သထုံမြို့၊ မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်

အဂ္ဂမဟာ မဟာကမ္မဋ္ဌာနစရိယ

အရှင်တိက္ခာစာရ

၏

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ

အပ္ပမာဒလမ်းစဉ်တရားတော်

ဓမ္မဒါန

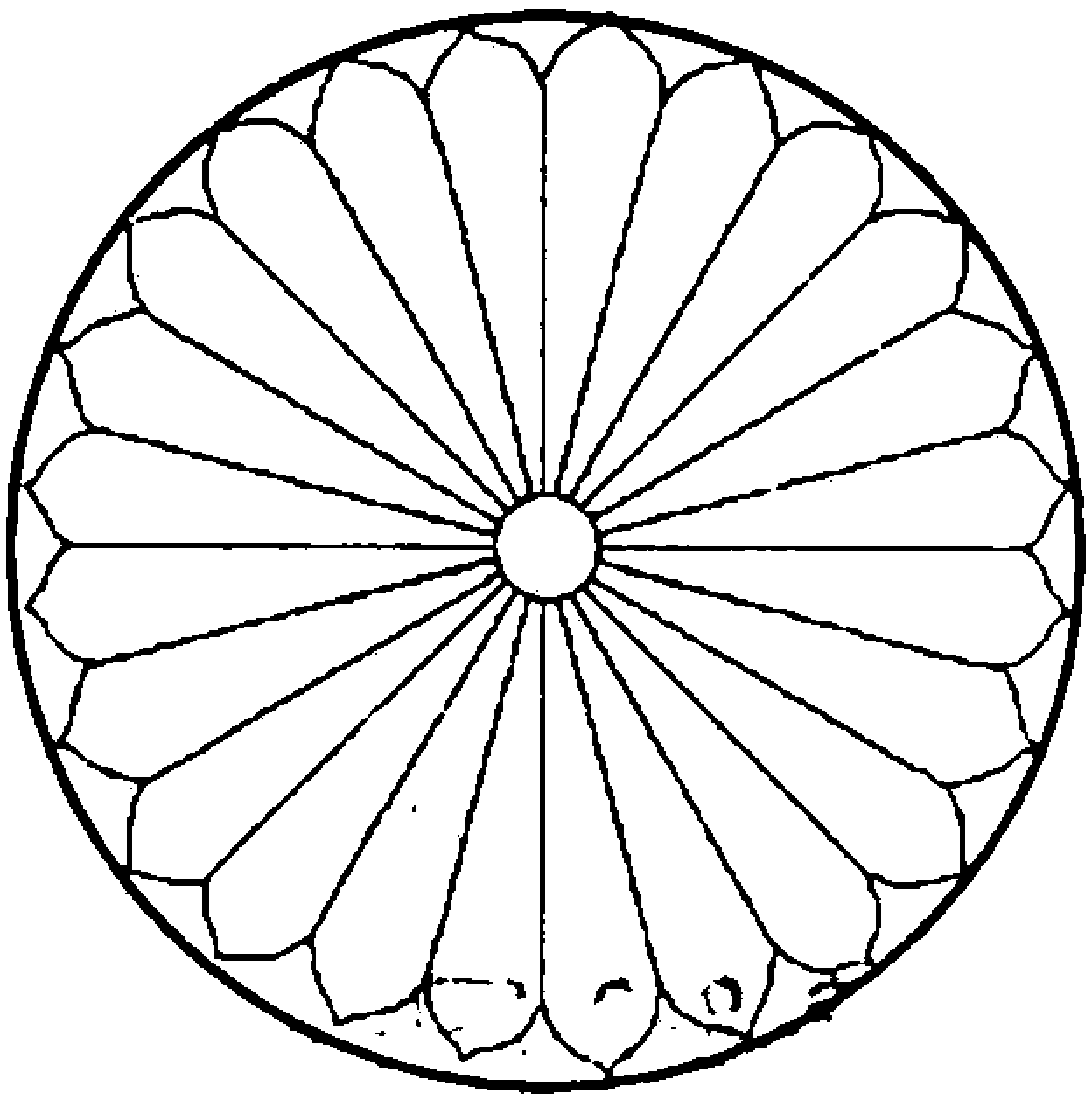
သာသနာ - ၂၅၃၉ ကောဇာ - ၁၃၅၇ ခရစ်-၁၉၉၆

၂၄၀၇၄

မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်

အရှင်တိက္ခာစာရ

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ
အပ္ပမာဒလမ်းစဉ်တရားတော်



သာသနာ-၂၅၃၉ ကောဇာ-၁၃၅၇ ခရစ်-၁၉၉၆

ကွန်ပျူတာစာစီ	–	စာရေးကိရိယာ၊ ပုံနှိပ်နှင့် ဓာတ်ပုံပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေး
ထုတ်ဝေသူ	–	ကာကွယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန စစ်ထောက်ချုပ်ရုံး
ပုံနှိပ်သူ	–	ကုန်သွယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန စာရေးကိရိယာ၊ ပုံနှိပ်နှင့် ဓာတ်ပုံပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေး
အုပ်ရေ	–	၃၀၀၀
ပထမအကြိမ်	–	၁၉၉၆ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ။

မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်အရှင်တိက္ခာစာရ

မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသပါဠိ
အပွမာဒလမ်းစဉ်တရားတော်
မာတိကာ

အကြောင်းအရာ **စာမျက်နှာ**

နိဒါန်း

ထေရုပ္ပတ္တိအကျဉ်းချုပ်

မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသပါဠိ
အပွမာဒလမ်းစဉ်အမှတ် (၁)

ပဋိညာဉ်နှင့်ဥယျောဇဉ်	၁
ပွားများအားထုတ်ရန် သတိပဋ္ဌာန်	၅
ကာယာနုပဿနာမှတ်ရှုပုံ	၈
ဣရိယာပထပဗ္ဗ	၉
မည်သို့သိရမည်နည်း	၁၀
ပေါ်လွင်လှသောမှတ်ရှုနည်း	၁၁
ဆိုင်ရာသဘာဝလက္ခဏာများ	၁၈
သဘာဝ (၆) မျိုးပါသောခြေလှမ်း	၁၉
ရပ်သောဣရိယာပုတ်	၂၀
ထိုင်သောဣရိယာပုတ်	၂၂
ရပ်နှင့်နာမ် ထိုင်သည်ဟုသိရန်	၂၄
လျောင်းအိပ်သော ဣရိယာပုတ်မှတ်ပုံ	၂၈

မာတိကာ

သတိမှတ်နှင့် သညာမှတ် ထူးခြားချက်	၂၉
ယောဂီ၏ဉာဏ်တွင် ထင်လာသော သဘာဝလက္ခဏာ	၃၂
အပ္ပမာဒလမ်းစဉ်	၃၄
သမ္မဇဉ်ပဇ္ဇ	၃၇
သမ္မဇဉ် (၄) မျိုး	၃၈
မှတ်ရှုရန်သဘောများ	၄၇
မှတ်ရန်နည်းရပုံ ဖော်ပြခြင်း	၅၈
စာသိနှင့် ဝိပဿနာသိ	၆၅
မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်ဆရာတော်ကြီး၏ ဆောင်ပုဒ်	၆၉
ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပေါ်ပုံ	၈၄
အကျိုးများသောအမှတ်	၈၇
ဝိပဿနာစိတ်တွင် ပါဝင်သောတရားများ	၉၂
ဒွါရ၊ အာရုံ၊ ဝိညာဏ်ဆုံ၍ ဖြစ်သောရုပ်နာမ်	၉၄

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ

အပ္ပမာဒလမ်းစဉ်အမှတ် (၂)

အကြောင်းအရာ	**စာမျက်နှာ**
ပဋိညာဉ်	၉၉
အကျိုးပြ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်	၁၀၀

မာတိကာ

နည်းယူကျင့်သုံးဖွယ်	၁၀၃
စဉ်းစားဖွယ်	၁၀၇
သုဒ္ဓဝိပဿနာလမ်းစဉ်	၁၀၉
ရှေးလမ်းစဉ်	၁၁၀
ဉာဏ်စဉ်များ	၁၁၁
ကျော်လွန်မဖြစ်သော အစဉ်များ	၁၁၂
စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ	၁၁၅
နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ	၁၁၈
ယောဂီတွေ့ရှိသော ရုပ်နာမ်	၁၁၈
နာမ်တရားများအတူတကွဖြစ်ကြပုံ	၁၂၃
ယောဂီ၏အသိ	၁၂၇
အထူးသတိပြုရန်	၁၃၀
ဒွါရ၊ အာရုံ၊ ဝိညာဉ်ပေါင်းစုံဖြစ်ရာများ၌ မှတ်ရပုံ	၁၃၁
နာမ်နှင့်ရုပ် ပိုင်းခြားသိပုံ	၁၃၅
ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်	၁၃၈
အကြောင်းမရှိက အကျိုးမဖြစ်နိုင်ပုံ	၁၄၂
ယောဂီထင်သော အနိစ္စသဘော	၁၅၆
နာမ်ပျက်ကြပုံ	၁၅၈
ရုပ်နာမ်အနိစ္စ	၁၅၈

မာတိကာ

သမ္မာသနညာဏ်အရာကျယ်ပုံ ၁၅၉
ဥဒယဗ္ဗယညာဏ် ၁၆၂
ဥပက္ကိလေသာများ ပေါ်လာပုံ ၁၆၃
ဒေသနာစာပေလာ ဘင်္ဂညာဏ် ၁၇၂
ဘယညာဏ် ၁၇၄
မုဉ္စိတုကမျတာညာဏ် ၁၇၈
ပဋိသင်္ခါညာဏ် ၁၈၀
ဆင်ခြင်ပုံများ ၁၈၁
သင်္ခါရုပေက္ခာညာဏ် ၁၈၂
ပထမရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ညာဏ်စဉ် ၁၈၆
မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ မဂ်ဖိုလ်ညာဏ်ဖြစ်ပုံ ၁၈၉
သောတာပန်အရိယာများတည်ရှိသောဂုဏ် ၁၉၃

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ

အပွမာဒလမ်းစဉ်အမှတ် (၃)

အကြောင်းအရာ စာမျက်နှာ
သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် အဓိကကျပုံ ၁၉၅
သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ် ၁၉၇
မဇ္ဈိမပဋိပဒါဆိုတာဘာလဲ ၂၀၁

အာနာပါနပဗ္ဗ ဣရိယာပထပဗ္ဗ	၂၀၈
နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်	၂၃၈
ရုပ်နာမ် (၂) ပါး ဖြစ်ပျက်မှု	၂၄၁
ရုပ်နာမ်များကြောင်းကျိုးဆက်စပ်မှု	၂၅၂
ယုံမှားမှု (၁၆) မျိုး	၂၅၅
စုတိပဋိသန္ဓေတို့၏ ချုပ်ပုံ၊ ဖြစ်ပုံ	၂၆၁
စူဠသောတာပန်	၂၆၃
သမ္မသနဉာဏ်	၂၆၄
ထင်ဉာဏ်	၂၆၈
သမ္မသနဉာဏ်သို့ရောက်ပုံ	၂၇၇
ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်	၂၇၈
ဝိပဿနာညစ်ညူးကြောင်းတရား (၁၀) ပါး	၂၈၄
ပဂ္ဂဟ၊ ဥပဋ္ဌာန၊ ဥပက္ခာများဖြစ်ပုံ	၂၈၉
နိကန္တိဖြစ်ပုံ	၂၉၀
အလင်းရောင်စသည်ဖြစ်ပေါ်တတ်ပုံ	၂၉၁
ဘင်္ဂဉာဏ်နှင့် ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ	၂၉၂
ဘင်္ဂဉာဏ်၏ သဘောမှန်	၂၉၆
ဘယ၊ အာဒီနဝ၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်	၂၉၈
မုဉ္စိတုကမျတာ၊ ပဋိသင်္ခါ၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်	၃၁၁

မာတိကာ

အနုလောမဉာဏ်	၃၁၄
ဂေါတြဘူဉာဏ်	၃၁၉
မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်	၃၂၀
မဂ္ဂဝီထိဖြစ်ပုံနှင့်မဂ်ဝင်ပုံ၊ မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ	၃၂၁
ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်	၃၂၄
အရိယာတို့သဘာဝ ပယ်သောတရားများ	၃၂၅
မဟာနာမ်မင်း လျှောက်ထားပုံ	၃၂၈
သဘာဝနိဗ္ဗာန်	၃၃၁
သင်္ခါရနှင့်နိဗ္ဗာန်ဟာ ပြောင်းပြန်	၃၃၅
သဥပါဒိသေသနှင့် အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်	၃၃၈
မတုန်မလှုပ်ခိုင်မြဲသော သဒ္ဓါရှင်	၃၄၁
ဆုတောင်းခန်း	၃၄၄

နိဒါန်း

မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်ကျောင်းသည် မွန်ပြည်နယ်၊ သထုံမြို့၊ မြသပိတ်တောင်ခြေ၊ နေမိန္ဒရစေတီအနီးတွင် တည်ရှိသည်။ ကျောင်းပုရဝုဏ်တွင် သစ်ပင်ကြီးများ အုပ်အုပ်ဆိုင်းဆိုင်းရှိပြီး အရိပ်အာဝါသအလွန်ကောင်းသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်တွင်လည်း အရိပ်အာဝါသကောင်းသော ဘုန်းကြီးကျောင်းများရှိသည်။ မြသပိတ်တောင်နှင့်တဆက်တစပ်တည်းရှိခြင်းကြောင့် အေးချမ်းသာယာ ဆိပ်ငြိမ်လှသည်။ သူတော်စင်များအတွက် တရားဘာဝနာ ပွားများအားထုတ်ရန် အထူးသင့်တော်သော နေရာဒေသဖြစ်ပါသည်။

ဤမဇ္ဈိမပဋိပဒါ၊ အပ္ပမာဒလမ်းစဉ် ရေးသားသူဆရာတော်အရှင်တိက္ခာစာရမှာ မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်ကျောင်း၏ ဒုတိယဆရာတော် ဖြစ်ပါသည်။ တောင်တွင်းကြီးဇာတိ ငယ်ဖြူ ဆရာတော်တစ်ပါးဖြစ်သည်။ မူလမင်းကွန်း ဆရာတော်ကြီး၏ ဝိပဿနာ၊ ဘာဝနာတရား ပွားများနည်းကို အထူးကြိုက်နှစ်သက်သဖြင့် ဇာတိတောင်တွင်းကြီးမှ သထုံမြို့ မူလမင်းကွန်း ဆရာတော်ကြီးထံမှောက်အရောက် တစ်ပါးတည်း ကြွရောက်လာပြီး၊ ဆရာတော်ကြီးထံတပည့်ခံနာယူ၊ ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ခဲ့သည်။ မူလဆရာတော်ကြီး ဘဝနောက်ဆုံးအချိန်အထိ (၈) နှစ်တိုင်တိုင် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် အသွယ်သွယ်ကို အနီးကပ်ပြုစုပေးခဲ့ပြီး၊ ဆရာတော်ကြီးထံမှ

ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ ပွားများနည်းများကို နာယူဆည်းပူးခဲ့သည်။ ဆရာတော်ကြီး ပျံလွန်တော်မူပြီးနောက် မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန် ကျောင်း၏ ဦးစီးဆရာတော်တာဝန် ယူခဲ့ပြီး ယောဂီများကို သတိပဋ္ဌာန် သာသနာကို ဟောပြောပြသပေးခဲ့သည်။ ဆရာတော်ကြီးသည် ဝိနည်းတော်နှင့်အညီ ရိုးရိုးအေးအေးနေလေ့ရှိပြီး မူလမင်းကွန်း ဆရာတော်ကြီးထံမှ ဆည်းပူးရယူခဲ့သည့် နည်းစနစ်အတိုင်း ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာများကို ပွားများအားထုတ် ကျင့်ကြံခဲ့သည်မှာ နှစ်ပေါင်း (၅၀) ကျော်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာတော်ကြီးထံမှောက်တွင် သတိပဋ္ဌာန်တရား လာရောက် အားထုတ်ကြသော တပည့်ယောဂီများ၏ လျှောက်ထားချက်အရ မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသပါဠိ အပ္ပမာဒလမ်းစဉ်အမှတ် (၁) ကို ၁၉၈၅ ခုနှစ်တွင် ရေးသားပြုစု ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခဲ့သည်။ တစ်ဖန် အမှတ် (၂) ကို ရေးသားပြုစုပြီး ၁၉၈၇ ခု အောက်တိုဘာလတွင် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခဲ့ သည်။ တစ်ဖန် ယောဂီများက တိုလွန်းတယ်၊ ကျဉ်းလွန်းတယ်ဟု ဆန္ဒမပြည့်မဝရှိကြသဖြင့်၊ ထပ်မံလျှောက်ထားချက်အရ အမှတ် (၃) ကို ရေးသားပြုစုပြီး ၁၉၉၁ ခုနှစ် ဇူလိုင်လတွင် ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေခဲ့သည်။

ဆရာတော်သည် ဝိနည်းတော်နှင့်အညီ ရှေးရိုးကျကျ အလွန် ရိုးရိုးအေးအေးသာ နေထိုင်လေ့ရှိပြီး၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာတရားဦးသာ

အစဉ်မွေ့လျော်လေ့ရှိသည်။ ယောဂီများ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း နားလည်နိုင်အောင် သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ရိုးရိုးနှင့်ရှင်းရှင်း ရေးသားထားပါသည်။ မူလဆရာတော်ကြီး၏ နည်းများကို ထိထိမိမိ လက်ကိုင်ရထားသော ဆရာတော်ပီပီ သတိပဋ္ဌာန်ကျမ်းဂန်တိုင်းနှင့် ကိုက်ညီသည့် နည်းမှန်များကို အခြေခံကျကျ ပဓာနထားလျက် တိတိကျကျ ရှင်းပြထားသည်။

ယောဂီများဖတ်ရှု၊ လေ့လာ၊ ကျင့်ကြံပွားများနိုင်ရန်အလို့ငှာ ဆရာတော်ရေးသားပြုစုခဲ့သည့် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ၊ အပွမာဒလမ်းစဉ် အမှတ် (၁)၊ အမှတ် (၂)၊ အမှတ် (၃) ကို တစ်စုတစ်ပေါင်းတည်း ပုံနှိပ်လိုက်ပါသည်။ ယောဂီအပေါင်း နည်းမှန်လမ်းမှန်ကို ဖွဲ့သန်သန်ဖြင့် အားထုတ်ကာ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ကေန်ရောက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည် ဖြစ်ပါစေသတည်း။

မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်
ဆရာတော်ဘဒ္ဒန္တတိက္ခာစာရ
၏
ထေရုပ္ပတ္တိအကျဉ်း

ဖွားမြင်တော်မူခြင်း

သထုံမြို့၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဝိပဿနာဌာန (ဒုရိယ) မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်ဆရာတော်သည် တောင်တွင်းကြီးမြို့ ဇာတိဖြစ်သည်။ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၂၇၂ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လပြည့်ကျော် (၁၄) ရက်၊ စနေနေ့၌ ဦးဖိုးစ+ဒေါ်မင်းယုံတို့မှ မိးရှူးသန့်စင်ဖွားမြင်တော်မူသော (၆) ယောက်မြောက် သားထွေးရတနာတစ်ဦးဖြစ်သည်။ ငယ်နာမည်မှာ မောင်ဒါနဖြစ်သည်။

ရှင်၊ ရဟန်းပြုတော်မူခြင်း

၇-နှစ်သားအရွယ်တွင် မောင်ဒါနကို မိဘတို့က တောင်တွင်းကြီးမြို့ပေါ်ရှိ မန်ကျည်းတောကျောင်းဆရာတော် ဦးသူရိယထံ အပ်နှံထားကြသည်။ ရှေးသင်ရိုးအတိုင်း သင်ပုန်းကြီး၊ မင်္ဂလသုတ်၊ နမက္ကာရ၊ ပရိတ်ကြီး၊ ဇာတ်တော်ကြီးတို့ကို သင်ယူခဲ့ရပါသည်။

၁၃-နှစ်သားအရွယ်တွင် မိဘနှစ်ပါးတို့၏ ပစ္စယာနုဂ္ဂဟကို ခံယူတော်မူလျက် တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ်၊ သိလရွာ ယေသာကျောင်းဆရာတော်ထံ၌ ရှင်သာမဏေအဖြစ်သို့ ရောက်ခဲ့သည်။

၁၂၉၁-ခုနှစ်၊ ပြာသိုလတွင် စာရေးကြီး ဦးခန့်+ဒေါ်စိန်သန်းတို့၏ ပစ္စယာနုဂ္ဂဟကို ခံယူတော်မူ၍ ကံပေါ်ဆရာတော်ကြီး

ဘဒ္ဒန္တပညာသာမိထေရ်ကို ဥပဇ္ဈာယ်ပြုတော်မူလျက် မြို့လယ်ရိပ်သာ ခင်ကြီးဖေးကျောင်း ခဏ္ဍသိမ်၌ မြင့်မြတ်သော ရဟန်းအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူခဲ့ပါသည်။

ပရိယတ္တိစာပေသင်ကြားခြင်း

တောင်တွင်းကြီးမြို့၊ ရွှေမောဓောစာသင်တိုက်ဆရာတော်များ၊ မန္တလေးမြို့ မိုးထားတိုက်ဆရာတော် ဦးစန္ဒိမာ၊ ညောင်ကန်တိုက်၊ ညောင်ကန်ဆရာတော်ဦးဣန္ဒ (တောင်တွင်းကြီး)၊ တောင်ထီးလင်းတိုက်ဆရာတော်၊ အသောကာရာမတိုက်ဆရာတော် ဦးတေဇနိယ (ပြည်ဓောတိကာရုံဆရာတော်)၊ ဘုရားကြီးတိုက်ဆရာတော်ဦးနာရဒ (အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ) စသော စာချအကျော်အမော် ဆရာတော်တို့ထံမှ ပိဋကတ်စာပေတို့ကို (၁၀) နှစ် (၁၀) ဝါတိုင်တိုင် ပါရဂူရောက် တတ်မြောက်အောင် သင်ယူလေ့လာခဲ့ပါသည်။

ဂန္ထဓုရတာဝန်ထမ်းဆောင်ခြင်း

ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ ကံပေါ်ဆရာတော်ကြီး၏ အမိန့်တော်အရ မန္တလေးမှ တောင်တွင်းကြီးသို့ ပြန်ကြွခဲ့ရပြီး တည်ထောင်ကာစ စာသင်တိုက်၌ ပိဋကတ်စာပေများကို ပို့ချပေးခဲ့ပါသည်။

ဝိပဿနာဓုရထမ်းဆောင်ခြင်း

စာချဘုန်းကြီးလေးဘဝ တစ်နှစ်ကျော်ကာလအရောက် ဖွင့်လှလေးရွာဘက်သို့ တစ်ပါးတည်း ကေစာနေရန် ထွက်ခဲ့သည်။ (လယ်တီဆရာတော်ကြီးလည်း စာချနေရာမှ လယ်တီတောကြီးဘက်

ရတ်တရက် ထွက်ခွာခဲ့ပုံကို ဤထေရုပ္ပတ္တိရေးသူ မြင်ယောင်ဖြစ်သွားတော့သည်။)

– ဦးဆွယ်က ပိုင်းခြားလှူထားသော ခြံမြေတစ်နေရာတွင် ဦးဆွယ်၏ လေးတိုင်စင်ကျောင်းကလေး၌ ကေစာရီ ပီသစွာ သီတင်းသုံးနေလေသည်။

– (ယခုတောင်တွင်းကြီးရှိ) ဦးပု+ဒေါ်တင်ရွှေတို့၏ မိဘနှစ်ပါး ဦးဖိုးရင်+ဒေါ်ငွေယုံတို့က နောက်ထပ် သုံးပင်ကျောင်းကလေး တစ်ဆောင် လှူဒါန်းသည်ဟု အမိန့်ရှိပါသည်။

သင်ယူပရိယတ်မှ ပို့ချပရိယတ်သို့အကူး စာသင်တိုက်၌ စာချရန်အပြန် ပဋိပတ်ကို စမ်းကြည့်ခဲ့သည်။ ယခု ဟောပြောပြသနေသော ကျေးဇူးရှင် ဇေတဝန်ဆရာတော်ကြီး၏ သတိပဋ္ဌာန် ရှုမှတ်နည်းနှင့်တွေ့၍ စိတ်ချမ်းမြေ့ခဲ့ဘူးသည်။ ရတနာထုပ်ကြီးရသူကဲ့သို့ နှစ်ခြိုက်အားရသဘောကျသူမှာ ဓမ္မပီတိဓါတ် တဖျပ်ဖျပ်ကိန်းဝပ်ပါလာနေသည် မဟုတ်လော။

ထိုအရှိန်ဓါတ်ကြောင့် ဝိဝေကသုခဖြင့်နေလို၍ မြို့ထဲမှထွက်ကာ တောရွာကလေးကို ဂေါစရဂါမ်ပြုလျက် ကေစာနေလေတော့သည်။ စွန့်စားခြင်းတစ်ရပ်ကို စတင်ပြုလိုက်ခြင်းပင်။

ထိထိမိမိ တရားအားထုတ်ထားသော ရဟန်းတော်များသည် ပရိယတ်သာသနာကိုချည်း ဝန်ဆောင်ကာ တစ်ဖက်သတ် မနေလိုကြတော့ပေ။ ထိထိမိမိ အားထုတ်ခဲ့ဖူးသော ဤဆရာတော်အဖို့ ပဋိပတ်သာသနာပြုနေလိုစိတ်က ပရိယတ်ဘက်ထက် အားကောင်းသွားသည်မှာ ဆန်းတော့မဆန်းပါ။

ဝိဝေကသုခကို ခံစားလျက် တစ်နေရာမှာ ကေစာနေတာ

၂-နှစ်မျှ ကြာသွားလေပြီ၊ တရားအတွေ့၏ ဆွဲဆောင်မှုနှင့် ဇေတဝန် ဆရာတော်ကြီး၏ ဂုဏ်သတင်းထူးကြောင့် သထုံဆီသို့ တစ်ပါးတည်း စုန်ဆင်းလာခဲ့သည်။ ဒုတိယမွိ စွန့်စားမှုကြီး ခရီးစခြင်းပင်။

ဂျပန်ခေတ်ထဲသထုံရောက်

စစ်ကြီးအတွင်း ခေတ်၊ ဂျပန်ခေတ်ကြုံခဲ့ရသူတိုင်း ပြန်တွေးမိက သက်ပြင်းချရသည့်ခေတ်၊ ထိုခေတ်ဆိုး ခေတ်ကြမ်းကြီး၌ နီးစပ်သူများကို ပြောနေလျှင် မသွားဖြစ်မှာ သေချာသည်။ ထိုအချက်ကို မြင်၍ တိုင်ပင်သင့်သူများကိုပင် မပြောတော့ဘဲ ဝက်အူရစ် အကုန် တင်းစိတ်ဓါတ်ဖြင့် မိုင် (၅၀၀) နီးပါး ခရီးကြမ်းနှင်ခဲ့ရာ ဤသထုံမြို့ ဇေတဝန်သို့ ဆိုက်ရောက်လာသည်။

တောင်တွင်းကြီး၌ ကေစာနေရာမှ ၁၃၀၄ ခု ပြာသိုလ၊ လဆန်း (၁၃) ရက်နေ့တွင် ခရီးထွက်ခဲ့ရာ ပြာသိုလပြည့်နေ့ သထုံ ရောက်သည်ဟု အမိန့်ရှိပါသည်။ ဤရက်မျိုးဖြင့် မြန်မြန်ရောက် သွားလိမ့်မည်ဟု ထင်မိခဲ့သည်မဟုတ်။ စွန့်စားသူတို့အတွက် ခက် မည်ထင်ထားသောအရာ မမျှော်လင့်ဘဲ လွယ်ကူမှုကို ရတတ်၏၊ ကြုံတတ်၏။ အစိန္တိတမွတိ ဘဝတိ၊ "သူတော်ကောင်း၊ နတ်ကောင်းမ" ပြောကြဆိုကြသည် မဟုတ်လော။

ဇေတဝန်ဆရာတော်ကြီးကို ဖူးတွေ့ရပြီ

သထုံသို့ဆိုက်ရောက်သည့် ပြာသိုလပြည့်နေ့မှာပင် ဆရာတော် ကြီးထံသို့ ခိုမှီးဆည်းကပ်သည်။ ညနေဘက် (၅) နာရီခွဲခန့် အချိန် ဟု အမိန့်ရှိသည်။

ဆန္ဒပြင်းပြနေခဲ့သော လိုရင်းခရီးတစ်ထောက် အောင်မြင်ပေါက်ရောက်လာခြင်း၊ ဆရာတော်ကြီးကို ဖူးရခြင်းကြောင့် ဝမ်းသာပီတိ လှိုင်းအိသို့ လွှမ်း၍ အပန်းအပြေကြီး ပြေသွားမည်မှာ မုချ။

ရှုမှတ်နည်းအမှန်ကို စနစ်တကျ အားထုတ်ထားခြင်းကြောင့် "မိမိ၌ရရှိနေသော ယောဂိနိဗ္ဗာန်ဟု ပညတ်တင် ဟောထားသည့် အသိနှင့် ဓမ္မပီတိကို မူလပဘာဝ စတင်ပေးသူကား ဤဆရာတော်ကြီး" ဟု သတိပဋ္ဌာန်နည်းမှ ဆက်ကူး၍ အထူးကြည်ညိုနေရင်း ရှိခဲ့သည် မဟုတ်လော။

"မြန်မာပြည်သား တစ်ပါးတည်း စံတင်ထားရသော တော်ဝင် အဋ္ဌကထာကျမ်း (၂) ကျမ်းပြု ဆရာတော်ကြီးပေတကား" ဟု ကြားထားရင်း ရှိသည်မဟုတ်လော။

ပရိယတ် ပဋိပတ် နှစ်ရပ်စွယ်စုံ မုန်သောက်မာတင် အံ့ဖွယ် အရှင်ကို ဖူးချင်စိတ် တတမ်းတမ်းဖြင့် ခရီးကြမ်းနှင်ခဲ့သော ဆရာ တော်လောင်းလျာ အညတရ ဦးတိက္ခာစာရအဖို့ အဘယ်မှာ ပီတိ မလွှမ်းဘဲ ရှိချိမ့်မည်နည်း။ (ကျေနပ်ရွှင်လန်း ပီတိဖြန်းခံရမည်မှာ မုချ)

မော်လမြိုင်မှာ (၁၀) လကြာ

၁၃၀၄ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလ၊ လပြည့်ကတည်းက သထုံ၌ ဆရာ တော်ကြီးထံ နည်းခံမှတ်ရူလာရာ ၁၃၀၅ ခုနှစ်၊ ဝါအမိ မော်လမြိုင်ဘက် ခရီးဆက်ပြန်သည်။ (၁၀) လခန့် မော်လမြိုင် ကြာအင်းခရွန်းကျောင်း၌ သီတင်းသုံးခဲ့သည်။

ဘီလူးကျွန်းမှာ (၄) ဝါ

တရားတိုးတက်အောင် အားထုတ်နေရေးအတွက် မော်လမြိုင်မှ ဘီလူးကျွန်းဘက်သို့ ထွက်ခဲ့ကူးခဲ့ပြန်ပြီ။ ဆွေဝေးမျိုးဝေး တစ်ရပ်တစ်ကျေးမှာ သိဖူးသူပင် မရှိ။ တတိယမွိ စွန့်စားမှုကြီး ခရီးစခြင်းပင်။

ဘီလူးကျွန်း ကွမ်းသဲရွာ တောင်ပေါ်ကျောင်း၌ ၄ နှစ်၊ ၄ ဝါ ဝိပဿနာအလုပ်တွင် အားထုတ်နေလေသည်။ ထိုစဉ်က ဂျပန်စိုးမိုးသည့်ခေတ်၊ ခရီးအဆက်အသွယ်တွေ အထက်နှင့်အောက်ပြတ်နေ၍ ခေတ်ကြပ်ကြီးအတွင်းပါပေ။ "ဘီလူးကျွန်း နေရတုန်းက တရားမှတ်လို့သိပ်ကောင်း၊ သိပ်ချမ်းသာ၊ သိပ်ဟန်ကျ" လို့ စကားစပ်မိစဉ် မိန့်ခဲ့ဖူး၏။ တရားတော်၏တန်ခိုးသည် တကယ်တမ်း တရားရှုမှတ်သူများအတွက် သိသိသာသာ ပေါ်လွင်၏။ ကိုယ်တိုင်ပင် အံ့ဩမိသူတို့ မနည်းလှ။

ဆရာတော်သည် သတိပဋ္ဌာန်အတွက် အသက်မငဲ့ဘဲ ရဲရဲစွန့်လုပ်သူတို့တွင် တစ်ပါးအပါအဝင် မဟုတ်လော။

ဒုတိယအကြိမ် သထုံဇေတဝန်သို့

ဘီလူးကျွန်းမှ သထုံဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီးထံ ရောက်ရပြန်သည်။ "သက်တော်ကလည်းကြီး၊ ပြုစုသူကလဲ အမြဲမရှိဖြစ်နေသည်ကို ကြားသိရ၍ နီးကပ်လုပ်ကျွေးပြုစုခြင်းဖြင့် ကျေးဇူးဆပ်ရန် လာတာပါ" ဟု လွန်ခဲ့သော နှစ်များစွာက အကြောင်းအားလျော်စွာ မိန့်ကြားတာကို မှတ်သားရဖူးပါ၏။ ၁၃၀၉ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လ သထုံဇေတဝန်သို့ ပြန်ရောက်ခဲ့သည်။ ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း "ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော်ကြီးကို ကိုယ်တိုင်တစ်ပါးတည်း (၈) နှစ်ပတ်လုံး ပြုစုလိုက်ရကြောင်း" သိရပါသည်။

ဆရာတော်ကြီး စံလွန်ပြီးနောက် ဦးစီးဆရာတော်ဘာဝ ရောက်သော်လဲ ရှေးကကဲ့သို့ပင် ဆွမ်းခံဝတ်ကို စွဲမြဲစွာ ကျင့်သုံးနေထိုင်တော်မူသည်။ ကျန်းမာရေးအတွက် ဆွမ်းခံဝတ်ပျက်သွားသည်မှာ မကြာသေး။ "သန္တုဋ္ဌိ သလ္လေခ အကျင့်ကို အကျင့်နိုင်ဆုံး ရဟန်းတော်တို့တွင် တစ်ပါးအပါအဝင် ဖြစ်နေသည်" ကို ကြာကြာ မရင်းနှီးသူတို့ မသိနိုင်ကြပါပေ။

ဘွဲ့တံဆိပ်ဆက်ကပ်

နိုင်ငံတော်ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှုတည်ဆောက်ရေးအဖွဲ့မှ ဆရာတော်အား ၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင် **အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနစရိယ** ဘွဲ့တံဆိပ်ချီးမြှင့်ဆက်ကပ်တော်မူသည်။ ဆရာတော်သည် မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်ကျောင်းတွင် သီတင်းသုံးလျက် ယောဂီအပေါင်းအား သတိပဋ္ဌာန်သာသနာကို ဟောပြောပြသခဲ့ပြီး ကိုယ်တိုင်လည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာပွားများ မွေ့လျော်ခဲ့သည်မှာ နှစ်ပေါင်း (၅၀) ကျော်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

"ဆရာတော် ကျန်းမာချမ်းသာတော်မူပါစေ" ကြောင်း ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သလျက် နိဂုံးချုပ်အပ်ပါသည်။

မူလမင်းကွန်းဇေတဝန် အရှင်တိက္ခာစာရ
မဇ္ဈိမပဋိပဒါအပ္ပမာဒလမ်းစဉ် အမှတ် (၁)

နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

ပဋိညာဉ်–ထိုထိုယောဂီများက ဝိပဿနာတရား အားထုတ်စဉ်ကို မကျဉ်းမကျယ် သိလွယ်သော ဝေါဟာရ စကားများဖြင့် ရေးသားချီးမြှင့်တော်မူပါရန် တောင်းပန်ကြသည်ကို အကြောင်းပြု၍ ကျေးဇူးရှင် မူလမင်းကွန်းဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ညွှန်ပြအပ်သော မဟာသတိပဋ္ဌာန် မှတ်ရှုပွားများအားထုတ်နည်းကို ထင်ရှားသော အရပ်သုံးစကားများနှင့် ရေးသားဖော်ပြပါအံ့။

မှတ်ရှုအားထုတ်–ကျေးဇူးရှင် မူလမင်းကွန်းဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် လွန်ခဲ့သော နှစ် (၇၀) ကျော်အချိန်မှ စတင်၍ မဟာသတိပဋ္ဌာန်လာ မှတ်ရှုအားထုတ်သော ဝိပဿနာ ဘာဝနာနည်းကို ဟောကြားညွှန်ပြခဲ့ပါသည်။ ထိုဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ပြသောနည်းကို ရှေးယခင်ခေတ်များကပင် လာရောက် ဆည်းကပ်အားထုတ်တော်မူကြသော ဆရာတော်ကြီးများမှာ ပဲခူးဆံတော်တွင်းဆရာတော်၊ မိတ္ထီလာ တောင်ပုလုဆရာတော်၊ အင်းစိန် မင်းကွန်းဆရာတော်၊ လ နေအသွင် အလွန်ထင်ရှားသော ကမ္ဘာသာသနာပြုမဟာစည် ဆရာတော် စသော ထိုထိုဆရာတော်ဘုရားများ၊ လူဝတ်ကြောင် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာကြီးများဖြစ်ကြသော ပျော်ဘွယ် ဦးစံထွန်း၊ မြို့လှ ဦးချစ်အောင်၊ နိုင်ငံကျော် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာကြီး ဦးမြတ်ကျော် စသော ဆရာကြီးများ၊ ဒေါ်ကုသလ၊ ဒေါ်နန္ဒဝတီစသော သီလရှင်

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာကြီး အသီးသီးများ ဖြစ်ကြပါသည်။ ဤ အထက် ဖော်ပြပါ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများသည် မိမိတို့နှင့် စပ်ရာစပ်ရာ ဌာန များတွင် ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းပြ ထင်ရှားသော ဆရာကြီးများ ဖြစ်ကြလျက် ဌာနခွဲများ ဖွင့်လှစ်တည်ထောင်သွားကြပါသည်။

အထူးနှိုးဆော်–ထိုမင်းကွန်း ဇေတဝန် ဆရာတော် ဘုရားကြီး သည် ဤသတိပဋ္ဌာန် မှတ်ရှုနည်းကို စာလာ ပေလာ ကျမ်းဂန်များ ကို လေ့လာကာမျှနှင့် သဘောတရားများကို ကြံဆပြီး ပေးသောနည်း မဟုတ်ပါ၊ မှန်လှ၏။ အလယ်တောရ စသော ရှေးရှေးသော ဆရာ ဆရာကြီးများ၏ အစဉ်အဆက် ဆင်းသက်လာသည်တို့ကို နှစ်ရှည် လများ မိမိကိုယ်တိုင် ဉာဏ်တွေ့ထင်ထင် သိမြင်သဘောကျ ယုံကြည်မှု ရသည့်တိုင်အောင် ကျင့်သုံးပြီးမှ များလှထွေထွေ တပည့် တွေကို သိစေလိုဆန္ဒဖြင့် ၄၅ နှစ်ကျော်ကာလတိုင်တိုင် တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ ရွှေ့ကာရွှေ့ကာ အဓိကကျသော သာသနာပြု ကိစ္စ တာဝန်ကြီးကို သက်ဆုံးတိုင်အောင် ဆောင်ရွက်တော်မူသွားပါသည်။ ဤသို့ဖော်ပြသော ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ မှုမှန်သော သဘာဝ လမ်းစဉ်ကို စိတ်ဘဝင်မကျ ရှိကောင်းရှိကြပေမည်။

ဤသို့သော ဖြစ်ရပ်သည်လည်း လောက၏ သဘာဝလမ်းစဉ် ဖြစ်ပေ၏။ အဘယ်ကြောင့်ပါနည်းဟုမူ မိမိတို့ မလေ့လာ မသိရှိ၍ ကိုယ်တွေ့မဟုတ်သော် ယုံကြည်မှုရရန် မလွယ်လှပါ၊ ကိုယ်တွေ့ကြုံမှ ယုံသည်ဟူသော ရှေးသူဟောင်းတို့၏ စကားအထင်အရှား ရှိနေ ပါသည်။ ကိုယ်တွေ့ကြုံမှ ယုံသည်ဟူသော ရှေးရှေးစကားကို ထောက်ခံပါသည်။ ကိုယ်တွေ့မကြုံ၍ မယုံကြည်သူများ ယုံကြည်ရန်

ကိုယ်တွေ့လေ့လာကြည့်ပါဟု အထူးနှိုးဆော်တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ခဲဖွယ်ဘောဇဉ် ချိုချဉ်ရသာများကို မိမိကိုယ်တိုင် စားသုံးမကြည့်ပါက ထို၏အရသာကို ကောင်းစွာမသိရသလိုပင် ရှိပေမည်။ သူပြောလူပြောမျှနှင့် ယုံကြည်မှုရသည်ဆိုပါက သဘာဝ မကျလှ၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် လေ့လာကြည့်ပြီး ယုံသင့်ရာယုံရန် လမ်းစဉ်မှန်ဖြစ်ကြောင်း သတိပြုရန် ဖြစ်ပေသည်။

သုတနည်းသူများအတွက် သတိပဋ္ဌာန်ဟူသော စကားကို ရှင်းပြပါဦးမည်။ သတိပဋ္ဌာန်သည် သတိပဋ္ဌာနဟူသော ပါဠိဝေါဟာရမှ သတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်လာသော မြန်မာဝေါဟာရ အရပ်သုံးစကား ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသတိပဋ္ဌာနကို သတိတစ်ပုဒ်၊ ပဋ္ဌာနတစ်ပုဒ် ၂ ပုဒ် ခွဲ၍ သတိအရအမှတ်ရမှုဖြစ်၍ ပဋ္ဌာနအရ စွဲမြဲမှုကပ်၍ တည်မှုဖြစ်၍ သတိပဋ္ဌာန–ကပ်၍တည်သော အမှတ်ရမှု၊ တစ်နည်း–စွဲမြဲအမှတ်ရမှု ဖြစ်ပေ၏။ အပေါင်းလိုက်ဆိုသော် သတိပဋ္ဌာန–အမြဲမပြတ် အမှတ်ရမှုဟု ဆိုရပါမည်။ ပမာအားဖြင့် လောကလူများ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အမြဲအမှတ်ရနေသလို အမြဲသတိရနေသလို မမေ့သလို ဤနည်းတူပင် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်မှာလည်း အမြဲသတိအမှတ်ရနေမှုဟု မှတ်ယူရပါမည်။ လိုရင်းနိဂုံးချုပ်ဆိုရသော် သတိပဋ္ဌာန်ဟူသည် အမြဲအမှတ်ရမှု ဖြစ်ပါ၏။

မှတ်ချက်– သတိပဋ္ဌာန်နှင့် စပ်လျဉ်းသော ဝေါဟာရများမှာ သတိရတယ် အမှတ်ရတယ် မမေ့ဘူးဆိုတာ သဘောအားဖြင့် အတူတူမမေ့တာ အပ္ပမာဒတရား၊ အပ္ပမာဒဆိုတာ သတိပဋ္ဌာန်တရား ဖြစ်ပါသည်။

သံသရာဟူသည် ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ် ကြောင်းကျိုးစပ်၍ ထပ်ကာ ထပ်ကာ မပြတ်ဖြစ်နေသော ခရီးရှည်ကြီးဖြစ်၏။ သတ္တဝါ မှန်သမျှတို့သည် တစ်ဘဝမှ တစ်ဘဝသို့ ကူးပြောင်းလျက် အိုလိုက် နာလိုက် သေလိုက်နှင့် ဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်း မလွတ်ရအောင် နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှုဒဏ်ကို အမြဲခံနေကြရသဖြင့် ချမ်းသာဟူသည် မြူမှုန်မျှမဖက် အဆက်ဆက် ဆင်းရဲကြီးစွာနှင့် တွေ့ကြုံနေရသော များလှထွေထွေ သတ္တဝါတွေကို ကြင်နာသနားတော်မူသော ရှင်တော် မြတ်ဘုရားက ဒုက္ခဝဋ်တွင်းမှ လွတ်ကင်းရန် မဟာသတိပဋ္ဌာန် တရားတော်မြတ်ကို ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ ဤသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်တရားကို ပွားများအားထုတ်ကြသော ရဟန်းရှင်လူ မိန်းမ ယောက်ျား ကြီးငယ်မဟူ မည်သူမဆို မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို အမှန်ရနိုင် ရောက်နိုင်သည်ဟု မုချပုံသေ ကေန်ကျကျ ဟောပြတော်မူခဲ့ပါသည်။ မလွဲကေန် အမှန်ရောက်နိုင်သည်ဟု ဝန်ခံချက်နှင့် ဟောတော်မူခဲ့ပုံကို ယုံကြည်ရန် သာဓက ထုတ်ပြပါမည်။

ကောယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ ဒုက္ခဒေါမနဿာနံ အတ္ထင်္ဂမာယ ဉာယဿ အဓိဂမာယ နိဗ္ဗာနဿ သစ္ဆိကိရိယာယ ယဒိဒံ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ။ (မဟာသတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်)

သတိပဋ္ဌာန်မြန်မာပြန်–ရဟန်းတို့၊ လေးပါးကုန်သော အမှတ် ရမှုဟူသော အကြင်သတိပဋ္ဌာန်တို့သည် ရှိကုန်၏။ အမှတ်ရမှု သတိပဋ္ဌာန်ဟူသော ဤအကျင့်လမ်းသည် အလုံးစုံသော သတ္တဝါ အပေါင်းတို့၏ စိတ်အညစ်အကြေးမှ ကင်းဝေးစင်ကြယ်ခြင်းငှာ

ကစ်ခုတည်းသော လမ်းတစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းပေတည်း။ စိုးရိမ်ပူဆွေးရခြင်း ငိုကြွေးရခြင်းတို့ကို လွန်မြောက်ခြင်းငှာ တစ်ခုတည်းသောလမ်း တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းပေတည်း၊ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းကွယ်ပျောက်ခြင်းငှာ တစ်ခုတည်းသောလမ်း တစ်ကြောင်းတည်းသောလမ်းပေတည်း။ အရိယာ မဂ် ဉာဏ်ကို ရခြင်းငှာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းငှာ တစ်ခုတည်း သောလမ်း တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းပေတည်း။

ဤအထက်ဖော်ပြပါ မြန်မာပြန်၌ သတိပဋ္ဌာန်တရား လေးပါးတို့သည် အားထုတ်မှတ်ရှုသူတိုင်းမှာ ကိလေသာစိတ် အညစ်အကြေးတွေမှလဲ ကင်းဝေးစင်ကြယ်စေနိုင်ပါတယ်တဲ့။ ဒါတွင် မကသေး စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးမှုတွေမှာလဲ လွန်မြောက်စေနိုင်ပါတယ်။ ဒါတွင်မကသေးပါဘူး၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲမှုတွေလဲ ချုပ်ငြိမ်းကွယ်ပျောက်စေနိုင်ပါတယ်တဲ့။ ဒီမျှသာလား‌ဆိုတော့ မဟုတ်သေးပါဘူးတဲ့။ အရိယာမဂ်ဉာဏ်ကိုရရှိပြီး နိဗ္ဗာန်ကိုလဲ မျက်မှောက်ပြုရောက်ရှိသွားနိုင်တဲ့ တစ်ခုတည်းသောလမ်း၊ တစ်ကြောင်းတည်းသော ခရီးဖြစ်ကြောင်း ပုံသေမုချ ဟောပြတော် မူထားပါတယ်။ ထို့ကြောင့် ဝဋ်ဆင်းရဲဒုက္ခမှ လွတ်လိုသူတိုင်း လွတ်နိုင်သော တစ်ခုတည်းသာဖြစ်သော ဤသတိပဋ္ဌာန်လမ်းကို ယုံကြည်စွာ လိုက်နာကျင့်ကြံပါဟု တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

ပွားများအားထုတ်ရန် သတိပဋ္ဌာန်

ကတမေ စတ္တရော ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ

ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျလောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျလောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ။ (ဥဒ္ဒေသပါဠိ)

မြန်မာပြန်–လေးပါးကုန်သော သတိပဋ္ဌာန်တို့ဟူသည် အဘယ် သည်တို့နည်း။ ရဟန်းတို့၊ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် တစ်နည်း–တရားအားထုတ်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကိလေသာစိတ် အညစ်အကြေးကို ကင်းပျောက်စေနိုင်သော လုံ့လဝီရိယရှိသည်ဖြစ်၍ တစ်နည်း–အပြင်းအထန် အားထုတ်သည်ဖြစ်၍ အမှတ်ရသည်ဖြစ်၍ မှန်စွာအပြားအားဖြင့် သိသည်ဖြစ်၍ ရုပ်အပေါင်း ကိုယ်၌ ရုပ် အပေါင်းမျှဟုရှုမြင်လျက် ရှုမြင်အပ်သော ရုပ်အပေါင်းလောက၌ တစ်နည်း–ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဟူသော လောက၌ အဘိဇ္ဈာနှင့် ဒေါမနဿ ကို တစ်နည်း–လောဘနှင့် ဒေါသကိုပယ်ရှားဖျောက်ဖျက်၍နေ၏။ ကိလေသာစိတ် အညစ်အကြေးကို ကင်းပျောက်စေနိုင်သော လုံ့လ ဝီရိယရှိသည်ဖြစ်၍ တစ်နည်း–အပြင်းအထန် အားထုတ်သည်ဖြစ်၍ အမှတ်ရသည်ဖြစ်၍ မှန်စွာအပြားအားဖြင့် သိသည်ဖြစ်၍ ခံစားမှုမျှ ဖြစ်သော ဝေဒနာတို့၌ ခံစားမှုမျှဟု ရှုမြင်လျက် ရှုမြင်အပ်သော ခံစားမှုလောက၌ တစ်နည်း–ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဟူသော လောက၌ အဘိဇ္ဈာနှင့်ဒေါမနဿကို တစ်နည်း–လောဘနှင့် ဒေါသကို ပယ်ရှား

ပျောက်ဖျက်၍နေ၏။ စိတ်အညစ်အကြေးကို ကင်းပျောက်စေနိုင်သော လုံ့လဝီရိယရှိသည်ဖြစ်၍ တစ်နည်း-အပြင်းအထန် အားထုတ်သည်ဖြစ်၍ အမှတ်ရသည်ဖြစ်၍ မှန်စွာအပြားအားဖြင့် သိသည်ဖြစ်၍ ကြဲသိမှုမျှ ဖြစ်သောစိတ်၊ တစ်နည်း-သိမှုမျှဖြစ်သော စိတ်နှင့် သိမှုမျှဟုရှုလျက် ရှုမြင်အပ်သော စိတ်၌ တစ်နည်း-ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဟူသော လောက၌ အဘိဇ္ဈာနှင့် ဒေါမနဿကို တစ်နည်း-လောဘနှင့် ဒေါသကို ပယ်ရှားပျောက်ဖျက်၍နေ၏။ ကိလေသာ စိတ်အညစ်အကြေးကို ကင်းပျောက်စေနိုင်သော လုံ့လဝီရိယ ရှိသည်ဖြစ်၍ တစ်နည်း-အပြင်းအထန် အားထုတ်သည်ဖြစ်၍ အမှတ်ရသည်ဖြစ်၍ မှန်စွာအပြားအားဖြင့် သိသည်ဖြစ်၍ သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားမျှဟု ရှုမြင်လျက် ရှုမြင်အပ်သော သဘောတရား လောက၌ တစ်နည်း-ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဟူသော လောက၌ အဘိဇ္ဈာနှင့် ဒေါမနဿကို တစ်နည်း-လောဘနှင့် ဒေါသကို ပယ်ရှားပျောက်ဖျက်၍နေ၏။

ဤဖော်ပြပါ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်လာ ဥဒ္ဒေသ မြန်မာပြန် စကားရပ်၌-၁။ **ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ ၂။ ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်၊ ၃။ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ ၄။ ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်**ဟူ၍ လေးမျိုးထား၍ ဟောကြားတော်မူပါသည်။ ထို၄-မျိုးလုံးကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ မှတ်ရှုရန် အာရုံများ ဖြစ်ပါ၏။ ကာယာနုပဿနာဟူသည် ဖြစ်ပေါ်နေသော တစ်နည်း-တည်ရှိနေသော ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ် မှတ်ရှုနေမှုကို ဆိုပါသည်။ ဝေဒနာနုပဿနာဟူသည်-ဖြစ်ပေါ်လာသော ခံစားမှု ဝေဒနာများကို မပြတ်ရှုမှတ်နေမှုကို ဆိုပါသည်။ စိတ္တာ

နုပဿနာ ဟူသည်–ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိစိတ်ကို မပြတ်မှတ်ရှု နေမှုကို ဆိုပါသည်။ ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဟူသည်–ဖြစ်ပေါ် လာသော သဘောတရားများကို မပြတ်မှတ်ရှုနေမှုကို ဆိုပါသည်။ ဤလိုအားဖြင့် မပြတ်မှတ်ရှုနေသူသည် ကိလေသာစိတ် အညစ် အကြေးတွေမှ စင်ကြယ်သွားနိုင်သည်။ စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးမှုတို့ကို လဲ လွန်မြောက်သွားနိုင်သည်။ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲတွေလဲ ချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်သွားနိုင်သည်။ အရိယာ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် များရပြီး နိဗ္ဗာန်သို့လဲ မျက်မှောက်ပြုသွားနိုင်သည်ဟု အတိအလင်း ရှင်းရှင်းကြီး ဟောတော်မူထားရာ တကယ်တမ်း အမှန်အားထုတ်သူမှာ မလွဲကေန် ဖြစ်မည်မှာ ယုံမှားဖွယ်မရှိပါ။ ရှေးရှေးသော အရိယာ အရှင်မြတ်ကြီးတွေ ဤသတိပဋ္ဌာန်ကျင့်လမ်းဖြင့် ဝဋ်ဒုက္ခအပေါင်းမှ လွတ်မြောက်ကာ နိဗ္ဗာန်နန်းအမတသို့ ကြွမြန်းတော်မူကြလေပြီ။

၁။ ကာယာနုပဿနာ မှတ်ရှုပုံ

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူအပ်သော သတိပဋ္ဌာန် ၄– ပါးတို့တွင် ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၌ အာနာပါနပိုင်း၊ ဣရိယာပထပိုင်း စသောအားဖြင့် ၁၄ ပိုင်းခွဲခြား ဟောပြထားပါသည်။ ထို ၁၄ ပိုင်းတို့တွင် ဣရိယာပထပိုင်းနှင့် သမ္ပဇဉ်ပိုင်းများကို မူလ မင်းကွန်းဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက သဘောကျ ရွေးချယ် ညွှန်ပြထားရာ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ညွှန်ပြချက်ကို ဤ၌ဖော်ပြ သွားပါမည်၊ ဣရိယာပထပိုင်းနှင့် သမ္ပဇဉ်ပိုင်းကိုသာ အဘယ့်ကြောင့် သီးခြားဖော်ပြပါသနည်းဟူမူ ဤစာရေးသူ၏ သဘောအရ ပြောရပါမူ

ဣရိယာပထပိုင်းနှင့် သမ္ပဇညပိုင်းမှာ ယောဂီများအနေနှင့် ထင်ရှားပြီး မှတ်ရှုလွယ်ခြင်း၊ ဣရိယာပုတ်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်စပ်မှုရှိခြင်း၊ အချိန်တိုင်းတွင် ကိုယ်အမူအရာများ မပြတ်မှတ်ရန် အာရုံများပေါ် ထင်လျက်ရှိခြင်း စသော အခြင်းအရာများကြောင့်ပါတည်း။ ထင်ရှား စေပါဦးမည်။ **သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်းဟူသော ဣရိယာပုတ်ကြီး ၄–မျိုးသည်** တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်စပ်ပြီး အထင်ရှားဆုံးသော ကိုယ်အမူအရာများ ဖြစ်ကြ၍ စဉ်းစားရှာဖွေနေရန် မလိုတော့ပါ။ အလွန်ပေါ်လွင် ထင်ရှားနေသဖြင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ အလွယ်တကူ မှတ်ရှုနိုင်ပါသည်။ ဤမှ တစ်ပါးဖြစ်သော သမ္ပဇညပိုင်းမှာ ဣရိယာ ပထပိုင်းနှင့် အလားတူ အကြီးအငယ်မျှသာ ကွာခြား၍ ထင်ရှားသော ကိုယ်အမူအရာများ ဖြစ်ကြပါသည်။

ဣရိယာပထ ပဗ္ဗ

မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော် ဣရိယာ ပထပဗ္ဗကို ယုံကြည် လေးနက်စေရန် ဖော်ပြပါဦးမည်။

> ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိ၊ ဌိတော ဝါ ဌိတောမှီတိ ပဇာနာတိ၊ နိသိန္နော ဝါ နိသိန္နောမှီတိ ပဇာ နာတိ သယာနော ဝါ သယာနောမှိတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ ယထာ ဝါ ပနဿ ကာယော ပဏိဟိတော ဟောတိ တထာ တထာနံ ပဇာနာတိ။

မြန်မာပြန်မှာ–သွားလျှင်လည်း သွားသည်ဟု သိရ၏။ ရပ် လျှင်လည်း ရပ်သည်ဟု သိရ၏။ ထိုင်လျှင်လည်း ထိုင်သည်ဟု

သိ၏။ လျောင်းလျှင်လည်း လျောင်းအိပ်သည်ဟု သိ၏။ တစ်နည်းကား-ထိုယောဂီ၏ ရုပ်အပေါင်းကိုယ်သည် အကြင်အကြင် အမူအရာအားဖြင့် တည်နေ၏။ ထိုတည်နေသော ရုပ်အပေါင်းကိုယ်ကို တည်နေတိုင်းသော ထိုထိုအမူအရာအားဖြင့် တစ်နည်း-ထိုထိုအမူအရာ တည်နေသည့်အတိုင်း သိ၏။ ဤစကားရပ်ကို နားလည်လွယ်ရန် ရှင်းပြပါအံ့။

မြတ်စွာဘုရားရှင် စကားတော်၏ လိုရင်းမှာ သွားလျှင် သွားတာသိ၊ ရပ်လျှင် ရပ်တာသိ၊ ထိုင်လျှင်ထိုင်တာသိ၊ လျောင်းလျှင် အိပ်လျှင် လျောင်းတာ အိပ်တာသိ၊ အကြင်သို့သော ကိုယ်အမူအရာအားဖြင့် ဤကိုယ်တည်နေ၏။ ထိုတည်နေတိုင်း သိလေဟု ဆိုလိုရင်း ဖြစ်ပေ၏။

မည်သို့ သိရမည်နည်း

သိဟူသော မြတ်စွာဘုရား၏ စကားတော်အရ မည်သို့သိခြင်းမျိုးကို ဆိုလိုပါမည်နည်း။ မှတ်ရှုမှုမရှိသော လောကလူတွေ သိနေသောအသိမျိုးကို ဘုရားရှင် ဟောတော်မူမည် မဟုတ်နိုင်ပါ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် လောကလူတွေ သိနေကြသော မိရိုးဖလာ အသိမျိုးမှာ အမှန်သိ သိသော အသိမျိုး မဟုတ်သောကြောင့်ပါတည်း။ မှန်ပါသည်။ လောကလူတွေ သာမန်သိသော မိရိုးဖလာ အသိမျိုးမှာ ငါသွားသည်၊ သူသွားသည်၊ မိန်းမသွားသည်၊ ယောကျ်ားသွားသည် စသောအားဖြင့် သိသောအသိမျိုးသည် အမှန်သိ သိသော အသိမျိုး မဟုတ်၊ အမှားသိ-သိနေသောကြောင့် ဤလိုအမှားသိမျိုးကို ဘုရားရှင်

ဟောတော်မူသည်မဟုတ်ပေ။ မြတ်စွာဘုရား၏ သိ–ဆိုသော အသိမျိုးမှာ သွားမှုသည် ငါသွားမှုမဟုတ်၊ တစ်နည်း–ငါသွားတာ မဟုတ်၊ သူသွားတာ၊ မိန်းမယောက်ျား သွားတာလဲမဟုတ်၊ ရုပ်နှင့် နာမ်သွားမှု၊ သွားမှုကား ရုပ်နာမ်သွားသည်ဟု အမှန်သိ သိရန် ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်ပေ၏။

အမှန်သိရန် အမှတ်ပြု

သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ အိပ်မှုစသော ကိုယ်အမူအရာ ကြီး ငယ်များကို မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတိုင်း အမှန်သိရန် မည်သို့ မည်ပုံ ပြုလုပ်အားထုတ်ရပါမည်နည်းဟူမူ–ရုပ်နှင့်နာမ်သွားသည်ဟု အမှန်အတိုင်းသိရန်ကို လွန်ခဲ့သော အနှစ်–၇၀ ကျော်မှ အစပြု၍ ယခု မျက်မှောက်ခေတ်တိုင်အောင် သတိပဋ္ဌာန်နည်းအရ မှတ်ရမည်ဟု မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပေါ်လွင်အောင် ထုတ် ဖော်ညွှန်ပြ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ ထိုကျေးဇူးရှင် ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏နည်းကို အစဉ်မှီးလျက် အသီးသီးသော တရားဌာန များစွာတွေမှာ သတိပဋ္ဌာန်မှတ်ရှုပွားများရန် ညွှန်ပြနေကြသည်ကို မြန်မာ့မြေပြင် ကျော်လွန်ပြီး ကမ္ဘာ့မြေပြင်သို့ ပြန့်ပွားစည်ပင်လျက် ရှိနေပါပြီ။

ပေါ်လွင်လှသော မှတ်ရှုနည်း

သွားသည်ကို ရုပ်နာမ်၏ သွားမှုဟု အမှန်သိရန် သွားတိုင်း သွားတိုင်း မှတ်ရမည်။ ပမာအားဖြင့် သွားသည်ဆိုရာ၌ ဘယ်ခြေလှမ်းမှု

ညာခြေလှမ်းမှုဖြစ်၍ ဘယ်ခြေလှမ်းခိုက်တွင် ဘယ်လှမ်းတယ်ဟု မှတ်၊ ညာခြေလှမ်းခိုက်တွင် ညာလှမ်းတယ်ဟုမှတ်။ ဤသို့အားဖြင့် လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်း မလစ်မလပ် စပ်မိအောင် မပြတ်မှတ်နေရပါသည်။

ဤနေရာတွင် အလေ့အလာ မတွင်သေးသော မှတ်စ ယောဂီများမှာ လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်း အမှတ်မပါ၊ လွတ်သွားတတ်ပါ၏။ လွတ်မသွားရန် အထူးသတိပြု မှတ်ရပါသည်။ လေ့လာမှုများလာ၍ သမာဓိအားရှိလာသော် လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်း မှတ်မိလာပါလိမ့်မည်။ သတိပြုရန်အချက်မှာ လှမ်းသည်ကိုမှတ်ရာ၌ ရှေးမကျ နောက်မကျ အလှမ်းနှင့် အမှတ်တစ်ထပ်တည်းကျအောင် မှတ်ရပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ခြေလှမ်းလှမ်းပြီးမှ မှတ်လျှင် နောက်ကျနေပါသည်။ မလှမ်းမီ မှတ်ကလည်း ရှေးကျနေပါသည်။ ဤလိုနောက်ကျရှေ့ကျ မဖြစ်ဘဲ လှမ်းနေခိုက်တွင် အလှမ်းနှင့်အမှတ် တစ်ထပ်တည်းဖြစ်အောင် မှတ်ရပါသည်။ နောက်တစ်ခုက ဘယ်လှမ်း ညာလှမ်းများ၌လဲ မှားတတ်ပါသည်။ ပမာမှာ လှမ်းတာက ဘယ်၊ မှတ်တာက ညာ ဖြစ်တတ်၏။ ဤလိုလည်း မှားတတ်၏။ သတိထားရပေမည်။

အထူးသတိပြုရန်

ပစ္စုပ္ပန်ခဏ–သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာတော်အရ တရားအားထုတ်ကြရာဝယ် တစ်ကျောင်းတစ်ဂါထာ တစ်ရွာတစ်ပုဒ်ဆန်းဟူသော ရှေးစကားကဲ့သို့ သူတစ်မျိုး ကိုယ်တစ်ဖုံ နည်းမျိုးစုံ ဖြစ်နေကြပေ၏။ ကိုယ့်ငါးချဉ် ကိုယ်ချဉ်ဆိုသလို ကိုယ့်ဟာသာ မှန်သည်ဟုလဲ ယူစွဲ

လျက်ရှိကြ၏။ မြတ်စွာဘုရား ဟောပြထားသည်ကို အထူး သတိပြုရန် အမှန်လိုအပ်ပါသည်။ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရရာရကြောင်း စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်းများဖြင့် တကယ်တမ်း အားထုတ်ကြရာ၌ စနစ်တကျ နည်းမှန်လမ်းမှန် အချိုးကျမှ မိမိတို့ လိုအပ်သည်များ ပြည့်စုံနိုင်ပါမည်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူသော သတိပဋ္ဌာန် ဣရိယာ ပထပဗ္ဗ၌ ဂစ္ဆန္တောဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိဟူသော ဤစကားရပ်၌ ဂစ္ဆန္တပုဒ်မှာ သဒ္ဒါအလို ဂမုဓာတ် အန္တပစ္စည်းဖြစ်၍ ဤအန္တပစ္စည်းသည် ပစ္စုပ္ပန်ကာလ၌ အကျုံးဝင်နေ၍ ပစ္စုပ္ပန်ခဏကိုသာ မှတ်သားရ ပါသည်။ ပစ္စုပ္ပန်ခဏမဖြစ်သော အတိတ် အနာဂတ်ကာလများကို ယူဆသုံးနှုန်းပါက မှားမည်အမှန်။ ထို့ကြောင့် ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာ မိတိ ပဇာနာတိအရ သွားလျှင် သွားသည်ဟု သိဆိုရာ ပစ္စုပ္ပန်ခဏ သွားနေခိုက်တွင်သာ သိရမည်ဟု တဲ့တဲ့ ဟောတော်မူသော စကား တော်ဖြစ်၏။ သွားသည်ကို အတိတ်ကာလ အနာဂတ်ကာလများတွင် သိရန်မဟုတ်ပါ။ ပိဋကတ်အကျော် ဆရာတော်ဘုရားများကလဲ ဂစ္ဆန္တောပုဒ်ကို သွားတုန်း သွားဆဲ သွားခိုက်ဟု ပစ္စုပ္ပန်ဆိုင်ရာများနှင့် အနက်ဆိုထားကြပါသည်။ လိုရင်းချုပ်၌ ကောက်ချက်ချ ဖော်ပြရသော် သွားတာသိဆိုရာ၌ သွားတုန်းအခိုက်မှာ သိရမည်ဖြစ်ပေ၏။ ထို့ကြောင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် သွားတာသိရန် လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရမည်။ အလှမ်းအမှတ် ညီတူထပ်တူဖြစ်အောင် မှတ်ရမည်။

ပစ္စုပန္နဉ္စ ယံ ဓမ္မံ တတ္ထ တတ္ထ ဝိပဿတိ။

(ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်)

ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်သော အကြင် ရုပ်နာမ်တရားကို ထိုထိုပစ္စုပ္ပန်ခဏ၌ မှတ်ရှုရမည်။ (မြန်မာပြန်)

(**ဆောင်**) သွားတုန်း သွားဆဲ သွားခိုက်မယ်၊ သွားတယ် မှတ်ရမယ်။

လျော်စွာသိမှု–သွားသောဣရိယာပုတ်၌ ခြေလှမ်းတိုင်း လှမ်းတိုင်း မလစ်မလပ် မပြတ်မှတ်လှမ်းရပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ဘယ်လှမ်းခိုက်တွင် ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းခိုက်တွင် ညာလှမ်းတယ်ဟု မပြတ်မှတ်နေရပါသည်။ အားထုတ်စ ယောဂီများအနေနှင့် ဘယ် ညာထည့်၍ မှတ်မှုက ပိုလေးနက်ပါ၏။ အဘယ့်ကြောင့်ဟူမူ စိတ်အာရုံမှာ ဘယ် ညာဟူသော ကြောင့်ကြမှု စူးစိုက်မှုပိုသဖြင့် ခိုင်မြဲလွယ် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သမာဓိ ရင့်သန်လာချိန်တွင် ဘယ်ညာမထည့်ဘဲ လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟု မှတ်နိုင်ပါသည်။ ၄–၅ ရက်ခန့် အားထုတ်၍ သမာဓိပိုမိုအားရှိလာသော် ခြေတစ်လှမ်း၏ကြွမှုနှင့် ချနင်းမှုများကိုပါ အာရုံပြုမှတ်နိုင်ပါသည်။ သမာဓိပိုမို အားရှိလာသူများမှာ ခြေတစ်လှမ်းတွင် ခြေကြွသည်ကိုလဲ သိရ၏။ ခြေရှေ့တိုးလှမ်းသည်ကိုလဲ သိရ၏။ ခြေချနင်းသည်ကိုလဲ သိရ၏။ အားထုတ်သော ရက်များလာပြီး အလေ့အလာတွင် ဉာဏ်မြင်ပေါ်လာသော ယောဂီမှာမှတ်လျက် လှမ်းနေသော ခြေလှမ်း၏ကြွမှု၊ ဆွဲဆောင်မှု၊ ရှေ့လှမ်းမှု၊ ချနင်းမှု နင်းမိရာနှင့် မာသောသဘော ပျော့သောသဘော ပူသောသဘော စသော အတွေ့သဘောများကိုလဲ အာရုံအားလျော်စွာ တွေ့သိနေပါသည်။ ဤလိုအားဖြင့် ခြေတစ်လှမ်းကို မှတ်ရှုရာ၌ အတွေ့တွေ့သိမှုတွေမှာ ပဇာနာတိ–အပြားအားဖြင့် သိ၏ ဟူသော ပါဠိတော်နှင့်အလျော် သိမှုဖြစ်ပါ၏။

စိတ်တည်ငြိမ်မှု–ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ခြေလှမ်းကို အမှတ်ပြု လှမ်းရာ၌ ခြေတစ်လှမ်း၏ စကြွသည်မှ ချနင်းသည်အထိ တရစပ် အသိစိတ်မပြတ် သိနေရန် လိုအပ်ပါသဖြင့် ခြေလှမ်းခိုက် ခြေကို အာရုံစူးစိုက်ပြီး ဟိုဟိုဒီဒီ စိတ်ထွက်မသွားအောင် ဂရုတစိုက် မှတ်နေရပါသည်။ စိတ်၏သဘောဓမ္မတာမှာ ထိုထိုအာရုံများသို့ ထွေထွေလာလာ ရောက်တတ်ပြေးသွားတတ်သော သဘောရှိရာ မှတ်စယောဂီများမှာ အာရုံတစ်ခုတည်း၌ တည်ငြိမ်ရန် မလွယ်လှပါ။ လှမ်းနေခိုက် လှမ်းသောခြေပေါ်၌ စိတ်စူးစိုက်တည်ရှိရန် အချိန် တော်တော်ကြာ အလေ့အလာ ပြုရပါမည်။ လွယ်ယောင်နှင့် ခက် ဟူသော ရှေးစကားနှင့် အလားတူ မှတ်မှုကား လွယ်လှ၏။ စိတ် တည်ငြိမ်မှုမှာ မလွယ်ပါ။

သို့သော် ခွဲလုံ့လရှိရှိနှင့် မပြစ်မနေ ကြိုးစားက ဖြစ်နိုင်သော သဘောဓမ္မတာပေ။ ဝီရိယရှိသူမှာ အရာခပ်သိမ်း ပြီးစီးနိုင်သည်ဟု ကျမ်းဂန်လာ စကားရှိပေသည်။ မပြစ်မနေ ကြိုးစားမှတ်ရပါသည်။ သမာဓိအရှိန်ရ၍ မှတ်မှုအလေ့ကောင်းလာသော် မှတ်သောအာရုံပေါ်၌ စိတ်တည်ငြိမ်လာပါလိမ့်မည်။ အမှတ်ပြုသော အာရုံလဲ ထင်ရှားလာ ပါလိမ့်မည်။ အာရုံထင်ရှားလာသော် ဟိုဟိုဒီဒီ ကြံစည်စိတ်ကူးမှုတွေလဲ ပျောက်ပျက်သွားပါလိမ့်မည်။ မှတ်သောအာရုံပေါ်၌ စိတ်တည်ငြိမ်မှု ကောင်းစွာရသော် ယုံကြည်ဝမ်းသာစိတ်များလဲ ဖြစ်ပေါ်လာပါ လိမ့်မည်။ ဤအဖြစ်မျိုးသို့ ရောက်ရှိလာသော် ယောဂီ၏သမာဓိ တိုးတက်လာပြီဟုမှတ်ပါ။ ဤလိုယောဂီ၏ သမာဓိတိုးတက်လာချိန်၌

အမှတ်ပြုသော အာရုံ၌ စိတ်တည်ငြိမ်မှုရကာ သိရမည့်သဘော လက္ခဏာများကို ကောင်းစွာပင် ပိုင်းခြားသိရပါသည်။

ပိုင်းခြားသိပုံ

အမှန်ရောက်သော်–သွားသောကြိယာပုတ်၌ ဘယ်လှမ်းတယ် ညာလှမ်းတယ်ဟုလည်းကောင်း၊ လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟု လည်း ကောင်း မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် လှမ်းသောခြေ၌သာ အာရုံ ကပ်တည်လျက် ကြံစည်တွေးတောမှုတွေ ငြိမ်းပြီး လှမ်းသောခြေ၏ အစကြွသည်ကိုလည်းသိ၏၊ ကြွလိုက်၍ ခြေလွတ်တက်လာသည်ကိုလဲ သိ၏။ ရှေ့ဘက်သို့လှမ်းလိုက်၍ တရွေ့ရွေ့ ရွေ့လျားနေသည်ကို လဲသိ၏။ ရွေ့ရာမှ ချနင်းလိုက်သည်ကိုလဲ သိ၏။ နင်းမိရာ၌ မာ သောအရာကိုနင်းမိ၍ မာမှု မာသည်ကိုလဲသိ၏ ပျော့သည့်အရာ ကိုနင်းမိ၍ ပျော့မှုပျော့သည်ကိုလဲသိ၏။ ပူသောနွေးသောအရာနင်းမိ၍ ပူမှုနွေးမှု၊ ပူသည်နွေးသည်ကိုလဲသိ၏။ ဤသို့စသည်ပထဝီရုပ်နှင့် တွေ့ထိသည်များကို တွေ့ထိသော သဘောလက္ခဏာ အားလျော်စွာ ယောဂီမှာကောင်းစွာပိုင်းခြား သိနိုင်ပေသည်။ ဤသို့သော သဘော လက္ခဏာများကို ကောင်းစွာသိရှိလာသော ယောဂီသည် သဘာဝ လက္ခဏာကို အမှန်အတိုင်း သိသည်ဖြစ်၍ ယထာဘူတဉာဏ် ဟုတ်မှန်စွာသိသည်ဟုခေါ်ဆိုရပါသည်။

ဤလို ယထာဘူတဉာဏ် ဟုတ်မှန်စွာသိမှုကို မြတ်စွာဘုရားရှင် ၏ သိဟုဝါ–သိရမည်ဟု မိန့်ဆိုချက်ဖြစ်ပါ၏။ အမှန်သိ သိရှိလာသော် အမှားသိများ အလိုအလျောက် ချုပ်ပျောက်ကြပါတော့သည်။ ချုပ်

ပျောက်ပုံမှာ ယခင်အမှတ်မပြုဘဲ သွားမှုကို ငါသွားသည်ဟု ထင်မှတ်မှုအမှားများသည် မှတ်ရှုလှမ်းချိန်နှင့် ရွှေ့လျားနေသော သဘောမျှသာ ထင်ရှိတော့သဖြင့် ယခင်က ငါဟုထင်နေသော အထင်မှာ လုံးဝပျောက်ပျက်သွားပါသည်။ အမှားပျောက်၍ အမှန်သို့ရောက်သော ယထာဘူတဉာဏ်ဟုမှတ်ပါ။

ယထာဘူတဉာဏ်-ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ဤအထက်ဖော်ပြပါ ယထာဘူတဉာဏ်ခေါ် သဘာဝလက္ခဏာကို ပိုင်ပိုင်ထင်ထင် သိမြင်ရန် အထူးလိုအပ်ပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်လိုပါသနည်း။ ရုပ် နာမ်အာရုံများကို ပိုင်းခြားမှတ်ရှုရာဝယ် ဤသဘာဝလက္ခဏာကို ကောင်းစွာပိုင်းခြားသိမှသာလျှင် သာမညလက္ခဏာ စသည်များကို သိနိုင်ပါသည်။ သဘာဝလက္ခဏာသည် ဝိပဿနာ၏ အခြေခံဖြစ်၍ ဤသဘာဝလက္ခဏာကို ဦးစွာအစ သိရှိရပါသည်။ သဘာဝလက္ခဏာဟူသည် ရုပ်နာမ်တို့၏ မိမိ-မိမိတို့၌ တည်ရှိနေသော ပင်ကိုသဘော ဖြစ်ပါသည်။ ပေါ်လွင်ရန် ဖော်ပြပါမည်။ သွားသော ဣရိယာပုတ်၌ လှမ်းနေသော ခြေလှမ်းသည် ဝါယောရုပ် လွန်ကဲသော ဝိညတ်ရုပ်ဖြစ်နေ၍ ဝါယောရုပ်၏ လှုပ်ရှားသော သဘောလက္ခဏာ ထင်ရှားနေပါသည်။ လှမ်းခိုက်ကို လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် ထိုဝါယောရုပ်၏ လှုပ်ရှားနေသော သဘောကို ကောင်းစွာ ပိုင်းခြားသိရပေ၏။ ဤလိုအားဖြင့်သိသော အသိကိုပင် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိမှုဖြစ်၍ ယထာဘူတဉာဏ် အမှန်သိဟု မှတ်ယူရပါသည်။

ဆိုင်ရာသဘာဝလက္ခဏာများ

အသိဉာဏ်တွင်–လှမ်းခိုက်တွင် ဝါယောရုပ်၏ သဘော လက္ခဏာသာ ဖြစ်ပေါ်နေသည် မဟုတ်ပါ။ အတူတကွ ဖြစ်ဖော် ဖြစ်ဖက်များဖြစ်သော တေဇောရုပ်၊ ပထဝီရုပ်များကိုလဲ ယောဂီအာရုံ တွင် ထင်လာသော သဘောရုပ်များကို ထင်ရှားသိရပါသည်။ ယောဂီသိပုံ–လှမ်းခိုက်ကို လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် ခြေလှမ်းစကြွ၍ မြောက်လာသော ရွေ့မှုရှေ့ဘက်သို့ လှမ်းခိုက်ရွေ့သော သဘော၊ ချနင်းခိုက် ထိမှုသဘော၊ နင်းမိ၍ မာမှု၊ ပျော့မှု၊ ပူနွေးမှု၊ အေးမှု ဤသဘောများကိုလဲ သိနိုင်ပါ၏။ ရွေ့မှုများမှာ ဝါယောရုပ်၏ သဘောများ ဖြစ်ကြ၏။ ထိမှု၊ မာမှု၊ ပျော့မှုများကား ပထဝီရုပ်၏ သဘောများ ဖြစ်ကြ၏။ ပူနွေးအေးမှုများမှာ တေဇောရုပ်၏ သဘော များ ဖြစ်ကြ၏။ ဤသို့လည်း မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် ဘူတရုပ်ခေါ် တေဇော ဝါယော ပထဝီရုပ်ကြီးများ၏ သဘောလက္ခဏာများကို ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာက ဖော်ပြရန်မလို၊ ယောဂီ၏ အသိဉာဏ်တွင် ထင်ရှားပေါ်လွင် သိမြင်လာပါသည်။

သဘောကိုသာ–အထက်ဖော်ပြပါ လှုပ်ရှားမှု၊ ထိမှု၊ ပူမှု၊ အေးမှု စသော ရုပ်တရားများ၏ သဘောလက္ခဏာကို ကောင်းစွာ သိမှတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို နာမ်ရုပ်သိနေသော ယောဂီ ဟုခေါ်ဆိုရပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ပါနည်း။ လှမ်းသည်ကို မှတ်ရှု နေသဖြင့် လှမ်းမှုတွင် ပါဝင်ထင်ရှားနေသော လှုပ်ရှားမှု ဝါယော သဘော ပူနွေးအေးမှု၊ တေဇောသဘော၊ ထိမှု၊ မာမှု၊ ပျော့မှု၊ ပထဝီ သဘော၊ ဤသဘောများသည် ရုပ်တရားများ၏ ပင်ကို အရှိ

သဘောများ ဖြစ်ကြ၍ ထိုပင်ကို သဘောလက္ခဏာကို သိခြင်းမှာ သဘာဝဉာဏ် ယထာဘူတဉာဏ် အမှန်သိ ဖြစ်နေ၍ လှုပ်ရှားမှု၊ ထိမှု၊ ပူအေးမှုများက ရုပ်၊ သိမှုကနာမ်၊ ဤသို့အားဖြင့် ယောဂီ၏ ရုပ်နာမ်သိမှုမှာ သဘာဝပင်ကိုအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျမ်းစာများတွင် လာရှိသော ဘူတရုပ်၊ ဥပါဒါရုပ် စသော အမည်နာမ ထုတ်ဖော်ပြနိုင်သော အသိမျိုးမဟုတ်ပါ။ တစ်နည်းဆိုရသော် ယောဂီက ရုပ်နာမ် သိသည်ဆိုရာ၌ စာလာပေလာ သရုပ်သချာ နာမည်များကို သိသော အသိမျိုးမဟုတ်ပါ။ သဘောကိုသာ သိသော အသိမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

သဘာဝ ၆–မျိုးပါသော ခြေလှမ်း

သိမှုကိစ္စ–အဋ္ဌကထာဆရာက ခြေတစ်လှမ်းတွင် ပါဝင်နေသော သဘာဝ ၆–မျိုးကို ခွဲခြားပြထားပါသည်၊ ၆–မျိုးမှာ–

၁။ ဥဒ္ဓရဏ–ကြွမှု၊

၂။ အတိဟရဏ–ဆွဲဆောင်မှု၊

၃။ ဝီထိဟရဏ–လှမ်းမှု

၄။ ဝေါသဇ္ဇန–လွှတ်မှု၊

၅။ သန္နိက္ခေပန–ချမှု၊

၆။ သန္နိရုမ္ဘန–ဖိနင်းမှု။

ဤသို့ ၆–မျိုးသော သဘာဝကို ခွဲပြထားပါသည်။ မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် ဤ ၆–မျိုးကို ခွဲခြားသိနေရန်မလိုပါ။ ခြေတစ်လှမ်း၏အစ ကြွသည်မှစ၍ ချနင်းဖိသည့်တိုင် မပြတ်သိမှတ်လျက်

ရှိနေပါလျှင် အထက်ဖော်ပြပါ သဘာဝ ၆-မျိုးလုံးကို ကုန်စင်သိမြင်ပြီး ဖြစ်နေပေ၏။ အကျဉ်းချုပ်သိရန်မှာ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်ဟုမှတ်၍ လှမ်းမှု၏အစနှင့်အဆုံး ကောင်းစွာသိလျှင် တစ်လှမ်း၏သိမှုကိစ္စ ပြည့်စုံပါသည်။ အထူးကား ယောဂီ၏ ရုပ်နာမ်သိခြင်းမှာ သဘာဝကို သိခြင်းမျိုးဖြစ်၏။

ရပ်သော ဣရိယာပုထ်

ပေါ်လွင်ထင်ရှား-သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်တွင် ဌိတော ဝါ ဌိတောမှီတိ ပဇာနာတိဟု ဟောတော်မူပါသည်။ ဤပါဠိတော်အရ ရပ်သည်ရှိသော် ရပ်သည်ဟု သိ။ ဤသို့ မြတ်စွာဘုရားရှင် ညွှန်ပြသည်မှာ မည်သို့သိရမည်ဟု ပိုင်းခြားသိပုံသိနည်း မပေါ်လွင်ပါ။ လောကလူများ သိရိုးသိစဉ် ပကတိ ပင်ကိုအသိမျိုးကို ဟောတော်မူသည်မှာလည်း မဖြစ်နိုင်ပါ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် လောကလူတွေ သိနေသောအသိမျိုးသည် အမှန်မဟုတ် အမှားသိ-သိနေကြသော ကြောင့်သာတည်း။ မှတ်ရှုမှုမရှိသော လောကလူတွေ သိနေသော အသိမှာ ငါရပ်သည်၊ သူရပ်သည်၊ မိန်းမရပ်သည် စသော သိမှားမှု၊ တစ်နည်း အသိမှားမှု ဖြစ်နေကြသောကြောင့် ရပ်သည်ကို အကြောင်းပြု၍ အသိမှား အမှတ်မှား အစွဲမှားများနှင့် မှားချင်တိုင်းမှားပြီး လက်စမဆုံးနိုင် ဖြစ်နေကြလေသည်။ ဤသို့သော အမှားသိ အသိမျိုးမှ လွတ်သော အမှန်သိမျိုးသိရန် ဟောကြားတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤဘုရားရှင်၏ အမှန်သိမျိုးဖြစ်ရန်၊ တစ်နည်း-အမှန်သိ-သိရန် မည်သို့ အားထုတ်ကျင့်ကြရပါသနည်းဟုမူ-မင်းကွန်းဇေတဝန်

ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ပြသည်မှာအမှန်သိရန် အမှတ်ပြုရမည်ဖြစ်၍ ရပ်နေခိုက်တွင် ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ ဤသို့မှတ်ရှုရာ၌ ရပ်သောဣရိယာပုတ်၏ အစအဆုံး မပြတ်မှတ်ရပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ၂ မိနစ်ခန့် ရပ်နေလျှင် ၂ မိနစ်ခန့်မှတ်ပါ။ ၃-၄-၅ မိနစ်ခန့်ရပ်နေလျှင် ၃-၄-၅ မိနစ်ခန့် မှတ်နေပါ၊ ရပ်နေသော ဣရိယာပုတ်တွင် ရပ်သော ဣရိယာပုတ်ဆုံးသည်တိုင်အောင် မှတ်နေပါ။ သွားသောဣရိယာပုတ်၌ လှမ်းသောခြေကို အာရုံယူရှုစိုက်မှတ်ရ၏။ **ဤရပ်သော ဣရိယာပုတ်၌ ခြေဆုံးခေါင်းဆုံး တစ်ကိုယ်လုံးကိုခြုံ၍ အာရုံရှုစိုက် မှတ်ရပါသည်။** ရပ်နေခိုက်တွင် ဟိုဟိုဒီဒီ မျှော်ခေါ်မကြည့်မိရန် သတိထား မှတ်နေသောစိတ် လွတ်ထွက်သွားတတ်ပါသည်။

အကယ်၍ ကြည့်လိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ကြည့်သော် ကြည့်တယ်၊ ကြည့်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ပါ။ ကြည့်ရာ၌ မြင်သော်မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မြင်သည်ကို မပြတ်မှတ်ပါ။ ကြည့်ရှုမြင်မှုတွေ ဆုံးသွားသော် ရပ်သည်ကို ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ ဤရပ်မှု၌ အလေ့အလာ များလာ၍ သမာဓိအား ကောင်းလာသော် ရပ်နေသော တစ်ကိုယ်လုံးကို အသိဉာဏ် ခြုံမိ၍ ထိုထိုကိုယ်အင်္ဂါများမှ တောင့်တင်းမှုတွေ လှုပ်ရှားမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို ထင်ရှားတွေ့နေပါလိမ့်မည်။ ဤဖြစ်ရပ်များကို သမာဓိအားနည်းသော ယောဂီများ မှန်ကန်စွာ မသိနိုင်သေးပါ။ ရပ်တည်နေသော ရပ်ကိုယ်ကြီး၏ သဘာဝမှာ ရပ်လိုသောစိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသော တစ်ကိုယ်လုံး

၂၄၀၃၄

စိတ္တဇဝါယောရုပ်တွေ ပျံ့နှံ့လျက် ထောက်ကန်တောင့်တင်းသော သဘောလက္ခဏာ အမူအရာတွေ ခြေဆုံးခေါင်းဆုံး၌ပင် ဖြစ်ပေါ် တည်ရှိနေပါသည်။ ထိုဖြစ်ပေါ်တည်ရှိနေသော သဘောလက္ခဏာ များကို ယောဂီ၏ အသိဉာဏ်တွင် ပေါ်လွင်ထင်ရှား သိမြင်လာ ပါသည်။

သိရန်လိုရင်း–ရုပ်နေသောကိုယ်ကို မပြတ်မှတ်၍ ကိုယ်ပေါ်၌ ဖြစ်ရှိနေသော တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုများကို ဖြစ်သောအတိုင်း မှန်ကန်စွာ သိနေသည်ကို ယထာဘူတဉာဏ် ဟုတ်မှန်စွာသိသော ဉာဏ်ဟုဆိုရ၏။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဖြစ်ပေါ်သော သဘောအတိုင်းသိရန် လိုရင်းနှင့်အမှန်ဖြစ်သည်၊ ဤလိုသိမှုကို ဘုရားရှင်က ညွှန်ပြခြင်း ဖြစ်သည်။

အမှန်သိသူမှာ အမှားသိ၊ တစ်နည်း–သိမှားမှုပျောက်ပါ သည်။ ပေါ်လွင်အောင် ဖော်ပြရသော် အမှားအဝိဇ္ဇာပျောက်ပြီး အမှန်သိဝိဇ္ဇာဉာဏ် ဖြစ်လာပါသည်။ အဝိဇ္ဇာကြောင့်သာ သံသရာ ရှည်လျား၍ ဒုက္ခပွားရသည်။ အဝိဇ္ဇာကြောင့် ကင်းသော် သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်နိုင်သည်။ ဝိပဿနာမှတ်ရှုသော ယောဂီ များသည် ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များတွင် အဝိဇ္ဇာမကပ်ငြိရန် သတိပဋ္ဌာန်တရား မပြတ်အားထုတ်ရပါသည်။

ထိုင်သော ဣရိယာပုတ်

ငါစွဲမလွတ်–သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်တွင် နိသိန္နောဝါ နိသိန္နော မှီတိ ပဇာနာတိဟု ဟောတော်မူပါသည်။ ဤပါဠိတော်၏ ဆိုလို

ရင်းမှာထိုင်လျှင် ထိုင်သည်ဟုသိ၊ ဤစကားတော်၌လည်း ထိုင်သည်ဟုသိ ဟူ၍သာ ဟောကြားပါသည်။ သိပုံသိနည်းနှင့် သိရန်သဘောများကို ထုတ်ဖော်ပြမထားပေ။ သို့သော် လောကလူတွေ သတ္တဝါတွေ သိနေကြသော သိမှုမျိုး၊ တစ်နည်းဆိုသော် အများစုသိနေသော မိရိုးဖလာအသိမျိုး မဖြစ်နိုင်ပေ။ မှတ်ရှုမှုမရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ သိနေသော အသိမှာ ငါစွဲမလွတ်၊ ငါဟုထင်နေသော အထင်မျိုးမှ လဲမလွတ်၊ အများသိ စင်စစ်ဖြစ်နေသောကြောင့် ဤလိုလောကလူများစု သိနေကြသော အသိမျိုးကို ရည်ရွယ်၍ ဟောတော်မူသည် မဟုတ်ပေ။ အမှန်စင်စစ်အားဖြင့် ထိုင်လိုစိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ထိုင်ရုပ်၊ ဤလိုရုပ်နှင့် နာမ်ထိုင်သည်ဟုသိရန် ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

မှန်ပါသည်။ ထိုင်လိုစိတ်နှင့် ထိုင်ရုပ်၊ ထိုင်ရုပ်နှင့်အသိနာမ်။ ဤသို့သော ရုပ်နှင့်နာမ်သာ ထိုင်မှုတွင် ပါဝင်တည်ရှိနေ၍ လောကလူတွေ သိနေသော ငါထိုင်သည်၊ သူထိုင်သည်၊ မိန်းမထိုင်သည် စသည်အားဖြင့် သိနေသော အသိမျိုးမှာ တရားသိမဖြစ်၊ အများသိများသာ ဖြစ်ပေသည်။ ဤလိုအများသိမျိုးကို ဘုရားရှင် ဟောမည် မဟုတ်ပါ။ ရုပ်နှင့်နာမ် ထိုင်သည်ဟုသိရန် ဟောတော်မူအပ်ပါသည်။

ရုပ်နှင့်နာမ် ထိုင်သည်ဟု သိရန်

သတိအမှတ်–မြတ်စွာဘုရား၏ အလိုတော်ကျထိုင်မှုသည် ရုပ်နှင့်နာမ်ထိုင်သည်ဟုသိရန် မင်းကွန်းဇေတဝန်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက ထိုင်တုန်းမှာ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု ထိုင်သော ဣရိယာပုတ်

မပြောင်းမချင်း ထိုင်သောအမှတ်ကို မပြတ်မှတ်နေပါ။ သို့သော် အထိုင်ကြာသော် အောက်ပိုင်းကိုယ်မှ တောင့်မှု၊ တင်းမှု၊ ပူမှု၊ ကျင်မှု၊ နာမှု၊ ကိုက်ခဲမှုစသော သဘောအမျိုးမျိုးများ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါသည်။ ဤသို့ဖြစ်ပေါ်လာသော် လွန်ကဲဖြစ်ပေါ်လာသော သဘောကို ပြောင်းမှတ်နိုင်ပါသည်။

ပမာအားဖြင့် ထိုင်တယ်၊ ထိုင်တယ်မှတ်နေစဉ် တစ်နေရာရာမှာ နာမှုပေါ်လာသော် နာတယ်၊ နာတယ်ဟုမှတ်ပါ။ ကိုက်မှုပေါ်လာသော် ကိုက်တယ်၊ ကိုက်တယ်ဟုမှတ်ပါ။ ထုံမှုပေါ်လာသော် ထုံတယ်၊ ထုံတယ်ဟုမှတ်ပါ။ အခိုက်အတန့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဖြစ်ရပ်များကို မှတ်ယင်းမှတ်ယင်းနှင့် ပျောက်သွားသည်များလဲ ရှိတတ်ပါ၏။ ပျောက်သွားသော် ထိုင်နေသောထိုင်မှတ်ကို ပြန်မှတ်ပါ။ မပျောက်ဘဲ လွန်ကဲစွာဖြစ်ပေါ်လာသော ဣရိယာပုတ်ကိုလဲ ပြင်နိုင်ပါသည်။ ပြင်သော် ပြင်သော အမှုအရာများကိုလဲ မှတ်ပါ။ ပမာအားဖြင့် ခေါက်ခွေထားသော ခြေကို ဆွဲဆန့်ကာ တစ်ဘက်နှင့်တစ်ဘက် ပြန်ထိုင်သည်များကို ခေါ်ဝေါ်သောအတိုင်း မှတ်ပါ။ အချိုးကျ ထိုင်မိသော် ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု ဆက်မှတ်ပါ။ ထိုင်နေစဉ် တစ်စုံတစ်ခု မြင်မှုပေါ်လာသော် မြင်တယ်၊ မြင်တယ်ဟုမှတ်ပါ။ မြင်မှုပြီးဆုံးသွားသော် ထိုင်တယ်၊ ထိုင်တယ်ဟု ပြန်မှတ်ပါ။ တစ်စုံတစ်ခု အသံကြားလာသော် ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု ကြားသောအသံ မဆုံးမချင်းမှတ်ပါ။

ဤသို့စသည် မူလမှတ်နေသောအာရုံမှ ပိုမိုလွန်ကဲလာသော အာရုံများကို ပြောင်းလွှဲမှတ်နိုင်ပါသည်။ သာမန်ပေါ်လာ၍ မူလ

အမှတ်မပျက်သော အာရုံများကို အမှတ်မပြောင်းဘဲ မှတ်နေကျအာရုံကို မပြတ်မှတ်ပါ။ ထိုင်သောဣရိယာပုတ်မှာ ကြာကြာထိုင်လျှင် အောက်ပိုင်းကိုယ်တွင် မခံသာဝေဒနာများ ထူးထူးထွေထွေ ပေါ်လာတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဣရိယာပုတ် များကို မျှမျှတတဖြစ်ရန်လဲ ပြုပြင်ပြောင်းလွှဲ မှတ်နိုင်ပါသည်။ သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း ဣရိယာပုတ် ၄-မျိုးလုံး သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်တွင် ယောဂီများ မှတ်နိုင်ရန် (ဝါ) မျှမျှတတ ပြောင်းလွှဲမှတ်ရန် ဟောပြထားတော်မူပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဣရိယာပုတ် ၄-မျိုးကို မိမိတို့နှင့် လျောက်ပတ်ရာကို မပြတ်မှတ်ရှုနိုင်ရန် လိုပါသည်။ ယောဂီများအနေနဲ့ ဘယ်ဣရိယာပုတ်နှင့်ပဲဖြစ်ဖြစ် မှတ်ရှုက တရားဖြစ်ပါသည်။ အဓိကလိုရင်းမှာ ကိုယ်အမူအရာတိုင်းမှာ သတိအမှတ်မလွတ်နေရန် ဖြစ်ပေ၏။ **အမှတ်လွတ်သော် မောဟဖြစ်မည်။ မောဟဖြစ်လျှင် လောဘ၊ ဒေါသများဖြစ်ခွင့်ရနိုင်သည်။** ဤသို့သော ကိလေသာများ မဝင်ရောက် မဖြစ်ပေါ်ရအောင် သတိအမှတ်ပြုရပါသည်။

ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်–ထိုင်သော ဣရိယာပုတ်နှင့် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီများမှာ ထွေထွေလာလာ ဝေဒနာများ ပေါ်လာဖြစ်တတ်သည်မှာ အများအားဖြင့် အထိုင်ကြာ၍ ထိုင်နေကျမဟုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များတွင် တွေ့ရတတ်၏။ ထိုသို့ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝေဒနာကို လွန်အောင်မှတ်နိုင်သူများလဲရှိတတ်၏။ လွန်မြောက်အောင် မှတ်နိုင်သူများ နောက်ထပ် ဤလိုဝေဒနာများ မဖြစ်တော့ဘဲ လုံးဝပျောက်ကင်းသူများလဲ အတော်များများ တွေ့ဖူး၏။ ယခင်က ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ဖူးသော

ဝေဒနာများလဲ တရားအားထုတ်စဉ် ပျောက်ကင်းသွားသူများကိုလဲ တွေ့ရ၏။

ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ဖော်ပြပါမည်။ အသက် ၆ဝ ကျော် ဒကာကြီးတစ်ဦးတွင် နှစ်အတော်ကြာကြာကပင် စွဲကပ်နေသော ဒူးနာ ပေါင်ကိုက်ဝေဒနာ အခံခက်လှစွာ နေရသည်ဟုဆို၏။ တရားစခန်းသို့ ဒူးနာပေါင်ကိုက်လျက်နှင့်ပင် ဝင်ရောက်အားထုတ်ရာ ထိုဒူးနာ ပေါင်ကိုက် ဝေဒနာပျောက်ကင်းသွားပါသည်ဟု လျှောက်ထား၏။ တစ်ဦးမှာ ဗိုက်နာဝေဒနာနှင့် ဆော်ဒါဆေး အမြဲစားနေရသော ဒါယိကာမကြီးတစ်ယောက် တရားလာရောက် အားထုတ်ရာ ဆော်ဒါဆေး မစားရတော့ပဲ လုံးဝပျောက်ကင်းသည်ဟု ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ လျှောက်ထားပါသည်။

ဤသို့သော ဖြစ်ရပ်များ အတော်များများ တွေ့ရပါသည်။ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တက္ကသိုလ်ဝိပဿနာ တရားစာအုပ်တွင်လည်း ဝေဒနာရှင် ယောဂီအတော်များများ မိမိတို့၌ စွဲကပ်သော ဝေဒနာများ ပျောက်ကင်းသွားကြသည်ကို ထုတ်ဖော်ရေးသားထားသည်မှာ နာမည် နေရပ်နှင့်တကွ ဝေဒနာကိုပါ တွေ့ရှိရပါသည်။

ယုံမှားကင်းစေရန်-တရားအားထုတ်ကြရာတွင် ဣရိယာပုတ်တစ်မျိုးတည်း ထိုင်လျက်သာ အားထုတ်လေ့ ရှိကြသည်က များနေပါ၏။ အများ၏ ဝေါဟာရမှာပင် တရားထိုင်သည်ဟု အသုံးတွင်လျက် ရှိနေပါသည်။ **အမှန်စင်စစ်မှာ တရားအားထုတ်သည်ဟု ဆိုရာ၌ ထိုင်လျက်နှင့်လဲ အားထုတ်ရပါသည်။ သွားလျက်**

နှင့်လဲ အားထုတ်ရပါသည်။ ရပ်လျက်နှင့်လဲ အားထုတ်ရပါသည်။ လျောင်းအိပ်လျက်နှင့်လဲ အားထုတ်ရပါသည်။ ဘုရားရှင် ဟောတော်မူသော သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာတော်မှာလဲ ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဌိတော ဝါ နိသိန္နော ဝါ သယာနော ဝါဟု ဣရိယာပုတ် ၄–မျိုးစုံ အားထုတ်ရန် ညွှန်ပြဟောထားပါသည်။

ထို့ကြောင့် တရားအားထုတ်သော ယောဂီသည် ထိုင်လျက်ဖြစ်စေ၊ ရပ်လျက်ဖြစ်စေ၊ သွားလျက်ဖြစ်စေ၊ လျောင်းအိပ်လျက်ဖြစ်စေ မည်သည့်ဣရိယာပုတ်နှင့်မဆို မိမိနှင့်သင့်လျော်ရာ ဣရိယာပုတ်များနှင့် အားထုတ်ပါက အသင့်လျော်ဆုံး ဖြစ်လိမ့်မည်ဟု ယူဆပါသည်။ ကြာကြာထိုင်ကျင့်မရှိ၍ ကြာကြာမထိုင်နိုင်သော ယောဂီမှာ သွား လျက်၊ ရပ်လျက်၊ အိပ်လျက်၊ အားထုတ်ပါကလဲ ဝိပဿနာ ဘာဝနာ ပြည့်စုံနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ရှေးရှေးခေတ်များကပင် သွားလျက်နှင့် မဂ်ဖိုလ်ရသူ၊ ရပ်လျက်နှင့် မဂ်ဖိုလ်ရသူ၊ ထိုင်လျက်နှင့်မဂ်ဖိုလ်ရသူ၊ လျောင်းအိပ်လျက်နှင့် မဂ်ဖိုလ်ရကြသူ အရိယာအရှင်မြတ်တွေ ကျမ်းဂန်များတွင် ဖော်ပြလျက် ရှိနေပါသည်။ လိုရင်းအချုပ်မှာ ဣရိယာပုတ် တစ်မျိုးတည်းမူမထားဘဲ ဣရိယာပုတ်တိုင်းနှင့် အားထုတ်နိုင်ပါသည်ဟုမှတ်ပါ။ ဤအထက်ပါ စကားရပ်များမှာ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များ ထိုင်လျက် အားထုတ်မှ တရားဖြစ်သည်ဟု လည်းကောင်း၊ တရားဆိုတာ ထိုင်အားထုတ်ရသည်ဟု လည်းကောင်း ထိုင်လျက်အားထုတ်နေသည်ကိုမှ တရားအားထုတ်နေသူဟု ထင်မှတ်နေသူများအတွက် ယုံမှားကင်းစေရန် ဖော်ပြရခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

လျောင်းအိပ်သော ဣရိယာပုတ်မှတ်ပုံ

အမှတ်နှင့်-ယခုမျက်မှောက် ခေတ်သုံးဖြစ်သော လျောင်းအိပ် နှစ်မျိုးတွင် အိပ်ကိုသာ အသုံးပြုသွားပါမည်။ အိပ်သော ဣရိယာပုတ် ကို မှတ်ရှုရာ၌ အိပ်ဟူသည် တုံးလုံးလဲလျောင်းနေသော ကိုယ်အမူ အရာကို ဆိုပါသည်။ ထိုကိုယ်အမူအရာတစ်ခုလုံးကို အာရုံစူးစိုက်ပြီး အိပ်တယ် အိပ်တယ်ဟုမှတ်။ ဤနေရာ၌ အိပ်ချင်လာ၍ အိပ်တာ လည်းရှိ၏။ ခါးညောင်းပြေလို၍ အိပ်တာလည်း ရှိတတ်၏။ ဤ ကိုယ်ကြီး ဖိလာကန့်လန့် စန့်နေခြင်းကိုပင် အိပ်တယ်ဆိုရ၏။ ဤ လိုအိပ်ခြင်းမျိုးကို မှတ်နေစဉ်မှာ စိတ်ကူးကြံစည်မှုတွေ တွေးတောမှု တွေ သမာဓိအားမရှိသေးက ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ ဤလိုကြံတွေးမိပါက ကြံတယ် ကြံတယ်ဟု လည်းကောင်း၊ တွေးတယ် တွေးတယ်ဟု လည်းကောင်း မှတ်ပါ။ ၄-၅ ချက်လောက် မှတ်ပါက ကြံတွေးမှုတွေ ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။

အချို့ယောဂီမှာ ဝမ်းနည်းမှုများလည်း ဖြစ်တတ်၏။ ဤလို ဝမ်းနည်းမှု ဖြစ်လာသော် ဝမ်းနည်းတယ် ဝမ်းနည်းတယ်ဟု ၄-၅ ချက်မှတ်လိုက်ပါ။ ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။ ဝမ်းသာမှုဖြစ်လာသော် ဝမ်းသာတယ်၊ ဝမ်းသာတယ်ဟု မှတ်ပါ။ စိတ်ဆိုးလာသော် စိတ်ဆိုးတယ် စိတ်ဆိုးတယ်ဟုမှတ်ပါ။ ဤသို့ စသည် စိတ်သန္တာန်တွင် ဖြစ်ပေါ်လာကြသော စိတ်အမူအရာများကိုလည်း မှတ်ရပါသည်။ သမာဓိအားမကောင်းသေးက ဤလို ထွေထွေလာလာ စိတ်အမူ အရာများကို ခေါ်ဝေါ်နေကျ မှတ်ရပါသည်။ အိပ်နေခိုက် အိပ်တယ် မှတ်၍ အမှတ်ကျဲတယ်ထင်လျှင် အိပ်နေသောကိုယ်တွင် ခေါင်းကိုယ်

ခြေလက်တို့မှ ခေါင်းအုံးအခင်းစသည်တို့နှင့် ထိမှု တွေ့ရှိနေ၏။ ထိုထိမှုတွေကို ထပ်ဆင့်ပြီး အိပ်တယ်၊ ထိတယ်ဟု ၂ ဆင့်မှတ်နိုင်၏။

အိပ်ခိုက်မှာ ဘယ်ညာ လှည့်မှုများကိုလဲ လှည့်တယ် လှည့်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ ခြေတို့ လက်တို့ ကွေးမှုများကိုလဲ ကွေးတယ်၊ ကွေးတယ်ဟုမှတ်၊ ကွေးရာမှဆန့်သော် ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်ဟုမှတ်၊ ယားလာသည်များကိုလဲ ယားတယ်၊ ယားတယ်ဟုမှတ်၊ ယားရာမှ ကုတ်လိုသော် လက်သွားသည်ကိုလဲ မှတ်၊ ကုတ်လို၍ ကုတ်သည်ကိုလဲ ကုတ်တယ် ကုတ်တယ်ဟုမှတ်၊ လက်ကွေးမှု ဆန့်မှုများကိုလဲ ခေါ်နေကျအတိုင်း မှတ်ပါ။ အထူးအားဖြင့် မိမိပြုပြင်ရာမှန်သမျှ ခေါ်ဝေါ်နေကျအတိုင်းသာ မှတ်ရပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ကုတ်တော့ ကုတ်တယ်၊ ပွတ်တော့ ပွတ်တယ်၊ နှိပ်တော့ နှိပ်တယ် ဤသို့ စသည်ဖြင့် ပြုမူရာမှန်သမျှ မှတ်ပါ။ **အဘယ့်ကြောင့် တရစပ် မှတ်ရပါသနည်းဟူမူ မမှတ်သော် စိတ်ဟိုရောက် သည်ရောက် ရောက်တတ်ပါသည်၊ သမာဓိအရှိန် ပျက်သွားပါက တရားသဘော ထင်မှုနှေး၍ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းသွားတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အမှတ်နှင့်မပြတ်အောင် ရှေ့အမှတ်နှင့် နောက်အမှတ် တစပ်တည်း ဖြစ်နေအောင် မှတ်နေရပါသည်။**

သတိမှတ်နှင့် သညာမှတ် ထူးခြားချက်

လက္ခဏာမျှသာ–ယောဂီများ သဘောပေါက် နားရှင်းရန် မှတ်ဟူသော စကားကို ခွဲခြားဖော်ပြပါဦးမည်။ သတိပဋ္ဌာန်နည်း

လမ်းအရ မှတ်အားထုတ်သော ဘာဝနာအလုပ်ကို မလေ့လာသူများအတွက် ဘဝင်မကျ ရှိတတ်ပါသည်။ လောကလူအများ လောကီနယ်တွင် သုံးနှုန်းသော အမှတ်နှင့် တရားတော်၌ သတိပဋ္ဌာန်အရ မှတ်သောအမှတ်၊ အမှတ်ချင်းတူငြားသော်လည်း မှတ်ပုံမှတ်နည်းများမှာ လုံးဝပင် ကွာခြားနေပါသည်။ ကွာခြားပုံမှာ လောကီနယ်တွင် မှတ်သော အမှတ်များမှာ ၁–ခု ၂–ခု၊ တစ်ယောက် နှစ်ယောက်၊ အဖြူ၊ အနီ၊ အကြီး၊ အငယ်၊ အရှေ့၊ အနောက်၊ အလုံး အပြား စသောအားဖြင့် ပညတ်မှတ် သညာမှတ် မှတ်ကြပါသည်။ **တရားတော်၌ တရားမှတ်၊ သတိမှတ် မှတ်မှုကား သဘာဝကို သတိပညာနှင့် မှတ်သည်ဖြစ်၍ လောကီသညာမှတ်နှင့် မတူပါချေ။ သဘာဝကို သတိပညာဖြင့် မှတ်သူယောဂီများမှာ သဘာဝ၏ ပင်ကိုသဘောကို သိရှိတွေ့မြင်ရပါသည်။**

ထင်ရှားအောင် ရှင်းပြပါဦးမည်။ သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်လာ ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိအရ သွားသည်ကို သွားတယ် သွားတယ်၊ တစ်နည်း–လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟု မှတ်နေသော ယောဂီသည် လှမ်းနေသော ကိုယ်ရုပ်အမူအရာများကို ကောင်းစွာပင် သိရပါသည်။ ကိုယ်ရုပ်အမူအရာဟူသည် ကိုယ်တစ်ကိုယ်လုံး ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှားနေသော ကိုယ်လှုပ်ရှားနေသော အမူအရာများ ဖြစ်ပါ၍ ဤယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှားမှုသည် သဘောပရမတ်ဖြစ်၏။ အဖြူ မဟုတ်၊ အနီမဟုတ်၊ အကြီးလဲမဟုတ်၊ အငယ်လဲမဟုတ်၊ အလုံး အပြား အရှည် အတို စသည်များ မဟုတ်ကြဘဲ လှုပ်ရှားမှုမှာ လှုပ်ရှားမှုသာ

ဖြစ်နေပါ၏။ ဤလှုပ်ရှားမှုကို သိနေသော ယောဂီမှာ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ယောကျာ်း မိန်းမစသော အထင်မျိုးပျောက်ကွယ်ပြီး သဘော လက္ခဏာမျှသာ သိနေပါတော့၏။ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် သညာ မှတ်သည် ပညတ်ဖြစ်၍ သတိမှတ် ပညာမှတ် အမှတ်မှာ ပရမတ် ဖြစ်ပါသည်။

သဘောမပေါက်သူများ နားရှင်းစေရန်

ရှေးယခင်က ဖြစ်ပါသည်။ မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန်ဆရာတော် ဘုရားကြီး ဤသတိပဋ္ဌာန် မှတ်ရှုနည်းကို ညွှန်ပြခဲ့ရာ သဘောမပေါက် နားမလည်ကြသဖြင့် အမှားထင်ကာ ပြက်ရယ်ပြုလျက် အမှတ်သည် တရားမဟုတ်၊ တရားမဖြစ်၊ အမှားဖြစ်ပြီး မိစ္ဆာ့ပဋိပဒါဟူ၍ပင် စွပ်စွဲပြောမှား ဆန့်ကျင်ဘက် ပြုလုပ်နေသည်ကို ဤစာရေးသူ ကိုယ်တိုင်ပင် မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ ဖြစ်ခဲ့ပါ၏။ ဤသို့သော ထင်မှား မှုမှာ သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ကိုယ်တိုင်မလေ့လာဖူးသဖြင့် သညာ မှတ်နှင့် သတိမှတ်ကို အတူတူ ထင်မှတ်ပြီး မိမိတို့ ထင်ရာမြင်ရာ ဦးတည့်ရာကို ပြောဆိုနေကြခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ တကယ်တမ်း လေ့လာအားထုတ်ဖူးသူများမှာ သတိမှတ်သည် သဘာဝကို ပညာသိ အမှန်သိဉာဏ်သိ သိရှိကြလျက် ယုံကြည်မှုအပြည့်အဝ ရရှိနေကြပါပြီ။

ဖော်ပြရသော် တစ်ပြည်လုံးတွင် အနယ်နယ်ရှိ မင်းကွန်းတရား ဌာနများနှင့် ကမ္ဘာ့သာသနာပြု မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဌာနခွဲ ရိပ်သာများတွင် မှတ်ရှုမှု၊ သတိပဋ္ဌာန်ကို လုပ်ထုံးလုပ်နည်း အစဉ်ကျလျက် ရှိနေကြပါပြီ။ ဤစကားရပ်ကို မှတ်အားထုတ်သော

သတိပဋ္ဌာန်အလုပ်ကို ဘဝင်မကျ ဖြစ်နေသူများအတွက် နားရှင်းစေရန်တင်ပြလိုက်ခြင်းဖြစ်ရာ စာအရဖြင့် သဘောမကျ ရှိခဲ့သော် ကိုယ်တိုင်ဝင်ရောက် လေ့လာကြည့်ပါဟု အထူးတိုက်တွန်း နှိုးဆော်အပ်ပါ၏။ နှိုးဆော်အပ်ပါသည်။

ယောဂီ၏ ဉာဏ်တွင် ထင်လာသော သဘာဝလက္ခဏာ

သတိပဋ္ဌာန်လာ ဣရိယာပုတ်လေးပါးကို မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် ထိုထိုဣရိယာပုတ်တို့၏ သဘောများကို ဆရာပြော၍ သိရသည်လည်း မဟုတ်၊ စာပေထဲမှာပါသော သဘောများကို တွေးဆသိရသည်လည်း မဟုတ်၊ မှတ်ရှုခိုက်တွင် ဒိဋ္ဌထင်ထင် ကွင်းပြင်မှ ဆင်ကောင်ကြီး မြင်သလို တွေ့မြင်သိရှိရပါသည်။ တွေ့မြင်ပုံမှာ သွားသောဣရိယာပုတ်ကို လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီမှာ ခြေနှင့်တကွသော တကိုယ်လုံး၏ ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှားနေသည်ကို တွေ့ရပါ၏။ ရပ်သောဣရိယာပုတ်ကို ရပ်တယ် ရပ်တယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီမှာ ရပ်နေသော ကိုယ်၏ ဒူး ပေါင် ကျော စသည်တို့မှ တောင့်မှု တင်းမှု စသည်များကို တွေ့ရှိနေပေ၏။ ထိုင်သော ဣရိယာပုတ်ကို ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီမှာ ထိုင်နေသော ကိုယ်၏ ထိမှု၊ တင်းမှု၊ ပူမှု၊ အေးမှု၊ နာမှု စသော ထိုထိုဖြစ်နေသည်များကို တွေ့ရှိနေပေ၏။ အိပ်သော ဣရိယာပုတ်ကို အိပ်တယ် အိပ်တယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီမှာ အိပ်သော ကိုယ်၏ ခြေလက် ကိုယ်ခေါင်းတို့မှ ထိမှု၊ ပူမှု၊ အေးမှု၊ လှုပ်ရှားမှု၊ နာမှု၊ ကျင်မှုစသော ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့မြင်သိရှိနေ

ပါသည်။ ဤသို့လျှင် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီများ၏ တွေ့မြင်သိရှိမှုမှာ သဘာဝကို ယထာဘူတဉာဏ်နှင့် ဒိဋ္ဌတွေ့မြင်ပုံ ဖြစ်ပါ၏။

သဘာဝဖြစ်စဉ်ကို ဘာဝနာဉာဏ်နှင့် မြင်သည်ကို ပြောမယုံ ကြုံဖူးမှ သိနိုင်သော အရာဖြစ်ပါ၏။ သွားမှု ရပ်မှု စသော ဣရိယာ ပုတ်များကို မှတ်ရှုရာ၌ သဘာဝလက္ခဏာများ ထင်လာသလို ကွေးမှု ဆန့်မှု စသော ထိုထို ကိုယ်အမူအရာများကို မှတ်ရှုသော အခါ၌လည်း ပင်ကိုအရှိသဘောလက္ခဏာများကိုလည်း တွေ့ရှိရ ပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ကွေးလိုသောစိတ်ကြောင့် ဝါယောဓာတ်တွေ၊ တစ်နည်း-စိတ္တဇဝါယောတွေ လိုရာဘက်သို့ တရွေ့ချင်း ရွေ့ရှားနေ သည်ကို မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် အမှန် တွေ့ရှိရပါသည်။ ဤသို့ ကိုယ်အမူအရာ ကြီးကြီးငယ်ငယ်များကို သတိပဋ္ဌာန်နည်းအရ မှတ်ရှုရသည်ဟု ဆရာစဉ်ဆက် အထက်ထက်မှ ဆင်းသက်လာသော မှတ်ရှုနည်းမှာ ဆရာ့ဆရာများ၏ ကြံဆချမှတ်သောနည်း မဟုတ်ပါ။ သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်ကို ဖွင့်ပြ မိန့်ဆိုထားသော နည်းမှန်လမ်းမှန် ဖြစ်ပါသည်။ ယုံကြည်နိုင်ရန် သာဓကကို ဖော်ပြပါမည်။

ဟေတုပစ္စယဝသေနေ၀ ပဝတ္တာနိ ဂမနာဒီနိ သလ္လ
က္ခေန္တော သေ ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ဝါ ပဇာနာတိ။
(သတိပဋ္ဌာန်အဋ္ဌကထာ)

(အနက်) ဟေတုပစ္စယဝသေနေဝ ပဝတ္တာနိ၊ စိတ်ဟူသော မူလအကြောင်း တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုဟူသော အထောက်အပံ့ အကြောင်းတို့၏ အလိုအားဖြင့်သာလျှင် မပြတ်ဖြစ်ပေါ်နေကုန်သော။ ဂမနာဒီနိ၊ သွားမှုစသည်တို့ကို၊ သလ္လက္ခေန္တော၊ ကောင်းစွာမှတ်နေသော၊

သေ-သော၊ ဤယောဂီကို။ ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိ၊ သွားလျှင် သွားသည်ဟု သိသည်မည်၏။

ဤအထက်ဖော်ပြပါ အဋ္ဌကထာဆရာ၏ စကားလိုရင်း အကျဉ်းချုပ်မှာ သွားလျှင် သွားတယ်၊ သွားတယ်ဟု မှတ်နေသော ယောဂီကို သွားလျှင် သွားသည်ဟု သိသော ယောဂီဟု ဆိုရပါတယ်တဲ့။ ဤလိုညွှန်ပြထားသော အဋ္ဌကထာလာ စကားများကို ယုံကြည် လေးစားပြီး သွားမှု ရပ်မှုစသော ကိုယ်အမူအရာများကို အမှန်သိရန် အမှတ်ပြုရမည်ဟု မိန့်ဆိုတော်မူခဲ့ကြပါသည်။

(မင်းကွန်းသြဝါဒ) အမှတ်ပြုက အမှန်သိ၊ အမှန်သိရန် အမှတ်ပြု။

အလွန်ထင်ရှား-လောကအရာခပ်သိမ်းမှာ အမှတ်မပြုက အမှန်မသိပါ၊ အမှန်ထုတ်ပြပါမည်။ ပမာအားဖြင့် မီးရထားစီးသွားသော ခရီးသည်တစ်ယောက် တစ်ဘူတာပြီးတစ်ဘူတာ ဆိုက်ရောက်နေသော ဘူတာစဉ်များကို အမှတ်မဲ့လိုက်ပါနေသူမှာ မိမိရောက်ရာ ရောက်ရာ ဘူတာများကို သိနိုင်ပါမည်လား၊ မသိနိုင်ပါ။ အဘယ့်ကြောင့်မသိ၊ မမှတ်လို့မသိ၊ ပြန်ဘက်အခါပွာယ်မှာ မှတ်လျှင် သိသည်၊ တစ်နည်း-ဥပမာ တံခါးဝစောင့်နေသော ကင်းသမားသည် လူဝင်လူထွက်များကို အမှတ်မပြုက မသိပါ၊ အမှတ်ပြုက သိပါသည်။ ဤနည်းတူစွာ အမှတ်မပြုက အမှန်မသိ၊ အမှတ်ပြုသော် အမှန်သိသည်၊ အလွန်ထင်ရှားသောအရာ ဖြစ်နေပါသည်။

အပ္ပမာဒလမ်းစဉ်

မမေ့ကြနဲ့-မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် တပည့်သား သာဝကများကို

နေ့စဉ်ပင် မိန့်မှာတော်မူသော စကားကို ပရိနိဗ္ဗာန် ဝင်စံခါနီးမှာပင် မှာကြားတော်မူခဲ့သည်။ ယင်းစကားတော်မှာ "အပ္ပမာဒေန ဘိက္ခဝေ သမ္ပာဒေထ" ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ချစ်သားတို့ မမေ့သော သတိနှင့် ပြည့်စုံအောင် ကျင့်ကြံအားထုတ်နေရစ်ကြဟု မိန့်မှာတော်မူခဲ့သော စကားတော်မြတ် ဖြစ်ပါသည်။ အလွန်မှ အရေးပါလှသော စကားတော် ဖြစ်နေပါသည်။

