



ဓမ္မလမ်းတရားစဉ်

ကံကရေစိတ် ဉာဏ်ကနောက်စိတ်



ဒေါက်တာစိုးလွင်(မန္တလေး)

.....

“ဝိသုဒ္ဓိမဂ်”

ဓမ္မလမ်း ပိပဿနာသင်တန်း

(၁)

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

ကံက ရှေ့စိတ် ဤ ဇာန်က နောက်စိတ်

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

“ဝိသုဒ္ဓိမဂ်”
ဓမ္မလမ်းဝိပဿနာသင်တန်း
နန်းရှေ့ တကောင်းကျောင်းတိုက်
(၆၂-လမ်း ၂၂-၂၃လမ်းကြား မန္တလေး)

(၂)

မာတိကာ

၁။ ဘဝနှင့်ကုသိုလ်-အကုသိုလ်	- ၃
၂။ ကံကုသိုလ်နှင့်ညဏ်အကုသိုလ်	- ၆
၃။ ရှေ့စိတ်-နောက်စိတ်	-၁၁
၄။ ဝဋ်သုံးပါးလည်ပုံ-ရပ်ပုံ	-၁၆
၅။ အတ္တ-အနတ္တ	-၁၉

“သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊”
အလှူဒါနအားလုံးတို့တွင်
ဓမ္မကိုပေးလှူခြင်းသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

ဘဝနှင့် ကုသိုလ်-အကုသိုလ်

**“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 ခြုံကြည့်ရင် ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်ကို ပယ်တဲ့အလုပ်ပါဘဲ။ ဒါနကုသိုလ်နဲ့ လောဘ-အကုသိုလ်ကို ပယ်တယ်။ သီလကုသိုလ်နဲ့ ဒေါသ-အကုသိုလ်ကို ပယ်တယ်။ ဘာဝနာ ကုသိုလ်နဲ့ မောဟ-အကုသိုလ်တွေကို ပယ်ပါတယ်။ ရောဂါရှိနေသ၍ ဆေးသောက်နေရသလို လောဘ-ဒေါသ-မောဟတွေရှိနေသ၍လည်း ဒါန-သီလ-ဘာဝနာဆိုတဲ့ ကုသိုလ်ဆေးတွေနဲ့ ကုသနေရအုံးမှာပါ။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာကုသိုလ်၊ မဂ်ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်မှန်သမျှ အကြွင်းမရှိ ပယ်သတ်ပြီးတဲ့ ရဟန္တာတွေမှာ နောက်ဘဝ၊ နောက်ခန္ဓာဆိုတဲ့ ဇာတိမရှိတော့ပါဘူး။ အကုသိုလ်ကို အပြီးပယ်သတ်ပြီးတဲ့အခါမှာတော့

(၅)

‘ပြုဘွယ်ကိစ္စကုန်ပြီ’ဖြစ်တဲ့အတွက် ဘဝချုပ်ငြိမ်းဘုံဇာတ်သိမ်းပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခအားလုံး ကုန်ဆုံးတဲ့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဘဝဟူသည် ကုသိုလ်နှင့်အကုသိုလ်တိုက်ပွဲ

လောက၌ ခပ်သိမ်းသော သတ္တဝါတို့အား ‘ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှု၊ မနောကံမှု’တို့သည် ‘ကုသိုလ်’သော်၎င်း ‘အကုသိုလ်’သော်၎င်းဖြစ် ရမည်။ နှလုံးသွင်းကောင်းလျှင် ကုသိုလ်ဖြစ်၏။ နှလုံးသွင်းမကောင်းလျှင် အကုသိုလ်ဖြစ်၏။ ဤသို့ ‘ကုသိုလ်ဖြစ်မှု-အကုသိုလ်ဖြစ်မှုကို ဘဝ’ဟု ဆို၏။

