



ဝေပုလမ်းစာစဉ်

တံတူဆိုလင်

နှင့်

ညွှန်တူဆိုလင်



ဒေါက်တာစိုးလွင်(မန္တလေး)

“ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ”

ဓမ္မလမ်း ဝိပဿနာသင်တန်း

(၁)

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

ကံကုသိုလ်
နှင့်
ဤကံကုသိုလ်

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

‘ဝိသုဒ္ဓိမဂ်’

ဓမ္မလမ်းဝိပဿနာသင်တန်း
နန်းရွှေ တကောင်းကျောင်းတိုက်
(၆၂-လမ်း ၂၂-၂၃လမ်းကြား မန္တလေး)

(၂)

မာတိကာ

၁။ ကုသိုလ်နှင့်အကုသိုလ်	- ၃
၂။ ကံကုသိုလ်နှင့်ညဏ်ကုသိုလ်	- ၇
၃။ ရှေ့စိတ်-နောက်စိတ်	-၁၂
၄။ ဝဋ်သုံးပါးလည်ပုံ-ရပ်ပုံ	-၁၇
၅။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ	-၂၂
၆။ အတ္တ-အနတ္တ	-၃၀
၇။ မာလုကျပုတ္တသုတ်တရားတော်	-၃၄

‘သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ’
အလှူဒါနအားလုံးတို့တွင်
ဓမ္မကိုပေးလှူခြင်းသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

ကုသိုလ်နှင့်အကုသိုလ်

“အကယ်၍သာ မြတ်ဗုဒ္ဓါသည်
 လူ့ရွာထင်ရှား မပွင့်ငြားက
 ဤကားကုသိုလ် အကုသိုလ်နှင့်
 ထိုထိုဘုံဘဝ မသိရ များလှအပြစ်တွေ။
 ယခုသော်ကား
 ဘုရားရှင်တော် ပွင့်ထွန်းပေါ်၍
 ဟောဖော်ညွှန်ကြား မြတ်တရားကြောင့်
 ဤကားကုသိုလ် အကုသိုလ်နှင့်
 ထိုထိုဘုံဘဝ သိကြရ များလှကျေးဇူးပေ” ဟု တောင်မြို့

မဟာဂန္ဓာရုံ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက စပ်ဆိုခဲ့ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ဟူသည် ဘုရားရှင် ပွင့်ထွန်းတော် မူ၍သာ သိခွင့်ရခြင်းဖြစ်သည်။ ဤအမှုသည် အပြစ်ကင်း၍ ကောင်းသော အကျိုးကိုပေးသောကြောင့် ကုသိုလ်ဟု၎င်း ဤအမှုသည် အပြစ်ရှိ၍ မကောင်းသောအကျိုးကိုပေးသောကြောင့် အကုသိုလ်ဟု၎င်း အမည်ရ၏။

(၄)

ကုသိုလ်အဆင့် အမျိုးမျိုးရှိ၏။ ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ သမာဓိကုသိုလ်၊ ဝိပဿနာကုသိုလ်၊ မဂ်ကုသိုလ်တို့ဖြစ်၏။ ကုသိုလ် အလုပ်သည် အကုသိုလ်ကို ပယ်သတ်ခြင်း ကိစ္စရှိသောကြောင့်လည်း ကုသိုလ်ဟု အမည်ရနေခြင်းလည်း ဖြစ်ပါသည်။

“ဆေးသောက်ရင်ရောဂါပျောက်တယ်၊

ကုသိုလ်လုပ်ရင်အကုသိုလ်ပယ်တယ်။”

မိလိန္ဒပညာမှာ မိလိန္ဒမင်းကြီးက ကုသိုလ်နဲ့အကုသိုလ်ကိုရှင်းပြ ပါလို့ အရှင်နာဂသေနကိုမေးပါတယ်။ အရှင်နာဂသေနက အကုသိုလ်က ကျောက်ခဲနဲ့တူတယ်။ ဘယ်လောက်သေးသေး ရေမှာနစ်မယ်။ အကုသိုလ် ဘယ်လောက်သေးသေး အကျိုးပေးမယ်။ ဒါပေမဲ့ ကုသိုလ်ဆိုတဲ့လှေနဲ့ ခံလိုက်ရင် အဲဒီကျောက်ခဲ ရေမှာမနစ်သလို အဲဒီ အကုသိုလ် အကျိုးမပေး တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် ကုသိုလ်လုပ်ရင် ကုသိုလ်ကို ငါမရပါ။ ဆေးသောက် ရင် ရောဂါပျောက်သလို လုပ်တဲ့ကုသိုလ်က အကုသိုလ်ကိုပဲ ပယ်သွားတာပါ။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့အဆုံးအမတွေကို ခြံကြည့်ရင် ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်ကို ပယ်တဲ့အလုပ်ပါဘဲ။ ဒါနကုသိုလ်နဲ့ လောဘ-အကုသိုလ်ကို ပယ်တယ်။ သီလကုသိုလ်နဲ့ ဒေါသ-အကုသိုလ်ကို ပယ်တယ်။ ဘာဝနာ ကုသိုလ်နဲ့ မောဟ-အကုသိုလ်တွေကို ပယ်ပါတယ်။ ရောဂါရှိနေသ၍ ဆေးသောက်နေရသလို ‘လောဘ-ဒေါသ-မောဟ’တွေရှိနေသ၍လည်း ‘ဒါန-သီလ-ဘာဝနာ’ဆိုတဲ့ ကုသိုလ်ဆေးတွေနဲ့ ကုသနေရအုံးမှာပါ။

အကုသိုလ်မှန်သမျှ အကြွင်းမရှိ ပယ်သတ်ပြီးတဲ့ ရဟန္တာတွေမှာ နောက်ဘဝဆိုတဲ့ ဇာတိမရှိတော့ပါဘူး။ အကုသိုလ်ကို အပြီးပယ်သတ်ပြီး တဲ့အခါမှာတော့ ‘ပြုဘွယ်ကိစ္စကုန်ပြီ’ဖြစ်တဲ့အတွက် ဘဝချုပ်ငြိမ်းဘုံဇာတ် သိမ်းပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခအားလုံး ကုန်ဆုံးတဲ့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဘဝဟူသည် ကုသိုလ်နှင့်အကုသိုလ်တိုက်ပွဲ

လောက၌ ခပ်သိမ်းသောသတ္တဝါတို့အား ‘ကာယကံမှု, ဝစီကံမှု, မနောကံမှု’တို့သည် ‘ကုသိုလ်’သော်၎င်း ‘အကုသိုလ်’သော်၎င်းဖြစ်ရ၏။ နှလုံးသွင်းမှန်လျှင် ကုသိုလ်ဖြစ်၍ နှလုံးသွင်းမှားလျှင် အကုသိုလ်ဖြစ်၏။ ဤသို့ ‘ကုသိုလ်ဖြစ်မှု-အကုသိုလ်ဖြစ်မှုကို ဘဝ’ဟု ဆို၏။

‘ကုသိုလ်သည်လည်း ကောင်းကျိုး’ကို ပေးသော်လည်း ‘အကုသိုလ်ကို ပယ်သတ်ရန်ကိစ္စသာ ပဓာန’အလုပ်ဖြစ်သည်။ ဘဝဟူသည် အကုသိုလ်ကို ကုသိုလ်ဖြင့် ပယ်နေရသည့် အလုပ်ပင်ဖြစ်သည်။ နေ့စဉ်ပြုနေကြသော ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ-စေတနာတို့သည် ကုသိုလ်မဟုတ်လျှင် အကုသိုလ်တို့သာ ဖြစ်ကြသည်။ သာမန်လူတို့၏ အသိတွင် လူဖြစ်လာပါက ‘စား-ဝတ်-နေရေး-ကျန်းမာရေး’တို့သည် အလွန်အရေးကြီးလှပါသည်။ သို့သော် ယင်းတို့ကို ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ-စေတနာတို့ဖြင့်သာ ဆောင်ရွက်ရပါသည်။

ယင်းသို့ဆောင်ရွက်စဉ် ကောင်းသော ကုသိုလ်အမှုလည်းပါ သလို မကောင်းသော အကုသိုလ်အမှုလည်း ရောပြီးပါလေသည်။ ကုသိုလ်က အကုသိုလ်ကို အပြီးမပယ်သတ်နိုင်သ၍ ကောင်းကျိုး-ဆိုးကျိုးတို့သည် (၃၁)ဘုံ၌ သူတပြန်ကိုယ်တလှည့်ဖြင့် တစ်ဘဝပြီး တစ်ဘဝ သံသရာ မဆုံးနိုင်အောင် လည်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော် - သုတသုတ်

အခါတစ်ပါး၌ မြတ်စွာဘုရားသည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန် ကျောင်း၌ (သီတင်းသုံး) နေတော်မူ၏။ ထိုအခါ မဂဓမင်း၏ အမတ်ကြီး ဖြစ်သော ‘ဝဿကာရုဏ္ဏား’သည် မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ချဉ်းကပ်ပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားအား ဤစကားကို လျှောက်၏-

(၆)

အသျှင်ဂေါတမ “မည်သူမဆို မြင်သည်ကို ‘ဤသို့ ငါမြင်၏’ ဟု ပြောဆိုခဲ့မှု ထိုပြောဆိုရာ၌ အပြစ်မရှိ၊ မည်သူမဆို ကြားသည်ကို ‘ဤသို့ ငါကြား၏’ဟု ပြောဆိုခဲ့မှု ထိုပြောဆိုရာ၌ အပြစ်မရှိ။ မည်သူမဆို တွေ့သည်ကို ‘ဤသို့ ငါတွေ့၏’ဟု ပြောဆိုခဲ့မှု ထိုသို့ ပြောဆိုရာ၌ အပြစ်မရှိ။ မည်သူမဆို သိသည်ကို ‘ဤသို့ ငါသိ၏’ဟု ပြောဆိုခဲ့မှု၊ ထိုပြောဆိုရာ၌ အပြစ်မရှိ”ဟု အကျွန်ုပ် ဤသို့ ‘**အယူဝါဒ**’ ရှိပါသည်ဟု (လျှောက်၏)။

ပုဏ္ဏား မြင်ရသမျှကို “ပြောဆိုအပ်၏”ဟူ၍ ငါမဆို၊ မြင်ရသမျှကို “မပြောဆိုအပ်”ဟူ၍လည်း ငါမဆို၊ အကြောင်းမူကား မြင်ရသည်ကို ပြောဆိုသောသူအား အကုသိုလ်တရားတို့တိုးပွားကုန်မှု ဤသို့သော မြင်ခြင်းကို “မပြောဆိုအပ်”ဟု ငါဆို၏။ ပုဏ္ဏား မြင်ရသည်ကို မပြောဆိုသောသူအား ကုသိုလ်တရားတို့ ဆုတ်ယုတ်၍ အကုသိုလ်တရားတို့ တိုးပွားကုန်မှု ဤသို့သောမြင်ခြင်းကို “ပြောဆိုအပ်၏”ဟု ငါဆို၏။

ပုဏ္ဏား ကြားရသည်ကိုလည်းကောင်း၊ တွေ့ရသည်ကိုလည်းကောင်း၊ သိရသည်ကိုလည်းကောင်း ပြောဆိုသောသူအား အကုသိုလ်တရားတို့ တိုးပွားကုန်မှု ဤသို့သော ကြားခြင်း၊ တွေ့ခြင်း၊ သိခြင်းကို “မပြောဆိုအပ်” ဟု ငါဆို၏။ ပုဏ္ဏား ဤသို့ မပြောဆိုသောသူအား ကုသိုလ်တရားတို့ ဆုတ်ယုတ်၍ အကုသိုလ်တရားတို့ တိုးပွားကုန်မှု “ပြောဆိုအပ်၏”ဟု ငါဆို၏။

ထိုအခါ ဝဿကာရ ပုဏ္ဏားသည် အလွန်နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်လျက် နေရာမှထကာ ဖဲသွားလေသတည်း။

(ဒေသနာ၏လိုရင်းကား လောကသတ်မှတ်ချက်ဖြစ်သော ‘**အမှား-အမှန်ထက် ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ဖြစ်-မဖြစ်**’ကိုသာ အထူးသတိထား၍ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ကို အားထုတ်သင့်ပေသည်။)

ကံ ကုသိုလ်နှင့် ဣန္ဒြေ ကံကုသိုလ်

အိန္ဒြိယနိုင်ငံ ဗုဒ္ဓဂယာသွားတဲ့ခရီးမှာ သာဝတ္ထိရောက်တော့ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးလှူဒါန်းခဲ့တဲ့ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်ရာမှာ ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ ဖရောင်းတိုင်လေးတွေထွန်းပြီး မီးပူဇော်ကြပါတယ်။ ဒါက ကုသိုလ်စေတနာတွေပါပဲ။ ဘုရားကိုဆီမီးပူဇော်တာ ကုသိုလ် ရတယ်ဆိုတာ သိကြပါတယ်။ ဒါက ကံကုသိုလ်တွေပါ။

ဖယောင်းတိုင်မီးထွန်းတဲ့အခါ လက်ကအားစိုက်တွန်းနေတာ တွေ၊ မီးထွန်းညှိပေးနေတာတွေဟာ စေတနာတွေပဲဆိုတာ စိတ်ထဲမှာ ပေါ်လွင်လာတယ်။ ဒါက ကံကုသိုလ်တွေပဲ။ ဒါကိုတော့ လူတိုင်းလည်း သိနိုင်ပေမဲ့ ဣန္ဒြေကုသိုလ်ကိုတော့ မသိနိုင်ဘူးလို့ စိတ်မှာ ပေါ်သွားတယ်။ လက်နဲ့ဖရောင်းတိုင်ကို စိုက်လိုက်တိုင်း တွန်းလိုက်တိုင်းဟာ တိုက်တွန်း တဲ့စေတနာတွေပဲလို့ စိတ်ကသတိပြုမိနေတယ်။ ဖရောင်းတိုင် စိုက်တိုင်း စိုက်တိုင်းဟာ စေတနာတွေက စေ့ဆော်တိုက်တွန်းနေပါလားလို့ စိတ်မှာ သတိကပ်နေတော့ ဖရောင်းတိုင်မီးထွန်းတဲ့ စေတနာတိုင်းဟာ ကုသိုလ် တွေ အများကြီးဖြစ်နေတာပဲလို့ စိတ်ထဲမှာ မြင်သွားတယ်။

(၈)

ဒီလိုမြင်သွားတော့ ရှေ့မှာဖြစ်တဲ့ စေတနာက ကံကုသိုလ်၊ နောက် စိတ်မှာ သတိပြုမိတာက ဉာဏ်ကုသိုလ်ဖြစ်သွားတယ်။ ကံကုသိုလ်နဲ့ ဉာဏ်ကုသိုလ်က သတိရှိလိုက်တာနဲ့ တခါတည်းရနေတာပါလားလို့ စိတ်မှာ ပေါ်သွားတယ်။ ဒီတော့ ဖယောင်းတိုင်စိုက်ပြီး မီးထွန်းပူဇော်တဲ့ ကံကုသိုလ်ကိုသိနိုင်ပေမဲ့ **‘ရှေ့စိတ်မှာ စေတနာလေး ပေါ်သွားပါလားလို့ နောက်စိတ်က သတိ’**ကိုတော့ လူတိုင်း မလုပ်တတ်ကြဘူး။ ဒါကြောင့် ကံကုသိုလ်ဖြစ်ပေမဲ့ ဉာဏ်ကုသိုလ်တော့ မဖြစ်ကြဘူး။

