မြင်တတ်စေချင်စမ်းပါဘိ

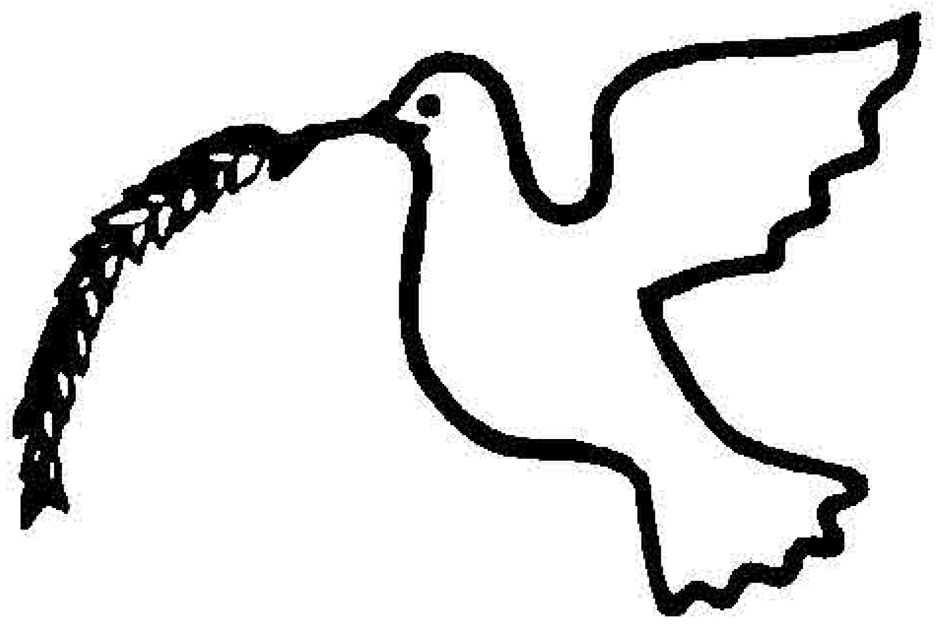
Looking Right View for

၃၅
၈

ဒေါက်တာ အရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ
(ဓမ္မာစရိယ, ပါဠိပါရဂူ, M.A, Ph.D.)

To, ...

....



"BHAVATU SABBAMANGLAM NAVAVASSE"

Memory on New Year for you !

Best Wishes for a Joyous,

Happy New Year Millennium

2000

Remembered : 01. 01. 2000

Signature ....

Name ....

မြင်တတ်စေချင်စမ်းပါဘိ

Looking Right View for

ဒေါက်တာ အရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ

(မဟာစရိယ, ပါဠိပါရဂူ, **M.A, Ph.D.**)

ကြွေးကြော်သံ

လက်ကိုမမြှောက် ● ဒူးမထောက်ဘဲ
ကြောက်စိတ်မမွေး ● ရဲသွေးအပြည့်
အားမာန်ပြည့်၍ ● ရှိသည့်ခွန်အား
စွမ်းပကားဖြင့် ● ဘုရားမြတ်စွာ
သာသနာကို ● ရှည်ကြာအခွန့်
တည်တန့်ဖို့ရေး ● ကြံဆောင်တွေးရင်း
လုပ်ဆောင်ရင်းပင် ● သေမင်းခေါ်လျက်
အသက်ခန္ဓာ ● ပျက်ခဲ့ပါက
အောက်ရွာအဝိစိ ● ကျရောက်ဘိလည်း
ပီတိနှလုံး ● ရွှင်ကြည်ပြုံးလျက်
ဟုန်းဟုန်းလောင်ငြီး ● ငရဲမီး၏
မီးမီးအလျှံ ● ပူသည့်ဒဏ်ကို
အာခံတုရင်း ● ငရဲမင်းအား
ထွန်းလင်းသာသနာ ● ပြုမည့်တာကြောင့်
ရောက်ရာဘဝ ● ဘုံဌာနတွင်
ရွှင်ပြုံးပျော် ● ခေါင်းကိုမော်၍
"သေသော်မှတည့် ● **ဩဘာကောင်း၏"** ဟု
မြတ်သည့်သေခြင်း ● မိဋ္ဌာန်ရင်းတည့်
မယွင်းမှန်ဘိ ● မှန်းသည့်ပန်းတိုင်
လှမ်းကိုင်ရသူ ● တံခွန်ထူသည့်
ငါမူတကား ● **"ဇမ္ဗူ့တလွှား**
ဗုဒ္ဓသားဟု " ● ဝံ့ကြွားဂုဏ်တန်
ဘဝဂ်ညီအောင် ● အောင်သံကျူးရင့်

အောင်လံလွှင့်မည်

ငါသည် ဗုဒ္ဓ သာသနာ့အတွက်

၂၄၀၆၅

မာတိကာ

- စာပလ္လင် ၁
- မောင်းမကန်သောင်ကမ်းမှသည် ... ၃
- သဘာဝအလှအပနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာအမြင် ၂၄
- ဗုဒ္ဓဘာသာစိတ်ပညာ ၃၂
- တရားအားထုတ်ခြင်းဟူသည် ၄၀
- သမထနှင့် ဝိပဿနာခြားနားချက်များ ၄၉
- အမှန်မြင်နှင့်အမြင်မှန် ၇၄
- မလေးငြိမ်ဖောက်သည့်လမ်း ၈၂
- ရေပူစမ်းမှငါးကလေး ၉၄

တွေးပါ၊ မြင်ပါ၊ ဆင်ခြင်ပါ

* ဖြစ်အောင်လုပ်၊ ပျက်အောင်မလုပ်နဲ့၊
မဖြစ်ခင် မပျက်စေနဲ့၊
ဖြစ်ပြီးမှ ပျက်တာက သဘာဝ အနိစ္စ။

* ချမ်းသာအောင်လုပ်၊ ဆင်းရဲအောင်မလုပ်နဲ့၊
ချမ်းသာအောင်လုပ်ရင်း၊ ဆင်းရဲနေတာက သဘာဝ ဒုက္ခ။
ချမ်းသာပြီးလဲ ဆင်းရဲနေတာက သဘာဝ ဒုက္ခ။

* အနှစ်ရှိတာကို ရှာဖွေပါ၊
အနှစ်မရှိတာကို မရှာဖွေနဲ့၊
အနှစ်ရှိတာကို ရှာရင်း အနှစ်ရှာမရတာက သဘာဝ အနတ္တ။

ဒေါက်တာအရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ
ဆေးဝက်ဘာမြန်မာကျောင်းတိုက်၊
ဗာရာဏသီမြို့၊ အိန္ဒိယပြည်။

စာပလ္လင်

စာကို စတင်ရေးစဉ်က ‘ခရီးသွားဆောင်းပါး’အဖြစ် ရည်ရွယ်ခဲ့ပါသည်။ ၆–၃–၉၇ နေ့ **မောင်းမကန်ကမ်းခြေ** ဘန်ဂလို တစ်ခုပေါ်တွင် ဤစာကို စတင်ရေးခဲ့သော်လည်း ၇–၉–၉၉ နေ့ အိန္ဒိယ မီးရထားတစ်ခုပေါ်တွင် အဆုံးသတ်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ စာရေးသူ၏အကျင့်မှာ ခံစားချက်မပေါ်လျှင် စာတစ်ခုမဖြစ်လာပါ။ ‘ခံစားချက်’ကို ‘ရောင်းကုန်’ အဖြစ် ထုတ်လုပ်၍မရခြင်းသည် စာရေးသူ၏ အဓိက အားနည်းချက် ဖြစ်ပါသည်။

မောင်းမကန်ကမ်းခြေ၏ သဘာဝအလှအပသည် စာရေးသူ၏ အတွေးပင်လယ်တွင် ‘ခံစားချက်’ လှေငယ် အဖြစ် ဖြတ်သန်းသွားသောအခါ ‘စာတစ်ပုဒ်’ ဆိုသည့် ‘ကျွန်းငယ်လေး’တစ်ခုဆီသို့ ရောက်လာပါသည်။ ဤ ကျွန်းငယ်သည် ရောက်ရှိသူများအတွက် ‘ကိုယ်ပိုင်ခံစားချက်’ အရသာယာချင်လည်း သာယာပါမည်။ လှပချင်လည်း လှပပါမည်။ အကျည်းတန်ချင်လည်း တန်နေပါမည်။ စိမ်းလန်းချင်လည်း စိမ်းလန်းစိုပြည်နေပါမည်။ ခြောက်သွေ့ချင်လည်း ခြောက်သွေ့ပါမည်။ သို့သော် ကျွန်းငယ်သည် ကျွန်းငယ်၏ သဘာဝအလှအပနှင့် အပြည့်အဝ ရှိနေမည် သာတည့်။ ခံစားသူ၏ ခံစားချက်အမြင်သည်သာ ဆုံးဖြတ်ချက်ပေးပါလိမ့်မည်။

သဘာဝအလှအပ ခံစားချက်များကို မြင့်မားသည့် အတွေးအမြင် အဘိဓမ္မာအဖြစ် တင်စားမြင်တတ်ပါလျှင် အရာရာသည် အကျည်းမတန်သကဲ့သို့ အလှအပလည်း ရှိနေသည်သာဖြစ်သည်။ အမြင်သည် မှန်လာ၍ အမှန်ကိုလည်း ပို၍ပို၍ မြင်လာပါမည်။ မြင်သည့် အရာရာတိုင်းကိုလည်း သူ့သဘာဝနှင့်သူ၊ သူ့အခြေအနေနှင့်သူ၊ သူ့သဘာဝ အလှအပပေါ်တွင်ရပ်တည်နေကြောင်း သိလာကာ အမှန်နှင့် အမှား (Reality & Myth) ကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ သိလာမည် ဖြစ်သည်။ ဤအခါတွင် လောကကြီးသည်အနှစ်ရှိရှိ ပျော်စရာ ကောင်းသလောက် အနှစ်မဲ့မဲ့ ရယ်စရာကောင်းသည့် လောကကြီး ဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက်လာမည်ဟု ထင်မြင်ပါသည်။

ဤအတွေးများကို အခြေခံလျက် 'မြင်တတ်စေချင် စမ်းပါဘိ' စာတစ်စောင် ရေးမိခဲ့ပါသည်။ ဤစာသည် 'ဂန္ထဝင်' မမြောက်သော်လည်း 'စာတင်' လောက်သည့် အခြေအနေသို့ ရောက်ကာ စာဖတ်သူမျက်စိအောက်တွင် ရောက်ရှိနေပြီဖြစ်သည်။

စာဖတ်သူအနေဖြင့် ကိုယ်ပိုင်အသိ၊ ကိုယ်ပိုင်ခံစားချက်ဖြင့် လွတ်လပ်စွာ ဖတ်နိုင်၊ ကြည့်နိုင်၊ မြင်နိုင်ပါသည်။

စာရေးသူ၏ ဆန္ဒကား **အားလုံးကို အားလုံးက** **'မြင်တတ်စေချင်စမ်းပါဘိ'**-----

ဒေါက်တာအရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ

၁၈-၁၀-၉၉

ခေတ္တ-ရန်ကုန်။

မြင်တတ်စေချင်စမ်းပါဘိ

Looking Right View for

မောင်းမကန်သောင်ကမ်းမှသည် ...

ပြာလဲ့လဲ့ ပင်လယ်ပြင်ကြီးက ... မျက်စိတဆုံး တဟဲဟဲ တဝေါဝေါ လှိုင်းသံများက ကြား၍မဆုံး လှိုင်းခေါင်းဖြူများက တချက်တချက် တလက်လက် ပင်လယ်လေနုအေးက ...တညင်းညင်းတသက်သက် ပင်လယ်ဒီရေတက်ချိန်ဖြစ်၍ လှပသာယာ ကြည်နူး စရာမြင်ကွင်း

ရေလုပ်သားများ၏ ဝမ်းစာရှာသည့် လှေငယ်များက ကမ်းခြေတွင် အလံကလေးများ တလွင့်လွင့်ဖြင့် တင့်လျက် တယ်လျက် ... ဝင့်လျက် ထယ်လျက် ...

ပင်လယ်ကဗွီးပင်များနှင့် အုန်းပင်များက မြင့်မား လွှမ်းမိုးစွာ ပင်လယ်ပြင်ကို အပေါ်စီးမှ ဆီးကြည့်ရှုနေသယောင် ...

ပွင့်သစ်စပန်း၊ ဖူးသစ်စ ပုရစ်တို့ဖြင့် အလှဆင့်ကာ နွေဦးကို ကြိုဆိုနေကြသည့် တရုပ်စကားပင်များက သင်းတပျံ့ပျံ့ မွှေးရနံ့ကြွယ်ကြွယ်

ဤမြင်ကွင်းများကြောင့် ကြည်နူးစရာ ရသပီတိ လွှမ်းပြည့်နေသည့် ရင်နှလုံးဖြင့် ရွှင်ပြုံးကြည်နူးနေသည့် ခဏ......။

နေရာကတော့ မောင်းမကန်ကမ်းခြေသောင်ယံပင် ဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ကမ်းခြေအလှသဘာဝကို ခံစားနိုင်သည့် နေရာများအနက်တစ်ခုသော ကမ်းခြေသောင်ယံ ဖြစ်သည်။ မွန်ပြည်နယ် သံဖြူဇရပ်မြို့နယ် စက်စဲကမ်းခြေသောင်ယံ၊ ရခိုင်ပြည်နယ် သံတွဲမြို့နယ် ငပလီကမ်းခြေသောင်ယံ၊ ချောင်းသာ၊ လက်ခုပ်ကုန်း၊ ကမ်းသာယာတို့နှင့်ယခု စာရေးသူရောက်ရှိနေရာ တနင်္သာရီတိုင်း ထားဝယ်ခရိုင်လောင်းလုံးမြို့နယ် မောင်းမကန်ကမ်းခြေ သောင်ယံပင်ဖြစ်သည်။

စက်စဲသို့ ငါးခေါက်ထက်မနည်း ရောက်ခဲ့ဖူးသည်။ အိန္ဒိယတွင် မဒရပ်စ်မြို့နေစဉ် ကမ္ဘာ့ဒုတိယအရှည်လျားဆုံးဖြစ်သည့် မရီနာကမ်းခြေသို့ အခေါက်များစွာ ရောက်ခဲ့ဖူးသည်။ ဘုံဘေကမ်းခြေ၊ မလေးရှား ပီနန်ကမ်းခြေ သောင်ယံများသို့လည်း ရောက်ခဲ့ဘူးသည်။ မည်သည့်ကမ်းခြေမဆို ကမ်းခြေသောင်ယံ အလှအပသည် သာယာပါသည်။ ကြည်နူးစရာ ကောင်းပါသည်။ သို့သော် မိမိရင်ဝယ်ပီတိကို မဖြစ်စေခဲ့။ မောင်းမကန်ကမ်းခြေသောင်ယံကမူ မိမိရင်ကို နှစ်သိမ့်စေသည်။ ကြည်နူးစေသည်။ ရသကို ပေါ်စေသည်။ အတွေးပုရစ်ကို ဖူးသစ်စေသည်။ ပင်လယ်ပြင်ပြာပြာ၏ မျက်စိတဆုံး မြင်ကွင်းသည် သံသရာပင်လယ်ကို တွေးမြင်စေသည်။ အဆီးအတားမဲ့မြင်ကွင်းသည် မဆုံးနိုင်သည့် သံသရာ ပင်လယ်လေလား ထင်မှားစေသည်။ ကမ်းခြေစပ်တွင် ရပ်နားထားသော်လည်း အလံငယ်များ တလူလူလွင့်နေသည့် ဝမ်းစာရှာဖွေကြမည့် တံငါလှေငယ်များသည် ပင်လယ်ပြင်ကို ဦးမော့ရင်ကော့၍ ကျော်ဖြတ်မည့်ဟန် ပြင်နေရာ သံသရာတစ်ဘက်ကမ်းကို အရောက်လှမ်းမည့် ယောဂီများ၏ ပုံသဏ္ဍာန်အဖြစ် ထင်မှတ်မိသည်။

လှိုင်းသံတဟဲဟဲ လှိုင်းခေါင်းတဝင့်ဝင့် လှိုင်းလုံးများ တဆင့်ဆင့် ပင်လယ်ပြင်က မာန်ဖီကာ မြင့်တက်နေသော်လည်း လှေငယ်များကမူ လှုပ်လှုပ်ရွရွ... မာနဖြင့် ... ပင်လယ်ပြင်ကိုမျက်နှာမူကာ ကျော်လွှားရန် အံတုနေကြသည်။ ရေလုပ်သားများကလည်း ခါးတောင်းတကျားကျား... ဘောင်းဘီတကားကားဖြင့် ပင်လယ်ပြင်ကို အံတုရန် မာန်တဝင့်ဝင့် အဆင်သင့်ဖြစ်နေကြသည်။ တကယ့်ယောဂီများကလည်း သံသရာပင်လယ်မုန်တိုင်း လောကဓံလှိုင်းကို သတိအလံ ပဲ့ကိုင်ဉာဏ်နှင့် ဘဝလှေငယ်ဖြင့် ကူးဖြတ်ရန် အာသာဆန္ဒပြင်းပြနေသယောင်...

ပင်လင်ပြင်ကား ... ကျယ်လွန်းပါ၏

လှေငယ်ရှင်ကား ... ငယ်လွန်းပါ၏

သံသရာကား ... အဆုံးမရှိ ကျယ်လွန်းပါ၏

ဘဝလှေငယ်ရှင်ကား ... အနှုန်းမသိ ငယ်လွန်းပါ၏

အတ္တမာနကား ... အဆမတန် ကျယ်လွန်းပါ၏

ဆန္ဒ, ပညာကား ... ဘဝမတန် ငယ်လွန်းပါ၏

သို့သော် ဝီရိယအားမာန်ဖွင့်သည့် ယောဂီကား ... တကြွားကြွားတဝင့်ဝင့်

လောကဓံလေမုန်တိုင်းကား ... တလွှားလွှား တလွင့်လွင့်

ခေါင်းမကန်ကမ်းခြေသောင်ယံ၏ လှိုင်းသံများက ... တဟဲဟဲ

စာရေးသူ၏ စိတ်အတွေးများက ငှက်စင်ယော်သို့ တဝဲဝဲ

ဤသို့ စိတ်အတွေးများ ပျံ့ဝဲစေရန် အကြောင်းဖန်လာသည်က အတန်ငယ် ကြာခဲ့ပြီးသည့်တစ်နေ့ ...

(မဇ္ဈိမဒေသ ဓမ္မဘူမိ သစ္စာအောင်မြေသာသနာပြု စီမံကိန်း)အောင်မြင်ရေးအတွက် မြန်မာပြည်သို့ ဒုတိယ အကြိမ် ခရီးစဉ်တွင် ဖြစ်သည်။ ထားဝယ်မြို့မှ သီလရှင် ဆရာတစ်ဦးနှင့် အမျိုးသမီးနှစ်ဆယ်ခန့် မိမိတည်းခိုသည့် ကျောင်းသို့ ရောက်လာကြသည်။ (မင်္ဂလာဗုဒ္ဓ**ဝင်စာ**မေးပွဲ ဆုနှင်းသ~ာင်)တက်ရောက်ရင်း လာကြသည် ဆိုသည်။ သီလရှင်ဆရာက သူ့ကိုယ်သူ မိတ်ဆက်ကာ ...

သူ ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း စာရေးသူ ဦးဆောင်သည့် (ဓမ္မဘူမိသစ္စာအောင်မြေ သာသနာပြု)စီမံကိန်း မြေကွက်အတွက် တန်ဘိုးငွေကိုလှူသည်။ ရေစက်ချတရား ဟောပေးရ

သည်။ ထို့နောက် ဗဟုသုတဖြစ်ဘွယ် စကားများ ပြောကြားရသည်။ သီလရှင်ဆရာ၏ နောက်ပါအမျိုးသမီး များကား လက်အုပ်မချ နာယူကြ၏။ မှတ်မိ မမှတ်မိမူ သူတို့သာ သိကြပေမည်။ သူတို့၏ ရဟန်းသံဃာ ဆရာ သမားအား ရိုသေလေးစား တန်ဘိုးထားခြင်းသည် အလွန် သိမ်မွေ့ မြင့်မြတ်လှပါသည်။ ကြည့်လို့ မြင်လို့လည်း အလွန်တင့်တယ်ပါသည်။ မိမိစိတ်တွင်မူ သူတို့အစား ညောင်းညာတောင့်တင်းကာ စိတ်တင်းကြပ်မှု ဖြစ်ရပါသည်။ သို့သော် မတတ်နိုင်။ မြန်မာ့ဗုဒ္ဓဘာသာ ယဉ်ကျေးမှုအရ မိမိအား ရိုသေလေးမြတ်ကာ သူတို့၏ဗုဒ္ဓဘာသာစစ်ကြောင်း တန်ဘိုးဖြတ်နေသည့် ကောင်းမြတ်သော ဓလေ့တစ်ခု မဟုတ်ပါလား ...။

သီလရှင်ဆရာကား ဘာသာရေး 'အထူးသဖြင့်' ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ စာဖတ်ပရိသတ်များ နှုတ်ဖျားတွင် ရေပန်းစားနေသော စာရေးဆရာမ (မလေးငြိမ်) ခေါ် ဒေါ်ဥပသမထေရီ ပင် ဖြစ်သည်။ သူသည် ထားဝယ်သူဖြစ်ပြီး (ကလျာဏမိတ္တ) အမျိုးသမီးအသင်းကို တည်ထောင် ဦးဆောင်နေသူဖြစ်ကြောင်း သိရှိရလေသည်။ သီလရှင်ဆရာ

ကပင် မိမိ၏ကျန်းမာရေးအတွက် မောင်းမကန်ကမ်းခြေတွင် အနားယူရင်း ထားဝယ်တခွင် တရားပွဲများ စီစဉ်ပါရစေဟု ဆိုလာပါသည်။ မိမိကလည်း တစ်ကြိမ် တစ်ခါကမျှ မရောက်ဘူးသည့် ကိုယ့်နိုင်ငံ ကိုယ့်ဒေသ၏ သဘာဝ အလှအပသာယာမှုကို ကြည်နူးစွာ ခံစားလိုသည်။ မိမိသည် နိုင်ငံရပ်ခြားတွင် ဆယ့်ငါးနှစ်ကျော် နေထိုင်ခဲ့ပြီး နိုင်ငံ အတော်များများသို့လည်း ရောက်ဖူးခဲ့၊ လေ့လာခဲ့၊ မှတ်သားခဲ့ ခံစားခဲ့ဖူး ပါသည်။ မိမိနိုင်ငံတွင်မူ နေရာအနှံ့အပြား မရောက်ဘူးသေး။ ဤသည်ကိုပင် ဥပမာတင်၍ နိုင်ငံခြားသား များကို ဝိပဿနာတရားသင်ကြားပေးလျှင် "မင်းတို့ မျက်နှာကို ငါမြင်နိုင်တယ်။ ငါ့မျက်နှာကို မင်းတို့ မြင်နိုင်တယ်၊ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်မျက်နှာကိုယ် မမြင်နိုင် ကြဘူး။ အဲဒီလိုပဲ သူများအကြောင်းတွေ တို့သိအောင် လုပ်နေကြ၊ ရှာဖွေနေကြတယ်။ ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် သိလည်း မသိကြ၊ ရှာလည်း မရှာကြ၊ သိအောင်လည်း မလုပ်ကြဘူး။ မင်းတို့ ခု အိန္ဒိယအကြောင်း သိရအောင် လာ လေ့လာကြတယ်။ ငွေကုန် အချိန်ကုန်ခံကြတယ်။ မင်းတို့နိုင်ငံရဲ့ နေရာအနှံ့ ရောက်ဘူးကြရဲ့လား၊ ဒီလိုပဲ

လူတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်မကြည့်ဘူး။ သူများ အကြောင်းတွေပဲ သိချင် ကြည့်ချင်နေကြတယ်။ ဒို့ဗုဒ္ဓက ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်ကြည့်ဖို့ ကိုယ့်အတွင်း ကိုယ်ပြန်ကြည့်ဖို့၊ သိဖို့၊ ကိုယ့်အကြောင်း ကိုယ်သိဖို့ လေ့ကျင့်တာကို (ဝိပဿနာ)လို့ ခေါ်တယ်" စသည်ဖြင့် ရှင်းပြလေ့ရှိသည်။ ယခုလည်း အဆင်သင့်ခိုက် မရောက်ဘူးသည့် ကိုယ့် နိုင်ငံ တစ်စိတ်တဒေသ၊ ကိုယ့်လူမျိုး တစ်စိတ်တဒေသကို လေ့လာရင်း "လာမည်" ဆိုကာ ရက်ချိန်းပေးလိုက်သည်။

၄-၃-၉၇ နေ့ လေယာဉ်ဖြင့် ထားဝယ်သို့ ခရီးထွက် ခဲ့သည်။ လေယာဉ်လက်မှတ်မှာ တစ်စောင်တည်းသာ ရသဖြင့် အဖော်မပါ တစ်ကိုယ်တည်းဖြစ်သည်။ ကပ္ပိယအဖော်မှာ လက်မှတ်မရသဖြင့် ရသည့်နေ့မှ လိုက်လာရန် စီစဉ်ခဲ့ရ၏။ အဖော်မပါ တကိုယ်တည်းထွက်ရသည့် ခရီးသည် မိမိ ဘဝတွင် အမြဲတမ်းလိုလို ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ထူးလည်း မထူး၊ ဆန်းလည်း မဆန်း လုမ်းနေကျခြေလှမ်းပင် ဖြစ်သည်။ လေယာဉ်ပေါ်တွင် မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များဖြစ်၍ လေယာဉ် မောင်မယ်မှအစ ကြီးကြပ်သူ အရာရှိအပါအဝင် မိမိအား လေးစားစွာ ဆက်ဆံကြသည်။ ထားဝယ်ရောက်လျှင်

အတူယှဉ်ထိုင်နေသည့်အရာရှိက မိမိ၏ လက်ဆွဲသေတ္တာငယ်ကို ဆွဲခဲ့သည်။ လေဆိပ်တွင် ကြိုဆိုသူတစ်ယောက်မှ မတွေ့ရ။ အရာရှိကပင် ဦးဆောင်၍ လေဆိပ်ပြင်ပ ဈေးဆိုင်တန်းထိ လိုက်ပို့သည်။ ကြိုဆိုသူဆို၍ အရိပ်အယောင်ပင် မမြင်ရ။ ထိုအရာရှိက "ဆရာတော်ကြိုတဲ့လူလည်း တစ်ယောက်မှမတွေ့ဘူး။ ဒီနေ့ လေယာဉ်က စောစောထွက်ပြီး ခုချက်ချင်း ပြန်ရမယ်။ အိန္ဒိယ စစ်ဦးစီးချုပ်လာမှာမို့ ရန်ကုန်လေယာဉ်ကွင်း ပိတ်လိမ့်မယ်။ ကဲ ဆရာတော် ဒီမှာပဲ ထိုင်စောင့်ပါ၊ တပည့်တော်ကို ခွင့်ပြုပါ" ဆိုကာ လက်အုပ်ချီ နှုတ်ဆက် ထွက်ခွာသွားသည်။ တစ်မိနစ်ခန့်အကြာတွင် ကားမောင်းဆရာတစ်ဦးက "မြဝတီရုပ်မြင်သံကြားမှာ အမေးအဖြေ လုပ်တဲ့ဆရာတော် မဟုတ်ပါလား" ဟု ထားဝယ်သံဝဲဝဲဖြင့် မေးမြန်းလာသည်။ "ဟုတ်တယ်" ဟု ဆိုလိုက်ရာ "တပည့်တော် ကြားတယ်။ မိရှင်က ပင့်ထားတယ်လို့ သူတို့လည်း လာကြိုဖို့ပါပဲ၊ ခုထိ မရောက်သေး၊ တပည့်တော်ကားပေါ် ကြွပါ" ဆို၍ သူ့ကားဖြင့် ထားဝယ်မြို့တွင်း ရောက်ခဲ့သည်။ ထားဝယ်မြို့ လမ်းဆုံကြီးထိ ကားမောင်းပြီး သီလရှင်ဆရာ၏ အစ်ကိုအိမ်

