ဓမ္မလမ်းတရားစဉ်

အဝိဇ္ဇာပစ္စယာသင်္ခါရာ

ဒေါက်တာစိုးလွင်(မန္တလေး)

၁

“နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ”

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ မိဘ၊ ဆရာတို့အား

ဤဓမ္မစာစုဖြင့် ရှိသေစွာ ကန်တော့ပါ၏။

အဝိဇ္ဇာ ပစ္စယာ သင်္ခါရာ
တရားတော်

ဒေါက်တာ စိုးလှိုင် (မန္တလေး)

၂

''အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ''
တရားတော်

မြတ်စွာဘုရား လေးသစ္စာနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်း ပါရမီဖြည့်ပြီး ဟောကြားသမျှတရားတွေဟာ သစ္စာလေးပါးကိုသိဘို့ရာ ဟောခဲ့တာပါ။ သစ္စာလေးပါးဆိုတာ ဒုက္ခသစ္စာ-သမုဒယသစ္စာ-နိရောဓသစ္စာ-မဂ္ဂသစ္စာဆိုပြီးတော့ ရှိပါတယ်။ သစ္စာဆိုတာ မဖောက်မပြန် မှန်ကန်နေတာ။ ဘယ်တော့မှ ဖောက်ပြန်ခြင်း ပြောင်းလဲခြင်းမရှိဘူး။ အရိယာတွေသိတဲ့ သစ္စာက ဘယ်လိုသိတာလဲ၊ ဒုက္ခသစ္စာကို ဆင်းရဲအမှန်လို့ သိတယ်။ သိတယ်ဆိုကတည်းက မသိတဲ့အဝိဇ္ဇာကို

ပယ်ထားလို့ဘဲ။ အဝိဇ္ဇာကို မပယ်လို့ရှိရင် ဆင်းရဲ အမှန်ကို မသိနိုင်ပါဘူး။

သဘာဝကြီးမှာ အမှန်တရားတွေ ရှိနေပေမဲ့လည်း ပေါ်လွင်ထင်ရှားမနေဘူး။ ဥပမာ ရွှေတွေ၊ ပတ္တမြားတွေရှိတာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အပေါ်မှာ ပေါ်နေတာမဟုတ်ဘူး။ မြေကြီးက ဖုံးထားတာ။ ဒီအတိုင်းပဲ လောကမှာ သစ္စာလေးပါးဆိုတဲ့ အမှန်တရားရှိနေပေမဲ့လည်း အဝိဇ္ဇာဆိုတာက ဖုံးထားတယ်။ ဒါကြောင့် ဒုက္ခသစ္စာပေါ်မှာ ဖုံးထားတဲ့ အဝိဇ္ဇာရှိတယ်။ သမုဒယသစ္စာပေါ်မှာ ဖုံးထားတဲ့ အဝိဇ္ဇာရှိတယ်။ နိရောဓသစ္စာပေါ်မှာ ဖုံးထားတဲ့ အဝိဇ္ဇာရှိတယ်။ မဂ္ဂသစ္စာပေါ်မှာ ဖုံးထားတဲ့ အဝိဇ္ဇာရှိတယ်။

ဒါပေမဲ့ **'အဝိဇ္ဇာတွေရှိတယ်'**ဆိုတာကို မသိနိုင်ဘူး။ အဝိဇ္ဇာကို မမြင်နိုင်ဘူး။ ဖုံးထားတဲ့အဖုံးကို မတွေ့နိုင်ဘူးနော်။ ပြောချင်တာက မြတ်စွာဘုရား

သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်နဲ့သိခဲ့တဲ့ ဒီသစ္စာလေးပါး အမှန်တရားက အလွန်သိနိုင်ခဲ၊ မြင်နိုင်ခဲတယ်။ အခု ကျွန်တော်တို့ သာသနာနဲ့ကြုံရတုန်း ဒီသစ္စာလေးပါးကို အဝိဇ္ဇာကဖုံးထားတယ်ဆိုတာ သိခွင့်ရတာပဲ။ ဒီသာသနာနဲ့သာမကြုံရင် သစ္စာလေးပါးရှိမှန်းလည်း မသိဘူး။ ဖုံးထားတဲ့ အဝိဇ္ဇာရှိမှန်းလည်း မသိရဘူးနော်။

မြတ်စွာဘုရားဒေသနာတွေက ဝိနည်း၊ သုတ္တန်၊ အဘိဓမ္မာလို့ ပိဋကတ်သုံးပုံအနေနဲ့ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားတွေက တစ်လုံးသိရင်ကို အများကြီး အကျိုးရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်နဲ့ ဟောကြားထားတဲ့အတွက် တစ်လုံး တစ်ပိုဒ်တည်းနဲ့ သိနိုင်တဲ့တရားတွေကို သွားတွေ့ရတယ်။ အဲဒီအထဲမှာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို မြတ်စွာဘုရားဟောကြားခဲ့တာရှိတယ်။

ပဋိစ္စဆိုတာ အကြောင်းကိုစွဲ၍ သမုပ္ပါဒ် အကျိုး

ဖြစ်တယ်။ ဒီပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာတော်ကြီးမှာ ဘာနဲ့ စဖွင့်လဲဆိုရင် **'အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ'** ဆိုပြီးတော့ အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရဆိုတဲ့ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံတွေပြုတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒေသနာတော်ကြီးမှာ ဒီအဖွင့် စာတစ်ကြောင်းတည်းနဲ့ အချုပ်ကို ဟောလိုက်တာပါ။ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာဆိုတာက အဝိဇ္ဇာရှိနေသမျှ သင်္ခါရဆိုတဲ့ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံ တွေဖြစ်နေရတာတဲ့။

'စေတနာ ဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ' စေတနာဆိုတာ ကံလို့ဆိုပါတယ်။ ဒီတော့ အဝိဇ္ဇာကြောင့် ကုသိုလ်ကံ-အကုသိုလ်ကံတွေဖြစ်နေတာပါ။ ဒီတော့ ဘဝဆိုတာဘာလဲလို့ စာရေးဆရာတွေရေးကြတယ်။ ဘဝဆိုတဲ့အဓိပ္ပါယ်ကို စိတ်ကူးယဉ်ပြီး ရေးကြတယ်ပေါ့။ ဖွဲ့နွဲ့ကြတာ မပြီးနိုင်တော့ဘူး။

ဘဝဆိုတာ ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံပါပဲ။

'အဝိဇ္ဇာ ပစ္စယာ သင်္ခါရာကို ဘဝ'လို့ မသိခဲ့ဘူး။ ဘဝမှာ ကျွန်တော်တို့အားလုံး ကောင်းတာတွေ လုပ်နေကြသလို မကောင်းတာတွေလည်း လုပ်နေကြတယ်။ အဲဒါ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာပဲ။ ပုဂ္ဂိုလ်အနေနဲ့ကြည့်မယ်ဆိုရင် လူတွေကကောင်းတာတွေလည်းလုပ်ကြတယ်။ မကောင်းတာတွေလည်း လုပ်ကြတယ်။ ဘဝထဲမှာ ကောင်းတာ မကောင်းတာတွေ ဒွန်တွဲနေတယ်လို့ ပြောကြတယ်။

