ဓမ္မလင်းတရားစဉ်

အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

ဓမ္မဒါန

(၁)

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

အဝိဇ္ဇာ အိပ်မက်

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

‘ဝိသုဒ္ဓိမဂ်’
ဓမ္မလမ်း ဝိပဿနာသင်တန်း
၆၂-လမ်း (၂၃-၂၄ လမ်းကြား)
မန္တလေး

အမှာစကား

ဆရာကြီးဦးရွှေအောင်၏စာအုပ်တို့သည် ပါဠိစာပေနှင့်အလှမ်းဝေးသောသူများအတွက် ဗုဒ္ဓစာပေကို လေ့လာရာတွင် အထောက်အပံ့ကောင်းများ များစွာရရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာကြီး၏စာပေများကို အများသူငါတို့ လေ့လာသိရှိနိုင်ကြစေရန် မျှဝေပေးလိုသောစေတနာကြောင့် "ချမ်းသာကိုရှာဖွေခြင်း"စာအုပ်မှ ကောက်နှုတ်ချက်တို့ကိုအဓိကထား၍ "အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်"အနေဖြင့် "ဝိသုဒ္ဓိမဂ်" ဓမ္မလမ်းဝိပဿနာသင်တန်းအတွက် ပြုစု တင်ပြထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

(၃)

အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်

ဆရာကြီး ဦးရွှေအောင်ရေးသော အနှိုင်းမဲ့ ဗုဒ္ဓစာအုပ်တွင် ဘဝကို အိပ်မက်နှင့်တင်စားပြီး ရေးသားထားပါသည်။ အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အိပ်ခြင်းမှမနိုးမခြင်း အိပ်မက်သည် ဘဝပဲဟုထင်ကြသည်။ အိပ်ပျော်သူမရှိဘဲ အိမ်မက်ကို မက်မရသလို အဝိဇ္ဇာမရှိဘဲ ဘဝဟူ၍လည်း မရှိ။ အိပ်ပျော်ခြင်းမှ နိုးကြကုန်သော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များသည် ဘဝကို ပြန်ကြည့်သောအခါ အိပ်မက်ပမာသာ တွေ့ရတော့သည်။ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းသည်လည်း ဘဝအိပ်မက်ကို ဖြတ်သန်း၍သွားကြရသူများသာ ဖြစ်ကြပါသည်။

အိပ်မက်ပမာ အဝိဇ္ဇာ

အဝိဇ္ဇာဟူသည် မသိခြင်းဟု အဓိပ္ပါယ်ရ၏။ အဝိဇ္ဇာ၏ကိစ္စသည် အာရုံကိုသိရာ၌ အလွန် တွေဝေစေတတ်သည်။ အာရုံ၏သဘော အမှန်ကိုဖုံးပြီး အမှားကို ဖော်ပြသည်ဟု ဉာဏ်အားထင်၏။ အဝိဇ္ဇာဖြစ်ရခြင်း၏ နီးသောအကြောင်းတရားသည် အာသဝေါတရားတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ဆို၏။

အိပ်မက်ဟူသည် အိပ်ပျော်နေသောအချိန်တွင် အမှန်တကယ် မဟုတ်သည်တို့ကို အမှန်ဖြစ်နေသည်ဟု ထင်နေခြင်း ဖြစ်သည်။ အိပ်ပျော်နေခြင်းမှ နိုးထသောအခါ အိပ်မက်ဟူသည် ဘာမှမဟုတ်သော အရာတို့သာဖြစ်လေသည်။ လောကတွင် လူအများတို့သည် နေ့ခင်းကြောင်တောင်တွင် နိုးနေကြသော်လည်း အိပ်မက် မက်နေသူများသာ ဖြစ်သည်။ အမှန်မဟုတ်သည်တို့ကို အမှန်ထင်လျက် မသိသည်ကို သိတယ်ထင်လျက် တွေတွေ ဝေဝေဖြင့် ကြံစည် ပြုလုပ် အားထုတ်နေကြလေသည်။ ထိုသို့ မသိမှု အဝိဇ္ဇာ အိပ်မက်ကြောင့် လူအများသည် မတွေမဝေ ပိုင်းပိုင်းခြားခြားမသိဘဲ မိမိအလိုအတိုင်း အကောင်းရောအဆိုးပါ ကြံစည် ကြိုးကုတ် အားထုတ်နေကြလေသည်။

လောကသဘောအရ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအားလုံးသည် သံသရာရေအယဉ်ကြော၌ မျောနေသမျှ ကာလပတ်လုံး မင်းဖြစ်စေ၊ သတ္တဝါဖြစ်စေ အကောင်းထင်၍ ခံစားနေကြသော သာယာနေကြသော သတ္တဝါများသာဖြစ်သည်။ အဝိဇ္ဇာ ညဥ့်အမှောင်၌ အိပ်မက် မက်၍ ပျော်နေကြသူများသာဖြစ်ကြ၏။ ထိုသူတို့၏ အပျော်သည်ကား အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အိပ်မက်မှ မနိုးသမျှ ကာလပတ်လုံးသာ ပျော်ရ ချမ်းသာရကုန်၏။ တကယ့်အစစ် ချမ်းသာကား မဟုတ်ကြကုန်။

စစ်မှန်သောချမ်းသာဟူသည် ပြင်ပ ရုပ်ဝတ္ထုများ၌ မတည်။ ခံစားမှု ဝေဒနာ၌လည်း မတည်။ မှန်ကန်သော နှလုံးသွင်းနှင့် အသိဉာဏ်၌သာတည်၏။ လောကချမ်းသာနှင့် လောကလွန်ချမ်းသာဟူ၍ (၂)မျိုးရှိ၏။ လောကချမ်းသာသည် အာရုံကောင်းနှင့်တွေ့ရသဖြင့် ခံစားရသော ဝေဒနာ ချမ်းသာဖြစ်၏။ လောကလွန်ချမ်းသာသည် ကာလ-ဒေသကိုလည်းလွန်၏။ အမှား-အမှန်ကိုလည်း လွန်၏။ ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ကို

လည်း လွှန်၏။ လောကကို ကိလေသာနှင့် မကပ်ငြိတော့ဘဲ ဆင်းရဲအပေါင်းမှ **'ဉာဏ်'**ဖြင့် လွတ်မြောက်နေသော **'ချမ်းသာ'**ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် စစ်မှန်သော ချမ်းသာကိုအလိုရှိပါက စစ်မှန်သော **'အသိဉာဏ်'**ကို ရှာဖွေရပေမည်။

ဆရာကြီး ဦးရွှေအောင်ရေးသားသော 'ကုသိုလ်နှင့်အကုသိုလ်' စာအုပ်တွင် သံသရာတစ်ဖက်ကမ်းသို့ကူးရာတွင် အကုသိုလ်သည် အသေကောင်ပုပ်နှင့်တူ၍ ကုသိုလ်သည် သစ်တုံးနှင့် တူလေသည်။ ယင်းတို့သည် တစ်ဖက်ကမ်းသို့ကူးရာတွင် သိမ်းပိုက်စရာမဟုတ်ဘဲ အမှီတံကဲအဖြစ် အသုံးပြုရန်ဖြစ်သည်။ တစ်ဖက်ကမ်း ရောက်လျှင် စွန့်ပစ်ရမည့် အရာများသာ ဖြစ်လေသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို လမ်းစဉ်အဖြစ်သတ်မှတ်၍ နိဗ္ဗာန်ကို ပန်းတိုင်အဖြစ် သတ်မှတ်ပါသည်။ ကုသိုလ်-အကုသိုလ်သည် လမ်းစဉ်အတွက်ဖြစ်၍ ယင်းကို အနတ္တအမြင်ဖြင့် မဂ္ဂင်ထိုက်အောင် အသုံးချရသည်။ မဂ္ဂင်ဖြစ်မှလည်း နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုပြီး အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်က နိုးထနိုင်ကြပေမည်။

ရုပ်ရှင်အိပ်မက်
(အဆင်းကိုပင် သတ္တဝါထင်)

ရုပ်ရှင်ပြသောအခါ ပိတ်ကားပေါ်တွင် အဆင်းပုံရိပ်တို့သာပေါ်ပါသည်။ မျက်စိကမြင်စိတ်သည် အဆင်းပုံရိပ်ကိုသာ မြင်သော်လည်း မနောကသညာသည် ယောကျ်ားမိန်းမ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟုထင်ကာ သိခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ရုပ်ရှင်ကြည့်သောအခါ ပိတ်ကားပေါ်ရှိ ပရမတ် အဆင်းသက်သက် တကယ့်အရှိတရားကို မသိမြင်တော့ဘဲ မနောက ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟုထင်ကာ အဝိဇ္ဇာရုပ်ရှင်အိမ်မက်ကို နိုးနေလျက်ဖြင့် မက်ကြကုန်၏။

ဘောလုံးပွဲအိပ်မက်
(အဆင်းကိုပင် ဘောလုံးထင်)

တီဗီဖန်သားပြင်ပေါ်တွင် ဘောလုံး မရှိပါ။ အဖြူရောင်အဝန်း အဝိုင်းဟူသော အဆင်းအရောင်သာ ရှိပါသည်။ အရောင်၏ ပုံသဏ္ဍာန် သာ တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ ပြောင်းရွှေ့ အသစ်ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း ဖြစ်သည်။ ယင်းအဖြူရောင်ကိုပင် ဘောလုံးထင်ကာ စိတ်ရောကိုယ်ပါ အားပေး အော်ဟစ်ပြီး ပျော်ကြရခြင်း၊ ဒေါသဖြင့် မကြေနပ်ရခြင်းတို့ ဖြစ်ကြရ၏။ ထို့ပြင် တီဗီဖန်သားပြင်ပေါ်တွင် မြက်ခင်းလည်းမရှိသလို ဂိုးတိုင်လည်း မရှိပါ။ ပန်းချီကားပမာ အရောင်နှင့် ပုံသဏ္ဍာန်တို့သာ ရှိပါ သည်။ အိမ်မက်ထဲမှာလို အရောင်နဲ့ ပုံသဏ္ဍာန် (colour and shape) တို့ကို သတ္တဝါထင်၊ ဘောလုံးထင်ပြီး ညဉ့်သန်းကောင်ယံမှာ မအိပ်နိုင်ဘဲ အဝိဇ္ဇာ ဘောလုံးပွဲ အိပ်မက် မက်နေကြသူများပင် ဖြစ်ကြကုန်၏။

မျဉ်းကြောင်းအိပ်မက်
(အဆင်းကိုပင် မျဉ်းကြောင်းထင်)

ဝှိုက်ဘုတ်ပေါ်တွင် အနက်ရောင် ဆေးပင်ဖြင့် မျဉ်းတစ်ကြောင်း ဆွဲလိုက်ပါ။ မြင်လိုက်သည်နှင့် စိတ်မှာ မျဉ်းကြောင်းဟု သိတော့သည်။ ဘာမှ အထူး စဉ်းစားစရာမလိုပါ။ သိရိုးသိစဉ် အမှန်ပင် ထင်၏။ အမှန်မှာ အရောင်အစဉ်သာ ရှိကုန်၏။ တစ်ရောင်ပြီး တစ်ရောင် အစဉ်အဆက် ဖြစ်နေသော အရောင်အစဉ်-အတန်း (colour process)သာဖြစ်၏။ ဥပမာ အုန်းဆံကြိုးကဲ့သို့ ဖြစ်၏။ အုန်ဆံကြိုးသည် အရှည်အတန်းကြီး မဟုတ်ပါ။ အုန်းဆံကြိုး အပိုင်းအပိုင်း အတိုလေးများကို တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်ထားသောကြောင့် အရှည်ကြီး တစ်ကြိုးတည်းဟု ထင်ကြရခြင်း ဖြစ်သည်။ ထို့အတူ ဝှိုက်ဘုတ်ပေါ်တွင် အရောင်အစဉ်-အတန်းကိုလည်း

တစ်ခုတည်းသဘော မျဉ်းကြောင်းဟု အိပ်မက်ပမာ အမှန်ထင်ကာ အသိမှား အမှတ်မှားနေခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

အသံအိပ်မက်

(အသံကိုပင် သတ္တဝါထင်)

'ဒေါ့'ဟု အသံကြားပါက 'ခွေး'ဟုသိကြပါသည်။ အမှန်မှာ 'ဒေါ့'သည် နားမှာကြားသော အသံဖြစ်၍ ခွေးဟူသော သတ္တဝါသဘောသည် မနောတွင် သိခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အရှိတရားသည် အသံသာဖြစ်သော်လည်း အသိတရားတွင် အမည်ကိုစွဲ၍ သတ္တဝါသဘော ပါဝင်သွားလေသည်။ ကြားသည့်အသံကိုပင် သတ္တဝါဟု အကောင်အထည် ဒြပ်ဝတ္ထုပြု၍ အိပ်မက် မက်သည့်အတိုင်း တကယ်ထင်ကြလေသည်။

အတွင်းအပြင်အိပ်မက်

(အတွင်းအပြင်အသိမှား)