ကံပေါ်ဉာဏ်ဆင့်

မြတ်စွာဘုရားရှင် သီတင်းသုံးခဲ့တဲ့ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်မှာ ရှေ့စိတ်က စေတနာနဲ့ ဖရောင်းတိုင် မီးထွန်းပူဇော်တာက ကံကုသိုလ်၊ နောက်စိတ်မှာ သတိပြုမိတာက ဉာဏ်ကုသိုလ်။ ကံကုသိုလ်က သံသရာမှာ ဘဝတွေ ကောင်းမယ်။ ဉာဏ်ကုသိုလ်က နိဗ္ဗာန်ပို့မယ်။ အဲဒီမှာ ကံကုသိုလ်နဲ့ ဉာဏ်ကုသိုလ်လို့ စကားလုံးကလည်း စိတ်ထဲမှာတန်း ပေါ်သွားတယ်။ ဘုရားကို ဖယောင်းတိုင်မီးထွန်းပြီး ပူဇော်တဲ့ စေတနာက ညောင်စေ့နဲ့တူတယ်။ လက်နဲ့ဖရောင်းတိုင်စိုက်ပြီး မီးထွန်းပြီးတိုင်း စေတနာကချုပ်တယ်။ နောက်တစ်ခါ မီးထပ်ထွန်းရင် နောက်စေတနာ ထပ်ဖြစ်တယ်။ ဖရောင်းတိုင်မီးထွန်းတိုင်း စေတနာရဲ့ ဖြစ်ပေါ်ချုပ်ပျောက်နေတဲ့ အနိစ္စသဘောတွေကို နောက်စိတ်က သတိသမ္ပဇင်နဲ့ဆင်ခြင်တဲ့ ဉာဏ်ကုသိုလ်ကတော့ ညောင်ပင်ကြီးလောက် ဖြစ်သွားတယ်။ ရှေ့စိတ်က ကံကုသိုလ်က ညောင်စေ့၊ နောက်စိတ်က ဉာဏ်ကုသိုလ်က ညောင်ပင်ကြီးလောက်ဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်အထိရောက်အောင် အထောက်အပံ့ပြုမဲ့ ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်သွားတယ်။ ကံကုသိုလ်ကို အမှီပြုပြီး ဉာဏ်ကုသိုလ်ဖြစ်သွားတယ်။ **(ကံပေါ်ကို ဉာဏ်ဆင့်တက်သွားတယ်။)**

(၉)

ဒီလိုနဲ့ ဗုဒ္ဓဂယာဘုရားပွင့်တဲ့ နေရာသွားကြတော့ ဘုရားသွား ဖူးတာ ကုသိုလ်ရတယ်ဆိုတာတော့ လူတိုင်း သိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ခြေတလှမ်း လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်းဟာ စေတနာက တိုက်တွန်းလို့ ဖြစ်နေပါလားလို့တော့ နောက်စိတ်နဲ့သတိတော့ မပြုမိကြဘူး။ ဘုရား ဆီကိုသွားတဲ့ ခြေလှမ်းတိုင်းဟာ စေတနာက စေ့ဆော်တိုက်တွန်းလို့ ခြေထောက်က တလှမ်းပြီး တလှမ်းသွားနေတာ။ စေတနာက မတိုက် တွန်းရင် ရွှေ့မှာကို မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီစေတနာတွေကို နောက်စိတ်က သတိပြုမိတော့မှ ခြေလှမ်းတိုင်းဟာ ကုသိုလ်တွေချည်းပါလား။ ဘုရားဆီရောက်အောင်သွားနေတဲ့ ခြေလှမ်းတိုင်းဟာ ကုသိုလ်တွေ ချည်းဘဲတဲ့။ ခြေလှမ်းတွေလှမ်းအောင် တိုက်တွန်းတဲ့ စေတနာက ကံကုသိုလ်၊ နောက်စိတ်မှာ သတိပြုမိနေတာက ဉာဏ်ကုသိုလ်။ ခြေလှမ်းတွေက ဘုရားဆီရောက်အောင်သာပို့နိုင်တာ၊ ခြေလှမ်းအောင် တိုက်တွန်းတဲ့ စေတနာကိုသတိပြုမိတဲ့ ဉာဏ်ကုသိုလ်ကမှ နိဗ္ဗာန် ရောက်အောင်ပို့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဖြူအောင်စိတ်ကိုထား

မြတ်စွာဘုရားရှင် အဆူဆူပွင့်ပြီး ဟောကြားခဲ့တဲ့တရားတွေကို အနှစ်ချုပ်လိုက်ရင် **(မကောင်းမှု ရှောင်၊ကောင်းမှုဆောင်၊ ဖြူအောင် စိတ်ကိုထား)**ဆိုတဲ့ ဒီသုံးခုကိုဘဲ ဟောကြားသွားတာပါ။ ဒါကို ဝိပဿနာအတွက် လုပ်ငန်းစဉ်လို့တော့ မသိခဲ့ဘူး။ အမှန်က မကောင်းမှု ရှောင် ကောင်းမှုဆောင် ဖြူအောင်စိတ်ကိုထားဆိုတာ အလုပ်ပေး တရားပါပဲ။ မကောင်းမှုကို သတိနဲ့ရှောင်ပြီး ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို အား ထုတ်ရမယ်ဆိုတာ နားမလည်စရာမရှိပါဘူး။ ဒီတော့ ကုသိုလ်များများ ဖြစ်အောင် သတိထားပြီးလုပ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ကံကို ဉာဏ်နဲ့ စွန့်ပုံ

ဒီတော့ ကုသိုလ်ဆိုတာ စေတနာပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားကို ဆွမ်း
 တော်ကပ်၊ ရေတော်တွေကပ်၊ ပန်းတွေကပ်၊ ဆီမီးတွေထွန်း၊ ဘုရားကို
 ရှိခိုးတာတွေက စေတနာတွေပါပဲ။ ရှေ့စိတ်မှာဖြစ်တဲ့ စေတနာတွေ။
 အဲဒါတွေက ကံကုသိုလ်တွေပဲ။ ဒါပေမဲ့ ရှေ့စိတ်မှာဖြစ်တဲ့ ကံကုသိုလ်ကို
 နောက်စိတ်က ငါ့ကုသိုလ်လို့ ကိလေသာနဲ့သွားစွဲလို့ စိတ်က မဖြူတော့
 တာပါ။ ကံကုသိုလ်က စေတနာကြောင့်ဖြစ်တယ်။ စေတနာလည်း
 အာရုံက ကျေးဇူးပြုမှပေါ်တာ။ ကိုယ့်ထဲမှာ အမြဲရှိနေတာမဟုတ်ဘူး။
 စေတနာကလည်း ပေါ်ပြီးချုပ်ပါတယ်။ အဲဒါကို နောက်စိတ်က သတိ
 ပြုမိရင် နောက်စိတ်မှာ ဉာဏ်ကုသိုလ် ဖြစ်တယ်။ ကံကို ဉာဏ်ကအနိစ္စ
 မြင်သွားပြီ။ ရှေ့စိတ်က ကံကုသိုလ်၊ နောက်စိတ်မှာ ဉာဏ်ကုသိုလ်
 ဖြစ်သွားပြီ။ **‘ဉာဏ်ကုသိုလ်ဖြစ်ရင် ကံကုသိုလ်ကို စွန့်နိုင်ပါတယ်’**။

ကံကို ဉာဏ်နဲ့စွန့်နိုင်တဲ့အတွက် ကံက အကျိုးမပေးတော့ဘူး။
 ကံကုသိုလ်က သံသရာကောင်းကျိုးကိုပေးမယ်။ အို-နာ-သေတော့
 မလွတ်နိုင်ဘူး။ ဉာဏ်ကုသိုလ်က သံသရာလွတ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်
 အောင်ပို့တာ။ ရှေ့စိတ်မှာ ကံကုသိုလ်ဖြစ်ပြီး နောက်စိတ်က ဉာဏ်
 ကုသိုလ်လိုက်နိုင်ရင် ဒီဉာဏ်က ကံကိုစွန့်နိုင်တယ်။ ကံပေါ် ဉာဏ်ဆင့်တာ
 မဟုတ်တော့ဘူး။ ကံကို ဉာဏ်နဲ့စွန့်တာ။ ကံကိုစွန့်လိုက်တာနဲ့ ဒီကံ
 အကျိုးပေးခွင့် မရတော့ဘူး။ ကံအကျိုးပေးခွင့် ဘာကြောင့်ရလဲဆိုရင်
 တဏှာရှိနေလို့ ကံကအကျိုးပေးခွင့်ရနေတာ။ ရှေ့စိတ်မှာဖြစ်တဲ့
 ကံကုသိုလ်ကို နောက်စိတ်မှာရှိတဲ့ တဏှာက ငါ့ဥစ္စာအနေနဲ့ စွဲယူ
 သိမ်းပိုက်လိုက်တဲ့အတွက် ဒီကံကိုမစွန့်နိုင်တာ။ တဏှာက မစွန့်တဲ့
 အတွက် ဒီကံက အကျိုးပေးခွင့်ရနေတာပါ။

ရုပ်နာမ်ချုပ်ရင် နိဗ္ဗာန်အစားထိုးပုံ

အခု ဒီကံကုသိုလ်ရဲ့နောက်မှာ ဉာဏ်ကုသိုလ် ဝင်လိုက်တဲ့ အတွက် ဒီကံကိုသိမ်းပိုက်တဲ့ **‘တဏှာဖြစ်ခွင့်’** မရတော့ဘူး။ **(ဉာဏ်က တဏှာကို ပယ်လိုက်တယ်။)** ဉာဏ်က တဏှာလည်းပယ်လိုက်ရော ဒီကံက အကျိုးပေးခွင့် မရတော့ဘူး။ ရှေ့စိတ် ကံကုသိုလ်ချုပ်သွားပြီး နောက်စိတ် ဉာဏ်ကုသိုလ်လည်း ဖြစ်လိုက်ရော ကံကုသိုလ်ကိုသိမ်း ပိုက်တဲ့ တဏှာ စွန့်လိုက်တယ်။ ကံကိုသိမ်းပိုက်တဲ့ တဏှာစွန့်မှတော့ ကံအကျိုးဖြစ်တဲ့ နာမ်ရုပ်တွေလည်း မဖြစ်တော့ဘူး။ **(နာမ်ရုပ်မရှိရင် ဘာမှမရှိတာ မဟုတ်ဘူး။ နိဗ္ဗာန် အစားထိုးတယ်။)** လောကဆိုတာ ရုပ်တွေနာမ်တွေ တစ်ခုပြီးတစ်ခု အစားထိုးနေတာ။ ရုပ်နာမ်ချုပ် ရင်လည်း နိဗ္ဗာန် အစားထိုးတယ်။ ပြတ်တယ်၊ စဲတယ်လည်းမရှိဘူး။ ခိုင်တယ်၊ မြဲတယ်လည်း မရှိဘူး။ ဒီတော့ အတ္တဒိဋ္ဌိလည်း ပြုတ်ပြီပေါ့။ ဒီလိုသိသွားရင် ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့တဒင်္ဂပြုတ်တယ်။ ဉာဏ်ရင့်လာရင် မဂ်ဉာဏ်နဲ့ အပြီး ပြုတ်ပါတယ်။

အခုလို ကံကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့ရှေ့စိတ်ကို နောက်စိတ်က သတိပြုနိုင်ရင် ဉာဏ်ကုသိုလ်ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ ဉာဏ်ကုသိုလ်က **‘ဗောဓိဉာဏသ ပစ္စယော ဟောတု’**ဆိုတဲ့ ဗောဓိဉာဏ် (မဂ်ဉာဏ်တွေ)ကို အထောက် အပံ့ကောင်းတွေဖြစ်အောင် ကျေးဇူးပြုပါတယ်။

“ရွှေစိတ်-နောက်စိတ်”

‘မြင်မှုနှင့်သိမှု’ (ကမ္မဋ္ဌာနဒီပနီ-လယ်တီ)

(စက္ခုဝိညာဏ်)သည်ကား (အဆင်း)အမျိုးမျိုးကို မြင်မှု သက်သက်သာတည်း။ မျက်စိဖြင့်(မြင်ပြီး)နောက် ကြံသိမှုတို့ကား (မနော) ဝိညာဏ်တို့၏ အမှုသာတည်း။

(မြင်ဆဲ)ခဏ၌ ငါမြင်သည်ဟု မသိသေး၊ နောက်လိုက် (မနော) ဝိညာဏ်ဖြစ်ပေါ်မှ (ငါ)မြင်သည်ဟုသိ၏။ မြင်အပ်သောဝတ္ထု၏ အဖြူ၊ အနီ၊ အဆင်းသဏ္ဍာန်၊ အမည်စသော (ပညတ်)တို့ကိုလည်း နောက်လိုက် (မနောဝိညာဏ်) ဖြစ်ပေါ်မှ သိနိုင်၏။

(မြင်မှု)ကား စက္ခုဓာတ်အိမ်မှဖြစ်၍ (သိမှု)ကား ဟဒယဓာတ် အိမ်မှဖြစ်၏။ ဓမ္မအလိုအားဖြင့် မြင်မှု-သိမှုနှစ်ပါး သည် (တစ်ခြားစီ) သာဖြစ်၏။ မြင်တစ်လှည့်၊ သိတစ်လှည့် အစဉ်အတိုင်းသွား၏။

လောကအလိုအားဖြင့်ကား စိတ်သည် အလွန်မြန်လှသော ကြောင့် မြင်မှုနှင့်သိမှုကို (တစ်ခုတည်း)၊ (တစ်ပြိုင်တည်း) ထင်ကြရ၏။ ဤနည်းတူပင် (ကြားမှုနှင့်သိမှု၊ နံမှုနှင့်သိမှု၊ စားမှုနှင့်သိမှု၊ ထိမှုနှင့် သိမှု)တို့၌လည်း တစ်စုံတစ်စုံဖြစ်ကြ၏။ (ကြံသိမှု)တစ်ခုသာ (ဟဒယ

ဓာတ်အိမ်)မှချည်း ဖြစ်ပေါ်ရ၏။ ဤသည်လည်း ဓမ္မတာတည်းဟု လယ်တီ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရေးသားထားသော **ကမ္မဋ္ဌာနဒီပနီ**စာအုပ်တွင် လေ့လာမှတ်သားရပါသည်။

“ကြားမှုနှင့်သိမှု”

ရှေ့စိတ်ဟူသည် ‘dog-ဒေါ့’ဟု အသံက ကျေးဇူးပြုလျှင် ကြားစိတ် (**သောတဝိညာဏ်**)ဖြင့် ကြားခြင်းဖြစ်သည်။ ရှေ့စိတ်သည် ‘ဒေါ့’ဆိုသော အသံကိုသာကြား၍ ခွေးဟုသိခြင်းသည် နောက်စိတ် (**မနောဝိညာဏ်**)ဖြင့် သိခြင်းဖြစ်သည်။

“နားကကြားတယ်-မနောကသိတယ်”

