

“နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ”
ဘူရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ မိဘ၊ ဆရာတို့အား ဤဓမ္မစာစုဖြင့်
ရိုသေစွာ ကန်တော့ပါ၏။

“ဝိပဿနာအခြေခံသင်တန်း”

**MMA (Mandalay)
2012**

**မြန်မာနိုင်ငံဆရာဝန်အသင်း
(မန္တလေး)**

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

“ မာတိကာ ”

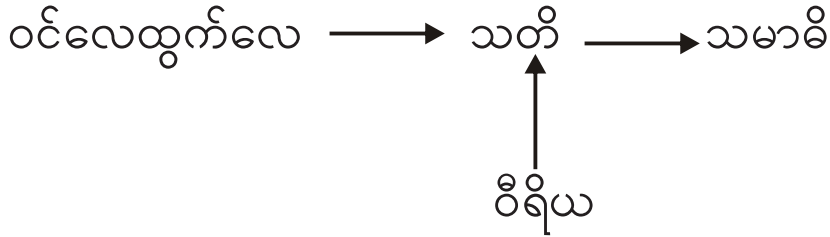
| စဉ် | အကြောင်းအရာ | စာမျက်နှာ |
|-----|--|-----------|
| ၁။ | သံသရာနှင့်ဝဋ်(၃)ပါး | ၃ |
| ၂။ | မနောဒွါရနှင့်ဓမ္မာရုံ | ၁၁ |
| ၃။ | ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် အခြေခံဉာဏ်နှစ်ပါး | ၁၈ |
| ၄။ | အတ္တနှင့်အနတ္တ | ၂၆ |
| ၅။ | အကျိုးခန္ဓာနှင့်အကြောင်းတရား | ၄၀ |
| ၆။ | မနသိကာရ (နှလုံးသွင်းမှု) | ၄၈ |
| ၇။ | လောကနှင့်ဓမ္မ | ၅၆ |
| ၈။ | ဝိပဿနာကျင့်စဉ်နှင့် အဆင့်(၃)ဆင့် | ၆၃ |
| ၉။ | ကံနှင့်နယ် (၃)နယ် | ၇၁ |
| ၁၀။ | ဝိပဿနာ | ၇၅ |
| ၁၁။ | ဝိဘဇ္ဇဝါဒ | ၈၂ |
| ၁၂။ | နိဝရဏတရားနှင့်ဓမ္မာရုံ | ၉၀ |
| ၁၃။ | သတိသမ္ပဇင်ဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း | ၉၇ |
| ၁၄။ | မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် | ၁၀၅ |
| ၁၅။ | မဂ္ဂင်ရေဖြင့်သာ ငြိမ်းအေးနိုင်ပါသည်။ | ၁၁၃ |

၁။ သံသရာ သိမ္မဟုတ် ဝဋ်(၃)ပါး
(၆-၈-၂၀၁၂)

တရားအလုပ် အားထုတ်ရာတွင်ဖြစ်စေ၊ ရှင်ပဉ္စင်း ဝတ်ရာတွင်ဖြစ်စေ၊ သီလရှင် ဝတ်ရာတွင် ဖြစ်စေ ရည်ရွယ်ချက်မှာ သံသာဝဋ်ဆင်းရဲဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ရန်အတွက် ဖြစ်ပါသည်။ သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲဆိုသည်မှာ ဝဋ်(၃)ပါးလည်နေခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

သမ္မုတိနယ်တွင် ဝဋ်လည်သည်ကို သူက ကိုယ့်ကိုနိုင်လျှင် သူတော့တစ်ချိန်မှာ ပြန်ခံရမှာပဲ ဟုသိခြင်း ဖြစ်သည်။ ပရမတ်နယ်တွင် ဝဋ်လည်ခြင်းမှာ ဝိပါကဝဋ်၊ ကိလေသဝဋ်၊ ကမ္မဝဋ်ဆိုသော ဝဋ်(၃)ပါး လည်ခြင်းဖြစ်သည်။ ယင်းကို အောက်ပါဇယားဖြင့် သိမြင်နိုင်ပါသည်။

| ဝိပါကဝဋ် | ကိလေသဝဋ် | ကမ္မဝဋ် |
|------------------|------------|---|
| မြင်မှု၊ ကြားမှု | စွဲလမ်းမှု | အားထုတ်မှု (ကံ) |
| သတ္တဝါ | ဥပါဒါန် | ကာယကံ (သီလ) ဝစီကံ (သီလ) မနောကံ(သမာဓိ) |
| နာမ်ရုပ် | သတိ (ပညာ) | ကံချုပ် |



ဇယားတွင် ဝိပါကဝဋ်သည် မြင်မှု ကြားမှု စသည်တို့ဖြစ်၍ ကိလေသဝဋ်သည် နှစ်သက်စွဲလမ်းမှု ဖြစ်သည်။ ကမ္မဝဋ်သည် စွဲလမ်းမှုကြောင့် အားထုတ်မှု (ကံ) ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ပရမတ်နယ်တွင် မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တိုင်း စွဲလမ်းမှု ဖြစ်ပေါ်ပြီး ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံတို့ဖြင့် အားထုတ်မှု (ကုသိုလ် အကုသိုလ်) တို့ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း

သည် ဝဋ်(၃)ပါးလည်နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကံတို့
ကြောင့် နောက်ဘဝ နောက်ခန္ဓာတို့ တစ်ဖန်ဖြစ်ကြ
ရပါသည်။ ထိုအခါ နောက်ဘဝ၌လည်း မြင်၊ ကြား၊ နံ၊
စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင် စွဲလမ်းမှု၊ အားထုတ်မှု (ကံ)တို့
ဖြစ်ပေါ်ကြပြန်ပြီး ဝဋ်သံသရာလည်ကြပြန်ပါသည်။

“သီလ သမာဓိ ပညာ”

သီလသည် ကာယကံနှင့် ဝစီကံတို့ကို
စောင့်ရှောက်ခြင်းဖြစ်၍ သမာဓိသည် မနောကံကို
စောင့်ရှောက်နိုင်ပါသည်။ ယင်းသီလ သမာဓိတို့သည်
(ကမ္မဝဋ်)တွင် ဖြစ်ပေါ်နေသော ကာယ၊ ဝစီ၊ မနော တို့ကို
စောင့်ရှောက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသဘောကို
ဘုရားရှင် မပွင့်ခင်ကလည်း အားထုတ်ခဲ့ကြပါသည်။
ဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူသော ဝိပဿနာ
ပညာသည် (ကိလေသဝဋ်)ကို ပယ်ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကိလေသဝဋ်သည် မြင်မှု ကြားမှု စသည်တို့
အပေါ်တွင် သတ္တဝါအနေဖြင့် စွဲလမ်းခြင်း ဥပါဒါန်
ဖြစ်သည်။ ဥပမာ (dog) ဒေါ့ဟု အသံကြားပါက
နားသည် (ဒေါ့) ဆိုသော (အသံ) ကိုသာကြားပါသည်။
ခွေးဟု မသိပါ။ မနောမှ စိတ်ကသာ (ခွေး) ဆိုသော

သတ္တဝါသဘောဖြင့် သိခြင်းဖြစ်ပါသည်။ နားကြားမှုနှင့် မနောသိမှုသည် မတူကြပါ။ ထိုနှစ်ခုကို ပိုင်းခြားသိရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ နားတွင် (ဒေါ) ဆိုသော အသံ (ရုပ်) နှင့် ကြားမှု (နာမ်) တို့သာ ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ ယင်း၌ သတ္တဝါသဘော မပါဝင်ပါ။ ထို့ကြောင့် နားတွင် ကြားမှု (နာမ်ရုပ်) ဆိုသော ဝိပါကဝဋ်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုနာမ်ရုပ်ကို သတ္တဝါ(ခွေး) အနေဖြင့် စွဲလမ်းမှု (ကိလေသဝဋ်)သည် မနောမှာ ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ဆိုလျှင် မြန်မာစကားဖြင့် ခွေးဟုကြားပါက နားမှာ ကြားမှု (ခွေး)သည် အသံခွေးဖြစ်၍ သတ္တဝါ သဘော မပါဝင်ချေ။ ထိုသို့ သတ္တဝါသဘောမပါ အောင် မနောမှ(သတိ)ဖြင့် နှလုံးသွင်းနိုင်ပါက ကိလေဝသဋ် (ဥပါဒါန်)ကို ပယ်နိုင်ပါသည်။ ကြား ကြားတယ်မှတ်ဆိုသော မဟာစည်ဆရာတော်ကြီး၏ ဟောကြားမှုသည် သတ္တဝါသဘော လွတ်အောင် နားမှာဖြစ်ပေါ်သော ကြားမှု (နာမ်ရုပ်) ရောက်အောင် နှလုံးသွင်းရန် ဖြစ်သည်ကို နားလည်ရပါသည်။

ထို့ကြောင့် သံသရာဝဋ်ရုပ်လိုပါက ကြားမှု အပေါ်တွင် သတ္တဝါအဖြစ် စွဲယူသော (ဥပါဒါန်)ကို

(သတိ)ဖြင့် ပယ်ရပေမည်။ ကြားမှုအပေါ်တွင် အရှိ
ကိုအရှိအတိုင်း နာမ်ရုပ်ဟုသတိဖြင့် နှလုံးသွင်းမှန် ပါက
ယထာဘူတဉာဏ်ဖြင့် သတ္တဝါသဘောစွဲယူ ထားသော
ကိလေသဝဋ်ကို ပယ်ရှားနိုင်ပေမည်။

“နာမ်ရုပ် ကံချုပ်”

ဝိပဿနာအလုပ်သည် ကိလေသာဝဋ်ကို
ပယ်ရန်အတွက်ဖြစ်ပါသည်။ လောဘ၊ ဒေါသ၊
မောဟ၏ အရင်းအမြစ်ဖြစ်သော ကိလေသဝဋ်သည်
အနုသယ (အကိန်းဓာတ်)အနေဖြင့် ရှိနေပါသည်။
ကမ္မဝဋ်တွင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့သည်
မနောကံအနေဖြင့် ဖြစ်ပေါ်ပါက (ပရိယုဋ္ဌာန)
ကိလေသာဟု ခေါ်ပါသည်။ ကာယကံ ဝစီကံအနေ
ဖြင့် လွန်ကျူးပါက (ဝီတိက္ကမ) ကိလေသာဟု
ခေါ်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကိလေသာဖြစ်မှု၏
အရင်းအမြစ်သည် အနုသယ ကိလေသာ (အကိန်း
ဓာတ်)အနေဖြင့် ကိလေသဝဋ်တွင် ရှိပါသည်။

ဝိပါကဝဋ်သည် မြင်မှု ကြားမှုတွင် ဖြစ်ပေါ်သော
ရုပ်နာမ်ဖြစ်၍ ကိလေသဝဋ်သည် ယင်းရုပ်နာမ်

အပေါ်တွင် သတ္တဝါအဖြစ် အသိမှားမှု အဝိဇ္ဇာ၊
 နှစ်သက်မှု တဏှာနှင့် စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်တို့ ဖြစ်ပါသည်။
 ကမ္မဝဋ်သည် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအလို အတိုင်း ကာယ၊
 ဝစီ၊ မနော (စေတနာ)တို့ဖြင့် အားထုတ်ခြင်းကြောင့်
 ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံတို့ ဖြစ်ကြရပါသည်။
 ကိလေသဝဋ်ဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်တွင်
 ဥပါဒါန်သည် ထင်ရှား၏။ ထို့ကြောင့် ကိလေသဝဋ်ကို
 ထင်ရှားရာ ဥပါဒါန်ဖြင့် ကိုယ်စားပြုရ၏။ ထိုအခါ
 ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါဆိုသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်
 ဒေသနာတော်အရ ဥပါဒါန်ကြောင့် ကံဖြစ်ရ၏။
 ဥပါဒါန်ချုပ်ပါက ကံလည်းချုပ်၏။ ဥပါဒါန်သည်
 သမုဒယကိုယ်စား ပြုသောကြောင့် ဥပါဒါန်သမုဒယ
 ချုပ်ခြင်းကြောင့် ကံချုပ်၏။ ကံ အကြောင်းချုပ်ပါက
 ဇာတိ အကျိုး ချုပ်သောကြောင့် အကြောင်း အကျိုး
 ချုပ်သော နိရောဓ ဆိုက်ပါသည်။ ဥပါဒါန်သမုဒယ
 ချုပ်ခြင်းကြောင့် ကံချုပ်၏။ ကံ အကြောင်းချုပ်ပါက
 ဇာတိ အကျိုးချုပ်သောကြောင့် အကြောင်း အကျိုး
 ချုပ်သော နိရောဓ ဆိုက်ပါသည်။

ထို့ကြောင့်ဥပါဒါန်ချုပ်လိုပါက သတိရှိရသည်။
 သတိဖြင့်သာ မဂ္ဂင်လမ်းပေါ်သို့ တက်ရခြင်း ဖြစ်သည်။

သတိရှိလိုက်သည်နှင့် ဥပါဒါန်သမုဒယ ချုပ်၏။
 သတိရှိပါကလည်း ဥပါဒါန်မရှိ၊ ဥပါဒါန်ရှိပါကလည်း
 သတိမရှိသည်ကို ကိုယ်တိုင်သိမြင်ပေမည်။ ထိုအခါ
 မြင်မှု ကြားမှုတွင် သတ္တဝါဟုစွဲယူနေသော ဥပါဒါန်ကို
 သတိပြုလိုက်သည်နှင့် ဥပါဒါန်ကို ပယ်ကာ
 မြင်မှုကြားမှုတို့တွင် ရုပ်နာမ်ကို အရှိအတိုင်း နှလုံးသွင်း
 နိုင်ပါမည်။ ထိုသို့ နှလုံးသွင်းမှန်ခြင်းကြောင့် နာမ်ရုပ်ဟု
 သတိပြုလိုက်သည်နှင့် ဥပါဒါန်ပြုတ်ပြီး ကံချုပ်ပေမည်။

“မျိုးစေ့ နှင့် အပင်”

ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါအယူဖြင့် ပြုလုပ်သော ကုသိုလ်
 ကံသည် အကျိုးပေးသောအခါ ကောင်းသောနေရာ
 တွင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအနေဖြင့်သာ အကျိုးပေး၏။
 ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအယူဖြင့် ပြုလုပ်သော အကုသိုလ်ကံ
 တို့သည်လည်း အကျိုးပေးသောအခါ မကောင်းသော
 အပါယ်ဘုံမှာပင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအနေဖြင့်ပင် အကျိုး
 ပေး၏။

သရက်ပင်မှသီးသော သရက်သီးအစေ့သည်
 သင့်လျော်သော မြေ၊ ရေ၊ နေရောင်တို့ရသောအခါ
 သရက်ပင်သာလျှင် အပင်ပေါက်ပေမည်။ သူ့မျိုးစေ့နှင့်

သူ့အပင်ပေါက်ခြင်းသာဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ်
သတ္တဝါအယူဖြင့်ပြုလုပ်သော ကုသိုလ်အကုသိုလ်
ကံတို့သည် အကျိုးပေးသောအခါ၌လည်း ပုဂ္ဂိုလ်
သတ္တဝါအဖြစ် ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုးတို့ကို ဖြစ်ပေါ်
စေခြင်းဖြင့် သံသရာမဆုံးနိုင်သော ဝဋ်ဆင်းရဲကို
ဖြစ်ပေါ်စေခြင်းဖြစ်သည်။

အကယ်၍ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအယူဖြစ်သော
ကိလေသဝဋ်ကိုပယ်ပြီး သမ္မာဒိဋ္ဌိ အယူမှန်ဖြင့် ပွားများ
အားထုတ်သော ဝိပဿနာကုသိုလ်တို့သည် အကျိုး
ပေးသောအခါ၌လည်း ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ လွတ်ရာ
ကင်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အထောက်
အပံ့ကောင်းတို့ကိုသာပေးခြင်း ဖြစ်လေသည်။

၂။ မနောဒွါရ နှင့် ဓမ္မာရုံ (၁၃-၈-၂၀၁၂)

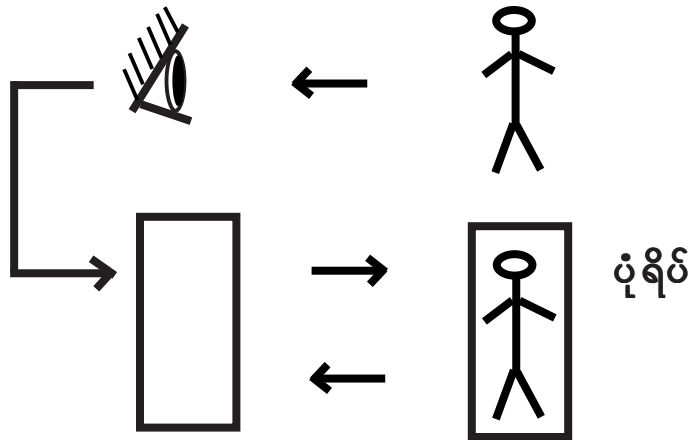
ဝိပဿနာ၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ သစ္စာလေးပါး ကို သိမြင်ရန်အတွက် ဖြစ်ပါသည်။ သစ္စာလေးပါးကို သိမြင်ခြင်းသည် မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်မှာ မဖြစ်ပါ။ မနောဒွါရနှင့် ဓမ္မာရုံမှာသာ ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ မဂ်ဉာဏ် သည် မနောမှာ ဖြစ်ပေါ်၍ ဓမ္မာရုံမှာ ပေါ်သော နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုပြီး သစ္စာလေးပါး ဖြစ်ပေါ်ရပုံကို နားလည်မှလည်း ဝိပဿနာ သဘောကို သိမြင်သဘော ပေါက်နိုင်ပေမည်။

မနောဒွါရ နှင့် ဓမ္မာရုံသည် ဉာဏ်ဖြင့်သာ သိနိုင်သောအရာ ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ လူတိုင်း တွေးကြပါသည်။ ထိုသို့တွေးနေချိန်တွင် အာရုံပုံရိပ် များလည်း ပေါ်ပါသည်။ အတွေးထဲတွင် စကားများ လည်းပြောကြပါသည်။ သို့သော် ထိုပုံရိပ်၊ ထိုစကား တို့သည် မျက်စိ၊ နား စသည်တို့ဖြင့် သိခြင်းမဟုတ်ပါ။ ထိုပုံရိပ်၊ ထိုစကားသံတို့သည် အာရုံအနေဖြင့် ဓမ္မာရုံမှာပေါ်ပြီး မနောဒွါရမှစိတ်ဖြင့် သိခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မနောဒွါရနှင့်ဓမ္မာရုံ ရှိသည်မှာ

သေချာသော်လည်း နေရာအားဖြင့်တော့ မပြနိုင်ပါ။
ဉာဏ်ဖြင့်သာ သိနိုင်သောအရာ ဖြစ်ပါသည်။

“မနောဒွါရနှင့် ဓမ္မာရုံပုံစံ” (Diagram)

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



(မနောဒွါရ)

(ဓမ္မာရုံ)

စိတ်+ဥပါဒါန်

ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ(ပညတ်)

စက္ခုဒွါရ နှင့် ရူပါရုံ၊ သောတဒွါရနှင့် သဒ္ဓါရုံ၊
ဃာနဒွါရ နှင့် ဂန္ဓာရုံ၊ ဇိတ်ဒွါရ နှင့် ရသာရုံ၊ ကာယဒွါရ
နှင့် ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံဆိုသော ဒွါရ (၅)ခုနှင့် အာရုံ(၅) ခုကို
အသိများကြသော်လည်း မနောဒွါရ နှင့် ဓမ္မာရုံကို
အသိနည်းကြပါသည်။ သို့သော် ဝိပဿနာရူပပွားတွင်
မနောဒွါရ နှင့် ဓမ္မာရုံသည် အဓိကကြပါသည်။

“မျက်စိကမြင်၊ မနောကသိ”

မျက်စိသည် ပြင်ပ သမုတိနယ်တွင်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ဒြပ်၊ ဝတ္ထုနှင့် တိုက်ဆိုင်သောအခါ မျက်စိတွင် အဆင်းပုံရိပ် (image) သာပေါ်ပါသည်။ ပရမတ်နယ်သည် မျက်စိမှစသည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မျက်စိသည် အဆင်း အရောင် (colour) နှင့်သာ ဆက်ဆံပါသည်။ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါအနေဖြင့် မျက်စိထဲဝင်၍ မရပါ။ မျက်စိတွင် အဆင်းပုံရိပ် ပေါ်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် မနောဒွါရ တွင်လည်း ပုံရိပ် (image) ပေါ်ပါသည်။ ယင်းသည် ဓမ္မနိယာမ ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် မနောဒွါရ တွင် ပုံရိပ် ပေါ်သော်လည်း ထင်ထင်ရှားရှား မသိနိုင် သေးချေ။ ယင်းပုံရိပ်သည် ဓမ္မာရုံအဖြစ်ပေါ်ပြီး မနောမှ ဆင်ခြင် စိတ်ဖြင့် ပုံသဏ္ဍန်အမည်တို့ကို ပညတ်ပြုကာ ထင်ထင် ရှားရှား သိခွင့်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မျက်စိမှ မြင်သော်လည်း မနောကသိခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

“ဆင်ခြင်လျှင် ဓမ္မာရုံ”

ထိုသို့မျက်စိမှ မြင်၍ မနောက သိမှုဖြစ်စဉ်ကို နားလည် သဘောပေါက်ပါက နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊

ကိုယ်တို့ဖြင့် သိမှုဖြစ်စဉ် တို့သည်လည်း တစ်သဘော
 တည်း အတူတူပင် ဖြစ်လေသည်။ နားကကြား၍
 မနောကသိ၏။ နှာခေါင်းကနံ၍ မနောကသိ၏။
 လျှာကစား၍ မနောကသိ၏။ ကိုယ်ကထိ၍ မနောက
 သိ၏။ သို့သော် အတွေးသိမှုဖြစ်စဉ်တွင် မနောသည်
 ပြင်ပမှအာရုံတို့ကို မယူတော့ဘဲ ပုံတွင် ပြထားသည့်
 အတိုင်း မနောသည် ဓမ္မာရုံအဖြစ်ပေါ်သော အာရုံ
 ကိုသာဆင်ခြင်ပြီး သိခွင့်ရခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ဥပမာ
 မျက်စိမှိတ်ပြီး ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးကို ဆင်ခြင်ပါက
 ဓမ္မာရုံအဖြစ် အာရုံပေါ်၍ မနောဝိညာဉ် (စိတ်)က
 သိရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

မျက်စိမှ မြင်စိတ်သည် မြင်သော်လည်း
 ကွဲကွဲပြားပြား မသိနိုင်ချေ။ ယင်းသည် အာရုံကို လက်ခံ
 ရာဌာန (၀၀၀၀၀၀၀၀) သဘောမျိုးသာဖြစ်၏။ အမှန်
 ကတယ် သိရခြင်းမှာ မနောတွင် ဆင်ခြင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ပြီး
 အမည်နှင့် ပုံသဏ္ဍာန်တို့ကို ပညတ်၍ သိသော
 စိတ်ကြောင့် ဖြစ်လေသည်။ မျက်စိသည် ရူပါရုံနှင့်သာ
 ဆက်ဆံသည်။ နားသည် သဒ္ဒါရုံ၊ နှာခေါင်းသည် ဂန္ဓာရုံ၊
 လျှာသည် ရသာရုံ၊ ကိုယ်သည် ဖေါဋ္ဌဗ္ဗာရုံ စသည်ဖြင့်

သူ့ဒွါရနှင့် သူ့အာရုံ အလိုက် မစ္စပွန်တည့်တည့်နှင့် ဆက်ဆံကြသော်လည်း မနေဒွါရ သည် အာရုံအားလုံးနှင့် ဆက်ဆံပါသည်။ သို့သော် တွေးမှုဖြစ်စဉ်တွင် ဓမ္မာရုံဖြင့်သာ ဆက်ဆံ၍ အတိတ်၊ အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန် အာရုံအားလုံးကို သိခွင့်ရခြင်း ဖြစ်လေသည်။

“အာရုံနှင့်စိတ်”

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့တွင် မနော၌ ဆင်ခြင်စိတ် ဖြစ်မှသာ သိရခြင်းဖြစ်သည်။ မနောဒွါရ မှာ ဖြစ်သော စိတ်သည် အာရုံကိုသာ သိရလေသည်။ ထို့ကြောင့် အာရုံနှင့် စိတ်သာရှိ၏။ ဤသို့ဆိုလျှင် ပြင်ပ သမုတိနယ်မှာ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ဒြပ်၊ ဝတ္ထုရှိပြီး မျက်စိကမြင်၍ မနောကသိရသည်မှာ ပရမတ်နယ်မှ အာရုံသဘောကိုသာ စိတ်က သိခွင့်ရခြင်း ဖြစ်လေ သည်။ သို့သော် အာရုံကို အာရုံဟု အမှန်မသိနိုင်ပါ။ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ဒြပ်၊ ဝတ္ထုဟု အယူမှား အထင်မှား၏။ ထိုသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ မနော၌ ဖြစ်ပေါ်သော စိတ်တွင် (ဥပါဒါန်)ပါဝင်သွားသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ စိတ်သည် ဥပါဒါန်နှင့် အတူ ယှဉ်တွဲ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ အမှန်တကယ် သိမှုဖြစ်စဉ်တွင် မြင်စိတ်သည် အရှိ တရား