တွင် ကားဆရာက မေးသည်။ သွားကြိုကြကြောင်းသိရသည်။ ကားဆရာကပင် "ဇေယျဝတီမှာ တည်းခိုဖို့ ပြောတယ်" ဆိုကာ ဇေယျဝတီကျောင်းတိုက်သို့ မောင်း၏။ မတွေ့ရ။ လေဆိပ်သို့ ပြန်မောင်းမည်ဆိုပြန်ရာ ဇေယျဝတီ ကျောင်းတိုက်ထိပ် လမ်းဆုံမှ စောင့်ရန် မိမိက ပြောသဖြင့် စောင့်နေသည်။ ဆယ့်ငါးမိနစ်ခန့်အကြာတွင် ပစ်ကပ်တစ်စီး ကျောင်းတိုက်ထဲ ဝင်သည်ကို တွေ့ရသဖြင့် လိုက်မောင်းဝင်သွားရာ သီလရှင်ဆရာကို မတွေ့ရသေး။ သူ့အဖွဲ့ဝင် အမျိုးသမီးများကိုတွေ့ရာ အံ့အားသင့်ကြပြီး ကားဆရာနှင့် အပြန်အလှန် ထားဝယ်သံများ ဆူညံ သွားကြသည်။ မိမိနေရမည့် အဆောက်အဦသော့မရှိသေး၍ တစ်နာရီခန့် စောင့်နေရသေးသည်။ စာရေးဆရာ သီလရှင်ရောက်မှ သော့ရ၍ မိမိနေရာရတော့သည်။ စာရေးဆရာ သီလရှင်က အားတုံ့အားနာ တောင်းပန်သည်။ မိမိက "တွံတေး သိန်းတန်ရဲ့ စုံနံ့သာမြိုင် သီချင်းလို ရှာပုံတော် ဖွင့်ရတဲ့နေ့ပဲ" ဟု ရယ်မောပြောပြီး "ဘာမှ စိုးရိမ်ရန် မလိုကြောင်း၊ ဒီမှာက ကြိုမယ့်လူနဲ့ လွဲပေမယ့် တစ်ခြားလူက ကြိုပေးသေးကြောင်း၊ နိုင်ငံခြားမှာ သွားနေကျ၊ ဘယ်သူမှ ကြိုမယ့်သူ

မရှိကြောင်း၊ မိမိအတွက် အဆန်းမဟုတ်ကြောင်း၊ ကိုယ့်ပြည် ကိုယ့်ရွာ ကိုယ့်ဘာသာဝင်များ ကိုယ့်စကားနဲ့မို့ အစစ အဆင်ပြေကြောင်း စသည် ပြောလိုက်သည်။ စာရေးဆရာ သီလရှင်က "ခုမှ ရင်အေးရပါတယ်" ဟု ဆိုလာသည်။

ကားတစ်စီး ဝင်ရောက်လာပြန်ပြီး ထားဝယ်သံများ ဆူညံသွားပြန်သည်။ သူကား မိမိ၏ မသိသေးသော ယောက်ဖတော်တစ်ဦး ဟုဆို၏။ မိမိ၏ ညီမဝမ်းကွဲ တစ်ဦးသည် ထားဝယ်သားနှင့် အိမ်ထောင်ကျသောဟူ၏။ ရန်ကုန်မှ သူ့အမေနှင့်အမအကြီးဆုံးက ဖုန်းဆက်၍ ပြောထားသဖြင့် လေဆိပ်သို့သွားကြိုကြောင်း၊ လေယာဉ် ပြန်တက်သွားသည်ကို မြင်ရကြောင်း၊ ဘယ်သူမှ မတွေ့ရ ကြောင်း၊ မောင်းမကန် ကားဆရာတစ်ဦး ကားဖြင့် ဘုန်းကြီးတစ်ပါး ပါသွားကြောင်း ကြားရ၍ မောင်းမကန်သို့ လိုက်သွားကြောင်း၊ ဇေယျဝတီမှာ ထားခဲ့သည်ဆို၍ လိုက်ခဲ့ကြောင်း၊ ထားဝယ်သံဝဲဝဲဖြင့် အားရပါးရ ပြောပြ လေသည်။ သူကား မိမိ၏ ညီမဝမ်းကွဲ ခင်ချိုလွင်၏ ချစ်ခင်ပွန်း မောင်သိန်းဝင်းပင်ဖြစ်သည်။ ယောက်ဖကို မသိသည်မှာ မဆန်းသော်လည်း ညီမကိုလည်း မမှတ်မိ။

မျက်နှာပုံစံကို မှန်းဆ၍သာ သူသည် ညီမဝမ်းကွဲတစ်ဦး ဖြစ်ကြောင်း သတ်မှတ်ရတော့သည်။ ဤမျှထိ ဆွေနှင့်မျိုးနှင့် သွေးသားနှင့် ကင်းကွာနေခဲ့သူဖြစ်ကြောင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို အံ့ဩမိတော့သည်။

ထို့နောက် ထားဝယ်အခေါ် 'မိရှင်' ရန်ကုန်အခေါ် 'သီလရှင်ဆရာ' က တရားပွဲအစီအစဉ်များကို ပြောကြားလေသည်။ ထားဝယ်တွင် နှစ်ည။ သရက်ချောင်းတွင် တစ်ည။ ရေးဖြူတွင် တစ်ည။ လောင်းလုံတွင် တစ်ည။ ထားဝယ်ခရိုင် ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှုတည်ဆောက်ရေးအဖွဲ့နှင့် သာသနာရေးဌာနမှ အရေးပေါ်အစီအစဉ်အရ စီစဉ်ထားကြောင်း စသည် သိရလေသည်။ တရားဟောခြင်းသည် မိမိအတွက် ဝန်မလေးပါ။ ဟောကွက် ပြောကွက် အတွက် ကျက်စရာစာ၊ မှတ်စရာ၊ လေ့လာစရာ ဘာမှ မလိုသော ကြောင့် ဖြစ်သည်။ မိမိစကားပြောရာတွင် ရယ်မောစရာ ပြောရင်းပင် တရားသဘောများ၊ ဖီလိုဆိုဖီများ ပါဝင်အောင် ငယ်စဉ်မှစ၍ ပြောဆိုနေကျဖြစ်သည်။ ပြောနေကျ စကားများ ကိုပင် တရားပွဲတွင် အသံမြှင့်ပြောခြင်းဖြင့် မိမိ၏တရားပွဲများ ဖြစ်မြောက် သွားသည်သာ ဖြစ်သည်။ "သို့သော်"

ဤသို့သော်ကား မိမိအဖို့ တရားဟောလိုသည့် ရည်ရွယ်ချက်နှင့် မကိုက်ညီသည့် "သို့သော်" ပင် ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ အနှစ်သာရများ ဖြည်းဖြည်းချင်း ထိုးနှက်ခံနေရသည့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ရဟန်းတော်များ၏ တိတ္ထိယပက္ခက (ရဟန်းဝတ်လျက်နှင့် ဗုဒ္ဓမှလွဲပြီး အခြားသော ကိုးကွယ်စရာများအား ကိုးကွယ် ရှိခိုး ညွှန်းပြနေသည့်)ဘေးနှင့် ဘာသာဝင်လူထု၏ ဒိဋ္ဌိဇျာသန(သမ္မာအယူအဆပျက်စီးကာ တိတ္ထိယပက္ခက ရဟန်းများ ညွှန်ပြရာ ရုပ်တုများ၊ ပွဲယကာများကို ဘုရားနှင့် ယှဉ်၍ ဘုရားစင်တင် ကိုးကွယ်နေသည့်) ဘေးတို့ကို ကာကွယ်လိုသည့်ဆန္ဒဖြင့် နိုင်ငံခြား အတွေ့အကြုံ၊ အိန္ဒိယဘာသာရေး အတွေ့အကြုံများဖြင့် ရှင်းလင်းဟောပြောမြဲ ဖြစ်သည်။

တရားပွဲစီစဉ်သူ သီလရှင်ဆရာက "ထားဝယ်မြို့က ဝိပဿနာအားထုတ်သူ များတယ်ဘုရား၊ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာတရားဟောပါ" ဆိုလာသည်။ မိမိစိတ်တွင် ချမ်းမြေ့မှု ခေတ္တခဏ သတိလွတ်ကာ ကွယ်ပျောက်သွားသည်။ မြန်မာပြည်တစ်နံတစ်လျားတွင် ဝိပဿနာတရား

ဟောကြားသည့် ဆရာတော်များ ဒုနဲ့ဒေးရှိနေကြသည်။ မိမိလို နိုင်ငံခြားနေထိုင်သာသနာပြုသူအား ဘာကြောင့်များ ဝိပဿနာတရားဟောစေလိုသနည်း။ မသိ မတတ် နားမလည် ထင်၍လေလား။ သို့မဟုတ် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ပွင့်တော်မူရာ မဇ္ဈိမဒေသတွင် သာသနာပြုနေသည်ဆို၍ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဝင်စံနေပြီ ထင်၍လေလား။ မြန်မာပြည်တွင် မကြားချင် မနာချင်အဆုံး ကြားနာနေရပြီး ဟိုရိပ်သာထက် ဒီရိပ်သာ၊ ဟိုဘုန်းကြီးထက် ဒီဘုန်းကြီး ကောင်းသည် ရွေးချယ်နာကြားနိုင်သည့် ဝိပဿနာတရားကိုမှ မိမိလို နိုင်ငံခြားနေ သာသနာပြုထံမှ ဘာကြောင့် ကြားနာလိုပါ သနည်း။ စဉ်းစား၍မရပေ။ ဝိပဿနာတရားကို မြန်မာပြည် တွင်သာ မြန်မာဘုန်းကြီးများ အေးအေးဆေးဆေး အားထုတ် နိုင်ကြသည်ထင်သည်။ နိုင်ငံရပ်ခြား အထူးအားဖြင့် အိန္ဒိယလို နိုင်ငံတွင်မူ အားထုတ်နိုင်သည့် ဘုန်းကြီး အလွန်ရှားမည် ထင်သည်။

အကြောင်းမူ စားဝတ်နေရေး၊ ဝေယျာဝစ္စရေး တို့ဖြင့် နေ့ရှိသမျှ၊ အချိန်ရှိသမျှ နပမ်းလုံးနေရ၍ ဖြစ်သည်။ မိမိဆိုလျှင် နံနက် လေးနာရီခန့်မှစကာ ကျောင်းအုပ်ချုပ်

ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ရေးအတွက် အလုပ်သမား ကုလားများအား အော်ဟစ် ကြိမ်းမောင်း ဆူပူပြောဆို နေရသည်။ အလုပ်သမားလာလျှင် ပြောဆိုရုံမျှ ဆူပူရုံမျှသာ ဖြစ်သည်။ သူတို့မလာလျှင် ရှိသည့်လူကို ခေါ်၍ ကိုယ်တိုင် တံမြက်စည်းလှဲ၊ ခရီးသည်များ၏ အိမ်သာဆေး၊ သန့်ရှင်းရေး လုပ်၊ အိပ်ရာခင်း လဲလှယ်ခြင်းစသည် သေတ္တာမှောက်ဇာတ်စုံ အကုန်ကရသည်။ ဇာတ်စုံကနိုင်မှလည်း ဖြစ်မည်။ ကိုယ့်နိုင်ငံ ကိုယ့်လူမျိုး ကိုယ့်ဘာသာဝင်များမဟုတ်၍ အကူအညီရရန် မလွယ်ကူပေ။ များသောအားဖြင့် ညဘက် အိပ်ကောင်းခြင်း မအိပ်ရပေ။ ဝင်ငွေရရှိရေးအတွက် လာရောက်တည်းခိုသည့် ဧည့်သည်များလာလျှင် အချိန်မရွေး မိမိထရသည်။ မြန်မာ ခရီးသည်များမှာ မလာသလောက်ပင် ဖြစ်သည်။ မိမိနေရာ ကျောင်းမှာ မြို့ထဲတွင်ဖြစ်၍ ဘုရားနှင့် ဝေးသည်ဟု အကြောင်းပြကြသည်။ မြန်မာ ရဟန်းငယ်များအား စာသင်ရင်း၊ အကူညီရရန် ခေါ်ထားခဲ့သည်။ ယခုလည်း ရှိပါသေးသည်။ သွားသူကသွား၍ ထပ်ခေါ်သူများ လာကြသည်။ သို့သော် အကူညီဝေလာဝေး၊ အလုပ်နှင့် ပတ်သက်လျှင် ဝေး၍မျှမကြည့်။ ကျောင်းအပေါ်ထပ်မှပင် သူတို့

ကိစ္စမှလွဲ၍ အောက်ထပ်သို့မဆင်း။ ပြောလျှင် “ကျောင်းတက်စာကျက်နေသည်” ဆိုကြသည်။ သက်ဆိုင်ရာစကားကမတတ်၊ လုံ့လကနည်း။ ကျောင်းကိစ္စ ဝေယျာဝစ္စဆိုကျားထက် ကြောက်ပုံ ရသည်။ ဒီတော့ ဘယ်သူတွေဘယ်လောက်ရှိရှိ “ဘုန်းမောင်တစ်ယောက်ထဲ” အပြတ်ကျဲနေရတော့သည်။ မြန်မာကျောင်း မပျောက်ပျက်ရေးအတွက်ဝင်ငွေရှာဖွေရာတွင် အခမဲ့ကူညီနေသူမှာ မြန်မာပြည်တွင်ဆရာဝန်ကြီးတစ်ဦး၏သမီး မြန်မာပြည်မှာမွေးပြီး ဘွဲ့ရသည်ထိ ပညာသင်ကြီးပြင်းခဲ့သူ လက်ချိမ်း ခေါ် အမျိုးသမီးဖြစ်၍ ဧည့်သည်များလာလျှင် သူတစ်ယောက်ထဲနှင့် မဖြစ်။ မိမိပါ အိပ်ရာမှထရ၍ အလုပ်သမားများအား ဝိုင်းဝန်းပြောဆိုဧည့်သည်များအား ဈေးညှိနှိုင်း ပြောဆို၊ ရေ မီး စသည်ညွှန်ကြား စီစဉ်ပေးရသည်။ ထို့ကြောင့် ညလည်းကောင်းကောင်း မအိပ်ရ။ နံနက်လည်း ငါးနာရီထက်ကျော်၍အိပ်မရသည့်အကျင့်ကြောင့် အိပ်ရေးမဝပဲ ထခဲ့ရသည့်နေ့ပေါင်းမှာ နှစ်များစွာ ဆယ်စုနှစ် ချီခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ထိုကြောင့် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်နိုင်ရန် မလွယ်ကူပါ။

မိမိ၏ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်နည်းတွင်

စဉ်းစားတွေးခေါ် သုံးသပ်လေ့လာ ခွဲခြားဆင်ခြင် ကြိုးစားနေခြင်းသည်သာ တရားအားထုတ်ခြင်းဟု ခေါ်ရမည်ထင်သည်။ မိမိမှာ သံဝေဂဉာဏ်နှင့် နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ကို ရင့်သန်အောင်သာ ဆင်ခြင် စဉ်းစား မွေးမြူနိုင်သည်။ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်နား မကပ်နိုင်သေးပါ။ သို့သော် တရားပွဲစီစဉ်သူမိရှင်က ထပ်တလဲလဲ တောင်းဆိုလာသဖြင့် (ဝိပဿနာဆန်ဆန် အဘိဓမ္မာတရားကို ဒိဋ္ဌိဗျသနဘေး ကာကွယ်ရေး) ဖြင့် ဆက်စပ် ဟောကြားကာ ထားဝယ်တရားပွဲနှစ်ညပြီးဆုံးခဲ့လေသည်။ ထားဝယ်တရားပွဲတွင် ပရိသတ်ကိုလိုက်ဆို စေ၍ အဓိကထား ရှင်းပြခဲ့သည်မှာ (**အမှန်သမားရဲ့ အမှန်စကားကို အမှန်နားရှိသူမှ နားလည်နိုင်တယ်**) ဟူသည်ပင် ဖြစ်သည်။ **အမှန်သမား ဆိုသည်မှာ- ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား။ အမှန်စကားဆိုသည်မှာ- ဗုဒ္ဓ၏ဓမ္မ။ အမှန်နားရှိသူ ဆိုသည်မှာ- သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ် အမြင်မှန်ရှိသူပင် ဖြစ်ကြောင်း** အသေးစိတ် ရှင်းလင်းပြခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ရိပ်သာကို သွားပြီး တရား အားထုတ်။ အိမ်ပြန်ရောက်တော့ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်နှင့် ပုခုံးချင်းယှဉ်ပြီး အရုပ်မျိုးစုံ စင်တင်၍ (ရုပ်စုံစင်) အဖြစ်ထား။ ဦးသုံးကြိမ်ချရှိခိုးပြီး ဆုတောင်းတော့

(ဗျာသနတရား ငါးပါးမှ ကင်းဝေးရပါလိုသား)။ ဗုဒ္ဓက ဒိဋ္ဌိဗျာသန ဘေး ကင်းဝေးအောင် ဘယ်လိုများ ကာကွယ် ပေးရ ပါမည်နည်း။ စဉ်းစားသာကြည့်ကြ စသည် ရှင်းပြခဲ့သည်။

ထားဝယ်တွင် ညဘက် တရားဟောရသည်။ နံနက် ၇ နာရီတွင် လာရောက် တွေ့ဆုံ မြေကွက်လှူလိုသူများအား လက်ခံ တွေ့ဆုံ ရေစက်ချပေးသည်။ နေ့ဆွမ်းစားပြီးလျှင် မောင်းမကန်သို့သွား၍ ဘန်ဂလိုတစ်ခုတွင် အနားယူရသည်။ ထားဝယ်မှ မောင်းမကန်သို့ ဆယ်မိုင်ခန့်သာ ဝေးသည်။ ထားဝယ်မှထွက်ခွာ၍ ထားဝယ်မြစ်ကို ဖြတ်ကျော်ပြီးလျှင် တောင်တန်းတို့ ကာဆီးနေသည်ကို တွေ့ရသည်။ ထားဝယ်သည် တောင်ပတ်လည် ဝိုင်းရံလျက် ရှိသည်။ သတ္တုကြောပေါများသည့် တောင်တန်းများဖြစ်သည်။ ခဲမဖြူ အဖြိုက်နက် စသည်များ ထွက်ရှိကြောင်း ငယ်စဉ် ပထဝီ သင်စဉ်က မှတ်ခဲ့ဘူးသည်။ ထားဝယ်မြစ်ကို ဖြတ်ကျော်ပြီး သည်နှင့် သတ္တုစင်စက်ရုံကို တွေ့ရသည်။ တည်ဆောက်ဆဲ တက္ကသိုလ်နေရာကိုလည်း တွေ့ရသည်။ မြန်မာ့ရွှေဖြူ ဟု ဆိုင်းဘုတ်များ တွေ့ရလေ့ရှိသည့် ကြက်ပေါင်စေးတောများ

ပေါ်များသည်နှင့်အမျှ ထားဝယ်တောင်ကြောသည် စိမ်းစိုလှပ သာယာလှသည်။ တောင်ကြောလမ်း အကွေ့အကောက် များသည် မေမြို့လမ်းကဲ့သို့ သာယာကြည်နူးစဖွယ် ဖြစ်သည်။ တောင်များမှာ မေမြို့လို မမြင့်လွန်းသဖြင့် အကွေ့ အကောက်များမှာ ကြောက်စရာ မရှိပေ။ တောင်ပြေလမ်းများ ဖြစ်၍ မြင့်မားသော တောင်ကြောများကို ငေးမောကြည့်ရှုရင်း (ရှုခင်းသာ) နေရာသို့ ရောက်လျှင် မြေပြန့်နှင့်ပင်လယ်ပြင်ကို ဆီးလျက် တွေ့မြင်ရသည်။ တောင်ပေါ်ကြောတွင် စေတီပုထိုး တန်ဆောင်းများက ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံ ဗုဒ္ဓဘာသာမြေ ဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားစွာ ဖော်ပြနေသည်။

နိုင်ငံတကာတွင် တောင်မြင့်မြင့် ကုန်းထိပ် တောင်ထိပ်တို့တွင် သူတို့ကိုးကွယ်ရာ ဘာသာတရား၏ အထိမ်းအမှတ် သက်ဆိုင်ရာဘုရား ကျောင်းများ တည်ဆောက်ထားကြသည်။ သူတို့ရင်နှလုံးတွင် အထွဋ်အမြတ်ထား ကိုးကွယ်သည့်အရာကို သဘာဝမြင့်ရာ တောင်မို့မို့ပေါ်တွင် အထွဋ်တင် ပေါ်လွင်စေလိုခြင်းသည် လူသား၏ သဘာဝဆန္ဒပင် ဖြစ်သည်။ အိန္ဒိယနိုင်ငံ တောင်အများအပြားပေါ်တွင် ပ[illegible]နတ်ဘုရားကျောင်းများ။

မဈ္ဈိမဒေသတွင် ပါဝင်သည့် တောင်ငါးလုံးကာခို ရာဇဂြိုဟ်ရှိ ဗုဒ္ဓရှင်တော် သီတင်းသုံးတော်မူခဲ့သည့် ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်ထိပ်တွင် ဗုဒ္ဓသီတင်းသုံးတော်မူရာ ကျောင်းနေရာနှင့် ဗုဒ္ဓဝင်နေရာများသည် ယခုတိုင် သမိုင်းသက်သေအဖြစ် ထင်ရှားစွာမြင်ရသည်။ ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်ထက် မြင့်သည့် ရတနာဂီရိတောင်ထိပ်တွင် ယနေ့ခေတ်၌ ဂျပန်မှ ဝိသျှ-သျှန္တိ-ကမ္ဘာအေးစေတီကို တောင်အဆင့်ဆင့်ခြားသော်လည်း အဝေးမှပင်မြင်နိုင်သည်။ ထို့အတူ အခြားတောင်ထိပ်များတွင် ဂျိန်းဘုရားကျောင်းများ၊ ဟိန္ဒူနတ်ကွန်းများလည်း အသေးအကြီး စီရရီမြင်နေရလေသည်။ အင်္ဂလန်သွားစဉ်က စကော့တလန် အီဒင်ဘာ့ဂ်မြို့စားကြီး၏ နန်းတော်ကြီးသည် ပင်လယ်ကို ဆီးမိုးကြည့်နေသယောင် ထင်ရသည်။ ထိုတောင်ထွဋ်အမြင့်ဆုံးနေရာတွင်မူ ခရစ်ယာန်ဘုရားရှိခိုးကျောင်းဟောင်းတစ်ခုက ဝင့်ကြွားစွာ ရပ်တည်နေသည်ကို တွေ့ရသည်။ မလေးရှား ပီနန်ကျွန်းတွင် အစ္စလာမ်ပလီကြီးက မိုးထိုးနေသည်ကို တွေ့ရသည်။ တရုတ်ဗုဒ္ဓဘာသာ တို့က ကွမ်ယင်ရုပ်တုကြီး တည်ဆောက်ရာ ပလီထက် မြင့်မားသွားသဖြင့် သုံးပေခန့်ဖြတ်ပစ်ရန်

နိုင်ငံအစိုးရက အမိန့်ချသဖြင့် ပလီထက် နိမ့်စေရန် ဖြတ်ပစ်ရသောဟူ၏။

အခြားနိုင်ငံများတွင် သူ့နိုင်ငံသား အများစု ကိုးကွယ်ရာများ တည်ဆောက်ကြသလို မြန်မာနိုင်ငံတွင် လည်း (သူလဲလေ လောကီသားပေမို့) တောင်မြင့်မြင့် အပေးတွင် ထုံးဖွေးဖွေး စေတီရေးရေး တွေ့မြင်ဖူးရလေ သည်မှာ မိမိအတွက် မဆန်းပါ။ သို့သော် မြကမ္ဗလာ ခြုံလွှာပေါ်တွင် စိန်များ စီခြယ်ထားဘိသို့ စိမ်းမြမြ တောင်ကြော၏ အလှအပပေါ်တွင် ထုံးဖွေးဖွေးဖြင့် တင့်တယ်လှပနေသည့် စေတီများ၊ ပင်လယ်ကမ်းခြေ မြေပြန့်ကြောတွင် ငွေရောင်တောက်ပနေသည့် ရေကွက်များ၊ စိမ်းညိုညိုမှိုင်းပြပြ မြင်ရသည့် သစ်တောကွက်များ။ ထိုမှတဆင့် ပြန့်ကျယ်သည့် ပင်လယ်ပြင်ကို လှမ်းမြင်နေရ သည့် မြင်ကွင်းသည် စိတ်အစဉ်ကို ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်းအား ရှိစေသည်။

သဘာဝအလှအပနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာအမြင်

မောင်းမကန် ကမ်းခြေအသွား လမ်းခရီးသည် မိမိစိတ်ကို ကြည်နူးစေသည်။ နုပျိုစေသည်။ လန်းဆန်းစေသည်။ သဘာဝအလှကို ခံစားရသည့်ပီတိသည် ရင်ကို တသိမ့်သိမ့် ဘဝင်တငြိမ့်ငြိမ့်ရှိစေသည်။ မိမိတို့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် ပကာသနအလှထက် သဘာဝအလှကို ခံစားတတ်ဘို့လိုသည်ဟု မိမိခံယူသည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ တရားတော်များသည် သဘာဝ အလှအပများဖြင့် တန်ဆာဆင်ထားသည်။ အရှင်ကာဠုဒါယီ လျှောက်ကြားသည့် ဂါထာ(၆၀)တွင် ပါဝင်သည့် တောတောင်သဘာဝ ရာသီဥတုအလှအပများသည် ကိလေသာကင်းပြတ်တော်မူပြီးသည့် သဗ္ဗညု ဉာဏ်တော်ရှင် ဘုရားသခင်ရှင်မာကြီး၏ နှလုံးသားကိုပင် ပျော့ပျောင်းညွတ်နူးစေကာ ဆွေမျိုးစုံရာ ဇာတိရွာသို့ ပြန်ကြွစေနိုင်ခဲ့သည် မဟုတ်ပါလား။

သဘာဝကို နားမလည်နိုင်လျှင် ဗုဒ္ဓတရားကို နားမလည်နိုင်ဟုထင်သည်။ ပြင်ပသဘာဝကို အာရုံရ၍ ပီတိကျလျှင် သမထ(concentration) ကမ္မဋ္ဌာန်းခေါ်သည် ထင်သည်။ အတွင်းသဘာဝ ကိုယ့်ခန္ဓာသဘာဝကို အာရုံရ၍ ပီတိကျလျှင် ဝိပဿနာ(insight) ကမ္မဋ္ဌာန်းခေါ်သည် ထင်သည်။ ဤသည်မှာ မိမိနားလည်သလို ပြောခြင်း ဖြစ်သည်။ မည်သို့ပင်ဆိုစေ နှစ်ခုလုံး စိတ်ယဉ်ကျေးမှုပင် ဖြစ်သည်။ Ph.D. ဒေါက်တာဘွဲ့အတွက် သီးစစ်စ် (Thesis) ရေးစဉ်က (MEDITATION IS MANTAL CULTURE)တရားအားထုတ်ခြင်းဟူသည် စိတ်၏ ယဉ်ကျေးမှု အနုပညာ တစ်ရပ်ဖြစ်သည်ဟု ရေးခဲ့၏။ ယဉ်ကျေးမှု အနုပညာဟူသည် လူသားတိုင်း မခံစားတတ် ပါချေ။ ဥပမာ ကမ္ဘာကျော် မိုနာလီဇာ ပန်းချီကားကိုပင် ပမာတင်ပြောပါမည်။ မိုနာလီဇာ၏အပြုံးသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် တုယှဉ်မရသည့်အလှဆုံး အနုအယဉ်ဆုံးအပြုံးဟု ဆိုကြသည်။ သို့သော် ပန်းချီအနုပညာမျက်စိမရှိသူအတွက်မူ သာမန် ပန်းချီကား တစ်ချပ်သာ ဖြစ်ချေမည်။ အနုပညာ ဝါသနာပါသူနှင့် ပန်းချီတတ်မြောက်ထားသူများသာ

