိုလ် (မန္တလေး) ၌ တတ်ရောက်သင်ကြား၍ ဆရာဝန်ဘွဲ့ (M.B,B.S)ကို ရရှိသည်။ ပြင်ပဆေး ခန်းဖွင့်၍ ဆေးကုသခြင်းကို လုပ်ကိုင်သည်။

- ၁၉၈၉-၉၀ ခုနှစ်တို့တွင် မင်းကွန်းဆရာ တော်ဘုရားကြီး တည်ထောင် ဖွင့်လှစ်ခဲ့သော နန်းရွှေ မန္တလေး ဇီဝိတ သံဃာဆေးရုံ၌ တာဝန်ထမ်း ဆောင်သည်။

- ၁၉၉၁ ခုနှစ်တွင် မရွှေရည်လှနှင့် အိမ်ထောင် ပြု၍ ထူးရည်လွင် သမီးတစ်ဦးရှိပြီး ယခုအခါ မန္တလေးမြို့ (၁၉)လမ်း နန်းရွှေ အောင်မြေသာစံ မြို့နယ်တွင် မိသားစုနှင့် အတူနေထိုင်သည်။

- ၁၉၉၀-၉၁ ခုနှစ်မှ စတင်၍ ဓမ္မစာပေများကို လေ့လာ ဖတ်ရှုခဲ့သည်။ မင်းကွန်းဆရာတော်ကြီး၊ စွန်းလွန်းဆရာတော်ကြီး၊ ဝေဘူဆရာတော်ကြီး၊ မိုးကုတ်ဆရာတော်ကြီး၊ မဟာစည်ဆရာတော်ကြီး၊ တောင်မြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ကြီး၊ ပခုက္ကူ ဆရာတော်ကြီး (အနိစ္စဆရာတော်)၊ ဖားအောက်တောရ ဆရာတော်ကြီးတို့၏ တရားဓမ္မများကို လေ့လာ မှတ်သားခဲ့သည်။ ထို့ပြင် လယ်တီဆရာတော်ကြီး၏ ဒီပနီပေါင်းချုပ်နှင့် ဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူ ခဲ့သော ဆဋ္ဌသံဂါယနာတင် ပိဋကတ်သုံးပုံ ပါဠိတော် (မြန်မာပြန်)တို့ကို ဆက်လက် ဖတ်ရှုလေ့လာလျက် ရှိသည်။

- ၂၀၀၄ ခုနှစ်တွင် စာဓမ္မအမြင်မှ ခန္ဓာဓမ္မ အမြင်ရောက်အောင် လက်တွေ့ ဝိပဿနာတရား အလုပ်ကို စတင်၍ နှလုံးသွင်းအားထုတ်သည်။

- ၂၀၀၆ ခုနှစ်တွင် မန္တလေးနှင့် ရန်ကုန်မြို့တို့၌ သူငယ်ချင်းများကို ဝိပဿနာနှင့် ပတ်သက်သော အခြေခံ သဘောတရားများကို စတင် ဆွေးနွေး ပြောကြားသည်။

- ၂၀၀၉ ခုနှစ်တွင် မန္တလေး ဆေးတက္ကသိုလ် (၇၆-၈၂ ) စာသင်နှစ်၏ (၁၀) ကြိမ်မြောက် အာစရိယ ပူဇော်ပွဲ၌ (ဓမ္မလမ်းကို လျှောက်ကြမယ်) ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ဓမ္မစာစုကို စတင်ရေးသား၍ ဆရာ ဆရာမတို့ကို ဓမ္မနှင့်ပူဇော်ကန်တော့ရင်း သူငယ်ချင်းတို့ကိုလည်း ဓမ္မလမ်းပေါ်ရောက်အောင် ခေါ်ဆောင်ခဲ့သည်။

- ၂၀၁၀ ခုနှစ်တွင် မန္တလေးနှင့် ရန်ကုန်မြို့တို့၌ ဝိပဿနာသင်တန်းအတွက် မဇ္ဈိမလမ်းကို လျှောက်ကြမယ်၊ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ဝိပဿနာ၊ ပိဋကတ်မှတ်စု၊ ဓမ္မကောက်နုတ်ချက်စာစုများ၊ ဝိပဿနာ ‘ဝလုံးတန်း’၊ ဝိပဿနာအခြေခံနှင့် အလုပ်ပေးတရား၊ အခြေခံဉာဏ်နှစ်ပါးနှင့် အနတ္တအမြင်၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ သိပုံပယ်ပုံ၊ လက်တွေ့လျှောက်လှမ်းဓမ္မလမ်း၊ အဆန်လမ်း စသည်တို့ကို (ဓမ္မလမ်းစာစဉ်များ)အဖြစ် ရေးသားခဲ့သည်။

**“အမှာစကား”**

သတ္တဝါများသည် ခြေ၊ လက်၊ နား၊ နှာခေါင်း စသည့် ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းအားလုံး တူညီကြသည်။ သို့သော် ချမ်းသာမှု၊ ဆင်းရဲမှု၊ မတည်ငြိမ်မှု၊ ငြိမ်းချမ်းမှုတို့ကား အမြဲတမ်းကွာဟ နေသည်။ အသိဉာဏ်ကွာဟသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

တိရစ္ဆာန်ဘဝထက် လူ့ဘဝသည် ပို၍ငြိမ်းချမ်းသည်။ အန္ဓပုထုဇဉ်ထက် ကလျာဏပုထုဇဉ်သည် ပို၍ငြိမ်းချမ်း၏။ ကလျာဏပုထုဇဉ်ထက် သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ပို၍ငြိမ်းချမ်း၏။ ထို့အတူ သောတာပန်ထက် သကဒါဂါမ်၊ သကဒါဂါမ်ထက် အနာဂါမ်၊ အနာဂါမ်ထက် ရဟန္တာသည် ပို၍ငြိမ်းချမ်း၏။

ဤပုဂ္ဂိုလ်များသည် အင်္ဂါကြီးငယ်အစိတ်  
 အပိုင်းအားလုံး ညီတူညီမျှ ရှိကြသော်လည်း  
 အသိဉာဏ်ကား တန်းတူညီတူ မရှိသောကြောင့်ဖြစ်၏။  
 ထိုအသိဉာဏ်ကား ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်၏။ ထိုဝိပ  
 သနာဉာဏ်သည် အန္တပုထုဇဉ်ခေါ် အဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်၊  
 ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ မရှိနိုင်။ ကလျာဏပုထုဇဉ်ခေါ်  
 တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်နှင့်အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့၌သာရှိနိုင်၏။

ထိုဝိပဿနာဉာဏ်သည် ဆင်းရဲမှုကို ဖြစ်စေ  
 တတ်သော အစွဲထူ၊ အစွဲပြစ်မှ ငြိမ်းချမ်းမှုကို  
 ဖြစ်စေတတ်သော အစွဲပါး၊ အစွဲကြဲ၊ အစွဲဖြတ်၊  
 အစွဲပြတ်သည်အောင်ထိ စွမ်းဆောင်နိုင်ပေသည်။  
 ဤစာအုပ်ကို ဘုန်းကြီးကိုယ်တိုင် ကြည့်ရှုစစ်ဆေး  
 ထားပြီးဖြစ်သည်။

ဦးဇောတိက  
 ဓမ္မစရိယ၊ အမ်အေ(သီရိလင်္ကာ)  
 အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဘိဓမ္မာတက္ကသိုလ်  
 ကထိက  
 (ရန်ကင်းတောင်ဆရာတော်)

### “စွဲရာမှ မစွဲရာသို့”

ယခုခမ္မစာစုတွင် အဓိကတင်ပြထားသည်မှာ အပိုင်း(၃)ပိုင်းရှိပါသည်။ ပထမပိုင်းသည် ကိလေသ ဝဋ် ခေါ် အနုသယ အကိန်းဓာတ်သဘော၊ ဒုတိယပိုင်း သည် သတိဖြင့် ပစ္စုပ္ပန်နေထိုင်နည်း၊ တတိယပိုင်းသည် အကြောင်းအကျိုးနှင့် အကျိုးအကြောင်းနှစ်မျိုးကို ပိုင်းခြားသိခြင်းတို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

ယခင်စာအုပ်များတွင် ဝိပဿနာအခြေခံပိုင်း များကို ရေးသားတင်ပြပြီးဖြစ်သောကြောင့် ယခုရေး သားတင်ပြသည်တို့ကို နားမလည်ပါက ယခင်စာအုပ် များကို ပြန်လည်ဖတ်ရှုစေလိုပါသည်။ သို့တည်းမဟုတ် ကျွန်တော်အား တိုက်ရိုက်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

ဝိပဿနာသည် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ တို့တွင် ဖြစ်ပေါ်နေသော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ တို့ကို တိုက်ရိုက်ပယ်နိုင်အောင် အားထုတ်နေခြင်း မဟုတ်ပါ။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့သည် ကမ္မဝဋ်၌ ဖြစ်ပေါ်နေသော ကိလေသာတို့ဖြစ်ပါသည်။ ကာယကံ၊ ဝစီကံတို့ဖြင့် လွန်ကျူးသော ယင်းကိလေသာတို့အား သီလဖြင့်၎င်း၊ မနောကံဖြင့် လွန်ကျူးမှုကို သမာဓိ ဖြင့်၎င်း စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းရပါသည်။



ဝိပဿနာသည် ကမ္မဝဋ်ကိုပယ်ခြင်းမဟုတ်ပါ။  
 အနုသယခေါ်အကိန်းဓာတ်ဖြစ်သော ကိလေသဝဋ်ကို  
 ပယ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကိလေသဝဋ်ကို စာပေအနေဖြင့်  
 အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်ဟုခေါ်ပါသည်။  
 တရားအလုပ် အားထုတ်ရာတွင် ကိလေသဝဋ်သည်  
 မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင်  
 သတ္တဝါအသိသဘော ပါဝင် နေခြင်းဖြစ်သည်။  
 ယင်းသတ္တဝါအသိ အနုသယ သဘောသည်  
 မနောတွင် အငုတ်ဓာတ်အနေဖြင့် ကိန်းနေခြင်းဖြစ်၍  
 မထင်ရှားသောကြောင့် ပယ်ရန် မဆိုထားဘိ သိရန်ပင်  
 ခက်ခဲလှပါသည်။

ထို့ကြောင့် အနုသယသဘောကို အဓိက  
 ထား၍ ယခုစာအုပ်တွင် ရေးသားတင်ပြထားခြင်းဖြစ်  
 ပါသည်။ ကိလေသဝဋ်သည် ဝိပဿနာ၏ အဓိက  
 အပိုင်းဖြစ်သောကြောင့် ယင်း၏ အနုသယသဘော  
 အကိန်းဓာတ်အပိုင်းသည် ခက်လည်းခက်၏၊ နက်  
 လည်းနက်၏။ ဆရာဦးရွှေအောင်၏ စာအုပ်တို့မှလည်း  
 ကောက်နုတ်ကိုးကား၍ ကြိုးစားတင်ပြထားပါသည်။  
 အကယ်၍ နားမလည်မှု၊ လွဲမှားမှု တစ်စုံတစ်ရာရှိပါက  
 ကျွန်တော်၏အမှားများသာဖြစ်ပါသည်။

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

### ‘ရထဝိနိတသုတ်’

အသျှင်သာရိပုတြာသည် ညချမ်းအချိန်၌ ဖလ  
သမာပတ်မှထလျက် မန္တာဏီ၏သား အသျှင်ပုဏ္ဏ  
အထံသို့ ချဉ်းကပ်ပြီးလျှင် မန္တာဏီ၏သား အသျှင်ပုဏ္ဏ  
နှင့်အတူ ဝမ်းမြောက်ဖွယ် အမှတ်ရဖွယ်စကားကို  
ပြောဆိုပြီးဆုံး စေ၍ သင့်လျော်သောနေရာ၌ ထိုင်ကာ  
ဤစကားကို မိန့်ဆို၏။

**“ ဝိသုဒ္ဓိ (၇)ပါး နှင့် မြတ်သောအကျင့် ”**

“ငါ့သျှင် မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သော အကျင့်  
ကို ကျင့်သုံးသလော” ဟု မေး၏။ ငါ့သျှင် မှန်ပါ၏ဟု  
(ဆို၏)။

(၁) “ငါ့သျှင် အကျင့်သီလ အထူး စင်ကြယ်ခြင်း

(သီလဝိသုဒ္ဓိ) အကျိုးငှါ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံးသလော” ဟု မေး၏။

ငါ့သျှင် မဟုတ်ပါဟု (ဆို၏)။

(၂) “ငါ့သျှင် စိတ်သမာဓိ အထူး စင်ကြယ်ခြင်း (စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ) အကျိုးငှါ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံးသလော” ဟု မေး၏။

ငါ့သျှင် မဟုတ်ပါဟု (ဆို၏)။

(၃) “ငါ့သျှင်အမြင်အထူးစင်ကြယ်ခြင်း (ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ) အကျိုးငှါ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံးသလော” ဟု မေး၏။

ငါ့သျှင် မဟုတ်ပါဟု (ဆို၏)။

(၄) “ငါ့သျှင် ယုံမှားခြင်းကို လွန်မြောက်မှု (ဉာဏ်) အထူး စင်ကြယ်ခြင်း (ကင်္ခါဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိ) အကျိုးငှါ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံးသလော” ဟု မေး၏။

ငါ့သျှင် မဟုတ်ပါဟု (ဆို၏)။

(၅) “ငါ့သျှင် မဂ်ဟုတ်သည် မဟုတ်သည်၌ ဉာဏ်အမြင် အထူး စင်ကြယ်ခြင်း (မဂ္ဂါမဂ္ဂ ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ) အကျိုးငှါ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံးသလော” ဟု မေး၏။

ငါ့သျှင် မဟုတ်ပါဟု (ဆို၏)။

(၆) “ငါ့သျှင် အကျင့် (အနုလုံ) ဉာဏ်အမြင် အထူး စင်ကြယ်ခြင်း (ပဋိပဒါ ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ) အကျိုးငှါ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံးသလော” ဟု မေး၏။

ငါ့သျှင် မဟုတ်ပါဟု (ဆို၏)။

(၇) “ငါ့သျှင် မဂ်ဉာဏ်အမြင် အထူး စင်ကြယ် ခြင်း (ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ) အကျိုးငှါ မြတ်စွာဘုရား ထံ၌ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံး သလော” ဟု မေး၏။

ငါ့သျှင် မဟုတ်ပါဟု (ဆို၏)။

ငါ့သျှင် အကယ်၍ ဤအကျိုးငှါ မကျင့် သုံး သော် အဘယ်အကျိုးငှါ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံးသနည်းဟု (မေး၏)။

ငါ့သျှင် “ (စွဲယူမှု) မရှိသော ထက်ဝန်းကျင် ငြိမ်းအေးခြင်း ” အကျိုးငှါသာ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်သုံးပါ၏ ဟု (ဆို၏)။

**“ ရထားခုနစ်စီး ဥပမာ ”**

ငါ့သျှင် ဥပမာသော်ကား ပဿေနဒိကော သလမင်းသည် သာဝတ္ထိ ပြည်၌နေစဉ် သာကေတ

မြို့၌ တစ်စုံတစ်ရာ အဆောတလျင် ပြုဖွယ်ကိစ္စသည်  
ဖြစ်ရာ ၏။ ထိုမင်းအတွက် သာဝတ္ထိပြည်နှင့်  
သာကေတမြို့၏ အကြား၌ မြင်းယာဉ်ကသော  
ရထားခုနစ်စီးတို့ကို ရှေးရှု တည်ထား စေကုန်ရာ၏။  
ငါ့သျှင်ထိုအခါ ပသေ့နဒိ ကောသလမင်းသည်  
သာဝတ္ထိပြည်မှထွက်သော် နန်းတွင်းတံခါးမှ  
မြင်းယာဉ်ကသော ပဌမရထားကို တက်စီးရာ၏။

၁။ မြင်းယာဉ်ကသော ပဌမရထားဖြင့် မြင်းယာဉ်  
ကသော ဒုတိယရထားသို့ ရောက်ရာ၏။ မြင်းယာဉ်  
ကသော ပဌမရထားကို စွန့်လွှတ်ရာ၏။

၂။ မြင်းယာဉ်ကသော ဒုတိယရထားဖြင့် မြင်းယာဉ်  
ကသော တတိယ ရထားသို့ ရောက်ရာ၏။ မြင်းယာဉ်  
ကသော ဒုတိယရထားကို စွန့်လွှတ်ရာ၏။

၃။ မြင်းယာဉ်ကသော တတိယရထားဖြင့်  
မြင်းယာဉ်ကသော စတုတ္ထ ရထားသို့ ရောက်ရာ၏။  
မြင်းယာဉ်ကသော တတိယရထားကို စွန့်လွှတ်ရာ၏။

၄။ မြင်းယာဉ်ကသော စတုတ္ထရထားဖြင့် မြင်းယာဉ်  
ကသော ပဉ္စမရထားသို့ ရောက်ရာ၏။ မြင်းယာဉ်  
ကသော စတုတ္ထရထားကို စွန့်လွှတ်ရာ၏။

၅။ မြင်းယာဉ်ကသော ပဉ္စမရထားဖြင့် မြင်းယာဉ်

ကသော ဆဋ္ဌရထားသို့ ရောက်ရာ၏။ မြင်းယာဉ် ကသော ပဉ္စမရထားကို စွန့်လွှတ်ရာ၏။

၆။ မြင်းယာဉ်ကသော ဆဋ္ဌရထားဖြင့် မြင်းယာဉ် ကသော သတ္တမရထားသို့ ရောက်ရာ၏။ မြင်းယာဉ် ကသော ဆဋ္ဌရထားကို စွန့်လွှတ်ရာ၏။

၇။ မြင်းယာဉ်ကသော သတ္တမရထားဖြင့် သာကေ တမြို့ နန်းတွင်းတံခါးသို့ ဆိုက်ရောက်ရာ၏။

- ငါ့သျှင် ဤအတူပင် အကျင့်သီလ အထူး စင်ကြယ်ခြင်းသည် စိတ် သမာဓိ အထူး စင်ကြယ်ရုံမျှ အကျိုးရှိ၏။ (စိတ္တဝိသုဒ္ဓိအတွက် သီလဝိသုဒ္ဓိ)

- စိတ် သမာဓိ အထူး စင်ကြယ်ခြင်းသည် အမြင် အထူး စင်ကြယ်ရုံမျှ အကျိုးရှိ၏။ (ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ)

- အမြင် အထူး စင်ကြယ်ခြင်းသည် ယုံမှား ခြင်းကို လွန်မြောက်မှု (ဉာဏ်) အထူး စင်ကြယ်ရုံမျှသာ အကျိုးရှိ၏။ (ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ)

- ယုံမှားခြင်းကို လွန်မြောက်မှု(ဉာဏ်) အထူး စင်ကြယ်ခြင်းသည် မဂ်ဟုတ်သည် မဟုတ်သည်၌ ဉာဏ်အမြင် အထူးစင်ကြယ်ရုံမျှသာ အကျိုးရှိ၏။ (မဂ္ဂါမဂ္ဂ ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ)

- မဂ်ဟုတ်သည် မဟုတ်သည်၌ ဉာဏ်အမြင်

အထူးစင်ကြယ်ခြင်းသည် အကျင့် (အနုလုံ) ဉာဏ်အမြင် အထူး စင်ကြယ်ရုံမျှသာ အကျိုးရှိ၏။ (ပဋိပဒါ ဉာဏ ဒဿနဝိသုဒ္ဓိ)