အဆင်းအာရုံကိုသာ သိသင့်ပါသော်လည်း ဥပါဒါန်ပါဝင်သွားသောကြောင့် အာရုံသဘောကို ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ဒြပ်၊ ဝတ္ထု ပြု၍ အခိုင်အမာ အနှစ်သာရအားဖြင့် သိရခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ဥပမာ ရုပ်ရှင်ပိတ်ကား၊ တီဗွီဖန်သားပြင်တို့တွင် အဆင်းအရောင် (၀၀၀၀၀၀)တို့သာ ပေါ်ပါသည်။ မနောမှ သိစိတ်တွင် ဥပါဒါန်ပါဝင် သွားသောအခါ ယင်း အဆင်းပုံရိပ်တို့ကို ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ဒြပ်၊ ဝတ္ထုအဖြစ် အမှန်တကယ် အစစ်ထင်ပြီး အထင်မှား အယူမှားခြင်း ဖြစ်လေသည်။

ပုထုဇဉ်တို့၏ သိမှုဖြစ်စဉ်တွင် မနောဒွါရ၌ စိတ်နှင့် ဥပါဒါန်ဖြစ်ပေါ်၏။ ဥပါဒါန် ဟုဆိုသော်လည်း မူလတရားနှစ်ပါးဖြစ်သော (အဝိဇ္ဇာနှင့်တဏှာ) တို့ပါဝင်ပြီး ဖြစ်၏။ ယင်းတရားနှစ်ပါးသည် အဓိကကြိုးကိုင်ဖြစ်၏။ အဝိဇ္ဇာ - အမှန်မသိမှု၊ တဏှာ - နှစ်သက်မှု၊ ဥပါဒါန် - စွဲလမ်းမှု တို့၏ အစွမ်းကြောင့် အာရုံ၏ သဘောကို အခိုင်အမာ အနှစ်သာရပြု၍ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ဒြပ်၊ ဝတ္ထုအဖြစ် အထင်မှားပြီး သိမြင်သွားခြင်း ဖြစ်လေသည်။

(မနောဒွါရ)

(ဓမ္မာရုံ)

- စိတ် + ဥပါဒါန်
(သမုဒယသစ္စာ)

- ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ဒြပ်၊ ဝတ္ထု
(ပညတ်)

- ဝိပဿနာဉာဏ်
(မဂ္ဂင်ငါးပါး)

- အာရုံ နာမ်ရုပ်
(ဒုက္ခသစ္စာ)

- မဂ်ဉာဏ်
(မဂ္ဂသစ္စာ)

- နိဗ္ဗာန်
(နိရောဓသစ္စာ)

တရားနှလုံးသွင်း ပွားများသောအခါ ဝိပဿနာ ဉာဏ်သည် မနောဒွါရမှာ ဖြစ်၏။ ထိုအခါ မနောဒွါရ တွင် တစ်ချိန်၌ နှစ်စိတ်ပြိုင် မဖြစ်နိုင်သောကြောင့် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန် (သမုဒယသစ္စာ)ဖြစ်ခွင့် မရတော့ချေ။ မဂ္ဂင်တရားပွားများသောကြောင့် ဓမ္မာရုံမှာ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ (ပညတ်) အမြင်များ ချုပ်ပျောက်ပြီး ပရမတ် (ရုပ်နာမ်) ပေါ်၏။ ထိုရုပ်နာမ် အပေါ် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာဝင်ပြီး ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်သော ရုပ်နာမ်ဆင်းရဲအမှန်ကို နိရောဓသစ္စာဆိုက်အောင် နှလုံးသွင်းပွားများခြင်း ဖြစ်လေသည်။

၃။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် နှင့် အခြေခံဉာဏ်နှစ်ပါး
(၁၆- ၈- ၂၀၁၂)

ဝိပဿနာအလုပ်တွင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို သိထားလျှင် ပို၍ ကောင်းပါသည်။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်သည် ဘဝသံသရာ အကြောင်းအကျိုးပင် ဖြစ်သည်။ သမုတိနယ်မှ ပရမတ်နယ်သို့ ကူးရာတွင်လည်း ကောင်း၊ သစ္စာနယ်သို့ ဝင်ရာတွင်လည်းကောင်း အလွန် အရေးကြီးသော ဒေသနာတော်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို သိမြင်လျှင် သံသရာလည်ပုံကို လည်းကောင်း၊ သံသရာပြတ်ပုံကိုလည်းကောင်း ပညာဖြင့် သိမြင်နိုင်ပါမည်။ ထို့ပြင် ဝိပဿနာကို လက်တွေ့နှလုံးသွင်းရာ၌ မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့ဖြင့် ရုပ်နာမ်၊ အကြောင်းအကျိုးတို့ကို သိမ်းဆည်းခြင်းအားဖြင့် နာမ်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိသော ဉာဏ် (နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်)နှင့် အကြောင်းတရား တို့ကို သိမ်းဆည်းသောဉာဏ် (ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်) တို့ကို သိမြင်ရပေမည်။

“ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်”

အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ - မသိမှုဖြင့် အားထုတ်
သောကြောင့်ကုသိုလ်ကံ၊ အကုသိုလ်ကံ ဖြစ်၏။

သင်္ခါရာပစ္စယာ ဝိညာဏံ - ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်
ကံကြောင့် သိမှု ဝိညာဏ် ဖြစ်၏။

ဝိညာဏပစ္စယာ နာမရူပံ-ဝိညာဏ်ကြောင့် နာမ်ရုပ်
(ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရနှင့် ဝတ္ထုရုပ်) ဖြစ်၏။

နာမရူပပစ္စယာ သဠာယတနံ - နာမ်ရုပ်ကြောင့်
အာယတန (မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ မနော) ဖြစ်၏။

သဠာယတနပစ္စယာ ဖဿော - အာယတနကြောင့်
တွေ့ထိမှု ဖဿဖြစ်၏။

ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ - ဖဿကြောင့် ခံစားမှု
ဝေဒနာ ဖြစ်၏။

ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာ - ဝေဒနာကြောင့်တွယ်
တာမှု တဏှာဖြစ်၏။

တဏှာ ပစ္စယာ ဥပါဒါနံ - တဏှာကြောင့်
စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ဖြစ်၏။

ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ - ဥပါဒါန်ကြောင့်
(ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ကံ) ကမ္မဘဝ ဖြစ်၏။

ဘဝပစ္စယာ ဇာတိ - ကံကြောင့် နောက်ဘဝ၊
နောက်ခန္ဓာ ဖြစ်၏။

ဇာတိပစ္စယာ ဇရာ မရဏ - ဇာတိကြောင့် ဇရာ
(အိုခြင်း)၊ မရဏ (သေခြင်း)ဖြစ်၏။

အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာသည် အတိတ်ဖြစ်
သည်။ အတိတ်က သစ္စာလေးပါးအမှန်ကို မသိမှု
အဝိဇ္ဇာအကြောင်းခံကြောင့် ကာယ၊ ဝစီ၊ မနော
(စေတနာ)တို့ဖြင့် အားထုတ်မှု (သင်္ခါရ) ပြုကာ အဖြူ
အမဲရောသည့် ကုသိုလ်ကံ၊ အကုသိုလ်ကံများ ဖြစ်ခဲ့
ကြရသည်။

ထိုအတိတ်ကံ၏ အစွမ်းကြောင့် ယခုပစ္စုပ္ပန် တွင်
ပဋိသန္ဓေအခါ၌ ပဋိသန္ဓေဝိညာဏ် (သို့) ပဝတ္တိ အခါ၌
မျက်စိနှင့် အဆင်းတိုက်မှုကြောင့် မြင်စိတ်
(စက္ခုဝိညာဏ်)သည် ဖြစ်ပေါ်၏။ ထိုဝိညာဏ်တို့၏
နီးသော အကြောင်းသည် မိဘနှစ်ပါး ပေါင်းဆုံမှု (သို့)
မျက်စိနှင့် အဆင်းတိုက်မှုကြောင့်ဖြစ်သော်လည်း
ဝေးသောအကြောင်း (ကံ)သည် အဓိက ပိုကျပါသည်။
ထို့ကြောင့် သင်္ခါရာပစ္စယာ ဝိညာဏ်ဟု ဘုရားရှင်

ဟောကြားတော်မူခြင်းဖြစ်သည်။

ဝိညာဏပစ္စယာ နာမရူပံဆိုသဖြင့် စက္ခု၊ ဝိညာဏ်ကြောင့် ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ (နာမ်တရား) များနှင့် စက္ခုဝတ္ထု (ရုပ်တရား)တို့ဖြစ်ကြ၏။ နာမရူပ ပစ္စယာ သဠာယတနံဟူသည်မှာလည်း ထိုမြင်သည့် နာမ်ရုပ် ဖြစ်ပေါ်သောကြောင့် ထိုနာမ်ရုပ်၏ တည်ရာ နေရာဖြစ်သော စက္ခာယတန (မျက်စိ) ဖြစ်ပေါ်၏။

သဠာယတန ပစ္စယာ ဖသော၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ နာမ်ရုပ်တည်ရာ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ မနောဟူသော သဠာယတနကြောင့် အာရုံနှင့် တွေ့ထိခြင်း (ဖဿ)ဖြစ်၏။ ဖဿကြောင့် ခံစားမှု ဝေဒနာဖြစ်ပေါ်၏။ ဝေဒနာဖြစ်လျှင် တွယ်တာမှု တဏှာဖြစ်၏။ တဏှာကြောင့် စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန် ဖြစ်သည်။ ဥပါဒါန်ကြောင့် ကမ္မဘဝ (ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံ)များ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထို “ကံ”တို့ ကြောင့်၊ ဇာတိ၊ ဇရာမရဏ ဆိုသော အနာဂတ်ဘဝ ခန္ဓာများအဖြစ် မွေးခြင်း၊ အိုခြင်း၊ သေခြင်း စသည် တို့သည် ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေကြရလေသည်။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တွင် အတိတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်၊ အနာဂတ် ဟူ၍ (၃)ပိုင်းခွဲထား၏။ အတိတ် “ကံ”ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်တွင် မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိမှု၊ တွေးမှု တို့၌ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး၊ ခန္ဓာငါးပါးတို့ ဖြစ်ပေါ်နေရသည်။ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်သော (ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ)သည် သုတ္တန်နည်းဖြင့် ဟောကြားသော (ခန္ဓာငါးပါး)ဖြစ်သည်။ မြင်ရာတွင် ဖြစ်ပေါ်သော ရုပ်နာမ်အပေါ်မှာ တွယ်တာမှု (တဏှာ)၊ စွဲလမ်းမှု (ဥပါဒါန်)တို့ဖြစ်လျှင် ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ် (ကံ)များ ဖြစ်ပေါ်ရသည်။ ယင်းကံသည် အနာဂတ်ဘဝ (ဇာတိ၊ ဇရာမရဏ)တို့ကို ဖြစ်ပေါ်၏။

ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာ၏ အခြေခံသဘော တရားဖြစ်သော မြင်ရာတွင် နှစ်သက်မှု တဏှာ၊ စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်မရှိလျှင် (ကံ) မဖြစ်ချေ။ ကံအကြောင်းတရား မရှိပါက အနာဂတ် ဇာတိ၊ ဇရာမရဏ ချုပ်ငြိမ်း၏။ ထိုအခါ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် မလည်တော့ဘဲ ရပ်၏။

ထို့ပြင် မြင်ရာ၊ ကြားရာ၊ နံရာ၊ စားရာ၊ ထိရာ၊ တွေးရာတို့ မှာလည်း အကြောင်း တိုက်ဆိုင်၍

ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး၊ ခန္ဓာငါးပါးတို့အပေါ်တွင် တဏှာ၊ ဥပါဒါန်ဖြင့် မစွဲလမ်းပါက လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ဆိုသော ကိလေသာတရားဆိုးများ ချုပ်ငြိမ်းကာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ရပ်ပြီး သံသရာ ပြတ်လေတော့သည်။

“ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် အကြောင်းအကျိုး”

**(အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ) - အတိတ် အကြောင်း
(ကံ) (သမုဒယသစ္စာ)**

**(ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ် - ပစ္စုပ္ပန် အကျိုး
သဠာယတန၊ ဖဿ (နာမ်ရုပ်) (ဒုက္ခသစ္စာ)
ဝေဒနာ)**

**(တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံ) - ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်း
(ကံ) (သမုဒယသစ္စာ)**

**(ဇာတိ၊ ဇရာမရဏ) - အနာဂတ် အကျိုး
(နာမ်ရုပ်) (ဒုက္ခသစ္စာ)**

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို အကြောင်းအကျိုးအားဖြင့် ပိုင်းခြားလျှင် အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရသည် အတိတ်(အကြောင်း) ဖြစ်၍ ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊

ဝေဒနာသည် ပစ္စုပ္ပန်(အကျိုး) ဖြစ်သည်။

တစ်ဖန် တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကမ္မဘဝသည် ပစ္စုပ္ပန်(အကြောင်း) ဖြစ်ပြန်၍ ဇာတိ၊ ဇရာမရဏသည် အနာဂတ် (အကျိုး) ဖြစ်ပြန်သည်။ ဤသို့ အကြောင်း တစ်လှည့်၊ အကျိုးတစ်လှည့် ဖြစ်ပေါ်နေခြင်းဖြင့် အကြောင်းအကျိုး (ဘဝ)သံသရာသည် မဆုံးနိုင် တော့ချေ။

အကြောင်းတရားသည် သမုဒယသစ္စာ ထိုက်၍ အကျိုးတရားသည် ဒုက္ခသစ္စာ ထိုက်သည်။ ယခုအခါ မြင်လိုက်၊ ကြားလိုက်သည်နှင့် ပစ္စုပ္ပန် အကျိုးတရား (ခန္ဓာငါးပါး) ဖြစ်လေသည်။ ယင်းသည် ဒုက္ခသစ္စာထိုက်၏။ ထို့ကြောင့် မြင်သောအခါ ဖြစ်ပေါ်သော ခန္ဓာငါးပါးကို ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအဖြစ် အသိမှားမှု (အဝိဇ္ဇာ)ကြောင့် နှစ်သက်မှု (တဏှာ)၊ စွဲလမ်းမှု (ဥပါဒါန်) ဖြစ်ပေါ်၏။ စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ကြောင့် ကာယ၊ ဝစီ၊ မနောဖြင့် အားထုတ်မှု (သင်္ခါရ) ပြုသော အခါ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်(ကံ) များဖြစ်လေသည်။ ထိုအခါ နောက်ဘဝ နောက်ခန္ဓာကိုဖြစ်စေသော အကြောင်းတရား သမုဒယသစ္စာထိုက်တော့သည်။

ထို့ကြောင့် (၁၀) ဆိုသည်မှာ မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အကျိုးတရား (ခန္ဓငါးပါး) နှင့် အကြောင်းတရား (တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံ)တို့ ဖြစ်ပေါ်နေသလို သစ္စာအနေဖြင့်လည်း (ဒုက္ခသစ္စာနှင့် သမုဒယသစ္စာ)တို့ ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း မျှသာ ဖြစ်သည်။ ဤသို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို နားလည် သိမြင်ပါက ဝိပဿနာ၏ အခြေခံသဘောတရား ဖြစ်သော အကြောင်းအကျိုးကို အနတ္တဉာဏ်ဖြင့် ခွဲခြားသိမြင်ပြီး ဒုက္ခသစ္စာက သိရမည့် (အကျိုးတရား)၊ သမုဒယသစ္စာက ပယ်ရမည့် (အကြောင်းတရား) ဟူ၍ ပိုင်းခြား သိမြင်နိုင်ပေမည်။

ထိုအခါ သမုဒယသစ္စာကို မဂ္ဂသစ္စာဖြင့်ပယ်၍ သမုဒယချုပ်သောကြောင့် ဒုက္ခငြိမ်းခြင်းသည် နိရောဓ သစ္စာ ဆိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို သိမြင်ခြင်းဖြင့် သမုတိနယ် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအမြင်မှ ပရမတ်နယ်ရုပ်နာမ် အကြောင်းအကျိုး ရောက်ကာ သစ္စာ(၄)ပါးဆိုက်သည်အထိ နှလုံးသွင်းအားထုတ် နိုင်ပေမည်။

၄။ အတ္တ နှင့် အနတ္တ (၂၃-၈-၂၀၁၂)

အကြောင်းအကျိုး ဆက်နွယ်မှုတွင် အကျိုး တရားအပေါ်တွင် ပုဂ္ဂိုလ်အလိုအတိုင်း အစိုးရသည်၊ မိမိအလိုအတိုင်းဖြစ်သည်ဟု ထင်မြင်ယူဆလျှင် အတ္တ အယူ ဖြစ်သည်။ ပုဂ္ဂိုလ်အလိုမပါပဲ အကျိုးတရားသည် အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖြစ်သည်ဟုယူလျှင် အနတ္တ အယူဖြစ်သည်။ ယင်းကို လက်တွေ့ သုံးသပ်လိုလျှင် လက် ခုပ် တီးကြည့် ပါ။ လက် ခုပ် တီးခြင်းသည် အကြောင်းဖြစ်၍ လက်ခုပ်သံမြည်ခြင်းသည် အကျိုး ဖြစ်လေသည်။

ထိုအခါ လက်ခုပ်တီးခြင်း အကြောင်းရှိနေ ပါလျှက် လက်ခုပ်သံမမည်ပါနှင့်ဟု အကျိုးတရား အပေါ်တွင် ပုဂ္ဂိုလ်အလိုအတိုင်း အမိန့်ပေး၍ အစိုးမရ နိုင်သကဲ့သို့ လက်ခုပ်မတီးဘဲ လက်ခုပ်သံမည်အောင် လည်းလုပ်၍မရပါ။ ထို့ကြောင့် မိမိအလိုဖြင့် အကျိုး တရားအပေါ်တွင် အစိုးမရဘဲ အကျိုးတရားသည် ပုဂ္ဂိုလ်အလိုမပါဘဲ အကြောင်းအားလျော်စွာပင် ဖြစ်ပေါ်ရလေသည်။ ဤသို့ လက်တွေ့ကျကျသိမြင်

ပါက သဘာဝတွင် အတ္တသဘောမရှိပဲ အနတ္တ သဘောသာရှိသည်ကို ကိုယ်တိုင်ဆုံးဖြတ် ချက်ချနိုင် ပေမည်။

“မိမိသည် အကြောင်းတရားကိုသာ အားထုတ်ရ၏။”

အခန်းတစ်ခုတွင်မှောင်နေပါက ထိုအမှောင်ကို ဖယ်ချင်လျှင် မှောင်ကိုတိုက်ရိုက်ဖယ်၍ မရပေ။ အလင်းဆိုသော အကြောင်းတရားကိုသာ အားထုတ် ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အလင်းဖြစ်ပေါ်သည်နှင့် အမှောင် ချုပ်ပျောက်ရခြင်းသည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။ မိမိသည် အမှောင်ဖယ်ခြင်း ဆိုသော အကျိုးတရားနှင့် မသက်ဆိုင်ပဲ၊ အလင်း ဖြစ်ပေါ်ရန် အကြောင်းတရားကိုသာ အားထုတ်ရခြင်း ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် အကျိုးတရားသည် မိမိအလိုနှင့် မသက်ဆိုင်ပဲ အကြောင်းတရားတို့ ညီညွတ်ပြည့်စုံ လာသောအခါ သူ့သဘောသူဆောင်ပြီး အသစ် အသစ်အနေနှင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်လေသည်။

“သမုတိအကြောင်းအကျိုး”

သမုတိနယ်တွင် အကြောင်းအကျိုးကို လူတိုင်း နားလည်ကြပါသည်။ အကြောင်းကောင်းမှ အကျိုး ကောင်းသည်၊ အကြောင်းဆိုး၍ အကျိုးဆိုးပြီး အကြောင်းတရားသည် အကျိုးတရားအပေါ်ကို တိုက်ရိုက်ဆက်နွှယ်နေမှု (Connection) သဘော မျိုးဖြစ်နေသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အကြောင်းတရား သည် အကျိုးတရားကို မွေးဖွားလိုက်သည့် သဘော မျိုးဖြစ်သည်။ ပရမတ်နယ်တွင် အကြောင်းတရားသည် အကျိုးတရားအပေါ်တွင် တိုက်ရိုက်ဆက်နွှယ်ခြင်း သဘောမျိုးမရှိပါ။ အကြောင်းတရားသည် အကျိုး တရားကို အခြေအနေပေးမှု (Condition) အနေ ဖြင့်သာ ကျေးဇူးပြုပေးခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။ အကျိုး တရားသည် အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံညီညွတ် သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ သဘာဝ တရား(အသစ်) တစ်ခုအနေဖြင့် (မရှိရာမှ) အသစ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။ ဥပမာ ရေကို မီးအပူပေးပါက မီးပူသောကြောင့် ရေပူ၏ဟု အပူ ကူးပြောင်းသကဲ့သို့ တိုက်ရိုက် ကြောင်းကျိုး

ဆက်နွယ်မှု(Connection) သဘောမျိုးယူလျှင် သမုတိနယ်မှ အပူကူးပြောင်းနေမှုအမြင်ဖြစ်၏။ မီးပူသည် ရေပူမှုကို မွေးထုပ်လိုက်သကဲ့သို့ တိုက်ရိုက်ကူးပြောင်း ဆက်နွယ် နေခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။

“ပရမတ် အကြောင်းအကျိုး”

ပရမတ်နယ်တွင် မီးတွင်ရှိသော အပူတေဇာ ဓာတ်သည် ဖြစ်သည့်နေရာမှာပင် ချုပ်ပျောက်၏။ အပူဓာတ်သည် ကူးပြောင်းခြင်း နေရာပြောင်းရွှေ့ခြင်း လုံးဝမရှိပါ။ ရေပူခြင်းသည် ရေတွင်ရှိသော အေးသည့် တေဇာဓာတ်များ ချုပ်ပျောက်ပြီး ပူသည့်တေဇာ ဓာတ်များ သူ့သဘောသူဆောင်ကာ အသစ်အသစ် ဖြစ်ပေါ်နေခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ သို့သော် မီးဆိုသော အကြောင်းတရား၏ ကျေးဇူးပြုမှုနှင့်တော့ မကင်း နိုင်ချေ။ မီးသည် ရေပူမှုအပေါ်တွင် တိုက်ရိုက် ဆက်နွယ်မှု(Connection)သဘောမျိုး (ကူးပြောင်း ခြင်း)မဟုတ်ဘဲ အခြေအနေပေးမှု (Condition) အနေဖြင့်သာ (ကျေးဇူးပြုခြင်း) သဘောမျိုး ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ရေပူခြင်းကိစ္စတွင် မီးသည် အပူဓာတ် အကြောင်းတရားတို့ဖြင့် လုံလောက်သော ကျေးဇူး

ပြုခြင်း သဘောသာ ဖြစ်သည်။ ရေပူခြင်း အကျိုးတရား (ပူသည့် တေဇောဓာတ်)သည် သူ့သဘော သူ့ဆောင် ကာ မရှိရာမှ အသစ်အသစ် ဖြစ်ပေါ်နေသော သဘာဝ တရားမျိုးသာ ဖြစ်ပါသည်။

နောက်ဥပမာတစ်ခုမှာ လေတိုက်၍ သစ်ရွက် လှုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ သမုတိနယ်တွင် လေတိုက် ခြင်းသည် အကြောင်းတရားဖြစ်၍ သစ်ရွက်လှုပ်ခြင်း သည် အကျိုးတရားဖြစ်သည်။ ယင်းတွင် လေတိုက်ခြင်း အကြောင်းတရားသည် သစ်ရွက်လှုပ်ခြင်း အကျိုး တရားအပေါ်တွင် တိုက်ရိုက်ဆက်နွှယ်နေသည်။ ပရမတ်နယ်တွင် လေတွင်ပါဝင်သော ဝါယောဓာတ် သည် လေမှာပင် ချုပ်ပျောက်၏။ သို့သော် သစ်ရွက် လှုပ်ခြင်းသည် သစ်ရွက်တွင်ပါဝင်သော မူလတည်ငြိမ် ဝါယောချုပ်ပျောက်၍ လှုပ်ရှားဝါယော အသစ်ဖြစ် ပေါ်လာသောကြောင့် သူ့သဘောသူ့ဆောင်ကာ လှုပ်ရှားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထို့သို့ လှုပ်ရှားဝါယော အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသည် လေတိုက်ခြင်းဆိုသော အကြောင်းတရား ၏ ကျေးဇူးပြုမှုနှင့် ကင်း၍ မဖြစ်ပေါ် နိုင်ချေ။ ထို့ကြောင့် အကြောင်းတရားသည် အကျိုး