မိနှာလီဇာအပြုံးကို ရသပြည့်စွာ ခံစားနိုင်ပါသည်။ ထို့အတူ ကမ္ဘာ့ဌာန်းခေါ် တရားအားထုတ်ခြင်းသည်လည်း လူတိုင်းအတွက် ခံစား၍မရပါချေ။ ဝါသနာပါသူနှင့် ပါရမီဓာတ်ခေါ် အခြေခံရှိသူများသာ အားထုတ်လိုစိတ်နှင့် ဓမ္မပီတိပြည့်ဝစွာ ခံစားခွင့်ရနိုင်သည့် သဘာဝအလှအပတစ်ခုဟုမြင်သည်။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနုပညာကိုပင် မြင်ပါလျက်၊ သိပါလျက် ရသကို ပြည့်ဝစွာ ခံစားတတ်ဖို့ မလွယ်ကူဆိုပါလျှင် ရှိမှန်းသိဖို့ပင် ခက်ခဲသည့် စိတ် ဆိုသောအရာ၏ အလှအပ အနုပညာတစ်ရပ်ကို သိတတ် ခံစားတတ်ဖို့ ဆိုသည်မှာ စဉ်းစားသာကြည့်ပေတော့ဟု ဆိုရမည်။

ထို့ကြောင့် ရှေးယခင် ပညာရှင်များက တောဘွဲ့ တောင်ဘွဲ့ အလှအပများ သီကုံးရေးသားခဲ့ကြခြင်းသည် ယင်းတို့၏ သဘာဝခံစားချက်များကို ဂီတစာပေ+ဓမ္မစာပေတို့ဖြင့် ဖော်ကျူး မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ကြခြင်း ဖြစ်သည်။ သူတို့သည် သဘာဝကို ခံစားတတ်သူများ ဖြစ်သည်။ အလင်္ကာကျမ်းသင်စဉ်က သိဂင်္ါရရသ ခေါ် စာပေ၏ချိုမြိန်လှပမှုအရသာသည် ကာမသိဂင်္ါရရသ (အာရုံငါးပါးခံစားမှုအရသာ) နှင့် ဓမ္မသိဂင်္ါရရသ (တရားဘာဝနာခံစားမှု

အရသာ) ဟု သင်ခဲ့ရဘူးသည်။ ကဗျာစာပေများ ရေးသားစဉ် ကလည်း လေ့လာမှတ်သား ခံစားတတ်စေရန် လေ့ကျင့်ခဲ့ဘူးသည်။ အာရုံငါးပါးကို နှစ်သက်မှုသည် ကာမတဏှာဖြင့် ကာမဝေဒနာကို ခံစားရသည်။ တရားဓမ္မနှစ်သက်မှုသည် ဓမ္မတဏှာဖြင့် ဓမ္မဝေဒနာကို ခံစားရသည်။ မြင်ကွင်း အာရုံသည် အဓိကမဟုတ်။ ခံစားလိုမှု(တဏှာ)နှင့် ခံစားတတ်မှု (ဝေဒနာ)သည်သာ အဓိကဖြစ်သည်။ တောတောင်ရေမြေ သဘာဝအလှအပကို ခံစားရာတွင် လွမ်းစရာ ဆွေးစရာ ရင်မှာဖြစ်လေ့ရှိသည်။ အလွမ်းအဆွေး၏အပူရှိန်သည် ရင်တွင်မက ကိုယ်အစိတ်အပိုင်းသို့ပါ ရောက်လေ့ရှိသည်။ လွမ်းတသိမ့်သိမ့် တငြိမ့်ငြိမ့် ဝေဒနာပီတိ ဖြစ်လေ့ရှိသည်။ ဤပီတိကိုပင် ထပ်ခါခါ ခံစားလိုသည့် တပ်မက်မှုရမ္မက် (ရာဂ) ဖြစ်လေ့ရှိသည်။ တပ်မက်မှုတွင် ခွဲခြားတတ်ရန် အရေးကြီးသည်။ တောရိပ်တောင်ခြေ အလှအပကို သာယာမက်မော၍ တောရိပ် တောင်ရိပ်၏ ငြိမ်းအေးမှုကို ခံစားလိုခြင်းလား? သို့မဟုတ် တောရိပ် တောင်ရိပ် အေးငြိမ်းမှုအရိပ်တွင် မိမိ၏အတွင်းသဘာဝကို လေ့လာစစ်ဆေး ဆင်ခြင်သုံးသပ် မှတ်သားလိုခြင်းလား?။

အကယ်၍ တောရိပ်တောင်ရိပ်၏ ငြိမ်းအေးမှုကို တဒင်္ဂ ခံစားလိုပါလျှင် လောကီကိစ္စအာရုံအဝဝကြောင့် အာရုံထွေပြား စိတ်ပြန့်ပွားကာ ငြီးငွေ့နေခြင်းကို သဘာဝအလှ အေးရိပ် အာရုံသို့ ခေတ္တခဏပြောင်း၍ အပန်းဖြေလိုကြခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ ဤသည့်အချိန်တွင် ပတ်ဝန်းကျင် အပေါင်းအသင်း အာရုံများနှင့် ကင်းကွာနေသဖြင့် ငြိမ်းအေးမှုတဒင်္ဂ ဖြစ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကင်းကွာ တစ်ကိုယ်တည်းနေရသဖြင့် ကိစ္စ ဗာဟိရ ဝေယျာဝစ္စနည်းပါး၊ အလုပ်မများ၊ ခန္ဓာကိုယ် အနားယူရသဖြင့် ငြိမ်းအေးခြင်း (သို့) အပေါင်းအဖော်မပါ၊ ပေါင်းနေကျ ပတ်ဝန်းကျင်ကင်းကွာပြီး တစ်ကိုယ်တည်း နေရခြင်း (ကာယဝိဝေက) ဟုဆိုရမည် ထင်သည်။

အနောက်နိုင်ငံသားများလည်း တစ်နှစ်လျှင် တစ်လ အလုပ်မှ အနားယူကြ၊ အပန်းဖြေလေ့ရှိကြသည်။ ဝါသနာ ပါရာ တောလိုက်ခြင်း၊ ငါးမြှားခြင်း၊ အမဲပစ်ခြင်း စသည်ဖြင့် တဒင်္ဂခဏအတွက် အမြဲတမ်း မြင်တွေ့ဆက်ဆံ လုပ်ကိုင် နေကျအာရုံများနှင့် ကင်းကွာ၍ ဝါသနာပါရာတစ်ခုကို စိတ်ဝင်စားကာ အနားယူလေ့ရှိကြသည်။ စိတ်ကို အာရုံပြောင်းလဲ အစားထိုးကာ အာရုံသစ်ဖြင့် အနားပေးခြင်း

ဖြစ်သည်။ သွေးပူလှုပ်ရှားသည့် အာရုံများအစား ဆိတ်ငြိမ် အေးချမ်း အပူကင်းသည့်အာရုံဖြင့် (သို့) အာရုံ ဆိတ်ငြိမ်မှုဖြင့် စိတ်ကိုငြိမ်အောင် ဆေးကြောခြင်းဖြစ်သည်။ (meditate) မဟုတ်ပေ။ သို့သော် (concentrate)မှု ဖြစ်နိုင်ပေသည်။ မိသားစုစသည် ထိတွေ့နေကျ ပတ်ဝန်းကျင် ကင်းဝေးကာ တစ်ကိုယ်တည်း ဝါသနာပါရာလုပ်ပြီး စိတ်ကို အာရုံသစ် တစ်ခုထဲ ဝင်စားအောင် ထိန်းသိမ်းရင်း နေသဖြင့် (concentrate) ဖြစ်နိုင်သည်ဟု ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

သမထ(concentration) ဟူသည် အခြေခံ အားဖြင့် စိတ်ကိုငြိမ်စေရန် စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းခြင်းဖြင့် သမာဓိ ရအောင် ထူထောင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓ၏ သမထ လမ်းစဉ်တွင် သမာဓိရစေရန် နည်းပေါင်း လေးဆယ်ပင် ရှိသည်။ သမာဓိဟူသည်မှာလည်း အာရုံတစ်ခုတည်းတွင် စိတ်ကျရောက် တည်ငြိမ်နေစေရန် လေ့ကျင့်ခြင်းဖြစ်သည်။ စိတ်သည် အာရုံ (ခေါ်) ဆွဲငင်မှုမရှိလျှင် နေ၍မရ။ အာရုံ (ခေါ်) ဆွဲဆောင်မှုနောက် လိုက်ပါလေ့ရှိသည်။ အာရုံ၏ မြူဆွယ်မှုကို ခံရစမြဲ။ အာရုံ၏မြူဆွယ် မခံရလျှင်ပင် သူ့ဘာသာတစ်ခုတည်း သီးသန့် မနေတတ်။ အမြူအဆွယ်

ခံလို၍ ခန္ဓာကိုယ်၏ ပြုကြင်းပေါက် (ဒွါရ)များမှ ဟန်တပြပြ လုပ်လေ့ရှိသည်။ အနည်းဆုံး မျှော်လင့်ချက်အာရုံများ၊ မြှူဆွယ်ခံခဲ့ရသည့်အာရုံများကို စဉ်းစားတွေးတောကာ အာရုံတုများ (မနောဒွါရိက မနောဝိညာဏဝီထိ)ဖန်တီးလျက် (စိတ်ကူးယဉ်အဖြစ်) ယင်းတို့ဖြင့် မွေ့ပျော်နေလေ့ရှိသည်။ ဤသို့ဖြင့် စိတ်သည် ဆောက်တည်ရာမရ အာရုံတစ်ခုတည်း နေတတ်သည့် အကျင့်မရှိတော့ဘဲ ရရာအာရုံကို ရှာဖွေ ပေါင်းသင်းနေတတ်သဖြင့် ဂနာမငြိမ်သည့် (prostitude) ဘဝရောက်ရှိရသည်။ စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ နေတတ်လာသည်။ ပရမ်းပတာ ဖြစ်လာသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်၏သဘာဝသည် စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့, ပရမ်းပတာ, ဂနာမငြိမ်, မျောက်တေလေ, လေလွင့်သည့် ဝါဠမ်းမှုန်ကဲ့သို့ ဖြစ်ကြောင်း ဆိုကြခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤသို့သောစိတ်ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ရန် စည်းကမ်း လိုလာသည်။ ဂနာမငြိမ်သည့်ကလေးကို (ဒီနေရာမှာ ငြိမ်ငြိမ်နေ) ဟု နေရာသတ်မှတ် ပေးရသကဲ့သို့ စိတ်ကိုလည်း (ဒီအာရုံမှာနေ) ဟု စိတ်နေရာသတ်မှတ်ပေးရန် လိုလာသည်။ ဤအခါတွင် သမထ(concentration) စိတ်ကိုငြိမ်အောင် လုပ်ခြင်း၊ စိတ်ကို စည်းကမ်းဘောင်အတွင်း နေစေခြင်း၊

စိတ်ကို နေရာ သတ်မှတ်ပေးသည့်စနစ်ကို စမ်းသပ်လေ့လာ သတ်မှတ်လာကြသည်။ ထိုအခါ စိတ်ကို နေရာမှန်စေရန် အလုပ်တစ်ခု လိုလာသည်။ အလုပ်လုပ်ရလျှင် အလုပ်ရဲ့ အလုပ်နေရာ အလုပ်စခန်းလည်း လိုသည်သာဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကမ္မ + ဋ္ဌာန=အလုပ် + နေရာစခန်း=ကမ္မဋ္ဌာန်း ဟူသည့် စိတ်အလုပ်ရုံစခန်းတစ်ခု ထူထောင်လာရသည်။ (Kammathana means the place of action.)

ဗုဒ္ဓဘာသာစိတ်ပညာ

ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ စိတ်အလုပ်စခန်း=ကမ္မဋ္ဌာန်းတွင် ဌာနပေါင်း လေးဆယ်ပင် ရှိကြောင်း ဆိုခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ယင်း ဌာနလေးဆယ်တွင် ကြိုက်ရာဌာနတစ်ခုတွင် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်နိုင်သည်။ ရိုးရိုး တက်လမ်းရှိသော ဌာနရှိသကဲ့သို့ တစ်ဘက်နယ်ခြားလွန်(လောကုတ္တရာ) (Supra Mundine) သို့ပင် ထွက်မြောက်နိုင်သည့် တက်လမ်း ရှိသည့်ဌာနများလည်း ရှိ၏။ ယင်းကို အပ္ပနာသမာဓိ ရစေသည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် အပ္ပနာသမာဓိ မရစေသော ကမ္မဋ္ဌာန်းဟု ခွဲခြားထားသည်။ သို့သော် အားလုံးပင် အခြေခံ–ဥပစာရသမာဓိ(Access concentration) ရစေသည်ချည်းသာ ဖြစ်သည်။ (ဤအချက်များကို ဤစာတမ်းတွင် ခွဲခြားပြရန်မဟုတ်။ သက်ဆိုင်ရာ စာပေများတွင် ရှာဖွေ လေ့လာကြရန် ဖြစ်သည်)

စိတ်သည် အပြင်သိစိတ်၊ အတွင်းသိစိတ်နှင့် မွေးရာပါ ဗီဇစိတ်ဟု သုံးပိုင်းရှိသည်။ အပြင်သိစိတ် (consciousness) ဟူသည် ပြင်ပအာရုံများကို ယူလေ့ရှိသည့် မြင်+ကြား+ နံ+စား+ထိသိ(ပဉ္စဝိညာဏ)စိတ်များ။ အတွင်းသိ (တွေးတော)စိတ်(sub-consciousness) ဟူသည် အတွင်းအာရုံများ (သို့) စိတ်အာရုံများ (သို့) အာရုံတုများကို ရှာကြံ ဖန်တီးတတ်သည့်စိတ် (သို့) ပြင်ပအာရုံယူသည့် စိတ်များမှတဆင့် ပို့လာသည့်အာရုံများကို ထိန်းသိမ်း မှတ်သားသည့်စိတ် (သို့) ပြန်လည် တွေးတောစိတ်နှင့် (unconsciousness OR genesis consciousness OR Function of Being) သိသည် ဆိုရသော်လည်း အာရုံကို (အခြားစိတ်များလို) သိသိသာသာ မခံစားတတ်သည့် (နှစ်ခြိုက်စွာ အိပ်ပျော်သည့်အခါမျိုးနှင့် စိတ်ဖြစ်စဉ် ဝီထိများ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဖြစ်သည့်ကြားတွင်) ကြားခံ (space)အဖြစ် ဖြစ်လေ့ရှိသည့် စိတ်များ၊ မွေးရာပါ ဗီဇစိတ် (သို့) ဘဝ အခြေခံစိတ်၊ ဖြစ်စဉ်မဲ့စိတ်၊ အာရုံကို မသိစိတ် ဘဝင်= ဘဝင်စိတ်များ(မနောဒွါရ) ဟု ခွဲခြား နားလည် ရမည်။

စာရေးသူ ပီအိပ်ချ်ဒီ ဒေါက်တာဘွဲ့အတွက် ကျမ်းပြု တင်သွင်းစဉ်က (University Submitting Committee) မှ ကျမ်းလက်ခံအတည်ပြုရေး စစ်ဆေးရာတွင် ပရော်ဖက်ဆာတစ်ဦးက ဤမေးခွန်းကို မေးခဲ့သည်။ **ဝိညာဏ-စိတ် နှင့် မန-စိတ် ဘယ်သူအလျင်ဖြစ်သလဲ။ ဘယ်သူက မူရင်းစိတ်လဲ ?** ဟု မေး၏။ မိမိက Black Board တွင် ဤသို့ ရှင်းပြခဲ့သည်။

၁။ အပြင်သိစိတ် – ပြင်ပအာရုံကို ယူတတ်သည့် ပဥ္စဝိညာဏစိတ် (consciousness) (Five sensedoor c:)

၂။ အတွင်းသိစိတ် – ပြင်ပမှ အာရုံကို ယူ တတ်သည့် ပဥ္စဝိညာဏစိတ်များ၏ လက်ခံဆင့်ပွား မှတ်သားသည့်စိတ်နှင့် အာရုံတုခေါ် တွေးတော အာရုံများကို ဖန်တီးသည့် မနောဝိညာဏစိတ် (subconsciousness) (Mind door c:)

၃။ အဆိုပါ စိတ်နှစ်မျိုး မဖြစ်သည့်အခါနှင့် မဖြစ်နိုင်သည့်အခါမျိုးတွင် ကြားခံဖြစ်လေ့

ရှိသည့် ဘဝ အခြေခံစိတ်၊ မွေးရာပါဗီဇစိတ်၊ ဘဝင်စိတ်၊ အာရုံကို မသိစိတ် (Unconsciousness OR Genesis-C: OR Life Continuum-C: OR Function of Being) ဟု သုံးပိုင်းရှိကြောင်း။

ယင်းသုံးပိုင်းတွင် ဝိညာဏစိတ်များသည်လည်း မနအုပ်စုဝင်များပင် ဖြစ်ကြောင်း။ သို့သော် ပြင်ပအာရုံကို ယူသည့်အခါ (သို့) ပြင်ပအာရုံဆီသို့ စိတ် ကျရောက်သည့်အခါ ပဥ္စဝိညာဏစိတ် (Five Sense-Door.c:)များ ဖြစ်ကြောင်း။ ယင်းအပြင်သိစိတ်များသည် ရပ်မနေဘဲ ဆက်လက်၍ အတွင်းသိစိတ်ဖြစ်သည့် မနောဝိညာဏ(Mind door c:)စိတ်များဆီသို့ ဆက်ပို့လိုက်ကြောင်း။ အမြဲတမ်း ပို့သည်တော့မဟုတ်။ အချို့အာရုံများသည် အပြင်သိစိတ်တွင် ပျောက်ပြယ်သွားသည်လည်း ရှိကြောင်း၊ သွေးလည်ပတ်သွားလာစီးဆင်းမှုအစဥ်တွင် ပါဝင်သည့် (The current of Mind = စေတသိက်) များအရ အတွင်းသိစိတ် မနောဝိညာဏစိတ်များသို့ ရောက်ကြကြောင်း။ ဤသို့ ရောက်ကြသော်လည်း ဘဝအခြေခံ ဘဝင် (မသိစိတ်)

ဆီသို့တိုင် ရောက်သည့် အာရုံများလည်းရှိ၍ မရောက်သည့် အာရုံများလည်း ရှိကြောင်း။ အချို့အာရုံများသည် ဘဝင်ခိုက်၍ အချို့အာရုံများသည် ဘဝင်မခိုက်ကြောင်း။ ဘဝင်မခိုက်သည့် အာရုံများသည် ပြန်လည်ပေါ်ပေါက်ရန် မလွယ်ကူ၍ ဘဝင်ခိုက်သည့်အာရုံများသာ အတွင်းသိစိတ်-မနောဝိညာဏ စိတ်တွင် အတွေးအာရုံ-စိတ်ကူးစိတ်သန်း-အတွေးအခေါ်-အမြော်အမြင်-ကြံစည်စဉ်းစားစိတ်များ-စိတ်ကူးယဉ် အာရုံတုများအဖြစ် ပြန်လည်ပေါ်လာလေ့ ရှိကြောင်း။ အကျယ်တဝင့် ရှင်းပြခဲ့သည်။ ထို့နောက် စိတ်ဖြစ်စဉ်ဝီထိနှင့် ဆက်ဖြစ်စဉ် တဒနုဗ္ဗန္ဓ ရမနောဒွါရိကဝီထိ တို့ကို ပုံစံဖြင့် ရှင်းပြခဲ့သည်။

အချုပ်ကိုမူ အပြင်(အာရုံငါးပါး)သိစိတ် (consciousness) →(အတွေးအာရုံ) အတွင်းသိစိတ် (Sub-C:)→ အာရုံမသိစိတ်-မွေးရာပါဗီဇစိတ် (Un-C: OR Genesis-C:)

ပါဠိဘာသာဖြင့် ပဉ္စဝိညာဏ(အာရုံငါးပါးသိ)စိတ် → (ဘဝင်မပါသည့်) မနောဝိညာဏ(အတွေးသိ)စိတ် → ဘဝင် (မနောဓာတ်)စိတ်ဖြစ်ကြောင်း။

သို့သော် လူတစ်ဦး(သို့) စိတ်ရှိသည့် သတ္တဝါတစ်ဦးအတွက် **မူရင်းစိတ်** (original mind) မှာ မွေးရာပါ ဗီဇစိတ်-ဘဝအခြေခံစိတ်-မသိစိတ် (Un.C: OR Genesis C: OR Function of Being) ခေါ် ဘဝင်စိတ်သာ မူရင်းဖြစ်၍ ယင်းသည် အဓိကကျကြောင်း။

ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာတွင် ပဋိသန္ဓိ(ဘဝနှစ်ခု ဆက်စပ်ပေးသည့် မွေးသန္ဓေစိတ်) + ဘဝင်(ဘဝအဆက်မပြတ်စေရန်ကြားခံစိတ်) + စုတိ(ဘဝပြတ်တောက်စေသည့် သေစိတ်တို့သည် အခြေအနေနှင့် အချိန်အခါအရ အမည်ကွဲပြားသော်လည်း စိတ်အမျိုးအစားမှာ အတူတူပင်ဖြစ်ကြောင်း။ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟတွင် သိစိတ်များဖြစ်သည့် ပဉ္စဝိညာဏနှင့် မနောဝိညာဏဖြစ်စဉ်အတွက် (ဝိထိ)ပိုင်းကို ဖွင့်ပြ၍ ဘဝင်ခေါ် မသိစိတ်အတွက်မူ အာရုံမည်သို့ရကြောင်း သိရှိစေရန် (ဝိထိမုတ္တ)ပိုင်းအဖြစ် သီးသန့်ဖွင့်ဆိုခဲ့ကြောင်း။ ထို့ကြောင့် မူရင်းစိတ်မှာမူ ဘဝင်-မသိစိတ်(မန)သာဖြစ်ကြောင်း။ သို့သော် စိတ်ရှိသတ္တဝါတစ်ဦး၏ မူရင်း**စိတ်(မန)**ဟူသည် ပထမဆုံးဖြစ်သည့် မွေးပါ-ပဋိသန္ဓေ**စိတ်ပင်ဖြစ်၍** ဘဝဆက်လက်တည်မှုနေစဉ် ယင်းပဋိသန္ဓေ

စိတ်သည် ဘဝင်-ဘဝ၏အစိတ်အပိုင်း-ဘဝ၏အခြေခံ ဘဝမပြတ်စေရန် (Function Mind of being)-ကြားခံစိတ်အဖြစ် အခြေအနေအရ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေကြောင်း (မြန်မာစကားတွင် 'မွေးသန္ဓေ-သေမှပျောက်' ဆိုသည်ကို သတိပြုပါ) အခြားသိစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်နေသည့်အခါ ယင်းစိတ်သည်မဖြစ်ပေါ်ဘဲ မြုပ်နေ ငုပ်နေ၍ သိစိတ်များ မဖြစ်သည့်အခါနှင့် မဖြစ်နိုင်သည့်အခါမျိုး (ဥပမာ အိပ်ပျော်နေစဉ်နှင့် သိစိတ်တစ်ခုနှင့် တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်မှုကြားမျိုး) တွင် ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသဖြင့် ယင်းစိတ်ကို (မွေးရာပါဗီဇစိတ်) ဟုခေါ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း။ ထို့ကြောင့် ဝိညာဏသိစိတ်များသည် စိတ်ဖြစ်စဉ်များတွင် စတင်ဖြစ်ပေါ်သည်မှာ မှန်သော်လည်း မူရင်းစိတ်မှာမူ ဘဝင်စိတ်သာ ဖြစ်ကြောင်း။

ထို့ကြောင့် consciousness (အပြင်အာရုံငါးပါး သိစိတ်) ← sub-consciousness (အတွင်းတွေးသိစိတ်) ← unconsciousness OR Genesis consciousness (မသိစိတ်)ပုံစံဖြင့်-စိတ်၏မူရင်းရှိ၍သာ လက်ရှိဘဝ စိတ်ဖြစ်စဉ်များ ဖြစ်ပေါ်ကြောင်း ရှင်းပြခဲ့သည်။ ထို့ပြင်

ဝိညာဏဝီထိစိတ်ဖြစ်စဉ် (Five Sense door thoughts process)များတွင် ဝိညာဏသိစိတ်ဖြစ်သည့် စက္ခုဝိညာဏ (မြင်သိစိတ်) စသည် မဖြစ်သေးမီ ဘဝင် ပြတ်လျှင်ပြတ်ခြင်း ဝိညာဏဝီထိတွင် ပါဝင်ရေတွက်ရသည့် ပဉ္စဒွါရာဝဇ္ဇန (sense door c:) အာရုံဆင်ခြင်စိတ်သည် မနောဓာတ် (ဝိညာဏမဟုတ်သည့်မနော) ဖြစ်၍ (မန) ဟု ကောက်ယူရမည်ဖြစ်ကြောင်း။ ထို့ကြောင့် (ဘဝင်လည်း မန ပဉ္စဒွာရာဝဇ္ဇာန်းလည်း မန၊ ယင်းတို့သည် ဝိညာဏမဟုတ်ကြ၍) ဝိညာဏစိတ်တို့ထက် ရှေ့ဦးစွာဖြစ်ကြသဖြင့် (မန)သည်သာ ပထမဆုံးဖြစ်သည့် စိတ်ဖြစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် (အာရမ္မဏ+အနန္တရပစ္စယကို အခြေခံလျက် ပဋ္ဌာန်းကို ဦးစားပေး) ရှင်းပြခဲ့သည်။ သူတို့သည် ယမိုက် ပဋ္ဌာန်း အဘိဓမ္မာကျမ်းများ လေ့လာ သင်ကြားဖူးသူများ မဟုတ်ကြပေ။ မိမိသည် ထိုအချိန်က ရှင်းပြမှုတွင် အာရုံစိုက်နေသဖြင့် ဘေးဘီနောက်တို့ကို မကြည့်မိ။ ဆုံးလျှင် လက်ခုတ်သံများ များပြားသဖြင့် လှည့်ကြည့်လိုက်ရာ ဌာနပေါင်းစုံမှ ဆရာများ၊ ကျောင်းသားများပါ လာရောက် နားထောင်နေကြောင်း သိရသည်။

