



ညောင်ကန်အရှင်ကုဇ္ဈက

ဟောစည် ဓမ္မကထိက နယ်လှည့် ကမ္မဋ္ဌာ နာစရိယ

ဟောကြားတော်မူသည်



သ ဇာတိသိက္ခာတော်တွန်းကားပြန်ပွားရေးဦးစီးဌာန

စာကြည့်တိုက်

ရန်ကုန်မြို့၊ ဆန္ဒာဆေး - ရန်ကုန်။

သာသနာ့ရိပ်သာ၊ သန္တာအေးကျောင်း

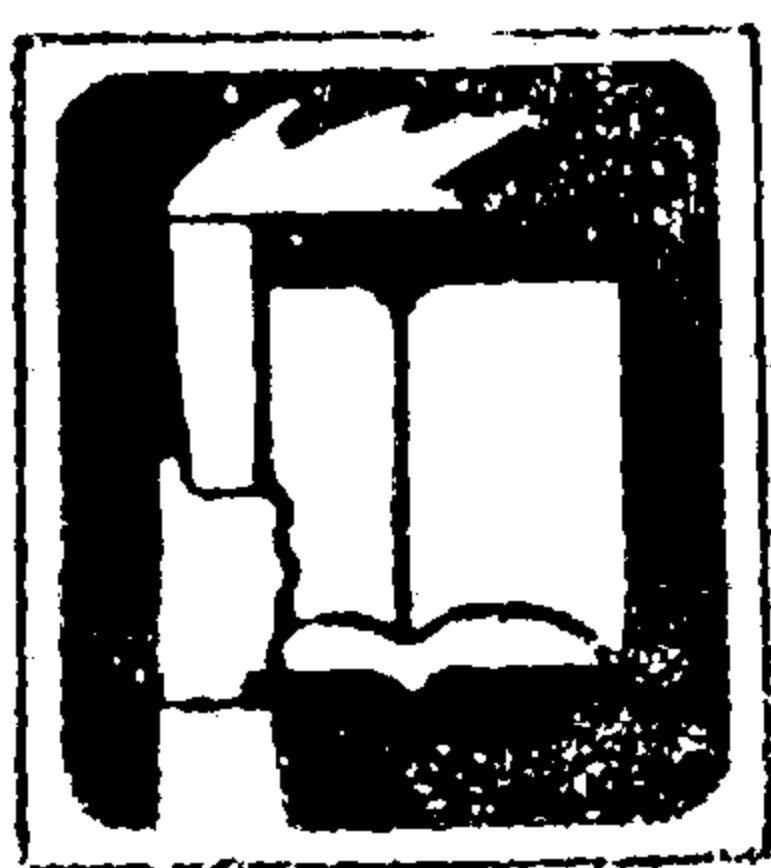
မဟာစည်ဓမ္မကထိက၊ နယ်လှည့်ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ

ညောင်ကန်အရှင်ဣန္ဒက

ဟောကြားတော်မူသော

စိတ်ညစ်ကင်းရှန်

သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်



သီရိရတနာ စာပေတိုက်

အမှတ်-၁၆၈၊ ၃၃-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပထမအကြိမ်

[၁၉၇၈-ခု၊ နိုဝင်ဘာလ၊ အုပ်စု-၂၀၀၀]

မျက်နှာပုံပန်းချီ-မောင်ဇော်ဝင်း၊ အတွင်းပန်းချီ-မောင်မျိုးဟန်

မျက်နှာပုံစိုက်-ဦး (ဂန္ထဝင်စာအုပ်)

အလောင်း - သောင်းလှ

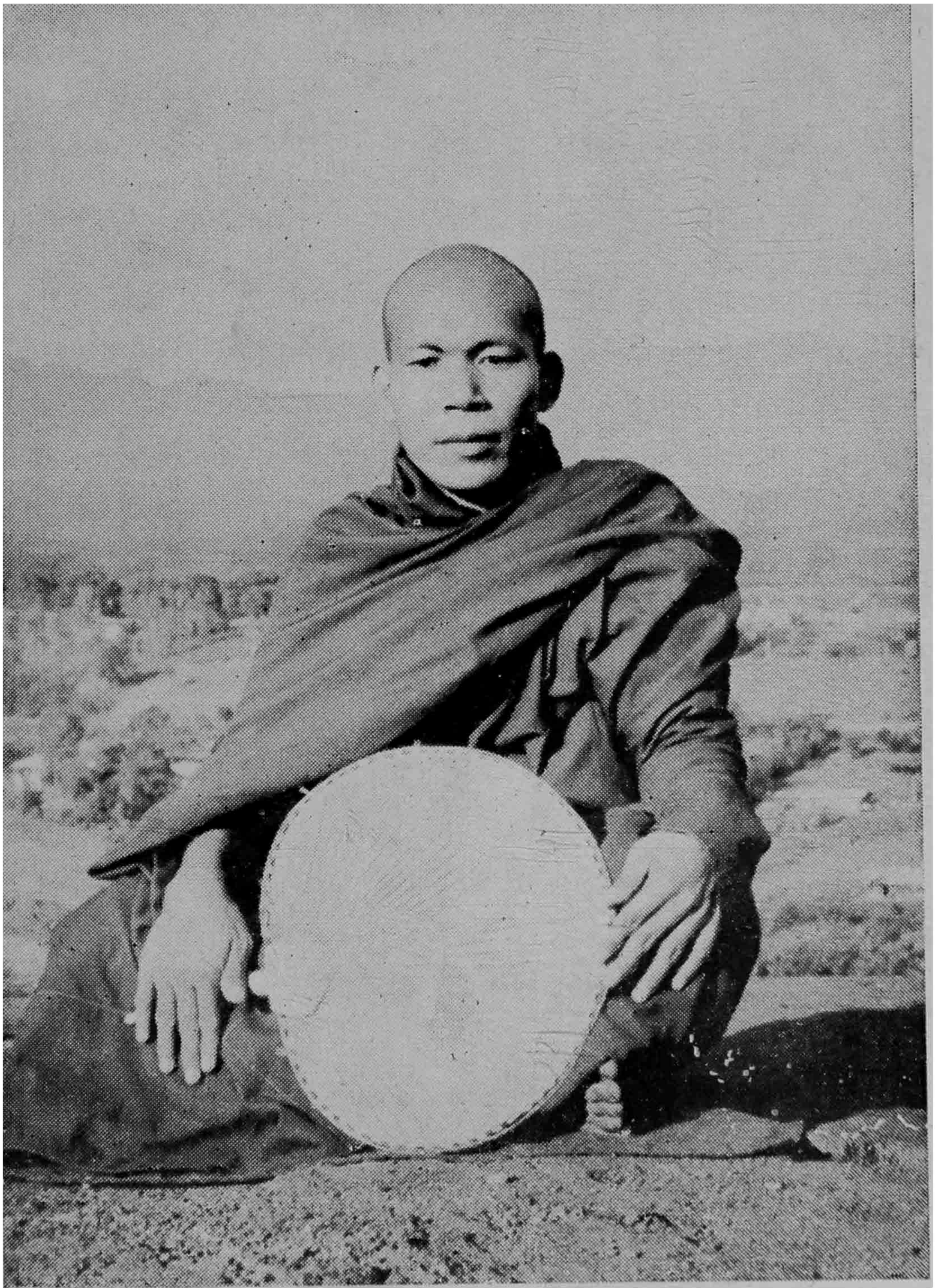
အာသကရေဆိုင်ရာစာပေ ခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၁၁၁၄၈)

မျက်နှာပုံ ခွင့်ပြုချက် အမှတ် (၃၃၃)

တန်ဖိုး ၈.၈၂၀

ထုတ်ဝေသူ။ ။ ဒေါ်တီ (မြ-၀၀၆၈) သီရိစာပေဖြန့်ချိရေး၊
အမှတ်-၃၈၊ ၈၇-လမ်း၊ ကန်တော်ကလေး၊
ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ။ ။ ဦးထွန်းရှိန် (မြ - ၀၂၁၃၈)၊ ဦးစာပုံနှိပ်တိုက်၊
အမှတ်-၁၇၂၊ ၃၃-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။



ညောင်ကန်အရှင်ဣန္ဒက
မဟာဝစည်ဓမ္မကထိက၊ နယ်လှည့်ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ

ဟင်္သာတမြို့၊ မဟာစည်ရိပ်သာ၊

ဆရာတော် ဦးကျဏ္ဍလ၏

အဖွင့်လွှာ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒက၏ “စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်” လက်နှိမ်စက်ရိုက် စာမူကို ကြည့်ရှုရပါသည်။ အဖွင့်လွှာရေးရန် မှာထားချက်ကိုလဲ တွေ့ရပါသည်။

နာမည်ကလေးကိုက မြတ်နိုးစရာ

ဟောထားသည့် စာသား (တရားသား)ကို အသာထားဦး၊ နာမည်ကလေးကိုက မြတ်နိုးစရာ ဖြစ်တော့သည်။ မည်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်မျှ စိတ်မညစ်ချင်ပါ၊ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းပင် စိတ်ချမ်းသာချင်ပါသည်။ စိတ်ချမ်းသာချင်သူတိုင်းက ညောင်ကန်အရှင်ဣန္ဒက၏ “စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်”ကို မြတ်နိုးမည်၊ နာချင်မည်၊ ယင်း တရားစာအုပ်ကိုလည်း ဖတ်ချင်မည်-ဟု ယူဆမိပါသည်။

ဓမ္မကထိက လေးမျိုး

ဗုဒ္ဓပဋိပတ္တိ သာသနာပြု နယ်လှည့် မဟာစည် ဓမ္မကထိက
ညောင်ကန်အရှင်ဣန္ဒကနှင့်စပ်၍ ဓမ္မကထိကလေးမျိုးကိုစဉ်းစား
မိပါတော့သည်။

- ၁။ ပရိသတ်ကိုသာ ဆွဲဆောင်နိုင်၍ မမှန်မကန် ဟော
ပြောသူ၊
- ၂။ ပရိသတ်ကို မဆွဲဆောင်နိုင်သော်လည်း မှန်ကန်အောင်
ဟောပြောသူ၊
- ၃။ ပရိသတ်ကိုလည်း မဆွဲဆောင်နိုင်၊ မှန်ကန်အောင်လည်း
မဟောပြောနိုင်သူ၊
- ၄။ ပရိသတ်ကိုလည်း ဆွဲဆောင်နိုင်၊ မှန်ကန်အောင်လည်း
ဟောပြောနိုင်သူ။

ဤသို့လျှင် ဓမ္မကထိကလေးမျိုးရှိပုံကို စဉ်းစားမိပါသည်။
ယင်းလေးမျိုးတို့တွင် ပရိသတ်ကိုလည်း ဆွဲဆောင်နိုင်၊ မှန်ကန်
အောင်လည်း ဟောပြော နိုင်သော ဓမ္မကထိက များတွင်
“ညောင်ကန်အရှင်ဣန္ဒက”ကား တပါးအပါအဝင် ဖြစ်ပါ
သည်။

ဓမ္မကထိကလေးမျိုး မော်ကွန်းထိုး ဆောင်ပုဒ်

- ၁။ နာချင်စဖွယ်၊ မှားပါတယ်၊ မှတ်ကွယ်တမျိုးဟူ။
- ၂။ မှန်ကန်ပါတယ်၊ မနာဖွယ်၊ မှတ်ကွယ် တမျိုးဟူ။
- ၃။ မနာချင်ဖွယ်၊ မှားပါတယ်၊ မှတ်ကွယ် တမျိုးဟူ။
- ၄။ နာချင်စဖွယ်၊ မှန်ကန်တယ်၊ မှတ်ကွယ် တမျိုးဟူ။
- ၅။ ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုး၊ မော်ကွန်းထိုး၊ အရိုးစွဲစေဟူ။

မှန်ပါသည်။ ညောင်ကန်အရှင်လူနွဲ့ကနှင့်အတူ ဤအရှင်သည် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏စေလွှတ်ချက်အရ ဟင်္သာတမြို့၌ တနင်္ဂနွေ တရားဟော တရားပြ သာသနာပြုရပါ သည်။ ရန်ကုန်မြို့၊ ပုသိမ်မြို့၊ တောင်တွင်းကြီးမြို့၊ နတ်မောက်မြို့၊ မကွေးမြို့နှင့် ဝါးကြီးအိုင် စသော ရွာကြီးရွာငယ်တို့မှာလည်း တရားဟော တရားပြ သာသနာပြုခဲ့ရပါသည်။

ယင်းတရားပွဲများ၌ ညောင်ကန်-အရှင်လူနွဲ့၏ ဟောပြော ချက်များကို သဘာဝမှန်ကန်သောကြောင့် ဆရာတော် သံဃာ တော်များနှင့် လေ့လာသူ လူပုဂ္ဂိုလ်များက နှစ်သက်အားရကြ ပါသည်။ သူ၏အသံက ကြည်လင်သည်၊ ပြတ်သားသည်၊ ရှင်း လင်းသည်၊ မြည်ဟိန်းသည်၊ ထို့ကြောင့် လူအများစုက နှစ်သက်အားရကြပါသည်။ ယင်းကြောင့်ပင် “ပရိသတ်ကိုလည်း ဆွဲဆောင်နိုင်၊ မှန်ကန်အောင်လည်း ဟောပြောနိုင်သော ဓမ္မ ကထိကများတွင် ညောင်ကန် အရှင်လူနွဲ့ကကား တပါး အပါ အဝင် ဖြစ်ပါသည်-ဟု ရေးခဲ့ပါသည်။

မင်္ဂလမီး တဒင်္ဂါ ဆောင်လို့ မို့.

တရားအားထုတ်မည့် ယောဂီဟူသမျှအတွက် အခြေခံ ဖြစ် သော “နက္ခေဝ သုပိတံ ဟောတိ-ရတ္တိ နက္ခတ္တမာလိနီ” (ထေရ ဂါထာပါဠိတော် ၂၅၇=ထေရ-ဌ၊ ၁၊ ၄၁၄-သောဏ ပေါဠိ ရိယပုတ္တတ္ထေရ) စသော ဂါထာ၏ ကြည်ညိုအားရဖွယ် နိဿယ အနက်နှင့် အဓိပ္ပာယ်ရှင်းလင်းချက်ကို နှစ်သက်စရာ ဖတ်ရပါ သည်။ ဟောစဉ်က နာ၍ ကောင်းသကဲ့သို့ ဖတ်ရာ၌လည်း ကောင်းလှပါသည်။

ဆိုခဲ့ပြီး ဂုဏ်ပေါင်းယင်သည့် ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒက
ဟောထားသည့် “စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်” ၏
ဂုဏ်ပုဒ်များကား မြားမြောက်လှပပါတော့သည်။ ထိုအထဲမှ
ဤနေရာ၌ အနည်းငယ်မျှသော ဂုဏ်ပုဒ်ကို ထုတ်ဖော်ရေးသား
ရဦးမည်။

ဥဩ, ဥဩနှင့် ဒုက္ခ, ဒုက္ခ

တရားရှုမှတ်နေသည့် ယောဂီ၏ “ဒုက္ခဝေဒနာ” တွေ့သိပုံကို
ပြထားချက်ကား ရှင်းလှပပါတော့သည်။ သူတော်စင်များ
မြည်းကြည့်ပါရန် ဖော်ပြရပါသည်။

“ဥဩ, ဥဩ-လို့ မြည်တဲ့ငှက်ကို ဥဩ” လို့ခေါ်ရသလို ခန္ဓာ
ကိုယ်ထဲမှာ နာကျင်ကိတ်ခဲနေတဲ့ ဒုက္ခကို “ဒုက္ခ ဒုက္ခ=ဆင်းရဲ
သောကြောင့် ဆင်းရဲ” လို့ ခေါ်ရတယ်။

“အဲဒီလို ဒုက္ခအကြမ်းစားတွေကို လူသာမန်တွေပင် နာရီ
ဝက်လောက် ထိုင်ကြည့်ယင် တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ယောဂီတွေဆိုယင်
တော့ မနားတမ်းတွေနေကြတာပဲ။ ဒုက္ခအကြောင်းကို သူတို့က
ကောင်းကောင်းသိနေကြပြီ” (ပထမပိုင်း၊ စာမျက်နှာ-၆)

ထို့ပြင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီး၏ တိုက်ဆွေးနှင့်တူပုံကို ပြထားချက်
မှာလည်း နှစ်သက်ဖွယ် ရှင်းလင်းလှပပါတော့သည်။ (ပထမပိုင်း၊
စာမျက်နှာ-၇)

ဒီဆုတောင်းပြည့်ယင် ထောင်ထဲကထွက်ရပါမလား- တဲ့

လူ့စိတ်သဘောဆန္ဒကို ထောက်ပြရာ၌လည်း လယ်ပြင်မှာ
ဆင်သွားသလို တကယ်ပင် ထင်ရှားလှပပါတော့သည်။

“စိတ်သွားတိုင်း ကိုယ်ပါလို့ လိုရာဆန္ဒနှင့် ပြည့်ပါစေ၊ အဲဒီ ဆုလေးပြည့်ယင် ထောင်ထဲက ထွက်ရပါမလား” (ပထမပိုင်း၊ စာမျက်နှာ-၃၉)

ဤသို့လျှင် စကားကျဉ်းကျဉ်းဖြင့် အဓိပ္ပါယ် အကျယ်များ စွာကိုညွှန်ပြီး ဖြစ်တော့သည်။ ညောင်ကန်အရှင်ဣန္ဒက၏ ဓမ္မကထိက ပြီသပုံကား ဤအချက်တချက်ဖြင့်ပင် ထင်ရှားလှတော့သည်။ ယင်းအချက်နှင့်စပ်ပြီး “မူလပဏ္ဏာသ ပါဠိတော်နှင့် အဋ္ဌကထာ”လာ ဘုရားလက်ထက်တော်က အရှင်သာရိပုတ္တရာနှင့် အရှင်ပုဏ္ဏတို့၏ ဆွေးနွေးပွဲကို သတိရမိတော့သည်။

အရှင်သာရိပုတ္တရာနှင့် အရှင်ပုဏ္ဏ ‘ရထဝိနိတ ပဋိပဒါ’ကို ဆွေးနွေးပြီးနောက် ဓမ္မကထိက အရှင်ပုဏ္ဏက အရှင်သာရိပုတ္တရာကို လျှောက်ထားပြောကြားပုံ-မှာ ဤသို့ဖြစ်၏။

“သတ္ထုကပ္ပေန ဝတ ကိရ ဘော သာဝကေန သဒ္ဓိမန္တယမာနာ န ဇာနိမ္မ ‘အာယသ္မာ သာရိပုတ္တော’တိ၊
(မ၊ ၁၊ ၂၀၅)

“အို-၊ ဘုရားလောက်နီးနီး ပညာကြီးတဲ့ လကျာတော်ရံ အဂ္ဂသာဝကကြီးနှင့် တိုင်ပင်နေရပါလျက်သားနဲ့ ‘အရှင်သာရိပုတ္တရာပဲ’လို့ တပည့်တော်များ မသိကြဖူးဘုရား၊ ခက်လိုက်တာ”

သတ္ထုကပ္ပေန= ဘုရားလောက်နီးနီး ပညာကြီးသော”ဟူသော ဤတပုဒ်တည်းဖြင့်ပင် အရှင်သာရိပုတ္တရာ ထေရ်ကို လ ဗိမာန်အရောက် အရှင်ပုဏ္ဏက မြှောက်တင်တော်မူပြီ၊ မှန်၏ ။

ဤအရာ၌ အရှင်ပုဏ္ဏ၏ ဓမ္မကထိက ပြီသပုံသည် ထင်ရှားလှတော့သည်သာတည်း”။ (မ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၆၄၊ ၆၅)

ယင်းသို့ သတိရမိသောကြောင့်ပင် “ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒက၏ ဓမ္မကထိက ပြီသပုံကား ဤအချက် တချက်ဖြင့်ပင် ထင်ရှားတော့သည်” ဟု ရေးခဲ့ရပေစော့သည်။

စာသင် သားရုပ်ပုံလွှာ

မာတိကမာတာ ဒကာမကြီး ဖျော်ရည်ကပ်ခန်း၌ ပရိယတ်ဝန်ဆောင် ဆရာတော်များနှင့် စာသင်သား ရဟန်းတော်များ၏ ကြည်ညိုဖွယ် အားထုတ်ကြပုံကိုလဲ တရားနာများ၏ ဉာဏ်မှာ “စာသင်သားရုပ်ပုံလွှာ” ပေါ်လာအောင် ဟောပြောနိုင်ပါပေ၏။

စာသင်သားဘဝကို လွန်မြောက်ပြီး ဓမ္မကထိကပင် ဖြစ်သော်လဲ စာသင်သား ဘဝကို မမေ့သည့်ပြင် တရားနာပရိသတ်နှင့် စာသင်သားများကိုပင် အဆင်ပြေပြေ မိတ်ဆက်ပေးပါပေတကား-ဟု ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒကကို သာ၍ပင် အားရမိပါတော့သည်။ (ဒုတိယပိုင်း၊ စာမျက်နှာ-၁၂၁)

ဆံပင်မတင့်တယ်ပုံ-ခဏိကသမာဓိ

ဆံပင်၏ မတင့်တယ်ပုံကို ကျမ်းဂန်ဖြင့်သာ ထင်ရှားအောင် ဟောပြသည်မဟုတ်သေး၊ ကိုယ်တွေ့ဖြင့်လဲ ထင်ရှားအောင် ပြောပြပါသည်။ ယင်းမတင့်တယ်ပုံကို နာချင်စဖွယ် (ဖတ်ချင်စဖွယ်) ဖြစ်အောင် ပြင်ဆင်ပြီး ဟောပြနိုင်ပုံကိုလဲ ချီးမွမ်းသင့်ပါသည်။ (ဒုတိယပိုင်း-၁၅၅)

ဝိပဿနာရှုစဉ် သမာဓိရပုံ ခဏိကသမာဓိစည်ပုံကို ပြထား
ချက်မှာလဲ ရှင်းလင်းပြတ်သားလှပါသည်။ (ဒုတိယပိုင်း-၁၆၉)

ဝမ်းမြောက်ကြည်နူးလျက်

ညောင်ကန် အရှင်ဣန္ဒက၏ စိတ်ညစ်ကင်းရန်၊ သတိပဋ္ဌာန်-
ခေါ် ဤတရားတော်၌ ချီးမွမ်းစဖွယ် အသွယ်သွယ်ကား
များလှပါသည်။ သူတော်စင်များကိုယ်တိုင် ကြည့်ရှုလေ့လာ
ပြီး အားထုတ်ကြပါရန် မေတ္တာရှေ့ထားကာ တိုက်တွန်းရပါ
တော့သည်။

စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်ခေါ် ဤတရားတော်ကို ဖတ်ရှု
ပြီးလျှင် သူတော်စင်အများ ဝမ်းမြောက်ကြမည့် အရေးကို
မြော်တွေးကာ ကြည်နူးလျက်-

ဤ“အဖွင့်လွှာ”ကို နိဂုံးချုပ်ရပါတော့သည်။ ကျန်းမာ
ချမ်းသာကြပါစေ။

ဦးကုဏ္ဍလ (အဘိဓမ္မပါဠိပါရဂူ)

နာယက၊ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ
မဟာစည် သာသနာ့ရိပ်သာ၊
တာငါးဆယ်ရပ်၊ ဟင်္သာတမြို့

၁၃၃၉-ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း ၁-ရက်၊ သောကြာနေ့
(၁၁၊ ၁၂၊ ၇၇)။

မာတိကာ

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ဟင်္သာတ မဟာစည်ရိပ်သာ ဆရာတော် ဦးကုဏ္ဍလ၏ အဖွင့်လွှာ....	(က)
၂။	စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော် (ပဌမပိုင်း)	
၃။	ပဏာမ-ဘုရားရှိခိုး	၁
၄။	ညဉ့်အခါဆိုတာ	၂
၅။	မဟာသတိပဋ္ဌာန်သုတ်နိဒါန်း	၁၅
၆။	တရားကြေငြာချက်	၁၇
၇။	နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် တကြောင်းလမ်းမှန်	၁၈
၈။	ဘုရားနှင့် သာဝကမှန်သမျှ ဒီလမ်းက နိဗ္ဗာန်ကြွ	၁၉
၉။	နိဗ္ဗာန်သွားရန် သတိပဋ္ဌာန်ပွား	၂၂
၁၀။	နိဗ္ဗာန်သွားကြ-ကောယနဆောင်ပုဒ်	၂၃
၁၁။	သတိပဋ္ဌာန်ပွားယင် စိတ်ညစ်စင်တယ်	၂၄
၁၂။	စိတ်မပြင်ပဲ ရိပ်သာပြင်နေကြတယ်	၃၀
၁၃။	ဘုရားဟောတဲ့ စိတ်အကြောင်း	၃၄
၁၄။	အိမ်တုန်းက ရူးခဲ့တာ ရိပ်သာရောက်မှသိ	၄၀
၁၅။	စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်းဆိုတာ	၄၁
၁၆။	အပါယ်လားကြောင်း အကုသိုလ်မူလသုံးပါး	၄၂
၁၇။	စိတ်ဆိုးစိတ်သွမ်း ကိလေသာ ၁၀-ပါး	၄၄
၁၈။	ကိလေသာသုံးမျိုး	၄၈

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၉။	အနုသယကိလေသာ	 ၄၈
၂၀။	တနည်း အနုသယ	 ၄၉
၂၁။	ဗန္ဓာပင်စေ့ ဥပမာ	 ၅၀
၂၂။	ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာ	 ၅၅
၂၃။	ဝိတိက္ကမကိလေသာ	 ၅၆
၂၄။	လွန်ကျူးကိလေသ-သီလနဲ့ပယ်	 ၅၈
၂၅။	ထ,ကြွလေဘိ သမာဓိနဲ့ပယ်	 ၅၉
၂၆။	ကိန်းဝပ်စွဲငြိ-ရှုသိဉာဏ်နဲ့ပယ်	 ၆၀
၂၇။	သိက္ခာသုံးပါးနဲ့ ပယ်ပုံ	 ၆၅
၂၈။	စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေး	 ၆၅
၂၉။	အာရုံသိသော သဘောရှိသည်	 ၆၈
၃၀။	ခေါင်းဆောင်အလား ရှေ့သွားတတ်သည်	 ၆၃
၃၁။	ရှေ့စိတ်နှင့်စပ်-အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်	 ၇၀
၃၂။	စိတ်တရား မှတ်သားမြတ်ယောဂီ	 ၇၂
၃၃။	ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ် ဘုရားရှိခိုး	 ၈၃

ပဌမပိုင်းပြီး၏။

၃၄။ စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်
(ဒုတိယပိုင်း)

၃၅။	ပဏာမ ဘုရားရှိခိုး	 ၈၇
၃၆။	ဘုရားဟောတဲ့ စိတ်အကြောင်း	 ၈၈
၃၇။	အညတရဘိက္ခုဝတ္ထု	 ၈၉
၃၈။	မထေရ်ကြီး၏ ဩဝါဒ	 ၉၈

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၃၉။	ငရဲဆိုတာ	 ၁၀၁
(က)	သိဉ္ဇိုင်းငရဲ	 ၁၀၃
(ခ)	ကာဠသုတ် ငရဲ	 ၁၀၃
(ဂ)	သံဃာတ ငရဲ	 ၁၀၄
(ဃ)	ရောရဝ ငရဲ	 ၁၀၅
(င)	မဟာရောရဝ ငရဲ	 ၁၀၅
(စ)	တာပန ငရဲ	 ၁၀၆
(ဆ)	မဟာတာပန ငရဲ	 ၁၀၆
(ဇ)	အဝီစိ ငရဲ	 ၁၀၇
(ဈ)	ဥဿဒ ငရဲများ	 ၁၀၉
(ည)	ဘင်ပုပ် ငရဲ	 ၁၀၉
(ဋ)	ပြာပူ ငရဲ	 ၁၀၉
(ဌ)	လက်ပန်တော ငရဲ	 ၁၁၀
(ဍ)	သန်လျက်ရွက်တော ငရဲ	 ၂
(ဎ)	ကြိမ်ပိုက်ချောင်း ငရဲ	 ၁၁၁
၄၀။	ကတိကဝတ်လဲ ထားကြပါတယ်	 ၁၁၈
၄၁။	ရန်ဖြစ်ထားကြလို့မဟုတ်၊ ရဟန်းတရားကို အားထုတ်နေကြတာ	 ၁၂၅
၄၂။	ရဟန်းတရားဆိုတာ ဘာလဲဘုရား	 ၁၂၆
၄၃။	သမထယာနိက ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း	 ၁၂၈
၄၄။	ကာယဂတာ သတိကမ္မဋ္ဌာန်း ၁၄-ပိုင်းထဲမှာ သမထနှင့်ဝိပဿနာ	 ၁၂၉
၄၅။	ကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘုရားချီးမွမ်း....	၁၃၁

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၄၆။	ဒုတ္တိံ သာကာရကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းယူပုံ	၁၃၃
၄၇။	ဥဂ္ဂဟကောသလ္လကို ပြောပြပုံ	 ၁၃၄
၄၈။	နှုတ်ဖြင့် ရှုတ်ဆိုပုံ	 ၁၃၆
၄၉။	စိတ်ဖြင့် ရှုတ်ဆိုပုံ	 ၁၃၈
၅၀။	အဆင်း-ပုံသဏ္ဌာန်-အရပ်-တည်ရာ အပိုင်းအခြားအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ	 ၁၃၉
၅၁။	မနုဿိကာရ ကောသလ္လကို ပြောကြားပုံ	 ၁၄၁
၅၂။	အစဉ်အားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ	 ၁၄၁
၅၃။	မမြန်လွန်းသောအားဖြင့် နှလုံးသွင်းပုံ	 ၁၄၂
၅၄။	မနှေးလွန်းသောအားဖြင့် နှလုံးသွင်းပုံ	 ၁၄၂
၅၅။	ပျံ့လွင့်ခြင်းကို မြစ်တား၍ နှလုံးသွင်းပုံ	 ၁၄၃
၅၆။	ပညတ်ကို ကျော်လွန်၍ နှလုံးသွင်းပုံ	 ၁၄၃
၅၇။	အစဉ်အတိုင်း မထင်သည်ကိုလွှတ်ပြီး နှလုံးသွင်းပုံ	 ၁၄၄
၅၈။	အပွနာဖြင့် နှလုံးသွင်းပုံ	 ၁၄၆
၅၉။	သုံးပါးသော သုတ္တန်နှင့်အညီ နှလုံးသွင်းပုံ	 ၁၄၇
၆၀။	ပရိကံပြုပုံ	 ၁၄၈
၆၁။	ဆံပင်ကို ရှုမှတ် နှလုံးသွင်းပုံ	 ၁၅၀
၆၂။	ဆံပင်ဆိုတာ အဆင်းအားဖြင့်လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ်	၁၅၁
၆၃။	ဆံပင်ဆိုတာ အနံ့အားဖြင့်လဲစက်ဆုပ်ဖွယ်	 ၁၅၃
၆၄။	ဆံပင်ဆိုတာ မှီရာအားဖြင့်လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ်	 ၁၅၅
၆၅။	တလောကလုံး စက်ဆုပ်ဖွယ်	 ၁၅၆
၆၆။	သမထ-သမာဓိ-အပွနာစျာန်	 ၁၅၇

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၆၇။	သီလဝိသုဒ္ဓိ	 ၁၅၇
၆၈။	နိဝရဏ ငါးပါး	 ၁၅၈
၆၉။	စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ	 ။
၇၀။	ဥဂ္ဂဟနှင့် ပဋိဘာဂနိဇိတ်	 ၁၅၉
၇၁။	အပ္ပနာဈာန်ဆိုတာ	 ၁၅၉
၇၂။	စက်ဆုပ်ဖွယ်နှင့် နီလကသိုဏ်းမှ ဈာန်ရပုံ	 ၁၆၀
၇၃။	သမထယာနိက ဝိပဿနာ	 ၁၆၁
၇၄။	သုဒ္ဓဝိပဿနာရှုနည်း	 ၁၆၃
၇၅။	ရဟန်းတရားဆိုတော့ လူနှင့်မဆိုင်ဘူးလား	 ၁၇၀
၇၆။	ဘုရား တရားကို မည်သူမဆို အားထုတ်နိုင်တယ်	— ၁၇၁
၇၇။	ရဟန်းများရဲ့ ဦးစွာ ဒကာမကြီးက တရားရတယ်	 ၁၇၂
၇၈။	တရားမရအောင် အစားတဏှာက တားထားတယ်	 ၁၇၃
၇၉။	စားချင်တာ စားရပြီး တရားထူးရကြတယ်	 ၁၇၄
၈၀။	ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ပြန်ကြွကြွဦးမယ်	 ၁၇၅
၈၁။	ကျန်းမာ ချမ်းသာစွာနဲ့ အစားသံဝ တရားလဲ ရခဲ့ပါတယ်ဘုရား	 ၁၇၈
၈၂။	အစားပေါ်ရာ သွားချင်ပါတယ်	 ၁၇၉
၈၃။	တရားနိဂုံး	 ၁၈၀

ဒုတိယပိုင်းပြီး၏။

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၈၄။	စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော် (တတိယပိုင်း)	
၈၅။	ပဏာမ ဘုရားရှိခိုး	 ၁၈၃
၈၆။	အနုသန္ဓေ	 ၁၈၄
၈၇။	စိတ်ကူးရုံနဲ့ လိုတာ အကုန်ရတယ်	 ၁၈၇
၈၈။	ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီး ဆွမ်းကျွေးသူကို ကြည့်ချင်တယ်	 ၁၉၀
၈၉။	တရားထူးရယင် မကြားချင်	 ၁၉၁
၉၀။	တွေးယင်း တွေးယင်း ပြန်ပြေးခြင်း	 ၁၉၅
၉၁။	မနေရဲလို့ ပြန်ခဲပါတယ်ဘုရား	 ၁၉၈
၉၂။	တခုထဲဆိုတာ စိတ်ကိုသာထိန်း	 ၁၉၉
၉၃။	မြေမဟီမှာ ကုဋေချီတဲ့ နှမ်းစေ့များကို တောင်းတလုံးတွင် ထည့်ယူစေသလို	 ၂၀၂
၉၄။	တခုတည်းဆိုပေမဲ့ မလေးမစား မလုပ်နဲ့	 ၂၀၃
၉၅။	တရားကိုလိုချင်ယင် တခြားကိုစိတ်မသွားနဲ့	 ၂၀၄
၉၆။	ဘုရားဟောတဲ့ စိတ်တရား	 ၂၀၅
၉၇။	စိတ်တရား ဆောင်ပုဒ်	 ၂၀၇
၉၈။	စိတ်မှိုက် နွားဆိုးတွက် ဆုံးမ ခက်တယ်	 ၂၀၈
၉၉။	စိတ်မြန်ပုံက တထိုင်အတွင်း အိမ်ထောင်ကျ ကလေးတယောက်ရ	 ၂၀၉
၁၀၀။	သူကျချင်ရာ ကျတဲ့စိတ်	 ၂၁၇
၁၀၁။	သင့်-မသင့်နှင့် အရှယ်-အနှယ်- မဆင်ခြင်နိုင်တဲ့စိတ်	 ၂၁၈

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၀၂။	ပုဂ္ဂိုလ်မရွေး ဒုက္ခပေးနိုင်တဲ့ စိတ်ညစ်စိတ်ကြမ်း	၂၁၉
၁၀၃။	ကာမဂုဏ်စိတ်ကြွယ်ဝ သားကိုပင်သတ်တဲ့ ဇာတ်လမ်းတပုဒ်	 ၂၁၉
၁၀၄။	မယားကို အလိုလိုက်ပြီး အမေကိုသူ့ခိုးလုပ် ရိုက်တယ်	 ၂၂၇
၁၀၅။	စိတ်သရမ်းကို ဆုံးမယင် ကောင်းတယ်	 ၂၂၈
၁၀၆။	စိတ်ညစ်ဆုံးမရန် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ ရှုနည်းဆောင်ပုဒ်	 ၂၃၀
၁၀၇။	စိတ္တာနုပဿနာ	 ၂၃၂
၁၀၈။	စိတ်ရှုံ့လက္ခဏာ စသည်ကို သိပုံ	 ၂၃၇
၁၀၉။	အဖြစ်အပျက်ကို သိပုံ	 ၂၃၈
၁၁၀။	မှန်ကန်စွာ သတိထင်ပုံ	 ၂၃၉
၁၁၁။	စိတ်ယဉ်ကျေးက ချမ်းသာရ	 ၂၄၁
၁၁၂။	စိတ်ယဉ်ကျေးယင် နိဗ္ဗာန်ဝင်	 ၂၄၂
၁၁၃။	စိတ်တရား ဆောင်ပုဒ်	 ၂၄၃
၁၁၄။	ပြန်လည် တွေ့ဆုံ ဇာတ်ကြောင်းစုံ	 ၂၄၃
၁၁၅။	ဆရာဒကာ လက်တွဲလျက် သာသနာပြုယင်း နိဗ္ဗာန်ဆီ ချီတက်	 ၂၅၁
၁၁၆။	စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်ပွား	 ၂၅၂
၁၁၇။	ကဲ-ဒါလေးကို ဆိုကြပါဦး	 ၂၅၃
၁၁၈။	ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ် ဘုရားရှိခိုး	 ၂၅၄

မာတိကာပြီး၏။



စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်

တရားတော်

[ပထမပိုင်း]

ပဏာမ

ဒန္တော သော ဘဂဝါ၊
ဒမထာယ ဓမ္မံ ဒေသေတိ၊
တံ ဘဂဝန္တံ အဟံ ဝန္တာမိ။

သော ဘဂဝါ၊ အကျွန်ုပ်တို့ အများ၏ အားထားကိုးကွယ်
ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်။ ဒန္တော၊
မြင်၊ ကြား၊ တွေ့ရာ၊ ကြံသိရာမှ ကိလေသာ အညစ်အကြေး
ကင်းစင်ဝေးလျက် ယဉ်ကျေးတော်မူပြီးသည်ဖြစ်၍။ ဒမထာယ၊
သတ္တဝါအများ အကျွန်ုပ်တို့အားလည်း အလားတူပင်
ယဉ်ကျေးကြ ပါစေခြင်း အကျိုးငှါ။ ဓမ္မံ၊ ယဉ်ကျေးစေရန်
တရားမှန်ကို။ ဒေသေတိ၊ ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့်
ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေ၏။ တံ ဘဂဝန္တံ၊ သက်တော်ထင်ရှား
ထိုမြတ်စွာဘုရားကို။ အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်။ အဟံ၊ ရုပ်နာမ်
နှစ်ဖြာ ငါးခန္ဓာကို သူငါသမုတ် အကျွန်ုပ်သည်။ အဟံ၊ နှစ်ရာ့

နှစ်ဆယ် ခုနှစ်သွယ်ကို ကိုယ်ဝယ်ဆင်မြန်း ရဟန်းမှည့်ခေါ်
တပည့်တော်သည်။ အဟံ၊ ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာ
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
တပည့်တော်ဖြစ်တဲ့ **ညောင်ကန် ဣန္ဒက** နာမသမုတ် အကျွန်ုပ်
သည်။ ဝန္ဒာမိ၊ ရိုသေမြတ်နိုး မာန်ညွတ်ကျိုးလျက် ရှိခိုးပူဇော်
ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

ညအခါဆိုတာ

နတွေဝ သုပိတုံ ဟောတိ၊ ရတ္တိ နက္ခတ္တမာလိနီ။
ပဋိဇက္ခိတု မေဝေသာ၊ ရတ္တိ ဟောတိ ဝိဇာနတံ။

နက္ခတ္တမာလိနီ၊ နက္ခတ်ပန်းတို့ဖြင့် သပ်ယပ် ဆန်းကြယ်
လှပေသော။ နက္ခတ္တမာလိနီ၊ ကတ္တီပါညှိလွင် စိန်ပြောက်တွေ
ဆင်သလို ကြည်လင်လတ်ဆတ် ကြယ်ရောင်စုံ ဟပ်သဖြင့်
သပ်ယပ် ဆန်းကြယ်လှပေသော။ ရတ္တိ၊ ငှက်တိရစ္ဆာန် လူသံ
ဆိတ်ငြိမ် အချိန်အေးမြ ညချမ်းအချိန်ကာလသည်။ သုပိတုံ၊
အိပ်ရန်ဖို့အလို့ငှါ။ သုပိတုံ၊ ကာမဂုဏ် အရိပ်တောစ၊ မှာ
အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ စိတ်သောကတွေနှင့် အိပ်မောကျ၍နေခြင်းငှါ။
နတွေဝ ဟောတိ၊ ဖြစ်ပေါ်၍ လာခဲ့သည် မဟုတ်ပါချေ
တကား။ နတွေဝ ဟောတိ၊ ကမ္ဘာကို ဗြဟ္မာ၊ စဉ်က
ဒါဟာ ပဌမ အကောင်းပဲရယ်လို့ လျောင်းလဲ့ကာ ဇာခေါင်း
အုံးတွေနဲ့ မွေ့လျော်ရန်အများကိုငဲ့ပြီး ထားခဲ့တာလဲမဟုတ်ပါ
ချေတကား။ သော ရတ္တိ၊ ရောင်းရေးဝယ်တာ အဖြာဖြာနဲ့

လူ့ရှာကိုစွဲ အားလပ်ခွင့်ရကြတဲ့ ဤညချမ်းအချိန်ကာလသည်။
 ဝိဇာနတ်-ဝိဇာနန္ဒာနံ၊ လောကကိုထောက်တော့တော့ ကြောက်
 သွေးစိမ့်စိမ့် ကျောသိမ့်သိမ့်နဲ့ အေးငြိမ့်စေရန် နိဗ္ဗာန်မြော်
 ညောင်း သူတော်ကောင်းတို့၏။ ပဋိဇဂ္ဂိတု မေဝ၊ စက်ခန်း
 သဉ္ဇာညောင်မှာ အထက်တန်း လျင်စွာအောင်ရအောင် မင်္ဂလမ်း
 တဒင်္ဂါဆောင်လို့မို့ ပြောင်ပြောင်ကြီး ကြိုးစားအားထုတ်ကြ
 ရန်ဖို့ အလို့ငှါသာလျှင်။ ပဋိဇဂ္ဂိတုမေဝ၊ အမတာဘုံ စံစား
 ပျိုးရန်ဖို့ ကာမဂုဏ်ဉာဏ်သမား သူခိုးဓားပြတွေကြောင့် သတိလို့
 ဆိုတဲ့ ဓမ္မာရုံဒရဝမ်-တံခါးမှူးကို နှိုးနှိုးပြီး နှိုးနှိုးကြားကြားနဲ့
 ကြိုးစားအားထုတ်ကြရန်ဖို့ အလို့ငှါသာလျှင်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်
 ပေါ်၍ လာရပါပေသည်တကား။ ဟောတိ....၊ ညဉ့်ရံတော်
 တခါပြချိန်မို့ အတင်းခန့်ကျော်ကာ ဟို.... အမတာနဂရကိုဖြင့်
 မဟာဓမ္မ ဝိပဿနာတွေနဲ့ တခါပျော်ရအောင်....၊ ဪ...
 ကောယန သတိပဋ္ဌာန်- ကောယန သတိပဋ္ဌာန် ရယ်လို့
 ဟစ်အော်လို့ပြရလောက်အောင် ဖြစ်ရပါပေသည်တကား....။

သာဓု.... သာဓု.... သာဓု

အဓိပ္ပာယ်

ညဉ့်အချိန်ကာလဆိုတာ အင်မတန် သာယာကြည်နူးဘွယ်
 ကောင်းတယ်၊ ကောင်းကင်ကို မော့ပြီး ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုယင်
 တော့ အပြာရောင် မျက်နှာကြက်မှာ ငွေပွင့်လေးတွေ စီခြယ်
 ထားသလို မိုးပြာရောင် ကောင်းကင်ကြီးမှာ ကြယ်ကလေး
 တွေက တလက်လက်နဲ့ ကြည်နူးဘွယ် မကောင်းဘူးလား....
 ပရိသတ်များ၊ (ကောင်းပါတယ်ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ ကြည်နူးဘွယ် အင်မတန်ကောင်းတယ်၊ လေး
ပြေ လေညင်းကလေးက ဆော်သွေးလို့၊ ငှက်တိရစ္ဆာန် လူသံ
တွေကလဲ ဆိတ်ငြိမ်လို့ အင်မတန် ကြည်နူးဘွယ်ကောင်းတဲ့
ညဉ့်အခါ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို ကြည်နူးဘွယ်ကောင်းတဲ့ ညဉ့်
အခါမျိုးမှာ ပုထုဇဉ် ငမိုက်သားတွေကတော့ အာရုံငါးပါး
ကာမဂုဏ်တရားတွေနဲ့ ပျော်ပါးယစ်မှူးပြီး မေ့မေ့မေ့မေ့
အိပ်မောကျကြတယ်။ အဲဒီ ညဉ့်အချိန်ကာလကြီးဟာ သာယာ
အေးငြိမ်းတဲ့အပြင် လူတွေအတွက် အလုပ်ကိစ္စဆောင်ရွက်ဘွယ်
တွေလဲ သိမ်းဆည်းပြီး အနားမယူကြပေဘူးလား၊ (ယူကြ
ပါတယ်ဘုရား)။

အဲဒီတော့ အားလပ်ခွင့်ရတဲ့ ညချမ်းအချိန်အခါ၊ အဲဒီလို
အားလပ်ခွင့်ရပြီးတော့နေတဲ့ ညချမ်းအချိန်အခါမှာ-

(ဝိဇာနတ် - ဝိဇာနန္ဒာနံ၊ လောကကို ထောက်တွေးတော့
ကြောက်သွေးစိမ့်စိမ့် ကျောတသိမ့်သိမ့်နဲ့ အေးငြိမ့်စေရန် နိဗ္ဗာန်
မြော်ညောင်း သူတော်ကောင်းတို့၏။)

အဲဒါလောကရဲ့အကြောင်း ကောင်းကောင်းသိတဲ့ သူတော်
ကောင်းတွေက လောကကြီးကို သံဝေဂ ရစရာအဖြစ်နဲ့
မြင်သလား၊ ပျော်စရာအဖြစ်နဲ့ မြင်သလား၊ (သံဝေဂ ရစရာ
အဖြစ်နဲ့ မြင်ပါတယ်ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ သံဝေဂ ရစရာအဖြစ်နဲ့ မြင်တယ်၊ ဒို့ကမ္ဘာ
အရေးတွေ နားထောင်ပြီး ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုယင် ငယ်စဉ်
ကတည်းက ဘယ်တိုင်းပြည်နဲ့ ဘယ်တိုင်းပြည် စစ်ဖြစ်ပြန်ပြီ၊
ဗုံးကြဲပြန်ပြီ၊ လူတွေ ဘယ်လောက်သေပြန်ပြီနဲ့ အေးနိုင်တယ်လို့
များ ရှိရဲ့လား၊ (မရှိပါဘုရား) ကမ္ဘာလောက အတွင်းမှာ

ပါပြီးနေတဲ့ မြန်မာ့အရေးကကော တကယ် အေးနိုင်ရဲ့လား၊
(မအေးနိုင်ပါဘူးရား)။

အေး.... လုံးဝအေးငြိမ်းတယ်ဆိုတာ တယ်ပြီးမရှိလှပါဘူး။
ကိုင်း... အဲဒီကမ္ဘာ့အရေးတွေ မြန်မာ့အရေးတွေကို အသံ
ထားပြီးတော့ မိမိတို့ရဲ့ကိုယ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါတဦးလျှင် တလောက
လို့ ခေါ်နေရတဲ့ သတ္တလောက၊ အဲဒီ သတ္တလောကထဲကို
ဝင်ပြီး ကြည့်စမ်းပါဦး။ အဲဒီ သတ္တလောကဆိုတဲ့ မိမိခန္ဓာ
ကကော-ငြိမ်းအေးရဲ့လား (မငြိမ်းအေးပါဘူးဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ မငြိမ်းအေးပါဘူး၊ ဘေးဆိုး ရောဂါဆိုး
အမျိုးမျိုးတွေရဲ့ အနှိပ်စက်ကို ခံနေကြရတယ်။ ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊
သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်ဆိုတဲ့ ခန္ဓာငါးပါးထဲက ဒီရုပ်ကိုယ်
ကြီးကို ကြည့်စမ်းပါဦး။ အအေးနဲ့တွေ့လို့ ဖောက်ပြန် အပူနဲ့
တွေ့လို့ဖောက်ပြန် အစားအသောက်မှားလို့ ဖောက်ပြန်၊ အဲဒီလို
ဖောက်ပြန်ပြီး မနေဘူးလား၊ (ဖောက်ပြန်နေပါတယ်ဘုရား)။

ရုပ်တရားတွေဟာ “သိတုဏှာဒိဝိရောဓိ ပစ္စယေန၊ အအေး
အပူ ဆန့်ကျင်ဘက်တရား စသည်များကြောင့်လဲ ဖောက်ပြန်
တတ်တယ်”လို့ဆိုတဲ့ ခန္ဓာကိုယ် ရုပ်တရားကြီးပဲ၊ ရောဂါတွေ
ကလဲ တခုပြီးတခု နှိပ်စက်နေတာပဲ၊ နာမည်မသိတဲ့ ရောဂါ
တွေကလဲ မများဘူးလား....၊ (များပါတယ်ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ ရှေးတုန်းက (၉၆)ပါး ရှိတာ၊ အခု (၉၆)
ပါး ကပုံမရဘူး၊ တရာတောင် ကျော်နေပြီထင်ရဲ့၊ ရောဂါ
ပေါင်းတွေ အမျိုးမျိုးတွေ စုံလိုက်တာ၊ ရောဂါအမျိုးမျိုး
တွေရဲ့ စုပုံ တည်ရာဌာနဖြစ်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်၊ အညစ်အကြေးတွေ

စုပေါင်း ထုထောင်း နှိပ်စက်ခံရတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်၊ ကောင်းရဲ့ လား....၊ (မကောင်းပါဘူးဘုရား)။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အစရှိတဲ့ ကိလေသာ အညစ် အကြေးတွေကကော ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှီပြီး မနှိပ်စက်ဘူးလား....၊ (နှိပ်စက်ပါတယ်ဘုရား)။

နှိပ်စက်လိုက်တာ ပြောမဆုံးပေါင် တောသုံးတောင်ဆိုတာ လိုပါပဲတဲ့၊ ဒါတင် ဘယ်ကမလဲ ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်ကလေး ထိုင်ပြီး ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုယင် ဟိုနားက အောင်ရတာနဲ့၊ ဒီနားက အောင်ရတာနဲ့၊ ကိုက်ရတာနဲ့၊ ခဲရတာနဲ့၊ ဒီလို ဒုက္ခ ဒုက္ခဆိုတဲ့ နှိပ်စက်မှုတွေကိုရော မတွေ့ရဘူးလား၊ (တွေ့ရ ပါတယ် ဘုရား)။

အေး.... “ဥဩ ဥဩ”လို့ မြည်တဲ့ငှက်ကို ဥဩလို့ ခေါ်ရ သလို ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ နာကျင်ကိုက်ခဲတဲ့ ဒုက္ခကို “ဒုက္ခ ဒုက္ခ- ဆင်းရဲသောကြောင့် ဆင်းရဲ”လို့ ခေါ်ရတယ်။ အဲဒီလို ဒုက္ခ အကြမ်းစားတွေကို လူသာမန်တွေပင် နာရီဝက်လောက် ထိုင် ကြည့်ယင် တွေ့နိုင်ပါတယ်၊ ယောဂီတွေဆိုယင်တော့ မနား တမ်း တွေ့နေကြတာဘဲ၊ ဒုက္ခအကြောင်း သူတို့က ကောင်း ကောင်း သိနေကြပြီ။

နောက်ပြီးတော့ မျက်စိနှင့် အဆင်းနဲ့ဆုံလို့ ပေါ်ပြီးပျောက် နားနှင့် အသံနဲ့ဆုံလို့ ပေါ်ပြီးပျောက်၊ နှာခေါင်းနှင့် အနံ့နဲ့ ဆုံလို့ ပေါ်ပြီးပျောက်၊ ကိုယ်နှင့် တွေ့ထိစရာနဲ့ဆုံလို့ ပေါ်ပြီး ပျောက်၊ ဒီလိုပေါ်ပြီး ပျောက်ပျောက်နေတာတွေလဲ ရှိတယ်၊ အဲဒါ ဘာတွေလဲ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ တွေ့ထိမှု၊ စိတ်ကူး စဉ်း စားကြံစည်မှု-ဆိုတဲ့ တရားတွေပဲ၊ အဲဒီတရားတွေဟာ ဒွါရနှင့်

အာရုံ ဆုံတိုင်းဆုံတိုင်း ပေါ်ပေါ်ပြီး ပျောက်ပျောက် မသွားဘူးလား၊ (သွားပါတယ် ဘုရား)။ အဲဒီလို ပေါ်ပေါ်ပြီး ပျောက်ပျောက်သွားကြတဲ့ အနိစ္စ တရားတွေ မပြတ်နှိပ်စက်နေပြန်တော့ မဆင်းရဲဘူးလား၊ (ဆင်းရဲပါတယ် ဘုရား)။ အဲဒီလို ဒွါရနှင့် အာရုံ ဆုံတိုင်း ပေါ်ပြီး ပျောက်နေတဲ့ တရားတွေ မပြတ်နှိပ်စက်နေတာကို တွေ့ရလို့ ဆင်းရဲပဲလို့ သိတဲ့ ယောဂီရဲ့ အသိကို သင်္ခါရဒုက္ခကို သိတယ် ခေါ်တယ်။

အဲဒီလို ကိုယ့်အရေးကိုယ်တော့လျက် ဝိပဿနာ ဉာဏ်မျက်စိနှင့် ထောက်လှမ်းပြီး ကြည့်လိုက်ယင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကကောကောင်းရဲ့လား၊.... (မကောင်းပါဘူး ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ မကောင်းဘူး အဲဒါကို သင်္ခါရဒုက္ခတွေ အမြဲ မပြတ် နှိပ်စက်နေတယ်လို့ သိတဲ့ယောဂီ သူတော်ကောင်းဟာ တိုက်အို တိုက်ဆွေးကြီးထဲ နေရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အချိန်မရွေး တိုက်ပြိုပြီး ပိကျ သေနိုင်သလို၊ မခိုင်မြဲတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးလဲ အမြဲ ပျက်စီးနေလို့ ကြောက်စရာကောင်းတယ်၊ မခိုင်မာဘူးလို့ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့အကြောင်း ကောင်းကောင်း သိတယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်ဟာ အားကိုးရာမဟုတ်ဘူး ဆိုတာ မသိဘူးလား...၊ (သိပါတယ်ဘုရား)။ စုံမက်စရာ မြတ်နိုးစရာကော ဖြစ်အုံးမလား၊ (မဖြစ်ပါဘူး ဘုရား)။ ဒါကြောင့်မို့လို့ လောကကို ထောက်တော့ ကြောက်သွေးစိမ့်စိမ့် ကျောတသိမ့်သိမ့်နဲ့ ဖြစ်ရတယ်။ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ် သတ္တလောကအကြောင်း ကောင်းကောင်း သိယင် ကြောက်သွေးတွေ စိမ့်စိမ့်မလာဘူးလား၊ (လာပါတယ် ဘုရား)။

ဒီခန္ဓာကိုယ်မျိုးမှ လွတ်မှ ကျွတ်မှ အားလုံး ချုပ်ငြိမ်း
ရုပ်သိမ်းမှ အေးမှာဘဲလို့ မသိဘူးလား၊ (သိပါတယ် ဘုရား)။
အေးငြိမ်းမှုဆိုတဲ့ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဒီခန္ဓာဒုက္ခတွေ အကုန်ငြိမ်းမှ
ရောက်သွားတဲ့ နိဗ္ဗာန်၊ အဲဒီလို နိဗ္ဗာန်တရားကို-

(ဝိဇာနတ်-ဝိဇာနန္ဒာနံ၊ လောကကို ထောက်တွေးတော့
ကြောက်သွေးစိမ့်စိမ့် ကျောတသိမ့်သိမ့်နှင့် အေးငြိမ်းစေရန်
နိဗ္ဗာန်မြော်ညောင်း သူတော်ကောင်းတို့၏)။

ခန္ဓာကိုယ် ဒုက္ခအကြောင်း ကောင်းကောင်းသိတော့ ဒီခန္ဓာ
ကိုယ် ဒုက္ခမှ လွတ်ရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မမြော်ဘူးလား၊....
(မြော်ပါတယ် ဘုရား)။ မလိုချင်ဘူးလား၊.... (လိုချင်ပါတယ်
ဘုရား)။

အခု တရားနာသူတွေကတော့ လိုချင်လို့ တရားနာနေတာ၊
လိုချင်လို့ တရားအားထုတ်တာလို့ ဆိုတာလဲ ထင်ရှားပြီးသား
ပါပဲ။

(ပဋိဇဏ္ဍိတုမေဝ၊ စက်ခန်းသဉ္ဇာဆောင်မှာ အထက်တန်း
လျင်စွာ အောင်ရအောင်လို့ မဂ်လမ်း တဒင်္ဂါဆောင်လို့မို့
ပြောင်ပြောင်ကြီး ကြိုးစား အားထုတ်ကြရန်ဖို့ အလို့ငှါ
သာလျှင်)။

ဟောဒီတရားက နည်းနာနိဿယ ရပြီဆိုလျှင် ဆိတ်ငြိမ်တဲ့
ညအခါ ကိုယ့်အိပ်ယာထဲမှာ ခြင်ထောင်ချပြီးတော့-အားထုတ်
ယင်ကော မရနိုင်ဘူးလား.... (ရနိုင်ပါတယ်ဘုရား)၊ အမလေး
သက်သာလွယ်ကူလိုက်တာ၊ ဘုရားက ခူးပြီး ခပ်ပြီးသား
ဆွမ်းတွေ ထမင်းတွေ ဟင်းတွေ ပြင်ထားသလို ကိုယ်တိုင်သိပြီး

တရားနည်းတွေကို ပေးတော်မူတာဘဲ၊ ဘုရားရှင်ကို ကျေးဇူး
တင်စရာ မကောင်းဘူးလား၊... (ကောင်းပါတယ် ဘုရား)။

(ပဋိဇဏ္ဍိတုမေဝ၊ အမတာဘုံ စံစားပျိုးရန်ဘို့ ကာမဂုဏ်
ဉာဏ်သမား သူခိုးဓားပြတွေကြောင့် သတိလို့ခေါ်တဲ့ ဓမ္မာရုံ
ဒရဝမ်-တံခါးမှူးကလေးကို နှိုးပြီး နှိုးနှိုးကြားကြားနဲ့ ကြိုးကြိုး
စားစား အားထုတ်ကြရန်ဖို့ အလို့ငှါသာလျှင်)။

အာရုံငါးပါး ကာမဂုဏ်တရားတွေဆိုတာ ဒွါရခြောက်
ပါးက သူတို့က ဝင်ပေါက်ရှာပြီးတော့... အမြဲတမ်း စိမ့်ဝင်
လာတယ်။ မျက်စိပေါက်ကလဲပဲ အဆင်းအာရုံလေးတွေ
ဝင်လာတယ်။ နားပေါက်ကလဲ အသံ၊ နှာခေါင်းကလဲ အနံ့
တွေ၊ လျှာကလဲ အရသာတွေ၊ ကိုယ်ကလဲ ထိတွေ့စရာတွေ၊
အမျိုးမျိုးဆုံဆုံပြီး တိုးလာတယ်။ နှလုံးရပ်ကိုမှီတဲ့စိတ်- မနော
ပေါက်ကလဲ တွေးစရာ အာရုံတွေနှင့်ဆုံပြီး ကာမဂုဏ် အာရုံ
အမျိုးမျိုးတွေ ဝင်လာကြတယ်။ အဲဒါတွေ မရှုမှတ်မိလို့
အမှန်မသိယင် လိုချင်စရာနှင့်တွေ့တော့ လိုချင်နှစ်သက် တပ်
မက်တယ်။ အဲဒါဟာ ကာမဂုဏ်ဓားပြဝင်တာဘဲ၊ အဲဒီ ကာမ
ဂုဏ် ဓားပြဝင်ပြီး အတိုက်ခံရပြီဆိုယင် သတ္တဝါတွေရဲ့ အဇ္ဈတ္တ
သန္တာန်မှာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာကို ကြည်ညိုကိုးကွယ်တဲ့
သဒ္ဓါ၊ အကုသိုလ် ဒုစရိုက်တွေကို ပြုရမှာ ရှက်ရတဲ့ ဟိရို၊
ကြောက်ရတဲ့ ဩတ္တပ္ပ၊ ရတနာသုံးရပ် အမြတ် မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်
နှင့် စပ်တဲ့ အကြားအမြင် ဗာဟုသစ္စ၊ ကြိုးစားအားထုတ်မှု
ဝီရိယ၊ အမှတ်ရတဲ့ သတိ၊ သုတသိ၊ စိန္တာသိ၊ ရူပှီးသိတဲ့
အမှန်သိပညာ၊ အဲဒီ“သူတော်ကောင်းတရား ရတနာခုနစ်ပါး”
တွေလဲ ပါသွားတော့တာပဲ။

နောက်ပြီးတော့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးကို ကြည်ညိုယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါ၊ မြတ်စွာဘုရား အဆုံးအမအတိုင်း ကိုယ်နှင့်နှုတ်ကို ထိန်းချုပ်စောင့်စည်းတဲ့ သီလ၊ ရတနာသုံးရပ် မဂ်ဖိုလ်နှင့် စပ်တဲ့ နှုတ်အာဂုံ သုတ-ရူပားအထူးသိတဲ့ အဓိဂမ သုတ-ဆိုတဲ့ သုတ၊ အောက်လူကို စွန့်ကြဲ၊ တန်းတူကိုပေးကမ်း၊ မြင့်မြတ်သူကို လူဒါန်းဆိုတဲ့ စာဂ၊ မဂ်နိဗ္ဗာန်အားလျော်တဲ့ ကံ၊ ကံရဲ့အကျိုးကို ယုံကြည်သိမြင်တဲ့ အခြေခံအသိ၊ သမထ-ဝိပဿနာကိုပွားလို့ သိမြင်တဲ့ အရိယမဂ်ဉာဏ်ရဲ့ ရွှေပြေး အသိ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ပြည့်စုံလို့ ချုပ်ငြိမ်းရာကို သိတဲ့ မဂ်သိ၊ ဖိုလ်သိ-ဆိုတဲ့ ပညာ၊ အဲဒါ “သုတော်ကောင်း ဥစ္စာ ရတနာခုနစ်ပါး” တွေလဲ ပါသွားတယ်။

ဟုတ်တယ်၊ အဲဒီ ဒွါရခြောက်ပါးက ဝင်လာတဲ့ ခြောက်အာရုံ ကာမဂုဏ်တရားတွေ ဝင်လာပြီဆိုယင် မကြိုက်တာတွေတော့ ဒေါသစိတ်ဖြစ်တယ်၊ မကြိုက်တဲ့ ဒေါသ ဖြစ်စရာ အနိဋ္ဌာရုံ ကို မလိုချင်ဘူး၊ ဒေါသဖြစ်စရာ အနိဋ္ဌာရုံမှတစ်ပါး ကြိုက်နှစ်သက်စရာ အာရုံကလေးကို တွေ့ယင် လိုချင်တယ်၊ ဒါဟာ လောဘပဲ၊ ဓမ္မာနုပဿနာပိုင်းက နီဝရဏနဲ့ပြောယင် နှစ်သက် လိုချင်တဲ့ ကာမတ္တန္တု၊ အာယတန-သံယောဇဉ်နဲ့ ပြောယင် ကာမရာဂ သံယောဇဉ်၊ သစ္စာနဲ့ပြောယင် ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်း သမုဒယသစ္စာပဲ၊ စိတ္တာနုပဿနာပိုင်းက ပြောယင် တပ်မက်တဲ့ သရာဂစိတ်ဘဲ။

တွေ့ကြုံရတဲ့အာရုံက မထင်မရှား ဖြစ်နေယင် ထင်ရှားစေချင်တယ်၊ ဒါလဲ လောဘပဲ၊ တဏှာပဲ၊ ကာမရာဂ သံယောဇဉ်ပဲ၊ ကာမတ္တန္တုပဲ၊ သရာဂစိတ်ပဲ။

တွေ့ကြုံတဲ့အာရုံက ကြိုက်နှစ်သက်စရာလေးဆိုယင် လိုချင်တယ်။ ကြိုက်နှစ်သက်တယ်။ စွဲမက်တယ်။ မခွါရက် မခွါချင်ဘူး။ ဒါကတော့ တိုက်ရိုက်လောဘပဲ။ ကာမစ္ဆန္ဒပဲ။ သမုဒယတဏှာပဲ။ ကာမရာဂ သံယောဇဉ်ပဲ။ သရာဂစိတ်ပဲ။ အဲဒါ ကာမဂုဏ် ဓါးပြပဲ။

သူက တိုက်တော့ သူ့နောက်ကို စိတ်ပါတယ်။ သူနှင့် ပတ်သက်တော့ လောဘစကား ပြောတယ်။ ကာမစကား ပြောတယ်။ သူနှင့်ပတ်သက်တဲ့ ကိုယ်အမူအရာတွေကို ပြုကျင့်တယ်။

မျက်စိအာရုံ အဆင်းကောင်း၊ နားအာရုံ အသံကောင်း၊ နှာခေါင်းအာရုံ အနံ့ကောင်း၊ လျှာအာရုံ အရသာကောင်း၊ ကိုယ်အာရုံ အထိအတွေ့ကောင်းတွေကိုသာ သာယာနှစ်သက်တယ်။

ဒီတော့ ဘုရားရှိခိုးချိန်၊ တရားနာကြား အားထုတ်ချိန်၊ သံဃာဖူးမျှော်ဆည်းကပ်ချိန်၊ ဒီလိုအချိန်တွေကို မရတော့ဘူး၊ ရတနာသုံးပါးနှင့်စပ်တဲ့၊ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတွေကို ခြောက်ဒွါရက ဝင်လာတဲ့ ခြောက်အာရုံ ကာမဂုဏ်တွေကို အကြောင်းပြုပြီး၊ သာယာနှစ်သက် တပ်မက်တဲ့ လောဘတဏှာ၊ သရာဂစိတ်၊ ဓါးပြကတိုက်သွားတယ်။ မကောင်းမှုကို ပြုရမှာ ရှက်တဲ့ ဟိရိတရားလဲ မရှိတော့ဘူး။ ကိုယ်နှစ်သာယာတဲ့ အာရုံကို ရရှိရေး၊ ရပြန်တော့ တည်မြဲရေး၊ တိုးပွားရေးတွေနှင့် စပ်ပြီး ဒုစရိုက်တွေကို ပြောဆိုပြုလုပ်ရမှာ မရှက်တော့ဘူး။ အဲဒါ ဟိရိရတနာ ကာမဓါးပြနောက် ပါသွားတယ်။ ကြောက်လဲ မကြောက်တော့ဘူး။ ဒီတော့ ဩတ္တပ္ပရတနာ ပါသွားတယ်။

တရား မေးခြင်း၊ ဖြေခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်း၊ မှတ်သားခြင်း၊
ဟောပြောခြင်း၊ နားကြားခြင်း၊ တရားစာပေ ဖတ်ရှုခြင်းတို့ဖြင့်
ရရှိမည့် ဗာဟုသစ္စတွေလဲ မရဘူး၊ ရပြီးသားတွေလဲ ပေါ်ခွင့်
မရဘူး၊ တရားစကားကိုကြားနာရယင် နားခါးတယ်၊ ဒါဟာ
ဗာဟုသစ္စရတနာကို ကာမဓားပြက တိုက်ယူသွားတာပဲ။

ရတနာသုံးရပ် ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ရေး ဝိပဿနာဉာဏ်၊
မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ရရှိရေးတွေကိုလဲ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး ကျင့်သုံး
အားထုတ်မှုလဲ မပြုတော့ဘူး၊

ဒါဟာ ဝီရိယရတနာ ကာမဓားပြက တိုက်ယူသွားတာပဲ။

ပြီးတော့ ရတနာသုံးရပ် ကုသိုလ်ဓမ္မနှင့်စပ်တဲ့ အမှတ်ရမှု
ရှုမှတ်မှုလဲ မလုပ်တော့ဘူး၊ ဒါလဲ သတိရတနာကို ကာမဓားပြ
တိုက်ယူသွားတာပဲ။

နောက်ပြီးတော့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊
ဖိုလ်ဉာဏ်-အသိပညာမှန် ရရှိရေး နာကြားရှုမှတ် သိမြင်ရေး
ကိုလဲ အလေးမမူတော့ဘူး၊ ဒီတော့ သိမြင်ခွင့် မရတော့ဘူး၊
ဒါလဲ ကာမဓားပြ အတိုက်ခံရတာပဲ။

နောက်ပြီးတော့ ကိုယ်သဘောကျတာကို ရရှိရေးအတွက်
ဒုစရိုက် ဒုရာဇီဝတွေကိုလဲ ပြုတယ်၊ လုပ်တယ်၊ ဒီတော့ သီလ
ပျက်တယ်၊ ဒါလဲ သီလရတနာကို ကာမဓားပြ အတိုက်ခံရ
တာပဲ။

နောက်ပြီးတော့ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာကို သိမ်းပိုက်ထားပြီး
သူတော်ကောင်းတိုင်း ပြုလုပ်လေ့ရှိတဲ့ စွန့်ကြဲပေးကမ်း-လှူဒါန်း
ခြင်းကိုလဲ မပြုချင်တော့ဘူး။ ဒါလဲ ကာမဓားပြ အတိုက်ခံရ

တာပဲ။ အဲဒီ အာရုံငါးပါး ကာမဂုဏ်ဓားပြတွေ ဒွါရ
ခြောက်ပါးက မဝင်ရအောင် သတိလို့ခေါ်တဲ့ တံခါးမှူးလေး
အစောင့်လေးကို နှိုးပြီး နှိုးနှိုးကြားကြားနှင့် ညအခါကြီးမှာ
တရားနှလုံးသွင်းပြီး နေရမယ်။ လောကရဲ့ မသာယာစရာ
ကြောက်စရာအကြောင်းကို ကောင်းကောင်းသိကြတဲ့ သူတော်
ကောင်းတွေဆိုယင် ကာမဓားပြ အတိုက်မခံရအောင် ဒီလို
ညဉ့်အခါမှာ သတိထားပြီး နှိုးကြားစွာနေတယ်။

မျက်စိပေါက်က ကာမသူခိုး ဓားပြတွေလာယင် “မြင်တယ်”
လို့ ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပိတ်ထားတယ်။ “နားပေါက်က ကာမ
ဓားပြတွေလာယင် ကြားတယ်လို့ ရှုပြီး ပိတ်ထား၊ နှာခေါင်း
ပေါက်က နံတယ်၊ လျှာက စားတယ်၊ ကိုယ်က တွေ့ထိတယ်၊
စိတ်က တွေးကြံတယ်”လို့ ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပိတ်ထားရတယ်။
အဲဒီလို ရှုမှတ်ပြီးတော့ ဒွါရခြောက်ပါးကို သတိနဲ့ လုံအောင်
ပိတ်လို့ မရဘူးလား.... (ရပါတယ်ဘုရား) ဟုတ်တယ်၊ ရတယ်၊
သတိမပါဘဲနဲ့ မျက်စိကိုမှိတ်ထား၊ နားကို အဝတ်ကြီးနဲ့
စည်းထားရုံနဲ့ လုံရဲ့လား၊ (မလုံပါဘုရား)။

ဘယ်လိုလိမ့်မလဲ၊ မှိတ်ထားတဲ့ မျက်စိထဲမှာကို မြင်ရတဲ့
အာရုံကမှ သာထင်ရှားသေးတယ်၊ ပိတ်ထားတဲ့နားက ကြားတဲ့
အသံက တောင်မှ ပိုထင်ရှားတယ်။ အဲဒီလို အတွေးအာရုံ
အမြင်အာရုံ အသံက ပိုမထင်ရှားဘူးလား.... (ထင်ရှားပါ
တယ်ဘုရား)။

ဒါကြောင့် ဒွါရခြောက်ပါးကို ပိတ်ရမယ်ဆိုတာ ရုပ်ဝတ္ထု
ပစ္စည်းတွေနဲ့ ဆို ပိတ်ထားရမှာ မဟုတ်ဘူး၊ ရုပ်ဝတ္ထု ပစ္စည်းနဲ့
ဆို ပိတ်ရုံနဲ့လဲ မလုံခြုံဘူး၊ ဓားပြအတိုက်ခံရ မလွတ်ဘူး။

ဘာနဲ့ ပိတ်ရမလဲ၊ ဘာနဲ့ တားဆီးရမလဲ၊ ဘာနဲ့မောင်းနှင်
တော်လှန်ရမလဲဆိုယင် အာရုံ ခြောက်ပါးတို့တွင် ဓမ္မာရုံဆိုတဲ့
ဒရဝမ်-တံခါးမှူး-သတိနဲ့ ပိတ်ဆိုရမယ်၊ သတိနဲ့ တားဆီး
ရမယ်၊ သတိနဲ့ မောင်းနှင် တော်လှန်ရမယ်။

ဘယ်လိုတော်လှန်ရမလဲဆိုယင် “မြင်ယင်မြင်တယ်၊ ကြားယင်
ကြားတယ်၊ နံယင် နံတယ်၊ စားယင် စားတယ်၊ တွေ့ထိယင်
တွေ့ထိတယ်၊ ကြံစည်ယင် ကြံစည်တယ်၊ စိတ်ကူးတယ်၊ စဉ်းစား
တယ်” စသည်ဖြင့် ပိတ်ဆို တားဆီး တော်လှန်ရတယ်။

ဒါကြောင့် ပဋိဇ္ဇကိတုမေဝ၊ အမတာဘုံစံစားပျိုးရန်ဖို့ ကာမ
ဂုဏ်ဉာဏ်သမား သူခိုးဓားပြတွေကြောင့် သတိလို့ ခေါ်တဲ့
ဓမ္မာရုံဒရဝမ် တံခါးမှူးကို နှိုးနှိုးပြီး နှိုးနှိုးကြားကြားနဲ့ ကြိုးကြိုး
စားစား အားထုတ်ကြရန်ဖို့ အလို့ငှါသာလျှင်။ ဟောတိ၊
ဖြစ်ပါလေသည်တကား။ ဟောတိ၊ ညဉ့်ရုံတော်တခါပြချိန်ဖို့
အတင်း ခုန်ကျော်ကာ အမတာနဂရကိုဖြင့် မဟာဓမ္မ
ဝိပဿနာတွေနဲ့ တခါပျော်ရအောင် ကောယန သတိပဋ္ဌာန်၊
ကောယန သတိပဋ္ဌာန်ရယ်လို့ ကြွေးကြော်ကာ ဗာစရလောက်
အောင် ဖြစ်ပါပေသည်တကား။

သာဓု...သာဓု...သာဓု

အဲဒီလို ဓမ္မာရုံတံခါးမှူးလေးကို နှိုးနှိုးပြီး နှိုးနှိုးကြားကြားနဲ့
မြင်တာ ကြားတာ၊ နံတာ၊ စားတာ၊ တွေ့တာ၊ သိတာတွေကို
ရှုမှတ်သတိပြုပြီး နေတဲ့သဘောဟာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန်တကြောင်း
တည်းသော လမ်းမှန် ကောယနသတိပဋ္ဌာန် အလုပ်ပဲ....တဲ့၊
(မှန်လှပါဘုရား)။

ဒီနိဗ္ဗာန် ရောက်ရန် တကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်
 ကောယနသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာအလုပ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး မဟာ
 သတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်ကြီးကို မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်
 မူရခြင်းရဲ့ အကြောင်းနဲ့ စပ်ပြီးတော့ မနေ့က “ကုရုတိုင်းသွင်
 သတိပဋ္ဌာန် ပွားစေချင်”ဆိုတဲ့ တရားဟောခဲ့ပါပြီ။ ကိုင်း....
 ဒီနေ့ အဲဒီအဆက် “စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်”လို့ ဆိုတဲ့
 တရားတော်ကို ဟောရမယ်။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်နိဒါန်း

ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ ကုရုသု ဝိဟရတိ၊ ကမ္မာ-
 သဓမ္မံ နာမ ကုရုနံ နိဂမော။ တတြ ခေါ ဘဂဝါ
 ဘိက္ခု အာမန္တေသိ ဘိက္ခဝေါတိ။ ဘဒန္တေတိ တေ
 ဘိက္ခု ဘဂဝတော ပစ္စယောသယံ။ ဘဂဝါ တေ-
 ဒဝေါစ။

ဧကံ၊ တပါးသော။ သမယံ၊ အခါ၌။ ဘဂဝါ၊ ဘုန်း
 ဂုဏ်ရန်၊ သုံးဘုံနဲ့အောင် ပြန့်လှိုင်ကျော်ကြား ရှင်တော်
 မြတ်ဘုရားသည်။ ကုရုသု၊ ကုရုတိုင်းပြည်၌။ ကုရုနံ၊ ကုရု
 တိုင်းပြည်၏။ ကမ္မာသဓမ္မံ နာမ နိဂမော၊ ကမ္မာသဓမ္မ
 မည်သော နိဂုံးသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ -တံ နိဂမံ၊ ထိုနိဂုံးကို။
 ဂေါစရံဂါမံ၊ ဂေါစရဂါမံ ဆွမ်းခံရွာကို။ ကတုာ၊ ပြု၍။
 ဝိဟရတိ၊ သီတင်းသုံးမှု၊ လျော် လျော်တော်မူ၏။

တတြ ခေါ၊ ထိုသို့ နေတော်မူသောအခါ၌။ ဘဂဝါ၊
 မြတ်စွာဘုရားသည်။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်းတို့ကို။ ဘိက္ခဝေါတိ၊
 ရဟန်းတို့ဟူ၍။ အာမန္တေသိ၊ အမိန့်ရှိ သိစေတော်မူ၏။

အာမန္တေသိ၊ အာရုံစိုက်ရေး သတိပေးနှိုးဆော် မိန့်ခေါ်တော်
မူလေပြီ။

“တဖြာ ခေါ် ဘဂဝါ ဘိက္ခု အာမန္တေသိ” ဆိုတဲ့
ပါဠိအရ မြတ်စွာဘုရားက မိမိရဲ့ထံပါးမှာ ခစားဆည်းကပ်ပြီး
နေကြတဲ့ ရဟန်းပရိသတ်ကို ဦးတည်ပြီးတော့.... “ချစ်သား
တို့”လို့ ခေါ်တော်မူလိုက်တယ်။ ဒီတော့....