တရားအပေါ်တွင် တိုက်ရိုက်ဆက်နွယ်မှု (Connection) သဘောမျိုး ကူးပြောင်းခြင်းမရှိ သော်လည်း အခြေအနေပေးမှု (Condition) သဘောမျိုးဖြင့်သာ ကျေးဇူးပြုပြီး အကျိုးတရားသည် သူ့သဘောသူ ဆောင်ကာ အသစ် အသစ် အနေနှင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။

ထို့အတူ ဖယောင်းတိုင် မီးကူးမှုတွင်လည်း ပထမဖယောင်းတိုင်မှ မီးသည် ဒုတိယဖယောင်း တိုင်မှ မီးစာကို တို့ထိခြင်းဟူသော အခြေအနေပေးမှု (Condition) အနေဖြင့်သာ ကျေးဇူးပြုခြင်းဖြစ် သည်။ ဒုတိယဖယောင်းတိုင်၌ မီးတောက်မှုသည် ဒုတိယ ဖယောင်းတိုင်ရှိ တေဇောဓာတ်က သူ့သဘော သူ ဆောင်ကာ မီးတောက်အသစ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ မီးကူးပြောင်းခြင်း လုံးဝမရှိပါ။ ထိုသို့ သိမြင် ခြင်းဖြင့် မိမိခန္ဓာတွင်လည်း ခန္ဓပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အကြောင်းအကျိုးကို အနတ္တဉာဏ်အမြင်ဖြင့် နားလည် သိမြင်အောင် နှလုံးသွင်းအားထုတ်ရပေမည်။

“သစ္စာအကြောင်းအကျိုး”

ဒုက္ခကို သမုတိနယ်မှ သူသိ ငါသိ ရပ်ကွက်သိ အနေဖြင့် ဆင်းရဲခြင်းကို ဒုက္ခဟု နားလည်ကြပါသည်။ ဥပမာ တဲဖြင့်နေရခြင်းသည် ဒုက္ခ၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း သည် ဒုက္ခ၊ ဗိုက်နာခြင်းသည် ဒုက္ခ၊ ကောင်းကောင်း မစားရခြင်းသည် ဒုက္ခစသည်ဖြင့် သိကြပါသည်။ ဘုရားရှင် ဆိုလိုသောဒုက္ခမှာ ထိုကဲ့သို့မဟုတ်ပါ။ သမုဒယရှိပါက ဒုက္ခရှိပါသည်။ သမုဒယမရှိပါက ဒုက္ခမရှိပါ။ ဒုက္ခကို သမုဒယရှိ မရှိအပေါ်တွင် မူတည်၍ ဓမ္မစကြာတရားတော်တွင် ဟောကြား တော်မူခဲ့ပါသည်။ ဥပမာ တိုက်ဖြင့် နေရခြင်းသည် ချမ်းသာ၏၊ တဲဖြင့် နေရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏။ သမုတိ နယ်အနေဖြင့်လည်း မှန်ပါသည်။ သမုတိသစ္စာလည်း ထိုက်ပါသည်။ သို့သော် သစ္စာနယ်မှ ကြည့်လျှင် တိုက်ဖြင့်နေရသော်လည်း တိုက်အပေါ်မှာ သမုဒယ ရှိပါက ဒုက္ခရှိပါသည်။ တဲဖြင့်နေရသော်လည်း တဲအပေါ်တွင် သမုဒယမရှိပါက ဒုက္ခမရှိပါ။

ထို့ပြင် သစ်စေ့သည် အပင်စပေါက်ရာမှ တဖြည်းဖြည်း ကြီးထွားလာပါသည်။ အိုမင်းရင့်ရော်

လာမည်၊ နောက်ဆုံးမှာ သေခြင်းဖြင့် အဆုံးသတ်
 ရပါမည်။ ထို့ဖြစ်စဉ်သည် သဘာဝတရားတစ်ခု
 (natural process) သာ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အတူ
 မိမိတို့သည် မွေးဖွားလာပြီး အိုလာကြသည်၊ နာလာ
 ကြသည်၊ နောက်ဆုံးသေကြရပါသည်။ ယင်းသည်
 လည်း သဘာဝတရားတစ်ခုသာဖြစ်ပါသည်။
 ဘာပြဿနာမှမရှိပါ။ သို့သော် ထိုအိုနာသေ အပေါ်တွင်
 ငါအိုပြီ၊ ငါနာပြီ၊ ငါသေတော့မှာပဲဟူ၍ ငါဖြင့်
 သမုဒယရှိသွားသောကြောင့် မိမိတို့တွင် စိတ်ဆင်းရဲခြင်း
 ဒုက္ခဖြစ်ကြရပါသည်။

ဘုရားရှင်တို့တွင် အိုနာသေရှိသော်လည်း
 သမုဒယမရှိသောကြောင့် ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်နာခြင်း
 ဒုက္ခမရှိခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မိမိတို့မှာ ကိုယ်နာပါက
 စိတ်ပါနာလေသည်။ ထိုသို့ ကိုယ်နာ၍ စိတ်နာရ
 သည်မှာ မိမိကိုယ်ပေါ်မှာ သမုဒယရှိသောကြောင့်
 ဖြစ်ပါသည်။ သမုဒယကို ပယ်နိုင်ပါက ဒုက္ခချုပ်ကာ
 ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာ ခြင်းဖြစ်လေသည်။

“အနတ္တ (၅)ခုနှင့်အတ္တ (၁)ခု မြင်အောင်ရှု”

မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်တို့တွင် အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ်နေကြသော နာမ်ရုပ်တို့သည် အကျိုးတရားများသာ ဖြစ်ကြပါသည်။ အပိုမပါ၊ နဂိုအရှိအတိုင်းသာ သိကြပါသည်။ ဥပမာ မျက်စိသည် အဆင်းနှင့်တိုက်ပါက မျက်စိမှ မြင်စိတ်သည် နဂိုသဘာဝဖြစ်သော အရှိကို အရှိအတိုင်းသာ မြင်ပါသည်။ သို့သော် မနောသည် နဂိုအတိုင်းသာမက အပိုကွန့်လိုက်ပါသည်။ ကောင်းတယ် မကောင်းဘူး၊ လှတယ် မလှဘူး၊ ကြိုက်တယ် မကြိုက်ဘူး စသည်ဖြင့် မိမိအလိုလောဘအတိုင်း အပိုတွေပါတော့သည်။ ထို့ကြောင့် မျက်စိသည် အကြောင်းအားလျော်စွာသာ မြင်သော အကျိုးတရားသာဖြစ်၍ အနတ္တဖြစ်သည်။ မနောသည် မိမိ၏အလိုအတိုင်းသာ ဖြစ်ချင်သော ကြောင့် အတ္တဖြစ်လေသည်။

ထို့အတူ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်တို့သည် အကြောင်းအားလျော်စွာ သိကြသောကြောင့် အနတ္တသာဖြစ်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိမိခန္ဓာ ကိုယ်တွင် မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၌ အနတ္တ(၅)

ခုရှိ၍ မနောတွင် အတ္တ(၁)ခုရှိလေသည်။ အနတ္တ(၅) ခုသည် အတ္တ(၁)ခုကို အနိုင်ရသင့်သော်လည်း မနိုင်ရခြင်းမှာ မနောမှအတ္တသည် ငယ်နိုင်ဖြစ်နေ သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာရှုခြင်းသည် မနောကို မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်မှာ သိမြင်သည့်အတိုင်း မြင်လျှင်မြင်ကာမျှ မျက်စိမြင်သည့်အတိုင်း မနောမှ သိအောင်၊ အပိုမပါဘဲ နဂိုအတိုင်းသိအောင် အရှိကို အရှိအတိုင်းသိမြင်အောင် ယထာဘူတကျကျ အားထုတ်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

“လူသတ္တဝါ (သို့) ခန္ဓာ”

မျက်စိ + အဆင်း → မြင်စိတ်

ဖဿ

ဝေဒနာ သညာ သင်္ခါရ

မျက်စိနှင့်အဆင်းတိုက်လျှင် မြင်စိတ် ပေါ် ပါသည်။ မြင်စိတ် (စက္ခု ဝိညာဏ်) သည် အာရုံကို ယူပေးသည့် သဘောဖြစ်သည်။ ဝိညာဏ်ယူပေးသော

အာရုံကို ဖဿသည် ရသဓာတ်တို့ ထွက်ပေါ်အောင် ကြိတ်ချေပေးရသည်။ ဖဿကြိတ်ချေ သောကြောင့် ထွက်ပေါ်လာသော အကောင်းအဆိုး ရသဓာတ်တို့ကို ဝေဒနာက ခံစားခြင်း ဖြစ်သည်။ သညာက မှတ်သားသည်။ သင်္ခါရက ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံတို့ဖြင့် တုန့်ပြန်ခြင်းဖြစ်သည်။

ယင်းဖြစ်စဉ်ကို သာမာန်အမြင်ဖြင့် ကြည့် ပါက လူဟုခေါ်ဆိုလေသည်။ ဘုရားရှင်သည် ယင်းတို့ကို ရှုထောင့်သစ်မှ သိမြင်ပြီး ခန္ဓာ(၅)ပါးဟု ခေါ်ဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။ ခေါင်းကိုယ်ခြေလက်သည် မသိတတ်သော (ရုပ်)တရားဖြစ်၍ မြင်စိတ် (ဝိညာဏ်)၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရတို့သည် နာမ်တရား (၄)ပါး ဖြစ်သည်။ ထိုရုပ် (၁)ပါးနှင့် နာမ်တရား (၄)ပါး ပေါင်းကာ ခန္ဓာ (၅)ပါး ဖြစ်ပေါ်ခြင်းဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ဘုရားရှင်သည် သတ္တဝါကို အပေါ်ယံ ပုံ သဏ္ဍာန် အမြင် မှ နောက် ကွယ် ရှိ ပင် ကိုယ် အရှိတရားဖြစ်သော အမြင်သစ်ရှုထောင့်မှ ခန္ဓာ(၅) ပါးကို သိမြင်သွားခြင်းဖြစ်သည်။

မိမိဘက်မှကြည့်ပါက လက်ဖမိုးဟု ဆိုသော်
 လည်း သူတစ်ပါးဘက်မှကြည့်ပါက လက်ဖဝါး
 ဖြစ်သည်။ ထို့အတူ ဒင်္ဂါးပြားကို တစ်ဘက်အမြင်တွင်
 ခေါင်းဖြစ်ပါက ကျန်တစ်ဘက်သည် ပန်းဖြစ်ပေမည်။
 ထို့ကြောင့် အရာရာကို ရှုထောင့်နှစ်မျိုး အမြင်နှစ် မျိုးဖြင့်
 ကြည့် နိုင် ပါသည်။ မိမိ တို့၏ တစ်ဖက်သတ်
 အမြင်ဖြင့် သတ္တဝါသာရှိတယ်ဟု တစ်ဘက်သတ်
 စွဲယူထားသောကြောင့် ခန္ဓာအမြင်ကို လက်မခံနိုင်ခြင်း
 ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာယား၍ ကုတ်ခြင်းကိစ္စတွင် ကိုယ်နှင့်
 အထိတိုက်မှုကြောင့် ကာယဝိညာဏ် ဖြစ်ပေါ်သည်။

“ယားမှုနှင့်ဝေဒနာ”

ကာယဝိညာဏ်သည် အထိအတွေ့အာရုံကို
 ရယူ ပေးသည်။ ဝိညာဏ်ကရယူပေးသော အာရုံကို
 ဖဿသည် ကြိတ်ချေပေးသောကြောင့် ယားသည့်
 ရသဓာတ်များ ထွက်လာသည်။ ထိုရသဓာတ်ကို
 ဝေဒနာက ခံစားသောကြောင့် ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်
 လာသည်။ ထိုအခါ သညာသည် ယားမှုဒုက္ခ
 ဝေဒနာဖြစ်ပေါ်ပါက လက်ဖြင့် ကုတ်ရမည်ဟု

မှတ်သားထားသောကြောင့် သင်္ခါရဖြင့် အားထုတ်ခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ယင်းကိုပင် သတ္တဝါအမြင်အရ ‘ငါယားလို့ကုတ်တာ’ဟု သိခြင်းဖြစ်သည်။ ခန္ဓာအမြင် အရ ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်တို့ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ဝိညာဏ်စသော နာမ် တရားများမဖြစ်ပေါ်ပါက ရုပ်သည် သစ်တုံးပမာသာ ဖြစ်လေသည်။ ယင်းကို သတ္တဝါဟု ခေါ်၍မရပေ။

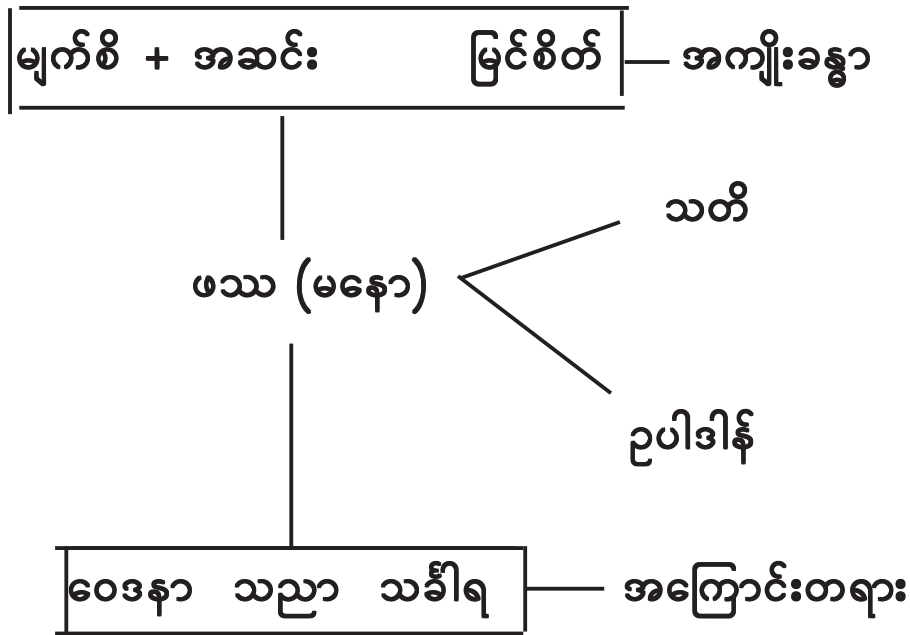
နောက်ဥပမာတစ်ခုမှာ မြင်မြင်ခြင်း ချစ်သည် ဟု ပြောကြပါသည်။ မျက်စိနှင့်အဆင်း တိုက်မှုကြောင့် မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ မြင်မှုသည် မျက်စိမှာ ဖြစ်ပေါ်၍ ဖဿကြောင့် မနောတွင် အာရုံနှင့် ထိ ခိုက်ပြီး လှသည့် ယောက်ျားမိန်းမအနေဖြင့် မှတ်သား သည့်သညာပေါ်ကာ ဝေဒနာကခံစားပြီး သင်္ခါရဖြင့် အားထုတ်ကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ယင်းခန္ဓာငါးပါး အရှိ တရားဖြစ်ပေါ်သည်ကိုပင် အပေါ်ယံ အသွင်သဏ္ဍာန် အားဖြင့် ငါသူတစ်ပါး အယူမှားပြီး မြင်မြင်ခြင်း ချစ်သည်ဟု ဆိုကြပါသည်။ ထိုအခါ ငါ့ဥစ္စာအနေဖြင့် ပိုင်ဆိုင်နိုင်အောင် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ သင်္ခါရတို့က အားထုတ်ကြခြင်းဖြစ်လေသည်။

“heart ထိတယ်”

ယခုခေတ်စကားဖြင့် ပြောမည်ဆိုပါက (heart) ထိတယ်လို့ ဆိုကြပါသည်။ (heart) ကို မနောဟု ကောက်ပါက မြင်စိတ်သည် မျက်စိမှာဖြစ်၍ ဖဿကြောင့် မနောမှာထိခိုက်ပြီး ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရတို့ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းဖြစ်လေသည်။ မျက်စိတွင် မြင်လျှင် မြင်သည့် အတိုင်းသာထားပါက (heart) မထိတော့ချေ။ ဖဿမှ ဖြတ်ထားသောကြောင့် ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ တို့ ချုပ်လေသည်။

ထိုအခါ မြင်ရင် မြင်တယ်မှတ်၊ ကြားရင် ကြားတယ်မှတ်နှင့် မြင်စိတ်ဖြစ်ပျက် မနောကမဂ်၊ ကြားစိတ်ဖြစ်ပျက် မနောကမဂ်ဖြစ်ကာ မြင်လျှင် မြင်ကာမတ္တ၊ ကြားလျှင် ကြားကာမတ္တ၊ ထိလျှင် ထိကာမတ္တ၊ တွေးလျှင် တွေးကာမတ္တမျှသာ ဖြစ်လေ တော့သည်။

၅။ အကျိုးခန္ဓာ နှင့် အကြောင်းတရား (၂၇-၈-၂၀၁၂)



မျက်စိနှင့်အဆင်းတို့ကမူကြောင့် မြင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းသည် အကျိုးခန္ဓာဖြစ်၏။ ယင်းကို ဝိပါက ဝဋ်ဟု ခေါ်ဆိုလေသည်။ မျက်စိကမြင်သော အာရုံ သည်မနော နှင့် ထိတွေ့မှု (ဖဿ) ဖြစ်သောအခါ မနောကသိမှု၊ ဝေဒနာကခံစားမှု၊ သညာကမှတ်သားမှု၊ သင်္ခါရက အားထုတ်မှုတို့ကြောင့် အကြောင်းတရား ဖြစ်ပေါ် လာသည်။ ယင်းကို ကမ္မဝဋ်ဟု ခေါ်ဆိုလေသည်။ ထိုအကျိုးခန္ဓာနှင့် အကြောင်းတရား(နှစ်မျိုး)အကြားတွင်

ကိလေသဝဋ် ဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်သည် ခန္ဓအားဖြင့် မရှိပါ။ အနုသယ ဓာတ်ဖြစ်သောကြောင့် အကိန်းဓာတ်၊ အခံဓာတ်၊ အဋ္ဌာန်ဓာတ်အနေဖြင့် သာရှိခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အကျိုးခန္ဓာတွင် မျက်စိက မြင်စိတ်သည် အဆင်း (colour)ကိုသာသိခြင်း (seeing) ဖြစ်သော(ဝိညာဏ်သိ)သည် ထင်ရှားပါသည်။ အကြောင်းခန္ဓာတွင် မနောကသိစိတ်သည် အသွင် ပုံသဏ္ဍာန် အမည်နာမ (form, shape, name) တို့နှင့်တကွသိခြင်း (recognizing) ဖြစ်သော (သညာသိ)သည် ထင်ရှားပါသည်။ လောကသည် အသွင်ပုံသဏ္ဍာန် အမည်နာမတို့ဖြင့် ခေါ်ဝေါ် ဆက်ဆံအသုံးပြုရပါသည်။ မြင်စိတ်က မြင်သော အဆင်း (color) သဘောသက်သက်သည် လောက တွင် ပြောဆိုအသုံးပြု၍ မရပါ။ ထို့ကြောင့် မြင်မှု သဘောသက်သက်သည် လောက မဟုတ်တော့ပါ။ လောကမှ ထွက်ရာလမ်းရာလမ်း ဖြစ်ပါသည်။

မြင်သောအဆင်းကို အသွင် ပုံသဏ္ဍာန်

အမည်နာမ တို့ဖြင့်သိမှု (recognise) ဖြစ်မှသာ
 လောကတွင် ပြောဆိုလုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။
 ထိုအခါ မြင်လျှင် မြင်တယ်မှတ်၊ ကြားလျှင်
 ကြားတယ်မှတ်၊ စားလျှင် စားတယ်မှတ်၊ ထိလျှင်
 ထိတယ်မှတ်တို့တွင် အသွင်ပုံသဏ္ဍာန် အမည်နာမတို့မှ
 လွတ်အောင် သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိအားတို့ဖြင့်
 ရုန်းနိုင်ပါက လောကမှ စတင် ထွက်မြောက်နိုင်
 ကြောင်းကို ပိုင်းခြားသိမြင်ခြင်း (realise)
 ဖြစ်လာပေမည်။

“ဒိဋ္ဌိ” (အယူမှားခြင်း)

မျက်စိနှင့်အဆင်းတိုက်၍ မြင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ပြီး
 အာရုံသည် မနောနှင့် တွေ့ထိမှု (ဖဿ)ကြောင့် မနောက
 ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရတို့ဖြင့် တုန့်ပြန် ကြပါသည်။
 ယင်းဖြစ်စဉ်သည် သတ္တဝါမဟုတ်၊ အဆင်း(ရုပ်)နှင့်
 မျက်စိ(ရုပ်)တို့ တိုက်မှုအကြောင်း ကြောင့်
 မြင်စိတ်(ဝိညာဏ်)၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ စသော
 ရုပ်နှင့် နာမ်အစုအပေါင်း (ခန္ဓာ)တို့သာ ဖြစ်ပေါ်
 ကြ၏။ ယင်းခန္ဓာတို့သည် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်
 ခိုက်သာဖြစ်ပေါ်ကြ၍ အကြောင်းကင်းသည်နှင့်

ချုပ်ပျောက်ကြ၏ဟု သတိဖြင့် နှလုံးသွင်း မှန်ပါက ဒိဋ္ဌိအမြင်မှားကို ပယ်နိုင်ပါသည်။ ထိုအခါ ရုပ်နာမ်အစုအပေါင်းကို ခေါ်ဝေါ်ပြောဆိုရန် အတွက် သတ္တဝါဟု အမည်ပညတ်ထားရုံမျှကို အရှိ တရားအဖြစ် (ဒိဋ္ဌိ)ဖြင့် ပြင်းစွာစွဲလမ်းနေသော ဥပါဒါန်ကို တစ်ကြောင်းတည်းသော သတိပဋ္ဌာန် အကျင့်ဖြင့်သာ ပယ်နိုင်လေသည်။

သညာဝိပလ္လာသ(အမှတ်မှား)

ရူပသညာ၊ သဒ္ဓသညာ၊ ဂန္ဓသညာ၊ ရသ သညာ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာသညာ၊ ဓမ္မသညာတို့သည် အရှိ တရား ပရမတ်များဖြစ်ကြပါသည်။ လူ၊ သတ္တဝါ၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ တိုက်၊ အိမ်၊ ကား၊ ရွှေ၊ ငွေတို့သည် ပညတ်သညာများဖြစ်ကြပါသည်။ ပရမတ်သညာ သည် အကျိုးခန္ဓာမှာဖြစ်၍ ပညတ်သညာသည် အကြောင်း ခန္ဓာမှာ ဖြစ်ပါသည်။ ပရမတ်သညာသည် အရှိတရားဖြစ်၍ ပညတ်သညာသည် မရှိတရား ဖြစ်ပြီး လောကအတွက် ခေါ်ဝေါ်ပြောဆို အသုံး ပြုရန် အတွက်သာ ဖြစ်သည်။ ယင်းကို ပိုင်းခြား မသိသော ကြောင့် ပညတ်သညာကို အရှိတရားပြုကာ အိုင်

အမာ အနှစ်သာရယူ၍ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ခြပ် ဝတ္ထု ပြုပြီး ကာယ၊ ဝစီ၊ မနောသင်္ခါရတို့ဖြင့် အလွန် အမင်း အားထုတ်နေခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ယင်း သဘော တရားသည် လောကပင်ဖြစ်ပါသည်။

ပရမတ်နယ်တွင် မြင်လျှင် အဆင်းသညာ၊ ကြားလျှင် အသံသညာ၊ နံလျှင် အနံ့သညာ၊ စားလျှင် ရသသညာ၊ ထိလျှင် အထိသညာ၊ တွေးလျှင် သဘောသညာတို့သာ အကျိုးခန္ဓာတွင် အရှိတရား များ ဖြစ်ကြသော်လည်း ပြောဆိုဆက်ဆံ ရန် အတွက် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ခြပ်ဝတ္ထုတို့မှာ အကြောင်းခန္ဓာတွင် အမည်နာမ ပညတ်သညာများသာ ဖြစ်ကြပါသည်။ အမှန်အရှိတရားများ မဟုတ်ပါ။ လောကသုံးရန် အတွက်သာဖြစ်၍ စွဲရန် မဟုတ်ပါ။

အရှိတရားပရမတ်သညာသည် ဖြစ်ပြီး ပျက်ပါသည်။ ပညတ်သညာသည် မရှိတရားဖြစ်၍ အမည်နာမအားဖြင့် အမြဲရှိတရားအဖြစ် အထင်မှား ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပုထုဇဉ်တို့သည် ပရမတ် သညာကို မမြင်နိုင်ဘဲ ပညတ်သညာတို့ဖြင့် လောက တွင် သုံးရုံသာမဟုတ်ဘဲ စွဲသည်အထိ အခိုင်အမာ ယူကြ