‘ကုသိုလ်သည်လည်း ကောင်းကျိုး’ကိုပေးသော်လည်း ‘အကုသိုလ်ကို ပယ်သတ်ရန်ကိစ္စသာ ပဓာန’အလုပ်ဖြစ်သည်။ ဘဝ ဟူသည် အကုသိုလ်ကို ကုသိုလ်ဖြင့် ပယ်နေရသည့် အလုပ်ပင်ဖြစ်သည်။ နေ့စဉ်ပြုနေကြသော ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ-စေတနာတို့သည် ကုသိုလ်မဟုတ်လျှင် အကုသိုလ်တို့သာ ဖြစ်ကြသည်။ သာမန်လူတို့၏ အသိတွင် လူဖြစ်လာပါက စား-ဝတ်-နေရေး-ကျန်မာရေးတို့သည် 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 လည်နေရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

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 ဉာဏ်ကုသိုလ်ကိုတော့ မသိနိုင်ဘူးလို့ စိတ်မှာ ပေါ်သွားတယ်။ လက်နဲ့ဖရောင်းတိုင်ကို စိုက်လိုက်တိုင်း တွန်းလိုက်တိုင်းဟာ တိုက်တွန်း တဲ့စေတနာတွေပဲလို့ စိတ်ကသတိပြုမိနေတယ်။ ဖရောင်းတိုင် စိုက်တိုင်း စိုက်တိုင်းဟာ စေတနာတွေက စေ့ဆော်တိုက်တွန်းနေပါလားလို့ စိတ်မှာ သတိကပ်နေတော့ ဖရောင်တိုင်မီးထွန်းတဲ့ စေတနာတိုင်းဟာ ကုသိုလ် တွေ အများကြီးဖြစ်နေတာပဲလို့ စိတ်ထဲမှာ မြင်သွားတယ်။

(၇)

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 ဉာဏ်ဆင့်တတ်သွားတယ်။)**

(၈)

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 ရှောင်ကောင်းမှုဆောင် 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။

(၉)

ကံကို ဉာဏ်နဲ့ စွန့်ပုံ

ဒီတော့ ကုသိုလ်ဆိုတာ စေတနာပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားကို ဆွမ်း
တော်ကပ်၊ ရေတော်တွေကပ်၊ ပန်းတွေကပ်၊ ဆီမီးတွေထွန်း၊ ဘုရားကို
ရိုခိုးတာတွေက 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။

“ရှေ့စိတ်-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 သာ သိ၍ ခွေးဟု သိခြင်းသည် မနောကသညာဖြင့် အမှတ်ပြု သိခြင်းဖြစ်သည်။ သို့သော် မိမိတို့ သိသောအခါ **(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 မိုးကောင်းကင်ကို ကြည့်သောအခါ 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 ရေကို အရောင်မရှိဟု သတ်မှတ်ပါသည်။

သို့သော် (အဘိဓမ္မာနယ်တွင် စကျိဝိညာဏ်-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၊ ခေါက်ဆွဲကျော်၊ 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-ရပ်ပုံ

- 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။

ထို့စွဲလမ်းမှု (ဥပါဒါန်) နေရာတွင် ရုပ်နာမ်ကို အောက်မေ့နိုင်သော (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၊ တွေးမှု စသည်တို့အပေါ်တွင် စွဲလမ်းမှု 'ဥပါဒါန်' ကြောင့် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့ ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို ခန္ဓာ-ဉာဏ် ရောက် (သတိဖြင့် သိမ်းဆည်း) အပ်၏။

ထို့ကြောင့် ပခုက္ကူဆရာတော် ဘုရားကြီးသည် "ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ ပြုမဲ့ကြံ ဥပါဒါန်ကို သတိပြု" လို့ သွန်သင်ဆုံးမခဲ့ပါသည်။

ကံလည်းကောင်းပါစေ၊ ဉာဏ်လည်းကောင်းပါစေ၊

ကံကောင်းအောင် စေတနာထားပါ။ ဉာဏ်ကောင်းအောင် သတိထားပါ။

ကံတွေကောင်းလို့ နေရတဲ့ဘဝ ချမ်းသာတယ်။

ဉာဏ်တွေကောင်းလို့ ကိလေသာလည်းငြိမ်း၊

ခန္ဓာလည်းငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ပါတယ်။

“အတ္တ-အနတ္တ”