တကယ်တမ်းအားဖြင့် ဘဝမှာ လုပ်သမျှတွေဟာ ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်ကလွဲပြီး ဘာမှမရှိပါဘူး။ ကုသိုလ် အကုသိုလ်ရှိနေသမျှ သံသရာလည်နေကြမှာပဲ။ အဝိဇ္ဇာမရှိရင် ကုသိုလ်အကုသိုလ်ကံမဖြစ်တော့ဘူး။ ဒါဆိုရင် သံသရာ မလည်တော့ဘူး။ ဘဝဆိုတာလည်း မရှိတော့ဘူးပေါ့။

အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာကို စာလို့ဖွင့်ကြတယ်။

၇

အဝိဇ္ဇာဆိုတာ သစ္စာလေးပါးကို မသိတာ။ သင်္ခါရဆိုတာ ပုညာဘိသင်္ခါရ၊ ပုညဆိုတာ ကုသိုလ်၊ အဘိဆိုတာ အလွန်အကဲ၊ သင်္ခါရက အားထုတ်တာ။ ဒီတော့ ကံတွေမြောက်အောင် အားထုတ်ကြတယ်။ အပုညာဘိသင်္ခါရက အကုသိုလ်ပေါ့နော်။ အကုသိုလ်ကံတွေဖြစ်အောင်လည်း အားထုတ်ကြတယ်။ အာနေဉ္ဇာဘိသင်္ခါရဆိုတာ အရူပဈာန်တွေရအောင်လည်း အားထုတ်ကြတယ်။

ဒီတော့ သင်္ခါရဆိုတာ သုံးမျိုးရတယ်ပေါ့။ ပုညာဘိသင်္ခါရ၊ အပုညာဘိသင်္ခါရ၊ အာနေဉ္ဇာဘိသင်္ခါရလို့ဆိုပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ လက်တွေ့မှာတော့ စေတနာတလုံးပဲ ကောက်ပါတယ်။ ပရိယတ်နဲ့ပဋိပတ်မှာ ပရိယတ်က ကျယ်တယ်။ ပဋိပတ်က ကျဉ်းတယ်။ ဒီတော့ စေတနာတစ်လုံးပဲ ကောက်လိုက်တာနဲ့ သင်္ခါရဆိုတဲ့ ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ကံက ပြီးသွားပြီ။

ဝိပဿနာအားထုတ်တော့ စေတနာပဲယူပါတယ်။ အဲဒီစေတနာဆိုတာ နာမ်တရား၊ ဒီနာမ်တရားက ဒုက္ခသစ္စာထိုက်ပါတယ်။

စေတနာဆိုတာ မနောမှာဖြစ်တယ်။ ဒါက ပရိယတ် ဗဟုသုတရှိရတယ်။ စေတနာက မနောမှာ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ဆိုတဲ့အပေါ် မှီဖြစ်ရတယ်။ ဒီတော့ ဝိပဿနာက မိမိကိုယ်ကို ရှုရမှာလေ။ ဒီစေတနာဆိုတာ မနောမှာ ဖြစ်တာလည်း သိရမယ်။ မနောမှာဆိုရင် **'ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ဇော'** ဖြစ်သွားမှ**'ကံ'** မြောက်တယ်။ စေတနာဆိုကတည်းက စေတနာရဲ့ မှီရာဖြစ်တဲ့ရုပ်ရောဆိုရင် ရုပ်နာမ်ပေါ့။ ဉာဏ်နဲ့ ရုပ်နာမ်ကို သိမ်းဆည်းလို့လည်းရပါတယ်။

တော်တော်နေ စေတနာဆိုတာကို ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးအနေနဲ့ သွားယူနေမှာစိုးလို့ပါ။ သမုတိမှာက 'သူ့စေတနာ ကောင်းတယ်၊ ငါ့စေတနာ ကောင်းတယ်'

ဆိုတော့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်နေလို့ အဲဒီလိုတော့ မယူရပါဘူး။ စေတနာဆိုတာ ဘယ်မှာဖြစ်တာတုန်း၊ မနောမှာ ဖြစ်တာ။ မနောဖောစိတ်ဖြစ်တဲ့အချိန်မှာ စေတနာ ကံမြောက်တာ။ စေတနာက ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ပေါ်မှာ မှီဖြစ်တယ်ဆိုတော့ ရုပ်နာမ်ပေါ့။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ လွတ်အောင် သွားချင်တာပါ။ စေတနာလို့ပြော လိုက်ရင် ရုပ်နာမ်ကို မရောက်ဘဲနဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါကို ရောက်သွားမှာစိုးလို့ ဉာတပရိညာအနေနဲ့ သိထား သင့်ပါတယ်။

စေတနာဆိုတာနဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအယူက အမြဲ တွဲတတ်တယ်။ ဥပမာ မာတယ်ဆိုတာနဲ့ပထဝီကို မရောက်ဘူး။ ဒြပ်ဝတ္ထုဆီ ရောက်ကုန်တယ်နော်။ ပူတယ်ဆိုတာနဲ့ မီးတို့နေတို့ ရောက် ရောက်သွားတယ်။ တေဇောဓာတ်ကို မရောက်ဘူး။ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာဆိုတာက အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်တဲ့

စေတနာနဲ့ အားထုတ်တယ်။ အားထုတ်ရင် ကျွန်တော်တို့က အဘိသင်္ခါရဆိုတာ အလွန်အကျွံ အားထုတ်တာ။ မြတ်စွာဘုရားတို့ ရဟန္တာတို့လည်း အားထုတ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အဘိသင်္ခါရ မဖြစ်ပါဘူး။

မြတ်စွာဘုရား **'ဗောဓိပင်နဲ့ ရွှေပလ္လင်မှာ အဘိသင်္ခါရမာန်ကို အောင်တယ်'**။ အဘိသင်္ခါရဘာကြောင့်ဖြစ်တာတုန်းဆိုရင် လွယ်အောင်ပြောရရင် ဥပါဒါန်ကြောင့် အဘိသင်္ခါရဖြစ်ရတာ။ ဥပါဒါန်ရှိလာရင် စကားပြောတာတောင်မှာ အဘိ-ကြီးနဲ့ပြောတာ။ ပြောချင်ရုံသာပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ တအားကို **'မပြောရမနေနိုင်'** ဖြစ်ပြီးပြောတာ။ အဲဒါထင်ရှားတဲ့ အဘိသင်္ခါရပဲ။ ဥပါဒါန်ဘာကြောင့် ကပ်တာတုန်း၊ တဏှာရှိလို့ပေါ့။ တဏှာဘာကြောင့် ရှိတာတုန်း၊ အဝိဇ္ဇာကြောင့် ငါတွေ သူတွေကိုရိုးယားရုပ်ရှင်ကားတွေ ဘောလုံးပွဲတွေဖြစ်နေတာ။

