

ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

ကျေးဇူးတော်ရှင်

# မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

ဟောကြားတော်မူသော

# အဂ္ဂိယာဝါသ

# တရားတော်



သာသနာ - ၂၅၅၁

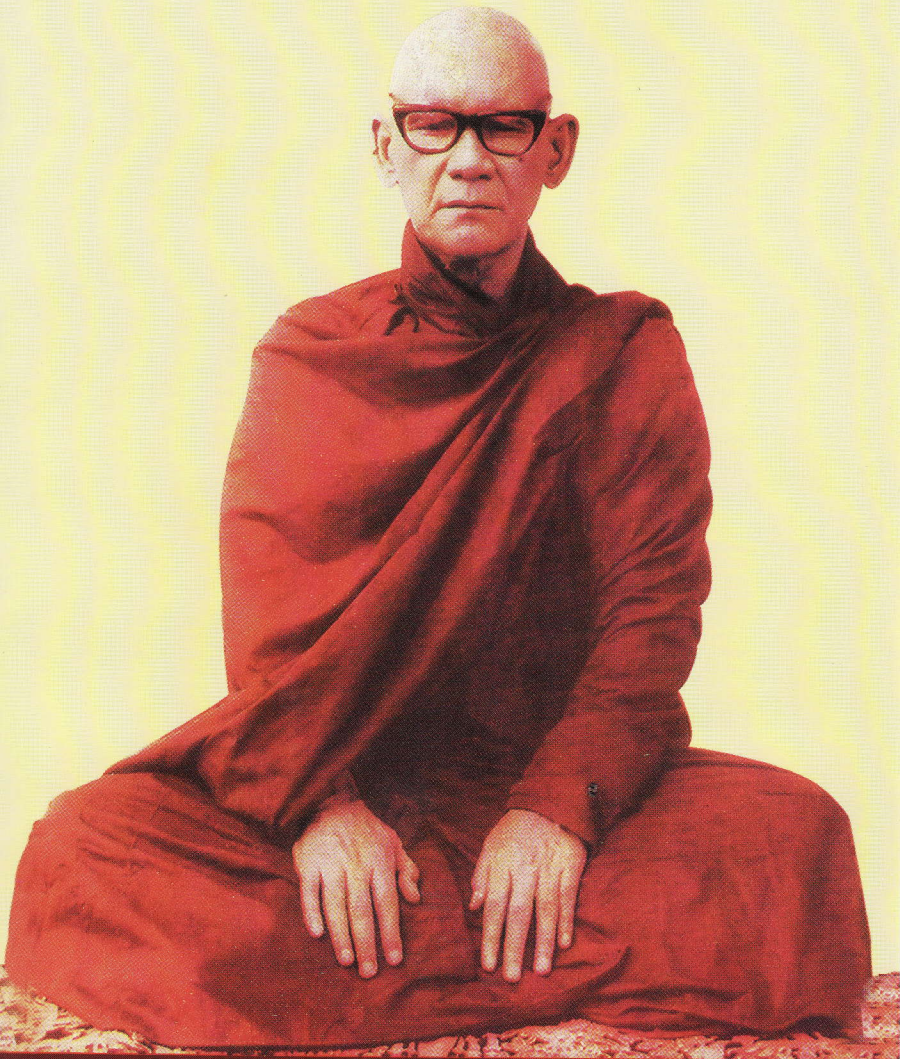
ကောဇာ - ၁၃၆၉

ခရစ် - ၂၀၀၈

# အရိယာဝါသတရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ



- ၁။ ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်ထွေ၊ စုံစေ စောင့်တစ်ပါး။
- ၂။ လေးရပ်မှီကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာ သီးသန့်များ။
- ၃။ ရှာမှီးကင်းစင်၊ ကြံကြည်လင်၊ ထွက်ဝင် ငြိမ်းစေသား။
- ၄။ စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ် ဂုဏ်ဆယ်ပါး။
- ၅။ အရိယာဝါသ၊ ဟောဖော်ပြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား။
- ၆။ ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှု အစဉ်ထား။
- ၇။ မှီဝဲ သည်းခံ၊ ရှောင် ပယ်လုန်၊ လေးတန် မှီရာများ။
- ၈။ နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမီတင်၊ အလျင် ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၉။ စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုး၊ ရောဂါမျိုး၊ နှိမ်ချိုး ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၁၀။ ထိုင်းမှိုင်း ပျင်းရိ၊ ချုပ်နှောင်မိ၊ မှတ်သိ ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၁၁။ ပျံ့လွင့် ပူပန်၊ သူ့ကျွန်ခံ၊ အမြန် ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၁၂။ ယုံမှားဒွိဟ၊ လမ်းနှစ်ခွ၊ တွေ့က ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၁၃။ အသံကြားရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာ သိပါစေ။
- ၁၄။ အနံ့နံရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာ သိပါစေ။
- ၁၅။ အရသာသိရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာ သိပါစေ။
- ၁၆။ အတွေ့ထိရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာ သိပါစေ။
- ၁၇။ သဘောသိရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာ သိပါစေ။
- ၁၈။ ဝမ်းသာ မဖက်၊ စိတ်မပျက်၊ ရှုလျက် လျစ်လျူနေ။
- ၁၉။ ရဟန္တာအသွင်၊ ယောဂီရှင်၊ ရှုလျှင် ဖြစ်နိုင်ပေ။



အနန္တကျေးဇူးတော်ရှင် ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက, အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ  
မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

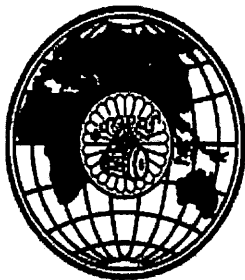
ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

ကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

ဟောကြားတော်မူလေ့ရှိသော

အရိယာဝါသတရားတော်



သာသနာ့ဌာန

ကောဇာဝဌာန

ရေစံဇေဌာန

ဘာသာရေးဆိုင်ရာ စာမူပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့် အမှတ်

[ ၃၃/၉၅ (၈) ]

မျက်နှာပုံး ခွင့်ပြုချက်အမှတ် - [ ၄၆/၉၅ (၁၀) ]

ထုတ်ဝေသည့်အကြိမ် - အဋ္ဌမအကြိမ်

အုပ်စု - ၂၀၀၀

ထုတ်ဝေသည့်ရက်

၁၉၉၅-ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ

တန်ဖိုး - (၆၀)ကျပ်

ဦးလှကြိုင်၊ ထုတ်ဝေခွင့် မှတ်ပုံတင်အမှတ် (၂၄၈)

ဗုဒ္ဓဘာသာနဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်၊ ၁၆၊ သာသနာ့ရိပ်သာလမ်း၊ ဗဟန်း

ရန်ကုန်မြို့၊ က ထုတ်ဝေ၍

ဒေါ်ခင်လှ (၀၁၅၇၈)၊ စာပေလောကပုံနှိပ်တိုက် ၁၇၃၊ (၃၃)လမ်း၊

ရန်ကုန်မြို့၊ က မျက်နှာပုံးနှင့် အတွင်းစာသားများကို ပုံနှိပ်သည်။

## ဤစာအုပ်အမှာ

ဤအရိယာဝါသ တရားတော်ကို အခုလို အချိန်အခါမျိုး၌ စက်တင်ပုံနှိပ်ခွင့်ရသည်မှာ အချိန်ကောင်း အခါကောင်း မိလှသည်ဟု ယူဆပါသည်။

အကြောင်းကား ယခုအချိန်အခါသည် မြန်မာနိုင်ငံအရပ်ရပ်၌ သတိပဋ္ဌာန် (ကမ္မဋ္ဌာန်း)တရားကို ပွားများရှုမှတ်ကြသူ ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ၊ သူတော်စင် ယောဂီအပေါင်းတို့ များပြားလှသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

သုံးလောက ထွတ်ထား မြတ်စွာဘုရားသည် ကုရုတိုင်း ကမ္မာသမ္ပေန်ဂုံး၌ နေထိုင်ကြသော ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ ပရိသတ် လေးပါး တို့အား စိတ်အညစ်ကြေးမှ ကင်းဝေးစင်ကြယ်ရန်၊ အရိယာမဂ်ကိုရရန်၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရန် တစ်ခုတည်းသော လမ်းမှန်ဖြစ်သော မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကို ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ ကုရုတိုင်း၌ အရိယာအကျင့်ကို ကျင့်ကြသူတို့သည် ဆတက်ထမ်းပိုး တိုးတက်များပြား လာခဲ့လေသည်။ ယုတ်စွအဆုံးအားဖြင့် ရေခပ်ရာ ဗိုင်းငင်ရာတို့၌ပင်လျှင် သတိပဋ္ဌာန်မှတစ်ပါး အခြားသောစကားကို ပြောဆိုလေ့ မရှိကြကုန်ဟု အဋ္ဌကထာဆရာတို့က ဖွင့်ပြကြလေသည်။

ဤအရိယာအကျင့်ဖြစ်သော သတိပဋ္ဌာန်(ကမ္မဋ္ဌာန်း)တရားကို ပွားများ ရှုမှတ်ကြသူတို့ အလွန်တိုးတက်များပြားလာသည့်အခါ မြတ်စွာဘုရားသည် ယခင်က မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကို ဟောကြားတော်

မူခဲ့သော ကုရုတိုင်း ကမ္မာသမ္ပေန်ဂုံး၌ပင်လျှင် အရိယာဝါသသုတ် တရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူပြန်လေသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း ကုရုတိုင်းသူ တိုင်းသား၊ ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ၊ သူတော်စင်အများတို့မှာ အရိယာတို့၏ စံအိမ်ခေါ် အရိယာတို့၏နေရေး တရားတို့ကို ကြားနာ၍ အရိယာတို့၏ စိတ်နေသဘောထား ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွားတို့ကို ကောင်းစွာ သိကြရပေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီး သည်လည်း ၁၃၁၁-ခုနှစ် တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော် ၆-ရက်နေ့ကစ၍ ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာသို့ ကြွရောက် သီတင်း သုံးတော်မူသောအခါ ၁၃၁၁-ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်နေ့၌ ဓမ္မစက္ကပဝတ္ထနသုတ်တရားတော်ကို ဦးစွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။ ထို့နောက် ရန်ကုန်မြို့နှင့်တကွ မြန်မာပြည်အရပ်ရပ်၌ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၊ အာသီဝိသောပမသုတ်၊ မာလုကျပုတ္တသုတ်၊ သက္ကပဋ္ဌသုတ်၊ ဝမ္ဘိကသုတ်၊ ဥဒ္ဒေသဝိဘင်္ဂသုတ်၊ အနတ္တလက္ခဏသုတ်၊ သဠာယတနဝိဘင်္ဂသုတ်၊ မဟာသဠာယတနိက သုတ်၊ မဇပိဏ္ဍိကသုတ်စသော သုတ္တန်တို့ကို ကာလဒေသ အားလျော်စွာ ဆက်ကာဆက်ကာ ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း ရန်ကုန်မြို့နှင့်တကွ မြန်မာနိုင်ငံအရပ်ရပ်တို့၌ သတိပဋ္ဌာန် (ကမ္မဋ္ဌာန်း) တရားပွားများ ရှုမှတ်ကြသူ ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ၊ လူသူတော်စင် အပေါင်းတို့ သည် ရှေးရှေးကထက် တိုးတက်များပြားလာခဲ့လေသည်။

ဤသို့ သတိပဋ္ဌာန်(ကမ္မဋ္ဌာန်း) တရားပွားများ ရှုမှတ်ကြသူ ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ၊ သူတော်စင်အပေါင်းတို့ တိုးတက်ပွားများပြားသည်

အချိန်တွင် ကျေးဇူးရှင်မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ၊ ယောဂီ အပေါင်းတို့ “အရိယာစံအိမ်”ခေါ် အရိယာတို့၏ နေရေးတရားကို သိကြရန်အလိုငှာ ဤအရိယာဝါသသုတ်တရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူလေသည်။

ဤအရိယာဝါသသုတ်ကား-အင်္ဂုတ္တရနိကာယ် ဒသကနိပါတ် ဆဋ္ဌမူ စာမျက်နှာ ၂၇၉၊ ၂၈၀၊ ၂၈၁၊ ၂၈၂ တို့၌ ပထမ အရိယာဝါသနှင့် ဒုတိယ အရိယာဝါသ နှစ်သုတ်ရှိသည့်အနက် ဒုတိယအရိယာဝါသသုတ် ဖြစ်ပါသည်။

ဤအရိယာဝါသ တရားစာအုပ်ဖြစ်ပေါ်ပုံမှာ ကျေးဇူးရှင်မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ၁၃၂၄-ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း (၉)ရက်၊ (၁၀)ရက်နေ့ ညများက (ကျောက်တန်းမြို့၊ ညောင်ဝိုင်းရွာ၊ ကျောင်းသိမ် သမုတ်ပွဲမှ အပြန်) ဟံသာဝတီခရိုင်ဝန် ဦးသိန်းအောင်-မင်းကတော် ဒေါ်ပိုပိုနှင့် သာသနာရေး၊ အသင်းအဖွဲ့များ၏ ဦးစီးခေါင်းဆောင် ဖြစ်သော ဦးဖိုးလှ အမှူးပြုသည့် ယောဂီဟောင်း အပေါင်းတို့က ပင့်လျှောက် တောင်းပန်သောကြောင့် သန်လျင်မြို့ သာသနဓမ္မောစရိယ အဂ္ဂမဟာ အကျော် အရှင်ဝဏ္ဏသိရီ၏ မင်းကျောင်း ပထမပြန် စာသင်တိုက်၌ ဤအရိယာဝါသ တရားတော်ကြီးကို ဟောကြားတော်မူစဉ်က တရားသူကြီး ဦးသိန်းဟံသည် အသံဖမ်းယူခဲ့လေသည်။ တရားစာအုပ် ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို ဤစာအုပ်နိဒါန်းတွင် ဖော်ပြထားသည်။



ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဤအရိယာဝါသ တရားတော်ကို ရွှေဘိုမြို့၊ ဆိပ်ခွန်ရွာ၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ကမ္ဘာအေး မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက် သိမ်ကျောင်း ရေစက်ချပွဲ၊ ပဲခူးမြို့၊ ကြာခတ်ဝိုင်းကျောင်းတိုက် သိမ်ကျောင်း ရေစက်ချပွဲ၊ ငသိုင်းချောင်းမြို့၊ မဟာစည်ရိပ်သာ သိမ်သမုတ်ပွဲ၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဘုရားလမ်း၊ ကျားကူး မွှာရုံ၊ မန္တလေးမြို့၊ ဝင်းလိုက် ရုပ်ရှင်ရုံပိုင်ရှင် ဦးစိန်ဝင်း-ဒေါ်ယဉ်ယဉ်တို့၏ အိမ်ရှေ့ တရားပွဲတို့၌လည်းကောင်း၊ ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့်အပြင် အိမ်မဲမြို့၊ မြောင်းမြမြို့၊ ဝါးခယ်မမြို့၊ ညောင်ဦးမြို့၊ တောင်တွင်းကြီးမြို့၊ ပျဉ်းမနားမြို့၊ ဗန်းမော်မြို့၊ မိုးတားမြို့၊ ရွှေဘို၊ ကျောက်မြောင်း၊ မင်းလှ မြို့စသော မြို့များ၌လည်းကောင်း၊ ဟောကြားတော်မူခဲ့ကြောင်း သိရပါသည်။

ဤအရိယာဝါသ တရားတော်ကို စာအုပ်အဖြစ် ပုံနှိပ်ရန် လျှောက်ထားသူ ဒါယကာ ဦးမြင့်ဆွေကား တရားဘက်၌ ဝါသနာ ပါသူတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ ဆဋ္ဌသံဂါယနာ တစ်ခေတ်လုံးမှာ သီရိမင်္ဂလာ ကုန်းမြေသို့ ဆဋ္ဌသံဂါယနာတင်ရန် ထေရဝါဒါးနိုင်ငံမှ ကြွရောက်တော် မူကြသော သံဃာတော် မြောက်များစွာတို့အား စေတနာ့ဝန်ထမ်း သာသနာ့အကျိုးဆောင် အဖြစ်ဖြင့် ဆေးဝါးကုသရင်း ထင်ရှားသော ဆရာတော်ကြီးများအား တရားစာပေတို့ကို မေးလျှောက်လေ့ရှိသောကြောင့် ဆရာတော်ကြီးများက “ဒီဒေါက်တာက တရားဒေါက်တာပဲ” ဟု ဂုဏ်ပြု ပြောဆိုခြင်းကို ခံယူရရှိသူတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။

ဒေါက်တာဦးမြင့်ဆွေသည် ကိုယ်တွေ့ တရားအားထုတ်နေသူလည်း ဖြစ်သောကြောင့် ဤအရိယာဝါသတရားတော်ကို ကြားနာရသည့်အခါ

ဓမ္မပီတိများဖြစ်လာ၍ မိမိကြားနာရသလို အများသော ဓမ္မမိတ်ဆွေ တို့အားလည်း ကြားနာစေလိုပါသည်။ မိမိကိုယ်တိုင် တရားအရသာကို ခံစားရသလို အများသော ဓမ္မမိတ်ဆွေတို့အားလည်း ခံစားစေလိုပါသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း ဤအရိယာဝါသတရားတော်ကို စာအုပ်အဖြစ်သို့ ရောက်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤအရိယာဝါသ တရားတော်ကို ဖတ်ရှုကြရသော ဓမ္မအဆွေတော် အပေါင်းတို့သည် “အရိယာဝါသတို့၏ စံအိမ်” ခေါ် အရိယာတို့၏နေရေး တရားတို့ကို သိကြရသောကြောင့် အရိယာတို့၏ ရုပ်ရည်၊ အရိယာတို့၏ အနေအထိုင်၊ အရိယာတို့၏စိတ်နေသဘောထား၊ အရိယာတို့၏ ဉာဏ်ရည်-ဉာဏ်သွားတို့ကို မှန်းဆ၍ သိနိုင်ကြပေတော့မည်။ ယခုခေတ်၌ တရားအားထုတ်ပြီး၊ အားထုတ်ဆဲ ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ၊ ယောဂီအပေါင်း တို့အားလည်း ခွဲခြားဝေဖန်၍ ကြည့်သိနိုင်ကြတော့မည်ဖြစ်ကြောင်း ရေးသား အပ်ပါသည်။

မင်္ဂလာပါခင်ဗျား

မင်္ဂလာ-အောင်မြင်

၁၃၂၅-ခု၊ ဝါဆိုလဆန်း ၁-ရက်။

သာသနာ ၂၅၃၉

ကောဇာ ၁၃၅၇

ခရစ် ၁၉၉၅

မာတိကာ

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

နိဒါန်း	.....	၁
တရားပထကွင်း	.....	၄၁
သုတ်ဆိုတာ မျဉ်းကြိုးပဲ	.....	၄၂
သာသနာ့မျဉ်းကြောင်းကလေး	.....	၄၂
အရိယာဝါသတရားမျဉ်းကြောင်း	.....	၄၅
အရိယာပုဂ္ဂိုလ် (၈)ပါး	.....	၄၅
အရိယာတို့၏ စံနေအိမ်	.....	၄၇
အရိယာဝါသ(၁၀)ပါး ခေါင်းစဉ်ပါဠိ	.....	၄၈
ရဟန်းနှစ်မျိုး	.....	၅၀
၁-၂ အရိယာဝါသ	.....	၅၅
၃ - အရိယာဝါသ	.....	၅၆
၄-၅ အရိယာဝါသ	.....	၅၇
၆-၇ အရိယာဝါသ	.....	၅၈
၈ - အရိယာဝါသ	.....	၅၈
၉-၁၀ အရိယာဝါသ	.....	၅၉

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

အစောင့်အရှောက် အရိယာဝါသ	.....	၆၀
သတိကောင်းပုံ	.....	၆၂
ကိုယ်တိုင်အားထုတ်ကြည့်ကြ	.....	၆၃
စာရေးဆရာကြီးတစ်ယောက်က	.....	၆၄
သောတာပန်ဟာ လူ့ကိုသတ်နိုင်သေးသတဲ့	.....	၆၅
အဟိံသာတရား	.....	၆၆
သွားလျှင်သွားတယ်လို့ သိပါတဲ့	.....	၇၀
သန်လျှင်ကထွက်တဲ့စာအုပ်ကြီး	.....	၇၁
ငါ သုံးမျိုး	.....	၇၃
ဘုန်းကြီးတို့လဲ အစကမယုံဘူး	.....	၇၄
ကိုယ်တိုင်အားထုတ်ကြည့်တဲ့အခါ	.....	၇၅
သမာဓိဉာဏ်ရင့်လာတော့	.....	၇၆
သတင်းစာတစ်စောင်က	.....	၇၇
ဘုန်းကြီးတို့ သွားနေကျလမ်းအတိုင်း	.....	၇၉
တွေ့ပြီးသိမှ ဉာဏ်အစစ်	.....	၈၀
အသိကောင်းလို့ ဉာဏ်ကောင်းလာပုံ	.....	၈၁
သတိအစောင့်အရှောက်ထားပေးကြ	.....	၈၃
ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှုသတိပြု	.....	၈၅
သူ့သတ်ဗိုလ်ကြီး တမ္မဒိဋ္ဌိက	.....	၈၆
အရှင်သာရိပုတ္တရာကြွလာတဲ့အခါ	.....	၈၇
ဈားနို့အလှူ	.....	၈၉

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

ဒါနကထာ၊ သီလကထာ စသည်	.....	၉၀
ပရိယာယ်နဲ့မေး	.....	၉၂
အနုလောမဉာဏ်	.....	၉၃
တမ္မဒိဋ္ဌိကသေဆုံး	.....	၉၅
တုသိတာ နတ်ပြည်ရောက်	.....	၉၆
နေိတ္တာနိပုဏ္ဏေးမဖြစ်ပုံ	.....	၉၈
အားထုတ်ကြည့်ကြစမ်းပါ	.....	၁၀၀
မှီရာလေးပါးရှိရမယ်ဆိုတဲ့ အရိယာဝါသ	.....	၁၀၁
တရားအားထုတ်လို့ သေတဲ့မသာမနီ	.....	၁၀၄
တရားအားထုတ်ဆဲမှာ ရှောင်ဖို့ရာ	.....	၁၀၆
ပယ်လှန်သင့်တာတွေ ပယ်လှန်ပစ်	.....	၁၀၇
အမေရိကန်သား မစ္စတာဒုဗော	.....	၁၁၀
အင်္ဂါငါးပါးကိုယ်ပယ်ပုံ	.....	၁၁၁
နှစ်သက်လိုချင်တာ ကာမတ္တန္တ	.....	၁၁၃
ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရ	.....	၁၁၇
ရဟန်းနှင့် သန်းဝတ္ထု	.....	၁၂၀
စိတ်နှင့်ရှုပ်ကွာခြားပုံ	.....	၁၂၃
ကာမတ္တန္တ ပယ်ဖို့ရာ ဘုရားပေးသောနည်း	.....	၁၂၅
အရိယာဝါသ အိမ်ဆောက်ရာမှာ		
သဒ္ဓါဆိုတဲ့စရိတ်ရှိရမယ်	.....	၁၂၈
ဆန္ဒနှင့် ဝီရိယလဲလိုတယ်	.....	၁၃၀

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

တရားမရခြင်းအကြောင်း ၂-ခု	.....	၁၃၂
ပေသာဝတ္ထု	.....	၁၃၃
စိတ်ဓာတ်ပြုပြင်ရေးမှာ		
သတိပဋ္ဌာန်တရားဟာ အရေးပါ	.....	၁၃၄
တရားရထိုက်ပေမယ့် တရားမရ	.....	၁၃၆
မိတ်ဆွေမကောင်းက တရားမရ	.....	၁၃၉
အရိယာဝါသတရားတော်ကြီး (ဒုတိယပိုင်း)	.....	၁၄၂
ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှုသတိပြု	.....	၁၄၄
နောက်ဆုံးစကားတော်	.....	၁၄၈
လေးတန်ဖိုးရာများ	.....	၁၅၁
စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုး ရောဂါမျိုး	.....	၁၅၄
ဝေဒေဟိကာဝတ္ထု	.....	၁၅၉
အချင်းချင်းမေတ္တာပျက်တာ ဒေါသ	.....	၁၆၆
ထိုင်းနှိုင်းပျင်းရိ ထိနမိဒ္ဓ	.....	၁၆၈
တရားအရသာဟာ အဘယ်အရသာနဲ့မှ မတူဘူး	.....	၁၇၀
ပျံ့လွင့်မှု ပူပန်မှု ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ	.....	၁၇၄
ယုံမှားမှုဟာ ဝိစိကိစ္ဆာ	.....	၁၇၆
ထင်ရှားရာ လွယ်ရာ စပြီးရှု	.....	၁၇၉
သွားလျှင်သွားတယ်မှတ်	.....	၁၈၀
အားထုတ်ကြည့်ရင် ကြိုက်မယ်	.....	၁၈၉
ဝါယောဓာတ်ကို သိပုံ	.....	၁၉၃

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

ဒုက္ခဝေဒနာကို သိပုံ	.....	၁၉၈
စိတ်ကို သိပုံ	.....	၂၀၂
ရုပ်နဲ့ နာမ်ကွဲပုံ	.....	၂၀၅
အကြောင်းနဲ့ အကျိုးမျှ ထင်ပုံ	.....	၂၀၆
သမ္မသနဉာဏ်	.....	၂၀၇
ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်	.....	၂၁၁
ဘင်္ဂဉာဏ်မှ သင်္ခါရုပေက္ခာအထိ	.....	၂၁၂
အင်္ဂါခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံပုံ	.....	၂၁၃
ကိုယ့်ဟာကိုယ်စစ်ဆေးကြည့်	.....	၂၁၇
သောတာပန်လူထွက်	.....	၂၁၉
ကိုယ်တိုင်တွေ့မှသိမှာ	.....	၂၂၁
သီးသန့် သစ္စာတွေ	.....	၂၂၅
ရှာမှီးခြင်းသုံးမျိုး	.....	၂၂၇
ကြံစည်မှုတွေလဲ ကြည်လင်ရမယ်	.....	၂၂၉
လွတ်ရင်လွတ်ကြောင်းသိသည်	.....	၂၃၀
တရားအဆုံးနိဂုံးချုပ်	.....	၂၃၄
နောက်ဆက်တွဲအမှတ်(၁)ရှင်းလင်းချက်	.....	၂၃၆
အမှတ်(၂)ရှင်းလင်းချက်	.....	၂၅၀
အမှတ်(၃)ရှင်းလင်းချက်	.....	၂၅၁
ဝါယောဇာန် ပစ္စုပဋ္ဌာန်လည်း ပရမတ်ပင်	.....	၂၅၉

# အရိယာဝါသတရားတော်

## ဇိုက်နှိပ်သည့်အကြိမ်

မထမအကြိမ်	၁၃၂၅-ခုနှစ်၊	အုပ်ရေ	၆၀၀၀
ဒုတိယအကြိမ်	၁၃၂၆-ခုနှစ်၊	အုပ်ရေ	၄၀၀၀
တတိယအကြိမ်	၁၃၂၈-ခုနှစ်၊	အုပ်ရေ	၅၀၀၀
စတုတ္ထအကြိမ်	၁၃၃၁-ခုနှစ်၊	အုပ်ရေ	၁၀၀၀၀
ပဉ္စမအကြိမ်	၁၃၄၀-ခုနှစ်၊	အုပ်ရေ	၅၀၀၀
ဆဋ္ဌမအကြိမ်	၁၃၅၁-ခုနှစ်၊	အုပ်ရေ	၁၀၀၀
သတ္တမအကြိမ်	၁၃၅၃-ခုနှစ်၊	အုပ်ရေ	၁၀၀၀



# နိဒါန်း

## ဘဝတု သဗ္ဗမဂ်လံ

ဤအရိယာဝါသ တရားတော်ကြီးစာအုပ် ဖြစ်ပေါ်လာပုံ အကြောင်းကိုရေးသားရာတွင်-

- ၁။ ကျွန်တော်၌ ငယ်ရွယ်စဉ်က အသိဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့ပုံ။
- ၂။ ကျေးဇူးရှင်မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးထံသို့ ကျွန်တော် ရောက်ခဲ့ပုံ။
- ၃။ ကျွန်တော် တရားလိုက်စားခဲ့ပုံ။
- ၄။ အရိယာဝါသ တရားတော်ကြီးကို နာကြားခဲ့ပုံ။
- ၅။ စာအုပ်အဖြစ်ပုံနှိပ်ရန် ကြိုးစားခဲ့ပုံ ဟူ၍ အပိုင်း(၅)ပိုင်းခွဲကာ ရေးသားလိုပါသည်။

## ကျွန်တော်ငယ်ရွယ်စဉ်က

ကျွန်တော်သည် မန္တလေးမြို့၌ ထင်ရှားကျော်စောခဲ့သော ဆရာဝန်ကြီး ဦးစံကြူးနှင့် ဇနီး ဒေါ်မမလေးတို့မှ ဖွားမြင်ခဲ့သော အကြီးဆုံးသော သားဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ဖခင်ကြီးသည် အများသော ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ အပေါင်းတို့က သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံသော ဆရာဝန်ကြီးဟု ဂုဏ်ပြုခဲ့သည့်အလျောက် ထိုခေတ်က မန္တလေးခရိုင်တွင် ထင်ရှား ကျော်စောခဲ့ပါသည်။

အစိုးရအမှုထမ်းအဖြစ် အနှစ်(၃၀)ခန့်မျှ ထမ်းဆောင်ပြီးနောက် အငြိမ်းစားယူ၍ အပြင်လူနာများကို လက်ခံကုသခဲ့ရာတွင် အနာရောဂါ မပျောက်ကင်းသော လူနာဟူ၍ မတွေ့ရသလောက် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ထိုစဉ်က အသက်(၁၅)နှစ်ခန့် ငယ်ရွယ်သူ တစ်ဦးဖြစ်၍ ကောင်းမွန်စွာ ဝေဖန်နိုင်စွမ်းရှိသော အသိဉာဏ်မရှိသေးရကား “ငါ့ဖခင်အပါအဝင် ဆရာဝန်ကြီးတွေဟာ လူတွေမှာဖြစ်တတ်တဲ့ ရောဂါ ဟူသမျှ ကုန်စင်အောင် ဆေးဝါးဖြင့် တားနိုင်ကြတာချည်းဘဲ၊ လူမမာ တွေကသာ လာရောက်မကုသကြလို့ မသေသင့်ဘဲသေကြတာဘဲ၊ ရန်ကုန်က ဆရာဝန်ကြီးတွေဆိုရင် ပစ္စည်းကိရိယာတွေကလည်း ပြည့်စုံ ဆေးဝါးတွေကလဲ ပြည့်စုံကြတော့ ဘယ်ရောဂါမဆို တားဆီး နိုင်ကြမှာဘဲ” ဟု လွဲမှားစွာ ယူဆမိခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ မိဘများကလည်း ပစ္စည်းဥစ္စာ ကြွယ်ဝပြန်၊ ဂုဏ်သရေ အရှိန်အဝါကလည်း ကြီးပြန်သည့်အပြင် တိုက်အိမ်နှင့် မော်တော်ကားနှင့်လည်း ဖြစ်ပြန်သောကြောင့် မကြောင့်မကြ မတောင့် မတရဘဲ စိတ်သွားတိုင်းကိုယ်ပါ၍ လိုရာပြီးမြောက်နေရကား “လူ့ဘဝ ကြီးသည် ချမ်းသာသုခနှင့် ပြည့်စုံသော ဘုံဗိမာန်ကြီးတစ်ခု ဖြစ်သည်” ဟု လွဲမှားစွာ မှတ်ယူမိပါသည်။ သေခြင်းတရားကို မဆိုထားဘိ၊ ဆင်းရဲခြင်း ကိုပင် မစဉ်းစားခဲ့ပါ။

တစ်နေ့သော် ကံကြမ္မာဖန်လာပုံက ကျွန်တော်၏ မိခင်ကြီး၌ မမျှော်လင့်ဘဲ နှလုံးရောဂါ စွဲကပ်လာပါတော့သည်။ (Congestive Heart Failure) ဟုခေါ်သော ရောဂါသည် မိခင်ကြီးအား နေ့ပေါင်းများစွာ ညပေါင်းများစွာ နှိပ်စက်ခဲ့သောကြောင့် မန္တလေးမြို့တွင် အကြီးဆုံး အင်္ဂလိပ်ဆရာဝန်ကြီးနှင့်အတူ ကျွန်တော်၏ ဖခင်ကြီးသည် စွမ်းအား

ရှိုသလောက် အားသွန်ခွန်စိုက် ကုသကြပါသော်လည်း မိခင်ကြီးမှာ ချမ်းသာခွင့်မရဘဲ ဘဝတစ်ပါးသို့ ပြောင်းသွားပါတော့သည်။

ထိုအခါကျမှပင် “လူတို့၌ အချိန်အရွယ်မရွေး ရောဂါဝေဒနာ ကပ်ရောက်တတ်သည် လူတို့၌ ကပ်ရောက်တတ်သော ရောဂါ ဝေဒနာတိုင်းကို ဆရာဝန်ကြီးများသည် မတားမြစ်နိုင်၊ လူတို့သည် ကြီးသည်ငယ်သည်မဟု သေတတ်သည်”ဟူသော အသိဉာဏ်တို့ ကျွန်တော်မှာ ပေါ်လာပါတော့သည်။

မိခင်ကြီး ကွယ်လွန်ပြီးနောက် ကျွန်တော်သည် အသက်(၂၃)နှစ် အရွယ်တွင် ဆေးတက္ကသိုလ်သို့ ပညာတော်သင်ရောက်ပါသည်။ ဆေးတက္ကသိုလ် ခွဲစိတ်ခန်းတွင် လူသေကောင်များ၊ လူ့ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းများကို နေ့စဉ်တွေ့ရသောအခါ “လူတွေဟာ၊ သေသွားတဲ့ အခါ ငှက်ပျောတုံး၊ ထင်းတုံးပမာ ဘာမှအသုံးမကျတော့ ပါကလား၊ တစ်ချိန်တုံးကဆိုရင် ဒီလူသေကောင်တွေဟာ လူ့လောကမှာ သူတို့ကိုယ် သူတို့ မသေတော့မဲ့အတိုင်း ပျော်လိုက်ပါးလိုက်၊ မော်လိုက် ကြွားလိုက်နှင့် နေလာခဲ့ကြမှာဘဲ၊ မူးသူက မူး၊ သောက်စားသူက သောက်စား၊ ရမ်းကားသူက ရမ်းကား၊ မတော်မတရားတွေ လုပ်သူကလုပ်နဲ့ ထင်သလို နေလာခဲ့ကြမှာဘဲ၊ တစ်ချို့ဆိုရင် ဘယ်လိုကြီးပွားအောင် လုပ်ပြလိုက်မယ်၊ ရှေ့နှစ်ခါ ဘယ်လို၊ လာမဲ့ ရှေ့နှစ်အချိန်မှာ ဘယ်ပုံ၊ ဘယ်နှစ်အတွင်းမှာ ဘယ်လို အဆင့် အတန်း ရောက်ရမယ်ဟု စီမံကိန်းတွေချပြီး မျှော်လင့်ချက်ကြီးတွေနှင့် စိတ်ကူး ယဉ်လာကြပေမဲ့ တစ်နေကျတော့ ခန္ဓာကိုယ်ပျက်ပြုန်းပြီး ကျောင်းသားတွေရဲ့ (Anatomy)သင်တဲ့ ဆေးတက္ကသိုလ်ခွဲစိတ်ခန်းမှာ ဆန့်ဆန်ကြီး ရောက်လာရတော့တာဘဲ၊ သူတို့ရဲ့ စီမံကိန်းတွေ မျှော်လင့်ချက်တွေနဲ့တော့ အိုးစားကွဲလာခဲ့ပြီ”ဟု

တွေးမိကာ သံဝေဂ ရမိပါသည်။

တစ်နေ့သော် ကျွန်တော်၏ဆရာတော်ဖူးသူ ဆရာဝန်ကြီး တစ်ဦးသည်ပင်လျှင် ရုတ်တရက် ဥပစ္စေဒကကံကြောင့် သေလွန်ခဲ့ရာ သူ၏ရုပ်ကြွင်းမှာ ဆေးရုံကြီးရင်ခွဲရုံသို့ ရောက်လာပါတော့သည်။ အလောင်းကို သွားရောက်ကြည့်ရှုသောအခါ အားအင်သန်စွမ်းတုန်း၊ အရွယ်ကောင်းတုန်း ဖြစ်ပါလျှက် ဗြုန်းခနဲ သေလွန်လေရာ ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းတို့ ပြတ်သတ်ကျိုးပဲ့ပြီးသေနေသည်ကို တွေ့ရသောအခါ ကျွန်တော့်မှာများစွာ ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်မိပါတော့သည်။

ဤသို့ အနိဋ္ဌာရုံများအကြားတွင် ကျင်လည်ခဲ့ရပြီးနောက် ဆရာဝန်ဖြစ်လာပြန်သော အခါ၌လည်း ဆေးတက္ကသိုလ်၌ပင် နည်းပြဆရာ အဖြစ် အမှုထမ်းခဲ့ရပြန်သောကြောင့် အနိဋ္ဌာရုံများ အကြား၌ပင် နစ်မွန်း နေခဲ့ရပြန်ပါသည်။

ထိုအချိန်မှစ၍ အမျိုးမျိုးသော သတိ သံဝေဂတို့ ဖြစ်ပေါ်လာကာ မိဘတို့အစဉ်အဆက် ကိုးကွယ်လာခဲ့သော ရတနာသုံးပါးတို့ စိတ်ညွတ်စ ပြုလာပါသည်။

### မဟာစည်ဆရာတော်ထံပါး ရောက်ခဲ့ပုံ

ဆဋ္ဌသင်္ဂါယနာတင်ပွဲကြီး မစမီ ၁၉၅၂-ခုနှစ်သို့ ရောက်သော အခါ ဆဋ္ဌသင်္ဂါယနာတင်ရန်အတွက် ပိဋကတ်ကျမ်းစာတို့ကို ကြိုတင် တည်းဖြတ် သုတ်သင်ရန် ယိုးဒယား၊ သီဟိုဠ်၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ လောနှင့် မြန်မာနိုင်ငံ အရပ်ရပ်မှ သံဃမဟာနာယကကြီးများ၊ မဟာထေရ်ကြီးများ၊ မဟာပါမောက္ခကြီးများ၊ ကျမ်းတတ်၊ ပေတတ်၊ အဓိပတိ မထေရ်ကြီးများ

ရန်ကုန်သာသနာ့ရိပ်သာသို့ လာရောက်ကြပါသည်။

ကျွန်တော်အား ၎င်းဆရာတော် သံဃာတော်များကို တနင်္ဂနွေ တစ်ပတ်လျှင် (၂)ကြိမ်ကျ စေတနာ့ဝန်ထမ်း၊ ဆေးဝါးကုသရန် နိုင်ငံတော် ဗုဒ္ဓသာသနာအဖွဲ့၏ မေတ္တာရပ်ခံချက်အရ သွားရောက်ကုသသောကြောင့် အဆိုပါ ဆရာတော်ကြီးများ၏ အဆုံးအမ ဩဝါဒတို့ကို မပြတ်ကြားနာခွင့် ရခဲ့ပါသည်။

ဤသာသနာ့ရိပ်သာကား ကျေးဇူးရှင်မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီး သီတင်းသုံးရာ ဌာနကြီးဖြစ်ကြောင်းကို အထူးရေးသားရန် မလိုပါ။ သို့ရာတွင် ထိုစဉ်ကကျွန်တော်နှင့် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရား ကြီးမှာ တွေ့ရ ဆုံရခဲလှပါသည်။

ကျွန်တော်သည် အချိန်ရတိုင်း သာသနာရေးဆိုင်ရာ ကျမ်းစာ အုပ်များကို ဖတ်လေ့ရှိပါသည်။ တစ်နေ့သ၌ မွေစက္ကပဝတ္ထနသုတ် ပါဠိနိဿယ ကျမ်းစာအုပ်ကိုဖတ်ကြားရာ (ယံကိစ္ဆိ သမုဒယဓမ္မံ သဗ္ဗ တံ နိရောဓ ဓမ္မံ)ဟူသော အပိုဒ်ကို စိတ်ဝင်စားစွာ ဖတ်မိပါသည်။

ကျွန်တော်၏စိတ်သည် အထူးအားဖြင့် တုန်လှုပ်မိပါသည်။ စာအုပ်ကိုအသာချ၍ လောကကြီး၏ ဖြစ်ပုံပျက်ပုံတို့ကို တမျှော်တခေါ်ကြီး တွေးမိရာ အချိန်အတော်ကြာသွားပါတော့သည်။

“လူတွေဟာ စိတ်ညစ်သူညစ်၊ ဒေါသဖြစ်သူဖြစ်၊ ငိုသူငိုနဲ့ ကောင်းကွက်ရယ်လို့မရှိ၊ မိုးမှောင်ကျနေတဲ့ ညချမ်းမှာတစ်ချက်တစ်ချက် လျှပ်ပြက်သလို သောကဗျာပါဒတွေအကြားမှာ တစ်ချက်တစ်ချက်သာလျှင် လူ့ချမ်းသာသုခဆိုတာ ရကြတာပဲ”ဟု တွေးမိပါသည်။

တစ်ခုသောညချမ်း၍ ၁၃၁၃-ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆုတ် (၁၄)ရက်နေ့ ညက၊ အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရား

ကြီးသည် အသံလွှင့်ဋ္ဌာနမှ အသံလွှင့်ဟောကြားခဲ့သော မဟာသတိပဋ္ဌာန် တရားတော်ကြီးစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုမိပါသည်။

ထိုတရားတော်ကြီးကို ကျင့်သုံးပါက-

- (၁) စိတ် အညစ်အကြေးတို့မှ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သည်။
- (၂) စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်းမှ လွန်မြောက်နိုင်သည်။
- (၃) ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲတွေ ချုပ်ငြိမ်းနိုင်သည်။
- (၄) အရိယမဂ်ဉာဏ်ကိုလဲ ရနိုင်သည်။
- (၅) အလွန်တရာမှအေးမြသည့် နိဗ္ဗာန်ကိုပင် မျက်မှောက်ပြုနိုင်သည်။

ဟုတွေ့ရသောကြောင့် ၎င်းသတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကြီးကို များစွာ စိတ်ဝင်စားမိပါတော့သည်။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသည့် တရားပွဲများသို့လည်း သွားရောက်နာကြားလိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာပါတော့သည်။

အလုပ်ကိစ္စများသော ကျွန်တော်မှာ စိတ်သွားတိုင်း ကိုယ်မပါခဲ့ပါ။ သို့ရာတွင် သာသနာ့ရိပ်သာသို့ ထိုစဉ်က တနင်္ဂနွေတစ်ပတ်လျှင် (၂)ကြိမ်ကျ ဆေးဝါးကုသရန် ရောက်လေ့ရှိရာ ကျွန်တော်တို့အား ဧည့်ခံလေ့ရှိသော ဆွမ်းစားကျောင်းမှ ယောဂီဒေါ်အေးကြည်က မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသည့် စာအုပ်အသစ်များ ထွက်တိုင်း ထွက်တိုင်း လက်ဆောင်အဖြစ် ပေးလေ့ရှိသောကြောင့် ကောင်းစွာ ဖတ်ရှုခဲ့ရပါသည်။

ထိုအခါက “ယခင်က ငါသိခဲ့သော တရားအသိတွေဟာ ဘာဝနာမယဉာဏ်အားဖြင့် သိတဲ့အသိ မဟုတ်သေးပါကလား၊ သုတမယဉာဏ်၊ စိန္တာမယဉာဏ်ဖြင့် သိအောင်ကြိုးစားရန် တာဝန်ငါ့မှာ ရှိသေးပါကလား”ဟု တွေ့မိပါသည်။

လူတွေဟာ ဤတစ်ဘဝတည်းနှင့် မပြီးသေးပါ။ ဘဝပေါင်း များစွာ ကျင်လည်ကြရပါဦးမည် မည်မျှကျင်လည်ကြရပါဦးမည်ကိုလဲ ဘယ်သူမျှ မပြောနိုင်ပါ။ နိဗ္ဗာန်မရောက်မီစပ်ကြား တဝဲလည်လည် ကျင်လည်ကျရပါဦးမည်၊ လူအဖြစ်ဖြင့် ကျင်လည်ကြရလျှင် တော်ပါ သေးသည်။ တိရစ္ဆာန်ဘဝ၊ ပြိတ္တာဘဝ စသည်တို့ဖြင့် ကျင်လည်ကြရပါမူ ကြောက်စရာ ကောင်းလှပါသည်။

လူ့ဘဝဖြင့် ကျင်လည်ရခြင်းသည်ပင်လျှင် ဒုက္ခတွေ့ စိုင်းစိုင်း လည်နေပါတော့သည်။ ဒုက္ခတစ်မျိုးမှမလွတ်သေးခင် နောက်ထပ် ဒုက္ခတစ်မျိုး ဝင်လာတတ်ပါသည်။ ဤဒုက္ခတွေ့ငြိမ်းအောင် စွမ်းနိုင် တာကတော့ သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကြီးဘဲရှိသည်ဟု နားလည်လာ ပါသည်။ လက်တွေ့ဖြစ်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြည့်မှ ဖြစ်တော့မည်ဟု သဘောပေါက် လာပါတော့သည်။ သို့ရာတွင် စိတ်ကူးသာရှိခဲ့ပါ သေးသည်။ အလုပ်ခွင်သို့ မရောက်သေးပါ။

မနုဿတ္တဘာဝေါ ဒုလက္ခဘောဟူသော ပါဠိအရ “လူအဖြစ်ကို ရခဲ့သည်”ဟု ရဟန်းရှင်လူအများ ဟောကြပြောကြပါသည်။ သို့ရာတွင် လူဖြစ်ခြင်း၏ တန်ဖိုးကိုမူတကယ်သိသူနည်းပါးကြပါသည်။ လူ့ဘဝကို ရခြင်းသည် အိမ်ထောင်ခြင်း၊ သားမွေးခြင်း၊ လူ့စည်းစိမ်ကို ခံစားခြင်းတို့ အတွက်လောက်သာ မဟုတ်။ မျက်မှောက်ဘဝအတွက်လည်းကောင်း၊ အမလွန်ဘဝအတွက်လည်းကောင်း၊ လိုအပ်သော ပါရမီတို့ကို

ဖြည့်ကျင့်ရန် အတွက်လည်းကောင်း ဖြစ်ပါသည်။ ယခုဘဝ၌ လူဖြစ်လာ သည်မှာလည်း အတိတ်ဘဝတစ်ခုခုက ဖြည့်ကျင့် ဆည်းပူးခဲ့သော ပါရမီ အထောက် အပံ့ကြောင့်ဖြစ်လေရာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရေးနှင့် နိဗ္ဗာန်မရောက်မီ စပ်ကြားအတွက် လိုအပ်သော ပါရမီတို့ကိုလည်း ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝတွင် ဖြည့်ကျင့်ကြဖို့ လိုပါသေးသည်။

အထူးအားဖြင့် ယခုလို ဗုဒ္ဓသာသနာနှင့် ကြံကြိုက်သည့် အနိုက်ဝယ် ဗုဒ္ဓတရားတော်အရ မိမိ၏စိတ်ကို ရင့်ကျက်အောင် ထိန်းသိမ်းသည့်နည်းကို ရှာဖွေခြင်း၊ ကိုယ်တိုင်လက်တွေ့ ကျင့်သုံးခြင်း၊ အနာဂတ်ဘဝများစွာတို့အတွက် ကောင်းသောအထောက်အပံ့ရအောင် ဆည်းပူးခြင်း၊ ကျင့်သုံးခြင်း အလုပ်တို့ကို လုပ်ကြဖို့ များစွာလိုအပ် ပါသည်။

သို့ရာတွင် ဤသို့ပြုလုပ်စည်းပူးကြသူတို့ကား ရှားပါးလှ ပါသည်။ သားနှင့် သမီးနှင့်၊ ဆွေနှင့် မျိုးနှင့်၊ ရာထူး၊ ဂုဏ်သိန်စည်းစိမ် ဥစ္စာနှင့် ယစ်မူးကာ “ငရဲပန်းကို ရွှေပန်းအလား” အထင်မှား၍ စွဲယူသကဲ့သို့ ဒုက္ခတစ်ခုပြီးတစ်ခု ခံစားနေရသည်ကိုပင် သုခတစ်မျိုးဟု အထင်မှားပြီး ငိုလိုက်၊ ရယ်လိုက်ဖြင့် လူ့ဘဝကို သုံးဖြုန်းပစ်နေ ကြပါသည်။

အချို့မှာ ဝန်ကြီး၊ သူဌေးကြီး၊ ဆရာဝန်ကြီး၊ စက်ပိုင်ကြီး၊ အရာရှိကြီး စသည်အနေအားဖြင့် ဝင့်ကြွားကာ နေရသည်ကိုပင် မဟာသုခကြီးဟု ယူဆကြပါသည်။ ၎င်းတို့၏ ဇနီးများကလည်း ဝန်ကြီးကတော်ကြီး၊ သူဌေးကတော်ကြီး၊ ဆရာဝန်ကတော်ကြီး၊ အရာရှိကတော်ကြီး စသည်အနေအားဖြင့် ဝင့်ကြွားကာ လည်တံ တမော့မော့ဖြင့် “မသေဆေးကို စားထားရသူတို့အလား” ဇာတိမာန်၊ နေမာန်၊ ဂုဏ်မာန်၊ ပညာမာန်တို့ တက်နေကြလေသည်။



### တရားလိုက်စားခြင်း

လူဟူသည် ဖောက်ပြန်ပျက်စီးခြင်း မရှိသော အရာဝတ္ထုတို့ စုဝေး၍ ထုလုပ်ထားသည့် အရာမဟုတ်။ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးတတ်သော သဘောတရားတို့၏ အစုအဝေးဖြစ်ပေရာ တစ်နေ့သော် ဖောက်ပြန်ပျက်စီးခြင်းသို့ ရောက်ကြရပေမည်။

လုံးဝပျက်ပြုန်းသည်အထိ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးခြင်းသို့ မရောက်မီ အတွင်း၌ပင် သားကိစ္စ၊ သမီးကိစ္စ၊ မယားကိစ္စ။ ဆွေမျိုးကိစ္စ၊ စားဝတ်နေရေးကိစ္စ၊ ဖော်မပြနိုင်သော ကိုယ်တွင်းရေးကိစ္စတို့ကြောင့် စိတ်သောက ဗျာပါဒတို့ မကြာမကြာ ရောက်ရသောကြောင့် အိပ်မပျော်ခြင်း၊ နှလုံးတုန်ခြင်း၊ သွေးတိုးခြင်း၊ နှလုံးသွေးကြောပိတ်ခြင်း စသော ရောဂါတို့ စွဲကပ်လာတတ်ပေသည်။

အချို့သော လူကုံထံ လူရည်တက်တို့ကမူ ၎င်းတို့၌ဖြစ်သော ရောဂါဝေဒနာတို့ကို ၎င်းတို့၏ ပစ္စည်းဥစ္စာ ရတနာရွှေငွေဖြင့် ဖလှယ်၍ ကုသလျှင်ရလိမ့်မည်ဟု ယူဆကြသည်။ တချို့သော အာဏာရ ပုဂ္ဂိုလ်များကမူ ၎င်းတို့၏အာဏာဖြင့် ဖလှယ်၍ ကုသလျှင် ရလိမ့်အံ့ဟု ယုံကြည်ကြလေသည်။ ကျွန်တော်လည်း တစ်ချိန်က ဤသို့ပင် ယုံကြည်ခဲ့ပါသည်။

ရေကြောင့်ဖြစ်သော အညစ်အကြေးကို ရေဖြင့်ပင် ဆေးကြောသုတ်သင်ပါမှသာ စင်ကြယ်သကဲ့သို့ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်သော ရောဂါဝေဒနာကိုလည်း စိတ်ဖြင့်ပင် ပြန်လည်ကုသပါမှသာ ပျောက်ကင်းဖွယ်ရာ ရှိပါသည်။



ဤစိတ်ဝေဒနာစွဲကပ်လာလျှင် ကိုယ့်စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်း မရှိပါက ရပ်လို့လဲမတည်ငြိမ်၊ သွားလို့လဲ ဟန်မရ၊ ထိုင်လို့လည်း၊ မကောင်းလှ၊ အိပ်လို့လဲမပျော်သည့် ရောဂါဝေဒနာ စွဲကပ်လာပါ တော့သည်။ လေးပါးသော ဣရိယာပုတ်တို့အနက် အိပ်မပျော်သော ဣရိယာပုတ် ပျက်ပြားခြင်းမှာ အဆိုးဝါးဆုံးဖြစ်ပါသည်။

ယခုခေတ်၌ ထင်ရှားကျော်စောသော လူကုံထံ လူရည်တက် အပိုင်းတွင် စိတ်ကိုထိန်းသိမ်းနိုင်မှု အကျင့်တရား မရှိကြသော သူတို့မှာ အထက်ဖော်ပြပါရောဂါဝေဒနာများ စွဲကပ်လာသည့်အခါ စိတ်တည်ငြိမ်မှု ရရှိရန်အတွက် ဘဝင်ငြိမ်းဆေးလုံး (ဦးနှောက်ငြိမ် ဆေးလုံး)ခေါ် (Tranquiliser)ဆေးတို့ကို ဆောင်ထားလေ့ရှိပါသည်။

ကမ္ဘာ့အရပ်ရပ်ရှိ အချို့သော ပညာတတ်လောက၌ လည်းကောင်း၊ လူကုံထံ လူရည်တက် လောက၌လည်းကောင်း၊ ဤ(Tranquiliser) ဆေးကို ဆောင်ထားခြင်သည်ပင်လျှင် ဖက်ရှင်တစ်မျိုး ဖြစ်နေလေသည်။

၎င်းဆေးလုံးသည် စားသုံးသောအခိုက်၌ ဦးနှောက်ကို တဒင်္ဂအားဖြင့် နှစ်သိမ့်မှုရစေ၍ စိတ်သည် တည်ငြိမ်လာတတ်ပါသည်။

အိပ်မပျော်သူများသည် ၎င်းဆေးကို အညွှန်းအတိုင်း သုံးစွဲကြ လေရာ အိပ်စက်ခွင့် အတော်အတန်ရကြပေသည်။ အိပ်ရာမှ နိုးသော အခါ၌မူ ဦးနှောက်ရှင်းလင်းပြီး စိတ်ကြည်လင်လာတတ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် “နေမြင့်လေ အရှူးရင့်လေ”ဆိုသကဲ့သို့ တဖြည်းဖြည်းနေမြင့်၍ လုပ်ငန်းခွင့်သို့ ဝင်သောအခါ ဦးနှောက်သည် ဒုံရင်းအတိုင်း ပြန်လည် နောက်ကျူလာသောကြောင့် စိတ်သည်လည်း မကြည်မလင် ဖြစ်လာ ပြန်ပါတော့သည်။ ထိုအခါ သူတစ်ပါးအား မလိုမုန်းထားလိုစိတ်၊

မကောင်းကြံလိုစိတ်၊ သူတစ်ပါးပြောသည်ကို ဟုတ်သည် မှန်သည်ဟု မယုံကြည်လိုစိတ်တို့ ထပ်တလဲလဲ ဖြစ်လာပါတော့သည်။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း တစ်ခါက ဤဆေးကိုဆောင်ထားရသူ ဖြစ်ခဲ့ဖူးပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်တော်မှာအညွှန်းအတိုင်း သုံးဆောင် သော်လည်း တစ်ညလုံး အိပ်စက်ခွင့်မရသောကြောင့် အညွှန်းထက်ပို၍ သုံးဆောင်မှသာ တစ်ညလျှင် (၂)နာရီ (၃)နာရီခန့်မျှ အိပ်ခွင့်ရခဲ့ပါသည်။

၁၃၂၄-ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလ၏တစ်ညသ၌ အိပ်မပျော်၍ ကိစ္စအမျိုးမျိုး၊ အကြောင်းအမျိုးမျိုး၊ လူအမျိုးမျိုး၊ ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးတို့ကို တွေးတောရင်းက ကံကောင်းထောက်မချိန်ရောက်လာသော ကျွန်တော် သည် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဝိပဿနာတရားအကြောင်း ကိုလည်း တွေးမိပါသည်။

“အင်း (Tranquiliser)ဆေးတွေကို သောက်လာခဲ့တာလဲ ကြာလှပြီ၊ (Tranquiliser)ဆေးတွေရဲ့ တန်ဖိုးကတော့ အခိုက်အတန့်ဘဲ တန်ဖိုးပြတာပဲ။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဝိပဿနာအလုပ်ပေး တရားတော်အရ ငါ့ရဲ့ နောက်ကျနေတဲ့ ဦးနှောက်ကို ရှင်းလင်းသွားအောင် အားထုတ်ဦးမှဘဲ” ဟု ထူးထူးခြားခြား အကြံကောင်း ပေါ်လာသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ကျွန်တော်သည် အိပ်ရာပေါ်၌ပင် ပက်လက်လှန်၍ အိပ်ရင်း ဝမ်းဗိုက်ပိန်လာခိုက် (ပိန်တယ်)ဟု လက်တွေ့ရှုမှတ်ပါသည်။ အချိန်မည်မျှ ကြာသွားသည်မသိပါ။ ရှုမှတ်နေသောစိတ်သည်။ ပျောက်ကွယ်၍ အိပ်ပျော်သွားပါတော့သည်။

နံနက်လင်း၍ အိပ်ရာမှ နိုးသောအခါ လွန်စွာအံ့သြ၍ ဝမ်းမြောက် မိပါသည်။ “ငါ၏အဖို့ အကောင်းဆုံးသော စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်မှု နည်းကောင်းကိုရပြီ” ဟု ဝမ်းသာမဆုံးဖြစ်မိပါသည်။ ဘုရားရှင်၏

ဂုဏ်တော်ကိုလည်းကောင်း၊ တရားတော်၏ ဂုဏ်တော်ကိုလည်းကောင်း၊ အဖန်ဖန် ပွားမိသည့်အပြင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရား၏ ကျေးဇူးဂုဏ်တို့ကိုလည်း ဦးညွှတ်မိပါသည်။ ကျွန်တော်၏ စိတ်သည်လည်း အထူးသဖြင့် ကြည်လင်နေပါသည်။ ရပ်ကောင်း၊ သွားကောင်း၊ ထိုင်ကောင်း၊ အလုပ် လုပ်လို့လဲကောင်း ဖြစ်နေပါတော့သည်။

“ဘုရားရှင်၏ တရားတော်အရသာသည် အရသာတကာ တို့ထက် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏”ဟု ရဟန်းရှင် လူအပေါင်းတို့ ပြောကြဟောကြပါသည်။ ကျွန်တော်ကမူ “တရားကို ရှုမှတ်သောသူ၏ စိတ်သည် (Tranquiliser) ဆေးကို သုံးဆောင်သူများစွာတို့၏ စိတ်ထက်တည်ငြိမ်သည်”ဟု ယုံကြည်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်၏ တရားတော်သည် စိတ်တည်ငြိမ်မှုအတွက် အကောင်းဆုံးသော (Tranquiliser) ဆေးကြီးဖြစ်ကြောင်းကို ကျွန်တော်ရဲ့ဝံ့စွာ ဝန်ခံပါသည်။

ကျွန်တော်သည် သာသာနာရိပ်သာ၌ စေတနာ့ဝန်ထမ်း ဆေးဝါးကုသခဲ့သည့် ၁၉၅၂-ခုနှစ်မှစ၍ တရားအရသာကို သိသည့်နေ့တိုင်အောင် ပြန်လည်ရေတွက်လျှင် (၁၁)နှစ်ခန့် ကာလကြာညောင်းခဲ့ပါပြီ ၎င်း (၁၁)နှစ်အတွင်းဝယ် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် ရင်းနှီးစွာ ဓမ္မသဝနမင်္ဂလာကို ခံယူခဲ့ရသည်မှအပ တရားအရသာကို ဘာဝနာမယဉာဏ်ဖြင့် သိသည်အထိ ကိုယ်ပိုင်အားမထုတ်ခဲ့မိသောကြောင့် ပြန်လည်၍ တွေးမိတိုင်း ယူကျုံးမရ ဖြစ်မိပါသည်။ ထို(၁၁)နှစ်ကာလအတွင်း၌ တရားအရသာကို ဘာဝနာမယဉာဏ်ဖြင့် သိအောင်အားမထုတ်ခဲ့ခြင်းမှာ ကျွန်တော်၏ ချွတ်ယွင်းသော ကိစ္စတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ တရားအရသာကို သိသည့်နေ့မှစ၍ ကျွန်တော်သည် ညစဉ် အိပ်ရာဝင်တိုင်း ဖောင်းသည်။ ပိန်သည်ကို မရှုမှတ်ဘဲ အိပ်လေ့ မရှိတော့ပါ။ ဖောင်း၊ ပိန် ရှုမှတ်ခြင်းသည်ပင်လျှင် ကျွန်တော့်အဖို့ အကောင်းဆုံးသော (Tranquiliser) ဖြစ်ပါတော့သည်။

တရားသဘောကို ကျွန်တော် အကျယ်မပြောပြတတ်ပါ။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် သာသနာ့ရိပ်သာသို့ တရား အားထုတ်ရန် လာရောက်ကြကုန်သော ရဟန်းရှင်လူတိုင်းအား တရားပေးသည့် အခါဟောကြားတော်မူလေ့ရှိသည်ကို အသံဖမ်းယူ၍ စာအုပ်အဖြစ်ပုံနှိပ်ထားသော “ဝိပဿနာ အလုပ်ပေးတရားတော်ကြီး” စာအုပ်၌ပါသည့်အတိုင်း ရှုမှတ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ၁၉၆၃-ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ (၁)ရက်နေ့မှစ၍ နေ့စဉ်နံနက်တိုင်း နံနက် (၅)နာရီမှ (၆)နာရီအထိ၊ (၁)နာရီခန့်အချိန်ယူ၍ ဝိပဿနာတရားကို မှန်မှန်အားထုတ်လာခဲ့ပါသည်။ ကျွန်တော်၏ စိတ်များသည် သိမ်မွေ့နူးညံ့လာ၍ အသိဉာဏ်များလည်း တိုးတက် လာပါသည်။ ကြောက်သည်၊ လန့်သည်ဆိုသောအရာတို့လည်း တစ်စတစ်စပါးလာ၍လား မသိ။ အစွမ်းသတ္တိတို့လည်း ထက်မြက် လာပါသည်။ ဤဘဝမှစ၍ လုံးဝပိတ်သွားဖို့ရာသာ စူးစိုက်မိပါသည်။ ထိုင်းမှိုင်းတွေဝေသော စိတ်တို့သည် နည်းပါးလာသောကြောင့် ကျွန်တော်၏စိတ်မှာ ပေါ့ပါးလာပါတော့သည်။ မဂ်ဉာဏ်ကို မရသည့် တိုင်အောင် မျက်မှောက်တွင်ပင် ဒိဋ္ဌဓမ္မအကျိုး တို့ကို ခံစားသင့်သလောက် ခံစားနေပါပြီ။

### အရိယာဝါသ တရားတော်ကို နာကြားခြင်း

မဂ်ဉာဏ်ကိုရသွားသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ် အတော်များများ ရှိသည်ဟု ကျွန်တော်ကြားဖူးပါသည်။ ၎င်းအရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ စိတ်နေသဘောထား ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး အကျင့်တရားကို ကျွန်တော်တွေ့ရန် မစွမ်းနိုင်သော်လည်း အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ နေခြင်း အရိယာဝါသ အင်္ဂါ(၁၀)ပါးကိုမူ၊ အနုမာနဉာဏ်ဖြင့် ထောက်ဆ၍ ပညာမျက်စိဖြင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ရှုပါလျှင် “ဤသူသည် အရိယာ၊ ဤသူသည် အရိယာမဟုတ်”ဟု မုချ သိမြင် နိုင်သည်ဟု ညောင်ရမ်း ဝိနိစ္ဆယပေါင်းချုပ်ကျမ်း ပထမအုပ် စာမျက်နှာ(၆၂၇)၌ ဖော်ပြထားသည်ကို ဖတ်ရှုမှတ်သားရပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ပြည့်စုံလုံ လောက်စွာ နားမလည်ခဲ့ပါ။ မည်သို့နားလည်အောင် ပြုလုပ်ရပါအံ့နည်းဟု တောင့်တ မျှော်လင့်ခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော့်အဖို့ အမှောင်ခွင်းမည့် နေရောင်၊ လရောင်တို့သည် တစ်ချိုး တစ်ခု ထွက်ပေါ်လာသကဲ့သို့ ကျွန်တော် သိလိုသည့်တရားတို့ကို တမ်းတ၍ မကြာမြင့်မီ သိဖို့ရာ အကြောင်းဆုံလာကြိုလာတတ်သည်က များပါသည်။

တစ်နေ့သော သောကြာနေ့၏ ညနေချမ်းဝယ် သာသနာ့ ရိပ်သာသို့ ယောဂီများအား ဆေးဝါးကုသပေးရန်အသွား ကျွန်တော်တို့နှင့် ရင်းနှီးလှသော ဓမ္မမိတ်ဆွေကြီး ယောဂီဒေါ်အေးကြည်က “ဆရာကြား နာဖို့ ငှားလာပါတယ်၊ အေးအေးဆေးဆေး ဖွင့်ပြီးနာကြားပါ”ဟု ပြောရင်း တိတ်ခွေများကို ပေးလာပါသည်။

၎င်းတိပိဋေများကား ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရား ကြီးသည် သန်လျင်၌ (၂)ညတိုင်တိုင် ဟောကြားတော်မူခဲ့သော အရိယာဝါသ တရားတော်ကြီးကို တရားသူကြီး ဦးသိန်းဟံက အသံဖမ်းယူလာခဲ့သော တိပိဋေများဖြစ်ကြောင်း သိရပါသည်။ ကျွန်တော်အဖို့ အတိုင်းထက်အလွန် ဝမ်းသာလှပါသည်။

ထိုနေ့ညတွင်းချင်းပင် ရိပ်သာမှအပြန် လမ်း(၅၀)ရှိ ကျွန်တော်၏ မိတ်ဆွေကြီး ဦးထွန်းတင်အိမ်သို့ သွားရောက်ကာ ၎င်းတို့အိမ်သားများနှင့် အတူ ဖွင့်၍နာကြားရပါသည်။ ကျွန်တော်သည် တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ မရဖူး၊ မမြင်ဖူးသော ရတနာထုတ်ကို ရသကဲ့သို့ အတိုင်းထက်အလွန် ဝမ်းသာမဆုံး ဖြစ်မိပါသည်။ ဦးတင်ထွန်းကို အိမ်သားများလည်း အရိယာဝါသတရားတော်ကြီးကို (၂)နာရီခန့်မျှ ငြိမ်သက်စွာဖြင့် တရိုတသေ နာကြားကြသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ကျွန်တော်မှာ ဤအရိယာဝါသတရားတော်ကို နာကြားလို့ မဝနိုင်ပါ။ ဤတရားတော်ကြီးကို အကုန်လုံး သိနားလည်ရပါမူ ကောင်းလေစွဟု စိတ်၌ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။ သို့သော်လည်း ပညာသင်ကြားချိန်က ပါမောက္ခက ဖြစ်စေ၊ ကထိက ကဖြစ်စေ၊ အရေးကြီးသော ပညာရပ်တို့ကို (၁)နာရီခန့်မျှ သင်ကြားပို့ချပြီးနောက် အတန်းအပြင်သို့ ပြန်ထွက်လာ ကြသောအခါ အပုံ(၁၀၀)ပုံလျှင် (၂၅)ပုံသာ မှတ်မိကြသည်က များပါ သည်။ အပုံ(၁၀၀) ပုံလျှင် (၅၀)မျှ မှတ်မိသူကား အလွန်ရှားပါသည်။ အလွန်မှတ်ဉာဏ်ကောင်းသူတို့သည်သာလျှင် အပုံ(၁၀၀)၏ ထက်ဝက်ခန့် မှတ်မိကြပါသည်။ ၎င်း အရိယာဝါသတရားတော်ကြီးကို (၂)နာရီခန့်မျှ နာကြားရသော ကျွန်တော်မှာကား တရားနာဆဲ၌သာ ဝမ်းပန်းတသာဖြစ်ပြီး နာ၍ကောင်းသော်လည်း တရားပွဲပြီးသောအခါ အပုံ(၁၀၀)၏ (၂၅)ပုံ လောက်သာ ပြန်လည်မှတ်မိပါတော့သည်။

### စာအုပ်အဖြစ်ပုံနှိပ်ရန်

ကျွန်တော့်အဖို့မှာကား ဤအရိယာဝါသ တရားတော်ကြီးကို ထပ်တလဲလဲနာကြားချင်ပါသည်။ အများသော ဓမ္မမိတ်ဆွေတို့ကိုလည်း နာကြားစေချင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤတရားတိပ်ခွေမှာ ကျွန်တော်ပိုင် မဟုတ်ပါ။ အကယ်၍သာ တရားအသံမှ စာအဖြစ်သို့ ကူးယူကာ ပုံနှိပ် ဖြန့်ချိရလျှင် မိမိအတွက်ရော အများသောဓမ္မမိတ်ဆွေတို့ အတွက်ပါလွန်စွာ ကျေးဇူးများလိမ့်မည်ဟု အကြံပေါ်လာပါသည်။ ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ကိုလည်း ယူလိုပါသည်။ ဤသို့အကြံဖြစ်သည့်အလျောက် နောက်တစ်နေ့တွင် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးထံသို့ သွားရောက်ဖူးမြော်၍ အရိယာဝါသ တရားတော်ကြီးကို စာအုပ်အဖြစ် ပုံနှိပ်ခွင့်ပြုပါရန် ရိုသေစွာ ခွင့်ပန်လျှောက်ထားခဲ့ပါသည်။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးထံမှ ခွင့်ပြုချက် ရခဲ့ပြီးနောက် ၎င်းတိတ်ခွေ ပေါ်၌ရှိသော အသံတရားကို စာတရားဖြစ်လာအောင် ကူးယူရေးအတွက် အမျိုးသားစီမံကိန်းဌာနမှ လက်ရေးတို စာရေးဖြစ်သူ ကျွန်တော်နှင့် ခင်မင်ရင်းနှီးသောတူမကလေး မနုနအား အကူအညီတောင်းခံပြန်ပါသည်။

မနုနသည် ငယ်ရွယ်သူဖြစ်သော်လည်း ရတနာသုံးပါး ဆရာ သမားတို့ကို ရိုသေလေးစားတတ်သူ တစ်ဦးဖြစ်သည့်အလျောက် ကျွန်တော် တောင်းခံသည့် အကူအညီကို ဝမ်းမြောက်စွာဖြင့် ကူညီမည်ဖြစ်ပါကြောင်း ကတိပြုပြီးလျှင် ဖြူစင်သောစေတနာဖြင့် အသံမှ စာဖြစ်အောင် (၅)ရက် အတွင်း အပြီးကူးပေးခဲ့ပါသည်။

စာမူကို ဆရာတော်ဘုရားကြီးထံသို့ ပြန်လည်ဆက်ကပ်ရာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် တစ်လခန့်အချိန်ယူ၍ တည်းဖြတ်ပြင်ဆင်



ပေးသနားတော်မူပါသည်။ စာအုပ်အဖြစ် ပုံနှိပ်ရန်အတွက် ကျွန်တော်အား စာပေကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ အကူအညီပေးလေ့ရှိသော ဗုဒ္ဓဓမ္မလောက တရားသတင်းစာအယ်ဒီတာ မင်္ဂလာ ဦးအောင်မြင့်အား အကူအညီ တောင်းခံရပြန်ပါသည်။

မင်္ဂလာဦးအောင်မြင့်က ဤစာမူ၌ နိဒါန်းလိုပါသေးသည်။ ဤစာအုပ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းမှာ ဆရာ၏ ကြိုးစားမှုကြောင့်ဖြစ်ရာ နိဒါန်း ကိုလည်း ဆရာသည်ပင်လျှင် ရေးသင့်ပါသည်ဟု တိုက်တွန်းပြန် သောကြောင့် ဤနိဒါန်းကိုလည်း တူမလေး မနုဇဉ်၏ အကူအညီဖြင့်ပင် ရေးသားခဲ့ပါသည်။

ဤ အရိယာဝါသတရားတော်ကြီး စာအုပ်ကို မင်္ဂလာ ဦးအောင်မြင့်၏ အကူအညီဖြင့် ကုမ္ပဏီသယ ပုံနှိပ်တိုက်တွင် ပုံနှိပ်ခဲ့ပါသည်။ စာအုပ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း၏ အကြောင်းနိဒါန်းကား ဤမျှဖြင့် ပြည့်စုံ လောက်ပါပြီ။ သို့ရာတွင် ဓမ္မမိတ်ဆွေတို့သို့ အခွင့်သာခိုက်မှာ တိုက်တွန်းစကားရေးသား လိုပါသေးသည်။

ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်းတို့ . . . ကျွန်တော်တို့တတွေဟာ သံသရာမှာ ကျင့်လည်နေကြတဲ့သူတွေ ဖြစ်လေတော့ မအိုချင်ဘဲနှင့်လည်း အိုကြရသည်။ မနာချင်ဘဲနဲ့လည်း နာကြရသည်။ မသေချင်ဘဲနှင့်လည်း သေကြရသည်။ သေပြီးပြန်တော့လည်း တစ်ဖန်ဘဝသစ်၌ မဖြစ်ချင်ပေမဲ့ ဖြစ်ကြရဦးမည်။ ဖြစ်ပြန်တော့လည်း ကိုယ်ဖြစ်ချင်ရာ ဘဝ၌ချည်း ဖြစ်ရသည်မဟုတ်။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိမကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်မှာဆိုလျှင် ငရဲ၌လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ အသူရကာယဆိုသည့် အပါယ်ဘဝ၌လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ မဖြစ်ပါစေနှင့်ဟု တောင်းတလိုလည်း ရသည်မဟုတ် ပြုလုပ်ခဲ့သော ကံအားလျော်စွာ သူဖြစ်ချင်ရာမှာ ဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် သံသရာဆိုတာ သေသေချာချာသိလျှင် အလွန် ကြောက်စရာကောင်းပါသည်။ သံသရာဘေးကြီးမှ လွတ်မြောက်ရန် နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်းဖြစ်သည့် ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ကြဖို့ အထူး တိုက်တွန်းလိုပါသည်။

သံသရာတစ်ခုလုံးက မလွတ်မြောက်သေးတောင်မှ အပါယ် သံသရာမှလွတ်မြောက်အောင် တရားအားထုတ်ကြဖို့ လိုပါသည်။ အပါယ်သံသရာဘေးကြီးသို့ ကျစေနိုင်သည့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိအစွဲကြီးကို အကြွင်းမဲ့ပယ်နိုင်အောင် အားထုတ်မှလည်း အပါယ်သံသရာက လွတ်ပါမည်။

“သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်နိုင်တဲ့ အရိယမဂ်ဖိုလ် တရားတွေ၊ လောကုတ္တရာ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာတွေနဲ့၊ ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ရမယ်လို့” ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရားတော်ကြီးစာအုပ်၌ ဆိုထားပါသည်။

ဘယ်လိုအားထုတ်ရမည်ကို သိလိုသည့်စိတ်နှင့် ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာတော်များဖြစ်သော ဦးပဏ္ဍိတနှင့် ဦးဝေဒတို့ထံ၌ ရိုသေစွာ ချဉ်းကပ်ပြီး အလုပ်ပေးတရားတော်ကြီးကို ပေးသနားတော်မူရန် လျှောက်ထားပါသည်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတော် အရှင်မြတ်များကလည်း ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပြသတော်မူသောနည်းအတိုင်းပြသတော်မူပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ၁၉၅၂-ခု ဇန်နဝါရီလ (၁)ရက်နေ့မှစပြီး နေ့စဉ်နံနက်တိုင်း (၅)နာရီမှာ (၆)နာရီအချိန်တိုင်အောင် (၁)နာရီကြာမျှ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြည့်ခဲ့ပါသည်။

ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်တွင် ဖြစ်ပေါ်သမျှတို့ကို ရှုမှတ်ကြည့်သောအခါ ဝမ်းဗိုက်သည် ယခင်အတိုင်းပင် ဖောင်းလိုက်၊ ပိန်လိုက်နှင့် ဖြစ်နေသည်ကို

သိနေရပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ သိနေသည့်ကြားထဲက ကျွန်တော်၏ လူမမာများကို မျက်စိထဲတွင် မြင်လာပါသည်။

တစ်ဖန် လူမမာများ၏ မျက်နှာတွေပျောက်ကွယ်သွားပြီး ခင်မင်ရင်းနှီးသော မိတ်ဆွေအချင်းချင်း ရယ်စရာ၊ မောစရာ၊ ပြောခဲ့သည့် အကြောင်းများကို ပြန်လည်တွေးမိပါသည်။ တွေးမိရာမှ တစ်ဖန် ခြေထောက်၌ နာကျင်ခြင်းနှင့် နားဝ၌ အခံရခက်လောက်အောင် ယားယံခြင်း ပျောက်သွားပြီးနောက် ပေါင်က ကျင်လာပြန်သည်ကို သတိပြုမိပါသည်။ ပေါင်က ကျင်နေသည့်နေရာသို့ စိတ်ရောက်သွားရာမှ တစ်ချိန်က တစ်ဦးတစ်ယောက်နှင့် စကားပြောမတဲ့၍ စိတ်ဆိုးခဲ့ရသော အကြောင်းများပြန်ပြီး ပေါ်လာသည်ကို သတိရလာပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ရှုမှတ်သမျှတို့ကို ဆရာတော်အရှင်မြတ်အား လျှောက်ထားကြည့်ရာ ဆရာတော်အရှင်မြတ်တို့က “ဒကာကြီး တရားထိုင်ရင်း ပေါ်လာသမျှ ကောင်းဆိုး ခံစားမှုတွေ၊ သိမှုတွေ၊ အရင်က ကြုံတွေ့ခဲ့ရတဲ့ အကြောင်း မျိုးစုံတွေကို ခပ်ကြာကြာစိုက်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ကြည့်ပါ။ တကယ်လို့ ဒကာကြီး ကြံဆထားတာတွေထဲက တရားထိုင်တဲ့အချိန်မှာ ပေါ်လာလို့ ရှိရင်လဲ တခြားကို စိတ်မရောက်စေဘဲ ဒီတွေးတောကြံဆမှုတွေ အပေါ်မှာသာ အာရုံစိုက်ပြီး ရှုမှတ်ပါ။ ဘာကိုဘဲ တွေးတွေး နာတာ၊ ကျင်တာ၊ ညောင်းတာ၊ ကိုက်တာ၊ ထုံတာတွေကို ဘယ်လိုဘဲ ခံစားနေရနေရ စိတ်မပျက်ပါနဲ့” ဟု မိန့်တော်မူပါသည်။

### ဆွီဒင်အမျိုးသမီး သီလရှင်

ကျွန်တော်သည် တစ်နေ့လျှင် တစ်ကြိမ်၊ တစ်ကြိမ်လျှင် တစ်နာရီမျှသာ တရားထိုင်လာခဲ့ရာမှ တစ်လကျော်မျှ ကြာလာခဲ့သော်လည်း တရားတော်၏ အရသာကို ဘယ်လို ခံစားရမုန်းမသိ၍ စိတ်ပျက်သလို ဖြစ်လာပါသည်။ စိတ်ပျက်သည်ကြားထဲက တစ်ဖန်ပြန်၍ တွေးမိ ပြန်သောအခါ သာသနာ့ရိပ်သာသို့ လာရောက်တရား အားထုတ်ကြသော သူတော်စင် အပေါင်းတို့သည် တရားတော်၏ အရသာကိုသိပြီး ဉာဏ်စဉ် နာသွားကြသည်။ သာသနာ့ရိပ်သာမှ မိုင်ပေါင်းများစွာ ဝေးကွာလှသော ဥရောပတိုက် အနောက်ကမ်းခြေ ဆွီဒင်ပြည်မှ ဆွီဒင်လူမျိုး သီလရှင်မကြီး ဒေါ်အမ်တ္တာကပင် ဉာဏ်စဉ် နာပြီးသောအခါ၌ “Meditation is a very marvellous process” (အဓိပ္ပါယ်မှာ တရားအားထုတ်ရတာ သိပ်ထူးဆန်း တာဘဲ)ဟု ကျွန်တော့်အား သာသနာ့ရိပ်သာ ဆေးခန်းထဲတွင် ထုတ်ဖော် ပြောသွား ခဲ့ဖူးသည်။

များစွာသော လူအပေါင်းတို့သည် တရားတော်၏ အရသာကို တကယ်မခံစားရဘဲနှင့် ခံစားရသည်ဟု ပြောကြမည့် ပုဂ္ဂိုလ်များမဟုတ်။ (၈)ပါးသီလကို စောင့်ထိန်းထားကြသောသူများဖြစ်သည်။ အရသာ အစစ် အမှန်ကို တွေ့၍သာ ပြောပြသွားတန်ရာသည်။ ဆရာတော်များကလည်း တရားထိုင်ရင်း၊ ပေါ်လာသမျှကိုသာ ရှုမှတ်သွားပါ။ ရှုမှတ်သွားရင်းက တရား၏ တကယ့်အရသာကို တွေ့ရလိမ့်မည်ဟု တိုက်တွန်းကြသည်။ ငါလည်း ဇွဲသန်သန်ဖြင့် တရားကို အားထုတ်ကြည့်ဦးမည်ဟု စိတ်ကိုတင်းကာ ပြန်ပြီးတရားကို ရှုမှတ်ပြန်ရာ အကောင်းအဆိုး ခံစားမှုများနှင့် ကြုံတွေ့မှုများ ပေါ်လာသည့်အခါတိုင်း ရှုမှတ်လာခဲ့ရင်းက

ကျွန်တော်၏စိတ်သည် ထိုအာရုံများပေါ်၌သာ ကျရောက်နေပါသည်။

ထိုကဲ့သို့ ရှုမှတ်လေ့လာကြည့်ရာမှ ပေါ်လာသမျှ ထိတွေ့မှုများ၊ ကောင်းဆိုး ခံစားမှုများသည် မည်သို့ဖြစ်သွားသည်ကို သိရှိလာပါသည်။ နာကျင်ခြင်းများ၊ ညောင်းညာခြင်း၊ ကိုက်ခြင်းစသော ခံစားမှုများသည် ပေါ်ပြီးပျောက်ကွယ်သွားသည်ကို သိရှိရပါသည်။

တရားအရသာ

၁၉၆၂-ခု၊ ဇန်နဝါရီလ (၁)ရက်နေ့မှစပြီး တရားထိုင်လာခဲ့ရာမှ ၁၉၆၂-ခု၊ ဒီဇင်ဘာလထဲသို့ ရောက်သောအခါ နံနက်ခင်း တစ်ချိန်တွင် ကျွန်တော်သည် မဖော်ပြနိုင်သော တရားအရသာကလေးကို ခံစားလိုက်ရပါသည်။

ထို အရသာကလေးမှာ ကျွန်တော်၏ တသက်တာတွင် ခံစားခဲ့ရသော မည်သည့်အရသာနှင့်မျှ မတူကြောင်းကို သိရှိသွားပါသည်။ ထိုအရသာကလေးကို ခံစားရပြီးနောက် ၁၉၆၃-ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ (၂၅)ရက်နေ့ ညနေ (၄:၃၀)အချိန်တွင် ကျွန်တော်သည် ဉာဏ်စဉ် တရားတော်ကို ရိုသေစွာ ကြားနာခွင့်ရသွားပါသည်။

ဉာဏ်စဉ်တရား နာပြီးခြင်းသည်၊ တရားအားထုတ်သည့် အလုပ် ပြီးဆုံးသွားသေးသည် မဟုတ်သေးပါ။ ဆက်လက်ပြီး အားထုတ်ရန် ရှိပါသေးကြောင်းကို သိရှိရပါသည်။ သို့ပါသော်လည်း လူ့လောက အလယ်၌ ပလံပောစ ဖျိုးစုံတွေကို နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ရင်ဆိုင်နေရသော ကျွန်တော့်အဖို့ တရားအားထုတ်ခြင်းနှင့် ကင်းကွာရမည့် အကြောင်းသည် ပေါ်ပေါက်လာခဲ့ပါသည်။

လောကုတ္တရာနယ်ပယ်၌ မွေ့လျော်နေခဲ့သော ကျွန်တော်သည် မလွှဲသာမရှောင်နိုင်သော အကြောင်းကြောင့် လောကီနယ်အတွင်းသို့ ပြန်ဝင်လိုက်ရပြန်ပါသည်။ စရဏ ကုသိုလ်ပြုရန်အတွက် ကမ္ဘာအေး သံဃဆေးရုံကြီး၌ တာဝန်ထမ်းဆောင်ရန် အကြောင်းပေါ်လာခဲ့ပါသည်။

ဝမ်းဗိုက်နာ

သံဃဆေးရုံကြီးတွင် တာဝန်များကို ထမ်းဆောင်ရင်းက ကျွန်တော်သည် ၁၉၆၆-ခုနှစ်၊ သြဂုတ်လ (၁၁)ရက်နေ့ ည(၁၀)နာရီ အချိန်တွင် နေအိမ်သို့ ပြန်ရောက်ပြီး အိပ်ရာဝင်သောအခါ တစ်သက်တွင် တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ မခံစားရဖူးသော ဝမ်းဗိုက်နာကို ခံစားလိုက်ရပါသည်။ ဝမ်းဗိုက်အတွင်း၌ အူများကို တအား လက်ဖြင့်ဆွဲဆုပ်ထားသလို အခံရ ခက်လှသော နာကျင်မှုကြီးသည် ကျွန်တော့်အား စတင်နှိပ်စက် လာပါ တော့သည်။

ကျွန်တော်၏ ဝမ်းဗိုက်တွင်းက အောင့်သလိုလို နာသလိုလိုလည်း ထင်ရပါသည်။ အခံရခက်သော ဝေဒနာကြောင့် ပက်လက်လည်း အိပ်လို့ မရ၊ မှောက်လျက်လည်း အိပ်လို့မဖြစ်၊ စောင်းနေပြန်လျှင်လဲ တစ်ဒုက္ခ ဖြစ်နေပါသည်။ ဝမ်းသွားပစ်လိုက်လျှင် ရောဂါသက်သာသွားလိမ့်မည်ဟု ထင်မိသည့်အလျောက် ဝမ်းနုတ်ဆေး ကရင်းအော့(ဖ်)မက်ဂနီဆီယာ (Cream of Magnesia)ကို ယူ၍သောက်လိုက်ပါသည်။ မသက်သာလှပါ။ မသက်သာသည့်အတွက် ဇနီးဖြစ်သူအား ဝမ်းချူခိုင်းပြန်ပါသည်။

ဇနီးဖြစ်သူက ဝမ်းချူပေးသော်လည်း သက်သာမသွားပါ။ ဝမ်းသွားလို့မရ၍ ငါ၏အူလမ်းကြောင်းသည် ပိတ်နေပြီဟု သိသွားပါသည်။

အူလမ်းကြောင်းပိတ်ပြီဟု သိသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် သေရတော့မည်အရေးကို တွေးမိလာပါသည်။ တွေးမိသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသည့် ဥတ္တိယထေရ် ဥဒါန်းကျူးရင့်တော်မူသော အောက်ပါထေရ်ဂါထာလေးကို သတိရမိလာပါသည်။

အာဗာဓေ မေ သမုပ္ပန္နော၊  
သတိ မေ ဥဒပဇ္ဇထ။  
အာဗာဓေ မေ သမုပ္ပန္နော၊  
ကာလော မေ န ပပဇ္ဇိတံ။

(ဤဂါထာကလေး၏ အဓိပ္ပာယ်ကို မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ နှုတ်ခွန်းဆက်တရားတော် စာအုပ်ထဲမှာ တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။)

### ရှုမှတ်ခြင်းသာ ဆောက်တည်ရာ

ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေရသော ဝမ်းဗိုက်နာကျင်မှုအတွက် ညည်းညူနေခြင်းဖြင့် အကျိုးထူးမည်မဟုတ်။ ဒေါသဖြစ်ပြီး ဘေးနားရှိလူများကို ကြိမ်းမောင်း၊ ဆဲဆိုနေပြန်ရင်လဲ ရောဂါပျောက်မည်မဟုတ်။ အကုသိုလ်သာ ဖြစ်တော့မည်။ သေရမည့်အတူတူ ယခင်က ရှုမှတ်ခဲ့သော တရားတော်ကိုသာ ထောက်တည်ရာအဖြစ် ပြန်လည်ရှုမှတ်တော့မည်ဟု စိတ်တွင် ဝိုင်းဖြတ်လိုက်ပါသည်။

စိတ်ဝိုင်းဖြတ်ပြီးသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ၁၉၆၂-ခုနှစ်အတွင်း တရားအားထုတ်စဉ်ကကဲ့သို့ ကျွန်တော်၏ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်တွင် ပေါ်လာသော ဝေဒနာဆိုးများအပေါ် ကျွန်တော်၏ အသိစိတ်ကလေးက တစ်ထပ်တည်း

ကျနေအောင် တင်းထားပြီး စူးစိုက်ကြည့်ပါတော့သည်။

တရားအားထုတ်စဉ်က ကြုံတွေ့ရသော ဝေဒနာသည် ခန္ဓာ၌ ရှိလျက်သာ နေသည်ကို အထင်အရှားသိခဲ့ရသည်။ တရားသာထိုင် မကြည့်ခဲ့လျှင် ဝေဒနာများ ရှိနေသည်ကို သိရန် ခဲယဉ်းလိမ့်မည် ထင်ပါသည်။

မည်ကဲ့သို့သော ဝေဒနာမျိုးကို ခံစားနေရသည်ဖြစ်စေ၊ အခံရ ခက်နေသည့် ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းပေါ်၌သာ ကျွန်တော်၏စိတ်ကို တင်းထားပြီး ရှုမှတ်ကြည့်ခဲ့ရာတွင် အောက်ပါအတိုင်း တွေ့ရပါသည်။

ဝမ်းဗိုက်အတွင်းရှိ အူတွေမှာ တင်းကြပ်စွာ ညှစ်ထားဘိသကဲ့သို့ ထင်ရပါသည်။ ပိတ်ဆို့နေသည့် အစာအိမ်နှင့် အူများတို့မှာ ဖောင်းကား နေပြီး အစာဟောင်းများနှင့် ပြည့်နှက်လျက်ရှိသည်ကိုပါ သတိပြုမိပါသည်။ အစာအိမ်နှင့်အူများဖောင်းတက်နေသည့်အတွက် ကျွန်တော်၏ ဝမ်းဗိုက် တစ်ပြင်လုံးမှာ ဂျပ်ပြားကဲ့သို့ တင်းမာလျက် ရှိနေသည်ကို သတိပြုမိ ပါသည်။ ဝမ်းဗိုက်အလယ်ကို ရှုမှတ်နေရင်းက ကျွန်တော်သည် ဘယ်ဘက်သို့ စောင်းချင်လာပါသည်။

စောင်းချင်သည့်စိတ်ပေါ်လာ၍ ဘယ်ဘက်သို့ စောင်းပစ်လိုက် သောအခါ ဝမ်းဗိုက်အလယ်၌ ဖြစ်ပေါ်နေသော ဝေဒနာသည် ပျောက်ကွယ် သွားပါသည်။ တစ်ဖန် ဘယ်ဘက်ဘေး တစ်နေရာတွင် နာကျင်သော ဝေဒနာသည် ပေါ်လာပြန်ပါသည်။ သက်သာသလိုထင်၍ ညာဘက်သို့ စောင်းချင်သည့်စိတ် ပေါ်လာပြန်သောအခါ ရှုမှတ်ပြီးလှည့်လိုက်ပါသည်။ ဘယ်ဘက်ဗိုက်တစ်ခြမ်းမှ ဝေဒနာပျောက်ပြီး ညာဘက်ဗိုက်တစ်နေရာတွင် နာကျင်သော ဝေဒနာပေါ်လာသည်ကို သတိပြုမိပြန်ပါသည်။ ဤသို့နှင့် ကျွန်တော်ရှုမှတ်နေသော စိတ်အစဉ်သည် တစ်ဗိုက်လုံး၌ နာလိုက်



ပျောက်လိုက်ဖြစ်နေသော နေရာအနှံ့အပြားပေါ်၌သာ ကျနေပါတော့သည်။

ကျွန်တော်၏ စိတ်သည် ဝေဒနာ၏အနိုင်ကိုမခံ၊ အရုံးလည်း မပေးဘဲ ရှုမှတ်မြဲရှုမှတ်နေပါသည်။ ဇနီးဖြစ်သူက တတ်စွမ်းသမျှပြုစုပြီး ရောဂါနှင့်ပတ်သက်သော အကျိုးအကြောင်း မေးမြန်းသည်ကိုပင် ရှည်ရှည်ဝေးဝေးမဖြေဘဲ အတိုချုပ်သာ အဖြေပေးပြီး ဝေဒနာကိုသာ ရှုမှတ်လျက်နေပါသည်။ ထိုညအဖို့ အလွန်ဆိုးဝါးပြီး တင်ကြပ်နာကျင် လှသော ဝမ်းဗိုက်နာကို ရှုမှတ်လျက်ပင် ကုစား၍ မိုးထိန်ထိန်လင်းသွား ခဲ့ပါသည်။

၁၉၆၆-ခု၊ ဩဂုတ်လ (၁၂)ရက်။

မိုးလင်းလာခဲ့သော်လည်း ဝေဒနာမှာ ပျောက်ကွယ်၍ မသွားပါ။ အူလမ်းကြောင်းပွင့်သွားရန် ညအချိန်က ဝမ်းနုတ်ဆေးသောက်ပြီး ဝမ်းချူခံသော်လည်း ဝမ်းမှာလုံးဝမသွားပါ။ ဝမ်းဗိုက်မှာ တစ်ချိန်ထက်တစ် ချိန်ပို၍ တင်းမာပြီး ဖောင်းတက်၍သာ လာနေပါသည်။

ဇနီးဖြစ်သူသည် တယ်လီဖုန်းဖြင့် ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီးမှ ခွဲစိတ် အထူးကုဆရာဝန်ကြီးထံသို့ အကြောင်းကြားလိုက်ပါသည်။ “ဆရာ မိတ်ဆွေ ညကတည်းကစပြီး ဗိုက်နာတာ အခုအချိန်အထိ မသက်သာဘူး၊ ဝမ်းနုတ်ဆေး တိုက်ပြီး၊ ဆပ်ပြာရည်နှင့် ဝမ်းချူပေးတာလဲနှစ်ခါရှိပြီ၊ ခုချိန်ထိ ဝမ်းလုံးဝ မသွားဘူး၊ အန်လဲအန်တယ်၊ အန်တာက နှစ်ကြိမ်ရှိပြီ၊ တဆိတ်ကျေးဇူးပြုပြီး လာရောက်ကြည့်ပါဦး” လို့ ဇနီးဖြစ်သူက ဆေးရုံမှ ဆရာဝန်ကြီးအား တယ်လီဖုန်းမှနေပြီး ပန်ကြားနေသည့် အသံသည် ကျွန်တော်၏ နားတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာပါသည်။ ဝင်ရောက်လာရာမှ တစ်ဖန်ပျောက်ကွယ်သွား ပြန်ပါသည်။ မကြာမီ အထူးကုဆရာဝန်ကြီး၏ အသံသည်လည်း ကျွန်တော်၏နား၌ ပေါ်လာပါသည်။ ထို့နောက်

ကျွန်တော်၏ဗိုက်မှာ သူ့၏လက်ဖြင့် စမ်းသပ်ခြင်းကိုခံလိုက်ရပါသည်။ ဆရာဝန်သည် ကျွန်တော့်ကို မေးခွန်း အမျိုးမျိုးထုတ်ပါသည်။ ကျွန်တော် သည် လိုရင်းလောက်ကိုသာဖြေကြားရင်း စိတ်ကို ဝေဒနာပေါ်၌သာ တင်ထားပါသည်။

### အူလမ်းကြောင်းပိတ်ရောဂါ

ဝမ်းနုတ်ဆေးတိုက်၍ဖြစ်စေ၊ ဝမ်းချူ၍ဖြစ်စေ၊ ဝမ်းမသွားလျှင် (Intestinal Obstruction) အူလမ်းကြောင်းပိတ် နေတတ်သည်ကို ဆရာဝန်တိုင်း အကဲခတ်နိုင်ကြပါသည်။ သို့သော်ဗိုက်ခွဲကြည့်မှသာ ပိတ်ရသည့် အကြောင်းမှန်ကို တပ်အပ်သေချာစွာ သိနိုင်ပါသည်။ အူလမ်းကြောင်းကို ပိတ်စေတတ်သည့် ရောဂါဖိုးပေါင်းစုံတို့ရှိသည့်အနက် ကင်ဆာရောဂါသည် ကြောက်စရာအကောင်းဆုံးနှင့် ဆရာဝန်များကုလို့ မပျောက်သော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ အူလမ်းကြောင်းပြုန်းခနဲ ပိတ်သွားသော အခါ လူမမာသည် သေဖို့နှင့် ရှင်ဖို့အနက် သေဖိုသာများနေသည်ကို အထူးကုဆရာဝန်ကြီးလည်း သိပါသည်။ ကျွန်တော်လည်း သိပါသည်။

အထူးကု ဆရာဝန်သည် ကျွန်တော်နှင့်တကွ ကျွန်တော်၏ ဇနီးအား အားမငယ်ရန်နှင့် သူ့ကိုယ်တိုင် အစွမ်းကုန်ကြိုးစားပြီး ကုမည့်အကြောင်း အားပေးစကားပြောပါသည်။ ကျွန်တော်မှာ ကြောက်စိတ်မရှိပါ။ စိတ်ကို ဝမ်းဗိုက် တစ်ပြင်လုံး၌သာ ပေါ်နေသော ဝေဒနာများပေါ်၌သာ တင်ထားပါသည်။ မုချသေရတော့မည်ဟု ယူဆ၍ မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်၌ ပေါ်ပြီးရင်း ပျောက်သွားရင်းဖြစ်နေသော ဝေဒနာအာရုံမှလွှဲပြီး မည်သည့်အာရုံဆီသို့မျှ ကျွန်တော်၏ စိတ်အရောက်

မခံပါ။ မိမိပိုင်ပစ္စည်းကိုလည်း သတိမရ၊ ဇနီးနှင့် သားသမီးများကိုလည်း သတိမရတော့ပါ။ စွဲလမ်းရာအာရုံမှန်သမျှ တစ်ခုတလေမျှ မပေါ်လာ တော့ဘဲ တင်းမာဖောင်းတက် နာကျင်နေသော ဝေဒနာသည်သာလျှင် ကျွန်တော်၏စိတ်၌ ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက် ဖြစ်နေသည်ကို သိရပါသည်။ ကျွန်တော့်မှာ မလှုပ်ရှားနိုင်တော့ဘဲ အိပ်ရာပေါ်၌ ပက်လက်လဲနေပါပြီ။

### ဘာမျှ အကျိုးမသက်ရောက်

အထူးကုဆရာဝန်သည် ကျွန်တော်၏ ဝမ်းဗိုက်ကို စေ့စပ်စွာ ကြည့်ပြီးမှ သူ၏ ညှာလက်ဖြင့် သေချာစွာ စမ်းသပ်ရင်း ကျွန်တော်၏ ဇနီးအား နောက်ထပ် အလှဆီ ဆပ်ပြာရည်ဖြင့် ဝမ်းချပေးရန် မှာကြားပြီး သူ့အိမ်သို့ ပြန်သွားပါသည်။ ညအချိန်ကကဲ့သို့ ဝမ်းထပ်ချူသော်လည်း ဘာမျှ အကျိုးမသက်ရောက်ပါ။ ဆပ်ပြာရည်၊ အလှဆီတို့သာ ပြန်ထွက် လာပါသည်။ ရှုမှတ်လျက်နေသော စိတ်သည် ဝေဒနာနှင့် တစ်ထပ်တည်းလို ကျနေခဲ့ရာမှ ထိုနေ့ညပိုင်းသို့ ရောက်သောအခါ အထူးကု ဆရာဝန်သည် သူကိုယ်တိုင်လာရောက်ပြီး ကျွန်တော်အား ဆေးရုံသို့ ခေါ်ဆောင် သွားပါသည်။ တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် ကျွန်တော်၏ရောဂါမှာ ပိုဆိုးလာပါသည်။ ရှုမှတ်လို့ မရနိုင်အောင် ဖြစ်လာခဲ့သော်လည်း ရှုမှတ်သည်စိတ်တို့ကို အလျော့မပေးခဲ့ပါ။