မျက်စိနှင့်အဆင်းတိုက်ဆိုင်လျှင် မြင်စိတ်သည် မပေါ်ချင်လို့ မရပါ။ သူ့သဘောသူဆောင် ဖြစ်ပေါ်သောကြောင့် မြင်စိတ်သည် အနတ္တ ဖြစ်၏။ မိမိအလိုအတိုင်း မဖြစ်ပါ။ အကြောင်းနှင့်အကျိုးမျှသာဖြစ်၏။ သို့သော် နောက်စိတ်မနောသည် သူ့သဘောသူဆောင် ဖြစ်ပေါ်နေသော မြင်စိတ်ကို ငါမြင်တာဟု အတ္တဖြင့် သိမ်းပိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ ငါမြင်ချင် မြင်လို့ရတာပဲထင်၏။ ထို့အတူ နားနှင့်အသံတိုက်ပါက လည်း မကြားချင်လို့မရပါ။ ကြားစိတ်သည် သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ်၏။ နံစိတ်၊ စားစိတ်၊ ထိစိတ်၊ တွေးစိတ်တို့သည်လည်း အကြောင်း တိုက်ဆိုင်ပါက သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ်နေသော အကျိုး‘သဘာဝ တရား’ များသာဖြစ်၏။ သို့သော် နောက်စိတ်မနောသည် ငါဆိုသော (အတ္တ)ဖြင့် အရာရာကို သိမ်းပိုက်လေသည်။ ငါမြင်တယ်၊ ငါကြားတယ်၊ ငါနံတယ်၊ ငါစားတယ်၊ ငါထိတယ်၊ ငါတွေးတယ်လို့ အနတ္တကို အတ္တအမြင်ဖြင့် မလွှတ်တန်း 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၏။ စေတနာသည် 'အမြဲမရှိ'၊ အာရုံနှင့် 'အကြောင်းတိုက်ဆိုင်မှု ဖြစ်'ပေါ်၍

(၂၁)

အကြောင်းကင်းသည်နှင့် လုံးဝ ချုပ်ပျောက်သည်။ ထိုစေတနာသည် အာရုံနှင့်အကြောင်း မတိုက်ဆိုင်ခင်ကလည်း ကြိုတင်၍ ရှိမနေသလို အကြောင်းကင်းပါကလည်း လုံးဝ ချုပ်ပျောက်ရသည်။ သို့သော် ရှေ့မနောမှာ သူ့သဘောသူဆောင်ကာ ဖြစ်ပေါ်သွားသော စေတနာကို နောက်စိတ်က ငါ့စေတနာလို့ ငါ(အတ္တ)ဖြင့် သိမ်းပိုက်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

“အကြောင်းအကျိုးမျှသာ”

(bus) ဘတ်စကားစီးလျှင် ပိုက်ဆံပေးရတဲ့အကြောင်းကြောင့် မိမိပေးသလောက် သုံးစွဲခွင့် စီးခွင့်ရ၏။ (taxi) ငှားစီးပါကလည်း ပိုက်ဆံပေးရတဲ့အကြောင်းကြောင့် မိမိသွားလိုရာ သုံးစွဲခွင့်ရတဲ့အကျိုးဖြစ်၏။ ကားတစ်စီးကို တစ်လငှားစီးပါကလည်း ပိုက်ဆံပေးရတဲ့အကြောင်းကြောင့် တစ်လသုံးစွဲခွင့် အကျိုးမျှသာဖြစ်၏။ သို့သော် သိန်းတစ်ရာပေး၍ ကားဝယ်စီးလိုက်ပါက ပိုက်ဆံပေးရတဲ့ အကြောင်းကြောင့် သုံးစွဲခွင့်ရတဲ့ အကျိုးမျှလို့ မယူဆနိုင်တော့ချေ။ ငါ့ကားဖြစ်တော့သည်။ အမှန်မှာ အကြောင်းအကျိုးမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။ (အိမ်ဆိုတာလည်း နေခွင့်ရရုံမျှသာ ဖြစ်သည်။)