ကွင်းပြင် (space)တစ်ခုတွင် တံခါးပေါက်ထောင်ပြီး ဟိုဘက်သည်ဘက်ဖြတ်သွားလျှင် ဝင်တယ်-ထွက်တယ်ဟု ပြောမရပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကွင်းပြင်(space)သည် အတူတူဖြစ်နေသောကြောင့်တည်း။ သို့သော် တစ်ဖက်ကို ဝင်းခတ် သိမ်းပိုက်လိုက်ပါက ထိုဖက်သို့သွားလျှင် ဝင်တယ်ဟုဆို၏။ အခြားဖက်သို့သွားလျှင် ထွက်တယ်ဟုဆို၏။ အတွင်းဟု တစ်ဖက်သတ် သိမ်းပိုက်မှုကြောင့် အပြင်ဟူသည် ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ အမှန်အားဖြင့် အတွင်းအပြင်ဟူသည် တကယ်မရှိပါ။ ကွင်းပြင် (space)သာ ရှိပါသည်။ တစ်ဖက်ကို သိမ်းပိုက်မှု (အတ္တ)ကြောင့် မရှိတရားဖြစ်သော သတ်မှတ်ချက်သဘောကို အရှိထင်ကာ အတွင်းအပြင်ဟု ခွဲခြားမှု-အိပ်မက်တို့ကို လောကမှာ တစ်သံသရာလုံး မနိုးနိုင်အောင် အဝိဇ္ဇာအိပ်ဆေး အစွမ်းပြလျက် ရှိကြကုန်၏။

(၈)

ပွဲအိပ်မက်
(ပွဲဆိုတဲ့ အသိမှား)

တစ်ရက်တွင် မိတ်ဆွေတစ်ယောက်နှင့် လ္ဘက်ရည်ဆိုင်မှာတွေ့၏။ မိမိတို့ ဓမ္မလမ်းအဖွဲ့ ဝါဆိုသင်္ကန်းကပ်ပွဲကို မလာသောကြောင့် ဘာလို့ မလာတာလဲဟု မေးမိ၏။ ထိုအခါ သူက ပွဲတွေကို သိပ်မသွားဖြစ်တော့ ဘူးလို့ ဖြေပါသည်။ အော်-'ပွဲလို့ယူလိုက်တာကိုး'ဟု ပြန်ပြောမိလိုက် ပါသည်။ အမှန်မှာ လ္ဘက်ရည်ဆိုင်မှာလည်း စားပွဲ၊ ကုလားထိုင်နှင့် လူတွေ စားနေကြတာပါပဲ။ ဝါဆိုသင်္ကန်းကပ်ပွဲမှာလည်း စားပွဲ၊ ကုလား ထိုင်နှင့် လူတွေ စားနေကြတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ပွဲလို့ စယူလိုက်ကတည်းက အသိမှား-အဝိဇ္ဇာပါသွားပါပြီ။ ပွဲဆိုတဲ့ အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်ကြောင့် ပွဲဆိုရင် မသွားချင်ဘူး၊ ရှောင်လိုက်မယ်လို့ စိတ်မှာ အယူတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်သွားခြင်း ဖြစ်သည်။ အမှန်မှာ 'ပွဲ'မရှိပါ၊ အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်သာ ဖြစ်ပါသည်။ မြင်ရင် အဆင်း၊ ကြားရင် အသံဟူသော အရှိပရမတ်သဘောသာ ဖြစ်ပါသည်။

အစားအသောက်အိပ်မက်
(ရုပ်ကိုပင် အစာထင်)

ကျွန်တော်တို့သည် မိမိကိုယ်ကို သတ္တဝါသဘောဖြစ်သော သက်ရှိလူသားဟု တကယ်ယူဆထားပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထမင်းစား သောအခါ မိမိ အသက်ရှင်နေထိုင်ဖို့ အစာစားနေသည်ဟု ထင်ကြပါသည်။ သို့သော် ကျားတစ်ကောင်ရှေ့သို့ ရောက်သွားပါက မိမိသည် ကျား၏ အစာသာ ဖြစ်တော့သည်။ အမှန်မှာ မိမိသည်လည်း ရုပ်သာဖြစ်သည်။ အစားအစာသည်လည်း ရုပ်သာဖြစ်သည်။ ကျားသည်လည်း ရုပ်သာဖြစ် ပါသည်။ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာတော်အရ ရုပ်တို့သည် ရုပ်တို့အား အာဟာရ ပစ္စယသတ္တိဖြင့် ကျေးဇူးပြုနေခြင်းသာဖြစ်သည်။ သို့သော် ကျွန်တော်

တို့သည် မိမိကိုယ်ကို ရုပ်လို့ အမှန်မသိနိုင်ပါ။ အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်ထဲက အတိုင်း သတ္တဝါသဘော လူဟုပင် အမှန် ထင်နေကြတုန်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျန်မာရေးအိပ်မက်
(ရုပ်ကိုပင် ငါဟုထင်)

အသက်အရွယ်ရလာကြသောအခါ ငယ်ရွယ်တုန်းကလို ကျန်းမာရေးကလည်း မကောင်းတော့ပေ။ ကျန်းမာရေးအတွက် ဂရုစိုက်လာရသည်။ ကျန်းမာရေးကောင်းမှလည်း တရားအလုပ် အားထုတ်နိုင်မည်ဆိုသဖြင့် ကျန်းမာရေးအတွက် အနည်းဆုံးတော့ လမ်းလျှောက်ရပါသည်။ ထိုအခါ “ငါတော့ ကျန်းမာနေသေးတယ်၊ ငါ့ကျန်းမာရေးက သိပ်တော့ မဆိုးသေးဘူး” စသည်ဖြင့် တွေးထင်တတ်ပါသည်။ အမှန်မှာ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နေသော ရုပ်အတွက် အလွန်အကျွံ မဖောက်ပြန်အောင် ညီညွတ်မျှတအောင် လုပ်ဆောင်နေရခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုထိုရုပ်တို့သည် ငါလည်းမဟုတ်သလို ငါပိုင်ဆိုင်သည့် အရာလည်း မဟုတ်ပါ။ သေလျှင် ထားသွားရုံကလွဲ၍ ဘာမှမဟုတ်ပါ။

ကင်ဆာဟု ကြားလိုက်လျှင် သေမည့်ရောဂါဟု သိကြပါသည်။ အမှန်မှာ ရုပ်ဖောက် ပြန်ခြင်းသာဖြစ်သည်။ မွေးကတည်းက သေမည့် ရုပ်က ပါပြီးသားဖြစ်နေသည်။ မိမိကိုသတ်မည့်သူသည် အတူပါ လာတော့သည်။ ရုပ်ကို သူသတ်သမားမှန်းမသိချေ။ ထိုရုပ်ကိုပင် လှအောင်ပအောင် ငွေကုန်ခံ၍ ပြုပြင်ပေးကြပြန်သည်။ ရုပ်ကို “ငါလို့၊ ငါပိုင်တယ်”လို့ တကယ်ထင်နေသော အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်ကြောင့် လှအောင် ကြည့်ကောင်းအောင် နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ကြိုးစား ပြုပြင်နေခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ပြုပြင်နေရသော်လည်း နောက်ဆုံးသေလျှင်ကား အလောင်းလှရုံမျှသာ ရှိပေမည်။

တောင်ကြီးအိပ်မက်

ကျွန်တော်တို့ တောင်ကြီးမြို့ကို တရားပွဲအတွက် သွားကြပါသည်။ တောင်ကြီးရောက်သောအခါ တောင်ကြီးမြို့က "သာယာလိုက်တာ၊ လှလိုက်တာ၊ အေးနေတာပဲ နေလို့ကောင်းလိုက်တာ" စသည်ဖြင့် ပြောကြပါသည်။ ကျွန်တော်က ပြန်ပြောလိုက်ပါသည်။ ငါတော့ တောင်ကြီးဆိုတာ မတွေ့ပါဘူး။ အိမ်တွေ၊ တိုက်တွေ၊ လမ်းတွေ၊ သစ်ပင်တွေ၊ ကားတွေ၊ လူတွေပဲ တွေ့ပါတယ်။ သန့်ရှင်းကြတယ်။ တောင်ကုန်းတွေဖြစ်တော့ ရေစီးရေလာကောင်းပါတယ်။ ဖုံတွေရွှံ့တွေမရှိပါဘူး။ အေးတာကလည်း တောင်ကြီးမဟုတ်ပါဘူး။ တောင်ကြီးက အမည်ပါ၊ အေးလို့မရပါ။ ဥတုရာသီကသာ အေးခြင်းဖြစ်သည်။ သို့သော် တောင်ကြီးဆိုတဲ့ အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်ကို မနိုးနိုင်အောင် မက်ကြလေတော့သည်။

နေ့ညအိပ်မက် ဆောင်းအိပ်မက်

နေ့တွေ ညတွေကိုပင် တကယ်အရှိထင်ကြပါသည်။ အမှန်မှာ လင်းတာနှင့်မှောင်တာသာရှိပါသည်။ နေ့ညကို တကယ်အရှိယူထားသောကြောင့် တစ်ရက်ဟူသည် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ တစ်ရက်ရှိလျှင် တစ်လရှိ၏။ တစ်လရှိလျှင် တစ်နှစ်ရှိတော့၏။ တစ်နှစ်ရှိလျှင် နှစ်သစ် (happy new year)ရှိတော့သည်။ အမှန်မှာ တစ်ရက်၊ တစ်လ၊ တစ်နှစ်တို့သည် တကယ်အရှိတရားများ မဟုတ်ကြပါ။ သတ်မှတ်ချက် အမည်နာမတို့သာ ဖြစ်ကုန်၏။ ထို့အတူ ဆောင်းရာသီကို တကယ်အရှိထင်ကြပါသည်။ အမှန်မှာ အေးခြင်းသဘော (တေဇောဓာတ်)သာဖြစ်သည်။ အရှိအတိုင်း အမှန်အတိုင်း မသိနိုင်အောင် အဝိဇ္ဇာဖုံးထားသောကြောင့် ဆောင်းတွင်း အိပ်မက်ပမာ ထင်ရောင်ထင်မှားတို့သာ ဖြစ်ကြပါသည်။

ပန်းချီအိပ်မက် facebook-အိပ်မက်

ပန်းချီကားပေါ်တွင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ယောက်ျား မိန်းမဟူ၍ မရှိပါ။ ဆေးအရောင်များသာ ရှိပါသည်။ ဆေးအရောင်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ပုံသဏ္ဌာန်တို့ကိုပင် အမည်ပညတ်ပြုကာ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ယောက်ျားမိန်းမ ဟူ၍ အိပ်မက်ပမာ တကယ်ထင်ကြကုန်၏။ facebook ကြည့်သူတို့သည် မျက်နှာပြင် (screen)သေးသေးလေးပေါ်တွင် စာလုံးများနှင့်ရုပ်ပုံများကို တကယ်ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အရှိထင်ကာ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ပြောဆိုကြရင်း ဘဝအိပ်မက်သာမက ကမ္ဘာအိပ်မက်အထိပါ မက်ကုန်ကြတော့သည်။

အရုပ်အိပ်မက်

ရွှံ့ကို ခွေးပုံ၊ နွားပုံ၊ မင်းသားပုံ၊ မင်းသမီးပုံ အရုပ်လုပ်လိုက် ပါက ရွှံ့ပျောက်သွားပေမည်။ ကလေးတို့သည် ရွှံ့ကို မလိုချင်သော်လည်း အရုပ်ကိုတော့ လိုချင်ကြပါသည်။ တကယ်အရှိတရားသည် ရွှံ့ဖြစ်သော် လည်း မင်းသားရုပ် မင်းသမီးရုပ်ဆိုသော ပုံသဏ္ဌာန်နှင့်အမည်တို့ကိုသာ အိပ်မက်ပမာ တကယ်အရှိထင်တော့သည်။

အိပ်မက်ပမာ ကြည့်မှန်ဥပမာ

မှန်ကြည့်သောအခါ မှန်တွင် ပုံရိပ်တို့သာ ပေါ်ပါသည်။ ပုံရိပ် တို့သည် ကိုင်တွယ်မရသော အခိုင်အမာ အနှစ်သာရမရှိသော သဘော တရားသက်သက်မျှသာ ဖြစ်ကြသော်လည်း မိမိတို့သည် ကိုင်တွယ် ရသည့်အလား အခိုင်အမာ ထင်ကြပါသည်။ **"မြင်လိုက်လို့ ကိုင်လိုက်ပါ၊ မြင်တာကို ကိုင်လို့မရ။"** မြင်တာသည် အဆင်းဖြစ်၍ ကိုင်လိုက်ပါက အဆင်းကို မသိရပါ၊ မာခြင်းပျော့ခြင်း ပူခြင်းအေးခြင်းကိုသာ သိနိုင်၏။ **"မြင်တာကို ကိုင်လို့ရတယ်"**ဟု ထင်ခြင်းသည်ပင် အဝိဇ္ဇာ၏အစွမ်းကြောင့် နိုးလျက်မက်နေကြသော အိပ်မက်ပမာတို့သာ ဖြစ်ကြကုန်၏။

(၁၂)

ရုပ်နာမ်ကိုပင် သတ္တဝါထင်

လောကတွင် အသက်ရှင်နေသမျှ အာရုံနှင့်စိတ်သာ အလုပ်လုပ်နေခြင်းဖြစ်သည်။ အာရုံများသည် စိတ်အစဉ်၌ အစိုင်အခဲများ၊ ဒြပ်များအနေဖြင့် ထင်၏။ သက်ရှိဖြစ်လျှင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအနေဖြင့် ထင်၏။ သက်မဲ့ဖြစ်လျှင် အရာဝတ္ထုအနေဖြင့် ထင်၏။ ရုပ်နာမ်အနေဖြင့်ကား လုံးဝ မထင်ပေ။