အရေးပါပုံကို ဖော်ပြပါမည်။ မေ့နေမှုသည် မေ့နေသူအတွက် အနည်းနှင့်အများ ဆုံးရှုံးမည် အမှန်ဖြစ်၏။ လောကီမှာ မေ့လျှင် လောကီရှုံးမည်၊ သံသရာမှာမေ့လျှင် သံသရာမှာရှုံးမည်။ မေ့သဖြင့် ဆုံးရှုံးပုံကို ပေါ်လွင်အောင် ဖော်ပြရသော် ပစ္စည်း တစ်စုံတစ်ခုကို အများနှင့် ရောနှောနေရာတွင် မေ့ကျန်ခဲ့သော် ထိုပစ္စည်းမှာ ပျောက်ဆုံးပေမည်။ သူခိုး လူဆိုး ထူပြောသောဌာန၌ မေ့နေမိ အိပ်မိပါက ပါသမျှပစ္စည်း ဆုံးရှုံးမည်။ ဘဝသံသရာတွင်လည်း ကောင်းမှု ကုသိုလ်များကို မပြုလုပ်ဘဲ မေ့နေမိက မိမိအတွက် ချမ်းသာမှုများမှာ ဆုံးရှုံးယုံမျှမက ရှည်လျားစွာသော ဝဋ်ဆင်းရဲ၌ ဒုက္ခမျိုးစုံနှင့် တွေ့ဆုံကာ အတိဒုက္ခ ဘဝမျိုးနှင့်သာ နေရမည်အမှန် ဖြစ်ပါသည်။

သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်လာ ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မ ဟူသော တရားတော်များကို မမှတ်ဘဲ မေ့နေပါက အဝိဇ္ဇာစသော ကိလေသာအာသဝေါတရားတို့၏ လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်မှု ခံရပေမည်။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာ စိတ်အမူအရာများကို အမြဲမပြတ် မှတ်နေကြဟု တစ်နည်း–မမေ့ကြနဲ့ဟု အပ္ပမာဒ သတိ

ပဋ္ဌာန်ကို ဝင့်ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ချမ်းသာရန် ဘုရားရှင် ဟောတော်မူခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

မှတ်ချက် (အပ္ပမာဒဟူသည် သတိပဋ္ဌာန်) သတိပဋ္ဌာန်ဆိုတာ အမှတ်မြဲတာ၊ တစ်နည်း–အမြဲမှတ်နေတာ။

မရိုးနိုင်သော ရှေးဟောင်းစကား

ဥပ္ပန္နံတွာ နိရုဇ္ဈန္တိ–"သတိမမူ ဂုမမြင်၊ သတိမူလျှင် မြူပင်မြင်၏" ဟု ပညာရှင်များ ပဝေဏီအဆက်ဆက် မိန့်မြွက်ခဲ့ကြသည်မှာ အရာရာတွင် သတိထား မေ့မနေနဲ့၊ သတိဆိုတာ ပိုသည်မရှိ လိုသည်သာရှိသည်။ သွားသတိ၊ စားသတိ၊ အိပ်သတိ၊ ဤသို့စသည်ဖြင့် မိန့်မှာခဲ့ကြလေသည်။ အလွန်တန်ဖိုးရှိလှသော ခေတ်အဆက်ဆက် ဘယ်ခေတ်မှ ရိုးမသွားနိုင်သော မှာတမ်းစကား ဖြစ်နေပါသည်။

သတိမူသူ ယောဂီများမှာ သတိပဋ္ဌာန်နည်းအရ ကိုယ်အမူအရာများကို မှတ်ရှုသော် မှတ်ရှုသော အာရုံများ တစ်ရွရွတစ်လှုပ်လှုပ် ပျောက်ပျက်နေသည်များကို ဉာဏ်တွင်းထင်ထင် တွေ့မြင်နေကြပါသည်။ ကိုယ်အမူအရာအားလုံး မပျက်သောအရာဟူ၍ မရှိ၊ အားလုံးပျက်သည်ကို တွေ့မြင်နေကြပါသည်။ ဥပ္ပန္နံတွာ နိရုဇ္ဈန္တိ ဟူသော ဘုရားရှင်၏ စကားတော်နှင့် ထပ်တူကိုက်ညီလျက် ရှိနေပါသည်။ ကာယာနုပဿနာမှ တစ်ပါးသော ဝေဒနာနုပဿနာ၊ စိတ္တာနုပဿနာ၊ ဓမ္မာနုပဿနာများမှာလဲ မှတ်ရှုက ပျောက်ပျက်

သည်ကိုသာ တွေ့ကြပါသည်၊ သမာဓိ အရှိန်အားကောင်းသော ယောဂီတိုင်း မှတ်ရှုတိုင်း ပျောက်ပျက်သည်ကိုသာ တွေ့ကြပါသည်။

သမ္ပဇညပဗ္ဗ

ဣရိယာပထပဗ္ဗပိုင်း သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ အိပ် ကိုယ်အမူ အရာများကို မှတ်ရှုပုံ အကျဉ်းမျှ ဖော်ပြခဲ့ပါပြီ။ သမ္ပဇညပိုင်းလာ မှတ်ရှုပုံကို နည်းရရုံ ဖော်ပြပါဦးမည်။ ထိုသမ္ပဇညပိုင်းသည်လည်း ကိုယ်အမူအရာများကိုပင် ထပ်မံဖော်ထုတ် ဟောတော်မူပါသည်။

ဟောတော်မူပုံမှာ–အဘိက္ကန္တေ ပဋိက္ကန္တေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ စသည်ဖြစ်ပေ၏။ ဤပါဠိတော်စကား၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ ရှေ့သို့ သွားသော် နောက်သို့ပြန်သော် သိလျက်ပြုရမည်။ တစ်နည်း– အသိဉာဏ်ကို ဖြစ်စေရမည်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏မူအရ မှတ် လျက်သွားရမည်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ မှတ်လျက်သွားခြင်းသည် အသိဉာဏ်ကို ဖြစ်စေ၍ သွားခြင်းဖြစ်ပါ၏။ အဘယ့်ကြောင့်ပါနည်း။ မှတ်လျှင်သိသည်၊ မှတ်လျက်သွားသော် အသိနှင့်သွားသည်မည်၏။ (ဝါ) အသိဉာဏ်ကို ဖြစ်စေ၍ သွားသည်မည်သောကြောင့်ပါတည်း။ ကြွင်းကျန်သော သမ္ပဇညပိုင်း စကားတော်များကို အပေါင်းလိုက် ဖော်ပြပါမည်။ အာလောကိတ ဝိလောကိတအရ တည့်တည့်ကြည့်မှု၊ စောင်းငဲ့ကြည့်မှုများကိုလည်း သိလျက်ကြည့်ရမည်။ (ဝါ) အမှတ်နှင့် ကြည့်ရမည်။

သမိဉ္ဇိတေ ပသာရိတေ–ကွေးမှု ဆန့်မှုတို့ကိုလည်း သိလျက် ကွေးရမည်၊ သိလျက်ဆန့်ရမည်။ သဃာဋိပတ္တစီဝရ ဓာရဏေ–

ဒုက္ကဋ်သင်္ကန်း သပိတ်သင်္ကန်းများကို ကိုင်ယူမှုစသည်များကိုလည်း သိလျက်ပြုရမည်။ အသိတေ ပိတေ ခါယိတေ သာယိတေ- စားသော် သောက်သော် ခဲသော် လျက်သော် သိလျက်ပြုရမည်။ ဥစ္စာရပဿာဝကမ္မေ-ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်မှုကိုပြုသော် သိလျက် ပြုရမည်။ ဂတေ ဌိတေ နိသိန္နေ သုတ္တေဇာဂရိတေ ဘာသိတေ တုဏှီဘာဝေ-သွားသော် ရပ်သော် ထိုင်သော် အိပ်ပျော်သော် နိုးသော် စကားပြောသော် ဆိတ်ဆိတ်နေသော် သိလျက်ပြုရမည်။ (ဝါ) အမှတ်နှင့် ပြုရမည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။ ဤအထက်ပါ စကား တော်များဖြင့် ပြုလုပ်ပြောဆိုတိုင်းသော ကိုယ်အမူအရာ ကြီးငယ်များ ကိုလည်း အမှတ်သတိဖြင့် ပြုရမည်ဟု မိန့်တော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သမ္ပဇဉ် ၄-မျိုး

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသော သမ္ပဇာနကာရီ အသိ ဉာဏ်ဖြင့် ပြုရမည့်၊ သိလျက်ပြုရမည့် အရာ ၄-မျိုးကို ဖော်ပြပါ ဦးမည်။

၁။ သာတ္ထကသမ္ပဇဉ်-အကျိုးရှိမရှိ ဆင်ခြင်တာ၊

၂။ သပ္ပါယသမ္ပဇဉ်-သင့် မသင့် ဆင်ခြင်တာ၊

၃။ ဂေါစရသမ္ပဇဉ်-ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံများကို မပြတ်မှတ်ရှုတာ၊

၄။ အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ်-မတွေမဝေ ပိုင်းခြားသိတာ။

တစ်စုံတစ်ခု ပြုလုပ်ရာဝယ် အဆောတလျင် မပြုမူ၍ အကျိုး ရှိမရှိ ဆင်ခြင်ပြီးမှ ပြုလုပ်အပ်သော သာတ္ထကသမ္ပဇဉ် အကျိုးရှိသော အရာပင်ဖြစ်စေကာမူ သင့် မသင့်ကို ဆင်ခြင်ရမည်၊ ပမာအားဖြင့်

အသုဘ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုရာ၌ အကျိုးရှိသော အရာဖြစ်သော်လည်း မာတုဂါမ အသုဘကို ယောကျ်ားရှု၍ မသင့်၊ ယောကျ်ား အသုဘကို မိန်းမရှုရန် မသင့်၊ ဝိသဘာဂ ပုဂ္ဂိုလ်များအား ဆိတ်ကွယ်ရာဌာန၌ တရားဟောရန် မသင့်၊ ဤသို့ သင့်မသင့်များကို ဆင်ခြင်၍ ပြုအပ်၏။ သပ္ပါယ သမ္ပဇဉ်ပေတည်း။ သမထယောဂီသည် သမထအာရုံ၌၊ ဝိပဿနာယောဂီသည် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဟူသော ရုပ်နာမ်အာရုံ၌ မပြတ်မှတ်ရှုခြင်းသည် ဂေါစရသမ္ပဇဉ်မည်၏။ မှတ်ရှုအပ်သော အာရုံများကို မတွေမဝေ သိမြင်ခြင်းသည် အသမ္မောဟ သမ္ပဇဉ်ပေတည်း။

ဤအသမ္မောဟ သမ္ပဇဉ်ကို အနည်းငယ် ထပ်မံ ရှင်းပြပါဦးမည်။ ရှေ့သို့သွားသော အမူအရာ နောက်သို့ပြန်သော အမူအရာစသည်များကို ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည်၊ တစ်နည်း– လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်း လှမ်းတယ်၊ လှမ်းတယ်ဟု မပြတ်မှတ်နေသော ယောဂီသည် ခြေလှမ်း၏ ကြွခိုက် လှမ်းခိုက်၊ ချနင်းခိုက် စသည်များကို မတွေမဝေသိလျက် ဖြစ်နေ၏။ ဤသို့ သဘောမှန်ကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား မှန်ကန်စွာ သိသည်ကို အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ်ဟု ဆိုရပါသည်။ ခြေတစ်လှမ်း၌ ပါဝင်နေသော ဓာတ် ၄ ပါး၏ သဘောများကို ဖော်ပြပါမည်။ ခြေကြွခိုက် ပေါ့တက်လာသောသဘော၊ လှမ်းခိုက် ရွေ့ရှားသောသဘော၊ ချခိုက် လေးသောသဘော။ နင်းခိုက် ထိမိသောသဘော၊ ဤသဘောများ ပါဝင်နေရာ ကြွ၍ ပေါ့တက်လာသော သဘောမှာ တေဇောသဘော၊ လှုပ်ရှားသောသဘောမှာ ဝါယောသဘော၊ လေးကျသော သဘောမှာ အာပေါသဘော၊ ထိမိသော သဘောမှာ ပထဝီ၏သဘော၊ ဤဓာတ်ကြီး ၄–ပါး၏ သဘောများကို

ခြေတစ်လှမ်း၌ မှတ်ရှုသောယောဂီ သိခြင်းကိစ္စ ပြီးစီးပါသည်၊ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ သီးခြားခွဲရန် မလိုတော့ပါ။

ခြေလှမ်းမှု၌ ဓာတ်ကြီး ၄-ပါး ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အခိုက်အတန့် ပါဝင်ထင်ရှားနေကြသဖြင့် မှတ်ရှုသော ယောဂီ၏ အသိဉာဏ်တွင် ပိုင်ခြားသိလျက် ဖြစ်နေပါ၏။ အထက်ဖော်ပြပါ ဓာတ်ကြီး ၄-ပါးသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ခွဲမရသော အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်များ ဖြစ်ကြပေ၏။ မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် သူ့အခိုက်အတန့်နှင့်သူ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော သဘောများကို မပြတ်မလပ် မှတ်ရှုနေမှုသည် ဂေါစရသမ္ပဇဉ်ဟု ခေါ်ရ၏။ ပမာအားဖြင့် ကွေးခိုက်ကို ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မှတ်မှု၊ ဆန့်ခိုက်ကို ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်ဟု မှတ်မှု၊ ကြည့်ခိုက်ကို ကြည့်တယ် ကြည့်တယ်ဟု မှတ်မှု၊ ဤသို့ စသည် ကိုယ်အမှုအရာများ ပေါ်လာတိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုမှုကို ဂေါစရသမ္ပဇဉ် ခေါ်ရပါသည်။ ဤဂေါစရသမ္ပဇဉ်ဖြင့် မပြတ်မှတ်ရှုနေ၍ သမာဓိအရှိန် ရလာသော် မှတ်ရှုအပ်သော အာရုံများကို မတွေဝေ ဟုတ်မှန်စွာ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိလာခြင်းသည် အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ် ဖြစ်ပါသည်။

ဤနေရာ၌ ဂေါစရသမ္ပဇဉ်မှ အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ် ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို နားရှင်းရန် သရုပ်ထုတ်ပြပါမည်။ **ကွေးသည်ကို ကွေးတယ်ဟု မမှတ်ပါက ကွေးမှု၏ တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေသော အခြင်းအရာ သဘောများကို ကောင်းစွာ မသိနိုင်ပါ။** ဤကား ဂေါစရသမ္ပဇဉ်ခေါ် မှတ်မှုမရှိ၍ ပိုင်းခြားသိမှု အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ် မဖြစ်ပုံ။ ကွေးမှုကို ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် ကွေးမှု၏ တရွေ့ချင်း လှုပ်ရှားနေသော အခြင်းအရာလက္ခဏာကို အစမှ

အဆုံးတိုင် ကောင်းစွာ တွေ့သိနိုင်ပါသည်၊ မှတ်ရှုသော ဂေါစရ သမ္ပဇဉ်ကြောင့် အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ် ဖြစ်ပုံတည်း။ အကျဉ်းချုပ် မှာ မှတ်လျှင် သိသည်၊ မှတ်မှုကား ဂေါစရသမ္ပဇဉ်၊ သိမှုကား အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ်၊ သတိပဋ္ဌာန် သမ္ပဇညပိုင်းကို အများဆုံး မှတ်ရှုရန် ကိုယ်အမူအရာ ကြီးငယ်များကို မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား ထုတ်ပြထားပါသည်။ ဤသို့ ဟောကြား ထုတ်ပြထားသည်များကို မပြတ်မှတ်ရှုရန်၊ ယောဂီများ မမေ့မလျော့သော အပ္ပမာဒ သတိပဋ္ဌာန် တရားအလုပ်ကို ကြိုးစား အားထုတ်ကြပါရန် တိုက်တွန်းလိုက်ပါသည်။

မှတ်ရှုနေစဉ်–တည့်တည့်ကြည့်ရာ စောင်းငဲ့ကြည့်ရာတို့ကို လည်း သိလျက် ကြည့်ရမည်ဟု ဟောတော်မူသဖြင့် ကြည့်မှုများကို ကြည့်တယ် ကြည့်တယ်ဟု မှတ်ရမည်။ ဤ၌ တမင်သက်သက် ကြည့်လိုရာတွေကို ကြည့်ရမည် မဟုတ်၊ အကြောင်းအားလျော်စွာ ကြည့်လို၍ ကြည့်ရာ၌သာ မှတ်ရှုရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ယောဂီအနေနှင့် စင်္ကြန်ရွေ့ခေါ် မျက်လွှာချလျက်သာ နေထိုင်ရ လမ်းလျှောက်ရပါသည်။ အကြောင်းအားလျော်စွာ ပေါ်ပေါက်လာသော ကြည့်မှုများကို မှတ်ရှုရန် ဖြစ်ပါသည်။ တည့်တည့်ကြည့်မှု စောင်းငဲ့ကြည့်မှုဟု ဟောပြတော်မူ သော်လည်း မော့ကြည့်မှု ငုံ့၍ကြည့်မှုများကိုလည်း မှတ်ရှုရမည် ဖြစ်ပါသည်၊ ယောဂီအနေနဲ့ မှတ်ရှုနေစဉ် ကြည့်လိုစိတ် ဖြစ်ပေါ် လာသည်ကိုလည်း ကြည့်ချင်တယ် ကြည့်ချင်တယ်ဟု မှတ်ရပါသည်။ ကြည့်တော့ ကြည့်တယ်ဟု မှတ်ရပါသည်။ ကြည့်၍မြင်သော အရာ များကို မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မှတ်ရပါသည်။

ပေါ်လာသော်သာ–ကွေးမှုဆန့်မှုများကိုလဲ သိလျက် ကွေးရ

ဆန့်ရမည်ဟု ဟောတော်မူသဖြင့် ကွေးလျှင် ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မှတ်ရပါသည်။ ဆန့်လျှင် ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်ဟု မှတ်ရပါသည်။ ဤအရာ၌လည်း တမင် ကွေးမှု ဆန့်မှု ပြုနေရမည် မဟုတ်ပါ၊ အကြောင်းအားလျော်စွာ ကွေးမှုဆန့်မှု ပေါ်လာသော်သာ မှတ်ရှုရန် ဖြစ်ပါသည်။ ပမာအားဖြင့် အိပ်နေစဉ် အိပ်မှုကြာ၍ ဒူးများ ဆန့်နေရာမှ ကွေးလို၍ ကွေးသည်ကို မှတ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ခါး ကွေးမှုကိုလဲ ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မှတ်ရပါသည်။ လက်တံတောင်ကွေးမှုကိုလဲ ကွေးတယ်ဟု မှတ်ရပါသည်။

နည်းတူပင်မှတ်–သင်္ကန်းသပိတ် ကိုင်ယူသည်များကိုလဲ သိလျက်ပြုရမည်ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသောကြောင့် ရဟန်းယောဂီများမှာ မိမိတို့၏ ပရိက္ခရာ သပိတ်သင်္ကန်း အသုံးအဆောင်များကို ကိုင်လျှင် ကိုင်တယ် ကိုင်တယ်၊ ယူလျှင် ယူတယ်၊ မ–လျှင် မ–တယ် စသည်မှတ်ရပါသည်။ လူဝတ်ကြောင် ယောဂီများမှာလဲ မိမိတို့၏ အဝတ်အထည် အသုံးအဆောင် ပဝါတဘက် စသည်များကို ကိုင်လျှင် ကိုင်တယ် ကိုင်တယ်၊ ဆွဲလျှင် ဆွဲတယ်၊ ယူလျှင် ယူတယ်၊ မလျှင် မတယ် စသည်ကို ခါဝါသောအတိုင်း မှတ်ရပါသည်။ ဤအရာ၌ ရဟန်းတော်များမှာရော သိလရင်၊ လူဝတ်ကြောင်များမှာပင် အသုံးအဆောင်များလှပါ၍ ရဟန်းတော်များ၏ သင်္ကန်းသပိတ်ကိုသာ ဦးတည်၍ ဟောတော်မူရာ ယောဂီမှန်သမျှ မိမိတို့၏ အဝတ်အရုံ၊ အသုံးအဆောင် မှန်သမျှ နည်းတူပင် မှတ်ရှုရပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ရေနွေးဘူးဖြင့် ရေနွေးထည့်ရာ၊ ရေနွေးသောက်လို၍ ရေနွေးဘူးကိုယူလို၍ လက်

လှမ်းတာ ကိုင်တာကို လက်လှမ်းတော့ လှမ်းတယ်၊ ကိုင်တော့ ကိုင်တယ်၊ မ–တော့ မ–တယ်၊ ယူတော့ ယူတယ်၊ ဖွင့်တော့ ဖွင့်တယ် စသည် ခေါ်ဝေါ်နေကျအတိုင်း မှတ်လေ။

သတိမှတ်–စားမှု၊ ဝါးမှု၊ သောက်မှု၊ လျက်မှု စသည်များကိုလဲ သိလျက်ပြုရမည်ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူသောကြောင့် စားရာ သောက်ရာများမှာလဲ အမှတ်ပြု၍ စားသောက်ရပါမည်။ ပမာအား ဖြင့် ထမင်းစသော အစားအစာများကို စားတယ်ဆိုပါစို့၊ လက်လှမ်း တော့ လှမ်းတယ်၊ ကိုင်တော့ ကိုင်တယ်၊ ယူတော့ ယူတယ်၊ ပါးစပ်ဟတော့ ဟတယ်၊ ခွံ့တော့ ခွံ့တယ်၊ လက်ပြန် နှုတ်တော့ နှုတ်တယ်၊ ပါးစပ်စိတော့ စိတယ်၊ ဝါးတော့ ဝါးတယ်၊ မျိုတော့ မျိုတယ် မှတ်စားရပါသည်။

ဟင်းရည် လက်ဖက်ရည် စသည် သောက်ရာများ၌လဲ ခေါ် ဝေါ်နေကျအတိုင်း မှတ်သောက်ရပါသည်။ မှတ်ဟူသော စကားမှာ သညာမှတ်မဟုတ်၊ သတိမှတ်ဖြစ်၍ မှတ်မှ သိမည်ဖြစ်၍ သိရန် မှတ်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်၊ **သတိမှတ်နှင့် သညာမှတ် ထူးခြားချက်မှာ သတိမှတ်မှာ သဘာဝအမှုအရာကို မှတ်မှုဖြစ်၍ သညာမှတ်မှာ ငါ၊ သူ၊ ရွှေ၊ ဝက်၊ ကျွဲ၊ နွား စသော ဝေါဟာရပညတ် နာမည်မှတ် ဖြစ်၏။**

ကြီးကြီးငယ်ငယ်–ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်မှုများကိုလဲ သိလျက် စွန့်ရမည်ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူသောကြောင့် ကျင်ကြီး စွန့်ရာ၌လဲ မှတ်ရမည်၊ ကျင်ငယ်စွန့်ရာ၌လဲ မှတ်ရမည်။ ဤနည်း တူပင် နပ်၊ တံတွေး စွန့်ရာများ၌လဲ မှတ်ရမည်ဟု မူလမင်းကွန်း

ဆရာတော်ဘုရားကြီး မိန့်မှာ ဟောပြတော်မူခဲ့ပါသည်။ သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ အိပ်ပျော်မှု၊ နိုးမှု၊ စကားပြောဆိုမှု၊ ဆိတ်ဆိတ်နေမှုများကိုလဲ သိလျက်ပြုရမည်ဟု (ဝါ) အမှတ်ပြုရမည်ဟု ညွှန်ပြတော်မူပါသည်၊ ဤအထက်ဖော်ပြပါ စကားတော်များအရ ဝိပဿနာတရားမှတ်ရှုရာ၌ ကြီးငယ်မဟူ ကိုယ်အမူအရာများကို မှတ်ရှုရန်နည်းပြဟောညွှန်ခြင်းဖြစ်ရာ ဤ၌မပါဝင်သော ကိုယ်အမူအရာများကိုလည်း မှတ်ရှုရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ပမာပြရလျှင် ကိုယ်တစ်နေရာမှာ ယားၡလာသော် ကုတ်လို၍ ကုတ်တယ်ဆိုပါစို့၊ ထိုကုတ်မှုလည်း ကိုယ်အမူအရာဖြစ်၍ ကုတ်တယ် ကုတ်တယ်ဟု ကုတ်မပြီးမချင်း မှတ်ရှုရပါသည်။

ဤသို့ ကုတ်ရာ၌ ကုတ်လိုသောနေရာသို့ လက်က သွားရမည်ဖြစ်ရာ ဤလက်သွားမှုကိုလည်း ဝေါဟာရအတိုင်း မှတ်ရပါသည်။ ကုတ်၍ ပြီးသော် လက်ပြန်လာသည်ကိုလည်း မှတ်ရပါသည်။ ရေသောက်ရာတွင် ရေခွက်ရှိရာသို့ လက်လှမ်းရာကိုလည်း မှတ်ရပါသည်။ ရေခွက်ကိုကိုင်ရာ၌ ကိုင်တယ်ဟု မှတ်ရပါသည်။ ရေခပ်ပြီးယူလာရာကိုလည်း မှတ်ရပါသည်။ ပါးစပ်ဟမှု၊ ရေခွက် ကပ်မှု၊ ရေလောင်းမှု၊ မျိုချမှုများကိုလည်း အစဉ်မပြတ် မှတ်ရပါသည်။ ဤသို့အားဖြင့် စားသောက်ရာ ကိစ္စများတွင် ပါဝင်နေသော ကိုယ်အမူအရာ ကြီးကြီးငယ်ငယ် အသွယ်သွယ်ကိုလည်း မှတ်ရှုရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ အမှတ်မပြုဘဲ စားသောက်မှု ကိုယ်အမူအရာများကို ပြုလုပ်ရာတွင် ငါကိုင်တယ်၊ ငါစားတယ်၊ ငါသောက်တယ် စသော ငါစွဲအတ္တလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်၊ သို့မဟုတ် စိတ် ဟိုရောက် သည်

ရောက် တွေးကြံမှုတွေများလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပင်ကို အမူအရာများကို ဖြစ်ပေါ်တိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုရမည်ဟု ပုံသေနည်းမှတ်ပါ။ **မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ မိန့်ခွန်းတော်တွင် ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်ရာ၌ပင် သိလျက် စွန့်ရမည်ဟု တိုက်ရိုက်ပါရှိနေသဖြင့် ကိုယ်အမူအရာပြုတိုင်း ဖြစ်တိုင်း မှတ်ရှုရမည်ချည်းသာ ဖြစ်ပါသည်။**

' **အမြင်မှန်**–ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်သည် ခြေဆုံး ခေါင်းဆုံး တစ်ကိုယ်လုံးနှင့် သက်ဆိုင်နေပါ၍ တစ်ကိုယ်လုံး၌ ပါဝင်နေသော ကိုယ်အမူအရာ မှန်သမျှ မှတ်ရမည်အမှန်ပင်။ မမှတ်ကောင်းသော အရာမရှိပါ၊ မှတ်ရှုက စိတ်တည်ငြိမ်မှု ချက်ချင်း ရရှိပြီး၊ သမာဓိတရားများ တည်တံ့ခိုင်မြဲမှု တစ်စတစ်စ ရရှိလာနိုင်ပါသည်။ သမာဓိများ ရင့်သန်လာသော် အမြင်မှန်ခေါ် ယထာဘူတဉာဏ်များ ဖြစ်လာမည်အမှန်ပင်။ ယထာဘူတဉာဏ် အခြေခံနှင့် သဘာဝလက္ခဏာများ ပိုင်ပိုင်မိမိရရှိသူမှာ ဝိပဿနာ၏ အခြေခံ ရရှိနေပြီဖြစ်ပါသည်။ ဝိပဿနာအရာတွင် သဘာဝလက္ခဏာကို ဦးစွာ ထင်မြင်သိရှိရပါသည်။ သဘာဝလက္ခဏာ မဖြစ်မရှိက သာမညလက္ခဏာ သင်္ခတလက္ခဏာများ ထင်ပေါ်ရန် ဝေးလှ၏။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် သာမညလက္ခဏာ သင်္ခတလက္ခဏာများ သည် ထိုသဘာဝ လက္ခဏာပေါ်တွင် တည်ရှိသောသဘော ဖြစ်နေ သောကြောင့်ပါတည်း။

အရှိအတိုင်းသိ–မြတ်စွာဘုရား၏ သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်တွင် သိရမည်ဟု ဟောတော်မူရာ မည်သို့မည်ပုံ သိရမည်နည်းဟူမှု လွယ်လွယ်ဖြေရန်မှာ အရှိကို အရှိတိုင်း သိရမည်ဖြစ်၏။ အရှိဟူသည်

သဘာဝပင်ကိုသဘောကို ဆိုလိုပါသည်။ ပင်ကိုသဘောဟူသည် ထင်ရှားဖြစ်ရှိနေသော သဘောကို ဆိုပါသည်။ ထင်ရှားစေပါဦးမည်။

ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိဟူရာ၌ သွားလျှင် သွားသည်ဟုသိ၊ ဤ၌ သွားခိုက်တွင် သွားသောသဘော ထင်ရှားနေပါသည်။ ဤထင်ရှားရှိနေသော သွားသဘောကို သိရမည် ဖြစ်ပါ၏။ သွားသောသဘောဟူသည် အဘယ်ပါနည်း။ သွားသောသဘောသည် စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝါယောရုပ်တို့၏ တွန်းကန်လှုပ်ရှားရွေ့လျားနေသော သဘောများ ဖြစ်နေပါသည်။ ထို့ကြောင့် သွားသောအခြင်းအရာ လက္ခဏာမှာ တစ်ကိုယ်လုံး၏ တစ်ရွေ့ချင်း ရွေ့လျားလှုပ်ရှားမှုဖြစ်၍သွားခိုက်တွင် လှုပ်ရှားနေသော အရှိသဘောများကို အမှန်သိရန် ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ယောဂီများအနေနှင့် ခြေလှမ်းခိုက်တွင် ခြေကြွမှုမှစ၍ ခြေချသည်အထိ သိရန် လှမ်းတယ်ဟု အမှတ်ပြုရပါသည်။ ဤလိုအမှတ်ပြုသဖြင့် တစ်ကိုယ်လုံး၏ ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှားမှုများကို ဒိဋ္ဌထင်ထင် တွေ့မြင်ရပါသည်။ အချုပ်အားဖြင့်ဆိုသော် သွားခိုက်မှာလှုပ်ရှားမှုများ ထင်ရှားရှိနေ၍ အမှတ်ပြုသော ယောဂီမှာ ထိုလှုပ်ရှားမှုကို သိလျှင် သဘာဝလက္ခဏာကို သိရှိသည်ဟု မှတ်ရပါသည်။ (ဝါ) အရှိကို သိသည်ဟု ပြောဆိုနိုင်ပါသည်။

ရပ်နေခိုက်တွင် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော ဝါယောရုပ်တွေက ထောက်ခံထားသဖြင့် တစ်ကိုယ်လုံး တောင့်တင်းမှုတွေ ထင်ရှားဖြစ်ရှိနေပါသည်။ ထိုထင်ရှားရှိနေသော တောင့်တင်းမှုမျိုးကို ရပ်တယ်ရပ်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်၍ ရှုနေသော ယောဂီမှာ တောင့် တင်းမှုများကို

ထင်ရှားသိရှိရပါသည်။ ထိုင်နေခိုက်တွင် ရုပ်ကိုယ်ပေါ်မှ တင်းမှု၊ တောင့်မှု၊ ထုံမှု၊ ပူမှု၊ နာမှု စသော ထိုထိုဖြစ်ရပ်များ အထွေထွေ ဖြစ်ရှိနေပါ၏။ ထိုဖြစ်ရပ်များကို မှတ်ရှုနေသော ယောဂီမှာ ထင်ရှားတွေ့ရှိ သိမြင်နေပါ၏။ အိပ်နေခိုက်တွင် ခြေ လက် ခေါင်း စသော ကိုယ်ပေါ်တွင် ထိမှု၊ တောင့်မှု၊ ပူမှု၊ အေးမှု စသော ထိုထိုဖြစ်ရပ်များကိုလည်း မှတ်ရှုနေသော ယောဂီမှာ တွေ့ရှိရပါ၏။ ဣရိယာပုတ်ကြီးငယ်၊ ထိုထိုကိုယ်အမူအရာများကို မှတ်ရှုမှုမရှိက ထင်ရှားရှိနေသော တောင့်တင်းမှုစသည်များကို မသိနိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ်မလပ် အမြဲမှတ်နေရပါသည်။

မှတ်ရှုရန် သဘောများ

၁။ ကိုယ်အမူအရာအားလုံး
၂။ နှုတ်အမူအရာအားလုံး
၃။ စိတ်အမူအရာအားလုံး
} မှတ်ရှုရမည်။

ဤဖော်ပြပါ အမူအရာ ၃–မျိုးလုံးကို မှတ်ရှုရမည်ဟု မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်ဆရာတော်ဘုရားကြီး မိန့်မှာသည့်အားလျော်စွာ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသမျှသော ရုပ်နာမ် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ မှန်သမျှ မှတ်ရှုနေရပါသည်။

ပမာအားဖြင့်ပြရသော် ထိုင်နေသော် ဣရိယာပုတ်တွင် မိမိကိုယ်မိမိ မျှတစွာ ထိုင်နိုင်ပါ၏။ သို့သော် ယောက်ျားများမှာ ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေ၊ မိန်းမများမှာ မိန်းမထိုင် ထိုင်၍ ထိုင်လျက်ရှိနေသော ရုပ်ကိုယ်ပေါ်မှာ အာရုံစိုက်၍ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု

ရှေ့တစ်မှတ်နှင့် နောက်တစ်မှတ် ဆက်စပ်စေ၍ မပြတ်မလပ် အမြဲမှတ်နေရပါသည်။ အထိုင်ကြာလျှင် ကျဉ်မှုပေါ်လာသော် ကျဉ်တယ်၊ ကျဉ်တယ်ဟု မှတ်ပါလေ။ အကျဉ်ပျောက်သွားသော် ထိုင်တာကို ပြန်မှတ်ပါ။ နာမှုပေါ်လာသော် နာတယ်၊ နာတယ်ဟု မှတ်ပါ။ နာမှုပျောက်သွားသော် ထိုင်တာကို ပြန်မှတ်ပါ၊ ကိုက်မှု ပေါ်လာသော် ကိုက်တယ်၊ ကိုက်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ ပျောက်သွားသော် ထိုင်တာကိုပြန်မှတ်ပါ။ ထုံမှုပေါ်လာသော် ထုံတယ်၊ ထုံတယ်မှတ်။ အောင့်မှုပေါ်လာသော် အောင့်တယ် အောင့်တယ်မှတ်၊ တွေးစိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာသော် တွေးတယ်၊ တွေးတယ်မှတ်၊ ပူမှုတွေပေါ်လာသော် ပူတယ်၊ ပူတယ်မှတ်။ အေးမှုတွေပေါ်လာသော် အေးတယ်၊ အေးတယ်မှတ်၊ ရယ်လိုစိတ်ပေါ်လာသော် ရယ်ချင်တယ်၊ ရယ်ချင်တယ်ဟု မှတ်။ ငိုလိုစိတ် ပေါ်လာသော် ငိုချင်တယ်၊ ငိုချင်တယ်ဟု မှတ်။ ဝမ်းသာစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ဝမ်းသာတယ်၊ ဝမ်းသာတယ်ဟုမှတ်။ ဝမ်းနည်းစိတ်ပေါ်လာလျှင် ဝမ်းနည်းတယ်၊ ဝမ်းနည်းတယ်ဟုမှတ်၊ တံတွေးထွေးလို၍ ထွေးသော် ထွေးတယ်၊ ထွေးတယ်ဟုမှတ်၊ နှပ်ညှစ်သော် ညှစ်တယ်၊ ညှစ်တယ်ဟုမှတ်။ မျက်ရည်သုတ်သော် သုတ်တယ်၊ သုတ်တယ်ဟုမှတ်။ ကုတ်လို၍ကုတ် သော် ကုတ်တယ်၊ ကုတ်တယ်ဟုမှတ်၊ ပွတ်သော် ပွတ်တယ်၊ ပွတ်တယ်ဟုမှတ်။ ခြေတွေဒူးတွေ ညောင်းလာ၍ ပြင်လိုစိတ် ပေါ်လာသော် ပြင်ချင်တယ်ဟုမှတ်။ ပြင်တော့ ပြင်တယ် ဟုမှတ်၊ ခြေရွှေ့တာ ဒူးမြှောက်ရာ၌လည်း မှတ်ရမည်။

တစ်စုံတစ်ခု ယူလို၍ လက်လှမ်းတော့ လှမ်းတယ်ဟုမှတ်။

ကိုင်တော့ ကိုင်တယ်ဟုမှတ်၊ မ,တော့ မ,တယ်ဟုမှတ်။ ယူတော့ ယူတယ်ဟုမှတ်၊ ချတော့ ချတယ်ဟုမှတ်။ လက်လွှတ်တော့ လွှတ်တယ်ဟုမှတ်။ ရေသောက်လို၍ သောက်ချင်စိတ် ပေါ်လာသော် သောက်ချင်တယ်၊ သောက်ချင်တယ်မှတ်။ ရေရှိရာသို့သွားလိုသော် ထိုင်ရာမှ ထစ အားယူပြီး ဒူးတုတ်တာ၊ ဒူးထောင်တာ၊ လက်ထောက်တာမှစ၍ ထတယ်၊ ထတယ်၊ ထတယ်ဟု မတ်ရပ်ဖြစ်သည်အထိ မှတ်ပါလေ။

၅၀ ထပြီး၍ ရေရှိရာသွားမှုကို ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ် စသည်မှတ်။ ရောက်၍ရပ်သော် ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်ဟုမှတ်။ ရေအိုးရေခွက်ကြည့်သော် ကြည့်တယ်ဟုမှတ်။ မြင်တော့ မြင်တယ်ဟုမှတ်။ လက်လှမ်းတော့ လက်လှမ်းတယ်ဟုမှတ်။ ကိုင်တော့ ကိုင်တယ်ဟုမှတ်၊ မ,တော့ မ,တယ်ဟုမှတ်။ ရေခပ်တော့ ခပ်တယ်၊ ခပ်တယ်ဟုမှတ်။ ယူတော့ ယူတယ်ဟုမှတ်။ ပါးစပ်နားရောက်တော့ ရောက်တယ်ဟုမှတ်။ ဟတော့ ဟတယ်ဟုမှတ်၊ လောင်းတော့ လောင်းတယ်ဟုမှတ်။ မျိုတော့ မျိုတယ်ဟုမှတ်။ ဝတော့ ဝတယ်ဟုမှတ်။ ရေခွက်ပြန်၍ထားရာ၌လည်း ပြောနေကျအတိုင်း မှတ်လေ၊ **ဤသို့အမှတ်ပြုရာများ၌ အသံမြည်အောင် ပါးစပ်က ရွတ်ရန်မလိုပါ၊ စိတ်ဖြင့်သာ မှတ်ရပါသည်။ အမှတ်တိုင်းမှာ စိတ်ဖြင့်သာ မှတ်ပါ။**

မှန်မှန်ထိုင်ပါ–အိပ်လိုစိတ် ပေါ်လာသော် အိပ်ချင်တယ်၊ အိပ်ချင်တယ်ဟု ၃–၄ ကြိမ် ဆက်မှတ်ပါ။ အိပ်ချင်စိတ် ပျောက်သော်လည်း ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်၊ အကယ်၍ မပျောက်သော် အိပ်မည့်နေရာသို့သွားသော ခြေလှမ်းများကို မပြတ်မှတ်သွားပါ။

အိပ်ရာနားရောက်တော့ ရောက်တယ်ဟုမှတ်ပါ။ ကြည့်တော့ ကြည့်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ ခြင်ထောင်ဆီ လက်လှမ်းတော့ လှမ်းတယ်ဟုမှတ်ပါ။ ကိုင်တော့ ကိုင်တယ်ဟုမှတ်ပါ။ ထိုင်တော့ ထိုင်တယ်ဟုမှတ်ပါ။

ထိုင်ရာတွင် မြန်မြန်မထိုင်ရပါ။ မှန်မှန်ထိုင်ပါ။ ဒူးကိုကွေးရာ တရွေ့ချင်း ကွေးညွတ်လာသော အမူအရာ။ တဖြည်းဖြည်း နိမ့်လာသောအမူအရာများကို အမှတ်နှင့် သိလျက်ဖြစ်အောင်ထိုင်ပါ။ ထိုင်ပြီးက အိပ်ရာတွင် ကိုယ်လျောင်းတာ (ဝါ) လှဲချတာကိုပါ ခေါင်းအုံးနှင့် ခေါင်းထိသည့်တိုင်အောင် အိပ်တယ်၊ အိပ်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ အိပ်ရာတွင် အချိုးကျကျဖြစ်အောင် ကိုယ်က ပြုပြင်မှု များကိုလည်း မပြတ်မှတ်ပါလေ။ အိပ်ရာတွင် စောင်းမှု ကွေးမှု။ လှည့်မှုများကိုလည်း မှတ်ပါ၊ အိပ်ရာမှ မထမချင်း အိပ်တယ်၊ အိပ်တယ်ဟု ပျော်သွားသည်အထိ မှတ်ပါ၊ နိုးလာသော် နိုးစိတ်ကို နိုးတယ်ဟု မှတ်ပါ။ ထလိုစိတ်ပေါ်လာသော် ထချင်တယ်၊ ထချင်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ ထသော် စောင်ကိုကိုင်တာ၊ ကိုယ်မှ ပတ်တာ၊ ခါးဝတ်များ ပတ်တာ၊ ပြင်တာ၊ မိမိပြုပြင်မှုအားလုံးကို မပြတ် မှတ်ရပါသည်။

ထသော် မှန်မှန်ထတယ်၊ ထတယ်ဟု ဒူးတွေခါးတွေဖြောင့်ပြီး တဖြည်းဖြည်း မြင့်လာသော ကိုယ်အမူအရာများကို သိလျက် ထရပါသည်။ မတ်မတ်ရပ်၍ မိမိသွားလိုရာ သွားသော် အမှတ်နှင့် လှမ်းလျက် သွား၍ မျက်နှာသစ်လို၍ ရေအိုးနား ရောက်သော် ရပ်မှုကိုလဲ မှတ်ပါ။ ရေအိုးရေခွက်များကို ကြည့်သော် ကြည့်တယ်၊ မြင်တော့ မြင်တယ်၊ လက်လှမ်းတော့ လှမ်းတယ်၊ ကိုင်တော့

ကိုင်တယ်။ ဤသို့ စသည် ပြုလုပ်မှုမှန်သမျှ မှတ်ပါ။ မျက်နှာပွတ်ရာ၊ ပလုတ်ကျင်းရာ၊ သွားပွတ်ရာ၊ မျက်နှာသုတ်ရာစသည် ပြုတိုင်း အမူအရာများကို မှတ်ပါလေ။ ပြန်လာရာ၊ ထိုင်ရာ၊ လမ်းလျှောက်ရာ စသည်များကို ရှေ့တစ်မှတ်နှင့် နောက်တစ်မှတ် အမှတ်ချင်း ဆက်စပ်မိအောင် မှတ်ပါလေ။ အမှတ်ချင်း မဆက်စပ်မိက အတွေး တွေ၊ ဟိုဟိုသည်သည် စိတ်ကူးစဉ်းစားမှုတွေ ပေါ်လာတတ်ပါသည်၊ ထိုထိုကြံတွေးမှုများသည် ဝိပဿနာ၏အနှောင့်အယှက် အန္တရာယ် များသာဖြစ်၍ ထိုအန္တရာယ်များ မဝင်ရောက် မနှောင့်ယှက် နိုင်ရန် အစဉ်မပြတ် မှတ်ရပါသည်။

ခွဲမှတ်ရန်–ကာယာနုပဿနာခေါ် ကိုယ်အမူအရာများကို မကုန်သော်လည်း အတော်စုံစုံ ရှိနေ၍ ကြွင်းကျန်သည်များကို နည်းမှီ၍ သိလောက်ပါပြီ။ ဝေဒနာနုပဿနာ ခံစားမှုသဘောများ မှတ်ရှုရန် ဖော်ပြပါဦးမည်။

သွား ရပ် ထိုင် လျောင်း ဟူသော ဣရိယာပုတ် လေးမျိုးရှိရာ တစ်မျိုးမျိုးသော ဣရိယာပုတ်နှင့် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီများမှာ ကိုယ်တစ်နေရာရာမှ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သော နာမှု၊ ကျဉ်မှု၊ ထုံမှု၊ ကိုက်မှု စသည့် သဘောများလည်း ပေါ်လာဖြစ်ပေါ်တတ်ပါ၏။ ဤဖြစ်ပေါ်မှုများကို မခံသာ၍ ဒုက္ခဝေဒနာဟု ခေါ်ဆိုရပါသည်။ ဤဒုက္ခဝေဒနာများကိုလည်း သူ့သဘောအတိုင်း နာတော့ နာတယ်၊ နာတယ်ဟု မပြတ်မှတ်နေရပါသည်။ မှတ်လျက်နှင့် ပျောက်ပျက် သွားသည်လည်း ရှိတတ်၏။ မပျောက်ဘဲ တိုးလာသည်လည်း ရှိတတ်၏။ မခံသာ၍ ဣရိယာပုတ် ပြင်လိုသော် ပြင်၍မှတ်ပါ။

ပြင်ရာ၌လည်းမှတ်ပါ။ ထုံကျဉ်ကိုက်ခဲမှု စသည်များကိုလည်း ဤနည်းတူ မှတ်ပါလေ။

ဣရိယာပုတ်များတွင် မသိမသာဖြစ်နေမှုကို ဥပေက္ခာဝေဒနာ ခေါ်ပါသည်။ ၎င်းကိုတော့ မှတ်စိတ်၊ သိစိတ်များတွင် ပါဝင်လျက်ရှိနေ၍ အထူးသီးခြား ခွဲမှတ်ရန် မလိုတော့ပါ။ ချမ်းသာမှုအသွင်မျိုးဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို သုခဝေဒနာဟု ခေါ်ပါသည်။ဤလို ချမ်းသာမှုယင်ရှားပေါ်လာ၍ မှတ်လိုသော် ချမ်းသာတယ်၊ ချမ်းသာတယ်ဟုမှတ်ပါလေ။ ဤလိုသီးခြားချမ်းသာမှုကို မမှတ်ဘဲလည်း မူလမှတ်မြဲတိုင်းသော အမှတ်ဖြင့်လည်း ဆက်လျက် မှတ်နေနိုင်ပါသည်။ သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာ သုံးမျိုးလုံးပင် စိတ်အစဉ်တွင် ပါဝင်ပြီးဖြစ်နေ၍ တစ်မျိုးတစ်မျိုးကို အစဉ်မပြတ်မှတ်ရှုနေပါက ဝေဒနာနုပဿနာမှာ ပြီးစီးပါဝင်လျက် ရှိနေပါသည်။

ကုသိုလ်စိတ်နှင့်-စိတ္တာနုပဿနာဟူသည် စိတ်ဖြစ်ရာကိုမှတ်ရှုမှုဖြစ်၍ နှစ်သက်စိတ်ဖြစ်လာသော် နှစ်သက်တယ်၊ နှစ်သက်တယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ ဤပုံနည်းဖြင့် မနှစ်သက်မှု၊ စိတ်ဆိုးမှုဖြစ်ပေါ်လာသော် စိတ်ဆိုးတယ်၊ စိတ်ဆိုးတယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ ငိုချင်စိတ်၊ ရယ်ချင်စိတ်၊ ဝမ်းနည်းစိတ်၊ ဝမ်းသာစိတ်၊ ပျင်းစိတ်၊ ပျော်စိတ်၊ သွားချင်စိတ်၊ ထချင်စိတ်၊ အိပ်ချင်စိတ် စသော ထိုထိုဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်များကိုလည်း မပြတ်မှတ်ရှုနေရပါသည်။

ဤလိုဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်များကို မမှတ်ဘဲနေပါက အဆက်မပြတ် မဆုံးနိုင် တောက်လျှောက်ဖြစ်ပြီး အကာယ်၍ စိတ်သန္တာန်ဖြစ်မှုမနောက်မှ ကာယကံ၊ ဝစီကံသို့ ဆက်စပ်ဖြစ်သွား:

နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသောစိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်မှုတွင် ရပ်ဆိုင်းသွားရန် မပြတ်မှတ်ရှုရပါသည်။ ဤစိတ္တာနုပဿနာအရပ်၌ ကိလေသာနှင့် မကင်းသေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သန္တာန်၌ အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော ပရိယုဋ္ဌာန်ကိလေသာတို့ကို ဝီတိက္ကမအဖြစ်သို့ မရောက်မီ ပျောက်ပျက်သွားရန် မှတ်ရှုရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဖြစ်ပေါ်သော အကုသိုလ်စိတ်ကို ကုသိုလ်စိတ်နှင့် ပယ်ဖျောက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အကျဉ်းချုပ်–ဓမ္မာနုပဿနာဟူသည် နာမ်ရုပ်နှစ်ပါး ဆက်စပ်ဖြစ်ပေါ်လာမှုများကို မှတ်ရှုခြင်းဖြစ်၍ ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း မပြတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို မလစ်လပ်စေဘဲ မှတ်ရှုရပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ကွေးသောအခါတွင် ကွေးချင်စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ကွေးမှုဖြစ်၍ ထိုကွေးမှုကို ကွေးတယ်၊ ကွေးတယ်ဟု အကွေးမရပ်မချင်း မှတ်နေရပါသည်။ ဆန့်ရာ၌လည်း ဆန့်တယ်၊ ဆန့်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရပါသည်။ မြင်ရာ၌လည်း မြင်တယ်၊ မြင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရပါသည်။ ကြားရာ၌လည်း ကြားတယ်၊ ကြားတယ်ဟု မှတ်ရပါသည်။ နံရာ၌ နံတယ်၊ နံတယ်ဟုမှတ်။ စားရာ၌ စားတယ်၊ စားတယ်ဟုမှတ်။ (ဤစားရာ၌ကား အထွေထွေမှတ်ရန် များလှ၏။) ထိရာ၌ ထိတယ်၊ ထိတယ်ဟုမှတ်၊ သိရာ၌ သိတယ်၊ သိတယ်ဟုမှတ်။ ဤမျှဓမ္မာနုပဿနာ မှတ်ရှုပုံကို အကျဉ်းချုပ် ဖော်ပြလိုက်ပါသည်။

မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်တွင် ဘုရားရှင်ဟောတော်မူသော ဓမ္မာနုပဿနာအရာမှာ–၁။ နီဝရဏပိုင်း၊ ၂။ ခန္ဓာပိုင်း၊ ၃။ အာယတနပိုင်း၊ ၄။ ဗောဇ္ဈင်ပိုင်း၊ ၅။ သစ္စာပိုင်းအားဖြင့် ၅–ပိုင်း ပြသ

ထားပါသည်။ ဤ ၅-ပိုင်းလုံးမှာ ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ် ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ဖြစ်တတ် ဖြစ်နိုင်သော သဘောများကို မှတ်ရှုရန်ဖြစ်၍ ကောင်းကောင်း ဆိုးဆိုး ပေါ်လာတိုင်းသော ဖြစ်ရပ်များကို မှတ်ရှုရန် ဖြစ်ပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ကွေးသောသဘောတစ်ခုတွင် ကွေးချင်စိတ်ကြောင့် ကွေးမှုဖြစ်ရာ ထိုကွေးမှု၌ ရုပ်နှင့်နာမ်တွဲနေသော သဘောဖြစ်၍ ထိုရုပ်နာမ်နှစ်ပါးသည် ဖြစ်အတူ ပျက်အတူ တပေါင်းတည်း ရုပ်နာမ်စုံဖြစ်၍ ကွေးသောသဘောကို ကွေးတယ်၊ ကွေးတယ်ဟုပင် မှတ်နေပါက ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် မှတ်ရှုသည်ဟု ခေါ်ဆိုရပါသည်။

ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်အရာ ယောဂီများ မှတ်ရှုရန်ကို ကျေးဇူးရှင် ဖြစ်တော်မူသော မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ညွှန်ပြပုံကို ဖော်ပြပါမည်။

၁။ ကွေးသောခဏ ကွေး-ကွေးတယ်မှတ်။

၂။ ဆန့်သောခဏ ဆန့်-ဆန့်တယ်မှတ်။

၃။ မြင်သောခဏ မြင်-မြင်တယ်မှတ်။

၄။ ကြားသောခဏ ကြား-ကြားတယ်မှတ်။

၅။ နံသောခဏ နံ-နံတယ်မှတ်။

၆။ စားသောခဏ စား-စားတယ်မှတ်။

၇။ ထိသောခဏ ထိ-ထိတယ်မှတ်။

၈။ သိသောခဏ သိ-သိတယ်မှတ်။

ဤသို့ စသည် မှတ်ရသည်ကို ဤ၌ နည်းပြမျှ ဖော်ပြလိုက်ပါသည်။ အမှန်စင်စစ် မှတ်ရှုရန်မှာ များစွာပင် ဖြစ်နေပါသည်။

ဤအထက်ပါ မှတ်ရှုများတွင် ရုပ်နှင့်နာမ် တွဲလျက် ဖြစ်ပုံကို ဖော်ပြပါမည်။ ကွေးသောခဏ ကွေးသည်ဟုဆိုရသော ကွေးမှုတွင် ကွေးချင်သောကြောင့် ကွေးမှုဖြစ်၍ ကွေးချင်သောစိတ်နာမ်လည်း ပါသည်။ ကွေးသောရုပ်ဖြစ်၍ ကွေးသောသဘော နာမ်ရုပ်အစုံ ဖြစ်ပေ၏။ ရုပ်ကား ရူပက္ခန္ဓာ၊ တစ်ပါးစိတ်တွင် ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက် ဖြစ်သော ဝေဒနာစေတသိက်ကား ဝေဒနက္ခန္ဓာ၊ သညာစေတသိက်ကား သညာက္ခန္ဓာ၊ စေတနာစသော ကြွင်းစေတသိက်ကား သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၊ စိတ်ကား ဝိညာဏက္ခန္ဓာ။ ဤပုံအားဖြင့် ခန္ဓာငါးပါး စုံဖြစ်သော သဘောများသာ။ အကျဉ်းချုပ်ကား ကွေးမှုသည် ရုပ်နာမ်ဖြစ်မှု စင်စစ်အမှန် ဖြစ်ပေသည်၊ ဤရုပ်နာမ်ဖြစ်သည်ကို ဖြစ်သော သဘောမှန်သိရန် မှတ်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဆန့်သော သဘောသည်လည်း ကွေးသောသဘောနည်းတူပင် ဖြစ်ပေသည်။

မြင်သောခဏ–မြင်သောသဘောအရ မျက်စိအကြည်နှင့် အဆင်းရူပါရုံ ပေါင်းစုံမိကြ၍ စက္ခုဝိညာဏ်ခေါ် မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ် သည်ကို မြင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဤမြင်မှု၌ မျက်စိအကြည်နှင့် အဆင်းက ရုပ်၊ မြင်စိတ်က နာမ်၊ ဤရုပ်နာမ်မြင်မှုပင်ဖြစ်ရာ ဤမြင်မှုသည် မြင်ရုံမျှသဘောဖြစ်၍ ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ သတ္တဝါကောင်၊ ငါကောင်၊ သူကောင် မဟုတ်ပါပဲ လောကအများစုက ငါမြင်တယ်၊ ဘာကိုမြင်တယ် စသော အလွဲလွဲအချော်ချော် အမှားမြင်မှုတွေမှ လွတ်မြောက်ရန် မြင်မှု၌မြင်ရုံမျှ အနေအားမှန်မြင်ဖြစ်ရန် မပြတ်မှတ် ရှုရပါသည်။

(ဆောင်) ၁။ မြင်ရာ၌တွင်၊ နာမ်ရုပ်စဉ်၊ မြင်လျှင်မြင်တယ်မှတ်။

၂။ မြင်သောခဏ၊ မျက်စိမှ၊ ဖြစ်ကြ နာမ်ရုပ်စဉ်။

၃။ မြင်မှုအမှန်၊ ရုပ်နှင့်နာမ်၊ အမှန်သိရန် မှတ်ရသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ ဆောင်ပုဒ်များတွင် ၁–အမှတ်ဆောင်ပုဒ်သည် မြင်သောခဏ မြင်သောသဘောစုမှာ ငါလဲမဟုတ်၊ သူလဲမဟုတ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟု ဆိုရန်မရှိဘဲ ရုပ်နှင့်နာမ် ဖြစ်နေသော သဘောအစဉ်မျှသာ ဖြစ်နေသော မြင်မှုဖြစ်၍ မြင်ဆဲခဏတွင် မြင်တယ်၊ မြင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်နေရပါသည်။ ဤလိုမှတ်နေလျှင် မြင်ရုံတွင်သာ ရပ်တန့်ပြီး ငါမြင်တယ် ဘာပဲစသော ပညတ်ထင်မှုများ ပျောက်ကွယ်သွားနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ မြင်ရာ၌ မြင်တယ်၊ မြင်တယ်ဟု မမှတ်ပါက ငါမြင်တယ်၊ အကောင်းပဲ၊ အဆိုးပဲ၊ တစ်နည်း– ချစ်စရာပဲ၊ မုန်းစရာပဲ ဣဋ္ဌအနိဋ္ဌအာရုံအားလျော်စွာ မဆုံးနိုင်သော သံသရာအထပ်ထပ် ဆက်စပ်ပြီး ရှည်လျားသွားပါတော့သည်။

၂–အမှတ်ဆောင်ပုဒ်သည် မြင်သောခဏမှာ မျက်စိဟူသော စက္ခုဒွါရ၌ အဆင်းမျိုးစုံ ရူပါရုံထင်လာပေါ်လာ ကြုံကြိုက်လာသော အခါ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်ခေါ် မြင်မှုဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို မြင်တယ်လို့ ဆိုရပါသည်။ ဤမြင်မှုသည် အမှန်စင်စစ် မျက်စိအကြည်ရုပ်၊ အဆင်းရုပ်၊ စက္ခုဝိညာဏ်မြင်စိတ်။ ဤသို့သော ရုပ်နာမ်အစဉ် ဖြစ်ပေါ်နေမှုသာဖြစ်ပါသည်။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ငါသူတစ်ပါး ယောကျ်ား၊ မိန်းမ မဟုတ်ပါ။ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်၏ မြင်မှုသဘောမျှသာဖြစ်၍ မြင်ရုံမျှဖြစ်ရန် တစ်နည်း–မြင်ကာမျှဟု သိရန် အမှတ်ပြုရပါသည်။

၃–အမှတ်ဆောင်ပုဒ်သည် မြင်သော သဘောသည် ရုပ်နှင့်နာမ် ၏ ဖြစ်စဉ်မျှသာဖြစ်နေ၍ လောက၌ အများစု၏ မြင်မှုသည်

ငါမြင်သည်၊ သူမြင်သည်၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတွေ မြင်မှုဖြစ်နေ၍ ဤသို့သော မြင်များမှု အမှန်မသိမှုမျိုးမှ လွတ်မြောက်သွားရန် မြင်ဆဲခဏ၌ မြင်တယ်၊ မြင်တယ်ဟု မပြတ် ရှုမှတ်ရပါသည်။ မှတ်ရှုသော ယောဂီမှာ မြင်မှုသည် မြင်ရုံမျှသာထင်၍ ငါမြင်တယ်၊ ဘာကိုမြင်တယ်၊ အကောင်းပဲ၊ အဆိုးပဲ စသော အလွဲလွဲအချော်ချော် အစဉ်တွေမစပ်ဘဲ ပြတ်သွားပါလိမ့်မည်။

အမှန်အတိုင်းသိရန်–အမှတ်ဟူသည် အမှန်သိရန် မှတ်ရပါသည်။ မမှတ်လျှင် အမှန်မသိပါ။ ဤစကားကို ထင်ရှားသိရန် ဖော်ပြပါမည်။ တံခါး၀ ဂိတ်၀၌ စောင့်နေသော ကင်းစောင့် ဂိတ်စောင့်ပုဂ္ဂိုလ်သည် တံခါးပေါက်ဂိတ်၀မှ ၀င်ထွက်နေသော လူအများကို မောင်ဖြူ၊ မောင်နီ၊ တစ်ယောက်၊ နှစ်ယောက် စသည့် မမှတ်က (ဝါ) အမှတ်မပြုပါက မောင်ဖြူ၊ မောင်နီ၊ တစ်ယောက်၊ နှစ်ယောက် စသော ၀င်သည် ထွက်သည်ကို မသိနိုင်ပါ။ အမှတ်ပြုနေသော (ဝါ) မှတ်နေသော တံခါးစောင့်၊ ဂိတ်စောင့် ပုဂ္ဂိုလ်သည် မောင်ဖြူ၊ မောင်နီ၊ ၀င်သည်၊ ထွက်သည်၊ နှစ်ယောက်၊ သုံးယောက် စသော ထွက်သူ၀င်သူတို့၏ အရေအတွက်ကိုပါ တိကျမှန်ကန်စွာ သိနိုင်ပါ၏။

တစ်နည်း ဥပမာပြရသော် အိမ်ရှင်တစ်ယောက်သည် မိမိအိမ်ရှိ ပစ္စည်းအသုံးအဆောင်များကို အရေအတွက်နှင့် အမျိုးအမည်နှင့် မှတ်မထားပါက အမှန်မသိပါ။ တစ်ခုနှစ်ခု အမျိုးအမည်များကို မှတ်ထားသောသူသည် ကောင်းစွာ ပိုင်ပိုင်သိသလို ဤနည်းအလား တူပင် ဖြစ်ပေါ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ်များကိုလည်း မမှတ်လျှင်မသိ၊ မှတ်က အမှန်သိရပါသည်။ သိပုံမှာ ကွေးခိုက်မှာ ကွေးတယ်၊

ကွေးတယ်ဟု မပြတ်မှတ်နေသော ယောဂီသည် ကွေးသောသဘော တရွေ့ရွေ့ ရွေ့လျားနေသော အခြင်းအရာ လက္ခဏာကို အမှန်အတိုင်း သိပါသည်။ လှမ်းသောခဏ လှမ်းခိုက်တွင် လှမ်းတယ်၊ လှမ်းတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုရပါက တစ်လှမ်း၏ ကြွသောသဘော၊ လှမ်းသော သဘော၊ ကျသောသဘော၊ နင်းမိသောသဘော စသည်တို့ကို မှန်စွာသိရပါသည်။ ဤသို့ ဤသို့ စသည် ထိုထိုကိုယ်အမူအရာ များကို မပြတ်မှတ်နေသော ယောဂီသည် မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်းသော သဘောလက္ခဏာများကို ကောင်းစွာပင် ပိုင်းခြားသိနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ အမှန်အတိုင်း သိရန် မှတ်ရပါသည်။

မှတ်ရန် နည်းရပ် ဖော်ပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ်များ၏ ဖြစ်သမျှကို မပြတ်မလပ် မှတ်ရှုနေရပါသည်။ ထမင်းစားရာ၊ ရေသောက်ရာ စသော အရာများကိုလည်း မှတ်ရပါသည်။ မှတ်ပုံ- ထမင်းစားရန် ထမင်းပွဲတွင် ထိုင်ပြီဆိုပါတော့။ ကြည့်တော့ ကြည့်တယ်ဟုမှတ်။ မြင်တော့ မြင်တယ်ဟုမှတ်၊ လက်လှမ်းတော့ လှမ်းတယ်ဟုမှတ်၊ ကိုင်တော့ ကိုင်တယ်ဟုမှတ်။ ထမင်းများကို အခဲတွေ များရာတွေ တွန်းရာ၊ ဖယ်ရာ၊ ချေရာများကို တွန်း တွန်းတယ် မှတ်။ ဖယ် ဖယ်တယ်မှတ်။ ချေ ချေတယ်မှတ်။ ထမင်းလုတ် ပြင် ပြင်တယ်မှတ်။ ယူ ယူတယ်မှတ်။ ပါးစပ်ဟ ဟတယ်မှတ်။ ခွံ့ ခွံ့တယ်မှတ်။ ပါးစပ်စေ့ စေ့တယ်မှတ်။ လက်ချတာ ထားတာများလဲမှတ်။ ထမင်းဝါးရာ၌ ဝါးတယ်၊ ဝါးတယ်၊ ဝါးတယ်ဟု

တစ်ခါဝါး တစ်ခါမှတ်။ ဝါးတိုင်း၊ ဝါးတိုင်း မှတ်၊ မျိုတော့ မျိုတယ်မှတ်။ ဤပုံနည်းနှင့် အစားအစာ စားတိုင်း စားတိုင်းပင် မပြတ်မှတ်ရပါသည်။ ရေသောက်ရာ စသည်များ၌လည်း မှတ်ရပါသည်။

မှတ်ပုံ–ရေသောက်လို၍ ရေရှိရာသွားရာ၌ ဘယ်လှမ်း ညာလှမ်း မှတ်လှမ်းပါ။ ရေအိုးနားရောက်တော့ ရောက်တယ်လို့မှတ်။ ရပ်တော့ ရပ်တယ်လို့မှတ်။ ကြည့်တော့ ကြည့်တယ်။ မြင်တော့ မြင်တယ်။ လက်လှမ်းတော့ လှမ်းတယ်။ ကိုင်တော့ ကိုင်တယ်၊ မ,တော့ မ,တယ်။ လက်တစ်ဘက်က ရေအိုးဖုံးဆီ လက်သွားတော့ သွားတယ်၊ ထိတော့ ထိတယ်။ ကိုင်တော့ ကိုင်တယ်၊ ဖွင့်တော့ ဖွင့်တယ်။ ရေခွက်နှင့်လက်က ရေအိုးထဲ နှစ်တော့ နှစ်တယ်၊ ယူတော့ ယူတယ်၊ ပါးစပ်နား ရောက်တော့ ရောက်တယ်၊ ပါးစပ်ဟတော့ ဟတယ်၊ ရေခွက်နှင့် ပါးစပ်ထိတော့ ထိတယ်၊ လောင်းချတော့ လောင်းချတယ်၊ မျိုတော့ မျိုတယ်၊ မျိုတယ်၊ မျိုတယ်ဟု မျိုတိုင်း မျိုတိုင်း မှတ်ပါလေ။ ရေခွက်ထားတာ၊ လက်လှမ်းတာ၊ လက်လွှတ်တာများကိုလည်း မှတ်ပါ။

(ဆောင်) အမှတ်အမှတ် တရစပ်၊ မပြတ် မှတ်ရမည်။

ကြားသောခဏ–ကြားရာတွင် ကြားသောသဘောဟူသည် သောတအကြည်၌ (ဝါ) နားအကြည်၌ သဒ္ဒရုပ်အသံနှင့်တွေ့၍ သောတဝိညာဏ်ကြားစိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်ကို ကြားသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဤကြားမှု၌ နားအကြည်နှင့် အသံက ရုပ်၊ ကြားစိတ်က နာမ်။ ဤနာမ်ရုပ်၏ ကြားမှုဖြစ်ရာ ကြားသောသဘော ကြားရုံမျှဖြစ်၍

လူသံ၊ ခွေးသံ၊ စည်သံ၊ မောင်းသံ စသည်မဟုတ်၊ အသံမျှသက်သက် သဘောဖြစ်၏။ လောကအများစုက လူသံပဲ၊ ခွေးသံပဲ၊ ငါကြားတယ် စသည် အလွဲလွဲအမှားမှား ကြားနေကြရာ အမှန်ကြားဖြစ်ရန် ကြားတယ်၊ ကြားတယ်ဟု မပြတ်အမှတ်ပြုနေပါက ကြားရုံမျှဖြစ်၍ ကြားမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော အကုသိုလ်ပရိယုဋ္ဌာန် ကိလေသာများ ဖြစ်ခွင့်မရတော့ဘဲ ချုပ်ငြိမ်းသွားပါတော့သည်။

(ဆောင်) ကြားရာ၌တွင်၊ နာမ်ရုပ်စဉ်၊ ကြားလျှင် ကြားတယ်မှတ်။

နံသောခဏ–နံရာတွင် နံသော သဘောဟူသည် နှာအကြည်၌ အနံ့ဂန္ဓာရုံနှင့်တွေ့၍ ဃာနဝိညာဏ်နံစိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်ကို နံသည်ဟု ခေါ်ဆိုပါသည်။ ဤနံမှု၌ နှာအကြည်နှင့် အနံ့ကရုပ်၊ နံစိတ်ကနာမ်။ ဤရုပ်နာမ်၏ နံမှုဖြစ်ရာ နံသောသဘော နံရုံမျှဖြစ်၍ နံမှုကို အစွဲပြု၍ ဘာနံ့ပဲစသော အကောင်းနံ့၊ အဆိုးနံ့တွေနှင့် တွေ့ကြုံကာ ဖြစ်ပေါ်လာမည့် အကုသိုလ်အဖြစ်ဆိုးမှ လွတ်မြောက်သွားရန် နံတယ်၊ နံတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုရပါသည်။

(ဆောင်) နံရာ၌တွင်၊ နာမ်ရုပ်စဉ်၊ နံလျှင်နံတယ်မှတ်။

စားသောခဏ–စားရာ၌ စားသော သဘောဟူသည် လျှာအကြည့်၌ အရသာနှင့်တွေ့၍ ဇိဝှာဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်ကို စားသည်ဟု ခေါ်ဆိုရပါသည်။ ဤစားမှု၌ လျှာနှင့်အရသာက ရုပ်၊ စားစိတ်က နာမ်။ ဤရုပ်နာမ်၏ စားမှုဖြစ်ရာ လောကအများစု၏ ငါစားသည်၊ သူစား စားသည်။ ဘာကိုစားသည်။ အကောင်းပဲ၊ အဆိုးပဲ စသော အလွဲအမှား စားမှုမျိုးမဖြစ်စေရန် စားမှုသဘော ရုပ်နာမ်မျှဟု အသိမှန်ဖြစ်ရန် မပြတ်ရှုမှတ်ရပါသည်။

(ဆောင်) စားရာ၌တွင်၊ နာမ်ရုပ်စဉ်၊ စားလျှင်စားတယ်မှတ်။

ထိသောခဏ-ထိရာ၌ ထိသောသဘောဟူသည် ကာယခေါ် ကိုယ်အကြည်၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗခေါ် တွေ့ထိ၍ ကာယဝိညာဏ် ထိစိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်ကို ထိသည်ဟု ခေါ်ဆိုရပါသည်။ ဤတွေ့ထိမှု၌ ကိုယ်အကြည်နှင့် ဖောဋ္ဌဗ္ဗအတွေ့က ရုပ်၊ ထိမှုကနာမ်၊ ဤရုပ် နာမ်ထိမှုဖြစ်ရာ အမှန်မသိ၍ ငါထိသည်။ ဘာနဲ့ထိသည်။ နူသည်၊ ကြမ်းသည်၊ ပျော့သည်၊ မာသည်၊ အေးသည်၊ ကောင်းသည် စသော ငါစွဲအမျိုးမျိုးတွေ မဆုံးနိုင်သော သံသရာထိမှုမှ ဖြာထွက်ကာ အမှားနယ် ကျယ်ရသည်ကို အမှန်သိဖြစ်ရန် ရုပ်နာမ်၏ ထိမှုကို ထိကာမျှအနေ ထိတယ်၊ ထိတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုရပါသည်။

(ဆောင်) ထိရာ၌တွင်၊ နာမ်ရုပ်စဉ်၊ ထိလျှင်ထိတယ်မှတ်။

သိသောခဏ-သိသော သဘောဟူသည်။ မနောအကြည်၌ သဘောထင်လာ၍ မနောဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်ကို သိတယ်ဟု ခေါ်ဆိုရ၏။ ဤသိမှု၌ မနောကြည်မှုက ရုပ်၊ သဘောထင်မှုက ဓမ္မာရုံ၊ သိမှုက မနောဝိညာဏ်စိတ်၊ ဤရုပ်နာမ်အစုံ သိမှုဖြစ်ရာ လောကအတင်အားဖြင့် ငါသိတယ်၊ သိတာငါပဲ စသောအားဖြင့် ရုပ်နာမ်၏ သိမှုကိုပင် ငါလို့ထင်ကာ အမှားမှား အလွဲလွဲ တဏှာစွဲ၊ မာနစွဲ၊ ဒိဋ္ဌိစွဲ အစွဲတွေပြတ်စဲရန် မပြတ်မှတ်ရှုရပါသည်။ ဤသိမှု ဟူရာ၌ သိမှုသည် မနောဝိညာဏ်၏ သိမှုဖြစ်၍ ဓမ္မာရုံအဖြာဖြာကို သိနိုင်သဖြင့် ရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံ၊ အတိတ် အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန် အာရုံများကိုပါ သိ၍ သိသောခဏ သိတယ်၊ သိတယ် စသည်

သိတိုင်းသိတိုင်း မှတ်ရပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ကိုယ်လုံးမှ ပေါ်လာသမျှ သော ထွေထွေလာလာ တစ်ခုတည်း တစ်မျိုးတည်း မဟုတ်သော များစွာသော ဖြစ်ရပ်တွေကို တပေါင်းတည်းပြု၍ သိတယ်၊ သိတယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။

အမှတ်ပြုသည်–သတိပဋ္ဌာန်း ဘာဝနာကို မလေ့လာဖူးသေး သူများအနေနှင့် ပေါ့ပေါ့ဆဆတွေး၍ အထင်သေးကောင်း သေးပေမည်။ တကယ်တမ်း လေ့လာသူများမှာ ကိုယ်တွေ့ဒိဋ္ဌ တွေ့ရှိရသဖြင့် ခြွင်းချက်မရှိ ယုံကြည်မှု အပြည့်အဝနှင့် ကျေနပ်အားရ ဖြစ်ကြပါ၏။ အမှတ်ပြုမှုသည် ပေါ့ပေါ့သာမန်မျှ မဟုတ်ပါ၊ သဘာဝဖြစ်ရပ်ကို ရှုမှတ်ရာ၌ ယထာဘူတ မှတ်ရှုပါက တိတိကျကျ အမှန်သိနိုင်ပေ၏။ အမှန်သိပုံကို ပေါ်လွင်စွာ ဖော်ပြပါမည်။

ယောဂီ၏ သွားသော ဣရိယာပုတ်၌ လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်း တယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် လှမ်းသောအမှုအရာတွင် ပါဝင် နေသော ခြေကြွခိုက်တွင် ကြွသည်ကိုလဲ ကောင်းစွာသိ၏။ ခြေ ရှေ့သို့လှမ်းသဖြင့် ရွေ့လျားသွားသည်ကိုလဲ ကောင်းစွာသိ၏။ ခြေချမှုကိုလဲ ကောင်းစွာသိ၏။ ခြေချ၍ နင်းမိထိမိသော သဘော လက္ခဏာများကိုလဲ ကောင်းစွာသိ၏။ ဤသို့ ခြေတစ်လှမ်း၌ သိရန် ပါဝင်နေသော သဘောလက္ခဏာများကို မတွေမဝေ ကောင်းစွာ သိသည်ကို ယထာဘူတဉာဏ်ဖြင့် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောပုဂ္ဂိုလ်ဟု ခေါ်ဆိုရပါ၏။ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိသော ယထာဘူတဉာဏ်သည် ဉာဏ်ထင်ခိုက် ဉာဏ်ဖြစ်ခိုက်၌ မောဟ အဝိဇ္ဇာချုပ်ပျောက်ပြီး ဖြစ်နေပါတော့သည်။ ထိုမောဟအဝိဇ္ဇာ ချုပ်ငြိမ်းကွယ်ပျောက်သဖြင့်

အဝိဇ္ဇာလျှင် အကြောင်းရင်းရှိသော ဘဝ ခန္ဓာသံသရာသည် ဖြစ်ခွင့်မရ၊ ချုပ်ပျောက်ကြရပါသည်။ အဝိဇ္ဇာချုပ်က သင်္ခါရချုပ်၊ သင်္ခါရချုပ်ကဝိညာဏ်ချုပ်၊ ဝိညာဏ်ချုပ်ကနာမ်ရုပ်ချုပ်၊ နာမ်ရုပ်ချုပ်က သဠာယတနချုပ်၊ သဠာယတနချုပ်က ဖဿချုပ်၊ ဖဿချုပ်က ဝေဒနာချုပ်၊ ဝေဒနာချုပ်က တဏှာချုပ်၊ တဏှာချုပ်က ဥပါဒါန်ချုပ်၊ ဥပါဒါန်ချုပ်က ဘဝချုပ်၊ ဘဝချုပ်က ဇာတိချုပ်၊ ဇာတိချုပ်က ဇရာ၊ မရဏ စသော သံသရာဖြစ်ရပ် တစ်လျှောက်လုံး ချုပ်ဆုံး ကွယ်ပျောက်သည်ကို မြတ်စွာဘုရား ပဋိလောမ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တွင် ဟောပြတော်မူပါသည်။

မှတ်သိမှုဝိပဿနာ–သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်လာ ကိုယ်အမူအရာ စသည်တို့ကို ကောင်းစွာမပြတ် မှတ်ရှုနေသည်ကို ဝိပဿနာဟု ခေါ်ဆိုရပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ပါနည်း၊ သဘာဝဖြစ်ရပ်ကို မှတ်ရှုခြင်းကြောင့်ပါတည်း။ ရှင်းပြပါဦးမည်။ သဘာဝဟူသည် ရုပ်နာမ်၏သဘာဝပင်။ ဖြစ်ရပ်ဟူသည် သွားမှု ရပ်မှု ကွေးမှု ဆန့်မှု စသော ဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်ကြ၍ ဤရုပ်နာမ်များ၏ ကွေးတိုင်း ဆန့် တိုင်းသော ဖြစ်ရပ်များကို အစဉ်မပြတ် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီ သည် အမှန်သိရှိရ၍ သိရှိပိုင်းခြားအပ်သော ရုပ်နာမ်၌ ဖြစ်ခွင့်ထိုက်သော ကိလေသာများ ဖြစ်ခွင့်မရ ချုပ့်ပျောက်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာစိတ် ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း၌ ဖြစ်ခြင်းငှာ ထိုက်သော ကိလေသာများ ဖြစ်ခွင့်မရ၍ ချုပ်ပျောက်ကြသည်ကို ဝိပဿနာက ကိလေသာကို ပယ်သည်ဟု ဆိုရပါသည်။ ဝိပဿနာပယ်သော ကိလေသာမှာ အသစ်ဖြစ်ခြင်းငှာထိုက်သော ကိလေသာများ ဖြစ်ကြသည်။

ကိန်းလျက်ပါသော ကိလေသာ–ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သန္တာန်တွင် ဖြစ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ်၌ (ဝါ) မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ နံ့တိုင်း၊ စားတိုင်း၊ ထိတိုင်း၊ သိတိုင်း၊ ကွေးတိုင်း၊ ဆန့်တိုင်းစသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ဝိပဿနာမရှုမှတ်ပါက ကိလေသာတရားများ အမြဲမကွာ ကိန်းလျက်ပါကြသည်သာ၊ ထိုကိလေသာများ ဆင့်ပွားမဖြစ်နိုင်ရန် (ဝါ) ပရိယုဋ္ဌာန် ထကြွမှု၊ ဝီတိက္ကမလွန်ကျူးမှုများ မဖြစ်နိုင်ရန် ကြိုတင်၍ ဝိပဿနာ မှတ်ရှုပယ်ရပါသည်။ ဝိပဿနာကိုလွှတ်၍ တခြားနည်းနှင့်တားဆီး၍ မရနိုင်ပါ၊ သတိပဋ္ဌာန်မှတ်ရှုမှုဝိပဿနာသည် သတ္တဝါတို့၏သန္တာန် ခန္ဓာအစဉ်၌ ဖြစ်ခွင့်ထိုက်သော ကိလေသာ အညစ်အကြေးများ စင်ကြယ်နိုင်သည်ကို သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာဟု မဟာသတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်တွင် ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင် ဟောပြတော်မူခဲ့ပါသည်။

လှမ်းသောသဘောရုပ်နာမ်–ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိဟူသော သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်အရ သွားသည်ကို လှမ်းတယ်၊ လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် ရုပ်နာမ်ကို မှတ်ရှုသည်ဟု ဆိုရပါသည်။ မည်သို့သော ရုပ်နာမ်ပါနည်းဟုမူ လှမ်းလိုသော စိတ်နာမ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရသော လှမ်းမှုဖြစ်၍ လှမ်းလိုစိတ်နှင့် လှမ်းရုပ်ဖြစ်၍ လှမ်းမှုကို ရုပ်နာမ်ဟု ဆိုပါသည်။ ထိုလှမ်းတာကို လှမ်းတယ်ဟု မှတ်သဖြင့် လှမ်းသောသဘော တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေသော ကိုယ်အမူအရာများကို ကောင်းစွာပိုင်ပိုင် သိရှိနေ၍ လှမ်းတာကို ·လှမ်းတယ်မှတ်၍ ရွေ့လျားနေသည်ကို သိသော ယောဂီရုပ်နာမ်ကို ´သိသည်ဟု ဆိုရပါသည်။ လှမ်းသောခဏ

ရွှေ့လျားနေသော သဘောသည် ရုပ်တရား၏ သဘာဝ လက္ခဏာပင် ဖြစ်ပါ၏။ ရုပ်နာမ်ကို ရှုမှတ်ရာဝယ် ရှေးဦးစွာ ဤသဘာဝလက္ခဏာကို ကောင်းစွာ ပိုင်ပိုင်သိရှိရမည်ဖြစ်ပါ၏။ ဤသဘာဝ လက္ခဏာကို အခြေခံ၍ သာမညလက္ခဏာ၊ သင်္ခတလက္ခဏာများ အဆင့်ဆင့် ပေါင်းကူးဖြစ်ကြရပါသည်။

သဘာဝလက္ခဏာ–ရုပ်တရား နာမ်တရားသည် မိမိတို့၏ ပင်ကိုယ်သဘောလက္ခဏာများ အသီးသီး ရှိကြသည်သာ။ ပမာအားဖြင့် ပထဝီရုပ်သည် နု–ကြမ်း–ပျော့–မာ သဘောလက္ခဏာများ ရှိပေသည်။ တေဇောရုပ်သည် ပူ–အေးသော သဘောလက္ခဏာရှိ၏။ ဝါယောရုပ်သည် လှုပ်ရှား တွန်းကန်သောသဘောရှိ၏။ ဤသို့လျှင် မိမိတို့၏ ပင်ကိုသဘောလက္ခဏာများ အသီးသီးရှိမြဲဖြစ်ကြသည်။ **ပင်ကိုယ်သဘောအရှိကိုသိတာ ယထာဘူတဉာဏ်ခေါ်ပါသည်။** မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် အရှိသဘောကိုသာ သိပါ၏။ ပမာအားဖြင့် လှမ်းတယ်ဟုမှတ်က လှမ်းမှုသဘော တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေသည်ကို သိ၏။ နင်းမိ ဖိမိခိုက်နှင့် မာမာနင်းမိက မာသောသဘောကိုသိ၏။ ပျော့ပျော့နင်းမိက ပျော့သော သဘောကိုသိ၏။ ပူတာနင်းမိက ပူသောသဘောကို သိ၏။ အေးတာ နင်းမိက အေးသောသဘောကို သိ၏။ ဤသို့ စသည် မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် မိမိမှတ်ရှုသော ရုပ်နာမ်၏ သဘောလက္ခဏာကို သိနိုင်သည်။

စာသိနှင့် ဝိပဿနာသိ

အဘိဓမ္မာလာ စာပေများကို သင်ကြားလေ့လာသော ပုဂ္ဂိုလ်

သည် ရုပ်တရား နာမ်တရားများ၏ နာမည် နာမနှင့် သရုပ် သဏ္ဍာန် အရေအတွက်များကို ကောင်းစွာသိနိုင်၏။ စာလာ ပေလာ သဘောများကိုလဲ သိပါ၏။ ဤအသိမျိုးမှာ သုတမယပညာဟု ခေါ်ကြပါ၏။ (ဝါ) စာသိဟု ခေါ်ရ၏။ မှတ်ရှုသော ယောဂီကား ဤလို စာ၌ပါရှိသော သရုပ် သဏ္ဍာန် နာမည်များကို မသိပါ။ မှတ်ရှုအပ်သော ရုပ်နာမ်များ၏ သဘောလက္ခဏာကိုသာ ဒိဋ္ဌထင်ထင် တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။ ယောဂီ၏ တွေ့မြင်ရသော ရုပ်နာမ်မှာ သရုပ် သဏ္ဍာန် အရေအတွက်နှင့် နာမည်များမပါ၊ အရှိသဘာဝ လက္ခဏာများကို သိခြင်းဖြစ်ပါ၏။

ပမာအားဖြင့် မြင်မှု၌ ယောဂီအနေနှင့် မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုနေရာ မြင်မှုသာ ကုန်ဆုံးသွားပြီး ငါမြင်တယ် ဘာကိုမြင်တယ် အဖြစ်မျိုး မပေါ်လာတော့ပါ။ မြင်ရာ၌ မြင်တယ်ဟုမှတ်သော ယောဂီမှာ မြင်ရုံမျှ သဘောသာ သိရှိနေပါ၏။ စာလာ ပေလာ စာသိအနေနှင့် စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်၏ မြင်မှု၊ ထိုစက္ခုဝိညာဏ်စိတ်နှင့် ယှဉ်ဘက်ဖြစ်သော ဖဿ ဝေဒနာ သညာ စေတနာ စသော စေတသိက် ၇-ပါးစသော သရုပ်သဏ္ဍာန်များကိုကား မသိနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် စာသိနှင့် ဝိပဿနာသိမှာ ကွဲပြားလျက်ရှိပါသည်။

အသိ ၃-မျိုး-သုတမယသိ၊ စိန္တာမယသိ၊ ဘာဝနာမယသိဟု သုံးမျိုးရှိရာ သုတမယသိမှာ စာပေမှာ လာရှိသောအတိုင်း အမည်နာမသရုပ် သဏ္ဍာန် သဘောလက္ခဏာများကို သညာမှတ် မှတ်ပြီး သိကြပါသည်။ စာဆိုသောအတိုင်း သညာမှတ် သိသည်ကို သုတ

မယဟု ခေါ်ရပါ၏။ စာပေတွင် လာရှိသော သဘောလက္ခဏာများကို မျှော်ခေါ်တွေးဆ ကြံသိမှုကို စိန္တာမယသိဟု ခေါ်ရပါ၏။ ပွားများ ရှုမှတ် အားထုတ်မှုဖြင့် သိသောအသိမျိုးကို ဘာဝနာမယသိဟု ခေါ်ဆိုရပါ၏။ မှတ်ရှု၍သိသော ယောဂီ၏ အသိမျိုးကို ဘာဝနာ မယဉာဏ်ဟု သတ်မှတ်ခေါ်ဆိုရပါသည်။

(ဆောင်) သုတ စိန္တာ၊ ဘာဝနာ၊ သုံးဖြာအသိကွယ့်။
ကြားသိ ကြံသိ၊ ပွားများသိ၊ အသိ ဤသို့ကွယ့်။

ကာလသုံးတန် ရုပ်နှင့်နာမ်–ရုပ်နာမ်ကို အမှန်သိရန် မှတ်ရမည်ဟု အဆိုရှိရာ မှတ်ချင်ရာမှတ် အရမ်းမဲ့ မှတ်ရမည် မဟုတ်ပါ။ မိုးကောင်းကင် လက်ဝှေ့သတ်သင်သလို မှတ်ချင်တိုင်းမှတ်၍မရပါ။ ရုပ်နာမ်သည် အတိတ်ရုပ်နာမ်၊ အနာဂတ်ရုပ်နာမ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်နာမ် သုံးမျိုးပြားနေပါသည်။ ဖြစ်ပြီးရုပ်နာမ်ကို အတိတ်ဟု ဆိုပါသည်။ ဖြစ်လတ္တံ့ရုပ်နာမ်ကို အနာဂတ်ဟု ဆိုသည်။ ဖြစ်ဆဲဖြစ်နေတုန်း ရုပ်နာမ်ကို ပစ္စုပ္ပန်ဟု ဆိုပါသည်။ ထိုသုံးမျိုးသော ရုပ်နာမ်များတွင် အတိတ်ဖြစ်ပြီး ရုပ်နာမ်ကို ဝိပဿနာရှုလို့မရပါ။ အဘယ့်ကြောင့် ပါနည်း။ ဖြစ်ပြီးရုပ်နာမ်သည် ထင်ရှားမရှိသောကြောင့်ပါတည်း။ အနာဂတ် ဖြစ်လတ္တံ့ ရုပ်နာမ်ကိုလဲ ဝိပဿနာရှုမှတ်လို့မရပါ။ အဘယ့်ကြောင့်နည်း ဖြစ်ပေါ်မလာသေး မရှိသေးသောကြောင့် ပါတည်း။

ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ခိုက် ရုပ်နာမ်ကိုသာ ဝိပဿနာ မှတ်ရှုရပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်နည်း။ ထင်ရှားဖြစ်ရှိနေသောကြောင့်သာတည်း။

ဘဒ္ဒေကရတ္တ–အတီတံ နာနွာဂမေယျ၊ နပ္ပဋိကင်္ခေ အနာဂတံ။
ယဒတီတံ ပဟီနံ တံ၊ အပ္ပတ္တဉ္စ အနာဂတံ။
(နေတ္တိပါဠိတော်)

ယံ အတီတံ၊ အကြင်အတိတ်သည်။ ပဟီနံ၊ သဘောလက္ခဏာ မမြင်ရာသို့ရောက် ပျောက်ကွယ်လေပြီ။ တံ အတီတံ၊ ထိုသဘော လက္ခဏာမမြင်ရာသို့ရောက် ပျောက်ကွယ်လေပြီးသော အတိတ်ကို။ နာနွာဂမေယျ၊ လွန်ပြီဟော့ထ နောက်မှတစ်ဖန် ပြန်မလိုက်ရာ။ ယဉ္စ အနာဂတံ၊ အကြင်အနာဂတ်သည်လည်း။ အပ္ပတ္တံ၊ လက္ခဏာသဘော ဖြစ်ခွင့်ပေါ်ပေါက် မရောက်လာသေး။ တံ အနာဂတံ၊ ထိုလက္ခဏာ သဘော ဖြစ်ခွင့်ပေါ်ပေါက် မရောက်လာသေးသော အနာဂတ်ကို။ နပ္ပဋိကင်္ခေ၊ မဖြစ်မီဟော့ကြိုဆို အလိုမရှိရာ။

ပစ္စုပ္ပန္နဉ္စ ယံဓမ္မံ၊ တတ္ထ တတ္ထ ဝိပဿတိ။
အသံဟီရံ အသံကုပ္ပံ၊ တံ ဝိဒွါ အနုဗြူဟယေ။
(နေတ္တိပါဠိတော်)

တတ္ထ တတ္ထ ခဏေ ခဏေ၊ ထိုထိုခဏ၌။ ပစ္စုပ္ပန္နံ၊ အသစ်အသစ် ခုတင်ခုဖြစ်သော၊ ယံဓမ္မံ၊ အကြင်ပစ္စုပ္ပန်အာရုံကို။ ဝိပဿတိ၊ စေ့စေ့ငုငု နေ့မှုညဉ့်တွေ ရှုအပ်လေ၏။ တံ ဓမ္မံ၊ ထို အသစ်အသစ် ခုတင်ခုဖြစ်သော ပစ္စုပ္ပန်အာရုံကို။ အသံဟီရံ၊ ပစ္စုပ္ပန်လာ လက္ခဏာဟော့ မပြောင်းရွှေ့မိ။ အသံကုပ္ပံ၊ ပစ္စုပ္ပန်လာ လက္ခဏာရောက် မပျောက်ပျက်မိ၊ ဝိဒွါ၊ ပညာရှိသည်။ အနုဗြူဟယေ၊ တစ်ဆင့်တစ်ဆင့် မြင့်တမျှားမျှား ပွားများရာ၏။ (မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏အနက်။)

အထက်ဖော်ပြပါ ပါဠိတော်အရ ရုပ်နာမ်ကို ဝိပဿနာ မှတ်ရှုရာဝယ် အတိတ်ဖြစ်ပြီး လွန်ပြီး ရုပ်နာမ်များ ထင်ရှားမရှိတော့၍ မှတ်ရှုရန် အခွင့်မရှိပါ။ အနာဂတ်မဖြစ်ပေါ် မရောက်သေးသော ရုပ်နာမ်များကိုလဲ ထင်ရှားမဟုတ်၍ ရှုမှတ်ရန် မဖြစ်ပါ။ **ပစ္စုပ္ပန် လက်ငင်း ပက်ပင်း ထင်ရှားဖြစ်ပေါ် တည်ရှိနေသော ရုပ်နာမ်များ ကိုသာ ပြောင်းရွှေ့မသွားမီ ချုပ်ပျောက်မသွားမီ တည့်တည့်မတ်မတ် ရှိနေချိန်ကို မှတ်ရှုပါဟု မိန့်တော်မူပါသည်**။ မှန်ပါသည်၊ ဘုရားရှင် နေယျ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ဟောတော်မူထားသော မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်၌ ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိ စသည်ဖြင့် ဂစ္ဆန္တောပုဒ်၌ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ဆဲ ဖြစ်ခိုက် ဖြစ်နေတုန်း (ဝါ) လှမ်းဆဲ လှမ်းခိုက် လှမ်းနေတုန်းဟု မှတ်ရှုရန်ညွှန်ပြထားပါသည်။ ထို့ကြောင့် အစစ္စာ ဝိပဿနာမှတ်ရှုသော ယောဂီများသည် ပစ္စုပ္ပန်ကာလ ထင်ရှားရှိနေသော ရုပ်နာမ်များကို ပျောက်ပျက်မသွားမီ မှတ်ရှုရ ပါသည်။

မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန် ဆရာတော်ကြီး၏ ဆောင်ပုဒ်

၁။ အသစ်ကို မကြိုလင့်၊ ၂။ အဟောင်းကို မပြန်လင့်၊

၃။ ဖြစ်အောင်မပြုလင့်၊ ၄။ ပျက်အောင်မပြုလင့်၊

၅။ ဖြစ်တိုင်းပျက်တိုင်း ထင်အောင်ရှု။

ဖြစ်အောင်ပြု လောဘ၊ ပျက်အောင်ပြု ဒေါသ၊ ဖြစ်တိုင်း ပျက်တိုင်းမသိ မောဟ။

၎င်း အထက်ပါဆောင်ပုဒ် လင်္ကာကို လွန်ခဲ့သော နှစ် ၇၀

ကျော်အချိန်က ရေးသားမိန့်မှာတော်မူထားပါသည်။ ဤလက်ာတွင် ဖြစ်တိုင်းပျက်တိုင်း မသိမောဟဟု ဖော်ပြထားရာ ဤသည့် မောဟ မဖြစ်ရန် အရေးကြီးလှပါ၏။ အဘယ့်ကြောင့်နည်းဟူမူ ထိုမောဟ ဖြစ်ခွင့်ရ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော် မောဟအဝိဇ္ဇာ အရင်းကစ၍ ဖြစ်ရသော သင်္ခါရ ဝိညာဏ်နာမ်ရုပ်စသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်များရဟတ် ထပ်ကာ ထပ်ကာလည်မည် အမှန်ပင်။ ဤပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်လည်မှုသည် သံသရာ ဝဋ်ဒုက္ခဖြစ်နေ၍ ဤဝဋ်ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ရန် မသိမှု အဝိဇ္ဇာ မောဟမဖြစ်ပေါ်ဘဲ ချုပ်ပျောက်သွားရန် မှတ်ရှုသော ဝိပဿနာ ဘာဝနာကို ပွားများကြရပါသည်။

နည်းမှန်လမ်းမှန်–သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရန် တရားအားထုတ်ကြရာတွင် နည်းမှန်လမ်းမှန် စနစ်တကျရှိရန် အထူးလိုအပ်ပါ၏။ အဘယ့်ကြောင့်ပါနည်း။ ဘုရားရှင် လက်ထက် တော်မှ စတင်၍ ယခုအချိန်တိုင် ဆရာတွေများစွာ သူတစ်မျိုးငါတစ်ဖုံ ကိုယ့်နည်းကိုယ့်ဟန်နှင့် လမ်းညွှန်ပြသလျက်ရှိနေကြရာ ဉာဏ်မီသမျှ အထူးစိစစ်ရပါမည်။ ဆရာမှားက ရည်မှန်းရာမရောက်ဘဲ ဖောက် ဖောက်ပြန်ပြန် ဖြစ်တတ်၍ ယခင်အချိန်က ထင်ရှားတော်မူခဲ့သော လယ်တီ ဆရာတော်ဘုရားကြီး မိန့်မှာတော်မူခဲ့ပုံကို ထုတ်ပြပါဦးမည်။

(မိန့်မှာပုံ) လူ့ဘဝ၌ အမှောက်အမှား အနန္တရှိရာ ဆရာ မှောက်မှားခြင်းသည် မဟာအမှောက် မဟာအမှားတော်ကြီး ဖြစ်သည်။ ဆရာမှောက်မှားလျှင် ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက် ပြားသည်။ ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ပြားလျှင် ဘဝပဒေသော ပင်ကြီး ဘဝရေပင်ကြီး ဖြစ်တော့သည်။

ဟိုရှေးရှေးက စကား

ကုန်ရှုံးတော့ တစ်ခေါက်၊ လင်ရှုံးတော့ တစ်သက်လုံးမှောက်၊ ဆရာကုန်ရှုံးတော့ တသံသရာလုံး မှောက်တော့သည်။

(ဆောင်) ဟောတိုင်း ပြောတိုင်း ချင့်စာနိုင်း၊ ပြောတိုင်းမယုံရာ။

ပစ္စုပ္ပန် ၃–မျိုး–ဝိပဿနာ ရှုရာဝယ် ပစ္စုပ္ပန်ကာလတွင် မှတ်ရှုရမည်ဟု ဖော်ပြခဲ့ပေ၏။ ထိုပစ္စုပ္ပန်မှာ ၃–မျိုးပြားလျက်ရှိ၏။

၁။ အဒ္ဓါပစ္စုပ္ပန်၊

၂။ သန္တတိပစ္စုပ္ပန်၊

၃။ ခဏပစ္စုပ္ပန်–

အားဖြင့် ၃ ပါးပြား၏။

ထိုတွင် ဝိပဿနာမှတ်ရှုရာ၌ သန္တတိပစ္စုပ္ပန်ကို မှတ်ရှုရပါသည်။ ပမာပြရလျှင် လှမ်းနေခိုက် လှမ်းသော ရုပ်နာမ်အစဉ်ကို လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်၊ ကွေးခိုက် ကွေးသော ရုပ်နာမ်အစဉ်ကို ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ ဆန့်ခိုက် ဆန့်သော ရုပ်နာမ်အစဉ်ကို ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ မြင်ခိုက် မြင်သောရုပ်နာမ်အစဉ်ကို မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ ကြားခိုက် ကြားသော ရုပ်နာမ်အစဉ်ကို ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ နံခိုက် နံသောရုပ်နာမ်အစဉ်ကို နံတယ် နံတယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ စားခိုက် စားသောရုပ်နာမ်အစဉ်ကို စားတယ် စားတယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်၊ ထိခိုက် ထိသော ရုပ်နာမ်အစဉ်ကို ထိတယ် ထိတယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ သိခိုက် သိသော ရုပ်နာမ်အစဉ်ကို သိတယ် သိတယ်ဟု မှတ်ရှုရပါသည်။ ဤသို့စသည် ထင်ရှား

ဖြစ်ရှိနေသော ရုပ်နာမ်များကို မလစ်မလပ် မပြတ်မှတ်ရှုရပါသည်။

မသိလျှင်တွယ်-ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်နေသော ရုပ်နာမ်များကို ဖြစ်ပေါ်ခိုက်တွင် မပြတ်ရှုမှတ်သောစိတ်သည် မှတ်ရှုအပ်သော ရုပ်နာမ်များ၏ သဘာဝအမှန်ကို အရှိအတိုင်းသိသည်ဖြစ်၍ အမှန်သိ ပရမတ်သိဟု ခေါ်ရပါ၏။ သိပုံမှာ-ကွေးခိုက်တွင် ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မပြတ်ရှုမှတ်နေသော ယောဂီသည် ကွေးမှုသဘော တရွေ့ရွေ့ ရွေ့လျားနေသော အခြင်းအရာသဘောမျှသာ ထင်လျက်ရှိနေပါ၍ ကွေးလိုသောစိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ္တဇ ဝါယောရုပ်တို့၏ ရွေ့လျားလှုပ်ရှားမှုသဘောကို လှုပ်သောအတိုင်း သိနေသောကြောင့် အမှန်သိလှုပ်ရှားမှုသဘော ပရမတ်သိ သိသည်ဟု ပြောဆိုရပါ၏။

ဤသို့ အမှန်သိသော ဝိပဿနာစိတ်သည် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော ကိလေသာများ ဖြစ်ခွင့်မရစေသောအားဖြင့် ပယ်သည်။ ဝိပဿနာစိတ်ပယ်သော ကိလေသာကား ဖြစ်ပြီးကိလေသာလဲမဟုတ်၊ ဖြစ်ဆဲကိလေသာလဲမဟုတ်၊ ဖြစ်လတ္တံ့ကိလေသာလဲမဟုတ်၊ ဝိပဿနာ မမှတ်ရှုက ဖြစ်ခွင့်ထိုက်သော ကိလေသာများပင်။ ထင်ရှားစေဦးအံ့။ ကွေးလိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ကွေးတယ်ဆိုပါတော့၊ ကွေးတယ်ဟု မမှတ်ပါက ကွေးမှုကို အမှန်မသိဘဲ ငါကွေးသည်၊ လက်ကွေးသည် စသည်ဖြင့် ကွေးမှု၌ မောဟကိလေသာ၊ ဒိဋ္ဌိကိလေသာများ အမှန်ဖြစ်ပေသည်။ ကွေးလို့ကောင်းသော် လောဘကိလေသာ၊ ကွေးလို့မကောင်းသော် ဒေါသကိလေသာ၊ အထွေထွေသော ကိလေသာများ ပွားစီးကြမည်အမှန်ပင်။ ထို့ကြောင့် **"မသိလျှင်တွယ်၊ သိလျှင်ပြယ်၊ တွယ်လျှင်လည်း ဆား၊ ပြယ်မှ အေးမည်"** ဟု

ရှေးဆရာတော်ကြီးများ မိန့်မှာတော်မူခဲ့ပါသည်။ အလွန်လေးနက်လှသော မိန့်ခွန်းတော် ဖြစ်ပါသည်။

တဒင်္ဂနိရောဓ–ဖြစ်ပေါ်ခိုက် ရုပ်နာမ်များကိုမှတ်ရှုသော ဝိပဿနာစိတ် ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း၌ အာရုံပေါ်မှာ ကပ်တည်နေသော ခဏိက သမာဓိအာရုံကို အမှန်အတိုင်းသိသော ဝိပဿနာပညာ၊ ဤသမာဓိနှင့် ပညာ ၂–ပါးစုံ ပါဝင်သောကြောင့် သမာဓိက သမထ၊ ဝိပဿနာက ပညာ၊ ဤသမထဝိပဿနာများသည် မိမိ မိမိတို့နှင့် ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ ကိလေသာများကို တဒင်္ဂအနေဖြင့် ပယ်သတ်ကြပါ၏။

ပယ်သတ်ပုံမှာ–ဝိပဿနာမှတ်ဆဲခဏတွင် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ ဝီတိက္ကမပရိယုဋ္ဌာန် အကုသိုလ်များ မဖြစ်ရန် သမာဓိ သမထက ပယ်သတ်ပါ၏။ အနုသယတို ဝိပဿနာပညာက ပယ်သတ်ပါသည်။ ဤသို့ ဝိပဿနာမှတ်ရှုရာ၌ ဖြစ်ခွင့်ထိုက်သော ကိလေသာများ အလိုအလျောက် ဖြစ်ခွင့်မရဘဲ ပျောက်ပျက်ကြပါသည်။ အကြောင်းရှိမှ ဖြစ်ပေါ်လာရသော အကျိုးတရားများသည် အကြောင်းကိလေသာ ချုပ်ပျောက်သဖြင့် အကျိုးရုပ်နာမ်များလဲ ဖြစ်ပေါ်မှု မရှိတော့ဘဲ ချုပ်ပျောက်ရပါတော့၏။ ဤသဘောကို တဒင်္ဂနိရောဓ ခေါ်ပါသည်။

ပိုင်းခြားသိရန်–အကျိုးတရားများသည် အကြောင်းရှိမှ ဖြစ်ပေါ်လာကြသဖြင့် အကြောင်းကင်းသော အကျိုးဟူ၍ မရှိစကောင်းပေ။ ထို့ကြောင့် အကြောင်းညီညွတ်၍ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော အကျိုးရုပ်နာမ်များကို ဖြစ်ပေါ်လာခိုက် ဖြစ်ပေါ်လာခိုက်တွင် မလစ်မလပ်

မပြတ် မှတ်ရှုပါက ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးတရားမှ ဆင့်ပွားရသော ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းများ ချုပ်ပျောက်ရသဖြင့် ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းဖြစ်မှ ရှိမှ အနာဂတ်အကျိုးတရားများ ဖြစ်ပေါ်ရ၏။ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းချုပ်၍ အနာဂတ်အကျိုး မဖြစ်ပေါ်သည်ကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဒေသနာတော်အရ ထင်ရှားလှပါ၏။ ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ် ဆက်စပ်လျက် မပြတ်ဖြစ်နေသော သံသရာစက်ရဟတ်သည် အကြောင်းနှင့်အကျိုး ၂ မျိုးသာဖြစ်၍ အကျိုးမဖြစ်စေလိုသော် အကြောင်းကို ပယ်ရပါသည်။

အကြောင်းကား ပယ်အပ်သောတရား ပဟာတဗ္ဗဖြစ်၍ အကျိုးကား ပိုင်းခြားသိအပ်သော အတိညေယျ တရားများ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော အကျိုးရုပ်နာမ်များကို မပြတ်မလပ် မှတ်သားပိုင်းခြား သိရပါမည်၊ ပိုင်းခြားသိရန် မလစ်မလပ် မှတ်နေရပါသည်။

(ဆောင်) ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုကင်းပျောက်သည်၊ (မဟာစည်။)

ပိုင်းခြားသိရန်–ကိလေသာသည်–အကျဉ်းအားဖြင့် ၁၀–ပါး၊ အကျယ်အားဖြင့် ၁၅၀၀–ရှိသော်လည်း အရင်းမူလအားဖြင့် လောဘကိလေသာ၊ ဒေါသကိလေသာ၊ မောဟကိလေသာ၊ ဤ ၃–ပါးသာဖြစ်ပါ၏။ ထို ၃–ပါးတို့တွင် မောဟကိလေသာက မဓာန ကျပါ၏၊ မောဟမဖြစ်သော် လောဘ ဒေါသ ကိလေသာများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခွင့် မရှိပါ။ မောဟကိလေသာ ဖြစ်ခဲ့သော် မောဟ အရင်းခံပြု၍ နှစ်သက်ဖွယ် အာရုံနှင့်ကြုံခဲ့သော် လောဘ နှစ်သက်မှု အမှန် ဖြစ်ပေါ်ပေမည်။ မနှစ်သက်ဖွယ်အာရုံဆိုးနှင့် ကြုံခဲ့သော် ဒေါသ

ကိလေသာ မနှစ်သက်မှု အမုန်ဖြစ်တော့သည်။ ထို့ကြောင့် မသိမှု၊ (ဝါ) သိမှားမှု (ဝါ) အမှားသိသော မောဟကိလေသာ ချုပ်ပျောက်သွားရန် မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်၌ ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိဟု ဤသို့စသည် ဗုဒ္ဓကိုယ်တော်တိုင် မိန့်ဟ ဟောပြတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဤစကားတော်၌ သွားသည်ရှိသော် သွားသည်ကို အပြားအားဖြင့် အမုန်အတိုင်း သိရမည်ဟု အမိန့်ရှိ၍ အမှန်အတိုင်းသိမှ အမှားသိ ပျောက်ပေမည်။ အမှားသိ ပျောက်သည်ကို အဝိဇ္ဇာချုပ်သည်ဟုဆို၏။ အဝိဇ္ဇာချုပ်မှ သံသရာဘဝ စက်ရဟတ် အလည်ရပ်တော့၏။ သံသရာစက်ရပ်က ဒုက္ခခပ်သိမ်းမှ လွတ်ငြိမ်းပါတော့သည်။ ဒုက္ခခပ်သိမ်းမှ လွတ်ငြိမ်းရန် မဟာသတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကို ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မဟာသတိပဋ္ဌာန်တရားတော်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များကို အမှန်အတိုင်းပိုင်းခြားသိရန် ဟောတော်မူပါသည်။

အဆက်ပြတ်သော-ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်တွင် အတိတ်အကြောင်း ငါးပါးကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး ငါးပါးဖြစ်ရ၏။ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးငါးပါး၌ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ငါးပါးဖြစ်၏။ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ငါးပါးကြောင့် အနာဂတ် အကျိုးငါးပါး ဖြစ်ပေါ်ရသည်ဟု အကြောင်းအကျိုးနှစ်ရပ် ဆက်စပ်ဖြစ်ပေါ်နေပုံ ဖော်ပြထားပေ၏။

အတိတ်အကြောင်း ငါးပါးဟူသည်-အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ဘဝ။ ပစ္စုပ္ပန် အကျိုးငါးပါးဟူသည်-ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ။ ဤပစ္စုပ္ပန်အကျိုးငါးပါး၌ အဝိဇ္ဇာ

စသော အကြောင်းများ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော် နောင်အနာဂတ် အကျိုးတရားများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဤယခု ဖြစ်နေသော အကျိုးခန္ဓာပေါ်တွင် အကြောင်းထပ်မပေါ်နိုင်ရန် သတိပဋ္ဌာန်နည်း အရ မှတ်ရှုရပါသည်။ ပစ္စုပ္ပန် အကျိုးခန္ဓာကို ဝေါဟာရနည်းနှင့် (ဝါ) မြန်မာလို ထင်ရှားစွာ ဖော်ပြပါဦးမည်။

ရုပ်နာမ် ခန္ဓာရှိသူတိုင်း ယခုလက်ရှိကိုယ်သည် ပစ္စုပ္ပန် အကျိုးခန္ဓာပါတည်း။ ဤကိုယ်၌ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိမှု၊ သိမှု၊ သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ လျောင်းမှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှုမှအစပြု၍ ဖြစ်ပေါ်လာသမျှသော ရုပ်နာမ်များသည် ခန္ဓာ ရုပ်နာမ်များချည်းပါတည်း။ ဤအကျိုးခန္ဓာ ရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ခဏခဏ၌ မလစ်မလပ် မပြတ်မှတ်ရှုနေပါက ပစ္စုပ္ပန် အကျိုးတရား၌ ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းတရားများ မပေါ်လာ နိုင်တော့သဖြင့် နောင်အနာဂတ်၌ ဖြစ်ရမည့် အကျိုးတရားများ ဖြစ်ခွင့်မရ၊ ချုပ်ပျောက်ရပါ၏။ ဤသည်လျှင် ပဋိစ္စသမုပ္ပာဒ် အဆက်ပြတ်သော သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာမှတ်ရှုနည်း ဖြစ်ပါသည်။

စာလိုပေလို–ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးဖြစ်သော ရုပ်နာမ်သည် ဒုက္ခသစ္စာတွင် ပါဝင်နေသော တရားဖြစ်၍ ထိုအကျိုးဖြစ်သော ရုပ်နာမ်ကို မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားသိအပ်၏ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူအပ်သော ဓမ္မစကြာ တရားတော်အရ ပိုင်းခြား သိခြင်းမျိုး ဖြစ်ပါ၏။ ပိုင်းခြားသိပုံမှာ သွားသောခဏ–လှမ်းသော အမူအရာ ရုပ်နာမ်သည် ဒုက္ခသစ္စာပါတည်း။ လှမ်းခိုက်တွင် လှမ်း တယ်ဟုမှတ်သော ယောဂီသည် ထိုလှမ်းသည်ကို သိ၏။ လှမ်းမှု

သဘောသည် ဒုက္ခသစ္စာ။ လှမ်းသည်ကို သိခြင်းသည် ဒုက္ခသစ္စာကို သိခြင်းဖြစ်၏။

ဤနည်းတူပင် ကွေးသောခဏ ကွေးတယ်ဟုမှတ်သဖြင့် ကွေးသောသဘောကိုသိ၏။ ဆန့်သောခဏ ဆန့်တယ်ဟုမှတ်သဖြင့် ဆန့်သောသဘောကိုသိ၏။ ထိုထိုခဏတိုင်း၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များကို မပြတ်မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် ဖြစ်ပေါ်လာသော သဘောကို ပိုင်းခြားလျက် သိသည်ချည်းဖြစ်ပေ၏။ ရုပ်နာမ်များကို ယောဂီသိမှုမှာ ကျမ်းဂန်လာ သရုပ်သချာ နာမည်များကို သိသည် မဟုတ်ပါ။ ထိုရုပ်နာမ်တရားတို့၏ ပင်ကိုအရှိသဘောကိုသာ သိခြင်းမျိုးဖြစ်၍ စာလိုပေလို နာမည်များကို ထုတ်ဖော်ပြနိုင်သော အသိမျိုးမဟုတ်။ စာလိုပေလို မသိ၍ မသိဟု မဆိုသာ။ **သဘာဝကိုသိက ကိစ္စပြီးနိုင်၍ ဘုရားရှင်လက်ထက်တော် ခေတ်အခါကပင် သဘာဝကိုသိပြီး အရိယာဖြစ်တော်မူသော ခုနစ်နှစ်အရွယ် သူငယ်ကလေးများပင် အထင်အရှား ဖော်ပြလျက် ရှိပေ၏။**

ဒိဋ္ဌိပြုတ်ရန်–အသိဟူသော စကားကို ကွဲပြားခြားနားပုံကို ရှင်းပြပါဦးမည်။ ကျမ်းဂန်လာ စာပေသိလဲ အသိပင်။ ယောဂီများ တရားအားထုတ်၍ သိသော အသိလဲ အသိပင်။ အသိချင်းကား မတူကြပါ စာပေကျမ်းဂန်လာ အသိမျိုးကို သုတမယသိ၊ တစ်နည်း–သုတသိဟု ခေါ်ရ၏။ ယောဂီများ၏ အားထုတ်မှုဖြင့် သိသောအသိကို ဘာဝနာ မယသိဟု ခေါ်ရ၏။

ထိုနှစ်မျိုးတွင် သုတသိ သိသောအသိမှာ ဒိဋ္ဌိမပြုတ်ပါ။ ဘာဝနာမယသိ–သိသောအသိကား ဒိဋ္ဌိပြုတ်၍ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ကြောင်း

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာမှာပင် ထင်ရှားပြထားပါ၏။ စာပေကျမ်းဂန် ကျွမ်းကျင်ကြသော ထိုထို စာသိပေသိ ပုဂ္ဂိုလ်များကို ဒိဋ္ဌိပြုတ်ပါပြီ လားဟု မေးမြန်းကြည့်ပါက ဖြေကြားပါလိမ့်မည်။ သုတသိနှင့် သဘာဝသိများမှာ ခြားနားကြပါသည်။ ဤသို့သော ခြားနားမှုကြောင့် ပင် ပိဋကတ်အကျော် ပေါဋ္ဌိလ ဆရာတော်ကြီးသည် သဘာဝဉာဏ် ပေါက်ရောက်ပြီးသော သာမဏေငယ်လေးထံ တပည့်ခံရန် တောင်းပန် ရသော သာဓကများ စာပေတွင် ဖော်ပြချက် ရှိနေပါသည်။ ဤ သာဓကအရ စာပေသိရုံမျှနှင့် ဒိဋ္ဌိမပြုတ်နိုင်။ သဘာဝအမှန်ကို သိမှ ဒိဋ္ဌိပြုတ်သည်ကို သတိပဋ္ဌာန် အားထုတ်သူအများ ထင်ရှားစွာသိရ၍ ဒိဋ္ဌိပြုတ်ရန် သတိပဋ္ဌာန်ကို အားထုတ်ကြရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော် အပ်ပါသည်။

သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်၌ ထင်ရှားဖြစ်ရှိနေသော ရုပ်နာမ်များကို ရှိသော အတိုင်းသိရန် မသွယ်မဝိုက် တိုက်ရိုက်ထင်ထင် တွေ့မြင်နိုင်ရန် ဟောကြားတော်မူထားရာ ကိုယ်အမူအရာအားလုံးနှင့် ဆိုင်ရာများလဲ သိသာထင်ရှားစွာ ဖော်ပြထားပေ၏။ ဤကိုယ်အမူအရာများကလဲ မူသေမဟုတ်ဘဲ ဖြစ်ပေါ်လာသော သဘောများကို ဖြစ်ပေါ်ခိုက် ဖြစ်ပေါ်ခိုက်တွင် ရှုမှတ်သွားနိုင်ရန် ညွှန်ပြထားပါသည်။

ပမာအားဖြင့် ထိုင်နေခိုက် ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မှတ်ရှုနေစဉ် ထိုင်သောရုပ်ကိုယ် တနေနေရာမှ နာမှုတစ်ခု ထူးခြားစွာ ဖြစ်ပေါ် လာသော် ထိုင်သောအမှတ်ကိုရပ်ပြီး နာမှုကို နာတယ် နာတယ် စသည်ဖြင့် နာမှုမပျောက်မချင်း မှတ်သွားရပါသည်။ နာမှုပျောက် သွားသော် မူလမှတ်နေသော အမှတ်ကို မှတ်မြဲမှတ်ရပါသည်။

ဤသို့လျှင် ကိုယ်ပေါ်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ကိုယ်အမူအရာ စိတ်အမူအရာ ဝေဒနာများကိုပါ ထင်ရှားပေါ်လာသည်ကို မှတ်ရှုသွားနိုင်ပါသည်။ မပြတ်မှတ်ရှုနေသဖြင့် မှတ်ရှုအပ်သောအာရုံ၌ ယောဂီ၏ စိတ်လဲတည်ငြိမ်မှု ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ ရင့်သန်အားရှိလာသော် မှတ်ရှုအပ်သောရုပ်နာမ်များ၏ သဘာဝဖြစ်ရပ်ကို အမှန်အတိုင်း ပိုင်းခြားသိ၍ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိခေါ် ယူမှားမှုစင်ကြယ်သော ယောဂီ၏ အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားပါသည်။ သဘာဝကိုအမှန်သိက ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိခေါ်ပါသည်။ (နာမရူပါနံ ယာထာဝဒဿနံ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနာမ။) (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)။

မှတ်ရှုခြင်းသည် ဝိပဿနာ–မဟာသတိပဋ္ဌာန် တရားတော်အလာ သွားတိုင်း၊ ရပ်တိုင်း၊ ထိုင်တိုင်း၊ အိပ်တိုင်း၊ ကွေးတိုင်း၊ ဆန့်တိုင်း စသော ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ်မှတ်ရှုမှု၊ ကောင်းဆိုးဖြာဖြာ ခံစားမှုများကို မပြတ်မှတ်ရှုမှု၊ နှစ်သက်စိတ် မနှစ်သက်စိတ်စသော စိတ်အမူအရာများကို မပြတ်မှတ်ရှုမှု၊ အထွေထွေသော သဘောများကို မပြတ်မှတ်ရှုမှုများသည် ရုပ်နာမ်များ၏ ဖြစ်ပေါ်ခိုက်တွင် မှတ်ရှုခြင်းကြောင့် ဝိပဿနာ ဘာဝနာမှုအမှန် ဖြစ်၏။ ဤဝိပဿနာ စိတ်သည် ပိုင်းခြားသိအပ်သော ရုပ်နာမ်များ၏ သဘာဝအမှန်ကို တိုက်ရိုက်တဲ့တိုး တွေ့မြင်သိရှိရပေ၏။

သိရှိပုံမှာ–တစ်စုံတစ်ခုကို ကိုင်ယူရာ၌ကိုင်တယ်၊ ကိုင်တယ်၊ ယူတယ် ယူတယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် ကိုင်သော အရာဝတ္ထုက ချောသော် ချောမှုကိုသိ၏။ ကြမ်းသော် ကြမ်းမှုကိုသိ၏။ ပမာအားဖြင့် ရေခွက် ဖလား စသည်ကို ကိုင်မိက ချောမှုကိုသိ၏။ မြေခဲကျောက်ခဲကို

ကိုင်မိက ကြမ်းမှု၊ လေးမှုကိုသိ၏။ ဤသို့စသည့် သဘာဝလက္ခဏာကို သူများပြော၍ သိရသည်မဟုတ်၊ မှတ်ရှုမှုဖြင့် မိမိကိုယ်တိုင် ဒိဋ္ဌထင်ထင် တွေ့မြင်ရပေသည်။ **ဤမှတ်ရှုစိတ်တွင် ပါဝင်သော ကုသိုလ်များမှာ မှတ်ရှုခိုက်တွင် ကာယကံလွန်ကျူးမှု၊ ဝစီကံလွန်ကျူးမှုများ မရှိမဖြစ်၍ သီလကုသိုလ်များလည်း ပါဝင်နေ၏။ မှတ်ရှုသော အာရုံ၌ စိတ် တည်ငြိမ်နေ၍ သမာဓိကုသိုလ်များလည်း ပါဝင်နေ၏။ အမှန်အတိုင်း ပိုင်းခြားသိ၍ ဝိပဿနာပညာ ကုသိုလ်များလည်း ပါဝင်နေ၏။** ထို့ကြောင့်လျှင် ရှုမှတ်ခြင်းသည် သီလ သမာဓိ ပညာ သုံးပါးစုံ ပါဝင်နေသော ဝိပဿနာဘာဝနာအမှန် ဖြစ်ပါသည်။

ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ-မှတ်ရှုခိုက်တွင် ရှုအပ်သောအာရုံ၌ ရှုမှတ်စိတ် ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း၌ တည်ငြိမ်မှုရှိ၍ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိခေါ်ရ၏။ ပမာအားဖြင့် ထိုင်ခိုက်တွင် ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မှတ်ရှုစဉ် ထိုင်အာရုံပေါ်၌ မှတ်ရှုစိတ်တည်ငြိမ်နေသဖြင့် ခဏိက သမာဓိ အဆက်ဆက် ၁၀ မိနစ်၊ ၂၀ မိနစ် စသည် သန့်ရှင်းသော ဝိပဿနာ စိတ်အစဉ် ဖြစ်နေမှုကို စိတ္တဝိသုဒ္ဓိခေါ်ရပါ၏။ ထို ဝိပဿနာစိတ်က ပိုင်းခြားသိသော အာရုံကို အမှန်အတိုင်း ပိုင်း ခြားသိခြင်းကြောင့် ငါကောင် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင် မထင်တော့ဘဲ သဘောမျှအနေ သိခြင်းကြောင့် အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိမှ စင်ကြယ်၍ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိအမှန် ဖြစ်ပေ၏။