- အကျင့် (အနုလုံ) ဉာဏ်အမြင် အထူး စင်ကြယ်ခြင်းသည် မဂ်ဉာဏ် အမြင် အထူး စင်ကြယ်ရုံ မျှသာ အကျိုးရှိ၏။ (ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ)

- မဂ်ဉာဏ်အမြင် အထူး စင်ကြယ်ခြင်းသည် (စွဲယူမှု) မရှိသော ထက်ဝန်းကျင် ငြိမ်းအေးရုံမျှသာ အကျိုးရှိ၏။ (အနုပါဒပရိနိဗ္ဗာန်)

- ငါ့သျှင် စွဲယူမှု မရှိသော ထက်ဝန်းကျင် ငြိမ်းအေးခြင်းအကျိုးငှါသာ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်သုံးပါ၏ဟု မန္တာဏီ၏သား အသျှင်ပုဏ္ဏကဆို၏။

ဤသို့လျှင် ထိုရဟန္တာကြီးနှစ်ပါး အသျှင်သာရိ ပုတြာနှင့် အသျှင်ပုဏ္ဏတို့သည် အချင်းချင်း ကောင်းစွာ ပြောဟောသော တရားစကားကို အညီအမျှ ဝမ်း မြောက်ကြကုန်၏။

(ရထဝိနီတသုတ်ပြီး၏။)

### “ အစွဲကင်းသူ ”

စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်တရားသည် ဘုရားရဟန္တာ တို့မှလွဲ၍ အနည်းနှင့် အများရှိကြပါသည်။ ပုထုဇဉ် တို့တွင် စွဲလမ်းမှုထူ၍ အရိယာ အဆင့်ဆင့်တွင် စွဲလမ်း မှုများပါးသွားပါသည်။ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ဖြင့်သာ စွဲလမ်းမှုတို့ကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်ဖြတ်နိုင်ကာ စွဲရာမှ မစွဲရာသို့ အပြီးတိုင်ရောက်ပါသည်။ လုံးဝ အစွဲကင်း သူတို့သည် ရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့သာ ဖြစ်ကြပါသည်။

ထို့ကြောင့် စွဲရာမှမစွဲရာသို့ ရောက်အောင် တရားအလုပ် ပွားများအားထုတ်မှုသည် ဝိပဿနာ ဖြစ်ပါသည်။ ဝိပဿနာအလုပ်သည် ဉာဏ်တစ်ခုကို



ထူထောင်ရခြင်းဖြစ်သည်။ ယင်းကို ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်ဟုခေါ်ပါသည်။ မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ရန်အတွက် မဂ္ဂင် (၈)ပါးကို ပွားများအားထုတ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

“ မဂ္ဂင် (၈)ပါး ”

၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ - (မှန်စွာမြင်ခြင်း)

၂။ သမ္မာသင်္ကပ္ပ - (မှန်စွာကြံခြင်း)

၃။ သမ္မာဝါစာ - (မှန်စွာပြောခြင်း)

၄။ သမ္မာကမ္မန္တ - (မှန်စွာလုပ်ခြင်း)

၅။ သမ္မာအာဇီဝ

(မှန်စွာအသက်မွေးခြင်း)

၆။ သမ္မာဝါယာမ - (မှန်စွာအားထုတ်ခြင်း)

၇။ သမ္မာသတိ - (မှန်စွာအောက်မေ့ခြင်း)

၈။ သမ္မာသမာဓိ -

(မှန်စွာတည်ကြည်ခြင်း)

ယင်းတို့တွင် သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တ သမ္မာအာဇီဝတို့သည် သီလမဂ္ဂင်၊ သမ္မာဝါယာမ သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိတို့သည် သမာဓိမဂ္ဂင်၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပတို့သည် ပညာမဂ္ဂင်ဟူ၍ ခေါ်ဆိုကြပါသည်။

(သာသနာ၏အနှစ် - သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ)

“ မဂ္ဂင် (၈)ပါးအစ သတိ၊ ဝီရိယ ”

‘တရားအားထုတ်သည် တရားကျင့်သည်’ ဟူသည် မဂ္ဂင်(၈)ပါးကို ကျင့်မှု အားထုတ်မှုကို ဆိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မဂ္ဂင်(၈)ပါး၌ အခြေခံဖြစ်သော သမာဓိ မဂ္ဂင်တွင်ပါဝင်သည့် သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိကို ဦးစွာ ထူထောင်ကြရပါသည်။

ပထမဆုံး သတိထူထောင်ပုံမှာ ဝင်လေ ထွက်လေအာရုံကို အောက်မေ့နေခြင်းသည် သတိ ဖြစ်ပါသည်။ ဖေါင်းတယ်ပိန်တယ် အာရုံကို အောက် မေ့ခြင်းသည်လည်း သတိ၊ ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ် အာရုံကို အောက်မေ့ခြင်းသည်လည်း သတိသာ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုထိုအာရုံတို့အပေါ်တွင် သတိထား ဝီရိယ စိုက်ကာ ပြင်းစွာ အားထုတ်မှုဘာဝနာ အစွမ်းကြောင့် တည်ကြည်မှု သမာဓိသည် ဖြစ်တည်လာပေမည်။ သမာဓိဖြစ်မှလည်း အရိုကိုအရိုအတိုင်း ရုပ်နာမ် ပရမတ်ကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမြင်ပေမည်။ ထို့ကြောင့် တရားကျင့်မှု၏လုပ်ငန်းအစသည် သတိကိုဝီရိယ စိုက်ပြီး ပထမဆုံး အားထုတ်ကြရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

**“ ဓမ္မစကြာ နှင့် သစ္စာ (၄)ပါး ”**

စွဲမှု သမုဒယရှိလျှင် ဒုက္ခဖြစ်၍ စွဲမှု သမုဒယ ကင်းပါက ဒုက္ခငြိမ်းပါသည်။ စွဲမှု ဥပါဒါန်သည် သမုဒယဖြစ်၍ သမုဒယချုပ်သောကြောင့် ဒုက္ခငြိမ်းခြင်းသည် နိရောဓဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှင်သည် ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်းကို သမုဒယဟု ဓမ္မစကြာတရားတော်တွင် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ စွဲမှုသည် သမုဒယဖြစ်၍ အစွဲချုပ်ရာသည် နိရောဓဖြစ်ပါသည်။ အစွဲကင်းလျှင် သမုဒယချုပ်သောကြောင့် ဒုက္ခချုပ်ကာ နိရောဓဆိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အစွဲကင်းအောင် နှလုံးသွင်းရမည်မှာ မဂ္ဂင် (၈)ပါး အလုပ်တရားပင် ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းကို ဝိပဿနာတရားပွားများ အားထုတ်သည်ဟု ဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာအလုပ်သည် စွဲရာမှ မစွဲရာသို့ ရောက်သည့်အပြင် လုံးဝလွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကိုပင် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါသည်။

**“ ဉာဏ်အလုပ်သာဖြစ်ပါသည်။ ”**

ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုသည်မှာ ဉာဏ်တစ်ခု ထူထောင်ခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ အမှုမဲ့ အမှတ်မဲ့နေ ပါက မြင်မှုတွင် အာရုံကိုသူတစ်ပါး၊ သိမှုဝိညာဏ်ကို

ငါဟု နှလုံးသွင်းမှားဖြင့် စွဲယူနေကြပါသည်။ မြင်မှုတွင် အာရုံသည် သူတစ်ပါးမဟုတ်၊ ဝိညာဏ် (စိတ်)သည် ငါမဟုတ်၊ မျက်စိ(ဒွါရ)နှင့် အဆင်း(အာရုံ) တိုက်မှု (အကြောင်း)ကြောင့် မြင်စိတ် (အကျိုး)ဖြစ်ပေါ်၏ဟု မြင်မှုအပေါ်တွင် သတိရှိပါက ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမြင် ပါသည်။ ထိုအခါ မြင်မှုတွင် ငါသူတစ်ပါးမပါပဲ မျက်စိ နှင့်အဆင်းတိုက်ဆိုင်၍ မြင်စိတ်ဖြစ်သည်ဟု မှန်စွာ သိမြင်ခြင်း သမ္မာဒိဋ္ဌိသည် ဖြစ်ပေါ်လာပေမည်။

ထိုအခါ မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင် သတိပညာဖြင့် အရှိကိုအရှိအတိုင်း ဟုတ်တိုင်း မှန်စွာ သိမြင်ခြင်း သမ္မာဒိဋ္ဌိကြောင့် ကိလေသာငြိမ်းခြင်း၊ ခန္ဓာ ငြိမ်ခြင်း အကျိုးတရားတို့ဖြစ်ပေါ်သည်ကို ဝိပဿနာအလုပ်အားထုတ်သည်ဟု ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

**“ သမုတိသစ္စာ (relative truth)”**

လောကတွင် ပြောဆိုဆက်ဆံရုံမျှ မှန်ကန်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ - သစ်ချောင်း နှစ်ချောင်းတွင် တစ်ချောင်းသည်တို့၏၊ တစ်ချောင်းသည်ရူည်၏၊ ထိုသစ်ချောင်း (၂)ခု၏ဆက်နွှယ်မှု (relation)အရ

မှန်သောအမှန်တရား (relative truth)ဖြစ်၏။ ပို၍တိုသောသစ်ချောင်းနှင့်နှိုင်းယှဉ်ပါက ယခင် သတ်မှတ်ထားသော အတိုသည် အရှည်ဖြစ်သွား၏။ ထို့အတူ ပိုရှည်သောသစ်ချောင်းနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက ယခင်အရှည်သည် အတိုဖြစ်သွားပြန်၏။ ထို့ကြောင့် သမ္မုတိနယ်က အမှန်သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်နွှယ် နှိုင်းယှဉ်မှု (relation) အရမှန်သော သမ္မုတိအမှန် (relative truth)သာ ဖြစ်ပါသည်။

**“ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်း ဆွေမျိုး ”**

ဥပမာ မိတ်ဆွေဆိုသည်မှာ အခြားတစ်စိမ်းတို့ နှင့်နှိုင်းယှဉ်ပါက ပြောဆိုဆက်ဆံရာတွင် ခင်မင်ရင်းနှီးမှု (relation)မတူသည့် အပေါ်တွင် အခြေခံ၍ မိတ်ဆွေဟု ခေါ်ဝေါ်ပြောဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

ထို့အတူ သူငယ်ချင်းဆိုသည်မှာ တစ်ခြား သူများနှင့်နှိုင်းယှဉ်ပါက ပြောမနာဆိုမနာ ငယ်ပေါင်း ဖြစ်၍ ခင်မင်ရင်းနှီးမှု (relation)မတူသောကြောင့် သူငယ်ချင်းဟု ခေါ်ဝေါ်ပြောဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မောင်နှမ ညီအကို ညီအမ ဆွေမျိုးသားချင်း ဆိုသည်မှာလည်း အခြားသူများနှင့်နှိုင်းယှဉ်ပါက မွေးဖွားရာတွင် ဆက်နွှယ်မှု (birth relation) အပေါ်မူတည်၍ ခေါ်ဝေါ်ဆက်ဆံခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

**“ ပရမတ္ထသစ္စာ (ultimate truth) ”**

ကိုယ်ပိုင် သဘာဝလက္ခဏာအားဖြင့် မှန်ကန်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ပရမတ္ထသစ္စာ (၄)မျိုးရှိပါသည်။ ရုပ်၊ စိတ်၊ စေတသိက်နှင့် နိဗ္ဗာန်တို့ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ဝိပဿနာလုပ်ငန်းတွင် ရုပ်၊ စိတ်၊ စေတသိက်တို့ကို ပရမတ်သဘောရောက်အောင် သင်ကြားသဖြင့် ပရမတ်ဆိုလျှင် နိဗ္ဗာန်နှင့် သက်ဆိုင်သော သစ္စာလေးပါးသို့တိုင်အောင် ဉာဏ်မသက်ရောက်နိုင်ကြသောကြောင့် သစ္စာလေးပါး၊ နိဗ္ဗာန်တရားတို့သည် ပရမတ္ထသစ္စာ ဖြစ်သော်လည်း အရိယသစ္စာအဖြစ် သီးခြားခွဲကာ တင်ပြပြောဆိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ပရမတ်နယ်တွင် ရုပ်စိတ်စေတသိက်တို့သာ အရှိတရား အမှန်ဖြစ်၍ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဗြုပ်ဝတ္ထုတို့မှာ မရှိတရားဖြစ်ပြီး ပြောဆို ဆက်ဆံရုံမျှသာ အမည်ပေး ပညတ်တင်ထားခြင်း၊ (label) နာမည်တပ်ထားခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

**“ အရိယသစ္စာ (noble truth) ”**

အရိယသစ္စာတွင် ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ နိရောဓသစ္စာနှင့် မဂ္ဂသစ္စာဆိုသော သစ္စာ (၄)ပါး ပါဝင်

ပါသည်။ လောကီသစ္စာအဖြစ် သမုဒယနှင့် ဒုက္ခတို့  
 ဖြစ်ကြပြီး လောကုတ္တရာသစ္စာအဖြစ် မဂ္ဂနှင့်နိရောဓ  
 တို့ဖြစ်ကြပါသည်။ အရိယသစ္စာ (၄)ပါးသည် မဂ်ဉာဏ်  
 အခိုက်၌ နိဗ္ဗာန်ကိုအာရုံပြုပြီး နိရောဓသစ္စာကို  
 မျက်မှောက်ပြု ဆိုက်ရောက်ခိုက်တွင် ဒုက္ခသစ္စာကို  
 ပိုင်းခြားသိခြင်းကိစ္စ၊ သမုဒယသစ္စာကို ပယ်ခြင်းကိစ္စ၊  
 မဂ္ဂင်(၈)ပါး ပြည့်စုံအောင်ပွားများခြင်းကိစ္စတို့ကို  
 တစ်ပြိုင်နက်တည်း အားလုံးပြီးစီးခြင်း ဖြစ်လေသည်။

ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာအလုပ်သည် သမ္မုတိ  
 နယ်မှ ပရမတ်နယ်ကိုဖြတ်ကာ သစ္စာနယ်ဝင်ပြီး  
 သစ္စာ (၄)ပါးကို မျက်မှောက်ပြုရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။  
 သစ္စာနယ်တွင် သမုဒယကိုပယ်ပြီးဖြစ်၍ ဒုက္ခငြိမ်းကာ  
 နိရောဓအမြင်ဖြင့် လောက၌ ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်  
 သော ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ဖြင့် ချမ်းသာစွာ  
 နေထိုင်နိုင်လေသည်။

### “ ဝိပဿနာ ”

ဝိပဿနာလုပ်ငန်းအတွက် အောက်ပါ(၅)မျိုး  
တို့ကို နားလည်သဘောပေါက်ပါက တရားနှလုံးသွင်း  
ရာတွင် များစွာအထောက်အကူပြုပေမည်။

၁။ သဘာဝလက္ခဏာ နှင့် ဉာဏ်၏အာရုံ

၂။ အနတ္တ အကြောင်းအကျိုး

၃။ မနောဒွါရ နှင့် ဓမ္မာရုံ

၄။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် နှင့် ဝဋ်သုံးပါး

၅။ သစ္စာ (၄)ပါး (သိ၊ ပယ်၊ ဆိုက်၊ ပွား)

#### (၁) သဘာဝလက္ခဏာ နှင့် ဉာဏ်၏အာရုံ

ရုပ်တရားတို့သည် ဆန့်ကျင်ဖက်တရား  
တို့နှင့် တွေ့ပါက ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲတတ်သော  
လက္ခဏာ ရှိ၏။ ရုပ်တို့သည် မျက်တောင်တစ်ခပ်  
အချိန်တွင် ကုဋေငါးထောင်ကျော် ဖြစ်ပေါ်ချုပ်  
ပျောက်မှုသည် ဘုရားရှင်၏သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်  
ကြီးဖြင့် ထိုးထွင်း သိမြင်ထားသော်လည်း မိမိတို့  
သိမြင်နိုင်သည်မှာ ဆန့်ကျင်ဖက်တရားတို့ဖြင့်  
တွေ့သောအခါ မာမှုပျော့မှု၊ ပူမှုအေးမှု၊ တွန်းမှု  
တိုးမှုစသည့် ရုပ်၏ဖောက်ပြန်ခြင်း လက္ခဏာတို့



ထင်ရှားလာခြင်းကိုသာ သိနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ  
လက်ညှိုး၌ မာမူသဘောရှိသော်လည်း ပုံမှန် အတိုင်း  
ဆိုပါက မထင်ရှားချေ။ လက်ထိပ်နှင့်စားပွဲ ထိတွေ့  
ပါက ဆန့်ကျင်ဖက်တရားကြောင့် မာမူသဘော  
လက္ခဏာထင်ရှားသဖြင့် ပရမတ် ရုပ်အား ဉာဏ်ဖြင့်  
အာရုံပြုပြီး သိမြင်နိုင်လေသည်။

ရုပ်တရားတွင် ဓာတ်ကြီးလေးပါးပါဝင်၏။  
ပထဝီသည် မာခြင်း ပျော့ခြင်းလက္ခဏာ၊ အာပေါသည်  
ဖွဲ့စည်းခြင်း ယိုစီးခြင်းလက္ခဏာ၊ တေဇောသည် ပူခြင်း  
အေးခြင်းလက္ခဏာ၊ ဝါယောသည် တွန်းတိုးခြင်း  
ထောက်ကန်ခြင်း လက္ခဏာရှိပါသည်။

နာမ်တရားသည် အာရုံကို ညွတ်တတ်သော  
လက္ခဏာရှိ၏။ ယင်းတွင် နာမ်တရားလေးပါး  
ပါဝင်၏။ ဝေဒနာသည် အာရုံကိုခံစားတတ်သော  
လက္ခဏာ၊ သညာသည် အာရုံကို မှတ်သားတတ်သော  
လက္ခဏာ၊ သင်္ခါရသည် အာရုံကို စေ့ဆော်  
အားထုတ်တတ်သော လက္ခဏာ၊ ဝိညာဏ်သည်  
အာရုံကို သိတတ်သော လက္ခဏာရှိကြပါသည်။

သဘာဝလက္ခဏာတို့ကိုဆင်ခြင်၍ ရုပ်နာမ်  
ပရမတ်တို့ကို ဉာဏ်ဖြင့်အာရုံပြုပြီး သိခွင့်ရခြင်း

ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ မီးပလပ်ပေါက် (socket) အတွင်း လက်ထည့်၍မီးခလုပ်ဖွင့်ပါ။ တစ်ကိုယ်လုံး ကျဉ်တက်သွားပေမည်။ ထို့ကျဉ်မှုသည် လျှပ်စစ် ဓါတ်မဟုတ်ပါ။ ကျဉ်ခြင်းလက္ခဏာကို ဆင်ခြင်၍ လျှပ်စစ်ဓာတ်ရှိခြင်းကို ဉာဏ်၏ (အာရုံ) အနေဖြင့် သိရခြင်းဖြစ်သည်။ သို့သော် အရှိနှင့်အသိကို မခွဲခြားနိုင်သောကြောင့် မိမိသိရသည်မှာ ဝါယာကြိုး ဌ်ရှိသော လျှပ်စစ်ဓာတ်ဟု အထင်မှားနေခြင်းဖြစ် သည်။ အမှန်မှာ လျှပ်စစ်ဓာတ်သည် ဝါယာကြိုး၌ ရှိသော်လည်း သိခွင့်ရသည်မှာ မိမိ၏ ဓမ္မာရုံမှာ ဆင်ခြင်၍သိရသော အာရုံသာ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာတွင် အရှုခံပရမတ်တရားတို့ကို ဉာဏ်၏ အာရုံ (ဒြပ်မဲ့)အနေဖြင့်သာ သိခွင့်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