ဘဒန္တတိ၊ အရှင်ဘုရားဟူ၍။ တေ ဘိက္ခု၊ ထိုရဟန်းတို့
သည်။ ဘဂဝတော၊ မြတ်စွာဘုရား၏။ ဝစနံ၊ စကားကို။
ပစ္စယောသု၊ ခုန်းတုံ့ပြန်ကြား လျှောက်ထားတော် မူလေ
ကုန်ပြီ။

ဒါကတော့- တရားနာ ပရိသတ်ကြီး စုဝေးနေတဲ့အခါ
တရားဟောဘုန်းကြီးက “ပရိသတ်များ”လို့ ဆိုယင် “ဘုရား”
လို့ ထူးလိုက်သလိုပါဘဲ၊ ပရိသတ်များလို့ ခေါ်တာဟာ
သူက တရားဟောဖို့ရာအတွက် သတိပေးတဲ့အနေနဲ့ ခေါ်တာ
ဘဲ၊ အဲဒီလိုဘဲ မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက တရား
ဟောတော်မူချင်တဲ့အတွက်ကြောင့် “ချစ်သားရဟန်းများတို့”
လို့ ခေါ်တော်မူလိုက်တော့ ရဟန်းတော်တွေက “အရှင်ဘုရား”
လို့ ခုန်းတုံ့ပြန်ပြီး လျှောက်ထားကြတယ်၊ နားစွင့်နေကြ
တယ်၊ အဲဒီလိုနဲ့ နားစွင့်နေတဲ့ အခါကြတော့-

ဘဂဝါ၊ မြတ်စွာဘုရားသည်။ တေ ဝစနံ၊ ဤစကားတော်
ကို။ အဝေါစ၊ မိန့်တော်မူလေပြီ။

တရားကြေငြာချက်

မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီလို ရဟန်းတွေ အဆင်သင့် နားစွင့် နေတဲ့အခါ ကျတော့မှ ဒီတရားတော်ကို ဟောတယ်။ ဟောတဲ့ တရားက ဘယ်တရားလဲဆိုတော့—

ကောယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ
ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ၊ ဒုက္ခ
ဒေါမနဿာနံ အတ္တင်္ဂမာယ၊ ဉာယဿ အဓိဂမာယ၊
နိဗ္ဗာနဿ သစ္စိကိရိယာယ ယဒိဒံ စတ္တာရော သတိ
ပဋ္ဌာနာ။

ဘိက္ခဝေ။ ဒုက္ခ မီးစက် ဆူဆူပွက်သည့် ဤဘက်ကမ်းမှ
စခန်းထ၍ နန်းမခေမံ နေရဗန်ကမ်း နိဗ္ဗာန်နန်းကို စံမြန်း
လိုလား အိုရဟန်းများတို့။ စတ္တာရော။ ကာယ၊ ဝေဒနာ၊
စိတ္တ၊ ဓမ္မဆိုတဲ့ လေးမျိုးလေးစား လေးပါး အပြားရှိကုန်
သော။ ယဒိဒံ—ယေ ဣမေ သတိပဋ္ဌာနာ။ အကြင် သတိပဋ္ဌာန်
တို့သည်။ သန္တိ၊ ရှိကုန်၏။ အယံ မဂ္ဂေါ။ ဤသတိပဋ္ဌာန်တည်း
ဟူသော လမ်းသည်။ သတ္တာနံ၊ ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓ၊ အရိယာ
သာဝက အလောင်း သူတော်ကောင်းတို့၏။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊
စိတ်အညစ်ကြေး ကင်းဝေးစင်ကြယ်ခြင်းငှါ။ ကောယနော
မဂ္ဂေါ။ နှစ်ကြောင်းမကွဲ တကြောင်းတည်းသော လမ်းအစစ်
ဖြစ်ပါပေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

မြတ်စွာဘုရားက မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်တော် ထုတ်ဖော်
ဟောဘို့ရာအတွက် တရားကောင်းကြောင်း ကြေငြာချက်
အယင်ထုတ်လိုက်တယ်။ ဈေးသည်များဟာ မိမိကုန်ပစ္စည်း
ရောင်းချင်တဲ့အခါ ကုန်ပစ္စည်းကောင်းကြောင်း ကြေငြာသလို၊
မြတ်စွာဘုရားကလဲ သတ္တဝါ ဝေနေယျတွေကို ပေးချင်တဲ့
အတွက်ကြောင့် တရားကောင်းကြောင်း ကြေငြာတော်မူတယ်။

“ချစ်သားတို့...ကဿ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မလို့ခေါ်တဲ့
သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး တရားဆိုတာ ရှိတယ်။ အဲဒီ သတိပဋ္ဌာန်
လေးပါးပွားများသောအားဖြင့် သွားရောက်တယ်ဆိုတဲ့ သွားရာ
လမ်းဟာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် တကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်ဘဲ။
ဒီလမ်းကသွားယင် နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်တယ်”လို့ မြတ်စွာဘုရား
က ဦးစွာ ပဌမ မိန့်ကြားကြေငြာတော်မူပါတယ်။

နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် တကြောင်းထမ်းမှန်

ဒီသတိပဋ္ဌာန်အကျင့်လမ်းဟာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် တကြောင်း
တည်းသော လမ်းမှန်တဲ့။ ဟုတ်တယ်။ ကေ = တခုတည်းသော၊
အယန = လမ်း၊ ကောယန = တခုတည်းသောလမ်း-တဲ့။

ကိလေသာ စင်ကြယ်ရန် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရန်
ဒီသတိပဋ္ဌာန် အကျင့် တလမ်းတည်းသာ ရှိတယ်။ ဒီသတိပဋ္ဌာန်
အကျင့်နှင့် ကင်းပြီး နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် တခြားလမ်း မရှိတော့
ဘူးတဲ့။

“ကေမဂ္ဂေါတိ ကောဝေ မဂ္ဂေါ၊ န ဟိ နိဗ္ဗာနဂါမိမဂ္ဂေါ
အညော အတ္ထိ”တိ။

“ကောယနမဂ္ဂ-ဆိုတာ တခုတည်းသောလမ်းပဲ၊ မှန်တယ်၊ သတိပဋ္ဌာန်မှတစ်ပါး နိဗ္ဗာန်သို့ သွားတဲ့လမ်း မရှိတော့ပြီ-လို့ သိအပ်တယ်” ဟူ၍ ဖွင့်ပြတဲ့ ဋီကာစကားကိုလဲ အထူးသတိ ပြုအပ်ပါတယ်။

တနည်းပြောရယင် မဇ္ဈိမနိကာယ် မူလပဏ္ဏာသ- မဟာ သီဟနာဒသုတ်မှာလို့ “ကောယနော မဂ္ဂေါ” ဆိုတဲ့ ပုဒ်ဟာ တခြားတစ်ပါးသို့ လွဲမှားသွားရန် လမ်းခွဲလမ်းမှား မရှိတဲ့ တကြောင်းတည်းလမ်းကို ဟောတယ်။

ဒါကြောင့် ကေ-တခုတည်းသော၊ အယန-လမ်းကြောင်း၊ ကောယနမဂ္ဂ-လမ်းတကြောင်းတည်းသာရှိတဲ့လမ်း-တကြောင်း တည်းသောလမ်း။

ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းဖြင့် သွားယင် လမ်းဆုံးတဲ့အခါ နိဗ္ဗာန် သို့ တည့်တည့်မတ်မတ် ရောက်တယ်၊ နိဗ္ဗာန်မှ တခြားတစ်ပါးသို့ လွဲမှားပြီး ရောက်စေနိုင်တဲ့ လမ်းခွဲလမ်းမှား မရှိတဲ့ ကိန်းသေ လမ်းမတော်ကြီးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါဟာ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပြုစုတော်မူတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ် နိဿယသစ်-မှာ ဖော်ပြထားချက်ဖြစ်တယ်။

ဘုရားနှင့်သာဝကမှန်သမျှ ဒီလမ်းက နိဗ္ဗာန်ကြွ

ပီးတော့ ဒီသံယုတ်ပါဠိတော် (သံ ၃-၁၆၂)မှာလဲ ဒီလို သာရှိပါသေးတယ်။

ကောယနံ ဇာတိဓယန္တဒဿီ၊
မဂ္ဂံ ပဇာနာတိ ဟိတာနုကမ္ပိ။

ဧတေန မဂ္ဂေန တရိံသု ပုဗ္ဗေ။
တရိဿန္တိ ယေ စ တရန္တိ ဩဃံ။

ဇာတိခယန္တဒဿိ၊ ပဋိသန္ဓေ တည်နေဖြစ်ပွားခြင်း ဇာတိရဲ့ ကုန်ရာနိဗ္ဗာန်ကို သိမြင်တော်မူသော။ ဟိတာနုကမ္မိ၊ သတ္တဝါ တို့အပေါ်၌ အကျိုးစီးပွားဖြင့် အစဉ် စောင့်ရှောက်တော် မူသော မြတ်စွာဘုရားသည်။ ကောယနံ မဂ္ဂံ၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် တကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်ကို။ ပဇာနာတိ၊ ထူးထူး ခြားနား ကွဲပြားစွာ သိတော်မူ၏။ ဧတေန မဂ္ဂေန၊ ထိုနိဗ္ဗာန် ရောက်ရန် တကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်ဖြင့်။ ပုဗ္ဗေ၊ ရှေးရှေး တုန်းက။ ဗုဒ္ဓါ၊ ဘုရားရှင်တို့သည်။ ဩဃံ၊ ဩဃလေးပါး သံသရာရေယဉ်ကို။ တရိံသု၊ ကူးမြောက်တော်မူခဲ့ကြလေကုန်ပြီ။ အနာဂတေ၊ နောင်ခါ၌။ ဗုဒ္ဓါ၊ ပွင့်တော်မူလတ္တံ့ဖြစ်ကုန်သော မြတ်စွာဘုရားတို့သည်။ ဩဃံ၊ ဩဃတည်းဟူသော မြစ်အပြင် သံသရာ ရေယဉ်ကို။ တရိဿန္တိ၊ ကူးမြောက်တော်မူကြကုန် လတ္တံ့။ ဣဒါနိ၊ ယခုအခါ၌။ ဗုဒ္ဓါ၊ ဘုရားရှင်တို့သည်။ ဝါ၊ ဘုရားရှင်နှင့်တကွ တပည့်သာဝကအပေါင်း သူတော်ကောင်း တို့သည်။ ဩဃံ၊ ဩဃတည်းဟူသော သံသရာရေအယဉ် ကို။ တရန္တိ၊ ကူးမြောက်တော်မူကြကုန်၏။ တရန္တိ၊ ကောယန သတိပဋ္ဌာန် တကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို အမှန်ကူးမြောက်တော်မူကြလေကုန်သတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

ဒီသတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများအားထုတ်ခြင်းဆိုတာ နိဗ္ဗာန် ကို ကော်ရောက်နိုင်တဲ့ လမ်းမှန်ပဲတဲ့၊ ဂင်္ဂါဝါဠု သဲစုမက

ပွင့်တော်မူကြပြီးဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ဝင်စံသွားကြတဲ့ ဘုရားရှင်နှင့် ဘုရားရှင်ရဲ့ ထပည့်သာဝကတွေဟာ ဘယ်လမ်းကနေပြီး နိဗ္ဗာန် ကြွသွားကြသလဲ နိဗ္ဗာန်ရောက်သွားကြသလဲဆိုယင် ဟောဒီ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းက ရောက်သွားတော်မူခဲ့ကြတယ်။

နောင်ပွင့်တော်မူလတ္တံ့ ဖြစ်တဲ့ ဘုရားရှင်တွေနှင့် ဘုရားရှင်ရဲ့ သာဝကတွေနိဗ္ဗာန်ကို ကြွကြအုံးမယ်ဆိုယင်လဲ ဟောဒီ သတိ ပဋ္ဌာန်လမ်းကဘဲ ကြွကြအုံးမှာပဲ။

ယခု ပွင့်တော်မူဆဲဖြစ်တဲ့ ပွင့်တော်မူပြီးစဖြစ်တဲ့ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားနှင့် တပည့် သာဝကတွေ နိဗ္ဗာန် မြန်းကြသွားကြ တာလဲ ဟောဒီ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းက ကြွသွားကြတာပဲတဲ့။

ဒါကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ရန် စိတ်ရည်သန်တယ်လို့သာ ဆိုယင်တော့ ဟောဒီ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းက သွားရမယ်၊ နိဗ္ဗာန် သွားချင်ယင် ဘယ်လမ်းက သွားရမှာလဲ ပရိသတ်များ၊ (သတိ ပဋ္ဌာန်လမ်းက သွားရမှာပါဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ ဟောဒီ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းကသွားယင် နိဗ္ဗာန် ကို ရောက်နိုင်တယ်။

ဒါကြောင့် မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အဋ္ဌကထာမှာ-

“မဂ္ဂေါတိ ကေနဋ္ဌေန မဂ္ဂေါ”လို့ ဦးစွာ ပုစ္ဆာ ထုတ်ထား ပါတယ်။

မဂ္ဂေါတိ၊ မဂ္ဂေါ ဟူသည်ကား။ ကေနဋ္ဌေန၊ အဘယ်အနက် သဘောသတ္တိကြောင့်။ မဂ္ဂေါ၊ မဂ္ဂ-ခေါ်ပါသလဲ-တဲ့။

ဒီနေရာမှာ မဂ္ဂဆိုတဲ့ လမ်းခရီးဟာ ဘယ်လိုဟာလဲ၊ ဘယ်ကို သွားတဲ့လမ်းလဲ၊ ဘယ်သူတွေ သွားတဲ့လမ်းလဲ၊ ဘာကြောင့်

လမ်းခေါ်သလဲ၊ ခြေလျင်သွားတဲ့ လမ်းခရီးလား၊ လှည်းနဲ့သွား
တဲ့ လမ်းခရီးလား၊ ရထားနဲ့ သွားတဲ့ လမ်းခရီးလား - တဲ့။

နိဗ္ဗာန်သွားရန် သတိပဋ္ဌာန်ပွား

အဲဒီအမေးကို ဒီလို ဖြေရှင်းထားပါတယ်။

“နိဗ္ဗာန် ဂမနဋ္ဌေန နိဗ္ဗာနတ္ထိကေဟိ မဂ္ဂနိယဋ္ဌေန စ” တဲ့။

မဂ္ဂေါတိ၊ မဂ္ဂလမ်း ခရီးဆိုတာဟာ။ နိဗ္ဗာန်ဂမနဋ္ဌေန စ၊
နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော အနက်သဘောသတ္တိကြောင့်
၎င်း။ ဝါ၊ နိဗ္ဗာန်ကို ရကြောင်းဖြစ်သော အနက်သဘော
သတ္တိကြောင့်၎င်း။ နိဗ္ဗာနတ္ထိကေဟိ၊ နိဗ္ဗာန်ကို လိုလားသူတို့
သည်။ မဂ္ဂနိယဋ္ဌေန စ၊ ရှာမှီးအပ်သော အနက်သဘော သတ္တိ
ကြောင့်၎င်း။ ဝါ၊ ရရေး ရောက်ရေး ကျင့်ကြံရေးဖြင့် မနှေး
ခရီး သွားလာပြီးတော့ ရှာမှီးအပ်သော အနက်သဘော သတ္တိ
ကြောင့်၎င်း။ မဂ္ဂေါ၊ နိဗ္ဗာန်လမ်းပြ မဂ္ဂမည်ပါလေ၏။

ဟောဒီ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်မှာ လာတဲ့ ဧကာယန
မဂ္ဂ-တကြောင်းတည်းသော လမ်းဆိုကာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း
ရကြောင်း လမ်းပဲ၊ နိဗ္ဗာန်လိုသူများ သွားကြတဲ့လမ်း၊ အဲဒီ
လမ်းက ဘယ်နှစ်မျိုးတုန်းဆိုယင် တမျိုးထဲ တလမ်းထဲရှိတယ်၊
နိဗ္ဗာန်သွားဖို့ ဘယ်နှစ်လမ်းရှိသတဲ့လဲ ပရိသတ်များ၊ (တလမ်း
တည်း ရှိပါတယ်ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ တလမ်းတည်းရှိတယ်၊ တလမ်းတည်း ရှိတယ်ဆို
တော့ ဒီလမ်းပေါ်ရောက်သွားယင် ဆုံးအောင်သွားပါ၊ ဆုံး
အောင် သွားယင် ဘယ်ရောက်မှာပါလိမ့်၊ (နိဗ္ဗာန်ရောက်မှာပါ
ဘုရား)။

နိဗ္ဗာန်ကလွဲပြီး ဒီပြင် ရောက်နိုင်တာ မရှိဘူးတဲ့၊ ဒီသတိ ပဋ္ဌာန်လမ်းကသွားယင် နိဗ္ဗာန်ရောက်မှာ ကေနဲ့ပဲလို့ အဲဒီလို ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

အဲဒီတော့ ဒို့ယောဂီတွေနိဗ္ဗာန်ရောက်ချင်ယင် ဘယ်လမ်းက သွားကြမတုန်း။ (သတိပဋ္ဌာန်လမ်းက သွားရပါမယ်ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းက သွားရလိမ့်မယ်၊ အဲဒီ သတိ ပဋ္ဌာန် တရားကို ကုရုတိုင်း ကမ္မာသမ္ပုဒ်ကိုမှ ဟောခဲ့တဲ့ အကြောင်း ဟောခဲ့ပြီးပြီ၊ ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းဟာ ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အရိယာသာဝက အပေါင်းတွေ သွားခဲ့ပြီး၊ သွားဆဲ၊ သွားလတ္တံ့ဖြစ်တဲ့ အကြောင်းနှင့် တကြောင်းတည်း ရှိတဲ့အကြောင်းကို ဆောင်ပုဒ်ကလေး ဆိုကြအုံးစို့။

နိဗ္ဗာန်သွားကြ-ကောယနဆောင်ပုဒ်

သတိပဋ္ဌာန- လေးဝဓမ္မာ၊

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ- ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ။

တပည့်သာဝက-ကျင့်ကြံဖြာဖြာ၊

နိဗ္ဗာန်နန်း- စံမြန်းသွေမကွာ။

ကျင့်ပြီး ကျင့်ဆဲ- နောင်လဲဤဟန်၊

စံပြီး စံဆဲ- နောင်လဲ နိဗ္ဗာန်။

ခရီးမလွဲ- တကြောင်းတည်းမှန်၊

ဤတရား- ကျင့်ပွားဝေကန်။

ကိုင်း....နိဗ္ဗာန်ရောက်ပြီး နိဗ္ဗာန်ရောက်ဆဲ နိဗ္ဗာန်ရောက် လတ္တံ့ဖြစ်တဲ့ ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အရိယာသာဝက အပေါင်း

တွေ နိဗ္ဗာန်ကို ဘယ်လမ်းက ကြွတော်မူကြသလဲ။ (သတိပဋ္ဌာန် လမ်းက ကြွတော်မူကြပါတယ်ဘုရား)။

ဒီ အခု ယောဂီတွေ အားထုတ်နေတဲ့လမ်းက ဘယ်လမ်း ပါလိမ့်၊ (နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့လမ်းပါ ဘုရား)။

နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းပဲလို့ဆိုတော့ ဝမ်းသာစရာ မကောင်းဘူးလား၊ (ကောင်းပါတယ် ဘုရား)။

အဲဒီ ဝမ်းသာစရာ ကောင်းတယ်ဆိုတဲ့ တကြောင်းတည်း လမ်းမှန်၊ လမ်းမတော်ကြီးက သွားရမှာဖြစ်တယ်။

သတိပဋ္ဌာန်ပွားယင် စိတ်ညစ်စင်ကြယ်

နောက်ပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်လိုသူတိုင်း ဒီသတိပဋ္ဌာန် လမ်းမ တော်ကြီးက သွားကြတဲ့အခါ-တသံသရာလုံး မအိုချင် မနာချင် မသေချင်ပဲနဲ့ သေကြရစေဖို့ အမြဲလောင်မြိုက် ပူလောင်စေတဲ့ စိတ်ညစ် စိတ်ထွေး အညစ်အကြေးတွေလဲ ကင်းဝေးစင်ကြယ် သွားမယ်တဲ့။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက- [သတ္တာနံ၊ ဘုရား၊ ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါ၊ အရိယာသာဝကလောင်း အားလုံးသော သတ္တဝါ အပေါင်းတို့၏။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ စိတ်အညစ်အကြေး ကင်းဝေး စင်ကြယ်စေခြင်းငှါ။ အယံ မဂ္ဂေါ၊ ဤသတိပဋ္ဌာန် အကျင့် လမ်းသည်။ ကောယနော မဂ္ဂေါ၊ နှစ်ကြောင်းမကွဲ တကြောင်း တည်းသောလမ်း ဖြစ်ပါပေ၏။]လို့ ဝန်ခံကြငြာတော်မူပေ တာပဲ။

ဘယ်လို စိတ်အညစ်အကြေးတွေ စင်ကြယ်နိုင်သလဲဆိုယင်-

“သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာတိ ရာဂါဒီဟိ မလေဟိ
အဘိဇ္ဈာ ဝိသမလောဘာဒီဟိ စ ဥပက္ကိလေသေဟိ
ကိလိဋ္ဌစိတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓတ္တာယ”လို့ ဒီမဟာသတိပဋ္ဌာန
သုတ် အဋ္ဌကထာမှာ ဆက်လက် ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

[သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာတိ၊ သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ - ဟူသည်ကား။
ရာဂါဒီဟိ၊ ရာဂ အစရှိကုန်သော။ မလေဟိ စ၊ အညစ်အကြေး
တို့ဖြင့်၎င်း။ အဘိဇ္ဈာ . ဝိသမလောဘာဒီဟိ စ၊ သူတပါး
စည်းစိမ်ကို ရှေးရှု ကြံစည်လိုလားသော အဘိဇ္ဈာ၊ မတရား
လိုလားသော ဝိသမလောဘ အစရှိကုန်သော။ ဥပက္ကိလေသေဟိ
စ၊ ညစ်ညူးကြောင်းတို့ဖြင့်၎င်း။ ကိလိဋ္ဌစိတ္တာနံ၊ ညစ်ညူး
သော စိတ်ရှိကုန်သော။ သတ္တာနံ၊ အားလုံးသော သတ္တဝါ
တို့၏။ ဝိသုဒ္ဓတ္တာယ၊ စင်ကြယ်ခြင်း အကျိုးငှါ။ အယံမဂ္ဂေါ၊
ဤသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းသည်။ ကောယနော၊ နှစ်ကြောင်း
မကွဲ တကြောင်းတည်းသော လမ်းပေတည်း။]

သာဓု... သာဓု .. သာဓု

စင်ကြယ်ရမည့် စိတ်အညစ်အကြေးဆိုတာ ပုထုဇဉ်သတ္တဝါ
တွေရဲ့ သန္တာန်မှာ အစမထင် သံသရာ တခွင်ကတည်းက ပူးဝင်
နှိပ်စက်လာတဲ့ တပ်မက်မှုရာဂစတဲ့ စိတ်အညစ်အကြေး သူတပါး
စည်းစိမ်ကို ရှေးရှု ကြံစည်တဲ့ အဘိဇ္ဈာ၊ မတရား လိုလားတဲ့
ဝိသမ လောဘစတဲ့ ညစ်ညူးကြောင်းများပဲ။

ဒီသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းက ကျင့်သွားယင် အဲဒီ စိတ်အညစ်အကြေးများကိုလဲ ကင်းဝေးစင်ကြယ်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်တယ်တဲ့။

စိတ်အညစ်အကြေးတွေ ကင်းဝေးချင်ယင် ဘယ်လမ်းက သွားကြမလဲ ပရိသတ်များ၊ (ဒီသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းကပဲ သွားရမှာပါဘုရား)။

ဒီသတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းကသွားယင် သတ္တဝါများရဲ့ ရာဂ, အဘိဇ္ဈာ-စတဲ့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေ ကင်းဝေး စင်ကြယ်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်တယ်ဆိုတာ မှန်ပါတယ်-တဲ့။

လေးသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတသိန်း အတွင်းမှာ ပွင့်တော်မူကြတဲ့ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဘုရားများ၊ ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါများ၊ အရိယာသာဝက များဟာ ဒီသတိပဋ္ဌာန် လမ်းဖြင့်သာလျှင် လုံးဝ စိတ်အညစ် အကြေးများစင်ကြယ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်တော်မူကြတယ်-တဲ့။

ဒီအဋ္ဌကထာ စကားဟာ ပုံစံပြစကားသာ ဖြစ်ကြောင်းကို ကျေးဇူးရှင် ဟောစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက သတိပဋ္ဌာန် သုတ် နိဿယသစ်မှာ ဒီလို မှတ်ချက်ရေးထားတော်မူပါတယ်။

သိစေလိုရင်းကတော့ လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတသိန်းအတွင်း မှာ ဖြစ်စေ၊ အပြင်မှာဖြစ်စေ၊ ဘယ်ကာလမှာမဆို ပွင့်ပြီး ပွင့်ဆဲ ပွင့်လတ္တံ့ ဖြစ်တဲ့ ဘုရား၊ ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါ၊ အရိယာသာဝက တိုင်းပင် ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းဖြင့်သာ ကိလေသာ အညစ်အကြေး တွေ လုံးဝ စင်ကြယ်ခြင်းသို့ ရောက်တော်မူကြတယ်လို့ အပြည့် အစုံ သိစေလိုရင်း ဖြစ်တယ်တဲ့၊ ဒါကြောင့်လဲ ခုနင်တုန်းက-

“ကျင့်ပြီး ကျင့်ဆဲ-နောင်လဲ ဤဟန်၊
စံပြီး စံဆဲ-နောင်လဲ နိဗ္ဗာန်။
ခရီးမကွဲ-တကြောင်းတည်းမှန်၊
ဤတရား-ကျင့်ပွား ဝေကန်”

လို့ ဆောင်ပုဒ်တောင် ချပေးခဲ့သေးတာဘဲ။

ပြီးတော့ ဆက်လက် ဖွင့်ပြပုံက- “ဣမေ သတ္တာ သဗ္ဗေ
စိတ္တမလံ ပဝါဟေတုာ ပရမဝိသုဒ္ဓိံ ပတ္တာ”တဲ့။

သဗ္ဗေ၊ အလုံးစုံကုန်သော။ ဣမေ သတ္တာ၊ ဤသတ္တဝါ
တို့သည်။ စိတ္တမလံ၊ စိတ်အညစ်အကြေးကို။ ဝါ၊ စိတ်ညစ်
ညူးကြောင်း ကိလေသာအပေါင်းကို။ ပဝါဟေတုာ၊ ရှုမှတ်
ပယ်မျော၍။ ပရမဝိသုဒ္ဓိံ၊ လွန်မြတ်စင်ကြယ်သော နိဗ္ဗာန်သို့။
ပတ္တာ၊ ရောက်ကြကုန်၏။

ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အရိယာသာဝကလောင်း အားလုံး
သော သတ္တဝါအပေါင်းဟာ စိတ်အညစ်အကြေးကို ရှုမှတ်
ပယ်မျောပြီး စင်ကြယ်သောနိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ကြရပါတယ်တဲ့။

ဒါကြောင့်မို့ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေး ကင်းဝေးစင်ကြယ်
အောင် တရားကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ဖို့က အရေးကြီး
တယ်။ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူထားတဲ့ တရားထဲမှာလဲ
ခန္ဓာရုပ်ကိုယ်က အညစ်အကြေးကို ကင်းဝေးစင်ကြယ်အောင်
လုပ်ဖို့က အရေးမကြီးဘူး။ စိတ်မှာတင်ပြီးတော့နေတဲ့ ကိလေ
သာ အညစ်အကြေးတွေကို စင်ကြယ်အောင်လုပ်ဖို့ရာက ပိုပြီး
တော့ အရေးကြီးတယ်။ အဲဒီလို ဟောထားတာ ရှိပါတယ်။
ဒါကြောင့်-

ရူပေန သံကိလိဋ္ဌေန၊ သံကိလိဿန္တိ မာဏဝါ။
ရူပေ သုဒ္ဓေ ဝိသုဇ္ဈန္တိ၊ အနက္ခတံ မဟေသိနာ။

မဟေသိနာ၊ သီလက္ခန္ဓ စသည့်ကျေးဇူး ဂုဏ်အထူးကို ဆည်းပူးရှာမှီး ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည်။ ရူပေန သံကိလိဋ္ဌေန၊ ရုပ်ညစ်နွမ်းခြင်းကြောင့်။ မာဏဝါ၊ သတ္တဝါ တို့သည်။ သံကိလိဿန္တိ၊ ညစ်နွမ်းကြကုန်၏။ ရူပေ၊ ရုပ်တရား သည်။ သုဒ္ဓေ၊ စင်ကြယ်သည်ရှိသော်။ မာဏဝါ၊ သတ္တဝါ တို့သည်။ ဝိသုဇ္ဈန္တိ၊ စင်ကြယ်နိုင်ကုန်၏။ ဣတိ၊ ဤသို့။ အနက္ခတံ၊ ဟောကြားတော်မမူခဲ့ပေ။

ဒီလို မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အဋ္ဌကထာမှာ ဖွင့်ပြထား ပါတယ်။ အဓိပ္ပါယ်က-ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်မှာ ချေးညှော်တွေ ပေ နေတဲ့ အတွက်ကြောင့် သတ္တဝါတွေ ညစ်နွမ်းနေကြတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ ချေးညှော်တွေကို ဆေးကြော သုတ်သင်လိုက်လို့ ရှိသင် သတ္တဝါတွေ စင်ကြယ် သန့်ရှင်းတယ်လို့ ဘုရားက မဟောပါဘူးတဲ့။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ တင်တဲ့ ချေးဟာ ပြောင်သည် ဖြစ်စေ၊ မပြောင်သည်ဖြစ်စေ၊ သိပ်အရေးမကြီးဘူးတဲ့။ အရေး ကြီးတာကတော့-စိတ်စင်ကြယ်ဖို့ရာပါပဲတဲ့။

စိတ္တေန သံကိလိဋ္ဌေန၊ သံကိလိဿန္တိ မာဏဝါ။
စိတ္တေ သုဒ္ဓေ ဝိသုဇ္ဈန္တိ၊ ဣတိ ဝုတ္တံ မဟေသိနာ။

မဟေသိနာ၊ သီလက္ခန္ဓ စသည့်ကျေးဇူး ဂုဏ်အထူးနှင့်ပြည့်စုံ တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည်။ စိတ္တေန သံကိလိဋ္ဌေန၊ ရုပ်ထွေးညစ်ပေသော စိတ်အညစ်အကြေးကြောင့်။ မာဏဝါ၊ သတ္တဝါတို့သည်။ သံကိလိဿန္တိ၊ ရုပ်ထွေးညစ်နွမ်းကြရကုန်၏။

စိတ္တေ၊ စိတ်သည်။ သုဒ္ဓေ၊ စင်ကြယ်သည်ရှိသော်။ မာဏဝါ၊ သတ္တဝါတို့သည်။ ဝိသုဇ္ဈန္တိ၊ စင်ကြယ်ကြကုန်၏။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ဝုတ္တံ၊ ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော်မူအပ်ပါသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု။

ဒါကြောင့်မို့လို့ စိတ်အညစ်အကြေးတွေက ကင်းဝေးဖို့ရန် အရေးမကြီးဘူးလား၊ (ကြီးပါတယ် ဘုရား)။ ဒါပေမယ့်လို့ ပုထုဇဉ်သတ္တဝါတွေက ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်တော့ အကဲမခတ်ဘူး၊ ရုပ်ကိုယ်တော့ အကဲခတ်ကြတယ်၊ မှန်နဲ့ မျက်နှာနဲ့များ ခွါရဲ့လား၊ (မခွါပါဘူး ဘုရား)။ အမလေး ရုပ်ကျတော့ အကဲခတ်လိုက်တာ၊ ဘယ်နားက ဘာလေး ဖြစ်နေပြန်ပြီ၊ ဘယ်နားက ဘယ်လိုနေပြန်ပြီ၊ သနပ်ခါး လိမ်းထားတာက မညီဘူး၊ တို့ဖတ်ရိုက်အုံးမှပဲ စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ပြင်ကြပါတယ်၊ “အမလေး ရေမချိုးရတာတောင်မှ နှစ်ရက်ရှိသွားပြီ၊ မချိုးလို့မဖြစ်ဘူး၊ ညှိစော်နံ့နေလိမ့်မယ်” စသည်ဖြင့် ရေချိုးဘို့ရာ ကြောင့်ကြမစိုက်ကြဘူးလား။ (စိုက်ကြပါတယ်ဘုရား)။ ကိုယ့်စိတ်သန္တာန်မှာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ စတဲ့ ကိလေသာတွေ ပူးဝင်နှိပ်စက်နေတာတော့ အကဲမခတ်ဘူး။

“ရုပ်ကိုသာမြင်၊ နာမ်မမြင်၊ နာမ်တွင်မလှ ရုပ်မလှ”တဲ့

ရုပ်ကိုသာ ပြင်ပြီး နာမ်မပြင်ဘူး ဆိုလို့ရှိသဖြင့် နာမ်မယဉ်ကျေးတော့ ရုပ်ကယဉ်ကျေးပါ့မလား....၊ (မယဉ်ကျေးပါဘုရား)

ရုပ်ကလွဲနိုင်ပါ့မလား.... (မလွဲနိုင်ပါဘူးရား)။

ဟုတ်တယ်၊ မလွဲနိုင်ဘူးတဲ့၊ နာမ်ယဉ်ကျေးမှု ရုပ်လဲလှယ်တယ်၊ အဲဒီတော့ အရေးကြီးတာက ဘယ်မှာတင်တဲ့ အညစ်အကြေးကို စင်ကြယ်အောင် လုပ်ဖို့အရေးကြီးသတုံး.... (စိတ်မှာတင်တဲ့ အညစ်အကြေးကို စင်ကြယ်အောင်လုပ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်ဘူးရား)။

ဟုတ်တယ်၊ စိတ်မှာ တင်တဲ့အညစ်အကြေးကို စင်ကြယ်အောင်လုပ်ဖို့ အင်မတန်မှ အရေးကြီးပါတယ်။

စိတ်မပြင်ပဲ ရုပ်သာပြင်နေကြတယ်

အဲဒီလို စိတ်အညစ်အကြေးကို မပြင်ပဲနဲ့ ရုပ်အညစ်အကြေးကို ပြင်ကြဆင်ကြတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ ဘုရားအလိုတော်ကျရှဲလား.... (မကျပါဘူးရား)။ ဟုတ်တယ်၊ ဘုရားအလိုတော်မကျဘူး၊ ဘုရားအလိုတော်ကျသည်ဖြစ်စေ၊ မကျသည်ဖြစ်စေ အဲဒီရုပ်ကိုယ်အပြင်အဆင်တော့ တယ်ပြီး မလျော့ကြဘူး၊ အဝတ်အစားအသစ်တွေ ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်းဝယ်လိုက် ကြရတာကလဲပဲ ဆုံးနိုင်တယ် မုန်းနိုင်တယ်ရှိရဲလား၊ (မရှိပါဘူးဘူးရား)။ ပြင်ဆင်ဖို့ အပြင်အဆင်တွေ၊ ပုံစံတွေ အမျိုးမျိုး ပြောင်းလဲပြောင်းလဲပြီး လာလိုက်တာ၊ လိုက်လိုက် လိုက်လိုက်ပြီး အလှပြင်ကြတာလဲ အားရနိုင်တယ်လို့ ရှိရဲလား၊ (မရှိပါဘူးဘူးရား)။

အခုခေတ်မှာ အလှ တခါပြင်ယင် ဘယ်လောက်ပေးရသတဲ့လဲ၊ (အစိတ်ပါဘူးရား)။ အဲအစိတ်တန်လဲရှိတယ်၊ တရာ

ဘန်လဲရှိတယ်၊ နှစ်ရာသုံးရာတန်လဲရှိတယ်လို့မကြားဘူးဘူးလား၊
 (ကြားဘူးပါတယ်ဘုရား)။ ဘုန်းကြီးတော့ သတင်းစာထဲ
 ကြော်ငြာတာ တွေ့ရတာပဲ၊ အလှတခါပြင်လို့ရှိယင် တခါ
 လှတိုင်း တရာပဲ ထားပါအုံးတော့ သက်သာရဲ့လား၊
 (မသက်သာပါ ဘုရား)။ လှတာက တခါ လှချင်သလား၊
 ဘယ်နှစ်ခါ လှချင်တုံး၊ (ခဏ ခဏ လှချင်ပါတယ်ဘုရား)။
 အေး.... ခဏ ခဏ လှချင်ယင် ပိုက်ဆံတွေ ပုတ်ကြီးနဲ့သာ
 တည်ထားပေတော့၊ ပြင်လို့တော့ ဆုံးနိုင်မယ် မဟုတ်ပါဘူး၊
 အဲဒါ ပြင်ကြ ဆင်ကြတာတွေ တယ်ပြီးများတယ်၊ အဲဒါ
 အခုခေတ်မှမဟုတ်ပါဘူး။

ရှေးတုန်းက အမျိုးသမီးတွေလဲ ဒီလိုပဲ အမျိုးမျိုး
 ပြင်ခဲ့ကြတယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ မှီသလောက်တင်ဆိုယင်ဖြင့် ခေါင်း
 ပုံစံတွေက ဘီးဆံပတ်ကြီးတွေ ထားရတာနဲ့၊ တော်ကြာ
 အမောက်တွေ ထားရတာနဲ့၊ တော်ကြာပြန် အခုခေါင်းစုတ်
 ဖွားတွေဖြစ်ရတာနဲ့၊ အမျိုးမျိုးမဖြစ်ဘူးလား၊ (ဖြစ်ပါတယ်
 ဘုရား)။ ဘုန်းကြီးတို့မှီသလောက်လေး ပြောတာ မမှီသေးတဲ့
 ပုဂံခေတ်တို့၊ အင်းဝခေတ်တို့၊ ဆံပင်ထုံးပုံတွေများ ပြည့်လို့
 နေတာပဲ၊ အဲဒါ သုတေသနပြုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ပြုပြီးတော့
 ထားတာအမျိုးပေါင်းကို တော်တော် မြောက်မြောက် များ
 များရှိပါတယ်၊ ပြင်လို့များ ဆုံးနိုင်ပါအုံးမလား၊ (မဆုံးနိုင်
 ပါဘူးဘုရား)။ မဆုံးနိုင်ဘူး....တဲ့၊ အဲဒီရုပ် အလှပြင်ရေးအတွက်
 ဆိုယင်ဖြင့် အေးတယ်ဟဲ့၊ ပူတယ်ဟဲ့၊ အစောကြီးရှိသေးဟဲ့၊
 မိုးချုပ်လှပြီဟဲ့နဲ့ ရွေးသေးလား၊ (မရွေးပါဘုရား)။ မရွေး
 ကြဘူး၊ ဘယ်အခါမျိုးမဆို ပြင်နိုင်ကြတာပဲ။

တရားနာရအောင် တရားအားယုတ်ရအောင် ဆိုယင်ဖြင့်
အေးတယ်၊ ပူတယ်၊ အစောကြီးရှိသေးတယ်၊ မိုးချုပ်လှပြီ၊
ဒီလိုမပြောကြဘူးလား၊ (ပြောကြပါတယ်ဘုရား)။

“အမလေး ဒီလောက်တောင် နှင်းတွေကကျ၊ လေကတိုက်၊
အေးကအေးရတဲ့အထဲ သူတို့အားအားရှိတိုင်း ဟောနေတာ
ဒီသွားမနာနိုင်ဘူး၊ နာတော့ ဖျားတော့ ဘယ်နှယ်လုပ်မလဲ”
ဒီလိုများ မပြောကြဘူးလား၊ (ပြောပါတယ်ဘုရား)။ အဲဟို
အရပ်ထဲက တရားနာမလာတဲ့ သူတွေက ပြောတာပါ၊ တရား
နာလာတဲ့ သူတွေကတော့ မပြောပါဘူး၊ အဲဒီလို အမျိုးမျိုး
တွေ ပြောကြတယ်တဲ့။ “နေပူနေတာ ဒီလောက်တောင်
နှေအခါကြီး မီးရေး ထင်းရေးက စိုးရိမ်ရတဲ့အထဲ တရားပွဲ
ကလဲတမှောင်လာပြန်ပြီ၊ သူများတွေ သွားတော့ မသွားယင်လဲ
မကောင်းဘူး” ဒီလိုကော မပြောပေဘူးလား၊ (ပြောပါ
တယ်ဘုရား)။ ဒါလောက်အပူထဲ တရားပွဲသွားယင် အပူ
ဒီဂရီများစွာနဲ့ ဖျားနာဖို့ရာ အချိန်အခါပဲ၊ သူတို့မို့လို့
ရွေးချယ်တတ်ကြတယ်၊ လဆုတ်ရက်ကြီး၊ လမိုက်တဲ့ရက်ကြီးမှ
တရားပွဲက ကျင်းပကြတယ်၊ မှောင်မှောင်မဲမဲနဲ့ အနုကြမ်းစီး
လွတ်လိုက်ယင် ဘယ်နှယ်လုပ်မတုံး၊ မသွားရဲပါဘူး” လို့
မပြောကြဘူးလား၊ (ပြောပါတယ်ဘုရား)။ တရားပွဲနှီးဆော်တဲ
ပုဂ္ဂိုလ်ကတောင်မှ တရားတွေကြေငြာနေပြီ၊ ကြေငြာနေပြီ”
လို့ ပြောကြသော်လဲပဲ “အို....အခုမှ ကြေငြာတုန်းရှိသေး၊
သီလတောင် မပေးသေးဘူး” ဆိုပြီး ဖြေးဖြေးဖြေးဖြေးနဲ့
နောက်ကျမနေဘူးလား၊ (နောက်ကျနေပါတယ်ဘုရား)။

ဒါပေမဲ့ ဇာတ်ပုံတို့ ဘာတို့ဆိုယင် နေရာ မရမှာစိုးလို့ စောစောသွားတန်းစီရသတဲ့၊ စောစောလက်မှတ်တွေ ဝယ်ရသတဲ့၊ အဲဒါ ကွာခြားချက်တွေ၊ အကြိုက်တွေ စရိုက်တွေက ရုပ်အလှနဲ့ စိတ်အလှ၊ ရုပ်အလှဘက် ဦးတည်နေကြတယ်။

“ဟော....ဘုန်းကြီးတောင်မှ တရားတော်တော်ဟောနေပြီ နောက်ကျနေပြီ နောက်မှဝင်ယင် ရှက်စရာကြီး မသွားတော့ပါဘူး”တဲ့၊ နောက်ကျပြန်လဲ နောက်ကျလို့၊ စောတော့လဲ စောလို့၊ နေပူတော့လဲ ပူလို့၊ အေးတော့လဲ အေးလို့၊ အချိန်အခါတွေမရွေးကြဘူးလား၊ (ရွေးကြပါတယ်ဘုရား)၊ ဆင်ခြေဆင်လက်တွေမတက်ကြဘူးလား၊ (တက်ကြပါတဲ့ဘုရား)။

အလှပြင်ဖို့ လှဖို့ ပဖို့ဆိုလို့ရှိယင်ဖြင့် ဆင်ခြေများရဲ့လား၊ (မများပါဘူးဘုရား)။

ပြာသိုလ မနက်စောစောစီးစီး အဲဒါ မင်္ဂလာဆောင်သွားစရာရှိယင် အစောကြီးထပြီးရေတောင်မချိုးဘူးလား၊ (ချိုးပါတယ်ဘုရား)၊ အစောကြီးလဲ ရေချိုးတယ်၊ ရေချိုးပြီး အယင်နှစ်ရက်လောက်က ကြိုတင်သွေးထားတဲ့ သနပ်ခါးတွေကလဲ သိုးလို့တဲ့၊ အဲဒါ သိုးစော်နံနေတဲ့ သနပ်ခါးတွေ အစောကြီးလိမ်းသေးတယ်တဲ့၊ အဲဒီလို အစောကြီးလိမ်းတော့လောကြီးပြီး အရေးတကြီး လိမ်းမိတဲ့အတွက် သနပ်ခါးက တော်တော်နဲ့ မခြောက်ဘူးတဲ့၊ မခြောက်တော့ အဖော်တွေကလဲ ခေါ်လှပြီဆိုတော့ သနပ်ခါးခြောက်အောင် ယပ်ခတ်ပေးရသေးသတဲ့၊

ကဲ...ပြာသိုလ အစောကြီးမှာ အဲဒါ ယပ်ခတ်ပေးရသေးတယ်၊ ယပ်ခတ်ပေးတော့ သနပ်ခါးက ခြောက်သွားတယ်၊ သနပ်ခါးက ခြောက်သွားတော့ ပါးရေ နားရေတွေက တင်းနေပြန်ရောတဲ့၊ အဲဒီတော့ မျက်စိကြီး ပြူးလိုက်၊ ပါးစပ်ကြီးက ဟလိုက်၊ အဲဒီလို အကြောတွေ အတင်းအကြပ်ကြီးတွေ လျော့သွားအောင်လဲ လုပ်ရသေးတယ်ဆိုပဲ၊ အလုပ်တွေက မရှုပ်ဘူးလား၊ (ရှုပ်ပါတယ်ဘုရား)။ ရှုပ်လိုက်တဲ့ အလုပ်တွေ အလှတွေပြင်လို့ပဲ မဆုံးနိုင်ဘူး၊ အဲဒါကျတော့ သူတို့အစောကြီးရှိသေးတယ်၊ အေးကအေးနဲ့ လို့ ပြောရဲ့လား၊ (မပြောပါဘုရား)။ နောက်ပြီးတော့ လက်မောင်းကလေးပေါ်ချင်လို့ လက်တိုဝတ်သွားရတာနဲ့ ဘာနဲ့၊ အင်း.... အဲဒီလိုတောင်မှ ပြင်ကြဆင်ကြတယ်၊ ရှုပ်လှချင်သလောက် စိတ်ယဉ်ကျေးချင်ကြမယ် ဆိုယင် နိဗ္ဗာန် ရောက်တာကြာပြီ၊ အဲဒီတော့ နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဝေးတာလဲမပြောနဲ့၊ စိတ်တော့ အကဲမခတ်ဘူး၊ ဘယ်သွား အကဲခတ်နေတုံး (ရှုပ်အကဲခတ် နေကြပါတယ်ဘုရား)။

အင်း....ရှုပ်သာ အကဲခတ်နေကြတာပဲ။

ဘုရားဟောတဲ့ စိတ်အကြောင်း

စိတ်ဘက်လဲ လှည့်ဘို့ရာ မလိုဘူးလား၊ (လိုပါတယ်ဘုရား)။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက စိတ်ကို ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမဖို့ရာ အရေးကြီးတယ်လို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။ ဒါကို ဘုန်းကြီးက ဝတ္ထုသာဓကနှင့် ပြောပြပါဦးမယ်။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထကာမ နိပါတိနော။

စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ၊ ကိုလေသာ ပူးကပ်သဖြင့် မနူးမနပ်ပဲ အရူးဇာတ်ခင်းလျက် နှိမ်နင်းနှုန်းပြ ဆုံးမရန်အတွက် လွန်ခက်ခဲသော။ လဟုနော၊ ခဏမစဲ အမြဲမပြတ် ဖြစ်တတ် ပျက်တတ်သောကြောင့် လျင်လှမြန်လှစွာသော။ ယတ္ထကာမ နိပါတိနော၊ အကြင် အကြင် ထင်ရာမြင်ရာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။ ယတ္ထကာမ နိပါတိနော၊ ရအပ်သောကြောင်း မရကြောင်းနှင့် သင့်လျော်သော အကြောင်း မသင့်ကြောင်းကို ကောင်းစွာမသိ မကြည့်မျိုးနွယ် အရွယ်ကိုပင် မဆင်ခြင်နိုင်တော့ပဲ အကြင်အကြင် ထင်ရာမြင်ရာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။ စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုးစိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဒမထော၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဖြင့် မှန်စွာနှုန်းပြ၍ ဆုံးမနိုင်ခြင်းသည်။ ဒမထော၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါပေ၏။ သာဓု၊ အကြောင်းအခြေ လှပေသမို့ ကောင်းပေစွတကား။ ဒန္တံ၊ ဆုံးမပြီး၍ ယဉ်ကျေးသော။ စိတ္တံ၊ စိတ်သည်။ ဝါ၊ စိတ်က။ သုခါဝဟံ၊ ချမ်းသာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ စျာန်ချမ်းသာ၊ ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဆောင်တတ်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ ဘယ်ချမ်းသာနှင့်မှ မတူ ဘယ်အပူနှင့်မှ မစပ် အအေးဓာတ် ဝင်ကိန်း၍ အငြိမ်းကြီး ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကြီးကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

သတ္တဝါတွေရဲ့ သန္တာန်မှာ အနမတဂ္ဂ အစမထင် သံသရာ တခွင်ထဲက ပူးဝင်ပြီးတော့နေတဲ့ အနုသယကိလေသာ လို့ဆိုတဲ့ ကိလေသာ စိတ်ဓာတ်တွေဟာ အာရုံနှင့် အာရမ္မဏိကဆုံတော့ စိတ်ထဲက ထကြွသောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန်ဆိုတဲ့ ကိလေသာ အဖြစ် ပြောင်းလဲပြီး ဆူပွက်မနေဘူးလား၊ (ဆူပွက်နေပါ တယ်ဘုရား)၊ ဟုတ်တယ်၊ ဆူပွက်နေတယ်၊ အဲဒီ ဆူပွက်နေတဲ့ စိတ်ဟာ အဆုံးမ,ရ ခက်တယ်တဲ့။

အဆုံးမ,ရ ခက်သလား၊ မခက်ဘူးလားဆိုတာ ယောဂီတွေ မေးကြည့်၊ ယောဂီတွေ မေးကြည့်ယင် မသိဘူးလား၊ (သိပါ တယ် ဘုရား)။

ကိုယ်က “ဖေါင်းတယ် ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ် ထိတယ်၊ ဗယ်လှမ်းတယ် ညှာလှမ်းတယ်”လို့ စိတ်ကလေးကို အမှတ် ခိုင်းထားပါတယ်။ သူက ကိုယ်ခိုင်းထားတဲ့ နေရာမှာမျှား နေသလား၊ (မနေပါဘုရား)၊ ဘယ်သွားလဲဆိုယင် ရွာရိုး ကိုးခေါက် လျှောက်တယ်၊ ဈေးထဲသွားတယ်၊ အိမ်ရောက် တယ်၊ မြေးတွေဆီ သမီးတွေဆီ ပြန်တယ်၊ မပြန်ဘူးလား ဒီစိတ်က (ပြန်ပါတယ်ဘုရား)။

ပြန်လိုက်တဲ့စိတ်၊ ထားရာမှာ မနေဘူး၊ ဆုံးမရ တော်တော် ခက်တယ်၊ လဟုနော-လျင်မြန်တယ်-တဲ့၊ ပီးတော့ လူကသာ ဒီနားနေတယ်၊ စိတ်က ဖျပ်ကနဲဆို အိမ်ရောက်မသွားဘူးလား၊ (ရောက်သွားပါတယ်ဘုရား)၊ မန္တလေးဆိုယင်ကော ရောက် မသွားဘူးလား၊ (ရောက်ပါတယ်ဘုရား)၊ ဈေးထဲဆိုယင်ကော မရောက်ဘူးလား၊ (ရောက်ပါတယ်ဘုရား)၊ သူက အင်မတန်

သိပ်မြန်တာပဲ။ လူသွားတဲ့အခါမှာ- ဒို့ မော်တော်ကားခ၊
 လေယာဉ်ပျံခ၊ ရထားခ ပေးရသလို စိတ်သွားတဲ့ အခါများ
 အခပေးရယင် တတ်နိုင်ပါ့မလား။ (မတတ်နိုင်ပါဘူးရား)။
 တတ်နိုင်ဘို့ မလွယ်ဘူး။ စိတ်သွားတိုင်းသာ အခပေးနေရယင်
 မလွယ်ဘူး။ အင်မတန် လျင်မြန်တဲ့ စိတ်တဲ့၊ ကိုယ့်စိတ်ကို အကဲ
 မခတ်ပဲနဲ့ အဲဒါ တချို့ လူကြ တန်းကြတဲ့အခါ ဥပါသကာ
 ကြီးတွေက အာဝဇ္ဇန်း ကောင်းကောင်းနဲ့ အကျိုးဆောင်
 ဒကာကြီး ဦးအောင်ခင်လိုပေါ့။ အာဝဇ္ဇန်း ကောင်းကောင်းနဲ့
 ဆုပေးလိုက်တယ်။ “စိတ်သွားတိုင်း ကိုယ်ပါလို့ လိုရာ
 ဆန္ဒနှင့် ပြည့်ပါစေ”လို့ ဆုများ ပေးလိုက်လို့ရှိယင် သဘော
 မကျဘူးလား။ (ကျပါတယ်ဘူးရား)။ သိပ်သဘောကျကြတယ်။
 “စိတ်သွားတိုင်းကိုယ်ပါ လိုရာဆန္ဒနှင့် ပြည့်ရပါစေ၊ ပြည့်ပါ
 စေ”လို့ ဆိုတော့ အကောင်းပေးတယ် မှတ်နေတာ၊ ကိုယ့်
 စိတ်ကို အကဲမခတ်ပဲနဲ့များ။ အဲဒီ ဆုများ သိပ်မပြည့်စေချင်
 ကြနဲ့၊ အဲဒီ ဆုလေးပြည့်ယင် ထောင်ထဲက ထွက်ရပါ့မလား။
 (မထွက်ရပါဘူး ဘူးရား)။

ဟုတ်တယ်။ စိတ်ကလဲ ထောင်နှုတ်ခမ်းကြီး လျှောက်
 လျှောက်နေတာပဲ။ အင်မတန် ဆိုးတဲ့စိတ်၊ အင်မတန် မိုက်တဲ့
 စိတ်၊ အမိုက်တွင် ဗိုလ်မှူး၊ အရူးတွင် ထိပ်ခေါင်း၊ အမှောင်တွင်
 ထိပ်ပိတ်၊ မိမိတို့ရဲ့စိတ်။ အမလေး စိတ်တွေက ဂုဏ်ထူးတွေ
 မများဘူးလား။ (များပါတယ်ဘူးရား)။

အင်မတန် ဂုဏ်ထူးများတဲ့စိတ်၊ (ဒီ)ဆိုယင် ဘယ်နှစ်လုံး
 လောက်တပ်ရမလဲ မသိဘူးနော်၊ အင်း....ဂုဏ်ထူးတွေ များများ

နဲ့ ထွက်တဲ့စိတ်၊ အင်မတန် ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ စိတ်ကြီးပဲ။

ဒါဟာ ရနိုင်တဲ့ အကြောင်းပဲ၊ ရနိုင်တဲ့ ပစ္စည်းပဲ၊ မရနိုင်တဲ့ ပစ္စည်းပဲ၊ ဒီအလုပ် လုပ်ယင် သင့်တယ်၊ ဒီအလုပ် လုပ်ယင် မသင့်ဘူး၊ ငါတို့အမျိုးနဲ့ ဒီလို အနေအထိုင်နဲ့ မတတ်ဘူး၊ တော်တယ်စသည်ဖြင့် စိတ်နှောက်ကိုယ်ပါသွားယင် ဆင်ခြင်နိုင်ရဲ့လား၊ (မဆင်ခြင်နိုင်ပါဘူး ဘုရား) “ဪ— ငါ့ခေါင်းတွေကလဲ ဖြူလှပြီ၊ ဘောပွဲထဲမှာ ဆေးပြင်းလိပ်ခဲ့သွားလို့ မတော်ပါလား၊ ဒုတ်ကောက်ကြီးနဲ့ ရုပ်ရှင်ရုံထဲ သွားလို့ မတော်ပါလား၊ ဒီလိုများ တွေးမိရဲ့လား၊ (မတွေးမိပါဘုရား)။ အဲဒီလို ခေါင်းဖြူစွယ်ကျိုးတွေဟာ ရုပ်ရှင်ရုံ ပေါက်ဝမှာ တိုးနေကြတာ ဘောပွဲထဲ တိုးနေကြတာ ပြည့်လို့ တဲ့၊ ကိုယ့်အရွယ်ကို မသိကြဘူး၊ စိတ်ပျိုကိုယ်နဲ့လို့ သူတို့က ဆိုလိုက်ကြသေးတယ်၊ ဪ...ဖြစ်မှဖြစ်ရလေ၊ မဟုတ်တဲ့ နေရာများ သွားပြီး နုနေလိုက်ကြသေးတယ်၊ တရားအားထုတ် ရအောင် ဆိုယင်ဖြင့် “ကိုယ့်အရိုးတောင် ကိုယ်မသယ်နိုင်ဘူး၊ မတတ်နိုင်ပါဘူး”လို့ ပြောကြတယ်။

ဒီပြင် မဟုတ်တဲ့နေရာကျ လျှောက်သွားနေတယ်၊ အင်မတန် ဆိုးတဲ့ စိတ်ပဲ၊ တခါတုန်းက မဂ္ဂဇင်းတစောင် ဖတ်လိုက်ရတယ်၊ တရားခံတယောက်ကို ရုံးမှာ တရားစွဲပြီးတော့ အဲဒါ စစ်ဆေးသတဲ့၊ “မောင်မင်း၊ ရဲဌာန မှန်ပြတင်းကို ဘာဖြစ်လို့ ခဲနဲ့ ပေါက်ရတုန်း”လို့ တရားသူကြီးက မေးတယ်၊ ရဲဌာန မှန်ပြတင်းကို ခဲပေါက်မှုနဲ့ တရားစွဲခံရတာကိုး၊ ဒီတော့