အရေးတကြီးအားထုတ်-မဟာသတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော် ဣရိယာ ပထပဗ္ဗ၌ ဟောအပ်သော သွား ရပ် ထိုင် လျောင်း ဣရိ ယာပုတ်လေးမျိုးပြရာတွင် သွားသော ဣရိယာပုတ်ကို သွားမှု၌

ဘယ်လှမ်း ညာလှမ်း မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် ခြေလှမ်းတိုင်း ခြေလှမ်းတိုင်း လှမ်းသောခြေ၏ အစအဆုံးကောင်းစွာ မှတ်ထားသဖြင့် လှမ်းသောသဘော ခြေကြွသည်ကိုလည်းသိ၏။ ခြေလှမ်းသော ရှေ့ဘက်သို့ တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားရွေ့နေသည်ကိုလည်း သိ၏။ ခြေချ၍ ဖိနင်းသည်ကိုလည်း သိ၏။

ဤသို့သော သိခြင်းမျိုးသည် သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း ပိုင်းခြားသိခြင်းမျိုးဖြစ်၍ ကြွမှု၌လည်း ငါကောင်မထင်၊ လှမ်းမှု၌ လည်း ငါကောင်မထင်၊ ချနင်းမှု၌လည်း ငါကောင်မထင်၊ သဘော မျှသာထင်၍ လှမ်းမှုမှတ်မှု သိမှုများ၌ အတ္တထင်မှတ်မှုများမှ လွတ် ၍ အတ္တဒိဋ္ဌိအစွဲပြုတ်သည်။ ဤသို့သော အတ္တဒိဋ္ဌိပြုတ်ရန် ဗုဒ္ဓ ရှင်တော်မြတ်က အရေးတကြီး အားထုတ်ကြဖို့ မိန့်မှာတော်မူခဲ့ပါသည်။

ရုပ်နှင့်နာမ်–နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ကို ဒေသနာတော်အရ ရေးသားဖော်ပြရသော် ယောဂီများ စာဖတ်သူများပါ နားထွေးနေမည် ဖြစ်၍ မှတ်ရှုသော ယောဂီ၏ နာမ်ရုပ်ပိုင်းခြားသိဟန်ကို ဖော်ပြပါမည်။

ကွေးသောခဏ–ကွေးတယ်ဟု မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် ကွေးစမှ ကွေးမှုဆုံးသည်ထိ တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေသည်ကို သိလျက် ရှိ၏။ ဤ၌ ကွေးနေမှုက ရုပ်၏သဘော၊ ရွေ့လျားနေသည်ကို သိမှုက နာမ်သဘော၊ တရွေ့ရွေ့ကွေးခိုက်၌ ကွေးတယ်မှတ်၍ ကွေးတာသိလျှင် နာမ်ရုပ်ဖြစ်နေ၍ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်နေ ပါသည်။ ထင်ရှားစေပါအံ့။

ကွေးခိုက်တွင် ကွေးတယ်ဟု မှတ်သောသူမှာ တရွေ့ရွေ့ ထင်မှုမှာ ဝါယောရုပ်၏ သဘာဝလက္ခဏာထင်မှု၊ ရွေ့ရွေ့နေသည်ကို

သိမှုက နာမ်၏ နမန လက္ခဏာ၊ ယောဂီအနေနဲ့ ရုပ်ပဲ နာမ်ပဲဟု မဖော်ပြနိုင်သော်လည်း ရွေ့မှုနှင့်သိမှု ဤနှစ်ခုသည် ရုပ်နှင့်နာမ် အမှန်ဖြစ်နေပါသည်။

လောကီဥပမာအားဖြင့် တောင်ပေါ်မှာနေရသော တောင်ပေါ်သား လူတစ်ယောက် မြစ်ပင်လယ်ကမ်းသို့ ရောက်ရှိသွားရာ ရေတွင် သွားလာ ခုတ်မောင်းနေသော ရေယာဉ်များကို မျက်မြင်ထင်ရှား တွေ့နေပါသော်လည်း စက်လှေ၊ မော်တော်၊ သင်္ဘောပဲ့ချိပ်၊ လှေ စသော အမည်နာမများကိုကား မပြောတတ်၊ မခေါ်တတ်၊ မဖော်တတ်သလို သုတနည်းသူ ယောဂီမှာလဲ ဤနည်းတူပင် မိမိထင်ရှား တွေ့နေရသော အရာများကို နာမည်တပ်၍ကား မပြောတတ်ပေ။ **ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာအရာမှာ ဆရာလိုအပ်လှပါသည်။**

ယထာဘူတံ ဉာဏာယ သတ္ထာ ပရိယေသိတဗ္ဗော
ဟုတ်မှန်စွာသိရန် ဆရာကောင်းကို ရှာအပ်၏ ဟူလို။

သဘောမျှသာ အထူးဂရုပြု–မှတ်ရှုအပ်သော ထိုထိုအာရုံတို့၌ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ရုပ်နာမ်သိမြင်ပုံကို သိသာရုံဖော်ပြပါဦးမည်။

သွားသော ဣရိယာပုတ်ကို လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟု တစ်နည်း– ဘယ်လှမ်းတယ် ညာလှမ်းတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် သမာဓိရင့်သန် အားရှိလာသော် လှမ်းမှု၌ ဘယ် ညာ ဟူသော ပညတ်အထင် မရှိတော့ဘဲ ကြွမှု၊ လှမ်းမှု၊ ချနင်းမှု သဘောများကိုသာ သိမြင်နေပါတော့သည်။ ဤသို့ သိမြင်နေရာ၌ ကြွမှု၊ လှမ်းမှု၊ ချနင်းမှုများမှာ ရုပ်သဘောဖြစ်၏။ သိမှုမှာ နာမ်သဘောဖြစ်၏။ လှမ်းသော ရုပ်အာရုံကို ပိုင်းခြားသိနေခြင်းဖြစ်၍

ဤယောဂီ၏ အသိကို နာမ်နှင့်ရုပ် ဖြစ်နေ၍ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဟု ခေါ်ရပါသည်။

ဤနည်းတူပင် ရုပ်သောက္ကရိယာပုတ်၊ ထိုင်သော ကြိယာပုတ် စသည်များ၌လည်း မှတ်ရှုသော အာရုံများကို သိလျက် စိတ်တည် ငြိမ်ကာ တစ်ပါးတခြား အာရုံများသို့ စိတ်မရောက်တော့ဘဲ မှတ်ရှုအပ်သော အာရုံများ၏ အမူအရာ သဘောမျှကိုသာ သိရှိနေသော ယောဂီ၏ အသိဉာဏ်သည် နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဖြစ်နေပေ၏။

ပေါ်လွင်အောင် ဖော်ပြပါဦးမည်။ ကွေးသည်ကို ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မပြတ်မှတ်နေသော ယောဂီမှာ ကွေးမှု၌သာ စိတ် တည်ငြိမ်ပြီး ကွေးမှု၏ တရွေ့ချင်း ရွေ့လျားနေသည်ကိုသာ သိနေ၏။ ဤ၌ တရွေ့ချင်း ရွေ့လျားနေသည်က ရုပ်သဘော၊ ရွေ့ရွေ့နေသည်ကို သိနေသည်က နာမ်သဘော၊ နောက်တစ်နည်းမှာ ထိုင်နေခိုက် ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် ထိုင်သော ကိုယ်ပေါ်၌သာ စိတ်တည်ငြိမ်လျက် ထိုင်ရုပ်ပေါ်၌ ထင်ရှားဖြစ်ရှိ နေသော တောင့်တင်းမှု ထိမှု ပူမှု အေးမှု နာမှု စသော ဖြစ် ပေါ်လာသည်များကိုသာ သိလျက်ဖြစ်၏။

ဤ၌ ထိုင်မှု တောင့်တင်းမှု စသည်များက ရုပ်သဘော၊ သိမှုကနာမ်သဘောဖြစ်၏။ ဤပုံဤနည်းပင် ထိုထိုကိုယ်အမူအရာ များကို မှတ်ရှုရာ၌ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်၍ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ်သဘော နာမ်သဘောများကို ဖြစ်ပေါ်လာသောအတိုင်း ကောင်းစွာ မှတ်သိနေသဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော သဘောများ၌ သဘောမျှသာ ထင်နေသော ယောဂီမှာ ပညတ်အနေနှင့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဒြပ်

သဏ္ဌာန်များ မထင်လာတော့ပေ။ သဘောပရမတ်မျှသာ ထင်မှု ဖြစ်နေသောကြောင့် ထိုယောဂီ၏ အသိဉာဏ်ကို နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒ ဉာဏ်ဟု မှတ်ရ၏။

ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပေါ်ပုံ

စက္ခု၊ သောတ၊ ဃာန၊ ဇိဝှာ၊ ကာယ၊ မန။ ဤကား ဒွါရ ၆-ပါး။ ရူပါရုံ၊ သဒ္ဒါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ ရသာရုံ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၊ ဓမ္မာရုံ။ ဤကား အာရုံ ၆-ပါး၊ စက္ခုဝိညာဏ်၊ သောတဝိညာဏ်၊ ဃာနဝိညာဏ်၊ ဇိဝှာဝိညာဏ်၊ ကာယဝိညာဏ်၊ မနောဝိညာဏ်။ ဤကား ဝိညာဏ် ၆-ပါး၊ ဒွါရနှင့်အာရုံပေါင်းဆုံမိသော် ဝိညာဏ် စိတ်နာမ် ဖြစ်ပေါ်မြဲ ဓမ္မတာပင်။

ဖြစ်ပေါ်ပုံမှာ–စက္ခုဒွါရခေါ် မျက်စိအကြည်နှင့် ရူပါရုံခေါ် အဆင်းတို့ ပေါင်းဆုံမိသော် စက္ခုဝိညာဏ်ခေါ် မြင်စိတ်နာမ်ပေါ် လာမြဲပင်၊ ဤသို့သော သဘာဝဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို မည်သူမျှ တားမရပါ။ မြင်ရန်အကြောင်း တိုက်ဆိုင်ခဲ့သော် မြင်ရမည်သာ၊ ဤလိုအကြောင်း တိုက်ဆိုင်၍ မြင်လာသော် မြင်ကာမျှ မြင်ရုံမျှတွင် တုံ့ရပ်နေရန် မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုနေရပါသည်။ အကယ်၍ မြင်သည်ကို မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မမှတ်ခဲ့သော် မြင်မှုကို ငါမြင်တယ်၊ မိန်းမပဲ ယောကျ်ားပဲ ချစ်သူမုန်းသူ စသောအားဖြင့် ရုပ်နှင့်နာမ် မြင်မှုဖြစ်သည်ကို ရုပ်နာမ်မထင်တော့ဘဲ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ပညတ်မြင်ဖြစ်ပြီး အလွဲလွဲ အမှားမှား အလွဲအမှားတွေ

ဖြစ်ပြီး သံသရာ ခရီးရှည်ရလေသည်။ ဤသည်ကား အမြင်မှားပြီး သံသရာရှည်ပုံ၊

တကယ်မှတ်မှ–မြင်သည်ဆိုရာ၌ မျက်စိအကြည်ရုပ်၌ အဆင်းရူပါရုံ ထင်လာ၍ မြင်မှုခေါ် စက္ခုဝိညာဏ် နာမ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည် အမှန်ဖြစ်၏။ ဤမြင်မှုကို မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မှတ်ရူက မြင်ရုံမျှတွင် ရပ်ပါသည်။ သို့သော် တကယ်မှတ်မှ ရပ်သည်ကိုတော့ ယုံကြည်ပါ။

မမှတ်က–သောတဒွါရနှင့် သဒ္ဒါရုံဆုံမိရာ၌ ဝါ အသံနှင့်နား တွေ့ဆုံရာ၌ သောတဝိညာဏ်ခေါ် ကြားစိတ် နာမ်ဖြစ်ပေါ်လာမြဲပင်။ နားအသံရုပ်များနှင့် ကြားစိတ်နာမ် ဖြစ်ပေါ်သည်ကို ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မပြတ်မှတ်က ကြားမှုတွင် ရပ်နိုင်ပါသည်။ မမှတ်ပါက သံသရာဆက်စပ်ပြီး မပြတ်လည်သွားပေမည်။ ဃာနဒွါရနှင့် ဂန္ဓာရုံရုပ်တို့ ပေါင်းဆုံမိကြ၍ ဃာနဝိညာဏ်နာမ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်မှုနံရာ၌လည်း နံတယ် နံတယ်ဟု မပြတ်မှတ်က နံရုံမျှနှင့် ရပ်ပါသည်။

ဤ၌ နှာအကြည် အနံ့ရုပ်တို့နှင့် ပေါင်းဆုံမိ၍ ဃာနဝိညာဏ်နံစိတ်ဖြစ်မှုကို နံတယ် နံတယ်ဟု မမှတ်ပါက ငါနံတယ်၊ အပုပ်နံ့ပဲ၊ မကောင်းဘူးစသော ထိုထိုဖြစ်ရပ်များ မနားတမ်း စပ်သွားပြီး သံသရာ ရှည်လျားနေပေမည်။ လျှာအကြည့်နှင့် ရသာရုံရုပ်တို့ ပေါင်းဆုံမိရာ၌ ဇိဝှာဝိညာဏ်စိတ် စားမှုနာမ်ဖြစ်သည်ကို လောကလူအများအနေနှင့် ငါစားတယ်၊ ထမင်းပဲ မုန့်ပဲ စသော စားမှုဖြစ်နေ၏။

အမှန်မှာ ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ် ပေါင်းစပ်ဖြစ်နေသော စားမှုပင်၊ လျှာနှင့်အရသာရုပ်တို့ ပေါင်းဆုံပြီး ဇိဝှာဝိညာဏ် စားစိတ်နာမ်

ဖြစ်နေမှုသာဖြစ်၍ စားခိုက်မှာ စားတယ်၊ ဝါးတယ်၊ မျိုတယ်စသော အခြင်းအရာများကို မှတ်နေပါက စားမှုရုပ်နာမ်မျှ ရုပ်တန့်သွားပါသည်။ ကာယဒွါရနှင့် ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်တို့ ပေါင်းဆုံမိ၍ ကာယဝိညာဏ် ထိစိတ်နာမ် ဖြစ်ရာ၌ ထိတယ် ထိတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုပါက ထိရုံမျှတွင် ရုပ်တန့်သွားပါလိမ့်မည်။

ပြယ်မှုအေး–မနောဒွါရနှင့် ဓမ္မာရုံ ပေါင်းစုံမိ၍ မနောဝိညာဏ် နာမ်စိတ်ဖြစ်သည်ကို သိတယ်ဆိုရ၏။ ဤသိရာ၌ သိတယ် သိတယ်ဟု မပြတ် မှတ်ရှုရပါသည်။ မှတ်ရှုက သိရုံမျှနှင့်ရပ်ပြီး မမှတ်က အထပ်ထပ် မရပ်နားတော့ဘဲ မဆုံးနိုင်သော ရှည်လျားမှုကြီး ဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။ အကျဉ်းချုပ်အနေဖြင့် ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ်များကို မလစ်မလပ် တရစပ် မှတ်သွားရန် ဖြစ်ပါသည်။ မမှတ်က မသိ မှတ်မှသိသည်။**မသိလျှင်တွယ်သည်၊ သိမှပြယ်မည်၊ တွယ်လျှင်ဘေး၊ ပြယ်မှုအေးမည်။**

လေးလေးနက်နက်–သဗ္ဗံ ဘိက္ခဝေ အဘိညေယျံဟု ဘုရားရှင် ဟောတော်မူပါသည်။ ချစ်သား ချစ်သမီးတို့၊ အလုံးစုံကို သိရမည်ဟု အမိန့်ပြယ်ရပါသည်။ အလုံးစုံဟူရာ၌ မျက်စိ နား နှာ လျှာ ကိုယ် စိတ်ဟု ဆိုရသော ဒွါရ ၆–ပါးမှ ဝင်လာ ဖြစ်လာ ပေါ်ပေါက် လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ရပ်မှန်သမျှ သိရမည်၊ ဝါ–သိရန် မှတ်ကြဟု ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤ၌ သိဟူသည် မည်သို့ သိရမည်နည်း။ ဝါ–ဘယ်လိုသိရမှာလဲ ဟူမူ ရုပ်နာမ်ဖြစ်သည်ဟု သိရမည်ဖြစ်ပါသည်။ မှန်၏။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်သည်ဟု သိလျှင် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ငါ သူစသော ထင်မှားမှုများ

ပျောက်မှ ဝဋ်ဒုက္ခက လွတ်မြောက်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျေးဇူးရှင်ဖြစ်တော်မူသော မူလမင်းကွန်းဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဒွါရ ၆-ပါးမှ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ်နာမ်များကို မှတ်ရှုရန် မြင်မှုပေါ်လာလျှင် မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မှတ်ကြရန်၊ ကြားမှုပေါ်လာလျှင် ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မှတ်ရှုရန်၊ နံမှုပေါ်လာလျှင် နံတယ် နံတယ်ဟု မှတ်ရှုရန် စားမှုပေါ်လာလျှင် စားတယ် စားတယ်ဟု မှတ်ရှုရန်၊ ထိမှုပေါ်လာလျှင် ထိတယ် ထိတယ်ဟု မှတ်ရှုရန်။ သိမှုပေါ်လာလျှင် သိတယ် သိတယ်ဟု မှတ်ရှုရန် လေးလေးနက်နက် ညွှန်ပြတော်မူခဲ့ပါသည်။

အကျိုးများသော အမှတ်

ရဲ၀ံ့စွာ-မမှတ်လျှင် မသိ၊ မှတ်မှသိသည်ကို သရုပ်ပေါ်အောင် ဖော်ပြပါမည်။ အရာခပ်သိမ်းမှာပင် မှတ်မှုသည် အကျိုးရှိသည်ချည်း ဖြစ်ပါသည်။ ထင်ရှားစေအံ့၊ လောကရှိ ဌာနအသီးသီးတွင် မိမိတို့၏ ဌာနဆိုင်ရာ စာရင်းဇယားများကို အမြဲတစေ အမှတ်အသား ထားကြရပါသည်။ တာဝန်ကျ စာရေးတစ်ယောက်မှာ နေ့စဉ် ဝင်စာရင်း ထွက်စာရင်းများကို တိတိကျကျ ရေးမှတ်ရပါသည်။ ရေးမှတ်ထားပါက အမှန်သိရ၏။ မရေးမှတ်မိက မသိဖြစ်ပြီး တာဝန်မကင်း ဖြစ်တတ်၏။

တစ်နည်း-ဥပမာမှာ အိမ်ပိုင်ရှင်တစ်ယောက်သည် မိမိ၏အိမ်ရှိ ပစ္စည်းများကို မှတ်မထား၍ မသိပါက သူတစ်ဦးကမေးသော် အမှန်မဖြေတတ် မပြောတတ် ရှိပေမည်။ မိမိ၏အိမ်ရှိ ပစ္စည်းမျာ

ကို မှတ်သားထားပါက သိလဲသိပေမည်၊ လျော့သည် ပိုသည်ကိုလဲ သိပေမည်။ သူများမေးက အမှန်ဖြေတတ်ပေမည်။ နောက်တစ်ခုမှာ မီးရထားစီးသွားသော ခရီးသည်တစ်ယောက် ရောက်ရာ ရောက်ရာ ဘူတာများကို မှတ်မသွားပါက မသိပါ။ အကယ်၍ အစဉ်တစိုက် မှတ်မှတ်သွားသော် ဘူတာအရေအတွက်နှင့် နာမည်များကိုပါ အမှန် သိနိုင်ပါသည်။

ထိုနည်းတူစွာ လောကီနယ်မှာလဲ အမှန်မှတ်က အမှန်သိ ဖြစ်သလို တရားတော်၏ သဘောများမှာလဲ အမှန်မှတ်မှ အမှန်သိ သိနိုင်သည်ကို ယုံကြည်စွာ မှတ်ယူပါ။ မှတ်ပြီး အမှန်သိ သိသည်ကို ယုံကြည်သူ ယောဂီများ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သာသနာ့ဝင် မှတ်တမ်းများတွင် မြန်မာ့မြေပြင်နှင့် ကမ္ဘာတစ်ခွင်မှာပင် အလွန်ထင်ရှားနေပါပြီ။ ဤစာရေးသူသည်ပင်လျှင် အမှတ်ပြု၍ အမှန်သိ သိသည်များ လက်တွေ့ရှိနေ၍ မှတ်လျှင် သိသည်ကို ရဲဝံ့စွာ ပြောရဲဟောရဲပါ၏။

အားထုတ်ကြ–ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် နိဗ္ဗာန်သို့ စံဝင်ခါနီးအထိ နေ့စဉ်အထပ်ထပ် မှာတော်မူခဲ့သည်မှာ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ ဖြစ်ပါသည်။ မမေ့မလျော့ မြဲမြဲသောသတိနှင့် ပြည့်စုံစေကြ၊ ဝါ ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ကြဟု ဟောတော်မူလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည် နေ့ညမပြတ် အထပ်ထပ် အဘယ့်ကြောင့် မှာထားအပ်ပါသနည်း။ အဖြေမှာ အရေးကြီး၍ မှာတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အရေးကြီးပုံမှာ–မေ့နေမှုသည် မေ့နေသူအတွက် ယခုရော

နောင်ပါ အကျိုးမဲ့ ပျက်စီးတတ်သည်။ အမြော်အမြင်ရှိသော ရှေးပညာရှင် လူများကပင် အရာရာမှာ သတိထား၊ မေ့မနေပါနှင့်ဟု အမှာအထားရှိကြပါသည်။ မှန်ပါသည်၊ ပစ္စည်းတစ်ခုခု မေ့နေဆုံးရှုံးတတ်၍ အပြောအဆို သတိမထားက မှားတတ်၏။ ဤသို့သော သတိမထား၍ မှားကြသည်မှာ ကိုယ်ရောသူပါ များလှပေသည်။ အလွန့်အလွန် အရေးကြီးသောကြောင့် မြတ်စွာဘုရားနှင့် လောကီလူများပါ မမေ့ကြရဲ့၊ သတိထားဟု မှာတော်မူခြင်း၊ မှာကြားကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှင်၏ အလိုတော်အရ မမေ့ဖို့က ၁။ ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ ၂။ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ ၃။ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ ၄။ ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊ ဤ ၄–မျိုး ဖြစ်ပါသည်။

မမေ့ဖို့–ထို ၄–မျိုးတို့တွင် ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဟူသည်–သွားမှု ရပ်မှု စသော ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ်မလပ် မှတ်ရူကာ မမေ့ဖို့ဖြစ်ပေ၏၊ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဟူသည်–ကောင်းဆိုးနှစ်ဖြာ ဖြစ်ပေါ်လာသော ခံစားမှု ဝေဒနာများကို မပြတ်မှတ်လျက် မမေ့ဖို့ ဖြစ်ပေ၏၊ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဟူသည်–နှစ်သက်စိတ် မနှစ်သက်စိတ် စသည် ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို မပြတ်မှတ်ပြီး မမေ့ဖို့ ဖြစ်ပေ၏။ ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဟူသည်–ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ်ဖြစ်ရပ် သဘောမှန်သမျှကို၊ (ဝါ) မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း နံတိုင်း စားတိုင်း ထိတိုင်း သိတိုင်းသော ဖြစ်ရပ်များကို မပြတ်မလပ် တရစပ် မှတ်နေသောအားဖြင့် မမေ့ဖို့ ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ ဖြစ်ပေါ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ်များကို မမှတ်ပဲ မေ့နေပါက နှစ်သက်ဖွယ်များနှင့်တွေ့က နှစ်သက်မှု လောဘ ကိလေသာ ဖြစ်မည်၊ မနှစ်သက်ဖွယ်များနှင့်တွေ့က မနှစ်သက်မှု ဒေါသကိလေသာ ဖြစ်မည်။ အမှန်ကိုမသိက မောဟကိလေသာဖြစ်မည်။ လောဘ ကိလေသာ ဖြစ်မှုလဲမကောင်း၊ ဒေါသကိလေသာဖြစ်မှုလဲ မကောင်း မောဟကိလေသာ ဖြစ်မှုလဲမကောင်း၊ မကောင်းတာတွေချည်း ဖြစ်နေက ကောင်းတာ ဖြစ်ခွင့်မရတော့ဘဲ မကောင်းသောဖြစ်ရပ် အဆိုးနှင့်သာ တွေ့ကြုံနေရ သော် အဆက်ဆက် ဒုက္ခဆင်းရဲရသည့်ဘဝ ဤကိုယ်ဖြစ်ထုံးတည်းဟူသော လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ လင်္ကာစကားနှင့် ထပ်တူ ကျနေပေသည်။ ဤသို့သော မကောင်းကျိုး ဒုက္ခဆင်းရဲဘဝမှ လုံးဝလွတ်မြောက်ရန် မဟာသတိပဋ္ဌာန်တရား ဒေသနာတော်မြတ်ကို မမေ့ဖို့ မှတ်နေဖို့၊ အမြဲသတိရှိနေဖို့ အပ္ပမာဒ အနေနဲ့ ဘုရားရှင်၏ တိုက်တွန်းမှုကို အလေးဂရု အရေးပြုနိုင်ကြရန် ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

အမှန်သိ–သတ္တဝါများကို အမြဲမပြတ် ပူပန်စေတတ် နှိပ်စက် ညှင်းပန်းတတ်သော ကိလေသာတရားများသည် ဖြစ်အတူ ပျက်အတူ တကွဖြစ်ကြသည်။ တစ်ခုဖြစ်က ၂–ခု ၃–ခု စသည် ယှဉ်တွဲဖြစ် တတ်ကြ၏။ ရှင်းပြအံ့၊ ကွေးသည်ကို ရုပ်နာမ်ကွေးမှုဟု အမှန်မသိ၍ ငါကွေးသည်၊ လက်ကွေးသည်၊ ခြေကွေးသည်၊ စသည်ဖြင့် အမှန် မသိသော မောဟကိလေသာဖြစ်ခဲ့သော် ကွေး၍ကောင်းသော် သာယာမှုလောဘ ကိလေသာ ဖြစ်တော့သည်။ ကွေး၍မကောင်းသော် စိတ်ဆိုးစိတ်ညစ် ဒေါသကိလေသာ ဖြစ်တော့သည်။ ငါဟုစွဲမှား

သော ဒိဋ္ဌိကိလေသာ ဖြစ်တော့သည်။ ဤသို့စသော ကိလေသာ တရားများ ဖြစ်ပေါ်ရာတွင် မောဟခေါ် အဝိဇ္ဇာသည် ဦးစီးခေါင်း ဆောင်ရှေ့မှနေ၍ ဖြစ်တတ်သော သဘောရှိ၏။ လောဘ ဒေါသ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ စသော ကိလေသာဖြစ်မှုများသည် မောဟ အဝိဇ္ဇာကို အမှီရမှ ဖြစ်ကြရိုးဖြစ်သည်။ မောဟအဝိဇ္ဇာကို မမှီရလျှင် မဖြစ်နိုင်ကြပါ။

ထို့ကြောင့် အကုသိုလ်ကိလေသာတရားများ ဖြစ်ခွင့်မရအောင် မောဟအဝိဇ္ဇာကို ဦးတည်ဖြိုဖျက် နှိမ်နင်းပစ်ရပါသည်။ ဦးစီး ခေါင်းဆောင်ဖြစ်သော မောဟအဝိဇ္ဇာ မဖြစ်လာသော် နောက်လိုက် ကိလေသာများလည်း မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ သတိပဋ္ဌာန် အမှတ်တရား သည် ဤ မောဟကိလေသာကို တိုက်ဖျက်သော တရားအလုပ် ဖြစ်ပါသည်။ မှန်ပါသည်။ သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ အိပ်မှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှုစသည့် ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ်ရှုမှတ်နေသော ယောဂီမှာ အမှန်သိ သိနေ၍ အမှားသိ မောဟအဝိဇ္ဇာ ချုပ်ပျောက်လေသောကြောင့် အဝိဇ္ဇာကို အမှီပြုဖြစ်ရတဲ့ လောဘ ဒေါသ စသော ကိလေသာများလဲ ဖြစ်ပေါ်ခွင့် မရနိုင်တော့ပါ။

ဝိဇ္ဇာဉာဏ်–မောဟအဝိဇ္ဇာ ကိလေသာများ၏ ခေါင်းဆောင်ကို တိုက်ဖျက်ရာတွင် သာမန်လက်နက်များနှင့်က မရနိုင်ပါ။ တစ်နည်း ပြောရလျှင် ဒါန သီလ သမထလက်နက်များနှင့်တိုက်၍ မရပါ၊ ဝိပဿနာ ဘာဝနာလက်နက်နှင့် တိုက်မှ ရနိုင်ပါသည်။ ဝိပဿနာ ဘာဝနာလက်နက်ဟူသည် မဟာသတိပဋ္ဌာန် တရားတော်အရ ကိုယ် အမူအရာ၊ နှုတ်အမူအရာ၊ စိတ်အမူအရာများကို မပြတ်မှတ်ရှုသည်ကို

ဝိပဿနာဘာဝနာဟု မှတ်ပါ။ ဤဝိပဿနာဘာဝနာ အလုပ်တရားသည် အလွန်ခက်ခက်ခဲခဲ အလုပ်မဟုတ်ပါ။ အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ အိပ်မှု တစ်ခုခု ဖြစ်ပေါ်ရာတွင် ပေါ်လာသော ဣရိယာပုတ်များကို မှတ်ရှုရန်ဖြစ်ပေ၏။

ပမာအားဖြင့် ထိုင်နေသော် ထိုင်နေသည်ကိုပင် ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟုမှတ်ရန်၊ ထိုင်ရာမှ ထလို၍ထသော် ထတယ်ထတယ်ဟု မှတ်ရန်၊ ထပြီး၍ ရပ်နေသော် ရပ်တယ် ရပ်တယ်ဟုမှတ်ရန်၊ ရပ်ရာမှ သွားလို၍ သွားသော် လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟုမှတ်ရန်၊ အိပ်လို၍ အိပ်သော် အိပ်တယ် အိပ်တယ်ဟု မှတ်ရန်၊ ဤသို့ဖြစ်ပေါ်လာသော ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ်မှတ်ရှုနေပါ။ ဝိပဿနာဘာဝနာ ပြစ်နေပါသည်။ မပြတ်မှတ်ရှုနေသူမှာ အမှားသိ (ဝါ) အသိမှားဟု ဆိုရသော အဝိဇ္ဇာမောဟ ကိလေသာ ချုပ်ပျောက်ပြီး ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ခေါ် အမှန်သိဖြစ်ပေါ်လျက် ကိလေသာများ ဖြစ်ပေါ်ခွင့်မရတော့ပါ။

ဝိပဿနာစိတ်တွင် ပါဝင်သော တရားများ

သတိပဋ္ဌာန်တရား မှတ်ရှုမှုကို ဝိပဿနာဟု ဆိုပါသည်။ ထိုဝိပဿနာ စိတ်တွင် ပါဝင်သော တရားများမှာ သမ္ပယုတ်တ် ၄-ပါး၊ ဣန္ဒြေ ၅-ပါး၊ ဗိုလ် ၅-ပါး၊ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါး၊ မဂ္ဂင် ၈-ပါး၊ ဤတရားစုများ ပါဝင်လျက်ရှိနေပါသည်။ ထိုတရားတို့တွင် မဂ္ဂင် ၈-ပါးကို ထုတ်ဖော်ပြပါဦးမည်။

မဂ္ဂင် (၈) ပါး

၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ	- အမှန်မြင်၊		ပညာမဂ္ဂင် ၂-ပါး
၂။ သမ္မာသင်္ကပ္ပ	- အမှန်ကြံ၊		
၃။ သမ္မာဝါစာ	- အမှန်ပြော၊		သီလမဂ္ဂင် ၃-ပါး
၄။ သမ္မာကမ္မန္တ	- အမှန်ပြု၊		
၅။ သမ္မာအာဇီဝ	- အမှန်အသက်မွေး၊		
၆။ သမ္မာဝါယာမ	- အမှန်အားထုတ်၊		သမာဓိမဂ္ဂင် ၃-ပါး
၇။ သမ္မာသတိ	- အမှန်အမှတ်ရ၊		
၈။ သမ္မာသမာဓိ	- အမှန်တည်၊		

ဤဖော်ပြပါ မဂ္ဂင် ၈-ပါး တရားများသည် ဝိပဿနာစိတ်တွင် အသီးသီးပါဝင်လျက် ရှိနေပါသည်။ ဝိပဿနာစိတ်တွင် ပါဝင်နေသော သီလမဂ္ဂင် ၃-ပါးသည် ကာယကံလွန်ကျူးမှု၊ ဝစီကံလွန်ကျူးမှုများကို ပယ်သတ်၍ သမာဓိမဂ္ဂင် ၃-ပါးသည် ထကြွမှုကိလေသာများကို ပယ်သတ်သည်။ ပညာမဂ္ဂင် ၂-ပါးသည် သိမှားသောမောဟ အဝိဇ္ဇာ ကိလေသာကို ပယ်သတ်လေသည်။ ဤသို့လျှင် ဝိပဿနာစိတ် တစ်ချက်၌ ပါဝင်လျက်ရှိကြသော မဂ္ဂင် ၈-ပါး တရားများသည် မိမိတို့နှင့် ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ကိလေသာများကို အသီးသီး ပယ်သတ်ကြလေသည်။

ဝိပဿနာစိတ်၌ ပါဝင်သော မဂ္ဂင်တရားများ၏ ကိလေသာ ပယ်ပုံကို ဖော်ပြပါဦးမည်။ သတိပဋ္ဌာန်နည်းအရ သွားသည်ကို သွားတယ် သွားတယ်ဟု မှတ်နေသော ယောဂီမှာ ငါသွားသည်

ဟုမထင်၊ သွားသော ကိုယ်အမူအရာ လှုပ်ရှားမှုသာ ထင်နေ၊ သိနေပါသည်။ လှုပ်ရှားနေသော ရုပ်ကိုယ်ကြီး၏ လှုပ်ရှားနေသည်ကို လှုပ်ရှားသည်ဟု သိနေသော အသိမှာ အမှန်သိဖြစ်၍ အမှန်မသိသော မောဟကိလေသာ ဖြစ်ခွင့်မရ ချုပ်ပျောက်သွားပါသည်။ မောဟအဝိဇ္ဇာ ချုပ်ပျောက်သွားသဖြင့် မောဟကိုမှီ၍ဖြစ်ရသော လောဘကိလေသာ၊ ဒေါသကိလေသာ စသည်များလဲ ဖြစ်ပေါ်မလာနိုင်တော့ပါ၊ ထကြွမှု ပရိယုဋ္ဌာန် ကိလေသာများ မဖြစ်ပေါ်သဖြင့် လွန်ကျူးမှုများလဲ မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ ဤပုံနည်းလျှင် ဝိပဿနာစိတ်တွင် ပါဝင်နေကြသော မဂ္ဂင် ၈–ပါး၊ မဇ္ဈိမပဋိပဒါအကျင့်တရားသည် ကိလေသာများမှ စင်ကြယ်ပြီး မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်များ ရရှိလျက် နိဗ္ဗာန်သို့ မျက်မှောက်ပြု ရောက်နိုင်သည်ဟု ယုံကြည်စွာ မှတ်ယူပါလေ။

ဒွါရအာရုံ ဝိညာဏ် ဆုံ၍ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်

သဘာဝအလျောက် အကြောင်းတိုက်ဆိုင်က ပေါ်လာ ဖြစ်လာကြသော ရုပ်နာမ်များကို ဖော်ပြပါမည်။

၁–မျက်စိအကြည်ခေါ် စက္ခုဒွါရ၌ အဆင်းရူပါရုံ ထင်လာသော် မြင်မှုခေါ် စက္ခုဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်မြဲပင်။ ဤသို့ မြင်မှုဖြစ်ပေါ်ရာ၌ မြင်သည်ကို မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုရပါသည်။

၂–နားကြည်ခေါ် သောတဒွါရ၌ အသံခေါ် သဒ္ဒါရုံထင်လာသော် ကြားမှုခေါ်သော ဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်မြဲပင်။ ဤသို့ ကြားမှုဖြစ်ပေါ်ရာ၌ ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုရပါသည်။

၃–နှာအကြည်ခေါ် ဃာနဒွါရ၌ အနံ့ခေါ် ဂန္ဓာရုံထင်လာသော် နံ့မှုခေါ် ဃာနဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်မြဲပင်။ ဤသို့ နံ့မှုဖြစ်ပေါ်ရာ၌ နံ့တယ် နံ့တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုရပါသည်။

၄–လျှာအကြည်ခေါ် ဇိဝှာဒွါရ၌ အရသာခေါ် ရသာရုံနှင့် တွေ့ဆုံထင်လာသော် ဇိဝှာဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်မြဲပင်။ ဤသို့ စားမှု ဖြစ်ပေါ်ရာ၌ စားတယ် စားတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုရပါသည်။

၅–ကိုယ်အကြည်ခေါ် ကာယဒွါရ၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗခေါ် ထိအာရုံထင်လာသော် ကာယဝိညာဏ်စိတ်ဖြစ်မြဲပင်။ ဤသို့ ထိမှုဖြစ်ပေါ်လာရာ၌ ထိတယ် ထိတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရပါသည်။

၆–နှလုံးအကြည်ခေါ် မနောဒွါရ၌ ဓမ္မာရုံသဘော အမျိုးမျိုး ထင်လာပေါ်လာသော် မနောဝိညာဏ်သိစိတ် ဖြစ်မြဲပင်၊ ဤသို့ သိစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်ရာ၌ သိတယ် သိတယ်ဟု မပြတ် မှတ်ရှုရပါသည်။ ဤသို့လည်း မြင်မှု ကြားမှု စသည်များကိုလည်း မှတ်ရှုရမည် ဖြစ်ပါ၏။

(ဆောင်) ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ၊ ဖြစ်ပေါ်လာ၊ မှတ်ကာ နေရမည်။
ပေါ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုကင်းပျောက်သည်။
စွဲမှုကင်းရန်၊ ရုပ်နှင့်နာမ်၊ အမှန်ရှုရမည်။

စွဲမှုပျောက်ပုံ–ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော မြင်မှု ကြားမှု စားမှု နံ့မှု ထိမှု သိမှု ကွေးမှု ဆန့်မှု စသည်တို့ကို မပြတ် မှတ်ရှုနေပါက ထိုအာရုံများ၌ ငါပဲ သူပဲ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ စသော ထင်မှား စွဲမှား သိမှားများမှ လွတ်မြောက်နိုင်ပါသည်။ သမာဓိရင့်သန်လာပါက

မှတ်ရှုအပ်သော အာရုံများ၌ ငါ သူ စသော ရုပ်သဏ္ဌာန် ပုံဟန်များ မပေါ်လွင်တော့ဘဲ သဘောမျှသာ ထင်လျက် ဖြစ်ပြီးခဏမှာပင် ပျောက်ပျက်သွားသည်ကိုသာ တွေ့ရှိရပါ၏။ ဤ၌ ပျောက်ပျက် ထင်မှုမှာ ဝိပဿနာညာဏ် ရင့်သန်မှ ထင်ပါသည်။ ဒြပ်သဏ္ဌာန် ပညတ်ပျောက်မှုမှာ ပေါ်လာသောအာရုံကို ရှေ့အမှတ်နှင့် နောက်အမှတ် မပြတ်အောင် အမှတ်ကောင်းသူများလဲ ပညတ်ပုံဟန် ပျောက်နိုင်ပေသည်။ မှတ်ရှုအားထုတ်သူများ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်များပင်။

ဝိပဿနာမှတ်ရှုသဖြင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ကိလေသာများမှ လွတ်မြောက်နိုင်သည်ကို ဖော်ပြပြီးပါပြီ၊ သို့သော် ဆန့်ကျင်ဘက် ကိလေသာများမှ လွတ်မြောက်သော ဝိပဿနာကို အချိုးကျကျ နည်းရဖို့ကတော့ လိုပါသည်။ ဆရာမပြ နည်းမကျလည်း ဖြစ်တတ်၏ ဤအရာ၌ ဆရာအထူးလိုအပ်ပါသည်။ ရှေးခေတ်ကလည်း နည်းမှား လမ်းမှားတွေ များလှပေ၏။ ယခုခေတ်မှာလည်း ပို၍ များမည် အမှန်ပင်။ နောင်ခေတ်၌လည်း များကြပေဦးမည်။ နည်းမှန် လမ်းမှန် ဆရာမှန် လိုအပ်သော အရာဖြစ်ပါသည်။ မှန်ကန်စွာ သိရန် ဆရာကို ရှာရမည်ဟု ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင် နိဒါနဝဂ္ဂသံယုတ် ပါဠိတော်၌ မိန့်မှာတော်မူချက် ရှိပါသည်။

အထူးသတိပြုရန်မှာ မြင်မြင်တိုင်းသော ဌာနတိုင်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း၊ ဒေသတိုင်းတွင် အမှားနှင့်အမှန် ချိန်တင်၍စက်သော် အမှားဘက်မှ သာနေသည်ကို တွေ့ရှိရပေမည်။ ရှိပါစေတော့။ မှားနေကြသော အများစုထဲမှာ မိမိတို့ မပါဖို့ ဂရုပြုရပေမည်။ ရပ်တန်းမှရပ်ဟု

သကဲ့သို့ ရှေ့ဆက်မမှားရန် သတိကြီးစွာနှင့် ရှောင်ရှားနိုင်ကြရန် လိုလှပါ၏။ ဓမ္မစကြာခေါ် ဓမ္မစက္က ပဝတ္တနသုတ်တွင် မစ္ဈိမပဋိပဒါဟု ထင်ရှားဖော်ပြလျက် ရှိပါသည်။ မစ္ဈိမပဋိပဒါဟု မဂ္ဂင် ၈–ပါး တရားကို ဖော်ပြထားပါသည်။ သို့သော် မစ္ဈိမပဋိပဒါကို မိမိတို့လိုရာ ဆွဲယူကျင့်သုံးနေကြသူများလဲ ရှိနေပေသည်။ မိမိတို့ မကျွမ်းကျင် ရာများတွင် မသိမေး–မစင်ဆေးဟု ရှေးကပင် မှာထားသောစကား ရှိခဲ့၏။ ဘဝသံသရာတွင် မသိ၍ မှားခဲ့ကြသည်မှာ အများရော မိမိပါ မရေတွက်နိုင်အောင်ပင် များလှပေသည်။

အကယ်၍ သတိမထားပဲ ပေါ့ပေါ့ဆဆ အနေမျိုးနှင့်၊ နေမိ ချေသော် ရှေးကလည်း မသိလို့မှားခဲ့လေပြီ၊ ယခုလည်း မှားနေပါမူ နောက်နောင်မှာလည်း ဘဝများစွာ မှားနေမည်မှာ မလွဲနိုင်သော သေချာပေါက် ကိန်းသေ ဖြစ်နေပါသည်။ အခါကောင်းနှင့် ကြုံကြိုက် ခိုက်တွင် ဘဝအဆက်ဆက် မှားလာသော အမှားကို လက်စတုံး အဆုံးသတ်ရန် အထူး သတိပြုရန် ဖြစ်ပါသည်။ မှတ်ချက်ချပြောရသော် အမှားလက်စ အဆုံးသတ်ရန် ခန္ဓာအသက် ငဲ့ကွက်မရှိ ဝီရိယကြီး စွာနှင့် အားထုတ်မှ အမှားမျိုးပြုတ်နိုင်သည်ကို ယုံကြည်စွာ စွဲမှတ် ပါလေ။

မှာထားချက်–သုတနည်းသူ ယောဂီများအတွက် ရည်ရွယ် လျက် ရေးသားဖော်ပြခြင်းဖြစ်ရာ အချို့အရာများ စာပေသံများမဟုတ်၊ မြန်မာသံနှင့် သုံးနှုန်းပါရှိသည်များကို စာပေရှင် သုတနှင့်ပြည့်စုံသူများ ဖြည့်စွက်သိကြပါရန် ရိုးသားစွာ ခွင့်ပန်အပ်ပါသည်။

မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသပါဠိ အပွမာဒလမ်းစဉ်-ဤတွင် တစ်ပိုင်းရပ်ပါသည်။

နောက်တစ်ပိုင်း အခြေအနေအရ ဆက်လက်ဖော်ပြမည် ဖြစ်ပါသည်။

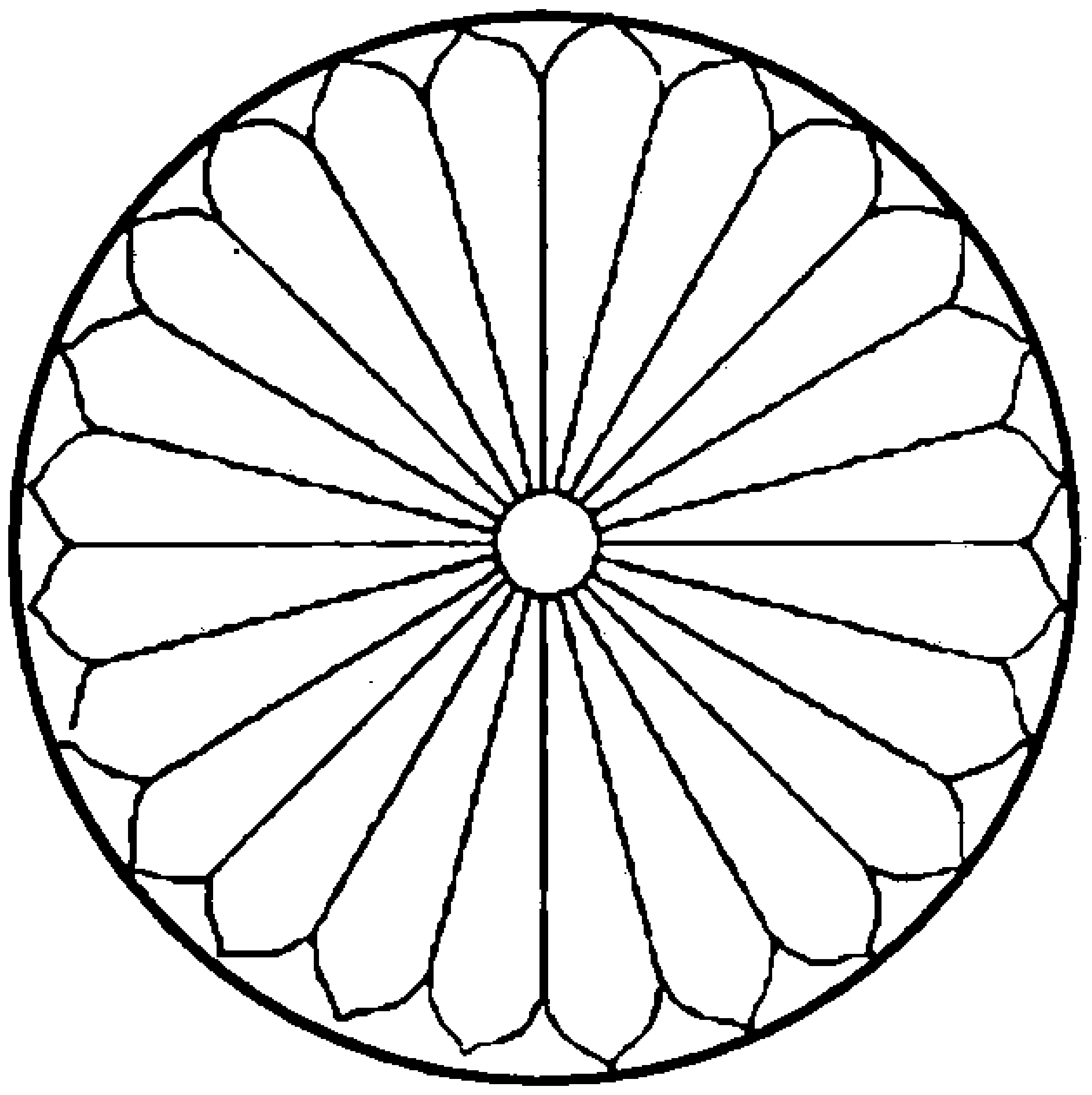
သာသနာနှစ်-၂၅၂၈
ကောဇာ-၁၃၄၆

အရှင်တိက္ခာစာရ
မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်
သထုံ။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ

အပ္ပမာဒလမ်းစဉ်တရားတော်

လမ်းစဉ် အမှတ် (၂)



မူလမင်းကွန်းဇေတဝန် အရှင်တိက္ခာစာရ၏
မဇ္ဈိမပဋိပဒါအပ္ပမာဒ လမ်းစဉ် အမှတ် (၂)
နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ယခင် ထုတ်ဝေခဲ့သော မဇ္ဈိမပဋိပဒါအပ္ပမာဒလမ်းစဉ် အမှတ် (၁) ၌ မဟာသတိပဋ္ဌာန် တရားအားထုတ်ပုံကို အကုန်မစုံသော်လည်း အထိုက်အလျောက် ပေါ်ပေါ်လွင်လွင် ဖော်ပြခဲ့သည် ဖြစ်၍ နည်းမှီး သိနိုင်လောက်ပြီဟု ဤစာရေးသူ ယူဆပါသည်။ ဤအမှတ် (၂) တွင်မူ သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်ကို နည်းလမ်းတကျ အားထုတ်သော ယောဂီများမှာ ရုပ်နာမ်၏ သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်သော နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်မှစ၍ ဉာဏ်စဉ်အလျောက် မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ပေါက်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားသည် အထိ ဖော်ပြရေးသားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဝိပဿနာဉာဏ်ထင်ပုံ၊ မြင်ပုံသိမှတ်ပုံများကို ဘာဝနာအရ သဘာဝ သိပုံကို ဖော်ပြမည်ဖြစ်ရာ ယောဂီများအနေနှင့် မိမိတို့၏ တွေ့မြင်သိရှိပုံများနှင့် တိုက်ဆိုင်ကြည့်ရန် ရေးသားမည်ဖြစ်၏။

လျှော့လွန်း တင်းလွန်းသော အစွန်းနှစ်ဘက်သို့ မရောက်စေမူ၍ အလယ်လမ်းမှန်အကျင့် ဖြစ်တဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပွားများအားထုတ်ပါက မည်သူမဆို မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန်အမှန် ရောက်သည်ဟု ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ကိုယ်တော်တိုင်ပင် ဝန်ခံချက်ဖြင့် ဟောတော်မူခဲ့သည်ကို စာပေအကြားအမြင် နည်းသူများ အတွက် ထင်ရှားသိနိုင်ရန် ဖော်ပြပါဦးမည်။

မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်နိဂုံးတွင်–

ယောဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံဘာဝေယျ သတ္တဝဿာနိ၊ တဿ ဒွိန္နံဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဋိကင်္ခံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာသတိဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာ၊ တိဋ္ဌန္တု ဘိက္ခဝေ သတ္တဝဿာနိ၊ ယောဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ ဆဝဿာနိ ပဉ္စဝဿာနိ၊ စတ္တာရိဝဿာနိ တီဏိ ဝဿာနိ ဒွေဝဿာနိ၊ ဧကံ ဝဿံ။

တိဋ္ဌတုဘိက္ခဝေ ဧကံ ဝဿံ ယောဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ သတ္တမာသာနိ၊ တဿဒွိန္နံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဋိကင်္ခံ၊ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာ တိဋ္ဌန္တု ဘိက္ခဝေ သတ္တမာသာနိ၊ ယောဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ၊ ဆမာသာနိ။ ပဉ္စမာသာနိ စတ္တာရိ မာသာနိ၊ တီဏိမာသာနိ ဒွေမာသာနိ ဧကံ မာသံ အဍ္ဎမာသံ။ပ။ တိဋ္ဌတု ဘိက္ခဝေ အဍ္ဎမာသော၊ ယောဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ သတ္တာဟံ တဿဒွိန္နံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဋိကင်္ခံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာသတိဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာတိ။

အကျိုးပြ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်

မြန်မာပြန်–ရဟန်းတို့၊ အမှတ်မရှိ တစ်စုံတစ်ယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤလေးပါးသော သတိပဋ္ဌာန်တို့ကို ဤဟောပြအပ်ပြီး သော နည်းဖြင့် ခုနစ်နှစ်တို့ပတ်လုံး ဖြစ်ပွားစေငြားအံ့၊ ထိုပွားများစေသူ

အား မျက်မှောက်ဖြစ်သော ယခုဘဝ၌လျှင်ပင် အရဟတ္တဖိုလ် ဖြစ်စေ ဥပါဒါန်အကြွင်းအကျန်ရှိသေးလျှင် အနာဂါမိဖိုလ်ဖြစ်စေ၊ ဤ ၂-ပါးသော ဖိုလ်တို့တွင် တစ်ပါးပါးသောဖိုလ်ကို မချွတ်ဧကန် အမှန်ဖြစ်မည်ဟု ဝါ အမှန်ရမည်ဟု ယုံကြည်အားထား လိုလား အပ်ပေ၏၊ ရဟန်းတို့၊ ခုနစ်နှစ်ဆိုတာ ထားလိုက်ပါဦးတော့၊ ရဟန်းတို့ အမှတ်မရှိ တစ်စုံတစ်ယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤလေးပါး သော သတိပဋ္ဌာန်တို့ကို ဤဟောပြအပ်ပြီးသော နည်းဖြင့် ၆-နှစ် တို့ ပတ်လုံး။ ပ။ ငါးနှစ်တို့ပတ်လုံး။ ပ။ ၄-နှစ်တို့ပတ်လုံး။ ပ။ ၃-နှစ်တို့ပတ်လုံး။ ပ။ ၂-နှစ်တို့ပတ်လုံး။ ပ။ ၁-နှစ်တို့ပတ်လုံး ဖြစ် ပွားစေငြားအံ့၊ ထိုပွားစေသူအား မျက်မှောက်ဖြစ်သော ယခု ဘဝ၌ပင်လျှင် အရဟတ္တဖိုလ်ဖြစ်စေ၊ ဥပါဒါန် အကြွင်းအကျန်ရှိ သေးလျှင် အနာဂါမိဖိုလ်ဖြစ်စေ၊ ဤ ၂-ပါးသော ဖိုလ်တို့တွင် တစ်ပါးပါးသောဖိုလ်ကို မချွတ်ဧကန် အမှန်ပင်ဖြစ်မည်ဟု ယုံကြည် အားထား လိုလားအပ်ပေ၏။ ရဟန်းတို့၊ တစ်နှစ်ဆိုတာ ထား လိုက်ပါဦးတော့၊ ရဟန်းတို့ အမှတ်မရှိ တစ်စုံတစ်ယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤလေးပါးသော သတိပဋ္ဌာန်တို့ကို ဤဟောပြအပ် ပြီးသောနည်းဖြင့် ခုနစ်လတို့ပတ်လုံး ဖြစ်ပွားစေငြားအံ့၊ ထိုပွားစေ သူအား မျက်မှောက် ဖြစ်သော ယခုဘဝ၌ပင်လျှင်။ ပ။ နည်းတူ ၆- လတို့ပတ်လုံး၊ ၅-လတို့ပတ်လုံး၊ ၄-လတို့ပတ်လုံး၊ ၃-လတို့ပတ်လုံး၊ ၂-လတို့ပတ်လုံး၊ ၁-လတို့ပတ်လုံး လခွဲတို့ပတ်လုံးဖြစ်စေ ပွားစေ ငြားအံ့၊ ထိုပွားစေသူ အား မျက်မှောက်ဖြစ်သော ယခုဘဝ၌ပင်လျှင် (နည်းတူပြီ) ရဟန်းတို့ လခွဲပွားစေရမည်ဆိုတာ ထားလိုက်ပါဦးတော့၊

ရဟန်းတို့ အမှတ်မရှိ တစ်စုံတစ်ယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤလေးပါးသော သတိပဋ္ဌာန် တို့ကို ဤဟောပြအပ်ပြီးသော နည်းဖြင့် ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး ဖြစ်ပွား စေငြားအံ့၊ ထိုပွားစေသူအား မျက်မှောက်ဖြစ်သော ယခုဘဝ၌ပင်လျှင် အရဟတ္တဖိုလ်ဖြစ်စေ၊ ဥပါဒါန်အကြွင်းအကျန်ရှိသေးလျှင် အနာဂါမ် ဖိုလ်ဖြစ်စေ၊ ဤ ၂-ပါးသော ဖိုလ်တို့တွင် တစ်ပါးပါးသော ဖိုလ်ကို မချွတ်ကေန် အမှန်ပင် ဖြစ်မည်ဟု ယုံကြည်အားထား ကိန်းသေအားဖြင့် လိုလားအပ်ပေ၏။

ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားကို နည်းလမ်းတကျ အားထုတ်ပါလျှင် ရဟန္တာအထိ ဖြစ်နိုင်သည်ကို ယုံကြည်စွာ စိတ်ချမှတ်သားနိုင်ရန် မြတ်စွာဘုရား၏ နှုတ်တော်မှ ထုတ်ဖော်ဟောပြတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ ထုတ်ဖော် ဟောပြတော်မူရာ၌ ဝိပဿနာဉာဏ်များနှင့်တကွ သောတာပတ္တိဖိုလ် သကဒါဂါမိဖိုလ်ဉာဏ်များကို မပြတော့ပဲ အနာဂါမိဖိုလ် အရဟတ္တဖိုလ်တို့ကို ပြဆိုခြင်းမှာ သာသနာတော်၏ နည်းလမ်းမှန်ပုံ နိယျာနိကဝင့်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ပုံ၊ မြင့်မြတ်ပုံတို့ကို ထင်ရှား သိစေကာ ဝေနေယျတို့အား ဤဘာဝနာအလုပ်၌ သဒ္ဓါဆန္ဒ တက်ကြွထက်သန်စေရန် ရည်ရွယ်သောကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။ ဤကဲ့သို့ ထုတ်ဖော်ဟောပြတော်မူခြင်းကြောင့် ဤသတိပဋ္ဌာန်နည်းလမ်းသည် ထူးခြားပေစွ၊ မြင့်မြတ်ပေစွ၊ ခုနစ်ရက်လောက် အားထုတ်ရုံမျှဖြင့် ရဟန္တာအထိ ဖြစ်နိုင်ပါပေသည်။ အကယ်၍ ရဟန္တာ မဖြစ်တောင်မှ အနာဂါမ်အထိ ဖြစ်နိုင်ပါပေသည်။ ဒ္ဓကြောင်း

မညီညွတ်၍ အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာမဖြစ်တောင်မှ သောတာပန် သကဒါဂါမ်လောက်တော့ ဖြစ်စေနိုင်မှာ ကိန်းသေ နေတာပဲ။ ဤမျှလောက် မြင့်မြတ်သော မဂ်ဖိုလ်တရားထူးများကို ရစေနိုင် ရောက်စေနိုင်သော သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်မှာ နိယျာနိက လွတ်မြောက်ရန်အမှန်ဖြစ်၍ မွန်မြတ်လှပါပေသည်ဟု ကျွတ်ထိုက် သော ဝေနေယျပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါ ကက်သန်စွာ ဖြစ်ပေါ်ပြီး ဤသတိပဋ္ဌာန် တရားတော်တို့ကို အားထုတ်လိုသော စိတ်ဆန္ဒတွေ ဖြစ်ပေါ်လျက် ရရှိနေသော လူ့ဘဝ၌ တွေ့ကြုံနေသော ဘုရားရှင် ၏ သာသနာတော်တွင် ရနိုင်ရောက်နိုင်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာဟူသော အခွင့်ကောင်းများကို လက်မလွတ်စေဘဲ ပြည့်စုံစွာ ခံစား စံစားနိုင်ကြပါစေရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်အပ်ပါသတည်း။

နည်းယူကျင့်သုံးဖွယ်

ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားကို ကျင့်ကြံ အားထုတ်ပါက မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို အမှန်ရနိုင် ရောက်နိုင်သည်ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသော်လည်း ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ သာမန်မျှ အားထုတ်မှုမျိုးနှင့်တော့ ရနိုင်မည်မဟုတ်ပါ၊ လောကီဥပမာအားဖြင့် နို့ထွက်အလွန်ကောင်းသော နွားမဆိုသော်လည်း နို့ကို တို့ကာ ထိကာ ပွတ်သတ်ခါမျှနှင့် နို့ထွက်မလာနိုင်သလို၊ ဦးချိုကို ညှစ်၍လည်း နို့မထွက်နိုင်သလို တစ်မျိုးဥပမာမှာ ရေထွက်သော မြေကွက်၌လည်း တစ်ထွာတစ်မိုက်မျှ လက်နှင့် ခြေနှင့် ယက်ကာမျှနှင့် ရေမထွက်နိုင်သလို ထိုက်တန်သော လုံ့လဝီရိယတို့ဖြင့် ကြိုးကြိုး

စားစားအားထုတ်မှ ခံစားခွင့်အကျိုးများ ရရှိနိုင်မည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ရောဂါပျောက်စေနိုင်သော ဆေးဖြစ်သော်လည်း မစားသုံးပါက ရောဂါဝေဒနာ ပျောက်မသွားသလို အားရှိနိုင် အားဖြစ်နိုင်သော အစာဖြစ်သော်လည်း မစားပါက အားဖြစ်မလာနိုင်ပါ။ သူ့နေရာနှင့်သူ ထိုက်တန်သော အားထုတ်ပြုလုပ်မှုများကိုကား ကြိုးစားပြုလုပ်ကြရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ကြိုးစားမှု ဝီရိယညံ့နေပါက လောကီရေးရာမှာလည်း ညံ့တတ်ပေ၏။ လောကုတ္တရာမှာလည်း အချည်းနှီးဖြစ်တတ်ပါသည်။သတိပြုပါလေ။ ဝီရိယရှိသူကား မပြီးနိုင်သော အရာမရှိ ပြီးစီးနိုင်သည်သာ။ ဘုရားရှင်၏ လက်ဝဲရံ၊ လက်ယာရံ အရှင်မြတ်များနှင့် ဗုဒ္ဓကိုယ်တော်တိုင်ပင်လျှင် ဝီရိယ လုံ့လတော်ကို ရှေ့တန်းထားလျက် စံပြအနေ ကျင့်သုံးတော်မူကြသည်မှာ အထင်အရှား ရှိနေသည်ဖြစ်ပါသည်။ ထင်ရှားစေပါအံ့--သောတာပန်အရိယာဖြစ်ပြီးသော လက်ဝဲရံ အရှင်မဟာ မောဂ္ဂလာန်မထေရ်မြတ်သည် အထက်မဂ် အထက်ဖိုလ်များကို အဆင့်တက်ရရန် ကြိုးစားအားထုတ်ရာဝယ် အိပ်သောဣရိယာပုတ်၊ ထိုင်သောဣရိယာပုတ်များကို မပြုလုပ်တော့ဘဲ ၆-ညဉ့်တိုင်တိုင် စင်္ကြံလျှောက်သော ဣရိယာပုတ်ဖြင့်သာ အားထုတ်တော်မူကြောင်း ကျမ်းဂန်များ၌ ဖော်ပြထားပါသည်။ သူသူကိုယ်ကိုယ် သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်များမှာမူကား အဆပေါင်းများစွာ ရာထောင်မက ကြိုးစားအားထုတ်ရမည် အမှန်ဖြစ်ပေသည်။

မဟာသတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော် နိဂုံးစကားတော်၌ အကြာဆုံး ၇-နှစ်၊ အမြန်ဆုံး ၇-ရက်တို့ဖြင့် ပိုင်းခြား၍ ပြထားသော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အလတ်စား နေယျပုဂ္ဂိုလ်ချည်းသာတည်း၊ ဉာဏ်ပညာ

နုံ့နှေးသော နေယျပုဂ္ဂိုလ်များမှာမူကား၊ ၇-နှစ်ထက် ကြာမြင့်စွာ အားထုတ်ပါမှ အနာဂါမ်ရဟန္တာဖြစ်နိုင်မည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဉာဏ်ပညာထက်မြက်သော နေယျပုဂ္ဂိုလ်မှာ ၇-ရက်ထက် လျင်မြန်စွာပင် တရားထူးကို ရနိုင်သေးသည်ဟူ၍လည်းကောင်း အထူးမှတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် အဋ္ဌကထာဆရာက အောက်ပါအတိုင်း မိန့်ဆိုထားပါသည်။

သဗ္ဗမ္ပိစေတံ မန္ဒိမဿေဝ နေယျပုဂ္ဂလဿ ဝသေန ဝုတ္တံ၊ တိက္ခပညံပန သန္ဓာယ ပါတောအနုသိဋ္ဌော သာယံ
ဝိသေသံအဓိ
ဂမိဿတိ၊ သာယံအနုသိဋ္ဌောပါတော ဝိသေသံ အဓိဂမိဿ
တီတိဝုတ္တံ။

မြန်မာပြန်မှာ– အလုံးစုံသော ၇-နှစ်၊ ၇-ရက်ဖြင့် ပိုင်းခြား၍ပြသော ဤစကားတော်ကို အလယ်အလတ်စားဖြစ်သော နေယျပုဂ္ဂိုလ်၏ အလိုအားဖြင့် ဟောအပ်ပေ၏။ ဉာဏ်ပညာထက်မြက်သော နေယျပုဂ္ဂိုလ်ကို ရည်ရွယ်၍ နံနက်ခင်းက အဆုံးအမခံ၍ အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ညနေခင်း၌ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို ရပါလတ့်၊ ညနေခင်းက အဆုံးအမခံ၍ အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် နံနက်ခင်း၌ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို ရပါလတ့်ဟူ၍ ဟောအပ်ပေ၏။

ယခုဖော်ပြပါ အဋ္ဌကထာစကားသည် ရှေးယခင်က သတိပဋ္ဌာန်တရားအားထုတ်ကြရာတွင် အချိန်ပိုင်းဖြင့် တရားထူးရကြသူလည်း ရှိပေသည်။ ရက်ပိုင်း၊ လပိုင်းနှင့် အားထုတ်မှ ရကြသူလည်း ရှိပေမည်။ ယခုခေတ်၌လည်း ဤနည်းတူပင် တရားထူးကို ရနိုင်သည်

ကို ယုံကြည်စွာ မှတ်ယူရမည်ဖြစ်၍ မဂ်ဖိုလ်ကို ရထိုက်သူ မှန်ကန်က နည်းမှန်လမ်းမှန် ဖွဲ့သန်သန် အားထုတ်ပါက ရနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ သာသနာတော်၌ လူ့ဘဝ၊ လူ့အဖြစ်နှင့် တိုက်ဆိုင်တွေ့ကြုံခိုက်တွင် ဤခေတ် ဤအခါမျိုးသည် အလွန့်အလွန် ထူးမြတ်လှပါသော ခေတ်အခါမျိုးဟုပင် ဆိုရပါမည်။ အဘယ့်ကြောင့် ဆိုသော် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော တရားထူးတရားမြတ်များကို ရလိုသူတိုင်း ရယူနိုင်သောကြောင့်ပါတည်း။ ဘဝအသချေ ကမ္ဘာ အသချေလွန်လေငြားသော်လည်း ဤခေတ် ဤအခါမျိုးနှင့် တွေ့ကြုံဆုံနိုင်ရန် လွန်စွာမှ ခဲယဉ်းလှကြောင်းကို ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင် လိပ်ကဏ်းထမ်းပိုး ဥပမာစသော ပမာထုံးဖြင့် ဟောပြတော်မူထားပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပုထုဇဉ်သတ္တဝါတို့၏ ခန္ဓာအစဉ်ဝယ် ညီးညီးပြောင်ပြောင် တောက်လောင်နေသော ကိလေသာမီးတို့ကို အပြီးတိုင် ချုပ်ငြိမ်းကွယ်ပျောက် နောက်ထပ်ဖြစ်ပေါ်ခွင့် မရသောကြောင့် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်ရောက်နိုင်တဲ့ အခွင့်ကောင်းကြီးကို လက်မလွှတ်တမ်း ကြိုးစားသွားရန် အလွန်သင့်မြတ်လှပါသည်။

ဤနေရာ၌ အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏ မှတ်သားဖွယ်စကားရပ် ဖော်ပြလိုက်ပါဦးမည်။ နောက်လာမည့် လူ့ပြည် ဆုတ်ကပ်အခါကြီး၌ကား ရဟန်းရှင်လူတို့ တရားပြည့်ဝကြလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ဖွယ်မရှိတော့၊ ယခုပင် အမြင်မတော်လှပြီ၊ သံသရာဒုက္ခတွေကို တကယ်ရွံလျှင် ယခုဘဝ၌ပင် စွန့်စွန့်စားစား မဂ်ဖိုလ်ပေါက် တရားကို ကြိုးစားသင့်ကြ၏။ နတ်ပြည်ကပင် အရိမေတ္တေယျဘုရားရှင်ကို

စောင့်စားဖူးမျှော်လျက် တရားတော်ကို နာပြီးမှ မင်္ဂဖိုလ်ရဖို့ မှန်းသူများ လည်း နန္ဒနဥယျာဉ်ပေါက်၌ ရှိသမျှ ဓာတ်ခံလေးများ ပျောက်မသွား အောင် အတော်ထူထောင်ရလိမ့်မည်။ ပေါ့ပေါ့ဆဆနှင့် နတ်ပြည်ကျ မှ အားပါးတရ ခံစားမည်ဟု အားခဲနေသူတို့ကား အရိမေတ္တယျ ဘုရားရှင်ပွင့်တော်မူလာသော်လည်း ကာမဂုဏ်အတွေ့ထူးဖြင့် မေ့မူး လျက်ရှိဦးမည်သာ၊ ထို့ကြောင့် ကိုယ့်အစွမ်းကိုယ့်တရားဖြင့် အများ ကို ကယ်တင်မည့် ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် အဂ္ဂသာဝက မဟာသာဝက အလောင်း တို့မှတစ်ပါး အခြားသူတို့ကား ယခုပင် ကြိုးစားသင့်ကြပါသည်။

ဘေးပွဲကြို အေးသည်းတုန် ကိုယ်စီကုတ်ပါလို့ အားထုတ် သင့်သား။ သို့ပါကို ဘယ်တော့ဘာလိုလိုနှင့် နောင်ရေးကိုမျှော် ခေါ်လင့်လို့ ဘာဝနာ သိခေါင်လွင့်တယ်၊ ဖျင့်ဖင့်အများ-- (ဆရာတော်ကြီး)

စဉ်းစားဖွယ်

နောက်တစ်ချိန်ရောက်မည့် လူ့ဘဝကို တွေးလျှင်လည်း စိတ်အေးဖွယ် မရှိလှပါ။ ရှင်းပြပါဦးမည် သူတော်ကောင်းအနေနှင့် [လူ့ဘဝ၏ တန်ဖိုးကို စဉ်းစားလျှင် ၁။ ဘုရားရှင်သာသနာတော် နှင့် တွေ့ကြုံနေရခြင်း၊ ၂။ အားလုံးမဟုတ်စေကာမူ လူအများစုက လူကောင်းသူကောင်း ဖြစ်ကြခြင်း၊ ၃။ ဆရာမိဘတို့က သူတော် ကောင်းများ ဖြစ်ကြခြင်း၊ ၄။ အလွန်မဆင်းရဲဘဲ အထိုက်အလျောက် ချမ်းသာသော အမျိုး၌ ဖြစ်ရခြင်း၊ ဤအကြောင်းများ စုံညီမှ လူ့ ဘဝရကျိုးနပ်ပါလိမ့်မည်။]

တစ်ဖန် သာသနာရေးကို စဉ်းစားလျှင် ယခုအချိန်မှာပင် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်းကို အတော်ရှာမှ ရနိုင်သောအချိန် ဖြစ်နေပြီ၊ လောကီ အာရုံတွေကလည်း သောင်းကျန်း ဂုဏ်ပကာသနနှင့် လာဘ်လာဘ လိုက်စားသူလည်းများ၊ လူဒကာ ဒကာမတို့ကလည်း သီလသမာဓိ ပညာရှိထက် ဂုဏ်ရှိသူကို ကိုးကွယ်လိုကြ၊ လူအချင်းချင်း ဂုဏ် သတင်းလွှင့်ကြနှင့် သာသနာ့ဝန်ထမ်းများအတွက် ခေါင်က မိုးယို နေလေပြီ။

နောက်လာမည့် ဘဝ၌ လူများစုက လူကောင်းသူကောင်း ဖြစ်ဖို့လည်း မလွယ်ကူတော့ချေ။ ထင်ရှားစေဦးအံ့၊ လူကောင်း သူကောင်းခေတ်သည် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ ဤတရား ၃ ပါး ထွန်းကားသောခေတ်တည်း၊ ယခု မျက်မြင်မှာကား တစ်ယောက် အပေါ် တစ်ယောက် ကောင်းကျိုးလိုလားသော မေတ္တာစစ် နည်းပါး လှလေပြီ။ မေတ္တာမရှိလျှင် ဆင်းရဲသူကိုမြင်၍ သနားသော ကရုဏာနှင့် ချမ်းသာသူကို မြင်၍ ဝမ်းမြောက်သော မုဒိတာလည်း မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ ယခုဖြစ်နေသည်မှာ တစ်ယောက် ကောင်းစားသည်ကို တစ်ယောက်က မနာလိုသော ဣဿာ၊ မိမိကဲ့သို့ ကြီးပွားမည်ကို စိုးသော မစ္ဆရိယ အထက်တန်းရောက်နေသူက စိတ်ကြီးဝင်သော အထက်တန်းမာန၊ အောက်ကျသူကလည်း ဘာအရေးစိုက်ရမှာတုန်း ဟူသော အောက် တန်းမာနတွေ ဝေဆာလျက် ရှိလေသည်။

ထိုသို့ လူကောင်းသူကောင်း အလွန်နည်းပါးသည့် ခေတ်ကာလ ၌၊ မိဘကောင်း ဆရာကောင်းလည်း ရရန်လွယ်ကူတော့မည် မဟုတ်ပါ၊ ထိုသို့အားကိုးစရာ မိဘကောင်း၊ ဆရာကောင်း မရှိဘဲ၊

မတရားလူများ၏ အလယ်မှာ မိမိတစ်ယောက်တည်း လူကောင်းကလေး ဖြစ်ဖို့လည်း မလွယ်ကူပါ၊ **[ထို့ကြောင့် နတ်ပြည်မှာ မှိုင်းတိုက်မည့် အာရုံများ၌ သွားဖို့ခက်သလို လူ့ပြည်မှာလည်း အကုသိုလ်ထွန်းကားတော့မည့်အတွက်၊ လူပြန်ဖြစ်ဖို့ ခက်လှပါ တော့သည်။]** (သတိပြုဖွယ်)

သုဒ္ဓဝိပဿနာလမ်းစဉ်

သမထအခြေမခံသော သုဒ္ဓဝိပဿနာယာနိကခေါ် ဝိပဿနာသက်သက်အားထုတ်သော လမ်းစဉ်ကို ဖော်ပြသွားပါမည်၊ ဤသုဒ္ဓဝိပဿနာ လမ်းစဉ်သည်၊ ယခု မျက်မှောက်ခေတ်နှင့် ကိုက်ညီမည်ဟု ယူဆမိပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဟူမူ၊ အလွယ်ကြိုက် အမြန်ကြိုက် လမ်းတိုလိုက်လိုသူများ ပေါများနေသောကြောင့်သာတည်း၊ အချိန်နည်းနည်းနှင့် လိုရင်းကိစ္စပြီးရန် ပဓာန ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ချိန်က တကာ တစ်ယောက် လျှောက်ထားဖူးပါသည်။ ၎င်းသည် အနှစ် ၂၀–ကျော် ထွက်သက်ဝင်သက်ကို အရှိန်မပျက် အားထုတ်ဖူးပါသည်။ သို့သော် ရုပ်နှင့်နာမ် အနိစ္စပဲ ဒုက္ခပဲ၊ အနတ္တပဲဟူ၍ ဘာမှန်းမှ မသိသေးပါဟု အတိအလင်း ထုတ်ဖော်ပြောဘူးပါသည်။ ဤသုဒ္ဓဝိပဿနာလမ်းစဉ်မှာ မဟာသတိပဋ္ဌာန်လာ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် လမ်းညွှန်သော အတိုင်း ပွားများမှတ်ရှုပါက၊ ရက်ပိုင်းအတွင်းမှာပင် ရုပ်နှင့်နာမ်ကို အမှန်သိနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ အတိဝုတ္တ၊ အပြောကြီးတာ မဟုတ်ပါ၊ တကယ်တမ်း အားထုတ်ကြည့်က တကယ်တမ်း အမှန် သိလာပါလိမ့်မည်။ (ရဲရဲကြီး အာမခံပြောဝံ့ပါသည်)

ရှေးလမ်းစဉ်

[ဝိပဿနာ အားထုတ်ရာဝယ်၊ မိမိတင်ရာ မြင်ရာ အစဉ်မပါဘဲ အားထုတ်၍ မရနိုင်ပါ၊ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်များ၌ လမ်းစဉ်ချမှတ်ထားပြီး ရှေးယခင်မှပင် ရှိနေပါသည်။] ထိုအစဉ်များကို အကျဉ်းချုပ် နားလည်ရန် ဖော်ပြပါမည်။

၁။ သီလဝိသုဒ္ဓိ	သီလစင်ကြယ်မှု
၂။ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ	စိတ်စင်ကြယ်မှု
၃။ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ	ယူမှားစင်ကြယ်မှု
၄။ ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ	ယုံမှားလွန်မြောက်စင်ကြယ်မှု
၅။ မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ	မဂ်ဟုတ်မဟုတ်ဉာဏ်မြင်စင်ကြယ်မှု
၆။ ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ	အကျင့်ဉာဏ်မြင်စင်ကြယ်မှု
၇။ ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ	ဉာဏ်အမြင်စင်ကြယ်မှု

ဤဝိသုဒ္ဓိ၊ ၇-ပါး အစဉ်အတိုင်း သွားရိုးလမ်းစဉ် ဖြစ်ပါသည်။ ထင်ရှားအောင် သရုပ်ဖော်ပြရသော်၊ သီလဝိသုဒ္ဓိမှ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ပါသည်။ တစ်နည်း-သီလစင်ကြယ်ပါမှ၊ စိတ်စင်ကြယ် နိုင်ပါသည်။ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိမှ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ပါသည်။ တစ်နည်း၊ စိတ်စင်ကြယ်ပါမှ အယူစင်ကြယ်နိုင်ပါသည်။ ဤသို့ စသည် အစဉ်လိုက်သာ ဖြစ်ရိုးရှိပါသည်။ ရှေ့ကျင်ဆရာတော်စသော ရှေးရှေးဆရာတော်ဘုရားကြီးများလည်း ဝိပဿနာအရာ ရေးသားဖော်ပြကြရာတွင် ဝိသုဒ္ဓိ အစဉ်ဉာဏ်စဉ်များကို အစဉ်အလိုက် ရေးသားဖော်ပြတော်မူသွားကြသည်ကိုသာ တွေ့ရှိရပါသည်။

ဉာဏ်စဉ်

ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ် ဆက်လက်ဖော်ပြပါမည်။

၁။ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိမှု
၂။ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်	အကြောင်းနှင့်အကျိုးဟုသိမှု
၃။ သမ္မသနဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ကို မမြဲဆင်းရဲ အစိုးမရဟု ဆင်ခြင်မှု
၄။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ဖြစ်ပြီး ပျက်သည်ဟုသိမှု
၅။ ဘင်္ဂဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ပျက်သည်ကိုသာသိမှု
၆။ ဘယဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ပျက်သည်ကို ကြောက်ဖွယ်ဟုသိမှု
၇။ အာဒီနဝဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ပျက်သည်ကို အပြစ်မြင်မှု
၈။ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ပျက်သည်ကို ငြီးငွေ့မှု
၉။ မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ပျက်သည်ကို လွတ်လိုမှု
၁၀။ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ပျက်သည်ကို လွတ်လို၍ လွတ်ရန်ဆင်ခြင်မှု
၁၁။ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်	နာမ်နှင့်ရုပ်ပျက်သည်ကို အညီအမျှရှုမှု
၁၂။ အနုလောမဉာဏ်	လျော်စွာဖြစ်သောအသိ
၁၃။ ဂေါတြဘူဉာဏ်	နိဗ္ဗာန်ကို မြင်သောဉာဏ်
၁၄။ မဂ်ဉာဏ်	နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသောဉာဏ်
၁၅။ ဖိုလ်ဉာဏ်	နိဗ္ဗာန်ကို ခံစားသောသဘော
၁၆။ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်	ရရှိသော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ဆင်ခြင်သောဉာဏ်

ဝိပဿနာမှာ ယခုပြအပ်ပြီးသော အစဉ်ရှိပါသည်။ ဤအစဉ်များကို ရှေးရှေးသော ကျမ်းဂန်နှင့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး အသီးသီးတို့ ထင်ရှားဖော်ပြထားပါသည်။

ကျော်လွန်မဖြစ်သောအစဉ်များ

ဖော်ပြပါ ဤအထက်ပါအစဉ်များသည် ကျော်လွန်၍ ဖြစ်သော အစဉ်များ မဟုတ်ကြပါ၊ ရှင်းပြပါဦးမည်။ ဝိသုဒ္ဓိအစဉ်မှာလည်း သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ပါမှ၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဖြစ်မှ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဤသို့ စသည်အစဉ်အတိုင်းသာ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်ရှိပါသည်။ အခြေခံသီလဝိသုဒ္ဓိမဖြစ်ဘဲ အထက်ဖြစ်သော စိတ္တဝိသုဒ္ဓိမဖြစ်နိုင်သည်ကို အလေးထား၍ မှတ်ပါလေ။ အောက်အောက်ဖြစ်သော ဝိသုဒ္ဓိများမှ အဆင့်ဆင့်တက်ပြီး အထက်အထက်ဖြစ်သော ဝိသုဒ္ဓိများသို့ တက်ကြရပါသည်။ တည့်တည့်ဖော်ပြရသော် သီလဝိသုဒ္ဓိ မဖြစ်ဘဲ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိမဖြစ်၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိမဖြစ်ဘဲ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ မဖြစ်၊ ဤသို့ စသည်မှတ်ပါ။

ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်၌လည်း နာမရူပပရိစ္ဆေဉာဏ် မဖြစ်ဘဲ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကျော် မဖြစ်ပါ၊ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် မဖြစ်ဘဲ သမ္မသနဉာဏ်ကျော် မဖြစ်ပါ။ သမ္မသနဉာဏ်မဖြစ်ဘဲ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ကျော် မဖြစ်နိုင်ပါ။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မဖြစ်ဘဲ၊ ဘင်္ဂဉာဏ်ကျော်မဖြစ်နိုင်ပါ။ ဤသို့ စသည်ဝိပဿနာ ဉာဏ်စဉ်များလည်း ကျော်လွန်၍ မဖြစ်နိုင်ပါ။

ငါးပါးသီလ–ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာတွင် သီလဝိသုဒ္ဓိအရာ အတော်ကျယ်ကျယ် ဖော်ပြထားပါသည်။ ဤခွဲမှာမူ လိုအပ်သော ကိစ္စ ပြီးစီးရုံမျှသာ အကျဉ်း ဖော်ပြပါမည်။ **[သီလရင်၊ ရသေ့နှင့် လူဝတ်ကြောင်များမှာ ငါးပါးသီလလုံလျှင်ပင် သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ် ပါသည်။]** ထိုထက်ပိုမို ထိန်းနိုင်ပါက အားထုတ်ချိန် ပိုမိုရပါသည်။ အထူးမှတ်ရန် လူဝတ်ကြောင် စသော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ မိမိတို့၏ အမှုကိစ္စများ ညစာနှင့် မကင်းနိုင်သူများနှင့်လည်းကောင်း၊ ရောဂါ အတွက် မစားမဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်လည်းကောင်း ရည်ရွယ်၍ ငါးပါးသီလနှင့်ပင် ဖြစ်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ရှေးကဖြစ်ရပ်– မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်က မာတိကာ ရွာမှာ မာတိကာဆိုတဲ့ ကျောင်းအမကြီးမှာ၊ ရဟန်းတော်များထံမှ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား နာယူမှတ်သားခဲ့ပြီး၊ မိမိအိမ်မှာပင် ရဟန်းတော် များ၏ ဝေယျာဝစ္စပြုလျက်နှင့် အားထုတ်ရာ အနာဂါမ်တိုင်၊၃–မဂ်၊ ၃ ဖိုလ် ရောက် အောင်မြင်သွားသော သာဓကများ ရှိနေပါသည်။ ထိုမှတစ်ပါး သာဝတ္ထိမြို့တော်ရှိ လူဦးရေ၊ ၇–ကုဋေတွင်၊ ၅ ကုဋေ မှာ အရိယာများ ဖြစ်ကြသည်ဟု ကျမ်းဂန်များက ဖော်ပြထား ပါသည်။

အခြေခံသီလ–ရှင်သာမဏေများမှာ ၁၀–ပါး သီလနှင့် သေခိယသိက္ခာ ကျင့်ဝတ်များဖြစ်၍ ရဟန်းတော်များမှာ ၂၂၇– သွယ်သော ပါတိမောက်များကို ပြည့်စုံစေရပါသည်။ ဤခွဲ သံဃာ ဒိသိသ်သိက္ခာပုဒ်များ သံသယရှိခဲ့သော်။ ပရိဝတ်မာနတ် ကျင့်သုံးပြီး ဖြစ်စေရပါသည်။ နိဿဂ္ဂိ ပစ္စည်းများ ရှိပါက စွန့်ထားရပါသည်။

ဒေသနာကံ အာပတ်များကို ဒေသနာကြား၍ စင်ကြယ်စေရပါသည်။ လိုရင်းမှာ မိမိတို့၌ရှိသော သီလများ စင်ကြယ်စေရပါမည်။ သို့မှ သီလဝိသုဒ္ဓိ အခြေခံရှိပြီးမှ လိုရာကမ္မဋ္ဌာန်းများ အားထုတ်ပွားများရမည့် လမ်းစဉ်ရှိပါသည် အထူးလိုအပ်သောအခြေခံသီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်သည်ကို အလေးဂရု ပြုအပ်ပါသည်။

ဩဝါဒများ–ဤနေရာတွင် အလျဉ်းသင့်၍ ကျေးဇူးရှင် မူလမင်းကွန်းဇေတဝန်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒစည်းမျဉ်းများကို ဖော်ပြပါဦးမည်။ တရားအားထုတ်ရန် ရောက်လာသော ရဟန်းတော်များဒွေမာတိကာရရှိပြီး ဖြစ်ရပါသည်။ ပရိဝတ်မာနတ် ကျင့်ခဲ့ပြီးဖြစ်ရပါသည်၊ နိဿဂ္ဂိပစ္စည်းများကို စွန့်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ သီလပိုင်းဆိုင်ရာ ဤသို့သော ဩဝါဒများကို ရဟန်းတော်များအား စည်းမျဉ်းချမှတ်ထားပါသည်။

လုံခြုံသည်သာ–သီလဝိသုဒ္ဓိအရာတွင် မတော်မသင့်သော ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှုများ မပြုလုပ်လျှင် (ဝါ) မလွန်ကျူးလျှင် သီလဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ပါသည်။။ **[သီလသည် ကာယကံ၊ ဝစီကံများကို မကျူးလွန် စောင့်ရှောက်မှု၊ ထိန်းသိမ်းမှုဖြစ်၍ မပြုအပ်၊ မပြုသင့်၊ မပြောသင့်သော ကာယကံ ဝစီကံများကို မပြုလုပ်၊ မပြောဆိုပါက လုံခြုံသည်သာ ဖြစ်ပါသည်။]**

သီလဟူသည် ကာယဒုစရိုက် ဝစီဒုစရိုက်တို့ကို မလွန်ကျူးမိအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်မှုဖြစ်၍ ဤမကောင်းသော ကာယကံ ဝစီကံများကို မပြုသူမှာ သီလရှိသု (ဝါ) လုံခြုံသောသီလရှိသူဟု ခေါ်ရပါသည်။ ဆောက်တည်ထား၍ လုံခြုံသည်ပဲဖြစ်ဖြစ် မဆောက်

တည်ပဲ လုံခြုံသည်ဘဲဖြစ်ဖြစ်၊ လုံခြုံမှုသည်သာ ပဓာနဖြစ်ပါသည်။ ငါးပါးသီလကို လူဝတ်ကြောင်များ အမြဲပင် လုံခြုံရမည့် သီလမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ရှေးအဖို့က ကြိုတင်ဆောက်တည်မထား၍ ကာယကံ မကောင်းမှု၊ ဝစီကံမကောင်းမှုများကို လွန်ကျူးလဲ သီလ ပျက်စီးသူပင် ဆောက်တည်ပြီး လွန်ကျူးလဲ သီလပျက်သူပင်ဖြစ်ပါသည်။ လိုရင်း အကျဉ်းချုပ်မှာ သီလဟူသည် ဆောက်တည်ပြီး လုံခြုံသူလဲ သီလလုံ သူပင် မဆောက်တည်ဘဲ လုံခြုံသူလဲ သီလလုံသူဟု မှတ်ယူရန် ဖြစ်ပါသည်။ သီလအရာ မလွန်ကျူးသည်သာ ပဓာန။

စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ

အကျဉ်းချုပ် သုဒ္ဓ ဝိပဿနာယာနိက လမ်းစဉ်ဖြစ်၍ အပ္ပနာ သမာဓိကိုမဖော်ပြတော့ဘဲ ခဏိကသမာဓိဖြင့် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိကို ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မဟူသော အာရုံများပေါ်တွင် မှတ်ရှုလျက် အစဉ် မပြတ်တည်ရှိသွားသော ဝိပဿနာစိတ်၌ နိဝရဏတရားတို့မှ လွတ် မြောက်နေသောစိတ်ကိုပင် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဟု အကျဉ်းချုပ်မှတ်ယူပါလေ။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ–မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်၌ လာရှိသော အပ္ပမာဒလမ်းစဉ်ကို လျော့လွန်းတင်းလွန်းသော အစွန်း ၂–ဘက်တို့မှ လွတ်သော အလယ်လမ်း မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ဝိပဿနာအလုပ်ကို မကျဉ်း မကျယ် သိလွယ်ရုံမျှ ဖော်ပြသွားမည်ဖြစ်ရာ ဆိုင်ရာကျမ်းဂန်များ ကိုလည်း လိုရင်းမျှသာ ဖော်ပြမည်ဖြစ်ပါသည်။ ပဓာအားဖြင့် ကာယာနုပဿနာ မှတ်ရှုနည်း၌ ဣရိယာ ပထပဗ္ဗသမ္ပဇည ပဗ္ဗများ ကိုသာ ဖော်ပြသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

မလွဲကေန်–ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် ကောယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ စသော မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်မြတ်ကို ဟောပြတော်မူခဲ့ပါသည်။ ချစ်သားချစ်သမီးတို့ [**ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားသည် နိဗ္ဗာန်သို့ မလွဲကေန် အမှန်ရောက်နိုင်သော တစ်ခုတည်း တစ်ကြောင်းတည်း တစ်မျိုးတည်း လမ်းဖြစ်သည်ဟု ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်**] ဤတရားကို အမှန်အားထုတ်ပါက အမှန်ရောက်နိုင်သည် အမှန်ရောက်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ရဟန္တာဖြစ်နိုင်–နိဗ္ဗာန်သို့ အမှန်ရောက်နိုင်သော တစ်ကြောင်းတည်းသော သတိပဋ္ဌာန်ဟူသည် ၁–ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် (ရုပ်အပေါင်းဖြစ်သော ကိုယ်ကို အမြဲမပြတ် မှတ်ရှုသောအလုပ်) ၂–ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် (ခံစားမှုများ၌ အမြဲမပြတ် မှတ်ရှုသောအလုပ်) ၃–စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် (အသိစိတ်ဖြစ်တိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုသောအလုပ်) ၄–ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် (သဘောတရား ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုသောအလုပ်၊ ဤဖော်ပြပါ သတိပဋ္ဌာန်တရား ၄–ပါးကို ပွားများအားထုတ်ပါလျှင် ယခုဘဝမှာပင် ရဟန္တာဖြစ်နိုင်သည်။ ရဟန္တာမဖြစ်တောင် အနာဂါမ်ဖြစ်နိုင်သည်ဟု သတိပဋ္ဌာန်နိဂုံးတွင် ထုတ်ဖော်ဟောကြားတော်မူထားပါသည်။

အထူးမှတ်ပါ–မဟာသတိပဋ္ဌာန်တရားကို အားထုတ်က နိဗ္ဗာန်သို့ အမှန်ရောက်နိုင်သည်ဟု ဆိုခဲ့ပါပြီ၊ သို့သော် ပကယ်တမ်းအားထုတ်မှ တကယ်ရောက်နိုင်သည်ကိုတော့ အထူးမှတ်ပါ၊ လောကီဥပမာ နို့ထွက်သောနွားမဟု ဆိုကြသော် ဦးချိုကိုညှစ်၍ နို့ထွက်မည်မဟုတ်ပါ၊ နို့ထွက်ရာ နို့ကိုညှစ်မှ နို့ထွက်ပါမည်။ နို့ကို ကိုင်ကာ

တို့ကာ ပွတ်ကာမျှနှင့်လည်း နို့ထွက်မည် မဟုတ်ပါ၊ ထိုက်တန်သော အင်နဲ့အားနဲ့ ညှစ်ပါက နို့ထွက်လာနိုင်သည့်နည်းတူ နိဗ္ဗာန်သို့ အမှန်ရောက်နိုင်သော သတိပဋ္ဌာန် ဖြစ်သော်လည်း အားထုတ်မှု လျော့နည်းက (ဝါ) ပေါ့ပေါ့တန်တန် အားထုတ်ကာမျှနှင့်တော့ ရနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် လက်ထက်တော်အခါက အထက်တန်းထိပ်ခေါင်တင် လက်ဝဲရန်ဖြစ်တော်မူသော အရှင်မဟာ မောဂ္ဂလန်မထေရ်မြတ်ကြီးသည် မအိပ်မထိုင် စင်္ကြံလျှောက်ပြီး ၆-ရက်ကျော် အားထုတ်သည်ဟု အတ္ထုပ္ပတ္တိလာရှိပါသည်။ နောက် တစ်ပါးမှာ အရှင် အနုရုဒ္ဓါမထေရ်သည် ဝါးတောထဲတွင် ၁၄-ရက်တိုင်တိုင် စင်္ကြံလျှောက်ပြီး အားထုတ်သည်ဟု ကျမ်းဂန်များမှာ လာရှိပါသည်။ လောကီရေးရာ အဖြာဖြာမှာလဲ ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ အားထုတ်မှုနှင့် အထက်တန်းမရောက်နိုင်သည်မှာ ထင်ရှားသော သာဓကပင် ဖြစ်ပါသည်။

မြမြန်စွာ–ထိုမဟာသတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်လာ အားတုတ်စဉ်ကို မစ္ဈိမပဋိပဒါ အပွမာဒလမ်းစဉ် အမှတ် (၁) တွင် ကျေးဇူးရှင် မူလ မင်းကွန်းဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ညွှန်ပြသောနည်းကို ဖော်ပြခဲ့ပါပြီ၊ ညွှန်ပြသည့်အတိုင်း လုလ္လကြိုးကုတ် အားထုတ်ပါ လျှင် ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့်တက်ရောက်ပြီး မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ် ဉာဏ် တောက်လျှောက်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်သည်ဟု ယုံယုံ ကြည်ကြည် မြမြန်စွာ မှတ်ယူပါ။

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ

ကိုယ်တိုင်ပင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူသော မဟာသတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော် ဣရိယာ ပထပဗ္ဗ၌ လာရှိသော အတိုင်း သွားမှု ရပ်မှု အိပ်မှု ထိုင်မှုစသော ထိုထို ကိုယ်အမူအရာများကို ဖြစ်ပေါ်တိုင်းဖြစ်ပေါ်တိုင်း အမြဲမပြတ် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် မှတ်ရှုအပ်သော ထိုထိုကိုယ်အမူအရာ ရုပ်များ၏ သဘောလက္ခဏာများကို သမာဓိအား ရှိရင့်သန်လာသော် ကိုယ်တိုင်ပင် သိရှိတွေ့မြင်လာပါသည်။

ယောဂီတွေ့ရှိသောရုပ်နာမ်

မှန်မှန်သိရန် သွားနေသော ဣရိယာပုထ်ကို ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် လှမ်းမှုကိုအာရုံပြု၍ လှမ်းတယ်လှမ်းတယ်ဟု တစ်နည်း ဘယ်လှမ်းတယ်ညာလှမ်းတယ်ဟု လှမ်းခိုက်ခိုက်မပြတ်လတ် မှတ်ရှုနေသော် တစ်ကိုယ်လုံး လှုပ်ရှားနေသောသဘောကိုလည်း သိပေသည်။ ခြေလှမ်းသည်၌ ခြေကြွမှုကိုလည်း သိပေမည်။ လှမ်းသော ခြေရှေ့ဘက်သို့ ရွှေ့ရွှေ့နေသည်ကိုလည်း သိပေမည်။ ခြေချနင်းသည်ကိုလည်း သိပေမည်။ ဤသိမှုများသည် ဆရာက ဤလိုသိ ဤလိုသိဟု ညွှန်ပြ၍ သိခြင်းမျိုးမဟုတ်ဘဲ အမှတ်ပြုနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ သမာဓိအား ရှိလာပါက ဖြစ်ပေါ်လာသော အသိမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ အမှတ်ပြုစ ယောဂီများမှာတော့ ဤသို့ များများ မသိနိုင်သေးပါ။ ဘယ်လှမ်း ညာလှမ်းကိုပင် မှန်မှန်သိရန် အတော်ကြိုးကြိုးစားစား မှတ်ရပါသေးသည်။

ယောဂီသိသော ရုပ်နာမ်တရားခွင် စ,ဝင်စ ယောဂီများမှာ သွားသော ဣရိယာပုထ်ကို ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ်၊ ဘယ်လှမ်းတယ် ညာလှမ်းတယ်ဟူ၍ ဤလိုလှမ်းဆဲခဏမှာ လှမ်းမှုကို အာရုံစူးစိုက်ပြီး မပြတ်မှတ်ရှုနေရပါသည်။ မှတ်ပါများလာ၍ အရှိန်ရလာသော် ဘယ်လှမ်းညာလှမ်းကို မမှားအောင် မှတ်နိုင်လာပါလိမ့်မည်။ မှတ်ရှုစရာမှာတော့ မှန်ကန်စွာ မမှတ်တတ်ပဲ ဖြစ်နေပါဦးမည်။ ၁ ရက်၊ ၂ ရက်၊ ၃ ရက်ခန့်မျှ အထူးဂရုပြု၍ မှတ်ရှုပါက ဘယ်လှမ်းညာလှမ်း မှန်မှန်မှတ်နိုင်ပြီး စိတ်တည်ငြိမ် မှုများလည်း တစ်စတစ်စ တိုးတက်လာပါလိမ့်မည်။ သမာဓိ အရှိန် ရလာသော် လှမ်းသော ခြေလှမ်းကို ကောင်းစွာ သိရှိလာပါသည်။ ဘယ်လှမ်းတယ် ညာလှမ်းတယ်ဟု မပြတ်မှတ်နေသော ယောဂီသည် လှမ်းတာကိုသိလျှင် ရုပ်နာမ်ကို သိသည်ဟု ဆိုရပါသည်၊ ဝါ–ယောဂီသိသော ရုပ်နာမ်ဟု ဆိုရပါသည်။

လှမ်းတာကိုသိပါသည်–ယောဂီသိသော ရုပ်နာမ်ဟူသည် စာလာပေလာ ဒေသနာ၌ လာရှိသော နာမည်နှင့် သရုပ်သချာ အရေအတွက်များကို သိမှုမျိုး မဟုတ်ပါ။ မှတ်ရှုသော ရုပ်နာမ်၏ သဘောလက္ခဏာကို သိမြင်သော သဘောဖြစ်ပါသည်။ ရှင်းပြပါဦးမည်၊ ယောဂီသည် ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်ကို ဖြစ်ပေါ်လာသော သဘောအတိုင်း မှတ်ရှုပါသည်။ တစ်နည်းလှမ်းသော ရုပ်နာမ်ကို လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရှုပါသည်။ ဤလိုအားဖြင့် လှမ်းတာကို လှမ်းတယ်ဟုမှတ်သဖြင့် လှမ်းတာကို သိပါသည်။ လှမ်းတာရုပ်၊ သိတာနာမ်၊ ဤ၌လှမ်းသော ရုပ်ဖြင့်သိသော နာမ်ဖြစ်ပါသည်။

(ဆောင်) လှမ်းတာသိတာ၊ ဤနှစ်ဖြာ၊ အဲဒါ ရုပ်နာမ်ပဲ

သမာဓိရှိလာချိန်မှာ ယောဂီများသိတဲ့ ရုပ်နာမ်ဟာ ဒီမျှသာ သိတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ပဇာနာတိဟု ဗုဒ္ဓဘုရား ဟောကြားသည့် လျော်စွာ အများအားဖြင့် သိပါသည်။ ဝါ-အများကြီး သိပါတယ်၊ သိပုံ လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်လို့မှတ်တော့ တစ်လှမ်း၏အစနှင့်အဆုံး ကြွမှုချနင်းမှုများကိုလည်း သိပေ၏။ ဒီမျှမကသေးပါဘူး၊ ခြေကြွပြီးလှမ်းရာ၌ တရွေ့ခြင်း ရွေ့ရွေ့နေသည်ကိုလည်း သိပါသည်။ ဤလိုအားဖြင့် ခြေတစ်လှမ်း၏ ကြွမှု၊ လှမ်းမှုချနင်းမှုများကို ယောဂီသမာဓိ ရှိလာချိန်မှာ ကောင်းစွာ သိမြင်လာပါသည်။

အထွေထွေ-ခြေတစ်လှမ်း၌ ယောဂီများသိတာ ဒီမျှမကသေးပါ။ သမာဓိအားရှိ ရင့်သန်သူမှာ ခြေတစ်လှမ်း လှမ်းခိုက် လှမ်းတယ်ဟု မှတ်သဖြင့် တစ်ကိုယ်လုံး လှုပ်ရှားယိမ်းယိုင်နေသည်ကိုလည်း သိပေ၏။ ခြေကြွခိုက် လွတ်မြောက်လာသည်ကိုလည်း သိ၍ ရှေ့သို့ တစ်ရွေ့ခြင်း ရွေ့ရွေ့နေသည်ကိုလည်း သိ၏။ ခြေချနင်းမိ၍ သိတာကိုလည်း သိ၏။ နင်းမိပြီး ထိရာ၌ မာမှု ပျော့မှု သဘောကိုလည်းသိ၏။ ပူမှု အေးမှုကိုလည်းသိ၏။ ကြမ်းမှု ချောမှုကိုလည်း သိ၏။ ဤသို့လျှင် အမှတ်ပြုလှမ်းနေသော ယောဂီမှာ ခြေလှမ်းတိုင်း လှမ်းတိုင်း အထွေထွေသိမှု ဖြစ်နေပေသည်။

ကိုယ်တိုင်တွေ့-ဤသို့ ခြေလှမ်း၏ သဘာဝများကို ယောဂီ သိမှုများကား ဆရာပြော စာပြောနှင့် သိသည်မဟုတ်ပါ။ ဝိပဿနာ မှတ်ရှုပြီး ကိုယ်တွေ့အနေနဲ့ သိရသော ယထာဘူတဉာဏ်များ ဖြစ်၍ ကိုယ်တွေ့လက်တွေ့ ဒိဋ္ဌမြင် ဖြစ်ပေသည်။

သိနိုင်မည်–အထက်က ဖော်ပြပါ ခြေတစ်လှမ်း၏ သိမှုများမှာ ယောဂီတိုင်းပင် အကုန်အစုံသိနိုင်သည်တော့ မဟုတ်ပါ။ ခြေတစ်လှမ်း၌ မှတ်လှမ်းသောယောဂီမှာ ခြေကြွမှုကို သိချင်လဲသိမည်၊ ခြေလှမ်းမှုကို သိချင်လဲသိမည်။ ခြေချနည်းသည်ကို သိချင်လဲသိမည်၊ ဤသို့စသောအားဖြင့် ယောဂီ၏ သမာဓိအားလျော်စွာ ၁–ခုသိ၊ ၂–ခုသိ၊ ၃–ခုသိ စသည်သိနိုင်မည် ဖြစ်၏။

ကိစ္စပြည့်စုံ–ဘယ်လိုပဲသိသိ ခြေတစ်လှမ်း၌ ပါဝင်နေသော အာရုံများကို သိမှုသည်၊ ယောဂီ၏ ကိုယ်တိုင်မှတ်ရှုသိခြင်းဖြစ်၍ ဘာဝနာမယ ဟုတ်မှန်စွာသိသော ယထာဘူတဉာဏ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ သဘာဝကို အမှန်အတိုင်း သိမှုသည် တစ်ခု၊ တစ်မျိုးသိလဲ သိခြင်း ကိစ္စပြီးပြီဖြစ်ပေ၏။ ဝါ–သိမှု ကိစ္စပြည့်စုံပါသည်။

ကိလေသာမှု–သိမှုကိစ္စ ပြည့်စုံနိုင်ပုံကို ထင်ရှားအောင် ဖော်ပြပါဦးမည်၊ ခြေလှမ်းခိုက်လှမ်းခိုက် ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ မပြတ်မလပ် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် ခြေလှမ်း၌သာ အာရုံစူးစိုက် စိတ်တည်ငြိမ်မှုဖြစ်ပြီး တခြားတပါးအာရုံ မသွားတော့ပဲ တစ်ခုတည်းသော လှမ်းမှုအာရုံ၌သာ တည်ရှိသော ဝိပဿနာစိတ်သည်၊ ကာမစ္ဆန္ဒ စသော နီဝရဏတို့မှ ကင်းလွတ်ပြီး လှမ်းမှု၏သဘာဝ လက္ခဏာဖြစ်သော လှုပ်ရှားမှု ရွေ့ရှားမှုစသော အချင်းအရာများကိုသာ အမှန်အတိုင်း သိနေခြင်းကြောင့် ဝိပဿနာစိတ် ကိလေသာမှ လွတ်၏။

ပယ်သတ်မှု–လှမ်းမှုအာရုံတစ်ခုတည်း၌ တည်သော သမာဓိ လှမ်းသော အမှုအရာ သဘောလက္ခဏာကို အမှန်အတိုင်း သိနေသော

ပညာ။ ဤခြေတစ်လှမ်း၌ မှတ်ရှုသော ဝိပဿနာစိတ်တစ်ချက်၌ ပါဝင်သော သမာဓိပညာခေါ် သမထနှင့် ဝိပဿနာတို့သည် မိမိတို့ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ ကိလေသာများကို ပယ်သတ်မှုကိစ္စများကို ပြီးစီး စေကြပါသည်။

ပယ်သည်–ဤ၌ သမထဖြစ်သော သမာဓိက တစ်ခုတည်း သော အာရုံ၌ စိတ်တည်ငြိမ်သဖြင့် ပရိယုဋ္ဌာန် ကိလေသာကို မဖြစ် စေသောအားဖြင့် ပယ်သည်။ သဘာဝလက္ခဏာကို အမှန်အတိုင်း သိသော ဝိပဿနာပညာက လောဘစသော ကိလေသာတို့ကို မဖြစ်စေသောအားဖြင့် ပယ်သည်။

တစ်မျိုးစီ–ပရမတ္ထဖြစ်သော ရုပ်တရား နာမ်တရားများသည် အသီးသီး သီးခြားဖြစ်သော သဘောလက္ခဏာများ ရှိကြပေသည်။ ပရမတ် သဘောခြင်း တူကြငြားသော်လည်း သဘောလက္ခဏာခြင်းက မတူကြပါ။ ထင်ရှားအောင် ဖော်ပြပါဦးမည်။ မဟာဘုတ်ခေါ် ဓာတ်ကြီး ၄ ပါးသည် အတူတကွ ဖြစ်ကြသော်လည်း သဘောခြင်း ကား မတူ၍ ပထဝီဓာတ်ကား နုကြမ်း မာပျော့သဘောရှိ၍ အာပေါ ဓာတ်ကား ယိုစီးဖွဲ့စေသော သဘောရှိ၏။ တေဇောဓာတ်အား ပူအေးသော သဘောရှိ၏ ဝါယောဓာတ်ကား တွန်းကန်လှုပ်ရှားသော သဘောရှိ၏။ ဤသို့လျှင် တစ်မျိုးစီ တစ်မျိုးစီ သီးခြားလက္ခဏာ ရှိကြလေသည်။

ဒိဋ္ဌတွေ့–ဤမဟာဘုတ်ခေါ် ဓာတ်ကြီး ၄–ပါးသည် မည်သို့ပင် သဘောခြင်း မတူကြသော်လည်း ဖြစ်အတူ ပျက်အတူ မကွေမကွာ တစ်ပေါင်းတည်း ဖြစ်ကြရသည်။ ခွဲမရသော အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ်များ

ဖြစ်ကြ၏။ ထိုဓာတ်ကြီး ၄-ပါးသည် လှမ်းသော ခြေလှမ်း၌ သည်း အတူတကွ ပါကြသည်။ ဤသို့ ပါနေသောကြောင့် ခြေ ဘစ်လှမ်းကို လှမ်းတယ်ဟုမှတ်သော ယောဂီမှာ ဝါယောဓာတ်နဲ့ တွေ့ခိုက် လှုပ်ရှားမှုထင်သည်။ တေဇောဓာတ်နဲ့တွေ့ခိုက် ပူအေးမှု ထင်သည်။ ပထဝီဓာတ်နဲ့ တွေ့ခိုက် မာပျော့ကြမ်းနု ထင်သည်။ ဤလိုလွန်ကဲရာ ဓာတ်သဘောများကို ကိုယ်တိုင်ဒိဋ္ဌ တွေ့ရှိရပါသည်။

နာမ်တရားများ အတူတကွဖြစ်ကြပုံ

ဓမ္မတာပင်-ရုပ်တရားများ အတူတကွ ဖြစ်ကြသော နည်းတူ နာမ်တရားများလဲ အတူတကွ ဖြစ်ကြပျက်ကြလေသည်။ ထင်ရှားစေ အံ့၊ မြင်မှုခေါ် စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်သည် မိမိချည်း သီးခြားဖြစ်နေသည် မဟုတ်ပါ။ ဖဿ-စေတနာ ဧကဂ္ဂတာစသော ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက် စေတသိက်များနှင့် အတူဖြစ် အတူပျက်ကြပါသည်။ မည်သည့်စိတ်မှ ယှဉ်ဖက်စေတသိက်များနှင့် ကင်း၍ မဖြစ်ကြပါ။ ဤလိုအတူတကွ ဖြစ် အတူတကွ ပျက်ကြသည်မှာ ပရမတ္ထတရားများ၏ သဘော ဓမ္မတာဖြစ်၏။

ဤပုံဤနည်း-ထိုပရမတ္ထ သဘောတရားတို့သည် အကြောင်း မယ့် ဘာသာလျောက် ဖြစ်ကြပျက်ကြခြင်းကား မဟုတ်ကြ။ အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး၍ အကြောင်းအားလျော်စွာပင် ချုပ်ပျောက်ကြလေသည်။ ပမာအားဖြင့် မြင်မှုခေါ် စက္ခုဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ် (ဉာဏ်)တယ်ဆိုပါတော့၊ မြင်စရာ အဆင်းရှိ၍သာ ထိုအဆင်းကို မြင်ခြင်း ဖြစ်စေသည်။ ဤနည်းတူပင် ကြားမှု၌ ကြားစရာအသံရှိ၍

ကြားစိတ်ဖြစ်ပေသည်။ နံစရာအနံ့ရှိ၍ နံစိတ်ဖြစ်လေသည်။ ဤပုံဤနည်းလျှင် အကြောင်းအားလျော်စွာ နာမ်ဝိညာဏ်များ ဖြစ်ကြပါသည်။

မှန်မှန်လှမ်း– ဤသို့အကြောင်း တိုက်ဆိုင်၍ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ်နာမ်များကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်က မပြတ်မလပ် ဖြစ်ပေါ်တိုင်း မှတ်နေရပါသည်။ မှတ်ပုံမှာ ခြေလှမ်းလှမ်းခိုက် ခြေလှမ်းကို အာရုံပြု စူးစိုက်ပြီး လှမ်းတယ်လှမ်းတယ်ဟု လှမ်းတိုင်း လှမ်းတိုင်း မပြတ်အောင် တရစပ် မှတ်သွားရပါသည်။ ခြေလှမ်းကိုတော့ မနှေးမမြန် မှန်မှန်လှမ်းပါ။

(ဆောင်) ပေါ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုကင်းပျောက်သည်။
(မဟာစည်ဆောင်ပုဒ်)

တကယ်ပြုတ်–ရုပ်နာမ်တွေ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုရမည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။ ဤလို မှတ်ရှုနေသော ငါကောင်ပဲ၊ သူကောင်ပဲ၊ မိန်းမပဲ၊ ယောကျ်ားပဲစသော စွဲမှတ်ယူမှားမှုများက လွတ်မြောက်သည်ဟု ဆိုပါသည်။ မှန်၏။ တကယ်မှတ်သူများ တကယ်ပြုတ်သည်မှာ မှတ်ဖူးသူတိုင်း ကိုယ်တွေ့ဖြစ်နေကြပါသည်။ လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်း ဖြစ်ပေါ်သော ရုပ်နာမ်ဆိုသည်မှာ ယောဂီ၏ သန္တာန်ဝယ် အမှန်တကယ် ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များကို ဆိုလိုပါသည်။ ဥပမာမှာ–ယောဂီက သွားနေတယ်ဆိုပါတော့ အဲဒီသွားမှုဟာ ယောဂီ၏ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်ပါပဲ၊ ဒီလိုသွားမှု ရုပ်နာမ်ပေါ်လာသော် သွားနေတဲ့အခိုက်မှာပဲ ဘယ်လှမ်းတော့ ဘယ်လှမ်း

တယ်၊ ညာလှမ်းတော့ ညာလှမ်းတယ်ဟု လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်း မပြတ်မှတ်နေရပါသည်။

မပြတ်မှတ်–ရပ်တယ်ဆိုပါတော့ ရပ်တဲ့ရုပ်နာမ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာတာပါပဲ၊ အဲဒီလိုရပ်မှု ရုပ်နာမ်ပေါ်လာရာမှာ ယောဂီက ရပ်နေခိုက် ရပ်တယ် ရပ်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်နေရပါတယ်၊ ထိုင်တယ်ဆိုပါတော့ ထိုင်တဲ့ ရုပ်နာမ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာတာပါပဲ။ ဒီလိုထိုင်တဲ့ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပေါ်လာရာမှာလဲ ယောဂီက ထိုင်နေခိုက် ထိုင်တယ်ထိုင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုနေရပါတယ်၊ အိပ်တယ်ဆိုပါတော့ အိပ်တဲ့ရုပ်နာမ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာတာပါပဲ၊ ဒီလိုအိပ်တဲ့ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပေါ်လာရာမှာလဲ ယောဂီက အိပ်နေခိုက်မှာ အိပ်တယ် အိပ်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုနေရပါတယ်။ ကွေးတယ်ဆိုပါတော့ ကွေးတဲ့ရုပ်နာမ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာတာပါပဲ၊ ဒီလို ကွေးတဲ့ရုပ်နာမ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာရာမှာလဲ ယောဂီက ကွေးခိုက်မှာ ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုရပါတယ်။ ဆန့်ခိုက်မှာလဲ ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုရပါတယ်။

လုပ်ကြည့်ပါ–ဤသို့ ဖော်ပြခဲ့သော သွားမှု ရပ်မှုစတဲ့ ဣရိယာပုတ်တွေဟာ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်မှာ မြတ်စွာဘုရားဟောပြထားတဲ့ ကိုယ်အမူအရာ ရုပ်နာမ်ဖြစ်မှုတွေပါပဲ၊ ဒီရုပ်နာမ်ဖြစ်မှုတွေကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်က မပြတ်မလပ် တရစပ် မှတ်ရှုနေပါက၊ မှတ်ရှုစိတ်က ရုပ်နာမ်ပေါ်မှာပဲ ရပ်တည်နေသောကြောင့်၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ မိန်းမ ယောကျ်ား ငါပဲ သူပဲဟူသော အစွဲပြုတ်ပါသည်။

အပြောမဟုတ် အလုပ်လုပ်ကြည့်ပါ။ တကယ်လုပ်က တကယ်ပြတ်သည်မှာ ကိုယ်တိုင်တွေ့ ကိုယ်တိုင်သိပါ။

သက်သေအဖြစ်-မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူသော သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်မှာ ဂစ္ဆန္တောဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိဟု ဤသို့စသည်ရှိပါသည်။ ဤဘုရားရှင်၏ စကားတော်မှာ သွားလျှင်သွားတာသို့၄ရပ်လျှင်ရပ်တာသိ၊ ထိုင်လျှင်ထိုင်တာသိ အိပ်လျှင်အိပ်တာသိ|စသည့် ဣရိယာပုထ်ကြီးငယ်များကို သိရန် ညွှန်ပြတော်မူခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ညွှန်ပြသည်ကို သိရန် မပြတ်မှတ်နေရပါသည်။ မပြတ်မှတ်နေပါက အမှန်သိသည်ကို အမှတ်က သက်သေအဖြစ်နှင့် ထင်ရှားပြလာပါလိမ့်မည်။

အမှန်သိရန် အမှတ်ပြုရမည်ဟု ကျေးဇူးရှင် မူလမင်းကွန်းဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ညွှန်ပြသည်များကို ဖော်ပြပါဦးမည်။

သွားတုန်း-သွားတယ်မှတ်)	
ရပ်တုန်း-ရပ်တယ်မှတ်)	
ထိုင်တုန်း-ထိုင်တယ်မှတ်)	
အိပ်တုန်း-အိပ်တယ်မှတ်)	ကိုယ်အရာအရာဣရိယာပုထ်
ကွေးတုန်း-ကွေးတယ်မှတ်)	
ဆန့်တုန်း-ဆန့်တယ်မှတ်)	

ဤဖော်ပြပါ ဣရိယာပုထ်များသည် ရုပ်နှင့်နာမ် ပေါင်းစပ်ကြသော အရာများဖြစ်၏။

ယောဂီ၏အသိ

သွားနေတဲ့ ဣရိယာပုထ်ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်က သွားတယ်မှတ်တော့ သွားတာသိပါသည်။ ဤ၌ သွားတာက လှုပ်ရှားနေတဲ့ ကိုယ်အမူအရာ ဝါယောရုပ်၊ သိတာက နာမ်၊ ဤလိုရုပ်နာမ်ဖြစ်လာပါသည်။

ဘယ်လှမ်းတာမှတ်တော့ ဘယ်လှမ်းတာ သိပါသည်။ ဘယ်လှမ်းတာ ကိုယ်အမူအရာ လှုပ်ရှားသော ဝါယောရုပ်၊ သိတာနာမ်။

ညာလှမ်းတာမှတ်တော့ ညာလှမ်းတာသိသည့်၊ ညာလှမ်းတာ ကိုယ်အမူအရာ လှုပ်ရှားသော ဝါယောရုပ်၊ သိတာနာမ်။

ရပ်တာမှတ်တော့ ရပ်တာသိတယ်၊ ရပ်တာ ကိုယ်အမူအရာ တောင့်တင်းထောက်ကန် ဝါယောရုပ်၊ သိတာနာမ်။

ထိုင်တာမှတ်တော့ ထိုင်တာသိတယ်၊ ထိုင်တာ ကိုယ်အမူအရာထောက်ကန် ဝါယောရုပ်၊ သိတာနာမ်။

အိပ်တာမှတ်တော့ အိပ်တာသိတယ်၊ အိပ်တာ လှုပ်ရှားမှုအမူအရာရုပ်၊ သိတာနာမ်။

ကွေးတာမှတ်တော့ ကွေးတာသိတယ်၊ ကွေးတာ ကိုယ်အမူအရာ လှုပ်ရှားသော ဝါယောရုပ်၊ သိတာနာမ်။

ဆန့်တာမှတ်တော့ ဆန့်တာသိတယ်၊ ဆန့်တာ ကိုယ်အမူအရာ လှုပ်ရှားသော ဝါယောရုပ်၊ သိတာနာမ်။

ဖြစ်အတူပျက်အတူ–ဤဖော်ပြသော ကိုယ်အမူအရာများသည် ရုပ်နှင့်နာမ်တွဲ ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်ဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်ကြ၏။ ထင်ရှားစေဦးအံ့၊ သွားမှုခေါ် ခြေတစ်လှမ်း လှမ်းရာ၌ ကြွမှုမှာပင် ရုပ်နှင့်နာမ်တွဲ ဖြစ်နေရာ လှမ်းမှု၌လဲ ရုပ်နာမ်၏ဖြစ်မှု၊ ချနင်းမှု၌လဲ

ရုပ်နာမ်၏ဖြစ်မှု ကွဲရာ၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များ လှမ်းရာသို့ မပါမရောက်တော့၊ လှမ်းရာ၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များ ချနင်းရာသို့ မပါမရောက်ကြတော့ပဲ မိမိတို့ ဖြစ်ရာဌာနမှာပဲ ချုပ်ပျောက်ကြမြဲပင်။

ရုပ်နာမ်ပါ–လှမ်းတာမှတ်တော့ လှမ်းတာသိတယ်၊ လှမ်းတာသိတာ ရုပ်နာမ်ပါလို့ ဖော်ပြခဲ့သောစကားကို နားရှင်းအောင် ထပ်ပြောပါဦးမည်။ လှမ်းတာမှတ်တဲ့ ယောဂီက လှမ်းခိုက်မှာ တရွေ့ချင်း ရွေ့ရွေ့နေတာကို ကောင်းစွာ သိနေပါသည်၊ တရွေ့တသိ၊ ဤလို သိနေခြင်းဟာ ရွေ့သောရုပ်နှင့် သိသောနာမ် အတူတကွ ဖြစ်ရပ်မဟုတ်ပါလား၊ နာမ်မပါသော ရုပ်သက်သက်ကား လှမ်းလို့ ဖြစ်ပါမည်လား မဖြစ်နိုင်ပါ၊ ထို့ကြောင့် ရုပ်နာမ်လှမ်းသည် လှမ်းတာနဲ့ သိတာ ရုပ်နာမ်ပါ။