လေသည်။ ထိုအခါ မြဲတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ ကိုယ့်အလို အတိုင်းဖြစ်တယ်ဟု နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တအဖြစ် အမှတ်မှား အထင်မှားကြခြင်းဖြစ်လေသည်။

“မြင်တာကိုသုံးပါ မစွဲပါနှင့်”

ပရမတ် သညာနှင့် ပညတ် သညာတို့ကို ပိုင်းခြားသိပါက ပရမတ်ဖြစ်သော အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အထိ၊ အတွေး(ဓမ္မ)သညာတို့သည် အကြောင်း တိုက်ဆိုင် ခိုက်ဖြစ်၍ အကြောင်းကင်း ပါက ပျက်ပါသည်။ စွဲစရာ ဘာတစ်ခုမျှ မကျန်ရစ်ပါ။ ပညတ်သညာသည် ခေါ်ဝေါ်ပြောဆို ဆက်ဆံ ရုံမျှ အမည်သဘောသက်သက်ဖြစ်၍ မရှိတရား ဖြစ်ပါသည်။ မရှိသည်ကို မရှိမှန်းသိပါက စွဲ၍မရပါ။ သို့သော် ယင်းပညတ် မရှိတရားတို့ကို အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်ဆိုသော (အနုသယ)ကိလေသာ အကိန်း ဓာတ်ကြောင့် အထင်မှားပြီး အရှိထင်ကာ အထင်ကြီးခြင်း၊ အထင်သေးကြီး စသော လောကသုံး အရှိတရားများ ဖြစ်ပေါ်လာကြလေသည်။

လောကဝေါဟာရသုံး ပညတ်သညာတို့သည်

သုံးရုံသာဖြစ်၍ စွဲစရာအရှိတရားများ မဟုတ်ကြပါ။
အရှိတရား ပရမတ်သညာတို့သည်လည်း ဖြစ်သည့်
နေရာမှာ ပျက်နေသောကြောင့် စွဲ၍မရပါ။ ထိုသို့
ပိုင်းခြားမသိပါက သုံးလည်းသုံး၏၊ စွဲလည်းစွဲ၏။
‘သုံးသာသုံး မစွဲနဲ့’ ဆိုသောစကားသည် အပြောလွယ်
သလောက် အသိခက်သောကြောင့် အစွဲကို မပယ်နိုင်
ကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

“သတိနှင့်သညာ”

သညာသည် လိမ်တတ်ကောက်တတ် ပါသည်။
မြင်သမျှ၊ ကြားသမျှတို့ကို သညာက မှတ်သား
ထားပါသည်။ ယင်းတို့တွင် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊
ဥပါဒါန်ဆိုသော (အနုသယ)ကိလေသာ အကိန်း ဓာတ်
ပါဝင်နေပါသည်။ ထိုသညာတို့သည် အစွဲ ဥပါဒါန်
ကပ်သည့်အတိုင်း မှတ်သားထားခြင်း ဖြစ်သည်။
အကြောင်းတိုက်ဆိုင်၍ သညာပေါ်ပါက လည်း ထိုအစွဲ
ဥပါဒါန်အတိုင်းသာ သိပြန်ပါသည်။ ယင်းလောက
သညာသည် မနောမှာပေါ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် သတိပညာဖြင့် ယှဉ်၍ဖြစ်ပေါ်သော
သညာသည် အရှိကိုအရှိအတိုင်း မှတ်သားပါသည်။

တစ်ဖန်ပြန်၍ သတိပညာဖြင့် နှလုံးသွင်းပါ
 ကလည်း အမှန်အတိုင်း ပြန်ပေါ်ပါသည်။ သတိ
 ပညာမရှိသောအခါ ဥပါဒါန်သညာဖြင့် အလိမ်မိ
 မိနေခြင်း ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သတိအမြဲရှိအောင်
 တည်ထောင် နေကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၆။ မနသိကာရ (နှလုံးသွင်းမှု)
(၃၀- ၈-၂၀၁၂)

မနသိကာရသည် အာရုံသို့ ဖြောင့်ဖြောင့် မတ်မတ်သွားစေခြင်း လက္ခဏာရှိသည်။ အာရုံကို နှလုံးသွင်းသောတရားဟု ဉာဏ်မှာ ရှေးရှုထင်ရှား သည်။ နှလုံးသွင်းရာ၌ စိတ်ကို နှလုံးဟု ခေါ်သည်။ စိတ်နှလုံးအတွင်းသို့ အာရုံတစ်ခုခု ထင်ပေါ်အောင် သွင်းပေးသကဲ့သို့ ပြုခြင်းကို နှလုံးသွင်းဟုခေါ်၏။ သို့သော် စိတ်ထဲသို့ အာရုံဝင်လာအောင် ဆွဲသွင်း နိုင်သည် ကားမဟုတ်၊ မနသိကာရ၏ အစွမ်းကြောင့် စိတ်သည် အာရုံတစ်ခုကို အမြဲရလျက်ရှိရကား အာရုံကို စိတ်နှလုံးသို့ ဆောင်ယူပေးနေသကဲ့သို့ ဖြစ်သောကြောင့် နှလုံးသွင်းသည်ဟု တင်စား၍ ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် မြင်လိုက်၊ ကြားလိုက်သည်နှင့် အရောင်အဆင်းအာရုံ အသံအာရုံတို့ကို ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါအသိဖြင့် ခံယူသောကြောင့် အာရုံတို့သည် ပုဂ္ဂိုလ် ၊ သတ္တဝါမဟုတ်သော်လည်း ခံယူချက် အမှား ကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ် ၊ သတ္တဝါအဖြစ် နှလုံးသွင်းမှားခြင်း (အယောနိသောမနသိကာရ) ဖြစ်ရသည်။ ပုဂ္ဂိုလ်

သတ္တဝါအသိမပါဘဲ နာမ်ရုပ်အသိ ဖြစ်ပါက နှလုံး
သွင်းအမှန် (ယောနိသောမနသိကာရ) ဖြစ်လေသည်။
ထို့ကြောင့် မြင်မှု ကြားမှုတွင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအနေဖြင့်
ဥပါဒါန်ကပ် မကပ်အပေါ်မူတည်၍ ဥပါဒါန်ကပ် ပါက
အစွဲဖြင့် နှလုံးသွင်းမှား၍ ဥပါဒါန် မကပ်ပါက အရှိကို
အရှိအတိုင်း ရုပ်နာမ်ဟု သိမြင်ကာ နှလုံးသွင်း
မှန်ပေမည်။

မိမိတို့မှာ မြင်လိုက်ကြားလိုက်သည်နှင့်
သတ္တဝါအသိဖြင့် နှလုံးသွင်းမှားမှုသည် ပြင်းစွာ စွဲနေပြီကို
မသိမမြင်နိုင်အောင် (မောဟ) ရှိနေပါသည်။ ထို့ကြောင့်
‘သတ္တဝါမရှိသောအသိသာလိုရင်းဖြစ် သည်’ ဟု
ပခုက္ကူဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြား ဆုံးမ
ထားခြင်းဖြစ်သည်။ နှလုံးသွင်းမှန်ပါက မိမိ၏ ကာယကံ
ဝစီကံ မနောကံတို့သည် ကိလေသာမှ စင်ကြယ်လာပြီး
ဉာဏ်ဖြင့် ယှဉ်ကာ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊
သမ္မာအာဇီဝတို့ ဖြစ်ပေါ်လာပေမည်။

“ပုံစံခွက်ဖြင့်နှလုံးသွင်းခြင်း”

အာရုံတို့ကို သတ္တဝါပုံစံခွက်ဖြင့် ခံယူနှလုံး

သွင်းနေသောကြောင့် အာရုံတို့သည် သတ္တဝါ
မဟုတ်သော်လည်း သတ္တဝါဖြစ်နေခြင်းဖြစ်သည်။
မြင်လျှင်အရောင်၊ ကြားလျှင်အသံ၊ နံလျှင်အနံ့၊
စားလျှင်အရသာ၊ ထိလျှင်အတွေ့၊ တွေးလျှင်
သဘောတရားတို့သာ ဖြစ်ကြပါသည်။

အာရုံတို့ကို ခံယူစဉ်မှာပင် သတ္တဝါပုံစံ ခွက်ဖြင့်
နှလုံးသွင်းမှုကြောင့် ပုံစံခွက်အတိုင်း အာရုံ တို့ကို
သိမြင်သွားခြင်းဖြစ်သည်။ ပုံစံခွက်ဆိုသည်မှာ
လည်း မိမိ၏အစွဲ (ဥပါဒါန်)အတိုင်း နှလုံးသွင်း
ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဥပမာ-သရဲကြောက်သူသည်
အမှောင်ထဲတွင် ချိုးချိုးချွတ်ချွတ်အသံကြားပါက
သရဲခြောက် သည့်အနေဖြင့်ပင် ယူဆပြီး ကြောက်ကြ
လေသည်။ မိမိ၏အစွဲရှုထောင့်မှသာ စွဲယူနှလုံး
သွင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ ထို့အတူ သတ္တဝါအစွဲသည်
သံသရာ တစ်လျှောက်လုံး စွဲလာသောအစွဲ
ဖြစ်၍ မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင်
စတင်နှလုံးသွင်းရာ၌လည်း သတ္တဝါအသိသည်
တစ်ပြိုင်နက်ပါဝင် သွားလေ သည်။ ထိုသို့ နှလုံးသွင်း

မှားမှု (အယောနိသောမနသိကာရ)ကြောင့် မြင်လိုက်၊
 ကြားလိုက် သည်နှင့် သတ္တဝါအသိ ဖြစ်ပေါ် နေခြင်း
 ဖြစ်သည်။ သတ္တဝါအသိသည် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊
 ဥပါဒါန်၏ အစွမ်းကြောင့် စိတ်အစဉ်မှာ အနုသယ
 ကိလေသာ (အကိန်းဓာတ်၊ အခံဓာတ်၊ ပုံစံခွက်)
 အနေဖြင့် အစဉ် လိုက်ပါနေခြင်း ဖြစ်သည်။
 ထိုသတ္တဝါအသိ အနုသယ ကိလေသာကို အရှိကို
 အရှိအတိုင်း နှလုံးသွင်း မှန်သော ဝိပဿနာပညာ၊
 မဂ်ပညာဖြင့်သာ ပယ်ရှား နိုင်လေသည်။

“စွဲလမ်းမှုပယ်ပုံ”

စွဲလမ်းမှုပယ်ပုံမှာ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် နေ
 လိုက်ပါ။ (You Live fully in the present
 action) စိတ်သည် တစ်ချိန်မှာ နှစ်စိတ်ပြိုင်မဖြစ်ပါ။
 ဥပမာ လမ်းမှာ ပြဿနာဖြစ်သောစိတ်သည် ထိုနေရာ
 မှာပင် ချုပ်ပျောက်၏။ အိမ်ပြန်လာစဉ်လမ်းမှာ မြင်စိတ်၊
 ကြားစိတ် စသည်တို့သည် ပစ္စုပ္ပန် ကျကျ
 အာရုံပြောင်းတိုင်း စိတ်ပြောင်းနေ၏။ သို့သော်
 ပစ္စုပ္ပန်ကို သတိမပြုနိုင်ဘဲ ပြီးခဲ့သော ပြဿနာကို
 ဥပါဒါန်ဖြင့် စွဲလမ်းမှု (attach) ဖြစ်နေသောကြောင့်

ဆင်းရဲမှု ဆက်လက်ဖြစ်ပွားနေရ၏။ ပစ္စုပ္ပန် မြင်ဆဲ
ကြားဆဲ ထိဆဲတို့မှာ ပစ္စုပ္ပန်အတိုင်း နေထိုင်နိုင်ပါက
ထိုအချိန်တွင် အစွဲကင်းမှု (detach) ဖြစ်ကာ
ဆင်းရဲကင်းပေမည်။ ထိုအခါ အတိတ်ကိုလည်း မပြန်
တော့၊ အနာဂတ်ကိုလည်း မသွားတော့ဘဲ ပစ္စုပ္ပန်
တည့်တည့်မှာ နှလုံးသွင်းမှန်ဖြင့်နေခြင်းသည် ဆင်းရဲမှု
လွတ်ကင်းကြောင်း အကျင့်ဖြစ်ပေသည်။

“ပစ္စုပ္ပန်အမှုမြင်အောင်ရှု”

ပစ္စုပ္ပန်အမှု၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ မြင်ဆဲ၊ ကြားဆဲ၊ နံဆဲ၊
စားဆဲ၊ ထိဆဲ၊ တွေးဆဲ (ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပေါ်ဆဲ) တွင် သတိ၊
ဝီရိယဖြင့် အသိလိုက်ပြီးနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ-
လက်လှုပ်ကြည့်ပါက တွန်းမှု လှုပ်မှုသည် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်၍
ရပ်လိုက်သည်နှင့် ထောက်ကန် တည်ငြိမ်မှုသည်
ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ပြန်၏။ ပရမတ် (ရုပ်)ကို ပစ္စုပ္ပန်ကောက်ရ၏။
လက်သည် ပညတ်ဖြစ်၍ ကာလလွတ်ဖြစ်၏။
လက်ပညတ်သည် ပြောင်းလဲခြင်း မရှိဘဲ ထာဝရဖြစ်၏။
ရုပ်ပရမတ်သာ အမြဲပြောင်း နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။
ဖြစ်ပါသည်။

ပစ္စုပ္ပန်အမှု၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ မြင်ဆဲ၊ ကြားဆဲ၊ နံဆဲ၊
စားဆဲ၊ ထိဆဲ၊ တွေးဆဲ (ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပေါ်ဆဲ) တွင် သတိ၊

ဝီရိယဖြင့် အသိလိုက်ပြီးနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ-
 လက်လှုပ်ကြည့်ပါက တွန်းမှု လှုပ်မှုသည် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်၍
 ရုပ်လိုက်သည်နှင့် ထောက်ကန် တည်ငြိမ်မှုသည်
 ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ပြန်၏။ ပရမတ် (ရုပ်)ကို ပစ္စုပ္ပန်ကောက်ရ၏။
 လက်သည် ပညတ်ဖြစ်၍ ကာလလွတ်ဖြစ်၏။
 လက်ပညတ်သည် ပြောင်းလဲခြင်း မရှိဘဲ ထာဝရဖြစ်၏။
 ရုပ်ပရမတ်သာ အမြဲပြောင်း နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။
 အောင် နှလုံးသွင်းကြည့်ပါ။ ဥပမာ- မောင်မောင် ဟု
 အသံကြားပါက အသံ (ရုပ်) နှင့် ကြားမှု (နာမ်)သည်
 ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်၏။ အသံနှင့် ကြားမှုသည် ပစ္စုပ္ပန်ခဏ
 အခိုက်အတန့် (moment by moment)၌သာ
 တည်နိုင်၏။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ပညတ်သဘောသည်
 အမြဲရှိနေ၏။ ထို့ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်ကို ကောက်ပါက
 ပရမတ်ရုပ်နာမ်ကိုသာ တွေ့ရပေမည်။ ပစ္စုပ္ပန်
 ရုပ်နာမ်သည်သာ ပရမတ် ဖြစ်ပါသည်။ ရုပ်နာမ်
 ပရမတ်မှလွဲ၍ ပစ္စုပ္ပန်မရှိပါ။

“ပစ္စုပ္ပန်မှာဘာနဲ့နေသလဲ”

အရှိတရားသည် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်၍ ပစ္စုပ္ပန်အရ
 တရားဖြင့်သာ နေထိုင်သင့်၏။ သို့သော် အတိတ်ကို
 လွမ်းပြီး အနာဂတ်ကိုမျှော်ကာ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ဖြင့်
 အနေနည်းကြပါသည်။ အများအားဖြင့် နေထိုင်

သည်ဟူသော ဝေါဟာရစကား၏ အဓိပ္ပါယ်ကိုပင် သိပ်နားမလည်ကြပါ။ ‘ဘာနဲ့နေလဲ’ဟုမေးလျှင် အိမ်ဖြင့်နေသည်၊ တဲဖြင့်နေသည်၊ တိုက်ဖြင့်နေသည်၊ အဆောင်မှာနေသည်ဟူသော သမုတိနယ်အသိဖြင့် သိကြသလို ‘သားနဲ့နေတယ်၊ သမီးနဲ့နေတယ်၊ တူ တူမတွေနဲ့နေတယ်’ဟု ပြောကြပါသည်။ ခန္ဓာ နာမ်ရုပ်ဖြင့် နေသည်ကို မသိနိုင်ကြပါ။

အမှန်မှာ ပစ္စုပ္ပန်အရိုတရားဖြင့်သာ နေထိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မြင်သည့်အခါ မြင်မှုဖြင့် နေ၏၊ ကြားသည့်အခါ ကြားမှုဖြင့်နေ၏ သွားသည့် အခါ သွားမှုဖြင့်နေ၏။ စားသည့်အခါ စားမှုဖြင့် နေ၏။ ပြောသည့်အခါ ပြောမှုဖြင့်နေ၏၊ လှုပ်သည့် အခါ လှုပ်မှုဖြင့်နေ၏။ ထိုကဲ့သို့သိမှ ပစ္စုပ္ပန်တည့် တည့်မှာ သတိဖြင့် နေတတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

“ခဏဖြင့်နေတတ်ခြင်း”

ပစ္စုပ္ပန် အရိုတရားအပေါ်တွင် သတိထား နေပါက ပစ္စုပ္ပန်ဆိုသည်မှာလည်း လှုပ်ခဏ၊ ရပ်ခဏ၊ စားခဏ၊ တွေးခဏ၊ မြင်ခဏ၊ ကြားခဏ၊ တွေးခဏ၊ထိခဏအနေဖြင့် သိမြင်လာကာ တစ်ခဏပြီး

တစ်ခဏ (moment by moment) အနေဖြင့် ဖြစ်ပေါ်
ချုပ်ပျောက်နေသောသဘာဝကို ထိုးထွင်း သိမြင်ပြီး
တစ်ခဏပြီး တစ်ခဏ အပေါ်၌ကပ်ငြိ စွဲလမ်းမှုမှ
လွတ်မြောက်ကာ မြင်ကာမျှ၊ ကြားကာမျှ၊ စားကာမျှ၊
ထိကာမျှစသည့် အားဖြင့် ဝိညာဏ် သိဖြစ်ကာ
ဉာဏ်ဖြင့်ယှဉ်နေတတ်လာပေမည်။

“သတိဖြင့်နေပါ”

ပစ္စုပ္ပန်အတိုင်းနေတတ်ရန် သတိသည် အဓိက
ဖြစ်ပါသည်။ သတိရှိပါက မြင်ဆဲ၊ ကြားဆဲ၊ ထိဆဲ၊ စားဆဲ၊
ထိဆဲ၊ တွေးဆဲတို့တွင် ဖြစ်ဆဲနာမ်ရုပ်တို့ကို အမှန်အတိုင်း
သိမြင်ကာ ယထာဘူတဉာဏ် ဖြစ်ပေါ် လာမည်။
ယင်းအမြင်မှ ရုပ်နာမ်ကို ငြီးငွေ့ကာ နိဗ္ဗိဒါ
ဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်ပြီး မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို
မျက်မှောက်ပြုရသည်။ ထို့ကြောင့် ဘုရားရှင်သည်
စွဲလမ်းမှုကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်ကိုသာ တစ်ကြောင်း
တည်းသောလမ်းဟု ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။

၇။ လောက နှင့် ဓမ္မ
(၃. ၉. ၂၀၁၂)

လောကမှာ လူသားတို့သည် တရားဓမ္မကို ရှာဖွေကြပါသည်။ ထိုအခါ စာပေကို လေ့လာရ၏။ တရားနာကြားရ၏။ လောသုံး ဝေါဟာရများဖြင့် ဖတ်ကြ သိကြရ၏။ ထို့နောက် လောကသိဖြင့် စဉ်းစားကြ၏။ ပြောဆို ဆွေးနွေးကြ၏။ လောကသိ ဖြင့်ပင် တရားအားထုတ်ကြပါသည်။ ထိုအခါ ဓမ္မကို မတွေ့၊ လောကကိုသာတွေ့နေတော့၏။ ဓမ္မကို မတွေ့တိုင်း စာအုပ်လှန်ကြ၊ ဖတ်ကြ၊ မေးမြန်းကြ၊ ဆွေးနွေးကြ၊ ဆရာပြောင်းကြ၊ ရိပ်သာပြောင်းကြ ပြန်ပါသည်။ ဓမ္မကို မတွေ့နိုင်သေးပါ။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုလျှင် ဓမ္မကိုလွန်၍ ရှာဖွေနေသောကြောင့်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

“ကပ်ကျော်ဖြစ်နေခြင်း”

ဥပမာ-မှောင်ခိုခေတ်က ကားတစ်စီးတွင်

ရွှေချောင်းမှောင်ခိုသယ်လာမည်ဟု သတင်းရ၏။ ထိုကားကို ရှာဖွေကြ၏။ လုံးဝမတွေ့။ သို့သော် ကားပေါ်တက်သောအခါ၌လည်း တံခါးလက်ကိုင် ကိုဆွဲဖွင့်ပြီး တက်၏။ ကားပေါ်မှ ဆင်းသော

အခါ၌လည်း တံခါးလက်ကိုင်ဖြင့် တံခါးပိတ်ပြီး ဆင်းသွား၏။ သို့သော် ရွှေချောင်းကို လုံးဝ မတွေ့ပါ။ အမှန်မှာ ထိုတံခါးလက်ကိုင်ကို ရွှေချောင်းဖြင့် လုပ်ထားပြီး ဆေးမှုတ်ထားခြင်းသာ ဖြစ်လေသည်။ ထိုနည်းတူ မျက်စိဖြင့် မြင်၍ စာဖတ်၏။ မနောအသိဖြင့်မှတ်ပြီး မနောအသိဖြင့်ပင် စဉ်းစား ကာအားထုတ်ကြ၏။ အမှန်မှာ မျက်စိဖြင့် မြင်သည့် နေရာမှာ ဓမ္မရှိနေ၏။ မနောဖြင့် အမှတ်ပြု သိလိုက် ပါက လောကပညတ်သိဖြစ်သွားပြီး ဓမ္မကိုကျော် လွန်သွားပြီ ဖြစ်သည်။ ဓမ္မသည် မျက်စိမှာရှိ၍ မနော ၌ အမည်ပညတ်ပြုကာ လောကဖြစ်ပေါ်လေသည်။ မျက်စိမြင်မှုနှင့် မနောသိမှုကို ပိုင်းခြားသိမြင်မှသာ လောက၌ ဓမ္မကို ရှာဖွေတွေ့မြင်နိုင် ပေမည်။

“(၁ - ၂ - ၃) နှင့်အပြောက်”

လောကတွင် (၁၊ ၂၊ ၃) ဆိုသော ဂဏန်း အရေအတွက်တို့ကို အရှိတရားဟု ထင်ကြပါသည်။ ဝှိုက်ဘုတ် (white board) ပေါ်တွင် အပြာရောင် ဆော့ပင်ဖြင့် အပြောက်ဆယ်ခုကို တစ်နေရာစီခွဲ၍

ချထားပါ။ ထိုအပြောက်ဆယ်ခုကို (၁) ပုံသဏ္ဍာန် (form) ဖွဲ့စည်းလိုက်ပါ။ အပြောက် (spots) ဆယ်ခုသည် (၁)ပုံသဏ္ဍာန် (shape) ပေါ်သွားပါသည်။ ထိုအခါ လောကနေဖြင့် ခေါ်ဝေါ်အသုံးပြုနိုင်လေသည်။ အမှန်အရှိတရားမှာ အပြောက် (spots)တို့သာ ဖြစ်သည်။ ယင်းအပြောက်တို့၏ ဖွဲ့စည်းမှု၊ ပုံသဏ္ဍာန်၊ အမည်နာမ (form, shape, name)တို့အလိုက် မနောက(၁၊ ၂၊ ၃)ဟု သတ်မှတ်ကာ အမည်ပညတ်ခြင်း (recognizing) ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအခါ (form, shape, name) တို့ကြောင့် မနောက အမှတ်ပြု ပညတ်တင်လိုက်ပါက လောကသည် ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။ ထို့ကြောင့် လောကမှ ထွက်လိုပါက (၁၊ ၂၊ ၃) ဆိုသော ဖွဲ့စည်းမှု၊ ပုံသဏ္ဍာန်၊ အမည်နာမ (form, shape, name) တို့မှ အပြောက် (spots)သို့ ရောက်အောင် စတင်ရုန်းရပေမည်။ ယင်းသည် သမာဓိ၏အရာဖြစ်ပါသည်။

“ကွက်ကြားကောက်မှုနှင့် အပြောက်”