“ကျွန်တော်မျိုး မှန်တာပြောပါမယ်၊ ဟောဒီ ရဲဌာနာနားက လမ်းကနေ ဖြတ်ဖြတ်ပြီး ကျုပ်အလုပ်သွားတာ သုံးနှစ်တောင် ရှိပါပြီ၊ အဲဒီလို အခေါက်ခေါက် အခါခါသွားတော့ ဒီမှန် ပြတင်း မြင်ရတော့ ခဲနဲ့ များ ပစ်လိုက်ရလို့ရှိယင် ဘယ်လိုများ ဖြစ်နိုင်ပါလိမ့်မလဲလို့ ခဲနဲ့ ငါပစ်စမ်းကြည့်စမ်းချင်ပါတိတော့၊ ပစ်လိုက်ရလို့ရှိယင် ဘယ်လိုများ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မလဲလို့ အဲဒီလို တွေးတောနေတာ သုံးနှစ်ကြာပါပြီ၊ ကြာတော့ စိတ်ထဲမှာ မအောင်နိုင်တာနဲ့ ကျုပ်ပစ်လိုက်တယ်ဗျာ”လို့ တရားခံက အစစ်ခံသတဲ့၊ ဖြစ်မှ ဖြစ်ရပလေတယ်၊ ပစ်လိုက်တော့ ဘယ် ရောက်သွားပါလိမ့်၊ ဂါတ်တဲအချုပ်ထဲရောက်ပြီး ရုံးမှာတရားစွဲ အစစ်ခံရတာပေါ့၊” အင်း “စိတ်” ပြောတယ်၊ ဘာမှမဟုတ်တဲ့ အနတ္တအကျိုးမဲ့တွေ ကြံတယ်။

တခါတခါ တံတားပေါ်က ဖြတ်လျှောက်သွားယင် “အောက်များခုန်ချလိုက်ယင် ဘယ်လိုနေပါလိမ့်”လို့ အဲဒီလို များ မတွေးမိဘူးလား၊ (တွေးမိပါတယ် ဘုရား)၊ အဲဒါ လူကောင်းမို့လို့ပေါ့၊ အရူးသာဆိုယင် သူ့ စိတ်ထဲထင်တဲ့အတိုင်း ခုန်ချယင် မသေပေဘူးလား၊ (သေပါတယ် ဘုရား)၊ အေး.... အရူးထောင်က လွတ်လာတဲ့သူများ တော်တော့ကို ကြောက် စရာ ကောင်းတယ်။

တခါတလေ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရူးလို့ရူးမှန်း သိရဲ့လား၊ (မသိပါ ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ မသိဘူး၊ တချို့ တရားအားထုတ်လာတဲ့ ဒကာမကြီးတွေက ပြောတတ်ကြသေးတယ်။

အိမ်တုန်းကရူးခဲ့တာ ခိုပ်သာရောက်မှသိ

“အရှင်ဘုရားတဲ့၊ တပည့်တော်ရဲ့ စိတ်ဟာ အိမ်တုန်းက အကောင်းတဲ့၊ အရှင်ဘုရားတို့ ခိုပ်သာရောက်မှ တရားအား ထုတ်လိုက်တာ ဗျောင်းဆန်နေတာပဲတဲ့၊ မကောင်းဘူး”တဲ့။

အောင်မယ်....သူကဒီလိုပြောတယ်၊ သူ့စိတ်သူ အိမ်တုန်းက အကောင်းတဲ့၊ ဒီရောက်မှ တော်တော့ကို ဗျောင်းဆန်နေတာ ပဲတဲ့၊ ခိုပ်သာရောက်မှ ရူးသလိုများတော့ ဖြစ်နေမလား မသိဘူး၊ အင်း....ခိုပ်သာက အလျော်ပေးရမလိုကျနေပြီ၊ အမှန် ကတော့ ကိုယ့်အိမ်တုန်းကပဲ ကိုယ်ရူးနေခဲ့ကြတယ်၊ ဒီရောက် တော့မှ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရူးမှန်းသိလာတာ၊ စိတ်မကောင်းမှန်း သိလာတာ၊ ဝမ်းနည်းစရာ မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် မကောင်းမှန်း သိလာတာ တိုးတက်တာဘဲ၊ ကောင်းအောင် တရားနဲ့ ဆုံးမရုံဘဲ၊ အဲ....စပ်မိလို့ပြောရအုံးမယ်။

တခါတုန်းက ဘုန်းကြီးတို့ သာသနာ့ခိုပ်သာက သူတို့ရဲ့ မကင်းရာ မကင်းကြောင်းထဲက သွေးသားတော်စပ်ပုံရပါတယ်၊ စိတ်နောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလို့၊ စိတ္တဇဆေးရုံကို ပို့ထားတာ ရှိတာနဲ့ မေးဖို့သွားကြသတဲ့၊ ယောဂီဟောင်း ကိုယ်တော်လေး ငါးပါးပေါ့၊ အဲဒီကိုသွားတော့ သံတိုင်ကြားကနေပြီး၊ အရူး တွေက လက်ညှိုးကလေးတွေနဲ့ထိုးပြီး၊ လာတဲ့ဘုန်းကြီးတွေကို “ဟ....အရူးတွေ လာနေပီ၊ အရူးတွေ လာနေပီ” လို့ ဆိုသတဲ့။ ယော....ခပ်ခက်ခက်ပဲ၊ အရူးဆီ သွားမိတော့မှ- လူကောင်းလဲ အရူးမဖြစ်ဘူးလား၊ (ဖြစ်ပါတယ် ဘုရား)၊ အေး....ဖြစ်တယ်။

တခါတလေကျ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရူးနေလို့ ရူးနေမှန်း မသိ ဘူး၊ အဲဒါ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် နေတဲ့ ထိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်

တရားနဲ့ နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ငြိမ်ငြိမ်သက်သက် နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို
 “ဟောဒီလူဟာရိပ်သာကပြန်မှ ရူးတူးတူးဖြစ်နေပီ၊ အရပ်ထဲ
 ဒီပြင်လူနဲ့မတူဘူး” လို့ တချို့ကပြောကြသတဲ့၊ ဒီလိုပြောတာကို
 ဒွိယောဂီများက စိတ်မဆိုးကြနဲ့၊ သူတို့က အင်အားကောင်းယင်
 အသာနေကြ၊ ပြန်မငြင်းကြနဲ့၊ သူတို့က အင်အားကောင်း
 နေတာ၊ အဲဒီတော့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရူးနေလို့ ရူးမှန်းမသိပဲနဲ့
 စိတ်ကောင်းနေတဲ့လူကျတော့ သူတို့က အရူးလို့ထင်သေးတာ၊
 ကြောက်စရာကောင်းတယ်၊ ဒါကြောင့်-

[ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ အကြင်အကြင် ထင်ရာ မြင်ရာ
 အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ်အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။
 ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ ရအပ်သောကြောင်း မရကြောင်း
 နှင့် ကောင်းစွာမသိ မကြည့်မျိုးနွယ် အရွယ်ကိုပင် မဆင်ခြင်
 နိုင်တော့ပဲ အကြင်အကြင် ထင်ရာမြင်ရာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ
 ကာမဂုဏ်အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။ စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုး
 စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ စိတ္တဿ၊ အမှိုက်တွင်ဗိုလ်မှူး၊ အရူး
 တွင် ထိပ်ခေါင်း၊ အမှောင်တွင် ထိပ်ပိတ် မိမိတို့ရဲ့ ဆိုးသွမ်း
 စိတ်ကို။ ဒမထော၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သုံးသိက္ခာဖြင့်
 မှန်စွာနှုန်းပြ၍ ဆုံးမနိုင်ခြင်းသည်။]

စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်းဆိုတာ

မိမိတို့ရဲ့ ဆိုးသွမ်းတဲ့စိတ်ကြမ်းတွေကို ဆုံးမပါတဲ့၊ ဘယ်လို
 ဆိုးသွမ်းတဲ့ စိတ်ကြမ်းတွေလဲဆိုယင် စောစောတုန်းက ပြောခဲ့
 တဲ့ တပ်မက်မှု ရာဂ၊ ပြစ်မှားမှု ဒေါသ၊ တွေဝေမှု မောဟ-
 စတဲ့ စိတ်တွေ၊ သူတပါးရဲ့စည်းစိမ်ကို သွားရေယို တွေးဆမှု

ရှေးရှုကြုံစည် အလကားလိုချင်တဲ့ အဘိဇ္ဈာ၊ မတရားလိုလား
တဲ့ ဝိသမလောဘ-စတဲ့ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်းတွေတဲ့။ အဲဒီလို
စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်းတွေကို ဆုံးမပါတဲ့။

ဒီ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်းတွေက စိတ်သက်သက် ဆိုယင်-
အကုသိုလ်စိတ် ၁၂-ပါး ရှိတယ်၊ သရုပ်စကားနဲ့ ပြောရယင်
လောဘစိတ်က ၈-ခု၊ ဒေါသစိတ်က ၂-ခု၊ မောဟစိတ်က
၂-ခု၊ ပေါင်း ၁၂-ခု ရှိတယ်၊ ဒါကို အကျဉ်းချုပ် မှတ်သား
ရအောင် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီးက
ဆောင်ပုဒ် စီတားပါတယ်။

“လောရှစ်၊ ဒေါနှစ်၊ မောလည်းနှစ်၊ ဆယ့်နှစ်အကုသိုလ်”တဲ့။

ဒါကို ဗဟုသုတအဖြစ်နဲ့ မှတ်သားရအောင် ကဲ လိုက်ဆိုကြ
ပါဦး။

“လောရှစ်၊ ဒေါနှစ်၊ မောလည်းနှစ်၊ ဆယ့်နှစ် အကုသိုလ်။
(သုံးခေါက်ဆိုပါ)

အဲဒီအကုသိုလ်တွေဟာ တစိတ်မှ မကောင်းပါဘူး၊ ပုထုဇဉ်
သတ္တဝါများကို အပါယ်လေးပါး ရောက်အောင် ပို့နေတာ
သုတိပါတဲ့။

အမိုက်တွင် ဗိုလ်မှူး၊ အရှုံးတွင် ထိပ်ခေါင်း၊ အမှောင်တွင်
ထိပ်ပိတ်၊ ဆိုးသွမ်းတဲ့ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းဆိုတာ
ဒါတွေပဲ။

အပါယ်လားကြောင်း၊ အကုသိုလ်မူလ ၃-ပါး

“လောဘနှင့် သေ၊ ပြိတ္တာ ပြေ၊ မသွေရောက်နိုင်သည်”
ဆိုတာလို လိုချင်တပ်မက်မှု လောဘနဲ့သေယင် အငတ်တွေ

နေတဲ့ ပြိတ္တာဘုံရောက်မယ်-တဲ့၊ လောဘကြီးသူဟာ မသေခင်ကပင် ငတ်မွတ်နေတာပဲ၊ တိုက်တာ စည်းစိမ် ရှေ့ပုံ စိန်ပုံ ပေါ်မှာ နေရပေမဲ့ မတင်းတိမ် မရောင့်ရဲယင် ငါ့ဥစ္စာပဲလို့ စွဲလမ်း ငြိတယ်နေယင်၊ နောက်ထပ် လိုချင်နေယင် အလိုမပြည့် ဝလို့ ငတ်နေတာပဲ၊ လူဆင်းရဲပဲ၊ အဲဒီလို ငတ်သေတော့ အငတ်တွေနေတဲ့ ပြိတ္တာဘုံကို ရောက်နိုင်တယ်။

“ဒေါသနှင့်သေ၊ ငရဲပြေ၊ မသွေရောက်နိုင်သည်” ဆိုတဲ့ အတိုင်း ဒေါသအားကြီးပြီး သေယင် ငရဲကျနိုင်တယ်။ ဟုတ်တယ်၊ ဒေါသကြီးသူဟာ မသေခင်ကပင် စိတ်ထဲလဲ ပူလောင် ကိုယ်မှာလဲ ပူလောင်တယ် တချို့ နှလုံးကွဲပြီး ဒေါသမီးလောင်လို့ သေကြရတယ်၊ အဲဒီလို ဒေါသမီးလောင်ပြီး သေတော့ ငရဲမီးတောက်ရှိတဲ့ ငရဲပြေရောက်ရတယ်။

“မောဟနှင့်သေ၊ တိရစ္ဆာန်ပြေ၊ မသွေရောက်နိုင်သည်” ဆိုတဲ့အတိုင်း မောဟဖိစီးပြီးသေယင် တိရစ္ဆာန်ဖြစ်တယ်။

ဟုတ်တယ်၊ မောဟ အားကြီးသူဟာ ဘုရားမှန်း မသိ၊ တရားမှန်းမသိ၊ သံဃာမှန်းမသိဘူး၊ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာလဲ မသိဘူး၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာလဲမသိဘူး၊ လူ့အောက်ကျတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေလဲ အဲဒီ ကုသိုလ်တွေကို မသိကြဘူး၊ အဲဒီတော့ မသေခင်ကတည်းက တိရစ္ဆာန်နှင့် သဘောသွား တူနေကြပြီ။ သေတော့ တူတဲ့နေရာ တိရစ္ဆာန် သွားဖြစ်ကြရတယ်ဆိုတာ သဘာဝကျတယ်။

ဒီ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ တရားဆိုး သုံးပါးဟာ အခြား အကုသိုလ်စိတ် စေတသိက်များဖြစ်ရန် အကြောင်းခံ မူရင်း ဖြစ်လို့လဲ မူလတရားလို့ ခေါ်တယ်၊ သတ္တဝါအများကို

အပါယ်ဆင်းရဲ သံသရာဆင်းရဲ ကျအောင် ပို့ဆောင် ပူလောင်
စေတတ်လို့လဲ ကိလေသာလို့ ခေါ်ရတယ်။

စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း ကိလေသာဆယ်ပါး

ဒီ သုံးပါးထက် ကျယ်ကျယ်လေး ပြောရယင် သင်္ဂြိုဟ်
သမုစ္စည်းပိုင်းအရ ကိလေသာ ဆယ်ပါးရှိတယ်။ စိတ်ဆိုး
စိတ်သွမ်း လောင်ကျွမ်းစေတတ်တဲ့ ကိလေသာ ဆယ်ပါးဆိုတာ
စိတ်ရော စေတသိက်ပါ ၂-မျိုးလုံး ပါဝင်တယ်။

ကိလေသာ ဆယ်ပါးက ...

- “ ၁။ တပ်မက်လို့ချင်တာက လောဘ၊
- ၂။ စိတ်ဆိုးပြစ်မှားတာက ဒေါသ၊
- ၃။ အမှန်မသိ အမှားသိတာ တွေဝေတာက မောဟ၊
- ၄။ အထင်ကြီးတာ ထောင်လွှားတာက မာန၊
- ၅။ အယူမှားတာက ဒိဋ္ဌိ၊
- ၆။ ရတနာသုံးပါး ကံ-ကံ၏ အကျိုးတရားအပေ ငါးရာ
ယုံမှားတာက ဝိစိကိစ္ဆာ။
- ၇။ ထိုင်းမှိုင်း ပျင်းရိတာက ထိနာ၊
- ၈။ ပျံ့လွင့်တာက ဥဒ္ဓစ္စ၊
- ၉။ အကုသိုလ် ဒုစရိုက် ပြုရမှာကို မရှက်တာက ဟိရိ၊
- ၁၀။ အကုသိုလ် ဒုစရိုက် ပြုရမှာကို မကြောက်တာက
အနောတ္တပ္ပ”-တဲ့။

ဒီ တရားဆယ်ပါးကို ကိလေသာလို့ ခေါ်တယ်။ “ကိလေ
သေန္တိ ဥပတာပေန္တိတိ ကိလေသာ။ ကိလေသေန္တိ ဥပတာ

ပေန္တိ၊ ပူလောင်စေတတ်ကုန်၏။ ဣတိ၊ ထို့ကြောင့်။ ကိလေသာ၊ ကိလေသာတို့မည်၏။”

(သင်္ဂြိုဟ်ဘာသာ ဒုကာ ၅၆၂)

ကိလေသာမီး-လို့ ဆိုရိုးအတိုင်းပင် မိမိကိန်းရာ သတ္တဝါကို ပူလောင်စေတတ် နှိပ်စက်တတ်တဲ့ တရားတွေပဲ။

တနည်းအားဖြင့်လည်း “ကိလိဿတိ ဧတေဟိတိ ကိလေသာ”တဲ့။ ဧတေဟိ၊ ဆယ်ပါးသော ဤတရားတို့ကြောင့်။ ကိလိဿတိ၊ ညစ်ပေရ၏။ ဣတိ၊ ထိုသို့ ညစ်ပေကြောင်း၏ အဖြစ်ကြောင့်။ ကိလေသာ၊ ကိလေသာတို့မည်၏။

(သင်္ဂြိုဟ်ဘာသာ ဒုကာ ၅၆၂)

လောဘစတဲ့ ဒီကိလေသာ တရားတွေနှင့် ယှဉ်တဲ့ရတဲ့ သတ္တဝါများရဲ့ စိတ်ဟာ ကြည်ကြည်လင်လင် မရှိဘူး၊ ညစ်ညစ်ပေပေ ဖြစ်နေရတယ်။ ဒါကြောင့် လူတွေက စိတ်ညစ်တယ်လို့ ပြောကြတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီတရားဆယ်ပါးကို ကိလေသာ-လို့ ခေါ်ကြတယ်။

ကိလေသာဆိုတာ မိမိကိန်းရာ သတ္တဝါကို ပူလောင်စေတတ် ညစ်ပေတတ်တယ်ဆိုတာ ထင်ရှားပြီ။ ဒီကိလေသာတွေ ဖြစ်နေပြီဆိုယင် ပစ္စုပ္ပန်မှာလဲ ပူလောင် ညစ်ပေတယ်၊ သံသရာမှာလဲ ပူလောင်ညစ်ပေတယ်။ ဒီ ကိလေသာတွေနှင့် ယှဉ်တဲ့ စိတ်ကို ကိလေသာစိတ်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ စိတ်တွေဟာ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းတွေပဲ။ သတ္တဝါတွေကို အပါယ်ဆင်းရဲ သံသရာဆင်းရဲထဲ ပို့တဲ့ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းတွေပဲ။

ဒီကိလေသာတွေဟာ အကျယ်ပွားယင်း တထောင့်ငါးရာ တောင်ရှိသတဲ့၊ ကိလေသာ တထောင့်ငါးရာ-ဖြစ်ပုံကို ဗဟုသုတ အဖြစ် မှတ်သားရအောင် လိုရင်းလောက်တော့ ဟောပါဦးမယ်။

စိတ်, စေတသိက်, ရုပ်, နိဗ္ဗာန်လို့ ပရမတ္ထတရား ၄-ပါး ရှိတယ်။ အဲဒီ လေးပါးထဲက စိတ်ဟာ ၈၉-ပါး ရှိသော်လဲ အာရုံကို သိတတ်တဲ့ သဘောလက္ခဏာ တခုတည်းရှိလို့ သူ့ကို စိတ် ၁-ခုလို့ မှတ်ပါ။

အဲဒီ စိတ် ၁၊ စေတသိက် ၅၂+ပေါင်းယင် ၅၃-ပါး ရှိပါတယ်။ ဒီနှစ်မျိုးကို အာရုံဆီညွတ်တတ်တဲ့ နာမ် ၅၃-ပါး၊ နာမ်တေပညာသ လို့လဲ ခေါ်တယ်။

ရုပ် ၂၈-ပါးထဲက ကံ,စိတ်,ဥတု,အာဟာရဆိုတဲ့ အကြောင်း လေးပါးကြောင့် ဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗန္ဓရုပ် ၁၈-ပါး၊ လက္ခဏရုပ် ၄-ပါး+ပေါင်း ၂၂-ပါး ရှိတယ်။ ဒီတော့ ရုပ် ၂၂+ နာမ် ၅၃=၇၅-ပါး ရပါတယ်။ ဒီ ၇၅-ပါးသော တရားတွေဟာ မိမိအဇ္ဈတ္တအတွင်းသန္တာန်မှလဲ ရှိတယ်။ အပြင်ပ ဗဟိဒ္ဓသန္တာန် မှလဲ ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် ခုနစ်ကပြောခဲ့တဲ့ ၇၅-ပါးသော ရုပ်နာမ်တရားတွေကို အတွင်း, အပ သန္တာန် ၂-ပါးနဲ့ မြှောက် ပွားလိုက်ယင် ၇၅ အမြောက် ၂=ရုပ်နာမ် သဘောတရား ၁၅၀-ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီ ၁၅၀-သော ရုပ်နာမ်သဘောတရားတွေကို ကိလေသာ ၁၀-ပါးတွေက ယှဉ်ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ရုပ်နာမ်သဘော ၁၅၀-အမြောက်ကို ကိလေသာ ၁၀=နဲ့ မြှောက်ပွားလိုက်ယင်

ကိလေသာ ၁၅၀၀-ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကို အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် အခြေပြုသင်္ဂြိုဟ်ကျမ်းမှာ ဒီလို ပြထားပါတယ်။

၁။ နာမ်တေပညံ၊ ရုပ်နိပ္ပန် လက္ခဏံရုပ်လေး။

၂။ သန္တာန်နှစ်စ၊ မြောက်ဆင့်က၊ တရားငါးဆယ်ရေး။

၃။ ဆယ်ကိလေသာ၊ မြောက်ဆင့်ကာ၊ ငါးရာတထောင်တွေး”တဲ့။

ဒီ ၁၅၀၀-ဘော ကိလေသာတွေဟာ သူရော ငါပါ သတ္တဝါ အားလုံးကို ပူးဝင်နှိပ်စက်နေတယ်။ ဘယ်တုန်းက စ၊ ခဲ့သလဲဆိုယင် အစ-မထင် သံသရာတခွင်ကတည်းကပဲ။

ဘာကြောင့်လဲဆိုယင် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ သစ္စာတွေကို ဒွါရနှင့် အာရုံဆုံခိုက်မှာ အမှန်အတိုင်း ရှုမှတ်ပြီး မသိလို့သာယာသောကြောင့် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာမူလ ၂-ဖြာမှ မြစ်ဖျားခံခဲ့တာပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီကိလေသာ ၁၅၀၀-တွေ ပူးဝင်နှိပ်စက်ကြတာပဲ။ ဒါကြောင့် ပုထုဇဉ်သတ္တဝါတွေရဲ့ စိတ်ဟာ ဆိုးသွမ်းသရမ်းနေတယ်။

ဒီတထောင့်ငါးရာ ကိလေသာတွေ ပူးဝင်နေတဲ့ ပူလောင်ညစ်ပေနေတဲ့ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်းတွေကို ဘာနဲ့ဘယ်လိုဆုံးမပယ်သတ်ရမလဲဆိုယင်-

[စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဒမထော၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သိက္ခာသုံးရပ် ဘုရား အဆုံးအမသာသနာတော်မြတ်ဖြင့် ပယ်သတ်ဆုံးမနိုင်ခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါ၏။ သာဓု၊ အကြောင်းအခြေ လှပေသမို့၊ ကောင်းလှပါလေစွာတကား]တဲ့။

ဆုံးမပယ်သတ်စရာကတော့ ဘုရားဟော သီလ , သမာဓိ,
ပညာနဲ့ ပယ်သတ်ဆုံးမရမယ်-တဲ့။

ကိလေသာ သုံးမျိုး

ပယ်သတ်ဆုံးမစရာက သိက္ခာသုံးရပ်ဆိုယင် တထောင်
ငါးရာ ကိလေသာတွေကိုလဲ သုံးမျိုးခွဲဦးမှ ဖြစ်မယ်။

ကိလေသာဖြစ်ပွားပုံ သုံးမျိုး

ကိလေသာ ၁၀-ပါး၊ တနည်း အကျယ်ပွားယင် ၁၅၀၀-
တွေရဲ့ သတ္တဝါများ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပုံက သုံးမျိုးရှိပါတယ်။

၃-မျိုးက ဘာတွေလဲဆိုယင်၊ (၁)အနုသယကိလေသာ၊
(၂) ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ၊ (၃) ဝီတိက္ကမ ကိလေသာ-ဆိုတဲ့
သုံးမျိုးပါဘဲ။

အနုသယကိလေသာ

အနုသယ ကိလေသာ-ဆိုတာက “အနု အနု သေန္တိတိ
အနုသယာ” တဲ့၊ အနု အနု၊ အစဉ်တစိုက်။ သေန္တိ၊ သတ္တဝါ
တို့၏ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အစဉ်၌ ကိန်းဝပ်တည်နေတတ်ကုန်၏။
ဣတိ၊ ထို့ကြောင့်။ အနုသယာ၊ အနုသယတို့မည်၏။

(သင်္ဂြိုဟ် ဘာသာဋီကာ ၅၅၇)

သတ္တဝါတို့ရဲ့ ခန္ဓာအစဉ်မှာ အမြဲမပြတ် ကိန်းဝပ်လျက်
ပါနေသော ကိလေသာဓာတ်ကို အနုသယ-လို့ခေါ်တယ်။

လူတိုင်း ထင်သာမြင်သာအောင် ဥပမာ တင်ပြရယင်
မြို့တိုင်း ရွာတိုင်း အိမ်တိုင်းလိုလိုမှာရှိတဲ့ အသီး-သီးမည့်
ဗန္ဓာပင်မှာ အသီး-သီးစေနိုင်တဲ့ ဓာတ်သတ္တိ စွမ်းအင်ဟာ

ဗန္ဓာစေ့မှ အညွှောက်ထွက်သည်ကစပြီး ပင်လုံး၊ အကိုင်း၊ အခက်၊ အရွက် အညွန့်များမှလဲ ပါရှိလာတယ်။ အသီး- သီး စေ့နိုင်တဲ့ ဓာတ်သတ္တိစွမ်းအင်ဟာ ဗန္ဓာပင်တပင်လုံးမှာ အစ၊ အဆုံး အမြဲကိန်းဝပ်နေသလို ဒီအတိုင်းပင် အနုသယ-ခေါ်တဲ့ ကိလေသာဓာတ်ကလဲ ကလလရေကြည်တည်ခါစက ပဋိသန္ဓေ စိတ်စေတသိက်နှင့် ကလာပ် သုံးစည်းမှလဲ ပါရှိပါတယ်။ ဒီနောက် တဘဝလုံး အဆက်ဆက် ရုပ်အစဉ် နာမ်အစဉ်မှလဲ ပါရှိတယ်။ ရဟန္တာမဖြစ်သေးသမျှ ဒါန၊ သီလ၊ သမထ ကုသိုလ် ထိုထိုပြုနေတုန်းမှလဲ အဲဒီ အနုသယ ကိလေသာ ဓာတ်က ပါနေဆဲပါတဲ့။ တဘဝကုန်လို့ စုတိစိတ်ဖြစ်တုန်းမှလဲ ပါရှိနေပါတယ်။ နောက်ဘဝအသစ်ဖြစ်တဲ့ ပဋိသန္ဓေတည်ခါစ ပဋိသန္ဓေစိတ် စေတသိက်နှင့် ကလာပ်သုံးစည်းမှလဲ ပါရှိနေ ပါသေးတယ်။ ဘဝအဆက်ဆက်တွေ ဖြစ်နေသမျှ အပါယ် လေးဘုံ၊ လူ့ဘုံ၊ နတ်ပြည် ၆-ထပ် ဘဝတွေ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေ မှလဲ ပါရှိနေပါတယ်။ အသညသတ်ဘုံမှာ ရုပ်ချည်းဖြစ်နေ သော်လည်း အဲဒီအသညသတ် ဗြဟ္မာ ဘဝရုပ်မှလဲ ပါရှိ နေပါတယ်။

တနည်း အနုသယ

အနုသယ အကြောင်းကို ဒါလောက်ပြောရုံနဲ့ သဘော မပေါက်သေးယင် နောက်တနည်းပြောပြပါဦးမယ်။

“အနုရူပံ ကာရဏံ လဘိတွာ သေန္တိ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိတိ အနုသယာ”တဲ့။

အနုရူပံ၊ လျောက်ပတ်သော။ ကာရဏံ၊ အကြောင်းကို။ လဘိတံ၊ ရကုန်သည်ရှိသော်။ သေန္တိ၊ ဖြစ်ပေါ်လာထိုက်ကုန်၏။ ဣတိ၊ ထို့ကြောင့်။ အနုသယာ၊ အနုသယတို့မည်၏။

အနုသယ ကိလေသာ-ဆိုတာ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် မပယ်အပ်သေး၊ မပယ်နိုင်သေး၊ မပယ်ရသေးလို့ လျောက်ပတ်တဲ့အကြောင်းကို ရယင် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ရာ ပုထုဇဉ်သတ္တဝါ ရဲ့ရုပ်နာမ်ခန္ဓာအစဉ်မှာ အဆင်သင့် ကိန်းဝပ် တည်ရှိနေတဲ့ ကိလေသာဓာတ် ဖြစ်တယ်။

ဗန္ဓာစေ့ ဥပမာကို ပြန်ကောက်ရယင် အောင်မြင်ကောင်း မှန်တဲ့ ဗန္ဓာစေ့မှာ အပင်ပေါက် စေတတ်တဲ့စွမ်းအင် အကိုင်း၊ အခက်၊ အရွက်၊ အဖူး၊ အပွင့်၊ အသီးပေါင်းမြောက်မြားစွာ ကို ဖြစ်ပွားစေနိုင်တဲ့ စွမ်းအင်တွေရှိတယ်။ ဒီအကြောင်းကို မျက်မြင်ဒိဋ္ဌ မတွေ့မြင်ဘူးယင် ပြောပြပေမဲ့သဘောပေါက်ခဲ့ ပါလိမ့်မယ်။

ဒါကြောင့် အပင်ပေါက်နိုင်တဲ့ အကြောင်း အရာကိုပါ ထောက်ပြပြောယင် သဘောပေါက်နိုင်ပါတယ်။ ဗန္ဓာစေ့က အပင်၊ အကိုင်း၊ အခက်၊ အရွက်၊ အဖူး၊ အသီးပေါင်း မြောက်မြားစွာ ဖြစ်ပွား စေနိုင်တယ်ဆိုတာ ဗန္ဓာစေ့ကို ဒီအတိုင်းလုံခြုံရာမှာ သိမ်းထားရုံနဲ့တော့ မထင်ရှားပါဘူး။

ဗန္ဓာစေ့ကို မြေကောင်းတွင်ချပြီး ရေလောင်းပေးယင် အညောက်ထွက် အညွန့်တက် အရွက်ဝေအခက်ရှည် ပင်ခြေ ပေါ်လာတာကို တွေ့ရမှာ ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါဆိုယင်အပွင့်

အသီးများစွာဖြစ်ပြီး အပင်နောက်ထပ်ပေါက်များကို သိသာ ပါပြီ။

ဒါကြောင့် ပုထုဇဉ်သတ္တဝါတွေရဲ့ သန္တာန်မှာ လောဘ၊ ဒေါသ-စတုကံလေသာတွေထကြပြီးသတ်မှုခိုးမှု စသည်တွေကို ကျူးလွန်ပြီး၊ အပါယ်ဆင်းရဲ သံသရာဆင်းရဲ စသည်တွေ မဆုံးနိုင်အောင် ဖြစ်ပွားစေနိုင်တဲ့ ကံလေသာ ဓာတ်တွေ ရှိတယ်ဆိုတာကိုပြောပြရုံနဲ့ တချို့မှာ သဘောပေါက်ခဲ့တယ်။

ဒါကြောင့်မို့လဲ “ငါတို့က သူများတွေလို ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ အလုပ်တွေကို မလုပ်ပေမဲ့ ဘယ်သူ့ကိုမှလဲ မသတ် ဘူး၊ ဘာကိုမှလဲ မတရားတာကို မလုပ်ဘူး၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရိုးရိုးရှင်းရှင်းနဲ့ ကောင်းကောင်းနေနိုင်တယ်၊ ပကာသနမဖက် ဘူး၊ မကြွား မဝါဘူး၊ ဒါဆိုယင် ဘာလိုသေးလဲ” လို့လဲ ပြောတတ်ကြတယ်။

အမှတ်တမဲ့ဆိုယင် သူ့စကားကပြည့်စုံသလိုလိုမှန်သလိုလိုပဲ၊ ဒါပေမဲ့ သူ့စကားဟာ မပြည့်စုံဘူး၊ မမှန်ကန်ဘူး၊ သူဟာ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာကို မပြုဘူးဆိုကတည်းက သူ့မှာ အားကိုးအားထား ဘာသာရေးခံယူချက် မရှိဘူး၊ ဘဝရဲ့ ဆောက်တည်ရာ၊ ဒုက္ခမှလွတ်မြောက်ရာဆိုတာတွေ ဘာတခုမျှ မရှိသေးဘူး။

“ဘယ်သူ့ကိုမှလဲ မသတ်ဘူး၊ ဘာကိုမှလဲ မတရားတာ မလုပ်ဘူး” ဆိုတာလဲ မပြည့်စုံဘူး၊ မမှန်နိုင်ဘူး။ သူ့ရဲ့ဒီစကား လောက်ကို နားထောင်သုံးသပ်ကြည့်ယင် သူဟာ ကုသိုလ်မှန်း အကုသိုလ်မှန်းတောင် မသိသေးဘူး၊ လူကိုသတ်မှသာ အပြစ်

ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး၊ အသက်ရှိတဲ့သတ္တဝါကို သတ်ယင် ဘယ် သတ္တဝါကိုသတ်-သတ် အပြစ်ရှိတယ်၊ သူဟာ လူလို နွားလို ကျွဲလို မသတ်ဘူးပေမဲ့ အနဲဆုံး “ခြင်” တို့ “ကြမ်းပိုး” တို့ကို တော့ သတ်ဘူးမှာ သေချာ ပါတယ်။ အဲဒါလောက် သတ် ယင်လဲ အကုသိုလ်ဖြစ်တယ်၊ အပြစ်ရှိတယ်၊ အပါယ်ကို ကျစေ နိုင်တယ်။

“ဘယ်သူ့ကိုမျှ မတရား မလုပ်ဘူး၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရိုးရိုး ရှင်းရှင်းနဲ့ ကောင်းကောင်း နေထိုင်တယ်၊ ပကာသနမဖက်ဘူး၊ မကြွားမဝါဘူး၊ ဒါဆိုယင်ဘာလို့သေးလဲ” ဆိုတာလဲ ကိုယ့်ဟာ ကိုယ် ဖာသိ ဖာသာ နေတာကို မြှင့်တင်ပြီး သူများတွေ ကောင်းမှုကုသိုလ် ပြုတာတွေကိုလဲ အပိုပကာသန အလုပ်တွေကို လုပ်တယ်လို့ နှိမ့်ချပြောတဲ့ စကားပဲ၊ ကုသိုလ် ပြုတာတွေကို မျက်မှန်းကျိုးပြီး ငြူစူတဲ့ သဘောလဲ ပါဝင်နေတယ်၊ ဒါကိုက သူ့ရဲ့ အနုသယ ကိလေသာ ပေါက်ကွဲပြီး အကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်လာတာဘဲ၊ သူများတွေ ကုသိုလ်ပြုတာတွေကို ရှုံ့မှန်းပြီး ဒေါသဖြစ်နေယင်လဲ ပရိယဉ္ဇာန ပဋိသ ကိလေသာ ဖြစ်လာ တာပဲ။

ဒါ့ထက် လောကဓံ ကောင်းဆိုး အမျိုးမျိုးနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ မှာလဲ စိတ်တွင်းမှာ ထကြွ သောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယဉ္ဇာန ကိလေ သာ၊ စိတ်ကိုမထိန်းချုပ်နိုင်ယင် ဒုစရိုက်မှုတွေကိုလဲ ပြုဦးမှာဘဲ၊ ဘယ်တော့မှ ဒုစရိုက် မပြုတော့ဘူးလို့ ဘယ်ပုထုဇဉ် လူသားမှ တာဝန်ယူနိုင်မည် မဟုတ်ပါဘူး။

ဒါဘာကြောင့်လဲဆိုယင် မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် မပယ်ရသေးလို့ ကိန်းဝပ်နေတဲ့ အနုသယ ကိလေသာ ရှိနေလို့ပါပဲ။

ဒါကတော့ ဘာသာရေးကို ပစ်ပယ်ပြီး ဖာသိဖာသာ နေသူက အနုသယ ကိလေသာ မိမိသန္တာန်မှာ ရှိနေတာကို မရိပ်မိ မသိပဲနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးပြီး သူများကို အထင် သေးတတ်ပုံကို သိသာရုံမျှ ဟောပြောချက်ပါ။

ကျေးဇူးရှင် လယ်တီ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကတော့ “အနု သယ ကိလေသာကို မဂ်ဖြင့် မပယ်ရသေးလို့ ပုထုဇ္ဇနဂတိ မပြုတ်သေးယင် ယနေ့ ပိဋကတ်သုံးပုံကို ထုံးလိုချေ ရေလို နှောက်နိုင်တဲ့ ပညာတတ် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးဟာ နက်ဖြန်ခါမှာ လူဆွံ့၊ လူအ၊ လူဗာလကြီးလဲ ဖြစ်သွားနိုင်သေးတယ်၊ ယနေ့ တရား ဟော ဆရာကြီးဟာ နက်ဖြန်ခါသေပြီး အပါယ် ကျသွားနိုင် သေးတယ်၊ ဒီနေ့ သူတော်ကောင်း အမည်ခံသူဟာ နက်ဖြန်ခါ အယူဝါဒလွဲပြီး ဒုစရိုက်အိုးကြီး ဖြစ်သွားနိုင်သေးတယ်”လို့ မိန့်တော်မူကြောင်းကို မှတ်သားရဘူးတယ်။

ဒါဟာ ယခု ဘဝ - ယခု ခဏ ဒုစရိုက်မပြုသေးယင်လဲ ယခင် ဘဝါဘဝတွေတုန်းက ကိလေသာက တိုက်တုန်းလို့ ဒုစရိုက်များစွာ ကျူးလွန်ဘူးမည့်အကြောင်း၊ အနုသယ ကိလေ သာကို မပယ်ရသေးယင် နောင် အကြောင်းညီညွတ်တဲ့အခါ ကိလေသာ အဆင့်ဆင့် ပေါ်လာနိုင်တာကို ရည်ရွယ်ပြီး မိန့်တော်မူတာဘဲ။

ဒါကြောင့် “အနုရူပံ၊ လျောက်ပတ်သော။ ကာရဏံ၊ အကြောင်းကို။ လဘိတူ၊ ရကုန်သည်ရှိသော်။ သေန္တိ၊ ဖြစ်ပေါ်လာထိုက်ကုန်၏။ ဣတိ၊ ထို့ကြောင့်။ အနုသယာ၊ အနုသယ-တို့ မည်၏”လို့ ဟောခဲ့တာပဲ။

ပြီးတော့ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာအစဉ်မှာ ကိန်းဝပ်တယ်-ဆိုတဲ့ ဒီအနုသယ ကိလေသာကလဲ အာရမ္မဏာ နုသယ၊ သန္တာနာ- နုသယ ကိလေသာ ဆိုတာကတော့ ယခု ပြောခဲ့တဲ့ အနုသယ ကိလေသာပါပဲ။

အာရမ္မဏာနုသယ ကိလေသာ ဆိုတာကတော့ ယခု လက်ငင်း အာရုံ ၆-ပါးနှင့် ခွဲရ ၆-ပါးတို့ ဆုံတဲ့အခါမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ တွေ့ထိမှု၊ စိတ်ကူး မှု-ဆိုတဲ့ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာများကို “မြင်တယ်၊ ကြားတယ်” စသည် ဖြင့် မရူမှတ်မိယင် “မြဲတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ ငါ့ကောင်ပဲ” စသည်ဖြင့် စွဲမှီကိန်းဝပ်တတ်တဲ့ ဒိဋ္ဌိ၊ တဏှာ-စတဲ့ ကိလေသာကို အာရမ္မဏာနုသယ-လို့ ခေါ်တယ်။

အထူးအားဖြင့် ကိလေသာ ဆယ်ပါးတို့တွင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ ၆-ပါးဟာ ထိန၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပ များထက် သတ္တိစွမ်း အင်အား ကြီးမား ထက်မြက်တယ်၊ သူတို့က ဆိုင်ရာ အကုသိုလ်များကို ခေါင်းဆောင်ပြီး ထ-မြောက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြတယ်။

ထိန၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပ ကိလေသာ ၄-ပါးက အလွန်သတ္တိစွမ်းအင် မကြီးမား မထက်မြက်ကြဘူး၊ ဒါကြောင့် ထိန၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပ-ဆိုတဲ့ ကိလေသာ ၄-ပါး ဟာ အနုသယ ကိလေသာအဖြစ် မဆောင်ရွက်နိုင်ကြဘူး၊ သူတို့ ဟာ အနုသယ မဟုတ်ကြဘူး။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ ဒီ ၆-ပါး သော ကိလေသာတို့သာ ပုထုဇဉ် သတ္တဝါများရဲ့ ခန္ဓာအစဉ်မှာ

ဆိုင်ရာ မဂ်ဉာဏ်များဖြင့် မပယ်နိုင်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး ကိန်းဝပ်လိုက်ပါနိုင်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီ ၆-ပါးကိုသာ အနုသယ ကိလေသာခေါ်ကြောင်း အထူး မှတ်သားကြရမယ်။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက အဘိဓမ္မပိဋက-ယမိုက်ပါဠိ တော်မှာ ဒီ ၆-ပါးကိုသာ အနုသယ ကိလေသာလို့ ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်။

အနုသယကိလေသာဆိုတာ နောင်အခါ အခွင့်သာယာ ဖြစ်နိုင်လောက်အောင် သတ္တိစွမ်းအင်ရှိတဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ-ကိလေသာ ၆-ပါး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါလောက်ဆိုယင် အနုသယကိလေသာအကြောင်း သိသာလောက်ပါပြီ။

ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ

ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာ-ဆိုတာ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် မပယ်ရသေးတဲ့ အနုသယကိလေသာဓာတ်ခံရှိတဲ့ သတ္တဝါများရဲ့ အဇ္ဈတ္တသန္တာန်မှာ ဒွါရနှင့်အာရုံ ဆုံတဲ့အခါ- စိတ်ထဲတွင် ထကြွသောင်းကျန်းမှုပါပဲ။

ကောင်းတာတွေယင် လိုချင်တော့ လောဘကိလေသာ၊ မကြိုက်တာတွေယင် စိတ်ဆိုး စိတ်ပျက်တော့ ဒေါသကိလေသာ-စသည် ဖြစ်တာတွေဟာ ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာ ဖြစ်တာပါပဲ။ သူကတော့ မခက်လှပါဘူး။ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းရဲ့ ကိုယ်တွေ ဖြစ်နေကြတယ်။ ဗန္ဓာစေ့ဟာ မြေကောင်းမှာ ရေလောင်းတော့ အပင်ပေါက်လာသလိုပါပဲ။

ဝိတိက္ကမ ကိလေသာ

ဝိတိက္ကမကိလေသာ-ဆိုတာကတော့ အဲဒီ စိတ်ထဲမှာ ထကြွသောင်းကျန်းလာတဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ-စတဲ့ကိလေသာကို မထိန်းချုပ်နိုင်တဲ့အခါ နှုတ်နဲ့ ကိုယ်နဲ့ ကျူးလွန်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

သူ့အသက်သတ်ခြင်း၊ သူ့ဥစ္စာခိုးခြင်း၊ ကာမဂုဏ်မှာ မှောက်မှောက်မှားမှား ပြုကျင့်ခြင်း၊ မုသား ပြောခြင်း၊ ကုန်းချောခြင်း၊ ဆဲရေးတိုင်းထွာခြင်း၊ အနှစ်မပါ အကာစကား ဖျင်းများကို ပြောဆိုခြင်းတွေပါပဲ။ ဗန္ဓာပင်မှ ဗန္ဓာပွင့်တွေ ပွင့်ပြီး ဗန္ဓာသီးတွေသီးကာ မှည့်ရင့်အောင်မာ မျိုးစေ့ပွားလာ သလိုပါပဲ။ ဗန္ဓာမျိုး အဆက်ဆက်ပွားသလို ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ ဘဝသစ်တွေပွားပြီး ရှည်လျားထွေပြား ဒုက္ခများစွာ သံသရာ လည်ရတော့တယ်။

ဒါဟာ ကိလေသာသုံးမျိုး ဖြစ်ပုံကို သိသာရုံမျှ ပြောပြ တာပဲ။

ဘုန်းကြီးတို့ ဟောခဲ့တဲ့ စိတ်တရားအရမှာတော့ မဂ်ဖြင့် မပယ်ရသေးလို့ အနုသယကိလေသာ အစဉ်ပါလာကြတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ အာရုံနှင့် ဒွါရဆုံကြတိုင်း ထကြွသောင်းကျန်း တဲ့ ပရိယဉ္ဇာန ကိလေသာတွေနှင့် ယှဉ်တွဲနေတဲ့ စိတ်ဟာ အင်မတန် ဆိုးသွမ်းပါတယ်တဲ့။

[ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ၊ ကိလေသာ ပူးကပ်သဖြင့် မနူးမနပ်ပဲ အရူး ဇာတ်ခင်းလျက် နှိမ်နင်းနှုန်းပြ ဆိုးမရန်တွက် လွန်ခဲ့ခက်သော။ လဟုနော၊ ခဏမစဲ အမြဲမပြတ် ဖြစ်တတ် ပျက်တတ်သော ကြောင့် လျင်မြန်လှစွာသော။ ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ အကြင်အကြင် တင်ရာမြင်ရာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ်

အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။ ဝါ၊ ရအပ်သောကြောင်း
မရကြောင်းနှင့် ကောင်းစွာမသိ မကြည့်မျိုးနွယ် အရှယ်ကိုပင်
မဆင်ခြင်နိုင်တော့ပဲ အကြင်အကြင် ထင်ရာမြင်ရာ အဖြာဖြာ
အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။ စိတ္တဿ၊
စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို] လို့ ရှေ့ပိုင်းက ဟောလာ
ခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီလို ထကြသောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယဉ္ဇာနကိလေသာ
စိတ်သရမ်းကို မထိန်းချုပ် မဆုံးမနိုင်ယင် ကာယကံ၊ ဝစီကံ
တွေနဲ့ ကျူးလွန်ကျော်နင်းတဲ့ ဝိတိက္ကမကိလေသာတွေ ဖြစ်မယ်၊
ဒီကိလေသာတွေ ဖြစ်မိပြီဆိုယင်တော့ အစမထင် သံသရာတခွင်
တုန်းက မရေမတွက်နိုင်အောင် လျှောက်ခဲ့ ဆင်းရဲခံခဲ့ရတဲ့
အပါယ်ဆင်းရဲ၊ ပဋိသန္ဓေ၊ အို၊ နာ၊ သေ၊ ဆင်းရဲ၊ ဖြစ်ပျက်
ဒုက္ခ အဝဝသော ဆင်းရဲပေါင်း ထူပြောတဲ့ လမ်းဟောင်း
သံသရာကိုသာ တဝဲလည်လည်နဲ့ ဆက်လျှောက်ရဦးတော့မယ်၊
ဆက်လက်ပြီး အညှဉ်းဆဲခံ အဆင်းရဲခံရဦးတော့မယ်၊ ကမ်း
မမြင် လမ်းမမြင် သံသရာ သမုဒ်ရေပြင်ထဲမှာ မျောရ မြုပ်ရ
ဦးတော့မယ်-တဲ့၊

ဒါကြောင့်

“စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။
ဒမထော၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သုံး သိက္ခာဖြင့် မှန်စွာ
နှုန်းပြ၍ ဆုံးမနိုင်ခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါပေ၏။
သာဓု၊ အကြောင်းအခြေ လှပေသမျှ၊ ဩော်.... ကောင်း
လေစွတကား။

သာဓု.... သာဓု.... သာဓု....

အဲဒီ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း ထကြွသောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယတ္တန ကိလေသာနှင့် သူ့ရဲ့အကြောင်းရင်း အနုသယ ကိလေသာ၊ ရှေ့သို့ဆက်လက် ဖြစ်ပွားကျူးလွန်မည့် ဝီတိက္ကမ ကိလေသာ တွေကို သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ - သုံးသိက္ခာနဲ့ ပယ်သတ်ပါတဲ့။

ဟုတ်ပြီ- ဒီလိုဆိုယင် ဘယ်ကိလေသာကို ဘယ်သိက္ခာ အကျင့်ဖြင့် ပယ်သတ်ရမလဲ-တဲ့။ စောစောက-ဘုရားဟော ကိလေသာ သတ်နည်းတရားက သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ- သုံးသိက္ခာရှိတယ်ဆိုယင် ကိလေသာ ၁၀-ပါး အကျယ် ပွားယင် ၁၅၀၀ ရှိတယ်ဆိုတဲ့ ကိလေသာတွေကိုလဲ သုံးမျိုး ခွဲတမ်းချမှ ဖြစ်မယ်ဆိုတဲ့စကား-ကနေ ထွက်လာခဲ့တာနော် (မှန်ပါဘုရား)။

ကိလေသာ သုံးမျိုးရှိပုံကိုတော့ မှတ်မိကြပြီလား (မှတ်မိ ကြပါပြီ ဘုရား)။

လွန်ကျူးကိလေသ-သီလနဲ့ပယ်

၁။ ဟုတ်ပြီ၊ ဒီတော့-လွန်ကျူးတဲ့ ဝီတိက္ကမ ကိလေသာ ကိုတော့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ သီလသိက္ခာ သာသနာတော်နဲ့ ပယ်သတ် ဆုံးမ, ပါတဲ့။

ဟုတ်တယ်၊ ဘုရားအဆုံးအမ သီလတော်ကို ဆောက်တည် ကျင့်သုံးထားသူများဟာ ကိုယ့်သီလကို မပေါက်ကျိုးရအောင် ကိုယ်နှင့် နှုတ်ကို စောင့်ထိန်းထားကြတယ်။

ဥပမာ- ဥပုသ်သီလ စောင့်ထိန်းထားသူဟာ အမှတ်တမဲ့ ခြင်ကိုက်ခံလိုက်ရစဉ် “ငါ့ကိုက်တဲ့ ခြင်ကောင်ဟဲ့” ဆိုပြီး ရိုက်ဖို့ရာ လက်ရွယ်ပြီးမှ လက်က ပုတီးကိုမြင်ပြီး မိမိရဲ့ ဥပုသ်

သီလကို သတိရကာ ခြင်ရိုက်မည့်လက်ကို ပြန်လည် ရုပ်သိမ်းတယ်။

ပြီးတော့ ခြင်ကိုက်တဲ့ ဒဏ်ကို မခံနိုင်လို့ လက်ကို ဘရိတ်အုပ်ပြီး ခြင်ပျံ့ပြေးအောင် ဟန်ဆောင်မျှ ဝှေ့ရမ်း ခြောက်လှန့် လိုက်တော့တယ်။ ဒါဟာ သီလ သိက္ခာ သာသနာတော်က ဝီတိက္ကမ ကိလေသာကို မလွန်ကျူးအောင် ပယ်သတ်လိုက်တာဘဲ။ ဒါဟာ ပုံစံ ထုတ်ပြတာဘဲ။ ပြောမယ်ဆိုယင် ပြောစရာတွေ များစွာရှိပါတယ်။ ဒီမှာတော့ ဒါလောက်ဆိုယင် တော်ပါပြီ။

ဒါကို အကျဉ်းမှတ်သား ဆောင်ထားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါ။

လွန်ကျူးကိလေသ-သီလနဲ့ပယ်။ (သုံးခေါက်ဆိုပါ)

ထ,ကြွလေဘိ-သမာဓိနဲ့ ပယ်

၂။ ပီးတော့ ထကြွသောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ ကိုတော့ သမာဓိနဲ့ ပယ်သတ် ဆုံးမရတယ်တဲ့။

သမာဓိ-ဆိုတာ စိတ်ကို တခုတည်းသောအာရုံမှာ တည်ငြိမ်နေအောင် သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀-တို့တွင် တမျိုးမျိုးကို ပွားရတယ်။

ဟုတ်တယ်။ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းပွားတဲ့ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ စိတ်ကို ကိလေသာတွေနဲ့ မယှဉ်တဲ့ မပူးကပ်စေပဲ မိမိရဲ့ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာသာ တည်ငြိမ်အောင် ကားကြတယ်။

ဥပမာ- “ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူ ထိုက်သောကြောင့် အရဟံ

ဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏” စသည်ဖြင့် ဘုရားဂုဏ်လျှင် အာရုံရှိတဲ့ သတိစိတ်နဲ့အမှတ်ရ စီးဖြန်းနေတဲ့ယောဂီဟာတခြား ကိုစိတ်မရောက်ဘူး၊ ဘုရားဆီကိုသာ စိတ်ရောက်နေတယ်။

ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းတဲ့ ယောဂီဟာ အခြားကောင်းဆိုး အာရုံများနှင့်လဲ မတွေ့ဆုံဘူး၊ ဒီတော့ လိုချင်မှု လောဘ၊ စိတ်ဆိုးမှု ဒေါသ စသည်တွေလဲ စိတ်ထဲ မှာပင် မပေါ်လာဘူး၊ ပေါ်ခွင့် ဖြစ်ခွင့်မရဘူး၊ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ သမာဓိက စိတ်ထဲမှာ ထကြွ သောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယတ္တန ကိလေသာကိုသတ်တာပဲ။ ပထဝီကသိုဏ်းစသည်ကို ပွားများပြီး စျာန်ရကာ လူ့ပြေမှာ စုတေလို့ ဗြဟ္မာပြည် ရောက်ရတဲ့ ဗြဟ္မာများမှာဆိုယင် ကမ္ဘာပေါင်း များစွာပင် ပရိယတ္တနကိလေသာတွေ ငြိမ်းနေကြတယ်-တဲ့။

ကဲ-ဒါတွေကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါဦး။

ထ၊ ကြ လေဘိ-သမာဓိနဲ့ပယ်။ (သုံးခေါက်ဆိုပါ)

ကိန်းဝပ်စွဲငြိ- ရှုသိဉာဏ်နဲ့ပယ်၊

၃။ ပီးတော့ သုဿင်္ဂါ သတ္တဝါတွေရဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အစဉ်မှာ ကိန်းဝပ်စွဲငြိ-တဲ့ အနုသယကိလေသာကိုတော့ ရှုသိ ဉာဏ်နဲ့ ပယ်ရမယ်၊ ဉာဏ်ဆိုတာ အမှန်ကို သိတဲ့ ပညာ ပါပဲ။

ဒီနေရာမှာ- ပညာဆိုတာကလဲ သုတမယပညာ၊ စိန္တာမယ ပညာ၊ ဘာဝနာမယ ပညာရယ်-လို့ ပညာသုံးမျိုးရှိကြောင်းကို မှတ်သားထားရမယ်။

စာပေကျမ်းဂန်ဆရာထံက ဖတ်ရှုနာခံ-လို့သိရတဲ့ အသိဉာဏ် ပညာကို သုတမယပညာ-ခေါ်တယ်။

အဲဒီ စာပေကျမ်းဂန်ဆရာထံက သိရတဲ့ သုတမယပညာကို အခြေခံပြီး အတွေးဉာဏ်နဲ့ ဝေဘန်စဉ်းစားပြီး ဒီအသိဟာ မှန်တယ်-လို့ ဆုံးဖြတ်သိတာကို စိန္တာမယပညာ ခေါ်တယ်။

အဲဒီ သုတ, စိန္တာပညာကို အခြေခံပြီး ဒွါရနှင့်အာရုံ ဆုံတိုင်း ပေါ်လာတဲ့ မြင်မှု, ကြားမှုစတဲ့ ရုပ်နာမ်ကြောင်း ကျိုး ဖြစ်ပျက်မျိုးနှင့် အဲဒီရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုး ဖြစ်ပျက် တို့ရဲ့ချုပ်ငြိမ်းရာကို သိမြင်တဲ့ ပညာကို ဘာဝနာမယဝိပဿနာ ပညာ, မဂ်ဉာဏ်ပညာလို့ ခေါ်တယ်။

ဒီနေရာမှာ အနုသယကိုလေသာကို ပယ်သတ် နိုင်တယ် ဆိုတာ ဒီဘာဝနာမယပညာနဲ့မှ ပယ်သတ်နိုင်တယ်-လို့ ဆိုတာကို အသေအချာ မှတ်ထားကြဖို့လိုတယ်။

ယခုခေတ်မှာ လောကီစည်းစိမ်ချမ်းသာကိုသာ “ရေသာခို အချောင်လိုက်” ချင်ကြသေးတာမဟုတ်ဘူး။ လောကုတ္တရာ မဂ်ဖိုနိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကိုလဲ “ရေသာခိုအချောင်လိုက်” ချင်သူ တွေကလဲ ရှိကြသေးတာဘဲ။

လောကီစည်းစိမ်ချမ်းသာကို ရေသာခို- အချောင်လိုက်သူ တွေကမှ တရံတခါ သူတို့လိုတာကို ရချင်ရကြပေဦးမယ်။ ဒါလဲ မတရားရှာ ရေသာခို အချောင်ရတာဆိုတော့ မစင် ကြယ်လို့မို့ အဲဒီစည်းစိမ်များလဲ တည်မြဲခဲတယ်။ အမှုမှန် ပေါ်ပြီး အရွက်ရကာ ဘေးဒဏ်သင့်တာတွေကသာများတာပဲ။

အရိယမဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာဆိုတာကတော့ ရေသာခို အချောင်လိုက်ယင် အစစ်အမှန်ရတယ်လို့ ထုံးစံမရှိပါဘူး။

“ဒါန ပြုစရာ မလိုဘူး၊ သီလ ဆောက်တည်စရာ မလိုဘူး၊ သမာဓိ ထထောင်စရာမလိုဘူး၊ ငါတို့ဟောပြုတာကို သဘော ကျစွာ သိမြင်ယင် ပီးတာပဲ” ဆိုတဲ့ အချောင်သမား တရား ဝါဒက တမျိုး။

နိဗ္ဗာန်ရဖို့ရာအတွက် ဘာမှ လုပ်စရာမလိုဘူး၊ လုပ်သမျှ ဒုက္ခပဲ၊ နိဗ္ဗာန်လိုချင်ယင် စိတ်ကို စိတ်အတိုင်းတိုင်းထား၊ ဒီအတိုင်းတိုင်းနေ၊ အသာနေယင် နိဗ္ဗာန်ရနေတာပဲ ဆိုတဲ့ အချောင်အချော် အမှားပေါ် အမှောင်ဖုံးတဲ့ အယုတ်မာဆုံး အချောင်သမား တရားဝါဒက တဖုံ၊ ဒီလို ရေသာခို အချောင် လိုက် အမှားဝါဒတွေကလဲ ဒုန့်ဒေးပဲ။

မြတ်စွာဘုရားကတော့

“စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဒမထော၊ ဒီအတိုင်းတိုင်းမနေပဲ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဖြင့် မှန်စွာနှုန်းပြ၍ ဆုံးမနိုင်ခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါပေ၏” တဲ့။

ကိလေသာပူးကပ်နေတဲ့ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်း တွေကို ဒီအတိုင်းတိုင်းထားလို့ ယဉ်ကျေးပါမလား၊ ပရိသတ် များ၊ (မယဉ်ကျေးပါဘုရား)

ဘယ်လိုလုပ်မလဲ၊ (ဆုံးမရမှာပါဘုရား)

ဘယ်လိုဆုံးမရမှာတဲ့လဲ၊ (သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာနဲ့ဆုံးမ ရမှာပါဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ ဘုရားဟောကြားတော်မူတဲ့ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာတွေနဲ့ ဆုံးမရလိမ့်မယ်။

အခု ဟောလာတာဟာ သီလနဲ့ လွန်ကျူး ကိလေသာကို ပယ်သတ်ရမယ်၊ သမာဓိနဲ့ ထကြွ ကိလေသာကို ပယ်သတ်

ရမယ်၊ ပညာနဲ့ ကိန်းဝပ်မှု ကိလေသာကို သတ်ရမယ်လို့၊ ဆိုတာကို ရောက်နေပြီနော် ပရိသတ်များ၊ (မှန်ပါဘုရား)။

စောစောက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း အနုသယ ကိလေသာကလဲ ဒွါရနှင့် အာရုံ ဆုံတဲ့အခါ ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကို “မြင်တယ်၊ ကြားတယ်” စသည် မရူမိယင် “မြဲတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ ငါ့ကောင်ပဲ” စသည်ဖြင့် စွဲလမ်းကပ်ငြိ နိုင်တဲ့ ယခုလက်ငင်း အသစ် အသစ် ကပ်ငြိ ကိန်းဝပ်နိုင်တဲ့ အာရမ္မဏာနုသယ ကိလေသာက တမျိုး။

မဂ်ဉာဏ်နဲ့ မပယ်ရသေးလို့ အစမထင် သံသရာတခွင် ကတည်းက အစဉ်တစိုက်ကိန်းအောင်းပြီး အကြောင်း ညီညွတ် ယင် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့ စွမ်းအင်ရှိတဲ့ သန္တာနာနုသယ ကိလေသာက တမျိုး။

ဒီတော့ ကိန်းဝပ်စွဲငြိပုံ အနုသယက ဘယ်နှစ်မျိုးပါလဲ ပရိသတ်များ၊ (နှစ်မျိုးပါဘုရား)။

ဘာနဲ့ ဘာတွေလဲ၊ (အာရမ္မဏာ နုသယနှင့် သန္တာနာ နုသယပါဘုရား)။

ဟုတ်ပြီ၊ အတော်ဉာဏ်ကောင်းတဲ့ ပရိသတ်တွေပဲ၊ အဲဒီ နှစ်မျိုးတို့တွင်....