နားက dog (ဒေါ့)ဟု ကြားလျှင် ခွေးဟုသိခြင်းသည် မနောက သာသိခြင်းဖြစ်၏။ နားက ‘ဒေါ့’ပဲကြားပါသည်။ ခွေးဟုမသိပါ။ မနောက ခွေးလို့သိတဲ့အခါမှာ နှုတ်သီးရယ်၊ အမြီးရယ်၊ ခြေလေးချောင်းရယ်၊ သတ္တဝါပုံသဏ္ဍာန်နှင့် တကွအမည်ကို သိသွားခြင်းဖြစ်သည်။ နားက ကြားစိတ်သည် အမည်နှင့်ပုံသဏ္ဍာန်တို့ကို မသိပါ။ နားကကြားသော ‘ဒေါ့’သည် အသံ (ရူပ)နှင့်ကြားစိတ် (နာမ်)တို့သာဖြစ်ပါသည်။ မနောကျ မှသာ ခွေးဟူသော သတ္တဝါအသိဖြစ်ပေါ်ပါသည်။

“မျက်စိကမြင်တယ်-မနောကသိတယ်”

စာဖတ်လျှင် မျက်စိကမြင်ရုံသာမြင်ပြီး စာဖတ်တတ်ပါ။ မနောက စာဖတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ မိမိမသိသောစာများကို မျက်စိကမြင် သော်လည်း မနောမှာ မှတ်သားထားသောသညာမရှိသောကြောင့် မသိခြင်းဖြစ်သည်။ မျက်စိသည် အရောင်ကိုသာသိပါသည်။ အရောင် (colour)ကို မြင်ကာမျှသာဖြစ်သည်။ မျက်စိတွင် အရောင်ကိုမြင်ခြင်း သည် အရောင် (ရူပ)နှင့် မြင်စိတ် (နာမ်)သာ ဖြစ်ပေါ်နေခြင်းဖြစ်သည်။

“ပန်းချီကားဥပမာ”

ပန်းချီကားတစ်ချပ်ပေါ်တွင် ဆေးအရောင်တို့ဖြင့် ရေးဆွဲလိုက် ပါက ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ တိုက်၊ အိမ်၊ ကား၊ ရေကန်၊ သစ်ပင်၊ ပန်းပင်တို့ကို မြင်ရပေမည်။ အမှန်မှာ ပန်းချီကားပေါ်တွင် ဆေးအရောင်သာရှိပါသည်။ ဒီအရောင်ကို ယောက်ျား၊ ဒီအရောင်ကို မိန်းမစသည်ဖြင့် ပုံသဏ္ဍာန်ကို လိုက်၍ အမည်ပေးထားခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ တကယ့်အရှိတရားမှာ ဆေးအရောင်သာဖြစ်ပါသည်။

‘ဝိညာဏ်သိနှင့်သညာသိ’

(dog) ‘ဒေါ့’ ဟု ကြားလျှင် နားက ကြားစိတ်သည် ‘ဒေါ့’ ဟူသော အသံကို သာသိ၍ ခွေးဟု သိခြင်းသည် မနောကသညာဖြင့် အမှတ်ပြု သိခြင်းဖြစ်သည်။ သို့သော် မိမိတို့သိသောအခါ **(ရှေ့စိတ်-ဝိညာဏ် သိကား မပြဋ္ဌာန်း၊ နောက်စိတ်-သညာသိသာ ပြဋ္ဌာန်းကုန်၏။)** ထို့ကြောင့် မြင်၊ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ တွေးတို့တွင် ဖြစ်ခိုက် (ဝိညာဏ်သိ) ကို ကျော်၍ မနောက လောက (သညာသိ) သာ ရှေ့သို့ **‘စွာထွက်’** နေခြင်း ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် မနောကသညာသည် စွာတတ်ပါသည်။

ဥပမာ မိုးကောင်းကင်ကိုကြည့်သောအခါ မျက်စိသည် အရောင် ကိုသာ မြင်ပါသည်။ မနောက မှတ်သားထားသော (သညာသိ) ဖြင့် မိုးကောင်းကင်ဟု သိခြင်းဖြစ်သည်။ မျက်စိက (မြင်စိတ်) သည် အရောင် ကိုသာ မြင်သော်လည်း နောက်စိတ်-မနောကသညာဖြင့်သာ အမှတ်ပြု၍ သိခြင်းဖြစ်ပါသည်။

(သိပုံနယ်တွင် ရေကို အရောင်မရှိ) ဟု ဆိုပါသည်။ ရေကို အရောင်အမျိုးမျိုးနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါက မည်သည့်အရောင်နှင့်မျှ မတူပါ။ ထို့ကြောင့် သိပုံနယ်တွင် ရေကိုအရောင်မရှိဟု သတ်မှတ်ပါသည်။

သို့သော် (အဘိဓမ္မာနယ်တွင် စကျာဝိညာဏ်-မြင်စိတ်သည် အရောင် ကိုသာသိ)ပါသည်။ ရေကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသောကြောင့် ရေသည် အရောင် ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် (သိပုံနယ်သည် သညာသိ)အဆင့်သာ ရှိ၍ (အဘိဓမ္မာနယ်ကသာ ဝိညာဏ်သိမှ ပညာသိ)အဆင့်ထိ ထိုးထွင်း သိမြင်နိုင်ပါသည်။

‘မြင်၊ မြင်တယ်မှတ်ဆိုတာ’

ထို့ကြောင့် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက မြင်-မြင်တယ် မှတ်ဟုသင်ကြားပေးပါသည်။ ဥပမာ ရေသန့်ဗူးထဲကရေကို မျက်စိက မြင်လိုက်တာနှင့် မနောက ရေကို မြင်တယ်ဟု ထင်ပါသည်။ အမှန်မှာ မျက်စိက ရေကိုမမြင်ရပါ။ ကြည်နေသော အရောင်အဆင်းကို သာမြင်ရပါသည်။ မျက်စိမှာဖြစ်သော မြင်စိတ်သည် အရှိအတိုင်းမြင် သော်လည်း မနောတွင် အမှတ်သညာဖြင့် မြင်လိုက်သည်နှင့် ရေဟု စွဲနေခြင်းဖြစ်သည်။

သို့သော် မနောတွင် သတိရှိပါက မြင်ရသည်မှာ ကြည်နေသော အရောင်သာဖြစ်၍ ရေဟု အမည်ပေး ပညတ်ထားခြင်းသာဖြစ်သည်။ အင်္ဂလိပ်တို့ကြည့်ပါကလည်း ကြည်တာပဲမြင်ပြီး (water)ဟုသိပေမည်။ ကုလားက ‘ပန်နီ’လို့ခေါ်ပြီး တရုတ်က ‘ဆွေ’ဟု ဆိုပေမည်။ သို့သော် ရေကိုကြည့်ပါက မျက်စိက ကြည်နေတာကိုတော့ အတူတူမြင်ရပေမည်။ ထို့ကြောင့် မြင်-မြင်တယ်မှတ်ဆိုတာ ရှေ့စိတ်က မြင်တဲ့အတိုင်း နောက်စိတ် မနောက သတိဖြင့် ရှုမှတ်ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကြား-ကြားတယ်မှတ်ဟူ၍၎င်း၊ နံ-နံတယ်မှတ်ဟူ ၍၎င်း၊ စား-စားတယ်မှတ်ဟူ၍၎င်း၊ ထိ-ထိတယ်မှတ်ဟူ၍၎င်း၊ ကြံ- ကြံတယ်မှတ်ဟူ၍၎င်း၊ ဝိပဿနာအလုပ်တွင် (ရှေ့စိတ်နှင့်နောက်စိတ်

ဖြစ်စဉ်)ကို အောက်ပါအတိုင်း ပိုင်းခြားသိမြင်ရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။

၁။ မျက်စိကမြင်တယ်-မနောကသိတယ်၊

၂။ နားကကြားတယ်-မနောကသိတယ်၊

၃။ နှာခေါင်းကနံတယ်-မနောကသိတယ်၊

၄။ လျှာကစားတယ်-မနောကသိတယ်၊

၅။ ကိုယ်ကထိတယ်-မနောကသိတယ်၊

၆။ ရှေ့မနောကကြံတယ်- နောက်မနောကသိတယ်။ ဟူသော

ရှေ့စိတ်နှင့် နောက်စိတ်တို့၏ ‘တစ်စိတ်ပြီးမှ တစ်စိတ်’ ရှေ့နောက် အစဉ် ဖြစ်ပေါ်နေပုံတို့ကို သတိဖြင့် ပိုင်းခြားသိသင့်ပေသည်။

ဥပမာ လျှာသည် ထမင်းကြော်၊ ခေါက်ဆွဲကြော် ကော်ဖီ၊ လွှက်ရည်တို့ကို မသိပါ။ အရသာကိုသာ သိပါသည်။ လျှာဖြင့် အရသာကိုသိပြီးမှသာ နောက်စိတ်မနောက ကော်ဖီ၊ လွှက်ရည်စသည် တို့ကို သညာဖြင့် အမှတ်ပြုသိခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ပခုက္ကူဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဝိညာဏ်သိနှင့်သညာသိခွဲခြား ပုံမှာ ‘မြင်လိုက်လို့ ကိုင်လိုက်ပါ၊ မြင်တာကို မကိုင်မိ’ဟု ဆိုပါသည်။ သာမန်လူတို့က ‘မြင်တာကို ကိုင်လို့ရတယ်’ဟု ထင်ပါသည်။

အမှန်မှာ မျက်စိက ‘မြင်လျှင်’ ‘အရောင်’ကိုသာမြင်နိုင်ပါသည်။ ‘ကိုင်လျှင်’ လက်ဖြင့်ထိခြင်းကြောင့် အရောင်ကို မသိနိုင်ပါ။ ‘မာတာ ကိုသာ’သိနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ‘မြင်တဲ့အရောင်ကို ကိုင်လို့ရတယ်’ ဟု ထင်ခြင်းသည် ‘သညာ’ဖြင့် အမှတ်မှားခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သာမန်လူတို့သည် သညာသိဖြင့်သာ အမှတ်မှားပြီး သိနေခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အမှန်အတိုင်း အရှိကိုအရှိအတိုင်း သိမြင်နိုင်ရန် ရှေ့စိတ်ပြီး နောက်စိတ်မှာ သတိရှိဖို့သာ လိုရင်းဖြစ်ပါသည်။

ဝဋ်(၃)ပါး လည်ပတ်-ရပ်ပတ်

- ၁။ ‘မြင်တယ်၊ စွဲလမ်းတယ်၊ အားထုတ်တယ်၊’
- ၂။ ‘ကြားတယ်၊ စွဲလမ်းတယ်၊ အားထုတ်တယ်၊’
- ၃။ ‘နံတယ်၊ စွဲလမ်းတယ်၊ အားထုတ်တယ်၊’
- ၄။ ‘စားတယ်၊ စွဲလမ်းတယ်၊ အားထုတ်တယ်၊’
- ၅။ ‘ထိတယ်၊ စွဲလမ်းတယ်၊ အားထုတ်တယ်၊’
- ၆။ ‘ကြံတယ်၊ စွဲလမ်းတယ်၊ အားထုတ်တယ်၊’

အထက်ပါ (၆)မျိုးသည် ဝဋ် (၃)ပါးပင်ဖြစ်၏။ လောကမှာ ‘ဝဋ်’ လည်တတ်သည်ဟု ပြောကြပါသည်။ သာမန်အားဖြင့် နားလည်ကြသည်မှာ သူတစ်ပါးက ကိုယ့်ကို မတရားသဖြင့် အနိုင်ယူထားပါက တစ်ချိန်မှာ ပြန်ခံရမည်ဟု ဆိုပါသည်။ တစ်ချို့ဆိုလျှင် နောက်ဘဝတောင် စောင့်စရာမလိုပါ။ ဒီဘဝမှာပင် ဝဋ်လည်ကြသည်ဟုဆို၏။ လောကအလိုအရ ထိုကဲ့သို့ နားလည်ကြသော်လည်း ဓမ္မအလိုတွင် “မြင်တယ်-စွဲလမ်းတယ်-အားထုတ်တယ်” ဆိုပါက ဝဋ်လည်ပြီးသား ဖြစ်ပါသည်။

ဝဋ်(၃)ပါး၌ မြင်မှုတွင် ‘အဆင်းက-ရုပ်၊ သိတာက-နာမ်’

ဖြစ်သည်။ ယင်းမြင်သောရုပ်နာမ်ကို **ဝိပါကဝဋ်**ဟု ခေါ်၏။ စွဲလမ်းမှု ဟူသည် **‘ဥပါဒါန်’** ဖြစ်သည်။ ယင်းကို **ကိလေသဝဋ်**ဟု ခေါ်သည်။ ကာယကံ-ဝစီကံ-မနောကံဖြင့် အားထုတ်မှုသည် **‘စေတနာ’**ဖြစ်၏။ ကောင်းသော စေတနာက တိုက်တွန်းသောကြောင့် ကုသိုလ်ကံဖြစ်၍ မကောင်းသော စေတနာက တိုက်တွန်းသောကြောင့်လည်း အကုသိုလ်ကံ ဖြစ်သည်။ ယင်း **(ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ကံ)**တို့သည် **ကမ္မဝဋ်** ဖြစ်ပါသည်။

ဝဋ် (၃)ပါးလည်ပုံ

ထို့ကြောင့် မြင်မှုအပေါ်တွင် ဥပါဒါန်ဖြင့်စွဲလမ်းပြီး အကောင်း အဆိုးတို့ကို ကာယကံ-ဝစီကံ-မနောကံတို့ဖြင့် အားထုတ်သောအခါ ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ကံများ ဖြစ်ရလေသည်။ ထိုကုသိုလ်-အကုသိုလ် ကံကြောင့် နောက်ဘဝ နောက်ခန္ဓာရသောအခါ “မြင်တယ်-စွဲလမ်း တယ်-အားထုတ်တယ်”ဟူသော ဝဋ်(၃)ပါးတို့ကို တစ်ဖန် ပြန်၍ အားထုတ်ကြပြန်သည်။ ဤသို့ဖြင့် ကံဆိုသောအကြောင်းကြောင့် ကံ၏အကျိုးတရား၊ နောက်ဘဝ နောက်ခန္ဓာတို့ဖြစ်ပေါ်ကာ အကောင်း အဆိုး ဘဝသံသရာသည် မရပ်မစဲ လည်ပတ်နေခြင်းကို ဝဋ်လည်သည် ဟု ဆိုလေသည်။