တရားအားထုတ်ခြင်းဟူသည်

စိတ်၏ အလုပ်ဖြစ်သည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းခေါ် (Meditation) အားထုတ်ရာတွင် စိတ်ကို အာရုံတစ်ခုတွင် တည်ငြိမ်စေရန် စတင်လေ့ကျင့်ရသည်။ ဤသည်ကို ယနေ့ခေတ်တွင် တရားအားထုတ်ခြင်း ဟုခေါ်ကြသည်။ အမှန်မှာ စိတ်ကို ဂနာငြိမ်စေရန် ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ စိတ်ကို သူ့သဘာဝအတိုင်း လွှတ်မထားခြင်း (control of mind) သာ ဖြစ်သည်။ **အတွင်းသိစိတ်ဖြင့် အပြင်သိစိတ်ကို ထိန်းသိမ်းခြင်းသာဖြစ်သည်။** အပြင်သိစိတ် (ပဉ္စဝိညာဏ) များသည် ပြင်ပ အာရုံရှိရာသို့ ခန္ဓာကိုယ်ပြူတင်းပေါက် (ဒွါရ) များမှ ထွက်၍ သွားလေ့ရှိကြောင်း ဆိုခဲ့ပြီးဖြစ်၏။ အပြင်သိစိတ်များက အာရုံရှိရာ ထွက်သွားသကဲ့သို့ အတွင်းသိစိတ်(မနောဝိညာဏ)များကလည်း အာရုံများကို ဆွဲခေါ်လေ့ရှိ၏။ ဤသည်မှာ ဝိညာဏစိတ်များ၏ အပြန်အလှန်အာရုံနှင့် ပလူးတတ်သည့် သဘာဝများဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် မျက်စိကိုပိတ် ဆိတ်ငြိမ်ရာမှာ တရားအားထုတ်ကြရသည်။ အကြောင်းမူ မျက်စိကိုပိတ်ထားခြင်းဖြင့် မျက်စိရှေ့ရောက်လာသည့် အဆင်းအာရုံမြင်ကွင်းကိုတားမြစ်လိုက်သည်။ ဆိတ်ငြိမ်ရာရှာရခြင်းမှာမူ မိမိတို့တရားအားထုတ်သည့် နည်းများသည် ဘုရားလောင်းမင်းသိဒ္ဓတ် ခြောက်နှစ်ကြာ ဒုက္ကရစရိယာ အားထုတ်စဉ်ကလိုမိမိလက်ဖြင့် နှာ:နှင့်မျက်စိ၊ နှာခေါင်းပေါက်တို့ကို ပိတ်၍ကျင့်သည်မဟုတ်ကြ။ (သို့) ဟိန္ဒူယောဂကျင့်စဉ်ကဲ့သို့လက်မနှစ်ခုဖြင့် နား:နှစ်ဘက်။ လက်ညှိုး၊ လက်ခလယ်လေးခုဖြင့် မျက်စိနှစ်လုံး။ လက်သူကြွယ်နှစ်ခုဖြင့် နှာခေါင်းနှစ်ပေါက်ကို ပိတ်၍ ပါးစပ်နှစ်ခုကို ခပ်တင်းတင်း လေမထွက်စေနိုင်အောင် စေ့ထားကာ ကျင့်ကြသည် မဟုတ်ကြ။ မျက်စိနှစ်ဘက်ကိုသာ လက်မပါ အလိုအလျောက် သာမန်စတိအဖြစ် ပိတ်ထားကာ နား:နှင့်နှာခေါင်းကိုမူ ဖွင့်ထားကြသည်။ အကယ်၍ ဆူညံသည့် နေရာတွင် အားထုတ်ပါကဖွင့်ထားသည့်နား:မှ အသံများ ဝင်ရောက်လာသဖြင့်ကြားသိစိတ်ဖြစ်စဉ်များ ပေါ်ပေါက်လာကာ အတွင်းသိစိတ်ကမထိန်းသိမ်းနိုင်တော့ဘဲ အပြင်သိစိတ်နောက်သို့ စိတ်ရေစီး

ကြောင်း(The current of Mind)အတိုင်း စီးဆင်း လိုက်ပါလျက် ထားသည့်နေရာတွင် စိတ်က မနေတော့သဖြင့် တည်ငြိမ်မှု (concentrate) ပျက်ကာ သတိ လက်လွတ် ဖြစ်ရလေသည်။ သမာဓိ (concentration) မဖြစ်နိုင်ဟု ဆိုရမည်။

ထို့ကြောင့် ဆိတ်ငြိမ်ရာသည်လည်း တရားအားထုတ် ရာတွင် လိုအပ်သည့်အချက်ဖြစ်သည်။ အဓိကမှာ စိတ်ကို ပြင်ပအာရုံများသို့ မလိုက်စေဘဲ ထားရာအာရုံတစ်ခုတည်း တွင်သာ နေစေရန် လေ့ကျင့်ရမည် ဖြစ်သည်။ ထားရာ အာရုံသည် ပြင်ပအာရုံ (External Sense)ဖြစ်လျှင် သမထလမ်း (Concentration Method) ဟု ဆိုရမည်။ ဤသည်မှာ ရိုးရာကမ္မဋ္ဌာန်းလမ်းစဉ်ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓမပေါ်မီ (သို့) သတ္တဝါစဖြစ်စဉ်မှစ၍ ရှိခဲ့သဖြင့် ရိုးရာ ကမ္မဋ္ဌာန်းဟု ခေါ်လိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ အနိမ့်ဆုံးအဆင့် စိတ်မငြိမ်မသက် ဖြစ်နေလျှင် ဘဝင်မကျနိုင်သဖြင့် အိပ်လို့ပင်မပျော်ပေ။ အိပ်ပျော်ရန်မှာ စိတ်ငြိမ်ဖို့ လိုပေသည်။ ယင်းသည်ပင်လျှင် ရိုးရာကမ္မဋ္ဌာန်း ဖြစ်တော့သည်။ (ဤအကြောင်းအရာများ သေချာစွာသိလိုလျှင် မိမိရေးသည့် အသက်ကလေးရယ်တဲ့

ရှည်စေလို၊ နှလုံးသားအသစ်နှင့် ဖြစ်မည့်သူ၊ စိတ်နှင့် နှလုံးသွေး ဆောင်းပါးများ ရှာဖွေ ဖတ်ရှုကြစေလိုသည်)။ ထို့ကြောင့် ဇိတ်ငြိမ်ရုံမျှလုပ်သည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းမှန်သမျှသည် သမထသာ ရှိသေးသည်။ ပြင်ပအာရုံကိုမယူဘဲ အတွင်းအာရုံ(Internal Sense)ဟုခေါ်နိုင်သည့် ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ရုပ်ကိုဖြစ်စေ၊ နာမ်ကိုဖြစ်စေ စိတ်ငြိမ်ရုံမျှ ရှုကြည့်နေလျှင်လည်း သမာဓိသမထပင်ဖြစ်သည်။

ယခုအခါ အိန္ဒိယတွင် ဗုဒ္ဓပွင့်တော်မူရာနေရာများ လူစည်ကားလာသဖြင့် ဗုဒ္ဓတရားလည်း အရှိန်တက်ဈေးကောင်း လူ့စိတ်ဝင်စားမှုများလာ၍ ဝိပဿနာအမည်ခံကာ ဟိန္ဒူယောဂများ ရောထွေးယှက်တင် ဟောပြောပြသကာ ဗုဒ္ဓ၏ ဝိပဿနာယောင်ယောင် ပြနေကြသည့် ဆရာများလည်း ပေါ်ပေါက်နေသည်။ ဟိန္ဒူအတ္တဝါဒသည် မည်သည့် အခါကမျှ ဗုဒ္ဓ၏ အနတ္တဝါဒကို လက်မခံသလို မည်သည့်အခါကမှ အရှုံးမပေး၊ တနည်းနည်းဖြင့် အနိုင်ယူခဲ့သည့် အစဉ်လာရှိသည်ကို ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဝါဒီများ အထူးမမေ့အပ်သည့်အချက် ဖြစ်သည်။ ဟိန္ဒူဝါဒသည် အကြမ်းဖက် အနိုင်ယူမရလျှင် အနုနည်းဖြင့်

အမြဲတမ်း ပူးသတ်ခဲ့သည့် သမိုင်းစဉ်လာရှိသည်။ ထို့ကြောင့် မဟာယာန မြောက်ပိုင်း ဗုဒ္ဓဘာသာဟူ၍ ပေါ်ပေါက်ခဲ့ရခြင်း ဖြစ်သည်။ သမထသမာဓိလုပ်ငန်းအစဉ်လာသည်လည်း ဟိန္ဒူ ဘာသာတွင် အဓိကအချက်ဖြစ်သည်။ သမထကြောင့်ရသည့် တန်ခိုးစွမ်းရည် (psychic power)များသည် ယင်းတို့ ဘာသာ၏ အထွင့်အမြတ်ထားကြသည့်အရာ ဖြစ်သည်။ တန်ခိုး(miracle)များရလျှင် (sant) သန္တ ငြိမ်သက်သူ ရဟန္တာအဖြစ် သတ်မှတ်ကြသည်။ အခြားဘာသာများက လည်း (psychic power & miracle)တန်ခိုးများ ရလျှင်ပင် (saint) ရဟန္တာဂိုဏ်းဝင် ဖြစ်သည်ပင်။ လောလောဆယ် လူတိုင်းသိကြသည့် မာသာထရီဆာ (ကာလကတ္တားမှ ခရစ်ယာန် သီလရှင်ဆရာကြီး)သည် လွန်ခဲ့သည့် 1997နှစ်က သေဆုံးခဲ့သည်။ 1998ခုနှစ်တွင် သူ့ဓာတ်ပုံပါသည့် လော့ကက်များကို ဝတ်ဆင်ကြသူများ သည် ရောဂါများပျောက်ကင်းကြသည်ဆိုသည်။ ထို့ကြောင့် ယင်းတို့ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်က ပုတ်ရဟန်းမင်းကြီးထံ စိန့်(saint)ခရစ်ယာန်ရဟန္တာဘွဲ့ပေးရန် တောင်းဆိုကြောင်း သတင်းများ ကြည့်ရှုရသည်။

ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာတွင် (psychic power) တန်ခိုးရသည် မရသည်၊ Miracles တန်ခိုးကြီးသည် မကြီးသည်မှာ အဓိကမဟုတ်။ ဗုဒ္ဓက တန်ခိုးပြခြင်းကိုပင် တားမြစ် ပိတ်ပင်ခဲ့သေးသည် မဟုတ်ပါလား။ သို့သော် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဝါဒီတို့သည်လည်း အတ္တကို ဗုဒ္ဓဝါဒ (မြန်မာ့ရိုးရာ)အရ ဖြုတ်နေကြသော်လည်း အတွင်းစိတ်တွင်မူ အတ္တက ကင်ဆာရောဂါအဖြစ် အမြစ်တွယ်နေသည်မှာကြာပြီ ဖြစ်၍ အနတ္တနောက် မလိုက်နိုင်ေ း:ဘဲ တန်ခိုးများနောက် ကောက်ကောက်ပါတုန်းပင်ရှိကြောင်း တွေ့ရသည်။ ရိုးရာ (သီလဗ္ဗတုပါဒါန်) အလေ့စွဲ၊ အကျင့်စွဲ ဓလေ့ထုံးစံများကို အမှား(သီလဗ္ဗတပရာမာသ) အဖြစ် မမြင်နိုင် မပယ်နိုင် ဖြစ်နေကြသည်။ ဤသို့သော ထေရဝါဒီ လူတကာများ ကြားတွင် တိတ္ထယပက္ခက ရဟန် ျား:စားသာ ကြွားသာကာ စား ဝတ် နေရေး အထက်တန်းကျစွာ နေနိုင်၊ စားနိုင်၊ သွားနိုင်၊ ကြွားနိုင်သည့် (boostful power) တန်ခိုးများဖြင့် ဘုန်းကြီးကုန်ကြသည်။ ဤသို့ဖြင့် ရိုးရာကမ္မဋ္ဌာန်းမှ မလွတ်နိုင်ဘဲ (peace of mind or the power with pride) စိတ်ချမ်းသာမှုရရှိမှုဖြင့် ကျေနပ်နေကြသည်။

ဗုဒ္ဓ၏ အဓိကကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ဝိပဿနာ (ရိုးရာလွန်) ကမ္မဋ္ဌာန်း ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓသည် ရိုးရာမှန်သမျှ ဖဲခွာ စွန့်လွှတ်မဲ့သူ ဖြစ်သည်။ သတ္တလောကတွင် ပညာရှိနှင့် သူတော်ကောင်း အခေါ်ခံသူတို့နောက်သို့ လိုက်သူမဟုတ်။ မည်သည့်ပညာရှိ၊ သူတော်ကောင်းဆိုသူတို့မှ မထုတ်ဖော် နိုင်သည့်တရားကို ဖော်ထုတ်နိုင်သူ (Discoverer)ဖြစ်သည်။ သူဖော်ထုတ်သည့်တရားသည် ဖြူစင် သန့်ရှင်း အညစ်ကြေး ကင်းစင်သည့် (Noble) အရိယတရား ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓသည် သူဖော်ထုတ်နိုင်သည့်တရားကို ဟောပြကြေငြာရာတွင် မည်သူ့မျက်နှာကိုမှ မငဲ့၊ သူ့အကြောင်းကိုပင် မငဲ့ တည့်တည့်မတ်မတ် ရှင်းလင်းပြခဲ့သည်။ ဤသို့သော တရား စကားမျိုးကို နားလည် လိုက်မိနိုင်အောင် မွေးပါဗီဇမိတ် (ခေါ်) ပဋိသန္ဓေ + ဘဝင်စိတ်တို့တွင် ဉာဏ် (ခေါ်) Genesis-Knowledge or IQမြင့်မားစွာ ပါရှိဖို့လိုသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အဓိကအချက်မှာ နေရာတကာ ဉာဏ်ကို အသုံးချ နိုင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ ဉာဏ်ကို အသုံးချခိုင်းသော်လည်း ကြိုးစားမှု (Effort OR Energy) ဝီရိယနှင့် လုပ်ငန်းအပေါ် မျက်ခြည်မပြတ်မှု (mindfulness) သတိတို့ကို အမြဲတမ်း

မှတ်မိနေရန် သညာ (Perception OR Memory) ရှိနေဖို့ လိုကြောင်း ထပ်ခါတလဲလဲ ပြောခဲ့သည်။ မကြိုးစားဘဲ အပျင်းထူနေသူကို ဗုဒ္ဓက မကြိုက်ရုံမက အပြစ်ပင် တင်သေးသည်။

ထို့ကြောင့် သတိ(mindfulness)နှင့် ဝီရိယ (Energy)ကို ဉာဏ်(knowledge)နှင့် ထိန်းကွပ်ထားပြီး မှတ်ဉာဏ် (memory)အားကောင်းရေးသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ လိုက်နာရမည့် အဓိကအလုပ် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာတရားကို သတ္တလောက၏ အစဉ်အလာရိုးရာ (Tradition)ကို ပယ်ဖျက်နိုင်သည့်၊ ရိုးရာတံတိုင်းကို ထွင်းဖောက် ကျော်လွန်နိုင်သည့် (ပဋိဝေဓ penetration) ရိုးရာလွန် ကမ္မဋ္ဌာန်း ဖြစ်ကြောင်းဆိုခြင်းဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာ ဟူသည် ဝိ + ပဿနာ=အထူး + မြင်ခြင်း၊ ကြည့်ခြင်းဟု အဓိပ္ပာယ် ရသည်။ **အထူး** ဆိုသည်ကို "အထူးထူး အခြားခြား၊ အထူးထူး အပြားပြား၊ ကွဲကွဲပြားပြား၊ သေသေချာချာ၊ စေ့စေ့ စပ်စပ်" ဟု အဓိပ္ပာယ်ဖော်လျှင် ဝိ - ဟူသည် "ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလေ့လာခြင်း (Analysis)" ဖြစ်လာသည်။ ပဿနာ ကို ကြည့်ခြင်း၊ မြင်ခြင်း အဓိပ္ပာယ်ဖော်လျှင်

"ကြည့်မြင်၊ တွေ့မြင်၊ ရှုမြင်၊ သိမြင်၊ တွေးမြင်" ဟု "မြင်" ဆိုသည့် စကား၏ ဒီဂရီကွာပုံကို နားလည်လာမည် ဖြစ်သည်။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် (Insight)ဟု ပြန်လေ့ ရှိကြရာ ယင်းကို လေ့လာလျှင်လည်း "IN = အတွင်း အထဲ"၊ " Sight = မြင်ခြင်း၊ ကြည့်ခြင်း" ပင် ဖြစ်သည်။ သတ္တဝါတိုင်း ကြည့်ပါ မြင်ပါဆိုလျှင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကြည့်ဖို့ထက် ပြင်ပကိုသာ ကြည့်လေ့ရှိသည်မှာ ထုံးစံ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အတွင်းဖောက်၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မြင်နိုင်သည့်အမြင်ကို (Insight) ဟု ဆိုသည်။ သို့ဖြင့် ဝိပဿနာဆိုသည့် စကားကပင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာကြည့်ရှုခြင်း (Self Analitical View or Self Investigation or Self Analysis)ဆိုသည့် သဘော ဆောင်သည်ကို တွေ့ရမည်။

သမထနှင့် ဝိပဿနာခြားနားချက်များ

သမထသည် အာရုံတစ်ခုပေါ်တွင် စိတ်ကျရောက်ကာ မလှုပ်မရှားနေခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာသည် တည်ငြိမ်သည့် စိတ်ရှေ့သို့ ရောက်လာသည့် "ရှုကွက် မြင်ကွက်" အာရုံကို ခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာလေ့လာနေရသည်။ ခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာသည်ဆိုကလည်း မိမိအလိုကျ ကိုယ်ကြိုက်သည့်နည်းဖြင့် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍မရ။ ဗုဒ္ဓသတ်မှတ်ပေးသည့် လေ့လာနည်းဖြင့်သာ လေ့လာရမည်။ မိမိတို့ ငယ်စဉ် "ဂဲဩ" သင်စဉ်က မည်သည့်ပုံစံဆိုလျှင် သီအိုရီအမှတ် ဘယ်လောက်နဲ့တွက်ရမည်ဆိုသကဲ့သို့ ယခု ဝိပဿနာဟူသည်မှာလည်း ဗုဒ္ဓ၏ ကိုယ်ပိုင်နည်းဖြင့်သာ လေ့လာရမည် ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓကလွဲ၍ မည်သည့် ဘုရားအမည်ခံသူမှ မဖော်ထုတ်နိုင်ပေ။ ရှေးဟောင်းတရားဟု မည်သူကဆိုဆို ရှေးဟောင်းကို ဖော်ထုတ်နိုင်ခြင်းသည်ပင် "အရှိ-သဘာဝ အမှန်အစစ်"ကို

ဖော်ထုတ်သူဖြစ်၍ အခြား ဘုရားဆိုသူများနှင့် တစ်ခြားစီဖြစ်ကြောင်း နားရှင်းသင့်သည့် အချက်ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓကို အခြားဘုရားအမည်ခံသူများနှင့် လည်းကောင်း၊ အခြား ဖီလိုဆိုဖီဆရာများနှင့် လည်းကောင်း၊ ဗုဒ္ဓတရားကို မည်သည့်ဘာသာတရားမှ ရယူသည်ဟု လည်းကောင်း၊ ဗုဒ္ဓ၏ မြောက်မြားစွာသော တရားများအနက် လိုရာအစိတ်အပိုင်းများကိုသာ ကွက်၍ယူကာ နှိုင်းညှိ ပြောနိုင်ကြသော်လည်း "သစ္စာလေးပါး (Four Noble Truths)နှင့် သစ္စာလေးပါးကို သိနိုင်စွမ်းသည့်နည်းပညာ (technique) ဖြစ်သည့် ဝိပဿနာ (Insight)ကိုမူ ဗုဒ္ဓသာလျှင် ဖော်ထုတ်နိုင်သူ ဖြစ်ကြောင်း မည်သူမျှ ငြင်းချက် မထုတ်နိုင်ကြပေ။ သို့သော် အချို့က ရှေးဟောင်းတရားယောင်ယောင်ဖြင့် ဗုဒ္ဓ၏ဉာဏ်နှင့် ဝီရိယကို အဆင့်လျှော့ချရန် ကြိုးစားနေကြောင်း တွေ့သိနေရသည်။ ဤသည်မှာ ဗုဒ္ဓ၏ နောက်လိုက်ဖြစ်သူနှင့် ဗုဒ္ဓ၏တရားကို တနည်း နည်းဖြင့် အသုံးပြုနေသူဖြစ်ပါက ဗုဒ္ဓကို စော်ကားရာရောက်သဖြင့် လူကြီးလူကောင်း ဂုဏ်ပျက်သူများပင် ဖြစ်သည်။

ဝိပဿနာကို အားထုတ်ရာတွင် အာရုံသည်

ပဓာနမဟုတ်။ နည်းပညာ(technique)ဖြစ်သည့် မြင်တတ်ကြည့်တတ် သိတတ်ဖို့သာ အဓိကဖြစ်သည်။ "မမြင်တတ်လျှင် တဏှာ၊ မြင်တတ်လျှင် ဘာဝနာ" ပင်ဖြစ်သည်။ ပြင်ပအာရုံ (External Sense)တွင် ဝိပဿနာသဘောသက်ရောက်လျှင် အတွင်း(Internal Sense) မိမိခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းကို အာရုံအဖြစ် စိတ်ကိုပြန်ဆွဲယူကာ မြင်တတ်ရမည်။ ပြင်ပအာရုံတွင် ဝိပဿနာ မြင်နည်းဖြစ်သည့် လက္ခဏာရေး (သို့) ဝိပဿနာအမှတ်အသား အနိစ္စ-မမြဲ၊ ပြောင်းလဲ ရွေ့လျားနေမှု (impermenant)။ ဒုက္ခ- မခံသာမှု (suffering)၊ အနတ္တ - အနှစ်သာရ အမြဲတေမရှိမှု (soullessness) တို့တွင် တစ်ခုခုဖြင့် ကြည့်ရှုလေ့လာတတ်ရန် လိုသည်။ သို့မှ အမြင်အသိများ ပြောင်းလဲသွားမည်။ အမှန်အတိုင်း မြင်ရအောင် မြင်တတ်ရန် လေ့ကျင့်ရမည်။ အရာရာတွင် (Realty & Myth) အမှန်နှင့်အမှားသည် ဒွန်တွဲနေလေ့ရှိသည်။ အပေါ်ယံမြင်-ကြားလေ့ရှိသူ သည် (Myth) အမှန်အဖြစ် လုပ်ကြံဖန်တီးထားသည့်အမှား၊ အပေါ်ယံကြော ယုံတမ်းစကားများကိုသာ မြင်ကြားတတ်သူဖြစ်၍ အမှန်သို့ မရောက်သေးပေ။ အမှန်ဆိုသည်မှာ

အပေါ်ယံ အဝေးကြား၊ ဘေးမြင်ဖြင့် သိနိုင်သည့် အရာ မဟုတ်ပေ။ နည်းမှန်လမ်းမှန်ဖြင့် အတွင်းသို့ ထွင်းဖောက် မြင်သိတတ်ပါမှ သိနိုင်သည်။ ဝိပဿနာသည် (Realty) ဖြစ်၍ လုပ်ကြံဖန်တီး၍ မရပေ။ လုပ်ယူ၊ ကြိုးစားယူ ၍တော့ ရသည်။ သမထသည် လုပ်ကြံဖန်တီး၍လည်း ရသည်။ လုပ်ယူ၊ ကြိုးစားယူ၍လည်း ရသည်။ ထို့ကြောင့် သမထသည် (Myth) အမှန်ထဲက မစစ်မှန်သေးသည့်အရာ(သမ္မုတိသစ္စာ = Relative Truth)ဟု ဆိုရမည်။ ထို့ကြောင့် သမထ လမ်းစဉ်သည် တန်ခိုးပါဝါများ မည်မျှပင်ရစေသော်လည်း သံသရာခရီးကိုမူ အဆုံးမသတ် နိုင်ခြင်း ဖြစ်သည်။

သမထနှင့် ဝိပဿနာခြားနားချက်မှာ "**စိုက်-မှတ်-ရှု**" နှင့် "**လိုက်-မှတ်-ရှု**" ဟု ခြားနားသည်။ အာရုံ တစ်ခုတည်းကို စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်သားကြည့်ရှုနေခြင်းသည် သမထဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာကမူ အာရုံနောက်ကို လိုက်လံ မှတ်သားခြင်း၊ အာရုံ၏အပြုအမူကို စောင့်ကြည့်နေခြင်း၊ အာရုံကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာ မှတ်သား ကြည့်ရှုနေခြင်း ဖြစ်သည်။ ခေတ်စကားပြောရလျှင် အာရုံကို ထောက်လှမ်းရေး (investigation of sense)လုပ်နေခြင်း ဖြစ်သည်။

တနည်းအားဖြင့် သမထသည် အာရုံကို စုစည်း၍မှတ်သားရပြီး ဝိပဿနာသည် အာရုံ၏အပြုအမူကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ မှတ်သားခြင်း ဖြစ်သည်။ သမထသည် ပြင်ပ(External)အာရုံကို ယူရ၍ ဝိပဿနာသည် အတွင်း(internal) (မိမိခန္ဓာကိုယ်) အာရုံယူရသည်။

သမထဖြစ်စေ၊ ဝိပဿနာဖြစ်စေ ကြိုးပမ်းနေသူကို တရားအားထုတ်သူ (Meditator) အဖြစ် ထည့်သွင်းရမည် ဖြစ်သည်။ သို့သော် ရည်ရွယ်ချက်၊ ရည်မှန်းချက်မှာ တခြားစီ ဖြစ်သည်။ သမထအားထုတ်သူသည် မိမိ၏ စိတ်အား (will power)တိုးတက်ရေးကို အဓိကထားသည်။ စိတ်အားတိုးတက်၍ စိတ်တန်ခိုး (super knowledge) ရလျှင် သူထင်သလို လောကကို ခြယ်လှယ်နိုင်ရန်နှင့် စေလိုရာစေနိုင်ရန် ရည်သန်ချက်ထားသည်။ သူသည် တစ်ကိုယ်တော် အစွမ်းထက်မြက်သူ(Superman, He-man) ဖြစ်ရန်သာ အဓိကရည်ရွယ်သည်။စိတ်တန်ခိုးဖြင့် သူတစ်ပါးကို ဖမ်းစားခြိမ်းခြောက်ကာ သူ့လိုရာ စေနိုင်ခြင်းသည် သူ့အတွက် အောင်မြင်ခြင်းဟု ရည်မှန်းချက်ထားသည်။ (ဗုဒ္ဓလက်ထက်က အဓာတသတ်အား ဖမ်းစားကာ အဖေနှင့်

ဆရာဘုရားကို သတ်ခိုင်းသည့် ဒေဝဒတ်၊ ဇနီးမယားအား ကြီးပွားချမ်းသာ စေလို၍ တန်ခိုးရရန် တရားအားထုတ်ခဲ့သူ ဘုရားလောင်း မာတင် စသည်တို့ကို ကြည့်ပါလေ။) သမထအားထုတ်သူ၏ အဓိကရည်မှန်းချက်မှာ ဘဝတိုးတက် ကြီးပွားချမ်းသာရေး ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာအားထုတ်သူ၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ ဘဝချမ်းသာရေး မဟုတ်။ ဘဝမှ လွတ်မြောက်ရေး၊ ညစ်ညမ်းသည့် စိတ်ယုတ်မာကိလေသာ များမှ လွတ်မြောက်ရေး ဖြစ်သည်။ တနည်းပြောရလျှင် သမထသည် မျက်မှောက် လက်ရှိဘဝ ကြီးပွားအောင်မြင်ရေး အဓိက၊ ဝိပဿနာသည် ဘဝလွတ်မြောက်ရေး အဓိက ဖြစ်သည်။

သမထသည် အတ္တခိုင်မာရေး (Ego-centric or self-centre)ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာသည် အတ္တချုပ်ငြိမ်းရေး (Egoless or non-self) ဖြစ်သည်။ သမထသည် အတ္တ အလိုလိုက်ရေးဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာသည် အတ္တအလိုကို ဖျက်ဆီးရေး ဖြစ်သည်။ သမထသည် အတ္တနယ်ကျယ်ရေး ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာသည် အတ္တနယ် ဖျက်ဆီးရေးဖြစ်သည်။ သမထသည် ကိလေသာကို ခေတ္တခဏ ခွာထားရေး

(ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန) ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာသည် ကိလေသာ အပြီးသတ် ပြီးပြတ်ရေး (သမုစ္ဆေဒပဟာန) ဖြစ်သည်။ သမထနှင့် ဝိပဿနာသည် တစ်လမ်းကြောင်းထဲ အတူလက်တွဲသွားနေကြသော်လည်း ရည်ရွယ်ချက် ခြားနားခြင်းကြောင့် အဆင့်ကွာနေခြင်းဖြစ်သည်။

သို့သော် သမထ၏စွမ်းအင်သည် ကြီးမားသည်။ အတ္တ၏နယ်မြေကို လွှမ်းမိုးနိုင်စွမ်းရှိသည်။ အထင်သေး၍ မရပေ။ ပုထုဇဉ်သတ္တဝါများ၏ စိတ်အစဉ်သည် အတ္တ လွှမ်းမိုးကြီးစိုးရာ နယ်မြေဖြစ်သည်။ အတ္တလွှမ်းမိုးကြီးစိုးရာ နယ်မြေဖြစ်သည့် ပုထုဇဉ်သတ္တဝါ၏ စိတ်နယ်မြေတွင် သမထသည် (ဖန်ဆင်းရှင်ပမာ) ကြီးစိုးနိုင်သည်။ အတ္တ နယ်ချဲ့လေသမျှ သမထနယ်မြေကလည်း ကျယ်ပြန့်လာ သည်။ အတ္တလိုအပ်သမျှ သမထကလည်း ဖြည့်ဆည်းပေး နိုင်သလောက် အစွမ်းရှိသည်။ သမထ အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်၍ ငယ်စဉ်က တတိယမျက်လုံး ‘ Third eye’ စသည့် တိဘက်လောကီပညာများ၊ အိန္ဒိယလောကီ ပညာများအကြောင်း အခြားနက်ရှိုင်းသည့် စိတ်ပညာများ အကြောင်း ထောင်းလမောင်းထအောင် ဖတ်ခဲ့ဖူးသည်။

ရှူးတူးတူးဖြင့် စိတ်အလိုလိုက်ကာ နည်းအတော်များများ လေ့ကျင့်ခဲ့ဖူးသည်။ မြန်မာပြည် တနံတလျားတွင် ထင်ရှား၍ နာမည်ကြီးသည့် လူဆရာ၊ ရသေ့ဆရာ၊ ရဟန်းဆရာ၊ ဖိုးသူတော်ဆရာ စသည်များနောက် တစေ့တစောင်း လေ့လာကာ (တပည့်မခံဘဲ) နည်းနာမှတ်သားခဲ့သည်။ ' Telepathy, Willpower, Imagination, Auto-suggestion' စသည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထင်ရှားသည့် စကားလုံးများမှာ စိတ်အစဉ်တွင် စွဲဝင်စေခဲ့သည်။ အတွေးများ၊ အထင်များဖြင့် ချာလပတ်ယမ်းခဲ့ဖူးသည်။ သို့သော် ရခဲ့ဖူးသည့် စွမ်းအင်များသည် အမြဲတမ်းအားထုတ်စဉ် သင့်တော်သလောက် မစို့မပို့ရှိခဲ့သော်လည်း Tension ဆိုသည့် လောကစံလေကြောင့် အားမထုတ်နိုင်သောအခါ 'လေပြင်းတိုက်သည့် တိမ်ပမာ' လွင့်ပါးပျက်ပျယ် ပျောက်ကွယ်ကုန်ကြသည်။ အစွမ်းရှိသလောက် မခိုင်မြဲပေ။ သို့သော် သမထသည် (Meditation)ကမ္မဋ္ဌာန်း နည်းတစ်ခု ဖြစ်၍ အခြားကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းတစ်ခုဖြစ်သည့် ဝိပဿနာကို လည်း များစွာအထောက်အကူပြုစေသည်။ အတ္တနယ်စွဲနှင့် အတ္တနယ်လွန်အဖြစ် ခွဲခြားနိုင်ရန်သာ အရေးကြီးသည်။

သမထသည် အတ္တအားကောင်းစေရန် အာရုံတွင် စိတ်တည်ငြိမ်အားကောင်းစေရေးသာ ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာသည် အာရုံတွင် စိတ်တည်ငြိမ်အား ကောင်းစေရေးသက်သက်မဟုတ်၊ အာရုံ၏ပုံစံကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ (Analysis) ၍ (လက္ခဏာရေးသုံးပါး တစ်ပါးပါးဖြင့်) လေ့လာမှတ်သားကာ အတ္တကို ကြေမွအောင် ပြုလုပ်ရေးဖြစ်သည်။ သမထစွမ်းအားသည် ရုပ်ခန္ဓာ (Material Body)၏ ရောဂါဝေဒနာဖြစ်သည့် နာကျင်ကိုက်ခဲ စသည်များကို ခံနိုင်စွမ်းရှိသည်။ 'ရုပ် နဲ့ နာမ်'ကို ခွဲခြားထားနိုင်သည်။ ဗုဒ္ဓသည်ပင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံခါနီးတွင် ပဌမဈာန်မှ ပဥ္စမဈာန်အထိ အစုန်အဆန် အပြန်ပြန် အလှန်လှန် ဝင်စားခြင်းဖြင့် သမထနည်းကိုသုံးကာ ရောဂါဝေဒနာကို စိတ်အာရုံအဖြစ်မှ ဖြတ်ခွာထားခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် ပရိနိဗ္ဗာန်စံခါနီးရောဂါဝေဒနာကို မခံစားရဘဲ သမာဓိပီတိဖြင့် တည်ငြိမ်အေးချမ်းကြည်လင်စွာ နေခဲ့သည်။ ဈာနသမာပတ်များပြီးမှ ဖလသမာပတ်စသည် ဝင်စား၍ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုခဲ့သည်။ ဤသည်မှာ ဗုဒ္ဓ၏ 'ရုပ် နဲ့ နာမ်'ကို သမာဓိဈာန်ဖြင့် ခွဲခွာထားခြင်းဟု ယူဆရမည်။ ဗုဒ္ဓ၏ အခြားသော သတ္တဝါများအား ဩဒိဿမေတ္တာဖြင့်

နူးညွတ်စေခြင်း စသည်တို့လည်း သမာဓိ၏ စွမ်းအင်များပင် ဖြစ်သည်။ သမထတွင် လမ်းမှန် (Right concentration) သမ္မာသမာဓိနှင့် လမ်းမှား (Wrong concentration) မိစ္ဆာသမာဓိဟု နှစ်ပိုင်းရှိသည်။ အတ္တခိုင်မာရေး(Egoism)၊ အတ္တနယ် ကျယ်ပြန့်ရေးအတွက် ကျင့်ကြံသည့် သမထသည် မိစ္ဆာသမာဓိ သမထလမ်းမှား (Egoism) ဟုဆိုရမည်။ အတ္တနယ် ကျဉ်းမြောင်းရေး၊ အတ္တဖျက်ဆီးရေးအတွက် ကျင့်ကြံသည့် သမထသည် (သမ္မာသမာဓိ) သမထလမ်းမှန်ဟု ဆိုရမည်။ ဗုဒ္ဓ၏ သမထလမ်းစဉ် နည်းလေးဆယ်သည် (မိစ္ဆာသမာဓိ) သမထလမ်းမှားကို ရောက်စေသည့် နည်းများ မပါပေ။ ဗုဒ္ဓသည် ထီးနန်းစည်းစိမ်ကိုစွန့်၊ တောထွက်ပြီးစမှ စ၍ ဒုက္ကရစရိယာကျင့်သည်အထိ သမထလမ်းစဉ်များ ကြားတွင် ကျင်လည်ခဲ့သည်။ ဗုဒ္ဓမဖြစ်မီအချိန်အထိ သမထလမ်းစဉ်များသာ သိကြ၊ ကျင့်ကြ၊ သင်ကြားနေကြ သည်။ ထိုအချိန်က တရားအားထုတ်လိုသူများသည် သမထ လမ်းစဉ်ကိုသာ ကျင့်ကြံခွင့်ရှိကြသည်။ သမထလမ်းစဉ် လိုက်နေရင်း 'သူ့ထက်ငါသာ'ကြောင်း တန်ခိုးဈာန်များ အပြိုင်အဆိုင် ပြောကြ ပြိုင်ကြဖြင့် 'ငါ'တကောကောနေ

(Egotism)ခဲ့ကြသည်။ ဤသို့သော ‘ငါ’တကောကောသည့်ကြားတွင် ဗုဒ္ဓလောင်းလျာသည် (ပါရမီတော်ခံအရ) ‘ကျင့်ရင်းကြံလျက်’ ‘ကြံရင်းလည်းကျင့်’ခဲ့သည်။ ကျင့်ရုံသက်သက်သာကျင့်လျက် မကြံခဲ့လျှင် သမထသက်သက်ဖြစ်၍ သူ့လိုရင်း ဘဝလွတ်မြောက်ရေး မဖြစ်နိုင်။ ကြံရုံသာကြံပြီး မကျင့်လျှင် တက္ကဝါဒ (Logic)သမားသက်သက်ဖြစ်၍ ဘဝမှ မလွတ်မြောက်နိုင်။ ကျင့်ခြင်းကြံခြင်းကိုဒွန်တွဲ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ‘အကျင့်’ကို ‘အကြံ’က ထိန်းလျက် ‘အကြံ’ကိုလည်း ‘အကျင့်’က သိမ်းကာ ‘အကျင့်ရောအကြံပါ’ (Athic &Philosophy) တိုးတက်စေခြင်းဖြင့် ‘ဘဝလွတ်မြောက်ရေး’ ရှာဖွေတွေ့ရှိသူသည် ဗုဒ္ဓသာဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် (ဝိဇ္ဇာ စရဏ သမ္ပန္န) ဂုဏ် ပြည့်စုံသူဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓသည်သာ အမှားနှင့် အမှန်ကို ရွေးချယ်နိုင်ခဲ့သည်။ အမှားကိုစွန့်လွှတ်၍ အမှန်ကို ဖက်တွယ်ခဲ့သည်။ သမထလမ်းတွင်လည်း ဗုဒ္ဓလောင်းလျာသည် ရှုပ်ရှုပ်ချွံချွံရှိခဲ့သည်။ သူ့ဆရာများထက် သာလွန်၍ အမြင့်ဆုံးစျာန်အထိ ရခဲ့သည်။ သို့သော် ကျေနပ်မှု မရှိခဲ့။ ဖြန့်စလုံးလုံး အခြားတရားအားထုတ်သူများ မလုပ်နိုင်သည့် ဒုက္ကရစရိယအကျင့်ကို

ကျင့်ခဲ့သည်။ ကျေနပ်မှုမရှိခဲ့။ မည်မျှထိ တန်ခိုးပါဝါ (Maracles)များ ရခဲ့မှုလည်း ကျေနပ်မှု မရှိခဲ့။ မှန်သည်။ သူ့စိတ်အစဉ်တွင် အတိတ်ဘဝများဆီမှ ရခဲ့ဖူးသည့် အရာများဟုသာ ထင်နေမြင်နေ၍ ကျေနပ်မှု မရှိခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤသို့ရသည့် တန်ခိုးများကို 'သူနိုင်ကိုယ်နိုင်' ပြိုင်နေခြင်းသည် (သို့) အပြိုင်အဆိုင် လုပ်နေရခြင်းသည် 'အတ္တ' နယ်ပယ်တွင် ကျင်လည်စေ၍ 'အတ္တနယ်ပယ်' ချဲ့ထွင်ရေး (Egocentrism)ဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက် နေခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် 'အတ္တနယ်လွန်' ကမ္ဘဋ္ဌာန်းကို ရှာဖွေကြိုးပမ်း ကျင့်ကြံခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုကမ္မဋ္ဌာန်းကို သူ့ရှေ့က ရှာဖွေကျင့်ကြံ ကြိုးပမ်းခဲ့သူများရှိခဲ့သော်လည်း သူ့ခေတ်တွင်မှု မရှိခဲ့။ သူနှင့် ခေတ်ပြိုင်တွင် 'အကျင့်'နှင့် 'အကြံ' (Athic & Philosophy) ကို ဒွန်တွဲလျက် အမှန်တရားကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်သူ အခြားတစ်စုံတစ်ဦးမှ မပေါ်ထွက်ခဲ့။ ပြိုင်ဆိုင်ခဲ့ကြသူများသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးကြသည်။ မာနစွဲ (Egoticsm) သမားများသာ ဖြစ်ကြသည်။ အတ္တ (Ego)ကလည်း အမှန်တရား မရစေရန် လှည့်စားဖန်ဆင်းချက် မာယာ(Artifice) များလှသည်။

တရားအားထုတ်ရင်းပင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီး စေသည်။ အမှန်တရားကို အဓိမာန (Egoticsm)က ဖုံးကွယ် နိုင်သည်။ ဥပမာ ဝိပဿနာ အားထုတ်သူ တစ်ဦးတစ်ယောက် သည် နှာသီးဖျားတွင် စိတ်ကိုထား၍ လေ့ကျင့်သူ ဆိုကြပါစို့။ အမြဲတစေအားထုတ်၍ အရှိန်ရလာသည်။ အားထုတ်လိုက် သည်နှင့် (သို့) သူလိုချင်သည့်အခါတိုင်း 'နှာသီးဖျား'တွင် စိတ်ကိုထားနိုင်သည်။ ဝင်လေထွက်လေကို ချက်ချင်း သတိပြုနိုင်သည်။ စိတ်သည် တခြားအာရုံများဆီသို့ မရောက်တော့။ ဘေးမှ အသံဗလံများကိုလည်း မကြားတော့။ မြင်လည်းမမြင်၊ နံ့လည်း မနံ့၊ ထိလည်း မသိတော့။ သူ၏ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်နေရာသည် 'နှာသီးဖျား'၊ သူ့အာရုံကား 'ဝင်လေထွက်လေ' တစ်ခုတည်းသာ ဖြစ်နေသည်။ ဤသို့ဖြင့် 'သူသည် စိတ်ကို ပိုင်နိုင်သူ၊ စိတ်ကို စေစားနိုင်သူ'ဟု သူ့ကိုယ်သူ အထင်ကြီးလာစေသည်။

ဤသို့မှ အထင်မကြီးဘဲ 'သမထလမ်းမှန်'သဟာဓိဖြင့် လေ့ကျင့်၍ အာရုံကို ခွဲခြားစိတ်ဖြာလျက် (လက္ခဏာရေး သုံးပါး တစ်ပါးပါးဖြင့်) လေ့ကျင့်နိုင်သူဖြစ်စေဦးတော့ သူ့စိတ်သည် အခြားဘေးအာရုံသို့လည်း မရောက်၊ မူရင်း

သူ့စိတ်တည်နေရာ၊ သူစိတ်ဝင်စားနေရာ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံဖြစ်သည့် 'ဝင်လေထွက်လေ'ကိုလည်း မသိရှိ၊ စိတ်ရှိနေမှန်းလည်း သူ့ဘာသာမသိ၊ ငြိမ်း၍နေသည်။ အေး၍နေသည်။ စိတ်သည် အာရုံလွတ်နေ၍ ငြိမ်းမှန်း အေးမှန်းလည်းမသိ၊ သတိ (Mindfulness) ဖြုန်းခနဲ ဝင်လာသောအခါ သူ့စိတ်သည် 'ယောင်ချာချာ'ဖြင့် မည်သည့်အာရုံကို ယူရမှန်းမသိ ဖြစ်တတ်သည်။ ဝိစာရဏ (အာရုံကို ဆင်ခြင်မှုအသိ) နှင့် သတိ(Mindfulness) ဝင်လာပြီး သညာ (Memory) ဖြစ်ပေါ်လာမှ အော် ဝင်လေထွက်လေ ရှုနေတာပဲဆိုကာ 'ဝင်လေထွက်လေ'အာရုံပြန်ရသည်။ သို့သော် သူ့စိတ်တွင် 'အာရုံ လွတ်သွားသည့် အချိန်'ကလေးသည် အနှိုင်းမရှိ အေးသည်၊ ငြိမ်းသည်ဟု ထင်ကာ တစ်ဖန် ပြန်လည်ခံစားလိုသောစိတ် မသိမသာစွဲလမ်းမှု-နိကန္တိ(Craving)ပေါ်လာပြန်သည်။ ဤသို့ဖြစ်ခြင်းကိုပင် (အချို့က) 'နိဗ္ဗာန်'ဟု ထင်သွားတတ်သည်။ ထင်လည်းထင်စရာပင်။ သူ့စိတ်က အာရုံမှ လွတ်နေသည်ကလည်း ဝိမုတ္တိ (Release)၊ နိဗ္ဗာန်ကလည်း ဝိမုတ္တိ (Emancipation)ဖြစ်၍ 'ဝိမုတ္တိ'ချင်း တူနေသည်။ သို့သော် တသိမ့်သိမ့် တစိမ့်စိမ့် မသိမသာ

နှစ်သက်စွဲလမ်းခြင်း (နိကန္တိ) ဖြင့် နုနယ်သေးမှုန်လှသည့် ရာဂကိုဖြစ်စေသည့် **ဝိမုတ္တိ** နှင့် **ရာဂဝိမုတ္တိ** (တဏှာ ယ အသေသဝိရာဂနိရောဓော စာဂေါ မုတ္တိ အနာလယော) ဆိုသည့် နိဗ္ဗာန် ကွာခြားကြောင်း (ဗုဒ္ဓဟောကြားမှသာ) သိရသည်။ ဗုဒ္ဓမပေါ်မီ မဟောမီက မသိရပေ။

ဤသည်မှာ တရားအားထုတ်ရင်း **အိပ်ငိုက်နေသည်** မဟုတ်ဘဲ စိတ်သည်အာရုံမှ လွတ်နေသည့်အချိန်တွင် 'ဘဝင်စိတ်'ဝင်လာကြောင်း သက်သေဖြစ်သည်။ အာရုံများ နည်းပါးသွားသောအခါ ပဋိဝိညာဏ (အာရုံငါးပါးသိ) စိတ်များလည်း မပေါ်၊ မနောဝိညာဏ (တွေးသိ)စိတ်က ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ တစ်ခုတည်းတွင် ကြာရှည်စွာအာရုံပြုနေရ သဖြင့် 'အာရုံညောင်း'လာသော်လည်း 'အာရုံပြောင်း'ခွင့် ကလည်း မရတော့သောကြောင့် 'ကြားခံ' (ဘဝင်) စိတ်များ အချိန်ကြာကြာ ဝင်လာရသည်။ ထိုအချိန်တွင် 'ဝိညာဏ (သိ)စိတ်များ အဆက်ပြတ်ကာ ကွက်လပ်ဖြစ်နေသဖြင့် 'အာရုံမသိစိတ်' ဝင်လာသောအခါ 'ထင်ရှားသည့်ခံစားမှု မရှိခြင်း' (သို့) မသိစိတ်က အာရုံကို ထင်ထင်ရှားရှား သိသိသာသာ၂ မခံစားတတ်သဖြင့် 'ငြိမ်းသည် လွတ်သည်'ဟု

ထင်မြင်ခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ အာရုံလည်းရှိသည်။ စိတ်လည်းရှိသည်။ သိစိတ်မပာတ်၍ မသိခြင်းသာဖြစ်သည်။ ရှုမှတ်နေသည့် ဝိညာဏ (သိ)စိတ်တွင် သတိအားနည်းသွားကာ အာရုံမပြောင်းနိုင်သဖြင့် 'ဘဝင်ခြား'သွားခြင်းသာဖြစ်သည်။

ဤအချိန်တွင် ကလျာဏမိတ္တ ဆရာကောင်း နည်းမှန်ပြနိုင်သူ (Right guidance) လိုလာသည်။ ဆရာကောင်းမရလျှင် ထင်ရာစိုင်းကာ အထင်ကြီးသည့် မာနစွဲ (Egoticsm) ဝင်လာပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့မျှော်မှန်းရာ 'နိဗ္ဗာန်' (သို့)ဝိပဿနာ (အတ္တချေမှုရေးလမ်းစဉ်)မှ သွေဖီသွားတော့သည်။ ထို့ကြောင့် အတ္တ၏စွမ်းအင်သည် 'ဘဝ'ကို စိုးမိုး ချုပ်ကိုင် ချယ်လှယ်နိုင်စွမ်းကြီးမားသည်။ ဗုဒ္ဓသာမပေါ်ခဲ့လျှင် ကျွန်ုပ်အပါအဝင် 'ငါ'သမားမှန်သမျှ 'ဘဝ'ဆိုသည့် ဥသဘုံ (The circles of life or the series of life)မှ မလွတ်နိုင်ဘဲ 'တဝဲလယ်လယ်'ဖြင့် မလွတ်ဘဲနေကြသည်။ မလွတ်ဘဲ ချာချာလည်လေလေ အာသဝလေးပါး (The intocican of mind)ကြား:တွင် မူးယစ်လေလေဖြင့် မူးယစ်ဆေးဝါးစွဲသူပမာ 'ချွတ်'မရဘဲ 'အတ္တ'၏ အစေအပါး ဖြစ်ခဲ့ရသည်။ သို့ဖြင့် ဘဝကြီးငယ်

အသွယ်သွယ်တွင် 'အတ္တ'သည်သာ အားကိုးရာ၊ ခိုကိုးရာ၊ မှီခိုရာအဖြစ် ထင်မှတ်လာသည်။ 'အတ္တ'ရှိလာသဖြင့် 'အတ္တနှင့်သက်ဆိုင်ရာ' အတ္တနိယများ(Properties of Ego)ကလည်း ကျယ်ပြန့်လာသည်။ 'အတ္တ'၏ ပိုင်ဆိုင်မှု အစုစုတွင် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာများ၊ ပစ္စည်းပစ္စယများ၊ ဂုဏ်ဂုဏောများ၊ အတွေးအမြင်ဝါဒီများ၊ မျိုးရိုးဆိုင်ရာများ၊ ယဉ်ကျေးမှုအစဉ်အလာများ စသည်ဖြင့် 'အတ္တ'ခိုင်မာရေး ဝိုင်းအုံထောက်ပံ့ရန် ရှာဖွေခဲ့၊ ရရှိခဲ့သည်။ သို့ဖြင့် 'အတ္တ'သည် သူ့ ခိုင်မာမြင့်မားရေးအတွက် 'အတ္တနိယ' တစ်ခုဖြစ်သည့် ကိုးကွယ်အားကိုးစရာ-ဘုရားသခင် (creater)ဟိန္ဒူဘာသာဖြင့် (ဤဿရ)၊ ပါဠိဘာသာဖြင့် (ဣဿရ)(စိုးမိုးသူ)ကို ရှာဖွေခဲ့တော့သည်။ ဤသည်တွင် **'အတ္တနှင့်ဘဝ'** ပေါင်းစပ်ကာ 'ဘဝ' ဟူသည် '**အတ္တ**'၏ ဖြစ်စဉ်တစ်ခုအဖြစ် (life means the series of self)ယုံကြည်ချက် စွဲမြဲခဲ့သည်။

ထိုအမြင်ကို ဗုဒ္ဓသည်သာလျှင် ပြောင်းလဲစေနိုင်သူဖြစ်သည်။ 'သတ္တလောက'၏ ရိုးရာယုံကြည်ချက်ဖြစ်သည့် 'ဘဝ' ဟူသည် **အတ္တ၏ဖြစ်စဉ်**ဆိုခြင်းထက် 'ဘဝ'ဟူသည် **'ရုပ်နာမ်၏ ဖြစ်စဉ်'** (life means the

series of mind & matter) အဖြစ် အမှန်အတိုင်း ရှင်းပြ လေ့ကျင့်ပြ ဟောပြောပြခဲ့လေသည်။ သို့သော် သတ္တဝါ မှန်သမျှသည် **'အတ္တ'**ကို **'ဘဝင်ခိုက်'** အောင် **'ဘဝ'** အဆက်ဆက် အသဲထက် စွဲမက်ခဲ့ပြီဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓ၏ 'အတ္တ'ဖယ်ရှားရေး၊ 'အတ္တ' တော်လှန်ရေးတရားများတွင် စိတ်ဝင်စားမှု မရှိသလောက်ရှားခဲ့သည်။ စိတ်ဝင်စားသူ အများစုကလည်း **'လက်တွေ့'**ဖယ်ရှားရေး-ဝိပဿနာ တရားကို လက်တွေ့ကျကျကျင့်ကြံရေးထက် အပြင်ပန်း- အမြင်လှ-အထင်ကြီး- ပေါ်ပြူလာဖြစ်စေရန် ကြိုးစားခြင်းဖြင့် အတ္တ၏နယ်ပယ်တွင် ကျင်လည်ရင်း မလွတ်မြောက်နိုင် ဖြစ်ခဲ့သည်။ ဗုဒ္ဓကိုပင် **'ရည်ရွယ်ချက်'** မပီပြင်စေရန် သူတို့၏လိုအင်ဆန္ဒ၊ သူတို့ပုံစံသို့ သွင်းယူခဲ့သည်။ သို့သော် ဗုဒ္ဓသည် အကြွင်းမဲ့ ကင်းပြတ် 'သန့်ရှင်းသည့် ဉာဏ်တော်ရှင်' ဖြစ်၍ အခြားသူများပုံစံသို့မလိုက်ဘဲ မိမိပုံစံသို့ လိုက်စေရန် နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် သိမ်းသွင်းခဲ့သည်။ (ခေမာမိဖုရား+ဝင်္ဂီသ+ အင်္ဂုလိမာလဇာတ်လမ်း စသည်တို့ကို ကြည့်ပါလေ) ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓ၏ ဟောပြောချက်များတွင် **ပရိယာယဒေသနာ** (ဥပမာ-သုတ္တန်များ)၊ **မုချဒေသနာ** (ဥပမာ-အဘိဓမ္မာ)

စသည်ဖြင့် သွယ်ဝိုက် ဟောခြင်း၊ တိုက်ရိုက်ပြောခြင်းဖြစ်သည့် (သုဂတောဂုဏ်ကိုပင်) ပရိယာယ်ကြွယ်ဝသူ၊ စကားကွန်ယက် ဖြန့်ကြက် ဖမ်းနိုင်သူ စသည်ဖြင့် သမုတ်ခဲ့ကြလေသည်။ သို့သော် ဗုဒ္ဓသည် မည်သို့ပင် 'ပရိယာယ်'သုံးသော်လည်း 'မာယာ' အဖြစ်သို့ မရောက်စေခဲ့ပေ။ ပရိယာယ်နှင့် မာယာသည် တူသယောင်နှင့် အဆင့်ခြားပေသည်။ ပရိယာယ်ဟူသည် ကောင်းကျိုးကို ရောက်အောင် 'မှန်ကန်စွာ သိမ်းသွင်းခြင်း' (Deplomacy)ဖြစ်၍ မာယာဟူသည်မှာ ဘက်ဖက်သား နှားမျက်စိလည်သွားစေပြီး လမ်းမှားသို့ ရောက်အောင် လှည့်ပတ်ခြင်း(Artific)ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓ၏ ပရိယာယ် ဆိုသည်မှာ ပုဂ္ဂိုလ်အလိုက် စရိုက်အကြိုက်ကို ကြည့်ပြီး သရုပ်မှန်ကို မြင်စေရန် ဆွဲဆောင်ဟောပြော ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်။ (ဤစကားကို ရှင်းနေရခြင်းမှာ စာရေးသူသည် အိန္ဒိယတွင် နေသူဖြစ်၍ အိန္ဒိယ-ဟိန္ဒူ ဘာသာ၏ 'မာယာ'များအောက်သို့ ထေရဝါဒမြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ စိတ်တန်ခိုးပါဝါများ လိုချင်ရာမှ တဖြည်းဖြည်း သက်ရောက်နေကြောင်း တွေ့ရ၍ ရှင်းရခြင်း ဖြစ်သည်) ဗုဒ္ဓ၏ ပရိယာယ်ဒေသနာဆိုသည်မှာ ဟောပြောသူ