အာရမ္မဏာနုသယကိလေသာကိုတော့ ဒွါရနှင့်အာရုံ ဆုံတဲ့ အခါ ပေါ်တိုင်း မပြတ်ရှုမှတ်ပြီး သိမြင်တဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ပယ်သတ်ရတယ်။

အာရမ္မဏာနုသယ ကိလေသာကို ဘာနဲ့ပယ်သတ်ရမှာတဲ့လဲ ပရိသတ်များ၊ (မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ပယ်သတ် ရပါမယ်ဘုရား)။

ပီးတော့ သန္တာနာနုသယ ကိလေသာကို အဲဒီ မဟာသတိ ပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ အားပြည့်လို့ ပြည့်စုံတဲ့အခါ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာ ဖြစ်ပျက်ဆင်းရဲတွေ ငြိမ်းရာကို သိမြင်တဲ့ မဂ်ဉာဏ် အဆင့်ဆင့်နဲ့ ပယ်သတ်ရတယ်။ တိုတိုပြောရယင် အစဉ်ကိုန်းတဲ့ သန္တာနာနုသယကို အရိယမဂ်ဉာဏ်နဲ့ ပတ်သတ်ရတယ်။ ပရိသတ် များ....သန္တာနာနုသယ ကိုဘာနဲ့ ပယ်သတ်ရမှာတဲ့လဲ၊ (အရိယ မဂ်ဉာဏ် အဆင့်ဆင့်နဲ့ ပယ်သတ်ရပါမယ်ဘုရား)။

အရိယမဂ်ဉာဏ် အဆင့်ဆင့် ဆိုတာလဲ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာဉာဏ် မပြည့်စုံပဲနဲ့ ရပါမလား။ (မရနိုင်ပါဘုရား)။

ဒါတွေကို ဒီလို အမှန်သိအောင် ဘယ်သူက ဟောခဲ့ပါ သလဲ၊ (မြတ်စွာဘုရားက ဟောခဲ့တာပါဘုရား)။ ဟုတ်တယ်၊ အဲဒါကလေးကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဆောင်ပုဒ် ကလေး ချပေးဦးမယ်၊ ကဲ-ကဲ-လိုက်ဆိုကြ၊ လိုက်ဆိုကြ။

ကိုန်းဝပ်စွဲငြိ-ရှုသိဉာဏ်နဲ့ပယ်၊

ဤတရား-ဘုရားဟောခဲ့တယ်။ (သုံးခေါက်ဆိုပါ)

ကဲ... အားလုံးပရိသတ်များ ယခု ဟောခဲ့တဲ့ ကိလေသာ သုံးမျိုးကို ဘုရားဟောကြားတဲ့ သိက္ခာသုံးပါးနဲ့ ပယ်သတ်ပုံ ဆောင်ပုဒ် ရှစ်လုံးဖွဲ့ကို အဓိပ္ပာယ်အချုပ်သိကြရအောင် ဆိုခဲ့ ပြီးသမျှ ပေါင်းပြီး အားလုံးချပေးမယ်၊ ကဲလိုက်ဆိုကြပါဦး။

ဖြစ်ပွားပုံ ကိလေသာ သုံးမျိုးကို သိက္ခာသုံးပါးနဲ့

ပယ်သတ်ပုံဆောင်ပုဒ်

လွန်ကျူး ကိလေသ-သီလနဲ့ပယ်၊
ထကြွလေဘို့-သမာဓိနဲ့ပယ်။
ကိန်းဝပ်စွဲငြိ-ရှုသိဉာဏ်နဲ့ပယ်၊
ဤတရား-ဘုရားဟောခဲ့တယ်။

စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေး

ဘုန်းကြီးတို့ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီး ကတော့ သာသနာ့ရိပ်သာများမှာ တရားအလုပ် အားထုတ်ဖို့ ရောက်လာကြတဲ့ ယောဂီများရော အခြား သူများပါ သီလ ဝိသုဒ္ဓိမှာတည်ပြီး ကျူးလွန်၊ ထကြွ၊ ကိန်းဝပ်ဆိုတဲ့ ကိလေသာ သုံးမျိုးလုံး ငြိမ်းချုပ်စေနိုင်တဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ ရှုနည်းကို ဦးတည်ပြီး မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အလိုတော်ကျအတိုင်း ဒီလို အနက်ပေးတော်မူပါတယ်။

[စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဒမထော၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါ ပေ၏]တဲ့။

ဒီအနက် ပြန်ဆိုတော်မူချက်ဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် စိတ္တာနုပဿနာပိုင်းကို အားလုံး ငုံ့မိ အောင် ဟောကြားတော်မူထားတဲ့- “စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု” နှင့် ညီညွတ်ထိမိတဲ့ လို့ရင်း အနက်ပေတယ်။

ပေါ်လာသမျှ စိတ်များကို စောင့်ပြီးတော့ ဖမ်းပါတဲ့။

တပ်မက်ယင်လဲ “တပ်မက်တယ်” တပ်မက် ကင်းယင်လဲ “တပ်မက်ကင်းတယ်”၊ စိတ်ဆိုး စိတ်ပျက်ယင်လဲ “စိတ်ဆိုးတယ်၊ စိတ်ပျက်တယ်”၊ စိတ်ဆိုး စိတ်ပျက် တပ်မက်ကင်းယင်လဲ “စိတ်ဆိုးကင်းတယ်၊ စိတ်ပျက်ကင်းတယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ရုံပါပဲ။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ “သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဝီတရာဂံ ဝါ စိတ္တံ ဝီတရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ သဒေဝါသံ ဝါ စိတ္တံ သဒေဝါသံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဝီတဒေဝါသံ ဝါ စိတ္တံ ဝီတဒေဝါသံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ” စတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၊ စိတ္တာနုပဿနာပိုင်းနှင့် အညီပါပဲ။

သတိပဋ္ဌာန် ယောဂီအနေနှင့် ထိုင်လျက် “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်” လို့ ကာယာနုပဿနာကို စိတ်စိုက်ပြီး ရှုမှတ်နေယင်း စိတ်ထွက်တဲ့အခါ “စိတ်ထွက်တယ်၊ စဉ်းစားတယ်” လို့ စိတ်ကို ရှုမှတ်ရပါတယ်။ အဲဒီစိတ် ငြိမ်သွားယင် မိမိ ရှုမှတ်နေကျဖြစ်တဲ့ အသက်ရှူတိုင်း ရှိုက်တိုင်း ဝမ်းဗိုက်ကာယရုပ်နဲ့ ဝါယောဗောဋ္ဌဗ္ဗလေတို့ တွေ့ဆုံလို့ လှုပ်ရှားနေတဲ့ ဝမ်းဗိုက်ကို ကြွတက်လာယင် “ဖောင်းတယ်”၊ လျော့ကျသွားယင် “ပိန်တယ်”၊ အပေါ်ပိုင်းက မတ်မတ်၊ အောက်ပိုင်းက ခွေခွေ ဖြစ်နေတဲ့ မိမိရဲ့ တင်ပလွင်ခွေ ထိုင်နေပုံကို စိတ်စိုက်ပြီး “ထိုင်တယ်”၊ တင်ပါးနဲ့ ကြမ်းပြင်နဲ့ ထိတဲ့နေရာကို “ထိတယ်” လို့ ပြန်လည် ရှုမှတ်နေရတယ်။

အဲဒီလို “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်” လို့ ရှုမှတ်နေယင်း နှစ်သက်တဲ့စိတ် ပေါ်ယင် “နှစ်သက်တယ်၊

နှစ်သက်တယ်”လို့ ရှုမှတ်ရတယ်။ အဲဒါ ပျောက်ပြန်ယင် “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်”လို့ပင် ပြန်ရှုရတယ်။

မှိတ်ထားတဲ့ မျက်စိထဲမှာ မြင်တာပေါ်ယင်လဲ “မြင်တယ်၊ မြင်တယ်” ပျောက်သွားယင် ဖောင်း၊ ပိန်၊ ထိုင်၊ ထိ-ပြန်ရှုရတယ်။ နားထဲက ကြားရယင် “ကြားတယ်၊ ကြားတယ်” ရှုရတယ်။ ပျောက်ယင် ဖောင်း၊ ပိန်၊ ထိုင်၊ ထိ ပြန်ရှုရတယ်။ နံယင် “နံတယ်”၊ နာကျင်ယင် “နာကျင်တယ်” စသည် ပေါ်ရာကို ပျောက်အောင် ရှုရတယ်။ ပြီးယင် “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်”ကို ပြန်ရှုရတယ်။

ဒီလို ရှုမှတ်နေယင်း စိတ်ကလဲ အကြိမ်ကြိမ် ထွက်ထွက် သွားတယ်။ အဲဒီ စိတ်ကိုလဲ အကြိမ်ကြိမ် ဖမ်းပြီး ရှုရတယ်။

ရှုနေတဲ့ ကြားထဲကပင် စိတ်ကလဲ ထွက်ထွက် ပြေးတယ်၊ ပြေးလို့ရှု၊ ရှုလို့ပြေးနဲ့ အတော်ကလေး ရှုမှတ်နေရတယ်။ အတော် အရှုမှတ်ရ၊ အဆုံးမ၊ ရ-ခက်ပါတယ်။

လူကသာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းထဲမှာ ရှုနေပေမဲ့ စိတ်ကတော့ ဟိုပြေး ဒီလွှားပဲ၊ အိမ်လဲရောက်၊ ဈေးလဲရောက်၊ ဟိုရွာ၊ ဒီရွာ၊ ဟိုမြို့၊ ဒီမြို့၊ ဟိုနိုင်ငံ၊ ဒီနိုင်ငံ--စုံလို့ပါပဲ။

ဒါကြောင့် စိတ်သွားတိုင်းသာ ကိုယ်ပါယင် မသက်သာလှဘူး၊ ခရီးစရိတ်ပေးရယင်လဲ မလောက်နိုင်ဘူး-လို့ စောစောက ပြောတာပဲ၊ သူက သိပ်မြန်တယ်။

လောကမှာ ရှိကြတဲ့ဒုံးပျံတို့၊ ဂြိုဟ်တုတို့၊ ကျည်ဆန်ရထားတို့ ဆိုတာတွေလဲ စိတ်လောက်တော့ မမြန်ဘူး။

ဒါကြောင့် ရှုမှတ်နေတဲ့ယောဂီဟာ စိတ်ထွက်နေတာ မသိ
လိုက်ပဲဖြစ်နေတာ တခါတခါ ၁၅-မိနစ်၊ နာရီဝက်လောက်
ကြာမှ စိတ်ထွက်မှန်း သိရတယ်။

ရှုမှတ်ခါစ ယောဂီဆိုယင် စိတ်ထွက်လို့ ထွက်မှန်းတောင်
မသိပဲလဲ ဖြစ်နေတတ်သေးတာပဲ။

ဘယ်လောက်ဆိုးဆိုး၊ ဘယ်လောက်မှိုက်မှိုက်၊ ဘယ်လောက်
မြန်မြန်၊ ဒီစိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်းကို မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်
မူတဲ့အတိုင်း-

[ဒမထော၊ ဆုံးမခြင်းသည်။ ဒမထော၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး
ဆုံးမပေးခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါပေ၏] ဆိုတဲ့ ကျေး
ဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ်
ဖော်ပြချက်နှင့်အညီသာ ရှုမှတ်နေပါ။

မိမိစိတ်ဟာ ငြိမ်သက်လာတာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်၊ စိတ်
တည်ငြိမ်လာယင် စိတ်ပေါ်တိုင်း ချက်ချင်း ရှုမှတ်ဆုံးမ၊ နိုင်လို့
စိတ်အကြောင်းကို ကောင်းစွာ သိလာပါတယ်။

အာရုံသိသော-သဘောရှိသည်

“စိတ်ဆိုတာ အာရုံဆီကို သွားတဲ့ သဘော၊ အာရုံကို
သိတဲ့ သဘောပဲ” လို့လဲ သိရပါတယ်၊ အဲဒါဟာ “ဝိဇ္ဇာနန္ဒာ
လက္ခဏံ စိတ္တံ” လို့ ကျမ်းဂန်မိန့်ဆိုချက်အရ စိတ်ရဲ့ လက္ခဏာကို
သိရတာပါပဲ။

စိတ်တိုင်း စိတ်တိုင်း အာရုံကို သိတတ်တာချည်းပါပဲ၊
မြင်တဲ့စိတ်လဲ အာရုံကို သိတာပဲ၊ ကြားတဲ့စိတ်၊ နံတဲ့စိတ်၊
စားတဲ့စိတ်၊ ထိတဲ့စိတ်၊ ကြံတဲ့ စိတ်တွေလဲ အာရုံကို

သိတာချည်းပါပဲ။ စိတ်ဆိုယင် အာရုံကို သိတဲ့သဘော ရှိတာ
ချည်းပဲ။ ဒါကြောင့်- ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော် ဘုရားကြီး
က “အာရုံသိသော- သဘောရှိသည်” လို့ ဆောင်ပုဒ် စီထား
တော်မူတာပဲ။ ကဲ-အဲ့ဒါကို ဆိုကြရမယ်။

အာရုံသိသော သဘောရှိသည်။ (သုံးခေါက်ဆိုပါ)

ခေါင်းဆောင်အလား- ရှေ့သွားတတ်သည်

ပီးတော့ “စိတ်ဆိုတာ အရာရာမှာ သူက ခေါင်းဆောင်နေ
တယ်” လို့ သိရတယ်။ ဥပမာ လူစုလူဝေးနဲ့ အလုပ်လုပ်ကြ
ရာမှာ ခေါင်းဆောင်ပုဂ္ဂိုလ်က ရှေ့ဆောင်ပြီး လုပ်ရတယ်။
စိတ်ကလဲ ဒီခေါင်းဆောင်လူလိုပဲ။ ဒါ့ရမှာထင်လာတဲ့ အာရုံကို
ရှေ့ဆောင်ပြီး သိသိသွားတယ်။ မျက်စိမှာ အဆင်းထင်လာယင်
စိတ်ကရှေးဦးစွာ မြင်သိသွားတယ်။ ပြီးတော့မှ နောက်လိုက်
အနေနဲ့ ခံစားမှု၊ မှတ်သားမှု၊ တပ်မက်မှု၊ နှစ်သက်မှု၊ ပြစ်မှားမှု၊
ကြည်ညိုမှု အစရှိတဲ့ သဘောတရားတွေက ထိုက်သည့်အား
လျော်စွာ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာကြတယ်။

နားမှာ အသံထင်လို့ ကြားသိစရာစသည်မှာလည်း ဒီအတိုင်း
ပါပဲ။ စိတ်က ရှေ့သွားအနေနဲ့ သိသိသွားတာချည်းပါပဲ။

စိတ်ကူးကြံစည်ရာမှာ ဆိုယင် သာပြီး ထင်ရှားပါတယ်။
ယောဂီက “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်” စသည်ဖြင့် မပြတ်ရှုမှတ်
နေစဉ်မှာ စိတ်ကူးကြံစည်မှု ဖြစ်ပေါ်လာယင် အဲဒီ စိတ်ကူးကြံ
စည်မှုကိုလဲ ရှုမှတ်ရတယ်။ ဖြစ်၊ဖြစ်ချင်း ရှုမှတ်လိုက်နိုင်မယ်
ဆိုယင် တကြိမ်တည်းနဲ့ အဲဒီ စိတ်ကူးဟာ ပြတ်စဲသွားတယ်။
ဖြစ်၊ဖြစ်ချင်း မရှုမှတ်မိယင်တော့ နှစ်သက်မှု၊ လိုချင်မှု အစရှိတဲ့

နောက်လိုက်သဘောတရားတွေ တော်တော်များများ ဆက်ပြီး
ဖြစ်သွားတာကို တွေ့ရတယ်။ ဒါကြောင့် ယောဂီက “စိတ်ဟာ
ခေါင်းဆောင်ရွှေ့သွား လုပ်တတ်တယ်” လို့ သိလာရတယ်။
အဲဒီလိုသိလာတာဟာ စိတ်ကို ပုဗ္ဗင်္ဂမရသနဲ့ သိသွားတာပါပဲ။

ဒါကြောင့် ဓမ္မပဒ ပါဠိတော်မှာ စိတ်ကို “မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ
ဓမ္မာ” လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောကြားထားတော်မူပါတယ်။

ဓမ္မာ၊ အသိနာမ်တရားတို့သည်။ မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ၊ စိတ်လျှင်
ရွှေ့သွား ရှိကြကုန်၏-တဲ့။

ဒါကြောင့် စိတ်ကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း လိုက်ပြီး ရှုမှတ်နေ
ယင် ဟိုအာရုံဆီ ဖြုတ်ကနဲ့ ရောက်သွားလိုက်၊ ဒီအာရုံဆီ
ဖျပ်ကနဲ့ ရောက်သွားလိုက်နဲ့ စိတ်ကလေး ရွှေ့ဆောင် ရွှေ့သွား
ဖြစ်နေတာကို ထင်ရှားတွေ့ရတယ်။

ဒါကို အကျဉ်းချုပ် မှတ်သားဖို့ ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆို
ကြပါဦး။

ခေါင်းဆောင်အလား-ရွှေ့သွားတတ်သည်။ (သုံးခေါက်ဆိုပါ)

၅. စိတ်နှင့်စင်- အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်

ပြီးတော့ “သန္တဟနပစ္စုပဋ္ဌာနံ-အစဉ်မပြတ် ဆက်စပ်သည့်
အနေအားဖြင့် ထင်သော အခြင်းအရာရှိတယ်” လို့ မိန့်ဆိုတဲ့
အဋ္ဌကထာ စကားအရ စိတ်ရဲ့ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကိုလဲ ထင်ရှားသိရ
တယ်။

သိပုံကတော့ “ဓမ္မာင်းတယ်၊ ပိန်တယ်” စသည်ဖြင့် မပြတ်
ရှုမှတ်နေယင်း တခါတရံ စိတ်က အပြင်ထွက်သွားတယ်။ အဲဒီ
စိတ်ကို ရှုလိုက်ပြန်တော့ သူက ပျောက်သွားတယ်။ ပြီးတော့လဲ

အခြားစိတ်တခုက ဆက်ပြီး ပေါ်လာပြန်တယ်။ အဲဒီစိတ်ကိုလဲ မှတ်လိုက်တော့ ပျောက်သွားပြန်တယ်။ ပြီးတော့လဲ နောက်ထပ် စိတ်တခုက ဝင်လာပြန်တယ်။ အဲဒါကို ရှုမှတ်လိုက်ပြန်တော့ ပျောက်သွားပြန်တယ်။

ဒီလိုပင် စိတ်အဆင့်ဆင့် ဆက်ခါဆက်ခါ ဖြစ်နေတာ တွေကို တခါတရံမှာ တော်တော်များများပဲ ရှုမှတ်ရပါတယ်။ ဒီတော့ ယောဂီက ဒီလိုသဘောကျသွားတယ်။

“စိတ်ဆိုတာဟာ ချက်ချင်း ဆက်ခါဆက်ခါ မပြတ် ဖြစ်နေတဲ့ သဘောတရားပဲ။ ရှေ့စိတ် တခုတခု ပျောက်ပျောက် သွားယင် နောက်စိတ် တခုတခု ချက်ချင်း ချက်ချင်း ဆက်စပ် ပြီး မပြတ်ဖြစ်နေတာပဲ” လို့ ဒီလိုသဘောကျသွားတတ်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ စိတ်ရဲ့ သန္တဟနပစ္စုပ္ပန်ကို ကိုယ်တိုင် တွေ့သိတာ ပါပဲ။

ဒီလို သိတဲ့ ယောဂီဟာ စုတိပဋ္ဌိသန္ဓေ အကြောင်းကိုလဲ သဘောပေါက်သွားတယ်။ **သေတယ်** ဆိုတာလဲ ဘာမှမဆန်း ဘူး၊ ယခုမှ သိရတဲ့စိတ်ကလေး တခုတခု ချုပ်ပျောက်သွား တာမျိုးပဲ။ **ဘဝအသစ်** ဖြစ်တယ်ဆိုတာလဲ ယခု မှတ်သိရတဲ့ စိတ်ကလေး တခုတခု ရှေးစိတ်နဲ့ ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတာ မျိုးပဲ” လို့ ဒီလို သဘောပေါက်သွားပါတယ်။

အဲဒီ **သန္တဟနပစ္စုပ္ပန်**ကိုလဲ တိုတိုနဲ့မှတ်ရအောင် “ရှေး စိတ်နှင့်စပ်-အထပ်ထပ် ဖြစ်သည်” လို့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဆောင်ပုဒ်ကလေး စီထားပါတယ်။ အဲဒါကိုလဲ ဆိုလိုက်ကြ ဦးစို့။ ။

ရှေးစိတ်နှင့်စပ်- အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်။ (သုံးခေါက်ဆိုပါ။)

စိတ်တရား- မှတ်သားမြတ်ယောဂီ

စိတ်ကို စောင့်ဖမ်းရှုတဲ့ ယောဂီက “စိတ်ဆိုတာ လက္ခဏာ အားဖြင့် အာရုံကို သိတတ်တဲ့ သဘောဘဲ၊ ရသ-အားဖြင့် ခေါင်းဆောင် ရွှေ့သွားတတ်တဲ့ သဘောပဲ၊ ပစ္စုပ္ပန်အားဖြင့် ရွှေ့နောက်မပြတ် ဆက်စပ်ပြီးဖြစ်နေတဲ့ သဘောပဲ”လို့ သိပါတယ်။ ဒါဟာ ကျမ်းနဲ့အညီ သိတာပဲ။

ယောဂီဟာ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာရှုနည်းအရ သွားယင် ‘သွားတယ်၊ ဗယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ်၊ ကြွဲတယ်၊ ချတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်’လို့ ရှုမှတ်တယ်။

စင်္ကြံဆုံးတော့-“ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်၊ လှည့်တယ်၊ လှည့်တယ်၊ ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်၊ သွားတယ်”စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်တယ်။

စင်္ကြံတနာရီကြာလို့ ထိုင်တော့-“ထိုင်တယ်၊ ထိုင်တယ်”၊ အသက်ရှူတိုင်း ရှိုက်တိုင်း၊ ဝမ်းဗိုက်က လှုပ်ရှားတာကို “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်”၊ မှိတ်ထားတဲ့ မျက်စိထဲမှာ မြင်စရာပေါ်လာလို့ မြင်တော့ “မြင်တယ်”၊ ကြားတော့ “ကြားတယ်”စသည်ဖြင့် ရှုနေတယ်။ အကြား အကြားမှာ ပေါ်တဲ့ မြင်မှု၊ ကြားမှု စသည်တွေ ပျောက်ပျောက်သွားပြန်ယင် မှတ်နေကျ “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်”ကို ပြန်လည် ရှုမှတ်နေတယ်။

ဒီလို အထိုင်တနာရီ၊ စင်္ကြံတနာရီ၊ တရက်လျှင် အထိုင် ၈-ကြိမ်၊ စင်္ကြံ ၈-ကြိမ်၊ အိပ်ချိန် ၄-နာရီ၊ ကျန်တဲ့ ၄-နာရီက ရှုမှတ်မှုနဲ့ပင် စားသောက်တာ၊ ရေချိုးတာ၊ တရားနာတာ၊ ဆရာနဲ့ ဆွေးနွေးတာနဲ့ ကုန်တယ်။

ဒီလိုရှိရှိသေသေ မပြတ်ရှုမှတ်နေယင် ၂-ရက် ၃-ရက်လောက် ကြာတဲ့အခါ သတိ၊ သမာဓိ အားကောင်းလာတာကို တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ ၂-ရက် ၃-ရက်လောက်နဲ့ မတွေ့သေးယင်လဲ လေး၊ ငါး၊ ခြောက်ရက်အတွင်း တွေ့မှာပဲ။

သတိ၊ သမာဓိ-က အားကောင်းလာတော့ ပျံ့လွင့်ပြေးသွားတဲ့စိတ်တွေက မရှိသလောက်ပဲ နည်းပါးသွားပါတယ်။ ဖြစ်ပေါ်လာပြန်ယင်လဲ အဲဒီစိတ်ကို ဖြစ်လျှင်ဖြစ်ချင်း ရှုမှတ်နိုင်တယ်။ မှတ်လိုက်တော့လဲ တခါထဲ ပြတ်စဲသွားတယ်။

ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှု စသော မှတ်စရာ အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်ဟာ ချိန်းထားသလို ကပ်ခနဲ ကပ်ခနဲ အံ့ကျကိုက်ပြီး လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ ရှုမှတ်နိုင်သေးတယ်။ အဲဒီလို ထူးခြားတာတွေဟာ သတိ၊ သမာဓိ အားကောင်းလာတဲ့ သဘောဘဲ။ အဲဒါဟာ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်လာတာပဲ။

အဲဒီလိုအခါကစပြီး မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း မှတ်ရတဲ့ ရုပ်အာရုံနဲ့မှတ်စိတ်ဟာ တခြားစီ ကွဲလာတယ်။ ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှု စသော ရုပ်တရားက တခြား၊ မှတ်သိနေတဲ့ နာမ်တရားက တခြား ကွဲပြားသိလာတယ်။

သတိ၊ သမာဓိ အားကောင်းတဲ့ ယောဂီမှာတော့ ထရုံကို ခဲနဲ့ပေါက်လိုက်တဲ့အခါ နံရံကို ထိမှန်သွားရာမှာ “နံရံကတခြား၊ ခဲကတခြား ကွဲပြားနေသလို အာရုံရုပ်နဲ့ မှတ်သိစိတ်ဟာ တခြားစီ ကွဲနေတာကို ခွဲခွဲခြားခြားသိတဲ့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ပဲ။

ဒီလို သိဖန်များလာတော့ “ဒီကိုယ်ထဲမှာ ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှု၊ လှုပ်ရှားမှုစတဲ့ အာရုံကို မသိတတ်တဲ့ ရုပ်တရားနဲ့ ရှုသိမှု မြင်သိမှု စတဲ့ အာရုံကိုသိတတ်တဲ့ နာမ်တရားရယ်လို့ ဒီရုပ်နာမ် ၂-မျိုးသာ ရှိတယ်။ ဒီရုပ်နာမ်မှတစ်ပါး၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ငါ၊ သူတစ်ပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ-စတဲ့ သတ္တဝါကောင်ဆိုတာ မရှိတော့ပြီ”လို့ သိမြင်သဘောကျသွားတယ်။ ရှုနေယင်းပင် ဒီလို သိမြင် သဘောကျတာကို ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ခေါ်တယ်။ ဒီနောက် ဆက်လက် အားထုတ်တော့ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်းအကြောင်း အကျိုး ဆက်စပ်ပြီး အဲဒီရုပ်နာမ်များ ဖြစ်ပေါ်နေကြတာကိုလဲ သိမြင်သဘောကျလာတယ်။

သိပုံက “ကွေးချင် ဆန့်ချင် လှုပ်ရှားချင် ပြုပြင်ချင်တဲ့ စိတ်ကြောင့် ကွေးရုပ်၊ ဆန့်ရုပ်၊ လှုပ်ရှားရုပ်၊ ပြုပြင်ရုပ်များ ဖြစ်ပေါ်ရတယ်။ အပူ၊ အအေးဓာတ်ကြောင့် ပူရုပ် အေးရုပ် များ ဖြစ်ပေါ်လာကြရတယ်။ အစာအာဟာရကြောင့် ရုပ်သစ် များ ဖြစ်ပေါ်လာကြရတယ်” စသည်ဖြင့် ဒီလို မျက်မှောက် တွေ့ပြီး သိလာတယ်။

ဒါ့ပြင် “မျက်စိနှင့် အဆင်း၊ နားနှင့် အသံ စသည်ရှိလို့ မြင်မှု-ကြားမှု စသည်တို့ ဖြစ်ပေါ်လာကြတယ်။ ဖောင်းမှု ပိန်မှု စတဲ့ ရှုမှတ်စရာ အာရုံရှိလို့ ရှုသိမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာကြတယ်။ စိတ်ရဲ့မိရာ ရုပ်ကိုယ်နှင့် မှတ်စိတ်၊ တွေးစရာအာရုံ တွေ့ဆုံပြီး နှလုံးသွင်းမှုရှိလို့ ဟိုဟိုဒီဒီ အာရုံဆီသို့ စိတ်က ရောက်ရောက် သွားတယ်”လို့လဲ သိမြင်သဘောကျတယ်။

ဒါ့ပြင် “ကောင်းတယ်၊ ချမ်းသာတယ်”လို့ ထင်တဲ့ အဝိဇ္ဇာ၊ ကောင်းစား ချမ်းသာချင်တဲ့ တဏှာများကြောင့် ကြံစည်

အားထုတ် ပြုလုပ်ကြတယ်။ ဒီပြုလုပ်မိရာကို စွဲလမ်းပြီး စိတ်ဝိညာဏ် အသစ်အသစ် ဖြစ်ပေါ်နေတယ်။ သေခြင်းဆိုတာလဲ ဒီရှုသိရတဲ့စိတ်ကလေးမျိုး နောက်ဆုံး ပျောက်ကွယ်သွားတာမျိုးပဲ။ ဘဝအသစ် ဖြစ်တယ်ဆိုတာလဲ မှီရာရုပ်နှင့်တကွ ဒီစိတ်ကလေးမျိုး အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာတာမျိုးပဲ” စသည်ဖြင့်လဲ သိမြင်သဘောကျတယ်။ ဒီလို အကြောင်းတရားပါ သိမြင်တာက **ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်**တဲ့။

ဒီလိုအကြောင်းနှင့် အကျိုးမျှသာ ဆက်စပ်လျက် ဖြစ်နေတာကို သဘောကျတဲ့အခါ- “ရှေးကလဲ ဒီလို ကြောင်းကျိုး ရုပ်နာမ်မျှသာ ရှိခဲ့တယ်။ နောင်လဲ ဒီလို ကြောင်းကျိုး ရုပ်နာမ်မျှသာ ရှိမယ်” လို့ သိမြင်သဘောကျတယ်။ ဒီလို သိမြင်သဘောကျတာဟာ **ကင်္ခါဝိဘရဏ ဝိသုဒ္ဓိ** ဖြစ်တာပဲ။

အကြောင်းအကျိုး ရုပ်နာမ်မျှသာ ရှိတယ်လို့ မသိသေးမီက ဒီရုပ်နာမ်များကိုပင် အတ္တကောင် ငါကောင် ထင်မှတ်ပြီး “ရှေးကလဲ ငါရှိခဲ့လေသလား-၊ ယခုမှပဲ ငါရှိလာလေသလား၊ ဒီငါဟာ သေပြီးတဲ့ နောက်မှာလဲ ရှိဦးမှာလေလား” လို့ ဒီလို ယုံမှားမှုမျိုး ဖြစ်ပေါ်နိုင်တယ်။

ဒီဉာဏ်အဆင့်ရောက်လာတဲ့ ယောဂီမှာတော့ အဲဒီ ယုံမှားမှုမျိုးကို လွန်မြောက်သွားပြီ။

ဆက်လက်ပြီး အားထုတ်သွားယင် ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း သော ရုပ်နာမ်များဟာ ဖြစ်ပေါ်လာပြီးယင် ပျောက်ပျောက်သွားကြတာကိုသာ တွေ့ရတာကြောင့် “မမြဲဘူး” လို့လဲ သုံးသပ်ဆင်ခြင်မိတယ်။ ဒါဟာ **အနိစ္စသမ္ပသနဉာဏ်**တဲ့။

ဖြစ်လိုက် ပျက်လိုက်နဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှုက မပြတ်နှိပ်စက်နေတာကိုသာ တွေ့ရတာကြောင့် “နှစ်သက်သာယာဖွယ်၊ အားကိုးဖွယ်မရှိ၊ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းတဲ့ ဆင်းရဲချည်းသာ” လို့လဲ သုံးသပ်ဆင်ခြင်မိတယ်။ ဒါဟာ **ဒုက္ခ**၊ **မုသနုညဏ်**ပဲ။

ကိုယ့်အလိုအတိုင်းမဖြစ်ပဲ သူ့သဘောအတိုင်းသာ ဖြစ်ပျက်နေတာကို တွေ့ရတာကြောင့် “အစိုးရတဲ့ အတ္တကောင်ငါကောင်မဟုတ်၊ အနတ္တ သဘောတရားချည်းသာ” လို့လဲ သုံးသပ် ဆင်ခြင်မိတယ်။ ဒါဟာ **အနတ္တသမ္မုသနုညဏ်**ပဲ။

ဒီက ရှေ့လျှောက်ပြီး ရှုမှတ်သွားယင် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်၊ ဘဂ်ဉာဏ်၊ ဘယဉာဏ်၊ အာဒိနဝဉာဏ်၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်၊ မုဉ္ဇိတုကမ္ပတာဉာဏ်၊ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၊ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်၊ ဝုဠာနဂါမိနီဝိပဿနာဉာဏ်၊ အနုလောမဉာဏ် တွေ ဖြစ်ပေါ်လာမယ်။ ဒါတွေကိုတော့ နောက်ညတွေကျမှ ပြောပြမယ်။

“စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု=စိတ်ကို စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးယင် ယဉ်ကျေး ကောင်းမွန်လာတယ်” ဆိုတဲ့ ဘုရားဟောနှင့် အညီ ဒွါရအာရုံ ဆိုတဲ့အခါ ပေါ်တိုင်း မပြတ်ရှုမှတ်တတ်ယင် ရှုမှတ်နိုင်ယင် စိတ်ဟာ ယဉ်ကျေးလာပါတယ်။ ယဉ်ကျေးယင် ယဉ်ကျေးသလောက် မချမ်းသာဘူးလား၊ (ချမ်းသာပါတယ် ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်။ ယဉ်ကျေးယင် ယဉ်ကျေးသလောက် ချမ်းသာတယ်။ ဘယ်လောက်ထိအောင် ချမ်းသာတုန်းဆိုယင် တထိုင်လောက်ထိုင်ပြီး ရှုမှတ်ဆုံးမယင် တထိုင်လောက် ချမ်းသာတယ်။ တရက်လောက် တရားအားထုတ်ယင် တရက်လောက် စိတ်ချမ်း

သာတယ်၊ တလလောက် တရားအားထုတ်ယင် တလလောက် ချမ်းသာတယ်၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်သည့် တိုင်အောင် သောတာပန် ဖြစ်သည့်တိုင်အောင် အားထုတ်လိုက်မယ် ဆိုယင် အပါယ်ဘေး နှင့် အိုးစားကဲ့ အမွေပြတ်သည့်တိုင်အောင် ချမ်းသာတယ်။

သကဒါဂါမ်ဖြစ်အောင် ဆုံးမနိုင်ယင် လူ့ပြည်မှာ တကြိမ် သာ လာပြီးတော့ ပဋိသန္ဓေ၊ အို၊ နာ၊ သေ ဆင်းရဲကို ခံရတော့ မယ်၊ ဒီနောက် အနာဂါမ် ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ဒုက္ခအားလုံး ငြိမ်းသွားမယ်။

အနာဂါမ်ဖြစ်အောင် ဆုံးမနိုင်ယင်တော့ လူ့ပြည်ကို တခေါက်မှ ပြန်မလာတော့ပဲ ဗြဟ္မာ့ပြည်ကနေ ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ဒုက္ခအားလုံး ငြိမ်းသွားမယ်။

အဲ-ရဟန္တာဖြစ်သည်အထိ ဆုံးမနိုင်ယင်တော့ ယခုဘဝ ဇာတ်သိမ်းယင် နောက်ထပ် ဘဝသစ် မဖြစ်တော့ပဲ ပဋိသန္ဓေ၊ အို၊ နာ၊ သေ ကင်းတဲ့ အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန် ဓာတ်သို့ ဆိုက် ရောက်သွားမယ်။

ဒါကြောင့် [စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဒမထော၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဖြင့် မှန်စွာ နှုန်းပြပြီး ဆုံးမနိုင် ခြင်းသည်။ ဒမထော၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါပေ၏။ သာဓု၊ အကြောင်းအခြေ လှပေ သမျှ ကောင်းလေစွတကား။ ဒန္တံ၊ ဆုံးမပြီး၍ ယဉ်ကျေးသော။ စိတ္တံ၊ စိတ်သည်။ စိတ္တံ၊ ကိလေကင်းပြတ် ဖြူစင် မြင့်မြတ်သော စိတ်သည်။ သုခါဝဟံ၊ ချမ်းသာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ လူ့ချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာ ဗြဟ္မာချမ်းသာ အဖြာ

ဖြာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ စျာန်ချမ်းသာ၊
ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်း
သာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ ဘယ်ချမ်းသာနှင့်
မှ မတူဘယ်အပူနှင့်မှမစပ် အအေးဓာတ် ဝင်ကိန်း၍ အငြိမ်းကြီး
ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကြီးကို ဆောင် ပေး တတ် ပါ ပေ သ
တည်း]။

သာဓု....သာဓု... သာဓု

ဒါဟာ သီလဝိသုဒ္ဓိမှတည်ပြီး စိတ်ကို စောင့်ဖမ်းရှုမှတ်ယင်
ကိလေသာသုံးမျိုး သေပုံ ရှင်းပုံ ကင်းပုံကို သိသာရုံမျှ ပြောပြ
တာပဲ။

မဟာသတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာရှုမှတ်တဲ့ ယောဂီဟာ ရှုမှတ်ခါနီး
သီလ ဆောက်တည်ကတည်းက ဆောက်တည် စောင့်ထိန်း
ထားတဲ့ သီလမပျက်မပြယ် စင်ကြယ်တာဟာ သီလဝိသုဒ္ဓိ
ဖြစ်နေတာပဲ။

ဒီလို သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်လို့ သီလစင်ကြယ်နေစဉ်မှာ ကိုယ်နှုတ်နဲ့
လွန်ကျူးတဲ့ ဝိတိက္ကမ ကိလေသာတွေကို ပယ်သတ်နေတာပဲ။

ဒွါရနှင့် အာရုံ ဆုံတိုင်း ရှုမှတ်ပြီး ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုး
ဖြစ်ပျက်များကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်နေစဉ်မှာ မရှုမှတ်ယင်
ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့ “မြဲတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ ငါ့ကောင်ပဲ၊
တင့်တယ် ဖွယ်ရာတယ်၊ သာယာဖွယ်ကောင်းတယ်၊ ငါ့မို့လို့
ဒါမျိုးကို ရရှိနေတာ” စသည်ဖြင့် စွဲဝင်ကိန်းဝပ်နိုင်တဲ့ ဒိဋ္ဌိ၊
တဏှာ၊ မာန စတဲ့ အာရမ္မဏာနုသယ ကိလေသာတွေဟာ
မှတ်ချက်တိုင်း မှတ်ချက်တိုင်းမှာ ငြိမ်းနေပါတယ်။

ဒီလို အာရမ္မဏာနုသယကိလေသာပင် အာရုံထဲမှာ မကိန်း ဝပ်တော့ယင် စိတ်ထဲမှာ ထကြွသောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာဆိုတာဟာ အဘယ်မှာ ဖြစ်ပေါ်ခွင့် ရှိပါတော့မလဲ။

ဒီလိုရုမ္မတ်ယင်း အာရမ္မဏာနုသယကိလေသာ၊ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာမှ ငြိမ်းနေယင် ဝိတိက္ကမကိလေသာ ဆိုတာကတော့ အနားကိုတောင် မကပ်နိုင်ပါဘူး။

ဒီလိုရုမ္မတ်ယင်း ကိလေသာတွေငြိမ်းနေတော့ ကိလေသာတွေ ဖြစ်မည့် ကိန်းဝပ်မည့် အစား ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး ဖြစ်ပျက် မျိုးကို အမှန်အတိုင်းသိတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေဟာ ခုနစ်က ပြောခဲ့သလို ဖြစ်ပေါ်လာကြပါတယ်။

ဒါဟာ သန္တာနာနုသယ ကိလေသာ မသေသေးသော်လဲ နောက်ထပ် အာရမ္မဏာနုသယ ကိလေသာတွေ ဖြစ်ခွင့်မပေး တာမို့ ကြွေးဟောင်း မကြွေးသေးသော်လဲ ကြွေးသစ် မယူရ တော့လို့ ကြွေးဟောင်းပါ မကြာခင် ပြေလည်တော့မှာလဲ သေချာပါတယ်။

ဟုတ်တယ်၊ ဒီလို ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ အားကောင်းပြည့်စုံ လာတဲ့အခါ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် အဆင့်ဆင့်တွေကို ရရှိပါ တယ်၊ ဒီတော့ ဆိုင်ရာမဂ်ဉာဏ်များက ဆိုင်ရာသန္တာနာနုသယ ကိလေသာများကို ပယ်သတ်လို့ အနမတဂ္ဂ အစမထင် သံသရာ တခွင်ကတည်းက ကြွေးယူခဲ့တဲ့ သန္တာနာနုသယ ကိလေသာ အကြွေးတွေဟာ ပြေလည်သွားပါတယ်၊ ဒါကြောင့် အစ မထင် သံသရာ တခွင်ကတည်းက အလုပ်လုပ် ပေလာခဲ့တဲ့ ပုထုဇဉ်သတ္တဝါတွေရဲ့စိတ်၊ ယခုဘဝမှာလဲ ကိလေသာ အညစ်

အကြေးတွေ အထပ်ထပ်စွဲဝင်နေတဲ့ ပုထုဇဉ်တွေရဲ့စိတ်၊ ဒီစိတ်
ဟာ ကိလေသာတွေ အထပ်ထပ် ပူးကပ်နေလို့ မနူးမနပ်ဘူး၊
အဆုံးမရခက်တယ်၊ လျင်မြန်တယ်၊ သူကျချင်ရာ ကျတယ်၊
အဲဒီလို ဆိုးချင်တိုင်းဆိုး မိုက်ချင်တိုင်း မိုက်နေတဲ့ စိတ်ဆိုး
စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သုံးသိက္ခာဖြင့်
မှန်စွာ စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးယင် အဲဒီ ယဉ်ကျေးတဲ့စိတ်က
လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာတွေကို ဆောင်ပေးနိုင်
တယ်”လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဟောကြားတော်မူပေတာပဲ။

အဲဒါကို အကျဉ်းချုပ် မှတ်သားရအောင် ဘုန်းကြီးက
ဆောင်ပုဒ်ချပေးမယ်၊ ကဲ...သဒ္ဓါ၊ ဓာတ်ခိုင်ခိုင် စေတနာ၊ ဝီရိယ
မြိုင်မြိုင်နဲ့ လိုက်ဆိုကြပြီး သညာ၊ ပညာ ထိန်စိဖြာနဲ့ လွတ်မသွား
ရအောင် မှတ်ထားကြပေတော့၊ ကဲ...လိုက်ဆိုကြ လိုက်ဆိုကြ။

၁။ နှိမ်နိုင်ခဲ့စွ၊ လျင်မြန်လှ၊ သူကျလိုရာ ကျတတ်သည်။

၂။ ဝိညာဏသွမ်း၊ စိတ်သရမ်း၊ စောင့်ဖမ်းဆုံးမ ကောင်း
လှသည်။

၃။ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ၊ သူဖြစ်လာ၊ ချမ်းသာဆောင်ပေး
တတ်ပါသည်။

ဒီဆောင်ပုဒ် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီးရဲ့
လင်္ကာဆောင်ပုဒ်ကို ပို့ချလို့ လိုက် ဆို လို့ ကောင်း အောင်
သံပေါက်အဖြစ် စပ်ဟပ်ဖြတ်ထားတဲ့ ဆောင်ပုဒ်ပဲ။

ကဲ...ဘုန်းကြီးတို့ တရားနာတွေလဲ ၂-နာရီစေ့ခါနီးအောင်
နာကြားရလို့ ညောင်းကြရော့မယ်၊ ဒီနေ့ည လက်တွေ့ ၂-မိနစ်
လောက် ထိုင်ပြီး စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကို

ဒီနားမှာပဲ ရပ်နားကြပါစို့။ နောက်ညကျတော့ ဒီဂါထာကို မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတော်မူရခြင်း အတ္ထုပ္ပတ်ဇာတ်လမ်းနဲ့ မှတ်တမ်းတင်ပြီး ဆက်ဟောကြားပါမယ်။

ကဲ-ကဲ-အမျိုးသားတွေက တင်ပလွှင့်ခဲ့ပြီး မညှပ်မဖိပဲ အသာအယာ ထိုင်ကြ၊ အမျိုးသမီးတွေက ထိုင်နေကျ ဒူးတုပ် လျက်အတိုင်းပင် ပြုပြင်ပြီး မညှပ်မဖိပဲ အသာအယာပင် ထိုင်ကြ။

မျက်စိကိုမှိတ်၊ ပါးစပ်ကိုပိတ်၊ ကိုယ်ကိုဖြောင့်ဖြောင့်ထား အသက်ကို မှန်မှန်သာ ရှူရှိုက်ပါ။ နှေးအောင် မြန်အောင် မထင်ရှားအောင် မလုပ်နဲ့၊ အသက်ရှူရှိုက်နေကျ အတိုင်းသာ ရှူရှိုက်ပါ။ အသက်ရှူရှိုက်တိုင်း ဝမ်းဗိုက်က ကာယရုပ်နဲ့ ဖောဋ္ဌဗ္ဗ လေရုပ် တွေဆုံလို့ လှုပ်ရှားနေတာလေးကို စိတ်သတိ ဉာဏ်နဲ့ စိုက်ကြည့်နေပါ။ ကြွတ်ကလာယင် “ဖောင်းတယ်”၊ လျော့ကျသွားယင် “ပိန်တယ်”လို့ ရှုမှတ်ပါ။

အဲဒီ ဖောင်းပိန်တာကို ရှုယင်း စိတ်ထွက်ယင်လဲ “စိတ်ကူး တယ်၊ စဉ်းစားတယ်၊ အိမ်ရောက်တယ်” စသည်ဖြင့် ရှုပါ။ စိတ်ငြိမ်သွားယင် ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ပြန်မှတ်ပါ။ နား ထဲက ကြားရယင်လဲ “ကြားတယ်၊ ကြားတယ်”လို့ မှတ်ပါ။ ပျောက်သွားယင် ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ပြန်မှတ်ပါ။

ကိုယ်ထဲက ယားတာ နာတာ ကျင်တာ အောင့်တာ ပူတာ အေးတာတွေ ပေါ်ယင်လဲ ရှုမှတ်ပါ။ အဲဒါတွေ ပျောက် သွားယင် ဖောင်းပိန်ကို ပြန်ရှုမှတ်ပါ။

ဒီတထိုင်အတွင်း ၅-မိနစ်လောက် ရှုဖို့ရာကတော့ ဒါလောက် ဆိုယင် လုံလောက်ပါပြီ။ ကဲ.. ရှုမှတ်နေကြပါ။ ဘုန်းကြီးက ၅-မိနစ်စေ့တော့ အချက်ပေးပါမယ်။

ကဲ.... ၅-မိနစ်စေ့ပြီ။ ဒီညဉ့်ရုံတော် သတိပဋ္ဌာန်ဆုံးယင် သာဓုခေါ်ပြီးတော့ ပြုပြင်ခဲ့သမျှ ကုသိုလ်များနဲ့ ရတနာ သုံးပါးကို အမြတ်ဆုံးပူဇော်မယ်၊ ဆုတောင်း အမျှဝေမယ်၊ တရားပွဲ သိမ်းမယ်။

ညဉ့်အခါဆိုတာ

နက္ခေတ္တ သုပိတုံ ဟောတိ၊ ရတ္တိ နက္ခတ္တမာလိနီ။
ပဋိဇဏ္ဍိတု မေဝေသာ၊ ရတ္တိ ဟောတိ ဝိဇာနတံ။

နက္ခတ္တမာလိနီ၊ နက္ခတ်ပန်းတို့ဖြင့် သပ်ရပ်ဆန်းကြယ်လှပသော။ နက္ခတ္တမာလိနီ၊ ကတ္တိပါညှိလွင် စိန်ပြောက်တွေ ဆင်သလို ကြည်လင်လတ်ဆတ် ကြယ်ရောင်စုံဟပ်သဖြင့် သပ်ရပ်ဆန်းကြယ်လှပသော။ ရတ္တိ၊ ငှက်တိရစ္ဆာန် လူသံဆိတ်ငြိမ် အချိန်အေးမြ ညချမ်းအချိန်ကာလသည်။ သုပိတုံ၊ အိပ်ရန်ဖို့ အလို့ငှါ။ သုပိတုံ၊ ကာမဂုဏ် အရိပ်တောစ, မှာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ စိတ်သောကတွေနှင့် အိပ်မောကျ၍ နေခြင်းငှါ။ နက္ခေတ္တ ဟောတိ၊ ဖြစ်ပေါ်၍လာခဲ့သည် မဟုတ်ပါချေ တကား။ နက္ခေတ္တ ဟောတိ၊ ကမ္ဘာကို ဗြဟ္မာ စ, စဉ်က ဒါဟာ ပဌမ အကောင်းပဲရယ်လို့ လျောင်းလွဲကာ ဇာခေါင်းအုံးတွေနဲ့ မွေ့လျော်ရန် အများကိုင့်ပြီး ထားခဲ့တာလဲ မဟုတ်ပါချေ တကား။ သော ရတ္တိ၊ ရောင်းရေးဝယ်တာ အဖြာဖြာနဲ့ လူ့ရွာ

ကိစ္စ အားလပ်ခွင့်ရကြတဲ့ ဤညချမ်း အချိန်ကာလသည်။
 ဝိဇာနတ်-ဝိဇာနန္ဒာနံ၊ လောကကိုထောက်တွေးတော့ ကြောက်
 သွေးစိမ့်စိမ့် ကျောတသိမ့်သိမ့်နဲ့ အေးငြိမ်းစေရန် နိဗ္ဗာန်မြော်
 ညောင်း သူတော်ကောင်းတို့၏။ ပဋိဇဂ္ဂိတုမေဝ၊ စက်ခန်းသဉ္ဇာ
 ညောင်မှာ အထက်တန်းလျင်စွာအောင်ရအောင်..... မဂ်လမ်း
 တဒဂ်၊ ဆောင်လို့မို့ ပြောင်ပြောင်ကြီး ကြိုးစားအားထုတ်ကြရန်
 ဖို့အလို့ငှါသာလျှင်။ ပဋိဇဂ္ဂိတုမေဝ၊ အမတာဘုံစံစားပျိုးရန်ဖို့
 ကာမဂုဏ်ဉာဏ်သမား သူခိုးဓားပြတွေကြောင့် သတိလို့ဆိုတဲ့
 ဓမ္မာရုံ ဒရဝမ်-တံခါးမှူးကို နှိုးနှိုးပြီး နှိုးနှိုးကြားကြားနဲ့
 ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ကြရန်ဖို့ အလို့ငှါ သာလျှင်။
 ဟောတိ၊ ဖြစ်ပေါ်၍လာရပါပေသည်တကား။ ဟောတိ၊ ညဉ့်ရုံ
 တော်တခါပြချိန်မို့ အတင်းခန့်ကျော်ကာ ဟို....အမတာ နဂရ
 ကိုဖြင့် မဟာဓမ္မ ဝိပဿနာတွေနဲ့ တခါပျော်ရအောင်....၊
 ဪ.....ကောယနသတိပဋ္ဌာန်- ကောယနသတိပဋ္ဌာန်ရယ်လို့
 ဟစ်အော်လို့ပြရလောက်အောင် ဖြစ်ရပါပေသည်တကား.... ။

သာဓု.... သာဓု.... သာဓု....

ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ် ဘုရားရှိခိုး

ပါဠိ

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ၊

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ၊

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်ပါ၏။

အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့် တရားတော်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏။

အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာ တရား ကိုးပါးအားလျော်သော ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့် သံဃာတော်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏။

အဓိဋ္ဌာန်ပါဠိ

အဒ္ဓါ ဣမာယ ပဋိပဒါယ ဇရာမရဏမှာ ပရိမုဉ္ဇိဿာမိ။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်သည် ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့် အိုဘေးဆိုးကြီး၊ ယောဘေးဆိုးကြီးမှ မလွဲကေန်၊ လွတ်မြောက်ရတော့မှာပင်တကား....။

ဆုတောင်း

ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှုသည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်း ဖြစ်ပါစေသတည်း။

အမ္ပဝေ

ဣမံ မေ ပုညဘာဂံ သဗ္ဗသတ္တာနံ ဒေမိ။

အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှု ကုသိုလ်အဖို့ကို အားလုံးသော သတ္တဝါတို့အား အမ္ပပေးဝေပါ၏။ အမ္ပပေးဝေပါ၏။ အမ္ပပေးဝေပါ၏။ (အားလုံးသော သတ္တဝါတို့သည် အမ္ပရကြ၍ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကျန်းမာ၊ ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ကောင်းစွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေ။)

သာဓု....သာဓု....သာဓု

ပဌမပိုင်း ပြီး၏။





စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်

တရားတော်

[ဒုတိယပိုင်း]

ပဏာမ

သန္တော သော ဘဂဝါ၊
သမထာယ ဓမ္မံ ဒေသေတိ၊
တံ ဘဂဝန္တံ အဟံ ဝန္ဒာမိ။

သော ဘဂဝါ၊ အကျွန်ုပ်တို့ အများ၏ အားထားကိုးကွယ်
ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်။ သန္တော၊
ရာဂ၊စသား အလှုပ်ရှားကင်းလျက် ငြိမ်သက် ငြိမ်းအေးတော်
မူပြီးသည်ဖြစ်၍။ သမထာယ၊ သတ္တဝါအများ အကျွန်ုပ်တို့အား
လည်း အလားတူပင် ငြိမ်းအေးကြပါစေခြင်း အကျိုးငှါ။
ဓမ္မံ၊ ငြိမ်းအေးစေရန် တရားမှန်ကို။ ဒေသေတိ၊ ကရုဏာ
ရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော် မူခဲ့ပါပေ၏။
တံ ဘဂဝန္တံ၊ သက်တော်ထင်ရှား ထိုမြတ်စွာဘုရားကို။ အဟံ၊
အကျွန်ုပ်သည်။ အဟံ၊ နှစ်ရာ့နှစ်ဆယ် ခုနစ်သွယ်ကို ကိုယ်ဝယ်

တင်လွှမ်း ရဟန်းမှည့်ခေါ် တပည့်တော်သည်။ အဟံ၊ ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာ အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ တပည့်ဖြစ်တဲ့ ညောင်ကန်လူနွဲ့က နာမသမုတ် အကျွန်ုပ်သည်။ ဝန္ဒာမိ၊ ရိုသေမြတ်နိုး မာန်ညွတ် ကျိုး၍ ရှိခိုးပူဇော်ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

ဘုရားဟောတဲ့ စိတ်အကြောင်း

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထကာမနိပါတိနော။
စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ၊ ကိလေသာ ပူးကပ်၍ မနူးမနပ်သဖြင့် အရူး ဇာတ်ခင်းလျက် နှိမ်နင်းနှုန်းပြ ဆုံးမရန်အတွက် လွန်ခက်ခဲ သော။ လဟုနော၊ ခဏမစဲ အမြဲမပြတ် ဖြစ်တတ် ပျက်တတ် သောကြောင့် လျင်မြန်လှစွာသော။ ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ အကြင်အကြင် ထင်ရာမြင်ရာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ်တို့၌ ကျရောက်တတ်သော။ ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ ရအပ်သော ကြောင်း မရကြောင်းနှင့် သင့်သောအကြောင်း မသင့် ကြောင်းတို့ကို ကောင်းစွာမသိ မကြည့်မျိုးနွယ် အရွယ်ကိုပင် မဆင်ခြင်နိုင်တော့ဘဲ အကြင်အကြင် ထင်ရာမြင်ရာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။ စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဒမထော၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဖြင့် မှန်စွာနှုန်းပြ၍ ဆုံးမနိုင်ခြင်းသည်။ ဒမထော၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါပေ

၏။ သာဓု၊ အကြောင်း အခြေလှသမ္ပို ကောင်းလေစွတကား။
 ဒန္တံ၊ ဆုံးမပြီး၍ ယဉ်ကျေးသော။ စိတ္တံ၊ စိတ်သည်။ ဝါ၊
 စိတ်က။ သုခါဝဟံ၊ လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာ ဗြဟ္မာချမ်းသာ
 ကိုကောင်းစွာဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ စျာန်ချမ်း
 သာ၊ ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်
 ချမ်းသာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ ဘယ်ချမ်း
 သာနှင့်မှမတူ ဘယ်အပူနှင့်မျှ မစပ် အအေးဓာတ်ဝင်ကိန်း၍
 အငြိမ်းကြီး ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ကောင်းစွာဆောင်ပေး
 တတ်ပါပေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

အညတရ ဘိက္ခုဝတ္ထု

(ဓမ္မပဒ၊ ၄၊ ၁၊ ၁၈၃)

ဒီတရားတော်ကို မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပုံကို
 ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာတွင် ဒီလို ဖော်ပြထားပါတယ်။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနောဟိ ဣမံ ဓမ္မဒေသနံ သတ္တာ သာဝတ္ထိယံ
 ဇေတဝနေ ဝိဟရန္တော အညတရံ ဘိက္ခု အာရဗ္ဘ ကထေသိ။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနောတိဣမိနာ ဂါထာဗန္ဓေန၊ ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ
 လဟုနော-ဤသို့ အစရှိသော ဂါထာဗန္ဓဖြင့်။ ပဋိမဏ္ဍိတံ၊
 တန်ဆာဆင်အပ်သော။ ဣမံ ဓမ္မဒေသနံ၊ ဤတရားဒေသနာ
 တော်ကို။ သတ္တာ၊ လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ဆရာဖြစ်
 တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသခင်သည်။ သာဝတ္ထိယံ၊ သာဝတ္ထိ
 မြို့၌။ ဇေတဝနေ၊ ဇေတဝန်ကျောင်းဝယ်။ ဝိဟရန္တော၊

လျောင်းထိုင်ရပ်သွား လေးပါးလှူရိယာ မျှတစွာဖြင့် သာယာ
ရှင်ပျိုး သီတင်းသုံး မွေ့လျော်တော်မူစဉ်။ အညတရံ-ဘိက္ခု၊
အမျိုးအမည် အားဖြင့် မထင်ရှားသော ရဟန်းတပါးကို။
အာရဗ္ဗ၊ စိတ်မနိုင်မှု အကြောင်းပြု၍။ ကထေသိ၊ စိတ်စောင့်
ရှောက်ရေး တရားဆေးကို အားပေး ဟောကြားတော်မူလေပြီ
တကား။

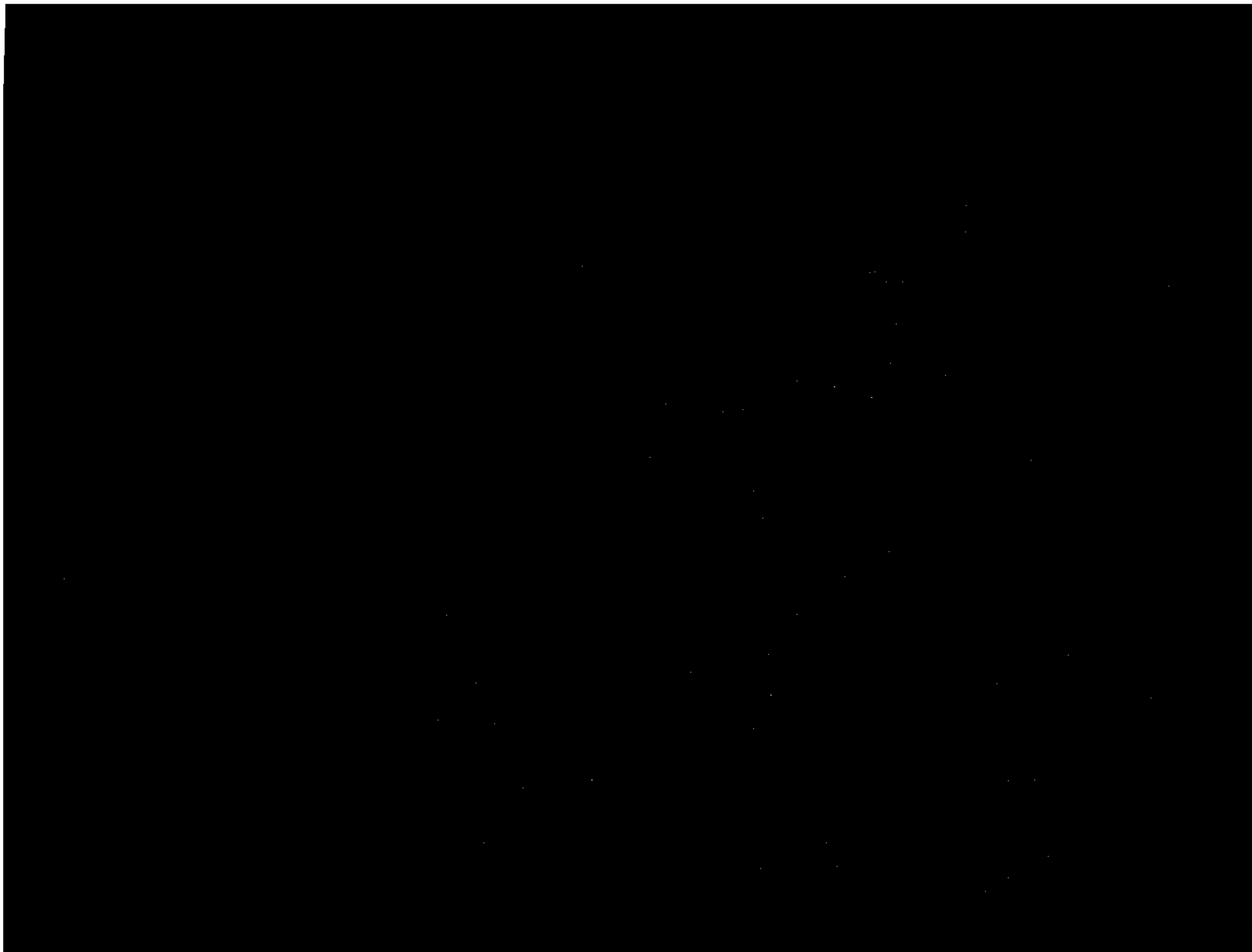
သာဓု သာဓု .. သာဓု

ဒီ တရားဒေသနာတော်ကို နတ် လူ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ရဲ့
ဆရာ မြတ်စွာသခင် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန် ရွှေကျောင်းမှာ
သီတင်းသုံးတော်မူစဉ်တုန်းက အမျိုးအမည်အားဖြင့် မထင်
ရှားတဲ့ ရဟန်းတော်တပါးကို အကြောင်းပြုပြီး ဟောကြား
တော်မူခဲ့တယ်။

တနေ့သ၌ အပါး ၆၀-သော ရဟန်းတော်တွေဟာ မြတ်စွာ
ဘုရား ထံတော်ပါးဝယ် ပုထုဇဉ်ဘဝမှ ကိလေသာကုန်ခန်း
ရဟန္တာဖြစ်သည်အထိ ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ တရားကို ဟောကြားတော်
မူပါရန် လျှောက်ထား တောင်းပန်ကြတယ်။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားကလဲ တပည့် ရဟန်းများ
လျှောက်ထားတဲ့ အတိုင်း ပြည့်စုံစေနိုင်တဲ့ တရားတော်ကို
ဟောကြားတော်မူလိုက်ပါတယ်။

ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်တို့လဲ ဘုရားဟောကြား မြတ်
တရားကို နာကြားပြီးတော့ သပိတ်တလုံး သင်္ကန်းသုံးထည်
ကိုယ်စီလွယ်လျက် ဝတ်ရုံဆင်မြန်းကာ ရဟန်းသိက္ခာ ကိုယ်စီ
ပါပြီး ချမ်းသာရာအရပ်ကို ဝါကပ်ရန် တရားအလုပ်အားထုတ်



ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်တို့အား မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက
 “ဘုရားတပည့်တော်မတို့အိမ်ကို ကြွတော်မူပါဘုရား”ဟု လျှောက်ထား
 ပင့်ဆောင်နေပုံ။

ရန် ရည်မှန်းပြီး စေတဝန်ကျောင်းတော်မှ ထေရ်စဉ်ဝါလိက်
 စိတန်းပြီး ထွက်ကြွတော်မူခဲ့ကြတယ်။

ဒီလို ကြွလာတော် မူကြတဲ့ ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်ဟာ
 ကောသလမင်းရဲ့ တိုင်းပြည်နယ်ထဲက တောင်ခြေမှတည်ရှိတဲ့
 မာတိကရွာကို ရောက်တော်မူကြတယ်။

မာတိကရွာ ရောက်တယ်ဆိုယင်ပဲ ဆွမ်းချိန်ကလဲ နီးပြီမို့
 ရွာတွင်းသို့ တောက်လျှောက် ဆွမ်းခံဝင်တော်မူကြတယ်။

ဒီအခါမှာ မာတိကရွာသူကြီးရဲ့ အမေ ဒကာမကြီးက အဲဒီ
 ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်ကို ဖူးမြင်ရတယ်ဆိုယင်ပဲ စိတ်တွင်
 အေးမြ ဖူးမဝအောင် ကြည်ညိုတာနဲ့ ရဟန်းတော်များကို
 ရှိသေဝပ်တူးပြီး “ဘုရားတပည့်တော်မတို့အိမ်ကို ကြွတော်မူပါ

ဘုရား”လို့ လျှောက်ထားပြီး သူ့အိမ်အရောက် ပင့်ဆောင် သွားတယ်။ တပါး နှစ်ပါး မဟုတ်ဘူး၊ အပါးကလဲ ၆၀- တောင်ပဲ။

အိမ်ရောက်တော့လဲ ရဟန်းတော်များနဲ့ လျှောက်ပတ် အောင် နေရာထိုင်ခင်းများကို ပြင်ဆင်ပြီး ရဟန်းသံဃာတော် ၆၀-တို့ကို “ခေတ္တ သီတင်းသုံးတော်မူကြပါဦးဘုရား”လို့ ရိုသေ စွာ လျှောက်ထားတယ်။

ရဟန်းသံဃာ ၆၀-လဲ ဣန္ဒြေရရ သီတင်းသုံး ထိုင်နေတော် မူကြတယ်။

ဒီအခါမှာ မာတိက ရွာသူကြီးရဲ့ မိခင် မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးဟာ မြန်မြန်ဆန်ဆန်ပင် ရဟန်းသံဃာ ခြောက်ကျိပ် လုံး ဘုဉ်းပေးနိုင်အောင် အထူးထူးသော အရသာရှိတဲ့ မုန့်မုန့် မြတ်မြတ် ယာဂုဆွမ်းများဖြင့် ဆက်ကပ် လုပ်ကျွေးတယ်တဲ့။

ဒီ ဒကာမကြီးဟာ အလွန်ချီးမွမ်းစရာ ကောင်းတဲ့ ဒကာ မကြီးပဲ။ အချိန်အချက်မရှိပဲနဲ့ ရုတ်တရက် ကြွတော်မူလာကြတဲ့ ရဟန်းတော်များကို မုန့်မတိမ်းမီ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးနိုင်အောင် စီစဉ်ပေးနိုင်တာဟာ ချီးမွမ်းစရာပါပဲ။

ဆွမ်းစားချိန်မှ ဗြူးကနဲ ရောက်လာတယ်ဆိုယင် ရဟန်း ခြောက်ကျိပ် စားလောက်ဖို့ရာ တခါတည်းပြီး- ကြိုတင် အကြောင်းကြားထားတာ မဟုတ်ယင် ဆွမ်းရှိပါ့မလား၊ (မရှိ ပါဘူးဘုရား)။ ကိုင်း....မုန့်ကလဲ တည့်ခါနီးနေပြီဆိုတော့ အဲဒီ အပါးခြောက်ဆယ် စားဖို့ရာ ဗြူးကနဲဆို မခက်ဘူးလား၊ (ခက်ပါတယ် ဘုရား)။

ကိုင်း....ဉာဏ်မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အတွက်တော့ ခက်တာပေါ့၊ ဉာဏ်ရှိတဲ့ ဒကာမကြီးတွေဆိုလို့ရှိယင် မခက်ပါဘူး၊ ဟောဒီမှာ ချက်ပြုတ်ရေး ဆောင်ရွက်ပြီးနေကြတဲ့ ဒကာမကြီး ဒေါ်သိတို့ လိုဆိုယင် မခက်ပါဘူး၊ ဘယ်ခက်လိမ့်မတုံး၊ သူတို့က “**ပါးစပ် မောင်း**” **တပ်ထားတာပဲ**၊ “ဟဲ့နင်တို့ အရပ်ထဲက ကောင်းမတွေ၊ ချက်ပြုတ်ထားပြီးသား ဆွမ်းများမရှိဘူးလား၊ ဘုန်းကြီးတွေ အခုမကြာလာတာ ဆွမ်းချိန်လဲ နီးနေပြီ၊ ဒို့က အချိန်မရွေး စားလို့ဖြစ်တယ်၊ ယူခဲ့ကြ၊ လာခဲ့ကြဟဲ့”ဆိုပြီး ရှိတဲ့ထမင်း အိုးတွေ ဟင်းအိုးတွေ ဆွဲထုတ်လာပြီး၊ စုပေါင်း ကပ်လိုက်လို့ရှိ ယင် ရဟန်းတော် ခြောက်ဆယ်လောက်တော့ မစားလောက် ဘူးလား၊ (စားလောက်ပါတယ် ဘုရား)။ ဒီလိုဆိုယင် ကာလ ဒါန ဆွမ်းကိစ္စလဲ မြန်မြန်ပြီးသွားနိုင်တာပဲ။

ဒီမာတိကမာတာဒကာမကြီးကတော့ ဘယ်နည်းနဲ့ဆွမ်းကပ် တယ်လို့ စာထဲမှာမပါဘူး၊ သူက သူကြီးအမေဆိုတော့ သူ့ အိမ် မှာလဲ ပြည့်စုံနိုင်တယ်၊ ဩဇာလဲ ကောင်းတော့ အရပ်ထဲ ဆင့်ခေါ် ဖိတ်ကြားလိုက်ယင်လဲ ရဟန်းခြောက်ဆယ် ဆွမ်း ရေးတော့ ခဏလေးနဲ့ ပြည့်စုံမှာပါပဲ။

အခု မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ပွဲ (၁၀) ရက်စခန်းကြီး ဟေမဝန်ဓမ္မာရုံမှာ ကျင်းပပြီးနေတယ်၊ ယောဂီ ကလဲ ငါးဆယ်လောက်နဲ့၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းပြတဲ့ ဆရာတော်များ ဦးထိပ်ထားပြီးတော့ ၁၀-ရက်ပတ်လုံး ဆွမ်းကပ်မယ်၊ တနပ် ကိုလဲပဲ ငါးရာခြောက်ရာလောက် ကုန်တယ်ဆိုယင် တယောက် တည်း တတ်နိုင်ပါ့မလား၊ (မတတ်နိုင်ပါဘူး ဘုရား)။

ကိုင်း.... တယောက်ထဲ မတတ်နိုင်တော့ အဲဒါ မွှာရုံ
ဂေါပကများ စုပေါင်းပြီးတော့ ဆော်ဩ-ဆောင်ရွက်လိုက်
ကြတယ်ဆိုယင် သူက တနပ်လူ ငါက တနပ်လူနဲ့ ဆိုတော့လဲ
ဆယ်ရက်စေ့ မသွားဘူးလား၊ (စေ့သွားပါတယ် ဘုရား)။

စေ့သွားတယ်၊ “တဦးဆောင်သော် မရ၊ တသောင်း
ဆောင်သော် ရ၏” ဆိုတဲ့ ဆောင်ပုဒ်လိုပေါ့၊ စုပေါင်းပြီး
ဆောင်ရွက်လိုက်ယင် မဖြစ်ဘူးလား၊ (ဖြစ်ပါတယ် ဘုရား)။
အေး....စုပေါင်းပြီး ဆောင်ရွက်လိုက်မယ် ဆိုယင်ဖြင့် ဖြစ်နိုင်
ပါတယ်၊ အဲသလို ဂေါပကအဖွဲ့က စုပေါင်းဆောင်ရွက်လိုက်
လို့ ဖြစ်သွားသလို ဒကာမကြီးကလဲ တန်ဖူးပွတ္တိဉာဏ်ကလဲ
ကောင်းတော့ စီမံဆောင်ရွက်မှာပေါ့၊ စီမံဆောင်ရွက်တော့
ကိုယ်တော်တွေ ခြောက်ဆယ်လုံး ဘုဉ်းပေးစရာ မရဘူးလား၊
(ဘုဉ်းပေးကြရပါတယ် ဘုရား)။

ဒီလို ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီးပြီ ဆိုတော့လဲ ဒကာမကြီးက
ဒီအတိုင်း မနေလိုက်သေးဘူး၊ သူက သံဃာတော်တွေ ဘာ
ကြောင့် ကြွလာတယ်ဆိုတာကို အကျိုးအကြောင်း သိရအောင်
ဒီလို မေးလျှောက်ပါတယ်။

“ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရားတို့။ တုမေ၊ အရှင်ဘုရားတို့သည်။
ကတ္ထ၊ အဘယ်အရပ်သို့။ ဂန္တုကာမာ၊ သွားလို့ကြကုန်သည်။
အတ္ထ၊ ဖြစ်ကြပါကုန်သနည်း ဘုရား”တဲ့။ “အရှင်ဘုရားတို့
ဘယ်အရပ် ကြွကြမလို့ပါလဲ ဘုရား”တဲ့၊ အဲဒီလို ဒကာမကြီး
က စပ်စုလိုက်တာကိုး။

စပ်စုတော့ ရဟန်းတော်များထဲက အကြီးဆုံး မထေရ်
ကြီးက....