စိတ်ဖြစ်စဉ် (စိတ္တနိယာမ)အရ မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ခိုက်တွင် အရောင် အဆင်း (ပရမတ်-အရှိတရား)သက်သက်ကိုသာ သိမြင်သော်လည်း နောက်လိုက်မနောဝိညာဏ် (စိတ်)တို့သည် ပုံသဏ္ဍာန်နှင့်တကွ အမည်တို့ကိုပါ တစ်ဆက်တည်း သိလိုက်ခြင်းကြောင့် မရှိတရား နာမသဏ္ဍာန် (ပညတ်)တို့ ပါဝင်သွားခြင်းဖြစ်သည်။ စိတ်ဖြစ်စဉ်သည် အလွန်လျှင်မြန်ရကား သာမန်လူတို့တွင် မြင်လိုက်သည်နှင့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဒြပ်ဝတ္ထုအနေဖြင့် သိနေခြင်းဖြစ်သည်။ အရှိတရား ရုပ်နာမ် (ပရမတ်)ကို ကျော်လွန်၍ မရှိတရားဖြစ်သော နာမသဏ္ဍာန် (ပညတ်)တို့ကို တကယ့်အရှိတရားအဖြစ် စွဲယူလိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မရှိတရားဖြစ်သော နာမသဏ္ဍာန် (ပညတ်)တို့ကို တကယ်အရှိထင်ကာ နေ့ခင်းမှာ နိုးနေသော်လည်း အိပ်မက် မက်နေသည့်ပမာ ကြံစည်ပြောဆို ပြုမူနေကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး ရေးသားသော ဘာဝနာဒီပနီတွင် ပညတ်-ပရမတ်ခွဲပြပုံမှာ အလွန် သဘာဝကျလှပါသည်။ 'အိုးဟူသည် ပုံသဏ္ဍာန်သာရ၏၊ အိုးကို ဘာနှင့်လုပ်သလဲ၊ မြေနှင့်လုပ်၏'ဟု ရေးသားဖော်ပြပါသည်။ ထို့အတူ ယောက်ျား မိန်းမဟူသည် ပုံသဏ္ဍာန်သာရ၏။ ဘာနှင့်လုပ်သလဲဆိုလျှင် ရုပ်နှင့်နာမ်တို့ဖြင့်လုပ်၏။ ဆရာတော်ဘုရား

ကြီး၏ ပညတ်-ပရမတ်ခွဲခြားပုံမှာ လွယ်ကူ ရှင်းလင်းလှ၏။ လောကတွင် အမည်ဟူသည် ပုံသဏ္ဍာန်သာရ၏။ နာမသဏ္ဍာန်တို့မှာ မရှိ-ပညတ် တရားတို့သာဖြစ်၏။ အရှိ-ပရမတ်တရားမှာ ခေတ်ကြီးလေးပါးဟူသော (ရုပ်)တရားနှင့် ဝိညာဏ်စသော (နာမ်)တရားများသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။

တရားအားထုတ်ပါက စိတ်အစဉ်သည် မှန်သားပြင်ကဲ့သို့ ကြည်လင်လာသောအခါ မိမိစိတ်၌ ထင်လာသော အရာဝတ္ထုများ၏ ပုံရိပ်တို့ကို ခေတ်ပုံရိုက်သကဲ့သို့ စွဲထင်ကျန်ရစ်အောင် မစုပ်ယူနိုင် တော့ဘဲ မူလအရာဝတ္ထုပျောက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ပုံရိပ်သည်လည်း ပျောက်ကွယ်သွားပေမည်။ ခေတ်ပုံရိုက်ထားသကဲ့သို့ဖြစ်ပါက မူလ အရာဝတ္ထုများ ပျောက်ကွယ်သွားသော်လည်း ပုံရိပ်သည် ပျောက်သွား ခြင်း မရှိပေ။ ကြည်လင်သော မှန်သားပြင်၌ကား မြင်လျှင် မြင်ကာမျှ၊ ကြားလျှင် ကြားကာမျှ၊ ထိလျှင် ထိကာမျှ၊ သိလျှင် သိကာမျှသာတည်း။ ပုံရိပ်သည် စွဲထင် ကျန်ရစ်ခဲ့ခြင်း မရှိတော့ပေ။

ထိုကဲ့သို့ နှလုံးသွင်းနိုင်ပါလျှင် **'တဏှာအစေးခေတ်'**သည်၄င်း အာသဝေါတရားမည်သော ဘဝဆက်တိုင်း ထုံမွမ်းလာသော ကိလေ သာ **'အထုံခေတ်'**တို့သည်၄င်း တဖြည်းဖြည်း ခမ်းခြောက်သွားပေမည်။ ထိုသို့ ခမ်းခြောက်သွားသည်နှင့်အမျှ စိတ်အစဉ်သည် မှန်သားပြင် ကဲ့သို့ ကြည်လင်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။

အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်မှ လှုပ်နိုးခြင်း

မြင်လျှင်အဆင်း၊ ကြားလျှင်အသံ၊ နံလျှင်အနံ့၊ စားလျှင်အရသာ၊ ထိလျှင်အတွေ့၊ တွေးလျှင်သဘောတရားဟု ရှေ့စိတ်ကို နောက်စိတ်က ကပ်၍ သတိပြုနိုင်ပါက အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်မှ နိုးထနိုင်ပေမည်။ အဝိဇ္ဇာ အိပ်မက်မှ သတိဖြင့်သာ နိုးထနိုင်ပေမည်။ အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်မှ မနိုးသေးသမျှ

မြင်သမျှ၊ ကြားသမျှ **'အာရုံ'**တို့ကို ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဒြပ်ဝတ္ထုပြု၍ အတ္တပြု၍ အခိုင်အမာသဘော **(နိစ္စ၊ အတ္တ၊ သုဘ၊ သုခ)**အားဖြင့် စွဲယူပြီး အင်နှင့်အားနှင့်တုန့်ပြန်ကာ ပင်ပန်းကြီးစွာ ပြောဆိုလုပ်ကိုင်နေကြရကုန်၏။ အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်မှ မနိုးသေးသမျှလည်း လောကတွင် မိမိသိသမျှကို တကယ်အစစ်အမှန်ဟု အဟုတ်ထင်ကြကုန်၏။ ထို့ကြောင့် အကြောင်းအမျိုးမျိုးပြကာ တရားကို ရှောင်ကြတိမ်းကြကုန်၏။ မိမိသာအမှန်ဟု မပြောသော်လည်း ဘုရားရှင်ညွှန်ပြသော အမှန်တရားသစ္စာအမြင်ကိုသိပြီး မပြင်နိုင်ခြင်းသည် မိမိ၏အလွန်မိုက်မဲ တွေဝေမှုကို ညွှန်ပြနေခြင်းသာဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှင်၏ အလိုတော်အတိုင်း ဆရာသမားတို့က သတိပေးခြင်းဖြင့် လှုပ်နိုးကြသော်လည်း တစ်ခဏသာနိုးထပြီး ကျက်မှတ် သင်ယူထားသည့်အတိုင်း နှုတ်မှ ယောင်ရမ်းငြီးငြူကာ အဝိဇ္ဇာအိပ်မက်မှ မနိုးထနိုင်ဘဲ တဖန်ပြန်လည် အိပ်ပျော်နေကြကုန်၏။

လောကနှင့်ဓမ္မ

လောကဟူသည် သက်ရှိသက်မဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အရာဝတ္ထုများသာဖြစ်ကြသည်။ **'ဓမ္မသဘော'**အားဖြင့် **'ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်'**ဟု ခေါ်သော **'ကြောင်းကျိုးဆက်တရား'**များသာဖြစ်ကြသည်။ ကြောင်းကျိုးဆက်ဖြစ်စဉ်တွင် အကြောင်းနှင့်အကျိုးသည် သဘောအားဖြင့် သီးခြားစီဖြစ်၏။ ထိုထိုအကျိုးတရားကို **'မိမိအလိုအတိုင်း'** ဖြစ်စေမည်ဟူသော အစိုးရမှု **'အတ္တ'**ဟူသည် အကြောင်းတရား၌မရှိ။ အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံညီညွတ်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် အကျိုးတရားသည် **'သူ့သဘောသူဆောင်'** ဖြစ်ပေါ်၏။ အကြောင်းတရားတို့ ချုပ်ပျောက်သောအခါ အကျိုးတရားတို့သည်လည်း ချုပ်ပျောက်ရ၏။ ထို့ကြောင့် အကြောင်းတရား၌ အစိုးရမှု **'အတ္တမရှိ'**သောကြောင့် **'အနတ္တ'** ဖြစ်၏။ အကြောင်းတရား၌ အစိုးရမှု 'အတ္တ'မရှိလျှင် အကျိုးတရား၌လည်း အစိုးရမှု 'အတ္တ'သည် အဘယ်မှာ ရှိနိုင်မည်နည်း။ 'အနတ္တ'သာ ဖြစ်တော့၏။

ဧကတ္တ (တစ်ခုတည်းသောသဘောဖြစ်ခြင်း)

အကြောင်းနှင့်အကျိုးဆက်သွယ်မှု၌ ကြောင်းကျိုးဆက်

ဖြစ်စဉ်တွင် **'ပန်းသီ'**ထားသကဲ့သို့ အချင်းချင်း သန္တာန်အဆက်ဆက် ရှေ့နောက်အစဉ်တွင် **'တစ်ခုတည်းသော တူမှု'** သဘောသည်ရှိ၏။ ယင်းကို ပါဠိဝေါဟာရဖြင့် **'ဧကတ္တ'**ဟု ခေါ်၏။ ဧကတ္တဟုခေါ်သော **ရှေ့နောက်အစဉ် 'တူမှု'** သဘောကို မသိလျှင် 'ပြတ်တယ်၊ စဲတယ်' ဟူသော **'ဉစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ'** အယူဝါဒ၌ သက်ဝင်၏။ ယင်းဝါဒသည် သေချိုင်းကုန်းနောက်၌ ဘာမှမရှိဟူသော အမြင်မှား အယူမှားဖြစ်၏။

နာနတ္တ (သဘောမတူခြင်း)

ကြောင်းကျိုးဆက်နိယာမအရ ရှေ့နောက်ဖြစ်စဉ်တွင် သန္တာန် အဆက်ဆက် တူသော်လည်း **'သဘောအားဖြင့် ကား ခြားနား'** ကုန်၏။ ယင်းကို ပါဠိဝေါဟာရဖြင့် **'နာနတ္တ'**ဟု ခေါ်၏။ အကြောင်းနှင့် အကျိုးတို့ ဆက်နွှယ်မှုတွင် ရှေ့နောက်အစဉ်အရ 'တစ်ခုတည်း'သဘော ဖြစ်သော်လည်း အကြောင်းသဘာဝနှင့် အကျိုးသဘာဝတို့မှာ မတူဘဲ ကွဲပြား ခြားနားကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရားသည် ရှေ့နောက်အစဉ်တွင် တစ်ခုတည်းသဘောဖြစ် သော်လည်း အကြောင်းတရားကသပ်သပ်၊ အကျိုးတရားကသပ်သပ် တစ်ခုစီသာဖြစ်၏။ အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရားတို့၏ မတူမှုကို 'နာနတ္တ'ဟု ခေါ်၏။ ယင်းမတူမှု 'နာနတ္တ'သဘောကို မသိလျှင် လူဖြစ် တော့လည်း 'ငါ'ပဲ၊ နတ်ဖြစ်တော့လည်း 'ငါ'ပဲဟု ဘဝအပေါ်၌ 'ခိုင်တယ်၊ မြဲတယ်'ဟူသော **'သဿတဒိဋ္ဌိ'** အယူဝါဒ၌ သက်ဝင်၏။ **'လောက်လန်းသဖွယ် ဝိညာဉ်တွယ်'**ဟူသော ဘဝကူးပြောင်းမှု အယူမှားတို့ ဖြစ်၏။ ယင်းတို့သည် ပယ်ရမည့် အမြင်မှား အယူမှား များသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။

အဗျာပါရ (အားထုတ်မှုကင်းခြင်း)

အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံညီညွတ်သည်နှင့် အကျိုးတရားသည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ **'အသစ်'** ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ အကြောင်းတရားသည်လည်း အကျိုးတရားဖြစ်ပေါ်လာအောင် ပြုလိုက်မည်ဟူသော အားထုတ်မှု 'ဗျာပါရ'သဘောသည် မရှိ။ ထို့အတူ အကျိုးတရားသည်လည်း အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံညီညွတ်သည်နှင့် ထ၍ ဖြစ်ပေါ်လိုက်မည်ဟူသော အားထုတ်မှု **'ဗျာပါရ'**သဘောမျိုးသည်မရှိ။ ယင်းကဲ့သို့ အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရားတို့၏ အားထုတ်မှု 'ဗျာပါရ'ကင်းသော သဘောကို **'အဗျာပါရ'**ဟု ခေါ်၏။ 'အဗျာပါရ' ဆိုသော **'သဘာဝသတ္တိ'**သည် အနတ္တသဘောတွင် အလွန် ထင်ရှားပေါ်လွင်လှသောကြောင့် အထူး **'သတိ'** ပြုထိုက်လှပါသည်။