(ဒေသက)ဖြစ်သည့် ဗုဒ္ဓ၏ ကိုယ်ကျိုးအတွက် မဟုတ်ဘဲ၊ နားထောင်သူ (သုဏန္တ)၏ အကျိုးအတွက် သက်သက်သာ ဖြစ်ကြောင်း ဗုဒ္ဓ၏ ဟောပြောချက်တရားများနှင့် လုပ်ဆောင်ချက်များက ပေါ်လွင်စေသည်။ ဗုဒ္ဓ၏ **အတ္တာဟိအတ္တနောနာထော၊ အတ္တဒီပ ဘိက္ခဝေ အတ္တသရဏာ** စသည်များမှာ မိမိမှတပါး လူနတ်ဗြဟ္မာ ဘုရားသခင် သိကြားရှင် စသည်များကို အားမကိုးပဲ မိမိကိုယ်ကို ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးရေး ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ဟောသော်လည်း (အတ္တ)ဟူသည့် စကားကို မသုံးလျှင်မဖြစ် အတ္တစွဲသူများ အတွက် (အတ္တ)ဆိုသည့်စကားပါမှ နားလည်နိုင်မည်ဖြစ်၍ သုံးခဲ့ရသည်။ သတ္တဝါများ၏စိတ်တွင် အတ္တဆိုသည့် အသံကြားလိုက်သည်နှင့် အတွင်းခံအတ္တစွဲစိတ်နှင့် ဓာတ်ချင်း တူ၍ ဓာတ်လိုက်ကာ ခေါင်းထောင်လာကြသည်။ နောက်မှ ဗုဒ္ဓ၏ဆိုလိုရင်း(အတ္တ)ကို ရှင်းပြခဲ့သည်။ ဤသည်မှာ ပရိယာယ်ဒေသနာအကြောင်းပင်ဖြစ်သည်။ မုချဒေသနာ ဟူသည်မှာ တိုက်ရိုက်တဲ့တိုး (direct hit)အရှိကို အရှိတိုင်း ရှင်းပြခြင်းဖြစ်သည်။ အတ္တစွဲသူများအတွက် တိုက်ရိုက်တဲ့တိုး ပြောလျှင် နားမလည်နိုင်ကြ၊ လက်မခံချင်ကြပေ။

အတ္တစွဲစိတ်နှင့် ဓါတ်ချင်းမတူ၍ ဓါတ်မလိုက်ဘဲ ရှောင်ခွာဖဲ (negative) ကြခြင်းဖြစ်သည်။ ဤသို့ဖြင့် ဗုဒ္ဓ၏ ဓမ္မများသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အမည်ခံသူများကြားတွင်ပင် အနှစ်အသားအဖြစ် မတိုးတက်ဘဲ ရိုးရာဓမ္မအဖြစ် ရပ်တည်လာတော့သည်။ ထေရဝါဒဓမ္မများ မကွယ်ပျောက်သေးခင် (အတ္တနှင့် အနတ္တ)ကို ပိုင်နိုင်စွာ နားရှင်းအောင် လေ့လာထားသင့်ကြသည်။ အကယ်၍ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ထေရဝါဒဓမ္မကို တတ်ကျွမ်းနားလည်သူများ ပျောက်ကွယ်သွားလျှင် (အတ္တနှင့် အနတ္တ)ကို မခွဲခြားနိုင်တော့ဘဲ အတူတူဟု ယူဆပြီး အတ္တနှင့်အနတ္တကို ပူးပေါင်းကာ အနတ္တဓမ္မ ပျောက်ကွယ်သွားမည်မှာ သေချာပေသည်။

အိန္ဒိယတက္ကသိုလ်များနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာတက္ကသိုလ်များတွင် ဗုဒ္ဓစာပေဌာန (department of Pali & Buddhist Studies)များ ရှိကြသည်။ ဆရာများက သင်ကြားကြသည်။ သို့သော် ယုံကြည်ချက်ဖြင့် သင်ခြင်းမဟုတ်။ အိန္ဒိယနိုင်ငံ၏ language တစ်ခုအဖြစ်နှင့် ဗုဒ္ဓလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုး အိန္ဒိယမှ ပေါ်ပေါက်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း ကမ္ဘာကသိစေရန် သင်ကြားခြင်းဖြစ်သည်။ တကယ်တမ်း အနှစ်အသားအဖြစ်

ယုံကြည်၍မဟုတ်ပေ။ သို့သော် ဆရာအများစုသည် ဟိန္ဒူဘာသာဝင်များဖြစ်ကြ၍ ဝေဖန်ခြင်း၊ အနှစ်ချုပ် ကောက်ယူခြင်း၊ ဟိန္ဒူဓမ္မနှင့် တူခြင်း၊ မတူခြင်းကို ဆန်းစစ်ပြခြင်း၊ ဗုဒ္ဓဓမ္မ၏ မြစ်ဖျားခံရာများကို ထောက်ပြခြင်း၊ ပါဠိဘာသာ၏ မြစ်ဖျားခံရာများနှင့် ပျောက်ကွယ်ခြင်းများကို ထောက်ပြခြင်း စသည်တို့မှာ မိမိတို့လို ဗုဒ္ဓဓမ္မကို ယုံကြည်သူများအတွက် အတွေးအခေါ်ပွင့်လင်းစေသည်။ အမြင်ရှင်းစေသည်။ သို့သော် သူတို့ယုံကြည်ရာ ဘာသာရေးကို အလေးထားသင်ကြားခြင်းဖြင့် ဗုဒ္ဓသည် ဟိန္ဒူဘာသာ၏ 'နတ်ဘုရားများအနက် တစ်ဆူ'အဖြစ်လည်းကောင်း၊ လူများစု ဇာတ်နိမ့်များ၏ ကိုးကွယ်သူအဖြစ်လည်းကောင်း၊ ဗုဒ္ဓ၏ အဘိဓမ္မာများသည် ကရိရှနားစသည့် ဟိန္ဒူနတ်ဘုရားများ၏ တရားများမှ အစိတ်အပိုင်းများအဖြစ် လည်းကောင်း အစစအရာရာ ဖန်ဆင်းသည့် စွမ်းအားတန်ခိုး (energy) ဆိုသည်မှာ ဘုရားသခင်ဟုလည်းကောင်း၊ ဗုဒ္ဓသည် ဟိန္ဒူ လက်အောက်ခံအဖြစ်လည်းကောင်း စသည်စသည် သင်ကြားကြသည်။ သူတို့သင်သမျှကို ကိုယ်ယုံကြည်ချက်၊ ကိုယ့်ခံယူချက်နှင့် နှိုင်းညှိ စိစစ်လက်ခံတတ်ဖို့တော့ လိုသည်။

သို့မဟုတ်ပါက သူတို့နောက် ကိုယ်ပါရောက်သွားပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဘဝမှ အရှင်လတ်လတ် အသွင်မပြောင်းဘဲ အယူပြောင်းသွားစေနိုင်သည်ကိုလည်း သတိထားသင့်သည်။ (အိန္ဒိယနာမည်ကျော်စာရေးဆရာကြီး ရာဟုလာသံကိစ္စည်းကို ပမာထား စဉ်းစားကြည့်ပါ) အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် အိန္ဒိယနိုင်ငံသည် ဘာသာရေး (သို့) ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှု လွတ်လပ်မှု အပြည့်အဝရှိသည်။ အိန္ဒိယလူမျိုးတို့သည် 'စကားအရသာ' ခံတတ်သည့် ဓလေ့ထုံးစံရှိကြသည်။ ထို့ကြောင့် ပြောချင်သလိုပြော၊ ဟောချင်သလိုဟော၊ ကျင့်ချင်သလိုကျင့်၊ သိသမျှ တတ်သမျှ ကျင့်သမျှ ပြောဟောခြင်းကို နားထောင်သူက ကြိုက်လျှင်လက်ခံ၊ မကြိုက်လျှင် ငြင်းဆန်လေ့ရှိကြသည်။ ဤကြားထဲတွင် ဗုဒ္ဓ၏တရားသည် '**ခက်ခဲနက်နဲ**'၍ နားမလည်နိုင်သဖြင့် အိန္ဒိယလူများစုက ဗုဒ္ဓကို ဗုဒ္ဓအဖြစ် လက်မခံ၊ ဗုဒ္ဓ၏ဓမ္မကိုမူ အိန္ဒိယနိုင်ငံဖွား ဓမ္မအဖြစ် လက်ခံကြသည်။ ဤသို့ အခြားဘုရားများနှင့် တန်းတူ ရောမွှေခြင်းဖြင့် ဗုဒ္ဓ၏ **ဓမ္မစစ်** '**အနတ္တ**'ပျောက်ကွယ်နေခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ '**အနတ္တ**' စတင်ပေါ်ပေါက်သည့်နေ့ကစ၍ '**အနတ္တ**' ပျောက်ကွယ်ခဲ့

သည်မှာ ဝမ်းနည်းစရာပင်။ သို့သော် 'အနတ္တ'ကို နားလည်လက်ခံယုံကြည်ခဲ့သည့် 'မြန်မာ'နိုင်ငံတွင်လည်း 'အနတ္တ'၏ အရောင်သည် မှေးမှိန်ပြောင်းလဲလာကာ 'အတ္တ'အရောင်လွှမ်းနေသည်ကို သတိထားသင့်သည်။ မည်သို့ပင်ဆိုစေ သတ္တလောကအတွက် 'အတ္တ'သည် **'ထာဝရ'**ဖြစ်၍ **'အနတ္တ'**သည် တဒင်္ဂသာ ဖြစ်ချေသည်။ ဗုဒ္ဓသာသနာ စစ်မှန်စွာ ထွန်းကားနေချိန်လောက်တွင်သာ 'အနတ္တ'က တည်ရှိဖြစ်ပေါ်နေပြီး ဗုဒ္ဓသာသနာ မှေးမှိန်ကွယ်ပသည်နှင့်အမျှ 'အနတ္တ'၏ နယ်မြေလည်း ကျဉ်းမြောင်းကွယ်ပျောက် 'အတ္တ'နယ်မြေအောက် ရောက်သွားမည်သာ ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် 'အတ္တ'နယ်မြေကို လွန်မြောက်ရန်မှာ အလွန်ခက်ခဲလှသည်။ လက်ရှိဘဝမွေးမိထဲက 'အတ္တ'နှင့် ခွဲမရခဲ့သည့် 'ဘဝ'သည် **'ယခုဘဝ'**ရောက်မှသာ ကြားရသည့် 'အနတ္တ'ကို လက်ခံဖို့ဆိုသည်မှာ လွယ်ကူသည်မဟုတ်ပေ။ 'အနတ္တ'ကို လှမ်းရင်း 'အတ္တ'လမ်းသို့ ဝင်နေလေ့ရှိသည်။ ကျွမ်းကျင်သည့် ကျောက်တူးသမားသည် တန်ဖိုးရှိသည့် ကျောက်ကို ရအောင်တူးရာတွင် တွေ့သမျှ တန်ဖိုးမဲ့

အဖြူနီးများကို ဖယ်ရှားပစ်ရန် သိနားလည်သည်။ မကျွမ်းကျင်သည့် ကျောက်တူးသမားသည် တွေ့သမျှ တန်ဖိုးမဲ့ ကျောက်များကိုလည်း တန်ဖိုးရှိသည်ထင်ကာ ကောက်ယူသိမ်းဆည်း သကဲ့သို့ဖြစ်သည်။ တရားရှာဖွေသူ (meditator)သည် 'အနတ္တ (non-self)'ကိုရှာရင်း 'အတ္တ (self or ego)'၏ လှည့်ပတ်မှု (artifice)မာယာများအောက်တွင် မနစ်မွန်းဖို့ လိုပေသည်။ အမြဲတမ်း (looking right view for with mindfulness) သတိဖြင့် အမြင်မှန်ကို ရှာဖွေကာ 'အမှန်မြင်' ဉာဏ်ရင့်သန်အောင် ကြိုးစားရမည်။

အမှန်မြင်နှင့် အမြင်မှန်

'အမှန်မြင်'နှင့် 'အမြင်မှန်'ကို ခွဲခြားတတ်ဖို့လည်း လိုသည်။ 'အမှန်မြင်'ဆိုသည်မှာ အမှန်ကို မြင်တတ်လေ့ရှိပြီး 'အမှား'ကို မြင်တတ်လေ့မရှိပေ။ အမှားကို မြင်လေ့မရှိသဖြင့် ရံဖန်ရံခါ 'အမှား'ကိုပင် 'အမှန်'အဖြစ် မြင်လာတတ်သည်။ 'အတ္တ' မလွှမ်းမိုးသည့်အခါ 'အမှန်'ကို 'အမှန်'အတိုင်း မြင်သော်လည်း 'အတ္တ'လွှမ်းမိုးလာသည့်အခါ 'အမှား' ကိုလည်း 'အမှန်' အဖြစ် မြင်လာတတ်သည်။ 'အတ္တ'က 'အမှား နှင့် အမှန်'ကို မခွဲခြားနိုင်အောင် ဖုံးလွှမ်းလိုက်သည်။ ဤသည်ကို 'မောဟ- အဝိဇ္ဇာ (ignore)' ဟု ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာ က ရှင်းပြသည်။

'အမြင်မှန်'ဆိုသည်မှာ 'မြင်မြင်သမျှ' မှန်နေခြင်း ဖြစ်သည်။ အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း မြင်တတ်သလို အမှားကိုလည်း အမှားအတိုင်း မြင်တတ်သည်။ ဤအချိန်တွင် 'အတ္တ'၏ လွှမ်းမိုးမှုအားနည်းသွား၍ 'အနတ္တ'အရောင်

လင်းလာသည့် အချိန် ဖြစ်သည်။ 'အတ္တ'အားနည်းသွား၍ 'အနတ္တ'အားကောင်း တိုးတက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ဤသို့ 'အနတ္တ' အားကောင်းလာစေရန် 'သတိ' (mindfullness) အမြဲရှိနေဖို့ လိုသည်။ ဆောင်ပုဒ်အဖြစ် သိမှတ်ရန် **"အသိစာတ်မှာ သတိကပ်မှ ယတိပြတ်မည်"**ဟု ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သတိကို အရေးတကြီး ပြဋ္ဌာန်းထားစေရန် 'သတိပဋ္ဌာန်'ကို လေ့လာရှုမှတ် လိုက်နာရခြင်းဖြစ်သည်။ သတိကိုဘာသာပြန်သည့် အင်္ဂလိပ်ဘာသာ (mindfulness) ကို လေ့လာလျှင် (**mind** = စိတ် + **fulness** = ပြည့်ခြင်း) **စိတ်ပြည့်စုံခြင်း၊ စိတ်ပြည့်ဝခြင်း** အဓိပ္ပာယ်ရသည်။ သတိပါမှ စိတ်ပြည့်စုံသည်။ စိတ်ပြည့်ဝသည်။ ပြည့်ဝသည့်စိတ် ဖြစ်သည်။ သတိမပါလျှင် စိတ်မပြည့်စုံ၊ စိတ်မပြည့်ဝ၊ ပြည့်ဝသည့် စိတ်မဟုတ်ဟု ဆိုလိုရာရောက်သည်။

လောကတွင် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် သူထင်ရာ သူစွတ်လုပ်တတ်ပြီး ဘေးလူများကို အားမနာတတ်လျှင် ဖြစ်စေ၊ အမြင်ကျဉ်းမြောင်း၍ သဘောထားသေးသိမ်လျှင် ဖြစ်စေ၊ 'စိတ်မပြည့်သူ၊ သဘောထားမပြည့်ဝသူ' ဟု ပြောဆိုလေ့ရှိကြသည်။ စိတ်မပြည့်သူ အဆင့်မှသည်

'စိတ်မနံ့သူ' ရှုးကြောင်ကြောင် ဆိုသည့် အဓိပ္ပာယ်သို့ပင် သက်ရောက်လေ့ရှိသည်။ သာမန် ပုထုဇဉ်မှန်သမျှသည် 'သတိပြဋ္ဌာန်း'နိုင်ကြသည် မဟုတ်ပေ။ သတိလက်လွတ် နေတတ်ကြသဖြင့် 'ပုထုဇ္ဇနော ဥမ္မတ္တကော' (ordinary people are foolish) ဆိုသည့် စကား ပေါ်လာရခြင်း ဖြစ်သည်။

အသိ (knowledge) ဉာဏ်ဆိုသည်မှာ ကြားဖူး နား၀ (သုတမယ)မှသည် စဉ်းစားတွေးခေါ်သုံးသပ် (စိန္တာမယ) လေ့ရှိရန် အရေးကြီးသည်။ သိရုံသာသိ (သုတမယ)၍ စဉ်းစားတွေးခေါ်သုံးသပ်မှု (စိန္တာမယ)မျှ မရှိလျှင် 'သတိ' လက်လွတ်နေပြီဖြစ်သည်။ Mindfulness မဖြစ်ပေ။ ထို့ကြောင့် 'အသိ'ဓာတ်သဘောတွင် 'သတိ' ကပ်နေမှသာ သံသရာလည်တတ်သည့် တဏှာ ရာဂများ 'ယတိ'ပြတ်မည်ဖြစ်သည်။

အသိဓာတ်တွင် သတိကပ်နေရန်မှာ မိမိ၏စိတ်တွင် ဘာဖြစ်နေမှန်း သိနေဖို့လိုသည်။ အသိဓာတ်ကို သုံးသပ်နေရ မည်ဖြစ်သည်။ အသိဆိုသည့်စိတ်တွင် ရုပ်နောက် စိတ်လိုက် နေသလား၊ စိတ်နောက် ရုပ်လိုက်နေသလား၊ ရုပ်တခြား

စိတ်တခြား ဖြစ်နေသလား၊ စိတ်နှင့်ရုပ် အတူတူ လှုပ်ရှားနေသည့် အမှုအရာ (ကံ = action)အပေါ်တွင် ရှိနေရဲ့လား၊ စိတ်ကလိုချင် လုပ်ချင်သည့်စိတ်နောက် ရုပ်က လိုက်လုပ်နေရာမှ စိတ်ကတဆင့် ရှေ့ပြေးနေလျှင် ‘နာမ်နှင့်ရုပ်’ အိုးစားကွဲနေပြီဖြစ်သည်။ လူတိုင်းသည် ‘ရုပ်နဲ့နာမ်’ အိုးစားကွဲသည်ဆိုလျှင် ‘သေမည်’ဟု နားလည်ကြ၍ ‘ကြောက်’ကြသည်။ နေ့စဉ် ရုပ်က လှုပ်ရှားနေသည်ကတခြား၊ နာမ်ကလိုချင်၍ လှုပ်ရှားနေသည်က တခြား ဖြစ်နေကြသဖြင့် ‘ရုပ်နှင့်နာမ်’ အရှင်လတ်လတ် အိုးစားကွဲနေသည်ကိုမူ ‘အမှတ်’ သတိမဲ့နေကြသည်။ ထို့ကြောင့် ‘ပုထုဇ္ဇနော ဥမ္မတ္တကော’နေကြခြင်းဖြစ်သည်။ ဥမ္မတ္တကော ပျောက်စေရန် ‘ဆေးမှန်’ပေးနိုင်သူမှာ ‘ဗုဒ္ဓ’သာ ဖြစ်သည်။ အခြား ‘ဘုရား’အမည်ခံများ၊ ဖိုလိုဆိုဖီဆရာများ၊ တွေးခေါ်ရှင်များ စသူတို့ မပေးနိုင်ကြပေ။ နားလည့်၍ ‘ဆေးမြီးတို’ ‘သမထ’ လမ်းဖြင့် အတိုင်းအတာတစ်ခု (ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန)ထိ သက်သာစေရေးသာ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အသိဓာတ်မှာ သတိကပ်နိုင်စေရန် “**နှလုံးဓာတ်ကို သုံးသပ်မှ အဆုံးသတ်မည်**”သာ ဖြစ်သည်။

နှလုံးဓာတ်ဆိုသည့် စိတ်ကို သုံးသပ်နေသည့်အခါ စိတ်အမျိုးအစားများ ဖြစ်ပေါ်နေပုံကို အကြမ်းဖျင်း သိလာမည် ဖြစ်သည်။ ဖြစ်ပေါ်နေသည့်စိတ်များကို အကြမ်းဖျင်း အသင့်အတင့် ခွဲခြားလာနိုင်လျှင် မကောင်းသည့် အကုသိုလ်ကံကို ဖြစ်စေနိုင်သည့် စိတ်များနှင့် ကောင်းသည့် ကုသိုလ်ကံကို ဖြစ်စေနိုင်သည့် စိတ်များကို သိလာပေမည်။ သိလာလျှင် 'ဉာဏ်' ဓာတ်က ရွေးချယ်ရပေမည်။ ဉာဏ်နှင့် ရွေးချယ်မှ ကောင်းသည့်ကုသိုလ်ကံကို လုပ်လိုသည့်ဆန္ဒ (wish)ဖြစ်ပေါ်လာမည်။ ဆန္ဒအရ ကောင်းသည့်ကုသိုလ်ကံကို လုပ်ဖြစ်သည် ဆိုလျှင် 'လုပ်သူအတွက်' ကံကောင်းလာမည်ဖြစ်သည်။ ကောင်းသည့် ကုသိုလ်ကံထဲတွင် မည်သည့်ကုသိုလ်ကံသည် မည်သည့်အကျိုးရနိုင်သည်ကို 'ဉာဏ်'က ရွေးချယ် ပေးနိုင်သည်။ ဖြူသောကံ၊ မဲသောကံ၊ သံသရာလည်သောကံ၊ သံသရာရပ်သောကံ၊ သံသရာပြတ်သောကံ စသည်ဖြင့် ဗုဒ္ဓ၏ ဓမ္မသဘာဝကို လက်တွေ့ နားလည်လာမည်ဖြစ်သည်။ ထိုအခါ ကံတိုင်းတွင် ဉာဏ်ပါလာ၍ ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်သည့် (ဉာဏသမ္ပယုတ်)ကံ ဖြစ်လာပေမည်။ ကံဆိုသည့် လှုပ်ရှားမှု တစ်ခုခု (ကာယကံ+ဝစီကံ+မနောကံ)တွင် ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်လျှင်

ကောင်းသည့် လှုပ်ရှားမှုကုသိုလ်ကံ ဖြစ်၍ 'ငါ'**ဆိုသည့်** 'ဒိဋ္ဌိ'နှင့် ယှဉ် (ဒိဋ္ဌိဂတသမ္ပယုတ်)လျှင် **မကောင်းသည့်** လှုပ်ရှားမှု အကုသိုလ်ကံ ဖြစ်သည်။ 'ဒိဋ္ဌိ'နှင့် **'ဉာဏ်'သည်** 'ငါတကောကော'သည့် အယူအဆနှင့် **'ဆင်ခြင်** သုံးသပ်သည့်' အသိဖြစ်၍ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သည်။ ကံဆိုသည့် လှုပ်ရှားမှုတစ်ခုခုတွင် ဉာဏ်ပါလျှင်ပါ၊ မပါလျှင် 'ဒိဋ္ဌိ'က ဝင်၍နေရာယူပေမ**ည်**။ 'ဒိဋ္ဌိ' မဟုတ်လျှင်လည်း 'ဒိဋ္ဌိ'နှင့် စင်ပြိုင်ဖြစ်**သည့်** 'မာန' ဝင်ပါလာမည် ဖြစ်သည်။ 'ဒိဋ္ဌိ'နှင့် 'မာန'**သည်** စင်ပြိုင် စိုးမိုးသည့်စိတ်များဖြစ်၍ အတူတူမဖြစ်ပေ။ **'ဉာဏ်'**ပါသည့် အလုပ်တွင်ပင် ဒိဋ္ဌိနှင့် မာနသည် ကြိုကြားကြိုကြား ဝင်လာတတ်သည်။ ဒိဋ္ဌိနှင့် မာနသည် **'အတ္တ'၏** အရင်း အမြစ်များဖြစ်သည်။ ဒိဋ္ဌိနှင့် မာနမှတဆင့် လောဘ၊ တဏှာ အခြေခံသည့် အလုပ်မျ ဖြစ်လာ**သည်**။

လောဘတဏှာ အခြေခံသည့် အလုပ်များ မဖြစ်ပေါ်စေရန် ဉာဏ်စွမ်းအားကို လေ့ကျင့်မွေးမြူရမည်။ ဉာဏ်ကို လေ့ကျင့်မွေးမြူရာတွင် သတိကို အမြဲတမ်း မွေးမြူရမည်။ သတိမြဲလာလျှင် စိတ်ကလည်း ပြည့်စုံလာ၍

ကြားဘူးနားဝ (သုတမယ)မှသည် စဉ်းစားတွေးခေါ်သုံးသပ်သည့် (စိန္တာမယ)ဆီသို့ ရောက်မည်။ စဉ်းစားတွေးခေါ်သုံးသပ်ရာမှသည် လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်း (ဘာဝနာမယ) ဆီသို့ ရောက်ပေမည်။ စဉ်းစားဆင်ခြင်နေရုံမျှဖြင့် မဖြစ်၊ လက်တွေ့လေ့ကျင့် (practice) မှသာ စဉ်းစားဆင်ခြင်သုံးသပ်ထားသည့် အရာများ စိတ်ထဲတွင် စွဲဝင်ကာ 'ရှိ'လာမည်ဖြစ်သည်။ လက်တွေ့လေ့ကျင့်သည့် 'အရိုတရားအမှန်တရား'များကို ထပ်ကာထပ်ကာ သုံးသပ်လေ့ကျင့်ဆင်ခြင်ပြီး စိတ်က လက်ခံလာသည်ထိ (ဘဝင်ခိုက်သည်ထိ) ကြိုးစားရရှိလာမှသာ 'အတွင်းသိ မနောဝိညာဏစိတ်'တွင် ရှိသည့် 'ဒိဋ္ဌိနှင့် မာန'စသည့် 'အတ္တ' အဆွယ်အပွားများအစား 'ဉာဏ်'ဝင်ရောက်အစားထိုးကာ 'စိတ်အစဉ်' ပြောင်းလဲသွားမည်။ ဤသို့ စိတ်အစဉ် အစားထိုးပြောင်းလဲခြင်းသည် 'ဆုံးဖြတ်ချက်ပါသည့် ဉာဏ်' (wisdom) ကသာ လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ စာတွေ့ ကြားဖူးနားဝများမှ ရသော အသိဉာဏ် (knowledge) သည် ဆုံးဖြတ်ချက် (decision) မပါဘဲ 'အတ္တ'ကို 'အနတ္တ'ဖြင့် ပြောင်းလဲအစားထိုးနိုင်သည့် ဉာဏ်ပညာ (wisdom) သည်

ဆုံးဖြတ်ချက် (decision) ပါ၍ မည်သည့်အခါမှ ပြန်လည်ပြောင်းလဲမှု မဖြစ်နိုင်တော့ပေ။ (knowledge is without decision, wisdom is with decision) ကြားဖူးနား၀ ဗဟုသုတများမှ အသိဉာဏ်(knowledge)ကို လုပ်ယူ၍ရသော်လည်း လက်တွေ့လေ့ကျင့်နားလည်ရာမှ ရသည့် အသိဉာဏ်ပညာ (wisdom)သည် လုပ်ကြံဖန်တီး၍ မရဘဲ အလိုအလျောက် 'ပွင့်'ထွက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ဆုံးဖြတ်ချက်ပါသဖြင့် 'ဝိစိကိစ္ဆာ' (doubtful) ယုံမှား သံသယတွေဝေနေခြင်း၊ မဆုံးဖြတ်နိုင်ခြင်းကို ဖယ်ရှား လိုက်နိုင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤအဆင့်ရောက်လျှင် စိတ်စွဲ နေသည့် 'အတ္တ' (self-ego) နေရာတွင် 'အနတ္တ' (nonself-nonego) ဝင်လာ၍ စိတ်အဆင့်မြင့်ကာ အရာရာကို သတိ (mindfulness)နှင့် ဉာဏ်က ထိန်းသိမ်း နိုင်သည့်အဆင့် ရောက်ရှိပေမည်။ ထို့ကြောင့် နလုံးဓာတ်ကို သုံးသပ်နေပြီးလျှင် လှုပ်ရှားနေသည့် 'ကံ'မှန်သမျှတွင် 'ဉာဏ်'ကပ်ထားမှသာ 'သံသရာ' ဆိုသည့် 'ရုပ်နာမ်ဖြစ်စဉ် လည်ပတ်မှု'များ ရပ်ဆိုင်းသွားပေမည်။ ဆောင်ပုဒ်မှာ -