“ခန္ဓာနှင့်အကြောင်းအကျိုး”

မျက်စိ + အဆင်း \longrightarrow မြင်စိတ်
(အကြောင်း) (အကျိုး)

မျက်စိနှင့်အဆင်း တိုက်ဆိုင်ပါက မြင်စိတ်သည် သူ့သဘော သူဆောင်ပြီး မရှိရာမှ အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ အကြောင်းတရားတို့တွင် **(နီးသောအကြောင်းနှင့် ဝေးသောအကြောင်း)**ဟူ၍ ရှိ၏။ မြင်မှုတွင် မျက်စိနှင့်အဆင်းတိုက်ဆိုင်မှုသည် နီးသောအကြောင်းဖြစ်၍ အတိတ်မှကံသည် ဝေးသောအကြောင်းဖြစ်၏။ သို့သော် အတိတ်မှကံသည် အဓိကပိုကျပါသည်။ ဥပမာ ကံကုန်၍ သေဆုံးပြီးသောသူကို မျက်စိနှင့်

(၂၂)

အဆင်း တိုက်ဆိုင်ပေးသော်လည်း မြင်စိတ် မဖြစ်ပေါ်နိုင်တော့ပါ။ ထို့ကြောင့် မြင်မှုတွင် အကျိုးတရား မြင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းသည် အတိတ်ကံဆိုသော အကြောင်းတရားသည် ပဓာနကျပါသည်။

ထိုပြင် 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 အကြောင်းပြည့်စုံလို့ သူ့သဘောသူဆောင် တော်ကြခြင်းအကျိုးဖြစ်ပါသည်။

**မကောင်းမှုရှောင်၊
ကောင်းမှုဆောင်၊
ဖြူအောင်စိတ်ကုထား။**

မကောင်းမှုရှောင်ခြင်းသည် ကိုယ်နှင့်နှုတ်ကို စောင့်ထိန်းခြင်း ဖြစ်၍ သီလသဘောဖြစ်သည်။ အပါယ်မကျအောင် သီလကုသိုလ်ဖြင့် ပယ်နိုင်ပါသည်။

ကောင်းမှုဆောင်ခြင်းသည် စိတ်ကို စောင့်ထိန်းခြင်းဖြစ်၍ သမာဓိသဘောဖြစ်သည်။ စိတ်ကို မပျံ့လွင့်အောင် ကိလေသာမဖြစ်အောင်၊ ကောင်းမှုကုသိုလ်၌ စိတ်ကိုတည်ကြည်နေအောင် သမာဓိကုသိုလ်က စောင့်ရှောက်ပေးပါသည်။

ဖြူအောင်စိတ်ကုထားခြင်းသည် ကိလေသာအမြစ်ကို နှုတ်ပယ်ခြင်း ဖြစ်၍ ပညာသဘောဖြစ်ပါသည်။ 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 **‘မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊ ဖြူအောင် စိတ်ကုထား’** 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။)

(၂၅)

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။

အစားစာလျှင် 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။**

“ဆုတောင်းအမျှဝေ”

ဤသို့ပြုရာ မြတ်ပုညကြောင့်၊ ချမ်းမြအေးကြည်၊
 ဘေးမဲ့မည်သည်၊ ရွှေပြည်ထုတ်ချောက်၊ လမ်းမကောက်ဘဲ၊
 ရောက်ရပါလို၊ ထိုထိုဘဝ၊ ကျင်လည်ရလည်း၊
 ဒုက္ခဘေးဒဏ်၊ ရန်မာန်အပေါင်း၊ မကောင်းဟူသမျှ၊
 မတွေ့ရဘဲ၊ သဗ္ဗကုစ္ဆာ၊ 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 စိရံတိဋ္ဌတု). . . (၃)ခေါက်

(ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာ ရောင်ဝါနေထက်လင်းစေသော်). . . (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)

(۱۵)