ကျွန်တော်၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် ပက်လက်တစ်မျိုးတည်း မနေနိုင် တော့ပါ။ အိပ်ရာပေါ်တွင် လိမ့်နေပါသည်။ နာကျင်သော ဝေဒနာမှ သက်သာခွင့်ရရန် ဘယ်ဘက်ဇူးကိုကွေးပြီး ညာဘက်ခြေသလုံးကို ဘယ်ဘက် ဇူးပေါ်သို့ တင်ကာ သက်သာလိုသက်သာငြား စမ်းကြည့်ပါသည်။

ရှုမှတ်နေသောစိတ်၊ ပြင်းထန်စွာ ပေါ်လွင်နေသော ဝေဒနာ၊ အလူးအလဲ ဖြစ်နေသော ခန္ဓာကိုယ်တို့သည် သူသာ ငါနိုင် တိုက်ပွဲဝင်နေ သကဲ့သို့ ထင်နေရပါသည်။

ကျွန်တော်၏နေအိမ်မှ ဆေးရုံကြီးအရေးပေါ်ဌာန အတွင်းခန်းသို့ ရောက်သည့်တိုင်အောင် ပြင်းထန်လှသော ဝေဒနာတို့သည် ပေါ်လိုက်၊ အသိစိတ်ကလေးများသည်လည်း ပျောက်သွားလိုက်၊ ပတ်ဝန်းကျင်မှ ဆူညံသော အသံတို့သည် နားထဲဝင်လာလိုက်နှင့် တစ်လှည့်ဆီ ထိုအာရုံ ဆိုးများဆီသို့သာ ရောက်နေပါတော့သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ၌ ပြင်းထန်သော ဝေဒနာသည် ပေါ်လွင်နေပါသည်။

ကျွန်တော်သည် အခန်းနံပါတ်(၃)နှင့် (၄)တွင်ရှိ လွတ်နေသော ခုတင်တစ်နေရာပေါ်၌ ရောက်သွားပါသည်။

ခုတင်ပေါ်၌ လဲလျောင်းပြီး ခံစားမှုများနှင့် ပေါ်ရာအာရုံများကိုသာ စိုက်ပြီး ရှုမှတ်လျက်နေစဉ် ခွဲစိတ်အထူးကု ဆရာဝန်ရောက်လာပြီး ရောဂါဝေဒနာ၏ သမိုင်းဖြစ်စဉ်ကို ထပ်မံမေးမြန်းပါသည်။ မေးမြန်း ပြီးနောက် ဝမ်းဗိုက်ကို ဓါတ်မှန်ရိုက်ရန်အတွက် ဓါတ်မှန်ဌာနသို့ အလျင်အမြန် ခေါ်သွားရန် ဆရာမနှင့် သူနာပြုလက်ထောက်များအား စေခိုင်းလိုက်ပါသည်။

သူနာပြုနှင့် လက်ထောက်များသည် ဓါတ်မှန်ဌာနသို့ ကျွန်တော့်ကို ခေါ်ဆောင်သွားကြပါသည်။ စိုးရိမ်မှု၊ ကြောက်လန့်မှု၊ ပိုကြွေးမှု၊ ဒေါသထွက်မှုများ၊ လုံးဝပေါ်မလာပါ။ ဓါတ်မှန်ဌာန၌ ကျွန်တော်၏ ဗိုက်ကို ဓါတ်မှန်ရိုက်ပြီးသောအခါ ကျွန်တော်အူအလယ်ပိုင်းမှာ ပိတ်ဆို့ နေသည်ကို တွေ့မြင်ရပါသည်။ ဓါတ်မှန်ပါရဂူကလည်း အူအလယ်ပိုင်း ပိတ်လျက် နေသည်ဟုပင် မှတ်ချက်ရေးလိုက်ပါသည်။

သူနာပြုနှင့် လက်ထောက်များသည် ကျွန်တော့်အား အခန်းနံပါတ် (၃)နှင့်(၄)သို့ ပြန်ပြီးခေါ်ဆောင်သွားပါသည်။ ကျွန်တော်၏ ရောဂါ အကြောင်းကို သိရပါသည်။ အထူးခွဲစိတ် ကုသပေးသော ဆရာဝန်၌ ဝမ်းဗိုက်ကို ခွဲစိတ်ပြီး ပိတ်နေသော အူအစိတ်အပိုင်းကို ဖြတ်တောက်ကာ ပြန်ဆက်ရန် သို့မဟုတ် အူအခွေလိုက် ရစ်ပတ်နေလျှင်လည်း နေသားတကျဖြစ်အောင် ပြန်လည်ပြုပြင်ရန်၊ ကားထွက်နေသော အူအောက်ပိုင်းထဲသို့ ကြို့နေသော အူအလယ်ပိုင်းက တိုးဝင်နေခဲ့ လျှင်လည်း ပြန်လည် ဆွဲထုတ်ပေးရန်၊ ဝမ်းဗိုက်ကို ခွဲစိတ်ကြည့်ပြီးနောက် ဗိုက်အတွင်း နေရာအနှံ့အပြား၌ အမြစ်တွယ်လျက်နေသော ကင်ဆာ အကြိတ်များကို တွေ့မြင်၍ လှီးဖြတ် ဖယ်ရှားပစ်ရန် မဖြစ်နိုင် လျှင်လည်း မည်သို့မျှမလုပ်ဘဲ ဝမ်းဗိုက်ကို ပြန်လည်ပိတ်ပစ်ပေးရန် အခွင့်အရေးတို့ ရှိနေပါသည်။ ခွဲစိတ်ကုသပေးသည့်တိုင်အောင် ကျွန်တော်၏ အသက် မသေဘဲ ရောဂါပျောက်လိမ့်မည်ဟု အာမေခံနိုင်ပါ။ သတိကြီးစွာဖြင့် စွန့်စားပြီး ခွဲစိတ်ကုသသောအခါ တွေ့မြင်ရမည့် ဝမ်းတွင်းရှိ ရောဂါ အစိုင်အခဲများကို သူ၏ ဓါးလက်နက်ဖြင့် လှီးဖြတ်ပြီး အသက်ကို ကယ်နိုင်စွမ်းရှိလျှင် ကြိုးစားပြီး ကယ်တင်မည်။ မကယ်နိုင်လျှင်လည်း ဥပေက္ခာရှုလိုက်ရုံသာရှိတော့သည်။

ပါရဂူသည် ကျွန်တော့်ကို ခွဲစိတ်ကုသရန်အတွက် ဇနီးဖြစ်သူ၏ သဘောတူညီချက်ကို ယူပါသည်။ ကျွန်တော်၏ ဇနီးက ခွဲစိတ်ကုသပြီးမှ ဖြစ်စေ၊ ခွဲစိတ်ကုသရင်းဖြစ်စေ အကယ်၍ ကျွန်တော်သေဆုံးသွားခဲ့လျှင် အရေးမဆိုပါ။ ခွဲစိတ်ရန်ခွင့်ပြု သဘောတူညီသည့်အကြောင်းကို လက်မှတ် ရေးထိုးလိုက်ပါသည်။

ခွဲစိတ်အထူးကုဆရာဝန်က ကျွန်တော့်ကို ခွဲစိတ်ကုသရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါသည်။ ဇနီးဖြစ်သူကလည်း သဘောတူပြီးပါပြီ။ ကျွန်တော်သည် အိပ်ရာပေါ်၌ပင် မျက်စိမှိတ်လျက် ပေါ်လာသမျှ အာရုံတိုင်းကိုသာ ရှုမှတ်နေစဉ် ဆရာဝန်ကလေးနှင့် သူနာပြုဆရာမ ကလေးတို့သည် ကျွန်တော့်အနားသို့ ရောက်လာကြပြီး ဆရာဝန်ကလေးက ကျွန်တော်၏ နှာခေါင်းပေါက်ကလေးမှနေပြီး (Ryle's Tube) ရော်ဘာပိုက်ကလေးကို ကျွန်တော်၏ အစာအိမ်အတွင်းသို့ ရောက်အောင် ထိုးသွင်းလိုက်ပါသည်။ ရော်ဘာပြွန်ကလေး၏ တစ်ဘက်စွန်းသည် ကျွန်တော်၏ လည်ချောင်းသို့ ရောက်သွားရာ ကျွန်တော့်လည်ချောင်းအတွင်းမှာ တစ်ဆို့နေသည့် ခံစားမှုကို ကြုံတွေ့ရပါသည်။

ရော်ဘာပိုက်လုံးကလေးသည် လည်ချောင်းကို ကျော်လွန်ပြီး အစာရေမျိုလမ်းချောင်း (Oesophagus)ကို ဖြတ်ပြီး အစာအိမ်အတွင်းသို့ ရောက်ရှိသွားသောအခါ လည်ချောင်းအတွင်း၌ တစ်ဆို့နေ၍ အခံရခက်နေသည့် အရှိန်သည် လျော့ကျသွားသည်ကို သတိပြုမိပါသည်။ ကျွန်တော်၏စိတ်သည် နာနေသော ဝမ်းဗိုက်အပေါ်၌ ကျသည့်အခါလည်း ကျနေသည်။ လည်ချောင်းတွင်း၌ ခိုးလိုးခုလု ဖြစ်နေသည်ကိုလည်း သတိပြုမိပါသည်။

ထိုအာရုံတွေကြားထဲက ကျွန်တော်၏ လက်မောင်းမှနေပြီး (Dextrose with Saline) သကြားနှင့်ဆားရောစပ်ထားသော အရည် သွင်းရန်အတွက် ဆရာဝန်ကလေးသည် လက်မောင်းလယ်မှ သွေးပြန်ကြောထဲသို့ ချွန်ထက်သော အပ်ကလေး ထိုးသွင်းလိုက်၍ နာကျင်သော ဝေဒနာလေးကိုလည်း သိရပြန်ပါသည်။ အခန်းအတွင်းရှိ ပေါ်လာသမျှသော အာရုံဆိုးတို့သည် ပေါ်လာပြီးတိုင်း ပျောက်ကွယ်လျက် ရှိနေသည်ကိုသာ

တွေ့ရသည့်ကြားထဲက တာဝန်ခံအထူးကုဆရာဝန်သည် ည(၁၀)နာရီ အချိန်တွင် ကျွန်တော်၏ အိပ်ရာနားသို့ ရောက်လာကာ “ခွဲသင့်တဲ့ အကြောင်းတွေကတော့ရှိတာပဲ၊ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ (onservative Treatment)မခွဲဘဲနဲ့ စောင့်ကြည့်ချင်သေးတယ်၊ ခုနေခါမှာ (Suction and Replacement) အစာအိမ်အတွင်းမှ အပုပ်ရေတွေ စုတ်ထုတ်ရင်း လက်မောင်း သွေးပြန်ကြောထဲမှနေပြီး သကြားနှင့် ဆားရေတွေ သွင်းပေးသွားဦးမယ်။”

ကျွန်တော်သည် ခွဲစိတ်ကုဆရာဝန် ပြောဆိုသမျှတို့ကို နားထောင်လျက်သာနေပါသည်။ ကျွန်တော်က မည်သို့မျှ ပြန်မပြောပါ။ ဆရာဝန်ပင်ဖြစ်သော်လည်း ထိုအချိန်က လူမမာဖြစ်နေသဖြင့် ခွဲစိတ် ကုသသော ဆရာဝန်၏ ညွှန်ကြားချက်တို့ကို တစ်သွေမတိမ်း လိုက်နာရပါသည်။

မော်လိက်ပျောက်လိက်

ခွဲစိတ်အထူးကုဆရာဝန် ထွက်ခွာသွားသောအခါ တာဝန်ခံ ဆရာဝန်ကလေးသည် ကျွန်တော်၏ အစာအိမ်အတွင်းမှ ပုပ်ဟောင်ပြီး မစင်နဲ့ထွက်နေသော စိမ်းဖန့်ဖန့် အရေများကို စတင်ပြီး စုတ်ထုတ် ပစ်ပါတော့သည်။

မစင်နဲ့ထွက်နေသော ရေများကို ဖန်ပြန်ဖြင့် စုတ်ထုတ်ပြီးသည့် အခါတိုင်း ကျွန်တော့်အနားတွင်ရှိသော ဆရာဝန်ကလေးသည် (Kidney Tray)၏ ခွက်ကောက်ကလေးထဲသို့ စွန့်ပစ်နေပါသည်။ ခွက်ကောက် ကလေးထဲမှ ထွက်ပေါ်လာသော မစင်နဲ့လည်း ကျွန်တော်၏ နှာခေါင်း

ထဲသို့ ရောက်ရှိလာပါသည်။

နာနေသောဝမ်းဗိုက်၊ ခိုးလိုးခုလုဖြစ်နေသော လည်ချောင်း၊ မစင်နံ့ထွက်နေသော ခွက်ကောက်အတွင်းမှ အနံ့ဆိုးများ၊ ကျွန်တော်၏ ခုတင်ဘေးမှ တခြားလူမမာများ အော်သံ၊ ညည်းညူသံများကို ကျွန်တော်သည် တစ်မျိုးပြီးတစ်မျိုးတွေ့နေရပါသည်။ ခံစားရသမျှ ကြားရသမျှ နံရသမျှတို့သည် တစ်လှည့်စီ ပြန်ပြီးပျောက်လျက်သာ နေပါသည်။

ည (၁၁)နာရီအချိန်တွင် အထူးကုဆရာဝန်၏ ညွှန်ကြားချက်အရ ဆရာဝန်ကလေးသည် ကျွန်တော့် တင်ပါးကို အိပ်ဆေးထိုးပေး လိုက်ပြီးနောက် နာရီဝက်ခန့်ကြာသောအခါ တရားစဉ်ကို ရှုမှတ်နေရင်းက ကျွန်တော်သည် အိပ်ပျော်သွားပါသည်။

၁၉၆၆-ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ (၁၃)ရက်။ စနေနေ့နံနက်(၁၀း၃၀) အချိန်တွင် ကျွန်တော့်အား ပြုစုနေသော အထူးပြု သူနာပြုဆရာမ မဌေးမေကို တွေ့မြင်ရပါသည်။

ကျွန်တော်သည် သတိထားပြီး ဝမ်းဗိုက်ကို ပြန်လည်ရှုမှတ် ကြည့်သောအခါ နာကျင်သောဝေဒနာမှာ ယမန်နေ့ကကဲ့သို့ မဟုတ် တော့ပါ။ သိသိသာသာကြီး လျော့ကျသွားသည်ကို သတိပြုမိသွားပါသည်။ ကျွန်တော့်၏ နှာခေါင်းထဲမှာလည်း ရှင်းသွားသည်ဟု သိလာပါသည်။ တစ်ကိုယ်လုံးမှာလည်း နေသာထိုင်သာ ရှိလာပါသည်။

အစောင့်ဆရာမက “ညတုန်းကဆရာဝန်ကလေးတွေလာပြီး (၂)နာရီ တစ်ချိန်ကျ ဝမ်းထဲက အရေတွေကို သားရေးပိုက်လုံးကနေပြီး စုပ်ထုတ်ကြတယ်။ တော်တော်ကြာလျှင်လဲ သူတို့လာကြလိမ့်ဦးမယ်”ဟု ပြောပါသည်။



ကျွန်တော်သည် မှိန်းလျက်နေပါသည်။ ဆိုးဝါးသော ဒုက္ခ  
 ဝေဒနာမှာ တဖြည်းဖြည်းကုန်ဆုံးလိုက်လာပါသည်။ ကျွန်တော်၏  
 စိတ်သည် ငြိမ်းအေးလာပြီး ပတ်ဝန်းကျင်မှ အာရုံမျိုးစုံတို့သည်  
 ယမန်နေ့ကကဲ့သို့ ပေါ်ထွက်နေသော်လည်း ကျွန်တော်၏စိတ်သည်  
 ထိုအာရုံများကို ဥပေက္ခာပြုလျက် ရှုနိုင်နေနိုင်ပါသည်။

ညနေပိုင်း (၄)နာရီ အချိန်တွင် ကျွန်တော်၏ အိမ်သားများနှင့်  
 ဆွေမျိုးမိတ်သင်္ဂဟများသည် ဆေးရုံကြီးရှိ ကျွန်တော့်အား တင်ထားသော  
 လူနာခန်းသို့ ရောက်လာကြပါသည်။ မိတ်ဆွေများကို နှုတ်မဆက်နိုင်ပါ။  
 ပြုံးလျက်သာပြနိုင်ပါသည်။ ခံစားခဲ့ရသော ဝေဒနာဆိုးကြီးကြောင့်  
 အင်အားများမှာ ကုန်ခန်းသွား၍ အသံမှာ မထွက်တော့ပါ။ စကား  
 မပြောနိုင်၍ မှိန်းလျက်သာ နေရပါသည်။

ကိုယ်ပန်းစေ စိတ်မနှမ်းစေနဲ့

နောက်တစ်ကြိမ် မျက်စိကို ပြန်ဖွင့်ကြည့်ရာတွင် သာသနာရိပ်သာမှ  
 ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တပည့်များ ဖြစ်ကြသော  
 ဆရာတော်ဦးပဏ္ဍိတနှင့် ဆရာတော်ဦးဝေဒနတို့သည် ကျွန်တော်၏  
 အိပ်ရာဘေး၌ ရပ်နေကြသည်ကို တွေ့မြင်ရပြန်ပါသည်။ ဆရာတော်  
 ဦးပဏ္ဍိတသည် စက္ခုခြေကို ချထားရာမှ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက်သော  
 မျက်နှာတော်ကို တဖြည်းဖြည်းမော့ကာ ကျွန်တော့်ကို ကြည့်ရင်း  
 “ဒကာကြီး၊ ကိုယ်သာပန်းစေ စိတ်မနှမ်းစေနှင့်” ဟု သတိပေး ဆုံးမစကား  
 တစ်ခွန်းတည်းကိုသာ မိန့်ကြားပါသည်။

ဇနီးနှင့် သားသမီးများမှာ သောကမီးလောင်နေလျက် ရှိကြ ပါသေးသည်။ ဆွေမျိုးများနှင့် မိတ်ဆွေးများမှာလည်း စိုးရိမ်နေကြပါသည်။ ထူးခြားသည်မှာ ထိုအချိန်က ပူဆွေးနေကြသော မိတ်ဆွေအပေါင်းတို့ကို မြင်တွေ့နေရသော်လည်း ကျွန်တော်၏စိတ်မှာ မည်သို့မျှ မဖြစ်ပါ။

တရားတော်အရ “မြင်ကာမတ္တ” ဖြစ်နေသလားလို့ မပြောတတ်ပါ။ အရှင်မြတ်နှစ်ပါးသည် ကျွန်တော်၏ အိပ်ရာဘေးနားတွင် ရပ်တော်မူလျက် အန္တရာယ်ကင်း ပရိတ် တရားတော်များကို ရွတ်ဖတ်တော် မူကြပြီးနောက် သာသနာရိပ်သာသို့ ပြန်ကြွတော်မူကြပါသည်။

### ပျောက်သလောက်ရှိနေပါပြီ

ယမန်နေ့ညက ကြံတွေ့ခဲ့ရသော ဒုက္ခဝေဒနာကြီး ပျောက်သလောက် ရှိနေပါပြီ။ အမှတ်သတ်တို့သည်လည်း တိုးတက်ကောင်းမွန်လာ၍ အကွက်စေ့အောင် ရှုမှတ်နိုင်ပါသည်။ ဆေးရုံကြီး တောင်ဘက်ဆီမှ တိုက်ခတ်လာသော လေးအေးကလေး၏ ဒဏ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသော သုခဝေဒနာကလေးကိုပင် ရှုမှတ်ရပါသေးသည်။

အားလုံးသော ဆွေမျိုးမိတ်သင်္ဂဟတို့အား စိတ်ချမ်းသာစေရန် “ဒီနေ့ညနေပိုင်းမှာတော့ တော်တော်ကလေး သက်သာသွားပါပြီ” ဟု စကားတစ်ခွန်းသာ ပြောလိုက်ပြီး မျက်စိကို ပြန်မှိတ်ကာ ပေါ်လျက်ပင် ရှိနေသော သုခဝေဒနာကို ပြန်ပြီးရှုမှတ်လျက်သာ နေပါသည်။ ဧည့်သည်များ ပြန်သွားကြသောအခါ မိုးချုပ်စ ပြုနေပါပြီ။

သုခဝေဒနာကို ရှုမှတ်နေရသည်မှာ တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် ကောင်းလျက်သာနေပါသည်။ လည်ချောင်းထဲမှ ထုတ်မပစ်သေးသော

ရော်ဘာပိုက်လုံးကလေးကသာ လည်ချောင်းသားကို ကလိသလို ဖြစ်နေပါသည်။ တံတွေး မျိုလိုက်လျှင်လည်း ငါးရိုးမျက်သလို ဖြစ်နေပါသည်။

### သက်သာလာပြီ

ခွဲစိတ်အထူးကုဆရာဝန်သည် ညပိုင်းတွင် ကျွန်တော်ထံသို့ ရောက်လာပြီး ကျွန်တော်၏ အခြေအနေကို မေးမြန်းပြန်ရာ ကျွန်တော်သည် ရှုမှတ်နေသော တရားကိုဖျက်လျက် “အတော်ကို သက်သာသွားပါပြီဆရာ၊ လည်ချောင်းထဲမှာ ရှိနေသေးတဲ့ ရော်ဘာပိုက်လုံးကလေးကြောင့် အခံရခက်နေတာလောက်ဘဲ ရှိပါတော့တယ်”ဟု ပြန်ပြောလိုက်ပါသည်။ အူလမ်းကြောင်းပိတ် ဝေဒနာဖြစ်၍ ရော်ဘာပိုက်လုံးကလေးကို အစာအိမ်အတွင်းမှ ဆွဲထုတ်ပစ်ရန် မဖြစ်နိုင်သေးပါ။

အစာအိမ်အတွင်း၌ နောက်ထပ်အိုင်ထွန်းလာမည့် အပုပ်ရေများကို စုပ်ထုတ်ပစ်ရန် ထားနေရပါသေးသည်။

တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် ရောဂါသက်သာလာသည်ဟု ထင်ရသော်လည်း တကယ့်အခြေအနေမှာ မကောင်းလှသေးပါ။ စနေနေ့ည ကုန်ခဲ့ပြန်ပါသည်။

နောက်တစ်နေ့ နံနက်ပိုင်းအချိန်တွင် ခွဲစိတ်အထူးကု ဆရာဝန်သည် ကျွန်တော်၏မျက်နှာနှင့် လက်ချောင်းကလေးများမှာ ပြာနှမ်းနေသည်ကို တွေ့မြင်သွားပါသည်။

အထူးကုဆရာဝန်သည် ပိုပိုရိုးရိမ်ပြီး ဝမ်းဗိုက်ကိုခွဲရကောင်းမလား မခွဲရကောင်းမလားနှင့် ချီတုံချတုံ ဖြစ်သွားပါတော့သည်။ ဆရာဝန်သည်

ကျွန်တော့်အနားတွင် ရပ်လျက်၊ နက်နက်နဲနဲ တွေးတောနေပါသည်။ ကျွန်တော့်မှာမူ ဆရာဝန်ကို တစ်ချက်မျှ စိုက်ကြည့်ပြီးနောက် မျက်စိကို အသာကလေး ပြန်မှိတ်ကာ တရားကိုပင်ပြန်ပြီး ရှုမှတ်နေပါသည်။ အတန်ကြာမှ ဆရာဝန်သည် လူတစ်ယောက်အသက်ကို အထူးတန်ဖိုးထားသူဖြစ်သည့်အလျောက် သူ၏မိခင်ကို မသုံးဘဲ စွန့်ပြီး အရေထုတ်ဆေးသွင်းပြီး ကုသရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါသည်။

“ဒီလိုဘဲထားပါဦးမယ်၊ တဖြည်းဖြည်း သက်သာသွားပါလိမ့်မယ်” ဟု ပြောပြီး ပြန်ထွက်သွားပါသည်။

တနင်္ဂနွေနေ့ ညနေပိုင်းအချိန်တွင် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယဆရာတော်(၄)ပါးနှင့် ကြွရောက်လာပါသည်။

### ဇောဇ္ဈင်တရားတော်

ထိုအချိန်ထိ ကျွန်တော်၏ရပ်မှာ ပျက်နေပါသေးသည်။ လက်ချောင်းဖက်လေးများမှာလည်း ပြာနှမ်းလျက်ပင် ရှိပါသေးသည်။ နံနက်ပိုင်းက ကျွန်တော်ထံသို့ ရောက်လာကာ ကျွန်တော်၏ လက်ချောင်းကလေးများကိုကိုင်လျက် အထူးကုဆရာဝန်က “ဒီလက်တွေက အစတည်းက ဒီလိုဘဲလား” ဟု မေးမြန်းလိုက်မှ ကျွန်တော် သတိပြုမိသွားပါသည်။ လက်များမှာ တကယ်ပြာနှမ်းနေသည်ကို တွေ့မြင်ရပါသည်။

ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဇောဇ္ဈင်သုတ် တရားတော်ကို ဟောပြောပြီးနောက် ကျွန်တော်ရှုမှတ်ရင်းဖြစ်သော တရားတော်ကိုသာ

ဆက်လက်ရှုမှတ်ရန် သတိပေးဆုံးမစကားပြောပြီး ပြန်ကြွသွားပါသည်။ ကျွန်တော်၏ ဝေဒနာအတွက် လာရောက် မေးမြန်းကြသော အိမ်သားများနှင့် ဆွေမျိုးအားလုံးတို့သည်လည်း နေအိမ်များသို့ အသီးသီး ပြန်သွားကြပါသည်။

ညပိုင်းအချိန်တွင် အထူးကုဆရာဝန်သည် ကျွန်တော်တို့ထံသို့ ထပ်မံ ရောက်လာပြီး စမ်းသပ်ကြည့်ပြန်သောအခါ အံ့အားသင့်သွား ပါသည်။ စိတ်အားတက်ကြွစွာနှင့်ပင် “မခွဲရတော့ဘူး၊ ဒီအတိုင်းနဲ့ဘဲ ပျောက်ပါလိမ့်မယ်” ဟု ပြောပြပါသည်။

ထိုနေ့ည (၁၀)နာရီတွင် အခန်းတွင်း၌ တာဝန်ကျသော ဆရာဝန်ကလေးသည် ရော်ဘာလုံးကလေးကို ကျွန်တော်၏ နှာခေါင်းထဲမှ ထုတ်ယူပစ်လိုက်သောအခါ ကျွန်တော့မှာ ပိုမိုပြီး နေသာထိုင်သာ ရှိသွားပြန်ပါသည်။

သောကြာနေ့ည(၁၀)နာရီမှစပြီး တနင်္ဂနွေနေ့ည (၁၀)နာရီ တိုင်အောင် ရေတစ်စက်မျှ မသောက်ခဲ့ရ၍ ကျွန်တော်၏လည်ချောင်းမှာ ပူပြီး ခြောက်သွေ့လျက်ရှိနေရာ ရေခဲရေသောက်ခွင့်ကို ရရှိသွားသည်နှင့် တပြိုင်နက် ကျွန်တော့်မှာ လန်းဆန်းသည်ထက် လန်းဆန်းလာပါသည်။ လည်ချောင်းမှာလည်း ခြောက်သွေ့နေရာမှ စိုပြည်လာပါသည်။ အလှည့်ကျ ဆရာဝန်သည် အထူးကုဆရာဝန်၏၊ ညွှန်ကြားချက်အရ ထိုည၌ အိပ်ဆေးထိုးပေးသဖြင့် တရားမမှတ်နိုင်တော့ဘဲ အိပ်ပျော်သွားပါတော့သည်။

ဤသို့နှင့် ကျွန်တော်သည် သေဘေးမှ လွတ်မြောက်ခဲ့ရပါသည်။

တစ်ချိန်က စွဲမြဲအားထုတ်ခဲ့သော တရားတော်သည် ကျွန်တော်နှင့် သေရမည့်အချိန်တွင် သက်သာခွင့်ရရန် များစွာ အကျိုးပြုပေးသည်ကို သိရှိသွားပါသည်။ ဝေဒနာပြင်းစွာ ခံစားနေချိန်၌ ကျွန်တော်ရှုမှတ်သော တရား၏ အထောက်အပံ့သာ မရဘဲ ကျွန်တော်၏ စိတ်သည် စွဲလမ်းစရာ အာရုံတစ်ခုခု၏အပေါ်၌ ကျရောက်နေခဲ့လျှင် ထိုရောဂါနှင့်ပင် သေဆုံး သွားရသောအခါ ကျွန်တော်သည် စက်ဆုပ်စရာကောင်းသော ဘဝ တစ်ခုခုသို့ ရောက်သွားပေလိမ့်မည်ဟု ထင်မိပါသည်။

ယခုသော် မွန်မြတ်သော တရားတော်ကို အားထုတ်ထား၍ သေခါနီးအချိန်တွင် ကျွန်တော့အတွက် တရားသည် ထောက်တည်ရာ ဖြစ်ရပါသည်။ ယခုအခါတွင် ကျွန်တော်သည် တရားစစ်တရားမှန်ကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ရမည်ဟု နှစ်ထောင်းအားရ ဖြစ်နေပါသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် စားဝတ်နေရေးဖြစ်သည့် လူမှုရေးကိစ္စ၊ သားရေး၊ မယားရေးကိစ္စနှင့်ပင် အချိန်ကုန်နေကြပါသည်။ အချိန်ကုန် နေသည့်ကြားထဲက အနည်းဆုံး တစ်နေ့လျှင် (၁)နာရီကြာမျှ ဝိပဿနာ တရားတော်ကို အားထုတ်ကြည့်ကြလျှင် ထူးမြတ်သော တရားကို တွေ့နိုင် ကြလိမ့်မည်ဟု ထင်ပါ၍ တရားတော်ကို အားထုတ်ကြည့်ခမ်းပါဟု တိုက်တွန်းလိုပါသည်။

သို့သော်ဆရာသမားကောင်းကို မဆည်းကပ်ဘဲနှင့် အားထုတ်လို မဖြစ်သေးပါ။ ဆရာသမားကောင်းကို နှိပ်ဆည်းကပ်ပြီး တရားအားထုတ်မှ သာလျှင် အကျိုးသက်ရောက်မည်ဖြစ်ကြောင်းကို ဖော်ပြလိုပါသည်။

အရိယာဝါသတရားတော်ကြီးကို ပုံနှိပ်လှူဒါန်းရန် ခွင့်ပြုတော် မူသော ကျေးဇူးရှင် အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ဆရာတော်ဘုရားကို ဦးထိပ်ထား၍ စာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အကူအညီပေးကြသော မင်္ဂလာ ဦးအောင်မြင့်၊

သာသနာ့ရိပ်သာ ဆွမ်းစားကျောင်းတာဝန်ခံ ဒေါ်အေးကြည်နှင့် တူမဖြစ်သူ အတွင်းဝန်ရုံးဟောင်း အမျိုးသားစီမံကိန်းဌာနမှ လက်ရေး တိုစာရေး မနုနုတို့အား ကျေးဇူးတင်ပါသည်ဟူသည့်အကြောင်း မှတ်တမ်း တင်ရင်း ဤနိဒါန်းကြီးကို အပြီးသတ်ပါသတည်း။

အမှာ-[ ]ဤထောင့်ကွင်းတွင်းရှိ အကြောင်းအရာတို့မှာ စတုတ္ထအကြိမ် ပုံနှိပ်စဉ်က ထပ်မံဖြည့်စွက် ပုံနှိပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မြင့်ဆွေ

ဝဏ္ဏကျော်ထင် ဒေါတာ ဦးမြင့်ဆွေ  
ဆဋ္ဌသံဂါယနာသံဃုပဋ္ဌာက မဟာဘိသက္က  
သာသနာ့ရိပ်သာ အကျိုးဆောင်ဆရာဝန်

# အရိယာဝါသ တရားတော်ကြီး

(၂၄-၈-၉) ပထမ-ည

တရားပလ္လင်ခံ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ဒီကနေ့ည ဘုန်းကြီးဟောဖို့ တရားကတော့ ဆောင်ပုဒ် စာရွက် ကလေးထဲမှာ ပါတဲ့အတိုင်း အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား ထားတဲ့ အရိယာဝါသ တရားတော်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့က တရား ဟောလို့ရှိရင် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ သုတ်ကလေး တိုတို ဖြစ်ဖြစ်၊ ရှည်ရှည်ဖြစ်ဖြစ်၊ တစ်ခုခုကို ပလက္ခင်ခံအနေနဲ့ ရှေးဦးစွာမူတည်ပြီး ဟောလေ့ရှိပါတယ်။ အဲဒီလို သုတ်ပါဠိရင်းကို မူမတည်ဘဲ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားတဲ့ အနက်အဓိပ္ပါယ်လောက်သာ ယူပြီးတော့ အလွတ် သက်သက် ဟောရင်လည်း ဖြစ်တော့ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင် ဟောထားခဲ့တဲ့ သုတ်ပါဠိ ရင်းကို ပလ္လင်ခံပြီး ဟောလိုက်ရတာက ပိုပြီးတော့ လေးလေးနက်နက်ရှိတယ်လို့ ဘုန်းကြီးတို့ စိတ်ထဲမှာ ယူဆထားပါတယ်။



သုတ်ဆိုတာ မျဉ်းကြိုးပဲ

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတဲ့ တရားတော်တွေကို (သုတ္တ)သုတ်-  
 လို့ ခေါ်ပါတယ်။ (သုတ္တ) သုတ်ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားမှာ အနက်အဓိပ္ပါယ်  
 အမျိုးမျိုးရှိပါတယ်။ အဲဒီ အမျိုးမျိုးထဲမှာ အထူးစိတ်ဝင်စားစရာကောင်းတဲ့  
 အနက် အဓိပ္ပါယ်ကလေးတစ်ခုကတော့ ဘာလဲဆိုရင် သုတ္တ-ဆိုတာဟာ  
 မျဉ်းကြိုးပါပဲတဲ့။ မျဉ်းချတဲ့ကြိုးပေါ့။ လက်သမားဆရာများဟာ သစ်သားကို  
 ပြုပြင်တော့မယ်၊ ခုတ်တော့ ရွေ့တော့မယ်၊ ခွဲစိတ်တော့မယ်ဆိုရင်  
 ရှေးဦးစွာ မျဉ်းကလေးချရတယ်။ အဲဒါကတော့ ထင်ရှားပါတယ်။  
 အများပဲမြင်ဖူးနေကြမှာပါ။ အဲဒီလို မျဉ်းကြောင်းကလေးချပြီးတော့ အဲဒီ  
 မျဉ်းကြောင်း ကလေးအတိုင်း ခုတ်ရ၊ ရွေ့ရတယ်၊ ခွဲစိတ်ပြုပြင်ရတယ်။  
 လက်သမားဆရာဟာ “ငါ ကျွမ်းကျင်နေတာပဲ။ မျဉ်းချဖို့မလိုပါဘူး။”  
 ဆိုပြီးတော့ မျက်မှန်းနဲ့ရမ်းဆပြီး ခုတ်လိုက်ရွေလိုက်၊ ခွဲစိတ်လိုက်ရင်  
 မလိုတဲ့နေရာတွေ ရောက်ပြီးတော့ ပျက်စီးလည်းသွားတတ်တယ်။ မျဉ်းချပြီး  
 ရွေ့၊ ခုတ်၊ ခွဲ၊ စိတ်ပြုပြင်ရင်တော့ အပျက်အဆီးမရှိပဲ ကိုယ်အလိုရှိတဲ့  
 အတိုင်း အချိုးတကျ ဖြစ်နိုင်တော့ အဲဒီမျဉ်းကလေးအတိုင်းလိုက်ပြီး ရွေ့၊  
 ခုတ်၊ ခွဲ၊ စိတ် ပြုပြင်ကြရပါတယ်။

သာသနာ့ မျဉ်းကြောင်းကလေး

မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်မှာလဲ အဲဒါလိုပါပဲ။ မြတ်စွာ  
 ဘုရား၏ အဆုံးအမဩဝါဒ သုတ်တရားတော်ဟာ တရားကို ကျင့်လိုတဲ့  
 သူတွေအတွက် မျဉ်းကြောင်းပါပဲ။ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အဲဒီ  
 သတ္တမအကြိမ်

တရားမျဉ်းကြောင်းကလေးအတိုင်းပဲ လိုက်ပြီးတော့ ကျင့်ရပါတယ်။

တရားမျဉ်းကြောင်းကလေးတွေ ချထားပုံကတော့ သီလကို ဘယ်လို ကျင့်ရမယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက မျဉ်းကြောင်းကလေး ချထားခဲ့တယ်။ မျဉ်းကြောင်းကလေးအတိုင်းပဲလိုက်ပြီး သီလကိုကျင့်ရတယ်။ သီလကို ကိုယ့်ဟာကိုယ် တစ်မျိုးတစ်မည် ထွင်ပြီးတော့ မကျင့်ရဘူး။ မြတ်စွာဘုရားက ငါးပါးသီလကို သတ်မှုမှ ကြဉ်ရှောင်ခြင်း၊ ခိုးမှုမှ ကြဉ်ရှောင်ခြင်း စသည်ဖြင့် ဟောထားခဲ့တယ်။ အဲဒီ ငါးပါးသီလကို အဲဒီ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်းပဲ ကျင့်ရတယ်။ အဲဒီ ငါးပါးထဲက နတ်ပယ်ပြီးတော့ လေးပါးသီလ၊ သုံးပါးသီလ၊ စသည်ဖြင့်ဖြစ်စေ မလိုတာကို ထည့်ထွန်းပြီးတော့ ခြောက်ပါးသီလ၊ ခုနစ်ပါးသီလ စသည် ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ဒီလို အသစ်အဆန်းထွင်ပြီးတော့ မကျင့်ရဘူး။ ပြီးတော့ သမာဓိ ဘာဝနာကို ဘယ်လိုပွားများရမယ်ဆိုတာကိုလဲ။ အဲဒီမျဉ်းကြောင်း ကလေးအတိုင်းပဲ သမာဓိဘာဝနာကို ပွားများရတယ်။ သမာဓိကမ္မဋ္ဌာန်းက အမျိုးစေ့ပေါင်း (၄၀) ရှိတယ်။ အဲဒီအတိုင်း မဟုတ်ပါဘဲနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်း (၅၀)၊ (၆၀)၊ (၇၀) စသည်ဖြင့် ဒီလိုမဟုတ်တာတွေ တစ်မျိုးတစ်မည် အသစ်အဆန်း မထွင်ရဘူး။ ပြီးတော့ ပညာဘာဝနာကို ဘယ်လိုပွားစေရမယ်ဆိုတာကိုလဲ မြတ်စွာဘုရားက မျဉ်းကြောင်းကလေး ချထားခဲ့တယ်။ အဲဒီပညာဘာဝနာ မျဉ်းကြောင်းတွေကတော့ အများကြီးပါပဲ။ ခန္ဓာငါးပါးနဲ့လဲ မျဉ်းကြောင်းတွေ ချထားခဲ့တာရှိတယ်။ အာယတနနဲ့လဲ ချထားခဲ့တာရှိတယ်။ ဓါတ်နဲ့လဲ ချထားခဲ့တာရှိတယ်။ သစ္စာနဲ့လဲ ချထားခဲ့တာရှိတယ်။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့လဲ ချထားခဲ့တာရှိတယ်။ နာမ်ရုပ်နဲ့လဲ ချထားခဲ့တာရှိတယ်။ အများကြီးပါပဲ။ အဲဒီမျဉ်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် တစ်ခုခုနဲ့ညီညွတ်အောင် လိုက်ပြီးတော့ ကျင့်ရတယ်။ ဒီလိုမျဉ်းကြောင်းနဲ့ အလားတူတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားဟောထားတဲ့

တရားဒေသနာတွေကို (သုတ္တ)သုတ်-လို၊ ခေါ်ပါတယ်တဲ့။

ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့က တရားဟောတော့မယ်ဆိုလို့ ရှိရင် (သုတ္တ) သုတ်ဆိုတဲ့ မျဉ်းကြောင်းကလေးကို ရှေးဦးစွာ ချရတယ်။ တချို့က စာရေးတဲ့အခါမှာ မျဉ်းကြောင်းမရှိဘဲ ရေးရင်လဲ ဖြောင့်အောင် ရေးနိုင်တယ်လို့ ကိုယ့်လက်ကို ယုံကြည်ပြီးတော့ မျဉ်းလွတ်ရေးကြတယ်။ အဲဒီလိုရေးတာဟာ ဖြောင့်တန်သလောက်တော့ ဖြောင့်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် မျဉ်းချပြီးရေးတာလောက်တော့ မသေချာဘူး။ စိတ်လဲမချရဘူး။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ တရားမျဉ်းကြောင်းချတဲ့ အလေ့အထ ပြုလုပ်ထားပါတယ်။ ဒီကနေ့ညတရားပွဲမှာ ဟောဖို့ချမည့် တရားမျဉ်းကလေးကတော့ **အရိယာဝါသသုတ် တရားတော်**တဲ့။ ဒီအမည်ကတော့ ဆောင်ပုဒ်စာရွက်ကလေးတွေ ဝေထားလို့ စောစောကတည်းက သိပြီးသား။ ဖြစ်နေကြပါတယ်။ နောင်လဲ မမေ့အောင် အဲဒီဆောင်ပုဒ် စာရွက်ကို ရိုရိုသေသေ သိမ်းထားကြရမယ်။ အိမ်ရောက်တဲ့အခါကြတော့ မရှိမသေနဲ့ အကြီးအကြားညှပ်ပြီးမထားရဘူး။ အဲဒီ ဆောင်ပုဒ်တွေဟာ ပိဋကတ်စာတွေ၊ တရားတော်တွေပဲ။ မြတ်စွာဘုရားဟောထားတဲ့ တရားတော်တွေကို လွယ်လွယ်နဲ့ ဆောင်မှတ်ထားရအောင်လို့ ဘုန်းကြီးက အကျဉ်းချုံးပြီးတော့ ထုတ်ပြထားတာ။ ဒါကြောင့် ရိုရိုသေသေ သိမ်းထားကြရမယ်။ နောင်အလိုရှိတဲ့အခါ ထုတ်ပြီးကြည့်ရင် ယခု ဘုန်းကြီးဟောထားတဲ့ တရားတွေဟာ ပြန်ပြီးတော့ ပေါ်လာမယ်။ အဲဒီ မြတ်စွာဘုရားဟောထားတဲ့ အရိယာဝါသ တရားမျဉ်းကြောင်း ကလေးတွေကို ဘုန်းကြီးက ရှေးဦးစွာ ပါဠိလိုပဲ ရွတ်ပြီး မျဉ်းချလိုက်မယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဒီအတိုင်းပဲဟောခဲ့လို့ နှလုံးသွင်းပြီး အဲဒါကို ရိုရိုသေသေ နားထောင်ကြ။

သတ္တမအကြိမ်

### အရိယာဝါသ တရားမျဉ်းကြောင်း

ဒေသ ယိမေ ဘိက္ခုဝေ အရိယာဝါသာ၊ ယေ အရိယာ  
အာဝသီသုဝါ အာဝသန္တိ ဝါ အာဝသီဿန္တိ ဝါ။

ဘိက္ခုဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဣမေ အရိယာဝါသာ-အရိယာတို့၏  
စံနေရာဖြစ်သော ဤအရိယာဝါသ တရားတို့သည်၊ ဒေသ-ဆယ်ပါးတို့  
ပေတည်း၊ ယေ-ယင်းဆယ်ပါးသော အရိယာတို့၏ စံနေအိမ်တရား  
တို့ကို၊ အရိယာ-အရိယာသခင် အရှင်မြတ်တို့သည်၊ အာဝသီ သု ဝါ-  
ရှေးအခါ ကာလကလဲ မှီဝဲနေထိုင်ခဲ့ကြ၊ သီတင်းသုံး စံနေခဲ့ကြကုန်ပြီ၊  
အာဝသန္တိ ဝါ-ယခု ပစ္စုပ္ပန်ကာလ၌လဲ စံနေဆဲဖြစ်ကုန်၏၊ အာဝသီဿန္တိ  
ဝါ-နောင်အခါ ကာလ၌လဲ မှီဝဲ စံနေကြပေကုန်လတ္တံ့။

### အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်ရှုစိမ်းပါး

အရိယာတို့၏ မှီဝဲနေထိုင်ရာ စံနေရာဌာနကို အရိယာဝါသလို့  
ခေါ်ပါတယ်၊ အရိယာ-ဆိုတာက အရိယာပုဂ္ဂိုလ် ရှုစိမ်း၊ အာဝါသ-  
ဆိုတာက စံနေရာအိမ်၊ အရိယာဝါသ-အရိယာတို့၏ စံနေရာအိမ်ပေါ့၊  
အရိယာပုဂ္ဂိုလ် ရှုစိမ်းဆိုတာ သောတာပတ္တိမဂ်ပုဂ္ဂိုလ်၊ သကဒါဂါမိမဂ်  
ပုဂ္ဂိုလ်၊ အနာဂါမိမဂ်ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ဒီလို မဂ်ပုဂ္ဂိုလ်က လေးပါး၊ သောတာပန်  
ပုဂ္ဂိုလ်၊ သကဒါဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်၊ အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်၊ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်လို့ ဒီလို  
ဖိုလ်ပုဂ္ဂိုလ်က လေးပါး၊ ပေါင်း၊ ရှုစိမ်း၊ အဲဒါဟာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ် ရှုစိမ်းပဲ၊  
ဒီအထဲမှာ မဂ်ပုဂ္ဂိုလ်လေးပါးဆိုတာကတော့ ပုဂ္ဂိုလ်အရေအတွက်  
အားဖြင့်သာ ဖော်ပြရပါတယ်၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ပုဂ္ဂိုလ်အရေ

အတွက်အားဖြင့်သာ ခဲယဉ်းပါတယ်။ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ပဲလို့ အထင်အရှား ညွှန်ပြဖို့ကတော့ ခဲယဉ်းပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ မဂ်ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အသက်တမ်း အချိန်ကာလက စိတ်ကလေး တစ်ကြိမ်မျှ ရှိလို့ပါပဲ။ ဝိပဿနာရှုနေတဲ့သူဟာ ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်ပြည့်စုံတဲ့အခါ ကျတော့ အရိယမဂ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့မြင်သွားတယ်။ အဲဒီ တွေ့မြင်တဲ့အချိန်က ဘယ်လောက်ကြာသလဲ လို့ဆိုရင် စိတ်ကလေး တစ်ကြိမ်မျှသာရှိတယ်။ တစ်မိနစ်လဲ မကြာဘူး။ မိနစ်ဝက်လဲမကြာဘူး။ တစ်စက္ကန့်တောင်ကြာဖို့ရာ မရှိပါဘူး။ အဲဒီလို တစ်ခဏကလေးပဲ ဘာမျှမကြာဘူး။ အဲဒီစိတ် တစ်ချက်မျှ တစ်ခဏကလေးတွင်း နိဗ္ဗာန်ကို မြင်ဆဲအခိုက်အတန့် ကလေးမျှပဲ။ အဲဒီအခိုက်အတန့် ကလေးမှာ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ကို မဂ်ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ အရိယမဂ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မြင်ပြီးတဲ့ အခြားမဲ့မှာပဲ မဂ်နဲ့ အလားတူ အရိယာဖိုလ်စိတ်တရား ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ အဲဒီဖိုလ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အချိန်က စပြီးတော့ ဖိုလ်ပုဂ္ဂိုလ်လို့ခေါ်ရတယ်။ ဒီတော့ အကျဉ်းချုပ် ပြောရမယ်ဆိုလို့ ရှိရင် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဖိုလ်ပုဂ္ဂိုလ် လေးပါးပဲ ထင်ရှားညွှန်ပြနိုင်တယ်။ ထင်ရှားလဲ တွေ့နိုင်တယ်။ အဲဒါကို ယခု တရားနာပရိသတ်တွေလဲ အများအားဖြင့် သိပြီးသားတွေပဲ ဖြစ်နေပါတယ်။ သို့သော်လည်း တရားဒေသနာအစဉ်က ရောက်လာတော့ သိပြီးသားတွေကိုလဲ ဘုန်းကြီးတို့က ရှင်းလင်းဟောပြုရတာပဲ။ သိပြီးသားတွေပဲ ဆိုပြီးတော့ မဟောဘဲ ချန်ထားခဲ့ရင် အဲဒါတွေက ဟာပြီးတော့ လိုနေ တတ်တယ်။ ဒါကြောင့် သိပြီးသားတွေကိုလဲ နည်းနည်းတော့ ပြောသွား ရသေးတာပဲ။

### အရိယာတို့၏ ခံနေအိမ်

ရှေးရှေးတုန်းက အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဘယ်မှာနေကြသလဲ ဆိုရင် အရိယာဝါသလို့ခေါ်တဲ့ အရိယာတို့၏ ခံနေအိမ်မှာနေကြတယ်။ ဥပမာ-ယခု လူဝတ်ကြောင် ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဘယ်မှာနေကြသလဲဆိုရင် ကိုယ့်အိမ်မှာ ကိုယ်နေကြတာပေါ့။ ရှင်ရဟန်းတွေကဘယ်မှာနေကြ သလဲဆိုရင် ကိုယ့်ကျောင်းမှာ ကိုယ်နေကြတာပေါ့။ အဲဒါလိုပဲ။ အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာလဲ ဘယ်မှာ နေကြသလဲဆိုရင် အရိယာတို့၏ ခံအိမ်မှာ နေကြတယ်။ ရှေးတုန်းက အရိယာတွေလဲ အရိယာတို့၏ ခံနေအိမ်မှာ နေကြတယ်။ **ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား** မပွင့်မီ ရှေးကပွင့်တော်မူခဲ့တဲ့ **ကဿပမြတ်စွာဘုရား** လက်ထက်က ကဿပ မြတ်စွာဘုရားနှင့်တကွ တပည့်သားအပေါင်းတွေ အများကြီးရှိတယ်။ အဲဒီ အရိယာတွေလဲ အရိယာဝါသလို့ခေါ်တဲ့ အရိယာတို့၏ ခံနေရာ တရားကြီးတွေမှာလဲ နေသွားကြတယ်။ အဲဒီထက် ရှေးကျတဲ့ **ကောဏာဂုံမြတ်စွာဘုရား**။ အဲဒီထက် ရှေးကျတဲ့ **ကကုသန် မြတ်စွာ ဘုရား** စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ။ အဲဒီလို ရှေးလျှောက်ပြီး လိုက်သွားရင် ပွင့်တော်မူခဲ့ကြတဲ့ ဘုရားအဆူဆူ တွေဟာ မရေမတွက်နိုင်အောင် အများကြီးပဲရှိပါတယ်။ အဲဒီ မြတ်စွာဘုရား တွေရယ် အဲဒီ မြတ်စွာဘုရား တို့၏ တပည့်သာဝကတွေရယ်။ ဒီအရိယာတွေ အားလုံးဟာ ဘယ်မှာနေသွားကြသလဲလို့ ဆိုရင် ဒီအရိယာဝါသ တရားတော်ကြီးတွေမှာပဲ နှိပ်ပြီး သီတင်းသုံးနေထိုင်သွားကြပါတယ်။ ယခု **ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏** လက်ထက်မှာလဲ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားနှင့်တကွ တပည့်သားတွေ အများကြီးရှိကြပါတယ်။ ဒါက ပစ္စုပ္ပန်ခေတ်ပေါ့။ ဒီပစ္စုပ္ပန်ခေတ်ကြီးမှာ ရှိကြတဲ့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာလဲ ဘယ်မှာ

သီတင်းသုံး နေထိုင်ကြ သလဲဆိုရင် ဒီအရိယာဝါသ တရားတွေမှာပဲ သီတင်းသုံးနေထိုင် ကြရပါတယ်။ နေကြတုန်း၊ နေကြဆဲပေါ့၊ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်က ယခုလဲတည်ဆဲ၊ နောင်လဲတည်သွားဦးမှာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ယခုဘုရားလက်ထက်က အရိယာတွေကတော့ ဒီအရိယာဝါသ တရားတွေမှာနေတုန်း နေဆဲလို့ ဆိုရတယ်။ နောင် အရိမေတ္တယျမြတ်စွာ ဘုရားမှစပြီး ပွင့်တော်မူကြမည့် မြတ်စွာဘုရား အဆူဆူနှင့်တကွ တပည့် သာဝက အရိယာတွေ မရေမတွက်နိုင်အောင် များစွာပဲရှိကြပါတယ်။ အဲဒီ အရိယာတွေလဲ ဘယ်မှာနေကြသလဲဆိုရင် အရိယာဝါသတရား တွေမှာပဲနေကြမယ်။ အဲဒါကြောင့် ဒီတရားတွေကို အရိယာဝါသ အရိယာတို့၏စံနေအိမ်လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ အဲဒီ တရားတွေဟာ (၁၀)ပါးရှိပါတယ်။ အဲဒါတွေကို ယခုလို ထုတ်ဖော်ပြီး ဟောထားပါတယ်။

### အရိယာဝါသ (၁၀)ပါး ခေါင်းစဉ်ပါဠိ

ကတမေ ဒသ၊ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ပဉ္စင်္ဂိပ္ပဟီနော ဟောတိ  
 ဆဠင်္ဂသမန္ဓာဂတော ဧကာရက္ခော စတုရာပသေသနော ပဏုန္ဒပစ္စေက  
 သစ္စော သမဝယသဋ္ဌေသနော မနောဝိလသကံပေါ ပဿဒ္ဓိကာယ  
 သင်္ခါရော သုဝိမုတ္တစိတ္တော သုဝိမုတ္တပညော။

ဒါက အရိယာဝါသတရား (၁၀)ပါးရဲ့ ခေါင်းစဉ်ပါဠိပဲ။ တော်တော်ကြာမှ မြန်မာလို ခေါင်းစဉ်ကလေးလဲ ထုတ်ပြမယ်။ ယခုတော့ ပါဠိခေါင်းစဉ် ကလေးကိုပဲ ဘုရားဟောထားတဲ့ မူရင်းအတိုင်း မှည့်ကလေး ချပြပါတယ်။ အလွန်လဲကောင်းပါတယ်။ ပါဠိကို နားလည်ရင် ဒီပါဠိ သံကလေးတွေ ကြားရတာကို အင်မတန်ကောင်းပါတယ်။ ဘုန်းကြီးရဲ့

သတ္တမအကြိမ်

တပည့်ယောဂီတွေထဲက ပါဠိလဲ အတော်အတန်ကောင်းပါတယ်။ ဘုန်းကြီးရဲ့ တပည့်ယောဂီတွေထဲက ပါဠိလဲ အတော်အတန်တတ်တဲ့ အချို့ယောဂီတွေမှာ ဘုန်းကြီးတို့က ပါဠိ ရွတ်ပြီး ဟောလိုက်ရင် သူ့ကိုယ်ထဲမှာ ဖြိုးဖြိုးဖျင်းဖျင်းနဲ့ ပီတိတွေ ဖြစ်ဖြစ်သွားကြပါတယ်တဲ့။ ဟိုတုန်းက ဘုရားကိုယ်တော်တိုင်ဟောတဲ့ ပါဠိသံကိုများ ကြားရရင် ပီတိတွေဘယ်လောက်များ ဖြစ်ကြမည်လဲမသိဘူး။ အဲဒီလို ပါဠိသံ ကလေးကို ကြားနာလိုက်ရတာနဲ့ သူတို့မှာ ဖြိုးဖြိုးဖျင်းဖျင်း ဖြစ်တာက ဘာသဘောလဲလို့ သူတို့က မေးမြန်းလျှောက်ထားကြတယ်။ အဲဒါကို မွေ့ပီတိလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီပီတိက ပါဠိတရားသံကို ကြားရရုံနဲ့လဲ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို ကြားရတော့ မိမိတို့မှာ ဖြစ်ပုံတွေနဲ့ တိုက်ဆိုင်ပြီးသဘောကျသွားလို့လဲ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ပါဠိကို မသိတဲ့ သူတွေမှာတော့ ပါဠိက ခက်ပါတယ်။ ပါဠိကိုလဲမသိ။ ဘယ်လိုအနက် အဓိပ္ပါယ်ကို ဆိုမှန်းလဲ မသိနဲ့။ တော်တော်ကြာတော့ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ငိုက်တောင်သွားတတ်ကြသေးတယ်။ ဒါကြောင့် အနက်အဓိပ္ပါယ်ပါသိရအောင် ယခုမြန်မာပြန်ပြုမယ်။

ဒသ-(၁၀)ပါးသော အရိယာဝါသ တရားတို့မှာ၊ ကတမေ-  
 အဘယ်သည်တို့နည်းဟူမူကား၊ ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဣဓ-  
 ဤသာသနာတော်၌၊ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ဘိက္ခု-သံသရာဘေးကို  
 ရှုမြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဘိက္ခု-ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးတတ်သော  
 ပုဂ္ဂိုလ်သည်။



ရဟန်းနှစ်မျိုး

ဘိက္ခု-ရဟန်းဆိုတာ သုတ္တန်ဒေသနာတော်အရ ဘိက္ခု-  
ရဟန်းလဲရှိတယ်။ ဝိနည်းအရ ဘိက္ခုရဟန်းလဲရှိတယ်။ သုတ္တန်ဒေသနာ  
အရကတော့ သံသာရေ ဘယ် ဣက္ခတိတိ ဘိက္ခု လို့ ဆိုတဲ့အတိုင်း  
သံသရာဘေးကို ရှုမြင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘိက္ခု ပါပဲ။ ဒါကြောင့် အဋ္ဌကထာ  
များမှာ-

ပဋိပန္နကော ဟိ ဒေဝေါ ဝါ ဟောတု မနုဿော ဝါ  
ဘိက္ခုတိ သင်္ချီ ဂစ္ဆတိ လို့ မိန့်ဆိုထားပါတယ်။

ဒေဝေါ ဝါ ဟောတု၊ နတ်ပဲဖြစ်စေ၊ မနုဿော ဝါ၊ လူပဲဖြစ်စေ၊  
ပဋိပန္နကော၊ တရားကိုကျင့်သောသူသည်။ ဘိက္ခုတိ သင်္ချီ၊ ရဟန်း  
ဟူသော ရေတွက်ခြင်းသို့၊ ဂစ္ဆတိ-ရောက်ပါတယ် တဲ့၊ နတ်ပဲဖြစ်စေ၊  
လူပဲဖြစ်စေ၊ သံသရာဘေးကို မြော်မြင်ပြီးတော့ သံသရာက လွတ်မြောက်  
ရအောင်လို့ တရားကျင့်သုံးနေရင် အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘိက္ခု-မည်ပါသတဲ့၊  
တစ်နည်းအားဖြင့်တော့ ကိလေသေ ဘိက္ခတိတိ ဘိက္ခု-တဲ့၊ ကိလေသာ  
တွေကို ဖျက်စီးတတ်ရင် ဘိက္ခုမည်ပါတယ်တဲ့။

တရားကျင့်သုံးနေတဲ့သူမှာ ကိလေသာတွေက ပျက်ဆီးသွားကြ  
တယ်။ မကျင့်ရင်တော့ ကိလေသာတွေက မပျက်ဆီးဘူး။ တိုးပွားသန်စွမ်း  
နေတယ်။ ကျင့်ရင်တော့ ကလေသာတွေဟာ နည်းနည်းကျင့်ရင်  
နည်းနည်း ပျက်တယ်။ များများကျင့်ရင် များများပျက်တယ်။ အပြည့်အစုံ  
ကျင့်လိုက် ရင်တော့ ကိလေသာတွေ အကုန်လုံးပျက်ပြီး ရဟန္တာ  
ဖြစ်သွားတယ်။ ဒါကြောင့် အားထုတ်ကျင့်ကြံနေတဲ့သူဟာ သီလကို  
စောင့်ထိန်းကျင့်သုံးနေလျှင် သီလနဲ့ဆိုင်တဲ့ ဝိတိက္ကမကိလေသာတွေကို

သတ္တမအကြိမ်

ဖျက်ဆီးနေသည် မည်တယ်၊ ဝိတိက္ကမကိလေသာဆိုတာ သတ်မှု၊ ခိုးမှု၊ လိမ်မှု စသော အကျင့်ပျက်မှုတွေကို ကျူးလွန်တဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ စသော ကိလေသာတွေပါပဲ။ သီလကိုကျင့်နေရင် အဲဒီ အကြမ်းဆုံး ကိလေသာ တွေကို ဖျက်ဆီး နေသည်မည်တယ်။ သမာဓိဘာဝနာအကျင့်ကို ကျင့်နေရင် သမာဓိနဲ့ဆိုင်တဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန် ကိလေသာတွေကို ဖျက်ဆီး နေသည်မည်တယ်။ ပရိယုဋ္ဌာန်ကိလေသာဆိုတာ စိတ်ကူးကြံစည်ပြီး ဖြစ်နေတဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ စသော ကိလေသာတွေပါပဲ။ သမာဓိကို ပွားများနေရင် အဲဒီ အလတ်စားပရိယုဋ္ဌာန် ကိလေသာတွေကို ဖျက်စီး နေသည်မည်တယ်။ အနုသယကိလေသာဆိုတာ အကြောင်း ညီညွတ်တိုင်း အခွင့်ရတိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ စသော ကိလေသာ တွေပါပဲ။ ဝိပဿနာရှုနေရင် စိတ်တိုင်း စိတ်တိုင်း ရှုမှတ် ချက်တိုင်းမှာ အဲဒီ အနုသယကိလေသာတွေကို ဖျက်ဆီးနေသည် မည်တယ်။ ဥပမာ- ပဲကွပ်များနှင့် သစ်သားကို ခုတ်ခုတ်ပြီးတော့ ရွေ့နေရင် အချက်တိုင်း အချက်တိုင်း မလိုတဲ့သစ်သားဖတ်ကလေးတွေ၊ ဖတ်ကနဲ ဖတ်ကနဲ ကွာကွာကျနေသလိုပဲ၊ တစ်နည်း ဥပမာကတော့ မြေကြီးကို ပေါက်ပြားနဲ့ ပေါက်နေလျှင် ပေါက်တိုင်း ပေါက်တိုင်း မြေကြီးမှာ အလွှာအလွှာနဲ့ ကွာကွာပြီးတော့ ထွက်ထွက်လာတယ်။ အဲဒါလိုပါပဲ။ ဒွါရ ခြောက်ပါးက ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်း ရုပ်နာမ်တွေကို ရှုမှတ်နေရင် ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း ကိလေသာတွေ ကွာကွာပြီးတော့ ကျကျသွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာပညာကို ပွားနေတဲ့သူဟာ ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးနေသည် မည်တယ်။ ဒါကြောင့် ကိလေသေ-ကိလေသာတို့ကို၊ ဘိန္ဒုတိ-ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ဣတိ-ထို့ကြောင့်၊ ဘိက္ခူ-ဘိက္ခုမည်ပါတယ်- ရဟန်း မည်ပါတယ်တဲ့။ ဒါကတော့ သုတ္တန်ရဟန်းပဲ။

ဝိနည်းဘိက္ခု-ဝိနည်းရဟန်းကတော့ ဝိနည်းတော်နှင့် အညီ သင်္ကန်းဝတ်ပြီး ကောင်းကောင်း ကျင့်နေတဲ့ အရှင်မြတ်တွေပါပဲ။ အဲဒီ ဝိနည်းရဟန်းတွေကတော့ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်ကဆိုရင် မြတ်စွာ ဘုရားကိုယ်တော်တိုင် ဖော်ဘိက္ခု ခေါ်ပြီး ရဟန်းပြုပေး ထားတာတွေလဲ ရှိတယ်။ အခြားနည်းနဲ့ ရဟန်းပြုပေးတာတွေလဲရှိတယ်။ အများဆုံး ကတော့ သံဃာတော်က ကမ္မဝါနဲ့ ရွတ်ဖတ်ပြီး ရဟန်းပြုပေး ထားတာ တွေပဲ များပါတယ်။ ယခုရှိနေကြတဲ့ ရဟန်းတော်တွေဟာ အဲဒီ ကမ္မဝါ ရဟန်း တွေချည်းပါပဲ။ ဒီသုတ်မှာတော့ သုတ္တန်ဘိက္ခုကို ရည်ရွယ် ပါတယ်။ ဒီသုတ္တန်ဘိက္ခုကတော့ ကမ္မဝါနဲ့ ရဟန်းပြုထား သည်ဖြစ်စေ၊ တရားကျင့်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံးကို ဘိက္ခုလို့ခေါ်ရပါတယ်။ ဒီသုတ္တန် ဘိက္ခုက လူသားတွင်မကဘူး၊ နတ်တွေမြပွာတွေလဲ ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဣ-ဤသာသနာတော်၌ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည် ဘိက္ခု-သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သောပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဘိက္ခု-ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပဉ္စင်္ဂဝိပုဟိနော-အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ပြီးသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏ တဲ့။

### အရိယာဝါသတရား (၁၀)ပါး ခေါင်းစဉ်

အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်တာဟာ အရိယာဝါသတစ်ခု၊ အရိယာတို့၏ နေအိမ်တစ်ခုတဲ့။ ဒါကတော့ ခေါင်းစဉ်မို့ အတိုချုပ်ပဲရှိသေးတယ်။ နောက်အကျယ်ဟောတဲ့ အခါကျတော့ သဘောပေါက် နားလည်ကြပါ လိမ့်မယ်။ လောကမှာ လူတွေဟာ ဘေးရန်လုံခြုံအောင် အိမ်တွေ ဆောက်ပြီးတော့ နေထိုင်ကြတယ်။ တတ်နိုင်တဲ့လူတွေက အိမ်ကြီး

အိမ်ကောင်းတွေ ဆောက်ကြတယ်။ မတတ်နိုင်တဲ့လူတွေကတော့ တော်ရုံသင့်ရုံပဲ ဆောက်ကြတယ်။ မိုးကလေးမှ လုံပါစေတော့၊ လေကလေးမှ ကာကွယ်ပါစေတော့ ရည်ရွယ်ပြီးတော့ ဇနိကလေး ဖက်ကလေးတွေနဲ့၊ ဝါးကပ်ကလေးတွေနဲ့ တော်သလို မိုးကာပြီးတော့ အတော်အသင့် အိမ်ကလေးတွေ ဆောက်ကြတယ်။ အချို့အိမ်တွေများ မိုးလေတောင် ကောင်းကောင်း မလုံရှာကြဘူး။ တတ်နိုင်တဲ့လူတွေကတော့ လုံလုံခြုံခြုံ အိမ်ကြီး အိမ်ကောင်းတွေကို သစ်သားနဲ့လဲ ဆောက်ကြတယ်။ အုတ်အင်္ဂါတေ စသည်နှင့်လဲ ဆောက်ကြတယ်။ ကောင်းသည်ထက် ကောင်းအောင် ဆောက်နေကြပါတယ်။ အဲဒီလို အိမ်တွေဆောက်ပြီး နေထိုင်ကြတာ ဘာအတွက်တုံးဆိုတော့ ဘေးရန်အန္တရာယ် လုံခြုံအောင် လို့ပါပဲ။ အိမ်မရှိဘဲနဲ့ ကွင်းပြင်မှာနေရင် နေပူတဲ့အခါလဲ ပူပြီး ဒုက္ခရောက်မယ်၊ မိုးရွာတဲ့အခါ မိုးစိုပြီး ဒုက္ခရောက်မယ်၊ လေတိုက်တဲ့အခါလဲ လေထိပြီး ဒုက္ခရောက်မယ်။ အဲဒါကြောင့် မကျန်းမမာနာဖျားပြီး သေသည်အထိ ဒုက္ခရောက်သွားနိုင်တယ်။ ဒါတွင်လဲမကသေးပါဘူး။ ခြင်၊ မှက်တွေလဲ ကိုက်နိုင်တယ်။ မြွေ၊ ကင်း စသည်လဲ ကိုက်နိုင်တယ် လူဆိုး၊ သူခိုးတွေ မလိုမုန်းတီးနေတဲ့ လူတွေကလာပြီးတော့ ရိုက်နှက် နှိပ်စက်မယ်။ သတ်ဖြတ်မယ်ဆိုရင်လဲ အကာအကွယ်မရှိတော့ လွယ်နေတာပေါ့။ အဖျင်းဆုံးအားဖြင့် တစ်စုံတစ်ယောက်က ခဲဖြစ်ဖြစ်၊ တုတ်ဖြစ်ဖြစ် အရမ်းပစ်လိုက်ရင် အဲဒီအကာအကွယ်မရှိတဲ့ ကွင်းပြင်ထဲ နေတဲ့လူကို မတော်တဆထိမှန်ပြီး ဒုက္ခရောက်စေနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီဘေး အန္တရာယ်တွေ လုံခြုံအောင်လို့ အိမ်တွေဆောက်ပြီး နေထိုင်ကြရတာပဲ။

သံသရာမှာလဲ ဒီလိုပါပဲ။ **အရိယာဝါသ** ဆိုတဲ့ ဘေးရန်လုံခြုံတဲ့ အိမ်မရှိရင် တွေ့နိုင်တဲ့ဘေးရန်တွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ ခုနကပြောခဲ့တဲ့

ဘေးရန်တွေထက်လဲ ကြီးကျယ်ပါတယ်။ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ နေပူတာ၊ မိုးရွာ၊ ခြင်္သေ့ကိုက်တာ၊ ခဲမှန်တာဆိုတာတွေက ဘာမှမပြောပလောက်သေးပါဘူး။ မြွေကိုက်တယ်။ ရန်သူတွေကလာပြီး ရိုက်နှက်သတ်ဖြတ်တယ်ဆိုတာတွေလဲ သံသရာဘေးတွေနဲ့ စာကြည့်ရင် ဘာမှမကြီးကျယ်သေးဘူးလို့ ဆိုရမယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် အဲဒီလောကဘေးတွေ ဆိုတာကတော့ ယခု တစ်ဘဝတည်းသော ဒုက္ခပေးနိုင်တယ်။ နောက်ဘဝမှာလိုက်ပြီး ဒုက္ခ မပေးနိုင်ဘူး။ သံသရာဘေးတွေဆိုတာကတော့ တစ်သံသရာလုံး လျှောက်ပြီးတော့ ဒုက္ခပေးသွားနိုင်ပါတယ်။ အင်မတန်လဲ ကြီးကျယ်ပါတယ်။ ဘယ်လောက်ကြီးကျယ်သလဲဆိုရင် အပါယ်လေးပါးကိုလဲ ကျသွားနိုင်ပါတယ်။ အပါယ်လေးပါးထဲက ငရဲကျရောက်ပြီးတော့ အနှစ်သိန်းပေါင်းများစွာ၊ သန်းပေါင်းများစွာ၊ ကုဋေပေါင်းများစွာ ဒုက္ခရောက်သွားနိုင်တယ်။ ပြိတ္တာဖြစ်ပြီးတော့လဲ ဒီလိုပဲ၊ အနှစ် သိန်း၊ သန်း၊ ကုဋေပေါင်းများစွာ ဒုက္ခရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်ပြီးတော့လဲ ဒီလိုပဲ၊ ဒုက္ခတွေ အများကြီး ရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။ လူ့ဘဝမှာ ဆိုပါဦးတော့ အောက်တန်းကျတဲ့ဘဝ ဆင်းရဲတဲ့ဘဝတွေမှာ ဖြစ်နေတယ်ဆိုရင် ရှာမှီးရလို့၊ သူတစ်ပါးအနှိပ်စက်ခံရလို့ စသည်ဖြင့် ဒုက္ခတွေအများကြီး ရောက်သွားနိုင်တယ်။ ကြွယ်ဝချမ်းသာတဲ့ ဘဝမှာဖြစ်ပြန်တော့လဲ ဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်း အိုရ၊ နာရ၊ သေရ စသည်ဖြင့် ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ အများကြီးရောက်သွားနိုင်သေးတာပဲ။ ဒါတွေဟာ သံသရာဘေးတွေပါပဲ။ **အရိယာဝါသ**ဆိုတဲ့ အရိယာနေအိမ်နဲ့ မနေနိုင်တဲ့သူတွေဟာ ဒီသံသရာဘေးတွေနဲ့ ထပ်တလဲလဲ တွေ့နေကြရတယ်။ အရိယာဝါသတရားတွေကို ပွားများပြီးတော့ အရိယာနေအိမ်မှာနေကြတဲ့ ဘုရား၊ ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ဒီဘေးတွေက လွတ်မြောက်ကုန်ကြပြီ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ သံသရာဘေးတွေ

လုံခြုံတဲ့ အရိယာဝါသ အရိယာတို့၏ နေအိမ်ကြီးတွေကို ဆောက်လုပ် ပြီးတော့ စိတ်ချလက်ချ နေကြရအောင်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီ အရိယာဝါသ တရားတော်ကြီးကို ဟောတော်မူခဲ့တာတဲ့။

(၁-၂) အရိယာဝါသ

ဣဓ-ဣဉာသာသနာတော်၌၊ ဘိက္ခု-ရန်ဟန်းသည်၊ ဘိက္ခု- သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သောပုဂ္ဂိုလ်သည် ဘိက္ခု-ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ပဉ္စင်ဝိပူဟိနော-အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ပြီးသည်၊ ဟောတိ-ဖြစ်၏

အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ရမယ်၊ ပယ်ပြီးဖြစ်အောင် ကျင့်ရမယ်။ အဲဒါဟာ နံပါတ်(၁) အရိယာဝါသ၊ အရိယာတို့၏ နေအိမ်ပဲလို့ ဆိုလိုစွယ်။ အင်္ဂါငါးပါးပယ်ပုံကတော့ အကျယ်ဟောတဲ့အခါ ထင်ရှား ပါလိမ့်မယ်။ ယခုတော့ အင်္ဂါငါးပါးဆိုတာ ဘာတွေပါလိမ့် ဘယ်လို ပယ်ရမှာပါလိမ့် မလဲလို့ တွေးစဉ်းစဉ်းကြရမယ်။ အဲဒီလို တွေးနှင့်ရအောင်လို့ပဲ မြတ်စွာဘုရားက ဒီခေါင်းစဉ်ကလေးတွေကို ပေးထားတာ၊ ပြီးတော့ ဒုတိယအရိယာဝါသ-အရိယာတို့၏ နေအိမ်၊ နံပါတ်(၂)ကတော့

ဆဋ္ဌင်္ဂသမဇ္ဈာဂတော-အင်္ဂါခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသည်လည်း၊ ဟောတိ-ဖြစ်၏တဲ့။ အင်္ဂါခြောက်ပါးနှင့်လဲ ပြည့်စုံရမယ်။ ပြည့်စုံအောင် ကျင့်ရမယ်။ အဲဒီ အင်္ဂါခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံတာလဲ အရိယာဝါသ-အရိယာ တို့၏ နေအိမ်ကြီးတစ်ခုပါပဲတဲ့။ လောကမှာ အိမ်ဆောက်တော့ အိမ်မှာ အစိတ်အပိုင်းတွေက အများကြီးပဲရှိပါတယ်။ တိုင်တို့၊ ထုပ်၊ လျှောက်၊ ဒိုင်း၊ မြားတို့၊ အမိုးတို့၊ အခင်းတို့၊ အကာတို့၊ တံခါးပေါက်၊ ပြတင်း ပေါက် စသည်ဖြင့် အများကြီးပါပဲ။ အုတ်တိုက်ဆိုရင် အုတ်မြစ်အခြေခံလဲ အိမ်၏ အစိတ်အပိုင်းပါပဲ။ ပြီးတော့ အခန်းဆီးတို့၊ မိတ်မီးပွင့်တို့ စသည်

ဖြင့်လဲ အများကြီးပဲ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ လူနေအိမ်မှာ အစိတ်အပိုင်း တွေအများကြီးပဲ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ လူနေအိမ်မှာ အစိတ်အပိုင်းတွေ အများ ကြီးရှိသလိုပဲ ဒီအရိယာဝါသ-အရိယာတို့၏ နေအိမ်မှာလဲ အစိတ်အပိုင်း အင်အားကြောက်စွာရှိတယ်။ အဲဒီအင်အားကြောက်စွာနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်တဲ့။

### (၃) အရိယာဝါသ

နံပါတ်(၂)အရိယာဝါသတရားကတော့-

ကောရက္ခော-တစ်ခုသော အစောင့်အရှောက် ရှိသည်။  
ဟောတိ-ဖြစ်၏-တဲ့။

အစောင့်အရှောက်တစ်ခုလဲ ရှိရမယ်တဲ့။ ယခုလောက ပစ္စည်း ဥစ္စာရှိတဲ့ အထက်တန်း ရာထူးဌာနနဲ့ရရှိတဲ့ လူတွေရဲ့ အိမ်မှာ အစောင့် အရှောက်ထားရသလိုပေါ့။ အဲဒါ ဘာကြောင့် ထားရသလဲဆိုရင် ဘေးရန် လုံခြုံအောင်လို့ ထားရတာပါပဲ။ အရိယာဝါသ နေအိမ်ကလဲ အဲဒါလိုပါပဲ။ ကိလေသာဘေးရန်တွေ လုံခြုံအောင်လို့ အစောင့်ရှောက်တစ်ခု ရှိရပါ တယ်။ ဒါလောက်ဆိုရင် ဆောင်ပုဒ်ကလေးတစ်ခု စုံသွားပြီ။ “ငါးအင် ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်တွေ၊ စုံစေစောင့်တစ်ပါး”တဲ့။ ဒီလို ဆောင်ပုဒ် ကလေး ပေးထားရတာက ပါဠိမတတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် အလွယ် တကူနဲ့ မှတ်ထားနိုင်အောင်လို့ ခေါင်းစဉ်ကလေး ပေးထားရပါတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

“ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်တွေ၊ စုံစေစောင့်တစ်ပါး”ဆို။

အင်ငါးပါးကို ပယ်ရမယ်ဆိုတာက အရိယာဝါသ-အရိယာတို့၏ နေအိမ်တစ်ခု၊ ဂုဏ်ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံရမယ်ဆိုတာက အရိယာဝါသ-

အရိယာတို့၏ နေအိမ်တစ်ခု၊ အစောင့်အရှောက်တစ်ပါးနဲ့ ပြည့်စုံရမယ် ဆိုတာက အရိယာဝါသ-အရိယာတို့၏ နေအိမ်တစ်ခု၊ အားလုံးပေါင်း ခေါင်းစဉ်ကလေး (၃)ခုတော့ပြီးသွားပြီ။

### (၄-၅) အရိယာဝါသ

နံပါတ်(၄)အရိယာဝါသ တရားကတော့-

စတုရာပဿေနော-လေးပါးသော မှီရာရှိသည်၊ ဟောတိ-  
ဖြစ်၏-တဲ့၊ မှီရာ (၄)ခုလဲရှိရမယ်တဲ့၊ ဒါကလဲအရိယာဝါသ တစ်ခုပဲ၊  
ပြီးတော့ နံပါတ်(၅) အရိယာဝါသကတော့-

ပဏ္ဍနပစ္စေကသစ္စာ-အသီးသီးသော သစ္စာဝါဒကို ပယ်ပြီးသည်၊  
ဟောတိ-ဖြစ်၏-တဲ့၊ လောကမှာဗုဒ္ဓသာသနာတော် အပြင်ဘက်က  
ဘာသာအယူဝါဒတွေဆိုတာ အများကြီးရှိတယ်၊ ကိုယ်အယူဝါဒနဲ့ကိုယ်၊  
ကိုယ့်ဟာမှ မှန်တယ်လို့ချည်း ယူဆပြောဆိုနေကြပါတယ်၊ တကယ်  
သဘာဝမွေ့နဲ့ ချိန်ထိုးကြည့်လိုက်ရင်တော့ မှန်တာလဲ မဟုတ်ဘူး၊  
အမှားတွေချည်းပဲ၊ အဲဒီလို မိစ္ဆာအယူဝါဒတွေဟာ သူ့ဟာနဲ့သူမှန်တယ်လို့  
ယူဆပြောဆိုနေကြတဲ့အတွက် အဲဒါတွေကို ပစ္စေကသစ္စာ-သီးသန့်သစ္စာ  
တွေလို့ဆိုထားပါတယ်၊ အဲဒီသီးသန့် သစ္စာဆိုတဲ့ မိစ္ဆာဝါဒ တွေကိုလဲပယ်  
ပြီး ဖြစ်ရမယ်တဲ့၊ ဒါလဲအရိယာဝါသတစ်ခုပဲ၊ ဒါကြောင့် ခေါင်းစဉ်ဆောင်  
ပုဒ်မှာ “လေးရပ်မှီကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာသီးသန့်များ”လို့ ဆိုထား  
တယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

“လေးရပ်မှီကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာသီးသန့်များ”-ဆို။



(၆-၇) အရိယာဝါသ

နံပါတ်(၆)အရိယာဝါသ တရားကတော့-သမဝယသဋ္ဌေသနော- ရှာမှီးမှုအလုံးစုံကို အကုန်ပယ်စွန့်ပြီးသည်၊ ဟောတိ-ဖြစ်၏-တဲ့၊ ဒီပုဒ်ကတော့ ပါဠိကိုက အတော်ခက်ပါတယ်၊ သံ တစ်ပုဒ်+ အဝယ တစ်ပုဒ်+ သဋ္ဌေ တစ်ပုဒ်+သေနာ တစ်ပုဒ်၊ ဒီ လေးပုဒ်ကို ပေါင်းစပ် ထားတယ်၊ သံ ဆိုတာက ကောင်းစွာတဲ့၊ အဝယ-ဆိုတာက စွန့်ပယ်အပ် ပြီးပြီတဲ့၊ သေနာ-ဆိုတာက ရှာမှီးခြင်းတဲ့၊ ပေါင်းလိုက်တော့ သမဝယသဋ္ဌေသနော-ရှာမှီးမှုအလုံးစုံကို အကုန်ပယ်စွန့်ပြီး ဖြစ်ပါတယ်တဲ့၊ ရှာမှီးနေရသေးတယ်ဆိုရင် မပြည့်စုံသေးလို့ဘဲ၊ ရှာမှီးမှုတွေကို အကုန်ပယ်စွန့်ပြီးပြီ၊ မရှာရတော့ဘူးလို့ဆိုရင် လိုလေသေးမရှိ အစစ အရာရာ အကုန်လုံး ပြည့်စုံနေလို့ပေါ့၊ ဒါကြောင့် ဒီအရိယာဝါသ နေအိမ်ကလဲ အင်မတန်ကောင်းပါတယ်။

နံပါတ်(၇)အရိယာဝါသ တရားကတော့- အနာဝိလသကံပေါ- မနောက်ကျသော အကြံအစည်ရှိသည်၊ ဟောတိ-ဖြစ်၏တဲ့၊ စိတ်ကူး ကြံစည်မှုတွေဟာလဲ နောက်ကျခြင်းမရှိဘဲ အခါခပ်ခိမ်း သန့်ရှင်း ကြည်လင်ပြီး စင်ကြယ်နေရမယ်တဲ့၊ ဒီအရိယာဝါသ နေအိမ်ကလဲ အင်မတန် ကောင်းပါတယ်။

(၈) အရိယာဝါသ

နံပါတ်(၈)အရိယာဝါသတရားကတော့ ပဿဒ္ဒကာယသင်္ခါရော- ငြိမ်းသော ကာယသင်္ခါရရှိသည်၊ ဟောတိ-ဖြစ်၏-တဲ့၊ ကာယသင်္ခါရ သတ္တမအကြိမ်

ဆိုတာ ဒီနေရာမှာ ထွက်သက် ဝင်သက်ကို ခေါ်တယ်။ ဒါကြောင့် ထွက်သက် ဝင်သက် ချုပ်ငြိမ်းတဲ့ စတုတ္ထဈာန်နှင့်လဲ ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကတော့ ပြည့်စုံရင် သာပြီးကောင်းလို့ ညွှန်ပြထား တာပါပဲ။ လိုရင်းကတော့ ကိလေသာကုန်ခန်းပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်ဖို့က လိုရင်းပါပဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အရှို့ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ဒီစတုတ္ထဈာန်ကို မရပေမယ့် အရိယာကိစ္စပြီးနေတာတွေ အများကြီးပဲ ရှိနေပါတယ်။ ကဲ-ဆောင်ပုဒ်ကလေး တစ်ခုကို ဆိုကြဦးဖို့။

“ရှာမှီးကင်းစင်၊ ကြံ ကြည်လင်၊ ထွက်ဝင် ငြိမ်းစေသာ”-ဆို။

(၉-၁၁) အရိယာဝါသ

နံပါတ်(၉-၁၀)အရိယာဝါသ တရားတွေကတော့-သုဝိမုတ္တစိတ္တော -ကောင်းစွာလွတ်သော စိတ်ရှိသည်။ သုဝိမုတ္တပညော-ကောင်းစွာ လွတ်သော ပညာရှိသည်။ ဝါ ကောင်းစွာလွတ်ပြီဟုသိသော ပညာရှိသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏-တဲ့။ စိတ်ကလဲကိလေသာ အရှင်သခင်တွေနဲ့ လက်ထဲမှ လွတ်မြောက်ရမယ်။ အဲဒီလို လွတ်မြောက်တာကို သိတဲ့ဉာဏ်ပညာနဲ့လဲ ပြည့်စုံရမယ်တဲ့။ ဒီအရိယာဝါသတရား(၂)ပါးကတော့ တစ်ဆက်တည်း တွဲလျက်ပါပဲ။ စိတ်ကကောင်းစွာ လွတ်မြောက်သွားလျှင် အဲဒီ လွတ်သွား တာကို ဆင်ခြင်ပြီး သိတဲ့ဉာဏ်ပညာကလဲ တစ်ပါးတည်းဖြစ် ပေါ်တော့တာပါပဲ။ ဆောင်ပုဒ်က “စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ်ဂုဏ်ဆယ်ပါး”တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

“စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ်ဂုဏ်ဆယ်ပါး” ဆို။

အရိယာဝါသတရား(၁၀)ပါး ခေါင်းစဉ်ကတော့ စုံသွားပြီ၊ အဲဒီ ဆယ်ပါးသော တရားတွေကို ဘယ်သူက ဟောခဲ့သလဲဆိုလျှင် သာမန်ပုဂ္ဂိုလ် ဟောထားတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် ဟောထားခဲ့တဲ့ တရားတော်တွေပါ။ ဒါကြောင့် နိဂုံးချုပ်ဆောင်ပုဒ်က “အရိယာဝါသ၊ ဟောဖော်ပြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား” တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

“အရိယာဝါသ၊ ဟောဖော်ပြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား” ဆို။

အရိယာဝါသတရားတော် ခေါင်းစဉ်ကတော့ အားလုံးစုံသွားပြီ၊ အသေးစိတ် အကျယ်ဟောဖို့ပဲလိုတော့တယ်။ ယခု ဟောခဲ့တဲ့ ဒေသနာ ခေါင်းစဉ်အရ ဆိုရင်တော့ “ငါးအင် ပယ်လေ” လို့ ဆိုတဲ့အတိုင်း အင်ငါးပါးပယ်ပုံက စပြီး ဟောဖို့ပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ပဋိပတ္တိက္ကမ္မ- ကျင့်စဉ် အရအားဖြင့် ဆိုလျှင်တော့ နံပါတ်(၃)အရိယာဝါသတရားက စပြီးတော့ ဟောမှ သာပြီးနားလည်လွယ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးက “ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်တွေ၊ စုံစေစောင့်တစ်ပါး” ဆိုတဲ့ ဆောင်ပုဒ် ထဲက အစောင့်တစ်ပါးနဲ့ ပြည့်စုံပုံ စပြီးတော့ဟောမယ်။

### အစောင့်အရှောက် အရိယာဝါသ

ကထဋ္ဌ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကောရက္ခော ဟောတိ။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ဘိက္ခု-သံသရာ ဘေးကို ရှုမြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဘိက္ခု-ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးတတ် သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ကထဋ္ဌ-ဘယ်ပုံ ဘယ်နည်းဖြင့်၊ ကောရက္ခော- တစ်ခုသော အစောင့်အရှောက်ရှိရမယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုပါလဲတဲ့၊ လောကမှာ အထက်တန်းစား လူတွေရဲ့အိမ်တွေမှာ အစောင့်အရှောက် တစ်ခုရှိရမယ်

ဆိုတာကို ခေါင်းစဉ်တုန်းက ပြောခဲ့ပြီး အဲဒီ အစောင့်အရှောက်က ဘယ်လိုဟာလဲ၊ ဘယ်လိုပြည့်စုံရမှာလဲလို့ မေးခွန်းထုတ်ပြပါတယ်။ ဒီအမေးမျိုးကတော့ ဖြေရှင်းပြမယ်လို့ မေးတာပါဘဲ။ အဲဒါကို ဒီလိုဖြေရှင်း ပြတော်မူပါတယ်။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သတာရက္ခေန စေတသာ သမန္နာဂတော ဟောတိ-တဲ့။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဣဓ-ဤသာသနာတော်၌၊ ဘိက္ခု- ရဟန်းသည်၊ ဘိက္ခု-သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သောပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဘိက္ခု- ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ သတာရက္ခေန- အမှတ်ရမှု သတိအစောင့်အရှောက်နဲ့ ပြည့်စုံရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဘယ်လို ပြည့်စုံရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့်-သတာရက္ခေန- အမှတ်ရမှု သတိအစောင့်အရှောက် ရှိသော၊ စေတသာ-စိတ်နှင့် ပြည့်စုံရမယ်လို့ ဆိုထားပါတယ်။ ဒီလိုစိတ်တိုင်း စိတ်တိုင်းမှာ အမှတ်ရမှု သတိအစောင့်အရှောက် အမြဲတမ်းပါပြီးပြည့်စုံတာက ဘယ်လို ပုဂ္ဂိုလ်မှာလဲဆိုရင် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာမှ ကောင်းကောင်းပြည့်စုံပါတယ်။ ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ကာယကံ-ကိုယ်အမှုအရာကိုပြုတိုင်း၊ ဝစီကံ- နှုတ်အမှုအရာကို ပြောဆိုတိုင်း၊ မနောကံ-စိတ်သက်သက်ဖြင့်ကြံစည်တိုင်း အမှတ်ရတဲ့ သတိကလေးက အမြဲတမ်းပါနေတယ်။ သတိမရဘဲ၊ အမှတ်မရဘဲနဲ့ လွှတ်ခနဲယောင်မှားပြီး ပြုမိတာလဲမရှိဘူး၊ အမှတ်မရဘဲနဲ့ လွှတ်ခနဲ ယောင်မှားပြီး ပြုမိတာလဲမရှိဘူး။ လွှတ်ခနဲယောင်မှားပြီး မတော်တာတွေကို ပြောမိတာလဲမရှိဘူး၊ အမှတ်မရဘဲနဲ့ မေ့ပြီးတော့ တောရောက် တောင်ရောက်နဲ့ မတော်တာတွေလျှောက်ပြီး ကြံစည် နေတာရယ်လို့လဲ မရှိဘူး၊ သတိ အစောင့်အရှောက်ကလေးက နောက်က

ထပ်ကြပ်မကွာ လိုက်ပြီး အမှတ်ရနေပါတယ်တဲ့။ ဒါကြောင့် ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ဒီလို ချီးကျူး ပြောဆိုရပါတယ်။ ဘယ်လိုလဲဆိုရင် စရတော စ-သွားနေစဉ်မှာရော၊ တိဋ္ဌတော စ-ရပ်နေစဉ်မှာရော၊ သုတ္တဿ စ-အိပ်နေစဉ်မှာရော၊ ဇာတိရဿ စ-နိုးနေစဉ်မှာရော၊ အဿ-ထိုရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်၏၊ ဉာဏဒဿနံ-အသိအမြင်သည်၊ သတတံ သမိတံ-အမြဲမပြတ် ပစ္စုပဋိတံ-ရှေးရှုထင်နေတယ်လို့ ချီးကျူးပြောဆိုရပါတယ်။

### သတိကောင်းပုံ

ဒီစကားထဲမှာ အိပ်နေစဉ်မှာလဲ ပါသွားတယ်နော်။ အဲဒါကတော့ အိပ်ပျော်မိနိုးကာလနဲ့ အိပ်ရာမှ နိုးခါစ ကာလများမှာ သတိဉာဏ်ထင်ပုံကို ဆိုလိုပါတယ်။ လုံးလုံးအိပ်ပျော်နေတဲ့ ကာလအတွင်းမှာတော့ သတိဉာဏ်တွေ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ အဲဒီလိုဖြစ်ပုံကိုလဲ မရည်ရွယ်ပါဘူး။ ဒီနေရာမှာ ကိုယ်အမူအရာပြုတိုင်း၊ နှုတ်ကပြောဆိုတိုင်း၊ စိတ်ကကြံ စည်တိုင်း ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ အမှတ်ရတဲ့ သတိကလေးက အမြဲတမ်း ထင်နေတယ်။ အမြဲတမ်းဖြစ်နေတယ်ဆိုတာကို အထူးသတိပြုကြရမယ်။ ဒီသတိဟာ ရဟန္တာဖြစ်ခါမှ ကောင်းကင်ကျလာသလို ပြုန်းခနဲကောင်းလာ တာ မဟုတ်ဘူး။ ရှေးကတည်းက လေ့လာအားထုတ်လာလို့ အစဉ်အတိုင်း ကောင်းလာတာ။ ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ ရဟန္တာမဖြစ်မီ အနာဂါမ်အဖြစ် ကတည်းက အားထုတ်လာခဲ့ရတယ်။ အနာဂါမ်မှာလဲ ဒီသတိဟာ အပုံကောင်းနေပါတယ်။ အဲဒါလဲ သကဒါဂါမ်ဘက်က အားထုတ်လာခဲ့လို့ ကောင်းနေတာ။ သကဒါဂါမ်မှာလဲ ဒီသတိဟာ ပုထုဇဉ်နဲ့စာကြည့်ရင် အများကြီးကောင်းနေပါပြီ။ ဒါကြောင့် သောတာပန်မှာ အပါယ်လားကြောင်း မကောင်းမှု အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်ဘဲကင်းနေတာ။

သတ္တမအကြိမ်

ကိုယ်တိုင်အားထုတ်ကြည့်ကြ

သောတာပန်မှာ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေကို သာယာတပ်စွဲတဲ့ ကာမရာဂ-ဆိုတာလဲ ရှိပါသေးတယ်ဗျာ၊ ဗျာပါဒ-ဒေါသဆိုတာလဲ ရှိပါသေးတယ်၊ မောဟတို့၊ မာနတို့ဆိုတာတွေလဲ ရှိပါသေးတယ်၊ ဒါပေမယ်လို့ သူတစ်ပါး၏ အသက်ကို သတ်နိုင်လောက်အောင်တော့ အကုသိုလ်က ပြင်းပြင်းထန်ထန် ထက်ထက်သန်သန် မဖြစ်တော့ဘူး၊ လောဘ ဒေါသတွေမဖြစ်ပေါ်လာပေမယ်လို့ သူတစ်ပါးကို သတ်နိုင် လောက်အောင်တော့ မပြင်းထန်တော့ဘူး၊ အကုသိုလ် ဒီဂရီဟာ လျော့သွားပြီ၊ အဲဒါ ဘာကြောင့်တုန်းလို့ဆိုရင် သတိက ကောင်းနေလို့၊ သတိက နောက်ကလိုက်ပြီး ထိန်းနေလို့ပါဘဲ၊ ဒီလိုဖြစ်ပုံကို တရား အားထုတ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ကိုယ်တိုင်ပဲတွေ့ရပါတယ်၊ အားမထုတ်ရသေးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ဒါကိုမှန်းဆပြီး ကြည့်ကြပေါ့လေ၊ မှန်းဆပြီး ကြည့်ကြပေါ့လေ၊ မယုံမကြည်တော့ မရှိကြနဲ့၊ ဟုတ်ကောင်း ပါရဲ့လားလို့ ဒီလိုတော့ ယုံကြည်ထားမှ ဖြစ်မှာ၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် “သောတာပန်ဟာ အပါယ်ကျရောက်စေတတ်တဲ့ အကုသိုလ်ကို မပြုတော့ဘူး၊ သူတစ်ပါး အသက်ကိုလဲ မသတ်တော့ဘူး” ဆိုတာကို မြတ်စွာဘုရားကိုက ဟောထားတာ၊ ဘုန်းကြီးတို့လဲ တရားအားထုတ် ကြည့်ထားလို့ “အဲဒီအတိုင်း မှန်ကန်တယ်” ဆိုတာကို သိတန်သလောက် သိရပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ကိုယ်တိုင် တွေ့သိချင်ရင် တရားကို တကယ်တမ်း အားထုတ်ကြည့်ပါ၊ ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင် အားထုတ်မိတဲ့ အခါမှာ ဒီသဘောကို ကိုယ်တိုင်ပဲ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်၊ ဘယ်လို သဘောလဲဆိုရင် သတိ အစောင့်အရှောက် ကလေးတွေက နောက်က ထက်ကြပ်လိုက်နေတဲ့

သဘောပါပဲ။ လိုက်လာပုံကတော့-လိုချင်စရာ နှစ်သက်တပ်မက်စရာ အာရုံနဲ့တွေ့ရင် နှစ်သက်တပ်မက်တဲ့ လောဘဟာ ရုတ်တရက်ဆိုတော့ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သေးတာပဲ။ စိတ်ဆိုး စရာနဲ့တွေ့ရင် ဒေါသလဲ ဖြစ်ပေါ် လာတတ်သေးတာပဲ။ စိတ်ဆိုးစရာနဲ့ တွေ့ရင် ဒေါသဟာလဲဖြစ်ပေါ် လာတတ်သေးတာပါပဲ။ လုံးလုံးကင်းတာမှ မဟုတ်သေးဘဲဟာကိုး၊ ဖြစ်တော့ ဖြစ်သေးတာပါပဲ။ ဒါပေမယ့် အဲလောဘ၊ ဒေါသတွေဟာ တော်တော်ပြင်းထန်လာပြီဆိုမှဖြင့် အစောင့်အရှောက် သတိကလေးက နောက်ကလိုက်ပြီး၊ အဲဒီလိုသတိကလိုက်ပြီး အုပ်လိုက်တော့ လောဘ၊ ဒေါသတွေဟာ အရိန်လျော့ပြီး ပျော့ကျသွားတယ်။ သာမန်ပုထုဇဉ် ပုဂ္ဂိုလ်များမှာလို ပြင်းပြင်းထန်ထန် မဖြစ်ရတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် လောဘ၊ ဒေါသတွေဟာ မကင်းသေးလို့ ဖြစ်ပေမယ့် သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်နိုင်လောက်အောင်တော့ မဖြစ်ဘူး။ သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ခိုးနိုင် လောက်အောင်လဲ မဖြစ်ဘူး။ သူတစ်ပါး အကျိုးမဲ့ လိမ်နိုင်လောက်အောင်လဲ မဖြစ်ဘူး။ ဒါကြောင့် “သောတာပန်ဟာ အပါယ်ကျစေတတ်တဲ့ အကုသိုလ်ကို မပြုဘူး။ အပါယ်လေးပါးလဲ မကျနိုင်ဘူး” မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတာတဲ့။

**စာရေးဆရာကြီးတစ်ယောက်က**

နိုင်ငံကျော် စာရေးဆရာကြီးတစ်ယောက်ကတော့ သောတာပန် ဂုဏ်တွေပျက်အောင် အရမ်းကာရော လျှောက်ရေးထားတာကို တွေ့ရ ဖူးတယ်။ ယခု တရားနာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေထဲကလဲ အချို့က အဲဒီ

သတ္တမအကြိမ်

ဆရာကြီးရဲ့ ဆောင်းပါးတွေကို ဖတ်ဖူးကောင်း ဖတ်ဖူးကြပါလိမ့်မယ်။ သူက စာရေးကောင်းလို့ မာန်တက်ပြီးတော့ တောင်ရေးမြောက်ရေးနဲ့ သူနဲ့ မတန်တာတွေကိုလဲ လျှောက်နေရေးနေတယ်။ ဘယ်အထိ ရေးသလဲဆိုတော့ သောတာပန်ဟာ လူတစ်ယောက် အသက်ကို သတ်နိုင်သေးတယ်ဆိုတာအထိ သူကရေးတယ်။ အဲဒီလို ရေးလိုက်တဲ့ အတွက် သောတာပန်ဂုဏ်တွေကျသွားလိုက်တာ မပြောပါနဲ့တော့ အကယ်ထဲ ရေးမှရေးပါပေရဲ့။ ဘုန်းကြီးတို့အနေနဲ့ဖြင့် အဲဒီလိုရေးတာကို အံ့ဩလို့ကို မဆုံးဘူး။ သူက မြန်မာလိုသာ ရေးတာမဟုတ်သေးဘူး။ အင်္ဂလိပ်လို မဂ္ဂဇင်းတစ်စောင်မှာလဲ ရေးထည့်လိုက်သေးတယ်။ အဲဒါကမှ သာပြီး အရုပ်ဆိုးသွားတာပဲ။ နိုင်ငံခြားပုဂ္ဂိုလ်တွေက မြန်မာပြည်ကို အထင်အမြင်သေးကုန်တော့မှာပါပဲလို့ ဘုန်းကြီးတို့က စိုးရိမ်မိပါတယ်။ အဲဒီဆောင်းပါးကို အင်္ဂလိပ်လို မဂ္ဂဇင်းထဲ ထည့်ပေးတဲ့ အယ်ဒီတာတွေလဲ တာဝန်မကင်းဘူး။ မြန်မာပြည်ရဲ့ ဂုဏ်ကျက်သရေ၊ သာသနာတော်ရဲ့ ဂုဏ်ကျက်သရေကို ယုတ်လျော့ထိပါးစေနိုင်တဲ့ ဒီလိုဆောင်းပါးမျိုးကို ဘာကြောင့်ထည့်ကြသလဲ မပြောတတ်ပါဘူး။ အမှန်ကတော့ ဒီလို ဆောင်းပါးမျိုးကို ရေးတဲ့လူက သူ့ဟာသူ သဘောကျလို့ ရေးပေမယ့်လို့ အယ်ဒီတာတွေကတော့ စာစောင်ထဲထည့်သွင်းပြီး ကမ္ဘာကို မပြသင့်ပါဘူး။