စက္ခုဝိညာဏ်နဲ့အဆင်းလို့ မသိတော့ဘူး။ အဲဒါ အဝိဇ္ဇာပဲ။ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာဆိုတာ ဒါကိုပြောတာ။ အဝိဇ္ဇာကြောင့် လှူရင်လည်း ငါလှူတယ်၊ လှူတဲ့ ကုသိုလ်တွေလဲ ငါရတယ်၊ အဲဒါ အဘိသင်္ခါရပဲ။ ဒီလိုဖြစ်တာကို အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာဆိုတာပါပဲ။

ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့က **'ဒီစေတနာကို ငါလို့'** ယူလိုက်လို့ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာဖြစ်သွားတာပါ။ စေတနာကို အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ-ဥပါဒါန်နဲ့စွဲပြီးတော့ ငါဆိုတဲ့ အဘိသင်္ခါရတွေနဲ့ အလွန်အကျွံ အားထုတ်တော့တာပေါ့။ **'ငါလှူတယ် ငါလုပ်တယ် ငါပြောတယ်'**လို့ **'ကံတွေမြောက်'**ကုန်တယ်။

ဒီငါဆိုတဲ့သဘောကို လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက ငါဆိုတဲ့ **'တငါထဲငါနေတာ အပယ်မီးတောက်ကြီး'**ပါလားဆိုတာ ဘုရားပွင့်မှ သိရတာတဲ့။ သာသနာနဲ့ ကြုံကြိုက်လို့သိရတာ။

သာသနာနဲ့မကြုံရင် အပယ်မီးတောက်လို့ကို မသိဘူး။ တငါတည်း ငါနေတာတဲ့နော်။ ဆရာတော်ကြီးကတော့ လူတွေကို ထင်ရှားလောက်အောင်ကို ပြောသွားတာ။ သာသနာနဲ့တွေ့ရ ကြုံရတဲ့အခါမှာ ဒီတဏှာ-မာန-ဒိဋ္ဌိတွေနဲ့ ငါဆိုတာ- **'တဏှာနဲ့ငါ၊ မာနနဲ့ငါ၊ ဒိဋ္ဌိနဲ့လည်းငါ'** ဒီငါကို ပေါ့သေးသေးတော့ သွားမတွက်နဲ့။ ကျွန်တော်တို့ အသက်အရွယ်ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ဒီငါကို တကယ်ယူပြီးပြောနေတာ။ တကယ်စွဲနေတာ။ ငါသွားနိုင်ပါသေးတယ်၊ ငါလာနိုင်ပါသေးတယ်၊ ငါလုပ်နိုင်ပါသေးတယ်ဆိုတာ စေတနာက တိုက်တွန်းလို့ လုပ်တာ။ ဒီစေတနာကို ငါယူနေတာ။ စေတနာက တိုက်တွန်းလို့ သွားတဲ့ရုပ်ဖြစ်တာကို ငါသွားနိုင်ပါသေးတယ်၊ ငါ့လာမတွဲနဲ့ ငါသွားနိုင်ပါတယ်။ အဲဒါ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာပဲ။ တရားတွေ လုပ်လာပေမဲ့လည်း ဒီစေတနာတစ်လုံးကို

အသေအခြာ သဘောမပေါက်နိုင်ဘူး။

‘စေတနာ’ဆိုတဲ့ စေ့ဆော်တိုက်တွန်းတတ်တဲ့ **‘သဘာဝ’**လေးတစ်ခုကို ကျွန်တော်တို့ မမြင်နိုင်ဘူး။ ဒီစေတနာဆိုတဲ့ **‘စေတသိက်’**လေး တစ်လုံးအပေါ်မှာ **‘ဒိဋ္ဌိပြုတ်’**ရင်လည်း အကုန်ပြုတ်ပါတယ်။ အဓိကက **‘စေတနာကိုပယ်မှာ မဟုတ်ဘူး’**။ ဒီအပေါ်မှာ **‘အသိမှား၊ အမှတ်မှား၊ အယူမှား’**တာတွေကို ပယ်မှာ။ ပဌမဆုံး အဝိဇ္ဇာနဲ့ အသိမှားတာပဲ။ အဝိဇ္ဇာနဲ့ အသိမှားတဲ့အတွက် နောက်ကလိုက်မှတ်တဲ့ သညာကလည်း အမှတ်လိုက်မှားတယ်။ အမှတ်လိုက် မှားတဲ့အတိုင်းယူတော့ အယူပါ မှားတော့တာပဲ။ ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ ဒိဋ္ဌိအယူပြုတ်တော့ ဘယ်ကစပြုတ်မလဲ၊ အသိမှားက စပြုတ်ရမယ်။ အသိမှန်လာရင် အမှတ်ကလည်း မှန်လာမယ်။ အမှတ်မှန်ရင် အယူလည်းမှန်လာမယ်။ သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်မယ်။ အယူမှား မိစ္ဆာ

ဒိဋ္ဌိကိုပယ်ပြီး အယူမှန် သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်လာမယ်ပေါ့။

ဒီတော့ အရင်ဆုံး ဒီအဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ အသိမှား တွေဖြစ်တယ်။ အသိမှားကြောင့် နောက်ကသညာက အမှတ်တွေလိုက်မှားတယ်။ အမှတ်တွေမှားတဲ့ အတွက် အယူမှားတွေဆက်တိုက်ဖြစ်သွားတယ်။ ဒါကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဒိဋ္ဌိဖြစ်ပုံပဲ။ အယူမှားတာကို ပယ်ချင်လို့ရှိရင် အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ အသိမှားကို ပယ် ရမယ်။ အဝိဇ္ဇာပယ်လိုက်ရင် ဝိဇ္ဇာ အသိမှန် သမ္မာ ဒိဋ္ဌိဖြစ်ပြီပေါ့နော်။

အသိမှားဆိုတာ ဘယ်လိုမှားလဲဆိုတာ အရင် ဆုံးသိရမယ်။ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာကို နားလည်ရ မယ်။ ဒီစေတနာတစ်လုံးပေါ်မှာ ငါလှုတယ် ငါတန်း တယ်လို့ဆိုတာ ထင်ရှားအောင်ပြောတာ။ **'ကာယ ကံ-ဝစီကံ-မနောကံတိုင်းမှာ ငါလုပ်နေတာပဲ။'** အမှန်က စေတနာက တိုက်တွန်းလို့ သွားချင်တဲ့