ဧဝံဓမ္မတာ (အကြောင်းအားလျော်ခြင်း)

ထို့ကြောင့် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်၍ အကျိုးတရားဖြစ်ပေါ်ကြပြီး အကြောင်းကင်းသည်နှင့် အကျိုးတရားတို့သည် ချုပ်ပျက်ကြရ၏။ ဤသို့ အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံသည်နှင့် အကျိုးတရားတို့သည် **'သူ့သဘောသူဆောင်'**ကာ ဖြစ်ပေါ်နေကြသော်လည်း ဗရမ်းဗဒါဖြစ်ပေါ်နေခြင်း မဟုတ်ပါ။ အကြောင်းအားလျော်စွာသာ အကျိုးတရားတို့ ဖြစ်ပေါ်ကြရသည်။ သဲကြိတ်သော် ဆီမဖြစ်နိုင်ဘဲ နှမ်းကြိတ်မှသာ ဆီဖြစ်ခြင်းသည် ဓမ္မတာအလျောက်သာ ဖြစ်ကြရ၏။ ထိုကဲ့သို့ အကြောင်းအားလျော်စွာ အကျိုးတရားတို့ဖြစ်ပေါ်ခြင်းကို **'ဧဝံဓမ္မတာ'**ဟု ခေါ်၏။

အကြောင်းနှင့်အကျိုးဆက်သွယ်ပုံကို မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် နည်း (၄)နည်းဖြစ်သော ဧကတ္တ၊ နာနတ္တ၊ အဗျာပါရ၊ ဧဝံဓမ္မတာ အားဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဖြစ်

သောလောကပေါ်တွင် အကြောင်းအကျိုးကို ဝေဖန်စီစစ်ရာတွင် ဤနည်း (၄)ပါးဖြင့် သိမြင်နိုင်မှသာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ အမြင်မှန်ဖြင့် ထိုးထွင်း သိမြင်နိုင်ပေမည်။

လောကနှင့်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်

ဝိပဿနာရှုရန် လောကကို အနှစ်ထုတ်လိုက်သောအခါ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကိုရ၏။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို အနှစ်ထုတ်လိုက်သောအခါ အဝိဇ္ဇာအစရှိသော အင်္ဂါ (၁၂)ပါးကိုရ၏။ အင်္ဂါ (၁၂)ပါးကို အနှစ်ထုတ်လိုက်သောအခါ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ (၅)ပါးကိုရ၏။ ထိုခန္ဓာ (၅)ပါး ရုပ်နာမ် (၂)ပါးကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောမြင်အောင် ရှုမှတ်ရ၏။ ယင်းသို့ရှုခြင်းကိုပင် ဝိပဿနာရှုသည်ဟု ဆို၏။

မိမိ၏ စိတ်အစဉ်၌ ထင်လာသော ရုပ်နာမ်အာရုံများကို ပစ္စုပ္ပန် ကျကျ အကြောင်းနှင့်တကွ **'သဘာဝလက္ခဏာ'**တို့ကို ဉာဏ်၌ ထင်ရှား ပေါ်လွင်လာအောင် ဦးစွာ ရှုမှတ်ရ၏။ ထို့နောက် ရုပ်နာမ်တရား အားလုံး၌ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟူသော **'သာမညလက္ခဏာ'**တို့ကို ဉာဏ်၌ ပေါ်လွင် ထင်ရှားလာအောင် အဖန်ဖန် ရှုမှတ်ရပါသည်။

ထိုသို့ မရှုမှတ်ခင် **'သင်္ခတလက္ခဏာ'** ရှိသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၏ အကြောင်းတရား ငါးပါးဖြစ်သည့် **'အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ-ဥပါဒါန်-သင်္ခါရ-ကံ'**တို့ဖြင့် ပြုပြင်အပ်သော အကျိုးတရား ရုပ်နာမ်တို့ကို ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက် ထွင်းဖောက်သိနိုင်အောင် ကြိုတင်၍အားထုတ် အပ်၏။ ဥပမာ ရဟန်းဘဝကို ဆုတောင်း၍ ကုသိုလ်ပြုရာ၌

၁။ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို **'ရဟန်းဟု အသိမှား'**မှုကား **အဝိဇ္ဇာ**၊

၂။ **'ရဟန်းဘဝကို တပ်မက်တွယ်တာ'**မှုကား **တဏှာ**၊

၃။ **'ရဟန်းဘဝကို စိတ်ကပ်ရောက် စွဲလမ်း'**မှုကား **ဥပါဒါန်**တည်း။

၄။ အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ-ဥပါဒါန်ဖြစ်သော **'ကိလေသဝဋ်တို့ ခြံရံ'**လျက် ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုမှု **'စေတနာ'**ကား **သင်္ခါရ**တည်း။

၅။ စေတနာဟူသော သင်္ခါရ၏ **'ကမ္မသတ္တိ'**ကား **ကံ**တည်း။

ဤသို့အားဖြင့် ရုပ်နာမ်ကို ရဟန်းဟု စွဲလမ်းသော အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ-ဥပါဒါန်တို့ခြံရံလျက် စေတနာဟူသော ကာယ-ဝစီ-မနောသင်္ခါရတို့ဖြင့် အားထုတ်ကာ ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ကံဟူသော အကြောင်းတရားတို့ကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ထွင်းဖောက် သိမြင်ရပေမည်။

ပဘာဝတီနှင့်မင်းကုသတို့၏ရှေးဆုတောင်း

ဘဝတစ်ခုတွင် ညီအကိုနှစ်ဦးအနက် အကိုကြီးသည် ပဘာဝတီ အလောင်းအလျာ၏ ခင်ပွန်းဖြစ်၏။ တစ်နေ့တွင် မွန်မြတ်သော မုန့်ကိုပြုလုပ်ကြ၏။ ထိုအချိန်တွင် ပစ္စေကဗုဒ္ဓါအရှင်မြတ်သည် ဆွမ်းရပ်တော်မူ၏။ ညီငယ်အတွက်ချန်ထားသောမုန့်ကို ပဘာဝတီလောင်းလျာက လောင်းလှူလိုက်၏။ ထိုအချိန်တွင် ညီငယ်ပြန်ရောက်လာပြီး လောင်းလှူလိုက်သောမုန့်ကို ဒေါသရှေ့ထား၍ ပြန်ယူမိ၏။ ထိုအခါ မရီးဖြစ်သူသည် မိခင်အိမ်မှ ထောပတ်ကိုယူဆောင်၍ လောင်းလှူကာ အသာဆုံး အမြတ်ဆုံး ရုပ်အဆင်းကိုဆောင်သည့် အမျိုးသမီးအဖြစ် ဆုတောင်းခဲ့လေသည်။

၁။ အဆင်းရုပ်ကို အလှဆုံး **'အမျိုးသမီးအဖြစ် အသိမှား'**မှုကား **အဝိဇ္ဇာ**တည်း။

၂။ **'အမျိုးသမီးဘဝ'**ကို တွယ်တာတပ်မက်မှုကား **တဏှာ**တည်း။

၃။ ယင်း**'အမျိုးသမီးဘဝ'**ကို စွဲလမ်းခြင်းကား **ဥပါဒါန်**တည်း။

၄။ ထောပတ်လှူဒါန်းသည့် ကုသိုလ်**'စေတနာကား သင်္ခါရ'**တည်း။

၅။ ယင်းကုသိုလ် စေတနာ၏ **'ကမ္မသတ္တိကား ကံ'**တည်း။

ထိုအခါ မင်းကုသအလောင်းသည် မရီးဖြစ်သူ၏ဆုတောင်းကို

ကြားသောအခါ သူ့အတွက်မုန့်ကို တစ်ဖန်လောင်းလှူ၍ "ယင်း အလှဆုံး အမျိုးသမီးကို ယူဆောင်နိုင်သည့် ယောကျ်ား ဖြစ်ရပါလို၏"ဟု ဆုတောင်းပြန်လေသည်။

၁။ ယင်းအလှဆုံးအမျိုးသမီးကို ယူဆောင်နိုင်သည့်
'ယောကျ်ားဟု အသိမှားမှုကား အဝိဇ္ဇာ'တည်း။

၂။ **'ယောကျ်ားဘဝ'**ကို တွယ်တာတပ်မက်မှုကား **တဏှာ**တည်း။

၃။ ယင်းယောကျ်ားဘဝကို **'စွဲလမ်းခြင်းကား ဥပါဒါန်'**တည်း။

၄။ မုန့်လှူဒါန်းသည့် ကုသိုလ်**'စေတနာကား သင်္ခါရ'**တည်း။

၅။ ယင်းကုသိုလ် စေတနာ၏ **'ကမ္မသတ္တိကား ကံ'**တည်း။

မင်းကုသသည် ဒေါသခြံရံသည့် ကံကြောင့် အရုပ်ဆိုးသူ ဖြစ်ရ၏။ ပဘာဝတီကလည်း မင်းကုသအပေါ် အလိုမရှိသောစိတ်ဖြင့် ကုသိုလ်ပြုခဲ့ သည့်အတွက် မင်းကုသကို အလိုမရှိဖြစ်ရပြန်၏။ ပဘာ ဝတီကို မရရအောင် ဆောင်ယူလိုသောစိတ်ဖြင့် ကံကိုပြုခဲ့သည့် အတွက် ပဘာဝတီကို ရပြန်၏။

အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ-ဥပါဒါန်တို့နှင့် ယှဉ်တွဲနေသော ကပ္ပနာခေါ် ကြံစည်စိတ်ကူးမှု ဆန်းကြယ်သောကြောင့် ကမ္မဝိညာဏ်သည် ဆန်းကြယ်ရ၏။ ထိုကမ္မဝိညာဏ်နှင့် ယှဉ်တွဲနေသော စေတနာသည် ဘဝသစ်ကို တစ်ဖန် ဖြစ်စေနိုင်သည့် စွမ်းအားရှိကုန်၏။

ထို့ကြောင့် မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိမှု၊ တွေးမှုစသည်တို့ အပေါ်တွင် ဥပါဒါန်ကြောင့် ကာယ-ဝစီ-မနောတို့ဖြင့် အားထုတ်နေသော ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ကံတို့ကို ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် သိမ်းဆည်းအပ်၏။ မိမိ ကိုယ်တိုင် မြင်မှု ကြားမှုတို့တွင် ဖြစ်ပေါ်သော ဥပါဒါန်ကို မြင်အောင် ကြည့်နိုင်ပါက **'ဥပါဒါန်ခြံရံလျက်'** ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ကံတို့ကို

ကာယ၊ ဝစီ၊ မနော **(စေတနာ)**တို့ဖြင့် အားထုတ်နေသည်ကို သိမြင်အောင် သတိပြု နှလုံးသွင်းနိုင်ပေမည်။

ထိုသို့ အကြောင်းတရားတို့ အပေါ်တွင် ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် ထွင်း ဖောက်သိနိုင်သောအခါ အကြောင်းတရားတို့ ပြည့်စုံသည်နှင့် အကျိုးတရားတို့သည် သူ့သဘောသူဆောင် ဖြစ်ပေါ်နေပုံကို နည်း (၄) နည်းဖြစ်သော ဧကတ္တ၊ နာနတ္တ၊ အဗျာပါရ၊ ဧဝံဓမ္မတာအားဖြင့် ထိုးထွင်း သိမြင်နိုင်ပါက စုတိ-ပဋိသန္ဓေအခါ၌ ဖြစ်ပေါ်သော ရုပ်နာမ် အကြောင်းအကျိုး ဆက်သွယ်ပုံကို မတွေမဝေ ထိုးထွင်းသိမြင်နိုင် ပေမည်။ ထိုအခါ အကြောင်းဖြစ်ပါက အကျိုးဖြစ်ပုံကိုငှင်း အကြောင်း ချုပ်ပါက အကျိုးချုပ်ပုံကိုငှင်း သူများပါးစပ်ဖျားမှာ လမ်းဆုံးသည့် **'သညာသိ'**ဖြင့် မဟုတ်ဘဲ သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိအစွမ်းကြောင့် ကိုယ်တွေ့ ဖြစ်သော **'ဝိညာဏ်သိ'**ဖြင့် ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် ထွင်းဖောက် သိမြင် နိုင်ပေမည်။

ရှင်သာရိပုတ္တရာနှင့် ရှင်အနုရုဒ္ဓါ

ရှင်သာရိပုတ္တရာနှင့် ရှင်အနုရုဒ္ဓါတို့၏ ဆွေးနွေးခန်းကို ဖော်ပြ အပ်၏။ ရှင်အနုရုဒ္ဓါက မိမိသည် ဒိဗ္ဗစက္ခု အဘိညာဉ်ဖြင့် လောကဓာတ် တစ်ထောင်ကို မြင်နိုင်ပါကြောင်း၊ **'မတွန့်ဆုတ်သော လုံ့လ'**ရှိပါကြောင်း၊ **'သတိ'**လည်း ထင်ပါကြောင်း၊ **'ပဿဒ္ဓိ'**တရားနှင့်လည်း ပြည့်စုံ ပါကြောင်း၊ စိတ်ကိုလည်း **'သမာဓိ'**ဖြင့် တစ်ခုတည်းသောအာရုံ၌ တည်ကြည်စွာ ထားနိုင်ပါကြောင်း၊ သို့ပါလျက် တပည့်တော်သည် အရဟတ္တဖိုလ်ကိုရရန် အားထုတ်ပါသော်လည်း ယခုအချိန်ထိ အားထုတ်၍ မရသေးပါကြောင်း ဖြင့် ရှင်သာရိပုတ္တရာအား လျှောက်ထားလေရာ ရှင်သာရိပုတ္တရာက ရှင်အနုရုဒ္ဓါ