ဝဋ် (၃)ပါးရပ်ပုံ

ဝဋ်ရပ်လိုလျှင် **‘မြင်တယ်၊ စွဲလမ်းတယ်၊ အားထုတ်တယ်’** ဟူသော ဝဋ်(၃)ပါးတွင် မြင်တာကိုလည်း ပယ်လို့မရပါ။ အားထုတ် တာကိုလည်း ပယ်လို့မရပါ။ **(စွဲလမ်းမှု ကိလေသာကိုသာ ပယ်နိုင်)** ပါသည်။ စွဲလမ်းမှုဟူသည် မျက်စိဖြင့်မြင်သောအခါ အဆင်းကရုပ်၊ သိတာကနာမ်ဟုမသိဘဲ ရုပ်နာမ်ကို (ငါ)ဟု **‘ဥပါဒါန်’**ဖြင့် စွဲလမ်းပြီး ကောင်းမှု-မကောင်းမှုဟူသော **‘ကံ’**ကို အားထုတ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ထိုစွဲလမ်းမှု (ဥပါဒါန်) နေရာတွင် ရုပ်နာမ်ကိုအောက်မေ့နိုင်သော (သတိ)ဖြင့် အစားထိုးနိုင်ပါက ရုပ်နာမ်ကို 'ငါ'ဟု စွဲနေသော စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ကို ပယ်ရှားနိုင်ပါသည်။ စွဲလမ်းမှု 'ဥပါဒါန်သည် အကုသိုလ်ဖြစ်၍ သတိသည် ကုသိုလ်'ဖြစ်ပါသည်။ အကုသိုလ်ကို ကုသိုလ်ဖြင့်သာ ပယ်ရှားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဝိပဿနာဟူသည် သတိပဋ္ဌာန်တရား အားထုတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် 'သတိဖြင့် စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ကို ပယ်'ရ၏။ ဥပမာ ဆေးသောက်လျှင် ရောက်ဂါပျောက်၏။ ဥပါဒါန်က ရောဂါ၊ သတိက ဆေး ဖြစ်၏။ ဥပါဒါန်နေရာမှာ သတိဖြင့် အစားထိုးပြီး ပယ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

(ဥပါဒါန်ကြောင့် ကံဖြစ်၍ သတိကြောင့် ဉာဏ်)ဖြစ်ပါသည်။ 'ကံကြောင့် သံသရာလည်ပြီး ဉာဏ်ကြောင့် သံသရာရပ်'ပြီး ဆင်းရဲ ခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းသည့် နိဗ္ဗာန်ရောက်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိမှု၊ တွေးမှုစသည်တို့အပေါ်တွင် စွဲလမ်းမှု 'ဥပါဒါန်' ကြောင့် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို ခန္ဓာ-ဉာဏ် ရောက် (သတိဖြင့်သိမ်းဆည်း)အပ်၏။

'ဥပါဒါနပစ္စယာ ကမ္မဘဝ'ကို ကိုယ်တိုင် ထွင်းဖောက် သိမြင် အပ်၏။ မိမိကိုယ်တိုင် သတိထားကြည့်လျှင် မိမိစိတ်မှာ စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ဖြစ်မှ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ဖြစ်ပေါ်၏။ ဥပါဒါန်မဖြစ် လျှင် စိတ်ထဲမှာ မနောကံတောင် မဖြစ်ပါ။ ထို့ကြောင့် လက်တွေ့မှာ ဥပါဒါန် ကြောင့် ကုသိုလ် - အကုသိုလ် ကံတွေဖြစ်တယ် ဆိုတာကို ကိုယ်တိုင် ထိုးထွင်း သိမြင်ဖို့ အရေးကြီးလှပါသည်။ သို့မှသာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် သိမြင်နိုင်ပေမည်။

(၂၀)

စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ဆိုတာ ကိုယ်က နှစ်သက်တာနဲ့တွေ့လျှင် သူ့သဘောသူဆောင် ဖြစ်ပေါ်၏။ ဥပမာ ဆွမ်းကျွေးပွဲသွားစားလျှင် ကိုယ်ကြိုက်တဲ့ဟင်းနဲ့စားကြပါသည်။ ကိုယ်ဥပါဒါန်ကပ်တဲ့ဟင်းကို နှစ်သက်ကြပါသည်။ အများအားဖြင့် ထမင်းစားလျှင် ထမင်းကောင်း တယ်လို့ ဘယ်သူမှ မပြောပါ။ ဟင်းကောင်းတယ်လို့သာ ပြောကြပါသည်။ စားတာတော့ ထမင်းရော ဟင်းရောစားကြသော်လည်း ထမင်းကို ပါးစပ် ထဲမှာ ဝါးနေပေမဲ့ ဥပါဒါန်မကပ်ပါ။ ဥပါဒါန်မကပ်လျှင် စိတ်ထဲမှာ ပေါ် မလာပါ။ ဟင်းမှာ ဥပါဒါန်ကပ်တော့ စိတ်ထဲမှာ ကောင်းတယ်၊ မကောင်းဘူးတွေ ပေါ်လာကြပါသည်။

တခါတလေ ကောင်းတဲ့သီချင်းသံလေးကြားလျှင် လိုက်ဆိုကြ ပါသည်။ သီချင်းပေါ် ဥပါဒါန်ကပ်ပြီး ဝစီကံမြောက်ခြင်းဖြစ်သည်။ ညမှာ ကိုရီးယားရုပ်ရှင်တွေကြည့်၊ ဘောလုံးပွဲတွေကြည့်ပြီး မနက်မှာမပြောရ မနေနိုင်အောင် ပြောချင်နေတာကလည်း ဥပါဒါန်ကပ်နေခြင်းဖြစ်သည်။

တစ်ချို့ဆေးလိပ်စွဲ၊ ကွမ်းစွဲ၊ အရက်စွဲဆိုတာ ဥပါဒါန်နဲ့ စွဲနေခြင်း ဖြစ်သည်။ ဥပါဒါန်မရှိလျှင် သောက်ချင်စိတ်တောင် ပေါ်မလာပါ။ သောတာပန်မှာ ငါးပါးသီလ မြဲခြင်းသည် ငါးပါးသီလနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကျူးလွန်ချင်သော ဥပါဒါန်မရှိသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ထိုဥပါဒါန်မရှိလျှင် ငါးပါးသီလကျူးလွန်ရန် စိတ်ထဲမှာ ပေါ်မလာပါ။

ထို့ကြောင့် ဥပါဒါန်ကို ကျွန်တော်တို့ ပယ်နိုင်လျှင် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတွေ ငြိမ်းပါသည်။ စိတ်ထဲမပေါ်တော့ချေ။ စိတ်ထဲမှာ မပေါ်လျှင် ကံလည်း မမြောက်တော့ချေ။ စိတ်ထဲပေါ်မှ ကောင်းတာတွေ ပေါ်လျှင် ကုသိုလ်ဖြစ်၍ မကောင်းတာတွေပေါ်လျှင် အကုသိုလ်ဖြစ်သည်။

ဥပါဒါန်ဆိုတာ ကောင်းတာလည်း စွဲသလို မကောင်းတာလည်း စွဲပါသည်။ ဥပါဒါန်နှင့် ကောင်းတာစွဲပြီး အားထုတ်ပါက ကုသိုလ်ကံဖြစ်သလို

(၂၁)

မကောင်းတာစွဲပြီး အားထုတ်ပါက အကုသိုလ်ကံဖြစ်ပါသည်။

ဥပမာ လမ်းလျှောက်သွားလျှင် မြင်တာတွေ အများကြီးဖြစ်သည်။ ကားမောင်းလာရင်လည်း မြင်တာတွေ အများကြီးတွေ့ပါသည်။ မြင်သမျှ တွေကို စိတ်မှာ မစွဲပါ။ ဒါပေမဲ့ လှတဲ့ပန်းလေးလည်းမြင်ရော မျက်စိထဲက ထွက်ကိုမထွက်ဘူး ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအခါ ဥပါဒါန်ကပ်ပြီး နှုတ်နဲ့ပြောလျှင် ဝစီကံ၊ စိတ်ထဲမှာတွေးနေမိလျှင် မနောကံတွေနဲ့ စွဲလမ်းပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဥပါဒါန်ကြောင့် ကံဖြစ်တယ်ဆိုသည်ကို ခန္ဓာဉာဏ် ရောက် သတိထားမိရန် တင်ပြခြင်းဖြစ်သည်။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် သင်တဲ့အခါမှာ ဥပါဒါန်ကြောင့် ကံဖြစ်သည်ကို ခန္ဓာဉာဏ်ရောက်သိမြင်ရန် အရေးကြီး လှပါသည်။

ထို့ကြောင့် ပခုက္ကူဆရာတော် ဘုရားကြီးသည် “**ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ ပြုမဲ့ကြံ ဥပါဒါန်ကို သတိပြု**”လို့ သွန်သင်ဆုံးမခဲ့ပါသည်။

“ကံလည်းကောင်းပါစေ၊ ဉာဏ်လည်းကောင်းပါစေ၊”

ကံကောင်းအောင် စေတနာထားပါ။

ဉာဏ်ကောင်းအောင် သတိထားပါ။

ကံတွေကောင်းလို့ နေရတဲ့ဘဝ ချမ်းသာတယ်။

ဉာဏ်တွေကောင်းလို့ ကိလေသာလည်းငြိမ်း၊

ခန္ဓာလည်းငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ပါတယ်။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ

မြတ်စွာဘုရားဟောကြားခဲ့တဲ့ တရားတွေက ဒုက္ခခပ်သိမ်းချုပ်ငြိမ်းဖို့ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းဖို့အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒုက္ခဆင်းရဲကို သတ္တဝါတိုင်း အလိုမရှိကြပါဘူး။ သတ္တဝါတိုင်းက ချမ်းသာကို နှစ်သက် လိုချင်ကြပါတယ်။ အမှန်က ချမ်းသာတယ်ဆိုတာ ပိုက်ဆံမဟုတ်ပါဘူး၊ ဝေဒနာပါပဲ။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာလို့ ဟောကြားသွားတာပါ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ လိုချင်တပ်မက်မှု-တဏှာဟာ ဝေဒနာကြောင့် ဖြစ်တယ်လို့ဆိုပါတယ်။ သတ္တဝါတိုင်းက ချမ်းသာကို လိုချင်တယ်။ ဆင်းရဲကိုဘယ်သူမှ မလိုချင်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့က ချမ်းသာ ဆင်းရဲဆိုတာ ဝေဒနာလို့ မသိဘူး။ ပိုက်ဆံရှိရင် ချမ်းသာတယ်၊ ပိုက်ဆံ မရှိရင် ဆင်းရဲတယ်၊ ဒီလိုပဲသိခဲ့တယ်၊ အမှန်က **‘ပိုက်ဆံက အာရုံ၊ ချမ်းသာဆင်းရဲက ဝေဒနာ’**ပါ။ အာရုံကောင်းနဲ့တွေ့ရင် ချမ်းသာတဲ့ ဝေဒနာပေါ်တယ်၊ အာရုံဆိုးနဲ့တွေ့ရင် ဆင်းရဲတဲ့ဝေဒနာပေါ်တယ်။ ချမ်းသာဆင်းရဲဆိုတဲ့ဝေဒနာကို ဒီလိုတော့ ဉာဏ်ထဲမှာ ပိုင်းခြားမသိခဲ့ဘူး။

မြတ်စွာဘုရားက လိုချင်တပ်မက်မှုဆိုတဲ့ တဏှာက ဝေဒနာကြောင့် ဖြစ်တယ်လို့ ဝေဒနာကို ပဓာနထားပြီး ဟောကြားခဲ့တယ်။ ဘာပြုလို့လဲ ဆိုရင် သတ္တဝါတိုင်းက ချမ်းသာကို လိုချင်ကြတယ်။ ဆင်းရဲကို မလိုချင်ဘူး။ **‘ချမ်းသာချင်နေတာကိုက ချမ်းသာတဲ့ဝေဒနာက ရှေ့စိတ်၊ လိုချင်တဲ့ တဏှာက နောက်စိတ်’**လို့ ကျွန်တော်တို့ ပိုင်းခြားမသိခဲ့ဘူး။

အမှန်က ခန္ဓာငါးပါးလုံးကို တဏှာကနှစ်သက်တာပါ။ တဏှာက ရုပ်လဲနှစ်သက်တယ်၊ ဝေဒနာလဲနှစ်သက်တယ်၊ သညာလဲနှစ်သက်တယ်၊ စေတနာလဲနှစ်သက်တယ်၊ ဝိညာဏ်လဲနှစ်သက်တယ်။ တဏှာက ဘာမဆို အကုန်နှစ်သက်တယ်။ အမည် ပုံသဏ္ဍာန်စတဲ့ ပညတ်တွေကိုလဲ နှစ်သက် တယ်။ မျက်စိကမြင်တာ၊ နားကကြားတာ၊ နှာခေါင်းကနံတာ၊ လျှာကစား တာ၊ ကိုယ်ကထိတာ၊ စိတ်ကကြံတာစတဲ့ ရှေ့စိတ်မှာ ပေါ်သမျှတွေကို နောက်စိတ်-မနောမှာ တဏှာက အကုန်နှစ်သက်တယ်။

ဒါပေမဲ့ ခံစားမှု ဝေဒနာကြောင့် လိုချင်တပ်မက်မှု တဏှာဖြစ် တယ်ဆိုတာကို စာလိုတော့ သိချင်သိနိုင်ပေမဲ့ လက်တွေ့ဘဝထဲမှာတော့ ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် ဝေဒနာတွေကို ဉာဏ်မှာ ပေါ်လွင်မနေတတ်ဘူး။ **‘ဝေဒနာကို နောက်စိတ်က ကပ်ပြီး သတိပြုနိုင်’**တော့မှ တရားတွေက ရှေ့စိတ်နဲ့နောက်စိတ်နေရာမှာပဲ ရှိတယ်ဆိုတာ သိလာရပါတယ်။

အမှန်မှာ **‘တရားက အလှမ်းဝေးလို့ မတွေ့တာမဟုတ်ဘူး။ ရှေ့စိတ်နဲ့နောက်စိတ်က သိပ်ကပ်နေလို့ တရားကိုမတွေ့နိုင်တာပါ’**။ ဒီတော့ ချမ်းသာတဲ့ ဝေဒနာကရှေ့စိတ်၊ လိုချင်တဲ့တဏှာက နောက်စိတ် လို့ ဝေဒနာနဲ့တဏှာကို ရှေ့စိတ်-နောက်စိတ်နဲ့တွဲပြီး သတိမပြုခဲ့မိဘူး။ အခုမှ ဝေဒနာနဲ့တဏှာက ရှေ့စိတ်-နောက်စိတ်ပါလားလို့ သတိပြုမိလာတယ်။

ဒီတော့ မြင်-ကြား-နံ-စား-ထိ-တွေ့စတဲ့ **‘ရှေ့စိတ်တွေမှာ**

ကိလေသာမရှိဘူး။။ ရှေ့စိတ်ဖြစ်သွားပြီး **‘နောက်စိတ်-မနောကျမှ ကိလေသာဖြစ်တာ’**။ မြင်ပြီးမှကြိုက်လို့ရတာ၊ ဒီတော့ မျက်စိမှာ မြင်တာက ရှေ့စိတ်၊ ကြိုက်တဲ့မနောက နောက်စိတ်ပါ။ ဒီအတိုင်းပဲ ကြားပြီး၊ နံပြီး၊ စားပြီး၊ ထိပြီး စတဲ့ရှေ့စိတ်တွေပေါ်ပြီးမှ ကြိုက်တယ်၊ မကြိုက်ဘူးဆိုတာ နောက်စိတ် မနောမှာဖြစ်တာ။ ဒါပေမဲ့ စိတ်ကသိပ်မြန်တော့ မြင်တာနဲ့ ကြိုက်ပြီးသားဖြစ်နေပြီ၊ ရှေ့စိတ်-နောက်စိတ်လို့ ခွဲခြားပြီးမသိတော့ဘူး။ ဒီလိုပဲ သတ္တဝါတိုင်းက ချမ်းသာကို လိုချင်တယ်ဆိုတာ ချမ်းသာတဲ့ ဝေဒနာကရှေ့စိတ်၊ လိုချင်တဲ့တဏှာက နောက်စိတ်လို့ ခွဲခြား မသိတော့ဘူး။