စေတနာကြောင့် သွားတဲ့ရုပ်၊ ပြောချင်တဲ့စေတနာက တိုက်တွန်းလို့ ပြောတဲ့ရုပ်တွေဖြစ်နေတာ။ ဒါက လွဲပြီး ဘာမှမရှိဘူး။ ဒါပေမဲ့ ပြောချင်တဲ့စေတနာက တိုက်တွန်းလို့ ပြောတာကို ငါပြောတယ်၊ ဒီစေတနာ အပေါ်ကို ငါအနေနဲ့ ပြောရုံပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ တကယ်ကို ငါလို့ယူနေတာ။ ဥပမာ သားအရွယ် သမီးအရွယ်လေးတွေ တွေ့ရင် **‘သားလို့သမီးလို့ ခေါ်တာပြောတာက ခေါ်ရုံလေးခေါ်တာ’**။ တကယ်မယူဘူး။ **‘ကိုယ့်သားသမီးကျတော့ တကယ်ယူထားတယ်။’** အဲဒီအတိုင်းပဲ ငါပြောတာ ငါလုပ်တာဆိုတာက စေတနာအပေါ်မှာ ငါလို့ တကယ်ယူနေတာ။ ပြောရုံ ဆိုရုံတင် မဟုတ်တော့ဘူး။

ဘုရား ရဟန္တာတို့က စေတနာကို စေတနာလို့ ပိုင်းခြားသိတယ်။ ပြောချင်တဲ့စေတနာကတိုက်တွန်းလို့ ပြောတဲ့ရုပ်တွေ ဖြစ်နေတာဆိုတာ သိပြီးသား။

ဒါပေမဲ့ လောက သမုတိမှာတော့ 'ငါပြောတယ် ငါဟောတယ်'ဆိုတာ ပြောရုံမျှလေးပြောတာ။ ကိုယ့်သားသမီးအရွယ်မို့ 'သားရေ သမီးရေ'လို့ ခေါ်ရုံမျှလေးပဲ။ သားတော်ရာဟုလာကိုလည်း သားတော်ရာဟုလာလို့ခေါ်တာက ခေါ်ရုံမျှလေးပဲ။ ကျွန်တော်တို့ခေါ်တဲ့ ကိုယ့်သားကိုယ့်သမီးကို ခေါ်တဲ့ အခေါ်မျိုးမဟုတ်ဘူး။ တကယ်ထင်ပြီးတော့ခေါ်တဲ့ အခေါ်မျိုးမဟုတ်ဘူး။

ကျွန်တော်တို့က အဝိဇ္ဇာရှိနေလို့ တကယ်ထင်နေတာ။ အဲဒီအတိုင်းပဲ ပြောချင်တဲ့စေတနာက စေ့ဆော်တိုက်တွန်းလို့ ပြောတဲ့ရုပ်နာမ်တွေ ဖြစ်နေပါလားလို့ ဗဟုသုတရှိနေပေမဲ့ တကယ်တမ်း ပြောတဲ့အခါမှာ ငါပြောတာလို့တော့ ယူနေသေးတာပဲ။ ဒီစေတနာအပေါ်မှာ အဝိဇ္ဇာရှိတော့ အသိမှားနေတယ်။ အဲဒါကို အမှတ်မှားတယ်။ ကြာလာတော့

အယူမှားအဆင့်အထိ ရောက်သွားကြပြီ။ တကယ် ယူပြီး တကယ်ပြောနေကြပြီနော်။

ဒါကို ဖြိုဖျက်ချင်ရင် ဒီအသိမှား အဝိဇ္ဇာက စပြီးတော့ သမ္မာဒိဋ္ဌိ အမြင်မှန်နဲ့ အဝိဇ္ဇာကို ပယ်လိုက်လို့ရှိရင် အမှတ်မှားကနေ အမှတ်မှန်တွေ ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။ ရှေ့စိတ်ကသိပြီးရင် နောက်စိတ်က လိုက်မှတ်နေမှာပဲ။ မှတ်တယ်လို့တောင် မထင်ရဘူး။ သူ့သဘောသူဆောင် သညာကမှတ်ပြီးသားပဲ။ ကိုယ်လုပ်တာ ကိုယ်မှတ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်က သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်ဘို့ သတိ၊ ဝိရိယ၊ သမာဓိတွေ တည်ထောင်ထားဖို့ လိုတယ်။ သမ္မာသက်ပ္ပတွေ လုပ်ထားရင် သမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ အမြင်မှန်တခု ဖြစ်လာမှာပဲ။ ဖြစ်လာရင် သညာကလည်း အဲဒီအတိုင်း လိုက်မှတ်တာပဲ။ အမှတ်ကမှန်လာလို့ရှိရင် အယူကလည်း မှန်လာတာပါပဲ။

ပဌမ နှလုံးသွင်းနေရတဲ့အခါမှာသာ **'သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိနဲ့ ဝိညာဏ်သိ'**ကိုတက်ရတယ်။ ရှေ့စိတ်ကို နောက်စိတ်ကသတိနဲ့ နှလုံးသွင်းရပါတယ်။ ရှေ့စိတ်မှာ စေတနာလေးပေါ်သွားရင် နောက်စိတ်က စေတနာပါလားလို့ နောက်ကသတိလိုက်ရတယ်။ ပထမတော့ ရှေ့စိတ် နောက်စိတ်ဆိုတဲ့ ဝိညာဏ်သိတွေကို သတိထားလိုက်ရတာ ပင်ပန်းပါတယ်။ အဲဒီလို အားထုတ်ရင်းနဲ့ သညာကလည်း မှတ်နေတာပဲ။ မှတ်တာများလာတော့ အဲဒီအမှန်အတိုင်း သညာက သိလာတယ်။ အထူးနှလုံးသွင်း စရာ မလိုတော့ဘူး။ အမှန်အတိုင်း သညာကမှတ်တော့ မှတ်တဲ့အတိုင်း အယူက မှန်လာတာပါပဲ။

အခုကျွန်တော်တို့က မိုးကုတ်ဆရာတော်ကြီး ပြောသလို **'သူများပါးစပ်ဖျားမှာ လမ်းဆုံး'**နေတာ။ ဒါကသူ ဒါကငါ ဒါကယောက်ျား ဒါကမိန်းမ သူများ

ပြောသလို မှတ်ခဲ့ကြတာ။ ဒီတော့ အဝိဇ္ဇာဆိုတာ ကျွန်တော်တို့ အရဟတ္တမဂ်မကျမခြင်း ရှိနေမှာပဲ။ သဘာဝမှာက ရေဆိုလည်း မြင့်ရာကနိမ့်ရာ ဆင်းသွားတာပဲ။ ဘာမှ လုပ်ပေးစရာမလိုဘူး။ ပြန်ဆန်တက်ဘို့ကြတော့ ပြုပြင်ရတယ်၊ အားထုတ်ရတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဒီအတိုင်း ပစ်ထားလိုက်ပါလား၊ ဒုက္ခဆိုတာ အထူးလုပ်စရာမလိုဘူး။ သုခဖြစ်ဘို့ရာက ပြုပြင်ရတယ်၊ အားထုတ်ရတယ်။ **‘ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီး ပစ်ထားကြည့်၊ ညစ်ပတ် ပေရေလာမယ်။ ဗိုက်ကလည်းဆာလာမယ်။ ငိုမ်ငိုမ်လေးနေရင်တောင်မှ တောင့်တင်း ညောင်းကိုက်လာမယ်။ ခန္ဓာရဲ့ သဘာဝကိုက ဒုက္ခပဲ’**။