အား ဤကဲ့သို့ ဆုံးမညွှန်ကြားခဲ့၏။

"ငါ့ရှင်အနုရုဒ္ဓါ ငါသည် ဒိဗ္ဗစက္ခုအဘိညာဉ်ဖြင့် လောက ဓာတ် တစ်ထောင်ကို မြင်နိုင်၏ဟူ၍ အကြံဖြစ်ခြင်းသည် သင်၏ သန္တာန်၌ **'မာန'** ဖြစ်နေခြင်းပင်ဖြစ်၏။"

"ငါ့ရှင်အနုရုဒ္ဓါ၊ ငါသည် မတွန့်ဆုတ်သော လုံ့လလည်းရှိ၏။ သတိလည်းထင်၏။ ပဿဒ္ဓိတရားနှင့်လည်း ပြည့်စုံ၏။ စိတ်ကို တစ်ခုတည်းသောအာရုံ၌ တည်ကြည်စွာ ထားနိုင်၏ဟု အကြံ ဖြစ်ခြင်းသည် သင်၏သန္တာန်၌ **'ဥဒ္ဓစ္စ'** ဖြစ်ခြင်းပင်တည်း။"

"ငါ့ရှင်အနုရုဒ္ဓါ၊ ထိုသို့ဖြစ်ပါလျက် အရဟတ္တဖိုလ်ကိုရရန် အားထုတ်ပါသော်လည်း ယခုအချိန်အထိ ငါသည် အရဟတ္တဖိုလ်ကို မရသေးဟု အကြံဖြစ်ခြင်းသည် သင်၏သန္တာန်၌ **'ကုက္ကုစ္စ'** ဖြစ်နေ ခြင်းပင်ဖြစ်၏။"

"ငါတိုက်တွန်းပါ၏။ သင်၏သန္တာန်၌ ဖြစ်နေသော **'မာန၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ ကုက္ကုစ္စ'** တည်းဟူသော တရားသုံးပါးကို ပယ်စွန့်ကာ နိဗ္ဗာန်သို့ မိမိစိတ်ကို ပို့ဆောင်စေချင်ပါ၏"ဟူ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို ဟောတော်မူ၏။

အမှန်အားဖြင့် ရှင်အနုရုဒ္ဓါအား ထင်လာသော သင်္ခါရတရား များ၏ လက္ခဏာများကို ပုဂ္ဂလဗျာပါရဖြင့်မရှုဘဲ **'ဓမ္မဗျာပါရ'** အတိုင်း **'သဘာဝလက္ခဏာ သာမညလက္ခဏာ'**တို့ ထင်လာအောင် သတိဖြင့် နှလုံးသွင်း ရှုပွားရန် တိုက်တွန်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကာလအိပ်မက် ဒေသအိပ်မက်

လောကဟူသည် ကာလ-ဒေသအပေါ်တွင် အခြေခံ၍ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ကာလသည် အချိန်ဖြစ်၍ ဒေသသည် နေရာဖြစ်သည်။ အမှန်တရားဟူသည် ကာလ-ဒေသအလိုက်သာ မှန်သောတရား (relative or conventional truth)လည်းရှိ၏။ ကာလမရွေး ဒေသမရွေး မှန်သောတရား (universal or ultimate truth)လည်းရှိ၏။ ကာလလွန် ဒေသလွန် မှန်သောတရား (noble truth)လည်းရှိ၏။

အရာဝတ္ထုသည် တစ်ခုတည်းဖြစ်ပါလျက် ရှေးခဏ၌ ပို၍လန်းဆန်းပြီး နောက်ခဏ၌ ပို၍ရင့်ရော်၏။ ဤသည်မှာ ကာလ၏သဘောဖြစ်၏။ ရှေ့နောက်ဖြစ်စဉ် ကာလသဘောကြောင့် အရာဝတ္ထုသည် တစ်ခုတည်းဖြစ်ပါလျက် ရှေ့နောက် မတူခြင်းဖြစ်၏။ ယင်းသို့ မတူခြင်းသည် အနိစ္စလက္ခဏာဖြစ်၏။ အမှန်အားဖြင့် ရှေ့နောက်ဖြစ်စဉ်တို့၏ တစ်ဆက်တည်းသဘောသာ ရှိ၏။ ကာလဟူသည် အမည်ပညတ်မျှသာဖြစ်၏။

လောက၌ ဖြစ်တတ်သော အရာဝတ္ထုမရှိဘဲ ဖြစ်ခြင်းကြိယာ

သဘောသည် မရှိ။ အရာဝတ္ထုသည် ဒေသ၏အမှတ်အသားဖြစ်၍ ဖြစ်ခြင်း ကြိယာသည် ကာလ၏အမှတ်အသားဖြစ်၏။ ကာလ-ဒေသ သည်လည်း လောက၏အမှတ်အသားဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ပရမတ် နယ်တွင် ရုပ်နာမ်သည် ဒေသကို ကိုယ်စားပြု၍ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသည် ကာလကို ကိုယ်စားပြုလေသည်။ ထိုအခါ ပထမခဏ၌ ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်တို့သည် ပထမခဏ၌ပင် ပျက်ကုန်၏။ ဒုတိယခဏသို့ မကူး ပြောင်းချေ။ ဒုတိယခဏ၌ ဆိုင်ရာအကြောင်းတရားတို့ကြောင့် ဒေသ သဘော ရုပ်နာမ်တို့သည် ဖြစ်ကြပြန်သည်။ ဒုတိယခဏ၌ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်တို့သည်လည်း ဒုတိယခဏ၌ ပျက်ကြကုန်၏။ ဤသို့ဖြင့် ဒေသသဘော ရုပ်နာမ်နှင့် ကာလသဘော ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းတို့သည် (၃၁)ဘုံတွင် ဘဝမျိုးစုံအနေဖြင့် ဒေသကို ကာလကစားလျက် တည်ရှိ နေကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လောကဖြစ်စဉ်တို့ ရှေ့နောက်မတူသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် အရာ ဝတ္ထုတို့သည်လည်း တစ်ခုတည်းဖြစ်ပါလျက် အသွင်ပုံသဏ္ဌာန်များ လည်း ပြောင်းလဲသွားကြသည်။ ဤသို့ အရာဝတ္ထုတို့ ပုံသဏ္ဌာန် ပြောင်းလဲခြင်းကြောင့် မတူသည့်သဘောသည် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ယင်းသည် ဒေသသဘောဖြစ်၏။ အရာဝတ္ထုသည် တစ်ခုတည်းဖြစ် ပါလျက် ဒေသသဘောကြောင့် ရှေ့နှင့်နောက်မတူဘဲ ဖောက်ပြန်ပြောင်း လဲခြင်းဖြစ်ရ၏။ ဤသို့ဖြစ်ခြင်းသည် ဒုက္ခသဘောဖြစ်၏။

ကာလဟူသည် ရှေ့နောက်အစဉ်တို့၏ တစ်ဆက်တည်း သဘော တည်း။ ဒေသဟူသည် ရှေ့နောက်ဖြစ်စဉ်ကြောင့် အသစ်အသစ် ဖြစ် ပေါ်လာသော အရာဝတ္ထုတို့၏ ရှေ့နောက်ဖြစ်ခြင်း တစ်ဆက်တည်း သဘောဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် လောက၌ သက်ရှိဖြစ်စေ၊ သက်မဲ့ဖြစ်စေ

ကြောင်းကျိုးနိယာမအရ ကာလသဘောလည်းပါ၏၊ ဒေသသဘော လည်းပါ၏။ လောကဟူသည် ကာလနှင့်ဒေသဘောင်အတွင်း၌သာ ရှိကြ၏။ လောကုတ္တရာဖြစ်မှသာ ကာလလွန်-ဒေသလွန်ရာ နိဗ္ဗာန် ရောက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လောကတွင် သက်ရှိဖြစ်စေ သက်မဲ့ဖြစ်စေ ရှေ့နှင့်နောက်၊ အကြောင်းနှင့်အကျိုးကို မလွန်ဆန်နိုင်ရကား အခိုင်အမာ မရှိသည့် သဘော၊ အနှစ်သာရ မရှိသည့်သဘောတို့သာဖြစ်ကြသည်။ မိမိတို့ အနေဖြင့် ဘယ်လိုပင်ပြုပြင်စေကာမူ သူ့သဘောသူဆောင်ပြီး အကြောင်း အားလျော်စွာသာ ဖြစ်ပေါ်ပြောင်းလဲနေကုန်၏။ ဤသည်ကိုပင် အနှစ် သာရ မရှိသော အလိုအတိုင်း မဖြစ်သော အနတ္တသဘောဟု ဆိုကြကုန်၏။

ရုပ်ကိုသိနိုင်ပုံ

ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်အရ ရုပ်ကို အာနာပါနရှုခြင်းအားဖြင့်လည်း သိနိုင်၏။ နှာသီးဖျားနှင့် ဝင်လေထွက်လေအပေါ်၌ ရုပ်သည် တည်၏။ ဣရိယာပုတ်ရှုခြင်းဖြင့်လည်း သိနိုင်၏။ **'ရုပ်'**သည် လျောင်း၊ ထိုင်၊ ရပ်၊ သွားဟူသော **'ဣရိယာပုတ်၌ တည်သောကြောင့်'** ဖြစ်၏။ သမ္ပဇညရှုခြင်းဖြင့်လည်း သိနိုင်၏။ မိမိ၏ **'လှုပ်ရှားမှု အပေါ်၌လည်း ရုပ်သည် တည်၏'**။ ဓာတ်ကြီးလေးပါးဟူသော ဓာတ်ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုခြင်းအားဖြင့်လည်း ရုပ်ကို သိနိုင်၏။ ရုပ်ဟူသော **'ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲမှုသဘောသည် ဓာတ်ကြီးလေးပါးတို့၌ တည်ရှိသောကြောင့်'** ဖြစ်သည်။ ထိုထိုရုပ်တို့၏ တည်ရှိရာ၌ နှလုံး သွင်းပြီး သတိပြုခြင်းအားဖြင့် ရုပ်၏ သဘာဝ (မမြဲ-ဆင်းရဲ- သဘောပဲ)ကို ထိုးထွင်း၍ သိမြင်နိုင်၏။

နာမ်ကိုသိနိုင်ပုံ

နာမ်ကို သိမှု-ဝိညာဏ်အားဖြင့်လည်း သိနိုင်၏။ အဆင်း-အသံ-အနံ့-အရသာ-အထိ-အတွေးစသည့် အာရုံတို့ကိုသိတတ်သော **'ဝိညာဏ်'**အားဖြင့် နာမ်ကို သိအပ်၏။ ထို့ပြင် အာရုံကို ခံစားတတ်သော **'ဝေဒနာ'**အားဖြင့်၄င်း၊ အာရုံကို မှတ်သားတတ်သော **'သညာ'**အားဖြင့်၄င်း၊ အာရုံကို စေ့ဆော်တိုက်တွန်းတတ်သော **'စေတနာ'**အားဖြင့်၄င်း၊ အာရုံကိုတွေ့ထိ၍ အာရုံ၏ ရသဓာတ်ကို ကြိတ်ချေထုတ်ယူတတ်သော **'ဖဿ'** အားဖြင့်၄င်း နာမ်ကို သိနိုင်လေသည်။ ထိုထိုအာရုံတို့ကို သိတတ်၊ ခံစားတတ်၊ မှတ်သားတတ်၊ စေ့ဆော်တတ်၊ တွေ့ထိတတ်သော သဘောတရားတို့ကို နှလုံးသွင်း သတိပြုခြင်းအားဖြင့် နာမ်၏သဘာဝ (မမြဲ-ဆင်းရဲ-သဘောပဲ)ကို ထိုးထွင်း၍ သိမြင်နိုင်၏။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ

အလောင်းတော် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသားသည် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရရန်အတွက် ပြင်းထန်သော 'တပ'အကျင့်ကို အထွဋ်အထိပ်သို့ ရောက်အောင် ကျင့်ပါသော်လည်း ဘုရားမဖြစ်သောကြောင့် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အကျင့်မြတ်ကိုကျင့်ရန် မျှတသောဘောဇဉ်ကို မှီဝဲသုံးဆောင်ခဲ့၏။ မဇ္ဈိမပဋိပဒါအကျင့်ကို ကျင့်ရာတွင် ရှေးဦးစွာ 'မိမိသန္တာန်၌ ဝမ်းမြောက်မှု-ပါမောဇ္ဇ၊ နှစ်သက်မှု-ပီတိ၊ ငြိမ်းအေးမှု-ပဿဒ္ဓိ၊ ချမ်းသာမှု-သုခ၊ တည်ကြည်မှု-သမာဓိတို့ ရှိရပေမည်။ ထို့နောက် အရှိကို အရှိအတိုင်းသိမှု-**'ယထာဘူတဉာဏ်'**၊ ငြီးငွေ့မှု-**'နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်'**၊ တပ်ခြင်းကင်းမှု-**'ဝိရာဂဉာဏ်'**၊ ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်မှု-**'ဝိမုတ္တိ'**၊ လွတ်မြောက်မှုကိုသိမှု-**'ဝိမုတ္တိ ဉာဏဒဿန'**တို့သည် အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာပေမည်။ ဤနေရာ၌ ဝိရာဂဟူသည် မဂ်ဉာဏ်၊ ဝိမုတ္တိဟူသည်