ဥပမာ ခွက်ကိုလက်ဖြင့်ကိုင်ပါက ခွက်လည်း
 ပျောက် လက်လည်းပျောက်၊ စားပွဲကိုလက်ထိပ်ဖြင့်
 ထိပါက စားပွဲလည်းပျောက် လက်လည်းပျောက်၊
 လမ်းလျှောက်ပါက ခြေထောက်လည်းပျောက်
 ကြမ်းလည်းပျောက်၊ ဝင်လေထွက်လေမှတ်ပါက
 လေလည်းပျောက်၊ နှာခေါင်းလည်းပျောက်စသည်ဖြင့်
 (ထိမှု) သက်သက်ကို ကွက်ကြားကောက်နိုင်ရမည်။
 ထို့ပြင် အစာစားပါက အစာလည်းပျောက် လျှာ
 လည်းပျောက်၊ အရသာသက်သက်ကိုလည်းကောင်း၊
 ရေချိုးပါက ကိုယ်လည်းပျောက် ရေလည်းပျောက်
 အေးမှုသက်သက်ကိုလည်းကောင်း၊ ရေနွေးသောက်
 ပါက ပူမှုသဘောသက်သက်ကို လည်းကောင်း
 ကွက်ကြားကောက်နိုင်ပါက လောက သတ်မှတ်ချက်
 ဖြစ်သော ဖွဲ့စည်းမှု၊ ပုံသဏ္ဍာန်၊ အမည်နာမ (form,
 shape, name)တို့မှ စတင်ရုန်းထွက်နိုင်ပေမည်။ ထိုသို့
 ကွက်ကြားကောက် နိုင် အောင် သတိ၊ ဝီရိယ၊
 သမာဓိတို့ရှိနေအောင် ထူထောင်ထားရပေမည်။

“အရှိပရမတ်နှင့်မရှိပညတ်”

ဥပမာ မိုးကောင်းကင်ကို မော့ကြည့်ပါက အပြာရောင်သာတွေ့ရပါသည်။ မျက်စိသည် အရောင် (color)ကိုသာ မြင်မှု (seeing) ဖြစ်ပါသည်။ မနောက မိုးကောင်းကင်ဟု သိခြင်းသည် သတ်မှတ် ချက်ပြုကာ ပညတ်ခြင်း (recognizing) ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ဆိုလျှင် မျက်စိက အရှိအတိုင်း(အရောင်) ပရမတ် ကိုသာ မြင်ခြင်း(objective view)ဖြစ်၍ မနောက လောကသုံးရန်အတွက် ပုံသဏ္ဍာန် အမည်နာမတို့ဖြင့် သတ်မှတ်ပြီး ပညတ်တင်ကာ မိမိဘက်မှ အမြင် (subjective view)ဖြင့် ပြောဆိုရလေသည်။ ထို့ကြောင့် မျက်စိသည် အရှိပရမတ်က(ဓမ္မ) အတွက် (သိရန်) ဖြစ်၍ မနောသည် မရှိပညတ်ကို (လောက) အတွက် (သုံးရန်) ဖြစ်လေသည်။

“မြင်ခြင်းဓမ္မနှင့် သိခြင်းလောက”

မျက်စိကမြင်မှု(seeing)သာဖြစ်သော်လည်းမနောက ဖွဲ့စည်းမှု၊ ပုံသဏ္ဍာန်၊ အမည်နာမ တို့ဖြင့်ဖြစ်သော ကြောင့်လောကတွင် အရှိကို အရှိအတိုင်း မသိနိုင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဥပမာ ပိုက်ဆံကိုလောကတွင် အရှိတရားဟု

ထင်ကြပါသည် ပိုက်ဆံအများကြီးရှိလျှင် အထင်ကြီး
 ကြပါသည်။ ပိုက်ဆံမရှိသူကို အထင်သေးကြပါသည်။
 အမှန်တကယ် အရှိတရားတွင် ပိုက်ဆံမရှိပါ စက္ကူသာ
 ဖြစ်ပါသည်။ စက္ကူအပေါ်တွင် ဆေးရောင် ဖွဲ့စည်းမှု
 (form) ၊ (၁၀၀) တန် ၊ (၁၀၀၀) တန် ၊ (၁၀၀၀၀)တန်
 ပုံသဏ္ဍာန် (shape) ပေါ်သွားသောကြောင့် အမည်
 နာမ (name)ပိုက်ဆံဟု သတ်မှတ်ခြင်းအမှတ်ပြုခြင်း
 (recognizing)သာဖြစ်သည်။ ယင်းတို့ကိုပိုက်ဆံဟု
 သတ်မှတ်ချက်ပြုထားခြင်းကြောင့် တန်ဖိုးရှိနေခြင်း
 ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းတို့ကို ပိုက်ဆံအဖြစ် အသိအမှတ်
 ပြုခြင်းမှ ပယ်ဖျက်လိုက်ပါက စက္ကူသာဖြစ်လေသည်။

ထိုအခါအလကားပေးတောင်မယူကြတော့ ပါ။
 ယင်းတို့အပေါ်တွင် ပိုက်ဆံအဖြစ် အမှတ်ပြုထား
 ခြင်း(recognizing) ကြောင့်သာ တန်ဖိုးရှိနေခြင်း
 ဖြစ်ပါသည်။ မနောက အမှတ်ပြုခြင်း (recognizing)
 မရှိပါကမြင်မှု(seeing) အပေါ်တွင် မြင်ကာမတ္တ ဖြစ်ကာ
 တွယ်တာစွဲလမ်းမှု (attachment)လည်း မရှိ တော့ပါ။
 ပိုက်ဆံကို လောက၌ သုံးရုံသာသုံး၍ မစွဲ တော့ပါ။
 လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့ဖြင့် မကပ်ငြိခြင်း(detach)

ဖြစ်သွားလေသည်။

ထို့ကြောင့် မျက်စိကမြင်မှု (seeing) ပရမတ် (ဓမ္မ)နှင့် မနောက အမှတ်ပြုသိခြင်း (recognizing) (လောက)ပညတ်တို့ကို ပိုင်းခြား၍ သိမြင်ခြင်း (realising) ဖြစ်ပါက လောကတွင်း ပညတ်တရား တို့ကို ဉာဏ်ဖြင့် ယှဉ်၍ သုံးရုံသာသုံးပြီး မစွဲတော့ပါ။ အရှိပရမတ်တရားတို့သည်လည်း ဖြစ်သည့်နေရာမှာ ချုပ်ပျက်နေသောကြောင့် စွဲစရာ မရှိကြောင်း သိမြင်ပြီး အစွဲပြုတ်ပါသည်။ အစွဲပြုတ်ပါက တဲကုတ် ရွှေနှန်းတော် ဖြစ်လေသည်။

၈။ ဝိပဿနာကျင့်စဉ် နှင့် အဆင့်(၃)ဆင့်
(၆-၉-၂၀၁၂)

စွဲရာမှ မစွဲရာသို့ရောက်အောင် ဝိပဿနာ
လက်တွေ့လုပ်ငန်းစဉ်တွင် အဆင့် (၃)ဆင့်ရှိပါသည်။

၁။ ယနုဖြိုခြင်း (သဘာဝလက္ခဏာ)

၂။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အကြောင်းအကျိုးသိမြင်ခြင်း
(သင်္ခတလက္ခဏာ)

၃။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာဝင်ခြင်း
(သာမညလက္ခဏာ)

“ယနုဖြိုခြင်း” (သဘာဝလက္ခဏာ)

ယနုဖြိုခြင်းသည် သမုတိနယ် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ
အမြင်မှ ပရမတ်နယ် ရုပ်နာမ်အမြင်သို့ရောက်အောင်
အားထုတ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ရုပ်နာမ်တရားတို့သည်
အရှိတရားများ ဖြစ်ကြသော်လည်း တိုက်ရိုက်မသိ
မြင်နိုင်ချေ။ ဥပမာ လျှပ်စစ်ဓာတ်သည် တကယ်
ရှိပါသည်။ သို့သော် လျှပ်စစ်ဓာတ်ကို တိုက်ရိုက်
မသိနိုင်ပါ။ (tester)ဖြင့် စမ်း၍ မီးလင်းပါက လျှပ်စစ်
ဓာတ် ရှိကြောင်းကို မီးလင်းသည့် လက္ခဏာ
ဖြင့်သိနိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် ပလပ်ပေါက် (socket)ထဲသို့

လက်ထည့်ပြီး မီးခလုတ်ကို ဖွင့်ကြည့်ပါ။ တစ်ကိုယ်လုံး ကျင်တက်သွားပေမည်။ ယင်းကျင် သွားခြင်းသည် လျှပ်စစ်ဓာတ်မဟုတ်ပါ။ လျှပ်စစ်ဓာတ် ရှိကြောင်း လက္ခဏာသာဖြစ်ပါသည်။ လက္ခဏာ အပေါ်တွင် သောင်တင်မနေပဲ လျှပ်စစ်ဓာတ်ရှိကြောင်းကို အသိဉာဏ်ရောက်ကြပါသည်။

ထို့အတူ ပရမတ် ရုပ်နာမ်တို့သည် အရှိ တရားများ ဖြစ်ကြသော်လည်း တိုက်ရိုက်မသိမြင် နိုင်ပါ။ ရုပ် နာမ် တို့၏ သဘာဝလက္ခဏာမှတစ်ဆင့် ဉာဏ်၏အာရုံအနေဖြင့်သာ သိမြင်နိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါ သည်။ ဥပမာ မာခြင်း၊ ပျော့ခြင်းသည် ပထဝီဓာတ် မဟုတ်ပါ။ သို့သော်လည်း လျှပ်စစ်ဓာတ်ရှိကြောင်းကို ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင် သိရသလို ပရမတ် ရုပ်နာမ်တို့ကိုလည်း သဘာဝလက္ခဏာမှတစ်ဆင့် ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် သိမြင်နိုင်ပါသည်။

**“ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အကြောင်းအကျိုး”
(သင်္ခတလက္ခဏာ)**

စေတနာသည် စေ့ဆော်တတ်သည့် သဘာဝ လက္ခဏာရှိသည်။ ဥပမာ ‘ဒါနဆန်ပါရှင်’ဟုသိလျှင်

ကလေးများ၏အသံသည် ဆန်လောင်းလှူရန်အတွက်
 စေတနာဖြစ်ပေါ်အောင် ကျေးဇူးပြုပါသည်။
 ထိုစေတနာသည် အလှူဒါနကို ဖြစ်ပေါ်အောင်
 စေ့ဆော်တိုက်တွန်းပေးပါသည်။ စေ့ဆော်သည့်
 လက္ခဏာဖြင့် စေတနာပရမတ်ကို ကောက်နိုင်ပါက
 ထိုစေတနာသည် အသံ(သဒ္ဒါရုံ)က အကြောင်းတရား
 အနေဖြင့် ကျေးဇူးပြုမှုဖြစ်ပေါ်ရ၍ အကြောင်းကင်း
 သည်နှင့် ချက်ခြင်း ချုပ်ပျောက်ပါသည်။ ထိုသို့
 အကြောင်းပြည့်စုံမှသာ စေတနာသည် အကျိုးတရား
 အနေဖြင့် ဖြစ်ပေါ်ရပြီး အကြောင်းကင်းသည်နှင့်
 ချုပ်ပျောက်ရသော (ဖြစ်တည်ပျက်) အစဉ်ဖြင့်သာ
 တည်ရှိနိုင်သော တရားဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်
 သင်္ခတလက္ခဏာရှိသည် ဟုလည်း ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

“အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ” (သာမညလက္ခဏာ)

စေတနာကို သဘာဝလက္ခဏာအားဖြင့်
 လည်းကောင်း၊ သင်္ခတလက္ခဏာအားဖြင့် လည်း
 ကောင်း သိမြင်ပါက စေတနာသည် ဒါနဆန် ဆိုသော
 အသံအကြောင်းတရားနှင့် မတိုက်ဆိုင်ခင်ကလည်း
 လုံးဝမရှိသေး၊ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်ခိုက်သာဖြစ်

ပေါ်၍ အကြောင်းကင်းပါက လုံးဝချုပ်ပျောက်
 သွားသောကြောင့် အမြဲမရှိသောသဘောသည်
 အနိစ္စလက္ခဏာဖြစ်ပါသည်။ ဖြစ်တိုင်း ချုပ်ပျောက်
 နေသောကြောင့် ဆင်းရဲသည့်သဘောသည် ဒုက္ခ
 လက္ခဏာဖြစ်ပါသည်။ စေတနာကို ငါ့ငါ့စွာ အနေ ဖြင့်
 အခိုင်အမာ အနှစ်သာရပြု၍ မရသောကြောင့် မိမိ
 အလိုအတိုင်း မဖြစ်ခြင်းသည် အနတ္တလက္ခဏာ
 ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ ရုပ်နာမ်တရား အားလုံးသည်
 အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာအားဖြင့် တူညီကြသော
 ကြောင့် သာမညလက္ခဏာဟုလည်း ခေါ်ဆိုနိုင်လေ
 သည်။

ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်ခြင်းသည်
 စွဲရာမမစွဲရာသို့ရောက်အောင် နှလုံးသွင်းရသဖြင့် ပထမ
 အလုပ်သည်ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဆိုသည့် စွဲလမ်းနိုင်သော
 ရုပ်တုံး ရုပ်ခဲ နာမ်တုံးနာမ်ခဲမှ ရုပ်နာမ် ပရမတ် ရောက်
 အောင် သဘာဝလက္ခဏာဖြင့် (ဃန)ဖြူရ လေသည်။
 ပရမတ်ရောက်မှ ထိုရုပ်နာမ်တို့ကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်
 အကြောင်းအကျိုးအားဖြင့် နှလုံးသွင်းပြီး အနိစ္စဒုက္ခ
 အနတ္တ ဆိုသော သာမညလက္ခဏာဝင်ကာ လုံးဝ

အစွဲ လွတ်ရာဖြစ်သော ရုပ်နာမ် ချုပ်သည့်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ပညာအစ သတိက

ရုပ်နာမ် အကြောင်းအကျိုး အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာတို့ကို သိမြင်ရန် အတွက် သတိကို စတင် တည်ထောင်ရပေမည်။ သတိသည် ဉာဏ်၏ တည်ရာ ဖြစ်ပါသည်။ သတိမရှိပါက ဉာဏ်မဖြစ်နိုင်ပါ။ သတိ တည်ထောင်မှုတွင်လည်း သီလအပေါ်တွင် အခြေခံ သောသတိသာ ဖြစ်သင့်ပါသည်။ မကောင်းမှု ရှောင်သော သတိ၊ ကောင်းမှု ဆောင်သော သတိဖြစ် ပါမှပညာအတွက် အားကောင်းသော သတိဖြစ်ပေ မည်။

ထို့ကြောင့် (၅)ပါးသီလ၊ (၈)ပါးသီလ ဆောက်တည်၍ မကျိုးမပေါက် မပြောက် မကြား ရအောင် စောင့်ရှောက်ခြင်းသည် သတိသာ ဖြစ်ပါသည်။ ဥပုသ်စောင့်ခြင်း၊ သီလထိန်းခြင်းသည် ငါမဟုတ်ပါ။ သတိသာဖြစ်ပါသည်။ သတိမရှိသည်နှင့် ပြောမှားဆိုမှား လုပ်မှား ကိုင်မှားဖြစ်ကာ သီလကျိုး ပေါက်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် သတိသည် သီလကအခြေခံသော သတိသာ

ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအခါ တစ်ဆက်တစ်စပ်တည်း သတိကို ထူထောင်နိုင်ရန် ဝင်လေထွက်လေအာရုံကို အောက်မေ့၍ စိတ်ပျံ့ လွင့်မှုမရှိအောင် ဝီရိယကောင်းကောင်းဖြင့် သတိကို ထူထောင်ရပါသည်။ သတိရှိပါက အကုသိုလ်ကို ပယ်နိုင်သဖြင့် ကုသိုလ်လည်းရပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဉာဏ်တစ်ခုဖြစ်ရန် သီလကို အခြေခံသော သတိကို ဝီရိယဖြင့် ပထမဆုံးထူ ထောင်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအခါ ဝင်လေထွက်လေ အာရုံကို အောက်မေ့မှုသည်လည်း သတိ၊ ပိန်တယ် ဖောင်းတယ် အာရုံကို အောက်မေ့မှုသည်လည်း သတိ၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် အာရုံကို အောက်မေ့မှုသည်လည်း သတိသာ ဖြစ်ပါသည်။ အာရုံသည် အထောက်အကူ ဖြစ်၍ သတိကိုဝီရိယဖြင့် တည်ထောင်မှု သည်သာ တရားစတင်အားထုတ်သူတို့အတွက်ပဓာနဖြစ်ပါသည်။

“ခဏိကသမာဓိ” (ကွတ်ကြားကောက်မှု)

အာရုံတစ်ခုကို အောက်မေ့မှုသည် သတိ ဖြစ်၍ ထိုသတိကို စဉ်ဆက်မပြတ် (consistent and continuous) ဖြစ်နေအောင် ထောက်ပံ့ချီးမြှောက်

မူသည် ဝီရိယဖြစ်ပါသည်။ သတိဖြင့် အောက်မေ့
 နေသော အာရုံမှ တွန့်ဆုတ်မှု ဖြစ်မသွားရအောင်၊
 တစ်ခြား အာရုံတို့၏ အနှောက်အယှက် တို့မှ လွတ်
 ကင်းအောင် ဝီရိယဖြင့်စောင့်ရှောက်မှုသည် အလွန်
 အရေးကြီးပါသည်။ ဝီရိယသံဝရ ဟုခေါ်ပါသည်။ ထိုသို့
 သတိ ဝီရိယဖြင့် အားထုတ်မှု ဘာဝနာ အစွမ်းကြောင့်
 ထိုသတိဖြင့် အောက်မေ့နေသော အာရုံပေါ်သို့ စူးစူး
 စိုက်စိုက် ကပ်၍ တည်ကြည်သော သမာဓိသည်
 ဖြစ်ပေါ်လာပေမည်။

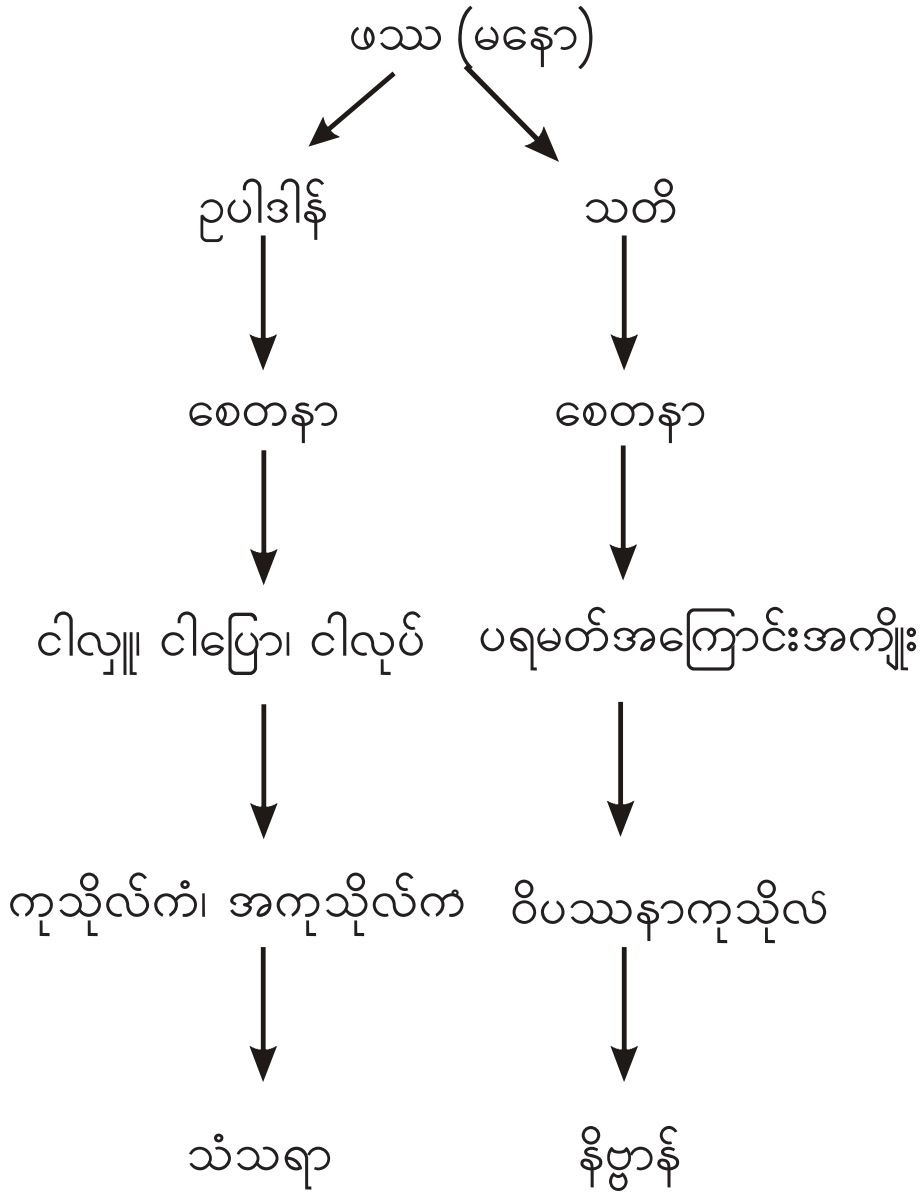
ထိုသို့ သမာဓိဖြစ်ပေါ်လာပါက သမာဓိသည်
 နှလုံးသွင်းနေသောအာရုံကိုအနှောက်အယှက်ပေး မည့်
 ကိလေသာတို့မဝင် ရောက်နိုင်အောင် ကာကွယ်
 တားဆီးပေးသည့်အလုပ် (ကွက်ကြားကောက်မှု - fcus)
 အစွမ်းဖြင့် နှလုံးသွင်းနေသောအာရုံအား အကျယ်ချဲ့မှု
 (magnify) လုပ်ကာ အရှိကို အရှိ အတိုင်း
 ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမြင်နိုင်သောယထာဘူတဉာဏ်ကို
 ဖြစ်စေပါသည်။ ထိုသို့ သတိဖြင့် အောက်မေ့နေသော
 အာရုံအား သမာဓိဖြင့် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိအောင်
 ကွက်ကြားကောက်ခြင်းဖြင့် ပုံသဏ္ဍာန်၊အမည်ပညတ်တို့မှ
 လွတ်အောင် ရုန်းထွက် နိုင်ပြီး သဘာဝလက္ခဏာအားဖြင့်

ပရမတ်တို့ကို ဉာဏ်၏အာရုံအဖြစ် သိခွင့်ရခြင်း
 ဖြစ်ပါသည်။ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိအောင် ကွက်ကြား
 ကောက်ခြင်း ဖြင့် ပုံသဏ္ဍာန်၊ အမည်ပညတ်တို့မှ
 လွတ်အောင် ရုန်းထွက်နိုင်ပြီးသဘာဝ လက္ခဏာအားဖြင့်
 ပရမတ်တို့ကို ဉာဏ်၏ အာရုံအဖြစ် သိခွင့်ရခြင်း
 ဖြစ်ပါသည်။

ဇူ။ “ကံနှင့်နယ်(၃)နယ်”
(၁၀ - ၉ - ၂၀၁၂)

| | | |
|----------|---|---|
| သမုတိနယ် | ကံ (အကြောင်း) | ကံ၏အကျိုး (အကျိုး) |
| ပရမတ်နယ် | ဥပါဒါန် (ကိလေသဝဋ်) + စေတနာ (ကမ္မဝဋ်) | နာမ်ရုပ် (ဝိပါကဝဋ်) |
| သစ္စာနယ် | ကံ (သမုဒယသစ္စာ) မဂ္ဂင်(၈)ပါး (မဂ္ဂသစ္စာ) | နာမ်ရုပ် (ဒုက္ခသစ္စာ) ကံနှင့် ကံ၏အကျိုး ချုပ်ခြင်း (နိရောဓသစ္စာ) |

မျက်စိ + အဆင်း → မြင်စိတ်



“အာရုံကို ဥပါဒါန်ဖြင့်ဆင်ခြင်လျှင် သံသရာလည်”
 “အာရုံကို သတိဖြင့်ဆင်ခြင်လျှင် သံသရာရပ်”

မၤကိတ်စိ + အဆင်း → မြင်စိတ်

ဖဿ (မနော)

ဥပါဒါန် သတိ

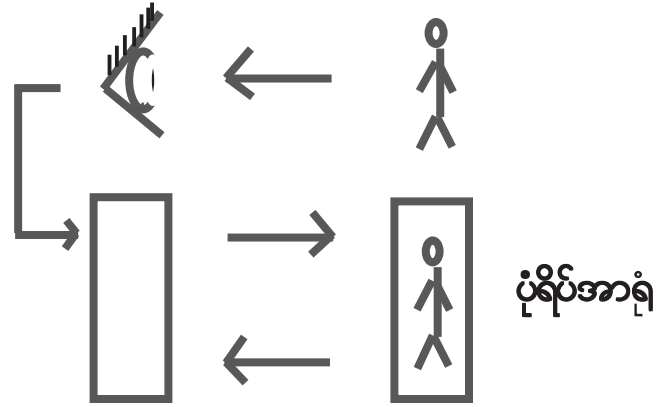
“ကာယကံ ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ ပြုမဲ့ကြံ
ဥပါဒါန်ကို သတိပြု။” (ပဉ္စကောသလဝဂ္ဂ၊ နိဗ္ဗာန်ဝဂ္ဂ၊ ၁၀၀)