ကျွန်တော်တို့က ခန္ဓာကြီးကို ဒုက္ခလို့မမြင်ဘူး။ ကိုယ်ရထားတဲ့ခန္ဓာက သုခလား၊ ဒုက္ခလားဆိုတာ ဒီလောက်ရှင်းလင်းနေတာကြီးကို မမြင်နိုင်ဘူး။

ဒီခန္ဓာကြီးက ဒုက္ခပါလို့ဆိုရင် သိပ်လက်မခံချင်ဘူး။ သူ့သဘာဝကိုက ဒုက္ခတုံးကြီး၊ ဒီအထဲ ကျွန်တော်တို့က အပိုဒုက္ခတွေ ယူလိုက်သေးတယ်။ သမုဒယတွေက ရှိတော့ နောက်ထပ် အပိုဒုက္ခတွေက ထပ်ရပြန်သေးတယ်။ ကံရဲ့အကျိုးတရား ဝိပါကကိုကဒုက္ခ၊ အဲဒီထဲ အပိုဆောင်းပြီး သမုဒယတွေ ထပ်ထည့်လိုက်တော့ အပိုဒုက္ခတွေထပ်ထပ်ရပြန်တယ်။ ဒုက္ခကို အဆစ်တောင်း နေကြသေးတာနော်။ ကျွန်တော်တို့က အဆစ်တောင်းတာ ဝါသနာပါနေတယ်။ **'လောဘကရှိတော့ အဆစ်တောင်း'**တာပေါ့။ ဒီတော့ ဒုက္ခတွေ ထပ်ထပ်ရနေပြန်တာပေါ့။ လောကမှာ **'အဆစ်တောင်းတဲ့သူတွေ သတိထားကြ၊ အဆစ်လိုချင်တာက လောဘ၊'** ကျွန်တော်တို့မှာက ဒီသဘာဝကို မမြင်နိုင်ဘူးနော်။

ဒီအတိုင်းပဲ ကျွန်တော်တို့စိတ်ထဲမှာ ကိလေ

သာက မွေးကတည်းက ပါလာတယ်။ ဘဝမှာ **'အနုသယကိလေသာ'**တွေရှိနေလို့လည်း **'တစ်ဘဝပြီးတစ်ဘဝ ဆက်နေရတာ။'** ရဟန္တာဖြစ်တော့ အနုသယကိလေသာလည်း မရှိရော နောက်ဘဝ နောက်ခန္ဓာလည်း မဖြစ်တော့ဘူး။ ဒီတော့ ဒီဘဝရလာကတည်းကိုက ကိလေသာက အနုသယအနေနဲ့ ပါလာတယ်။ ပဋိသန္ဓေစိတ်ဖြစ်ပြီး မကြာပါဘူး **'ဘဝနိကန္တိ'**ဆိုတဲ့ရနေတဲ့ဘဝလေးကို နှစ်သက်တွယ်တာတဲ့ လောဘကလည်း ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ ဘဝကိုတပ်မက်တဲ့ လောဘ၊ တဏှာပေါ့နော်။ ဒါကြောင့် စိတ်ကို လွှတ်မထားလိုက်နဲ့၊ **'စိတ်ရဲ့ပကတိသဘောမှာ အနုသယကိလေသာရှိတော့ အကုသိုလ်တွေက တောင်ကျရေလိုပဲ သူဆင်းနေကျလမ်းကြောင်းအတိုင်း စီးဆင်းသွားတာပဲ။'**

ဒါကြောင့် **'ကုသိုလ်ဖြစ်ဘို့အတွက် ပြုပြင်**

ရတယ်၊ အားထုတ်ရတယ်။' အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ ဆိုတာ သဘာဝတရားကြီးပဲ။ မွေးလာကတည်းက အဝိဇ္ဇာနဲ့ ပြောကြ ဆိုကြ လုပ်ကြ ကိုင်ကြတာကိုက သဘာဝပဲ။ ကျွန်တော်တို့ စမှားတာက အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ အသိမှားက စမှားတာ။ မှားမှန်းကိုမသိဘူး။ အခု ဘုရားပွင့်မှသိရတာ။ ဒီတော့ စေတနာလေးကို **'ဒါန ဆန်ပါ'**ဆိုတဲ့အသံလေးကြားမှ **'လောင်းလှူ ချင်တဲ့ စေတနာလေး ဖြစ်ပေါ်လာတယ်'**ဆိုတာ တော်တော်များများ သင်ခဲ့ပါတယ်။ အခုလို အဝိဇ္ဇာ ပစ္စယာ သင်္ခါရာဆိုတဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကြီးကို သင်နေ တာလို့တော့ သတိမပြုခဲ့မိဘူး။ အမှန်က အဝိဇ္ဇာ ပစ္စယာ သင်္ခါရာမှာ **'စေတနာပေါ်က အဝိဇ္ဇာကို သတိနဲ့ဖယ်နေတာကိုး။'**

'ပစ္စုပ္ပန်စေတနာ'ကို ကောက်တတ်ဖို့ **'ဆရာ ကော်ဖီလေးသောက်ပါအုံး'**ဆိုတာ စေ့ဆော်

တိုက်တွန်းတဲ့ စေတနာကို **'ဉာဏ်နဲ့မြင်အောင်'** သင်ပေးခဲ့ပါတယ်။ အမှန်က ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကြီးရဲ့ အစဖြစ်တဲ့ **'အဝိဇ္ဇာပါးအောင်'** သင်တာပါပဲ။ ဘုရား၊ ရဟန္တာတို့ တရားရသွားတာ ဒီအဝိဇ္ဇာ တစ်လုံးချုပ်လိုက်တာနဲ့ သင်္ခါရလည်းချုပ်တယ်။ စာလိုပြောတော့ အဝိဇ္ဇာချုပ်တော့ သင်္ခါရလည်း ချုပ်တယ်။ သင်္ခါရချုပ်တော့ ဝိညာဏ်တွေ နာမ်ရုပ် တွေလာသေးလား၊ ဘာမှမလာတော့ဘူး။ ဆက်ရွတ် စရာတောင် မလိုတော့ဘူး။ အဝိဇ္ဇာချုပ်လိုက်တာနဲ့ ကျန်တဲ့သင်္ခါရတွေ ဝိညာဏ်တွေ နာမ်ရုပ်တွေက **'အဝိဇ္ဇာချုပ်တဲ့အထဲ တစ်ပြိုင်နက်တည်း'**ပါသွား ပြီ။ စာလိုသာ ဆက်ရွတ်နေရတာ။ တကယ်တမ်း အားဖြင့် ရွတ်စရာကို မလိုတော့ဘူး။