ကံဓာတ်မှာ ဉာဏ်ကပ်မှ သံသရာပြတ်မည်။

မလေးငြိမ်ဖောက်သည့်လမ်း

ထားဝယ်လေးခရိုင် တရားပွဲများတွင် ‘ဝိပဿနာ’ကို အဓိကထား ရှင်းလင်းခဲ့သည့်တစ်ညတွင် မေတ္တာ အကြောင်းပါခဲ့သည်။ ဝိပဿနာကို သိလိုကြသည့် ပရိသတ်အတွက် ဤစာတွင် အတော်အတန် ပြည့်စုံအောင် ရေးသားထားပါသည်။ မိမိနားလည်သည့် ဝိပဿနာအမြင်နှင့် လက်တွေ့အားထုတ်နည်းဖြစ်ပါသည်။

ထားဝယ်တရားပွဲများသည် တရားပွဲသက်သက်မဟုတ်ဘဲ ‘အပန်းဖြေ’ခရီးပါ ပါသဖြင့် ‘အမှတ်ထင်ထင်’ရှိနေခဲ့သည်။ လောင်းလုံ၊ ရေဖြူ–သရက်ချောင်း–တောက်ထိန်တောင် စသည်တို့သို့ သွားရောက်တရားဟောပြီးလျှင် ထားဝယ်မြို့၊ ဇေယျာဝတီ ကျောင်းတိုက်တွင် ပြန်၍အိပ်ရသည်။ ရေးဖြူသည် ထားဝယ်နှင့် အတန်ငယ်လှမ်းသည်။ ကားလမ်းနှင့် ရေးဖြူကြားတွင် ထားဝယ်ချောင်း

ခံနေသေးသည်။ ကားကိုရပ်၍ လှေဖြင့် ချောင်းကိုဖြတ်ကူး ရသည်။ ရေးဖြူသည် သီလရှင်ဆရာမ မလေးငြိမ်၏ 'ကလျာဏမိတ္တအဖွဲ့ဝင်' ဒေါ်သောင်းလှ၏ မြို့ဖြစ်သည်။ ကားရပ်သည်နှင့် လှေဆိပ်အဆင်းလမ်းတွင် ယောဂီမယ် ၅၀ခန့် နှင့် အမျိုးသား ၅၀ဦးခန့် ဒေါ်သောင်းလှဦးဆောင်ကာ လက်အုပ်ချီ ကြိုဆိုနေကြသည်။ လှေပေါ်သို့ တက်ပြီး ရေစီးသန်သည့် ထားဝယ်ချောင်းကို ဖြတ်သန်းကူးရသည်။ ရေးဖြူဘက်ကမ်းတွင် လူ ၁၀၀ခန့် ကြိုဆိုနေကြသည်။ ကမ်းထိပ်တွင် မိမိအား တင်ဆောင်ရန် အသင့်စီစဉ်ထားသည့် ထော်လာဂျီ ခေါ် လယ်ထွန်စက် အသေးနောက်တွဲပေါ်တွင် ကော်ဇောခင်းထားသည့် ကုလားထိုင်ကြီးတစ်ခု တွေ့ရသည်။ ထီးဖြူနှစ်စင်း ဆောင်းပေးသည့် အမျိုးသားနှစ်ဦးနှင့် မိမိတို့ ထွေလာပေါ်တက်ကာ မိမိက ကော်ဇောခင်းကုလားထိုင် ပေါ်တွင် ထိုင်ရသည်။ မြစ်ကမ်းနဖူးမှ တရားဟောမည့် ကျောင်းအရောက် လမ်းတလျှောက်လုံး လူကြီးလူငယ် အမျိုးသား အမျိုးသမီး အကျီမပါသည့်ကလေးပါမကျန် အိမ်ပေါ်တွင်မနေဘဲ အိမ်ရှိလူကုန် လမ်းဘေးဝဲယာ နှစ်ဘက် တွင် ကြဲ့ကြဲ့ထိုင် လက်အုပ်ချီထားသည်ကို တွေ့ရ၍

နှလုံးပီတိဂွမ်းဆီထိသလို ခံစားရသည်။ မိမိသည် အိန္ဒိယတွင် အနေကြာခဲ့ပြီဖြစ်၍ ဤအခြေအနေမျိုး မကြုံရသည်မှာ ကြာပြီမဟုတ်လား။ ရေးဖြူ၏ ဘာသာရေး လေးစားမှုအခြေအနေကိုလည်း လေ့လာပြီးသားဖြစ်ရသည်။ မြို့ငယ်၍ ကြွယ်ဝချမ်းသာသူရှားသော်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ကြွယ်ဝလျက်ရှိကြောင်း သက်သေပင် ဖြစ်သည်။ တရားဟောမည့်နေရာနီးလာသော် တရားနာဖိတ်သည့် အသံချဲ့စက်သံကြားရပြီး ကျောင်းသို့ရောက်ရလေသည်။ ဓမ္မာရုံကြီး လျှံထွက်အောင် လူများပြည့်လျှံနေကြသည်။ ကျောင်းထိုင်ဘုန်းကြီးမှာ ၃-ဝါသာရှိသေးသည်။ ပျာပျာသလဲ ရှိသေစွာ ဧည့်ခံရှာသည်။ ဤအခြေအနေမှာ ရေးဖြူသူ ဒေါ်သောင်းလှ၏ စွမ်းရည်တစ်ရပ် ဖြစ်ပုံရသည်။ သူကဦးဆောင်လုပ်သည့် တရားပွဲဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ဒေါ်သောင်းလှသည် အသက်အရွယ် (၅ဝ)နီးနီး အပျိုကြီးဖြစ်၍ ရေးဖြူ၏ ကွမ်းတောင်ကိုင် ပန်းတောင်ကိုင် မဖြစ်နိုင်တော့သော်လည်း ဆွမ်းတောင်းကိုင် ဟင်းတောင်းကိုင်တော့ ဖြစ်ပုံရသည်။ စေတနာ သဒ္ဓါတရားထက်မြက်၍ သာသနဝေယျာဝစ္စ ထမ်းဆောင်နေသူ အမျိုးသမီးဖြစ်ကြောင်း ရေးဖြူတရားပွဲက

သက်သေခံလေသည်။ တောက်ထိန်တောင်ထိပ် တရားပွဲ သည်လည်း အမှတ်ထင်ထင်ရှိနေရသည်။ ယင်းတောင်ထိပ်တွင် ဝိပဿနာရိပ်သာကြီး တစ်ခုရှိသည်။ သရက်ချောင်းမြို့မှ တရားပွဲကို ယင်းနေရာသို့ ပြောင်းလဲကျင်းပရန် သက်ဆိုင်ရာများမှ စီစဉ်ကြသည်ဆို၏။ သီလရှင်ဆရာက ထိုနေရာကို စောစောသွားရန် စီစဉ်၍ ၄နာရီခန့် ရောက်ရှိခဲ့သည်။ ရောက်ရှိချိန်တွင် ကျောင်းဘုန်းကြီး ယောဂီအဖွားကြီး သုံးဦးခန့်သာ ရှိသည်။ ရိပ်သာတွင် အမြဲတမ်း ယောဂီ (၈)ဦးခန့် ရှိကြောင်း၊ တရားပတ်တွင်မှု များပြားကြောင်း သိရသည်။ တောင်ထိပ်တွင် စေတီတစ်ဆူရှိ၍ ကြိုးစားတက်ရောက် ဖူးမျှော်ရသည်။ စောင်းတန်း အုတ်လှေကားမှာ အထစ်များပြီး မတ်စောက်သဖြင့် နှလုံးခွဲစိတ်ထားသူ မိမိအတွက် ပင်ပန်းလှသည်။ သို့သော် ထိုင်စောင့်နေရမည့် အချိန်ကို မဖြုန်းစေရန် ဘုရားတက်ရောက်ဖူးလိုက်သည်။ မူလဆရာတော်ကြီး၏ ကြိုးပမ်း လုပ်ဆောင်ချက်ကိုလည်း စိတ်ထဲမှ ချီးကျူး သာဓုခေါ်မိသည်။ တောင်၏ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် တရားနာ လှည့်လည် ဖိတ်ကြားသည့် အသံချဲ့စက်သံများ ကြားနေရသဖြင့် ကျေးရွာများရှိကြောင်း

သတိထားမိသည်။ ထို့ပြင် တရားဟောရမှာက ၇နာရီ။ ၅နာရီကျော်သည်ထိ တရားနာလှည့်လည် ဖိတ်တုန်းရှိသေးသည်။ တရားပွဲ လူမှလာနိုင်ပါတော့မလား။ မြို့ပေါ်တွင် စီစဉ်ထားသော်လည်း အရေးပေါ်ကိစ္စတစ်ရပ်ပေါ်လာ၍ ရရကသို့ သက်ဆိုင်ရာများမှ အရေးပေါ်စီစဉ်ခိုင်း၍ ချက်ချင်း စီစဉ်ရခြင်းဖြစ်ကြောင်း ကျောင်းထိုင်ဘုန်းကြီးထံမှ သိရသည်။ တောင်ပေါ်မှ ပြန်ဆင်းအနားယူရသေးသည်။ 'မိဂဒါဝုန် ခမ္မဘူမိ သစ္စာအောင်မြေ' **သာသနာပြုစီမံကိန်းအတွက်** မြေကွက်များ အလှူခံသည့်အသံကြားရသည်။ 'ဘယ်သူ ပြောနေသလဲ'ဟု သိလို၍ တစေ့တစောင်း သွားရောက်ကြည့်ရာ--- လား-လား တရားပွဲ တာဝန်ခံ စာရေးဆရာမ မလေးငြိမ်---အာဘောင်အာရင်းသန်သန်ဖြင့် အသံချို့စက်မိုက်ကိုင်ပြီး ပြောဟောနေသည်မှာ မိမိကိုပင် တွေ့မြင်မိဟန်မတူ။ 'အော်' နာမည်ကြီးစာရေးဆရာမတစ်ဦးအနေဖြင့် မိမိ၏ သာသနာပြုလုပ်ငန်းကို ဤမျှထိ ထက်သန်စွာ ကူညီနေပါလား စဉ်းစားမိကာ ကျေးဇူးတင်ရပါသည်။

'မလေးငြိမ်' သူရေးသည့် စာများမှာ အဓိပ္ပာယ်များ လေးနက်၍ ရေးသားမှုတည်ငြိမ်သည့်ရသကို တွေ့ရသည်။

သို့သော် သူ၏နေ့စဉ်လှုပ်ရှားမှုဘဝကို တွေ့ရသည်မှာ သွက်လက်လှုပ်ရှားသူတစ်ဦးဖြစ်သည်။ လေးလည်းမလေး၊ ငြိမ်လည်းမငြိမ်၊ လမ်းလျှောက်သည်မှာ ခြေခလုတ်တိုက်ခမန်း၊ စကားပြောသည်မှာ လျှာခလုတ်တိုက်ခမန်း၊ ဟိုမှသည် သည်မှဟို မိမိ၏ သွားလာရေး၊ အပန်းဖြေရေး၊ ဆွမ်းကွမ်းရေး၊ တရားပွဲလှူစည်ရေး၊ မြေကွက်များ အလှူခံရရေး စသည်တို့ အတွက် အမျိုးသမီးတစ်အုပ်နှင့် အလုပ်ရှုပ်နေသည်ကို တွေ့ရသည်။ တရားပွဲများတွင်----ငြိမ်ငြိမ်နေဖို့ဝေးရော၊ နေ့ရောညပါ အပင်ပန်းခံနေကြောင်း သိရသည်။ မလေးငြိမ် သည် ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် တိတိကျကျ ပီပီပြင်ပြင် လုပ်တတ် သူဖြစ်ကြောင်း သူ့အမူအရာများက ထင်ရှားစေသည်။ မိမိအား အပန်းဖြေရင်း တရားပွဲများကျင်းပရန် တာဝန်ယူ ထားသူ ဖြစ်၍ သူ့တာဝန်ကို ကျေပွန်စေရန် လှုပ်ရှားနေခဲ့ သည်။ သူသည် တရုတ်လူမျိုးဖြစ်သည်။ တရုတ်လူမျိုးများ ယုံကြည်ရာ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မျိုးရိုး ဖြစ်ခဲ့သည်။ သို့သော် မြန်မာပြည်တွင် မွေးဖွားကြီးပြင်းသူဖြစ်၍ မြန်မာ့ ဓလေ့ရိုးရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာကို လေ့လာယုံကြည်ကာ မဟာယာနမှ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်လာခဲ့သည်။

ထိုနောက် ထေရဝါဒသီလရှင် အဖြစ်ခံယူပြီး ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာစာရေးဆရာ ဖြစ်ခဲ့သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာချင်း တူသော်လည်း အယူအဆချင်းကွဲလွဲသည့် ထေရဝါဒကို သဘောကျလက်ခံခဲ့သဖြင့် ထေရဝါဒနှင့် ပတ်သက်လာလျှင် ဆတ်ဆတ်ထိမခံ ပြတ်ပြတ်သားသား ခံယူချက်ပြင်းထန်သည်။ သူ၏ **'သံသရာဆွဲဆန့်သူများ'** ဆောင်းပါးသည် စာဖတ်သူများကြား တုန်လှုပ်သွားကြောင်း ကြားသိရသည်။ သူ့စာကိုဖတ်သူများအနေဖြင့် သူ့ကို 'မြင်တတ်'ဖို့ လိုပါသည်။ သူ့ဘဝနှင့် စပ်ဟတ်၍ 'ဖတ်တတ်'၊ 'မြင်တတ်'မှသာ သူ့ခံယူချက်ပြင်းထန်ခြင်းနှင့် သူဖြစ်စေလိုခြင်းကို ပိုမိုနားလည် သဘောပေါက်မည် ဖြစ်သည်။ သို့မှသာ သူ့ရင်နှလုံး၏ အမှန်အမြင်ကို စာဖတ်သူကလည်း 'အမြင်မှန်'လာမည် ဖြစ်သည်။ ဘာသာတရားတစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ ကူးပြောင်းသူများအနေဖြင့် သူ၏ မူရင်းဘာသာမှ ဓလေ့ထုံးစံအမူအရာများကို ပြောင်းလဲယုံကြည်ခဲ့သည့် ဘာသာတွင် တွေ့ရလျှင် 'မမြင်တတ်' မကြည့်တတ်၊ မမြင်နိုင်၊ မကြည့်နိုင် ဖြစ်တတ်ကြသည်။ ဓလေ့ထုံးစံ အမူအရာချင်းတူနေလျှင် သူသည်ဘာကြောင့် ပြောင်းလဲရ

မည်နည်း? ဟူသည့် ယုံကြည်ချက်ဖြင့် မခံမရပ်နိုင်ဖြစ်ခြင်း ပင်။ သိသိသာသာ ကွဲပြားခြားနားသည့် ဘာသာချင်း ပြောင်းလျှင် မထောင်းတာသော်လည်း မသိမသာ ခြားနား သည့် ဘာသာချင်းပြောင်းလျှင်မူ သူတို့အတွက် အခံခက်စရာ များ ဖြစ်လာသည်။ အိန္ဒိယတွင် ဟိန္ဒူဘာသာမှ ဗုဒ္ဓဘာသာသို့ ပြောင်းသူ အများအပြားသည် 'နတ်'ဆိုလျှင် လက်မခံ၊ အသံမျှပင်မကြားချင်ကြပေ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဟိန္ဒူဘာသာသည် 'ကမ္ဘာနှင့် သတ္တဝါများဖန်ဆင်းရာ' အစမှသည် 'ကမ္ဘာနှင့် သတ္တဝါများပျက်ပြုန်း'သည့်အဆုံးထိ 'နတ်'တို့ဖြင့် ထုံမွှမ်းထားသည်။ နေရာတကာ 'နတ်'များ ရှိကြသည်။ ဤသို့ 'နတ်'များဖြင့် ပြည့်လျှမ်းသည့်ဘာသာမှ ဗုဒ္ဓဘာသာသို့ ပြောင်းလာသည့်အခါ 'နတ်'ဆိုလျှင် အပြစ်မြင်ကာ ကော်ဆဲနေကြသည်။ 'သမ္မာဒေဝ'သော 'မိစ္ဆာဒေဝ'သော မလိုချင်။ 'နတ်'ဆိုလျှင် အမြင်ကပ်လျက် သူတို့၏'မြင်ကွင်းနှင့် ရင်တွင်း'မှ ဖယ်ရှားလိုက်ကြသည်။ သူတို့သည် တစ်ဖက်ကိုမုန်း၍ တစ်ဖက်ကို ရန်းခဲ့ကြသူများ မဟုတ်ပါ။ ။ မတူဘူးထင်၍ ရန်းခဲ့ပြီးမှ တူသယောင် ယောင်ဖြစ်လာလျှင် အမုန်းပွားစရာများအဖြစ် မြင်တတ်

ကြသည်မှာ ဓမ္မတာပင်ဖြစ်သည်။ **မြန်မာ့ရိုးရာ** ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များကမူ မနတ်တနတ် (နတ်မဟုတ်သည့် အစိမ်းတစ္ဆေများကို နတ်လုပ်နေကြသဖြင့် မနတ်တနတ်ဟု ဆိုလိုက်သည်) စိမ်းဆတ်ဆတ်များကို 'နတ်'ဟု ကမ္ဘည်းဆိုင်းဘုတ် တင်ကာ ဘုရားနှင့်ယှဉ်ထားသည်ကို 'အိန္ဒိယ' ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ မြင်တွေ့ရလျှင် 'ဟိန္ဒူ'ဘာသာသို့ ပြန်ပြောင်း သွားနိုင်စရာ ရှိပေသည်။ ထို့ကြောင့် မဟာယာန တရုတ်ဗုဒ္ဓဘာသာမှ ထေရဝါဒသို့ ရှုပ်ရှုပ်ချွံချွံ ပြောင်းလဲကိုးကွယ်ကာ ထေရဝါဒ စာရေးဆရာဖြစ်လာသူ မလေးငြိမ်၏ ဆတ်ဆတ်ထိမခံ အမှန်အတိုင်းရေးသားရဲခြင်းကို မိမိအနေဖြင့် မြင်တတ်ပါသည်။ မလေးငြိမ်သည် ဝိနည်းလေးစားခြင်းကို နှစ်သက်မြတ်နိုးသည်။ မိမိ မောင်းမကန်ကမ်းခြေ အပန်းဖြေခရီးတွင် သူ့အဖွဲ့မှာ အမျိုးသမီးချည်းသာဖြစ်၍ 'ာရားစူးလွတ်' ယောကျ်ားတစ်ဦးကို 'ဝိနည်း' ရှောင်ရန် မရမက ခေါ်လာခဲ့သေးသည်။ သူနေထိုင်ရာ မောင်းမကန် ကံယုံကျောင်းသို့ ရောက်စဉ် ကံယုံဆရာတော် ကလည်း ဝိနည်းမိုရ်သည်။ မိမိတည်းခိုရာ ဇေယျဝတီကျောင်းတိုက်မှ ဆရာတော်များကလည်း ဝိနည်းမိုရ်ကြသည်။ ဇေယျဝတီကျောင်းတိုက်တွင်

ညီနောင်နှစ်ပါး အုပ်ချုပ်နေကြရာ နောင်တော်မှာ ရိပ်သာ (ဝိပဿနာဓုရ) အပိုင်းကို တာဝန်ယူ၍ ညီတော်မှာ စာသင်တိုက် (ဂန္ထဓုရ)အပိုင်းကို တာဝန်ယူအုပ်ချုပ်ကြသည်။ ဇေယျဝတီကျောင်းတိုက်တွင် တည်းခိုစဉ် နံနက်တိုင်း ရိပ်သာတာဝန်ခံ ဆရာတော်ကြီး ဘဒ္ဒန္တပညာက မိမိထံ လာရောက် အလ္လာပသလ္လာပ ပြောရင်း မိမိကို အားရှိစေခဲ့သည်။ ဤကျောင်းတိုက်အဆက်အနွယ်ဖြစ်သူ မလေးငြိမ်-ဝိနည်းကို မြတ်နိုးသည်မှာ မဆန်းပါဟု ဆိုရပါမည်။

သံဝေဂယူစရာလား၊ အသိဉာဏ်ပွားစရာလား ခွဲခြားမရသည့် အမှတ်ထင်ထင်တစ်ခု ရှိခဲ့ပါသည်။ ဇေယျဝတီ ဆရာတော်ကြီး ဘဒ္ဒန္တပညာက 'ဦးဂမ္ဘီ ဒီနေ့ ယောသိတာရုံမှာ ကိစ္စရှိတယ်၊ လိုက်ခဲ့ပါ။ ဦးယောသိတနဲ့ သိတယ် မဟုတ်လား' ဆိုသဖြင့် ယောသိတာရုံကျောင်းတိုက်တွင်းရှိ ဆရာတော်ကြီး ဘဒ္ဒန္တယောသိတ သီတင်းသုံးရာကျောင်းသို့ ရောက်ခဲ့သည်။ ဆရာတော်ကြီးသည် ပက်လက် ကုလားထိုင်ကြီးပေါ်တွင် ငြိမ်သက်စွာ ထိုင်နေသည်။ မိမိက 'ဆရာတော် တပည့်တော် ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိပါဘုရား မှတ်မိတော်မူပါသေးရဲ့

လားဟု နှုတ်ခွန်းဆက်ရာ ဦးခေါင်းသာငြိမ့်ပြကာ မျက်လုံးများက အသိအမှတ်ပြုသယောင်၊ နှုတ်ဖျားမှ စကားသံကားထွက်ပေါ်မလာခဲ့။ ဆရာတော်ကြီးသည် ၁၉၆၀ ခုနှစ်များအတွင်း မော်ဘီသံဃာ့အစည်းအဝေးတွင် စည်းကမ်းချက်များကို ထားဝယ်သံဝဲဝဲဖြင့် ဖတ်ကြားခဲ့သည့် အသံသည် မြန်မာ့အသံ ရေဒီယိုတွင် ပျံ့ဝဲခဲ့သည်။ တစ်နိုင်ငံလုံးသူ့အသံကို နားထောင်ခဲ့ကြရသည်။ အားရစရာ၊ တက်ကြွစရာ၊ မာန်အပြည့်၊ ထန်အပြည့် ရှိခဲ့သည့် အသံပိုင်ရှင်သည် ယခုအခါ နှုတ်ငြိမ်နေခဲ့၊ နှုတ်ဆိတ်နေခဲ့ပြီ ဖြစ်သည်။ ဆရာတော်သည် သူ့ကိုနိုပ်ပေးသည့် အနိုပ်ဆရာအားသာ စကားပြောတော့သည် ဆိုသည်။ အချို့က ဆရာတော် လေဖြတ်ထားသဖြင့် စကားမပီသဖြင့် စကားမပြောတော ကြောင်း၊ အချို့က ဆရာတော် စကားပြောနိုင် သော်လည်း မပြောတော့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း စသည် ပြောကြသည်။ မည်သို့ဖြစ်စေ နှုတ်သံစာခဲ့သူ ဆရာတော်သည် နှုတ်ငြိမ်နေခဲ့သည်မှာ အမှန်ဖြစ်သည်။ '**ဆူညံခြင်းသည် တဒင်္ဂ၊ ဆိတ်ငြိမ်ခြင်းသည် ထာဝရ**'ဆိုသည့် မိမိ၏ 'နိဂတိ'တစ်ခုကို သတိရမိသည်။ '**ငြိမ်မှ ငြိမ်း'သည်**။ '**မငြိမ်လျှင် မငြိမ်း**'

ငြိမ်းချင်လျှင် ငြိမ်အောင်လုပ် ဆိုသည့် မိမိ၏ ဘာသာရေး သင်တန်းပေးစဉ်က စကားများကို သတိရမိသည်။ ဆရာတော်သည် ရုပ်ခန္ဓာကလည်း 'နင်လားငါလား' မလှုပ်ရှားနိုင်၊ ငြိမ်ခဲ့ပြီဖြစ်၏။ နှုတ်ကလည်း အသံပင် မထွက်တော့သဖြင့် ငြိမ်ခဲ့ပြီဖြစ်၏။ စိတ်ကမူ ငြိမ်မငြိမ် သူကိုယ်တိုင်သာ သိပေမည်။ မိမိတို့ရော တစ်နေ့တွင် မငြိမ်ချင်လည်း ကာယကံ၊ ဝစီကံမူ ငြိမ်ရမည်ဖြစ်၏။ မငြိမ်ချင်ဘဲ သဘာဝအရ ငြိမ်ခြင်းထက် အသိတရား၊ သတိတရားဖြင့် ငြိမ်အောင် ကြိုးစား၍ ငြိမ်ခြင်းသည် သဘာဝလွန် ငြိမ်ခြင်း ဖြစ်ပေမည်။ မငြိမ်ခြင်းကို လွန်မြောက်ခြင်း (လောကုတ္တရ)လမ်းသို့ ဝင်ရောက်ရမည် ဖြစ်သည်။ ထားဝယ်ခရီးတွင် အသိဝင်စရာ ဆင်ခြင်စရာ များလည်း ဤသို့တွေ့ခဲ့ရပေသည်။

ရေပူစမ်းမှ ငါးကလေး

ထားဝယ်ခရီး၏ မှတ်မှတ်ရရ ပျော်စရာမှာ နေ့စဉ်မောင်းမကန်ကမ်းခြေတွင် အပန်းဖြေရခြင်းဖြစ်သည်။ ပင်လယ်ဒီရေများတက်လာလျှင် လှိုင်းစီးရေချိုးရခြင်းသည် အရသာတစ်မျိုးဖြစ်၏။ လှိုင်းတွင် မျောပါရခြင်းနှင့်အတူ လှိုင်းလုံး၏ ဖိအားကိုလည်း ခံရသည်။ လှိုင်းဖုံး၍ နစ်မွန်းသွားသည်လည်းရှိသည်။ ဘဝခရီးလမ်း လျှောက်နေသူသည် ဤသို့ပင် လောကဓံလှိုင်းများစီးရင်း လှိုင်းပုတ်ဒဏ်၊ လှိုင်းဖိဒဏ်၊ နစ်မွန်းဒဏ်များ ခံနေရခြင်းဖြစ်ကြောင်း အတွေးဝင်မိသည်။ မောင်းမကန်ကမ်းခြေသည် လှိုင်းစီးရေချိုးသည်နှင့် ပြီးသည်မဟုတ်ပါ။ မနီးမဝေးတွင် 'ရေပူစမ်း' လည်း ရှိသေးသည်။ ပင်လယ်ရေချိုးပြီး 'ရေပူစမ်း'သို့ သွားရောက်ရေချိုးရသေးသည်။ ရေပူစမ်းမှထွက်သည့် ရေသည် အငွေ့တထောင်းထောင်းထနေသည်။ ရေခွက်ကိုပင်