ကိုယ်အမူအရာ–ရပ်တာကို ရပ်တယ်ဟုမှတ်က ရပ်တာကို သိပါသည်။ ရပ်တာသိမှုက လှမ်းတာသိသော အသိမျိုး မဟုတ်ပါ။ ရပ်နေသော ဣရိယာပုထ်မှာ ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှားမှု မရှိပါ။ တည်ငြိမ်နေ၍ မှတ်နေသော ယောဂီက တစ်ကိုယ်လုံး၏ တောင့်တင်းနေသော သဘောကို သိနေပါသည်။ တောင့်တင်းနေသော ရုပ်နှင့် သိနေသောနာမ်၊ ရုပ်နာမ်ပါ၊ ထိုင်တာကို ထိုင်တယ်ထိုင်တယ်ဟု မှတ်တော့၊ ထိုင်တာကို သိပါသည်။ သိပုံမှာ အောက်ကိုယ်တစ်ပိုင်းက ခွေခေါက်ထား၍ တောင့်မှု တင်းမှု ထုံမှု ကျင်မှု နာမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို သိပါသည်။ ရုပ်ကိုယ်ကြီး တောင့်တင်းမှုနှင့် သိမှု ရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ပေသည်။ ဤသို့ ဣရိယာပုထ် ကြီး ငယ် ကိုယ်

အမူအရာများကို မပြတ် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် သိစရာအာရုံနှင့် အသိစိတ်၊ ရုပ်နာမ်တရားများကိုသာ သိမြင်နေပါသည်။

နည်းယူ၍–မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူအပ်သော ကာယာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်သည် ကြီးကြီးငယ်ငယ် ကိုယ်အမူအရာ အားလုံးနဲ့ ဆက်စပ်နေ၍ ယောဂီ၏ကိုယ်တွင် ပြုပြင်မှုအားလုံးကို အမှတ်ပြုရပါသည်။ ဥပမာ တစ်စုံတစ်ခုကို ကိုင်တာ၊ ယူတာ၊ မ,တာ၊ ဆွဲတာ၊ တွန်းတာများကိုလဲ မပြတ် မှတ်ရမည်။ ကိုင်တော့ကိုင်တယ် ကိုင်တယ်၊ မ,တော့ မ,တယ်မ,တယ်၊ ယူတော့ ယူတယ်ယူတယ်၊ ဆွဲတော့ ဆွဲတယ်ဆွဲတယ်၊ ချတော့ ချတယ်ချတယ် စသောအားဖြင့် သူ့ဝေါဟာရ အခေါ်အတိုင်း မှတ်ရပါသည်။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ကဲ့ ကိုယ်နဲ့ စပ်သမျှ မှတ်ရမည်ချည်းသာ၊ သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော် သမ္မဇညပဗ္ဗ၌ ကျင်ကြီးစွန့်တာ ကျင်ငယ်စွန့်တာများကိုပါ သိလျှက်စွန့်ရမည်ဟု ဟောတော်မူသည်ကို နည်းယူ၍ နှပ်ညှစ်တာ တံတွေးထွေးတာများကိုလဲ မှတ်ရမည်သာ၊ အကျဉ်းချုပ်မှတ်ရန်။ ခန္ဓာငါးပါးစုံရထားသော ဘဝဖြစ်သော ခန္ဓာငါးပါး ခန္ဓာငါးပါး ဖြစ်အတူ–ပျက်အတူ ဖြစ်လာသော ခန္ဓာမှတ်ရမည်။

ခွဲကောင်းကောင်း–ရုပ်ခန္ဓာ ဖြစ်ပေါ်တာကိုသာ မှတ်ရှုရသည်မဟုတ်၊ နာမ်ခန္ဓာများကို မှတ်ရှုရန်လဲ ဝေဒနာနုပဿနာခံစားမှုများကိုလဲ မှတ်ရှုရမည်။ စိတ္တာနုပဿနာ စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကိုလည်း မှတ်ရမည်ဟု သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်၌ ဟောတော်မူထားသောကြောင့် ကိုယ်ခန္ဓာမှ ပေါ်ထွက်လာသော နာတာ ကျင်တာကို မှတ်ရပါသည်။ နာတာ ပေါ်လာသော် နာတယ်နာတယ်ဟု နာတာ

မပျောက်မခြင်း မှတ်နေပါ။ ဤလိုမှတ်နေက အနာပျောက်သွားတာလဲ ရှိတတ်၏။ တိုးလာတာလဲ ရှိတတ်၏။ အချို့ယောဂီများမှာ နာတာတိုးလာ၍ ခွဲကောင်းကောင်းနဲ့ မှတ်သဖြင့် လုံးဝပျောက်ကင်းသွားတာများလဲ ရှိ၏။ ဤလိုနာမှုများ လွန်ကဲလာ၍ ခွဲနဲ့မှတ်လို့ ပျောက်သွားရင် နောက်ထပ်မပေါ်လာတော့ပဲ အမြဲချုပ်ပျောက်သွားတာကိုလဲ တွေ့ဖူးပါ၏။ ယောဂီများမှာ တရားခွင်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝေဒနာများကို ခွဲလုံ့လရှိဖို့တော့ လိုပါသည်။

အထူးသတိပြုရန်

သည်းခံခွဲသန်–သံသရာဝဋ်ခန္ဓာဝဋ်က လွတ်ရန် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် တရားဝင် အားထုတ်ရာတရား၏ အနှောင့်အယှက်များသော ပုဂ္ဂိုလ်အများစုမှာ တွေ့ကြုံတတ်မြဲဖြစ်ပေ၏။ ဘုရားရှင်လက်ထက်တော် အခါကလည်း တွေ့ကြရပေသည်။ ဤလို တစ်စုံတစ်ခုသော အနှောင့်အယှက်နှင့် တွေ့ရသော် မိမိက အထူးသတိပြုပြီး ခွဲကောင်းကောင်း တင်းနိုင်ထားနိုင်ဖို့ လိုပေသည်။ ကိုယ်ခန္ဓာမှ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲသော ဝေဒနာ အနှောင့်အယှက်လဲ တွေ့တတ်၏။ ပတ်ဝန်းကျင်မှ အနှောင့်အယှက်များနှင့်လဲ တွေ့တတ်ပေသည်။ သည်းခံခွဲသန်ဖို့လိုသည်။

နဒ းလည်ရန်–ဤခန္ဓာကိုယ်သည် ဘေးမျိုးစုံ ရန်မျိုးစုံ အန္တရာယ်မျိုးစုံတို့နှင့် ယှဉ်တွဲဆက်စပ်နေသော ကိုယ်ကြီးပါတည်း။ အတွင်းရန် အပြင်ရန် အတန်တန်သော ရန်သူတို့က ဝိုင်းရန်လျက် ရှိနေသည်မဟုတ်ပါလား၊ တွေ့ကြုံသမျှ ရန်ဆွယ် အန္တရာယ်ဟူသမျှကို

အရေးမထား ဂရုမပြုဘဲ မိမိရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်သို့ ရောက်နိုင်ရန် ဖွဲမျိုးနှင့် ကြိုးစားရန်အရေးမှာ ကိုယ့်အရေးစင်စစ် အမှန်ဖြစ်နေသည်ကို အထူးနားလည်ရန် လိုလှ၏။ [ခန္ဓာကို ညှာသော် သံသရာမှာ ကြာမည်ကိုလည်း သတိပြုရမည်။ သံသရာမှာ ကြာပါက ခန္ဓာက အနာပိုလိမ့်မည်ကို ကြိုတင်ပြီး ကြောက်လန့်ရန် ဖြစ်ပေသည်။]

ပြုပြင်မှုများ-တရားယောဂီများမှာ ခန္ဓာက ဖြစ်ပေါ်သမျှကို ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး မပြတ်မှတ်ရှုရမည်ဖြစ်၏။ ကိုယ်တစ်ကိုယ်လုံးက ဟိုဟိုဒီဒီမှ ပေါ်လာသောနာမှုကို နာတယ်-နာတယ်ဟုမှတ်၊ ကျင်မှုကို ကျင်တယ် ကျင်တယ်ဟုမှတ်၊ ကိုက်တော့ ကိုက်တယ် ကိုက်တယ်ဟုမှတ်၊ အောင့်တော့ အောင့်တယ် အောင့်တယ်ဟုမှတ်၊ ထုံလာတော့ ထုံတယ် ထုံတယ်ဟုမှတ်၊ အေးတော့ အေးတယ် အေးတယ်ဟုမှတ်၊ ပူတော့ ပူတယ် ပူတယ်ဟုမှတ်။ ယားတော့ ယားတယ် ယားတယ်ဟုမှတ်၊ ဤလိုယားမှု ပေါ်လာလို့ ကုတ်သော် ကုတ်တယ်ကုတ်တယ်ဟုမှတ်။ ဤသို့ စသည်မှတ်ရှုရပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ်၏ ဖြစ်ပေါ်မှု ပြုပြင်မှုများကို မှတ်ရှုရမည်ချည်းသာ ဖြစ်ပေသည်။

ဥါရအာရုံ ဝိညာဏ်ပေါင်းနံ့ဖြစ်ရာများ၌ မှတ်ရှုပုံ

မြင်တယ်လို့-မျက်စိနဲ့ အဆင်းပေါင်းဆုံမိကြလို့ မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်တာကိုလဲ မြင်တယ်မြင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ပါ။ ဒီလိုမြင်တာကို မြင်တယ်မြင်တယ်လို့ မှတ်နေပါက မြင်ရုံမျှနှင့် မြင်တာပျောက်သွား

ပါသည်။ အကယ်၍ မြင်တာကို မြင်တယ်မြင်တယ်လို့ မမှတ်လျှင်ငါ မြင်တယ်၊ လူကိုမြင်တယ်၊ ခွေးကို မြင်တယ်၊ မိန်းမပဲ၊ ယောက်ျားပဲ၊ ခွေးထီးပဲ၊ ခွေးမပဲ။ ခွေးကြားပဲ။ ခွေးနီပဲ စသော ပညတ်ခြင်း အမျိုးမျိုး တွေကို မြင်ပြီး ထိုမြင်မှု ဆက်စပ်ပြီး လောဘဒေါသစတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန် ကိလေသာဖြစ်ပြီး မထိန်းနိုင်မသိမ်းနိုင် ဖြစ်ခဲ့သော် ဝိတိက္ကမကံ မြောက်သည်အထိ အစဉ်မပြတ်ဖြစ်၍ သံသရာ ရှည်သွားတတ်ပါသည်။ ဒီလို သံသရာမရှည်ရအောင် မြင်တာကို မြင်တယ်မြင်တယ်လို့ မပြတ်မှတ်နေရပါသည်။

၁။ မြင်တာကို မြင်တယ်မြင်တယ်ဟုမှတ်၊ မြင်ရုံတွင် ရပ် သံသရာပြတ်၊ နားနဲ့အသံ ပေါင်းဆုံမိကြလို့ ကြားစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာ တာကို ကြားတယ်ဆိုရ၊ ဒီလိုကြားတာကိုလည်း ကြားတယ်ကြား တယ်လို့ မပြတ်မှတ်ပါ။ မမှတ်ဘဲနေရင် ကြားတာကို ငါကြားတယ်၊ သီချင်းဆိုသံ၊ ငိုသံ၊ ဆဲသံ စသော ကြားတာကို အကြောင်းပြုပြီး ပညတ်နယ်ထဲမှာ မဖွယ်မရာ ကိလေသာဆိုးတွေ တစ်သီချည်း ဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။ ကိလေသာမှ ကံအမျိုးမျိုးဖြစ်ပြီး သံသရာခရီး ရှည်တတ်ပါသည်။

၂။ ကြားတာကို ကြားတယ်ကြားတယ်မှတ်၊ ကြားရုံတွင် ရပ်၊ သံသရာပြတ်၊ နှာနဲ့ အနံ့ပေါင်းဆုံမိကြလို့ နံစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာ တာကို နံတယ်ဆိုရ၊ ဒီလိုနံတာကိုလဲနံတယ် နံတယ်လို့ မပြတ်မှတ်ပါ။ မမှတ်ဘဲနေက နံတာကို ငါနံတယ် အပုတ်နံ့ဘဲ၊အမွှေးနံ့ပဲ၊ မကောင်းဖူးကောင်းတယ်၊ အကောင်းနံ့ရတော့ သာယာစိတ်နှစ်သက်စိတ်၊ လောဘကိလေသာတွေ ဖြစ်နေတတ်၏။အနံ့ဆိုးတွေ နံတော့ မနှစ်သက် စိတ်ဆိုးစိတ်ညစ် ဒေါသကိလေသာတွေ ဖြစ်နေတတ်၏။

၃။ နံတာကို နံတယ် နံတယ်မှတ်၊ နံရုံတွင်ရပ် သံသရာပြတ်၊ လျှာနဲ့အရသာ ပေါင်းဆုံမိကြလို့ စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာတာကို စားတယ်ဆိုရ။ ဒီလိုစားတာကို စားတယ်စားတယ်လို့ မပြတ်မှတ်နေပါ၊ မမှတ်ဘဲနေပါက မကောင်းတာ စားရတော့ စိတ်ဆိုးစိတ်ညစ် ဒေါသဖြစ်။ ကောင်းတာစားရတော့ အရသာပေါ်မှာ တဏှာဖြစ်၊ ထပ်တလဲလဲ ရသတဏှာစိတ်တွေဖြစ်ပြီး လောဘနယ် မဆုံးနိုင်အောင် ကျယ်သွားတတ်သည်။

သဲလွန်စ–ဤစားရာ၌ ယောဂီ မှတ်စရာတွေ များလှသည်။ သဲလွန်စဖော်ပြပါဦးမည်၊ စားတယ်ဆိုတာ ထမင်းမုန့် စသည်များကို စားရာ၌ လက်နဲ့ကိုင်တာ ယူလာတာ ပါးစပ်ဟတာကို ဟတယ်ဟတယ်လို့မှတ်ပါ၊ ခွံ့တာကို ခွံ့တယ် ခွံ့တယ်လို့ မှတ်ပါ၊ ဝါးတာကို ဝါးတယ် ဝါးတယ်လို့မှတ်ပါ။ ဤမျှသာ ဖော်ပြအပ်ပါသည်။ ဤစားရာ၌ မှတ်စရာ များလှပါသည်။ ဆရာသမားများနှင့် အားထုတ်က ညွှန်ပြပါလိမ့်မည်။

၄။ စားတာကို စားတယ် စားတယ်မှတ်၊ စားရုံတွင်ရပ်၊ သံသရာပြတ်၊ ကိုယ်နဲ့အတွေ့ ပေါင်းဆုံ မိကြလို့ ထိစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာတာကို သိတယ်ဆိုရ၊ ဒီလိုထိတာကို ထိတယ်ထိတယ်လို့ မပြတ်မှတ်နေပါ၊ မမှတ်ပဲနေသော် ငါထိတယ် ဟိုဟာနဲ့ ထိတယ်၊ ဒီဟာနဲ့ ထိတယ်၊ ထိတာက နုတယ်၊ ကြမ်းတယ် ဤသို့ စသည် ထိတာကို အကြောင်းပြုပြီး ကောင်းတာနဲ့ထိတော့ လောဘစိတ်တွေဖြစ်၊ ဆိုးတာနဲ့ထိတော့ ဒေါသစိတ်တွေဖြစ်၊ ဒီလို အကုသိုလ် စိတ်မျိုးတွေ ဖြစ်ပေါ်ခွင့် မရအောင် မပြတ်မှတ်နေရပါတယ်။

၅။ ထိတာကို ထိတယ် ထိတယ်မှတ်၊ ထိရုံတွင်ရပ် သံသရာပြတ်၊ နှလုံးနဲ့သဘောပေါင်းဆုံမိကြလို့၊ သိစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာတာကို သိတယ်ဆို၊ ဒီလိုသိတာကို သိတယ်၊ သိတယ်လို့ မှတ်နေပါ၊ သိတာကို သိတယ်လို့ မမှတ်ပဲ နေရင် သိတာကနေပြီး လောဘဖြစ်ရာတွေနဲ့ကြတော့ လောဘ ကိလေသာတွေဖြစ်၊ ဒေါသဖြစ်ရာတွေနဲ့ကျတော့ ဒေါသကိလေသာတွေဖြစ်၊ အမှန်တွေ မသိပဲ အမှားတွေ သိတော့ မိုးခိုးမဆုံး မိုးမဆုံး မဆုံးနိုင်သော သံသရာ ခရုပတ်လည်ပြီး အဆုံးမရှိ ဖြစ်တတ်ပေသည်။

သိသာရုံ–ဤသိရာမှာလည်း အရာကျယ်လှသည်၊ ထိုသို့ အရာကျယ်နေသော သိမှုကို အထွေထွေဖော်ပြမရေးတော့ပါ။ ဤယောဂီ၏အားထုတ်မှု၌ ပါဝင်နေသော သိမှုကိုသာ သိသာရုံရေးပြပါမည်၊ ယောဂီ၏ ကိုယ်တစ်နေရာရာမှ ပေါ်လာ ဖြစ်လာသော ဝိညာဏ်၏ သိမှု သာမန်ကို သိတယ်ဟု မှတ်ပါ၊ ဥပမာအားဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှ ပူမှုကလေးများ ပူတာကိုသိတယ်၊ လှုပ်ရှားမှုကလေးများ လှုပ်ရှားတာကိုသိတယ်၊ ဤသို့စသည့် ထွေထွေလာလာ ပေါ်သမျှကို သိတယ်သိတယ်လို့ သိတဲ့အနေ မှတ်ရှုရပေသည်။ တစ်နည်းမှာ ကိုယ်တွင်းမှ ပူလာတာကို ပူတယ်လို့ သိတာပါပဲ၊ နာလာတာကို နာတယ်လို့ သိတာပါပဲ၊ ကိုက်လာတာကို ကိုက်တယ် လို့ သိလာတာပဲ၊ ဤလိုသိတာကို သိရုံမျှ အမှတ်ပြုနေရပါသည်။

၆။ သိတာကို သိတယ်မှတ်၊ သိရုံတွင်ရပ်၊ သံသရာပြတ်။

နာမ်နဲ့ရုပ်ပိုင်းခြားသိပုံ

ဒုက္ခသစ္စာကို–သမာဓိဉာဏ် ရင့်သန်အားရှိလာသော ယောဂီသည် မှတ်ရှုအပ်သော အာရုံများ သိရုံမျှနှင့် ရုပ်ရုပ်ပြတ်ပြတ် နေပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်လို့ မှတ်တော့ လှမ်းနေတဲ့ လှုပ်ရှားမှုကလေးကို သိနေပါသည်။ ဤလှုပ်ရှားမှုကရုပ်၊ သိမှုကနာမ်၊ ရပ်ခိုက်မှာ ရပ်တယ်ရပ်တယ်လို့ မှတ်တော့၊ ရပ်နေတဲ့ ကိုယ်၌ တောင့်တာ တင်းတာတွေ သိနေပါသည်။ ဤ၌ တောင့်မှု တင်းမှုကရုပ် သိမှုက နာမ်၊ ထိုင်ခိုက်မှာ ထိုင်တယ်ထိုင်တယ်လို့ မှတ်တော့ ထိုင်နေတဲ့ကိုယ်၌ ထုံတာ ကျင်တာ နာတာတွေ သိနေပါသည်၊ ဤ၌ ထုံကျင်မှုကရုပ်၊ သိမှုကနာမ်၊ အိပ်ခိုက်မှာ အိပ်တယ်အိပ်တယ်လို့ မှတ်တော့ အိပ်တဲ့ကိုယ်မှ အေးမှုပူမှုစသော ဖြစ်ပေါ်တာကို သိနေပါသည်။ ဤ၌ အေးမှုပူမှုကရုပ်၊ သိမှုကနာမ်၊ ကွေးခိုက်မှာ ကွေးတယ်ကွေးတယ်မှတ်၊ မှတ်တော့ တရွေ့ရွေ့ကွေးနေတာသိ၏၊ တရွေ့ရွေ့ ရွေ့နေရာကရုပ်၊ သိတာကနာမ်၊ ဆန့်ခိုက်မှာ ဆန့်တယ်လို့မှတ်တော့ တရွေ့ရွေ့ ရွေ့နေတာကိုသိ၏။ ရွေ့နေတာကရုပ် သိနေတာကနာမ်။ ဤသို့စသောအားဖြင့် ရုပ်ကိုမှတ်ရှုကရုပ်၏သဘာဝ လက္ခဏာကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိရ၏။ သိအပ်သည်များကို သိခြင်းသည် ဓမ္မစကြာ ဒေသနာတော်နှင့်အညီ ပိုင်းခြားသိအပ်သော ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြား၍ သိခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

သိတာပါပဲ–သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ အိပ်မှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှု စသော ကိုယ်အမူအရာအားလုံးနဲ့ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိမှု၊ သိမှု၊ အထွေထွေ ဤသို့သော ဖြစ်ရပ်များသည် ဤကိုယ်ခန္ဓာမှ

ဖြစ်ကြသော အကျိုးခန္ဓာရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ကြ၏။ ဘဝ ဤ ကိုယ်ကြီးမှာလဲ အကျိုးဘဝ ဒုက္ခသစ္စာများ ဖြစ်နေပါသည်။ ဤကိုယ်က ဖြစ်ဖြစ်သမျှ ဖြစ်ပေါ်မှုများမှာ ဒုက္ခသစ္စာ တရားများသာ ဖြစ်ကြ၏။ ထိုဒုက္ခ သစ္စာတရားများကို ပိုင်းခြားသိအပ်သော ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်၍ ဖြစ်ပေါ်တိုင်းမှတ်ရှုပြီး သိခြင်းသည် ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားသိခြင်းပင် ဖြစ်ပါ၏။ သရုပ်ဖော်ပြရသော် သွားမှုသည်ရုပ်နာမ၊ သွားတာကို သွားတယ်လို့မှတ်တော့ သွားတာသိတယ်၊ သွားတာရုပ် သိတာနာမ်။ ဤရုပ်နာမ်ဟာ ဒုက္ခသစ္စာ ဤလိုအားဖြင့် ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားသိတာပါပဲ။

ဒုက္ခသစ္စာကို–ဖြစ်ဖြစ်သမျှသော ရုပ်နာမ်သည် ဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်၏။ ဒုက္ခသစ္စာမှန်သမျှ ပိုင်းခြားသိအပ်သောတရားများ ဖြစ်ကြ၏။ ထို့ကြောင့် သွားခိုက်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်ကို မှတ်သိနေခြင်းသည် ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားသိနေခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ဤနည်းတူပင် ရပ်ခိုက်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်၊ ထိုင်ခိုက်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်၊ အိပ်ခိုက်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ရုပ်နာမ်၊ ကွေးခိုက် ဆန့်ခိုက်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ရုပ်နာမ် စသော ထိုထိုဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်များကို မှတ်သိနေခြင်းသည် ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားသိနေသည်ဟု ဆိုအပ်လေသည်။

ထင်ပုံမှာ–ဤနာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြစ်သော ယောဂီသည် ကိုယ်အမူအရာများကို မှတ်ရှုတိုင်းမှာ ရုပ်နဲ့နာမ် အာထင်နေသည်။ ထင်ပုံမှာ၊ လှမ်းတာမှတ်တော့ လှမ်းတာနဲ့သိတာ၊ ရပ်တာမှတ်တော့ ရပ်တာနဲ့သိတာ၊ ထိုင်တာမှတ်တော့ ထိုင်တာနဲ့သိတာ၊ ကွေးတာမှတ်တော့ ကွေးတာနဲ့သိတာ၊ ဆန့်တာမှတ်တော့ ဆန့်တာနဲ့သိတာ၊

ဤလို သိစရာနဲ့ သိတာ၊ သိစရာက ရုပ်၊ သိတာကနာမ်၊ အာရုံရုပ်နဲ့ အာရမ္မဏိကနာမ်၊ တစ်နည်း–အာရုံရုပ်နဲ့ အသိနာမ်၊ ဒီ ၂–ခုသာ မှတ်သိနေသောကြောင့် ရုပ်နာမ်သိနေသော ယောဂီလို့ ဆိုရ၏။

ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ–ဤလို မှတ်ရှုတိုင်းမှာရုပ်နာမ်မျှသာသိနေ၍ ရှေ တန်းကငါသွားတာ ငါလုပ်တာ ငါထိုင်တာ ဤသို့ စသည့် တစ်လျှောက်လုံး ငါလို့ထင်ခဲ့သော အထင်များပျောက်ပြီး ရုပ်နဲ့နာမ် လို့ အမှန်သိဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ခေါ်လေသည်။ ဒိဋ္ဌိက အမြင်၊ဝိသုဒ္ဓိစင်ကြယ်တာ၊အမြင်စင်ကြယ်ပြီဟု ဆိုသည်။ ယခင်က ရုပ်နာမ် ဖြစ်နေသည်ကို ငါဖြစ်နေတာ ထင်မှား မြင်မှားနဲ့ နေခဲ့ရာ ယခုလို ရုပ်နှင့်နာမ်ဟုသိချိန်တွင် ယထာဘူတဉာဏ်အမှန်မြင် ဖြစ်ပေ၏။ရုပ်နှင့်နာမ် ၂–ခု သာသိနေ၍ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဟု ခေါ်သည်။ ရုပ်နာမ်ကို အမှန်သိမြင်ခြင်းကြောင့် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိဟု ခေါ်သ ည်။

မှတ်ရှုခိုက်တွင်၊ရုပ်နာမ်ထင်၊ခေါ်တွင်နာမရူပ
ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် –

၁။ လှမ်းတာသိတာ ဤ ၂–ဖြာ၊ အဲတာနာမ်နဲ့ရုပ်၊
၂။ ရပ်တာသိတာ ဤ ၂–ဖြာ၊ အဲတာနာမ်နဲ့ရုပ်၊
၃။ ထိုင်တာသိတာ ဤ ၂–ဖြာ၊ အဲတာနာမ်နဲ့ရုပ်၊
၄။ အိပ်တာသိတာ ဤ ၂–ဖြာ၊ အဲတာနာမ်နဲ့ရုပ်။
၅။ ကွေးတာသိတာ ဤ ၂–ဖြာ၊ အဲတာနာမ်နဲ့ရုပ်။
၆။ ဆန့်တာသိတာ ဤ ၂–ဖြာ၊ အဲတာနာမ်နဲ့ရုပ်၊ မြင်မှုစသည်–

ရုပ်နာမ်ပါ– မြင်တာကို မြင်ခိုက်မှာ မြင်တယ်မြင်တယ်လို့ မပြတ်မှတ်နေသော ယောဂီမှာ မြင်ရုံမျှသာသိ၊ သိပြီး ထိုမြင်မှု ဆုံးသွားပါသည်။ ထိုယောဂီကို မြင်တာမှတ်တာ သိတယ်လို့ ဆိုရ၏။ ထို့ကြောင့် မြင်တာမှတ်တော့ မြင်တာသိတယ်၊ မြင်တာနဲ့ သိတာ ရုပ်နာမ်ပါ။

ကြိုးစားအားထုတ်–မြင်တာသိတာ ဤ ၂-ဖြာ၊ အဲတာ နာမ်နဲ့ရုပ် ကြားတာ နံတာ စသည်များ၌လဲ ကြားခိုက် နံခိုက်မှာ မပြတ် မှတ်ရှုနေပါက ကြားကာမျှ နံကာမျှစသည် သဘောမျှထင်၍ နာမ်ရုပ်မြင် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ပစ္စုပ္ပန်အခိုက်အတန့် မှတ်ရှုပါက ရုပ်နာမ်အာရုံမျှသာ ထင်၍ ပညတ်အထင် ပျောက်ပါသည်။ ပညတ်အာရုံ ပျောက်မှ ကိလေသာ ဖြစ်မှုက လွတ်နိုင်သည်။ ဒိဋ္ဌေဒိဋ္ဌမတ္တံ စသည် ဒါရုစိရိယဗာဟိယကို ဟောတော်မူသော ပါဠိတော်အရ မြင်ကာမျှ၊ ကြားကာမျှ၊ နံကာမျှ မတ္တဖြစ်အောင် ယောဂီအနေနဲ့ လုံ့လဝီရိယ အထူးပြု၍ မရုပ်မနား အထပ်ထပ်မှတ် ရှုသွားနိုင်ရန် ကြိုးစားအားထုတ်ကျင့်ဆောင်ရမည်။ ဝါ–ကျင့်မှတ်ပါလေ။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်

အကြောင်းစိတ်–သွားမှုရုပ်မှု၊ ထိုင်မှုအိပ်မှု၊ ကွေးမှုဆန့်မှုစသော ထိုထို ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ်မှတ်ရှု၍ နာမ်နဲ့ရုပ်ကို အဖန်ဖန်သုံးသပ်ဆင်ခြင် သိမြင်သော နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ တစ်ဘက်ကမ်း ရောက်ရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မှတ်ရှုယင်းက အကြောင်းစိတ်ကလေးများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို သိလာပါသည်။

သိပုံမှာ စကြံန်လျှောက်သွားနေတုန်း ထိုင်ချင်စိတ်ကလေး ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုင်ချင်စိတ် ပေါ်လာလို့ ထိုင်လိုက်၏။ ထိုင်ချင်စိတ်ကိုလဲ သိ၏။ ထိုင်တာကိုလဲ သိ၏။ ထိုင်နေတာ ကြာလာတော့ ထချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထချင်လို့ ထလိုက်၏။ ထချင်စိတ်ကိုလဲသိ၏။ ထတာကိုလဲသိ၏။ ထရာမှ သွားချင်စိတ်ပေါ်လာ၍ သွားလိုက်၏။ သွားတာကိုလဲသိ၏။ ဤသို့သော သွားချင်စိတ် ပေါ်လာ၍ သွားတာ ရပ်ချင်စိတ် ပေါ်လာ၍ ရပ်တာ၊ ထိုင်ချင်စိတ်ပေါ်လာ၍ထိုင်တာ၊ ဤလို အသိစိတ်ကလေးများ စတင်ပေါ်လာလေသည်။

သိမြင်လာ–နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်တုန်းက ပေါ်လာတဲ့ ကိုယ်အမူအရာကလေးများ မှတ်သိရုံသာ သိနေတာပဲ၊ ယခု ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာတော့ ပေါ်လာတဲ့ ကိုယ်အမူအရာများဟာ အကြောင်းနဲ့စပ်ပြီး ပေါ်လာတယ်လို့ အသိပိုလာတယ်၊ အသိတိုးလာတယ်၊ ဟုတ်တာပေါ့၊ အရင်က သွားနေလို့ သွားတာကိုသာ မှတ်သိတယ်၊ အခုတော့ သွားချင်စိတ်ကလေး ပေါ်လာလို့ သွားတာ၊ သွားချင်စိတ်ကိုလဲသိလာတယ်၊ သွားတာကိုလဲသိတယ်၊ သွားတာဟာ သွား ချင်လို့ သွားတာကိုလို့ အကြောင်းကိုပါ သိမြင်လာလေသည်။

ပြုပြင်မှုအားလုံး–သွားနေသော ဣရိယာပုထ်၌ သွားချင်သောကြောင့် သွားတာလို့ သိမြင်လာသော ဤပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်မှာ ကိုယ် အမူအရာအားလုံးနှင့် ဖြစ်ဖြစ်သမျှ အရာခပ်သိမ်း အကြောင်းကျိုးစပ်ပြီး ဖြစ်နေကြသည်ကို ဤသို့ ထင်မြင် သိရှိလာလေသည်။ **သိရှိလာပုံမှာ**၊ သွားတာသည် သွားချင်လို့သွားတာ သွားချင်တာ **အ**ကြောင်း၊ သွားတာအကျိုး၊ ရပ်တာလဲ ရပ်ချင်လို့ရပ်တာ၊ ရပ်ချင်

တာအကြောင်း၊ ရပ်တာအကျိုး၊ ထိုင်တာလဲ ထိုင်ချင်လို့ထိုင်တာ၊ ထိုင်ချင်တာအကြောင်း၊ ထိုင်တာအကျိုး၊ အိပ်တာလဲ အိပ်ချင်လို့ အိပ်တာ၊ အိပ်ချင်တာ အကြောင်း၊ အိပ်တာအကျိုး၊ ကွေးတာလဲ ကွေးချင်လို့ ကွေးတာ၊ ကွေးချင်တာအကြောင်း၊ ကွေးတာအကျိုး၊ ဤသို့ စသည် ကိုယ်အမူအရာ ပြုပြင်မှုအားလုံး အကြောင်းနှင့်အကျိုး ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေကြတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေဟုလဲ အကြောင်းအကျိုးကို သိမြင်လာ၏။

မြင်ရာမှာလဲ–ဤမျှသာမကသေးပါ၊ မြင်စရာမှာလဲ၊ မြင်စရာ အဆင်း၊ မျက်စိဆုံမိလို့ မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ မြင်စရာအဆင်း နဲ့ မျက်စိကအကြောင်း၊ မြင်စိတ်ကအကျိုး၊ ကြားရာမှာလဲ အသံနဲ့ နား ဆုံမိလို့ ကြားစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ အသံနဲ့နားကအကြောင်း၊ ကြားစိတ်ကအကျိုး၊ နံရာမှာလဲ၊ အနံ့နဲ့နှာဆုံမိလို့၊ နံစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာ ရသည်။ အနံ့နဲ့နှာကအကြောင်း၊ နံစိတ်ကအကျိုး၊ စားရာမှာလဲ အရသာနဲ့ လျှာဆုံမိလို့ စားသိစိတ် ပေါ်လာရသည်။ အရသာနဲ့ လျှာကအကြောင်း၊ စားသိစိတ်ကအကျိုး၊ ထိရာမှာလဲ၊ အတွေ့နဲ့ ကိုယ်ဆုံမိလို့ ထိသိစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ အတွေ့နဲ့ ကိုယ်က အကြောင်း၊ ထိသိစိတ်ကအကျိုး၊ သိရာမှာလဲ သဘောမျိုးစုံနဲ့ နှလုံး တွေ့ဆုံမိလို့ သိစိတ် ပေါ်လာရသည်။ သဘောနဲ့ နှလုံးကအကြောင်း၊ သိစိတ်ကအကျိုး၊ ဤလိုအကြောင်းနှင့် အကျိုးပေါင်းဆုံ၍ ဖြစ်ကြ သည်ဟု သိမြင်လာပေသည်။

ဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်–ထိုမှတစ်ပါး ကိုယ်ခန္ဓာမှ ဖြစ်ပေါ်လာကြ သော နာကျင်တာမျိုးကိုလဲ အကြောင်းနဲ့အကျိုးဟု ဤလို သိမြင်လာပါ

သည်။ နာတာလေးတွေ ပေါ်လာတော့ နာတယ်နာတယ်လို့ မှတ်ရတယ်။ နာတာလေးက မှတ်စရာ အာရုံအကြောင်း၊ မှတ်သိရတဲ့စိတ်က အကျိုး၊ ကျင်တာလေးတွေ ပေါ်လာတော့ ကျင်တယ် ကျင်တယ်လို့ မှတ်ရတယ်၊ ကျင်တာလေးက မှတ်စရာ အာရုံအကြောင်း၊ မှတ်သိနေရတဲ့ စိတ်ကအကျိုး၊ ဤသို့စသည် မှတ်စရာအာရုံလေးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတော့ မှတ်သိစိတ်ကလေးက မှတ်မှတ်နေရတယ်ဟု မှတ်စရာအာရုံအကြောင်းကြောင့် မှတ်သိနေရတဲ့ အကျိုးဖြစ်ကြသည်ကို သိမြင်လာလေသည်။ အကြောင်းရှိလို့ အကျိုးဖြစ်ပေါ်တဲ့ အနေ၊ အကြောင်းအကျိုး ထင်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်ပေ၏ဟု ဆုံးဖြတ်လေသည်။

ဤအကြောင်းအကျိုး ထင်မြင်လာသောဉာဏ်သည်လည်း ကျယ်ဝန်းလှပေ၏။ ယခုဘဝ ယခုဖြစ်နေကြသည်များလဲ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်ကြသလို၊ ရှေးရှေးသော ဘဝများကလဲ အကြောင်းနဲ့ အကျိုးပဲ ဖြစ်နေကြတာပဲ၊ ဗြဟ္မာသိကြား ထာဝရဘုရားများက ဖန်ဆင်းလို့ ဖြစ်ရတာမဟုတ်ဟု စိတ်အသိရှင်းလင်းစွာ သိပေသည်။ နောက်နောင်ဘဝများမှာလဲ ဒီလိုအကြောင်းနဲ့ အကျိုးဖြစ်ကြမည် အမှန်ဟု ယုံကြည်စွာ ဆုံးဖြတ်လေသည်။ ဤလိုအကြောင်းရှိလို့သာ အကျိုးဖြစ်ရသည်။ အကြောင်းမရှိသော် အကျိုးမဖြစ်နိုင်၊ အကြောင်းအကျိုးမှတစ်ပါး ဘယ်လိုတန်ခိုးရှင်က မဖြစ်အောင် ဖန်ဆင်းမပေးနိုင်ဟု ဆုံးဖြတ်လေသည်။

ထင်ဉာဏ်–တစ်လောကလုံး ရှိရှိသမျှတော့ တောင်သစ်ပင်စသည်များမှာလဲ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်ကြ၍ အကြောင်းအကျိုးများသာ ဖြစ်ကြ၏။ မှန်ပါ၏။ သစ်ပင်သည်လည်း သစ်စေ့မှ

ဖြစ်လာရ၏။ သစ်စေ့ဟူသော အကြောင်းမရှိပါက သစ်ပင်ဖြစ်ပေါ်လာအံ့ အဘယ်တန်ခိုးရှင် ဖန်ဆင်းနိုင်ပါမည်နည်း။ မဖန်ဆင်းနိုင်ပါ။ ရှေးရှေးသော သစ်စေ့မျိုးများကြောင့် ယခုသစ်ပင်များ ဖြစ်ရသလို ယခုသစ်ပင်များ၏ မျိုးစေ့ကြောင့် နောက်နောင်သစ်ပင်များ အဆက်မပြတ် ဖြစ်ကြလေသည်။ **[ဤကဲ့သို့ ကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်နေသည်မှာအကြောင်းမှအကျိုး၊ အကျိုးမှအကြောင်း မပြတ်အောင် အထပ်ထပ် ဆက်စပ်နေသော လောကကြီးပါပေဟု ကြောင်း ကျိုး ထင် ဉာဏ် ပေါ်လာလေသည်။]**

အကြောင်းမရှိက အကျိုးမဖြစ်နိုင်ပုံ

ဆက်စပ်နေသော-ကြောင်းကျိုးနှစ်ရပ် ဆက်စပ်နေပုံကို ထင်ရှားအောင် ဖော်ပြပါဦးမည်။ မြင်စိတ်အကျိုးဝိညာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာရာ၌ အဆင်းခေါ် ရူပါရုံနဲ့ မျက်စိမဆုံမိသော် စက္ခုဝိညာဏ်မြင်စိတ် ပေါ်နိုင်ပါမည်လား၊ မပေါ်နိုင် မဖြစ်နိုင်ပါ၊ အဆင်းရူပါရုံရှိသော်လည်း၊ စက္ခုဒွါရခေါ် မျက်စိမရှိသော် တစ်နည်း-ကန်းနေသော် စက္ခုဝိညာဏ် မြင်စိတ် ဖြစ်အောင် ဘယ်တန်ခိုးရှင် ဖန်ဆင်းနိုင်ပါမည်နည်း၊ ထို့ကြောင့် အကြောင်းရှိလို့ အကျိုးတရား ဖြစ်ပေါ်လာရာ တန်ခိုးရှင် ဖန်ဆင်းလို့ ဖြစ်လာတာမဟုတ်ပါ။ သစ်စေ့ မျိုးစေ့ကြောင့် သစ်ပင် ပေါက်လာရာ တန်ခိုးရှင်ဖန်ဆင်းလို့ ပေါက်လာတာဟုတ်နိုင်ပါမည်လော၊ အချို့သော ဘာသာဝါဒများက တန်ခိုးရှင်က ဖန်ဆင်းလို့ ဖြစ်လာကြသော တော တောင်ရေမြေ သတ္တဝါတွေလို့ ဆိုကြသည်။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်၏ မိန့်ဖော်သည်မှာတော့ အကြောင်းကင်းသော

အကျိုးမရှိ၊ အကြောင်းရှိမှသာ အကျိုးတရားများ ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်နေသော ဖြစ်ရပ်တွေဟု ထုတ်ဖော်မိန့်ကြားခဲ့လေသည်။

စက္ခုဝိညာဏ်အကျိုး စိတ်ဖြစ်ရာ၌ အဆင်းမျက်စိ အကြောင်းရှိသလို သောတဝိညာဏ်အကျိုး စိတ်ဖြစ်ပေါ်ရာ၌လည်း အသံနှင့်နားဆုံမိမှ ကြားစိတ်နာမ် ဖြစ်ပေါ်လာရလေသည်။ ဤသို့ ကြားရာ၌လည်း အကြောင်းအကျိုး ၂–ရပ်သာ ဖြစ်၏။ ဃာနဝိညာဏ်အကျိုး စိတ်ဖြစ်ပေါ်ရာ၌ အနံ့နှင့် နှာ ပေါင်းဆုံမိကြသောကြောင့် နံစိတ်နာမ် ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။ ဤသို့ နံရာ၌လည်း အကြောင်းအကျိုး ၂–ရပ်သာ ဖြစ်ကြ၏။ စားရာ၊ ထိရာ၊ သိရာတို့၌လည်း အကြောင်းရှိလို့ အကျိုးပေါ်လာရသော အကြောင်းအကျိုးတို့သာ ဖြစ်ကြပေ၏။

ဤနည်းတူ–အထက်က ဖော်ပြခဲ့ပြီးသော သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ အိပ်မှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှု၊ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိမှု၊ သိမှု၊ အစပြု၍ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ အရာခပ်သိမ်းတို့သည် အကြောင်းရှိလို့ အကျိုးတရား ဖြစ်ကြရသည်သာ၊ သိကြားဒေဝါ နတ်ပြဟ္မာနှင့် ထာဝရဘုရားများက ဖန်ဆင်းလို့ ဖြစ်လာကြသည် မဟုတ်ပါပေ။ ထင်ရှားအောင် ဥပမာတစ်ခု ပြောပါစို့ အဆင်းတစ်ခုခုကို မြင်ရာ၌ မျက်စိရယ်၊ အဆင်းရယ်၊ အလင်းရောင်ရယ်၊ နှလုံးသွင်းမှုရယ် ဤအကြောင်း ၄–မျိုး ပေါင်းဆုံမိမှ မြင်စိတ် ဖြစ်ရပါသည်။ ဤအကြောင်း ၄–မျိုးတွင် တစ်မျိုးမျိုးက ချို့ယွင်းခဲ့သော် မမြင်နိုင်ပါ။ မျက်စိက ကန်းနေကာ မြင်ပါမည်လော၊ အဆင်းမရှိကကော မြင်ပါမည်လော၊ အလင်းရောင်မရှိကကော မြင်ပါမည်လော၊ အကြောင်းမညီ

ညွှတ် မပြည့်စုံပါက အကျိုးတရားလည်း မဖြစ်လာနိုင်ပါ။ လူတစ်ယောက် ဖြစ်ပေါ်လာရာ၌လဲ အမိနှင့်အဖ မဆက်စပ်မိက တစ်နည်း၊ မိ-ဘ ၂ ယောက် တစ်ဦးဦးက အကြောင်းမညီညွတ်ပါက ဒီလူဖြစ်ပေါ် လာနိုင်ပါမည်လား၊ မဖြစ်နိုင်ပါ၊ ဤနည်းတူပင် ဖြစ်ပေါ်လာကြသော အကျိုးတရားမှန်သမျှ အကြောင်းညီညွတ်လို့ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်ဟု မှတ်ပါ။

ကွေးမှုဆန့်မှု-ဤကိုယ်ကြီးကား ရုပ်နဲ့နာမ် တွဲစပ်နေတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်၍ အချင်းချင်း အကြောင်းအကျိုး အပြန်အလှန် ဖြစ်နေကြပါသည်။ ပမာအားဖြင့် လှမ်းရာ၌ နာမ်စိတ်က လှမ်းချင်လို့ ရုပ်ကိုယ်ကြီးက လှမ်းရတယ်။ ဤ၌ နာမ်စိတ်က အကြောင်းဖြစ်ပြီး ရုပ်က အကျိုးဖြစ်နေ၏။ ရုပ်ရာ၌ ရုပ်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာလို့ ရုပ်ရသည်။ ရုပ်ချင်စိတ်က နာမ်အကြောင်း ရုပ်တာက ရုပ်အကျိုး၊ ထိုင်ရာမှာလဲ ထိုင်ချင်စိတ်ပေါ်လို့ ရုပ်ကြီးက ထိုင်ရသည်။ ထိုင်ချင်စိတ် နာမ်အကြောင်း ထိုင်ရုပ်က အကျိုးဖြစ်၏။ ဤနည်းတူပင် ကွေးတာ ဆန့်တာ စသော ရုပ်ကိုယ်ကြီး၏ အမူအရာတို့သည် နာမ်စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ကြရသော အကျိုးရုပ်တို့သာ ဖြစ်ကြ၏။ နာမ်စိတ်မရှိသော် ဤရုပ်ကိုယ်၏ အမူအရာဖြစ်တဲ့ သွားမှု၊ ရုပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ အိပ်မှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှု စသည်များ ဘယ်နည်းနှင့်မျှ မဖြစ်နိုင်ပါ။

နာမ်စိတ်ကသိ-နာမ်စိတ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်ကြီး ဖြစ်ရပုံကို ဖော်ပြပြီး၍ ရုပ်ကြောင့် နာမ်ဖြစ်ရပုံများကိုလည်း ဆက်လက်ဖော်ပြပါဦးမည်။ ဤရုပ်ကိုယ် တစ်နေရာရာက ပူလာတယ်ဆိုပါတော့

ပူတဲ့ရုပ်ကို စိတ်နာမ်က ပူတယ်လို့ သိလာဖြစ်လာတယ်၊ ဒီလိုရုပ်ကိုယ်က မပူရင်ပူတာကို သိတဲ့ နာမ်စိတ်ဖြစ်ပေါ်မလာနိုင်၊ ရုပ်က အေးလာတော့ နာမ်စိတ်က အေးတယ်လို့သိတယ်၊ ရုပ်ကနာလာတော့ နာမ်စိတ်က နာတယ်လို့သိတယ်။ ရုပ်ကိုယ်က ထုံကျင်လာတော့ နာမ်စိတ်ကလေးက ထုံတာကျင်တာကို သိတယ်။ ရုပ်ကိုယ်က တောင့်လာတင်းလာတော့ နာမ်စိတ်ကလေးက တောင့်တာ တင်းတာကိုသိတယ်။ ဤလိုအားဖြင့် ရုပ်ကိုယ်ကြီးက ဖြစ်ပေါ်သမျှကို နာမ်စိတ်က သိရဖြစ်ရသောကြောင့် ရုပ်အကြောင်း နာမ်အကျိုး အကြောင်းနဲ့ အကျိုးဖြစ်နေ၏။

အထပ်ထပ်ဖြစ်ပေါ်–ရုပ်နဲ့ နာမ်အကြောင်းအကျိုးစပ်၍ အထပ်ထပ်ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို ဖော်ပြပါဦးမည်။ မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာရာ၌ မျက်စိအစင်းရုပ်ကြောင့် မြင်စိတ်နာမ် ဖြစ်ပေါ်၏။ မြင်စိတ်နာမ်ဖြစ်ပေါ်၍ နှစ်သက်စိတ် လိုချင်စိတ်များ ဆက်လက် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ လိုချင်နှစ်သက်မှုစိတ်ကြောင့် ကာယကံခေါ် ကိုယ်အမူအရာရုပ်များ လှုပ်ရှားလာ၏။ သွားမှုစသည် နှုတ်အမူအရာဖြစ်သော ပြောဆိုမှုစသည်ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ ဤသို့လျှင် ရုပ်ကိုအကြောင်းပြုပြီး နာမ်စိတ်တွေ မြင်မှု နှစ်သက်မှု ကာယကံကိုယ် လှုပ်ရှားမှု၊ ဝစီကံ နှုတ်လှုပ်ရှားမှု စသည်အထပ်ထပ် ဖြစ်ပေါ်လာကြလေသည်။

မဆုံးနိုင်–တစ်နည်းအားဖြင့် ဤကိုယ်မှ ဖြစ်ပေါ်လာသော၊ ယားမှု ဆိုပါတော့၊ တစ်နေရာ ကိုယ်က ယားလာတယ်၊ ယားတာကို သိတယ်။ သိတော့ ကုတ်ချင်တယ်၊ ကုတ်ချင်တော့ ကုတ်တယ်၊ ဤသို့ဖြစ်ရာ၌ ရုပ်ကိုယ် ယားတာကအကြောင်း၊ ယားလို့ ယားတာကို

သိတဲ့ နာမ်အကျိုး၊ သိတော့ ကုတ်ချင်စိတ်ပေါ်တာက အကျိုး၊ ကုတ်ချင်စိတ်နာမ်ကြောင့်၊ လက်ကိုယ်ရုပ်၊ ကုတ်တာကအကျိုး၊ ဤလိုအကြောင်းလဲ အဆက်ဆက် အကျိုးလဲ အဆက်ဆက်ဖြစ်နေကြသည်။ တစ်နည်းကား ထမင်းစားချင်စိတ် ပေါ်လာတယ်၊ စားချစ်စိတ် ပေါ်လာသောကြောင့် ထမင်းရှိရာ သွားရတယ်၊ သွားတော့ ရောက်တယ်၊ ရောက်တော့ ထိုင်တယ်၊ ထိုင်တော့ ထမင်းကို ကြည့်တယ်၊ ကြည့်တော့ မြင်တယ် ဤသို့စသည် အကြောင်းအကျိုး ဖြစ်နေပုံမှာ မကုန်နိုင် မဆုံးနိုင် ရှိနေပါသည်။

ရှေးဘဝက–ထိုမှတစ်ပါး ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် နည်းအားဖြင့် ဤကိုယ်ခန္ဓာသည်၊ အသက်ကောင်၊ လိပ်ပြာကောင် မဟုတ်၊ ဗြဟ္မာဗိဿနိုး၊ ကမ္ဘာစိုးနတ်မင်းတွေက ဖန်ဆင်းလို့ ဖြစ်လာသည်မဟုတ်၊ ရှေးရှေးဘဝ များစွာမှ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ဥပါဒါန် ကံ သင်္ခါရဟူသော အကြောင်းငါးပါးကြောင့် ယခု ဤဘဝခန္ဓာကိုယ်၌ ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာဟူသော အကျိုးတရားငါးပါး ဖြစ်နေခြင်းသာဖြစ်၏။ ရှေးဘဝကပြီးသော အကြောင်းငါးပါးကြောင့် ယခုဘဝက အကျိုးငါးပါး ရရှိလာခြင်းသာ ဖြစ်ပေသည်။

ဆုံလည်သည့်နွား–တစ်ဖန် ယခုဘဝ အကျိုးခန္ဓာ ဝိညာဉ်၊ နာမ်ရုပ်သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာမှ အဝိဇ္ဇာတဏှာ ဥပါဒါန် ကံ သင်္ခါရဟူသော အကြောင်းတရားများ ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ ပစ္စုပ္ပန် အကျိုးခန္ဓာ ယခုဘဝမှ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းတရား ငါးပါး ဆက်စပ်ဖြစ်ရပြန်လေပြီ။ ဤပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ရှိခဲ့ဖြစ်ခဲ့သော် နောက်ဘဝ အကျိုးခန္ဓာအမှန်ရမည်သာ၊ ဤကဲ့သို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်

နည်းအားဖြင့်လည်း အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်ရ၊ အကျိုးက အကြောင်းထပ်ပြန် အဖန်ဖန်၊ အထပ်ထပ် မပြတ်ရအောင် အကြောင်း အကျိုးတွေ ထပ်ကာတပ်ကာ ဖြစ်နေရသော သံသရာဖြစ်ရပ်ကြီး ပါပေ။ ထို့ကြောင့် ရှေးရှေးသော အမြော်အမြင်ရှိတော်မူကြတဲ့ ပညာရှင်ကြီးတွေက ဆုံလည်သည့်နွား ချားရစ်သည့် ဥပမာဟု မဆုံးနိုင်သည်ကို ပုံဥပမာ ပြုခဲ့ကြလေသည်။

သိတာကို–ဤရုပ်နာမ်တရားများသည် အကြောင်းနဲ့ အကျိုး ပေါင်းဆုံပြီး ဖြစ်နေကြသည်ဟု အကြောင်းရောအကျိုးပါ သိလာတာကို ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်။ ပစ္စယအကြောင်း၊ ပရိဂ္ဂဟက သိမ်းဆည်းသိမြင်လာတာ အကြောင်းကို သိမ်းဆည်းသိမြင်တာဆို ပေမယ့်လို့ အကျိုးလဲ မြင်လာတာပါပဲ၊ ဤလို အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ရာ၌ ရုပ်အကြောင်းကြောင့် နာမ်အကျိုးဖြစ်လာတာလဲရှိတယ်။ နာမ်အကြောင်းကြောင့် ရုပ်အကျိုးဖြစ်လာတာလဲရှိတယ်။ ရုပ် အကြောင်းကြောင့် နာမ်အကျိုး ဖြစ်တယ်ဆိုတာက မြင်တဲ့အခါမှာ မြင်စရာအကြောင်း ရုပ်ရှိလို့မြင်တဲ့ စက္ခုဝိညာဏ် နာမ်စိတ် ဖြစ်လာ ခြင်းမျိုးပါပဲ၊ ကြားစရာအကြောင်း ရုပ်ရှိလို့ ကြားတဲ့ သောတ ဝိညာဉ်နာမ်စိတ်ဖြစ်လာခြင်းမျိုး၊ နံစရာအကြောင်း ရုပ်ရှိလို့ နံတဲ့ ဃာနဝိညာဉ် နံစိတ်ဖြစ်လာခြင်းမျိုး၊ စားတာ ထိတာ သိတာများမှာလဲ ဤနည်းတူပင် ရုပ်ကြောင့် နာမ်ဖြစ်ကြရသည်။

မဆုံးနိုင်အောင်– နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်ရသည်မှာ သွားချင်စိတ် နာမ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်က သွားရတယ်၊ ရပ်ချင်တဲ့ စိတ်နာမ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်က ရပ်ရတယ်၊ ထိုင်ချင်တဲ့ စိတ်နာမ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်က

ထိုင်ရတယ်၊ အိပ်ချင်တဲ့ စိတ်နာမ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်က အိပ်ရတယ်၊ ကွေးချင် ဆန့်ချင်တဲ့ စိတ်နာမ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်က ကွေးရဆန့်ရတယ်၊ ဤသို့စသောအားဖြင့် နာမ်စိတ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်ကြခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၌ ရုပ်ကြောင့် နာမ်ဖြစ်၊ နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်နှင့် အကြောင်းအကျိုး ၂ ရပ် အထပ်ထပ် မပြတ်ဖြစ်နေရသည်မှာ သံသရာတစ် လျှောက်လုံး မဆုံးနိုင်အောင် ရှိလေသည်။

မထွေ့ရာဘူး–ဒီလိုအကြောင်းနဲ့အကျိုးကို သိလာတဲ့ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ရောက်လာတဲ့အခါ ကင်္ခါ ဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်လာ တယ်၊ ကင်္ခါဆိုတာက ယုံမှားပဲ၊ ဝိတရဏဆိုတာက လွန်မြောက်တာပဲ၊ ယုံမှားကို လွန်မြောက်လောက်အောင်လဲ ယုံမှားကင်းသွားလောက် အောင် အသိဉာဏ်ယှဉ်သွားတယ်လို့ ဆိုလိုတယ်၊ ဘယ်လိုလဲဆို တော့ ဒီပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်အဆင့် ရောက်နေတဲ့ ယောဂီဟာ မှတ်မှုတိုင်းမှတ်မှုတိုင်း အကြောင်းနဲ့အကျိုးကိုချည်း တွေ့တွေ့ နေတယ်၊ တွေ့ပုံက ကွေးချင်တဲ့စိတ်နဲ့ ကွေးတဲ့ရုပ်၊ ဆန့်ချင်တဲ့စိတ် နဲ့ဆန့်တဲ့ရုပ်၊ သွားတဲ့အခါမှာလည်း သွားချင်တဲ့စိတ်နဲ့ သွားတဲ့ရုပ်၊ ရပ်တဲ့အခါမှာလည်း ရပ်ချင်တဲ့စိတ်နဲ့ ရပ်တဲ့ရုပ်၊ ဤသို့စသည် ကိုယ်အမူအရာတွေကို ပြုတိုင်း ပြုတိုင်း ဒီလိုအကြောင်းစိတ်နဲ့ အကျိုးရုပ်တွေချည်း တွေ့တွေ့နေတယ်၊ ကွေးအောင်၊ ဆန့်အောင်၊ သွားအောင်၊ ရပ်အောင် ပြုလုပ်ပေးနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်ရယ်လို့ မထွေ့ရာဘူး။

ရှင်းသွားတယ်–အလျင်ကတော့ ကွေးအောင်ဟာ ငါကပဲ လုပ်တယ်၊ ငါကပဲ ကွေးချင်တာပဲ၊ ငါကပဲ ကွေးတာ၊ ငါက

စကတည်းကပဲလို့ ထင်ခဲ့တယ်၊ သွားအောင်၊ ရပ်အောင် ဘာမဆို ငါကချည်း လုပ်နေတယ်လို့ ထင်ခဲ့တယ်၊ ယခုတော့ ဒီလိုမထင်တော့ ဘူး၊ ကွေးဆန့် လှုပ်ရှားတိုင်း ကွေးချင်၊ ဆန့်ချင်၊ လှုပ်ရှားချင်တဲ့ စိတ်ကလေးတွေနဲ့ ကွေးဆန့် လှုပ်ရှားတဲ့ရုပ် အဆင့်ဆင့်မျှသာ ဖြစ်နေတာကို တွေ့ရတယ်၊ ဒါကြောင့် ကွေးဆန့်လှုပ်ရှားသွားလာ အောင် လုပ်နေတဲ့ သတ္တဝါကောင်ရယ်လို့ မတွေ့ရဘူး၊ ဒီရုပ်နဲ့ဒီ အကြောင်းနဲ့ ဒီအကျိုး ဒါပဲရှိတယ်ဆိုတာ အသိဉာဏ် ရှင်းသွား တယ်။

အသိရှင်းတာပါပဲ–ရုပ်နဲ့နာမ် အကြောင်းနဲ့အကျိုး ဆက်စပ်နေ ပုံကို ဒိဋ္ဌထင်ထင် တွေ့မြင်နေတဲ့ ယောဂီသည်၊ ယခုဘဝ ယခုကိုယ်၌ သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှု အစရှိသော ကိုယ်အမူအရာများကို ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ပေးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကောင် အတ္တကောင် မရှိ။ အကြောင်းအကျိုးသာ ရှိနေဖြစ်နေသည်လို့ ရှေးရှေးသော ဘဝများ ကလည်း ဒီလိုအကြောင်းအကျိုးဖြစ်နေသော၊ တရားများသာ နောက်နောင်မှာလည်း ဒီလိုအကြောင်းနဲ့ အကျိုး ဖြစ်ကြလတ္တံ့ဟု အမှန်ဆုံးဖြတ်နိုင်သောကြောင့် ယုံမှားမှုများမှ လွတ်မြောက်သွားလေ သည်။ ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ပေးတတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ ငါကောင်ရယ်လို့ မရှိနိုင်ဘူးဆိုတာကို သဘောကျသွားရမယ်တဲ့၊ ဒီလိုသဘောကျသွား တာဟာ ယုံမှားမှု မဖြစ်နိုင်လောက်အောင် အသိရှင်းတာပါပဲ၊ အဲဒါ ဟာ ကင်္ခါ ဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိလို့ ဆိုပါတယ်။

ယထာဘူတဉာဏ်–ဤဉာဏ်သည် နာမ်ရုပ်တို့၏ အကြောင်း တရားတို့ကို သိမ်းဆည်းတတ်သောကြောင့် ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်

မည်၏။ အကျိုးတရားတို့၏ တည်ရာအကြောင်းကို သိတတ်သော ကြောင့် ဓမ္မဋ္ဌိတိဉာဏ်လည်းမည်၏။ အဝိဇ္ဇာ အစရှိသော အကြောင်း တို့ကြောင့် ဝိဉာဉ်စသော အကျိုးတရားများ ဖြစ်ကြသည်သာတည်းဟု မနောဝိဉာဉ်ဝယ် ဟုတ်တိုင်းထင်ထင် သိမြင်ခြင်းကြောင့် ယထာဘူတ ဉာဏ်လည်း မည်၏။

အထက်ဖြစ်သော နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်က နာမ်နဲ့ရုပ်ကို အမှန်အတိုင်းသိသဖြင့် ငါကောင် သတ္တဝါကောင်လို့ ယူမှားမှု ထင်မှားမှုများမှ လွန်မြောက်ခြင်းကြောင့် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိခေါ် အမြင်ဉာဏ် စင်ကြယ်ခဲ့လေသည်။ ယခု ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၌ ငါကောင်သတ္တဝါ ကောင်ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပေးသူမရှိ၊ အကြောင်းရှိလို့ အကျိုးဖြစ် သည်သာ၊ အကြောင်းအကျိုးမှတစ်ပါး ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ပေးနိုင်သူ ဟူ၍ ယခုလဲမရှိ ရှေးကလဲမရှိနိုင်၊ နောက်နောင်လဲ ရှိနိုင်မည်မဟုတ် ဟု၊ ပစ္စုပ္ပန် အတိတ် အနာဂတ်ကာလသုံးပါး၌ပင် ရှိခဲ့ဘူးသလား ရှိနေသလား၊ ရှိဦးမှာလားဟူသော ယုံမှားမှုများမှ လွတ်မြောက်၍ သွားခြင်းကြောင့် ဝိစိကိစ္ဆာ မဖြစ်တော့။

ဤဖော်ပြပါ ဉာဏ် ၂-ပါး၏ အခိုက်တွင် ဒိဋ္ဌိနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာ များမှ လွတ်လွတ်ကြသောကြောင့် စူဠသောတာပန်ဟု အမည်ရလေ သည်။ ဤဉာဏ်တည်လျက် သေလွန်ခဲ့သော် ငရဲတိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာ အသူ ရကာယ်ဟူသော ဒုဂ္ဂတိဘဝ ပါယ်လေးဝမှ လွတ်လေသည်။

ထိုဖော်ပြပါ နာမရူပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဤ ၂-ပါးဉာဏ်၏ အဆင့်သို့ရောက်လျှင် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ သာသနာ တော်မှာ မိခိုရာ ထောက်တည်ရာ ကောင်းစွာရရှိပြီဖြစ်၍ လူ့ဘဝ

ရကျိုး သာသနာတော်နှင့် တွေ့ရကျိုးရပြီးသည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ အကြောင်းမူကား ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ကောင်းစွာသိမြင်မှုနှင့် ရုပ်နာမ်တို့၏အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ဖြစ်ပုံများကို အမြင်မှန် ယထာဘူတဉာဏ် ရရှိနေပြီ ဖြစ်သောကြောင့်ပါ။

ကုန်တဲ့သဘောဟု–ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ရင့်သန်လာသောယောဂီသည်အကြောင်းစိတ် ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ပျောက်သွားပုံ ကုန်သွားပုံများကိုလည်း သိသာထင်လာပါတော့သည်။ သိသာထင်လာပုံ၊ သွားနေစဉ် ရပ်ချင်စိတ် ပေါ်လာပြီး ပျောက်သွားသည်ကို သိ၏၊ ရပ်ချင်စိတ်ပေါ်လာ၍ ရပ်သည်ကိုလည်း ရပ်တယ် ရပ်တယ် မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် တစ်မှတ်မှတ်က တစ်ခါပျောက်ပျောက်နေသည်ကို တွေ့ရပေသည်။ လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရာ၌ ခြေကြွမှု လှမ်းမှု ချမှုများကိုပါ သိလာပြီး ကြွသောသဘောလှမ်းခိုက်တွင် ပျောက်သွားသည်ကို သိရ၏။ ချနင်းသောသဘောနောက် ခြေကြွခိုက် ပျောက်သွားသည်ကို သိရ၏။ ခြေတစ်လှမ်း၌ ကြွမှုရော သိမှုရော လှမ်းမှုရော၊ မသိမှုရော၊ ချမှုရော၊ သိမှုရော၊ အာရုံရော၊ အာရုံရောအသိစိတ်ပါ ပျောက်တဲ့သဘော ကုန်တဲ့သဘောဟု အသိဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

အနိစ္စထင်တယ်ဟု–ထိုင်ခိုက်၌ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မှတ်နေရာ မှတ်စိတ်ကလေးတွေ မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက်နှင့် ပျောက်ပျောက်နေသည်ကို သိနေပါသည်။ ထိုင်နေသော ကိုယ်မှ နာမှုပေါ်လာတာကို နာတယ်နာတယ်ဟု မှတ်က တစ်မှတ်တစ်ခါနာမှုရော မှတ်စိတ်ပါ ပျောက်ပျောက်နေသည်ဟု သိ၏။ ကျင်မှုပေါ်လာတော့

ကျင်တယ်ကျင်တယ်ဟု မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက်နှင့် ပျောက်သော သဘောများကို သိနေရသည်။ ထုံမှုတွေ ပေါ်လာခိုက် ထုံတယ်ဟု မှတ်လိုက် ထုံမှုရော၊ မှတ်စိတ်ပျောက်သောသဘော ကုန်သော သဘောသာ ထင်ရသိရပေသည်။ **ဤသို့ ပေါ်လာသော အာရုံများကို မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အာရုံရော မှတ်စိတ်ပါ ကုန်ကုန်ပျောက်ပျောက်နေသည်ကို တွေ့ရသိရသော ယောဂီသည် အနိစ္စာနုပဿနာ အနိစ္စ ထင်တယ်ဟု ဆိုရပါသည်။**

ဒုက္ခလက္ခဏာ–သွားတိုင်း ရပ်တိုင်း ထိုင်တိုင်း အိပ်တိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုနေရသဖြင့် ထိုထိုကိုယ်အမူအရာများကို ငြိုငြင်ပင်ပန်းမှု စိတ်တွင် မကြည်သာမှု ဆင်းရဲသော သဘောလဲ တစ်ခါတစ်လေ ပေါ်လာဖြစ်လာတတ်ပါသည်။ မှတ်နေသော ကိုယ်မှ မခံသာသော နာကျင်မှု ကိုက်ခဲမှုများလဲ ပေါ်လာ၍ ဆင်းရဲမှုများနှင့် တွေ့ရတတ်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်လေ၌ အလွန်အခံခက်သော နာမှုကျင်မှုများလဲ ပေါ်လာတတ်သည်။ ဤသို့ ဖြစ်ရပ်များမှတ်လျက်နှင့် ဆင်းဆင်းရဲရဲ တွေ့ရတတ်၏။ ဤလိုဆင်းရဲသော သဘောလက္ခဏာများ ထင်လာ ပေါ်လာသည်ကို ဒုက္ခာနုပဿနာ၊ ဆင်းရဲသော အချင်းအရာ ထင်လာသည်ဟု မှတ်ရပါသည်။ ဒုက္ခလက္ခဏာ ထင်ခြင်းပင် ဒုက္ခထင်မှုများမှာ အနိစ္စအချက်ကို ကောင်းကောင်းသဘောကျသူများအတွက် ဒုက္ခထင်မှု ပြီးနိုင်သည်။

ဓမ္မတာဖြစ်ပါသည်–အနိစ္စလက္ခဏာ လိုရင်းဖြစ်၍ ထိုအနိစ္စ လက္ခဏာကို အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် မှတ်ရှုအပ်၏။ ပစ္စုပ္ပန်ခဏ၌ ပေါ်လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ်များကို မလစ်မလပ်ရအောင် မပြတ်

မှတ်ရှုပါက ပေါ်လာသော အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်များ ပေါ်မှု ပျောက်မှု ပြီးဆုံးမှုမှာ ထင်ထင်ရှားရှားပင် သိမြင်သဘောပေါက်လာပါသည်။ ပမာအားဖြင့် လှမ်းတာကိုမှတ်ရာ၌ ဘယ်လှမ်းမှုသည် ညာလှမ်းခိုက်တွင် မရှိတော့ပါ။ ညာလှမ်းမှုတွင် ဘယ်လှမ်းခိုက်တွင် မရှိတော့ပါ။ တစ်လှမ်းတစ်လှမ်း၏ ကြွမှုသည် လှမ်းခိုက်တွင် မရှိတော့ပါ။ လှမ်းမှုသည် ခြေချနင်းခိုက်တွင် မရှိတော့ပါ။ ချနင်းသော ခြေတစ်လှမ်း၏ အဆုံးသည် နောက်ခြေတစ်လှမ်း ကြွချိန်တွင် မရှိတော့ပါ။ ဤသို့အားဖြင့် ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့သည် သဘာဝ အလျောက် အကြောင်းညီညွတ်၍ ပေါ်လာပြီးက မကြာလှဘဲ ခဏခြင်းမှာ ကွယ်ပျောက်ကြမြဲ ဓမ္မတာ ဖြစ်ပါသည်။

အနုမာနမှန်းဆ–သမ္မသနဉာဏ်သည် ဖြစ်ပေါ်လာသော ခန္ဓာ ငါးပါး ရုပ်နာမ်များကို မမြဲဟု ရှုမြင်သုံးသပ်သော အနိစ္စာနုပဿနာ၊ ဆင်းရဲဟု ရှုမြင်သုံးသပ်သော ဒုက္ခာနုပဿနာ၊ အလိုမကျ အစိုးမရဟု ရှုမြင်သုံးသပ်သော အနတ္တာနုပဿနာ၊ ဤသို့ အနိစ္စ အချင်းအရာ ဒုက္ခအချင်းအရာ အနတ္တအချင်းအရာ ဟူသော သာမညလက္ခဏာသို့ တင်၍ အထပ်ထပ် သုံးသပ်ဆင်ခြင်သောဉာဏ် ဖြစ်ပါသည်။ သုံးသပ်ပုံမှာ၊ မြင်သောခဏ မြင်တယ်မြင်တယ်ဟု မှတ်ရှုခိုက် ပျောက်သွားသည်ကို တွေ့၍ သြော် ဖြစ်ပေါ်လာသော သဘော တရားများ သည် ဖြစ်ပေါ်ပြီး ပျောက်ပျောက်သွားကြသည်။ ယခု တွေ့ရှိရသော တရားများနှင့် အလားတူပင် ရှေးရှေးဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များလည်း ဤလိုပင် ပျောက်ပျောက်သွားကြမည်ပင်၊ နောက် နောက်ကာလ၌ ဖြစ်လတ္တံ့၊ ရုပ်နာမ်များလည်း ပျောက်လတ္တံ့ဟု။

ပစ္စုပ္ပန်ထင်ချက်ကို သက်သေပြု၍ အတိတ် အနာဂတ် ကာလများကိုပါ မမြဲတဲ့အနေ သုံးသပ်ဆင်ခြင်သောဉာဏ် ဖြစ်သည်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ဒုက္ခအနေနဲ့လဲ ဆင်ခြင်သုံးသပ်သည်။ အနတ္တအနေနဲ့လဲ ဆင်ခြင် သုံးသပ်သည်။ မြင်မှုများကို မမြဲတဲ့အနေ ဆင်းရဲတဲ့အနေ အစိုးမရတဲ့အနေ ဆင်ခြင် သုံးသပ်သော နည်းတူပင် ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိမှု၊ သိမှု၊ ကိုယ်မှု၊ နှုတ်မှု၊ စိတ်မှု စသော ရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်တိုင်း အနိစ္စဟု ဆင်ခြင်သုံးသပ်၏။ ဒုက္ခဟု ဆင်ခြင်သုံးသပ်၏၊ အနတ္တဟု ဆင်ခြင် သုံးသပ်၏။ မှတ်ရှုဆဲ ရုပ်နာမ်များ ပျက်ပျောက် ကုန်ဆုံး နေသည်ကို တွေ့ရသော ပစ္စက္ခ သမ္မသန၊ မျက်မြင် အနိစ္စသဘောကို အတုလိုက်ပြီး အတိတ် အနာဂတ် အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓ စသည်တို့၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များကိုလဲ အနုမာန၊ မှန်းဆဆင်ခြင် သုံးသပ်လေ သည်။

ဖြစ်ဖြစ်သမျှ-မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ နံတိုင်း၊ စားတိုင်း၊ ထိတိုင်း၊ သိတိုင်း၊ ကွေးတိုင်း၊ ဆန့်တိုင်း ဤသို့ စသည်ဖြစ်ပေါ်သမျှ ရုပ်နာမ်များကို ဖြစ်ပေါ်ခိုက်၊ ဖြစ်ပေါ်ခိုက်တွင် ဆင်ခြင် သုံးသပ်မှု များကို နည်းယူပြီး သုံးသပ်ခြင်းကြောင့် နယဝိပဿနာဟုလဲ ခေါ်ရသည်။ အတိတ်အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန်အဇ္ဈတ္တ ဗဟိဒ္ဓစသောဌာန ၁၁-ပါးကို ပေါင်းရုံ သုံးသပ်ခြင်းကြောင့် ကလာပသမ္မသနဟုလည်း ခေါ်သည်။ ယောဂီ၏ ထင်ချက်အနေမှာ ဖြစ်ဆဲသော ရုပ်နာမ်များ ကို မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်။ မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက်နှင့် ဤလို ထင်ချက်များကို သက်သေပြု နည်းယူပြီး ရှေးကဖြစ်လေပြီးသော ရုပ်နာမ်များ နောက်နောင်၌ ဖြစ်လတ္တံ့သော ရုပ်နာမ်များ မိမိသန္တာန်

၌ ဖြစ်ပေါ်နေသော ရုပ်နမ်များ သူတစ်ပါး သန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်နေသော ရုပ်နာမ်များ၊ ဤသို့ စသည်ရှိရှိသမျှ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ ခပ်သိမ်းဖုံဖုံ အလုံးစုံပင်မခြွ ဆင်းရဲ အစိုးမရသော တရားတို့ချည်းပါတည်းဟု သုံးသပ်လေသည်။

နယဝိပဿနာ–မှတ်နေသော အာရုံများ မှတ်လိုက်ပျောက်သိုက် မှတ်လိုက်ကုန်လိုက်နှင့် မှတ်ယင်းကုန်ယင်း မှတ်ယင်းပျောက်ယင်းပဲ ကုန်တဲ့သဘော ပျောက်တဲ့သဘောများကို ယောဂီအထင်မျက်မှောက်တွေ့မြင်လာသော ပစ္စက္ခဉာဏ် ထင်မြင်လာသော ယောဂီသည်၊ ယခု မျက်မှောက်ထင်ထင် တွေ့မြင်နေရသော အာရုံ၊ ရုပ်နာမ်များ ပျောက်ကြ ကုန်ကြသောနည်းတူ၊ ရှေးကဖြစ်ပြီးသော ရုပ်နာမ်များလည်း ကုန်သောသဘော ပျောက်သောသဘော ဖြစ်ပေမည်။ နောက်နောက်၌ ဖြစ်လတ္တံ့သော ရုပ်နာမ်များလည်း ကုန်ကြပျောက်ကြမည်ပင်ဟု ပစ္စုပ္ပန် ထင်ချက်ကို သက်သေပြု နည်းယူ၍ အနုမာနအားဖြင့် ဆင်ခြင်သုံး သပ်လေသည်။ မိမိသန္တာန်၌ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်များ ပျောက်ကြကုန် ကြသလို သူတစ်ပါးသန္တာန်၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များလည်း ကုန်သောသဘော ပျောက်သောသဘောကြောင့် မမြဲကြအနိစ္စ၊ အနိစ္စ၊ ဤနည်းအလားတူပင် အကြမ်းအနု အယုတ်အမြတ်အဝေး အနီးအား ဖြင့် ၁၁–ဌာန၌ အသီးသီးဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များသည် ကုန်သော သဘော ပျောက်သောသဘောဖြစ်ကြ၍ မမြဲအနိစ္စ အနိစ္စ။ ဤသို့ မိမိသန္တာန်၌ တွေ့မြင်ရသော ပစ္စုပ္ပန် ထင်ချက်ကို နည်းတူပြု၍ အတိတ် အနာဂတ် အဇ္ဈတ္တ၊ ဗဟိဒ္ဓ သြဠာရိက သုခုမ ဟီန ပဏီတ ဒူရ၊ သန္တိကအားဖြင့် ၁၁–ဌာန၌

ရှိရှိသမျှ ခပ်သိမ်း ဥဿုံအလုံးစုံသော ရုပ်နာမ်များကို ဆင်ခြင် သုံးသပ်သောကြောင့် နယဝိပဿနာဟု ခေါ်သည်။

ကလာပသမ္မသန–သွားတိုင်း၊ ရပ်တိုင်း၊ ထိုင်တိုင်း၊ အိပ်တိုင်း၊ ကွေးတိုင်း၊ ဆန့်တိုင်း စသောအားဖြင့် ဖြစ်ဖြစ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ် အားလုံးကို ပေါင်းချုံးရုံးစု၍ ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှုကို ပြုခြင်းကြောင့်လည်း ကလာပသမ္မသန ခေါ်သည်။

အရာကျယ်လှသည်–ဒွါရ၊ အာရုံ၊ ဝိညာဉ် သုံးပါးပေါင်းဆုံ တိုင်း ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များကို ခန္ဓာအားဖြင့် ရုပ် ဝေဒနာ သညာသင်္ခါရ ဝိညာဉ်ဟု ၅–ပါး၊ တစ်ပါးတစ်ပါး၌ ဆင်ခြင်ပုံမှာ ရုပ်ကို အနိစ္စဟုရှုသော သမ္မသနဉာဏ် ဝေဒနာကို အနိစ္စဟုရှုသော သမ္မသနဉာဏ်၊ သညာကို အနိစ္စဟု ရှုသော သမ္မသနဉာဏ်၊ သင်္ခါရကို အနိစ္စဟု ရှုသော သမ္မသနဉာဏ်၊ ဝိညာဉ်ကို အနိစ္စဟုရှု သော သမ္မသနဉာဏ်၊ ဤနည်းတူ ခန္ဓာငါးပါးကို အနတ္တဟုရှုသော သမ္မသနဉာဏ်၊ ဤနည်းလျှင် ခန္ဓာငါးပါး ၁–ပါး ၁–ပါး၌ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟု ရှုဆင်ခြင်သောဉာဏ်၊ အတိတ် အနာဂတ် စသော ၁၁–ဌာနပြု၍ ရှုမှတ်ဆင်ခြင်သော သမ္မသနဉာဏ် သုံးသပ်ဆင်ခြင် ပုံအရာ ကျယ်လှသည်။ **[အချုပ်အားဖြင့် အနိစ္စထင်လျှင် ဒုက္ခ ထင်သည်။ အနိစ္စဒုက္ခထင်လျှင် အနတ္တထင်တော့သည်။]**

ယောဂီထင်သော အနိစ္စသဘော

အနိုက်အတံ့မှု–ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံကို မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် မှတ်လိုက်က မှတ်သောအာရုံ ပျောက်သွားကုန်သွား

သည်ဟု သိသာထင်လာပါသည်၊ ပမာအားဖြင့် မြင်ရာ၌ မြင်တယ်ဟု မှတ်လိုက်တော့ မြင်မှုလေး ပျောက်သွားသည်ဟု ထင်၏။ ခယဋ္ဌေန အနိစ္စံဟူသည်နှင့်အညီ ပျောက်သောသဘော ကုန်သောသဘောသည် အနိစ္စလက္ခဏာပင်ဖြစ်၍ အနိစ္စထင်သည်ဟု ဆိုရပေမည်။ ဟုတ္တွာ အဘာဝတောဖြစ်ပြီး၊ မရှိသောသဘောသည်လည်း အနိစ္စ၏ သဘောပင်၊ အတိတ်ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်များသည် ပစ္စုပ္ပန်သို့မရောက် ပျောက်ကြပျက်ကြလေပြီ၊ ပစ္စုပ္ပန်ခဏ၌ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များသည် ပစ္စုပ္ပန်ခဏမှာပင် ပျောက်ကြ၍ အနာဂတ်သို့ မရောက်ကြပါ။ ဤသို့လျှင် ဘယ်လှမ်းခိုက်၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များသည် ဘယ်လှမ်းခိုက်မှာပဲ ပျောက်ကြ၍ ညာလှမ်းခိုက်သို့ မရောက်၊ ညာလှမ်းခိုက်၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များသည် ညာလှမ်းခိုက်မှာပဲ ပျောက်ကြ၍ ဘယ်လှမ်းသို့မရောက် ကွေးခိုက်၌ ဖြစ်ကြသောရုပ်နာမ်များသည် ဆန့်ခိုက်သို့မရောက်။ ဆန့်ခိုက်မှာပဲ ပျောက်ကြ၏။ ယတ္ထယတ္ထ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ တတ္ထတတ္ထဘိဇ္ဇန္တိ၊ အကြင်အကြင် ခဏ၌ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များသည် ထိုထိုခဏမှာ ပျက်ကြပေ၏။ ဟူသည်နှင့်အညီ ထိုထိုကိုယ်အမူအရာ၌ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ်နာမ်များသည် ထိုထိုကဏ္ဍာများ၌ပင် ပျက်ကြပျောက်ကြ ချုပ်ကြရလေသည်။ ဖြစ်ရာခဏမှ ပြောင်းရွှေ့ပြီး တစ်ခြားဌာနသို့ ဖြစ်ရိုးမရှိပါ။ ဤသို့လျှင် မမြဲသောသဘော အခိုက်အတံ့မျှ ဖြစ်သော သဘောကြောင့် အနိစ္စတို့ပါတည်း။

နာမ်ပျက်ကြပုံ

ဓမ္မတာသဘော–ရုပ်တရားများ၏ ပျက်ပုံ မမြဲပုံများ ပေါ်လွင်လောက်ပါပြီ။ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော နာမ်တရားများ ပျက်ပုံကိုလည်း ဆက်လက်ဖော်ပြပါဦးမည်။ မြင်မှုတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာရာ၌ စက္ခုဝိညာဉ် မြင်မှုတစ်နည်း မြင်မှုနာမ်စိတ်၊ စာလို၊ စက္ခုဒွါရဝီထိစိတ် ဖြစ်ပေါ်သည် ဟု ဆိုရပါသည်။ ဤစက္ခုဒွါရ ဝိထိစိတ်အစဉ်သည် ၁၇–ချက်သော စိတ်အစဉ်များ ဖြစ်ပေါ်ပါဝင်လျက်ရှိနေပါသည်။ ထိုဝိထိစိတ်အစဉ်မှာ၊ ဘဝင်္ဂစလန ဘဝင်္ဂုပစ္ဆေဒ ပဉ္စဒွါရာဝဇ္ဇန်း စက္ခုဝိညာဉ် သမ္ပဋိစ္ဆန သန္တီရဏ ဝုဋ္ဌော ဇော–ဇော–ဇော–ဇော–ဇော–ဇော–ဇော–တဒါရုံ၊ တဒါရုံဘဝင် ဤဖော်ပြပါစိတ်အစဉ်များသည် ဥပါဒ် ဌီဘင် ဟူသော မိမိ မိမိတို့၏ ခဏတ္တယကို မလွန်ကြမူ၍ မိမိတို့ ဖြစ်ပေါ်ရာဌာန၌သာ ချုပ်ပျောက်ကြပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် စက္ခုဝိညာဉ် သမ္ပဋိစ္ဆိုင်းစိတ်သို့ မရောက်နိုင်တော့ဘဲ စက္ခုဝိညာဉ် စိတ်ခဏ၌သာ ချုပ်ပျောက်ပါသည်။ ပုံအားဖြင့် စိတ်နာမ်တရားများသည် ဖြစ်ပြီး ခဏ မကြာလှပဲ ခဏဝယ်၊ ၃–ချက် အသက်စေ့က ချုပ်ပျောက်ကြသော ဓမ္မတာရှိပါသည်။

ရုပ်နာမ်အနိစ္စ

အကြိုက်သို့မပါ–အကြောင်းတိုက်ဆိုင်၍ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ်နာမ် သင်္ခါရ တရားမှန်သမျှ၊ ဖြစ်ပြီးခဏ တားမရပဲ၊ ခဏခြင်းချုပ်ပျောက်ကြသောကြောင့် မမြဲအနိစ္စ ဖြစ်ပြီးက မကြာလှသောခဏမှာပင် ပျက်ကြခြင်းသဘောကြောင့် ဆင်းရဲစွ၊ ဒုက္ခ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခသဘောများ

သည်ပင် မိမိအလိုကျ မဖြစ်သောကြောင့် တစ်နည်း။ မိမိ၏အကြိုက် မလိုက်ပါသောကြောင့် တစ်နည်း-မိမိက မဖြစ်စေလိုသော်လည်း ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။ ဖြစ်ပြီးသော်လည်း မပျက်ပါစေနှင့်ဟု တောင့်တ၍ မရ ပျက်သာပျက်ကြ အလိုသို့ မလိုက်ပါသောကြောင့် အစိုးမရ အနတ္တ အဝသမတ္တန ဌေန အနတ္တာ၊ အလိုသို့မလိုက် အကြိုက်သို့မပါ အနတ္တပါတကား။

သမ္မသနဉာဏ်အရာကျယ်ပုံ

ဖြစ်ဆဲသော ရုပ်နမ်များကို ဖြစ်ပေါ်ခိုက်ဖြစ်ပေါ်ခိုက်တွင် အစဉ်လိုက်၍ မပြတ်မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက် မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက်နှင့် ပစ္စုပ္ပန်ခဏ၌ ထင်နေသော ထင်ချက်များကို အခြေခံပြု၍ ယခုတွေ့မြင်နေသော အာရုံများ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း ပျောက်ပျောက်သွားသလို ရှေးရှေးအတိတ်ဆီက ဖြစ်ပြီးခဲ့ကြသော အာရုံများလည်း ဤနည်းတူပင် ပျောက်သော သဘော ကုန်သောသဘော ဖြစ်ကြပေသည်ဟု ဆင်ခြင်တတ်၏။ နောက်နောက်ဖြစ်ကြမည့် အာရုံများလည်း အမှန်ပင် ပျောက်ကြကုန်ကြသည်သာဟု ပစ္စုပ္ပန်ထင်ချက်ကို သက်သေပြု၍ အတိတ်ကာလ အနာဂတ်ကာလများကိုလည်း ဆင်ခြင် သုံးသပ်တတ်သည်။ မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော အာရုံများ ပျောက်ပျက်သလို သူများသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော အာရုံများလည်း ပျောက်ကြပျက်ကြပေမည်ဟုလည်း ဆင်ခြင်သုံးသပ်တတ်သည်။ ယခုဘဝလက်ရှိ ရုပ်နာမ်များ ပျောက်ပျက်သလို ရှေးရှေးသောဘဝက

ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များသည်လည်း ရှေးရှေးသောဘဝကပင် ပျောက်ကြ ပျက်ကြလေပြီ။ ယခုဘဝသို့ တစ်ခုတစ်ခုသော ရုပ်နာမ်မျှ မပါလာပေ။ ယခုဘဝက ရုပ်နာမ်များသည်လည်း နောက်နောက် သော ဘဝသို့ပါ ရောက်ကြမည် မဟုတ်ပေ၊ ဤနည်းလျှင် ရှေးရှေး နှစ်များ၊ ရှေးရှေးလများ၊ ရှေးရှေးရက်များ၊ ရှေးရှေးအချိန်နာရီများက ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များသည် ယခုနှစ်၊ ယခုလ၊ ယခုရက်၊ ယခုအချိန်နာရီသို့ မရောက်ကြ ပျောက်ကြပျက်ကြ ချုပ်ဆုံးကြလေပြီ ဟုလည်း ဆင်ခြင်သုံးသပ်တတ်လေသည်။ ဤသို့လျှင် ယောဂီအရှင် သည် သမ္မသနဉာဏ် ဆင်ခြင်မှုများ မဆုံးမကုန်နိုင်အောင်ပင် များစွာ အရာကျယ်သော ဉာဏ်အခဏ်းဖြစ်ပါသည်။

ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များကို အနိစ္စအနေဖြင့် ဆင်ခြင် သုံးသပ်သောနည်းတူ ဒုက္ခဆင်းရဲသော သဘောအနေ အခံခက်သော သဘောအနေ မကောင်းထင်သော သဘောအနေ ငြိုငြင်ပင်ပန်းသော အခြင်းအရာများနှင့် ဆင်ခြင်သုံးသပ်တတ်ပေသည်။ အနတ္တ အစိုးမရ သော အနေ၊ အလိုကျ မဖြစ်သောအနေ၊ အလိုမကျသော အနေ မိမိအကြိုက်သို့ မလိုက်သောအနေ မိမိက ဤပုံဖြစ်စေလိုလည်း သူ့သဘောအလျောက်သာ ဖြစ်သောအနေ မအိုစေလို မနာစေရန် ကြံဖန်မရ အချိန်ကျက အိုကြရ၊ နာကြရနှင့် အလိုကျမဖြစ်သောကြောင့် အနတ္တဟူ ဆင်ခြင်သုံးသပ်တတ်ပေသည်။

ထင်ရှားလာပေ၏–ဤသို့လျှင် သွားတိုင်း၊ ရပ်တိုင်း။ ထိုင်တိုင်း၊ ထတိုင်း၊ ကွေးတိုင်း၊ ဆန့်တိုင်း၊ မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ နံတိုင်း၊ စားတိုင်း၊ ထိတိုင်း၊ သိတိုင်း၊ အထွေထွေ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော

ရုပ်နာမ်များကို ခဏခဏ အသစ်သစ်ဖြစ်ဖြစ်သမျှ မလစ်မလပ် မပြတ်မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် မှတ်ရှုတိုင်းမှာပင် ကုန်သော သဘော ပျောက်သောသဘောကို အနိစ္စဟု လည်းကောင်း၊ အခံခက်သော သဘော ငြိုငြင်ပင်ပန်းသောသဘောကို ဒုက္ခဟုလည်းကောင်း၊ မိမိ၏ အကြိုက်သို့ မလိုက်ပါသောသဘော၊ အလိုကျ မဖြစ်သော သဘော၊ အလိုမကျ ဖြစ်သောသဘောကို အနတ္တ အစိုးမရဟု လည်းကောင်း၊ ဆင်ခြင်သုံးသပ် မှတ်ရှုဖန်များလာ၍ သမ္မသနဉာဏ် ရင့်သန်ထက်မြက်လာသော်၊ ပေါ်လာဖြစ်လာသော ရုပ်နာမ်တို့၏ မမြဲသော အနိစ္စသဘော ဆင်းရဲသော ဒုက္ခသဘော အစိုးမရသော အလိုမကျသော အနတ္တသဘော အမြဲမပြတ် ဖောက်ပြန်သော ဝိပရိဏာမသဘောများ အလွန်လျှင် ထင်ရှားလာပေ၏။

သန့်ရှင်းခြင်းသို့–ထိုသို့ ထင်ရှားလာခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတို့အပေါ် သတ္တသညာ သတ္တဝါကောင်ဟူသော အမှတ်ဇီဝသညာ အသက်ကောင်ဟူသော အမှတ် ကင်းပျောက်၏။ ဤသတ္တသညာ ကင်းသောစိတ်ဖြင့် အနိစ္စဟု ဒုက္ခဟု အနတ္တဟု သုံးသပ်ရာ၌လည်း ဝိပဿနာရှုသော ငါဟူသည်မရှိ။ ဝိပဿနာ မှတ်ရှုသောစိတ်သာ ရှိသည်ဟု အမှန်ထင်ခြင်းကြောင့် ဒိဋ္ဌိလည်း ပျောက်၏။ ငါသည် ဝိပဿနာ မှတ်ရှုသော သူတည်းဟူသော တဏှာမာနကိုလည်း ခွာနိုင်၏။ ငါ၏ ဝိပဿနာဟူသော သာယာခြင်း နိကန္တိလည်း မဖြစ်။ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတရားတို့သည်သာလျှင် အချင်းချင်း မှတ်ရှုကြကုန်၏။ ဝိပဿနာကို မှတ်ရှုတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဟူသည် အလျဉ်းပင်မရှိ၊ မှတ်ရှုတတ်သော သင်္ခါရတို့က၊ မှတ်ရှုအပ်

သော သင်္ခါရတို့ကို ရှု၍ရှု၍ တခဏခြင်း၊ ထိုအာရုံ အာရမ္မဏိက အလုံးစုံသော သင်္ခါရတရားတို့သည် ဖြစ်ကြပြီး၍၊ တခဏခြင်း အလျင်းပင် ကွယ်ပျောက်ကုန်၍ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘော တရားမျှသာလျှင်တည်းဟု ယောဂီ၏စိတ်တွင် ထင်ထင်ရှားရှား သိမြင်လာပေ၏။ ထိုအခါ သမ္မသနဉာဏ် သန့်ရှင်းခြင်းသို့ ရောက်ပြီ မှတ်လေ။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်

ကုန်ကုန်နေသည်–သန့်ရှင်းစင်ကြယ်၍ သမ္မသနဉာဏ် တစ်ဖက်ကမ်းသို့ ရောက်ရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ခဏမစဲ အမြဲ မပြတ် အသစ်သစ် ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်များကို မပြတ်မှတ်ရှုနေ သော် ယခင်သမ္မသန ဉာဏ်တုန်းကလို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟု သုံးသပ်ဆင်ခြင်မှု မဖြစ်တော့ဘဲ မပြတ်မလပ် အမှတ်ကိုသာ ရှုးစိုက်မှတ်နေတော့၏။ မှတ်ပါများလာသော် ခဏပေါ်လာလိုက် မှတ်လိုက်၊ ပေါ်လာလိုက်မှတ်လိုက်နှင့်ပင် မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း ပေါ်လာသော အာရုံရော မှတ်တဲ့စိတ်ရောပျောက်ပျောက်ကုန်ကုန် နေသည်ကိုသာ သိလာထင်လာပေသည်။ ပမာအားဖြင့် ထိုင်နေခိုက် ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မှတ်က မှတ်စိတ်ကလေးများ တစ်မှတ် တစ်ခါ မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက် မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက်နှင့် မှတ်တိုင်း ပျောက်ပျောက်နေသည်ဟု ထင်လာသည်။ လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်ဟု မှတ်က လှမ်းမှုရော မှတ်စိတ်ရော ပျောက်ပျောက်ကုန်ကုန်နေသည်ကို သိမြင်လာ၏။ ဥပမာအားဖြင့် ကြားရသော အသံများ ကြားလိုက်

ပျောက်လိုက် ကြားလိုက်ပျောက်လိုက် ဖြစ်နေသလို ထင်ရပေ၏။ ထိုင်နေခိုက် ထိုင်တယ်ထိုင်တယ်ဟုမှတ်က ထိုင်သော ကိုယ်တစ်နေရာရာမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော နာမှု ကျင်မှုကလေးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာ၍ နာသည်ကို နာတယ်နာတယ်ဟုမှတ်က တစ်ခါမှတ်တစ်ခါ ပျောက် တစ်ခါမှတ်တစ်ခါပျောက် မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အာရုံရော မှတ်စိတ်ရော ပျောက်ပျောက်သွားသည်ကို သိပေ၏။ ကျင်လာ၍ ကျင်သည်ကို ကျင်တယ် ကျင်တယ်ဟု မှတ်က ကျင်မှုရော မှတ်စိတ်ရော ပျောက်ပျောက်သွားသည်ကို တွေ့နေ၏။ ဤလိုအားဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဖြစ်ရုပ်များကို မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း ပျောက်ပျောက်နေသည်ဟု ထင်မှု သိမှုများ အပျက်ထင်မှုပင် ဖြစ်ပေါ်ပြီး ပျက်ခြင်း ကြောင့် အဖြစ်အပျက် ထင်မှုဖြစ်၏။

ဉပက္ကိလေသာများ ပေါ်လာပုံ

ပေါ်လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ်အာရုံများကို မပြတ်မှတ်နေသော ယောဂီမှာ မြင်ခိုက်ကို မြင်တယ်မြင်တယ်မှတ်က မြင်မှုလဲပျောက် မှတ်မှုလဲပျောက်၊ ကြားခိုက်ကို ကြားတယ်ကြားတယ်မှတ်က ကြားမှုလဲ ပျောက် မှတ်မှုလဲပျောက်၊ ဤနည်းလျှင် ဖြစ်ပေါ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်တိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုသဖြင့် ဖြစ်လိုက်ပျက်လိုက်နှင့် ဖြစ်ပျက်များကို စတင်မြင်သိလာပါတော့သည်။ ထိုကဲ့သို့ အဖြစ်နှင့်အပျက် အာရုံပေါ်လာစအခါတွင် ယောဂီ၏စိတ်များလဲ အထူးကြည်လင်လာရကား ကိုယ်ခန္ဓာမှ မဖြစ်စဖူး ထူးခြားသော ဖြစ်ရုပ်များလဲ ပေါ်လာဖြစ်လာတတ်ပါသည်။

လင်းနေသည် - ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သော သဘောများမှာ အလင်းရောင်များ နှစ်သက်မှုများ ငြိမ်းအေးမှုများ၊ ချမ်းသာမှုများ ယုံကြည်မှုများ ဤသို့ စသည် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါသည်။ ဒီအထဲမှာ အလင်းရောင်ဆိုတာက အချို့သော ယောဂီများမှာ မိမိကိုယ်မှ အလင်းရောင်များ ထွက်ပေါ်လာသည်ကို တွေ့မြင်ရပေ၏။ အချို့မှာ တစ်လံပတ်လည် လင်းနေတတ်၏။ အချို့မှာ တစ်ခန်းလုံး လင်းနေ၏။ အချို့မှာ တစ်ကျောင်းတိုက်လုံး လင်းနေတတ်၏။ အချို့မှာ တစ်ဂါဝုတ် နှစ်ဂါဝုတ်ခန့် အဝေးကိုပါ လင်းနေတတ်၏။ ယောဂီဘုန်းကြီး တစ်ပါး ပြောဖူးသည်မှာ သူတရားအားထုတ်နေသော ကျောင်းတိုက်ကြီးအားလုံး ထိန်လင်းနေသည်ကို တွေ့နေရပါသတဲ့၊ ဤသို့လည်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဩဘာသဖြစ်ပုံ- ဤလိုကိုယ်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဩဘာသ အလင်းရောင်များကို မူလအမှတ် မပြတ်မလပ် မှတ်မြဲ မှတ်နေပါက မကြာမီပင် ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။ ပီတိနှစ်သက်မှု၊ အချို့သော ယောဂီများမှာ ထူးထူးခြားခြား နှစ်သက်မှုများလဲ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်လေသည်။ ဖြစ်ပေါ်ပုံမှာ မှတ်ရှုနေစဉ် အမှတ်ပြု သော အာရုံများ ဖြစ်ပျက်နေသည်ကို တွေ့မြင်သိရှိနေရ၍ အလွန် အကျူး ထူးထူးခြားခြား နှစ်သက်မှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါသည်။ ဖြစ်ပေါ်ပုံမှာ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ကိုယ်၌ စိုးစိုးစိမ့်စိမ့် အနည်းငယ်မျှ ကြက်သီးမွေးညှင်းများ ထစေ ဖြစ်စေနိုင်သော ခုဒ္ဒကာပီတိ၊ အထက် ဖြစ်သော ကိုယ်၌ ကြက်သီးမွေးညှင်း တစ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ထစေ၍ လျှပ်စစ်ပြက်သကဲ့သို့ ခဏခဏအားဖြင့် ဖြစ်၍ဖြစ်၍ ငြိမ်းသော၊

ခဏိကာပီတိ၊ အထက်အောက်ဖြစ်သော တစ်ကိုယ်လုံး၌ မည်သည့် အရပ်မှ အလပ်မရှိ ကြက်သီးမွေးညှင်းတို့ကို ထစေဖြစ်စေခြင်းငှာ စွမ်းနိုင်သော မပြတ်စပ်ကာ အလှိုင်းလှိုင်း ပြည့်၍ ပြည့်၍ တက်၍ ဖြစ်တတ်သော ဩက္ကန္တိကာပီတိ။ ကောင်းကင်ထက်သို့ ခုန်တက် အံ့သော အရာကဲ့သို့ အလွန်ပေါ့ပါး တက်ကြွသော ကိုယ် အဟုန် ရှိသည်၏ အဖြစ်သို့ ရောက်စေနိုင်သော ဥဗ္ဗေဂါပီတိ။ လဲဝါဂွမ်း၌ ဆီ၏ နှံ့ခြင်းကဲ့သို့ ကိုယ်အလုံး၌ တစ်အောင့်တစ်မဟုတ် ကာလပတ် လုံး အလျင်မပြတ် တစ်စိမ့်တည်းစိမ့်၍ စိတ်၏ ငြိမ်သက်နှစ်မျို့ခြင်း ပြည့်ဖြိုးခြင်းကို ဖြစ်စေနိုင်သော ဖရဏာပီတိ၊ ဤသို့ ငါးမျိုးသော ပီတိမျိုးလည်း ဖြစ်တတ်ပေသည်။

ပဿဒ္ဓိငြိမ်းအေးပုံ– အချို့သော ယောဂီများမှာ ဖြစ်ပေါ်လာ တိုင်းသော အာရုံများကို အမြဲမပြတ် နေ့ညဥ့်ပတ်လုံး မှတ်ရှုနေပါ သော်လည်း ကိုယ်စိတ်တွင် ပင်ပန်းနွမ်းနယ် လေးလံထိုင်းမှိုင်းခြင်း မဖြစ်ဘဲ အလွန်ပင် ငြိမ်းချမ်း ပေါ့ပါးဖြောင့်မတ် နူးညံ့သောကိုယ် စိတ်တို့၏ အလွန် သက်သာမှု ငြိမ်းအေးမှု ဖြစ်၍ နေတတ်ပေသည်။

သုခချမ်းသာပုံ–အချို့သော ယောဂီများမှာ ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ငြိမ်းအေးမှုကို ရရှိနေ၍ ပူပန်မှုများ ကင်းပျောက်လျက် တစ်ခါဖူးမှ မတွေ့မကြုံ မခံစားရဘူးသော အရသာထူးကို ခံစားရလို့ ရှေးရှေးသော အချိန်ကာလများက မတွေ့ဘူး မရဘူးသော ဓမ္မသုခခေါ် ကိုယ်ရော စိတ်ပါ အလွန်ချမ်းသာခြင်းလည်း ဖြစ်တတ်၏။

အဓိမောက္ခသဒ္ဓါ– အချို့သော ယောဂီများမှာ ကိုယ် သန္တာန်ဝယ် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းသာမှုများ ဖြစ်လာပြီး ဝိပဿနာ

စိတ်တွေ ကြည်လင်သန့်ရှင်းလျက် ရှေးက ကြားဖူးသော ရုပ်နာမ်တရားများဖြစ်ပြီးက၊ မကြာလှဘဲ တခဏခြင်း ပျက်၏။ ဟူသည် ယခု မြင်နေရသော သဘောမျိုးပင်ဟု အထူးယုံကြည်မှုတွေ၊ ဤရုပ်နာမ်တရားများကို တိတိလင်းလင်း ဟောပြတော်မူသော ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ကိုလည်း အထူး ကြည်ညိုစိတ်တွေ ပေါ်ပေါက်လာခြင်း၊ ရုပ်နာမ်တရားများ ခဏမစဲဖြစ်ပြီးက ပျက်၊ ဖြစ်ပြီးကပျက်၊ ဖြစ်ပျက်နှစ်ရပ်တရစပ်ပင် မရပ်မနား အမြဲတစေ တွေ့မြင်နေရသည်ကိုလည်း အထူး ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတွေ များစွာ ပေါ်ပေါက်လာတတ်ပေသည်။

ပဂ္ဂဟဝီရိယ– မြတ်စွာဘုရားရှင်နှင့် အားထုတ်အပ်သော တရားတော်မြတ်ကို ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရားတွေ တိုးတက်ဖြစ်ပေါ်လာသော ယောဂီသည် မိမိအားထုတ် မှတ်ရှုနေသော တရားများကို အထူးအားရ တက်ကြွလျက် မနေမနား နေ့ညဥ့်များ၌ အလွန့်အလွန် အားထုတ်သော ကြိုးစားမှုတွေ များလာတဲ့ ပဂ္ဂဟခေါ် လုံ့လ ဝီရိယများလည်း ယောဂီသန္တာန်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပေ၏။

သတိ–အားထုတ်ကြိုးစားမှုတွေ အထူးထင်လာသော ယောဂီသည် ရှေးအခါက ပြုလုပ် အားထုတ်ဖူးသော သတိမရပဲ ပျောက်ကွယ်နေပြီဖြစ်သော အာရုံဟောင်းများလည်း မမျှော်လင့်ဘဲနှင့် ပေါ်လာထင်လာသော သတိအထူးသည် လည်းကောင်း ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ် အာရုံများကိုလည်းကောင်း၊ အလွယ်တကူ အမှတ်ပြုနိုင်သော သတိအထူးသည်လည်း ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပေ၏။

ဉပဏ္ဍာ–ဆိုအပ်ပြီးသည့်အတိုင်း ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ တရားတို့၏ ဖြစ်မှု၊ ပျက်မှု။ ဖြစ်ပျက်သည်များကို အထင်အမြင် များလာသဖြင့်

ထိုသင်္ခါရ တရားတို့၌ တွယ်တာခြင်း၊ ခင်မင်ခြင်း မရှိသောကြောင့် အမှန်ယစ်သော ဆင်ပေါက်တို့၏ အစွမ်းကို ရယူအံ့ဟု အားထုတ်သော ယောကျ်ားသည် ထိုဆင်ပေါက်၏ ရဲရင့်ကြမ်းတမ်းပုံကို မြင်ရ တွေ့ရသဖြင့် ထိုဆင်ပေါက်မှ လည်းကောင်း၊ ဆင်စွယ်မှလည်းကောင်း စွန့်လွှတ်ပြီး လျစ်လျူရှုကာ ထွက်ခွာသွားသလို၊ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ တရားတို့၌ ဖြစ်ပျက်မစဲတသဲသဲအခြင်းအရာကို မြင်၍ နှစ်သက် သာယာမှု ကင်းခြင်း၊ လျစ်လျူရှုခြင်း လက္ခဏာရှိသော အာပဇ္ဇနုပေက္ခာ ဝိပဿနုပေက္ခာ ဟူသော ဉပေက္ခာအထူးသည်လည်း ဖြစ်ပေါ်တတ်၏။

နိကန္တိ–နှစ်သက်ခြင်း၊ သင်္ခါရတရားတို့ကို ခဏခဏ ဖြစ်လိုက်ပျက်လိုက်နှင့် ဖြစ်ပျက်ဟန်များကို သန့်ရှင်းစွာ ထင်မြင်လာသည်ကို စွဲ၍ ဖြစ်သော ဩဘာသပီတိ ပဿဒ္ဓိ သုခအဓိမောက္ခ ပဂ္ဂဟသတိ ဉပက္ခော ဖြစ်ရပ်အထများကို ရှေးက မရစဖူး ထူးမြတ်သော ဩဘာသပီတိ စသည် ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံများ၌ တပ်မက်မှု တဏှာဟူသော လောဘသည် မသိမသာ သိမ်မွေ့စွာ နှစ်သက်ခြင်း နိကန္တိ ဖြစ်ပေါ်လာပေ၏။ ဤ ၁၀ ပါးသော ဝိပဿနုပက္ကိလေသ တို့တွင် ရှေ့ဩဘာသ စသော ၉–ပါးတို့သည်၊ ဥဒ္ဓစ္စ တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိတို့၏ ဖြစ်ကြောင်း ဖြစ်သောကြောင့် ဉပက္ကိလေသ မည်ကုန်၏။ မိမိတို့ကား ဥပက္ကိလေသာ မဟုတ်ကုန် နောက်ဆုံးဖြစ်သော နိကန္တိ သည်ကား မိမိသည်လည်း အကုသိုလ် တဏှာဟူသော ညစ်ညူး ကြောင်း ကိလေသာဖြစ်သောကြောင့် ဉပက္ကိလေသ မည်၏။

စင်ကြယ်တာ–ဩဘာသ စသော ဉပက္ကိလေသများ ဖြစ်

ပေါ်ခဲ့သော် မှတ်ရှုမြဲအတိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ မပြတ်မလပ် မှတ်ရှုနေပါက ထိုဩဘာသ စသည့် ညစ်ညူးကြောင်း ထိုဥပက္ကိလေသတို့မှ လွတ်မြောက်သွားနိုင်သည်။ ဤသို့နှလုံးသွင်း မှတ်ရှုသွားနိုင်ခြင်းသည် လောကကုတ္တရာ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၏ လမ်းမှန်ပဲ၊ အလင်းရောင်စသည်တို့ကို ကြည်နူးနှစ်သက်နေခြင်းက လမ်းမှားပဲဟု လမ်းမှန်လမ်းမှားကို ပိုင်းခြားဝေဖန်ကာ ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်တာက မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏ ဒဿန ဝိသုဒ္ဓိဟု မှတ်ပါလေ။

ပြုပြင်ပေးရ– အလင်းရောင် အစရှိတဲ့ အထူးတွေကို တွေ့တဲ့အခါ မှာ ဗဟုသုတရှိတဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင်တော့ ဒီအလင်းရောင်တွေပီတိ ပဿဒ္ဓိတွေကိုတော့ တွေ့နေပြီး ဒါတွေကို စဉ်းစားနှစ်သက်နေရင်တော့ လမ်းမှားနေတာပဲ၊ ဝိပဿနာပျက်နေတာပဲ၊ ဒါတွေကိုမစဉ်းစားဘဲ နှလုံးမသွင်းပဲ အမှတ်ကိုသာ မပြတ်မှတ်နေမှ လမ်းဖြစ်ပြီး ရှေ့ကို တိုးတက်သွားမှာပဲလို့ ဒီလို သူ့ဟာသူပဲဆုံးဖြတ်သွားတတ်ပါတယ်၊ ဗဟုသုတရှိပေမယ့်လို့ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ထူးထူးထွေထွေ ဖြစ်လာတာကို သဘောကျနေတတ်ကြတယ်။ **ဗဟုသုတမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ဒီလိုထူးထူးခြားခြားတွေကို တွေ့ရတော့တရားထူး မဂ်ဖိုလ်မှတ်ပြီး သာယာနေတော့တာပဲ၊ ဒီလို သာယာလက်ခံနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာက ပြုပြင်ပေးရတယ်။** ဒီလိုအလင်းရောင် စသည်များဟာ မဂ်ဖိုလ်မဟုတ်သေး၊ ရှေ့ကို ဆက်လက်မှတ်ရှုသွားက ထို့ထက်ကောင်းမွန်တဲ့ ထူးမြတ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ အရသာကို ရနိုင်ပါတယ်ဟု နိုးဆော်တိုက်တွန်း ပြုပြင်ပေးရပါတယ်။

အပိုင်းအပိုင်း–ဒီလို ဆရာက ပြုပြင်ပေးလို့ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံများကို မပြတ်မလပ် အမြဲမှတ်သွားပါက ယခင်က ထက် ပိုလွန်ထင်ရှားတဲ့ ဖြစ်ပြီး ခဏပျောက်ပျောက်ပျက်ပျက်သွားပုံလေးတွေကို ထင်ထင်ရှားရှား ကောင်းစွာ တွေ့မြင်လာပါသည်။ တွေ့မြင်ရပုံမှာ လှမ်းတယ်ဟု မှတ်က ခြေကြွသည်မှစ၍ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့သဘော၊ ကြွမှုလဲခဏခြင်း ပျောက်သွားတဲ့ သဘော၊ လှမ်းမှုလဲ ပျောက်သွားတဲ့ သဘော၊ ခြေချမှုလဲပျောက်သွားတဲ့ သဘော၊ ခြေလှမ်း တစ်ခုတည်းမှာပင် အဆင့်ဆင့်ပျောက်တဲ့ သဘောများ ပိုမို ထင်ရှားလာပေ၏။ ကွေးမှုကို မှတ်ရာ၌ ကွေးစမှာစ၍ ကွေးမှုအဆင့်အဆင့် တရွေ့ရွေ့ ဖြစ်၍နေသော သဘောများကို တွေ့ရပေသည်။ တစ်ပိုင်းစီ တစ်ကန့်စီ အပိုင်းအပိုင်း အကန့်ကန့် ဖြစ်နေသလို ထင်ရ၏။

ဉာဏ်ရင့် – ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ်နာမ်များသည် အဆင့်ဆင့် တရွေ့မှတရွေ့မရောက်ဘဲ ပျောက်ပျောက်ကုန်ကုန် နေကြသည်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ထင်ရှားနေတယ်၊ ဒါကြောင့် ပရမတ် ဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်တွေဟာ တစ်နေရာမှ တစ်နေရာကို မရွေ့နိုင်ဘဲဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သူ့နေရာမှာပဲ ချုပ်ပျောက်သွားကြတယ် ဆိုတာဟာ၊ ဒီဉာဏ်ရောက်တော့ ကိုယ်တိုင်တွေ့လို့ ရှင်းနေတယ်။ ဒီလို ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက် ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက်နဲ့ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ အခြင်းအရာတွေကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်းမှာ တွေ့မြင်ပုံတွေ ထင်ရှားပြတ်သားစွာ သိသိသွားတာဟာ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အရင့်လို့ ခေါ်တယ်။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်စအနုမှာ ဝိပဿန ပက္ကိလေသာများ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပြီး

အဲဒီ ဥပက္ကိလေသာများမှ လွတ်မြောက်၍ အဖြစ်အပျက်ကို ပိုင်းခြား ထင်ထင် သိမြင်လာသော ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ်ရင့်ဟု မှတ်။

ရှင်းရှင်းလင်းလင်း – အဲဒါ ရင့်တဲ့ ဥဒယဗ္ဗဉာဏ်ကို ရောက် နေရင် မှတ်လို့လဲလွယ်တယ်။ မှတ်ရလွယ်ပြီး ကောင်းနေတယ်။ မှတ်ခက်တာ မှတ်မကောင်းတာရယ်လို့ကို မတွေ့ရတော့ဘူး၊ အသိ ကလေးတွေကလည်း ရှင်းနေတာပဲ။ အထူးဂရုစိုက်ပြီး မှတ်လိုက်ရင် ပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက်နဲ့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိနေတာပဲ၊ အချိန်ကြာ သော်လည်း အမှတ်က ကောင်းမြဲ ကောင်းနေတယ်။

ဘင်္ဂဉာဏ်– ပေါ်လာဖြစ်လာသော အာရုံများကို မပြတ်မလပ် တရစပ် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီမှာ မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက်နှင့် လျင်လျင်မြန်မြန် ဖြစ်မှု ပျက်မှုတွေ အမြင်သန်၍ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ရင့်သန် ထက်မြက်လာသော ဖြစ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ် အာရုံများသည် သွက်လက် လျင်မြန်လာသည်ကို ယောဂီ၏ ဉာဏ်တွင် ကောင်းစွာ ထင်ရှား၍ ရှေ့နောက်မပြတ် တရစပ် မရပ်မနား ခဏပေါ်လိုက်၊ ခဏ ပျောက်လိုက်နဲ့ ဖြစ်ပေါ်မှုနဲ့ ပျောက်မှု မရပ်မနား အထပ်ထပ် မပြတ် ထင်မြင်လာရာ တရိပ်ရိပ် တထင်ထဲထင်လျက် ဖြစ်နေရာ မိုးရွာခိုက်တွင် အိုင်ထဲကန်ထဲမှ ရေမျက်နှာပြင်တွင် ရေပွက်များ မြင်နေရသလို၊ မိုးသေးမိုးပွားများ ကျန်ရေပွက်ကြီးငယ်များ တစ်ဖြုတ် ဖြုတ် တစ်ဖျပ်ဖျပ်နှင့် တရစပ် ပျက်နေသလို ထင်ရ၏။ ဤပျက်မှုတွေ မရပ်မနား အထပ်ထပ်နေက ဘင်္ဂဉာဏ်ဟုမှတ်။

လျစ်လျူရှုမြင် – ဤသို့သော အပျက်များကိုသာ မပြတ် တရစပ် ထင်နေသော ဘင်္ဂဉာဏ် အမြင်သန်လာသော်၊ ထင်လာ

ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ပေါ်လာသော အစဖြစ်မှု မထင်နိုင်တော့ပဲ ချစ်ချစ်ပူနေသော အိုးကင်း၌ ထိအပ်သော နှမ်းတို့၏သို့၊ တစ်ဖျပ်ဖျပ်မည်သံများကဲ့သို့ အပျက်သဘောမျှသာ ထင်ရှိနေတော့သဖြင့် ထိုအာရုံဖြစ်သော၊ ရုပ်နာမ်များ၌ ချစ်မုန်းမပြု ဝိပဿနာစိတ်လျစ်လျူပြု၍ နေပေသည်။ ဤဘင်္ဂဉာဏ်၏ အာရုံမှာ ဝိပဿနာစိတ်အစဉ်၌ ဇောမထင်တော့ပဲဝုဋ္ဌောကာဂ်ဝုဋ္ဌောဝါရမှာပင် ရပ်သည်များနေ၏။ ဇောကျသော်လည်း ချစ်၏ဟူ၍ မယူ၊ မုန်း၏ ဟူ၍လဲမယူ၊ လျစ်လျူပြု၍သာ နေပေသည်။

ပျက်သဘော–အပျက်ကိုသာ ထင်၍ နေသော ဘင်္ဂဉာဏ်နှင့် ပြည့်စုံနေသော ယောဂီသည် ထင်လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ်များ၊ ဝုဋ္ဌောခဏ ဇောမကျဘဲ ဇောကျသော်လည်း ရုပ်နာမ်အာရုံများကို ဝိပဿနာစိတ် လျစ်လျူရှုနေပုံကား မြင်သော ခဏ မြင်တယ်၊ မြင်တယ်ဟု မှတ်ရှုသဖြင့်၊ ထိုမြင်အပ်သော အာရုံ၌ မြင်ရုံမျှတွင် ရပ်တဲ့သွား၏၊ ပုဂ္ဂိုလ်သဏ္ဌာန်မပေါ် ယောကျ်ားမိန်းမ အနေ မထင် မှတ်တော့ပေ။ ကြားသော ခဏ၊ ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု အမှတ်ပြုသော ယောဂီသည် ကြားကာမျှ မတ္တ ကြားယုံမျှသာ ထင်၏။ ထိုကြားရာ၌ ဆိုသံပဲ၊ ဆဲသံပဲသာယာဖွယ် မုန်းဖွယ် မထင်လာတော့ပေ။ ဤပုံအားဖြင့် နံအပ်၊ စားအပ် ထိအပ်သိအပ်သော ထိုထိုအာရုံများ၌ မြင်ကာမျှ ကြားကာမျှ နံကာမျှ စားကာမျှ ထိကာမျှ သိခါမျှနှင့် အပြတ်အပြတ်ထင်လျက် အပျက်သဘောသာ ထင်လေသည်။

အပျက်အာရုံကို–အပျက်သာထင်၍ သဏ္ဌာန်နိမိတ် မထင်လာ

သော ဤဘင်္ဂဉာဏ် အချိုးတကျ ဖြစ်ရန် ထင်ရန် လွန်စွာ အရေးကြီးလှ၏။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဤဘင်္ဂဉာဏ် အချိုး မကျသေးလျှင် အထက်အထက် ဉာဏ်များလည်း အချိုးတကျ ဖြစ်ရန် မလွယ်ပါ။ ဘင်္ဂဉာဏ် စစ်မှန်မှ ဘင်္ဂဉာဏ် ထင်သော အပျက်သဘောများကိုပင် အထက်အထက် ဉာဏ်များက အပျက် အာရုံကို အစဉ်အာရုံ ပြုကြပါသည်။

ဒေသနာစာပေလာ ဘင်္ဂဉာဏ်

အပျက်အာရုံရှိသော ဘင်္ဂဉာဏ်၏ သဘောကို ဒေသနာအရ ဖော်ပြပါဦးမည်။

ရူပါရမ္မဏတာစိတ္တံ ဥပ္ပဇ္ဇိတွာ ဘိဇ္ဇတိ၊ တံအာရမ္မဏံ ပဋိသင်္ခါ တဿစိတ္တဿ ဘင်္ဂံ အနုပဿတိ။ (ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်)

ရူပါရမဏာတာ စိတ္တံ၊ ရုပ်ကို အာရုံပြုသော စိတ်သည်၊ ဥပ္ပဇ္ဇိတွာ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး၍ ဘိဇ္ဇတိ ပျက်သွား၏၊ အာရမ္မဏံ၊ မှတ်ရှိသော ထိုအာရုံကို ပဋိသင်္ခါ၊ ကုန်ဆုံးသွားသည်၊ ပျောက် ပျက်သွားသည်ဟု သိမှတ်ပြီး၍ တဿစိတ္တဿ၊ သိမြင်သော ထို စိတ်၏၊ ဘင်္ဂံ ပျက်သွားသည်ကို ဝါ ကုန်ဆုံး ပျောက်ကွယ်ခြင်း ဟူသော ပျက်ခြင်းကို အနုပဿတိ၊ တစ်ဆင့်ရှုပြန်၏တဲ့ ဤသို့ ဆိုသော ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်နှင့်အညီ ဘင်္ဂဉာဏ်သဘော ဖြစ်ရမယ်၊ ထင်ပေါ်လာသော ရုပ်အာရုံဖြစ်ဖြစ်၊ နာမ်အာရုံဖြစ်ဖြစ် ပေါ်လာတဲ့ အာရုံကို မှတ်ရှုလိုက်ယင်၊ အဲဒီ မှတ်ရှုတဲ့ အာရုံအစပိုင်း ဖြစ်မှု မထင်တော့ဘဲ ဆုံးသွားတာ ကုန်သွားတာ ပျောက်သွားတာကိုသာ

ထင်ရှားတွေ့ရမယ်။ ပုံဟန်သဏ္ဍာန် ဒြပ်လဲ မထင်ရှားရဘူး၊ ပြီးတော့ အဲဒီ မှတ်ရှုလိုက်တဲ့ အသိစိတ်ကလေးလဲ ကုန်ဆုံးပျောက်ပျက်သွားတာကိုလဲ ထင်ရှားတွေ့ရမယ်၊ ဒီလို အာရုံရော မှတ်စိတ်ရော ရှေ့ဆင့်နောက်ဆင့် တစ်ရိပ်ရိပ်နဲ့ ပျောက်ပျောက်သွားတာကိုချည်း မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း တွေ့တွေ့နေမယ်တဲ့၊ ဒီလိုတွေ့မှလဲ ပေါ်လာသမျှ အာရုံတွေကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တထင်နိုင်တာ၊ မှတ်ရှု နှလုံးသွင်းနေတဲ့စိတ်ကိုလဲ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တထင်နိုင်တာ၊ ဒီလိုမဟုတ် ပါဘဲနဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အာရုံလောက်သာ ပျောက်သွားတာလို့ ရှုပြီး အဲဒီ ရှုမှတ်နေတဲ့စိတ် ပျက်သွားတာကို တော့ ကိုယ်တိုင်ထင်ထင် မတွေ့မြင်ဘူးဆိုယင် အဲဒီ မှတ်ရှုနေတဲ့ စိတ်ကို မြဲနေတဲ့ ငါကောင် လို့ စွဲလမ်းတော့မှာပဲ၊ ဒါကြောင့် မှတ်ရှုနေတဲ့ စိတ်ကလေးရော ပျောက်ပျောက်သွားတာကို သိဖို့လိုတယ်၊ ဒီလိုသိပါမှလဲ ဘင်္ဂဉာဏ် ဖြစ်ပုံထင်ပုံသဘာဝကျတယ်။