ဖိုလ်ဉာဏ်၊ ဝိမုတ္တိ ဉာဏဒဿနဟူသည် ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

အနိစ္စအဖုံး၊ ဒုက္ခအဖုံး၊ အနတ္တအဖုံး

မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်ကို ရုပ်နာမ် ဓမ္မအနေဖြင့် မမြင်ဘဲ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအနေဖြင့်သာ မြင်၏။ မွေးသည်မှ သေသည်အထိ တစ်ဦးတည်း တစ်ယောက်တည်းအဖြစ် မြင်၏။ ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း ပြောင်းလဲနေခြင်းတို့သည် အလွန်မြန်လွန်းသောကြောင့် ရုပ်နာမ်သဘာဝကို အရှိအတိုင်း အမှန်ကို မမြင်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် **အနိစ္စသဘောကို ရုပ်နာမ် သန္တတိ** (အစဉ်)က ဖုံးသည်ဟု ဆို၏။

မိမိခန္ဓာကိုယ်၌ ညောင်းညာမှု၊ ထုံကျင်မှု၊ တောင့်တင်းမှု ဖြစ်ပေါ်လျှင် ဣရိယာပုတ်ကို ပြောင်း၍နေ၏။ ထိုအခါ ခန္ဓာကိုယ်က အမြဲတစေ နှိပ်စက်သည့်သဘော မပေါ်လွင်ဘဲ ချမ်းသာသဘောပေါ်၏။ ထို့ကြောင့် **ရုပ်နာမ်၏ ဒုက္ခသဘောကို ဣရိယာပုတ်** (လျောင်း၊ ထိုင်၊ ရပ်၊ သွား)က ဖုံးသည်ဟု ဆို၏။

မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟု ဒြပ်ဝတ္ထု အစိုင်အခဲအနေဖြင့် မြင်၏။ တစ်လုံးတစ်ခဲတည်း အခိုင်အမာ အနှစ်သာရ အားဖြင့်ထင်၏။ ထို့ကြောင့် **ရုပ်နာမ်၏ အနတ္တသဘောကို အစိုင်အခဲ (ဃန)**က ဖုံးသည်ဟု ဆို၏။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်နှစ်မျိုး

(ကံကုသိုလ်ကိုသိသူနှင့်ဉာဏ်ကုသိုလ်ကိုသိသူ)

ပထမတစ်မျိုးမှာ ဘုရား၌ ကြည်ညိုခြင်း (သဒ္ဓါ)ကို ပဓာနပြု၏။ နောက်တစ်မျိုးမှာ ကျေးဇူးတင်ခြင်း (ပညာ)ကို ပဓာနပြု၏။

'ကြည်ညိုခြင်း'ကို ပဓာနပြုသူများသည် မြတ်စွာဘုရား၏ အတိုင်း မရှိသော ဂုဏ်တော်တို့ကို အာရုံပြု၏။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု များကိုပြု၏။ **'ကံသာအမိ၊ ကံသာအဖ'** ဟူ၍ ခံယူ၏။ အတ္တအပေါ် အခြေခံသော ဝဋ္ဋနိဿိတ ကုသိုလ်မျိုးဖြစ်၏။ ဘဝသံသရာလည်သော **'ကံကုသိုလ်'**မျိုးဖြစ်၏။

မြတ်စွာဘုရား၌ **'ကျေးဇူးတင်ခြင်း'**ကို ပဓာနပြုသူများသည် ဘဝသံသရာမှ လွတ်မြောက်ရေးအတွက် ကံဟူသမျှကို ပါးသည်ထက် ပါးအောင်၊ နောက်ဆုံး၌ ကုသိုလ်ကံရော အကုသိုလ်ကံဟူသမျှကိုပါ ချုပ်ငြိမ်းသွားအောင် သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်ဖြင့် အားထုတ်ကြသူများဖြစ်၏။ **'ဉာဏ်သာအမိ၊ ဉာဏ်သာအဖ'** ဖြစ်သည်ဟု ခံယူ၏။ ဘဝသံသရာမှ လွတ်မြောက်သော ဝိဝဋ္ဋနိဿိတ မည်သော **'ဉာဏ်ကုသိုလ်'**မျိုး ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် သဒ္ဓါနှင့်ပညာကိုပေါင်းစပ်နိုင်မှ ပညာနှင့်ကြည်ညိုနိုင်လေသည်။

အတ္တ (၃)မျိုး

တဏှာဖြင့် စွဲသောအတ္တ၊ မာနဖြင့် စွဲသောအတ္တ၊ ဒိဋ္ဌိဖြင့် စွဲသော အတ္တဟူ၍ (၃)မျိုးရှိ၏။ ထို့ကြောင့် **'တဏှာ-မာန-ဒိဋ္ဌိ'**တို့ချုပ်သော အခါ အတ္တလည်း ချုပ်၏။ အတ္တချုပ်လျှင် စစ်မှန်သောချမ်းသာကို ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက်ပြုရ၏။ ဤသို့ **'အတ္တကင်းသော ချမ်းသာ'**မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူမှ သိရခြင်းဖြစ်သည်။ မြတ်စွာဘုရားသည် အလွန် ကျေးဇူးတင်ထိုက်သော လောကသုံးပါး၏ ကျေးဇူးရှင်ဖြစ်၏။ ဘုရားရှင်ကလည်း တရားကိုမြင်သူသည် ဘုရားကိုမြင်၏၊ တရားကို မမြင်သူသည် ဘုရားကို မမြင်ဟူ၍ ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။

အနုသယသတ္တိ

'ကုသိုလ်ကံ'ဟူသမျှသည် အကုသိုလ် မကောင်းမှု၏ သတ္တိကို မိမိရင်ဝယ် ပိုက်လျက်သားချည်းဖြစ်၏။ ထိုမကောင်းမှု အကုသိုလ်၏ သတ္တိကို 'အနုသယ ကိလေသာ'ဟု ဆို၏။ အနုသယ ကိလေသာရှိ၍သာ **'ကောင်းမှုဟူသမျှကို ကုသိုလ်ကံ'**ဟု အမည်ရ၏။ အကယ်၍ အနုသယ ကိလေသာကို အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်လိုက်သည်နှင့် ကုသိုလ်ကံဟူသော အမည်မရတော့ဘဲ ကြိယာဟူသော အမည်ကိုသာရလေသည်။

ဘုံဘဝ စည်းစိမ်ချမ်းသာဟူသည်မှာလည်း အနုသယ ကိလေသာကို အခြေခံသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု၏ အကျိုးတရားများဖြစ်သဖြင့် အမှန်စင်စစ် ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်များ မဟုတ်ကြချေ။ **'စစ်မှန်သော ချမ်းသာကိုရလိုပါက အနုသယ ကိလေသာမပါသော ကောင်းမှု၏ အကျိုးတရား'** ဖြစ်ဖို့လို၏။ ထို့ကြောင့် ကောင်းမှုပြုရာ၌ အနုသယ ကိလေသာမပါသော ကောင်းမှုမျိုးဖြစ်ရန် ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး ခန္ဓာငါးပါးကို **'မမေ့မလျော့သော သတိ'**ဖြင့်ရှုရန် အထူး လိုအပ်ပါသည်။

အနုသယ ကိလေသာမပါသော ကောင်းမှုဟူသည် 'ငါ' ဖြင့် မသိမ်းပိုက်သော ကောင်းမှုမျိုးဖြစ်၏။ ထိုကောင်းမှုမျိုးဖြစ်စေရန် သတိရှိအပ်၏။ ထိုသတိတရားမျိုးကို **'အပ္ပမာဒ'**ဟူ၍ ခေါ်၏။ ထို့ကြောင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုရာ၌ **'အနုသယ'** ကိလေသာသည် **'အပ္ပမာဒ'** အမည်ရသော သတိတရားမရှိသူအတွက် အလိုအလျောက် ဓမ္မတာအားဖြင့် ပါဝင်စမြဲဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်လေရာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုတိုင်း အစဉ် သတိရှိဖို့လို၏။ ရုပ်နာမ် **(စေတနာ)**ကို အောက်မေ့တတ်သည့် **'အပ္ပမာဒ'** အဆင့်ရှိသော သတိဖြစ်ရန်လည်း အထူး လိုအပ်ပါသည်။

မသေခြင်း၏အကြောင်း

အစဉ်သတိရှိဖို့ မမေ့မလျော့ဖြစ်ဖို့ဟူသည် အနုသယကိလေသာကိုပါးဖို့ အမြစ်ပြတ် ပယ်သတ်နိုင်ဖို့ပင်ဖြစ်သည်။ သို့မှသာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုခြင်း၌ မမေ့မလျော့ခြင်း **'အပ္ပမာဒ'**တရားသည် **'မသေရာ'**ဆီသို့ရောက်ခြင်း၏ အကြောင်းတည်း။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုခြင်း၌ မေ့လျော့ခြင်း **'ပမာဒ'** တရားသည် **'သေခြင်း၏ အကြောင်း'**တည်း။

အနုသယ ကိလေသာကို အမြစ်ပြတ် မပယ်သတ်နိုင်သေးသောကြောင့်သာ သံသရာမှ မလွတ်မြောက်သေးဘဲ တစ်ဘဝပြီး တစ်ဘဝ **'သေ'**နေရခြင်းဖြစ်သဖြင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုရာတွင် အနုသယကိလေသာကို ပယ်သတ်နိုင်အောင် အားထုတ်ခြင်း သဘောမပါသမျှ ထိုကုသိုလ်ကောင်းမှုသည် သေခြင်း၏အကြောင်းသာဖြစ်၏။ **"သေခြင်း၏အကြောင်းနှင့် မသေခြင်း၏အကြောင်း"**ကို ဘုရားရှင်ပွင့်တော်မူမှသာ သိခွင့်ရခြင်းဖြစ်သည်။ ဘုရားရှင်၏ကျေးဇူး အလွန်ကြီးလှပါသည်။

ဘဝအကျဉ်းထောင်

သတ္တဝါတို့သည် မသေခြင်း၏အကြောင်းကို မသိခဲ့သဖြင့်

သံသရာဟူသော ဘဝအကျဉ်းထောင်တို့မှာ **'အတ္တအကျဉ်းသား'** အဖြစ် အကျဉ်းကျခံခဲ့ကြရ၏။ အတ္တ၏ အကျဉ်းသားဘဝတွင် သောက၊ ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ၊ ဒေါမနဿ၊ ဥပါယာသတို့၏ နှိပ်စက်ခြင်းကိုလည်းခံခဲ့ရ၏။ သံသရာလည်ခြင်းဟူသော ဘဝအကျဉ်းထောင်တို့ တစ်ထောင်ပြီး တစ်ထောင် ပြောင်းနေရခြင်းမှ လွတ်မြောက်လျှင် ထိုဒုက္ခ ဆင်းရဲအပေါင်းမှလည်း လွတ်မြောက်ပေမည်။

သမ္မာသတိ၏သတ္တိထူး

ဒွါရခြောက်ပါး၌ ထင်လာသော ရုပ်နာမ်အာရုံများကို ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ရှုမှတ်ရ၏။ ထိုသို့ရှုမှတ်ရာတွင် သမ္မာသတိ မဂ္ဂင်သည် အရေးကြီးဆုံးဖြစ်၏။ မည်သည့် ဝိပဿနာ အာရုံမဆို သမ္မာသတိ မဂ္ဂင်ကယူပေးမှ ရသည်ဖြစ်ရာ ကျန်မဂ္ဂင်တရားများသည် သမ္မာသတိ မဂ္ဂင်ကို မှီရသည်ချည်းဖြစ်၏။ သမ္မာသတိမဂ္ဂင်ထိုက်သော သတိသည် အပ္ပမာဒသဘောကို ဆောင်ရွက်ရာတွင် အကုသိုလ် ဒုစရိုက်သဘောများ မပါရလေအောင် ဆောင်ရွက်ပေး၏။

'အကုသိုလ် ဒုစရိုက်တို့မှကင်းခြင်း' ကာယကံ-ဝစီကံတို့ဖြင့် **'မလွန်ကျူးခြင်း'**သည် **'သီလ'**သဘောဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် သမ္မာသတိ မဂ္ဂင် အားကောင်းလာသည်နှင့်အမျှ သီလမဂ္ဂင်သည်လည်း တဖြည်းဖြည်း စင်ကြယ်လာ၏။ ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် အခါက တရားတော်တို့ကို နာယူရင်း သီလတို့ကို အထူး ဆောက်တည်ရခြင်းမရှိဘဲ သမ္မာသတိ မဂ္ဂင်ကြောင့် စင်ကြယ်ရပြီး သစ္စာလေးပါးကို ထိုးထွင်းသိမြင်ကာ အရိယာအဖြစ်သို့ ရောက်သွားခြင်းဖြစ်သည်။