**(၂) အနတ္တ အကြောင်းအကျိုး**

၁။ အကြောင်းနှင့်အကျိုးသည် သီးခြားတစ်ခု စီဖြစ်သော်လည်း တစ်ခုတည်းသဘောအဖြစ်ထင်ရ၏။ ဥပမာ အကြောင်းအကျိုးတို့သည် ပန်းသီထားသကဲ့သို့ မပြတ်မစဲ တစ်သဘောတည်း (ဧကတ္တ)ဖြစ်၏။

၂။ အကြောင်းနှင့် အကျိုးသည် သန္တာန် တူ

သော်လည်း သဘောအားဖြင့် ခြားနားမှု (နာနတ္တ)ရှိ၏။

၃။ အကြောင်းတရားသည် အကျိုးတရား အပေါ်မှာ အစိုးမရ။ အကြောင်းပြည့်စုံပါက အကျိုး သည် မရှိရာမှ သူ့သဘောသူဆောင်ကာ အသစ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း (အဗျာပါရ)ဖြစ်သည်။

၄။ အကျိုးတရားသည် အကြောင်းအား လျော်စွာဖြစ်ပေါ်လာသည်။ (ဧဝံဓမ္မတာ)

အကြောင်းတရားသည် အကျိုးတရားကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်ထားခြင်းမရှိသလို အကျိုးတရားသည် လည်း အကြောင်းတရားကိုယ်ဝန်မှ မွေးဖွားလာခြင်း မဟုတ်ပါ။ အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံ ညီညွတ်သည်နှင့် အကျိုးတရားသည် သူ့သဘောသူဆောင်ပြီး အသစ် အသစ် (newly arise)ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။

**“ ကြည့်မှန် ဥပမာ ”**

မိမိသည် မှန်နှင့် မျက်နှာခြင်းဆိုင်ပါက မှန်တွင် ပုံရိပ်သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ အသစ် ဖြစ်ပေါ် လာပါသည်။ မှန်တွင် ပုံရိပ်ပေါ်အောင် မည်သည့် အရာမျှ လုပ်မပေးရပါ။ မှန်နှင့်တည့်ခြင်း အကြောင်းရှိပါက ပုံရိပ်ပေါ်ခြင်းအကျိုးသည်

သုသဘောသုဆောင် ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ မှန်နှင့် အကြောင်းကင်းပါကလည်း ပုံရိပ်သည် အကြောင်း အကျန်မရှိ ချုပ်ပျောက်ပါသည်။ နောက်တစ်ခါ မှန်ပြန်၍ကြည့်ပါက ပုံရိပ်အသစ် ထပ်ပေါ်ပါသည်။ ယခင် ပုံရိပ်အဟောင်း ပြန်ပေါ်ခြင်း မဟုတ်ပါ။ ဤသို့သိမြင်ပါက အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံလျှင် အကျိုးသည် မရှိရာမှ သုသဘောသု ဆောင်ကာ အသစ်အသစ် ဖြစ်ပေါ်နေသည့် အနတ္တ အကြောင်း အကျိုးကို နားလည်လက်ခံနိုင်ပေမည်။

**“ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းအကျိုး ”**

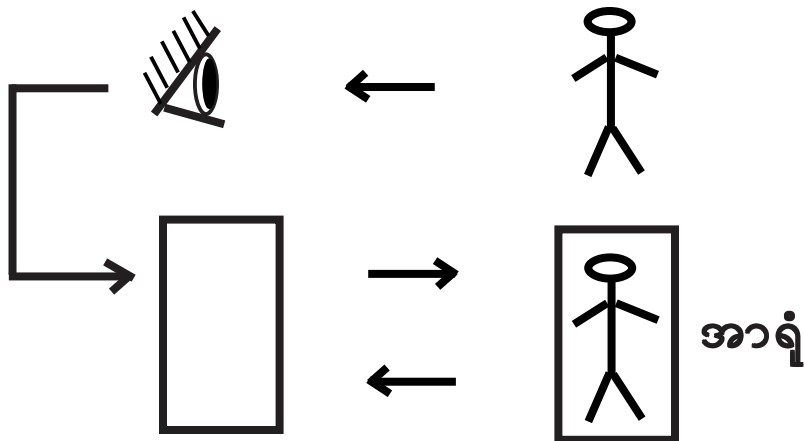
မျက်စိ + အဆင်း	မြင်စိတ်
(အကြောင်း - ရုပ်)	(အကျိုး - နာမ်)

မျက်စိနှင့်အဆင်း တိုက်ဆိုင်မှု အကြောင်း တရားရှိပါက အကျိုးတရား မြင်စိတ်သည် မရှိရာမှ သုသဘော သုဆောင်ပြီး အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။ အကြောင်းတရားတို့တွင် နီးသော (ပစ္စယ)အကြောင်း နှင့် ဝေးသော (ဟေတု) အကြောင်းဟူ၍နှစ်မျိုးရှိ၏။ မျက်စိ နှင့် အဆင်းတိုက်ဆိုင်မှုသည် နီးသော အကြောင်း ဖြစ်၍ အတိတ်ကံသည် ဝေးသော

အကြောင်းဖြစ်၏။ သို့သော် အတိတ်ကံသည် ဟေတု ဖြစ်၍ အဓိကကျ ပါသည်။ ဥပမာ ကံကုန်၍ သေဆုံး ပြီးသောသူကို မျက်စိနှင့် အဆင်း တို့က ဆိုင် ပေးသော်လည်း မြင်စိတ် မဖြစ်ပေါ်နိုင်တော့ပါ။ ဟေတုသည် အရင်းခံမျိုးစေ့နှင့် တူ၍ ပစ္စယသည် ရေပေးခြင်းအကူသာဖြစ်ပါသည်။

(၃) မနောဒွါရ နှင့် ဓမ္မာရုံ (ဒွါရ နှင့် အာရုံ)

(မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာကိုယ်)(အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အထိ)



(မနောဒွါရ)  
စိတ် + ဥပါဒါန်  
သညာ + ဒိဋ္ဌပါဒါန်  
မဂ္ဂင်(၅)ပါး

(ဓမ္မာရုံ)  
ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ(ပညတ်)  
နိစ္စသညာ၊ အတ္တသညာ  
နာမ်ရုပ် (အနိစ္စ၊ အနတ္တ)

အရှုဉာဏ်သည် မနောမှာဖြစ်၍ အရှုခံကို ဓမ္မာရုံ၌ ဆင်ခြင်ကာ အနိစ္စသည်၊ အနတ္တသည် အဖြစ် နှလုံးသွင်းရလေသည်။ ဥပမာ မိမိနာမည်ကို ခေါ်သံကြားပါက မိမိမှာ သညာပေါ်ပါသည်။ သညာ ကိုဒိဋ္ဌိ ကပ်သောကြောင့် ‘ငါ’ဟု ယူဆခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုဒိဋ္ဌိသညာကို ကိုယ်စားပြုထားသော‘ငါ’သည် မြဲခြင်း (နိစ္စသည်)၊ အခိုင်အမာ အနှစ်သာရရှိခြင်း (အတ္တ သညာ)တို့ ဖြစ်ကြပါသည်။ သတိဖြင့် သညာ ပေါ်သည်ကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမြင်ပါက ဒိဋ္ဌိကို ပိုပယ်နိုင်ကာ သညာသည် ခေါ်သံကကျေးဇူးပြုမှ ဖြစ်ပေါ်၍ အကြောင်းကင်းပါကချုပ်ပျောက်သည် ကို အရှိကိုအရှိအတိုင်း သိမြင်လေသည်။ ထိုအခါ သညာ အပေါ်တွင် မမြဲခြင်း(အနိစ္စ)၊ အခိုင်အမာ အနှစ်သာရ မရှိခြင်း (အနတ္တ)တို့ကို ပညာဖြင့် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပေမည်။

**“ဘုရားရှိခိုးခြင်း နှင့် ဓမ္မဖြင့်ပူဇော်ခြင်း”**

ဘုရားရှိခိုးသောအခါ အရဟံဂုဏ်တော် ဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့ပါသည်။ ထိုအခါ ကုသိုလ် လိုချင်လွန်း သောကြောင့် ရွှေတိဂုံစေတီတော်၊ မဟာမြတ် မုနိဘုရားကြီး၊ ကျိုက်ထီးရိုးစေတီတော်တို့ကို မိမိ

စိတ်မှ အာရုံယူ၍ အရဟံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊ ဝိဇ္ဇာစရဏ  
 သမ္ပန္နော စသည်ဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့ပါသည်။  
 စိတ်ဖြင့် ရွတ်ဆိုကန်တော့နေစဉ် ‘သညာတွေပေါ်  
 နေတာပဲ’ဟု သတိပြုလိုက်မိပါသည်။ ထိုအခါ အရဟံ  
 ဆုံးသည်နှင့် အရဟံသညာချုပ်၏။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ  
 ဆုံးသည်နှင့် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ သညာချုပ်၏။ ဂုဏ်  
 တော်ကို စိတ်ဖြင့် ရွတ်နေလျှက် သညာ၏ဖြစ်ပေါ်  
 ချုပ်ပျောက်နေမှုကို သိမြင်သောဉာဏ်ဖြင့် ဘုရား  
 ရှင်အား ပူဇော်ကန်တော့ နိုင်လေသည်။

ယခင်က ဘုရားရှိခိုးခြင်းသည် ကုသိုလ်ရ  
 သော်လည်း လိုချင်သည့် လောဘပါနေသည်ကို  
 မသိ မြင်နိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် အဖြူကံ အမဲကံ  
 ရောနေပါသည်။ ‘ငါဘုရားရှိခိုးတယ်’ဟု ယူထား  
 သောကြောင့်လည်း မြဲသည့်နိစ္စသညာ၊ အခိုင်အမာ  
 အနှစ်သာရရှိသည့် အတ္တသညာ ဖြစ်နေပါသည်။

ယခုအခါ မိမိသည် ထိုဓမ္မအသိများကို  
 သိမြင်ခွင့်ရသောကြောင့် ဘုရားရှင် ၏အလိုအတိုင်း  
 ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံပူဇေမိဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့  
 နိုင်လေသည်။

### “အရံအမေ နှင့် အသိအမေ”

မိမိသည် အမေနှင့် မျက်နှာခြင်းဆိုင်ထိုင်နေ ပါက အမေရိုပါသည်။ အမေနှင့် မျက်နှာလွဲလိုက်ပါက အမေ မရှိတော့ပါ။ သာမန်အားဖြင့်ဆိုလျှင် အမေနှင့် မျက်နှာလွဲလိုက်သော်လည်း အမေသည် မိမိ၏ဘေး၌ ထိုင်လျက် ရှိနေပါသည်။ သို့သော် အမေနှင့် မျက်နှာ လွဲလိုက်သောအခါ မိမိ၏ဓမ္မာရုံတွင် အမေအာရုံ၊ ချုပ်ပျောက်ခြင်းသာဖြစ်ပါသည်။ အာရုံအမေနှင့် ထိုင်နေသောအမေ နှစ်ယောက်ဖြစ်နေပါသည်။ အာရုံ အမေသည် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်ခိုက်သာ ဓမ္မာရုံ အဖြစ်ပေါ်၍ အကြောင်းကင်းသည်နှင့်ချုပ်ပျောက်ပါ သည်။ အမေဟုသိခြင်းသည် သညာပေါ်ခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ အာရုံအမေဟု သိသောသညာသည် အနိစ္စသညာ၊ အနတ္တသညာဖြစ်ပါသည်။ ထိုင်နေသော အမေတစ်မျိုးတည်းသာသိခြင်းသည် အမြဲရှိမှု(နိစ္စ သညာ)၊ အနှစ်သာရရှိမှု (အတ္တသညာ)ဖြစ်ပါသည်။ အာရုံအမေအဖြစ် ပိုင်းခြားသိပါက အကြောင်းကင်း သည်နှင့်ချုပ်ပျောက်သဖြင့် အခိုင်အမာအားဖြင့် စွဲယူခြင်း မရှိတော့ပဲ အတ္တဒိဋ္ဌိကိုပယ်နိုင်လေသည်။



## (၄) ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် နှင့် ဝဋ်သုံးပါး

ဝိပါကဝဋ်	ကိလေသဝဋ်	ကမ္မဝဋ်
မြင်၊ ကြား၊ နံ စား၊ ထိ၊ တွေး	စွဲလမ်းမှု	အားထုတ်မှု (ကံ)
သတ္တဝါ	ဥပါဒါန်	ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ
နာမ်ရုပ်	သတိ (ပညာ)	ကံချုပ်

ကမ္မဝဋ်၌ ကံသည်(အကြောင်း)ဖြစ်၍ မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ထိ၊ တွေးတို့တွင် ကံ၏အကျိုး နာမ်ရုပ် အနေဖြင့် ဝိပါကဝဋ်သည် ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ ကံ (အကြောင်း)နှင့် ကံ၏အကျိုး နာမ်ရုပ်တို့၏ဆက်နွှယ်မှု (ကြောင်းကျိုး) ဖြစ်စဉ်သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ်နေသော (အနတ္တသဘာဝ)ဖြစ်လေသည်။

သို့သော် နာမ်ရုပ်(အကျိုး)မှ ကံ(အကြောင်း) ဖြစ်ပေါ်မှုတွင် အကျိုးနှင့် အကြောင်းကြားတွင် ကိလေ သဝဋ် ဖြစ်သော ဥပါဒါန် (အတ္တ)ရှိနေပါသည်။ ယင်းကို သတိဦးဆောင်သော ပညာမဂ္ဂင်ဖြင့် ပယ်ရခြင်းဖြစ် ပါသည်။ (ဥပါဒါန်၊ သတိ၊ နာမ်ရုပ်၊ ကံချုပ်)

**(၅) သစ္စာ (၄)ပါး (သိ၊ ပယ်၊ ဆိုက်၊ ပွား)**

- ဒုက္ခသစ္စာ - ရုပ်နာမ်ကို ပိုင်းခြား (သိ)ရန်
- သမုဒယသစ္စာ - တဏှာ (ဥပါဒါန်)ကို (ပယ်)ရန်
- နိရောဓသစ္စာ - တဏှာချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို  
မျက်မှောက်ပြု (ဆိုက်)ရောက်ရန်
- မဂ္ဂသစ္စာ - မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို (ပွား)များရန်

**“ ကိလေသဝဋ် ခေါ် အကိန်းဓာတ် ”**

မြင်မှု ကြားမှုစသည်တို့သည် အကျိုးတရား ဝိပါကဝဋ်ဖြစ်၍ ကာယ ဝစီ မနောတို့ဖြင့် အားထုတ်မှု စေတနာသည် ကမ္မဝဋ်ဖြစ်သည်။ ကိလေသဝဋ်သည် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်ဖြစ်သည်။ သို့သော် လက်တွေ့ တွင် မြင်လိုက်ကြားလိုက်သည်နှင့် နှုတ်ဖြင့်၎င်း၊ စိတ်ဖြင့်၎င်း ချက်ချင်းတုန့်ပြန်တတ်ကြပါသည်။ ထိုအခါ မြင်မှု ကြားမှု (ဝိပါကဝဋ်)နှင့် ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ (ကမ္မဝဋ်)တို့သာ ထင်ရှားနေပြီး ကိလေသဝဋ်သည် ငုတ်ကွယ်နေပါသည်။ အမှန်မှာ ကိလေသ ဝဋ်သည် ဝိပါကဝဋ် (အကျိုးတရား)နှင့် ကမ္မဝဋ် (အကြောင်းတရား)တို့၏ကြားတွင် ငုတ်နေပြီး အကိန်း ဓာတ်အနေဖြင့် ကျက်စား

နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မြင်မှုသည် ဝိပါကဝဋ် (အကျိုးတရား)ဖြစ်၍ မြင်မှုအပေါ်မှာ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါအဖြစ် စွဲယူနှလုံး သွင်း မှုသည် ကိလေသဝဋ်ဖြစ်ပြီး ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အလိုဖြင့် အားထုတ်မှုစေတနာသည် ကမ္မဝဋ် (အကြောင်းတရား) ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ကိလေသဝဋ် သည် ဝိပါက(အကျိုး) နှင့် ကံ(အကြောင်း)တို့ အကြားတွင် မသိမမြင်နိုင် လောက်အောင် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါအယူဖြင့် သိမ်သိမ် မွေ့မွေ့ ကျက်စားနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကိလေသဝဋ်ကို ပယ်ချင်ပါက ယင်းနေရာတွင် သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဦးဆောင်သောဉာဏ်ကို အစားထိုးပြောင်းပေးရပေမည်။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အယူ ဖြစ်သော (အယောနိသောမနသိကာရ) နေရာ တွင် ရုပ်နာမ်အယူဖြစ်သော (ယောနိသောမနသိ ကာရ)နှလုံး သွင်းမှန်ဖြင့် အစားထိုးခြင်းဖြစ်သည်။ ယင်းသည် နှလုံး သွင်း (mind set) ပြောင်းခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

မြင်မှုကြားမှုတို့အပေါ်တွင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အယူမှ ရုပ်နာမ်အမြင်မှန်သို့ သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြင့် နှလုံးသွင်း

မှန်ပါက ကမ္မဝဋ်ဖြစ်သော ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ စေတနာတို့သည် ကိလေသာမှ စင်ကြယ်လာသည်။ ထိုအခါ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ ဆိုသော သီလမဂ္ဂင်တို့လည်း ဖြစ်ပေါ်လာကြပါသည်။

**“ မနသိကာရ ခေါ် နှလုံးသွင်းမှု ”**

မနသိကာရ (attention)သည် အာရုံသို့ ဖြောင့်ဖြောင့် မတ်မတ် သွားစေခြင်း လက္ခဏာရှိသည်။ အာရုံကို နှလုံးသွင်းသောတရားဟု ဉာဏ်မှာ ရှေးရှု ထင်ရှားသည်။ နှလုံးသွင်းရာ၌ စိတ်ကို နှလုံးဟုခေါ်၏။ စိတ်နှလုံးအတွင်းသို့ အာရုံတစ်ခုခု ထင်ပေါ်အောင် သွင်းပေးသကဲ့သို့ပြုခြင်းကို နှလုံးသွင်း ဟုခေါ်၏။ သို့သော် စိတ်ထဲသို့အာရုံဝင်လာအောင် ဆွဲသွင်း နိုင် သည်မဟုတ်။ မနသိကာရ၏အစွမ်းကြောင့် စိတ်သည် အာရုံတစ်ခုကို အမြဲရလျှက်ရီရကား အာရုံကို စိတ်နှလုံး သို့ဆောင်ယူပေးနေသကဲ့သို့ ဖြစ်သောကြောင့် နှလုံး သွင်းသည်ဟု တင်စား၍ ပြောဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် မြင်လိုက် ကြားလိုက်သည်နှင့် အရောင်အဆင်းအာရုံ၊ အသံအာရုံတို့ကို ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါအသိဖြင့် စွဲမြဲစွာခံယူထားသောကြောင့်