သိပုံက–ဒီဘင်္ဂဉာဏ်က နောက် ဘယ အာဒီနဝ နိဗ္ဗိန္ဒ၊ မုဉ္စိတုကမျတာ၊ ပဋိသင်္ခါ သင်္ခါရုပေက္ခာ၊ အနုလောမဆိုတဲ့ အထက်ဉာဏ်တွေဟာလဲ ဘင်္ဂဉာဏ်သိပုံ ထင်ပုံအတိုင်းချည်းပါပေ။ အာရုံရော မှတ်စိတ်ရော ပျောက်ပျောက်သွားတာကိုချည်း သိသွား ထင်သွားကြတာပဲ၊ ထူးတာကတော့ ကြောက်တဲ့အချင်းအရာ၊ အပြစ်တင်တဲ့ အချင်းအရာ ငြီးငွေ့တဲ့အချင်းအရာ အဲဒီလို အချင်းအရာကလေးတွေ ပိုလာတာလောက်ပဲ ထူးကြပါတယ်။ မှတ်ရှုရာမှာ သိပုံကတော့ အာရုံနဲ့အသိ တစ်ကုန်ထဲကုန်၊ တစ်ပျောက်ထဲ ပျောက်နေတာချည်း သိသွားကြတာပါပဲ။

ဘယဉာဏ်

အပျက်ချည်းသာထင်တဲ့ ဘင်္ဂဉာဏ်ရင့်သန်၍ တစ်ဖက်ကမ်း ရောက်သော် ခဏမစဲတစ်ဖွဲဖွဲ တစ်ရိပ်ရိပ် တစ်လှုပ်လှုပ် တစ်ဖြုတ်ဖြုတ်နဲ့ ပျောက်ပျောက်ပျက်ပျက် ကုန်ကုန်နေသည်ကို အစဉ်မပြတ် တွေ့မြင်နေရသော ယောဂီသည် သြော် ဤရုပ်နာမ်တရားများသည် တခဏမျှ လျှပ်တပြက်အတွင်းမှာပင် ပျက်စီးနေကြသည်ဟု ကြောက် လန့်ထိတ်လန့်ဖွယ်ပါတကားဟု မျက်မှောက် တွေ့ရှိနေသော ပစ္စုပ္ပန် ခဏ၌ ထင်နေသော အပျက်အာရုံများကို နည်းတူပြု၍ ရှေးရှေးက ဖြစ်ပျက်သမျှသော ရုပ်နာမ်တရားများသည်လည်း ဤပုံနည်းလျှင် ပျက်ကြသည်ချည်းသာ ဖြစ်ပေမည်။ နောက်နောက်ကာလ၌ ဖြစ်လတ္တံ့ ရုပ်နာမ်များသည်လည်း အမှန်စင်စစ် ပျက်ရမည်ဟု ရှိရှိသမျှသော တေဘူမကသင်္ခါရ ရုပ်နာမ်များသည် ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသော ဘေးတို့သာတည်းဟု ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ အပျက်သဘောကိုမြင်၍ ဘေးဟုထင်သော ဘယဉာဏ်၏ အခြင်းအရာ လက္ခဏာသဘော ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ်အာရုံများသည် မရပ်မနား တခဏခြင်းပျက်သည်ကိုသာ တထင်ထဲထင်လျက် တမြင်တဲမြင်နေသော ပျက်မှုအစဉ်ကြီးကို ကြောက်ဖွယ် အတိပြီး သော ဘေးကြီးသဖွယ် ပမာဏအားဖြင့်၊ မြို့လုံးကျွတ်၊ ရွာလုံးကျွတ် လောင်နေသော မီးတောက်မီးလျှံတို့ဖြင့် ထိန်ထိန်တောက် တစ် ဟုန်းဟုန်း ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့မြင်ရသော ယောကျာ်းသည်၊ ကြောက်စိတ်၊ လန့်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာသော နည်းတူယောဂီ တွင်လည်း ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်များ၌ ကြောက်ဖွယ်လိလိ ဘေး

အတိသွာ အထင်ရှိပေသည်။

မှတ်ရှုဆဲခဏ၌ မိမိ၏ ခန္ဓာတွင် တွေ့မြင်နေရသော လျှင်စွာ လျှင်စွာ ခဏမစဲ တစ်ဖွဲဖွဲ ပျက်နေကြပုံများနှင့် ထပ်တူပြု၍ တေဘူမက ဖြစ်ဖြစ်သမျှသော ရုပ်နာမ်တရားများကိုလည်း ပျက်စီးနေသော အချင်းအရာအားဖြင့် ကြောက်ဖွယ်ကြီး ထိတ်လန့်ဖွယ်ကြီးဟု ထင်မြင်ဆင်ခြင်မိလေသည်။ ဤဉာဏ်၏ ကြောက်မှုမှာ လောကီလူသားများ တစ္ဆေသရဲ ကြောက်တဲ့ အကြောက်မျိုး မဟုတ်၊ ရန်သူကို ကြောက်တဲ့ အကြောက်မျိုးမဟုတ်ဘူး၊ အမှန်မှာတော့ ခန္ဓာအစဉ်မှာ တစ်ရိပ်ရိပ် တစ်ဖွဲဖွဲ အမြဲတရစပ် ပျက်ပျက်နေတာတွေကို ကြောက်စရာလို့ ထင်တဲ့ စိတ်တွေအစဉ် ဖြစ်နေတာပါပဲ၊ ဒါကြောင့်-

(ဆောင်) မှတ်ရှုတိုင်းတွင် အပျက်မြင်၊ ကြောက်ဖွယ်ထင်တာက ဘယဉာဏ်။ အာဒီနဝဉာဏ်။

ဘယအာဒီနဝ နိဗ္ဗိန္ဒာဆိုတဲ့ ၃-ခုက သဘောအားဖြင့် အတူတူ တစ်ဉာဏ်တည်းပါပဲ၊ အနုစား၊ အလတ်စား၊ အရင့်စားလောက်သာ ကွဲပြားတာ၊ ဒါကြောင့် ဘယဉာဏ်ဖြစ်ပြီးနောက် ယောဂီမှာ ဆက်လက်ပြီး မပြတ်မှတ်နေယင် တယ်မကြာခင်မှာဘဲ ဘေးထင်တာက အပြစ်တွေ မြင်လာတဲ့ အာဒီနဝဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ မကြာဘူး ဆိုပေမယ့်လို့ ပုဂ္ဂိုလ်အလိုက် အချို့မှာတော့လဲ အခိုက်အတန့် ကြာတတ်ပါတယ်၊ မပြတ်အောင်သာ ပေါ်လာခိုက် အာရုံများကို မှတ်ရှုနေယင် တစ်ရိပ်ရိပ် တစ်ဖြုတ်ဖြုတ်နဲ့ ပျောက်ပျက် နေတာတွေကို ကြောက်သလိုလို ဖြစ်နေရာက မကောင်းဘူးလို့လဲ ထင်လာတယ်။ ရွံစရာအနေနဲ့လဲ ထင်လာတတ်တယ်၊ မုန်းစရာ အနေနဲ့လဲ ထင်လာ

တတ်တယ်။ မွှမွှကျဲပြီး ပျက်သွားတော့မလိုလို၊ တစ်ကိုယ်လုံး တစ်ကောင်လုံး၊ ကျက်သရေ မရှိတဲ့အနေနဲ့လဲ ထင်လာတတ်တယ်၊ ကိုယ်ကောင်ကြီးက တစ်မျိုးတစ်မည် ဖြစ်သွားနိုလိုလို မတင့်တယ်တဲ့ အနေထင်နေတတ်မြဲ။ မကောင်းဘူး မတင့်တယ်ဘူး စတဲ့ အထင်မျိုး တွေဟာ အပြစ်မြင်တာ အာဒီနဝဉာဏ်ထင်တာပါပဲ။

(ဆောင်) မှတ်ရှုတိုင်းတွင်၊ အပျက်ထင်၊ အပြစ်မြင်တာက အာဒီနဝ ဉာဏ်၊ နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်။

ငြီးငွေ့ဘွယ်– ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်အာရုံများကို မပြတ်မလပ် မှတ်ရှုနေသော ေ ယာဂီသည်၊ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အပျက်တွေထင်၊ အပြစ်တွေမြင်၍ တော်တော်လေးကြာတော့၊ သာယာဖွယ် နှစ်သက် ကျေနပ်ဖွယ်ရာ မတွေ့ရတော့ဘဲ၊ ပျင်းခြောက်ခြောက်ကြီးဖြစ်ပြီး ငြီးငွေ့စရာကြီး ဖြစ်လာတယ်။ ပျော်စရာကောင်းတဲ့အနေ ဘာတစ်မျှ မထင်မမြင်တော့၊ နွေရာသီ ကွင်းပြင်ကျယ်ကြီးမှာ ခရီးရှည်သွားရသလို ပျင်းစရာကောင်းတဲ့ ခြောက်သွေ့သွေ့ကြီး ဖြစ်နေတတ်တယ်။ ဒီလို ပျင်းခြောက်ခြောက်ကြီး သာယာဖွယ်မရှိ ထင်နေတဲ့ စိတ်အစဉ် များကိုလည်း မှတ်ရှုပစ်ရပါ တယ်။ အကယ်၍ အဲဒီ ပျင်းစိတ်များကို နိုင်နိုင် မမှတ်လျှင် တကယ်ပျင်းပြီး သွားတတ်ပါတယ်၊ ဒီဉာဏ်ဟာ ပျင်းဖွယ် ငြီးငွေ့ဖွယ်ဖြစ်ပြီး မပျော်မရွှင်ဖြစ်သော အခိုက် ဖြစ်ပါတယ်။ အမှန်မှာတော့ ထင်လာမြင်လာတဲ့ အာရုံတွေက တစ်ပျက်ထဲပျက် နေတာ တွေ့ရတော့ သာယာဖွယ်မရှိ ငြီးငွေ့သာ ဖြစ်နေပါတယ်။ လောကဥပမာအားဖြင့် ပြစ်မှုတစ်ခုနဲ့ အချုပ်ခံနေရတဲ့ တရားခံလို၊ ယောဂီ၏ စိတ်မှာလဲ တေဘူမက ဘဝအချုပ်ထောင်မှာ နေရသလို

ပျင်းမုန်းကြီး ငြီးငွေ့နေရလေသည်။ ဤသို့ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အာရုံပျက်မှု တွေထင်ပြီး ဘေးတွေထင် အပြစ်တွေမြင်တော့ ငြီးငွေ့ဖွယ် ထင်တဲ့ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် ဖြစ်လာတာပါပဲ။

(ဆောင်) မှတ်ရှုတိုင်းတွင်၊ အပျက်မြင်၊ ငြီးငွေ့ဖွယ်ထင်တာက၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်။

အမှန်မသိကြ–ဒီ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်မှာ အချို့သော ယောဂီများ တောက်လျှောက် အတွေးရောက်တတ်ပုံမှာ ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ် ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ရရှိတဲ့ ဘဝ ဘာတစ်ခုမှ သာယာဖွယ် မမြင်၊ ဒါပေမယ့် ဝိပဿနာဉာဏ်အမြင် မရသူများမှာ ကောင်း သောဖြစ်ရပ်လို့ ဆိုရတဲ့ သူဌေးကြီး၊ လူချမ်းသာကြီး၊ မင်းကြီး ရာထူးတွေနဲ့ နေရတော့၊ ဘဝကို ကျေနပ်မှု သာယာမှုတွေ ဖြစ်နေ ကြတယ်။

[တကယ်အမှန်မှာတော့ ရုပ်နာမ်ရထားသူချင်း အတူတူ၊ အပျက် သဘောသာ ဖြစ်နေ၍၊ ကျေနပ်ဖွယ် မဟုတ်ပါပေ၊ အမှန်မသိကြ၍ သာယာဖွယ်ထင်ပြီး ကျေနပ်မှုနှင့် ပျော်ရွှင်နေကြသည်ဟု တွေးတော ဆင်ခြင်ကြသူများလဲ ရှိတတ်ပေသည်။]

အထူးမှတ်ရန် ဒီနေရာမှာ ဘယ၊ အာဒီနဝ၊ နိဗ္ဗိဒါဆိုတဲ့ ဉာဏ် ၃–မျိုးလုံးရဲ့ ဖြစ်ပုံ အကုန်ထင်ရှားတဲ့ ယောဂီလဲရှိတတ် တယ်။ ဉာဏ် ၂ မျိုးလောက်သာ ထင်ရှားတဲ့ ယောဂီလဲရှိတတ် တယ်။ ဉာဏ် တစ်မျိုးထဲ ထင်ရှားတဲ့ ယောဂီလဲ ရှိတတ်တယ်။ သို့ပေမယ့် ဒီဉာဏ် ၃–မျိုးက တစ်ဉာဏ်ထဲမို့ တစ်မျိုး နှစ်မျိုးဖြစ်သော၊

ထင်ရှားသော်လဲ ပြည့်စုံတယ်လို့ပဲ ဆိုရပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အနုအရင့် သဘောလောက်သာ ထူးလို့ပါပဲ၊ ဤဉာဏ် ၃-မျိုးက ကာမဘုံ၊ ရူပဘုံ၊ အ,ရူပဘုံလို့ ခေါ်ရတဲ့၊ ဘုံ ၃-ပါး၌ ရှိရှိသမျှ ရုပ်နာမ်အားလုံးကို နည်းတူပြု၍ မှတ်ရူလေသည်။

မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်

လွတ်ချင်လာတယ်-ပေါ်လာခိုက် အာရုံတွေကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း အပျက်တွေမြင်ပြီး၊ ငြီးငွေ့ပျင်းမုန်းကြီး ဖြစ်နေရာက တော်တော်ကြာတော့ မပျော်မရွှင် ငြီးငွေ့တာတွေက လွတ်ချင်လာတယ်။ ဒီနေရာမှာ ပျင်းတယ်ဆိုရင် အဲဒီနေရာက ထွက်ခွာသွားချင်တာလိုပေါ့လေ၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် ရင့်သန်လာတဲ့အခါမှာ အပျက်ကို တွေ့ရုံတွင် မဟုတ်သေးဘူး၊ ကိုယ်ထဲက မခံသာတဲ့ ဆင်းရဲတွေကိုလည်း တွေ့နေရသေးတယ်၊ ပေါ်လာပုံကတော့ ဖြစ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်၏ ပျက်မှုတွေ့ရ၍ ငြီးငွေ့နေတုန်း ထိုထိုဤဤ ကိုယ်ခန္ဓာ၊ ဒူး၊ ပေါင်၊ ခေါင်း စသည်မှ ကိုက်တာခဲတာ နာကျင်တာများ ပေါ်နေ၍ မပြတ်မလပ်တစ်မှတ်တဲ မှတ်နေရတော့ ပိုပြီး ငြီးငွေ့လာတယ်၊ အင်း၊ ဒီရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေနဲ့ မကင်းသ၍ ဒီဒုက္ခ ဆင်းရဲမှုတွေကတော့ တွေ့မြဲတွေ့နေမှာပဲ၊ ဒီရုပ်နာမ်မှ လွတ်မှ ဒီဒုက္ခဝဋ်က လွတ်မှာပဲလို့ လွတ်မြောက်လိုစိတ်တွေ တဖွားဖွား ပေါ်လာပါတော့တယ်။ ရုပ်နာမ်၏ ဆင်းရဲမှု ဒုက္ခမျိုးစုံကို တွေ့နေတော့ ထိုဒုက္ခမှ လွတ်လိုစိတ်တွေ လွတ်ချင်မှုတွေ ပေါ်လာဖြစ်လာတော့တာပါပဲ။

တကယ်မြင်ပြီ-ဥပမာပြောရရင် မြွေပါးစပ်ရောက်နေတဲ့

ဖားများလို ခြသေ့်၏ လက်တွင်းရောက်နေတဲ့ သားသမင်လို၊ အချုပ် အနှောင်ခံနေရတဲ့ အကျဉ်းသမားလို။ ထိုထိုအနှောင်အဖွဲ့မှ လွတ်လိုကြသော နည်းတူခန္ဓာတည်းဟူသော ဘဝနှောင် ဘဝထောင်သို့ ရောက်ရှိတွေ့ကြုံနေရသော ဒုက္ခမျိုးစုံ ဆင်းရဲပုံတို့မှ လွတ်လိုကျွတ်လို ထွက်မြောက်လိုစိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို မုဥ္စိတုကမျတာဉာဏ်ဟု ဆိုပါသည်။ အမြဲမပြတ် တရစပ် တစ်ပျက်တဲပျက်နေတဲ့ အခြင်းအရာတွေ ခန္ဓာကိုယ်မှ ဖြစ်ပေါ်လာနေတဲ့ ဆင်းရဲမှုဒုက္ခတွေဟာ သင်္ခါရ ဒုက္ခခေါ်တဲ့ ဒုက္ခတွေချည်းပဲ၊ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေဟာ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ရှိသော ဘုံဘဝအားလုံးပင် ဒုက္ခဖြစ်မှုနှင့် ကင်းနိုင်မည် မဟုတ်ကြပေ။ ဤရုပ်နာမ်ဖြစ်တဲ့ ဘုံဘဝမှလွတ်မြောက်ရာဟာ နိဗ္ဗာန်ပဲ။ ဒါကြောင့် ရုပ်နာမ် ဒုက္ခအားလုံးမှ လွတ်လိုတယ်။ လွတ်ချင်တယ်ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်ကို တစ်ကယ်လိုချင်တာပဲ၊ ယခင်က နိဗ္ဗာန်လိုချင်တယ်ဆိုတာကတော့ တော်ရုံပါပဲ၊ ဒီလိုရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ရပ်အဖုံဖုံ ဒုက္ခစုံတွေကို တွေ့ကြုံရ၍မဟုတ်၊ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ချမ်းသာတယ်၊ ပျော်စရာပဲ အလွန်စည်းကားသိုက်မြိုက်တဲ့ အဆောက်အအုံ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ်ခမ်းနားလှတဲ့ မြို့ကြီးလို၊ ချွေရန်သင်းပင်းတွေနဲ့ ပျော်စရာဟုထင်ပြီး လိုချင်တာမျိုးတွေ၊ အခု လိုချင်တာကတော့ ဖြစ်သမျှရုပ်နာမ်တို့၏ ဆင်းရဲဒုက္ခကို လက်တွေ့အကယ်မြင်ပြီး လိုချင်တဲ့ အစစ်အမှန် နိဗ္ဗာန်ပဲ၊ ဒီဉာဏ်က မျော်စင် ကနေပြီး မျှော်ကြည့်တာလို နိဗ္ဗာန်ကို လိုချင်၍ မျှော်ကြည့်တဲ့ဉာဏ်တဲ့။

(ဆောင်) **မှတ်ရှုနိုက်တွင်၊ အပျက်ထင်၊ လွတ်ချင်တာက၊ မုဥ္စိတုကမျတာဉာဏ်။**

ပဋိသင်္ခါဉာဏ်

အပျက်သဘော–ယောဂီမပြတ်မှတ်ရှုနေရတဲ့ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ တို့၏ မရပ်မနား ပျက်နေတဲ့ အပျက်သဘောတွေကို မြင်ဘဲမြင်နေရလို့၊ ထိုရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့မှ လွတ်မြောက်ရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျှော်လင့်ပြီး သင်္ခါရရုပ်နာမ်တို့မှ လွတ်ချင်တော့ ဘာလုပ်ရသလဲဆိုယင်၊ အဲဒီ သင်္ခါရရုပ်နာမ်တွေကိုပဲ မပြတ်မလပ်၊ အမြဲမှတ်ရှုမြဲတစ်ဖန် မှတ်ရှု နေရတာပဲ၊ သင်္ခါရဒုက္ခခေါ်တဲ့ ရုပ်နာမ်တို့မှ လွတ်မြောက်ချင်တဲ့ မျှော်မှန်းချက်နှင့် အထူးကြောင့်ကြစိုက်ပြီး မှတ်သွားရတာပါပဲ၊ ပဋိသင်္ခါဆိုရာမှာ ပဋိကတစ်ဖန်၊ သင်္ခါရကရှုတာ၊ ပေါင်းလိုက်တော့ သူ့အမည်ကို တစ်ဖန်ရှုတဲ့ ဉာဏ်လို့ ဆိုတာပါပဲ။ ဆင်းရဲဒုက္ခ တွေမှ သင်္ခါရဆိုတဲ့ ရုပ်နာမ်ဆင်းရဲဒုက္ခတွေမှ လွတ်မြောက်ချင် တာက မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်၊ လွတ်မြောက်အောင် တစ်ဖန်အားထုတ် ပြီး မှတ်ရှုတာက ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၊ ဒီတော့ လွတ်ချင်တာနဲ့ လွတ် အောင်အားထုတ်ပြီး မှတ်ရှုတာဟာ တစ်ဆက်ထဲပဲ၊ ဒါ့ကြောင့် ပဋိသင်္ခါဉာဏ်မှာလဲပဲ မခံသာတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေကတွေ့တုန်းပဲ၊ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာနှင့် ဆက်စပ်နေသမျှကာလပတ်လုံး နှိပ်စက်မှုကို အမြဲခံနေရ မည်သာ၊ ဤသို့သော နှိပ်စက်မှုတွေသည်ပင် ဘေးဆိုး ရန်ဆိုး အန္တရာယ်ဆိုးအနေ ထင်မှတ်နေသော ယောဂီမှာ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာတို့ မဖြစ်ရာ သုံးဘုံသော ဘဝဝဋ်မှ လွတ်မြောက်တဲ့နိဗ္ဗာန်ကို တစ်နည်း–ဝဋ်ဒုက္ခဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်တို့က လုံးဝလွတ်မြောက်တဲ့ နိဗ္ဗာန် ကို မျှော်မှန်းပြီး လွတ်မြောက်ရန် တစ်ဖန် အထပ်ထပ်ဆင်ခြင်တဲ့ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်စသည် တော့ဘူမက ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတို့ဖြစ်ရာ ရှိရာ

အလုံးစုံသောဘဝ၌ ဖြစ်ဖြစ်သမျှသော ရုပ်နာမ်တို့သည် မမြဲသော အနိစ္စသဘော၊ ဆင်းရဲသော ဒုက္ခသဘော၊ အစိုးမရ အလိုမကျသော သဘော၊ အနတ္တဟု အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် မှတ်ရှုဆင်ခြင်လေသည်။

ဆင်ခြင်ပုံများ

မခိုင်ခန့်သော–ဘဝသုံးပါး၌ ဖြစ်ဖြစ်သမျှသော ရုပ်နာမ်ခေါ် သင်္ခါရတရားများသည်ဖြစ်ပြီးက တစ်ခဏခြင်း ပျက်စီးကုန်ဆုံး တတ်သော သဘောဖြစ်၍ မမြဲအနိစ္စ၊ အခိုက်အတန့်မျှသာ တည် သည်ဖြစ်၍ မမြဲအနိစ္စ၊ မခိုင်ခန့်သော သဘောတစ်ခုမျှသာ ဖြစ်ရကား မမြဲအနိစ္စ၊ ဤသို့ စသည် မမြဲသော အနိစ္စအခြင်းအရာတို့ဖြင့်လည်း အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ဆင်ခြင်သုံးသပ်သော ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၊ (အနိစ္စအချက်။)

နှိပ်စက်ရကား–ဤရုပ်ခန္ဓာတို့သည် ခဏဖြစ်ခဏပျက်နှင့် အဆက်မပြတ် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းတို့ဖြင့် အမြဲမပြတ် နှိပ်စက်ရကား ဆင်းရဲဒုက္ခအလုံးစုံသော ဘေးအပေါင်းတို့၏ ပေါင်းဆုံ၍ ကျရာ ဖြစ်သောကြောင့်၊ ဆင်းရဲ ဒုက္ခ ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခများလှစွာသော ဘေးဥပဒ္ဒဝေါ၊ ရောဂါအန္တရာယ် ရန်မာန်အပေါင်း မကောင်းသော အဖြစ်မျိုးတို့၏ ဖြစ်ရာတည်ရာ စုပေါင်းကျရောက်ရာ ဖြစ်သောကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ ဒုက္ခ ဒုက္ခ (ဒုက္ခအချက်)

အရှိုးနှီးဖြစ်၍–အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတို့သည် ဤကိုယ်၏ အတွင်း၌တည်လျက် အလိုရှိရာသို့ မလိုက်မပါခြင်းကြောင့်၊ သူစိမ်း ပြင်ပသဖွယ်ဖြစ်၍ရကား အစိုးမရ အနတ္တ၊ ဤကိုယ်အလုံး၌

အဏုမြူမျှ အတုံးအခဲဃနဟူ၍ ဘာတစ်ခုမျှ အနှစ်သာရ ရှာမရ၍ အစိုးမရ အနတ္တ၊ ဤကိုယ်အလုံး၌ ဝါ-တစ်ကိုယ်လုံး၌ သုံးစွဲစရာ တစ်စုံတစ်ခု အနည်းငယ်မျှ အတွင်းအပြင် ရှာမရ မရှိရကား။ အစိုးမရ အနတ္တ။ ဤရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့သည် မိမိ၏ လိုရာမပြီး အချိုးနှီးသာဖြစ်၍ အစိုးမရ အနတ္တ အနတ္တ၊ ဤသို့ စသည် အနတ္တအခြင်းအရာများကို မှတ်ရှုဆင်ခြင်၏။ (အနတ္တအချက်)

အဖန်ဖန်ရှုသဖြင့်-အလုံးစုံသော သင်္ခါရတရားတို့၌ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ဆင်ခြင်သုံးသပ်၍ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတို့ ၏ အနိစ္စ၏အဖြစ်၊ ဒုက္ခ၏အဖြစ်၊ အနတ္တ၏အဖြစ်တို့ကို အဖန်ဖန်ရှုသဖြင့် အလွန့်အလွန်လွတ်လိုသော မုဥ္စိတုကမျတာဉာဏ် သန်သန်ဖြစ်ခြင်းသည်ပင်လျှင် ပဋိသင်္ခါနုပဿနာ ဖြစ်ပေသည်။ ၎င်း ဉာဏ်တစ်ပါးသည်ပင်လျှင် သင်္ခါရတရားတို့မှ အလွန်လွတ်လိုသော အခြင်းအရာများဖြင့် ဖြစ်ခြင်းကြောင့် မုဥ္စိတုကမျတာ ဉာဏ်လည်း မည်၏။ ထိုသို့ အလွန်လွတ်လိုခြင်း၏လည်း သင်္ခါရ တရားတို့၏ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု လက္ခဏာများကို ရှုပြီးသိပြီးသည်မှ အခြားမဲ့၌ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ပဋိသင်္ခါနုပဿနာဉာဏ်လည်း မည်လေသည်။

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်

အညီအမျှရှုနေတာ-ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့၏ အနိစ္စအခြင်းအရာ ဒုက္ခ အခြင်းအရာ အနတ္တအခြင်းအရာတို့ဖြင့် အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ထင်မှတ်ရှုသောပဋိသင်္ခါဉာဏ် ထက်မြက်ရင့်သန် အားပြည့်လာသော်၊ ယောဂီ၏ စိတ်၌ မှတ်ရှုအပ်သော ရုပ်နာမ်အာရုံများကို မှတ်ရ

လွယ်၏။ ပေါ့ပေါ့ပါးပါးသွက်သွက်လက်လက် အထူးကောင်းလာလေသည်၊ အာရုံများကို ရှာကြံစဉ်းစားမနေရတော့ဘူး၊ ရှေ့တစ်မှတ်သွားလျှင် နောက်တစ်ခု မှတ်စရာက ပေါ်လာတယ်။ အဲဒီလို ပေါ်လာသမျှ အာရုံများကိုလည်း မှတ်မိအောင် အထူးကြောင့်ကြ မစိုက်ရတော့ဘူး၊ သူ့အလိုလိုပဲ မှတ်မိသွားနေတယ်။ အဲဒီလို အာရုံပေါ်အောင်လည်း ကြောင့်ကြ မစိုက်ရ မှတ်နိုင်အောင်လည်း ကြောင့်ကြမစိုက်ရတော့ဘဲနဲ့ သူ့အချိန်နှင့်သူ လွယ်လင့်တကူ သိရုံမျှကလေး မှတ်သိနေတာဟာ၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်တဲ့၊ ဒီဉာဏ်ဟာ ပေါ်လာသမျှ အာရုံများကို ကောင်းတယ် ဆိုးတယ်လို့ မသုံးသပ် မစွဲလမ်းဘဲနဲ့ သိရုံမျှ သိသိနေတယ်၊ အဲဒါ အညီအမျှ ရှုနေတာပဲ၊ ဝါ–လျစ်လျူရှုနေတာပဲ၊ ပေါ်လာသမျှသော အာရုံများကို အထူးကြောင့်ကြမှု မပြုရဘဲ၊ အလိုလိုမှတ်ရှုသိနေသော အညီအမျှ ရှုနေတာ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်လို့ မှတ်ပါ။

ယာဉ်ယာဉ်သာသာနဲ့–ဒီသင်္ခါ ရုပေက္ခာဉာဏ် ဖြစ်လာသော ယောဂီမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်အာရုံများကို အထူးကြောင့်ကြ စိုက်မှု မပြုရတော့ပဲ မှတ်စရာအာရုံများကလည်း တစ်ခုပြီးတစ်ခု အလိုလို ထင်ပေါ်နေတယ်။ မှတ်သိနေတဲ့ ဝိပဿနာစိတ်ကလည်း သူ့အချိန်နဲ့သူ မှတ်လျက် မှတ်လျက် ဖြစ်နေတယ်။ ဒီလို မှတ်နေရာမှာလဲ ကောင်းတယ်–ဆိုးတယ်ဟူ၍ ဝေဖန်မှု မရှိတော့ဘဲ သိရုံမျှကလေး ယဉ်ယဉ်သာသာနဲ့ အညီအမျှ သိသိနေတယ်။

သိရုံမျှသိမှု–အညီအမျှ သိသိနေတဲ့ ဒီသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရင့်သန်လာသော ယောဂီမှာ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိမှု၊ သိမှု

ထိုထိုဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံစုများ၌ ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ ထိတ်လန့်ခြင်း၊ ချစ်နှစ်သက်ခြင်း၊ မုန်းတီးခြင်းများ၊ ဖြစ်ပေါ်မလာတော့ဘဲ အညီအမျှ ရှုလျက် သိရုံမျှကလေးသဘော၌သာ တည်ရှိနေပေသည်။ ဖြစ်ပေါ် သမျှအာရုံကို သိရုံမျှသိမှုသည် အညီအမျှရှုတဲ့ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ပဲ။

ထင်ထင်မြင်၏–အပြစ်ကိုမြင်သည်ဖြစ်၍ စွန့်ခွာအပ်ပြီးသော မယားဆိုးရှိသော ယောကျ်ားသည် စွန့်ထားသော မယားတွယ်တာမှု၊ နှစ်သက်မှု၊ ကပ်ငြိမှု မရှိတော့ဘဲ လျစ်လျူပြုစွန့်ထားသလို၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်အမြင် ရလာသော ယောဂီသည် ခဏမစဲ တဖွဲ့ဖွဲ့ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတရားတို့၌ ကြောက်ခြင်း၊ စိုးရိမ်ခြင်း၊ တွယ်တာနှစ်သက်ခြင်း မရှိတော့ဘဲ လျစ်လျူပြု ပြစ်ထားနိုင်ခြင်း သည်ဖြစ်၏။ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓအတွင်းအပြင် သင်္ခါရတရားတို့၌ အဘယ် တစ်စုံတစ်ရာ နှစ်သက်ဖွယ်ကြောင့်ကြဖွယ်ကိုမမြင်၊ အစိုးမရ အသာ ရကဖြစ်သော ရုပ်နာမ်အစုတို့သာတည်းဟု ထင်ထင်မြင်၏။ ထိုအခါ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်၏ တစ်ဖက်ကမ်းသို့ရောက်ပြီဟု မှတ်လေ။

ဤ၌ ထေဘူမကသင်္ခါရ တရားတို့မှ အလွန်လွတ်လိုသော အားဖြင့်လည်း ဖြစ်ခြင်းကြောင့် မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်လည်းမည်၏။ သင်္ခါရတရားတို့၏ အနိစ္စလက္ခဏာ ဒုက္ခလက္ခဏာ အနတ္တလက္ခဏာ ကို တင်ရှုပြီး မြင်ပြီးသည်မှ နောက်၌ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ပဋိသင်္ခါဉာဏ် လည်းမည်၏။ သင်္ခါရတရားတို့ကို အညီအမျှ လျစ်လျူရှုသောအား ဖြင့် ဖြစ်ခြင်းကြောင့် သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်လည်း မည်၏ဟုမှတ်လေ။ ဤသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်မှ အနုလောမဉာဏ် စသည်ဖြစ်ပြီး မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်များ ဖြစ်သွားနိုင်ပါသည်။

သင်္ခါရတရားတို့ကို ချစ် မုန်းမပြု အညီအမျှ လျစ်လျူရှုသော သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ဖြင့် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် မှတ်ရှုနေခိုက် ထူးခြားလျှင် မြန်သော အနိစ္စလက္ခဏာခေါ် အပျက်သဘောဟု ၃-ကြိမ် တစ်နည်း-နှစ်ကြိမ်ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ထင်ချက်အာရုံမှ လွတ်မြောက်၍ အာရုံနှင့် မှတ်သိစိတ် ဖြုတ်ခနဲ ပြတ်သွားပါသည်။ အာရုံနှင့် မှတ်သိစိတ် တစ်ချက်ပြတ်သွားသည်ကို ဆင်ခြင်မိလေသည်။ ဤသည်လျှင် သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်မှ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်များ တောက်လျှောက်ဖြစ်သွားသော သဘောပင်။

ရှင်းပြပေအံ့၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ဖြင့် ရုပ်နာမ်ခေါ် သင်္ခါရတရားများကို အညီအမျှ မှတ်ရှုနေခိုက် ထူးခြားလျှင် မြန်လာသော အပျက်သဘော ၃-ကြိမ်မှာ ပရိကံဥပစာ အနုလုံဟု မှတ်ပါ။ ၂-ကြိမ်ဆိုရာ၌ ဥပစာအနုလုံဟု မှတ်ပါ။ အပျက်သဘော ဆိုရာ၌ အနိစ္စ အနိစ္စ အနိစ္စဟု ရှုသော အနုပဿနာဟု မှတ်ပါ။ ထင်နေသော အာရုံဆိုရာ၌ သင်္ခါရ ရုပ်နာမ်အာရုံဟု မှတ်ပါ။ လွတ်မြောက်မှုမှာ ရုပ်နာမ်အာရုံမှ လွတ်မြောက်သော နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသော ဂေါတြဘူစိတ်ဟု မှတ်ပါ။ ဂေါတြဘူစိတ်နောက်မှ မဂ်စိတ်တစ်ချက် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားလေပြီ၊ ဖိုလ်စိတ် ၂-ကြိမ်၊ ၃-ကြိမ် ဖြစ်လေသည်။ ပြန်လှန်ဆင်ခြင်မှုမှာ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာစိတ်များ ဖြစ်ပါသည်။ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်မှ အနုလောမဉာဏ် ဂေါတြဘူဉာဏ် မဂ်ဉာဏ်များမှ စိတ္တက္ခဏ၊ ၁-ချက်မျှစီသာ ဖြစ်ကြပြီး ချုပ်ကြခြင်းကြောင့်၊ အချိန်ကြာကြာ ဖြစ်ကြသည် မဟုတ်ပါ။ အနည်းငယ်မျှသော အချိန်ပိုင်းသာ ဖြစ်ကြရပါသည်။

(ကျေးဇူးရှင် မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်မှ အနုလောမဉာဏ် ဂေါတြဘူဉာဏ် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်များ ပေါ်လာပုံကို ဖော်ပြပါဦးမည်။) စကားချပ်အမှာ။

သင်္ခါရ၌ ငါဟူ၍မျှလည်းမယူ၊ သူဟူ၍မျှလည်းမယူ၊ တူမျှသော စိတ်နှလုံး မချစ်မမုန်းသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ထိုသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည်ကား၊ ကေတ္တနည်း အလိုအားဖြင့် ပရိကံသို့ ဆိုက်၏။ ပရိကံသည်ကား ဥပစာသို့ဆိုက်၏။ ဥပစာသည်ကား အနုလုံသို့ ဆိုက်၏။ အနုလုံသည်ကား ဂေါတြဘူသို့ ဆိုက်၏။ ဂေါတြဘူသည်ကား မဂ်သို့ဆိုက်၏။ ဤသို့ မဂ်သို့ဆိုက်သော ထိုသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည်ကား ဆိုက်သောမဂ်ဖြင့် ယခုလက်ရှိ မိမိအတ္တဘော၌ ဆိုက်ရောက်သော သန္တိကေနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသော အလိုအားဖြင့် တွေ့မြင် သည်မည်၏။ ဤသို့ တွေ့မြင်သည်ရှိသော် ဘဝအသချေ်ကမလပ်၊ ယခုထက်တိုင် အစဉ်မပြတ်စပ်သော အလုံးစုံ သင်္ခါရပဝတ္တကို စွန့်လွှတ်၍ နိဗ္ဗာန်သို့သာလျှင် ပြေးဝင်သည်မည်၏။

(ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဉာဏ်စဉ်မှ)

ပထမ ရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဉာဏ်စဉ်

ထိုအခါ ကြီးစွာသော သံတုံးကြီးကို အရည်ဖြစ်စေလို၍ ကျိုချက်သောယောကျ်ား၏ မီးရဲရဲတောက် အရည်ဖြစ်စေလောက်လုနီးသော ကာလသို့ ရောက်သောအခါ၊ ရှေးထက်မက လွန်စွာသော ဥဿာဟကို ဖြစ်စေလျက်၊ အရည်သွက်သွက် မကျမခြင်း တစ်စဉ်း

တစ်ဖြောင့်တည်း အသီးအသန် အားထုတ်အပ်သော ဝီရိယ၏သို့ အလွန်ထက်သော ဣန္ဒြေဗိုလ် ဇောချွန်တို့ဖြင့် ခြံရံလျက် အဖန်ဖန် မရပ်မဆိုင်း အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား ထက်ဝန်းကျင် တိမ်တောင်တိမ်ပုပ်ကြီးတို့ဖြင့် ကောင်းကင်ပြည့် ဖုံးအုပ်လျက် တစ်ကဲနက် တက်၍ရွာသော မိုးသီးမိုးပေါက်မကျမီ (ပုရေတရာ) ရှေးဦးစွာ မိုးသက်လေလာသဖြင့် လွန်စွာအေးမြခြင်း ဖြစ်သကဲ့သို့ ဥဒယဗ္ဗယာ နုပဿာနာ စသော ဝိပဿနာတိမ်တောင်ကြီးတို့ဖြင့် တစ်ခဲနက် အုပ်ဖုံးသည်ဖြစ်၍၊ အနုလောမ ဉာဏ်တည်းဟူသော မိုးသက် လေညှင်းဖြင့် လွန်စွာအေးမြခြင်းသို့ ရောက်ပြီးသည်မှ နောက် ဂေါတြဘူဉာဏ်တည်းဟူသော မိုးသေးမိုးပေါက်ကျလျက် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တည်းဟူသော မဟာမေဃ ပေါက္ခရမိုးကြီးဖြင့် အနမတဂ္ဂ သံသရာမှစ၍၊ တစ်ရံတစ်ဆစ် မအေးမြစဖူး ဟူးဟူးတောက် အမြဲလောင်သော ကိလေသာဟူသော မီးအပေါင်းတို့၏ တစ်ပေါင်းတည်း အေးမြခြင်းသို့ ရောက်လေ၏။

တစ်နည်းလည်း၊ ညဉ့်အခါ၊ အမှန်ရစ်သော ဆင်ကြီးကို မိမိ၏ဆင်အမှတ်ဖြင့် ချဉ်းကပ်ကောက်ယူမိသော ဆင်ဦးစီး ယောက်ျားမှာ မိမိဆင် မဟုတ်သည်၏အဖြစ် တောဆင်ရိုင်း၏ အဖြစ်ကို ဟုတ်မှန်စွာ သိသည့်အခါ အလန့်တကြား မဆိုင်းမရပ် ဘေးကင်းရာသို့ မကပ်မချဉ်း အတည်းပြေးသွားအပ်သော ဝီရိယကဲ့သို့၊ ရှေးအနှပုထုဇဉ် အခါ နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တ အထင်အမှတ်ဖြင့် သုံးသပ်မိသော သင်္ခါရတို့၌ ဘင်္ဂါနုပဿနာ၏ အစွမ်းအားဖြင့် ဘယတုပဋ္ဌာနဉာဏ် စသည့်အစဉ်အတိုင်းဖြစ်၍၊ မြင်အပ်ပြီးသောအပြစ် အာဒီနဝရှိသော

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အစား ထိုမြင်အပ်ပြီးသော အပြစ်ရှိသော တေဘုမကသင်္ခါရ၊ ဘဝ၊ ဂတိ၊ ယောနိဟူသမျှတို့၌ အလွန်အလျှဉ်း စွန့်ပြစ် လိုသော သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်၏ အစွမ်းအားဖြင့် မဆိုင်းမရပ် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟူ၍ အထပ်ထပ်သုံးသပ်အပ်သည့်ရှိသော် လတ်တလော သေစေအပ်သော အဆိပ်ပင်ကြီး၏ အထက် မိုးကြိုး လောင်မီးကျလုနီးသော ရှေးအဖို့၌၊ ကြောက်မက်ဖွယ် အတန်တန် ထစ်ကြိုးလျက် လျှပ်ရောင်ဝင်းဝင်း မီးစက်ကွင်းတွက်သဖြင့် မြေအက်၍ ကွဲကမန်း ရန့်ကြမ်းသော ထစ်ကြိုးသံနှင့်တကွ ထောင်းထောင်း ကြွေကျသကဲ့သို့၊ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် စသော ရှေးရှေးသော ဝိပဿနာ ဉာဏ်ဟူသော မိုးဟီးသံချုန်းသံတို့ဖြင့် အတန်တန်အောင် သံပေးလျက် အနုလောမဉာဏ်တည်းဟူသော မီးစက်ကွင်း ဝင်းဝင်းတောက် အားယူ၍ ဂေါတြဘူဉာဏ်တည်းဟူသော ထစ်ချုန်းသံနှင့်တကွ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် တည်းဟူသော မိုးကြိုးလောင် မီးကျသဖြင့် ကိလေသာတည်းဟူသော အဆိပ်ပင်ကြီးတို့၏ တစ်ဖန်သီးပွင့်စည်ပင် ခြင်းငှာ မတတ်ကောင်းအောင် တစ်ပေါင်းတည်း ပျက်စီးခြင်း ငြိမ်းခြင်း ချုပ်ခြင်း ကုန်ခြင်း ပျောက်ခြင်းသို့ ရောက် လေ၏။

ဤအရာ၌ ထေဘူမကသင်္ခါရကို အာရုံပြု၍ ပရိကံ ဥပစာ အနုလုံ၊ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြု၍ ဂေါတြဘူဟူသော အမည်ဖြင့် မဟာ ကုသိုလ် ဉာဏသမ္ပယုတ်ဇော ဖြစ်ပြီးသည့်နောက် ၎င်းနိဗ္ဗာန်ကိုပင် တပ်တပ်ထင်ထင် အာရုံပြု၍ လောကုတ္တရာ အရိယာ မဂ္ဂင်ရှစ် ပါးနှင့်ယှဉ်သော မဂ်စိတ်တစ်ကြိမ်၊ ထို့နောက် ဖိုလ်နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်ဖြစ်၍၊ ထို့နောက် ဘဝင်အယဉ်သို့ ရောက်လေ၏။ ဤသို့

အသေအချာမှတ်–

(ပထမ ရွှေကျင်ဆရာတော်ကြီး၏ အဋ္ဌက ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်း၊ ၁၃၀–၁၃၁၊ ၁၃၂)

ထိုစိတ်အပေါင်းတို့တွင် ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံစိတ္တုပ္ပါဒ်တို့နှင့် ယှဉ်သောဉာဏ်သည် အနုလောမဉာဏ်မည်၏။ ဂေါတြဘူစိတ္တုပ္ပါဒ်နှင့် ယှဉ်သောဉာဏ်သည်၊ ဂေါတြဘူဉာဏ် မည်၏။ အရိယာ မဂ်အရိယာဖိုလ်နှင့် ယှဉ်သောဉာဏ်သည် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်မည်၏။ ထိုတွင် အနုလောမဉာဏ်သည် အောက်ဝိပဿနာဉာဏ်ရှစ်ပါးတို့ကဲ့သို့ အနိစ္စ အစရှိသည်ကို ရှုသာကြောင့်၊ ထိုဉာဏ်တို့အားလည်း လျော်၏။ အထက်မဂ်ဖိုလ်တို့၏ ဘဝဥ္စဆိုက်၍ ထိုမဂ်ဖိုလ်တို့ကဲ့သို့ ကိလေသာတို့မှ လွန်စွာအေးမြ ငြိမ်းသောကြောင့် ထိုမဂ်ဖိုလ်တို့အားလည်း လျော်၏။ ထို့ကြောင့် အနုလောမဉာဏ် ဆိုသည်ဟူ၍ မှတ်။

ဂေါတြဘူဉာဏ်သည် မဂ်သို့ဆိုက်၍ တည်ရကား၊ အနုလောမဉာဏ်မည်သင့်သော်လည်း၊ ပုထုဇဉ်၏ အနွယ်ကို လွှမ်းမိုးနိုင်သော သတ္တိအထူး အရိယာအနွယ်ကို ပွားစေနိုင်သော သတ္တိအထူးကိုင်၍၊ ဂေါတြဘူဉာဏ်ဟု ဆိုအပ်သတည်း။

ဤဖော်ပြပါ စကားရပ်များမှာ ပထမရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏၊ အဋ္ဌက ကမ္မဋ္ဌာန်းမှ ထုတ်နှုတ်ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

အမှတ်အသိကလေးတွေက သူ့အရှိန်နဲ့သူ အချိုးတကျ

ဖြစ်နေရာထဲက သွက်လက်ထင်ရှား ထူးခြားတဲ့ အမှတ်အသိတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်၊ အဲဒါက ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီဝိပဿနာဉာဏ်ပဲ၊ ဝုဋ္ဌာနဆိုတာက မဂ်ကို ခေါ်တယ်၊ ဗဟိဒ္ဓသင်္ခါရအာရုံတွေကို ရှုယင်းထဲက၊ သင်္ခါရ ချုပ်ရာ သင်္ခါရ မရှိရာ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်သွားလို့ မဂ်စိတ်ဟာ ဗဟိဒ္ဓသင်္ခါရတွေမှလည်း ထသွားတယ်တဲ့၊ ဒါကြောင့်လဲ မဂ်ကို ဝုဋ္ဌာနလို့ ခေါ်တယ်၊ပြီးတော့ အရိယာမဂ် ဖြစ်ပေါ်လာယင်၊ သူ့ဆိုင်ရာ ကိလေသာကံတွေ၊ ဝိပါက်ခန္ဓာတွေ ဖြစ်ခွင့်မရဘဲ ငြိမ်းသွားတယ်၊ အဇ္ဈတ္တပဝတ္တလို့ ခေါ်တဲ့၊ ဒီကိလေသာကံ ဝိပါက်ခန္ဓာအယဉ်ကို ငြိမ်းစေနိုင်လို့ မဂ်ဟာ အဇ္ဈတ္တ၊ ပဝတ္တမှလဲ ထသွားတယ်၊ ဒါကြောင့်လဲ မဂ်ကိုဝုဋ္ဌာနလို့ ခေါ်တယ် ယခုပြောနေတဲ့ သွက်သွက်၊ သွက်သွက်နဲ့ အမှတ်ကလေး ဆုံးသွားယင်၊ မဂ်ရောက်တော့တာပဲ၊ ဒါကြောင့် ဒီလိုသွက်သွက် သွက်သွက်နဲ့ အထူးဖြစ်လာတဲ့ (မြန်လာတဲ့) အမှတ်အသိကလေးဟာ၊ မဂ်ဉာဏ်ဆီကို တဟုန်တည်း ပြေးတက်လာလို့ သူ့ကို ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာလို့ ခေါ်တယ်၊ ကလေးသူငယ်များဟာ ပွဲတို့ ကစားဝိုင်းတို့ သွားတဲ့အခါမှာ အနီးအပါးရောက်ယင် အားရဝမ်းသာနဲ့ အတင်းပြေးပြီး သွားတတ်ကြတယ်၊ အဲဒီလိုပဲ ယခု ဝိပဿနာကလဲ မဂ်နားရောက်တော့ အဲဒီ မဂ်ဆီကို သွက်သွက်သွက်သွက်နဲ့ တစ်ဟုန်းတည်း ထိုးတက်သွားတော့တာပါပဲ၊ ဒါဟာ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာတဲ့။

ဒီနောက်ဆုံး အသိကလေး ဆုံးသွားတဲ့အခါမှာ၊ နောက်ထပ် သိစရာအာရုံလည်း မပေါ်လာဘူး၊ သိတဲ့စိတ်အသစ်လဲ မဖြစ်လာဘူး၊ အာရုံနဲ့ ဖြတ်ကနဲ ကျသွားသလို ပြတ်သွားသလို ချုပ်သွားတဲ့

သဘောထဲသို့ လှစ်ခနဲ ကျသွားတာကလေးရှိတယ်၊ သူက လမ်းလျှောက်နေယင်း ဖြတ်ခနဲ ကျင်းထဲချိုင့်ထဲများ ကျသွားတာလိုပဲ၊ အဲတာဟာ အာရုံရော မှတ်စိတ်ရော၊ ဒီသင်္ခါရတွေ အားလုံးငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်အာရုံထဲကို ကျသွားတဲ့ ဂေါတြဘုဉာဏ်တဲ့။

ဂေါတြဆိုတာက ပုထုဇဉ်နွယ်၊ ဘုဆိုတာက လွှမ်းမိုးသွားတယ်၊ ဖျက်ဆီးသွားတယ်၊ ဖြတ်သွားတယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတယ်၊ ပုထုဇဉ် အနွယ်က ဒီမှာ နယ်ဆုံးပဲ၊ ဒီကနောက်မဂ်ဉာဏ် ဖြစ်သွားတော့ ပုထုဇဉ် မဟုတ်တော့ဘူး၊ အရိယာဖြစ်သွားပြီ၊ ဒီဂေါတြဘုဉာဏ်ပြီးတော့ သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်သဘောထဲမှာပဲ စိတ်ကလေးက သက်ဝင်ပြီး တည်နေတယ်၊ သက်ဝင်ပုံကတော့ အဲဒီအခါမှာ အသိစိတ်ကလေးပါ ပျောက်ငြိမ်းသွားသလို ဖြစ်ပြီး အငြိမ်းဓာတ်ထဲ ဝင်သွားတာပါပဲ၊ ဒါကို သုတ်ပါဠိတော်များမှာ ယံကိဉ္စိသမုဒယ ဓမ္မံ-သဗ္ဗံ တံ နိရောဓ ဓမ္မန္တိလို့ ပြထားတယ်၊ မဂ်ဉာဏ်ဆိုတာ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ အကုန်လုံး ချုပ်သွားတာချည်းပဲလို့၊ ဒီလို တွေ့သွားတာတဲ့၊ ဟုတ်တယ်၊ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ် ဖြစ်တဲ့အခါမှာ အာရုံတွေရော၊ အသိစိတ်တွေရော၊ အကုန်လုံး တိတ်ဆိတ်သွားသလို ပြတ်စဲချုပ်ငြိမ်းသွားတာကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ရတယ်၊ ဒါဟာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်တွေ့မြင်သွားတဲ့မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ပါဘဲ၊ အဲဒီလို ငြိမ်းသွားပြီး တည်နေရာမှာ ရှေ့ပိုင်းက မဂ်နောက်ပိုင်းက ဖိုလ်ပေါ့၊ နောက်ထပ်ကာထပ်ကာ အငြိမ်းဓာတ်ကို ပြန်ပြန်ပြီး ရောက်နေတာကတော့ ဖိုလ်ကြီးပဲ။

ယခုပြောခဲ့တဲ့ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာတို့၊ အနုလောမဉာဏ်တို့

ဂေါတြဘုဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ဆိုတာတွေဟာ၊ ကျမ်းဂန်သဘောနဲ့ ပြောနေလို့ ကြားနေတာ၊ ယောဂီရဲ့ အတွေ့နဲ့ ပြောရယင်တော့ ဘာမှ ကြာတာမဟုတ်ဘူး၊ သွက်သွက်သွက်သွက်နဲ့၊ အမှတ်ကလေး မြန်ပြီး ဖြတ်ကနဲဆို ငြိမ်းရော ရောက်သွားတာပဲ၊ ခဏကလေး တစ်မိနစ်လောက်တောင် ကြာတာမဟုတ်ဘူး၊ အများအားဖြင့် ဆိုယင် သုံးလေး ငါးစက္ကန့်လောက် ရှိမှာပါပဲ၊ ပြီးတော့ ငြိမ်းရာ ရောက်ပြီး ထည်နေတယ်ဆိုတာကသာပြီး တာတိုသေး၊ တချက်မှတ်စာလောက် သာရှိတယ်၊ သွက်သွက်သွက်သွက်နဲ့ အမှတ်ကလေး မြန်လာပြီး ဖြုတ်ကနဲဆို ပြတ်ငြိမ်းသွားတယ်၊ ဒီလိုငြိမ်းပြီးတာနဲ့ ချက်ချင်းပဲ၊ ပြန်လှန်ပြီး ဆင်ခြင်မိတယ်၊ ရှေ့က အမှတ်ကလေး ကောင်းပြီး ငြိမ်းနေတာထဲက သွက်သွက်သွက်သွက်နဲ့ အမှတ်ကလေးပြန်လာ တာကိုလည်း ဆင်ခြင်တယ်၊ ဤလိုမဟုတ်ယင်လည်း၊ ထူးခြား လာတာကိုလည်း၊ ပြန်ပြီး ဆင်ခြင်မိတယ်။ အဲဒီလို မြန်လာ ရာ ထူးတာလာထဲက ဖြတ်ကနဲ ငြိမ်းပြတ်ပြီး ကျသွားတာကိုလည်း စဉ်းစားမိတယ်၊ အဲဒါက ဝိပဿနာ မဂ်အရိယာမဂ်ကို ဆင်ခြင်တဲ့ ပစ္စဝေက္ခဏာပဲ၊ ဘေးရန်ကြောင့် ထွက်ပြေးရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဘေးရန် လောက်တဲ့ နေရာကို ရောက်တော့ ကိုယ်ပြေးလာခဲ့တဲ့ လမ်းကို လှည့်ကြည့်သလိုပဲ၊ ယောဂီမှာလည်း မှတ်သိလာခဲ့တာနဲ့ အမှတ်သတိ ပြတ်ငြိမ်းသွားတာဆိုတဲ့ ကိုယ်လာခဲ့ရာ လမ်းစဉ်ကို ပြန်ပြီး ဆင်ခြင် မိတယ်။ ပြီးတော့ အမှတ်အသိကလေး ပြတ်ပြီး လစ်ကနဲ ချုပ်ငြိမ်း နေတုန်းက သိရတဲ့ အာရုံကိုလည်း ဆင်ခြင်ကြည့်တော့၊ ဖြစ်နေတာတွေ အကုန် ငြိမ်းနေတာပဲလို့ ဒီလို ထင်ရှားသိရတယ်၊ ဒါကတော့

နိဗ္ဗာန်ကို ဆင်ခြင်တဲ့ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်တဲ့၊ ဒါတွေဟာ မဂ္ဂဖလဥ္စ နိဗ္ဗာနံ၊ ပစ္စဝေက္ခတိပဏ္ဍိတောလို့ ဆိုတဲ့အတိုင်း မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ဆင်ခြင်တာတွေပဲ၊ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီလိုသခါရ ချုပ်ရာရောက်သွားယင် ရှေ့နားက ဖြစ်ခဲ့တာတွေ တွေ့ခဲ့တာကို ဆင်ခြင်တာချည်းပဲ၊ ဒါကိုပစ္စဝေက္ခဏာလို့ခေါ်တယ်။

(မဟာစည်ဉာဏ်စဉ်၊ ၁၆၆–၁၆၇မှ)

သောတာပန် အရိယာများ တည်ရှိသောဂုဏ်

ဝိပဿနာဉာဏ်လျှောက် မဂ်ပေါက်ဖိုလ်ဝင် အမှန်တကယ် အရိယာ သောတာပန် ဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ၊ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာများ၌ မတုန်မလှုပ်ခိုင်မြဲသော သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံ၏။ ငါးပါးသီလကို အသက်နှင့်လဲ၍ ထိမ်းစောင့်နိုင်သည်၊ ရုပ်နာမ်ကို ငါကောင်သူကောင် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်အနေနဲ့ ယူမှားသော ဒိဋ္ဌိ ဘယ်ခါမျှ မဖြစ်တော့ ယုံမှားသော ဝိစိကိစ္ဆာ၊ မနာလိုသော ဣဿာ၊ ဝန်တိုသော မစ္ဆရိယ တရားများ အကြွင်းမဲ့ ပယ်အပ်ပြီးဖြစ်၍ ဘယ်အခါမျိုးမှ ဖြစ်ခွင့်မရှိ မဖြစ်နိုင်တော့ပေ။ **[တရားအားထုတ်၍ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို အမှန်တကယ် ရရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆ ပါက ဤဖော်ပြပါ အချက်အလက် တရားများနှင့် ပြည့်စုံ မပြည့်စုံ ကိုက်ညီ မညီများကို မိမိကိုယ်မိမိ စိစစ်နှိုင်းချိန်ကြည့်ရန် ဖြစ်ပါသည်။]**

ယခုဖော်ပြခဲ့သော ကျေးဇူးရှင် မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သုဒ္ဓဝိပဿနာခေါ် သမာဓိကို အခြေခံ

မပြုတော့ဘဲ၊ ဝိပဿနာ သက်သက် မှတ်ရှုပုံကို သတိပဋ္ဌာန်နည်းအရ အချိုးတကျ လုံ့လဝီရိယရှိလှစွာဖြင့် မနေမနား မှတ်ရှုပွားများပါလျှင်၊ မိမိ မိမိတို့၏ ဘဝပါရမီ စုံညီသူမှန်က နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်မှ အနုလောမဉာဏ် ဂေါတြဘုဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်သို့ အစဉ် လျောက် ရောက်ရှိပြီး နိဗ္ဗာန်ကို အမှန်မျက်မှောက်ပြုနိုင်မည် ကေန် ဖြစ်ပါသည်။

ဤလမ်းစဉ်ကို လက်ကိုင်မိမိရရှိ၍ ကျင့်သုံး လိုက်နာကြသူများ ကိုယ်တိုင်ထင်ထင် ဉာဏ်မြင်ပေါက်၍ ရောက်ရှိသူများ အတော်များများ ပေါ်ပေါက်တွေ့ရှိနေရပါပြီ၊ မနေမနား ဆက်လက်မှတ်ရှုပွားများသူ တွေလဲ မနည်းလှပါ။ ဤသို့သော အများစု သူတော်စင်များ လေ့လာကျင့်သုံးလျက်ရှိသော မဟာသတိပဋ္ဌာန် သုဒ္ဓဝိပဿနာ လမ်းစဉ်ကို လူ့ဘဝဒုလ္လဘနှင့် ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်၏ အလွန်အလွန်မှ တွေ့ရခဲ ကြုံရခဲလှသော သာသနာ့ အရသာ ထူးကဲလှစွာသော ချမ်းသာမှုကြီးကို၊ ကိုယ်စီကိုယ်ငှ ခံစားနိုင်ကြစေရန် ရည်သန်၍ ဤမည်သော မဇ္ဈိမပဋိပဒါမှတ်ကျင့်စာကို ဝေငှဖြန့်ချီအပ်ပါသတည်း။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အပ္ပမာဒလမ်းစဉ် အမှတ် (၂)

မမ ဣဒံပုညံအာသဝက္ခယာဝဟံ။

အရှင်တိက္ခာစာရ

မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန်–သထုံ။

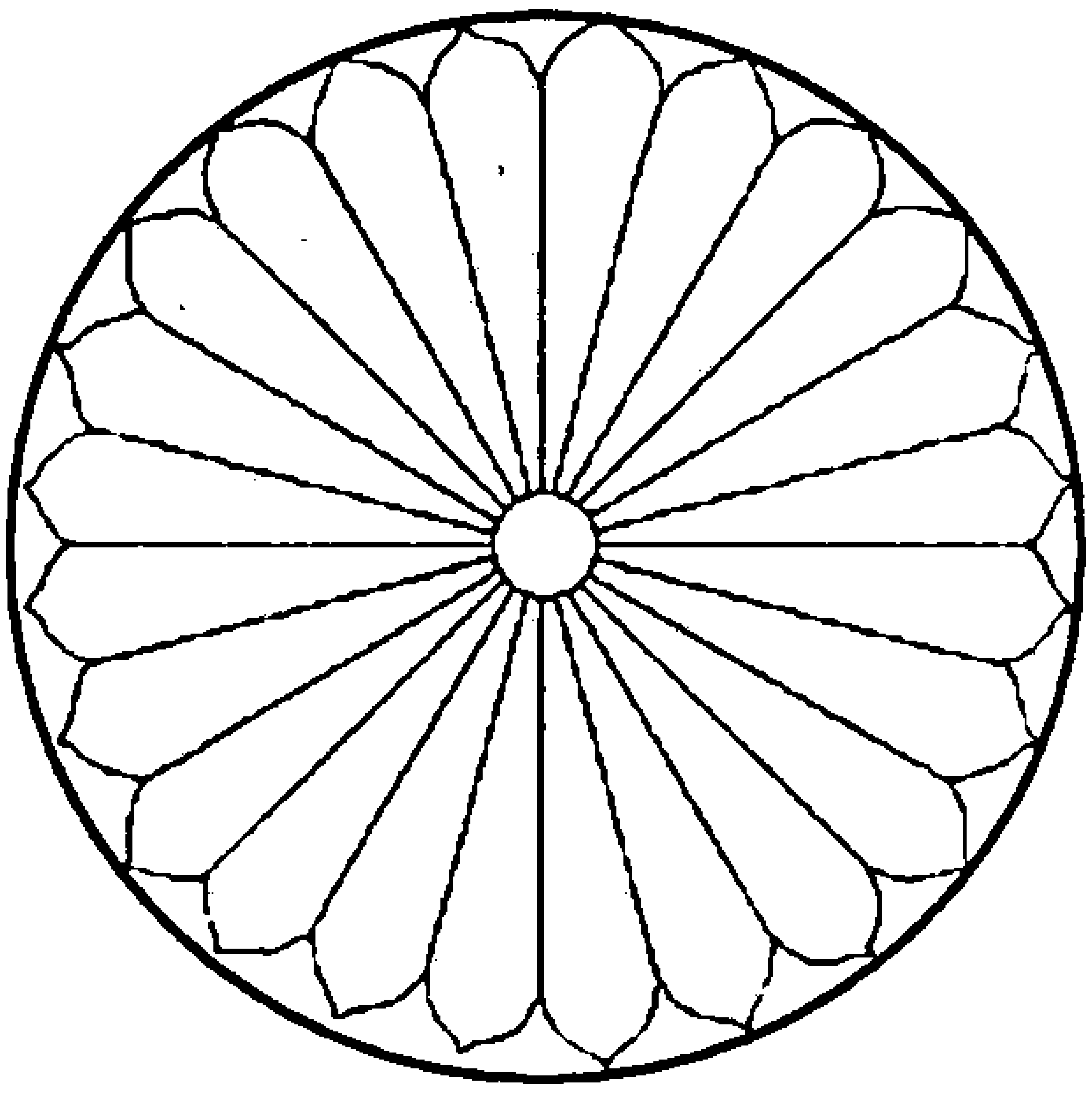
သာသနာ–၂၅၂၈၊

ကောဇာ–၁၃၄၇၊ တပို့တွဲလ။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ

အပ္ပမာဒလမ်းစဉ်တရားတော်

လမ်းစဉ် အမှတ် (၃)



မစ္ဆိမပဋိပဒါအပ္ပမာဒလမ်းစဉ် အမှတ် (၃)

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

သတိပဋ္ဌာန် တရားတော် အဓိကကျပုံ

မဟာသတိပဋ္ဌာန် တရား အဓိကကျပုံကို အနည်းငယ် ဖော်ပြပါဦးမည်။ မြတ်စွာဘုရား ဆွမ်းခံကြွတော်မူရာမှအပြန် ခြေဆေးခုံတွင်နေစဉ် မိန့်တော်မူသည်မှာ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထဟူသော မိန့်ခွန်းတော် ဖြစ်ပါ၏။ သင်ချစ်သား ချစ်သမီးတို့ မမေ့မလျော့ မပေါ့မဆ မြဲမြဲသော သတိတရားနှင့် ပြည့်စုံကြကုန်လော့ ဟူပါသည်။ ဤမြတ်စွာဘုရားရှင်၏ စကားတော်သည် အလွန် လေးနက်လှပါသည်။ လေးနက်ပုံမှာ သာမန်ပုထုဇဉ်ကို မဆိုသာ၊ ရဟန္တာ အရှင်မြတ်များသော်မှ သတိတရားနှင့် ပြည့်စုံစေရန် သတိဝိနည်းတော် ထားရှိရပါသည်။ သတိဆိုတာ အပိုမရှိ လိုသည်သာ ရှိပါသည်ဟု လောကစကားလဲ ထင်ရှားလှပါ၏။ အရာခပ်သိမ်းမှာ သတိတရား လိုအပ်သည်သာဖြစ်၍ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာတော်မြတ်သည် သတိနှင့် ပြည့်စုံစေရန် အများဆုံး ဟောကြားထားသော ဒေသနာတော်ဖြစ်ပါသည်။ တရားအားထုတ်နေသော ယောဂီများအနေနဲ့ အခါခပ်သိမ်း သတိရှိနေရမည်၊ သတိမြဲနေရမည့် တရားတော်မြတ် ဖြစ်ပါသည်။ သတိမြဲနေရပုံမှာ ကိုယ်အမူအရာ ပြုတိုင်းမှာလဲ သတိမြဲနေရပါသည်။ နှုတ်အမူအရာ ပြောတိုင်းမှာလဲ သတိမြဲနေရပါသည်။

စိတ်အမှုအရာ ဖြစ်တိုင်းမှာလည်း သတိမြဲနေရပါသည်။ ထိုမှတစ်ပါး မြင်မှုပေါ်တိုင်း၊ ကြားမှုပေါ်တိုင်း၊ နံမှုပေါ်တိုင်း၊ စားမှုပေါ်တိုင်း၊ ထိမှုပေါ်တိုင်း၊ သိမှုပေါ်တိုင်း၊ အချိန်တိုင်းမှာ သတိအမြဲမပြတ် ရှိနေရန် အများဆုံး အစုံဆုံး ဟောကြားထားသော ဒေသနာ တရားတော်မြတ် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ အမြဲသတိရှိနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အကုသိုလ်အပြစ်ကင်းပြီး သန့်ရှင်းသောစိတ်အစဉ်နှင့် ပြည့်စုံနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး မျက်မှောက်သံသရာ နှစ်ဖြာလုံး၌ အချမ်းသာဆုံး ဖြစ်မည်အမှန်ပင်။ သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်တွင် တရားတော်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးများကို ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင် ဟောတော်မူထားပါသည်။

ဤသတိပဋ္ဌာန် တရားတော်မြတ်သည် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန်သို့ အမှန်ရောက်နိုင်သော တစ်ခုတည်းသောလမ်း၊ တစ်ကြောင်းတည်းသောလမ်းဟု တိတိလင်းလင်း ရှင်းရှင်းကြီး ဟောတော်မူထားပါသည်။ လက်ငင်းအားဖြင့်လဲ ကိုယ်တွင်းသန္တာန်၌ အမြဲတစေပူပန်စေတတ် နှိပ်စက်တတ်တဲ့ ကိလေသာတွေကိုလဲ စင်ကြယ်သွားစေနိုင်ပါတယ်တဲ့။ စိုးရိမ်မှု ငိုကြွေးမှုတို့မှလဲ လွတ်မြောက်သွားနိုင်ပါတယ်တဲ့။ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲတွေလဲ ချုပ်ပျောက်သွားနိုင်ပါတယ်တဲ့။ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်များကိုလဲ ရစေနိုင် ရောက်စေနိုင်ပါတယ်တဲ့။ ဤသို့ ထုတ်ဖော်ဟောပြထားရာ အကာလိက ဂုဏ်တော်များနှင့် ထင်ရှားပြည့်စုံနေသည်ဖြစ်၍ လောကီနယ်တွင် အပူမီးအထွေထွေနှင့် တွေ့နေကြုံနေကြရသော ဘဝဖြစ်ရပ်မှာ အမှန်တကယ် အားထုတ်ရန် သင့်သောတရားတော်မြတ် ဖြစ်ပါပေသည်။ ဤအထက်ဖော်ပြပါ အကျိုးတရားများသည် နှစ်ရှည်လများ

အချိန်ကြာကြာ အားထုတ်မှ ရနိုင်သော၊ တွေ့နိုင် ခံစားနိုင်သော အကျိုးတရားများ မဟုတ်ပါ၊ တစ်နာရီ အားထုတ်ပါက ထိုတစ်နာရီမှာ ရရှိနိုင်သောအခွင့်ပါ၊ နှစ်နာရီ၊ သုံးနာရီ၊ လေးနာရီ အားထုတ်ပါက နှစ်၊ သုံး၊ လေးနာရီမှာ ရနိုင် ခံစားနိုင်သော အကျိုးတရားများပါ၊ တစ်ရက် အားထုတ်ပါက တစ်ရက် ရနိုင်သော အကျိုးတရားများပါ။ **ထို့ကြောင့် ကိုယ်အေးစိတ်အေး၊ ပူမျိုးစုံအကုန်အေးသော သတိပဋ္ဌာန် တရားတည်းဟူသော အေးဆေးမဟာကို အမြဲမကွာ စားသုံးရန် အကောင်းဆုံးသော ဆေးဘုရင်ဟူ၍ မှတ်ယူနိုင်ပါသည်။** သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓခေါ် ဘုရားရှင်များ ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်ချိန်၌သာ ဤလို ကိလေသာ အပူမီးတွေ ငြိမ်းအေးစေနိုင်သော ထက်မြက်အစွမ်းရှိတဲ့ သတ္တိကောင်းဆေးတွေ ရရှိနိုင်ပါသည်။ တခြားသော အချိန်အခါမျိုးမှာ ဖြစ်ပေါ်နိုင်သောခေတ်မျိုး မဟုတ်ပါချေ။ ထို့ကြောင့် ခေတ်ကောင်း အခါကောင်းနှင့် ကြုံကြိုက်ချိန်တွင် ဤသို့သော အခွင့်ကောင်းမျိုးကို လက်လွှတ်မသွားကြစေရန် အထူးသတိပြုသင့်ကြပါသည်။

သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်

သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်သည် အို၊ နာ၊ သေ စသော ဒုက္ခမှ မုချ လွတ်မြောက်နိုင်သော တစ်ခုတည်းသော လမ်းစဉ်ဖြစ်သည်ကို အနည်းငယ် ဖော်ပြပါမည်။ ရှေးရှေးသော ကမ္ဘာ့ ကမ္ဘာက ဤရွေ့ ဤမျှဟု ဂဏန်းချ၍ ရေတွက်မရနိုင်သော ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်တော်များလဲ ဤသတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ဖြင့်ပင် နိဗ္ဗာန်သို့ ဝင်စံတော်မူကြလေပြီ။ နောက်နောင်တွင် ပွင့်တော်မူကြရမည့် ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်များလည်း ဤ

သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်နှင့်ပင် နိဗ္ဗာန်နန်းသို့ မြန်းကြွကြလတ္တံ့ဟု ကျမ်းဂန်များက ဖော်ပြထားလျက် ရှိပါသည်။ ယခုလက်ရှိ သာသနာတော်ကို တည်ထောင်တော်မူသွားသော ဂေါတမ ဗုဒ္ဓကိုယ်တိုင်လဲ ဤသတိပဋ္ဌာန်လမ်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့ ဝင်စံကြွမြန်းတော်မူပါသည်။ နိဗ္ဗာန်နန်းခွင်သို့ ကြွဝင်တော်မူကြသူတိုင်း ဤသတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ဖြင့် စံဝင်တော်မူကြရသည်ဟု ဒေသနာတော်များက ဖော်ပြထားပါသည်။ ဤသို့သော နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်နိုင်သော လမ်းကောင်းအမှန် သတိပဋ္ဌာန်အားထုတ်စဉ်ကို ပေါ်လွင်စွာ ဖော်ပြတော်မူခဲ့သော ကျေးဇူးတော်ရှင် မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အားထုတ်ပုံများကို ဖော်ပြသွားပါမည်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသော သတိပဋ္ဌာန် အားထုတ်စဉ်သည် သုဒ္ဓဝိပဿနာယာနိက ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် အလျော်အသင့်မြတ်ဆုံးသော မဇ္ဈိမပဋိပဒါဖြစ်၍ ထင်ရှားပေါ်လွင်ပြီး ဣရိယာပုတ် ကြီးငယ်များဖြင့် အချိန်အခါမရွေး အားထုတ်နိုင်သော လုပ်ငန်းကြီးဖြစ်ပါ၏။ နေရာဌာနကိုလဲ ရွေးချယ်မနေရပါ။ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးငယ် အသွယ်သွယ်သော ရဟန်းရှင်လူအများနှင့် သင့်လျော်လှသော တရားလမ်းစဉ်ကြီးကို မိမိတို့နှင့် အခန့်သင့် တွေ့ကြုံနေကြသည်မှာ အလွန်ထူးမြတ်သော အခွင့်ကောင်း လာဘ်ကြီးဟု နှလုံးသွင်းပြုကာ မလွတ်တမ်း အားထုတ်သင့်လှပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဟူမူ ဤသို့သော အခွင့်ကောင်း ကာလကောင်းများနှင့် တွေ့ကြုံရန်မှာ အလွန်မှ ခက်ခဲလှပါသည်။ ဤသို့သော ခက်ခဲပုံအထွေထွေကို ရေးနေက ဝေးသွားမည်ဖြစ်၍ မဖော်ပြတော့ပါ။ ကြုံတွေ့နေရသည့်

အခွင့်ကောင်းကြီးကို လက်မလွတ်အောင် အရယူနိုင်ကြပါစေဟု အထူးသတိပေးအပ်ပါသည်။

ကိုယ်အမူအရာခေါ် ဣရိယာပုတ် ကြီးငယ်အသွယ်သွယ်နှင့် အားထုတ်နိုင်သော ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားတော်သည် မရွှိမပင်ပြုပဒါ ကြ၍ ကျန်းမာရေးနှင့်လဲ မဆန့်ကျင်ပါ။ မိမိနှင့်လျော်ညီသော ဣရိယာပုတ်များနှင့် အားထုတ်နိုင်သဖြင့် အချိန်များများလည်း လေ့လာနိုင်ရာ ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးနှင့်လဲ သင့်လှပါသည်။ အဘက်ဘက်က အဆင်ပြေနေသော တရားလမ်းစဉ် ဖြစ်နေ၍ ဘုရားရှင်လက်ထက် တော်အခါက ကလေးအရွယ် လူငယ်လေးများ ဖြစ်ကြသော ရှင်ရေဝတ၊ ရှင်ပဏ္ဍိတ စသော ခုနစ်နှစ်သားကလေးများပင် ရဟန္တာ အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ လူကြီးလူရွယ်များမှာ ဆိုဖွယ်ရာ မရှိတော့ပါ။ ထို့ကြောင့် ဝဋ်ဘဝမှ လွတ်မြောက်လိုကြ သူမှန်သမျှ ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားအလုပ်ကို အားထုတ်ရန် အသင့် လျော်ဆုံး ဖြစ်နေပါသည်။ ဘုရားရှင်လက်ထက်တော်အခါက သောဏ ထေရီခေါ် ၇၀–ကျော် ဘိက္ခုနီမကြီးတစ်ပါး မိမိ၏အင်အား မပြည့်ဝသောကြောင့် ကျောင်းတိုင်ကို ကိုင်တွယ်လျက် စင်္ကြံလျှောက် ပြီးမှတ်ရှုရာ အဘိညာဏ်နှင့်တကွ အာသဝေါကုန်ခန်းပြီး ရဟန္တာမ ကြီး ဖြစ်သွားသည်ဟု ထေရီအပဒါန်မှာ ဖော်ပြထားပေ၏။ ထို့ကြောင့် အရွယ်ကြီးသူ၊ ငယ်သူ ပမာနမဟုတ်။ ပါရမီအရင်းခံနှင့် အားထုတ် မှုသာ လိုရင်းဖြစ်သည်ကို ရှေးရှေးသော ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီး များ၏ ဖြစ်စဉ် အထုပ္ပတ္တိများက နမူနာအဖြစ် အထင်အရှား ဖော်ပြထားပေသည်။

မဟာသတိပဋ္ဌာန် အားထုတ်စဉ်မှာ ဝေါဟာရအနေနဲ့ လွယ်ကူထင်ရှားပေါ်လွင်သော အားထုတ်စဉ်ဖြစ်နေ၍ အချို့ ကိုယ်တိုင်မလေ့လာဖူးသူများ ပေါ့ပေါ့ဆဆ အတွေးရောက်လျက်ရှိနေရာ ဘုရားရှင်လက်ထက်တော်အခါကပင် မှတ်လျက်နှင့် အရိယာဖြစ်သွားသော အထုပ္ပတ္တိတစ်ခုကို ဖော်ပြပါမည်။ သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းဒါယကာကြီးဖြစ်တဲ့ အနာထပိန် သူဌေးကြီးတွင် ကာဠဟူသော နာမည်နှင့် သားတစ်ယောက်ရှိရာ ထိုကာဠမှာ လူငယ်ပီပီကျောင်းသွားလို လိုက်လိုသောစိတ်မရှိဘဲ ဖြစ်နေရာ ဖခင်သူဌေးကြီးမှာ သားတစ်ယောက် ကျောင်းရောက်ရန် စဉ်းစားလေသည်။ ဤသို့ စဉ်းစားမိပြီး လောကလူများ ငွေနှင့်ဖျောင်းဖျက ရနိုင်ပေမည်ဟု သိရှိပြီး သားမောင် ကာဠကို ဤသို့ ပြောပြပါသည်။ သားမောင် မြတ်စွာဘုရားကျောင်းတော်သို့ ဥပုသ်စောင့်သွားချေ၊ ဖေဖေငွေတစ်ရာပေးပါမည် ပြောသဖြင့် သားမောင်ကာဠ ငွေတစ်ရာလိုချင်တာနဲ့ ကျောင်းတော်သို့ ဥပုသ်စောင့်သွားပါသတဲ့၊ သို့သော်အများဥပုသ်သည်တွေလိုတော့ မြတ်စွာဘုရားထံ တရားတော့သွားမနာပါ၊ တော်ရာမှာနေပြီး အိမ်ပြန်ရောက်တော့ ငွေတစ်ရာပေးရန်ဖခင်ထံ တောင်းပါသတဲ့၊ ဖခင်သူဌေးကြီးက ငါ့သား မြတ်စွာဘုရားထံ တရားနာခဲ့ရဲ့လားလို့ မေးတော့ မနာခဲ့ကြောင်း ပြောဆိုပြီး ငွေတစ်ရာကိုသာ အရတောင်းပါသတဲ့၊ ဖခင်သူဌေးကြီးကလည်း ငွေတစ်ရာပေးပြီး ငါ့သား နောက်တစ်ခါသွားပြီး မြတ်စွာဘုရားဟောတော်မူတဲ့တရား မှတ်ပြီး နာခဲ့၊ အဖေ ငွေတစ်ထောင်ပေးမယ်၊ မှတ်မိသလောက်လဲ အဖေပြန်ပြီး ပြောပြပါလို့ ဒုတိယအကြိမ်

ငွေပေးပြီး ချော့ခိုင်းရပြန်ပါတယ်။ ထိုနောက်ထပ်တစ်ကြိမ်သွားတော့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတဲ့ တရားတော်ကို မှတ်မိနိုင်ရန် စိတ်ဝင်စားစွာမှတ်လျက် နာကြားရာ မှတ်ရင်း မှတ်ရင်းနဲ့ပဲ သောတာပန် အရိယာအဖြစ်သို့ အနာထပိန် သူဌေးသားကာဠ ကောင်းစွာ ရောက်ရှိသွားပါသတဲ့ ....

မဇ္ဈိမပဋိပဒါဆိုတာ ဘာလဲ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ရှေးဦးစွာ ဟောတော်မူသော ဓမ္မစကြာ တရားတော်တွင် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ တထာဂတေန အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ-ဟူ၍ ဟောတော်မူရာ ထိုတရားတော်မြတ်၌ ပါရှိနေသော မဇ္ဈိမပဋိပဒါဟူသော နာမည်ကို အတုယူ၍ ဤစာအုပ်၏ နာမည်ကိုလည်း မဇ္ဈိမပဋိပဒါ ဟု ဖော်ပြရေးသားခဲ့ပါ၏။ မဇ္ဈမပဋိပဒါဟူသော ပါဠိစကားသည် အလယ်လမ်းအကျင့်ကို ပေါ်လွင်ထင်ရှားစေလိုသောကြောင့် ဖော်ပြခဲ့ပါသည်။ ဤအလယ်လမ်းဖြစ်သော အကျင့်သည် ပညာမျက်စိကိုလဲ ပြုပေးတတ်ပေ၏။ အသိဉာဏ်ကိုလဲ ပြုပေးတတ်ပေ၏။ ကိလေသာ ငြိမ်းရန်လဲ ဖြစ်၏။ ထူးသော ဉာဏ်ဖြင့် သိရန်အလို့ငှာလဲ ဖြစ်၏။ ထိုးထွင်း၍ သိရန်အလို့ငှာလဲဖြစ်၏။ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရန် အလို့ငှာလဲ ဖြစ်ပေ၏။ ဤအလယ်လမ်းဖြစ်သော အကျင့်ဟူသည် သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပအစရှိသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်တရားပင် ဖြစ်ပေ၏။ မှတ်ရှုပွားများအားထုတ်သော သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်သည် မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပါဝင်နေသော အလယ်လမ်းအကျင့် ဖြစ်ပါသည်၊ ဖြစ်ပုံမှာ ဤသတိပဋ္ဌာန် တရားအားထုတ်နေသော ယောဂီသည် စားရိုးစားစဉ် စားနေကျ အစားအသောက်များကိုလည်း အချိန်မှန်

စားသုံးရပါသည်။ ဣရိယာပုတ်ကြီးငယ်တို့ဖြင့် မိမိကိုယ်နှင့် လျှောက်ပတ်ညီညွတ်ရာကိုလည်း ပြောင်းလဲအားထုတ်နိုင်ပါသည်၊ ထို့ကြောင့် သတိပဋ္ဌာန် တရားအားထုတ်မှုသည် မဇ္ဈိမပဋိပဒါအကျင့် ဖြစ်သည်ဟု ဖော်ပြရေးသားရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အပ္ပမာဒ–မမေ့အပ်သောတရားအရ ဖော်ပြရသော ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားကိုပင် ဖော်ပြရမည်ဖြစ်ပါ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဟူမူ ဣရိယာပုတ်ကြီးများနှင့် စားမှု၊ သောက်မှု၊ ပြုပြုသမျှသော ကိုယ်အမူအရာ၊ နှုတ်အမူအရာ၊ စိတ်မူအရာခပ်သိမ်းတို့ကို သတိမလပ် အမြဲမှတ်ရသောကြောင့် သတိပဋ္ဌာန်သည် အပ္ပမာဒလမ်းစဉ် ဖြစ်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူသော တရားတော်များ၏ အစဉ်ကို ဒေသနာက္ကမ တရားဟောစဉ်ဟု ခေါ်ပါသည်။ ရုပ်တရား နာမ်တရားများအစဉ်ကို မလွန်ကြမူ၍ မိမိတို့၏ သဘာဝအလျောက် ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်များကို ပဝတ္တိက္ကမဟု ခေါ်ပါသည်။ တရားအားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ မိမိတို့သန္တာန်၌ ပေါ်လာဖြစ်လာသော ဖြစ်ရပ်များကို မပြတ်မှတ်ရှုနေသောအစဉ်ကို ပဋိပတ္တိက္ကမတရား အားထုတ်စဉ်ဟု ခေါ်ပါသည်။ ထိုအစဉ်သုံးမျိုးတွင် ပဝတ္တိက္ကမခေါ် သဘာဝတရားများ၏ ဖြစ်စဉ်ကို မည်သူကမျှ ဤလိုဖြစ်၊ ဤလိုဖြစ်ရမည်ဟု အစဉ်ကို ပြောင်းလဲ၍ မရနိုင်ပါ။ ပဋိပတ္တိက္ကမခေါ် တရားအားထုတ်စဉ်မှာကား ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ အလိုဆန္ဒအားလျော်စွာ ထိုင်သောဣရိယာပုတ်မှ စလိုကစပြီး အားထုတ်နိုင်ပါသည်။ သွားသောဣရိယာပုတ်မှ စပြီးအားထုတ်လိုကလည်း အားထုတ်နိုင်ပါသည်။ လေးမျိုးသော ဣရိယာပုတ်များတွင် မိမိတို့ အားထုတ်လိုရာ

ဣရိယာပုတ်များမှစ၍ အားထုတ်နိုင်သည်ဟု မှတ်ကြပါ။ သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်တွင် အာနာပါဏမှစတင်ပြီး ဟောတော်မူရာ ထိုအာနာ ပါဏမှစ၍ အားထုတ်ရန် ဟောတော်မူသည် မဟုတ်ပါ။ ဒေသနာတော် အစဉ် အားဖြင့် ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်သည်ကို နားလည်ကြစေ လိုပါသည်။ ဤလိုထုတ်ဖော်ရေးရခြင်းမှာ အချို့သော ယောဂီများ ဒေသနာ အစဉ်ကို အားထုတ်စဉ် အနေမှတ်ထင်နေသောကြောင့် အစဉ်ခြင်းမှာ မတူကြောင်း သိရှိနိုင်ရန် ဖော်ပြရပါ၏။ ဤစာအုပ် နောက်ပိုင်းတွင် ဖော်ပြလတ့်။ အားထုတ်မှုများ၌ အစဉ်မတဲ့ဟု ထင်မှားကင်းစေရန် ဖြစ်ပါသည်။

ကျေးဇူးရှင် ဖြစ်တော်မူသော မူလမင်းကွန်း ဇေတဝန်ဆရာ တော်ဘုရားကြီးသည် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကို ရှေးရှေးသော ဆရာတော်ဘုရားကြီးများ၏နည်းကို အစဉ်မှီးလျက် နှစ်ရှည်လများ တစ်ကိုယ်တည်း ကေစာကျင့်သုံးပြီး အားရကျေနပ်မှု ရရှိမှ မိမိထံသို့ ရောက်လာကြသော တပည့်များအား ဤပုံဤနည်းဖြင့် မပြတ်မလပ် မှတ်ရှုရန် လမ်းညွှန်ခဲ့ပါသည်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဦးစွာ ပထမ ညွှန်ပြပုံမှာ ဘယ်လှမ်းသောခဏ ဘယ်လှမ်းတယ်ဟုမှတ် ညာလှမ်း သောခဏ ညာလှမ်းတယ်ဟုမှတ် ရပ်သောခဏ ရပ်တယ်ဟုမှတ် ထိုင်သောခဏ ထိုင်တယ်ဟုမှတ် အိပ်သောခဏ အိပ်တယ်ဟုမှတ် ကွေးသောခဏ ကွေးတယ်ဟုမှတ် ဆန့်သောခဏ ဆန့်တယ်ဟုမှတ် ဤသို့ စသည် ကိုယ်အမူအရာများကို ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း မပြတ်မှတ် ရှုနေရန် ညွှန်ပြခဲ့ပါသည်။ ဤပုံနည်းနှင့် ညွှန်ပြခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၈၀–ခန့်အချိန်က သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်ကိုမှတ် မှတ်ပြီး အားထုတ်

ရသော ဘာဝနာလုပ်ငန်းမှာ အဆန်းလိုလိုဖြစ်နေ၍ အချို့ယောဂီများ စိတ်ဝင်စားမှု မရှိကြပေ။ မှတ်မှတ်ပြီး အားထုတ်ရသည်ကို အဆန်း ထွင်သော လမ်းစဉ်ဟုလဲ အထင်သေးလျက် ဖြစ်နေကြလေသည်။ သတိပဋ္ဌာန်ဆိုတဲ့ သတိပုဒ်ကို ကောင်းစွာ နားလည်ပုံ မရကြပေ။ **အမှန်မှာ သတိသည် အမှတ်ရမှု သတိပြုမှု မမေ့မှု အမှတ်ရနေမှုဟူသော ဝေါဟာရများနှင့် အလားတူ ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲခြင်းများ ဖြစ်နေပါသည်။**

သုဒ္ဓ ဝိပဿနာယာနိက လမ်းစဉ်ကို ယောဂီများ သိလွယ် မှတ်လွယ် အားထုတ်ရန်လွယ်ကူသော သတိပဋ္ဌာန်လာ အားထုတ် စဉ်ကို ဖော်ပြပါမည်။ ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားတော်သည် မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အလယ်လမ်းအကျင့်လဲဖြစ် အမြဲမပြတ် သိမှတ်နေရသဖြင့် အပ္ပမာဒ လမ်းစဉ်လဲဖြစ် သမာဓိ ဘာဝနာကို သီးခြားထူထောင်နေရန်လဲ မလိုတော့၍ ဖြစ်ပေါ်ခိုက် ရုပ်နာမ်များကိုသာ တရစပ် အားထုတ်ရ သော တရားဖြစ်ပါသည်။ ဝေါဟာရ နယ်တွင် အပေါ်လွင်ဆုံးသော စကားတော်နှင့် ဟောတော်မူထားရာ အထူးစဉ်းစားနေရန်လဲမလို အချိန်မရွေး အခါမရွေး နေရာမရွေး မြို့မှာဖြစ်ဖြစ် တောမှာပဲဖြစ်ဖြစ် အားထုတ်လိုရာတွင် အားထုတ်လို့ဖြစ်နိုင်သော တရားတော်မြတ် ဖြစ်နေသည်ကို ယုံကြည်စွာ မှတ်ယူပါလေ။ ရှေးယခင်အချိန်က တရားအားထုတ်ကြရာ နေရာရွေးသည်က များပါသည်။ **တောထဲ တောင်ထဲ လူသူနည်းမှ တရားအားထုတ်လို့ ရမည်ထင်တတ်ပါသည်။ ဤလိုကားမဟုတ် မည်သည့် နေရာဌာနမဆို အားထုတ်က ရနိုင်သော အခွင့်ရှိနေပါသည်။** သာဓကတစ်ခု ဖော်ပြပါမည်၊ ဗုဒ္ဓလက်ထက်တော် အခါက မာတိကာရွာမှ မာတိကမာတာခေါ် ဒါယိကာမကြီးတစ်ဦး

နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ရဟန်းတော်များ၏ ဝေယျာဝစ္စများကို ပြုစုလျက်နှင့် အိမ်မှာပင် တရားအားထုတ်ရာ မကြာမီ အသိဉာဏ်များနှင့်တကွ အနာဂါမ်အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားသည်ဟု ဓမ္မပဒမှာ ဖော်ပြပါရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် တရားအားထုတ်မှု၌ နေရာမရွေး အခါမရွေး ဖြစ်ပါသည်ဟု ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အထက်ဖော်ပြပါ ဒါယိကာမကြီးမှာ တရားနာရုံမျှနှင့် တရားရသွားသည်ဟု မဖော်ပြဘဲ တရားအားထုတ်ပြီး ရသည်ဟုသာ အထုပ္ပတ္တိက ဖော်ပြထားပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသော သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်၌ ဂစ္ဆန္တောဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိ မြန်မာလိုသွားလျှင်လည်း သွားသည်ဟု သိ၏။ ဤသို့ အပေါ်လွင် အထင်ရှားဆုံးသော စကားတော် ဝေါဟာရများနှင့် ဟောတော်မူထားရာ သာမန်အားဖြင့် လွယ်လွယ်လေးဟု ယူဆနိုင်ပါသည်။ မလွယ်ပါ၊ လွယ်လွယ်လေး မဟုတ်ပါ၊ အဘယ့်ကြောင့်ပါနည်းဟူမူ မှတ်ရှုမှုမရှိသော အများစု လူတွေ သိနေကြသော အသိမျိုး မဟုတ်သောကြောင့်ပါတည်း။ မိရိုးဖလာ သိနေကြသော အသိမျိုးကား ငါသွားသည် သူသွားသည် ဟူသော ပုဂ္ဂိုလ်ကောင် သတ္တဝါကောင် သွားနေသော အသိမျိုးကို မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ သိဆိုသော အသိမျိုး မဟုတ်ပါချေ။ ဘုရားရှင်၏ သိဆိုသော အသိမျိုးမှာ သွားလိုသောစိတ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်ကြီးက ရှေ့သို့ တရွေ့ရွေ့ ရွေ့လျားနေသော ရုပ်နာမ်စု၏ သွားမှုကို သိစေလိုသော ဝါ–ရုပ်နာမ်၏ သွားမှုကို သိဟု ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါ၏။ ဤလို အသိမျိုးသိရန် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက သွားခိုက်မှာ လှမ်းသော အမူအရာကို အမှန်သိရန် လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်

ဟု လှမ်းတိုင်း လှမ်းတိုင်း မပြတ်မှတ်ပြီး လှမ်းရမည်ဟု လမ်းစဉ် ချခဲ့ပါသည်။ လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းနေသော ခြေကို အာရုံစူးစိုက်ပြီး မပြတ် အမှတ်ပြုနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် သမာဓိ ရရှိလာပါက လှမ်းမှု၏ ကြိယာလှုပ်ရှားနေသော အခြင်းအရာကို ကိုယ်တိုင်ပိုင်းခြား သိမြင်လာပါသည်။ ထို့ကြောင့်လျှင် အမှန်သိရန် အမှတ်ပြုရမည် ဟူသော သတိပဋ္ဌာန်အားထုတ်စဉ်ကို ပေါ်ပေါ်လွင်လွင် ထင်ရှားသော ဝေါဟာရစကားများနှင့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး အခိုင်အမာ လမ်းညွှန် ခဲ့ပါသည်။

ကျမ်းဂန်များ၌ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်ဟူသောစကား ပါရှိနေပါ၏။ ထိုပုဗ္ဗဘာဂမဂ်ဆိုသည်မှာ လောကုတ္တရာ မဂ်ဉာဏ်၏ ရှေ့အဖို့၌ ဖြစ်သော လောကီမဂ်ကို ဆိုပါသည်။ ထိုလောကီမဂ်သည် သတိပဋ္ဌာန် တရား အားထုတ်မှုကို ခေါ်ပါသည်။ သတိပဋ္ဌာန်တရား အားထုတ်စဉ် သည် မိမိသန္တာန်နှင့် အပေါ်လွင်ဆုံး၊ အထင်ရှားဆုံး အမြဲတစေ ဖြစ်ရှိနေ၍ စဉ်းစားတွေးတော ရှာဖွေနေရန် မလိုပါ။ အချိန်တိုင်းမှာ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်နေသော အာရုံတရားများ ဖြစ်ပါ၏။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် သည် မိမိသန္တာန်၌ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်နေသော တရားများကိုသာ သတိပဋ္ဌာန်မှာ လာတိုင်းမပြတ် မှတ်ရှုရန်သာ ဖြစ်ပါ၏။ ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဤအပေါ်လွင် အထင်ရှားဆုံးဖြစ်သော သတိပဋ္ဌာန် အားထုတ်စဉ်ကို လက်ရွေးစင် စီစဉ်ပေးခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါ သည်။

အကျဉ်းချုပ် အစီအစဉ်

၁။ ကိုယ်အမူအရာ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုရမည်။
၂။ နှုတ်အမူအရာ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုရမည်။
၃။ စိတ်အမူအရာ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုရမည်။

ကိုယ်အမူအရာဟူသည် သွားနေခိုက် ကိုယ်အမူအရာ၊ ရပ်နေခိုက် ကိုယ်အမူအရာ၊ ထိုင်နေခိုက် ကိုယ်အမူအရာ၊ အိပ်နေခိုက် ကိုယ်အမူအရာ၊ ကွေးနေခိုက် ကိုယ်အမူအရာ၊ ဆန့်ခိုက် ကိုယ်အမူအရာ၊ ကိုင်ယူမှု ကုတ်မှု၊ ပွတ်မှု စသော ထိုထို ကိုယ်အမူအရာများကို ပြုမူတိုင်းပင် မပြတ်မလပ် မှတ်ရှုရန် ညွှန်ကြားခဲ့ပါသည်။ နှုတ်အမူအရာဟူသည် စကားပြောခိုက် နှုတ်လှုပ်ရှားမှု၊ ပါးစပ်ပြင်မှု၊ နှုတ်ခမ်းလှုပ်မှု စသည်များကို မပြတ်မှတ်ရှုရမည် ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်အမူအရာဟူ သည် နှစ်သက်မှု၊ သာယာမှု၊ တပ်မက်မှု၊ ပျော်စိတ်လိုချင်စိတ်၊ ငိုချင်စိတ်၊ သွားချင်စိတ်၊ လာချင်စိတ် စသည် ထိုထို ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော စိတ်များကိုလဲ မပြတ်မှတ်ရှုနေရန် ညွှန်ပြခဲ့ပါသည်။ သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်သည် ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မအားဖြင့် လေးမျိုးပြားနေရာ ထိုလေးမျိုးလုံးပင် ကိုယ်မှ လွတ်နေသော တရားများ မဟုတ်ကြပါ။ ကိုယ့်သန္တာန်တွင် အမြဲမကွာ ဖြစ်ရှိနေသော တရားများချည်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ မိမိကိုယ်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ ထင်ရှားရာကိုသာ ယောဂီအနေနဲ့ မပြတ်မှတ်ရှုနေရန်ဖြစ်၏။ လေးမျိုးလုံး အစုံ တစ်ပြိုင်နက် မှတ်ရှုရန် မဟုတ်ပါ၊

ထင်ရှားရာကို တစ်မျိုးမှတ်က ယောဂီ၏ ဘာဝနာကိစ္စ ပြည့်စုံပါသည်။

အာနာပါဏပဗ္ဗ ဣရိယာပထပဗ္ဗ

မြတ်စွာဘုရားသည် သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်၌ကာယာနုပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို အာနာပါဏပဗ္ဗ ဣရိယာပထပဗ္ဗ စသောအားဖြင့် ၁၄-ပိုင်းခွဲခြားပြီး ဟောတော်မူခဲ့ပါသည်။ ထို ၁၄-ပိုင်းဖြစ်သော ကာယာနုပဿနာတို့တွင် ယောဂီများ၏ အာရုံ၌ အထင်ရှားအပေါ်လွင်ဆုံးဖြစ်သော ဣရိယာပထပဗ္ဗနှင့် သမ္ပဇညပဗ္ဗ ဤနှစ်ပိုင်းကို အားထုတ်စဉ်အနေနှင့် ဖော်ပြသွားပါမည်။ ဣရိယာပထပိုင်းမှာ အထင်ရှားဆုံးသော ကိုယ်အမူအရာ အကြီးစားများဖြင့် ပေါ်လွင်စွာ ဟောတော်မူထားပါသည်။ သမ္ပဇညပိုင်းမှာ အလတ်စား၊ အငယ်စားဖြစ်သော ကိုယ်အမူအရာများဖြင့် ခပ်စုံစုံ ဖော်ပြထားပါသည်။ ဤသို့ ထင်ရှားပေါ်လွင်သော အာရုံများမှာ တွေးတောဆင်ခြင်နေရန် မလိုပါ။ တိုက်ရိုက် တွေ့ရှိရပါ၏။

သတိပဋ္ဌာန်လာ ကိုယ်အမူအရာဖြစ်သော သွားခိုက်မှာ ယောဂီများ မှတ်ရှုရပုံကို ဖော်ပြပါမည်။ သွားသော ဣရိယာပုတ်သည် ဘယ်ညာနှစ်မျိုး ဖြစ်နေ၍ အစစွာ အားထုတ်သော ယောဂီများ ဘယ်နှင့်ညာကို ကြောင့်ကြမှု ပိုစေရန် ခွဲခြားပြီး အမှတ်ပြုရပါမည်၊ ရှေးဦးစွာ လှမ်းသော ခြေကို အာရုံစူးစိုက်ပြီး ဘယ်လှမ်းခိုက်မှာ ဘယ်လှမ်းတယ်ဟု စိတ်နဲ့မှတ်ပါ။ ညာလှမ်းခိုက်မှာ ညာလှမ်းတယ်ဟု စိတ်နဲ့မှတ်ပါ။ ဤလိုအားဖြင့် လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်း မလွတ်ရ

အောင် မပြတ်မှတ်နေရပါမည်။ မှတ်စယောဂီများမှာ ဘယ်နှင့်ညာ လွဲမှားတတ်ပါသည်။ မလွဲရန် သတိပြုမှတ်ရပါသည်။ လှမ်းခိုက်တွင် လှမ်းမှုနှင့်မှတ်မှု ထပ်တူကြအောင်မှတ်ပါ။ အလှမ်းက ရှေ့ကြပြီး အမှတ်က နောက်ကျလည်း မဖြစ်စေရပါ။ အမှတ်က ရှေ့ကျပြီး အလှမ်းက နောက်ကျလည်း မဖြစ်စေရပါ။ အလှမ်းနဲ့အမှတ် ပြိုင်တူဖြစ်မှ အချိုးကြပါ၏။ လှမ်းသောအာရုံနှင့်မှတ်စိတ် တစ်ပြိုင် တည်းထပ်မိဖို့ လိုပါသည်။ လှမ်းတိုင်းလှမ်းတိုင်းလည်း မပြတ်မှတ် သွားနိုင်အောင်လဲ သတိပြုရပါမည်။ အလေ့အလာမရှိသေးက မှတ်ရ တာပေါ့တော့နေ၍ အမှတ်လွတ်လွတ်နေတတ်၍ သတိထားရပေ မည်။ လေး ငါးရက်လောက် မှတ်မိက မှတ်စိတ်များ ခိုင်မြဲလာ ချိန်တွင် လေးလေးနက်နက်ရှိပြီး စိတ်ဝင်စားလာနိုင်ပါသည်။ လှမ်းမှု နှင့်မှတ်မှု တထပ်တည်းဖြစ်ပြီး ခိုင်မြဲလာသော် သမာဓိအရှိန်လဲ ပိုမို ကောင်းလာပါလိမ့်မည်။ အပြင်ရောက်ရောက်သွားသော စိတ်များလဲ လျော့ပါးသွားတတ်ပါသည်။ ဤလို အပြင်ထွက်ထွက်သွားသော စိတ်များ နည်းသွားသော် သမာဓိခေါ် စိတ်တည်ငြိမ်ပြီးမှ မှတ်ရှုသော အာရုံကို ကောင်းကောင်းသိလာပါသည်။

သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်ဟာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တစ်ခု တည်းသောလမ်းဟု ဆိုသော်လည်း နည်းလမ်းမှန်စွာနှင့် သမ္မာ ပဋိပတ် ဖြစ်ပါမှ ရောက်နိုင်မည်ဖြစ်ရာ အမှန်အကန် ကျင့်တတ်ဖို့ လဲ လိုပါသည်၊ အမှန်အကန်ဟူသည် ကျင့်နည်းအချိုးမကျ မစ္ဆိမပဋိပဒါ မဖြစ်လျှင် မှန်းချေမရောက် ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဤအရာမျိုးကိုလဲ အထူးပြု၍ ရှောင်ရပါမည်။ ဝိပဿနာဟူသည်

ရုပ်နာမ်ကို မှုထား၍ ရှုရမည်ဖြစ်ရာ ကာလ အတိတ် အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန်အားဖြင့် သုံးပါးပြားနေရာ မည်သည့်ကာလ၌ ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်ကို ရှုမှတ်ရမည်ကို တိတိကျကျ သိဖို့လိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန္နဉ္စ ယံဓမ္မံ ဟူသော ဒေသနာတော်ကို အထူးပေါ်လွင်အောင် ဖော်ပြရေးသားရပါ၏။ ပစ္စုပ္ပန်ခေါ် ဖြစ်ဆဲခဏ၌ တည်ရှိဖြစ်ပေါ်နေသော ရုပ်နာမ်ကို မိမိရရ မှတ်ရှုနိုင်မှ ဝိပဿနာ၏ အာရုံမှန် ဖြစ်ကြပါမည်။ ပစ္စုပ္ပန်ခဏ၌ ရှိနေသော ရုပ်နာမ်သည် ပစ္စုပ္ပန် လက္ခဏာ ရှိ၍ ထိုလက္ခဏာများကို ပိုင်းခြား သိမြင်မှ ယောဂီ၏ ဉာဏ်အမြင် သန့်ရှင်းနိုင်ပါ၏။ ဤလို ပစ္စုပ္ပန်ကာလ မမိရသော ရုပ်နာမ်များကို မှတ်ရှုပါက ဝိပဿနာဉာဏ်များ မှန်ကန်စွာ မပေါ် ထွက်နိုင် ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာမပြ နည်းမကျ အပြီးမရပါဟု ရှေးဆရာများ အထူးမှာကြား မိန့်ဆိုခဲ့ကြလေသည်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် မှတ်ရှုမိသော ယောဂီမှာ မကြာမီ ဝိပဿနာ ဉာဏ်မြင်ပေါက်၍ ခရီးရောက်နိုင်သည်ကို သူများပြောမဟုတ်ဘဲ ကိုယ်တွေ့ ဖြစ်ရပ်ပါ။

သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်၌ ဂစ္ဆန္တောဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိဟု ဟောတော်မူရာ မြန်မာလိုအားဖြင့် သွားတုန်းသွားဆဲ သွားခိုက် သွားသည်ဟုသိ ......ဤစကားရပ်၌ သွားတုန်းဟူသော စကားသွား ဆဲဟူသော စကားသွားခိုက်ဟူသော စကားများသည် ပစ္စုပ္ပန်ခေါ် ဖြစ်ဆဲကာလကို ဆိုသောစကားများ ဖြစ်ကြ၍ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ဆဲခဏ၌ သိဟုဆိုလိုပါသည်။ ထိုပစ္စုပ္ပန်မဟုတ်သော အတိတ် အနာဂတ် ကာလများမှာ သွားနေသော သွားမှုများကို သိရန်မဟုတ်ပါ။

သွားမှုခြင်းတူပါလျက် အတိတ် အနာဂတ်ကာလများ၏ သွားမှုကို အဘယ့်ကြောင့် သိရန်မဟုတ် ဆိုရပါသနည်းဟုမူ ထိုအတိတ် အနာဂတ်သွားမှုများမှာ ထင်ရှားတိတိ မရှိကြသောကြောင့် ဝိပဿနာ၏ အာရုံများ မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ ဝိပဿနာ မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် မျက်မှောက်ထင်ထင် တွေ့မြင်နေသော အာရုံများကို မှတ်ရှုပါမှ ထိုအာရုံများ၏ သဘာဝလက္ခဏာကို တတ်အပ်ထင်ထင် သိမြင်နိုင်ပါသည်။ သိမြင်ရပုံကို ပေါ်လွင်အောင် ဖော်ပြပါမည်၊ လှမ်းဆဲခဏမှာ လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် ထိုထိုအာရုံများသို့ စိတ်မရောက်ဘဲ မှတ်ရှုအပ်သော လှမ်းမှု၌သာ စိတ်တည်ငြိမ်ကာ လှမ်းသောခြေ၏ ကြွသည်ကိုလည်း သိ၏။ ရှေ့သို့ တရွေ့ရွေ့ ရွေ့သည်ကိုလဲ သိနေ၏ ခြေချလိုက်၍ ထိမိ ပိမိသည်ကိုလဲ သိနေ၏။ ဤသို့ သိနေရာ၌ ခြေကြွမှု၊ လှမ်းမှု၊ ထိမှု၊ သိမှုများမှာ ခြေလှမ်း၏ သဘာဝလက္ခဏာများပါ ထိုသဘာဝလက္ခဏာများကို လှမ်းခိုက် ဖြစ်သော အာရုံ၌သာ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မျက်ဝါးထင်ထင် တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။ ပစ္စုပ္ပန်မဟုတ်သော အာရုံများ၌ကား ဤလို မတွေ့မြင်နိုင်ပါ။

သဘာဝလက္ခဏာဟူသည် ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့၏ မိမိတို့၌ ထင်ရှားရှိနေကြသော ပင်ကိုယ်သဘောဖြစ်၏။ ပထဝီရုပ်သည် ကြမ်းနှသဘောရှိ၏၊ အာပေါရုပ်သည် ဖွဲ့စေးယိုစီးသော သဘောရှိ၏။ တေဇောရုပ်သည် ပူနွေးအေးသော သဘောရှိ၏။ ဝါယောရုပ်သည် လှုပ်ရှားတောင့်တင်းသဘောရှိ၏။ ဤသို့ စသည် မိမိမိမိတို့၌ ထင်ရှားတည်ရှိနေကြသော ပင်ကိုသဘောများပါ။ ထိုပင်ကို သဘာဝ အရှိသဘောများသည် ပစ္စုပ္ပန်ခဏ၌သာ တည်ရှိပါ၏။

ပစ္စုပ္ပန်ခဏ၌ တည်ရှိသော သဘာဝလက္ခဏာများကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တည့်တည့်ထင်ထင် တွေ့မြင်ပါမှ အမှန်ထင် ဒိဋ္ဌိထင် မျက်မှောက် တွေ့ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ ကြံဆတွေးတော သိရသော အသိမျိုးကား ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အမှန်သိမဆိုနိုင်ပါ။ ဓမ္မောအတက္ကာဝစရောဟု ကျမ်းဂန်များက မိန့်ဆိုထားပါသည်။ ကြံဆတွေးတော သိရသော အသိမျိုးကား စိန္တာမယအသိမျိုး ဖြစ်နေ၍ ယောဂီများမှာ ဘာဝနာမယ အသိမျိုးမှ သဘာဝကြပါသည်။ ဤသို့သော ဘာဝနာမယ အသိမျိုး သိရန် ကမ္မဋ္ဌာန်းခွင်သို့ ဝင်ပြီး အားထုတ်ကြခြင်းဖြစ်ရာ ကြံစီတွေးဆ စဉ်းစားပြီး သိရသော အသိမျိုး မဖြစ်ကြစေရန် အထူးသတိရှိကြ ပါလေ၊ ဤလို သတိပေးစကား ရေးသားရခြင်းမှာ အချို့သော ယောဂီများသည် ဘာဝနာအခန်းတွင် စိန္တာတွေ ဝင်နေကြသည်ကို အတော်များများ တွေ့နေရပြီး ခရီးမရောက် ဖြစ်နေကြ၍ အတွေး အကြံတွေ မဖြစ်ကြစေရန် ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော အာရုံများကိုသာ တရစပ် မှတ်မှတ်ပြီး ဘာဝနာအရာ ရောက်ဖို့ တိုက်တွန်းနှိုးဆော် လိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဆရာသမား၏ ညွှန်ပြ သည်ကို ယုံကြည်လေးစား လိုက်နာရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဘာဝနာကမ္မဟူသည်မှာ မပြတ်မလပ် ထပ်ခါထပ်ခါ ပွားများ အားထုတ်ရသော သဘောမျိုး ဖြစ်နေ၍ ရပ်နားထားပါက ဖင့်နွှေး နေတတ်ပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့်-စိတ်ကူးစဉ်းစားမှုတွေလဲ ဝင် လာတတ်ပါသည်။ ဟိုရှေးရှေးက စကား မီးပွတ်သော ယောကျ်ား ကဲ့သို့ မရပ်မနား အားထုတ်ရသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ရှေးအခါက မီးအလိုရှိလျှင် ဝါး ၂-လုံးကို အချင်းချင်း မရပ်မနား ပွတ်ပါက

မိးထွက်လာသည်ဟု ဆိုပါ၏။ အကယ်၍ နားလိုက်ပွတ်လိုက်နှင့် ရပ်ရပ်နေပါက မီးထွက်မလာဟု ဆိုပါသည်။ ထိုနည်းတူပင် ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသူ ယောဂီများလဲ တရစပ်မမှတ်ရှုဘဲ ရပ်နားနေပါက ကြာ့ကြာနေမည် ဖြစ်ပေသည်၊ ခြေလှမ်းခိုက်၌ ယောဂီများ မှတ်ရှု၍ ထင်နိုင်သော သဘာဝများမှာ ကြွခိုက်မှာ ကြွမှုကိုလဲ သိနိုင်၏။ လှမ်းခိုက်မှာ တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေသည်ကိုလည်း သိနိုင်၏။ ချခြခိုက်မှာ ထိမိဖိမိသည်များကိုလည်း သိနိုင်ပေသည်။ အားထုတ်စ ယောဂီများမှာတော့ သမာဓိ အရှိန် မရသေး၍ ဤသဘာဝများကို ကောင်းစွာမထင်နိုင်သေးပေ၊ ဘယ်နှင့်ညာ မှတ်နိုင်ယုံမျှ ဖြစ်နေမည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဘယ်နှင့်ညာ လွဲမှားတတ်သေးသည်။ မလွဲရန် အထူးဂရုစိုက် မှတ်နေရပေ၏။ လမ်းလျှောက်မှတ်နေသော ယောဂီသည် ဟိုဟိုဒီဒီ အဝေးကို မျှော်မကြည့်ရပါ။ မိမိ၏ရှေ့ ၂–တောင်ခန့်မျှ ကြည့်ရပါ၏။ ဟိုကြည့်ဒီကြည့် အဝေးကိုကြည့်က မှတ်စိတ် ပျံ့လွင့်သွားတတ်ပေ၏။ တရားအလုပ်သည် စိတ်ကိုထိန်းရသော အလုပ်ဖြစ်နေ၍ ဤစိတ်ငြိမ်နိုင်ရန် အထူးကြောင့်ကြ စိုက်နေရပါသည်။ သမာဓိအရှိန် ကောင်းလာသော် ကောင်းကောင်းမှတ်နိုင်ပါ၏။

လမ်းလျှောက်ပြီး လှမ်းမှုကို လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟု မပြတ်မလပ် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် လှမ်းသောခြေ ကြွသည်မှ ချသည်အထိ အမြဲသိနေရပေမည်။ ဤလို မသိသေးလျှင် သိရန် ဂရုစိုက် မှတ်ပါက သိလာ၍ပါလိမ့်မည်။ ၂–ရက် ၃–ရက်ခန့် မှတ်စိတ်မြဲလာပါက ကြွမှုမှ စပြီး ခြေချသည်အထိ အသိစိတ်

မြဲနေပါလိမ့်မည်၊ ခြေလှမ်းမှု၌ အသိစိတ်မြဲလာသော် ကြွခိုက်မှာ ကြွမှုသဘောကိုလဲ သိလာပါလိမ့်မည်။ ရှေ့သို့လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းမှုကိုလဲ သိလာပါလိမ့်မည်။ ခြေချခိုက်မှာ ချမှုကို သိလာပါလိမ့်မည်။ ခြေတစ်လှမ်း၌ ကြွမှုသဘော လှမ်းမှုသဘော ချနင်းမှုသဘော ၃-မျိုးရှိရာ ၃-မျိုးလုံး သိလာသော် သမာဓိရင့်လာပြီဟု မှတ်ပါ။ ၃-မျိုးလုံး သိနိုင်ရန် ၄-၅ ရက်ခန့် အထူးကြိုးစားသူမှ သိနိုင်ပါသည်။ သာမန်ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ အားထုတ်က မသိနိုင်သေးပါ။ သူများတကာ မသိနိုင်သောအရာကို မိမိမသိပါက စိတ်လျှော့ချရန် မဟုတ်ပါ။ လုံ့လဝိရိယ ကူမပေးရပါသည်။ အရာရာမှာ ဗွဲသတ္တိရှိဖို့ လိုပါသည်။ ရှေးရှေးသော ပုဂ္ဂိုလ်ကျော်များ မဖြစ်မနေ ကြိုးစားသွားကြသည်ကို အတုယူလာကြပြီး အားထုတ်ရမည် ဖြစ်၏။ ဗုဒ္ဓရှိစဉ်အခါက သွားနိုင်သောအင်အား မပြည့်စုံသော အရွယ်အိုလှသည့် ဘိက္ခုနီမကြီး ကျောင်းတိုင်ကို ကိုင်တွယ်ပြီး စင်္ကြံလျှောက်ယင်းနှင့် အဘိညာဉ်ရ ရဟန္တာအရှင်မကြီး ဖြစ်သွားကြောင်း ထေရီအပဒါန်တွင် ထင်ရှားဖော်ပြပါရှိပါသည်။ အထူးအားကျရန် နမူနာယူရန် ကောင်းလှသော ရှေးဟောင်း သာဓကတစ်ရပ်ပါ။

ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိဟူသော သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်၌ ကိုယ်ဟူသော ရုပ်အပေါင်း၌ ကိုယ်ရုပ်အပေါင်းမျှဟု အထပ်ထပ် မှတ်ရှုနေရမည်ဟုဆိုရာ၊ ယောဂီက သွားနေသော ရုပ်ကိုယ်ကြီး၌ သွားမှုခေါ် လှမ်းနေသော အမူအရာကို မပြတ်လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရှုနေခြင်းသည် ကာယာနုပဿီဝိဟရတိဟူသော ဘုရားရှင်၏ စကားတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ပါသည်၊ သွားနေခိုက်

လှမ်းသာအမူအရာကို မှတ်နေခြင်းသည် ရုပ်အမူအရာကို မှတ်ရှုသဖြင့် ရုပ်သဘောကို သိပါသည်။ ဤလှမ်းမှု၌ ရုပ်သဘောက အခြင်းအရာ ဘာနည်းဟူမူ လှုပ်ရှားနေသော အခြင်းအရာ ဖြစ်ပေ၏။ မှန်၏။ သွားခြင်းသည် ခြေကြွမှု၊ လှမ်းမှု၊ ချနင်းမှုများ ဖြစ်နေရာ ကြွသောသဘောလဲ လှုပ်ရှားသော အခြင်းအရာပင်။ လှမ်းသော သဘောလဲ လှုပ်ရှားသော အခြင်းအရာပင်။ ဖိနင်းသော သဘောလဲ လှုပ်ရှားသော အခြင်းအရာပင်။ ဤသို့လှမ်းနေခိုက် လှမ်းတယ်ဟု မှတ်သော ယောဂီ လှုပ်ရှားသော အခြင်းအရာများကို သိနိုင်ပါ၏။ သွားနေသော သဘောကို စာလို ကာယဝိညတ် ခေါ်ပါသည်။ မြန်မာလိုသွားတယ်လို့ ခေါ်ပါသည်။ သွားနေသော အမူအရာကို သွားနေသူကိုယ်တိုင်လဲ သိ၏။ မြင်နေသူများလဲ သိကြသည်ပင်၊ ထို့ကြောင့် ကာယဝိညတ် ကိုယ်အမူအရာဖြင့် သိအပ်သော ရုပ်ဟု ခေါ်ရပါသည်။ ဤကာယဝိညတ် ရုပ်သည် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝါယောရုပ်များက တွန်းကန်မှုကြောင့် မတည်ငြိမ်ဘဲ လှုပ်ရှားခြင်းဖြစ်နေရာ မှတ်နေသော ယောဂီက လှုပ်ရှားနေသော အမူအရာများကို သိနေပါသည်။

သွားသောသဘောကို အဋ္ဌကထာဆရာ ရှင်းပြပုံများကို ဖော်ပြပါမည်။ ဂစ္ဆာမီတိစိတ္တံ၊ သွားလိုသောစိတ်သည်။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဦးစွာဖြစ်ပေါ်လာ၏။ တံ၊ ထိုစိတ်က။ ဝါယံဇနေတိ၊ တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။ ဝါယော၊ တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုက။ ဝိညတ္တိံ။ ကာယဝိညတ်ဟု ခေါ်သော တွန်းကန်မှုသတ္တိထူးကို။ ဇနေတိ၊ ဖြစ်ပေါ်စေ၏။ စိတ္တကိရိယဝါယော ဓာတုဝိပ္ဖာရေန၊ စိတ်က ပြုအပ်သော

တောင့်တင်းလှုပ်ရှားခြင်းကြောင့်။ သကလကာယဿ၊ တစ်ကိုယ်လုံး၏။ ပု-တောအဘိနီဟာရော၊ ရှေ့ဘက်သို့ တည့်တည့်ဆောင်သွားသည်ကို။ ဂမ-နန္တိဝုစ္စတိ၊ သွားခြင်းဟု ခေါ်ဆိုအပ်ပေ၏။ ဤအဋ္ဌကထာဆရာက သွားမှု၏ ဖြစ်ရပ်သဘာဝများကို ပေါ်လွင်စွာ ဖော်ပြထားပါ၏။ အဓိပ္ပာယ်မှာ သွားဆိုတာ သွားလိုသောစိတ်က ဦးစွာ ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်တဲ့။ အဲဒီလို သွားလိုတဲ့စိတ် (ဝါ) သွားချင်တဲ့စိတ်က ဝါယောခေါ် တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။ ဤတောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုက ကာယဝိညတ်ခေါ်သော တွန်းကန်မှုသတ္တိထူးကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏၊ စိတ်က ပြုအပ်သော တောင့်တင်းလှုပ်ရှားခြင်းကြောင့် တစ်ကိုယ်လုံး ရှေ့ဘက်သို့ ဆောင်သွားသည်ကို သွားခြင်းဟု ခေါ်ဆိုရပါတယ်။ (ဝါ) သွားတယ်လို့ ပြောရပါတယ်၊ မြန်မာလို တိုတိုပြောရရင် သွားချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာတော့၊ ထိုစိတ်က ဝါယောလို့ ခေါ်ရတဲ့ တစ်ကိုယ်လုံးမှာရှိတဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေကိုဖြစ်စေပြီး ရှေ့ဘက်သို့ တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေတဲ့ အမူအရာသဘောကို သွားတယ်ဟု ခေါ်ကြတာပါပဲ၊ အဲဒီသွားမှုကိုပင် လောကလူတွေက ငါသွားတာ၊ သူသွားတာ၊ မိန်းမသွားတာ စသည်သွားနေသော ဣရိယာပုတ်တွင် ပါဝင်နေသော လှုပ်ရှားမှုအားလုံး စိတ်ကြောင့်ဖြစ်ကြသော စိတ္တဇရုပ်များဖြစ်၏။ လှမ်းခိုက်၌ မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည် ခြေ စသော ကိုယ်အင်္ဂါများ၏ တောင့်တင်းမှုထင်ရှားစွာ တွေ့ရ၏။ ဤတောင့်တင်းမှုသည် ဝါယောဓာတ်၏ ဝိတ္ထမ္ဘနခေါ်သော သဘာဝလက္ခဏာဖြစ်၏။ တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေမှုလည်း ထင်ရှားပေ၏။ ဤလှုပ်ရှားမှုသည် ဝါယောဓာတ်၏