ဒီတော့ အဝိဇ္ဇာတစ်လုံးကို ပယ်နိုင်ဘို့သာ အဓိကပဲ။ ဒီလိုဘာကြောင့်ပြောလဲဆိုရင် လယ်တီ

ဆရာတော်ကြီးရဲ့ (ပဋ္ဌိစ္စသမုပ္ပါဒဒီပနီ)ဆိုတာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဗုဒ္ဓဂယာအသွားမှာ မန္တလေးကနေ ရန်ကုန်ကို ရထားစီးရင်း အဲဒီရထားပေါ်မှာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် လင်္ကာကြီး (၁၃)ပုဒ်ကို ရေးသားခဲ့တယ်။ ဒီလင်္ကာ(၁၃)ပုဒ်အကျယ်ကို အိန္ဒိယကိုအသွား သင်္ဘောစီးရင်း ရေးခဲ့တယ်။ ကျွန်တော့မှာလည်း တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင် အခု ဗုဒ္ဓဂယာသွားဘို့ စီစဉ်နေတုန်း ကောက်နုတ်ချက်တွေထုတ်တော့ ဆရာတော်ကြီးက ဒီအဝိဇ္ဇာတစ်လုံးပယ်လိုက်တာနဲ့ အဝိဇ္ဇာချုပ်လိုက်တာနဲ့ ကျန်တာတွေ အကုန်ချုပ်နေပြီတဲ့။ စာလိုသာရေးနေတာတဲ့၊ ဒီအဝိဇ္ဇာချုပ်တဲ့အထဲမှာ တစ်လုံးတည်း အကုန်ပါသွားပြီတဲ့။

ဆရာတော်ကြီး ဒီလိုရေးတာ ဖတ်လိုက်ရတော့ ကျွန်တော်ဉာဏ်ထဲမှာ **'အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ'မှာ ဒီစေတနာတစ်လုံးကို ပိုင်ပိုင်သိရင်**

'အဝိဇ္ဇာက ချုပ်နေပြီ'လို့ လိုရင်းကို ဉာဏ်ထဲမှာ ပေါ်လာတယ်။ ကျွန်တော်က စေတနာကို တော်တော်များများ ပြောခဲ့တာကိုး။ သာမန်ဆိုရင် အဝိဇ္ဇာ ပစ္စယာ သင်္ခါရာဆိုတဲ့ **'စေတနာပေါ်က အဝိဇ္ဇာကြီးကို ပယ်နေတယ်'**လို့ ဒီလောက်ကြီး မသိနိုင်ဘူး။

ပေါ့ပေါ့တန်တန်ပြောတော့ အလေးမထားတတ်ဘူးပေါ့။ **'ကော်ဖီလေးသောက်ပါအုံး'**လို့ ပြောပြီးရင် စေတနာကချုပ်သွားတယ်။ **'မုန့်လေးစားပါအုံး'**လို့ ထပ်ကြွေးမှ နောက်စေတနာထပ်ပေါ်တယ်။ ဒါက ဘာကိုပြောနေတာလဲဆိုတော့ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာသင်္ခါရာမှာ ဒီသင်္ခါရဆိုတဲ့ စေတနာပေါ်မှာ ဖုံးနေတဲ့ အဝိဇ္ဇာကို ပယ်လိုက်တာနဲ့ အဝိဇ္ဇာချုပ်လိုက်တာနဲ့ အကုန်ချုပ်တယ်ဆိုတော့ တရားသဘောကပြီးနေပြီ။ တရားဆိုတာ လက်တွေ့လုပ်ငန်းမှာ **'ဉာဏ်နဲ့သိမ်းဆည်းနိုင်ဖို့က အရေး**

ကြီးတယ်’။ တစ်ခုတစ်ခုကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ထိုးထိုး ထွင်းထွင်း သိသွားရင် အဝိဇ္ဇာကို ပယ်နိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဘုရားရှင်လက်ထက်က ပါရမီရှင် တွေဖြစ်တဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားက သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်နဲ့သိတယ်။ သူ့အတိတ်က ဘာပါရမီတွေ ပါတယ်ဆိုတာသိတော့ တရားတစ်ပုဒ်ဟောလိုက် တာနဲ့ တရားရသွားတယ်။ ဒီစေတနာတစ်လုံးကို ပိုင်ပိုင်သိလို့ရှိရင်လည်း အဝိဇ္ဇာကိုပယ်နိုင်ပါတယ်။ ဒီစေတနာကလည်း **‘အာရုံကကျေးဇူးပြုမှ စေတနာ ကပေါ်ပါတယ်။’** ဘုရားရှိခိုးတဲ့အခါ ဘုရား ဆင်းတုတော်တွေ့မှ လက်အုပ်ချီတာလေ၊ မမြင်ရ သေးဘဲနဲ့ ဘယ်သူမှ လက်အုပ်မချီဘူး။ ဘုရား ဆိုတဲ့ အာရုံက ကျေးဇူးပြုလိုက်မှ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ကန်တော့ချင်တဲ့ စေတနာလေးပေါ်လာမှ လက်အုပ် ချီတဲ့ ရုပ်ကြီးဖြစ်သွားတာ။ **‘စေတနာကတိုက်တွန်း**

လို့ လက်အုပ်ချီတဲ့ရုပ်ဖြစ်ရတာပါ။'

'စေတနာ ဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ' စေတနာဆိုတာ ကံပါပဲတဲ့။ **'လက်အုပ်ချီတော့ ကံမြောက်သွားတယ်။'** ဘုရားရှိခိုးတာတောင်မှ ဒီစေတနာက ကိုယ့်ထဲ **'အမြဲရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး။'** ဘုရားဆိုတဲ့ ပုံတော်၊ ဆင်းတုတော်မြင်မှ မြင်တဲ့အာရုံက ကျေးဇူးပြုလိုက်မှ **(အာရမ္မဏပစ္စယော)** စေတနာကဖြစ်ပေါ်လာတာ။ စေတနာက တိုက်တွန်းလိုက်တာနဲ့ လက်အုပ်ချီကန်တော့တဲ့ ရုပ်နာမ်တွေဖြစ်သွားတာ။ အဲဒါ **'ပုဂ္ဂိုလ်လည်း မဟုတ်ဘူး။ သတ္တဝါလည်း မဟုတ်ဘူး။'** စက္ခုဝိညာဏ်နဲ့မြင်တဲ့ **'ရူပါရုံဆိုတဲ့ အကြောင်းကြောင့် စေတနာဆိုတဲ့ အကျိုး'** နာမ်တရားဖြစ်လာတာ။ စေတနာဆိုတဲ့အကြောင်းကြောင့် လက်အုပ်ချီလိုက်တဲ့ ရုပ်တွေဖြစ်တာ။ နာမ်နဲ့ ရုပ်တွေပဲ ဖြစ်ပေါ်သွားတာ။ ဒီတော့ ဘုရား