အာရုံတို့သည် သတ္တဝါမဟုတ်သော်လည်း ခံယူ  
ချက်အမှားကြောင့် သတ္တဝါအဖြစ် နှလုံးသွင်းမှားခြင်း  
(အယောနိ သောမနသိကာရ) ဖြစ်ရသည်။ သတ္တဝါအသိ  
မပါပဲ နာမ်ရုပ်အသိဖြစ်ပါက နှလုံးသွင်း  
မှန်ခြင်း (ယောနိသော မနသိကာရ)ဖြစ်လေသည်။

ထို့ကြောင့် မြင်မှုကြားမှုတို့တွင် သတ္တဝါ  
အနေဖြင့် ဥပါဒါန်ကပ်ပါက အစွဲဖြင့် နှလုံးသွင်း  
မှား၍ ဥပါဒါန် မကပ်ပါက အစွဲကင်းပြီး သတိဖြင့်  
အရှိကို အရှိအတိုင်း ရုပ်နာမ်သဘောတို့ကိုအမှန်  
သိမြင်သောကြောင့် နှလုံးသွင်းမှန်လေသည်။

မိမိတို့မှာ မြင်မှုကြားမှုသည်တို့တွင် သတ္တဝါ  
အသိဖြင့် နှလုံးသွင်းမှားမှုသည် ပြင်းစွာစွဲနေပြီကို  
မသိမြင်နိုင်လောက်အောင် မောဟထူနေပါသည်။  
ထို့ကြောင့် “သတ္တဝါမရှိသောအသိသာ လိုရင်း  
ဖြစ်သည်” ဟု ပခုက္ကူဆရာတော်ဘုရားကြီးဟော  
ကြားဆုံးမ ထားခြင်းဖြစ်သည်။ အရဟတ္တမဂ်  
ဉာဏ်ဖြင့် သတ္တဝါ အစွဲတို့ကို အပြီးတိုင် ပယ်သတ်  
နိုင်ပါက ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံတို့သည် ကံ  
(အကြောင်း)မဖြစ်တော့ပဲ ပြုကာမျှ၊ ပြောကာမျှ၊  
ကြံကာမျှဆိုသော ကြိယာ သဘောသာ ဖြစ်တော့သည်။

### “ပုံစံခွက်ဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်း”

အာရုံတို့ကို သတ္တဝါပုံစံခွက်ဖြင့် ခံယူနှလုံး သွင်းနေသောကြောင့် အာရုံတို့သည် သတ္တဝါ မဟုတ် သော်လည်း သတ္တဝါဖြစ်နေခြင်းဖြစ်သည်။ မြင်လျှင် အရောင်၊ ကြားလျှင်အသံ၊ နံလျှင်အနံ့၊ စားလျှင် အရသာ၊ ထိလျှင် အတွေ့၊ တွေးလျှင် သဘောတရား တို့သာဖြစ်ကြပါသည်။

အာရုံတို့ကို ခံယူစဉ်မှာပင် သတ္တဝါပုံစံ ခွက်ဖြင့် နှလုံးသွင်းမှုကြောင့် ပုံစံခွက်အတိုင်း အာရုံ တို့ကို သိမြင် သွားခြင်းဖြစ်သည်။ ပုံစံခွက်ဆိုသည် မှာလည်း မိမိ၏ အစွဲ (ဥပါဒါန်)အတိုင်း နှလုံးသွင်း ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ သရဲကြောက်သူသည် အမှောင်ထဲတွင် ချိုးချိုး ချွတ်ချွတ်အသံကြားပါက သရဲခြောက်သည်ဟုပင် ထင်မြင်ယူဆပြီး နှလုံး သွင်းကာ ကြောက်ကြလေသည်။ မိမိ၏အစွဲ ၊ ရှုထောင့်မှသာ စွဲယူနှလုံးသွင်းခြင်း ဖြစ်သည်။

ထို့အတူ သတ္တဝါအစွဲသည် သံသရာတစ် လျှောက်လုံးစွဲလာသော အစွဲဖြစ်၍ မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင် စတင်နှလုံးသွင်းရာ၌လည်း သတ္တဝါ အသိသည် တစ်ပြိုင်နက်ပါဝင်သွားလေ

သည်။ ထိုသို့ နှလုံးသွင်းမှားမှု (အယောနိသော မနသိကာရ)ကြောင့် မြင်လိုက်၊ ကြားလိုက်သည်နှင့် သတ္တဝါအသိ ဖြစ်ပေါ် နေခြင်းသည် တားမရ နိုင်အောင်ဖြစ်နေရပါသည်။

သတ္တဝါအသိသည် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန် ၏အစွမ်းကြောင့် စိတ်အစဉ်မှာ အနုသယ (အကိန်း ဓာတ်၊ အခံဓာတ်၊ ပုံစံခွက်) အနေဖြင့် အစဉ်လိုက် ပါ နေခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုသတ္တဝါအသိ အနုသယ ကိလေသာကို သတိပညာဖြစ်သော ဝိပဿနာပညာ၊ မဂ်ပညာတို့ဖြင့်သာ ပယ်ရှားနိုင်လေသည်။

**“ ကိလေသာ (၃)မျိုး ”**

ဝိပါကဝဋ်သည် အကျိုးတရားဖြစ်၍ ကမ္မဝဋ် သည် အကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ အတိတ် အကြောင်း (ကံ)ကြောင့် ယခုဘဝတွင် မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့သည် ဝိပါကဝဋ် (နာမ်ရုပ်) အကျိုးတရားများ ဖြစ်သည်။

မြင်မှု၊ ကြားမှုစသည်တို့သည် ဝိပါကဝဋ် အကျိုးတရားဖြစ်၍ မြင်မှု နာမ်ရုပ် အပေါ်မှာ အဝိဇ္ဇာကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါထင်မှု၊ တဏှာဖြင့် နှစ်သက်မှု၊ ဥပါဒါန်ဖြင့် စွဲလမ်းမှုတို့ ဖြစ်ပေါ်လာ

ကြပြန်သည်။ ယင်းသည် ကိလေသဝဋ်ဖြစ်သည်။ ကိလေသဝဋ် ဖြစ်သော **‘စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ဖြင့် အားထုတ်မှု စေတနာ’** ကြောင့် ကုသိုလ်အကုသိုလ် **(ကံ)**များဖြစ်ပေါ်ကြရသည်။ ယင်းကို ကမ္မဝဋ်ဟု ခေါ်လေသည်။

သို့သော် လက်တွေ့ဘဝတွင် မြင်မှုသည် ဝိပါက (အကျိုး)ဖြစ်၍ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံဖြင့် အားထုတ်မှုသည် (အကြောင်းကံ)ဖြစ်လေသည်။ လက်တွေ့တွင် မြင်မှု (ဝိပါကဝဋ်)နှင့် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ဖြင့် အားထုတ်မှု (ကမ္မဝဋ်)တို့ဖြစ်လေသည်။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ကိလေသာသည် ကမ္မဝဋ်၌ မနောကံအနေဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာပါက (ပရိယုဋ္ဌာန) ကိလေသာဟုခေါ်၏။ ကာယကံ၊ ဝစီကံအဖြစ် လွန်ကျူးလာပါက (ဝိတိက္ကမ) ကိလေသာဟုခေါ်၏။ ကိလေသဝဋ်၌ဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်သည် သတ္တဝါသဘောအားဖြင့် ပုထုဇဉ်တို့၏စိတ်အစဉ်တွင် အဋ္ဌတ်ဓာတ်အဖြစ် ကိန်းပြီး လိုက်ပါနေသောကြောင့် (အနုသယ) ကိလေသာဟု ခေါ်လေသည်။



ထို့ကြောင့် ကိလေသာပယ်မှုတွင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့ကို ကာယကံ ဝစီကံဖြင့် လွန်ကျူးမှုကို (သီလ)ဖြင့်၎င်း၊ မနောကံဖြင့် လွန်ကျူးမှုကို (သမာဓိ)ဖြင့်၎င်း ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရခြင်း ဖြစ်သည်။ သို့သော် အကိန်းဓာတ်၊ အငုတ်ဓာတ် (အနု သယ) ကိလေသာဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန် ကို ဘုရားမပွင့်မှီက မသိမြင်နိုင်သောကြောင့် မပယ် ရှားနိုင်ခဲ့ပေ။

ဘုရားရှင် ၏ ဟောကြားညွှန်ပြမှုဖြင့် သာ အနုသယဖြစ်သော ကိလေသာ အကိန်းဓာတ်ကို ဝိပဿနာအလုပ်ဖြစ်သော ရုပ်နာမ် ပရမတ်မှ တစ်ဆင့် သစ္စာလေးပါးသိမြင်ပြီးမှသာ ပယ်ရှားနိုင် လေသည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာသည် (အနုသယ) ကိလေသာ ဖြစ်သော အကိန်းဓာတ် အငုတ်ဓာတ်ကို ပယ်ရှား သော(ပညာ) ဖြစ်လေသည်။

အများအားဖြင့် ဝိပဿနာအလုပ်ကို အနု သယဓာတ် အကိန်းဓာတ် အငုတ်ဓာတ်ဖြစ်သော တဏှာကို ပယ်သောအလုပ်ဟု သဘောမပေါက်ကြပါ။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟဆိုသည့် မိမိစိတ်မှာ ဖြစ်ပေါ် သွားသော (ကမ္မဝဋ် ကိလေသာ)ကို ပယ်သည်

ဟုသာ နားလည်နေကြပါသည်။ အမှန်မှာဝိပဿနာ ၏ ပထမ အဆင့်သည် လောဘကို ငါမဟုတ်ကြောင်း သတ္တဝါ သဘောမှလွတ်အောင် နှလုံးသွင်းရခြင်းဖြစ် သည်။ သို့သော် ယင်းသတ္တဝါသဘော အနုသယဓာတ် အကိန်းဓာတ်ကို ပယ်ရကောင်းမှန်းမသိတော့ဘဲ ယင်းကိုကျော်ပြီး ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအယူဖြင့် ကမ္မဝဋ်၌ ဖြစ်သော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟကို ပယ်သတ်ရန် အားထုတ်နေကြခြင်းဖြစ်လေသည်။

**“ သတ္တဝါအသိ နှင့် ကိလေသဝဋ် ”**

ဝဋ် (၃)ပါးတွင် ဝိပါကဝဋ်သည် မြင်မှု ကြားမှု တွင် ဖြစ်ပေါ်သော ရုပ်နာမ်ဖြစ်၍ ကိလေသဝဋ် သည် ယင်းရုပ်နာမ်အပေါ်တွင် ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ အဖြစ် အသိ မှားမှု အဝိဇ္ဇာ၊ နှစ်သက်မှု တဏှာနှင့် စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန် တို့ဖြစ်သည်။ ကမ္မဝဋ်သည် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအလို အတိုင်း ကာယ၊ ဝစီ၊ မနော စေတနာတို့ဖြင့် အားထုတ် ခြင်းကြောင့် ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံတို့ ဖြစ်လေသည်။

ယင်းဝဋ် (၃)ပါးတွင် ဝိပါကဝဋ်သည် မြင်မှု၊ ကြားမှုတွင် ရုပ်နာမ်သဘောသာဖြစ်သော်လည်း

ယင်းအပေါ်တွင် သတ္တဝါအယူမှားဖြင့် နှလုံးသွင်းမှား  
ခြင်းကြောင့် ကိလေသဝဋ်ဖြစ်ရလေသည်။

ထို့ကြောင့် သတ္တဝါအယူသည် ကိလေသဝဋ်  
ဖြစ်သောကြောင့် သတ္တဝါအယူဖြင့် ကာယ၊ ဝစီ၊  
မနော စေတနာတို့ဖြင့်အားထုတ်ခြင်းသည် ကမ္မ  
ဝဋ်ဖြစ်ကာ ဝဋ်(၃)ပါး သံသရာလည်ရခြင်း ဖြစ်သည်။  
ဝဋ်ဖြတ်လိုပါက ကိလေသဝဋ်ကိုသာ ပယ်ရပေမည်။  
ကိလေသဝဋ်သည် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်ဖြစ်၍  
သတ္တဝါ အယူဖြင့် နှလုံးသွင်းမှားခြင်း (အယော  
နိသောမနသိကာရ)ကြောင့် ဖြစ်ရပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကိလေသဝဋ်ကို ပယ်လိုပါက  
မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတွင် နာမ်ရုပ်ကို သတိဖြင့်  
နှလုံးသွင်းမှန်ပါက ယောနိသောမနသိကာရ  
ဖြစ်ကာ အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်ဆိုသော (အနုသယ)  
ကိလေ သာကို ပယ်နိုင်ပေမည်။ ထိုအခါ ကိလေသ  
ဝဋ်ကို ပယ်နိုင်သဖြင့် ကမ္မဝဋ်ချုပ်ကာ ဝိပါကဝဋ်  
နောင်တဖန် မဖြစ်ပေါ်ပဲ သံသရာ ဝဋ်ဒုက္ခငြိမ်းရခြင်း  
ဖြစ်ပါသည်။

### သတ္တဝါမရှိသောအသိ(သို့)Mind setပြောင်းပါ။

မျက်စိကမြင်တယ်၊ မနောကသိတယ်။ နားက ကြားတယ်၊ မနောကသိတယ်။ နှာခေါင်းကနံတယ်၊ မနောကသိတယ်။ လျှာကစားတယ်၊ မနောကသိ တယ်။ ကိုယ်ကထိတယ်၊ မနောကသိတယ်။ ယင်းသည် ဝိပဿနာ၏အခြေခံဖြစ်ပါသည်။

ဥပမာ နားက dog (ဒေါ့)ဟုကြားပါက နားသည်(ဒေါ့)အသံသာ ကြား၏။ ခွေးဟုမသိပါ။ မနောကသာ ခွေးဟုသိခြင်းဖြစ်သည်။ နားကကြားသော (ဒေါ့)သည် အသံ (ရုပ်)ကိုသာ ကြား ခြင်း (နာမ်) ဖြစ်၏။ နားတွင် (သတ္တဝါအသိ) မပါချေ။ နားကကြားသော (ဒေါ့)သည် နာမ်ရုပ်သာဖြစ်၏။

သို့သော် မနောက သိသောခွေးသည် ခြေ(၄)ချောင်း၊ အမြီးနှင့် ခေါင်းကိုယ်ပါသော (သတ္တဝါ)ခွေး ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ သတ္တဝါအသိသည် မနောမှာနှလုံး သွင်းမှားခြင်း (အယောနိသော မနသိကာရ)ကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသတ္တဝါ အယူသည်လည်း တစ်သံသ ရာလုံး တစ်သက်လုံး အကိန်းဓာတ် (အနုသယ) အနေဖြင့် စွဲလာခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုသတ္တဝါအယူကို ပယ်ရမည့် အစွဲ

(ဥပါဒါန်)ဟူ၍ပင် မသိနိုင်ကြပါ။

နားတွင် သတ္တဝါအသိမပါသော (အသိ  
ခွေး) သာဖြစ်ပေါ်သော်လည်း မနောကသိသော  
ခွေးတွင် (သတ္တဝါခွေး)ဖြစ်ပေါ်နေသောကြောင့်  
အရိုတရား (ရုပ်နာမ်ပရမတ်)အပေါ်တွင် အယူမှား၊  
အထင်မှား၊ နှလုံးသွင်းမှားနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် မဟာစည်ဆရာတော်ကြီး  
ဟော ကြားသော “ကြားရင် ကြားတယ်မှတ်”ဟု  
အမှတ် လိုက်ခြင်းသည် သတ္တဝါအသိမပါသော ကြားမှု  
ရုပ်နာမ်သဘောကိုသာ သိမြင်အောင် နှလုံးသွင်း  
စေလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့သဘောတရားကို သိမြင်ခြင်းကြောင့်  
ပခုက္ကူဆရာတော်ကြီး၏ **“သတ္တဝါမရှိသော  
အသိသာ လိုရင်းဖြစ်သည်”**ဟူ၍၎င်း၊ **“ပုဂ္ဂိုလ်  
မယူ နာမ်ရုပ်ယူ ထိုသူ ဥပါဒါန်ကင်းသတည်း”**  
ဟူ၍၎င်း၊ **“(၃၁)ဘုံ အလုံးစုံ အကုန်ဥပါဒါန်  
ယှဉ်သတည်း”** ဟူ၍၎င်း ဟောကြားဆုံးမနေသည့်  
စေတနာကို နားလည်ရလေသည်။

### “အနုသယ နှင့် ဓာတ်ခံ”

အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန် ကိလေသဝဋ်သည် အနုသယ အကိန်းဓာတ်အနေဖြင့် ရှိခြင်းဖြစ်သည်။ ဥပမာ မြင်မှုသည် ဝိပါကဝဋ်ဖြစ်၍ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ၊ ယောက်ျားမိန်းမဟုယူလိုက်သည်နှင့် မနောကံ ဖြစ်ပေါ်ကာ ကမ္မဝဋ်ဖြစ်လေသည်။ မြင်မှုအပေါ်တွင် အရောင်အဆင်း (ရုပ်)နှင့် သိမှု (နာမ်)ဟု အမှန် မမြင်ပဲ သတ္တဝါအကိန်းဓာတ်၊ သတ္တဝါဓာတ်ခံ၊ သတ္တဝါပုံစံ ခွက်တို့ဖြင့် အာရုံတို့ကို နှလုံးသွင်း လိုက်ခြင်းသည်ပင် ကိလေသဝဋ် ဖြစ်လေသည်။

အကိန်းဓာတ် အနုသယသဘောကို နားလည် ရန် ဥပမာအနေဖြင့် အကောင်းမြင် ဓာတ်ခံ ရှိသူသည် မြင်လိုက်ကြားလိုက်သည်နှင့် အကောင်း ဘက်မှ တွေး၏၊ ပြော၏။ အဆိုးဓာတ်ခံရှိပါကလည်း အဆိုးဘက်မှ တွေး၏၊ ပြော၏။ ထိုအခါ မြင်မှု ကြားမှုသည် ဝိပါကဝဋ် ဖြစ်၍ တွေးမှုပြောမှုသည် ကမ္မဝဋ်ဖြစ်၏။ အကောင်း ဓာတ်ခံနှင့် အဆိုး ဓာတ်ခံသည် ကိလေသဝဋ်ကဲ့သို့ အကိန်းဓာတ်၊ အခံဓာတ်အနေဖြင့် ရှိနေခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုအကိန်း ဓာတ်ခံကြောင့် အကောင်းတွေး အကောင်း ပြောနှင့်

အဆိုးတွေ အဆိုးပြောခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ထို့အတူ သတ္တဝါအယူဖြစ်သော ဓာတ်ခံ သည် ရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့မှလွဲ၍ အနည်းနှင့် အများ အကိန်းဓာတ်အားဖြင့် ရှိကြပါသည်။ ထိုအကိန်းဓာတ်ခံ အနုသယကြောင့် (အာရုံ)တို့ကို နှလုံးသွင်းတိုင်း (သတ္တဝါအသိ) ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကိလေသဝဋ် အကိန်းဓာတ်ခံ အနု သယကို သတိဦးဆောင်သော မဂ္ဂင်ဖြင့်သာ ပယ်ရှား နိုင်ပါသည်။ မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင် သတိဖြင့် နာမ်ရုပ် တို့ကို အရှိအတိုင်း နှလုံးသွင်း မှန်ပါက ကိလေသဝဋ် အနုသယဓာတ်ခံကို ပယ်နိုင်ကာ သတ္တဝါအယူမှ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် လွတ်မြောက်နိုင်ပေမည်။