သမုဒီရဏာခေါ်သောကိစ္စ ရသပေတည်း၊ ရှေ့ဘက်သို့ တွန်းပို့ဆွဲဆောင်နေမှုလည်း ထင်ရှား၏။ ဤတွန်းပို့ဆွဲဆောင်နေသောအခြင်းအရာသည် ဝါယောဓာတ်၏ အဘိနိဟာရ ပစ္စုပဋ္ဌာနခေါ်သောထင်ပေါ်ပုံ အခြင်းအရာပါတည်း။ ထို့ကြောင့် ဝါယောဓာတ်ကိုတောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှုဟု မှတ်ပါလေ၊ ဆိုလိုရင်းမှာ သွားမှုသည်ဝါယောနှင့်တကွသော ဝိညတ်ရုပ်သည် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သောစိတ္တဇရုပ်များသာတည်း။ ဤအဋ္ဌကထာ၏ လိုရင်းမှာ သွားသောအခြင်းအရာသည် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ဝါယောဓာတ်၏လှုပ်ရှားမှုများသာ ဖြစ်ကြပါ၏။ လောကဝေါဟာရအနေနဲ့ ငါသွားသည်၊ သူသွားသည်။ ပုဂ္ဂိုလ်သွားသည်။ သတ္တဝါသွားသည်ဟူသောအထင်များမှာ ထင်မှားမှုသာ ဖြစ်ကြပေ၏။ အမှန် စင်စစ်မှာမူသွားလိုသောစိတ် နာမ်နှင့်၊ ဝါယောရုပ်များ၏ လှုပ်ရှားမှုသာဖြစ်ပေ၏။ မှတ်ရှုနေသော ယောဂီသည်ကား လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်ဟု မှတ်က တရွေ့ချင်းတရွေ့ချင်း လှုပ်ရှားနေသည်ကိုသာကောင်းစွာထင်ထင် တွေ့ရှိနေရပါ၏။ ဤလိုသိသော အသိမျိုးကိုမြတ်စွာဘုရားရှင်က သွားလျှင် သွားတာ သိဟု ဟောတော်မူခြင်းဖြစ်ပေ၏။

တေနာဟ .... နာဝါမာလုဝေဂေန၊ ဓိယာဝေဂေနတေဇနံ။
ယထာယာတိတထာကာယော၊ ယာတိဝါတာဟတောအယံ။
ယန္တံ့သုတ္တဝသေနေဝ၊ စိတ္တသုတ္တဝသေနိဒံ။
ပယုံတ္တံကာယယန္တံမ္ပိ၊ ယာတိ ဌာတိ နိသီဒတိ။
တေန၊ ထို့ကြောင့်။ အာယ၊ ရှေးအဋ္ဌကတာ မိန့်ဆိုထားသည်

မှာ။ နာဝါ၊ ရွက်တိုက်သွားသောလှေသည်။ မာလုတဝေဂေန။ လေအဟုန်ကြောင့်၊ ယာတိယထာ၊ သွားသကဲ့သို့လည်းကောင်း။ တေဇနံ၊ မြားသည် ဓိယာဝေဂေန၊ လေးကြိုး၏အဟုန်ကြောင့်။ ယာတိယထာ၊ သွားသကဲ့သို့လည်းကောင်း။ တထာ၊ ထို့အတူ။ အယံကာယော၊ ဤရုပ်ကိုယ်သည်။ ဝါတာဟတော၊ စိတ္တဇလေက တိုက်ခတ်အပ်သည်ဖြစ်၍။ ယာတိ၊ သွားပေ၏။ ယန္တံ၊ ယန္တရား စက်သည်။ ဝါ၊ စက်ရုပ်သည်။ သတ္တဝသေန၊ စက်ကြိုး၏ အစွမ်းက။ ပယုတ္တံ၊ လှုံ့ဆော်အပ်သည်ဖြစ်၍။ ယာတိက္ကဝ၊ သွားသကဲ့သို့။ ဣဒံကာယယန္တံပိ၊ ဤကိုယ်ရုပ်တည်းဟူသော ယန္တရားစက်ရုပ် သည်လည်း။ စိတ္တသုတ္တဝသေန၊ စိတ်တည်းဟူသော ကြိုး၏အစွမ်းက။ ပယုတ္တံ၊ လှုံ့ဆော်အပ်သည်ဖြစ်၍၊ ယာတိ၊ သွားလည်းသွား၏။ ဌာတိ၊ ရပ်လည်းရပ်၏။ နိသီဒတိ၊ ထိုင်လည်းထိုင်၏။ သယတိ၊ လျောင်းလည်းလျောင်း၏။

ဤသို့လျှင် သွားမှု၌ လောကီဥပမာဆောင်၍၊ ရှေးရှေးသော အဋ္ဌကထာကြီးများက ထင်ရှားအောင် ဖော်ပြထားပါသည်။ အကျဉ်း ချုပ် အဓိပ္ပာယ်မှာ ရွက်လှေများမှာ ရွက်ကိုလေခတ်၍ လေအဟုန်နဲ့ သွားသလို စက်ယန္တရား ဆင်ထားသော စက်ရုပ်များလည်း စက်ကြိုး၏ အစွမ်းကြောင့် သွားသလို၊ ဤကိုယ်ရုပ်ကြီးလဲဘဲ စိတ္တဇဝါယော ခေါ် တွန်းကန်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် (ဝါ) စိတ္တဇဝါယောဓာတ်ကြောင့် သွားလည်းသွား၏၊ ရပ်လည်းရပ်၏။ ထိုင်လည်းထိုင်၏။ လျောင်း လည်း လျောင်း၏။ ကိုယ်အမူအရာများသည် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော ဝါယောဓာတ်၏ တွန်းကန်လှုပ်ရှားမှုများက ဖြစ်စေသည်ဟူလို၊

တစ်နည်းအားဖြင့်သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ လျောင်းမှုများသည် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော ဝါယောရုပ်များ ဖြစ်ကြသည်။ သွားသော အခြင်းအရာသဘောများ စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ကြရ၍ သွားမှုသည် ပုဂ္ဂိုလ်၏ သွားမှုမဟုတ်၊ သတ္တဝါ၏ သွားမှုလဲမဟုတ်၊ ရုပ်နဲ့နာမ်၏ သွားမှုသာဖြစ်ပါ၏။ ဤလို ရုပ်နဲ့နာမ်၏ သွားမှုကို အမှန်သိရန် ဘုရားရှင်က သွားတာသိဟု ဟောတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သွားခိုက်တွင် လှမ်းတယ်ဟုမှတ်သော ယောဂီသည် ခြေကြွမှုကိုလဲ သိ၏။ ရှေ့သို့လှမ်းခိုက် တရွေ့တရွေ့ ရွေ့နေသည်ကိုလဲ သိ၏။ ခြေချခိုက် ထိမှုကိုလဲသိ၏။ ဤသို့အားဖြင့် ကြွမှုနှင့်သိမှု၊ ရွေ့မှုနှင့်သိမှု၊ ထိမှုနှင့်သိမှု ဤနှစ်ခုမျှသာ သိနေသော ယောဂီကို ရုပ်နာမ်ကိုသိသော ယောဂီဟု ခေါ်ဆိုရပါ၏။ ကြွမှု၊ ရွေ့မှု၊ ထိမှုများကရုပ်။ သိမှုများကား နာမ်။ ဤတွင် ရုပ်နာမ်ကို သိသော နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဟု ခေါ်ရပါ၏။ ယောဂီများအနေနဲ့ မှတ်အပ်သော အာရုံကို သိမှုသည် သဘောမျှကိုသာ သိနေပါသည်။ ဒေသနာလာ ပထဝီရုပ်၊ အာပေါရုပ်၊ တေဇောရုပ်၊ ဝါယောရုပ်စသည် နာမည်များနှင့်ကား ခွဲခြားပြီး မသိပါချေ။ ကြွမှုကိုသိလျှင် ဝါယောရုပ်ကို သိသည်ပင်။ ရွေ့မှုကိုသိလျှင် ဝါယောရုပ်ကို သိသည်ပင်။ ထိမှုကိုသိလျှင် ပထဝီရုပ်ကို သိမှုဖြစ်ပါ၏။ ယောဂီများ၏ သိမှုမှာ သဘောကိုသာ သိမှုမျိုး ဖြစ်ပါ၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ ရုပ်နာမ်ကို သိတယ်ဆိုတာ ကြံတွေးပြီး သိတာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ ဆရာသမားများက ပြောလို့သိတာလဲမဟုတ်ဘူး၊ မှတ်ခိုက်မှာ ဒိဋ္ဌ ကိုယ်တွေ့အနေ သဘာဝကို သိ–သိနေသော

သဘောဖြစ်၏။ ပမာအားဖြင့် ခြေလှမ်းခိုက်၌ လှမ်းတယ်လို့ မှတ်ရာမှာ ခြေ၏ ကြွမှုကို သိရ၏။ ရှေ့သို့လှမ်းခိုက် တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေတာကို သိ၏။ ချနင်းခိုက် ထိတာကိုသိ၏။ ဤလို အားဖြင့် မှတ်ခိုက်မှာ ဝါယောရုပ်၏ သဘာဝလက္ခဏာများကို ကောင်းစွာထင်ထင် သိမြင်နေရပေသည်။ တွေးတောဆင်ခြင်ပြီး သိသော အသိမျိုးမဟုတ်ဘဲ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ပြတ်သားစွာ သိမြင်ရသော အသိမျိုး ဖြစ်ပါ၏။ သံဒိဋ္ဌိက တရားတော်ဟူသည် သူပြောလူပြော တစ်ဆင့်ပြောမှ သိရသော သဘောမျိုးမဟုတ်ပါ။ ဤ၌ ပိုင်းခြားသိပုံမှာ ကြွမှုကို သိရာ၌ ကြွမှုကတခြား သိမှုက တခြား၊ လှမ်းမှုကို သိရာ၌ လှမ်းမှုကတခြား သိမှုကတခြား၊ ချနင်း၍ ထိရာ၌ ထိမှုကတခြား သိမှုကတခြား။ ဤလို တခြားစီ အာရုံ နှင့်သိစိတ် တခြားစီခြားပြီး သိပါသည်၊ အာရုံမှာ ရုပ်တရားဖြစ်၏။ အသိကား နာမ်တရား ဖြစ်ပါ၏။ ဤလိုအာရုံ အာရမ္မဏိက ရုပ်နာမ်အစုံ ဖြစ်နေပုံကို မှတ်နေသော ယောဂီ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း တွေ့မြင် သိရှိနေရပြီး ငါသွားသည်ဟုလဲမထင်၊ သူသွားမှုလဲမဟုတ်။ ရုပ်နာမ်၏ သွားမှုသာဟု ပိုင်းခြားပေါ်လွင် ထင်ထင်ကြီး တွေ့ရ၍ သွားဟူသည် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ၏ သွားမှုမဟုတ်၊ ရုပ်နာမ်၏ သွားမှုသာ ဖြစ်ပေသည်ဟု ပိုင်းခြားဆုံးဖြတ်နိုင်ပါသည်။ ဤသို့ ရုပ်နာမ်၏ သွားမှုကို ပိုင်းခြား သိမြင်လာသော ယောဂီသည် ဒိဋ္ဌိခေါ် ယူမှားမှု စင်ကြယ်သောကြောင့် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိဟု ခေါ်ရပါသည်။

လှမ်းနေခိုက် လှမ်းတယ်ဟုမှတ်သော ယောဂီသည် ခြေလှမ်း ကြွစမှ ချနင်းချိန်အထိ အစဉ်မပြတ် သိနေပါက ကြွ၊ ဆွဲ၊ လှမ်း၊

လွတ်၊ ချ၊ နင်း ဤခြောက်ချက်လုံးကို သိပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ထိုထက် ပိုလဲ သိပါသေး၏။ ထိမိ ဖိမိရာ၌ မာမှု၊ ပျော့မှု၊ ကြမ်းမှု၊ ချောမှု၊ ပူ အေးမှုများကိုလဲ ထိရာ၌ သိရပါသည်။ လှမ်းခိုက်၌ ပါဝင်နေကြသော ပထဝီ စသော ဓာတ်သဘောများကို ယောဂီ၏ အသိဉာဏ်တွင် ပါဝင်နေပါ၏။ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိဟူသော ဘုရားရှင်၏ စကားတော်၌ သွားသည်ကို အပြားအားဖြင့် သိ၏ဟုဆိုရာ မှတ်ရှုသော ယောဂီမှာလဲ ပါဝင်နေသော ရုပ်အာရုံများကို သိလျက် ဖြစ်နေပါသည်။ မှတ်နေသော ယောဂီသည် ခြေလှမ်းခိုက်မှာ တစ်ကိုယ်လုံး၏ ယိမ်းယိုင်နေသည်ကို သိနေပါသည်။ ခြေလှမ်း၏ ကြွမှု၊ လှမ်းမှု၊ ချမှု၊ ဖိမှုများ၌ သဘာဝချင်း မတူကြဘဲ သီးခြားတစ်ခုစီ ပိုင်းခြားပြီး သိနေမှုသည် အပြားအားဖြင့်သိသော အသိပင် ဖြစ်ပါ၏။ ပဇာနာတိ၏ သဘောပင်၊ ကြွဆဲခဏ သိရာ၌ ကြွသော ကြိယာ သဘောမျှသာဖြစ်၍ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါဟူသော အထင်မျိုး မပါချေ။ လှမ်းဆဲခဏ သိရာ၌လဲ လှမ်းသော ကြိယာသဘောမျှသာဖြစ်၍ ငါစွဲ၊ အတ္တစွဲများလဲ မပါပါ။ ခြေကျမှု၊ ထိမှုများကို သိရာ၌လဲ ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ အတ္တကောင် အထင်မျိုး မပါပါချေ။ ရုပ်တရားများ၏ အမူအရာများသာ ထင်သိနေသောကြောင့် အတ္တအထင်မှ ကင်းလွတ်နေပါသည်။

ထင်ရှားပေါ်လွင်လှသော ကိုယ်အမူအရာကြီး လေးမျိုးရှိနေရာ သွားသော ကိုယ်အမူအရာကို ယောဂီများ မှတ်ရှုရပုံ၊ သိရှိပုံများကို အကုန်မစုံသော်လဲ နည်းရရုံမျှ ဖော်ပြခဲ့ပါပြီ။ ရပ်နေခိုက် မှတ်ပုံကိုလဲ သိရမည်ဖြစ်၍ ရပ်သော ကိုယ်အမူအရာကို အာရုံစူးစိုက်ပြီး

ခြေဆုံးခေါင်းဆုံး တစ်ကိုယ်လုံးခြုံပြီး ရပ်နေချိန်မှစ၍ ရပ်တယ် ရပ်တယ်ဟု မပြတ် ရှေ့တစ်မှတ်နဲ့ နောက်တစ်မှတ် ဆက်စပ်မိအောင် မှတ်နေပါ၊ အမှတ်ရပ်သွားပါက စိတ်အပြင်သို့ ထွက်သွားတတ်ပါသည်။ စိတ်အပြင် ထွက်မသွားအောင် မပြတ် မှတ်နေရပါသည်။ မပြတ်မလပ် မှတ်မှုဟာ စိတ်ကိုထိန်းမှုပါပဲ။ အဲဒီစိတ်ကို ထိန်းမှုဟာ အမှတ် မပြတ်မလပ် မှတ်နေတာ အကောင်းဆုံးလမ်းစဉ်ပါပဲ။ အကောင်းဆုံး လမ်းစဉ်ဟာ သတိပဋ္ဌာန် တရားတော် ဖြစ်ပါသည်။ သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ဟာ မှတ်နေရသော တရားပါ။ အမှတ်ရနေတာ မမေ့သော အပ္ပမာဒတရား ဖြစ်ပါ၏။ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူအပ်သော အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထဟူသော စကားတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ပါ၏။ ဘုရားရှင်၏ စကားတော်နှင့်အညီ ကျင့်သုံးနေသောသူမှာ ယခုဘဝမှာရော နောင်တမလွန်ဘဝမှာရော ချမ်းသာမှုအဖြာဖြာနှင့် တွေ့ကြုံ ခံစားရမည် အမှန်ဖြစ်ပါသည်။ **မိမိကိုယ်ကို ချမ်းသာစေလိုသူတိုင်း ဘုရားရှင်၏ စကားတော်ကို နားထောင်လိုက်နာရမည်သာ။**

ရပ်နေခိုက်မှာ ရပ်တယ် ရပ်တယ်ဟု မှတ်နေသော ယောဂီသည် တစ်ကိုယ်လုံးမှ တောင့်တင်းမှု အမျိုးမျိုးများကို တွေ့ရှိသိမြင်ရပါမည်။ အောက်ခြေမှစ၍ ခြေသလုံးများလဲ တောင့်တင်းမှု ဖြစ်နေတတ်ပါ၏။ ပေါင်များမှာ တောင့်တင်းသောသဘောများ ကျောကလဲ တောင့်တင်းသောသဘော။ ဤသို့ တောင့်တင်းမှုများကို တစ်ကိုယ်လုံးတွင် တွေ့ရှိနေတတ်ပါသည်။ မှတ်နေသော ယောဂီမှာ ကိုယ်ပေါ်မှ ဖြစ်ပေါ်နေသော အခြင်းအရာများကို ဖြစ်ပေါ်သောအတိုင်း တွေ့နေ

ရပါသည်။ ဤသို့ အမှတ်ပြုလျက် တွေ့နေသော သဘောများမှာ ပုဂ္ဂိုလ်မဟုတ်၊ သတ္တဝါမဟုတ် သဘောမျှသာ၊ တောင့်တင်းမှုသည် တောင့်တင်းသော ဖြစ်ရပ်မျှ အကောင်အထည် ဒြပ်သဏ္ဍာန် ပေါ်မလာပါ။ သဘောမျှသာ ဖြစ်နေပါသည်။ ယောဂီ၏ ထင်မှုမှာလဲ အကောင်အထည်နှင့် မတွေ့ရပေ။ သဘောထင်ရုံမျှ ဖြစ်ပေ၏။ တောင့်မှုကို သိခြင်းသည် ဝါယောရုပ်၏ သဘောကိုသိသော အခြင်းအရာ ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ရပ်နေခိုက် ရပ်တယ် ရပ်တယ်ဟု မှတ်နေသော ယောဂီ တောင့်မှုတင်းမှုများကို သိနေ၏။ တောင့်မှုက ဝါယောရုပ်၏သဘော၊ သိမှုက နာမ်သဘော၊ တင်းမှုလဲ ဝါယောရုပ်၏သဘော၊ သိမှုမှာ နာမ်သဘော၊ ဤသည်ပင် မှတ်ခိုက်မှာ သိနေသော အခြင်းအရာမှာ ရုပ်နာမ်သာ ဖြစ်နေပေ၏။ ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ သတ္တဝါကောင်၊ ငါကောင်၊ သူကောင်များ မထင်ပေါ်တော့ပေ။ အကယ်၍ ရပ်နေသည်ကို မမှတ်ဘဲ နေခဲ့သော် ငါရပ်နေသည်ဟု အထင်အစွဲ အလွဲထင် ထင်တော့မည်အမှန် ဖြစ်ပါသည်။

သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်တွင် မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူသော ဣရိယာပထပဗ္ဗ၌ ဌိတောဝါ ဌိတောမှိတိ ပဇာနာတိ၌ ထိုင်နေခိုက်မှာ ထိုင်တယ်ဟုသိ ဆိုရာ ဤထိုင်မှု ကိုယ်အမူအရာကို သိရန် သဘောတွေ များလှပါသည်။ လိုအပ်သောအသိ မှန်ကန်ဖို့ အရေးကြီးပါ၏။ ကျေးဇူးရှင် မူလ မင်းကွန်း ဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားသည် လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၇၀–ကျော်၊ ၈၀ ခန့်အချိန်က စတင်ပြီး အမှန်သိရန် အမှတ်ပြုရမည်ဟု ညွှန်ပြတော် မူခဲ့ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားက ထိုင်တာသိဟု ဟောတော်မူရာ ဆရာတော်ဘုရား

ကြီးက အမှန်သိရန် အမှတ်ပြုရမည်ဟု ညွှန်ပြသည်ကို စီစစ်ကြည့်ကြပါစို့။ ထိုင်နေသော ကိုယ်အမူအရာကို အမှန်သိရန် ထိုင်နေခိုက်မှာ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ ဤလို မှတ်နေသောသူမှာ ထိုင်နေသောကိုယ်မှ အောက်တစ်ပိုင်းခေါက်ခွေထားရသောကြောင့် ထိမှုတွေရှိနေ၍ ထိတာကိုလဲ သိနေပေမည်။ ဖိမိတာတွေကြောင့် တင်းတာ တောင့်တာတွေလဲ ရှိနေ၍ တင်းတာတောင့်တာများကိုလဲ သိနေပေမည်။ ဤသို့ထိုင်နေသော ဣရိယာပုတ် တစ်ခုတည်းမှာပင် ထိမှုရှိနေ၍ ထိတာကိုလဲသိ၏။ တောင့်မှု ရှိနေ၍ တောင့်တာကိုလဲ သိ၏။ တင်းတာတွေရှိနေ၍ တင်းမှုတွေကိုလဲ သိနေ၏။ ဤ၌ ထိမှုကို ထိမှုဟု သိတာ အမှန်သိပါ။ တင်းမှုကို တင်းမှုသိသာ အမှန်သိပါ၊ ထိတာကို ထိတယ်ဟုသိတဲ့အသိ အမှန်သိဖြစ်၍ ဟုတ်မှန်စွာသိသော ယထာဘူတဉာဏ် ဖြစ်နေပါသည်။

ထိုင်နေသော ဣရိယာပုတ်၌ အာရုံအမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်တတ်ပေ၏။ ပေါ်လာသောအာရုံများ မှတ်ဖို့ပင်၊ သို့သော် လွန်ကဲသော အာရုံကိုသာ ရှုးစိုက်မှတ်ရပါသည်။ ပမာအားဖြင့် ထိုင်နေသော ကိုယ်မှ ပူမှု အေးမှု တောင့်တင်းမှုတွေ ၃-၄-၅ ခု ပြိုင်တူပေါ်နေတတ်၏။ ဤလို ပြိုင်တူဖြစ်ပေါ်နေရာ မှတ်လိုရာ ၁-ခုကိုသာ ရှုးစိုက်ပြီး မှတ်ပါ၊ ရှုးစိုက်မှတ်သော အာရုံပျောက်သွားသော် ရှိနေသော အာရုံ ၁-ခုကို ပြောင်းမှတ်ပါ။ မထင်မရှား ဖြစ်ပေါ်သော အာရုံများကိုမှတ်နေရန် မလိုပါ၊ ထိုင်နေသော ဣရိယာပုတ်ကို ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မပြတ်အောင်မှတ်ပါ။ ထိုင်မှတ် မှတ်နေသော်လည်း ထိုင်နေသော ကိုယ်ပေါ်မှ သိမှုအမျိုးမျိုးတွေ ပေါ်လာတတ်ပါ၏။

ပေါ်လာပုံများမှာ ဒူးမှတောင့်မှု တင်းမှု ညောင်းညာမှု၊ ထုံမှုစသည် ဖြစ်ပေါ်နေတတ်၏။ မူလမှတ်နေသော အမှတ် မပျက်လောက်ပါက မူလ မှတ်မြဲအတိုင်း မှတ်နေပါ ...... မူလမှတ်နေသော အမှတ် ပျက်လောက်အောင် လွှန်ကဲလာသော ဖြစ်ပေါ်မှုများကိုတော့ ပြောင်းရွှေ့မှတ်ရပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ထိုင်ခိုက်၌ ဒူးပေါင် ခါးများမှ နာမှုပေါ်လာသော် ထိုနာမှုကို အာရုံစူးစိုက်ပြီး နာတယ် နာတယ်ဟု မပြတ်မလပ် စပ်မိအောင်မှတ်နေပါ။ မှတ်ရင်း မှတ်ရင်းနှင့်လဲ ပျောက်သွားနိုင်ပါ၏။ မပျောက်သော် ဖွဲတင်းပြီး မှတ်နိုင်သမျှ မှတ်ပေးပါ။ မမှတ်နိုင်ပါက ဣရိယာပုတ်ကို ပြင်မှတ်ပါ၊ ဤလို ဖြစ်ရပ်မျိုးမှာ ဖွဲသုံးနိုင်ဖို့ လိုပါ၏။ ဖွဲကောင်းကောင်းနဲ့ အနိုင်မှတ်ပါက ဤလို နာမှုမျိုး အပြီးပိုင် ပျောက်သွားနိုင်ပါသည်။

သွား ရပ် ထိုင် လျောင်းဟူသော ဣရိယာပုတ် လေးမျိုးစုံ အားထုတ်ရန် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသည်မှာ ထင်ရှားစွာ ရှိသော်လဲ အချို့သော ယောဂီများ ထိုင်ဣရိယာပုတ်ကို စိတ်အားသန် နေသည်ကို တွေ့ရပါ၏။ အချို့သော ယောဂီများမှာ နာရီအတော် ကြာကြာ ထိုင်နိုင်သည်ဟုပင် ပြောဆိုကြလေသည်။ အလယ် လမ်းစဉ် မဇ္ဈိမပဋိပဒါကို တရားဦး ဓမ္မစကြာတွင် ဘုရားရှင် ကိုယ် တော်တိုင် ဟောတော်မူထားသည်ကို သတိမူသင့်ပေသည်။ ဣရိယာ ပုတ် လေးမျိုးလုံးကို တရားမှတ်ရန် ဣရိယာပထပဗ္ဗနှင့် သမ္ပဇညပဗ္ဗ နှစ်ရပ်လုံး၌ ဖော်ပြပါရှိနေသည်။ မည်သည့် ဣရိယာပုတ်မဆို တရားမှတ်ရှုရန် ယောဂီများ အထူးသတိပြုရန် ဖြစ်ပေ၏။ ကိုယ်အမူ အရာ အထွေထွေ မှတ်ရှုရပုံများကို ဖော်ပြပါသည်။ လက် ခြေ ခါး

မျိုးအကြောင်းအားလျော်စွာ ကွေးမှု ဆန့်မှုများ ဖြစ်လာသော်
ကွေးခိုက်မှာ ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ပါ၊ ဆန့်ခိုက် မှာ
ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ပါ။ ဤသို့ ကွေးမှု ဆန့်မှုများကို
မမှတ်ပါက ကွေးဆန့်မှုများ၏ သဘာဝဖြစ်စဉ်များကို မသိဘဲ ငါ
ကွေးတယ် လက်ကွေးတယ် ဒူးကွေးတယ် ခါးကွေးတယ်ဟူသော
အများသိများ ဖြစ်သွားတတ်ပါသည် ...... အမှန်သိဖြစ်ရန် မှတ်ရှု
ရပါသည်။ ကွေးမှု ဆန့်မှု၏ သဘာဝမှာ ကွေးလိုစိတ်ကြောင့်
လက် ခြေ စသည် တရွေ့ရွေ့ ရွေ့နေသော သဘောများ ဖြစ်ပါ
သည်။ ဤကွေးမှု၌ ကွေးလိုစိတ်လဲ ငါမဟုတ် သူမဟုတ် ကွေးမှု
တရွေ့ရွေ့ ရွေ့နေသော သဘောလဲ ငါမဟုတ် သူမဟုတ် ရွေ့နေသော
ရုပ်သဘောမျှသာ ဖြစ်ပါ၏။

သတိပဋ္ဌာန် တရားအလုပ်ကိုမှတ် အားထုတ်ရခြင်းသည်
ဖြစ်တုန်းဖြစ်ဆဲမှာ မှတ်ရှုပါက ဖြစ်မှုသဘောများကို အမှန်အတိုင်း
သိရှိရပါ၏။ ထိုင်နေခိုက်မှာ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မှတ်နေသူမှာ
ထိုင်သောကိုယ်၏ အောက်တစ်ပိုင်း ခေါက်ခွေထားရသောကြောင့်
ထိမှုတောင့်တင်းမှုတွေကို အမှန်အတိုင်းသိနေပေ၏။ ထိုမှတစ်ပါး
ပူမှု အေးမှုများလဲ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ရာ ဖြစ်ပေါ်လာသော ပူမှုကို
ပူတယ်လို့ပဲ သိ၏။ အေးမှု ပေါ်လာသော် အေးတယ်ဟု သိ၏။
နာမှု ဖြစ်ပေါ်လာသော် နာတာကို သိ၏။ ဤလိုအားဖြင့် ဣရိယာ
ပုတ်တိုင်းမှာ မှတ်နေပါက ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ အထွေထွေကို
အမှန်အတိုင်းပင် သိရပေ၏။ ပေါ်လာတိုင်း ဖြစ်ရပ်များကိုလဲ
ဖြစ်တိုင်းမှတ်နေရပါသည်။ ပေါ်တိုင်းမှတ်ရှု နာမ်ရုပ်စု စွဲမှု မရှိပါဟု

မိန့်မှာကြပါ၏။ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော နာမ်ရုပ်များကို မမှတ်ဘဲ နေပါက ငါပဲ သူပဲ စသည် အလွဲလွဲ စွဲမှားနေတတ်ပါသည်။ စွဲမှားမှု ပျောက်ရန် မှတ်နေရပါ၏။ နာမှုပေါ်လာသည်ကို နာတယ် နာတယ်ဟု မမှတ်ဘဲနေလျှင် ငါနာတယ် ဒူးကနာတယ် ပေါင်က နာတယ် စသော နာမှုကိုစွဲပြီး အထွေထွေ စိုးရိမ်မှု ပူပန်မှုတွေ ဖြစ်လာတတ်သည်မှာ အများစုကြီး၏ ဓမ္မတာ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်ကြီးပါ။ မှတ်ရှုနေသော ယောဂီများမှာ တစ်မှတ်ပြီးတစ်မှတ် နာမှုတစ်ခု မှတ်မှုတစ်ခု သိမှုတစ်ခု တစ်မှတ်တစ်ပျက် တခြားစီ ဖြစ်နေပါ၏။ ဒူးကနာတယ် ပေါင်ကနာတယ် ငါနာတယ် စသော အမှားများ မလာနိုင်တော့ပေ။

ထိုင်နေခိုက် ဣရိယာပုတ်တွင် အထိုင်ကြာလာက ကိုယ်အင်္ဂါများမှ အထွေထွေဖြစ်မှုများ အမျိုးမျိုးဖြစ်တတ် ပေါ်လာတတ်ပေ၏။ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ထိုအာရုံများကိုလဲ ခေါ်နေကြ ဝေါဟာရများ ဖြင့်သာ မှတ်သွားရပါသည်။ ပမာမှာ ကိုက်မှုပေါ်လာက ကိုက်တယ် ကိုက်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ နာမှုပေါ်လာက နာတယ် နာတယ်ဟု မှတ်ပါလေ၊ မခံသာမှု ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖြစ်လာသော် ဖွဲသန်သန်နဲ့ မှတ်နိုင်ကမှတ်ပါ။ မမှတ်နိုင်ပါက ဣရိယာပုတ်ကို ပြင်နိုင်ပါသည်။ ပြင်သောအမူအရာများကိုလဲ မပြတ်မှတ်ပါ။ ကိုယ်အမူအရာအားလုံး ရုပ်အာရုံများချည်း ဖြစ်ကြ၍ ဣရိယာပုတ်ပြောင်းသော်လည်း ရုပ်အာရုံမှာ တစ်ခုတည်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ **သတိပဋ္ဌာန် ဘာဝနာသည် ဣရိယာပုတ် တစ်ခုတည်းကိုသာ အားထုတ်ရသည် မဟုတ်ပါ၊** သွားလျက်လဲ အားထုတ်နိုင်ပါ၏။ ရပ်လျက်လဲ အားထုတ်နိုင်သည်။

ထိုင်လျက်လဲ အားထုတ်နိုင်သည်။ အိပ်လျောင်းလျက်လဲ အားထုတ်နိုင်လေသည်။ လျောင်းလျှက် အားထုတ်ပုံမှာ ကိုယ်တုံးလုံး စန့်စန့် ကျောခင်းထားသည်ကို အိပ်တယ်ဆိုရ။ ဤအိပ်မှုကိုလဲ အိပ်တယ် အိပ်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ အိပ်ခိုက်မှာ ဘယ်ညာလှည့်မှုများ ပြုတတ်ရာ ဤလို ဘယ်ညာလှည့်ခိုက်မှာလဲ မှတ်ပါ။ ကွေးမှုများကိုလဲ ကွေးတယ်ဟု မှတ်ပါ၊ ဆန့်သည်ကိုလဲ ဆန့်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ ထချင်စိတ်ဖြစ်လာသော် ထချင်တယ် ထချင်တယ်ဟု မှတ်ပါ။ ထချင်၍ အားယူရာ၌ ဒူးကွေးရာ၊ လက်ထောက်တာများကိုလဲ မှတ်ပါ၊ ခေါင်းထောင်လာသော အမူအရာများကိုလဲ မှတ်။ လုံချည်ဝတ်မှု၊ ကိုင်မှုများကိုလဲ မှတ်ပါ၊ ဤသို့စသည်ထွေထွေရာရာ ပြုပြင်သမျှ မှတ်ရပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူထားသော သမ္ပဇဉ်ပဗ္ဗလာ အားထုတ်စဉ်ကိုလည်း ဖော်ပြပါမည်။ အဘိက္ကန္တေ ပဋိက္ကန္တေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ။ ရှေ့သို့သွားလျှင်၊ နောက်သို့ပြန်လျှင် သိလျက်ပြုရမည်ဖြစ်၏။ သမ္ပဇဉ်ဟူသည် သိလျက်ပြုမှုကို၊ (ဝါ) အသိနဲ့ပြု၊ (ဝါ) အသိဉာဏ်ဖြင့် ပြုရမည်ဟူသော အဓိပ္ပာယ်ရပါ၏။ ထို့ကြောင့် ကိစ္စအားလျော်စွာ၊ သွားမှု၊ ပြန်မှုများ၌လဲ သိလျက် အသိဉာဏ်ကိုပြုလျက် သွားရန် ပြန်ရန် ဟောခြင်းဖြစ်ပါ၏။ ရဟန်းတော်များမှာ ရပ်ထဲရွာထဲ သွားတာ ပြန်တာများ၌ မှတ်ပြီး သွားရမည်။ အာလောကိတ၊ ဝိလောကိတ၊ ရှေ့သို့တည့်တည့် ကြည့်တာ၊ စောင်းငဲ့ကြည့်တာများကိုလဲ မှတ်ရမည်။ သမိဉ္ဇိတေပသာရိတေ၊ ကွေးတာ၊ ဆန့်တာများကိုလဲ မှတ်ရမည်။ သင်္ဃာဋိ

ပတ္တစိဝရဓာရဏော၊ ဒုကုဋ်၊ သပိတ်၊ သင်္ကန်းများကိုကိုင်တာ၊ ယူတာများကိုလည်း မှတ်ရမည်။ အသိတေပိတေခါယိတေ။ စားတာ၊ သောက်တာ၊ ခဲတာ၊ လျက်တာများလဲ မှတ်ရမည်၊ ဥစ္စာရပဿာဝကမေ၊ ကျင်ကြီးကျင်ငယ် စွန့်တာများကိုလဲ မှတ်ရမည်။ ဂတေ ဌိတေနိသိန္နေသုတ္တေ ဇာဂရိတေ ဘာသိတေ တုဘာဏိုဝေ၊ သွားခိုက်၊ ရပ်ခိုက်၊ ထိုင်ခိုက်၊ အိပ်ခိုက်၊ နိုးခိုက်၊ စကားပြောခိုက်၊ ဆိတ်ဆိတ်နေခိုက်များ၌လဲ မှတ်ရမည်ဟု ဟောတော်မူထားရာ ကိုယ့်အမူအရာကြီးကြီးငယ်ငယ်များကို ပြုလုပ်တိုင်း မပြတ်မလပ် မှတ်နေရမည်ဟု ဟောတော်မူခြင်းဖြစ်၏။ မမှတ်ရသော (ဝါ) မမှတ်ကောင်းသော ကိုယ်အမူအရာများ မရှိပါ။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက နပ်ညှစ်တာ၊ မျက်ဝတ်သုတ်တာများကိုပါ၊ မှတ်ရမည်ဟု မိန့်တော်မူခဲ့ပါသည်။ ဆံပင်ရှိသူများမှာ ဆံပင်ကိုင်တာ၊ ထုံးတာ၊ ဖြီးတာများကိုပါ မှတ်ရပါသည်။

ဤသမ္ပဇဉ်ပဗ္ဗကို အတုယူ နည်းမှီးပြီး ရဟန်းတော်များမှာ ရဟန်းတော်များ၏ အသုံးအဆောင်၊ ရှင်များ၊ လူများမှာ မိမိတို့၏ အသုံးအဆောင်များကို ကိုင်တိုင်း၊ ယူတိုင်း၊ မတိုင်း၊ ချတိုင်း၊ ထိုထိုပြုမှုများကို မပြတ်မှတ်ရမည်ချည်း ဖြစ်ပါသည်။ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ၊ ဟူသော တရားတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်အမူအရာ မှန်သမျှ အမှတ်ပြုရမည်ကို သမ္ပဇဉ်ပဗ္ဗတွင် မပါဝင်သော မှတ်ရမည့် အခြင်းအရာများကို ဖော်ပြပါဦးမည်။ ကြည့်သော အမူအရာများကို တည့်တည့်ကြည့်မှုနှင့် စောင်းငဲ့ကြည့်မှုများသာ ပါပါသည်။ အထက်မော့ကြည့်တာလဲ မှတ်ရပါသည်။ အောက်ဘက်

ငုံ့ကြည့်တာကိုလဲ မှတ်ရမည်ပင်။ ရေချိုးရာ၌ ရေခွက်ကိုင်တာ၊ ယူတာ မ,တာ ချတာများကိုလဲ မှတ်ရပါသည်။ ဆပ်ပြာများကို ကိုင်တာ၊ ယူတာ၊ ပွတ်တာများကိုလဲ မှတ်ရ၏။ လုံချည်၊ ပဝါ စသည်များကိုလဲ ကိုင်တာ၊ ယူတာများကိုလဲ မှတ်၊ ကိုယ်ကိုပတ်တာ ဝတ်တာများကိုလဲ မှတ်၊ ဤလိုမပြတ် အရာရာမှတ်ရသည်များမှာ စိတ်ငြိမ်သော သမာဓိ ရင့်သန်လာနိုင်ပါသည်။ အမှတ်လွတ်နေက သမာဓိ ကျဲတတ်ပါသည်။ သမာဓိကျဲလျှင် ဝိပဿနာဉာဏ် အတက်နှေးတတ်သည်။ ဝိပဿနာ အတက်နှေးက တရားတော်ကို စိတ်ကျဆင်းသွားတတ်ပေ၏။ စိတ်ဓာတ် ကျဆင်းသွားလျှင် ရသင့်ရထိုက်သော အခွင့်ကောင်းများနှင့် လွဲသွားတတ်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော်၏ အခွင့်ကောင်းများကား၊ လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာများကိုပါ ရနိုင်ခွင့် ရှိပါသည်။ ဤအခွင့်ကောင်းမျိုးကား အလွန်ကြုံခဲလှ၏။

ဤသို့သော ကိုယ်အမူအရာများကို မှတ်ရခြင်းမှာ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ ရင့်သန်လာရန်နှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သဘာဝများကို ပေါ်ပေါ်လွင်လွင် သိထင်လာအောင် ဂရုပြုပြီး မှတ်ရတာပါ၊ ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ်မှတ်ရှုပါမှ ရုပ်တရားများ၏ သဘာဝလက္ခဏာများကို သိမြင်ပုံကို ဖော်ပြပါမည်။ လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်ဟု မှတ်နေသော ယောဂီမှာ လှမ်းမှု၏ တရွေ့ရွေ့ လှုပ်နေမှုနှင့် တစ်ကိုယ်လုံး ယိမ်းယိုင်နေသော အခြင်းအရာများပါ ဤလှုပ်ရှားယိမ်းယိုင်နေသည့်များမှာ ဝါယောရုပ်၏ သဘာဝလက္ခဏာများပါ လှုပ်ရှားနေသည်ကို သိခြင်းသည် ဝါယောရုပ်၏ သဘာဝကိုသိသည်

ဟု ခေါ်ရပေ၏။ လှုပ်သည်ကို သိသော ယောဂီ၏ အသိမှာ လှုပ်မှုထဲမှာ ငါကောင်၊ သူကောင်၊ သတ္တဝါကောင်၊ ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ မပေါ်ထင်တော့ဘဲ လှုပ်မှုမျှနှင့် အသိရပ်နေပါ၏။ လှုပ်ရှားမှု တရွေ့ရွေ့ ယိမ်းယိုင်နေသည်များကို သိထင်နေခိုက် အတ္တဒိဋ္ဌိ ပြုတ်သည်ဟု မှတ်ယူပါ၊ ဤ၌ ယောဂီ၏ လှုပ်ရှားမှုနှင့် သိမှု ဤ ၂-ခုသည် ရုပ်နာမ်မျှသာ ဖြစ်ဖြစ်နေ၍၊ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် အမြင်ဟု ခေါ်ရပါသည်။ နာရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်အမြင်မှာ ဒိဋ္ဌိကွာသော ဉာဏ်အမြင်ဖြစ်၏။ ဝိပဿနာဉာဏ်များသည် မိမိတို့၏ ဉာဏ် အခိုက်မှာ ဆိုင်ရာကိလေသာများကို ပယ်စွမ်းနိုင်သော သတ္တိရှိကြပေသည်။ နာမ်ရုပ်ကိုသိလျက် ပယ်ချက်မထင်သေးလျှင် ဤဉာဏ် အမြင် မသန့်ရှင်းသေးဟု မှတ်ယူရပါမည်။

ရုပ်နေခိုက်မှာ ရုပ်နေသော ကိုယ်အမူအရာများ၏ သဘာဝ လက္ခဏာကို မှတ်နေသော ယောဂီသိပုံသည် ရုပ်တယ် ရုပ်တယ်ဟု မပြတ် မှတ်နေက ခြေမှအစပြုပြီး တစ်ကိုယ်လုံး တည်ငြိမ်လျက် ဒူး ပေါင်ခါးများမှ တောင့်မှု တင်းမှုများကို ကောင်းစွာသိနေ၏။ ဤ တောင့်မှု တင်းမှုများသည် ဝါယောဓာတ်၏ ထောက်ကန်မှုကြောင့် တစ်ကိုယ်လုံး မလှုပ်မရှားဘဲ မတ်မတ်ရုပ်နေသော ကိုယ်၏ တောင့် တင်းမှုများကို သိနေရပေ၏။ တောင့်တင်းနေမှုကို မှတ်လျက် သိထင်နေသော ယောဂီသည် တောင့်တင်းနေသည်ကိုသာ သိသဖြင့် တောင့်မှု တင်းမှု၏ ရုပ်သဘောနှင့် သိမှုနာမ်သာဖြစ်၍ ရုပ်နာမ်မျှ သာ သိနေသော အဖြစ်ပါ၊ တောင့်တင်းမှု၌လဲ ငါ သူ ယောကျ်ား မိန်းမအနေ မထင်ပါပေ၊ ဤသို့ တောင့်တင်းမှုနှင့် သိမှု ၂-ခု၌

ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ ငါကောင် ရှာမရပါ၊ ထို့ကြောင့် ရပ်ခိုက်မှာ ရပ်တယ် ရပ်တယ်ဟု မှတ်နေသော ယောဂီ၏ တောင့်တင်းမှု သိမှုသည် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင် သတ္တဝါကောင် မထင်မူ၍ သဘောမျှသာ ထင်နေသောကြောင့် နာမရူပပရိစ္ဆေဒ ဉာဏ် ထင်သည်ဟု မှတ်ယူပါ။ နာမရူပပရိစ္ဆေဒ ဉာဏ်၏အမြင်မှာ၊ မှတ်အပ်သော အာရုံများ၌ သဘောမျှသာ ထင်နေရပါ၏။ ပုံဟန်သဏ္ဍာန်များ ပေါ်ထင်မှု မရှိတော့ပေ။ သဘာဝလက္ခဏာမျှသာ ထင်ခြင်းသည် ဒြပ်သဏ္ဍာန် ပြောက်ခြင်းဖြစ်၏။ ဝိပဿနာ၏ အာရုံမှာ ရုပ်နာမ်ဖြစ်၍ ရုပ်နာမ်မှာ သဘောမျှသာဖြစ်၏။ ပုံဟန်ဒြပ်သဏ္ဍာန် မရှိပါ၊ ဒြပ်သဏ္ဍာန်ပုံဟန် ပေါ်ထင်နေပါက ဝိပဿနာဉာဏ်မှန် မဖြစ်ပါ။

ဒိဋ္ဌေဒိဋ္ဌမတ္တံ ဘဝိဿတိ–ဟူသော ဗာဟိယသုတ်အရ တရား ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မျက်စိအဆင်း ပေါင်းမိ၍ ဤမြင်မှုပေါ်လာရာ၌ မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်နေရပါသည်။ မှတ်နေပါက ထိုမြင်ရာ၌ မြင်ရုံမျှနှင့် ရပ်သွားနိုင် ပြတ်သွားနိုင်ပါ၏၊ အကယ်၍ မမှတ်ဘဲနေသော် ငါမြင်တယ်၊ လှုပဲ မိန်းမပဲ၊ လှုငယ်ပဲ၊ ငြိုပဲ မည်သူပဲ စသော ဒြပ်သဏ္ဍာန်ပုံဟန်တွေ ထင်မှားပြီး ချစ်နှစ်သက် ဖွယ်များ မြင်မိက သာယာစိတ်လောဘ ဖြစ်မည်။ မနှစ်သက်ဖွယ် မြင်မိက စိတ်ညစ်စိတ်ဆိုးမှု ဒေါသဖြစ်မည်။ ဤသို့သော အဖြစ် ဆိုးများ မဖြစ်စေရန် ဝိပဿနာမှတ်မှု ဆေးနှင့်ကာကွယ်ခြင်းပေ သည်။ ဝိပဿနာမှတ်မှုသည် အကောင်းဆုံးသော ကာကွယ်ဆေး ဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှင်လက်ထက်တော်အခါက သောကမီး အထွေ ထွေနှင့် ဣန္ဒြေမရဖြစ်နေသော ပဋာစာရာ ခေါ် မပဋာမှာ ဤ

သတိပဋ္ဌာန် ဆေးသောက်ရ၍ အရူးပျောက်သွားသည်ဟု အထင်အရှား ဖော်ပြထားပေသည်။ အပူမီးအထွေထွေ အေးစေလိုလျှင် သတိပဋ္ဌာန် ဘုရားဆေးတော်ကြီးကို သုံးစွဲကြပါဟု တိုက်တွန်းအပ်ပါ၏။ မျက်စိ အကြည်ခာတ် ကောင်းသူတိုင်း နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ရှောင်မလွတ် တွေ့ကြုံနေကြရသော ဤလောကတွင် မြင်မှုအမျိုးမျိုးတွေကြောင့် လောဘမီး ဒေါသမီးတွေ အပြီးမသတ်နိုင်အောင် တဟုန်းဟုန်း တောက်လောင်နေကြသည်မှာ ကြီးကြီးငယ်ငယ် အရွယ်အစား ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း၌ ရာနှုန်းပြည့် အချိန်မလပ် ထပ်ကာထပ်ကာ လောင်မြိုက် နေကြသည်ဖြစ်၍ သတိပဋ္ဌာန် အပူငြိမ်းဆေးကို ပေးဝေဖြန့်ဖြူး လိုက်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား၏ သတိပဋ္ဌာန် ဆေးတော်ကြီးကို စားသုံးသူ တိုင်း လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ တည်းဟူသော ကိလေသာ အညစ် အကြေးများလဲ စင်ကြယ်နိုင်ပါတယ်။ စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးခြင်းများလဲ လွန်မြောက်သွားနိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲများလဲ ချုပ်ငြိမ်းသွားနိုင်ပါတယ်။ အသိဉာဏ် အမြင်မှန်များကိုလဲ ဖြစ်ပေါ် စေနိုင်ရစေနိုင်ပါတယ်။ အမျိုးမျိုးသော ဆင်းရဲဒုက္ခများမှလဲ အပြီး တိုင် လွတ်မြောက်သွားနိုင်ပါတယ်လို့ သမားတော်ကြီး ဘုရားရှင်က ရဲဝံ့စွာ ကြေညာထားပါသည်။ ယခုဆက်လက်ပြီး ကြားမှုနှင့်ပတ် သက်၍ မှတ်ပုံကို ဖော်ပြပါမည်။ နားကောင်းနေသူမှာ နားနှင့်အသံ ပေါင်းဆုံမိက ကြားမှုဖြစ်ပေါ်လာရာ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်က ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုနေပါက ကြားမှုတွင် တန့်ရပ်သွားပါ သည်။ အကယ်၍ မမှတ်ဘဲ နေခဲ့သော် ငါကြားတယ်။ ဆိုသံ၊

ဆဲသံ၊ ခေါ်သံ၊ အော်သံ စသော အသံရှင်ပေါ်အထိ စွဲမှား လွဲမှား သွားကာ နှစ်သက်မှုဖြစ်က လောဘကိလေသာ၊ မနှစ်သက်ပါက ဒေါသကိလေသာ၊ အသံ၏ ပိုင်ရှင်အထိ သိသွားပါက မောဟ ကိလေသာ။ ဤသို့သော လွဲမှားမှုမျိုးတွေ မိးခိုးမဆုံး မိုးမဆုံးဖြစ်ပြီး မဆုံးနိုင်သော စိတ်ကူးယဉ် လမ်းစဉ်ကြီးကို မပြီးနိုင် လျှောက်ရမည် ဖြစ်ပေ၏။ ထို့ကြောင့် ကြားမှုတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာသော် ထိုအသံ မဆုံးမခြင်း ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မပြတ်မလပ် အထပ်ထပ် မှတ်နေပါက ကြားမှုတွင်သာ ရပ်, ရပ်နေပြီး ကြားသောအသံ၏ ကောင်းဆိုးလဲမပေါ်လာ၊ အသံပိုင်ရှင်ကိုလဲ ချစ်ဖွယ် မုန်းဖွယ်မဖြစ် တော့ဘဲ ပြီးဆုံးသွားပါသည်။

နှာနှင့်အနံ့ ပေါင်းဆုံမိ၍ နံမှုဖြစ်ပေါ်လာရာမှာလဲ နံတယ် နံတယ်ဟု မပြတ်မလပ် မှတ်ရပါသည်။ အနံ့ပျောက်သွားသည်အထိ မှတ်နေရပါသည်။ ဤလို မပြတ်မှတ်နေပါက အနံ့လဲပျောက် အမှတ်လဲပြီးဆုံးလျက် ပြတ်သွားပါသည်၊ နံသည်ကို မမှတ်ဘဲနေက အကောင်းနံ့ နံပါက နှစ်သက်မှုလောဘဖြစ်လာပြီး ဤအနံ့အပေါ်၌ စွဲလမ်းကာ ရရာရကြောင်း ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှုတွေ အထပ်ထပ် ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်ပွားနေတတ်ပါသည်။ အနံ့ဆိုးနှင့်တွေ့ကြုံ က အနံ့အပေါ်၌ ဒေါသဖြစ်မှု၊ စိတ်ဆိုးမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်ပြီး မလိုလား အပ်သော အကုသိုလ်တရားတွေ မဆုံးနိုင်အောင် ဖြစ်သွားတတ်ပါ သည်။ လျှာနှင့် အရသာတွေ့ဆုံ၍ ဇိဝှာဝိညာဏ်စားရာ၌ စားတယ် စားတယ် မှတ်ရ၏။ ဤစားရာမှာ အရသာထင်မှုဖြစ်သော်လည်း ကိုယ်အမူအရာ အများဆုံး ပါနေ၍ ကိုယ်အမူအရာကိုပဲ အမှတ်ပြုရ

ပေ၏။ မှတ်ပုံမှာ စားသောက်ဖွယ်များကို ကြည့်ရာမြင်ရာ၌ ကြည့်ခိုက်မှာ ကြည့်တယ်လို့မှတ်ပါ၊ မြင်ခိုက်မှာ မြင်တယ်လို့ မှတ်ပါ။ ကိုင်လိုယူလို၍ လက်လှမ်းတော့ လှမ်းတယ်လို့ မှတ်ပါ၊ ကိုင်တော့ ကိုင်တယ်လို့ မှတ်ပါ၊ ယူတော့ ယူတယ်လို့ မှတ်ပါ။ ပါးစပ်နားရောက်တော့ ရောက်တယ်လို့မှတ်ပါ။ ပါးစပ်ဟတော့ ဟတယ်လို့ မှတ်ပါ၊ ခွံ့တော့ ခွံ့တယ်လို့ မှတ်ပါ၊ လက်ပြန်နုတ်တော့ နုတ်တယ်လို့ မှတ်ပါ၊ ပါးစပ်ပိတ်တော့ ပိတ်တယ်လို့မှတ်ပါ၊ လက်တနေရာထားတော့ ထားတယ်လို့မှတ်ပါ၊ ဝါးတော့ ဝါးတယ်လို့ မှတ်ပါ၊ မျိုတော့ မျိုတယ်လို့ မှတ်ပါ။ ဤလို ကိုယ်အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်တိုင်း မှတ်နေရပါ၏။ စားမှုသည် ကိစ္စ အလွန်များပါသည်။

ထိုထိုကိုယ်အင်္ဂါများမှ အထွေထွေထိမှုများကို ထိတယ်ထိတယ်ဟု မပြတ်မလပ် အထပ်ထပ် မှတ်ရှုနေရပါသည်။ ဝိပဿနာမှတ်ရှုရခြင်းမှာ မှတ်အပ်သော အာရုံများ၏ ဒြပ်သဏ္ဍာန်ပုံဟန်များ ပေါ်ထင်မလာစေရန် ထပ်ခါထပ်ခါ မှတ်နေရခြင်းဖြစ်၏။ ထိသော ဌာန၌ ခြေပဲ၊ လက်ပဲ၊ ဒူးပဲ စသော ပုံဟန်များ ပေါ်နေကပညတ်နိမိတ်တွေ ထင်မြင်ပြီး ကိလေသာမြင် မြင်၍ ဝိပဿနာအမြင်ပျောက်သွားတတ်ပါသည်။ ပရမတ်ထင်လျှင် ပညတ်မထင်၊ ပညတ်ထင်လျှင် ပရမတ်မထင်။ ပရမတ်ဆိုတာ သဘောမျှသာ၊ ဒြပ်သဏ္ဍာန်မပါ။ ပညတ်ဆိုတာ ဒြပ်သဏ္ဍာန် အကောင်အထည် ပုံဟန်ကြီးပါ။ **ပရမတ် အမြင်ရောက် ပညတ်အထင်ပျောက်၊ ပညတ်အထင်ရောက် ပရမတ်အမြင်ပျောက်။**

သိမှုသဘောသည် အများနှင့် ဆက်စပ်နေပါသည်။ လောက

နယ်မှာ သိမှုလည်း အသိဟုခေါ်ရပါ၏။ ဓမ္မတရားနယ်က အသိလဲ အသိဖြစ်၏။ ဤ၌ အသိကား တရားနယ်က အသိဟု မှတ်ပါ။ သိမှု ဖြစ်ပေါ်လာသော် သိတယ် သိတယ်ဟုသာ မပြတ်မလပ် အထပ်ထပ်မှတ်နေပါ။ ဗာဟိယ ပရိဗိုဇ်ကိုဟောရာ၌ ဝိညာတေ ဝိညာတမတ္တံ ဘဝိဿတိဟု ပါရှိပါသည်။ မြန်မာလိုအားဖြင့် သိရာ၌ သိရုံမျှ ဖြစ်ရာ၏ ဖြစ်လတ္တံ့။ ဤသိရာ၌ကား သဘောအမျိုးမျိုးကို သိမှုသည် သိမှုမျှသာဖြစ်၍ လူ၊ နတ်၊ ခွေး၊ ဝက်၊ ကြက်စသော ပုံဟန်များ မပါပါချေ။ ဝိပဿနာ မှတ်ရှုပြီး သိနေသော အသိမျိုးမှာ ဤလို သိကာမျှသိနေသော အသိပါ။

သတိပဋ္ဌာန် ဘာဝနာ သုဒ္ဓဝိပဿနာ အားထုတ်ရပုံ အထွေထွေကို ဖော်ပြပါမည်။ ကိုယ်မှ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ကိုယ်အမူအရာ ဟူသမျှ ကြီးကြီးငယ်ငယ် မှတ်နေရမည်ချည်းသာဖြစ်၏။ ထိုင်နေခိုက်၌ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်မှတ် မြင်မှု ဖြစ်ပေါ်လာသော် မြင်တယ် မြင်တယ်မှတ်၊ ကြားမှုဖြစ်ပေါ်လာသော် ကြားတယ် ကြားတယ်မှတ်၊ နာမှုဖြစ်ပေါ်လာသော် နာတယ် နာတယ်မှတ်၊ မပျောက်မခြင်း မှတ်လေ ......ယားမှု ဖြစ်ပေါ်လာသော် ယားတယ် ယားတယ်မှတ်၊ ယားသည်ကို ကုတ်ချင်လာသော် ကုတ်တယ် ကုတ်တယ်မှတ်၊ ပျောက်သွားသော် ပျောက်တယ်မှတ် လက်ပြန်လာမှုကိုလဲမှတ် တောင့်မှုတင်းမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာ၍ နှိပ်ချင်လာသော် နှိပ်ချင်တယ်မှတ် လက်သွားသော် သွားတယ် သွားတယ်မှတ် နှိပ်သော် နှိပ်တယ် နှိပ်တယ်ဟု နှိပ်တိုင်း နှိပ်တိုင်း မပြတ်မှတ်လေ၊ ကိုက်မှုပေါ်လာသော် ကိုက်တယ် ကိုက်တယ်ဟုမှတ် ပျောက်သွားသည်အထိ

မပြတ်မှတ်လေ၊ **အလွန် ပြင်းပြင်းထန်ထန် လွန်ကဲလာ၍ သည်းမခံနိုင်ပါက ဣရိယာပုတ်ကို ပြောင်းပေးနိုင်ပါသည်။ ဖွဲ့သတ္တိနဲ့ သည်းခံပြီး မှတ်နိုင်ပါက ပျောက်သွားသည်များလဲရှိ၏။** ဤလိုမှတ်မှတ်နေရင်း ပျောက်ကင်းသွားပါက နောက်ထပ် ပေါ်မလာတော့ဘဲ လုံး၀ ကိုက်ခဲမှုများ ပျောက်ကင်းသွားတတ်ပါ၏။ ပျောက်ကင်းသွားသူများ ရှိနေပါသည်။ နာမှုများလဲ ဖွဲ့ရှိရှိနဲ့ မှတ်လို့ ပျောက်ကင်းသူများလဲ တွေ့ဘူးပါ၏။ တရားမှတ်နေစဉ် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝေဒနာများမှာ ယခင်အချိန်က ဖြစ်ပေါ်တတ်သော အနာများလဲ ပေါ်တတ်ပါသည်။ ပေါ်လာတိုင်း ဝေဒနာများကို မှတ်မှတ်ပြီး နေရပါသည်။

အကြောင်းအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ကိုယ်အမူအရာများသည် နာမ်ရုပ်များချည်းသာ ဖြစ်ကြပေ၏။ ထိုနာမ်ရုပ် ဖြစ်မှုကိုပင် အမှတ်မပြုသဖြင့် အမှန်မသိကြဘဲ ငါသွားသည် ငါရပ်သည် စသောအားဖြင့် အလွဲလွဲ အမှားမှား မဆုံးနိုင်အောင် မှားကြလေသည်။ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း မပြတ်မှတ်နေပါက အမှန်သိမည်သာ၊ အမှန်သိပုံမှာ လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်ဟု မှတ်နေပါက လှမ်းမှု၏ ကြွခိုက်မှာ ကြွတာကိုလဲသိ၏။ ရှေ့သို့ လှမ်းခိုက်မှာ တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေတာကို သိ၏။ ခြေချခိုက်မှာ ထိမိ ဖိမိတာကိုလဲ သိ၏၊ ကောင်းစွာမှတ်ရှုနေသော ယောဂီခြေလှမ်း၏ ကြွမှု လှမ်းမှု ချနင်းမှုများကို ကိုယ်တိုင်ထင်ထင် သိမြင်နေရပါသည်။ ဤသို့ သိမြင်ရာ၌ ကြွမှုလဲ ငါကောင် သူကောင် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်ဟုဆိုရန် မဟုတ်၊ သိမှုလဲ ငါကောင် သူကောင် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်ဟုဆိုရန် မဟုတ်၊ လှမ်းမှုလဲ

ငါကောင် သူကောင် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်ဟုဆိုရန် မဟုတ်၊ ချုန်းမှု သိမှုများလဲ ငါ သူ တစ်ပါး ပုဂ္ဂိုလ်များ မဟုတ်ကြလေ၊ ကြွမှု ရုပ်သဘောနှင့် သိမှု နာမ်သဘောမျှသာ ဖြစ်ပေသည်။ ဤလို ရုပ်နာမ်၏ ဖြစ်မှုများကို အမှန်အတိုင်းသိရန် သတိပဋ္ဌာန် ဘာဝနာ နည်းအရ မပြတ်မလပ် အမှတ်ပြုနေရလေသည်။ အမှတ်များ ဆက် စပ်ပြီး ငြိမ်သက် တည်မှုတွေ များလာသော် သမာဓိနှင့် အသိဉာဏ် ပိုမို ထက်သန် ကောင်းမွန်ပြီး လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ် မှတ်နေက လှမ်းတဲ့ ကိုယ်အမူအရာ ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှားနေသည်များကို သိမြင်နေ ပါတော့သည်။ ငါကောင် သူကောင် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင် မပေါ်ထင်တော့ ပေ။

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်

ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိဟု မြတ်စွာဘုရား ဣတိဝုတ်တွင် ဟောတော်မူသည်နှင့်အညီ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော ကိုယ်အမူအရာ နာမ်ရုပ်များကို ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော အခြင်းအရာများဖြင့် မပြတ် မှတ်ရှုနေရန် ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော် ဘုရားကြီး အထူး ညွှန်ကြား တော်မူခဲ့ရာ လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်မှတ်၊ ရပ်ခိုက်မှာ ရပ်တယ်မှတ်၊ ထိုင်ခိုက်မှာ ထိုင်တယ်မှတ်၊ အိပ်ခိုက်မှာ အိပ်တယ်မှတ် ကွေးခိုက်မှာ ကွေးတယ်မှတ် ဆန့်ခိုက်မှာ ဆန့်တယ်မှတ်၊ ဤသို့ စသည် ဖြစ်ပေါ်လာသော နာမ်ရုပ်များကို ဖြစ်ပေါ်ခိုက် ဖြစ်ပေါ်ခိုက် ပစ္စုပ္ပန် ခဏ မလွတ်ရအောင် အမြဲမပြတ် တရစပ် မှတ်ရှုနေရပါသည်။ အထက်ဖော်ပြပါ ဘူတံ-ဟုသော ပါဠိစကားတော်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာ

သောသဘောကို ဆိုပါသည်။ ဖြစ်ပေါ်လာတာ ဘာလဲဟူမူ နာမ်ရုပ် ဖြစ်ပေါ်လာမှုဖြစ်၏။ ဤလို နာမ်ရုပ် ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း မှတ်ရှုနေပါက ဖြစ်ပေါ်လာသော နာမ်ရုပ် သဘာဝဖြစ်စဉ်ကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်လာပါသည်။ နာမ်ရုပ်ဖြစ်စဉ်ကို သိမြင်မှု ရင့်သန်လာသော် ရုပ်ဖြစ်စဉ် တခြား၊ နာမ်ဖြစ်စဉ် တခြား တခြားစီကွဲပြီး သိပါ၏။ မသိတတ်သော သဘောက ရုပ်၊ သိအပ်သော ရုပ်အာရုံဆီသို့ ညွတ်လျက်သိနေတာက နာမ်ဟု ပိုင်းခြား သိလာပါ၏။ ဤသို့ နာမ်ရုပ်နှစ်ပါးကို ပိုင်းခြား သိမြင်လာသော ယောဂီ၏ ဉာဏ်အမြင်ကို နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဟု မှတ်ပါ၊ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်အခိုက်မှာ ငါဟုစွဲယူသော ယူမှားမှု အတ္တဒိဋ္ဌိမှ လွတ်မြောက်၍ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိဟု ခေါ်ရပါ၏။ နာမရူပါနံ ယာထာဝဒဿနံ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနာမ ...... ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၂-၂၂၂

နာမရူပါနံ၊ အာရုံသို့ ညွတ်တတ်သော နာမ်သဘောနှင့် ဖောက်ပြန်တတ်သော ရုပ်သဘောတို့ကို၊ ယာထာဝဒဿနံ၊ သဘောမှန်အတိုင်း သိမြင်ခြင်းသည်။။ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိနာမ၊ စင်ကြယ်သော ဉာဏ်အမြင်မည်၏။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ်မလပ် တရစပ် မှတ်ရှုနေသော ဝိပဿနာစိတ်သည် ဟိုဟိုဒီဒီ အာရုံများဆီသို့ ရောက်မသွားမှု၍ တည်ငြိမ်မှု သမာဓိကောင်းမွန်လျက် လှမ်းခိုက်၌ လှမ်းတယ်ဟုမှတ်ရာ၊ လှမ်းနေသောသဘော တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားနေသည်ကိုသာ သိရှိနေပေသည်။ ဤ၌ တရွေ့ရွေ့၊ လှုပ်ရှားမှုနှင့် သိမှုများသာဖြစ်၍ တရွေ့ရွေ့ လှုပ်ရှားမှုက ရုပ်သဘော သိမှုက နာမ်သဘော၊ ရုပ်နာမ်၏ သဘောမျှသာ

သိမြင်နေသော ယောဂီ၏ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်သောကြောင့် ဒိဋ္ဌိ ဝိသုဒ္ဓိဟုခေါ်ရပေသည်။ နာမ်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိမြင်သော ဤဒိဋ္ဌိ ဝိသုဒ္ဓိ အခိုက်အတန့်တွင် ကိုယ်အမူအရာမှ တစ်ပါးသော ဖြစ်ပေါ် လာကြသော ရုပ်နာမ်များ၌လည်း သိကာမျှသဘော ဖြစ်နေ၏။ ကိုယ်မှဖြစ်ပေါ်လာသော ကွေးမှု၊ ဆန့်မှု၊ တောင့်တင်းမှုများ သိကာ မျှနှင့် ရုပ်တန့်နေပေ၏။ မြင်မှုများ၌လည်း မြင်တယ်ဟုမှတ်လျက် ပြတ်ပြတ်သွားပေ၏။ ကြားရာ၌လဲ ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မှတ်လျက် ပြတ်သွားပေ၏။ စိတ်များလဲ ပျံ့လွင့်မှု လျော့နည်းနေ ပေ၏။ တခြားလွင့်သွားသော်လည်း တစ်ခဏမျှသာ။ အမှတ်မှတ် နေမှသာ များနေ၏။ လှမ်းခိုက်မှတ်က လှမ်းနေသောခြေ၏ ကြွမှု၊ သိမှု နှစ်ခု။ လှမ်းမှု၊ သိမှု နှစ်ခု။ ချမှု သိမှု နှစ်ခု။ ဤသို့ ကြွမှု တခြား၊ သိမှုတခြား လှမ်းမှုတခြား၊ သိမှုတခြား၊ ချနင်းတခြား၊ သိမှုတခြား ရုပ်နှင့်နာမ် တခြားစီ ဖြစ်နေပေ၏။

ဤဉာဏ်၌ မြင်ခိုက်မှာ မြင်တယ် မြင်တယ်မှတ်တော့ မြင်ရုံ မျှ၌ ရပ်နေ၏။ ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ သတ္တဝါကောင် ပေါ်ထင်မလာ တော့ပါ။ ကြားခိုက်၊ နံခိုက်၊ စားခိုက်၊ ထိ-သိခိုက်၊ စသည်များ၌လဲ ဤနည်းတူ သိရုံမျှ သိသိနေပြီး ပေါ်လာခိုက် အာရုံများကို အာရုံ တခြား အသိတခြား၊ အာရုံနှင့်အသိ တခြားစီဖြစ်လျက် မှတ်ရှုတိုင်း ထင်နေပါ၏။ ဤသို့ထင်ရာ၌ တွေးတောကြံဆနေရသည် မဟုတ်ပါ။ ကိုယ်တိုင်မှတ်ရှု ထင်မြင်မှုသာ ဖြစ်ပေ၏။ မှတ်ရှုခိုက်မှာ ထင်လာ သော ဝိပဿနာဘာဝနာသည် သန္ဒိဋ္ဌိ တရားတော်ဖြစ်၍ မျက်မှောက် ထင်ထင် တွေ့မြင်သိရှိနေရသော သဘောမျိုးပေ။ ယောဂီ၏ ဉာဏ်တွင်

ရုပ်ကတခြား၊ နာမ်ကတခြား ရုပ်နှင့်နာမ် တခြားစီဖြစ်သည်ကို ပိုင်ပိုင်ထင်ထင် တွေ့မြင်နေရပါသည်။။ ကွေးမှုကို မှတ်နေရာ၌ ကွေးတာက တခြား၊ မှတ်သိနေတာက တခြား၊ ဤသို့အားဖြင့် အာရုံတခြား အသိတခြား ကွဲပြားနေပါတော့သည်။ အာရုံနှင့်အသိ နှစ်ခုတည်းကိုသာ သိလျက်ဖြစ်နေသော ယောဂီသည် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ သတ္တဝါကောင် မပေါ်လွင်တော့ဘဲ၊ သွားရာ၌လဲ သွားသော ကိုယ် အမူအရာသဘောမျှသာထင်လျက်၊ ငါကောင်သွားနေသည်ဟူသော ရှေးက ထင်မှုမျိုး၊ ပုံဟန် ပေါ်မလာတော့ပေ။ ပေါ်လာတိုင်းသော အာရုံများမှာလဲ ရှေ့တစ်အာရုံနှင့် နောက်တစ်အာရုံ ဆက်စပ်မှု မရှိတော့ဘဲ ရှေးရှေးအာရုံများ ပျောက်ပျောက်ပြီး နောက်နောက် အသစ်အသစ်အာရုံများ ဆက်ကာဆက်ကာ မပြတ် ဖြစ်နေကြသည် ကိုသာ တွေ့မြင်နေရ၍ အကောင်အထည် ဒြပ်သဏ္ဍာန်ပုံဟန်များ မထင်လာတော့ဘဲ ဩော် ...... နာမ်တရားများ မပြတ် ရှေ့နှင့်နောက် စပ်လျက် ဖြစ်နေသည်ဟု သိရ၏။

ရုပ်နာမ် ၂-ပါး ဖြစ်ပျက်မှု

အနုပ္ပန္နာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ ဥပ္ပန္နာပိ နိရုဇ္ဈရေ၊
နိစ္စံနဝါဝ သင်္ခါရာ၊ ဝိဏာသဒ္ဒသမူပမာ။ ။

သင်္ခါရာ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး သင်္ခါရတရားတို့သည်။ အနုပ္ပန္နာဝ၊ စုဆောင်းသိမ်းဆည်း ဖြစ်ပြီး မဟုတ်ကြကုန်ဘဲသာလျှင်။ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ အကြောင်းကိုစွဲ၍ ရုတ်ခနဲ ဖြစ်ပေါ်လာကြကုန်၏။ ဥပ္ပန္နာပိစ၊ အကြောင်းအားလျော်စွာ ပေါ်လာကြကုန်ပြီး၍လည်း။ နိရုဇ္ဈရေ၊

သိမြင်နေသော ယောဂီ၏ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်သောကြောင့် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိဟုခေါ်ရပေသည်။ နာမ်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိမြင်သော ဤဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ အခိုက်အတန့်တွင် ကိုယ်အမူအရာမှ တစ်ပါးသော ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ်နာမ်များ၌လည်း သိကာမျှသဘော ဖြစ်နေ၏။ ကိုယ်မှဖြစ်ပေါ်လာသော ကွေးမှု၊ ဆန့်မှု၊ တောင့်တင်းမှုများ သိကာမျှနှင့် ရုပ်တန့်နေပေ၏။ မြင်မှုများ၌လည်း မြင်တယ်ဟုမှတ်လျက် ပြတ်ပြတ်သွားပေ၏။ ကြားရာ၌လဲ ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မှတ်လျက် ပြတ်သွားပေ၏။ စိတ်များလဲ ပျံ့လွင့်မှု လျော့နည်းနေပေ၏။ တခြားလွင့်သွားသော်လည်း တစ်ခဏမျှသာ။ အမှတ်မှတ်နေမှသာ များနေ၏။ လှမ်းခိုက်မှတ်က လှမ်းနေသောခြေ၏ ကြွမှု၊ သိမှု နှစ်ခု။ လှမ်းမှု၊ သိမှု နှစ်ခု။ ချမှု သိမှု နှစ်ခု။ ဤသို့ ကြွမှုတခြား၊ သိမှုတခြား လှမ်းမှုတခြား၊ သိမှုတခြား၊ ချနင်းတခြား၊ သိမှုတခြား ရုပ်နှင့်နာမ် တခြားစီ ဖြစ်နေပေ၏။

ဤဉာဏ်၌ မြင်ခိုက်မှာ မြင်တယ် မြင်တယ်မှတ်တော့ မြင်ရုံမျှ၌ ရုပ်နေ၏။ ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ သတ္တဝါကောင် ပေါ်ထင်မလာတော့ပါ။ ကြားခိုက်၊ နံခိုက်၊ စားခိုက်၊ ထိ-သိခိုက်၊ စသည်များ၌လဲ ဤနည်းတူ သိရုံမျှ သိသိနေပြီး ပေါ်လာခိုက် အာရုံများကို အာရုံတခြား အသိတခြား၊ အာရုံနှင့်အသိ တခြားစီဖြစ်လျက် မှတ်ရှုတိုင်း ထင်နေပါ၏။ ဤသို့ထင်ရာ၌ တွေးတောကြံဆနေရသည် မဟုတ်ပါ။ ကိုယ်တိုင်မှတ်ရှု ထင်မြင်မှုသာ ဖြစ်ပေ၏။ မှတ်ရှုခိုက်မှာ ထင်လာသော ဝိပဿနာဘာဝနာသည် သန္ဒိဋ္ဌိ တရားတော်ဖြစ်၍ မျက်မှောက်ထင်ထင် တွေ့မြင်သိရှိနေရသော သဘောမျိုးပေ။ ယောဂီ၏ ဉာဏ်တွင်

ရုပ်ကတခြား၊ နာမ်ကတခြား ရုပ်နှင့်နာမ် တခြားစီဖြစ်သည်ကို ပိုင်ပိုင်ထင်ထင် တွေ့မြင်နေရပါသည်။ ကွေးမှုကို မှတ်နေရာ၌ ကွေးတာက တခြား၊ မှတ်သိနေတာက တခြား၊ ဤသို့အားဖြင့် အာရုံတခြား အသိတခြား ကွဲပြားနေပါတော့သည်။ အာရုံနှင့်အသိ နှစ်ခုတည်းကိုသာ သိလျက်ဖြစ်နေသော ယောဂီသည် ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ သတ္တဝါကောင် မပေါ်လွင်တော့ဘဲ၊ သွားရာ၌လဲ သွားသော ကိုယ် အမူအရာသဘောမျှသာထင်လျက်၊ ငါကောင်သွားနေသည်ဟူသော ရှေးက ထင်မှုမျိုး၊ ပုံဟန် ပေါ်မလာတော့ပေ။ ပေါ်လာတိုင်းသော အာရုံများမှာလဲ ရှေ့တစ်အာရုံနှင့် နောက်တစ်အာရုံ ဆက်စပ်မှု မရှိတော့ဘဲ ရှေးရှေးအာရုံများ ပျောက်ပျောက်ပြီး နောက်နောက် အသစ်အသစ်အာရုံများ ဆက်ကာဆက်ကာ မပြတ် ဖြစ်နေကြသည် ကိုသာ တွေ့မြင်နေရ၍ အကောင်အထည် ဒြပ်သဏ္ဌာန်ပုံဟန်များ မထင်လာတော့ဘဲ သြော် ...... နာမ်တရားများ မပြတ် ရှေ့နှင့်နောက် စပ်လျက် ဖြစ်နေသည်ဟု သိရ၏။

ရုပ်နာမ် ၂-ပါး ဖြစ်ပျက်မှု

အနုပ္ပန္နာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ ဥပ္ပန္နာပိ နိရုဇ္ဈရေ၊
နိစ္စံနဝါဝ သင်္ခါရာ၊ ဝိဏာသဒ္ဒသမူပမာ။ ။

သင်္ခါရာ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး သင်္ခါရတရားတို့သည်။ အနုပ္ပဒန္နာဝ၊ စုဆောင်းသိမ်းဆည်း ဖြစ်ပြီး မဟုတ်ကြကုန်ဘဲသာလျှင်။ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ အကြောင်းကိုစွဲ၍ ရုတ်ခနဲ ဖြစ်ပေါ်လာကြကုန်၏။ ဥပ္ပန္နာပိစ၊ အကြောင်းအားလျော်စွာ ပေါ်လာကြကုန်ပြီး၍လည်း။ နိရုဇ္ဈရေ၊

ချက်တစ်ဖြုတ် ရုတ်တရက် ချုပ်ပျက်ကြလေကုန်၏။ နိစ္စနဝါဝ၊ ခဏမစဲ အမြဲဖြစ်လျက် အသစ်စက်စက်တို့သာလျှင်တည်း။ ဝိဇ္ဇာ သဒ္ဒသမ္ဘ–ပမာ၊ စောင်းကြိုးစောင်းခွက် တီးမှုတ်တွက်ကြောင့်။ ပေါ်ထွက်ပျောက်ဟန် စောင်းသံနှင့် တူလေကုန်စွတကား။

ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ်နှင့်နာမ်တို့သည် အဆင်သင့် ဖြစ်ဖို့ရန် တစ်နေရာ၌ စုပုံစောင့်နေကြတာလဲ မဟုတ်ကြ။ ချုပ်ပျက်သောအခါ တစ်နေရာသို့ သွားရောက်ကြသည်လဲမဟုတ်။ အကြောင်းအားလျော်စွာ ချက်ချင်းဖြစ်၍ ချက်ချင်းပျက်ကာ ပျောက်၍ နေကြလေကုန်၏။ ဥပမာ–စောင်းတီးရာ၌ စောင်းသံများသည် တီးလျှင်ပေါ်လာ၍ အတီးရပ်လျှင် ဘယ်နေရာမှ မရောက်ဘဲ ထိုနေရာ၌ပင် ပျောက်သွားသကဲ့သို့တည်း။ **ထို့ကြောင့် ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့သည် အမြဲ အသစ်အသစ်တို့သာ ဖြစ်ကြလေသည်၊** အဟောင်းပြန်ပြီး ဖြစ်ရိုးအစဉ် မရှိပေ၊ စောင်းတီးခတ်၍ စောင်းမှထွက်ပေါ်လာကြသော အသံများသည် အဟောင်းများ ပြန်ပြီး ထွက်လာကြသည်မဟုတ်ဘဲ အသစ်များသည်သာ ဖြစ်ကြသကဲ့သို့ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး တရားအစုသည် အမြဲဖြစ်လျက် အသစ်စက်စက်တို့သာ သံသရာတစ်ခွင်မှာ အစဉ်မကွာ ဖြစ်လျက်နေကြလေသည်။

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ရင့်သန်လာသော ယောဂီသည် ပေါ်လာတိုင်း ပေါ်လာတိုင်းသော ကိုယ်အမူအရာ ကွေးမှု ဆန့်မှု စသည်များကို ပေါ်လာတိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုနိုင်ပေ၏။ ပမာအားဖြင့် လှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ်ဟု မှတ်နိုင်၏။ ရပ်ခိုက်မှာ ရပ်တယ် ရပ်တယ်ဟု မပြတ် မှတ်နိုင်၏။ ကွေးခိုက်မှာ ကွေးတယ် ကွေး

တယ်ဟု မပြတ်မှတ်နိုင်၏၊ ဆန့်ခိုက်မှာ ဆန့်တယ် ဆန့်တယ်ဟု မပြတ် မှတ်နိုင်ပေ၏။ ဤသို့ စသည်အားဖြင့် အာရုံတစ်ချက် မှတ်တစ်ချက်နှင့်၊ အာရုံတခြား မှတ်စိတ်တခြား နှစ်ခု နှစ်ခု ခြားလျက် ဖြစ်နေ၏။ ရှေ့အာရုံနှင့် နောက်အာရုံ၊ ရှေ့မှတ်စိတ်နှင့် နောက်မှတ်စိတ် တခြားစီ တခြားစီ ဖြစ်နေသည်ဟုလဲ သိနေ၏။ မြင်ခိုက်မှာလဲ မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မှတ်နိုင်၏။ ကြားခိုက်မှာလဲ ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မှတ်နိုင်၏။ ပေါ်လာတိုင်း ပေါ်လာတိုင်းမှာ မှတ်သိလျက်သာ ရှိနေပေ၏။ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ရုပ်နှင့်နာမ် နှစ်ခု နှစ်ခုဖြစ်ပြီးက အာရုံမှတ်စိတ် တခြားစီ ထင်နေ၏။ ဖြစ်ပေါ်နေသော အာရုံများလဲ ရှေ့နှင့်နောက် ဆက်စပ်လျက်ပေါ်ကာ မှတ်သိ စိတ်ကလဲ ပေါ်လိုက်မှတ်လိုက်နှင့်၊ အာရုံတစ်ချက် မှတ်တစ်ချက် ခဏခြင်း စပ်ပြီး ယောဂီ၏ စိတ်လည်း သန့်ရှင်းနေ၏။ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း သိစရာနဲ့ သိတာ ဒီနှစ်မျိုးတည်း အမြဲထင်နေပေသည်။ ဤလို သိစရာနဲ့ သိတာမှတစ်ပါး တခြားဘာမှမရှိ။ ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ သတ္တဝါကောင်၊ ငါကောင်ဆိုတာ ပြောဆိုရရုံမျှသာ ဖြစ်တယ်လို့ အသိရှင်းနေပေ၏။ ရုပ်နှင့်နာမ်မျှသာ အမှန်ရှိတယ်ဟု အသိအမြင် ဖြစ်ပေါ်လာသော ယောဂီသည် နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် အမှန်ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ပါလေ။

နာမ်ရုပ်တို့၏ သဘာဝ လက္ခဏာများကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ ပိုင်ပိုင်မိမိ သိရှိပြီးသော ယောဂီရှေ့သို့ ဆက်လက်မှတ်သွားပါက ထိုနာမ်ရုပ်တို့၏ အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ် ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရှိလာပါတော့သည်။ တွေ့ရှိလာပုံမှာ သွားခိုက်မှာ မှတ်နေစဉ် ရုပ်ချင်စိတ်

ပေါ်လာပြီး ရပ်လိုက်ပုံ၊ ရပ်နေရာမှ ထိုင်ချင်စိတ် ပေါ်လာပြီး ထိုင်လိုက်ပုံ၊ ထိုင်နေရာမှ လှဲချင်စိတ်ပေါ်လာပြီး လှဲလိုက်ပုံ၊ လှဲအိပ်နေရာမှ ထချင်စိတ်ပေါ်လာပြီး ထရပုံ။ ဤသို့စသည် ဣရိယာပုထ်ပြောင်းလွဲတိုင်း မပြောင်းမီကပေါ်လာသော သွားချင်၊ ရပ်ချင်၊ ထိုင်ချင်၊ အိပ်ချင်စသော အကြောင်းစိတ် ဦးစွာပေါ်လာသည်ကို သိ,သိနေပေ၏။ ခြေလှမ်းခိုက်မှာ လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်ဟုမှတ်က လှမ်းလို့လှမ်းတာသိတယ်။ လှမ်းတာက သိစရာအာရုံ၊ အာရုံရှိလို့ သိစိတ်ပေါ်လာသည်။ အာရုံမရှိလျှင် သိစိတ်မဖြစ်။ သိစရာ အာရုံအကြောင်းနှင့် သိစိတ်နာမ် အကျိုးတွဲပြီး ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို သိမြင်လာလေသည်။ လှမ်းမှုအာရုံပေါ်လာ၍ လှမ်းမှုကိုသိသောစိတ် ဖြစ်ပေါ်၏။ ရပ်မှုအာရုံပေါ်လာ၍ ရပ်မှုကိုသိသောစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုင်မှုပေါ်လာ၍ ထိုင်မှုကိုသိသောစိတ် ပေါ်လာ၏။ ဤသို့စသည် အကြောင်းနှင့်အကျိုး ပေါင်းဆုံဖြစ်နေကြသော ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားများ၏ ကြောင်းကျိုးနှစ်ရပ် ဆက်စပ်နေသည်များကို တွေ့မြင်လာပါသည်။ ဤလို တွေ့မြင်မှုမှာ ရုပ်အာရုံအကြောင်းကြောင့် အသိနာမ်စိတ် အကျိုးတရားပေါ်လာပုံ၊ မြင်စရာရှိလို့မြင်ရပုံ၊ ကြားစရာရှိလို့ ကြားရပုံ၊ နံစရာရှိလို့ နံရပုံ၊ ထိမိလို့ သိရပုံများလဲ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးတရားများ ဖြစ်နေပုံများကို ယောဂီဉာဏ်တွင် ထင်မြင်လာတတ်ပါသည်။

ဝိပဿနာယောဂီများ ထင်လာသော အကြောင်းအကျိုး နာမ်ရုပ်ထိုင်လျက်မှတ်နေစဉ် ထချင်စိတ်ပေါ်လာ ထလိုက်ပေ၏။ ဤ၌ ထချင်သောကြောင့် ထမှုဖြစ်၏။ ထချင်စိတ်ကအကြောင်း

ထမှုကအကျိုးဖြစ်နေ၏။ ထနေရာမှ သွားလိုစိတ်ပေါ်လာရာ သွားမှုဖြစ်လာ၏။ သွားလိုစိတ်အကြောင်းကြောင့် သွားမှုအကျိုးပေါ်လာ၏။ သွားနေရာမှ ရပ်လိုစိတ်ပေါ်လာ၍ ရပ်လိုက်၏။ ဤ၌ ရပ်ချင်စိတ်ဟူသော အကြောင်းကြောင့် ရပ်မှုအကျိုးပေါ်လာ၏။ ရပ်နေရာမှ ထိုင်ချင်စိတ် ပေါ်လာ၏။ ထိုင်ချင်စိတ်ပေါ်လာ၍ ထိုင်လိုက်၏၊ ဤ၌ ထိုင်ချင်စိတ်အကြောင်းကြောင့် ထိုင်မှုအကျိုး ပေါ်လာရ၏။ ထိုင်နေရာမှ အိပ်ချင်စိတ် ပေါ်လာ၍ အိပ်လိုက်၏။ အိပ်ချင်စိတ်ဟူသော အကြောင်းကြောင့် အိပ်မှုအကျိုး ပေါ်လာပေ၏။ အိပ်နေရာ၌ ကွေးချင်စိတ်ပေါ်လာ၍ ကွေးလိုက်၏။ ကွေးချင်သော အကြောင်းကြောင့် ကွေးရသောအကျိုး ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ ကွေးနေရာမှ တစ်ဖန်ဆန့်ချင်စိတ်ပေါ်လာ၍ ဆန့်လိုက်၏။ ဆန့်ချင်သောအကြောင်းကြောင့် ဆန့်ရသောအကျိုး ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ဤသို့စသောအားဖြင့် ခဏခဏ ပြုပြင်ပြောင်းလဲ ဖြစ်နေသမျှသော ဤကိုယ်အမူအရာမှန်သမျှသည် အကြောင်းနှင့်အကျိုး နှစ်ရပ် ဆက်စပ်ဖြစ်နေကြသည်ကို ယောဂီ၏ ဉာဏ်တွင် ထင်မြင်သဘောပေါက်လာပါသည်။ ထိုထိုပြုလုပ်တိုင်းသော အရာခပ်သိမ်း အကြောင်းရှိလို့ အကျိုးဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။ အကြောင်းအားလျော်စွာ အကျိုးတရား ဖြစ်ပေါ်နေကြတာ ပါလားဟု နာမ်ရုပ်တရား နှစ်ပါးတို့၏ အကြောင်းအကျိုး နှစ်ရပ် မပြတ် ဆက်စပ်ဖြစ်နေကြပုံကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ရှိ သဘောပေါက်လာပေ၏။

ဣရိယာပုတ် ကြီးငယ်အသွယ်သွယ်သော ကိုယ်အမူအရာများမှာ နာမ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသော အကျိုးရုပ်တရားများ ဖြစ်ကြပြီး

အကြောင်းနာမ်မရှိသော် အကျိုးရုပ်များ မဖြစ်လာနိုင်ပါ၊ လှမ်းနေသော အကျိုးရုပ်တရားသည် လှမ်းချင်သော စိတ်နာမ်အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ ဤပုံနည်းဖြင့် ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ အိပ်မှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှုများမှာ ရပ်လို ထိုင်လို အိပ်လို ကွေးလို ဆန့်လိုသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသော အကျိုးတရားများချည်းသာ ဖြစ်ကြလေသည်ဟု အကြောင်းအကျိုးနှစ်ရပ် ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေကြသော နာမ်ရုပ်များဟူ၍ သိမြင်လာလေသည်။ ဤသို့ နာမ်ကြောင့် ရုပ်တရားများ ဖြစ်လာပုံကို သိမြင်သလို ရုပ်ကို အကြောင်းခံပြီး နာမ်ဖြစ်ပုံများလဲ ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။ ကိုယ်တစ်နေရာရာမှ ကိုက်မှု ပေါ်လာ၏။ ဤရုပ်ကိုယ် ကိုက်မှုကြောင့် ကိုက်မှုကိုသိသော နာမ် ပေါ်လာပေ၏။ ထုံမှုပေါ်လာသော် သိမှုနာမ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ အေးမှုပေါ်လာက သိမှုဖြစ်လာ၏။ ပူမှုပေါ်လာက သိမှုပေါ်လာ၏။ ယားမှုပေါ်လာက သိမှုပေါ်လာ၏။ နာကျင်မှု ပေါ်လာက သိမှု ပေါ်လာ၏။ ဤကဲ့သို့ ကိုယ်မှဖြစ်ပေါ်လာကြသော နာကျင် ကိုက်ခဲမှု စသည်များကို သိသိနေကြသော နာမ်စိတ်များသည် ရုပ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသော အကျိုးနာမ် တရားများ ဖြစ်ကြလေသည်။ ဤသို့ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး အကြောင်းအကျိုး စပ်နေပုံမှာ အချင်းချင်း ဆက်စပ်လျက် နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်လိုက် ရုပ်ကြောင့် နာမ်ဖြစ်လိုက်နှင့် ရုပ်နှင့်နာမ် နှစ်ရပ် အကြောင်းအကျိုးစပ် ဖြစ်နေကြသည်မှာ မပြတ်မလပ် ထပ်တလဲလဲ ရှိနေလေသည်။

ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့သည် အချင်းချင်း အကြောင်းအကျိုး နှစ်ရပ်ဆက်စပ်ပြီး မပြတ်ဖြစ်နေကြသည်ကို ယောဂီ၏ဉာဏ်တွင်

ဤပုံ ဤနည်းဖြင့် တွေ့မြင်နေပေ၏။ သွားချင် လာချင်စိတ်ကြောင့် ဒီရုပ်ကိုယ်ကြီးက သွားလာနေရ၏။ ရပ်ချင် ထိုင်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ရုပ်ကိုယ်ကြီးက ရပ်ပေးရ၏။ ထိုင်ပေးရ၏။ ကွေးချင် ဆန့်ကျင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ကွေးရ ဆန့်ရ ပြုလုပ်ပေးနေရ၏။ စိတ်မရှိပါက ရုပ်ကိုယ်ကြီးဟာ ဘယ်လိုမှ လှုပ်ရှားနိုင်မည် မဟုတ်ပေ၊ ထိုင်နေစဉ်မှာပင် ထချင်စိတ်ပေါ်လာ၍ ထရပြန်သည်။ သွားချင်စိတ် တစ်ဖန်ပေါ်လာပြန်တော့ သွားရပြန်၏။ သွားနေခိုက်မှာပဲ ရပ်ချင်စိတ်ပေါ်လာပြီး ရပ်ရပြန်၏။ ဤသို့ စသည်အားဖြင့် စိတ်တည်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် ရုပ်ကိုယ်ကြီး ပြုပြင်ပြောင်းလွဲပေးရပုံ ပေါ်လွင်ထင်ရှားလာပေ၏။ နာမ်စိတ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်ကြီး ဖြစ်နေသလို ရုပ်ကြောင့် နာမ်စိတ်ဖြစ်လာပုံကိုလဲ ဤလို တွေ့မြင်လာပေ၏။ ရုပ်ကိုယ်မှ ကျင်မှုပေါ်လာတော့ ကျင်မှုကို သိစိတ်ပေါ်လာ၏။ ကိုက်ခဲမှု ပေါ်လာတော့ ကိုက်ခဲမှုကို သိစိတ်ပေါ်လာ၏။ ယားမှု ပေါ်လာတော့ ယားမှုကို သိစိတ်ပေါ်လာ၏။ တောင့်တင်းမှုတွေ ပေါ်လာပြန်တော့ တောင့်တင်းမှုတွေကို သိစိတ်ပေါ်လာပေ၏။ အေးမှု ပူမှုတွေ ပေါ်လာပြန်တော့ အေးမှု ပူမှုတွေကို သိစိတ်ပေါ်လာ၏။ ဤသို့ စသည် အထွေထွေ ရုပ်ကိုယ်ကြီးတည်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် နာမ်စိတ်အထွေထွေ ဖြစ်ပေါ်နေသည်များကိုလဲ သိမြင်လာပေ၏။ ရုပ်ဟူသော အကြောင်းကြောင့် နာမ်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာပုံ နာမ်စိတ်ကြောင့် ရုပ်ကိုကြီး အမျိုးမျိုး ပြောင်းလွဲနေရပုံများကို အကြောင်းနှင့်အကျိုး ဆက်စပ်ဖြစ်ကြသည်ဟု သိ၏။

ရုပ်နှင့်နာမ် အကြောင်းအကျိုးစပ်ပြီး အထပ်ထပ် ဖြစ်နေ

ကြသည်ကို ဖော်ပြပါမည်။ သွားချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာ၍ သွားတယ်၊ သွားချင်စိတ် နာမ်ကြောင့် သွားရတဲ့ ရုပ်အကျိုးဖြစ်ပုံ သွားတော့ မောတယ် မောတော့ ရပ်ချင်တယ်၊ ရပ်ချင်တော့ ရပ်တယ်၊ ရပ်တော့ တောင့်လာတယ်၊ တောင့်လာတော့ ထိုင်ချင်လာတယ်၊ ထိုင်ချင်လာတော့ ထိုင်တယ်၊ ထိုင်တော့ ကိုက်ခဲ လာတယ်၊ ကိုက်ခဲ လာတော့ လှဲချင်လာတယ်၊ လှဲချင်လာတော့ လှဲအိပ်တယ်၊ အိပ်တော့ ယားလာတယ်၊ ယားလာတော့ ကုတ်ချင်လာတယ်၊ ကုတ်ချင်လာတော့ ကုတ်တယ်၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် အကြောင်းအဆက်ဆက် အကျိုးလဲ အဆက်ဆက် စပ်လျက်ဖြစ်နေကြသည်ကို တွေ့မြင်လာပေ၏။ ဤကဲ့သို့ လက်ရှိ ခန္ဓာကိုယ်မှာ အကြောင်းအကျိုးစပ်ပြီး မပြတ်ဖြစ်နေသလို မြင်မြင်သမျှသော အရာဝတ္ထုများမှာလဲ အကြောင်းအကျိုးနှစ်ရပ် အထပ်ထပ်ဖြစ်နေကြလေသည်၊ ဥပမာအားဖြင့် သရက်စေ့မှ သရက်ပင်ပေါက်ပြီး သရက်ပင်မှ သရက်စေ့ ဖြစ်လာရ၏။ သရက်စေ့မှ တစ်ဖန် သရက်ပင်ဖြစ်လာရပြန်သည်။ ဤသို့လျှင် မျိုးမှအပင် အပင်မှမျိုး အကြောင်းအကျိုး အထပ်ထပ်မပြတ်အောင် ဖြစ်နေကြလေသည်။ အကြောင်းမှအကျိုးပေါ် အကျိုးမှအကြောင်းဖြစ် အကြောင်းနှင့်အကျိုး အကျိုးနှင့်အကြောင်း မပြတ်မလပ် ဆက်စပ်ဖြစ်နေကြသော ဓမ္မတာလမ်းစဉ်ဖြစ်နေလေသည်။ ဤအစဉ်မပြတ် ဆက်စပ်ဖြစ်နေရန် မည်သူကမှ ပြုလုပ်ဖန်တီးပေးနေသည် မဟုတ်ပေ။ နိယာမ သဘောသာ ဖြစ်ပါသည်။ အကျိုးတရား မှန်သမျှ အကြောင်းရှိ၍ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်၏။ အကြောင်းကင်းသော အကျိုးမည်သည် မရှိနိုင်၊ မဖြစ်နိုင်ပေ။

မြင်မှု ကြားမှု စသည်တို့၌ အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ဖြစ်နေပုံမှာ မျက်စိအကြည်၌ အဆင်းရူပါရုံ ထင်လာ၍ စက္ခုဝိညာဏ်မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို မြင်တယ်ဆိုရ၊ ဤမြင်မှု၌ မြင်အောင် ပြုလုပ်ပေးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ၊ နတ်ဗြဟ္မာက ဖန်ဆင်းပေး၍ မြင်သည်မဟုတ်၊ အဆင်းနှင့်မျက်စိ ပေါင်းဆုံမိခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် မြင်မှုဟူသော စက္ခုဝိညာဏ်အကျိုးစိတ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းသာ။ ဤသို့မြင်ရာ၌ အကြောင်းနှင့်အကျိုး ပေါင်းဆုံဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်တရားများ ဖြစ်ကြသည်။ နားအကြည်၌ အသံသဒ္ဒါရုံ ထင်လာ၍ သောတဝိညာဏ် ကြားစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို ကြားတယ်ဆိုရ၊ ဤကြားမှု၌ ကြားအောင်ပြုလုပ်ပေးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ၊ နတ်ဗြဟ္မာက ဖန်ဆင်းပေး၍ ကြားသည်မဟုတ်၊ အသံနှင့်နား ပေါင်းဆုံမိခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် ကြားမှုဟူသော သောတဝိညာဏ် အကျိုးစိတ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းသာ၊ ဤသို့ကြားရာ၌ အကြောင်းနှင့်အကျိုး ပေါင်းဆုံဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ကြသည်။ နှာအကြည်၌ အနံ့ဂန္ဓာရုံ ထင်လာ၍ ဃာနဝိညာဏ်နံစိတ် ဖြစ်လာသည်ကို နံတယ်ဆိုရ၊ ဤနံမှု၌ နံအောင်ပြုလုပ်ပေးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ နတ်ဗြဟ္မာက ဖန်ဆင်းပေး၍ နံသည်မဟုတ်၊ အနံ့နှင့်နှာ ပေါင်းဆုံမိခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် နံမှုဃာနဝိညာဏ် အကျိုးစိတ်ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသာ၊ ဤသို့နံရာ၌ အကြောင်းနှင့်အကျိုး ပေါင်းဆုံပြီးဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များဖြစ်ကြပေသည်။ လျှာအကြည်၌ အရသာရသာရုံထင်လာ၍ ဇိဝှာဝိညာဏ် စားစိတ်ဖြစ်လာသည်ကို စားတယ်ဆိုရ၊ ဤစားမှု၌ စားအောင်ပြုလုပ်ပေးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ နတ်

ဗြဟ္မာက ဖန်ဆင်းပေးမှုမဟုတ်ပေ။ အရသာနှင့်လျှာ ပေါင်းမိခြင်း ဟူသော အကြောင်းကြောင့် စားမှုဇိဝှာဝိညာဏ် အကျိုးစိတ်ဖြစ်ပေါ် လာခြင်းသာ၊ ဤသို့စားရာ၌ အကြောင်းနှင့်အကျိုး ပေါင်းဆုံပြီးဖြစ်ကြ သော ရုပ်နာမ်တရား ဖြစ်လေသည်။ ကိုယ်အကြည်၌ အတွေ့ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ ထင်လာ၍ ကာယဝိညာဏ်ထိစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို ထိတယ်ဆိုရ၊ ဤထိမှု၌ ထိအောင် ပြုလုပ်ပေးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ နတ်ဗြဟ္မာ က ဖန်ဆင်းပေး၍ ထိသည်မဟုတ်၊ အတွေ့နှင့်ကိုယ် ပေါင်းဆုံ မိခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် ထိမှုကာယဝိညာဏ်အကျိုးစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသာ၊ ဤသို့ထိရာ၌ အကြောင်းနှင့်အကျိုး ပေါင်း ဆုံပြီး ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်တရားများ ဖြစ်ကြလေသည်။ မနော အကြည်၌ သဘောထင်၍ မနောဝိညာဏ်သိစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို သိတတ်ဆိုရ ဤသိမှု၌ သိအောင် ပြုလုပ်ပေးတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ နတ်ဗြဟ္မာက ဖန်ဆင်းပေး၍ သိလာသည်မဟုတ်ပေ၊ မနောအကြည် နှင့် သဘောပေါင်းဆုံမိခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် သိမှုမနော ဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသာ၊ ဤသို့သိရာ၌ အကြောင်းနှင့်အကျိုး ပေါင်းဆုံပြီး ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်တရားများသာ ဖြစ်ကြလေသည်။ ဤအထက်ဖော်ပြပါ မြင်မှုစသည်များ၌ ရုပ်ကိုအကြောင်းပြုပြီး ဖြစ်ပေါ်လာကြသော နာမ်စိတ်အကျိုးတရားများ ဖြစ်ကြလေသည်။ ဤမြင်မှုစသော အကျိုးနာမ်စိတ်များကို အကြောင်းပြုပြီး နှစ်သက်မှု မနှစ်သက်မှု စသော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာန စသော အကျိုးနာမ် တရားများလဲ အဆက်မပြတ် ဖြစ်တတ်ကြလေသည်။

မှတ်ရှုခိုက်မှာ ယောဂီများ သိမြင်လာသော ကြောင်းကျိုးထင်ပုံ၊

ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်ဟု မှတ်ခိုက် ထချင်စိတ်ပေါ်လာ၍ ထလိုက်၏။ ထချင်စိတ်ကိုလဲသိ၏၊ ထတာကိုလဲသိ၏။ ထနေရာမှ သွားချင်စိတ် ပေါ်လာ၍ သွားလိုက်၏။ သွားချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာတာကိုလဲသိ၏၊ သွားတာကိုလဲသိ၏။ သွားခိုက်မှာ ဘယ်လှမ်းတာကိုလဲသိ၏၊ ညာလှမ်းတာကိုလဲသိ၏။ ဤလိုအားဖြင့် မထမီက ထချင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာတာကိုလဲသိ၏၊ ထချင်စိတ်ကြောင့် ထတာကိုဟု သိမြင်လာပေ၏။ မသွားမီက သွားချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာတာကိုလဲသိ၏။ သွားတာကိုလဲသိ၏၊ သွားချင်စိတ်ကြောင့် သွားတာကိုဟု သိမြင်လာပေ၏၊ ဤသို့ ထချင်စိတ် နာမ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်ကြီးက ထရပုံ၊ သွားချင်စိတ် နာမ်ကြောင့် ရုပ်ကိုယ်ကြီး သွားရပုံ၊ နာမ်စိတ်ဟူသော အကြောင်းကြောင့် ရုပ်ကိုယ်ကြီး ထိုင်ရ ထရ သွားရပုံများကို သိမြင်လာပါသည်။ နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်ရပုံများ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ပြုပြင်နေရသော ကိုယ်အမူအရာ အထွေထွေမှာ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်နေရသော ရုပ်ကိုယ်၏ ဖြစ်ရပ်တို့ချည်းသာတည်း။ ယခုလက်ရှိ အခြေအနေ နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်နေသည်ကို နည်းတူပြုပြီး ရှေးရှေးက ရုပ်အမူအရာများလဲ နာမ်ကြောင့်ပဲ ဖြစ်နေကြရ၏။ နောက်နောက်ကာလ၌ ဖြစ်လတ္တံ့သော ရုပ်အမူအရာများလဲ နာမ်ကြောင့်ပင် ဖြစ်ကြရမည်။ သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်ကွေး၊ ဆန့် စသော ကိုယ်အမူအရာများကို ပြုလုပ်ပေးနေသော ပုဂ္ဂိုလ်ကောင်၊ သတ္တဝါကောင်၊ အတ္တကောင်၊ ငါကောင်ဆိုတာ ဘယ်မှာရှိနိုင်ပါအံ့နည်း၊ ရှေးယခင်က ငါကောင် အတ္တကောင်လေးက သွားအောင် လာအောင် ပြုလုပ်ပေးနေသလို ထင်ခဲ့သော်လဲ နာမ်စိတ်ကြောင့် ဖြစ်နေရသော ရုပ်ကိုယ်ကြီးကို ကောင်းစွာသိမြင်လာပေ၏။

ရုပ်နာမ်များ အကြောင်းကျိုးဆက်စပ်မှု

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဆိုတာ အကြောင်းတရားကို သိမ်းဆည်းပေါ်လွင် သိမြင်လာသော ဉာဏ်ပါ၊ မှတ်ရှုရင်းမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးတရားများ၏ အကြောင်းကို သိလာခြင်းပါ၊ အကြောင်းကို သိမြင်လာတယ်ဆိုသော်လည်း ထိုအကြောင်း၏အကျိုးကိုပါ သိမြင်လာတာပါ။ ပမာအားဖြင့် ကွေးမှုဖြစ်ပေါ်လာရာ၌ ကွေးချင်လာသော စိတ်နာမ်အကြောင်းကိုလဲသိ၏။ ကွေးနေတာကိုလဲသိနေ၏။ ဤပုံအားဖြင့် ကိုယ်အမူအရာ အထွေထွေ နာမ်အကြောင်းပြုပြီး ဖြစ်နေကြသည်ဟု သိမြင်လာပါ၏။ သွားလာလှုပ်ရှားမှုများနှင့် ပြုလုပ်ပြောဆိုမှုများသည် စိတ်အလိုအတိုင်း စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသော အကျိုးတရားများသာ ဖြစ်နေကြလေသည်။ ယခုဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်များမှာလဲ ရှေးရှေး အတိတ်ကာလများက အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံ စသော အကြောင်းများကြောင့် ဖြစ်နေရပေသည်ဟု အနုမာနအားဖြင့်လဲ သိလာပေ၏။ နာမ်စိတ်ကြောင့် ဤရုပ်ကိုယ်ကြီး၏ သွားလာလှုပ်ရှားမှုများကို သိနေသည်မှာလည်း ရုပ်ကိုယ် လှုပ်ရှား၍ သိရခြင်းဖြစ်၏။ ရုပ်ကိုယ် မလှုပ်ရှားပါက လှုပ်ရှားမှုကိုသိသော အသိစိတ်လည်း ဖြစ်ပေါ်လာမည်မဟုတ်ပေ။ ဤသိမှုစိတ်လဲ ရုပ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရပေ၏။ ဤနည်းဖြင့် နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်လာရ ရုပ်ကြောင့် နာမ်ဖြစ်ပေါ်လာရ၊ နာမ်နဲ့ရုပ်၊ ရုပ်နဲ့နာမ်၊ အပြန်ပြန်အလှန်လှန် အကြောင်းအကျိုး အထပ်ထပ် ဆက်စပ်နေကြသည်မှာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ဆုံးနိုင်တော့မည် မဟုတ်ဟု သိမြင်လာပေ၏။

အကြောင်းအကျိုးနှစ်ရပ် ဆက်စပ်ဖြစ်နေတယ်ဆိုရာ၌ ရုပ်ကြောင့် နာမ်ဖြစ်တာလဲရှိတယ်၊ နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်တာလဲရှိတယ်၊ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိ–သိမှုစသည်များ၌ ရုပ်ကိုအကြောင်းပြုပြီး မြင်စိတ် ကြားစိတ် စသည်များ ဖြစ်ကြပါသည်။ နာမ်ကြောင့် ဖြစ်ကြသော ရုပ်များမှာ သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှု ပြုပြင်မှု စသည်ခပ်သိမ်း နာမ်စိတ်က သွားလို၊ ရပ်လိုစသည်များကြောင့် ဖြစ်နေကြရသော ရုပ်များဖြစ်ကြပေ၏၊ မြင်မှု ဖြစ်ပေါ်လာရာ၌ မျက်စိကလဲ ကြည့်ပါမှ အဆင်းကလဲ ထင်ပါမှ၊ နှလုံးသွင်းကလဲ ရှိပါမှ၊ စက္ခုဝိညာဏ်ခေါ် မြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ရပါတယ်။ မြင်မှုများမှာ အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာကြခြင်း မဟုတ်ကြပါ။ အကြောင်းညီညွတ်မှ ဖြစ်ပေါ်လာကြခြင်းဖြစ်၏။ မည်သူကမျှ မြင်အောင်ပြုလုပ်ပေးကြသည် မဟုတ်ပေ။ မြင်မှုဖြစ်ရန် အကြောင်းရှိက မြင်ကြသည်သာ။ မမြင်အောင်လဲ တားမြစ်ပိတ်ပင်လို့မရပါ။ အကြောင်းညီညွတ်က ဖြစ်ပေါ်လာရမြဲဖြစ်သော ရုပ်နာမ်တရားများကို မဖြစ်အောင်လဲ မတားနိုင်၊ ဖြစ်ပေါ်လာအောင်လဲ ပြုလုပ်မပေးနိုင်။ ပြုလုပ်ဖန်ဆင်းပေးနိုင်သူဟူ၍ တစ်ဦးတစ်ယောက်မှ မရှိပါချေ။ အကြောင်းနှင့်အကျိုး ပေါင်းဆုံပြီး ဖြစ်ကြရသော သဘောတရားများသာဟု ယောဂီများမှာ ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်လာကြသော အကြောင်းအကျိုးဖြစ်ရပ်များပါ။ နတ်ဘုရားနဲ့ သိကြားဗြဟ္မာ ထာဝရများက ဖန်ဆင်းပေးလို့ ဖြစ်ပေါ်လာရခြင်း မဟုတ်ကြပါ။

ကာလသုံးပါး၌ ရုပ်နာမ်များ ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်နေပုံများကို ဖော်ပြပါဦးမည်။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နည်း။

အတိတ်အကြောင်း ၅-ပါး။ ။ ၁-အဝိဇ္ဇာ။ ၂-သင်္ခါရ။ ၃-တဏှာ။ ၄-ဥပါဒါန်။ ၅-ကံ။

ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး ၅-ပါး။ ။ ၁-ဝိညာဏ်။ ၂-နာမ်ရုပ်။ ၃-သဠာယတန။ ၄-ဖဿ။ ၅-ဝေဒနာ။

ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း ၅-ပါး။ ။ ၁-အဝိဇ္ဇာ။ ၂-သင်္ခါရ။ ၃-တဏှာ။ ၄-ဥပါဒါန်။ ၅-ကံ။

အနာဂတ်အကျိုး ၅-ပါး။ ။ ၁-ဝိညာဏ်။ ၂-နာမ်ရုပ်။ ၃-သဠာယတန။ ၄-ဖဿ။ ၅-ဝေဒနာ။

ရှေးဘဝမှအစပြု၍ အစမထင် သံသရာအဆက်ဆက်က ပြုလုပ်ခဲ့ပြီးသော အတိတ်အကြောင်းများကြောင့် ယခုဘဝ ဖြစ်နေရသော အကျိုးဝိပါက်ခန္ဓာ ရုပ်နာမ်များသည် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး တရစပ်မပြတ် ဖြစ်နေကြလေသည်။ ယခုဘဝ ဖြစ်နေရသော အကျိုးခန္ဓာများ၌ မသိအဝိဇ္ဇာ၊ တစ်နည်း သိမှားမှုများနှင့်အတူတကွ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ပြုလုပ်ပြောဆိုနေသော ကံသင်္ခါရတည်းဟူသော ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းများကြောင့် နောက်နောင် အနာဂတ်ဘဝများ၌ ဖြစ်ကြရဦးမည့် အကျိုးဘဝခန္ဓာများကား ဂဏန်းပြု၍ ရေတွက်မရနိုင်အောင်ပင် ရှိနေချေမည်။ ထို့ကြောင့် ဆုံးစမထင် ဘုံသုံးပြင် ကျင်လည်ရလေပြီဟု ထွင့်ခေါင်ဆရာတော် ရေးစပ်ဖော်ပြတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ **ကာလသုံးတန် ကြောင်းကျိုးပြန် ရုပ်နာမ်ဖြစ်စဉ်ရှည်။**

ယခုဘဝခန္ဓာသည် အကျိုးရုပ်နာမ် တရားများဖြစ်၍ ရှေး

အတိတ်ဘဝက ပြုလုပ်ခဲ့သော အကြောင်းကံကြောင့် ဖြစ်လာရပေသည်ဟု ယခုဘဝ ရုပ်နာမ်များ၊ ရှေးရှေးသော အကြောင်းများကြောင့် ဖြစ်ရပုံကို တွေ့မြင်ရ၍ ရှေးရှေးဘဝများမှာလဲ အကြောင်းရှိလို့ အကျိုးရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ရလေသည်။ နောက်ကာလများ၌လဲ အကြောင်းနာမ်ရုပ်များကြောင့် အကျိုးနာမ်ရုပ်များသာ ဖြစ်ကြရလတ္တံ့ဟု အမှန်သိမြင်နေသော ယောဂီသည် ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပေးနိုင်သော နတ်ဘုရားနှင့်သိကြားဗြဟ္မာမရှိပေ။ အကြောင်းရှိလို့သာ အကျိုးတရားများဖြစ်ရပေသည်ဟုသာ အသိရှင်းနေပါသည်။ ဥပမာသော် ယုန်ဟူသော သတ္တဝါကောင်ကို တွေ့ရှိနေသောသူသည် ယုန်၌ ချိုရှိလေသလား မရှိဘူးလားဟူသော ယုံမှားပျောက်ကင်းသလို ယုန် ချို မရှိသည်ကို ဒိဋ္ဌထင်ထင် တွေ့မြင်နေရသည်ဖြစ်၍ ယုံမှားမှု လုံးဝကင်းပျောက်နေချေသည်။ ရုပ်နှင့်နာမ်၏ အကြောင်းအကျိုးမျှသော ဆက်စပ်ဖြစ်နေကြခြင်းဖြစ်၏။ တန်ခိုးရှင်က ဖန်ဆင်း၍ ဖြစ်လာသည် မဟုတ်ပေ။ ဤသို့အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်ရသော ရုပ်နာမ်ကို ဟုတ်မှန်စွာ သိရှိနေသော ယောဂီမှာ သတ္တဝါကောင်၊ ငါကောင်၊ ဝိညာဏ်ကောင်၊ ရှိလေသလား၊ မရှိလေသလား စသော ယုံမှားမှုများ ပျောက်ကင်းလျက် နေပါသည်။ အလိုလို ကင်းကွာနေသော ဝိက္ကိစ္ဆာနီဝရဏသဘောပင်၊ ရုပ်နာမ်ကို အမှန်သိမြင်နေသူမှာ ငါ့ကိုယ်ပဲ၊ ငါကောင်ပဲ၊ သတ္တကောင်၊ အတ္တကောင်စသည် မဖြစ်ပေါ်လာတော့ပြီ။

ယုံမှားမှု ၁၆ မျိုး

၁။ ရှေးဘဝက ငါကောင် ရှိခဲ့လေသလားဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊

၂။ ရှေးဘဝက ငါကောင် မရှိသေးဘူးလေလားဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၃။ ငါကောင်သည် ရှေးက ဘယ်လိုအမျိုးအစား ဖြစ်ခဲ့သလဲဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၄။ ငါကောင်သည် ရှေးက ဘယ်လိုပုံသဏ္ဌာန်ရှိခဲ့သလဲဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၅။ ငါကောင်သည် ရှေးရှေးဘဝများက ဘယ်လိုအမျိုးအစားတွေ ဖြစ်ပြီးလျှင် ဘယ်လိုအမျိုးအစားတွေ အဆက်ဆက် ဖြစ်လာခဲ့သလဲဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး။ ဤသည်တို့ကား အတိတ်ကာလကိုစွဲ၍ဖြစ်သော ယုံမှားမှု ငါးမျိုးတို့ပေတည်း။

၁။ သေသည်မှ နောက်ကာလ၌ ငါကောင် ရှိဦးမည်လားဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၂။ သေသည်မှ နောက်ကာလ၌ ငါကောင်မရှိတော့ဘူးလေလားဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၃။ ငါကောင်သည် နောက်ဘဝကာလ၌ ဘယ်လို အမျိုးအစား၌ ဖြစ်ရပါမည်နည်းဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၄။ ငါကောင်သည် နောင်ဘဝကာလ၌ ဘယ်လိုပုံသဏ္ဌာန်ရှိလျက် ဖြစ်ရမလဲဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၅။ ငါကောင်သည် နောက်နောင်သော ဘဝများ၌ ဘယ်လို အမျိုးအစားတွေ ဖြစ်ပြီးလျှင် ဘယ်လိုအမျိုးအစားတွေ အဆက်ဆက် ဖြစ်သွားရပါမည်နည်းဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး။ ဤသည်တို့ကား အနာဂတ်ကာလကိုစွဲ၍ဖြစ်သော ယုံမှားမှုငါးမျိုးတို့ပေတည်း။

၁။ ဤကိုယ်ထဲမှာ ငါကောင်၊ အတ္တကောင်၊ ဝိညာဏ်ကောင်ရှိတာ ဟုတ်လေသလားဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၂။ ဤကိုယ်ထဲမှာ ငါကောင်၊ အတ္တကောင်၊ ဝိညာဏ်ကောင်ရှိတာ မဟုတ်ဘူးလေလားဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၃။ ငါကောင်ဟာ ဘယ်လိုအမျိုးအစား ဖြစ်နေသလဲဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၄။ ငါကောင်ဟာ ဘယ်လိုပုံသဏ္ဌာန်

ရှိနေသလဲဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၅။ ဤငါကောင်ဟာ ဘယ်ဘဝ ဘယ်ဌာနက ပြောင်းရွှေ့လာခဲ့သလဲဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး၊ ၆။ ဤငါကောင်ဟာ သေတဲ့အခါမှာ ဘယ်ဘဝ ဘယ်ဌာနသို့ ပြောင်းရွှေ့သွားမှာပါလိမ့်မလဲဟု ယုံမှားမှုတစ်ပါး။ ဤသည်တို့ကား ပစ္စုပ္ပန်ကာလကိုစွဲ၍ဖြစ်သော ယုံမှားမှု ခြောက်မျိုးတို့ပေတည်း။

ရှေးရှေးသော အတိတ်ကာလ ဘဝများစွာက ပြုလုပ်ခဲ့ကြသော ကံ သင်္ခါရများကြောင့် ယခုဘဝ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အကျိုးတရားများ ဆက်ကာဆက်ကာ အထပ်ထပ် မပြတ်ဖြစ်နေကြရပေသည်။ ယခုအကျိုးဘဝ ခန္ဓာအစဉ်၌လဲ အမြဲမပြတ် အထပ်ထပ် ကံသင်္ခါရများလဲ ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းအဖြစ်နှင့် မရေတွက်နိုင် ရှိနေကြလေသည်။ ဤဘဝ အကျိုးခန္ဓာမှာ အကြောင်းကံ သင်္ခါရတရားများသည် နောက်နောင် အနာဂတ်အကျိုးခန္ဓာအံနေနဲ့ ဘဝအဆက်ဆက် ဝဋ်လည်ရမည် အမှန်ဖြစ်၏။ အတိတ်ဘဝက ကံကိလေသာ အကြောင်းခံ၍ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝအကျိုးခန္ဓာများ ရနေကြရပြီး ယခုပစ္စုပ္ပန်အကျိုးခန္ဓာမှ အကြောင်းကံ၊ ကိလေသာတွေ မပြတ်အောင် ဖြစ်နေကြလေသော် နောင်ဘဝအသစ် ခန္ဓာမပြတ် ဖြစ်နေကြသော် ဘယ်မှာ ဆုံးနိုင်ပါမည်နည်း။ အကြောင်းအထပ်ထပ် အကျိုးလဲအထပ်ထပ် ဆက်စပ်ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးသည် အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်၊ အကျိုးမှအကြောင်းပေါ် ကြောင်းကျိုးနှစ်တန် အပြန်ပြန် အလှန်လှန် ဆက်စပ်နေပုံကို သံသရာရှည်သည်ဟု လောကသားအားလုံး ဆိုထုံးပြုကြလေသည်။