ရှိခိုးတာ ငါလည်းမဟုတ်ဘူး။ အာရုံဆိုတဲ့အကြောင်း နဲ့နာမ်ရုပ်ဆိုတဲ့အကျိုး၊ **(အကြောင်းအကျိုး)**မျှပဲ။ မြင်လိုက်တာလည်း ဘုရားဆင်းတုတော်ဆိုတဲ့ အဆင်း ရုပ်နဲ့ မြင်ရတဲ့ စက္ခုဝိညာဏ်ကနာမ်၊ အကြောင်း ဘက်ကလည်း နာမ်ရုပ်ပဲ။ အကျိုးဘက်ကလည်း စေတနာ-နာမ်ကတိုက်တွန်းလို့ လက်အုပ်ချီတဲ့ရုပ် ဖြစ်တာ။ **'နာမ်ရုပ်ဖြစ်တာနဲ့ နာမ်ရုပ်ချုပ်တာပဲ'** ရှိတယ်။ ဘာမှ အပိုမပါဘူး။

ဒီတော့ ခန္ဓာမှာက ဒါပဲရှိတာပါပဲ။ ရုပ်နာမ် အကြောင်းအကျိုးတွေ ဒါကိုသတိပဋ္ဌာန်နဲ့ နှလုံး သွင်းနေရတယ်။ အဲဒီလို အသေအချာမြင်သွားရင် လှေကားပေါ်တက်ရင်လည်း စေတနာက မစေ့ဆော် မတိုက်တွန်းဘဲနဲ့ အဲဒီခြေထောက် လှေကားပေါ် မရောက်ဘူး။ စေ့ဆော်တိုက်တွန်းတဲ့ စေတနာက လည်း ဒီလှေကားနားမရောက်သေး မမြင်သေးဘဲနဲ့

အာရုံမဖြစ်သေးဘဲနဲ့ ခြေထောက်ကိုကြွအောင် မြှောက်အောင် တိုက်တွန်းတဲ့ စေတနာမပေါ်ဘူး။ လေ့ကားဆိုတဲ့အဆင်းနဲ့ စက္ခုဝိညာဏ်နဲ့ တိုက်ဆိုင်မှ ခြေထောက် မချင်တဲ့စေတနာက စေ့ဆော်တိုက်တွန်းတာ။ ဒီလိုတွေကစပြီး သတိပဋ္ဌာန်လုပ်ကြရင် တရားအလုပ် အားထုတ်မဲ့ ဓမ္မာရုံပေါ်လည်းရောက်ရော တရားကရနေပြီ။

အဝိဇ္ဇာဖြစ်ရင် သင်္ခါရဖြစ်တယ်။ အဝိဇ္ဇာချုပ်ရင် သင်္ခါရချုပ်တယ်။ သင်္ခါရဆိုတာ ကံတွေချုပ်တာပဲ။ နောက်ဘဝ နောက်ခန္ဓာ မလာတော့ဘူး။ အဝိဇ္ဇာကို တစ်ဘဝပြီးတစ်ဘဝ ပါးပါးသွားအောင် ပယ်ဘို့အရေးကြီးတယ်။ လယ်တီဆရာတော် ဘုရားကြီးက ပြောတယ်၊ ကိုယ့်ရဲ့ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ အလုပ်တွေကို အဝိဇ္ဇာပါးအောင် ပယ်အောင် မလုပ်နိုင်သမျှတော့ မထူးဘူးတဲ့။ ပင်ပန်းဆင်းရဲနေအုံးမှာပဲတဲ့။ ဒီတော့

သာသနာနဲ့ တွေ့ရ ကြုံရတုန်းအချိန်မှာ ဒါနအလုပ် သီလအလုပ် ဘာဝနာအလုပ်တွေဟာ အဝိဇ္ဇာပါးဘို့ အဝိဇ္ဇာပယ်ဘို့ အလုပ်ကြီးပဲတဲ့။ ဒါမှ နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အထောက်အပံ့ ဖြစ်မှာပေါ့။ အဝိဇ္ဇာပယ်တဲ့အလုပ် သာ တခုတည်းသော အလုပ်ပဲတဲ့။

လက်တွေ့လုပ်ငန်းမှာလည်း သတိ-ပညာနဲ့ အဝိဇ္ဇာပယ်လိုက်လို့ရှိရင် အာရုံကကျေးဇူးပြုမှ စေတနာပေါ်တယ်။ အဲဒီစေတနာက ဖြစ်ပေါ်ပြီး ချုပ်ပျောက်တယ်။ ဒါကြောင့် ဒီစေတနာက **'ငါလည်း မဟုတ်ဘူး။ ငါ့ဥစ္စာလည်းမဟုတ်ဘူး။'** အကြောင်း အကျိုးမျှပဲ။ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်မှ ဒီစေတနာ ပေါ်တယ်။ အကြောင်းကင်းရင် ချုပ်ပျောက်တယ်။ **'စေတနာသုညာ အတ္တေနဝါ အတ္တနိယေနဝါ'** ဆိုတဲ့ စေတနာအပေါ်မှာ အတ္တ အတ္တနိယ (ငါနဲ့ ငါ့ဥစ္စာ)လို့ စွဲလမ်းတဲ့ ဥပါဒါန်တွေ ချုပ်ငြိမ်းသွားတာ

ပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီစေတနာတစ်လုံးပေါ်မှာ အဝိဇ္ဇာ ပယ်ဖို့ လိုရင်းအချုပ်ပါပဲ။

'အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ'မှာ စေတနာကို ငါ့ စေတနာလို့ယူတော့ သံသရာလည်တာပေါ့။ **'အဝိဇ္ဇာယတွေ့ဝ အသေသဝိရာဂ နိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓော'** ဆိုတော့ စေတနာပေါ်က အဝိဇ္ဇာကို အကြွင်းမဲ့ပယ်နိုင်တော့ ရဟန္တာဖြစ်တာပေါ့။ ဒီတော့ စေတနာဆိုတာလည်း စိတ်ဖြစ်တိုင်းပါနေတယ်။ ဝင်လေထွက်လေမှာ ရှူချင်တဲ့စေတနာက တိုက်တွန်းလို့ ရှူတဲ့ရုပ်ကြီးဖြစ်တာ။ ရှိုက်ချင်တဲ့ စေတနာက တိုက်တွန်းလို့ ရှိုက်တဲ့ရုပ်ဖြစ်တာ။ ဒါတွေက ဥပမာတွေနဲ့ လွယ်အောင်လို့သာ ပြောနေရတာ။ အဲဒီလိုအဆင့်ကို နှလုံးသွင်းဘို့ရာကတော့ မလွယ်လှပါဘူး။ မနောကို အရင် သိမ်းဆည်းနိုင်ရပါမယ်။