**“အနေကဇာတိ သံသာရံ”**

“ငါသည် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းတို့ ကာလပတ်လုံး သင်တဏှာ ယောက်ျားလက်သမားကို ရှာခဲ့၏။ ငါသည် သင့်ကိုမတွေ့နိုင်ခဲ့။ ထိုသို့ မတွေ့ နိုင်ခဲ့သဖြင့် သင်သည် ငါ့အတွက် ခန္ဓာအိမ်ကို ဆောက်လုပ်နိုင်ခဲ့၏။ ငါသည် ခန္ဓဒုက္ခကို ခံခဲ့ရ၏။

ယခုငါသည် သင့်ကိုတွေ့ပြီ။ တဏှာယောက်ျား  
လက် သမား သင်သည် ငါ့အတွက် နောက်ထပ်  
ခန္ဓာအိမ်ကို ဆောက်ပေးရတော့မည် မဟုတ်။  
သင်၏ ဆောက်လုပ် ရေးပစ္စည်းဟူသမျှ အားလုံးကို  
ငါသည် ဖျက်ဆီး အပ်ပြီ။ ငါသည် ခန္ဓဒုက္ခမှ  
လွတ်မြောက်လေပြီ။”

မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် သဗ္ဗညုတဉာဏ်  
တော်ကိုရ၍ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူပြီး  
သောအခါ ဤဥဒါန်းကို “အနေကဇာတိ သံသာရံ”  
အစချီကာ စိတ်ဖြင့် ကျူးရင့်တော်မူခဲ့၏။ ယခုအခါ  
ဤဥဒါန်း ရွတ်ဆိုခြင်းကို ဘုရားအနေကဇာတင်  
သည်ဟု ဆိုကြ လေသည်။

ဘုရားရှင် ဥဒါန်းရင့်ကျူးရလောက်အောင်  
အတွေ့ရခက်ခဲသော တဏှာသည် မိမိတို့ သမုတိ  
နယ်မှာသိသော ရပ်သိရွာသိ တဏှာမျိုး မဟုတ်  
သည်မှာ သေချာပါသည်။ ထိုတဏှာသည် အင်္ဂါန်း  
ဓာတ်မျိုး၊ အခံဓာတ်မျိုး၊ အငုတ်ဓာတ်မျိုး၊ အနုသယ  
ဓာတ် အနေဖြင့် ရှိခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။ ခန္ဓာအနေဖြင့်  
ဖြစ်ပေါ် လာသော ထင်ရှားသည့်တရားမျိုးမဟုတ်ပါ။  
ခန္ဓာအနေဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော လောဘ၊ ဒေါသ၊



မောဟ တရားတို့သည် သိမြင်နိုင်ကြပါသည်။

တဏှာလက်သမားသည် မနောမှာရိပါသည်။ မျက်စိနှင့်အဆင်းတိုက်မှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော မြင်စိတ်သည် အာရုံကိုယူပေးသည်။ ထိုအာရုံကို ဖဿသည် မနောနှင့်တွေ့ထိပေးသည်။ မနောတွင် တဏှာ လက်သမားသည် သတ္တဝါပုံစံခွက် (form work) ရှိက်ထားလေသည်။ ဥပမာ တိုက်ဆောက် ရာတွင် လက်သမားသည် သစ်သားဖြင့် ပုံရိုက်ထား သောကြောင့် ကွန်ကရစ်လောင်း လိုက်သည်နှင့် တိုက် ပုံစံပေါ်သွားခြင်းဖြစ်သည်။

ထို့အတူ အာရုံတို့သည် မနောတွင် တဏှာလက်သမား ရှိက်ထားသော ပုံစံခွက် အတွင်းသို့ ကျရောက်သည်နှင့် သတ္တဝါအသိ ဖြစ်ပေါ်သွားလေသည်။ ယင်းကိုပင် နှလုံးသွင်းမှားသည်ဟု ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

ထိုအနုသယ တဏှာဓာတ်ခံ ပုံစံခွက်ကြောင့် အာရုံတို့ကို ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဒြပ်ဝတ္ထုအဖြစ် မနောတွင် နှလုံးသွင်းမှားနေသည်ကို သိနိုင်ခဲ မြင်နိုင်ခဲပြီး အလွန် နက်နဲလှသောကြောင့် ဘုရားရှင်သည် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ကြာခဲ့ရလေသည်။

ဓမ္မတာအားဖြင့် အပေါ်ပိုင်းသည် မြင်လွယ်  
သော် လည်း အနက်ပိုင်း အငုတ်ပိုင်း၊ အကိန်းပိုင်း  
သည် နက်နဲသလို သိမြင်ရန် လည်းခက်ခဲလှ  
ပါသည်။ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အရာမဟုတ်ပါ။  
ထိုအနုသယ၊ အငုတ်ဓာတ်၊ အကိန်းဓာတ်၊ တဏှာ  
သဘောကို ထိုးထွင်းသိမြင်ကာ ဟောကြားနိုင်  
မှုသည် ဘုရားရှင်တို့၏အရာသာ ဖြစ်ပါသည်။

**“အနုသယကိလေသာ”** (ဦးရွှေအောင်)

အနု သယ ကိ လေ သာ နှင့် ပတ် သက် ၍  
တောင်မြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် အရှင်ဇနကာ  
ဘိဝံသက သူ၏သဂြိုလ်ဘာသာဋီကာ၌ ဤသို့ ဖွင့်ဆို  
ထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

အနုသယကိလေသာသည် ဥပါဒ်၊ ဌီ၊ ဘင်  
အားဖြင့် အထင်အရှား မရှိချေ။ ဥပါဒ် ဌီ ဘင်အားဖြင့်  
အထင်အရှား ဖြစ်သောအခါ အနုသယမဟုတ်၊  
ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာဖြစ်ပါသည်။ သီးမည့်သရက်  
ပင်၌ သီးစေတတ်သော ဓာတ်သတ္တိသည် သရက်စေ့  
အညောင့်ထွက်သည်ကစ၍ ပင်လုံး၊ အခက် အရွက်၊  
အညွန့်တို့၌လည်းပါ၏။ ဤသီးစေတတ်သော  
ဓာတ်သတ္တိသည် သရက်ပင်တစ်ပင်လုံး၌ အစ

အဆုံးကိန်း ဝပ်နေသကဲ့သို့ အနုသယ (ခေါ်)  
ကိလေသာဓာတ် သည်လည်း ပဋိသန္ဓေအခါမှစ၍  
တစ်ဘဝလုံး ရုပ်နာမ် အစဉ်၌ပါရှိလေသည်။

ရဟန္တာ မဖြစ်သေးသမျှ ကုသိုလ်ကောင်းမှု  
ပြုနေစဉ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်နေ စဉ်တွင်လည်း  
ပါရှိလေသည်။ စုတိစိတ်ဖြစ်ခဲ့ကဲ့သို့ပင်၊ ပဋိသန္ဓေ  
စိတ်ဖြစ်ခဲ့ကဲ့သို့ပင် ပါရှိလေသည်။ အရူပဘုံ၌  
နာမ်တရားချည်း ပဋိသန္ဓေနေသော်လည်း ထိုအရူ  
ပဘုံနာမ်အစဉ်၌ပင်၊ အသညသတ်ဘုံ၌ ရုပ်ချည်း  
ပဋိသန္ဓေနေသော်လည်း ထိုအသညသတ်ဘုံ ရုပ်အစဉ်  
၌ပင် အနုသယ ကိလေသာဓာတ်သည် ပါရှိလေသည်။

ထို့ကြောင့် အနု-အစဉ်တစိုက်၊ သန္တာနေ-  
ရုပ်နာမ် ခန္ဓာအစဉ်၌ သေန္တိ-ကိန်းဝပ် တည်နေကုန်၏။  
ဣတိ ထို့ကြောင့် အနုသယ၊ အနုသယ မည်ကုန်၏။  
(ဦးရွှေအောင်၏ အတ္တဝါဒမှ အနတ္တဝါဒသို့ခရီးစဉ်)

**“ မျိုးစေ့ နှင့် အပင် ”**

ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအယူဖြင့် ပြုလုပ်သော  
ကုသိုလ် ကံသည် အကျိုးပေးသောအခါ ကောင်း

သောနေရာတွင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအနေဖြင့် သာ  
အကျိုးပေး၏။ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအယူဖြင့် ပြုလုပ်သော  
အကုသိုလ်ကံ တို့သည်လည်း အကျိုးပေး  
သောအခါ မကောင်းသော အပါယ်ဘုံမှာပင်  
ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအနေဖြင့်ပင် အကျိုး ပေး၏။

သရက်ပင်မှသီးသော သရက်သီးအစေ့သည်  
သင့်လျော်သော မြေ ရေ နေရောင်တို့ရသော  
အခါ သရက်ပင်သာလျှင် အပင်ပေါက်ပေမည်။  
သူ့မျိုးစေ့ နှင့်သူ့အပင်ပေါက်ခြင်းသာဖြစ်၏။  
ထို့ကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအယူဖြင့် ပြုလုပ်သော  
ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံတို့သည် အကျိုးပေး  
သောအခါ၌လည်း ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအနေဖြင့်  
ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုးတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

အကယ်၍ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအယူကင်းပြီး  
သမ္မာဒိဋ္ဌိအယူမှန်ဖြစ်သော ဝိပဿနာ ကုသိုလ်၊  
မဂ်ကုသိုလ်တို့သည် အကျိုးပေးသည့်အခါ၌လည်း  
ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ လွတ်ရာ ကင်းရာ ငြိမ်းရာဖြစ်သော  
နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အထောက်အပံ့ ကောင်းကိုသာ  
ပေးခြင်း ဖြစ်လေသည်။

## “ ဗုဒ္ဓဒေသနာတော် နှင့် ပညာရပ် ”

ဗုဒ္ဓဒေသနာကို ဘုရားရှင်၏ အဆုံးအမ အနေဖြင့်၎င်း၊ ဘုရားရှင်၏သင်ကြားမှု(teaching) အနေဖြင့်၎င်း ဖွင့်ဆိုကြပါသည်။ အများအားဖြင့် ဘုရားရှင်ဟောကြားထားသော ဗုဒ္ဓဒေသနာတော် များကို ကိုးကွယ်မှုအနေဖြင့်သာ အသိများကြပါသည်။ ကိုးကွယ်ခြင်း (worship)ကြောင့် အန္တရာယ်များ ကင်းအောင်၊ စီးပွားဥစ္စာများ တိုးတတ် ပြည့်စုံအောင် ဆုတောင်းခြင်း (pray)လုပ်ကြပါသည်။ ဘာသာ ရေးဆိုသည်မှာ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရမည့် အရာဟု ယုံကြည်မှု (faith)သည်လည်း လူသားအများစု၏ အသိတရားတို့အပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးနေကြပါသည်။

အမှန်မှာ ဘုရားရှင်သည် လူသားတို့၏ ဘဝ  
 နေထိုင်နည်းမှစ၍ အကြွင်းမဲ့ လွတ်မြောက်မှု (နိဗ္ဗာန်)  
 အထိရောက်အောင် ညွှန်ပြထားသော ပညာရပ်မျိုး  
 ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းပညာရပ်သည် သဘာဝအရ  
 တရား အပေါ်မှာ လက်တွေ့ကျကျအခြေခံထားခြင်း  
 ဖြစ်သည်။ တွေးခေါ်ကြံစည်ပြီး ဆင်ခြင်မှုဖြင့် သိရ  
 သော ဒဿန ပညာရပ်မျိုး (philosophy) မဟုတ်ပါ။

လူသားတို့ဘဝနေထိုင်ကြပုံမှာ စား၊ ဝတ်၊  
 နေရေး၊ ကျန်းမာရေးတို့သည် အခြေခံလိုအပ်ချက်  
 ဖြစ်သည်။ ယင်းတို့အတွက် ရှာဖွေလုပ်ကိုင်ရသည် မှာ  
 ပင်ပန်းဆင်းရဲကြရပါသည်။ ယင်းတို့ကို သစ္စာ  
 အနေဖြင့်ကြည့်လျှင် ဒုက္ခသစ္စာထိုက်ပါသည်။ သို့သော်  
 လူသားတို့သည် အခြေခံလိုအပ်ချက် စားဝတ်နေရေး  
 ကျန်းမာရေး ပြည့်စုံရုံသာမက ကောင်းကောင်းနေချင်၊  
 ကောင်းကောင်းဝတ်ချင်၊ ကောင်းကောင်းစားချင်၊  
 ကောင်းကောင်းပျော်ချင်သော လောဘ သမုဒယပါဝင်  
 လာလေသည်။ ထိုအခါ အလိုပြည့်ပါက လောဘ၊  
 အလိုမပြည့်ပါက ဒေါသ၊ သောကတို့ဖြင့် စိတ်ဆင်းရဲ  
 ကြရပါသည်။ သမုဒယကြောင့် ကိလေသာ ဆင်းရဲ

လောဘဒေါသတို့ဖြစ်ကြရသည်။ ယင်းဘဝနေနည်း အတိုင်းသာ လူသားအများစု နေထိုင်ခဲ့ကြပါသည်။

ဘုရားရှင်ပွင့်တော်မူသောအခါ ဘုရားရှင် သည် သမုဒယကင်းပြီး ဒုက္ခငြိမ်းသော ဘဝနေထိုင် နည်းကို ညွှန်ပြခဲ့ပါသည်။ ယင်းသည် မဂ္ဂနှင့်နိရောဓ အမြင်ဖြင့် ဘဝနေထိုင်နည်းဖြစ်ပါသည်။

သမုဒယသည် အာရုံတို့ကို စွဲလမ်းမှု (attach) ဖြစ်ပြီး မဂ္ဂသည် အာရုံတို့ကို မစွဲလမ်းမှု (detach) ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန် (attach) ဖြစ်ပါက ဆင်းရဲ၍ သတိပညာဖြင့် အစွဲကင်းမှု (detach) ဖြစ်ပါက ချမ်းသာပါသည်။

စွဲရာဘဝနှင့် မစွဲရာဘဝ နှစ်မျိုးနှစ်စားဖြင့် ဘဝနေထိုင်နည်းကို ဟောကြားခဲ့ပါသည်။ ဘဝကို ဝေဖန်ဆန်းစစ်ရာတွင် စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ဖြင့် ယှဉ်သော ဘဝနှင့် မစွဲမှု ဥပါဒါန်ကင်းသော ဘဝဟူ၍ (၂)မျိုး တွေ့ရပါသည်။

**“ သတိဖြင့်စွဲမှုပယ်ပုံ ”**

စွဲလမ်းမှုပယ်ပုံမှာ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် နေလိုက် ပါ။ (You live fully in the present action.) စိတ်သည် တစ်ချိန်မှာ နှစ်စိတ် ပြိုင်မဖြစ်ပါ။

ဥပမာ လမ်းမှာ ပြဿနာဖြစ်သောစိတ်သည် ထိုနေရာ မှာပင် ချုပ်ပျောက်၏။ အိမ်ပြန်လာစဉ် လမ်း၌ဖြစ် ပေါ်သော မြင်စိတ်၊ ကြားစိတ်တို့သည် ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ အာရုံ ပြောင်းတိုင်း စိတ်ပြောင်းနေပါသည်။ သို့သော် ပစ္စုပ္ပန်ကို (သတိ)မပြုနိုင်ပဲ ပြီးခဲ့သောပြဿနာကို ဥပါဒါန်ဖြင့် စွဲလမ်းမှု (attach)ဖြစ်နေသောကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲမှု ဆက်လက်ဖြစ်နေရပါသည်။ အိမ် ရောက်ပါကလည်း မြင်ဆဲ ကြားဆဲ ထိဆဲတို့မှာ (သတိဖြင့်) ပစ္စုပ္ပန်ကျကျနေထိုင်နိုင်ပါက အစွဲကင်းမှု (detach) ဖြစ်ကာ ဆင်းရဲခြင်းမှ လွတ်မြောက် ပေမည်။

ထိုအခါ အတိတ်ကိုလည်း မပြန်တော့၊ အနာဂတ်ကိုလည်း မသွားတော့ပဲ ပစ္စုပ္ပန်တည့် တည့်မှာ (သတိဖြင့်) နှလုံးသွင်းမှန်ဖြင့်နေခြင်းသည် ဆင်းရဲခြင်းမှ လွတ်ကြောင်းအကျင့်ပင် ဖြစ်ပေသည်။

**“ ပစ္စုပ္ပန်အမှုမြင်အောင်ရှု ”**

ပစ္စုပ္ပန်ဆိုသည်မှာ မြင်ဆဲ၊ ကြားဆဲ၊ နံဆဲ၊ စားဆဲ၊ ထိဆဲ၊ တွေးဆဲ (ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်)တို့တွင် သတိ၊ ဝီရိယဖြင့် အသိလိုက်ပြီးနေခြင်းဖြစ်သည်။ ဥပမာ လက်လှုပ်ကြည့်ပါက လှုပ်မှုရုပ်သည် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်၍ ရုပ်လိုက်သည်နှင့် ထောက်ကန်မှုရုပ်သည်



ပစ္စုပ္ပန် ဖြစ်၏။ ပစ္စုပ္ပန်ကိုကောက်ပါက ပရမတ်(ရုပ်) သာရ၏။ လက်သည်ပညတ်ဖြစ်၍ ကာလလွတ် ဖြစ်၏။ လက်ပညတ်သည် ပြောင်းလဲခြင်းမရှိ၊ ထာဝရဖြစ်၏။ပရမတ် ရုပ်တို့သာ အမြဲပြောင်းလဲ နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ပစ္စုပ္ပန်သဘောကို နားလည်သိမြင်အောင် နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ကြည့်ပါ။ ဥပမာ မောင်မောင်ဟု အသံကြားပါက အသံ(ရုပ်)နှင့် ကြားမှု(နာမ်)သည် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်၏။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါပညတ်သည် အမြဲရှိ နေ၏။ အသံနှင့်ကြားမှုသည် ပစ္စုပ္ပန်ခဏ အခိုက် အတန့် (moment by moment)၌သာ တည် နိုင်၏။ ထို့ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်ကိုပြုပါဆိုလျှင် ပရမတ် ရုပ်နာမ်ကိုသာ တွေ့ရမည်။ ရုပ်နာမ်သည်သာ ပစ္စုပ္ပန် ဖြစ်သည်။ ရုပ်နာမ်ပရမတ်မှလွဲ၍ ပစ္စုပ္ပန်ကို မသိနိုင်ပါ။

**“ သတိကိုအလေးမထားပါ ”**

ပစ္စုပ္ပန်ဖြင့်နေတတ်ရန် သတိသည် အဓိက ဖြစ်ပါသည်။ သတိရှိပါက မြင်ဆဲ၊ ကြားဆဲ၊ နံဆဲ၊ စားဆဲ၊ ထိဆဲ စသည်တို့၌ ဖြစ်ဆဲနာမ်ရုပ်တို့အပေါ်တွင် အမှန်အတိုင်းသိမြင်ပါက ပစ္စုပ္ပန်ဖြင့် နေတတ် လာပေမည်။ ထို့ကြောင့် ဘုရားရှင်သည် စွဲလမ်းမှု

ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်ကိုသာ တစ်ကြောင်းတည်း  
သောလမ်းဟု ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။