**သောတာပန်ဟာ လူကို သတ်နိုင်သေးတယ်တဲ့**

ယခုနေအခါမှာ မြန်မာပြည်က ပရိယတ္တိသာသနာဘက်ကဆိုရင် သံဂါယနာတင်သည်အထိ အထက်တန်းကျဆုံး ဆောင်ရွက်နေတယ်။ ပဋိပတ္တိတက်ကလဲ မင်္ဂရောက် ဖိုလ်ရောက် ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာနည်းတွေကို



ကိုယ်တွေ့ဖြစ်အောင် အထင်အရှားညွှန်ကြားပြသနေတယ်။ ဒါကြောင့် အနောက်ရော အရှေ့ရော တစ်ကမ္ဘာလုံးမှ နိုင်ငံခြားသားတွေက ဗုဒ္ဓဘာသာကို အားထုတ်လိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက မြန်မာပြည်ကိုပဲ ဦးတည်ပြီးတော့ လာရောက်ပြီးလေ့လာအားထုတ်နေကြတယ်။ တစ်ချို့တလေကတော့ အစပထမ သီဟိုဠ်နဲ့ အိန္ဒိယလောက်သာသိလို သီဟိုဠ်အိန္ဒိယကိုပဲ သွားရောက်စုံစမ်းကြတယ်။ အဲဒီလို စုံစမ်းတော့ အိန္ဒိယမှာဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာတရားနဲ့စပ်ပြီး ဘာမှအကူအညီ မရကြဘူး။ သီဟိုဠ်မှာလဲ အားထုတ်နည်းကို ကျကျနန ပြနိုင်တာကို မတွေ့ကြရဘူး။ ဒါနဲ့ အဲဒီအိန္ဒိယ၊ သီဟိုဠ်တို့က ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း နောက်ဆုံးကြတော့ ဘုန်းကြီးတို့ မြန်မာပြည်ကိုပဲ ရောက်လာကြတယ်။ ဒီလို ရောက်လာပြီး တရားအားထုတ်ကြတော့လဲ သူတို့စိတ်ထဲမှာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ အားရကျေနပ်သွားကြပါတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဘုန်းကြီးတို့ သာသနာ့ရိပ်သာ ဌာနတစ်ခုတည်းကကို တော်တော်များပါပြီ။ ဒီလို မြန်မာပြည်က ဗုဒ္ဓသာသနာတော်နဲ့ စပ်ပြီး အဖက်ဖက်က ရှေ့ဆောင်နေတဲ့ ခေတ်ကာလအချိန်ကြီးမှာ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ စာရေးဆရာကြီးက “သောတာပန်ဟာ လူကို သတ်နိုင်သေးတယ်”ဆိုတဲ့ သူ့အယူအဆကို ကမ္ဘာ့ဖြန့်ပြီး ပြလိုက်တယ်။ တကယ့်ကို အံ့စရာပါပဲ။ သူက အဲဒီလို ရေးလိုက်တာနဲ့ သောတာပန်တွေလဲ ဈေးကျကုန်တော့တာပါပဲ။

**အဟိံသာတရား**

ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အိန္ဒိယတိုင်းသား ဟိန္ဒူတွေက အဟိံသာဆိုတဲ့တရားကို အင်မတန်အလေးအမြတ် ပြုကြပါတယ်။ အဟိံသာတရား-  
သတ္တမအကြိမ်

ဆိုတာ အသက်ရှိတဲ့ သတ္တဝါကို မညှဉ်းဆဲရ၊ မသတ်ရဘူးလို့ ဟိန္ဒူ ဘာသာဝင်တို့က ယူဆထားကြပါတယ်။ ဘယ်ထိအောင်လဲဆိုရင် စိမ်းရှင်နေတဲ့ မြက်ပင်သစ်ပင်များအထိ မညှဉ်းဆဲ မသတ်ဖြတ် ကောင်းဘူးလို့ ယူဆထားပါတယ်။ သူတို့အယူမှာ စိမ်းရှင်နေတဲ့ မြက်ပင် သစ်ပင်တွေကိုလဲ ကော်နွိယ-တွေ့ထိနိုင်တဲ့ ဣန္ဒြေတစ်ပါးရှိတဲ့ သတ္တဝါရယ် လို့ ယူဆထားကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့နဲ့ မဆန့်ကျင်ရအောင်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းများအား မြက်သစ်ပင်ကို မဖျက်ဆီးရဘူးလို့ သိက္ခာပုဒ် ပညတ်ထားခဲ့ပါတယ်။ ဒီလို မညှဉ်းဆဲရတဲ့ အဟိံသာတရားကို အင်မတန်အလေးအမြတ် ပြုနေတဲ့ လောကကြီးထဲ ဗုဒ္ဓဘာသာက တရားအားထုတ်လို့ သောတာပန်အဆင့် ရောက်ပြီးနေတဲ့ အထက် တန်းစားပုဂ္ဂိုလ်ကတောင် လူကိုသတ်နိုင်သေးတယ်ဆိုလျှင် ကောင်းကြ ပါတော့မလား၊ တကယ်ဆိုတော့ သတ်လဲ မသတ်နိုင်ပါဘူး၊ သတ်နိုင် သေးတယ်ဆိုရင်လဲ အဲဒီလူဟာ သောတာပန် မဟုတ်သေးလို့ပေါ့၊ ဒါတင်မကသေးဘူး၊ သောတာပန်အစစ်ဆိုရင် သူတစ်ပါး ဥစ္စာကိုလဲ မခိုးနိုင်တော့ဘူး၊ သူတစ်ပါးအကျိုးမဲ့ ဖြစ်အောင်လဲ လိမ်လည် မပြောတော့ဘူ၊ မူးယစ်စေတတ်တဲ့ သေရည်အရက် စသည်ကိုလဲ မသောက်စားတော့ဘူး၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်ကို သီလေသု ပရိပူရကာဓီ-သီလတို့၌ အကြွင်းမဲ့ အပြည့်အစုံ ကျင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ကြောင်းကို ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီတော့ ခိုးနိုင်တယ်၊ သူတစ်ပါး သားမယားကို ပြစ်မှားနိုင်တယ်၊ လိမ်နိုင်တယ်၊ သေရည်အရက်ကို သောက်စားနိုင်တယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီလူဟာ သောတာပန်မဟုတ်ဘူးဆိုတာ တထစ်ချ မှတ်ထားကြပေတော့။<sup>၁</sup>

ခုနကပြောခဲ့တဲ့ စာရေးဆရာကြီးကတော့ “သောတာပန်ဟာ သေရည်အရက် သောက်စားသည်အထိ ငါးပါးသီလကို ကျူးလွန် နိုင်သေးတယ်” လို့ သူ့ဆောင်းပါးထဲမှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။ ဘာကြောင့် ဒီလိုဆိုနိုင်သလဲဆိုတော့ သူက လူ့ရဲ့စိတ်ဓါတ် သဘာဝကို လေ့လာခဲ့တာ ကြာပါပြီတဲ့။ အဲဒီလို လေ့လာပြီးဖြစ်တဲ့အတွက် သူကဒီလို ရဲရဲရင့်ရင့် ဆိုနိုင်ပါသတဲ့။ ဒါလဲ အံ့ဩစရာပါပဲ။ သူ့လေ့လာတယ်ဆိုတာ ဘယ်သူတွေ ရဲ့စိတ်ကို လေ့လာတာလဲ။ သူ့စိတ်သူ လေ့လာတာဖြစ်မှာပေါ့။ သူက သူ့ကိုယ်ကိုသူ သောတာပန်လို့ ယူဆထားဟန်တူပါတယ်။ ပြီးတော့ သူက အရက်ကိုလဲ ကြိုက်တယ်လို့သတင်းကြားရတယ်။ ဒါကြောင့် သူ့စိတ်နှင့် နှိုင်းပြီး ဆုံးဖြတ်လိုက်ဟန်တူပါတယ်။ ဒါလဲအံ့ဩစရာပါပဲ။ ကိုယ်နဲ့နှိုင်း- မရိုင်းဘူးဆိုတဲ့ မြန်မာစကားပုံဟာ အဆင့်အတန်းတူတဲ့သူ အချင်းချင်းသာ သုံးစွဲရမည့် စကားပုံဖြစ်ပါတယ်။ အဆင့်အတန်းတူတဲ့သူ မတူရာမှာ ကိုယ်နဲ့နှိုင်းရင် အလွန်ပင် ရိုင်းပါတယ်။ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ဂဏန်းသင်္ချာကို မသင်ဘူးတဲ့ လူတစ်ယောက်က ဂဏန်းသင်္ချာအရာမှာ ပါရဂူရောက် တတ်မြောက်နေတဲ့လူကို ဂဏန်းသင်္ချာနှင့် စပ်ပြီး ငါလိုပဲလို့ ကိုယ်နဲ့ နှိုင်းလျှင်အများကြီး လွဲမှားမယ်။ အများကြီးရိုင်းမယ်ဆိုတာကို သိနိုင် ပါတယ်။ အဲဒါလိုပါပဲ ပုထုဇဉ် ပုဂ္ဂိုလ်က ကိုယ့်စိတ်နဲ့နှိုင်းပြီး သောတာပန် ကို ဆုံးဖြတ်လျှင် အင်မတန်ရိုင်းပြီး အင်မတန်ဘဲ လွဲမှားတတ်ပါတယ်။

အမှန်မှာတော့ သောတာပန်အစစ် တကယ်ဖြစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ သတိကလေးက အတော်ကို ကောင်းနေပြီ။ ဒါကြောင့် ရုတ်တရက် လောဘဖြစ်လာတယ်ဆိုရင် အဲဒီ သတိကလေးက သူ့အလိုလို

၁။ ရှင်းလင်းချက် အမှတ်(၁) နောက်ဆက်တွဲမှာကြည့်ပါ။

ဖြစ်ပေါ်လာပြီးတော့ ထိန်းထားလိုက်ရတယ်။ ဒီလို သတိက အုပ်ထိန်းလိုက်တဲ့ အတွက် လောဘဟာ အရှိန်ပျက်သွားတယ်။ အကြီးအကျယ် မဖြစ်ရတော့ဘူး။ ဒေါသဖြစ်လာရင်လဲ သတိက နည်းတူပဲ အုပ်ထိန်းလိုက်တယ်။ မောဟတို့ မာနတို့ ဖြစ်လာရင်လဲ သတိက လိုက်ပြီးအုပ်ထိန်းတာပဲ။ ဒါကြောင့် အကုသိုလ်တရားတွေဟာ အလွန်အကဲ အကြီးအကျယ် မဖြစ်ပွား ရတော့ဘူး။ သီလသိက္ခာပုဒ်တွေကို ကျူးလွန် နိုင်လောက်အောင် ပြင်းပြင်းထန်ထန် မဖြစ်ရတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် သောတာပန်မှာ အပါယ်လားကြောင်း အကုသိုလ်တွေလဲ ငြိမ်းတယ်။ အပါယ်လေးပါးမှလဲ လွတ်တယ်လို့ ယုံကြည်စိတ်ချရတာ။ ဒါတွေဟာ သတိကလေး ကောင်းနေခြင်းရဲ့ အကျိုးတွေပါပဲ။ သောတာပန်မှာ ဒီသတိကလေး ဒီလိုကောင်းနေတာကလဲ ကလျာဏ ပုထုဇဉ်အဖြစ်နဲ့ ဝိပဿနာရှုစဉ်က ဒီသတိကလေးကို မပြတ်မစဲ လေ့လာပွားများ လာခဲ့လို့ပါပဲ။ ဒီတော့ ဒီသတိကလေးကောင်းအောင် အစပြုခဲ့ရတာဟာ ပုထုဇဉ်အဖြစ်က စခဲ့ရတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဒွါရ ခြောက်ပါးက ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်း ရုပ်နာမ်တွေကို အမှတ်ရနေတဲ့ သတိကလေးဟာ သတိပဋ္ဌာန်တရားပေါ့။ သတိပဋ္ဌာန် တရားဟာ အင်မတန်ကောင်းပါတယ်။ ပေါ်လာသမျှ ကိုယ်အမူအရာ၊ စိတ်အမူ အရာတွေကို အမှတ်ရနေရုံ ကလေးပဲ။ ဒီလို အမှတ်ရနေတယ်ဆိုရင် သိသင့်သိထိုက်တာတွေကို အကုန်လုံး အောင့်မေ့ပြီး အကုန်လုံး သိတော့တာပဲ။ ဘယ်နေရာမှာမှ မကျန်ဘူး။ သိပ်နေရာကျတာပဲ။ အားထုတ်ဖို့ရာ လွယ်လဲလွယ်တယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ကလဲ အဲဒီ သတိပဋ္ဌာန် နည်းအတိုင်း ရှုမှတ်ပုံကို လွယ်လွယ်ကလေးပဲ ဟောနေပါတယ်။ ဘာကြောင့်တုန်းလို့ဆိုတော့ ရုပ်တွေ၊ နာမ်တွေ၊ စိတ်တွေ၊ စေတသိက် တွေ၊ ကလာပ်တွေ

ဒီလိုဟာတွေကို အသေးစိတ်ရှုဖို့၊ ဆင်ခြင်ဖို့၊ ဟောလျှင် ဗဟုသုတမရှိတဲ့ လူတွေမှာ ဘယ်ဆင်ခြင်တတ်၊ ရှုတတ်လိမ့် မှာတုံး၊ အဲဒီလိုတွေးတော ဆင်ခြင်နေရင်လဲ ကိုယ်ပိုင် ဘာဝနာဉာဏ်ဆိုတာ ဘာမှထူးထူးခြားခြား ဖြစ်မှာမဟုတ်ပါဘူး၊ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့က လွယ်လွယ်ပဲဟောပါတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားကလဲ လွယ်လွယ်ပဲ ဟောခဲ့ပါတယ်၊ ဘယ်လိုလဲဆိုတော့-

### သွားလျှင် သွားတယ်လို့ သိပါစဉ်

ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဏနာတိ-တဲ့၊ ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် ဟောထားတဲ့ သတိပဋ္ဌာနသုတ် ပါဠိပါပဲ၊ ဒီပါဠိရဲ့ အနက်ကတော့ ဂစ္ဆန္တော ဝါ-သွားသည်ရှိသော်လည်း၊ ဂစ္ဆာမိတိ-သွားသည် ဟူ၍၊ ပဏနာတိ-သိ၏ တဲ့၊ သွားသည်ရှိသော် သွားသည်ဟု သိ၏- သွားလျှင်သွားသည်ဟု သိပါတဲ့၊ ဒီလိုလွယ်လွယ်ကလေး ဟောထား ပါတယ်၊ သွားသည်ရှိသော် အတွင်းသားရပ်တွေ၊ နာမ်တွေ၊ ဓါတ်တွေ၊ ကလာပ်တွေကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီး သိ၏-လို့ ဒီလို ခက်ခက်ခဲခဲ မဟော ခဲ့ပါဘူး၊ လူတိုင်း လူတိုင်း အားထုတ်နိုင်အောင် မြတ်စွာဘုရားက “သွားလျှင် သွားသည်ဟုသိ၏”လို့ ဒီလို လွယ်လွယ်ပဲ ဟောခဲ့ပါတယ်၊ ဂစ္ဆာမိ ဣတိ-သွားသည် ဟု၊ ပဏနာတိ-သိ၏-လို့ ဟောထားရာမှာ၊ ဂစ္ဆာမိ-ဆိုတဲ့ပုဒ်ပါတယ်နော်၊ အဲဒီပုဒ်ကို အထူးသတိပြုဖို့ အရေးကြီး ပါတယ်၊ ပါဠိမှာ ဂစ္ဆာမိ-လို့ ဆိုရင် မိမိကိုယ်တိုင်နဲ့ ဆိုင်ပါတယ်၊ ငါသွား၏-လို့ မြန်မာပြန်ရပါတယ်၊ ဂစ္ဆသီ-လို့ဆိုရင် အပြန်အလှန် ပြောဆိုဘက် ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ ဆိုင်ပါတယ်၊ သင်သွား၏-လို့ ပြန်ရပါတယ်၊ ဂစ္ဆတိ လို့ ဆိုရင် ငါနှင့် သင်တို့မှ တစ်ပါးအခြားပုဂ္ဂိုလ် အရာဝတ္ထုများနဲ့

ဆိုင်ပါတယ်။ သူသွား၏။ လူသွား၏။ နတ်သွား၏။ ရဟန်းသွား၏။ ရုပ်နာမ်သွား၏ စသည်ဖြင့် ရည်ရွယ်ချက်အားလျော်စွာ ပြန်ရပါတယ်။ ပါဠိသဒ္ဒါနည်းက အဆုံးမှာ တိ-ဝိဘတ်နှင့်ဆိုရင် နာမယောဂ-တဲ့။ ဂစ္ဆတိ-သူသည်သွား၏ စသည်ဖြင့် ပြန်ရတယ်။ အဆုံးမှာ သိ-ဝိဘတ်နှင့်ဆိုရင် တုမှယောဂ-တဲ့။ ဂစ္ဆသိ-သင်သည် သွား၏လို့ ပြန်ရတယ်။ အဆုံးမှာ မိ-ဝိဘတ်နှင့် ဆိုရင် အမှယောဂ-တဲ့။ ဂစ္ဆမိ-ငါသည် သွား၏-လို့ ပြန်ရတယ်။ “ဒီလို အနက်ပြန်ရတယ်” ဆိုတာကို ယခု ဒီ သန်လျင်မင်းကျောင်း စာသင်တိုက်က ရဟန်းတော်တွေ အကုန်လုံး သိကြပါတယ်။ သဒ္ဒါကိုသင်နေတဲ့ ရဟန်းတော်တွေ အကုန်လုံး သိကြပါတယ်။ သဒ္ဒါကိုသင်နေတဲ့ ရှင်ငယ်၊ သူငယ်ကလေးတွေကလဲ အာချာတ်ပိုင်းကိုရောက်ရင် သိကြတော့တာပါပဲ။

သန်လျင်ကထွက်တဲ့စာအုပ်ကြီး

ယခု ဒီသတိပဋ္ဌာန်သုတ်မှာ ဟောထားတာက မိ-ဝိဘတ်နဲ့ ဂစ္ဆမိ နော်။ တိ-ဝိဘတ်နဲ့ ဂစ္ဆတိ မဟုတ်ဘူး။ ဒီတော့ ဒီ ဂစ္ဆမိ-ကို မြန်မာပြန်ရင် ငါသွား၏-လို့ပဲ ပြန်ရတယ်။ သူသွား၏-လို့လဲ မပြန်ရဘူး။ ရုပ်နာမ်သွား၏-လို့လဲ မပြန်ရဘူး။ ဒါကြောင့် လယ်တီ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အနတ္တဒီပနီကျမ်း အစနားမှာ ဣရိယာပုတ်ရှုပုံကို-

“သွားခြင်း ဣရိယာပုတ်၌ ခြေလှမ်းတိုင်း ငါသွား၏။ ငါသွား၏-ဟု ခြေ၌တည်သောစိတ်ကို ဖြစ်စေ၍ သွားရမည်။ ခြေတစ်လှမ်းမျှ အမှတ်တမဲ့ မလှမ်းမိစေနှင့်” စသည်ဖြင့် ညွှန်ပြထားပါတယ်။

အဲဒါကို မကြာမီ တစ်နှစ်ကျော်လောက်က ထွက်လာတဲ့ ကျမ်းစာအုပ်ကြီး တစ်ခုက ပယ်ထားတယ်။ စာအုပ်ကြီးက စာမျက်နှာ(၈၄၀)လောက်ရှိပါတယ်။ အဲဒီ စာအုပ်ကြီးက မြန်မာပြည်မှာရှိတဲ့ ဝိပဿနာနည်းနာတွေကို အကုန်လုံး လိုလိုပဲ ပယ်သွားပါတယ်။ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ “ငါသွား၏” ဆိုတဲ့ ရှုပုံကို ပထမဆုံး စပြီးတော့ ပယ်ထားတာကို တွေ့ရပါတယ်။ ဘာကြောင့် ပယ်ရသလဲ ဆိုတာတော့ ငါဆိုတဲ့ ဝေါဟာရပါနေလို့ပါဘဲတဲ့။ အဲဒါဟာ သေသေချာချာ စိစစ်လျှင် ဂစ္ဆာမိ-ဟူသော အမှယောဂနဲ့ဟောတဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို ပယ်ရာရောက်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ဂစ္ဆာမိ-လို့ ဟောတဲ့အတွက် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက ငါသွား၏-လို့ သဒ္ဒါနည်းအရ အတိအကျ ဘာသာပြန်ထားတာပဲ။ ဂစ္ဆာမိ-ပိုဒ်ကို ငါသွား၏-လို့ ပြန်တာ မှားတယ်လို့ ဘယ်စာတတ်ပုဂ္ဂိုလ်ကမှ မဆိုနိုင်ဘူး။ ဒီတော့ ငါသွား၏ ဆိုတဲ့ မြန်မာပြန်ကို မသင့်ဘူးလို့ ပယ်လိုက်ရင် ဂစ္ဆာမိ-လို့ဟောတဲ့ မြတ်စွာဘုရားကိုလဲ ပယ်ရာရောက်ပါတယ်။ ဒီရှင်းလင်းချက်ကို ထည့်သွင်းပြီး ပြောရတာကလဲ တခြားကြောင့် မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီလို ပယ်တဲ့ ကျမ်းစာအုပ်ကြီးက ဒီသန်လျင်မြို့က ထွက်တဲ့ စာအုပ်ကြီး ဖြစ်တဲ့အတွက် ဘုန်းကြီးက ယခုဖော်ပြမည့် ရိုးရိုးကလေး၊ လွယ်လွယ် ကလေး ဘုရားဟောထားတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်နည်းမှာ သံသယကင်းစေ လိုတဲ့အတွက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ငါ သုံးမျိုး

ငါဆိုတာက သုံးမျိုးရှိပါတယ်။ အတ္တကောင်အနေအထားဖြင့် ဒိဋ္ဌိနဲ့စွဲလမ်းတဲ့ ငါကတစ်မျိုး၊ မာနနဲ့စွဲလမ်းတဲ့ ငါကတစ်မျိုး၊ လောကဝေါဟာရမျှဖြင့် သုံးစွဲတဲ့ ငါက တစ်မျိုး၊ ဒီလိုသုံးမျိုးရှိပါတယ်။ ဒီအထဲမှာ ဂစ္ဆာမိ-လို့ ဟောရာ အလိုလို ပါဝင်နေတဲ့ ငါကတော့ ဒိဋ္ဌိစွဲ၊ မာနစွဲ ငါမျိုးမဟုတ်ပါဘူး။ လောကဝေါဟာရ ငါဖြစ်ပါတယ်။ ဒီငါမျိုးကိုတော့ ဘုရားရဟန္တာတွေလဲ သုံးစွဲပြောဆိုတော်မူကြပါတယ်။ အဲဒီလိုပြောဆိုတာကို ဒိဋ္ဌိစွဲ မာနစွဲလို့ အပြစ်မတင်ရပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့ကလဲ ဒီလို လောကဝေါဟာရ စကားနဲ့ သွားရင် သွားတိုင်း၊ ခြေလှမ်းတိုင်း သွားတယ်၊ သွားတယ်၊ စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ဖို့ ညွှန်ပြနေပါတယ်။ ဒီလို လောကဝေါဟာရတွေနဲ့ ရှုနေပေမယ်လို့ တကယ်သမာဓိဉာဏ် ရင့်သန်လာတဲ့ အခါကျတော့ ဒီအမည်ဝေါဟာရတွေ အကုန်ပျောက်ပြီးတော့ ခဏမစဲ မပြတ် ဖြစ်ပျက် နေတဲ့ ရုပ်ကလေးတွေမျှ တစ်ရွေ့ချင်း အဆင့်ဆင့်မပြတ် ဖြစ်ပျက် နေတာကိုသာ တွေ့ရသိရပါတယ်။ ပုံသဏ္ဍာန် အကောင်အထည်ဖြစ်ရယ်လို့ ဘာမှမတွေ့ရတော့ဘူး။ သဘောတရားကလေးတွေချည်း သူ့ဟာသူ ဖြစ်ပျက်နေတာကို တွေ့ရပါတယ်။ တွေ့ရတာမှ ရှုရတဲ့ရုပ်နာမ်အာရုံတွေတွင် မဟုတ်သေးဘူး။ ရှုသိနေတဲ့ စိတ်ကလေးကိုပါ သိပြီးရင်း ပျက်သွားရင်း၊ သိပြီးရင်းပျက်သွားရင်းနဲ့ ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး သိရပါတယ်။ အဲဒါမယုံရင် အားထုတ်ကြည့်ပေါ့။ ဘုန်းကြီးတို့ ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း တကယ်အားထုတ်ကြည့်ရင် ကိုယ်တိုင် တွေ့မယ်ဆိုတာကိုတော့ ဘုန်းကြီးတို့က ရဲရဲကြီးတာဝန်ခံပါတယ်။



ဘုန်းကြီးတို့လဲ အစကမယုံဘူး

ဒါပေမယ့် အားမထုတ်ရသေးလို့ မယုံတဲ့သူကိုတော့ ဘုန်းကြီးတို့က အပြစ်မတင်ပါဘူး။ ဘာကြောင့်တုန်းဆိုတော့ သူကမှ ကိုယ်တိုင် မတွေ့ရသေးဘဲဟာကို၊ မတွေ့တော့ မယုံဘဲလဲရှိပေမှာပေါ့။ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြောရရင် ဘုန်းကြီးတို့ ကိုယ်တိုင်လဲ အစက မယုံခဲ့ပါဘူး။ သထုံမြို့မှာ မင်းကွန်း ဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဒီသတိပဋ္ဌာန်ကမ္မဋ္ဌာန်းဟောကြား ညွှန်ပြနေတယ်ဆိုတာကို ဘုန်းကြီးရဟန်းရှစ်ဝါ(၁၂၉၃-ခုနှစ်)တုန်းက ကြားသိရပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဘုန်းကြီးစဉ်းစားဝေဖန် ကြည့်ခဲ့ပါတယ်။ သွားလျှင် သွားတယ်လို့ မှတ်ရမယ်ဆိုပါကော၊ ရပ်လျှင်လဲ ရပ်တယ်၊ ထိုင်လျှင်လဲ ထိုင်တယ်၊ အိပ်လျှင်လဲ အိပ်တယ်လို့ မှတ်ရမယ်ဆိုပါကော၊ ကွေးလျှင်လဲ ကွေးတယ်၊ ဆန့်လျှင်လဲဆန့်တယ်၊ စားလျှင်လဲစားတယ်လို့ မှတ်ရမယ်ဆိုပါကော၊ ရုပ်တရားနာမ်တရားဆိုတဲ့ သဘာဝဓမ္မအမည်လဲ မပါဘူး၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဆိုတာတွေလဲမပါဘူး၊ တော်တော်ဆန်းတာပဲလို့ ဝေဖန်ပြီးတော့ မယုံကြည်ဘဲရှိနေခဲ့ပါတယ်။ သို့ပေမယ့် နောက်ထပ်လဲ စဉ်းစားဆင်ခြင်မိပြန်တယ်။ “တရားအားထုတ်ပုံက ဆန်းတော့ဆန်းတာပဲ၊ ဒါပေမယ့် ဒီဆရာတော်ကြီးဟာ စာတတ်ပေတတ်ပဲ၊ သူကိုယ်တိုင် ကျကျနန အားထုတ်ပြီးမှ ဟောတာဆိုတော့ ဟုတ်ချင်လဲဟုတ်ပေလိမ့်မယ်၊ အဲဒီတော့ စမ်းကြည့်ပြီး ဆုံးဖြတ်မှတော်မယ်”လို့ အကြံရလာခဲ့တယ်။ ဒါနဲ့ ဘုန်းကြီးက အစမ်းသဘောနဲ့ အဲဒီဆရာတော်ဘုရားကြီးထံမှာ ကပ်ရောက်ပြီး အားထုတ်ခဲ့ပါတယ်။

### ကိုယ်တိုင်အားထုတ်ကြည့်တဲ့အခါ

အဲဒီလို အားထုတ်ကြည့်တဲ့အခါမှာလဲ အရက်(၂၀)ကျော် တစ်လ လောက်အတွင်းမှာတော့ ဘုန်းကြီးက တရားအကြောင်း သဘော မပေါက်သေးပါဘူး။ ဘယ်သဘောပေါက်မှာလဲ ကောင်းကောင်းမှ အားမထုတ်သေးပဲဟာကို၊ ယခု ဘုန်းကြီးများထံမှာ လာပြီးအားထုတ်ကြတဲ့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေဟာ အချို့က ဘာမှ ဗဟုသုတ မရှိရှာကြပါဘူး။ ဒါပေမယ့် သူတို့မှာ အားထုတ်လို့ လေးငါးခြောက်ရက်လောက်ဆိုရင် သမာဓိဉာဏ်တွေ အတော်တက်ကုန်ပြီ။ ရုပ်နာမ်သဘောတွေ၊ အဖြစ်အပျက် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောတွေကို သူတို့ တော်တော် သိကုန်ပြီ။ ဘုန်းကြီးမှာဖြင့် အဲဒီအားထုတ်ခါစတုန်းက ဒီလို လေးငါးခြောက်ရက် မပြောနဲ့ တစ်လလောက်ကြာတာတောင် ဘာမှ ဉာဏ်က မတက်သေးဘူး။ သုညကပဲ ရှိသေးတယ်။ ဘာကြောင့်တုန်းဆိုရင် ကောင်းကောင်းမယုံလို့၊ ကောင်းကောင်း အားမထုတ်လို့ ပါပဲ။ မယုံတာက ယုံမှားမှု ဝိစိကိစ္ဆာ နိဝရဏပဲ။ သူက ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာမဖြစ်နိုင်အောင်၊ မဂ်ဖိုလ်ကို မရောက်နိုင်အောင် တားမြစ်တတ်ပါတယ်။ အဲဒါကို ယယ်ရှားနိုင်ဖို့ရာ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ ဘုန်းကြီးမှာတော့ အဲဒီတုန်းက ယုံမှားမှုကို အကောင်းထင်နေလို့ လျှောက်ပြီးတွေးတောနေခဲ့ပါတယ်။ သွားတယ်။ ကွေးတယ်။ ဆန့်တယ်-ဒီလို မှတ်နေရတာတွေက ပညတ်တွေပဲ။ အထည်ခြပ် ပညတ်တွေကို ရှုနေတာပဲ။ ပရမတ်ကို မရောက်သေးပါဘူး။ ဒါတွေကိုမှတ်ဖို့ ဆရာတော်ကြီးက ပေးထားတာဟာ အခြေခံအနေနဲ့ ပေးထားတာဖြစ်မှာပဲ။ နောက်ကျတော့မှ ရုပ်တွေ၊ နာမ်တွေ အသေးစိတ်ခွဲပြဋ္ဌာန်းမှာနဲ့တူတယ် စသည်ဖြင့် မျှော်တွေး

သတ္တမအကြိမ်

စဉ်းစားနေခဲ့ပါတယ်။ ကောင်းကောင်းလဲအားမထုတ်ခဲ့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် အရက်(၂၀)ကျော် တစ်လလောက်ကြာပေမယ်လို့ ဘာမှ ထူးထူးခြားခြား မဖြစ်ခဲ့ဖူး။ နောက်ကျမှ အားထုတ်ရင်း၊ အားထုတ်ရင်းနဲ့ အလိုလိုသဘော ပေါက်လာတယ်။ “အင်း-သွားတယ်၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ် စသည်ဖြင့် ကိုယ်အမှုရာ၊ စိတ်အမှုရာတွေကို ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း လိုက်မှတ်နေတာဟာ အစအခြေခံတွင် မဟုတ်ဘူး၊ အစလဲဟုတ်တယ်၊ အလယ်လဲ ဟုတ်တယ်၊ အဆုံးထိလဲ ဟုတ်တယ်။ သိစရာတွေ အားလုံးကုန်နေပြီ။ ဘာမျှမကြံ တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဒီသတိပဋ္ဌာန်ကို “ကောယနော မဂ္ဂေါ-တစ်ခုတည်းသောလမ်း၊ တစ်ကြောင်းတည်းသောလမ်းလို့ ဟောထားပေတာပဲ”လို့ သဘောပေါက်လာပါတယ်။

### သမာဓိဉာဏ်ရင့်လာတော့

အားထုတ်ခါစမှာတော့ သွားတယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်စသည်ဖြင့် ဒီလိုအကြမ်းစားအတိုင်းသာ ရှုမှတ် နေရပါတယ်။ နောက်သမာဓိဉာဏ်ရင့်လာတော့ ဒွါရခြောက်ပါးက ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ်တွေကို အကုန်လုံး သိလာပါတယ်။ စိတ်ကလေးတွေများ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ကုန်ကုန် ပျောက်ပျောက် သွားလိုက်တာဟာ ပုတီးစေ့ကလေးတွေ တစ်စေ့ပြီးတစ်စေ့ ကျကျ သွားသလိုပဲ ထင်ထင်ရှားရှား သိရပါတယ်။ အာရုံတစ်ခုခုက ပေါ်လာလိုက်၊ အဲဒါကိုသိတဲ့ စိတ်ကလေးက ပေါ်လာလိုက်၊ အဲဒါကို ရှုမှတ်ပြီး သိတာကလေးက ပေါ်လာလိုက်နဲ့ ရှေ့ဆင့်နောက်ဆင့်ပေါ်ပေါ်ပြီး ပျောက်ပျောက်သွားတာကလေးတွေကို အဆင့်ဆင့် တွေ့သိနေရတယ်။

ရှေ့က အာရုံပျောက်သွား၊ နောက်က အသိကလေး ပျောက်သွား၊ ရှေ့က အာရုံပျောက်သွား၊ နောက်ကအသိ ကလေးပျောက်သွားနဲ့ အာရုံရော၊ အသိရော ပျောက်ပျောက်သွားတာ ကလေးကို တစ်ချို့က နှစ်ဆင့်၊ နှစ်ဆင့် တွေ့နေရတယ်။ ဒီတော့ မြဲတယ်လို့လဲ စွဲလမ်းစရာမရှိဘူး၊ အတ္တကောင်၊ ငါကောင်လို့လဲ စွဲလမ်းစရာ မရှိတော့ဘူး၊ ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းပဲ၊ တကယ့်ကို ကောင်းတဲ့လမ်းပါပဲ။

### သတင်းစာတစ်စောင်က

အဲဒါကို တချို့လူတွေက ကိုယ်တိုင်လဲကျကျနန အားထုတ် မကြည့်ဘဲနဲ့ တောင်ပြော၊ မြောက်ပြောနဲ့ ပြောကြတယ်၊ အဲဒါကတော့ ခက်တာပါပဲ၊ ဟိုပုဂ္ဂိုလ်ပြောသလို၊ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ပြောသလိုနဲ့ သေသေ ချာချာစစ်ကြည့်လိုက်တော့ မြတ်စွာဘုရားကို စွပ်စွဲရာရောက်နေပါတယ်၊ သတိပဋ္ဌာန်သုတ် တရားတော်ကို ပုတ်ခတ်ရာရောက်နေပါတယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့က ရန်ကုန် မရောက်မီ တစ်ထောင့်သုံးရာပြည့်နှစ်လောက် ကတည်းကစပြီး ဒီ သတိပဋ္ဌာန်နည်းလမ်းကို ဟောကြားညွှန်ပြ နေပါတယ်၊ ရန်ကုန်သာသနာ့ရိပ်သာ ရောက်တော့လဲ ဒီအတိုင်းပဲ ဆက်လက်ပြီး ဟောကြားညွှန်ပြလာခဲ့ပါတယ်၊ ဘယ်သူက ဘယ်လို ပြောပြော ဘုန်းကြီးတို့က လက်တွေ့ဖြစ်နေတော့ မတုန်လှုပ်ပါဘူး၊ သူများ ပြောတာတွေကိုလည်း ဂရုမစိုက်ပါဘူး၊ စပ်မိလို့ ပြောရဦးမယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ ရန်ကုန်ရောက်စကတည်းလောက်က လူတစ်ယောက်က သတင်းစာတစ်စောင်ကနေပြီး ဘုန်းကြီးတို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အပြစ် တင်ပြီးတော့ရေးနေတယ်၊ ဘယ်လိုသဘောနဲ့ ရေးသလဲလို့တော့

သတ္တမအကြိမ်

မသိပါဘူး၊ ဘုန်းကြီးတို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို တိုက်ဖျက်ရေးလုပ်နေတာနဲ့ တူပါရဲ့၊ ဒါပေမယ့် ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ ပြန်လည်ဖြေရှင်းခြင်း၊ ချေပခြင်း ဆိုတာကို တစ်ခါမှ မလုပ်ခဲ့ပါဘူး၊ ကိုယ့်လမ်းသာ ကိုယ်သွားနေခဲ့ပါတယ်၊ အဲဒီ သတင်းစာက ဆောင်းပါကို ကြိုက်တဲ့လူတွေ အဲဒီ ဆောင်းပါးရှင်ထံမှာ တပည့်ခံပြီး ကျင့်ကျလိမ့်မယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ဟောတာ ကြိုက်တဲ့လူတွေ ဘုန်းကြီးတို့ထံ လာကြမှာပဲလို့ ဒီလို ယောနိသော မနသီကာရနဲ့ နှလုံးသွင်းပြီး ရိုးရိုးပဲ ဟောပြောလာခဲ့ပါတယ်၊ နောက် တယ်မကြာခင်ဘဲ အဲဒီ သတင်းစာဟာ မထွက်လာတော့ဘူး၊ ဘာကြောင့် မထုတ်နိုင်တယ် ဆိုတာတော့ မသိရပါဘူး၊ ဒါပေမယ့် တရားအားထုတ်မည့် ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အတွက်တော့ ဘေးရန်အန္တရာယ်တစ်ခု ကင်းသွားတယ်လို့ပဲ ယူဆ မိပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် အဲဒီလူကတော့ မလျှော့သေးဘူး၊ ဘုန်းကြီးတို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပုတ်ခတ်ပြီးတော့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား စာအုပ်တွေ ရေးထုတ် နေပြန်တယ်၊ ယခုထက်ထိ သူကတော့ ရေးနေတုန်းပါပဲ၊ ဒါပေမယ့် ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ လစ်လျူပဲထားပါတယ်၊ သူ့စာအုပ်ကြိုက်တဲ့သူရှိရင် သူ့ဆီသွားပေါ့၊ သာသနာတော်က ဘုရားသာသနာတော်ပဲ၊ ဘယ်သူပြုပြု တိုးတက်ကြီးပွားရင် ဝမ်းသာဖို့ကြီးပါပဲ၊ ယခုနေအခါမှာ ဟိုနိုင်ငံ၊ ဒီနိုင်ငံ တစ်နိုင်ငံလုံးက ယုံကြည်နိုင်အောင် အဘိညာဉ် တန်ခိုးတွေပါပြုပြီး ဟောပြောနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ထူး တစ်ဦးတစ်ယောက်လောက်ပေါ်လာရင် သာပြီး ဝမ်းသာဖို့ပါပဲ၊ အားလုံးကဝိုင်းပြီး ထောက်ခံ အားပေးကြဖို့ပါပဲ၊ ဒါပေမယ့် ကိုယ်တိုင်က ဘာမှအားထုတ်မှု၊ ကျင့်ကြံမှု မရှိပါဘဲနဲ့ ကျကျနန အားထုတ်ပြီး ဟောပြောနေရာမှာ ဝင်ပြီး ဆရာလုပ်တာကတော့ တော်တော်ကို နေရာမကျတာပါပဲ။

### ဘုန်းကြီးတို့ သွားနေကျလမ်းအတိုင်း

ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ သာသနာ့ရိပ်သာကို ရောက်လာရင် ဘုန်းကြီးတို့ သွားနေကြလမ်းအတိုင်း ဒွါရ ခြောက်ပါးက ထင်ရှားပေါ်လာ သမျှကို ရှုမှတ်ခိုင်းတော့တာပဲ။ အဲဒီလို ဒွါရခြောက်ပါးက ပေါ်လာ သမျှတွေကို အကုန်လုံးစေ့ငှအောင်လိုက်ပြီး မရှုနိုင်သေးခင်တော့ ကိုယ်အမူအရာ အကြမ်းစားတွေကစပြီး ရှုမှတ်ခိုင်းပါတယ်။ အထူး အားဖြင့်တော့ ဝမ်းဗိုက်ကလှုပ်ရှားနေတဲ့ ဝါယောရုပ်ကနေပြီး ရှုမှတ် ခိုင်းပါတယ်။ ဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းတက်လာတာ ပိန်ကျသွားတာကို ဖောင်းတယ်။ ပိန်တယ်လို့ စိတ်သိကလေးနဲ့ ရှုမှတ်ဖို့ ညွှန်ကြားပါတယ်။ ဘာကြောင့် ဒီလိုရှုရတယ် ဆိုတာကိုတော့ နောက်ပိုင်းကျမှ ကျမ်းဂန်နဲ့ ရှင်းပြမယ်။ ဒီလိုမှတ်တာကလဲ ဖောင်းတာနဲ့ပိန်တာ ဒါကလေး နှစ်ခုတည်းလဲ မဟုတ်ပါဘူး။ ကြားထဲမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ကူး ကြံစည်မှုတွေကိုလဲ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ရှုမှတ်ရသေးတယ်။ ပြီးတော့ တခြား ကိုယ်အမူအရာတွေလဲ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ရှုမှတ်ရသေးတယ်။ ဒီအတိုင်း ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ တော်တော်ကြာတော့ မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ နံတိုင်း၊ စားသိတိုင်း၊ တွေ့ထိတိုင်း၊ ကွေးတိုင်း၊ ဆန့်တိုင်း၊ လှုပ်ရှားပြုပြင်တိုင်း၊ စိတ်ကူး ကြံစည်တိုင်း ဒွါရခြောက်ပါးက ပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်တွေကို အကုန်လုံး ရှုနိုင်ပြီး အကုန်လုံး သိလာကြပါတယ်။ ဒီတော့ **သတာရက္ခေဓု**-အမှတ်ရမှု သတိအစောင့် အရှောက်ရှိသော၊ **စေတသာ**-စိတ်နှင့်၊ **သမဇ္ဈာဂတော**-ပြည့်စုံတယ်ဆိုတဲ့ ဒီ အရိယာဝါသ တရားတော်နဲ့ အံကျ ကိုက်ညီသွားပါတယ်။

တွေ့ပြီးသိမှ ဉာဏ်အစစ်

တချို့က ဒီလိုပဲအကြံဉာဏ်ပေးကြသေးတယ်။ တရားအား ထုတ်မည့် ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ရုပ်သဘော၊ နာမ်သဘော၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတွေ အသေးစိတ်အကျယ် သင်တန်းပေးထားရင် ပိုပြီးတော့ ထင်လွယ် မြင်လွယ်မယ်လို့ အကြံဉာဏ်ပေးကြတယ်။ အဲဒါက သူတို့ အထင်မျှပါပဲ။ သင်တန်းပေးတာတို့ ထင်မြင်တာတွေက သညာသိ တွေပဲ။ ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး သိတဲ့ ပညာသိ မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်နဲ့ ညွှန်ပြီးယူတော့ မဟုတ်တာတွေကိုလဲ အဟုတ်ထင်လာတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီလို စိတ်ညွတ်ပြီး ယူတာတွေဟာ မကောင်းပါဘူး။ ဗုဒ္ဓသာသနာကို မယုံကြည်တဲ့ လူတွေက ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာအလုပ်ကို အထင်အမြင် သေးနေကြတာလဲရှိပါတယ်။ သူတို့က ဘယ်လိုပြော သလဲဆိုတော့ ဗုဒ္ဓသာသာဝင်တွေဟာ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ အနတ္တလို့ ထင်မှာပေါ့။ စောစော ကတည်းက ဆရာက သင်ကြားထားတဲ့အတိုင်း ထင်မှာပေါ့လို့ သူတို့က ပြောတတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီလို ပြောကြတာဟာ ဘုန်းကြီးတို့ တပည့် ယောဂီတွေနဲ့တော့ မဆိုင်ပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ဘုန်းကြီးတို့က ရုပ်၊ နာမ်အကြောင်း၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ အကြောင်းကို သာမညလောကံသာ ဟောပြောထားပါတယ်။ ရုပ်လို့ နှလုံးသွင်းရမယ်။ နာမ်လို့ နှလုံးသွင်းရမယ်။ မွမ္မရူရူလို့ နှလုံးသွင်းရမယ်။ အနိစ္စလို့ နှလုံးသွင်းရမယ်။ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလို့ နှလုံးသွင်းရမယ်။ ဖြစ်တယ်။ ပျက်တယ်လို့ နှလုံးသွင်းရမယ်။ စသည်ဖြင့် တမင်စိတ်ညွတ်ပြီး ရှုဖို့ ညွှန်ကြားမထားပါဘူး။ ထင်ရှားပေါ်လာသမျှကို သူပေါ်လာတဲ့အတိုင်းပဲ ရှုဖို့သာ ညွှန်ကြားထားပါတယ်။ အဲဒီလို ပေါ်လာသမျှကို ရှုရုံမျှ

ရိုးရိုးကလေးမှတ်ရုံမျှနဲ့ ရုပ်ကတခြား၊ နာမ်ကတခြား ကွဲပြားပြီး သိလာပုံကို အားထုတ်တဲ့ ယောဂီတွေက သူ့အလိုလိုပဲ ပြောလာကြတယ်။ ပေါ်လာသမျှ အာရုံတွေရော၊ မှတ်သိတဲ့ စိတ်တွေရော မှတ်ရင်း မှတ်ရင်း ပျောက်ပျောက် သွားပုံကိုလဲ တွေ့သိနေကြောင်း သူ့အလိုလိုပဲ ပြောလာကြတယ်။ အဲဒီလို ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီးသိမှ ဉာဏ်အစစ်ဖြစ်တာ။ ဒီတော့မှ ဘုန်းကြီးတို့က ဒေသနာတော်နဲ့ ညီပြီးတော့ ဒီလိုသိတာက ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိတာ။ ဒီလိုသိတာက နာမ်ကို ပိုင်းခြားသိတာ။ ဒီလိုသိတာက အဖြစ်အပျက် ကိုသိတာ။ ဒီလိုသိတာက အနိစ္စကိုသိတာ စသည်ဖြင့် အမည်တတ်ပြီး ဟောပြပေးပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့ တပည့် ယောဂီတွေမှာတော့ စိတ်ညွတ်ယူလို့ ထင်တာမဟုတ်ပါဘူး။ တကယ်ဟုတ် မှန်တဲ့အတိုင်း ကိုယ်တိုင်တွေ့သိပြီး သိကြတာသာဖြစ်ပါတယ်။

### သတိကောင်းလို့ ဉာဏ်ကောင်းလာပုံ

သိကြတာမှ ရိုးတိုးရိပ်တိတ် ဝိုးတိုးဝါးတား မဟုတ်ပါဘူး။ လက်နဲ့ ကိုင်ကြည့်ပြီး သိရသလို ထင်ထင်ရှားရှားကြီးကို သိရပါတယ်။ ရှုစရာ အာရုံကလေးပေါ်လာပြီး ပျောက်သွားတာကိုလဲသိတယ်။ အဲဒီသိတဲ့ စိတ်ကလေး ပျောက်သွားတာကိုလဲသိတယ်။ နောက်အာရုံတစ်ခုပေါ်ပြီး ပျောက်သွားတာကိုလဲသိတယ်။ အဲဒီအသိစိတ်ကလေး ပျောက်သွား တာကိုလဲသိတယ်။ ဒီနည်းဖြင့် အာရုံရော၊ အသိရော ရှေ့ဆင့်၊ နောက်ဆင့်၊ အတွဲလိုက်၊ အတွဲလိုက် ပျောက်ပျောက်သွားတာကိုချည်း တွေ့နေရတယ်။ ကိုယ်၊ ခေါင်း၊ လက်၊ ခြေပုံသဏ္ဍာန် အထည် ဖြစ်ဆိုရင် ဘာမျှမတွေ့ရတော့ဘူး။ တရိပ်ရိပ်နဲ့ ပျောက်ပျောက်



သွားတာကိုချည်း တွေ့နေရတယ်”လို့ ပြောတယ်။ ဒီတော့မှ ဘုန်းကြီးတို့က အဲဒါကို ဒေသနာတော်အရ ဘင်္ဂဉာဏ်လို့ခေါ်တယ်လို့ ပြောရတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့က “ဒီလိုသိရမယ်၊ ဒီလိုမြင်ရမယ်”လို့ စောစောက လမ်းကြောင်းပြီး ညွှန်ကြားမထားပါဘူး။ သူ့အလိုလို ရိုးရိုးကလေးရှုမှတ်နေရုံနဲ့ ဒီလိုအသိတွေက အလိုလိုဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ ဒီလိုအသိဉာဏ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ယခုတရား နာပရိတ်သတ်ထဲမှာလဲ တော်တော်များများပါပါတယ်။ ဒါဟာ သတိကောင်းလို့ ဉာဏ်ကောင်းလာပုံပါပဲ။ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ကျတော့ ဒါထက် အများကြီးကောင်းပါသေးတယ်။ အဲဒါကောင်းပုံကိုတော့ ဂုဏ်ခြောက်ထွေရဲ့ အကျယ်ကျမှ ရှင်းလင်းပြရမယ်။ ဒီလို ပုထုဇဉ်အဖြစ်နဲ့ ဝိပဿနာရှုစဉ်ကတည်းက အမှတ်ရတဲ့သတိက ကောင်းလာခဲ့တဲ့အတွက် သောတာပန်ဖြစ်တော့ ပိုပြီးကောင်းလာပါတယ်။ သောတာပန်က ဝိပဿနာရှုပြီး လေ့လာပြန်တဲ့အတွက် သကဒါဂါမ်ကျတော့ ပိုပြီးကောင်းလာပြန်ပါတယ်။ ရဟန္တာကျတော့ ဒီသတိဟာ အပြည့်အစုံကောင်းသွားပါတယ်။ ဘယ်ဟာကိုမှ အမှတ်မဲ့ မေ့သွားရတယ်လို့ မရှိတော့ဘူး။ အကုန်လုံးသတိထင်ပြီး အမှတ်ရနေပါတယ်။ ဒါကြောင့်-

“ဣဓ-ဤသာသနာတော်၌၊ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ဘိက္ခု-သံသရာဘေးကိုရှုမြင်၍ ဝိပဿနာရှုနေသောသူသည်၊ ဘိက္ခု-ရှုမှတ်၍ ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ သတာရက္ခေန-အမှတ်ရမှု-သတိ အစောင့်အရှောက်ရှိသော၊ စေတသာ-စိတ်နှင့် သမန္နာဂတော-ပြည့်စုံသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏”လို့ ဒီအရိယာဝါသတရားတော်က ပြဆိုထားတာတဲ့။

### သတိ-အစောင့်အရှောက် ထားပေးကြ

အိမ်မှာ အစောင့်အရှောက် ဒါရဝစ်ရုံနေသလိုပဲ၊ စိတ်တိုင်း စိတ်တိုင်းမှာ သတိ အစောင့်အရှောက်ကလေး အမြဲတမ်းပါရှိနေပါတယ်- တဲ့၊ ဒါက အရေးကြီးပါတယ်။ မိမိတို့ကိုယ်ကို စစ်ဆေးကြည့်ကြပါ။ တစ်နာရီအတွင်းမှာ စိတ်ပေါင်း ဘယ်လောက်များ သတိ အစောင့် အရှောက်ပါသလဲ၊ တစ်နေ့လုံးမှာအမှတ် သတိဘယ်လောက်ပါသလဲလို့ စစ်ဆေးကြည့်ကြပါ။ အစောင့်အရှောက် ဗလာနုတ္တိ ဖြစ်နေရင်လဲ အစောင့်ကလေးထားပေးကြပေါ့၊ အစောင့်သတိက နည်းသေးရင်လဲ များများထားပေးကြပေါ့၊ ဒီအစောင့်အရှောက် သတိမရှိဘဲနဲ့တော့ အရိယာမဖြစ်နိုင်ဘူး၊ သောတာပန်လဲမဖြစ်နိုင်ဘူး၊ သကဒါဂါမ် အနာဂါမ်လဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ရဟန္တာဖြစ်ဖို့ဆိုတာတော့ ဝေးပါသေးတယ်၊ ဒါကြောင့် ဆောင်ပုဒ်က “ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား”လို့ ဆိုထားတယ်၊ ကဲ ဒါကို ဆိုကြရမယ်။

“ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား”-ဆို။

ဒီဆောင်ပုဒ်မှာ ဖြစ်တိုင်း-ဆိုတာက မြင်မှု၊ ကြားမှု စသည် ဖြစ်တိုင်း၊ ဖြစ်တိုင်းလို့ ဆိုလိုပါတယ်၊ ဒါကြောင့် မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ နံတိုင်း၊ စားသိတိုင်း၊ တွေ့သိတိုင်း၊ သွားတိုင်း၊ လာတိုင်း၊ ကွေးတိုင်း၊ စိတ်ကူးစဉ်းစားတိုင်း၊ ညောင်းတိုင်း၊ ပူတိုင်း၊ နာကျင်တိုင်း၊ စိတ်ပျက်တိုင်း၊ ဝမ်းသာတိုင်း အကုန်လုံးအမှတ်ရနေဖို့ပဲ၊ ဒီလို အမှတ်ရနေလျှင် သတိ အစောင့်အရှောက်နဲ့ ပြည့်စုံနေတယ်လို့ ဆိုလိုရပါတယ်၊ အဲဒီလို ဖြစ်တိုင်း၊ ဖြစ်တိုင်းကို ရှုမှတ်လို့ အမှတ်သတိကကောင်းသလောက် စိတ်တည်ကြည်မှု သမာဓိကလဲ ကောင်းလာပါတယ်၊ အဲဒီသတိ၊ သမာဓိတွေ

ကောင်းလာသလောက် အသိဉာဏ်တွေကလဲ ကောင်းပါတယ်။ ဒါဟာ တရားအားထုတ်တဲ့ သူတွေကိုယ်တိုင်းတွေ့ရတဲ့ သဘောတရား တွေပါပဲ။ နောက်ဆုံးကျတော့ သိစရာဆိုရင် ဘာမျှမကျန်တော့ဘူး။ စိတ်တိုင်း စိတ်တိုင်း အကုန်လုံးပဲ သိသွားပါလိမ့်မယ်။ အဲဒါဟာ “အစောင့် အရှောက်တစ်ပါးနဲ့ ပြည့်စုံတယ်” ဆိုတဲ့ အရိယာနေအိမ်နဲ့ လုံလုံခြုံခြုံ တင့်တင့်တယ်တယ်နေနိုင်အောင် ကြိုးစားကြရမယ်။ တို့ ဒကာ-ဒကာမ တွေ တစ်သံသရာလုံးက အိမ်မဲ့ယာမဲ့နဲ့ နေလာလို့ အပါယ်ဆင်းရဲတွေနဲ့ တွေ့လာတာလဲ များလှပြီ။ သံသရာဆင်းရဲတွေနဲ့ တွေ့လာတာလဲ များလှပြီ။ မြတ်စွာဘုရားသာသနာနဲ့ တွေ့ကြုံနေတဲ့ယခုဘဝမှာတော့ ဘေးရန်ကင်းတဲ့ အရိယာနေအိမ်ကြီးနဲ့ နေနိုင်အောင်ကြိုးစားပြီး ဒီအရိယာဝါသနေအိမ် ဆောက်ကြရမယ်။

### ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု သတိပြု

ဒီနေရာမှာ မေးစရာရှိပါတယ်။ တပည့်တော်တို့က အရိယာမှ မဟုတ်သေးပဲနဲ့၊ အရိယာနေအိမ်မှာ နေခွင့်ရပါ့မလားလို့ မေးစရာ ရှိပါတယ်။ ဒါကတော့ ဥပမာနဲ့ပြောရင် ရှင်းသွားပါလိမ့်မယ်။ ယခုလောကမှာ ကိုယ်ပိုင်မဟုတ်တဲ့ အိမ်ကြီး၊ အိမ်ကောင်းတွေ၊ ဟိုတယ်ကြီးတွေဆိုတာ ရှိကြတာပါတယ်။ အဲဒါတွေဟာ ကိုယ်ပိုင် မဟုတ်ပေမယ့် ထိုက်တန် တဲ့အခပေးနိုင်ရင် နေခွင့်ရပါတယ်။ ဘယ်လိုအခတွေ ပေးရမှာလဲဆိုရင် ယုံကြည်မှု-သဒ္ဓါဆိုတဲ့ အခလဲ ပေးရမယ်။ လိုလားမှု-ဆန္ဒဆိုတဲ့ အခလဲပေးရမယ်။ အားထုတ်မှု-ဝီရိယဆိုတဲ့ အခလဲပေးရမယ်။ ဒီအထဲမှာ ယုံကြည်မှု-သဒ္ဓါတရားဆိုတာ

အလွန်ပဲ အရေးကြီးပါတယ်။ ဘယ်အလုပ် မဆို အကျိုးရှိမယ်လို့ ယုံကြည်မှပဲလုပ်နိုင်ပါတယ်။ မယုံကြည်ရင်တော့ မလုပ်နိုင်ပါဘူး။ “ဖြစ်တိုင်း၊ မှတ်ရှု သတိပြု” ဆိုတဲ့ ဒီအရိယာဝါသ အလုပ်ကလဲ ရှုမှတ်ရင် ဝိပဿနာကုသိုလ်ဖြစ်တယ်။ အကျိုးရှိတယ် ဆိုတာကို ယုံကြည်မှပဲ အားထုတ်နိုင်ပါတယ်။ ယုံကြည်ရုံနဲ့လဲ မပြီးသေးပါဘူး။ ဝိပဿနာမဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ တရားတွေကို လိုချင်တဲ့ စိတ်ဆန္ဒကလဲ ထက်ထက်သန်သန် ရှိဖို့လိုပါတယ်။ ပြီးတော့ မဆုတ်မနစ် မပျင်းမရိ အားထုတ်နိုင်တဲ့ လုံ့လ ဝီရိယကလဲ ထက်ထက်သန်သန် ရှိဖို့လိုပါတယ်။ ဒီသဒ္ဓါဆန္ဒ ဝီရိယဆိုတဲ့ အခတွေ ပေးနိုင်ရင်တော့ အရိယာဝါသ နေအိမ်ကြီးမှာနေခွင့်ရပါတယ်။ ယုံလဲယုံတယ်။ လိုလဲ လိုလားတယ်။ ပျင်းလဲမပျင်းဘူးဆိုရင် အချိန် အခွင့်ရတိုင်း ရှုမှတ်နေရုံပါပဲ။ သွားတယ်။ သွားတယ်။ ကွေးတယ်။ ဆန့်တယ်။ မြင်တယ်။ ကြားတယ် စသည်ဖြင့် တစ်ချက်မှတ်ရင် အရိယာဝါသနေအိမ်ကို တစ်ခါရောက် သွားတာပဲ။ ဆယ်ချက်မှတ်ရင် ဆယ်ခါရောက်တယ်။ အချက်တစ်ရာ မှတ်ရင်း အခါတစ်ရာရောက်တယ်။ တစ်မိနစ်ခန့်မှတ်နေရင်း အရိယာဝါသနေအိမ်မှာ တစ်မိနစ် နေရတယ်။ ဆယ်မိနစ်မှတ်ရင် ဆယ်မိနစ် နေရတယ်။ ပိုက်ဆံ တစ်ပြားတစ်ချပ်မှ မကုန်ရဘူး။ သိပ်နေရာကျတာ။ ဘုန်းကြီးတို့က ငွေကြေးမကုန်ဘဲနဲ့ အိမ်ကြီးအိမ်ကောင်းနဲ့ နေရတဲ့ နည်းလမ်းကို ညွှန်ပြနေပါတယ်။ အဲဒါ အိမ်ကောင်းနဲ့ လုံလုံခြုံခြုံ စိတ်ချလက်ချ နေချင်ကြရင် အရိယာဝါသ နေအိမ်ကို ဆောက်ကြရုံပဲ။ “ဟာ-တစ်သံသရာလုံးက နေလာခဲ့သလို မလုံခြုံတဲ့ သာမန်ကုသိုလ် အိမ်စုတ်ကလေးတွေနဲ့ပဲ နေပါတော့မယ်။ အိမ်မဲ့ ယာမဲ့နဲ့ဘဲ နေပါ တော့မယ်ဆိုရင်တော့ ဒကာ-ဒကာမတို့ သဘောပါပဲ။ မရှုမမှတ်ဘဲ နေမြဲတိုင်းနေကြပေါ့။

သတ္တမအကြိမ်

### သူသတ်ဗိုလ်ကြီး တမ္မဒါဠိက

ရှုမှတ်ပြီး အရိယာဝါသနေအိမ်မှာနေတော့ ဘယ်လိုအကျိုးကို ရပါသလဲဆိုတော့ကာ အောက်ထစ်ဆုံးအားဖြင့် အပါယ်ငရဲက လွတ်တဲ့ အကျိုးကိုရပါတယ်။ အဲဒါဟာ အကြာကြီး အားထုတ်မှ မဟုတ်ပါဘူး။ တခဏလောက် အားထုတ်တာနဲ့လဲ ရနိုင်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါတုန်းက ရာဇဂြိုဟ်မြို့မှာ တမ္မဒါဠိကဆိုတဲ့ သူသတ်ဗိုလ်ကြီးရှိတယ်။ အဲဒါ တချို့လဲ ကြားဖူးကြပါလိမ့်မယ်။ ရာဇဂြိုဟ်မြို့မှာ တရားရုံးက သေမိန့်သေဒဏ်ကျလာတဲ့ ခိုးသူတွေကို အဲဒီ တမ္မဒါဠိက ကသတ်ရတယ်။ မြို့ရဲ့ အရပ်လေးမျက်နှာက ဖမ်းလာတဲ့ ငါးရာလေးလီ သူခိုးခါးပြပေါင်း နှစ်ထောင်ကို ပွဲဦးထွက်စပြီးသတ်ရတယ်။ အဲဒီက နောက်လဲ နေ့စဉ် နေတိုင်းပဲ သူ့မှာ သတ်နေရတာဟာ တစ်ယောက်နှစ်ယောက် စသည်ဖြင့် ပြတ်တယ်လို့ မရှိလှဘူး။ အဲဒီလိုချည်း သူသတ်ရာထူးနဲ့ အလုပ်လုပ်လာလိုက်တာ (၅၅)နှစ်တောင် ကြာသွားသတဲ့။ (၅၅)နှစ်ရှိတော့ မသန်စွမ်းတဲ့အတွက် အဲဒီသူသတ် ဗိုလ်ကြီးရာထူးက နုတ်ထွက်လိုက်တယ်။

အဲဒီလိုရာထူးက နုတ်ထွက်တဲ့အခါမှာ ရာထူးရှိစဉ်တုန်းက အခွင့်မရတာတွေကို သုံးဆောင်ဖို့ အဆောတလျင် စီမံသတဲ့။ အဲဒါက ဘာတွေတုန်းဆိုရင် သူသတ်ရာထူးနဲ့ မင်းမှုထမ်းနေတဲ့သူဟာ အသစ်စက်စက် အဝတ်ကို မဝတ်ရဘူးတဲ့။ ထောပတ်အသစ်နဲ့ကြိုထားတဲ့ နွားနို့ယာဝု၊ နွားနို့ဆန်ပြုတ်ကိုလဲ မသောက်ရဘူးတဲ့။ မြတ်လေးပန်းကိုလဲ မပန်ရဘူးတဲ့။ နံ့သာလဲမလိမ်းရဘူးတဲ့။ ဒီလေးမျိုးကို မသုံးရဘူးလို့ အဲဒီတုန်းက အာဏာပိုင်မင်းတွေက ဥပဒေလုပ်ထားသတဲ့။ သူသတ်

အလုပ်ကအင်မတန် ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းတဲ့အတွက် အကောင်းအမြတ်တွေနဲ့ မတန်ဘူးလို့ ယူဆပြီး တားမြစ်ထားဟန်တူပါတယ်။ ယခုကာလလူတွေ အမြင်နဲ့ဆိုရင်တော့ ရယ်စရာဖြစ်နေမှာပါပဲ။ အဲဒီလို တားမြစ်ထားတာ တွေကို တမ္မဒါဠိက သုံးဆောင်နေချင်တာကြာလှပြီ။ “ယခုမှပဲ အခွင့်ရတော့တယ်။ အားရအောင် သုံးဆောင်လိုက်မယ်” ဆိုတဲ့ အနေမျိုးနဲ့ စီမံပါသတဲ့။ လူဆိုတာ မလုပ်ရဘူးဆိုတာကို သိပ်ပြီးလုပ်ချင်တတ်တယ်။ မစားရဘူးဆိုရင် သိပ်စားချင်တယ်။ သိပ်ကောင်းလိမ့်မယ်လို့လဲ ထင်တတ်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် တမ္မဒါဠိကဟာ နွားနို့ယာဂကို သူများ သောက်နေတာမြင်ရတိုင်း သူက သိပ်သောက်ချင်နေတယ်။ အဝတ်သစ်လဲ ဝတ်ချင်တယ်။ ဒါတွေကို သူ့စိတ်ထဲက တမ်းတနေတာကြာလှပြီ။ ဒါကြောင့် သူကအဲဒီရာထူးက နတ်ထွက်ရတဲ့နေ့မှာပဲ။ သူ့အိမ်ရှင်မကို နွားနို့ယာဂ အကျိုးခိုင်းထားပြီးတော့ အဝတ်သစ် ပန်းနဲ့သာများနှင့်တကွ မြစ်ဆိပ်သွားပြီး ရေချိုးတယ်။ ပြီးတော့ အဝတ်သစ်တွေကိုဝတ်ပြီး နံ့သာကိုလဲလိမ်း။ ပန်းကိုလဲပန်ပြီး အိမ်ပြန်လာခဲ့တယ်။ အိမ်ရောက်တော့ အသင့်ပြင်ထားတဲ့ နွားနို့ယာဂကို သောက်တော့မယ်လို့ ပြင်ဆင် နေပါတယ်-တဲ့။

### အရှင်သာရိပုတ္တရာ ကြွလာတဲ့အခါ

အဲဒီလို ပြင်ဆင်နေတုန်းမှာ အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ် မြတ်ကြီးက အဘိညာဉ်နဲ့ ဆင်ခြင်ကြည့်လိုက်တော့ တမ္မဒါဠိကကြီးကို ဒီလိုမြင်တော်မူပါတယ်။ ဪ-တမ္မဒါဠိကကြီးက နှစ်ပေါင်းများစွာက သုံးဆောင်ခွင့်မရခဲ့တဲ့ နွားနို့ယာဂကို သုံးဆောင်မယ်လို့ ပြင်ဆင်နေ သတ္တမအကြိမ်

အရိယာဝါသတရားတော်ကြီး

ပါပကော၊ အဲဒါကို သုံးဆောင်ပြီးရင် ယခုနံနက်ခင်း မကြာမီမှာဘဲ သေရတော့မယ်။ သေပြန်တော့လဲ သူမှာ အားကိုးစရာကုသိုလ် ကောင်းမှုက ဘာမှမရှိရှာဘူး၊ (၅၅)နှစ်ကာလပတ်လုံး သူပြုထားတဲ့ မကောင်းမှုအကုသိုလ်တွေကတော့ ပြည့်လို့ပဲ။ ဒီအကုသိုလ်တွေက သူ့ကို ပုဒ်မအမျိုးမျိုးနဲ့ ဝရမ်းဖမ်းဖို့ အသင့်ရှိနေတယ်။ သေသည်နဲ့ တပြိုင်နက် အပါယ်ငရဲ တခါတည်းကျရှာတော့မယ်။ သနားစရာ ကောင်းလှပါဘိ တော့တယ်။ ဒါကြောင့် ဒီကံနည်းတဲ့ သတ္တဝါကို ငရဲကလွတ်အောင် ငါသွားပြီး ကယ်တင်ဦးမှပဲလို့ ဒီလိုဆင်ခြင်ပြီးတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်မြတ်ကြီးက တမ္မဒိဋ္ဌိက၏ အနီးကို ရုတ်တရက်ကြွပြီး ဆွမ်းရပ် တော်မူပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ သဒ္ဓါတရားမရှိတဲ့သူဆိုရင်တော့ ကုသိုလ်မရပဲ အကုသိုလ်တွေတောင် ဖြစ်ဖို့ရှိနေပါတယ်။ တမ္မဒိဋ္ဌိကမှာ နှစ်ပေါင်း များစွာက သောက်ခွင့်မရလို့ အင်မတန်သောက်ချင်နေတဲ့ နွားနို့ယာဂကို အားမနာ ပါးမနာလာပြီး အလှူခံရမလားလို့ ကဲ့ရဲ့ပြီးတော့ အကုသိုလ် တွေဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့်တမ္မဒိဋ္ဌိကကတော့ သဒ္ဓါတရား ကောင်းရာ ပါတယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မြတ်ကြီးကို မြင်ရတော့ သူ့မှာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ သဒ္ဓါတရားတွေဖြစ်တယ်။ ဖြစ်ပုံကတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်မြတ်ကြီးကို ယခုကြွလာတာ အင်မတန် နေရာကျတာပဲ။ ယခင်က အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မြတ်ကြီးကိုတွေ့ရင် လှူစရာကအသင့်မရှိဘူး၊ လှူစရာက အသင့်ရှိတဲ့အခါလဲ မတွေ့ရဘူး၊ ဒီတစ်ခါတော့ လှူစရာကလဲရှိတယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာကလဲ ကြွလာတယ်။ တယ်နေရာကျတာပဲလို့ ဆင်ခြင်ပြီးတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ ကို ရိုသေစွာပင့်ပြီး နွားနို့ယာဂကို ဆက်ကပ်ပါတယ်တဲ့။ သဒ္ဓါတရားဟာ အင်မတန် အရေးကြီးပါတယ်။ သဒ္ဓါတရားမရှိရင် လက်မရှိတာနဲ့တူတယ်။

လက်မရှိရင် အသုံးကျတဲ့ ပစ္စည်း၊ အဖိုးတန်တဲ့ ပစ္စည်းကို တွေ့ပေမယ့်လို့ ကောက်မယူနိုင်ဘူး။ အဲဒါလိုပဲ သဒ္ဓါတရားမရှိတဲ့သူမှာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ ရတနာသုံးပါးနဲ့ တွေ့နေရပေမယ့်လို့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မဖြစ်ဘူး။ ပုံမတော်ရင် အကုသိုလ်တွေတောင် ဖြစ်တတ်သေးတယ်။ လက်ရှိတဲ့သူမှာ အဖိုးတန်ပစ္စည်းကိုတွေ့ရင် ကောက်ယူနိုင်သလိုပဲ သဒ္ဓါတရားရှိတဲ့သူဟာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာတော်တို့နဲ့ တွေ့တဲ့အခါ တစ်သံသရာလုံး သုံး၍ မကုန်နိုင်တဲ့ ကုသိုလ်ဥစ္စာတွေကို ဆည်းပူးနိုင်တယ်။

### နွားနို့ယာဂုဇ္ဈ

ယခု တမ္မဒိဋ္ဌိကကြီးမှာလဲ သဒ္ဓါတရားဆိုတဲ့ လက်ကသန်သန် စွမ်းစွမ်းရှိနေတဲ့အတွက် အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်မြတ်ကြီးကိုပင့်ပြီး အင်မတန် သောက်ချင်နေတဲ့ နွားနို့ယာဂုကို သူ့ကိုယ်တိုင် မသောက်သေးပဲ လှူဒါန်းဆက်ကပ်ပါတယ်တဲ့။ အရှင်သာရိပုတ္တရာက ယာဂုကို ဘုဦးပေး နေပါတယ်။ တမ္မဒိဋ္ဌိက ကလဲ အနီးအပါးမှာ ရိုသေစွာထိုင်ပြီး ယင်ခတ်ပေး နေပါတယ်။ ဒီလိုယင်ခတ်ပေးနေရင်း သူ့မှာယာဂုကို သောက်ချင်တဲ့ စိတ်တွေကို အလွန်အကဲဖြစ်နေပါသတဲ့။ ဖြစ်လဲ ဖြစ်ပေမှာပဲ။ အောင့်လာခဲ့ ရတာက နှစ်ပေါင်း(၅၀)ကျော်တောင် ရှိနေပြီကိုး။ အဲဒါကို အရှင် သာရိပုတ္တရာက သိတော်မူတာနဲ့ တမ္မဒိဋ္ဌိကကိုလဲ တစ်နေရာမှာသွားပြီး ယာဂုသောက်ဖို့ ခွင့်ပြုလိုက်ရတယ်။ ဒီလိုခွင့်ပြုရတာကလဲ တခြားကြောင့် မဟုတ်ဘူး။ ယာဂုသောက်ချင်တဲ့ စိတ်တွေပြင်းထန်နေရင် တရားကို ကောင်းကောင်းနာနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ သူ့ကို ယာဂုသောက်ဖို့ ခွင့်ပြုလိုက် ရပါတယ်။ ယာဂုသောက်ပြီးတဲ့အခါ အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ အနီးမှာ



ရိုသေစွာထိုင်နေတယ်။ ဒီတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာက အနုမောဒနာ တရားကို ဟောတော်မူတယ်။

### ဒါနကထာ၊ သီလကထာ စသည်

တရားတော်ဆိုတာ အင်မတန်သိမ်မွေ့ပါတယ်။ ပထမ ပေးလှူမှုနဲ့ စပ်ပြီးတော့ ဒါနကထာကို ဟောရပါတယ်။ ပြီးတော့ သီလကထာကို ဟောရပါတယ်။ သီလဆိုတာ သူတစ်ပါးအသက်ကို မသတ်ရဘူး၊ သူတစ်ပါးဥစ္စာကို မခိုးရဘူး၊ သူတစ်ပါး၏ သားမယားကို မပြစ်မှားရဘူး၊ သူတစ်ပါးအကျိုးမဲ့ဖြစ်အောင် မလိမ်ရဘူး၊ မူးယစ်မိုက်မဲ စေတတ်တဲ့ သေရည်သေရက်ကို မသောက်ရဘူး စသည်ဖြင့် ကိုယ်နဲ့ နှုတ်ကို စောင့်စည်းရတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားပါပဲ။ အဲဒီ သီလကို ကျူးလွန်ရင် အပါယ်ငရဲလဲ ကျတတ်တယ်။ လူဖြစ်တဲ့အခါမှာလဲ အသက်တိုခြင်း၊ အနာ များခြင်း၊ ရန်သူများခြင်း၊ ပစ္စည်းဥစ္စာမရှိ ရှားပါးခြင်းအစရှိတဲ့ မကောင်း ကျိုးတွေနဲ့တွေ့ပြီး ဆင်းရဲတတ်တယ်။ သီလလုံခြုံရင်တော့ လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝ၊ ချမ်းသာတဲ့ ဘဝတွေမှာဖြစ်ရတယ်။ ဖြစ်ရာဖြစ်ရာမှာ အသက် ရှည်ခြင်း အစရှိတဲ့ကောင်းကျိုးတွေနဲ့ ပြည့်စုံပြီးချမ်းသာရတယ်။ စသည်ဖြင့် သီလအကြောင်းကိုဟောရပါတယ်။ အဲဒါပြီးတော့ နတ်ပြည် အကြောင်း သဂ္ဂကထာကို ဟောရပါတယ်။ အဲဒါပြီးတော့ ဝိပဿနာ မဂ်ဖိုလ်နဲ့စပ်တဲ့ မဂ္ဂကထာကို ဟောရပါတယ်။ ဝိပဿနာဆိုတော့ လောဘ၊ ဒေါသ စိတ်ကူးကလေးမျှ ဖြစ်ခွင့်မရအောင် မပြတ်ရှုနေပုံကို ဟောရတာကိုး။ ဒီတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာဟောတဲ့ တရားတွေက အလွန်သိမ် မွေ့နေတယ်။ အဲဒီလို သိမ်မွေ့တဲ့ တရားတွေကိုနာရတော့ တမ္မဒိဋ္ဌိကမှာ

ရှေးကပြုခဲ့တဲ့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်အကြောင်းက ပြန်ပေါ်လာတယ်။ အဲဒါကို စဉ်းစားပြီးတော့ စိတ်ပူပန်နေရှာတယ်။ “ဪ . . . ငါ့မှာ မကောင်းမှုတွေများလိုက်ပါဘိ။ ဒီလောက်မကောင်းမှုများနေတဲ့ ငါဟာ ဒီလောက်သိမ်မွေ့တဲ့ တရားနဲ့တော့ မတန်ပါဘူး” စသည်ဖြင့် စဉ်းစားပြီး တော့ စိတ်ပျံ့လွင့် ပူပန်နေရှာသတဲ့။ အဲဒါကို အရှင်သာရိပုတ္တရာက သိတော်မူတဲ့အတွက် စိတ်အေးအေးချမ်းချမ်းနဲ့ တရားအားထုတ်နိုင်အောင် မေးမြန်းတော်မူပါတယ်။ “ဒါယကာ တမ္မဒိဋ္ဌိက၊ သင်ဟာ ငါဟောတဲ့ တရားကို စူးစူးစိုက်စိုက် မနာနိုင်ရှာဘူးထင်တယ်။ ဘယ်လိုဖြစ် နေသလဲ” လို့ မေးပါတယ်။ “အရှင်ဘုရားဟောတဲ့ တရားကတော့ သိပ်ကောင်းတာ ပါပဲဘုရား၊ ဒါပေမယ့်လို့ တပည့်တော်မှာ မကောင်းမှု အကုသိုလ်တွေက အလွန်များနေပါတယ်။ အဲဒါကို တွေးတော ဆင်ခြင်မိတာနဲ့ စိတ်က ပူလောင်ပြီး ပျံ့လွင့်နေပါတယ်ဘုရား” လို့ လျှောက်တယ်။ ဒီတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာက တမ္မဒိဋ္ဌိကမှာ စိတ်ပူပန်မှု ငြိမ်းစေရန် ရည်ရွယ် ပြီးတော့ ပရိယာယ်လေးနဲ့ မေးခွန်းများထုတ်ပါတယ်။ “တမ္မဒိဋ္ဌိက-သင်-အဲဒီမကောင်းမှုတွေကိုပြုတာဟာ သင်ကိုယ်တိုင်က ပြုချင်လို့ ပြုတာလား၊ သို့မဟုတ် သူတစ်ပါးက စေခိုင်းလို့ မလွှဲမရှောင်သာတဲ့အတွက် ပြုရတာလား” လို့ မေးတော့ “အရှင်ဘုရား . . . တပည့်တော်ကိုယ်တိုင် ကတော့ ဘယ်မှာပြုချင်မှာလဲ၊ မင်းမှုထမ်းဆိုတော့ ဘုရင်မင်းမြတ်က ခိုင်းလို့ မလွှဲမရှောင်သာတဲ့အတွက် ပြုရပါတယ်” လို့ ပြန်လျှောက်ထား ပါတယ်။

ပရိယာယ်နဲ့မေး

ဒီတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာက “နေပါဦး၊ ဒီလိုဆိုရင် အဲဒါတွေဟာ သင့်မကောင်းမှုတွေ ဟုတ်ပါ့မည်လား”လို့ ပရိယာယ်နဲ့ ထပ်ပြီးမေးပြန်တယ်။ ဒီနေရာမှာ သေသေချာချာ စဉ်းစားကြနော်။ တမ္မဒိဋ္ဌိကရဲ့ မကောင်းမှုတွေ မဟုတ်ဘူးလို့ အရှင်သာရိပုတ္တရာက မဆိုပါဘူး။ တမ္မဒိဋ္ဌိက စိတ်သက်သာရာရပြီး တရားနာနိုင်အောင်လို့ သင့်မကောင်းမှုတွေ ဟုတ်ပါ့မည်လားလို့ ပရိယာယ်နဲ့ မေးတာသာ ဖြစ်တယ်။ အမှန်ကတော့ မကောင်းမှုဆိုတာ ကိုယ့်သဘောအတိုင်းပဲ ပြုလုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ သူများခိုင်းလို့ ပြုလုပ်သည်ဖြစ်စေ ပြုလုပ်တဲ့သူမှာ အကုသိုလ်ကတော့ ဖြစ်တာချည်းပါပဲ။ စိတ်ထက်သန်ရင် အပြစ်ကြီးတယ်။ စိတ်မထက်သန်ရင် အပြစ်ငယ်တယ်။ ဒါလောက်သာ ခြားနားပါတယ်။ ဒါပေမယ့် တမ္မဒိဋ္ဌိကမှာတော့ ဗဟုသုတက မရှိတဲ့အတွက် “အင်း . . . ဒီမကောင်းမှုတွေဟာ ငါက လုပ်ချင်လို့ လုပ်ရတာမဟုတ်ဘူး၊ ဘုရင် မင်းမြတ်က ခိုင်းလို့ လုပ်ရတာ၊ ဒီမကောင်းမှုတွေဟာ ငါနဲ့မဆိုင်ဘူး၊ ဘုရင်မင်းမြတ်ရဲ့ မကောင်မှုတွေချည်းပဲ”လို့ သူက တစ်ခါတည်း ဆုံဖြတ် ချက်ချလိုက်တယ်။ ဒါကြောင့် သူ့မှာ စိတ်ပူပန်မှုတွေ ငြိမ်းအေးပြီးတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာ ဟောတော်မူတဲ့တရားကို စူးစူးစိုက်စိုက် နာနိုင်သွား ပါသတဲ့။

အဲဒါကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ ဘုန်းကြီးတို့ရွှေဘိုက ဒကာကြီး တစ်ယောက်က ကပ်လုံးစကားတစ်ခုကို ပြောတယ်။ “ဟေ့ . . . လူဟာ အသိဉာဏ်ပညာရှိတိုင်းလဲ နေရာတကာ ကောင်းတာမဟုတ်ဘူး၊ အသိဉာဏ်မရှိတာ၊ ထူတာ နုတာလဲ နည်းနည်းတော့ ကောင်းတာ

ရှိသေးတယ်”လို့ သူကပြောတော့ တခြားသူတွေက “ဘယ်လိုဟာလဲဗျာ” လို့ ဝိုင်းမေးတယ်။ ဒီတော့ သူက “ကြည့်ပါလားကွ၊ တမ္မဒိဋ္ဌိကဟာ ဗဟုသုတ အသိဉာဏ်နဲ့ပြည့်စုံလျှင် သူ့ရဲ့ပူပန်မှုဟာ ငြိမ်းမှားမဟုတ်ဘူး။ “ဘုရင်မင်းမြတ်က နိုင်းလို့လုပ်ရရင် သင့်အကုသိုလ် ဟုတ်ပျံ့မည်လား”လို့ အရှင်သာရိပုတ္တရာက ပရိယာယ်နဲ့ မေးတာကို သူက ဗဟုသုတ အသိဉာဏ်မရှိတဲ့ ထူတူထူထိုမို့ ဘုရင်မင်းမြတ်ရဲ့ အကုသိုလ်ချည်းပဲလို့ တစ်ထစ်ချဆုံးဖြတ်ပြီးတော့ စိတ်ပူပန်မှု ငြိမ်းအေးသွားတာကွ၊ ဒါကြောင့် ထူတာလဲ နည်းနည်းတော့ ကောင်းတယ်”လို့ အဲဒီ ဒကာကြီး ကပြောတယ်။ တော်တော်ရှာရှာဖွေဖွေ ပြောတတ်တဲ့ ဒကာကြီးပဲ။ ဒါမေမယ့် တို့ဒကာတွေက တမ္မဒိဋ္ဌိကို အားကျပြီးတော့ အသိဉာဏ် နည်းအောင်တော့ ခိုမနေကြနဲ့၊ အသိဉာဏ်နဲ့ ပြည့်စုံသည်ထက် ပြည့်စုံအောင် တရားကိုလဲ နာကြရတယ်။ တရားစာများကိုလဲ ကြည့်ရှု လေ့လာရတယ်။ ဗဟုသုတရှိတဲ့သူတွေကို မေးမြန်းရတယ်။

### အနုလောမဉာဏ်

တမ္မဒိဋ္ဌိကဟာ ခုနက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း အရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ ပရိယာယ်မေးခွန်းကြောင့် စိတ်အေးချမ်းပြီးတော့ ရိုရိုသေသေနဲ့ စူးစိုက်ပြီး တရားနာနေပါတယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာကလဲ အစဉ်အတိုင်း သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာတွေကို ဟောသွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် တမ္မဒိဋ္ဌိကဟာ တရားနာနေရင်း နှလုံးသွင်းပြီး လိုက်သွားတဲ့အတွက် အနုလောမဉာဏ်ကို ရသွားပါသတဲ့။ အနုလောမဉာဏ်ဆိုတာ သုံးမျိုးရှိတယ်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်တဲ့ သမ္မသနဉာဏ်အားလုံးကို အနုလောမ

ဉာဏ်လို့ ခေါ်တာလဲရှိတယ်။ မဂ်ရောက်ခါနီး သင်္ခါရုပေက္ခာအရင့်ပိုင်းကို အနုလောမဉာဏ်လို့ ခေါ်တာလဲရှိတယ်။ မဂ်ဝိထိထဲကအနုလောမဉာဏ် ဆိုတာလဲရှိတယ်။ အဲဒီ သုံးမျိုးထဲမှာ တမ္မဒိဋ္ဌိက ရသွားတာကို ဘယ်ဉာဏ်လဲလို့ အတိအကျ ဆုံးဖြတ်ဖို့ကတော့ မလွယ်ပါဘူး။ ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာမှာ သောတာပတ္တိမဂ္ဂဿ ဩရတော-သောတာပတ္တိမဂ်ရဲ့ အောက်ဘက်က အနုလောမဉာဏ်လို့ ဆိုထားတာကို ထောက်ဆကြည့် ရင်တော့ သောတာပတ္တိမဂ်ရောက်လုနီးမှာဖြစ်တဲ့ သင်္ခါရုပေက္ခာ အရင့်ပိုင်းဉာဏ်ကို ဆိုလိုဟန်ရှိပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သမ္မသနဉာဏ်ကို ဆိုလိုရင်း ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် မရောက်မီလို့ရင်လဲ ဖွင့်ဆိုဖွယ်ရှိပါတယ်။ သို့မဟုတ် တရုဏဝိပဿနာလို့ရင်လဲ ဖွင့်ဆို ဖွယ်ရှိပါတယ်။ အလွန်ဝေးတဲ့ သောတာပတ္တိမဂ်နဲ့တော့ ထောက်ပြီး ဆိုဖွယ်မရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် သောတာပတ္တိမဂ်၏ အောက်ဘက်က အနုလောမဉာဏ်လို့ဆိုတဲ့ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ အလိုအားဖြင့် သောတာပတ္တိ မဂ်နဲ့ မဝေးလှတဲ့ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် အရင့်ပိုင်းကို ဆိုလိုတယ်လို့ ယူသင့်ပါတယ်။ ဒီလိုယူရတာများ ရှိပါရဲ့လားလို့ဆိုရင် ရှိပါတယ်။ ဘုရားအလောင်းတော်များဟာ မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာမှာဝင်ပြီး ရဟန်းပြုလျှင် အနုလောမဉာဏ်အထိ ဝိပဿနာကို ပွားများအားထုတ် တယ်လို့ အဋ္ဌကထာများမှာ ပြဆိုထားပါတယ်။ အဲဒီလို ဆိုလိုရာမှာ မဂ်ဝိထိထဲက အနုလောမဉာဏ်ကို ရောက်ရင်တော့ မဂ်ဖိုလ်ကိုလဲ တစ်ခါတည်းရောက်သွားတော့တာပါပဲ။ အနုလောမဉာဏ်တွင် ရပ်တန့် နေရိုးမရှိပါဘူး။ ပြီးတော့ ဘုရားအလောင်းဆိုတာကလဲ ဘုရားဖြစ်မည့် နောက်ဆုံးဘဝ ဘုရားဖြစ်မည့်အချိန်ကျမှသာ မဂ်ဖိုလ်ကို ရောက်နိုင် ပါတယ်။ ရှေးရှေးစောစောဘဝတွေတုန်းကတော့ မဂ်ဖိုလ်ကို မရောက်နိုင်

ပါဘူး၊ ဒါကြောင့် အနုလောမဉ္ဇာန်လို့ ဆိုပေမယ့် ဘုရားအလောင်း  
တော်များ နုစဉ်ဘဝက ရောက်တယ်ဆိုတဲ့ အနုလောမဉ္ဇာန်ဟာ  
သင်္ခါရပေက္ခာ အရင့်ပိုင်းဉာဏ်လို့သာ ယူရပါတယ်။ ယခု တမ္မဒိဋ္ဌိက  
ရသွားတယ်ဆိုတဲ့ အနုလောမဉ္ဇာန်ကိုလဲ နည်းတူပဲယူသင့်ပါတယ်။

### တမ္မဒိဋ္ဌိက သေဆုံး

ယခုပြောနေတဲ့ “ဖြစ်တိုင်း မှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှု  
အစဉ်ထား”ဆိုတဲ့ အရိယာဝါသတရားနဲ့ စပ်ပြီးပြောရရင်တော့  
ဝိပဿနာဉာဏ်သာမန်ကို ယူလျှင်လဲ ယူသင့်ပါတယ်။ အောက်ထစ်ဆုံး  
သမ္မသနဉာဏ် ယူလျှင်လဲ သင့်ပါတယ်။ ယူချင်ရာ ယူနိုင်ပါတယ်။  
ဘယ်ဟာကိုပဲယူယူ အမှတ်ရမှု-သတိ အစောင့်အရှောက် ကလေးကတော့  
ပြည့်စုံနေပါပြီ။ အားကိုးစရာ သတိ အစောင့်အရှောက် အကာအကွယ်  
ကလေးကတော့ သူမှာ ရသွားပါပြီ။ အရိယာနေအိမ်ထဲလဲ ရောက်နေ  
သည်မည်ပါပြီ။ ဒါကြောင့် အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်မြတ်ကြီးက  
“ဒါလောက်ဆိုရင် အပါယ်ဘေးမှ ကာကွယ်နိုင်တဲ့ သတိအစောင့်  
အရှောက်ကလေးနဲ့ ပြည့်စုံသွားပြီ။ ဒါလောက်ဆိုရင် စိတ်ချရပြီ။  
တော်လောက်ပြီ။ သူ့မှာဒါထက်လဲ တိုးတက်စရာမရှိသေးဘူး”လို့  
ယူဆပြီးတော့ တရားကို နိဂုံးချုပ် အဆုံးသတ်ပေးတော်မူလိုက်ပါတယ်။  
အဲဒီလို တရားဟောပြီးတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာလဲ ပြန်ကြွတော်မူတယ်။  
တမ္မဒိဋ္ဌိကလဲ အရှင်သာရိပုတ္တရာကို လိုက်ပို့ပြီး လမ်းခုလတ်က  
ပြန်လာတဲ့အခါမှာ ရှေးဘဝဟောင်းတွေက ရန်ငြိုးဖွဲ့လာခဲ့တဲ့ ဘီးလူးမက  
ရွားမယောင်ဆောင်ပြီး ဝှေ့သတ်လို့ သေဆုံးသွားရရှာသတဲ့။

ဒီနေရာမှာ နွားမယောင်ဆောင်ပြီး ဝှေ့သတ်တယ်ဆိုတာကို မကြိုက်ရင် နွားမမှာ ပူးကပ်ပြီး ဝှေ့သတ်တယ်လို့ ဒီလိုလဲယူနိုင်ပါတယ်။ ဒါက ဘာကြောင့်ပြောရသလဲလို့ ဆိုတာကတော့ ယခုကာလမှာ ဝေဖန်တဲ့လူတွေက ပေါလွန်းလို့ ကျမ်းဂန်ထဲမှာရှိတဲ့အတိုင်း အတိအကျ ပြောလိုက်ရင် ယုတ္တိ ရှိ မရှိ ဝေဖန်တတ်ကြလို့ ယခုခေတ်လူငယ်တွေရဲ့ အမြင်နဲ့ ပြင်ယူချင်လဲယူရအောင် ပြောရတာပါပဲ။ သူ့ကျမ်းစာ အဆိုကတော့ နွားမယောင်ဆောင်ပြီး ဝှေ့သတ်တယ်လို့ပဲရှိပါတယ်။

### တုသိတာ နတ်ပြည်ရောက်

အဲဒီလိုဝှေ့သတ်လို့ သေဆုံးတဲ့ အခါမှာ တမ္မဒိဋ္ဌိကကြီးက ဘယ်ကိုရောက်သွားသလဲလို့ဆိုတော့ တုသိတာဆိုတဲ့ နတ်ဘုံကို ရောက်သွားပါသတဲ့။ စတုမဟာရာဇ်၊ တာဝတိံသာ၊ ယာမာ၊ တုသိတာ-ဆိုတော့ နတ်ပြည်ခြောက်ထပ်မှာ စတုတ္ထနတ်ပြည်ပေါ့။ အဲဒီနတ်ပြည်ဟာ ဘုရားအလောင်းတော်တို့၏ စံရာလဲဖြစ်လို့ အင်မတန် အလေးပြုအပ်တဲ့ နတ်ပြည်ပါပဲ။ အဲဒီ တမ္မဒိဋ္ဌိကကြီး သေဆုံးသွားတယ်ဆိုတာကို ကြားသိရတဲ့ ရဟန်းတော်တွေက တရားသဘင်မှာ ဆွေးနွေးကြတယ်။ တမ္မဒိဋ္ဌိကကြီးက (၅၅)နှစ်ကာလပတ်လုံး အင်မတန် ကြမ်းကြုတ်တဲ့ မကောင်းမှုတွေကို ပြုသွားတယ်။ ဒီကနေ့ပဲ အဲဒီရာထူးက ထွက်ရတယ်။ ဒီကနေ့ပဲ အရှင်သာရိပုတ္တရာကို ယာဂုဆွမ်းလှူပြီး ဒီကနေ့ပဲ သေသွား ရှာပြီ။ ဘယ်မှာများ ဖြစ်ရှာလေမည်လဲ စသည်ဖြင့် ဆွေးနွေးကြတယ်။ အဲဒီအခါမှာ မြတ်စွာဘုရားက ကြွလာတော်မူပြီးတော့ တမ္မဒိဋ္ဌိက တုသိတာနတ်ပြည်မှာ ဖြစ်ကြောင်းကို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။ ဒီတော့

သတ္တမအကြိမ်

ရဟန်းတော်တွေက “မြတ်စွာဘုရား ဒီလူကြီးဟာ (၅၅)နှစ်ပတ်လုံး လူတွေကိုသတ်ပြီးတော့ တုသိတာနတ်ပြည်ကို ရောက်သွားပါလား ဘုရား” လို့ ထင်မိပြီး မေးလျှောက်ကြပြန်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားကလဲ “ဟုတ်တယ် ချစ်သားတို့၊ သံသယမရှိကြနဲ့၊ သူက သေခါနီး ပန်းဝင်ချိန်ကလေးမှာ ကလျာဏမိတ္တ-မိတ်ဆွေကောင်းဖြစ်တဲ့ သာရိပုတ္တရာကို အမှီရသွား တယ်။ သာရိပုတ္တရာ၏ တရားကို နာယူပြီး အနုလောမဉာဏ်ကို ရသွားတဲ့ အတွက် အပါယ်ဘေးက လွတ်ပြီး တုသိတာတန်ပြည်ကို ရောက်သွား တယ်”လို့ မြတ်စွာဘုရားက ရှင်းလင်းမိန့်ကြားတော်မူတယ်။

သုဘာသိတံ သုဏိတွာန၊ နာဂရေ စောရဃာတကော။

အနုလောမခန္တိံ လဒ္ဓါန၊ မောဒတိ တိဒီဝံ ဂတော။

နာဂရေ-ရာဇဂြိုဟ်မြို့၌၊ စောရဃာတကော-တမ္မဒါဠိက မည်သော ခိုးသူသတ် ဗိုလ်ကြီးသည်၊ သုဘာသိတံ-အရှင်သာရိပုတ္တရာ ကောင်စွာဟောကြား မြတ်တရားကို၊ သုဏိတွာန-ကြားနာ၍၊ အနုလောမခန္တိံ-အနုလောမ ဝိပဿနာဉာဏ်ကို၊ လဒ္ဓါန-ရ၍၊ ဝါ- ရသောကြောင့်၊ တိဒီဝံ-တုသိတာမည်သော နတ်ပြည်လောကသို့၊ ဂတော-ရောက်လျက်၊ မောဒတိ-ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာလျက် နေရပေ သတည်း။

အဲဒါ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာမှာ အထင်အရှား ပြဆိုထားတဲ့ စကားပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာ သတိ အစောင့်အရှောက် ကလေးဟာ အစစအရာရာမှာလုံခြုံတယ်၊ စိတ်ချရတယ်၊ အားကိုးရတယ် ဆိုတာဟာ အလွန်ပဲ ထင်ရှားပါတယ်။ ဒီသတိ အစောင့်အရှောက် ကလေးသာ မရှိရင်တော့ တမ္မဒါဠိကြီးဟာ လူဘဝက သေးဆုံးသည့်နှင့် တစ်ပြိုင်နက်

သတ္တမအကြိမ်



အပါယ်ငရဲကျသွားမှာ သေချာနေပါတယ်။ သူ့အကုသိုလ်တွေက သူ့ကို ဆွဲချမယ်လို့ အဆင်သင့်ရှိနေကြပါတယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ သေခါနီး ကလေးမှာ ကပ်ပြီးတော့ တရားနာပြီး ဝိပဿနာသတိ အစောင့်အရှောက်ကလေးကို ရသွားတဲ့အတွက် သူ့အကုသိုလ်တွေက ဝင်မဆွဲနိုင်ဘူး။ နိုင်ငံခြားသံရုံးထဲဝင်ပြီး ခိုနေတဲ့လူကို ရဲသားတွေက ဝင်မဆွဲနိုင်ဘူး။ နိုင်ငံခြားသံရုံးထဲဝင်ပြီး ခိုနေတဲ့လူကို ရဲသားတွေက ဖမ်းခွင့်မရတာနှင့်လဲ ခပ်တူတူပဲ။ ဒါကြောင့် တမ္မဒိဋ္ဌိကမှာ အပါယ်ငရဲကလဲ လက်မတင်ကလေး လွတ်သွားတယ်။ အပါယ်လွတ်ရုံတွင် မကသေးဘူး။ နတ်ပြည်လောကလဲ ရောက်သွားလိုက်သေးတယ်။ ဘယ်လောက် နေရာကျသလဲဆိုတာ စဉ်းစားသာ ကြည့်ကြပေတော့။

### နေဇ္ဇာနီ ပုဏ္ဏားမ ဖြစ်ပုံ

ယခု တရားနာပြီး တရားအားထုတ်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ စိတ်ပါလက်ပါနဲ့ ထိထိရောက်ရောက် ဖားထုတ်ထားရင် နတ်ရွာသုဂတိရောက်ဖို့ကတော့ သေချာပါတယ်။ အချို့ယောဂီဟောင်းတွေက သူတို့မှာ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ရောဂါဝေဒနာ တစ်ခုခုဖြစ်လာရင် သူ့အလိုလိုပဲ အမှတ်သတိကလေးက ပေါ်လာတဲ့အကြောင်း၊ အဲဒီလိုသတိကလေးနဲ့ ရှုမှတ်လိုက်တော့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေလဲ သက်သာသွားတဲ့ အကြောင်းကို ပြောကြပါတယ်။ အဲဒီလို သတိက အလိုလို ဖြစ်လာတာဟာ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်က နေဇ္ဇာနီဆိုတဲ့ ပုဏ္ဏားမမှာ ဖြစ်ပုံနဲ့လဲတူပါတယ်။ နေဇ္ဇာနီက သောတာပန်ဥပါသီကာမပဲ။ သူ့ရဲ့ခင်ပွန်း ပုဏ္ဏားက ဗြဟ္မဏအယူရှိတဲ့အတွက် တစ်နေ့သောအခါမှာ ဗြဟ္မဏဆရာတွေကို