နောက်တခုက **‘ဝေဒနာဟာ ကုသိုလ်လဲ မဟုတ်ဘူး၊ အကုသိုလ် လဲမဟုတ်ဘူး’**။ **‘ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ဆိုတာ ဘုရားရှင်ပွင့်တော်မူမှ သိရတာပါ’**။ ရှေ့စိတ်နဲ့သိရတဲ့အာရုံတွေကို နောက်စိတ်မနောက နှလုံး သွင်းမှန်ရင် ကုသိုလ်ဖြစ်ပြီး နှလုံးသွင်းမှားရင် အကုသိုလ်ဖြစ်ပါတယ်။ ရှေ့စိတ်မှာဖြစ်တဲ့ ဝေဒနာက ကုသိုလ်လဲ မဟုတ်ဘူး၊ အကုသိုလ်လဲ မဟုတ် ဘူး။ ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့အဆုံးအမမှာ သံသရာလည်တဲ့ အခါ အကုသိုလ်ကံက မကောင်းကျိုးပေးတဲ့အတွက် အကုသိုလ်က ကြောက်ဖို့ ကောင်းတယ်၊ ရှောင်ရမယ်၊ ကုသိုလ်ကံက လူချမ်းသာ နတ် ချမ်းသာ ဗြဟ္မာချမ်းသာဆိုတဲ့ ကောင်းကျိုးတွေပေးတဲ့အတွက် လိုချင် နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်တယ်။ ဒီတော့ သံသရာလည်ရအုံးမယ်ဆိုရင် ကုသိုလ် နဲ့လည်ဖို့က အရေးကြီးပါတယ်။

ဒီတော့ အကုသိုလ်က ကြောက်စရာပါ။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့က အရိုက်ခံရမှာတော့ ကြောက်တယ်။ ကိုယ်နာမှာ ကြောက်တယ်။ ဒေါသ နဲ့ပြန်လုပ်လိုက်ရမှာတော့ မကြောက်ဘူး။ ဒီတော့ ကိုယ်နာမှာတော့ ကြောက်တယ်။ အကုသိုလ်ဖြစ်မှာတော့ မကြောက်ဘူးဖြစ်နေတယ်။

(၂၅)

ဒါပေမဲ့ အရိုက်ခံရလို့နာတာက ဝေဒနာပဲ။ အဲ့ဒီနာတဲ့ဝေဒနာက ကုသိုလ်လဲ မဟုတ်ဘူး၊ အကုသိုလ်လဲ မဟုတ်ဘူး။ ကြောက်စရာ မလိုပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့က အရိုက်ခံရမှာပဲ ကြောက်တယ်။ ပြန်လုပ်လိုက်လို့ ပြန်ဆဲလိုက်လို့ဖြစ်မဲ့ အကုသိုလ်တော့ ကြောက်ရကောင်းမှန်းမသိဘူး။ ဒီတော့ **‘ကိုယ်နာမှာပဲ ကြောက်တယ်၊ အကုသိုလ်ဖြစ်မှာ မကြောက်ဘူး’** ဖြစ်နေတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက **‘ကိုယ်သာနာပြီး စိတ်မနာစေနဲ့’**လို့ ဟောကြားခဲ့ပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ ဉာဏ်မှာ ပေါ်လွင် ထင်ရှားမနေသေးဘူး။

ဝေဒနာက ကုသိုလ်လဲမဟုတ်၊ အကုသိုလ်လဲမဟုတ်တဲ့အတွက် **‘နာတဲ့ဝေဒနာကြောင့် အပါယ်မကျဘူး။ အကုသိုလ်ကြောင့် အပါယ်ကျတာပါ’**။ အရိုက်ခံရရင် နာတာပဲရှိတယ်။ ခလုတ်တိုက်ရင်လဲ နာတာပဲ။ ဗိုက်ဆာတာလဲ နာတဲ့ဝေဒနာပေါ်တာပဲ၊ ဒီသမုဒ္ဒရာ ဝမ်းတစ်ထွာဆိုတာ ပြည့်ကိုမပြည့်နိုင်ဘူး။ လူတွေ ငတ်ပြတ်လာရင် လူကြွယ်ကြတယ်။ ငတ်ပြတ်လာတယ်ဆိုတာ ဆင်းရဲတဲ့ဒုက္ခဝေဒနာပဲ။ ငတ်တယ် ဗိုက်ဆာတယ်ဆိုတာ ကိုယ်မှာပေါ်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ။ ကုသိုလ်လဲမဟုတ်ဘူး၊ အကုသိုလ်လဲမဟုတ်ဘူး။ ဗိုက်ဆာလို့ လူယက် စားသောက်မှ အကုသိုလ်ဖြစ်တာပါ။

ဒီအတိုင်းပဲ အရိုက်ခံရတော့ ကိုယ်နာတာပဲ၊ ကုသိုလ်လဲမဟုတ်ဘူး၊ အကုသိုလ်လဲ မဟုတ်ဘူး။ ကြောက်စရာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်အရိုက်ခံရလို့ သူများကို ပြန်ရိုက်မယ်၊ ဆဲမယ်ဆိုမယ်၊ မကျေနပ်ဘူး၊ ဒေါသတွေဖြစ်မှ နောက်စိတ်မှာ အကုသိုလ်ဖြစ်တာ။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ ဉာဏ်မှာ ဒါကပေါ်လွင်မနေဘူး။ ပေါ်လွင်မနေတဲ့အတွက် **‘ကိုယ်ခံရမှာပဲ ကြောက်တယ်။ ပြန်လုပ်လိုက်လို့ အကုသိုလ်ဖြစ်မှာတော့ မကြောက်ဘူး’**။

‘နာတာက ခံရမဲ့ဝဋ်ကောင်မို့ ပယ်လို့မရဘူး။ ကြောက်တဲ့

ဒေါသကိုပဲ ပယ်ရမှာပါ။ ဒါဆို နောက်တစ်ခု ပြောကြအုံးစို့။ ချမ်းသာ ချင်တာက လောဘ၊ နာမှာကြောက်တာက ဒေါသ၊ လောဘ-ဒေါသ တော့ပြောပြီးသွားပြီ။ ဒီတော့ မောဟပြောကြအုံးစို့။

‘တရားသိချင်လားဆိုရင် တရားသိချင်တာပေါ့’ဆိုပြီး ပြောပြန်ရော။ တရားကဘယ်မှာမှ ရှိတာမဟုတ်ဘူး။ မိမိကိုယ်ကြီးက တရားပဲ။ အမှန်က **‘မိမိကိုယ်ကို တရားလို့သိအောင်လုပ်ရတာ’**၊ အထူးရှာရတာ မဟုတ်ဘူး။ မြင်လဲတရား၊ ကြားလဲတရား၊ နံလဲတရား၊ စားလဲတရား၊ ထိလဲတရား၊ ကြံလဲတရားပဲ။ ရှေ့စိတ်တွေမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ မြင်တဲ့ရုပ်နာမ်၊ ကြားတဲ့ ရုပ်နာမ်၊ နံတဲ့ရုပ်နာမ်၊ စားတဲ့ရုပ်နာမ်၊ ထိတဲ့ရုပ်နာမ်၊ ကြံတဲ့ရုပ်နာမ် တွေကို နောက်စိတ်-မနောက သတိမပြုနိုင်လို့ တရားကို မသိတာပါ။

ဒီတော့ တရားဆိုတာက မိမိကိုယ်ကြီးကတရားပဲ။ မိမိကိုယ် ကြီးဆိုပေမဲ့ **‘မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ မနော’**ပဲ။ အဲဒီခြောက်ခု အစုအပေါင်းကိုပဲ ခွဲခြားစိတ်ဖြာကြည့်ရတာပါ။ ဥပမာ ကိုင်ကြည့်ရင် **‘မာတဲ့ရုပ်’နဲ့ ‘သိတဲ့နာမ်’**ပဲပေါ်တယ်။ မျက်စိဖွင့်ကြည့်လို့ မြင်သွားရင် **‘အရောင်ကရုပ်’နဲ့ ‘မြင်တာကနာမ်’**ပဲ၊ နားကကြားရင် **‘အသံကရုပ်’နဲ့ ‘ကြားတာကနာမ်’**ပဲ၊ နှာခေါင်းကနံရင် **‘အနံ့ကရုပ်’နဲ့ ‘နံတာကနာမ်’**ပဲ၊ လျှာကစားရင် **‘အရသာကရုပ်’နဲ့ ‘သိတာကနာမ်’**ပဲ၊ ကိုယ်နဲ့တွေ့ရင် **‘မာတာကရုပ်’** နဲ့ **‘သိတာကနာမ်’**ပဲ၊ မနောကတွေးရင် **‘သဘောတရားက ရုပ်’နဲ့ ‘သိတာကနာမ်’**ပဲ။ အဲဒီလို ရှေ့စိတ်တွေမှာ ဖြစ်တဲ့နာမ်ရုပ်တွေကို နောက်စိတ်ကကပ်ပြီး သတိမလိုက်နိုင်ရင် အရှိအတိုင်းဖြစ်ပေါ်သွားတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေကို မသိနိုင်တော့ဘူး။ တရားဆိုတာ ရှေ့စိတ်ပြီး နောက်စိတ်မှာ သတိလိုက်နိုင်ရင် သိသွားတာပါပဲ။

မျက်စိနဲ့အဆင်းတိုက်ရင် မြင်တဲ့ရုပ်နာမ်တွေ ပေါ်နေတာပဲ။

ဟိုဘက်အဆင်းကရုပ်၊ ဒီဘက်စက္ခုဝိညာဏ်ကနာမ်၊ ကြားရင် ဟိုဘက် အသံကရုပ်၊ ဒီဘက်သောတဝိညာဏ်ကနာမ်ပဲ၊ ဒါပေမဲ့ ခေါင်မိုးပေါ်က ဘောက်-ဘောက်လို့ အသံလဲကြားရော မိုးရွာတယ်လို့ တစ်ခါတည်း ဖြစ်သွားတာ၊ အမှန်က အသံကြားတယ်ဆိုတဲ့ရှေ့စိတ်မှာ အသံကရုပ်၊ ကြားတာကနာမ်၊ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပေါ်သွားတာပဲ၊ ဒါပေမဲ့ မိုးရွာတယ်လို့ နောက်စိတ်ကသိလိုက်လို့ တရားကိုမတွေ့နိုင်ဘူး ဖြစ်နေတာ။ ရှေ့စိတ်နဲ့ နောက်စိတ်ကို ပိုင်းခြားသိနိုင်တဲ့ သတိမရှိသေးဘူး။ အပြင်ကိုကြည့် လိုက်ရင် မိုးကြီးက အံ့မှိုင်းနေတာပဲလို့ တခါတည်း သိသွားတယ်၊ အမှန်က မျက်စိကမြင်ရင် အရောင်မှိုင်းနေတာပဲ တွေ့ရတာပါ။ မှိုင်းတဲ့အရောင် ကရုပ်၊ သိတဲ့စက္ခုဝိညာဏ်ကနာမ်လို့ နောက်စိတ်မှာ သတိပြုမိရင် မြင်တဲ့အပေါ်မှာ မောဟကို သတိနဲ့ ပယ်နိုင်ပါတယ်။

တရားမသိဘူးဆိုတာ မြင်စိတ်ဖြစ်ပြီး နောက်စိတ်မနေမှာ မောဟဖြစ်နေလို့ တရားကို မသိမြင်နိုင်တာပါ။ ရှေ့စိတ်နဲ့နောက်စိတ်က ကပ်လွန်းတော့ အလွန်သိမ်မွေ့ပြီး သိနိုင်ခဲ မြင်နိုင်ခဲဖြစ်နေတာပါ။

အမှန်တော့ ချမ်းသာချင်တယ်ဆိုတာ ချမ်းသာတဲ့ဝေဒနာက ရှေ့စိတ်၊ ချမ်းသာကို လိုချင်တပ်မက်တဲ့ လောဘက နောက်စိတ်ပါ။ ချမ်းသာ တဲ့ဝေဒနာက ကုသိုလ်လဲ မဟုတ်ဘူး၊ အကုသိုလ်လဲ မဟုတ်ပါဘူး၊ ပယ်စရာ လဲ မလိုဘူး။ **‘လောဘကသာ အကုသိုလ်ဖြစ်လို့ သတိနဲ့ပယ်’**ရမှာပါ။ နာတာကိုကြောက်တယ်ဆိုတာက နာတဲ့ဝေဒနာကရှေ့စိတ်၊ ကြောက်တဲ့ ဒေါသကနောက်စိတ်ပါ။ နောက်စိတ်မှာဖြစ်တဲ့ **‘အကုသိုလ်-ဒေါသကိုပဲ သတိနဲ့ပယ်’**ရမှာပါ။ တရားသိချင်တယ်ဆိုတာက တရားက ရှေ့စိတ်မှာ ဖြစ်နေပေမဲ့ နောက်စိတ်မှာ မောဟလိုက်နေလို့ မသိတာပါ။ ရှေ့စိတ်ဖြစ်တဲ့ မြင်မှု-ကြားမှု-နံ့မှု-စားမှု-ထိမှု-တွေးမှုတွေမှာ ရုပ်နာမ်တရားတွေကရှိပြီး

သားပါ။ နောက်စိတ်မှာဖြစ်တဲ့ **‘မောဟ-အကုသိုလ်ကိုပဲ သတိနဲ့ပယ်’** ရမှာပါ။

ကျွန်တော်တို့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟကို ပြောကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ ဖြစ်ပုံကို ဒီလိုရှေ့စိတ်-နောက်စိတ်နဲ့ ပိုင်းခြားပြီး မသိခဲ့ဘူး။ လောဘ-ဒေါသ-မောဟကို ရှေ့စိတ်-နောက်စိတ်နဲ့တွဲပြီး ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိမြင်လာရင် **‘ရှေ့စိတ်ပြီး နောက်စိတ်မှာ သတိ လိုက်တာနဲ့ ကိလေသာကို ပယ်’** နိုင်ပါတယ်။

စိတ်မှာ ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်က ပြိုင်မဖြစ်ဘူး၊ **‘သတိဆိုတဲ့ ကုသိုလ်’** ဖြစ်လိုက်တာနဲ့ လောဘလည်းငြိမ်း၊ ဒေါသလည်းငြိမ်း၊ မောဟလည်း ငြိမ်းပါတယ်။ ဒီတော့ **‘ချမ်းသာတဲ့ သုခဝေဒနာကို နောက်စိတ်က ဟုတ်တိုင်း မှန်စွာ ‘သတိ’ ပြုနိုင် တာနဲ့ နောက်စိတ်မနေမှာ လောဘငြိမ်းပါတယ်။**