- | | | |
|---------|-----------|-----------------|
| ကမဝတ္ထု | -၁။ အဆင်း | (ရူပါရုံ) |
| | ၂။ အသံ | (သဒ္ဒါရုံ) |
| | ၃။ အနံ့ | (ဂန္ဓာရုံ) |
| | ၄။ အရသာ | (ရသာရုံ) |
| | ၅။ အထိ | (ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ) |

တဏှာ - သုဘသညာ၊ သုခသညာ
ဒိဋ္ဌိ - နိစ္စသညာ၊ အတ္တသညာ

“မနောဒွါရနှင့် ဓမ္မာရုံ”

(မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်) (အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အထိ)



(မနောဒွါရ)

(ဓမ္မာရုံ)

သညာ + ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ခြင်္စင်၊ ဝတ္ထု (ပညတ်)

သညာ + → အနိစ္စသညာ + အနတ္တသညာ

“သက္ကာယ + ဒိဋ္ဌိ”

၁။ သညာသည် အတ္တ (ငါ) ဖြစ်၏။

၂။ သညာရှိသော အတ္တ (ငါ) ဖြစ်၏။

၁၀။ ဝိပဿနာ

(13-9-2012)

(၁)သဘာဝလက္ခဏာနှင့်ဉာဏ်၏အာရုံ

ရုပ်တရားတို့သည် ဆန့်ကျင်ဖက် တရားတို့နှင့် တွေ့ပါက ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲ တတ်သောလက္ခဏာ ရှိ၏။ ယင်းတွင် ဓာတ်ကြီးလေးပါးပါဝင်၏။ပထဝီသည် ခက်မာခြင်း ပျော့ခြင်းလက္ခဏာ၊ အာပေါသည် ဖွဲ့စည်းခြင်း ယိုစီးခြင်းလက္ခဏာ၊ တေဇောသည် ပူခြင်း အေးခြင်းလက္ခဏာ၊ ဝါယောသည် တွန်းထိုးခြင်း ထောက်ကန်ခြင်း လက္ခဏာရှိပါသည်။

နာမ်တရားသည် အာရုံကို ညွတ်တတ်သော လက္ခဏာ ရှိ၏။ ယင်းတွင် နာမ်တရားလေးပါး ပါဝင်၏။ ဝေဒနာသည် အာရုံကို ခံစားတတ်သော လက္ခဏာ၊ သညာ သည် အာရုံကို မှတ်သားတတ်သော လက္ခဏာ၊ သင်္ခါရ သည် အာရုံကို စေ့ဆော် အားထုတ်တတ်သော လက္ခဏာ၊ ဝိညာဏ်သည် အာရုံကို သိတတ်သော လက္ခဏာရှိ၏။

သဘာဝလက္ခဏာတို့ကိုဆင်ခြင်၍ ရုပ်နာမ် ပရမတ်တို့ကို ဉာဏ်၏အာရုံ (ဓမ္မာရုံ) အနေဖြင့်သာ

သိခွင့်ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ ပလပ်ပေါက် (socket)အတွင်း လက်ထည့်၍ မီးခလုတ် ဖွင့်ပါ။ ကျင်တက်သွားပေမည်။ ကျင်မှုသည် လျှပ်စစ် ဓာတ် မဟုတ်ပါ။ ကျင်ခြင်းလက္ခဏာကို ဆင်ခြင်၍ လျှပ်စစ် ဓာတ်ရှိခြင်းကို ဉာဏ်၏(အာရုံ)အနေဖြင့် သိရခြင်း ဖြစ်သည်။ သို့သော် အရှိနှင့်အသိကို ခွဲခြား မသိနိုင်သောကြောင့် မိမိသိရသည်မှာ ဝါယာကြိုး အနေဖြင့် သိရခြင်းဖြစ်သည်။ သို့သော် အရှိနှင့် အသိကို ခွဲခြား မသိနိုင် သောကြောင့် မိမိသိရသည်မှာ ဝါယာကြိုးမှာရှိသော လျှပ်စစ်ဟု အထင်မှားနေခြင်း ဖြစ်သည်။ အမှန်မှာ လျှပ်စစ်ဓာတ်သည် ဝါယာကြိုးမှာ ရှိသော်လည်း သိခွင့်ရသည်မှာ မိမိဓမ္မာရုံမှ အာရုံ သာဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာသည် အာရုံကို ရှုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

(၂) အနတ္တ အကြောင်းအကျိုး

၁။ အကြောင်းနှင့်အကျိုးသည် သီးခြားတစ် ခုစီ ဖြစ်သော်လည်း တစ်ခုတည်းသောသဘော အဖြစ်ထင်ရ၏။ ဥပမာ အကြောင်းအကျိုးတို့သည် ပန်းသီထား သကဲ့သို့ တစ်ဆက်တည်း တစ်ခုတည်း

(ဧကတ္တ)ဖြစ်၏။

၂။ အကြောင်းနှင့်အကျိုးသည် သန္တာန်တူ
သော်လည်း သဘောအားဖြင့် ခြားနားမှု (နာနတ္တ)ရှိ၏။

၃။ အကြောင်းတရားသည် အကျိုးတရား
အပေါ် အစိုးမရ။ အကြောင်းပြည့်စုံပါက အကျိုးသည်
မရှိရာမှ သူ့သဘောသူဆောင်ကာ အသစ်ဖြစ်ပေါ်
လာခြင်း (အဗျာပါရ)ဖြစ်သည်။

၄။ အကျိုးတရားသည် အကြောင်းအား
လျော်စွာသာ ဖြစ်ပေါ်၏။ (ဧဝံဓမ္မတာ)

အကြောင်းတရားသည် အကျိုးတရားကို ကိုယ်
ဝန်ဆောင်ထားခြင်း မရှိသလို အကျိုးတရားသည်လည်း
အကြောင်းတရားကိုယ်ဝန်မှ မွေးဖွားလာခြင်း မဟုတ်ပါ။
အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံညီညွတ် သည်နှင့်
အကျိုးတရားသည် သူ့သဘောသူဆောင်ပြီး အသစ်
အသစ် (newly arise) ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

“ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းအကျိုး”

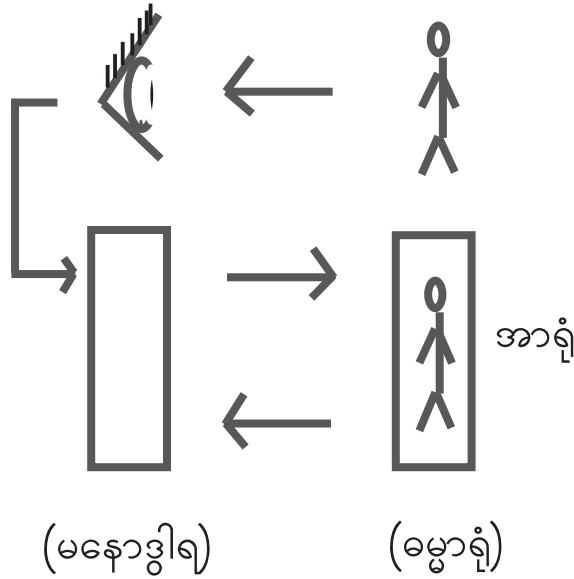
မျက်စိ(ရုပ်) + အဆင်း (ရုပ်) ——— မြင်စိတ် (နာမ်)
 (အကြောင်း) (အကျိုး)

မျက်စိအဆင်း တွေ့ဆုံတိုက်ဆိုင်မှု အကြောင်း ရှိပါက အကျိုးတရားမြင်စိတ်သည် သူ့သဘောသူ ဆောင်ပြီးအသစ်ဖြစ် ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ အကြောင်းတရားတို့တွင် နီးသော(ပစ္စယ) အကြောင်းနှင့် ဝေးသော (ဟေတု) အကြောင်းဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိ၏။ မြင်မှုတွင် မျက်စိနှင့် အဆင်းတိုက်ဆိုင်မှုသည် နီးသော အကြောင်းဖြစ်၍ အတိတ်မှကံသည် ဝေးသော အကြောင်းဖြစ်သည်။ သို့သော် အတိတ်မှကံသည် ဟေတုဖြစ်၍ အဓိကပိုကျပါသည်။ ဥပမာ ကံကုန်၍သေဆုံးပြီးသောသူကို မျက်စိနှင့် အဆင်း

တိုက်ဆိုင်ပေးသော်လည်း မြင်စိတ် မဖြစ်ပေါ်နိုင်တော့ပါ။

(၃) “မနောဒွါရနှင့် ဓမ္မာရုံ” (ဒွါရနှင့် အာရုံ)

(မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်) (အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အထိ)



| | |
|-------------------|---|
| စိတ် + ဥပါဒါန် | ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ခြင်္သေ့၊ ဝတ္ထု (ပညတ်) |
| သညာ + ဒိဋ္ဌပါဒါန် | နိစ္စသညာ (အမြဲရှိ)၊ အတ္တသညာ |

အဂ္ဂဏှာဏ်သည် မနောမှာ ဖြစ်၍ အဂ္ဂင်္ဂကို ဓမ္မာရုံ၌ အနိစ္စသညာ၊

(၄) ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် ဝဋ်သုံးပါး

| ဝိပါကဝဋ် | ကိလေသဝဋ် | ကမ္မဝဋ် |
|--------------------------------|-----------|--|
| မြင်း၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေ့ | ကိလေသဝဋ် | အားထုတ်မှု (ကံ) |
| သတ္တဝါ | ဥပါဒါန် | ကာယကံ (သီလ) ဝစီကံ (သီလ) မနောကံ (သမာဓိ) |
| နာမ်ရုပ် | သတိ (ပညာ) | ကံချုပ် |

ကံသည် ကမ္မဝဋ်ဖြစ်၍ မြင်း၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင် နာမ်ရုပ်အနေဖြင့် ကံ၏အကျိုး ဝိပါကဝဋ်သည် ဖြစ်ပေါ်သည်။ ကံ(အကြောင်း)နှင့် ကံ၏အကျိုး နာမ်ရုပ်ဆက်နွယ်မှု (ကြောင်းကျိုး) ဖြစ်စဉ်တွင် သူ့သဘောသူ့ဆောင်ကာ အသစ်ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း (အနတ္တ) ဖြစ်သည်။ နာမ်ရုပ်(အကျိုး)မှ ကံ(အကြောင်း) ဖြစ်ပေါ်မှုတွင် အကျိုးနှင့်အကြောင်း ကြားတွင် ဥပါဒါန် (အတ္တ) ရှိနေပါသည်။ ယင်းကိုပင် သတိဦးဆောင်သောပညာဖြင့်ပယ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

(ဥပါဒါန်၊ သတိ၊ နာမ်ရုပ်၊ ကံချုပ်)

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

၁။ ဒုက္ခသစ္စာ

- ရုပ်နာမ်ကို ပိုင်းခြား (သိ)ရန်

၂။ သမုဒယသစ္စာ

- တဏှာ (ဥပါဒါန်)ကို (ပယ်)ရန်

၃။ နိရောဓသစ္စာ

- တဏှာချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို

မျက်မှောက်ပြု (ဆိုက်)ရောက်ရန်

၄။ မဂ္ဂသစ္စာ

- မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို (ပွား)များရန်

- သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊

- သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ

- သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ

၁။ ဝိဘဇ္ဇဝါဒ

(၁၇-၉-၂၀၁၂)

“ယေဓမ္မာ ဟေတုပ္ပဘဝါ၊ တေသံ ဟေတုံ
တထာဂတော အာဟ။”

“တေသဉ္စ ယောနိရောဓော၊ ဧဝံဝါဒီ
မဟာသာမဏော”

ယေဓမ္မာ - အကြင်အကျိုးတရား(ဒုက္ခသစ္စာ)တို့သည်

ဟေတုပ္ပဘဝါ - အကြောင်းတရား (သမုဒယသစ္စာ)
တို့ကြောင့်ဖြစ်သည်။

တေသံ ဟေတုံ - ထိုအကျိုးတရားတို့၏အကြောင်း
တရားတို့ကို

တထာဂတော အာဟ - မြတ်စွာဘုရားရှင်သည်
ဟောကြားတော်မူ၏။

တေသဉ္စ - ထိုတရားနှစ်ပါးတို့၏

ယောနိရောဓော - အကြင်ချုပ်ငြိမ်းရာ (နိရောဓသစ္စာ)
သည်ရှိ၏။

ဧဝံဝါဒီမဟာသာမဏော - ရဟန်းမြတ် ဖြစ်တော်မူသော
ဘုရားရှင်သည် ဤသို့သော အယူဝါဒရှိတော်မူ၏။

(အရှင်အဿဇိ)

“ဒိဋ္ဌိကိုအသိဖြင့် အရင်ဖြုတ်ပါ။”

အရှင်သာရိပုတြာလောင်းဖြစ်သော ဥပတိဿ ပရိဗိုဇ်သည် အရှင်အဿဇိထံမှ အထက်ပါ ဂါထာ တစ်ပုဒ်၏ ပထမတစ်ပိုဒ်ကို ကြားနာလိုက်သည်နှင့် သောတာပန်တည်လေသည်။

ယင်းဂါထာတွင် အကြောင်းတရား (သမုဒယ သစ္စာ)၊ အကျိုးတရား (ဒုက္ခသစ္စာ)နှင့် ထိုတရား နှစ်ပါးတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာ (နိရောဓသစ္စာ)ဟူသော သစ္စာ(၃)ပါးသာ ပါဝင်လေသည်။ မဂ္ဂသစ္စာတစ်ပါး ကျန်ပါသည်။ သို့သော် ယင်းအကြောင်းတရား၊ အကျိုးတရားနှင့် ထိုတရား(၂) ပါးတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာကို သိမြင် နားလည်ပါက မဂ္ဂသစ္စာသည် မိမိ၏မနော မှာပင် ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။

ယခု သော်ကား မနောမှာ မဂ္ဂင်ဖြစ်သည်ကို မောဟဖြင့်မသိမြင်ပဲ “ ဂါထာမှာ မဂ္ဂသစ္စာမပါတာကို ငါကသိတယ်”ဟု တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ ဖြစ်ပေါ်သွား လေသည်။ မနောမှာ မဂ္ဂင်ဖြစ်မှန်း သတိပညာဖြင့် သိမြင်ပါက ငါစွဲ(ဒိဋ္ဌိ)ကို အသိဖြင့် ဖြုတ်ပါသည်။

“ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အကြောင်းအကျိုး”

အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံညီညွတ်ပါက အကျိုးတရားတို့သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ မရှိရာမှ အသစ်အသစ်ဖြစ်ပေါ်နေခြင်းဖြစ်သည်။ အကြောင်းတရားတို့ ကျေးဇူးမပြုခင်ကလည်း ထိုအကျိုးတရားသည် ကြိုတင်၍ ဖြစ်ပေါ်မနေသလို အကြောင်းကင်းသည်နှင့်လည်း လုံးဝ ချုပ်ပျောက်ကြ၏။ အကြောင်းတရားသည် အကျိုးတရားကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်ထားခြင်းမရှိသလို အကျိုးတရားသည်လည်း အကြောင်းတရားကိုယ်ဝန်မှ မွေးဖွားလာခြင်း မရှိပါ။ အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံညီညွတ်သည်နှင့် အကျိုးတရားတို့သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ မရှိရာမှ အသစ်အနေဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဥပမာ မှန်ကိုကြည့်သောအခါ မှန်သားပြင်မှာ ဖြစ်ပေါ်သော မျက်နှာပုံရိပ်သည် မှန်သားလည်း မဟုတ်သလို မျက်နှာလည်း မဟုတ်ပါ။ မှန်သားနှင့် မျက်နှာကိုစွဲ၍ မရှိရာမှ အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားမျိုးသာဖြစ်သည်။ ထိုတရားသည် အခိုင်အမာ အနှစ်သာရ အမာခံမရှိသောကြောင့်

ငါ့ငါ့ ဥစ္စာအနေဖြင့် အတ္တပြု၍ မရသော အာဂန္ဓုခါတ် သက်သက်မျှသာ ဖြစ်လေသည်။

၊ ထို့အတူ အာရုံနှင့် ဒွါရတိုက်မှုကြောင့် အသစ် ဖြစ်ပေါ်လာသောဝိညာဏ်သည် အာဂန္ဓုခါတ် သက်သက်ဖြစ်သောကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ဝတ္ထုပြု၍ အခိုင်အမာ အနှစ်သာရအားဖြင့် စွဲယူရနိုင် လောက်သော အမာခံသဘောမျိုး လုံးဝမရှိပါ။

ယင်းကဲ့သို့ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တိုင်း အကျိုး တရားတို့ အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် သဘော အားဖြင့် သိမြင်ခြင်းသည် အကြောင်းအကျိုး ဆက်နွှယ်မှုသဘောကို အနတ္တအမြင်ဖြင့် သိမြင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ ဆက်နွှယ်မှုကို အောက်ပါ အတိုင်း (အတ္တနယ)နည်း(၄)မျိုးဖြင့် သိမြင်နားလည် နိုင်ပါသည်။

၁။ ဧကတ္တနည်း

အတိတ်အကြောင်းတရားနှင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး တရား၊ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းတရားနှင့် အနာဂတ် အကျိုးတရားတို့သည် ကြောင်းကျိုး ဆက်နွှယ်လျှက် တစ်ဆက်တည်း အစဉ်အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပေါ် နေကြသည်။ ထို့ကြောင့် ကြိုးတစ်ချောင်းတွင် ပန်းသီ

ထားသကဲ့သို့ ရုပ်နာမ်အစဉ်၏ **(မပြတ်စဲခြင်း သဘော)**ကို ထိုးထွင်းသိမြင်သဖြင့် ဘဝသည် ပုခက် နှင့် အခေါင်းကြားမှာသာရှိ၍ သေလျှင်ပြတ်၏ဟု စွဲယူထားသော **(ဥစ္စေဒဒိဋ္ဌိ)** အယူမှားကြီးကို ပယ်စွန့်နိုင်လေသည်။

၂။ နာနတ္တနည်း

အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရားတို့သည် ဆက်နွယ်မှုရှိကြသော်လည်း ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘာဝ လက္ခဏာတို့သည် မတူညီကြပါ။ ထို့ကြောင့် အကြောင်း ရုပ်နာမ်တို့ချုပ်ပြီး အကျိုးရုပ်နာမ်တို့ အသစ်ဖြစ်ပေါ်သောကြောင့် ယင်းတို့၏ လက္ခဏာ များမှာလည်း တူညီမည်မဟုတ်ပါ။ ထိုသို့ အကြောင်း နှင့်အကျိုးတို့၏**(မတူသည့်သဘော)**ကို သိမြင်ပါက အတ္တသည် မြဲသည်ဟု စွဲယူတတ်သော **(သဿတ ဒိဋ္ဌိ)** အယူမှားကြီးကို ပယ်စွန့်နိုင်လေသည်။

၃။ အဗျာပါရနည်း

အကြောင်းတရားသည် အကျိုးတရား ဖြစ်ပေါ် လာအောင် အားထုတ်သည့် ဗျာပါရ မရှိသလို အကျိုးတရားသည်လည်း အကြောင်းတရားရှိပါက

ဖြစ်ပေါ်လိုက်မည်ဟု အားထုတ်သည့် ဗျာပါရမိုး မရှိပါ။
အကြောင်းတရား ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်သည်နှင့်
အကျိုးတရားသည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ မရှိ ရာမှ
အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ လှုပ်လို
သောစိတ်သည် အကြောင်းတရားအနေဖြင့် ထင်ရှား
ဖြစ်ပေါ်သည်နှင့် လှုပ်သည့်ရုပ်သည် အကျိုးတရား
အဖြစ်နှင့် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ အသစ်ဖြစ်
ပေါ်လာ၏။ ပုဂ္ဂိုလ်၏အလိုအတိုင်းဖြစ်သည့် သဘောမျိုး
လုံးဝမရှိပါ။

၄။ ဧဝံဓမ္မတာနည်း

အကျိုးတရားသည် သူ့သဘောသူဆောင်
ကာအသစ်ဖြစ်ပေါ်လာသော်လည်း ပရမ်းပတာ
ဖြစ်ပေါ်ခြင်းမျိုးမဟုတ်ပါ။ အကြောင်းအားလျော်
စွာသာ ဖြစ်ပေါ်ရလေသည်။ ဥပမာ-မျက်စိနှင့်
အဆင်းတိုက်မှုကြောင့် မြင်စိတ်သာဖြစ်ပေါ်ရသည်။
ကြားစိတ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်း မရှိပေ။

**“နစသော နစအညော”
(neither he nor other)**

ထိုသူလည်းမဟုတ်၊ အခြားသူလည်းမဟုတ်

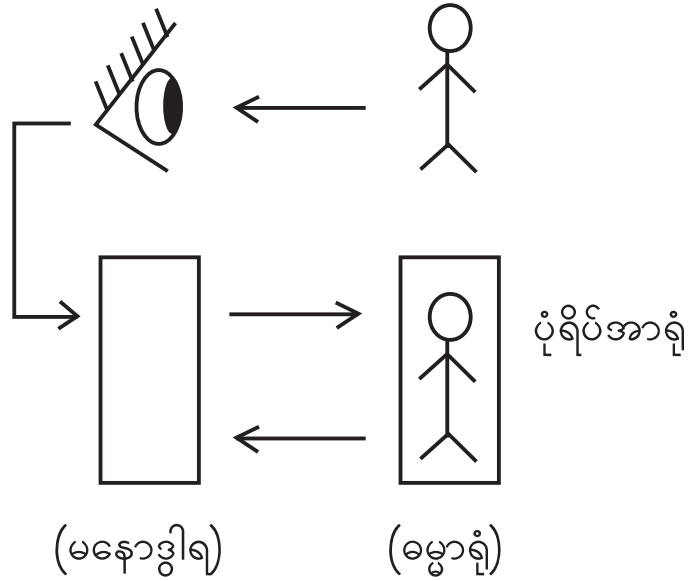
ဟု အဓိပ္ပါယ်ရပါသည်။ ဥပမာ မှန်ကြည့်ပါက မှန်မှာ ပေါ်သော ပုံရိပ်သည် မှန်ကြည့်သူလည်း မဟုတ် သလို တစ်ခြားသူလည်း မဟုတ်ပါ။ မှန်ကြည့်သူသည် အပြင်မှာရှိနေသောကြောင့် မှန်ထဲမှပုံရိပ်သည် မှန်ကြည့်သူမဟုတ်ပါ။ သို့သော် ပုံရိပ်သည် မှန်ကြည့်သူနှင့် တူနေသဖြင့် တစ်ခြားသူလည်း မဟုတ်ပေ။ မှန်နှင့် တိုက်ဆိုင်သော အကြောင်းရှိပါက အကျိုးပုံရိပ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းဆိုသော **(အကြောင်းအကျိုးနိယာမ)** တစ်ခုသာ ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းဖြစ်စဉ်ကို အနတ္တသဘောတရားဟု ခေါ်ဆိုပါသည်။

ဝိပဿနာတွင် ဖြစ်ပျက်ဟုပြောကြပါသည်။ ထိုအခါ သညာတို့သည် ဖြစ်ပြီးပျက်သွားပါက ‘ဘာကြောင့် မှတ်မိနေပါသလဲ’ ဟု မေးတတ်ကြပါသည်။ သညာတို့သည် ဖြစ်ပြီးပျက်သွားသော်လည်း အာရုံနှင့်အကြောင်းတိုက်ဆိုင်ပါက သညာ တို့သည် ဖြစ်ပေါ်ကြပြန်ပါသည်။ သို့သော် ယင်း သညာတို့သည် ယခင်မူလသညာမဟုတ်ပါ။

ဥပမာ မှန်ကြည့်ပါက ပုံရိပ်ပေါ်၏။ နောက် တစ်ခါ မှန်ထပ်ကြည့်ပါ။ ယခင်ပုံရိပ် ပြန်ပေါ်ခြင်း

မဟုတ်ပါ။ ယခင် ပုံရိပ်သည် မှန်တွင် အကြွင်းအကျန်
 မရှိ ချုပ်ပျောက် ပါသည်။ နောက်ပေါ်သော ပုံရိပ်သည်
 အသစ်ဖြစ်ပေါ်သော်လည်း ယခင်ပုံရိပ်အတိုင်း ပေါ်ပါ
 သည်။ ထို့အတူ သညာတို့သည် ဖြစ်ပေါ်ချုပ်ပျောက်
 နေသော်လည်း အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တိုင်း အသစ်
 အသစ်ဖြစ်ပေါ်နေသောကြောင့် မှတ်မိနေခြင်းဖြစ် သည်။
 ယင်းသည်ပင် အနုတ္တသဘာဝဖြစ်ပါသည်။