ပင့်ဖိတ်ပြီး ကျွေးမွေးပူဇော်ပါသတဲ့၊ အဲဒီလို ကျွေးမွေးတဲ့အခါမှာ နေဇ္ဇာနိ ကလဲ အိမ်သူတို့ရဲ့ဝတ္တရားကျေပွန်စွာနဲ့ ထမင်း၊ ဟင်း၊ စားသောက် ဖွယ်ရာများကို လိုက်ပြီးကမ်းလှမ်းပေးနေပါသတဲ့၊ ပုဏ္ဏားဆရာတွေကို ကျွေးမွေးညှိခံနေတုန်းမှာ ပုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားကို ချီးမွမ်းရှိခိုးတဲ့စကားမျိုးကို မဆိုဖို့လဲ သူ့ခင်ပွန်းက အလျင်နေ့ကတည်းက ပိတ်ပင်တောင်းပန်ထား သတဲ့၊ ဒါပေမယ့် ခလုတ်တိုက်မိပြီး ခြေချော်သွားတဲ့ နာကျင်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာဖြစ်လာတော့ အမှတ်သတိက သူ့အလိုလို ရောက်လာတယ်၊ အဲဒီလို ဝေဒနာနဲ့ တရားကို သတိရပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားကိုလဲ သတိရလာတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားရှိရာဆီ လက်အုပ်ချီပြီးတော့ **နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ-လို့** သုံးကြိမ်တိုင်တိုင်ဆိုပြီး ရှိခိုးမိသတဲ့၊ ဒါကြောင့် ဒုက္ခနဲ့ကြုံတွေ့ရတဲ့အခါမှာ သတိက သူ့အလိုလိုဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါတယ်၊ သေခါနီးမှာ ဒုက္ခဝေဒနာ တွေနဲ့ တွေ့ရတော့လဲ တရားအားထုတ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဒီလိုပဲ အမှတ် သတိက သူ့အလိုလိုဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် အပါယ်လေးပါးမှ လွတ်မြောက်ပြီး သုဂတိကိုရောက်သွားနိုင်တာ၊ ဒီအမှတ်ရတဲ့ သတိဟာ အင်မတန်ကောင်းပါတယ်၊ အင်မတန် အားကိုးရ စိတ်ချရပါတယ်၊ ဒါကြောင့် သူ့ကို အရိယာဝါသ-အရိယာတို့၏ နေအိမ်လို့ ဟောထား ပေတာပဲ၊ အားမထုတ်ဖူးသေးတဲ့သူတွေက အားထုတ်စရာ အင်မတန် ကောင်းပါတယ်၊ အားထုတ်ပြီး ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ဘုန်းကြီးတို့က အထူးတိုက်တွန်းစရာမလိုပါဘူး၊ သူ့သတိက သူ့ဟာသူ တိုက်တွန်း နေပါလိမ့်မယ်။

# အရိယာဝါသတရားဇောတိကြီး

## အားထုတ်ကြည့်ကြစမ်းပါ

အားမထုတ်ရသေးတဲ့ သူတွေကိုတော့ အားထုတ်ကြည့်စမ်းပါလို့ ဘုန်းကြီးတို့က တိုက်တွန်းဟောပြောရပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သူတို့က တရားအရသာကို မသိကြသေးလို့ပါဘဲ။ တရားဟောရတာက ဈေးရောင်းရတာနဲ့လဲ တူပါတယ်။ ဈေးရောင်းတဲ့သူဟာ မသိသေးတဲ့သူ တွေကိုသိအောင် သူ့ပစ္စည်းကောင်းကြောင်း ပြောပြ ကြော်ငြာရတယ်။ မုန့်ဆိုရင် ချိုပါတယ်။ ဆိမ့်ပါတယ်။ ကောင်းပါတယ်။ စသည်ဖြင့် ကြော်ငြာရတယ်။ အဝတ်အထည်ဆိုရင်လဲ လှပါတယ်။ ခိုင်ပါတယ်။ ပေါ့ပါတယ်။ စသည်ဖြင့် ကြော်ငြာရတယ်။ သုံးဖူးတဲ့ သူတွေအတွက် ဆိုရင်တော့ ဘာမှကြော်ငြာနေဖို့မလိုပါဘူး။ ကောင်းမှန်းသိတဲ့အတွက် သူ့အလိုလို ဝယ်ယူနေတော့တာပါပဲ။ တရားကလဲ ဒါလိုပါပဲ။ မသိသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် တရားရဲ့အကျိုးကို ပြောပြပြီး တိုက်တွန်းရပါတယ်။ တရားအားထုတ်ပြီး ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုတော့ တိုက်တွန်းဖို့မလိုပါဘူး။ သူတို့ သဒ္ဓါတရားနဲ့ သူ့အလိုလို သတိရပြီး အားထုတ်နေကြပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်း ကျောင်းကို မလာပါနဲ့ဦးလို့ တားလို့တောင်မရဘူး။ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းက အားထုတ်စ ယောဂီအသစ်တွေနဲ့ ပြည့်ကျပ်နေတယ်။ အဲဒီလိုအခါမှာ ယောဂီအဟောင်းတွေကို မလာပါနဲ့ဦးလို့ တောင်းပန် ရတယ်။ ဒါပေမယ့်မရပါဘူး။ သူတို့မှာလဲ အခွင့်သာတဲ့ အခါကလေးမှာ အားထုတ်ချင်လွန်းလို့ပါဆိုပြီးတော့ အတင်းလာပြီး အားထုတ်ကြတာပါပဲ။ အဲဒါ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် အရိယာဝါသနေအိမ်မှာ နေရတာကို ကောင်းမှန်းသိသွားလို့ပဲ။ ပြီးတော့ သူတို့မှာ ရရှိသွားတဲ့ သဒ္ဓါနဲ့သတိကလဲ သူ့အလိုလို တိုက်တွန်းနှိုးဆော်နေလို့ပါပဲ။ ဒါကြောင့် “ဖြစ်တိုင်း မှတ်ရှု။

သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား”ဆိုတဲ့ ဒီအရိယာဝါသ သတိအစောင့် အရှောက်ကလေးဟာ အင်မတန်ဘဲ ကောင်းပါတယ်။ ဒီအရိယာဝါသ နေအိမ်မှာ မနေဘူးသေးတဲ့ သူတွေကို “ဆားမြည်အစမ်းသဘောနဲ့ နေစမ်းကြည့်ကြပါ”လို့ ဘုန်းကြီးက အထူးတိုက်တွန်းပါတယ်။

### မှီရာလေးပါးရှိရမယ်ဆိုတဲ့ အရိယာဝါသ

အင်း-အစောင့်အရှောက် တစ်ပါးနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်ဆိုတဲ့ အရိယာဝါသကိုတော့ နားလည်လောက်ပါပြီ။ ယခု စတုရပသောနော- မှီရာလေးပါးရှိရမယ်တဲ့ အရိယာဝါသတစ်ခုကို ရှင်းပြရမယ်။ ခေါင်းစဉ် ဆောင်ပုဒ်က “လေးရပ်မှီကာ”လို့ ဆိုထားတယ်။ သတိအစောင့် အရှောက်ကလေးကို ဖြစ်စေလိုလျှင် မှီရာလေးမျိုးကို မှီပြီး အားထုတ်ရ မယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါက ဘာတွေလဲဆိုရင်-

သင်္ခါယေကံ ပဋိသေဝတိ၊ သင်္ခါယေကံ အဓိဝါသေတိ။

သင်္ခါယေကံ ပရိဝဇ္ဇေတိ၊ သင်္ခါယေကံ ဝိနောဒေတိ-တဲ့။

ကော်-တစ်ခုကို၊ သင်္ခါယ-ဆင်ခြင်၍၊ ပဋိသေဝတိ-မှီဝဲ၏။ သုံးဆောင်ထိုက်တဲ့ ပစ္စည်းလေးပါးကို ဆင်ခြင်ပြီး သုံးဆောင်မှီဝဲရမယ်- တဲ့။ ကိုယ်မှာ အဝတ်မရှိလျှင် အအေး၊ အပူ စသည်ကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်လိမ့်မယ်။ အဝတ်မရှိဘဲကိုယ်တုံးလုံးကြီးဆိုလျှင် အမြင်မတော်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီလိုဆင်ခြင်ပြီးတော့ အဝတ်ကိုလဲ ဝတ်ရုံသုံးဆောင်ရမယ်။ ထို့အတူ မစားဘဲတော့လဲ မနေနိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် သူ့အချိန်နဲ့သူ

အစာအဟာရကိုလဲ ဆင်ခြင်ပြီး မှုတရုံစားရမယ်။ အမိုးအကာ၊ အိပ်ရာ နေရာမရှိဘဲ ကွင်းပြင်ထဲက မြေကြီးပေါ်မှာ နေရင်လဲ အအေး၊ အပူ စသည်ကြောင့် အများကြီး ဒုက္ခရောက်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် လေလုံ မိုးလုံ အဆောက်အအုံနဲ့ အိပ်ရာနေရာကိုလဲ ဆင်ခြင်ပြီး သုံးဆောင်ရမယ်။ မကျန်းမာတဲ့အခါမှာ ဆေးပစ္စည်းကိုလဲ မှီဝဲသုံးဆောင်ရမယ်။ အဲဒီ အဝတ်အစားနေရာ၊ ဆေးဆိုင်တဲ့ ဒီပစ္စည်းလေးပါးကို သုံးဆောင်သင့်တဲ့ အချိန်မှာ ဆင်ခြင်ပြီး သင့်လျော်ရုံ သုံးဆောင်မှီဝဲရမယ်-တဲ့။ အဲဒါဟာ မှီဝဲသင့်တာကို မှီဝဲတာပါပဲ။ မှီရာတစ်ပါးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဆောင်ပုဒ်မှာ ဒါကို“မှီဝဲ”လို့ တိုတိုကလေးပေးထားပါတယ်။ “မှီဝဲ၊ သည်းခံ၊ ရှောင်ပယ် လှန်၊ လေးတန်မှီရာများ”တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

“မှီဝဲသည်းခံ၊ ရှောင်ပယ်လှန်၊ လေးတန်မှီရာများ”-ဆို။

“မှီဝဲသင့်တဲ့ အဝတ်အစား၊ နေရာနဲ့ဆေးများကို မမှီဝဲမသုံး ဆောင်ဘဲပေတေပြီးနေလျှင် မိမိကိုယ်ကို နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲတဲ့ အကျင့်လို့ ခေါ်တယ်။ ပါဠိလို အတ္တကီလမထာနုယောဂအကျင့်တဲ့။ ဘုရား လက်ထက်တော် ကာလတုန်းက နိဂတ္ထအာဇီဝကခေါ်တဲ့ တက္ကတွန်း တွေဟာ အဝတ်မဝတ်ဘဲ။ အစာမစားဘဲ။ အိပ်ရာနေရာနဲ့မအိပ်ဘဲ ဒီအတ္တကီလမထ အကျင့်တွေကို ကျင့်ကြတယ်။ ဘုရားအလောင်းတောင်မှ စောစောပိုင်းက ဒုက္ကရစရိယာအကျင့်ကို ကျင့်တယ်ဆိုတာဟာ ဒီအတ္တကီလမထ အကျင့်ပါပဲ။ အဲဒီတုန်းက မဇ္ဈိမပဋိပဒါဆိုတဲ့ အလယ်လမ်း၊ အကျင့်မှန်ကို မတွေ့ရသေးလို့ ထွက်သက်ဝင်သက်တွေကို အောင့်ချုပ်ထားခြင်း၊ အစာအဟာရကို လျှော့ခြင်း၊ ဖြတ်ခြင်း စသည်ကို ခဲခဲယဉ်းယဉ်း ကျင့်စမ်းခဲ့ပါသေးတယ်။ နောက်ကျတော့ အဲဒီ အတ္တ ကီလမထလမ်းဟာ ဘာမှ အကျိုးမရှိဘူးဆိုတာကို သိမြင်ပြီးတော့ အဲဒီဒုက္ကရစရိယာ

အကျင့်တွေကို စွန့်လွှတ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုစွန့်လွှတ်ပြီး မဇ္ဈိမပဋိပဒါခေါ်တဲ့ အလယ်လမ်း အကျင့်ကို ကျင့်ပြီး ဘုရားအဖြစ်ကို ရောက်တော်မူခဲ့ပါတယ်။ အဝတ်မဝတ်ဘဲ၊ အစာမစားဘဲ၊ အိပ်ရာ နေရာကောင်းနဲ့ မနေဘဲ ကိုယ်ကို ညှင်းဆဲတဲ့ အဲဒီ အကျင့်တွေဟာ ယခုလဲ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ ဂျိန်းဝါဒ အယူရှိတဲ့သူတွေက ကျင့်နေတုန်းပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော် မှာတော့ အဲဒီလို ကိုယ်ကိုယ်ကို ညှင်းဆဲတဲ့ အတ္တကိလမထ-အကျင့်မျိုး ကိုလဲ မကျင့်ရဘူး။ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ-ခေါ်တဲ့ အလယ်လမ်း အကျင့်ကိုသာ ကျင့်ရတယ်။ ဒါကြောင့် သုံးဆောင်သင့်တဲ့ ပစ္စည်းများကို သုံးဆောင်သင့်တဲ့ အချိန်မှာ ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်ပြီး သုံးဆောင် ရတယ်။ ဒီလိုသုံးဆောင်တာဟာ မှီရာလေးပါးထဲက ပထမ မှီရာကို မှီသည်မည်ပါတယ်။

ပြီးတော့ ဒုတိယမှီရာက ဧကံ-တစ်ခုကို၊ သင်္ခါရ-ဆင်ခြင်၍၊ အဓိဝါသေတိ-သည်းခံ၏။ သည့်ခံသင့်တာတွေကို သည်းခံရမယ်တဲ့၊ ဘာတွေကို သည်းခံရမှာလဲဆိုရင် အအေးကို သည်းခံရမယ်တဲ့၊ အပူကို သည်းခံရမယ်၊ နားမချမ်းသာတဲ့အသံတွေ၊ စကားတွေကို သည်းခံရမယ်၊ ကိုယ်ထဲကိုက မခံသာတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေ ထင်ရှားပေါ်လာရင် အဲဒါတွေကို သည်းခံရမယ်၊ တချို့က ဒုက္ခဝေဒနာကို သည်းမခံချင်ဘူး၊ ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်လာတာနဲ့ တစ်ခါတည်း အမှတ်လွတ်ပြီး သက်သာရာ သက်သာ ကြောင်းတွေကို လျှောက်လုပ်တတ်တယ်။ အဲဒီလို တရားလက်လွတ် လုပ်နေရင် တရားက မတိုးတက်တော့ဘူး၊ ဒါကြောင့် ဒီဒုက္ခဝေဒနာ တွေကို သည်းခံပြီး ရှုမှတ်ဖို့ရာ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။

### တရားအားထုတ်လို့သေတဲ့မသာ မရှိ

ကာယေ စ ဖီဝိတေ စ အနုပေက္ခတံ ဥပဋ္ဌာပေတိ။ ။

ကာယေ စ-ကိုယ်၌ လည်းကောင်း၊ ဖီဝိတေ စ-အသက်၌ လည်းကောင်း၊ အနုပေက္ခတံ-မငဲ့ကွက် မတွယ်တာခြင်းကို၊ ဥပဋ္ဌာပေတိ- ဖြစ်ပေါ်စေ၏။ ကိုယ်နဲ့အသက်ကို မငဲ့ကွက်ဘဲ အားထုတ်ပါတဲ့၊ တရား ရရင်ပြီးရော၊ သေချင်လဲ သေပါစေဆိုတဲ့ အနေနဲ့ စွန့်စွန့်စားစား အားထုတ်ပါတဲ့၊ ဒီလို တိုက်တွန်းထားပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ “တရားက တယ် ရက်စက်ပါလား”လို့ တချို့က ထင်ချင်လဲထင်ကြလိမ့်မယ်။ ဒါက တရားရရေးအတွက် အားပေးတာပါ။ တကယ်တော့လဲ တရားအားထုတ် လို့ သေတဲ့မသာရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ သေဖို့ မပြောနဲ့တော့ ရောဂါဝေဒနာ တောင် မဖြစ်တတ်ပါဘူး။ တချို့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာဆိုရင် တရားအားထုတ် တာနဲ့ မူလက ရှိနေတဲ့ ရောဂါတွေတောင် ပျောက်သွားတတ်ပါသေးတယ်။ ဒီလို ရောဂါပျောက်သွားဖူးတာ တော်တော်များနေပါပြီ။ ယခုပြီးခဲ့တဲ့ ဝါတွင်းက ဒကာမတစ်ယောက်မှာ သူ့ဝမ်းဗိုက်ထဲအလုံးရှိနေသတဲ့၊ သွေးလုံးလား၊ လေလုံးလား၊ တစ်ခုခုဖြစ်မှာပေါ့။ သူက တရားအားမ ထုတ်ခင် အိမ်မှာနေတုန်းကတည်းက ကြာကြာမထိုင်နိုင်ဘူးတဲ့။ ဧည့်သည် လာလို့ ဧည့်ခံစကား ပြောနေတာတောင် (၁၀)မိနစ်၊ (၁၅)မိနစ်ကြာအောင် မထိုင်နိုင်ဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့် သူက ဆရာဝန်ကိုပြတော့ ဆရာဝန်က ခွဲထုတ်လိုက်မှ ပျောက်မယ်လို့ ပြောသတဲ့။ ဒီတော့ သူက မခွဲခင် အားကိုးရာကလေး ရအောင်လို့ ရည်ရွယ်ပြီးတော့ ဘုန်းကြီးတို့ သာသနာ့ရိပ်သာမှာ လာပြီးတော့ အားထုတ်တယ်။ သူ့ဆရာဝန်က ကြာကြာမထိုင်နဲ့၊ ကြာကြာထိုင်ရင် သေလိမ့်မယ်လို့လဲပြောထားသတဲ့။

သတ္တမအကြိမ်

ဒါနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းပြတဲ့ ဆရာဘုန်းကြီးကလည်း သူ့အကြောင်း ကြားသိရတာနဲ့ “ကိစ္စမရှိပါဘူး၊ သူများလိုတော့ သိပ်ပြီး ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားမထုတ်နဲ့၊ ဖြည်းဖြည်းချင်း ခပ်လျော့လျော့၊ ခပ်မှန်မှန်ပဲ အားထုတ်သွားတာပေါ့” လို့ ညွှန်ကြားထားတယ်။ အဲဒီလို ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ခပ်လျော့လျော့ ခပ်မှန်မှန် အားထုတ်လာရင်း၊ သတိ၊ သမာဓိဉာဏ်တွေ တော်တော်ကောင်းလာတယ်။ ဒီလို သတိ၊ သမာဓိဉာဏ်တွေက ကောင်းကောင်းလာသလောက် သူ့အလုံး ရောဂါကလဲ လျော့လျော့သွားတယ်။ နောက် တယ်မကြာခင်ဘဲ အဲဒီ အလုံးရောဂါဟာ အကုန်ပျောက်ကင်းသွားတယ်။ အဲဒီကနောက်မှာ ဘယ်လောက်ကြာအောင်ထိုင်ပေမယ်လို့ ဘာမှမဖြစ်တော့ဘူးတဲ့။ ဒါပေမယ့် သေချာသည်ထက် သေချာအောင် သူက ဆရာဝန်ကိုသွားပြီး ပြပြန်တယ်။ ဆရာဝန်က စမ်းသပ် ကြည့်ပြီးတော့ ဘာမှရောဂါရှာလို့ မတွေ့ရတာနဲ့ “ခင်ဗျား ဘာလုပ်လို့ ပျောက်သွားတာလဲ” လို့ မေးသတဲ့ ဒီတော့ “တရားအားထုတ်တာပါပဲ။ တခြားတော့ဘာမှမလုပ်ပါဘူး” လို့ ပြန်ပြောတော့ “ရောဂါလဲမရှိပါဘူး” လို့ ဆရာဝန်က ပြောလိုက်သတဲ့။ ဒီလို တရားအားထုတ်လို့ ရောဂါပျောက်တဲ့ အခြားသူတွေလဲ တော်တော်များများ ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့်-

ကာယေ စ-ကိုယ်၌ လည်းကောင်း၊ ဇီဝိတေ စ-အသက်၌ လည်းကောင်း၊ အနပေက္ခတံ-မငဲ့ကွက် မတွယ်တာခြင်းကို၊ သမုဋ္ဌာ-ပေတိ-ဖြစ်စေ၏လို့ ညွှန်ကြားတာကတော့ တရားထူးကိုရဖို့ရာ အားပေးတိုက်တွန်းထားတာပါပဲ။ အဲဒါက သည့်ခံနိုင်သမျှ သည်းခံပြီးတော့ ရှုမှတ်သွားဖို့ပါပဲ။ သည်းမခံနိုင်လောက်အောင် ဝေဒနာလွန်ကဲလာတဲ့ အခါကျတော့ ပြုပြင်ရတယ်။ “သည်းခံရင် နိဗ္ဗာန်ရောက်တယ်” လို့ မြန်မာစကား



ပုံက ဆိုထားတယ်။ အဲဒါဟာ တခြားနေရာမှာထက် ဒီတရားအားထုတ်  
ရာမှာ သာပြီးတော့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း  
သည်းမခံပဲ အမှတ်တမဲ့ ပြုပြင်နေရင် သမာဓိမဖြစ်နိုင်ဘူး။ သမာဓိ  
မဖြစ်တော့ ဉာဏ်လဲမဖြစ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဒုက္ခဝေဒနာတစ်ခုခု ထင်ရှား  
ပေါ်လာရင် သည်းခံနိုင်သမျှ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေရတယ်။ သည်းမခံ  
နိုင်လောက်အောင် လွန်ကဲလာတော့မှ အမှတ်သတိမလွတ် စော့ရှုမှတ်ရင်း  
ပြုပြင်ရတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီသည်းခံတာဟာ မှီရာတစ်ပါးပါပဲ။

### တရားအားထုတ်ဆဲမှာ ရှောင်ဖို့ရာ

ပြီးတော့ “မှီဝဲသည်းခံ၊ ရှောင်ပယ်လှန်၊ လေးတန် မှီရာများ”လို့  
ဆိုထားတဲ့အတိုင်း တတိယမှီရာကတော့ ကော်-တစ်ခုကို၊ သင်္ခါရ-  
ဆင်ခြင်၍၊ ပရိဝဇ္ဇေတိ-ရှောင်ကြဉ်၏-တဲ့။ ဘေးရန်အန္တရာယ်  
ဖြစ်စေတတ်တာကို ရှောင်ရမယ်တဲ့။ ဒါကတော့ လွယ်ပါတယ်။  
ခွေးကို ကံတတ်တဲ့ နေရာကို မသွားနဲ့၊ ဆင်ကြမ်း၊ မြင်းကြမ်း၊  
ခွားကြမ်းတွေနား မကပ်နဲ့၊ ယာဉ်ရထားကြမ်းတွေကို ရှောင်ရမယ်။  
ယခုကာလ မော်တော်ကားတွေက သိပ်ကြောက်စရာ ကောင်းပါတယ်။  
ရန်ကုန်မှာဆိုရင် ကားတွေက အလွန်များတာနဲ့ နေ့စဉ်လိုပဲ ကားတိုက်  
မှုတွေကို ကြားနေရတယ်။ ဒီသန်လျင်မှာတော့ ဒါလောက်များပုံ မရပါဘူး။  
ဒါပေမယ့် ကားကိုတော့ သတိပြုပြီးရှောင်မှပဲ။ မရှောင်ရင် ဒုက္ခပေးသွားမှာ  
စိုးရိမ်ရတယ်။ နောက်ပြီးတော့ ရှောင်စရာတွေက ရှိသေးတယ်။  
ကျင်းတွေချိုင့်တွေ ချောက်ကမ်းပါးတွေနားလဲ မသွားနဲ့တဲ့။ အခန့်  
မတော်ရင် လိမ့်ကျသွားမှာ စိုးရိမ်ရလို့ပါပဲ။ ပြီးတော့ ဆူးငြောင့်

ခလုပ်များတဲ့ နေရာကိုလဲ မသွားနဲ့တဲ့။ ဒါတွေဟာ ဘုန်းကြီးက ချဲ့ပြောနေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘုရားဟော ပါဠိတော်ထဲမှာကို တိုက်ရိုက် ပြဆိုထားတာတွေပါ။ ဆူးပေါ်တဲ့နေရာသွားရင် ဆူး စူးပြီး နာကျင်နေတော့ တရားအားထုတ်မှု ပျက်သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီလိုနေရာမျိုးတွေကိုလဲ ရှောင်ဖို့ညွှန်ကြားထားပါတယ်။ ငါဟာတရား အားထုတ်နေတာပဲ ကိစ္စမရှိပါဘူး ဆိုပြီးတော့ လူစွမ်းကောင်းကြီး မလုပ်ပါနဲ့။ မသွားသင့်တဲ့နေရာကို အရဲစွန့်ပြီး မသွားပါနဲ့တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက ဆုံးမနေတာဟာ သားငယ် သမီးငယ် ကလေးတွေကို မိခင်က ယုယုယယနဲ့ သွန်သင်ဆုံးမ နေသလိုပဲ။ တယ်ကြည်ညိုစရာ ကောင်းတာပဲ။ နောက်ပြီးတော့ မနီးစပ်သင့်တာတွေလဲ ရှိသေးတယ်။ ဘာတွေလဲဆိုရင် တရားအားထုတ် နေရိုက်မှာ ယောက်ျားနှင့် မိန်းမတွေ အချင်းချင်း မနီးစပ်ဖို့ပါပဲ။ အထူးသဖြင့်တော့ ရဟန်းတော်များမှာ ဒကာမတွေနဲ့ မနီးစပ်ဖို့ပါပဲ။ အဲဒါကလဲ ရောနှောနီးစပ်နေရင် မဟုတ်ဘဲနဲ့လဲ အကဲ့ရဲ့ အစွပ်စွဲ ခံရတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ ဝိသဘာဝ အာရုံတွေနဲ့လဲ မနီးစပ်အောင် ရှောင်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီလို ရှောင်ရတာဟာလဲ တရားအားထုတ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ မှီရာတစ်ခုပါပဲ။ ဒါကတော့ လွယ်ပါတယ်။ ခဲခဲယဉ်းယဉ်း ကျင့်နေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ မသွားသင့်တဲ့ နေရာတွေ မသွားပဲ နေရုံမျှပါဘဲ။

**ပယ်လှန်သင့်တာတွေပယ်လှန်ပစ်**

စတုတ္ထမှီရာကတော့ ကော်-တစ်ခုကို၊ သင်္ဘါရ-ဆင်ခြင်၍၊  
ဝိနောဒေတိ-ပယ်ဖျောက်၏-တဲ့၊ ပယ်လှန်သင့်တာတွေကို ပယ်လှန်ပစ်ရ  
သတ္တမအကြိမ်

မယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဘာတွေကို ပယ်လှန်ရမှာလဲဆိုရင် ကာမဂုဏ်နဲ့ စပ်ပြီးတော့ ကြံစည်စိတ်ကူးတဲ့ ကာမဝိတက်ကိုလဲ ပယ်ရမယ်။ သူတစ်ပါးကို သေပါစေ၊ ပျက်စီးပါစေလို့ ကြံစည်စိတ်ကူးတဲ့-ဝိပဿီဝိတက်ကိုလဲ ပယ်ရမယ်-တဲ့။ ဒါက အရေးကြီးပါတယ်။ တချို့က သိပ်မခက်ဘူးလို့ ထင်ချင်လဲထင်နေကြမယ်။ ခက်ပါတယ်။ အများကြီးကို ခက်ပါတယ်။ ကာမဂုဏ်နဲ့စပ်ပြီးတော့ ကြံစည်နေတာဆိုပါတော့။ အဲဒါလေးကို လက်မခံဘဲ ပယ်ဖို့ရာဟာ အများကြီးခက်ပါတယ်။ ကိုယ်လိုချင်တာလေးတွေရဖို့၊ ကိုယ်တွေ့ချင်တဲ့ သူနဲ့တွေ့ဖို့၊ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တဲ့အတိုင်းဖြစ်ဖို့ ကြံစည်နေတဲ့သူမှာ အဲဒီလို ကြံစည်နေတာကို အရသာရှိတယ်လို့ ထင်နေတယ်။ ကိုယ့်အတွင်းသားအနေနဲ့လဲ ထင်နေတယ်။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးတို့က ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ဖို့ပြောရတယ်။ ကြံရင် ကြံတယ် ကြံတယ်လို့မှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ပါလို့ ပြောရတယ်။ ဒီတော့ တချို့က ပြောကြတယ်။ တရားအားထုတ်ရတာဟာ တယ်ကျပ်တည်းတာကိုး၊ စိတ်တောင်မှ မကူးရဘူး၊ ချုပ်ချယ်လိုက်တာ လွန်ပါရော၊ လွတ်လွတ်လပ်လပ်ကို မနေရပေဘူးဘူးလို့ ညည်းညူပြီး ပြောကြတယ်။ အဲဒီလို ပြောကြတာဟာ ဟုတ်တော့လဲ ဟုတ်ပေတာပဲ။ တရားအား မထုတ်ခင်ကဆိုရင် ကြံချင်ရာကြံ၊ တွေးချင်ရာတွေး၊ စဉ်းစားချင်ရာ စဉ်းစားလို့ လွတ်လွတ်လပ်လပ် နေခဲ့ရတာကိုး၊ ဒီလို လွတ်လွတ်လပ်လပ် နေလာရာထဲက စိတ်တိုင်း စိတ်တိုင်းကိုလိုက်ပြီး မပြတ်ရှုနေရတယ်ဆိုတော့ သူ့ခမြာ တော်တော်တာဝန်လေးနေတာပေါ့။

ဒါပေမယ့် အားထုတ်ခါစ တစ်ရက်၊ နှစ်ရက်၊ သုံးရက်လောက် အတွင်း အသားမကျသေးခင်လောက်ဘဲ တာဝန်လေးတတ်ပါတယ်။

နောက် အသားကျသွားတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီလို မပြတ်ရှုနေရတာကလေးကိုက ကောင်းနေတာ၊ စိတ်မကူးရ၊ မကြံမတွေးရဘဲနဲ့ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းကို လိုက်ပြီး မပြတ်ရှုနေရတာကိုက အရသာပေါ်ပြီး အင်မတန် ကောင်းနေတာ၊ စမ်းကြည့်ပါ။ တရားအရသာ ဘယ်လောက်ကောင်းတယ်ဆိုတာ ကိုယ်တိုင်ပဲ သိရပါလိမ့်မယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ သာသနာ့ရိပ်သာမှာ နိုင်ငံခြားက ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ လာပြီးအားထုတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီ နိုင်ငံခြားသားတွေကတော့ အများအားဖြင့်ဘုန်းကြီးတို့ ပြနေတဲ့ တရားလုပ်ငန်းစဉ်အကြောင်းကို သိပ်မသိကြပါဘူး။ သဒ္ဓါတရားရှိလို့သာ လာပြီးအားထုတ်ကြပါတယ်။ အားထုတ်ခါစမှာ သူတို့ကဘယ်လိုပြောသလဲဆိုတော့ သူတို့အနောက်နိုင်ငံသားတွေက စာမကြည့်ရလျှင် မနေတတ်ဘူး၊ စာမရေးရဘူးဆိုတာဟာ သူတို့အတွက် အင်မတန်ဝန်လေးပါတယ်တဲ့။ ဟုတ်တယ်။ သူတို့မှာ စာကြည့်၊ စာရေးတဲ့ဘက်က အင်မတန်ဝါသနာပါနေတယ်။ အချိန်ရတိုင်း သူတို့က စာကြည့်နေတတ်တယ်။ စာရေးနေတတ်တယ်။ စာအုပ်နဲ့မျက်နှာ ပြတ်နေတယ်လို့ မရှိလှဘူး။ ဒါကြောင့် စာမကြည့်ရ၊ စာမရေးရတာဟာ သူတို့အတွက် အင်မတန် တာဝန်လေး နေရှာကြပေလိမ့်မယ်။ ဒါပေမယ့် စာကြည့်၊ စာရေးနေတယ်ဆိုတာ ဂန္ထပလီဗောဓထဲ အပါအဝင်ပဲ။ ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်နေရင်း စာတွေကြည့်နေမယ်။ ရေးနေမယ်ဆိုရင် စဉ်းစားမှုတွေက အများကြီး ဝင်လာမယ်။ စဉ်းစားတိုင်း စဉ်းစားတိုင်း သမာဓိပျက်နေတယ်။ သမာဓိမဖြစ်တော့ ဉာဏ်လဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် စာမကြည့်ရဘူး၊ စာမရေးရဘူးဆိုတာကို အနောက်နိုင်ငံသားတွေအတွက် အထူး သတ်မှတ်ထားရတယ်။

အမေရိကန်သား မစ္စတာဒုဗော

ဒါဟာ သူတို့စိတ်ထဲမှာ တော်တော် တာဝန်လေးရှာကြပါတယ်။ ဒါလဲ အစလောက်ပါပဲ။ နောက်ကျတော့ တာဝန်မလေးကြ မခက်ကြပါဘူး။ ခုနက သီလပေးတိုက်တွန်း တရားဟောသွားတဲ့ ဦးကေတုမာလာဘိဝံသ ပြောသွားတာကို ကြားလိုက်ကြတယ် မဟုတ်လား။ သာသနာ့ရိပ်သာမှာ ဝါတွင်းက သူနဲ့အတူတူ အားထုတ်တဲ့ အမေရိကန် သား မစ္စတာဒုဗောဟာ တော်တော်ကို အံ့သြစရာကောင်းပါတယ်။ အင်မတန်တော်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပါပဲ။ သူ့အားထုတ်တာ (၇)လလောက် ကြာသွားပါတယ်။ ပထမ လူဝတ်နဲ့စပြီး အားထုတ်တယ်။ နောက် ဝိပဿနာတရားတွေ ကောင်းကောင်းပြည့်စုံပြီလို့ အားရကျေနပ်လောက်တဲ့ အခါမှာ ရဟန်းဝတ်ပြီးတော့လဲ ဆက်လက် အားထုတ်သွားပါတယ်။ သူက စိတ်တိုင်း စိတ်တိုင်းကိုလိုက်ပြီး မပြတ်ရှုရတဲ့ ဒီသတိပဋ္ဌာန်တရားအလုပ်ဟာ အင်မတန်ကောင်းတဲ့ အကြောင်း၊ သူတို့ရဲ့ ဥရောပ အမေရိကန်နိုင်ငံတွေမှာ လောကီပစ္စည်း တွေနဲ့ ကြွယ်ဝပြည့်စုံနေသော်လည်း ဒီလိုစိတ်ကို ပြုပြင်တဲ့နည်းက မရှိလို့ လူတွေဟာ ရာခိုင်နှုန်း (၆၀)ကျော်လောက်က စိတ်ဆင်းရဲနေကြရတဲ့ အကြောင်းများကို သူက ပြောပါတယ်။ သူ့မြန်မာပြည်ကပြန်သွားလို့ ဟိုရောက်တဲ့အခါမှာ ဒီသတိပဋ္ဌာန် ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းကို ညွှန်ကြား ပြသပြီးတော့ သူ့မိတ်ဆွေးတွေ၊ သူ့လူမျိုးတွေ စိတ်ချမ်းသာအောင် ပြုပြင်ပေးမယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းလဲ အားရဝမ်းသာနဲ့ ပြောသွားပါတယ်။ ဘယ်လောက်အောင်မြင်တယ် ဆိုတာကတော့ သူ့ဆီက သတင်းရမှ ဆုံးဖြတ်ရမှာဘဲ။ ဒီသတိပဋ္ဌာန် ရှုမှတ်နည်းက ဘယ်သူဖြစ်ဖြစ် တကယ် အားထုတ်ကြည့်ရင် မစ္စတာ ဒုဗောလိုပဲ စိတ်ကို တကယ်ချမ်းသာ စေတဲ့

တရားပဲဆိုတာ ကိုယ်တိုင်တွေ့ရပါတယ်။ အင်မတန်ကောင်းတဲ့ တရားပါပဲ။ ဒါကြောင့် ကာမဝိတက် အစရှိတဲ့ ကြံစည်မှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာရင် လက်မခံဘဲ မြန်မြန်ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။ အဲဒီလို ပယ်တာဟာလဲ အရိယာဝါသ လုပ်ငန်းစဉ်ထဲမှာ မှီရာတစ်ပါးပဲ။ “မှီဝဲ သည်းခံ၊ ရှောင်ပယ်လှန်၊ လေးတန် မှီရာများ”ဆိုတဲ့ မှီရာလေးပါး အရိယာဝါသ ကတော့ နားလည်လောက်ပါပြီ။

### အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ပုံ

အဲဒီ မှီရာလေးပါးကို မှီပြီးတော့ “ဖြစ်တိုင်း မှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှု အစဉ်ထား”ဆိုတဲ့ အရိယာဝါသအရ ဒွါရ ခြောက်ပါးက ပေါ်လာသမျှကို မပြတ်လိုက်ပြီး ရှုမှတ်နေတော့ ရှေးဦးစွာ ဘာကို တွေ့တတ်သလဲဆိုရင် နီဝရဏ ငါးပါးဆိုတဲ့ တရားဆိုးတွေကို တွေ့ရတတ်တယ်။ အဲဒါတွေဟာ ရှုမှတ်မှု ဘာဝနာကို တားမြစ် တတ်တဲ့အတွက် သူတို့ကို နီဝရဏလို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒါတွေကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရတယ်။ မပယ်ရင် သူတို့က နိဗ္ဗာန် မင်္ဂလ်ကို မသွားနိုင်အောင် တားမြစ်ထားတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ပဉ္စင်္ဂိပ္ပဟိနော- အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ပြီး ဖြစ်ရမယ်လို့ ပထမဆုံး အရိယာဝါသကို အကျဉ်းချုပ် ဟောထားတယ်။

အဲဒါကို အကျယ်ဝေဖန်ပုံကတော့-

ကထဉ္စ ဘိက္ခု၊ ပဉ္စင်္ဂိပ္ပဟိနော ဟောတိ။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ဘိက္ခု-သံသရာ ဘေးကို ရှုမြင်သောပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဘိက္ခု-ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးတတ်

သတ္တမအကြိမ်

သောပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ကထဉ္စ-ဘယ်ပုံ ဘယ်နည်းဖြင့်၊ ပဉ္စင်္ဂဝိပုဟိနော-  
အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ပြီးသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်ပါသနည်း-တဲ့၊ ဒါက အကျယ်  
ဝေဖန်ပြတော့မယ်လို့ မေးခွန်းထုတ်လိုက်တာ။

အကျယ်ဝေဖန်ပုံကတော့-

ဣဒ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုနော ကာမစ္ဆန္ဓော ပဟိနော ဟောတိ၊  
ဗျာပါဒေါ ပဟိနော ဟောတိ၊ ထိနမိဒ္ဓံ ပဟိနံ ဟောတိ၊ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စံ  
ပဟိနံ ဟောတိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ ပဟိနာ ဟောတိ။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဣဒ-ဤသာသနာတော်၌၊ ဘိက္ခုနော-  
ရဟန်းသည်။ ဝါ-သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သောပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဝါ-  
ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးစေတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ကာမစ္ဆန္ဓော-  
ကာမအလိုဆန္ဒကို၊ ပဟိနော-ပယ်အပ်ပြီးသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏။  
ဗျာပါဒေါ-စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုးမှု ဗျာပါဒကို၊ ထိနမိဒ္ဓံ-ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိမှု  
ထိနမိဒ္ဓကို၊ ပဟိနာ-ပယ်အပ်ပြီးသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏။ အကျဉ်းချုပ်  
ကတော့ နီဝရဏငါးပါး တရားဆိုးတွေကို ပယ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။  
ဒီ နီဝရဏငါးပါး ပယ်ဖို့ကတော့ အစဉ်အတိုင်း ဆောင်ပုဒ်ကလေး  
တွေကိုဆိုပြီး ရှင်းပြသွားရမယ်။ ပထမဆောင်ပုဒ်က “နှစ်သက်လိုချင်၊  
ကြွေးမြီတင်၊ အလျင် ပယ်ဖျောက်လေ”-တဲ့၊ ကဲ-ဒါကို ဆိုကြရမယ်။

“နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင် ပယ်ဖျောက်လေ”-

ဆို။

နှစ်သက်လိုချင်တာ ကာမစ္ဆန္ဒ

ကာမစ္ဆန္ဒဆိုတာ နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ သဘောပဲ။ ကာမ-လိုချင်  
 တယ်။ ဆန္ဒ-လိုလားတယ်။ နှစ်သက်တယ်။ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေနဲ့ စပ်ပြီး  
 နှစ်သက်လိုချင်တဲ့သဘောကို ကာမစ္ဆန္ဒ ခေါ်တယ်။ ကာမဂုဏ်တွေဆိုတာ  
 လိုချင်စရာတွေပါပဲ။ သူကလဲလိုချင်၊ ငါကလဲလိုချင်၊ လူတိုင်းက  
 လိုချင်နေတဲ့ အရာဝတ္ထုတွေပါပဲ။ စားစရာကလေးဆိုပါတော့၊ လူတွေက  
 နှစ်သက်လို့၊ စားချင်လို့၊ စားရအောင် တမင်ပြုပြင်ပြီး ထားပါတယ်။  
 ဒီအထဲမှာ ယင်ကောင်က ရောက်လာတယ်။ သူကလဲနှစ်သက်တယ်။  
 စားချင်တယ်။ ပုရွက်ဆိတ်ကလေးတွေက ရောက်လာပြန်တယ်။ သူတို့လဲ  
 နှစ်သက်ကြ၊ စားချင်ကြတာပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီအကောင်တွေ မလာနိုင်အောင်  
 လုံလုံခြုံခြုံ ဖုံးအုပ်ထားရတယ်။ လူက စားသောက်နေရာမှာလဲ သူတို့က  
 ဝင်ဝင်ပြီး စားလိုက်သေးတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီလိုအများသူငါက လိုချင်နေတဲ့  
 အရာဝတ္ထုတွေကို ကာမဂုဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကြည့်လို့၊ ရှုလို့၊ ကောင်းတဲ့  
 အဆင်းအာရုံဝတ္ထုတွေ၊ နားထောင်လို့ကောင်းတဲ့၊ အသံအာရုံဝတ္ထုတွေ၊  
 အနံ့ကောင်းအာရုံဝတ္ထုတွေ၊ အရသာကောင်း အာရုံဝတ္ထုတွေ၊ တွေ့ထိစရာ  
 အာရုံဝတ္ထုကောင်းတွေ ဒါတွေဟာ သူတကာက လိုချင်နေကြတာတွေဘဲ  
 ဒါကြောင့် ကာမဂုဏ်လို့ခေါ်တယ်။

ဒီကာမဂုဏ်ကို အပြစ်ပြုတဲ့ ဥပမာကတော့ သားတစ်နဲ့  
 တူပါတယ်တဲ့။ သားတစ်တစ်ခုကို စွန့်တစ်ကောင်က ချီသွားတယ်ဆိုရင်  
 အဲဒီစွန့်ကို အခြားစွန့်တွေက သူတို့လဲ သားတစ်ကို စားချင်ကြလို့၊ လိုက်ပြီး  
 ထိုးကြ ဆိတ်ကြတာပေါ့။ အထိုးအဆိတ် ခံရပေါင်းများလို့ သည်းမခံနိုင်တဲ့  
 အခါမှာ အဲဒီစွန့်က သားတစ်ကို လွှတ်ချလိုက်ပါရောတဲ့။ အဲဒီတော့



တခြားစွန့်တစ်ကောင်က အဲဒီ သားတစ်ကို ကောက်ယူပြီး ချီသွားပြန်တယ်။ အဲဒီစွန့်ကိုလဲ တခြားစွန့်တွေက နည်းတူပဲ ဝိုင်းပြီး ထိုးကြဆိတ်ကြ ပြန်တယ်။ မခံနိုင်တော့ အဲဒီဒုတိယစွန့်ကလဲ သားတစ်ကို လွှတ်ချလိုက်ရ ပြန်တယ်။ ဒီနည်းဖြင့် သားတစ်ကို ကောက်ယူတဲ့စွန့်တိုင်း အထိုး အဆိတ်ခံရတယ်။ သားတစ်ကို လွှတ်ချလိုက်မှ သက်သာရာရပါသတဲ့။ အဲဒါဟာ ဘာကြောင့်တုန်းဆိုတော့ သားတစ်ကို စွန့်တိုင်းက နှစ်သက်လိုချင် နေကြလို့ပါပဲ။ ကာမဂုဏ်တွေဆိုတာကလဲ ဒါလိုပါပဲ။ လူတိုင်းလူတိုင်းက လိုချင်နေကြတာနဲ့ အဲဒီ ကာမဂုဏ် ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေ သိမ်းပိုက်ထားတဲ့ လူတွေကို ဘေးက ထိုးဆိတ်ပြီးလုယူဖို့ အားထုတ် နေကြတယ်။

ဟုတ်တယ်။ ယခုလောကမှာ လူတွေဟာ ဒီလိုအလုပ်တွေကို လုပ်နေကြတာပဲ။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် တိုက်ခိုက်ကြတယ်။ တစ်ဖွဲ့နဲ့တစ်ဖွဲ့ တိုက်ခိုက်ကြတယ်။ တစ်ပါတီနဲ့တစ်ပါတီ တိုက်ခိုက် ကြတယ်။ တစ်နိုင်ငံနဲ့ တစ်နိုင်ငံ တိုက်ခိုက်ကြတယ် ဆိုတာတွေဟာလည်း ဒီကာမဂုဏ်အတွက် ချည်းပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီ ကာမဂုဏ်ကို ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတွေက ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချပြီးတော့ စွန့်ပယ်ကြပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကာမဂုဏ်ရဲ့ အပြစ်ကို မမြင်နိုင်တဲ့သူတွေကတော့ ဒီကာမဂုဏ်ကိုပဲ အမြတ်တနိုးကြီးလုပ်ပြီး ရှာနေကြပါတယ်။ ယခုခေတ် လူတွေဟာဖြင့် အတော်ကို လွန်လွန်ကဲကဲ မက်မောနေကြပါတယ်။ ဒီကာမဂုဏ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံရင် လောကနိဗ္ဗာန်လို့ ထင်ပြီးတော့ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ကိုတောင် နှလုံးမသွင်းနိုင်တော့ဘဲ ရရာနည်းနဲ့ ရှာနေကြပါတယ်။ ဒီလို လိုချင်စရာ၊ မက်မောစရာတွေဖြစ်တဲ့အတွက် အဲဒါတွေကို ကာမဂုဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီအထဲမှာ အဆင်းအာရုံ ဆိုတာက မျက်စိနဲ့ မြင်ရတဲ့ အဆင်းရှုပ်ကလေး သက်သက်ကိုသာဆိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီလှပဲတဲ့အဆင်းရဲ့

တည်ရာဖြစ်တဲ့ မိန်းမ၊ ယောက်ျား၊ သက်ရှိလူပုဂ္ဂိုလ်တွေရော၊ အကုန်  
ပါပါတယ်။ အသံအာရုံ ဆိုရာမှာလဲ ထို့အတူတူပါပဲ။ ချိုချိုသာသာ  
ပြောဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရော၊ အတီးအမှုတ် တူရိယာ ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေရော  
အကုန်ပါပါတယ်။ အနံ့ဆိုရာမှာလဲ အမွှေးအကြိုင် နံ့သာတွေရော၊ အဲဒီ  
နံ့သာ လူးလိမ်းထားတဲ့ လူတွေရော၊ အကုန်ပါပဲ။ အရသာကျတော့  
စားကောင်း သောက်ဖွယ်တွေရော၊ အဲဒီ စားဖွယ်ကို ချက်ပြုတ်ပြုပြင်ပေးတဲ့  
သူတွေရော၊ အကုန်ပါပဲ။ အတွေ့အထိဆိုရာမှာလဲ တွေ့ထိနိုင်တဲ့ အိပ်ရာ၊  
နေရာ၊ အဝတ်၊ အထည် အသုံးအဆောင်တွေမှအစ မိန်းမ၊ ယောက်ျား၊  
လူပုဂ္ဂိုလ်တွေရော၊ အကုန်ပါပဲ။ အတိုချုပ်ပြောရရင် လိုချင် နှစ်သက်စရာ  
တွေဟူသမျှကို ကာမဂုဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီကာမဂုဏ်ရရေး၊  
သုံးဆောင်ခံစားရေးနဲ့ စပ်ပြီး ကြံစည်နေတာ လိုချင်နှစ်သက်နေတာကို  
ကာမစ္ဆန္ဒနီဝရဏလို့ ခေါ်ပါတယ်။

### ကြွေးမြီနဲ့တူတဲ့ ကာမစ္ဆန္ဒ

အဲဒီကာမစ္ဆန္ဒကို ကြွေးမှီနဲ့တူတယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက  
ဟောထားပါတယ်။ နှစ်သက်လိုချင်မှု ကာမစ္ဆန္ဒရှိနေတဲ့ သူကိုလဲ  
ကြွေးမြီးတင်နေတဲ့သူနဲ့ တူတယ်လို့ ဟောထားပါတယ်။ ဒါကြောင့်  
ကြွေးတင်နေရင် ကြွေးကို မြန်မြန်ဆပ်ရသလို ဒီကာမစ္ဆန္ဒ အကြွေးကိုလဲ  
မြန်မြန်ပယ်ရမယ်လို့လဲ မြတ်စွာဘုရားက ညွှန်ကြားထားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါကို  
ဘုန်းကြီးက အတိုချုံးပြီးတော့ “နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင်ပယ်  
ဖျောက်လေ” လို့ ဆောင်ပုဒ်ကလေး စီထားပါတယ်။ ရှေးခေတ်ကာလ  
တုန်းက ကြွေးမြီတင်နေတဲ့သူဟာ ကြွေးရှင်ကို ရိုသေရတယ်။ ဘယ်လ  
သတ္တမအကြိမ်

ဘယ်ရက်ကျရင် ပြန်ဆပ်ပါမယ်လို့ ကတိစာချုပ်ထားတဲ့ အချိန်ရောက်လို့ မဆပ်နိုင်ရင် ခမယယနဲ့ တောင်းပန်ရတယ်။ ကြွေးရှင်ကလဲ သူ့ပစ္စည်းကို ရချိန်တန်ပါလျက်နဲ့ မရတော့ စိတ်ဆိုးပေလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို စိတ်ဆိုးပြီး မာန်မဲပြောဆိုပေမယ့် ကြွေးတင်နေတဲ့သူက ပြန်လှန်ပြီး မပြောဝံ့ဘူး။ ငုံ့ပြီးခံနေရပါသတဲ့။ ဒါက ရှေးခေတ်တုန်းက ဖြစ်ပုံပါပဲ။ ယခုခေတ်မှာတော့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးတွေကများလို့ ကြွေးရှင်ကို ရိုသေရသေးသလား။ မရိုသေရတော့ဘူးလားဆိုတာ မပြောတတ်ဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ လောကရေးတော့ တယ်-မကျွမ်းကျင်ဘူး။ အဲဒါ ယခုခေတ်မှာရိုသေရ သည်ဖြစ်စေ၊ မရိုသေရသည်ဖြစ်စေ ထားပါတော့။ ဘုန်းကြီးယခုပြောနေတဲ့ ဥပမာကတော့ ဘုရားလက်ထက်တော်က စပြီး ရှေးခေတ်က အကြောင်း တွေပါပဲ။

အဲဒီရှေးခေတ်တုန်းကတော့ ကြွေးတင်နေတဲ့သူဟာ ကြွေးရှင်ကို အမြဲတမ်း ခယရိုသေရပါတယ်။ နောက်ထပ် လိုချင်ရင်လဲ အလွယ်တကူနဲ့ ရအောင် ရိုသေလေးစား နေရပါတယ်။ ကြွေးလဲဆပ်ပြီးပြီ။ နောက်ထပ်လဲ ယူဖို့မလိုတော့ဘူး ဆိုရင်တော့ ကြွေးရှင်ကို ခယရိုသေဖို့ မလိုတော့ပါဘူး။ ကာမစ္ဆန္ဒဆိုတဲ့ နီဝရဏ တရားကလဲ အဲဒီကြွေးနဲ့တူပါတယ်တဲ့။ ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ ကြွေးတင်နေတဲ့သူက ကြွေးရှင်ကို ခယရိုသေ ရသလိုပဲ။ လိုချင်နှစ်သက်နေတဲ့ အာရုံဝတ္ထုကို ရိုသေနေပါတယ်။ များများကြီးနှစ်သက် ချစ်ခင်လေလေ များများကြီး ရိုသေရလေလေပဲ။ အလွန်မြတ်နိုးနေတဲ့ ပန်းကန်ကလေး ဆိုပါတော့ အဲဒါကလေး မကွဲမပျက်အောင် အင်မတန်ရိုသေရတယ်။ ရွှေငွေ လက်ဝတ်လက်စား အဖိုးတန် ပစ္စည်းဆိုရင် သာပြီးတော့ ရိုသေရသေးတယ်။ အင်မတန် လုံခြုံတဲ့ သေတ္တာထဲထည့်ပြီးတော့ သော့တွေအထပ်ထပ် ခတ်ပြီးတော့ပေမယ့်

တရိုတသေ သိမ်းထားရမယ်၊ ပွဲနေပွဲထိုင် ကိစ္စရှိလို့ အဖိုးတန်အဝတ်လေး  
ဝတ်သွားတယ်ဆိုရင် ဟိုကျတော့ သန့်ပြန်တဲ့ နေရာကောင်းကို ရွေးပြီး  
ထိုင်ရတယ်၊ နေရာကောင်းကလဲ မရှိဘူးဆိုရင် ထိုင်ဖို့ရာတောင် ခက်ပြီး  
နေတတ်တယ်၊ အဲဒါ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် ကိုယ်က အဖိုးတန်အဝတ်ကို  
မြတ်နိုးနေလို့ ရှိသေနေရတာပါပဲ။

မြစ်တိုင်းမှတ်ရှု

ယခုပြောခဲ့တာတွေကတော့ အသုံးအဆောင် သက်မဲ့ဝတ္ထု ပစ္စည်း  
တွေပဲရှိသေးတယ်၊ သက်ရှိ လူပုဂ္ဂိုလ်တွေကျမှ သာပြီးရှိသေရတာ၊ သက်ရှိ  
လူပုဂ္ဂိုလ်တွေဆိုတာ တခြားလူတွေမဟုတ်ဘူး၊ မိမိတို့အိမ်မှာပဲ အသီးသီး  
ရှိနေကြတဲ့ အိမ်သူရယ်၊ အိမ်သားရယ် အဲဒါတွေပါပဲ၊ သမီး၊ ခင်ပွန်း  
အချင်းချင်းဟာ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ချစ်မြတ်နိုးနေကြရတဲ့အတွက် တစ်ဦးကို  
တစ်ဦး အင်မတန် အလေးပြုနေကြရတယ်၊ အပြောအဆိုပေမယ့်  
အင်မတန် ဂရုစိုက်ကြရတယ်၊ တစ်ဖက်သား ဖြစ်တဲ့သူက စိတ်ခုသွားမှာကို  
အင်မတန် စိုးရိမ်ကြရတယ်၊ လင်နဲ့မယား တစ်ယောက်ယောက်က ပိုပြီး  
ချစ်တယ်ဆိုရင်၊ အဲဒီအချစ်ကြီးတဲ့သူက ပိုပြီးတော့ ရှိသေနေပါတယ်၊  
ဒါကတော့ ဘုန်းကြီးတို့က စာတွေ့သဘောနဲ့ တွေးဆပြီး ပြောရတာပါပဲ၊  
လောကမှာ နေထိုင်ကြတဲ့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေက ပိုပြီးသိမှာပါ၊ အဲဒီလို  
နှစ်သက်မြတ်နိုးအပ်တဲ့ သက်ရှိသက်မဲ့ အာရုံတွေကို ရှိသေနေကြရတာဟာ  
ကြွေးရှင်ကို ရှိသေနေရတာနဲ့ တူပါတယ်တဲ့၊ ဘယ်သူကိုမှ ဘယ်ဟာကိုမှ  
နှစ်သက်ခင်မင်မှု မရှိဘူးဆိုရင်တော့ ဘယ်သူ့ကိုမှ၊ ဘယ်ဟာကိုမှ  
နှစ်သက်ခင်မင်မှု မရှိဘူးဆိုရင်တော့ ဘယ်သူ့ကိုမှ၊ ဘယ်ဟာကိုမှ ရှိသေဖို့

မလိုတော့ဘူး၊ အဲဒါဟာ ကြွေးဆပ်ပြီးတဲ့အခါ ကြွေးရှင်ကို မရှိမသေ ရတော့သလို လွတ်လပ်သွားတာပါပဲ။ ဒါကြောင့် တရားအားထုတ် နေခိုက်မှာ တစ်စုံတစ်ရာကို နှစ်သက်လိုချင်မှု ဖြစ်လာလျှင် အဲဒါကို နှစ်သက်တယ်၊ လိုချင်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ရမယ်။ ဘုန်းကြီးယခုပြောနေတာက တရားအားထုတ်ခိုက်မှာ ရှုမှတ်ဖို့ ပြောနေတာနော်။ အိမ်မှာ လောကီကိစ္စတွေနဲ့ ကြောင့်ကြစိုက်နေရတဲ့ အခါမျိုးမှာ ရှုမှတ်ဖို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ တရားအားမထုတ်ဘဲ၊ အလွတ်နေတဲ့ အခါတွေမှာတော့ နှစ်သက်လိုချင်မှုတွေကို လိုက်မှတ် နေရမယ်ဆိုရင် ဘယ်မှာဖြစ်လိမ့်မတုန်း၊ အဲဒါကတော့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် တရားနှလုံးသွင်း အားထုတ်နေတဲ့ အချိန်ကိုသာ ပြောနေ ပါတယ်။

ဒါကြောင့် “ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား” ဆိုတဲ့ အရိယာဝါသ လုပ်ငန်းစဉ်အရ ဒွါရခြောက်ပါးက ပေါ်လာသမျှကို မပြတ်လိုက်ပြီး ရှုမှတ်နေရင်း နှစ်သက်လိုချင်မှု၊ တောင့်တမှု၊ ကြံစည်မှု ဖြစ်ပေါ်လာရင် အဲဒါကို နှစ်သက်တယ်၊ နှစ်သက်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ရမယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်လိုက်ရင် နှစ်သက်မှုက ပျောက်သွားပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမယ့် သမာဓိက အားမရှိသေးရင်တော့ တစ်ချက်နှစ်ချက်လောက် ရှုမှတ်ရုံနဲ့ မပျောက်တာလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ တစ်ချက်နှစ်ချက် မပျောက်သေးရင် သုံးချက် လေးချက် မှတ်ပေါ့၊ ဒါနဲ့မှ မပျောက်သေးရင် အချက်နှစ်ဆယ် သုံးဆယ် စသည်ဖြင့် မပျောက်မချင်း မှတ်ပေါ့။ တရားအားထုတ်တယ် ဆိုတာဟာ ကိလေသာတွေနဲ့ စစ်တိုက်ရတာပဲ။ စစ်တိုက်ရသလို သဘောထားပြီး မလျှော့ဘဲအတင်း မှတ်နေရင် နောက်ဆုံးကျတော့ ပျောက်သွားလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ

ဘုန်းကြီးတို့က အတွေးနဲ့ ပြောနေတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ လက်တွေ့စမ်းသပ်ဖူးလို့ ပြောနေတာပါ။ မပျောက်မချင်း မှတ်မယ်လို့ စိတ်ထားတင်းပြီးတော့ မပြတ်မှတ်နေရင် နောက်ဆုံးကျတော့ ပျောက်သွားပါတယ်။ အဲဒီလို ပျောက်သွားတဲ့အခါကျတော့ အစပထမက နှစ်သက်သာယာမှုလေးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့တဲ့ လမ်းကလေးအတိုင်း ပြန်ပြီးဆင်ခြင်ကြည့်တာတောင် နှစ်သက်သာယာမှုဟာ ပြန်မပေါ်လာဘဲ ငြိမ်နေတတ်ပါတယ်။ ကိလေသာကို ပယ်တဲ့နည်းမှာတော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ဒါကြောင့် “နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင်ပယ်ဖျောက်လေ” လို့ ဆောင်ပုဒ်က ဆိုထားပါတယ်။ နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ ကြွေးမြီတင်နေရင် အဲဒါကလေးကို ပယ်ဖျောက်လိုက်ပါတဲ့။ မပယ်ဖျောက်ရင် ဘာဖြစ်သလဲလို့ဆိုတော့ အရိယာတို့၏ နေအိမ်ထဲမနေရတာပေါ့။ ပယ်ဖျောက်လိုက်ရင်တော့ အရိယာတို့၏ နေအိမ်ထဲ ရောက်နေသည် မည်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ ကြွေးမြီစိတ်ကလေးကို ရှုပြီး ပယ်နိုင်တဲ့အချိန်မှာ သေသွားမယ်ဆိုရင် အပါယ်လေးပါးကို မကျရောက်နိုင်ဘူး။ အပါယ်ဘေးက လုံခြုံသွားပါတယ်။ အဲဒီ နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ ကြွေးမြီးတန်းလန်းနဲ့ သေသွားရင်တော့ အပါယ်လေးပါးကို ကျရောက်သွားတတ်တယ်။ အဲဒါဘာကြောင့်တုန်း ဆိုလို့ရှိရင် ပုထုဇဉ်အိမ်မှာ နေနေလို့၊ ပုထုဇဉ် နေအိမ်က မလုံခြုံလို့ပါဘဲ။ အမိုးအကာ မလုံခြုံတဲ့ အိမ်မှာဖြစ်စေ၊ အမိုးအကာမရှိတဲ့ ကွင်းပြင်မှာဖြစ်စေ၊ နေတဲ့သူမှာ မိုးရွာရင်လဲ စိုရွဲမယ်၊ နေပူရင်လဲ ပူလောင်မယ်၊ လေလာရင်လဲ လေထိမယ်၊ တစ်စုံတစ်ယောက်က ခဲတို့ တုတ်တို့ကို အရမ်းပစ်လိုက်ရင်လဲ အဲဒီလို ဘေးအမျိုးမျိုးတွေ ရောက်နိုင်ပါတယ်။ ဒါလိုပဲ ပုထုဇဉ်နေအိမ်မှာ နေရင်အပါယ်ဘေးတွေနဲ့ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။

ရဟန်းနှင့်သန်းဝတ္ထု

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်ကာလတုန်းက အရှင်တိဿ ဆိုတဲ့ ရဟန်းတော်တစ်ပါးဟာ အဝတ်အထည် သင်္ကန်းတစ်ခုကို မရစဖူး။ အထူးရတဲ့အတွက် အဲဒီသင်္ကန်းကို အလွန်နှစ်သက်မြတ်နိုးနေပါသတဲ့။ နှစ်သက်မြတ်နိုးနေတယ်ဆိုတာ ကာမစ္ဆန္ဒပဲ။ အဲဒီရဟန်းက အဲဒီသင်္ကန်းကို နက်ဖြန်ခါ ဝတ်မယ်လို့ ရည်ရွယ်ပြီး သင်္ကန်းတန်းပေါ်မှာ တင်ထားပြီး တော့ စိတ်ထဲ အလွန်နှစ်သက် မြတ်နိုးနေသတဲ့။ အဲဒီလို နှစ်သက် မြတ်နိုးနေတုန်း ညဉ့်အချိန်မှာ ရုတ်တရက် ရောဂါဖြစ်ပြီးတော့ ပျံလွန်တော် မူသွားရှာပါသတဲ့။ ဒီကိုယ်တော်မြတ်မှာ သီလဘက်ကတော့ ဘာမှ ချွတ်ယွင်းချက်မရှိဘူး။ ကောင်းကောင်းစင်ကြယ်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် သီလအလိုအားဖြင့်ဆိုရင် သေသည်၏ အခြားမဲ့မှာ နတ်ပြည်ကို ရောက်ဖို့ပါပဲ။ ဒါပေမယ့် သူမှာသင်္ကန်းကို နှစ်သက်မြတ်နိုးနေတဲ့ ကာမစ္ဆန္ဒနီဝရဏက ရှိနေတဲ့အတွက် သူ့သင်္ကန်းမှာပဲ သန်းကြီးဖြစ် သွားတယ်။ လူကသန်းဖြစ်သွားတယ်ဆိုတော့ အံ့သြစရာပဲ။

ဘုန်းကြီးတို့ ရွှေဘိုမှာ ကတ်သီးကတ်သတ် ပြောတတ်တဲ့ ဒကာကြီး တစ်ယောက်ရှိတယ်။ သူက ရှာရှာဖွေဖွေ စဉ်းစားကြံစည်ပြီး ပြောတတ်တယ်။ ဗဟုသုတမရှိတဲ့ ထူထူနန လူတွေစုဝေးနေရာမှာ သူကဝင်ရောက်ပြီး ဇေဝဇေါဖြစ်အောင် အင်မတန်ပြောတတ်တယ်။ သူပြောပုံက ဟေ့-ကြည့်ကြကွဆိုပြီး မြေပြင်မှာ အကြောင်းကလေးတွေ ရေးပြတယ်။ ဟောဒီ အကြောင်းရှည်ကြီးက ဆင်းကြီးကွ၊ ဒီအကြောင်း လတ်ကတော့ လူကွ၊ ဒီအကြောင်းတိုတိုကလေးကတော့ ကမုန်းနီကောင်ကွလို့ ပြောတယ်။ ကမုန်းနီကောင်ဆိုတာ ဒီအောက်အရပ်မှာ ရှိပုံ မရပါဘူး။

အထက်အရပ်မှာ ရှိပါတယ်။ သူတို့က မြက်ထဲမှာ ကပ်ပြီးနေတယ်။ အပ်ဖျားလောက်ပဲရှိပါတယ်။ အင်မတန် သေးငယ်တဲ့ အကောင်ကလေးပါပဲ။ မျက်စိကောင်းတဲ့ လူမှ ဒီအကောင်ကို မြင်နိုင်ပါတယ်။ လူ့အသားထဲ ဒီအကောင် ဝင်တွယ်နေရင် မြက်မြက် မြက်မြက်နဲ့ အင်မတန်နာပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီအကာကြီးက ကြည့်ကွ ဆင်ကြီးသေရင် ကမ္ဘာ့နီကောင်ကလေး ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား၊ ကမ္ဘာ့နီ ကောင်ကလေးက သေရင်ကော ဆင်ကောင်ကြီး ဖြစ်နိုင်ပါ့မလားလို့ မေးသတဲ့။ သူဆိုလိုတာကတော့ ဆင်ကောင်ကြီး၏ အသက်လိပ်ပြာက ကြီးနေလို့ ကမ္ဘာ့နီကောင်ရဲ့ ကိုယ်ကလေးထဲမှာ ဆုံပါ့မလား၊ ကမ္ဘာ့နီကောင်ရဲ့ အသက် လိပ်ပြာကသေးငယ်နေလို့ ဆင်ကောင်ကြီး ကိုယ်ထဲမှာ ဝင်ဖြစ်ရင်ပျံ့နှံ့ပါ့မလားလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒီမေးခွန်းတွေဟာ သုတမရှိတဲ့ သူများကို ထင်ယောင်ထင်မှား ဝိစိကိစ္ဆာ ဖြစ်စေတတ်ပါတယ်။ ယခုနေအခါမှာ ရုပ်ဝါဒကို သဘောကျပြီးတော့ တမလွန်ဘဝ မရှိဘူးလို့ ယူတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးက ဘုရားဟောတရားလိုလို၊ ဘာလိုလိုနဲ့ လူတွေ ယောင်ဝါးဝါးဖြစ်ကုန်အောင် ကျမ်းစာတွေရေးထုတ်ပြီး ဒီလိုအပြော မျိုးတွေကို ပြောနေတယ်လို့ ကြားရတယ်။ သူပြောပုံက သက်ရှိသတ္တဝါ တွေထဲမှာ လူဟာအမြင့်ဆုံး၊ အရင့်ဆုံး အဆင့်အတန်း ရောက်နေတဲ့အတွက် လူသေရင် တစ်ဖန်ဖြစ်တောင်မှ လူသာဖြစ်နိုင်တယ်။ လူထက်ညံ့တဲ့ ဘဝမျိုး မဖြစ်နိုင်တော့ဘူးတဲ့။ သူပြောတဲ့ အကြောင်းယုတ္တိ ကတော့ မန်ကျည်းစေ့က မန်ကျည်းပင်သာ ပေါက်နိုင်တယ်။ တမာပင် မပေါက်နိုင်ဘူး၊ မြေခါတ်က ပြောင်းလဲလာခဲ့တဲ့ ရွှေခါတ်ဟာ တဖန်ပြန်ပြီး မြေခါတ်မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး၊ အဲဒါများလိုပါပဲတဲ့။ ဒီလို အပြောမျိုးတွေကတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေကို ရုပ်ဝါဒဘက် ညွှတ်သွားအောင်လို့၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တရားစစ် တရားမှန်တွေလဲ ရုပ်ပျက်၊ ဆင်းပျက်နဲ့ ပျက်ကုန်အောင်လို့



ပြောဆိုချက်တွေပါပဲ။ ဒီလိုပြောတဲ့သူကိုတော့ မာရပက္ခိက-မာရ်နတ်၏ ဘက်တော်သားတွေလိုသာ မှတ်ကြပေတော့။

မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း တရားအစစ်အမှန်ကတော့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါရယ်လို့ အကောင်အထည်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် အကြီး-အငယ် ပုံသဏ္ဍာန်လဲမရှိပါဘူး။ ရုပ်နာမ် အစဉ်မျှသာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးထဲမှာလဲ နာမ်အစဉ်က ပြဋ္ဌာန်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဒေသနာတော်မှာ မသိမှု အဝီဇ္ဇာ-ကြောင့်ပြုလုပ်မှု သင်္ခါရဖြစ်တယ်။ သင်္ခါရကြောင့် ဘဝသစ် စိတ်ဝိညာဏ်ဖြစ်တယ်။ စသည်ဖြင့် ဟောထားပါတယ်။ ဒီတော့ ဘဝသစ်ဖြစ်ရာမှာ ဘဝဟောင်းက ရုပ်တွေရော၊ အဲဒီရုပ်တွေရဲ့ အစွမ်းသတ္တိရော ဘာမျှ လိုက်ပါမလာဘူး။ စိတ် နာမ်ရဲ့ အရှိန်အဝါမျှသာ လိုက်ပါလာပါတယ်။ စိတ်ဆိုတာကလဲ ငယ်တယ်။ ကြီးတယ်လို့ ထူးခြားခြင်းမရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဆင်ကြီးရဲ့ စိတ်နဲ့ ကမ္ပည်းနီကောင်ကလေးရဲ့ စိတ်ဟာ အတူတူပါပဲ။ ဘယ်ဟာကမှ ပိုပြီးတော့ ကြီးလဲမကြီးဘူး။ ငယ်လဲမငယ်ဘူး။ ပြီးတော့ သာမန်ပုထုဇဉ်ရဲ့ စိတ်နဲ့ ခွား၊ ခွေး အစရှိတဲ့ တိရစ္ဆာန်တို့ရဲ့ စိတ်ဟာလဲ မထူးခြားလှပါဘူး။ ရင့်နေလို့ ပြန်မလျှော့နိုင်တဲ့ စိတ်ရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် တချို့လူတွေဟာ မူလက စိတ်နေစိတ်ထားကောင်းတဲ့ လူကြီးတစ်ယောက် ဖြစ်ပါလျက်နဲ့ အကြောင်း တစ်မျိုးမျိုးကြောင့် စိတ်ဖောက်ပြန် ရူးသွပ် သွားကြတာတွေလဲ ရှိနေပါတယ်။ ပြီးတော့ ခွေးရူးကိုက်လို့ ခွေးရူးပြန် သွားတဲ့ လူတွေမှာ ခွေးစိတ်ပေါက်နေတာကိုလဲ ထင်ရှားတွေ့ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူသေပြီးနောက် လူထက်ညံ့တဲ့ဘဝ မဖြစ်နိုင်ဘူးဆိုတာ အသင့် ယုတ္တိလဲ မရှိပါဘူး။ ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်နဲ့လဲ ဆန့်ကျင်ပါတယ်။

စိတ်နဲ့ရုပ်ကွာခြားပုံ

အမှန်ကတော့ စိတ်ဆိုတာဟာ သဒ္ဓါ၊ သတိ၊ အစရှိသော တရားကောင်းတွေနဲ့ ပွားများထုံပေးလျှင် တိုးတက်ရင့်သန်လာပါတယ်။ ဒါကြောင့် သေခါနီးမှ သဒ္ဓါ၊ သတိ အစရှိသော တရားကောင်းတွေနဲ့ အထုံရလာလျှင် သေသည်၏ အခြားမဲ့မှာ စင်ကြယ်မြင့်မြတ်တဲ့ စိတ်ဝိညာဉ်ကလေး ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ အဲဒီလို စိတ်က ဘယ်မှာ ဖြစ်သလဲဆိုရင် လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝ၊ ဗြဟ္မာဘဝ ဆိုတဲ့ သုဂတိဘဝတွေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ဒီစိတ်ကို လောဘ၊ ဒေါသ၊ အစရှိသော တရားဆိုး တွေနဲ့ ပူးတွဲထားရင် ဆိုးညစ်တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်လာပြီးတော့ အဆင့်အတန်း လျော့ကျသွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် သေခါနီးမှာ လောဘ၊ ဒေါသ အစရှိသော တရားဆိုးတွေနဲ့ ညစ်နွမ်းလာခဲ့လျှင် သေသည်၏ အခြားမဲ့မှာ ယုတ်ညံ့တဲ့ စိတ်ဝိညာဉ်ကလေး ဖြစ်ပေါ်သွားပါတယ်။ အဲဒီလိုစိတ်က ဘယ်မှာဖြစ်သလဲဆိုရင် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ် ခေါ်တဲ့ အပါယ်ဘဝတွေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ စိတ်က ငရဲဘုံ၊ နတ်ဘုံ စသည် အဝေးကြီးကို ဘယ်လိုလုပ်ပြီးသွား ရောက်နိုင် သလဲလို့ စဉ်းစားစရာ ရှိပါတယ်။ စိတ်ဆိုတာက အထည်ခြပ်ရှိတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် စိတ်မှာ နီးတာ ဝေးတာရယ်လို့ ဘာမျှ မထူးခြား ပါဘူး။ ယခုလက်တွေ့ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ပထမ ကိုယ့်ကျောကို ဆင်ခြင်ကြည့်ပါ။ ပြီးပြီနော်။ ကဲ-ဒုတိယ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးကို အာရုံပြုကြည့်ပါ။ ဘယ်ဟာက ပိုကြာသလဲ။ ဘယ်ဟာကမှ ပိုပြီးမကြာ ပါဘူး။ အတူတူပါပဲ။ ဒါ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် စိတ်မှာ အထည်ခြပ်မရှိလို့ အဆီးအတားမရှိဘူး။ အလိုရှိရာကို အာရုံပြုလိုက်ရုံနဲ့ ရောက်သွားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့်ပါပဲ။

ရုပ်ကိုယ်ကြီးအနေနဲ့ဆိုရင်တော့ ဒီသန်လျင်မြို့ကနေပြီး သင်္ဘောဆိပ်  
 ရောက်အောင် ကားငှားပြီး သွားရလိမ့်မယ်။ သင်္ဘောနဲ့လဲ တစ်တန်  
 သွားရလိမ့်မယ်။ ရွှေတိဂုံဘုရားခြေရင်း ရောက်တော့လဲ ကုန်းတော်ပေါ်  
 ရောက်အောင် တက်နေရတာ တော်တော်ကြာဦးမယ်။ အဲဒီက  
 ပြန်လာတော့လဲ အသွားကလိုပဲ အဆင့်ဆင့်နဲ့ အချိန်တော်တော် ကြာကြာ  
 ပြန်လာရလိမ့်မယ်။ အဲဒါစိတ်နဲ့ရုပ် ကွာခြားပုံပါပဲ။

ခုနက စိတ်နဲ့ ရွှေတိဂုံသွားလိုက်တာ ဘာမှမကြာဘူး။ တခဏလေးနဲ့  
 ပြန်ရောက်လာတယ်။ ခရီးစရိတ်လဲမကုန်ဘူး။ ဒါတွင်မကသေးဘူး။  
 နိုင်ငံခြားကိုလဲ စိတ်နဲ့သွားလိုက်ရင် ဘာမှမကြာဘူး။ ပါတ်စိပို့လက်မှတ်တို့၊  
 ဒီဖောင်းလက်မှတ်တို့၊ ဘာလက်မှတ်မှလဲ မယူရဘူး။ ဘယ်သူကမှလဲ  
 မတားမြစ်နိုင်ဘူး။ သွားချင်သွားလိုက် ပြန်ချင်ပြန်လိုက်နဲ့ စိတ်က  
 အလိုရှိတိုင်း လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ငရဲပြည်၊ နတ်ပြည်တွေကို သွားချင်ရင်  
 သွားနိုင်တာပဲ။ ဘာမှ အဆီးအတားကိုမရှိဘူး။ နှောင့်နှေးခြင်းလဲ မရှိဘူး။  
 လွယ်လွယ်ပါပဲ။ ဒါကြောင့် သတ္တဝါတွေမှာ သေခါနီးက စွဲလမ်းခဲ့တဲ့အတိုင်း  
 ဘဝကောင်းဘဝဆိုးတွေမှာ ဖြစ်ကြရ ပါတယ်။ သေခါနီးက စင်ကြယ်တဲ့  
 ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ စွဲလမ်းပြီး သေလာခဲ့ရင် လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝဆိုတဲ့  
 ဘဝဟောင်းတွေမှာ စင်ကြယ်တဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ် ဝိညာဉ်ကလေး  
 ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ အဲဒါကို လူဖြစ်တယ်၊ နတ်ဖြစ်တယ်လို့  
 ခေါ်ရပါတယ်။ သေခါနီးက ညစ်နွမ်းတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်နဲ့ စွဲလမ်းပြီး  
 သေလာခဲ့ရင် အပါယ်ဘဝတွေမှာ ညစ်နွမ်းတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်  
 ဝိညာဉ်ကလေး ဖြစ်ပေါ်သွားပါတယ်။ အဲဒါကို ငရဲကျသွားတယ်၊  
 တိရစ္ဆာန်ဖြစ်သွားတယ်၊ နွားဖြစ်သွားတယ်၊ ခွေးဖြစ်သွားတယ်၊ စသည်ဖြင့်  
 ခေါ်ရပါတယ်။ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ အရှင်တိဿ ရဟန်းတော်ကတော့

သတ္တမအကြိမ်

သေခါနီးမှာ သင်္ကန်းကို နှစ်သက်တဲ့ လောဘ-ကာမတ္တန္တနဲ့ စွဲလမ်းပြီး သေခဲ့တယ်။ သေဆိုတာကလဲ နောက်ဆုံးစိတ်ကလေး ချုပ်ပျောက် သွားတာကို ခေါ်တာပါပဲ။ အဲဒီလို ညစ်နွမ်းတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်နဲ့ စွဲလမ်းပြီး သေခဲ့တဲ့အတွက် အဲဒီနောက်ဆုံး စိတ်ကလေးလဲ ပျောက်သွားရော။ သန်းဘဝ ရုပ်ခန္ဓာထဲမှာ ညစ်နွမ်းတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်ဝိညာဉ်ကလေးလဲ ဖြစ်ပေါ်သွားရော။ အဲဒီလို ဖြစ်ပေါ်သွားတာကိုပဲ ရဟန်းက သန်းဖြစ်သွား တယ်လို့ ပြောရတာပဲ။ တကယ်စင်စစ်ကတော့ ရဟန်းဘဝက ရုပ်တွေ ဘာမှ မလိုက်ပါလာပါဘူး။ သေခါနီးက စွဲလမ်းခဲ့တဲ့ ညစ်နွမ်းတဲ့ ကာမတ္တန္တ စိတ်ရဲ့ အရှိန်အဝါလောက်သာ လိုက်ပါလာပါတယ်။

**ကာမတ္တန္တပယ်ဖို့ရာ ဘုရားပေးသောနည်း**

ဒီလိုရဟန်းဘဝက သန်းဖြစ်ရတာ ဘာကြောင့်လဲဆိုတာကို စစ်ဆေးကြည့်ကြည့်စို့။ သီလ မစင်ကြယ်လို့လား၊ မဟုတ်ပါဘူး။ သီလက စင်ကြယ်ပါတယ်။ ဒါဖြင့် ဘာကြောင့်လဲလို့ဆိုရင် ကာမတ္တန္တကို ရှုမှတ် ပြီးပယ်တဲ့ အရိယာဝါသ-အရိယာတို့၏ နေအိမ်မှာ မနေဘဲနဲ့ သင်္ကန်းကို တပ်မက်နှစ်သက်နေတဲ့ ကာမတ္တန္တဆိုတဲ့ ပုထုဇဉ်နေအိမ်မှာ နေနေလို့ပါပဲ။ ဒီကာမတ္တန္တကိုပယ်ဖို့ရာ ရဟန်တော်များမှာ မြတ်စွာဘုရားက ပေးထားတဲ့ နည်းတွေ ရှိပါတယ်။ အောက်ထစ်ဆုံးအားဖြင့် ပစ္စဝေက္ခဏာ ခေါ်တဲ့ ဆင်ခြင်နည်းနဲ့ ဆင်ခြင်ဖို့ မြတ်စွာဘုရားက “ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော စီဝရံ ပဋိသေဝတီ”စသည်ဖြင့် ညွှန်ကြားထားခဲ့ပါတယ်။ ယောနိသော- သင့်သော အကြောင်းအားဖြင့်၊ ဝါ-နည်းမှန်၊ လမ်းမှန်အားဖြင့်၊ ပဋိသင်္ခါ- ပဋိသင်္ခါယ-ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်၍၊ စီဝရံ-သင်္ကန်းကို၊ ပဋိသေဝတီ-မှီဝဲသုံး

ဆောင်၏။ နည်းလမ်းမှန်တိုင်း ဆင်ခြင်ပြီး သုံးဆောင် ပါတဲ့၊ ဘယ်လိုလဲ ဆိုရင်၊ သီတဿ-အအေးကို၊ ပဋိဿာတာယ-ပယ်ဖျောက်ခြင်း၊ ကာ ကွယ်ခြင်းအကျိုးငှာ၊ ဥဏှဿ-အပူကို၊ ပဋိဿာတာယ-ပယ်ဖျောက်ခြင်း ကာကွယ်ခြင်းအကျိုးငှာ၊ ပဋိသေဝတိ-မှီဝဲသုံးဆောင်၏ စသည်ဖြင့် ညွှန်ကြားထားပါတယ်။

လူများမှာ အဝတ်အထည်ဝတ်ဆင်ကြတာကတော့ လှပတင့်တယ် ဖို့ရာလဲ ရည်ရွယ်ကြပါတယ်။ ရဟန်းများမှာတော့ လှပတင့်တယ်အောင် ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်မပါပါဘူး။ အမှန်ကတော့ ရုပ်ကိုယ်ကြီးက အအေး၊ အပူစသော ဘေးရန်တွေနဲ့တွေ့ရင် မခံနိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် အဲဒီအအေး၊ အပူတွေကို ကာကွယ်နိုင်ဖို့၊ ခြင်၊ မှက် စသည်မနှိပ်စက်နိုင်အောင် ကာကွယ်ဖို့၊ အမြင်မတော်တဲ့ ကိုယ်အင်္ဂါတွေကို ဖုံးကွယ်ထားဖို့ စသည်ဖြင့် ဒီလိုအကျိုးများအတွက်သာ ရည်ရွယ်ပြီး ဝတ်ရသုံးဆောင်ရပါတယ်။ ဒီတော့ အဝတ်သင်္ကန်းဟာ လှဖို့၊ ကောင်းဖို့ မလိုပါဘူး။ လုံခြုံဖို့ရာ လောက်ပဲ လိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် သင်္ကန်းကို ဝတ်ရုံ သုံးဆောင်ရတာက အနာကို ယင်မအံ့အောင် ဖုံးဖိထားရသလို၊ ရွံ့စရာ အညစ်အကြေးကို ဖုံးဖိထားရသလို ရုပ်ကိုယ်ချည်း လုံခြုံအောင် မလွှဲသာလို့ ဝတ်ရုံသုံး ဆောင်ရတယ်လို့-ဒီလိုဆင်ခြင်ပြီး သုံးဆောင်ရပါတယ်။ ဒီတော့ မလှလို့၊ မကောင်းလို့လဲ စိတ်ပျက်စရာ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့် သင်္ကန်းနဲ့စပ်ပြီး နှစ်သက်သာယာမှု ကာမတ္တန္ဒဟာ လုံးဝလဲ ကင်းသွားနိုင်ပါတယ်။ လုံးဝ မကင်းတောင် လျော့ပါးသွားနိုင်ပါတယ်။

ဒီပြင် အသုဘသဘော၊ သင်္ခါရသဘောနဲ့ ဆင်ခြင်ပုံတွေလဲ ရှိပါသေးတယ်။ နှစ်သက်သာယာမှု ဖြစ်နေတဲ့အခါမှာ အလွယ်ဆုံး အကောင်းဆုံးကတော့ အဲဒီနှစ်သက်သာယာမှုကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်တာဟာ

အလွယ်ဆုံး၊ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ မပျောက်မချင်း ရှုမှတ်နေရင် နောက်ဆုံး ကျတော့ အဲဒီနှစ်သက်သာယာမှုဟာ လုံးဝပျောက်သွားပါလိမ့်မယ်။ လုံးဝမပျောက်စေကာမူ ရှုမှတ်နေရင်ကို ရှုတိုင်းရှုတိုင်း အရိယာဝါသနေအိမ်ထဲကိုတော့ ရောက်နေပါတယ်။ ဘေးရန်အန္တရာယ် လုံခြုံနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ခုနကပြောခဲ့တဲ့ အရှင်တိဿရဟန်းဟာ ဒီလိုရှုမှတ်ရင်းသာ ပျံတော်မူသွားမယ်ဆိုရင် သန်းမဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ နတ်ရွာသုဂတိကိုသာ ရောက်ဖို့ရှိပါတယ်။ သို့ပေမယ့် အဲဒီရဟန်းက နှစ်သက်သာယာမှုကိုရှုမှတ်ပြီး မပယ်ဘူး။ လက်ခံထားတယ်။ လက်ခံထားတော့ ပုထုဇဉ်နေအိမ်ရောက်နေတာပေါ့။ အပါယ်ဘေး မလုံခြုံတဲ့နေရာ ရောက်နေတာပေါ့။ ဒါကြောင့် သူ့ခမျာ ရဟန်းဘဝက မျက်စိ ကလေးမှိတ်ပြီး စုတိစိတ်ကလေးကျသွားသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် သူ့သင်္ကန်းထဲမှာပဲ ဥပပါတ်သန်းကြီး ဖြစ်ရရှာတယ်။ အများကြီး နှစ်နာသွားရှာတာပဲ။ ဒီနေရာမှာ ဒကာ-ဒကာမတွေက မိမိတို့၏ ကိုယ်ရေးအတွက် အထူးသတိပြုဖို့ ဆင်ခြင်ဖို့ကောင်းပါတယ်။ ရဟန်းမှာ စွဲလမ်းတာကဘာမှ များများ ရှိတာမဟုတ်ဘူး။ သင်္ကန်းကလေး တစ်ထည်ပဲရှိတယ်။ ဒါကလေး တစ်ထည်ကို စွဲလမ်းရုံနဲ့တောင်မှ သန်းဖြစ်သွားသေးတယ်ဆိုတော့ မိမိတို့မှာ စွဲလမ်းစရာတွေက ဘယ်လောက်များနေသလဲ။ အဲဒါတွေကို သေပေါက်သေဝကျတော့ မစွဲလမ်းဘဲ သေနိုင်အောင် အားကိုးစရာများရှိပြီလား။ မရှိသေးဘူးလားဆိုတာ ဆင်ခြင်ကြည့်ရမယ်။ အားကိုးစရာရှိနေရင်တော့ လက်ခမောင်းသာ ခတ်ကြပေတော့။ အားကိုးစရာ မရှိသေးရင်းတော့ ယခု မြတ်စွာဘုရားပေးထားတဲ့ အရိယာနေအိမ်ကြီးနဲ့ လုံလုံခြုံခြုံနေနိုင်အောင် အရိယာဝါသနေအိမ် ကိုစောစောကတည်းက ကြိုတင်ပြီးဆောက်ကြပေတော့။

# အရိယာဝါသ အိမ်ဆောက်ရာမှာ သဒ္ဓါဆိုတဲ့ စရိတ်ရှိရမယ်

လောကမှာ အိမ်ဆောက်တယ်ဆိုရင် စရိတ်ကြေးငွေကလဲ ရှိဖို့လိုပါတယ်။ ဒါလိုပါပဲ အရိယာဝါသနေအိမ်ကို ဆောက်ရာမှာလဲ စရိတ်စကလိုပါတယ်။ အဲဒါက ဘာလဲဆိုရင် စောစောပိုင်းက ပြောခဲ့တဲ့ အတိုင်း သဒ္ဓါတရားရှိဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီအရိယာဝါသတရားကို ပွားများရင် အပါယ်ဘေးစသည်မှ လွတ်မြောက်တယ်ဆိုတာကို ယုံကြည်ရမယ်။ မယုံကြည်ရင်တော့ ဒီအရိယာဝါသအိမ်ကို မဆောက်နိုင် ပေဘူး။ တချို့ကတော့ ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီးမှ ယုံကြည်နိုင်မယ်။ မတွေ့ခင် တော့ မယုံကြည်နိုင်သေးဘူးလို့ ဒီလိုဆင်ခြေ ပေးကြပြန်တယ်။ မတွေ့ ခင်က အသင့်ယုတ္တိနဲ့ ချင့်ချိန်ပြီး ယုံကြည်ရတာလဲ ရှိပါတယ်။ မရောက်ဘူးသေးတဲ့အရပ်ကို ရထားနဲ့ဖြစ်ဖြစ်၊ သင်္ဘော၊ လေယာဉ်ပျံ တို့နဲ့ဖြစ်ဖြစ် သွားတဲ့အခါမှာ အဲဒီရထား၊ သင်္ဘော၊ လေယာဉ်ပေါ် စီးလိုက် သွားရင် မိမိအလိုရှိရာအရပ်ကို ရောက်မယ်ဆိုတာ သူပြောလူပြောနဲ့ မှန်းဆချင်ချိန်ပြီး ယုံကြည်ရပါတယ်။ အဲဒီလို ယုံကြည်ပြီး အဲဒီရထား၊ သင်္ဘော၊ လေယာဉ်ကို စီးနင်းလိုက်ပါသွားမှ မိမိအလိုရှိရာ အရပ်ကို ရောက်ပါတယ်။ အကယ်၍ မိမိက ကိုယ်တိုင်မစီးဘူး၊ မရောက်ဘူးတဲ့ အတွက် မယုံလို့မစီးဘဲ နေရင်တော့ အဲဒီ မိမိအလိုရှိရာအရပ်ကို မရောက်နိုင်ပါဘူး။ ဒီလိုပါပဲ ဒီအရိယာဝါသတရားကလဲ စောစော ကတည်းက ဒေသနာနဲ့ အသင့်ယုတ္တိနဲ့ ချင့်ချိန်ပြီး ယုံကြည်သောအားဖြင့် အားထုတ်ရပါတယ်။ ဒီလို အားထုတ်ပါမှ အရိယာဝါသ နေအိမ်မှာလဲ နေရပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကိုလဲ သိမြင်ရပါတယ်။ အပါယ်ဘေး စသည်မှလဲ

သတ္တမအကြိမ်

လွတ်မြောက်ရပါတယ်။ မယုံလို့အားမထုတ်ဘဲ နေရင်တော့ အရိယာဝါသ နေအိမ်မှာလဲ မနေရဘူး။ နိဗ္ဗာန်ကိုလဲ မတွေ့နိုင်ဘူး။ မလုံခြုံတဲ့ ပုထုဇဉ်နေ အိမ်မှာချည်း နေနေတဲ့အတွက် အပါယ်ဘေး စသည်နဲ့လည်း မပြတ်တွေ့ ပြီး ဒုက္ခတွေ့ရောက်သွားပါလိမ့်မယ်။

နောက်ပြီးတော့ ခုနက ဥပမာထဲမှာ ခရီးသွားတဲ့ သူဟာ ရထားလမ်းဆုံး၊ သင်္ဘောလမ်းဆုံး၊ လေယာဉ်လမ်းဆုံး ဌာနရောက်တဲ့အခါ ကျတော့ ကိုယ်ရောက်ချင်တဲ့အရပ် ဟုတ်မဟုတ်ကို စစ်ဆေးဆင်ခြင် ကြည့်ရပါတယ်။ ဒီလိုဆင်ခြင်ကြည့်တဲ့အခါမှာ ကိုယ်ရောက်ချင်တဲ့အရပ် ဟုတ်မှန်နေရင် မိမိစီးနင်းလာခဲ့တဲ့ ယာဉ်ရထား ခရီးစဉ်ဟာ လမ်းမှန်ဘဲ။ မူလက ညွှန်ကြားလိုက်တဲ့ စကားတွေလ အမှန်ပဲလို့ ဂေန်ဆုံးဖြတ် ယုံကြည်ရတာမျိုးပါပဲ။ ဒီ-အရိယာဝါသတရားကလဲ ဒီနည်းအတိုင်းပါပဲ။ တကယ်တမ်း အားထုတ်လိုက်တဲ့အခါ ယခု ဘုန်းကြီးပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သမာဓိဉာဏ်အထူးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတာကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ကြပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီတော့မှ မိမိတို့ အလိုရှိနေတဲ့ တရားစစ်တရားမှန်ဟုတ်သလား၊ မဟုတ်ဘူးလားဆိုတာ စစ်ဆေးကြည့်ကြပါ။ အဲဒီလို စစ်ဆေးကြည့်တဲ့ အခါမှာ ဟုတ်မှန်ကြောင်းမျက်မှောက်တွေ့ရပြီးတော့ အဝေစွပသာဒ ဆိုတဲ့ မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားနဲ့ ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲကြီး ယုံကြည် သွားကြပါလိမ့်မယ်။

မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်က အစစ်အဆေးခံနိုင်တဲ့ ဖော်ပသိက တရားတော်ပါ။ လာကြည့်စမ်းပါလို့ တိုက်တွန်းထိုက်တဲ့ တရားတော်ပါတဲ့။ လောကမှာ မကောင်းတဲ့အရသာကို စားဖို့မတိုက်တွန်း ပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် တစ်ဖက်သားပုဂ္ဂိုလ်က စားကြည့်လို့ အရသာမကောင်းမှန်းသိရတော့ တိုက်တွန်းတဲ့သူကို အပြစ်တင်တတ်တယ်။



အရသာကောင်းကလေးများကို ကျွေးတည်ရင်တော့ စားရတဲ့သူက အင်မတန် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ဒါလိုပဲ မြတ်စွာဘုရားတရားတော်က ကောင်းလွန်းလို့ တိုက်တွန်းတဲ့အတိုင်း အားထုတ်ကြည့်တဲ့သူက တရားအရသာကောင်းတွေကို တွေ့ရတဲ့အတွက် တိုက်တွန်းတဲ့သူကို ကျေးဇူးတင်လို့ မဆုံးနိုင်အောင် ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဖော်ပဿီကော-လာကြည့်စမ်းပါ။ ကျင့်ကြည့်စမ်းပါလို့ တိုက်တွန်းထိုက် တဲ့ တရားတော်ပါတဲ့။ အဲ ယခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း စောစောကတည်းက ယုံကြည်ထားဖို့လိုပါတယ်။ အဲဒီ သဒ္ဓါတရားဟာ အရိယာဝါသနေအိမ်ကို ဆောက်ဖို့စရိတ်ကြေးငွေ တစ်မျိုးပါပဲ။

**ဆန္ဒနှင့် ဝီရိယလဲ လိုတယ်**

ပြီးတော့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် တရားထူး တရားမြတ်တွေကို ယခုဘဝ တွင်ပဲရအောင် အားထုတ်လိုတဲ့ စိတ်ဆန္ဒကလဲ ထက်ထက်သန်သန်ရှိဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါလဲ စရိတ်စကတစ်မျိုးပါပဲ။ ပြီးတော့ မဆုတ်မနစ် ပြင်းပြင်း ထန်ထန် အားထုတ်တဲ့ လုံ့လ ဝီရိယလဲ လိုပါတယ်။ ဇွဲကောင်းဖို့ပါပဲ။ ဒါလဲ စရိတ်စကနဲ့ ပြည့်စုံရင်တော့ အရိယာဝါသနေအိမ်ကို ဆောက်နိုင် ပါတယ်။ ယုံကြည်တယ်။ လိုလားတယ်။ မပျင်းဘူးဆိုရင် ဒွါရ ခြောက်ပါးကပေါ်လာသူကို ရှုမှတ်နိုင်ပါတယ်။ သွားရင်လဲ မှတ်နိုင်တယ်။ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အရိယာဝါသနေအိမ်ကို ဆောက်လုပ်နေသည် မည်တာပဲ။ အရိယာနေအိမ်ထဲ ဝင်ရောက်နေသည်မည်တာပဲ။ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေရင်း နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ ကာမဆန္ဒဖြစ်ပေါ်လာရင် အဲဒါလို ရှုမှတ်နေရင်း နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ ကာမဆန္ဒဖြစ်ပေါ်လာရင် အဲဒါကို

နှစ်သက်တယ်၊ နှစ်သက်တယ် စသည်ဖြင့် မှတ်လိုက်ရင် အရိယာဝါသ နေအိမ်ကို ဆောက်လုပ်နေသည် မည်တာပဲ၊ အဲဒီလို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အပါယ်ဘေးကလဲ လွတ်မြောက်၊ လွတ်မြောက်သွားတယ်၊ တယ်နေရာ ကျတာပဲ၊ ဝိုက်ဆံတစ်ပြားမှ မကုန်ဘဲနဲ့ အရိယာနေအိမ်ကောင်းမှာလဲ နေရတယ်၊ အပါယ်ဘေးမှလဲ လွတ်တယ်၊ အင်မတန်ကို နေရာကျ ပါတယ်၊ ဒီလိုနဲ့ ရှုရင်း ရှုရင်းပဲ သတိဉာဏ်တွေ ရင့်သန်ပြည့်စုံလာတဲ့ အခါကျတော့ နိဗ္ဗာန်ကိုလဲ ဆိုက်ရောက်ပြီးတော့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အစစ် ဖြစ်သွားပါတယ်၊ အဲဒီအခါကျတော့ အရိယာဝါသနေအိမ်ကြီးကို ကိုယ်ပိုင်ရပြီးတော့ စိတ်ချ လက်ချ တင့်တင့်တယ်တယ် နေသွားရပါ လိမ့်မယ်။

ယခုလူတွေကို မေးကြည့်ပါ၊ အိမ်ကြီးအိမ်ကောင်းနဲ့ နေချင်ကြသလား၊ အိမ်ကုပ် အိမ်စုတ်ကလေးနဲ့ နေချင်ကြသလား၊ အိမ်မရှိဘဲ ကွင်းပြင်ထဲမှာပဲ နေချင်ကြသလားလို့ မေးကြည့်ပါ၊ ကွင်းပြင်ထဲမှာပဲ နေချင်တယ်လို့တော့ ဘယ်သူကမှ ဖြေမယ်မထင်ပါဘူး၊ အိမ်ကုပ် အိမ်စုတ်ကလေးနဲ့ နေချင်တယ်လို့လဲ ဖြေကြမယ် မထင်ပါဘူး၊ အိမ်ကြီးအိမ်ကောင်းနဲ့ နေချင်တယ်လို့ချည်း ဖြေကြမှာပါ၊ ဘာကြောင့် လဲဆိုရင် အိမ်ကြီး၊ အိမ်ကောင်းနဲ့ နေရတာက ဘေးရန်အန္တရာယ်လဲ ကင်းတယ်၊ တင့်တင့်တယ်တယ်လဲရှိတယ်၊ ဒါကြောင့်ပါပဲ၊ သံသရာ စခန်းမှာလဲ အဲဒီလိုပါပဲ၊ အိမ်ကြီးအိမ်ကောင်းနဲ့တူတဲ့ အရိယာနေအိမ်မှာ နေချင်သလား အိမ်မရှိတဲ့ လွင်ပြင်နဲ့တူတဲ့ ဗာလပုထုဇဉ်ရဲ့ အခြေအနေမှာ နေချင်သလားလို့ မေးကြည့်ပါ၊ အဲဒါ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပဲ ဖြေကြပေတော့ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက ဖြေလို့ရှိရင် မှားချင်လဲ မှားနေမယ်၊ ဘာကြောင့်ဘုန်း ဆိုတော့ ဘုန်းကြီးက ဘုန်းကြီးသဘောနဲ့ဖြေရင် အရိယာနေအိမ်ကို