နာတာကို ဒုက္ခဝေဒနာလို့ နောက်စိတ်မနေက ဟုတ်တိုင်း မှန်စွာ **‘သတိ’ ပြုနိုင်တာနဲ့ ကြောက်တယ်ဆိုတဲ့ ဒေါသ ငြိမ်းပါတယ်။ ရှေ့စိတ်တွေမှာ ရုပ်နာမ်တွေပေါ်သွားတာကို နောက်စိတ်မနေက အရှိကိုအရှိအတိုင်း ‘သတိ’ ပြုမိတာနဲ့ မောဟလဲ ငြိမ်းပါတယ်’** ဒီတော့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟငြိမ်းတာ နိဗ္ဗာန်ပါပဲ။ တဒဂ်ငြိမ်းရင် တဒဂ် နိဗ္ဗာန်ပဲ၊ အပြီးငြိမ်းရင် အပြီးနိဗ္ဗာန်ပါပဲ။

အမှန်က မြင်-ကြား-နံ-စား-ထိ-တွေ့ဆိုတဲ့ ရှေ့စိတ်ဖြစ်ပေါ်ပြီး နောက်စိတ်မှာ သတိလိုက်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပြောသွားတာပါ။ ဒါကို **‘မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် စိတ္တာနုပဿနာ’** မှာ လောဘဖြစ်ရင် ဖြစ်မှန်းသိ၊ လောဘမဖြစ်ရင် မဖြစ်မှန်းသိ၊ ဒေါသဖြစ်ရင် ဖြစ်မှန်းသိ၊ ဒေါသမဖြစ်ရင် မဖြစ်မှန်းသိ၊ မောဟဖြစ်ရင် ဖြစ်မှန်းသိ၊ မောဟမဖြစ်ရင် မဖြစ်မှန်းသိလို့ ဆိုပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ ဉာဏ်မှာ ထိုးထိုးထွင်းထွင်း၊ မတွေ့မဝေ ပိုင်းခြား

(၂၉)

သိမြင်လောက်အောင် ရှင်းမသွားခဲ့ဘူး။

အမှန်တော့ ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်တယ်ဆိုတာ နောက် စိတ်မနောမှာ သတိရှိဖို့ရာအားထုတ်ရင်း ကိလေသာကို ပယ်တာပါပဲ။ ရှေ့စိတ်-နောက်စိတ်ဆိုတဲ့ စိတ်ဖြစ်စဉ်ကို သိရတဲ့တန်ဖိုးက အလွန်ကြီး ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့တရားအမွေပါ။ အဓိကတော့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟဆိုတဲ့ ကိလေသာငြိမ်းဖို့ပါပဲ။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟဆိုတဲ့ ကိလေသာတွေကို အမြစ်ပြတ် ပယ်နိုင်တဲ့ဉာဏ် (မဂ်ဉာဏ်)ဖြစ်အောင် အလောဘ၊ အဒေါသ၊ အမောဟတွေဖြစ်အောင် သတိပဋ္ဌာန်တရား အလုပ်ကို အားထုတ်ကြရတာဖြစ်ပါတယ်။

“အတ္တ-အနတ္တ”

မျက်စိနှင့်အဆင်းတိုက်ဆိုင်လျှင် မြင်စိတ်သည် မပေါ်ချင်လို့
 မရပါ။ သူ့သဘောသူဆောင် ဖြစ်ပေါ်သောကြောင့် မြင်စိတ်သည် အနတ္တ
 ဖြစ်၏။ မိမိအလိုအတိုင်း မဖြစ်ပါ။ အကြောင်းနှင့်အကျိုးမျှသာဖြစ်၏။
 သို့သော် နောက်စိတ်မနောသည် သူ့သဘောသူဆောင် ဖြစ်ပေါ်နေ
 သော မြင်စိတ်ကို ငါမြင်တာဟု အတ္တဖြင့် သိမ်းပိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။
 မျက်စိနဲ့အဆင်းတိုက်လို့ မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်တာက အနတ္တ၊ ငါမြင်တယ်လို့
 နောက်စိတ်နဲ့ယူလိုက်တာက အတ္တ။ ထို့အတူ နားနှင့်အသံတိုက်ပါက
 လည်း မကြားချင်လို့မရ၊ ကြားစိတ်သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ
 ဖြစ်ပေါ်၏။ နံစိတ်၊ စားစိတ်၊ ထိစိတ်၊ တွေးစိတ်တို့သည်လည်း
 အကြောင်းတိုက်ဆိုင်ပါက သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ်နေသော
 အကျိုး‘သဘာဝတရား’များသာဖြစ်၏။ သို့သော် နောက်စိတ်မနောသည်
 ငါဆိုသော (အတ္တ)ဖြင့် အရာရာကို သိမ်းပိုက်လေသည်။ ငါမြင်တယ်၊
 ငါကြားတယ်၊ ငါနံတယ်၊ ငါစားတယ်၊ ငါထိတယ်၊ ငါတွေးတယ်လို့
 အနတ္တကို အတ္တအမြင်ဖြင့် မလွတ်တန်း စွဲယူကြလေသည်။

ဥပမာ လောကတွင် အမှောင်သည် ဓာတ်သဘာဝတစ်ခုအနေနှင့် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ရှိနေပါသည်။ တန်ခိုးရှင်က ဖန်ဆင်းထားခြင်း မဟုတ်ပါ။ နေ၊ လ၊ ကြယ်တို့ကြောင့် လင်းနေခြင်းဖြစ်သည်။ အလင်း ကွယ်သောအခါ အမှောင်ဓာတ်သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ အသစ် ဖြစ်ပေါ်လာသော အနတ္တသဘာဝမျှသာဖြစ်သည်။ သို့သော် နေရောင်ထဲ လမ်းလျှောက်သောအခါ အလင်းကွယ်သောကြောင့် အမှောင်ဓာတ်သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ်လာသော်လည်း ငါ့အရိပ်ဟု အမှောင် ဓာတ် (သဘာဝတရား)ကို အတ္တဖြင့် သိမ်းပိုက်ခြင်းဖြစ်လေသည်။

သညာနှင့်အနတ္တ

မိမိနာမည်ခေါ်သံကြားလျှင် မနောမှာ မိမိအမည်ကို မှတ်ထား သော သညာပေါ်ပါသည်။ သို့သော် ထိုသညာပေါ်တာကို 'ငါ'ခေါ်တာဟု ထင်နေခြင်းဖြစ်သည်။ အသံဆိုသော အကြောင်းတရားကကျေးဇူးပြု သဖြင့် သညာသည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ မနောတွင်ဖြစ်ပေါ်သော သဘာဝတရားသာဖြစ်သည်။ မပေါ်ချင်လို့ မရပါ။ အမည်ခေါ်သံ ဆုံးလိုက် သည်နှင့် ထိုသညာသည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ချုပ်ပျောက်ပါသည်။

စေတနာနှင့်အနတ္တ

စေတနာကို လူတိုင်း နားလည်ကြပါသည်။ သို့သော် ပရမတ်နယ်တွင် စေတနာသည် ကာယ၊ ဝစီ၊ မနောတို့ဖြင့် စေ့ဆော်အားထုတ်မှု (ကံ) ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ တရားအားထုတ်ချင်သော ဆန္ဒဖြစ်သော်လည်း စေတနာက တိုက်တွန်းမှုမရှိပါက တရားအားမထုတ်ဖြစ်ပါ။ သွားချင်သော ဆန္ဒဖြစ်သော်လည်း စေတနာက တိုက်တွန်းမှုမရှိပါက မသွားဖြစ်တော့ပါ။ ထို့ကြောင့် ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှု၊ မနောကံမှုတို့သည် စေတနာကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နေသည်ဟု စေတနာ (နာမ်တရား)ကို ဉာဏ်ဖြင့် သိမ်းဆည်းအပ်၏။

အဓိကပိုကျပါသည်။ ဥပမာ ကံကုန်၍ သေဆုံးပြီးသောသူကို မျက်စိနှင့် အဆင်း တိုက်ဆိုင်ပေးသော်လည်း မြင်စိတ် မဖြစ်ပေါ်နိုင်တော့ပါ။ ထို့ကြောင့် မြင်မှုတွင် အကျိုးတရား မြင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းသည် အတိတ်ကံဆိုသော အကြောင်းတရားသည် ပဓာနကျပါသည်။

ထို့ပြင် မိဘနှစ်ပါးတွင် သားသမီးများ မွေးဖွားခြင်းကို အကြောင်း အကျိုးအားဖြင့် အနတ္တအမြင်ဖြင့်လည်း သိမြင်နိုင်ပါသည်။ မိဘ နှစ်ပါး တွေ့ဆုံပေါင်းဖက်မှုသည် နီးသောအကြောင်းတရားဖြစ်၍ အတိတ်မှ ကံသည် ဝေးသောအကြောင်းဖြစ်သည်။ နီးသောအကြောင်း ရှိသော်လည်း အတိတ်မှ ဝေးသောအကြောင်းကံ မရှိပါက သားသမီး မရနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် မွေးဖွားလာသော သားသမီးသည် အကျိုးတရား ဖြစ်၍ သူ၏ကံအကြောင်းတရားအတိုင်း သူ့သဘောသူဆောင်၍ ဖြစ်ပေါ် လာလေသည်။ ဤကဲ့သို့ အကြောင်းအကျိုးကို အနတ္တအမြင်ဖြင့် မသိမြင် နိုင်သောကြောင့် အတ္တအမြင်ဖြင့်သာ ငါ့သား၊ ငါ့သမီးအနေဖြင့် ခိုင်ခိုင် မြဲမြဲ စွဲစွဲလမ်းလမ်း ဖြစ်နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

စာသင်ကြားရာ၌လည်း ဆရာတို့သည် သင်ကြားခြင်းဆိုသော အကြောင်းအားဖြင့် ကျေးဇူးပြုရုံမျှသာဖြစ်၏။ တပည့်တို့သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ သူ့ပါရမီအလိုက် ဉာဏ်များဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ မိမိသင်တတ်လို့ သူတို့တော်ခြင်း မဟုတ်ပါ။ သင်ကြားခြင်း သင်ယူခြင်းစသော အကြောင်းပြည့်စုံလို့ သူ့သဘောသူဆောင် တော်ကြခြင်း အကျိုးသာဖြစ်ပါသည်။

“မာလုကျပုတ္တသုတ်တရားတော်”

(မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး)

မာလုကျပုတ္တရဟန်းသည် အသက်ရှစ်ဆယ်ကျော်ကိုးဆယ် အရွယ် အိုမင်းရင့်ယော်လှပြီဖြစ်သော်လည်း “မြတ်စွာဘုရား တပည့်တော်အား အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် တရားကိုဟောကြားတော်မူပါ။ တရားတော်ကို ကိုယ်တွေ့သိပြီး သိနားလည်တဲ့သူ၊ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားအမွေခံသူအစစ် ဖြစ်ကောင်းဖြစ်ပါလိမ့်မယ်” လို့ လျှောက်ထား တောင်းပန်ပါသည်။

ဘုရားရှင်သည် ဤသို့မေးတော်မူ၏။ မာလုကျပုတ္တ မြင်လဲ မမြင်ဘူးသေး၊ မြင်ဆဲလဲမဟုတ်၊ မြင်ရလိမ့်မယ်လို့လည်း စိတ်ကူး ထဲမှာ မပေါ်သေးသော ထိုအဆင်းတို့၌ လိုချင်မှုသည်၎င်း၊ တပ်မက် စွဲလမ်းမှုသည်၎င်း၊ ချစ်ခင်မှုသည်၎င်း ရှိ၏လောဟု မေးတော်မူ၏။ ထိုအခါ မာလုကျပုတ္တမထေရ်သည် မြင်လဲမမြင်ဘူးသေး၊ မြင်ဆဲလဲ မဟုတ်၊ မြင်ရလိမ့်မယ်လို့လည်း စိတ်ကူးထဲမှာ မပေါ်သေးသော ထို အဆင်းတို့၌ လိုချင်နှစ်သက်ခြင်း၊ တပ်မက်စွဲလမ်းခြင်း၊ ချစ်ခင်ခြင်း မဖြစ်ပါဘုရားဟု ဖြေ၏။

(၃၅)

“ဝိပဿနာလုပ်ငန်းစဉ်အကျဉ်းချုပ်”

၁။ ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ ဘဝိဿတိ။

ဒိဋ္ဌေ - မြင်ရသည်၌၊ ဒိဋ္ဌမတ္တံ ဘဝိဿတိ - မြင်ရုံမျှဖြစ်လတ္တံ့။

၂။ သုတေ သုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ။

သုတေ - ကြားရသည်၌၊ သုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ - ကြားရုံမျှဖြစ်လတ္တံ့။

၃။ မုတေ မုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ။

မုတေ - တွေ့ထိရသည်၌၊ မုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ - တွေ့ထိရုံမျှ ဖြစ်လတ္တံ့။

၄။ ဝိညာတေ ဝိညာတမတ္တံ ဘဝိဿတိ။

ဝိညာတေ - သိရသည်၌၊ ဝိညာတမတ္တံ ဘဝိဿတိ - သိရုံမျှဖြစ်လတ္တံ့။

မမြင်ရ၊ မကြားရ၊ မတွေ့ထိရ၊ မသိရသည်တို့မှာ ကိလေသာ ဖြစ်ခွင့် မရှိလို့ ရှုမှတ်ဖို့ မလိုပါဘူး။ သို့သော် မြင်ရတဲ့အဆင်းနှင့်စပ်ပြီး တော့ ကိလေသာဖြစ်နိုင်တဲ့အတွက် ဘယ်လိုအားထုတ်သင့်ပုံကို အကျဉ်းချုပ် ဟောကြားတော်မူခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုရား ရှင်သည် မာလုကျပုတ္တအား မြင်ရ၊ ကြားရ၊ ရောက်ရ၊ သိရသော တရားလေးမျိုးထဲက မြင်ရသည်၌ မြင်ရုံမျှဖြစ်လတ္တံ့စသည်ဖြင့် ဝိပဿနာလုပ်ငန်းစဉ်ကို ဟောကြားတော်မူခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

အကျဉ်းချုပ်ပုံက (နံတာ၊ စားတာ၊ ထိတာ)သုံးမျိုးကို (မုတ) ဟူ၍ ရောက်ရသည့် တရားတစ်မျိုးတည်းအဖြစ် ချဲ့ပြီး ဟောတော် မူပါတယ်။ ဒါပြင် **(အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တရှုပုံ)**ကို၎င်း၊ နေတံမမ၊ နေသောဟ မသို့၊ နမေသော အတ္တာဆိုတဲ့ **(ငါ့ဟာမဟုတ်၊ ငါ မဟုတ်၊ ငါ၏အတ္တမဟုတ်)**ရှုပုံကို၎င်း **(မြင်ရုံမျှဖြစ်လတ္တံ့)**စသည် (၄)ချက်မျှဖြင့် ချဲ့ပြီးဟော ကြားတော်မူပါတယ်။

“မြင်ဆင့် စိတ်အစဉ်ဖြစ်ပုံ”