ထို့ကြောင့် မဟာစည်ဆရာတော်ကြီးသည်  
စွဲလမ်းမှုကင်းရန်အတွက် ပစ္စုပ္ပန်တွင် သတိဖြင့်  
နေရန် မြင်ရင်မြင်တယ်မှတ်၊ ကြားရင် ကြားတယ်မှတ်၊  
စား စားတယ်မှတ်၊ ထိ ထိတယ်မှတ်၊ တွေး  
တွေးတယ်မှတ် စသည်ဖြင့် လက်တွေ့ကျကျ လမ်း  
ညွှန်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော် သတိဖြင့် ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ  
နေခြင်း၏ ထိရောက်မှု အကျိုးအာနိသင်ကို ကိုယ်တိုင်  
မသိမြင် နိုင်သော ကြောင့်အလေးမထားမိကြပါ။  
ဓမ္မချမ်းသာသည် ပစ္စုပ္ပန် မှတ်ဆဲခဏတွင် စွဲလမ်း  
မှုကင်းသည်ဖြစ်၍ ဆင်းရဲ ငြိမ်း၏။ အတိတ်လည်းမပြန်  
အနာဂတ်လည်း မသွားတော့ဘဲ တောင့်တမှု  
ကြောင့်ကြမှု၊ စိုးရိမ်မှု ပူဆွေးမှုတို့မှ ကင်းငြိမ်းခြင်း  
အကျိုးကို လက်ငင်းရရှိလေသည်။

**“ သတိ နှင့် ဥပါဒါန် ”**

သတိ ရှိလျှင် ပစ္စုပ္ပန်တည်၍ အစွဲလွတ်  
သဖြင့် ချမ်းသာ၏။ အတိတ်အနာဂတ်အာရုံတို့ကို  
ဥပါဒါန်ဖြင့် စွဲလမ်းမှုကြောင့် တောင့်တမှု၊ ကြောင့်  
ကြမှုတို့ဖြင့် ဆင်းရဲကြရသည်။ သတိရှိပါက ပစ္စုပ္ပန်

ခဏတွင် ရုပ်နာမ် အကြောင်းအကျိုး ဖြစ်ပျက်သာ ရှိ၏။ ထိုအခါ စွဲလမ်းမှု ငြိမ်းနေသောကြောင့် ချမ်းသာရလေသည်။

ဥပါဒါန်ရှိပါက သတ္တဝါအယူဖြင့် အတိတ် အနာဂတ်တစ်လျှောက် ပြေးသွားပြီး လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ကိလေသာတို့ဖြင့် ဆင်းရဲရသည်။ ထို့ကြောင့် သတိရှိပါက ယောနိသောမနသိကာရ နှလုံးသွင်းမှန်၍ ချမ်းသာ၏။ ဥပါဒါန်ဖြစ်ပါက အယောနိသောမနိသိ ကာရ ဖြစ်ပြီး နှလုံးသွင်းမှားကာ ဆင်းရဲရလေသည်။

**“သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး”**

ဝိပဿနာရှုမှုသည် ပစ္စုပ္ပန်မှာသတိဖြင့် နှလုံး သွင်းနေခြင်းဖြစ်သည်။ ပစ္စုပ္ပန်ဖြင့်နေတတ်အောင် သတိထူထောင်မှုသည် အဓိကဖြစ်သောကြောင့် သတိ ပဋ္ဌာန်ဟု ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာ အလုပ်သည် ပစ္စုပ္ပန်ခဏကိုသိမြင်အောင် သတိ ထူထောင်မှုနှင့် စတင် ရခြင်းဖြစ်၏။ သတိကို ဝီရိယဖြင့်ထူထောင်ရ၏။ သတိထူထောင်ရာတွင် ရုပ်၏ဖောက်ပြန်မှုကို ပစ္စုပ္ပန် တည့်တည့် နှလုံးသွင်း၍ သတိထူထောင်မှုကို ကာယာ နှုပဿနာ၊ ဝေဒနာ

ဖြစ်ပေါ်မှုကို ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် နှလုံးသွင်း၍ သတိ ထူထောင်မှုကို ဝေဒနာနုပဿနာ၊ စိတ်ဖြစ်ပေါ်မှုကို ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် နှလုံးသွင်း၍ သတိ ထူထောင်မှုကို စိတ္တာနုပဿနာ၊ သညာသင်္ခါရဖြစ် ပေါ်မှုတို့ကို ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် နှလုံးသွင်း၍ သတိ ထူထောင်မှုကို ဓမ္မာနုပဿနာဟူ၍ ဘုရားရှင်သည် ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မ ဟူသော သတိပဋ္ဌာန်(၄)ပါးကို ဟောကြားညွှန်ပြတော်မူခဲ့ခြင်းဖြစ်လေသည်။

**“ပစ္စုပ္ပန်မှာ ဘာနဲ့နေလဲ”**

အရိုတရားသည် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်၍ ပစ္စုပ္ပန်အရို တရားဖြင့်သာ နေထိုင်သင့်၏။ သို့သော် အတိတ်ကို လွမ်းပြီး အနာဂတ်ကိုမျှော်ကာ ပစ္စုပ္ပန်မှာ နေထိုင်ကြပါသည်။ သတိဖြင့် ပစ္စုပ္ပန်မှာ အနေနည်းကြပါသည်။ အများအားဖြင့် နေထိုင်သည်ဟူသော ဝေါဟာရ စကား၏ အဓိပ္ပာယ်ကိုပင် သိပ်နားမလည်ကြပါ။ “ဘာနဲ့နေလဲ”ဟုမေးလျှင် “အိမ်ဖြင့်နေသည်၊ တဲဖြင့် နေသည်၊ တိုက်ဖြင့်နေသည်၊ အဆောင်မှာ နေသည်” ဟု သမ္မုတိနယ် အသိဖြင့် ဖြေကြသလို တစ်ချို့လည်း “သားနဲ့နေတယ်၊ သမီးနဲ့နေတယ်၊ တူတွေ တူမတွေနဲ့ နေတယ်”ဟု ပြောတတ်ကြပါသည်။

အမှန်မှာ ပစ္စုပ္ပန် အရှိတရားဖြင့်သာ နေထိုင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မြင်သည့်အခါ မြင်မှုဖြင့်နေ၏။ ကြားသည့်အခါ ကြားမှုဖြင့်နေ၏။ သွားသည့်အခါ သွားဖြင့်နေ၏။ စားသည့်အခါ စားမှုဖြင့်နေ၏။ ပြောသည့်အခါ ပြောမှုဖြင့်နေ၏။ လှုပ်သည့်အခါ လှုပ်မှုဖြင့်နေ၏။ ထို့ကဲ့သို့သိမှ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှာ သတိဖြင့် နေတတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ အချိန်တော်တော်များများတွင် တွေးမှုဖြင့် အနေများသောကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်မှာ အတိတ်၊ အနာဂတ်တို့ဖြင့် သတိလွတ်နေသည်သာများကြပါသည်။

**“ပစ္စုပ္ပန်မှာ သတိဖြင့်နေပါ”**

“မြင်တာနဲ့နေသလား၊ ကြားတာနဲ့နေသလား၊ သွားတာနဲ့နေသလား၊ စားတာနဲ့နေသလား၊ တွေးတာ နဲ့နေသလားလို့” မိမိကိုယ်ကို သတိထားပြီး မေးကြည့်ပါ။ ဥပမာ “သွားတာနဲ့နေတယ်” ဆိုလျှင် သွားမှုအပေါ်မှာ သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိအားဖြင့် နှလုံးသွင်းကြည့်ပါ။ သွားချင်သည့်နာမ်နှင့် သွားသည့်ရုပ် တို့သာ အလုပ်လုပ်နေသည်ကိုသတိပြုနိုင်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်တွင် “သွားတာနဲ့နေတယ်”

ဟု သမုတိနယ်အနေဖြင့် ပြောဆိုကြရသော်လည်း အရိပ်ရမတ်နယ်တွင် သွားသည့်စိတ် (နာမ်)နှင့် သွားသည့် (ရုပ်)သာ ရှိလေသည်။ ထို့ကြောင့် သတိ နောက်ကွယ်မှ ဝီရိယနှင့် သမာဓိအား ပြည့်လာ သောအခါ သွားသည့်ရုပ်နာမ်ကို အောက်မေ့နိုင် သော သမ္မာသတိ ဖြစ်ပေါ်လာပေမည်။

သမာဓိလင်းရောင်ခြည် ဖြစ်ပေါ်လာပါက သမ္မာသတိသည် သမ္မာသင်္ကပ္ပက မှန်စွာကြံစီနိုင်ရန် ရုပ်နာမ်တို့ကို အရှုခံအဖြစ် ဉာဏ်တွင် ထင်ရှား ပေါ် လွင်စေပါသည်။ အရှုခံရုပ်နာမ်တို့ကို မှန်စွာ ကြံစီခြင်း သမ္မာသင်္ကပ္ပကြောင့် အကြောင်းတိုက် ဆိုင်မှ ဖြစ်ပေါ်၍ အကြောင်းကင်းသည်နှင့် ချုပ် ပျောက်ပုံ၊ အမြဲမရှိပုံ၊ အခိုင်အမာ အနှစ်သာရမရှိ ပုံတို့ကို ဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်း သိမြင်ကာ အရိပ်ရမတ် နယ်တွင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အတ္တသဘော မရှိကြောင်းကို အမှန်သိမြင်သော သမ္မာဒိဋ္ဌိသည် ဖြစ်ပေါ်လာ လေသည်။

ထိုအခါ ပြောချင်သည့် လောဘလည်းမရှိ သလို မပြောချင်သောဒေါသလည်းမရှိပါ။ ပြောသင့် သည်ကိုသာ ဉာဏ်ဖြင့်ယှဉ်၍ပြောခြင်း (သမ္မာဝါစာ)

သဘောသည် ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။ ထို့အတူ လုပ်ချင် သည့်လောဘလည်း မရှိသလို ဒီအလုပ်ကို မလုပ်ချင် သည့် ဒေါသလည်းကင်းပြီး လုပ်သင့်သည်ကိုသာ လုပ်သော သမ္မာကမ္မန္တလည်း ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တကြောင့် စင်ကြယ်သော အသက်မွေးမှု သမ္မာအာဇီဝသည်လည်း ဖြစ်ပေါ် လာကာ သီလ မဂ္ဂင်လည်း ပြည့်စုံလာပါသည်။

ထို့အခါ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာ ဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ ဟူသော ဝိပဿနာ မဂ္ဂင် (၅)ပါးတို့အပြင် သီလမဂ္ဂင် (၃)ပါးပါ ပြည့်စုံပြီး မဂ္ဂင် (၈)ပါးဖြင့် ဝိပဿနာအကျင့်မြတ်ကို လောကီမဂ္ဂင်မှ လောကုတ္တရာမဂ္ဂင်ဖြစ်သည်အထိ ပွားများ အားထုတ်ကြရလေသည်။

**“ရှေ့သတိ နှင့် နောက်သတိ”**

ပစ္စုပ္ပန်အရှိတရားဖြစ်သော သတိကို နောက် သတိဖြင့် သိနေအောင် နေစဉ်မှာ ဝီရိယစိုက်ပြီး ကြိုးစား ကြည့်ပါ။ မြင်သတိ၊ ကြားသတိ၊ နံသတိ၊ စားသတိ၊ ထိသတိ၊ တွေးသတိ၊ သွားသတိ၊ ထိုင်သတိ၊ ရပ်သတိ၊ လျောင်းသတိ၊ ပြောသတိ စသည်တို့တွင် ရှေ့သတိကို နောက်သတိဖြင့် အသိလိုက်နေခြင်း

ဖြစ်သည်။ ဥပမာ သတိဖြင့်စားပါက သတိဖြင့် စားနေသည်ကို နောက်သတိဖြင့်ထပ်၍သိပေးပါ။ သတိဖြင့် လမ်းကူးနေပါကလည်း သတိရှိနေသည်ကို ထပ်၍အသိလိုက်ပေးပါ။ ထိုအခါ ပစ္စုပ္ပန်သတိကို နောက်သတိဖြင့် အသိလိုက် နေခြင်းသဘောကို နားလည်လာပေမည်။ ထိုအခါ အတိတ် အနာဂတ် အတွေးများထဲတွင် နစ်မြောမနေတော့ပဲ အတိတ် အနာဂတ်တို့ကို ဥပါဒါန်ဖြင့် နှောင်ဖွဲ့မှုမှ လွတ်မြောက် လာပေမည်။

**“ ခဏဖြင့် အသက်ရှင်ခြင်း ”**

ပစ္စုပ္ပန် အရှိတရားတို့အပေါ်တွင် သတိ ထား နေပါက ပစ္စုပ္ပန်ဆိုသည်မှာလည်း လှုပ်ခဏ၊ ရပ်ခဏ၊ စားခဏ၊ တွေးခဏ၊ မြင်ခဏ၊ ကြားခဏ၊ နံခဏ၊ ထိခဏအားဖြင့်သာ အသက်ရှင်နေခြင်းကို သိမြင် လာကာ တစ်ခဏပြီး တစ်ခဏ (moment by moment) ဖြစ်ပေါ်ချုပ်ပျောက်နေသော သဘာဝ ကို ထိုးထွင်းသိမြင်လာပေသည်။ တစ်ခဏပြီး တစ်ခဏပေါ်၌ ကပ်ငြိစွဲလမ်းမှုမှလည်း လွတ်ကင်း လာမည်။ ထိုအခါ မြင်လျှင် မြင်ကာမျှ၊ ကြားလျှင် ကြားကာမျှ၊ စားလျှင် စားကာမျှ၊ ထိလျှင် ထိကာမျှ၊



တွေးလျှင် တွေးကာမျှဖြင့် ဖြစ်ကြောမရှည်တော့ပဲ သိကာမျှ သဘောဖြစ်ကာ သတိပညာနှင့်ယှဉ်ပြီး လောကတွင် ထက်ဝန်းကျင်စင်ကြယ်သော ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာ မှန်ဖြင့် နေထိုင်နိုင်လေသည်။

**“ဝင်လေထွက်လေနှင့် သတိ”**

ဝင်လေထွက်လေအာရုံသည် နှာသီးဖျား၌ အချိန်တိုင်းရှိနေပါသည်။ ယင်းအာရုံကို သတိဖြင့် အောက်မေ့ပြီး ဝီရိယစိုက်ထားပါက ဘာဝနာ အစွမ်း ကြောင့် တည်ကြည်မှု သမာဓိသည် ဖြစ်ပေါ် လာမည်။ ထိုအခါ သတိသည် ထားသတိမှ ရှိသတိဖြစ်လာသည်။

ထိုအခါ သတိရှိလာပါက ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ မြင်လျှင် မြင်ကာမျှနှင့် နေတတ်လာမည်။ ကြားလျှင် ကြားကာမျှနှင့် နေတတ်လာမည်။ ဝင်လေထွက် လေတွင် လေနှင့်နှာခေါင်း မပါပဲ ထိလျှင်ထိကာ မျှဖြင့် နှလုံးသွင်းတတ်လာမည်။ ထိုအခါ သတိ ထူထောင်မှုအတွက် အာနာပါန မူလကမ္မဋ္ဌာန်းမှ ထိသိဆိုသော ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုး ဖြစ်ပျက်တို့ကို သိမြင်ကာ စွဲရာမှ မစွဲရာသို့ ရောက်ပေမည်။

## ဗုဒ္ဓခေတ်၏အမြင်သစ် (ဦးရွှေအောင်)

အမှန်အားဖြင့် အတ္တကို အခြေခံခြင်းသည် သတ္တဝါတို့၏ ပကတိသဘော ဖြစ်သည်။ ချမ်းသာစစ် (သန္တိသုခ)ကို ရရန် မိမိတို့၏ပကတိသဘောဖြင့် အား ထုတ်၍မရ။ အတ္တကိုပယ်ဖျက်၍ အားထုတ်မှသာ ရပေမည်။ အတ္တကိုပယ်ရန် ဤလောက၌ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ မရှိကြောင်း၊ သင်္ခါရတရားများသာ ရှိကြောင်း သိမြင်ရန် ဘုရားရှင်သည် ဝိပဿနာကို ဟောကြား တော်မူခဲ့ပါသည်။

ဝိပဿနာကျင့်စဉ်အရ သတ္တဝါသိနှင့် ဓမ္မသိ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ သတ္တဝါသိမှာ သူငါသဘော

ဖြစ်သည်။ အမှန်အားဖြင့် သတ္တဝါမရှိပါပဲလျက် မရှိကိုအရှိလုပ်ပြီး ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံမှု တို့၌ သတ္တဝါသဘောကို ထည့်သွင်းကြပါသည်။ ထိုကံတို့တွင် သတ္တဝါသဘော ပါဝင်နေသောကြောင့် သံသရာ၌ သတ္တဝါသဘော ပါဝင်သော အကျိုးများ ပေးနေကြခြင်း ဖြစ်သည်။

ထိုကံ တို့၌ အမြဲမပြတ် ပါဝင်သော သတ္တဝါ သဘောကို အနုသယကိလေသာဟု ခေါ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ အစဉ်တစိုက် ကိန်းနေသော ကိလေသာ ဆိုသည်မှာ သတ္တဝါသဘောပင် ဖြစ်သည်။ ပါဠိ စာပေဖြင့် အနုသယ ကိလေသာဟု ခေါ်ပြီး အရပ် သုံးဝေါဟာရဖြင့် ငါသူဟု ပြောဆိုကြပါသည်။ ထိုကိလေသာကို မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် အကြွင်းမဲ့ မပယ် နိုင်သ၍ ကာယ ဝစီ မနောကံတို့တွင် သတ္တဝါ သဘောသည် ပါဝင်နေကြမည်သာဖြစ်သည်။

အနာ ဂါမ် အရိယာတို့သည်ပင် ရူပ-အရူပ ကုသိုလ်ကံတို့၌ သတ္တဝါသဘောပါဝင်နေသည့် အတွက် သံသရာတွင် ရူပဘဝ အရူပဘဝတို့၌ ကျင်လည်နေရလေသည်။ ထိုအနုသယကိလေသာ သည် အလွန်အစွမ်းထက်လှပေသည်။ ထို့ကြောင့်

အနုသယ ကိလေသာကိုသတ်ရန် ဘုရားရှင်သည်  
ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကို ဟောတော် မူခြင်းဖြစ်သည်။

စင်စစ်သတ္တဝါဟူသည် တကယ်မရှိပါဘဲ  
လျက် အရှိလုပ်၍ ရုပ်ကပြသည်ကို ငါကပြသည်၊  
ဝေဒနာ ခံစားသည်ကို ငါခံစားသည်၊ သညာမှတ်  
သားသည်ကို ငါမှတ်သားသည်၊ စေတနာအားထုတ်  
သည်ကို ငါ အားထုတ်သည်၊ ဝိညာဏ်သိသည်ကို  
ငါသိသည် စသည်ဖြင့် ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရား  
တို့၏ လုပ်ဆောင် မှုအပေါ်၌ ‘ငါသူ’ဟူသော မှားယွင်း  
သည့် သတ္တဝါ သဘောပါဝင်သွားခြင်းဖြစ်သည်။

ထိုအမှားကိုပယ်ရန် ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့ကို  
သတ္တဝါသဘော မပါဝင်စေပဲ ရှုမှတ်ရပါမည်။  
သတ္တဝါ သိပျောက်လျင် ဓမ္မသိဖြစ်ပေါ်လာမည်။  
ထိုအခါ ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့သည်လည်း ဒုက္ခသာ  
ဖြစ်ကြောင်း၊ ဒုက္ခအဆုံး၌ ‘သန္တိသုခ’ ရှိကြောင်းကို  
ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက်ထွင်းဖောက် သိမြင်နိုင်ပါ  
မည်။ ယင်းသည်ပင် ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ဖြစ်ပါသည်။