ရှေ့မနော နောက်မနောကို သိမ်းဆည်းနိုင်

ရမယ်။ မနောကို သိမ်းဆည်းနိုင်ဘို့ဆိုတာ သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာတော်အရ လောဘစိတ်ဖြစ်ရင် **'ရှေ့စိတ်မှာ လောဘစိတ်ဖြစ်မှန်း နောက်စိတ်က သတိပြု'** နိုင်ရမယ်။ အဲဒီအတိုင်းပဲ ဉပါဒါန်ဖြစ်ရင်လည်း **'ရှေ့စိတ်မှာ ဉပါဒါန်ဖြစ်မှန်း နောက်စိတ်က သတိပြု'** နိုင်ရမယ်။ သတိရှိရင် လည်း **'ရှေ့စိတ်မှာ သတိရှိမှန်း နောက်စိတ်က သတိပြု'** နိုင်ရမယ်။ ဉပမာ လူတွေလမ်းကူးရင် မနောမှာ သတိရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ နောက်စိတ်မှာ သတိမလိုက်တတ်ဘူး။ ဘာလိုက်တုန်းဆိုရင် **'မောဟ-အဝိဇ္ဇာ'**တွေ လိုက်တယ်။ ရှေ့စိတ်မှာ သတိဖြစ်သွားတာကို နောက်စိတ်ကကပ်ပြီး သတိပြု အောက်မေ့နိုင်မှ သတိရှိတဲ့စိတ်ကိုသိနိုင်တာပါ။ ဒါမှ ရှုချင်တဲ့စိတ် ရှိက်ချင်တဲ့စိတ်တွေကို **'နောက်စိတ်က သတိ'**ပြုနိုင်မယ်။ အဲဒီလို ရှေ့စိတ်ကို

နောက်စိတ်နဲ့ ကပ်ရှုနိုင်မှ **'အဝိဇ္ဇာကို သတိပဋ္ဌာန်နဲ့ တဒင်္ဂပယ်နိုင်'**တာပါ။ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားသလို **'ရှေ့စိတ်ဖြစ်ပျက် နောက်စိတ်မဂ်'**ဆိုတာ နားလည်ရလွယ်ပေမဲ့ လက်တွေ့မှာတော့ မလွယ်လှပါဘူး။

ရုပ်နာမ် ပရမတ်တွေရဲ့သဘာဝ လက္ခဏာတွေကို အသေအချာ သိရပါမယ်။ လက္ခဏာတွေကို **'သညာနဲ့သိ'**ပြီးရင် **'ဝိညာဏ်သိ'**ရောက်အောင်နှလုံးသွင်းနိုင်ရမယ်။ **'သမာဓိအစွမ်းနဲ့ ဝိညာဏ်သိ'**ရောက်ရင် လက္ခဏာကို **'ကိုယ်တွေ့'**သိမယ်။ လက္ခဏာကို ဝိညာဏ်သိရောက်မှ **'သတိသမ္ပဇဉ်'** လုပ်ပြီး ပရမတ်တွေကို **'ဉာဏ်တွေ့'**နဲ့သိမယ်။ ရှေ့စိတ်မှာပေါ်တဲ့ ပရမတ်တွေကို နောက်စိတ်က သတိသမ္ပဇဉ်နဲ့ သိသွားတာပါ။ သတိပဋ္ဌာန်ရဲ့ အစွမ်းကြောင့် စိတ်မှာ ဉာဏ်ဆိုတာလေးတစ်ခု

ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ အဲဒါ **'ဝိပဿနာဉာဏ်'**ပဲ။ အဲဒီဝိပဿနာဉာဏ်ရင့်သန် ထက်မြက် အားကောင်းလာရင် **'မဂ်ဉာဏ်'** ဖြစ်မယ်။ မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ရင် အဝိဇ္ဇာကို အပြီးပယ်မယ်။ **'အဝိဇ္ဇာယတွေ်ဝ အသေသဝိရာဂ နိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓော'** ဖြစ်သွားတာပါ။ အကြွင်းအကျန်မရှိ အဝိဇ္ဇာချုပ်ပြီး ရဟန္တာဖြစ်သွားတာပါပဲ။

ဒီတော့ စေတနာတစ်လုံးကို အခြေခံဖြစ်တဲ့ လက္ခဏာ၊ ရသကိစ္စ ကစသိရပါမယ်။ စေ့ဆော်တိုက်တွန်းတဲ့လက္ခဏာကို သညာနဲ့သိမယ်။ အဲဒီလိုသိထားမှ ဝိညာဏ်သိကို သတိ-ဝိရိယ-သမာဓိ တည်ထောင်ပြီး သတိပဋ္ဌာန်နဲ့ နှလုံးသွင်းရမယ်။ ဝိညာဏ်သိမှာ သတိသမ္ပဇဉ်ဆိုတဲ့ သတိနဲ့ဆင်ခြင်ရအုံးမယ်။ သတိသမ္ပဇဉ်လုပ်တော့မှ **'သတိသည်ဉာဏ်အား ရေးရှုထင်ရှား'**လာမယ်။ အဲဒီကျမှ

'အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာမြင်တဲ့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်'ရမယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ပွားများမှ ဘာဝနာ ကိစ္စဖြစ်ပါမယ်။ ဉာဏ်ဖြစ်မှ ပွားများတတ်မှာလေ။ အဲဒီပွားပါများတော့ ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန် ထက်မြက်လာလို့ရှိရင် မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်မယ်။ မဂ်ဉာဏ် ဖြစ်လာလို့ရှိရင် အဝိဇ္ဇာကို အပြီးပယ်နိုင်မယ်။ အဝိဇ္ဇာကို အပြီးပယ်နိုင်သွားတော့ စေတနာကို ငါလို့မယူတော့ဘူး။ စေတနာတစ်လုံးတည်းနဲ့ တရားရနိုင်ပါတယ်လို့ လယ်တီဆရာတော်ဘုရား ကြီးကလည်း အနတ္တဒီပနီမှာလည်း ရေးသားထား ပါတယ်။ ဟုတ်ပါပြီ၊ အခု ကျန်တဲ့အချိန်မှာ တရား ရှုမှတ်ပြီး ဝင်လေထွက်လေမှာ သတိ- ဝိရိယ-သမာဓိ တွေ တည်ထောင်ကြမယ်။

ဒေါ်ကိတာစိုးလွင် (မန္တလေး)၏ နံနက်ခင်း ဓမ္မ ကောက်နုတ်ချက်များဖြစ်သည်။ (၂၂-၉-၂၀၁၄)

****

၃၈