“ယထာ ဖာသုကဋ္ဌာနံ မဟာဥပါသိကေ=မဟာဥပါသိကေ၊ ရတနာသုံးရပ် ကျင့်ဝတ်မြတ်ကိုပြတတ် ဆည်းကပ်တတ်ပါတဲ့ ဥပါသိကာမကြီး။ မဟာဥပါသိကေ၊ ရတနာသုံးပါး ဦးထိပ် ထား၍ စေားဆည်းကပ် ကျင့်ဝတ်မြတ်ကို ပြတတ်ပါတဲ့ ဥပါသိကာမကြီး။ မယံ၊ ငါတို့သည်။ ယထာဖာသုကဋ္ဌာနံ၊ ချမ်းသာရာ အရပ်ကို။ ဂစ္ဆာမ၊ သွားကြကုန်အံ့”လို့ အဖြေ စကားကို မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်ကတော့.... “ဦးဇင်းတို့တတွေ ထွက်လာကြတာကတော့ ချမ်းသာတဲ့ နေရာကို သွားဖို့ ထွက်လာကြတာပဲ ဒကာမကြီး”တဲ့။

အဲဒီလို ဖြေကြားတော့ “ဪ...ဒီအရှင်မြတ်တွေဟာ ချမ်းသာတဲ့အရပ်ကို ကြွတော်မူကြမယ်လို့ဆိုတော့ သူတို့ရည် မှန်းထားတဲ့ ဧကန္တအရပ်ရယ်လို့ မရှိသေးဘူး၊ ချမ်းသာရာ သွားပြီး ဝါဆိုကပ်ဖို့ အရပ်ကို ရှာတော်မူနေကြတယ် ထင်တယ်၊ ငါတို့ ပင့်ထားယင်တော့ ငါကိုရှာမှာ ဝါဆိုတော် မူကြမှာပဲ”လို့ အဲဒီလိုသဘောပေါက်ပြီးတော့ ဒကာမကြီးက.... ဒီလို ဆက်လျှောက်ထားတယ်။

“သစေ အယျာ၊ ဣမံ စေမာသံ ဣမ ဝသိဿန္တိ၊
အဟံ တီဏိ သရဏာနိ ပဉ္စသီလာနိ ဂဟေတွာ
ဥပေါသထကမ္မံ ကရိဿာမိ။

“သစေ အယျာ၊ တကယ်လို့များ အရှင်ဘုရားတို့သည်။ ဣမံ စေမာသံ၊ ဤဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး။ ဣမ ဝသိဿန္တိ၊ တပည့်တော်များရဲ့ ဒီရပ်ရွာဒေသမှာ ဝါဆိုသီတင်းသုံးတော် မူကြဌားအံ့။ ဧဝံသတိ၊ ဒီလို သီတင်းသုံးမယ် ဆိုယင်တော့။

အဟံ တီဏိ သရဏာနိ ပဉ္စသီလနိ ဂဟေတွာ၊ တပည့်တော်မ အနေနဲ့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါး အားထား ကိုးကွယ် ငါးသွယ် သီလ ယူရပြီးတော့။ ဥပေါသထကမ္မံ ကရိဿာမိ၊ ဥပုသ်သီတင်း စောင့်သုံးခြင်းအမှုကို ပြုရပေလိမ့် မယ်”လို့ လျှောက်ထားတယ်။ ဒီတော့ ရဟန်းတော်များက “ငါတို့ ဒီမာတိကရွာ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကို အမှီပြုပြီး ဆွမ်းအာဟာရအတွက် မပင်ပန်းကြပဲ ဘဝလွတ်မြောက်ရန် တရားမှန်ကို အားထုတ်သမှု ပြုဖို့ရာ စွမ်းနိုင်ကြလိမ့်မည်”လို့ တွေးခေါ် မြော်မြင်တော်မူကြပြီး ဒကာမကြီးရဲ့ လျှောက်ထား ချက်ကို နှစ်သက် လက်ခံတော်မူကြတယ်။

အခုခေတ်စကားနဲ့ အများနားလည်အောင် ပြောရမယ် ဆိုယင် “အချို့ရွာ သကာတွေ”ဆိုတာလိုပေါ့။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ရန် ချမ်းသာတဲ့ နေရာကို ရွာဖွေတော်မူကြတဲ့ ရဟန်း တော်များအား ဒီရပ်ရွာ ဒေသမှာ သီတင်းသုံးတော် မူကြတယ် ဆိုယင် သူ့ အတွက်လဲ သရဏဂုံသီလ ဆောက်တည်ကျင့်သုံးရတဲ့ အကျိုးလဲ ရပါမယ်။ ဒီ ဒေသမှာ သီတင်းသုံးတော် မူကြပါ ဘုရားလို့ လျှောက်သူ ဒကာမကြီး တွေနေကြတာကိုး၊ ဝမ်းသာစရာပါပဲ။

ဒီတော့ အဲဒီ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးဟာ အဲဒီ ရဟန်း တော် ခြောက်ကျိပ်လုံးအတွက် သီတင်းသုံး မွေ့လျော်ဘွယ်ရာ ကျောင်းဝိဟာကို သုတ်သင်ပြုပြင်ပြီး လူဒါန်းလိုက်တယ်-တဲ့။

ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်တောင် သီတင်းသုံးဖို့ဆိုတော့ တကျောင်းတည်းဆိုယင်လဲ တော်တော်ကြီးကြီး ကျောင်းကြီး ဆောက်ရမှာပဲ။

တပါး တကျောင်း ဆိုယင်တော့ ကျောင်းပေါင်း ၆၀-
ဆောက်ရမှာပေါ့၊ တပါးတကျောင်းဆိုယင် တရား အားထုတ်
ချင်စဖွယ်ကောင်းအောင် တောဒေသအလိုက် ဝါးပိုးတိုင်ထူ၊
ကျူရိုး အင်ဖက်ကာလျက် မိုးလျက်နဲ့ အသစ်စက်စက် သစ်ရွက်
ကျောင်းလေးတွေ ဖြစ်မယ်ထင်တယ်။

ဒီလိုဆိုယင် မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးတဦးတည်းမဟုတ်ပဲ
သူက ဦးစီးပြီး ရွာလုံးကျွတ် လုပ်အားပေးခေါ်ကာ ဆောက်
လုပ်တာလဲ ဖြစ်နိုင်တယ်။

ရွှေပိုင်းက တောင်တွင်းကြီး ဦးပဏ္ဍိတဟာ ဘုန်းကြီး
သီတင်းသုံးခဲ့ဘူးတဲ့ ရှမ်းပြည်တောင်ပိုင်းက အင်းလေး
ကန် အရှေ့ဖက်ထိပ် တောင်ခြေမှာတည်ရှိတဲ့ ဓမ္မပီတိ
ကာရာမ တောကျောင်းမှာ ပီးခဲ့တဲ့ဝါတွင်းက သီတင်း
သုံးလာတာပဲ၊ အဲဒီကျောင်းရဲ့ အနီးကပ် ဂေါ်စရဂါမ်
ကတော့ အင်ကြင်းကုန်းရွာ၊ ဝက်သားကင်ရွာ၊ ကန်
ဘဲရွာ၊ ဥတ္တောရွာ စတဲ့ ရွာလေးတွေပဲ၊ အဲဒီရွာက
ရှမ်းအင်းသူ ဒကာမကြီးတွေသာ ဆိုယင်တော့ ဒီလို
လေးတိုင်စင် ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းလောက်ကို များဖြင့်
တယောက် ဓားမကြီးတချောင်းစီကိုင်ပြီး တောင်ပေါ်
တက်ကာ သစ်ဝါးခုတ်ပြီး နာရီပိုင်းအတွင်း ပြီးအောင်
ဆောက်နိုင်ကြတယ်။

သူတို့ကတော့ အလွန်မြင့်တဲ့ တောင်ကြီးပေါ်ကို
တနေ့ ၂-ခေါက် ၃-ခေါက် တက်တက်ပြီး ထင်းခုတ်၊
ထင်းရှက် နေကြတာပဲ၊ တနေ့မှာ ဝင်ငွေ ၁၅°/၂၀-
လောက် ရှိကြတယ်၊ အဲဒီငွေနဲ့ ကိုယ်လဲစား ရတနာ

သုံးပါးလဲ လှူပြီးနေကြတာပဲ၊ ဒါကြောင့် သူတို့သာ ဆိုယင် ဒီလို လေးတိုင်စင် ကျောင်းမျိုးကို နာရီပိုင်း အတွင်းမှာပဲ ဓားမတချောင်းစီနဲ့ ပြီးအောင် ဆောက် နိုင်ကြတယ်-လို့ ပြောရတာကိုး။ ကဲ....ဒါက ဖပ်မိလို့ ပြောတာပါ။

ဒီဝတ္ထုမှာတော့-“သံ၊ ထိုမာတိကမာတာ ဒကာမကြီး သည်။ တေသံ၊ ထိုရဟန်း ခြောက်ကျိပ်တို့၏။ ဝသနဋ္ဌာနံ ဝိဟာရံ၊ နေရာကျောင်းကို။ ပဋိဇ္ဇဂ္ဂိတော၊ သုတ်သင်ပြုပြင်၍။ အဒါသိ၊ လှူဒါန်းလေပြီ”လို့သာ ပါပါတယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ရဟန်းတော် ၆၀-နေဖွယ် ကျောင်းတောင် ပြည့်စုံသွားပါပြီ။

ဒါနဲ့ ထိုရဟန်းတော် ၆၀-တို့ဟာ အဲဒီမာတိကရွာ တောင် ခြေကျောင်းမှာပင် သီတင်းသုံးတော်မူကြတယ်။ ဒီလို သီတင်း သုံးစဉ် တနေ့သ၌မတော့ ရဟန်းတော် ၆၀-လုံး စည်းဝေးပြီး တော့ အချင်းချင်း သတိပေး ဆုံးမ ဩဝါဒ ပေးတော်မူ ကြတယ်။

မထေရ်ကြီး၏ ဩဝါဒ

အာဝုသော၊ ငါ့ရှင်တို့။ အမေဟိ၊ ငါတို့သည်။ ပမာဒစာရံ စာရိတုံ၊ မေ့မေ့လျော့လျော့ ပေါ့တော့တော့ ကျင့်ခြင်းကို ကျင့်ခြင်းငှါ။ န ဝဇ္ဇတိ၊ အခွင့်မတော် မသင့်လျော်ပါချေ။

ဟိ၊ အမှန်ကတော့။ အမှာကံ၊ ငါတို့၏။ သကဂေဟံ ဝိယ၊ ကိုယ့်အိမ်ကဲ့သို့။ အဋ္ဌမဟာနိရယာ၊ ရှစ်ထပ်သော ငရဲကြီးတို့ သည်။ ဝိဝဋ္ဌဒ္ဓါရာယေဝ၊ ဟင်းလင်းပွင့်လျက် တံခါးရှက်ရှိကြ ကုန်သည်သာ။

“ငါ့ရှင်တို့....ငါတို့တတွေ မေ့မေ့လျော့လျော့ ပေါ့တော့
တော့ ကျင့်ခြင်းမျိုးကို ကျင့်ခြင်းငှါ အခွင့်မလျော် မသင့်
တော်ကြဘူး၊ ငရဲကြီးရှစ်ထပ်ဟာ ငါတို့အဖို့ မိမိနေရာ
ကျောင်းနေအိမ်လို့ တံခါးဟင်းလင်းပွင့်လျက် ရှိတယ်”တဲ့။

ဒါဟာ အလွန်မှတ်သားဖွယ်ကောင်းတဲ့ သြဝါဒ စကား
တွေပဲ၊ တရားကျင့်တယ်ဆိုပြီး မေ့မေ့လျော့လျော့ ပေါ့တော့
တော့ ကျင့်လို့မဖြစ်ဘူး-တဲ့။ လေးလေးစားစား တန်ဖိုးထားပြီး
ကျင့်ရမယ်တဲ့၊ ဟုတ်တယ်၊ လေးလေးစားစားကျင့်ဖို့ အရေး
ကြီးတယ်၊ ယောဂီ အမည်ခံပြီး ဟန်ဆောင်ပန်ဆောင်မှု တရား
ရှုမှတ်ပြီး ဟေးလား ဝါးလား စကားပြောနေမယ်၊ စားကာ
သောက်ကာ အိပ်စက်ကာနဲ့ တရားနဲ့နဲ့နာလိုက်၊ တထိုင်လောက်
ထိုင်မှတ်လိုက်၊ ပြီးတော့ လဖက်ရေဝိုင်းသောက်လိုက်၊ ထိုင်လျက်
က ထသည်နှင့် တပြိုင်နက် တရားက ကိုယ်မှာမပါတော့ဘူး-
ဆိုယင် ဒါဟာ မေ့မေ့လျော့လျော့ ပေါ့တော့တော့ ယောဂီ
မျိုးရဲ့ တရားအားထုတ်ပုံပဲ။ ဒီလို ပေါ့ပေါ့တန်တန် အားထုတ်
ပုံမျိုးနဲ့တော့ မဂ်မျိုး ဖိုလ်ပွင့် နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ အတန်းအဆင့်ကို
ရောက်နိုင်မယ် မဟုတ်ဘူး၊ ပဌမအရိယာမဂ်ကို ရရှိတဲ့ သောတာ
ပန်လောကမှ မဖြစ်သေးလို့ ပုထုဇ္ဇနဂတိ မပြုတ်သေးယင်
အပါယ်ကျ မငြိမ်းသေးဘူး၊ အထူးအားဖြင့် အသက်တမ်း
ကမ္ဘေ ကမ္ဘာ ရှည်ကြာလွန်းတဲ့ ငရဲကိုများ တခါကျသွားယင်
ဆင်းရဲမဆုံး ဆင်းရဲတုံး ဆင်းရဲခဲ တကတည်း ခံရဦးတော့မယ်၊
ငရဲကလွတ်လို့ ပြိတ္တာ အသူရကာယ်ဖက် လှည့်ပြန်ယင်လဲ ဆင်းရဲ
ကတော့ မသက်သာဘူး တိရစ္ဆာန်ဖက် လှည့်ပြန်ယင်လဲ ငါးနိုင်
ငါးစား ဖားနိုင် ဖားစားဆိုတော့ အသက်ရှင်နေရတုန်းမှာလဲ

ဘေးရန်များပြား ဒုက္ခကလဲ အစားစား ခံစားရတယ်။ သေပြန်
တော့လဲ ပြုခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်နဲ့ ငရဲပြန်ကျဦးမယ်ဆိုယင် ငရဲကနေ
တော်တော်နဲ့များ တက်နိုင်ပါဦးမလား။ (မတက်နိုင်ပါ
ဘုရား)။

ပုထုဇဉ်ဇာတ် မပြတ်သေးယင် အပါယ်သံသရာထဲလဲ တဝဲ
လည်လည် ရှည်ကြာလျက် ဒုက္ခစက်ခံရတယ်။ တခါတခါ
ကံကောင်းထောက်မလို့ လူ့ဘုံ နတ်ဘဝ ဗြဟ္မာ့ပြည်ဌာနသို့
ရောက်ရသော်လဲ တရားကို စွဲစွဲမြဲမြဲ အားမထုတ်လို့ လောဘ၊
ဒေါသ၊ မောဟ ကိလေသာ တန်ခိုးနဲ့ ဒုစရိုက်အမျိုးမျိုးကို
ပြုမှားပြီး မေ့လျော့ပေါ့တန် သေပြန်ယင်လဲ အပါယ်ငရဲ
ကျပြန်မယ်။ အပါယ်ရောက်ယင် ကမ္ဘာ ကမ္ဘေ ဒုက္ခတွေကို
ခံရှာပေဦး ခံလေဦးတော့။

ဒါကြောင့် ငရဲမှာ အနေကြာပြီး တလေတခါ အပေါ်
ရောက်လာတာက ခဏလေးဆိုတော့ ငရဲက ကိုယ့်အိမ်လိုဖြစ်ပြီး
တခြားလူနတ်ဗြဟ္မာဘဝက သူများအိမ် သူများရွာ သူများ
မြို့ကို အလယ်သွားရသလို ဖြစ်မနေဘူးလား။ (ဖြစ်နေပါတယ်
ဘုရား)။

ဒါကြောင့်မို့လို့ “ဟိ၊ အမှန်ကတော့။ အမှန်ကံ၊ ငါတို့၏။
သကဂေဟံဝိယ၊ မိမိနေရာ ကျောင်းတိုက်တာ အိမ်ကဲ့သို့။
အဋ္ဌမဟာနိရယာ၊ ရှစ်ထပ်သောငရဲကြီးတို့သည်။ ဝိဝဋ္ဌဒ္ဓါရာ-
ယေဝ၊ ဟင်းလင်းပွင့်လျက် တံခါးရှက်ရှိကြကုန်သည်သာ”လို့
အချင်းချင်း ဩဝါဒပေးကြတာပဲ။

ခေတ်စကားနဲ့ ပြောရယင် မေ့မေ့လျော့လျော့ ပေါ့ပေါ့
တန်တန် နေကြတဲ့ ပုထုဇဉ်တွေရဲ့အတွက် ကိုယ့်အိမ်ကိုယ်ယာ

ပမာ ငရဲကြီးရှစ်ထပ် အိမ်ဂေဟာတွေက တံခါးဖွင့်လျက် အဆင်သင့် စောင့်ကြိုလျက်ပါ-တဲ့။

ပြီးတော့ ယခု လူ့လောက မျက်မြင်ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုယင် အကုသိုလ်ဒုစရိုက်တွေကို ပြုမိုက်မှားသူတွေက အလွန်များတော့ ငရဲလောင်းတွေဟာ ဒုန့်ဒေးပေါ့၊ ငရဲကျပြီးကလဲ မနဲပါး၊ ကျဆဲကလဲ အများသား၊ ကျလတ္တံ့ကလဲ အစားစားဆိုတော့ ငရဲမှာ နေရာကြပ်ပြီး နေရာမရှိလို့ ငါတို့ကျတော့မှာ မဟုတ် ဘူးလို့များ အတွေးမမှားကြနဲ့၊ ငရဲဆိုတာ သတ္တဝါ ဘယ် လောက်လာလာ ဝင်ဆံ့တာပဲ၊ ကြည့်လိုက်ယင် နေရာမရှိဘူး ထင်ရပေမဲ့ သစ်သားတိုင်ထဲကို သံရိုက်သွင်းယင် ဝင်သလို ငရဲခံရမည့် ဒုစရိုက်ကောင်လာယင် ကြပ်နေတဲ့ ငရဲပြည်မှာ အသာလေး ဝင်သွားနိုင်တယ်။

မေ့လျော့ပေါ့တန် ပုထုဇဉ်တွေအတွက်တော့ ငရဲမှာနေရာ နေရာအတွက် နေရာမရမှာ မပူရပါဘူး၊ ကြိုတင်ပြီး (Booking) ဘိုကင်လုပ်စရာ မလိုပါဘူးတဲ့။

ငရဲဆိုတာ

ငရဲဆိုတာ ဒီကမ္ဘာ မြေလွှာအောက် ယူဇနာပေါင်း တသောင်းငါးထောင် ကွာဝေးတဲ့ အရပ်မှာ ဥမင်လိုက်ခေါင်း ကြီးသဖွယ် မြေအောက်မြို့တော် အဖြစ်နဲ့ တည်ရှိတယ်-တဲ့။ ပဌမဆုံး သိဉ္ဇိုင်းငရဲ တည်ရှိတယ်၊ ဒီအောက် အဆင့်ဆင့် ယူဇနာ တသောင်းငါးထောင်စီ ကွာခြားလျက် ကာဠသုတ် ငရဲ၊ သံဃာတငရဲ၊ ရောရုဝငရဲ၊ မဟာရောရုဝငရဲ၊ တာပနငရဲ၊ မဟာတာပနငရဲ၊ အဝီစိငရဲ-ရယ်လို့ ရှစ်ထပ်တောင် ရှိပါတယ်။

အဲဒီ ငရဲကြီးရှစ်ထပ်မှာလဲ တထပ်တထပ်မှာ ဘင်ပုပ်ငရဲက တထပ်၊ ပြာပူငရဲက တထပ်၊ လက်ပန်တော ငရဲက တထပ်၊ သန်လျက်ရွက်တော ငရဲက တထပ်၊ ပူလောင်တဲ့ ကြေးနီရေတွေ စီးနေတဲ့ ကြိမ်ပိုက်ချောင်း-ခေါ် ဝေတ္တရဏီ ငရဲက တထပ် အားဖြင့် ငရဲငယ်ငါးထပ်စီကလဲ တံတိုင်းပမာ ရံပတ်ပြီး တည်ရှိပါကုန်သတဲ့။

ငရဲကြီးရှစ်ထပ် အကျဉ်းသရုပ်ဆောင်ပုဒ်

ဒီနေရာမှာ အကျဉ်းချုပ် မှတ်သားရအောင် ငရဲကြီးရှစ်ထပ် သရုပ်ကို ဆောင်ပုဒ်ချပေးပါဦးမယ်။ ကဲ...လိုက်ဆိုကြပါ။

သိဉ္ဇိုဝ်း၊ ကဋ္ဌ၊ သံသံတနှင့်၊ ရောရုဝ-ပါ၊ မဟာရောရုဝ၊ တာပနဟု၊ မဟာတာပနရှိ၊ အဝီစိ၊ မှတ်သိ ငရဲရှစ်ဖြာ။

ငရဲကို ဘယ်လိုကျရောက်ပြီး ဘယ်လို ဒုက္ခဆင်းရဲတွေ ခံကြရတယ်-ဆိုတာကိုတော့ ဗာလပဏ္ဍိတသုတ်၊ ဒေဝဒုတသုတ် စသည့် ကျမ်းဂန်များမှာ ကျယ်ဝန်းစွာ ပါရှိပါတယ်။ ဒီမှာတော့ ဒီတရားတော်မှာတော့ အမရပူရမြို့၊ အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ-ဂန္ထကာရက ဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ကိုယ်ကျင့် အဘိဓမ္မာကျမ်းကို ကြည့်ပြီး သိသာရုံမျှ ပြလိုက်ပါဦးမယ်။

ငရဲကြီး ရှစ်ထပ်တို့တွင် ပဌမဆုံး ငရဲက ခုနင်တုံးက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း....

၁။ သိဉ္ဇိုဝ်းငရဲ-တဲ့။ “သဉ္ဇီဝ” ဆိုတဲ့ ပါဠိကို မြန်မာလို “သိဉ္ဇိုဝ်း” လို့ ပြန်ဆိုခေါ်ဝေါ်နေကြတယ်။ “သံ-အဖန်ဖန်+ဇီဝ-အသက်ရှည်ရာငရဲ” လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

မိမိပြုမိုက်မှားခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ဒုစရိုက်အားလျော်စွာ ငရဲမှာ ဖြစ်ရတဲ့ သတ္တဝါရဲ့ကိုယ်ဟာ ၃-ဂါဝုတ်ပမာဏ ရှိတယ်-တဲ့၊ မြန်မာတိုင်အားဖြင့် ၄-တိုင်နှင့် တာ ၈၀-ရှိတဲ့ ငရဲသတ္တဝါ ကြီးပေါ့။

သိဉ္ဇိုဝ်းငရဲမှာ ကျရောက်လာတဲ့ သတ္တဝါကို ငရဲထိန်း များက အပိုင်းပိုင်း ပြတ်အောင် ခုတ်ဖြတ်ကြတယ်။ ဒီလို ခုတ်ပေမဲ့ အကုသိုလ်ကံ မကုန်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး တခါ တည်း သေမသွားပဲ ထပ်ခါထပ်ခါ အသက်ရှည်လျက် ငရဲ ထိန်းများရဲ့ ခုတ်ဖြတ် သတ်ပုတ်မှုကိုသာ ခံကြရရှာတော့တယ်။ အကုသိုလ်ကံရဲ့ ကြောက်စရာကောင်းပုံဟာ ငရဲမှာ အထင်ရှား ဆုံးပါဘဲ။

ဒီ ငရဲအကြောင်းကို အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဒီဆောင် ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါဦး။

ငရဲထိန်းများက၊ ခုတ်ဖြတ်ကြလဲ၊ ဇီဝသက်ရှင်၊ ဖန်ဖန်ပင်၊
ခေါ်တွင်-သိဉ္ဇိုဝ်း ငရဲမျိုး။

၂။ ပီးတော့ **ကာဠသုတ်ငရဲ-တဲ့။** သစ်တုံးကို ရွှေတဲ့ လက်သမားများအသုံးပြုတဲ့ မျဉ်းကြိုးကို ပါဠိလို “ကာဠ သုတ္တ” မြန်မာလို ကာဠသုတ်-လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီ ငရဲကိုကျရောက်လာတဲ့ သတ္တဝါများကို ငရဲထိန်းများက သားကောင်ကို ခွေးတွေက လိုက်သလို အတင်းလိုက်တယ်။ ဒီလို အတင်းလိုက်ယင်း ငရဲသားသတ္တဝါ လဲသွားတဲ့အခါမှာ ငရဲ ထိန်းများက ငရဲသားကို မျဉ်းကြိုးချပြီး ပုံစံတမျိုးဖြစ်အောင် မီးလျှံဓားနဲ့ အစားစား ခုတ်ရွှေကြတယ်။ ဒီလို ဒုက္ခမျိုးကို

အကုသိုလ်ကံ မကုန်မချင်း မသေမရှင် ဆင်းရဲရှည်ကြာ ခံရတယ်။ ဒါကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါဦး။

ငရဲထိန်းထိုထို၊ သားကောင်ကိုခွေး၊ လိုက်သလိုပြေးလိုက်၊
သတ္တဝါမိုက်ကား၊ မောဟိုက်လဲလေ၊ ငရဲထိန်းတွေက၊ သစ်ရွေ
ပုံတိုင်း၊ မျဉ်းကြိုးတိုင်း၍၊ ခုတ်ပိုင်းလှီးဖြတ်၊ ကြိမ်ကြိမ်
သတ်လည်း၊ သက်ပြတ်မသေ၊ ဖန်ဖန်တေ၊ ခေါ်လေသမုတ်
ကာဠသုတ်။

၃။ ပီးတော့ သံဃာတငရဲ-တဲ့။ အပြင်းအထန် ကြိတ်ချေ
သတ်ဖြတ်ရာဖြစ်တဲ့ ငရဲကို “သံဃာတငရဲ” လို့ခေါ်တယ်။

ဒီငရဲရဲ့ အောက်မြေအပြင်မှာ မီးလုံ့တွေထဲ လျက် အထူ
၉-ယူဇနာရှိတဲ့ သံမြေပြင်ကြီးဖြစ်တယ်။ ဒီငရဲသို့ ကျရောက်
လာသူများကို အဲဒီ မီးသံမြေပြင်မှာ ထန်းပင်ငုတ်ကလေး
တွေကို စိုက်ထားသလို ခါးအထိ မြှုပ်စိုက်ထားတယ်။ ဒီအခါ
မှာ အရှေ့ အနောက် တောင် မြောက် အရပ် ၄-မျက်နှာက
သံတောင်ကြီးတွေက တခုပြီးတခု စားမည်၊ ဝါးမည်လို့ ကြိမ်း
ဝါးသလို တဒိန်းဒိန်း တဂျိန်းဂျိန်း မြည်ဟီးပြီး ကြိတ်ကာ
ကြိတ်ကာ သန်းဥတုပ်သလို အကြိမ်ကြိမ် ဖိနှိပ် ကြိတ်ချေကြ
တယ်။ ဒီလိုကြိတ်ချေသော်လည်း အကုသိုလ် မကုန်မချင်း မသေ
မရှင်နဲ့ ကမ္ဘေကမ္ဘာ ရှည်ကြာစွာ ဆင်းရဲခံကြရရှာတယ်။ ဒါကို
အကျဉ်းမှတ်သားဖို့ ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါဦး။

မီးလုံ့သံမြေ၊ ခါးမြုပ်စေ၍၊ ကြိတ်ချေသံတောင်၊ ဆင်းရဲ
ထောင်၊ မှတ်ဆောင် သံဃာတ။

၄။ ပီးတော့-**ရောရုဝငရဲ**-တဲ့။ “ရောရုဝ” ဆိုတဲ့ ပါဠိဟာ “ပြင်းစွာငိုကြွေးခြင်း” ဆိုတဲ့ အနက်ကို ပြတယ်။ ဒီငရဲမှာ မီးတောက်များ တဟုန်းဟုန်းတောက်လျက် ရှိတယ်။ ဒီငရဲသို့ ကျရောက်လာကြသူတို့အား အဲဒီ မီးတောက် မီးလျှံများက ဒွါရ ၉-ပေါက်မှ အတင်းဝင်ရောက် လောင်ကျွမ်းသဖြင့် အလွန်အားငယ်စွာ တစာစာ အော်မြည်ကြရရှာတော့တယ်။ ဒီလို မီးတောက် မီးလျှံများ အလောင်ခံနေရလို့ “ဇာလ ရောရုဝငရဲ” လို့လဲ ခေါ်သေးတယ်။ ဒီမှာလဲ မိမိတို့ပြုခဲ့ကြတဲ့ အကုသိုလ်ကံ မကုန်မချင်း မသေမရှင်နဲ့ ကမ္ဘေကမ္ဘာရှည်ကြာ စွာ ဆင်းရဲခံကြရတယ်။ ဒါကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါဦး။

ငရဲသတ္တဝါ၊ ကိုးဒွါရာက၊ မီးဖြာဖြာဝင်ထွက်၊ မြဲနှိပ်စက်၊
မှတ်ချက် ရောရုဝ။

၅။ ပီးတော့-**မဟာရောရုဝ**-တဲ့။ ဒီငရဲကတော့ မီးတောက် မီးလျှံမဟုတ်ပဲ မီးခိုးတွေ တငရဲလုံး ဖုံးလွှမ်းနေတယ်။ ငရဲသို့ ကျရောက်သူများကို မီးခိုးတွေက အတင်းအပြင် အတင်းဝင် ပြီး နှူးနှပ်ကြလေတော့တယ်။

ငရဲသူ ငရဲသားတွေဟာ ဘာမျှ မကတ်နိုင်ကြတော့ပဲ သနား စဖွယ် အားငယ်စွာပင် အော်ဟစ်ငိုကြွေး နေကြရရှာတယ်။ ဒီငရဲကို “ဓမ ရောရုဝငရဲ” လို့လဲ ခေါ်သေးတယ်။ ဒီငရဲသူ ငရဲသားတွေလဲ မိမိတို့ ပြုမှားခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံ မကုန်မချင်း မသေမရှင်နဲ့ ကမ္ဘေကမ္ဘာ ရှည်ကြာစွာ ငရဲခံနေကြရရှာတယ်။

ဒါကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါဦး။

တငဲ့လုံး၊ မီးခိုးဖုံး၍၊ မဆုံးတွင်းပြင်၊ အတင်းဝင်၍၊ တွင်တွင်
ဆင်းရဲ၊ ငိုမစွဲ၊ ငရဲမဟာ ရောချဝ။

၆။ ပီးတော့-တပနငဲ့-တဲ့။ တပန-ဆိုတဲ့ ပါဠိဟာ “ပူလောင်စေတတ်” ဆိုတဲ့အနက် အဓိပ္ပါယ်ကို ရပါတယ်။ ဒီငဲ့သို့ ကျရောက်လာသူများကို ငဲ့ထိန်းများက ထန်းလုံးလောက် ကြီးမားပြီး မီးလျှံများ ထဲတွဲ သံတံကျင်မှာ မလှုပ်နိုင်အောင် ထိုးစိုက်ထားကြတယ်။ မိမိ ပြုခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကြောင့် ငဲ့ခံရတဲ့ ငဲ့သားဟာ အဲဒီသံတံကျင် မီးလျှံများကြောင့် နာကျင်ပူလောင်တဲ့ ဆင်းရဲကို ခံကြရတယ်။ မိမိရဲ့ အကုသိုလ်ကံ မကုန်မချင်း နာကျင်ပူပြင်း ဆင်းရဲကို ကမ္ဘာကမ္ဘာရှည်ကြာစွာ ခံစားကြရတယ်။ ဒါကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါ။

မီးသံတံကျင်၊ ထိုးစိုက်ဝင်လျက်၊ နာကျင်ပူလောင်၊ ဆင်းရဲထောင်၊ မှတ်ဆောင် တပန။

၇။ ပီးတော့-မဟာတပနငဲ့-တဲ့။ ဒီငဲ့ဟာ တပနငဲ့ထက်ပင် သာလွန်ပြီး ပူလောင်စေတဲ့ ငဲ့မို့ သူ့ကို “မဟာတပန ငဲ့” လို့လဲ ခေါ်တယ်။ “ပတပန ငဲ့” လို့လဲ ခေါ်တယ်။

ဒီငဲ့မှာ မီးလျှံ ထနေတဲ့ သံတောင်ကြီး ရှိတယ်။ ဒီ သံတောင်ရဲ့ အောက်ခြေမှာ သံတံကျင်တွေ စိုက်ထူထားတယ်။ ဒီငဲ့သို့ ကျရောက်လာကြတဲ့ ငဲ့သား သတ္တဝါများကို ငဲ့ထိန်း

များက သံတောင်ပေါ်သို့ မတက်-တက်အောင် ရိုက်နှက် တင်ကြတယ်။ တောင်ပေါ်ရောက်တဲ့အခါ ကံကြမ္မာအလျောက် လေမုန်တိုင်း ပေါ်ပေါက်ပြီး အဲဒီလေမုန်တိုင်းက အဲဒီ ငရဲသား သတ္တဝါတွေကို တောင်ခြေမှာရှိတဲ့ သံတံကျင်တွေပေါ် ရောက်အောင် တိုက်လွှင့်ချလိုက်တယ်။ သံတံကျင်အဖျားမှာ ကားကနဲ စူးဝင်ကြရတယ်။ သူတို့ခမျာ သနားစဖွယ် အားငယ်စွာ ငိုညည်းယင်း ကိုယ်ပြုခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကံ မကုန်မချင်း ဒီလို ဆင်းရဲတွေကို မသေမရှင်နဲ့ ကမ္ဘေကမ္ဘာ ကြာရှည်စွာ ခံကြရ ရှာတယ်။ ဒါကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါဦး။

ဒီငရဲကျနေ၊ သတ္တဝါတွေကို၊ တောင်ခြေမီးလျှံ၊ စိုက်ထောင်သံချွန်၊ တောင်ယံတက်ခိုင်း၊ တောင်ထိပ်ပိုင်းရောက်၊ မုန်တိုင်းထိုက်ချ၊ လောင်စူးရှ၊ ခံရ ဟောတာပန။

၈။ ပီးတော့-အဝီစိငရဲ-တဲ့။ သူ့ကို ပုဒ်ဖြတ် အနက်ကြံယင် (အ=မရှိ=ဝီစိ=အကြား)လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။

ဒီငရဲမှာ မီးတောက်မီးလျှံများလဲ အကြားမရှိ၊ တငရဲလုံးမှာ မီးလျှံချင်း ဆက်နေတယ်။ ငရဲသတ္တဝါချင်းလဲ အကြားမရှိဘူး၊ ဝါးကျည်တောက်ထဲမှာ အပြည့်အကြပ် ထည့်ထားတဲ့ မုန်ညင်းစေ့ကလေးတွေ ပြည့်ကြပ်နေသလို ငရဲသား သတ္တဝါတွေလဲ ပြည့်ကြပ်ညပ်နေတယ်။ ဆင်းရဲဒုက္ခလဲ အကြားမရှိဘူး၊ ဒုက္ခမှ လွတ်ကင်းပြီး ချမ်းသာခွင့် သက်သာခွင့် လုံးဝမရနိုင်ဘူး၊ ဒီလို မီးလျှံ=သတ္တဝါ=ဆင်းရဲဒုက္ခတို့ဆိုတဲ့ဒီသုံးမျိုးလုံး အကြားမရှိအောင် ဆက်စပ်နေလို့ အဝီစိငရဲ-လို့ ခေါ်တယ်တဲ့။

ဒီငရဲကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ တချို့သော လူရုပ်လူမိုက်တွေက ဒါလောက်တောင် ငရဲသားတွေ ပြည့်ကြပ်နေယင် ငါတို့အတွက် နေရာမရှိတော့ပါဘူး၊ ဒုစရိုက်မှုတွေကို ငါတို့ ထင်သလို ပြုနိုင်တယ်လို့ ပြောကြ ပြက်ရယ်ပြုကြတယ်-တဲ့။ ဒါကြောင့်လဲ ဘုန်းကြီးက ဒီစကားတွေကို ကြိုတင်ပြီး ဖြေရှင်းတဲ့အနေနဲ့ ငရဲမှာ အကုသိုလ်ဒုစရိုက်ကို ပြုပြီး ပြုဆဲ လူတွေ အလွန်များပြားစွာ ကျရောက်ကုန်လို့ ဒို့အတွက် နေရာ မရှိတော့ဘူးလို့များ အထင်မမှားကြနဲ့၊ သစ်သားတိုင်ကို သံ ရိုက်သွင်းယင် ဝင်သလို အကုသိုလ်ဒုစရိုက်ကောင်တွေ များစွာ ငရဲကျလာယင်လဲ အသာလေးနဲ့ ဝင်သွားနိုင်တယ်”လို့ ပြောခဲ့ ပါပြီ၊ ဒုစရိုက်ကောင်တွေအတွက် ငရဲမှာ နေရာကြိုတင်ပြီး ဘိုကင်လုပ်စရာမလိုပါဘူးတဲ့။ ကဲ စပ်မိစပ်ရာ ပြောယင်း ကိုယ့်တရား အဆက်ပြတ်သွားလိမ့်အုံးမယ်၊ အဝီစိဆိုတာ မီးလျှံ = သတ္တဝါ = ဆင်းရဲဒုက္ခ အကြားမရှိအောင် ခံရတဲ့ ငရဲတဲ့၊ ဒါကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြပါဦးစို့။ ။

မီးလျှံ = သတ္တဝါ၊ ဆင်းရဲတာတို့၊ များစွာကြပ်ပိ၊ ကြားမရှိပဲ၊ ခံရမြဲ၊ မှတ်စွဲ အဝီစိ။

ဒီငရဲကြီးရှစ်ထပ်ရဲ့ ငရဲသက်ကလဲ အလွန်ရှည်ကြာပါတယ်၊ ပထမဆုံး သိပ္ပိုင်းငရဲသက်ဟာ လူတို့၏နှစ်အရေအတွက်အားဖြင့် ကုဋေပေါင်း (၁၆ ၂၀၀၀) ရှိပြီး အောက်ဆုံးအဝီစိငရဲသက်ဟာ အရေအတွက်အားဖြင့် (အန္တရကပ်တကပ်) ရှိပါသတဲ့။

ဥဿဒဇရဲ

ဒီ ဇရဲကြီး ရှစ်ထပ်မှာလဲ တထပ် တထပ်မှာ အခြံအရံ ဇရဲငယ်တွေလဲ များစွာရှိကြတယ်။ အဲဒါတွေကို ပေါင်းရုံးပြီး ဥဿဒဇရဲ-လို့ ခေါ်တယ်။ ဥဿဒ-သဒ္ဒါက “အများအပြား” လို့ ဟောတယ်။ မူလ ဇရဲကြီးများရဲ့ အရပ် လေးမျက်နှာ ဝန်းကျင်ပတ်လည်မှာ အဲဒီ ဇရဲတွေ တည်ရှိကြတယ်တဲ့။ အဲဒီ ဇရဲများစွာတို့တွင် ဒေဝဒူတသုတ်တော်မှာ အဝီစိငရဲရဲ့ အခြံအရံ အဖြစ် ပြဆိုထားတဲ့ ဇရဲငါးမျိုး ရှိတယ်။

၁။ ပဌမဆုံး ပြဆိုထားတဲ့ ဇရဲက ဘင်ပုပ်ဇရဲ-တဲ့။ အဝီစိ ဇရဲမှာ ကမ္ဘေ ကမ္ဘာ ရှည်ကြာစွာ ဆင်းရဲခံပြီး အဝီစိ ဇရဲက လွတ်ပြန်သော်လည်း အကုသိုလ်ကံ အကြွင်း အကျန် ရှိသေးယင် ဒီ ဘင်ပုပ် ဇရဲကို ကျရပြန်တယ်။

အဝီစိငရဲရဲ့ ဝန်းကျင်မှာ တဆက်တည်းရှိတဲ့ ဒီဘင်ပုပ်ဇရဲမှာ ကျရောက်သူဟာ ပုပ်နံညှိလှောင်း မြင်မကောင်းတဲ့ မစင် ပြင်ကျယ်ကြီးထဲမှာ မြုပ်လိုက် ပေါ်လိုက်နဲ့ ဆင်ပြောင် လည်ပင်းတမျှ ပိန်းကောလှေငယ်တမျှ ကြီးမားလှတဲ့ ပိုးလောက် ကြီးများရဲ့ ကိုက်ခဲခြင်းကိုလဲ ခံကြရရှာတယ်။ ဒီမှာလဲ အကုသိုလ်ကံ မကုန်မချင်း ထန်ပြင်း ဆင်းရဲခံရမြဲပဲ။

၂။ ပီးတော့ ပြာပူဇရဲ-တဲ့။ ဘင်ပုပ်ဇရဲမှ လွတ်ပြန် သော်လဲ အကုသိုလ်ကံ အကြွင်းအကျန် ရှိသူများဟာ ဘင်ပုပ် ဇရဲနှင့် ဆက်စပ်နေတဲ့ ပြာပူဇရဲတွင်းသို့ တဖန် ကျကြရပြန် တယ်။ ဒီဇရဲမှာလဲ အလွန်ပူပြင်းတဲ့ ပြာပူတွင်းမှာ မြုပ်လိုက် ပေါ်လိုက် ခံရပြီး ပြာပူများ အောက်က ပြာသားဒလောက်

ကြီးတဲ့ မီးကျိုးခဲရဲ့ ပူလောင်ခြင်းနှင့်လဲ ထိတွေ့ ပူလောင်ရတယ်
တဲ့၊ ဒီမှာလဲ အကုသိုလ်ကံ မကုန်မချင်း ခံရမြဲပဲ။

၃။ ပီးတော့ **လက်ပန်တောငရဲ**-တဲ့။ ပြာပူငရဲမှ လွတ်လာ
ပြန်တော့လဲ အကုသိုလ်ကံ အကြွင်းအကျန် ရှိသေးသူများဟာ
ဒီလက်ပန်တော ငရဲကို ကျကြရပြန်တယ်။ လက်ပန်တော ငရဲ
ဆိုတာ တယူဇနာလောက် မြင့်မောက်အောင် မီးတောက်
လောင်နေတဲ့ လက်ပန်တောကြီးထဲမှာ မီးလျှံရဲလျက် ၁၆-လက်မ
ရှိတဲ့ ဆူးများတဲ့ လက်ပန်ပင်ကြီးများပေါ် တက်ရန်ဆင်းရန်
ငရဲသတ္တဝါများကို ငရဲထိန်းများက ရိုက်နှက်ပြီး ခိုင်းသတဲ့၊
ဒါနဲ့ ငရဲသားများဟာ ကြောက်ကြောက်လန့်လန့်နဲ့ လက်ပန်
ပင်ပေါ် တက်ကြတဲ့အခါ အဲဒီ ၁၆-လက်မ ရှိတဲ့ မီးလျှံရဲရဲ
လက်ပန်ဆူးကြီးတွေက အထက်မှအောက်သို့ လှည့်နေသတဲ့၊
ဒါကြောင့် ငရဲသားခမျာ လက်ပန်ဆူး စူးဝင်တဲ့ ဒုက္ခကို ခံရ
တယ်။ ဒီလိုနဲ့ အထက် ရောက်ပြန်တော့ ငရဲထိန်းများက
အောက်ဆင်းခိုင်းပြန်သတဲ့၊ အဲဒီအခါမှာ လက်ပန်ဆူးတွေက
အထက်ဖက်ကို လှည့်နေပြန်တယ်။ ဒါကြောင့် လက်ပန်မီးဆူး
အကြီးအကျယ် စူးတဲ့ ဒုက္ခကို ခံကြရ ပြန်တယ်။ ဒီမှာလဲ
အကုသိုလ်ကံ မကုန်မချင်း မသေမရှင် အဆင်းရဲခံရတယ်။

၄။ ပီးတော့ **သန်လျက်ရွက်တောငရဲ**-တဲ့။ လက်ပန်တော
ငရဲက လွတ်လာပြန်သော်လဲ - အကုသိုလ်ကံ အကြွင်းအကျန်
ရှိသေးယင် ဒီသန်လျက်ရွက်တောငရဲမှာ ကျရပြန်တယ်။ ဒီငရဲကို
ဧရာဝတီနှင့် တပြိုင်နက် ငရဲသားရဲ့ ကိုယ်အပေါ်မှာ
သန်လျက်ပမာ နှစ်ဖက်သွားရှိတဲ့ အရွက်များဟာ တသဲသဲ
ကြွေကျတယ်။ ဒါကြောင့် ငရဲသားခမျာ လက်၊ ခြေ၊ နား၊

နှာခေါင်း၊ ကိုယ်အင်္ဂါတွေ အပိုင်းပိုင်း ပြတ်ပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်ရတယ်။ ဒီဆင်းရဲတွေကို ကြောက်လို့ နေရာမှ ထပြေး ပြန်ယင်လဲ အောက်က သံမြေပြင်မှာ သင်ဓုန်းခင်းသွားများ ထွက်ပေါ်ပြီးလာလို့ ငရဲသားမှာ ဆင်းရဲများစွာ ခံရတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်မှာလဲ သံတံတိုင်းကြီးများ ပတ်လည်ဝိုင်းထား တယ်။ လွတ်ပေါက်လဲ မရှိဘူးပေါ့။ ဒီမှာလဲ ဆင်းရဲရှည်ကြာ ခံရပြန်ပါတယ်။

၅။ ပီးတော့ ဝေတ္တရဏီ-မည်တဲ့ ကြိမ်ပိုက်ချောင်းငရဲ-တဲ့။ သန်လျက်ရွက်တောငရဲမှ လွတ်ပြန်ပါသော်လဲ ငရဲသားခမျာ ဒီဝေတ္တရဏီ-မည်တဲ့ ကြိမ်ပိုက်ချောင်းငရဲမှာကျရပြန်တယ်။ ဒီငရဲ မှာလဲ ကျိုက်ကျိုက်ဆူတဲ့သံရေပူများပြည့်နေတယ်။ သင်ဓုန်းသွား နဲ့တူတဲ့ နွယ်များ ကြာရွက်များလဲ ရှိကြတယ်။ ဒီငရဲရဲ့ အောက်မြေပြင်ကလဲ သင်ဓုန်းသွား ခင်းလျက်ရှိတယ်။ ကမ်းပါး များပေါ်မှာလဲ သင်ဓုန်းသွားလို့ ထက်မြက်တဲ့ ကြိမ်နွယ်များ သမန်းမြက်များ ရှိကြတယ်။ ငရဲသားဟာ အဲဒီ ချောင်းကို ဆင်းမိယင် မြေပြင်မှာလဲ သင်ဓုန်းသွားရှုတယ်။ သံရည်ပူဖြင့် လောင်ကျွမ်းလို့ စပ်လဲစပ်တယ်။ ဗိုင်းကနဲ ဗိုင်းကနဲ လဲကျ ရှာတယ်။ လဲကျပြန်ယင်လဲ ကျိုက်ကျိုက်ဆူလျက် ပူစပ်တဲ့ သံရည်ထဲမှာ စုန်ချည် ဆန်ချည် မျောသွားတယ်။ ကမ်းပါးမှာ ရှိတဲ့ ကြိမ်သမန်းမြက်တို့နဲ့လဲ ရှုတယ်။ ငရဲသားတို့ ကိုယ်ဟာ အစုတ်စုတ် အပြတ်ပြတ်နဲ့ ကြီးစွာသော ဒုက္ခကို ကြာရှည်စွာပင် မသေမရှင်နဲ့ ခံရတယ်။

ဒီ ငရဲငါးမျိုးကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ် ကို လိုက်ဆိုကြပါဦး။

ငရဲကြီး ရှစ်ထပ်၊ ခြံရံအပ်သည့်၊ ငါးရပ် ငရဲငယ်၊
ချင်းချင်း ဆွယ်ဆက်၊ ဘင်၊ ပြာ၊ လက်၊ သန်လျက်၊
ကြိမ်ပိုက်ချောင်း။

ဒီလို ငရဲခံရတဲ့ ဒုက္ခမျိုးဟာ ဘုရားရှင် ဟောပြောသော်လည်း
ကုန်နိုင်ဖွယ် မရှိကြောင်းကို ဒေဝဒုတသုတ္တန်မှာ မြတ်စွာဘုရား
ကိုယ်တော်တိုင် မိန့်တော်မူထားပါတယ်။

“ယာဝဠိဒံ ဘိက္ခဝေ န သုကရာ အက္ခာနေန
ပါပုဏိတုံ ယာဝ ဒုက္ခာ နိရယာ”တဲ့။

ဘိက္ခဝေ၊ ရဟန်းတို့။ ယာဝဠိဒံ၊ ငရဲ၌ ဆင်းရဲသလောက်။
အက္ခာနေန၊ ဟောပြောတော်မူသဖြင့်။ ပါပုဏိတုံ၊ အပြီးရောက်
ခြင်းငှါ။ န သုကရာ၊ မလွယ်ကူန်။ နိရယာ၊ ငရဲတို့သည်။
ယာဝ၊ အလွန် အကဲသာလျှင်။ ဒုက္ခာ၊ ဆင်းရဲစေတတ်
ဆင်းရဲရာ အရပ်တို့ပေတည်း။

ဒီလိုပင် မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် ဟောဖော်ညွှန်ပြ
ဆုံးမတော်မူပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီလို အင်မတန် ဆင်းရဲတဲ့
ငရဲ ဒုက္ခတွေကို သတိထားပြီး ဆင်ခြင်မယ်ဆိုယင် အင်မတန်
ကြောက်မက်ဖွယ် ကောင်းပါတယ်။

ဒါကြောင့် မာတိကရွာမှာ ရောက်ရှိပြီး မာတိကမာတာ
ဒကာမကြီးရဲ့ လျှောက်ထားချက်အရ မာတိကရွာ တောင်ပေါ်
ကျောင်းမှာ သီတင်းသုံးတော်မူကြတဲ့ ရဟန်းတော်ခြောက်ကျိပ်
တို့ဟာ စည်းဝေးညီညွတ်ပြီး အချင်းချင်း သြဝါဒ ပေးကြတဲ့
အခါမှာ-

ဟိ၊ အမှန်ကတော့။ အမှန်ကံ၊ ငါတို့၏။ သကဂေဟံဝိယ၊ မိမိနေရာ ကျောင်းတိုက်တာ အိမ်ကဲ့သို့။ အဋ္ဌမဟာနိရယာ၊ ရှစ်ထပ်သော ငရဲကြီးတို့သည်။ ဝိဝဋ္ဌဒ္ဓါရာယေဝ၊ ဟင်းလင်း ပွင့်လျက် ရှိကြကုန်သည်သဘာဝတည်း။ လို့ ပါတာပဲ။

“ငါ့ရှင်တို့၊ ငါတို့တတွေ အနေနဲ့ မေ့လျော့ ပေါ့တန် ကျင့်ကြံခြင်းကို ကျင့်ခြင်းငှါ မသင့်လျော်ဘူး၊ အမှန်ကတော့ မေ့လျော့ပေါ့တန် ပုထုဇဉ်အတွက် ကိုယ့်ကျောင်း တိုက်တာ အိမ်ဂေဟာလို့ ဆင်းရဲပိုမြဲ ရှစ်ထပ်သော ငရဲတံခါးတွေဟာ အဆင်သင့်ပွင့်လျက် စောင့်ကြိုနေကြတယ်-တဲ့။

ဟုတ်တယ်၊ မေ့လျော့ပေါ့တန် မကျင့်မကြံဘဲ နေယင် ကိလေသာတွေဝင်မေ့လို့ စိတ်တွေလဲ ညစ်ညူး ပူလောင်မယ်၊ ကိလေသာစိတ် ဝင်ပြီဆိုယင် ကုသိုလ်ဖြစ်ခွင့်ပိတ်ပင်ပြီး အကုသိုလ်စိတ် ဒုစရိုက်စိတ်ကြံစည်မယ်၊ အကုသိုလ်စိတ်ကြံစည်တာကို မထိန်းချုပ်နိုင်ယင် ဒုစရိုက်စကားပြောမယ်၊ ဒုစရိုက်အလုပ်ကို လုပ်မယ်၊ အဲဒီ ဒုစရိုက်တွေပွားယင် ငရဲတွင်ကျပြီး ဒုက္ခအကြီး အကျယ် ခံရမယ်၊ ငရဲသက်ဟာ ကမ္မေကမ္မာရှည်တာမို့ ရှေး ကုသိုလ် ကံကောင်းထောက်မလို့ ယခုလို့ လူ့ဘဝ ရောက်လာ ရတာကလဲ စောစောက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ခဏတာကလေးရယ်၊ ဒီခဏကလေးတွေရတဲ့ လူ့ဘဝမှာ မြတ်စွာဘုရား သာသနာ တော်နှင့် တွေ့လျက်နဲ့မှ အပါယ်လွတ်ကြောင်း သတိပဋ္ဌာန် တရားကောင်းကို မကျင့်လိုက်နိုင်ဘူးဆိုယင် ကိလေသာဝင်ကာ ဒုစရိုက်ပြုမှားပြီး ငရဲပြန်ကျဦးမယ်ဆိုယင် မတူးဝံ့လောက် အောင် ကြောက်စရာကောင်းတယ်၊ ဒါကြောင့် မမေ့ကြနဲ့၊

ငရဲကြီးက တံခါးတွေ ပွင့်နေတယ်-လို့ အချင်းချင်း ဆုံးမ
တော်မူကြတာဖြစ်တယ်။ အဲဒါကို မှတ်သားထားဖို့ မကောင်း
ဘူးလား၊ (ကောင်းပါတယ် ဘုရား)။ ကောင်းယင် ဒါကိုလိုက်
ဆိုကြ-

၁။ ယောဂီတို့မှာ၊ မေ့ခြင်းငှါ၊ ဘယ်ခါမသင့်ပြီ။

၂။ ကိုယ့်ကျောင်း (အိမ်)လို့ပဲ၊ ရှစ်ငရဲ၊ ပွင့်မြဲတံခါး
တည်။ (၃-ခေါက်ဆိုပါ)

နောက်ပြီးတော့ ဒီလိုလဲ ဆက်ပြီးတော့ အချင်းချင်း ဆုံးမ
ဩဝါဒ ပေးတော်မူကြပါသေးတယ်။

“ဓရမာနကဗုဒ္ဓဿ ခေါ ပန သန္တိကေ ကမ္မဋ္ဌာနံ
ဂဟေတွာ မယံ အာဂတာ-”တဲ့။

မယံ၊ စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်ကို ပွားမည်ဟု စိတ်
ရည်မှန်းထား ရောက်လာငြားသည့် အများ ငါတို့သည်။
ဓရမာနကဗုဒ္ဓဿ၊ သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရား၏။
သန္တိကေ၊ မျက်မှောက်မြင်မျှော် အထံတော်၌။ ဝါ၊ အထံ
တော်က။ ကမ္မဋ္ဌာနံ၊ ကိလေပူးဝင် စိတ်ညစ်ယှဉ်သည့် ပုထုဇဉ်
အဖြစ်မှ စိတ်ညစ်ပူကင်း ကိလေရှင်းသည့် လေးသင်းမဂ်ဖိုလ်
နိဗ္ဗာန်ကိုရောက် ခရီးပေါက်အောင် ချီးမြှောက် ဟောကြား
သတိပဋ္ဌာန် အမြတ်တရားတော်ကို။ ဂဟေတွာ၊ သဒ္ဓါဖြူဖြူ အတူ
တကွ နာယူခဲ့ကြကုန်၍။ အာဂတာ၊ ကျောင်းတော်မှထွက်
ငြိမ်သက်ငြိမ်းချမ်း ကျောင်းသင်္ခမ်းနှင့် ဆွမ်းလည်းပြည့်စုံ
ရိပ်မြုံခန်းဝါ ရောက်လာကြကုန်သည်။ အမှ၊ ဖြစ်ကြပေ
ကုန်၏။

“ငါတို့ဟာ သာမညပုဂ္ဂိုလ်တွေ မဟုတ်ကြဘူး၊ သက်တော် ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ထံတော်ပါးမှ ကိလေပုဒ်ကပ် ပုထုဇဉ်ဇာတ်အဖြစ်မှ ကိလေကင်းစင် အရိယာအရှင်မြတ်တွေ ဖြစ်နိုင်သည်အထိ နည်းပေးညွှန်ကြား သတိပဋ္ဌာန် အမှတ်တရား များကို ကြားနာသင်ယူပြီး ထွက်ခွာခဲ့ကြရာ ယခုအခါ ကျောင်း၊ သင်္ကန်း၊ ဆွမ်း၊ ဆေး လေးပါးပစ္စည်း အတွက်လဲ မပူပင်ရ၊ အရိပ်ရေစမ်း ဆိတ်ငြိမ်အေးချမ်းတဲ့ ကျောင်းသင်္ခမ်း ကိုလဲ ရောက်ရှိနေကြသူတွေဖြစ်တယ်။ လိုယင်းကို ပြောရယင် မြတ်စွာဘုရားထံတော်ပါးမှာ တရားအလုပ်ကို အားထုတ်ဖို့ရာ တရားနာပြီး ယောဂီအကြီးစားလုပ်ပါမယ်-လို့ ဝန်ခံလာကြတဲ့ ယောဂီရဟန်းတွေ ဖြစ်နေကြပြီ။ ယောဂီဆိုယင် ယောဂီဆိုတဲ့ နာမည်နှင့် လိုက်လျောအောင် တရားအလုပ်ကို အားထုတ်ကြမှု ဖြစ်မယ်”လို့ အချင်းချင်း ဆက်လက် ဆုံးမတော်မူကြတာပါပဲ။

ဒါကိုလဲ မှတ်သားဆောင်ထားကြရအောင် ဟောဒီဆောင် ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါဦး။

၃။ မြတ်ဘုရားထံ၊ တရားမှန်၊ ကျင့်ရန် ဘောင်းသာခဲ့ကြသည်။
(၃-ခေါက်ဆိုပါ)

ပီးတော့လဲ ဒီလို ဆက်လက်ပြီး အချင်းချင်း ဆုံးမတော်မူ ကြပါသေးတယ်။ ဘယ်လိုလဲဆိုတော့-

“ဗုဒ္ဓါစ နာမ ပဒါနံပဒိကံ ဝိစရန္တေနာပိ သဌေဇိ အာရာဓေတုံ န သက္ကာ၊ ယကာဇ္ဈာသယေနေဝ အာရာဓေတုံ သက္ကာ”တဲ့။

ဗုဒ္ဓါ စ နာမ၊ လေးပါးသစ္စာ ကိုယ်ချည့်သာလျှင် ဆရာ
မကူ သယမ္ဘူဖြင့် သိမြင်တော်မူသော မြယ်စွာဘုရားတို့သည်
ကား။ ပဒါနုပဒိကံ၊ ဖဝါးအဆင့်ဆင့် ခြေရာချင်းစပ်အောင်။
ဝိစရန္တေနာပိ၊ လှည့်လည်နေပါသော်လည်း။ သဌေန၊ ကောက်
ကျစ်သဖြင့်။ အာရာဓေတုံ၊ နှစ်သိမ့်တော်မူခြင်းငှါ၊ န သက္ကာ၊
မတတ်ကောင်းပေ။ ယထာဇ္ဈာသယေနဝ၊ ဖြောင့်ဖြောင့်
မတ်မတ် နှလုံးသွင်း ကောင်းမြတ် အလိုအားဖြင့်သာလျှင်။
အာရာဓေတုံ၊ နှစ်သိမ့်တော်မူခြင်းငှါ။ သက္ကာ၊ တတ်ကောင်း
ပေ၏။

“မြတ်စွာဘုရားတို့ မည်သည်မှာ စိတ်ထားမဖြောင့်မစင်းပဲ
တရားနှလုံးမသွင်းပဲ ခြေရာချင်းထပ်အောင် ဟိုဟိုဒီဒီ အလီလီ
သွားတာကိုလဲ နှစ်သိမ့်တော်မူကြမည် မဟုတ်ဘူး၊ ဖြောင့်
ဖြောင့်စင်းစင်း ဖြူစင်သောစိတ်ဖြင့် တရားနှလုံးသွင်း ကျင့်သုံး
တာမျိုးကိုသာ နှစ်သိမ့်တော်မူမှာ ဖြစ်တယ်” တဲ့။

ဆိုလိုရင်းကတော့ တရားမပါသော ကိလေသာစိတ်ဖြင့်
ညစ်မည်း ကောက်ကျစ်စွာ ဟိုဟိုဒီဒီ ခြေရာချင်းစပ်အောင်
သွားနေတာမျိုးကို ဘုရားမကြိုက်ဘူး၊ တရားနှလုံးကျင့်သုံးပြီး
စိတ်ထားဖြောင့်စင်းနေခြင်းမျိုးကိုသာ ဘုရားရှင်နှစ်သက်တော်
မူတယ်” တဲ့။ ဒါကြောင့် ဘုရားမကြိုက်တဲ့ အမှားအမှိုက်
တွေကို လိုက်စားပြီး ဟိုဟိုဒီဒီ ခြေရာချင်းထပ်အောင် သွားလာ
ကျက်စားမနေကြနဲ့၊ ဘုရားအကြိုက် တရားအမြှိုက်ကို အင်တိုက်
အားတိုက် ကြိုးစားအားထုတ် နေကြပါစို့” တဲ့။

ဒါကိုလဲ အကျဉ်း မှတ်သားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို
လိုက်ဆိုကြပါဦး။

၄။ ဗုဒ္ဓတို့သည်၊ ကောက်ကျစ်လည်၍၊ ခရီးရှည်ထွက်၊ တပည့်
ပျက်၊ နှစ်သက်လိုခြင်း ကင်းလိမ့်မည်။

၅။ ကောက်ကျစ်ဖယ်ရှား၊ ပြောင့်စိတ်ထား၍၊ တရားကျင့်
လျှင်၊ ဘုရားရှင်၊ ကြည်လင်နှစ်သက်တော်မူမည်။

(၃-ခေါက်ဆိုပါ)

ပီးတော့ ရဟန်းတော်အချင်းချင်း ဒီလိုဆက်လက်ပြီး ဆုံးမ
ဩဝါဒ ပေးတော်မူကြပြန်ပါတယ်။

“အပ္ပမတ္တာ ဟောထ=အာဝုသော၊ ငါ့ရှင်တို့။ တုမေ၊
သင်တို့သည်။ အပ္ပမတ္တာ၊ မမေ့မလျော့ မပေါ့ဆကြံကုန်သည်။
အပ္ပမတ္တာ၊ စိတ်ညစ်ကိလေ ရှုပ်မပွေ့အောင် မှတ်နေသတိ
အမြဲရှိကြကုန်သည်။ ဟောထ၊ ဖြစ်ကြကုန်လော့။ ဟောထ၊
သတိစွဲမြဲ လုံ့လဇွဲနှင့် ဉာဏ်လဲဖြစ်အောင် ကျင့်ဆောင်ကြပါ
ကုန်လော့။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

ဒါကတော့ မထေရ်ကြီးတဦးက ဦးဆောင်ပြီး တိုက်တွန်း
ဩဝါဒပေးတာနှင့် တူပါတယ်။ ဟိုလုပ်သည်လုပ် တရားအား
မထုတ်ပဲ အိပ်ကာ စားကာ ရယ်ကာ မောကာ စကားပြော
ကာနဲ့ သတိမပွား တရားမကျင့် ပေါ့ပေါ့ဆဆ မနေကြလင့်၊
သတိစွဲမြဲ ဝီရိယ လုံ့လ ဇွဲနှင့် ဉာဏ်လဲ ဖြစ်အောင် ကျင့်ဆောင်
နေကြ-တဲ့။ ဒါလဲ မှတ်သားလိုက်နာစရာ ကောင်းပါတယ်။
ဒါကိုလဲ ဆိုကြရအောင်။

၆။ မမေ့ရအောင်၊ သတိဆောင်၊ အမှောင်ပယ်ကြမည်။

(၃ ခေါက်ဆိုပါ)

သတိတရား ရှုပ္ပါးနေယင် မေ့လျော့ခြင်း မောဟဆိုတဲ့ အမှောင်မဝင်ဘူး၊ အသိဉာဏ် အလင်းရောင်သာ ဝင်လာတယ်၊ ဒါကြောင့် သတိထားကြတဲ့။

ကတိကဝတ်လဲ ထားကြပါတယ်

ပီးတော့ ဒီလိုလဲ ကတိကဝတ် ထားကြပါတယ်၊ တရားအလုပ် အားထုတ်ကြတဲ့ ယောဂီများဆိုတာ တနေရာထဲ နှစ်ပါးတဲပြီး မနေကြမှဖြစ်မယ်၊ တနေရာထဲ နှစ်ပါးတဲနေယင် တပါးနှင့်တပါး စကားပြောမယ်၊ တပါးလှုပ်ရှားယင် တပါးက သမာဓိ ပျက်နိုင်တယ်၊ ဒီတော့ တရားမရပဲ နေလိမ့်မယ်၊ ဒါကြောင့် တရားအလုပ်ကို အားထုတ်ကြယင်း ပူးတဲခြင်း စကားပြောခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ကြရမယ်။ ဒါကိုလဲ အကျဉ်းမှတ်သားလိုက်နာရအောင် ရန်ကုန်သာသနာ့ရိပ်သာမှာ ဆွဲချိတ်ထားတဲ့ နံရံကပ် စာတန်းလေးများကို ဆောင်ပုဒ်အဖြစ်နဲ့ ဘုန်းကြီးက ပို့ချပေးပါဦးမယ်၊ ကဲ....လိုက်ဆိုကြပါ။

၇။ အဖေအမေ၊ ကျောင်းခန်းစင်၊ တွင်တွင် အားထုတ်သင့်အလုပ်။ (သုံးခေါက်ဆိုပါ)

နောက်ပြီးတော့ ချင်းချက်အနေနဲ့ ပြောရယင် ညနေချမ်းအခါမှာ မထေရ်ကြီးထံ အဆုံးမ၊ ခံတဲ့အခါနှင့် ဆွမ်းခံထွက်တဲ့ အခါလောက်သာ အတူတကွ စုရုံးကြမယ်၊ ကြွင်းသောအခါမှာဆိုယင် နှစ်ပါးပင်တဲမနေပဲ ခွဲနေကြပါစို့၊ ရဟန်းတပါးပါး နေမကောင်း မကျန်းမမာ ဖြစ်ယင်တော့ ကျောက်စည် ခေါင်းလောင်းကိုသာ ထိုးခေါက်လိုက်ပါ၊ ဒီအခါမှာတော့

အားလုံးလာပြီး ပြုစု စောင့်ရှောက်ကြပါမယ်-လို့ ကတိကဝတ် ထားကြပါတယ်။

ဒါကိုလဲ မှတ်သား ဆောင်ထားရအောင် ဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြပါဦးစို့။

၈။ မထေရ်ကြီးထံ၊ ဆုံးမခံနှင့်၊ ဆွမ်းခံချိန်ပဲ၊ အတူတွဲမည်။

၉။ မကျန်းမမာ၊ ဖြစ်သောခါ၊ ခေါက်ပါကျောက်စည်လာကု မည်။ (ခု-ခေါက်ဆိုပါ)

ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်ဟာ ဒီလို အချင်းချင်း သြဝါဒ စကား၊ ကတိကဝတ် စကားများကို ဆုံးမပြောကြား ကတိ ထားကြပြီး တရားနှလုံးကို ကျင့်သုံးတော်မူကြတယ်။

အဲဒီလို ရဟန်းတော်များ တရားကြိုးစား အားထုတ်နေတော် မူကြစဉ် တနေ့သ၌ ညနေချမ်းမှာတော့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးဟာ နောက်လိုက် နောက်ပါ အမျိုးသား အမျိုး သမီးများနှင့်အတူ ရဟန်းတော်များ သီတင်းသုံးတော်မူကြတဲ့ တောင်ပေါ်ကျောင်းကို လာခဲ့ကြတယ်။

လာခဲ့ကြခြင်း အကြောင်းရင်းကတော့ “သံဃာတော်တွေ ဆိုတာ တထပ်တည်းသော ဆွမ်းကိုသာ ဘုဉ်းပေးတော်မူကြ ရတာဖြစ်တယ်။ ညစာမဘုဉ်းပေးကြရတော့ ဆာလောင်တော် မူရှာကြပေမှာပဲ။ အစာအိမ်အတွင်းမှာ အစာမရှိတော့ အစာ အိမ်ကို ပါစက မီးလောင်ကျွမ်းပြီးလဲ လေနာရောဂါစသည်များ စွဲကပ်နိုင်တာပဲ။ ရဟန်းတော်များ မှတ်သိပ်ခြင်း ပြေပျောက်ပြီး လေနာစသည် ရှိယင်လဲ သက်သာ ပျောက်ကင်းရလေအောင်

ရဟန်းတော်များနှင့် သင့်လျော်တဲ့ အဖျော်ယမကာနှင့် ဘုရား ခွင့်ပြုတော်မူထားတဲ့ ထောပတ်၊ ဆီဦး၊ တင်လဲ၊ ပျားရည်- ဆိုတဲ့ စတုမဓု-လျက်ဖွယ်များကို သွားရောက် ဆက်ကပ်ဦးမှပဲ” ဆိုတဲ့ နှလုံးသွင်းနဲ့ လာကြတာ ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့ လက်ထဲမှာလဲ အဖျော်ယမကာနှင့် စတုမဓုတွေလဲ ပါလာ ကြတယ်။

ဒီမာတိကမာတာ ဒကာမကြီးဟာ သူဦးဆောင် ပင့်ဖိတ် ထားတဲ့ ရဟန်းသံဃာတော်တွေကို ရင်ဝယ်သားပမာ ကိုယ်ချင်း စာမူနဲ့လဲ ချစ်ခင်တယ်။ အကျင့်သိက္ခာ မြင့်မြတ်မှုကို အလေး ဂရုပြုပြီးတော့လဲ ကြည်ညိုတယ်။ ဒါကြောင့်လဲ နံနက်မှာ ဆွမ်းလောင်းလှူခဲ့ရုံမျှ မကပဲ ညနေချမ်း ကျပြန်တော့လဲ သင့်လျော်ရာ အဖျော်ယမကာများကို ဆက်ကပ်ဖို့ သတိရတယ်။ သာသနာတော်ကို ကြည်ညိုသူများဟာ သာသနာ့ဝန်ထမ်း ရဟန်းတော်များကို ကြည်ညိုကိုးကွယ်ရာမှာ ဒီမာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကို နမူနာယူပြီး ကြည်ညိုကိုးကွယ်စရာ ကောင်းလှ ပါပေတော့တယ်။