'မနော အကုသိုလ် ဒုစရိုက်တို့မှကင်းခြင်း' မကောင်းမှုတို့ စိတ်မှာ **'မထကြွခြင်း'**သည် သမာဓိသဘောဖြစ်၏။ သတိသည် သီလကို

စင်ကြယ်နိုင်သလို သမ္မဇည‌နှင့် ယှဉ်တွဲလာသောအခါ သမာဓိမဂ္ဂင်ကိုလည်း စောင့်ရှောက်နိုင်၏။ **'သတိ'**သည် သမာဓိမဂ္ဂင်တွင်ပါဝင်သော ဆိုင်ရာ ရုပ်နာမ်အာရုံတို့ကို စိတ်၌ အလိုလို ထင်လာအောင် ဆောင်ရွက်၏။ ယင်းကို **'ဥပဋ္ဌာန ဘာဝနာ'**ဟု ဆို၏။

'ဝီရိယ'သည် ဆိုင်ရာ ယှဉ်ဖက်တရားများကို ထောက်ပံ့ထား၏။ ယင်းကို **'ပဂ္ဂဟ ဘာဝနာ'**ဟု ဆို၏။ **'သမာဓိ'**သည် ယှဉ်ဖက်တရားများကို ပျံ့လွင့်မသွားအောင် ဆိုင်ရာအာရုံ၌ ငြိမ်သက်စွာ တည်နေအောင် ဆောင်ရွက်၏။ ယင်းကို **'အဝိက္ခေပ ဘာဝနာ'**ဟု ဆို၏။

ဤသို့လျှင် သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိတို့သည် မိမိတို့၏ ကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ရင်း ဆိုင်ရာအာရုံတို့၌ တစ်ခုတည်းသော စိတ်အစဉ်တွင် စုပေါင်းပြီးလည်း ဆောင်ရွက်ကြကုန်၏။

ထို့ကြောင့်

'သတိသည် သီလကိုလည်း စောင့်ထိန်း၏။

သမာဓိကိုလည်း စောင့်ထိန်း၏။

ပညာ ကိုလည်း စောင့်ထိန်း၏။'

ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်မြင်

မိမိခန္ဓာကိုယ်၏ ဒွါရခြောက်ပါး၌ ထင်လာသော တရား(၆)စုံ တို့အနက် ပေါ်ရာအစုံတို့၏ ဖြစ်ပျက်ကို ရှုရ၏။ မြင်စိတ်က မြင် သည်ကို ငါမြင်သည်ဟူ၍ ငါကို အပိုမထည့်ဖြစ်အောင် သတိပြုရ၏။ သို့သော် နီဝရဏတရားများ၏ ဖုံးကွယ်မှုကြောင့် မသိလိုက်သော အခါများလည်း ရှိ၏။ အကယ်၍ နီဝရဏတရားများ ဖုံးကွယ် လိုက်လျှင် ယင်းနီဝရဏ တရားများကို **'ရှုစရာ ဓမ္မာရုံ'** အနေဖြင့် ရှုမှတ်ရ၏။ ထိုအခါ နီဝရဏတရားများသည် အဟန့်အတား မလုပ် နိုင်တော့ဘဲ ဝိပဿနာ၏အရှုခံ **'ဓမ္မာရုံ'** အဖြစ် ကျေးဇူးပြု၏။

လောကတွင် အရာဝတ္ထုတစ်ခု တကယ်ဟုတ်-မဟုတ်ကို သိစိတ်ဖြင့် အာရုံပြုပြီး သိကြရခြင်းဖြစ်သည်။ တစ်ဖန် ထိုအရာ ဝတ္ထုကိုသိသော သိစိတ်သည် တကယ်ဖြစ်-မဖြစ်ကို နောက်စိတ်ဖြင့် တစ်ဖန် သိကြည့်ရပြန်၏။ ထို့အတူ ဒွါရခြောက်ပါး၌ ထင်လာသော အာရုံတရားများ၏ ဖြစ်မှုပျက်မှုကို လောကီမဂ္ဂင် တရားငါးပါးဖြင့် အာရုံပြု၍ သိကြည့်ရ၏။ တစ်ဖန် လောကီမဂ္ဂင် တရားငါးပါးကိုလည်း

တကယ်ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သလားဟု အမှန်သိနိုင်ရန် နောက်စိတ် အရှုဉာဏ်က ရှေ့စိတ် လောကီမဂ္ဂင် တရားငါးပါးကို ထပ်၍အာရုံပြုပြီး ရှုမှတ်ရပြန်၏။ ဤနည်းအားဖြင့် ဝိပဿနာရှုရာ၌ အာရုံနှင့်အာရမ္မဏိကတို့ကို အတွဲလိုက် အတွဲလိုက် သိလာ၏။ ထိုသို့ သိလာသဖြင့် အာရုံရောအာရမ္မဏိကရော မည်သည့်တရား၌မျှ အခိုင်အမာပြု၍ ငါဟူသော 'အတ္တ'တရားမည်သည် မရှိကြောင်း **'ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်မြင်'**အရ **'ခန္ဓာဉာဏ်'**ရောက် ထိုးထွင်း သိမြင်လာပေမည်။

ဉာဏ်မျက်စိနှစ်မျိုး

သမာဓိဉာဏ်မျက်စိနှင့် ဝိပဿနာဉာဏ်မျက်စိဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိ၏။ ရှေးဦးစွာ သမာဓိဉာဏ်မျက်စိကိုရအောင် အားထုတ်ရ၏။ ထို့ကြောင့် ဝင်လေထွက်လေကို သတိဖြင့်ထူထောင်ရ၏။ သတိထားနေသည့်ကြားမှပင် သတိသည် လွတ်ထွက်သွားတတ်၏။ လွတ်ထွက်သွားခြင်းသည် ကိစ္စမရှိ။ လွတ်ထွက်သွားမှန်းသိအောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ရ၏။ ထိုသို့ကြိုးပမ်း အားထုတ်ရာ၌ သတိသည် ဝင်လေထွက်လေကိုမှတ်နေရင်း အခြားအာရုံများကိုလည်း သိလာ၏။ ထိုအခါ သတိထူထောင်မှုလုပ်ငန်း အောင်မြင်လာပြီဟု ဆိုရ၏။ သတိသည် မူလအာရုံဖြစ်သော ဝင်လေထွက်လေကိုသာမက ဝင်လေထွက်လေ၏ အတိုအရှည်ကိုပါ သိလာ၏။ ထိုအခါ သတိသည် သမ္ပဇဉ်နှင့် ယှဉ်သည်ဟု ဆို၏။

သတိသည် သမ္ပဇဉ်နှင့်ယှဉ်လာသောအခါ နီဝရဏတရားများကိုလည်း ပယ်ခွါ၏။ တရားအားထုတ်ရာတွင် တရားရလိုစိတ်ပြင်းပြလာတတ်၏။ ဆန္ဒစောသည်ဟု ဆို၏။ ယင်းသည် ဘာဝနာ၏ အန္တရာယ်ဖြစ်သောကြောင့် ကာမစ္ဆန္ဒနီဝရဏဟု ဆိုလေသည်။

တရားမရနိုင်သည့်အတွက် စိတ်မချမ်းသာဖြစ်တတ်၏။ ယင်းကို

ဗျာပါဒနီဝရဏဟု ဆို၏။

တရားအားထုတ်ရာတွင် ထင်တိုင်းမပေါက်နိုင်သောအခါ 'စိတ်ပျံ့လွင့်၍ ပူပန်'လာ၏။ ယင်းကို ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ နီဝရဏဟု ဆို၏။

တရားအားထုတ်ရာတွင် ပင်ပန်းလွန်းသဖြင့် ငိုက်မျဉ်းတတ်လာ၏။ ယင်းကို ထိန မိဒ္ဓနီဝရဏဟု ဆို၏။

ငါအားထုတ်တာ ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါရဲ့လားဟူ၍ သံသယဝင်လာ၏။ ယင်းကို ဝိစိကိစ္ဆာနီဝရဏဟု ဆို၏။

ရုပ်မှန်းနာမ်မှန်း ဘာမျှမသိတော့သကဲ့သို့လည်း ဖြစ်တတ်၏။ ယင်းကို အဝိဇ္ဇာနီဝရဏဟု ဆို၏။

ဤနီဝရဏတရားများကို သတိသမ္ပဇဉ်တရားက ဖယ်ရှားပေးနိုင်၏။ ထို့ကြောင့် **'သတိ-သမ္ပဇဉ်'**တရားနှစ်ပါးသည် ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ရာတွင် အလွန် ကျေးဇူးများလှသော တရားနှစ်ပါးဖြစ်၏။

ပကတိမျက်စိနှင့်မြင်ရသလို

သတိသမ္ပဇဉ်အစွမ်းကြောင့် သမာဓိရရှိလာသောအခါ ရုပ်နာမ်တို့ကို သမာဓိဉာဏ်မျက်စိဖြင့် မြင်လာ၏။ **'ပကတိမျက်စိနှင့်မြင်'**ရသကဲ့သို့ မြင်ရ၏။ အကယ်၍ မမြင်သေးပါက သမာဓိအားနည်း၍သာဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ရုပ်နာမ်အာရုံကို ပြတ်ပြတ်သားသား မမြင်ရသေးလျှင် ဝင်လေထွက်လေကို **'စ-လယ်-ဆုံး'** သုံးပါးလုံးကို သိလာအောင် အားထုတ်ရ၏။ အကယ်၍ ထိုအဆင့်၌လည်း ရုပ်နာမ်တို့ကို မထင်ရှားသေးပါက စတုတ္ထအဆင့်အနေဖြင့် ဝင်လေထွက်လေကို ငြိမ်းသွားအောင် အားထုတ်ရ၏။

သို့ဖြစ်၍ ပကတိမျက်စိကို မှိတ်ထားပြီး သမာဓိဉာဏ်မျက်စိဖြင့်သာ ကြည့်သော်လည်း ဆိုင်ရာရုပ်နာမ် **'အာရုံ'**တို့ကို **'ပကတိ**

မျက်စိဖြင့်မြင်'ရသလို မြင်နိုင်ရန် သမာဓိကို အစွမ်းထက်သည်ထက် ထက်အောင် လေ့ကျင့်အပ်၏။ **'စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ'** အဆင့်ဖြစ်သော သမာဓိသည် **'သမ္မာသမာဓိ'**အမည်ကို မရသေးချေ။ အဘယ် ကြောင့်ဆိုသော် ဗောဓိပက္ခိယသို့ ဦးမတည်သေးဘဲ လောကီသုခ သို့သာ ဦးတည်သောကြောင့်ဖြစ်၏။ အမှန်အားဖြင့် **'သမ္မာသမာဓိ မဂ္ဂင်'**ဟူသော အမည်သည် **'လောကုတ္တရာ'**သို့သာ ဦးတည်သော အမည်သာ ဖြစ်သည်။

အသိဖြင့် ဒိဋ္ဌိကင်းပုံ

ဝိပဿနာဉာဏ်မျက်စိကို ရရန် ရှေးဦးစွာ ခန္ဓာငါးပါးကို သိမှ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ပိုင်းခြား၍ သိမည်။ ထို့နောက် ရုပ်နှင့်နာမ် တို့၏ အကြောင်းကို သိမ်းဆည်းရမည်။ ရုပ်နှင့်နာမ်တို့ကို နှလုံး သွင်းရင်း ဖြစ်ပျက်ကို မြင်ပေမည်။ ရုပ်နာမ်ကို သိသောအခါ၌ ဘဝ၌ ရုပ်နှင့်နာမ်သာရှိကြောင်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဇီဝအတ္တဟူ၍ မရှိကြောင်း သိပေမည်။ ထိုအခါ **'အသိဖြင့် ဒိဋ္ဌိကင်း'** သည်ဟု ဆို၏။

ထို့နောက် ရုပ်နာမ်တို့၏ အကြောင်းကိုသိသောအခါ ဘဝကို ဖန်ဆင်းရှင် တန်ခိုးရှင်တို့က ပြုလုပ်ခြင်းမဟုတ်သလို အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်သည်လည်းမဟုတ်ကြောင်း သိလာ၏။ ရုပ်နာမ်တို့ ဖြစ်ပေါ်ရသည့် အကြောင်းမှာ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရဟူသော အကြောင်းများ လည်းပါ၏။ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ စသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အကြောင်းများလည်း ပါ၏။ ဟေတု၊ အာရမ္မဏစသော ပဋ္ဌာန်းအကြောင်းများလည်းပါ၏။ ထိုအကြောင်းများကြောင့်သာ ဖြစ်ပေါ်လာသော အကျိုးတရားအားဖြင့် ဘဝဟူ၍ ဖြစ်လာကြောင်း သိမြင်လာ၏။ ထိုသို့ သိမြင်ခြင်းဖြင့် **'ဝိစိကိစ္ဆာကို အသိဖြင့် ကင်း'**သည်ဟု ဆို၏။