ရွေးချယ်ရလိမ့်မယ်။ တချို့က ပုထုဇဉ်နေအိမ်ကို သဘောကျချင်လဲ ကျနေမယ် ပြောလို့မဖြစ်ဘူး။ အမှန်မှာတော့ အရိယာနေအိမ်က နေဖို့ရာ ကောင်းပါတယ်။ အဆင့်အတန်းလဲမြင့်တယ်။ ဘေးရန်အန္တရာယ်လဲ လုံခြုံတယ်။ အဲဒီတော့ အပါယ်လေးပါး ဘေးအန္တရာယ်တွေက လုံခြုံအောင် အရိယာနေအိမ်ကြီးနဲ့ ခန့်ခန့်ညားညား တင့်တင့်တယ်တယ်ကြီး နေပြီးတော့ သွားနိုင်အောင်၊ အရိယာဝါသဆိုတဲ့ အရိယာနေအိမ် တရားတွေကို တည်ဆောက်ဖို့ရာ ကနေ့ညဒီမှာ ဘုန်းကြီးက ဒီတရားကို ဟောပါတယ်။ ယခု အရိယာနေအိမ်ဆောက်ဖို့ရာ ဘယ်နှစ်ခု ပြီးသွား ပြီလဲလို့ဆိုတော့ သတိအစောင့်အရှောက်နဲ့ ပြည့်စုံရမယ်ဆိုတာ တစ်ခုပြီး သွားပါပြီ။ ဗိုရာလေးပါးရှိရမယ်ဆိုတာလဲ ပြီးသွားပါပြီ။ အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ရမယ်-ဆိုတာကတော့ အင်္ဂါငါးပါးထဲက တစ်ပါးပဲပြီးသေးတယ်။ “နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင်ပယ်ဖျောက်လေ” ဆိုတာလေး တစ်ပုဒ်ပဲ ပြီးသေးတယ်။ သူက လေးပုဒ်ကျန်သေးတယ်။ နောက်ပြီးတော့ အင်္ဂါခြောက်ပါးနဲ့ ပြည့်စုံရမယ် စသည်ဖြင့် ကျန်တာတွေက တော်တော်များ ပါသေးတယ်။ အဲဒီကျန်တာတွေက ပိုပြီး အရေးကြီးပါတယ်။ မနက်ဖြန် ကျလဲ လာပြီးတော့ဆက်နာကြပေါ့။ တရားဆိုတာ ပြီးဆုံးအောင်နာဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

### တရားမရခြင်း အကြောင်း(၂)ခု

မြတ်စွာဘုရား၏ လက်ထက်တော် အခါကာလက ဘုရား၏ မျက်မှောက်မှာတောင်မှ အကြောင်းမညီညွတ်လို့ရှိရင် တရားဆိုတာ မရနိုင်ဘူး။ အကြောင်းညီညွတ်မှ ရတယ်။ ဒီနေရာမှာ တရားရခြင်း သတ္တမအကြိမ်

တရားမရခြင်းရဲ့ အကြောင်းကနှစ်ခုရှိပါတယ်။ ဘာတွေလဲဆိုလို့ ရှိရင် ကိရိယပရိဟာနီ နဲ့ ပါပမိတ္တတဲ့၊ ဒီ ကိရိယပရိဟာနီ နဲ့ ပါပမိတ္တဆိုတဲ့ အကြောင်းနှစ်ခုဟာ တရားထူးကို မရနိုင်အောင် အန္တရာယ်ပြုတတ်တယ်။

ပေဿဝတ္ထု

တချိန်တုန်းက မြတ်စွာဘုရားဟာ သံဃာတော် ပရိတ်သတ် တွေနဲ့ သီတင်းသုံးပြီးနေတုန်း ကန္တရကဆိုတဲ့ ပရိမိုဇ်နဲ့ ပေဿ ဆိုတဲ့ လူဝတ်ကြောင့် ဒကာတစ်ယောက် ရောက်လာကြတယ်။ အဲဒီလို ရောက်လာတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရား၏ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိနေတဲ့ သံဃာတော် တွေ ငြိမ်သက်သိမ်မွေ့နေတာကို တွေ့မြင်နေရတော့ ကန္တရက ဆိုတဲ့ ပရိမိုဇ်ဟာ သာသနာပြင်ပက ရသေ့ဖြစ်ပေမယ့် သူ့မှာ သဒ္ဓါတရားတွေ ဖြစ်တယ်။ ဘယ်လိုဖြစ်သလဲဆိုတော့ ဒီလောက်များတဲ့ သံဃာတော်တွေ ထဲမှာ တစ်ပါးမျှ လက်လှုပ်ခြင်းမရှိဘူး၊ ခြေလှုပ်ခြင်းမရှိဘူး၊ စကားပြောခြင်းမရှိဘူး၊ သိမ်မွေ့ပါပေတယ်။ ကြည်ညိုစရာကောင်းပါ ပေတယ်။ ဒါဟာ အင်မတန်ကောင်းတဲ့ သြဝါဒနဲ့ ဆုံးမထားလို့ ဖြစ်မှာပဲလို့ ဆင်ခြင်ပြီးတော့ သူ့စိတ်ထဲသဘောကျ ကြည်ညိုသွားတယ်။ ဒါကြောင့် သူက မြတ်စွာဘုရားကို အဲဒီအကြောင်းကို ထုတ်ဖော်ပြီး လျှောက်တယ်။ ဒီလိုလျှောက်တော့ မြတ်စွာဘုရားက “ကန္တရက ပရိမိုဇ်၊ သင်ပြောတာ မှန်ပါတယ်။ ငါဟာ တပည့်သားတွေကို ကောင်းသော သြဝါဒနဲ့ ဆုံးမထား ပါတယ်။ ဒီ သံဃာတွေထဲမှာ တချို့က ရဟန္တာတွေပဲတဲ့၊ ခုနက ပြောခဲ့တဲ့ အတိုင်း သတိတွေအမြဲထင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပေါ့လေ။ တချို့ကလဲ အနာဂါမ်တွေတဲ့၊ သတိတွေ လေးပုံ သုံးပုံ ပြည့်စုံနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပေါ့။

သတ္တမအကြိမ်

တချို့ကလဲ သကဒါဂါမ်တွေတဲ့၊ သတိတွေ တစ်ဝက်လောက် ပြည့်စုံနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပေါ့၊ တချို့ကလဲ သောတာပန်တွေတဲ့၊ သတိတွေ လေးပုံတစ်ပုံ ပြည့်စုံနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပေါ့၊ တချို့ကလဲပဲ သတိပဋ္ဌာန်တရားတွေကို ပွားများအားထုတ်နေဆဲ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပဲလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုမိန့်ကြား တော်မူပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်တရားအားထုတ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာသတိက ပြည့်စုံပြီလို့ မဆိုရသေးသော်လည်း ရှိတန်သလောက်တော့ ရှိနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် လက်ကွေးချင်လို့ ရှိရင် ကွေးချင်တဲ့ စိတ်ကလေးကစပြီး ကွေးချင်တယ်။ ကွေးချင်တယ်လို့ ရှုပြီးတော့ ကွေးတဲ့အခါမှာလဲ ကွေးတယ်။ ကွေးတယ်လို့ ရှုပြီးတော့ ဖြည်းဖြည်းချင်း ကွေးသွားတယ်။ မရှုဘဲနဲ့ ရုတ်တရက် ကွေးမိဆန့်မိတာရယ်လို့ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့်သူက ဣန္ဒြေသိပ်ရနေတယ်။ စကားပြောချင်တဲ့ အခါမှာလဲ အကျိုးရှိ-မရှိ ဆင်ခြင်ရသေးတယ်။ အဲဒီလိုမဟုတ်ရင်လဲ ပြောချင်တဲ့စိတ်ကလေးကို ပြောချင်တယ်။ ပြောချင်တယ်လို့ မှတ်နေရတယ်။ ဒါကြောင့် ပြောစရာ အကြောင်းက မလုံလောက်ရင် မပြောဖြစ်တော့ဘူး။ မလွှဲသာလို့ ပြောပြန် ရင်လဲ ပြောတာကလေးကို မှတ်နေရတော့ စကားတွေဟာ အပိုအမိုတွေ များများမပြောဖြစ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဣန္ဒြေရနေပါတယ်။

**စိတ်ဓါတ်ပြုပြင်ရေးမှာ သတိပဋ္ဌာန်တရားဟာ အရေးပါ**

မြတ်စွာဘုရား၏ ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေထဲမှာ တချို့က ရဟန္တာ၊ တချို့က သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်ကြတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းလက်လွတ် ဖြစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရယ်လို့ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့် သိပ်ပြီး သိမ်မွေ့နေတယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရားက

အမိန့်ရှိပါတယ်။ ဒီလို အမိန့်ရှိတော့ ပေဿ ဆိုတဲ့ လူဝတ်ကြောင်း ဒကာက လျှောက်တယ်။ မြတ်စွာဘုရားတဲ့၊ မြတ်စွာဘုရားဟာ လူတွေကို ဖြောင့်မတ်အောင် ဆုံးမတာ အင်မတန်ကောင်းပါတယ်။ တိရစ္ဆာန်တွေဟာ မကောက်ကျစ်ဘူး၊ ဖြောင့်မတ်တယ်။ တိရစ္ဆာန်တွေဟာ သူတို့လုပ်နေကြတာကို လုပ်တာပဲ၊ ကျင်ကြီးစွန့်ချင်လဲ စွန့်ချလိုက်တာပဲ၊ ကျင်ငယ်စွန့်ချင်လဲ စွန့်ချလိုက်တာပဲ ဘာတွေညာတွေ သူတို့မစဉ်းစာဘူး၊ ပြီးတော့ အရှင်သခင်တွေကို လိမ်ညာပြီး ငါဘယ်လိုလုပ်မယ်လို့ ဒီလိုကောက်ကျစ်တဲ့အကြံမရှိဘူး၊ သူတို့ မလုပ်ချင်ရင်၊ သူတို့မကြိုက်ရင် ကိုးရိုးကားယားလုပ်တာပဲ၊ လူတွေကတော့ ဒီလို မဟုတ်ဘူးဘုရား၊ လူတွေက ကောက်ကျစ်တယ်၊ ရှေ့မှာတစ်မျိုး၊ မျက်ကွယ်မှာတစ်မျိုးနဲ့ ရှေ့မှာတော့ဖြင့် အကျိုးကို လိုလားယောင်ပောင်၊ မေတ္တာရှိယောင်ယောင် လုပ်တတ်ကြပါတယ်။ မျက်ကွယ်ကျတော့ ဒီလိုမဟုတ်ဘူး၊ အကျိုးမဲ့တွေ လုပ်တတ်ကြပါတယ်။ လူတွေဟာ အင်မတန်ကောက်ကျစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ကောက်ကျစ်တဲ့ သဘောရှိနေတဲ့ လူတွေရဲ့ စိတ်ဓါတ်တွေကို ဖြောင့်မတ်အောင် အရှင်ဘုရား ပြုပြင်ထားတာ သိပ်ကောင်းတာပဲ ဘုရားလို့ ဆိုပြီးတော့ တပည့်တော်လဲ လူဝတ်ကြောင်ပေမယ့်လို့ ဒီသတိပဋ္ဌာန်တရားကို ရံဖန်ရံခါ ပွားများနေပါတယ်ဘုရားလို့ သူကချီးကျူးလျှောက်ထားပါတယ်။ ဟုတ်တယ်။ သတိပဋ္ဌာန်တရားဟာ စိတ်ဓါတ်ပြုပြင်ရေးမှာ အလွန်ကောင်းတဲ့ တရားပဲ။ လူတွေ ကောက်ကျစ်နေတယ်ဆိုတာဟာ ကိုယ့်စိတ် ကောက်ကျစ်နေတာကို မသိလို့ပါဘဲ၊ ကိုယ့်စိတ်ကို သိနေရင် ဘယ်မှာကောက်နိုင်တော့မလဲ၊ ကိုယ့်စိတ်ကလေးကောက်ရင် ကောက်မှန်းသိဖို့၊ မကောက်ရင်လဲ မကောက်မှန်းသိဖို့၊ စိတ္တာနုပဿနာဟာ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ စိတ္တာနုပဿနာ ကောင်းကောင်း

ပြည့်စုံနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဒီလို ကောက်ကျစ်တဲ့ သဘောတွေ ဘာမှ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ သူ့စိတ်တွေဟာ အားလုံး ဖြောင့်စင်းနေတယ်။ အလွန် ကောင်းပါတယ်။

တရားရထိုက်ပေမယ့် တရားမရ

ပေဿက အဲဒီလို လျှောက်ထားတော့ မြတ်စွာဘုရားက ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုးကို ဝေဖန်ပြီး ဟောတော်မူတယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုး အကျယ်ဝေဖန်မယ်လို့ ခေါင်းစဉ်ပြီးကာရီသေး။ အဲဒီ ပေဿက ဘာပြောသလဲဆိုတော့ “အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်မှာ ကိစ္စတွေက များတယ်ဘုရား၊ သွားဖို့ရာ ခွင့်ပြုပါဦး”လို့ မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်တယ်။ အဲဒီလို လျှောက်တော့ မြတ်စွာဘုရားက သူ့ကို “ဟာ- ပေဿခဏနေဦး၊ ငါဟောတဲ့ တရားဆုံးအောင် နာဦး”လို့ ပြောပေမယ့် သူ့နေနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အားနာလို့ နေပြန်လဲပဲ စိတ်က မပျံ့တပါနဲ့ နာနေတော့ သူ့မှာ ဘာမှအကျိုးရှိမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားကလဲ သူ့ကိုမတားနိုင်ဘူး။ သင့်သဘောအတိုင်းပဲ ဆိုပြီး ခွင့်ပြုလိုက်ရတယ်။ ပေဿ ပြန်သွားတော့ မြတ်စွာဘုရားက “ချစ်သားတို့ ပေဿဟာ ပညာရှိပဲ၊ ငါဘုရား ယခုဟောမည့် ဒေသနာကို ပြီးဆုံးအောင် နာယူလိုက်ရင် သူက သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ်ရမယ်။ သောတာပန်ဖြစ်မယ်။ အကျိုးများသွားမယ်”လို့ မိန့်တော်မူတယ်။ အဲဒါကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ အဋ္ဌကထာမှာ ဖွင့်ပြထားပုံကတော့ မြတ်စွာဘုရား၏ မျက်မှောက်မှာ တောင်မှ တရားရထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပေမယ့် တရားမရဘဲ ဖြစ်နိုင်သေးသလား ဆိုတဲ့ အကြောင်းကို မေးခွန်းထုတ်ပြီးတော့ ဖြစ်နိုင်ပုံကို ဒီလိုဖွင့်ပြ

ထားပါတယ်။ မင်္ဂလီလ်မရခြင်း၏ အကြောင်းဟာ ကိရိယ-ပရိဟာနိရယ်၊ ပါပမိတ္တရယ်၊ ဒီလိုနှစ်ခုရှိပါတယ်။ ဟောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ပြုသင့်ပြုထိုက်သမျှကို ပြည့်စုံအောင် မပြုတာကတစ်မျိုး၊ နာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ပြုသင့်ပြုထိုက်သမျှကို ပြည့်စုံအောင် မပြုတာကတစ်မျိုး ဒီနှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ ဟောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က မင်္ဂလီလ်နိဗ္ဗာန်ရနိုင်လောက်အောင် တရားကို ပြည့်ပြည့် စုံစုံ မဟောလို့ရှိရင် ဟောတဲ့ဆရာရဲ့ တာဝန်လိုနေတာတဲ့။

ဟုတ်တယ်။ ဟောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က မင်္ဂလီလ်နိဗ္ဗာန် ရနိုင်လောက်အောင် တရားကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ မဟောလို့ရှိရင် တပည့်ကဘယ်နှယ် လုပ်ပြီး အားထုတ်တတ်မလဲ၊ တချို့က တရားအားထုတ်ချင်ကြပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဟောမယ့်ဆရာမရှိဘူး၊ နည်းပေးလမ်းပြမယ့်သူ မရှိဘူး၊ ဒါနဲ့ တချို့လူတွေဟာ အိုပြီး သေကုန်ရှာကြတယ်။ တရားလဲ အားမထုတ် လိုက်ရဘူး၊ တရားရဖို့ဆိုတာတော့ ဝေးရော၊ အဲဒါကြောင့် ဟောတဲ့ ဆရာကလိုနေလို့ တရားမရတာလဲ ရှိပါတယ်တဲ့။ ဒါကတော့ ဆရာ တာဝန် ချို့ယွင်းချက်ပဲ။ ယခု ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ ဆရာတာဝန် မချို့ယွင်းရအောင် အပြည့်အစုံဟောနေပါတယ်။ တိုက်တွန်းနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့အတွက်ကတော့ ဆရာတာဝန်ဘက်က လိုစရာ မရှိပါဘူး။ တချို့တပည့်ဖြစ်တဲ့ တရားနာပုဂ္ဂိုလ်တွေက တရားကို ဆုံးအောင် မနာဘူး၊ နာပြန်ရင်လဲ ကျင့်ပါဆိုတော့ မကျင့်ပြန်ဘူး၊ ကျင့်ပြန်တော့လဲ နည်းနည်းလောက်ပဲ ကျင့်တယ်။ ပြည့်စုံအောင် မကျင့်ဘူး၊ အားမထုတ်ဘူး။ အဲဒီလို ပြည့်စုံအောင်မလုပ်တဲ့ မကျင့်တဲ့အတွက် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်မှာ ရသင့် ရထိုက်တဲ့ တရားကို မရဘဲဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။ ယခုပြောနေတဲ့ ပေဿဟာ မြတ်စွာဘုရား မျက်မှောက်မှာပဲ သူက တရားကို ဆုံးအောင် မနာလို့၊ တရားဆုံးအောင်နာပြီး နှလုံးသွင်းလိုက်ရင် သောတာပန်



ဖြစ်သွားနိုင်ပါလျက်နဲ့ အဲဒီ အကျိုးကိုမရဘဲ ဖြစ်သွားရှာပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးဟောတဲ့ တရားလဲ ဆုံးအောင်နာကြပေါ့။ အဲဒါကလဲ အကြောင်း ထူး၊ မရှိရင်ပေါ့လေ။ ကျန်းမာရေးတို့၊ ဒီပြင်ကိစ္စတို့၊ မလွဲမကင်းသာတာ တွေက ရှိနေရင်တော့လဲ မတတ်နိုင်ဘူး။ အကြောင်းညီညွတ်လို့ ရှိရင်တော့ နက်ဖြန်ခါလဲ လာပြီးတော့ ဆက်လက်ပြီး တရားနာကြပေါ့။ ဘုန်းကြီးကလဲ ဒီသန်လျင်ဘက်ကို လာဖို့ရာ သိပ်ပြီးတော့မလွယ်ဘူး။ ယခုတစ်ခါ ရောက်ရတာဟာ အကြောင်းညီညွတ်လွန်းလို့ ရောက်ရတာပဲ။ ကျောက်တန်းနားက အောင်ဇေယျကျောင်းမှာ သိမ်သမုတ်ကိစ္စရှိတာနဲ့ အဲဒီ သိမ်သမုတ်ကိစ္စအတွက်ပဲ ဘုန်းကြီးကတာဝန်ခံခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီကိစ္စပြီးရင် ရန်ကုန်ကို နေ့ချင်းပြန်ဖို့ပါပဲ။ ပြီးတော့လဲ အဲဒီသိမ်သမုတ် ကိစ္စအတွက်ပင့်တဲ့ အောင်ဇေယျဘုန်းကြီးက ရွှေဘိုကပါဆိုပြီးတော့ သူက သံယောဇဉ်ကလေးနဲ့ပင့်လို့ လိုက်ဦးမှပဲဆိုပြီးတော့ လိုက်လာခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီလို သိမ်သမုတ်ကိစ္စကို တာဝန်ခံထားပြီးတဲ့နောက် ဒီသန်လျင်က ဒကာကြီး ဦးဘိုးလှက ရောက်လာတယ်။ သန်လျင်ဘက်သွားရင် ဒီက ဒကာကြီး ဦးဘိုးလှတို့ ယောဂီတွေက ရှိနေတော့ သူတို့ကိုမပြောဘဲနဲ့ တိတ်တိတ်ကလေး သွားလို့တော့ မဖြစ်ဘူး။ ကိုယ့်တာဝန် မကျေဘဲဖြစ် နေလိမ့်မယ်ဆိုပြီး ဒကာကြီး ဦးဘိုးလှကို ပြောခဲ့ပါတယ်။ ဒီလိုပြောတော့ “ဒါဖြင့်ဘုရား အပြန်ကျတော့ သန်လျင်မှာ တရားဟောရင် မကောင်း ဘူးလား” တဲ့။ ဒီလို ဦးဘိုးလှက လျှောက်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဘုန်းကြီးကလဲ သွားရင်းဟန်လွဲ ဆိုတာလိုပဲ ကောင်းပါရဲ့လို့ တရားဟောဖို့ရာ လက်ခံလိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီသိမ်သမုတ်သွားရင်း အကြောင်း ညီညွတ်လို့ ယခုတရားပွဲ ဖြစ်လာပါတယ်။ နောက်တစ်ခါလာပြီး ဟောဖို့ရာဆိုတာကတော့ ဘယ်တော့မှ အကြောင်းက ညီညွတ်မှန်း မသိသေးဘူး။ ဒါကြောင့် နက်ဖြန်ခါလဲ လာပြီးနာကြပေါ့။

### မိတ်ဆွေမကောင်းက တရားမရ

တရားမရခြင်း၏ အခြားအကြောင်းတစ်ခုကတော့ ပါပမိတ္တတဲ့၊ ပါပမိတ္တဆိုတာကို သဒ္ဓါအနက်အတိုင်း မြန်မာပြန်လို့ရှိရင်တော့ တဖက်သားမှာ တော်တော်မခံချင်စရာ ကောင်းတယ်။ ပါပ-က သူယုတ်မာ၊ မိတ္တ-က မိတ်ဆွေ၊ ယုတ်မာတဲ့ မိတ်ဆွေနဲ့ ပေါင်းသင်းလို့ တဲ့၊ ဒီလိုဆိုတော့ တစ်ဖက်သားပုဂ္ဂိုလ်ကို သိပ်ပြီးနှိမ်ချရာ ရောက်တယ်။ ဒါပေမယ့် သူ့စကား သဒ္ဓါအနက်က ဒီလိုပဲရတော့ ဒီပြင်ဟာကို ပြောင်းလွဲပြီး ဘာသာပြန်လို့မဖြစ်ဘူး၊ လိုရင်းကတော့ မိတ်ဆွေ မကောင်းလို့ပါဘဲ။ ယုတ်မာတဲ့ မိတ်ဆွေဆိုတဲ့စကားက ရင့်သီးလွန်း အားကြီးလို့ လျော့ပျော့ပြီး ပြန်ချင်ရင် “မိတ်ဆွေမကောင်းလို့၊ မိတ်ဆွေကောင်းမရှိလို့၊ မကောင်းတဲ့ မိတ်ဆွေများ ရှိနေလို့” ဒီလိုလဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ မကောင်းတဲ့ မိတ်ဆွေများရှိတဲ့သူ ဆိုတော့ ဘယ်လိုလူလဲ ဆိုရင် အဋ္ဌကထာက အဇာတသတ်မင်းကို ဥပမာ ထုတ်ပြ ထားတယ်။ အဇာတသတ်မင်းဟာ ပါရမီရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ။ သာမညဇလသုတ် တရားကို ကြားနာရတဲ့အခါမှာ သူဟာ သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ရာ ပါရမီ ကောင်းကောင်း ပြည့်စုံနေပါတယ်တဲ့။ ဒါပေမယ့်လို့ သူဟာ ဒေဝဒတ် ဆိုတဲ့ ပါပမိတ္တ-ယုတ်မာတဲ့ မိတ်ဆွေကို ဆရာအဖြစ်နဲ့ ကိုးကွယ်မိတဲ့ အတွက် သူ့ခမြာမှာ သူ့ဆရာက ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း အင်မတန် ကြီးလေးတဲ့အမှုကို လုပ်မိရှာတယ်။ ဆရာနဲ့ တပည့်ဆိုတာ ဆရာ ကပြောရင် တပည့်က အကောင်းချည်း ထင်တာပဲ။ ဒါကြောင့် သူ့ဆရာ ဒေဝဒတ်က ပြောတဲ့အတိုင်း အနန္တကျေးဇူးရှင် ဖခင်ဖြစ်တဲ့ ‘ခမည်းတော် မိမ္မိသာရ မင်းကြီးကို သတ်မိသွားရှာပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပီတုဃာတကကံ

ထိုက်ပြီးတော့ မင်္ဂလီတရားထူးကို မရဘဲ လွဲသွားရှာပါသတဲ့။ ဒါဟာ ပိတုဃာတကကံ ဒီပြင်နည်းနဲ့လဲ လူပေါင်းမှားတာတွေ ရှိပါသေးတယ်။ ဘုရားလက်ထက်တုန်းက ဘုရားနဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တဲ့ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဆရာကြီးတွေရှိတယ်။ အဲဒီ ဒိဋ္ဌိဆရာကြီးတွေရဲ့ သြဝါဒတွေကို နာခံပြီးနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာလဲ မင်္ဂလီမရကြပါဘူး။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ် တွေထဲမှာလဲ မင်္ဂလီကို ရသင့်ရထိုက်တဲ့သူတွေ တချို့ ရနိုင်ပါတယ်။ ယခုကာလမှာလဲ လူပေါင်းမှား၊ ဆရာပေါင်းမှားနေလို့ တရားမှန်ကို မကြားမနာရတဲ့ သူတွေ တရားမှန်ကို အားထုတ်ခွင့် မရတဲ့သူတွေ ရှိကြမှာဘဲ။ အဲဒါလဲ တရားထူးကို မရခြင်း၏အကြောင်း တစ်ခုပါပဲ။ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ ကိရိယ-ပရိဟာနိက အကြောင်းတစ်ခု၊ မင်္ဂလီတရား ထူးကို မရခြင်း၏ အကြောင်းနှစ်ခု ဆိုတာ ဒီဟာနှစ်ခုပါပဲ။ အဲဒီအကြောင်း နှစ်ခုထဲမှာ ကိရိယ-ပရိဟာနိမှ ကင်းလွတ်စေရန်အတွက် ယခု တရားကို အဆုံးတိုင်အောင် နာဖို့ရာကတော့ ဒကာတွေရဲ့ အကြောင်းညီညွတ်လို့ ရှိရင် လာပြီးနာကြပေါ့။ ဘုန်းကြီးလဲ တတ်နိုင်သလောက် ကြိုးစားပြီးတော့ ဟောရမှာပဲ။ ဒီကနေ့တော့ (၁၀)နာရီလဲ ထိုးသွားပြီ။ ဒီတွင် နားဦးမှဘဲ။ နက်ဖြန်ကျမှ တရားကြွင်းကလေးတွေ ဆက်ပြီး ဟောရမယ်။ ဆောင်ပုဒ်ကလေးတွေ ဆိုပြီးတော့ တရားပွဲ သိမ်းကြစို့။

ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်တွေ၊ စုံစေစောင့်တပါး-ဆို-  
 လေးရပ် ဖိုကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာ သီးသန့်များ-ဆို-  
 ရှာမှီး ကင်းစင်၊ ကြံ ကြည်လင်၊ ထွက်ဝင်ငြိမ်းစေသား-ဆို  
 စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ်ဂုဏ်ဆယ်ပါး-ဆို-  
 အရိယာဝါသ၊ ဟောဖော်ပြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား-ဆို-

ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား-ဆို-  
 မှီဝဲသည်းခံ၊ ရှောင်ပယ်လှန်၊ လေးတန်မှီရာများ-ဆို-  
 နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင်ပယ်ဖျောက်လေ-ဆို-

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ ဤ အရိယာဝါသ  
 တရားတော်ကို နာယူကြရတဲ့ ကောင်းမှုကံ စေတနာတို့၏ အစွမ်းကြောင့်  
 ဤ အရိယာဝါသတရားတော်ကို အပြည့်အစုံ နာယူကြ၊ မှတ်သားကြ  
 ပြီးလျှင် ဤအရိယာဝါသ တရားတွေကို မိမိတို့သန္တာန်၌ ပြည့်စုံအောင်  
 ကျင့်ကြံ အားထုတ်နိုင်ကြသည်ဖြစ်၍ ဝိပဿနာဉာဏ်အစဉ်၊ အရိယာမဂ်  
 ဉာဏ်အစဉ်ဖြင့် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ  
 တရားတော်မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှောက် ပြုနိုင်ကြ  
 ပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု - သာဓု - သာဓု

ပထမညဟော ပထမပိုင်း ပြီး၏။

# အရိယာဝါသ တရားတော်ကြီး

ဒုတိယပိုင်း

(၂၄-၈-၁၀) ဒုတိယ-ည

ဒီကနေ့ ယမန်နေ့ညက ဟောခဲ့တဲ့ အရိယာဝါသတရားကို ဆက်ပြီးတော့ ဟောရမယ်။ ဒါပေမယ့် ပထမပိုင်းက ခေါင်းစဉ်ကလေးကိုလဲ ပြန်ပြီးစဉ်းစားလိုက်ဦးမှ ထင်ရှားပေါ်မှာ။ ဒါကြောင့် အကျဉ်းချုပ်ထပ်ပြီး ပြောဦးမယ်။ **အရိယ** ဆိုတာက အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ပဲ။ **အာဝါသ** ဆိုတာက နေရာအိမ်လို့ အဓိပ္ပါယ် ရှိပါတယ်။ နှစ်ခုပေါင်းလိုက်တော့ **အရိယာဝါသ** ဆိုတာ အရိယာတို့၏ နေရာအိမ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ မနေ့ကဟောခဲ့တဲ့အတိုင်း အရိယာပုဂ္ဂိုလ် ဆိုလို့ရှိရင် ရှေးရှေးက ဘုရား၊ ရဟန္တာ အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ ဒီအရိယာဝါသတရားတွေကိုပဲ မှီပြီးတော့ နေသွားကြပါတယ်။ ယခု ပစ္စုပ္ပန်ခေတ် ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော် ခေတ်မှာရှိတဲ့ ဘုရား၊ ရဟန္တာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ ဒီ အရိယာဝါသ တရားကိုပဲ အမှီပြုပြီး နေရပါတယ်။ နောင်အခါကာလ ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်လတ္တံ့သော ဘုရား၊ ရဟန္တာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲပဲတဲ့ ဒီအရိယာဝါသ တရားတော်တွေကိုပဲ အမှီပြုပြီးတော့ နေရမှာပါပဲတဲ့။ ဒီအရိယာဝါသ တရားတွေကို စွန့်လွှတ်ပြီးတော့ အရိယာမဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒီတော့ ဒီအရိယာဝါသ တရားတွေဟာ အင်မတန် အရေးကြီးတဲ့ တရားတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ တနည်းအားဖြင့် အရိယာဝါသ တရားနှင့် ပြည့်စုံနေကြတဲ့ အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အပါယ်လေးပါး အစရှိတဲ့ သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေမှ

သတ္တမအကြိမ်

လွတ်မြောက်သွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရိယာဝါသဆိုတာ အပါယ်လေးပါး အစရှိသော သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေက လွတ်မြောက် အောင်လို့ ခိုအောင်းရာ ဌာနတွေလို့ ဆိုရင်လဲ မလွဲပါဘူး။ လောကမှာ ရှိနေပါတယ်။ အဲဒီ ဘေးရန်အန္တရာယ် အကုန်လုံးကို ကာကွယ်ပေးနိုင်တဲ့ နေရာဌာနကြီးတွေဆိုတာ ဒီအရိယာဝါသ တရားကြီးတွေပါပဲ။ အဲဒီ အရိယာဝါသ တရားတွေမှာ ယခု တရားနာပရိသတ်တွေ ခိုအောင်းပြီးတော့ ဘေးရန် အန္တရာယ်တွေက အစဉ်ထာဝရ လွတ်မြောက်ဖို့ရာ မြတ်စွာ ဘုရားက ဒီအရိယာဝါသတရားတွေကို ဟောကြားထားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီလို ဟောကြားထားခဲ့တဲ့ ဘုရားအမိန့်တော်တွေကို ဘုန်းကြီးတို့ကတဆင့် ဟောကြားနေတယ်လို့ အာရုံပြုပြီးနာကြပါ။ ဒါပေမယ့် ဒီကနေ့တော့ မနေ့ညကဆောင်ပုဒ် ကလေးတွေလောက်သာ ရွတ်ဆိုပြီးတော့ အတိုချုပ် ဟောသွားမယ်။

“ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်တွေ၊ စုံစေစောင့်တစ်ပါး” ဆို- အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ရမယ်။ အင်္ဂါခြောက်ပါးနဲ့လဲ ပြည့်စုံရမယ်။ အစောင့်အရှောက် တစ်ပါးနှင့်လဲ ပြည့်စုံရမယ်တဲ့- အရိယာဝါသ သုံးခုပေါ့။ “လေးရပ် နှိကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာသီးသန့်များ” ဆို၊ လေးပါးသော အရာဌာနကိုလဲ နှိရမယ်တဲ့၊ ပြီးတော့ သီးသန့်သစ္စာတွေလဲ ပယ်ရမယ်တဲ့။ ဒီတော့ ဆောင်ပုဒ်ထဲက နှစ်ပါး၊ ခုနက ဆောင်ပုဒ်ထဲက သုံးပါး၊ ပေါင်း ငါးပါးရှိသွားပြီ။ “ရှာမှီးကင်းစင်၊ ကြံကြည်လင်၊ ထွက်ဝင် ငြိမ်းစေသား” ဆို။ ရှာမှီးမှုလဲ ကင်းစင်ရမယ်။ အကြံအစည်တွေလဲ နောက်ကျခြင်း မရှိဘဲနဲ့ ကြည်ကြည်လင်လင် ဖြစ်စေရမယ်။ ထွက်သက် ဝင်သက် ငြိမ်းတဲ့ တရားနဲ့လဲ ပြည့်စုံရမယ်တဲ့။ ဒီဆောင်ပုဒ်က သုံးပါး၊ ရှေးငါးပါးနဲ့ ပေါင်းရင်ရှစ်ပါး။ “စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ယဉာလွတ်၊ မရွတ်ဂုဏ်ဆယ်ပါး” ဆို။

စိတ်ကလဲ ရာဂ ဒေါသ မောဟ အစရှိသော အညစ်အကြေးတွေ အချုပ်အချယ်တွေမှ လွတ်မြောက်ရမယ်၊ လွတ်မြောက်ကြောင်းကိုလဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ သိရမယ်တဲ့၊ ဒီဆောင်ပုဒ်က နှစ်ပါး၊ အားလုံး ပေါင်းလိုက်တော့ (၁၀)ပါး ပြည့်သွားပြီ။ “အရိယာဝါသ တရားတွေကို ဘယ်သူက ဟောခဲ့သလဲဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားပါတယ်တဲ့။

### ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု သတိပြု

အဲဒီထဲမှာ ရှေးဦးစွာ ထူထောင်ဖို့ လိုတာက ဘာတုန်းဆိုရင် အစောင့်အရှောက်ကလေး တစ်ပါးကစပြီး ထူထောင်ရမယ်တဲ့၊ မနေက ပြောခဲ့တဲ့ အစောင့် အရှောက်ကလေး တစ်ပါးပါပဲ၊ “ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား”ဆို။ ပစ္စည်းဥစ္စာကြွယ်ဝတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ အထက်တန်း ရာထူးဌာနနန္တရကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့အိမ်မှာ ဘေးရန် အန္တရာယ်တွေ လုံခြုံအောင်လို့ အစောင့်အရှောက်ကို ထားရတယ်၊ အထက်တန်း ရာထူးဌာနနန္တရကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေကျတော့ အစောင့်အရှောက်က တစ်ခုတောင် မဟုတ်ပါဘူး၊ အများကြီးထား ရပါတယ်၊ ရှေးတုန်းက သက်ဦးဆံပိုင် ဘုရင်မင်းမြတ်တွေ ဆိုလို့ရှိရင်ဖြင့် သက်တော်စောင့်တွေဆိုတာ အများကြီးထားရပါတယ်၊ တိုင်းပြည် နိုင်ငံတွေမှာ ဘေးရန်အန္တရာယ်တွေ မဝင်လာအောင်လို့ အစောင့်အရှောက် တွေဆိုတာ ပတ်ဝန်းကျင်ကနေပြီး အများကြီးပဲ ထားပါရတယ်၊ အဲဒါလိုဘဲ မိမိခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ကိလေသာ ဘေးရန်အန္တရာယ်တွေ မဝင်ရောက်နိုင် အောင်လို့ အစောင့်အရှောက်ကလေး တစ်ခုထားရမယ်တဲ့၊ ဘာကလေး တုန်း ဆိုလို့ရှိရင် အမှတ်ရမှု သတိအစောင့် အရှောက်ကလေးပါပဲ၊

အဲဒီသတိအစောင့် အရှောက်ကလေးကို ဘယ်လိုထားရမလဲဆိုရင် ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း မှတ်ရှုပြီးတော့ ထားရမယ်တဲ့။ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းဆိုတာ မျက်စိက မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း၊ နားက ကြားတိုင်း ကြားတိုင်း၊ နှာခေါင်းက အနံ့ကို နံတိုင်း နံတိုင်း၊ လျှာကအရသာကို စားသိတိုင်း စားသိတိုင်း၊ ကိုယ်က တွေ့ထိတိုင်း တွေ့ထိတိုင်း၊ မှတ်ရှုပြီးတော့ အစောင့်ကလေး ထားရမယ်။ **ကိုယ်ကတွေ့ထိတယ်** ဆိုတဲ့နေရာမှာ ကိုယ်အမှုအရာ ပြုပြင်တိုင်း ပြုပြင်တိုင်း အကုန်လုံးပါဝင်တယ်။ လက်ကလေးတွေရှိတယ်။ တော်တော်ကြာမှ ဒါကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံပြောရမယ်။ ခေါင်းကလှုပ်လိုက်ရင်လဲ ခေါင်းထဲမှာ အတွေ့အထိတွေ့ရှိတာပဲ။ အတွေ့အထိဆိုတာက တစ်ကိုယ်လုံး နေရာတကာမှာရှိပါတယ်။ အဲဒီ အတွေ့အထိတွေ့ ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်တိုင်း မှတ်ရှုပြီး အစောင့်အရှောက်ကလေး ထားရမယ်။ စိတ်ကူး စဉ်းစားကြံတိုင်းလဲ မှတ်ရှုပြီး အစောင့်ကလေးထားရမယ်။ **စိတ်ကူး စဉ်းစားကြံစည်တယ်** ဆိုတာကတော့ သူ့နယ်ပယ်ဟာ အင်မတန် ကျယ်ပြန့်ပါတယ်။ အိပ်ပျော်နေခိုက်လောက်ပဲ သူက ရပ်နားတယ်။ အိပ်ရာက နိုးတယ် ဆိုကတည်းကစပြီး စိတ်ကူးတော့တာပဲ။ နောက်တစ်ခါ အိပ်ပျော်သွားမှပဲ ရပ်တော့တယ်။ တစ်နေလုံး မရပ်မနား စိတ်ကူးနေတာပဲ။ သို့သော် များသောအားဖြင့် မကောင်းတာတွေက များတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို စိတ်ကူးစဉ်းစား ကြံစည်တိုင်းလဲ အမှတ်ရတဲ့ သတိကလေးနဲ့ စောင့်ရှောက်ကြရမယ်တဲ့။ အဲဒီလို စောင့်ရှောက်နေ လို့ရှိရင် ရာဂ၊ ဒေါသ မောဟ ကိလေသာဘေးရန် အန္တရာယ်တွေ ကင်းငြိမ်းနေပါတယ်။

အစောင့်အရှောက်ရှိတဲ့၊ နေရာဌာနကို ဘေးရန် အန္တရာယ်တွေ မဝင်နိုင်ဘူး၊ သူခိုးတို့၊ လူခိုးတို့၊ ဓါးပြု ရန်သူတို့ဆိုတာဟာ အစောင့် အရှောက်ကောင်းရင် ဘယ်ဝင်နိုင်လိမ့်မတုန်း၊ အစောင့်အရှောက်



မရှိတဲ့အိမ်တွေဆိုရင် ဝင်ပြီးတော့ ခိုးချင်လဲခိုးတတ်တယ်။ လုချင်လဲ လုတတ်တယ်။ နှိပ်စက်ချင်လဲ နှိပ်စက်တတ်တယ်။ အဲဒါဟာ အစောင့် အရှောက်မရှိလို့၊ ရှိပြန်ရင်လဲ အစောင့်အရှောက်က မလုံခြုံလို့ပါပဲ။ ကောင်းကောင်းလုံခြုံအောင် စောင့်ရှောက်နေရင်တော့ ဘာမှ ဘေးရန် အန္တရာယ် မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အဲဒါလိုပဲ ဒွါရ ခြောက်ပါးက ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းကို မှတ်ရှုပြီးတော့ သတိအစောင့်အရှောက်ကလေး အစဉ်မပြတ် ထားရမယ်တဲ့။ အဲဒီ အစောင့်အရှောက် ထားတာကလဲ ရဟန္တာဖြစ်တဲ့ အခါကျမှ အကုန်လုံးပြည့်စုံပါတယ်။ ရဟန္တာမဖြစ်သေးခင်တော့ အဲဒါကို ပြည့်စုံအောင် တဖြည်းဖြည်းလေ့လာနေရတယ်။ စာသင်ရတာနဲ့လဲ တူပါတယ်။ စာသင်ရာမှာ ပထမ သင်ခါစတော့ ဘယ်ဖတ်တတ် လိမ့်ဦးမှာတုန်း၊ တစ်လုံးခြင်း၊ တစ်လုံးခြင်း စပြီးတော့ လေ့လာသွား ရတယ်။ မြန်မာစာဆိုရင် (ကကြီး) (ခကွေး) စသည်ဖြင့် တစ်လုံးခြင်းကစပြီး သင်ရပါတယ်။ (ကကြီး)က ဘယ်လိုနေတယ်။ (ခကွေး)က ဘယ်လို နေတယ်ဆိုတာ အင်မတန် မှတ်ရပါတယ်။ တခြားဘာသာ စာပေတွေမှာလဲ သူ့ဘာသာအလိုက် သူ့အကွရာတွေကို ဒီလို တစ်လုံးခြင်းကစပြီး မှတ်ရတာပဲ။ နောက် တော်တော်ကလေး နိုင်နင်းလာတဲ့ အခါကျတော့ နှစ်လုံးပေါင်း၊ သုံးလုံးပေါင်း စသည်ဖြင့် ပေါင်းပြီးတော့ တော်တော်ကလေး ဖတ်တတ်လာတယ်။ ကောင်းကောင်းကြီး နိုင်နင်းတဲ့အခါကျတော့ ဟော- မျက်စိနဲ့ တစ်ခါတည်း ကြည့်လိုက်ရုံနဲ့ စာပိုဒ်တစ်တန်းကြီးကို ဖတ်ပြီး ဖြစ်သွားပြီ။

အဲဒါလိုပဲ အစပထမတော့ ဒီ သတိက မနိုင်နင်းသေလို့ သိပ်အားမကောင်းသေးဘူး။ နောက်တော့ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းတွေကို သူက အကုန်လုံးလောက်ပဲ မှတ်နိုင်လာတယ်။ အဲဒီလို

မှတ်နိုင်လို့ တော်တော်နိုင်နင်းလာတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီလို မှတ်နေရင်း ထဲကပဲ သောတာပတ္တိ မဂ်ဖိုလ်စခန်းကို ရောက်ပြီးတော့ သောတာပန် ဖြစ်သွားတယ်။ သူ့ထက်နိုင်နင်းတဲ့ အခါကျတော့ သကဒါဂါမ်မဂ်ဖိုလ် စခန်းကိုရောက်ပြီး သကဒါဂါမ် ဖြစ်သွားတယ်။ သူ့ထက်နိုင်နင်းတဲ့ အခါကျတော့ အနာဂါမ်မဂ်ဖိုလ်စခန်းကိုရောက်ပြီး အနာဂါမ်ဖြစ်သွားတယ်။ အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်ကဆက်ပြီး ရှုမှတ်လို့ ဒီသတိအစောင့်အရှောက်ကလေး အပြည့်အစုံ အားကောင်းပြီး နိုင်နင်းတဲ့အခါမှာ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားပါတယ်။ အဲဒီ အခါကျတော့ သတိက ဘယ်နေရာမှ လစ်လပ်ခြင်း မရှိတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် ကိလေသာဖြစ်ဖို့ရာအတွက် အခွင့်အရေး အပေါက်အကြားကို မရှိတော့ဘူး။ သတိအစောင့်အရှောက်က နေရာတကာမှာ အကုန်လုံး ဆီးလျက် ပိတ်လျက်ချည်း ဖြစ်နေပါတယ်။ အဲဒီရောက်အောင် အားထုတ်ရမှာပဲ။ အင်မတန်လဲ ကောင်းပါတယ်။ ဒီဆောင်ပုဒ်လေး တစ်ခုထဲနဲ့ ရှိရှိသေသေ အားထုတ်သွားမယ်ဆိုလို့ ရှိရင် နိဗ္ဗာန်ရောက် နိုင်ပါတယ်။ အရိယာဝါသ (၁၀)ပါးလို့သာ ဆိုရတယ်။ အမှန်ကတော့ ဒီသတိတစ်ပါးထဲနဲ့ကို ပြည့်စုံနေပါတယ်။ စိတ်တိုင်း စိတ်တိုင်းကို အကုန်လုံးမိအောင်လို့သာ သတိနဲ့ရှုမှတ်နေပါ။ ဒီလိုရှုမှတ်လို့ ဘယ်ဟာမှ အလွတ်တော့ဘူးဆိုလို့ ရှိရင် အကုန်လုံးပြည့်စုံသွားပါတယ်။ သို့ပေမယ့် တခြားဂုဏ်ပုဒ်တွေနဲ့လဲ အသီးသီးထုတ်ဖော်ပြီးပြောမှ နားလည်မှာမို့ မြတ်စွာဘုရားက တခြားဂုဏ်ပုဒ် ကိုးခုကိုလဲ အသီးသီးထုတ်ပြီး ဟောထားတာပါ။ အမှန်ကတော့ သတိကလေး တစ်ခုသာ လိုရင်းပဲ။ ဒါကြောင့် ပရိနိဗ္ဗာန် စံခါနီးကျတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီသတိကလေး တစ်ခုကိုသာ အတိုချုပ် ဟောသွားပါတယ်။

နောက်ဆုံးစကားဇော

ဟန္တ ဒါနိ ဘိက္ခဝေ အာမန္တယာမိ ဝေါ၊ ဝယမ္မော သင်္ခါရာ၊  
အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ-တံ။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဟန္တ-ဟောဒီမှာ၊ ဣဒါနိ-ယခုအခါ  
ကာလ၌၊ ဝေါ-သင်တို့အား၊ အဟံ-ငါသည်၊ အာမန္တယာမိ  
နောက်ဆုံး စကားဖြင့် မှာကြားခဲ့ပေအံ့။

မိခင်ဖခင်များက နောက်ဆုံးစကားအနေဖြင့် သား၊ သမီးတွေကို  
မှာကြားပြီး သွားတတ်ကြပါတယ်။ တဖြည်းဖြည်း ရောဂါကကိုင်ကိုင်  
လာလို့ မျှော်လင့်စရာ မရှိတော့ဘူး ဆိုတဲ့၊ အခြေအနေရောက်တဲ့  
အခါကာလကျတော့ မိခင်၊ ဖခင်တွေက မိမိတို့ သားချစ်ကလေး၊  
သမီးချစ်ကလေးတွေကို အမြဲတမ်း သတိရပြီး လိုက်နာရစ်ကြဖို့ အရေး  
ကြီးဆုံး အချက်ကလေးတွေကို မှာကြားသွားတတ်ကြပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့  
ငယ်ငယ် ရှင်သာမဏေ ဘဝတုန်းကပေါ့လေ၊ အဲဒီအခါတုန်းက ရပ်ရွာထဲ  
ပုလိပ်ရောဂါတွေဖြစ်လို့ ရွာထဲက လူတွေ ကျောင်းအနီးအပါးလာပြီးတော့  
တဲကလေးတွေနဲ့ နေထိုင်ကြတယ်။ အဲဒီ လူတွေထဲက ဒကာကြီး  
တစ်ယောက်မှာ ရောဂါက အပြင်းတိုက်လာတော့ မျှော်လင့်စရာမရှိဘူး  
ဆိုတဲ့အခါ အိမ်သူအိမ်သားတွေကို သူက တစ်ညလုံး တတွတ်တွတ်နဲ့  
မှာပြီးသွားတာကို ကိုယ်တိုင်ကြားရဖူးတယ်။ အဲဒီလို နောက်ဆုံးအချိန်  
ကာလမှာ မိဘက မှာခဲ့တဲ့ စကားလေးတွေကို သားသမီးတွေက နားထဲမှာ  
မမေ့ရက်ဘူး၊ ဟိုတုန်းက မှာနေတဲ့ အခြေအနေနဲ့ ပြောနေတဲ့  
အသံတွေဟာ အစဉ်ထာဝရ မြင်နေသလို ကြားနေသလို ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။  
ဒါကြောင့် အဲဒါတွေကို ရိုရိုသေသေ လိုက်နာတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်

သတ္တမအကြိမ်

အဲဒါတွေကို ရိရိသေသေ လိုက်နာတတ်ကြတယ်။ စောစောပိုင်းက မိဘစကား နားမထောင်တဲ့ သားသမီးဖြစ်စေကာမူ နောက်ဆုံး အချိန်ကလေးမှာ ပြောခဲ့တဲ့ စကားကလေးကိုတော့ ပြန်ပြီး သတိရနေ တတ်တယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားကလဲ မိမိ၏ တပည့်သားတွေကို သနားတော်မူလွန်းလို့ ပရိနိဗ္ဗာန်စံခါနီး နောက်ဆုံးအချိန်ကလေးမှာ ဒီစကားကို နောက်ဆုံးစကားအနေနဲ့ မှာကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဟန္တ-ဟောဒီမှာ၊ ဣဒါနိ-ပရိနိဗ္ဗာန် ဝင်စံခါနီးဖြစ်သော ယခုအခါ ကာလ၌၊ ဝေါ-သင်ချစ်သားတို့အား၊ အဟံ- ငါသည်၊ အာမန္တယာမိ-နောက်ဆုံးသော စကားအနေဖြင့် ညွှန်ကြား မှာခဲ့ပေတော့အံ့၊ ဘာကိုမှာသလဲ ဆိုတော့၊ သင်္ခါရာ-သင်္ခါရတရားတို့သည် ဝယမ္မော-ပျက်စီးခြင်းသဘောရှိကုန်၏။ သင်္ခါရတရားတွေဟာ ပျက်တတ် တဲ့ တရားတွေချည်းပဲ၊ ဘာမှ အားကိုးစရာ မရှိပါဘူးတဲ့၊ ဒီစကားဟာ အင်မတန် လေးနက်ပါတယ်၊ အမှုမဲ့ အမှတ်မဲ့ ခပ်ပေါ့ပေါ့ လူတွေကတော့ ဒါကလေးဟာ ဘာမှမဟုတ်သလိုလဲ ထင်ကြပေလိမ့်မယ်၊ အမှန်မှာတော့ ဒီစကားက အလွန်ပဲ အရေးကြီးပါတယ်၊ သင်္ခါရတရားတွေက တစ်ပျက် ထဲပျက်နေတာတဲ့၊ သင်ချစ်သားတို့ ထင်တဲ့အတိုင်း တည်မြဲတည်နေတာ မဟုတ်ဘူး၊ ငယ်ငယ်ထဲကစပြီးတော့ စိတ်ကလဲ ဒီတစ်စိတ်ထဲပဲ တည်မြဲတည်နေတယ်၊ ငါပဲလို့ ဒီလို ထင်နေကြတယ်၊ ရုပ်ကိုယ်ချည်းကလဲ ငယ်ငယ် ကလေးဘဝ ရုပ်ကိုကပဲ တဖြည်းဖြည်း ကြီးပြင်းပြီးတော့ လာတယ်၊ ဒီကိုယ်ကြီးပဲ တည်မြဲတည်နေတယ်၊ ငါပဲလို့ ဒီလိုထင်နေ ကြတယ်၊ အဲဒါဟာ သင်တို့က ကောင်းကောင်း မသိသေးလို့ဘဲ အဲဒီလို ထင်တဲ့အတိုင်း မဟုတ်ပါဘူး၊ ဒီရုပ်၊ နာမ်၊ သင်္ခါရ တရားတွေက ခဏမစဲ ပျက်နေတာပါပဲတဲ့၊ ဒါကြောင့် ဘာမှအားကိုးစရာ မရှိဘူး၊ ဘယ်အချိန်မဆို

သတ္တမအကြိမ်

လုံးဝ ပျက်စီးပြီးတော့ သေသွားနိုင်တယ်။ ဒီအသက် ဒီခန္ဓာကိုယ်နဲ့ နောက်အကြာကြီး နေရဦးမှာပဲလို့ ထင်နေတတ်ကြတယ်။ တကယ်လဲ ထင်နေကြပါတယ်။ အဲဒီလို ထင်နေတဲ့အတိုင်း မဟုတ်ပါဘူး။ သင်္ခါရ တရားတွေဆိုတာ ခဏမစဲ ပျက်နေတဲ့ တရားတွေချည်းပဲတဲ့။

အဲဒီတော့ ဒါတွေကို သင်တို့ သိထားရမယ်လို့ ဒီအဓိပ္ပါယ်ကို နားလည်စေလိုတဲ့အတွက် “သင်္ခါရ-ဆိုင်ရာ၊ ဆိုင်ရာ အကြောင်းတရား တွေက ပေါင်းစုညီညွတ်၍ ပြုပြင်ပေးမှ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ကြတဲ့ ရုပ်၊ နာမ် သင်္ခါရ တရားတို့သည်။ ဝယဓမ္မာ-ပျက်ခြင်းသဘော ရှိကုန်၏” မပျက်ဘဲ တည်နေတာရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ ဒါကြောင့် အားကိုးစရာမရှိပါဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒီလိုအားကိုးစရာမရှိတော့ ဘာကို အားကိုးရမှာတုန်း ဆိုလို့ရှိရင် အားကိုးစရာမရှိတဲ့ အဲဒီ သင်္ခါရ တရားတွေက လွတ်မြောက် ပြီးတော့ ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို အားကိုးရမယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို အားကိုးပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ရောက်စေနိုင်တဲ့ တရားကိုကျင့်ရ အားထုတ်ရမယ်။ ဘယ်လိုကျင့်ရ အားထုတ်ရမယ်လဲဆိုရင် အားထုတ်ပုံကို တိုတိုကလေး ဟောထားခဲ့ပါတယ်။ “အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ”တဲ့။ အပ္ပမာဒေန- မမေ့တဲ့ သတိတရားဖြင့်၊ သမ္မာဒေထ-ပြီးစီးပြည့်စုံအောင် အားထုတ် ရစ်ကြပေတော့တဲ့။ မမေ့တဲ့သတိကလေးနဲ့ဘဲ ပြီးပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ရစ်ကြပေတော့လို့ မြတ်စွာဘုရားက မှာထားခဲ့တယ်။ အဲဒါဟာ နောက်ဆုံးစကားတော်ပဲ။ မိဘတွေ မှာထားခဲ့တဲ့ နောက်ဆုံးစကားကို သားသမီးက မမေ့ရက်သလိုဘဲ၊ မြတ်စွာဘုရား မှာတော်မူခဲ့တဲ့ ဒီစကား ကလေးကို ဘုန်းကြီးတို့ရော၊ ဒကာ-ဒကာမတွေရော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း မေ့စရာတော့ မကောင်းပေဘူး။ မမေ့သင့်တဲ့ စကားလေးပါဘဲ။ သတိရ

ပြီးတော့ အင်မတန်ကို လိုက်နာသင့်တဲ့ စကားကလေးပါပဲ။ အဲဒီစကား ကလေးဟာ အနက်အဓိပ္ပာယ်အားဖြင့် ပိဋကတ်သုံးပုံ အကျယ်နဲ့ ညီမျှနေတယ်လို့ အဋ္ဌကထာမှာ ဖွင့်ပြ ထားပါတယ်။ အဲဒီမှာ “အပ္ပမာဒေန -မမေ့တဲ့ သတိတရား”ဆိုတဲ့ တစ်လုံးတည်းနဲ့ မြတ်စွာဘုရားက နောက်ဆုံးမိန့်မှာထားခဲ့ပါတယ်။ ယခု ဒီအရိယာဝါသသုတ်မှာတော့ အဲဒီသတိရဲ့ အခြေအရံ အစိတ်အပိုင်းတွေနှင့် တကွ (၁၀)ပါး ဟောထား ပါတယ်။ အဲဒီ (၁၀)ပါးထဲမှာ လိုရင်းကတော့ မမေ့တဲ့ ဒီသတိတရား လေးပါပဲ။ အဲဒါ တစ်ခုတည်းနဲ့ မှတ်ရှုပြီး အားထုတ်လိုက်ရင် ကျန်တာတွေလဲ အကုန်လုံးပြည့်စုံနိုင်ပါတယ်။ အဲဒါကို သဘောပေါက်ဖို့ရာ ဒီကနေ့ ထပ်ပြီးတော့ ရှင်းပြပါတယ်။

### လေးတန်မီရာများ

ဒီမမေ့တဲ့ သတိတရားလေးကို တည်ထောင်တဲ့အခါမှာ မှီရာလေးပါးကလဲ လိုပါတယ်တဲ့။ အဲဒီ မှီရာလေးပါး ဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြရမယ်။ “မှီဝဲသည်းခံ၊ ရှောင်ပယ်လှန်၊ လေးတန်မီရာများ”-ဆို။

မှီဝဲသင့်တဲ့ ပစ္စည်းလေးပါးကို သုံးဆောင်မှီဝဲရမယ်တဲ့။ ဒါဟာ မှီရာတရားတစ်ခုပဲ။ မကောင်းတဲ့ စကားသံ အာရုံတွေ၊ မကောင်းတဲ့ အတွေ့အထိတွေ့၊ မကောင်းတဲ့ ဝေဒနာတွေနဲ့ တွေ့ကြုံတဲ့အခါကာလမှာ အဲဒါတွေကို စိတ်မဆိုးပဲနဲ့ သည်းခံပြီး စိတ်မပျက်တမ်း တရားအားထုတ် ရမယ်တဲ့ ဒါကလဲ မှီရာတစ်ခုပဲ ဘေးအန္တရာယ်ကို ဖြစ်စေတတ်တဲ့ နေရာဌာနတွေကို ဝေးဝေးက ရှောင်ရမယ်တဲ့။ ဒါကလဲ မှီရာတစ်ခုပဲ။ ကာမဝိတက် အစရှိသော မကောင်းသော အကြံအစည်တွေ၊ စိတ်ကူး

စဉ်းစားမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာရင် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်လုန်ရမယ်တဲ့။ ဒါကလဲ နှိရာတစ်ခုပဲ။ ဒါကြောင့် “မှီဝဲသည်းခံ၊ ရှောင်ပယ်လုန်၊ လေးတန်မှီ ရာများ”လို့ ဆိုထားပါတယ်။ ဒါတွေကို မနေ့က အကျယ်ပြောခဲ့ပါပြီ။

နောက်ပြီးတော့ ငါးအင် ပယ်လေ-ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်အရ အင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ရမယ် ဆိုတာလဲ အထူးပြုပြင်ပြီး ပယ်နေရတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ခုနက ပြောခဲ့တဲ့ သတိအစောင့်အရှောက် ကလေးနဲ့ အားထုတ်နေရင် ဒီအင်္ဂါငါးပါးကို ပယ်ပြီးသားဖြစ်သွားပါတယ်။ အင်္ဂါငါးပါးဆိုတဲ့ မကောင်းတဲ့ နှိဝရဏ တရားတွေဟာ ဝင်ကို ဝင်မလာနိုင်တော့ပါဘူး။ အဲဒီ အင်္ဂါငါးပါးထဲက ကာမတ္တန္တနိဝရဏ-ဆိုတဲ့ အင်္ဂါကိုပယ်ပုံကတော့ မနေ့ကပြောပြီးပါပြီ။ “နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင်ပယ်ဖျောက်လေ”တဲ့။ နှစ်သက်လိုချင်ရင် ကြွေးမြီတင်တာနဲ့ တူတယ်။ အဲဒါကို အလျင်အမြန် ပယ်ဖျောက်ရမယ်။ မပယ်ဖျောက်လို့ရှိရင် ဘာဖြစ်တုန်းဆိုတော့ အရိယာနေအိမ်မှာ မနေရဘဲ ပုထုဇဉ်နေအိမ်မှာသာ နေရလို့ ဘေးရန်မလုံခြုံတာပေါ့။ ဒါကြောင့် သင်္ကန်းမှာတပ်မက်စွဲလမ်းတဲ့ ကာမတ္တန္တနဲ့ သေသွားလို့ ရဟန်းဘဝမှ သန်းဖြစ်သွားတယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်း မနေ့ကပြောခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါဟာ အရိယာနေအိမ်မှာ မနေလို့ နှစ်သက် လိုချင်မှုကို ရှုမှတ်ပြီး မပယ်လို့ပါဘဲ။

ကာမတ္တန္တနိဝရဏ ဆိုတဲ့ အကုသိုလ်တရားက အဲဒီ ရဟန်းကို အပါယ်ဘဝ သန်းဘဝကို ဆွဲချသွားတာပါပဲ။ နောက်အဲဒီ သန်းဘဝက (၇)ရက်ကြာတဲ့အခါမှာ စုတေသွားပါသတဲ့။ အဲဒီအခါမှာတော့ သင်္ကန်းကိုလဲ မစွဲလမ်းတော့ဘူး။ ရဟန်းဘဝက ကျင့်သုံးခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကိုသာ နှလုံးသွင်းပြီး သေသွားတဲ့အတွက် တာဝတိံသာနတ်ပြည်ကို ရောက်သွားပါသတဲ့။ မနေ့ကပြောခဲ့သလိုဘဲ အံ့ဩစရာတော့ တော်တော်

ကောင်းကောင်းပါတယ်။ ရဟန်းဘဝကနေပြီး သန်းကောင် ငယ်ငယ် ကလေး ဖြစ်တာလဲ အံ့ဩစရာကောင်းတာပဲ။ တစ်ဖန် သန်းဘဝကနေပြီး တာဝတိံသာ နတ်ပြည်တက်ပြီး နတ်သားဖြစ်တာလဲ အံ့ဩစရာ သိပ်ကောင်းတာပဲ။ ဒါကို သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အနေနဲ့ တွေးလိုက် လို့ရှိရင်တော့ အတော်ခက်နေတာပေါ့။ သို့သော်လည်း တရားသဘောနဲ့ တွေးလိုက်ရင်တော့ ဒါဟာရှင်းရှင်းကလေးပါပဲ။ စိတ်ကလေးရဲ့ အစွမ်းပဲ။ စိတ်စင်ကြယ်ရင် ယုတ်ညံ့တဲ့ဘဝတွေ ရောက်သွားနိုင်တယ်။ ဘယ်မှာမှ အပိတ်အပင် အဆီးအတား မရှိဘူး။ ပြုန်းခနဲ ရောက်သွားနိုင်တာချည်းပဲ။ ဒါကြောင့် ကြောက်မယ်ဆိုရင်လဲ ကြောက်စရာ အင်မတန်ကောင်းပါတယ်။ ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ ဘေးတွေက လွတ်မြောက်ပြီး အားကိုးရာ တရားတွေရအောင်လို့ အားထုတ်မယ်ဆိုရင်လဲ အားကိုးရာ တရားက ယခုနေအခါမှာ လွယ်လွယ်ကူကူကလေးနဲ့ ရနိုင်ပါတယ်။ ဘယ်လိုလဲ ဆိုတော့ “နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင် ပယ်ဖျောက်လေ” ဆိုတဲ့အတိုင်း နှစ်သက်လိုချင်မှု ဖြစ်ပေါ်လာရင် အဲဒီ နှစ်သက်လိုချင်မှုကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ရုံပါပဲ။ အဲဒီလို ပယ်လိုက်ရင် အရိယာနေအိမ်ကို ရောက်သွားတာပါပဲ။ ဒီလို ရှုမှတ်သွားရင် ဉာဏ်ရင့်တဲ့ အခါမှာ သောတာပန်လဲ ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီအခါကျတော့ အပါယ်လေးပါးကို ပစ်ချနိုင်လောက်အောင် ကြမ်းတမ်းတဲ့ နှစ်သက်လိုချင်မှု နီဝရဏတရားဟာ ကင်းပြီးသွားပါတယ်။ အနာဂါမ်ဖြစ်သွားလို့ရှိရင် ကာမအာရုံကို နှစ်သက်နေတဲ့ ကာမစ္ဆန္ဒနီဝရဏ တရားဟာ လုံးဝကင်းသွားပါတယ်။ ရဟန္တာဖြစ်သွားတဲ့အခါ ကာလကျတော့ ရူပဘဝ၊ အရူပဘဝတွေကို သာယာတဲ့ သိမ်မွေ့တဲ့ ရာဂတွေမှာ အကုန်လုံးကင်းသွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် “နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင် ပယ်ဖျောက်လေ” လို့



ဆိုထားပါတယ်။ အဲဒါကို မနေ့က အကျယ်ပြောပြီးပါပြီ။

### စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုး ရောဂါမျိုး

ဒီကနေ့ အသစ်စပြီး ပြောဖို့ရာကတော့ ဗျာပါဒနီဝရဏကစပြီး ပြောရမယ်။ ဗျာပါဒ-ဆိုတာ ကိုယ်အလိုမရှိတဲ့ အာရုံတွေနဲ့ တွေ့ရတဲ့ အခါမှာ စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုးတဲ့ သဘောပါပဲ။ “စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုး၊ ရောဂါမျိုး၊ နှိမ်ချိုး ပယ်ဖျောက်လေ”တဲ့ စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုးတဲ့ တရားဟာ ရောဂါနဲ့ တူပါတယ်။ ရောဂါဖြစ်ပေါ်လာရင် အဲဒီရောဂါကို မြန်မြန် ပျောက်အောင် ဆေးကုရတယ်။ ခေါင်းကလေး ကိုက်လာရင် ခေါင်းကိုက် ပျောက်ဆေးကလဲ အသင့်ရှိရင် ချက်ချင်းပဲ အဲဒီဆေးကို သောက်လိုက် ရတယ်။ သောက်လိုက်တော့ ပျောက်သွားတာပဲ။ “ဟာ ခေါင်းကိုက်တာ ကလေးကတော့ ကောင်းပါတယ်”ဆိုပြီး လက်ခံထားရမယ့်ဟာမျိုး မဟုတ်ဘူး။ ဆေးရှိရင် ချက်ချင်းပဲဆေးသောက်ပြီး ပျောက်အောင် ကုရတယ်။ အဲဒါကိုပဲ စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုးတဲ့ ဒေါသဖြစ်လာလို့ရှိရင် ရောဂါဖြစ်လာသလို သဘောထားပြီး မြန်မြန်ပျောက်သွားအောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပယ်ဖျောက်လိုက်ရမယ်တဲ့။ ကဲ ဆိုကြ။

“စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုး၊ ရောဂါမျိုး၊ နှိမ်ချိုး ပယ်ဖျောက်လေ”ဆို။

စိတ်ပျက်တာ၊ စိတ်ဆိုးတာဟာ ရောဂါဖြစ်တာနဲ့ ဘယ်လိုတူ သလဲဆိုရင် ရောဂါဖြစ်တဲ့လူမှာ ခံတွင်းပျက်လာတတ်တယ်။ အထူး အားဖြင့်တော့ မဖျားရောဂါဖြစ်ရင် ခံတွင်းပျက်တတ်တယ်။ ငှက်ဖျား ဆိုရင်တော့ ခံတွင်း သိပ်ပျက်တာ။ ခံတွင်းပျက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဘာမှ အရသာမတွေ့ဘူး။ သူများတွေမှာ အင်မတန် ချိုဆိန်နေတဲ့အရသာပေးမယ့်

အဲဒီ ခံတွင်းပျက်တဲ့လူ စားကြည့်ရင် ခါးနေတတ်တယ်။ ထန်းလျက်တို့၊ သကြားတို့ဟာ ချိုနေတာပဲ။ အဲဒီလူစားကြည့်တော့ ခါးနေတတ်တယ်။ အဲဒါ ထန်းလျက်၊ သကြားတွေက အရသာပျက်တာမဟုတ်ဘူး။ သူ့လျှာကိုက ပျက်နေတာ။ သူ့လျှာက ဘာဖြစ်လို့ ပျက်သလဲဆိုရင် ရောဂါခွဲကပ်နေလို့ပါပဲ။ ရောဂါမရှိခင်တုန်းကတော့ သူ့မှာ မြိန်မြိန်ရှက်ရှက် ကောင်းနေတဲ့ လျှာပါပဲ။ အရသာ ပေါ်နေတာပါပဲ။ ရောဂါခွဲကပ်လာတော့မှ သူ့ခံတွင်းက ပျက်ပြီးတော့ ကောင်းတဲ့အရသာတွေလဲ မြိန်မြိန်ရှက်ရှက် မရှိတော့ဘူး။ ဘယ်ဟာမှ မကောင်းတော့ဘူး။ အဲဒါလိုပဲ ဒေါသ ဖြစ်လာလို့ရှိရင် ဘယ်လိုကောင်းတဲ့ စကားကို ကြားရပေမယ်လို့ ကောင်းတယ်လို့ မထင်ဘူး။ ဒေါသမဖြစ်ခင်ကဆိုရင်တော့ “ဘယ်လိုနေ ရမယ်၊ ဘယ်လိုထိုင်ရမယ်၊ ဘယ်လိုပြောရမယ်၊ ဘယ်ဟာကို မလုပ်ရဘူး” စသည်ဖြင့် ရင်းနှီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ စိတ်ဆွေ သင်္ဂဟဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ညွှန်ကြားပြောဆိုရင် သိပ်ပြီး ကျေးဇူးတင်တတ်ပါတယ်။ “ငါ့အကျိုးစီးပွား အလိုရှိပါပေတယ်၊ ငါ့အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်ရွက် ပါပေတယ်၊ ငါ့စိတ်ဆွေရဲ့ ကျေးဇူး အင်မတန်များပါပေတယ်” လို့ ကျေးဇူးတင်တတ်ပါတယ်။ စိတ်ဆိုးနေတဲ့အခါမှာ သွားပြောရင်တော့ နားမထောင်တတ်ဘူး။ အခါတိုင်းပြောလို့ နားထောင်နေကျ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ပေမယ့် စိတ်ဆိုးနေတဲ့ အချိန်ကာလကျရင် ဖြန်ဖြေတဲ့ သဘောနဲ့ ပြောတာကိုလဲလက်မခံတတ်ဘူး။ ဟိုဘက်က လိုက်သလိုလို၊ ဒီဘက်က လိုက်သလိုလိုနဲ့ ပြောတဲ့သူကိုပါ ရောပြီးတော့ မုန်းတတ်တယ်။

ဒါကြောင့် စိတ်ဆိုးနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ပြောဆိုတဲ့အခါမှာ အင်မတန် သတိပြုရတယ်။ လူနစ်ယောက် ရန်ဖြစ်နေရာမှာ ဖြန်ဖြေတဲ့ သဘောနဲ့ သွားပြီးတော့ အကျိုးသင့် အကြောင်းသင့် တရားစကား

ပြောရင် တယ်ပြီးလက်မခံတတ်ဘူး၊ စိတ်ဆိုးတတ်တယ်၊ ရန်ဖြစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကိုသွားပြီး ရန်ဖျဉ်လို့ရှိရင် မိမိပါ အနိုက်အနက် ခံရတတ်တယ်။ အဲဒါဟာ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် သူ့မှာ ဒေါသဆိုတဲ့ ရောဂါဆိုး ကပ်နေလို့ပါပဲ။ အကျိုးရှိရာ ရှိကြောင်း လာပြီးပြောတဲ့ စကားတွေကတော့ အင်မတန် အဖိုးတန်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သူ့အတွက်မှာတော့ အဖိုးမတန်ဘဲ။ အရသာမရှိဘဲ ဖြစ်နေပါတယ်။ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ ငှက်ဖျားရောဂါ စွဲကပ်နေလို့ ခံတွင်းပျက်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အရသာ မရှိသလိုပါဘဲ။ ဒီတော့ ဒေါသများ ဖြစ်လာလို့ရှိရင် ရောဂါဝေဒနာ စွဲကပ်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဆေးမြန်မြန်ကုမှ၊ မကုလို့ရှိရင် ရောဂါက

\* ခေါသကြီးတဲ့ အဓိမ

ကတ်ကြေးနှင့်ပေါက်ရာ ညီမလေးဝေရရာပုံ  
(ရွှေမန်း အထူးထံမှ)

မန္တလေးမြို့ ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးသို့ ဇန်နဝါရီလ (၂၅)ရက်နေ့ ညနေ (၃)နာရီအချိန်ခန့်က ယာဘက်ရင်အုံတွင် ကတ်ကြေးအတ်ရာနှင့် သေဆုံးနေသော အလောင်းတစ်လောင်း မန္တလေးခရိုင် ပုသိမ်ကြီး ရဲဌာနမှတစ်ဆင့် ရောက်ရှိလာကြောင်း။

ခေါသ

သေဆုံးသူမှာ မန္တလေးခရိုင် ပုသိမ်ကြီးမြို့နယ် ဒဟတ်တော ရွာနေ ဦးအေး၏ သမီး မရီဆိုသူ အသက်(၁၂)နှစ် အရွယ်ရှိ မိန်းကလေးတစ်ဦးဖြစ်၍ ၎င်း၏အစ်မအရင်း အသက်(၂၂)နှစ် အရွယ်ရှိ မကြည်ဆိုသူ၏ ခေါသ မထိန်းနိုင်မှုကြောင့် ယခုကဲ့သို့ မရှုမလှ သေဆုံးရသည်ဆိုကြောင်း။

တိုးပွားလာပြီး ပုံမတော်ရင် သေစေတတ်တယ်။ အဲဒီလိုပဲ ဒီဒေါသကလဲ တိုးပွားလာလို့ရှိရင် မျက်မှောက်မှာလဲ အကျိုးမဲ့တွေ့ အများကြီး ဖြစ်စေနိုင်တယ်။ တစ်ခါတရံ သတင်းစာထဲမှာ ဒီဖြစ်ပုံမျိုးတွေ ပါလာတယ်။ ညီအစ်မတွေ၊ ညီအစ်ကိုတွေ၊ မောင်နှမတွေ အင်မတန်ကို ချစ်ခင် မြတ်နိုးနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် အပြောမတဲ့၊ အဆိုမတဲ့ - တဲ့အခါ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် စိတ်ဆိုးပြီးတော့ တွေ့ကရာနဲ့ ကောက်ရိုက်မိလို့ ရုတ်တရက် သေသွားတဲ့အကြောင်း ဒီတော့မှ ပြစ်မှားမိတဲ့သူမှာ တစ်ခါတည်း ယူကျုံးမရ ဖြစ်ရတဲ့အကြောင်း တွေကို တွေ့ရတယ်။ အဲဒါတွေဟာ အစကတော့ အင်မတန်ချစ်ခင်နေတဲ့

မြအာတ်ကြည့်ရန်

ဖြစ်ပျက်ပုံမှာ ဇန်နဝါရီလ (၂၄)ရက်နေ့ ည(၇)နာရီခွဲ အချိန်ခန့်တွင် မရီကလေးသည် နေအိမ်အတွင်း၌ ကစားနေစဉ် နေအိမ်အတွင်း၌ ဆေးလိပ် လိပ်နေသော အစ်မဖြစ်သူမကြည်က ရွာရှေ့ ဘုန်းကြီးကျောင်း၌ ကပြနေသော ဆိုင်ပြဇာတ်သို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုရန်ခေါ်ရာ မရီကလေးက မလိုက်လိုကြောင်း ငြင်းသဖြင့် ညီမလေးအား ကြည့်စေလိုသော စေတနာဖြင့် အော်ငေါက်ပြီး ခေါ်သဖြင့် မရီက အစ်မဖြစ်သူမကြည်အား ပြန်လှန်ဆဲဆိုသည်ဆို၏။

ထိုကဲ့သို့ ညီမဖြစ်သူက ပြန်လှန်ဆဲဆိုသဖြင့် မကြည်မှာ ဒေါသကို မထိန်သိမ်းနိုင်တော့ဘဲ ဆေးလိပ် လိပ်နေရင်းဖြစ်၍ လက်ထဲ၌အသင့်ရှိနေသော ကတ်ကြေးဖြင့် ပေါက်လိုက်ရာ မရီကလေး၏ ယာဘက်ရင်အုံကို ကတ်ကြေးသွားနှင့် ထိမှန်ပြီး လဲကျသွားရာ အစ်မဖြစ်သူ မကြည်မှာ ညီမငယ်ထံသို့ သွားရောက်ပွေ့ယူပြောနေရင်း၊ မရီကလေးမှာ ရရှိသောဒဏ်ရာနှင့် အစ်မဖြစ်သူ မကြည်၏ ရင်ခွင်ထဲ၌ပင် သေဆုံးသွားတော့သည်ဆို၏။

ပုဂ္ဂိုလ်တွေပဲ။ \* ဒေါသကြောင့် အကျိုးမဲ့ ဖြစ်သွားရတာတွေပဲ။ ဒေါသနဲ့ စိတ်ဆိုးပြီး ရိုက်နှက်မိလို့ ကိုယ့်ညီမလေး၊ ကိုယ့်မောင်ကလေး သေသွားရှာတယ်။ စသည်ဖြင့် ပူဆွေးတမ်းတပြီး နေကြရတာတွေပေါ့လေ။ အဲဒီလိုဟာတွေ ဘုန်းကြီးက သတင်းစာထဲမှာ သတိပြုပြီးတော့ ကြည့်ရှုမိတယ်။ ဒါတွေဟာ ဒေါသဆိုတဲ့ စိတ်ပျက်၊ စိတ်ဆိုး၊ ရောဂါမျိုး ဇွဲကပ်ပြီးတော့ သူ့ရောဂါ၊ သူမထိန်းနိုင်လို့ အကြီးအကျယ် ဒုက္ခရောက်သွား တာတွေပဲ။ ကိုယ့်အင်မတန် ချစ်ခင်မြတ်နိုးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လဲ သေကြေပျက်စီး သွားရသေးရဲ့။ လောက ရာဇဝတ်မှုတွေကလဲ ဖြစ်သေးရဲ့။ ဘယ်လောက်များ စိတ်မချမ်းမသာစရာ ကောင်းသလဲလို့။ ဒါတွေဟာ ပြောစရာတောင် မလိုပါဘူး။ အလွန်ထင်ရှားနေပါပြီ။

ဒီဒေါသဟာ မျက်မှောက်ကာလတွင်လဲ မကောင်းကျိုးပေးပြီး

မမ်းမြီ

ထိုအဖြစ်အပျက်ကို ဒဟတ်တောသူကြီးက သက်ဆိုင်ရာ ပုသိမ်ကြီး ရဲဌာနသို့ သွားရောက် အကြောင်းကြားသဖြင့် ရဲအဖွဲ့ဝင်များက စုံစမ်း စစ်ဆေးပြီးလျှင် အလောင်းကို ဌာနမှတစ်ဆင့် မန္တလေး ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးသို့ ပို့လိုက်ပြီး မကြည်အား ပုဒ်မ(၃၀၂)အရ ဖမ်းဆီးချုပ်နှောင်ထားလိုက်ကြောင်း။

မကြည်မှာ ညီမငယ်ကလေး မရီအား အလွန်ချစ်ခင်သူဖြစ်ပြီး ၎င်း၏ လက်ချက်ဖြင့် သေဆုံးရသောကြောင့် ပူဆွေးသောက ရောက်ရှိကာ ဝိကြွေး၍မဆုံး ဖြစ်နေတော့ကြောင်း။

(ဟံသာဝတီသတင်းစာ (၂၈-၁-၆၁)နေ့ထုတ်မှ ကောက်နုတ်ဖော်ပြပါသည်။)

မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းတွေနဲ့၊ မိတ်ပျက်ဆွေပျက် ဖြစ်စေတတ်တယ်။  
ပြီးတော့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်တွေ ပွားများပြီးတော့ တမလွန်လောက  
မှာလဲ အပါယ်လေးပါးကျပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်စေတတ်တယ်။ အင်မတန်  
ကြောက်စရာကောင်းပါတယ်။ ဒီဒေါသကြောင့် အကျိုးမဲ့ ဖြစ်တတ်ပုံကို  
မြတ်စွာဘုရားက သာကေဝတ္ထုတစ်ခု ပြထားပေတယ် အဲဒီ သာကေဟာ  
အင်မတန်ကောင်းပါတယ်။

ဝေဒေဟိကာဝတ္ထု

ဘုရားမပွင့်မီ ရှေးအခါ ကာလတုန်းက သာဝတ္ထိပြည်မှာ  
ဝေဒေဟိကာ ဆိုတဲ့ အိမ်ရှင်မတစ်ယောက် ရှိသတဲ့။ အဲဒီ အိမ်ရှင်မကို  
“ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းတယ်။ စိတ်နေသဘောထား ကောင်းတယ်လို့  
အရပ်က ချီးကျူးနေကြတယ်။ ဝေဒေဟိကာဟာ သူတော်ကောင်း  
စိတ်ရှိတယ်။ အပြောအဆိုကလဲ အင်မတန်ကောင်းတယ်။ ချိုချိုသာသာ  
ရှိတယ်။ ဆက်ဆံရေးမှာလဲ ဖော်ဖော်ရွေရွေနဲ့ အင်မတန်ကောင်းတယ်။  
တကယ့် သူတော်ကောင်းမလေးပဲ” လို့ ဒီလို အရပ်က ချီးကျူးနေကြတယ်။  
ဟိုအိမ်ကလဲချီးကျူး။ ဒီအိမ်ကလဲချီးကျူးနဲ့ပေါ့လေ။ အဲဒီအိမ်မှာ  
ကျွန်မတစ်ယောက်ကလဲ ရှိတယ်။ သူ့နာမည်ကတော့ ကာဠီ-တဲ့။  
ကာဠီဆိုတာ ပါဠိစကားပဲ။ မည်းနက်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့်  
မြန်မာလိုဆိုတော့ မိနက်-လို့ ခေါ်ရမှာပေါ့။ အဲဒီ ကာဠီဆိုတဲ့ ကျွန်မက  
ဟိုအိမ်သွားလဲပဲ သူ့သခင်မရဲ့ စိတ်သဘောကောင်းကြောင်း၊ သည်းခံ  
တတ်ကြောင်း၊ ဖော်ဖော်ရွေရွေ ရှိကြောင်းတွေ၊ ချီးကျူးနေကြ။

ဒီအိမ်သွားလဲ ချီးကျူးနေကြနဲ့။ ဝေဒေဟိကာကို အကုန်လုံးက ချီးကျူးနေကြတာချည်း ကြားနေရတယ်။ ဒါကြောင့် တစ်နေ့တော့ သူက ဒီလိုစဉ်းစားသတဲ့။ တို့သခင်မဟာ အဟုတ်ပဲ စိတ်သဘောထားကောင်းနေလို့လား၊ ဒါမှမဟုတ်ရင်လဲ အိမ်ကိစ္စတွေကို ငါဆောင်ရွက်နေတာကပဲ အချိုးကျ အဆင်ပြေနေလို့လား၊ စုံစမ်းဦးမှပဲလို့ ကြံပြီးတော့ သူက စုံစမ်းရေးလုပ်တယ်။ ဘယ်နှယ်လုပ်သလဲဆိုရင် တစ်နေ့သောအခါ ကာလကျတော့ သူက အခါတိုင်းလို အိပ်ရာကစောစောမထဘဲနဲ့ အိပ်ရာထဲမှာ ပေပြီးတော့ အိပ်နေသတဲ့။ အဲဒီလို စုံစမ်းရေးအနေနဲ့ ပေပြီးအိပ်နေတော့ နံနက်လင်းတဲ့အခါမှာ ဝေဒေဟိကာဆိုတဲ့ အိမ်ရှင်မက အိမ်ရာမှထပြီး အခြေအနေတွေကို ကြည့်တယ်။ ကြည့်တော့ အခါတိုင်းလို မျက်နှာသစ်စရာ ရေတို့ ဘာတို့၊ အစစအရာရာ အဆင်သင့်မရှိတာကို တွေ့ရတာပေါ့။ မီးဖိုထဲမှာ ချက်ရေးပြုတ်ရေးတွေလဲ ဘာမှမလုပ်ရသေးဘူး၊ သို့သော် သူဟာ နေမကောင်းလို့များလေလား မသိပါဘူးလို့ ဆင်ခြင်ပြီး သူက စိတ်မဆိုးသေးပါဘူး၊ စိတ်ဆိုးစရာအကြောင်းက မလုံလောက်သေးပဲဟာကိုး၊ နေမကောင်းရှာလို့နဲ့ တူပါရဲ့လို့ ကရုဏာကလေးနဲ့ သနားစိတ်တောင် ဖြစ်လိုက်ပါသေးတယ်။ ခုနက ပြောခဲ့တဲ့ စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုး ရောဂါက မကပ်သေးလို့ သူက စိတ်ကောင်းတုန်း စိတ်ကြည်လင်တုန်းပဲ ရှိသေးတယ်။ ဒါကြောင့် နေမကောင်းလို့ ထင်ပြီးတော့ သူက သွားပြီး မေးပါတယ်။ ဟေ့-ကာဠိ လို့ ခေါ်တယ်။

ဘာလဲ သခင်မ-လို့ ကာဠိက ပြန်ကြားတယ်။  
 ဟဲ့- နင် အိပ်ရာက မထသေးဘူးလား။  
 မထသေးဘူး၊ သခင်မ။

ဘာဖြစ်လို့တုန်း နေမကောင်းလို့လား။

ဘာမှတော့ မဖြစ်ပါဘူး၊ သခင်မ၊ အိပ်ချင်လို့ပဲ အိပ်နေပါတယ်လို့ ကာဠိက ဒီလိုပြောတာကိုး၊ ဒီတော့ ဝေဒေဟိကာဟာ ပါးစပ်က ဘာမှမပြောသေးပေမယ့် မျက်နှာကလေးကတော့ ပျက်သွားတယ်၊ ဘယ်နှယ်လဲ အခါတိုင်း လုပ်နေကျ အလုပ်ကို သူမလုပ်ဘူး၊ ဘာဖြစ်နေပါလိမ့်မတုန်း၊ ဒီကောင်မဟာ ဖောက်ပြန်လာတာပဲလို့ စိတ်က ခုသွားတယ်၊ ကာဠိကလဲ အပါးပဲ၊ အိပ်ချင်ယောင်ဆောင်ပြီးတော့ “သူ့ သခင်မ ဘယ်လိုနေသလဲ စိတ်ဆိုးသလား၊ မဆိုးဘူးလား”ဆိုတာကို တစေ့ တစောင်း၊ အကဲခတ်ပြီး ကြည့်နေတာကိုး၊ ဒါကြောင့် သူ့သခင်မ မျက်နှာကလေးက ညှိုးပြီး မျက်မှောင်ကလေးက ကုပ်သွားတာကို သူက မြင်သွားတယ်၊ ရောဂါစွဲကပ်စ ပြုလာတာကို ရိပ်မိသွားတာပေါ့၊ ဒီတော့ ကာဠိက “အင်း-တို့ သခင်မဟာ စိတ်တော့ အဆိုးတတ်သားပဲ၊ စိတ်ဆိုးစရာ အကြောင်းက မရှိလို့ စိတ်မဆိုးဘဲနေတာကိုး၊ သို့သော် သိပ်မသေချာသေးဘူး၊ တဖန်ထပ်ပြီး စုံစမ်းဦးမှပဲ”လို့ ကြံပြီးတော့ နောက်တစ်ရက်လဲ အိပ်ရာစောစောမထဘဲ နေပြန်သတဲ့၊ အဲဒီလို မထဘဲနဲ့နေတော့ ယခင်နေ့ကလိုပဲ လာပြီးမေးပြန်တယ်။

ဟေ့-ကာဠိ၊ နင် အိပ်ရာက မထသေးဘူးလား။

မထသေးဘူး၊ သခင်မ။

ဘာကြောင့်တုန်း။

ဘာမှ မဖြစ်ပါဘူး သခင်မလို့ ဆိုတော့။

ကာဠိနော် နင် ငါ့အကြောင်းသိမယ်တဲ့၊ အဲဒီလို နှုတ်က ထွက်လာတယ်၊ စိတ်ထဲတွင် မကဘူး၊ နှုတ်ကို ရောက်လာပြီး အဲဒါဟာ ဒေါသဖြစ်လို့ ဒေါသအလျောက် စိတ်ကလေးနဲ့ လုပ်တာ၊ ယခုလူတွေ



စကားပြောနေကြတာလဲ စိတ်ချည်းပဲ၊ သွားရင်လဲ စိတ်နဲ့ပဲ၊ လှုပ်ရှားရင်လဲ စိတ်နဲ့ပဲ၊ ပြုလုပ်သမျှ စိတ်နဲ့ ချည်းပဲ၊ အဲဒီစိတ်ကလေးကို မိအောင်ဖမ်းဖို့ လိုပါတယ်။ သူ့ကို မဖမ်းနိုင်လို့ ခက်နေတာ၊ ဒီ စိတ်ကလေးဟာ အင်မတန်အရာရောက်ပါတယ်။ ကောင်းလဲသူပဲ၊ မကောင်းလဲသူပဲ၊ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာတွေကိုလုပ်လဲ ဒီစိတ်ပဲ၊ ဒီစိတ်ကို နိုင်ဖို့ရာ အရေးကြီး ပါတယ်။ ဥရောပတို့ အမေရိကန်တို့ အနောက်နိုင်ငံက ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကတော့ ဘာလုပ်သလဲဆိုရင် သူတို့ကတော့ အဏုမြူရုပ်ဓါတ်ကို ဖမ်းကြတယ်။ အဲဒီ အဏုမြူရုပ်ကလေးကို နိုင်နင်းအောင် ဖမ်းပြီးတော့ သူတို့က အင်မတန်ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ လက်နက်တွေကိုလုပ်ပြီး အသုံးပြုနေကြတယ်။ အပြင်ဘက်က အထည်ခြပ် ရုပ်တရားတွေကို နိုင်နင်းဖို့အတွက်မှာတော့ သူတို့က သိပ်လိုက်စားနေကြတယ်။ အရေးကြီး တာကတော့ ကိုယ်ထဲကစိတ်က ပိုပြီးအရေးကြီးပါတယ်။ အဲဒီစိတ်ကလေး နိုင်နင်းဖို့ရာ လိုပါတယ်။ ဒီစိတ်ကလေး မနိုင်နင်းလို့ရှိရင် ဒီစိတ်ကလေးက ဒုက္ခတွေ အများကြီးပေးနေတာ၊ ဒါကြောင့် ဝေဒေဟိကာမှာ ဒေါသစိတ်က နှိုးဆော်လိုက်လို့ ကြမ်းတမ်းတဲ့စကားလေး နှုတ်ကပေါ်လာတာ။

ဒီတော့ ကာဠိက “ငါထင်တဲ့အတိုင်းဟုတ်ပြီ၊ မှန်ပြီ၊ တို့သခင်မဟာ ဒေါသကတော့ ရှိနေတာပဲ။ စိတ်ဆိုးစရာအကြောင်း မရှိလို့သာ စိတ်မဆိုးဘဲ ဖြစ်နေတာပဲ”လို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သေချာသထက် သေချာအောင် ထပ်မံစုံစမ်းလိုက်ဦးမှပဲလို့ ကြံပြီးတော့ နောက်တစ်ရက်လဲ အိပ်ရာက စောစောမထပဲ နေပြန်သတဲ့။ အဲဒီတော့ ဝေဒေဟိကာက ကာဠိရဲ့အပေါ်မှာ စောစောကတည်းက စိတ်ဆိုး နေပုံရပါတယ်။ “ဒီကောင်မတော့ ဖောက်ပြန်နေတော့တာပဲ၊ ဘာဖြစ်သလဲ မသိဘူး၊ အလျင်ကလို မဟုတ်တော့ဘူး၊ ပျက်စီးနေပြီ”ဆိုပြီး စောစော

ကတည်းက စိတ်ဆိုးနေပုံရပါတယ်။ ဒါကြောင့်-

ဟေ့-ကာဠိ အိပ်ရာက မထသေးဘူးလား။

မထသေးဘူး သခင်မ။

ဘာဖြစ်လို့တုန်းလို့ မေးတဲ့အခါမှာ-

ဘာမှမဖြစ်ပါဘူး သခင်မလို့ ပြောလိုက်တော့-

ဘာမှမဖြစ်ရင် နင် ငါအကြောင်း သိရောတဲ့-ဆိုပြီးတော့ တခါးဂလန်နဲ့ ပေါက်လိုက်တာ တစ်ခါတည်း။ ခေါင်းကွဲသွားပါရောတဲ့။ အဲဒါဟာ စိတ်ကနေပြီးတော့ ဝစီကံတွင်မကဘူး။ ကာယကံကို ရောက်လာတာပါပဲ။ အဲဒီလို ကာယကံမြောက် ကျူးလွန်လိုက်တဲ့အတွက် ခေါင်းကွဲသွားရှာတဲ့ ကျွန်မကာဠိက ခေါင်းကွဲသွားအောင် ပုတ်ခတ်တဲ့ အကြောင်းကို အိမ်နီးချင်းတွေ လျှောက်ပြီး တိုင်တမ်းပါသတဲ့။ “ကျွန်မဖြစ်ပုံကို ကြည့်စမ်းပါဦး ဒေါ်ဒေါ်တို့။ အိမ်မှာ ခိုင်းစရာ၊ စေ့စရာဆိုရင် ကျွန်မတစ်ယောက်ထဲ ရှိပါတယ်။ ဒီတစ်ယောက်ထဲရှိတဲ့ ကျွန်မကို အိပ်ရာက စောစောမထတာနဲ့ ဒါလောက်ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း။ ရိုက်နှက်သင့်ပါရဲ့လား။ အရပ်ကဖြင့် ချီးကျူးလိုက်ကြတာ မပြောပါနဲ့တော့။ ဝေဒေဟိကာဟာ တကယ့် သူတော်ကောင်းမလေးတဲ့တော့။ ဘာမှ ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း၊ မပြောတတ်ဘူးတဲ့။ ဖော်ဖော်ရွေရွေ ရှိသတဲ့။ စိတ်သဘောထား ကောင်းသတဲ့တော့ ဖော်ဖော်ရွေရွေ ရှိသတဲ့။ စိတ်သဘောထား ကောင်းသတဲ့တော့ ချီးမွမ်းလိုက်ကြတာ ကြည့်စမ်းပါဦး။ အဲဒီ သူတော်ကောင်းမလေးက ဒီ တစ်ယောက်ထဲရှိတဲ့ အစေခံကျွန်မကို ဒီလောက် ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း တံခါးဂလန်နဲ့ ပေါက်ရသလား။ ကျွန်မမှာ ခေါင်းကွဲပါပြီတော့”လို့ ဆိုပြီးတော့ အရပ်ထဲ လျှောက်ပြီး တိုင်တန်းသတဲ့။

ဒီတော့ အရပ်ထဲက လူတွေက ကဲ့ရဲ့ကြတယ်။ “ဝေဒေဟိကာ ဟာ တော်တော်ကြမ်းတမ်းတယ်။ သိပ်ရိုင်းတာပဲ။ ဒီကလေးမလေး တစ်ယောက်ထဲရှိတာကို ဒီလောက် ရက်ရက်စက်စက် လုပ်ရမလား” စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ။ ကဲ့ရဲ့ကြတာဟာ ယခင်က ချီးမွမ်းတာထက်တောင် များပါသေးတယ်တဲ့။ ချီးကျူးတယ်ဆိုတာ ဖြစ်ဖို့ သိပ်မလွယ်ဘူး။ ကဲ့ရဲ့တယ် ဆိုတာကတော့ အင်မတန် ဖြစ်လွယ်တယ်။ ချီးကျူးချင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ချီးကျူးစရာဂုဏ်နဲ့ ပြည့်စုံအောင်လို့ အင်မတန် ကြိုးစားရတယ်။ ကာယကံ၊ ဝစီကံ အစစ အရာရာတွေမှာ အင်မတန် စောင့်စည်းနေမှ ချီးကျူးဖွယ် ဂုဏ်ကလေးတစ်ခုခု ဖြစ်ပေါ်လာတာ။ အဲဒီလို ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဂုဏ်ကလေးကို ပျောက်ပျက်မသွားအောင်လို့ စောင့်ရှောက်ရတာကလဲ တော်တော်ခဲယဉ်းပါတယ်။ သူက တစ်နေ့လောက် ကောင်းနေရုံနဲ့လဲ မပြီးသေးဘူး။ နောက်နေ့၊ နောက်လ၊ နောက်နှစ်တွေမှာလဲ ကောင်းမြဲ ကောင်းနေမှ အသက်ထက်ဆုံး ကောင်းနေမှ ပြီးစီးပြည့်စုံပါတယ်။ တချို့များ သေခါနီးကျမှ ကျင့်ဝတ်ကပျက်သွားလို့ အဲဒီ ဂုဏ်ပျက်ပြီး နာမည်ပျက်သွားရှာကြတယ်။ ဒါကြောင့် ကောင်းတဲ့ဂုဏ်ကို ဆောင်ထား ဖို့ဆိုတာ တယ်ပြီးမလွယ်ဘူး။ တော်တော်ကို ခက်ပါတယ်။ အကဲ့ရဲ့ခံရဖို့၊ ဂုဏ်ပျက်ဖို့ ဆိုတာတွေကတော့ သိပ်လွယ်တာ။ အဲဒါက ဘာမှမခက်ဘူး။ ယခု ချက်ချင်းလုပ် ယခုချက်ချင်း ဂုဏ်ပျက်တယ်။ ဘယ်သူဖြစ်ဖြစ် လုပ်နိုင်တယ်။ လွယ်လိုက်တာ မပြောပါနဲ့တော့ သူက အင်မတန်လွယ်တာ။ အဲဒီဂုဏ်ပျက်တယ်။ ကဲ့ရဲ့ခံရတယ်ဆိုတာ ဘယ်ကာလတုန်းဆိုရင် ယခုပြောနေတဲ့ စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုးဆိုတဲ့ ရောဂါဆိုးဆီက အများဆုံး လာတတ်ပါတယ်။ ဒီ စိတ်ဆိုးရောဂါဝင်လာရင် ဒီရောဂါကြောင့် စိတ်အမူအရာက မူမမှန်၊ နှုတ်အမူအရာက မူမမှန်၊ ကိုယ်အမူအရာက

မူမမှန်နဲ့ ဖောက်ပြန်ပြီးလာတယ်။ အဲဒီလို အခါမှာ ကဲ့ရဲ့ဖွယ်တွေက ဖြစ်လာတော့တာပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီရောဂါကို နှိမ်ချိုးပယ်ဖျောက်ရမယ်။ ဒီလို ပယ်ဖျောက်တာကတော့ တရားအားထုတ်ဆဲမှာလဲ အသုံးကျတယ်။ တရားအားမထုတ်ဘဲ အလွတ်နေတဲ့ အခါမှာလဲ အသုံးကျတယ်။ လူတိုင်း လူတိုင်းအတွက် အခါခပ်သိမ်း အသုံးကျပါတယ်။ လူတိုင်း လူတိုင်းအတွက် အခါခပ်သိမ်း အသုံးကျပါတယ်။ လူကြီးလဲ အသုံးကျတယ်။ လူငယ်လဲ အသုံးကျတယ်။