မြင်တယ်ဆိုတာ မျက်စိအကြည်မှာ ထင်လာတဲ့အဆင်းကို သိတာပဲ။ စက္ခုဝိညာဏ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ‘**မြင်စိတ်မှာ ကိလေသာ တစ်ခုမျှ မပါ**’သေးဘူး။ မြင်စိတ် (**စက္ခုဝိညာဏ်**)ပြီးတော့ အဆင်း အာရုံကိုလက်ခံတဲ့ (**သမ္ပဒိုဋ္ဌိင်း**)စိတ်ဖြစ်တယ်။ အဲဒါပြီးတော့ စုံစမ်းတဲ့ (**သန္တိရဏ**)စိတ်ဖြစ်တယ်။ အဲဒီထိအောင် ကောင်း-မကောင်း ဆုံးဖြတ်မှု မပါသေးဘူး။ ဘာကိလေသာမှလဲ မဖြစ်သေးဘူး။ အဲဒီ နောက် ချစ်ဖွယ်မုန်းဖွယ်စသည်ဖြင့် ဆုံးဖြတ်တဲ့ (**ဝုဋ္ဌော**)စိတ်ဖြစ်တယ်။ အဲဒီစိတ်မှာလဲ ကိလေသာမပါသေးဘူး။ ဒါပေမဲ့ ချစ်ဖွယ်မုန်းဖွယ် ဆုံးဖြတ်ပြီးရင် သူ့နောက်လိုက် (**ဇော**)ခုနစ်ကြိမ်က လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟနှင့်ယှဉ်တဲ့ အကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒီနောက် တော့ ဇောစိတ်၏အာရုံကိုပင်ဆက်ပြီး အာရုံပြုတဲ့ (**တဒါရုံ**)စိတ် (၂)ကြိမ်ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဆင်ခြင်စိတ်မှ တဒါရုံစိတ်အထိ စိတ် (၁၄)ကြိမ်ဟာ မြင်တဲ့အခါ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်ပါပဲ။ ထို့အတူ ကြားတဲ့အခါ၊ နံတဲ့အခါ၊ စားတဲ့အခါ၊ ထိတဲ့အခါတို့မှာလဲ စိတ်ဖြစ်ပုံအစဉ်ဟာ အတူတူပါပဲ။ အဲဒါကို ‘**စိတ္တနိယာမ**’လို့ ခေါ်ပါတယ်။

“မြင်တယ်ရှုမှတ် ပရမတ်သိပုံ”

မြင်စိတ်ဖြင့် သိပြီးတဲ့နောက် လက်ခံစိတ်၊ စုံစမ်းစိတ်၊ ဆုံးဖြတ် စိတ်၊ ဇောစိတ်၊ တဒါရုံစိတ်ဆိုတာတွေကလဲ မြင်ရတဲ့ ‘**ပရမတ်အဆင်း**’ ကိုသာ အာရုံပြုပြီးဖြစ်ကြပါတယ်။ ယောက်ျားမိန်းမစတဲ့ ပညတ်ပုံ သဏ္ဍာန်ကို အာရုံမပြုသေးပါဘူး။ ဒါကြောင့် မြင်ပြီးလျှင်ပြီးခြင်း မြင်တယ်လို့ ရှုမှတ်နိုင်လျှင် ‘**ပရမတ်အဆင်းရုပ်နဲ့ မြင်စိတ် ပရမတ် နာမ်**’ကို အမှန်အတိုင်းသိရပါတယ်။ အဲဒီလို မြင်တိုင်းရှုမှတ်ပြီး ပရမတ်

ရုပ်နာမ်မျှကိုသာသိနေရင် ယောက်ျားမြင်တယ်၊ မိန်းမမြင်တယ် စသည်ဖြင့် ပညတ်ကို ကြံသိတဲ့ စိတ်ကူးတွေ မဖြစ်တော့ဘူး။ **‘မြင်ရုံမျှ ဖြစ်လတ္တံ့’** ဆိုတဲ့ ဒေသနာတော်နှင့်အညီ မြင်ရုံမျှတွင် တည်နေပုံပါပဲ။

“မြင်ပြီးလျှင် ကြံသိစိတ်ဖြစ်ပုံ”

မြင်ပြီးလျှင်ပြီးခြင်း ရှုမှတ်ဖို့ဆိုတာ မလွယ်ဘူး။ ဒါကြောင့် မြင်တာကိုပြန်ဆင်ခြင်တဲ့ ကြံသိဝိထိဖြစ်ပေါ်တယ်။ အဲဒီကြံသိ ဝိထိမှာ ဆင်ခြင်တဲ့ အာဝဇ္ဇန်းစိတ်ရယ်၊ ဇော(၇)ကြိမ်ရယ်၊ တဒါရုံ (၂)ကြိမ်ရယ် ပေါင်း စိတ်(၁၀)ကြိမ်ဖြစ်တယ်။

မြင်ပြီးနောက် ကြံသိစိတ် ဖြစ်ရာမှာ ယောက်ျားမိန်းမစတဲ့ (ပုံသဏ္ဍာန်ပညတ်) မပေါ်သေးဘူး။ မြင်စိတ်သိတဲ့ ပရမတ်အဆင်းပဲ ရှိသေးတယ်။ ထူးတာက **ကြံသိတဲ့စိတ်မှာ အာရုံကချုပ်ပြီး (အတိတ် အဆင်း)လောက်သာ ထူးပါတယ်။ (အဆင်းရုပ်ကတော့ ပရမတ် အစစ်)**ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ အားထုတ်ခါစ ယောဂီမှာတော့ ကြံသိဝိထိ၏ အခြားမဲ့မှာ ကပ်ပြီးရှုမှတ်ဖို့က မဖြစ်နိုင်သေးဘဲ ရှိတတ်ပါတယ်။

“ပညတ်ပေါ်လာပုံ”

ပထမကြံသိဝိထိ၏အခြားမဲ့မှာ ဒုတိယကြံသိဝိထိ ဆက်ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီဝိထိစဉ်မှာတော့ ယောက်ျားမိန်းမစတဲ့ (ပုံသဏ္ဍာန်ပညတ်) ပေါ်လာတယ်။ အဲဒီနောက် တတိယကြံသိဝိထိကျတော့ ယောက်ျား မိန်းမစတဲ့ (အမည်ပညတ်)လဲ ပေါ်တယ်။ ဒီလို ဒုတိယ တတိယကြံသိ ဝိထိကျပြီးမှ **ပုံသဏ္ဍာန်ပညတ်၊ အမည်ပညတ်တွေကို သိသွား တာဟာ (မောဟ)၏အစွမ်းဖြင့် အလွဲအမှားတွေကို သိသွားတာပဲ။ (မောဟ လက်ဦးသွားလို့ အာရုံ၏သဘောအမှန်ကို မသိနိုင်ပဲ) ဖုံးလွှမ်းခြင်းကိစ္စကို လုပ်ဆောင်တယ်လို့ အဋ္ဌကထာများမှာ ဆိုပါတယ်။**

သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာတော်အရ မြင်တိုင်းမြင်တယ်လို့ချက်ချင်း ရှုမှတ်ရတာဟာ ဒုတိယကြံသိဝီထိဖြင့် (ပညတ်အလွဲအမှား)တွေကို အာရုံမပြုခင် ‘ပရမတ်အဆင်း ရုပ်’အမှန်ကို သိအောင်ရှုမှတ်ရတာ ပါပဲ။ အားထုတ်ခါစမှာ သတိ-သမာဓိဉာဏ်က နောက်ကျနေလို့ အမှန် အတိုင်း မသိနိုင်သေးပါဘူး။ အားကောင်းလာတဲ့အခါကျမှ မြင်သိ ဝီထိ၏ အခြားမဲ့မှာ ရှုမှတ်နိုင်ပြီး အမှန်အတိုင်း သိနိုင်ပါတယ်။

“အဆင်း၌ ဖြစ်ပျက်စောဒနာ”

စက္ခုဝိညာဏ်က သိရာမှာ (အဆင်းရုပ်၏ဖြစ်ပျက်ကိုမသိ) နိုင်ဘူး။ စက္ခုဝိညာဏ်ဆိုတာ အဆင်းရုပ်ကို (မြင်ရုံမျှ)ပဲ။ သို့သော် မြင်တယ်လို့ရှုမှတ်တဲ့ ဉာဏ်ကတော့ (မြင်စိတ်ဖြစ်ပျက်)ကို မှတ်သိ နိုင်ပါတယ်။ ဒါကလဲ မြင်တဲ့ (တစ်ဝီထိလုံး)နဲ့ဆိုင်တဲ့ ဖြစ်ပျက်ကိုသာ သိတာပါ။ မြင်စိတ်ရဲ့ဖြစ်ပျက်ကိုသိရင် အဲဒီစိတ်ကယူတဲ့ (အာရုံ၏ ဖြစ်ပုံပျက်ပုံ)ကိုလဲ သုတ္တန်ဒေသနာနည်းအရ သိတယ်လို့ ဆိုရပါတယ်။ ဖြစ်ဆဲပစ္စုပ္ပန်ကို ရှုရတယ်ဆိုပေမဲ့ အချို့ရုပ်နာမ်တွေကို အတိအကျ ဖြစ်ဆဲကိုရှုလို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဥပမာ ဈာန်မှထပြီး ဈာန်စိတ်ရှုရတာကို ပစ္စုပ္ပန်ရှုတယ်လို့ ဟောထားတဲ့ သုတ္တန်နည်းအရ ချုပ်ပြီးကာစ (အနီးကပ် ပစ္စုပ္ပန်)ကိုသာ ရှုသိခြင်းဖြစ်တယ်။

“ဝိပဿနာ၏အကျိုးအာနိသင်”

မြင်တိုင်းကြားတိုင်းမှာ မြင်ရုံကြားရုံမျှသာဖြစ်နေလျှင် သင်သည် ထိုမြင်တဲ့ အဆင်းစသည်နှင့် ‘ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ’ အလိုဖြင့် မစပ်ဆိုင်ပဲ ရှိပါလိမ့်မယ်။ မရှုမှတ်တဲ့သူမှာတော့ မြင်တဲ့အဆင်းကို စိတ်မှာ စွဲမှတ်ပြီး ပြန်စဉ်းစားတိုင်း တပ်မက်တဲ့ ရာဂလဲဖြစ်နိုင်တယ်၊ ဒေါသလဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ မြဲနေတယ်ဆိုတဲ့ အသိမှား မောဟလဲ ဖြစ်နေတယ်။

မပြတ်ရှုမှတ်တဲ့သူမှာတော့ ဘင်္ဂဉာဏ်ရောက်ရင် အာရုံရော ရှုသိမှုရော ချက်ချင်း ပျောက်ပျက်သွားတာကို ထင်ရှားတွေ့ပြီး (အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ)မျှပဲလို့ သိနေတဲ့အတွက် (မြင်ရုံမျှ)သာ တည်ပါတယ်။ **(စွဲပြီးဘာမျှမကျန်ရစ်ဘူး)**။ မရှုမိရင်တော့ ကိလေသာဟာ အဲဒီ အာရုံမှာ **(ဖြစ်ခွင့်)**ရှိနေတယ်။ ဖြစ်ခွင့်ရှိတဲ့ ကိလေသာကို **(အာရမ္မဏာနုဿ)**ခေါ်တယ်။ ရှုရတဲ့အာရုံမှာ ကိလေသာမဖြစ်နိုင်တာကို **‘ရှုမှုဝိပဿနာက တဒင်္ဂပဟာန်ဖြင့် ပယ်တယ်’**လို့ဆိုရပါတယ်။ ဒီတော့ ရှုရတဲ့အာရုံမှာ ကိလေသာ **(ဖြစ်ခွင့်မရှိပဲ ကင်းငြိမ်းဖို့ရာ)**က လိုရင်းပါပဲ။ ကိလေသာဖြစ်ခွင့် မရှိရင် တဒင်္ဂပဟာန် ကိစ္စလဲပြီးစီးပါတယ်။

“နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုပုံ”

ယောဂီဟာ **ဒွါရ(၆)ပါး၌ ထင်လာတဲ့ (ရုပ်နာမ်)**တို့ကို တစ်မှတ်ပြီးတစ်မှတ် အနိစ္စအခြင်းအရာတို့ဖြင့် ရှုသိနေရင်း ယောဂီ၏ စိတ်သည် မပြတ်ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်အလျင်ကို ကျော်လွန်၍ ရုပ်နာမ် အလျင်၏ပြတ်စဲ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသဘောသို့ သက်ဝင်သွားတယ်။ ရှုသိ စရာရော ရှုသိမှုရော ပြတ်စဲချုပ်ငြိမ်းမှုသဘောထဲသို့ ရုတ်တရက် ကျရောက်သွားတယ်။ အဲဒီအခိုက်မှာ အာရုံ(၆)ပါးလဲ မထင်ရှားဘူး၊ ဒွါရ (၆)ပါးလဲ မထင်ရှားဘူး၊ ဝိညာဏ် (၆)ပါးလဲ မထင်ရှားဘူး၊ သိစရာရော သိတာရော ကင်းငြိမ်းနေတဲ့သဘောသာ ထင်ရှားပါတယ်။ အဲဒါဟာ အရိယမဂ်-ဖိုလ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုတာပါပဲ။

“မြင်ခိုက် ရှုသိသူမှာ နိဗ္ဗာန်နှင့်နီးသည်”

ယော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရူပံဒိသွာ၊ အဆင်းကိုမြင်ပြီးလျှင် ပဋိဿတော၊ တစ်ဖန်အမှတ်ရသည် ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဒီပါဠိအနက်က **“အဆင်းကိုမြင်ပြီးလျှင် တစ်ဖန်အမှတ်ရတယ်”**ဆိုတာ **“မြင်ပြီးလျှင်**

ပြီးချင်း ရှုမှတ်ရမယ်”လို့ ဆိုတာပဲ။ ဒါဟာ ဝိပဿနာရှုပုံကို တိုက်ရိုက် ထင်ရှားပြတဲ့ စကားပါပဲ။ ဝိပဿနာရှုတယ်ဆိုတာ မြင်ပြီး ကြားပြီး တွေ့ပြီး သိပြီးတရားကိုသာ ရှုရတယ်။ မမြင်ရ မကြားရ မတွေ့ရ မသိရ တာတွေကို သုတမယဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီး ရှုရတာမဟုတ်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် (ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံဘဝိဿတိ) မြင်ရသည်၌ မြင်ရုံမျှ ဖြစ်လတ္တံ့ဆိုတဲ့ တရားတော်နှင့်အညီ **(အဆင်းမြင်ပေမဲ့လဲ မမြင်ရတဲ့ အဆင်းမှာလိုပဲ)** တပ်မက်မှု သာယာမှု ကိလေသာ ကင်းပါတယ်။

“မတပ်မက်ပဲ ခံစားမြဲ စိတ်ထဲမသိမ်းပြီ”

တပ်မက်ခြင်းမရှိပဲ ခံစားမှုဝေဒနာမျှဖြစ်ခြင်း စိတ်ထဲမှာ စွဲလမ်း သိမ်းပိုက်မထားခြင်းကြောင့် မြင်ရတဲ့အဆင်းမှာလဲ မမြင် ရတဲ့အဆင်းလိုပဲ ဖြစ်သွားတယ်။ ရှုမှတ်ခြင်းမရှိတဲ့သူမှာ ဝေဒနာ ပစ္စယာ တဏှာဆိုတဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အတိုင်း **(ဝေဒနာကြောင့် တဏှာ ဖြစ်ရိုး)**ရှိသော်လဲ မြင်ပြီး ချက်ချင်းရှုမှတ်သူမှာ **(အသိမှား-အဝိဇ္ဇာ ကင်း)**တဲ့အတွက် **(တဏှာ စတဲ့ကိလေသာတွေ မဖြစ်)**တော့ဘူး။