သဿတဒိဋ္ဌိနှင့်ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ

အာရုံတစ်ခုကိုမြင်ခြင်းသည် အဆင်းနှင့်မျက်စိအကြည် တိုက်ဆိုင်မှုကြောင့် မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ပြီး သိရခြင်းဖြစ်သည်။ မြင်စိတ်သည် တစ်ခုတည်းဖြစ်သည်မဟုတ်။ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရတို့ပါ အတူဖြစ်ရ၏။ ထို့ကြောင့် အာရုံတစ်ခုကို မြင်ရာ၌ ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်ဟူသော ခန္ဓာငါးပါးတို့ ဖြစ်ကြကုန်၏။ ထို့အတူ ကြားရာ၊ နံရာ၊ စားရာ၊ ထိရာ၊ တွေးရာတို့၌လည်း ခန္ဓာငါးပါးတို့သည် ဖြစ်လျက်ရှိကြ၏။ ထို့နောက် ဖြစ်သည့် နေရာတွင် ချုပ်ကြကုန်၏။

ခန္ဓာငါးပါးကို အကျဉ်းချုပ်လျှင် ရုပ်နှင့်နာမ်သာရ၏။ ရုပ်နာမ်တို့သည် ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း ပုံသဏ္ဍာန်မပျက် အလွန် လျှင်မြန်စွာ အစားထိုးနေသည်ကို သိမြင်ကြောင့် ရုပ်နာမ်တို့ကို ခိုင်တယ် မြဲတယ် ဟူသော **'သဿတဒိဋ္ဌိ'**အယူကိုလည်း ပယ်နိုင်၏။ ပြတ်တယ် စဲတယ် ဟူသော **'ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ'**အယူကိုလည်း ပယ်နိုင်၏။ ဤသို့ ရုပ်နာမ်တို့၏ မပြတ်မစဲ အစားထိုးနေမှုသဘောကို သိမြင်အောင် ထိုးထွင်းကြည့်နိုင်မှ သမ္မာဒိဋ္ဌိ အယူမှန်ဖြစ်သည်။

ဝိပဿနာသတိ ဉာဏ်မျက်စိ

ထို့ကြောင့် ဒွါရခြောက်ပါး၌ ထင်လာသော အာရုံတို့ကိုကြည့်ရာတွင် ရုပ်အလိုက် နာမ်အလိုက် ယင်းတို့၏ သဘာဝလက္ခဏာအရ သီးခြားစီ မြင်အောင် ကြည့်ရ၏။ အကြောင်းနှင့် အကျိုးတို့ကိုလည်း သီးခြားစီ ပိုင်းခြား သိမြင်အောင် ကြည့်ရသည်။

ဝိပဿနာသတိဖြင့် ကြည့်နိုင်သောအခါ သဘာဝလက္ခဏာကို ကျော်လွန်၍ သာမညလက္ခဏာအားဖြင့် ဖြစ်ပျက်တစ်မျိုးတည်းကိုသာ နှလုံးသွင်းနိုင်လာလေသည်။ ဖြစ်ပျက်တွင် အနိစ္စသဘောလည်းပါ၏။

ဒုက္ခသဘော လည်းပါ၏။ အနတ္တသဘောလည်းပါ၏။ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးတို့၏ဖြစ်ပျက်ကို ပကတိမျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့ သမာဓိအစွမ်းကြောင့် ဝိပဿနာသတိ ဉာဏ်မျက်စိအားဖြင့် မြင်နိုင်တော့သည်။

နိဗ္ဗာန် သို့မဟုတ် နိရောဓသစ္စာ

ခန္ဓာငါးပါးတို့၏ ဖြစ်ပျက်ကို မြင်ပြီးနောက် ဖြစ်ပျက်၌ ငြီးငွေ့ကာ ဖြစ်ပျက်ဆုံးရာကို ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက်ပြုသောအားဖြင့် တွေ့ရပါသည်။ ထိုဖြစ်ပျက်ဆုံးရာကို **'နိဗ္ဗာန်'**ဟူ၍၄င်း၊ **'နိရောဓ သစ္စာ'** ဟူ၍၄င်း ဆို၏။ ထိုသို့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုလိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးလုံး ပြည့်စုံသွားလေသည်။ ဤသို့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ဖြင့် ပွားများ အားထုတ်ခြင်းကြောင့် လောကီ မဂ္ဂင်ငါးပါး အဆင့်မှ လောကုတ္တရာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး (မဂ်ဉာဏ်) အဆင့်သို့ ရောက်ရှိသွားကာ အနုသယ ကိလေသာ တဏှာတို့ကို အမြစ်ပါမကျန်ရအောင် တစ်ဖန် ပြန်ဖြစ်ခြင်းမရှိအောင် အကြွင်းအကျန်မရှိ ပယ်နှုတ်နိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ယောဂဝါဒ

ချမ်းသာကိုရှာဖွေရာတွင် ဗြာဟ္မဏတို့၏ ယောဂဝါဒသည်လည်း တစ်ခု အပါအဝင်ဖြစ်၏။ ယောဂဝါဒဟူသည်မှာ ဗုဒ္ဓဝါဒ မဟုတ်ဘဲ ဗြာဟ္မဏဝါဒသာဖြစ်၏။

ယောဂဝါဒအရ လူကို နှစ်ပိုင်းခွဲထား၏။ အနတ္တပိုင်းနှင့် အတ္တပိုင်း ဟူ၍ဆို၏။ စဉ်းစားခြင်း၊ ပြုလုပ်ခြင်း၊ အိပ်ခြင်း၊ နိုးခြင်း၊ မွေးခြင်း၊ သေခြင်း၊ အမှတ်ရခြင်း၊ မေ့တတ်ခြင်းစသည်တို့သည် 'အနတ္တ ဓမ္မ'များဖြစ်၏။ ယင်းဓမ္မတို့သည် ဇီဝတို့နှင့်သက်ဆိုင်၏။ ထို့ကြောင့် အနတ္တဓမ္မများသည် လူ့ပထမပိုင်း၏ အရည်အသွေးများဖြစ်ကြ၏။

လူ၏ဒုတိယပိုင်းကား 'အတ္တ'သက်သက်ဖြစ်၏။ 'အတ္တ'သက်သက် ဟူသည်ကား စဉ်းစားခြင်း၊ ပြုလုပ်ခြင်း၊ အိပ်ခြင်း၊ နိုးခြင်း၊ မွေးခြင်း၊ သေခြင်း၊ အမှတ်ရခြင်း၊ မေ့တတ်ခြင်းစသည် အားလုံးတို့ကို လွန်မြောက်၏။ ထို့ကြောင့် အတ္တကို အမျိုးမျိုးဖြစ်ခြင်း အားလုံးတို့မှ လွတ်မြောက်သောသဘောဟု ဆိုရ၏။ အတ္တဟူသည် ပြုပြင်ပြောင်းလဲ ခြင်းကင်းသဖြင့်၎င်း၊ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းကင်းသဖြင့်၎င်း အမှန်တကယ်

ချမ်းသာတုံး ချမ်းသာခဲ ဖြစ်သည်ဟု ယောဂဝါဒက ဆို၏။

အတ္တသည် ပန်းတိုင်

အမှန်အားဖြင့် ဗုဒ္ဓဝါဒမှတစ်ပါး အခြားသောဝါဒဟူသမျှသည် အတ္တကို နောက်ဆုံးပန်းတိုင် ပရမတ္ထသစ္စာအနေဖြင့် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တမှ လွတ်မြောက်သော သုခတုံး သုခခဲအဖြစ် လက်ခံကြသည်သာ ဖြစ်၏။ တစ်နည်းအားဖြင့်ဆိုလျှင် အနတ္တသည် လောကဖြစ်၍ အတ္တသည် လောကုတ္တရာဖြစ်၏။ လောကသည် ဒုက္ခဖြစ်ပြီး လောကုတ္တရာသည် သုခဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့် ဒုက္ခမှလွတ်မြောက်ပြီး သုခကို လိုချင်ပါလျှင် အနတ္တကို ပယ်စွန့်ပြီး အတ္တကို ရအောင်ယူရမည်ဖြစ်၏။ အနတ္တဓမ္မကို ပယ်စွန့်ရာ၌ ဗြာဟ္မဏဝါဒတွင် ယောဂသည် တစ်ခုတည်းသော ကျင့်စဉ်ဖြစ်၏။ ယောဂသည် အားလုံးသော ဒဿနတို့၏ အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သည်ဟူ၍၄င်း၊ ယောဂသည် အားလုံးသောဒဿနများနှင့် အချင်းခပ်သိမ်းငြင်းခုံခြင်း မရှိဟူ၍၄င်း၊ ယောဂသည် အတ္တကို ထင်ရှားပြ၏။ ကိုယ်စိတ် နှစ်ပါးကိုလည်း စင်ကြယ်အောင် ပြု၏ဟူ၍၄င်း စသော အဆိုကို အားလုံးသော ဗြာဟ္မဏဝါဒများက လက်ခံကြ၏။

ဝင်လေထွက်လေချုပ်အောင်ကျင့်ခြင်း

ယောဂကျင့်စဉ်တွင် ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ချုပ်အောင်ကျင့်ခြင်းသည် များစွာ အရေးကြီး၏။ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် အလောင်းတော်ဘဝဖြင့် ဒုက္ကရစရိယအကျင့်ကို ဝင်လေထွက်လေချုပ်အောင် ကျင့်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော် ထိုကျင့်စဉ်သည် အရိယသစ္စာကို ရစေနိုင်သော ကျင့်စဉ်မဟုတ်ကြောင်း တွေ့ရှိရသဖြင့် ယင်းကျင့်စဉ်ကို အစွန်းရောက်ကျင့်စဉ်အဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့ပါသည်။ အမှန်အားဖြင့် ယောဂကျင့်စဉ်၏ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်ကား

လောကီစျာန်သမာပတ်များသာ ဖြစ်ပါသည်။ အရိယသစ္စာမဟုတ်ပေ။

အတ္တကိုမျက်မှောက်ပြုခြင်း

ယောဂဝါဒ၌ 'ငါ'ကို ချုပ်အောင် လုပ်မရသောကြောင့် နောက်ဆုံး 'ငါ'ချည်းကျန်အောင် လုပ်ရခြင်းကိုပင် 'အတ္တ'ကို ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက်ပြုခြင်းဟု ဆိုရ၏။ ဤသည်ပင် သူတို့၏ ပန်းတိုင်ဖြစ်လေသည်။ 'အတ္တ'ကို ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက်ပြုပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်သည် ငြိမ်သက်၏။ အညစ်အကြေး ကင်းစင်၏။ စင်ကြယ်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်သည် လောက၏ လျှို့ဝှက်ချက်ကို မြင်နိုင်စွမ်း၏။ ဤသို့ ယောဂဒဿနက ဆိုလေသည်။

ယောဂ ဒဿနအရ 'အတ္တ'ကို ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ခြင်းသည် သူတို့၏ သမာဓိကျင့်စဉ်အရ ချမ်းသာမှန်၏။ ထိုချမ်းသာသည် စျာန်သမာပတ် ချမ်းသာဖြစ်၏။ အာဠာရနှင့်ဥဒကတို့ထံမှ ဘုရားရှင် ကျင့်ခဲ့ဖူးပါသည်။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမဟုတ်။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ဖြင့်သာ ရရှိနိုင်လေသည်။

အတ္တကိုပယ်သတ်ခြင်းသည်သာနိဗ္ဗာန်

အမှန်အားဖြင့် အတ္တကို မျက်မှောက်ပြုရုံနှင့်မပြီးသေး။ အတ္တကို သေအောင်သတ်ဖို့လိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားသည် ဗောဓိပင်၌ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကိုရပြီး "အနေကဇာတိ သံသာရံ" အစချီ၍ တဏှာယောက်ျား လက်သမားကို 'ငါ'တွေ့ပြီဟု ဥဒါန်းကျူးရင့်တော်မူခြင်းသည် အတ္တကို ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက်ပြုပြီး အပြီးပယ်သတ်လိုက်ခြင်း (သမုစ္ဆေဒပဟာန်)ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။

အမှန်အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မမူမီ ထိုခေတ်က သူတော်စင်များသည် ချမ်းသာကို ရှာဖွေရာတွင် သမထနည်းဖြင့်

ရှာဖွေခြင်းကိုသာ နားလည်ကြ၏။ ဝိပဿနာနည်းဖြင့် ရှာခြင်းကို နားမလည်ကြကုန်။ မြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူသောအခါမှသာ ဝိပဿနာနည်းဖြင့် ချမ်းသာကို ရှာဖွေ၍ရကြောင်းကို နားလည်သဘောပေါက်လာရသည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာနည်းဖြင့် ရှာဖွေတွေ့ရှိသော ချမ်းသာသည်သာလျှင် စစ်မှန်သော ချမ်းသာဖြစ်ကြောင်း နားလည်အပ်ပါသည်။

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

(ကျမ်းကိုးများ)

၁။ နိဗ္ဗာနဂါမိနိပဋိပဒါ - ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပိုင်း
(ဖားအောက်တောရဆရာတော်ဘုရားကြီး)

၂။ ချမ်းသာကို ရှာဖွေခြင်း
(ဆရာကြီး ဦးရွှေအောင်)

၃။ ကုသိုလ်အကုသိုလ်
(ဆရာကြီး ဦးရွှေအောင်)

၄။ အနိုင်းမဲ့ ဗုဒ္ဓ
(ဆရာကြီး ဦးရွှေအောင်)