လူတွေဆိုတာ တစ်ယောက်တည်းနေနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က တယ်ပြီး ရှိတာမဟုတ်ဘူး။ အများနဲ့ ဆက်ဆံနေကြတာ။ အိမ်တွေမှာဆိုရင် အနည်းဆုံး သမီး၊ ခင်ပွန်း၊ နှစ်ယောက်တော့ ရှိနေတာပဲ အဲဒီ နှစ်ယောက် အချင်းချင်း ညီညွတ်နေဖို့ရာ အရေးကြီးပါတယ်။ နှစ်ဦး သုံးဦးစသည် အတူတူနေထိုင်ကြရာမှာ ကိုယ်အလိုမကျ သူ့အလိုမကျနဲ့ စိတ်ဆိုးစရာ ကလေးတွေကတော့ ကင်းမှာမဟုတ်ဘူး။ ရှိမှာပဲ။ အဲဒီလို စိတ်ဆိုးစရာ လေးတွေကတော့ အချင်းချင်း စိတ်ဆိုးကြပါရော။ အဲဒီလို စိတ်က ဆိုးလာလို့ရှိရင် ရောဂါ စွဲကပ်လာပြီလို့သာ မှတ်ပေတော့။ အဲဒါကို မြန်မြန်ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပယ်ရမယ်။ မပယ်လို့ရှိရင် အဲဒီစိတ်က ကြီးမားလာပြီး တော်တော်ကြာ နှုတ်က မပြောသင့်တာတွေကို ပြောမိမယ်။ အဲဒီတော့ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် မေတ္တာပျက်ပြီး အဆင်မပြေ ဖြစ်ကုန်ရော။ ပြောရုံတင်မကပဲနဲ့ ကာယကံမြောက် ကျူးလွန်သွားရင်တော့ ပြောစရာမရှိဘူး။ အချင်းချင်း တစ်ကွဲတစ်ပြားစီ ဖြစ်ပြီးတော့ ဒုက္ခတွေ များကုန်တတ်တယ်။ ဒါဟာ လောကတွင် မကောင်းကျိုးပေးပုံဘဲ။ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံမြောက်အောင် ကျူးလွန်မိရင်တော့ သံသရာ မှာလဲ မကောင်းကျိုးဆင်းရဲ ဒုက္ခတွေကို အကြီးအကျယ် တွေ့ရတတ်

သတ္တမအကြိမ်

တယ်။ ဒါကြောင့် တရားအားမထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲပဲ ကိုယ့်နေရေးထိုင်  
 ရေးမှစပြီး အစစအရာရာမှာ အဆင်ပြေရန်၊ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ  
 ရောက်စေရန်၊ ဂုဏ်မပျက်စေရန် ဂုဏ်တက်စေရန်အတွက် ဘာလိုနေ  
 တုန်းဆိုရင် အဲဒီစိတ်ဆိုးရောဂါ အဝင်မခံဖို့ရာ လိုနေပါတယ်။ လောကမှာ  
 ကိုယ့်ကိုယ်က ရောဂါဝေဒနာတွေ စွဲကပ်နေရင် အခြားသူတွေက  
 ရွံကြတယ်။ မုန်းကြတယ်။ ကိုယ့်အနီးအနားမှာ လူမကပ်ချင်ဘူး။  
 အင်မတန်ခင်မင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တော်မှ ပူးပူးကပ်ကပ်နေဖို့ရာ တော်တော်  
 တာဝန်လေးပါတယ်။ ပြီးတော့ ကူးစက်တတ်တဲ့ရောဂါတွေ ဆိုတာကလဲ  
 ရှိသေးတယ်။ အဲဒါတွေများဆိုရင် ဆွေချင်းမျိုးချင်းလဲ အနီးအပါး  
 မလာဝံ့ဘူး။ လာတော့ လာချင်တာပဲ။ ရောဂါကူးမှာဖိုးလို့ တချို့ကလဲ  
 မလာဝံ့ဘူး။ ကြောက်တယ်။ ရောဂါစွဲကပ်နေတဲ့သူကို ချစ်ခင်မြတ်နိုးနေတဲ့  
 ပုဂ္ဂိုလ်တွေတောင်မှ နီးနီးစပ်စပ် ဆက်ဆံဖို့ရာ ခဲယဉ်းလာတတ်တယ်။

**အချင်းချင်းမေတ္တာပျက်တာ ဒေါသ**

အဲဒီလိုပဲ ရောဂါနဲ့ အလားတူတဲ့ ဒီဒေါသစိတ် ကပ်ရောက်လာ  
 လို့ရှိရင်ဖြင့် ခင်မင်နေတဲ့သူ အချင်းချင်းလဲ မေတ္တာတွေ ပျက်ကုန်တတ်  
 တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဒေါသဖြစ်လာလို့ရှိရင် အဲဒါကို ရှုမှတ်ပြီးတော့  
 ပယ်ရတယ်။ ဒီပြင်ဟာတွေကို မရှုနိုင်။ အမှတ်နိုင်ရင်လဲ နေပါစေ။ ဒီဟာ  
 လေးတစ်ခုကိုတော့ ရှုမှတ်ပြီး ပယ်စရာကောင်းပါတယ်။ လောက  
 နေရေးထိုင်ရေးတွေရော အကုန်လုံးချမ်းသာသွားအောင် ဘုန်းကြီးက  
 ဒါလေးတစ်ခုတော့ အထူး တိုက်တွန်းပါတယ်။ တရားဟောတိုင်း  
 ဟောတိုင်း ဒါကို အမြဲတမ်း သတိပေးနေရတယ်။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင်

“လူတွေဟာ မုန်းကြတယ်၊ ဒေါသ ဖြစ်ကြတယ်”ဆိုတာဟာ ဘယ်သူတွေနဲ့ ဖြစ်ကြသလဲ၊ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ အနီးဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ ဖြစ်ကြတာပဲ မဟုတ်လား၊ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး အကျိုးဆောင်ကြစို့ဆိုတော့လဲ ဘယ်သူတွေကဆောင်တုန်း အနီးဆုံးပုဂ္ဂိုလ်တွေကဆောင်တာပဲ အတူနေပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဆောင်တာပဲ၊ အားကိုးရမည့် ကိစ္စဆိုရင် ဘယ်သူတွေကို အားကိုးရတာတုန်း၊ အတူနေပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အားကိုးရတာပဲ၊ အဲဒီလိုပဲ စိတ်ဆိုးကြစို့ဆိုတော့လဲ အတူနေပုဂ္ဂိုလ်တွေ အနီးကပ်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ စိတ်ဆိုးကြတာပဲ၊ ဟိုအဝေးကြီးက လူတွေကိုသွားပြီး စိတ်ဆိုးလို့ မဖြစ်ပါဘူး၊ တစ်ခြားမြို့က၊ တစ်ခြားရွာ တစ်ခြားနိုင်ငံမှာ နေတဲ့လူတွေနဲ့ စိတ်ဆိုးကြစို့ရာ အကြောင်းက တယ်မရှိပါဘူး၊ ကြုံခဲ့ပါတယ်၊ အဲဒီလို တစ်ခြားမြို့ရွာမှာ တစ်ခြားနိုင်ငံက လူဆိုတာဟာ အများအားဖြင့် သိတောင်မှ မသိဘူး၊ ဟိုမှာ အဲဒီလိုလူ ရှိမှန်းတောင်မှ မသိဘူး၊ အဲဒီမသိတဲ့လူကို ဘာစိတ်ဆိုးစရာ ရှိမလဲ၊ ဘာမှ စိတ်ဆိုးစရာမရှိဘူး၊ စိတ်ဆိုးစရာ မရှိသလိုပဲ အဲဒီလူရဲ့အကျိုးကိုလဲ မဆောင်ရွက်နိုင်ဘူး၊ အဲဒီလူကလဲ ကိုယ့်အကျိုးကို မဆောင်ရွက်နိုင်ဘူး၊ အချင်းချင်း အကျိုးဆောင်တယ်ဆိုတာလဲ အတူနေပုဂ္ဂိုလ်တွေ နီးစပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပဲ၊ အချင်းချင်းမုန်းကြစို့ ရန်ဖြစ်စို့ ဆိုရင်လဲ နီးစပ်တဲ့ အတူနေပုဂ္ဂိုလ်တွေပဲ။

တောရွာတစ်ရွာမှာ ရန်ဖြစ်ကြတယ်ဆိုရင် အိမ်နီးနားချင်း ရန်ဖြစ်ကြတာပဲ၊ ဟိုအိမ်နဲ့ ဒီအိမ် နီးကပ်နေတဲ့အိမ်များသာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်၊ တစ်အိမ်ကျော် နှစ်အိမ်ကျော်ကို သွားပြီး ရန်ဖြစ်တာ ရှားပါတယ်၊ အဲဒီတော့ အားကိုးစရာရှိရင်လဲ နီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အားကိုးရတာပဲ၊ ရန်ဖြစ်ရင်လဲ နီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ချင်း ရန်ဖြစ်ကြတာပဲ၊ အဲဒီလို ရန်မဖြစ်ဘဲနဲ့ အချင်းချင်းကို အားကိုးပြီးတော့ မေတ္တာမပျက်ဘဲ

အစဉ်ထာဝရ ကူညီဆောင်ရွက်ပြီး သွားနိုင်ဖို့ရာ ဘာလိုနေတုန်းဆိုရင်လဲ မြန်မြန်ဆေးကုဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒါကလေးကိုတော့ဖြင့် အမြဲဆောင်ထားမှပဲ။ အလွန်အသုံးကျပါတယ်။ စိတ်ထဲမှာ ဒေါသဖြစ်လာရင် စိတ်ထဲတွင်ပဲ ပပျောက်သွားအောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပယ်ရမယ်။ နှုတ်အမူအရာ ကိုယ်အမူအရာတွေ ပျက်မသွားစေနဲ့ မျက်နှာညှိပုပ်ပုပ် ဖြစ်သွားတတ်တယ်။ အဲဒီလို ကိုယ်အမူအရာ မျက်နှာအမူအရာ အနည်းငယ် ပျက်လာတယ်ဆိုရင် အဲဒီ အနည်းငယ် ပျက်ရုံတွင်ပဲ ရပ်ပြီးတော့ ရှေ့ကိုတိုးမလာအောင် ထိန်းသိမ်းဖို့ရာ လိုပါတယ်။ ကိုယ်အမူအရာ ပျက်ရာကနေပြီးတော့ နှုတ်က ပြောမိလာတတ်တယ်။ အဲဒီလို ပြောမိပြန်ရင်လဲပဲ များများမပြောမိသေးခင် တစ်ခွန်းနှစ်ခွန်းထက် ပိုပြီး ရှေ့ကိုဆက်မပြောမိအောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပယ်ဖို့ရာလိုပါတယ်။ အဲဒါဟာ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီအရိယာဝါသ ကျင့်ဝတ်တွေထဲက တခြားကျင့်ဝတ်တွေ မကျင့်နိုင်စေကာမူ ဟောဒီ ဆောင်ပုဒ်လေးအရတော့ ကျင့်ကြဖို့ရာ ဘုန်းကြီးက အထူးတိုက်တွန်း ပါတယ်။ ကိုင်းဆိုကြစမ်းပါဦး။

စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုး၊ ရောဂါမျိုး၊ နှိပ်ချိုးပယ်ပျောက်လေ-ဆို။

ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိ ထိနမိဒ္ဓ

ဗျာပါဒပြီးတော့ ထိနမိဒ္ဓကို ပြောဖို့ အလှည့်ရောက်လာပြီ ထိန-ဆိုတာက ထိုင်းတယ်-တဲ့၊ မိဒ္ဓ-ဆိုတာက မှိုင်းတယ်-တဲ့၊ ဒီတော့ ထိနမိဒ္ဓဆိုတာ ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိတာပေါ့။ အတိုချုပ်ဆိုရင်တော့ ပျင်းတာပါပဲ။ ဘယ်လိုနေရာမှာ ပျင်းတာလဲဆိုရင် ကုသိုလ်တရားတွေနဲ့

စပ်ပြီးတော့ ပျင်းတာတဲ့ ဒါနပြုရာမှာ ပျင်းတယ်၊ သီလစောင့်ရမှာ ပျင်းတယ်၊ ဘုရားရှိခိုးရမှာ ပျင်းတယ်၊ တရားနာရမှာ ပျင်းတယ်၊ တရားအားထုတ်ရမှာ ပျင်းတယ်၊ ဒါတွေဟာ ထိနမိဒ္ဓတွေပါပဲ။ တရားနာဖို့ရာကိုပဲ တချို့ပျင်းတာနဲ့ မလာနိုင်ဘူး၊ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် ဆိုတာကိုတော့ လိုချင်ကြသားပဲ။ ဘယ်သူ့ကိုမေးမေး လိုချင်တယ်လို့ ပြောမှာပဲ။ ဒါပေမယ့် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားကို အားထုတ်ပါဆိုတော့ တရားနာဖို့ရာကစပြီး၊ ပျင်းနေတတ်တယ်။ တချို့က တရားတော့ နာနိုင်ပါရဲ့၊ ဒါပေမယ့် တရားအားထုတ်ဖို့ရာကျတော့ ပျင်းနေတတ်တယ်။ တချို့လဲသေးက တိုက်တွန်းကောင်းတာနဲ့ တရားတော့လာပြီး အားထုတ် ကြပါရဲ့။ ဒါပေမယ့် ထိထိရောက်ရောက် အားမထုတ်ပြန်ဘူး၊ ပျင်းတာနဲ့ လျော့တီး လျော့တော့ အားထုတ်နေတော့ တရားက မတိုးတက်ဘူး။ အဲဒါထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိမှုက ပိတ်ပင်တားမြစ်မှုတွေပါပဲ။ ဒါကြောင့် ထိနမိဒ္ဓဟာ အချုပ်အနှောင်ကျတာနဲ့ တူတယ်တဲ့။ ရာဇဝတ်အပြစ်ရှိတဲ့လူကို ဆိုင်ရာတို့က ဖမ်းဆီးပြီး ချုပ်နှောင်ထားတယ်။ အချုပ်ခန်းထဲ သွင်းထားတယ်။ ထောင်ထဲပို့ထားတယ်။ အဲဒီလူဟာ သူများလို လွတ်လွတ်လပ်လပ် မသွားနိုင်ဘူး။ အပြင်ကလူတွေမှာ ကိုယ်သွားချင်ရာ သွားနိုင်တယ်။ ပွဲလမ်းသဘင်တွေကိုလဲ သွားပြီး ကြည့်နိုင်တယ်။ ကြည့်ပြီးတော့ ပွဲအရသာတွေကို ခံစားနိုင်တယ်။ ခံစားပြီးတော့ ပွဲထဲမှာ တွေ့ကြုံလာတဲ့ အကြောင်းတွေကို အချင်းချင်း ပြန်ပြီးပြောပြတယ်။ အတီးကဘယ်လိုကောင်းတယ်၊ က-တာက ဘယ်လိုကောင်းတယ် စသည်ဖြင့် ပြောတော့အတူတူပွဲကြည့်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက အကုန်လုံး နားလည်နေတယ်။ ပျော်စရာကို ပြောတဲ့အခါ ပျော်ရတယ်။ ဝမ်းနည်းစရာကို



ပြောတဲ့အခါ ဝမ်းနည်းရတယ်၊ ပွဲအရသာတွေပေါ့လေ၊ ပွဲအရသာတွေ ပြန်ပြီးတော့ စားမြို့ခတ်ကျတာပေါ့၊ စားမြို့ဆိုတာခတ်ကြတယ်၊ နွားတွေများ နေ့ပိုင်းက မြက်တွေစားပြီး ညကျတော့ တမြို့မြို့နဲ့ ဝမ်းထဲကဟာတွေ ထုတ်ပြီးတော့ ဝါးကြတယ်၊ အဲဒါကို စားမြို့ခတ်တယ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီလို ပွဲလမ်းသဘင်တွေ သွားကြည့်တဲ့လူတွေကလဲ ပွဲလမ်းသဘင်က တွေ့လာခဲ့တာတွေ ကိုယ်ကြိုက်တာတွေကို အချင်းချင်းပြန်ပြီး ပြောကြတယ်၊ အချင်းချင်း ဟိုလူကပြောလိုက် ဒီလူကပြောလိုက်နဲ့ ပွဲအရသာတွေကို ပြန်ပြီးခံစား နေတတ်ကြပါတယ်၊ ဒါလဲ စားမြို့ခတ် နေတာပါပဲ၊ အချုပ်အနှောင် ခံနေရတဲ့လူမှာ ပွဲကိုကြည့်ရှုခွင့်မရဘူး၊ ပွဲကြည့်လာတဲ့လူတွေက ပွဲအကြောင်း ပြောပြပေမယ်လို့ သူ့ကိုယ်တိုင် တွေ့ရတာ မဟုတ်တော့ သူ့မှာ အရသာမပေါ်ဘူး၊ အဲဒါလိုပါပဲ ထိုင်းမှိုင်း ပျင်းရိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ယခုလို တရားပွဲကိုတရားနာဖို့ မလာနိုင်ဘူး၊ မလာနိုင်တော့ ယခုလိုဟောနေတဲ့ တရားထဲက တရားအရသာတွေကို မကြားရ မခံစားရဘူး၊ ယခုတော့ တရားထဲမှာ ကျင့်စရာတွေ၊ ကောင်းတာတွေ အများကြီးပါတယ်၊ အဲဒါတွေကို မကြားရ၊ မနာရတဲ့ သူမှာ အစကတည်းက အရသာမပေါ်ဘူး။

**တရားအရသာဟာ ဘယ်အရသာနဲ့မှမတူဘူး**

ယခုတရားနာပြီး ပြန်သွားတဲ့အခါ ပြောတတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က သူ့သဘောကျတာကလေးတွေကို ပြောလိမ့်မယ်၊ ဘာတွေဟောတယ်၊ ဘယ်လိုဟောတယ် စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ၊ အဲဒီလိုပြောတော့ အတူတူ တရားနာလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ တရားအရသာတွေ ပြန်ပေါ်လာတယ်၊

အစတည်းက တရားမေးနာရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ ပြောလိုသာ နားထောင် နေရတယ် တရားအရသာ တယ်မပေါ်ဘူး၊ ပြောပုံ၊ ဆိုပုံတွေကလဲ သရုပ်မပေါ်ဘူး၊ နောက်ပြီးတော့ မပျင်းမရိ တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ တရားအရသာတွေကို တွေ့ရတယ်၊ အင်မတန် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ စရာကို တွေ့ရတယ်၊ မနေ့က ဦးဧကတုမာဏာက ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာစရာတွေကို သူကိုယ်တိုင်တွေ့ပုံ ဟောသွားတယ်မဟုတ်လား၊ အဲဒါ ကိုယ်တွေ့တွေ့ကို ဟောတာပဲ၊ ဘုန်းကြီးက အထူးပြောနေစရာ မလိုဘူး၊ တကယ်အားထုတ်ရင် တရားအရသာတွေကို အများကြီးပဲ တွေ့ရပါတယ်၊ တချို့က အားကြီးတွေ့ရလွန်းလို့ ဘုန်းကြီးတို့က တော်တော် ထိန်းထားရတယ်၊ ဝမ်းသာလွန်းအားကြီးလို့ ဝမ်းသာမှု လွန်သွားရအောင် စောင့်ရှောက်ထားရတယ်၊ ဝမ်းသာပြီး အချိန်မကုန် အောင်လို့ အမျိုးမျိုး ဖိနှိပ်ပြီးတော့ ဟောရတယ်၊ ဝမ်းသာစရာတရား အရသာတွေက အများကြီးရှိတယ်၊ ဘယ်အရသာနဲ့မှ မတူဘူး၊ တရားအရသာဟာ အင်မတန် ကောင်းတယ်။

သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဖိနာတိ-တဲ့။

သဗ္ဗရသံ- အလုံးစုံသော အရသာဟူသမျှကို၊ ဓမ္မရသော- တရားအရသာက၊ ဖိနာတိ-အောင်နိုင်ပါတယ်တဲ့။

ယခုလောကမှာ စားလို့၊ သောက်လို့ ရသာကောင်းတာတွေ ရှိတယ်၊ ဒီပြင်လဲ မြင်ရလို့ အရသာပေါ်တာ၊ ကြားရလို့ အရသာပေါ် တာ၊ နှမ်းရှူရလို့ အရသာပေါ်တာ၊ တွေ့ထိရလို့ အရသာပေါ်တာတွေ အမျိုးမျိုးပဲ ရှိပါသေးတယ်၊ အဲဒီအရသာတွေထဲက ဘယ်အရသာမှ မမှီပါဘူး၊ ဒီတရားအရသာဟာ အကောင်းဆုံးပါပဲတဲ့၊ တချိန်တုန်းက ဒကာမကြီးတစ်ယောက်က တရားအားထုတ်ရင်း သူတွေ့နေတဲ့

တရားအရသာ အကြောင်းကို ပြောတယ်။ “တရားအရသာ ကောင်းလိုက် ပုံကတော့ ဘယ်အရသာနဲ့မှ မတူပါဘူးတဲ့။ သူဟာ လောကမှာ အရသာ တွေ ခံစားရခဲ့တာ တော်တော်စုံပြီတဲ့။ လောကမှာ စီးပွားရေးဧရာ၊ အိမ်ထောင်ရေးဧရာ၊ ဘာဧရာ ညာဧရာပေါ့လေ။ ပျော်စရာပါးစရာ အရသာတွေဟာဖြင့် စုံခဲ့ပါပြီတဲ့။ ယခုတွေ့ရတဲ့ တရားအရသာဟာ ဘယ်လိုအရသာနဲ့မှ မတူဘူး။ ဒီတရား အရသာဟာ ဘယ်လိုကောင်းမှန်း မသိအောင် ကောင်းနေတာပဲ။ “ဒီတရားအရသာဟာ သိပ်ကောင်းတဲ့ အရသာပဲ”လို့ အဲဒီ ဒကာမကြီးက အားရပါးရ ပြောတယ်။ ယခု တရားနာပရိတ်သတ်ထဲမှာလဲ ဒီလိုတွေ့ဖူးတဲ့သူတွေ ရှိနေမှာပါပဲ။ အဲဒါ အင်မတန်ကောင်းတဲ့ အရသာတွေပါ။ အဲဒီလို တရားအရသာတွေကို မပျင်းမရိ အားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှ တွေ့ရခံစားရတာ၊ ပျင်းရိနေလို့ တရားအားမထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဘယ်တွေ့ရလိမ့်မတုန်း၊ ယခုလို တရားဟောတဲ့အခါမှာ တရားအရသာ အလွန်ကောင်းကြောင်းကို ဘုန်းကြီးတို့က ပြောနေပေမယ်လို့ ကိုယ်တိုင် မတွေ့ရသေးတဲ့သူက ဘယ်လိုကောင်းမှန်းကို ဘယ်သိလိမ့်မတုန်း၊ ဥပမာအားဖြင့်ဆိုရင် လူတစ်ယောက်က မုန့်ဝယ်စားတယ် ဆိုပါတော့ အဲဒီလိုစားပြီးတော့ “ဟာ-ကောင်းလိုက်တာ၊ ကောင်းလိုက်တာ”လို့ ပြောပေမယ့် မစားရတဲ့ ဘေးကပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဘယ်ကောင်းလိမ့်မတုန်း ဘယ်လိုကောင်းတယ် ဆိုတာကိုလဲ မသိနိုင်ပါဘူး။ ဟိုလူကလဲစား၊ ဒီလူကလဲစားနဲ့ နှစ်ယောက်သား အတူစားနေတယ် ဆိုရင်တော့ တစ်ယောက်က “ကောင်းလိုက်တာ”လို့ ပြောရင် တခြားလူကလဲ “ကောင်းတယ်”ဆို တာဟာ ဒါပဲလို့ သိတာပေါ့။ သူကလဲစားနေတာကိုး၊ ဒီတော့ ဟိုလူက မုန့်ကောင်းတယ်လို့ပြောတာ “ဒါပဲ၊ ငါကောင်းသလို သူလဲကောင်းတာကို

ပြောနေတာပဲ” လို့ ဒီလို သိနိုင်ပါတယ်။ အဲဒါလိုပါပဲ။ တရားအားထုတ်လို့ ကိုယ်တိုင်တွေ့ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ယခု ဘုန်းကြီးပြောတဲ့ တရား အရသာကို သိနိုင်ပါတယ်။ သဘောပေါက်နိုင်ပါတယ်။ ထိုင်းမှိုင်း ပျင်းရိနေလို့ တရားအားမထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ တရားမနာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကတော့ တရားအရသာကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ မသိရဘူး။ တရားအရသာကို မသိရတော့ တရားအရသာတွေမှ တစ်ဆင့်တက်ပြီးတော့ ရသွားမည့် မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာတွေကိုလဲ မရဘူးပေါ့။ ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်ကြီးနှင့် တွေ့ကြုံပါသော်လဲ ရသင့် ရထိုက်တဲ့ အဖိုးတန်ဆုံး တရားအမွေတွေမှ ဆုံးရှုံးပြီးသွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိတာက အချုပ်အနှောင်မိတာနဲ့ တူတယ်။ အချုပ်အနှောင် မခံကြပါနဲ့တဲ့ လောကမှာ အချုပ်အနှောင်ကျလို့ရှိရင် လွတ်မြောက်အောင် အင်မတန် အားထုတ်ကြရတယ်။ ဒီလိုပဲ ထိနမိဒ္ဓ တရားဆိုတဲ့ အချုပ်အနှောင်လဲ မခံရအောင် အချုပ်အနှောင်မှ လွတ်မြောက်အောင် အားထုတ်ဖို့ရာလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိမှု ပေါ်လာရင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပယ်ရမယ်။ ဒါကတော့ တရားအားထုတ်တဲ့ အခါမှ အသုံးချဖို့ပါပဲ။ တရားအားမထုတ်ပဲ အလွတ်နေတဲ့ အခါမှာတော့ ဒီလောက် အသုံးမကျလှဘူး။ အလွတ်မှာတော့ ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပယ်ဖို့ရာ ဒီလောက်အရေး မကြီးလှဘူး။ တရားအားထုတ်နေတဲ့ အခါကာလ အတွင်းမှာ ပျင်းလာလို့ရှိရင်တော့ အဲဒီ ပျင်းတာကလေးကို မှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။ ကဲ ဆိုရမယ်။

ထိုင်းမှိုင်း ပျင်းရိ ချုပ်နှောင်မိ၊ မှတ်သိ ပယ်ဖျောက်လေ-ဆို။

ပျံ့လွင့်မှု၊ ပူပန်မှု - ဥဒ္ဓစ္စ၊ ကုက္ကုစ္စ

ထိနမိဒ္ဓ-ပြီးတော့ ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စတဲ့၊ ဥဒ္ဓစ္စ-ပျံ့လွင့်မှု၊ ကုက္ကုစ္စ-ပူပန်မှု၊ ပျံ့လွင့်တယ်ဆိုတာ စိတ်တွေ တောင်ပြေး၊ မြောက်ပြေးနဲ့ ပြေးနေတာပါ။ ခုနက ဦးကေတုက ဟောသွားတယ်။ ဘုရားလက်ထက်တော် ကာလတုန်းက ကိုယ်တော်လေး တစ်ပါးဟာ မထေရ်ကြီးကို ယပ်ခတ်ပေးနေရင် စိတ်ကူးတွေ တောင်ရောက်မြောက်ရောက်နဲ့ ရောက်နေပုံကို ကြားလိုက်ရတယ် မဟုတ်လား၊ အဲဒီ ကိုယ်တော်လေးက စိတ်ကူးထဲမှာ လူထွက်ပြီးတော့ ကြက်မွေးလိုက်၊ ဆိတ်မွေးလိုက်နဲ့ အိမ်ထောင်လဲကျလို့၊ နောက်ဆုံးသူနီးရိုက်လိုက်တော့မှ မထေရ်ကြီးကို ရိုက်မိသွားလို့ စိတ်ကူးတွေ လွန်နေမှန်းသိသွားတယ်ဆို မဟုတ်လား၊ အဲဒါဟာ ပျံ့လွင့်တာပါ။ ကုက္ကုစ္စ-စိတ်ပူပန်မှုဆိုတာကတော့ ပြုမှားမိ ပြောမှားမိတာကလေးတွေ ပြန်တွေးပြီးတော့ စိတ်နှလုံးပူပန်နေတာပါ။ ပြောမှ ပြောမိလေတယ်၊ လုပ်မှ လုပ်မိလေတယ်၊ ငါ့မှားတာပဲဆိုပြီး အဲဒီလို ပူပန်နေတာမျိုးပါ။ အဲဒါကို ကုက္ကုစ္စ-လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒါတွေ ဖြစ်ပေါ်လာလို့ ရှိရင်လဲ ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပယ်ပါတဲ့။ အဲဒါတွေက ဘာနဲ့တူသလဲဆိုရင် သူ့ကျွန်ခံရတာနဲ့ တူတယ်တဲ့။ သူတစ်ပါး၏ ကျွန်ခံနေရလို့ ရှိရင် ကိုယ့်အခွင့်အရေးဆိုတာ ဘာမှမရှိတော့ဘူး၊ ကျွန်စနစ်ရှိတဲ့ ရှေးခေတ်တုန်းကပေါ့လေ။ အဲဒီ ရှေးခေတ်တုန်းက ငွေတစ်ကျပ်-နှစ်ကျပ် စသည်ဖြင့် သူ့အကြွေးကလေး မပေးနိုင်တာနဲ့လဲ ကျွန်အဖြစ် အသိမ်းခံရသတဲ့။ ကျွန်ဖြစ်နေတဲ့လူမှာ အရှင်သခင်ရဲ့ အလုပ်တွေကို လုပ်ရတယ်၊ သူ့ခိုင်းတာလုပ်၊ သူ့ထားရာမှာနေ၊ သူကျွေးတာစား ဒါပဲ။ ဘာမှ ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းလဲ မရှိဘူး၊ ကိုယ်သွား

သတ္တမအကြိမ်

ချင်ရာလဲ မသွားရဘူး၊ ကိုယ်စားချင်တာလဲ မစားရဘူး၊ ကိုယ်လုပ်  
ချင်တာလဲ မလုပ်ရဘူး၊ သူ့ကို အရှင်သခင်က အကုန်လုံးပိုင်နေတယ်၊  
အခိုက်အလှည့် မသင့်လို့ရှိရင် အရှင်သခင်က ရိုက်နှက်လို့လဲ သေရတာပဲ၊  
တရားလဲမစွဲနိုင်ဘူး၊ ရှေးတုန်းက အင်မတန်ကို မကောင်းတဲ့ စနစ်ပါဘဲ၊  
ယခုခေတ်မှာ ကျွဲ၊ နွားများလို ဖြစ်နေတာပေါ့လေ၊ ကျွဲတွေ၊ နွားတွေကို  
ပိုင်တဲ့လူက ရိုက်နှက်သတ်ဖြတ်နေလို့လဲ ဘယ်သူကမှ တရားမစွဲနိုင်ဘူး၊  
အဲဒီလိုပဲ ရှေးတုန်းက အောက်တန်းစား လူတွေကို ကျွန်အဖြစ်နဲ့  
အရှင်သခင်တွေက ပိုင်နေတဲ့ခေတ် ရှိခဲ့တယ်၊ အင်မတန်ကို ဆိုးဝါးတဲ့  
ခေတ်ပါပဲ။ ယခုတော့ အနောက်နိုင်ငံကပုဂ္ဂိုလ်တွေက ကျွန်ရယ်၊  
အရှင်ရယ် မရှိရအောင် ဥပဒေနဲ့ ပြုပြင်လာလို့ အဲဒီ ကျွန်စနစ်ဟာ  
ထင်ထင်ရှားရှား မရှိတော့ပါဘူး၊ အဲဒီကိစ္စအတွက် အနောက်နိုင်ငံက  
ပညာရှိတွေကို ကျေးဇူးတင်စရာ တော်တော်ကောင်းပါတယ်၊ ဒါပေမယ့်  
ယခုခေတ်မှာလဲ တချို့နိုင်ငံမှာ အုပ်ချုပ်တဲ့ လူတစ်စုက အရှင်သခင်  
ဖြစ်ပြီးတော့ တိုင်းသူပြည်သား အများက ခိုင်းတာလုပ်၊ ကျွေးတာစား၊  
ထားရာမှာနေရတဲ့ ကျွန်သဖွယ် ဖြစ်နေတာလဲ ရှိတယ်လို့ ပြောသံ  
ကြားရသေးတယ်၊ အဲဒါလဲ ကြားရတဲ့အတိုင်း ဟုတ်ရင်တော့  
ကြောက်စရာ ကောင်းတာပဲ၊ ယခုပြောနေတဲ့ ကျွန်စနစ်ကတော့  
ရှေးခေတ်က စနစ်ပါပဲ၊ အဲဒီ ရှေးခေတ်တုန်းက ဆိုလို့ရှိရင် ကျွန်ဟာ  
ဘာအခွင့်အရေးမှ မရှိဘူးတဲ့၊ ဒါလိုပဲ စိတ်ပျံ့လွင့်နေမယ် စိတ်ပူပန်နေမယ်  
ဆိုလို့ရှိရင် တရားတွေဟာလဲ မတိုးတက်နိုင်ဘူး၊ တရားအရသာတွေကို  
ဘာမှ မရနိုင်ဘူး၊ အခွင့်အရေးတွေ လုံးလုံးဆုံးရှုံးသွားပါတယ်တဲ့၊  
ဒါကြောင့်မို့ “ပျံ့လွင့် ပူပန်၊ သူ့ကျွန်ခံ၊ အမြန်ပယ်ဖျောက်လေ”ဆိုတဲ့  
ဆောင်ပုဒ်ကလေးကို ဒီမှာပေးထားတယ်၊ ကဲ-ဆိုရမယ်။

ပျံ့လွင့် ပူပန်၊ သူ့ကျွန်ခံ၊ အမြန်ပယ်ဖျောက်လေ-ဆို။

ယုံမှားမှု ဝိစိကိစ္ဆာ

ယခုနောက်ဆုံး နိဝရဏကို ရောက်လာပြီး နောက်ဆုံးနိဝရဏက  
 ဝိစိကိစ္ဆာတဲ့၊ နိဝရဏငါးပါးထဲမှာ ဝိစိကိစ္ဆာက နောက်ဆုံးပဲ။ ဝိစိကိစ္ဆာဆိုတာ  
 ယုံမှားဆိုပေမယ့် လောကရေးရာနဲ့စပ်ပြီး ယုံမှားတာကိုတော့ ဝိစိကိစ္ဆာလို့  
 မဆိုရဘူး။ ဥပမာ ဒီလမ်းကသွားရင် ကိုယ်ရောက်ချင်ရာ ရောက်မှာ  
 လေလား၊ မရောက်ဘူးလေလား၊ ဒီ လူ့ရဲ့အမည်က ဒီ အမည် ဟုတ်လေ  
 သလား၊ မဟုတ်ဘူးလေလား စသည်ဖြင့် ဒီလို လောကရေးရာနဲ့စပ်ပြီး  
 ယုံမှားတာကတော့ မဂ်ဖိုလ်ကို တားမြစ်တတ်တဲ့ နိဝရဏဝိစိကိစ္ဆာ  
 မဟုတ်ပါဘူး။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ အစစ်အမှန်တွေနဲ့ စပ်ပြီးတော့  
 ယုံမှားတာကမှ နိဝရဏဝိစိကိစ္ဆာ တဲ့။ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား အစစ်ကို  
 ဘုရားဟုတ်လေသလား၊ မဟုတ်လေသလား၊ အစရှိသည်ဖြင့် ယုံမှားမှုဟာ  
 ဝိစိကိစ္ဆာပါပဲ။ ဒီ ဝိစိကိစ္ဆာဟာ ဘာနဲ့တူသလဲဆိုရင် လမ်းနှစ်ခွရောက်  
 တာနဲ့ တူတယ်တဲ့။ ကုန်သည်တစ်ယောက်ဆိုပါတော့၊ ကုန်ဝယ်ရန်  
 ကိစ္စအတွက် ငွေထုပ်နဲ့ ကုန်ပစ္စည်းရမယ့် နေရာကို သွားရတယ်။ အဲဒီလို  
 သွားတာကို လူဆိုး၊ သူဆိုးတွေကလဲသိတော့ လက်နက်တွေနဲ့  
 နောက်ကလိုက်လာကြတယ်။ လူလစ်တဲ့နေရာ ရဲတွေအစောင့်တွေ  
 လစ်တဲ့နေရာ တောစခန်းကျတော့ရှိရင် လူဖို့ နောက်ကလိုက်လာကြတယ်။  
 အဲဒီလို လိုက်လာတာကိုသိရင် ရှေ့ကသွားနေတဲ့ကုန်သည်ဟာ အင်မတန်  
 ကြောက်မှာပေါ့။ ဒါကြောင့် အဲဒီကုန်သည်ဟာ ခပ်မြန်မြန်သွားရလိမ့်မယ်။  
 ပြေးတန်ရင် ပြေးရလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို လျင်လျင်မြန်မြန် အားထုတ်ပြီးတော့  
 လမ်းခွဲ လမ်းခွကို တွေ့ပါသတဲ့။ ဒီလမ်းကလဲ ရှေ့က မသွားဘူးတဲ့လမ်း  
 ဖြစ်နေတယ်။ ယခုတစ်ခါပဲ သူပြော လူပြောနဲ့ သွားရတဲ့လမ်း ဖြစ်နေတော့

လမ်းခွဲ လမ်းခွဲကိုတွေ့တဲ့အခါမှာ ဟိုဘက်လမ်း သွားရမလား၊ ဒီဘက်လမ်း သွားရမလား၊ လက်ယာဘက်လမ်း သွားရမလား၊ လက်ဝဲဘက်လမ်း သွားရမလား၊ လက်ယာဘက်လမ်းကို သွားရင် ဘေးအန္တရာယ် ကင်းတဲ့နေရာ မြန်မြန်ရောက်မလား၊ လက်ဝဲဘက် လမ်းကို သွားရင် ဘေးအန္တရာယ် ကင်းတဲ့နေရာ ရောက်မလားဆိုတာ သူကစဉ်းစား နေတယ်တဲ့။ ချီတုံချီတုံနဲ့ပေါ့လေ။ အဲဒီလို စဉ်းစားမနေဘဲနဲ့ တစ်ဘက်ဘက်လမ်းကို လိုက်သွားလို့ရှိရင် နောက်ကလိုက်လာတဲ့ ရန်သူတွေ မိမှာမဟုတ်ဘူး၊ ယခုတော့ မိလာပြီးတော့ ပစ္စည်းလဲယူ၊ လူလဲသတ် အကျိုးမဲ့ ဒုက္ခရောက်သွားပါသတဲ့။ အဲဒီ ဥပမာလိုပဲ တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ မသွားဘူးသေးတဲ့လမ်း၊ သွားရတာ နဲ့တူတယ်။ စဉ်းစားကြည့်ပေါ့။ တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ နိဗ္ဗာန်ကို ဘယ်ရောက်ဖူးလို့လဲ။ “အဂတိစီဆီ”လို့ ဟောထားပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ မရောက်ဘူးသေးသောအရပ်တဲ့ ဒီအပြင် လောကမှာ တော့ဖြင့် မရောက်ဘူးသေးတဲ့ အရပ်ရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ မမှတ်မိလို့သာ အရပ်အသစ် ထင်ချင်လဲထင်မယ်။ အမှန်မှာတော့ မရောက်ဖူးတဲ့ အရပ်ဟောင်းကြီးပဲ။ ဘယ်အရပ်မဆို ရောက်ဖူးတာဘဲ။ လူပြည်က နိုင်ငံတွေသာ မဟုတ်ဘူး။ နတ်ပြည်တွေရော၊ ဗြဟ္မာပြည်တွေရော၊ သုဒ္ဓါဝါသငါးဘုံကလွဲရင် မရောက်ဘူးတဲ့ အသစ်ဆိုတာမရှိဘူး။ ရောက်ဖူးတာချည်းပဲ။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ အရပ်ကတော့ တစ်ခါမှမရောက် ဘူးသေးဘူး။ မသွားရသေးဘူး။ ယခုမှသွားရတယ်။ ယခုမှသွားရတော့ လမ်းကလဲသိပြီသား မဟုတ်သေးဘူး။

မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားလို့ ဘုရားဟောတဲ့အတိုင်း ဆရာသမားတွေက ညွှန်ကြားတာကိုမှီပြီး အားထုတ်နေရတယ်။



ဘုန်းကြီးတို့က သတိပဋ္ဌာန်နည်းနဲ့ ညွှန်ကြားနေပါတယ်။ ဒွါရ (၆)ပါးက ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ရုပ်နာမ်တွေကို အမှတ်သတိကလေးနဲ့ လိုက်ပြီး ရှုနေရုံပဲလို့ ဘုန်းကြီးတို့က ညွှန်ကြားထားတယ်။ အမှတ်သတိကလေးနဲ့ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းကို လိုက်ပြီးတော့ ရှုနေရမယ်။ အကုန်လုံးကို မရှုနိုင်သေးရင် နည်းနည်းကစပြီး ရှုဖို့ နည်းပေးထားတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ဟောခဲ့တဲ့ ညွှန်ကြားခဲ့တဲ့အတိုင်း တပည့်ပရိသတ်တွေ အမြောက်အများ အားထုတ်ရာမှာ ရှုမှတ်လို့ အလွယ်ကူဆုံးပဲလို့ အသိအမှတ်ပြုပြီးတော့ အားလုံးလဲ တညီတည်းဖြစ်အောင်လို့ ဝမ်းဗိုက်က လှုပ်ရှားရုပ်ကိုပဲ စပြီးရှုဖို့ ဒါကိုဘဲ ဘုန်းကြီးတို့က ညွှန်ပြနေပါတယ်။ ဒီပြင်ဟာကိုလဲ စပြီးရှုနိုင် ပါတယ်။ ဒွါရ ၆-ပါးက ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာတာဆိုရင် ဘယ်ဟာမဆို ရှုနိုင်ပါတယ်။ ရှုကောင်းပါတယ်။ ဘယ်ဟာကိုရှုရ အတူတူပဲ။ မထူးပါဘူး။ ရှုနိုင်သိနိုင်လို့ ရှိရင် ဘာကိုပဲရှုရ မမှားပါဘူး။ မျက်စိက မြင်တာလဲစပြီး ရှုနိုင်တယ်။ နားကကြားတာလဲ စပြီးရှုနိုင်တယ်။ နှာခေါင်းက နံတာလဲ စပြီးရှုနိုင်တယ်။ လျှာက အရသာသိတာလဲ စပြီးရှုနိုင်တယ်။ ကိုယ်က အတွေ့အထိဆိုရင်လဲ ဘယ်အစိတ်အပိုင်းကပဲဖြစ်ဖြစ် ရှုနိုင်ပါတယ်။ ခေါင်းကရှုရ၊ ခြေထောက်ကရှုရ၊ ကိုယ်ကပဲရှုရ၊ အတွေ့အထိတွေ့ကို ဘယ်ကဖြစ်ဖြစ် ရှုနိုင်ပါတယ်။ ဒါတွေ အကုန်လုံး အမှန်တွေချည်းပဲ။ ရှုရမယ့်တရားကြီးပဲ။ စိတ်ကူး ကြံစည် စဉ်းစားတာကလဲ စပြီးတော့ ရှုနိုင်တာပဲ။ ခန္ဓာငါးပါး၊ တရားတွေဆိုရင် ဘယ်ဟာပဲရှုရ မှားတယ်လို့ ဘုန်းကြီးတို့က ဘယ်တော့ကမှ မပြောဘူး။ အမှန်တွေချည်းပဲ။ ဒါပေမယ့် အဲဒီအမှန်တွေထဲကစပြီး ရှုဖို့ရာ ဘုန်းကြီးတို့ ညွှန်ကြားနေတာကတော့ ဝမ်းဗိုက်ကဖောင်းလိုက်၊ ပိန်လိုက်နဲ့ တောင့်တင်းလှုပ်ရှားနေတဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကို စပြီးရှုဖို့ရာ ညွှန်ကြားနေပါတယ်။ ဖောင်းလာတာဟာ

ဘာလဲ၊ တောင့်တင်းလှုပ်ရှားတဲ့ ဝါယောဓါတ်ပဲ၊ ဝိနိကာဟာဘာလဲ၊ လှုပ်ရှားတဲ့ ဝါယောဓါတ်ပဲ၊ **ဝါယောဓါတ်** ဆိုတာ ဓါတ်ကြီးလေးပါးထဲက တစ်ခုပဲ၊ ဝိပဿနာရှုရင် ဘယ်ကစပြီး ရှုရမလဲဆိုတော့ သမထ အခြေခံမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် ဓါတ်ကြီးလေးပါးကစပြီး ရှုရမယ်တဲ့၊ အဋ္ဌကထာတွေက ပြထားတယ်၊ သမထအခြေခံမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဆိုရင်တော့ ဈာန်စိတ် နာမ်တရားကလဲ စပြီးရှုနိုင်ပါတယ်တဲ့၊ ဘုန်းကြီးတို့ ညွှန်ပြနေတဲ့ လမ်းစဉ်ကတော့ သမထအခြေခံမပါဘဲ ဝိပဿနာ သက်သက်ကစပြီး ရှုရတဲ့လမ်းစဉ် ဖြစ်ပါတယ်၊ အဋ္ဌကထာ တွေက ပြထားတဲ့အတိုင်း ဓါတ်ကြီးလေးပါးကစပြီး ရှုဖို့လိုပါတယ်၊ ဓါတ်ကြီး လေးပါးထဲမှာ **ပထဝီဓါတ်**ဆိုတာ ခက်မာကြမ်းတမ်းတဲ့ သဘောပဲ၊ ယခုလို လက်နဲ့ တစ်ခုခုကို စမ်းသပ်ကြည့်ပါ၊ မာမာကြမ်းကြမ်း နုနု တစ်ခုခုကို တွေ့နိုင်ပါတယ်၊ အဲဒါကလဲ စပြီးရှုနိုင်ပါတယ်။ **တေဇောဓါတ်** ဆိုတာ အပူအအေးအနွေးသဘောပါဘဲ၊ အဲဒါကလည်းစပြီးရှုနိုင်ပါတယ် အာပေါဓာတ်ဆိုတာ အရည်၊ အစိုသဘောပဲ၊ အဲဒါကလဲစပြီး ရှုနိုင် ပါတယ်၊ ထင်ရှားလို့ရှိရင် ရှုနိုင်တာချည်းပဲ။

### ထင်ရှားရာ လွယ်ရာ စပြီးရှု

#### ယထာပါကဋံ ဝိပဿနာဘိနိဝေသော-တဲ့။

ဝိပဿနာဘိနိဝေသော၊ ဝိပဿနာကိုစ၍ နှလုံးသွင်းခြင်း၊ အားထုတ်ခြင်းသည်၊ ယထာပါကဋံ၊ ထင်ရှားသော တရားစဉ်အတိုင်း။ ဟောတိ-ဖြစ်၏-တဲ့၊ **ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မဟာဋီကာ**က ပြထားပါတယ်၊

သတ္တမအကြိမ်

ဝိပဿနာရှုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ထင်ရှားတာကစပြီး ရှုပါတဲ့၊ ထင်ရှားရာ လွယ်ရာကစပြီး ရှုပါတဲ့၊ မထင်ရှားတဲ့ တရားတွေ ခက်တာတွေကစပြီး မရှုပါ နဲ့တဲ့၊ ဒါမှ မြန်မြန်ပြည့်စုံမှာ၊ စာသင်ရတာနဲ့ တူပါတယ်၊ စာသင်ရင် လွယ်တာကစပြီးသင်ရတယ်၊ အခက်ဆုံးကစပြီးသင်ရင် ဘယ်ဖြစ်မလဲ၊ ကျောင်းရောက်လာခါစရှိသေး၊ အင်မတန်ခက်တဲ့ ပဋ္ဌာန်းတရားတွေကစပြီး သင်တယ်ဆိုပါတော့ ဘယ်တတ်လိမ့်မှာတုန်း၊ မတတ်နိုင်ဘူး၊ လောကီ ဘက်က ဆိုရင်လဲ အင်မတန်ခက်တဲ့ ဘာသာရပ်ကစပြီး သင်လို့ရှိရင် ကလေးသူငယ်တွေ ဘယ်တတ်လိမ့်မှာတုန်း၊ မတတ်နိုင်ဘူး၊ လွယ်လွယ် ကလေးကစပြီး သင်ရတယ် အဲဒါလိုပဲ တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ အလွယ်ဆုံးကစပြီး သင်ရတယ်၊ အဲဒါလိုပဲ တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တွေလဲ အလွယ်ဆုံးကစပြီး အားထုတ်ရတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားကလဲ အလွယ်ကလေးတွေ ဟောထားပါတယ်၊ မနေ့ကဘဲ ထုတ်ပြီးတော့ ဟောခဲ့သေးတယ်၊ ဣရိယာပုတ် လေးပါးကိုရှာပါတဲ့။

သွားလျှင် သွားဇာယံမှစ၍

ဂစ္ဆန္တောဝါ-သွားသည်ရှိသော်လည်း၊ ဂစ္ဆာမိတိ-သွားသည်ဟူ၍ ပဏနာတိ-သိ၏၊ သွားရင်သွားတယ်လို့ သိရမယ်တဲ့၊ ဒါပါပဲ၊ သွားရင် သွားတယ်လို့ သိရမယ်ဆိုတာ ဘာခက်လဲ၊ ဘာမှမခက်ဘူး၊ မခက်တော့ ဒါကို တချို့က တရားမဟုတ်ဘူးလို့ ထင်နေကြတယ်၊ ဘုရားဟော သွားလို့သာပေါ့၊ ဘုရားဟောမဟုတ်လို့ရှိရင် ဒီဟာကို အကုန်လုံး တောင်ပယ်ပစ်လိမ့်ဦးမယ်၊ ဘုရားဟောတာတောင်မှ “ဒီလိုကမဟုတ် သေးဘူး၊ ဟိုလိုက မဟုတ်သေးဘူး”ဆိုပြီး အညွှန် တက်လိုက်ချင်ကြ

သတ္တမအကြိမ်

သေးတယ်၊ ဘာနဲ့တူသလဲဆိုရင်တော့ နငယ်ကို အမြီးဆွဲတဲ့ အယ်ဒီတာနဲ့ တူနေပါတယ်။ ပြင်စရာက မရှိတော့ နငယ်ကို အမြီးကလေး တိုနေသေး တယ်ဆိုပြီး ပြင်လိုက်သတဲ့။ အဲဒါလိုပဲ၊ ဂစ္ဆန္တော ဝါ-သွားသည်ရှိသော် ဆိုရာမှာ သွားတာကို သွားတယ်လို့ရှုရင် ခြေထောက်ကားယား၊ ကိုယ်ကား ယားနဲ့ ဖြစ်နေမှာပေါ့။ ဒါ ပညတ်တွေပဲ။ ပရမတ် မဟုတ်သေးဘူး ဆိုပြီးတော့ ပြင်ကြသေးတယ်။ အဲဒါ နငယ်ကို အမြီးဆွဲတာပါပဲ။ ဘုရား ဟောထားတာပဲ။ ပြင်စရာမလိုပါဘူး။ ပရမတ် ရုပ် နာမ်တွေကို တွေးဆပြီး ရှုသင့်ရင် မြတ်စွာဘုရားက တစ်မျိုးပြင်ပြီး ဟောမှာပေါ့။ ဘယ်နှယ်တုံး ဆိုရင် ဂစ္ဆန္တော ဝါ နာမရူပန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဂစ္ဆန္တော ဝါ-သွားသည်ရှိသော် လည်း၊ နာမရူပန္တိ-နာမ်ရုပ်ဟူ၍၊ ပဇာနာတိ-သိ၏-လို့ ဒီလိုပြင်ပြီး ဟောခဲ့မှာပေါ့။

ယခု မြတ်စွာဘုရားဟောခဲ့တဲ့ သတိပဋ္ဌာန်သုတ်မှာ အဲဒီလိုမှ ပြင်ပြီးမဟောခဲ့တာဘဲ။ အမှန်ဟောခဲ့တာကတော့ ဂစ္ဆန္တော ဝါ-သွားသည် ရှိသော်လည်း၊ ဂစ္ဆာမိတိ-သွားသည်ဟူ၍၊ ပဇာနာတိ-သိ၏-လို့ ဒီလိုသာဟောခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါကို မနေ့ကလဲ ရှင်းပြောခဲ့ပြီးပါပြီ။ လယ်တီ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက

**အနတ္တဒီပနီကျမ်းမှာ-**

“သွားခြင်း ဣရိယာပုတ်၌ ခြေလှမ်းတိုင်း ခြေလှမ်းတိုင်း ငါသွား၏ ငါသွား၏-ဟု ခြေ၌တည်သောစိတ်ကို ဖြစ်စေ၍ သွားရမည်။ ခြေတစ်လှမ်းမျှ အမှတ်တမဲ့ မလှမ်းမိစေနဲ့” စသည်ဖြင့်-

ညွှန်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီမှာ ငါသွား၏ ငါသွား၏-လို့ ရှုပုံကိုပြတာ သတ္တမအကြိမ်

ကတော့ ဂစ္ဆာမိတိ-ဆိုတဲ့ ပါဠိတော်အတိုင်း အတိအကျ ပြထားတာပါပဲ။ ဘာမှညာဏ်ကွန်ပြီး ထွင်ထားတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ငါသွား၏ ငါသွား၏ လို့ အဲဒီလိုမှတ်နေပေမယ့် သမာဓိဉာဏ် ရင့်လာတော့ သွားတယ် ဆိုတာဟာ သွားချင်တဲ့ စိတ်ကြောင့် လှုပ်ရှားရပ်တွေ ဖြစ်ပျက်နေတာပဲလို့ ဒီလိုအမှန်အတိုင်း သိနိုင်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ အဲဒီလောက်တောင် ရှည်ရှည်ကြီး အမှတ်မခိုင်းပါဘူး။ သွားရင် သွားတယ်၊ သွားတယ်လို့မှတ်၊ ဒီလိုမှ မဟုတ်ရင်လဲ လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်လို့မှတ် ဒီလိုမှ မဟုတ်ရင်လဲ ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်လို့မှတ်၊ ဒီလိုရှုပ်ကလေးတွေ ပေးထား ပါတယ်။ အဲဒါဟာ အလွယ်ဆုံးပဲ။ လိုရင်းကတော့ သွားတာကလေး သိနေရုံပါပဲ။ ထင်နေတဲ့အခါကျတော့လဲ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်လို့လဲ မှတ်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို ထိုင်တယ်လို့ချည်း တစ်မျိုးတည်း မှတ်နေရတော့ တချို့မှာ စိတ်ကသိပ်မဝင်စားဘဲလဲ ရှိနေတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့က ထင်ထင်ရှားရှားနဲ့ လွယ်လွယ်ကူကူလဲ မှတ်နိုင်ပြီး အပြောင်းအလွဲရှိတဲ့ ရုပ်အမူအရာကို ရှုမှတ်ဖို့လဲ ညွှန်ပြနေပါတယ်။ အဲဒါက ဘာလဲဆိုရင် ဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းလိုက် ပိန်လိုက်နဲ့ လှုပ်ရှားနေတဲ့ ရုပ်ပါပဲ။ ဖောင်းခိုက် ပိန်ခိုက်မှာ “ဖောင်းတယ်-ပိန်တယ်”လို့ ဒါကလေးနှစ်မျိုးကို အမှတ်ခိုင်းနေပါတယ်။ အဲဒါကို ရှုမှတ်နေလို့ရှိရင် ဝိပဿနာဖြစ်တယ်လို့လဲ ဟောနေပါတယ်။ ဒီတော့ တရားနာတဲ့ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ အားထုတ်ခါစ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်”လို့ မှတ်ရုံနဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်တယ်ဆိုတာ ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါ မည်လားလို့ ယုံမှားတွေးတောမိတတ်တယ်။ တွေးတောမှာပေါ့။ သူက ဒီလမ်းကို သွားမှမသွားဘူးသေးဘဲဟာကိုး၊ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်တယ်ဆို တာကိုလဲ သူက ဘာမှ မသိသေးဘူး။ ဆရာများက ဖြစ်တယ်ပြောလို့သာ

သူက ယုံကြည်ပြီးတော့ အားထုတ်နေရတာကို၊ ရုပ်နာမ်တွေလဲ ကွဲလာပါလိမ့်မယ်လို့ ဆရာများက ပြောပေမယ့် သူ့မှာတော့ မကွဲသေးဘူး၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောတွေလဲ သိပါလိမ့်မယ်လို့ ဆရာများက ပြောပေမယ့် သူကတော့ မသိသေးဘူး၊ မသိသေးတော့ သူက စဉ်းစားနေတတ်တယ်။ “ဒီလိုရှုနေရုံနဲ့ ဝိပဿနာဖြစ်တယ်ဆိုတာ ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါ့မလား၊ ရုပ်နာမ်တွေ ကွဲပြီးတော့ သိတယ်ဆိုတာ ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါ့မလား အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောတွေ သိတယ်ဆိုတာ ဟုတ်မှဟုတ်ပါ့မလား”လို့ တွေးတောစဉ်းစား နေတတ်တယ်။ အဲဒါဟာ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ လမ်းနှစ်ခွက်ကို ရောက်နေတာပါပဲ။ လမ်းနှစ်ခွက်ရောက်လာတော့ စဉ်းစားနေပြီ။ စဉ်းစားနေတော့ သူက တရားကို အားမထုတ်တော့ဘူး၊ အားမထုတ်တော့ မရှုမမှတ်မိဘဲ လွတ်နေတဲ့ စိတ်တွေမှာ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ သတိအစောင့်အရှောက် ကင်းနေပါရော၊ ဝိပဿနာဉာဏ် ကင်းနေပါရော၊ ဒါကြောင့် သူဟာ အဲဒီအခိုက်မှာ အရိယာနေအိမ်မှာ မနေရဘူး၊ ပုထုဇဉ်နေအိမ် ပြန်ရောက်နေတယ်။ ဘေးရန်အန္တရာယ်တွေ မလုံခြုံဘဲ ဖြစ်နေတာပေါ့။ ခုနက ဝတ္ထုကြောင်းနဲ့ ပေါ်ပြခဲ့တဲ့အတိုင်း သင်္ကန်းမှာ စွဲလမ်းပြီးသေလို၊ သန်းဖြစ်သွားသလို အာရုံတစ်ခုခု စွဲလမ်းပြီး အဲဒီအခိုက် သေသွားလိုရှိရင် အပါယ်လေးပါးလဲ ကျသွားနိုင်တယ်။ အဲဒါဟာ လမ်းနှစ်ခွက်မှာ စုံစမ်းဆင်ခြင်ပြီး တွေးတောနေတဲ့ ကုန်သည်ဟာ နောက်က ရန်သူတွေ မိလာပြီးတော့ ပစ္စည်းလဲယူ။ လူလဲအသတ်ခံရ သလိုပါပဲတဲ့။ “ဒီလိုရှုတာ ဟုတ်လေသလား၊ မဟုတ်လေသလား”လို့ စဉ်းစားပြီး တရားအားမထုတ်ဘဲနေရင် တရားက မတိုးတက်ဘူး၊ မတိုးတက်တော့ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို မရောက်ဘူး၊ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို မရောက်ဘဲနေတော့ အပါယ်လေးပါက မလွတ်ဘူးပေါ့။

အပါယ်လေးပါးကိုလဲ ကျရမယ်၊ အိုရမယ်၊ နာရမယ်၊ သေရမယ်၊ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲတွေနဲ့လဲ တွေ့ရမယ်၊ အဲဒီလိုတွေ့ပြီး အကျိုးမဲ့တွေ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်တဲ့၊ ဒါကြောင့်မို့ လမ်းနှစ်ခွနဲ့တူတဲ့ ယုံမှားမှုကို တွေ့လို့ရုံရင် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ပါတဲ့ ကဲ-ဆိုကြဦးနို့။

ယုံမှားဒွိဟ၊ လမ်းနှစ်ခွ၊ တွေ့က ပယ်ဖျောက်လေ-ဆို။

ဒီ နီဝရဏ တရားတွေက ဟောမယ်ဆိုရင် ဟောစရာအကွက် တွေအများကြီး ကျန်ပါသေးတယ်၊ သို့သော် ဟောဖို့အချိန်က နာရီဝက် လောက်ပဲရှိတော့တယ်၊ ရှေ့လဲပြောစရာတွေ အများကြီးရှိသေးတယ်၊ ဒီတော့ နီဝရဏ တရားငါးပါးကို ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်ဆိုတာကိုသာ အတိုချုပ် မှတ်ထားကြပါတော့၊ ဒါတွေကို အကုန်လုံး ပယ်နိုင်တဲ့အခါမှာ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ပါတယ်၊ နီဝရဏဆိုတာ ဘာဝနာကို တားမြစ်တတ်တယ်တဲ့၊ တံခါးရွက်ကြီးနဲ့ ပိတ်လိုက်သလိုပဲ တားမြစ်တတ်တယ်၊ ဘာနဲ့တူသလဲဆိုတော့ တံခါးပေါက်တစ်ခုမှာ ဝင်ရင်လဲ တစ်ယောက်ချင်း ဝင်နိုင်တယ်၊ ထွက်ရင်လဲ တစ်ယောက်ချင်းပဲ ထွက်နိုင်တယ် ဆိုပါတော့၊ အဲဒီလို တံခါးပေါက်မှာ ဝင်တဲ့လူတွေကသာ မပြတ်ဝင်နေရင် ထွက်ချင်တဲ့ လူတွေက မထွက်ရဘူး၊ ထွက်တဲ့ လူတွေကသာ မပြတ်ထွက်နေရင်လဲ ဝင်ချင်တဲ့သူတွေက မဝင်ရဘူး၊ တနည်း ဥပမာကတော့ လူတစ်ယောက်သာ လျှောက်လောက်တဲ့ တံတား ကလေး ဆိုပါတော့၊ အဲဒါ ဟိုဘက်ကလူတွေ အဆက်မပြတ်လာနေရင် ဒီဘက်လူတွေ မသွားရဘူး၊ ဒီဘက်လူတွေ အဆက်မပြတ် သွားနေရင်လဲ ဟိုဘက်လူတွေ မလာရဘူး၊ အဲဒါလိုပဲ စိတ် ဆိုတာ တစ်ခုချင်းဖြစ်ရတယ်၊

သတ္တမအကြိမ်

တစ်ခုချင်းဖြစ်နိုင်တယ်။ ကုသိုလ်စိတ် မဖြစ်ဘူး၊ အကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်နေတဲ့အခါလဲ အကုသိုလ်စိတ်ပဲဖြစ်တယ်။ ကုသိုလ်စိတ် မဖြစ်ဘူး၊ ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ် နှစ်ခုပျဉ်းပြီးတော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ အဲဒီတော့ ရှုမှတ်တဲ့ ဘာဝနာစိတ်က အမြဲမပြတ် ဖြစ်နေရင် အကုသိုလ်တွေပဲ ဖြစ်နေတယ်။ အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်ဘူး၊ မရှုမမှတ်ဘဲနေတဲ့ အခါမှာဆိုရင် အများအားဖြင့် အကုသိုလ်တွေပဲ ဖြစ်နေတတ်တယ်။

ဒါကြောင့် နီဝရဏ အကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်နေတဲ့ အခါ မှာဆိုရင် ရှုမှတ်မှု ကုသိုလ်တွေ ကင်းနေတယ်တာပဲ။ ကာမတ္တန္တု-နှစ်သက် မှုတွေ ဖြစ်နေမယ်။ ဗျာပါဒ-စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုးနေမယ်။ ဝိစီကီတ္တု-ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါ့မလားလို့ စဉ်းစားတွေးတော နေမယ်ဆိုရင် အဲဒီအချိန်မှာ ရှုမှတ်မှုတွေ ကင်းနေတယ်။ ဘာဝနာတွေကင်းနေတယ်။ “ဟေ့-ဘာဝနာ တွေ၊ မင်းတို့ မဖြစ်နဲ့ဦးကွာ” မဆိုပေမယ့် ဆိုသလိုပဲ။ နီဝရဏ တရားတွေ က သူတို့ချည်း အခွင့်အရေးယူပြီးတော့ ဖြစ်နေကြတယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့ကို နီဝရဏတရားတွေလို့ ဆိုရတာ။ ဒီနီဝရဏ တရားတွေ မကင်း သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး စိတ်ဟာ မစင်ကြယ်သေးဘူး၊ ဘာစင်ကြယ် လိမ့်မတုန်း၊ ဒီက တစ်ချက်၊ နှစ်ချက်လောက် ရှုလိုက်ရင်း ဟိုက နီဝရဏ တစ်ခုခုက ဝင်ဖြစ်လိုက်ရင်း၊ ဒီကတစ်ခါ ရှုလိုက်ပြန်ရင်း၊ ဟိုက နီဝရဏ တစ်ခုခုက ဝင်ပြီး ဖြစ်လိုက်ပြန်ရင်းနဲ့ ဒီလို ရောယှက်နေတာ။ အဲဒါကို တရားအားထုတ်ဖူးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှ ပိုသိတယ်။ အားမထုတ်ဘူးသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ဒါနု၊ သီလ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေပြုလိုက်၊ ဘုရား ဝတ်ပြုလိုက်၊ ဘုရားရှိခိုးလိုက်၊ ပရိတ်ကလေး၊ ဘာကလေး ရွတ်ဖတ် လိုက်နဲ့ ဒီလို နှလုံးသွင်းနေတော့ “ငါ့စိတ်တွေက သိပ်ကောင်းနေတာပဲ။ တရားအားထုတ်စရာ မလိုပါဘူး”လို့ တချို့က ဒီလိုလဲ အောက်မေ့နေ



တတ်တယ်။ အဲဒီ လူကို တရားအားထုတ်ဖို့ရာ တိုက်တွန်းလို့ရှိရင် “ဟာ-မလိုပါဘူး၊ ကျုပ်စိတ်က ကောင်းနေတာပဲ။ ဘာမှ မကောင်းတာ မလုပ်ဘူး၊ ဘယ်သူ့ကိုမှ မကောင်းအောင်မလုပ်ဘူး၊ ဘယ်သူ့ကိုမှ မကောင်းအောင် မကြံဘူး၊ ကျုပ်စိတ်က အမြဲတမ်းစင်ကြယ်နေတာပဲ” လို့ ဒီလိုလဲ ပြောတတ်ကြတယ်။ ဒါပေမယ့် တရားအားထုတ်ကြည့်မှ သိတယ်။ ဘုန်းကြီး မော်လမြိုင်မှာ နေတုန်းက ဒကာမတစ်ယောက် ကျောင်းလာ ပြီးတော့ သီလရှင် ဧရပ်မှာနေပြီး တရားအားထုတ်တယ်။ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာကစပြီး ဖြစ်တိုင်း၊ ဖြစ်တိုင်းတွေကို မှတ်ဖို့ရာ ဘုန်းကြီးက ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးထားတယ်။ အဲဒီပေးထားတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်နေရင်း သူက ဘာပြောသလဲဆိုတော့ တပည့်တော်မစိတ်တွေ ယခုမကောင်းဘူး ဘုရားတဲ့။ အိမ်တုန်းက တပည့်တော်မစိတ်ဟာ အမြဲတမ်းကောင်းနေ ပါတယ်။ အိမ်တုန်းကဘာမှ မကောင်းတဲ့စိတ် မရှိပါဘူး။ စိတ်က အမြဲတမ်း ကောင်းပြီး စင်ကြယ်နေပါတယ်တဲ့။ ယခု တရားလာပြီး အားထုတ်မှ စိတ်တွေက မကောင်းတာတွေ ဖြစ်လိုက်တာ မပြောပါနဲ့တော့။ သူတို့ကို သွားတိုင်း၊ သွားတိုင်း၊ လိုက်ပြီး မှတ်နေရတော့တာပါပဲ ဘုရားလို့ သူက ဒီလိုပြောတယ်။ သူက စိတ်အကြောင်း မသိဘဲဟာကို။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးက အားပေးရတယ်။ ဟာ ဒကာမကြီး၊ ဒါက ကောင်းတာ။ အိမ်တုန်းက ကိုယ့်စိတ်ကို ရှုမှမရှုဘဲ၊ မရှုလို့မသိဘဲ ဖြစ်နေတာ ကောင်းတာဖြစ်လဲ မသိဘူး၊ မကောင်းတာဖြစ်လဲ မသိဘူး။ ဒါကြောင့် ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကောင်းတယ်လို့ အောက်မေ့နေတာ၊ ယခုတော့ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း လိုက်ပြီးတော့ရှုမှတ်ပြီး စစ်ဆေးနေတာ။ ဒီတော့ မကောင်းတာကလေး တစ်ခုဖြစ်လိုက်၊ ရှုလိုက် ရှုပြီးသိလိုက်၊ မကောင်း တာလေး တစ်ခုဖြစ်လိုက်၊ ရှုပြီးသိလိုက်နဲ့ ဒီလိုပဲ သိနေတာ။ အဲဒါကို သတ္တမအကြိမ်

ပြောင်းပြန် ဥပမာပြရရင် အဝတ်တစ်ခုဟာ မဲနေတယ်ဆိုပါတော့၊ မီးဖိုချောင်ထဲမှာ သုံးတဲ့လက်နွီးစုတ်ဟာ အိုးမဲတွေ၊ ဆီချေးတွေနဲ့ မဲပေနေတယ်။ အဲဒီအဝတ်အမဲပေါ်မှာ အမဲစက်တစ်ခု ကျသွားပေမယ်လို့ ဘယ်ထင်ရှားလိမ့်မတုန်း၊ သူက အစကတည်းက မဲနေပြီးသားဟာကိုး၊ ဘာမှ မထူးဘူး၊ အမဲကွက်ထပ်ပြီး စွန်းမှန်းမသိရဘူး၊ အဲဒါလိုပဲသတိမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့စိတ်က သူ့ဟာစင်ကြယ်အောင် လုပ်နေတာမှ မဟုတ်ဘဲ၊ ဒီတော့ မကောင်းတာကို စိတ်ကူးယဉ်လဲ သူ့မှာ စိတ်ကူးတာကတော့ ရှိမှာပဲ၊ နှစ်သက်လိုချင်တာ၊ သာယာတာရှိမှာပေါ့၊ မရှိပဲ ဘယ်နေလိမ့်မတုန်း၊ ရဟန္တာမှမဟုတ်ဘဲ၊ နှစ်သက်လိုချင်ဦးမှပေါ့၊ စိတ်မချမ်းသာစရာကလေးကိုတွေ့လိုရှိရင်လဲ ပျက်မှုဟာ ရှိမှာပေါ့၊ မရှိပဲ ဘယ်နေလိမ့်မတုန်း ရှိပါတယ်။ ကိုယ်ကမရှုလို့ မသိတာဘဲ၊ တရားအားထုတ်နေတဲ့ အခါကာလကျတော့ အညစ်အကြေး စိတ်ကလေးဖြစ်ရင် ချက်ချင်းသိတာ၊ ဘာနဲ့တူသလဲဆိုလို့ရှိရင် အင်မတန်ဖြူစင်နေတဲ့ လက်ကိုင်ပုဝါကလေးဆိုပါတော့၊ အဲဒီ ပုဝါကလေးထဲမှာ အညစ်အကြေး တစ်ခုကျလိုက်ရင် အဲဒါကို ထင်ရှားသိတာပဲ၊ အရောင်ကလေး အိုသွားလိုက်တာ မပြောပါနဲ့တော့၊ ကြည့်လိုက်မကောင်းတော့ဘူး၊ အဲဒါလိုပဲ စင်ကြယ်နေတဲ့ ဘာဝနာစိတ်အစဉ်ထဲ ဝင်ပြီးတော့ ကာမစ္ဆန္ဒ-နှစ်သက်မှုကလေး ဖြစ်လိုက်ရင် အဲဒါကို သိတော့တာပါပဲ၊ ဟိုသွားလိုက်၊ ဒီသွားလိုက်နဲ့ သွားနေတဲ့ စိတ်ကလေးကို သိတာပါပဲ၊ ဗျာပါဒ-ဒေါသကလေး ဖြစ်လိုက်ရင်လဲ သိတော့တာပဲ၊ ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်ကြည့်မှ မိမိစိတ်ဟာ ကောင်းတယ် မကောင်းဘူးဆိုတာ သိနိုင်ပါတယ်။

ရွှေဆိုတာက သူ့သက်သက်ချည်းကြည့်ရင် ကောင်းတယ် လို့ချည်း ထင်ရတယ်၊ မှတ်ပေါ်တင်ကြည့်မှ သူ့ဟာ အရည်မီသလား၊

မမိဘူးလားဆိုတာ သိရတယ်။ အဲဒါလိုပါပဲ စိတ်ဆိုတာ အားထုတ်ကြည့်မှ သေသေချာချာ သိနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို တခြားတစ်ပါး၊ ပြေးသွားချင် တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်နေတာဟာ စိတ်မစင်ကြယ်တဲ့ အခြေအနေပါပဲ။ ရှုမှတ် ဖန်များတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီစိတ်အညစ် အကြေးတွေကင်းပြီး စင်ကြယ် လာပါတယ်။ အဲဒါကို တရားအားထုတ်တဲ့သူ ကိုယ်တိုင်တွေ့ပါတယ်။

**စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ** ဖြစ်တယ်။ စိတ်စင်ကြယ်တယ်ဆိုတာ တကယ့်ကို စင်ကြယ် နေတာ။ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်းဟာ စင်ကြယ်တဲ့ မှတ်စိတ်ချည်းပဲ။ ရှေ့စိတ်လဲ မှတ်စိတ်၊ နောက်စိတ်လဲမှတ်စိတ်၊ သူ့နောက်စိတ်လဲ မှတ်စိတ်၊ သူ့နောက် စိတ်လဲ မှတ်စိတ်၊ တစ်ခါတည်း တစ်စဉ်တစ်တန်းကြီး ငါးမိနစ်လောက် ဆက်မှတ်နေရင် ငါးမိနစ်လုံး၊ (၁၀)မိနစ်၊ မိနစ်(၂၀)လောက် ဆက်မှတ်နေရင် (၁၀)မိနစ်၊ မိနစ်(၂၀)လုံး မှတ်စိတ်ချည်းပဲ။ ခုနက ပြောခဲ့သလို ပြေးသွားစိတ်တွေ မရှိဘူး။ နှစ်သက်တဲ့စိတ်တွေ ဝင်မလာဘူး။ စိတ်ဆိုး စိတ်ပျက်လဲ ဝင်မလာဘူး။ ပျင်းရိတဲ့စိတ်လဲ ဝင်မလာဘူး။ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်လဲ ဝင်မလာဘူး။ ယုံမှားတွေးတော့တဲ့ စိတ်လဲဝင်မလာဘူး။ ရှုမှတ်တဲ့ စိတ်ချည်းပဲ မပြတ်ဖြစ်နေတယ်။ ပုတီးစိပ်ရာမှာ တစ်လုံးပြီး တစ်လုံး ပုတီးစေ့ကလေးတွေ ကျသွားနေသလိုပဲ မှတ်စိတ်ချည်း စင်ကြယ်နေတယ်။ အဲဒီလို စင်ကြယ်နေတာကို **စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ** ခေါ်တယ်။ အဲဒီ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်တာကို တချို့က မသိကြဘဲဟာကိုး။ အဲဒီလို မသိကြတော့ ဈာန်ရမှ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိက **သမထ-ပဗန္ဓသမာဓိ** ခေါ်တယ်။ ဈာန်စိတ်ချည်း အစဉ်အတန်းလိုက် မပြတ်ဖြစ်ပြီး စိတ်စင်ကြယ်နေတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒီဝိပဿနာ သက်သက်နဲ့ဖြစ်တဲ့ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိကတော့ **ဝိပဿနာခဏိက သမာဓိ**ခေါ်တယ်။ ဝိပဿနာဖြစ်ခိုက် ဖြစ်ခိုက်မှာ စိတ်စင်ကြယ်နေတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ နီဝရဏကင်းပြီး စိတ်စင်

ကြယ်ပုံကတော့ အတူတူပါပဲ။ အဲဒီလို စိတ်စင်ကြယ်တဲ့ အခါကာလမှာ ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေကို ပိုင်းခြားပြီးတော့ သိပါတယ်။ ရုပ်တရား နာမ်တရား ဆောင်ပုဒ်ကလေးတွေ အကုန်ပြောနိုင်ဖို့ ရာတောင် အချိန်မရှိတော့ဘူး။ အချိန်က တော်တော်ကုန်သွားပြီ။ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေကို ပိုင်းခြားသိပုံကို ဖောင်းတာ ပိန်တာနဲ့ပဲ ပြောရ တော့တယ်။

### အားထုတ်ကြည့်ရင် ကြိုက်မယ်

ဘုန်းကြီးတို့ တရားအလုပ် လမ်းစဉ်က ဖောင်းတာပိန်တာ စပြီး ညွှန်ပြထားတော့ အဲဒီကစပြီး ပြောရမယ်။ သူများက ကြိုက်သည် ဖြစ်စေ၊ မကြိုက်သည်ဖြစ်စေ၊ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ ဒါကပဲ စပြီးပြောရမယ်။ တကယ်အားထုတ်ကြည့်တဲ့ အခါကျတော့ အကုန်လုံးပဲ ကြိုက်ကြပါတယ်။ တချို့များ အစတုန်းက ဖောင်းတာ ပိန်တာ မှတ်ပုံကို အမြဲတမ်း အပြစ်ပြောနေတယ်။ ဒါပေမယ့် သူ့မိတ်ဆွေတွေက အတင်းဆွဲခေါ်လာလို့ တရားအားထုတ်မိတော့ ကြိုက်လိုက်တာမှ မပြောနဲ့တော့။ ရှေးတုန်း ကသူနဲ့အတူ ဒီတရားကို အပြစ်ပြောဘက်ဆိုဘက်ဖြစ်တဲ့ သဘောတူ ပုဂ္ဂိုလ်တောင် ပြန်ပြီးအပြစ်တင်သေးတယ်။ ဒီသတိပဋ္ဌာန် အမှတ်တရားဟာ တကယ်အားထုတ်ကြည့်ရင် ကြိုက်ရမှာချည်းပါပဲ။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ တကယ့်သဘာဝတရားတွေကို တွေ့ရလို့ပါပဲ။ မီးဆိုတာ ကိုင်ကြည့်ရင် ပူတယ်ဆိုတာကို လူတိုင်းလူတိုင်းသိတယ်။ ရေခဲကိုင်ကြည့်ရင် အေးတယ်ဆိုတာကို လူတိုင်းလူတိုင်း သိတယ်။ သကြားချိုတယ်ဆိုတာ လူတိုင်းလူတိုင်း လျှာပေါ်တင်ကြည့်ရင် သိတာပဲ။ ဆားငန်တယ်ဆိုတာ

လျှာပေါ်တင်ကြည့်ရင် သိတာပဲ။ တရားဟာလဲပဲ ဟုတ်သလား၊ မဟုတ်ဘူးလားဆိုတာကို ကိုယ်တိုင် အားထုတ်ကြည့်ရင် ကိုယ်တိုင် တွေ့ပြီး ကိုယ်တိုင်သိတာပေါ့။ ကောင်းတာ မကောင်းတာကို သူများအပြောနဲ့ ယုံလို့ ဘယ်ဖြစ်မလဲ။ တရားကသေသေချာချာ သိရတာပါ။ အဲဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ပြုနေတဲ့ တရားလုပ်ငန်းက ဖောင်းတယ်။ ပိန်တယ်လို့ မှတ်ရတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ပြုနေတဲ့ တရားဆိုတာကလဲ ယခုနေအခါမှာ ဘုန်းကြီးတို့က ခေါင်းဆောင်ပြီး အထင်အရှားဟောနေလို့ ပြောရတာပါ။ အမှန်တော့ မြတ်စွာဘုရားဟောခဲ့တဲ့ တရားတော်ပါပဲ။ ဖောင်းတယ်ဆိုတာ ခုနက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ခန္ဓာငါးပါးထဲ ရုပ်ခန္ဓာ ရုပ်တရားပဲ။ ရုပ်ထဲမှာလဲ ဝါယောဓါတ်ပဲ။ ဝါယောဓါတ် ဆိုတာဟာ လက္ခဏာအားဖြင့် ဝိတ္ထုန္တ လက္ခဏာရှိတယ်။ ထောက်ကန်ခြင်း၊ လက္ခဏာရှိတယ်။ ဝါယောဓါတ် ကိုရှုရင် အဲဒီလက္ခဏာကို သိအောင်ရှုရတယ် တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရုပ်တရားနာမ်တရားကိုဘဲ ရှုရတယ်။ ဘယ်လိုရှုရမလဲဆိုရင် နာမည်နဲ့ရှုမှာလား အရေအတွက်နဲ့ရှုမှာလား၊ ပုံသဏ္ဍာန်နဲ့ရှုမှာလား ဘယ်လိုရှုရမလဲဆိုရင် နာမည်နဲ့ရှုဖို့လဲ မဟုတ်ဘူး၊ နာမည်ပညတ်လဲ လိုရင်းမဟုတ်ဘူး၊ အရေအတွက်နဲ့ ရုပ်ကဘယ်လောက်၊ နာမ်က ဘယ်လောက်၊ စိတ်ကဘယ်လောက်၊ စေတသိက်ကဘယ်လောက်၊ ဒီလိုဂဏန်းသင်္ချာနဲ့ ရှုဖို့လဲ မဟုတ်ဘူး၊ ပြီးတော့ တချို့က ဖွားဖွား ဖွားဖွားနဲ့ အမှုန့်အမှုန့်ပုံသဏ္ဍာန်နဲ့ ဒီလိုရှုနေတတ်တယ်။ ပုံသဏ္ဍာန်ဆို တာက အဆင်းနဲ့ အတွေ့မှာရှိတာ၊ ဒီပြင် ရုပ်နာမ်တွေမှာ ပုံသဏ္ဍာန် မရှိဘူး၊ စဉ်းစားကြည့်ပေါ့။ အသံဆိုရင် ဘယ်နှယ်လုပ်ပြီး ဖွားဖွား ဖွားဖွား ရှုလို့ ဖြစ်မတုန်း အနံ့ကို ဖွားဖွားထင်အောင်ရှုလို့ ဘယ်နှယ်လုပ်ဖြစ်မလဲ။ အရသာကလေး ရှုကြည့်စမ်းပါဦး၊ စားသိရတဲ့ အရသာကို ဖွားဖွား ဖွားဖွား

ဆိုပြီး ရှုလိုဖြစ်ပါမလား၊ မဖြစ်ပါဘူး၊ အဲဒါတွေက ရုပ်တရားတွေမို့ ဖြစ်တယ်လို့ထားဦးတော့ စိတ်တရား နာမ်တရားတွေကတော့ ဖွားဖွား ဖွားဖွားလုပ်ပြီး ရှုလိုဘယ်လိုမှ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး၊ အာရုံသိတဲ့ စိတ်ကလေးကို ဖွားဖွားလုပ်ကြည့်ပါ၊ ဘယ်လိုဖြစ်လိမ့်မှာတုန်း လောဘကို ဖွားဖွား ဖွားဖွား လုပ်ကြည့်စမ်းပါ၊ ဒေါသကို လုပ်ကြည့်စမ်းပါ၊ ထင်ရှားတော့ ထင်ရှား နေတာပဲ၊ ဖွားဖွား ဖွားဖွား ပုံသဏ္ဍာန်နဲ့တော့ မထင်နိုင်ပါဘူး၊ ဒုက္ခဝေဒနာ တွေဟာ ထင်ရှားနေတာပါပဲ၊ ဖွားဖွား ဖွားဖွား လုပ်ကြည့်လို့တော့ ဘယ်ဖြစ်လိမ့်မှာတုန်း၊ အဲဒီတော့ ပုံသဏ္ဍာန်နဲ့ ရှုဖို့လဲမဟုတ်ဘူး၊ အမှန်ကတော့ သဘောတရားတွေကိုသာ ရှုဖို့လိုပါပဲ၊ သဘောတရားကို ရှုတော့ သူလက္ခဏာနဲ့ ရှုရမယ်၊ သူ့ရသ-သူကိစ္စနဲ့ ရှုရမယ်၊ သူ့ပစ္စုပဋ္ဌာန် သူ့ထင်ပေါ်ပုံ အခြင်းအရာနဲ့ ရှုရမယ်၊ ဒါက အဋ္ဌကထာမှာ ဆိုထားတဲ့စကားပါ၊ ဘုန်းကြီးက ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး၊ **ဝိသုဒ္ဓိမဂ်**မှာ ဒီလို ပြထားပါတယ်။

လက္ခဏာ-ရသာဒိဝသေန ပရိဂ္ဂဟေတဗ္ဗာ-တဲ့။

လက္ခဏာ-ရသာဒိဝသေန-လက္ခဏာ၊ ရသ စသည်တို့၏ အလိုအားဖြင့် ပရိဂ္ဂဟေတဗ္ဗာ-သိမ်းဆည်းအပ်ကုန်၏-တဲ့၊ ရုပ်နာမ် တရားတွေရဲ့ ပင်ကိုရင်းသဘော လက္ခဏာနဲ့လဲ ရှုရမယ်၊ ရသခေါ်တဲ့ ကိစ္စနဲ့လဲ ရှုရမယ်၊ ပြီးတော့ အာဒိသဒ္ဓါအရ ထင်ပေါ်ပုံ အခြင်းအရာ ပစ္စုပဋ္ဌာန်နဲ့လဲ ရှုရမယ်တဲ့၊ ဒီပါဠိက ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ဆိုတော့ စာကြီးပေကြီး ဖြစ်နေပါတယ်၊ ဟော လူတိုင်းရှင်တိုင်း သိလွယ်တာကတော့ **အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်း**က ဆိုထားတဲ့ စကားကလေးပါပဲ၊ အဲဒါကတော့ ကိုရင်ကလေးတွေ၊ ကျောင်းသားကလေးတွေ ဒီမင်းကျောင်းစာသင်တိုက်မှာ နေကြတာတဲ့၊ ကိုယ်တော်ကလေးတွေ အားလုံးပဲ၊ ဒီ အဘိဓမ္မတ္ထ

သင်္ဂဟကျမ်းကို သင်ဖူးကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုရင်ကလေးတွေလဲ ဒီပါဠိကို နှုတ်တက်ရနေတာပဲ။ အဲဒါက ထင်ရှားပါတယ်။ ဘယ်လိုလဲ ဆိုတော့-

လက္ခဏာရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန ပဒဋ္ဌာနဝသေန နာမဂ္ဂပ ပရိဂ္ဂဟော ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနာမ-တဲ့ ဒါကို ကိုရင်ကလေးတွေလဲ ရနေပါတယ်။ ဘုန်းကြီး တို့လဲ ဒီပါဠိကို ငယ်ငယ်ကလေးတည်းက နှုတ်တက်ရလာတာ။ ယခုထက်ထိ မမေ့သေးဘူး။

လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန ပဒဋ္ဌာနဝသေန-လက္ခဏာအလို ရသအလို ပစ္စုပဋ္ဌာန်အလို ပဒဋ္ဌာန်အလိုအားဖြင့် နာမဂ္ဂပပရိဂ္ဂဟော- နာမ်ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းခြင်းသည်။ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနာမ-ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိမည်၏-တဲ့။

ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ချင်လို့ ရှိရင် နာမ်ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းရမယ်။ နာမ်ရုပ်ကို ဘယ်လိုသိမ်းဆည်းရမလဲ။ လက္ခဏာနဲ့ သိမ်းဆည်းပါ။ ရသနဲ့ သိမ်းဆည်းပါ။ ပစ္စုပဋ္ဌာန်နဲ့ ပဒဋ္ဌာန်နဲ့ သိမ်းဆည်းပါတဲ့။ အဲဒါပါပဲ ဟို စစ်ကိုင်းမြို့က စာတတ် ပေတတ် တရားလဲ အားထုတ်ထားတဲ့ ပညာရှိ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး တစ်ဦးက ဒီလိုပြောဖူးပါတယ်။ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်းက လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန ပဒဋ္ဌာနဝသေန နာမဂ္ဂပပရိဂ္ဂဟော ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ နာမ-ဆိုတဲ့ ဒီစာပိုဒ်ကလေးဟာ သိပ်ကောင်းတာပဲ ဘုရားတဲ့။ ဒီစာပိုဒ် ကလေးကို သတိမပြုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဝိပဿနာတရားကို ဟောရင် အမှုန့် အမှုန့်တွေ ဖွားဖွားတွေ ရောက်သွားတယ်ဘုရားတဲ့။ သူက ဒီလို ပြောတယ်။ ဟုတ်တယ်။ ဒီစာပိုဒ်ကလေးကို သတိမပြုရင် အဲဒီ အမှုန့် အမှုန့်တွေ ဖွားဖွားတွေ ရောက်ကုန်တတ်တယ်။ အမှုန့်ကတော့ ရုပ်တရားတွေ၊ နာမ်တရားတွေ ရှုရင် သူ့ကို လက္ခဏာနဲ့ရင်လဲ ရှုပါတဲ့။ သို့မဟုတ် ရသနဲ့ ရင်လဲ ရှုပါတဲ့။ သို့မဟုတ် ပစ္စုပဋ္ဌာန်နဲ့ရင်လဲ ရှုပါတဲ့။ အဲဒီတော့

သတ္တမအကြိမ်

ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ရှုတဲ့အခါမှာ ဘာကိုသိသလဲ၊ ဝါယောဓါတ်ကို သိတယ် လို့ ဘုန်းကြီးတို့ကဖြေတယ်၊ ဝါယောဓါတ်ကို ဘယ်လိုသိသလဲ၊ လက္ခဏာနဲ့လဲသိတယ်၊ ရသနဲ့လဲသိတယ်၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်နဲ့လဲသိတယ်၊ ဝါယောဓါတ်၏ လက္ခဏာကဘာလဲ၊ ရသကဘာလဲ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်က ဘာလဲ၊ ဒါကလေး စစ်တမ်းထုတ်ဖို့ရာ လိုလာပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့က ဒီမှာ ဆောင်ပုဒ်ကလေး ပေးထားတယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ တပည့်ယောဂီ တွေကတော့ ဒါကလေးကို ရနေမှာပါ။ ကဲ ဒါကလေး ဆိုကြဦးစို့။

ထောက်ကန်တောင့်တင်း လျော့ခြင်းတမည်-ဆို။

### ဝါယောဓါတ်ကိုသိပုံ

ထောက်ကန်တာ တဲ့၊ တောင့်တာတဲ့၊ တင်းတာတဲ့၊ လျော့တာ တဲ့၊ အဲဒါဟာ ဝါယောဓါတ်ရဲ့ လက္ခဏာပဲ။ အဋ္ဌကထာက ဘယ်နှယ် ဆိုထားသလဲဆိုတော့ **ဝိတ္ထုပ္ပန္နလက္ခဏာ ဝါယောဓါတု**တဲ့၊ ဝါယောဓါတု- ဝါယောဓါတ်သည်။ **ဝိတ္ထုပ္ပန္နလက္ခဏာ-ထောက်ကန်ခြင်း** လက္ခဏာရှိ၏ တဲ့၊ ဝါယောဓါတ်ဆိုတာ ထောက်ကန်ခြင်းသဘောပဲ။ ထောက်ကန်တာ ဝါယောဓါတ်ပဲ။ အရပ်ထဲမှာတော့ ထောက်ကန်တယ်လို့ အသုံးအနှုန်း သိပ်မရှိဘူး၊ နည်းနည်းပဲရှိတယ်။ အိမ်တွေ ဘာတွေ ယိုင်နေရင် ကျားထောက်တယ်၊ ကျားကန်တယ်လို့ နည်းနည်းပါးပါး ပြောဆိုလေ့ ရှိပါတယ်။ အရပ်ထဲမှာ အများသုံးနေကြတာကတော့ တောင့်တယ်၊ တင်းတယ်လို့ သုံးနေကြပါတယ်။ ယခုလက်ကလေး ဆန့်ပြီးတော့ တန်းထားလိုက်၊ လက်ထဲမှာ စိတ်နဲ့ စိုက်ကြည့် ဘာကို တွေ့တုန်း၊ တောင့်တင်းနေတာကို တွေ့တယ်။ အဲဒါကို ကျမ်းဂန်သုံး စာသုံးနဲ့ဆိုရင်

သတ္တမအကြိမ်



ထောက်ကန်တယ်လို့ ပြောရတယ်။ အရပ်သုံးနဲ့ဆိုရင်တော့ တောင့်တယ်၊ တင်းတယ်လို့၊ ပြောရတာပါပဲ။ ယခု ထိုင်နေရင် ခါးကို စန့်စန့်ထားလိုက်၊ ခါးထဲမှာ စိတ်နဲ့ စိုက်ကြည့်၊ ခါးထဲက တောင့်နေတာကို တွေ့ရတယ်။ အဲဒါလဲ စာသုံးနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ထောက်ကန်တယ်လို့ ပြောရတယ်။ ဒါကြောင့် ထောက်ကန်တယ်။ တောင့်တင်းတယ်ဆိုတာ အတူတူပဲ။ ပြီးတော့ လျော့တယ်ဆိုတာကလဲ သူ့ထက် တင်းတာကို ထောက်ပြီးတော့ ပြောရတာပဲ။ သူ့ထက်လျော့တာနဲ့ ယှဉ်ကြည့်ရင်တော့ သူ့ကို တင်းထားတယ်လို့ပဲ ပြောရတယ်။ ကြိုးသုံးချောင်း ယှဉ်ပြီးတော့ တန်းထားတယ်။ ဆိုပါတော့၊ ပထမကြိုးကို အတင်းဆုံးဆွဲထားတယ်။ ဒုတိယကြိုးကို အလယ်အလတ် ဆွဲထားတယ်။ တတိယကြိုးကို အလျော့ဆုံး ဆွဲထားတယ်ဆိုပါတော့။ အလယ်က ကြိုးကလေးနဲ့ပြောမယ်။ အလယ်ကကြိုးကလေးဟာ မလျော့မတင်းဖြစ်နေတယ်။ သူ့ထက် တင်းတဲ့ကြိုးနဲ့ စာကြည့်ရင် အလယ်ကြိုးဟာ လျော့တယ်လို့ ပြောရမှာပဲ။ သူ့ထက်လျော့တဲ့ ဟိုဘက်ကကြိုးနဲ့ စာကြည့်ရင်တော့ သူ့ကို တင်းတယ်လို့ ပြောရမယ်။ အဲဒါလိုပဲ။ တင်းတယ် လျော့တယ်ဆိုတာဟာ အရင်းပိုင်းနဲ့ အဖျားပိုင်းပဲ။ သူ့ထက် တင်းတာနဲ့ စာကြည့်ရင် သူ့ကို လျော့တယ်လို့ ခေါ်ရတယ်။ သူ့ထက် လျော့တာနဲ့စာကြည့်ရင် သူ့ကို တင်းတယ်လို့ ခေါ်ရတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ထောက်ကန်တောင့်တင်း လျော့ခြင်းတမည်တဲ့။ ထောက်ကန်တာ တောင့်တင်းတာလိုပဲ လျော့တာလဲ ဝါယောဓါတ်ပဲလို့ မှတ်ရမယ်။ အဲဒီတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် မှတ်တဲ့အခါ ဘာကိုသိသလဲ။ အားထုတ်ခါစတော့ ပကတိအတိုင်းပဲ ရိုးရိုးသိမှာပေါ့။ ဗိုက်ကြီးအတိုင်း သိမှာပေါ့။ ဘုန်းကြီးတို့က မငြင်းပါဘူး။ ဗိုက်ကြီးအတိုင်း သိပေမယ့်လို့လဲ ကိစ္စမရှိပါဘူး။ စစချင်း နာမဂ္ဂပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်တောင် မဖြစ်သေးပါဘူး။

အားထုတ်စမှာတော့ ခုနကပြောတဲ့အတိုင်း နီဝရဏတွေကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်နေရပါတယ်။ ဒီ နီဝရဏတွေ ပိက္ခန္ဓာ အနေအားဖြင့် ကုန်ပြီ စင်ပြီဆိုမှ စိတ်စင်ကြယ်တယ်။ အဲဒီလိုစိတ် စင်ကြယ်တဲ့အခါမှပဲ ယခုပြောနေတဲ့ ထောက်ကန် တောင့်တင်းတဲ့ သဘောကို သေသေချာချာ သိလာတာ။ စစချင်းတော့ ကောင်းကောင်း မသိနိုင်ဘူး။ သိပါတယ်လို့ ဘုန်းကြီးတို့က ကြွားပြီး တာဝန်မခံပါဘူး။ ရှုမှတ်ဖန်များလာတော့ နီဝရဏတွေ ကင်းစင်ကုန်တယ်။ အဲဒီအခါ ကာလကျတော့မှ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်ရင် ဝမ်းဗိုက်ထဲက တောင့်တင်းတဲ့သဘောတွေ ထင်ရှားလာတယ်။ ပိန်တဲ့အခါ ကာလကျတော့လဲ လျော့တဲ့သဘောတွေ ထင်ရှားလာတယ်။ ဒီလို မထင်ရှားဘူးလို့ ဘယ်သူမှ မငြင်းနိုင်ဘူး။ သေသေချာချာ အားထုတ်ကြည့်ပါ။ သေသေချာချာ ထင်ရှားပါတယ်။ ဒီတော့ ဖောင်းတယ်။ ပိန်တယ်လို့ မှတ်တာဟာ ထောက်ကန်တောင့် တင်းတဲ့ သဘောကို သိနေလို့ ဝါယောဓါတ်ကို လက္ခဏာအားဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိနေတာပဲ။ ဒါဟာ ရုပ်တရားကို သဘာဝလက္ခဏာနဲ့ အမှန်အတိုင်း သိတာပဲ။ လက္ခဏာရသာဓိဝသေန ပရိဂ္ဂဟေတဗ္ဗာ-ဆိုတဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်နဲ့လည်း ညီနေတာပဲ။ လက္ခဏာရသပစ္စုပဋ္ဌာန-ပဒဋ္ဌာနဝသေန နာမရူပ ပရိဂ္ဂဟော ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနာမ-လို့ ဆိုတဲ့ အဘိဓမ္မတ္ထ သင်္ဂဟကျမ်း နဲ့လဲ ညီနေတာပဲ။ မှန်နေတာပဲ။ ကဲ-နောက်တစ်ပိုဒ် ဆိုကြဦးစို့။

ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှား ရွေ့သွားတတ်သည်-ဆိုပါ။

၂။ ရှင်းလင်းချက်အမှတ် (၂) နောက်ဆက်တွဲမှာကြည့်ပါ။

ယိမ်းတယ်၊ ယိုင်တယ်၊ လှုပ်ရှားတယ်၊ ရွေ့တယ်၊ သွားတယ် ဆိုတာ အတူတူချည်းပါပဲ။ ဝေါဟာရလောက်သာ ကွဲနေတာပါ။ ဝါယောဓိတ်မှာ ရသအားဖြင့် သမုဒီရဏရသတဲ့၊ ရွေ့ရှားခြင်းရသ ရွေ့ရှားခြင်းကိစ္စ ရှိပါတယ်တဲ့၊ ဝါယောဓိတ်ရဲ့ ရသဆိုတာ ဝါယောဓိတ်ရဲ့ အလုပ်ကိစ္စပါပဲ။

ဒါကြောင့် ဝါယောဓိတ်ရဲ့ အလုပ်က ဘာတုန်းဆိုရင် သူ့အလုပ်က ရွေ့ရှားနေတာပါပဲ။ ဝါယောဆိုတာ လေရုပ်ပဲ။ သူက အားကောင်းရင် လေတွဟာ တစ်နေရာက တစ်နေရာကို ရွေ့သွား နေတာပဲ။ အားမကောင်းရင်တော့ သူက တောင့်ပြီး ငြိမ်နေတယ်။ အဲဒီတော့ ယိမ်းတာ၊ ယိုင်တာ၊ ရွေ့တာ၊ သွားတာ၊ လှုပ်ရှားတာတွေဟာ ဝါယောဓိတ်ရဲ့ ရသပဲ။ သူ့ကိစ္စပဲ။ သူ့အလုပ်ကို သူလုပ်နေတာပဲ။ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်လို့ မှတ်တဲ့အခါမှာ ဒီရွေ့ရှားတဲ့ သဘောတွေကို မသိဘဲနေလို့ မဖြစ်ဘူး၊ ဒါကတော့ သေသေချာချာ သိနေတော့တာပဲ။ ဖောင်းတယ်မှတ်ရင် အပြင်ဘက်ကို တရွေ့ချင်း တရွေ့ချင်း ရွေ့သွားတာကို သိတယ်၊ ပိန်တယ်မှတ်ရင် အတွင်းဘက်ကို တစ်ရွေ့ချင်း တစ်ရွေ့ချင်း ရွေ့သွားတာကို သိတယ်။ ဒါကတော့ အထူးပြောစရာ မလိုပါဘူး၊ အလွန်ထင်ရှားပါတယ်။ နောက်တစ်ခုက ပစ္စုပဋ္ဌာန်တဲ့။