အကြောင်းတရားရှိလို့ အကျိုးတရား ဖြစ်ပေါ်လာရသည်ဟု

အကြောင်းအကျိုးမျှကို သိမြင်သဘောကျနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ယခု ပစ္စက္ခရှုဉာဏ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ မှန်းဆသော အနုမာနဉာဏ်ဖြင့် လည်းကောင်း အကြောင်းမရှိဘဲ အလိုလိုဖြစ်ပေါ်နိုင်သော ရုပ်နာမ်ကို မတွေ့ရပေ။ ထို့ကြောင့် အကြောင်းမရှိဘဲ အလိုလိုပင် စ၍ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ သည်ဟူ၍လဲ မယုံကြည်ထိုက်သည်သာတည်း။ ဤအရာ၌ သစ်စေ့နဲ့ သစ်ပင်၊ ကြက်ဥနဲ့ကြက်မ ဥပမာအလုံးစုံ တူညီနေပုံမှာ သစ်စေ့မှ သစ်ပင်ဖြစ်သည်။ ထိုသစ်ပင်မှ သစ်စေ့ဖြစ်လာသည်။ ထိုသစ်စေ့မှ သစ်ပင်ဖြစ်လာသည် ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ကြက်ဥမှ ကြက်မဖြစ် လာသည်။ ထိုကြက်မမှ ကြက်ဥဖြစ်လာသည်။ ထိုကြက်ဥမှ ကြက်မ ဖြစ်လာသည် ဟူ၍လည်းကောင်း၊ သစ်စေ့နှင့်သစ်ပင်၊ သစ်ပင်နှင့် သစ်စေ့အကြောင်း အထပ်ထပ် အကျိုးအထပ်ထပ် ဖြစ်နေပေ၏။ ကြက်ဥနှင့်ကြက်မ၊ ကြက်မနှင့်ကြက်ဥ အကြောင်းအထပ်ထပ် အကျိုး အထပ်ထပ် အန္တရာယ်မရှိက အမြဲမပြတ်ဆက်စပ်ပြီး မဆုံးနိုင်အောင် ဖြစ်နေကြသလို ကံနှင့်ဝိပါက် အကြောင်းနှင့်အကျိုး နာမ်ရုပ်အစဉ် သံသရာသည်ကား မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ မသိအပ်သောကြောင့် အစ မထင် ဘုံသုံးခွင်ဟူ၍ ဆိုရချေသည်။ ထို့ပြင် နောင်ကာလ၌လည်း သစ်ပင်မှ သစ်စေ့ဖြစ်မည်၊ သစ်စေ့မှ သစ်ပင်ဖြစ်ပြန်မည်။ ထိုသစ်ပင်မှ သစ်စေ့ပြစ်ပြန်မည်။ ဤနည်းဖြင့် အန္တရာယ်မရှိပါက သစ်စေ့နှင့် သစ်ပင်တို့၏ ပြတ်စဲခြင်းကို မတွေ့ရသကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ကြက်ဥနှင့်ကြက်မ၊ ကြက်မနှင့်ကြက်ဥတို့၏ အပြန်ပြန်အထပ်ထပ် မပြတ်မစဲဖြစ်သကဲ့သို့လည်းကောင်း ဤပုံနည်းဖြင့် ယခုဘဝ၌ ပြုပြီးသော ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံ အတန်တန်တို့သည် နောင်ဘဝ

ပဋိသန္ဓေမှအစပြု၍ အကျိုးတရားဖြစ်ပေါ်ပေမည်။ ထိုအကျိုးကိုမှီ၍ ထိုဘဝ၌လဲ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံတွေ ဖြစ်ပေါ်ဦးမည်။ ထိုကံကြောင့်လဲ တစ်ဖန် ဘဝအသစ်တွေ ဖြစ်ပေါ်ဦးမည်။ ဤနည်းဖြင့် ကံနှင့်အကျိုးဟူသော ရုပ်နာမ်တို့၏ပြတ်စဲခြင်းကို မတွေ့နိုင်ပြီ။ အကြောင်းကံကို မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် မငြိမ်းစေနိုင်လျှင် ဘယ်သောအခါမှ ပြတ်စဲနိုင်မည်မဟုတ်။ တစ်ခုခုသောဘဝမှ နောက်ဆုံး စုတိစိတ်ချုပ်လျှင် ထိုစုတိစိတ်၏ အခြားမဲ့၌ပင် ဘဝသစ်၏ ပဋိသန္ဓေစသော အကျိုးတရားရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ပေါ် ဖြစ်ပေါ်လျက်သာလျှင် ရှိတော့မည်ဟူ၍ ဤသို့လဲ သိမြင်သဘောကျပေ၏။

ကမ္မံ နတ္ထိ ဝိပါကမှိ, ပါကောကမ္မေ နဝိဇ္ဇတိ၊
အညမညံဥဘောသုညာ, နစကမ္မံ ဝိနာဖလံ၊
ကမ္မဉ္စခေါဥပါဒါယ၊ တတော နိဗ္ဗတ္တတေ ဖလံ၊
နဟေတ္ထ´ ဒေဝေါ ဗြဟ္မာဝါ, သံသာရဿတ္ထိကာရကော၊
သုဒ္ဓဓမ္မာ ပဝတ္တန္တိ, ဟေတုသမ္ဘာရပစ္စယာ။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ် (၂-၂၃၈)

ကမ္မံ၊ အကြောင်းကံသည်။ ဝိပါကမှိ၊ အကျိုးထဲ၌။ နတ္ထိ၊ ရှိတော့သည်မဟုတ်ပေ။ ပါကော၊ အကျိုးသည်။ ကမ္မေ၊ အကြောင်းကံထဲ၌။ နဝိဇ္ဇတိ၊ ရှိနှင့်သည်မဟုတ်ပေ။ ဥဘော၊ ကံနှင့်အကျိုးနှစ်မျိုးသောတရားတို့သည်၊ အညမညံ သုညာ၊ အချင်းချင်းမှကင်းဆိတ်ကုန်၏။ စ၊ သို့သော်လဲ။ ကမ္မံဝိနာ၊ ကံနှင့်ကင်း၍။ ဖလံ၊ အကျိုးသည်။ န၊ မဖြစ်နိုင်ပေ။ ခေါ၊ အမှန်အားဖြင့်။ ကမ္မဉ္စ

ဥပါဒါယ၊ ကံကိုစွဲမှီ၍သာလျှင်။ ဖလံ၊ အကျိုးသည်။ တတော၊ ထိုကံမှ။ ဝါ၊ ထိုကံကြောင့်။ နိဗ္ဗတ္တတော၊ မချုပ်သေ ဖြစ်ပေါ်ပေ၏။

ဧတ္ထ၊ ဤရုပ်နာမ် အကြောင်းသင့်စွာ ဖြစ်ပေါ် ဤနေရာ၌။ သံသာရဿ၊ အဆက်မပြတ် ဖက်စပ်တုံ့ပြန် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ သံသရာကို။ ကာရကော၊ မဖြစ်ဖြစ်အောင် တည်ထောင်ဖန်ဆင်းနိုင်သော။ ဒေဝေါဝါ၊ နတ်သည်လည်းကောင်း။ ဗြဟ္မာဝါ၊ ဗြဟ္မာသည်လည်းကောင်း။ နဟိအတ္ထိ၊ မရှိသည်သာတည်း။ ဟေတုသမ္ဘာရပစ္စယာ၊ အကြောင်းရင်းကံနှင့် အထောက်အပံ့ ဝိပါက်ဟူသော အကြောင်းနှစ်မျိုးတို့ကြောင့်။ သုဒ္ဓဓမ္မာ၊ ကံနှင့်အကျိုးဟူသော ရုပ်နာမ်တရား သက်သက်တို့သည်သာလျှင်။ ပဝတ္တန္တိ၊ တစ်ပြန်စီလည်ပတ်လျက် မပြတ် ဖြစ်ပေါ်၍ နေကြကုန်၏။

ကံနှင့်အကျိုးအလိုအားဖြင့် နာမ်ရုပ်၏အကြောင်းကို တွေ့မြင်ပြီးသော ယောဂီသည် ဘဝဟောင်းစုတိနှင့် ဘဝသစ် ပဋိသန္ဓေတို့ကိုလဲ ဤသို့သဘောကျ၏။ မျက်စိထဲ၌ အဆင်းရုပ်ထင်ပေါ်လျှင် ထို အဆင်းကို ဘာလဲဟု ဆင်ခြင်သကဲ့သို့သော နှလုံးသွင်းမှုဖြစ်၏။ ထိုနှလုံးသွင်းမှု၏ အခြားမဲ့၌ မြင်မှုဖြစ်၏။ ဤသို့ဖြစ်ရာ၌ နှလုံးသွင်းမှုနှင့် မြင်မှုတို့သည် အခြားမရှိကုန်သကဲ့သို့ ထို့အတူပင် စုတိစိတ်နှင့် ပဋိသန္ဓေစိတ်တို့သည်လည်း အခြားမရှိကုန်၊ ဘဝဟောင်းက နောက်ဆုံးစိတ် ချုပ်ဆုံးသွားလျှင် ရှေးကံကြောင့် ဘဝသစ်၌ အစဆုံးစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်ဟူ၍ သဘောကျတတ်၏။ မြင်မှု ကြားမှု ဖြစ်ပေါ်က မှတ်သိမှုဖြစ်သကဲ့သို့လည်းကောင်း မှတ်သိမှု၏ အခြားမဲ့၌ မြင်မှု ကြားမှု ဖြစ်သကဲ့သို့လည်းကောင်း

သေတယ်ဆိုတာလဲ စိတ်တစ်ချက် ကုန်ဆုံးသွားတာပဲ၊ ဘဝသစ်မှာ ဖြစ်တယ်ဆိုတာလဲ စိတ်တစ်ချက်ဖြစ်ပေါ်လာတာပဲ။ ဘဝဟောင်းက နောက်ဆုံးစိတ် ပြတ်သွားသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ရှေ့ကဲကြောင့် ဘဝသစ်ဌာနမှာ အစဆုံးစိတ်တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာရုံမျှပဲဟု သဘော ကျတတ်ပေ၏။ စုတိပဋိသန္ဓေတို့၏ ချုပ်ပုံဖြစ်ပုံကို ဤမျှလောက် သိမြင်လာသော် အတိတ်၊ အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်တရား အလုံးစုံကို အကြောင်းနှင့်တကွ သိမြင်ပြီးဟု ဆိုရ၏။ ထို့ကြောင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ဤသို့ မိန့်ဆိုတော်မူ၏။

စုတိပဋိသန္ဓေတို့၏ ချုပ်ပုံဖြစ်ပုံ

သဗ္ဗေ အတီတာ နာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နာ ဓမ္မာ စုတိ
ပဋိသန္ဓိဝသေန ဝိဒိတာ ဟောန္တိ (၂-၂၃၈)

သဗ္ဗေ အတီတာနာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နာ ဓမ္မာ၊ အလုံးစုံသော အတိတ် အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန် တရားတို့ကို။ စုတိပဋိသန္ဓိ ဝသေန၊ စုတိနှင့် ပဋိသန္ဓေတို့ အလိုအားဖြင့်။ ဝိဒိတာ၊ ထင်ရှား သိအပ်ကုန်ပြီးသည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။

ဧဝံ စုတိ ပဋိသန္ဓိဝသေန ဝိဒိတသဗ္ဗဓမ္မဿ သဗ္ဗာကာရေန နာမရူပဿ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏံ ထာမဂတံ ဟောတိ (၂-၂၃၉)

ဧဝံ၊ ဤဆိုအပ်ခဲ့သောနည်းဖြင့်။ စုတိပဋိသန္ဓိဝသေန၊ စုတိနှင့် ပဋိသန္ဓေတို့ အလိုအားဖြင့်။ ဝိဒိတသဗ္ဗဓမ္မဿ၊ ထင်ရှားသိအပ်ပြီးသော တရားအလုံးစုံရှိသော (ဝါ) တရားအလုံးစုံကို ထင်ရှားသိပြီးသောသူ၏။ နာမရူပဿ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏံ၊ နာမ်ရုပ်၏ အကြောင်း

ကို သိမ်းဆည်းသော ဉာဏ်သည်။ သဗ္ဗာကာရေန ထာမဂတ်၊ ခပ်သိမ်းသော အခြင်းအရာအားဖြင့် အားစွမ်းနှင့် ပြည့်စုံသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်ပေ၏။

စုတိ ပဋိသန္ဓေတို့၏ ချုပ်ပုံ ဖြစ်ပုံကို သဘောကျပြီးသော ယောဂီသည် ဘဝဟောင်းမှ ရုပ်နာမ်သည် ဘဝသစ်သို့ မလိုက်မပါ။ ဘဝဟောင်းမှာပင် ချုပ်ပျောက်ခဲ့လေသည်။ ဘဝသစ်၌ ရှေးကံကြောင့် ရုပ်နာမ်အသစ်များသာ ဖြစ်ပေါ်လာကြလေသည်ဟု သိမြင်သဘောကျသောကြောင့် အတိတ်ဘဝက ရုပ်နာမ်များသည် ထိုအတိတ်ဘဝမှာပင် ချုပ်ဆုံးခဲ့ကြသောကြောင့် မမြဲကုန် ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ယခုဘဝ၌ ဖြစ်ပေါ်ကြကုန်သော ရုပ်နာမ်တို့သည်လည်း ယခုဘဝမှာပင် ချုပ်ဆုံးကြကုန်၍ မမြဲဟူ၍လည်းကောင်း၊ နောက်ဘဝ၌ ဖြစ်လတ္တံ့သော ရုပ်နာမ်များလဲ ထိုဘဝမှာပင် ချုပ်ဆုံးကြမည်ဖြစ်၍ မမြဲကြဟူ၍လည်းကောင်း ဤသို့လဲ ဆင်ခြင်တတ်ပေ၏။ ဤဆင်ခြင်မှုသည်ကား သမ္မသနဉာဏ်၏ အစပေတည်း။

ဖြစ်ပေါ်ခိုက် ရုပ်နာမ်များ ပြတ်မှတ်ရှုစဉ်မှာပင် နာမ်ရုပ်တို့၏ အကြောင်းတို့ကို ထိုက်သည်အားလျော်စွာ တွေ့မြင်ရ၍ ကာလသုံးပါး၌ အကြောင်း ရုပ်နာမ်ကြောင့် အကျိုးရုပ်နာမ်များသာ ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို သဘောကျလျက် မြဲမြံစွာ ဆုံးဖြတ်နိုင်သော အသိဉာဏ်သည် ခေါင်ထိပ်သို့ရောက်သော ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ် မည်၏။ ဤဉာဏ်သည်ပင်လျှင် ပြစ်ပြီးသော ယုံမှားမှု ၁၆-ပါးတို့ကို လည်းကောင်း ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ သိက္ခာသုံးပါး အတိတ်ရုပ်နာမ် အနာဂတ် ရုပ်နာမ် ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်နာမ် အချင်းချင်း ဆက်စပ်၍ ဖြစ်

သောအကြောင်းအကျိုးများဟူသော ဤဒွာန ရှစ်ပါးတို့ကိုလည်းကောင်း၊ လွန်မြောက်ပယ်ခွာနိုင်သောကြောင့် ကင်္ခါဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိလဲ မည်၏။

ရူဠသောတာပန်

ဣမိနာပန ဉာဏေန သမန္နာဂတော ဝိပဿကော ဗုဒ္ဓသာသနေ လဒ္ဓဿာသော လဒ္ဓပတိဋ္ဌော နိယတဂတိကော ရူဠသောတာ ပန္နော နာမ ဟောတိ။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် (၂-၂၄၀)

ပန၊ ကင်္ခါဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိ၏အကျိုးကား။ ဣမိနာဉာဏေန၊ ကင်္ခါဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိမည်သော ဤဉာဏ်နှင့်။ သမန္နာဂတော၊ ပြည့်စုံသော။ ဝိပဿကော၊ ဝိပဿနာရှုသောသူသည်။ ဗုဒ္ဓသာသနေ၊ မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ သာသနာတော်၌။ လဒ္ဓဿာသော၊ ရအပ်ပြီးသော သက်သာရာ ရှိသည်ဖြစ်၍။ လဒ္ဓပတိဋ္ဌော၊ ရအပ်ပြီးသော ထောက်တည်ရာရှိသည်ဖြစ်၍။ နိယတ ဂတိကော၊ မြဲသော သုဂတိ ရှိသော။ ရူဠသောတာပန္နောနာမ၊ ရူဠသောတာပန် သောတာပန် ငယ်မည်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်ရပေ၏။

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဖြင့် နာမ်ရုပ်တို့ကို အမှန်အတိုင်း ပိုင်းခြားသိရ၍ သာသနာတော်၌ တရားနှင့်ဆိုင်သော ပါမေါက္ခ အနည်းငယ် နှစ်သိမ့်အားရမှုကို ရပေ၏။ ထို့ကြောင့် သက်သာရာကို ရသည်ဟု ဆိုရပေသည်။ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြင့် အကြောင်း ကြောင့်ဖြစ်သော နာမ်ရုပ်မျှသာရှိသည်ဟု သိပြီးဖြစ်သောကြောင့် ငါကောင် ရှိသည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ သတ္တဝါတွေကို ဘုရားသခင်က

ဖန်ဆင်းသည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ အကြောင်းမဲ့ အလိုလို ငါကောင် ဖြစ်ပေါ်လာသည်ဟူ၍လည်းကောင်း ဤသို့ စသည် ယူမှားစွဲမှားသော ဒိဋ္ဌိ မဖြစ်နိုင်တော့ပြီ၊ ထိုဒိဋ္ဌိများကြောင့် ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရား မပျက်နိုင်ပြီ၊သာသနာတော်၌ မပျက်နိုင် မလှုပ်နိုင်အောင် မြဲခိုင် တည်တံ့သော ဤသဒ္ဓါနှင့် ပြည့်စုံသောကြောင့် ထောက်တည်ရာကို ရသည်ဟု ဆိုပေသည်။ ဂတိမြဲ ပုံကိုကား ဤပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၌ တည်လျက် စုတိစိတ်ကျသော်သာ ဧကန်၊ မြဲနိုင်ပေမည်။ ဤ ဉာဏ်မရှိတော့ဘဲ ယူမှားများ ဖြစ်သွားချေသော် ဂတိမြဲနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ **ဝိပဿနာဉာဏ်သည် အရိယာမဂ်ဖိုလ် ဉာဏ်များကဲ့သို့ မြဲမြဲနိုင်ခန့်သော ဉာဏ်များ မဟုတ်ကြပါ၊ အနိုက်အတန့်၌သာ တည်နိုင်သော ဉာဏ်များဖြစ်ပါသည်။**

သမ္မသနဉာဏ်

အတီတာနာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နာနံ ဓမ္မာနံ သင်္ခိပိတွာ

ဝဝတ္ထာနေ ပညာ သမ္မသနေဉာဏံ။ (ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ၁)

အတီတာနာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နာနံ အတိတ် အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန် ဖြစ်ကုန်သော။ ဓမ္မာနံ၊ နာမ်ရုပ်တရားတို့ကို။ သင်္ခိပိတွာ၊ ပေါင်းချုံးရုံးစု၍၊ ဝဝတ္ထာနေပညာ၊ ပိုင်းခြားဆုံးဖြတ်သော ပညာသည်။ သမ္မသနေဉာဏံ၊ သုံးသပ်ဆင်ခြင်သော ဉာဏ်မည်၏။

ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ တစ်ဘက်ကမ်းသို့ရောက်လျှင် ပေါ်လာခိုက် အာရုံများကို မှတ်ရာ၌ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ်များ၏ ခဏချင်း ခဏချင်း ပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက် ပေါ်

လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် နေသည်ကိုသာ တွေ့ရ၏။ ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံများလဲ ခဏချင်းပျောက် မှတ်စိတ်လဲ ခဏချင်းပျောက်နှင့် တာရှည်စွာ မတည်မြဲဘဲ ပျောက်ပျက်ကြသည်ချည်းကိုသာ တွေ့နေရ၏။ လှမ်းခိုက်၌ လှမ်းတယ်ဟုမှတ်က ခြေးလှမ်း၏ အစကြွမှုလဲ ကြွခိုက်မှာဘဲ ပျောက်မှုထင်၏။ လှမ်းနေသော ရွေ့မှုများလဲ တရွေ့ရွေ့ ရွေ့မှုများလဲ ရှေ့ရွေ့မှုနဲ့ နောက်ရွေ့မှု တစ်ခုစီခြားလျက် ထင်နေ၏။ ခြေကို ချခိုက်မှာလဲ ချမှု သိမှု တစ်ခုစီ ထင်နေ၏။ အာရုံ၏ ပျောက်မှု မှတ်စိတ်၏ ပျောက်မှု ကွဲပြားနေ၏။ ကွေးခိုက်၌ ကွေးတယ်ဟုမှတ်က တရွေ့ချင်း တရွေ့ချင်း ကွေးမှုများ၏ အခြားအခြား ကွဲပြားနေ၏။ အစအဆုံး ကွေးမှု၏ ရွေ့ရှားနေသည်ဟု သိနေ၏။ မှတ်သိစိတ်များလဲ တခြားစီ ကွဲနေပေ၏။ အာရုံတစ်ခု မှတ်စိတ်တစ်ခု အာရုံလဲပျောက် မှတ်စိတ်လဲပျောက် ဖြစ်နေ၍ မမြဲသော အခြင်းအရာများကိုသာ မှတ်တိုင်း တွေ့နေရ၏။

မြင်ခိုက် အာရုံများကို မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မှတ်ဆဲမှာပဲ ပျောက်ပျောက် ကုန်ကုန် နေသည်ကို တွေ့ရ၍ မမြဲဘူးဟူသော ထင်မြင်သိမှု ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော အာရုံများ မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက် မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် အာရုံများလဲ မမြဲ၊ မှတ်သိစိတ်လဲမမြဲ၊ ဤလိုပေါ်လာသော အာရုံလဲ ပျောက် သောသဘော ကုန်သောသဘော မမြဲသော အခြင်းအရာ တွေကိုသာ တွေ့နေရပြီး ယခု တွေ့နေရသော အာရုံများ ကုန်ကုန်ပျောက် ပျောက်နေသလို ရှေးရှေးကာလ၌ ဖြစ်ပေါ်ကြသော အာရုံများလဲ ဒီလိုဘဲ ကုန်သောသဘော ပျောက်သော သဘောတွေသာ ဖြစ်ပေ

သည်ဟု ယခု မျက်မှောက်တွေ့ရသော အာရုံများနှင့် ပုံတူပြုပြီး ဆင်ခြင်မှုလဲ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပေ၏။ မှတ်ဆဲဖြစ်သော အာရုံ ရုပ်နာမ်များ ကုန်နေ ပျောက်နေသလို အတိတ်ကာလ ရှေ့က ဖြစ်ကြပြီးသော ရုပ်နာမ်များလဲ ကုန်ကြပျောက်ကြ ပျက်နေကြသည်ချည်းသာ ဖြစ်၏။ နောက်ကာလ၌ ဖြစ်ကြလတ့်သော ရုပ်နာမ်များသည်လဲ ကုန်ကြရမည် အမှန်ပင်ဟု ဆင်ခြင်မှုများလဲ ဖြစ်တတ်ပေ၏။ ဤသမ္မသနဉာဏ်သည် ပစ္စက္ခ မျက်မှောက်၌ တွေ့မြင်ရသော အခြင်းအရာများကို နည်းတူပြု၍ ဆင်ခြင်မှု သုံးသပ်မှုများဖြစ်သော ဉာဏ်ပါတည်း။ မှတ်ရှုတိုင်းသော ရုပ်နာမ်အာရုံများ ပျောက်ပျောက် ကုန်ကုန်နေပုံများကို အခါခပ်သိမ်း တွေ့မြင်နေရ၍ မတွေ့မထင် မမြင်ရသော အတိတ်ကာလက ရုပ် နာမ်များကိုလဲ နည်းတူပြုပြီး ဆင်ခြင်မှု ပြုပေ၏။ အနာဂတ်ကာလ များ၌ ဖြစ်လတ္တံ့သော ရုပ်နာမ်များကိုလဲ နည်းတူပြုပြီး ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှု ပြုလေသည်။ နယဝိပဿနာ ခေါ်ရပေသည်။

မှတ်ရှုအပ်သမျှသော ကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာများ အားလုံး မှတ်လိုက် ကုန်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် ကုန်ကုန် ပျောက် ပျောက် နေကြသည်များကိုသာ တွေ့နေရ၍ မမြဲကြဟူ၍လည်းကောင်း ခဏဖြစ်လျက် ခဏပျက်ကြသောကြောင့် နှိပ်စက်သော အခြင်းအရာ အားဖြင့် ဒုက္ခဟူ၍လည်းကောင်း၊ မမြဲသော အခြင်းအရာ နှိပ်စက် သော အခြင်းအရာအားဖြင့် မိမိအလိုကြ မဖြစ်၍ ဝါ–အလိုမကြ တာဖြစ်နေ၍ အနတ္တဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆင်ခြင်သုံးသပ်မိလေသည်။ ယခု မျက်မှောက်၌ တွေ့မြင်နေသော ရုပ်နာမ်များ၏ အနိစ္စသဘော၊ ဒုက္ခသဘော၊ အနတ္တသဘော မမြဲတာ မှန်ပါပေသည်။ ဆင်းရဲတာ

မှန်ပါပေသည်၊ အလိုကျ မဖြစ်တာ မှန်ပါပေသည်ဟု ဆင်ခြင်သုံးသပ်၏။ ထို့ပြင်လဲ အတ္တကောင် ငါကောင်ဆိုတာ ဘယ်မှာဟုတ်မှာလဲ ရုပ်နာမ်မျှသာဖြစ်ပြီး ခဏမကြာလှဘဲ ခဏချင်း ကုန်ဆုံးပျက်ကြသည်သာဟုလဲ သုံးသပ်မိ၏။ ဤသို့ မျက်မှောက်တွေ့မြင်ရသော အာရုံများ၌ ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီး အတိတ်ကာလအနာဂတ်ကာလ အလုံးစုံတို့၌ ဖြစ်သမျှသော ရုပ်နာမ်ကိုလဲ မမြဲသောအနိစ္စ တရားတို့ချည်းသာ၊ ဒုက္ခ ဆင်းရဲသော တရားတို့ချည်းသာ၊ မိမိအလိုသို့ မလိုက်ကြသော အစိုးမရသော အနတ္တ တရားတို့ချည်းသာဟု များစွာသော သင်္ခါရရုပ်နာမ်များကိုလဲ ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှုပြုတတ်လေသည်။ ပစ္စက္ခ မျက်မှောက်ရုပ်နာမ်များကို အသီးအသီးခွဲခြားသုံးသပ်မှု ပြုသလိုမဟုတ်ဘဲ အတိတ်ကာလ၌ ဖြစ်သမျှသောရုပ်နာမ်အားလုံး အနာဂတ်ကာလ၌ ဖြစ်သမျှသော ရုပ်နာမ်အားလုံးကိုပေါင်းချုံးရုံးစုပြီး သုံးသပ်မှုပြုသော ကလာပသမ္မသနဉာဏ်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ မှတ်ရှုတွေ့မြင်နေသော ရုပ်နာမ်များ၏ ဖြစ်ရပ်များကိုပုံတူနည်းမှီးလျက် ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှုကို ပြုသောကြောင့် နယဝိပဿနာဟူ၍လည်းကောင်း ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ မိန့်ဆိုလေသည်။

နယဝိပဿနာမည်သော ဤသမ္မသနဉာဏ်သည် ကြောင့်ကြပြု၍ ဖြစ်စေအပ်သောဉာဏ်မျိုး မဟုတ်ပါ။ မှတ်ရှုနေသော ပစ္စက္ခရုပ်နာမ်များ၌ ထင်မြင်သောဉာဏ်ဖြင့် အနိစ္စ အခြင်းအရာ၊ ဒုက္ခအခြင်းအရာ၊ အနတ္တအခြင်းအရာ လက္ခဏာတို့ကို သဘောကျတွေ့မြင်ပြီးမှသာလျှင် ထင်မြင်သဘောကျသည်အားလျော်စွာ အတိတ်ကာလများက ဖြစ်ကြပြီးသော ရုပ်နာမ်များလဲ ဖြစ်ပြီးခဏ ကုန်

ပျောက်သော သဘောရှိရကား မမြဲသော အနိစ္စတရားတို့သာတည်း။ နောင်အနာဂတ် ကာလများ၌ ဖြစ်လတ္တံ့သော ရုပ်နာမ်များလဲ ဖြစ်ပြီးခ ဏ၌ ကုန်ပျောက်ကြမည်ဖြစ်၍ မမြဲသော အနိစ္စတရားတို့သာတည်း။ မှတ်ရှုတိုင်း မှတ်ရှုတိုင်းသော အာရုံများမှာ မှတ်လိုက် ကုန်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် ခဏဖြစ်ပြီး ခဏချင်း ပျောက်ဆုံးနေပုံကို တွေ့မြင်နေသော ယောဂီသည် မိမိတွေ့မြင်ရသော ရုပ်နာမ်ကို ထပ်တူပြု၍ အလုံးစုံသော အတိတ်ရုပ်နာမ် အနာဂတ် ရုပ်နာမ်များလဲ ကုန်သောသဘော၊ ပျောက်သောသဘော တရားများသာ ဖြစ်ကြသောကြောင့် အနိစ္စ မမြဲသောသဘောတို့သာတည်း။ ဖြစ်ပေါ်သမျှ ရုပ်နာမ်များ ခဏဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ကုန်ပျောက် သွားကြသောကြောင့် ခဏဖြစ် ခဏပျက်နှင့် ဖြစ်ပျက်နှစ်ရပ် အထပ်ထပ် မလပ်အောင် တွေ့ရှိနေရ၍ နှိပ်စက်သော အခြင်းအရာကြောင့် ဒုက္ခဆင်းရဲသော သဘောတရားများသာတည်း။ မမြဲဆင်းရဲသော သဘောတရားစု သည်ပင်လျှင် မိမိအလိုကျ ဖြစ်ပေါ်လာတာ မဟုတ်သောကြောင့် အစိုးမရ အနတ္တတရားတို့သာတည်း။ ဤ၌ ဖြစ်ပေါ်စေလို၍ ဖြစ်လာကြသော ရုပ်နာမ်များလဲ မဟုတ်ကြ။ ဖြစ်ပေါ်လာပြန်တော့ မပျက်ပါစေနှင့်ဟုလဲ တောင့်တ၍မရ ပျက်သာပျက် ကြရသည်ကို အစိုးမရ အနတ္တဟု ဆိုလိုသည်။

ထင်ဉာဏ်

ဤသမ္မသနဉာဏ်သို့ ရောက်ရှိလာသော ယောဂီသည် ပေါ်လာ တိုင်း ပေါ်လာတိုင်း ရုပ်နာမ်များကို မပြတ် မှတ်ရှုနေပါက ထင်

လာလိုက် မှတ်လိုက် ကုန်လိုက်၊ ထင်လာလိုက် မှတ်လိုက် ကုန်လိုက်နှင့် တရစပ် ထင်ရှိနေပေ၏။ ပမာအားဖြင့် လှုမ်းခိုက်မှာ လှုမ်းတယ်ဟု မှတ်က လှုမ်းမှု၏ ကြွသောသဘောလဲ ကြွခိုက်မှာပဲ ကုန်သွား၏။ တရွေ့ရွေ့ ရွေ့နေသော ရွေ့လျားမှုများလဲ တရွေ့ချင်း တရွေ့ချင်း ကုန်ကုန်နေသည်ဟု ထင်နေ၏။ ချနင်းခိုက် ထိမိသော သဘော ထိပြီး ကုန်သွား၏။ ဖိမိနေသော သဘောလဲ ကုန်နေသည်ဟု ထင်လျက်ရှိ၏။ ခြေတစ်လှမ်း တစ်လှမ်း၌ ပါဝင်နေသော သဘောများကို သူ့အခိုက်အတန့်နှင့်သူ ကုန်မှုပျောက်မှုများကို ထင်လျက်ရှိနေပေ၏။ ကွေးခိုက်မှာ ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မှတ်နေက တကွေးတကွေး တရွေ့ရွေ့ ရွေ့မှုလေးများ ကုန်လျက် ထင်နေပေ၏။ ကွေးနေသော တရွေ့တရွေ့ ရွေ့သည်ကို တသိတသိ ထင်နေပေ၏။ တရွေ့တသိနှင့် ရွေ့မှုလဲကုန်၊ သိမှုလဲကုန် တကုန်ထဲ ကုန်နေ၍ ကုန်သောသဘော မမြဲဟု ခယဒွေန အနိစ္စ–အနိစ္စလက္ခဏာ ထင်မြင် နေပါတော့သည်။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ပစ္စက္ခထင်ဉာဏ် သဘော ပေတည်း။

မြင်ခိုက်မှာ မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မပြတ်မှတ်ရှုနေပါက မြင်သော အရာများလဲ တစ်မှတ်တစ်ခါ ကုန်ကုန်ပျောက်ပျောက် သွားသည်ဟု ထင်ရ၏။ အသံတစ်ခုတစ်ခု ကြားခိုက်၌ ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မှတ်က ကြားနေသောအသံ အပြတ်ပြတ် တစ်ပိုင်းစီ တစ်ပိုင်းစီ ထင်နေပေ၏။ ကြားတယ်ဟု တစ်မှတ်မှတ်လိုက် တစ်ခါ ပျောက်လိုက်၊ တစ်မှတ် မှတ်လိုက် တစ်ခါ **ပျောက်လိုက်**နှင့် တဆက်တည်း တောက်လျှောက် အသံမဖြစ်တော့ပေ။ **အနံ့နံ့**

ရာ၌ နံ့တယ် နံ့တယ်ဟု မပြတ် မှတ်နေပါက နံ့မှုလဲ တစ်ခါမှတ် တစ်ခါကုန်၊ တစ်ခါမှတ် တစ်ခါကုန် ကုန်ကုန်နေသည်ဟု ထင်ရ၏။ ဤသို့ မှတ်ရှုသော ရုပ်နာမ်အာရုံများ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း ကုန်ကုန်နေသော သဘော၊ ပျောက်ပျောက်နေသော သဘောများသာ ထင်နေ၍ ခြော်ဲ မမြဲဘူး ဆိုတာ မှန်ပါပေသည်။ ဖြစ်ပြီး မပျောက်မပျက် မကုန်ဘဲ တည်ရှိ ခိုင်ခန့်နေသော ရုပ်နာမ်ဟူ၍ တစ်စုံတစ်ခုမျှ မတွေ့ရပေဟု ထင်မှတ်မိလေသည်။ ကုန်သောသဘော၊ ပျောက်သော သဘောများမှာ မမြဲသော အနိစ္စ၏ ထင်ချက် ဖြစ်ပေ၏။ ဥပမာမှာ ဗုံသံ၊ စောင်း သံ၊ တီးမှုတ်သံများမှာ ရှေ့အသံနှင့် နောက်နောက်၌ ထွက်ပေါ်လာကြသော အသံများမှာ တစ်သံနှင့် တစ်သံ အစပ်မရှိဘဲ တစ်သံစီ ခြားလျက် ဖြစ်ပေါ်နေကြပုံနှင့် တူလှပေ၏။ တစ်သံစီ ခြားနေမှုမှာ ရှေးတစ်သံ ကုန်ပျောက်ပြီး နောက်တစ်သံ ထွက်ပေါ် လာခြင်းဖြစ်၍ အဟောင်းသံ ကုန်ပျောက်၍ အသစ်အသံများ ထွက်ပေါ်လာကြသည်သာ။ ရှေးရှေးရုပ်နာမ်များ ကုန်ပျောက်၍နောက် နောက် ရုပ်နာမ် အသစ်အသစ်များ ဖြစ်ပေါ်မှု၌ အဟောင်း ရုပ်နာမ်များ အသစ်ရုပ်နာမ်၌ တစ်စုံတစ်ခုမှ မပါပါချေ။

ကုန်သောသဘော၊ ပျောက်သောသဘော၊ ပျက်သောသဘော စသည်များသည် အနိစ္စ မမြဲသော အခြင်းအရာ လက္ခဏာများချည်း ဖြစ်ကြ၏။ ယောဂီ၏ ထင်မှုမှာ အာရုံပေါ်လာလိုက် မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက် ကုန်လိုက် စသည် ထင်ထင် နေတတ်ပေ၏။ ဤသို့ ထင်လာခြင်းသည် အနိစ္စလက္ခဏာ ထင်မှုဖြစ်ပေ၏။ ခြေလှမ်းခိုက်၌ မှတ်ရှုနေသော် ရှေ့ခြေလှမ်းသည် နောက်ခြေလှမ်းသို့ မရောက်

ရှေ့ခြေလှမ်းမှာပဲကုန်ခဲ့ပျောက်ခဲ့၏။ ခြေတစ်လှမ်း၌လဲ ကြွခိုက်မှာ ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်များ လှမ်းခိုက်သို့ မရောက် ကြွခိုက်မှာပဲကုန်ခဲ့ ပျောက်ခဲ့၏။ လှမ်းခိုက်၌ ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်များလဲ ချခိုက်သို့ မရောက်လှမ်းခိုက်မှာပဲ ကုန်ခဲ့ ပျောက်ခဲ့၏။ ချခိုက်၌ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်များသည်လဲမြင်ခိုက်မှာပဲကုန်ပျောက်ကြပေ၏။ ကြားခိုက် နံခိုက် စသည်တို့၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်များသည်လဲ ကြားခိုက် နံခိုက် စသည်ထိုထို ခဏ၌သာလျှင် ကုန်ဆုံး ပျောက်ပျက်ကြလေသော ကြောင့် မမြဲကြလေကုန်။ ဤသို့သော အခြင်းအရာအားဖြင့် ကိုယ့် အမူအရာတိုင်းမှာ ဖြစ်နေကြကုန်သော ရုပ်နာမ်များသည် ဖြစ်လေ ရာ ကိုယ်အမူအရာများမှာ ကုန်ကြ၊ ပျောက်ကြ၊ ချုပ်ဆုံးကြသော အနိစ္စသဘောများသာ ဖြစ်ကြလေသည်။ပစ္စက္ခ၌ မျက်မှောက် တွေ့မြင်နေသော ရုပ်နာမ်များကို မှတ်ရှုသော ယောဂီသည် မှတ် တိုင်း မှတ်တိုင်း ကုန်သော သဘော ပျောက်သော သဘောကိုသာ တွေ့ရပေ၏။

မျက်မှောက်ထင်ထင် ဖြစ်ပေါ် တွေ့မြင်သော အာရုံများကို မပြတ်မလပ် မှတ်ရှုနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် ပေါ်လာလိုက် မှတ်လိုက် ကုန်သွားလိုက် ပျောက်သွားလိုက်၊ ပေါ်လာလိုက် မှတ်လိုက် ကုန်သွားလိုက်၊ ပျောက်သွားလိုက်၊ မြင်လိုက် မြင်တယ်မှတ်လိုက် ကုန်သွားလိုက် ပျောက်လိုက်၊ ကြားလိုက် ကြားတယ်မှတ်လိုက် ကုန်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့်ချည်း ထင်နေသော ယောဂီသည် အနိစ္စံ ခယဋ္ဌေန ဟူသော ပါဠိတော်နှင့်အညီ ကုန်သောသဘော၊ ပျောက်သော သဘော မမြဲသော အနိစ္စလက္ခဏာ ထင်နေသော ယောဂီဟု

မှတ်ယူပါ။

ကိုယ်အမူအရာများမှ ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ် အာရုံများကိုလဲ ပေါ်လာလိုက် မှတ်လိုက် ကုန်သွားလိုက်၊ ပေါ်လာလိုက် မှတ်လိုက် ကုန်သွားလိုက်နှင့်ချည်း အမြဲမပြတ် ဖြစ်မှုနှင့် ပျက်မှု အထပ်ထပ် ဆက်စပ်လျက် နှိပ်စက်သော အခြင်းအရာ ဆင်းရဲသည်ဟုလဲ ထင်လာ၏။ တစ်ခါတစ်ရံ ကိုယ်ထဲမှာ နာမှု၊ ကျင်မှု၊ ကိုက်ခဲသော အခံခက်တဲ့ ဆင်းရဲမှုများလဲဖြစ်တတ် ပေါ်လာတတ်ပေ၏။ သွားခိုက်၊ လာခိုက်၊ ထိုင်နေခိုက်များလဲ နာမှု၊ ကျင်မှု၊ ကိုက်ခဲမှု စသော ဆင်းရဲဒုက္ခ လက္ခဏာများကိုလဲတွေ့နေတတ်၏။ ဤလို အားဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသမျှသော ရုပ်နာမ်တရားများသည် နှိပ်စက်သော အခြင်းအရာ ဒုက္ခဆိုတာ မှန်ပါပေသည်။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးလဲမကြာလှ ပျက်ကြလေသည်။ ဖြစ်ပျက် နှစ်ရပ်လဲရှေ့နှင့်နောက် ဆက်စပ်နေပေသည်။ ရှေ့ကဖြစ် နောက်ကပျက်နဲ့ ကွက်လပ်မရှိသော ရုပ်နာမ်တို့၏ သဘာဝကား နှိပ်စက်သော အခြင်းအရာများသာ မှန်နေပါသည်ဟုလဲ ဒုက္ခ လက္ခဏာ ဆင်းရဲမှု ထင်နေလေသည်။

မှတ်ရှုအပ်သော အာရုံများ၌ စိတ်မရွှင်မှု၊ မခံသာမှု၊ ပင်ပန်းအပြစ်ထင်မှု၊ မပျော်မွေ့မှု စသည်များ ထင်မြင်လာသော် ဆင်းရဲသောအခြင်းအရာ ဒုက္ခ လက္ခဏာ ထင်မှုပင် ဖြစ်ပေ၏။ ဤဖော်ပြပါ စိတ်မရွှင်မှု၊ မခံသာမှု စသော ဖြစ်ရပ်များမှာ ဒုက္ခ ထင်လာသော လက္ခဏာများ ဖြစ်ကြ၏။

ဒုက္ခတော မနသိကရောတော၊
ဘယတော သမ္ပာရ ဥပဋ္ဌာတိ။ (ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်)

ဒုက္ခတော၊ ဆင်းရဲဟု။ မနသိကရောတော၊ နှလုံးသွင်းမိသောသူအား။ ဘယတော၊ ဘေးဟု။ သင်္ခါရာ၊ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတို့သည်။ ဥပဋ္ဌဟန္တိ၊ ထင်ကုန်၏။ ဒုက္ခလက္ခဏာ ထင်သောယောဂီမှာ မှတ်ရှုအပ်သော ရုပ်နာမ်များကို ဆင်းရဲသောအခြင်းအရာ မကောင်းဘူး၊ အခံခက်တယ် ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုတွေ ဖြစ်နေတတ်ပေသည်။

မြင်နေရသော မြင်မှုများ၌လဲ မမြင်ခြင်ဘဲ မြင်နေရတဲ့ အနေ စိတ်ဆင်းရဲမှုနှင့် တွေ့နေရပေ၏။ ကြားရသောအသံများ၌ မကြားလိုဘဲနဲ့ ကြားနေရသလို နှလုံးမသာမှုနှင့်တွေ့နေရပေ၏။ နံနေရသော အနံ့များ၌လဲ စိတ်ဆင်းရဲမှုနှင့် တွေ့နေရ၏။ စားမှုများ၌ကား အချို့ယောဂီများမှာ ဝါးမှု၊ မျိုမှုများကို မျက်ရည်ကျသည်တိုင်အောင် ဆင်းရဲမှုနှင့် တွေ့နေရတတ်၏။ ထိမှု၊ သိမှုများ၌လဲ မသက်သာသော အခြင်းအရာများနှင့်သာ တွေ့နေရ၍ ဆင်းရဲမှုများချည်းဟု နှလုံးသွင်းလိုက်လေသည်။ ဤသို့သော ထင်မှု ဖြစ်ရပ်များသည် ပေါ်လာတိုင်း ဖြစ်လာတိုင်းအာရုံများကို မှတ်ရှုမှုပြုတိုင်း သင်္ခါရ ရုပ်နာမ်များ၌ ဆင်းရဲသော လက္ခဏာများနှင့်သာ တွေ့နေရလေသည်။ ဒုက္ခ ထင်ချက်ပင်။

ပေါ်လာခိုက် ရုပ်နာမ်အာရုံများကိုမပြတ်မှတ်ရှု၍ အနိစ္စအခြင်းအရာ မမြဲဟုလည်းကောင်း၊ ဒုက္ခအခြင်းအရာ ဆင်းရဲဟုလည်းကောင်း ထင်မြင်လာပါက အင်း ဤရုပ်နာမ် သင်္ခါရ တရားများကာ ကိုယ်အလိုကျ မဖြစ်လာပေ။ မဖြစ်ပါစေနဲ့လို့ တားလို့လဲ မရ ဖြစ်သာဖြစ်လာကြ၊ ဖြစ်ပေါ်လာပြန်တော့လဲ မပျက်ပါစေနဲ့လို့ ဆိုသော်လဲမရ၊ ပျက်သာပျက်ကြရ။ မိမိ၏အလိုသို့ မလိုက်မပါ

သူ့ဘာသာအလျောက်သာ။ ဖြစ်ပေါ်လာကြ ကုန်ပျောက်ကြနှင့် အစိုးမရသော အနတ္တသဘောတို့သာတည်း။ ဤသို့လဲ ထင်မြင်လာ တတ်ပေ၏။ တစ်ခါတရံ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်မှာ ကိုယ်ထဲမှ နာမှု တွေ၊ ကျင်မှုတွေ၊ ကိုက်ခဲမှုတွေ မဖြစ်စေလိုတာတွေက များနေပေ ၏။ ဤလို အဖြစ်မျိုးများမှာ ကိုယ့်အလိုကျ ဖြစ်ပေါ်လာကြတာ မဟုတ်၊ အလိုမကျတာများသာ ဖြစ်ပေါ်လာကြသောကြောင့် အလိုမကျ အနတ္တတို့သာတည်း။ အဝသဝတ္တနေ့ အနတ္တာ အလိုသို့ မလိုက်ပါ သော အနက်သဘောကြောင့် အနတ္တတို့သာတည်း။ ရုပ်တရား နာမ်တရားများသည် သူ့သဘောအလျောက် သူဖြစ်လိုတာကိုသာ ဖြစ်တတ်သောကြောင့် အနတ္တဖြစ်၍ အတ္တမှဆိတ်၏။ အတ္တမဟုတ်၊ အနတ္တသဘောသာ။ ပူမှု၊ အေးမှုများမှာလဲ မိမိက ပူလို အေးလို၍ ပူလာ အေးလာကြသည် မဟုတ်ကြ။ သူ့သဘောအတိုင်းသာ သူ့ဘာသာသူ ဖြစ်လာကြသောကြောင့် အနတ္တတို့သာတည်း။ မအိုချင် ဘဲနဲ့လဲ အိုကြရ၏။ မနာချင်ဘဲနဲ့လဲ နာကြရ၏။ ဒူးနာ၊ ပေါင်နာ၊ ခါးနာ စသည် အထွေထွေသော အနာအမျိုးမျိုးတို့သည် ကိုယ့်အလို အကြိုက်သို့ လိုက်ဖြစ်ကြသည်များ မဟုတ်ကြပါ၊ မလိုမကျဖြစ်၍ အနတ္တတို့သာတည်း။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဖြစ်ပေါ်လာသော ကိုယ်အမူအရာများကို မပြတ်မှတ်ရှုနေရ၏။ မှတ်ရှုနေသော ထိုထို ကိုယ်အမူအရာများ၌ မျက်မှောက်ထင်တင် တွေ့မြင်နေရသော အဟောင်းကုန်ပျောက်ပြီး အသစ်အသစ်များ ထပ်ခါထပ်ခါ မပြတ်ပေါ်လာလိုက် မှတ်လိုက်၊ ကုန်လိုက်၊ ပျောက်လိုက်၊ ပေါ်လာလိုက်၊ မှတ်လိုက်၊ ကုန်လိုက်၊

မပျောက်လိုက်နှင့်ချည်း တွေ့နေရ၍ မမြဲဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆင်းရဲဟူ၍လည်းကောင်း၊ အလိုအတိုင်းမဖြစ် ငါကောင် အတ္တကောင် မဟုတ်သော အနတ္တဟူ၍လည်းကောင်း၊ တွေ့မြင်သဘောကြနေသောအခါ ရှေးရှေးကာလက ဖြစ်ကြသော အာရုံများလဲ ဒီလိုပဲ ကုန်ကြ ပျောက်ကြသော သဘောကြောင့် အနိစ္စတို့ပင် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် မပြတ်ဖြစ်ပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် နှိပ်စက်သော အခြင်းအရာ ဒုက္ခဟူ၍လည်းကောင်း၊ အလိုအတိုင်း မဖြစ်ကြသောကြောင့် အနတ္တတို့ဟူ၍လည်းကောင်း၊ နောက်နောက်ကာလ၌ ဖြစ်ပေါ်ကြမည့် အာရုံများလဲ ကုန်ကြ ပျောက်ကြမည်ချည်းဖြစ်၍ အနိစ္စသဘော ဒုက္ခသဘော အလိုအတိုင်း မဖြစ်ကြသော အနတ္တတို့သာဟူ၍ မျက်မှောက်တွေ့မြင်ရသော အာရုံများကို နည်းယူ၍ ဆင်ခြင်သုံးသပ်လေသည်။ နယဝိပဿနာ ပစ္စုပ္ပန်ကာလမျက်မှောက်တွေ့နေရသော အာရုံများ၏ ထင်မှုကို နည်းတူပြု သုံးသပ်ဆင်ခြင်သော သမ္မသနဉာဏ်ပါ။

ရှေ့ခြေတစ်လှမ်းနှင့် နောက်ခြေတစ်လှမ်း တစ်လှမ်းတစ်ခါ ကုန်သောသဘော ပျောက်သောသဘော အနိစ္စလက္ခဏာ တစ်ခါမှတ် တစ်ခါကုန်သော သဘောအနိစ္စ လက္ခဏာ ကုန်လိုက် ပျောက်လိုက် အထပ်ထပ် မပြတ်နှိပ်စက်သော အခြင်းအရာ ဒုက္ခလက္ခဏာ အလိုအတိုင်း မဖြစ်သော အနတ္တ–

သမ္မသနဉာဏ်

သမ္မသနဉာဏ်၌ တည်ရှိနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ထိုထို

ကိုယ်အမူအရာများကို ပေါ်လာတိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုနေခိုက်မှာပင် မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်းသော ထိုထိုကိုယ်အမူအရာများ၌ ကုန်သော သဘောပျောက်သော သဘောများကို မျက်မှောက်ထင်ထင် တွေ့မြင်နေရသည်ဖြစ်၍ မမြဲသော အနိစ္စသဘော ဆင်းရဲသော ဒုက္ခသဘော အလိုအတိုင်း မဖြစ်သော အနတ္တသဘောများသာဟူ၍ မတွေးမဆရဘဲ မှတ်ရှုလျက် ရှင်းလင်းစွာ ပေါ်လွင် သိမြင်လာပေ၏။ ခြေတစ်လှမ်း ခြေတစ်လှမ်း လှမ်းခိုက်၌ ရှေ့ခြေလှမ်းသည် နောက်ခြေလှမ်းသို့ မရောက် ရှေ့ခြေလှမ်း၌ပင် ကုန်ခဲ့ ပျောက်ခဲ့၏။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ခြေတစ်လှမ်းတွင်လဲ ခြေကြွခိုက် ကြွသော ရုပ်နာမ်သည် လှမ်းခိုက်သို့မရောက် ကြွခိုက်မှာပင် ကုန်ခဲ့ပျောက်ခဲ့၏။ ရှေ့သို့ လှမ်းခိုက်၌ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်များသည် ခြေချခိုက်သို့မရောက် လှမ်းခိုက်မှာပဲ ကုန်ခဲ့ ပျောက်ခဲ့၏။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ။ ခြေချခိုက်၌ ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်များသည် နောက်ခြေလှမ်း၏ ကြွခိုက်သို့မဟုတ် ကုန်ကြ ပျောက်ကြလေ၏။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတို့ပင်၊ ဤသို့သော ခြေတစ်လှမ်း၏ ကြွခိုက် လှမ်းခိုက် ချနင်းခိုက်များ အပိုင်း အပိုင်း အကန့် အကန့် အခြား အခြား အပြတ် အပြက်များကိုလဲ မတွေးမဆရဘဲ ထင်မြင်သိရှိလာလေသည်။

ခြေတစ်လှမ်း တစ်လှမ်း၏ သဘာဝဖြစ်ရပ် ခြောက်မျိုးကိုလည်း စာဖတ်ပရိသတ်များ သိရှိရန် စာလာ ပေလာ ဒေသနာအရ ဖော်ပြလိုက်ပါအံ့။ ၁။ ဥဒ္ဓရဏ–ကြွခိုက်၊ ၂။ အတိဟရဏ–ဆွဲဆောင်ခိုက်၊ ၃။ ဝီတိဟရဏ–ရှေ့သို့လှမ်းခိုက်၊ ၄။ ဝေါသဇ္ဇန–လွှတ်ခိုက်၊ ၅။ သန္နိက္ခေပန–ခြေချခိုက်၊ ၆။ သန္နိရုမ္ဘန–ဖိနင်းခိုက် ခြေတစ်လှမ်းတွင် ဤသဘာဝ ခြောက်မျိုး ပါဝင်ပါ၏။

သမ္မသနဉာဏ်သို့ရောက်ပုံ

ဤသမ္မသနဉာဏ် ထက်သန်လာသော မှတ်ရှုအပ်သော ကိုယ်အမူအရာများ၌ အပိုင်း အပိုင်း အပြတ် အပြတ် ထင်နေပေသည်။ ပမာအားဖြင့် လှမ်းခိုက်တွင် လှမ်းတယ်မှတ်က တစ်လှမ်း တစ်လှမ်း၌ အကန့် အကန့် အပြတ် အပြတ် ထင်နေ၏။ တရွေ့ရွေ့ ရွေ့ရှားနေပုံ ထင်နေ၏။ ကွေးခိုက်မှာ ကွေးတယ် ကွေးတယ်ဟု မှတ်က တရွေ့ရွေ့ ရွေ့နေသော အခြင်းအရာ ထင်နေ၏။ ကြွားခိုက်၌ ကြွားတယ် ကြွားတယ်ဟုမှတ်က တစ်မှတ်တစ်ခါပြတ် တစ်မှတ်တစ်ခါ ပြတ်ပြတ်နေသော အခြင်းအရာ ထင်နေလေသည်။ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် အခိုက်က တစ်လှမ်းတစ်ခါ မှတ်က တစ်လှမ်းဆုံးမှ ဆုံးမှုကို သိရ၏။ ဤသမ္မသနဉာဏ်၌ကား တစ်အာရုံကို မှတ်က အပိုင်းအပိုင်း ပြတ်နေသလို ထင်နေလေသည်။ ဤလို မျက်မှောက်ထင်ထင် တွေ့မြင်နေသော အာရုံများ၏ ဖြစ်ပြီးခဏ ကုန်ပျောက်သွား၍ အနိစ္စသဘော၊ ဒုက္ခသဘော၊ အလိုသို့ မလိုက်သော အနတ္တသဘောများကို သက်သေထူ နည်းယူပြီး ရှေ့ရှေ့ကာလက ဖြစ်လေပြီးသော ရုပ်နာမ်အာရုံများလဲ ဤလိုပင် အနိစ္စသဘော ဒုက္ခသဘော အနတ္တသဘောတို့သာ ဖြစ်ကြလေသည်။ နောက်နောက် ကာလ၌ ဖြစ်ပေါ်လာကြမည့်ရုပ်နာမ်အာရုံများလဲ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတို့သာ ဖြစ်ကြမည်ချည်းသာဟု နည်းတူပြုဆင်ခြင် သုံးသပ်သော နယဝိပဿနာ ရုပ်နာမ်အကုန်လုံး သိမ်းရုံး ပေါင်းစုပြီး တစ်ပေါင်းတည်း သုံးသပ်ဆင်ခြင်သော ကလာပသမ္မသန အမည်ရသော ဤသမ္မသနဉာဏ်သည် ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပုံ အလွန်များပြားလှပါ၏။

ဒေသနာ နယ ကျယ် ....

ဤသမ္မသနဉာဏ် ရင့်သန်ပြီး ခေါင်ထိပ်သို့ ရောက်ရှိနေသော ယောဂီသည် ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်အာရုံများကို မှတ်ရှုတိုင်း ကုန်သောသဘော။ ပျောက်သောသဘောများကိုသာ သိမြင်နေရသောကြောင့် မျက်မှောက်တွေ့မြင်နေသော ရုပ်နာမ်များနှင့် ထပ်တူပြုပြီး ရှေးရှေးက ဖြစ်ခဲ့ပြီး၊ ရုပ်နာမ်များလဲ ကုန်သောသဘော ပျောက်သောသဘော အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ။ ငါကောင်မဟုတ်သော အနတ္တတို့သာတည်း။ နောက်နောက်ကာလ၌ ဖြစ်လတ္တံ့သော ရုပ်နာမ်များလဲ မုချ ကေန် အမှန်ပင် မမြဲသော အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတို့ချည်းသော ဖြစ်ကြပေမည်ဟု အားလုံးကုန်သော မြင်မြင်သမျှ သင်္ခါရ ရုပ်နာမ်တို့ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ အစိုးမရဟု သုံးသပ်မိလေသည်။ **ဤသို့ သင်္ခါရအဖုံဖုံ အလုံးစုံသော တရားတို့၌ အနိစ္စ၊ အခြင်းအရာ၊ ဒုက္ခအခြင်းအရာ၊ အနတ္တအခြင်းအရာအားဖြင့် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပြတ်သားစွာ သိမြင်လျက်ရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၊ သမ္မာသနဉာဏ် တစ်ဖက်ကမ်းသို့ ရောက်ပြီဟု မှတ်ပါလေ။**

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်

မျက်မှောက် ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များ၌လည်းကောင်း၊ မျက်ကွယ်ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်များ၌လည်းကောင်း၊ အလုံးစုံ တစ်စုံ တစ်ခုမျှ မြဲသော သဘောမဟုတ်ကြ။ ဒုက္ခအခြင်းအရာ၊ အနတ္တအခြင်းအရာများသာ ဖြစ်ကြပေ၏ဟု ယုံကြည်စွာ ဆုံးဖြတ်သိမြင်ပြီးဖြစ်၍ မှတ်ရှုအပ်သော ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတို့၌လည်းကောင်း၊

ထိုရုပ်နာမ်များနှင့် နှိုင်းဆ၍ ကြွင်းသမျှသော ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတို့၌လည်းကောင်း၊ ဖြစ်မှုပျက်မှု၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတို့ကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်း၍ ယုံမှားမရှိ၊ ဆုံးဖြတ်နိုင်သောသူအား သင်္ခါရ ရုပ်နာမ်တို့၏ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလက္ခဏာတို့ကို အထူးကြောင့်ကြမစိုက်ရတော့ဘဲ ဖြစ်ဆဲပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များကိုသာ မှတ်ရုံမျှမှတ်လျက် အစနှင့်အဆုံးဟူသော အဖြစ်အပျက်ကို ကောင်းစွာသိမြင်လာသော ဝိပဿနုပေက္ခာသည် ဖြစ်ပေါ်လာ၏၊ ထိုအခါမှစ၍ ဖြစ်ခိုက် ရုပ်နာမ်တို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို သိမြင်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ပေါ်သည်ဟု မှတ်အပ်၏။

ပစ္စုပ္ပန္နာနံ ဓမ္မာနံ ဝိပရိဏာမာနုပဿနေ ပညာ

ဥဒယဗ္ဗယာနုပဿနေညာဏံ။ (ပဋိသမ္ဘိဒါ-၁)

ပစ္စုပ္ပန္နာနံ၊ ဖြစ်ပေါ်ဆဲ ဖြစ်ကုန်သော။ ဓမ္မာနံ၊ ရုပ်နာမ်တရားတို့၏။ ဝိပရိဏာမာနုပဿနေ ပညာ၊ ပြောင်းလွဲပျက်စီးသွားသည်ကိုသိသောပညာသည်။ ဥဒယဗ္ဗယာနုပဿနေဉာဏံ၊ အဖြစ်အပျက်ကိုရှုမြင်သော ဉာဏ်မည်၏။

မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း ဘွားခနဲ ဘွားခနဲ ပေါ်လာသလို မှတ်အပ်သော ရုပ်နာမ်၏ အစဖြစ်ပေါ်မှုသည် မှတ်သိတဲ့ စိတ်ထဲဉာဏ်တဲမှာ ထင်ရှားနေ၏။ ရိပ်ခနဲ ရိပ်ခနဲ လွင့်ပျယ်သွားသလို မှတ်အပ်တဲ့ ရုပ်နာမ်၏ အဆုံးပျက်မှုသည်လည်း မှတ်သိတဲ့ စိတ်ထဲဉာဏ်ထဲမှာ ထင်ရှားနေပေ၏။ ဤလို ထင်ရှားလာသောအခါ၌ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း မှတ်အပ်သော ရုပ်နာမ်၏ အစဖြစ်မှုနှင့် အဆုံးပျက်မှုတို့ကို သိမြင်လာခြင်းသည် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်မည်၏။

ဇာတံ ရူ ပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ တဿ နိဗ္ဗတ္တိ လက္ခဏံ ဥဒယော

ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ဝယော အနုပဿနာဉာဏံ။ (ပဋိသံ-၅၂)

ဇာတံ ရူပံ။ ဖြစ်ဆဲရုပ်သည်။ ပစ္စုပ္ပန္နံ၊ ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်မည်၏။ တဿ၊ ထိုဖြစ်ဆဲရုပ်၏၊ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏ၊ အစဖြစ်ပေါ်သော လက္ခဏာသည်။ ဥဒယော၊ ဖြစ်ခြင်းမည်၏။ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ၊ ပြောင်းလဲပျောက်ကွယ်သော လက္ခဏာသည်။ ဝယော၊ ပျက်ခြင်းမည်၏။ အနုပဿနာ၊ ဖြစ်မှုပျက်မှုတို့ကို သိမြင်ခြင်းသည်။ ဉာဏံ၊ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် မည်၏။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အစရှေ့ပိုင်း၌ သန္တတိ ပစ္စုပ္ပန်ခေါ် အာရုံတစ်ခု တစ်ခု၏ အစဖြစ်ပေါ်မှုနှင့် ထိုအာရုံ ကုန်ဆုံး ပျောက်ကွယ်သွားသော ဖြစ်ရပ်များကို ပိုင်းခြားသိမြင်လာ၏။ ပမာအားဖြင့် မြင်မှုဖြစ်စနှင့် ပျောက်ကွယ်သွားမှုအဆုံး ဤလို အစအဆုံးကို သိ၏၊ အသံတစ်ခုကို ကြားက ကြားတယ်ဟု မှတ်တော့ ခဏချက်ချင်း ပျောက်ကွယ်သွားသည်ကို သိ၏။ အာရုံတစ်ခု၏ အစဖြစ်မှုကား ဥဒယ။ အဆုံးပျက်မှုကား ဝယ။ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အစဖြစ်ပေါ်မှုနှင့် အဆုံးပျက်သွားမှုကို ကောင်းစွာ တွေ့မြင်ပေ၏။ ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံ၏ အစနှင့်အဆုံး ခဏကာလကို သန္တတိပစ္စုပ္ပန်ဟု ခေါ်ရ၏။ ခြေတစ်လှမ်း၏ အစနှင့် အဆုံး တစ်ကွေး၏ အစနှင့် အဆုံး ဤလို ကိုယ်အမူအရာများ၏ အစနှင့်အဆုံးများကို သန္တတိ ပစ္စုပ္ပန်ဟု ခေါ်ရလေသည်။ ထိုအချိန်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံများ တည်ဆဲရှိဆဲ ဖြစ်ဆဲ အာရုံများဟု ဆိုရ၏။ ဇာတံရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံဟူသော ပါဠိတော်နှင့်အညီ ဖြစ်ဆဲသော ရုပ်အစဉ်သည် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်၏။ ထို

ပစ္စုပ္ပန်ခဏ၌ ဖြစ်ပေါ်လာခိုက်ကိုသာ ယောဂီက မပြတ်မှတ်ရှုရမည်ကို ပုံသေနည်း မှာတမ်းရှိလေသည်။ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အရာမှာ မှတ်တန် အာရုံများလည်း ထင်ထင်ရှားရှား မပြတ်ပေါ်လာတတ်သည်။ မှတ်မှုများ အလွယ်နှင့်မှတ်နိုင်၏။ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အာရုံများလည်း ခဏချင်း ပျောက်ပျောက်သွားနေပေ၏။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်စယောဂီများမှာ သန္တတိပစ္စုပ္ပန်ကာလ၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်တရားများ၏ ဖြစ်ပေါ်လာခိုက်ကို မှတ်ရှုနိုင်သေး၍ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်နုဟု ခေါ်ရပေ၏၊ ထိုဉာဏ်နုအခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ကိုယ်အမူအရာ တစ်ခုတစ်ခု၏ ဖြစ်ပေါ်လာရာ အစနှင့်ကုန်မှု ပျောက်မှု ပျက်မှု၏အဆုံး ဤလို အစနှင့်အဆုံး နှစ်ခုကို ပိုင်းခြား သိမြင်နိုင်ပေ၏။ ခြေတစ်လှမ်း၏ စကြွမှုနှင့် ချနင်းမှုအဆုံး ဤလို အစနှင့်အဆုံးကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ဖြစ်မှုနှင့် ပျက်သွားမှုကို တွေ့မြင်နေပေ၏။ မြင်ရာ၌ မြင်တယ် မြင်တယ်ဟု မှတ်လိုက် တစ်ခါမှတ် တစ်ခါပျောက် အစမြင်မှုက အပြစ်ပျောက်မှုက အပျက် ကြားရာ၌ ကြားတယ်ဟု မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက် နံခိုက်၌ နံတယ်ဟု မှတ်လိုက် ပျောက်လိုက်နှင့် ပေါ်လာတိုင်း ပေါ်လာတိုင်း အာရုံများကို တစ်ချက်မှတ်မှတ် တစ်ချက်ပျောက် ဖြစ်နေပေ၏။ ဖြစ်ပေါ်မှုအစနှင့် ကုန်ပျောက်မှုအဆုံး ဤပုံအစနှင့် အဆုံးကို တွေ့မြင်နေပေ၏။ တီးသံ ခေါက်သံများလို တီးလိုက်မြည်လိုက်၊ တစ်ချက်ခေါက် တစ်ချက်မြည်။ တီးခေါက်လို့ ထွက်ပေါ်လာသော အသံများ ကြားပြီးခဏမှာပဲ ချက်ချင်း ပျောက်ကွယ် ပျောက်ကွယ်သွားနေပုံ ထင်နေရ၏၊ ခြေတစ်လှမ်း လှမ်းလိုက်

လှမ်းတယ်ဟု မှတ်လိုက် ခြေလှမ်းလဲပျောက် မှတ်စိတ်လဲပျောက် ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော အာရုံများကို မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း ပျောက် ပျောက်ကုန်သည်သာ တွေ့ရ၍ မကုန်မပျောက်ဘဲ အမြဲတည်နေသော အာရုံတစ်စုံတစ်ခုကိုမျှ မရှိပေ။ **ဤသို့လျှင် ပေါ်လာပြီး ပျောက် ပျောက်နေသည်ကိုချည်းသာ တွေ့နေသော ယောဂီသည် ဥဒယဗ္ဗ ဉာဏ်နုတင်မှုဟု မှတ်ပါ။**

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် စခန်းသို့ ရောက်ရှိနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် သည် ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များကို မှတ်ရှုတိုင်း ပျောက်ပျောက် ကုန်ကုန်နေသော အခြင်းအရာများကိုသာ တွေ့ရှိနေပေသည်။ ခြေ လှမ်းခိုက် လှမ်းတယ်ဟု မှတ်က လှမ်းမှုလဲကုန်ဆုံး မှတ်မှုလဲ ကုန်ဆုံးသွားတော့၏၊ ကွေးခိုက်၌ ကွေးတယ်ကွေးတယ်ဟု မှတ်က တစ်ခါမှတ် တစ်ခါပျောက် မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း အာရုံရော မှတ်စိတ် ပါ ပျောက်ပျောက်ကုန်ကုန်နေသော သဘောထင်နေပေ၏။ ကြားမှု ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ကြားတယ် ကြားတယ်ဟု မှတ်က တစ်ခါမှတ် တစ် ခါပျောက် အာရုံနှင့်မှတ်စိတ် ပြိုင်တူပျောက်ပျောက်နေဟန် သိနေ ပေ၏။ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ရုပ်နာမ်အာရုံများ၏ ဖြစ်ပေါ်လာသော အစနှင့်အဆုံး ပျောက်သွားသည်များကို ထင်ထင်ရှားရှား သန့်ရှင်း စွာ တွေ့နေရ၏။ ဤလိုအာရုံ ဖြစ်ပေါ်လာစနှင့် ဆုံးသွားမှုများကို တွေးတောဆင်ခြင်နေရသည်မဟုတ် စဉ်းစားပြီးမှ သိရသော အသိ မျိုးလဲ မဟုတ်ပါ။ မှတ်ရှုအပ်သော အာရုံကို လက်ငင်းမှတ်ရှု ချက်ချင်းကုန်ပျောက် မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက် မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက် ကုန်သောသဘော ပျောက်သောသဘော ဖြစ်နေလေသည်။ ဤသို့

ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်အာရုံများကို မှတ်လိုက်ပျောက်လိုက် ထင်နေသိနေသော ယောဂီ၏ အသိအထင်ကို ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်၏ အသိအထင်ဟု မှတ်အပ်ပေ၏။ ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံ၏ ဖြစ်မှုအစသည် ဥဒယမည်၏။ ပျက်သွား၊ ကုန်သွား၊ ပျောက်သွား၊ ဆုံးသွားမှုသည် ဝယမည်၏။ ဖြစ်ပြီးပျက်နေသော ဥဒယဗ္ဗယ သဘောပေ။

ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း မပြတ်မှတ်ရှုနေရ၍ ထင်ထင်ရှားရှား အထပ်ထပ် ရှေ့နှင့်နောက်စပ်လျက် အသစ်အသစ် အာရုံများ ပေါ်လာလိုက် ပျောက်လိုက် တွေ့နေရသော ဖြစ်ရပ်များကို အမြဲသိရပြီး ရေပြင်ပေါ်၌ မိုးရွာချလိုက်က ရေပွက်ကလေးတွေ ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက် ဖြစ်နေပုံလို ဖြစ်ပျက်နှစ်ရပ် တရစပ် မရပ်မနား တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်လျက်သာတွေ့နေသော ယောဂီစိတ်များလဲ ကြည်လင်သန့်ရှင်းနေပေ၏။ မှတ်ရှုရန် အာရုံများကိုလဲ မျှော်လင့်စောင့်ဆိုင်းနေရမှုမရှိမူ၍ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ရှေ့အာရုံနှင့်နောက်အာရုံစဉ်လျက် ဖြစ်နေသလို မှတ်မှုလဲ ပေါ်လာလိုက် မှတ်လိုက် အမှတ်များလဲ မလပ်သလို တည်ငြိမ်သော စိတ်များ အထူးကောင်းနေလေသည်။ သန့်ရှင်းကြည်လင် ရွှင်လန်းစိတ်တွေ များလာချိန်တွင် ထူးထွေသော ရှေ့ကမဖြစ်ဖူးသေးသော ဖြစ်ရပ်များလဲ ဖြစ်ပေါ်လာ တတ်လေသည်။ ဝိပဿနာစိတ်တွေ လျင်မြန်ထက်မြက်လာသော် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ အလင်းရောင်များ နှစ်သက်မှုစသည်ဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပေ၏။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်စဉာဏ်နုကာလ၌ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များအား

၁၀–ပါးသော ဝိပဿနာ ပက္ကိလေသခေါ် ဝိပဿနာ ညစ်ညူးကြောင်း တရားတို့သည် ဖြစ်ပေါ်တတ်ကုန်၏။

ဝိပဿနာညစ်ညူးကြောင်း တရား ၁၀–ပါး

၁–ဩဘာသ၊ ၂–ဉာဏ၊ ၃–ပီတိ၊ ၄–ပဿဒ္ဓိ၊ ၅–သုခ၊ ၆–အဓိမောက္ခ၊ ၇–ပဂ္ဂဟ၊ ၈–ဥပဋ္ဌာန၊ ၉–ဥပေက္ခာ၊ ၁၀–နိကန္တိ – ဟူသော ဤ ၁၀ ပါးတို့သည် ဝိပဿနာ၏ ညစ်ညူးကြောင်း တရားများဖြစ်ကြ၏။

ဩဘာသဖြစ်ပုံ

၁။ ဩဘာသ–အလင်းရောင် ဝိပဿနာစိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အရောင်အလင်းတစ်မျိုး၊ တရုဏဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်၌ ဖြစ်ပေါ်တတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အားသာ တွေ့ရှိရသော အလင်းရောင်ဖြစ်၏။ ယောဂီသည် ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ်များကို မပြတ်မလပ် တရစပ်မှတ်ရှုလျက် အစဉ်မပြတ် ဖြစ်ပျက်နေသည်များကိုသာ တွေ့နေရပြီး ဝိပဿနာစိတ်များ အထူးကြည်လင်ကာ အလင်းရောင် ပေါ်လာသည်ကို တွေ့နေရ၏။ အချို့အလင်းရောင်များမှာ ဝင်းခနဲ လက်ခနဲ တခဏမျှမကြာလှပေ။ အချို့မှာ ယောဂီ၏ နေထိုင်ရာ တစ်ခန်းလုံး၊ တစ်ကျောင်းလုံးလင်းလျက် နေ့ခင်းအချိန်များလို ထိုထိုအရာများကို တွေ့မြင်နေရ၏။ တချို့မှာ တစ်ကျောင်းတိုက်လုံး လင်းထိန်နေသည်များကို တွေ့နေ၏။ ဤလိုအလင်းရောင်မျိုးကို အဋ္ဌကထာ ဋီကာဆရာများကလဲ အထွေထွေ

ရေးသားဖော်ပြကြပါသည်။ အမှန်မှာ ဝိပဿနာ၏ စွမ်းအင်သတ္တိကြောင့် ယောဂီ၏စိတ် ကြည်လင်မှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝိပဿနာအရောင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤလို ထူးခြားစွာ ဖြစ်ပေါ်နေမှုကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်က အရောင်အလင်းကိုပင် မဂ်ဟူ၍လည်းကောင်း ဖိုလ်ဟူ၍ နိဗ္ဗာန်ဟူ၍ ထင်မှားမှုဖြစ်ပြီး သာယာမိတတ်လေသည်။ ဤလို သာယာမှုဖြစ်နေကာ ရှေ့ဆက်လက် အားထုတ်ခြင်း မပြုတော့ပါက ဝိပဿနာ၏ အနှောင့်အယှက်ခေါ် ဝိပဿနာ၏ ညစ်ညူးကြောင်း အမှန်ဖြစ်သွားလေသည်။ ဗဟုသုတရှိသူ ယောဂီကမူ အရောင်အလင်း ဖြစ်မှုဟာ မဂ်ဉာဏ်လဲမဟုတ်။ ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်လဲ သူမှတ်ဟု ဆုံးဖြတ်ပြီး ရှေ့သို့ မှတ်ရှုမြဲရုပ်နာမ်များကို မပျက်မကွက် ဆက်လက်အားထုတ်နေလေ၏။

ဉာဏဖြစ်ပုံ

၂။ ဉာဏ– ဒွါရခြောက်ပါးမှ ပြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်အာရုံများကို မပြတ်မှတ်ရှုတိုင်း မှတ်ရှုတိုင်း ထင်ရှားပြတ်သားစွာ အလွန်သန့်ရှင်းလှသော အသိဉာဏ် ယောဂီ၏ သန္တာန်တွင် ဖြစ်ပေါ်လာပေ၏။ ဤသို့ မဖြစ်ဖူးသေးသော အသိဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို ငါ့အား ရှေ့အခါက ဤလိုသန့်ရှင်း ကြည်လင်ပြတ်သားသော အသိဉာဏ် မဖြစ်ပေါ်ဘူးသေးပေ။ ယခု ထူးခြားစွာ သိမြင်လာသော အသိဉာဏ် ဉာဏ်သည် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်တရားပင် ဖြစ်လေမည်ဟု မဂ်ဖိုလ်မဟုတ်ပါဘဲ မဂ်ဖိုလ်ဟု ယူမှားသာယာနေမိက ဝိပဿနာ၏ညစ်ညူးကြောင်း အန္တရာယ်ဖြစ်သည်။ ဆက်လက်ပြီး

မပြတ် မှတ်မြဲတိုင်း မှတ်နေက ရှေ့ဉာဏ်စဉ်တလျှောက် ဖြစ်သွား နိုင်လေသည်။

ပီတိဖြစ်ပုံ

၃။ ပီတိ–နှစ်သိမ့်အားရမှုသဘောကို ပီတိဟုဆို၏။ ထိုပီတိတို့တွင် စိမ့်ခနဲ ငြိမ့်ခနဲ အနည်းငယ်မျှသာ ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်မှုသည် ခုဒ္ဒိကာပီတိမည်၏။ ဖျဉ်းဖျဉ်းနှင့် ကြက်သီးထခြင်း စသည်တို့ကို ဆင့်ကာဆင့်ကာ အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်ပေါ်နေသော နှစ်သိမ့်မှုသည် ခဏိကာပီတိမည်၏။ တစ်ကိုယ်လုံး လွှမ်းခြုံသွားတော့မည့် အနေအားဖြင့် ကိုယ်ထဲ၌ ဖျဉ်းဖျဉ်းသိမ့်သိမ့်၊ စိမ့်စိမ့်ငြိမ့်ငြိမ့်၊ လှိုက်လှိုက်လှဲ့လှဲ့ ပြည့်တက်လာပြီးလျှင် ပျောက်ပျက်သွားသော နှစ်သိမ့်အားရမှုသည် ဩက္ကန္တိကာပီတိမည်၏။ မိမိကိုယ်ကိုပင် ဘယ်လိုနေသည်ဟု မသိနိုင်လောက်အောင် ဖျဉ်းဖျဉ်းစိမ့်စိမ့် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးလျှင် တစ်ကိုလုံး တက်ကြွလှုပ်ရှား လွင့်စင်သွားစေနိုင်သော နှစ်သိမ့်အားရမှုသည် ဥဗ္ဗေဂါပီတိ မည်၏။ တစ်ကိုယ်လုံး စိမ့်လျက်အေးလျက် အလွန်ခံသာ အလွန်ကောင်းသော အထိအတွေ့ ပီတိဇရုပ်တို့ကို ပြန့်နှံ့စေလျက် အလွန်အားကြီးစွာ ဖြစ်ပေါ်သော နှစ်သိမ့်အားရမှုသည့် ဖရဏာပီတိမည်၏။ ထိုအခိုက်၌ တစ်စုံတစ်ခုသော ကိုယ်နှုတ် အမူအရာကိုမျှ မပြုနိုင်ဘဲ ငြိမ်သက်လျက်သာ ရှိတတ်၏။ မျက်တောင်မျှ မခတ်ချင်၊ မျက်လုံးမျှ မဖွင့်ချင်လောက်အောင် ငြိမ် သက်သိမ်မွေ့စွာ ပီတိ၏အရသာကို ခံစားနေမိတတ်ပေ၏။

ပဿဒ္ဓိဖြစ်ပုံ

၄။ ပဿဒ္ဓိ–ကိုယ်ထဲ စိတ်ထဲ၌ ငြိမ်းအေးသော သဘောသည် ပဿဒ္ဓိမည်၏။ ဤပဿဒ္ဓိသည် ပူအိုက်ရာမှ အအေးထဲ ရောက်သွားသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ မောပန်းရာမှ အမောပြေသွားသကဲ့သို့လည်းကောင်း ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်၏။ ပဿဒ္ဓိဖြစ်လျှင် သူ၏တွဲဘက်များ ဖြစ်ကြသော လဟုတာ၊ မုဒုတာ၊ ကမ္မညတာ၊ ပါဂုညတာ၊ ဥဇုကတာတို့လဲ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်ကုန်၏။ ထိုသို့သော ကာလ၌ ယောဂီမဟာ လေးလံထိုင်းမှိုင်းခြင်းမရှိ၊ အလွန်ပေါ့ပါးနေ၏။ မှတ်သိမှုများသည်လည်း အထူးသွက်လက် ကောင်းမွန်နေ၏။ လျင်မြန်စွာ ပြေးသွားလိုသော စိတ်များလဲ ဖြစ်ပေါ်တတ်၏။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ကြမ်းတမ်းခက်ထန်ခြင်း မရှိမူ၍ အလွန်နူးညံ့ပျော့ပျောင်း၏။ **အေးအေးသာသာ ငြိမ်သက်စွာ နေလိုစိတ်များ၏။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ မှတ်ရှုရာ၌ အထူးခန့်ကျန်းလျောက်ပတ်၏။** အမှတ်ပျက်ခြင်း၊ စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်းမရှိမူ၍ အမှတ်များလဲ ကောင်းလျက်ရှိ၏။ စိတ်နှလုံးမှာ အလွန် ဖြောင့်စင်းနေ၏။ ဤပဿဒ္ဓိ စသော တရားတို့၏ ထက်သန်စွာဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဣရိယာပုတ်တိုင်းမှာ မပင်မပန်း မှတ်ရှု၍ ကောင်းနေ၏။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ နေထိုင်လို့အလွန်ကောင်းပြီး ငြိမ်းချမ်းသာယာမှုဖြစ်နေ၏။

သုခဖြစ်ပုံ

၅။ သုခ–ချမ်းသာမှု ဝိပဿနာစိတ်နှင့် ယှဉ်တွဲလျက် ရွှင်လန်းဝမ်းသာ ချမ်းသာမှုသည်လည်း အလွန်ထက်သန်စွာ ဖြစ်ပေါ်

လာတတ်ပေ၏။ ဤစိတ်ချမ်းသာမှုကြောင့် ကိုယ်လဲ ချမ်းသာမှုများစွာ ဖြစ်တတ်၏။ ဤသို့သော ချမ်းသာမှုများကြောင့် အတော်အတန် ရောဂါများ ထိုအခိုက်၌ ပျောက်ကင်းလျက်ရှိတတ်၏။ ထို့ပြင် စဉ်းစားဆင်ခြင်ကာ ဝမ်းသာမှုများလည်း အလွန်အကဲ ဖြစ်ပေါ်တတ်၏။ ထို့ကြောင့် မိမိ၏ တွေ့ရှိခံစားရပုံများကို သဘောတူ ပုဂ္ဂိုလ်များအား မပြောဘဲပင် မနေနိုင်တော့ပြီ။ ဤ သုခ ပီတိ ပဿဒ္ဓိ စသည်နှင့်ပြည့်စုံသော ယောဂီသည် ထိုအခိုက်ကာလ၌ သာမန်ချမ်းသာမှုမျိုးထက် လွန်ကဲပိုလှသော ပျော်မွေ့မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာပေ၏။ ဤသို့သော ဖြစ်ရပ်များကိုလဲ တရားထူးဟု ထင်မှတ်တတ်လေသည်။

အဓိမောက္ခ

၆။ အဓိမောက္ခ–မှတ်ရှုနေသော ဝိပဿနာစိတ်နှင့်ယှဉ်တွဲလျက် အလွန်ကြည်လင်သော သဒ္ဓါ အဓိမောက္ခသည်လည်း ထင်ရှားစွာ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပေ၏။ ထက်သန်စွာဖြစ်သော ဤသဒ္ဓါကြောင့် မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်းသော စိတ်သည် ညစ်ညူးခြင်းမရှိဘဲ အလွန် ကြည်လင်နေပေ၏။ မမှတ်ဘဲ ရပ်နားနေခိုက်မှာလည်း ကြည်လင် လျက်ရှိ၏။ ဩဘာသဉာဏ် စသည်တို့ကြောင့်လည်းကောင်း၊ ဤဝိပဿနာသဒ္ဓါ၏ အစွမ်းကြောင့်လည်းကောင်း။ ကံ ကံ၏အကျိုး ရတနာသုံးပါးတို့၏ ဂုဏ်တို့၌ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါသည်လည်း ထိုအခါ၌ ထက်သန်စွာ ဖြစ်တတ်သေး၏။ ထို့ကြောင့် မိမိကိုယ်တိုင် ဆက် လက်အားထုတ်ရန်လည်း အားတက်သရော ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ သူ

တစ်ပါးကိုလဲ အားထုတ်စေရန် တိုက်တွန်းလိုစိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်၏။ တရားပြဆရာများ အပေါ်၌လဲ ကြည်ညိုသဒ္ဒါ ထက်သန်လာတတ်လေသည်။ ဤလို သဒ္ဒါပိုမိုလွန်ကဲလာသည်ကိုလဲ တရားထူးဟု မှတ်ထင်တတ်လေသည်။ ဆက်လက်မှတ်ရှုမှုများ ပျောက်ပျက်သွားတတ်၏။

ပဂ္ဂဟ ဥပဋ္ဌာန ဥပေက္ခာများ ဖြစ်ပုံ

၇။ ပဂ္ဂဟ–ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်များကို မှတ်မိစေရန် အထူးလဲ ကြောင့်ကြမစိုက်၊ လုံး၀ ကြောင့်ကြမှုမကင်းမူ၍ အလယ်အလတ် ညီမျှစွာ မှန်မှန်အားထုတ်သော ဝီရိယသည် ပဂ္ဂဟမည်၏။ မလျော့မတင်း ညီမျှသော ဤအားထုတ်မှုသည်လည်း ထင်ရှားစွာ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်၏။ ထိုအခိုက်၌ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အထူးကြောင့်ကြမစိုက်ရဘဲ မှတ်သင့်သမျှကို သူ့အလိုလိုပင် မှတ် သိလျက် မှတ်သိလျက် ဖြစ်နေသည်ဟု ထင်ရပေသည်။

၈။ ဥပဋ္ဌာန–ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက် ရုပ်နာမ်များက မှတ်စိတ်ထဲသို့လည်းကောင်း၊ မှတ်စိတ်ကလည်း ထိုရုပ်နာမ်အာရုံထဲသို့လည်းကောင်း၊ အလိုလို ဝင်ရောက်ဝင်ရောက်သွားသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ အလွန်ထင်ပေါ်နေသော သတိသည် ဥပဋ္ဌာနမည်၏။ အာရုံကို ထင်လင်းပေါ်လွင်စေတတ်သော ဤသတိ၏ ထင်ရှားထက်သန်စွာ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် အလွန်သေးငယ် သိမ်မွေ့သော ရုပ်နာမ်အမှုအရာလေးများသော်လဲ မြုပ်ကွယ်ခြင်းမရှိဘဲ အလွန်ထင်ရှားနေပေ၏။ ရှေ့တစ်မှတ် ဆုံးသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် နောက်သိသင့်သော ရုပ်နာမ်

အာရုံသည် အသင့်ပင်ထင်ပေါ်လျက် ဖြစ်နေ၏။

၉။ ဥပေက္ခာ–ဖြစ်ပေါ်ခိုက် ဖြစ်ပေါ်ခိုက် ရုပ်နာမ်များကို မှတ်သိလျက် မှတ်သိလျက် ဖြစ်နေသော ဝိပဿနာစိတ်နှင့်တကွ ဖြစ်နေသော အညီအမျှရှုမှုသည် ဥပေက္ခာမည်၏။ ကြောင့်ကြမှု အထူးမပြုရဘဲ သူ့အလိုလို ဆင်ခြင်လျက် သူ့အလိုလို မှတ်သိလျက်နေသကဲ့သို့ ဖြစ်သော ဤဥပေက္ခာနှစ်မျိုးလုံးပင် မှတ်ချက် တစ်ကြိမ်တစ်ကြိမ်၌ ပါဝင်လျက်ဖြစ်၏။ ဤဥပေက္ခာနှစ်မျိုးကိုပင် ဤအရာ၌ ဝိပဿနာ၏ ညစ်ညူးကြောင်း ဥပေက္ခာဟု ဆိုရ၏။ ဝိပဿနုပေက္ခာ၏အရ ဉာဏ်ပင်ဖြစ်ငြားသော်လည်း သင်္ခါရတို့ကို စူးစမ်းဆင်ခြင်ခြင်း၌ ညီမျှခြင်း ကိစ္စအားဖြင့် ဉာဏဥပက္ကိလေသမှ ထူးခြားသောကြောင့် တစ်စုံတစ်ခုမျှ မဆန့်ကျင်ဟူ၍ မိန့်ဆိုလေ၏။ ထို့ကြောင့် ဉာဏ်ကိုပင် ဝိပဿနုပေက္ခာ ဖြစ်ပေ၏။

နိကန္တိဖြစ်ပုံ

၁၀။ နိကန္တိ–သာယာသဘောကျသော တဏှာသည် နိကန္တိမည်လေသည်။ အလင်းရောင် စသည်များ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို သာယာနှစ်သက်စွဲမက်ကာ မှတ်ရှုအပ်သော ရုပ်နာမ်တရားများကို မမှတ်တော့ဘဲ ဖြစ်ပေါ်လာသော အလင်းရောင် စသည်များကိုသာ သာယာနှစ်သက်စွဲမက်လျက်နေသောကြောင့် ဝိပဿနာ လမ်းချော်၍သွားစေသောကြောင့် ဝိပဿနာ၏ ညစ်ညူးကြောင်း ဝိပဿနုပက္ကိလေသဟု ခေါ်ရပေသည်။ ဤသာယာမှုသည် အလွန်သိမ်မွေ့၍ ကိလေသာဟုပင် မထင်နိုင်တော့ဘဲ ဘာဝနာ၌ မွေ့လျော်မှု ဘာဝနာ

ရတိဟု ထင်မှတ်တတ်၏။ ထို့ကြောင့် ထိုသာယာမှုကို တရားထူး ဟူ၍လည်းကောင်း၊ တရားထူးကိုရတဲ့အတွက် ဤသို့ ဘာဝနာ၌ ပျော်မွေ့မှုဖြစ်သည်ဟူ၍လည်းကောင်း ထင်မှားတတ်ကြလေသည်။ ဤဥပက္ကိလေသတို့သည် မှတ်ရှုမှု တစ်ချက်တစ်ချက်၌ အမှတ်မရှိ တစ်ခုချင်းလည်း ဖြစ်တတ်ကုန်၏။ နှစ်ခု၊ သုံးခု၊ လေးခု စသည် အများလည်း ဖြစ်တတ်ကုန်၏။ ဆင်ခြင်မှု စွဲလမ်းမှုသည်ကား တစ်ခုချင်း၌သာ ဖြစ်တတ်၏။ ယခုပြခဲ့သော အစဉ်သည်ကား ဖြစ်စဉ်မဟုတ်၊ ဒေသနာစဉ်မျှသာဟုသိလေ။ မှတ်ရှုမှု မပြုတော့ဘဲ အလင်းရောင် စသည်တို့ကို သာယာစွဲလမ်း အဖန်ဖန် စဉ်းစား လျက်နေ၏။ ထိုအလင်းရောင် စသည်များကို တစ်ခုချင်းဖြစ်စေ တစ်မျိုးမျိုး၌ဖြစ်စေ သာယာလျှင် တဏှာဖြစ်၏။ ငါ့မှာသာ ဤ လိုဖြစ်သည်ဟု အထင်ကြီးလျှင် မာနဖြစ်၏။ လင်းတာဟာ ငါပဲ စသည်ဖြင့်ယူစွဲလျှင် ဒိဋ္ဌိဖြစ်တော့သည်။

အလင်းရောင်စသည် ဖြစ်ပေါ်တတ်ပုံ

အလင်းရောင်ဉာဏ် ပီတိ စသည်များ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ဝိပဿနာ၏ ညစ်ညူးကြောင်းတွေဟု ဆရာများထံမှလည်းကောင်း စာပေများအရလည်းကောင်း ကြိုတင်သိနှင့်ပြီး ယောဂီသည် ဒီ အလင်းရောင် စသည်များ တရားထူးလဲ မဟုတ်ကုန်၊ တရားထူး ရတဲ့အတွက် ဖြစ်ပေါ်လာကြတာလဲမဟုတ်၊ ဒါတွေကို စဉ်းစား ဆင်ခြင်နေတာကလဲ ဝိပဿနာလမ်းမှန်မဟုတ်၊ ဤအလင်းရောင် စသည်များ ရှေးကလဲ မရှိကြဘဲ ယခုမှ အသစ် ဖြစ်ပေါ်လာကြတာ၊

အတွက် မြဲသော သဘောများလဲ မဟုတ်ကြ၊ မမြဲ ဆင်းရဲ အနတ္တ တို့သာ ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ မှတ်ရမည်ချည်းသာ၊ ပေါ်ခိုက် ရှိခိုက်၌ မှတ်ရှုခြင်းသည် အထက်ဉာဏ် အဆင့်ဆင့် တက်နိုင်သော ဝိပဿနာ လမ်းမှန်ဖြစ်ပေသည်ဟု ဆင်ခြင်ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် ပေါ်လာသော ရုပ်နာမ်မှန်သမျှကို မှတ်သိလျက်နေ၏။ ဤသို့မှတ်သိမှုကို အလေး ဂရုပြု၍ မှတ်လျက်နေသော ယောဂီအား ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်မှုပျက် မှုသည် အတူးသန့်ရှင်း စင်ကြယ်စွာ ထင်ပေါ်လာပေ၏။ ဖြစ်ပြီးခဏ ချုပ်ပျောက်သွားခြင်းဟူသော အနိစ္စလက္ခဏာဖြစ်မှု ပျက်မှုက ပြတ်နှိပ်စက်ခြင်းဟူသော ဒုက္ခလက္ခဏာ အလိုမပါသော လက္ခဏာ ဟူသော အနတ္တလက္ခဏာ တို့သည်လည်း အထူးထင်ရှားစွာ သိမြင် သာ၏။ ထိုအခါ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း ဖြစ်မှု ပျက်မှုတို့ကို ရှင်းလင်းစွာ သိမြင်လာခြင်းသည် ညစ်ညူးကြောင်း ဥပက္ကိလေသာတို့မှ လွတ် မြောက်ပြီးသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် မည်ပေ၏။ **အလင်းရောင် စသည် တို့ကလဲ အရိယာမဂ်မဟုတ် ထိုအလင်းရောင် စသည်ကို ဆင်ခြင်မှု ကလဲ ဝိပဿနာ လမ်းမှန်မဟုတ်၊ ၎င်းတို့ကို အလေးအမြတ် မပြုပဲ ပေါ်လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ်ကို မပြတ်မှတ်ရှုခြင်းသာလျှင် ဝိပဿနာ လမ်းမှန်ဖြစ်သည်ဟု ဆင်ခြင်ဆုံးဖြတ်သောဉာဏ်သည် မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏ ဒဿန ဝိသုဒ္ဓိမည်၏။**

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်နှင့် မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ

ဘင်ဉာဏ်နှင့် ပဋိပဒါဉာဏ ဒဿနဝိသုဒ္ဓိ

ဤဘင်ဉာဏ်မှစ၍ အနုလောမဉာဏ်တိုင်အောင် ဝိပဿနာ

ဉာဏ်ကိုးပါးသည် ပဋိပဒါဉာဏ ဒဿန ဝိသုဒ္ဓိမည်၏။ အရိယာမဂ်သို့ရောက်ကြောင်း အကျင့်ဖြစ်သော စင်ကြယ်သော အသိအမြင်ဟု ဆိုလို၏။ ဤဝိသုဒ္ဓိသည် မှတ်အပ်သော ရုပ်နာမ်တို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို ရှင်းလင်းစွာ သိရသဖြင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာတို့ကို ကောင်းစွာ သိမြင်သော ကာလမှစ၍ ဖြစ်ပေါ်၏။ အဖြစ်အပျက်ကို သိရုံမျှဖြင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာတို့၏ ထင်ရှားပုံကို ရှေ့၌ ဖော်ပြလတ္တံ့။

ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ထက်သန်လတ်သော် မှတ်သိမှုသည် လျင်မြန်စွာဖြစ်၏။ သူ့အလိုလိုပင် သိလျက် သိလျက် ဆောင်သွားသလို ရှိ၏။ အသိ လျင်မြန်သောကြောင့် ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့သည် လျင်မြန်စွာ ထင်ပေါ်ကုန်၏။ ထိုအခါ၌ ဖြစ်စ ဥပါဒ်နှင့် တည်မှုဌီတို့ကိုလဲ နှလုံးမသွင်းမိတော့ပြီ။ မပြတ်စီးနေသော ရေအလျဉ်ကဲ့သို့ တစပ်တည်း ဆက်စပ်လျက် ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ် အစဉ်အတန်းကိုလဲ နှလုံးမသွင်းမိ အကောင်အတည် ပုံသဏ္ဌာန် ဒြပ်ရှိသလိုပင် ထင်ပေါ်သော သင်္ခါရ နိမိတ်ကိုလဲ နှလုံးမသွင်းမိပြီ။ **မှတ်နိုက် မှတ်နိုက်မှာပင် ကုန်ပျက်သွားသည်ဟု သိထင်နေ၏။ ဤသိထင်မှုဉာဏ်သည် ဘင်ဂ်ဉာဏ် ထင်မြင်ခြင်းပေတည်း။**

သင်္ခါရာ လဟုံဥပဋ္ဌဟန္တိ ဉာဏေ တိက္ခေ ဝဟန္တေ သင်္ခါရေသု လဟုံ ဥပဋ္ဌဟန္တေသု ဥပ္ပါဒံဝါ ဌိတိံ ဝါ ပဝတ္တံဝါ နိမိတ္တံဝါန သမ္ပာပုဏာတိ ခယဝယဘေဒနိရောဓေယေဝ သတိ သန္တိဋ္ဌတိ တဿေဝံ ဥပ္ပဇ္ဇိတွာ ဧဝံ နာမသင်္ခါရဂတံ နိရုဇ္ဈတီတိ ပဿ တောဧတေသမိံ ဌာနေ ဘင်္ဂါနုပဿနာနာမ ဝိပဿနာဉာဏံ

ဥပ္ပဇ္ဇတိ–

(ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၂–၂၇၇)

သင်္ခါရာ၊ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့သည်။ လဟုံဥပဋ္ဌဟန္တိ၊ လျင်မြန်စွာ ထင်ပေါ်ကုန်၏။ ဉာဏေတိက္ခေဝဟန္တေ ဉာဏ်ကထက်မြက်၍ အလိုလို ဆောင်သွားသလို ဖြစ်လတ်သော်။ သင်္ခါရေသုလဟုံ ဥပဋ္ဌဟန္တေသု၊ သင်္ခါရတို့က လျင်မြန်စွာ ထင်ပေါ်ကုန်လတ်သော်။ ဥပ္ပါဒံဝါ၊ ရုပ်နာမ်၏ အစဖြစ်မှု ဥပါဒ်သို့လည်းကောင်း။ ဌိတိ ံ ဝါ၊ အလယ်ပိုင်း ဌီသို့လည်းကောင်း။ ပဝတ္တံဝါ၊ မပြတ်ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ် အလျဉ်သို့လည်းကောင်း။ နိမိတ္တံဝါ၊ ပုံဟန်နိမိတ်သို့လည်း ကောင်း။ နသမ္ပာပုဏာတိ။ မရောက်။ သတိ၊ မှတ်သိမှုဉာဏ်သည်။ ခယဝယဘေဒနိရောဓေယေဝ၊ ကုန်ခြင်း၊ ပျောက်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်း ဟူသော ချုပ်ခြင်း၌သာလျှင်။ သံတိဋ္ဌတိ၊ ကောင်းစွာတည်၏။ တဿ၊ ထိုယောဂီအား။ သင်္ခါရဂတံ၊ သင်္ခါရတရားသည်။ ဧဝံဥပ္ပဇ္ဇိတွာ၊ ဤသို့ ဖြစ်ပေါ်၍၊ ဧဝံနာမ နိရုဇ္ဈတိတိ၊ ဤသို့ ချုပ်ပျက်သွား သည်ဟူ၍။ ပဿတော၊ ရှုမြင်စဉ်။ ဧတသ္မိံ ဌာနေ၊ ဤအရာ၌။ ဘင်္ဂါနုပဿနာ နာမ၊ ဘင်္ဂါနုပဿနာမည်သော။ ဝိပဿနဉာဏံ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်သည်။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်ပေါ်၏။

ဘင်ဉာဏ်သို့ ရောက်နေသော ယောဂီသည်ကွေးမှု ဆန့်မှု စသော ရုပ်နာမ်အာရုံ တစ်ခုခုကို မှတ်ခိုက်မှာပင် ကုန်သွားသည်၊ ပျောက်သွားသည်၊ ပျက်သွားသည်ဟု ထင်နေ၏။ ဤသို့ ထင်နေ သိနေသော စိတ်ကိုလဲ ကုန်သွားသည်၊ ပျောက်ပျက်သွားသည်ဟု တစ်ဖန်ဆင့်၍ သိပြန်၏။ **ဤသို့ အာရုံတစ်ခုခုထင်ပေါ်တိုင်း**

ထိုအာရုံနှင့် မှတ်သိမှုတို့ကို ရှေ့နောက်ဆင့်လျက် ကုန်သွားကြသည်ဟု သိမြင်သော ဤဉာဏ်နှစ်ပါးသည် ဘင်္ဂါနုပဿနာဟုခေါ်သော ဝိပဿနာဉာဏ် မည်၏။

ရူပါရမ္မဏတာ စိတ္တံ ဥပ္ပဇ္ဇိတွာ ဘိဇ္ဇတိ တံ အာရမ္မဏံ ပဋိသင်္ခါတဿ စိတ္တဿ ဘင်္ဂံ အနုပဿတိ။ (ပဋိသံပါဠိ-၅၅)

ရူပါရမ္မဏတာစိတ္တံ၊ ရုပ်ကို အာရုံပြုသော စိတ်သည်။ ဥပ္ပဇ္ဇိတွာ ဘိဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်ပြီး၍ ပျက်၏။ တံ အာရမ္မဏံ၊ ထိုရုပ်အာရုံကို။ ပဋိသင်္ခါ၊ ကုန်သွားသည် ပျက်သွားသည်ဟု သိမြင်ပြီး၍။ တဿ စိတ္တဿ၊ ကုန်သွားသည် ပျက်သွားသည်ဟုသိသော ထိုစိတ်၏။ ဘင်္ဂံ၊ ကုန်ခြင်း ပျက်ခြင်းကို၊ အနုပဿတိ၊ တစ်ဖန်ရှုပြန်၏။

ကိုယ်အမူအရာ ကွေးမှုဆန့်မှု မျက်စိအကြည်ရုပ်၊ အဆင်းရုပ်စသည်တို့ကို ဖြစ်ခိုက်၌ မှတ်လျက် ကုန်ဆုံးသွားသည်။ ကွယ်ပျောက်ပျက်စီးသွားသည်ဟု သိမြင်၏။ ဤသိမြင်မှုသည် ဉာတမည်သော အာရုံ၏ အပျက်ကိုသိသော ပထမဘင်္ဂဉာဏ်မည်၏။ ဤ သိမြင်မှုကိုလဲ ကုန်ဆုံးသွားသည်၊ ကွယ်ပျောက်ပျက်စီးသွားသည်ဟု အခြားမဲ့၌ပင် တစ်ဖန် သိမြင်ပြန်၏။ ဤတစ်ဖန် သိမြင်မှုသည် ဉာဏမည်သော ပထမ ဘင်္ဂဉာဏ်၏ အပျက်ကို တစ်ဖန်သိသော ဒုတိယဘင်္ဂဉာဏ်မည်၏။ ဝိပဿနာကိုပင် ထပ်ဆင့်၍ ရှုမြင်မှုဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းဉာဏ်ကို ပဋိဝိပဿနာဟူ၍လဲ ခေါ်၏။ ရုပ်အာရုံ ထင်ရှားတိုင်း ဤနည်းချည်းသာတည်း။ ရုပ်၏ အပျက်ကိုသိမြင်သော ပထမဘင်္ဂဉာဏ်၊ ထိုသိမြင်မှု၏အပျက်ကို တစ်ဖန်သိမြင်သော ဒုတိယဘင်္ဂဉာဏ်အားဖြင့် ဘင်္ဂဉာဏ် နှစ်ဆင့်

နှစ်ဆင့်ချည်း ဖြစ်၏။

နာကျင်မှုစသော ဝေဒနာထင်ရှားခိုက်၌ နာတယ် နာတယ် စသည့်မှတ်လျက် ထိုဝေဒနာ ကုန်ပျက်သွားသည်ဟု သိမြင်၏။ ဉာတ အာရုံ၏ အပျက်ကို သိမြင်သော ပထမဘင်္ဂဉာဏ်ပေတည်း။ ထိုသိမြင်မှုကို လဲကုန်ပျက်သွားသည်ဟု အခြားမဲ့မှာပင် တစ်ဖန် သိမြင်ပြန်၏။ ဉာဏ ပထမ ဘင်္ဂဉာဏ်၏ အပျက်ကိုသိသော ဒုတိယဘင်္ဂဉာဏ် ပဋိဝိပဿနာပေတည်း။ ဤသို့ ဝေဒနာထင်ရှားခိုက်၌ ဘင်္ဂဉာဏ် နှစ်ဆင့်နှစ်ဆင့်ဖြစ်၏။ တစ်ပါးသော နာမ်တရားများ ထင်ရှားခိုက်၌လဲ နည်းတူပင် ဘင်္ဂဉာဏ် နှစ်ဆင့်နှစ်ဆင့်ချည်းဖြစ်၏။ ထိုအချိန်၌ အာရုံတစ်ခုခု ပေါ်လာတိုင်း ပေါ်လာတိုင်း ထိုမှတ်သိရတဲ့အာရုံနှင့် ထိုမှတ်သိမှုဟူသော နှစ်မျိုးလုံးပင် ရှေးနောက်ဆင့်လျက် အလွန်လျှင်မြန်စွာ ကုန်ဆုံးကွယ်ပျောက်သွားသည်ကို မပြတ် သိမြင်လျက် ရှိလေ၏။ **ဤသို့ အာရုံတစ်ခုခု၏ အပျက်နှင့် မှတ်သိမှုဝိပဿနာစိတ်၏ အပျက်တို့ကို အစဉ်မပြတ် သိမြင်နိုင်လျှင် ဘင်္ဂဉာဏ်ဖြစ်ပြီဟု ယုံကြည်ဆုံးဖြတ်အပ်၏။**

ဘင်္ဂဉာဏ်၏ သဘောမှန်

ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ရောက်ရှိနေသော ယောဂီသည် ဖြစ်ပေါ်လာသော အာရုံများကို မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း မှတ်သိအပ်သော အာရုံလဲ ကုန်ဆုံးပျောက်ပျက်မှုကိုလဲသိ၏။ သိသောစိတ်လဲ ကုန်ဆုံး ပျောက်ပျက်သွားမှုကိုလဲသိ၏။ ဤလိုပေါ်လာသော အာရုံရော၊ မှတ်သိစိတ်ရော နှစ်ခုလုံး ပျောက်ပျက်သွားသည်ကို ကောင်းစွာ ထင်ရှား

သိနေပေ၏။ ပမာမှာ လှမ်းခိုက်၌ လှမ်းတယ်ဟုမှတ်က လှမ်းသော ရုပ်အာရုံလဲ ပျောက်မှုကို သိ၏။ မှတ်သိတဲ့စိတ်က ကုန်ပျောက်သွားမှုကိုသိ၏။ ဤဘင်္ဂဉာဏ်အခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော အာရုံများ၏ အစ ဖြစ်ပေါ်မှုကိုလဲ မထင်ရှား အလယ်တည်မှုကိုလဲ မထင်ရှားပေါ်လာပြီး ခဏပျောက်သွားသည်ကိုသာ ထင်ရှားတွေ့နေ၏။ ထိုဖြစ်ပေါ်လာသောအာရုံ၏ ပုံဟန်သဏ္ဌာန်ဒြပ်ကိုလဲ မထင်လာတော့ပေ။ အာရုံများလဲ ရှေးအာရုံနှင့် နောက်အာရုံ ဆက်စပ်ပြီး တစ်ခုပေါ်လိုက် ပျောက်လိုက်၊ သိလိုက် ပျောက်လိုက်နှင့်ချည်း အာရုံရောအသိပါ တပျောက်တည်း ပျောက်ပျက်နေသော အခြင်းအရာများသာ ဖြစ်နေ၍ အာရုံများ၏ သဏ္ဌာန်၊ နိမိတ်၊ ဒြပ်များကိုလဲ မထင်ပေါ်တော့ပေ။ အလွန် ပူသော သံအိုးကင်း၌ ထည့်အပ်သော နှမ်းစေ့များ တဖျပ်ဖျပ် မြည်နေသော အသံများလို ကြားကာမျှ သိကာမျှနှင့် ပျောက်ပျက်ကုန်ဆုံးနေကြပုံလို ယောဂီ၏ အသိဉာဏ်၌ ဖြစ်ပေါ်လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ်အာရုံများ တရိပ်ရိပ်နှင့်ခဏမစဲ တပျောက်တည်းပျောက်လျက် သိမှုများလဲ တွဲလျက် ကုန်ဆုံး ပျောက်ပျက်နေပုံကို တွေ့နေရပေ၏။

ဘင်္ဂဉာဏ် ထက်သန်စွာ ဖြစ်လာသော ယောဂီသည် မှတ်အပ်သော အာရုံသင်္ခါရနှင့် မှတ်သိသော ဝိပဿနာ သင်္ခါရတို့၏ ရှေ့ဆင့်နောက်ဆင့်လိုက်၍ တကုန်းတည်းကုန်နေခြင်း၊ တပျက်တည်း ပျက်နေခြင်းကိုသာလျှင် စောင့်ပြီးသိနေရသလို မပြတ်တွေ့မြင်နေရ၏။ မိုးသည်းကြီး ရွာချ၍ ရေပြင်ပေါ်၌ မိုးရေပေါက်များကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသောရေပွက်ကလေးများသည် လျင်မြန်စွာ ပျက်၍

ပျက်၍ သွားကြသည်ကိုသာ တွေ့မြင်နေရသလို ရှိပေ၏။ တရိပ်ရိပ်နဲ့ လျင်မြန်စွာ လှုပ်ရှားပျက်စီးသော တံလျှပ်ကဲ့သို့ ရိပ်ခနဲ ရိပ်ခနဲ လျင်မြန်စွာ ပျက်သွားကြ၊ ပျောက်ကွယ်သွားကြသည်ကိုသာ မပြတ် တွေ့မြင်လျက် ရှိနေပေ၏။

ဤဘင်္ဂဉာဏ်အခိုက်၌ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ အသိအမြင်တွင် အလွန်ပူနေသော အိုးကင်းထဲ၌ထည့်၍ လှော်အပ်သော နှမ်းစေ့တို့၏ ဖျပ်ဖျပ် ဖျပ်ဖျပ်မြည်လျက် ပေါက်ကွဲခြင်းကဲ့သို့ မှတ်အပ်သော အာရုံသင်္ခါရနှင့် မှတ်သိမှုဝိပဿနာ သင်္ခါရတို့၏ ရှေ့ဆင့်နောက်ဆင့် လိုက်၍ တကုန်တည်း ကုန်နေခြင်း၊ တပျက်တည်း ပျက်နေခြင်းကိုသာ စောင့်ပြီးကြည့်နေရသလိုပင် မပြတ် တွေ့မြင်နေပေ၏။

ပျက်သွားသည်ဟု ဘင်္ဂဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်အပ်ပြီးသော အာရုံတိုင်း အာရုံတိုင်းနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံ၊ ဘဝသစ်ခန္ဓာတို့ မဖြစ်ထိုက်ကုန်ပြီ။ ထို့ကြောင့် မဖြစ်ပေါ်တော့သော ထိုဘဝသစ် ခန္ဓာတို့အတွက် အသေငြိမ်းသွားလေသည်။ အပျက်ကို မြင်သော ဘင်္ဂဉာဏ်စသည်ဖြင့် အစဉ်အတိုင်း ရှုမြင်ပြီး အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်သွားသော အခါ၌ကား ဘဝသစ်ခန္ဓာနှင့် ဆိုင်သော သေမှု လုံးဝ ကင်းငြိမ်းလွတ်မြောက် နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်သွားမည် ဖြစ်သောကြောင့် သေမင်း မမြင်နိုင်တော့ပြီ။

ဘယ–အာဒီနဝ–နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်

ဘင်္ဂဉာဏ် တစ်ဖက်ကမ်းသို့ ရောက်သော ရှေးက ဖြစ်လေပြီးသော ရုပ်နာမ်များလဲ ချုပ်ပျက်သွားကြလေပြီ။ ယခု ဖြစ်နေသော

ရုပ်နာမ်များလဲ ချုပ်ပျက်ကြဆဲပင်။ နောင်ဖြစ်ပေါ်မည့် ရုပ်နာမ်များလဲ သည်လိုပင် ချုပ်ပျက်ကြမှာပဲဟု ကောင်းကောင်းသဘောကျ သိမြင်သောအခါ၌ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ တရားများကို ကြောက်စရာ ကောင်းသည်ဟု သိမြင်လာသောအခါ၌ ဘယဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာပေ၏။

> တဿ အတီတာ သင်္ခါရာ နိရုဒ္ဓါ ပစ္စုပ္ပန္နာပိ နိရုဇ္ဈန္တိ
> အနာဂတေ နိဗ္ဗတ္တနကသင်္ခါရာပိ ဧဝမေဝ နိရုဇ္ဈိဿန္တိ
> တိပဿတော ဧတသ္မိံ ဌာနေ ဘယတုပဋ္ဌာနံဉာဏံနာမ
> ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

တဿ၊ ဘင်္ဂဉာဏ် တစ်ဖက်ကမ်းသို့ ရောက်ရှိသော ယောဂီအား။ အတီတာသင်္ခါရာ၊ အတိတ်သင်္ခါရတို့သည်။ နိရုဒ္ဓါ၊ ချုပ်ပျက်လေ ကုန်ပြီ။ ပစ္စုပ္ပန္နာ၊ ပစ္စုပ္ပန်သင်္ခါရတို့သည်။ နိရုဇ္ဈန္တိ၊ ချုပ်ပျက်ကုန်ဆဲ။ အနာဂတေ နိဗ္ဗတ္တနက သင်္ခါရာပိ၊ နောင်အခါ၌ ဖြစ်ပေါ်လာကြမည့် သင်္ခါရတို့သည်လည်း။ ဧဝမေဝ၊ ဤနည်းတူပင်။ နိရုဇ္ဈိဿန္တိ၊ ချုပ်ပျက်ကုန်လတ္တံ့။ ဣတိ၊ ဤသို့ ပဿတော၊ မြင်လာသော်။ ဧတသ္မိံ-ဌာနေ၊ ဤအရာ၌။ ဘယတုပဋ္ဌာနဉာဏံနာမ၊ ကြောက်စရာဟု ထင်မြင်လာသော ဘယဉာဏ်မည်သည်။ ဥပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်ပေါ်၏။

ထိုအခါ၌ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်းလဲ ပျက်၍ ပျက်၍သွားသော သင်္ခါရတို့၌ ကြောက်သော အခြင်းအရာနှင့်တကွ အသိဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ဆင်ခြင်မိသော အာရုံတို့၌လဲ ကြောက်စရာ ကောင်းသည်ဟု ထင်မြင်လျက် အသိဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထို့ကြောင့် မှတ်တဲ့စိတ်သည် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်။ ဘင်္ဂဉာဏ်ဖြစ်စဉ်သကဲ့သို့

ကြည်သာရွှင်ပျ တက်ကြွခြင်း မရှိမူ၍ အားငယ်သလိုပင် ဖြစ်နေတတ်၏။ သို့သော်လည်း ရန်သူများ တစ္ဆေသရဲများကို ကြောက်သလို စိတ်နှလုံး မသာဖြစ်လျက် ကြောက်ခြင်းမျိုးကား မဟုတ်ပေ။ ကြောက်စရာကောင်းသည်ကို အမှန်အတိုင်း သိရ၍ မရွှင်မပျ ဖြစ်ရုံမျှသာတည်း။

ဘယတုပဋ္ဌာနဉာဏံ ပန ဘာယတိ န ဘာယတီတိန ဗာယတိတဉ္စိ အတီတာသင်္ခါရာ နိရုဒ္ဓါ ပစ္စုပ္ပန္နာနိရုဇ္ဈန္တိ အနာဂတာ နိရုဇ္ဈိဿန္တီတိ တီရဏမတ္တမေဝ ဟောတိ။

(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

ဘယတုပဋ္ဌာနဉာဏံ၊ ဘယဉာဏ်သည်။ ဘာယတိ န ဘာယတီတိ၊ ကြောက်တတ်သလား မကြောက်တတ်ဘူးလားဟူမူ။ နာဘာယတိ၊ တကယ်ကြောက်တတ်သည်ကား မဟုတ်ဟု ဖြေအပ်၏။ ဟိ၊ မှန်ပါ၏။ တံ၊ ထိုဘယဉာဏ်သည်။ အတီတာ–ပ–နိရုဇ္ဈိဿန္တီတိ၊ အတိတ်သင်္ခါရတို့ ချုပ်ကုန်ပြီ။ ပစ္စုပ္ပန် သင်္ခါရတို့ ချုပ်ကုန်ဆဲ၊ အနာဂတ် သင်္ခါရတို့ ချုပ်ကုန်လတ္တံ့ဟူ၍၊ တီရဏမတ္တမေဝ၊ ဆင်ခြင်ဆုံးဖြတ်ရုံမျှသာလျှင်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ကြောက်တတ်သော ဘယဉာဏ်သည် လောကလူများ တစ္ဆေသရဲ လူဆိုး သူဆိုးစသော လောကီအန္တရာယ် အသွယ်သွယ်နှင့် မီးဘေး ရေဘေး စသည်များကို ကြောက်စိတ်ဖြစ်ကာ ကြောက်တာမျိုး မဟုတ်ပေ။ အမှန်မှာ လက်ရှိ ရုပ်နာမ်များ အမြဲမပြတ် တရစပ် တရွရွ တလှုပ်လှုပ် တဖြုတ်ဖြုတ်နှင့် မပြတ်ပျက်နေကြသည်ကို တွေ့သိနေရ၍ ဤရုပ်နာမ်များနည်းတူ ရှေးရှေးက ရုပ်နာမ်များလဲ

ပျက်ကြလေပြီ။ နောက်နောက်ကာလ၌ ဖြစ်ကြမည့် ရုပ်နာမ်များလဲ ပျက်ကြလတ္တံ့ အမှန်ပင်ဟု ဆင်ခြင်သုံးသပ် ဆုံးဖြတ်ကာ ရုပ်နာမ် သင်္ခါရ မှန်သမျှ ကြောက်စရာတို့သာဟု ကြောက်ဖွယ် ထင်မှုမျိုးပါ။

ဤဘယဉာဏ် ရင့်သန်လာလျှင် အာဒီနဝဉာဏ် ဖြစ်ပေါ် လာ၏။ ထိုအခါမှာ မှတ်မိတဲ့ သင်္ခါရတို့၌လည်းကောင်း၊ ဆင်ခြင် မိတဲ့ သင်္ခါရ ဘုံဘဝတို့၌လည်းကောင်း၊ သာယာဖွယ် အကောင်း အမွန် အနှစ်သာရရှိသည်ဟူ၍လည်းကောင်း မထင်မြင်တော့ပြီ။ မှတ်မိတိုင်း ဆင်ခြင်မိတိုင်း ရွံမုန်းဖွယ် မနှစ်သက်ဖွယ်တို့နှင့်သာ တွေ့နေရသည်ဟု ထင်မြင်နေပေ၏။ မကောင်းတာတွေ၊ ရွံမုန်း ဖွယ်တွေ၊ ကြမ်းတမ်းတာတွေကိုသာ တွေ့နေရသည်ဟု ထင်မြင်၏။ ဤလို ဖြစ်ရပ်များကို ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်၌ ဖော်ပြထားပေ၏။

ဥပ္ပါဒေါ ဘယန္တိ ဘယတုပဋ္ဌာနေ ပညာအာဒီနဝေ ဉာဏံ ပဝတ္တံ ဘယန္တိ နိမိတ္တံ ဘယန္တိ အာယူဟနာ ဘယန္တိ ပဋိသန္ဓိ ဘယန္တိ ဂတိ နိဗ္ဗတ္တိ ဥပပတ္တိ ဇာတိ ဇရာဗျာဓိ မရဏံ

သောက ပရိဒေဝေါ ဥပါယာသော ဘယန္တိ ဘယတုပဋ္ဌာနေ ပညာ အာဒီနဝေဉာဏံ။ (ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ၅၆)

ဥပ္ပါဒေါ၊ ယခုဘဝ၌စ၍ ဖြစ်ခဲခြင်းသည်။ ဘယန္တိ၊ ကြောက် စရာ ကောင်းသည်ဟု။ ဘယတုပဋ္ဌာနေပညာ၊ ကြောက်ဖွယ်ဘေးဟု ထင်သော သိမှုပညာသည်။ အာဒီနဝေဉာဏံ၊ အာဒီနဝဉာဏ်မည်၏။ (ပဝတ္တံ၊ စသော ပုဒ်များ၏ အနက်များကိုလဲ အပြည့်အစုံ နည်းတူ သိပါလေ) ပဝတ္တံ၊ မဆုံးနိုင်အောင် မပြတ်ဖြစ်နေရခြင်းသည်။

ဘယန္တိ၊ ကြောက်စရာကောင်းသည်ဟု။ နိမိတ္တံ၊ သွားမှု ရပ်မှု ကွေးမှု ဆန့်မှု မြင်မှု ကြားမှုစသော သင်္ခါရနိမိတ်သည်။ အာယူ ဟနာ၊ အားထုတ်မှုဟူသော ကုသိုလ် အကုသိုက်ကံသည်။ ပဋိသန္ဓိ၊ တဖန် ဘဝအသစ် ဖြစ်ရခြင်းသည်။ ဂတိ၊ လူနတ် ဘဝစသည် သို့လား ရောက်ရခြင်းသည်။ နိဗ္ဗတ္တိ၊ ရှေးဦးစွာ ဖြစ်ရခြင်းသည်။ ဥပပတ္တိ၊ ကပ်ရောက်အပ်သော ဘဝသည်။ ဇာတိ၊ ဖြစ်ခြင်းသည်။ ဇရာ၊အိုခြင်းသည်။ ဗျာဓိ၊ နာဖျားခြင်းသည်၊ မရဏံ၊ သေခြင်းသည်။ သောကော၊ စိုးရိမ် ပူဆွေးခြင်းသည်။ ပရိဒေဝေါ၊ ငိုကြွေးခြင်းသည်။ ဥပါယာသော၊ ပြင်းစွာပူပန်ခြင်းသည်။ ဘယန္တိ၊ ကြောက်စရာ ကောင်းသည်ဟု။ ဘယတုပဋ္ဌာနေပညာ၊ ကြောက်ဖွယ်ဘေးဟု ထင်သော ပညာသည်။ အာဒီနဝေဉာဏံ၊ အာဒီနဝဉာဏ်မည်၏။ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်၌၊ ဒုတိယဝါရ၊ တတိယဝါရ၊ စတုတ္ထဝါရများကိုလဲ ဟောပြထားပေသည်။ ဤ၌ကား မဖော်ပြတော့ပါ။