### ဝိပဿနာ၏ရှေးဦးလုပ်ငန်းများ

ဝိပဿနာအားထုတ်ရန် ရုပ်နာမ်သိရန် လို၏။ ယင်းတို့၏အကြောင်းကိုလည်းသိရန်လို၏။ ယင်း သင်္ခါရတရားများသည်လည်း “ဣမသ္မိံ သတိ ဣဒံ ဟောတိ” ဤဟာဖြစ်လျှင် ဤဟာဖြစ်၏။ “ဣမသ္မိံ နသတိ ဣဒံနဟောတိ” ဤဟာမဖြစ်လျှင် ဤဟာ မဖြစ်ဟူသော ကြောင်းကျိုးဆက်နိယာမအရသာ ဖြစ်ကြရ၏။ ယင်းသည် အကြောင်းဖြစ်လျှင် အကျိုး ဖြစ်၏။ အကြောင်းမဖြစ်လျှင် အကျိုးမဖြစ်။ အကြောင်း ဟူသည်မှာလည်း ရုပ်နာမ်သာတည်း။ အကျိုးဟူသည် မှာလည်း ရုပ်နာမ်သာတည်း။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါမဟုတ်။

ပရမတ္ထသစ္စာအားဖြင့် လောကဟူသည် ကံ (ကမ္မ) နှင့် ကံ၏အကျိုး(ဝိပါက)၊ ကမ္မဝဋ်နှင့် ဝိပါကဝဋ်၊ ပြုလုပ်ခြင်း (ကြိယာ)နှင့် ပြုလုပ်ခြင်း၏ အကျိုး (ကြိယာဖလ)တို့ မပြတ်မစဲဖြစ်နေခြင်း ပင်ဖြစ်သည်။ ယင်းကို သံသရာဟုခေါ်၍ သစ်စေ့

နှင့် သစ်ပင်ပမာကဲ့သို့ အစရွာမရသောသဘော ရှိပါသည်။ ထို့ပြင် အကြောင်း အကျိုးဖြစ်စဉ်နှင့် ပတ်သက်၍ ဗုဒ္ဓပိဋကတ်တော်၌ ဤသို့လာရှိပါသည်။

“ကမ္မဿ ကာရကော နတ္ထိ၊  
ဝိပါကဿ စ ဝေဒကော။”

“သုဒ္ဓမ္မာ ပဝတ္တန္တိ၊ ဧဝေတံ သမ္မဒဿနံ။”

ကံကိုပြုတတ်သူသည်မရှိ၊ အကျိုးကိုခံစား တတ်သူသည်လည်းမရှိ။

သတ္တဝါမဖက် သက်သက်သော ကံနှင့် ကံ၏ အကျိုးတရားတို့သည်သာလျှင် တစ်ပြန်စီ မပြတ် ဖြစ်ကြ ကုန်၏။ ဤအမြင်သည် မဖောက်မပြန် မှန်ကန်သော အမြင်ပေတည်း။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်-၂၊ ၂၃၇)

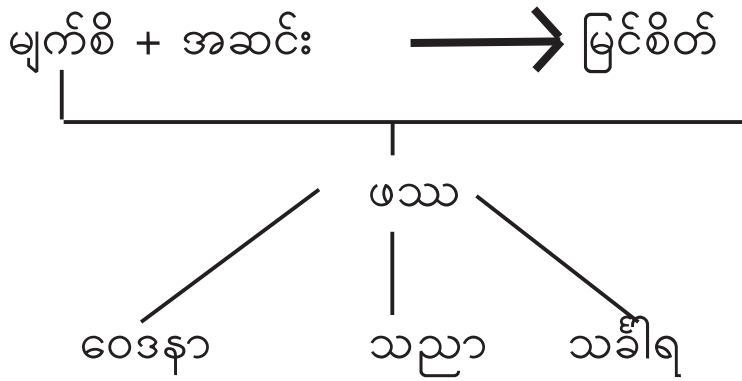
ပရမတ္ထအားဖြင့် ကံနှင့် ကံ၏အကျိုးမှ တစ်ပါး ပြုလုပ်သူ၊ ခံစားသူ၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ မရှိပါ။ သမုတိသစ္စာ အနေဖြင့်သာ ကံဖြစ်ခိုက်တွင် ဖြစ်ပေါ်သော စိတ်၊ စေတနာနှင့် ကိုယ်နှုတ်အမှု အရာတည်း ဟူသော ရုပ်နာမ်ကိုပင် စွဲမီ၍ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါလုပ်သည် ဟု ပြောဆိုကြရ၏။ ကံဟူသော ရုပ်နာမ်မှလွဲ၍ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါကား သီးခြားမရှိပါ။ ပြောဆိုရုံသက်သက်မျှ သာ ရှိချေသည်။

ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာအားထုတ်ရာတွင် အမှန်မရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါသဘောကို ဖယ်ရှား၍ အမှန်ရှိသောရုပ်နာမ်သဘောကို သိမြင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးသည်လည်း ကြောင်းကျိုးဆက် နိယာမအတိုင်း အစဉ်မပြတ် ဖြစ်ပေါ်ချုပ်ပျောက် နေခြင်းဖြစ်သည်။

ဤသို့ ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုးကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်လာသောအခါ လောကဖြစ်စဉ်နှင့် ပတ်သက်၍ ယုံမှားမှု ဝိစိကိစ္ဆာကင်းကွာလေသည်။ ကြောင်းကျိုး ဆက်နိယာမအရ ရုပ်နာမ် အဆက်ဆက် မျှသာရှိသည်။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါမရှိဟူ၍ အမြင်မှန်ကို ထူထောင်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

ဤသို့အမြင်မှန် ထူထောင်နိုင်ခြင်းကိုပင် **‘ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ ဓမ္မဋ္ဌိတိဉာဏ်၊ ယထာဘူတဉာဏ်၊ သမ္မာဒဿနဉာဏ်’** စသည်ဖြင့် ခေါ်ဆိုကြပါသည်။ (အတ္တဝါဒမှ အနတ္တဝါဒသို့ ခရီးစဉ်- ဦးရွှေအောင်)

### “ သတ္တဝါ နှင့် ခန္ဓာ ”



မပျက်စိနှင့်အဆင်းတို့ကလျှင် မြင်စိတ်ပေါ် ပါသည်။ မြင်စိတ်(စက္ခုဝိညာဏ်)သည် အာရုံကို ယူပေးသည့်သဘောဖြစ်သည်။ ဝိညာဏ်ယူပေးသော အာရုံကို ဖဿသည် ရသဓာတ်တို့ထွက်ပေါ် အောင် ကြိတ်ချေပေးရသည်။ ဖဿကကြိတ်ချေ ပေးသော ကြောင့် ထွက်ပေါ်လာသော အကောင်း အဆိုး ရသ ဓာတ်တို့ကို ဝေဒနာက ခံစားခြင်း ဖြစ်သည်။ သညာက မှတ်သားသည်။ သင်္ခါရက ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ တို့ဖြင့် အားထုတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

ယင်းဖြစ်စဉ်ကို သာမန်အမြင်ဖြင့် ကြည့် ပါက သတ္တဝါဟုခေါ်ဆိုလေသည်။ ဘုရားရှင်သည် ယင်းကို ရှုထောင့်သစ်မှ သိမြင်ပြီး ခန္ဓာ(၅)ပါးဟု



ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။ ခေါင်းကိုယ်ခြေလက်သည် မသိ တတ်သော (ရုပ်)တရားဖြစ်၍ မြင်စိတ် (ဝိညာဏ်)၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရတို့သည် သိတတ်သော နာမ် တရား (၄)ပါး ဖြစ်သည်။ ထိုရုပ် (၁)ပါးနှင့် နာမ်တရား (၄)ပါး စုပေါင်းကာ ခန္ဓာ (၅)ပါး ဖြစ်ပေါ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဘုရားရှင်သည် အပေါ်ယံ အသွင်သဏ္ဍာန် (appearance)အားဖြင့် အမည်ပေး ပညတ်ထား သောသတ္တဝါကို နောက် ကွယ်အရိတရား ခန္ဓာ(၅)ပါး အားဖြင့် ပရမတ် ရှုထောင့်သစ် (reality)မှ သိမြင် သွားခြင်းဖြစ်သည်။

မိမိဘက်မှကြည့် ပါက လက်ဖမိုးဟုဆို သော် လည်း သူတစ်ပါးဘက်မှကြည့်ပါက လက်ဖဝါး ဖြစ် သည်။ ထို့အတူ ဒင်္ဂါးပြားကို တစ်ဘက်အမြင် တွင် ခေါင်းဖြစ်ပါက ကျန်တစ်ဘက်သည် ပန်းဖြစ် ပေမည်။ ထို့ကြောင့် အရာရာကို ရှုထောင့်နှစ်မျိုးဖြင့် ကြည့်နိုင် ပါသည်။ မိမိ၏ဖက်မှအမြင် (subjective view) ဖြင့် သတ္တဝါသာရှိတယ်ဟု တစ်ဘက်သတ် စွဲယူထား သောကြောင့် ခန္ဓာအမြင် (objective view)ကို သဘောမပေါက်နိုင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဥပမာ ယား၍ကုတ်ခြင်းကိစ္စတွင် ကိုယ်နှင့်

အထိတိုက်မှုကြောင့် ကာယဝိညာဏ်ဖြစ်ပေါ်သည်။ ကာယဝိညာဏ်သည် အထိအာရုံကို ရယူပေးပါသည်။ ဝိညာဏ်ကရယူပေးသောအာရုံကို ဖဿသည် ကြိတ်ချေပေးသောကြောင့် ယားသည့်ရသဓာတ်များ ထွက်လာသည်။ ထိုရသဓာတ်ကို ဝေဒနာကခံစားသောကြောင့် ဒုက္ခဝေဒနာဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထိုအခါ သညာသည် ယားမှုဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်ပါက လက်ဖြင့် ကုတ်ရမည်ဟု မှတ်သားထားသောကြောင့် သင်္ခါရဖြင့် အားထုတ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းကိုပင် သတ္တဝါအမြင်အရ ‘ငါယားလို့ကုတ်သည်’ဟု သိခြင်း ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာအမြင်အရ ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်တို့သာ ဖြစ်ပေါ်လေသည်။ ဝိညာဏ် စသောနာမ်တရားများသာ မဖြစ်ပေါ်ပါက ရုပ်သည် မသိတတ်သော သစ်တုံးပမာသာ ဖြစ်ပါသည်။

နောက်ဥပမာတစ်ခုမှာ မြင်မြင်ခြင်း ချစ်သည် ဟု ပြောကြပါသည်။ မျက်စိနှင့် အဆင်းတိုက်မှု ကြောင့် မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ မြင်မှုသည် မျက်စိမှာ ဖြစ်ပေါ်၍ ဖဿကြောင့် အာရုံသည် မနော နှင့်ထိ ခိုက်ပြီး လှသည့်ယောက်ျား မိန်းမ

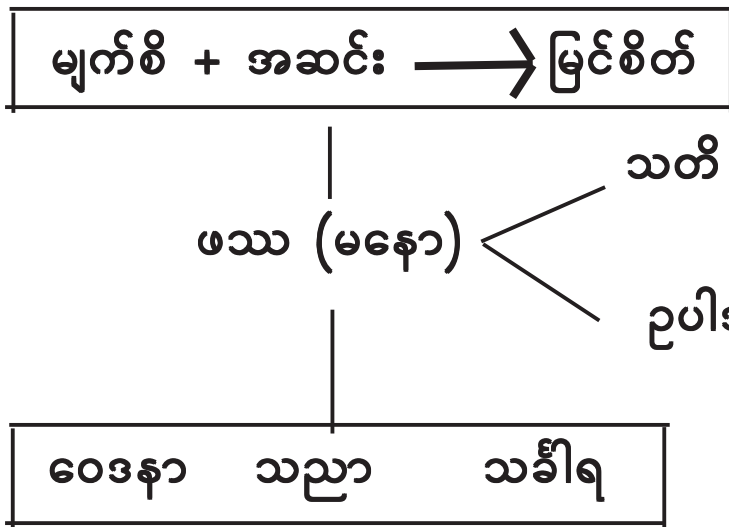
အနေဖြင့် မှတ်သားသည့် သညာပေါ်ကာ ဝေဒနာ ကခံစားပြီး သင်္ခါရဖြင့် အားထုတ်ကြခြင်းဖြစ်ပါ သည်။ ယင်းခန္ဓာငါးပါး အရှိတရား ဖြစ်ပေါ်သည် ကိုပင် အပေါ်ယံအသွင် သဏ္ဍာန်အားဖြင့် ငါသူ တစ်ပါးအယူမှားပြီး မြင်မြင်ခြင်း ချစ်သည်ဟု ဆိုကြပါသည်။ ထိုအခါ ငါ့ဥစ္စာအနေဖြင့် ပိုင်ဆိုင် နိုင်အောင် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ သင်္ခါရ တို့က အားထုတ်ကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

**“(heart)ထိတယ်”**

ယနေ့ခေတ်စကားဖြင့် ပြောမည်ဆိုပါက (heart)ထိတယ်ဟု ဆိုပါသည်။ (heart)ကို မနော ဟုကောက်ပါက မြင်စိတ်သည် မျက်စိမှာ ဖြစ်၍ ဖဿ ကြောင့် အာရုံနှင့် မနော(heart)ထိခိုက် ပြီး ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရတို့ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းဖြစ်သည်။ မျက်စိ ကမြင်လျှင် မြင်သည့်အတိုင်းသာထားပါက (heart) မထိတော့ချေ။ ဖဿမှ ဖြတ်ထားနိုင် သောကြောင့် ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရတို့လည်း ချုပ်လေသည်။ ထိုအခါ မြင်ရင် မြင်တယ်မှတ်၊ ကြားရင် ကြားတယ် မှတ်နှင့် မြင်စိတ်ဖြစ်ပျက်

မနောကမဂ်၊ ကြားစိတ် ဖြစ်ပျက် မနောကမဂ်ဖြစ်ကာ မြင်လျှင် မြင်ကာမတ္တ၊ ကြားလျှင်ကြားကာမတ္တ၊ ထိလျှင်ထိကာမတ္တ၊ တွေးလျှင် တွေးကာမတ္တမျှဖြစ်ကာ (heart)မထိတော့ပဲ မနော ဣန္ဒြေ့ထိုက်ကာ အေးငြိမ်းစွာ နေထိုင်နိုင်လေသည်။

“အကျိုးတရား နှင့် အကြောင်းတရား”



မုက်စိနှင့်အဆင်းတိုက်မှုကြောင့် မြင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းသည် အကျိုးတရားဖြစ်၏။ ယင်းကို ဝိပါကဝဋ်ဟု ခေါ်ဆိုလေသည်။ မုက်စိကမြင်သော အာရုံသည် မနောနှင့်တွေ့ထိမှု (ဖဿ)ဖြစ်သောအခါ ဝေဒနာက ခံစားမှု၊ သညာကမှတ်သားမှု၊ သင်္ခါရက

အားထုတ်မှုတို့ကြောင့် အကြောင်းတရား ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ယင်းကို ကမ္မဝဋ်ဟုခေါ်ပါသည်။

ထိုအကျိုးတရားနှင့် အကြောင်းတရား (နှစ်မျိုး) အကြားတွင် ကိလေသဝဋ်ဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်သည် အနုသယဓာတ်ဖြစ်သောကြောင့် အကိန်း ဓာတ်၊ အခံဓာတ်၊ အငုတ်ဓာတ် အနေဖြင့်သာ ရှိခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အကျိုးတရားတွင် မျက်စိက မြင်စိတ်သည် အဆင်း (colour)ကို မြင်မှု (seeing)ဖြစ်သော (ဝိညာဏ်သိ)သည် ထင်ရှားပါသည်။ အကြောင်းခန္ဓာတွင် မနောကသိစိတ်သည် အသွင်ပုံသဏ္ဍာန် အမည်နာမ (form, shape, name)တို့နှင့် တကွ သိခြင်း (recognizing)ဖြစ်သော (သညာသိ)သည် ထင်ရှားပါသည်။ လောကသည် အသွင်ပုံသဏ္ဍာန် အမည်နာမတို့ဖြင့် ပြောဆိုဆက်ဆံ အသုံးပြုရပါသည်။ မြင်စိတ်ကမြင်သော အဆင်း (colour) သဘောသက်သက်သည် လောကတွင် ပြောဆို အသုံးပြု၍ မရ။ ထို့ကြောင့် မြင်မှုသဘောသက်သက်သည် လောကသိ မဟုတ်တော့ပါ။ လောကမှထွက်ရာ တံခါးပေါက်ဖြစ်လေသည်။

မြင်သည်ကို အဆင်းလို့ မသိ၊ အသွင်ပုံ သဏ္ဍာန်တို့ကို (ဥပါဒါန်)ဖြင့်စွဲ၍ သတ္တဝါဟုအမှန် ထင်ကာ ပြောဆိုဆောင်ရွက်ကြပါသည်။ (သတိ)ဖြင့် မြင်လျှင် မြင်တယ်မှတ်၊ ကြားလျှင် ကြားတယ် မှတ်၊ စားလျှင် စားတယ်မှတ်၊ ထိလျှင် ထိတယ်မှတ် စသော (ဝိညာဏ်သိ)တွင် အသွင်ပုံသဏ္ဍာန် အမည် နာမတို့မှ လွတ်အောင် သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိအား တို့ဖြင့် ရုန်းနိုင် ပါက လောကမှ စတင်ထွက်မြောက် နိုင်ကြောင်းကို ပိုင်းခြားသိမြင်မှု (realise) ဖြစ်လာ ပေမည်။

**“အကြောင်းအကျိုး နှင့် အကျိုးအကြောင်း”**

သံသရာဆိုသည်မှာ ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုး ဆက်နေသော အစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ အကြောင်း ကြောင့် အကျိုးဖြစ်သည်၊ အကျိုးမှ အကြောင်းကို တစ်ဖန်ဖြစ်ပေါ်စေပြန်သည်။ အကြောင်းဖြစ်သည် နှင့်လည်း အကျိုးသည် ဆက်လက် ဖြစ်ပေါ်နေ ခြင်းဖြင့် ကြောင်းကျိုးဆက်အစဉ်သည် အဆက် မပြတ် ဖြစ်ပေါ်နေသည်ဟု သိမြင်နားလည်နိုင်ကြပါ သည်။ သို့သော် အကြောင်းအကျိုးနှင့် အကျိုး

အကြောင်းသဘော တရား (နှစ်မျိုး)မတူမှုကိုတော့ ပိုင်းခြားသိမြင်ရန် မလွယ်ကူလှပါ။

အကြောင်းအကျိုးကို အများစု နားလည် ကြပါသည်။ သမ္မုတိနယ်တွင် အကြောင်းကောင်းမှ အကျိုးကောင်း၏၊ အကြောင်းမကောင်းပါက အကျိုးဆိုး၏ဟု သိနိုင်ကြပါသည်။ ပရမတ်နယ် တွင် အကြောင်းတရားပြည့်စုံပါက အကျိုးတရား သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ အကြောင်း တရားသည် အကျိုးတရားအဖြစ်သို့ ကူးပြောင်းသွား ခြင်းမျိုးမရှိပါ။ အကြောင်းတရားသည် ဖြစ်ပေါ်ပြီး ချုပ်ပျောက်သွားသော်လည်း အကျိုး တရားသည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ အသစ်ဖြစ် ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။

အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရားသည် တစ်ခုစီ (sperate)သာဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အကြောင်းပြည့်စုံသည်နှင့် အကျိုးသည် သူ့သဘော သူဆောင်ကာ အသစ်ဖြစ် ပေါ်လေသည်။ အကြောင်း နှင့်အကျိုးတို့အကြား တွင် ကြောင်းကျိုးဆက် အစဉ်ကို ဘုရားရှင်ကိုယ် တော်တိုင် ဖြတ်၍မရပါ။ အနတ္တ သဘာဝအတိုင်း (နိယာမ)သဘော ဖြစ်ပါသည်။

အကျိုးအကြောင်းသည် သမ္မုတိနယ်တွင် အပြောအဆို အသုံးပြုမှု နည်းကြပါသည်။ ပရမတ် နယ်တွင် မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့သည် အကျိုး တရားများဖြစ်ကြ၍ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ ဖြင့် တုန့်ပြန်မှုသည် အကြောင်းတရားများ ဖြစ် လေ သည်။ ကံအကြောင်းတို့ကြောင့် နောက် ဘဝ နောက် ခန္ဓာ အကျိုးတရားတို့သည် သူ့သဘော သူ့ဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။ လက်တွေ့ ဘဝတွင် မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးဆိုသော (အကျိုး)တရားတို့ ဖြစ်ပေါ် နေကြပြီး ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ဖြင့် တုန့်ပြန် ကာ (အကြောင်း) တရားတို့ ဖြစ်ပေါ်နေကြပြန်ပါသည်။

ဖြစ်စဉ်အမှန်တွင် အကြောင်းဖြစ်ပေါ်သည် နှင့်အကျိုးသည် သူ့သဘောသူ့ဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ် ပါသည်။ မည်သို့မျှတားမရပါ။ အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရားအကြားမှာ ဖြတ်၍မရပါ။ သို့သော် အကျိုးတရားသည် အကြောင်းတရားကို ဖြစ်ပေါ် စေနိုင်သော သတ္တိမရှိသော်လည်း အကျိုးတရား နှင့် အကြောင်းတရားအကြားတွင် (ကိလေသဝဋ်) ဆိုသော အကိန်းဓာတ်၊ အငုတ်ဓာတ်၊ အခံဓာတ်



တစ်မျိုးရှိနေ သောကြောင့် အကျိုးတရားတွင်မရပ်ဘဲ အကြောင်း တရားတို့ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေကြ ရလေသည်။

ထို့ကြောင့် အကျိုးမှ အကြောင်းမဖြစ် အောင် ကိလေသဝဋ် အကိန်းဓာတ်၊ အငုတ်ဓာတ်၊ အခံဓာတ် ကိုသာ ပယ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ (အကြောင်း နှင့် အကျိုး) နှစ်ခုကြားတွင် ဖြတ်မရသော်လည်း (အကျိုးနှင့် အကြောင်း)နှစ်ခုကြားတွင် ဖြတ်နိုင်ပါ သည်။ ထို့ကြောင့် ဘုရားရှင်၏ဝါဒသည် (အကြောင်း သတ်ဝါဒ) ဖြစ်လေ သည်။ ထိုအကြောင်းကို သတ် လိုပါက အကိန်းဓာတ် (အနုသယ) ကိလေသ ဝဋ်ကို (သတိပဋ္ဌာန်)အလုပ်ဖြင့် ပယ်သတ်ရန်သာ ဖြစ်ပါသည်။

**“ဒိဋ္ဌိ (အထင်မှား၊ အယူမှား)”**

မျက်စိနှင့်အဆင်းတိုက်၍ မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ် ပြီးနောက် အာရုံသည် (ဖဿ)ကြောင့် မနောနှင့် တွေ့ထိကာ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရတို့ဖြင့် တုန်ပြန် ကြပါသည်။ ယင်းဖြစ်စဉ်သည် သတ္တဝါ မဟုတ်ပါ။ အဆင်း (ရုပ်)နှင့် မျက်စိ(ရုပ်)တို့ တိုက်မှု အကြောင်း ကြောင့် မြင်စိတ် (ဝိညာဏ်)၊ ဝေဒနာ၊

သညာ၊ သင်္ခါရ စသော ရုပ်နှင့်နာမ် အစုအပေါင်း (ခန္ဓာ)တို့သာ ဖြစ်ပေါ်ကြ၏။ ယင်းခန္ဓာတို့သည် အကြောင်းတိုက် ဆိုင်ခိုက် သာဖြစ်ပေါ်၍ အကြောင်း ကင်းသည်နှင့် ချုပ်ပျောက် ကြပါသည်ဟု သတိဖြင့် နှလုံးသွင်းမှန်ပါက ဒိဋ္ဌိအမြင် မှားကို ပယ်နိုင်ပါသည်။

ထိုအခါ ရုပ်နာမ် အစုအပေါင်း ကို ခေါ်ဝေါ် ပြောဆိုရန်အတွက် သတ္တဝါဟု အမည် ပညတ် ထားရုံမျှကို အရိုတရား အဖြစ်(ဒိဋ္ဌိ)ဖြင့် အခိုင် အမာအနှစ်သာရပြု၍ ပြင်းစွာစွဲလမ်းနေသော ဥပါဒါန်ကို တစ်ကြောင်းတည်းသော သတိပဋ္ဌာန် အကျင့်ဖြင့် ပယ်ရှားနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

**“သညာဝိပုလ္လာသ (အမှတ်မှား)”**

ရူပသညာ၊ သဒ္ဓသညာ၊ ဂန္ဓသညာ၊ ရသ သညာ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာ၊ ဓမ္မသညာတို့သည် အရိုတရား ပရမတ်များ ဖြစ်ကြပါသည်။ လူ၊ သတ္တဝါ၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ တိုက်၊ အိမ်၊ ကား၊ ရွှေ၊ ငွေတို့သည် ပညတ် သညာများဖြစ်ပါသည်။ ပရမတ်သညာသည် ခန္ဓာ (၅)ပါးဖြစ်၍ ပညတ်သညာသည် လူ၊ သတ္တဝါ၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမတို့ဖြစ်၏။ ပရမတ်သညာသည် အရိုတရားဖြစ်၍ (ပညတ် သညာ)သည် (မရိုတရား)

ဖြစ်ပြီး (လောက)အတွက် ခေါ်ဝေါ်ပြောဆို (အသုံးပြုရန်) အတွက်သာဖြစ်သည်။ ယင်းကို ပိုင်းခြားမသိသောကြောင့် ပညတ်သညာကို အရိတရားပြုကာ အခိုင်အမာ အနှစ်သာရယူ၍ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ခြပ်ဝတ္ထုပြုပြီး ကာယ၊ ဝစီ၊ မနော သင်္ခါရတို့ဖြင့် အလွန်အကဲအားထုတ်ခြင်း (အဘိသင်္ခါရ)ပြုကြလေသည်။ ယင်းသဘောတရားသည် လောကဖြစ်ပါသည်။

ပရမတ်နယ်တွင် မြင်လျှင် အဆင်းသညာ၊ ကြားလျှင် အသံသညာ၊ နံလျှင် အနံ့သညာ၊ စားလျှင် အရသာသညာ၊ ထိလျှင် အတွေ့သညာ၊ တွေးလျှင် သဘောသညာတို့သာ အကျိုးခန္ဓာ၌ အရိတရားများ ဖြစ်ကြသော်လည်း လောကတွင် ပြောဆို ဆက်ဆံရန် အတွက် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ခြပ်ဝတ္ထုတို့မှာ အကြောင်းခန္ဓာတွင် အမည်နာမတို့ဖြင့် ပညတ်တင်ထားသော သညာများသာဖြစ်ပါသည်။ အမှန်အားဖြင့် အရိတရားများမဟုတ်ကြသောကြောင့် လောကအတွက် သုံးရန်သာဖြစ်၍ စွဲရန်မဟုတ်ကြပါ။

အရိတရား ပရမတ်သညာသည် ဖြစ်ပြီးပျက် ပါသည်။ ပညတ်သညာသည် မရိတရားဖြစ်၍ ကာလ လွတ်သောကြောင့် အမည်နာမအားဖြင့် အမြဲရိတရား အဖြစ် အထင်မှားကြပါသည်။ ထို့ကြောင့်

ပုထုဇဉ်တို့သည် ပရမတ်ကို မမြင်နိုင်ပဲ ပညတ်တို့ဖြင့်  
လောကတွင် သုံးရုံသာမဟုတ်ဘဲ စွဲသည်အထိ  
အခိုင်အမာယူကြလေသည်။ ထိုအခါ မြဲတယ်၊  
ကောင်း တယ်၊ ကိုယ့်အလိုအတိုင်းဖြစ်တယ်ဟု နိစ္စ၊  
သုခ၊ အတ္တ အားဖြင့် အမှတ်မှား အထင်မှားသော  
ကြောင့် အကျိုးပေးမည့် အကြောင်းတရားတို့  
ဖြစ်ပေါ်ရလေသည်။

**“မြင်တာကိုသုံးပါ မစွဲပါနှင့်”**

ပရမတ်သညာနှင့် ပညတ်သညာတို့ကို  
ပိုင်းခြားသိပါက ပရမတ်ဖြစ်သော အဆင်း၊ အသံ၊  
အနံ့၊ အရသာ၊ အထိ၊ အတွေး(ဓမ္မ)သညာတို့သည်  
အကြောင်းတိုက်ဆိုင်ခိုက်ဖြစ်၍ အကြောင်းကင်း  
ပါက ပျက်ပါသည်။ စွဲစရာ ဘာတစ်ခုမျှ မကျန်ရစ်ပါ။

ပညတ်သညာသည် ခေါ်ဝေါ်ပြောဆို  
ဆက်ဆံရုံမျှ အမည်သဘောသက်သက်ဖြစ်၍  
မရှိတရားဖြစ်သော ကြောင့် မရှိသည်ကို မရှိမှန်း  
အမှန်သိပါက စွဲ၍မရပါ။ သို့သော် ယင်းပညတ် မရှိ  
တရားတို့ကို အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်ဆိုသော  
(အနုသယ)ကိလေသာ အကိန်းဓာတ်ကြောင့်

အထင်မှားပြီး အရှိထင်ကာ အထင်ကြီးခြင်း အထင်  
သေးခြင်းစသော လောကသုံး သမုတိအမှန်တရား၊  
အရှိတရားအဖြစ် စွဲယူကြခြင်းဖြစ်လေသည်။

လောကဝေါဟာရသုံး ပညတ်သညာတို့  
သည် သုံးရုံသာဖြစ်၍ စွဲစရာအနေဖြင့် အရှိတရား  
များမဟုတ်ကြပါ။ အရှိတရား ပရမတ်သညာ  
တို့သည်လည်း ဖြစ်သည့်နေရာမှာ ပျက်နေသော  
ကြောင့် စွဲ၍ မရပါ။ ထိုသို့ ပိုင်းခြားမသိပါက  
သုံးလည်းသုံး၏။ စွဲလည်းစွဲ၏။ **‘သုံးသာသုံး မစွဲနဲ့’**  
ဆိုသော ပြော စကားသည် (အပြောလွယ်)သလောက်  
(အသိခက်) သောကြောင့် အစွဲကို မပယ်နိုင်ကြခြင်း  
ဖြစ်ပါသည်။

**“သတိနှင့် သညာ”**

သညာသည် လိမ်တတ်ကောက်တတ်ပါ  
သည်။ သညာသည် မြင်သမျှ ကြားသမျှတို့ကို မှတ်  
သားတတ် ပါသည်။ ယင်းတို့တွင် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊  
ဥပါဒါန် ဆိုသော (အနုသယ) ကိလေသာ အကိန်း  
ဓာတ်များ ပါဝင်နေပါသည်။ ထိုသညာတို့သည်  
အစွဲဥပါဒါန် ကပ်သည့်အတိုင်း မှတ်သားထားပါ  
သည်။ အကြောင်း တိုက်ဆိုင်၍ သညာပေါ်ပါကလည်း

ထိုအစွဲ ဥပါဒါန် အတိုင်းသာ သိပြန်ပါသည်။ ယင်း လောကသညာ သည် မနောသိစိတ်မှာပေါ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

သို့သော် သတိပညာဖြင့် ယှဉ်၍ဖြစ်ပေါ် သော သညာသည် အရိုကို အရိုအတိုင်း မှတ်သား ပါသည်။ တစ်ဖန်ပြန်၍ သတိဖြင့် နှလုံးသွင်းပါက လည်း အမှန် အတိုင်းသိနိုင်ပါသည်။ သတိမရှိ သောအခါ ဥပါဒါန် ကပ်သည့်သညာဖြင့် အလိမ် မိမိနေရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဝင်လေထွက် လေ၌ သတိကို ကိလေသာ ကြားမခိုပဲ ဝိရိယဖြင့် ထူထောင်နေရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

**“ကပ်ကျော်သတိ”**

ကပ်ကျော်ဘုရားဆိုသည်ကို ကြားဘူးကြ ပေမည်။ အနေနီးသော်လည်း မရောက်ဖြစ်ဘဲ ဝေးသော ဘုရားတို့ကို သွားရောက်ဖူးဖြစ်ကြပါသည်။ ထို့ အတူ တရားအားထုတ်ရာတွင် အဓိကကျသော သတိကို ကပ်ကျော်ပြီး ဘုရားခန်းမှာ တရားရှာနေ ကြပါသည်။ ယောဂီဝတ်စုံဖြင့် ပုတီးစိတ်၊ ဥပုသ် စောင့်၊ တရားအား ထုတ်နေကြပုံတို့ကို အသွင် ပုံသဏ္ဍာန်ဖြင့်မြင်ပြီး ကုသိုလ်အလုပ်တွေဟု (မျက်မြင်)

သိခဲ့ပါသည်။ သို့သော် ပုတီးကို သတိကစိတ်သည် ဟု၎င်း၊ ဥပုဉ်ကို သတိက စောင့်သည်ဟု၎င်း၊ ဝင်လေထွက်လေကို သတိက အောက်မေ့သည်ဟု၎င်း၊ အသွင်ပုံသဏ္ဍာန်၏ နောက်ကွယ်မှ သတိကို (ဉာဏ်မြင်) မသိခဲ့ပါ။ သတိရှိလို့ ကုသိုလ် ရသည် ဟုလည်း မသိခဲ့။ ထို့ကြောင့် သတိ၏ တန်ဖိုးကို အမှန်အတိုင်း မသိသောကြောင့် သတိကို အလေး ထားပြီး ဘဝတွင် မရှိမဖြစ် ထူထောင်ရမည်ဟု မဆုံးဖြတ်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ သတိထူထောင်မှုကို လည်း အလွန်အရေးကြီးသည်ဟု မထင်တော့ချေ။

မိမိ၏ နောက်ဆုံးအချိန်တွင် မည်သူ့ကိုမျှ အားမကိုးဘဲ အပါယ်နှင့် နတ်ပြည် လမ်းခွဲမှာ အကောင်း ဆုံးကုသိုလ် အဖော်မွန်အဖြစ် သတိက လက်တွဲ ခေါ် ဆောင်၍ သွားပေမည်။

ထို့ကြောင့် နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်အထိ ကျေးဇူးပြုမည်ဖြစ်သော သတိအဖော်ကို ယခုမှ စ၍ လက်တွဲမဖြုတ်စတမ်း ဝီရိယဖြင့် မြင်ရာ မှာလည်း မမေ့အောင်၊ ကြားရာမှာလည်း မမေ့ အောင်၊ နံရာ၊ စားရာ၊ ထိရာ၊ တွေးရာတို့မှာလည်း မမေ့အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြရပေမည်။

### “တဏှာ နှင့် ဒိဋ္ဌိ”

တဏှာသည် နှစ်သက်သာယာခြင်း သဘော ဖြစ်ပါသည်။ ဒိဋ္ဌိသည် ထိုနှစ်သက်သာယာမှုကို မြဲသည် ခိုင်သည် ကိုယ် အလိုအတိုင်းဖြစ်သည်ဟု ထင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဥပမာ ဒီဆိုင်က လွှက်ရည် ကောင်းသည် ဟု ယူဆထားပါက စိတ်တွင် ကောင်း သည်ကို မြဲသည့် အနှစ်သာရရှိသည့် အနေဖြင့် (ဥပါဒါန်)က စွဲယူထားပါသည်။ လွှက်ရည် မသောက် ခင်အခါ၌လည်း ကောင်းနေသည်ဟု စွဲယူနေပါသည်။

ပရမတ်ဖြစ်စဉ်တွင် လွှက်ရည်နှင့် လျှာတွေ့ ထိသောအခါမှ သုခဝေဒနာပေါ်ပြီး ကောင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ သုခဝေဒနာချုပ်ပါက ကောင်းခြင်းသည် မရှိ တော့ပါ။ ကောင်းသည်ကို နှစ်သက်သာယာမှုသည် တဏှာဖြစ်သော်လည်း မြဲသည် (နိစ္စ)၊ ခိုင်သည်၊ အနှစ် သာရရှိသည် (အတ္တ)ဟူသော အယူမှားတို့သည် (ဒိဋ္ဌိ) ဖြစ်၍ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်မှုဖြစ်ပေါ်၍ အကြောင်း ကင်းသည်နှင့် ချုပ်ပျောက်သည်ကို (သတိဖြင့်) အမှန်သိမြင်ပါက မမြဲခြင်း (အနိစ္စ)၊ မခိုင်သည်၊ အနှစ်သာရ မရှိခြင်း (အနတ္တ)တို့ကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ (realise) သိမြင်ကာ



အယူမှန် သမ္မာဒိဋ္ဌိ (right view)ဖြစ်လေသည်။  
ထိုအခါ စွဲရာမှ မစွဲရာသို့ရောက်ပေမည်။

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

“ မှီငြမ်းစာအုပ်များ ”

- ၁။ နိဗ္ဗာနဂါမိနိပဋိပဒါ (စတုတ္ထတွဲ)  
(ဖားအောက်တောရဆရာတော်ကြီး)
- ၂။ အတ္တဝါဒမှ အနတ္တဝါဒသို့ ခရီးစဉ် (ဦရွှေအောင်)
- ၃။ ချမ်းသာကိုရှာဖွေခြင်း (ဦရွှေအောင်)

**ဓမ္မလမ်းစာစဉ်မှ ထုတ်ဝေပြီးစာအုပ်များ**

- ၁။ ဓမ္မလမ်းကို လျှောက်ကြမယ်
- ၂။ မဇ္ဈိမလမ်းကို လျှောက်ကြမယ်
- ၃။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ဝိပဿနာ
- ၄။ ပိဋကတ်မှတ်စု
- ၅။ ဓမ္မကောက်နုတ်ချက်စာစုများ
- ၆။ ဝိပဿနာ ‘ဝလုံးတန်း’
- ၇။ ဝိပဿနာ အခြေခံနှင့် အလုပ်ပေးတရား
- ၈။ အခြေခံဉာဏ်နှစ်ပါးနှင့် အနတ္တအမြင်
- ၉။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ သိပုံပယ်ပုံ
- ၁၀။ လက်တွေ့လျှောက်လှမ်းဓမ္မလမ်း
- ၁၁။ အဆန်လမ်း
- ၁၂။ The Origin of Rebirth
- ၁၃။ The Four Noble Truths and Anatta