သူလိုရာဘက် တွန်းလျက်ဆောင်သည်-ဆို။

ဝါယောဓိတ်က သူ့အလိုရှိရာဘက်ကို တွန်းဆောင်သွားတယ်တဲ့။

၃။ ရှင်းလင်းချက်အမှတ် (၃) နောက်ဆက်တွဲမှာကြည့်ပါ။

ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း အစရှိတဲ့ စိတ္တဝေါယောဓါတ်မှာ ဆိုရင် စိတ်အလို ရှိရာဘက်ဟာ ဝါယောဓါတ်ရဲ့ အလိုရှိရာဘက်ပါပဲ။ ဒါကြောင့် စိတ်အလိုရှိ ရာဘက်ကို စိတ္တဝေါယောက တွန်းဆောင်သွားတတ်တယ်တဲ့။ ဒါကတော့ လက်ကိုကွေးရာ ဆန့်ရာမှာ ပိုပြီးထင်ရှားတယ်။ ကွေးတဲ့အခါ အတွင်း ဘက်ကို ဆွဲဆောင်လာတယ်။ ဆန့်တဲ့အခါ အပြင်ဘက်ကို တွန်းဆောင် သွားတယ်။ သွားတဲ့အခါမှာ ရှေ့ဘက်ကို၊ ဆုတ်တဲ့အခါမှာ နောက်ဘက်ကို စိတ်ရဲ့ အလိုရှိရာဘက်ကို တွန်းတွန်းသွားသလို ဆွဲဆွဲလာသလို ထင်ရ တတ်တယ်။ ဖောင်းတဲ့ ပိန်တဲ့အခါမှာလဲ အပြင်ဘက် အတွင်းဘက်ကို တွန်းပို့နေသလို၊ ဆွဲဆောင်နေသလို ဆွဲဆွဲလာသလို ထင်ရတတ်တယ်။ ဖောင်းတဲ့ ပိန်တဲ့အခါလဲ အပြင်ဘက် အတွင်းဘက်ကို တွန်းပို့နေသလို၊ ဆွဲဆောင်နေသလို ထင်ရတတ်တယ်။ အဲဒါက ဝါယောဓါတ်ရဲ့ အဘိနီဟာရ ပစ္စုပဋ္ဌာန်တဲ့။ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဆိုတာက တစ်စုံတစ်ရာကို စဉ်းစားလိုက်ရင် စိတ်ထဲ ဉာဏ်ထဲမှာ ထင်ပေါ်လာတဲ့ အခြင်းအရာ အခြေအနေပါပဲ။ ဘယ်လိုဟာကလေးပဲလို့ ထင်ရတာဟာ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ပါပဲ။ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် မှတ်တဲ့အခါမှာ ဖောင်းတဲ့ရုပ်၊ ပိန်တဲ့ ရုပ်ကလေးတွေဟာ အပြင်ဘက်ကို တွန်းပို့နေသလို အတွင်းဘက်ကို ဆွဲလာ နေသလို ဉာဏ်ထဲမှာ ထင်ရှားတယ်။ အဲဒါဟာ အဘိနီဟာရပစ္စုပဋ္ဌာန်နဲ့ ထင်ရှားပြီး သိတာပဲ။ အသိမှန်တွေပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဝါယောဓါတ် သိမှတ်မြတ်ယောဂီ-လို့ ဘုန်းကြီးက ဆောင်ပုဒ်ကလေးပေးထားပါတယ်။ ဒါက အရေးကြီးပါတယ်။ အရေးကြီးလို့ ဒါလေးကို တရားဟောတိုင်း ထည့်ပြီး ဟောရတယ်။

ထောက်ကန် တောင့်တင်း လျော့ခြင်းတမည်၊  
 ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှား ရွေ့သွားတတ်သည်၊  
 သူလိုရာဘက် တွန်းလျက်ဆောင်သည်။

သတ္တမအကြိမ်

ဝါယောဓါတ် သိမှတ် မြတ်ယောဂီ-တဲ့။

ဝါယောဓါတ်ကို ရှုပြီးသိရင် ထောက်ကန် တောင့်တင်းတဲ့ လျော့တဲ့ လက္ခဏာနဲ့ သိရမယ်။ ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှားတဲ့၊ ရွေ့သွားတဲ့ ရသနဲ့ရင်လဲ သိရမယ်။ ဝါယောဓါတ် အလိုရှိရာဘက် ဦးတန်းမိရာဘက်၊ စိတ်အလိုရှိရာဘက်၊ တွန်းဆောင်ဆွဲဆောင်တဲ့ ပစ္စုပဋ္ဌာန်နဲ့ရင်လဲ သိရမယ်။ ဒီ သုံးမျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးနဲ့ သိရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ရှုမှတ်ပြီး ဝါယောဓါတ်ကို သိနေရင်း ကိုယ်ထဲမှာ “ညောင်းတာ၊ ပူတာ၊ နာကျင် ကိုက်ခဲတာ” ဒီလိုအခံခက်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေက ပေါ်လာတတ်တယ်။ ဒီဒုက္ခဝေဒနာတွေကို မြတ်စွာ ဘုရားက ဘယ်လိုဟောသလဲဆိုတော့-

ဒုက္ခဝေဒနံ-ဆင်းရဲသော ခံစားမှုကို၊ ဝေဒယမာနော ဝါ-  
ခံစားသည် ရှိသော်လည်း၊ ဝါ-ခံစားဆဲ ခံစားစဉ်လည်း၊ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ-  
ဆင်းရဲသော ခံစားမှုကို၊ ဝေဒယာမိတိ-ခံစားသည်ဟူ၍၊ ပဇာနာတိ-  
သိ၏။

ဒုက္ခဝေဒနာကို သိပုံ

ဆင်းရဲသော ခံစားမှုတွေ ဖြစ်တဲ့အခါ ညောင်းရင် ညောင်းတာဟာ ဆင်းရဲတဲ့ ခံစားမှုပဲ၊ ပူရင် ပူတာ၊ နာရင်နာတာဟာ ဆင်းရဲတဲ့ ခံစားမှုပဲ၊ ဒီဆင်းရဲတဲ့ ခံစားမှုတွေကို ခံစားတဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုသိရမလဲဆိုတော့  
သတ္တမအကြိမ်

ဝေဒယာမိ ဣတိ-ခံစားသည်ဟူ၍ ပဏာနာတိ-သိရမယ်တဲ့၊ ဂစ္ဆာမိ-  
 ပုဒ်လိုပဲ၊ ပါဠိသဒ္ဒါနည်း ယောဂနဲ့ စစ်ဆေးကြည့်ရင် ဝေဒယာမိ-လို၊  
 အမှယောဂနဲ့ ဟောထားတယ်၊ သေသေချာချာ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ  
 အနက်ပြန်ရင် အဟံ-ငါသည်၊ ဝေဒယာမိ-ခံစား၏လို၊ ဒီလို  
 အနက်ပြန်ရတယ်၊ ဒီနေရာမှာလဲ ပါဠိတော်နဲ့ တိုက်ရိုက်အညီဆိုလျှင်  
 ငါခံစား၏လို၊ မှတ်နေရပေလိမ့်မယ်၊ အဲဒါဟာ ပါဠိရဲ့ဘာသာပြန်ပဲ၊  
 အဲဒါကို မှားတယ်ဆိုရင် ဘုရားပါဠိတော်ကိုလဲ စွပ်စွဲရာ ရောက်ပါတယ်၊  
 ဒါပေမယ့် ခံစား၏ ဆိုတဲ့ ဘာသာပြန်အရ ခံစားတယ်ဆိုတဲ့ ဝေါဟာရကို  
 မြန်မာက တယ်မသုံးဘူး၊ ပူရင် ပူတယ်လိုပဲ ပြောပါတယ်၊ နာရင်  
 နာတယ်၊ ညောင်းရင် ညောင်းတယ်လိုပဲ ပြောပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ပူရင်  
 ပူတယ်မှတ်ဖို့၊ နာရင်နာတယ်မှတ်ဖို့၊ ညောင်းရင်လဲ ညောင်းတယ်မှတ်ဖို့၊  
 ညွှန်ပြနေပါတယ်၊ အဲဒီ ညွှန်ပြတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ရင် မကောင်းတဲ့  
 ခံစားမှုကလေးတွေကို သိတာပဲ။ ဒါကတော့ အင်မတန် ထင်ရှားနေ  
 ပါတယ်၊ ဒုက္ခဝေဒနာဟာ မကောင်းတဲ့ အတွေ့အထိများကို ခံစားတဲ့  
 လက္ခဏာရှိပါတယ်၊ ဒုက္ခံ-ဒုက္ခဝေဒနာသည် **အနိဋ္ဌဖောဋ္ဌဗ္ဗာနဘဝန**  
**လက္ခဏံ**-အလိုမရှိအပ်တဲ့ အတွေ့အထိ မကောင်းတဲ့ အတွေ့အထိ  
 ခံစားခြင်းဟာ ဒုက္ခံပဲတဲ့၊ ဒီတော့ ညောင်းတယ် ညောင်းတယ်၊ ပူတယ်  
 ပူတယ်လို၊ မှတ်နေတဲ့အခါမှာ မကောင်းတဲ့ အတွေ့အထိကို ခံစားနေ  
 တာတွေဟာ သိပ်ထင်ရှားနေပါတယ်၊ ဘာမှ သံသယဖြစ်စရာ မရှိဘူး၊  
 ဒီဒုက္ခဝေဒနာရဲ့ လက္ခဏာကို သေသေချာချာ သိနေတာပဲ၊ ဒါလဲ  
 ဆောင်ပုဒ်ကလေး ပေးထားပါတယ်၊ ကဲ ဆိုရမယ်။

အတွေ့ဆိုးများ ခံစားတတ်သည်-ဆို။  
 စိတ်အားကုန်ခန်း ညှိုးနွမ်းစေသည်-ဆို။  
 သတ္တမအကြိမ်

သမ္ဗုဒ္ဓယုတ္တန် ဖိလာပနရသံ-တဲ့၊ ယှဉ်တဲ့ တွဲဘက်သမ္ဗုဒ္ဓယုတ် တရားတွေကို ညှိုးမွှမ်းစေတတ်တယ်တဲ့၊ ယှဉ်ဘက်တွဲဘက် သမ္ဗုဒ္ဓယုတ် တရားဆိုတာ စိတ်၊ စေတသိက် တရားတွေပါပဲ၊ ဒီမှာတော့ မြန်မာလို တိုတိုနဲ့ နားလည်အောင်လို့ “စိတ်အားကုန်ခန်း”လို့ ဘုန်းကြီးတို့က စိထားပါတယ်၊ ဒီဒုက္ခဝေဒနာတွေဟာ စိတ်ကို အားလျော့သွားစေ တတ်တယ်၊ ဒါကတော့ အကျယ်ပြောစရာ မလိုပါဘူး၊ လူတစ်ယောက် ဟာ နေကောင်းနေတုန်းဆိုရင် သန်သန်စွမ်းစွမ်းနဲ့ အင်မတန်အားရှိ နေတာပဲ၊ စိတ်တွေကလဲ ထက်သန်နေတာပဲ နေမကောင်းလာရင်တော့ အဲဒီစိတ်တွေဟာ တစ်ခါထဲ အားလျော့ကျသွားတယ်၊ ဒါလိုပဲ ညောင်းတာ၊ ပူတာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာတွေဖြစ်ပေါ်လာရင် စိတ်ကလေးက နည်း နည်းတော့ လျော့သွားတာပဲ၊ ဒါကြောင့် စိတ်အား ကုန်ခန်းစေတဲ့ သဘောက ထင်ရှားပါတယ်၊ အဲဒါ ဒုက္ခဝေဒနာရဲ့ ရသပါပဲ၊ စိတ်အား ကုန်ခန်း ညှိုးမွှမ်းစေတာဟာ ဒုက္ခဝေဒနာရဲ့ အလုပ်ကိစ္စပါပဲ၊ ဒါလဲ ရှုမှတ်နေတဲ့သူမှာ ထင်ရှားပါတယ်။

ပြီးတော့ ကာယိကာဗာဓ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ-တဲ့၊ ကိုယ်ထဲက နှိပ်စက်ပြီး အခံရခက်နေတဲ့ သဘောကလေး အနေအားဖြင့်လဲ ထင်ရှားတယ်၊ ကိုယ်ထဲမှာ နှိပ်စက်နေတဲ့သဘော၊ ကိုယ်ထဲမှာ အခံခက်နေတဲ့ သဘောပေါ့၊ ဆူးကလေးစူးတော့ မြက်မြက် မြက်မြက်နဲ့ နှိပ်စက် နေသလိုပေါ့လေ၊ ကိုယ်ထဲမှာ နှိပ်စက်ပြီးတော့ အခံခက်နေတဲ့ သဘော အနေအားဖြင့်လဲ ထင်ရှားပါတယ်တဲ့၊ အဲဒါဟာ အင်မတန်ထင်ရှား ပါတယ်။

ကိုယ်ထဲနှိပ်စက် ခံခက်ထင်သည်-ဆို။  
 ကိုယ်ဆင်းရဲ သိမြဲ မြတ်ယောဂီ-ဆို။  
 သတ္တမအကြိမ်

ညောင်းတာ၊ ပူတာ၊ နာကျင် ကိုက်ခဲတာတွေ မှတ်နေရင် ကိုယ်ထဲက အခံခက်တာတွေ သိတော့ကတော့ ပြောစရာ မလိုပါဘူး။ ထင်ထင်ရှားရှားကြီးကို သိနေတော့တာပဲ။ ကိုယ်ထဲက ငြောင့်များ ရူးနေသလိုပဲ။ မြက်မြက် မြက်မြက်နဲ့ အခံခက်နေလိုက်တာ အင်မတန်ကို ထင်ရှားပါတယ်။ အဲဒီလိုသိရင် ဒုက္ခဝေဒနာကို လက္ခဏာနဲ့၊ ရသနဲ့၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်နဲ့ အမှန်အတိုင်း သိတာပါပဲတဲ့။ ဒီပြင် သုခဝေဒနာဆိုတဲ့ ချမ်းသာတွေကို ရှုရင်လဲ ဒီအတိုင်း သိတာပါပဲ။ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို ရှုရင်လဲ ဒီအတိုင်း သိတာပါပဲ။ ဒီမှ တစ်ပါးသော စိတ်၊ စေတသိက်တွေ ရှုရင်လဲ ဒီအတိုင်း၊ သိတာပါပဲ။ သိသင့်တဲ့ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်တွေကို မှတ်ရုံကလေးနဲ့ အကုန်လုံး သိပါတယ်။ အဲဒါတွေကို ကျင့်မှတ်နေရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဖြစ်ဆဲ၊ ဖြစ်ခိုက် တရားကလေးတွေကို ရှုနေလို့ ရှိရင် သဘောမှန်တွေကို သိလာတာပါပဲ။ သူ့လက္ခဏာ ထင်ရှားတဲ့အခါမှာ အဲဒီ လက္ခဏာနဲ့ သိတယ်။ သူ့ရဲ့ကိစ္စ ထင်ရှားတဲ့ အခါမှာ အဲဒီ ကိစ္စရသနဲ့ သိတယ်။ သူ့ရဲ့ အခြင်းအရာ ထင်ရှားတဲ့အခါမှာ အဲဒီ အခြင်းအရာ ပစ္စုပဋ္ဌာန်နဲ့ သိတယ်။

ပြီးတော့ စိတ်ဆိုတာဟာ အာရမ္မဏ ဝိဇာနန လက္ခဏံ အာရုံကို သိခြင်း၊ သဘောရှိတယ်၊ ကဲ-ဆိုကြ။  
အာရုံသိသော သဘောရှိသည်-ဆို။



### စိတ်ကို သိပ္ပံ

စိတ်ကလေးကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းမှတ်၊ စိတ်ကူးကလေးဟာ အာရုံဆီ ရောက်ရောက်သွားတယ်၊ ငှက်များ အစာကောက်သလိုပါပဲ။ စိတ်ကလေးက အာရုံကို ဖမ်းဖမ်းပြီး သိနေတယ်၊ စိတ်က အာရုံသိတယ်၊ မြင်တာ မှတ်လိုက်ရင် မြင်သိတဲ့ စိတ်ကလေးက မြင်ရတဲ့ အခင်း ကလေးကို ဖမ်းယူလိုက်သလိုပဲ။ အာရုံသိတဲ့ သဘောကလေး ထင်ရှား တယ်၊ ကြားတာမှတ်ရင်လဲ အသံကလေးကို ဖမ်းယူလိုက်ခေရမိပဲ။ နံရာမှာ မှတ်ရင်လဲ အနံ့ကလေးကို ဖမ်းယူလိုက်သလိုပဲ။ စားရာ မှတ်လိုက်ရင်လဲ အရသာကလေးကို ဖမ်းယူလိုက်သလိုပဲ။ အတွေ့အထိကလေးတွေ မှတ်တဲ့အခါမှာလဲ တွေ့ထိရတဲ့ အာရုံကလေးတွေကို ဖမ်းဖမ်းယူနေသလိုပဲ။ စိတ်ကူးတိုင်း စိတ်ကူးတိုင်းလဲ စိတ်ကူးကလေးတွေကို စိတ်ကူးတယ်၊ စဉ်းစားတယ်၊ ကြံစည်တယ် စသည်ဖြင့်မှတ်ရင် အဲဒီ အာရုံကလေးတွေကို ဖမ်းဖမ်းပြီး ယူနေသလိုပဲ သိနေတယ်။ အဲဒါဟာ စိတ်ပါပဲတဲ့။ အာရုံကို သိတာဟာ စိတ်ရဲ့လက္ခဏာပါပဲတဲ့။ စိတ်ဆိုတာ အာရုံကို သိသောသဘော ရှိပါတယ်တဲ့။ အာရုံကို သိတဲ့ ဒီလက္ခဏာကတော့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ အင်မတန် ထင်ရှားပါတယ်။ စာတတ်သည်ဖြစ်စေ၊ မတတ်သည်ဖြစ်စေ လက်တွေ့အားဖြင့် ဒီအတိုင်းရှုမှတ်၊ ဒီအတိုင်း ထင်ရှားတာပဲ။ တချို့များ ဘာစာမှ မတတ်ဘူး။ သို့သော်လဲ ပင်ကိုယ်ဉာဏ်က တော်တော် ကောင်းတယ်။ ပင်ကိုယ်ဉာဏ် ကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က အသိလဲရှင်းတယ်။ ပြောလဲပြောတတ်တယ်။ စာသင်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တောင် တချို့က သူ့လို မပြောတတ်ဘူး။ သူက သေသေချာချာ ရှင်းပြသွားလိုက်တာများ တော်တော်ကို အံ့ဩစရာကောင်းတယ်။ တချို့က လူကြီးတောင်

သတ္တမအကြိမ်

မဟုတ်ဘူး၊ ကလေးသူငယ်လေးပဲ ရှိသေးတယ်၊ (၁၁)နှစ်၊ (၁၂)နှစ် အရွယ်တို့ပေါ့လေ၊ ဒီလို ကလေးကလေး တချို့က တယ်ပြောတတ်တယ်၊ သူတို့ရဲ့ စိတ်ကလေးတွေ သိနေပုံဟာသိပ်ရှင်းတယ်၊ အင်မတန် ကောင်းပါတယ်။

ပြီးတော့ စိတ်ဟာ ပုဗ္ဗင်္ဂမရသံ-ယှဉ်ဘက် တရားတွေရဲ့ ရှေ့သွားခြင်း ကိစ္စရှိတယ်တဲ့၊ စိတ်က ယှဉ်ဘက်တရားတွေရဲ့ ရှေ့သွားခြင်း ကိစ္စရှိတယ်တဲ့၊ စိတ်က ယှဉ်ဘက်တရားတွေရဲ့ ရှေ့ကသွားနေသလိုပဲ၊ လာကြဟေ့-လို့ခေါ်ပြီး ရှေ့ကသွားနေသလိုပဲ ရှေ့ကသွားခြင်းကိစ္စကို လုပ်နေပါတယ်တဲ့၊ ဒါလဲ သိပါတယ်၊ ကဲ-ဆိုရမယ်။

ခေါင်းဆောင်အလား ရှေ့သွားတတ်သည်-ဆို။

အများစုပေါင်းပြီး အလုပ်တစ်ခု လုပ်တဲ့အခါကာလ ခေါင်းဆောင် ပုဂ္ဂိုလ်က ရှေ့က ဆောင်-ဆောင်ပြီး လုပ်ရတယ်၊ အဲဒီလိုပဲ၊ စိတ်က လေးက ရှေ့က ဆောင်-ဆောင်သွားနေသလိုပဲ ဖြစ်နေတယ်၊ သူက ရှေ့ကဆောင်သွားတော့ နောက်ကလိုက်ပြီး လောဘဖြစ်၊ ဒေါသဖြစ်၊ သဒ္ဓါဖြစ်၊ သတိဖြစ် စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ၊ ဒီလိုနောက်ကလိုက်ပြီး ဖြစ်နေ တယ်လို့ ထင်ရတယ်၊ ဒါကြောင့် စိတ်က ခေါင်းဆောင်လိုပဲ ရှေ့သွားတဲ့ သဘောဟာ ထင်ရှားပါတယ်တဲ့၊ စိတ်ရဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ကတော့ **ပဋိသန္ဓိ ပစ္စုပ္ပန်**၊ ရှေးစိတ်နှင့် ဆက်စပ်သောအားဖြင့် ထင်သော အခြင်းအရာ ရှိ၏၊ **သန္တဟနပစ္စုပ္ပန်**-လို့ ဆိုထားတာလဲရှိတယ်၊ အဲဒါလဲ ရှေ့စိတ်နဲ့ ဆက်စပ်ပြီးဖြစ်တဲ့ အခြင်းအရာရှိတယ်လို့ ဆိုတာပါပဲ၊ ဒါကြောင့် ဆောင်ပုဒ်က “ရှေ့စိတ်နှင့်စပ် အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်”တဲ့၊ စိတ်ကလေး တစ်ခုကို မှတ်လိုက်၊ အဲဒါက ပျောက်သွားတယ်၊ နောက်စိတ်ကလေး

တစ်ခုက ပေါ်လာတယ်။ အဲဒီ စိတ်ကလေးကို မှတ်လိုက်၊ သူက ပျောက်သွားပြီးတော့ နောက်စိတ်ကလေးတစ်ခုက ပေါ်လာပြန်တယ်။ အဲဒီစိတ်ကလေးကို မှတ်လိုက်၊ သူကပျောက်သွားပြီးတော့ နောက်စိတ် တစ်ခုက ပေါ်လာပြန်တယ်။ ဒီလိုချည်း စိတ်ကလေးတွေ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်ကာဆက်ကာ ပေါ်ပေါ်လာတာကို တွေ့ရတော့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်က ဒီလိုသဘောကျလာတယ်။ စိတ်တွေက အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေတာပဲ။ ရှေ့စိတ်ကလေး ရှုမှတ်လိုက်လို့ ပျောက်သွားရင် နောက်စိတ်ကလေးတစ်ခု ဆက်ပြီးဖြစ်လာတာပဲ။ အဲဒီစိတ်ကလေး ရှုမှတ်လိုက်လို့ ပျောက်သွား ပြန်ရင်လဲ နောက်စိတ်တစ်ခုက ဖြစ်လာပြန်တာပဲ။ စိတ်တွေက တစ်ခုပြီး တစ်ခု အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေတာပဲလို့ သဘောကျလာပါတယ်။ အဲဒါယောဂီမှာ အင်မတန်ကို ထင်ရှားပါတယ်။ ကဲ-ဆိုရမယ်။

ရှေ့စိတ်နှင့်စပ် အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်-ဆို။  
စိတ်တရား မှတ်သား မြတ်ယောဂီ-ဆို။

ဟော ယခု ရုပ်တရားထဲက ဝါယောဓါတ်ကို လက္ခဏာနဲ့ ရသနဲ့ ပစ္စုပ္ပန်နဲ့ သိပုံကို ပြောပြီးပြီ။ နာမ်တရားထဲကလဲပဲ ဝေဒနာနဲ့ စိတ်ကို လက္ခဏာနဲ့ ရသနဲ့ ပစ္စုပ္ပန်နဲ့ သိပုံကို ပြောပြီးပြီ။ ဒီတော့ ဝါယောဓါတ် ကို ဝေဒနာစိတ်ဆိုတဲ့ ဒီ သုံးမျိုးကို သိသလိုပဲ အခြား ရုပ်နာမ်တွေကိုလဲ ဖြစ်ဆဲဖြစ်ခိုက်မှာ ရှုမှတ်နေလျှင် နည်းတူပဲသိနိုင်တယ်ဆိုတာ သဘော ပေါက်ပြီး၊ ယခုရုပ်နာမ် ကွဲပုံကို အကျဉ်းချုပ် ပြောဦးမယ်။

ရုပ် နဲ့ နာမ် ကွဲပုံ

မြင်ဆဲခဏ၌ မြင်တယ်ဟုမှတ်လျှင် မျက်စိနှင့် အဆင်းက ရုပ်၊မြင်တာသိတာက နာမ်၊ ဒီလိုခွဲခြားပြီး သိနိုင်ပါတယ်။ ထို့အတူ ကြားဆဲ ခဏ၌ ကြားတယ်ဟုမှတ်လျှင် နားနှင့်အသံကရုပ်၊ကြားတာ သိတာက နာမ်၊ နံဆဲခဏ၌ နှာခေါင်းနှင့်အနံ့က ရုပ်၊ နံတာသိတာက နာမ်၊ စားသိ ဆဲခဏ၌ လျှာနှင့် အရသာက ရုပ်၊ အရသာပေါ်တာသိတာက နာမ်၊ ထိဆဲခဏ၌ ကိုယ်နှင့်အတွေ့က ရုပ်၊ အရသာပေါ်တာ သိတာက နာမ်၊ ဒီလိုခွဲခြားပြီး သိနိုင်ပါတယ်။ ဒီအတွေ့အထိကို သိမှုကတော့ အင်မတန် ကျယ်ဝန်းပါတယ်။ တစ်ကိုယ်လုံး နေရာတိုင်းက ထင်ရှားပေါ်နိုင်ပါတယ်။ ကွေးတာဆန့်တာ လှုပ်ရှားတာ သွားတာ ဒါတွေလဲ ထိသိမှုနဲ့ ဆိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လက်ခြေကို ကွေးဆဲခဏ၌ ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မှတ်လျှင် ကွေးမှု တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုက ရုပ်၊ သိတာက နာမ်၊ သွားဆဲခဏ၌ သွားတယ် လှမ်းတယ် စသည်ဖြင့် မှတ်လျှင် တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုက ရုပ်၊ သိတာက နာမ်၊ ဝမ်းဗိုက်ဖောင်းဆဲ၌ ဖောင်းတယ်ဟု မှတ်လျှင် တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုက ရုပ်၊ သိတာကနာမ်၊ ပိန်ဆဲခဏ၌ ပိန်တယ်ဟုမှတ်လျှင် လျော့မှု လှုပ်ရှားမှုက ရုပ်၊ သိတာက နာမ်၊ ဒီလို ခွဲခြားပြီး သိနိုင်ပါတယ်။ ခြေတစ်လှမ်းအတွင်းမှာ ကြွဆဲ၌ ပျေတတ်တာက တေဇောဓိတ်၊ လှမ်းဆဲ၌ တောင့်တင်း လှုပ်ရှားတာက ဝါယောဓိတ်၊ ချဆဲ၌ တိုက်ပြီးခံနေတာက ပထဝီဓိတ်၊ ဒီလို ဓိတ်လေး ပါးလဲ ကွဲပြီး ထင်နိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်အမှုအရာ၊ ရုပ်အမှုအရာကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အာရုံကို မသိတတ်တဲ့ ကိုယ်ရုပ်ကတခြား သိတာကတခြား ကွဲပြားပြီး ထင်နေပါတယ်။ အဲဒါဟာ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားက ဒီ ဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို ဥပမာကလေးနဲ့ ပြထားတယ်။ ပြပုံကတော့ ဝေဠုရိယခေါ်တဲ့ ကြောင်မျက်ရွဲ ပတ္တမြားဆိုတာ ယခုကာလ တချို့လူတွေ လက်စွပ်ထဲမှာ ထည့်ထားတဲ့ စိမ်းစိမ်းကြောင်ကြောင် ကျောက်ပါပဲ။ အဲဒီကျောက်ကလေးမှာ အပေါက်ကလေးလဲ ဖောက် ထားတယ်။ အဲဒီ အပေါက်ထဲမှာလဲ ကြိုးပြာဖြစ်စေ၊ ကြိုးဝါဖြစ်စေ၊ ကြိုးနီဖြစ်စေ၊ ကြိုးဖြူဖြစ်စေ၊ တပ်ပြီးထားတယ်ဆိုပါတော့။ အဲဒီကြိုးနဲ့ တပ်သီထားတဲ့ ကျောက်ကလေးကို မျက်စိကောင်းတဲ့လူက ကြည့်လိုက်ရင် ဒါက ကျောက်ပဲ။ ဒါကကြိုးပဲ။ ဒီကြိုးက ဒီကျောက်ထဲမှာ တပ်သီထားတာ ပဲလို့ ကွဲပြားစွာ မြင်သွားသလိုပါပဲတဲ့။ ဒီ ဥပမာမှာ ကျောက်နဲ့ ရုပ်တရား တူပါတယ်။ ကြိုးနဲ့ မှတ်သိတဲ့စိတ် နာမ်တရားတူပါတယ်။ မှတ်သိတဲ့စိတ် နာမ်က ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှုစသော မှတ်စရာ ရုပ်ကလေးတွေကို သိသိသာသာ ဟိုကျောက်ကလေးထဲမှာ ကြိုးကလေး ဝင်နေတာနဲ့ တူပါတယ်တဲ့။ ဒီ ဥပမာဟာ အလွန်ရှင်းပါတယ်။ ယခု ယောဂီတွေ ရှုမှတ်ပြီး နာမ်ရုပ်ကွဲပုံနဲ့ အံကျကိုက်နေပါတယ်။

**အကြောင်းနှင့် အကျိုးမျှထင်ပုံ**

အဲဒီလို နာမ်နဲ့ ရုပ်ကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိပြီးတဲ့နောက် သမာဓိဉာဏ်က ရင့်ကျက်လာတဲ့အခါမှာ အကြောင်းနဲ့ အကျိုးကိုလဲ ရှုမှတ်နေရင်းပဲ ပိုင်းခြားပြီး သိလာပါတယ်။ လက်ခြေကို ကွေးရင်၊ ဆန့်ရင်၊ အစကတော့ ကွေးတာ၊ ဆန့်တာတို့ ရှုမှတ်မိအောင် အင်မတန် ကြောင့်ကြစိုက်ရပါတယ်။ ဉာဏ်ရင့်လာတဲ့ အခါကျတော့ မကွေးခင် မဆန့်ခင်ကတည်းက ကွေးချင်၊ ဆန့်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေးတွေ ဖြစ်ပေါ်

လာတာကို ထင်ရှား တွေ့ချင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကွေးချင်တယ်။ ကွေးချင်တယ်။ ဆန့်ချင်တယ်။ ဆန့်ချင်တယ်လို့ ရှေးဦးစွာ မှတ်ရမယ်။ ပြီးတော့မှ ကွေးတယ်။ ကွေးတယ်။ ဆန့်တယ်။ ဆန့်တယ်လို့ မှတ်ရတယ်။ ဒီတော့ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှုဟာ ကွေးချင်၊ ဆန့်ချင်စိတ် ရှိလို့ ဖြစ်တယ်။ အကြောင်းရှိလို့ အကျိုးဖြစ်တာပဲရှိတယ်။ ကွေးအောင် ဆန့်အောင် ပြုလုပ်ပေးတဲ့သူလဲ မရှိဘူး၊ ကွေးနေ ဆန့်နေတဲ့သူလဲ မရှိဘူး၊ အကြောင်းနဲ့ အကျိုးမျှပဲ ရှိတယ်လို့ သဘောကျသွားတယ်။ ယခုပဲ လက်ချောင်းကလေးတွေကို ကွေးလိုက်၊ ဆန့်လိုက် လုပ်ကြည့်ပါ ကွေးချင်တဲ့စိတ်ကို တွေ့ကြရရဲ့လား၊ မတွေ့ပါဘူး၊ ဘာကြောင့် မတွေ့တာလဲ။ သတိနဲ့ သမာဓိအလေ့အကျင့် မရှိသေးလို့ပါပဲ။ မပြတ်ရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီမှာတော့ လေ့ကျင့်သားရနေလို့ သိတာပါ။ တကယ်သိချင်ရင် မပြတ်ရှုမှတ်ပြီး လေ့ကျင့်ကြည့်ပါ။ ကျကျနန အားထုတ်ရင် (၂)ရက်၊ (၃)ရက်အတွင်း၊ (၄-၅-၆)ရက်အတွင်း ဒီစိတ်၏ အကြောင်းတရားတွေကို သိနိုင်ပါတယ်။ မြင်တယ်လို့ မှတ်ရင် မျက်စိနဲ့ အဆင်းရှိလို့ မြင်မှုဖြစ်တယ်လို့ သိသွားတယ်။ ကြားတယ်လို့မှတ်ရင် နားနဲ့အသံရှိလို့ ကြားမှုဖြစ်တယ်လို့ သိသွားတယ်။ ဒီနည်းဖြင့် မှတ်ရင်း မှတ်ရင်း အကြောင်းနဲ့ အကျိုးမျှပဲဆိုတာကို သဘောကျလာပါတယ်။ အဲဒါဟာ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ပါပဲ။

### သမ္မသနဉာဏ်

ဒီဉာဏ်က ရင့်ကျက်လာတော့ ရှုမှတ်ရတဲ့ ရုပ်နာမ်ကလေးတွေကို အစနဲ့ အဆုံးနဲ့ ပိုင်းခြားပြီး သိလာပါတယ်။ အစဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သတ္တမအကြိမ်

သဘောပဲ။ အဆုံးဆိုတာ ပျောက်ကွယ်သွားတဲ့ သဘောပဲ။ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အဲဒီလိုအစဖြစ်ပေါ်လာပြီးတော့ ပျောက်ကွယ်သွားတာကို တွေ့ရတဲ့အခါမှာ မမြဲတဲ့ အနိစ္စတရားပဲလို့ သုံးသပ်ဆင်ခြင်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ သမ္မုသနဉာဏ်ပဲ။

ဒီဉာဏ်အရာမှာ အဋ္ဌကထာက-“အနိစ္စံ-မမြဲသော တရားကို ဝေဒိတဗ္ဗံ-သိရမည်။ အနိစ္စတာ-မမြဲဟု သိမှတ်ရကြောင်း လက္ခဏာကို၊ ဝေဒိတဗ္ဗာ-သိရမည်။ အနိစ္စာနုပဿနာ-မမြဲဟု ရှုသောဉာဏ်ကို၊ ဝေဒိတဗ္ဗာ-သိရမည်”လို့ ဒီလို ညွှန်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီ အဋ္ဌကထာကို ဘာသာပြန်ပြီးတော့ ဆောင်ပုဒ်လုပ်ထားပါတယ်။ အဲဒါကို လိုက်ဆိုကြ။

အနိစ္စကို သိရမည်။ အနိစ္စလက္ခဏာကို သိရမည်။

အနိစ္စာနုပဿနာကို သိရမည်။

**အနိစ္စ-မမြဲသောတရား** ဆိုတာ ဘာလဲလို့ဆိုရင် ခဏမစဲ မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်၊ နာမ်၊ ခန္ဓာတရားတွေပါပဲ။ ဒါကြောင့် အဋ္ဌကထာမှ “အနိစ္စန္တိ-မမြဲသော တရားဟူသည်ကား၊ ခန္ဓပဉ္စကံ-ခန္ဓာငါးပါး တရားအပေါင်းပင်တည်း”လို့ ပြဆိုထားပါတယ်။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက “ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက အနိစ္စတရား”လို့ ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ ကဲ-ဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာက အနိစ္စတရား-ဆို။

အဲဒီ ရုပ်၊ နာမ်၊ ခန္ဓာတွေကို အနိစ္စ-မမြဲတဲ့တရားလို့ ဘာကြောင့် အသိအမှတ်ပြုရသလဲဆိုရင် ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ကွယ်ပျောက်၊ ကွယ်ပျောက် သွားလို့ပါပဲ။ ဒါကြောင့် အဋ္ဌကထာမှာ “ဟုတွာ-ဖြစ်ပေါ်လာပြီး၍၊ ရှိလာပြီး၍၊ အဘာဝါကာရော-မရှိသောအချင်းအရာ ကွယ်ပျောက်သွားသော အချင်းအရာသည်။ အနိစ္စလက္ခဏံ-မမြဲဟု

မှတ်သားရကြောင်း အနိစ္စလက္ခဏာ-မည်၏”လို့ မိန့်ဆိုထားပါတယ်။

လူများမှာ မည်သူပဲလို့ သိဖို့ရာ ထူးခြားတဲ့ အမှတ်လက္ခဏာ ကလေးတွေ အသီးသီးရှိကြပါတယ်။ အဲဒါလိုပဲ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေမှာလဲ မမြဲဘူးလို့ သိမှတ်ဖို့ရာ လက္ခဏာက ရှိနေပါတယ်။ အဲဒါက ဘာလဲဆိုရင် ရုပ်နာမ် ခန္ဓာတွေဟာ မူလက မရှိသေးတဲ့ အခိုက်အတန့်မှ ဖြစ်ပေါ်လာ ပြီးတော့ရှိတဲ့ အခိုက်အတန့်ရောက်လာကြတယ်။ ပြီးတော့တစ်ခါ မရှိတဲ့အခိုက်အတန့်ရောက်ပြီး ကွယ်ပျောက်သွားကြပြန်တယ်။ ဒီလို ဖြစ်ပေါ်လာပြီးတော့ ကွယ်ပျောက်သွားတာဟာ မမြဲဘူးလို့ သိမှတ်ဖို့ အနိစ္စလက္ခဏာပါပဲတဲ့။ ဟုတ်တယ် တစ်စုံတစ်ခုဟာ လုံးလုံးမဖြစ် ပေါ်လာရင်လဲ အဲဒါကို အနိစ္စ-မမြဲတဲ့ တရားလို့ မဆိုရဘူး။ အဲဒါက နိဗ္ဗာန် တရားနဲ့ အမည်ပညတ်မျိုးပါပဲ။ ပြီးတော့ ဖြစ်ပေါ်လာပြန်ရင်လဲ မပျောက်မပျက်ဘဲ ထာဝရတည်နေမယ်ဆိုရင် အဲဒါကိုလဲ မမြဲတဲ့တရားလို့ မဆိုရပေဘူး။ သို့ပေမယ့် ဒီလိုဖြစ်ပေါ်လာပြီးတော့ အမြဲတည်နေတဲ့ တရားဆိုတာကတော့ မရှိပါဘူး။ ဖြစ်ပေါ်လာရင် တစ်ခဏချင်း ပျောက်ပျောက်သွားတာချည်းပါပဲ။ ဒီလို ကွယ်ပျောက်သွားတာကို အနိစ္စလက္ခဏာခေါ်တယ်တဲ့။ ကဲ-ဆိုကြရမယ်။

ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်သွားတာက အနိစ္စလက္ခဏာ- ဆို။

ဖြစ်ခိုက် ရုပ်နာမ် တစ်ခုခုကို ရှုမှတ်နေရင်း ကွယ်ပျောက် ကွယ်ပျောက်သွားတဲ့ ဒီအနိစ္စလက္ခဏာကို ကိုယ်တိုင် တွေ့သိဖို့လိုပါတယ်။ ဒီလို ရှုမှတ်နေရင်း ပျောက်ပျောက်သွားတာကို ထင်ရှားတွေ့ရမှ မမြဲတဲ့ တရားပဲလို့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို ရှုရင်း မှတ်ရင်း မမြဲဘူး။ မမြဲဘူးလို့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ ဆုံးဖြတ်နိုင်မှ အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်



အစစ်လို့ ဆိုရပါတယ်။ ဒီလိုတွေ့တာ၊ သိတာ ဆုံးဖြတ်နိုင်တာကလဲ ရှုမှတ်နေဆဲမှာ တွေ့ပြီးသိတာ၊ ဆုံးဖြတ်နိုင်တာကလဲ ရှုမှတ်နေဆဲမှာ တွေ့ပြီးသိတာ၊ ဆုံးဖြတ်တာကိုသာ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆောင်ပုဒ်က ရှုမှတ်ဆဲမှာ-လို့ အထူးညွှန်ပြထားပါတယ်။ ကဲ-အဲဒီဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြမယ်။

ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွယ်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရ၍ မမြဲဟု သိတာက အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်-ဆို။

အဲဒီလို ဖြစ်ပေါ်ပြီး ကွယ်ပျောက် ကွယ်ပျောက်သွားလို့ မမြဲဘူးလို့မြင်ရင် အဲဒီ မမြဲတာတွေကို ဆင်းရဲလို့လဲ ထင်တော့တာပါ။ အနတ္တသဘောတရားမျှပဲလို့ မြင်တော့တာပါ။ ဒါကြောင့်-

“အနိစ္စမြင်လျှင် ဒုက္ခထင်သည်၊  
ဒုက္ခထင်တော့ အနတ္တမြင်သည်”လို့-

ဆောင်ပုဒ်က ဆိုထားပါတယ်။ ဒါကလဲ ယခုလိုအချိန် နည်းနည်းနဲ့ ဦးအောင်ဟောရတဲ့ တရားပွဲမှာ တိုတိုနဲ့ ပြီးအောင်လို့ ချုံးပြီးဟောရတာပဲ။ အချိန်များများနဲ့ စုံလင်လင် ပြောရရင်တော့ ဒုက္ခရယ်၊ ဒုက္ခ လက္ခဏာရယ်၊ ဒုက္ခာနုပဿနာရယ် ဒီလိုသုံးမျိုးကိုလဲ အသီးအသီး ခွဲခြမ်းပြီး ပြောဖို့ပါပဲ။ ပြီးတော့ အနတ္တနဲ့စပ်ပြီး ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ပြောရမယ်ဆိုရင် အတ္တစွဲလမ်းပုံကိုက တော်တော်ကျယ်ကျယ် ရှင်းပြရမယ်။ အနတ္တရယ်၊ အနတ္တလက္ခဏာရယ်၊ အနတ္တာနုပဿနာရယ်၊ ဒီသုံးမျိုး ကိုလဲရှင်းပြရမယ်။ ယခုလေးပါးကွဲပုံလဲ ရှင်းပြရမယ်။ ဒါတွေကိုက သုံးလေးနာရီ မဟောဘဲမပြည့်စုံနိုင်ပါဘူး။

သတ္တမအကြိမ်

ယခုတော့ မြန်မြန်ပြီးချင်တာနဲ့ အတိုချုံးလိုက်ရတော့တာပါပဲ။ ကဲ-  
ဒီဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြ။

အနိစ္စမြင်လျှင် ဒုက္ခထင်သည်။

ဒုက္ခထင်တော့ အနတ္တမြင်သည်။

အနတ္တမြင်၊ နိဗ္ဗာန်ခွင်၊ ပြေးဝင်ဆိုက်ရောက်သည်။

အနတ္တမြင်ရင် နိဗ္ဗာန်ရောက်တယ် ဆိုပေမယ့်လို့ တစ်ခါလောက်  
မြင်ရုံနဲ့ ရောက်တယ်လို့တော့ မမှတ်ကြနဲ့ဦး၊ ယခုပြောနေတဲ့ ထင်မြင်ပုံက  
သမ္မသနဉာဏ်က သုံးသပ်ဆင်ခြင်ပုံပဲ ရှိသေးတယ်။

### ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်

ဒီဉာဏ်အရာမှာ ရှုရင်းမှတ်ရင်း၊ မမြဲဘူး၊ ဆင်းရဲပဲ၊ အနတ္တ  
သဘောတရားမျှပဲ-လို့ သုံးသပ်ဆင်ခြင်ဖန်များလို့ ပိုင်နိုင်တဲ့အခါမှာ  
မသုံးသပ်မဆင်ခြင်တော့ပဲ ရှုရုံမျှ ရှုမှတ်နေတယ်။ ဒီတော့မှ အသိတွေက  
လျင်မြန်လာတယ်။ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်ရတဲ့ ရုပ်နာမ် အာရုံ  
ကလေးတွေရဲ့ အစနဲ့ အဆုံးကို တိခနဲ၊ တိခနဲ၊ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား  
သိလာတယ်။ အဲဒါက ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ပေါ့။ အဲဒီလိုအခါမှာ  
အရောင်အလင်းတွေလဲ ပေါ်လာတယ်။ နှစ်သိမ့် အားရမှုပီတိတွေလဲ  
အကြီးအကျယ် ဖြစ်တတ်တယ်။ ကိုယ်စိတ်၏ ငြိမ်းအေးမှု ပဿန္တိ  
ဆိုတာကလဲ အထင်အရှား ဖြစ်ပေါ်လာတတ်တယ်။ ကြည်လင်မှု၊  
ယုံကြည်မှု၊ ကြည်ညိုမှု သဒ္ဓါတရားတွေကလဲ အလွန်အကဲ  
ပေါ်လာတတ်တယ်။ မမှတ်နိုင်တာ မသိတာရယ်လို့ မရှိတော့ဘူးလို့  
ထင်ရလောက်အောင် သတိတွေ၊ ဉာဏ်တွေကလဲ အလွန်ကောင်းနေ

သတ္တမအကြိမ်

တတ်တယ်။ အဲဒီလို အခါမှာ အင်မတန် ဝမ်းသာအားရ ဖြစ်နေတတ် ပါတယ်။ အဲဒါတွေဟာ ခုနက ထိနမိဒ္ဓပိုင်းတုန်းက ပြောခဲ့တဲ့ တရား အရသာထူးတွေပေါ့။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ အဲဒါတွေကို နိဗ္ဗာန် မဂ်ဖိုလ် တရားထူးရပြီလို့တောင် ထင်နေတတ်ပါသေးတယ်။

### ဘင်္ဂဉာဏ်မှ သင်္ခါရုပေက္ခာ အထိ

အဲဒါတွေကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်သွားရပါတယ်။ အဲဒါတွေကို လွန်မြောက်သွားတော့ ရှုတိုင်း မှတ်တိုင်း ကုန်ကုန်သွားတာ ပျောက်ပျောက် သွားတာကိုသာ တွေ့နေရပါတယ်။ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်လိုက်ရင် ဗိုက်ပုံသဏ္ဍာန်ကလဲ မထင်တော့ဘူး။ ကိုယ်ပုံသဏ္ဍာန်ကလဲ မထင်တော့ဘူး။ တရိပ်ရိပ်နဲ့ ပျောက်ပျောက်သွားတာကိုသာ တွေ့ရတယ်။ မှတ်ရတဲ့ အာရုံတွင် မဟုတ်သေးဘူး။ မှတ်သိတဲ့ စိတ်ကလေးရော သိသိပြီး ပျောက်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရတယ်။ ဘယ်ဟာကိုပဲ မှတ်မှတ်၊ အာရုံရောမှတ်သိတဲ့ စိတ်ကလေးရော၊ ရှေ့ဆင့် နောက်ဆင့် ပျောက် ပျောက်သွားတာကိုသာ တွေ့ရတယ်။ ခြေပုံသဏ္ဍာန်၊ ကိုယ်ပုံသဏ္ဍာန် ဘာမှမထင်ဘူး။ အဲဒါက ဘင်္ဂဉာဏ်တဲ့။ တချို့က “ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်”လို့ မှတ်ရင် ခြေကားယား၊ လက်ကားယား၊ ပုံသဏ္ဍာန် ပညတ်ကြီး ထင်မှာပေါ့လို့ အပြစ်တင်ပြီး ပြောနေကြတယ်။ အဲဒီလိုပြောတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ သူတို့မှာ ဒီဘင်္ဂဉာဏ်မျိုး မဖြစ် ဘူးသေးပါဘူးလို့ ဝန်ခံရာရောက်ပါတယ်။ ဒီဘင်္ဂဉာဏ်ကို တွေ့ဖူးရင်တော့ ဒီလိုမရိုမသေ ပြောမှာမဟုတ်ပါဘူး။

အဲဒီ ဘင်္ဂဉာဏ်က အပျက်တွေချည်း တွေ့နေရတော့  
သတ္တမအကြိမ်

ကြောက်စရာကောင်းတယ်လို့ ထင်လာတယ်။ ဘယဉာဏ်ပါပဲ။  
 ကြောက်စရာထင်တော့ အပြစ်မြင်ပြန်တယ်။ အာဒီနဝဉာဏ်ပါပဲ။  
 အပြစ်မြင်တော့ မပျော်နိုင်တော့ဘူး။ ငြီးငွေ့လာတယ်။ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ပါပဲ။  
 ငြီးငွေ့တော့ လွတ်မြောက်ချင်လာတယ်။ မုဉ္ဇိတုကမုတာဉာဏ်ပါပဲ။  
 လွတ်မြောက်ချင်တော့ လွတ်မြောက်အောင် တစ်ဖန်အထူးရှုပြန်တယ်။  
 ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ပါပဲ။ အဲဒီပဋိသင်္ခါဉာဏ်နဲ့ ရှုလို့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ  
 သဘောတွေ ပိုင်ပိုင်ကြီး သိမြင်လာတော့ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ဖြစ်လာ  
 တယ်။ ဒီဉာဏ်ကတော့ အလွန်သိမ်မွေ့ပါတယ်။ အလွန်ကောင်းလဲ  
 ကောင်းပါတယ်။ ကြောင့်ကြမစိုက်ရပဲနဲ့ အာရုံတွေကလဲ အလိုလို  
 ထင်ရှားပေါ်နေတယ်။ ရှုသိမှုကလဲ သူ့အလိုလိုပဲ တစ်စဉ်တစ်တန်းတည်း  
 ကြာရှည်စွာ ဖြစ်နေတယ်။

ဒီသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ဖြစ်နေတဲ့အခါမှာ ဂုဏ်ခြောက်ထွေဆိုတဲ့  
 ဆဠင်္ဂပေက္ခာနဲ့ ပြည့်စုံနေပါတယ်။ အဲဒါကို ယခု ရှင်းလင်းပြောရမယ်။  
 “ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်ထွေ၊ စုံစေ စောင့်တစ်ပါး” ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်  
 ဆောင်ပုဒ်ထဲက ဂုဏ်ခြောက်ထွေနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်ဆိုတာက အရေးကြီး  
 ပါတယ်။ အဲဒါကို မြတ်စွာဘုရားက ဘယ်လိုဝေဖန်ထားသလဲဆိုတော့-

အင်္ဂါခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံပုံ

ကထဋ္ဌ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဆဠင်္ဂသမန္နာဂတော ဟောတိ။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ကထဋ္ဌ-ဘယ်ပုံ  
 ဘယ်နည်းဖြင့် ဆဠင်္ဂသမန္နာဂတော-အင်္ဂါခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသည်။

သတ္တမအကြိမ်

ဟောတိ-ဖြစ်ပါသနည်း၊ အင်္ဂါခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံတယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုလဲတဲ့၊ ဒီလို ရှေးဦးစွာ မေးပြီးတော့ ဒီလို ဖော်ပြတော်မူပါတယ်။

ဣဒ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု စက္ခုနာ ရူပံ ဒိသ္မာ နေဝ သုမနော ဟောတိ နဒုမ္မနော၊ ဥပေက္ခကော ဝိဟရတိ သတော သမ္ပဇာနော-  
တဲ့။

ဘိက္ခဝေ၊ ရဟန်းတို့။ ဣဒ၊ ဤသာသနာတော်၌။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်းသည်။ ဘိက္ခု၊ သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဘိက္ခု၊ ကိလေသာကို ဖျက်စီးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ စက္ခုနာ၊ မျက်စိဖြင့်။ ရူပံ၊ အဆင်းကို၊ ဒိသ္မာ၊ မြင်ပြီး၍၊ နေဝသုမနော ဟောတိ-ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာလဲ မဖြစ်ပါဘူး-တဲ့။ ဒီပါဠိထဲမှာ ဒိသ္မာ-မြင်ပြီး၍-လို့ ဆိုထားတယ်နော်၊ အဲဒါကို သတိပြုရမယ်၊ ကျွမ်းစာတွေထဲမှာ အရေးကြီးတဲ့ အဆစ်အပိုင်းကလေးတွေ ရှိတယ်၊ အဲဒီ အဆစ်အပိုင်း ကလေးတွေ သတိမပြုဘဲ အမှတ်တမဲ့ယူသွားရင် လိုရင်းအဓိပ္ပာယ် ပျောက်သွားတတ်တယ်၊ ဒိသ္မာ-မြင်ပြီး၍-တဲ့၊ မြင်ပြီးတဲ့အခါ ကိလေသာမဖြစ်ဖို့ လိုပါတယ်၊ ဒါမှ ချီးကျူးစရာ ကောင်းတယ်၊ မမြင်ရ မသိရတဲ့ အာရုံနဲ့ စပ်ပြီး ကိလေသာ မဖြစ်တာကတော့ ချီးကျူးစရာ မရှိပါဘူး၊ မြင်မှမမြင်ဘဲ သိမှမသိရဘဲနဲ့ ဘယ်နှယ်ကိလေသာဖြစ်မလဲ၊ ကိုယ်မတွေ့ဘူးတဲ့ လူတစ်ယောက် ဆိုပါတော့၊ မိန်းမပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ယောက်ျားပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အဲဒီလို လူကို ချစ်လဲမချစ်ဘူး၊ မုန်းလဲမမုန်းဘူးဆိုရင် အဲဒါ ဘာအံ့ဩစရာရှိလဲ၊ ဘာမှ အံ့ဩစရာ မရှိဘူး၊ ကိုယ်က တွေ့ဖူး လျက်သားနဲ့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ကို ချစ်စရာ ကောင်းလျက်သားနဲ့ မချစ်ဘူး၊ မုန်းစရာ ကောင်းလျက်သားနဲ့ မမုန်းဘူးဆိုရင် ဒါကိုသာ ချီးကျူးစရာ ရှိပါတယ်၊ ယခုယောဂီပုဂ္ဂိုလ် (သို့မဟုတ်)

အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ အဲဒီ အဆင်း အဲဒီလူကို မြင်ပါတယ်။ မြင်သော်လဲပဲ သူ့မှာ-နေဝ သုမနောဟောတိ။ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာလဲ မဖြစ်ပါဘူး-တဲ့။ ဝမ်းသာစရာ အဆင်းမြင်ရလို့လဲ ဝမ်းမသာဘူး။ ယခုလူတွေဟာ ကိုယ်ချစ်ခင်မြတ်နိုးတဲ့ အာရုံကလေးတွေကို တွေ့တဲ့အခါ ဝမ်းသာတယ်။ သားချစ် သမီးချစ် ကလေးကို မြင်ရလို့ရုံရင် ပြုံးပြုံး ပြုံးပြုံးနဲ့ ဝမ်းသာတယ်။ လိုချင်စရာ ကောင်းတဲ့ ဝတ္ထု ပစ္စည်းကလေးကို အလွယ်တကူ ရလို့ရုံရင် ဝမ်းသာတယ်။ အဲဒီလို မြတ်နိုးစရာ ဝတ္ထုကလေးတွေကို တွေ့ရပေမယ့်လို့ ဒီယောဂီ၊ ဒီ အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်က မြတ်နိုးခြင်း၊ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာခြင်း၊ မဖြစ်ပါဘူး-တဲ့။ ပြီးတော့ မကောင်းတဲ့ အာရုံတွေ မုန်းစရာကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို တွေ့တဲ့အခါမှာ လူတွေက စိတ်ဆိုးတတ်တယ်။ စိတ်မချမ်း မသာ ဖြစ်တတ်တယ်။ ယခုယောဂီကတော့ အဲဒီလိုလဲ မဖြစ်ပါဘူးတဲ့။ နဒုမ္မနော ဟောတိ။ နှလုံးမသာလဲ မဖြစ်ပါဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့် စက္ခုနာ-မျက်စိဖြင့်၊ ရူပံ၊ အဆင်းကို။ ဒိသ္မာ၊ မြင်ပြီး၍။ နေဝသုမနော ဟောတိ။ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာလဲမဖြစ်။ န ဒုမ္မနော ဟောတိ။ စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုးခြင်း၊ နှလုံးမသာခြင်းလဲ မဖြစ်ပါဘူးတဲ့။ ဒါဖြင့် ဘယ်လို ဖြစ်နေသလဲဆိုတော့ ဥပက္ခကော ဝိဟရတိ။ မချစ်မမုန်း ညီတူညီမျှ သိရုံသိရုံ ကလေးပဲ ဖြစ်နေပါတယ်တဲ့။ ဘာကြောင့် ဒီလို ဖြစ်နေသလဲလို့ ဆိုတော့-သတော၊ အမှတ်ရသည်ဖြစ်၍။ သမ္မဏနော၊ မှန်စွာသိသည် ဖြစ်၍။ ဝိဟရတိ။ နေလို့ ပါပဲ-တဲ့။ အမှတ်ရပြီးတော့ အမှန်အတိုင်း သိနေလို့ပါပဲတဲ့။ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းကို အမှတ်ရပြီးတော့ ရုပ်သဘော နာမ်သဘော အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောကလေးတွေကို အမှန်အတိုင်း သိနေလို့ပါပဲ-တဲ့။ ဒါလဲ အင်မတန် အရေးကြီးပါတယ်။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက

ဆောင်ပုဒ်ပေးထားပါတယ်။ ဆိုကြရမယ်။

အဆင်းမြင်ရာ၊ ရှုမှတ်ပါ၊ မှန်စွာသိပါစေ-ဆို။

စက္ခုနာ ရှုပုံ ဒိသွာ နေဝ သုမနော ဟောတိ န ဒုမ္မနော၊ ဥပေက္ခကော ဝိဟရတိ သတော သမ္ပဇာနော-ဆိုတဲ့ ဒီပါဠိတော်ထဲက စက္ခုနာရှုပုံဒိသွာ-ဆိုတဲ့ ပါဠိအရ အဆင်းမြင်ရာ-လို့ ဆိုထားပါတယ်။ သတော-ဆိုတဲ့ ပုဒ်အရ ရှုမှတ်ခါလို့ ဆိုထားပါတယ်။ သမ္ပဇာနော-ပုဒ်အရ မှန်စွာသိပါစေလို့ ဆိုထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆောင်ပုဒ်ဆို ပေမယ်လို့ အလွတ် လျှောက်ရေးထားတာ မဟုတ်ဘူး။ ပါဠိတော်ရဲ့ ဘာသာပြန်ပါပဲ။ “အဆင်းမြင်ရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှတ်စွာသိပါစေ” အဆင်းမြင်လျှင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ရုပ်နာမ်သဘောတရား၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောတရားကို မှန်စွာသိပါစေလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီလို မှန်စွာသိတော့ ဘာဖြစ်သလဲဆိုရင်-

ဝမ်းသာမဖက်၊ စိတ်မပျက်၊ ရှုလျက် လျစ်လျူနေ-ဆို။

မှန်စွာသိနေရင် ဝမ်းသာမှုလဲ မဖြစ်ပါဘူး-တဲ့၊ စိတ်ပျက်မှုလဲ မဖြစ်ပါဘူး-တဲ့၊ လျစ်လျူရှုပြီး နေနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီအကျိုးကို ရပါတယ်တဲ့။ ဘယ်လို ဝမ်းသာစရာကောင်းတဲ့ အဆင်းကို မြင်ရပေမယ်လို့ ဝမ်းသာ ဘူး၊ ဘယ်လို စိတ်ပျက်စရာ ကောင်းတာကို မြင်ရပေမယ်လို့ စိတ်မပျက်ဘူး၊ ဘယ်လို ဖြစ်နေတုန်းဆိုရင် လျစ်လျူရှုပြီးတော့ နေပါတယ်တဲ့။ ဒီလိုနေနိုင်တာက ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်လဲလို့ဆိုရင် ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်တဲ့။ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှ မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း ဘယ်အခါမဆို ဒီအတိုင်း လျစ်လျူရှုပြီး နေနိုင်တာပဲ။ ဘယ်လောက် ချစ်စရာကောင်းတဲ့ နှစ်သက်စရာကောင်းတဲ့ အာရုံကို တွေ့ရသော်လည်း ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ ချစ်ခြင်းမရှိဘူး၊ ဝမ်းသာခြင်းမရှိဘူး၊ ဘယ်လောက် စိတ်ပျက်စရာ ရွံစရာ

မုန်းစရာကောင်းတဲ့ အာရုံတွေကို တွေ့ရသော်လည်း စိတ်ပျက်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း ရွံခြင်းမရှိဘူး။ အဲဒီ အဆင်းကလေး၊ အဲဒီ မြင်မှုကလေးရဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေကို အမှန်အတိုင်း သိပြီးတော့ လျစ်လျူရှုနေနိုင် ပါတယ်တဲ့။ သိရုံမျှ သိရုံမျှကလေးနဲ့ ရှုပြီးတော့ သွားနေပါတယ်တဲ့။ ဒါဟာ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဂုဏ်ပဲ။

ဒါဖြင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်က အဲဒီ ရဟန္တာလို ဖြစ်အောင် အားထုတ်လို့ ဖြစ်ပါ့မလားလို့ဆိုတော့ ဖြစ်ပါတယ်။ အဋ္ဌကထာမှာ “ဝိပဿကော၊ ဝိပဿနာဂ္ဂုဿည်။ တံ၊ ထိုဆဋ္ဌဂုံပေက္ခာကို။ ကာတုံ၊ ပြုခြင်းငှာ။ သက္ကောတိ၊ စွမ်းနိုင်တယ်”လို့ ဆိုထားပါတယ်။ ဖြစ်ပုံကတော့ ခုနက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း နာမဂ္ဂပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ရောက်တဲ့အခါကျတော့ ဖြစ်ပါတယ်။ ယခုလို ဟောရုံမျှနာရုံမျှနဲ့တော့ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်လို့ ဝန်မခံနိုင်ပါဘူး။ တကယ်တမ်း တင်းတင်းရင်းရင်း ပြည့်ပြည့်စုံစုံ အားထုတ်ရင် ဖြစ်မယ်လို့သာ ပြောနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ့်ဟာကိုယ်စစ်ဆေးကြည့်

တချို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဂိုဏ်းဆရာကြီးတွေက တပည့်တွေကို မြှောက်ပင့်ပြီးတော့ ဟောတတ်ကြပါတယ်။ သူ့တရားကို နာလိုက်လို့ရှိရင် တစ်ကြိမ်နာရုံနဲ့ သောတာပန်ဖြစ်တယ်၊ နှစ်ကြိမ်နာရုံနဲ့ သကဒါဂါမ်ဖြစ်တယ် စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ။ ဝါဒဖြန့်တဲ့ သိမ်းသွင်းတဲ့သဘောပါပဲ။ အဲဒါ ဆရာပြောတဲ့အတိုင်း မိမိမှာဖြစ်တယ် မဖြစ်ဘူးဆိုတာကို ယခုပြောခဲ့တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်နဲ့ရော၊ မွှာဒါသ တရားတော်နဲ့ရော ကိုယ့်ဟာကိုယ် စစ်ဆေးကြည့်ဖို့ လိုပါတယ်။ ဆရာက သောတာပန်ဖြစ်ပြီလို့ ပြောတာနဲ့



ကိုယ်က ဘာမှမသိဘဲနဲ့ ရောယောင်ပြီး ဖြစ်နေလို့တော့ နေရာမကျဘူး၊ သောတာပန်ဆိုရင် ဘုရား၏ဂုဏ်တွေကို ဉာဏ်ဖြင့်တွေ့သိပြီးတော့ ဘုရားအပေါ်မှာ ယုံကြည်မှုခိုင်မြဲနေရမယ်။ အသက်ကို သတ်ပစ်မယ်လို့ ဆိုတောင်မှလဲ ဘုရားကို မစွန့်လွှတ်နိုင်အောင် ယုံကြည်မှု ခိုင်မြဲနေရမယ်။ အဲဒါကို ဗုဒ္ဓ အဝေစ္စပသာဒ-ခေါ်တယ်။ ဘုရား၌ ဉာဏ်ဖြင့်တွေ့သိပြီး ယုံကြည်တဲ့၊ ကြည်ညိုသဒ္ဓါတရားတဲ့၊ အဲဒါဟာ မွှေးဒါသတရား တစ်ခုပဲ။ တရားမှန်တစ်ခု၊ မှန်နဲ့တူတဲ့ တရားဂုဏ် အင်္ဂါတစ်ခုပါပဲ။ အဲဒါကို တိုတိုနဲ့မှတ်ရအောင် ဆောင်ပုဒ်ကလေး စီစဉ်ထားတယ်။

ဗုဒ္ဓစွမ်းရည်၊ တွေ့မြင်ပြီး၊ ယုံကြည်မြဲလှစွာ-တဲ့။

တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတဲ့ အတိုင်း ရုပ်နဲ့ နာမ်မျှသာ ရှိတယ်ဆိုတာကိုလဲ ကိုယ်တိုင် တွေ့ရတယ်။ ရုပ်နာမ်တွေအားလုံး ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေတယ်။ မမြဲဘူး၊ ဆင်းရဲချည်းပဲ။ အတ္တကောင် မဟုတ်တဲ့ သဘောတရားမျှချည်းပဲ ဆိုတာကိုလဲ တွေ့ရတယ်။ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုလဲ တွေ့ရတယ်။ ဖလသမာပတ် ဝင်စားပြီးတော့ ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့်လဲ နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့ရတယ်။ အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားကို ဘုရားစစ် ဘုရားမှန်ပဲလို့ ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ယုံကြည်သွားတယ်။ ဆေးစားလို့ ရောဂါပျောက်တဲ့ လူက ဆေးဆရာရဲ့ စွမ်းရည်ကိုသိပြီး ယုံကြည်တာ လိုပါပဲ။ ထို့အတူ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားကိုလဲ ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက်ပြုပြီး ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ယုံကြည်တယ်။ တရားကျင့်သုံးပြီး မဂ်၊ ဖိုလ်ရောက်နေတဲ့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း သံဃာတော်ကိုလဲ မိမိလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေပဲလို့ ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ယုံကြည်တယ်။ အဲဒါတွေလဲ မွှေးဒါသ ခေါ်တဲ့ တရားမှန်တွေပါပဲ။

မွှေးစွမ်းရည်၊ တွေ့မြင်ပြီး၊ ယုံကြည်မြဲလှစွာ။

သံဃာ့စွမ်းရည်၊ တွေ့မြင်ပြီ၊ ယုံကြည်မြဲလှစွာ-တဲ့။

ပြီးတော့ အရိယာတို့ မြတ်နိုးတဲ့ ငါးပါးသီလနဲ့လဲ ကျိုးခြင်း၊ ပျက်ခြင်းမရှိဘဲ ခိုင်မြဲပြည့်စုံနေတယ်။ ဒါလဲ မွှာဒါသ တစ်ခုပဲ။

အရိယာကန္တ၊ ငါးသီလ၊ လုံးဝပြည့်စုံရာ။

မြတ်သောတာပန်၊ တရားမှန်၊ လေးတန်စုံလင်ရာ-တဲ့။

ဒီမွှာဒါသတရား (၄)ပါးနဲ့ တိုက်ဆိုင် ကြည့်ဖို့လိုပါတယ်။

ဒီအထဲမှာ ငါးပါးသီလနဲ့ ပြည့်စုံတယ်ဆိုတာက သူ့ပင်ကိုယ်ရင်း သဘော အတိုင်းကို စင်ကြယ်ပြီး ပြည့်စုံနေရမှာ ငါက တရားအားထုတ်နေတာပဲ ဒီသီလကို လုံအောင်စောင့်မှပဲလို့ ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ချုပ်တည်ပြီး စောင့်နေရတာမျိုးကိုတော့ မဆိုလိုပါဘူး။ ကျူးလွန်လိုတဲ့စိတ်၊ ကျူးလွန်နိုင်အောင် ပြင်းထန်တဲ့စိတ်ကို မဖြစ်လာဘဲ ကင်းငြိမ်းပြီး ပြည့်စုံနေတာကိုသာ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါ ပြည့်စုံပြီလား၊ မပြည့်စုံသေးဘူးလားဆိုတာ စစ်ဆေးကြည့်ဖို့ လိုပါတယ်။ ဒီလို စစ်ဆေးမကြည့်ရင် ဟိုဒကာတစ်ယောက်လို သောတာပန်လူထွက် ဖြစ်သွားမှာ စိုးရိမ်ရတယ်။

### သောတာပန်လူထွက်

တစ်ခါက ဒကာတစ်ယောက်ဟာ ဘုန်းကြီးထံ လျှောက်ထားဖူးပါတယ်။ အဲဒီ ဒကာဟာ အောက်တန်းစား သာမန် ဒကာမဟုတ်ပါဘူး။ ခေတ်ပညာလဲတတ်၊ ဗဟုသုတလဲ အတော်အတန် ပြည့်စုံတဲ့ အထက်တန်းစား ဒကာတစ်ယောက်ပါပဲ။ သူက ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတစ်ပါးထံမှာ တရားအားထုတ်ပါသတဲ့။ အားထုတ်ပြီးတဲ့အခါမှာ သူ့ဆရာက သူ့ကို သောတာပန်ဖြစ်ပြီလို့ ဆုံးဖြတ်ပေးပါသတဲ့။ အရိယာတရားနှင့်စပ်ပြီး

သတ္တမအကြိမ်

ဒီလိုအဆုံးအဖြတ်မျိုးကို ဘုရားမှတစ်ပါး ဘယ်ရဟန္တာ၊ ဘယ်မထေရ်ကမှ ပေးဖူးတယ်ဆိုတာ ပိဋကတ်စာပေမှာ မရှိပါဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ ဒီလို မဆုံးဖြတ်ကောင်းဘူးလို့လဲ အမြဲတမ်းပြောနေပါတယ်။ ဉာဏ်စဉ် တရားကိုသာ ဟောပါတယ်။ အဲဒီ ဉာဏ်စဉ်တရားနဲ့ တိုက်ဆိုင်ပြီး သူ့ဟာသူပဲ ဆုံဖြတ်ဖို့ တာဝန်ပေးထားပါတယ်။ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ ဒကာကတော့ သူ့ဆရာက သောတာပန်ဖြစ်ပြီလို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တာနဲ့ သူကလဲ သောတာပန်ဖြစ်ပြီလို့ ယုံကြည်ယူဆပြီးတော့ ငါးပါးသီလကိုလဲ လုံခြုံအောင်စောင့်နေပါသတဲ့။ တစ်နေ့သောအခါကျတော့ သူ့ကိုးကွယ် နေတဲ့ အခြားဆရာတော်ကြီး တစ်ပါးထံ သွားပြီးတော့ သူတရားအား ထုတ်ခဲ့ပုံ၊ တွေ့မြင်ပုံနဲ့ တကွ သောတာပန်ဖြစ်ပြီလို့ ဆုံးဖြတ်ပေးပုံတွေကို လျှောက်ပါသတဲ့။ အဲဒီဆရာတော်ကြီးက ဘုန်းကြီးတို့နဲ့ ရင်းပါတယ်။ ဆရာလိုပဲဖြစ်နေပါတယ်။ ပိဋကတ်စာပေမှာ ကောင်းကောင်းတတ်ကျွမ်းတဲ့ ဆရာတော်ကြီးပါပဲ။ ယခုတဲ့ထိလဲ ရှိပါသေးတယ်။ အသက်တော်က (၈၀)ကျော်၊ (၉၀)နီးပါး ရှိနေပြီ။ အဲဒီ ဒကာရဲ့လျှောက်ပုံက-

တပည့်တော်ဘုရား၊ တရားအားထုတ်ထားပါတယ်။ ကိုယ်ထဲမှာ ရှုလိုက်ရင် ဓါတ်တွေ၊ သဘောတရားတွေ တရွရွ တမွမွနဲ့ ပေါ်နေ ပါတယ်။ ဆရာကလဲ သောတာပန်ဖြစ်ပြီလို့ ဆုံးဖြတ်ပါတယ်။ တပည့်တော်ကလဲ သောတာပန်ဖြစ်ပြီလို့ ယုံကြည်နေပါတယ်ဘုရားလို့ သူကလျှောက်သတဲ့။

ဒီတော့ အဲဒီဆရာတော်ကြီးက ဘယ်နှယ်ပြောသလဲဆိုရင် “မင်းဟာ ဘာမှမဟုတ်သေးဘူးတဲ့။ မင်းဟာ တရားကို မဟုတ်သေးဘူး။ သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ ဆိုတာကတော့ အဝေးကြီးပဲ။ မင်းဥစ္စာ ဘာမှမဟုတ် သေးဘူး” လို့ အဆုံးအဖြတ် ပေးလိုက်သတဲ့။ ပြီးတော့ အဲဒီဒကာက

သူဖြစ်ပုံကိုဆက်ပြီး ပြောပါတယ်။ “ဒါနဲ့ဘုရား ဒီတစ်ခါတည်းကစပြီးတော့ မင်းဟာဘာမှမဟုတ်သေးဘူး” လို့ ဆရာတော်ကြီးက ပြောလိုက်တဲ့အတိုင်း တပည့်တော်ဟာ ဘာမှမဟုတ်သေးပဲ ဖြစ်နေပါတယ်။ အစတုန်းကတော့ တပည့်တော်ဟာ သောတာပန် ဖြစ်နေတယ်ဆိုတာနဲ့ သောတာပန် အကျင့်နဲ့ညီအောင် ငါးပါးသီလကို လုံလုံခြုံခြုံနဲ့ စောင့်နေခဲ့ပါတယ်။ ယခုတော့ ဆရာတော်ကြီးက “ဘာမှမဟုတ်သေးဘူး” လို့ ပြောတာနဲ့ တပည့်တော်ဟာ “ငါးပါးသီလတောင် မလုံတော့ဘူးဘုရား” လို့ အဲဒီ ဒကာက ပြောပါတယ်။

အဲဒီတော့ ဘုန်းကြီးက သူ့ကို အားပေးလိုက်ရသေးတယ်။ “ဟာ ဒကာ ဒီလိုမလုပ်နဲ့၊ အစက ကိုယ့်ဟာကိုယ် သောတာပန် ဖြစ်နေမှတော့ ဘယ်သူက ဘာပြောပြော ဖြစ်မြဲသာဖြစ်နေ၊ နောက်ပြန်မဆုတ်နဲ့၊ ငါးပါးသီလလဲ စောင့်မြဲစောင့်နေပေါ့” လို့ ဘုန်းကြီးက အားပေးစကား ပြောလိုက်ရသေးတယ်။ အဲဒီ ဒကာလို သောတာပန်လူထွက် မဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ကိုယ်တိုင်တွေ့မှ သိမှာ

ဘုန်းကြီးယခုပြောနေတဲ့ ဆဋ္ဌဂုံပေက္ခာကတော့ တကယ်ကို ဖြစ်တာပါ။ ဖြစ်ပုံကတော့ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရောက်တဲ့အခါမှာ မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း အဆင်းကိုရှုမှတ်ပြီး အဖြစ်အပျက်တွေကို အမှန်အတိုင်း သိနေပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ဝမ်းသာစရာ အာရုံတွေကို တွေ့ပေမယ့် ဝမ်းမသာဘဲနဲ့ သိရုံမျှရှုနေနိုင်ပါတယ်။ အင်မတန် ကောင်းပါတယ်။ ကိုယ်တိုင်တွေ့မှသိမယ်။ အဲဒါဟာ သောတာပန် မဖြစ်သေးပါဘူး။

ပုထုဇဉ်ပဲ ရှိပါသေးတယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ ဒီသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်က အင်မတန်ကောင်းပါတယ်။ ဘယ်လိုနှစ်သက်စရာ ကောင်းတဲ့ အာရုံကို မြင်ရပေမယ့် သူ့မှာ နှစ်သက်မှုမဖြစ်ဘူး။ ဘယ်လိုနည်းမသာစရာ အာရုံကို မြင်ပေမယ့် ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ သူကသည်းခံနိုင်တယ်။ သိရုံ သိရုံကလေး သိသိသွားနေတယ်။ ဖြစ်ပြီးပျောက်သွား၊ ဖြစ်ပြီးပျောက်သွားနဲ့ ဖြစ်ပျက်တဲ့ သဘောကလေးတွေကို သိသိသွားနေတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ တရားအားထုတ် တဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဒီဆဋ္ဌဂုံပေက္ခာဂုဏ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံနေတာ အင်မတန်ကို ကြည်ညိုစရာကောင်းပါတယ်။ သူများကတော့ မသိလို့ မကြည်ညိုချင်နေပါစေ၊ ကိစ္စမရှိဘူး။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်တော့ ကိုယ်တိုင်တွေ့နေတာမို့ သိပ်ကြည်ညိုစရာကောင်းတာ။ စိတ်ကလေးက အင်မတန်သိမ်မွေ့ နူးညံ့နေတယ်။ လောဘဖြစ်စရာ အာရုံမှာလဲ လောဘမဖြစ်၊ ဒေါသဖြစ်စရာ အာရုံမှာလဲ ဒေါသမဖြစ်၊ ဝမ်းသာစရာမှာလဲ ဝမ်းမသာဘူး။ စိတ်ပျက်စရာမှာလဲ စိတ်မပျက်ဘူး။ သူက တစ်ခါတည်း ညီမျှနေတာပဲ။ တစ်နာရီအားထုတ်နေရင် တစ်နာရီလုံး၊ (၂)နာရီ (၃)နာရီ အားထုတ်နေရင် (၂)နာရီ (၃)နာရီလုံးလုံး၊ တစ်နေ့လုံး အားထုတ်နေရင် တစ်နေ့လုံး သိရုံ သိရုံကလေး သိသိပြီး မပြတ်သွားနေတယ်။ ဘာမှ အရှုပ်အထွေးမရှိဘူး။ အင်မတန်ကိုကောင်းတာ။ အဲဒီလို တရားအရသာ တွေများ တွေ့ချင်ရင် အားထုတ်ကြပေတော့။ ကိုယ်တိုင်အားထုတ်မှ တွေ့မှာ။ ဘုန်းကြီးတို့က ပြောရုံနဲ့တော့ ဒီတရားအရသာတွေက ပေါ်မှာမဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဆောင်ပုဒ်က “ရဟန္တာအသွင်၊ ယောဂီရှင်၊ ရှုလျှင်ဖြစ်နိုင်ပေ” တဲ့။ ဆဋ္ဌဂုံပေက္ခာဆိုတာ ရဟန္တာမှာဖြစ်တဲ့ ဂုဏ်တွေပါ။ ဒါပေမယ့်လို့ ဝိပဿနာ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာလဲ ရှုရင် အားထုတ်ရင် ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ အဋ္ဌကထာက ဆိုထားပါတယ်။ အဲဒီအတိုင်း

ဘုန်းကြီးတို့ကလဲ ဆောင်ပုဒ်ကလေး စီထားပါတယ်။ ရဟန္တာအသွင်၊  
ယောဂီရှင်၊ ရှုလျှင်ဖြစ်နိုင်ပေ-ဆို။

ဝမ်းသာစရာအာရုံကို မြင်ရလို့လဲ ဝမ်းမသာဘူး၊ စိတ်ပျက်စရာ  
အာရုံကို မြင်ရလို့လဲ စိတ်မပျက်ဘူး၊ သိရုံမျှ သိရုံမျှ လျစ်လျူရှုနေ  
နိုင်တာဟာ ရဟန္တာရဲ့ဂုဏ်ပဲ။ ဒါပေမယ့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ရှုလို့ရှိရင်  
သင်္ခါရူပေက္ခာဉာဏ်ရောက်တော့ ဒီဂုဏ်ဟာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်တဲ့။ ဖြစ်သလား  
မဖြစ်ဘူးလားဆိုတာ ကိုယ်တိုင်စမ်းသပ်ကြည့်ပေါ့။ စမ်းသပ်ကြည့်ရင်  
သေသေချာချာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ထို့အတူ အသံကြားရာ၊ အနံ့နံ့ရာစသည့် အကုန်လုံးနည်းတူ  
သွားပေတော့၊ ဒါတွေကတော့ အတိုချုံးပြီး ပြောရတော့မယ်။ ဆောင်ပုဒ်ကို  
လဲ အတိုချုံးပြီး ရေးထားတယ်။ ကဲတစ်ပုဒ်စီ တစ်ပုဒ်စီ ဆိုသွားကြစို့။

အသံကြားရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာသိပါစေ-ဆို။

အနံ့နံ့ရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာသိပါစေ-ဆို။

အရသာသိရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာသိပါစေ-ဆို။

အတွေ့ထိရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာသိပါစေ-ဆို။

သဘောသိရာ၊ ရှုမှတ်ခါ၊ မှန်စွာသိပါစေ-ဆို။

ဝမ်းသာမဖက်၊ စိတ်မပျက်၊ ရှုလျက်လျစ်လျူရှုနေ-ဆို။

ရဟန္တာအသွင်၊ ယောဂီရှင်၊ ရှုလျှင်ဖြစ်နိုင်ပေ-ဆို။

အဲဒါအကုန်လုံး ဒွါရခြောက်ပါးက ဆဋ္ဌဂုံပေက္ခာ ဖြစ်ပုံတွေပါပဲ။  
အတိုချုံးပြောရမယ်ဆိုရင် ဒွါရခြောက်ပါးက ဘယ်လိုကောင်တဲ့၊ အာရုံနဲ့  
တွေ့တွေ့၊ ဘာကိုပဲ မြင်မြင်၊ ဘာကိုပဲ ကြားကြား၊ ဘာလိုအနံ့ကို နံနံ၊  
ဘယ်လိုအရသာကိုပဲ စားရ စားရ၊ ဘယ်လိုအတွေ့အထိနဲ့ပဲ တွေ့တွေ့၊  
ဘယ်လိုစိတ်ကူးတွေ့၊ ဘယ်လိုကောင်းတဲ့ အာရုံတွေပဲ ပေါ်လာပေါ်လာ၊

ဝမ်းမသာပါနဲ့တဲ့၊ ဘယ်လိုစိတ်ပျက်စရာ အာရုံနဲ့ပဲတွေ့တွေ့ စိတ်မပျက်  
 ပါနဲ့၊ ဘယ်လိုနေရမလဲဆိုတော့ သိရုံ သိရုံကလေးသိပြီးတော့ အညီအမျှ  
 လျစ်လျူရှုနေပါတဲ့၊ ဖြစ်ပြီး ပျောက်သွားလို့ မမြဲဘူး၊ ဖြစ်မှုပျက်မှုက  
 နှိပ်စက်နေလို့ ဆင်းရဲပဲ၊ သူ့သဘောအတိုင်း ဖြစ်ပျက်သွားလို့ အနတ္တ  
 သဘောတရားမျှပဲ ဆိုတာတွေဟာ ပါးစပ်က ရွတ်ဆိုနေရတာ မဟုတ်  
 ပါဘူး၊ သူ့အလိုလို သိနေတာတွေပါ၊ ရှုရင်း ရှုရင်း အလိုလိုကို အသိရှင်း  
 နေတာတွေပါ လက်နဲ့ ကိုင်ကြည့်ရသလို သေသေချာချာ သိနေတာ  
 တွေပါ၊ အဲဒီလိုသိနေတော့ ဝမ်းသာစရာတွေမှာလဲ ဝမ်းမသာဘူး၊  
 စိတ်ပျက်စရာတွေမှာလဲ စိတ်မပျက်ဘူး၊ အညီအမျှ လျစ်လျူရှုပြီး  
 နေပါတယ်တဲ့၊ (၁)နာရီရှုနေရင် (၁)နာရီလုံးလုံး သွားနေတာပဲ၊  
 ဘေးကပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဘာပြောနေနေ ဘာဆိုနေနေ၊ သူက ဂရုမစိုက်ဘူး၊  
 ရှုမြဲသွားနေတာပဲ၊ သူ့အမှတ်နဲ့ သူ့အာရုံနဲ့၊ သူ့သတိနဲ့၊ ရှုမြဲသွား  
 နေတာပဲ၊ (၂)နာရီလဲ သွားတာပဲ၊ (၃)နာရီလဲ သွားတာပဲ၊ အင်မတန်  
 ကောင်းပါတယ်၊ ဣရိယာပုတ်တွေလဲ မျှနေတယ်၊ ညောင်းခြင်း၊  
 ကိုက်ခြင်း၊ မခံသာခြင်း မရှိဘူး၊ ဒီဉာဏ်ရောက်ရင် မူလကရီနေတဲ့  
 ရောဂါဝေဒနာတွေတောင် ပျောက်နေတယ်၊ အချို့ယောဂီမှာ ရောဂါဟာ  
 လုံးလုံးကို ပျောက်သွားတယ်၊ နောက်လဲ မပေါ်လာတော့ဘူး၊ တစ်ခါ  
 တည်းကို ပျောက်သွားတယ်၊ အင်မတန်ကောင်းပါတယ်၊ ဒွါရ ခြောက်  
 ပါးမှာ အညီအမျှ ရှုနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ဒီဂုဏ်တွေဟာ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ  
 အမြဲတမ်း ပြည့်စုံပါတယ်၊ ဒီပြင် ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာတော့ အားထုတ်နေတဲ့  
 အခါလောက်သာ ပြည့်စုံနိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်လဲ  
 အားထုတ်လို့ရှိရင် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဂုဏ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံပြီးတော့ နေနိုင်  
 ပါတယ်၊ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ရဟန္တာရဲ့ ဂုဏ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံနေလို့ရှိရင်

အင်မတန်ကောင်းတာပေါ့။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် သိပ်ကြည်ညိုစရာ  
 ကောင်းပါတယ်။ အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဘာမသိ ညာမသိနဲ့ ကဲ့ရဲ့ပြစ်မှားမိတဲ့  
 သူတွေမှာလဲ အများကြီး အပြစ်တွေ ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။ အဲဒါ သတိပြု  
 စရာ အချက်တွေပါပဲ။ ပြီးတော့ အဲဒီ တရားလေးတွေကို အကြောင်း  
 ညီညွတ်တဲ့အခါမှာ အားထုတ်ကြည့်ဖို့ရလဲ မမေ့ကြနဲ့ပေါ့လေ။  
 ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ မြတ်စွာဘုရား၏ ကိုယ်စား တစ်ဆင့်ဟောကြား  
 ရတာပဲ။ ဟောရုံသာ ဟောနိုင်ပါတယ်။ ဘုရားတောင်မှ ဟောရုံသာ  
 ဟောနိုင်တာပဲ။ ဒီထက်ပိုပြီး မတတ်နိုင်ဘူး။ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ကိုယ်တိုင်ကျင့်မှ  
 ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး သိမှာ။ ဒီတော့ ဆဋ္ဌဂုံပေက္ခာအကြောင်းကို ဒါလောက်  
 ပြောရင်တော်လောက်ပါပြီ။ အချိန်ရှိရင်တော့ ပြောဖို့ရာ တော်တော်များများ  
 ရှိပါသေးတယ်။

### သီးသန့်သစ္စာတွေ

ငါးအင်ပယ်လေ။ ဂုဏ်ခြောက်တွေ။ စုံစေစောင့်တစ်ပါး-ဆိုတဲ့  
 ဆောင်ပုဒ်အရ နီဝရဏ ငါးပါးပယ်ပုံကို ပြောပြီးပြီ။ ဂုဏ်ခြောက်တွေနဲ့  
 ပြည့်စုံပုံလဲ ပြောပြီးပြီ။ အစောင့်တစ်ပါးနဲ့ ပြည့်စုံပုံကိုလဲ ပြောပြီးပြီ။  
 ဒါတွေပြီးတော့ “လေးရပ်မှီကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာသီးသန့်များ”ဆိုတဲ့  
 ဆောင်ပုဒ်ထဲက လေးရပ်သော မှီရာကို မှီပုံတွေကိုလဲ ပြီးသွားပြီ။  
 သစ္စာသီးသန့်တွေ ပယ်ပုံကတော့ အတိုချုပ်ပဲ ပြောရတော့မယ်။  
 ဒါကတော့ အတိုချုပ်ဆိုရင် သဿတဒိဋ္ဌိနဲ့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ ဒီနှစ်ခုပါပဲ။  
 လောကမှာ သဿတဒိဋ္ဌိ အယူရှိနေတဲ့သူက ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟာ သေပြီးတော့လဲ  
 တည်မြဲတည်နေတယ်။ တစ်နေရာရာမှာ အသက်ကောင်အလိုက် ပြောင်းရွှေ့ပြီး  
 ရှိမြဲရှိနေတယ်လို့ ထင်တယ်။ အဲဒီလို ထင်နေတဲ့ မိမိအယူသာမှန်တယ်။



ဒိဗြင်အယူဝါဒတွေ အကုန်မှား တယ်လို့ သူကပယ်တယ်။ ဒါဟာ မိစ္ဆာအယူရှိတဲ့ သူတွေရဲ့ လမ်းစဉ်ပဲ။ ကိုယ့်အယူကိုမှန်တယ် သူများအယူကို မှားတယ်လို့ ဒီလို ယူရမှာပဲ။ သူများအယူကို မှန်တယ်ဆိုရင် ကိုယ့်အယူကို မှားတယ်ဆိုရာ ကျနေ မှာပေါ့။ ပြီးတော့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အယူရှိတဲ့ သူကလဲ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟာ သေသွားရင် ဘာမှမရှိတော့ဘူး။ အကုန်လုံး ပျောက်သွားတယ်လို့ ဒီလိုယုံကြည် ယူဆထားတယ်။ ဒါကြောင့် သူကလဲ သေပြီးတဲ့နောက် ဟိုဘဝ၊ ဒီဘဝတွေ ရှိသေးတယ်ဆိုတာ၊ အလကား အမှားတွေ မဟုတ်တဲ့ ဟာတွေဘဲဆိုပြီး ပယ်ချတယ်။ ယခုခေတ် ရှင်ဝါဒ အယူမျိုးပါပဲ။ အဲဒါတွေဟာ ကိုယ်အယူနဲ့ ကိုယ်သာ မှန်နေတယ်။ သဘာဝဓမ္မ အစစ်အမှန်နဲ့ ချိန်ထိုးကြည့်လိုက်ရင်တော့ အမှားတွေချည်းပဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ မိစ္ဆာအယူတွေက သီးသန့် သစ္စာတွေတဲ့။ အဲဒီ သီးသန့်သစ္စာ တွေကိုလဲ ပယ်ရမယ်တဲ့။ ဒါကတော့ အထူးပယ်နေရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ရှေ့ပိုင်းက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း အစောင့် သတိကလေးနဲ့ အမြဲမပြတ်ရှုမှတ် သွားရင် သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရောက်တော့ ဆဋ္ဌင်္ဂပေက္ခာနဲ့ ပြည့်စုံတယ်။ အဲဒီကနေပြီး အစဉ်အတိုင်း တက်သွားရင် သောတာပတ္တိ မဂ်ဉာဏ် ရောက်တော့ ဒီသီးသန့်သစ္စာတွေ အကုန်လုံး ကင်းပျောက်သွားပါတယ်။ ဒီမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဘေးကြီးတွေ အကုန်လုံး ကင်းပျောက်သွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒါလဲပြီးပြီလို့ ပဲထားပါတော့။ တရားဟောဆိုတာ ပြီးချင်လာတော့လဲ ပြီးပြီလို့ ပြောရတာပဲ။ မပြီးချင်သေးလို့ ဟောမယ်ဆိုရင်လဲ ဒီနေရာမှာ ဟောစရာတွေက တော်တော်များပါသေးတယ်။ ဒီမိစ္ဆာအယူဝါဒ စွဲလမ်းပုံက (၁၀)မျိုးတောင် ရှိပါတယ်။ အဲဒါတွေကို အန္တဂ္ဂါဟိကဒိဋ္ဌိလို့ ခေါ်တယ်။ အခါတိုင်းတော့ ဆောင်ပုဒ်ကလေးတွေတောင် ရေးပေးထားပါသေးတယ်။ ဒီတစ်ခါတော့

စာရွက်လဲမပါပါဘူး၊ အဲဒီဆောင်ပုဒ်တွေက-

- (၁) သတ္တဝါ မပျက်စီးဘဲ အမြဲတည်ရှိနေသည်။
- (၂) သတ္တဝါ သေလျှင်ပျက်စီးသည် အမြဲတည်ရှိနေသည် မဟုတ်။
- (၃) သတ္တဝါအဆုံး အပိုင်းအခြားရှိသည်။
- (၄) သတ္တဝါအဆုံး အပိုင်းအခြားမရှိ။
- (၅) အသက်ကောင်နှင့် ရုပ်ကိုယ်အတူတူပင်။
- (၆) အသက်ကောင်ကတခြား ရုပ်ကိုယ်ကတခြား။
- (၇) သတ္တဝါသေပြီးနောက်လဲ ရှိသေးသည်။
- (၈) သတ္တဝါသေပြီးနောက် မရှိတော့ပြီ။
- (၉) သတ္တဝါသေပြီးနောက် ရှိလဲ ရှိ၏၊ မရှိလဲ မရှိ။
- (၁၀) သတ္တဝါသေပြီးနောက် ရှိသည်လဲမဟုတ်၊ မရှိသည်လဲ မဟုတ်။

ဒါတွေဟာ သီးသန့်သစ္စာလို၊ ခေါ်တဲ့ မိစ္ဆာအယူတွေရဲ့ ယူဆပုံ ဆောင်ပုဒ်တွေပါပဲ။ ယခုတော့ အချိန်မရှိတော့ အကျယ်ရှင်းမပြနိုင်ဘူး၊ ဒါလောက်နဲ့ပဲ အပြီးသတ်လိုက်ကြစို့။ “လေးရပ်မှီကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာသီးသန့်များ”ဆိုတဲ့ ဒီဆောင်ပုဒ် အရပါဆိုရင် ငါးခုပြီးသွားပြီ။

ရှာမှီးခြင်းသုံးမျိုး

ပြီးတော့ “ရှာမှီးကင်းစင် ကြံကြည်လင်၊ ထွက်ဝင်ငြိမ်းစေသား”တဲ့၊ ရှာမှီးကင်းရမယ်၊ ရှာမှီးမှုဆိုတာ “ကာမေသဇာ ကာမဂုဏ်ကို ရှာမှီးခြင်း၊ ဘဝေသဇာ-ဘဝကို ရှာမှီးခြင်း၊ ဗြဟ္မစဒ္ဓိ သဂ္ဂမအင်္ဂါ

ဇေယသနာ-မြတ်သော အကျင့်ကို ရှာမှီးခြင်း"လို့ သုံးမျိုး သုံးဆင့် ရှိပါတယ်။ ကာမဂုဏ်ကို ရှာမှီးခြင်းဆိုတာက ကာမဂုဏ် အာရုံတွေကို နှစ်သက်သာယာပြီး လိုက်လံ ရှာမှီးနေတာကို ဆိုတာပါပဲ။ အဲဒါဟာ ဘယ်ကျမှ ငြိမ်းသလဲဆိုတော့ ယခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သတိနဲ့ မပြတ်ရှုပြီး အားထုတ်သွားလို့ ရှိရင် သောတာပန်ဖြစ်တယ်။ အဲဒီတော့လဲ သူက မငြိမ်းသေးပါဘူး။ သကဒါဂါမ် ဖြစ်လို့လဲ မငြိမ်းသေးပါဘူး။ အနာဂါမ် ဖြစ်တဲ့အခါကျတော့မှ သူက ငြိမ်းသွားတယ်။ အဲဒီအခါကျတော့ ကာမဂုဏ် ရှာမှီးမှုဟာ လုံးလုံးမရှိတော့ဘူး။ အကုန်လုံး ကင်းသွားတယ်။ အဲဒီ အနာဂါမ်အဖြစ်ကို ရောက်အောင်၊ အားထုတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

**ဘဝရှာမှီးခြင်း** ဆိုတာကတော့ အနာဂါမ်မှာလဲ မငြိမ်းသေးဘူး။ **ရူပဘဝ၊ အရူပဘဝ**တွေကို အလိုရှိနေသေးတာပဲ။ ကိုယ့်ဘဝကလေးနဲ့ ကိုယ် သာယာနေသေးတာပဲ။ ရဟန္တာဖြစ်သွားတော့မှ သူက ငြိမ်းတယ်။ ဒါကြောင့် ရဟန္တာဖြစ်အောင် အားထုတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါတွေ ကလဲ အထူးအားထုတ်ရတာတွေ မဟုတ်ပါဘူး။ ရှေ့ပိုင်းက ပြောခဲ့တဲ့ သတိကလေးနဲ့ ရှုမှတ်ပြီး အစဉ်အတိုင်း လိုက်သွားလို့ ရှိရင် ရဟန္တာဖြစ်တဲ့ အခါကျတော့ အကုန်လုံး ငြိမ်းသွားတာပါပဲ။

**မြတ်သော အကျင့်ကို ရှာမှီးခြင်း** ဆိုတာက မြတ်သောအကျင့်မှန်ကို မသိသေးတဲ့ ပုထုဇဉ် ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဟိုအကျင့်က ဟုတ်နိုးနိုး ဒီအကျင့်က ဟုတ်နိုးနိုးနဲ့ လိုက်လံရှာ ဖွေပြီး ယူဆနေတဲ့ မိစ္ဆာအယူ၊ မိစ္ဆာအကျင့်တွေကို ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီ မိစ္ဆာအယူဆိုတဲ့ မြတ်သောအကျင့် ရှာမှီးခြင်းကတော့ သောဇာပတ္တိမဂ် ရောက်တဲ့အခါမှာ မြတ်သောအကျင့်မှန်ဖြစ်တဲ့ မဂ္ဂင်ရှုမ်းပါး တရားအကျင့်ကို သိသွားတဲ့အတွက် အဲဒီမိစ္ဆာအယူတွေဟာ အကုန်လုံး ငြိမ်းသွားပါတယ်။ အဲဒီ ရောက်အောင် အားထုတ်သွားဖို့ပါပဲ။

### ကြိစည် မှုတွေလဲ ကြည်လင်ရမယ်

ပြီးတော့ “ရှာမှီးကင်းစင်၊ ကြံကြည်လင်”တဲ့၊ ကြံစည်မှုတွေလဲ ကြည်လင်ရမယ်။ ဒါကလဲ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းကို သတိကလေးနဲ့ မှတ်နေရင် ပြည့်စုံသွားပါတယ်။ ကာမဝီတက်နဲ့ လိုချင်နှစ်သက်ပြီး ကြံစည်မိရင် အဲဒါကို မှတ်လိုက် ပျောက်သွားတယ်။ ဗျာပါဒဝီတက်နဲ့ သူတစ်ပါး သေပျက်ရေးအတွက် ကြံစည်မိရင် မှတ်လိုက်၊ သူလဲပျောက် သွားတာပဲ။ ဝီဟာသဝီတက်နဲ့ ညှဉ်းဆဲဖို့ ကြံမိရင် အဲဒါကို မှတ်လိုက်၊ သူလဲပျောက်သွားတာပဲ။ ဒါကြောင့် ကြံစည်မှုတွေဟာ ကြည်လင်ပြီးတော့ သွားပါတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်လို့ ရဟန္တာဖြစ်သွားတဲ့အခါမှာ စိတ်အကြံ အစည်ဟာ အမြဲမပြတ်ကြည်လင်သွားပါတယ်။ အဲဒီရောက်အောင် အားထုတ်ဖို့ပါပဲ။ “ရှာမှီးကင်းစင်၊ ကြံကြည်လင်၊ ထွက်ဝင်ငြိမ်း စေသား”တဲ့။ ထွက်သက်ဝင်သက် ငြိမ်းတဲ့ စတုတ္ထဈာန်နဲ့လဲ ပြည့်စုံရ မယ်တဲ့။ အဲဒီဈာန်ကတော့ တစ်သီးတစ်ခြား အားထုတ်ယူမှ ရတယ်။ ဒါကတော့ ရဟန္တာဖြစ်ရုံနဲ့လဲ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းမှာ မပြည့်စုံနိုင်ဘူး။ အဘိညာဉ် ခြောက်ပါးနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ **ဓမ္မာဘိည ရဟန္တာ**ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ဝိဇ္ဇာသုံးပါးနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ **တေဝိဇ္ဇ ရဟန္တာ**ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဒီလိုထူးခြားတဲ့ ရဟန္တာတွေသာ ဒီစတုတ္ထဈာန်နဲ့ ပြည့်စုံပါတယ်။ **သုက္ခဝီပဿက**လို့ ခေါ်တဲ့ ရဟန္တာတွေ မှာတော့ ဒီဈာန်ကို မရဘူး၊ မရပေမယ့် အဲဒီရဟန္တာတွေလဲ နိဗ္ဗာန်ကိုတော့ အခြားရဟန္တာတွေလို အတူတူရောက်တာပါပဲ။ ဒီဈာန်နဲ့ ပြည့်စုံရင်တော့ ပိုကောင်းတာပေါ့လေ။ ဒါက အဆင့်အတန်းမြင့်တာပေါ့ ပထမတန်းနဲ့ ဒုတိယတန်းလို့ ခွဲကြပါစို့။ ဈာန်မရဘဲနဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရတယ်ဆိုရင် **ဒုတိယတန်း**ပေါ့။ သူက အညံ့စားပေါ့။ ဈာန်လဲရတယ်။ မဂ်ဖိုလ်ရပြီး