မှတ်သိရတဲ့ ရုပ်နာမ်နှင့် မှတ်သိမှု ဝိပဿနာတို့၏ တစ်ပျက် တည်းပျက်နေသည်ကိုသာ တွေ့မြင်နေ၍ ကြောက်စရာတွေချည်းပဲဟု သဘောကျ သိမြင်နေပြီးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ထိုရုပ်နာမ်တို့၏ အစ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ရင်းဖြစ်သော ယခုဘဝ ပဋိသန္ဓေကို ဆင်ခြင်မိလျှင် ထိုအစ ဖြစ်ပေါ်မှုကိုလဲ ကြောက်စရာကောင်းသည်ဟူ၍သာ ထင်မြင်၏။ ဤသို့ ထင်မြင်သော အသိဉာဏ်သည် ဘယဉာဏ်၊ အာဒီနဝဉာဏ် မည်၏။ ဤသို့သောနည်းဖြင့် ဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို သိအပ်၏။

ဥပ္ပါဒ စသည်တို့ကို ဘေးကြီးသဖွယ် ဆင်းရဲအပြစ်နှင့်တကွ ဖြစ်သော သင်္ခါရတို့ဟူ၍ သိမြင်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား ရှေးဦးစွာ

ဖြစ်ပေါ်မှုကင်းခြင်း၊ မပြတ်ဖြစ်မှုကင်းခြင်း၊ သင်္ခါရနိမိတ်ကင်းခြင်း၊ အားထုတ်မှုကံ မရှိခြင်း၊ ဇာစ်ဖန် မဖြစ်ရခြင်းတို့က ဘေးကင်းပေသည်။ ချမ်းသာကောင်းမွန်ပေသည်။ ဝဋ်ဆင်းရဲ၊ ကာမဂုဏ်၊ ကိလေသာဟူသော အစမှ ကင်းလွတ်ပေသည်။ ငြိမ်းအေးပေသည်ဟု နိဗ္ဗာန်ကို မှန်းဆလျက် ပြောင်းပြန်အားဖြင့် ဆင်ခြင်သော အသိဉာဏ်လည်း ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထို့ကြောင့် ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်၌

အနုပ္ပါဒေါ ခေမန္တိ သန္တိပဒေဉာဏံ-စသည်ဖြင့် လည်းကောင်း။
အနုပ္ပါဒေါ သုခန္တိ သန္တိပဒေဉာဏံ-စသည်ဖြင့် လည်းကောင်း။
အနုပ္ပါဒေါ နိရာမိသန္တိ သန္တိပဒေဉာဏံ-စသည်ဖြင့် လည်းကောင်း။
အနုပ္ပါဒေါ နိဗ္ဗာနန္တိ သန္တိပဒေဉာဏံ-စသည်ဖြင့် လည်းကောင်း။

သန္တိပဒဉာဏ် လေးဝါရတို့ကိုလည်း ဆက်လက်၍ ဟောတော်မူပေသည်။ ဤလေးဝါရတို့ဖြင့် ပြအပ်သော သန္တိပဒဉာဏ်သည်ကား ဘယအာဒီနဝဉာဏ် မဟုတ်ပေ။ ၎င်းဉာဏ်တို့မှ ဆက်လက်၍ တရားသဘောအတိုင်း ဖြစ်ပေါ်သော အာနိသံသဏာဏ်မျှသာတည်း။

ဤအာဒီနဝဉာဏ် ရင့်သန်လျှင် နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်၏။ ထိုအခါ၌ အာဒီနဝဉာဏ်ဖြင့် အပြစ်မြင်ပြီးသည် အားလျော်စွာ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း လည်း ပျင်းရိငြီးငွေ့ဖွယ်ဟူ၍သာ ထင်မြင်၏။ စဉ်းစားဆင်ခြင်ကြည့်လျှင်လည်း ပျင်းရိငြီးငွေ့ဖွယ်ဟူ၍သာ ထင်မြင်၏။ အယုတ်ဆုံးအားဖြင့် ကြံစည်စိတ်ကူးနေရသည်ကိုပင် ပျင်းရိငြီးငွေ့ဖွယ်ဟူ၍သာ ထင်မြင်၏။ ဉာဏ်၏ သဘောကို ဓမ္မပဒ-၌

သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စာတိ, ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ, ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာတိ, ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ, ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။
သဗ္ဗေ ဓမ္မာ အနတ္တာတိ, ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ, ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

သဗ္ဗေသင်္ခါရာ၊ အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့သည်။ အနိစ္စာတိ၊ မမြဲကုန် ဟူ၍၊ ယဒါ၊ ဘင်္ဂဉာဏ်၊ ခေါင်ထိပ်သို့သော အကြင်အခါ၌၊ ပညာယ ၊ ပစ္စက္ခဉာဏ်မှ အစဉ်အလျောက်၍ ဖြစ်သော၊ အနုပဿနာ ဉာဏ်ပညာဖြင့်၊ ပဿတိ၊ မြင်၏။ အထ၊ ထိုသို့ မြင်သောအခါ၌၊ ဒုက္ခေ၊ ဘယဉာဏ် အာဒီနဝဉာဏ်တို့ဖြင့် ဘေးဟု ထင်မြင်အပ်ပြီး အပြစ် မြင်အပ်ပြီးသော ရုပ်နာမ် ဆင်းရဲ၌၊ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့လေ၏။ ဧသ၊ ဤ ငြီးငွေ့သော ဉာဏ်သည်။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ ကိလေသာ အညစ်အကြေးမှ စင်ကြယ်ခြင်းငှာ၊ မဂ္ဂေါ၊ အကြောင်းပေတည်း။

သဗ္ဗေသင်္ခါ၊ အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတို့သည်။ ဒုက္ခာတိ၊ ဆင်းရဲတို့သည် မကောင်းကုန်ဟူ၍ (အကြွင်း ပထမ ဂါထာနှင့် တူပြီ)။

သဗ္ဗေဓမ္မာ၊ အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ် သဘောတရားတို့သည်။ အနတ္တာ– တိ၊ မစိုးမပိုင်သော ငါတောင် မဟုတ်ကုန်။ ငါတောင် မရှိကုန်ဟူ၍ (အကြွင်းပထမ ဂါထာနှင့် တူပြီ)။

ဘယ အာဒီနဝ နိဗ္ဗိဝါ၊ ဤဉာဏ်သုံးပါးသည်။ အနု၊ အလတ်၊ အရင့်စားအားဖြင့်သာလျှင် သုံးမျိုး ကွဲပြားသည်။ သင်္ခါရ တရားတို့၏ အပြစ်ကို ထင်ရှား၊ သိမြင်သော သဘောလက္ခဏာ

အားဖြင့်ကား တစ်မျိုးတည်းသော ဉာဏ်သာတည်း။ ထို့ကြောင့်ပင် အချို့သော ယောဂီအား ဘယဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လျှင် မကြာမီ တစ်ခဏ အတွင်းမှာသော်လဲ အာဒီနဝ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်များ ဆက်လက်၍ ဖြစ်ပေါ်သွားတတ်ပေသည်။ ထိုပြင်လဲ အထက်ဉာဏ်သို့ လျင်မြန်စွာ တက်သွားသော ယောဂီအား ဘယအာဒီနဝ။ နိဗ္ဗိဒါ၊ အခြင်းအရာ တို့တွင် တစ်ပါး၊ နှစ်ပါးမျှသာ ထင်ရှားသည်လည်း ရှိတတ်သည်၊

ဘယတုပဋ္ဌာနံ ဧကမေဝ တိဏ္ဏံနာမာနိ လဘတိ သဗ္ဗ သင်္ခါရေ ဘယတော အဒ္ဒသာတိ ဘယတုပဋ္ဌာနံ နာမဇာတံ တေသုယေဝ သင်္ခါရေသု အာဒီနဝံ ဥပ္ပါဒေတီတိ အာဒီနဝါနုပဿနာ နာမဇာတံ။

တေသုယေဝ သင်္ခါရေသု နိဗ္ဗိန္ဒမာနံ ဥပ္ပန္နန္တိ နိဗ္ဗိဒါ နုပဿနာ နာမဇာတန္တိ ပါဠိယမ္ပိ ဝုတ္တံ ယာစ ဘယတုပဋ္ဌာနေ၊ ပညာ ယာစ အာဒီနဝေဉာဏံ ယာစနိဗ္ဗိဒါ ဣမေဓမ္မာ ဧကတ္ထာ ဗျဉ္ဇနမေဝ နာနန္တိ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်-၂-၂၈၈)

ဘယာတုပဋ္ဌာနံ ဧကမေဝ၊ ဘယဉာဏ် တစ်ခုတည်းကပင်လျှင်။ တိဏ္ဏံနာမာနိ။ အမည်သုံးမျိုးတို့ကို။ လဘတိ၊ ရလေပြီ။ သဗ္ဗ သင်္ခါရေ၊ အလုံးစုံသော သင်္ခါရတို့ကို။ ဘယတောအဒ္ဒသ၊ ကြောက်ဖွယ်ဟု မြင်ပြီ။ ဣတိ၊ ဤအကြောင်းကြောင့်။ ဘယတုပဋ္ဌာနံ နာမဇာတံ၊ ဘယဉာဏ်မည်သည် ဖြစ်လေ၏။ တေသုယေဝ သင်္ခါရေသု၊ ကြောက်ဖွယ်ဟု မြင်အပ်ပြီးသော ထိုသင်္ခါရတို့၌ပင်လျှင်။ အာဒီနဝံ၊ အပြစ်ကို။ ဥပ္ပါ-ဒေတိ၊ထင်ရှားစေပြီး။ ဣတိ၊ ဤ အကြောင်းကြောင့်။ အာဒီနဝါနု ပဿနာနာမဇာတံ၊ အာဒီနဝဉာဏ်

မည်သည် ဖြစ်လေ၏။ တေသုယေဝသင်္ခါရေသု၊ အပြစ်မြင်အပ်ပြီးသော ထိုသင်္ခါရတို့၌ပင်လျှင်။ နိဗ္ဗန္ဒမာနံဥပမွန္တံ။ ငြီးငွေ့လျက်ဖြစ်လေပြီ။ ဣတိ၊ ဤအကြောင်းကြောင့် နိဗ္ဗိဒါနုပဿနာနာမဇာတံ၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်မည်သည် ဖြစ်လေ၏။ ဣတိ၊ ဤသို့ ရှေးဆရာတို့က ဆိုကုန်ပြီ။ ပါဠိ၌ယမ္ပိ၊ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော်၌လည်း ယာစဘယတုပဋ္ဌာနေ ပညာ၊ အကြင်ဘယဉာဏ်သည်လည်းကောင်း၊ ယဉ္စအာဒီနဝေဉာဏံ၊ အကြင်အာဒီနဝဉာဏ်သည်လည်းကောင်း။ ယာစနိဗ္ဗိဒါ၊ အကြင်နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်သည်လည်းကောင်း။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဣမေဓမ္မာ ဤဉာဏ်တို့သည်။ ဧကတ္ထာ၊ တူသော သဘောတရားကိုယ် ရှိကုန်၏။ ဗျဉ္ဇနမေဝ၊ အမည်သဒ္ဒါမျှသည်သာလျှင်။ နာနံ၊ ထူးခြား၏။ ဣတိဝုတ္တံ၊ ဤသို့ ဟောတော်မူအပ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ သင်္ခါရတရားများကို ပျက်နေသည်ဟု သိမြင်နေတာ ဘင်္ဂဉာဏ်၊ သင်္ခါရတရားများ၏ ပျက်နေမှုကိုမြင်ရ၍ ကြောက်ရွံ့ထိပ်လန့်ဖွယ် အနေထင်တာက ဘယဉာဏ်။ သင်္ခါရတရားတို့ကို ဘေးထင်လျက် အပြစ်မြင်နေတာက အာဒီနဝဉာဏ်။ သင်္ခါရတရားတို့၌ အပြစ်မြင်ကာ ငြီးငွေ့မပျော်မမွေ့ ရွံမုန်းနေတာက နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်၊ ဘယအာဒီနဝနိဗ္ဗိဒါ၊ ဤဉာဏ်သုံးပါးသည် သဘောအားဖြင့် အတူတူ၊ အနုအလတ် အရင့်လောက်သာ ကွာ၏။

ဘယ အာဒီဝ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်သုံးပါး ပြီး၏။

မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်

မုဉ္စိတုကမျတာ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်

တစ်နေရာရာ၌ ဘေးအန္တရာယ်ထင် အပြစ်တွေမြင်ပြီး ရွံမုန်းငြီးငွေ့စိတ်တွေ ဖြစ်လာပါက ထိုနေရာအရပ်မှ ထွက်ခွာ၍ လွတ်ရာအရပ်သို့ သွားလိုသည်မှာ လောကဓမ္မတာဖြစ်သလို မှတ်ရှုအပ်သော သင်္ခါရတရားများ၌ အပျက်တွေမြင် အပြစ်ထင်ကာ၊ ရွံမုန်းပြီး ငြီးငွေ့နေသော ယောဂီသည် မှတ်ရှုရတဲ့အာရုံ သင်္ခါရနှင့် မှတ်မှုဝိပဿနာသင်္ခါရတို့၌ ကြောက်ဖွယ်ထင်လျက် အပြစ်မြင်ပြီး ဤငြီးငွေ့မှု နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် ထက်သန်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော ယောဂီအား မှတ်ရတဲ့ အာရုံသင်္ခါရ မှတ်မှုဝိပဿနာ သင်္ခါရတို့မှလည်းကောင်း၊ ဆင်ခြင်မိတဲ့ ဘဝယောနိ၊ ဂတိ စသောသင်္ခါရတို့မှလည်းကောင်း လွတ်မြောက်လိုခြင်း၊ ထိုသင်္ခါရတို့ကို စွန့်လွှတ်လိုခြင်း သဘောသည် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ဤလွတ်မြောက်လို စွန့်လွှတ်လိုသော သဘောသည် မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်ပေတည်း။ ထိုအခါ၌ ယောဂီသည် သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှုစသော ကိုယ်အမူအရာများကိုလည်းကောင်း၊ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ သိမှု၊ ကြံမှုစသော စိတ်အမူအရာများကိုလည်းကောင်း၊ လူအဖြစ်၊ နတ်အဖြစ်၊ ဗြဟ္မာအဖြစ်စသော ဘဝဟူသမျှတို့ကိုလည်းကောင်း စွန့်လွှတ်လို လွတ်ရာသို့သာ သွားလို လွတ်မြောက်လိုသော စိတ်အစဉ်သာ အမြဲဖြစ်ပေါ်နေပေ၏။

ပဋိသင်္ခါဉာဏ်

တစ်နေရာရာ၌ အပြစ်မြင်ပြီး မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့ပျင်းရိသောသူသည် ထိုနေရာမှ တွက်ခွာသွားလိုခြင်း၊ ထိုနေရာကို စွန့်လွှတ်လိုခြင်းသည် လောကဖြစ်မြဲ ဓမ္မတာပေတည်း။ ထို့အတူ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်

အမြင်မှန်ရနေသော ယောဂီသည်လည်း မှတ်ရှုရတဲ့ အာရုံသင်္ခါရနှင့် မှတ်သိနေသော ဝိပဿနာ သင်္ခါရတို့ကို ကြောက်ဖွယ်တင်ပြီး အပြစ်မြင်နေလျက် ငြိမ်းအေးမှု နိဗ္ဗာန်ဉာဏ် ထက်သန်စွာ ဖြစ်ရှိနေသော ယောဂီအားမှတ်ရတဲ့ အာရုံသင်္ခါရ၊ မှတ်မှုဝိပဿနာ သင်္ခါရတို့မှ လည်းကောင်း၊ ဆင်ခြင်မိသော ဘဝယောနိဂတိ စသော သင်္ခါရတို့မှ လည်းကောင်း လွတ်မြောက်လိုခြင်း၊ ထိုသင်္ခါရတို့ကို စွန့်လွှတ်လို ခြင်းသဘောသည် မကြာမီပင် ဖြစ်ပေါ်လာ၏၊ **ဤလွတ်မြောက်လို ခြင်း စွန့်လွှတ်လိုသော သဘောသည် မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ်ပေ တည်း။** ထိုအခါ၌ ယောဂီသည် သွားမှု၊ ရပ်မှု၊ ထိုင်မှု၊ ကွေးမှု၊ ဆန့်မှု စသော ကိုယ်အမူအရာများကိုလည်းကောင်း၊ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ ထိမှု၊ ကြံမှုစသော စိတ်အမူအရာများကိုလည်းကောင်း၊ လူအဖြစ်၊ နတ်အဖြစ်၊ ဗြဟ္မာအဖြစ် စသော ဘဝများကိုလည်းကောင်း လွှတ်ရာတစ်ခြားသို့ စွန့်သာ စွန့်လွှတ်လိုတော့၏။ ၎င်းဘုံဘဝများမှ လွတ်ကင်းရာသို့ သွားလိုတော့၏။

ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတရားတို့၌ နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တဟု စွဲလမ်းမှု လုံးဝ ကင်းလျှင် သင်္ခါရငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုလျက် ဆိုက်ရောက်၏။ ထိုသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ပရိနိဗ္ဗာန် မပြုရသေးမီ၌လဲ ထိုသင်္ခါရတို့နှင့်စပ်၍ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်း၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း မရှိပြီ ဖြစ်၍ ထိုသင်္ခါရတို့မှ လွတ်လဲ လွတ်မြောက်၏။ ပရိနိဗ္ဗာန် စံပြီးသောအချိန်၌ ထိုသင်္ခါရတို့မှ လွတ်မြောက်သည်မှာကား ဆိုဖွယ် ပင် မရှိပြီ။ ထို့ကြောင့် သင်္ခါရရုပ်နာမ်ဘို့မှ လွတ်လိုလျှင် တခြား တစ်ပါးကို ပြုရန်မလို၊ ထိုသင်္ခါရရုပ်နာမ်တို့ကိုပင် အနိစ္စ-ဒုက္ခ-

အနတ္တဟု နိုင်းနင်းစွာ သိမြင်၍ လျစ်လျူရှုနိုင်အောင် မပြတ်မှတ်ရန်သာ လိုပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ မုဋ္ဌိတုကမျတာဉာဏ်၏ အစွမ်းကြောင့် သင်္ခါရ ရုပ်နာမ်တို့မှ လွတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပေါ်လာတိုင်းသော သင်္ခါရတို့ကိုပင် တဖန်ဆက်၍ မပြတ်မလပ်မှတ်ရပေသည်။

ယောဂီသည် ပေါ်လာတိုင်းသော ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတို့ကို မပြတ်မလပ် အဖန်ဖန် မှတ်ရှုသောအခါ၌ အနိစ္စ အခြင်းအရာ (၁၀) ပါး၊ ဒုက္ခအခြင်းအရာ (၂၅) ပါး၊ အနတ္တအခြင်းအရာ (၅) ပါး၊ ဤအခြင်းအရာ (၄၀) တို့တွင် တစ်ပါးပါးကို မှတ်ကျက်တိုင်း၌ ထိုက်သည်အားလျော်စွာ ထင်ရှားစွာ သိလျက်ရှိ၏။ အကျဉ်းအားဖြင့် အနိစ္စလက္ခဏာ၊ ဒုက္ခလက္ခဏာ၊အနတ္တလက္ခဏာ သုံးပါးတို့တွင် ထိုက်သည့်အားလျော်စွာ တစ်ပါးပါးကို မှတ်ချက်တိုင်း၌ ထင်ရှားသိ၏။ **ဤအသိအမြင်သည် တဖန်ရှုမှု၊ တဖန်သိမှု ဖြစ်သောကြောင့် ပဋိသင်္ခါဉာဏ် မည်ပေ၏။**

အနိစ္စ–ဒုက္ခ–အနတ္တ အခြင်းအရာ (၄၀) တို့ကို အနိစ္စတော၊ ဒုက္ခတော စသည်ဖြင့် ဟောတော်မူသောကြောင့် တောလေးဆယ်ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြ၏။ ထိုအခြင်းအရာတို့ဖြင့် သိသော ဉာဏ် (၄၀) ကိုလဲ ဝိပဿနာလေးဆယ်ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြ၏။ ဤအခြင်းအရာတို့သည် ပင်ကိုယ်ဉာဏ်၊ သုတမယဉာဏ်နည်းသော သူတို့အား နည်းနည်းသာ ထင်ပေါ်တတ်၏။ ပင်ကိုယ်ဉာဏ်၊ သုတမယဉာဏ်များသော သူတို့အား များစွာ ထင်ပေါ်တတ်ကုန်၏။ အထက်မဂ်တို့၏ ဝိပဿနာအရာ၌ သာ၍ပင် များစွာ သန့်ရှင်းစွာ ထင်ပေါ်တတ်ကုန်၏။

သို့သော် ပစ္စက္ခေနေ အနိစ္စတော ပဿန္တော အနုလောမိကံ ခန္တိံ ပဋိလဘတိ ပဉ္စန္နံ ခန္ဓာနံ နိရောဓော နိစ္စံ နိဗ္ဗာနန္တိ ပဿန္တော သမ္မတ္တနိယာမံ ဩက္ကမတိ။ ဤသို့သော ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်နှင့်အညီ ဝုဋ္ဌာနနုဂါမိနီ ဝိပဿနာဖြင့် အခြင်းအရာ တစ်ခုခုကိုသာလျှင် ကောင်းစွာ ထင်မြင်ပြီးသည်၏ အခြားမဲ့၌ မဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်မြဲဖြစ်သောကြောင့် အခြင်းအရာတစ်ခုခုကို ကောင်းစွာ သိမြင်သဘောကျလျှင်ပင် မဂ်ဉာဏ်သို့ရောက်နိုင်အောင်ဝိပဿနာဉာဏ် ပြည့်စုံပြီဟု ယုံကြည်စွာ စိတ်ချမှတ်အပ်ပါ၏။ ဤပဋိသင်္ခါဉာဏ်သည် အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၌ တစ်ခဏတွင်းမှာပင် ရင့်သန်တတ်၏။ အချို့ယောဂီများမှာကား နှစ်ရက်၊ သုံးရက်စသည် ကြာတတ်ပေ၏။

ဤပဋိသင်္ခါဉာဏ် ရင့်သန်လာသော် ရုပ်နာမ် သင်္ခါရအာရုံများကို မှတ်ရှုနိုင်ရန် ကြောင့်ကြအထူး မပြုရတော့ပေ။ မှတ်ရှုတိုင်းသော သင်္ခါရအာရုံ၏ အပျက်လက္ခဏာနှင့် အနိစ္စ-ဒုက္ခ-အနတ္တ အခြင်းအရာ တစ်ပါးပါးကို ထင်ရှားသိရန်လဲ အထူးကြောင့်ကြ မစိုက်ရတော့ပြီ။ သင်္ခါရာဝ သင်္ခါရေ ဝိပဿန္တိ ဟူသည်နှင့်အညီ သူ့အလိုလိုပင် မှတ်သိလျက် မှတ်သိလျက် မှတ်သိမှုသည် အရှိန်ကောင်းလျက် ကြာမြင့်စွာ တည်နေ၏။ မှတ်ချက်တိုင်းမှာပင် အပျက်လက္ခဏာ အနိစ္စ-ဒုက္ခ-အနတ္တအခြင်းအရာ တစ်ပါးပါးကို ကောင်းစွာပိုင်းခြား သိလျက်ရှိပေ၏။ ရှေးဖြစ်သော ဘယဉာဏ် စသည်များကဲ့သို့ ရုပ်နာမ်အာရုံများ၏ အပျက်သဘောကို ကြောက်ခြင်း၊ အပြစ်မြင်ခြင်း၊ ငြီးငွေ့ခြင်း၊ လွတ်လိုခြင်း၊ ဆင်ခြင်ခြင်းများ လုံးဝ မရှိမဖြစ်တော့ပေ။ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှုများလဲ မရှိတော့ပြီ။

မုဋ္ဌိတုကမျတာ–ပဋိသင်္ခါ–သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်

ပေါ်လာတိုင်းသော အာရုံများ၌ မှတ်ရှုစိတ်သည် အလွန်သန့်ရှင်း ကြည်လင်လျက် ငြိမ်သက် သိမ်မွေ့သော မှတ်သိစိတ်သည်သာလျှင် အစဉ်မပြတ် တသမတ်တည်း ကြာမြင့်စွာ တည်လျက်ရှိနေ၏။ **ထိုအခါ၌ အာရုံများ၌ အထူးကြောင့်ကြ မစိုက်ရတော့ဘဲ သူ့အလိုလိုပင် အစဉ်မပြတ် သိလျက်သိလျက် သိမ်မွေ့စွာ ဖြစ်နေသော အသိဉာဏ်သည် (သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ပေတည်း)။**

မုဋ္ဌိတုကမျတာဉာဏ်၊ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ဤဉာဏ်သုံးပါးသည် အစ အလယ် ဆုံး။ အနက် အလတ် အရင့်အားဖြင့်သာ ကွဲပြား၏။ အာရုံနှင့် မှတ်သိမှု၏တို့ကို သင်္ခါရသဘောမျှဟု သိမြင်သဘော ကျခြင်းလက္ခဏာအားဖြင့်ကား တစ်မျိုးတည်းသော ဉာဏ်သာတည်း။ ထို့ကြောင့် ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော်၌ အောက်ပါအတိုင်း ဟောတော်မူ၏။

ယာစမုဋ္ဌိတုကမျတာ ယာစပဋိသင်္ခါနုပဿနာ
ယာစသင်္ခါရုပေက္ခာ ဧကမေဓမ္မာ ဗျဉ္ဇနမေဝနာနံ။

(၂၅၉)

ယာစမုဋ္ဌိတုကမျတာ၊ အကြင်မုဋ္ဌိတုကမျတာ ဉာဏ်သည်လည်းကောင်း။ ယာစပဋိသင်္ခါနုပဿနာ၊ အကြင်ပဋိသင်္ခါဉာဏ်သည်လည်းကောင်း။ ယာစသင်္ခါရုပေက္ခာ၊ အကြင် သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည်လည်းကောင်း။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဧကမေဓမ္မာ၊ ဤဉာဏ်တို့သည်။ ဧကတ္တာ၊ တူသော သဘောတရားကိုယ် ရှိကုန်၏။ ဗျဉ္ဇနမေဝ၊ အမည် သဒ္ဒါမျှသည်သာလျှင်။ နာနံ၊ ထူးခြား၏။

သဘောအားဖြင့် ဉာဏ်တစ်မျိုးတည်း ဖြစ်သောကြောင့်ပင် လျှင် အချို့သော ယောဂီမှာ မုဉ္စိတုကမျတာ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ်ပြီးလျှင် မကြာမီ တခဏအတွင်းမှာပင် သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပေသည်။ ဤသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်သော အခါ၌ကား အချို့သော ယောဂီများသာ အနုလောမ ဂေါတြဘူ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပေသည်။ အချို့သော ယောဂီ များမှာ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်၌ ကောင်းချည်းတစ်လှည့် အထူး ကောင်းချည် တစ်လှည့်အားဖြင့် ကြာမြင့်စွာလဲ ဖြစ်နေ တတ်လေသည်။ ထို့ကြောင့်–

ဧဝမေဝ သစေ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏံ သန္တပဒံ နိဗ္ဗာနံ သန္တတော ပဿတိ သဗ္ဗံ သင်္ခါရပ္ပဝတ္တံ ဝိဿဇ္ဇေတွာ နိဗ္ဗာနမေဝ ပက္ခန္ဒတိ နောစေပဿတိ ပုနပ္ပုနံ သင်္ခါရာရမ္မဏမေဝ ဟုတွာ ပဝတ္တတိ၊ တဒိဒံ သုပ္ပဂ္ဂေ ဝိဋ္ဋ ဝဋ္ဋိယမာနံ ဝိယ နိပ္ပဋ္ဌိတကပ္ပါသမ ဝိဟဋိယမာနံ ဝိယ နာနာပ္ပကာရတော သင်္ခါရေ ပရိဂ္ဂဟေတွာ ဘယဉ္စ နန္ဒိဉ္စ ပဟာယ သင်္ခါရဝိစိနနေ မဇ္ဈတ္တံ ဟုတွာ တိဝိဓာ နုပဿနာဝသေန တိဋ္ဌတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၂–၂၉၅)

ဧဝမေဝ၊ရှေးခေတ်ကာလ ပင်လယ်ခရီးသွား သင်္ဘောသားတို့ သည် ပင်လယ်ကမ်းကို မမှန်းဆနိုင်သော အခါ၌ ကမ်းကို စုံးစမ်းရန် ကျီးငှက်ကို သင်္ဘောမှလွှတ်လိုက်လျှင် ထိုကျီးငှက်သည် ကမ်းကို တွေ့မြင်ပါက ထိုကမ်းဆီသို့သာလျှင် ပျံသွားလေသည်။ ကမ်းကို မမြင်ပါက ထိုသင်္ဘောသို့သာလျှင် ပြန်ပြန်ကပ်သည်ဟူသော

ဤဥပမာအတူပင်လျှင်။ သင်္ခါရုပေကာဉာဏံ၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည်။ သန္တိပဒံ၊ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့ငြိမ်း မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် ရောက်လဲ ရောက်အပ်သော။ နိဗ္ဗနံ၊ နိဗ္ဗာန်သို့။ သန္တတော၊ သင်္ခါရ ငြိမ်းပြတ်သော အခြင်းအရာဖြင့်။ သစေပဿတိ၊ အကယ်၍ မြင်ကြအံ့။ ဧဝံသတိ၊ ဤသို့မြင်လျှင်၊ သဗ္ဗံ၊ အလုံးစုံသော။ သင်္ခါရပဝတ္တံ၊ မပြတ်မဆဲ တပျက်ထဲပျက်နေသော သင်္ခါရဟူသော အလျဉ်ဟူသော အာရုံကို။ ဝိသဇ္ဇေတွာ၊ စွန့်လွှတ်၍။ နိဗ္ဗာနမေဝ။ သင်္ခါရငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန်အာရုံသို့သာလျှင်။ ပက္ခန္ဒတိ၊ ပြေးဝင်သွားလေ၏။ နောစေ ပဿတိ၊ သင်္ခါရငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန်ကို မမြင်နိုင်သေးငြားအံ့။ ဧဝံ သတိ၊ ဤသို့ မမြင်နိုင်သေးလျှင်။ သင်္ခါရရမ္မဏမေဝဟုတွာ၊ ပျက် လျက်ရှိသော သင်္ခါရကိုသာလျှင် အာရုံပြု သိလျက်ဖြစ်၍။ ပုနပ္ပု နံပဝတ္တတိ၊ အဖန်ဖန် ဖြစ်ပေါ်နေ၏။ တဒိဒံ၊ ထိုသင်္ခါ ရုပေက္ခာ ဉာဏ်သည်။ ဝဋ္ဋိယမာနံ ပိဋ္ဌံဝိယ၊ ဝိုင်းအပ်သော မုံ့မှုန့်သည် ဝိုင်းလေ ဝိုင်းလေ သာ၍ သာ၍ သိမ်မွေ့နူးညံ့လေသကဲ့သို့ လည်း ကောင်း၊ ဝိဟဋ္ဋိယမာနံ နိပ္ပဋ္ဋိတကပ္ပါ သံဝိယ၊ ဖတ်အပ်သော ဝွမ်းသည် ဖတ်လေ ဖတ်လေ သာ၍ သာ၍ သိမ်မွေ့နူးညံ့လေ သကဲ့သို့လည်းကောင်း။ ဟုတွာ၊ ဖြစ်၍၊ သင်္ခါရေ၊ မှတ်ခိုက် မှတ် ခိုက်မှာပင် ပျက်ပျက်သွားသော သင်္ခါရတို့ကို။ နာနပ္ပကာရတော ပရိဂ္ဂဟေတွာ၊ အမျိုးမျိုးသော အပြားအားဖြင့် မှတ်သိ၍။ ဘယဉ္စ၊ ကြောက်ရွံ့စိုးရိမ်ခြင်းကိုလည်းကောင်း။ နန္ဒိဉ္စ၊ နှစ်သက်ခြင်းကို လည်းကောင်း။ ပဟာယ၊ ပယ်စွန့်၍။ သင်္ခါရဝိစိနနေ၊ သင်္ခါရဝိစိနနေပိ၊ သင်္ခါရတို့ကို စူးစမ်းမှတ်သိမှု၌လည်း။ မဇ္ဈတ္တံဟုတွာ၊ အလယ်အလတ်

ညီမျှသော သဘောရှိသည်ဖြစ်၍။ တိဝိဓာနုပဿနာဝသေန၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တာ နုပဿနာဟူသော အနုပဿနာ သုံးပါးတို့၏ အလို အားဖြင့်။ တိဋ္ဌတိ၊ တည်နေ၏။

ဤသင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည် အနုလောမဉာဏ် စသည် ဖြစ်ပေါ်နိုင်လောက်အောင် ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ အဖြစ်ဖြင့် ထက်သန်စွာ ဖြစ်လျက် အနုလောမဉာဏ်၊ ဂေါတြဘူဉာဏ်များနှင့်တကွ တစ်ပေါင်းတည်း တစ်ဉာဏ်တည်း အတူပြု၍ ကေတ္တနည်းအားဖြင့် ဆိုပေသည်။ အဖြောင့်အားဖြင့်ကား သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည် ကြိမ်များစွာ ဖြစ်ပြီး၍ အထူး ထက်မြက်သန့်ရှင်း ရဲရင့်စွာဖြစ်လျက် ခေါင်ထိပ်သို့ရောက်လျှင် အနုလောမဉာဏ်ကို ဖြစ်စေ၏။ ထိုအနုလောမဉာဏ်၏ အဟုန်ကြောင့် ဂေါတြဘူဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လျက် နိဗ္ဗာန်ကို မြင်သည်။ ထိုနိဗ္ဗာန်၏ အာရုံထဲသို့ ပြေးဝင်သွားသည်ဟု ဆိုလိုပေသည်။

မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ် ပဋိသင်္ခါဉာဏ် သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ပြီး၏။

အနုလောမဉာဏ်

အနုလောမဉာဏ်၊ ဂေါတြဘူဉာဏ်၊ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် တစ်ဘက်ကမ်းရောက်ပြီး ထက်မြက်ရင့်သန်လာသော် အဓိမောက္ခကော် သဒ္ဓါအထူးအား ကောင်း၍ ထိုသဒ္ဓါ၏ အစွမ်းကြောင့် မှတ်သိသော ဝိပဿနာစိတ် အလွန်ကြည်လင်လာ၏။ မယုတ်မလွန် ညီမျှသော အားထုတ်မှုသည်လည်း မြဲမြံစွာ ဖြစ်နေ၏။ အမှတ်ရမှု သတိသည်လည်း ကောင်းစွာထင်၏။ စိတ်သည်လည်း မှတ်အပ်

သောအာရုံ၌ ကောင်းစွာတည်၏။ ပျက်သည်ကို သိလျက်ရှိသော သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည်လည်း အထူးထက်မြက် သန့်ရှင်းစွာ ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် မှတ်သိမှုသည် အလွန်သွက်လက် ထင်ရှားကောင်းလာသည်။ တိုးတက်နေသည်ကို သိရပေ၏။

ဤသို့ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရင့်သန်စွာဖြစ်လာပြီး ရုပ်နာမ် သင်္ခါရအာရုံကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ အခြင်းအရာ သုံးပါးတို့တွင် တစ်မျိုးတည်းသော အခြင်းအရာ တစ်ခုကိုသာလျှင် ရှုမြင် သုံးသပ်လျက် အနည်းဆုံး သဒ္ဒိသာနုပဿနာဝီထိ နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ် ဖြစ်ပေါ်၏။ ဖြစ်ပုံကား–ထိုနှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်တို့တွင် ပထမအကြိမ်၌ အနိစ္စဟုရှုမြင်လျှင်၊ ဒုတိယ တတိယအကြိမ်များ၌လည်း အနိစ္စ ဟူ၍သာ ရှုမြင်လျက်ရှိ၏။ သို့မဟုတ် ပထမအကြိမ်၌ ဒုက္ခဟုရှုမြင်လျှင် ဒုတိယ တတိယအကြိမ်များ၌လဲ ဒုက္ခဟုသာ ရှုမြင်နေ၏။ သို့မဟုတ် ပထမအကြိမ်၌ အနတ္တဟု ရှုမြင်လျှင် ဒုတိယ တတိယအကြိမ်များ၌လဲ အနတ္တဟုသာ ရှုမြင်လျက်ဖြစ်၏။ ဤသို့ တစ်မျိုးတည်းသော အခြင်းအရာအားဖြင့်သာ သိမြင်လျက် မှတ်ရှုမှု နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်ဟု ဆိုလို၏။

နောက်ဆုံးဖြစ်သော ဤသဒ္ဒိသာနုပဿနာဝီထိ နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်တို့၌ ပါဝင်သော သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည် ခေါင်ထိပ်သို့ ရောက်သောကြောင့် သိခါပတ္တသင်္ခါရုပေက္ခာ လဲမည်ပေ၏။ မဂ်နှင့် ဆက်စပ်လျက် မဂ်သို့ ရောက်တတ်သောကြောင့် ဝုဋ္ဌာနဂါမိနိ ဝိပဿနာလဲ မည်ပေ၏။ မဂ်သည် ဝိပဿနာ၏ အာရုံဖြစ်သော သင်္ခါရနိမိတ်ကို အာရုံမပြု။ ထို့ကြောင့် နိမိတ္တမှလဲ ထမြောက်၏။

ဖြစ်ထိုက်သော ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ကိလေသာကံဝိပါက်ဟူသော ပဝတ္တ ကိုလဲ တစ်ဖန် မဖြစ်စေဘဲ ငြိမ်းစေတတ်၏။ ထို့ကြောင့် ပဝတ္တမှလဲ ထမြောက်၏။ ဤနိမိတ္တ ပဝတ္တနှစ်မျိုးလုံးမှ ထမြောက်သောကြောင့် မဂ်သည် ဝုဋ္ဌာနမည်၏။ ခေါင်ထိပ်သင်္ခါရုပေက္ခာ အနုလောမ ဂေါတြဘူဟူသော ဤဉာဏ်သုံးပါးသည် ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီမဂ်သို့ ဆိုက် ရောက်သော ဝိပဿနာမည်၏။

ယာသိခါပတ္တာ သာသာနုလောမာ သင်္ခါရုပေက္ခာ
ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာ'တိစ ပဝုစ္စတိ (သင်္ဂဟ)

သိခါပတ္တာ၊ ခေါင်ထိပ်သို့ရောက်သော။ ယာသင်္ခါရုပေက္ခာ၊ အကြင်သင်္ခါရုပေက္ခာသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ သာသင်္ခါရုပေက္ခာ၊ ခေါင်ထိပ်သို့ ရောက်နေသော ထိုသင်္ခါရုပေက္ခာကို။ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာတိစ၊ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီဝိပဿနာဟူ၍လည်း။ ဝုစ္စတိ၊ ခေါ်ရ ပေ၏။ ခေါင်ထိပ်သို့ ရောက်နေသော သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ကို ဝုဋ္ဌာ နဂါမိနီဝိပဿနာဟု ဆိုရပေ၏။

ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီဝိပဿနာ၌ အပါအဝင်ဖြစ်သော ဤသိခါပတ္တသ င်္ခါရုပေက္ခာ သဒ္ဒိသာနုပဿနာကို ဝီထိစိတ်အစဉ်အားဖြင့် ဤသို့ပိုင်း ခြားသိအပ်၏။ စလနဘဝင် နှစ်ကြိမ်၊ မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်း တစ်ကြိမ်၊ မဟာကုသိုလ် ဉာဏသမ္ပယုတ်ဇော ခုနစ်ကြိမ်။ ထိုနောင်ဘဝင်စိတ်များ ဤအစဉ်ဖြင့် နှစ်ကြိမ်သုံးကြိမ်ဆက်၍ ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ယူအပ်၏။ ဗလဝဝိပဿနာဇောနောင့် တဒါရုံမဖြစ်ဟုမှတ်လေ။

သဒ္ဒိဿနုပဿနာဝီထိ နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်တို့တွင် နောက်ဆုံး အကြိမ်၌ သတ္တမဇောနောင် ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်သင့်သမျှ ဖြစ်ပြီးလျှင်

ထိုအခိုက်၌ ပျက်ဆဲနာမ်တရား တစ်ခုခုကိုဖြစ်စေ၊ ရုပ်တရား တစ်ခုခုကိုဖြစ်စေ ရှေးအခြားမဲ့ နှစ်ဝီထိ သုံးဝီထိအတွင်းက အာရုံပြုခဲ့သည့်နည်းတူပင် အနိစ္စ ဒုက္ခ–အနတ္တ လက္ခဏာတို့တွင် တစ်ပါးပါး၏အလိုအားဖြင့် ဆင်ခြင်လျက် မနောဒွါရဝဇ္ဇန်းစိတ် ဖြစ်ပေါ်၏။ ထိုစိတ်၏ အခြားမဲ့၌ ၎င်းနာမ်ရုပ် တစ်ခုခုကိုပင်လျှင် ရှေးအခြားမဲ့ နှစ်ဝီထိ၊ သုံးဝီထိအတွင်းက ရှုမြင်ပုံနှင့်တူစွာပင် ရှုမြင်လျက် ဝိပဿနာဇောစိတ် သုံးကြိမ်ဖြစ်ပေါ်၏။ ထိုသုံးကြိမ်သောဇောတို့တွင် ပထမဇောသည် ပရိကံမည်၏။ ဒုတိယဇောသည် ဥပစာမည်၏။ တတိယဇောသည် အနုလုံမည်၏။ (ပရိကံ အဆင်သင့် ဖြစ်စေရန် ကြိုတင်၍ ပြုသင့်သောဇော၊ ဥပစာ မဂ်အပ္ပနာ၏အနီး၌ ကပ်၍ဖြစ်သော ဇော။ အနုလုံ အနုလောမ၊ ရှေးအဖို့က ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်များနှင့်လည်းကောင်း၊ မဂ်စိတ္တုပ္ပါဒ်၌ ပါဝင်သော နောက်အဖို့ ဗောဓိပက္ခိယ တရားများနှင့်လည်းကောင်း လျော်စွာဖြစ်သော ဇောဟုဆိုလို၏။ ဤသည်တို့ကား ထိုဇောများ၏ သီးခြားအမည်တို့ပေ။ သီးခြားမခွဲဘဲ ခေါ်လိုလျှင် ထိုဇော သုံးခုလုံးကို အာသေဝနဇောဟူ၍လဲ ခေါ်အပ်၏။ ပရိကံဇောဟူ၍လဲ ခေါ်အပ်၏။ ဥပစာဇောဟူ၍လဲ ခေါ်အပ်၏။ အနုလုံဇောဟူ၍လဲ ခေါ်အပ်၏။ **ဤအနုလုံဇော သုံးခု၌ ပါဝင်သော အသိအမြင်သည် အနုလောမဉာဏ် မည်၏။**

အာဝဇ္ဇန်းနှင့်တကွ ဤအနုလုံဇောသုံးခုသည် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား မှတ်သိမှု တစ်ကြိမ်တည်းကဲ့သို့သာဖြစ်လျက် ထင်ရှားပေသည်။ အသိအသိ လေးကြိမ်ကွဲပြားလျက်ကား မထင်ရှားပေ။ ပမာအားဖြင့်

ရှေးအဖို့ကမြင်တယ် ကြားတယ် စသည်ဖြင့် မှတ်သိရာ၌ တစ်ကြိမ် တစ်ကြိမ်တွင် အာဝဇ္ဇန်းနှင့်ဇော ခုနစ်ကြိမ်တို့သည် အသီးအသီးမကွဲ ပြားမူ၍ မှတ်သိမှု တစ်ချက်တည်းသာ ထင်ရှားလျက် ဖြစ်သကဲ့သို့ ပင်တည်း။

တဿ ဒါနိ မဂ္ဂေါ ဥပ္ပဇ္ဇိဿတီတိ သင်္ခါရုပေက္ခာ သင်္ခါရေ အနိစ္စာတိဝါ ဒုက္ခာတိဝါ အနတ္တာတိဝါ သမ္မသိတွာ ဘဝင်္ဂံ ဩတရတိ ဘဝင်္ဂါနန္တရံ သင်္ခါရုပေက္ခာယ ကတနယေနေဝ သင်္ခါရေ အနိစ္စာတိဝါ ဒုက္ခာတိဝါ အနတ္တာတိဝါ အာရမ္မဏံ ကုရုမာနံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ မနောဒွါရာဝဇ္ဇနံ တတော ဘဝင်္ဂံ အာဝဋ္ဋေတွာ ဥပ္ပန္နဿ တဿ ကြိယစိတ္တဿာနန္တရံ အဝိစိကံ သန္တတိ မနုပ္ပဗန္ဓမာနံ တထေဝသင်္ခါရေ အာရမ္မဏံကတွာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ပဌမဇဝနစိတ္တံ ယံ ပရိကမ္မန္တိ ဝုစ္စတိ။

(ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၂-၃၀၈)

တဿ ထိုယောဂီအား။ ဣဒါနိ မဂ္ဂေါ ဥပ္ပဇ္ဇိဿတီတိ၊ ယခုပင် မဂ်ဖြစ်တော့မည် ရှိသောအခါ၌။ သင်္ခါရုပေက္ခာ၊ သင်္ခါ ရုပေက္ခာ ဉာဏ်သည်။ သင်္ခါရေ၊ သင်္ခါရတို့ကို။ အနိစ္စာတိဝါ၊ မမြဲ ကုန်ဟူ၍လည်းကောင်း။ ဒုက္ခာတိဝါ၊ ဆင်းရဲတို့ဟူ၍လည်းကောင်း။ အနတ္တာတိဝါ၊ အတ္တမဟုတ်ကုန်ဟူ၍လည်းကောင်း။ သမ္မသိတွာ၊ သုံးသပ်၍။ ဘဝင်္ဂံ ဩတရတိ၊ ဘဝင်သို့သက်၏။ ဘဝင်္ဂါနန္တရံ၊ ဘဝင်၏အခြားမဲ့၌။ သင်္ခါရုပေက္ခာယ ကတနယေနေဝ၊ သင်္ခါရေ အနိစ္စာတိဝါ ဒုက္ခာတိဝါ အနတ္တာတိဝါ အာရမ္မဏံကုရုမာနံ၊ သင်္ခါ ရုပေက္ခာက ပြုအပ်ပြီးသော၊ နည်းသာလျှင် သင်္ခါရတို့ကို မမြဲကုန်ဟု

ဖြစ်စေ၊ ဆင်းရဲတို့ဟု ဖြစ်စေ အတ္တမဟုတ်ကုန်ဟုဖြစ်စေ အာရုံပြုလျက်၊ မနောဒွါရာဝဇ္ဇနံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ မနောဒွါရဝဇ္ဇန်းစိတ် ဖြစ်ပေါ်၏။ တတော၊ ထိုအာဝဇ္ဇန်းမှနောက်၌။ ဘဝင်္ဂအာဝဋ္ဋေတွာဥပ္ပန္နေသဿ၊ ဘဝင်ကိုနှစ်စေလျက်ဖြစ်ပေါ်သော။ တဿ ကြိယစိတ္တဿ၊ ထိုအာဝဇ္ဇန်းကြိယာစိတ်၏။ အနန္တရံ၊ အခြားမဲ့၌။ သန္တတိံ၊ စိတ်အစဉ်ကို။ အဝိစ်ိကံ အနုပ္ပဗန္ဓမာနံ၊ အခြားအပြတ် မရှိအောင် ဆက်စပ်လျက်။ တတော၊ ရှေးနှစ်ဝီထိ သုံးဝီထိ အတွင်းက သင်္ခါရပေက္ခာ၏ ထိုရှုမြင်ပုံ အတူသာလျှင်။ သင်္ခါရေ အာရမ္မဏံကတွာ၊ သင်္ခါရတို့ကို အာရုံပြုရှုမြင်လျက်။ ပထမဇဝနစိတ္တံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ပထမဇောစိတ် ဖြစ်ပေါ်၏။ ယံ၊ ယင်း ပထမ ဇောစိတ်ကို။ ပရိကမ္မန္တိ၊ ပရိကံဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ခေါ်အပ်၏။

ဂေါတြဘုဉာဏ်

အနုလောမဉာဏ်၏ အခြားမဲ့၌ မှတ်သိနေသော သင်္ခါရအာရုံကို စွန့်လွှတ်၍ သင်္ခါရချုပ်ငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလျက် ဂေါတြဘုဇောစိတ် ဖြစ်ပေါ်၏။ ဤဇောစိတ်နှင့် ယှဉ်သော သိမှုသည် ဂေါတြဘုဉာဏ်မည်၏။ ဤအရာ၌ အာရုံပြုသည်ဆိုသော်လည်း ရှေးအဖို့ကစိတ်များလို အာရုံ၏အပြင်မှနေ၍ သိခြင်းမျိုးမဟုတ်ပေ။ သင်္ခါရအာရုံမှလွှတ်ကျ၍ သင်္ခါရကင်းဆိတ် ချုပ်ငြိမ်းသော သဘောထဲသို့ ပြောင်းသွားသလိုပင် သိခြင်းပေတည်း။ ထို့ကြောင့် ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်၌ ဥပ္ပါဒံ အဘိဘုယျိတွာ အနုပ္ပါဒံ ပက္ခန္ဒတီတိဂေါတြဘု ဗဟိဒ္ဓါ သင်္ခါရ နိမိတ္တံ အဘိဘူယျိတွာ၊ နိရောဓံ နိဗ္ဗာနံ ပက္ခန္ဒ

တိတိဂေါတြဘု စသည်။ ဥပ္ပါဒံ အဘိဘုယျိတွာ၊ ဖြစ်ခြင်းရှိသော သင်္ခါရအာရုံကို လွှမ်းမိုးလွန်မြောက်၍။ အနုပ္ပါဒမ ပက္ခန္ဒတိတိ ဖြစ်ခြင်းကင်းသော သဘောထဲသို့ ပြေးဝင်သွားတတ်သောကြောင့်။ ဂေါတြဘု၊ ဂေါတြဘုမည်၏။

မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်

ဂေါတြဘုစိတ်၏ အခြားမဲ့၌လဲ နိဗ္ဗာန်ကိုပင် မျက်မှောက် တွေ့မြင် အာရုံပြုလျက် မဂ်ဇောစိတ် တစ်ကြိမ်ဖြစ်ပေါ်၏။ ဤမဂ် စိတ်နှင့် ယှဉ်သော သိမှုသည် မဂ်ဉာဏ်မည်၏။ ဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ လဲမည်၏။ မဂ်စိတ်၏ အခြားမဲ့၌လဲ နိဗ္ဗာန်ကိုပင် အာရုံပြုလျက် ဖိုလ်စိတ် နှစ်ကြိမ်ဖြစ်ပေါ်၏။ တိက္ခပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လျှင်ကား ရှေးအဖို့က အနုလုံဇော နှစ်ကြိမ်သာဖြစ်ခဲ့၍ မဂ်၏အခြားမဲ့၌ ဤဖိုလ်စိတ်သည် သုံးကြိမ်ဖြစ်ပေါ်၏။ ဖလသမာပတ် ဝင်စားသော အခါ၌ကား ဤ ဖိုလ်ဇောစိတ်သည် အပိုင်းအခြားမရှိ အကြိမ်များစွာလဲ ဖြစ်နိုင်၏။ ဤဖိုလ်စိတ်များနှင့် ယှဉ်သော သိမှုသည် ဖိုလ်ဉာဏ်မည်၏။ ဤမဂ်ဖိုလ်တို့၏ အာရုံပြုပုံသည်လည်း အပြင်မှနေ၍ အာရုံပြုသကဲ့သို့ မဟုတ်ပေ။ သင်္ခါရကင်းဆိတ် ချုပ်ငြိမ်းသော သဘောထဲ၌ ဝင်ရောက် နေသလိုပင် သိခြင်းပေတည်း။ ထို့ကြောင့် မဂ်ဖိုလ်တရားတို့ကို အပ္ပနာ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်သောတရား နိဗ္ဗာန်အာရုံထဲ၌ ဝင်ရောက် နေသလိုပင် ဖြစ်သောတရားဟု ခေါ်ဆိုပေသည်။ ဖိုလ်စိတ် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မှ နောက်၌ ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်သင့်သမျှ ဖြစ်ပေါ်လေ၏။ ထို့နောက် ဆင်ခြင်စဉ်းစားမှု ပစ္စဝေက္ခဏာ စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လေ၏။

မဂ္ဂဝီထိဖြစ်ပုံနှင့် မဂ်ဝင်ပုံ မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံ

မဂ္ဂဝီထိ၌ နိဗ္ဗာန်ကိုချည်း အာရုံပြုလျက် ဖြစ်ပေါ်ကြသော ဤဂေါတြဘူ မဂ်ဖိုလ်တို့၏ ဖြစ်ရာကာလသည် တခဏလေးမျှသာတည်း၊ ထို့ကြောင့် ထိုစိတ်သုံးမျိုးသည် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား အပိုင်းအပိုင်း အကန့်အကန့် ပြတ်ခြားလျက်ကား မထင်ရှားနိုင်။ ဖြစ်ပေါ်ပုံအားဖြင့်သာလျှင် ထင်ရှားတတ်ပေ၏။ တင်ရှားပုံကား မှတ်သိဆဲအာရုံနှင့် မှတ်သိမှု သင်္ခါရတို့မှလွတ်၍ သင်္ခါရချုပ်ငြိမ်းသော သဘောသို့ ရှေးဦးစွာ ကျရောက်သွားပုံလဲ ထင်ရှား၏။ ထိုသင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းသော သဘောထဲ၌ ဝင်ရောက်နေသကဲ့သို့ တခဏမျှ တည်နေပုံလဲထင်ရှား၏။ ထိုသင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းရာမှ ဆင်ခြင်မှု ပစ္စဝေက္ခဏာ ဖြစ်လာပုံလဲ အိပ်ပျော်ရာမှ နိုးလာသကဲ့သို့ ထင်ရှား၏။ ထို့ကြောင့် ဒေသနာသုတရှိသူများဖြစ်လျှင် ရှေးဦးစွာ သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းသောသဘောသို့ ကျရောက်သွားသောသဘောကို ဂေါတြဘူဟူ၍လည်းကောင်း၊ သင်္ခါရအာရုံချုပ်ငြိမ်း ကင်းပျောက်လျက် တခဏမျှ တည်တံ့သော အလယ်ပိုင်းသဘောကို မဂ်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ဆင်ခြင်မှု မဖြစ်မီက သင်္ခါရအာရုံ ချုပ်ငြိမ်းနေသော နောက်ဆုံးပိုင်းသဘောကို ဖိုလ်ဟူ၍ လည်းကောင်း ပိုင်းခြားဆုံးဖြတ်နိုင်ရာ၏။ ဤသို့သော သဘောကို နားလည်စေရန်။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်) ၌ အောက်ပါတို့ကို မိန့်မှာထား၏။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မြန်မာပြန်။ ။ ရေမြောင်းကို ခုန်ကျော်၍ ဟိုဘက်ကမ်း၌ တည်လိုသော ယောကျ်ားသည် လျင်သောအဟုန်ဖြင့် ပြေးသွားပြီးလျှင် ရေမြောင်း၏ သည်ဘက်ကမ်းမှာရှိသော သစ်ပင်၏ကိုင်း၌

ဖွဲ့ချည်၍ထားသော ကြိုးကိုဖြစ်စေ၊ တုတ်ကိုဖြစ်စေ၊ ဆွဲကိုင်ပြီးလျှင် ခုန်လွှား၍ ဟိုဘက်ကမ်းဆီသို့ ညွတ်ကိုင်းရှိုင်းသော ကိုယ်ရှိလျက် ဟိုဘက်ကမ်းပေါ်သို့ရောက်လျှင် ဆွဲကိုင်ထားသည့် ထိုကြိုးတုတ်ကို လွှတ်လိုက်၍ ဟိုဘက်ကမ်း၌ တုန်တုန်ယင်ယင်ဖြစ်လျက် ကျသွားပြီးလျှင် တဖြည်းဖြည်း တည်တံ့သွားသကဲ့သို့ ဤအတူပင် ဘဝယောနိဂတိ ဌိတိနိဝါသတို့၏ ဟိုဘက်ကမ်းသဖွယ် ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်၌ တည်လိုသော ဤယောဂီသည်လည်း ဥဒယဗ္ဗယစသော ဉာဏ်ရှစ်ပါးအဟုန်ဖြင့် ပြေးသွားပြီးလျှင် မိမိ၏ ကိုယ်တည်းဟူသော သစ်ပင်၏ကိုင်း၌ ဖွဲ့ကျည်၍ ထားသည်နှင့်တူသော ရုပ်တည်းဟူသော ကြိုးကိုဖြစ်စေ ဝေဒနာစသည်တို့တွင် တစ်ပါးပါးသော နာမ်တည်းဟူသော တုတ်ချောင်းကို ဖြစ်စေ၊ အနုလောမဉာဏ်၏ ရှေးသွားအာဝဇ္ဇန်းစိတ်ဖြင့် အနိစ္စဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ ဒုက္ခဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ အနတ္တဟူ၍သော်လည်းကောင်း၊ ဆင်ခြင်ဆွဲကိုင်ပြီးလျှင် ၎င်းအာရုံကို မလွှတ်ဘဲသာလျှင် ပထမ အနုလုံစိတ်ဖြင့် ခုန်လွှား၏။ ဟိုဘက်ကမ်းဆီသို့ ညွတ်ကိုင်းရှိုင်းသော ကိုယ်ရှိသည်နှင့် တူစွပင် ဒုတိယ အနုလုံစိတ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ဆီသို့ ညွတ်ကိုင်းရှိုင်းသော စိတ်ရှိလျက် ဟိုဘက်ကမ်းပေါ်သို့ရောက် သည်နှင့် တူစွပင် တတိယ အနုလုံစိတ်ဖြင့် ယခုပင် ရောက်ရတော့မည်ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်နှင့် နီးကပ်သည်ဖြစ်၍ ထိုစိတ် ချုပ်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် သိအပ်ဆဲဖြစ်သော ထိုသင်္ခါရအာရုံကို စွန့်လွှတ်လိုက်ပြီးလျှင် သင်္ခါရ ကင်း၍ ဟိုဘက်ကမ်းသဖွယ်ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်၌ ဂေါတြဘူစိတ်ဖြင့် ကျရောက်လေ၏။ သို့သော်လဲ တစ်မျိုးတည်းသော နိဗ္ဗာန်အာရုံ၌ မှိဝဲစေခြင်း ထုံစေခြင်းကို

မရသေးသောကြောင့် တုန်တုန်ယင်ယင်ဖြစ်နေသော ထိုယောဂါများ လိုပင် ကောင်းစွာကား မတည်တံ့သေးပေ။ ထို့နောက် မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် မတုန်မလှုပ် ကောင်းစွာတည်တံ့လေ၏။

တဿ တံစိတ္တံ အပရာပရံ မနသိကရောတော ပဝတ္တံ သမရိမိတ္တွာ အပ္ပဝတ္တံ ဩက္ကမတိ အပ္ပဝတ္တံ မနုပ္ပတ္တော မဟာရာဇ သမ္မာပဋိပန္နော နိဗ္ဗာနံ သစ္ဆိကရောတိတိ ဝုစ္စတိ။

(မိလိန္ဒပဥှာ–၃၁၁)

အပရာပရံ၊ အဆင့်ဆင့် မနသိကရောတော၊ နှလုံးသွင်းမှတ်ရှုစဉ်။ ဝါ၊ နှလုံးသွင်းမှတ်ရှုနေသော။ တဿ၊ ထိုယောဂီ၏။ တံစိတ္တံ၊ ထိုနှလုံးသွင်းသောစိတ်သည်။ ပဝတ္တံ၊ မပြတ်ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်အလျဉ်ကို။ သမတိက္ကမိတ္တွာ၊ လွန်မြောက်၍။ အပ္ပဝတ္တံ၊ မပြတ်ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်အလျဉ်မှ ပြောင်းပြန်ဆန့်ကျင်သော သဘောသို့။ ဝါ၊ ဖြစ်ပေါ်မှုကင်းသော သဘောသို့။ ဩက္ကမတိ၊ သက် ရောက်၏၊ မဟာရာဇ၊ မိလိန္ဒမင်းကြီး။ သမ္မာပဋိပန္နော၊ နည်းလမ်းမှန်စွာ ကျင့်သည်ဖြစ်၍။ အပဝတ္တံ အနုပ္ပတ္တော၊ ဖြစ်မှုကင်းသည့်သဘောသို့ ဆိုက်ရောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ နိဗ္ဗာနံ သစ္ဆိကရောတိတိ၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသည်ဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်ပေ၏။

ဝိပဿနာဉာဏ်အစဉ်၌ တစ်ခုပြီးတစ်ခု မဆုံးနိုင်အောင် ပျက်လျက်ထင်ရှားနေသော ရုပ်နာမ်အလျဉ်ကို အဆင့်ဆင့် နှလုံးသွင်း မှတ်သိလျက်ရှိ၏။ ထိုသို့ မှတ်သိနေဆဲမှာပင် အထူးသွက်လက် ထင်ရှားလာသော ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ အသိများ ဖြစ်ပေါ်ပြီးလျှင် ယောဂီ၏

စိတ်သည် မှတ်သိနေကျဖြစ်သော ရုပ်နာမ်အလျဉ်ကို နှလုံးမသွင်း မိတော့ဘဲ ထိုမပြတ်ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်အာရုံမှ ပြောင်းပြန်ဆန့်ကျင် သော သဘောထဲသို့ ဝင်သွားသလိုပင် ကျရောက်သွား၏၊ မပြတ် ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်အလျဉ်မှ ပြောင်းပြန်ဆန့်ကျင်သော သဘောဟူ သည်မှာ မပြတ်ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်အာရုံနှင့် မှတ်သိမှုတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း၊ ကင်းဆိတ်ခြင်းပင်တည်း။ **ကျရောက်သွားသောစိတ် ဟူသည်မှာ ဂေါတြဘူစိတ်၊ မဂ်စိတ်၊ ဖိုလ်စိတ်တို့ပေတည်း။ ဤသို့ ကျရောက်သွားလျှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရသည် မည်၏။**

မစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်

မဂ္ဂံ ဖလဉ္စနိဗ္ဗာနံ၊ ပစ္စဝေက္ခတိပဏ္ဍိတော။

ဟီနေကိလေသေ သေသေစ၊ ပစ္စဝေက္ခတိဝါနဝါ။

ပဏ္ဍိတော၊ နိဗ္ဗာန်မြင်သိ ပညာရှိသည်၊ မဂ္ဂဉ္စ၊ မျက်မှောက် ထင်ထင် တွေ့မြင်ပိုင်းခြား မဂ်တရားကိုလည်းကောင်း၊ ဖလဉ္စ၊ မဂ်၏အခြားမဲ့က တွေ့ခဲ့ရငြား ဖိုလ်တရားကို လည်းကောင်း၊ နိဗ္ဗာနဉ္စသင်္ခါရအားလုံး ဆိတ်သုဉ်းချုပ်ငြိမ်းရာ ငြိမ်သက်စွာသော နိဗ္ဗာန်တရားကိုလည်းကောင်း။ ပစ္စဝေက္ခတိ၊ ပြန်၍ဆင်ခြင်၏။ ဟီနေပဟီနေ၊ ပယ်အပ်ကုန်ပြီး ကင်းကုန်ပြီးသော။ ကိလေသေစ၊ ကိလေသာတို့ကိုလည်းကောင်း။ သေသေစ၊ ကြွင်းကျန်သေးသော ကိလေသာတို့ကိုလည်းကောင်း။ ပစ္စဝေက္ခတိဝါ၊ ဆင်ခြင်မိသည် လည်းရှိ၏။ နပစ္စဝေက္ခတိဝါ၊ မဆင်ခြင်မိသည်လည်းရှိ၏။

မဂ်ကိုဆင်ခြင်မှု၊ ဖိုလ်ကိုဆင်ခြင်မှု၊ နိဗ္ဗာန်ကို ဆင်ခြင်မှုဟူသော ဤပစ္စဝေက္ခဏာသုံးမျိုးသည် ကေန်ပင်ဖြစ်ပေါ်မြဲတည်း။ ပယ်ပြီး ကိလေသာကိုဆင်ခြင်မှု၊ မပယ်ရသေးသော ကိလေသာကို ဆင်ခြင်မှု ဟူသော ဤပစ္စဝေက္ခဏာ နှစ်မျိုးသည်ကား ဖြစ်ပေါ်သည်လဲရှိ၏။ မဖြစ်ပေါ်သည်လဲရှိ၏။ ကေန်ဖြစ်မြဲကားမဟုတ်၊ အနေကန်သာတည်း။ မည်သည့်မဂ်က မည်သည့်ကိလေသာကို ပယ်သတ်သည်ဟု မှတ်သားဘူးသော သူမှာသာ ဖြစ်တတ်သည်။ မမှတ်သားဘူးသောသူမှာကား မဖြစ်တတ်ဘဲလဲ ရှိတတ်သည်ဟူ၍ ဆိုလို၏။ များစွာသော ကျမ်းဂန်များ၌လဲ ဤအတိုင်းသာ ပြဆိုကြပေသည်။

အရိယာတို့သဘာဝ ပယ်သောတရားများ

သောတာပန် အရိယာများ ပယ်သော သံယောဇဉ် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ သီလဗ္ဗတပရာမာသ၊ အပါယ်သို့လားစေနိုင်သော ကာမရာဂ နှင့် ပဋိဃဟူသော ဤသံယောဇဉ်ငါးပါးကို ပထမ မဂ်က ပယ်၏။ ကိလေသာဆယ်ပါးထဲက ဒိဋ္ဌိကိလေသာနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာ ကိလေသာကို ပယ်သည်။ ပစ္စရိယငါးပါးကို သောတာပတ္တိမဂ်က ပယ်သည်။ သောတာပန် သကဒါဂါမ်တို့မှာ မိမိ၏ကိုယ်ခန္ဓာ သူတစ်ပါး၏ ကိုယ်ခန္ဓာတို့၌ တင့်တယ်သည်၊ ချမ်းသာကောင်းစားသည်ဟု ထင်မှတ်မှားမှု သညာဝိပလ္လာသနှင့် သိမှားမှု စိတ္တဝိပလ္လာသတို့ မကင်းကြသေး။ ထို့ကြောင့် ကာမဂုဏ်အာရုံ ဝတ္ထုများနှင့် ခံစားမွေ့လျော် ရွှင်ပျော်နိုင်ကြလေသည်။ အနာဂါမ်များမဟာလဲ ချမ်းသာကောင်းစား သည်ဟု ထင်မှတ်မှတ်မှားမှု သညာဝိပလ္လာသနှင့် သိမှားမှု စိတ္တ

ဝိပလ္လာသတို့ မကင်းကြသေး။ ထို့ကြောင့် မိမိ၏ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ခင်မင်တွယ်တာလျက် ရူပဘဝ၊ အရူပဘဝတို့၌ ပျော်မွေ့နိုင်ကြသည်။ ဆန္ဒာဂတိ၊ ဒေါသာဂတိ၊ မောဟာဂတိ၊ ဘယာဂတိ ဤဂတိလေးပါးကို သောတာပတ္တိမဂ်က ပယ်၏။

အရိယာတို့၏ သီလနိုင်မြဲပုံ

အရိယာကန္တေဟိတိ အရိယာနံ ကန္တေဟိ ပိယေဟိ မနာပေဟိ
ပဉ္စသီလာနိတိ အရိယ သာဝကာနံ ကန္တာနိ ဟောန္တိ
ဘဝန္တရေပိ အဝိဇဟိတဗ္ဗတော တာနိ သန္ဓာယေတံ ဝုတ္တံ။
(ဒီဋ္ဌ၊ ၂၊ ၁၃၄)

အရိယာကန္တေဟိတိ ဟူသည်ကား-အရိယာနံ၊ အရိယာတို့သည်။ ကန္တေဟိ ပိယေဟိ မနာပေဟိ၊ နှစ်သက်ခင်မင် မြတ်နိုးအပ်ကုန်သော။ ဟိ၊ မှန်ပေ၏။ ပဉ္စသီလာနိ၊ ငါးပါးသီလတို့သည်။ ဘဝန္တရေပိ အဝိဇ ဟိတဗ္ဗတော၊ ဘဝ တစ်ပါး၌သော်လည်း အရိယာတို့ မစွန့်အပ်သောကြောင့်။ အရိယာနံကန္တာနိ၊ အရိယာတို့ နှစ်သက်အပ်ကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ တာနိသန္ဓာယ၊ ထိုငါးပါးသီလတို့ကို ရည်၍။ ဧတံ၊ အရိယာကန္တ သီလတို့နှင့် ပြည့်စုံသည်ဟူသော ဤစကားကို။ ဝုတ္တံ၊ ဆိုအပ်၏။

အရိယာတို့ သဘာဝ

ဘဝတစ်ပါး၌ တည်သည်ဖြစ်၍ မိမိ၏အရိယာအဖြစ်ကို မသိသည်သော်လည်း ဖြစ်သော အရိယာသာဝကကို တစ်စုံ

တစ်ယောက်က ဤပိုးရွ ပုရွက်ဆိတ်ကို သတ်ဖြတ်၍ စကြဝဠာ တစ်တိုက်လုံး၌ စကြဝတေးမင်း အဖြစ်ကိုပြုပါဟု ဤသို့အကယ်၍ ပြောဆိုစေကာမူ ထိုအရိယာ သာဝကသည်၊ ၎င်းပိုးရွ ပုရွက်ဆိတ်ကို အသက်မှမချနိုင်ရာ (မသတ်နိုင်ရာ) သို့မဟုတ် တစ်နည်းအားဖြင့်လည်း ဤပိုးရွပုရွက်ဆိတ်ကို အကယ်၍ သင်မသတ်ငြားအံ့၊ သို့ဖြစ်လျှင် သင်၏ဦးခေါင်းကို ငါတို့ ဖြတ်ကုန်အံ့ဟု ဤသို့ ထိုအရိယာသာဝကကို အကယ်၍ ဆိုကြစေကာမူ ထိုသို့ဆိုသော သူတို့သည် ထိုအရိယာ၏ ဦးခေါင်းကိုသာလျှင် ဖြတ်ရလေကုန်ရာ၏။ ထိုအရိယာသာဝက သည်ကား ၎င်းပိုးရွ ပုရွက်ဆိတ်ကို မသတ်နိုင်လေရာသည်သာ လျှင်တည်း။

သူတစ်ပါးဥစ္စာ ခိုးယူမှု၊ မဆိုင်သော မေထုန်ကာမမှုတို့၌ ကျူးလွန်မှု၊ သူတစ်ပါး၏ အကျိုးမဲ့ဖြစ်အောင် လိမ်လည်မှု၊ သေ အရက်ကို သောက်စားမှုတို့၌လည်း ပါဏာတိပါတနည်းတူပင် အရိယာသည် မပြုလုပ်နိုင်သည်သာဖြစ်ရာ၏။ သူဌေးစည်းစိမ်၊ မင်းစည်းစိမ် ကိုယ်ခန္ဓာ အသက်တို့ထက်လည်း ငါးပါးသီလကို ခင်မင်မြတ်နိုးသည်သာလျှင် ဖြစ်ရာ၏။ အရိယာဟူသမျှသည် သဥပါဒိသေသ ပုဂ္ဂိုလ်ပင် ဖြစ်သော်လည်း အပါယ်လေးပါးမှ လုံး၀ ငွတ်မြောက်သည်ချည်းသာတည်း။ သဥပါဒိသေသ အရိယာ တို့တွင် သောတာပန် သကဒါဂါမ်တို့သည် ကာမသုဂတိနှင့် ရူပ အရူပဘုံတို့၌သာလျှင် ဖြစ်ကုန်၏။ ကာမ သုဂတိ၌လည်း ယုတ်ညံ့ သေးသိမ်သော အမျိုး၌ကား မဖြစ်ကုန်။ မြင့်မြတ်ကြီးကျယ်သော အမျိုးတို့၌သာလျှင် ဖြစ်ကုန်၏။ အနာဂါမ်တို့သည်ကား ရူပ အရူပ

ဘုံတို့၌သာလျှင် ဖြစ်ကုန်၏။ သာမန် သောတာပန် သကဒါဂါမ် အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိတို့၏ ဂတိမြဲကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရား၏ ဒေသနာတော်ဖြင့်သာလျှင် သိနိုင် ဆုံးဖြတ်နိုင်ရာသည်။ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ် သက်သက်ဖြင့်ကား မသိနိုင်၊ မဆုံးဖြတ်နိုင်ကြဟူသော အနက်သည် ထင်ရှား၏။ ဤသို့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်သက်သက်ဖြင့် မသိနိုင်၊ မဆုံးဖြတ်နိုင်ကြသောကြောင့်ပင်လျှင် သကဒါဂါမ်ဖြစ်သော မဟာနာမ် မင်းမှာ လားရမည့်ဂတိနှင့်စပ်၍ ယုံမှားတွေးတောမှု ဖြစ်ဘူးကြောင်းကို မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော် သရဏာနိဝင် ပထမ ဒုတိယသုတ်တို့၌ တွေ့ရ၏။

မဟာနာမ်မင်း လျှောက်ထားပုံ

တသ္မိံ မယှံ ဘန္တေ တသ္မိံ သမယေ မုဿတေဝ ဘဂဝန္တံ အာရဗ္ဘ သတိ မုဿတိ ဓမ္မံ အာရဗ္ဘ မုဿတိ သံဃံ အာရဗ္ဘ သတိံ တဿ မယှံ ဘန္တေ ဧဝံ ဟောတိ ကမှိစာ ဟံ သမယေ ကာလံ ကရေယျံ ကာမယှံ ဂတိ ကော အဘိသမ္ပရာယောတိ မာဘာယိ မဟာနာမ အပါပကံ တေ မရဏံ ဘဝိဿတိ အပါပိကာ ကာလံ ကိရိယာ ယဿ ကဿစိ မဟာနာမ ဒီဃရတ္တံ သဒ္ဓါပရိဘာဝိတံ စိတ္တံ သီလ သုတ စာဂ ပညာပရိဘာဝိတံ စိတ္တံ တဿ ယောဟိ ခွါယံ ကာယော ရူပီ–ပေ–တံ ဣဓေဝ ကာကာဝါ ခါဒန္တိ ဂိဇ္ဈာ ဝါ ကုလလာဝါ သုနခါဝါ သိင်္ဂါလာဝါ ဝိဝိဓာဝါ ပါဏကဇာတာ ခါဒန္တိ ယဉ္စ ခွဿ စိတ္တံ ဒီဃရတ္တံ

သဒ္ဒါပရိဘာဝိတံ သီလ သုတ စာဂ ပညာပရိဘာဒိတံ တံဥဒ္ဒံဂါမိ ဟောတိ၀ သေသဂါမိ။

(ပထမသုတ် သံ ၃-၃၂၂)

စတူဟိ ခေါ မဟာနာမ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတော အရိယ သာဝကော နိဗ္ဗာနနိန္နော ဟောတိ နိဗ္ဗာနပေါဏော နိဗ္ဗာန ပဗ္ဘာရော။ (ဒုတိယသုတ်ဋ္ဌဟောပုံ အထူး သံ ၃-၃၂၃)

(မြန်မာပြန်) မြတ်စွာဘုရားကိုဖြစ်စေ၊ ရဟန်းတော်များကိုဖြစ်စေ ဆည်းကပ်ဖူးမြော်ပြီးလျှင် ညနေချမ်းအချိန်၌ ကပ္ပိလဝတ်ပြည်တော်သို့ ပြန်ဝင်သွားစဉ်မှာ ချာချာလည်သော ဆင်ကြမ်း၊ မြင်းကြမ်း၊ ရထားကြမ်း၊ လှည်းကြမ်း၊ ဆိုးသွမ်းသော လူကြမ်းတို့နှင့် ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံရသော ထိုအခါမှာ မြတ်စွာဘုရား–ထိုအကျွန်ုပ်မှာ ဘုရားကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိလဲ မေ့ပျောက်သွားတော့သည်သာ၊ တရားကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိလဲ မေ့ပျောက်သွားတော့သည်သာ၊ သံဃာတော်ကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိလဲမေ့ပျောက်သွားတော့သည်သာ၊ ထိုအကျွန်ုပ်မှာ မြတ်စွာဘုရား–ဤသို့ ယုံမှားတွေးတော ဖြစ်ပါသည်။ ဖြစ်ပုံမှာ သည်လိုအခါထဲမှာ ငါသေသွားခဲ့လျှင် ငါ၏ လားရာဂတိဟာ ဘယ်လိုများနေမည်လဲ၊ နောင်တမလွန်ဘဝဟာ ဘယ်လိုများနေမည်လဲဟု ယုံမှားတွေးတောမှုဖြစ်ပါသည် အရှင်ဘုရားဟူ၍ မဟာနာမ်မင်းက လျှောက်ထား၏။ မကြောက်ပါလင့် မဟာနာမ်မင်း၊ မကြောက်ပါလင့် မဟာနာမ်မင်း၊ သင့်မှာ မယုတ်မညံ့မြင့်မြတ်သော သေခြင်းသာ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ မြင့်မြတ်သော အဆုံးသတ်ရာ ကာလကို ပြုရခြင်းသာ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ အို မဟာ

နာမ်မင်း–အကြင်သူ တစ်စုံတစ်ယောက်မှာ ရှည်မြင့်စွာသော ကာလပတ်လုံး သဒ္ဓါဖြင့် ထုံစေအပ်ပြီးသော စိတ်ရှိ၏။ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာဖြင့် ထုံစေအပ်ပြီးသော စိတ်ရှိ၏။ ထိုသူ၏ အကြင်ရုပ်ကိုယ်ကောင်သည်ရှိ၏။ ထိုရုပ်ကိုယ်ကောင်ကို ဤမျက်မှောက်လောကမှာပင် ကျီး၊ လင်းတ၊ စွန်၊ ခွေး၊ ပိုးအမျိုးမျိုးတို့ ခဲစားလေကုန်၏။ သို့သော်လဲ ထိုသူ၏ သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာဖြင့် ရှည်မြင့်စွာ ထုံစေအပ်ပြီးသော အကြင်စိတ်သည်ရှိ၏။ ထိုစိတ်သည်ကား အထက်သို့သာလျှင် တက်သွား၏။ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကိုသာလျှင် သွားရောက်၏။ (ပထမသုတ်)

မဟာနာမ်မင်း လျှောက်ထားပုံ

အိုမဟာနာမ်မင်း ဘုရား၌ မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်၍ ယုံကြည်ခြင်း၊ တရား၌ မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်၍ ယုံကြည်ခြင်း၊ သံဃာ၌ မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်၍ ယုံကြည်ခြင်း ငါးပါးသီလ ဖြူစင်ပြည့်စုံခြင်း ဟူသော တရားလေးပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံသော အရိယာသာဝကသည် နိဗ္ဗာန်ဆီသို့သာလျှင် ညွှတ်၏။ နိဗ္ဗာန်ဆီသို့သာလျှင် ကိုင်း၏။ နိဗ္ဗာန်ဆီသို့သာလျှင် ရှိုင်း၏။ (ဒုတိယသုတ်အထူး) ဤသို့ စသည်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားက ဟောတော်မူပေ၏။

ထို့ပြင် ထောပတ်အိုး ဆီအိုးများကို ရေထဲမှာ နှစ်မြှုပ်၍ ခွဲလိုက်လျှင် အိုးကွဲများသာ နစ်မြုပ်၍ ထောပတ်များ ဆီများကား ရေပေါ်မှာ တက်လာသကဲ့သို့ ရုပ်ကိုယ်ကောင် ပျက်စီးသွားသော်လဲ သဒ္ဓါစသည်ဖြင့် ထုံအပ်ပြီးသော စိတ်ဓာတ်က တစ်ဆင့်ထက်

တစ်ဆင့် မြင့်တက်သွားကြောင်းကိုလည်းကောင်း၊ အရှေ့ဘက်သို့ ကိုင်းနေသော သစ်ပင်ကို အရင်းမှ ဖြတ်လှဲလိုက်လျှင် မူလက ကိုင်းရင်းရှိသော ထို အရှေ့ဘက်အရပ်သို့သာ လဲကျသွားသကဲ့သို့ မူလက ညွှတ်ကိုင်းရင်းရှိသော နိဗ္ဗာန်ဆီသို့သာ စိတ်ဓာတ်က ညွှတ်ကိုင်းကြောင်းကိုလည်းကောင်း၊ ထိုသုတ်တို့၌ ဟောတော်မူလေသည်။ မဟာနာမ်မင်း၏ လျှောက်ထားပုံများကို တွေ့ရသောကြောင့် လားရမည့် ဂတိ၌ ယုံမှားခြင်းပယ်ပြီး မပယ်ရသေးသော ကိလေသာ၌ ယုံမှားခြင်းတို့သည် အချို့သော သောတာပန် သကဒါဂါမ်တို့အား ဖြစ်တတ်ကြသေးသည်ဟု သိအပ်၏။ သို့သော်လဲ ထိုသို့သော ယုံမှားများ ရှိသည့်အတွက်ကြောင့် ဝိစိကိစ္ဆာမကင်းသေးဟူ၍ကား မဆိုအပ်ပေ။ အကြောင်းကား ဤသို့သော ယုံမှားတွေးတောမှုသည် မဂ်ဖြင့် ပယ်အပ် ပယ်ထိုက်သော ဝိစိကိစ္ဆာ ကိလေသာမဟုတ်ပေ။ ယုံမှား ၈–မျိုး ၁၆–မျိုးသည်သာလျှင် မဟာတဗ္ဗဝိစိကိစ္ဆာ ကိလေသာဖြစ်သည်။

သဘာဝနိဗ္ဗာန်

မဂ်ဖိုလ်တို့၏ အာရုံဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ကို အကျဉ်းအားဖြင့် ဖော်ပြပါမည်။ နိဗ္ဗာန်ဟူသည်မဟာ ဘုံနန်းပြာသာဒ်ကြီးလဲ မဟုတ်၊ မြို့ကြီးပြည်ကြီးလဲမဟုတ်၊ အလင်းရောင် အဝင်းရောင်လဲ မဟုတ်၊ အဘယ်ကြောင့်ဘာနည်းဟူမူ ထိုဘုံနန်းပြာသာဒ်မြို့ကြီး ပြည်ကြီးစသည်များသည် ပရမတ် တရားများမဟုတ်ကြ၊ ပညတ်တရားများဖြစ်သောကြောင့်သာတည်း။ အမှန်အားဖြင့် အသင်္ခတ ပရမတ်

တရားဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သည် သန္တိလက္ခဏာဟု ခေါ်သော ဝဋ်ဆင်းရဲ မီးတို့၏ ငြိမ်းခြင်းသဘောမျှသာတည်း။ ဝိသင်္ခါရ ဟူသည်နှင့်အညီ မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့၏ လုံးဝကင်းခြင်း သဘော မျှသာတည်း။ သင်္ခါရကင်းပြီး သင်္ခါရတို့မှ ပြောင်းပြန် ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်သောကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို သင်္ခါရတို့၏ ဆန့်ကျင်ဘက် ပြောင်းပြန် အားဖြင့်–

ဥပ္ပါဒေါ သင်္ခါရာ အနုပ္ပါဒေါ နိဗ္ဗာနံ
ပဝတ္တံ သင်္ခါရာ အပ္ပဝတ္တံ နိဗ္ဗာနံ
နိမိတ္တံ သင်္ခါရာ အနိမိတ္တံ နိဗ္ဗာနံ
အာယူဟနာသင်္ခါရာ အနာယူဟနာ နိဗ္ဗာနံ
ပဋိသန္ဓိ သင်္ခါရာ အပ္ပဋိသန္ဓိ နိဗ္ဗာနံ။ (ပဋိသံ၊ ၅၈)

ဥပ္ပါဒေါ၊ ဖြစ်ခြင်းရှိသော တရားသည်၊ သင်္ခါရတရားတို့ပေ တည်း။ အနုပ္ပါဒေါ၊ ဖြစ်ခြင်းကင်းသော တရားသည် နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ပေတည်း။ ပဝတ္တံ၊ မပြတ်ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်အစဉ်သည်။ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရတို့ပေတည်း။ အပ္ပဝတ္တံ၊ မပြတ်ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်အစဉ် ကင်းသောတရားသည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ပေတည်း။ နိမိတ္တံ၊ ပုံသဏ္ဌာန်အထည် ကိုယ်ထင်ပေါ်သော တရားသည်။ သင်္ခါရာ သင်္ခါရတို့ပေတည်း။ အနိမိတ္တံ၊ ပုံသဏ္ဌာန် အထည်ကိုယ် မထင်ပေါ် သော တရားသည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်တည်း။ အာယူဟနာ၊ ချမ်းသာ ကောင်းစားရန် ရည်သန်၍ အားထုတ်ခြင်းသည်။ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရ တို့ပေတည်း။ အနာယူဟနာ၊ အားထုတ်ခြင်းကင်းသော တရားသည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ပေတည်း၊ ပဋိသန္ဓိ၊ စပ်၍ဖြစ်ခြင်းသည်။ သင်္ခါရာ၊

သခ်ါရတို့ပေတည်း၊ အပ္ပဋိသန္ဓိ၊ စပ်၍ဖြစ်ခြင်းကင်းသော တရားသည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ပေတည်း၊

ရုပ်နာမ်သခ်ါရ ဝဋ်ဆင်းရဲဟူသမျှ၏ ငြိမ်းရာငြိမ်းကြောင်း ငြိမ်းခြင်းသဘောဟု ဆိုအပ်သော ထိုနိဗ္ဗာန်သည် အတက္ကာဝစရော ဟူသည်နှင့်အညီ ကြံစီစဉ်းစားရုံမျှဖြင့် သိနိုင်သော သဘာဝပညတ် မဟုတ်ပါ။ ဂမ္ဘီရော ဒုဒ္ဒသော ဟူသည်နှင့်အညီ နက်လဲအလွန်နက်နဲ၏။ ပကတိဉာဏ်ဖြင့် သိလဲမသိနိုင်ပေ။ ပဏ္ဍိတဝေဒနိယောတိ သမ္မာ ပဋိပဒံ ပဋိပန္နေဟိ ပဏ္ဍိတေဟိ ဝေဒိတဗ္ဗော၊ ဝိပဿနာ အကျင့်မှန်ကို ကျင့်ကုန်၍ မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်နှင့် ပြည့်စုံသော ပညာရှိတို့သည်သာလျှင် မျက်မှောက် သိမြင်အပ်သော အသခ်ါတ ပရမတ်တရားပေတည်း။ တဏှာ၏ အာရုံမဟုတ်၊ ထိုနိဗ္ဗာန်သည် ဝါနမည်သော တဏှာမှလဲ ထွက်မြောက်၏။ တဏှာမရှိရာ တဏှာကင်းရာလဲဖြစ်၏။ ထိုနိဗ္ဗာန်ကို မဂ်ဉာဏ်ဖြင့်သိလျှင် သိသူ၏ သန္တာန်၌ တဏှာသည် ကင်းငြိမ်း၏။

ရုပ်နာမ်သခ်ါရ ဝဋ်ဆင်းရဲဟူသမျှတို့၏ ကင်းငြိမ်းခြင်း သဘောမျှသာဖြစ်သော ထိုနိဗ္ဗာန်သည် အနိမိတ္တ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ ဟူသည် နှင့်အညီ နိမိတ်ပုံသဏ္ဌာန် အထည်ဒြပ်ကင်းသည့် အနေအားဖြင့် သာလျှင် အရိယာတို့၏ ဉာဏ်၌ ရှေးရှုထင်ပေါ်၏။ ထို့ကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကိုသိပြီးသောသူပင် ဖြစ်သော်လဲ ထိုနိဗ္ဗာန်ကို မည်သို့သော ပုံသဏ္ဌာန်ရှိသည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ မည်သည့် အရာဝတ္ထုနှင့် တူသည် ဟူ၍လည်းကောင်း မပြောနိုင်ကြပေ။ မပြတ်ဖြစ်ပျက် လေ့ရှိသော ရုပ်နာမ်သခ်ါရတို့၏ လုံးဝ မပေါ်လာဘဲ ချုပ်ငြိမ်း ကင်းဆိတ်သည့် အနေအားဖြင့်သာလျှင် သိလဲသိရ၏။ ပြောလဲ

ပြောပြနိုင်ပေ၏။ ထို့ကြောင့် မိလိန္ဒပဉှာ၌ ဤသို့ မိန့်ဆိုတော်မူပေ၏။

အပ္ပဋိဘာဂံ မဟာရာဇ နိဗ္ဗာနံ နသက္ကာ နိဗ္ဗာနဿ
ရူပံဝါသဏ္ဌာနံဝါ ဝယံဝါ ပမာဏံဝါ ဩပမ္မေနဝါ
ကာရဏေနဝါဟေတုနာဝါ နယေနဝါဥပဒဿယိတုံ

(မိလိန္ဒ-၃၀၃)

မဟာရာဇ၊ မြတ်သော မိလိန္ဒမင်းကြီး။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်သည်။ အပ္ပဋိဘာဂမ၊ တူသောအဖို့ ဥပမာ မရှိပေ။ နိဗ္ဗာနဿ၊ နိဗ္ဗာန်၏။ ရူပံဝါ၊ အဆင်းအရောင်ကိုလည်းကောင်း။ သဏ္ဌာနံဝါ။ ပုံသဏ္ဌာန်ကိုလည်းကောင်း၊ ဝယံဝါ၊ အရွယ်အစားကိုလည်းကောင်း။ ပမာဏံဝါ၊ အတိုင်းအရှည်ကိုလည်းကောင်း။ ဩပမ္မေနဝါ၊ ဥပမာဖြင့်သော်လည်းကောင်း။ ကာရဏေနဝါ၊ ဥပတ္တမ္ဘက အကြောင်းဖြင့်သော်လည်းကောင်း။ ဟေတုနာဝါ၊ ဇနကအကြောင်းဖြင့်သော်လည်းကောင်း။ နယေနဝါ၊ သိကြောင်းနည်းဖြင့်သော်လည်းကောင်း။ ဥပဒဿယိတုံ၊ ဆောင်ကပ်၍ ဖော်ပြခြင်းငှာ။ နသက္ကာ၊ မစွမ်းနိုင်ပါပေ။

သင်္ခါရတို့၏ ငြိမ်းခြင်း၊ ကင်းဆိတ်ခြင်း၊ မဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ မရှိခြင်းသဘောကို နိဗ္ဗာန်ဟူ၍လည်းကောင်း။ ထိုနိဗ္ဗာန်မှာ အဆင်းအရောင် ပုံသဏ္ဌာန်၊ အရွယ်ပမာဏ မရှိဟူ၍လည်းကောင်း။ ထိုနိဗ္ဗာန်ကို အကြောင်း ဥပမာတို့ဖြင့် ပေါ်လွင်အောင် မပြနိုင်ဟူ၍လည်းကောင်း ဆိုသောကြောင့် နိဗ္ဗာန်ဟူသည်မှာ ဘာမျှမရှိဟုဆိုအပ်သော သဘာဝပညတ်နှင့် အတူတူပင်ဟု ထင်မှတ်ဖွယ်ရှိ၏။ သို့သော်လည်း နိဗ္ဗာန်သည်ကား ဘာမျှမရှိဟု ဆိုအပ်သော သဘာဝပညတ်ကဲ့သို့ လုံးဝမရှိသည်ကား မဟုတ်ပေ၊ သင်္ခါရတို့၏ ငြိမ်းခြင်း၊

ကင်းဆိတ်ခြင်း၊ မဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ မရှိခြင်းသဘောအားဖြင့် ထင်ရှား ရှိသည်သာတည်း၊ ထင်ရှားရှိသောကြောင့်ပင်လျှင် ထိုသင်္ခါရ ငြိမ်းခြင်း သဘောကို မျက်မှောက်တွေ့သိလျက် မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရားဖြစ်ပေါ် နိုင်ပေသည်။ ရဟန္တာ၏ ရုပ်နာမ်အစဉ်သည်လည်း ပရိနိဗ္ဗာန်စုတိမှ နောက်ကာလ၌ လုံးဝဖြစ်ပေါ်ခြင်းမရှိဘဲ ပြတ်စဲချုပ်ငြိမ်းနိုင်ပေသည်။

ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့၏ မဖြစ်ပေါ်လာဘဲ ငြိမ်းခြင်းတည်းဟူသော နိဗ္ဗာန်ဓာတ်သည် ရုပ်နာမ်တရားတို့ကဲ့သို့ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း မရှိသောကြောင့် အဇာတ အဘူတ မည်၏။ အကြောင်းတရားက မပြုအပ်သောကြောင့် အကတမည်၏။ အကြောင်းများစွာ ညီညွတ်၍ ပြုအပ်သည့် တရား မဟုတ်သောကြောင့် အသင်္ခတမည်၏။ ထိုနိဗ္ဗာန် အငြိမ်းဓာတ် တရားမရှိပါမူ မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အစဉ်၏ ပြတ်စဲခြင်းမည်သည် မရှိနိုင်တော့ပြီ။ သို့သော် ထိုငြိမ်းဓာတ်တရားသည် သဘာဝ ပညတ်ကဲ့သို့ မရှိသည်ကား မဟုတ်ပေ။ မဂ်ဖိုလ်၏ မျက်မှောက်အာရုံဖြစ်လျက် ပရမတ္ထအားဖြင့် ထင်ရှားရှိနေပေ၏။ ထင်ရှား ရှိသောကြောင့်ပင်လျှင် မှန်ကန်စွာ ကျင့်သူ၏ သန္တာန်၌ မပြတ်ဖြစ် နေသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာအစဉ်သည် ပရိနိဗ္ဗာန် စုတိမှ နောက်ကာလ၌ တစ်ဖန် မဖြစ်ပေါ်လာတော့ဘဲ အမြဲတမ်း ငြိမ်းသွားလေသည်။ ထိုသို့ ငြိမ်းခြင်း ထင်ရှားရှိလေသည်ဟု ဆိုလိုပေသည်။ ဉာဏ် သက်ဝင်နိုင်ပါစေ။

သင်္ခါရနှင့် နိဗ္ဗာန်ဟာ ပြောင်းပြန်

ယဿာနိဗ္ဗာနံ သဗ္ဗသင်္ခါရ ဝိဇရသဘာဝံ တဿာ ယထာသင်္ခတ

ဓမ္မေသု ကတ္ထစိနတ္ထိ ကထာတတ္ထပိ သဗ္ဗေအသင်္ခတဓမ္မာ
နဟိသင်္ခတာသင်္ခတ ဓမ္မာနံ သမောဓာနံ သမ္ဘဝတိ

(ဥဒါနဋ္ဌ-၃၅၃)

နိဗ္ဗာနံ၊ သင်္ခါရ ငြိမ်းမှု နိဗ္ဗာန်သည်။ ယသ္မာ၊ အကြင်ကြောင့်၊ သဗ္ဗသင်္ခါရ ဝိဇရသဘာဝံ၊ မီးနှင့်ရေ၊ အပူနှင့်အအေး၊ အမှောင်နှင့် အလင်းတို့ကဲ့သို့၊ အလုံးစုံသော သင်္ခါရတို့မှ ပြောင်းပြန် ဆန့်ကျင်သော သဘောရှိ၏။ တသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်။ သင်္ခတဓမ္မေသု၊ သင်္ခါရ တရားတို့တွင်။ ကတ္ထစိ၊ တစ်စုံတစ်ခုသော သင်္ခါရ တရား၌သော်လည်း။ နိဗ္ဗာနံ၊ သင်္ခါရ ငြိမ်းမှုနိဗ္ဗာန်သည်။ နတ္ထိယထာ၊ မရှိသကဲ့သို့။ တတ္ထပိ၊ ထိုသင်္ခါရငြိမ်းမှု နိဗ္ဗာန်၌လည်း။ သဗ္ဗေသင်္ခတ ဓမ္မာ၊ အလုံးစုံသော သင်္ခါရတရားတို့သည်။ တထာ၊ ထိုအတူပင် မရှိကုန်။ ဟိ၊ မှန်ပေ၏။ သင်္ခတာသင်္ခတဓမ္မာနံ သမောဓနံ၊ သင်္ခတတရားနှင့် အသင်္ခတတရားတို့၏ ပေါင်းဆုံမိခြင်းသည်။ နသမ္ဘဝတိ၊ မဖြစ်နိုင်ပါ။

ဤ ဥဒါန်းအဋ္ဌကထာနှင့်အညီ မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေသော သင်္ခါရတရား ရှိနေသေးလျှင် သင်္ခါရငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန်သို့ မဆိုက်ရောက်သေး။ နိဗ္ဗာန်ကို သိဆဲ၌ သင်္ခါရတရား တစ်စုံတစ်ခုမျှ မထင်ပေါ်။ ပရိနိဗ္ဗာန် ဝင်စံသော အခါ၌ကား သင်္ခါရတရား တစ်စုံတစ်ခုမျှ မဖြစ်တော့ပြီ၊ မရှိတော့ပြီဟု သိအပ်၏။

သင်္ခါရ အလုံးစုံကင်းဆိတ်၍ သင်္ခါရ ငြိမ်းခြင်းသဘောမျှ ဖြစ်သော ထိုနိဗ္ဗာန်ကို မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် သိလျှင်သိသူ၏သန္တာန်၌ အပါယဂမနိယတဏှာ၊ ဩဠာရိက ကာမတဏှာ၊ သုခုမ ကာမတဏှာ၊ ရူပ အရူပတဏှာတို့သည် မဖြစ်နိုင်ကုန်ပြီ။ အကြွင်းမဲ့ ချုပ်ငြိမ်း

ပျက်ပြယ်လေကုန်၏။ ထိုတဏှာတို့ကိုစွန့်ပြီး ဖြစ်လေ၏။ တစ်ဖန် မဖြစ်နိုင်အောင် ဝေးစွာစွန့်ပြီးလဲဖြစ်လေ၏။ ထိုတဏှာဟူသော အနှောင်အဖွဲ့ကို ဖြေပြီးလဲဖြစ်လေ၏။ ထိုတဏှာဟူသော ငြိကပ်တွယ်တာမှုကင်းလေ၏။ ထို့ကြောင့် မဂ်လေးပါး၏အာရုံဖြစ်သော ထိုသင်္ခါရငြိမ်းမှုနိဗ္ဗာန်သည် တဏှာ၏ ပျက်ပြယ်ရာချုပ်ရာလဲဖြစ်၏။ တဏှာကို စွန့်ရာလဲဖြစ်၏။ ဝေးစွာ စွန့်ရာလဲဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ အနှောင်အဖွဲ့ကို ဖြေရာလဲဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ တွယ်တာမှု ကင်းရာလဲဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်၍ ထိုနိဗ္ဗာန်ကို ဝါနတော နိက္ခန္တတ္တာ၊ နိဗ္ဗာနန္တိပဝုစ္စတိ ကျမ်းဂန်များ၌ လာရှိလေသည်။ တဏှာမှ ထွက်မြောက်သောကြောင့် နိဗ္ဗာန်ဟု ဆိုရလေသည်။

ထို့ပြင် မဂ်ဉာဏ်လေးပါးဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုသိလျှင် ထိုသိစိတ်၌လဲ သင်္ခါရအလုံးစုံ မထင်ပေါ်ဘဲ ချုပ်ငြိမ်း၏။ နိဗ္ဗာန်ကို မသိပါက ဖြစ်ထိုက်ကုန်သော ကိလေသာ ခန္ဓာတို့သည်လည်း။ ထိုသိသော ကာလမှ စ၍ မဖြစ်ထိုက်ကုန်ပြီ၊ ချုပ်ငြိမ်းလေကုန်၏။ ထို့ကြောင့် နိဗ္ဗာန်သည် သင်္ခါရအလုံးစုံ၏ ငြိမ်းရာလဲဖြစ်၏။ ခန္ဓာကိလေသာ အတိသင်္ခါရ ကာမဂုဏ်ဟူသော ဥပဓိတို့ကို စွန့်လွှတ်ရာလဲဖြစ်၏။ တဏှာ၏ ကုန်ခန်းရာလဲဖြစ်၏။ ကိလေသာဟူသော တပ်စွဲမှုတို့၏ ပျက်ပြယ်ရာလဲဖြစ်၏။ ဆင်းရဲအလုံးစုံ ချုပ်ရာလဲဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်၍ ထိုနိဗ္ဗာန်ကို အောက်ပါအတိုင်း ဟောတော်မူ၏။

ဣဒမ္ပိခေါ ဌာနံဒုဒ္ဒသံ၊ ယဒိဒံ သဗ္ဗသင်္ခါရသမထော
သဗ္ဗူပဓိ နိဿဂ္ဂေါ တဏှာက္ခယော ဝိရာဂေါနိရောဓောနိဗ္ဗာနံ။
(ဒီ-၁-၃၁)

သဗ္ဗသင်္ခါရ သမထော၊ အလုံးစုံသော သင်္ခါရတို့၏ ငြိမ်းရာဖြစ်သော။ သဗ္ဗူပဓိနိဿဂ္ဂေါ၊ အလုံးစုံသော ဥပဓိတို့ကို စွန့်လွှတ်ရာဖြစ်သော။ တဏှာက္ခယော၊ တဏှာ၏ကုန်ရာဖြစ်သော။ ဝိရာဂေါ၊ ကိလေသာဟူသော တပ်စွဲမှုတို့၏ ပျက်ပြယ်ရာဖြစ်သော။ နိရောဓော၊ အလုံးစုံသော ဆင်းရဲတို့၏ ချုပ်ရာဖြစ်သော၊ ယဒိဒံနိဗ္ဗာနံ၊ ဝါနမည်သော တဏှာမှလွတ်မြောက်သော အကြင်သဘောသည်။ ဝါ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းသော အကြင်သဘောသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဣဒမ္ပိ ခေါဌာနံ၊ ဤနိဗ္ဗာန်ဟူသော ဌာနကိုလည်း။ ဒုဒ္ဒသံ၊ မြင်နိုင်ခဲစွ။

သဉပါဒိသေသနှင့် အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်

မဂ်ဖိုလ်တို့၏ အာရုံဖြစ်သော ထိုနိဗ္ဗာန်သည် ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ ဝဋ်ဆင်းရဲဟူသမျှတို့၏ ကင်းပချုပ်ငြိမ်းခြင်းဟူသော သန္တိလက္ခဏာသဘောအားဖြင့် တစ်ပါးတည်းသာ ဖြစ်သော်လဲ ခန္ဓာအကြွင်းရှိခြင်း၊ မရှိခြင်းဟူသော ကွဲပြားကြောင်း၊ ပရိယာယ်အားဖြင့်ကား၊ သဉပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်၊ အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ဟူ၍ နှစ်မျိုးကွဲပြား၏။ ထိုတွင် ပရိနိဗ္ဗာန်မပြုမီ ရဟန္တာ၏ သန္တာန်၌ ကိလေသာတို့၏ လုံးဝမဖြစ်ပေါ်နိုင်သောအားဖြင့် ငြိမ်းခြင်းသည် သဉပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်မည်၏။ သ၊ တကွဖြစ်သည်၊ ရှိသည်၊ ဥပါဒိ တဏှာစသည်တို့က အကျိုး၏အပြစ်ဖြင့် ယူအပ်သော ခန္ဓာ။ တဏှာ ဥပါဒါန်ကံတို့၏ အကျိုးဖြစ်သော ခန္ဓာ။ သေသ၊ ကိလေသာတို့မှ ကြွင်းကျန်သည်။ နိဗ္ဗာန၊ ငြိမ်းခြင်း၊ သဉပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန၊ အကျိုးခန္ဓာ အကြွင်းနှင့်တကွဖြစ်သော ကိလေသာငြိမ်းခြင်း သဘောအကျိုးခန္ဓာ ရှိပါလျက်

ကိလေသာ ငြိမ်းခြင်းသဘောဟု ဆိုလို၏။

ရဟန္တာအား ပရိနိဗ္ဗာန်စုတိမှ နောက်ကာလ၌ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့၏ မဖြစ်ပေါ်လာတော့ဘဲ လုံးဝငြိမ်းခြင်းသည် အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်မည်၏။ အနု၊ မရှိ။ ဥပါဒိ၊ အကျိုးဖြစ်သော ခန္ဓာ၊ သေသ၊ ကြွင်းကျန်သည်။ နိဗ္ဗာန၊ ငြိမ်းခြင်း။ အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန၊ ပရိနိဗ္ဗာန်စုတိမှ နောက်ကာလ၌။ ကိလေသာတို့မှ ကြွင်းသော အကျိုးခန္ဓာမျှ မရှိတော့ဘဲ သင်္ခါရတို့၏ လုံးဝငြိမ်းခြင်းသဘောဟု ဆိုလို၏။

တဒေတံ သဘာဝတော ဧကဝိဓမ္ပိ၊
သဉပါဒိသေသ နိဗ္ဗာနဓာတု၊
အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန ဓာတုစေတိ၊
ဒုဝိဓံဟောတိ၊ ကာရဏပရိယာယေန။

(အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟအဌကထာ)

တံဧတံ၊ မဂ်ဖိုလ်၏ အာရုံဖြစ်သော ထိုနိဗ္ဗာန်သည်။ သဘာဝတော၊ သန္တိလက္ခဏာဟူသော မိမိ၏ သဘောအားဖြင့်။ ဧကဝိဓမ္ပိ၊ တပါးသောအဖို့ ရှိသော်လည်း။ ဝါ၊ တစ်ပါးတည်းဖြစ်သော်လည်း။ သဉပါဒိသေသ နိဗ္ဗာနဓာတု၊ သဉပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ဓာတ်လည်းကောင်း၊ အနုပါ ဒိသေသ နိဗ္ဗာန၊ ဓာတုစ၊ အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်ဓာတ်လည်း့ကောင်း၊ ဣတိ၊ ဤသို့၊ ကာရဏပရိယာယေန၊ ကွဲပြားခြင်း၏ အကြောင်းအမြွက်အားဖြင့်။ ဒုဝိဓံ၊ နှစ်ပါးအပြားရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဝိပဿနာမှတ်ရှုဆဲ၌ ဒွါရ ၆-ပါး၊ အာရုံ ၆-ပါး စိတ်စေတသိတ်တရားတို့တွင် ထင်ရှားသော တရား

တစ်ခုခုကို မပြတ်မှတ်သိလျက်ရှိ၏။ မဂ်ဖိုလ်ဖြစ်ဆဲ၌ ထိုဒွါရအာရုံ စိတ်စေတသိက် တရားတို့တွင် တစ်စုံတစ်ခုမျှ မထင် ပေါ်သည်ဖြစ်၍ ထိုအရာအလုံးစုံ၏ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း၊ သဘောကိုသာ သိရ၏။ ဤသို့ သိရသော ချုပ်ငြိမ်းခြင်း သဘောသည်ပင် ဆင်းရဲ ခပ်သိမ်း၏ အပြီးတိုင်ငြိမ်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်မည်၏ဟု ဆိုလိုသည်။ အာယတန အလုံးစုံချုပ်ငြိမ်းလျှင် သင်္ခါရအလုံးစုံပင်လျှင် ချုပ်ငြိမ်း၏။ ထို့ကြောင့် အောက်ပါသုတ်တို့၌ သင်္ခါရအလုံးစုံကို ပယ်မြစ်လျက် သင်္ခါရ အလုံးစုံ၏ ပြောင်းပြန်ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော သဘောကို နိဗ္ဗာန်ဟု ဟောတော်မူပါသည်။

ယတ္ထ အာပေါ စ ပထဝီ တေဇော ဝါယော န ဂါဓတိ
တတော သရာ နိဝတ္တန္တိ၊ ဧတ္ထ ဝဋ္ဋံ န ဝတ္တတိ၊ ဧတ္ထ
နာမဉ္စ ရူပဉ္စ အသေသံ ဥပရုဇ္ဈတိ၊ (ဒေဝတာ သံယုတ်–၁၅)

ယတ္ထ၊ အကြင်နိဗ္ဗာန်၌။ အာပေါ စ၊ အာပေါဓာတ်သည် လည်းကောင်း။ ပထဝီ စ၊ ပထဝီဓာတ်သည် လည်းကောင်း။ တေဇော စ၊ တေဇောဓာတ် သည်လည်းကောင်း။ ဝါယော စ၊ ဝါယောဓာတ်သည် လည်းကောင်း။ န ဂါဓတိ၊ မတည်၊ မရှိ။ အထော။ ဓာတ်လေးပါးတို့ မရှိရာဖြစ်သော ဤနိဗ္ဗာန်မှ။ သရာ၊ ခန္ဓာအစဉ် သံသရာတည်းဟူသော မြစ်ချောင်းအင်းအိုင် ရေလျဉ်တို့သည် နိဝတ္တန္တိ၊ ဆုတ်နစ်ကုန်၏။ ဝါ၊ မပြတ်ဖြစ်ပေါ်ခြင်းမရှိဘဲ ရပ်စဲကုန်၏။ ဧတ္ထ၊ ဤနိဗ္ဗာန်၌။ ဝဋ္ဋံ၊ ကိလေသာ ကမ္မဝိပါက်ဟူသော ဝဋ်သုံးပါးသည်။ န ဝတ္တတိ၊ လည်လျက်မဖြစ်၊ ဧတ္ထ၊ ဤနိဗ္ဗာန်၌။ နာမဉ္စ၊ အာရုံဆီသို့ ညွတ်တတ်သွားတတ်သော နာမ်တရားသည် လည်းကောင်း၊ ရူပဉ္စ၊

ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲတတ်သော ရုပ်တရားသည် လည်းကောင်း၊ အသေသံ၊ အကြွင်းမဲ့။ ဥပရုဇ္ဈတိ၊ ချုပ်ပျောက်လေတော့၏။

မတုန်မလှုပ် နိုင်မြဲသော သဒ္ဓါရှင်

တစ်နေ့သောအခါ၌ ခင်ပွန်းသည်ဖြစ်သော ဘာရဒွါဇ ပုဏ္ဏား က ဇနီးဖြစ်သူ ဓနဉ္စာနီအား ဤသို့ ပြော၏။ ရှင်မရေ–နက်ဖြန်ခါ ငါတို့အိမ်မှာ ပုဏ္ဏားငါးရာကို ထမင်းကျွေးဖို့ ဖိတ်ထားတယ်။ မင်းကလဲ ရပ်ရင်းဖြစ်စေ၊ ထိုင်ရင်းဖြစ်စေ၊ ချေ၍ဖြစ်စေ၊ ချောင်းဆိုး ၍ဖြစ်စေ၊ နေရာတကာမှာ 'နမော ဗုဒ္ဓဿ' ဟု ဆိုဆိုပြီး ဦးပြည်း ရဟန်းကို ရှိခိုး ရှိခိုးနေတာဘဲ နက်ဖြန် တစ်ရက်တော့ တောင်းပန် ပါရစေကွယ်။ ညှိသည်တော် ပုဏ္ဏား ဆရာများ စားပွဲထိုင်နေတုန်းမှာ အဲသည်လိုဆိုပြီး ရှိမခိုးမိအောင် စောင့်စည်းစေချင်ပါတယ်။ ရှိခိုး တာကို သူတို့က မြင်ကြားသွားလျှင် ငါ့အပေါ်မှာ အထင်လွဲပြီး သဘောကွဲကုန်ပါလိမ့်မယ်ဟု ပြော၏။ အို–ရှင်ဟာ ပုဏ္ဏားတွေနဲ့ ကွဲပြားလဲ ကျွန်မ မတတ်နိုင်ဘူး။ နတ် တွေနဲ့ကွဲပြားလဲ မတတ်နိုင်ဘူး။ ဘုရားကို သတိရလျှင်တော့ ကျွန်မက ရှိမခိုးဘဲတော့ မနေနိုင်ဘူးဟု ဓနဉ္စာနီက ငြင်းပယ်ပြော၏။ ရှင်မရေ စဉ်းစားပါဦးကွယ်။ ရွာ တံခါးကိုတောင် ပိတ်ထားလို့ ဖြစ်သေးတာပဲ၊ ပုဏ္ဏားတွေ စားပွဲ ထိုင်နေတုန်း ခဏလေးအတွင်းမှာ လက်နှစ်သစ်လောက်ရှိတဲ့ ပါးစပ် ပေါက်ကလေးကို ပိတ်ထားဖို့ မခက်ပါဘူးကွယ်။ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်ဟု ဤသို့သောနည်းဖြင့် အဖန်ဖန် တားမြစ်ပြောဆိုသော်လဲ တားမြစ်မရ ဘဲရှိလေ၏။ ထိုအခါ ဘာရဒွါဇသည် သံလျက်ဓားလွယ်ကြီးကို

ကိုင်၍ ဟော့ ရှင်မ သည်မှာ ကြည့်စမ်း နက်ဖြန်ခါ ပုဏ္ဏားတွေ စားပွဲထိုင်နေစဉ်မှာ ဦးပြည်းရဟန်းကို ရှိခိုးလျှင် နင့်ကိုယ်ကို ဤ ဓားဖြင့် ချေဖျားမှစ၍ ဆံဖျား တိုင်အောင် မျှစ်လိုပင် အပိုင်းပိုင်း ဖြစ်အောင် ခုတ်ဖြတ်ပစ်မည်ဟု ခြိမ်းခြောက်ပြောဆို၏။ ထိုအခါ ဓနဉ္ဇာနီက-

သစေ မေ အင်္ဂမင်္ဂါနိ၊ ကာမံ ဆေဇ္ဇသိ ဗြာဟ္မဏ။

နေဝါ ဟံ ဝိရမိဿာမိ၊ ဗုဒ္ဓသေဋ္ဌဿ သာသနာ။

ဗြာဟ္မဏ၊ အိုပုဏ္ဏား။ တွံ၊ သင်သည်။ မေ၊ ငါ၏။ အင်္ဂမင်္ဂါနိ၊ အင်္ဂါကြီးငယ်တို့ကို။ ကာမံ၊ အလိုရှိတိုင်း။ သစေဆေဇ္ဇသိ၊ အကယ်၍ ခုတ်ဖြတ်စေကာမူ။ အဟံ၊ ငါသည်။ ဗုဒ္ဓသေဋ္ဌဿ၊ ဘုရားမြတ်၏။ သာသနာ၊ အဆုံးအမ သာသနာတော်မှ။ နေဝဝိရမိဿာမိ၊ ရှောင်ကြဉ်မည် မဟုတ်သည်သာတည်း။

ဤသို့ စသော ဂါထာ ငါးရာတို့ကိုဆိုလျက် ကန့်ကွက် ငြင်းပယ်နေသတဲ့။ ထိုအခါမှာ ဘာရဒွါဇက ကဲ ဒါဖြင့် မင်းသဘော အတိုင်းပဲဆို၍ အလျှော့ပေးလိုက်ရသတဲ့။ နောက်နေ့၌ ဧည့်သည် ပုဏ္ဏားတို့အား စားပွဲခင်းကျင်း၍ ကျွေးမွေးနေစဉ်မှာ ဓနဉ္ဇာနီသည် ခလုတ်တိုက်မိ၍ ချော်လဲသွားရှာလေ၏။ တိုက်ခိုက်မိသော ဒဏ်ရာကြောင့် နာကျင်မှု ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ၌ ဓနဉ္ဇာနီသည် မြတ်စွာဘုရားကို သတိရ၍ ဦးခေါင်းထက်၌ လက်အုပ် ချီကာ ဘုရားရှိတော်မူရာ ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်ဆီသို့ ညွတ်တွားလျက် နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿဟု သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ဥဒါန်းကျူးဆိုလျက် ကန်တော့လေ၏။ ထိုအခါ

မှာ ညှော်သည်ပုဏ္ဏားတို့သည် အယူဇာတ် ကွဲပြားသောသူ၏ ထမင်းကို ငါတို့ မစားလိုဟု ပြောဆို စိတ်ဆိုးလျက် ထ၍ သွားလေကုန်၏။ ဘာရဒွါဇပုဏ္ဏားလဲ အမျက်ဒေါသ ချောင်းချောင်းထလျက် ပုဏ္ဏားမကို အမျိုးမျိုး ဆဲဆိုပြီးလျှင် မကျေနပ်သေးသောကြောင့် သူ့ဆရာ ဘုရားကို မေးခွန်းမေးမြန်း၍ ဝါဒထင်မည်ဟု ကြံစည်ကာ ဘုရားထံသို့ သွား၍ မေးလေ၏။ မြတ်စွာဘုရားက ဖြေဆို ဟောကြားသောအခါ၌ ထိုပုဏ္ဏားသည် အကျွတ်တရားရ၍ သာသနာတော်တွင် ရဟန်းပြုလေလျှင် မကြာမီပင် ရဟန္တာဖြစ်လေသည်ဟု ဗြဟ္မဏ သံယုတ် ပါဠိတော်၌ လာ၏။ သို့ဖြစ်၍ ဘုရား တရား သံဃာ ဗုဒ္ဓဘာသာကို စွန့်ရမည် မစွန့်လျှင် သတ်ပစ်မည်ဟု သတ်နိုင်သူက ခြိမ်းခြောက် ပြောဆိုသော်လဲ အရိယာအစစ်ဖြစ်သော သူသည် ဤဓနဉ္ဇာနီ ပုဏ္ဏားမကဲ့သို့ပင် မစွန့်လွှတ်နိုင်ဘဲ ခိုင်မြဲသော သဒ္ဓါနှင့် ပြည့်စုံနေသည်သာ ဖြစ်ရာ၏။

ဤအထက်ဖော်ပြပါ ဝတ္ထုကြောင်းကို ထောက်ထားပြီး သောတာပန် ဖြစ်ပြီးသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ် မှန်သမျှ ဘုရား၌ ယုံကြည်မှု၊ တရား၌ ယုံကြည်မှု၊ သံဃာ၌ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါသည် အစက မတုန်လှုပ်မှု၍ အဓိဂမသဒ္ဓါ ခိုင်မြဲသော ယုံကြည်မှု ရှိကြသည်ဖြစ်၍ ငါးပါးသီလ၌ မိမိ၏ အသက်ကို စွန့်ရစေကာမူ မချိုးဖောက်တော့ပေ။ အရိယာဟု အထင်ရှိသူတိုင်း သောတာပန် အရိယာမှန်သမျှ ပြည့်စုံကြသည့် အင်္ဂါရပ်များနှင့် ပြည့် မပြည့် သိရှိနိုင်ရန် ဖော်ပြသော ဝတ္ထုသာဓက ဖြစ်ပေသည်။

မဇ္ဈိမ ပဏ္ဏာသ အပွမာဒလမ်းစဉ် အမှတ် (၃)
ဤတွင် တစ်ခန်းရပ်ပါပြီ
၁၃၅၃–ခု နယုန်လဆန်း ၈–ရက်

ဆုတောင်းခန်း

ယံ ပတ္တံ ကုသလံ တဿ၊ အာနုဘာဝေန ပါဏိနော၊
သဗ္ဗေ သဒ္ဓမ္မ ရာဇဿ၊ ဉတွာ ဓမ္မံ သုခါဝဟံ။
ပါပုဏန္တု ဝိသုဒ္ဓါယ၊ သုခါယ ပဋိပတ္တိယာ။
အသောက မနုပါယာသံ၊ နိဗ္ဗာန သုခ မုတ္တမံ။
စိရံ တိဋ္ဌတု သဒ္ဓမ္မော၊ ဓမ္မေ ဟောန္တု သဂါရဝါ။
သဗ္ဗေပိ သတ္တာ ကာလေန၊ သမ္မာ ဒေဝေါ ပဝဿတု။
ယထာ ရက္ခိံသု ပေါရာဏာ၊ သုရာဇာနော တထေဝိမံ။
ရာဇာ ရက္ခတု ဓမ္မေန၊ အတ္တနောဝ ပဇံ ပဇံ။ ။

ယံ၊ အကြင်ကုသိုလ်သည်၊ မေ၊ ငါ့အား။ ပတ္တံ၊ ရောက်အပ်ပြီ။ တဿကုသလဿ၊ ထိုကုသိုလ်၏။ အာနုဘာဝေန၊ အာနုဘော် ကြောင့်။ သဗ္ဗေ၊ ခပ်သိမ်းကုန်သော။ ပါဏိနော၊ သတ္တဝါတို့သည်။ သဒ္ဓမ္မရာဇဿ၊ တရားမင်းမြတ်၏။ သုခါဝဟံ၊ ချမ်းသာကို ဆောင်တတ်သော။ ဓမ္မံ၊ တရားကို။ ဉတွာ၊ သိ၍။ ဝိသုဒ္ဓါယ၊ ကိလေသာမှ စင်ကြယ်သော။ သုခါယ၊ ချမ်းသာသော။ ပဋိပတ္တိယာ၊ မဂ်အကျင့်ဖြင့်။ အသောကံ၊ စိုးရိမ်ခြင်းလည်းကင်းထသော။ အနုပါယာသံ၊ ပင်ပန်းခြင်းလည်းကင်းထသော။ ဥတ္တမံ၊ မြတ်လည်း မြတ်ထသော။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့။ ပါပုဏန္တု၊ ရောက်ကြ ပါစေကုန်သတည်း။

သဒ္ဓမ္မော၊ သာသနာတော်မြတ်သည်။ စိရံ၊ ရှည်စွာ။ တိဋ္ဌတု၊ တည်ပါစေသတည်း။ သဗ္ဗေပိ၊ အလုံးစုံလည်းဖြစ်ကုန်သော။ သတ္တာ၊ သတ္တဝါတို့သည်။ ဓမ္မေ၊ တရား၌။ သဂါရဝါ၊ ရိုသေခြင်း

ရှိကုန်သည်။ ဟောန္တု၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ကာလေန၊ သင့်သောကာလ၌။ သမ္မာ၊ ကောင်းစွာ ဒေဝေါ၊ မိုဃ်းသည်။ ပဝဿတု၊ ရွာပါစေသတည်း။

ပေါရာဏာ၊ ရှေး၌ဖြစ်ကုန်သော။ သုရာဇာနော၊ မင်းကောင်းမင်းမြတ်တို့သည်၊ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ ပဇံဝ၊ သားကိုကဲ့သို့။ ဓမ္မေန၊ တရားနှင့်ညီသဖြင့်၊ ပဇံ၊ တိုင်းသားပြည်သူ လူအပေါင်းကို။ ရက္ခိံသုယထာ၊ စောင့်ရှောက်လေကုန်ပြီးသကဲ့သို့။ တထေဝ၊ ထို့အတူသာလျှင်။ ရာဇာ၊ ယခုမင်းမြတ်သည်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ ပဇံဝ၊ သားတော်ကဲ့သို့။ ဓမ္မေန၊ တရားနှင့်ညီသဖြင့်။ ဣမံပဇံ၊ ဤတိုင်းသားပြည်သူလူအပေါင်းကို။ ရက္ခတု၊ စောင့်ရှောက်တော်မူပါစေကုန်သတည်း။