အတုယူဖွယ် မကောင်းဘူးလား ပရိသတ်များ၊ (ကောင်းပါ တယ် ဘုရား)။ ဟုတ်တယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ သာသနာ့ရိပ်သာများ မှာဆိုယင် ညနေတိုင်ကျယင် အဖျော်ယမကာတွေကို ယောဂီ ကုန် သံဃာကုန်ပင် အထူး လာလာပြီး ဆက်ကပ်ကြတယ်။ အထူးအားဖြင့် ကိုယ်တိုင် တရား အားထုတ်ခဲ့ဘူးတဲ့ ယောဂီ ဟောင်းတွေက ကိုယ်ချင်းစာပြီး လာရောက် လှူဒါန်း ဆက်ကပ် ကြတယ်။ ကိုယ်အားထုတ်ခဲ့စဉ်တုန်းကလဲ ညနေကျယင်

ဆာလောင်ခဲ့ဘူးတာကိုး။ (ဒီဟေမဝန် ဓမ္မာရုံမှာလဲ ဂေါပက
 များနှင့် ယောဂီဟောင်း၊ ဆရာကျော်+ဒေါ်သိတို့က ဦးစီးပြီး
 အဖျော်ယမကာ ကပ်ကြပါတယ်။) အများအားဖြင့်တော့
 နံနက်ခင်းမှာသာ သံဃာတော်များကို ဆွမ်းကွမ်းခဲဖွယ်
 တွေကို အလှူပယ် ဆက်ကပ်လေ့ ရှိကြတယ်။ ညနေစာ အဖျော်
 ယမကာကိုတော့ ဆက်ကပ်သူက ရှားပါးတယ်။ ဝါဆို၊ သီတင်း
 ကျွတ်၊ သင်္ကြန်တွင်းများလောက်သာ သူ့ထက်ငါ ဆက်ကပ်
 တတ်ကြတယ်။ ကြားအခါ တွေမှာတော့ သံဃာတော်တွေမှာ
 ဝမ်းဟာနေတော် မူကြရတာက များတယ်။ အထူးအားဖြင့်
 ပရိယတ္တိစာပေကို ကြိုးစားနေတော်မူကြတဲ့ စာသင်သားသံဃာ
 တော်တွေဆိုယင် ပိုပြီးဝမ်းဟာတတ်တယ်။ သူတို့မှာ နှုတ်တော်
 ကပါ အဟုတ်အော်ဟစ် စာကျက်ရတာကိုး။ ညနေစာလဲ
 မဘုဉ်းပေးရ၊ နှုတ်ကလဲ တစာစာ အော်ရယင် ဘယ်လောက်
 ဆာတော်မူကြမယ်ဆိုတာ စဉ်းစားသာ ကြည့်ကြပါတော့။

ဒါကြောင့် ဒီမာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကတော့ ကိုယ်
 ချင်းလဲစာ မေတ္တာလဲရှိ၊ ကြည်ညိုမှု သဒ္ဓါကလဲ များပြား၊
 အခြေအနေကလဲ ပေးတော့ ညနေချမ်းဆိုယင် ယောဂီရဟန်း
 တွေ ရှိတော်မူကြတဲ့ တောင်ပေါ်ကျောင်းကို ပြေးသွားပြီး
 အဖျော်ယမကာ စတုမဓုများ ယူလာပြီး ဆက်ကပ်ကြတာကိုး။

ကျောင်းရောက်တော့ အံ့ဩစရာ ရဟန်းတော် တပါးကိုမျှ
 မတွေ့ရဘူး။ ဒါကြောင့် သူက “အလို.... ရဟန်းတော်အရှင်မြတ်
 တွေလဲ တပါးမျှ မတွေ့ရပါကလား၊ ဘယ်များကြွမြန်းတော်
 မူနေကြပါလိမ့်”လို့ အတူပါလာသူများကို မေးလိုက်တယ်။

ဒီတော့ “မေမေကြီး-၊ ရဟန်းတော် အရှင်မြတ်တွေဟာ မိမိတို့ မိမိတို့ရဲ့ ညဉ့်နေရာ၊ နေ့နေရာအရပ်များမှာ သီတင်းသုံး နေတော်မူကြပါလိမ့်မယ်” လို့ အတူပါလာသူများက ဖြေကြား ကြတယ်။

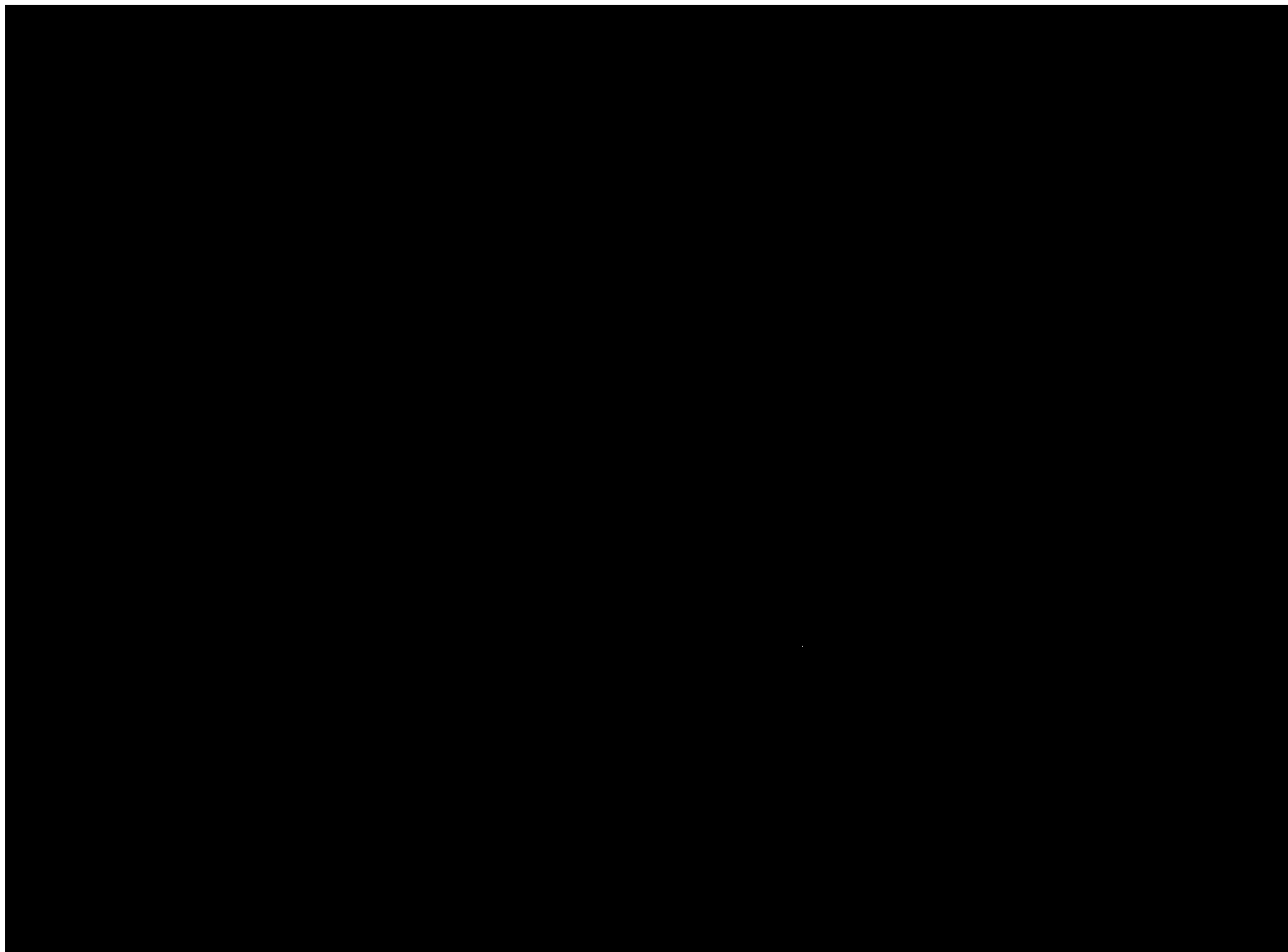
ဒီတော့ “ဪ...ဒီလိုဆိုယင် အရှင်မြတ်တွေကို ဘယ်လို လုပ်ပြီး ဖူးရပါ့မလဲနော်” လို့ ဒကာမကြီးက ညည်းပြော ကလေး ပြောလိုက်တယ်။

ဒီအခါမှာတော့ ရဟန်းသံဃာတော်များရဲ့ ကတိကဝတ်ကို သိသူများက “မေမေကြီး....၊ ရဟန်းတော်များကို ဖူးမျှော်လို ယင် ဟောဒီ ခေါင်းလောင်း ကျောက်စည်ကြီးကို တီးခတ် လိုက်ပါ။ ရဟန်းတော်တွေဟာ ကြားရာအရပ်က ကြွရောက် တော်မူလာပါလိမ့်မယ်” လို့ ဖြေကြားကြတယ်။

ဒါနဲ့ ဒကာမကြီးက သူတို့ပြောတဲ့ ကျောက်စည် ခေါင်း လောင်းကို သူတို့အားပင် အထိုးအခတ် ခိုင်းလိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် နောက်ပါ များက ကျောက်စည် ခေါင်းလောင်း ကို သာယာညှင်းပျောင်းစွာ ထိုးခတ်လိုက်ကြပါတယ်။

ဒီတော့ ရဟန်းတော်များလဲ ကိုယ်စီကိုယ်ငှ ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းရာ အရပ်မှ တရားနဲ့လုံး ကျင့်သုံးယင်းပင် “ဪ... ဘယ်ယောဂီရဟန်းများ မကျန်းမမာ မချမ်းသာခြင်း ဖြစ်ပါ လိမ့်မလဲ” လို့ ဆင်ခြင်တော်မူကြလျက် ဣန္ဒြေရရ သိမ်သိမ် မွေ့.မွေ့. ကြွတော်မူလာကြပါတယ်။

၂-ပါးသော ရဟန်းတော်များဟာ တကြောင်းတည်းသော ခရီးလမ်းမှ ကြွလာတော်မူကြခြင်းလဲ မရှိဘူး၊ ဟိုတောင်ပေါ်



ရဟန်းတော်များ တပါးစီတပါးစီ အသီးသီးကြွလာတော်မူကြသည်ကို
မြင်သော် မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးမှာ စိုးရိမ်သည့်အခင်းတွင်ပြီး
“အရှင်ဘုရားတို့....ခိုက်ရန်ငြင်းခုံခြင်းများ ဖြစ်ကုန်ကြပြီလားဘုရား” ဟု
ပျာပျာသလဲ မေးမြန်းလျှောက်ထားနေပုံ။

သစ်ပင်ရင်းဆီက တပါးကြွလာ၊ ဒီတောင်ခြေ ချုံတွင်းက
တပါးထွက်ပြီး တက်လာ၊ ဟိုနားတောင်စောင်းဖက်က တပါး
ကွေ့ပတ် တက်ကြွလာ၊ ဒီနားလွင်ပြင်က တပါးကြွလာ-နဲ့
တနေရာစီမှ တပါးတပါးစီသာ ကြွ-ကြွလာတော်မူကြတယ်။
စကားစမြည်လဲ ပြောဆိုခြင်း မပြုကြဘူး။

ဒါကို မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက တွေ့မြင်ရတော့
“အလို.... ဘုရား.... ဘုရား.... ငါ့သားတော်များ အချင်းချင်း

ခိုက်ရန်ငြင်းခုံခြင်းများ ဖြစ်ပွားတော်မူကြလေရော့သလား”
 လို့ စိုးရိမ်တဲ့ အတွေးဝင်ပြီး ရဟန်းသံဃာတော်များကို ဦးတင်
 ရှိခိုးပြီးလျှင် “အရှင်ဘုရားတို့....၊ ခိုက်ရန် ငြင်းခုံခြင်းများ
 ဖြစ်ကုန်ကြပြီလား ဘုရား”လို့ ပျာပျာသလဲ မေးလျှောက်ရှာ
 ပါတယ်။

ဒီတော့ ဦးဆောင် မထေရ်ကြီးက “ဒါယိကာမကြီး....၊
 ဘုန်းကြီးတို့မှာ ခိုက်ရန်ငြင်းခုံခြင်း မပြုကြပါဘူး”လို့ အဖြေ
 စကားကို မိန့်ကြားတော်မူတယ်။

ဒီအခါတွင် “ဒီလိုဆိုယင်ဘုရား....၊ တပည့်တော်များအိမ်ကို
 ဆွမ်းခံကြွလာတော်မူကြသလို အတူတကွ ကြွလာတော်မူမူကြပဲ
 ဘာကြောင့် ဟိုနားက တပါးကြ၊ ဒီနားက တပါးကြနဲ့ တကွဲ
 တပြားစီ ကြွလာတော်မူကြပါသလဲ ဘုရား”လို့ ဒကာမကြီးက
 သူ့ထင်မြင်ချက်ကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း မေးလျှောက်လိုက်ပါ
 တယ်။

ဟုတ်တယ်၊ တရားအလုပ် အားထုတ်ယင် တဦးစီနေ၊ တထပ်
 တည်းစား၊ အကြောင်းထူး မရှိယင် တပါးနှင့်တပါး စကား
 မပြောကြပဲ တုဏှိဘောနဲ့ ဣန္ဒြေရရမှီ ဣန္ဒြေတော်များကလဲ
 ရင့်ကျက်နေကြတာဆိုတော့ လူ့မျက်စိနဲ့ကြည့်ယင် ရန်ဖြစ်ထား
 ကြတာနှင့် တူနေကြတာကိုး၊ ဒါကြောင့် ဒကာမကြီးက
 “အရှင်ဘုရားတို့ အချင်းချင်း ရန်များဖြစ်ထားကြတာလား
 ဘုရား”လို့ လျှောက်ထားတာပဲ။

ရန်ဖြစ်ထားကြလို့မဟုတ်၊ ရဟန်းတရားကို အားထုတ်နေကြတာ-

ဒီတော့ ရဟန်းတော်များထဲက မထေရ်ကြီးက ဒီလို ဦးဆောင်ပြီး မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။ “မဟာဥပါသိကေ ဧကေသ္မိံ ဌာနေ နိသီဒိတှာ သမဏဓမ္မံ ကရိမ္မာ= မဟာဥပါသိကေ၊ ဘုရား-တရား-သံဃာ ရတနာ မြတ်သုံးပါးကို အမြတ်ဆုံးထားပြီး ခစားဆည်းကပ် ကျင့်ဝတ်မြတ်ကို ပြတတ် ပါတဲ့ ဥပါသိကာမကြီး....”

ဥပါသကာ- ဥပါသိကာဆိုတာ ဝတ်ဖြူ စင် ကြယ် ကို ဝတ်ပြီး ပုတီးကိုလဲ လည်ပင်းမှာ ရစ်ပြီး ဟိတ်ကြီး ဟန်ကြီးနဲ့ နေရုံမျှကို ဆိုလိုတာမဟုတ်ဘူး၊ တချို့က အဲဒီလို အသွင်အပြင် မျိုးကိုသာ ဝတ်ဆင်ပြီးတော့ တကယ်တမ်း ရတနာသုံးပါးကို ဆည်းကပ်တာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ ဘာသာရေး ကို ‘ဘမ်း’ပြပြီး ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ စီးပွားရေးတွေကိုသာ လုပ်နေကြတယ်၊ ဒါမျိုးတွေကိုတော့ ဥပါသကာ-ဥပါသိကာ အရေခွံတွေလို့ ဆိုရမှာပဲ၊ ဥပါသကာဆိုတာ ရတနာသုံးပါးကို အမြတ်ဆုံးထားပြီး ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်သူ အမျိုးသားကို ခေါ်တယ်၊ ဥပါသိကာဆိုတာ ရတနာသုံးပါးကို အမြတ်ဆုံး ထားပြီး ခစား ဆည်းကပ်သူ အမျိုးသမီးကို ခေါ်တယ်၊ ဒါကြောင့် ယောဂီဦးဆောင် မထေရ်ကြီးက တကယ်ကို ရတနာ သုံးပါး အမြတ်ဆုံးထားပြီး ခစားဆည်းကပ်သူ မာတိကမာဏာ ဒကာမကြီးကို “ဥပါသိကာမကြီး”လို့ အမည်နှင့် အလုပ် အဟုတ်ကိုက်စွာ ဂုဏ်ပြုပြီး ခေါ်တော်မူတာပဲ။

[ဥပါသိကေ၊ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးကို အမြတ်ဆုံးထားပြီး ခုစားဆည်းကပ် ကျင့်ဝတ်မြတ်ကို ပြတတ် ပါတဲ့ ဥပါသိကာမကြီး....။ ကေကသ္မိံ ဌာနေ၊ တခုစီ တခု စီသော အရပ်၌။ နိသီဒိတွာ၊ တပါးစီ တပါးစီ နေထိုင်ကြ၍။ သမဏဓမ္မံ၊ ရဟန်းတရားကို။ မယံ၊ ငါတို့သည်။ ကရိမ္မ၊ အမှန် ရအောင် ကြိုးစားအားထုတ် ပြုလုပ်နေကြ ပါကုန်၏”တဲ့။

အဓိပ္ပာယ်က-“ဥပါသိကာမကြီး၊ တခု တခုသော အရပ်မှာ တပါးစီ တပါးစီ နေပြီးတော့ ရဟန်းတရားကို ကြိုးစား အားထုတ်နေကြတာပါ။ ရန်ဖြစ်ထားကြလို့ တပါးစီ တပါးစီ ခွဲပြီး စကားမပြောပဲ နေကြတာ မဟုတ်ပါဘူး”တဲ့။

ဒီလို မထေရ်ကြီးရဲ့ အဖြေစကားကို ကြားရတော့လဲ ဒကာမ ကြီးက မပြီးသေးဘူး၊ “သမဏဓမ္မ=ရဟန်းတရား”ဆိုတာကို စိတ်ဝင်စားလာတယ်၊ သိချင်လာတယ်၊ “ရဟန်းတရားဆိုတာ ဘယ်လိုပါလိမ့်၊ အင်း....သူတို့ ရဟန်းတရားကလဲ စည်းကမ်းက ကြီးလှချေကလား၊ တနေရာထဲ ၂-ပါးတောင်တဲ့ပြီး မနေရသေး ဘူးတဲ့၊ ပြီးတော့ စကားလဲမပြောကြဘူး၊ ဣန္ဒြေကလဲ ကြီးလိုက် တာ၊ ဒီတရားတော်ဟာ တော်တော် ထူးပုံရတယ်”လို့ ဆင်ခြင် မိပုံရတယ်၊ သူက စပ်စုတတ်တဲ့ ဝါသနာလဲ ပါပုံရတယ်၊ ဒါကြောင့် သူက ဆက်ပြီး ဒီလို မေးလျှောက်လိုက်ပြန်တယ်။

ဘယ်လိုလဲဆိုတော့- “ကော သေ ဘန္တေ သမဏဓမ္မော နာမ=ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရားတို့။ သမဏဓမ္မော နာမ၊ ရဟန်း တရား-ဆိုတာ။ ကော၊ ဘာလဲ-ဘုရား”တဲ့။ “ရဟန်းတရား ဆိုတာ ဘာလဲဘုရား”လို့ ဒီလို ဒကာမကြီးက ထပ်ဆင့်မေး လျှောက်တော့ မထေရ်ကြီးက ဒီလို ဖြေကြားတော်မူပါတယ်။

ဒုတ္တိံ သာကာရေ သဇ္ဈာယံ ကရောမ၊ အတ္တဘာဝေ
စ ခယဝယံ ပဋ္ဌပေမ မဟာဥပါသိကေ။

မဟာဥပါသိကေ၊ ဥပါသိကာမကြီး။ သမဏဓမ္မော နာမ၊
ရဟန်းတရား မည်သည်။ ဒုတ္တိံ သာကာရေ၊ ကေသာ အစ မုတ္တံ
အဆုံး သုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော အခြင်းအရာတွေကို။ သဇ္ဈာယံ၊
သရဇ္ဈာယံခြင်းကို။ ဝါ၊ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်မှာ အမှန်ရှိတာကို
အမှန်ရှိတဲ့အတိုင်း စိတ်အာရုံတွင် ထင်မြင်အောင် ရှုတ်ဘာသ်
ပွားများခြင်းကို။ မယံ၊ ဘုရားတပည့် တရားကြည့်လျက်အားဖြည့်
ရှင်လန်း ငါရဟန်းတို့သည်။ ကရောမ၊ ဘုရားဟောတိုင်း မဆိုင်း
မှန်စွာ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်သမှု ပြုကြပါကုန်၏။ အတ္တ
ဘာဝေ၊ သုံးဆယ့်နှစ်ဝ ကောဠာသတည် အတ္တဘောမည်သော
သဘော ခန္ဓာ ရုပ်ကိုယ်သဘာဝ၌။ ခယဝယံ စ၊ ခယ်ခြင်း
ဝယ်ခြင်းကိုလည်း။ ဝါ၊ ကုန်ခြင်း ပျက်ခြင်းကိုလည်း။ ဝါ၊
ကုန်သဘောပျက်သဘောကိုလည်း။ ပဋ္ဌပေမ၊ ဘုရားဟောတိုင်း
မဆိုင်းမှန်စွာယထာဘူတ နှလုံးသွင်းကြ ရှုမှတ်ကြပါကုန်၏-တဲ့။

အဓိပ္ပာယ်ကတော့-“ဥပါသိကာမကြီး၊ ရဟန်းတရားဆိုတာ
တခြားမဟုတ်ဘူး၊ မိမိ ခန္ဓာကိုယ်မှာ အမှန်တကယ်ရှိနေတဲ့
ဥပါသိကာမကြီးသော အခြင်းအရာတွေကို စိတ်မှာ ထင်မြင်အောင်
နှုတ်စဉ်တွတ်တွတ် ရှုတ်ဆို ပွားများကြပါတယ်-တဲ့၊ ပြီးတော့
မိမိကိုယ်မှာ မှန်စွာထင်ရှား ပျက်ခြင်း ကုန်ခြင်း သဘောတရား
တွေကိုလဲ ထင်ရှားသည့်အတိုင်း နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင် သတိ
အစဉ်မပြတ် ရှုမှတ်ကြပါတယ်၊ ဒါကို ရဟန်းတရား-လို့
ခေါ်ပါတယ်”တဲ့။

ယောဂီရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်တို့ရဲ့ အားလုံးကိုယ်စား ဒီမထေရ်မြတ်ကြီး မိန့်ကြားတော်မူချက်ကို သုံးသပ်ကြည့်ယင် ရဟန်းတော်များရဲ့ အားထုတ်မှုတရားနည်းဟာ သမထယာနိက ဝိပဿနာ တရားပဲ-လို့ သိနိုင်ပါတယ်။

ဒါလဲ “အတ္တဘာဝေ ခယဝယံ ပဋ္ဌပေမ” ဆိုတဲ့ ပါဠိကို ထောက်ပြီး သမထယာနိက-ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း-လို့ ပြောရတာပဲ။ ဒီ “အတ္တဘာဝေ ခယဝယံ ပဋ္ဌပေမ” မိမိ အတ္တဘော ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ ကုန်၊ ပျက်ခြင်းကို ရှုဆင်ခြင်ကြကုန်၏” ဆိုတဲ့ အပိုဒ်သာ မပါယင်တော့ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း သက်သက်ပဲ-လို့ ပြောရမှာပဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုယင် ဒီဒုတ္တိ သာကာရကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ္ဂအဋ္ဌကထာ၌ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း (၄၀) ထဲက ကာယဂတာ သတိကမ္မဋ္ဌာန်းအရာတွင် သမာဓိကမ္မဋ္ဌာန်း အဖြစ် ပြထားလို့ပါဘဲ။

ဒါကို နားလည်အောင် ထပ်ရှင်းပြပါဦးမယ်။ ရှင်းပြတဲ့ အခါ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ္ဂ မြန်မာပြန် (ဒုတိယတွဲ) ကို ကြည့်ရှုပြီး ကောက်နုတ်ချက် သဘောလောက်ကိုသာ ရှင်းပြမှာ ဖြစ်တယ်။

ကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာ ကိုယ်မှာ သတိကပ်ပြီး ရှုမှတ်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းပါပဲ။ ဒီတရားကို အားထုတ်မည့် ယောဂီဟာ သပ်ပင်တောရပ် ဆိတ်ရာအရပ်ဆိုတဲ့ နေရာတမျိုးမျိုးမှာ ချဉ်းကပ်ရပါတယ်။

ချဉ်းကပ်ပြီး အားထုတ်ပုံကတော့ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ်တော်မှာလာတဲ့ ကာယာနုပဿနာပိုင်း ၁၄-ပိုင်း အတိုင်း ပါပဲ။

အဲဒီ ၁၄-ပိုင်းတွေက....

၁။ ဝင်လေ ထွက်လေကို သတိပြုရတဲ့ အာနာပါန-ပိုင်း၊

၂။ သွား-ရပ်-ထိုင်-လျောင်းကိုရှုမှတ်ရတဲ့ ဣရိယာပထပိုင်း၊

၃။ သာတ္ထက၊ သပ္ပာယ်၊ ဂေါစရ၊ အသမ္မောဟ-
သမ္ပဇ်များကို လမ်းခင်းပြီး ရွှေတက် နောက်ဆုတ်၊
တည့်တည့်ကြည့် စသည့် ကိုယ်အမူအရာ အသေးစိတ်
များကို သတိပြုရတဲ့ စတုသမ္ပဇညပိုင်း၊

၄။ ၃၂-ကောဋ္ဌာသကို သတိပြုရတဲ့ ပဋိက္ခလ မနသိ
ကာရပိုင်း၊

၅။ ဓာတ်ကြီးလေးပါးကို သတိပြုရတဲ့ ဓာတု မနသိ
ကာရပိုင်း၊

(၆-၁၄)။ သေပြီးနောက်ပိုင်း သင်္ချိုင်းရောက်ပြီး သူသေ
ကောင်ရဲ့ အရိုးမွန်ဖြစ်သည်ထိ ကိုးခုသော အချင်းအရာကို
သတိပြုရတဲ့ သိဝထိကပိုင်း တွေပါဘဲ။

အဲဒီ ၁၄-ပိုင်းတို့တွင် ဣရိယာပထပိုင်း၊ စတုသမ္ပဇညပိုင်း၊
ဓာတုမနသိကာရပိုင်း-ဆိုတဲ့ ဒီသုံးပိုင်းကို ဝိပဿနာရဲ့ အစွမ်းနဲ့
ဟောတော်မူအပ်တယ်-တဲ့။ ကိုးခုသော သိဝထိကပိုင်းကိုတော့
ဝိပဿနာဉာဏ်တို့တွင် အာဒိနဝါနဲ့ပဿနာရဲ့-အစွမ်းနဲ့ ဟော
တော်မူအပ်တယ်တဲ့။

ဒီပြင် ၁၄-ပိုင်းတို့တွင် အာနာပါနပိုင်းနှင့် ဒုတ္တိံ သာကာရ
မနသိကာရ-ဆိုတဲ့ နှစ်ပိုင်းတို့ကိုသာ သမာဓိရဲ့ အစွမ်းနဲ့ ဟော
တော်မူအပ်တယ်တဲ့။

အဲဒါဟာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ရဲ့ ဖွင့်ပြချက်ပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဒုတ္တိံသာကာရကို ရှုတ်ဆို ပွားများခြင်းဟာ သမာဓိ ကမ္မဋ္ဌာန်း-လို့ ဘုန်းကြီးပြောခဲ့ပါတယ်။

ဒီ ဒုတ္တိံသာကာရကို ပွားနေယင် သူ့ချည်းသက်သက်တော့ ဖြင့် ဝိပဿနာမဖြစ်ဘူး၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ပြီး စိတ်ညစ်ကြေး ကိလေသာတွေကို ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်နဲ့ ပယ်နိုင်တယ်။

သူ့ကို ပွားနေစဉ်မှာ ကိုယ်နှုတ်နဲ့ ကျူးလွန်တဲ့ ဝိတိက္ကမ ကိလေသာလဲ ကင်းနေတယ်။ စိတ်ထဲမှာ ထကြွ သောင်းကျန်းတဲ့ ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာလဲ ငြိမ်းနေတယ်။ သူက ပဌမဈာန်အထိ ရနိုင်ပါတယ်။ ပဌမဈာန်အထိ ရပြီး သေယင် ဗြဟ္မာ့ပြည်ကို ရောက်နိုင်တယ်။ ကမ္ဘာပေါင်းများစွာ ကြာ အောင် ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာတွေမှ ငြိမ်းစေနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သမထကံကုန်ယင်တော့ လူ့ပြည်ပြန်ဖြစ်ပြီး အနုသယ ကိလေသာက မသေသေးလို့ ဒွါရနှင့်အာရုံ ဆုံတဲ့အခါ ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာတွေ ဖြစ်နိုင်တယ်။ သူ့ကို မထိန်းနိုင်ယင် ဝိတိက္ကမ ကိလေသာတွေကိုလဲ ကျူးလွန်နိုင်သေးတယ်။ ကျူးလွန်ယင် လူ့ဘဝက သေတော့ အပါယ်လေးပါး ရောက်အောင် ကျသွား နိုင်တယ်။ သံသရာထဲက မလွတ်နိုင်သေးဘူး။ ဒါက ဒုတ္တိံသာ ကာရ သမထချည်းသက်သက် ပွားယင် ရနိုင်တဲ့အကျိုးနှင့် အပါယ်ကျ မငြိမ်းသေးပုံ၊ သံသရာဒုက္ခမှ မလွတ်နိုင်သေးပုံကို ပြောပြတာပါ။

ဒုတ္တိံသာကာရ အပါအဝင်ဖြစ်တဲ့ ကာယဂတာသတိကို အထင်သေးစရာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ကာယဂတာသတိတွင်

ပါဝင်တဲ့ ခုနင်ကပြောခဲ့တဲ့ ဣရိယာပထပိုင်း၊ စတုသံမ္ပဇညပိုင်း၊ ဓာတု မနသိကာရပိုင်း၊ နဝသိထိကပိုင်းများအရ ကာယာ နှုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာကို ပွားယင် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်အထိ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါတယ်။

ကျန်တဲ့ အာနာပါနပိုင်း၊ ဒုတ္တိံ သာကာရ ပဋိက္ခုလ မနသိ ကာရပိုင်းများကို ရှုပွားလို့ရတဲ့ သမထ သမာဓိကိုဆက်ပြီး ဝိပဿနာရှုလိုက်ယင်လဲ နိဗ္ဗာန်အထိ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါတယ်။ ဒါကို သမထယာနိက ဝိပဿနာလို့ ခေါ်ပါတယ်။ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကို ရရာမှာလဲ အဘိညာဏ် အထူးများနှင့်တကွ ကိုလဲ ရစေနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ္ဂ အဋ္ဌကထာမှာပင် ကာယဂဟာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဘုရားကိုယ်တော်တိုင်က များစွာ ချီးမွမ်းတော်မူခဲ့ ကြောင်းကို ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

ဒါကိုလဲ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပြုစု တော်မူတဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ္ဂအဋ္ဌကထာ မြန်မာပြန် ဒုတိယတွဲမှ ကောက် နုတ်ချက်မျှလောက်တော့ ဖော်ပြပါဦးမယ်။

ကာယဂဟာသတိကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒနဝမ ခေတ် မှာမှ နာကြား ရှုပွားရတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြစ်တယ်။ တိတ္ထိအားလုံး တို့ရဲ့ အရာမဟုတ်တဲ့ မဖြစ်စဘူး အထူးဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဘုရားဟော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားတော် ဖြစ်တယ်။

ဟုတ်တယ်။ ဒီ ကာယဂဟာ သတိပဋ္ဌာန် ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် ပတ်သက်ပြီး ထိုထိုသုတ္တန်များမှာ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ဟောကြားထားတော်မူပါတယ်။

ရဟန်းတို့... တခုသော တရားဟာ သူ့ကို ပွားစေလိုရှိယင် အကြိမ်များစွာ လေ့လာလိုရှိယင် ကာယရဲ့ သဘောမှန်ကို သိပြီးတော့ အကြီးအကျယ် ထိတ်လန့်ဖို့ရာ ဖြစ်တယ်။ မျက်မှောက်အကျိုးအစရှိတဲ့ အကျိုးများစွာကို ရဖို့ရာဖြစ်တယ်။ ကြီးမားမြင့်မြတ်လှတဲ့ ယောဂတို့ရဲ့ ကုန်ဖို့ရာဖြစ်တယ်။ ကြီးမားမြင့်မြတ်လှတဲ့ သတိနှင့် သမ္မဇဉ်ပွားစေဖို့ရာဖြစ်တယ်။ ဝိပဿနာ ဉာဏ်အမြင်မှန်ကို ရဖို့ရန်ဖြစ်တယ်။ မျက်မှောက်ဘဝမှာ ချမ်းသာစွာ နေဖို့ရာဖြစ်တယ်။ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ထူး သုံးပါးကို ရဖို့ရာ၊ လွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုဖို့ရာ အရိယာဖိုလ်ကို မျက်မှောက်ပြုဖို့ရာ ဖြစ်တယ်။ တခုသောတရားဆိုတာ ဘာလဲ၊ ကာယဂတာသတိ တရားပဲ။

“ရဟန်းတို့.... အကြင်သူတို့သည် ကာယဂတာသတိကို သုံးဆောင်၏။ ထိုသူတို့သည် အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို သုံးဆောင်ရကုန်၏။ ရဟန်းတို့.... အကြင်သူတို့သည် ကာယဂတာသတိကို မသုံးဆောင်ကုန်။ ထိုသူတို့သည် အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို မသုံးဆောင်ရကုန်။ ရဟန်းတို့.... အကြင်သူတို့သည် ကာယဂတာသတိကို သုံးဆောင်အပ်ပြီ။ ထိုသူတို့သည် အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို သုံးဆောင်အပ်ပြီ။ အကြင်သူတို့သည် ကာယဂတာသတိကို မသုံးဆောင်ဘူးသေး။ ထိုသူတို့သည် အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို မသုံးဆောင်ဘူးသေး။ အကြင်သူတို့အား ကာယဂတာသတိ မပွားသဖြင့် ဆုံးရှုံး၏။ ထိုသူတို့အား အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို ဆုံးရှုံး၏။ အကြင်သူတို့အား ကာယဂတာသတိမဆုံးရှုံး၊ ထိုသူတို့အား အမြိုက်နိဗ္ဗာန်မဆုံးရှုံး။ အကြင်သူတို့သည် ကာယဂတာသတိကို ချွတ်ယွင်းစေ၏။ ထိုသူတို့သည် အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို ချွတ်ယွင်းစေ၏။ အကြင်သူတို့သည်

ကာယဂတာသတိကို ပြီးစေ၏။ ထိုသူတို့သည် အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကို ပြီးစေ၏”လို့ ဒီလိုမြတ်စွာဘုရားက များစွာသော အခြင်းအရာ တို့ဖြင့် ချီးကျူးတော်မူတယ်-တဲ့။ ဒါဟာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မြန်မာ ပြန်မှ ဆီလျော်အောင် ကောက်နှုတ်ဟောကြားတဲ့ ဘုရား ချီးမွမ်း ကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းပါပဲ။ ဘုရားကိုယ်တော် တိုင် ချီးမွမ်းတော်မူတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းမို့လို့ ဒီကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အထင်သေးစရာ မဟုတ်ပါဘူး-လို့ ပြောတာပဲ။

ကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းယူပုံ

ဒီ ကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း ၁၄-ပိုင်းထဲက ဒုတိယ ကာရကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းပွားများ အားထုတ်ပုံကို ပြတဲ့အခါ မှာ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ်တော်မှာတော့ စိတ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ ကိုသာ ပြတယ်။ ဒီ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာမှာတော့ နှုတ်ဖြင့် ရှုတ်ပွားပုံကစပြီး တော်တော်ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ပြထားပါတယ်။

ဒီကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းအားထုတ်ချင်တဲ့ အမျိုးကောင်း သား (အမျိုးကောင်း သမီး)ဟာ ပရိယတ်၊ ပဋိပတ် ၂-ရပ်ကျမ်းကျင် ပညာရှင်ဆရာမြတ်ထံကို ဦးစွာ ချဉ်းကပ်ပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းကို သင်ယူရတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာကလဲ သင်တဲ့တပည့်အား ခုနစ်ပါး အပြား အားဖြင့် (ဥပဟဒကောသလ္လ-ခေါ်) သင်ယူမှုမှာ ကျွမ်းကျင် ကြောင်း အစီရင်ကိုလဲ ပြောပြရတယ်။

ဆယ်ပါးအပြားအားဖြင့် (မနသိကာရကောသလ္လ)ခေါ် နှလုံးသွင်းမှုမှာ ကျွမ်းကျင်ကြောင်း အစီအရင်ကိုလဲ ပြောပြ ရတယ်။

သင်ယူမှုမှာ ကျမ်းကျင်ကြောင်းဖြစ်တဲ့ ဥက္ကဟကောသလ္လ-
ဆိုတာ (၁) နှုတ်နဲ့ ရွတ်ဆိုပုံ၊ (၂) စိတ်နဲ့ ဆင်ခြင်ပုံ၊
(၃) အဆင်းအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ၊ (၄) ပုံသဏ္ဌာန်အားဖြင့်
ဆင်ခြင်ပုံ၊ (၅) အရပ်မျက်နှာအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ၊ (၆)
တည်ရာအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ၊ (၇) အပိုင်းအခြားအားဖြင့်
ဆင်ခြင်ပုံများ ဖြစ်ကြပါတယ်။

ဥက္ကဟကောသလ္လကို ပြောပြပုံ

ဥက္ကဟကောသလ္လကိုပြောကြားပုံကတော့ ဒီလိုပါ။ ဒီ ပဋိက္ခုလ
မနသိကာရ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းပွားများတဲ့ ယောဂီဟာ
ပိဋကတ်သုံးပုံ ဆောင်နိုင်သူပင် ဖြစ်ပါစေ၊ စီးဖြန်းပွားများစ
အခါမှာတော့ ရှေးဦးစွာ နှုတ်ဖြင့် ရွတ်ဆိုစီးဖြန်း ပွားများ
ရတယ်။

နှုတ်ဖြင့် ရွတ်ဆိုပွားများရတဲ့ အကျိုးကတော့ တချို့ ပုဂ္ဂိုလ်
အား ရွတ်ဆိုနေစဉ်မှာပင် ကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ထင်ရှား ပေါ်တတ်
ပါတယ်တဲ့။ မလယ-အရပ်မှာ သီတင်းသုံးနေလေ့ရှိတဲ့ မဟာ
ဒေဝ မထေရ်မြတ်အထံမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းယူကြတဲ့ မထေရ် ၂-ပါး
အား ဒုတ္တိ သာကာရ ကမ္မဋ္ဌာန်း ရွတ်ဆိုပွားများယင်း တရား
ထူးရဘူးတေ ခ်မူကြတယ်တဲ့။

တဆင့်စကား ကြားဘူးသည်မှာ မဟာဒေဝ မထေရ်က
မိမိထံ ကမ္မဋ္ဌာန်း တောင်းကြတဲ့ အဲဒီ မထေရ် ၂-ပါးတို့အား
“လေးလပတ်လုံး ဤပါဠိကို ရွတ်ဆိုနေကြလေ” လို့ ဒုတ္တိ
သာကာရ ပါဠိကို ပေးတော်မူလိုက်တယ်။

အဲဒီ ကမ္မဋ္ဌာန်းယူကြတဲ့ မထေရ် ၂-ပါးဟာ နိကာယ် ၂-စောင်တောင်မှ နှုတ်တက်ကြပြန်တော်မူကြသူများ ဖြစ်ကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဆရာ့စကားကို လေးမြတ်စွာ နာယူလေ့ရှိကြသောကြောင့် ဒုတ္တိ သာကာရကို ဆရာ့စကားအတိုင်း လေးလပတ်လုံး ရှုတ်ဆို ပွားများနေကြစဉ်ပင် သောတာပန် ဖြစ်တော်မူကြပါတယ် တဲ့။

ဒါကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဟောကြားညွှန်ပြတဲ့ ဆရာက “နှုတ်ဖြင့် ရှုတ်ဆိုခြင်းကို ရှေးဦးစွာ ပြုနေပါ”လို့ တပည့်အား ပြောကြားသင်ပေးရပါတယ် တဲ့။

ဒီနေရာမှာ သတိထားစရာ အချက်ကတော့ နှုတ်ဖြင့် ရှုတ်ဆိုရုံ သက်သက်နဲ့ သောတာပန် အရိယာ ဖြစ်သွားကြတယ်လို့တော့ အထင်မမှားဖို့ပါပဲ။ နှုတ်ဖြင့် တုတ်တုတ် ရှုတ်ဆိုယင်းပင် ဉာဏ်မှာထင်ပြီး စိတ်က သိပြန် တဖန်ဘာဝနာစဉ်တိုင်း လာပြီး ဝိပဿနာကူးလို့ မဂ်ဉာဏ်ထူးကို ရရှိတာလို့ ပြည့်စုံစွာ သိဘို့ရာကလဲ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အဲဒီ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မြန်မာပြန်မှာ မဟာ ဋီကာ ရဲ့ ဖွင့်ဆိုချက်ကို ဒီလို အောက်ခြေမှတ်ချက် ရေးသားတော်မူပါတယ်။

လေးလပတ်လုံး ရှုတ်ဆိုနေကြတဲ့ အဲဒီ မထေရ် ၂-ပါးတို့အား ရှုတ်ဆိုခြင်း လမ်းစဉ်ဖြင့်ပင် ကောဋ္ဌာသတို့ကို စူးစမ်း ဆင်ခြင်ကြသောကြောင့် အစဉ်အတိုင်း ၃၂-ပါး ကောဋ္ဌာသများဟာ အထူးသဖြင့် ပေါ်လွင်ကုန်လျက် ထင်ကြပါကုန်သတဲ့၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်လို့ ထင်တဲ့ အမှတ်သညာဟာ ကောင်းစွာ တည်ပါသတဲ့၊ အဲဒီမထေရ်များဟာ အဲဒီ ကောဋ္ဌာသနိမိတ်မှာ

ဈာန်စိတ်ကို ဖြစ်စေပြီးတော့ အဲဒီဈာန်ပင် အခြေခံရှိတဲ့
ဝိပဿနာကို ပွားစေကြကာ သောတာပတ္တိမဂ်ကို ထိုးထွင်းပြီး
သိတော်မူကြပါကုန်သတဲ့။ ဒါကြောင့် ရွတ်ဆိုနေကြစဉ်
သောတာပန် ဖြစ်ကြတယ်လို့ အဋ္ဌကထာဆရာက မိန့်ဆိုတော်
မူတာပါတဲ့။

နှုတ်ဖြင့် ရွတ်ဆိုပုံ

ဒုတ္တိံ သာကာရ ကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းရွတ်ဆို
ပွားတဲ့ ယောဂီဟာ အရေးကြီးလျှင် ငါးခုမြောက်ရှိတဲ့ (တစ
ပဉ္စက) အပိုင်း စသည်တို့ကို ပိုင်းခြားပြီး အစဉ်လိုက် (အနုလုံ)
အပြန်(ပဋိလုံ)တို့ရဲ့ အစွမ်းအားဖြင့် ရွတ်ဆိုရပါတယ်။

ရွတ်ဆိုပုံကို ပြပါဦးမယ်။ “ဆံပင်, အမွေး, လက်သည်း
ခြေသည်း, သွား, အရေ” လို့ အစဉ်လိုက် အနုလုံအားဖြင့်
ရွတ်ဆိုပြီးယင် တဖန် အပြန် ပဋိလုံအားဖြင့် “အရေ, သွား,
လက်သည်းခြေသည်း, အမွေး, ဆံပင်” လို့ ရွတ်ဆိုရပါတယ်။
ဒါဟာ တစပဉ္စက ပဲ။

ပြီးတော့ အညှိလျှင် ငါးခုမြောက်ရှိတဲ့ (ဝက္ကပဉ္စက)
အပိုင်းမှာ “အသား, အကြော, အရိုး, ရိုးတွင်းခြင်ဆီ, အညှိ” လို့
ရွတ်ဆိုပြီးလျှင် တဖန် ပဋိလုံအားဖြင့် “အညှိ, ရိုးတွင်းခြင်ဆီ,
အရိုး, အကြော, အသား, အရေ, သွား, လက်သည်း, ခြေသည်း,
အမွေး, ဆံပင်” လို့ ရွတ်ဆိုအပ်ပါတယ်-တဲ့။

ပြီးတော့ အဆုတ်လျှင် ငါးခုမြောက်ရှိတဲ့ (ပပ္ဖာသပဉ္စက)
အပိုင်းမှာ “နှလုံး, အသည်း, အမြေး, အဖျဉ်း, အဆုတ်” လို့

ရွတ်ဆိုပြီးတော့ တဖန် ပဋိလုံအားဖြင့် “အဆုတ်, အဖျဉ်း, အမြေး, အသည်း, နှလုံး, အညှို့, ရိုးတုင်းခြင်ဆီ, အရိုး, အကြော, အသား, အရေ, သွား, လက်သည်း ခြေသည်း, အမေး, ဆံပင်” လို့ ရွတ်ဆိုရတယ်။

ပြီးတော့ ဦးနှောက်လျှင် ငါးခုမြောက်ရှိတဲ့ (မတ္တလုပ်ပဉ္စက) အပိုင်းမှာ “အူမ, အူသိမ်, အစာသစ်, အစာဟောင်း, ဦးနှောက်” လို့ ရွတ်ဆိုပြီးလျှင် တဖန် ပဋိလုံအားဖြင့် “ဦးနှောက်, အစာဟောင်း, အစာသစ်, အူသိမ်, အူမ, အဆုတ်, အဖျဉ်း, အမြေး, အသည်း, နှလုံး, အညှို့, ရိုးတုင်းခြင်ဆီ, အရိုး, အကြော, အသား, အရေ, သွား, လက်သည်း ခြေသည်း, အမေး, ဆံပင်” လို့ ရွတ်ဆိုရပါတယ်။

ပြီးတော့ အဆီခဲလျှင် ခြောက်ခုမြောက်ရှိတဲ့ (မေဒဆက္က) အပိုင်းမှာ “သည်းချေ, သလိပ်, ပြည်, သွေး, ချွေး, အဆီခဲ” လို့ ရွတ်ဆိုပြီးလျှင် တဖန် ပဋိလုံအားဖြင့် “အဆီခဲ, ချွေး, သွေး, ပြည်, သလိပ်, သည်းခြေ, ဦးနှောက်, အစာဟောင်း, အစာသစ်, အူသိမ်, အူမ, အဆုတ်, အဖျဉ်း, အမြေး, အသည်း, နှလုံး, အညှို့, ရိုးတုင်းခြင်ဆီ, အရိုး, အကြော, အသား, အရေ, သွား, လက်သည်း ခြေသည်း, အမေး, ဆံပင်” လို့ ရွတ်ဆိုရတယ်။

ပြီးတော့ ကျင်ငယ်လျှင် ခြောက်ခုမြောက်ရှိတဲ့ (မုတ္တဆက္က) အပိုင်းမှာ “မျက်ရည်, ဆီကြည်, တံတွေး, နှပ်, အစေး, ကျင်ငယ်” လို့ ရွတ်ဆိုပြီးလျှင် တဖန် ပဋိလုံအားဖြင့် “ကျင်ငယ်, အစေး, နှပ်, တံတွေး, ဆီကြည်, မျက်ရည်, အဆီခဲ, ချွေး, သွေး, ပြည်, သလိပ်, သည်းခြေ, ဦးနှောက်, အစာဟောင်း,

အစာသစ်၊ အသိမ်၊ အမ၊ အဆုတ်၊ အဖျဉ်း၊ အမြေး၊ အသည်း၊
နှလုံး၊ အညှို့၊ ရိုးတင်းခြင်ဆီ၊ အရိုး၊ အကြော၊ အသား၊ အရေ၊
သွား၊ လက်သည်း ခြေသည်း၊ အမွှေး၊ ဆံပင်” လို့ရှုတ်ဆိုရတယ်။

ဒီယခု ဟောခဲ့တဲ့အတိုင်း အကြိမ်တရာ၊ အကြိမ်တထောင်၊
 အကြိမ်တသိန်းသော်လည်း နှုတ်ဖြင့် ရှုတ်ဆိုရတယ်--တဲ့။ ဒါဟာ
 ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ပြဆိုထားတဲ့ ဒုတ္တိံ သာကာရ ကောဋ္ဌာသ
 ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်း ရှုတ်ဆိုပုံပါပဲ။ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာ
 တော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မြန်မာပြန်မှာတော့ အဘိဓမ္မ-
 သမ္မောဟဝိနောဒနိကျမ်းမှာလာတဲ့ နည်းများကိုပါ ထုတ်ပြီး
 အောက်ခြေမှတ်ချက် ရေးသားထားပါတယ်။ အကျယ် သိလို
 ယင်တော့ အဲဒီမှာကြည့်ကြပါတော့-လို့ ဘုန်းကြီးက ညွှန်ကြား
 ပါတယ်။

ဒီလို ရှုတ်ဆို ပွားများခြင်းရဲ့ အကျိုးကတော့ နှုတ်ဖြင့်
 ရှုတ်ဆိုသောကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းအစဉ်ဟာ ကျေပွန်တယ်။ စိတ်
 တည်ငြိမ်တယ်။ ဆံပင်-စတဲ့ ကောဋ္ဌာသတွေလဲ ထင်ရှားကြ
 တယ်။ လက်ချောင်းအစဉ်၊ ဝင်းထရံအစဉ်များလို ထင်ပေါ်
 လာကြတယ်-တဲ့။

စိတ်ဖြင့်ရှုတ်ဆိုပုံ

ပြီးတော့ နှုတ်ဖြင့်ရှုတ်ဆိုသလို စိတ်ဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်းကိုလဲ
 ပြုရတယ်-တဲ့။ စိတ်ဖြင့် နှလုံးသွင်းရကျိုးကတော့ နှုတ်ဖြင့်
 ရှုတ်ဆိုခြင်းဟာ စိတ်ဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်းအား ကျေးဇူးပြုတယ်။
 စိတ်ဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်းဟာ အသုဘ လက္ခဏာကို ထိုးထွင်း
 သိခြင်း၊ သဘောပေါက်ခြင်းအား ကျေးဇူးပြုတယ်-တဲ့။

ပြီးတော့ အဆင်းစသည်ဖြင့် ပိုင်းခြားဆင်ခြင်တယ်-ဆိုတာ ဆံပင်စသည်တို့၏ အဆင်းကို ပိုင်းခြားသတ်မှတ်ပြီး ဆင်ခြင်တာပါပဲ။

ပြီးတော့ ပုံသဏ္ဌာန်အားဖြင့်-ဆင်ခြင်တယ်-ဆိုတာ ဆံပင်စသည်တို့ရဲ့ ပုံသဏ္ဌာန်ကိုသာ ပိုင်းခြားသတ်မှတ်ပြီး ဆင်ခြင်တာပါပဲ။

ပြီးတော့ အရပ်မျက်နှာအားဖြင့် ဆင်ခြင်တယ်- ဆိုတာ “ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာ ချက်မှ အထက်ပိုင်းဟာ အထက်အရပ်မျက်နှာဖြစ်တယ်၊ ဒါကြောင့် အောက်ပိုင်းဟာ အောက်အရပ်မျက်နှာဖြစ်တယ်။ ‘ဒီကောဠာသဟာ ဒီ အရပ်မျက်နှာမှာ တည်ရှိတယ်’ လို့ အရပ်မျက်နှာကို ပိုင်းခြားမှတ်သားနိုင်တယ်။

ပြီးတော့ တည်ရာအားဖြင့်ဆင်ခြင်တယ်-ဆိုတာ “ဒီ ကောဠာသဟာ ဒီလိုအရပ်၌ တည်ရှိတယ်”လို့ ဒီပုံဒီနည်းဖြင့် ထိုထိုကောဠာသရဲ့ တည်ရာအရပ်ကို ပိုင်းခြား မှတ်သားနိုင်တယ်။

ပြီးတော့ အပိုင်းအခြားအားဖြင့် ဆင်ခြင်တယ်-ဆိုတာ အပိုင်းအခြားများဟာ မိမိရဲ့အဖို့ဖြင့် ပိုင်းခြားခြင်း=သဘာဝပရိစ္ဆေဒ, အခြားအဖို့အားဖြင့် ပိုင်းခြားခြင်း= ဝိသဘာဝပရိစ္ဆေဒ လို့ ၂-မျိုးရှိတယ်။

ဒီတိုင် “ဒီ ကောဠာသဟာ အောက်အရပ်မှာပဲ၊ အထက်အရပ်မှာပဲ၊ ဖိလာ ပတ်ဝန်းကျင် အရပ်မှာပဲ၊ ဤမည်တဲ့အရပ်ဖြင့် ပိုင်းခြားလျက်ရှိတယ်”လို့ ဒီပုံဒီနည်းဖြင့် သဘာဝပရိစ္ဆေဒကို သိရတယ်။

“ဆံပင်များဟာ အမွှေးများ မဟုတ်ကုန်၊ အမွှေးများဟာ ဆံပင်များ မဟုတ်ကုန်”လို့ ဒီပုံ ဒီနည်းဖြင့် မရောနှောပဲ ဝိသဘာဝပရိစ္ဆေဒကို သိရတယ်။

ဒီမျှ မကသေးဘူး၊ ယခုဟောခဲ့တဲ့ ခုနစ်ပါး အပြား အားဖြင့် ဥဂ္ဂဟကောသလ္လကို ပြောကြားတဲ့ဆရာက ဒီ ကာယ ဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဒီမှာ ပဋိက္ခုလ စက်ဆုပ်ဖွယ်နှလုံး သွင်းခြင်းရဲ့ အစွမ်းဖြင့် ဟောထားတယ်၊ ဒီ သုတ်မှာတော့ ဓာတ်ရဲ့ အစွမ်းအားဖြင့် ဟောထားတယ်-လို့ သိနားလည်ပြီး ပြောကြားရတယ်။

ထင်ရှားအောင် သာဓကထုတ်ပြပါဦးမယ်၊ ဒီ ကာယဂတာ သတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ်မှာ ပဋိက္ခုလ မနုဿိကာရ=စက်ဆုပ်ဖွယ် နှလုံးသွင်းခြင်းရဲ့ အစွမ်းအားဖြင့် ဘုရားဟောထားတယ်၊ မဟာဟတ္ထိပဒေါပမသုတ်၊ မဟာရာဟု လောဝါဒသုတ်၊ အဘိဓမ္မာဓာတုဝိဘင်းနှင့် ဥပရိပဏ္ဏာသ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ်များမှာ ဓာတ်ရဲ့ အစွမ်းအားဖြင့် ဟောထား ပါတယ်၊ ဥပရိပဏ္ဏာသ ကာယဂတာသတိသုတ်မှာမူ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်အား အဆင်းအားဖြင့် ထင်တယ်၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ရည်ရွယ် ပြီးတော့ စုံနီ ၄-ပါးကို ဝေဖန်ဟောကြားထားတယ်၊ ဒီတွင် ဓာတ်ရဲ့ အစွမ်းဖြင့် ဟောထားတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းပဲ၊ ပဋိက္ခုလရဲ့အစွမ်းဖြင့် ဟောထားတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းပဲ၊ ဒီ ကာယဂတာသတိ သုတ်မှာလာတဲ့ ဒီ ဒုတ္တိ သာကာရကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ဒီ ကာယဂတာသတိ အရာမှာ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းသာဖြစ်တယ်၊ ဒီလို ပြောကြားရတယ်၊ ဒီတွင် ဥဂ္ဂဟကောသလ္လပြောကြားပုံ ပြီးပါပြီ။

မနုဿိကာရကောသလ္လကို ပြောကြားပုံ

ဥဂ္ဂဟကောသလ္လကို ပြောပြီးတော့ ဆယ်ပါးသော အခြင်း အရာအားဖြင့် မနုဿိကာရကောသလ္လကို ပြောကြားရပါဦးမယ်။ နှလုံးသွင်း ကျမ်းကျင်မှု ၁၀-ပါးဆိုတာ-

- (က) ဆံပင်အမွေးအစရှိတဲ့ အစဉ်အားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ၊
- (ခ) မမြန်သောအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ၊
- (ဂ) မနှေးလွန်းသောအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ၊
- (ဃ) ပျံ့လွင့်ခြင်းကို တားမြစ်သောအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ၊
- (င) ဆံပင်အစရှိတဲ့ အမည်ပညတ်ကို ကျော်လွန်သော အားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ၊
- (စ) အစဉ်အတိုင်း မထင်သည်ကို လွတ်သောအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ။
- (ဆ) အပ္ပနာအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ၊
- (ဇ-ဈ-ည) သုံးပါးသော သုတ္တန်နှင့်အညီ ဆင်ခြင်ပုံ-များ ဖြစ်တယ်။

အစဉ်အားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ

ဒီ ကာယဂတာသတိ ဒုတ္တိံ သာကာရကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်း ပွားများ အားထုတ်သူဟာ ဆံပင်၊ အမွေး-စသည်ဖြင့် အစဉ် အတိုင်း နှလုံးသွင်းရတယ်။ ခုန်ကျော်ခုန်ပေါက် နှလုံးမသွင်း ရဘူး၊ ခုန်ကျော် ခုန်ပေါက် နှလုံးသွင်းယင် ဥပမာအားဖြင့် ၃၂-ထစ်ရှိတဲ့ လှေကားကို မိုက်ကန်းကန်း လှေတယောက်က ခုန်ကျော် ခုန်ပေါက် တက်တော့ ဆင်းရဲပင်ပန်းပြီး လိမ့်ကျ တတ်သလို အဆုံးအထိ မရောက်သလိုပင် ဘာဝနာအလုပ်ဟာ

ဟုတ္တိပတ္တိမပြည့်စုံပဲလဲ ဖြစ်တတ်တယ်။ ဘာဝနာမှ လျော့ကျ
တတ်တယ်။ ဘာဝနာအပြီး အဆုံးသို့လဲ မရောက်နိုင်ဘူး၊
ဒါကြောင့် အစဉ်အတိုင်း နှလုံးသွင်းရတယ်။

(ခ) မမြန်လွန်းသောအားဖြင့် နှလုံးသွင်းပုံ

ပြီးတော့ မမြန်လွန်းသော အားဖြင့် နှလုံးသွင်းရတယ်၊
မြန်လွန်းယင်တော့ ဥပမာအားဖြင့် သုံးယူဇနာရှိတဲ့ ခရီးရှည်ကို
သွားသူမှာ သွားသင့်မသွားသင့်တဲ့ အရပ်ကို အမှတ်မထားပဲ
အလျင်အမြန် အကြိမ်တရာပင် သွားခြင်းပြန်ခြင်းကို ပြုပေမဲ့
ခရီးအဆုံးတော့ ရောက်ပါရဲ့ ဒါပေမဲ့ သွားတိုင်း သွားတိုင်း
ခရီးလမ်းကို မမှတ်မိလို့ မေးမြန်းလို့ချည်းသာ သွားသွားနေရ
တတ်တယ်။ ဒီလိုပဲ အလျင်အမြန် နှလုံးသွင်းယင် ကမ္မဋ္ဌာန်း
အဆုံးသို့ ရောက်ရုံမျှသက်သက်ပဲဖြစ်တယ်။ ပီပြင်ထင်ရှားမှု
ကတော့ မဖြစ်တော့ဘူး၊ တရားထူးကိုလဲ မရနိုင်ဘူး၊ ဒါကြောင့်
မမြန်လွန်းသောအားဖြင့် နှလုံးသွင်းရတယ်။

(ဂ) မနှေးလွန်းသောအားဖြင့် နှလုံးသွင်းပုံ

ပြီးတော့ ၃၂-ပါးသော ကောဋ္ဌာသကို မမြန်လွန်းသော
အားဖြင့် နှလုံးသွင်းသင့်သလို မနှေးလွန်းသောအားဖြင့်လဲ
နှလုံးသွင်းရတယ်။ အလွန်နှေးစွာ နှလုံးသွင်းတဲ့ ယောဂီအား
ဥပမာအားဖြင့် သုံးယူဇနာရှိတဲ့ ခရီးရှည်ကို နေချင်းပေါက်
သွားလိုသူအား လမ်းခုလတ်တွင် သစ်ပင်တောတောင် ဆည်
မြောင်း ရေကန် စသည်များမှာ ငေးမော အိပ်စက်ဖင့်နဲ့နေပါမူ

ခရီးအပြီးအဆုံးသို့ မရောက်နိုင်ဘူး။ နှစ်ရက် သုံးရက်ကြာမှ ပြီးဆုံးတယ်။ ဒီလိုပါပဲ။ ကမ္မဋ္ဌာန်းအပြီးအဆုံးသို့ မရောက်ပဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ တရားထူးရကြောင်း မဖြစ်ပဲရှိတတ်ပါတယ်။

(ဆ) ပျံ့လွင့်ခြင်းကိုမြစ်တစ်ချောင်း နှလုံးသွင်းပုံ

ပြီးတော့ ကာယဂတာသတိ ဒုတ္တိံ သာကာရ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းသူဟာ အပြင်ဘက်အာရုံအမျိုးမျိုးဆီ စိတ်ထွက်ခြင်း ကိုလဲ တားမြစ်ရတယ်။ မတားမြစ်ယင်တော့ အသူတရာနက်တဲ့ ချောက်ကမ်းပါးနှစ်ဖက်ကို ခြေတဖဝါးစာ နင်းလောက်ရုံမျှရှိတဲ့ လက်ကိုင်မပါ ကြမ်းပြားတံတားပေါ်မှာ ဖြတ်နင်းသွားစဉ် သတိမယှဉ်ပဲ ဟိုဟိုဒီဒီ ကြည့်ရှုငေးမောပြီး သွားသူဟာ လမ်း မှား ချော်ချွတ်ပြီး အသူတရာနက်တဲ့ ချောက်ထဲကျသွားရသလို တရားအားထုတ်သူ ယောဂီဟာ ကိုယ့်တရားကိုယ် ဂရုမပြုပဲ စိတ်ထွက်ပြီး အပြင်ပအာရုံများဆီ စိတ်ပျံ့လွင့်နေယင် ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားပျက်ပြားတယ်။ ဆုတ်ယုတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ပျံ့လွင့် ခြင်းကို တားမြစ်နှလုံးသွင်းရတယ်။

(ဇ) ပညတ်ကိုကျော်လွန်၍ နှလုံးသွင်းပုံ

ဒီကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းပွားများသူဟာ ဆံပင်၊ အမေးစတဲ့ အမည်ပညတ်ကို ကျော်လွန်ပြီး စက်ဆုပ်ဖွယ်-လို့ စိတ်ကိုထား ရတယ်။ သွားနေကျမဟုတ်သေးသော လမ်းခရီးခဲကို အသွား အပြန် အမှတ်အသားပြုပြီး သွားခါစမှာ သွားရ ပြန်ရ သော် လည်း သွားနေကျလို့ လမ်းဖုံပြီး မှတ်မိနေတဲ့အခါ မှတ်သား

စရာမလိုတော့သလိုပဲ နှလုံးသွင်းခါစက ဆံပင်၊ အမေးစသည်ဖြင့်
အမည်ပညတ်ဖြင့် မှတ်သားပြီး နှလုံးသွင်းရပေမဲ့ အာရုံ
ထင်ရှား အကြိမ်များလာတဲ့အခါ အမည် ပညတ်ကိုလွှတ်ပြီး
စက်ဆုပ်ဖွယ်အဖြစ်မျှသာ စိတ်ကိုထားရတော့တယ်။

(စ) အစဉ်အတိုင်း မထင်သည်ကိုလွှတ်ပြီး နှလုံးသွင်းပုံ

ဒီကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းပွားများ အားထုတ်တဲ့ယောဂီဟာ
အားထုတ်ခါစမှတော့

“ဆံပင်၊ အမေး၊ လက်သည်း ခြေသည်း၊ သွား၊
အရေ။

အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ခြင်ဆီ၊ အညှို့။

နှလုံး၊ အသည်း၊ အမြေး၊ အဖျဉ်း၊ အဆုတ်။

အူမ၊ အူသိမ်၊ အစာသစ်၊ အစာဟောင်း၊ ဦးနှောက်။

သည်းခြေ၊ သလိပ်၊ ပြည်၊ သွေး၊ ချွေး၊ အဆီခဲ။

မျက်ရည်၊ ဆီကြည်၊ တံတွေး၊ နှပ်၊ အစေး၊ ကျင်
ငယ်။” ဆိုတဲ့ အဆုံး ကောဋ္ဌာသသ္မိသာ ဆိုက်ပြီး တည်ပါ
တယ်။

တဖန်အားဖြင့်-

“ကျင်ငယ်၊ အစေး၊ နှပ်၊ တံတွေး၊ ဆီကြည်၊ မျက်
ရည်။

အဆီခဲ၊ ချွေး၊ သွေး၊ ပြည်၊ သလိပ်၊ သည်းခြေ။

ဦးနှောက်၊ အစာဟောင်း၊ အစာသစ်၊ အူသိမ်၊ အူမ။

အဆုတ်၊ အဖျဉ်း၊ အမြေး၊ အသည်း၊ နှလုံး။

အညှို့၊ ခြင်ဆီ၊ အရိုး၊ အကြော၊ အသား။

အရေ၊ သွား၊ လက်သည်း ခြေသည်း၊ အမွေး၊ ဆံပင်။”
ဆိုတဲ့ အစကောဋ္ဌာသသို့သာ ဆိုပြီး တည်ပါတယ်။

ယောဂီဟာ ကြိမ်ဖန်များစွာ နှလုံးသွင်းပါများတော့
ယောဂီအား နှလုံးသွင်းစဉ် တချို့ ကောဋ္ဌာသများဟာ ထင်
ကြတယ်။ တချို့ ကောဋ္ဌာသများကတော့ မထင်ကြတော့ဘူး။
အဲဒီအခါ အဲဒီယောဂီဟာ မထင်ရှားတဲ့ ကောဋ္ဌာသများကို
လွှတ်ထားခဲ့ပြီး ထင်ရှားတဲ့ ကောဋ္ဌာသများကိုသာ နှလုံးသွင်း
ဆင်ခြင်ရတယ်။ ဘယ်လောက်အထိလဲဆိုယင် ၃၂-ပါးထဲက
၂-ခုသော ကောဋ္ဌာသတို့သာ ထင်ကြသည်အထိ နှလုံးသွင်း
ဆင်ခြင်ရမယ်။ အဲဒီ ၂-ခုသော ကောဋ္ဌာသကလဲ တခုသော
ကောဋ္ဌာသသာ ထင်သည်အထိ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ရမယ်။ ဒီလို
အထင်ရှားဆုံး ကောဋ္ဌာသကိုသာ အဖန်တလဲလဲ နှလုံးသွင်း
နေယင် အပ္ပနာဈာန်ကို ရသွား ဆိုက်သွားတယ်။

ဒီ နှလုံးသွင်းနည်းနှင့် ပတ်သက်လို့ ဥပမာ ပြပါဦးမယ်။
ထန်း ၃၂-ပင်ရှိတဲ့ ထန်းတောမှာနေတဲ့ မျောက်သတ္တဝါကို
ဖမ်းယူလိုသူ မုဆိုးဟာ ဦးစွာ ပဌမ မျောက်နေတဲ့ ထန်းပင်
အိုရဲ့ အရှက်ကို မြားဖြင့်ပစ်ပြီး အော်ဟစ် ခြောက်လှန့်ရတယ်။

အဲဒီအခါ မျောက်ဟာ အစဉ်အတိုင်းပင် ထန်းတပင်ပြီး
တပင် ခုန်ပြီး ကူးကာ သွားတယ်။ နောက်ဆုံး အစွန်ဆုံးအပင်
ရောက်မယ်။ မုဆိုးကလဲ အဲဒီအစွန်ဆုံးအပင်အထိ လိုက်ပြီး
ထန်းရှက်ကို မြားဖြင့်ပစ်ပြီး အော်ဟစ် ခြောက်လှန့်တယ်။
ဒါနဲ့ မျောက်လဲ အစွန်ဆုံး ထန်းပင်မှတဖန် အစဉ်အတိုင်း