ရဟန္တာလဲ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်ဆိုရင် သူက ပထမတန်းပေါ့၊ သာပြီး ကောင်းပါတယ်၊ ဒီလိုပထမတန်းက ပိုပြီးကောင်းပေမယ့် အားထုတ်တဲ့ ယောဂီက ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်နိုင်မှ ဖြစ်မှာ၊ ပြည့်စုံအောင် အားမ ထုတ်နိုင်လို့ရှိရင်တော့ ဒုတိယတန်းနဲ့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရင်လဲ ကိစ္စပြီးတာပါပဲ၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်တဲ့အခါကျတော့ ဘုရားရယ်၊ ဆဋ္ဌာဘိည ရဟန္တာရယ်၊ တေဝိဇ္ဇရဟန္တာရယ်၊ သုက္ခဝိပဿကရဟန္တာရယ်လို့ ဘာမှ မထူးပါဘူး၊ ဆင်းရဲငြိမ်းတာ အတူတူချည်းပါပဲ၊ ဒါကြောင့် ထွက်သက်ဝင်သက်ငြိမ်းတဲ့ စတုတ္ထဈာန်ဆိုတာကတော့ ရရင်သာပြီး ကောင်းပါတယ်၊ မရရင်လဲ ရဟန္တာဖြစ်တယ်ဆိုရင် ပြည့်စုံနေတာပဲ အဲဒါကို အထူးသတိပြုဖို့ပါပဲ။

### လွတ်ရင်လွတ်ကြောင်းသိသည်

ဇနောက်ပြီးတော့ “စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ် ဂုဏ်ဆယ်ပါး”တဲ့၊ ဒါကတော့ မုချပြည့်စုံရမည့် အရိယာဝါသတွေပဲ၊ အစဉ်အတိုင်း အားထုတ်သွားလို့ရှိရင် အရိယာဝါသတွေပဲ၊ အစဉ်အတိုင်း အားထုတ်သွားလို့ရှိရင် စိတ်ကလေးဟာကောင်းစွာ လွတ်သွားပါသတဲ့၊ ရာဂကိလေသာ လက်မှလဲ လွတ်သွားတယ်၊ ဒေါသကိလေသာ၊ မောဟ ကိလေသာ လက်မှလဲ၊ လွတ်သွားပါတယ်၊ ဒါကတော့ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ရောက်တဲ့အခါမှာ လုံးလုံး လွတ်သွားပါတယ်၊ အဲဒါဟာ အရိယာဝါသ တစ်ခုပါပဲ၊ အဲဒီလို လွတ်သွားရင် လွတ်သွားပြီ ဆိုတာကိုလဲ ကိုယ့်ဟာ ကိုယ်ပဲ သိတယ်၊ အဲဒီလို လွတ်သွားမှန်း ကိုယ့်ဟာကိုယ် ဆင်ခြင်ပြီး သိသွားတာဟာ သူပီမုတ္တမပညာတဲ့၊ ရာဂ၊ဒေါသ၊မောဟတွေ မဖြစ်နိုင်အောင် လွတ်သွားပြီလို့ ဆင်ခြင်ပြီးသိတဲ့ ပညာပါပဲ၊ ဒါလဲအရိယာဝါသ တစ်ခုပဲ၊

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့စိတ်ဟာ ဘယ်အာရုံနဲ့တွေ့တွေ့ လွတ်လပ်နေတယ်၊ အချုပ်အချယ် အတွယ်အတာ မရှိဘူး၊ ရာဂနဲ့ တွယ်တာမှု မရှိဘူး၊ ဒေါသနဲ့ တွယ်တာမှု မရှိဘူး၊ မောဟနဲ့ မာနနဲ့ တွယ်တာမှု မရှိဘူး၊ ဘာကိလေသာနဲ့မှ တွယ်တာမှု မရှိဘူး၊ လုံးလုံး လွတ်လပ်နေတယ်၊ အဲဒါကို သုဝိမုတ္တစိတ္တောလို့ ဟောထားတယ်၊ ဆောင်ပုဒ်မှာတော့ **ဖိတ်ကောင်းစွာလွတ်လို့ ဆိုထားတယ်၊ ပြီးတော့ အဲဒီလို လွတ်လပ် သွားကြောင်းကို ပြန်ဆင်ခြင်ပြီးတော့ သိသွားတယ်၊ အဲဒါက သုဝိမုတ္တပညော** ဆိုတဲ့ ဒေသနာတော်အရ ကောင်းစွာလွတ်မြောက် သွားပြီလို့ ဆင်ခြင်တဲ့ **ပစ္စဝေက္ခဏာပညာ**ပါပဲ၊ အဲဒါကို ဆောင်ပုဒ်မှာ ပညာလွတ်လို့ ဆိုထားပါတယ်၊ “ငါ့စိတ်တွေဟာ လွတ်လပ်နေတာပဲ၊ ဘယ်မှာမှ အထိအငြိ မရှိဘူး၊ အကုန်လုံး လွတ်မြောက်နေတာပဲ” ဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ သိရတယ်၊ အဲဒါက **ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်**ပါပဲ။

အဲဒီလို ဆင်ခြင်တာကလဲ ရဟန္တာဖြစ်မှသာ ဆင်ခြင်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ရဟန္တာဖြစ်မှသာ ဆင်ခြင်တာ မဟုတ်ပါဘူး၊ သောတာပန်ဖြစ် ရင်လဲ ကိုယ့်မှာ ကိလေသာတွေ ကင်းသွားသလောက် လွတ်မြောက်နေ တာကို သိပါတယ်၊ သူ့စိတ်ဟာ ရှေ့ကနဲ့ မတူဘူး၊ ရုပ်နာမ်တရားတွေကို ရုပ်နာမ်တရားမျှပဲလို့ အမှန်အတိုင်း သိပြီးနေတယ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဆိုတဲ့ အကောင်ကလေး ပျောက်နေတယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ဆီမှာ တရားအားထုတ်တဲ့ ဒကာကြီးတစ်ယောက်က ဒီလိုပြောဖူးပါတယ်၊ ရှေ့ကတော့ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ ပြန်စဉ်းစားလိုက်ရင် အကောင်ကလေး ရှိနေတယ်ဘုရား တဲ့၊ အသက်ကောင်ကလေးက ရှိနေတယ်၊ ယခုတော့ဘုရား၊ စဉ်းစား တိုင်း စဉ်းစားတိုင်း ရုပ်နာမ်ချည်းပဲ ဖြစ်ပျက်တဲ့ တရားချည်းပဲ၊ ထင်ရှားတွေ့ရလို့ အကောင်ကလေးပျောက်နေတယ်၊ ဘုရားလို့

သူကပြောတယ်။ အဲဒါဟာ သောတာပန်ကတည်းကစပြီးတော့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိမှ လွတ်နေတာကိုး။ သူ့ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်ပြီး ပြောတာပါပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့က ဟောရတာမဟုတ်ပါဘူး။ သူ့ဟာနေရာ အကျသားပဲ။ ဒီဒကာကြီးလဲ ယခုတော့ မရှိရှာပါဘူး။ ကွယ်လွန်သွားပါပြီ။

ပြီးတော့ ဝိစိကိစ္ဆာ-ယုံမှားမှုဆိုတာဟာ ယုံမှားစရာအကြောင်း မရှိသေးရင်တော့ သူက မဖြစ်ပေါ်သေးဘူး။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာနဲ့ စပ်ပြီးတော့ လူတစ်ယောက်က ယုံမှားဖြစ်လောက်အောင်ပြောရင် ယုံမှားမှုက မရှိတော့ဘူး။ ဘယ်သူက ဘယ်လိုပြောနေနေ၊ သူ့မှာတော့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာနဲ့စပ်ပြီးတော့ ယုံမှားမှုမရှိဘူး။ အဲဒါနဲ့ စပ်ပြီးတော့ စိတ်လွတ်မြောက်နေတာဟာ သူ့မှာထင်ရှားနေတယ်။ အဲဒီနည်းဖြင့် ပေါ့လေ။ သောတာပန်လဲ သောတာပန်အလိုက် လွတ်မြောက်တယ်။ သကဒါဂါမ်လဲ သကဒါဂါမ်အလိုက် လွတ်မြောက်နေတယ်။ အနာဂါမ် မှာတော့ ကာမရာဂဗျာပါဒတွေမှ လွတ်မြောက်နေတာကို ထင်ရှားတွေ့ နေတာပဲ။ အဲဒါတွေက ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ကို သိရမှာ။ သူများပြောရုံနဲ့ ယုံရတာမျိုးမဟုတ်ဘူး။ ကင်းသင့်ကင်းထိုက်တဲ့ ကိလေသာတွေ ကင်းနေတယ်။ ငြိမ်းနေတယ် ဆိုတာဟာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် စဉ်းစားတိုင်း စဉ်းစားတိုင်း ရှင်းပြီးတော့ သိနေရမှာပါ။ ဒါကြောင့်မို့ စိတ်အလိုအားဖြင့်လဲ ကိလေသာတွေမှ လွတ်မြောက်ရမယ်။ ပညာအလိုအားဖြင့်လဲ ဒီကိလေသာ တွေ ငါ့မှာမဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ လွတ်မြောက်ကြောင်းကို သိရမယ်။ သောတာပန် ဖြစ်ပြီလို့ ယူဆထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က သောတာပန်မှာ ကင်းသင့် ကင်းထိုက်တဲ့ ကိလေသာတွေ ဖြစ်နေလို့ ရှိရင် သောတာပန်ဆိုတဲ့ အမည်ကိုလဲ ခံချင်သေး။ ဒုစရိုက်တွေလဲ ကင်းအောင်မရှောင်ချင်ဘူး။ သူတစ်ပါး အသက်လဲ သတ်ချင်သေးဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က “သောတာပန်ဟာ သူ့အသက်

ကို သတ်ကောင်းတယ်၊ သတ်နိုင်သေးတယ်” လို့ ဆုံးဖြတ်လို ဆုံးဖြတ်နဲ့၊ ဒါကတော့ နေရာမကျဘူး၊ အရက်ကြိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က အရက်ကိုလဲ သောက်ချင်၊ သောတာပန်လို့လဲ အမည်ခံချင်တော့ “သောတာပန်ဟာ အရက်လဲသောက်ကောင်းတယ်” လို့ ဆုံးဖြတ်လို ဆုံးဖြတ်နဲ့၊ ဒါကတော့ နေရာမကျဘူး၊ ဒီလို ကိုယ့်ဘက်ကိုလိုက်ပြီး မတရားဆုံးဖြတ်လို့ ဘယ်ဖြစ်မလဲ၊ တရားဘက်လိုက်မှပေါ့၊ အဲဒါကြောင့် “စိတ်ကောင်းစွာ လွတ်” လို့ ဆိုတဲ့အတိုင်း စိတ်ကလဲ ကိလေသာနယ်ပယ်က လွတ်မြောက် နေရမယ်၊ သကဒါဂါမ်လဲ သကဒါဂါမ်အလိုက် လွတ်မြောက်ရမယ်၊ အနာဂါမ်လဲ အနာဂါမ်အလိုက် လွတ်မြောက်နေတာကိုလဲ ပြန်ဆင်ခြင်တိုင်း ဆင်ခြင်တိုင်း၊ လွတ်မြောက်နေကြောင်း ထင်ရှားနေရမယ်၊ ကိုယ့်တွေ့ လက်တွေ့အားဖြင့် ထင်ရှားနေရမယ်၊ စာတွေ့မဟုတ်ဘူး၊ ဖြစ်တတ်တဲ့ ကိလေသာတွေဟာ ရှေးတုန်းက တရားအားမထုတ်ခင်က ဖြစ်ခဲ့တယ်၊ ယခုတရားထူးကို ရပြီးတဲ့အခါမှာ အဲဒီ ဖြစ်နေကျ ကိလေသာတွေ မဖြစ်လာတော့ဘူးဆိုတာကို သက်သေခံအဖြစ်နဲ့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ထင်ရှားနေရမယ်၊ ဒါကိုဆိုလိုပါတယ်။

“စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ်ဂုဏ်ဆယ်ပါး”

“အရိယာဝါသ ဟောဖော်ပြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား” တဲ့။

အရိယာဝါသတရားတွေကတော့ စုံပါပြီ၊ ပထမက (၁၀) နာရီ တရားသိမ်းဖို့ ရည်ရွယ်ထားပေမယ့် (၁၀) နာရီလဲ မသိမ်းနိုင်ဘူး၊ ယခု (၁၀) နာရီနဲ့ မိနစ် (၂၀) ရောက်သွားပြီ၊ ဒီကနေည ဘုန်းကြီးဟောလာတာ (၂) နာရီလောက် ရှိသွားပြီ၊ ကဲ တရားပွဲ သိမ်းကြစို့ရဲ့၊ ဆောင်ပုဒ်အချို့ကို ဆိုပြီး သိမ်းရမယ်။



### တရားအဆုံး နိဂုံးချုပ်

ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်ထွေ၊ စုံစေစောင့်တစ်ပါး-ဆို။  
 လေးရပ်မှီကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာသီးသန့်များ-ဆို။  
 ရှာမှီးကင်းစင်၊ ကြံကြည်လင်၊ ထွက်ဝင်ငြိမ်းစေသား-ဆို။  
 စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ်ဂုဏ်ဆယ်ပါး-ဆို။  
 အရိယာဝါသ၊ ဟောဖော်ပြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား-ဆို။

သီတာက အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်။  
 အနိစ္စမြင်လျှင် ဒုက္ခထင်သည်။  
 ဒုက္ခထင်တော့ အနတ္တမြင်သည်။

အနတ္တမြင်တော့ နိဗ္ဗာန်ခွင်၊ ပြေးဝင်ဆိုက်ရောက်သည်။  
 နိဗ္ဗာန်မြင်က အပါယ်မှ၊ မုချလွတ်မြောက်မည်။

နိဗ္ဗာန်ကိုတွေ့မြင်လျှင် အောက်ထစ်ဆုံးအားဖြင့် သောတာပန်  
 ဖြစ်ပြီး အပါယ်လေးပါးမှ လွတ်မြောက်သွားပါတယ်။ အောက်ထစ်ဆုံး  
 အားဖြင့် အဲဒီ သောတာပန်အဖြစ်ကို ရောက်သည့်တိုင်အောင် “ဖြစ်တိုင်း  
 မှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား”ဆိုတဲ့ ဆောင်ပုဒ်အရ အားထုတ်သွား  
 ကြဖို့ လိုပါတယ်။ ထိုထက်တတ်နိုင်သေးရင်လဲ အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်အထိ  
 ရောက်အောင် အားထုတ်သွားကြဖို့ပါပဲ။

ဤအရိယာဝါသ တရားတော်ကြီးကို ရိုသေစွာ ကြားနာရသော  
 မွေသဝနကုသိုလ် စေတနာတို့၏ အစွမ်းအာနုဘော်ကြောင့် ယခုတရားနာ  
 ပရိတ်သတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား  
 တော်မူသည့်အတိုင်း (၁၀)ပါးသော အရိယာဝါသ တရားတို့ကို ထိုက်သည့်  
 အားလျော်စွာ ပွားများအားထုတ်နိုင်ကြ၍ အရိယာတို့၏ စံနေရာ

တည်းဟူသော အရိယာနေအိမ်ကြီးတွေကို ကိုယ်စီ ကိုယ်ငှ တည်ဆောက်  
ကြ၍၊ ထိုအရိယာတို့၏ စံနေရာ အိမ်ကြီးတွေနှင့် ခံခံညားညား တင့်တင့်  
တယ်တယ် လုံလုံခြုံခြုံ နေနိုင်ကြ၍၊ အပါယ်လေးပါး အစရှိသော သံသရာ  
ဝင်ဆင်းရဲ ဘေးရန်အန္တရာယ်ဟူသမျှမှ လွတ်မြောက်ကြလျက် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း  
ငြိမ်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်၍  
မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု - သာဓု - သာဓု

(အရိယာဝါသတရားတော်ကြီးပြီး၏)

# ဇောကံဆက်တွဲ

## အမှတ်(၁) ရှင်းလင်းချက်

ဤအရိယာဝါသ စာအုပ် စာမျက်နှာ ၇၇-၌ “ငါးပါးသီလ မလုံလျှင် သောတာပန်မဟုတ်ဟု တထစ်ချမှတ်ရန် ဟောပြခဲ့၏။ ထိုဟောပြချက်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ အနည်းငယ်ထပ်မံ ရှင်းလင်းပြဦးမည်။ ဤသို့ ထပ်မံရှင်းလင်းပြခြင်းမှာလည်း အလွန်သုတနည်းသော သူတို့အား သုတမယဉာဏ် ပွားစေရန် အတွက်သာဖြစ်သည်။။ ရှေ့၌ဟောခဲ့သော စကားကို ခိုင်မြဲစေရန်အတွက်ကား မဟုတ်ပေ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် မြတ်စွာဘုရား၏ လက်ထက်တော်ကာလမှစ၍ သာသနာနှစ်ပေါင်း (၂၅၀၀)ကျော် ယခုအထိ (အဆိုပါဆောင်းပါးရှင် စာရေးဆရာကြီးမှ တစ်ပါး) ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ပညာရှင်မှန်သမျှတို့သည် သောတာပန်မှာ ငါးပါးသီလ စင်ကြယ်လုံခြုံကြောင်း တညီတည်းပင် ယူဆမှတ်သား ပြောကြားလျက် ရှိကြသည့်ပြင်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မဟုတ်သော ပါဠိပညာ ရှိတို့သည်လည်း ထိုအတိုင်းပင် အသိအမှတ် ပြုလျက်ရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။။

အမှန်အားဖြင့်မူကား ထိုစာရေးဆရာကြီး တစ်ဦးသာလျှင် ကျမ်းဂန်အထောက်အထား မရှိပါပဲ သူများထက် ထူးကဲ၍ သူ့စိတ်ထဲ ထင်ရာမြင်ရာတွေကို စိတ်ကူးကြံဆပြီး အတ္တနောမတ်မျှဖြင့် ရေးသား ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ သို့သော် ထိုသို့သော ရေးသားချက်ကိုပင် သုတနည်းသူတို့က ဟုတ်လှပြီထင်ပြီး မှတ်သားပြောဆိုခြင်း၊ အလားတူ ရေးသားဖော်ပြခြင်းများကို ပြုကြမည်ဆိုလျှင် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်၏

ဂုဏ်ကျက်သရေကို ထိခိုက်နိုင်ခြင်း၊ သောတာပန်အရက်သမား၊ သောတာပန်ဒုဿီလ စသည်တို့ မကြားသာ မနာသာ ပေါ်ထွက်လာခြင်း စသည်ဖြင့် သာသနာတော်၏ အကျိုးမဲ့၊ လူများစွာတို့၏ အကျိုးမဲ့ ဖြစ်ဖွယ်ရာရှိသောကြောင့် လျစ်လျူရှုမထားသင့်သော အရာဖြစ်၍ အချိန်အခါ အားလျော်စွာ သြဝါဒပေးသည့်အနေဖြင့် ဤအရိယာဝါသ တရားထဲ၌ ထည့်သွင်း၍ ဖော်ပြခဲ့ခြင်းဖြစ်ပေသည်။

ထိုသြဝါဒ တရားအစဉ်ထဲမှာ သာသနာ့ပါဠိကို အကျယ်ပြရန် မသင့်သောကြောင့် ထိုစဉ်အခါက ပြည့်စုံစွာ မပြခဲ့ရပေ။ ယခုမူကား သုတနည်းသူတို့အတွက် ဖော်ပြသင့်သည်ဟု သဘောရသောကြောင့် သက်ဆိုင်ရာ ပါဠိအဋ္ဌကထာတို့ကို နောက်ဆက်တွဲအနေဖြင့် ဖော်ပြလိုက် ရပေသည်။

အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော် ပထမအုပ် စာမျက်နှာနံပါတ် ၂၃၃-၂၃၄- သိက္ခာသုတ်တို့၌ သောတာပန်နှင့် သကဒါဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို “**သီလေသု ပရိပူရကာရီ-သီလတို့၌ အပြည့်အစုံ ပြုကျင့်လေ့ရှိသူ**”ဟူ၍လည်း ကောင်း၊ **သမာဓိသ္မိ မဏ္ဍသောကာရီ၊ ပညာယ မဏ္ဍသောကာရီ- သမာဓိနှင့် ပညာ၌ တစ်စိတ်တစ်ဒေသ ပမာဏအားဖြင့် ပြုကျင့်လေ့ရှိသူ**” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဟောတော်မူ၏။

အထက်ပါသုတ်တို့၌ အနာဂါမ်နှင့် ရဟန္တာကို “**သီလေသု ပရိပူရကာရီ-သီလတို့၌ အပြည့်အစုံပြုကျင့်သူ**”ဟု ဟောသကဲ့သို့၊ သောတာပန်ကိုလည်း “**သီလေသု ပရိပူရကာရီ-သီလတို့၌ အပြည့်အစုံပြုကျင့်သူ**”ဟူ၍ပင် သီလအရာ၌ တန်းတူထား၍ ဟောတော် မူသည်။ ထို့ကြောင့် သောတာပန်မှာ ကာမရာဂဗျာပါဒစသော ကိလေသာအချို့ မကင်းသေးသော်လည်း သောတာပတ္တိမဂ်ဖြင့် ပြီးသော

သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိစသော ဣန္ဒြေတို့၏အစွမ်းကြောင့် ရဟန်းဖြစ်လျှင် (လောကဝဇ္ဇ) လောကအပြစ်ရှိသော သိက္ခာပုဒ်တို့နှင့်စပ်၍ သီလအပြည့်အစုံ စင်ကြယ်သည်။ လုံခြုံသည် ဟူ၍လည်းကောင်း လူဝတ်ကြောင့် ဖြစ်လျှင်လည်း ငါးပါးသီလ အပြည့်အစုံ စင်ကြယ်သည်။ လုံခြုံသည်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ မှတ်ရာ၏၊ ထိုသို့ မမှတ်ယူဘဲ “သောတာပန်မှာ ကာမရာဂ ဗျာပါဒစသော ကိလေသာတွေ မကင်းသေးသောကြောင့် အသက် အန္တရာယ်စသော အလွန်အရေးကြီးသည့် အကြောင်းများနှင့် တွေ့ကြုံလျှင် သီလပျက်နိုင်သေးသည်” စသည်ဖြင့် မိမိ၏ ပုထုဇဉ်စိတ်နှင့် နှိုင်းယှဉ် ကြံဆ၍ ပြောဆိုလျှင် ထိုသူသည်ပြခဲ့သော သိက္ခာသုတ်စသော မြတ်စွာဘုရား၏ စကားတော်ကို ကျူးကျော်ပယ်ဖျက်ရာ ရောက်၏။

အလျော်အားဖြင့် ကြံဆယူသင့်သည်မှာ သောတာပန်မှာ မဂ်ဖြင့်ပြီးသော သဒ္ဓါတရားသည် အပြည့်အစုံ ခိုင်မြဲလျက်ရှိ၏။ ပါတိမောက္ခသံဝရဟုခေါ်သော သိက္ခာပုဒ်ဆိုင်ရာ သီလသည် ထိုသဒ္ဓါ၏ အစွမ်းဖြင့် ပြီးစီးပြည့်စုံ၏။ တိုတိုနှင့်ရှင်းရှင်းပြောရလျှင် မြတ်စွာဘုရားကို ယုံကြည်လျှင် ဘုရား၏စကားကို လိုက်နာ၍ သီလပြည့်စုံ၏။ မယုံလျှင် မလိုက်နာ၍မပြည့်စုံ၊ ဥပမာအားဖြင့် လူမမာသည် ဆေးဆရာကို ယုံကြည်လျှင် ထိုဆရာ၏စကားကို လိုက်နာ၏။ မယုံလျှင် မလိုက်နာသကဲ့သို့ ပင်တည်း။

သောတာပန်သည်ကား ဗုဒ္ဓေ အဝေစ္စပသာဒေန သမဇ္ဈာဂတော ဘုရား၌ ဉာဏ်ဖြင့် သက်ဝင်၍ မတုန်မလှုပ်ခိုင်မြဲစွာ ယုံကြည်သောသဒ္ဓါနှင့် ပြည့်စုံပေ၏။ ထို့အတူပင် တရားတော် သံဃာတော်တို့၌ ယုံကြည်သော သဒ္ဓါတရားနှင့်လည်း ပြည့်စုံပေ၏။ ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက “အပြစ်ရှိသည် မပြုကောင်း”ဟု ပညတ်ဟောကြား တားမြစ်ထားသော

အမှုဟူသမျှကို ရိုသေစွာ ရှောင်ကျဉ်၏။ အသက်ကို စွန့်၍သော်လည်း စောင့်စည်း၏။ ထို့ပြင် မဂ်ဖြင့်ပြီးစီးသော ဝီရိယနှင့်လည်း ပြည့်စုံသောကြောင့် အချောင်ရှိ၍ မတရားသဖြင့် ပစ္စည်းရှားခြင်းမျိုးကိုမပြု။ လုံ့လ ဝီရိယဖြင့် အပင်ပန်းခံ၍ မှန်ကန်တရားသော သမ္မာအာဇီဝဖြင့် ပစ္စည်းရှာ၏။ ထို့ပြင် ရှေး၌ပြောခဲ့သည့်အတိုင်း မဂ်ဖြင့်ပြီးသော သတိဖြင့်လည်း အမှတ်ရနေသောကြောင့် မထိန်းနိုင် မသိမ်းနိုင်လောက်အောင် ပြင်းထန်သော အပါယဂမနိယ လောဘစသည် မဖြစ်နိုင်။ ဤသဒ္ဓါ ဝီရိယ သတိစသော ဣန္ဒြေတို့၏ အစွမ်းကြောင့် သောတာပန်မှာ သီလအပြည့် အစုံ စင်ကြယ်သည် လုံခြုံသည် ဟူ၍သာလျှင် ကြံဆမှတ်ယူသင့်ပေသည်။

အောက်ပါမှာ ဤအနက်ကို တိုက်ရိုက်ပြသော အဋ္ဌကထာ စကားဖြစ်သည်။

သစေပိ ဘဝန္တရဂတံ အရိယာသာဝကံ အတ္တနော အရိယသာဝကဘာဝံ အဇာနန္တမ္ပိ ကောစိ ဝေ ဝဒေယျ “ဣမံ ကုန္တ ကိပိလက္ခိကံ ဇီဝိတာ ဝေါရောပေတွာ သကလစက္ကဝါဠကဗ္ဗေ စက္ကဝတ္တိရဇ္ဇံ ပဋိပစ္စာဟိ”တိ။ နေဝ သော တံ ဇီဝိတာ ဝေါရောပေယျ အထာပိ နံ ဝေ ဝဒေယျ “သစေ ဣမံ န ဃာတေဿသိ။ သီသံ တွေ ဆိန္ဒိသာမာ” တိ သီသမေဿ ဆိန္ဒေယျ။ န စ သော တံ ဃာတေယျ။ (ဥပရိပဏ္ဍာသ အဋ္ဌကထာ-၇၅၊ အင်္ဂုတ္တရ အဋ္ဌကထာ ၁-၃၅၃၊ သမ္မောဟ ဝိနောဒနိ အဋ္ဌကထာ ၄၀၆။)

ဘဝတစ်ပါးသို့ ရောက်နေ၍ မိမိအရိယာဖြစ်ကြောင်းကိုပင် မသိသော သောတာပန် အရိယာတပည့်ကို (ပြောဆိုခွင့်ရှိသူ) တစ်စုံ

တစ်ယောက်က “ဤပိုးရွှေ ပုရွတ်ဆိတ်ကို သတ်ပြီးလျှင် စကြာဝဠာ တစ်တိုက်လုံး၌ စကြာဝတေးမင်း အဖြစ်ကို ပြုလော့”ဟု အကယ်၍ ဆိုငြားအံ့ ထိုသောတာပန် အရိယာတပည့်သည် ထိုပိုးရွှေ ပုရွတ်ဆိတ်ကို မသတ်နိုင်ရာသည်သာလျှင်တည်း၊ တစ်နည်းအားဖြင့်လည်း “ဤအကောင်ကို မသတ်လျှင် သင်၏ဦးခေါင်းကို ဖြတ်ကုန်အံ့”ဟု ဤသို့မှလည်း ထိုသောတာပန် အရိယာတပည့်ကို ဆိုကုန်ငြားအံ့၊ ထိုသောတာပန်၏ ဦးခေါင်းကိုသာလျှင် ဖြတ်ရလေကုန်ရာ၏၊ ထိုသောတာပန်သည်ကား ထိုအကောင်ကို မသတ်လေရာ။ (မြန်မာပြန်)

အထက်ပါ အဋ္ဌကထာသည် ပြဆိုခဲ့သော သီလေသု ပရိပူရ ကာရီ- စသော ပါဠိတော်နှင့်အညီ သိလွယ်စေရန် ပုံပမာဆောင်၍ ပြဆိုသော စကားဖြစ်သည်။

အောက်ပါမှာ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်များ မိမိတို့၏ အခြေအနေနှင့် တိုက်ဆိုင်ချိန်ထိုးကြည့်ရန် မြတ်စွာဘုရားဟောတော်မူသော မွှောဒါသသုတ် (ကြေးမုံတရား)ဖြစ်သည်။

(က) ဣဓာနန္တ အရိယသာဝကော ဗုဒ္ဓေ အဝေစ္စပ္ပသာဒေန သမန္နာဂတော ဟောတိ ဣတိပိ သော ဘဂဝါ အရဟံ။ ပ။ ဘဂဝါတိ။

(ခ) ဓမ္မေ အဝေစ္စပ္ပသာဒေန သမန္နာဂတော ဟောတိ သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော၊ ပ။ ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညုဟိတိ။

(ဂ) သံဃော အဝေစ္စပ္ပသာဒေန သမန္နာဂတောဟောတိ သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ပ။ အနတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿာတိ။

(ဃ) အရိယကန္တေ ဟိ သီလေဟိ သမန္ဓာဂတောဟောတိ  
အခဏ္ဍေဟိ အတ္ထိဒ္ဓေဟိ အသပလေဟိ အကမ္မာသေဟိ။ပ။  
သမာဓိသံဝတ္တနိကေဟိ။

အယံ ခေါ သော အာနန္ဒ ဓမ္မာဒါသော ဓမ္မပရိယာယော၊  
ယေန သမန္ဓာဂတော အရိယသာဝကော အာကင်္ခမာနော  
အတ္တနာဝ အတ္တာနံ ဗျာကရေယျ “ဝီဏနိရယောမိ  
ဝီဏတိရစ္ဆာနယောနိ ဝီဏပေတ္တိဝိသယော ဝီဏာပါယ  
ဒုဂ္ဂတိဝိနိပါတော၊ သောတာပန္နောဟမသ္မိ အဝိနိပါတဓမ္မော  
နိယတော သမ္မောဓိပရာယဏော”တိ။ (သုတ်မဟာဝါ ပါဠိ-  
၈၀၊ မဟာဝဂ္ဂ သံယုတ်ပါဠိ-၃၁၁။)

(က) အာနန္ဒာ...ဤသာသနာတော်၌ အရိယာတပည့်သည်  
“ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သော  
အကြောင်းကြောင့်လည်း အရဟံ မည်တော်မူ၏။ပ။ ဘုန်းတန်ခိုး  
ကြီးတော်မူသော အကြောင်းကြောင့်လည်း ဘဂဝါမည်တော်မူ၏”ဟု  
မြတ်စွာဘုရား၌ မတုန်မလှုပ် ကြည်ညိုခြင်းနှင့် ပြည့်စုံ၏။

(ခ) “တရားတော်သည် မြတ်စွာဘုရားကောင်းစွာ  
ဟောထားသော တရားတော်ပါပေတည်း။ပ။ (အရိယာ)ပညာရှိတို့သာ  
ကိုယ်စီကိုယ်ငှ သိနိုင်ခံစားနိုင်သော တရားတော်ပါပေတည်း”ဟု  
တရားတော်၌ မတုန်မလှုပ်ကြည်ညိုခြင်းနှင့် ပြည့်စုံ၏။

(ဂ) မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သား သံဃာတော်သည်  
ကောင်းသော အကျင့် ရှိတော်မူပါပေ၏။ပ။ သတ္တဝါအပေါင်း၏  
ကောင်းမှုပြုရန် အမြတ်ဆုံးလယ်မြေ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏”ဟု သံဃာတော်



၌ မတုန်မလှုပ် ကြည်ညိုခြင်းနှင့် ပြည့်စုံ၏။

(ဃ) မကျိုး မပေါက် မပြောက် မကျား ကုန်သော။ပ။ သမာဓိကို ဖြစ်စေတတ်ကုန်သော အရိယာတို့ နှစ်သက်အပ်ကုန်သော သီလတို့နှင့် ပြည့်စုံ၏။

ဤသည်ပင် ကြေးမုံတရားတည်း၊ ယင်းကြေးမုံတရားနှင့် ပြည့်စုံသော အရိယာ တပည့်သည် ပြောကြားလိုပါမူ “ငါ့မှာ ငရဲပဋိသန္ဓေကုန်ပြီ၊ တိရစ္ဆာန် ပဋိသန္ဓေကုန်ပြီ၊ ပြိတ္တာ ပဋိသန္ဓေကုန်ပြီ အပါယ် ဒုဂ္ဂတိသို့ ပျက်စီး၍ ကျရောက်ဖွယ် ကုန်ပြီ၊ ငါသည် သောတာပန် ဖြစ်၏၊ အပါယ်ဘုံသို့ ပျက်စီး၍ မကျနိုင်ပြီ၊ ဂတိဉာဏ်ကျိန်းသေ မြဲပြီ၊ အထက်မဂ်ဉာဏ် သုံးပါးလျှင် နောက်ဆုံး သက်ရောက်ရာရှိ၏”ဟု မိမိကိုယ်တိုင်ပင် မိမိအကြောင်းကို ဆုံးဖြတ်ပြောကြား နိုင်ပေ၏။

(မြန်မာပြန်)

အထက်ပါ မွှေးဒါသသုတ် (ကြေးမုံတရား)မှ (ဃ) ပိုဒ်သည် ဤ၌ ထုတ်ပြလိုရင်း ဖြစ်၏၊ ထိုအပိုဒ်ကို အဋ္ဌကထာတို့၌ အောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထား၏။

အရိယကန္တေဟိတိ အရိယာနံ ကန္တေဟိ ပိယေဟိ မနာပေဟိ ပဉ္စဟိ သီလာနိ ဘဝန္တရဂတာပိ အရိယာ န ကောပေန္တိ၊ ဝေ တေသံ ပိယာနိ၊ တာနိ သန္ဓာယေတံ၊ ဝုတ္တံ၊ အခဏ္ဍေဟိတိ အာဒိ သဒိသဝသေန ဝုတ္တံ၊ မုခဝဋ္ဋိယဉ္စိ ဆိန္ဓေကဒေသာပါတိ ခဏ္ဍာတိ ဝုစ္စတိ၊ မဇ္ဈေ ဘိန္ဒုဆိဒ္ဓါတိ၊ ကေသ္မိံ ပဒေသေ ပိသဘာဂ ဝဏ္ဏာ ဂါပိ သဗလာတိ၊ နာနာဗိန္ဒုစိတ္တာ ကမ္မာသာတိ၊ ဝေမေဝ ပဋိပါဠိယာ အာဒိမိ ဝါ အန္တေဝါ ဘိန္ဒုတ္တာ သီလံ ခဏ္ဍံ နာမ၊ မဇ္ဈေဘိန္ဒု ဆိဒ္ဓံ၊ ယတ္ထ ကတ္ထစိ ဒွိန္ဒု ဝါ တိတ္ထံ ဝါ

ပဋိပါဋိယာ ဘိန္နံ သဗလံ၊ ဧကန္တရံ ဘိန္နံ ကမ္မာသံ တေသံ  
 ဒေါသာနံ အဘာဝေန အခဏ္ဍာဒိတာ ဝေဒိတဗ္ဗာ။ ပ။  
 သမာဓိသံဝတ္တနိကေဟိတိ အပ္ပနာသမာဓိ ဥပစာရသမာဓိ ဝါ  
 သံဝတ္ထေတုံ သမတ္ထေဟိ။ (သံယုတ်အဋ္ဌကထာ ၃- ၃၀၈-  
 စသည်။)

အရိယာတို့ နှစ်သက်အပ်ကုန်သော ဟူရာ၌ အရိယာတို့သည်  
 နှစ်သက်အပ် ချစ်အပ် ဖြတ်နိုးအပ်ကုန်သော (ဟု-ဆိုလို၏။) မှန်ပေ၏။  
 ငါးပါးသီလတို့ကို အရိယာတို့သည် ဘဝတစ်ပါးသို့ ရောက်နေကုန်  
 သော်လည်း မပျက်စေကုန်၊ ဤသို့လျှင် ထိုအရိယာတို့သည် ချစ်အပ်  
 ပေကုန်၏။ ထိုငါးပါးသီလတို့ကို ရည်၍ “အရိယာတို့ နှစ်သက်အပ်  
 ကုန်သော သီလတို့”ဟူသော ထိုစကားကို ဆိုပေသည်။ မကျိုးကုန်  
 စသည်ကို တူသည်၏ အခွမ်းဖြင့် ဆိုအပ်ပေသည်။ တူပုံကား နှုတ်ခမ်းရေး၌  
 တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ကျိုးပဲ့သောခွက်ကို ပေါက်သည်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊  
 အလယ်၌ ပေါက်သောခွက်ကို ပေါက်သည်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊  
 တစ်နေရာ၌ အဆင်းအမျိုးကွဲသော နွားမကို ကြောင်ကျားသည်ဟူ၍  
 လည်းကောင်း၊ အမျိုးမျိုးသော အပြောက် အကွက်ရှိသော နွားမကို  
 ပြောက်သည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ပြောဆိုရ သကဲ့သို့ ထိုအတူပင်  
 သိက္ခာပုဒ် အစဉ်အားဖြင့် အစဉ်ဖြစ်စေ၊ အဆုံး၌ ဖြစ်စေ၊ တစ်ခုခု  
 ပျက်သောသီလသည် ကျိုးသည်မည်၏။ အလယ်၌ သိက္ခာပုဒ်တစ်ခု  
 ပျက်လျှင် ပေါက်သည်မည်၏။ တစ်နေရာရာ၌ သိက္ခာပုဒ် နှစ်ခုသုံးခု  
 အစဉ်လိုက်ပျက်လျှင် ကြောင်ကျားသည်မည်၏။ တစ်ခုခြား ပျက်လျှင်  
 ပြောက်သည်မည်၏။ ထိုသို့သော အပြစ်များ မရှိသဖြင့် မကျိုး သည့်အဖြစ်  
 စသည်ကို သိအပ်၏။ပ။ သမာဓိကို ဖြစ်စေနိုင်ကုန်သော ဟူရာ၌ ဈာန်

မဂ် ဖိုလ် အပ္ပနာ သမာဓိကိုသော် လည်းကောင်း၊ ဥပစာ သမာဓိကိုသော် လည်းကောင်း၊ ဖြစ်စေခြင်းငှာ စွမ်းနိုင်ကုန်သော (ဟု-ဆိုလို၏။) (မြန်မာပြန်)

အထက်ပါ ပါဠိအဋ္ဌကထာတို့ဖြင့် သောတာပန် အရိယာမှာ ငါးပါးသီလထဲက သိက္ခာပုဒ် တစ်ခုခုမျှ မပျက်ဘဲ ပြည့်စုံစင်ကြယ်ကြောင်း ယခုဘဝ၌သာမဟုတ်၊ နောင်ဘဝတို့၌လည်း မပျက်ဘဲ ပြည့်စုံစင်ကြယ် ကြောင်း ထင်ရှားပြ၏။ ထို့ပြင် သမာဓိ သံဝတ္တနိကေဟိ-သမာဓိကို ဖြစ်စေတတ်ကုန်သော ဟူသော ဂုဏ်ပုဒ်ဖြင့် သီလစင်ကြယ်မှ သမာဓိအစစ် ဖြစ်နိုင်သည်ကိုလဲပြ၏။

အောက်ပါ အင်္ဂုတ္တရ၊ သံယုတ်ပါဠိတော်တို့၌သာ အရိယာပုဂ္ဂိုလ် ကြဉ်ရှောင်သော သိက္ခာပုဒ်ငါးပါးကို အသီးသီး ထင်ရှားပြတော်မူ၏။

ယတော ခေါ် ဂဟပတိ အရိယသာဝကဿ ပဉ္စဘယာနိ ဝေရာနိ ဂူပသန္တာနိ ဟောန္တိ၊ စက္ကဟိ စ သောတာပတ္တိယင်္ဂေဟိ သမန္နာဂတော ဟောတိ။ သော အာကင်္ခမာနော အတ္တနာဝ အတ္တာနံ ဗျာကရေယျ “ခီဏနိရယောမိ ခီဏတိရစ္ဆာနယောနိ ခီဏပေတ္တိဝိသယော ခီဏာပါယဒုဂ္ဂတိဝိနိပါတော၊ သောတာ ပဇ္ဇောဟမသ္မိ အဝိနိပါတဓမ္မော နိယတော သမ္မောဓိပရာ ယဏော”တိ။

ကတမာနိ ပဉ္စ ဘယာနိ ဝေရာနိ ဂူပသန္တာနိ ဟောန္တိ၊ ယံ ဂဟပတိ ပါဏာတိပါတိ ပါဏာတိပါတပစ္စယာ ဒိဋ္ဌဓမ္မိကမ္ပိ ဘယံ ဝေရံ ပသဝတိ၊ သမ္မရာယိကမ္ပိ ဘယံ ဝေရံ ပသဝတိ၊ စေတသိကမ္ပိ ဒုက္ခံ ဒေါမနဿံ ပဋိသံဝေဒေတိ၊ ပါဏာတိပါတာ ပဋိဝိရတော နေဝ ဒိဋ္ဌဓမ္မိကမ္ပိ ဘယံ ဝေရံ ပသဝတိ၊ န သမ္မရာယိကမ္ပိ ဘယံ ဝေရံ ပသဝတိ၊ န စေတသိကမ္ပိ ဒုက္ခံ

ဒေါမနသံ ဝေရံ ပသဝတိ၊ န စေတသိကမ္ပိ ဒုက္ခံ ဒေါမနသံ ပဋိသံဝေဒတိ၊ ပါဏာတိပါတာ ပဋိဝိရတဿ ဝေ တံ ဘယံ ဝေရံ ဂူပသန္တံ ဟောတိ။

ယံ ဂဟပတိ အဒိန္နာ။ ဒါယီ ပ။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရီ။ ပ။ မုသာဒါဒီ။ ပ။ သုရာမေရယ မဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာယိ သုရာမေရယ ပဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာန ပစ္စယာ ဒိဋ္ဌမိစ္ဆိကမ္ပိ ဘယံ ဝေရံ ပသဝတိ။ ပ။ သုရာမေရယ ပဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ပဋိဝိရတဿ ဝေ တံ ဘယံ ဝေရံ ဂူပသန္တံ ဟောတိ။ ဣမာနိ ပဉ္စ ဘယာနိ ဝေရာနိ ဂူပသန္တာနိ ဟောန္တိ။

ကတမေဟိ စတူဟိ သောတာပတ္တိယင်္ဂေဟိ သမန္ဓာဂတော ဟောတိ ဣဓ ဂဟပတိ အရိယာသာဝကော ဗုဒ္ဓေ အဝေစ္စပု- သာဒေန သမန္ဓာဂတော ဟောတိ။ ပ။ ဓမ္မေ။ ပ။ သံဃေ အဝေစ္စပုသာဒေန သမန္ဓာဂတော ဟောတိ အခဏ္ဍေဟိ အစ္ဆိဒ္ဓေဟိ အသဗလေဟိ အကမ္မာသေဟိ။ ပ။ သမာဓိသံဝတ္တ- နိကေဟိ။

ယတော ခေါ ဂဟပတိ အရိယသာဝကဿ ဣမာနိ ပဉ္စ ဘယာနိ ဝေရာနိ ဂူပသန္တာနိ ဟောန္တိ ဣမေဟိ စ စတူဟိ သောတာပတ္တိယင်္ဂေဟိ သမန္ဓာဂတော ဟောတိ။ သော အာကင်္ခမာနော အတ္တနာဝ အတ္တာနံ ဗျာကရေယျ “ဒီဏနိရယောပိ။ ပ။ သောတာပဇ္ဇောဟမသ္မိ။ ပ။ သမ္မောမိ ပရာယဏော”တိ။

(အင်္ဂုတ္တရပါဠိ တတိယအုပ် ၂၀၅၊ သံယုတ် ပထမ ၂၉၇)

(အနာထပိဏ်) သူကြွယ်-အကြင်အခါ၌ အရိယာတပည့်အား

ဘေးရန်ငါးမျိုးတို့သည် ငြိမ်းအေးကုန်၏။ သောတာပန် အင်္ဂါလေးမျိုး တို့နှင့်လည်း ပြည့်စုံ၏။ ထိုအခါ ထိုအရိယာတပည့်သည် ပြောကြားလိုပါမူ “ငါ့မှာ ငရဲပဋိသန္ဓေကုန်ပြီ၊ တိရစ္ဆာန် ပဋိသန္ဓေ ကုန်ပြီ၊ ပြိတ္တာ ပဋိသန္ဓေ ကုန်ပြီ၊ အပါယ်ဒုဂ္ဂတိသို့ ပျက်စီး၍ ကျရောက်ဖွယ်ကုန်ပြီ၊ ငါသည် သောတာပန်ဖြစ်၏။ အပါယ်ဘုံသို့ ပျက်စီး၍မကျနိုင်ပြီ၊ ဂတိဉာဏ် ကျိန်းသေမြဲပြီ၊ အထက်မဂ်ဉာဏ်သုံးပါးလျှင် နောက်ဆုံးသက်ရောက်ရာ ရှိ၏”ဟု မိမိကိုယ်တိုင် မိမိအကြောင်းကို ဆုံးဖြတ်ပြောကြားနိုင်ပေ၏။

အဘယ်ဘေးရန်ငါးမျိုးတို့ ငြိမ်းကုန်သနည်းဟူမူ သူကြွယ်... သူ့အသက်သတ်သူသည် သူ့အသက်သတ်ခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် မျက်မှောက်ဘေးရန်လည်းပွား၏။ တမလွန်ဘေးရန်လည်း ပွား၏။ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း၊ နှလုံးမသာခြင်းကိုလည်း ခံစားရ၏။ သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်သူသည် မျက်မှောက်ဘေးရန်လဲမပွား၊ တမလွန် ဘေးရန် လည်းမပွား၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း၊ နှလုံးမသာခြင်းကိုလဲ မခံစားရ၊ သူ့အသက် သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်သူအား ဤသို့လျှင် ထိုဘေးရန်သည် ငြိမ်းအေး၏။

သူကြွယ်-သူ့စွာကို လုယက်ခိုးယူသူသည်။ ပ။ ကာမဂုဏ် တို့၌ မှားယွင်းစွာ ပြုကျင့်သူသည်။ ပ။ လိမ်လည်ပြောသူသည်။ ပ။ သေရည်အရက် သောက်စားသူသည် သေရည်အရက် သောက်စားခြင်း ဟူသော အကြောင်းကြောင့် မျက်မှောက်ဘေးရန်လဲပွား၏။ ပ-သေရည် အရက်သောက်စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်သူအား ဤသို့လျှင် ထိုဘေးရန်သည် ငြိမ်းအေး၏။

အဘယ်သောတာပန် အင်္ဂါလေးမျိုးတို့နှင့် ပြည့်စုံသနည်းဟူမူ- သူကြွယ်-ဤသာသနာတော်၌ အရိယာတပည့်သည် မြတ်စွာဘုရား၌ မတုန်မလှုပ် ကြည်ညိုခြင်းနှင့် ပြည့်စုံ၏။ တရားတော်၌။ပ။ သံဃာတော်၌

မတုန်မလှုပ်၊ ကြည်ညိုခြင်းနှင့် ပြည့်စုံ၏။ မကျိုးမပေါက် မပြောက် မကျား ကုန်သော။ပ။ သမာဓိကို ဖြစ်စေတတ်ကုန်သော အရိယာတို့ နှစ်သက် အပ်ကုန်သော သီလနှင့်ပြည့်စုံ၏။

သူကြွယ် - အကြင်အခါ၌ အရိယာတပည့်အား ဤဘေး ရန်ငါးမျိုးတို့သည် ငြိမ်းအေးကုန်၏။ ဤသောတာပန် အင်္ဂါလေးမျိုး တို့နှင့်လည်း ပြည့်စုံ၏။ ထိုအခါ၌ ထိုအရိယာတပည့်သည် ပြောကြား လိုပါမူ ငါ့မှာ ငရဲပဋိသန္ဓေကုန်ပြီ။ပ။ ငါသည် သောတာပန်ဖြစ်၏။ပ။ အထက်မဂ်ဉာဏ် သုံးပါးလျှင် နောက်ဆုံးသက်ရောက်ရာရှိ၏ - ဟု မိမိကိုယ်တိုင်ပင် မိမိအကြောင်းကို ဆုံးဖြတ်ပြောကြားနိုင်ပေ၏။ (ပြန်မာပြန်)

အထက်ပါပါဠိ ဘေးရန်ဖြစ်ပုံကို အဋ္ဌကထာ၌ အောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထား၏။

ဘယံ ဝေရန္တိ အတ္တတော ဧကံ၊ ဝေရဉ္စ နာမေတံ ဒုပီဓံ  
ဟောတိ ဗာဟိရံ အဇ္ဈတ္တိကန္တိ၊ ဧကေန ဟိ ဧကဿ ပိတာ မာရိတော  
ဟောတိ၊ သော စိန္တေသိ “ဧတေန ဟိရ မေ ပိတာ မာရိတော၊ အဟပ္ပိ  
တံယေဝ မာရေဿမီ” တိ နိသိတံ သတ္တံ အာဒါယ စရတိ၊ ယာ တဿ  
အပ္ပန္နဓရေ ဥပ္ပန္နဓရေ စေတနာ၊ ဣဒံ ဗာဟိရံ ဝေရံနာမ၊ ယာ ပန  
ဣတရဿ “အယံ ကိရ မံ မာရေဿမီတိ စရတိ၊ အဟမေဝ နံ  
ပဋ္ဌမတရံ မာရေဿမီ” တိ စေတနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဣဒံ အဇ္ဈတ္တိကံ ဝေရံ  
နာမ၊ ဣဒံ တာဝ ဉာယပ္ပိ ဒိဋ္ဌဓမ္မိကမေဝ၊ ယာ ပန တံ နိရယေ  
ဥပ္ပန္နံ ဒိသ္မာ “တေ ပဟရိဿမီ” တိ ဇလိတံ အယမုဂ္ဂရံ ဂဏှတော  
နိယပါလဿ စေတနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဣဒေဿ သမ္ပရာယိကံ အဇ္ဈတ္တဝေရံ၊  
ယံ ပနေတံ ဗာဟိရဝေရံ၊ တံ အဋ္ဌကထာယံ ပုဂ္ဂလဝေရန္တိ ဝုတ္တံ၊ ဝေံ

သတ္တမအကြိမ်

သေသပဒေသုပိ “ကုမိနာ မမ ဘဏ္ဍံ ဟဋံ၊ မယံ ဒါရေသု စာရိတ္တံ အပန္နံ၊ မုသာ ဝတွာ အတ္ထော ဘဂ္ဂေါ၊ သုရာမဒမတ္ထေန ဣဒံ နာမ ကတန္တိအာဒိနာ နယေန ဝေရုပ္ပတ္တိ ဝေဒိတဗ္ဗာ၊ အရိယကန္တေဟိတိ ပဉ္စဟိ သီလေဟိ၊ တာနိ ဟိ အရိယာနံ ကန္တာနိ ပိယာနိ၊ ဘဝန္တရဂတာပိ အရိယာ တာနိ န ဝိဖောန္တိ၊ တသ္မာ အရိယကန္တာနိတိ ဝုစ္စန္တိ။

(သံယုတ်အဋ္ဌကထာ ဒုတိယ-၆၈)

ဘေးရန်နှင့် ဤနှစ်မျိုးသည် အနက်အရတူ၏။ ရန်ဟူသည် မှာလည်း အတွင်းရန် အပြင်ရန်ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိ၏။ ချဲ့၍ပြရလျှင် လူတစ်ယောက်က လူတစ်ယောက်၏ အဘကို သတ်လိုက်လျှင် အသတ် ခံရသူ၏ သားက “ငါ့အဘကို ဤသူက သတ်သတဲ့၊ ငါကလည်း ဤသူကိုပင် သတ်မည်”ဟု ကြံ၍ ထက်စွာသော ဓါးလက်နက်တို့ကို ကိုင်ဆောင်၍ သွားလာနေ၏။ ဤသို့ ကြံစည်သွားလာနေသော သူ၏ ကိုယ်ထဲ၌ဖြစ်သော ရန်ငြိုးစေတနာသည် အပြင်ရန်သူမည်၏။ “ငါသတ် လိုက်သောသူ၏ သားသည် ငါ့ကိုသတ်မည်ဟု ကြံစည် သွားလာနေသတဲ့ ဤအကောင်ကို ငါကပင် လက်ဦးသတ်လိုက်မည်”ဟု သူသတ်သမားအား စေတနာဖြစ်၏။ ဤစေတနာသည် အတွင်းရန်မည်၏။ ပြဆိုခဲ့သော ဤအတွင်းအပြင် ရန်နှစ်မျိုးလုံးသည် မျက်မှောက်ဘဝ၌ ဖြစ်သော ရန်သာလျှင်ဖြစ်သည်။ (လူကိုသတ်ခဲ့၍) ငရဲ၌ကျရောက်နေသော သူကို ငရဲထိန်းကမြင်၍ ဤအကောင်ကို ပုတ်ခတ်မည်ဟု ရဲရဲတောက်သော သံတင်းပုတ်ကို စွဲကိုင်သော ငရဲထိန်းမှာ ဖြစ်သော စေတနာသည် တမလွန်အပြင်ရန်ဖြစ်၏။ ဤငရဲထိန်းသည် အပြစ်မရှိသော ငါ့ကို ပုတ်ခတ်မည်ဟု လာနေ၏။ ငါကပင်သူ့ကို လက်ဦးပုတ်ခတ်လိုက်မည်ဟု

ငရဲသားမှာဖြစ်သော စေတနာသည် တမလွန် အတွင်းရန်ဖြစ်၏။ ရှေးအဋ္ဌကထာဟောင်း၌မူ အပြင်ရန်ကို ပုဂ္ဂိုလ်ရန်သူဟု ဆို၏။ ကြွင်းသော အဒိန္နာဒါန စသည်တို့၌လည်း ဤနည်းတူပင် “ဤသူသည် ငါ့ဥစ္စာကို လုယက်ခိုးယူခဲ့၏။ ငါ၏ မယားတို့၌ ကျူးလွန်ခဲ့၏။ မုသားပြော၍ ငါ့အကျိုးကို ဖျက်စီးခဲ့၏။ သေရည်အရက်ယစ်မူးပြီး ဤမည်သောအမှုကို ပြခဲ့ဖူး၏” ဤသို့ အစရှိသောနည်းဖြင့် ရန်ဖြစ်ပုံကို သိအပ်၏။ (အရိယာမှာ ဤရန်မျိုးအားလုံးကင်းသည်ဟု ဆိုလို၏။ **အရိယာတို့ နှစ်သက်အပ်ကုန်သော** (သီလတို့နှင့်)ဟူသည်ကား ငါးပါးသီလတို့နှင့် (ဟုဆိုလို၏)။ မှန်ပေ၏။ ထိုငါးပါးသီလတို့ကို အရိယာတို့က နှစ်သက်ကုန် ချစ်မြတ်နိုးကုန်၏။ ဘဝတစ်ပါးသို့ ရောက်နေကုန်သော်လည်း အရိယာတို့သည် ထိုငါးပါးသီလတို့ကို မစွန့်ကုန်။ ထို့ကြောင့် **အရိယာ ကန္တ-အရိယာတို့ နှစ်သက်သော သီလ** ဟု ဆိုအပ်ကုန်၏။(မြန်မာပြန်)

ဤမျှသော ပါဠိအဋ္ဌကထာ စကားတို့ဖြင့် သောတာပန် အရိယာ အစစ်မှာ မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ ငါးပါးသီလ မပျက်ကြောင်း ငါးပါးသီလ လုံးစစင်ကြယ်လုံခြုံကြောင်း ယုံကြည် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပြီ။ ထို့ကြောင့်ပင် ဤသို့သော ပါဠိအဋ္ဌကထာ တို့ကို ထောက်၍ ဗုဒ္ဓ ဘာသာဝင် ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူဟူသမျှတို့သည် “သောတာပန်မှာ ငါးပါးသီလ လုံခြုံစင်ကြယ်သည်။ ငါးပါးသီလမှမလုံဘဲ သောတာပန်ဟု အမည်ခံလျှင် ထို သောတာပန်မှာ ဘုရားဟောပါဠိ၊ ထို၏အဖွင့် အဋ္ဌကထာစသော ကျမ်းဂန်တို့နှင့်ညီသော သောတာပန် အစစ်မဟုတ်။ အတုအပ သောတာပန်ဖြစ်သည်”ဟူ၍သာ တစ်ထစ်ချမှတ်ယူထား ကြပေသည်။

အမှတ်(၁)ရှင်းလင်းချက် ပြီး၏။  
သတ္တမအကြိမ်



အမှတ်(၂)ရှင်းလင်းချက်

စာမျက်နှာ ၂၂၅-၌ “ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှားရွေ့သွား တတ်သည်” ဟူသော စာပိုဒ်မှာ သမုဒီယဏရသာ-ဟူသော အဋ္ဌကထာပါဠိအတွက် ပြန်ဆိုချက်ဖြစ်သည်။ နာမရူပပရိစ္ဆေဒ ကျမ်း၌ ထိုသမုဒီယဏရသာ ပုဒ်၏ အစား သမီရဏရသာဟု ဆိုထား၏။ အဘိဓမ္မာဝတာရ ဋီကာသစ်၌ သမုဒီယဏရသာတိ ကမ္မနရသာဟု ဖွင့်ဆို၏။ ထို့ကြောင့် သမုဒီယဏ၊ သမီရဏကမ္မန-ဟူသော ဤသုံးပုဒ်သည် အနက်တွေဖြစ်၍ လှုပ်စေခြင်း ဟူသော အနက်တို့ကို ဟော၏။ ထိုတွင် လှုပ်စေခြင်းအနက်ကိုယူ၍ မဟာဋီကာ၌ ဝေပုလက္ခန-တွန်းခြင်းဟု အဓိပ္ပါယ်ယတ္တ ဖွင့်ပြ၏။ တွန်းခြင်း ဟူသည်မှာ မိမိနှင့် တစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်သော ရုပ်၊ မိမိနှင့် တိုက်ခတ်မိသော ရုပ်တို့ကို အရပ်တစ်ပါး၌ ဖြစ်စေရန် တွန်းကန်သောသတ္တိပေတည်း။ ၎င်းမှာ လှုပ်ရှားမှုတိုင်း၌ ပါဝင်လျက်ရှိ၏။ သို့သော်လည်း လက်ခြေစသည် လှုပ်ရှားရာ၌ တွန်းသည်ဟု ပြောဆိုလေ့မရှိကြ။ လှုပ်သည်ဟူ၍သာ ပြောဆိုလေ့ရှိကြ၏။ ထို့ပြင် အခြားရုပ်တို့ကို တွန်းကန်သော ဝါယော ဓါတ်မှာ လှုပ်ရှားခြင်း သဘောလည်းရှိ၏။ ဝါယောဓါတ်သည် မိမိက လှုပ်ရှားတတ်သောကြောင့်ပင် သူတစ်ပါးအား လှုပ်ရှားစေတတ်တွန်းကန် တတ်ပေသည်။ ဥပမာ-လှုပ်ရှားခြင်း သဘောလည်းရှိ၏။ ဝါယောဓါတ် သည် မိမိက လှုပ်ရှားတတ်သောကြောင့်ပင် သူတစ်ပါးအား လှုပ်ရှား စေတတ် တွန်းကန်တတ်ပေသည်။ ဥပမာ-လှုပ်ရှားတတ်သော နွားသည် မိမိနှင့် ထိစပ်လျက်ရှိသော လှည်းကို လှုပ်ရှားစေတတ် တွန်းတတ်သကဲ့ သို့ပင်တည်း။ ထို့ကြောင့် တွန်းမှုသည် လှုပ်ရှားမှု၌ အတွင်းဝင်လျက်ရှိ၏။ လှုပ်ရှားမှုကို သိလျှင် တွန်းမှုကိုလည်း သိတော့သည်သာတည်း။ သို့ဖြစ်၍

အများပြောဆိုလေ့ရှိသဖြင့် နားလည်လွယ်သော လှုပ်ရှားမှုကိုသာ ပဓာန ပြု၍ ဆောင်ပုဒ်၌ “ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှားရွေ့သွားတတ်သည်” ဟု ပြဆိုခဲ့ပေ သည်။ အကယ်၍ မဟာဋီကာ အဖွင့်နှင့် တိုက်ရိုက်ညီအောင် ဆိုလိုလျှင် “ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှား ရွေ့သွားစေသည်” ဟု ပြင်၍ ဆိုရာ၏။

အမှတ်(၂)ရှင်းလင်းချက် ပြီး၏။

### အမှတ်(၃)ရှင်းလင်းချက်

စာမျက်နှာ(၂၂၆)၌ “သူလိုရာဘက် တွန်းလျက်ဆောင်သည်” ဟူသော စာပိုဒ်တွင် သူ-ဟူသော နာမ်စားဖြင့် ဝါယောဓိတ်ကို ဆိုသည် လိုရာဘက်-ဟူသော နာမ်စားဖြင့် ဝါယောဓိတ်ကိုဆိုသည် လိုရာဘက် ဟူသောစကားသည် တင်စား၍ ဆိုသောစကားဖြစ်သည်။ အဘိနိဟာရ ပစ္စုပဋ္ဌာနပုဒ်မှ အဘိနိဟာရ-ရှေးရှုဆောင်သည် ဟူရာ၌ ရှေးရှု-ဟူသော စကားသည် သုတနည်းသူများ နားလည်နိုင်သော အသိခက်သော စကား ဖြစ်သည်။ ၎င်းဖြင့် ဦးတမ်းခြင်း၊ ဦးတည်ခြင်းအနက်ကိုပြ၏။ ထို ဦးတမ်း ခြင်း ဦးတည်ခြင်းအနက်ကိုလည်း သုတနည်းသူတို့မှာ နားလည်ရန် မလွယ်လှသေး။ ထို့ကြောင့် ရှေးရှုဦးတမ်း ဦးတည်ဟူသော ထိုပုဒ်တို့၏ အစား “သူလိုရာဘက်” ဟု ဆိုထားသည်။ ဝါယောဓိတ် ဆောင်သွားလိုရာ ဘက် ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက်-ဆို၏။ ထိုသို့ဆိုရာ၌ ဝါယောဓိတ်မှာ အလို ဟူ၍ မရှိငြားသော်လည်း မြန်မာတို့၏ ပြောရိုးဆိုစဉ်အားဖြင့် “မိုးသည် သူရွာလိုရာရွာ၏။ လေသည် သူတိုက်လိုရာတိုက်၏” ဟူသော ဥပမာ စကားတို့ကဲ့သို့ ဤ၌လည်း “သူလိုရာဘက်” ဟု တင်စား၍ ဆိုထားခြင်း ဖြစ်သည်။

ဤတင်စားချက်မှာမူ ကလေးသူငယ်များ ဂေါ်လီလုံးလိုမိန့်၍ ကစားရာ၌ပင် “ဒီဂေါ်လီလုံးက ဒီဘက်ကို မသွားချင်ဘူး၊ ဟိုဘက်ကို သွားချင်နေတယ်” စသည်ဖြင့် ပြောဆိုလေ့ရှိသောကြောင့် “ဝါယောဓိတ်က သူလိုရာဘက်ကို တွန်းဆောင်သွားသည်” ဟု ဆိုလျှင် “ရှေးရှဦးတမ်းမိရာ ဘက်သို့ တွန်းဆောင်သွားသည်” ဟု ဆိုလိုကြောင်း လွယ်ကူစွာပင် သိနားလည်နိုင်၏။

ဤသို့ နားလည်လွယ်အောင် တင်စား၍ ပြောသင့်ကြောင်း ပင်လျှင် ပါဠိ အဋ္ဌကထာဋီကာ တို့၌လည်း “စက္ခုအာဝိဇ္ဇတိ မနာပိယေသု ရူပေသု(သံ ၂-၄၁၂)၊ စက္ခုပေတံ ဝိသမဇ္ဈာသယံ။ ပ။ ရူပစိတ္တပုပ္ဖလ တာဒိဝိစိတ္တေယေဝ ပန အဘိရမတိ (သံ၊ ၄၅ ၂-၁၁၁)၊ စက္ခု ခေါ မာဂဏ္ဍိယ ရူပါရာမံ ရူပရတံ (မ ၂-၁၇၁)၊ ရူပေသု အာဝိဇ္ဇနရသံ (ဝိသုဒ္ဓိ ၂-၇၄)၊ စက္ခုတိတံ ဝိညာဏာဓိဋ္ဌိတံ သမဝိသမံ အာစိက္ခန္တံ ဝိယ အဘိဗျတ္တံ ဝဒန္တံ ဝိယ ဟောတိတံ အတ္ထော။ (မဟာဋီ ၂-၈၇) ဤသို့ စသည်ဖြင့် တင်စား၍ပြဆိုသော အရာတို့သည် ရာပေါင်းများစွာပင် ရှိကုန်၏။

ထို့ပြင် **အဘိနိဟာရ** ရှေးရှုဆောင်ခြင်း-ဟူသည်မှာလည်း ဤအရာ၌ “ပုရတော အဘိနိဟာရော ဂမနန္တိ ဝုစ္စတိ” ဟူသော သတိပဋ္ဌာနသုတ်အဖွင့် အဋ္ဌကထာ၌ကဲ့သို့၊ ရွေ့သွားခြင်းမျှကိုသာ ဆိုလိုသည် မဟုတ်ပေ၊ ဘူတသဃာဋ္ဌာသ ဒေသန္တရုပ္ပတ္တိ ဟေတုဘာဝေါ-ဟူသော မဟာဋီကာနှင့်အညီ ဘူတရုပ်အပေါင်း၏ အရုပ်တစ်ပါး၌ ဖြစ်ကြောင်းဖြစ်သော (ဝါယော၏) တွန်းဆောင်မှုကိုသာ ဆိုပေသည်၊ ထို့ကြောင့် တွန်းလျက်-ဟူသော ဝိသေသနပုဒ်ပါထည့်၍ “တွန်းဆောင် သည်” ဟု ဆိုထားသည်။

အထူးမှတ်ရန်မှာ ဝါယောဓါတ်သည် ကမ္မဇ စိတ္တဇ ဥတုဇ အာဟာရဇအားဖြင့် လေးမျိုးရှိရာ စိတ္တဇဝါယော လိုရာဘက် ရှေးရှု ဦးတမ်းမိရာဘက်သည် ၎င်းကို ဖြစ်စေသော ဇနကစိတ်၏ အလိုရှိရာ ဘက်ပင် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကွေးခြင်း၊ ဆန်ခြင်းစသော စိတ္တဇရုပ်၏ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို ပြသောအခါ စိတ်၏ အလိုရှိရာဘက်သို့ ဆောင်သွားပုံဖြင့် ရှင်းလင်းပြောလျှင်သိလွယ်၏။ ဝိပဿနာအရာ၌ ထိုဝါယောလေးမျိုး တို့တွင် ကွေးခြင်း၊ ဆန်ခြင်း၊ လှုပ်ရှားခြင်း စသည်ဖြင့် ကိုယ်အမှုအရာ စိတ္တဇဝါယောရုပ်ကို အများဆုံး ရှုမှတ်ရ၏။ ထို့ကြောင့် ထိုစိတ္တဇဝါယော ၏ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို ရှင်းပြလိုက်လျှင် ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှုစသော အခြားဝါယော ရုပ်တို့၏ (အတွင်းဘက်၊ အပြင်ဘက်စသော လိုရာဘက်-ရှေးရှု ဦးတမ်း မိရာဘက်သို့ ဆောင်သွားခြင်းဟူသော) ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကိုလည်း ထင်ရှား သိနိုင်တော့သည်သာတည်း။ သို့ဖြစ်၍ ထိုစာပိုဒ်၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှင်းပြရာ တွင် စိတ်နှင့် စိတ္တဇဝါယောကို ပဓာနပြု၍ ရှင်းပြခဲ့ပေသည်။

ဤအရာ၌ ရုပ်၏ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို ဝိပဿနာမရူကောင်းဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ဝါယော၏ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို အကျိုးဆက်ဖလပစ္စုပဋ္ဌာန်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ပညတ်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဝိတဏှဝါဒီပုဂ္ဂိုလ် တစ်စုက ပြောဆိုနေသော မိစ္ဆာဝါဒကိုလည်းကောင်း ရှင်းလင်းပြသောကြောင့် ၎င်းကိုလည်း အကျဉ်းချုပ် ရှင်းလင်းပြဦးအံ့။

**ပစ္စုပဋ္ဌာန် ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဖြင့်လည်း ရှုအပ်၏**

လက္ခဏာရသာဒိဝသေန ပရိဂ္ဂဟေတဗ္ဗာ-လက္ခဏာ၊ရသစသည် တို့၏ အစွမ်းအားဖြင့် သိမ်းဆည်းအပ်ကုန်၏-ဟူသော ဝိသုဒ္ဓိမဂ် (၂-၂၂)၏

သတ္တမအကြိမ်

အဖွင့်မဟာဋီကာ၌ ပရိဂ္ဂဟဝိစိ ပန ခန္ဓနိဒ္ဒေသေ ဝုတ္တောဝေါ တိ အဓိပ္ပါယော-ဟု မိန့်ဆိုတော်မူ၏။

လက္ခဏာရသ စသည်တို့၏ အစွမ်းအားဖြင့် သိမ်းဆည်းပုံ အစီရင်ကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ခန္ဓနိဒ္ဒေသ၌ ပြန်ကြည့်ပါဟု ဆိုလို၏။

ခန္ဓနိဒ္ဒေသ၌ ကြည့်လျှင် စေတသိက်နာမ်တရား သိမ်းဆည်းပုံ အစီအရင်ကို-

ဖုသတီတိ ဖသော၊ သွာယံ ဖုသနလက္ခဏော သဗ္ဗန္ဓန ရသော၊ သန္တိပါတပစ္စုပဋ္ဌာနော၊ အာပါထဂတဝိသယ ပဒဋ္ဌာနော-

ဤသို့ စသည်ဖြင့်-

(၁) လက္ခဏာ (၂) ရသ (၃) ပစ္စုပဋ္ဌာန် (၄) ပဒဋ္ဌာန်တို့၏ အစွမ်းအားဖြင့် သိမ်းဆည်းပုံရှုပ် အစီအရင်ကို အပြည့်အစုံ ပြထားသည်ကို တွေ့ရ၏။

စိတ်ဝိညာဏ် သိမ်းဆည်းပုံ အစီအရင်ကိုလည်း စက္ခုဝိညာဏ ဓါတ် စသည်ဖြင့် ၇-မျိုးခွဲ၍ အသီးသီး လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန် ပဒဋ္ဌာန် ၄-မျိုး လုံးဖြင့် အပြည့်အစုံ ပြထားသည်ကို တွေ့ရသည်။

ဣပက္ခန္ဓာရှုပ်တရား သိမ်းဆည်းပုံကိုလည်း မဟာဘုတ် ဓါတ်ကြီး လေးပါးမှစ၍ ထို့အတူပင် လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန် ပဒဋ္ဌာန် ၄-မျိုး လုံးဖြင့် အပြည့်အစုံ ပြထားသည်ကို တွေ့ရ၏။ ထိုတွင် ဓါတ် ၄-ပါးကို ဤသို့ ပြထား၏။

ဘူတရှုပ် စတုဗ္ဗိခံ ပထဝီဓါတု အာပေါဓါတု တေဇောဓါတု  
ဝါယောဓါတုတိ၊ တာသံ လက္ခဏ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာနာနိ  
စတုဓါတု ဝဝတ္ထာနေ ဝုတ္တာနိ၊ ပဒဋ္ဌာနတော ပန တာ သဗ္ဗာဝိ  
အဝသေသဓာတုတ္တယပဒဋ္ဌာနာ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၂-၇၃)။

ဘူတရှုပ်သည်၊ ပထဝီဓါတ်၊ အာပေါဓါတ်၊ တေဇောဓါတ်၊  
ဝါယောဓါတ်ဟူ၍ ၄-ပါး အပြားရှိ၏။ ၎င်းတို့၏ လက္ခဏာ၊ ရသ၊  
ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို စတုဓါတုဝဝတ္ထာန်၌ ပြဆိုခဲ့ပြီး၊ မပြခဲ့ရသော ပဒဋ္ဌာန်  
အားဖြင့်မူကား ထိုဓါတ် ၄-ပါးလုံးတို့ပင် ကြွင်းသောဓါတ် ၃-ပါးလျှင်  
နီးသောအကြောင်း ပဒဋ္ဌာန်ရှိကုန်၏။ (မြန်မာပြန်)

အထက်ပါ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ဖြင့် ဓါတ် ၄-ပါးကို လက္ခဏာ၊ ရသ၊  
ပစ္စုပဋ္ဌာန်တို့ဖြင့် ရှုရန် အစီအရင်သည် စတုဓါတုဝ ဝတ္ထာန်၌  
ပြခဲ့သည့်အတိုင်းပင် ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ပဒဋ္ဌာန် အားဖြင့်မူကား  
မိမိမှကြွင်းသော အခြားဓါတ် ၃-ပါးဟူသော ပဒဋ္ဌာန်ဖြင့် ရှုရမည်  
ဟူ၍လည်းကောင်း ဆိုလို၏။ ထို့ကြောင့် စတုဓါတုဝဝတ္ထာန်၌ ပြခဲ့သော  
ရှုပ်အစီအရင်ကို ကြည့်ရပေလိမ့်မည်။ ကြည့်လျှင် အောက်ပါအတိုင်း  
တွေ့ရမည်။

လက္ခဏာဒိတောတိ ပထဝီဓာတု ကိ လက္ခဏာ ကိ ရသ  
ကိ ပစ္စုပဋ္ဌာနာတိ ဝေ စတသောပိ ဓါတုယော အာဝဇ္ဇေတွာ ပထဝီဓါတု  
ကက္ခဋ္ဌတ္တလက္ခဏာ ပတိဋ္ဌာနရသာ သမ္ပဋိစ္ဆနပစ္စုပဋ္ဌာနာ၊ အာပေါဓာတု  
ပဋ္ဌရဏတ္တလက္ခဏာ ဗြူတနရသာ သင်္ဂဟပစ္စုပဋ္ဌာနာ၊ တေဇောဓာတု  
ဥဏှတ္တလက္ခဏာ ပရိပါစနရသာ ပဒ္ဒဝါနပ္ပဒါနပစ္စုပဋ္ဌာနာ၊ ဝါယောဓါတု  
ဝိတ္ထန္တလက္ခဏာ သမုဒီရဏရသာ အဘိနိဟာရပစ္စုပဋ္ဌာနာတိ ဝေ

လက္ခဏာဒီတော့ မနသိကာတဗ္ဗာ၊ (စတုစာတု ဝဝတ္ထာန်အဖွင့် ပိသုဒ္ဓိမဂ် ၁-၃၆၂)။

လက္ခဏာစသည်အားဖြင့်-ဟူရာ၌ ပထဝီဓိတ်သည် အဘယ်လက္ခဏာ ရှိသနည်း၊ အဘယ်ရသရှိသနည်း၊ အဘယ်ပစ္စုပဋ္ဌာန် ရှိသနည်းဟု ဤသို့သောနည်းဖြင့် ဓါတ် ၄-ပါးလုံးတို့ကို ဆင်ခြင်ပြီးလျှင် ပထဝီဓိတ်သည် ခက်မာခြင်း လက္ခဏာရှိ၏၊ တည်ရာကိစ္စရှိ၏၊ ခံလင့်ခြင်း ပစ္စုပဋ္ဌာန်ရှိ၏၊ အာပေါဓိတ်သည် ယိုစီးခြင်း လက္ခဏာရှိ၏၊ ပါးစေခြင်း ကိစ္စရှိ၏၊ ပေါင်းစုခြင်း ပစ္စုပဋ္ဌာန်ရှိ၏၊ တေဇောဓိတ်သည် ပူခြင်း လက္ခဏာရှိ၏၊ ရင့်ကျက်စေခြင်း ကိစ္စရှိ၏၊ နူးညံ့ခြင်းကိုပေးခြင်း၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန် ရှိ၏၊ ဝါယောဓိတ်သည် ထောက်ကန်ခြင်း လက္ခဏာရှိ၏၊ လှုပ်ခြင်း လှုပ်စေခြင်း (တွန်ခြင်း) ကိစ္စရသရှိ၏၊ (ဘူတရုပ်အပေါင်းကို) ရှေးရှု ဆောင်ခြင်း ပစ္စုပဋ္ဌာန်ရှိ၏ဟူ၍ ဤသို့ လက္ခဏာစသည်အားဖြင့် နှလုံး သွင်းအပ်ကုန်၏။ (မြန်မာပြန်)

ယခုထုတ်ပြခဲ့သော မဟာဋီကာနှင့်တကွ ပိသုဒ္ဓိမဂ် စကားရပ် တို့ဖြင့် နာမ်တရားတို့ကို လည်းကောင်း၊ ရုပ်တရားတို့ကို လည်းကောင်း၊ လက္ခဏာ ရသတို့ဖြင့် ရှုအပ်သကဲ့သို့ပင် ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဖြင့် လည်းကောင်း လက္ခဏာ ရသတို့ဖြင့် ရှုအပ်သကဲ့သို့ပင် ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဖြင့်လည်း ရှုအပ် ရှုကောင်းကြောင်း အလွန်ပင်ထင်ရှားလှပေ၏။

အောက်ပါ အဋ္ဌကထာ ဋီကာတို့ဖြင့်မူကား ရုပ်ကို ပစ္စုပဋ္ဌာန် ပဒဋ္ဌာန်တို့ဖြင့် ရှုအပ်ရှုကောင်းကြောင်း သာ၍ပင် ထင်ရှားသေး၏။

ဣတိရူပန္တိ ဣဒံ ရူပံ၊ ဣတ္ထကံ ရူပံ၊ ဣတော ဥဒ္ဓံ ရူပံ  
နတ္ထိတိ ရူပန သဘာဝဉ္စေဝ ဘူတုပါဒါယ ဘေဒဉ္စ အာဒိကတွာ လက္ခဏာ  
ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန ပဒဋ္ဌာနဝသေန အနဝသေသရူပပရိဂ္ဂဟော ဝုတ္တော။  
(သုတ်မဟာဝါ အဋ္ဌကထာ ၅၃)။

ဣတိရူပံ-ဟူသော စကားဖြင့် “ဤသည်ကား ရုပ်တည်း၊  
ဤမျှလောက်သည်ကား ရုပ်တည်း၊ ဤထက်အလွန်ရုပ်သည် မရှိ  
တော့ပြီ”ဟု ဖောက်ပြန်ခြင်း သဘောကိုလည်းကောင်း၊ ဘူတရုပ်-ဥပါဒါ  
ရုပ်အပြားတို့ကို လည်းကောင်း၊ အစပြု၍ လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန်  
ပဒဋ္ဌာန်တို့၏ အစွမ်းအားဖြင့် အကြွင်းမဲ့ အလုံးစုံသောရုပ်ကို သိမ်းဆည်း  
ခြင်းကို ပြဆိုအပ်၏။ (မြန်မာပြန်)

တတ္ထ လက္ခဏံနာမ တဿ တဿရူပ  
ဝိသေသဿ အနညသာဓာရဏော သဘာဝေါ၊ ရသော  
တဿေဝအတ္တနော ဖလံ ပတိ ပစ္စယဘာဝေါ။ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ  
တဿ ပရမတ္ထတော ဝိဇ္ဇမာနတ္ထ ယာထာဝတော ဉာဏဿ  
ဂေါစရဘာဝေါ။ ပဒဋ္ဌာနံ အာသန္ဓကာရဏံ၊ တေနဿ  
ပစ္စယာယတ္ထဝုတ္တိတာ ဒဿိတာ။ (၎င်း၏အဖွင့် ဋီကာ ၅၃)။

ထိုတွင် လက္ခဏာမည်သည်မှာ ထိုထို(ပထဝီစသော) ရုပ်အထူး၏  
(အာပေါ စသော)တစ်ပါးသော ရုပ်တို့နှင့် မဆက်ဆံသော (ကက္ခဋတ္ထ  
စသော) သဘောရင်းပေတည်း၊ ရသမည်သည်မှာ ထိုရုပ်၏ မိမိအကျိုးကို  
စွဲ၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သည်၏ အဖြစ်ပေတည်း၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန် မည်သည်မှာ  
ထိုရုပ်၏ ပရမတ္ထအားဖြင့် ထင်ရှားရှိသည်၏ အဖြစ်ကြောင့် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ

သတ္တမအကြိမ်



ဉာဏ်၏ ကျက်စားရာ အာရုံ၏အဖြစ်ပေတည်း။ ပဒဋ္ဌာန် မည်သည်မှာ နီးစွာသော အကြောင်းပေတည်း။ ၎င်းဖြင့် ထိုရုပ်၏ အကြောင်းနှင့် စပ်သောဖြစ်ခြင်းရှိသည်၏ အဖြစ်ကို ပြအပ်၏။ (ဋီကာ၏မြန်မာပြန်)။

အထက်ပါသုတ် မဟာဝါ အဋ္ဌကထာ ဋီကာတို့ဖြင့် ရုပ်ရှုပ်ပြသော ဣတိရှုပ်-ဟူသော ပါဠိတော်ကို ဖွင့်ပြ၏။ ထိုပါဠိတော်မှာလည်း ဘုရား အလောင်းအား နာမရူပပရိက္ခဟ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပုံကိုပြသော စကားရပ် ဖြစ်ပေသည်။ ဤသို့ ရုပ်သက်သက်ရှုပ်ကို ပြရာ၌ပင် လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန် ပဒဋ္ဌာန် ၄-ပါးလုံးဖြင့် ရှုပ်ကို တိတိကျကျ ဖွင့်ပြထား သောကြောင့် ရုပ်ကို ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဖြင့် ရှုကောင်းကြောင်းမှာ အလွန်အလွန်ပင် ထင်ရှားလှပေ၏။ ထို့အတူပင် ပဒဋ္ဌာန်ဖြင့် ရှုကောင်းကြောင်းလည်း ထင်ရှားလှပေ၏။

ဤသို့ရှုပ်ကို ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဖြင့် ရှုပ်ကို ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာ ဋီကာတို့၌ အလွန်ထင်ရှားစွာ ပြဆိုထားသောကြောင့် “ရှုပ်ကို ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဖြင့် မရှု ကောင်း”ဟု ပစ်ပယ်ပြောဆိုသောသူသည် ယခုထုတ်ပြခဲ့သော သုတ် မဟာဝါ ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာ၊ ဋီကာနှင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ၊ မဟာဋီကာ တို့ကို ပယ်ဖျက်ရာရောက်၏။ ထို့ကြောင့် ဝိတဏှာဝါဒီ ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် သို့လည်း ရောက်၏။ ရုပ်၊ နာမ် နှစ်ပါးလုံးကိုပင် ပဒဋ္ဌာန်ဖြင့် မရှုကောင်းဟု ပစ်ပယ်ပြောဆိုသော သူသည်လည်း အလားတူပင် အဆိုပါ ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာ၊ ဋီကာတို့ကို ပယ်ဖျက်ရာလည်းရောက်၏။ ဝိတဏှာဝါဒီ ပုဂ္ဂိုလ်ဟူသည်မှာ အမှန်ကို အမှားဖြစ်အောင် မှားယွင်းစွာ ယူဆပြောဆို သဖြင့် ပညာရှိတို့၏ စိတ်နှလုံးကို တုန်လှုပ်စေတတ်သော ဝါဒရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်ပေတည်း။

### ဝါယော၏ ပစ္စုပဋ္ဌာန်လည်း ပရမတ်ပင်

ပစ္စုပဋ္ဌာန် တဿ ပရမတ္တတော ဝိဇ္ဇမာနတ္တာ ယထာဝတော ဉာဏဿ ဂေါစရသာဝေါ-ရုပ်၏ ပစ္စုပဋ္ဌာန်မည်သည်မှာ ထိုရုပ်၏ ပရမတ္တအားဖြင့် ထင်ရှားရှိခြင်းကြောင့် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ဉာဏ်၏ ကျက်စားရာ အာရုံအဖြစ်ပေတည်း (သုတ်မဟာဝါဒီကာ ၅၃)။

အထက်ပါဋီကာ၌ “ပရမတ္တအားဖြင့် ထင်ရှားရှိသောကြောင့် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ဉာဏ်၏ ကျက်စားရာ အာရုံဖြစ်သည်”ဟု အထင်အရှား ဆိုထားသောကြောင့် ဝါယောဓိတ်၏ အဘိနိဟာရ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကိုလည်း ပရမတ္တအားဖြင့် ထင်ရှားရှိသော ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ဉာဏ်၌ထင်ပေါ် လာသော ပရမတ္တတရားဟူ၍သာ သိအပ်၏။ ဝိတဏှာဝါဒီတို့ ဆိုသကဲ့သို့ ပညတ်ဟူ၍ကား မသိအပ်။ မမှတ်အပ်သည်သာတည်း။

ပရမတ္တတရား ဖြစ်ရုံသာမဟုတ်သေး၊ ရှုလိုရင်း ဓိတ်အစစ်လည်း ဖြစ်သေးကြောင်းကို အောက်ပါ မဟာဋီကာဖြင့် သိအပ်၏။

ပဒဋ္ဌာန် ပနေတ္ထ အညဓမ္မတာယ န ဥဒ္ဒဋ်-ပဒဋ္ဌာန်ကိုကား ရှုလိုရင်းဓိတ်မှ တခြားတစ်ပါး အလွတ်တရား ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဤ လက္ခဏာဒိတောအရ ရှုနည်း၌ (အဋ္ဌကထာဆရာ) မထုတ်ပြအပ်ပေ။ (မဟာဋီကာ ၁-၄၄၉)။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ လက္ခဏာဒိတောအရ ရှုနည်းကို အကျယ်ပြရာတွင် ဓိတ် ၄-ပါးတို့ကို လက္ခဏာရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန်တို့ဖြင့် ရှုပုံကိုသာပြ၏။ ပဒဋ္ဌာန်ဖြင့် ရှုပုံကိုကား မပြပေ။ ထိုသို့ ပဒဋ္ဌာန်ဖြင့် ရှုပုံကို မပြခြင်းမှာ အဘယ်ကြောင့် မဟာဋီကာ၌ အထက်ပါအတိုင်း ဖြေရှင်းပြပေသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ပထဝီစသော ဓိတ်တစ်ပါး တစ်ပါး၏ ပဒဋ္ဌာန်သည် မိမိမှ

ကြွင်းသော အခြားခါတ် ၃-ပါးပင်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ပထဝီခါတ်ကို ရှုလိုသူမှာ ပထဝီ၏ ပဒဋ္ဌာန်ဖြစ်သော အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော တို့သည်။ ရှုလိုရင်း ပထဝီခါတ်မှ တခြားတစ်ပါး အလွတ်တရားသာလျှင် ဖြစ်ကုန်၏။ ထို့အတူပင် အာပေါကို ရှုလိုသူမှာ ပထဝီ၊ တေဇော၊ ဝါယော တို့သည်လည်းကောင်း၊ တေဇောကို ရှုလိုသူမှာ ပထဝီ၊ အာပေါ၊ ဝါယော တို့သည်လည်းကောင်း၊ ဝါယောကို ရှုလိုသူမှာ ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော တို့သည်လည်းကောင်း၊ ရှုလိုရင်းခါတ်မှ တခြားတစ်ပါး အလွတ်တရား တို့သာလျှင် ဖြစ်ကုန်၏။ ထို့ကြောင့် ရှုလိုရင်းခါတ်ကိုသာ တည့်တည့် မတ်မတ် ရှုရန်ပြုသော ဤလက္ခဏာဒီတောအရ ရှုနည်း၌ ရှုလိုရင်းတရား ကိုယ်ဖြစ်သော လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်တို့ကိုသာပြုသည်။ ရှုလိုရင်း ခါတ်မှ တခြားတစ်ပါး အလွတ်တရားဖြစ်သော ကြွင်းသောခါတ် ၃-ပါးဟူ သော ပဒဋ္ဌာန်ကိုကား မပြဟုဆိုလို၏။

ဤဋီကာ၌ အသီးသီးသော ခါတ်တစ်ပါးတစ်ပါး၏ ပဒဋ္ဌာန် ဖြစ်သော အခြားခါတ် ၃-ပါးကို အညဗ္ဗေ-ရှုလိုရင်းခါတ်မှ တခြားတစ်ပါး အလွတ်တရားဟုဆိုသဖြင့် လက္ခဏာဒီတောအရ ရှုနည်း၌ ပြထားသော လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်တို့ကိုကား ရှုလိုသောခါတ်မှ တခြားတစ်ပါး အလွတ်တရား အညဗ္ဗေမဟုတ်၊ ရှုလိုရင်း ပရမတ္ထတရား ပင် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့ကို လက္ခဏာဒီတောအရ ရှုနည်း၌ပြုသည်ဟူ၍ လည်းကောင်း ဆိုရာရောက်၏။ သို့ဖြစ်၍ ဝါယောခါတ်၏ လက္ခဏာနှင့် ရသတို့သည် ပရမတ်ဝါယောအစစ် ဖြစ်သကဲ့သို့ ဝါယောခါတ်၏ အဘိနိဟာရပစ္စုပဋ္ဌာန်ကိုလည်း ပရမတ်ဝါယော အစစ်ပင်ဟု မြမြိစွာ မှတ်ယူအပ်ပေ၏။

ထိုအဘိနိဟာရပစ္စုပဋ္ဌာန်သည် ရှုအပ် ရှုကောင်းသော ရှုလိုရင်း သတ္တမအကြိမ်

လည်းဖြစ်သော ပရမတ်ဝါယောအစစ် ဖြစ်သောကြောင့် ရှုအပ် ရှုသင့်သော ဝါယောမှ အလွတ်အကျိုးဆက် ဖလပစ္စုပဋ္ဌာန်လည်း မဟုတ်၊ ရှုသော ဝိပဿနာဉာဏ်အား ရှေ့ရှုထင်ပေါ်လာသော အာကာရပစ္စုပဋ္ဌာန် သာလျှင်ဖြစ်သည်။ အောက်ပါဋီကာဖြင့် မြဲမြံစွာ ဆုံးဖြတ်အပ်၏။

သမ္ပုဋိစ္ဆနကာရေန ဉာဏဿ ပစ္စုပတိဋ္ဌတီတိ သမ္ပုဋိစ္ဆန ပစ္စုပဋ္ဌာနာ သဟဇာတ်တရားတို့ကို ခံလင့်သော အခြင်းအရာအားဖြင့် ဉာဏ် အားရှေးရှု ထင်တတ်သောကြောင့် သမ္ပုဋိစ္ဆနပစ္စုပဋ္ဌာနမည်၏။ (မဟာဋီကာ ၁-၄၅၉)

အထက်ပါ မဟာဋီကာသည် ပထဝီဓါတ်၏ သမ္ပုဋိစ္ဆနပစ္စုပဋ္ဌာန ပုဒ်ကို ဖွင့်ပြသောစကားဖြစ်သည်။ ထိုစကားဖြင့် ကြွင်းသော အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယောဓါတ်တို့၏ ပစ္စုပဋ္ဌာန်တို့လည်း ဥပဋ္ဌာနာကာရပစ္စုပဋ္ဌာန် ချည်းပင်ဖြစ်ကြောင်း သိစေပါသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ၎င်းဓါတ် ၃-ပါးတို့၏ အရာ၌ ပစ္စုပဋ္ဌာနပုဒ်ကို ထပ်မံ၍မဖွင့်ပြဘဲ ရှိလေသည်။

ဤမှဖြင့် ဝါယောဓါတ်၏ အဘိနိဟာရ ပစ္စုပဋ္ဌာန်မှ ပညတ်လည်း မဟုတ်၊ အကျိုးဆက် ဖလပစ္စုပဋ္ဌာန်လည်း မဟုတ်၊ အာကာရပစ္စုပဋ္ဌာန် ပရမတ်ဝါယောပင် ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ကြောင့်ပင် ၎င်းအဘိနိဟာရ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဖြင့်လည်း ဝါယောဓါတ်ကို ဝိပဿနာ ရှုအပ်၊ ရှုကောင်းကြောင်း မြဲမြံစွာ မှတ်ယူနိုင်လောက်ပေပြီ။

ဤတွင် အရိယာဝါသတရားတော် နောက်ဆက်တွဲ ရှင်းလင်းချက်ပြီး၏။

(၃၀-၇-၆၄)

သတ္တမအကြိမ်

ဧကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏

ကျမ်းများစာရင်း

- ၁။ ဝိပဿနာရှုနည်းကျမ်း (ပထမ)
- ၂။ ဝိပဿနာရှုနည်းကျမ်း (ဒုတိယ)
- ၃။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်ကြီး (ပထမ)
- ၄။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်ကြီး (ဒုတိယ)
- ၅။ ဝိမ္ဗိကသုတ်တရားတော်
- ၆။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ပါဠိ-နိဿယ
- ၇။ ပုရာဇောဒသုတ် တရားတော်
- ၈။ ဝိပဿနာအခြေခံတရားတော်
- ၉။ အရိယာဝါသတရားတော်
- ၁၀။ ဝိပဿနာရှုနည်းအကျဉ်းချုပ်
- ၁၁။ ဝိပဿနာအလုပ်ပေးတရားတော်။
- ၁၂။ ဓမ္မစကြာ အနတ္တလက္ခဏသုတ် မဟာသတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကြီး
- ၁၃။ ဘာရသုတ္တန်တရားတော်
- ၁၄။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခြင်းအကြောင်း
- ၁၅။ ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်
- ၁၆။ အမြတ်ဆုံးသုံးဆူ (ပထမတွဲ)
- ၁၇။ အမြတ်ဆုံးသုံးဆူ (ဒုတိယတွဲ)

ဤကျမ်းစာအုပ်များကို ရန်ကင်းမြို့ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ သာသနာ့ဇိင်သာလင်း၊ အမှတ်(၁၆)၊ ဗုဒ္ဓသာသနာနဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ် ပဋိပတ္တိသာသနာပြု မဟာစည် ရန်ပုံငွေက ထုတ်ဝေသည်။

# ပြင်ဆင်ဖတ်ရှုရန်

မျက်နှာ	စာကြောင်း	ပိုရင်း	ပြင်ပဖတ်ရန်
အတွင်းပုံး		လှေရှိသော	မူသော
(ဃ)	(၁၈)		ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်၊ ကောသမ္ဗိယသုတ်၊ သီလဝန္တ သုတဝန္တသုတ်၊(ထည့်)
(၂)	(၅)	မရှိသေ	မရှိသေး
(၄)	(၁၄)	သုံးပါးသို့	သုံးပါးသို့
(၅)	(၂၂)	ညချမ်း၏	ညချမ်း၌
(၇)	(၈)	ကျရ	ကြရ
(၇)	(၂၃)	အမလွန်	တမလွန်
(၈)	(၁၂)	စည်းပူး	ဆည်းပူး
(၇)	(၇)	ဒုလက္ခတော	ဒုလ္လဘော
(၉)	(၁၁)	လူရည်တက်	လူရည်တတ်
(၁၀)	(၆)	လူရည်တက်	လူရည်တတ်
(၁၁)	(၇)	တစ်ညသ၌	တစ်ည၌
(၁၁)	(၁၉)	စိတ်သည်။	စိတ်သည်
(၁၃)	(၁၇)		အပါယ်တံခါးကို လည်းပြန်လည်၍ မပွင့်စေလိုတော့ပါ၊ ဘဝမှစ၍(ထည့်)
(၂၄)	(၇)	တင်းထားပြီး	တင်ထားပြီး
(၂၅)	(၆)	တင်ကြပ်	တင်းကြပ်
(၃၈)	(၁)	ကျွန်တော်နှင့်သေ	ကျွန်တော်သေ
(၃၈)	(၁၁)	တွေ့ရမည်	တွေ့ရပေသည်
(၄၁)	(၅)	ပလက္ခင်ခံ	ပလ္လင်ခံ
(၄၅)	(၁၅)		အရဟတ္တမဂ်ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ဒီလိုမဂ်ပုဂ္ဂိုလ်က

# ပြင်ဆင်စာရင်း

မျက်နှာ	စာကြောင်း	ပိုဒ်	ပြင်စာရင်း
(၄၅/၄၅)	(၁၉)		လေးပါး(ထည့်) ဘာကြောင့်လည်းဆိုတော့ ပုဂ္ဂိုလ်အရေအတွက် အားဖြင့်သာခဲယဉ်းပါ တယ်။(ဖြုတ်)
(၄၈/၄၉)	(၂၁)		ဘုန်းကြီးရဲ့(ပ) ကောင်းပါတယ်။(ဖြုတ်)
(၅၅)	(၅)	ရန်ဟန်း	ရဟန်း
(၅၈)	(၁၇)	ကလေးသာ	ကလေးသာ
(၈၀)	(၆)	စိတ်နဲ့ညွှန်	စိတ်နဲ့ညွှတ်
(၈၅)	(၁၅)	မှတ်နေရင်း	မှတ်နေရင်
(၈၈)	(၆)	ငရဲ	ငရဲ
(၉၃)	(၆)	ထူထူထူလို့မို့	အူထူထူလူမို့
(၉၇)	(၇)	တန်ပြည်	နတ်ပြည်
(၁၁၇)	(၂၁)		ဘယ်သူ့ကိုမှ(ပ) ဆိုရင်တော့(ပို)
(၁၂၀)	(၁၉)	ဆင်းကြီးကွ	ဆင်ကြီးကွ
(၁၅၃)	(၁၉)	မဖျား	အဖျား
(၁၆၃)			ဖော်ဖော်ရွေရွေ (ပ)သတဲ့တော့(ပို)
(၁၆၄)	(၆)	ချီးကျူးချင်တဲ့	ချီးကျူးခံချင်တဲ့
(၁၆၅)	(၅)		လူတိုင်း(ပ)ကျပါတယ်(ပို)
(၁၆၅)	(၁၂)	ကိုယ်အလိုမကျ	ကိုယ့်အလိုမကျ
(၁၆၅)	(၁၀)	သမီးခင်ပွန်း	ဇနီးခင်ပွန်း
(၁၆၆)	(၁၀)	အမှတ်နိုင်ရင်	မမှတ်နိုင်ရင်
(၁၇၅)	(၂၄)	ပျံ့လွင့်ပူပန်	ပျံ့လွင့်ပူပန်
(၁၈၂)	(၁၀)	ထင်နေတဲ့	ထိုင်နေတဲ့

# ပြင်ဆင်ပတ်ရှုရန်

မျက်နှာ	စာကြောင်း	ပိုဒ်	ပြင်ပတ်ရှုရန်
(၁၈၅)	(၁)		ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်နေ တဲ့အခါ ကုသိုလ်စိတ် ပဲဖြစ်တယ်၊ အကုသိုလ် စိတ်မဖြစ်ဘူး၊(ထည့်)
(၁၈၅)	(၄)	အကုသိုလ်	ကုသိုလ်
(၁၅၃)	(၇)		မြင့်မြတ်တဲ့ဘဝတွေရောက် သွားနိုင်တယ်၊စိတ်မစင် ကြယ်ရင်ယုတ်ညံ့တဲ့ဘဝ တွေရောက် (ထည့်)
(၁၈၈)	(၁၉)		စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဖြစ်တယ်လို့ ထင်နေတတ်ကြတာ၊ ဘယ် ဟုတ်မလဲ ဈာန်နဲ့ဖြစ်တဲ့ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိကို(ထည့်)
(၁၉၁)	(၉)	ရှုဖို့လိုပါပဲ	ရှုဖို့ပါပဲ
(၁၉၁)	(၂၃)	နေကြတာတဲ့၊	နေကြတဲ့
(၂၀၅)	(၁၇)	ပေါ့တတ်တာက	ပေါ့တက်တာက
(၂၀၅)	(၁၈)		ချဆဲဋ္ဌိလေးလံကျသွား တာက အာပေါဓာတ် ထိဆဲဖိနင်းဆဲဋ္ဌိ(ထည့်)
(၂၀၇)	(၁)	တွေ့ချင်ပါတယ်၊	တွေ့ရပါတယ်၊
(၂၁၀)	(၁၄)	ဦးအောင်	ပြီးအောင်
(၂၁၈)	(၂)	ဂုဏ်တွေ	ဂုဏ်တော်တွေ
(၂၂၁)	(၁)	ဒီတစ်ခါတည်း	အဲဒီကတည်းက
(၂၄၃)	(၁၃)	ပေါက်သည်ဟူ၍	ကျိုးပဲ့သည်ဟူ၍
(၂၁၆)	(၉)	မှတ်စွာသိပါစေ	မှန်စွာသိပါစေ
(၂၁၆)	(၂၀)	ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှ	ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