ပူလေသည်။ အိန္ဒိယရာဇဂြိုဟ်ရှိ ဝေဘာရတောင်မှ စီးထွက်သည့် (တပေါဒါမြစ်ဘေးရှိ) ရေပူစမ်းတွင် ရေချိုးဖူးခဲ့သည်။ သို့သော် သဘာဝမှာ တခြားစီဖြစ်သည်။ ရာဇဂြိုဟ်ရေပူစမ်းသည် ကျောက်တောင်နံရံတွင် ဖြစ်သည်။ စမ်းရေပူများကို ကျောက်တောင်နံရံတွင် ရေပိုက်များဖြင့် ရေချိုးရန် ဖန်တီးထားသည်။ မောင်းမကန်တွင်မူ မြေပြင်မှ စမ်းပေါက်ထွက်လာသည့် ရေကို ရေကန်ပြုလုပ်ထား၍ ခပ်ယူချိုးရသည်။ ပင်လယ်ရေချိုးအပြီး ရေပူစမ်းရေချိုးရခြင်းသည် ရေချိုး၍မဝနိုင်အောင် အလွန်အရသာရှိသည်။ အညောင်းအညာများ ပြေသည်ထင်ရသည်။ ရာဇဂြိုဟ်ရေပူစမ်းနှင့် ပတ်သက်၍ 'ဤတပေါဒါမြစ်သည် ဥဿဒငရဲကို ဖြတ်သန်းစီးဆင်းလာ၍ ရေပူရခြင်းဖြစ်' ကြောင်း မြတ်ဗုဒ္ဓက မိန့်ကြားခဲ့သည်။ မောင်းမကန်ရေပူစမ်းကရော ဘယ်ငရဲများဖြတ်သန်းခဲ့လေသလဲ၊ စဉ်းစားမိသေးသည်။ ရေပူစမ်းဘေး အိုင်ကလေးများတွင် မဲကြောင်ကြောင် ငါးကလေးများ ပြေးလွှားပျော်မြူးနေသည်ကို တွေ့ရ၍ သေချာစွာကြည့်မိသည်။ အိုင်ထဲရှိရေကို လက်နှိုက်ကြည့်ရာ တော်တော်လေးပူကြောင်း သိရသည်။ သို့သော် ငါးကလေး

များကား 'ရေပူစမ်း'တွင် ပြေးလွှားကစားလျက်၊ ပျော်မြူး လျက် -

ဤသည်တွင် စိတ်သည် အတိတ်ဆီသို့ ခုန်ပျံပြေးလွှား ခဲ့ပြန်သည်။ အချိန်ကား လွန်ခဲ့သည့် နှစ် ၄၀ကျော် ကာလ၊ အရွယ်ကား-ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်၊ အလုပ်ကား- စာသင် ကဗျာသင် ပညာသင် ကျောင်းသားဘဝ။ တစ်နေ့တွင် ကဗျာသင်ပေးသည့် ဆရာက 'မေတ္တာဘွဲ့' လေးလုံးစပ် ကဗျာရှည်တစ်ပုဒ် ရေးခဲ့ရမည်ဟု ဆိုပါသည်။ ထိုအချိန်က ရေပူးစမ်းဝေး၍ စမ်းချောင်းပင် မမြင်ဘူးခဲ့ပါ။ သို့သော် စာပေလောကထဲ ဝင်လိုသူဖြစ်၍ စာမျိုးစုံ ဖတ်ခဲ့၊ မှတ်ခဲ့မိရာ ရေပူစမ်းအကြောင်း ဖတ်ဖူးခဲ့သည်။ ရေပူစမ်းများတွင် ငါးကလေးများရှိကြောင်း၊ ရေပူစမ်းမှ ငါးကလေး များသည် ရေအေးထဲသို့ချလျှင် သေကြကြောင်း ဖတ်ခဲ့ဖူးသည်။ သို့ဖြင့် ထိုအချိန်၊ ထိုအရွယ်၊ ထိုအသိဉာဏ်၊ ထို ခံစားချက်၊ ထိုဗဟုသုတတို့ဖြင့် ရေးခဲ့သည့် အောက်ပါ ရေပူစမ်းမှ ငါးကလေး ကဗျာကို သတိရလာခဲ့သည်။ ရေချိုးပြီး ကားပေါ်အရောက်တွင် စာရေးဆရာမ မလေးငြိမ်တို့အား မှတ်မိသမျှ ရွတ်ဆိုပြခဲ့သည်။

ရေပူစမ်းမှငါးကလေး

(လွန်ခဲ့သည့် နှစ် ၄၀ကျော်မှ ရေးခဲ့သည့် ကဗျာကို ပြန်လည်ရွေးထားခြင်း)

မေတ္တာဟူသည်၊ စိမ့်စမ်းရည်သို့၊ ချမ်းကြည်အေးမြ၊
ဆိုပါကြလည်း၊ မရင့်မှာ–ပူမြသာတည်း။
မေတ္တာရည်တူ၊ ချစ်ကြည်ဖြူသည့်၊ ချစ်သူနှင့်သာ
ဆုံရပါလျှင်၊ ဘဝင်ငြိမ့်ငြိမ့်၊ ရင်သိမ့်သိမ့်ဖြင့်၊
စိမ့်စိမ့်အေးအေး ချစ်လေသွေးလျက် ချစ်သူမျက်နှာ
ကိုယ့်ကမ္ဘာတည့်၊ ချစ်သူစကား ကိုယ့်တရားတည့်၊
ချစ်သူသဘော ကိုယ့်ဗေနောတည့်၊ ချစ်သူအတွေး
ကိုယ့်အားဆေးတည့်၊ ချစ်သူရုပ်လွှာ နတ်သူဇာတည့်၊
ချစ်သူအနမ်း ပန်းပေါင်းစုံလင် နတ်ဥယျာဉ် တည့်၊
ချစ်ပင် ချစ်မိုး ချစ်စပျိုး၍ ချစ်မိုး ဇွေဇွေ
ချစ်လေပြေသွန်း ချစ်ပန်းဝေဆာ ချစ်ကမ္ဘာတွင်
ချစ်ကြင်မဆုံး တပြုံးပြုံး၊

ချစ်သူနှင့်သာ ကွဲကွာပါလျှင် နာကျင်အသဲ
ဟက်တက်ကွဲသို့၊ နှလုံးသွေးစီး ကမ္ဘာမီးသို့၊
အဆွေးပွက်ပွက် ကမ္ဘာပျက်သို့၊ မတည်စိတ်ထား

သူရူးလားသို့၊ အသက်ရှုမှား သေသူလားသို့၊ ခံစားမက်မက် တသက်သက်ဖြင့် ချစ်သက်ဘယ်ဆိ မျှော်မှန်းရည်လျက် မကြည်အတွေး တရေးရေးထင် အမြင်ဝေးဝေး အဆွေးလှိုက်လှိုက်၊ မျှော်လိုက် ငေးလိုက်၊ တွေးတောလိုက်ဖြင့်၊ ပူလိုက်၊ ဆွေးလိုက်၊ ငိုကြွေးလိုက်ဖြင့် ချော့လိုက် မြှူလိုက် ပျော်မြူး လိုက်ဖြင့်၊ သူပြေးကိုယ်လိုက် သူလိုက်ကိုယ်ပြေး အချစ်သွေးဖြင့် ရစ်ထွေးယှက်သန်း မေတ္တာပန်းကို ဆင်မြန်းပန်ရင်း ကိုယ့်ရင်တွင်းဝယ် ပူပြင်း လောင်ကျွမ်း မျက်ရည်လွှမ်းလည်း လက်လှမ်းချော့မြှူ မှတ်ထင်ယူသည်–**ရေပူစမ်းမှငါးကလေး**။

ကဗျာဆုံးသောအခါ 'လူနဲ့ စာနဲ့ ကဗျာနဲ့ တခြားစီပဲ'ဟု မလေးငြိမ်က ဆိုလာသည်။ မှန်ပါသည်။ လူဆိုသည်မှာ ဘဝနှင့်ဆိုင်၏။ ဘဝခရီးလမ်း၏ သရုပ်သဏ္ဌာန်ဖြစ်၏။ ဘဝဇာတ်လမ်း၏ သရုပ်ဆောင်ဖြစ်၏။ စာ ကဗျာ ဆိုသည်မှာ အချိန်အခါ၊ ဗဟုသုတ၊ အတွေးအမြင်၊ အတွေ့အကြုံတို့၏ ခံစားချက်မှ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အရာဝတ္ထုများ ဖြစ်၏။ တစ်ချိန်က တွေ့ခဲ့ဖူးပါသည်။

သူ့စာများ၊ ကဗျာများ၊ ဂါထာများ၊ ဂါထာအနက်ဆံများကို ဖတ်ခဲ့ရဖူးသည်။ အံ့သြစွာ အားကျဘူးသည်။ သူ့ကို ကိုယ်တိုင်မြင်ရသောအခါ အသားမဲမဲ၊ ဝဝဖိုင့်ဖိုင့်၊ ကျောက်ပေါက်မာများရှိသည့် မျက်နှာပိုင်ရှင်ဖြစ်နေကြောင်း တွေ့ခဲ့ရဖူးသည်။ ဤမျှကြမ်းတမ်းသည့် ရုပ်ရည်ရှိသူတစ်ဦးထံမှ ဤမျှ လှပနူးညံ့သည့် ကဗျာများ၊ စာများ မည်သို့ ထွက်ပေါ်လာသည်ကို စဉ်းစားမရ ဖြစ်ခဲ့သည်။ ယခုမိမိ၏ နှစ် ၄၀ကျော် ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်မှ ကဗျာများကို ကြီးရင့်သည့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာဘဝဖြင့် စပ်ဟပ်လိုက်သောအခါ မစပ်မိ၊ မဟပ်မိ ဖြစ်ပုံရသည်။ သို့သော် ရေးခဲ့သည်မှာ ရေးခဲ့သည်သာဖြစ်၏။ တစ်ချိန်က ခံစားချက်ဖြင့် ရေးသည့် ကဗျာသည် ယခုဘဝနှင့် ခံစား၍ရမည်မဟုတ်။ ဟိုအချိန် ဟိုဘဝ ဟိုခံစားချက်သည် ဒီအချိန် ဒီဘဝ ဒီခံစားချက် မဟုတ်ကြောင်း မြင်တတ်ရမည်။ မိမိ၏ခံယူချက်မှာ **‘အလုပ်တစ်ခု ဘဝတစ်ခု’**သာ ဖြစ်သည်။

မြတ်ဗုဒ္ဓကို မိမိကြည်ညိုရခြင်း အကြောင်းရင်း တစ်ခုမှာ အတိတ်ဘဝ ဇာတ်လမ်းစုံဖြစ်သည့် ငါးရာ့ငါးဆယ် နိပါတ်တော်များကို မထောက်မကွယ် ရဲရဲရင့်ရင့် ပြန်လည်

ဟောပြ ထားခြင်းကြောင့် ကြည်ညိုခဲ့ပါသည်။ မိမိဖတ်ခဲ့ဖူးသည့် ရဟန်းရှင်လူ အတ္ထုပ္ပတ်စုံတွင် မကောင်းသည်များကို ဖုံးလွှမ်း မြှုတ်နှံ၍ ကောင်းခန်းများကိုသာ ရေးသားဖော်ပြခြင်းဖြင့် '**မွေးကထဲက သေသည့်တိုင်**' လူကောင်းတစ်ဦးဖြစ်လာကြောင်း တွေ့ရသည်။ မည်သည့် ဘုရားနှင့်မျှ မတူသည့် မြတ်ဗုဒ္ဓသည် နောက်ပိုးရှုးဖြစ်ခဲ့ရသည့် သိဝိနှင့် ဥမ္မာဒန္တီ ဇာတ်လမ်းမျိုး၊ မင်းကုသဇာတ်လမ်းမျိုး၊ တဏှာရှူး၍ အိမ်သာကျုံးရသည့် မုဒုလက္ခဏ ဇာတ်လမ်းမျိုး စသည်ဖြင့် သူ့အတိတ် ဘဝကိုပင် စံပမာတင်၍ 'မြင်တတ်စေ'ရန် ဟောပြောခြင်းဖြင့် အတူမရှိသည့် ဗုဒ္ဓဖြစ်ကြောင်း 'မြင်တတ်'ခဲ့ပါသည်။

'အမှန်ကိုမြင်'တတ်ရန် ကြိုးစားနေသူတစ်ဦးသည် 'အမြင်ကိုလည်းမှန်'အောင် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ မြင်တတ်ခြင်းဖြင့် သံသယခေါ်သည့် ဝိစိကိစ္ဆာကို ဖယ်ရှားပြီးဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ မည်သူပင်ဖြစ်စေ–မည်သူ့ကိုဖြစ်စေ–မည်သည့် အရာကိုဖြစ်စေ –ကိုယ် မြင်ချင်သလိုမြင်ခြင်းဖြင့် 'အမှန်ကိုမမြင်' နိုင်သလို ကိုယ့်တစ်ဖက်သတ် ကိုယ့်ဘဝနှင့်သာ ထင်ဟပ်၍ 'မြင်တတ်'သည့်နည်းဖြင့် မြင်ခြင်းဖြင့်လည်း 'အမှန်ကိုမမြင်'

နိုင်သေးပါ။ အခြေအနေအရပ်ရပ် သဘာဝနှင့် သက်ဆိုင်ရာ တစ်ဖက်သားဘဝကို ဆက်စပ်မြင်တတ်မှသာ 'အမှန်ကိုမြင်' နိုင်ပြီး 'အမြင်မှန်'လည်း ရလာမည်ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ 'မြင်ချင်'သလို မြင်ခြင်းထက် ဘဝနှင့်ထင်ဟပ်၍ 'အမှန်ကို မြင်တတ်အောင်' ကြိုးစားခြင်းဖြင့် 'အမြင်မှန်'ရလာမည် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အရာရာတိုင်း သဘာဝအခြေအနေနှင့် ဘဝအခြေအနေကို ယှဉ်စပ်၍ 'မြင်တတ်' စေချင်ပါသည်။ သို့မှသာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး 'အပြစ်မမြင်ဘဲ ချစ်ခင်'ကာ မေတ္တာသံယောဇဉ် နှောင်ဖွဲ့လျက် ညီညွတ်ပြီး ရင်အေး ကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။ လှိုင်းမထသည့် ပင်လယ်ပြင်နှင့် သောင်ပြင်ကဲ့သို့ မြင်ကွင်းသည် ညီညာပြန့်ပြူးလျက် တပြေးညီ ကြည်နူးစရာဖြစ်ပါမည်။

စာရေးသူသည် ထားဝယ်သို့ မရောက်ဖူးခဲ့ကြောင်း အစတွင် ဆိုခဲ့ပါသည်။ မလေးငြိမ်၏ မောင်းမကန် အပန်းဖြေနှင့် တရားပွဲများ ဖိတ်ကြားချက်ကြောင့်သာ ရောက်ခဲ့ရပါသည်။ ထို့ကြောင့် မလေးငြိမ်အား ကျေးဇူးတင်ရ ပါသည်။ တစ်ချိန်က မိမိ၏ သင်ပြချက်တစ်ခုဖြစ်သည့် 'လမ်းလျှောက်ရင်း လမ်းမပျောက်ဖို့လိုသလို လမ်း

ဖောက်ပေးသူ၏ ကျေးဇူးကိုလည်း သတိရပါ’ ဆိုသကဲ့သို့ ထားဝယ်ရောက်ဖူးရန်နှင့် တရားပွဲများ ဖြစ်မြောက်ရန် လမ်းဖောက်ပေးသူ မလေးငြိမ်၏ ကျေးဇူးကို တုန့်ပြန်၍ ဤစာတွင် အမှတ်ထင်ထင် ဖော်ပြရပါသည်။

မောင်းမကန်အပန်းဖြေခရီး၏ နောက်ဆုံးနေ့--

မိမိသည် ဘန်ဂလိုပေါ်တွင်ထိုင်ကာ ပင်လယ်ပြင်ကို ကြည့်နေမိသည်။ ပင်လယ်လှိုင်းလုံးများသည် မည်သံဟိန်းကာ တလိမ့်လိမ့်တက်လာသည်။ တလိမ့်ပြီးတလိမ့်၊ တလှိုင်းပြီး တလှိုင်း၊ တလုံးပြီးတလုံး ဖွေးခနဲ လက်ခနဲ တိုးလိုက်၊ ဆုတ်လိုက်၊ တက်လိုက်၊ ကျလိုက်ဖြင့် မိမိထိုင်နေရာ ဘန်ဂလို အောက်သို့ပင် ရောက်လာသည်။ ဒီရေ တက်လာခြင်းသည် တောက်လျှောက်တိုက်ရိုက် တက်လာခြင်း မဟုတ်ဘဲ ဆုတ်လိုက် တက်လိုက်ဖြင့် ‘ထိုးမည့်ဆင် နောက်တစ်လှမ်းဆုတ်’ ဆိုသလို တဖြည်းဖြည်း သောင်ပြင် ကမ်းယံ တစ်ခုလုံးကို လွှမ်းမိုးသွားခဲ့သည်။ ပင်လယ်ဒီရေ၏ မာန်ရှိသလောက်၊ ထန်ပြည့်သလောက် လွှမ်းမိုးပြီးသောအခါ ဆုတ်လိုက် တက်လိုက်ဖြင့်ပင် ဖြည်းဖြည်းချင်း သောင်ပြင် ပေါ်မှ ပြန်လည်ဆင်းသွားတော့သည်။ အမြင့်ဆုံးသို့

ရောက်ပြီးလျှင် အနိမ့်ဆုံးဆီသို့ ပြန်ရသည်မှာ ဓမ္မတာ။ ဒီရေကျသည်နှင့် သဲသောင်ပြင်ကား တစ်တစ်စ ကျယ်ပြန့်လာသည်။

ပင်လယ်ပြင်ကား မြင်ကွင်းမှ တဝေးဝေး။

သဲသောင်ပြင်ကား မြင်ကွင်းတွင် တဖွေးဖွေး။

ပင်လယ်ပြင်ကား လှိုင်းထန်ခြင်းမရှိ ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်။

သဲသောင်ပြင်ကား နှိုင်းစံခြင်းမရှိ ပြေပြေညက်ညက်။

ပင်လယ်ပြင်ကား ဒေါနှင့် မာန်နှင့် လှိုင်းထန်ကာ လွှမ်းမိုးခဲ့သည်။

သဲသောင်ပြင်ကား ဒေါမရှိ၊ မာန်မရှိ ပကတိသန့်စင်ကာ လွှမ်းမိုးခံခဲ့သည်။

လွှမ်းမိုးရခြင်းသည် တခဏ။

လွှမ်းမိုးခံရခြင်းသည် သဘာဝ။

တခဏသည် ကြမ်းတမ်းပြင်းထန်လှသည်။

သဘာဝသည် တည်ကြည်ငြိမ်သက် ရင့်ကျက်လှသည်။ အင်္ဂလိပ်စကားလေးများက အတွေးထဲ ဝင်လာသည်။

Nothing stays same - ဘာမှမရှိခြင်းကား -

မပြောင်းမလဲ- တူနေမြဲ

Everything is old. - ရှိသည့်အရာများကား- ပြောင်းမြဲ-ဟောင်းမြဲ-အိုနေမြဲ

ဘာမှမရှိသည့် သဲသောင်ပြင်ကား ဒီရေမလွှမ်းမီကလည်း ပြေပြေညက်ညက်၊

ဒီရေကျသွားတော့လည်း ပြေပြေညက်ညက်၊

ဒီရေမတက်မီကလည်း ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်၊

ဒီရေကျသွားတော့လည်း ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်၊

ပြောင်းလဲမှု မရှိ။ တူနေသယောင်မြင်ရသည်က ပကတိ။

လှိုင်းထန်မာန်ထခဲ့သော ပင်လယ်ပြင်ကား သောင်ပြင်ကို လွှမ်းမိုးပြီးသည်နှင့် ပြန်လည်၍ နေရာဟောင်းတွင် ငြိမ်သက်လျက်ရှိသည်။

သောင်ပြင်နှင့် ပင်လယ်တို့သည် တပြေးတည်း ညီလျက်ရှိသည်။

သောင်ပြင်လည်း ပြေပြေ၊ ပင်လယ်လည်း ပြေပြေ၊

သောင်ပြင်ကား ဘော်ငွေရောင်တလက်လက်၊ ပင်လယ်ပြင်ကား စိမ်းပြာရောင် တနက်နက်၊

သောင်ပြင်နှင့် ပင်လယ်ပြင်သည် 'သူ့နေရာနှင့်သူ' အကန့်အသတ်ဖြင့် နေသောအခါ ငြိမ်သက်တည်ကြည် လှပသာယာသည့် သဘာဝဖြင့် လောကကို အလှဆင်နေကြသည်။ ရှုမငြီးစရာ မြင်ကွင်း၊ လေညှင်းကလည်း တသွေးသွေး၊ ပင်လယ်လေနုအေးက အသဲခိုက်တမျှ သန့်စင်အေးမြလှသည်။ လူ့ဘဝ ကျန်းမာရေး၏ အားဆေးတစ်ခွက်ပမာ။

အော်– လူ့ဘဝတွင် သရုပ်သဏ္ဍာန်ခြားကာ ရုပ်ကန်း+ရှင်+လူ+အထက်တန်း+အောက်တန်း+အနိမ့်+အမြင့် စသည့် အခြေအနေနှင့် 'ခံယူချက်' ဘဝခြားနားသဖြင့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာန၊ မောဟ၊ ကောဓ၊ အာဃာတ စသည် လှိုင်းလုံးများ ထန်လာကြသည်။ အချင်းချင်း တူညီစွာ ခံစားရမည့် မေတ္တာသောင်ကမ်းကို မာန စသည့် လှိုင်းလုံးများ ဖုံးလွှမ်းခဲ့ကြသည်။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာန စသည့် လှိုင်းလုံးများ ဖယ်ရှားလိုက်သောအခါ **'ငါနဲ့သူ'** **'သူနဲ့ငါ'** ဘာများ ခြားနားကြပါဦးမည်နည်း။ တစ်ခုတော့ရှိသည်ပေါ့။ **ကိုယ်ကျင့်ခဲ့ကြသည့် ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ဒါန၊ ဘာဝနာ စသည် ခြားနားကြမည်။ သို့သော် ကိုယ့်အတွက်**

ကိုယ်ကျင့်ခဲ့ကြခြင်းကို 'ငါနှင့် မာန်တွဲကာ' အခြားသူအား မောက်ကြွားငြူစူ မာန်တံခွန်ထူ အပြစ်မြင်လိုက်ခြင်းဖြင့် ဘဝတွင် ဒေါသမာန် လှိုင်းထန်ကာ တခြားသူအား လွှမ်းမိုးနိုင်သယောင် ထင်ရသော်လည်း ကိုယ့်အကျင့် ၊ ကိုယ့်သီလ၊ ကိုယ့်ဘာဝနာကိုပါ 'ငါနှင့် မာန'က လွှမ်းမိုးသွားသည်ကို 'မြင်တတ်'ပါလျှင်- - သဲသောင်ပြင်နှင့် ပင်လယ်ပြင်သည် တပြေးညီဖြစ်သကဲ့သို့ပင် - - 'Sun mangles sea' ရောင်ခြည်တစ်ထောင် အလင်းဆောင်သည့် အထက်နေမင်းသည် အောက်ပင်လယ်ပြင်တွင် နစ်မြုပ်ရသကဲ့သို့ - - ကျွန်ုပ်တို့လို ဘဝပိုင်ရှင်များသည်လည်း - -မည်မျှပင် တတ်သည်၊ တော်သည်၊ ကျော်သည်၊ မော်သည်၊ စွမ်းသည်၊ ကျွမ်းသည်၊ ခမ်းနားသည်၊ ဆန်းပြားသည် ဆိုစေ-----

နောက်ဆုံးတွင်

"Sun mangles sea."

မှာကြားနိုင်၊ လှူဒါန်းနိုင်

အိန္ဒိယနိုင်ငံ၊ ဗာရာဏသီမြို့၊ ဆေးဝက်ဘာ မြန်မာကျောင်းတွင် အခြေစိုက်သည့် MYANMAR BUDDHIST CALTURAL CENTER TRUSTအနေဖြင့် မြန်မာဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ ဟိန္ဒီဘာသာတို့ဖြင့် 'ဗုဒ္ဓဘာသာစာပေ' များကို စာအုပ်များ ထုတ်ဝေရန် စီစဉ်နေပါသည်။ ယခု လောလောဆယ် ထုတ်ဝေသည့် စာအုပ်များမှာ –

1. A FAMILY LOVE IN BUDDHA'S TEACHING;
   BY DR. A.GAMBHIRA BUDDHI
2. EVOLUTION OF KAMMA;
   BY DR.A.GAMBHIRA BUDDHI
3. WHAT BUDDHISM IS & WHAT IS BUDDHISM;
   BY U BA KHIN & U NU
4. ဗုဒ္ဓဩနလမ်းညွှန်မြေပုံများ (အရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ)
5. မြင်တတ်စေချင်စမ်းပါဘိ (ဒေါက်တာအရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ)
6. သေမင်းနှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင် (ဒေါက်တာအရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ)
7. နှစ်ကိုယ်တစ်စိတ် (ဒေါက်တာအရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ)

စသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းစာအုပ်များအနက် 1 မှ 4 ထိ တို့ကို မှာကြားနိုင်ပြီး ပို့ဆောင်ခစရိတ်ကို မှာကြားသူက ခံရပါမည်။ ထို့ပြင် 'ဗုဒ္ဓဘာသာအတွေးအခေါ်' များ တိုးတက်ပြန့်ပွားရေးအစီအစဉ်အရ 'အရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ' ၏ အတွေးအမြင်များကို ထုတ်ဝေ ဖြန့်ချိနိုင်ရန် Donation များ ပေးပို့နိုင်ပါကြောင်း သတင်းပါးပါသည်။

လှူဒါန်းသည့် အလှူရှင်များ

MS. Dr MAMA LWIN	· ENGLAND	· US $ 100
MS. TARA DEVI	· SWISZALAN	· Rs. 500
MS. A. LACHIMI RAO	· VARANASI	· Rs. 5000
MS. GITA SINGH, KARTIKEY TRAVELS	· VARANASI	· Rs. 5000
MS. DAWKUNDALAHTERI	· THA HTON, MYANMAR	· Rs. 1500

လှူဒါန်းရန်လိပ်စာ

INDIA

MYANMAR BUDDHIST CALTURAL CENTER
TRUST BURMESE BUDDHIST TEMPLE,
S-17/330-A-MALDAHIA, VARANASI-2.U.P.INDIA.
Ph.0091-542-346855

မြန်မာနိုင်ငံ

အောင်သိတာကျောင်း၊

နွယ်အေးရပ်၊ ဒေါပုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။ စုံစမ်းရန် =ဖုန်း - ၂၇၃၂၁၀

ဗုဒ္ဓဘာသာရေးကို
လေးစား–ယုံကြည်–အားကိုး–မြတ်နိုး
တန်ဖိုးထားခြင်းဖြင့်
ဘဝတန်ဖိုးကို မြှင့်တင်ပါ။

မြင်တတ်စေချင်စမ်းပါဘိ

Looking Right View for

ဒေါက်တာ အရှင်ဂမ္ဘီရဗုဒ္ဓိ
(ဓမ္မာစရိယ, ပါဠိပါရဂူ, M.A, Ph.D.)

Myanmar Buddhist Cultural Centre Trust
Burmese Buddhist Temple
S. 17/330 A, MALDHIA, VARANASI - 221002 U.P. (INDIA)
Ph.- 0091 - (O) 542-346855.

Printed by
KANCHAN PRINTERS
D. 17/129 A-1, Ashutosh Market,
Dashawsamedh Road, Varanasi, U.P. (India)

31 Dec. 1999
2000 Copies