“တဒင်္ဂနိဗ္ဗာန်”

ဒီတော့ ကိလေသာကိုမှီပြီးဖြစ်မဲ့ **(ကံလဲမဖြစ်)**တော့ဘူး။ ကံ မဖြစ်တဲ့ အတွက် **(ကံ၏အကျိုးဝိပါက် ဘဝသစ်ဆင်းရဲ)**တွေလဲ မဖြစ် တော့ဘူး။ ကိလေသာဆင်းရဲ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ ကင်းငြိမ်းနေတယ်။ ဒီလို ကိလေသာငြိမ်းတာကို **(တဒင်္ဂနိဗ္ဗာန်)**လို့ ခေါ်တယ်။

“မာလုကျပုတ္တသုတ်တရားတော်၏အတိုချုပ်”

၁။ မာလုကျပုတ္တရဟန်း၊ မမေ့မလျော့ မပြတ်ရှုမှတ်နေလျှင် မြင်ရ၊ ကြားရ၊ ရောက်ရ၊ သိရတဲ့အပေါ်မှာ မြင်ရသည်၌ မြင်ရုံမျှဖြစ် လတ္တံ့၊ ကြားရသည်၌ ကြားရုံမျှဖြစ်လတ္တံ့၊ ရောက်ရသည်၌ ရောက်ရုံမျှ

(၄၁)

ဖြစ်လတ္တံ့၊ သိရသည်၌ သိရုံမျှဖြစ်လတ္တံ့။ (မြင်ရုံမျှ၌သာတည်အောင် မမေ့မလျော့ မပြတ်ရှုမှတ်မှုကို ဝိပဿနာအလုပ် အကျဉ်းချုပ် ဟောတော်မူခြင်းဖြစ်၏။)

၂။ ဤသို့ဖြစ်လျှင် သင်သည် ထိုမြင်ရသည့် အဆင်းစသည်နှင့် **‘လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ’**အလိုအားဖြင့် မစပ်မဆိုင်ပဲရှိလိမ့်မည်။ ဤသို့ဖြင့် ရှုသိရတဲ့အာရုံတိုင်းမှာ **(အာရမ္မဏာနုသယခေါ်တဲ့ ကိလေသာ ကင်းပုံ)**ကို ပြတော်မူတယ်။

၃။ မစပ်မဆိုင်လျှင် သင်သည် မြင်ရသည့်အဆင်းစသည်၌ မတည်ပဲရှိလိမ့်မည်။ ဤအပိုဒ်(၃)ဖြင့် ကိလေသာကင်းပုံကို ပြတော် မူတယ်။ မြင်ရာ၊ ကြားရာ၊ ရောက်ရာ၊ သိရတဲ့ လောကီအာရုံများ၌ မတည်တော့ပဲ **(နိဗ္ဗာန်အာရုံ)**ရောက်သွားပုံကို ပြတော်မူတယ်လို့လဲ ယူသင့်ပါတယ်။

၄။ မြင်ရသည့်အဆင်းစသည်၌ မတည်လျှင် သင်သည် ဒီမှာလဲ မရှိ၊ ဟိုမှာလဲမရှိ၊ အခြားမှာလည်းမရှိ၊ ဒီလို သင်မရှိခြင်းသည်ပင် **(ဆင်းရဲ၏ အဆုံးနိဗ္ဗာန်တည်း)**။

(သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု)

**မကောင်းမှုရှောင်၊
ကောင်းမှုဆောင်၊
ဖြူအောင်စိတ်ကိုထား။**

မကောင်းမှုရှောင်ခြင်းသည် ကိုယ်နှင့်နှုတ်ကို စောင့်ထိန်းခြင်း ဖြစ်၍ **‘သီလ’**သဘောဖြစ်သည်။ အပါယ်မကျအောင် သီလကုသိုလ်ဖြင့် ပယ်နိုင်ပါသည်။

ကောင်းမှုဆောင်ခြင်းသည် စိတ်ကိုစောင့်ထိန်းခြင်းဖြစ်၍ **‘သမာဓိ’**သဘောဖြစ်သည်။ စိတ်ကို မယုံ့လွင့်အောင် ကိလေသာ မဖြစ်အောင်၊ ကောင်းမှုကုသိုလ်၌ စိတ်ကိုတည်ကြည်နေအောင် သမာဓိကုသိုလ်က စောင့်ရှောက်ပေးပါသည်။

ဖြူအောင်စိတ်ကိုထားခြင်းသည် ကိလေသာအမြစ်ကို နှုတ်ပယ်ခြင်း ဖြစ်၍ **‘ပညာ’**သဘောဖြစ်ပါသည်။ စိတ်တွင် အစဉ်ကိန်းအောင်းနေသော တဏှာငါ၊ မာနငါ၊ ဒိဋ္ဌိငါဆိုသော ကိလေသာ (အမြစ်)ကို အပြီးပယ်နှုတ် လိုက်သောကြောင့် အကုသိုလ်မှန်သမျှ အကြွင်းအကျန်မရှိ ပယ်သတ်ပြီး နိဗ္ဗာန်ရောက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် လောကမှာ ဂင်္ဂါဝါလု သဲစုမက ဘုရားရှင်အဆူဆူ မရေမတွက်နိုင်အောင် ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်ခဲ့ကြပါသည်။ သို့သော်လည်း မြတ်စွာဘုရားရှင်အဆူဆူပွင့်ပြီး ဟောကြားခဲ့တဲ့ တရားတွေကို အကျဉ်းချုပ်ရင် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဖြစ်သော **‘မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊ ဖြူအောင် စိတ်ကိုထား’** ဆိုတဲ့ အဓိက ဒီသုံးခုကိုပဲ ဟောကြားခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဝဋ်သုံးပါးနှင့်စွဲလမ်းမှုပယ်ပုံ

- ၁။ မြင်တယ် - စွဲလမ်းတယ် - အားထုတ်တယ်။
- ၂။ ကြားတယ်-စွဲလမ်းတယ်-အားထုတ်တယ်။
- ၃။ နံတယ်-စွဲလမ်းတယ်-အားထုတ်တယ်။
- ၄။ စားတယ်-စွဲလမ်းတယ်-အားထုတ်တယ်။
- ၅။ ထိတယ်-စွဲလမ်းတယ်-အားထုတ်တယ်။
- ၆။ တွေးတယ်-စွဲလမ်းတယ်-အားထုတ်တယ်။
- စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်ကို သတိဖြင့်သာ အစားထိုး ပယ်နိုင်၏။
- ဥပါဒါန်သည် အကုသိုလ်ဖြစ်၍ သတိသည် ကုသိုလ်ဖြစ်သည်။
- ဥပါဒါန်ကြောင့် ကံဖြစ်၍ သတိကြောင့် ဉာဏ်ဖြစ်ပါသည်။
- ကံကြောင့် သံသရာလည်ပြီး ဉာဏ်ကြောင့် သံသရာရပ်ပါသည်။

ရှေ့စိတ် - နောက်စိတ်

(ဒေါလို့ကြားတာရှေ့စိတ်၊ ခွေးလို့သိတာနောက်စိတ်)

- မျက်စိကမြင်တယ် - မနောကသိတယ်၊
 - နားကကြားတယ် - မနောကသိတယ်၊
 - နှာခေါင်းကနံတယ် - မနောကသိတယ်၊
 - လျှာကစားတယ် - မနောကသိတယ်၊
 - ကိုယ်ကထိတယ် - မနောကသိတယ်၊
 - ရှေ့မနောကကြံတယ် - နောက်မနောကသိတယ်၊
- (ရှေ့စိတ်ပြီး နောက်စိတ်မှာ သတိဖြစ်ဖို့သာ လိုရင်းဖြစ်သည်။)**
(သေမှာမကြောက်နှင့် သတိမရှိမှာသာကြောက်။)

တတိယတစ်ခု သတိပြု။ (ထိ-သိ၊ သတိ)

ဥပမာ ခြေထောက်က(၁)ဆိုလျှင် ကြမ်းက(၂)ဖြစ်၏။ ခြေထောက်နှင့်ကြမ်းထိခိုက်ပါက တတိယတစ်ခု-ထိမှု (၃) အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ခြေထောက်နှင့်ကြမ်း လွတ်လိုက်ပါက ထိမှု (၃) မရှိတော့ချေ။ လက်တွေ့အားဖြင့် တတိယတစ်ခု အသစ်ဖြစ်ခြင်းကို သတိပြုရ၏။

လမ်းလျှောက်လျှင် ခြေထောက်လည်းပျောက် ကြမ်းလည်းပျောက် ထိတာလေးပဲသိ။ မျက်နှာသစ်လျှင် မျက်နှာလည်းပျောက် လက်လည်းပျောက် ထိတာလေးပဲသိ။ သွားတိုက်လျှင် သွားလည်းပျောက် သွားပွတ်တံလည်းပျောက် တွန်းတာ တိုးတာလေးပဲသိ။

အစာစားလျှင် အစာလည်းပျောက် လျှာလည်းပျောက် အရသာလေးပဲသိ။ ရေသောက်လျှင် ရေလည်းပျောက် လျှာလည်းပျောက် အေးတာလေးပဲသိ။ ဝင်လေထွက်လေမှတ်လျှင် နှာခေါင်းလည်းပျောက် လေလည်းပျောက် ထိတာလေးပဲသိ။

ထိုကဲ့သို့ ဝိညာဏ်ပေါ်ခိုက်၊ မြင်ခိုက်၊ ကြားခိုက်၊ နံခိုက်၊ စားခိုက်၊ ထိခိုက်၊ ကြံ့ခိုက်တို့တွင် ရှေ့စိတ်ကို နောက်စိတ်ကကပ်၍ သတိဖြင့် အရှိကိုအရှိအတိုင်း နှလုံးသွင်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

**“ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထာ”
‘မမြဲကုန်သော ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရတရားတို့ကို
မမေ့မလျော့ မပါမဆ မြဲမြံသော သတိတရားဖြင့်
ကောင်းစွာ နေရစ်ကြကုန်လော့’ ဟု
မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် နောက်ဆုံး မှာကြားတော်မူခဲ့လေသည်။**

(၄၅)

“ဆုတောင်းအမျှဝေ”

ဤသို့ပြုရာ မြတ်ပုညကြောင့်၊ ချမ်းမြအေးကြည်၊
 ဘေးမဲ့မည်သည်၊ ရွှေပြည်ထုတ်ချောက်၊ လမ်းမကောက်ဘဲ၊
 ရောက်ရပါလို၊ ထိုထိုဘဝ၊ ကျင်လည်ရလည်း၊
 ဒုက္ခဘေးဒဏ်၊ ရန်မာန်အပေါင်း၊ မကောင်းဟူသမျှ၊
 မတွေ့ရဘဲ၊ သဗ္ဗဏ္ဍာ၊ မင်္ဂလာကို ရွယ်ကာတတိုင်းရစေသော်။
 ယနေ့ယခု၊ ပြုပြုသမျှ၊ မြတ်ဘာဂကို၊
 မိဘဆရာ၊ မျိုးသဟာနှင့်၊ ကိုယ်မှာစောင့်ကြပ်၊
 ကိုယ်စောင့်နတ်က၊ အရင်းစ၍၊ ရှိသမျှလုံးစုံ၊
 ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ ဝေနေယျတို့၊
 ရကြပါစေ၊ ပေးငှဝေသည်၊ များထွေသာစု ခေါ်စေသော်။
 (ကုသိုလ်. . . . အမျှ-အမျှ-အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်သော်. .)

(သာဓု-သာဓု-သာဓု). . . (၃)ခေါက်

(ဗုဒ္ဓသာသနံ စိရံတိဌတု). . . (၃)ခေါက်

(ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာ ရောင်ဝါနေထက် လင်းစေသော်) . . . (၃)ခေါက်၊

(သာဓု-သာဓု-သာဓု)

“နိဗ္ဗာန်ရွှေ့ပြည်သွား”

ကိလေသာမီး ထိန်ထိန်ပြောင်၊ မျက်စိပေါက်မှာလောင်
 မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုသတ် ၊ မြင်လျှင်မြင်တယ်မှတ်။
 မြင်တယ်မှတ်တော့ဉာဏ်သက်ဝင်၊ အနတ္တရုပ်နာမ်မြင်
 ရုပ်နာမ်မြင်တော့ အပါယ်မလား၊ နိဗ္ဗာန်ရွှေ့ပြည်သွား။
 ကိလေသာမီးထိန်ထိန်ပြောင်၊ နားပေါက်ဝမှာလောင်
 မီးငြိမ်းအောင် ဘယ်လိုသတ်၊ ကြားလျှင်ကြားတယ်မှတ်။
 ကြားတယ်မှတ်တော့ဉာဏ်သက်ဝင်၊ အနတ္တရုပ်နာမ်မြင်
 ရုပ်နာမ်မြင်တော့ အပါယ်မလား၊ နိဗ္ဗာန်ရွှေ့ပြည်သွား။
 ကိလေသာမီးထိန်ထိန်ပြောင်၊ နှာခေါင်းပေါက်မှာလောင်
 မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုသတ်၊ နံလျှင်နံတယ်မှတ်။
 နံတယ်မှတ်တော့ဉာဏ်သက်ဝင်၊ အနတ္တရုပ်နာမ်မြင်
 ရုပ်နာမ်မြင်တော့ အပါယ်မလား၊ နိဗ္ဗာန်ရွှေ့ပြည်သွား။
 ကိလေသာမီးထိန်ထိန်ပြောင်၊ လျှာပေါက်ဝမှာလောင်
 မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုသတ်၊ စားလျှင်စားတယ်မှတ်။
 စားတယ်မှတ်တော့ဉာဏ်သက်ဝင်၊ အနတ္တရုပ်နာမ်မြင်
 ရုပ်နာမ်မြင်တော့အပါယ်မလား၊ နိဗ္ဗာန်ရွှေ့ပြည်သွား။
 ကိလေသာမီးထိန်ထိန်ပြောင်၊ တကိုယ်လုံးမှာလောင်
 မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုသတ်၊ ထိလျှင်ထိတယ်မှတ်။
 ထိတယ်မှတ်တော့ ဉာဏ်သက်ဝင်၊ အနတ္တရုပ်နာမ်မြင်
 ရုပ်နာမ်မြင်တော့ အပါယ်မလား၊ နိဗ္ဗာန်ရွှေ့ပြည်သွား။
 ကိလေသာမီးထိန်ထိန်ပြောင်၊ မနောပေါက်မှာလောင်
 မီးငြိမ်းအောင်ဘယ်လိုသတ်၊ တွေးလျှင်တွေးတယ်မှတ်
 တွေးတယ်မှတ်တော့ ဉာဏ်သက်ဝင်၊ အနတ္တရုပ်နာမ်မြင်
 ရုပ်နာမ်မြင်တော့ အပါယ်မလား ၊ နိဗ္ဗာန်ရွှေ့ပြည်သွား။

(ဒေါက်တာကြင်ကြင်မြင့်)