၁၂။ နိဝရဏတရားနှင့် ဓမ္မာရုံ (၂၀-၉-၂၀၁၂)



စိတ် + ဥပါဒါန် ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ခြိပ်၊ ဝတ္ထု
 သညာ + ဥပါဒါန် နိစ္စသညာ၊ အတ္တသညာ

“အထင်ကြီးခြင်းနှင့် အထင်သေးခြင်း”

မျက်စိသည် ပြင်ပရှိ အဆင်းအာရုံနှင့် တိုက်ရိုက် ဆက်ဆံ၍ အရှိကို အရှိအတိုင်း မြင်သော်လည်း မနောသည် မျက်စိမြင်သည့်အတိုင်း မသိပါ။ မနောသည် ဓမ္မာရုံဖြင့် ကြားခံ ဆက်ဆံနေရသော ကြောင့် ဓမ္မာရုံမှာ ထင်သည့်အတိုင်းသာ သိခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မျက်စိက မြင်သော အာရုံပေါ်တွင် ဓမ္မာရုံ၌ ကိုယ့်အလို

(ဥပါဒါန်)အတိုင်း အပိုဖြည့်ပြီး မနောကသိသောအခါ အထင်ကြီး ခြင်းဖြစ်လေသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ မျက်စိမြင်သည့် အာရုံပေါ်တွင် ဓမ္မာရုံ၌ ကိုယ့်အလို (ဥပါဒါန်)အတိုင်း နှုတ်ပယ်ပြီး မနော ကသိသောအခါ အထင်သေခြင်း ဖြစ်လေသည်။ သမ္မုတိနယ်တွင် “သူ့ကိုယ်သူ သိပ်အထင်ကြီး နေတာ ပါ”ဟု ပြောတတ်ကြပါသည်။ အမှန်အားဖြင့် ပရမတ်အမြင်တွင် အရှိကိုအရှိအတိုင်း မသိမြင်ဘဲ ဓမ္မာရုံတွင် နှုတ်ပယ်ပြီး အထင်သေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အထင်ကြီးခြင်း၊ အထင်သေးခြင်းတို့သည် ဓမ္မာရုံမှာ မိမိ၏ဥပါဒါန်အတိုင်း တွေးထင်နေခြင်း ဖြစ်သည်။ ယင်းသဘောကို သတိရှိပါက အရှိတရား အတိုင်း အမှန်ကို သိမြင်နိုင်ပါသည်။

“မြင်တာမသိ၊ ထင်တာသာသိ”

ဥပမာ ထိုင်ခုံတစ်ခုံပေါ်တွင် လူတစ်ဦးထိုင် နေသည်ကို သတိပြုမိပါသည်။ မိမိတစ်ဖက်လှည့် နေချိန်တွင် ထိုသူသည် ထိုင်ခုံမှထသွားပါသည်။ မိမိ

ပြန်လည်ကြည့်သောအခါ ထိုင်ခုံတွင် ဘာမျှမရှိပါ။ သို့သော် (မျက်စိ)သည် ထိုင်ခုံကို(မြင်)နေသော်လည်း (မနော)သည်ထိုင်ခုံကို(မသိ)နိုင်ပဲ ‘ထိုပုဂ္ဂိုလ် မရှိပါလား’ ဟု ဓမ္မာရုံတွင် ကိုယ့်အလို (ဥပါဒါန်)အတိုင်း ပုဂ္ဂိုလ် (အာရုံ)ပေါ်ကာ သိမြင်သွားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မျက်စိက (မြင်သည့်) အတိုင်းမသိနိုင်ပဲ ဓမ္မာရုံမှာ(ထင်သည့်) အတိုင်းသာ မနောကသိခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

“သညာနှင့်သတိ”

ထို့ပြင် ကားမောင်းသွားသောအခါများတွင် ကားမောင်းနေသော်လည်း မနောသည် ကိုယ့်အလို (ဥပါဒါန်)အတိုင်း ဓမ္မာရုံတွင် အိမ်ကိစ္စ၊ အလုပ်ကိစ္စ စသည့်(အာရုံ)တို့ကို တွေးထင်နေကြပါသည်။ လမ်းတွင် မျက်နှာချင်းဆိုင်ဖြတ်သွားသောကားများ ကိုပင် မျက်စိက (see)မြင်သော်လည်း မနောက (recognize) အမှတ်ပြု၍ မသိပါ။ မနောသည် ဓမ္မာရုံတွင် ထင်နေသော အခြားအာရုံတို့ကိုသာ ကျက်စားနေခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ထိုအခါ မျက်စိ မြင်သည့်အတိုင်း မသိ၊ ကိုယ့်အလို(ဥပါဒါန်)အတိုင်း မနောသည် ဓမ္မာရုံ၌ ထင်နေသောအတွေးတို့ဖြင့် မျောပါနေပါသည်။

ထိုအချိန်တွင် ကားမောင်းနေ သော်လည်း သတိမရှိပါ။ သညာဖြင့်မောင်းနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သတိရှိပါမှ ဓမ္မာရုံတွင် အနှောက်အယှက် ပေးမည့် အာရုံ တို့ကိုပယ်နိုင်ကာ ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ မြင်လျှင်မြင်သည့်အတိုင်း မနောကသိနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မျက်စိက မြင်သည်ကို မြင်သည့်အတိုင်း မနောကသိနိုင်အောင် သတိကို ဝိရိယကောင်းကောင်း ဖြင့် စောင့်ရှောက် ရလေသည်။ ယင်းကိုပင် တရား အားထုတ် သတိပဋ္ဌာန် အလုပ်ဟု ခေါ်လေသည်။

“ဓမ္မာရုံတွင် အာရုံနှောက်ခြင်း”

ဝိပဿနာသည် မျက်စိကမြင်သည့်အာရုံကို အရှိကို အရှိအတိုင်း မနောက အမှန်သိရန် အားထုတ် ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ဓမ္မာရုံတွင် အရှိကို အရှိအတိုင်း မသိနိုင်မမြင်နိုင်အောင် အနှောက် အယှက် အပိတ်အပင် အတားအဆီးများ ရှိနေကြပါ သည်။ ယင်းတို့ကို နီဝရဏတရားများဟု ခေါ်ဆို ပါသည်။

ဓမ္မာရုံတွင် အာရုံနှောက်နေသောကြောင့် ရုပ်နမ် အကြောင်းအကျိုးတို့ကို မသိမြင်နိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။(သမာဓိ) အစွမ်းဖြင့် ဓမ္မာရုံသည်

ကြည်လင်လာသောအခါ (သတိ) ဦးဆောင်မှုဖြင့် ရုပ်နမ် အကြောင်းအကျိုးတို့ကို ဉာဏ်တွင် အာရုံ အနေဖြင့် ထင်ရှားပေါ်လွင် လာပါသည်။ ယင်းရုပ်နမ တို့အပေါ်တွင် မမြဲသောသဘော (အနိစ္စ)၊ အခိုင်အမာ အနှစ်သာရ မရှိသောသဘော (အနတ္တ)တို့ကို သမ္မာ သင်္ကပ္ပဖြင့် ဆင်ခြင်သောကြောင့် ငါငါ့ဥစ္စာအဖြစ် စွဲယူ၍မရကြောင်း အမှန်ကိုသိမြင်ခြင်း သမ္မာဒိဋ္ဌိ (ပညာ)သည် ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။

“တောင်ကြီးမြို့နှင့် ဒိဋ္ဌိ”

တောင်ကြီးမြို့သို့ ပြီးခဲ့သောမေလက တရား ဟောသွားကြပါသည်။ သူငယ်ချင်း မိတ်ဆွေများလည်း ပါကြလေသည်။ တောင်ကြီးမြို့ရောက်သည့်အခါ ရာသီဥတုကလည်းအေး၊ သန့်ရှင်းမှုကလည်းရှိ၊ သစ်ပင်တောတောင်တို့ကလည်း စိမ်းစိုနေသော ကြောင့် အဖွဲ့သားတို့မှာ စိတ်ရောကိုယ်ပါ လန်းဆန်း နေကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် “တောင်ကြီးမြို့ကလှလိုက် တာ၊ တောင်ကြီးကသာယာတာပဲ၊ တောင်ကြီးမြို့က အေးလို့နေလို့ကောင်းတယ်” စသည်ဖြင့် ပြောဆို ကြပါသည်။ အမှန်အားဖြင့် မျက်စိက မြင်သည်မှာ

အိမ်တွေ၊ တိုက်တွေ၊ လမ်းတွေ၊ သစ်ပင်တွေသာ
ဖြစ်ပါသည်။ မြင်ရသည့်ထဲတွင် တောင်ကြီးမြို့ကို
မတွေ့ပါ။ သို့သော် ယင်းတို့၏စိတ်ထဲတွင် တောင်ကြီး
မြို့ကို မြင်နေရပါသည်။

တောင်ကြီးမြို့ကို မျက်စိဖြင့် မမြင်ရသော်
လည်း ဓမ္မာရုံတွင် တောင်ကြီးမြို့ကို ဖွဲ့စည်းလိုက်ပါ
သည်။ တောင်ကြီးသည် ဓမ္မာရုံမှာ ဒိဋ္ဌိဖြင့် ဖွဲ့လိုက် သော
မြို့ဖြစ်ပါသည်။ အမှန်ပရမတ်သဘောတွင်
တောင်ကြီးမရှိပါ။ သညာသာ ဖြစ်ပါသည်။ ဒိဋ္ဌိ
ကပ်သောသညာသည် တောင်ကြီးဟု အမြဲရှိသည့်
သဘော(နိစ္စသညာ)၊ အခိုင်အမာ အနှစ်သာရ ရှိသည့်
သဘော(အတ္တသညာ)တို့ဖြစ်ပါသည်။ မျက်စိ
အမြင်တွင် တောင်ကြီးသည် တကယ်မရှိပါ။ နာမည် ပေး၊
ပညတ်ပြုထားခြင်းသာဖြစ်သည်ကို အမှန် သိမြင်ပါက
တောင်ကြီး(သညာ)ပေါ်တွင် ဒိဋ္ဌိပြုတ် ပါသည်။
သညာပေါ်တွင် မြဲသည့်(နိစ္စ)၊ ခိုင်သည်
အနှစ်သာရရှိသည့်(အတ္တ) ဟု စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ကြောင့်
ဒိဋ္ဌိဖြစ်ရလေသည်။

“ငါ နှင့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ”

တရားအားထုတ်ရာတွင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့ကို မကောင်းသည့် အကုသိုလ်တရားများ အနေဖြင့် ပယ်ရမည်ဟု သိကြပါသည်။ ‘ငါ’ ကိုတော့ မကောင်းဘူးဟု မထင်ကြပါ။ ထို့ကြောင့် ပယ်ရကောင်းမှန်းပင် မသိကြ။ “ငါလောဘတွေကြီးနေတယ်၊ ငါဒေါသတွေ ကြီးနေတယ်၊ မကောင်းဘူး” အကုသိုလ်မှန်းသိကြပါသည်။ ဒါကြောင့် “ငါ့လောဘတွေကို ပါးအောင်လုပ်မယ်၊ ငါ့ဒေါသတွေကို နည်းအောင်လုပ်မယ်” ဟု ငါအနေဖြင့်သာ တရားအား ထုတ်နေကြပါသည်။ အမှန်မှာ တရားအလုပ်သည် ငါအရင် ပြုတ်အောင် လုပ်ရခြင်းဖြစ်သည်။ လောဘဖြစ်ပါကလည်း လောဘကို ငါမပါအောင် လုပ်ရခြင်းဖြစ်သည်။ လောဘသည် သက္ကာယ အရှိတရားဖြစ်၍ ငါသည် ဒိဋ္ဌိဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် လောဘထက် ဒိဋ္ဌိကို အရင်ပယ်ရမည်ကို ဦးစွာသိမြင် နားလည် ရပေမည်။

၁၅။ သတိသမ္ပဇဉ်ဖြင့် ဆင်ခြင်းခြင်းအပိုင်း
(၂၄-၉-၂၀၁၂)

- ၁။ ရှေ့သို့တိုးရာ နောက်သို့ဆုတ်ရာ၌ သတိ သမ္ပဇဉ်ဉာဏ်ဖြင့် ပြုလေ့ရှိ၏။
 - ၂။ တည့်တည့်ကြည့်ရာ စောင်းငဲ့ကြည့်ရာ၌ သတိသမ္ပဇဉ်ဉာဏ်ဖြင့် ပြုလေ့ရှိ၏။
 - ၃။ ကွေးရာ ဆန့်ရာ၌ သတိသမ္ပဇဉ်ဉာဏ်ဖြင့် ပြုလေ့ရှိ၏။
 - ၄။ ဒုက္ခ၌ သပိတ် သင်္ကန်းကို ဆောင်ရာ၌ သတိ သမ္ပဇဉ်ဉာဏ်ဖြင့် ပြုလေ့ရှိ၏။
 - ၅။ စားရာ သောက်ရာ ခဲရာ၌ သတိသမ္ပဇဉ် ဉာဏ်ဖြင့် ပြုလေ့ရှိ၏။
 - ၆။ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်စွန့်ရာ၌ သတိသမ္ပဇဉ် ဉာဏ်ဖြင့် ပြုလေ့ရှိ၏။
 - ၇။ သွားရာ ရပ်ရာ ထိုင်ရာ အိပ်ရာ နိုးရာ ပြောရာ ဆိတ်ဆိတ်နေရာ၌ သတိသမ္ပဇဉ် ဉာဏ်ဖြင့် ပြုလေ့ရှိ၏။
- ဤသို့ မိမိ၏ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း

ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

“သမ္မုဇဉ်လေးပါး”

၁။ သာတ္ထကသမ္မုဇဉ် ၂။ သပ္ပာယ်သမ္မုဇဉ်

၃။ ဂေါရစရသမ္မုဇဉ် ၄။ အသမ္မောဟသမ္မုဇဉ်

၁။ သာတ္ထကသမ္မုဇဉ်

ကွေးရာဆန့်ရာ၌ စိတ်အလိုအတိုင်း ကွေးခြင်း ဆန့်ခြင်းမပြုဘဲ ကွေးခြင်းဆန့်ခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် အကျိုးရှိမရှိကို ဉာဏ်ဖြင့်ပိုင်းခြား၍ ယူနိုင်မှ ကွေးခြင်းဆန့်ခြင်းသည် သာတ္ထကသမ္မုဇဉ်မည်၏။ ဥပမာ ကွေးရာ ဆန့်ရာ၌ အလွန်ကြာမြင့်စွာ ကွေးသော် ဆန့်တန်းသော် ဒုက္ခဝေဒနာတို့သည် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ကြကုန်၏။ စိတ်သည် တည်ကြည်ခြင်း သမာဓိကိုမရနိုင်ပါ။ ကွေးသင့် ဆန့်သင့်သော အချိန်သိသူအား ဒုက္ခဝေဒနာတို့သည် မဖြစ်ပေါ်ကြကုန်။ စိတ်သည် တည်ကြည်ခြင်းသမာဓိကို ရရှိလာ၏။ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ကြီးပွားခြင်း သို့ရောက်ရှိသွား၏။ ဤသို့လျှင် အကျိုးရှိမှု မရှိမှုကို ဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြားယူခြင်းသည် သာတ္ထက သမ္မုဇဉ် ဖြစ်ပါသည်။

၂။ သပ္ပာယ်သမ္မုဇဉ်

ကွေးရာဆန့်ရာ၌ အကျိုးရှိမှုကို ဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြားယူနိုင်သောကြောင့် အကျိုးရှိသည်မှန်သော် လည်း လျောက်ပတ်သည် မလျောက်ပတ်သည်ကို ဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြားယူ၍ လျောက်ပတ်သည်ကိုသာ ပြုကျင့် နိုင်ခြင်းသည် သပ္ပာယ်သမ္မုဇဉ်မည်၏။

၃။ ဂေါစရသမ္မုဇဉ်

ဤသို့ ဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြား သိမ်းဆည်းထား သော သာတ္တကသမ္မုဇဉ် သပ္ပာယ်သမ္မုဇဉ် ရှိသောသူ သည် မိမိ၏စိတ်ကြိုက်ဖြစ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုသင်ယူ၍ ထိုကမ္မဋ္ဌာန်းကိုသာလျှင် နေ့ရောညပါ သတိမလွတ်ပဲ အမြဲနှလုံးသွင်း၍နေခြင်းသည် ဂေါစရသမ္မု မည်၏။

ကွေးရာဆန့်ရာ၌ ဂေါစရသမ္မုဇဉ်ဖြစ်ပုံကို မဟာထေရဝတ္ထုဖြင့် ထင်ရှားပြဆိုက်ပေသည်။ တစ်နေ့သောအခါ မဟာထေရ်ကြီးသည် အနီးနေ တပည့်တို့နှင့်အတူတကွ စကားပြောလတ်သော် ကမ္မဋ္ဌာန်းလက်လွတ်၍ လက်ကိုကွေးမိ၏။ ထိုသို့ ကွေးမိ၍ တစ်ဖန် မူလထားမြဲနေရာ၌ လက်ကို ပြန်ထား၍ ပြေးပြေးကွေး၏။ ဤတွင် အနီးနေတပည

တို့က ထိုလက်ပြန်ကွေးခြင်း၏အကြောင်းကို
 မေးလျှောက်ကြကုန်၏။ “ငါရှင်တို့ ငါသည် အကြင်
 နေ့မှအစပြု၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုလွတ်၍ မကွေးခဲ့ဘူးပေ။
 ယခုအခါ သင်တို့နှင့် စကားပြောမိသည်ဖြစ်၍
 ကမ္မဋ္ဌာန်းလွတ်ခဲ့မိ၏။ ထို့ကြောင့် မူလအတိုင်း
 ပြန်ထား၍ လက်ကွေးခဲ့လေပြီ” ဟု မိန့်ကြားတော်
 မူလေသည်။

ဤသို့လျှင် မိမိနှလုံးသွင်းနေသည့် ကမ္မ
 ဋ္ဌာန်းကို မစွန့်လွတ်ခြင်းသည်ကိုပင် ဂေါစရသမ္ပဇဉ်
 မည်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာ (၅)ပါးကိုလည်းကောင်း၊
 အာယတန (၁၂)ပါးကိုလည်းကောင်း၊ ဓာတ်(၁၈)
 ပါးကိုလည်းကောင်း ကွေးရာဆန့်ရာ၌ သိမ်းဆည်းပါ။
 ရှုပွားပါ။ အကယ်၍ အသင်သည် အာနာပါနဿတိ
 သမာဓိကို ပွားများအားထုတ်နေပါက ကွေးရာဆန့်ရာ
 တည့်တည့် ကြည့်ရာတို့၌ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုသာ
 နှလုံးသွင်းနေပါ။ သမထပိုင်းတွင် သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း
 ကိုလည်းကောင်း၊ ဝိပဿနာပိုင်းတွင် ဝိပဿနာ
 ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုလည်းကောင်း စီးဖြန်းနှလုံးသွင်းနေပါက
 ဂေါစရသမ္ပဇဉ်နှင့် ပြည့်စုံပြီဖြစ်ပေသည်။

၄။ အသမ္မောဟသမ္ပုဇဉ်

ခန္ဓာအိမ်အတွင်း၌ အတ္တမည်သော တစ်စုံတစ်ယောက်သော ကွေးသောသူသည်လည်းကောင်း၊ ဆန့်သောသူသည်လည်းကောင်း မရှိပေ။ ကွေးလိုသောစိတ် ဆန့်လိုသော(စိတ်)ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝါယောဓာတ်၏ သဘာဝသတ္တိစွမ်းအင် ပျံ့နှံ့သွားခြင်း (အရှိုပရမတ်)ကြောင့် ကွေးခြင်း ဆန့်ခြင်းလက္ခဏာ (ပြရုပ်)သည် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ဤသို့ ပိုင်းခြား၍ သိခြင်းသည် အသမ္မောဟသမ္ပုဇဉ် မည်၏။ ကွေးရာ ဆန့်ရာ၌ ယင်းရုပ်နာမ်(၂)ပါး ခန္ဓာ(၅)ပါး အရှိုပရမတ် တရားတို့ကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ပိုင်းခြားသိသောဉာဏ်အား အသမ္မောဟသမ္ပုဇဉ် ဉာဏ်ဟု ခေါ်ဆိုပါသည်။

“ရုပ်နာမ်သိမ်းဆည်းပုံ”

၁။ လျောင်းလျက်ဖြစ်စေ၊ ထိုင်လျက်ဖြစ်စေ၊ ရပ်လျက်ဖြစ်စေ၊ စင်္ကြံလျှောက်လျက်ဖြစ်စေ သမာဓိကို ထူထောင်ပါ။

၂။ လက်ကိုဖြည်းဖြည်း ကွေးကြည့်ပါ။

၃။ ကွေးလိုသောစိတ် စေတိသိက်တို့ကို သိမ်းဆည်းပါ။

၄။ ကွေးလိုသောစိတ် စေတသိက်တို့ကြောင့် ဝါယောဓာတ်၏ သဘာဝသတ္တိစွမ်းအင် လက်သို့ တိုင် ပျံ့နှံ့သွားပုံကို ဉာဏ်ဖြင့် မြင်အောင်ကြည့်ပါ။

၅။ ကွေးနေသောလက်ကို ဓာတ်လေးပါး ရှုပါ။

၆။ ရုပ်နာမ်ခွဲပါ။

၇။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ၊ လူနတ် ဗြဟ္မာမရှိ၊ ရုပ်နာမ် မျှသာရှိဟု ရုပ်နာမ်ကို ပိုင်းခြားမှတ်သားပါ။ ဤတွင် လက်ခြေတို့ကို ကွေးရာဆန့်ရာ၌ သမ္ပဇင်ဉာဏ်ဖြင့် ပြုလေ့ရှိ၏ဟူသော သမ္ပဇင်ဉာဏ် (၄)ပါးတို့ကို ရရှိအောင် သိမ်းဆည်းပုံအပိုင်း ပြီးလေသည်။

“ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ ကျင့်စဉ်”

၁။ စက္ခုဝိညာဏ်ဖြင့် ရူပါရုံကို မြင်အပ်သည် ရှိသော် မြင်အပ်ကာမျှသည် ဖြစ်လတ္တံ့။

၂။ သောတဝိညာဏ်ဖြင့် သဒ္ဓါရုံကို ကြားအပ် သည်ရှိသော် ကြားအပ်ကာမျှသည် ဖြစ်လတ္တံ့။

၃။ ဃာနဝိညာဏ်ဖြင့် ဝန္ဓာရုံကို၊
ဇိတဝိညာဏ်ဖြင့် ရသာရုံကို၊

ကာယဝိညာဏ်ဖြင့် ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံကို၊
တွေ့ထိအပ်သည်ရှိသော် တွေ့ထိအပ်ကာ
မျှသည် ဖြစ်လတ္တံ့။

ထိုအခါ သင်ချစ်သားသည် ထိုအာရုံတို့ပေါ်၌
ရာဂဖြင့်တပ်မက်ခြင်း၊ ဒေါသဖြင့် ပြစ်မှားခြင်း၊ မောဟဖြင့်
အာရုံ၏သဘောမှန်ကို မသိခြင်း= တွေဝေ ခြင်းသည်
မဖြစ်လတ္တံ့။

(ရူပါရုံ)သည် မြင်အပ်သော တရား ဒိဋ္ဌ မည်၏။
(စက္ခုဝိညာဏ်)သည် မြင်တတ်သောတရား ဒိဋ္ဌမည်၏။
ဤသည်ကား နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို ပြ၏။

ထိုမြင်အပ်သောတရားနှင့် မြင်တတ်သော
တရားတို့သည်လည်း အကြောင်းအားလျော်စွာ
ဖြစ်ပေါ်လာကြရ၏။ ယင်းအကြောင်းတို့ကို
သိမ်းဆည်းတတ်သောဉာဏ်သည် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ ဉာဏ်
မည်၏။

အကြောင်းတရားနှင့် တကွသော မြင်အပ်
သော တရား၊ မြင်တတ်သောတရား နှစ်ပါးတို့သည်
၁။ ဖြစ်ပြီးလျှင် မရှိသောကြောင့် အနိစ္စတည်း၊
၂။ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း ဒဏ်ချက်ကြောင့် ဒုက္ခတည်း၊

၃။ အတ္တ၏အလိုအတိုင်း မဖြစ်ခြင်းကြောင့် အနတ္တ
တည်း။

ဤသို့ ဝိပဿနာရှုပွားသောသူ၏သန္တာန်၌
ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့သည် မဖြစ်ပေလတ္တံ့။

(ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ ကျင့်စဉ်ပြီး၏။)

မဇ္ဈိမနိကာယ် မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်
မူလပရိယာယဝဂ်

(၂၇-၉-၂၀၁၂)

၁၄၂ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်

အကျွန်ုပ်သည် ဤသို့ကြားနာခဲ့ရပါသည် -
အခါတစ်ပါး၌ မြတ်စွာဘုရားသည် ကုရုတိုင်း ကမ္မသ
ဓမ္မ မည်သော နိဂုံး၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူ၏။ ထိုအခါ
မြတ်စွာဘုရားသည် ဤတရားကို ဟောတော်မူ၏။

“သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး အကျဉ်းချုပ်”

ရဟန်းတို့ ဤလမ်းခရီးသည် သတ္တဝါတို့၏
၁။ စိတ်စင်ကြယ်ရန် ၂။ စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း ၃။ ငိုကြွေး
ရခြင်းတို့ကို လွန်မြောက်ရန် ၄။ ကိုယ်ဆင်းရဲ ၅။ စိတ်
ဆင်းရဲတို့ ချုပ်ငြိမ်းရန် ၆။ အရိယမဂ်ကို ရရန်
၇။ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရန်(တစ်ကြောင်းတည်း)
သောခရီးဖြစ်ပေသည်။

ယင်းခရီးလမ်းသည်ကား ဤသတိပဋ္ဌာန်
လေးပါးတို့ပင် တည်း။ **“လေးပါးတို့သည်
အဘယ်တို့နည်း”**

ရဟန်းတို့သည် ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည်

၁။ ပြင်းစွာ အားထုတ်သော (လုံ့လ)ရှိသည်
ဖြစ်၍ (သမ္မဇဉ်ဉာဏ်)ရှိသည် ဖြစ်၍ (သတိ)
ရှိသည်ဖြစ်၍ လောက၌ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမန
ဿကို ပယ်ဖျောက်၍ (ရုပ်အပေါင်း၌
ရုပ်အပေါင်း)ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်
ဖြစ်၍ နေ၏။

၂။ ပြင်းစွာ အားထုတ်သောလုံ့လရှိသည် ဖြစ်၍
သမ္မဇဉ်ဉာဏ် ရှိ သည် ဖြစ် ၍ သတိ
ရှိသည်ဖြစ်၍ လောက၌ အဘိဇ္ဈာဒေါမန
ဿကို ပယ်ဖျောက်၍ (ဝေဒနာတို့၌
ဝေဒနာ)တို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်
ဖြစ်၍ နေ၏။

၃။ ပြင်းစွာ အားထုတ်သောလုံ့လရှိသည် ဖြစ်၍
သမ္မဇဉ်ဉာဏ် ရှိ သည် ဖြစ် ၍ သတိ
ရှိသည်ဖြစ်၍ လောက၌ အဘိဇ္ဈာဒေါမန
ဿကို ပယ်ဖျောက်၍ (စိတ်၌ စိတ်)ကို
အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

၄။ ပြင်းစွာ အားထုတ်သော (လုံ့လ) ရှိသည်

ဖြစ်၍ (သမ္မဇဉ်ဉာဏ်)ရှိသည်ဖြစ်၍ (သတိ)
ရှိသည်ဖြစ်၍ လောက၌ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမန
ဿကို ပယ်ဖျောက်၍ (သဘောတရား တို့၌
သဘောတရား)ကို အကြိမ်ကြိမ်
ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး အကျဉ်းချုပ်ပြီး၏။

(ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်)

(၁)ထွက်သက် ဝင်သက်လေကို

ရှုဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည်
ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍
နေသနည်း။

ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည်
ဆိတ်ငြိမ်ရာသို့ သွားရောက်၍ တင်ပလွင်ခွေပြီးလျှင်
ကိုယ်ကို ဖြောင့်မတ်စွာထား၍ သတိကို (ကမ္မဋ္ဌာန်းသို့)
ရှေးရှုဖြစ်စေလျက် ထိုင်၏။ ထိုရဟန်းသည်-

- (၁) သတိရှိလျက်သာလျှင် ထွက်သက်လေကို
ရှု၏။ သတိရှိလျက်သာလျှင် ဝင်သက်
လေကို ရှု၏။

- (၂) ရှည်ရှည်ရှုလျှင်လည်း “ရှည်ရှည်ရှုသည်” ဟုသိ၏။ တိုတိုရှုလျှင်လည်း “တိုတိုရှု သည်” ဟုသိ၏။
- (၃) ဝင်လေထွက်လေ၏ “ စ - လယ် - ဆုံး အလုံးစုံသော ရုပ်အပေါင်းကို ထင်ရှား သိလျက်ရှုမည်” ဟု ကျင့်၏။
- (၄) “ရန်ရင်းသော ဝင်လေထွက်လေကို ငြိမ်းစေ လျက်ရှုမည်” ဟု ကျင့်၏။

“န့လုံးသွင်းပုံ”

ဤသို့ မိမိ၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ် အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍နေ၏။ သူတစ်ပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ (ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်း)တရားနှင့် (ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်း) သဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်းနေ၏။ ထို့ပြင် ‘ရုပ်အပေါင်းသည် သာလျှင်ရှိသည်’ဟု ထိုရဟန်းအား (သတိသည် ရှေး ရှု ထင်၏)၊ ထိုသတိသည် အဆင့်ဆင့် (အသိဉာဏ်) တိုးပွားခြင်းငှါသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိတစ်ဖန်

တိုးပွားခြင်းငှါသာ ဖြစ်၏။

ထိုရဟန်းသည် တဏှာ ဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် မမီမတွယ်
၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစ်စုံတစ်ရာကိုမျှလည်း (ငါ
ငါ၏ဥစ္စာဟု)စွဲလည်း မစွဲလမ်း(**detach**)။ရဟန်းတို့
ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ် အပေါင်း
ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍ နေ၏။
ထွက်သက်ဝင်လေကို ရှုဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်းပြီး၏။

(၂) ဣရိယာပုထ်ကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

ရဟန်းတို့ တစ်ဖန်ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည်
သွားလျှင်သွား ‘သွားသည်’ဟု သိ၏။ ရပ်လျှင်လည်း
‘ရပ်သည်’ ဟုသိ၏။ ထိုင်လျှင်လည်း ‘ထိုင်သည်’ဟု သိ၏။
လျောင်းလျှင်လည်း ‘လျောင်းသည်’ဟု သိ၏။
ထိုရဟန်း၏ (ရုပ်)အပေါင်းသည် အကြင်အမူအရာ
အားဖြင့် (တည်)နေ၏။ (ထိုရုပ်အပေါင်းကို ထိုထို
အမူအရာအားဖြင့် သိ၏။)ဤသို့ မိမိ၏ ရုပ်အပေါင်း၌
မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်
ဖြစ်၍နေ၏။“ရုပ်အပေါင်းသည်သာလျှင် ရှိသည်” ဟ
ထိုရဟန်းအား (သတိသည် ရှေးရှုထင်၏)။ လောက၌

တစ်စုံတစ်ရာကိုမျှလည်း (ငါ၊ ငါ၏ဥစ္စာဟု)စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

“ရုပ်ကို ထိုထိုအမှုအရာအားဖြင့် ဆင်ခြင်၍ သိ၏။”

လျောင်း၊ ထိုင်၊ ရပ်၊ သွား အမှုအရာအားဖြင့် ရုပ်ကို သိ၏။ ယင်း၏အဓိပ္ပါယ်မှာ သွားနေသည့် အမှုအရာကို အာရုံပြုဆင်ခြင်ကာ သတိဖြင့် အောက်မေ့၍ အသိလိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ သွားသည့် အမှုအရာကို ဆင်ခြင်လိုက်သည်နှင့် မမ္မာရုံအဖြစ် ပေါ်လေသည်။ ဆင်ခြင်လိုက်ပါက မူလသွားသည့် အမှုအရာသည် မရှိတော့ပါ။ ချုပ်ပျောက်ပြီးဖြစ်၏။

ဥပမာ ခြေထောက်နှင့်ကြမ်းပြင်တို့ (နှစ်ခု) တွေ့ဆုံပါက (တတိယ) တစ်ခု ဖြစ်သော ထိမှုသည် မရှိရာမှ (အသစ်)ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထို့နောက် ခြေထောက်နှင့်ကြမ်းလွတ်လိုက်ပါက ထိမှုမရှိ တော့ပါ။ ယင်းထိမှု မရှိကြောင်းကို ခြေထောက်ကကြမ်းမှ ခွာပြီးသောအခါမှ ဆင်ခြင်ပြီးသိရပါသည်။

ထိုမှုသဘောသည် ခြေထောက်မှာလည်း မရှိ၊ ကြမ်းမှာ
လည်း မရှိပါ။ ထိုနှစ်ခုအကြောင်း တိုက်ဆိုင်ခိုက်သာ
ဖြစ်ပေါ်၍ အကြောင်းကင်းသည်နှင့် ချုပ်ပျောက်
သွားသည်ကို ဉာဏ်၏အာရုံသဘောသက်သက်မျှ
သာသိရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အမြဲမရှိ(အနိစ္စ) ၊ အခိုင် အမာ
အနှစ်သာရ မရှိ (အနတ္တ)။

ထို့အတူ ရပ်ရာ ထိုင်ရာတို့တွင်လည်း
ထောက်ကန်ထားသည့် လက္ခဏာကို ဆင်ခြင်၍
ဝါယောရုပ်ဟု ဉာဏ်၏အာရုံအနေဖြင့် သိရပါသည်။
ထို့ပြင် အသေးစိတ်ပါက ခြေကြွသည့်အမှုအရာ၌
ပေါ့သည့်လက္ခဏာကိုလည်းကောင်း၊ ခြေလွှဲသည့်
အမှုအရာ၌ ရှေ့သို့တွန်းထုတ်သည့် လက္ခဏာကို
လည်းကောင်း၊ ခြေချသည့်အမှုအရာ၌ လေးသည့်
လက္ခဏာကိုလည်းကောင်း ဆင်ခြင်၍ ပထဝီရုပ်၊
ဝါယောရုပ် စသည်တို့ကို ဉာဏ်၏ အာရုံအနေဖြင့်
သိခွင့်ရပါသည်။

ထို့အတူ ရပ်ရာ၊ ထိုင်ရာတို့တွင်လည်း
ထောက်ကန်ထားသည့် လက္ခဏာကို ဆင်ခြင်၍
ဝါယောရုပ်ကို ဉာဏ်၏အာရုံအနေဖြင့် သိရပေသည်။

ထိုင်ရာတွင် တင်ပါးနှင့် ကြမ်းပြင်နှစ်ခုထိရာ၌ ခန္ဓာ
 ကိုယ်၏အပေါ်ပိုင်း အလေးချိန်နှင့် ကြမ်းပြင်တို့၏
 ဆန့်ကျင်ဖက်နှစ်ခု ထိရတွေ့မှုတို့ကြောင့် ဖောက်ပြန်
 မှုသဘောတို့ကို ဆင်ခြင်၍လည်း ရုပ်ဟု ဉာဏ်ဖြင့်
 သိရပါသည်။ တင်ပါးသည် အသွင်ပုံသဏ္ဍာန် အမည်
 တို့ပါနေသောကြောင့် ပညတ်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုင်ရာမှ
 ထရာတွင် ဆင်ခြင်ကြည့်ပါက ခြေထောက်တို့တွင်
 တောင့်တင်းထောက်ကန်မှုတို့ကို ရုပ်အဖြစ် သိရပါသည်။

ခြေထောက်သည် ရုပ်မဟုတ်ပါ။ ဖောက်ပြန်
 ပြောင်းလဲသည့် လက္ခဏာကိုဆင်ခြင်၍ ရုပ်ဟု
 သိရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ လျောင်းရာတွင်လည်း
 ပျော့ပြောင်းမှုသဘော၊ ဖိနှိပ်သည့်နေရာ (pressure
 point)တို့တွင် ထိမှုတို့ကို ရုပ်ဟု (သတိသမ္ပဇင်)ဖြင့်
 သိရပါသည်။

၁၅။ မဂ္ဂင်ရေဖြင့်သာငြိမ်းအေးနိုင်ပါသည်။
(၁-၁၀-၂၀၁၂)

လောကတွင် အကြောင်းတရားတို့ပေါင်းဆုံ
လာသောအခါ မိမိမျှော်လင့်ထားသော ကောင်းကျိုး
များဖြစ်ပေါ်လာတတ်သလို မျှော်လင့်မထားသော
ဆိုးကျိုးများလည်း ဖြစ်တတ်ကြပါသည်။ ကောင်းကျိုး
များ ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ ဝမ်းသာပျော်ရွှင်ရသော်
လည်း ဆိုးကျိုးများဖြစ်ပေါ်လာပါက ဝမ်းနည်းပူဆွေး
ကြရပါသည်။ သို့သော် ရရှိလာသော ကောင်းကျိုးများ
သည်လည်း မြဲနေမည်မဟုတ်သလို ဆိုးကျိုးများလည်း
မမြဲပါ။ မိမိ၏ဆန္ဒ၊ ဝီရိယ၊ ဉာဏ်တို့ဖြင့်ယှဉ်ကာ
အဆိုးဟူသော (လောက)အရှုံးထဲမှ အကောင်းဟူ
သော(ဓမ္မ)အမြတ်ကို ထုတ်ယူနိုင်ကြပါသည်။

“လောကဓံရှစ်ပါးနှင့်စိတ်ဓာတ်ခွန်အား”

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------|
| ၁။ လာဘ်ရခြင်း (လာဘော) | ၂။ လာဘ်မရခြင်း (အလာဘော) |
| ၃။ အခြွေအရံရှိခြင်း (ယသော) | ၄။ အခြွေအရံမရှိခြင်း (အယသော) |

၅။ ချီးမွမ်းခြင်း
(ပသံသာ)

၆။ ကဲ့ရဲ့ခြင်း
(နိန္ဒာ)

၇။ ချမ်းသာခြင်း
(သုခံ)

၈။ ဆင်းရဲခြင်း
(ဒုက္ခံ)

ထိုလောကဓံရှစ်ပါးသည် ဘဝတစ်ခုကိုရတိုင်း အနည်းဆုံး တစ်ကြိမ်တစ်ခါတော့ ကြုံကြရပါသည်။ တစ်ချို့ဆိုလျှင် အခါခါကြုံရသည်လည်းရှိပါသည်။ သို့သော် လောကဓံသည် စိတ်ပျက်အားငယ်စရာ မဟုတ်ပါ။ အားမာန်အပြည့်ဖြင့် ရုန်းကန်ကျော်လွှား ရမည့် သဘာဝတရားတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ယင်းတွင် စိတ်ဓာတ် ခွန်အားသည် အရေးကြီးပါသည်။

မိမိဘဝရပ်တည်ရေးအတွက် လူသားတိုင်း ရုန်းကန် လှုပ်ရှားရပါသည်။ မည်သည့်လောကဓံနှင့် ကြုံသည်ဖြစ်စေ ဘဝရပ်တည်ရှင်သန်းအတွက် ရုန်းကန်နိုင်သည့် ခွန်အားများရှိကြပါသည်။ မူလ အခြေအနေအတိုင်း ချက်ခြင်းမဖြစ်နိုင်သော်လည်း ဘဝရပ်တည်ရာအတွက် အမြဲတစ်နေရာရှိပါသည်။ ထိုနေရာနှင့် အံဝင် ခွင်ကျ နေတတ်ရန်သာလိုပါသည်။ ထိုအခါ လောကဓံရိုက်ချက်၏ ဒဏ်ရာဒဏ်ချက်

တို့သည် ပြင်းထန်သော်လည်း ထိုကာလကို သတိ၊
ဝီရိယ၊ ဉာဏ်နှင့် ယှဉ်ကာ နှလုံးသွင်းမှန်မှန်ဖြင့်
ဖြတ်သန်းနိုင်ရန်သာ အရေးကြီးလေသည်။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် ဟောကြားထားသော ဓမ္မဆေး ဖြင့်
ကိုယ် နာသော်လည်း စိတ်မနာပဲ လောကဓံကို
ရုန်းကန်ရင်း (ဥပါဒါန်ကိုသတိဖြင့်) ပယ်နိုင်အောင်
ကြိုးစား နှလုံးသွင်းနိုင်ပါက ကိလေသဝဋ်၊ ကမ္မဝဋ်၊
ဝိပါကဝဋ်ဆိုသော သံသရာမီးတောက်ကြီးကိုပါ
ငြိမ်းသတ်နိုင်ပါသည်။

လောကမီးသည် လောင်ရင် လည်း သိနိုင်သလို
ငြိမ်းရင်လည်း သိပါသည်။ သံသရာမီးကတော့ လောင်
မှန်းလည်းမသိပါ။ ငြိမ်းရကောင်း မှန်းလည်း မသိပါ။
ဘုရားရှင်သည် ရင်ဝလုံစူး ထိပ်ဦးမီးလောင်နေပါ
သော်လည်း ဒိဋ္ဌိမီးကိုသာ အလျှင်အမြန် မဂ္ဂင်ရေဖြင့်
ငြိမ်းသင့်ကြောင်း ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

“မီးဆယ်တစ်မီး”

ပုထုဇဉ်တို့တွင် လောင်နေသည့်မီး (၁၁)မီး
ရှိလေသည်။ ၁။ ဇာတိမီး ၂။ ဇရမီး ၃။ မရဏမီး
၄။ လောဘမီး ၅။ ဒေါသမီး ၆။ မောဟမီး ၇။ သောက

မီး ၈။ ပရိဒေဝမီး ၉။ ဒုက္ခမီး ၁၀။ ဒေါမနဿမီး ၁၁။ ဥပါယာသမီးတို့ဖြစ်ပါသည်။ ထိုမီးတို့သည် လောကဓံနှင့် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်သောအခါ ထင်ရှားလာကြပါသည်။ အကြောင်းကင်းသောအခါ မထင်ရှားကြပါ။ ငါဆိုသော ဒိဋ္ဌိအခံအစွဲကြောင့် လောကဓံသည် ပို၍ပြင်းထန်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် (နေစဉ်)အချိန်တိုင်းမှာ မဂ္ဂင်ပညာဖြင့် သတိထား ဝီရိယစိုက်ပြီး ဒိဋ္ဌိမီးကို ငြိမ်းသတ်ရပေမည်။

“ဘယ်သူနဲ့နေလဲ ဘာအလုပ်လုပ်လဲ”

“ဘယ်သူနဲ့နေတယ်၊ ဘယ်ဝါနဲ့အတူနေတယ်” ဟုသာ ပြောတတ်ကြပါသည်။ “ခန္ဓာနဲ့အတူနေတယ်လို့” မပြောတတ်ကြပါ။ အမှန်မှာ မြင်ခန္ဓာ၊ ကြားခန္ဓာ၊ နံခန္ဓာ၊ စားခန္ဓာ၊ ထိခန္ဓာ၊ တွေးခန္ဓာတို့နှင့် အတူနေရခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ ဘာအလုပ်လုပ်လဲမေးရင် ဆရာဝန်လုပ်တယ်၊ အင်္ဂျင်နီယာလုပ် တယ်၊ ကုန်သည် လုပ်တယ်စသည်ဖြင့် ပညတ်ပြောဆိုကြပါသည်။ အမှန်တကယ်တွင် မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်တို့ဖြင့် အာရုံကိုလက်ခံမှုအလုပ် (receiving) နှင့် မနောမှ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ဖြင့်

တုန့်ပြန်မှုအလုပ် (responding) ကိုသာ လုပ်ကိုင်
နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ အာရုံတို့ကို လက်ခံမှုနှင့်
တုန့်ပြန်မှု (ခန္ဓာအလုပ်)သာ လုပ်ကိုင်နေသည်ဟု
မသိနိုင်ကြပါ။ ခန္ဓာကို ဉာဏ်မရောက်ကြသေးပါ။

“ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါ”

လောကလောကဓံနှင့်ကြုံရသော်လည်း မိမိ၏
ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာအားထုတ်မှု အကြောင်း
တရားတို့သည် ဘဝခရီးကြမ်းတွင် အထောက်အပံ့
ကောင်းကျိုးများပေမည်မှာ အမှန်ဖြစ်ပါသည်။
ထိုကံနှင့်ကံ၏အကျိုး (အနတ္တ)ကို ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါ
တရားသည် ဘဝခရီးလမ်းတွင် အလွန်အရေးကြီး သည့်
စိတ်ဓါတ်ခွန်အားတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

“မျက်မြင်နှင့်ဉာဏ်မြင်”

မျက်မြင်သည် (လောက)အတွက် မှန်၍
ဉာဏ်မြင်သည် (ဓမ္မ)သဘာဝအတွက် မှန်လေသည်။
ဥပမာ နေသည် အရှေ့ရပ်မှထွက်၍ အနောက်ရပ်သို့
ဝင်ပါသည်။ လောက(မျက်မြင်)အားဖြင့် မှန်ပါသည်။
သို့သော် အမှန်အားဖြင့် နေစကြာဝဠာတွင် နေသည်
ဝင်ခြင်းလည်းမရှိသလို ထွက်ခြင်းလည်းမရှိပါ။

ကမ္ဘာကသာ နေကိုလှည့်ပတ်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။
လောကတွင် (မျက်မြင်) အတိုင်းသာ ပညတ်တင်
ပြောဆိုရသော်လည်း (ဉာဏ်မြင်)ဖြင့် အစစ်အမှန်
(reality)ကို မြင်ထားသောကြောင့် လောကတွင်
ပြောဆိုရုံသာသုံးပြီး မရှိတရားတို့ကို သိပြီးဖြစ်၍ မစွဲခြင်း
ဖြစ်ပါသည်။

“လူနေမှုအဆင့်မြင့်ခြင်း”

လောကတွင် လူနေမှုအဆင့်အတန်း မြင့်သည်
ကို တိုက်၊ ကား၊ ရွှေ၊ ငွေ၊ ရာထူး၊ လုပ်ငန်းစသည့်
ပစ္စည်းဥစ္စာများဖြင့် (မျက်မြင်)သတ်မှတ်ကြ
သော်လည်း ယင်းတို့သည် ပညတ်ပြောဆိုရုံသာ
မှန်လေသည်။ အမှန်အားဖြင့် (ဉာဏ်မြင်) ဖြစ်သော
သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာသိက္ခာမြင့်မှသာ အမှန်တကယ်
လူ့အဆင့် အတန်း မြင့်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

“လောကနှင့်ဓမ္မ”

မိမိတို့ နေ့စဉ်ကျင်လည်နေရခြင်းသည် လောက
ဖြစ်ပါသည်။ လောကတွင် လောဘ၊ ဒေါသ၊
မောဟတို့ဖြင့် လှုပ်ရှားနေကြရ၍ လောကကို ဓမ္မဖြင့်
ထိန်းကျောင်းရပါသည်။ လောကသည် အသွင်

သဏ္ဍာန်ဖြစ်၍ ဓမ္မသည် အနှစ်သဘော ဖြစ်ပါသည်။
လောကသည် အမှန်မဟုတ်ပဲ အပြင် သဘော
(မာယာ)သာဖြစ်ပြီး ဓမ္မသည်သာ အတွင်း သဘော
(သစ္စာ)ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် လောက (အကာ)ဖြင့်
ကျေနပ်မနေပဲ ဓမ္မ (အနှစ်)ကိုပါ ရှာဖွေ သင့်ပါသည်။

“မဇ္ဈိမလမ်း”

လောကသည် အတ္တသဘောဆောင်၍
ဓမ္မသည် အနတ္တသဘောဖြစ်ပါသည်။ အတ္တဖြင့်
မိမိအလိုအတိုင်းဖြစ်ချင်ကြသော်လည်း အနတ္တ
ဆိုသော ဓမ္မသဘောအရ သူ့သဘောသူဆောင်
နေကြပါသည်။ ထိုအခါ လောကတွင် ဓမ္မဖြင့်နေ
တတ်အောင် ကိုယ့်အလိုအတိုင်းလည်း မဖြစ်နိုင်
သလို သူ့သဘောသူဆောင်ဆိုပြီး လွတ်ထားလို့လည်း
မရပေ။ လောကသတ်မှတ်ချက် စည်းကမ်းအရ
ဖြစ်သင့်သည်တို့ကိုသာ ဉာဏ်ဖြင့်ယှဉ်၍ လုပ်သင့်
သည်ကိုလုပ်၊ ပြောသင့်သည်ကိုပြော၊ ကြံသင့်သည်
ကိုကြံစီရခြင်းသည် မဇ္ဈိမလမ်းဖြစ်ပါသည်။

ထိုအခါ လောကတွင် ဓမ္မအသိနှင့်ယှဉ်၍
သတိဖြင့် နေတတ်လာသောကြောင့် ထက်ဝင်းကျင်
စင်ကြယ်သော မနောဖြင့် မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှု

ဆောင်၊ ဖြူအောင်စိတ်ကိုထားပြီး မိမိ သူတစ်ပါး
အကျိုးစီးပွားအတွက် ချမ်းသာစွာ ဆောင်ရွက်နိုင်
လေသည်။

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)