တပင်ပြီး တပင် ခုန်ကူးကာ သွားတယ်၊ နောက်ဆုံးတဖန် အစဆုံးအပင်ကို ပြန်ရောက်တယ်။

အဲဒီ မျောက်လဲ ဒီနည်းအတိုင်း အဖန်တလဲလဲ ခေါက်တုန့် ခေါက်ပြန် အစွမ်းကုန် ခုန်သွားနေရတော့ ဟစ်အော်ရာ ဟစ်အော်ရာမှာသာ ထပြီး အစဉ်အတိုင်း တခုသော ထန်းပင်သို့ ခုန်သွားပြီး အဲဒီ ထန်းပင်ရဲ့အလယ်မှာ ထန်းရွက်ဖူးတံကို မြဲစွာကိုင်လျက် မြားဖြင့်ပစ်သော်လဲ မထပဲ နေတော့တယ်။ ဒီအခါ မုဆိုးက* မျောက်ကို ဖမ်းယူလို့ရတယ်။

ဒီဥပမာအတိုင်းပင် မုဆိုးနဲ့တူတဲ့ ယောဂီဟာ မျောက်နှင့် တူတဲ့စိတ်ကို ထန်း ၃၂-ပင်နဲ့တူတဲ့ မိမိရဲ့ ၃၂-ပါးသော ကောဠာသင်္ကုယ်မှာ မြားဖြင့်ပစ်ဖောက် အကြိမ်ကြိမ် အော်ဟစ် ခြောက်လှန့်သလို ဆံပင်၊ အမွှေး စသည်ဖြင့် အနုလုံ ပဋိလုံ အစုန်အဆန် အဖန်ဖန် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ရတယ်။ မျောက် နားခိုရာအပင်ကိုသာ ဟစ်အော် ခြောက်လှန့်ပြီး မြားဖြင့် ပစ်သလို ထင်ရှားရာ ကောဠာသင်္ကုယ်သာ နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင် ရတယ်။ နောက်ဆုံး ကပ်ခိုတဲ့အပင်မှာ မျောက်ကို ဖမ်းယူသလို နောက်ဆုံး အထင်ရှားဆုံး ကောဠာသင်္ကုယ်သာ စွဲစွဲမြဲမြဲ နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ပြီးတော့ အပ္ပနာဆိုက်အောင် ပွားရတယ်။

(ဆ) အပ္ပနာဖြင့် နှလုံးသွင်းပုံ

ဒီကောဠာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းပွားသွားဟာ အပ္ပနာ ဖြစ်ရာ ကောဠာသအားဖြင့် ဆံပင်-စသည်တို့တွင် တခုခုသော ကောဠာသမှာ အပ္ပနာဖြစ်တယ်-လို့ သိရတယ်။ ဒါဟာ ဒီမှာ လိုရင်းပါပဲ။

(ဇ၊ ဈ၊ ည) သုံးပါးသောသုတ္တန်နှင့်အညီ နှလုံးသွင်းပုံ

ဒီနေရာမှာ သုံးပါးသော သုတ္တန်ဆိုတာ အဓိစိတ္တ သုတ္တန်၊ သီတိဘာဝသုတ္တန်၊ ဗောဇ္ဈင်္ဂကောသလ္လ သုတ္တန်တို့နှင့် အညီ နှလုံးသွင်းပုံပါပဲ။

ဒီသုတ္တန်တွေအကြောင်းကို၊ ဒီမှာဟောယင်တော့ အလွန် ကျယ်ဝန်းသွားမယ်၊ နောင်အကြောင်းညီညွတ်တဲ့အခါဟောပြု ပါမယ်၊ ဒီသုတ္တန် ၃-ပါးရဲ့ လိုရင်းအချုပ်ကတော့ လွန်ကဲ ထူးမြတ်တဲ့ သမထ ဝိပဿနာစိတ်ကို အားထုတ်တဲ့ ရဟန်းဟာ သုံးပါးသော နိမိတ်တို့ကို သင့်လျော်အောင် ပွားများရတယ်- တဲ့၊ သုံးပါးသော နိမိတ်ဆိုတာ (၁) သမာဓိ နိမိတ်၊ (၂) ဝီရိယ=ပက္ကဟ နိမိတ်၊ (၃) ဥပေက္ခာ နိမိတ်များပါပဲ။

သမာဓိ နိမိတ်ကိုချည်း နှလုံးသွင်းပြန်ယင်လဲ ထိုင်းမှိုင်း ပျင်းရိတဲ့စိတ်ဝင်လာပြီး တရားပျက်သွားနိုင်တယ်။

ပက္ကဟ နိမိတ်ချည်း နှလုံးသွင်းပြန်ယင်လဲ ကြောင့်ကြ ဗျာပါရများပြီး စိတ်ပျံ့လွင့်ကာ တရားပျက်နိုင်တယ်။

ဥပေက္ခာ နိမိတ်ချည်း နှလုံးသွင်းပြန်ယင်လဲ မိမိရဲ့ ဘာဝနာ စိတ်ဟာ အာသဝေါတရားများ ကုန်ရန်အတွက် ကောင်းစွာ မတည်ကြည်ပဲ ရှိတတ်တယ်။

ဒါကြောင့် တရားအလုပ်ကို အားထုတ်တဲ့အခါမှာ သတိ၊ သမာဓိ၊ ဝီရိယ၊ များ-မျှတအောင် မလျော့မတင်း စောင်းကြိုး ညှင်းဆိုတာလို အားထုတ်ရပါတယ်၊ ဒါမှလဲ ကိုယ်လိုလားတဲ့ သမထဝိပဿနာများ အားပြည့်ပြီး ဈာန်အပ္ပနာ ဝိပဿနာဉာဏ် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရောက်နိုင် ရနိုင်ပါတယ်။

ပရိကံပြုပုံ

ယခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ဆရာဖြစ်သူက ခုနစ်ပါးအပြားရှိတဲ့ ဥက္ကဟ ကောသလ္လနှင့် ၁၀-ပါး အပြားရှိတဲ့ မနသိကာရ ကောသလ္လကို သင်ယူပေးပြီးတဲ့အခါ ယောဂီဖြစ်သူက မိမိ အားထုတ်မည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စတင်ဆောင်ရွက်ဖို့ပါပဲ။ တရား အားထုတ်မည့် ယောဂီဟာ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာနှင့် တကျောင်း တည်းမှာ အတူနေရန် အကယ်၍ အဆင်ပြေယင်လဲ ကောင်း ပါတယ်။

ဆရာ့ထံမှာ အတူနေပြီး အားထုတ်မယ်ဆိုယင် ဆရာကလဲ ယခု ဟောခဲ့တဲ့အတိုင်း ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းကို တခါတည်း အကျယ် မဟောပဲ နဲ့နဲ့ခြင်းမှစပြီး ဟောရပါမယ်။ ယောဂီက အရှိန်ရလို့ ပေးထားတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျေပွန်မှသာ ရွှေဆက်ပြီး တရားကို တိုးတက်တိုးတက်ပြီး သင်ပေးရတယ်။

ဆရာနှင့် ယောဂီ တနေရာ တဒေသစီ ဝေးကွာစွာ အား ထုတ်ရမယ်ဆိုယင်တော့ ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းကို စောစောက ပြောခဲ့ သလိုပင် အကုန်လုံးသင်ပေးရပါလိမ့်မယ်။ အကောင်းဆုံးကတော့ ဆရာနှင့် နီးနီးကပ်ကပ်နေပြီး ဆရာရဲ့ အစောင့်အရှောက်ကို ခံယူကာ ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ယင် အကောင်းဆုံးပါပဲ။

ဆရာ့ထံက ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းကို ရလာပြီဆိုယင်တော့ ယောဂီ ဟာ ဖြတ်ပယ်သင့်တဲ့ ပလိဗောဓ ကြီးငယ်များကို ဖြတ်ပယ်ပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ရန် သင့်တော်တဲ့ သစ်ပင်ရင်းကို ဖြစ်စေ၊ တောအရပ်ကိုဖြစ်စေ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းကိုဖြစ်စေ ချဉ်းကပ်ပါ။

ချဉ်းကပ်ပြီးတော့ ယခုဟောခဲ့တဲ့ ကာယဂတာသတ္တိ ဒုတ္တိံ သာကာရ ကမ္မဋ္ဌာန်း (မိမိကိုယ်မှာ သတိပြုရတဲ့ ၃၂-ပါးသော ကောဋ္ဌာသ-ကို စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု နှလုံးသွင်း အားထုတ်တဲ့ အလုပ်) ကို အားထုတ်မည့် ယောဂီဟာ ရှေးဦးစွာ မတင့် မတယ် ရှုံ့ဖွယ်ထင်ကြောင်း အသုဘ နိမိတ်ကို ယူရပါတယ်။

ဘယ်လိုလဲဆိုယင် ၃၂-ပါးသော ကောဋ္ဌာသထဲက တစ ပဉ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်းတွင် ပါဝင်တဲ့ ကောဋ္ဌာသရဲ့အစ ဆံပင် တပင် နှစ်ပင်ကို နှုတ်ယူပြီး လက်ဝါးပြင်မှာ တင်ထားပါ။ ဆံပင်ရဲ့အဆင်းကို ရှေးဦးစွာ မှတ်သားပါ။ ခေါင်းရိတ်ရာ အရပ်မှာလဲ ဆံပင်တို့ကို ကြည့်ရှုဖို့သင့်ပါတယ်။ ဘုရားလက်ထက် တော်တုန်းက ပါရမီထူးသူများဟာ ဒီလို ခေါင်းရိတ်ယင်း ပြုတ်ကျလာတဲ့ ဆံပင်များကို ကြည့်ရှုယင်း တစပဉ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်း ကိုစီးဖြန်းရှုမှတ်လို့ လေးမင် လေးဖိုလ် ရောက်သွားသူများလဲ ရှိပါတယ်။

ဒါမှမဟုတ်ယင်လဲ ရေခွက်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ယာဂုခွက်မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် မိမိခေါင်းက ဆံပင်ထင်ပေါ်တဲ့ အရိပ်ကိုလဲ ကြည့်ရှု ထားရန် သင့်ပါတယ်တဲ့။ ဒါဟာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်းမှာ ပြထားတဲ့ ပရိကံပြုပုံပါပဲ။ ယခုခေတ်မှာ ဆိုယင်တော့ ပြဒါးထိန်းထားတဲ့ ‘မှန်’မှာထင်တဲ့ မိမိရဲ့ဆံပင်ကို ကြည့်ထားယင်လဲ ပိုပြီးတောင် ထင်ရှားစရာ ရှိပါတယ်။

ဒီလို မိမိဆံပင်များကို တနည်းနည်းနဲ့ မြင်ရအောင်ကြည့်ပြီး တော့ မည်းနက်တဲ့ အရွယ်ဆိုယင်လဲ “ဆံပင်များဟာ မည်းနက် ကြတယ်၊ ဆံပင်များဟာ မည်းနက်ကြတယ်” လို့ နှလုံးသွင်းပါ။ ဖြူသောအခါမှာဆိုယင်လဲ “ဆံပင်များဟာ ဖြူကြတယ်၊ ဆံပင်

များဟာ ဖြူကြတယ်”လို့ နှလုံးသွင်းပါ။ အမည်းအဖြူရေတံ့ အခါမှာဆိုယင်လဲ အမည်းကများယင်လဲ “မည်းနက်ကြတယ်၊ မည်းနက်ကြတယ်”လို့ နှလုံးသွင်းပါ။ အဖြူကများယင်လဲ “ဖြူကြတယ်၊ ဖြူကြတယ်”လို့ နှလုံးသွင်းပါ။ ဒီဆံပင်ကို နှလုံးသွင်း သလို အခြား ကောဠာသများကိုလည်း နှလုံးသွင်းရပါမယ် ဒီမှာတော့ ဆံပင် ကောဠာသလောက်သာ နမူနာပြအနေနဲ့ ဟောမှာပါ။

ကောဠာသများကို ပိုင်းခြားပုံ ပြဆိုချက်

ခုပြောခဲ့သလို အသုဘနိမိတ် ယူပြီးတော့ အားလုံးသော ကောဠာသများကို အဆင်း၊ သဏ္ဌာန်၊ အရပ်မျက်နှာ၊ တည်ရာ၊ အပိုင်းအခြားများရဲ့ အစွမ်းအားဖြင့် ပိုင်းခြား ဆုံးဖြတ်ပြီး တော့ အဆင်း၊ သဏ္ဌာန်၊ အနံ့၊ မှီရာအကြောင်း၊ တည်ရာ များရဲ့ အစွမ်းအားဖြင့် စက်ဆုပ်ဖွယ်ရှိပုံကို ပိုင်းခြားမှတ်သား ရမယ်။

ဆံပင်ကို ရှုမှတ် နှလုံးသွင်းပုံ

ကဲ... ယခု နမူနာအနေနဲ့ ဆံပင်ကိုနှလုံးသွင်းပုံ ပြကြပါစို့။ ဆံပင်များဟာ ပကတိအားဖြင့် မည်းနက်ကြတယ်၊ ပုံသဏ္ဌာန် အားဖြင့် ရှည်ပြီးလုံးကြတယ်၊ အရပ်မျက်နှာအားဖြင့် ခန္ဓာ ကိုယ်ရဲ့ အထက်ပိုင်းမှာ ရှိကြတယ်၊ တည်ရာအားဖြင့် နံပါး နှစ်ဖက်တို့၌ နားပန်စွန်းများဖြင့် ရှေ့ဖက်တွင် နဖူးပြင်အဆုံးဖြင့် နောက်ဖက်မှာ လည်ဂုတ်တွင်းဖြင့် ဆံပင်များကို ပိုင်းခြား တည်ရှိတယ်၊ ဦးခေါင်းခွံကို ရစ်ပတ်လျက် စွပ်စိုတဲ့ အရေဟာ

ဆံပင်များရဲ့ တည်ရာပဲ။ အပိုင်းအခြား အားဖြင့် တခုစီ တခုစီ
သော ဆံပင်များကို ဦးခေါင်းကို ရစ်ပတ်နေတဲ့ အရေ၌
စပါးလုံး အမြီးဖျားမျှ ဝင်ပြီးတည်တဲ့ အောက်ဖက်တွင် မိမိရဲ့
အမြစ်ပြင်ဖြင့် အထက်ဖက်ဝယ် ဟင်းလင်းပြင်ဖြင့် ဖီလာ
ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဆံပင်အချင်းချင်းဖြင့် ပိုင်းခြားလျက် ရှိတယ်။
နှစ်ခုသော ဆံပင်များဟာ တပေါင်းတည်း တည်ကြတယ်လို့
မရှိကြဘူး။ ဒါဟာ မိမိအဖို့ဖြင့် ပိုင်းခြားခြင်း သဘာဝပရိစ္ဆေဒ
ပဲ။ “ဆံပင်များဟာ အမွှေးများ မဟုတ်ကြကုန်၊ အမွှေးများဟာ
ဆံပင်များ မဟုတ်ကြကုန်” သည်နည်းဖြင့် ၃၁-ပါးသော
ကောဠာသမ္ပယုတ္တံ မရောနှောပဲ ဆံပင်ဟာ တသီးတခြား
ကောဠာသ အဖို့အစုပဲဆိုတာကို နှလုံးသွင်းရပါတယ်။ ဒီနည်း
ဟာ မိမိအဖို့မဟုတ်တဲ့ အခြားအဖို့ဖြင့် ပိုင်းခြားခြင်း ဝိသဘာဝ
ပရိစ္ဆေဒ-ပဲ။ ဒီ ဟောပြောခဲ့တဲ့နည်းဟာ ဆံပင်တို့ကို အဆင်းစသည်
ဖြင့် ပိုင်းခြား ဆုံးဖြတ်ခြင်းပါပဲ။

ဆံပင်ဆိုတာ အဆင်းအားဖြင့်လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ်

ပြီးတော့ ဆံပင်များရဲ့ စက်ဆုပ်ဖွယ်ဖြစ်ပုံကို ဒီလိုနှလုံးသွင်း
ရပါမယ်။ ဆံပင်ဆိုတာ ပြုပြင်ထားယင် ရုတ်တရက်တော့
နှစ်သက်စရာလိုလို ထင်ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူတိုင်း လူတိုင်း နေ့စဉ်
နေ့စဉ် စားသုံးရပါလျက် ဝ, နိုင်တယ်, မုန်းနိုင်တယ်-လို့ မရှိပဲ
အလွန်နှစ်သက် စွဲလမ်းပြီး စားပြီး-စားဆဲ-စားလတ် ဖြစ်တဲ့
စားဖွယ်သောက်ဖွယ် အဖျော်ယမကာ ထမင်းခွက်ထဲမှာ ချော
ပါတယ် လှပါတယ်-လို့ ပြောနေကြတဲ့ ဆံပင် ပါလာတာကို
မပြောနဲ့ဦး ဆံပင်နှင့် ဆင်တူယိုးမှာ မဲချည်မျှင် စသည်ကလေး

များကို မြင်တွေ့ရယင်ပင် “ဒီအဖျော်ရည်၊ ဒီထမင်းဟာ ဆံချည်
မျှင်ကြီးနဲ့ ရောနေတယ်၊ မစားချင်ဘူး၊ ရှံစရာပဲ၊ ဒီအဖျော်ရည်
ကို သွန်ပစ်လိုက်ကြ၊ ဒီထမင်းကို သွန်ပစ်လိုက်ကြ၊ ဒါမှမဟုတ်
ဒီဆံချည်မျှင်ကြီးကို ရွေးချယ်ယူပစ်လိုက်ကြစမ်းပါ” လို့ ဆိုပြီး
မသာယာကြဘူး၊ မနှစ်သက်ကြဘူး၊ တချို့များ ပျိုကြ အန်ကြ
တယ်၊ ဒါဟာ ဆံပင်ကို မြင်ရုံမျှနဲ့ စက်ဆုပ်တယ်-ဆိုတာ ထင်ရှား
တာပဲ၊ ခေါင်းပေါ်မှာ နေစဉ်တုန်းကလဲ ဒီဆံပင်ပဲ၊ စားဖွယ်
သောက်ဖွယ်ထဲ ပါလာတာလဲ ဒီဆံပင်ပဲ၊ ဒါပေမဲ့ ပုထုဇဉ်
သဘာဝ ခေါင်းပေါ်မှာ နေစဉ်တုန်းကတော့ ချောတယ်၊
လှတယ်-ထင်ကြတယ်၊ ကိုယ့်ဆံပင်ကိုရော သူ့ဆံပင်ကိုပါ
သဘောကျကြတယ်၊ ဒါကြောင့် အမျိုးမျိုး ပြင်ကြ ဆင်ကြ
အမျိုးမျိုး ပုံစံတွေ ပြုလုပ်ကြရတယ်၊ စားဖွယ်ထဲ ပါလာယင်
တော့ ရှံကြသတဲ့၊ အမှန်ကတော့ ဘယ်မှာနေနေ ရှံစရာဟာ
ရှံစရာပဲ၊ ဒါဟာ လူရှင်ရဲ့ ဆံပင် ရှိသေးတယ်၊ လူသေရဲ့ ဆံပင်
ဆိုယင် ပိုပြီး မရှံကြပေဘူးလား၊ (ရှံကြပါတယ်ဘုရား)။
ဟုတ်တယ်၊ ရှံရုံတွင်မကဘူး၊ ကျက်သရေမဲ့တယ်၊ နိမိတ်
မကောင်းဘူး၊ ဒါကြီးကို မြန်မြန်စွန့်ပစ်လိုက်ကြနဲ့ ပြောကြမှာ
ပါပဲ။

ဒါဟာ ဆံပင်ဆိုတာ အဆင်းအားဖြင့်လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ်
ကောင်းတယ်-ဆိုတာ မထင်ရှားဘူးလား ပရိသတ်များ၊
(ထင်ရှားပါတယ်ဘုရား)။ မြင်ရုံနဲ့လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ် မကောင်း
ဘူးလား ပရိသတ်များ၊ (စက်ဆုပ်ဖွယ် ကောင်းပါတယ်
ဘုရား)။

ဆံပင်ဆိုတာ အနံ့အားဖြင့်လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ်

နောက်ပြီးတော့ ဆံပင်ဟာ အနံ့အားဖြင့်လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ် ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆီလိမ်းခြင်း၊ ပန်းအမွှေးအထုံ စသည် များဖြင့် ဖုံးဖိ ပြုပြင် ကြရတယ်။ ဒီလို ဖုံးဖိ ပြုပြင်ခြင်း ကင်းတဲ့ အခါ ဆံပင်များရဲ့ အနံ့ဟာ ညှို့စို့စို့နံ့ပြီး အလွန် စက်ဆုပ် ဖွယ် ကောင်းပါတယ်။ ဆံပင်ရဲ့ အနံ့ဆိုးပုံကို မီးလျှံမှာထည့် ကြည့်ယင် ပိုပြီး အနံ့ဆိုးကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။

ဆံပင်ရဲ့ အနံ့ဟာ စက်ဆုပ်ဖွယ် ရှိတယ် ဆိုတာ ထင်ရှား ပြီလား ပရိသတ်များ၊ (ထင်ရှားပါတယ်ဘုရား)။ မထင်ရှားပဲ နေပါ့မလား၊ ဗင်ကိုယ်အားဖြင့်ကိုက စက်ဆုပ် ဖွယ်ပါ-လို့ ကိုယ်တော်တိုင် ဟောထားတော်မူခဲ့တာပဲ။ ဆံပင်ကို အဆင်း အားဖြင့် စက်ဆုပ်ဖွယ် ရှိတယ်လို့ မထင်ရှားဘူး ဆိုယင် ထားလိုက်ပါဦးတော့၊ အနံ့အားဖြင့်တော့ စက်ဆုပ်ဖွယ် မရှိ ဘူး-လို့ ဖုံးကွယ်လို့ ရပါအုံးမလား၊ (မရပါဘုရား)။

ဥပမာအားဖြင့် ပြရမယ်ဆိုယင် နို့စို့ရွယ် ကလေးငယ်ရဲ့ မစင်ကျင်ကြီးဟာ အဆင်းအားဖြင့် နန္ဒင်းရောင်လို့ ဝါဝင်း လှပ နေသလို ပုံသဏ္ဌာန်အားဖြင့်လဲ နန္ဒင်းခဲလို့ ပုံ့ပုံ့ကလေး ဆိုတော့ အမြင်အားဖြင့်ရော ပုံသဏ္ဌာန် အားဖြင့်ပါ လှပ မနေ ဘူးလား၊ (လှပါတယ်ဘုရား)။ လှပတယ်-လို့များ အနားတော့ သွားပြီး မကပ်လိုက်လေနဲ့ ကပ်လိုက်ယင် ပုပ်ဟောင်တဲ့ အနံ့က ကျန်တော်ဟာ စက်ဆုပ်ဖွယ် ရှိပါတယ်-လို့ ပြောပြနေသလို မနံစော်ဘူးလား၊ (နံစော်လှပါတယ်ဘုရား)။

ပြီးတော့ ခွေးကောင်ပုပ်ကို နမူနာအဖြစ် ကြည့်ပါဦး။ အမှိုက်ပုံမှာ စွန့်ပစ်ထားတဲ့ ခွေးနက်ရဲ့ ဖူးဖူးရောင်နေပုံ ကိုယ်ကောင်ရဲ့ ထန်းသီးမှည့်လို ညှိဝါရောင် ရောယှက်ပြီး ပြောင်ပြောင်လက်လက်လေး ဖြစ်နေပုံ ပုံသဏ္ဌာန်အားဖြင့် မရိုးစည်လို လုံးပြီး ချောနေပုံ အဲဒီ ခွေးနက် သေကောင်ရဲ့ အစွယ်များ သွားများဟာလဲ မြတ်လေးပန်းငုံသဖွယ် တင့်တယ် လှပ နေတယ်လို့ ထင်ရတယ်။ မထင်ရဘူးလား ပရိသတ်များ။ (ထင်ရပါတယ်ဘုရား)။

လှတယ် ချစ်စရာ ကောင်းတယ်-ဆိုပြီး အနားကို သွားပြီး ကပ်လိုက်ယင်တော့ ဘယ်လို နေမလဲ ပရိသတ်များ။ (ပုပ်စော် နံလှပါတယ်ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်။ မလွဲမရှောင်သာလို့ အနားကို ကပ်ကြရသူ များဟာ နှာခေါင်းကိုလဲ ရှုံ့ကြတယ်။ လက်ကိုင်ပုဝါနဲ့လဲ ပိတ်ကြရတယ်။ ဒီလိုပါပဲ တချို့မှာ ပိတုံးရောင်ကေသာလေးဟဲ့ ဘာဟဲ့ ညာဟဲ့-နဲ့ ချီးမွမ်း ထောမနာ ပြုကြပေမဲ့ အပြုအပြင် ကင်းတဲ့ အခါမျိုးမှာများ ခေါင်းနားသွားကပ်ယင် ဘယ်လို နေသလဲ ပရိသတ်များ။ (နံလို့ နောက်ဆုတ်လိုက်ရပါတယ် ဘုရား)။ ဟုတ်လား ပရိသတ်များ။ (ဟုတ်ပါတယ်ဘုရား)။ ဪ-ဒီလိုဆိုယင် အနံ့ကတကယ်ဆိုးပါလားနော်။ ဘုန်းကြီး တို့ကတော့ အနားမကပ်ဘူးလို့ မသိဘူး။ ပရိသတ် များကတော့ မယုံမရှိနဲ့ ကိုယ်တွေ့မို့ ထောက်ခံနိုင်ကြတယ်နော်။ (ထောက်ခံ နိုင်ကြပါတယ်ဘုရား)။ ဒါဟာ လူရှင်ရဲ့ ဆံပင်နော်။ လူသေရဲ့ ဆံပင်ဆိုယင် သူ့အနားကို ကပ်ချင်သူများ ရှိသလား။ (မရှိပါ ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ တခါတုန်းက ဘုန်းကြီး အသုဘရှု တခုကို လိုက်သွားရာ ခေါင်းမသွင်းခင် ဆံပင် ကောင်းကောင်း အိမ်သို့ရဲ့ အလောင်းနားမှာ သွယ်ယောက်ျားက သွားကပ်ပြီး “အမယ် လေး၊ မင်း ငါ့ကို ပစ်သွားတော့ မလားကွယ်”နဲ့ လူရွှေ သူရွှေ တွင် သွန်ခေါင်းနဲ့ ကပ်လိုက်ရာ “အား”ဆိုပြီး မီးခဲနဲ့ ထိမိ သလို ချက်ချင်း ပြန်ဆုတ်လာတာကို မြင်ရဘူးတယ်၊ ဒါဟာ မွေးလို့လား နံလို့လား၊ (နံလို့ပါဘုရား)။

ဆံပင်ဆိုတာ မှီရာအားဖြင့်လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ်

ဒီဆံပင်များဟာ အဆင်းသဏ္ဌာန် အနံ့ အားဖြင့်သာ စက်ဆုပ်ဖွယ် ကောင်းသေးတာမဟုတ်ဘူး၊ မှီရာအားဖြင့်လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ် ကောင်းပါတယ်၊ ဥပမာအားဖြင့် မစင်တိုင်း မစင်ရေ အညစ်အကြေးတွေကို စွန့်ပစ်ထားတဲ့ ရွာနီးနောက်ပါး မှာ ပေါက်ရောက်တဲ့ ဟင်းရွက်များဟာ မြို့သုမြို့သား လူများ အား စက်ဆုပ်ဖွယ်ဖြစ်လို့ မသုံးဆောင်ကြဘူး၊ မြို့သားပဲ ဖြစ်ဖြစ် တောသားပဲဖြစ်ဖြစ် အညစ်အကြေးပေါ်မှာ ပေါက်တဲ့ ဟင်းသီး ဟင်းရွက်ကို ချက်စားနိုင်ပါ့မလား၊ (မစားနိုင်ပါ ဘုရား)။

ဒီလိုပါတဲ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ သွေး၊ ပြည်၊ သလိပ်၊ ကျင်ငယ်၊ ကျင်ကြီး စသည်တွေ စုဝေးနေတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးပဲ၊ အဲဒီလို မစင်မကြယ် ရှုံ့ဖွယ်ဖြစ်တဲ့ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်၊ သွေး၊ ပြည်များရဲ့ အကျိုးဆက်အဖြစ်နဲ့ ပေါ်ပေါက်လာတဲ့ ဆံပင်-ဆိုတာလဲ နှစ်သက်စရာ ကောင်းမလား၊ ရှုံ့ဖွယ်ရာ

ကောင်းမလား ဘယ်လိုလဲ ပရိသတ်များ၊ (ရုံဖွယ်ရာ ကောင်း ပါတယ်ဘုရား)။ ဒါကြောင့် ဆံပင်များဟာ မှီရာအားဖြင့်လဲ စက်ဆုပ်ဖွယ် ကောင်းတယ်-ဆိုတာ မထင်ရှားဘူးလား၊ (ထင်ရှားပါတယ်ဘုရား)။

ဆံပင်များဟာ မစင်ပုံမှာ ပေါက်တဲ့ မှိုကဲ့သို့ ၃၁-ပါးသော ကောဠာသဗ္ဗဒ္ဓါမှာ ဖြစ်ပေါ်ကြတယ်။ အဲဒီ ဆံပင်များဟာ သုသာန် အမှိုက်ပုံစံသည်များမှာ ပေါက်တဲ့ ဟင်းရွက်ကဲ့သို့ပင် မစင်မကြယ်တဲ့ ကိုယ်အရပ်မှာ ဖြစ်ကြတာမို့ အလွန်ပင် စက်ဆုပ်ဖွယ် ကောင်းကြတယ်။ ဒါဟာ ဆံပင်များရဲ့တည်ရာ အရပ်အားဖြင့် စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်းပုံပါပဲ။ ဆံပင်များဟာ စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်းသလို ကျန်တဲ့ ၃၁-ပါးသော ကောဠာသ များလဲ ဒီပုတ်ထဲကပဲ။ ဒီအတိုင်းပင် စက်ဆုပ်ဖွယ်ချည်းပါပဲ အကျယ်သိချင်ကြယင်တော့ **ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီးရဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မြန်မာပြန်ကျမ်းများ** ကိုသာ ကြည့်ကြ ပါတော့-လို့ ညွှန်ကြားပါတယ်။

တလောကလုံးစက်ဆုပ်ဖွယ်

ယခု ဟောပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ရွတ်ဆိုခြင်း စိတ်ဖြင့်နှလုံး သွင်းခြင်း စသည်ဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ပွားများပါ များသော် ၃၂-ပွင့်ရှိတဲ့ ပန်းကို ကြိုးမှာ သိကုံးထားတာကို မျက်စိကောင်းသူက ကြည့်ယင် မြင်ရသလို “ဆံပင်တို့သည် ရှိကုန်၏” စသည်ဖြင့် နှလုံးသွင်းတိုင်း သွင်းတိုင်းပင် ၃၂-ပါး သော ကောဠာသများဟာ ယောဂီရဲ့ဉာဏ်ထဲမှာ မရှေးမနှောင်း တခုပြီးတခု ပေါ်လွင် ထင်ရှားလာတယ်။

ဒါကြောင့် ယောဂီဟာ မိမိကိုယ်ကို ရှုဆင်ခြင်ယင်းပင် “ငါ့ကိုယ် ငါ့ဟာ” ရယ်လို့ ဘာတခုမျှ မတွေ့ရတော့ပဲ စက်ဆုပ်ဖွယ် ၃၂-ပါးသော ကောဠာသ အစုအပုံမျှကိုသာ တွေ့မြင်တော့တယ်။ မိမိကိုယ်ဟာ ၃၂-ကောဠာသ-ဆိုတဲ့ စက်ဆုပ်ဖွယ်မျှသာရှိသလို သူတပါး ကိုယ်ခန္ဓာဆိုတာတွေလဲ “ဒီလို ၃၂-ကောဠာသ စက်ဆုပ်ဖွယ် အစုအပုံမျှပဲ” လို့ ထင်မြင်လာတယ်။

ငါ သူတပါး လူနတ်သတ္တဝါ-ရယ်လို့ မရှိတော့ပဲ တလောကလုံး ၃၂-ပါးသော ကောဠာသ အစုအပုံမျှပဲ-လို့ ထင်မြင်လာတယ်။ ဒီအခါမှာ ၃၂-ကောဠာသ ရှုတ်ဖတ်နှလုံးသွင်းခြင်းအစဉ်ကို လွှတ်ပြီး “စက်ဆုပ်ဖွယ်၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်” လို့သာ အဖန်တလဲလဲ နှလုံးသွင်းတော့တယ်။ ဒီလို ထင်ရှားလာတဲ့ စက်ဆုပ်ဖွယ် အသုဘသညာဟာ ယောဂီရဲ့ ဉာဏ်ထဲမှာ စူးဝင်နေသလို ထင်ရှားနေတယ်။ ဒါဟာ အပ္ပနာဆိုက်လာတဲ့ သဘောပါပဲ။

သမထ-သမာဓိ-အပ္ပနာဈာန်

ဒီလို ဈာန်အပ္ပနာဆိုက်လာသည်အထိ ယောဂီမှာ သမထ သမာဓိဈာန်ရလာပုံကို ပြန်လည်ပြီး အကျဉ်းချုပ်တင်ပြပါဦးမယ်။

သီလဝိသုဒ္ဓိ

တရားအားထုတ်ရန် ဆရာထံသို့ ဘုရားထံမှာ သီလဆောက်တည်ပြီး စောင့်ထိန်းလို့ သီလ စင်ကြယ်နေတာက သီလ

ဝိသုဒ္ဓိပဲ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာ အရပ်ကို ချဉ်းကပ်ပြီးတော့ ဆရာ
ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း မပြတ်မလပ် ၃၂-ပါးသော ကောဠာသ
မ္ပားကို ငါးပါးတစု ခြောက်ပါးတစု စသည်ဖြင့် အနှလုံ
ပဋိလုံ အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် ရုတ်ပွားနှလုံးသွင်းနေစဉ် အစပိုင်း
မှာတော့ မိမိကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံမှတစ်ပါး စိတ်တွေက ဟိုသွား
ဒီသွား သွားနေတယ်၊ အဲဒါဟာ နီဝရဏတရားတွေရဲ့ အဆိုး
အပိတ်ကို ခံရတာပဲ။

နီဝရဏငါးပါး

ကာမဂုဏ် အာရုံတွေနှင့်စပ်ပြီး နှစ်သက်လိုချင်စိတ် တွယ်
တာကပ်ငြိစိတ်ပေါ်လာတာက ကာမစ္ဆန္ဒ-ပဲ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်ပျက်
ဝမ်းနည်းအားငယ်စိတ်တွေ ပေါ်တာက ဗျာပါရ နီဝရဏပဲ၊
လိုချင်တာရယ်- စိတ်ဆိုးတာရယ်- လို့လဲ မထင်ရှား စိတ်တွေ
ပြောင်းဆန်အောင် ထွက်ပြေးတာ၊ ပြုခဲ့ပြီး အကုသိုလ်၊ မပြုခဲ့
မိတဲ့ ကုသိုလ်တွေနှင့်စပ်ပြီး နောင်တတဖန် ပူပန်တဲ့ သဘော
တွေက ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ နီဝရဏပဲ၊ ထိုင်းမှိုင်း ပျင်းရိတဲ့
သဘောက ထိနမိဒ္ဓ နီဝရဏ ပဲ။ တရားနည်းလမ်း၊ တရားကို
ဟောခဲ့တဲ့ဘုရား၊ တရားကို လိုက်လံ ကျင့်ကြံ အားထုတ်နေတဲ့
သံဃာ၊ ကြောင်းကျိုးဆက် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားများအပေါ်
မှာ ဟုတ်လေသလား၊ မဟုတ်လေသလား လို့ ယုံမှား တွေး
တောတာက ဝိစိကိစ္ဆာ နီဝရဏ-ပဲ။

စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ

အဲဒီလို နီဝရဏ ငါးမျိုးတွေ ပေါ်လာသော်လဲ ဒါတွေကို
လျစ်လျူရှုပြီးတော့ ကိုယ်နှလုံးသွင်းနေကျ ဆံပင်၊ အမေး--

စသည်များကိုသာ ဆက်လက် နှလုံးသွင်းနေယင်းပင် အရှိန်ရ
တော့ အဲဒီ စိတ်ကူး နီဝရဏတွေ စင်ကြယ်ပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်း
အာရုံမှာသာ စိတ်က ကပ်လျက် ကပ်လျက် တည်လာတယ်။

ဥဂ္ဂဟနှင့် ပဋိဘာဂနိမိတ်

ဆံပင် စသည်များရဲ့ အဆင်း၊ သဏ္ဌာန်၊ အရပ်၊ တည်ရာ
အပိုင်းအခြားများရဲ့ အစွမ်းဖြင့် ထင်ရှားလာခြင်းဟာ ဥဂ္ဂဟ
နိမိတ်ပဲ။

အဲဒီလို နှလုံးသွင်းယင်း ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း “ကောဠာသ
အားလုံး စက်ဆုပ်ဖွယ်”လို့ ထင်မြင်လာတာက ပဋိဘာဂ
နိမိတ်ပဲ။

အပ္ပနာဈာန်ဆိုတာ

ဒီပဋိဘာဂနိမိတ်လျှင် အာရုံရှိတဲ့ နှလုံးသွင်းမှုကို အဖန်
တလဲလဲ နှလုံးသွင်းပါများတော့ စိတ်ကလေးဟာ ကမ္မဋ္ဌာန်း
အာရုံထဲမှာ ဝင်နေသလို ထင်ရှားလာတယ်။ ဒီတိုင် အာရုံကို
ကြံစည်တဲ့ ဝိတက်၊ အာရုံကို သုံးသပ်တဲ့ ဝိစာရ၊ စိတ်ထဲ
ဝမ်းသာ လှိုက်လှဲစွာနဲ့ ကြက်သီးမွေးညင်း ထလာတဲ့ ပီတိ၊
ပီတိရှိန်နှင့် မရှေးမနှောင်း တကိုယ်လုံး ချမ်းသာရေနှင့်
လောင်းတားသလို စိမ့်ပြီး ကိုယ်ရော၊ စိတ်ပါ ချမ်းသာနေတဲ့
သုခ၊ စက်ဆုပ်ဖွယ် အသုဘသညာထဲမှာ စိတ်က ဝင်နေသလို
စူးစိုက် တည်ကြည်နေတဲ့ ကေဂ္ဂတာ-ဆိုတဲ့ ပဌမ ဈာန်တွေ
ဖြစ်နေတာဟာ အပ္ပနာဆိုက်တယ် ခေါ်တာပဲ။

စက်ဆုပ်ဖွယ်နှင့် နိလကသိုဏ်းမှ ဈာန်ရပုံ

ပဋိက္ခလ မနသိကာရ အသုဘသညာအနေနဲ့ အရနိုင်ဆုံးဟာ ဒီ ပဌမဈာန်ပါပဲ။ အဲ...ခုနင်က ပြောခဲ့တဲ့ ၃၂-ပါးကောကောဠာသတေ့ကို နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ယင်း “ဆံပင်ဆိုတဲ့ ကောဠာသ တခုတည်းမှာ စက်ဆုပ်ဖွယ် အသုဘသညာ” နှလုံးသွင်း ထင်မြင်နေယင်လဲ ဒီ ပဌမဈာန်ကိုသာ ရနိုင်တယ်။ အဲဒီ ဆံပင် ကောဠာသကို ရှုမှတ် နှလုံးသွင်းယင်း ဆံပင်ရဲ့ မည်းနက်တဲ့အဆင်းကို အာရုံနိမိတ်ထင်ပြီး “မည်းနက်တယ်၊ မည်းနက်တယ်” လို့ နှလုံးသွင်းယင်း ဆံပင်ပျောက်ပြီး အညိုရောင်ကလေး တခုတည်းသာ စိတ်အာရုံမှာ ထင်ထားလို့ပဲ “ညိုတယ်၊ ညိုတယ်” လို့ချည်း ရှုမှတ် နှလုံးသွင်းနေယင်တော့ နိလကသိုဏ်းကနေ အပ္ပနာဆိုက်ကာ တိုးတက်လာယင်တော့ ပဉ္စကနည်းအရ ဈာန်ငါးပါးလုံး စတုတ္ထနည်းအရ ဈာန် ၄-ပါးလုံးကို ရနိုင်ပါတယ်။

စတုတ္ထနည်းအရ ဈာန် ၄-ပါးဆိုတာ- ခုနင်က ပြောခဲ့တဲ့ ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ-ဆိုတဲ့ ဈာန်အင်္ဂါငါးပါး ရှိတဲ့ ပဌမဈာန်။

ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ-ဆိုတဲ့ အင်္ဂါ ၃-ပါးရှိတဲ့ ဒုတိယဈာန်။

သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ-ဆိုတဲ့ အင်္ဂါ ၂-ပါးရှိတဲ့ တတိယဈာန်။

ဥပေက္ခာ၊ ဧကဂ္ဂတာ-ဆိုတဲ့ အင်္ဂါ ၂-ပါးရှိတဲ့ စတုတ္ထဈာန်တွေပါပဲ။ ဒီ ဈာန်တွေကနေပြီး ပွားလို့မယ် ဆိုယင်တော့ အဘိညာဏ် အထူးတွေကိုလဲ ရနိုင်ပါတယ်။ ဒါဟာ ဒုတ္တိံသာ

ကာရ ကာယဂတာသတိမှ တဆင့် ကသိုဏ်းကိုဆက်ပြီး စျာန် အဘိညာဏ်များကို ရနိုင်ပုံ အမြက်မျှပါပဲ။

သူ့ချည်းသက်သက်ဆိုယင် ဒါဟာ အရ နိုင် ဆုံး ပါ ပဲ၊ အရောက်နိုင်ဆုံး ဗြဟ္မာ့ပြည်ပါပဲ။ ဗြဟ္မာ့ပြည် ရောက်နေယင် စျာန်အဟုန် မကုန်မချင်း ကမ္ဘေကမ္ဘာရှည်ကြာစွာပင် စိတ်ညစ် ကိလေသာတွေ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်အားဖြင့် ဝေးကွာပြီးတော့ နေပါတယ်။ ဒါလဲ အထိုက်အလျောက် စိတ်ညစ်ကင်းနေပုံ ပါပဲ။ အဲဒီ စျာန်အဟုန်ကုန်လို့ လူ့ပြည် ပြန်ရောက်လာယင် တော့ ဒွါရနှင့် အာရုံဆုံတဲ့ အခါမှာ စိတ်ညစ် ကိလေသာတွေ ကတော့ ပေါ်မြဲ ပေါ်ဦးမှာပဲ။ အဲဒီ စိတ်ညစ် ကိလေသာ တွေကို မထိန်းနိုင်ယင် အကုသိုလ် ဒုစရိုက်တွေကို ကျူးလွန်တဲ့ ဝိတိက္ကမ ကိလေသာတွေလဲ ဖြစ်မြဲ ဖြစ်ဦးမှာပဲ။ အဲဒီလို ဖြစ်လာယင်တော့ အပါယ် ၄-ပါးကို ကျရောက်ပြီး သံသရာ လည်ဦးမှာပဲ။

သမထယာနိက ဝိပဿနာ

အဲဒီလို အပါယ်ကို ဘယ်တော့မှ မကျချင်တော့ယင် သံသ ရာ မလည်ချင်တော့ယင်တော့ ဒီ ဝတ္ထုမှာလာတဲ့ ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်တို့ကို ဒီဒုတ္တိ သာကာရ ကာယဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းရဲ့ အစွမ်းဖြင့် ရလာတဲ့ သမထသမာဓိတွေ စျာန်တွေ ကို ထပ်ပြီး ရှုမှတ်ရတယ်။

ဒါတွေက မိမိသန္တာန်မှာ ရှုယင်း မှတ်ယင်း နှလုံးသွင်းယင်း ဖြစ်နေတာမို့ ထင်ရှားပါတယ်။ ဒွါရနှင့် အာရုံဆုံလို့ ဖြစ်ပေါ်

လာတဲ့ သမာဓိဈာန်များကို သေသေချာချာ စူးစိုက်ပြီး ရှုနေ
ယင် ကုန်နေတာ ပျက်နေတာကို ထင်ရှားတွေ့ရမယ်။ ဒီတုန်း
မကသေးပါဘူး။ သမာဓိ-ဈာန်စိတ်များရဲ့တည်ရာ မိမိကိုယ်ခန္ဓာ
နှင့် နှလုံးသွင်းနေတဲ့ စိတ်နှာမ်တရားတွေကိုလဲ ကုန်ပျက်နေကြ
တာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာကူးချင်တဲ့ သမထ ယောဂီဟာ ရရှိ
လာတဲ့ မိမိရဲ့သမထ-သမာဓိ ဈာန်စိတ်ကို ပြန်လည်ရှုရတယ်။
အာရုံကိုကြံစည်တာ ထင်ရှားယင် “ကြံစည်တယ်၊ ကြံစည်
တယ်”လို့ ရှုမှတ်ရပါတယ်။ အာရုံကို သုံးသပ် ထင်ရှားယင်လဲ
“သုံးသပ်တယ်၊ သုံးသပ်တယ်”လို့ ရှုမှတ်ရတယ်။ ဝမ်းသာတာ
ကို တွေ့ယင်လဲ “ဝမ်းသာတယ်၊ ဝမ်းသာတယ်”လို့ ရှုမှတ်ရပါ
တယ်။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ချမ်းသာနေတာကို တွေ့ရယင်လဲ
“ချမ်းသာတယ်၊ ချမ်းသာတယ်”လို့ ရှုမှတ်ရတယ်။ စိတ်ကလေး
က တရားအာရုံမှာ တည်ငြိမ် စူးဝင်နေတာကို တွေ့ရယင်လဲ
“တည်ငြိမ်တယ်၊ တည်ငြိမ်တယ်”လို့ ရှုမှတ်ရတယ်။

ဒီလိုရှုမှတ်နေယင် အရှုမှတ်ခံ အာရုံရုပ်နာမ်တွေရော၊ ရှုမှတ်
နေတဲ့ စိတ်ရော ကုန်ကုန်နေတာ ပျက်ပျက်နေတာကို ထင်
ရှားစွာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီက နေပြီး ဆက်ရှုယင်တော့
ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ပြည့်စုံပြီး မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကိုရသွားနိုင်ပါ
တယ်။ ဒီအခါမှာ စိတ်ညစ်ကင်းပုံက ဆောက်တည်ထားတဲ့
သိလစင်ကြယ်တာက သိလဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်တယ်။ ဒီလို သိလဝိသုဒ္ဓိ
ဖြစ်နေခိုက်မှာ ကိုယ်နှုတ်နဲ့ လွန်ကျူးတဲ့ ဝိတိက္ကမ ကိလေသာတွေ
ငြိမ်းနေတယ်။ မရှုမှတ်လျှင် ငါပဲ သူပဲ၊ မြဲတယ်၊ ကောင်း

တယ်၊ ချမ်းသာတယ်”လို့ စွဲဝင်ကိန်းဝပ်နိုင်တဲ့ အာရမ္မဏာ နုသယတွေလဲ စွဲဝင် ကိန်းဝပ်ခွင့်မရပဲ ငြိမ်းနေတယ်။ အာရုံထဲ မှာပင် မစွဲဝင် မကိန်းဝပ်ယင် စိတ်ထဲမှာ ပေါ်လာနိုင်တဲ့ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာတွေလဲ အဲဒီ ရှုမှတ်မိတဲ့ အာရုံနဲ့ပတ်သက်ပြီး မပေါ်လာနိုင်တော့ဘူး။ သူလဲ ငြိမ်းနေတယ်။ အကယ်၍ ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ ဖြစ်ယင် သူ့ကို မထိန်းနိုင်လို့ ကိုယ်နှုတ်နဲ့ ကျူးလွန်နိုင်တဲ့ ဝိတိက္ကမ ကိလေသာတွေလဲ ငြိမ်းနေတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ခိုက်မှာကို ကိလေသာသုံးမျိုးလုံး ငြိမ်းနေတယ်။ စိတ်ညစ်လဲ ကင်းနေတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ပြည့်စုံပြီး အရိယာမဂ်ဖိုလ် ရောက်သွားယင်တော့ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ မဂ်ဉာဏ်က ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ သန္တာနာနုသယတွေကို အပြတ်ပယ်လိုက်တယ်။ နောက်ထပ် ဘယ်တော့မှ မဖြစ်တော့ဘူးတဲ့။

ဒါကြောင့်မို့ ဒီမာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက “ရဟန်းတရားဆိုတာ ဘာလဲဘုရား”လို့ မေးတဲ့အမေးကို ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်တို့တွင် အကြီးဆုံး မထေရ်ကြီးက “ဥပါသိကာမကြီး၊ ရဟန်းတရားဆိုတာ ၃၂-ပါးသော ကောဠာသတွေကို ရှုတ်ဆိုလုံးသွင်းကြတယ်။ မိမိကိုယ်ခန္ဓာမှာ ကုန်ခြင်း ပျက်ခြင်း သဘောကို ရှုမှတ်ကြတယ်။ ဒါဟာ ရဟန်းတရား ခေါ်တယ်”လို့ ဖြေကြားတော်မူတဲ့ တရားဟာ သမထယာနိကဝိပဿနာ နည်းပါးလို့ ဘုန်းကြီးက ရှင်းပြတာပါ။

သုဒ္ဓဝိပဿနာရှုနည်း

အခု ဘုန်းကြီးတို့ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ သြဝါဒအတိုင်း ဘုရားဟောနှင့်အညီ ပြသနေတဲ့နည်း

ကတော့ သမထမဖက် ဝိပဿနာသက်သက် ရှုမှတ်တဲ့ သုဒ္ဓိ
ဝိပဿနာရှုနည်းတဲ့၊ ဒီမှာလဲ သီလဝိသုဒ္ဓိမှာ တည်ပြီးတော့
ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ် ချဉ်းကပ်ကာ ဆရာသမားများ ညွှန်ကြားတဲ့
အတိုင်း ဒွါရနှင့်အာရုံ ဆုံတိုင်း ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်ကြောင်း
ကျိုးများကို ရှုမှတ် ပွားများယင်း စိတ်ထွက် စိတ်ပျက်ကင်းပြီး
မှတ်စိတ်ချည်း စင်ကြယ်လာတဲ့ ခဏိကသမာဓိတော့ပပါတာပါ။
သမာဓိမပါယင်တော့ ဉာဏ်မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ အဲဒီ ခဏိကသမာဓိ
ရတော့ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်တယ်၊ အဲဒီ သီလဝိသုဒ္ဓိနဲ့ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ
၂-မျိုးမှာ တည်ပြီး ရှုမှတ်လိုက်ယင် ဝိပဿနာဉာဏ်များဟာ
ထင်ထင်ရှားရှားကို တွေ့ရပါတယ်။

အဲဒီနည်းကို အားထုတ်ပုံကတော့ သွားယင် “သွားတယ်၊
သွားတယ်” လို့ ရှုမှတ်ရတယ်၊ ရပ်ယင်လဲ “ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်”
လို့ ရှုမှတ်ရတယ်၊ ထိုင်ယင်လဲ “ထိုင်တယ်၊ ထိုင်တယ်” လို့ ရှုမှတ်
ရပါတယ်၊ အိပ်ယင်လဲ “အိပ်တယ်၊ အိပ်တယ်” လို့ ရှုမှတ်
ရပါတယ်။

ထိုင်ယင်း ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ ရတနာသုံးပါးအား ရှိခိုး
ဝပ်တွားပြီးတဲ့အခါ ရှင်ရဟန်းဆိုယင် ရှင်ရဟန်းဆိုင်ရာသီလကို
စင်ကြယ်အောင် လုပ်ပါ၊ လူဆိုယင် အနဲဆုံး ငါးပါးသီလကို
ဆောက်တည်ပါ၊ ဒါထက်တတ်နိုင်ရင် ၈-ပါးသီလကို ဆောက်
တည်ပါ၊ ဆောက်တည်ပြီးယင် သစ်ပင်ရင်းကို ဖြစ်စေ၊ တော
အရပ်ကို ဖြစ်စေ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်ကို ဖြစ်စေ ချဉ်းကပ်ပါ။

တရားထိုင်မည့် နေရာကိုရောက်ယင် မညှပ်မဖိပဲ ချောင်
ချောင်ချိချိ တင်ပလွှင်ခွေပြီး ထိုင်ပါ၊ ကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်

မတ်မတ် ထားပါ။ မျက်စိကို မှိတ်ထားပါ။ အသက်ကို မှန်မှန်ပဲ ရှုရှိုက်ပါ။ ဒါကို ဆောင်ပုဒ် ဆိုကြပါဦးစို့။

၁။ ဖောင်းတာ ပိန်တာ၊ ဝမ်းဗိုက်မှာ၊ မှတ်ပါ သတိယှဉ်။

ဝမ်းဗိုက်က အသက်ရှူတိုင်း ဖောင်းပိန်နေတဲ့ ဝါယော ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်ကလေးကို ဖောင်းလာယင် “ဖောင်းတယ်” ပိန်ကျ သွားယင် “ပိန်တယ်” လို့ မှတ်ပါ။ ဒါက စိတ်ထဲကသာ ဆိုပြီး မှတ်ရမှာ၊ ပါးစပ်က အသံထွက်ဖို့ မလိုပါဘူး။

၂။ မြင်ယင်မြင်တယ်၊ မှတ်ချမယ်၊ ပျောက်ကွယ် ဖောင်းပိန်ပင်။

အဲဒီလို ဖောင်းတာ ပိန်တာ မှတ်နေတုန်း မြင်တာလေး ပေါ်လာယင် ဖောင်းတာ ပိန်တာကို လွှတ်ထားခဲ့ပြီးတော့ “မြင်တယ်၊ မြင်တယ်” လို့ မှတ်ပါ။ အဲဒီ မြင်တာကလေး ပျောက်သွားယင် ကိုယ်ရှုမှတ်နေကျ ဖောင်းတာ ပိန်တာ လေးပဲ ပြန်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ပါ။

၃။ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ စိတ်ကူးရှိ၊ မှတ်သိ ရှေးနည်းပင်။

အဲ- ကြားတာပေါ်ယင်လဲ ကြားတာမှတ်၊ ပျောက်သွား ယင် ဖောင်း ပိန်တာ ပြန်မှတ်၊ နံတာပေါ်ယင် နံတာမှတ်၊ ပျောက်သွားယင်၊ ဖောင်းပိန်တာပြန်မှတ်၊ တရားထိုင်နေတုန်း တော့ စားတာက မရှိဘူး၊ တံတွေးတွေများယင် “များတယ်၊ လုံးချင်တယ်၊ လုံးတယ်၊ မျိုတယ်” လို့ မှတ်ပြီးသွားယင် ဖောင်း တာ ပိန်တာ ပြန်မှတ်ပါ။

ကိုယ်ထဲက ထိမှုတွေ ပေါ်လာလို့ရှိယင်လဲ ပူယင် “ပူတယ်” အေးယင် “အေးတယ်”၊ အဲဒါ နာယင် “နာတယ်”၊ ကျင်

ယင် “ကျင်တယ်”၊ ကိုက်ယင် “ကိုက်တယ်” ခဲယင် “ခဲတယ်”၊ လှုပ်ယင် “လှုပ်တယ်” လို့ ရှုမှတ်ပါ။ ဝမ်းဗိုက်ကလေး ဖောင်း လိုက် ပိန်လိုက်နဲ့ လှုပ်ရှားနေတာလဲ ထိမှုသဘောပဲ၊ ဝါယော ဖောဋ္ဌဗွနဲ့ ကာယပသာဒနဲ့ ထိတွေ့တာပဲ၊ အဲဒီ ထိတာကလေး လဲပဲ ရှုမှတ်ရတာပဲတဲ့၊ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်စပ်သမျှတွေ ပေါ်လာ သမျှတွေ ပူတာ၊ နာတာ၊ အောင့်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာ၊ တွေ့လဲ ရှုမှတ်ရတယ်၊ ပီးတော့ စိတ်ဆင်းရဲတာတွေပေါ်လာလို့ရှိယင်လဲ မှတ်ရတယ်၊ ဒါ ဝေဒနာနုပဿနာပေါ့။

“လိုချင်စိတ်၊ စိတ်ဆိုးတဲ့စိတ်၊ တွေ့ဝေတဲ့စိတ်၊ ပြေးသွားတဲ့ စိတ်၊ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်၊ ချုပ်ချယ်တဲ့စိတ်” စတဲ့ စိတ်တွေ ပေါ် လာတိုင်း မှတ်လို့ရှိယင် စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ပဲ။

“မြင်တာ၊ ကြားတာ၊ နံတာ၊ စားတာ၊ တွေ့ထိတာ၊ စိတ်ကူး စဉ်းစားကြံစည်တာလေးတွေ” ကို ရှုမှတ်လို့ရှိယင် ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပဲ။

ကိုင်း- ဆိုကြအုံးစို့ ၊

၃။ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ စိတ်ကူးရှိ၊ မှတ်သိ ရှေးနည်းပင်။

အဲဒီလို ပေါ်ရာပေါ်ရာလေးတွေ မှတ်ပြီးတော့ စိတ်ထွက် တာတွေ ပျောက်သွားယင် ဖောင်းတာ ပိန်တာ ပြန်မှတ်၊ နာတာ ကျင်တာ ပေါ်တာတွေ လိုက်မှတ်လို့ နာတာ ကျင် တာတွေ ငြိမ်းသွားယင် ဖောင်းတာ ပိန်တာ ပြန်မှတ်၊ မြင်ရာမှာ မှတ်သလိုပါပဲ။

ကိုင်း....လိုက်ဆိုကြဦး၊

၄။ ဖြစ်တိုင်း မှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှု သတိယှဉ်။

၅။ ဖောင်း ပိန် နိုင်ယင်၊ ထိုင်ထိယှဉ်၊ လေးအင် ရှုမှတ်စဉ်။

၆။ ထိုင်တယ်မှတ်ယင်၊ ထိုင်ရုပ်သွင်၊ ထိုင်စဉ် ဉာဏ်သက်ဝင်။

ဖောင်းတာ ပိန်တာ ရှုမှတ်လို့ နိုင်နင်း လာလို့ရှိယင် “ထိုင်တယ်” ဆိုတာ တခုထည့်မှတ်ပါ။ “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်” လို့ မှတ်ပါ။ မြင်တယ်၊ ကြားတယ်” စသည်တွေကိုလဲ ရှေးနည်းအတိုင်း ထုံးစံအတိုင်း မှတ်ပေါ့၊ အဲဒီလို “ထိုင်တယ်” ဆိုတဲ့ အခါမှာ ထိုင်တဲ့ ရုပ်သွင်ကလေးကို ဉာဏ်ယှဉ်ပြီးတော့ ကိုယ်ရုပ်သွင်ကို သိအောင် မှတ်ပါတဲ့။

ကိုင်း....ဆိုကြဦးစို့။

၇။ ထိတယ်မှတ်ယင်၊ တင်ကြမ်းပြင်၊ ထိစဉ် ဉာဏ်သက်ဝင်။

ထိတယ်မှတ်လို့ရှိယင် တင်ပါးနဲ့ ကြမ်းနဲ့ ထိတဲ့နေရာလေးကို “ထိတယ်၊ ထိတယ်” လို့ မှတ်ရမယ်၊ အဲဒါလဲပဲ ဉာဏ်နဲ့ သတိ ထားပြီး ရှုမှတ်ပါ။

၈။ ဖောင်း ပိန် ထိုင်ထိ၊ ပေါ်တိုင်းသိ၊ မှတ်ဘိ ရှေးနည်းပင်။

၉။ ဖြစ်စဉ်ပေါ်၌၊ ကျင့်စဉ်လိုက်၊ ဆိုင်တိုက်မြတ်ဟောစဉ်။

ဒီ ရှုမှတ်တဲ့နည်းဟာ ဘုရားဟောနည်းပါပဲ၊ သံသယမဖြစ်နဲ့၊ ဘုရားကတော့ ကာယ-ပြီးမှ ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပြီးမှ စိတ်၊ စိတ်ပြီးမှ ဓမ္မ၊ မျက်စိပြီးမှ နား၊ နားပြီးမှ နှာခေါင်း၊ နှာခေါင်းပြီးမှ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ် စသည်ဖြင့် အစဉ်အတိုင်း ဒီလို ဒေသနုက္ကမအရ ဒေသနာအစဉ်နဲ့ ဟောထားတဲ့-တရားပဲ။

မှတ်တဲ့အခါကျတော့ ကာယပြီးမှ ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပြီးမှ စိတ်၊ စိတ်ပီးမှ ဓမ္မလို့ ဒီလို စီစဉ်ထားလို့ မရဘူး၊ ကာယာနဲ့ ပဿနာ မှတ်နေယင်း တန်းလန်း စိတ်ပေါ်ယင် စိတ်လိုက်မှတ်၊ ဝေဒနာပေါ်ယင် ဝေဒနာမှတ်၊ ဖြစ်စဉ်အတိုင်း မှတ်ရတယ်တဲ့။

တရားမှတ်ယင်ဖြင့် ဒေသနာ အစဉ်အတိုင်း မမှတ်ရဘူး၊ အဲဒါ ဖြစ်စဉ်အတိုင်း မှတ်ရတယ်၊ ဖြစ်စဉ်အတိုင်း မှတ်တာကို ကျင့်တယ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ ကျင့်တဲ့အစဉ်ကို ဒေသနာတော်နဲ့ တိုက်ကြည့်ပါ အံ့ကိုက်ပဲ၊ ဒေသနာတော်နှင့် တိုက်ကြည့်လို့ ရှိယင်ဖြင့် ဖြစ်စဉ်အတိုင်း ကျင့်သွားမယ်ဆိုယင် ဒေသနာတော်နှင့် မလွဲပါဘူး။

သွားတာမှတ်ယင် “ဂစ္ဆန္တောဝါ ‘ဂစ္ဆာမိ’ တိ ပဇာနာတိ” နဲ့ ကိုက်တယ်။

ရပ်တာမှတ်ယင် “ဌိတော ဝါ ‘ဌိတောမိ’ တိ ပဇာနာတိ” နဲ့ ကိုက်တယ်။

ထိုင်တာ မှတ်ယင် “နိသိန္တော ဝါ ‘နိသိန္တောမိ’ တိ ပဇာနာတိ” နဲ့ ကိုက်တယ်။

အိပ်တာ မှတ်လို့ရှိယင် “သယာနော ဝါ ‘သယာနောမိ’ တိ ပဇာနာတိ” နဲ့ ကိုက်တယ်။

ဖောင်းတာ ပိန်တာ မှတ်လို့ရှိယင် “ယထာ-ယထာ ဝါ ပနဿ ကာယော ပဏိဟိတော ဟောတိ၊ တဏှာ တထာ နံ ပဇာနာတိ” ဆိုတဲ့ ပါဠိနဲ့ ကိုက်ပြီးသားပဲ၊ မြင်တာ၊ ကြားတာ၊ နံတာ၊ စားတာ၊ တွေ့ထိတာ၊ စဉ်းစား ကြံစည်တာတွေ စသည် ဖြင့် မှတ်လို့ ရှိယင်လဲ အဲဒါတွေဟာ ဟောဒီ သတိပဋ္ဌာန

သုတ်တော်ထဲက ဒေသနာတွေနဲ့ ကိုက်ပြီးသား ပါပဲ။ သံသယ မရှိနဲ့။ အဲဒါ သံသယ ကင်းကင်းနဲ့ ရှုမှတ်ကြပါ။

၁၀။ သမာဓိယှဉ်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်၊ ဉာဏ်စဉ်တက်၍ မဂ်ဖိုလ်ဝင်။

၁၁။ ထိုင်စဉ်ရှုနည်း၊ မူဘေစည်း၊ သိမ်းဆည်းသူတော်စင်။

ထိုင်စဉ်မှာ ရှုမှတ်တဲ့နည်းဟာ ဒီနည်းပဲတဲ့။ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီး စီမံထားတဲ့ နည်းကတော့ ဘုရားဟော သတိပဋ္ဌာန်နှင့် အညီ သုဒ္ဓဝိပဿနာနည်းပါ။ သမထ အခြေမခံဘူးတဲ့။ သုဒ္ဓဝိပဿနာ=ဝိပဿနာသက်သက်၊ ဝိပဿနာတန်းရှု၊ ဝိပဿနာ ရှုယင်း ရှုယင်း ရှုမှတ်စရာ အာရုံနဲ့ ရှုမှတ်တာလေးတွေနဲ့ ကိုက်ကိုက်ပြီးတော့ တည်တည်ပြီးတော့ သွားတဲ့ သဘောကိုတော့ ခဏ်ကသမာဓိတဲ့။ သမာဓိမပါပဲနဲ့လဲ ဉာဏ်မဖြစ်ဘူး။ အဲဒါ အထွက်အပျက် မရှိပဲနဲ့ မှတ်ချက်တိုင်း မှတ်ချက်တိုင်း ကိုက်ကိုက်ပြီးတော့ လာမယ်ဆိုယင်တော့ အာရုံအပြောင်းအလဲ ရှိသော်လဲမဲ သတိကတော့ဖြင့် တည်ပြီး တော့နေတဲ့အတွက်ကြောင့် အထွက်အပျက်မရှိလို့ ဒါ သမာဓိ ရယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ သမာဓိနဲ့လဲ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ပြည့်စုံနိုင်တယ်။

ကဲ...တို့တရားနာ ပရိသတ်များလဲ ဒီနည်းအတိုင်း လက်တွေ့ ၅-မိနစ်လောက် ထိုင်ကြည့်ကြဦးစို့။ ကဲ...၅-မိနစ် စေ့ပါပြီ။ တရားဆက်ဟောဦးစို့။

ဝတ္ထုဇာတ်လမ်းကို ပြန်လည်ဆက်ကြပါဦးစို့။ မာတိက မာတာ ဒကာမကြီးက “ကော သေ ဘန္တေ သမဏဓမ္မောနာမ= အရှင်ဘုရားတို့၊ သမဏဓမ္မ-ရဟန်းတရားဆိုတာ ဘယ်လိုဟာလဲ

ဘုရား”လို့ မေးလျှောက်တော့-ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်ထဲက မထေရ်ကြီးတ-

“ဒုတ္တိံ သာကာရေ သဇ္ဈာယံ ကရောမ၊ အတ္တဘာဝေ စ ခယဝယံ ပဋ္ဌပေမ=ဥပါသိကာမကြီး၊ သမဏဓမ္မ-ရဟန်း တရားဆိုတာ ကေသာ-ဆံပင် အစ မုတ္တံ-ကျင်ငယ် အဆုံး ၃၂-ပါးသော အချင်းအရာတွေကို ရှုတ်ဘာသ်သရဇ္ဈာယံ စိတ်ဝယ် နှလုံးသွင်းခြင်းကို ငါတို့ ပွားများအားထုတ်ကြတယ်၊ ပြီးတော့ မိမိကိုယ်မှာ မှန်စွာထင်ရှား ပျက်ခြင်း ကုန်ခြင်း သဘောတရားတွေကိုလဲ ထင်ရှားသည့်အတိုင်း မဆိုင်း ရှုမှတ် ကြပါတယ်။ ဒါကို သမဏဓမ္မ-ရဟန်းတရားလို့ ခေါ်တယ်”လို့ ဖြေကြားတော်မူတယ်။ ခုနင်တုန်းက ဒီကနေ့ သမထယာနိက ဝိပဿနာတရားဖြစ်ကြောင်းနှင့် ပွားများအားထုတ်ပုံ၊ အပ္ပနာ ဆိုက်ပုံ၊ ဝိပဿနာ ကူးပုံများနှင့် သုဒ္ဓဝိပဿနာ ရှုနည်း အကြောင်းများ၊ ကိလေသာ ငြိမ်းပုံများကို ဟောကြားခဲ့တဲ့ နေရာမှာ ဝတ္ထုဇာတ်လမ်း ပြတ်သွားသလို ဖြစ်သွားတယ်၊ ယခု အဲဒီဇာတ်လမ်းကို ဆက်လက်ဟောဖို့ရာပါပဲ။

ရဟန်းတရားဆိုတော့ လူနှင့် မဆိုင်ဘူးလား

အဲဒီလိုမထေရ်ကြီးက သမဏဓမ္မရဟန်းတရား အကြောင်းကို ဖြေကြားတော် မူတဲ့အခါ ဒါယိကာမကြီးက ဒီလို ထပ်ပြီး မေးလျှောက်ပြန်ပါတယ်။

“ကိံ ပန ဘန္တေ ဒုတ္တိံ သာကာရေ သဇ္ဈာယံ ကာတုံ အတ္တဘာဝေ စ ခယဝယံ ပဋ္ဌပေတုံ တုမှာကမေဝ ဝဋ္ဋတိ၊ ဥဒါဟု အမှာကမ္ပိတိ။

“ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရားတို့။ ကိံပန၊ ဘယ်လိုပါလဲဘုရား။ တုမ္မာကမေဝ၊ အရှင်ဘုရားတို့အားသာလျှင်။ ဒုတ္တိံသာကာရေ၊ ၃၂-ပါးသော ကောဋ္ဌာသတွေကို။ သဇ္ဈာယံ၊ ရှုတ်ဘာသ် သရဇ္ဈာယံခြင်းကို။ ကာတုံ စ၊ ပြုခြင်းငှါ၎င်း။ အတ္တဘာဝေ၊ မိမိအတ္တဘောကိုယ်ခန္ဓာ၌။ ခယဝယံ၊ ကုန်ခြင်းပျက်ခြင်းကို။ ပဌပေတုံ စ၊ ထင်မြင်ခြင်း နှလုံးသွင်းရှုမှတ်ခြင်းငှါ၎င်း။ ဝဇ္ဇတိ၊ အပ်ပါသင့်ပါသလားဘုရား။ ဥဒါဟု၊ ဒါမှမဟုတ်။ အမ္မာကမ္ပိ၊ လူဝတ်လူစား တပည့်တော်မ တို့အားလည်း။ ဝဇ္ဇတိ၊ အပ်ပါသင့်ပါသေးသလား ဘုရား”တဲ့။

အဓိပ္ပာယ်ကတော့.... “အရှင်ဘုရားတို့၊ ဘယ်လိုလဲဘုရား၊ အရှင်ဘုရားတို့ အမိန့်ရှိတော်မူကြတဲ့ ဒုတ္တိံသာကာရ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းရှုတ်ဆို နှလုံးသွင်းဖို့ရာ မိမိကိုယ်မှာ ကုန်တာပျက်တာကို ရှုမှတ်နှလုံးသွင်းဖို့ရာ ရဟန်းတရားဆိုတာ အရှင်ဘုရားတို့အားသာ သင့်လျော်ပါသလား၊ တပည့်တော်မများပါ အားထုတ်သင့်ပါသလား၊ အားတုတ်ကောင်းပါ သေးသလား ဘုရား”လို့ ထပ်ဆင့် မေးလျှောက်ပါတယ်။

ဘုရားတရားကို မည်သူမဆို အားထုတ်နိုင်တယ်

ဒီတော့ မထေရ်ကြီးက ပြန်လည်ဖြေကြားတော် မူပြန်ပါတယ်။

“ကဿစိပိ အဝါရိတော ဧသ ဓမ္မော မဟာဥပါသိကေ = မဟာဥပါသိကေ၊ ဥပါသိကာမကြီး။ ဧသ-ဧသော ဓမ္မော၊ ဤ ဒုတ္တိံသာကာရကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းနှလုံးသွင်းအားထုတ်ခြင်း

မိမိကိုယ်မှာ ကုန်တာ ပျက်တာကို ရှုမှတ်ခြင်းဟူသော သမဏဓမ္မ ရဟန်းတရားကို။ ကဿစိပိ၊ တစုံတယောက်သော သူအားမျှ လည်း။ အဝါရိတော၊ မတားမြစ်အပ်ပါပေ။

“ဥပါသိကာမကြီး ဒီတရားတော်ကို အားထုတ်ခြင်းကို မည်သူအားမျှလဲ မတားမြစ်ပါဘူး၊ ရှင်ရဟန်းပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လူဥပါ သကာ ဥပါသိကာမများပဲဖြစ်ဖြစ် မည်သူမဆို အားထုတ်နိုင် ပါတယ်၊ ဘုရားပွင့်ပြီး တရားဟောတာဟာ သတ္တဝါအားလုံး အတွက်ပါ”တဲ့။

ရဟန်းများရဲ့ဦးစွာ ဒကာမကြီးက တရားရတယ်

ဒီလိုမထေရ်မြတ်က ဖြေကြားတော်မူလိုက်တော့ မာတိက မာတာ ဒကာမကြီးက- “ဒီလိုဆိုယင် တပည့်တော်မအားလဲ ဒုတ္တိံ သာကာရ ကမ္မဋ္ဌာန်း အတ္တဘာဝဓယဝယ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အရှင် ဘုရား များ က ပေး သနားတော်မူကြပါ ဘုရား”လို့ လျှောက်ထားတယ်။

ဒါကြောင့် မထေရ်ကြီးက တရားအားထုတ်နည်းကို အပြီး သင်ကြား ပေးသနားတော်မူလိုက်တယ်၊ ဒါနဲ့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကလဲ တရားကို သင်ယူပြီး အိမ်ပြန်သွားတယ်။

အိမ်ရောက်တော့လဲ အိမ်မှုကိစ္စနှင့် ရဟန်းတော်များအတွက် ဆွမ်းလောင်းလှူခြင်း ဖျော်ရည်ဆက်ကပ်ခြင်းစတဲ့ အလုပ်တွေ ကိုလဲ လုပ်သေးတယ်၊ သင်ယူခဲ့တဲ့ တရားကိုလဲ ကြားညှပ်ပြီး အားထုတ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်လိုက်သေးတယ်၊ ညအချိန် မှာလဲ အိပ်ချိန်လျော့ပြီး တရားကို အားထုတ်မှာပါပဲ၊ ရဟန်း

တော်များထံ အဖျော်ရည် ဆက်ကပ်ယင်းလဲ ကျောင်းမှာ အချိန်ရသလောက် တရားဝင်ပြီးထိုင်လဲ ထိုင်မှာပဲ။

ဒီလိုပင် တရားကိုလိုလိုချင်ချင်နဲ့ တရားအလုပ် အားထုတ်တဲ့ ဒကာမကြီးဟာ ရဟန်းတော်များရဲ့ ရှေးဦးစွာ သမထဈာန် အခြေခံပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်တွေကိုလဲ ရတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ် တွေ အဆင့်ဆင့်ပြည့်စုံပြီး သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ်၊ သကဒါဂါမိ မဂ်ဖိုလ်၊ အနာဂါမိမဂ်ဖိုလ်ဆိုတဲ့ ၃-မဂ်၊ ၃-ဖိုလ်ကို ပဋိသမ္ဘိဒါ ၄-ပါး၊ လောကီအဘိညာဉ်များနှင့် အတူရရှိသွားပါတယ်။

တရားမရအောင် အစားတကျွာက တားထားတယ်

မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးလဲ မဂ်ဖိုလ် ချမ်းသာ ခံစား ခြင်းမှ ထပြီး ဒိဗ္ဗစက္ခု အဘိညာဉ်ဖြင့် ကြည့်ပြီးတော့ “ငါ့သားတော် ရဟန်းတော်များဟာ ဘယ်အခါမှာ တရား ထူးကို ရအပ်ပါလေသလဲ” လို့ စူးစမ်း ဆင်ခြင်လိုက်တယ်။

ဒီလိုဆင်ခြင်ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ “ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ် လုံးပင် ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ တန်းလန်းပင် ရှိနေကြသေး တယ်။ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမထဈာန်မျှ ဖြစ်ပျက်မြင်မှု ဝိပဿနာ ဉာဏ်မျှလဲ မရှိကြသေးဘူး။ ဘယ်လိုလဲ ငါ့သားတော် ရဟန်း တော်များမှာ အရဟတ္တဖိုလ် ရကြောင်းများ ရှိတော်မူကြလေ သလား၊ မရှိကြလေဘူးလား” ဆက်လက် ကြည့်ရှု ဆင်ခြင် ပြန်တယ်။

ဒီတော့ ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်ကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်း ရှိတာကို သိမြင်ရတယ်။ ဒီလိုတရားထူးရနိုင်ကြောင်း အထောက် အပံ့ကောင်း ရှိပါလျက်နဲ့ ဘာကြောင့်များ ယခုထက်ထိ

တရား မရကြသေးတာပါလိမ့်၊ နေရာ ကျောင်းကများ သပ္ပာယ် မမျှတ-လို့၊ လေလားလို့၊ ကြည့်ရှု ဆင်ခြင်တော့လဲ သေနာသန သပ္ပာယ် မျှတတော် မှုပုံကိုလဲ သိမြင်ရတယ်၊ ဒါဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ် ချင်းချင်း မသင့်တင့်ခြင်း ပုဂ္ဂလသပ္ပာယ်များ မဖြစ်ကြလို့၊ လေလားလို့၊ ကြည့်ရှု ဆင်ခြင်ပြန်တော့လဲ ပုဂ္ဂလသပ္ပာယ် မျှတ တော်မှုတာကို သိမြင်ရတယ်၊ ဪ...ဒီလိုဆိုယင် အစား အသောက် အာဟာရ သပ္ပာယ်များ မမျှတကြလို့လား-လို့၊ ကြည့်ရှု ဆင်ခြင် ပြန်တယ်။

ဟုတ်တယ်၊ ဒီတော့မှ ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်လုံး တရား မရနိုင်ကြသေးတာဟာ အာဟာရသပ္ပာယ် မျှတတော် မမှုကြ လို့ပဲ-လို့ သိရတော့တယ်၊ ဪ...ရဟန်းတော်တွေဆိုတာ သူတကာ လူတာကို စားသောက်နေကြရတယ်၊ ဒီတော့ ကိုယ်က ပူပူစားချင်ပေမဲ့ လူသူက အအေး လာလူယင်လဲ အပူတောင့်တ ယင်း အအေးနဲ့သာ ပြီးသွားကြရတယ်၊ အအေးစားချင်ပေမဲ့ လူသူက အပူလာလူယင် အအေးကို တောင့်တယင်း အပူနဲ့သာ ပြီးတော်မူကြတယ်၊ အချဉ် စားချင်နေစဉ် လူသူက အချို လာလူယင်တဲ့ အချဉ်ကို တောင့်တယင်း အချိုနဲ့သာ ပြီးတော် မူကြရတယ်၊ ဒီလိုနဲ့ အာသာမပြေဘဲ အာသာဆိုး နှိပ်စက်ပြီး တရား မရကြတာကိုး”လို့ သိမြင်တယ်။

စားချင်တာ စားရပြီး တရားထူးရကြတယ်

ဒါနဲ့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက အဲဒီ အခါမှစပြီး ဘယ်ရဟန်းက ဘာကိုကြိုက်နှစ်သက်တယ် ဆိုတာကို အဘိညာဉ် နဲ့ ဆင်ခြင်ကြည့်ကာ သင့်လျော်ရာရာ စားစရာ သောက်စရာ

များကို ပြင်ဆင်ပြီးတော့ အိမ်မှာပင် ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်
ကို ပင့်ဖိတ်ပြီးတော့ အထူး ဆွမ်းကျွေးပွဲကြီး ပြုလုပ်လှူဒါန်း
ဆက်ကပ်တယ်။

“အရှင်ဘုရားတို့ လိုရာ လိုရာ ခဲ့ဖွယ် ဘောဇဉ်များကို
အားရ ပါးရ ချမ်းသာသလို ဘုဉ်းပေးတော် မူကြပါဘုရား”
လို့လဲ လျှောက်ထားပြီး ဆက်ကပ်ပါတယ်။

ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်လုံးလဲ မိမိတို့ သဘောကျ
ဆွမ်းဘုဉ်းပေးကြရလို့ လိုရာဆန္ဒ အသီးသီး ပြည့်ဝတော်မူကြ
တယ်။ အလိုဆိုး တဏှာအာသာ ပြေတော်မူကြတော့ စိတ်ကလဲ
တည်ကြည်တော်မူကြတယ်။ တည်ကြည်တဲ့စိတ်ဖြင့် မိမိ ခန္ဓာ
ကုန်ပျက်တာကို ရှုကာ မှတ်ကာ ဝိပဿနာ ပွားတော်မူကြ
တယ်။ မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ နံတိုင်း၊ စားတိုင်း၊ တွေ့ထိတိုင်း၊
သိတိုင်း ပေါ်ပြီးပျောက် ပေါ်ပြီးပျောက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်
အစဉ်တွေကိုသာ တွေ့တော်မူကြတယ်။ အသိဉာဏ် လျင်မြန်
လာတော့ ပေါ်တာကိုတောင် မတွေ့ရဘဲ ဘာမဆို ဒွါရနှင့်
အာရုံဆုံတိုင်း ကုန်ကုန် ပျက်ပျက်နေတာချည်းကိုသာ တွေ့တော်
မူကြရတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ယင်း ရှုမှတ်ယင်းပင် ရဟန်းတော်
ခြောက်ကျိပ်လုံးပင် ဝိပဿနာ ဉာဏ်အစဉ် ပြည့်စုံလို့ လေးမင်
လေးဖိုလ်များကို ပဋိသမ္ဘိဒါ ၄-ပါးနှင့်တကွ ရရှိတော်
မူကြတယ်။

ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ပြန်ကြွကြည့်မယ်

ဒီလို ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တ ရဟန္တာ ဖြစ်တော်မူကြတော့ ရဟန်း
တော်ခြောက်ကျိပ်တို့ဟာ—

“အဟော မဟာဥပါသိကာ အမှာကံ ပတိဋ္ဌာ
ဇာတာ၊ သစေ မယံ သပ္ပါယာဟာရံ န လဘိမ္မ၊ န နော
မဂ္ဂဖလပဋိဝေဓော အဘဝိဿ၊ ဣဒါနိ ဝုဋ္ဌဝဿာ
ပဝါရေတွာ သတ္ထုသန္တိကံ ဂမိဿာမ။”

“မဟာဥပါသိကာ၊ ဥပါသိကာမကြီးသည်။ အဟော၊
ဪ...အံဩဗ္ဗယ် ကောင်းလေစွ။ အမှာကံ၊ ငါတို့၏။
ပတိဋ္ဌာ၊ ပစ္စည်း ၄-ပါး မှီခို အားထားရာသည်။ ဇာတာ၊
ဖြစ်ပါပေ၏။ မယံ၊ ငါတို့သည်။ သပ္ပါယာဟာရံ၊ လျှောက်ပတ်
သော အာဟာရကို။ သစေ န လဘိမ္မ၊ အကယ်၍များ
ဒီ ဒကာမကြီးဆီက မရရှိကြသေးအံ့။ ဧဝံသတိ၊ ဒီလို မရရှိလို့
ရှိယင်။ နော၊ ငါတို့အား။ မဂ္ဂဖလပဋိဝေဓော၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်
ထိုးထွင်းဉာဏ်သည်။ န အဘဝိဿ၊ မဖြစ်လေရာ။ ဣဒါနိ၊
ယခု အခါ၌။ ဝုဋ္ဌဝဿာ၊ ဝါကျွတ်ကြပြီဖြစ်၍။ ပဝါရေတွာ၊
ပဝါရဏာပြုပြီးလျှင်။ သတ္ထုသန္တိကံ၊ မြတ်စွာဘုရား ထံတော်
ပါးသို့။ ဂမိဿာမ၊ တရားရကြောင်း သတင်းကောင်းကို
စုပေါင်း လျှောက်ထားရန် အမြန် သွားကြပါစို့။”

“ဒီ ဒကာမကြီးဟာ အံဩဗ္ဗယ် ကောင်းလှပါပေတယ်၊
ငါတို့ရဲ့ လောကီ လောကုတ် ကျိုးမယုတ်အောင် အဟုတ် မှီခို
အားထားရာ ဖြစ်ပါပေတယ်၊ ငါတို့ဟာ ဒီဒကာမကြီး လူဒါန်း
ပြုစုတဲ့ လျှောက်ပတ်တဲ့ အာဟာရကိုများ တကယ်လို့ မရကြ
ပါမူ ဘယ်သူမျှ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် အသိဉာဏ်ထူးကို ရကြမည်
မဟုတ်ပေ၊ ဒီ ဒကာမကြီး လူဒါန်းတဲ့ သပ္ပါယ ဆွမ်းကို ရကြ
လို့သာ တို့တတွေ ရဟန္တာ ဖြစ်ကြပါပေတယ်”လို့ လဲဆင်ခြင်
တေးတော အံဩ ချီးကျူး ကျေးဇူးတင်ကြတယ်။

မေး။ ။ တံ့ ပရစိတ္တံ ဇာနာသိ=တံ့၊ သင် ဒကာမကြီးသည်။
ပရစိတ္တံ၊ သူတပါးရဲ့စိတ်ကို။ ဇာနာသိ၊ သိပါသလား။
“ဒကာမကြီး သူတပါးရဲ့ စိတ်ကို သိပါသလား”။

ဖြေ။ ။ ကိံ မံ ပုစ္ဆသိ တာတ=တာတ၊ မောင်ပဉ္စင်း။ တံ့၊
သင် မောင်ပဉ္စင်းသည်။ မံ၊ တပည့်တော်မ,ကို။ ကိံ
ပုစ္ဆသိ၊ ဘာကြောင့် မေးရတာလဲ။

“တပည့်တော်မ,ကို သူတပါးရဲ့ စိတ်ကို သိသလား-
လို့ ဘာကြောင့် မေးရသလဲ မောင်ပဉ္စင်းရဲ့”။

မေး။ ။မယာ စိန္တိတံ စိန္တိတံ သဗ္ဗမကာသိ၊ တေန တံ ပုစ္ဆာမိ=
မယာ၊ ငါသည်။ ဝါ၊ ဦးပဉ္စင်းသည်။ စိန္တိတံ စိန္တိတံ၊
ကြံတိုင်း ကြံတိုင်း။ သဗ္ဗံ၊ အားလုံးကို။ အကာသိ၊
သင် ဒကာမကြီးက ပြုလုပ် ပေးခဲ့ပြီ။ တေန၊
ထို့ကြောင့်။ တံ၊ သင် ဒကာမကြီးကို။ ပုစ္ဆာမိ၊ သိလို့
ရေးနဲ့ ဦးပဉ္စင်းက မေးရပါတယ်။

“ဦးပဉ္စင်းကြံသမျှ အလိုဆန္ဒပြည့်ဝအောင် ဒကာမ
ကြီးက အားလုံး ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့တာပဲ၊ ဒါကြောင့်
ဒကာမကြီးကို သူတပါးရဲ့ စိတ်ကို သိပါသလားလို့
မေးတာပါ၊ အကြောင်းမဲ့ မေးတာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဖြေ။ ။ ပရစိတ္တဇာနာနကဘိက္ခု။ ဗဟူ တာတ = တာတ၊
မောင်ပဉ္စင်း။ ပရစိတ္တဇာနာနက ဘိက္ခု။ သူတပါးစိတ်ကို
သိတော်မူကြတဲ့ ရဟန်းတော်များသည်။ ဗဟူ၊ များစွာ
ကုန်၏။

ဒီ လူဒါန်းပြီးသား အစားအသောက်များထက် ထူးထူးခြားခြား အကောင်းစား ရသာမ္ဘန် စားသောက်ဖွယ် ဘောဇဉ်များကို ယူပြီး ငါ့ထံ သူ့ကိုယ်တိုင် လာရောက် ဆက်ကပ်ယင် ကောင်း မှာပဲ”လို့ ကြံစည်တော် မူပြန်တယ်။

ဒကာမကြီးကလဲ “ဪ...ငါ့သားတော်က ငါ့ကို ရှုမြင် လိုတယ် ဆိုပါလား၊ ငါ့ကို မျှော်လင့် နေပါကလား”လို့ ကြံစည်ပြီးတော့ အထူးထူးသော ဘောဇဉ်များကို ကောင်းမွန် စွာ ပြုပြင် စီရင်ပြီး သူ့ကိုယ်တိုင် ကျောင်းကို အရောက်သွားပြီး ရောက်သစ်စ ရဟန်းတော်လေးအား အစား အစာများကို သာဟတ္ထိက ဒါနမြှောက်စွာ ဆက်ကပ်ပါတယ်။

တရားထူးရယင်-မကြွားချင်

ဘောဇဉ်ထူးများကို ဘုဉ်းပေးပြီးတဲ့အခါ ရဟန်းတော် လေးဟာ သူ့သိလိုသမျှတွေကို ဒကာမကြီးအား မေးမြန်းတယ်။ ဒကာမကြီးကလဲ အတတ်နိုင်ဆုံး ပြေပြေပြစ်ပြစ် ဖြေကြား လျှောက်ထားတယ်။ ဆရာဒကာ မေးကြ ဖြေကြပုံကတော့ ဒီလိုပါ။

မေး။ ။ မာတိကမာတာ နာမ တံ မဟာဥပါသိကေ= မဟာဥပါသိကေ၊ ဥပါသိကာမကြီး။ တံ၊ သင်ဒကာမ ကြီးသည်။ မာတိကမာတာ နာမ၊ မာတိကမာတာ မည်ပါသလား။

“မာတိကမာတာဆိုတာ ဒကာမကြီးပဲလား”။

ဖြေ။ ။ အာမ တာတ=တာတ၊ မောင်ပဉ္စင်း။ အာမ၊ ဪ- မာတိကမာတာဆိုတာ တပည့်တော်မ, ပါပဲ။

ဘူးလား ပရိသတ်များ၊ (နမူနာယူစရာ ကောင်းလှပါတယ် ဘုရား)။

ဒီ ရဟန်းတော်လေးဟာ ယာဂုဆွမ်းကို ဘုဉ်းပေးပြီးပြန် တော့လဲ “အင်း....ယာဂုတော့ဖြင့် သောက်ပြီးသွားပြီ၊ လေပူလဲ ငြိမ်ပြီ၊ ခံတွင်းလဲ တယ်တွေ့တယ်၊ တယ်ပြီး အချက်အပြုတ် အစီအမံကောင်းတဲ့ ဒကာမကြီးပဲ၊ ဒီလို ယာဂုသောက်ပြီး ပြန်တော့လဲ ခံတွင်းက ချဉ်ပြန်ပြီ၊ ယာဂုဆိုတာ အရေမို့ အဆာပြေသလို အစာကလဲ တယ်ကြေလွယ်သကဲ့၊ အမာခံ အစာမရှိပဲနဲ့ တရားအလုပ်ကို အားထုတ်လို့တော့ မဖြစ်သေး ပါဘူး၊ ခံတွင်းချဉ်ပြေပြီး ခံနိုင်ရည်ရှိမည့် မှဲ့ခဲဖွယ်ကလေးများ စားရယင်ဖြင့် ကောင်းမှာဘဲ”လို့ ကြံစည်ပြန်တယ်။ ဒါနဲ့ ဒကာမကြီးကလဲ မှဲ့ခဲဖွယ်ကို ပို့လိုက်ပြန်တယ်။

ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီး ဆွမ်းကျွေးသူကိုကြည့်ချင်ဘယ်

အစား အကယ်ဒမီ ရလောက်တဲ့ ကိုယ်တော်ကလေးဟာ မှဲ့ခဲဖွယ် စားရပြန်တော့လဲ မပြီးသေးဘူး၊ လူတာ ကျွေးတာ စားပြီးပြန်တော့လဲ လူသူ ကျွေးသူကိုပါ ကြည့်ချင်ပြန်တာကိုး။

ဒါကြောင့် သူက ဒီလို ကြံစည်တယ်၊ “ဪ...ဒီဒကာမ ကြီးနဲ့၊ အံ့ဖွယ်ကောင်းလိုက်လေ၊ ငါ ဒီကျောင်း ရောက် ကတည်းက ကြံစည်တိုင်း ကြံစည်တိုင်း လိုရာဆန္ဒ ပြည့်ဝအောင် ပို့ဆောင်နိုင်ပါပေတယ်၊ ဒါလောက်တောင် အံ့ဩဖွယ် ကောင်းပြီး သဒ္ဓါတရားလဲ ကောင်းလှတဲ့ ဒကာမကြီးကို ငါ ကြည့်မြင်ရယင် ကောင်းမယ်၊ ငါ ကြည့်စမ်းချင်ပါတိတော့၊

ကိုယ်တော်ချောဟာ တခါထဲ အိပ်ရာထဲဝင်ကာ အိပ်လိုက်တာ မိုးလင်းမှပဲ နိုးတော့တယ်။

တဖန် မိုးသောက် နံနက်ရောက်ပြန်တော့လဲ တရားများ အားထုတ်မလား အောက်မေ့တယ်။ ကိုယ်တော်မြတ်ကလေးက တရားကို အားမထုတ်သေးဘူး။ “ဒီလို နံနက် စောစောမှာ ရဟန်းဆိုတာ ညနေစာကလဲ မစားရတော့ ဝမ်းဟာနေတယ်။ နူးညံ့ ပျော့ပြောင်းတဲ့ ယာဂုကောင်းကောင်းလေးကို သူနဲ့ တွဲဖက် သောက်စားစရာ လက်သုတ် ဟင်းလျာလေးများနှင့် အတူ ဒကာမကြီး ထံမှလူလွှတ်ပို့စေလိုက်ယင် ကောင်းမှာပဲ” လို့ အစားကိုပဲ ကြံစည်ပြန်တယ်။

ဒီ ကိုယ်တော်ကလေးက ဒီရွာကို လာကတည်းက အစား အသောက် ကောင်းတယ်-ဆိုလို့ လာတာကိုး။ သူက တရား သမားအဆင့် မရောက်ရှာသေးဘူး။ အစားသမား အဆင့်ပဲ ရှိရှာသေးတယ်။ ဒကာမကြီးကလဲ “နှစ်ရဲ့နှစ်ဆယ် ခုနစ်သွယ် သော သိက္ခာပုဒ်များနှင့် အရဟတ္တဓဇ အဝါရေ ဆင်မြန်း သင်္ကန်း ဝတ်လာပြီး တရားကိုလဲ အားထုတ်ဖို့ရာ ဘုရားထံက ကမ္မဋ္ဌာန်း တောင်းလာတဲ့ ဘုရားသားတော်တပါးပဲ။ အခု တရားအားမထုတ်သေးသော်လဲ မကြာခင် တရား အလုပ်ကို အားထုတ်ပါလိမ့်မယ်လေ” လို့ ရိုးရိုးတွေးပြီး ကိုယ်တော်ကလေး လိုသမျှ ဝေယျာဝစ္စ အလုပ်ကိစ္စနှင့် အာဟာရ ဆွမ်းကိစ္စကို သဒ္ဓါတရား ရှေ့ထားပြီး အလိုလိုက်ကာ ဆောင်ရွက် ပေးနေ ပါတယ်။

ဒီ ဒကာမကြီးရဲ့ သံဃာ ရတနာကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ပုံဟာ နမူနာယူစရာ ကောင်းလှပါပေတယ်။ နမူနာယူစရာ မကောင်း

သားတော်တပါး နောက်ထပ်ရောက်လာနေပါလား၊ ကျောင်း
 တွင်းမှာ အမှိုက်သရိုက်တွေ ရှုပ်ပွနေလို့ သူကလဲ ခရီးပန်းပြီး
 နှမ်းနေတာနဲ့ သန့်ရှင်းရေးလုပ်မည့်သူ တယောက်ကို လိုချင်တယ်
 လို့ တွေးနေရှာပါကလား၊ ဒီလိုဆိုယင် လူတယောက်လောက်
 လွှတ်ပေးလိုက်ဦးမှပဲ” ဆိုပြီး လူတယောက်ကို ကျောင်းသန့်ရှင်း
 ရေးလုပ်ရန် စေလွှတ်လိုက်တယ်၊ ဒါကြောင့် ဒကာတယောက်
 ဟာ ကျောင်းသွားပြီး သန့်ရှင်းရေးလုပ်ကာ ပြန်လာခဲ့တယ်။

ကျောင်းသန့်ရှင်းသွားတော့လဲ ကိုယ်တော်လေးမှာ ရေဆာ
 တော်မူပြန်တယ်၊ ဒါနဲ့ ကျောင်းတွင်းလျှောက်ကြည့်ရာ “ဪ
 ရေအိုးတွေထဲမှာလဲ ရေတစက်ကမှ မရှိပါကလား၊ ရောက်လာ
 တာကလဲ ညနေချမ်းဆိုတော့ ရေကလဲ ဆာ၊ ဝမ်းကလဲ ဟာ၊
 ရေဆာတာလဲ ပျောက်၊ ဝမ်းဟာတာလဲ အထောက်အကူ
 ရအောင် သကာအဖျော်နဲ့ သောက်ရေ သုံးရေပါ ဒကာ
 တယောက်ကို အပို့လွှတ်လိုက်ယင်လဲ ကောင်းမှာပဲ” လို့ တွေး
 ပြန်တယ်၊ ဒါကိုလဲ သိပြီး ဒကာမကြီးက ဒကာတယောက်ကို
 စေလွှတ်ပြီးတော့ အဖျော်သကာနှင့် ရေပါ အပို့ခိုင်းလိုက်
 တယ်။

ကျောင်းလဲသန့်ရှင်း ရေဆာ ဝမ်းဟာခြင်းများလဲ ပြေ
 ပျောက်ပြန်တော့လဲ ကိုယ်တော်ကလေးက” ဒီရောက်လာတာ
 နေရာကျလိုက်တာနော်၊ လိုတာကို စိတ်ထဲမှာ တ-လိုက်ရုံနဲ့
 အကုန်ရနေတာပဲ၊ ကျောင်းလဲ သန့်ရှင်း ဝမ်းတောင့်တင်း
 သွားပေမဲ့ ဒီနေ့တော့ ခရီးရောက်စ မောကလဲ မောလှတယ်၊
 တရားအလုပ်ကို အားထုတ်လို့ မဖြစ်သေးပါဘူးလေ” ဆိုပြီး

တော်လေးဟာ မာတိကရွာပြန် ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်ထံ
လမ်းတွေ ဘာတွေကို မေးမြန်းပြီး သာဝတ္ထိပြည်ခွန် ဇေတဝန်
ရွှေကျောင်းကနေပြီး ကောသလတိုင်းဆီကို ထွက်တော်မူခဲ့
တယ်၊ မနေ့ညက ဟောခဲ့တာ ဒီနေရာကို ရောက်ပြီ၊ ဒီနေ့
ရွှေဆက်ပြီး ဟောရမယ်။

စိတ်ကူးရုံနဲ့ လိုတာ အကုန်ရတယ်

ဒီလိုနဲ့ ကောသလတိုင်းက မာတိကရွာကို ရောက်သွားတယ်၊
တောင်ပေါ်ကျောင်းရောက်တော့ ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်
ပြန်သွားကတည်းက ကျောင်းနေ သံဃာကလည်း မရှိပဲ ပြတ်
လပ်နေတယ်၊ ဒကာ ဒကာမတွေကလဲ ကျောင်းမှာ သံဃာ
မရှိတော့ဘူးဆိုတော့ မသွားကြဘူး၊ ဒီတော့ ကျောင်းဟာ
ခြောက်သွေ့ပြီး အမှိုက်ကလည်း ရှုပ်ပွနေတယ်၊ ဒီတော့
ကျောင်းရောက်လာတဲ့ ကိုယ်တော်လေးက “အလို...ကျောင်း
မှာလဲ အမှိုက်တွေ ဘာတွေ ရှုပ်ပွနေပါကလား၊ ငါကလဲ
ခရီးပန်းလာတယ်၊ အမှိုက်တွေကိုလဲ မလွဲနိုင် မသုတ်သင်နိုင်ဘူး၊
ဒီရွာက သူကြီးအမေ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကလဲ
ကြံစည်သမျှ သူတပါးရဲ့ စိတ်တွေကို သိသတဲ့၊ ဒီလိုဆိုယင်
ကျောင်းမှာ အမှိုက်လွဲ သန့်ရှင်းရေး လုပ်ဖို့ရာ ငါ့ထံကို ဒကာ
တယောက်လောက် လွှတ်လိုက်ယင် ကောင်းမှာပဲ” လို့ ကြံစည်
လိုက်တယ်။

မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကလဲ အိမ်ကနေယင်းပင် အဘိ
ညာဉ်နဲ့ဆင်ခြင် ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ “ဪ...တို့ကျောင်းမှာ

ပြုပြီး ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီတရား ဝတ္ထုဇာတ်လမ်းကို ယခင်ညက ဟောခဲ့တာ အဲဒီ ရဟန်းတော်လေးကို ဘုရားရှင်ဟောတော်မူတဲ့ အခန်းကို မရောက်သေးဘူး။ အဲဒီ ဝတ္ထုမှာပါတဲ့ ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်နှင့် ပစ္စည်း ၄-ပါး ဒါယိကာမကြီး မာတိကမာတာတို့ ဆရာဒကာ လက်တဲပြီး ကျန်းကိုကိုင်းမှီ ကိုင်းကိုကျန်းမှီပြီး ဒကာက ပစ္စည်း ၄-ပါး ပေးလှူ ဆရာတော်များက တရားပေးလှူကာ ကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ် အားထုတ်ကြလို့ ဆရာရော ဒကာပါ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ရရှိ သွားကြပုံပဲ ပြီးခဲ့သေးတယ်။

ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်တို့ဟာ ကျန်းမာ ချမ်းသာစွာနဲ့ တရားရခဲ့ကြကြောင်း ဆွမ်း အဟာရအရေးနှင့် ပတ်သက်လို့လဲ သူတို့ဆီက တရားယူပြီးကျင့်တဲ့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက ပဋိသမ္ဘိဒါ ၄-ပါး၊ လောကီအဘိညာဉ်များနှင့်အတူ အနာ ဂါမ်တည်လို့ တပည့်တော်များရဲ့ စိတ်အကြံကို သိကာ လိုရာ လိုရာ အာဟာရ ဆွမ်းများ ဟင်းများကို ဆက်ကပ်လို့ ချမ်း သာစွာ တရားအားထုတ်နိုင်ခဲ့ကြောင်းများကို မြတ်စွာဘုရား အား လျှောက်ထားကြတယ်။

ဒီစကားကို ကြားရတဲ့ အနားက ရဟန်းတပါးက စားချင် တာကို စိတ်ကကြံစည်ရုံမျှနှင့် စီရင်ပေးလို့ လှူဒါန်းတယ်- ဆိုတာကို သဘောကျပြီး “တပည့်တော်အားလည်း တရား ပေးတော်မူပါ။ အဲဒီအရပ်ကိုသွားပြီး တရားအားထုတ်ချင်ပါ တယ် ဘုရား”လို့ မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်ထားတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားကလဲ တရားပေးလိုက်တယ်။ တရားကို ယူပြီးတော့ အဲဒီ အမျိုးအမည်အားဖြင့် မထင်ရှားတဲ့ ရဟန်

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူထားတဲ့ ဒီ သတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းဟာ ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အရိယာသာဝက အလောင်း အားလုံးသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့ရဲ့ ကိလေသာ အပူဘေးမြူမှေး စိတ်အညစ်အကြေးမှ ကင်းဝေး စင်ကြယ်ပြီး အဖြူနယ် နိဗ္ဗာန် အမြန်ရောက်နိုင်တဲ့ တကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်ပါ-တဲ့။

ဒီစကားရပ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး ပုထုဇဉ် သတ္တဝါတွေဟာ ကိလေသာ စိတ်အညစ်အကြေးတွေ ညစ်ပေ ရှုပ်ထွေးနေကြလို့ တသံသရာလုံး ဒုက္ခရောက်ကြပုံကိုလဲ ပြောခဲ့ပါပြီ။ အဲဒီစိတ် အညစ်တွေ ကင်းအောင် မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ အလုပ် တရားတွေကို ကြိုးစား အားထုတ်ကြရန်လဲ ဟောခဲ့ပါပြီ။ နေ့ အချိန်မှာ စားဝတ်နေရေးတွေ ရှုပ်ပွေနေကြလို့ အားမထုတ် နိုင်ယင်ညအချိန်ခါ အိပ်ချိန်ထဲက နုတ်ပြီး အိပ်ချိန်လျော့ကာ အားထုတ်ကြပါလို့လဲ ဟောခဲ့ပါပြီ။

ဒီ စိတ်ညစ် စိတ်ဆိုးကြောင့် သတ္တဝါတွေ ဒုက္ခရောက်ပြီး နေကြရတယ်။ ဒီစိတ်ဟာ အတော် အဆုံးမရခက်တယ် လျင်မြန် တယ်။ သူကျချင်ရာကျတတ်တယ်။ အဲဒီ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ် သရမ်းကို စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးယင် ယဉ်ကျေးနိုင်တယ်။ ယဉ်ကျေးလာယင် သူကပင် လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်း သာများကို ဆောင်ပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုပင် မြတ်စွာ ဘုရားက သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်း ကိန်းအောင်းတော်မူစဉ် အခါတပါးမှာ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ဘယ်သူ့ကို အကြောင်းပြုပြီး ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသလဲဆိုယင် အမျိုး အမည်အားဖြင့် မထင်ရှားတဲ့ ရဟန်းတော်တပါးကို အကြောင်း

နှစ်ဆယ် ခုနှစ်သွယ်ကို ကိုယ်ဝယ်တင်လွှမ်း ရဟန်းမှည့်ခေါ်
တပည့်တော်သည်။ အဟံ၊ ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာ
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
တပည့်ဖြစ်တဲ့ **ညောင်ကန်ကုန္ဒက** နာမသမုတ် အကျွန်ုပ်သည်။
ဝန္ဒာမိ၊ ရိုသေမြတ်နိုး မာန်ညွတ်ကျိုး၍ ရှိခိုးပါ၏ မြတ်စွာ
ဘုရား။

(သာဓု....သာဓု....သာဓု)

အနုသန္ဓေ

ဒီစိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် တရားတော်ကို ဟောကြား
လာတာ ယနေ့ညဆိုယင် ၃-ည ရှိသွားပြီ၊ ယခင်ညတွေက
မနာကြားရသေးတဲ့ ပရိသတ်များလည်း အနဲအပါး နာကြား
ကြရအောင်၊ နာကြားပြီးသားပရိသတ်များကလဲ ဆက်စပ်မိသွား
အောင် ပြီးခဲ့တာလေးတွေကို အနည်းငယ် ပြောပြရဦးမယ်။

အယံ မဂ္ဂေါ၊ ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မ-ဆိုတဲ့ အရှုခံ
အာရုံများကို ဒွါရနှင့်အာရုံ ဆုံလေတိုင်း မဆိုင်းမရပ် ရှုမှတ်
ပွားများ အားထုတ်ရသည့် ဤ မဟာသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ
အကျင့်လမ်းသည်။ သတ္တာနံ၊ ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အရိယာ
သာဝကအလောင်း အားလုံးသော သတ္တဝါ အပေါင်းတို့၏။
ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ ကိလေသာမြို့မှေးမှ ကင်းဝေးစင်ကြယ် အဖြူနယ်
နိဗ္ဗာန်ကို အမြန်ရောက်ရန် အကျိုးငှါ။ ကောယနော မဂ္ဂေါ၊
နှစ်ကြောင်းမကွဲ တကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်အစစ် ဖြစ်ပါ
ပေသတည်း။

(သာဓု....သာဓု....သာဓု)



စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်

တရားတော်

[တမိယဝိုင်း]

ပဏာမ

ဘိဏ္ဍော သော ဘဂဝါ၊
တရဏာယ ဓမ္မံ ဒေသေတိ၊
တံ ဘဂဝန္တံ အဟံ ဝန္ဓာမိ။

သော ဘဂဝါ၊ အကျွန်ုပ်တို့အများ၏ အားထားကိုးကွယ်
ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်။ ဘိဏ္ဍော၊
ဩဇာလေးဖြာ သံသရာ၏ ထိုမှာကမ်းရောက် နိဗ္ဗာန်ပေါက်
အောင် ကူးမြောက်တော်မူပြီးသည် ဖြစ်၍။ တရဏာယ၊
သတ္တဝါအများ အကျွန်ုပ်တို့အားလည်း အလားတူစွာ ကူး
မြောက်ကြပါစေခြင်း အကျိုးငှါ။ ဓမ္မံ၊ ကူးမြောက်စေရန်
တရားမှန်ကို။ ဒေသေတိ၊ ကရုဏာရွှေသွား ပညာအားဖြင့်
ဟောကြားတော်မူပါပေ၏။ တံ ဘဂဝန္တံ၊ သက်တော်ထင်ရှား
ထိုမြတ်စွာဘုရားကို။ အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်။ အဟံ၊ နှစ်ရာ့

အဓိဋ္ဌာန်ပါဠိ

အဒ္ဓါ ဣမာယ ပဋိပဒါယ ဇရာမရဏမှာ ပရိမုဉ္ဇိဿာမိ။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်သည် ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့် အိုဘေးဆိုးကြီး သေဘေးဆိုးကြီးမှ မလွဲကေန် လွတ်မြောက်ရတော့မှာပါတကား....။

ဆုတောင်း

ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှုသည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်း ဖြစ်ပါစေသတည်း။

အမျှဝေ

ဣမံ မေ ပုညဘာဂံ သဗ္ဗသတ္တာနံ ဒေမိ။

အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှု ကုသိုလ်အဖို့ကို အားလုံးသော သတ္တဝါတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏၊ အမျှပေးဝေပါ၏၊ အမျှ ပေးဝေပါ၏။ (အားလုံးသော သတ္တဝါတို့သည် အမျှရကြ၍ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ် ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကျန်းမာ၊ ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ကောင်းစွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေ။)

သာဓု....သာဓု....သာဓု

ဒုတိယပိုင်း ပြီး၏။

ဒကာမကြီးနှင့် ရဟန်းတော် ၆၀-တို့ ရရှိတော်မူကြတဲ့ တရား
ထူးများကို ရနိုင်ကြပါစေ။ မာတိကမာတာနှင့် ရဟန်းတော်
၆၀-တို့လိုပင် ဆရာဒကာ လက်တဲပြီး ပစ္စည်း ၄-ပါး မြတ်
တရားဖြင့် အချင်းချင်း စောင့်ရှောက်ပြီး သာသနာ ပြုနိုင်
ကြပါစေ။

ကဲ....ရတနာ မြတ်သုံးပါးကို အမြတ်ဆုံး ပူဇော်ပြီး
ဆုတောင်း အမျှဝေ၊ မေတ္တာပို့ကာ တရားပွဲ သိမ်းကြပါစို့။
ကဲ....လက်အုပ်ချီကြပါ။

ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ် ဘုရားရှိခိုး
ပါဠိ

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ၊
ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ၊
ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော
ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့် မြတ်စွာ
ဘုရားကို ပူဇော်ပါ၏။

အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော
ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့် တရား
တော်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏။

အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော
ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့် သံဃာ
တော်မြတ်ကို ပူဇော်ပါ၏။

စပ်တဲ့ စကားများကို ကြားရတော့ မာတိကရွာကို ကြွချင်လာတယ်။ ကြွချင်မှာပေါ့၊ ကိုယ့်စိတ်ထဲက ကြံရုံမျှနဲ့ လိုသမျှကို ဒကာမကြီးက လှူဒါန်းနေတယ်ဆိုတာကိုး။ အစားအသောက် အလှူပယ် ပြည့်စုံတယ်ဆိုတာ ကြားရတော့ ‘ဘုန်းကြီးမှာ အစား’ဆိုတာနှင့်အညီ သွားချင်ပြီပေါ့။

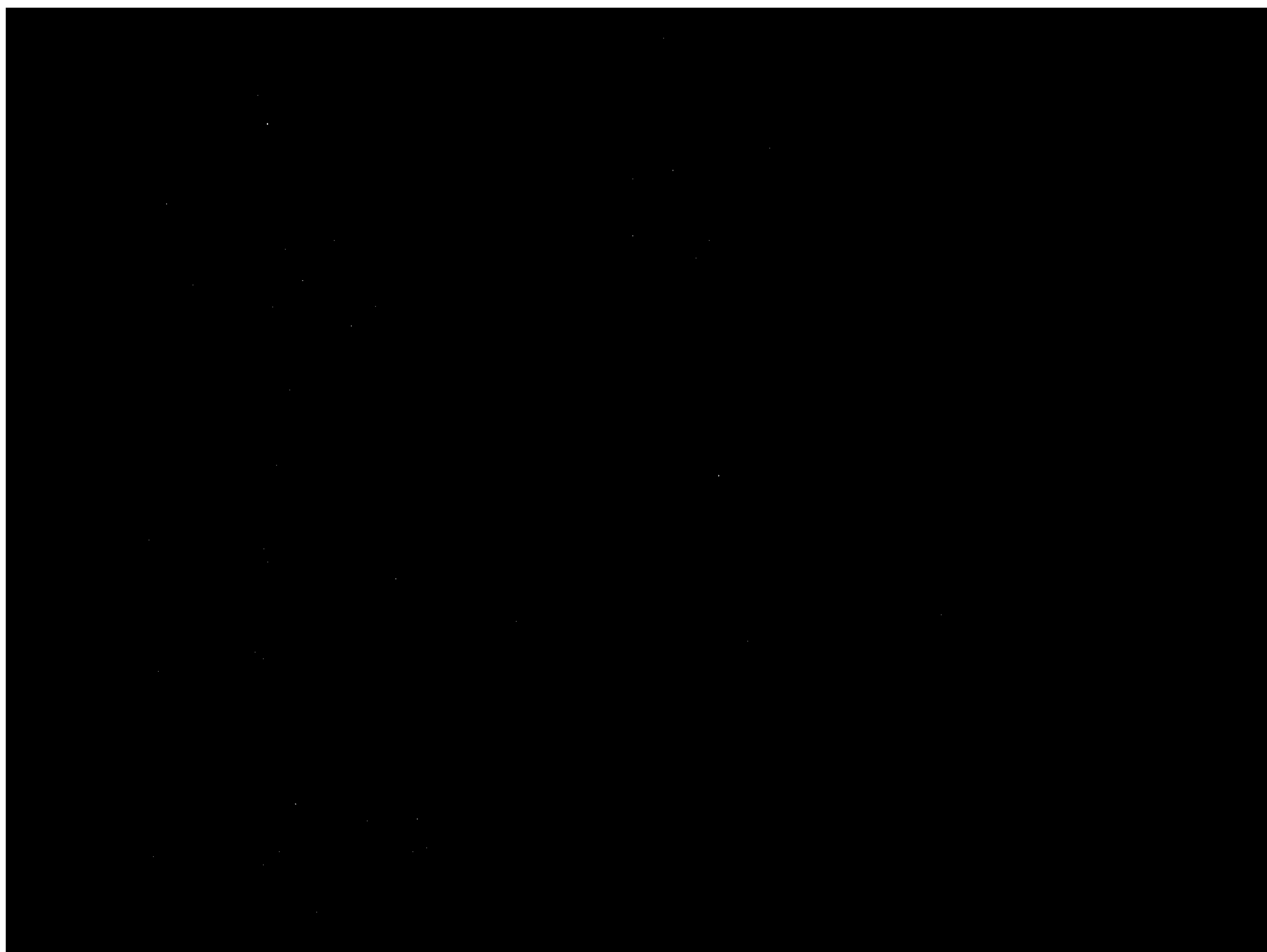
ဒါကြောင့် အဲဒီ ရဟန်းတော်လေးဟာ မြတ်ဘုရားထံမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းများ တောင်းယူပြီးလျှင် “ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ တပည့်တော်အားလဲ အဲဒီ မာတိကရွာကို သွားခွင့်ပြုပါဘုရား”လို့ လျှောက်ထား ပန်ကြားပြီး ဇေတဝန်ကျောင်းမှ ထွက်ခဲ့တယ်။

ထွက်ခဲ့ဆို၊ မာတိကရွာပြန် ရဟန်းတော်များထံမှာ သွားလမ်းတွေ ဘာတွေ မေးပြီး အဲဒီ ကိုယ်တော်တပါးလဲ သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ထံတော်ပါးက နေပြီးတော့ ကောသလတိုင်းက မာတိကရွာဆီကို ကြွသွားပါလေရောတဲ့။

တရားနိဂုံး

ကဲ.... ၂-နာရီတောင် အနဲငယ် ကျော်သွားပြီ ထင်တယ်။ ဒီနေ့ တို့တရားပွဲကို ဒီနားမှာပဲ ရပ်ကြဦးစို့။

ဒီ စိတ်ညစ်ကင်းရန် မဟာသတိပဋ္ဌာန် တရားကို နာကြားကြရတဲ့ ကုသိုလ်စေတနာ၊ ကိုယ်တွေ့ အားထုတ်ကြရတဲ့ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ် ကုသိုလ်စေတနာ၊ ဤသို့ စသား ကုသိုလ်စေတနာများကြောင့် အားလုံးသော တရားနာတွေလဲ ဒီ တရားတော်လာတိုင်း မဆိုင်းမတွ ကျင့်နိုင်ကြပါစေ၊ မာတိကမာတာ



ရဟန်းတော်ခြောက်ကျိပ်တို့က မြတ်စွာဘုရားသခင်အား အနာဂါမ်
တည်သူ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးနှင့်စပ်သော အရပ်ရပ်သော
ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို လျှောက်ထားနေကြပုံ

လိုတာရကြပါတယ်ဘုရား”လို့ အနာဂါမ်တည်သူ မာတိက
မာတာ ဒကာမကြီးနှင့်စပ်တဲ့ အရပ်ရပ်သော ဂုဏ်ကျေးဇူး
များကို လျှောက်ထားကြတယ်။

အစားပေါရာ သွားချင်ပါတယ်

ဒီခါမှာ အမျိုးအမည်အားဖြင့် မထင်ရှားတဲ့ ရဟန်းတော်
တပါးဟာ အဲဒီ အနာဂါမ် မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးနှင့်

ကျန်းမာချမ်းသာစွာနဲ့ အစားလဲဝ

တရားလဲရခဲ့ပါတယ်ဘုရား

အဲဒီရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်လဲ သာဝတ္ထိပြည် မြတ်ဘုရား ဆီ ရောက်တော့ တောက်လျှောက်ဝပ်တွား ခစား ဆည်းကပ် ကြတယ်။

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက “ကစ္စိ ဘိက္ခဝေ ခမနီယံ၊ ကစ္စိ ယာပနီယံ၊ န စ ပိဏ္ဏကေန ကိလမိတ္ထ။

“ဘိက္ခဝေ၊ တရားအလုပ် အားထုတ်ပြန်ငြား ရဟန်းများ တို့။ ကစ္စိ၊ အသို့နည်း။ ခမနီယံ၊ ခန့်ကျန်း ဤသာပါ၏လော။ ကစ္စိ၊ အသို့နည်း။ ယာပနီယံ၊ မျှတပါ၏လော။ ပိဏ္ဏကေန၊ ဆွမ်းအာဟာရဖြင့်။ န စ ကိလမိတ္ထ၊ မပင်မပန်း ရှင်လန်းဖုံဖုံ ပြည့်စုံကြ၏လော”လို့ မေးတော်မူပါတယ်။

ဒီတော့ ရဟန်းတော်များက “ဘုန်းတော်သခင် ရှင်တော် မြတ်ဘုရား၊ တပည့်တော်များအနေနဲ့ ခန့်ကျန်းဤသာ မျှတ ကြပါတယ်ဘုရား၊ အထူးသဖြင့် ဆွမ်းအာဟာရတို့က သက်သက် သာသာ ပင်ပန်းတာမရှိ ချမ်းသာပြည့်စုံ ကြပါတယ် ဘုရား၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုယင် မာတိကမာတာအမည်ရှိတဲ့ ဒကာမကြီးက တပည့်တော်များထံ တရားနည်းခံ ကျင့်သုံးလို့ သူကအယင် ပဋိသမ္ဘိဒါ ၄-ပါး၊ လောကီအဘိညာဉ်များနှင့်အတူ အနာဂါမ် တည်တာမို့ တပည့်တော်များရဲ့ စိတ်အကြံကိုသိပြီး လိုလေသေး မရှိရအောင် ဆွမ်းစသည့် အာဟာရများကို ချက်ပြုတ်စီရင် လှူဒါန်း ပါတယ်ဘုရား၊ ဒါကြောင့် တပည့်တော်များမှာ ဆွမ်းဖြင့် ပင်ပန်းမှုဆိုလို့ ဘာတခုမျှ မရှိကြပါဘုရား၊ ဘာမဆို

နောက်ပြီးတော့ “ယခုအခါ တဝါကင်းလွတ် သီတင်း ကျွတ်သို့ ရောက်လေပြီ၊ ပဝါရဏာပြုပြီးလျှင် မြတ်ဘုရားထံ သွားကြပါစို့”လို့လဲ ကြံစည် ဆုံးဖြတ်ကြတယ်။

အဲဒီလို ဆင်ခြင်တွေးတော အံ့သြချီးကျူး ကျေးဇူးလဲတင် ကာ ကြံစည်ဆုံးဖြတ်ကြပြီးတော့ ရဟန်းတော် ခြောက်ကျိပ်လုံး ဟာ “ဒကာမကြီး၊ ဦးပဉ္စင်းတို့ ဝါကျွတ်ပြီမို့ ဘုရားဖူးချင်ကြပြီ၊ ဒါကြောင့် သာဝတ္ထိပြည် မြတ်ဘုရားဆီ သွားကြတော့မယ်”လို့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးအား ခွင့်ပန် နှုတ်ဆက်တော် မူကြတယ်။

ဒီတော့ ဒကာမကြီးကလဲ “ဪ...အရှင်ဘုရားတို့ ပြန်ကြ တော့မယ်လို့လား၊ ကောင်းလှပါပြီဘုရား”လို့ ကျေနပ်စွာ လျှောက်ထားပြီးတော့ ရဟန်းတော်များကို ရွာအပြင်ဖက်အထိ လိုက်ပို့ပါသေးတယ်၊ ရွာအပြင်ဖက်ရောက်တော့ “အရှင်ဘုရား တို့၊ ဟို ရောက်ယင် တပည့်တော်မတို့ကိုများ မေ့နေတော် မမူကြပါနဲ့ဦး ဘုရား၊ ငဲ့ညှာသမှု သတိပြုပြီး ပြန်လည် ကြည့်ရှု တော်မူကြပါဦးနော်”လို့ စသည်ဖြင့် သာယာချိုမြ စကား အဝဝ များကိုလဲ ပြောဆို လျှောက်ထားပြီး “ကဲ....အရှင် ဘုရားတို့လဲ ကြွတော် မူကြရော့ ဘုရား၊ တပည့်တော်မတို့လဲ နေရစ်တော့မယ်ဘုရား”လို့ ရုတ်တရက် နှုတ်ဆက်လျှောက်ကာ ရွာတွင်းတဖန် ပြန်ဝင်ခဲ့တယ်။

“မောင်ပဉ္စင်း သူတပါးစိတ်ကို သိတော်မူကြတဲ့
ရဟန်းတော်များဟာ လောကမှာ များစွာ ရှိတော်
မူကြပါတယ်ဘုရား”။

မေး။ ။နာဟံ အညေ ပုစ္ဆာမိ၊ တုဝံ ပုစ္ဆာမိ၊ မဟာဥပါသိကေ=
မဟာဥပါသိကေ၊ ဥပါသိကာမကြီး။ အဟံ၊ ငါသည်။
ဝါ၊ ဦးပဉ္စင်းသည်။ အညေ၊ သူတပါးစိတ် သိသူ
အခြားသူများကို။ န ပုစ္ဆာမိ၊ မမေးပါ။ တုဝံ၊ သင်
ဒကာမကြီးကို။ ပုစ္ဆာမိ၊ မေးပါ၏။

“ဒကာမကြီး အခြားသူများ သူတပါးစိတ် သိကြ
တယ်ဆိုတာတွေကို မေးတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ သင်ဒကာမ
ကြီးကို မေးနေတာပါ”

ဒါဟာ ရဟန်းတော်လေးက ဒကာမကြီး မရှောင်ကွင်း
နိုင်အောင် အကြပ်ကိုင်ပြီး မေးတော်မူတာပဲ၊ အမှန်ကတော့
ဒကာမကြီးက “တပည့်တော်မ-သူတပါးစိတ်ကို သိပါတယ်”
လို့ မဖြေချင်လို့ “လောကမှာ သူတပါးစိတ်ကို သိတော်မူကြ
တဲ့ ရဟန်းတော်မြတ်တွေ များစွာရှိပါတယ်ဘုရား” လို့ ရှောင်လွှဲ
ပြီး ဖြေကြားခဲ့တယ်။

သူတော်ကောင်း တွေဟာ သာသနာတော် အတွက်
အကြောင်းမထူးဘူး၊ အကျိုးမမျှားဘူး၊ မေးသူအတွက်လဲ
အကျိုးမမျှားဘူး-ဆိုယင် ကိုယ်ရရှိထားတဲ့ တရားထူးကို သူတ
ပါးအား ပြောကြားတော်မမူလိုကြဘူး၊ သူများတွေရဲ့ အထင်
ကြီးမှု၊ အထင်ကြီးပြီး ချီးကျူးဂုဏ်တင် လှူယင်ရမည့် လာဘ်
လာဘ အကျော်အစောများကိုလဲ လိုလားတော်မမူကြဘူး၊

အရိယာလုပ်တမ်း ရဟန္တာလုပ်တမ်းကစားပြီး ဘာသာရေးကို ဘမ်းပြကာ ဝါးစေဝေစားတာမျိုးကိုလဲ စက်ဆုပ်တော်မူကြ တယ်။ ကိုယ့်မှာအဖိုးတန်ပစ္စည်းရထားလို့ ရှိနေတာကို လူတိုင်း အား မပြပဲ သိုသိုသိပ်သိပ် နေကြသလိုပါပဲ။ တကယ်တရား ထူးရထားတဲ့ မာတိကာမာတာ ဒကာမကြီးကတော့ အကြောင်း အကျိုးမထူးပဲ သူ့တရားထူးကို ထုတ်ဖော်မပြောလိုပါဘူး။ ဒါကြောင့် ရှောင်လွှဲပြောနေရာ ယခု ရဟန်းတော်ကလေးက အကြပ်ကိုင်ပြီး ထွက်ပေါက်မရှိအောင် တိုက်ရိုက်ပင် အလိုက် မသိစွာ မေးတော်မူလိုက်ပါတယ်။

ဒီတော့ ဒကာမကြီးက ဘယ်လိုလိမ်မာပါးနပ်စွာ ဖြေလိုက် သလဲဆိုတော့ နာကြားကြည့်ကြပါဦး။

အဖြေ။ ။ပရစိတ္တံ ဇာနန္ဒာ နာမ ဧဝံ ကရောန္တိ ပုတ္တ= ပုတ္တ၊ တိုက်ရိုက်မေးစွ ချစ်သာလှ။ ပရစိတ္တံ၊ သူတပါး စိတ်ကို။ ဇာနန္ဒာ နာမ၊ သိကြသတို့မည်သည်။ ဧဝံ ကရောန္တိ၊ ဒီလိုပဲ ပြုကြမဲ့ဖြစ်ပေကုန်၏။

“ချစ်သား မောင်ပဉ္စင်းရယ်၊ သူတပါးစိတ် သိကြ သတို့မည်သည် ဒီလိုပဲ ပြုရိုးထုံးစံရှိကြပေတယ်”တဲ့။

တိုက်ရိုက်မေးတာတောင်မှ “တပည့်တော်မ-သူတပါးစိတ် ကို သိပါတယ်”လို့ မပြောပါဘူး။ “သူတပါးစိတ်ကို သိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဒီလိုပဲပြုကြတာပဲ”တဲ့။ အဲဒီလို ရှောင်ပြီး ဖြေတယ်။

တရားထူး တရားမြတ်ဆိုတာ အကြောင်းမထူးယင် ထုတ် ဖော်ပြောကြသလား၊ (မပြောကြပါဘူးဘုရား)။ အကြောင်း

မထူးယင် ထုတ်ဖော်မပြောဘူး ရှောင်နိုင်ယင် ရှောင်ပြောရ
တယ်။ ခုခေတ်ကြီးမှာတော့ “ဘာဟဲ့-ညာဟဲ့”နဲ့ ဆိုင်းဘုတ်
တွေ တင်ပြီးတော့ ကြေငြာနေတယ်ဆိုယင် စဉ်းစားစရာ
မကောင်းဘူးလား။ (ကောင်းပါတယ်ဘုရား)။ တရားထူး တရား
မြတ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး သိပ်ကြေငြာပြီးတော့ “ငါက ဘာ
ဖြစ်ပြီ၊ ညာဖြစ်ပြီ”နဲ့ အဲဒီလိုပြောတယ်ဆိုယင် စဉ်းစားစရာ
ပဲ။ အကြောင်းထူးရှိမှ မလွဲမရှောင်သာ ပြောတာတောင်မှ
တိုက်ရိုက်မပြောဘူး။ ဥပပါယ်တမျှဉ်နဲ့ပြောတယ်။ ပြောတော့-
ဦးပဉ္စင်းက သိပ်ဝမ်းသာသွားတယ်။

တွေးယင်းတွေးယင်း ပြန်ပြေးခြင်း

“သူတပါးစိတ် သိတတ်တဲ့ ဒကာမကြီးရဲ့ အကိုးကွယ်ခံရ
တယ်ဆိုတော့ ငါ့လဲကျောင်းကနေပြီး တောင့်တတိုင်း ပြည့်စုံ
နေတယ်။ သိပ်ဝမ်းသာစရာ ကောင်းတာပဲ”လို့ တွေးယင်း
တွေးယင်းနဲ့ “လိုချင်တာရတာတော့ဟုတ်ပါရဲ့။ ဒါပေမဲ့-
ရှေ့ဆက်ကြည့်ယင် ဒီအမှုဟာ မလွယ်လှဘူး။ ဝန်လေးစရာကြီး
ပဲ”လို့ တွေးမိတယ်။

“ဘာရိယံ ဝတိဒံ ကမ္မံ၊ ပုထုဇ္ဇနာ နာမ
သောဘနမ္မိ အသောဘနမ္မိ စိန္တန္တိ။ သစာဟံ ကိဉ္စိ
အယုတ္တံ စိန္တယိဿာမိ၊ သဟဘဏ္ဍကေန စောရံ စူဠာယ
ဂဏ္ဍန္တိ ဝိယ မံ ဝိပွကာရံ ပါပေယျ၊ မယာ ဣတော
ပလာယိတံ ဝဋ္ဋတိ။

ဣဒံ ကမ္မံ၊ ဤသူတပါးစိတ်ကိုသိသော ဒကာကြီးရဲ့ အကိုး
ကွယ်ကို ခံယူပြီးနေရမည့်အမှုသည်။ ဘာရိယံ ဝတ၊ အလွန်

ဝန်လေးလှလေစွတကား။ (ဒီလို သူတပါးစိတ်ကိုသိတဲ့ ဒကာ
မကြီးရဲ့ အကိုးကွယ်ကို ခံယူပြီး နေရမယ်ဆိုတာ မလွယ်လှဘူး၊
အလွန်ဝန်လေးတယ်တဲ့)။ ဘာကြောင့်လဲဆိုယင် ပုထုဇ္ဇနာ
နာမ၊ ကိလေသာပူးဝင် ပုထုဇဉ်တို့မည်သည်။ သောဘနမ္ပိ၊
သင့်လျော်သည်ကို၎င်း။ အသောဘနမ္ပိ၊ မသင့်လျော်သည်ကို
၎င်း။ စိန္တေန္တိ၊ သောင်းပြောင်းထွေလာ ကြံစည်ချင်ရာ ကြံစည်
တတ်ကြကုန်၏။ (ကိလေသာပူးဝင်တဲ့ ပုထုဇဉ်များဆိုတာဟာ
တခါတရံ ကောင်းတာကိုလဲ ကြံစည်တတ်တယ်၊ တရံတခါ
မကောင်းတာကိုလဲ ကြံစည်တတ်တယ်၊ သင့်လျော်သော မသင့်
လျော်သောရယ်လို့ စောကြောဝေဖန်နိုင်ကြတာ မဟုတ်ဘူး၊
ရှူးရှူးမူးမူး စိတ်ကူးချင်ရာ စိတ်ကူးတတ်ကြတယ်၊ ငါကလဲ
ပုထုဇဉ်မျှရှိသေးတယ်၊ ငါ့စိတ်ကိုလဲ ငါမနိုင်ဘူး၊ ဒီတခါ
တော့ဖြင့် ခက်ကြပြီတဲ့။

အဟံ၊ ငါသည်။ ကိဉ္စိ အယုတ္တံ၊ တစုံတရာ ရဟန်းနှင့်
မလျောက်ပတ်တာကို။ သစေ စိန္တယိဿာမိ၊ အကယ်၍ ကြံစည်
စိတ်ကူးမိငြားအံ့။ သဟ ဘဏ္ဍကေန၊ ခိုးထုပ်ခိုးထည်နှင့်တကွ။
စောရံ၊ ခိုးသူကို။ စူဠာယ ဂဏ္ဍန္တိဝိယ၊ ရောင်ထုံးကို ဆွဲကိုင်
သကဲ့သို့။ မံ၊ ငါ့ကို။ ဝိပ္ပကာရံ၊ ဖရိုဖရဲဖြန့်ကြဲ ဖောက်ပြန်ခြင်း
သို့။ ပါဗေယျ၊ ရောက်စေရာ၏။ (ငါဟာ ကောင်းတာကို
ကြံစည်မိယင်ဖြင့် တော်ပါသေးရဲ့၊ တကယ်လို့များ ငါနှင့်မသင့်
လျော်တာကို ကြံစည်မိယင်တော့ ခိုးထုပ်ခိုးထည်နှင့်တကွ
သူခိုးကို မိလို့ ပစ္စည်းရှင်က သူခိုးရဲ့ ရောင်ဆွဲထားသလို ငါ့ကိုလဲ
“ရဟန်းလုပ်နေပြီး ဒါမျိုးတွေကြံစည်ရသလား၊ ဒါဘုရား
သားတော်တဲ့လား၊ဘာညာ”နဲ့ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးက

ဆိုလား ပြောလား-လုပ်ယင် ငါတော့ လူထဲမှာ မျက်နှာတောင် ပြရဲတော့မှာမဟုတ်ဘူး၊ ဖေါက်ဖေါက်ပြားပြား ဒုက္ခများတော့ မယ်လို့ စိုးရိမ်စိတ်တွေ ဝင်လာရှာတယ်၊ ကိုယ့်ဘက်က မပြည့် စုံတော့လဲ မလုံမလဲ ဖြစ်ရတာပေါ့လေ၊ ပုထုဇဉ်စိတ်များ တယ်ကြောက်စရာ ကောင်းလှပါကလား ပရိသတ်များ၊ (ကြောက်စရာကောင်းလှပါဘုရား)။

(ဒီလိုဆိုယင် ငါတော့ ဒုက္ခပဲ-တဲ့) မယာ၊ ငါသည်။ ဣတော၊ ဤမာတိက ရွာအရပ်မှ။ ပလာယိတုံ၊ မြန်မြန်သုတ်သုတ် ပြန်လည်ဆုတ်ခွါပြေးဖို့ရာ။ ဝဇ္ဇတိ၊ သင့်လျော်ချေပြီ။

“ငါဒီအရပ်နေလို့တော့ ဖြစ်ပုံမရဘူး၊ ငါလဲ ငါ့စိတ်နိုင် တာမဟုတ်ဘူး၊ ရဟန်းနဲ့ မတော်တဲ့ ဒိပြင်ကိစ္စတွေများ လျှောက်ပြီးတွေးမိယင်တော့ ဒုက္ခပဲ၊ မဖြစ်သေးပါဘူး” လို့ တွေးယင်းတွေးယင်း တရားဆိုလို့ဘာမှမလုပ်ရသေးပဲနဲ့ ချွေးသီး ချွေးပေါက်တွေ ကျလာတယ်၊ ဒကာမကြီးကို သူတော်တော် ကို ကြောက်သွားတယ်။

“ဒကာမကြီး....ဦးပဉ္စင်း ပြန်အုံးမယ်”

“မောင်ပဉ္စင်း နေပါအုံးတော့လား ဘယ်နှယ် ပြန်ရမတုံး”

“ဟာ-ပြန်အုံးမယ် ဒကာမကြီး၊ နောက်များတော့မှ လာဦး တော့မယ်”

“မောင်ပဉ္စင်း တရားရပြီလား”

“မရသေးဘူး”

“နေပါအုံး မောင်ပဉ္စင်း”

“မဖြစ်သေးဘူး ဦးပဉ္စင်းပြန်ပါအုံးမယ်” ဆိုပြီးတော့ ဒကာမကြီးကို လှည့်ကြည့် လှည့်ကြည့်နဲ့ သုတ်သုတ် သုတ်သုတ်နဲ့ အဲဒီကိုယ်တော်လဲ ပြန်ပြေးပါလေရော။

မနေရဲလို့ ပြန်ခဲ့ပါတယ်ဘုရား

ဟိုရောက်တော့ မြတ်စွာဘုရားက “ချစ်သား ကျန်းမာ ရဲ့လား”

“ကျန်းမာပါတယ် ဘုရား”

“ရဟန်းကိစ္စများ ပြီးခဲ့ပြီလား”

“မပြီးသေးပါဘုရား”

“ဆွမ်းများ အခက်အခဲရှိသလား”

“မရှိပါဘူးဘုရား ပို့လိုက်တာများ စုံနေတာပဲ”

“ဒါနဲ့ ဘာပြုလို့ပြန်လာတာတုံး”

“မှန်လှပါဘုရား၊ တပည့်တော် အဲဒီအရပ် မနေဝံ့ဘူးဘုရား”

“ချစ်သား အဲဒီအရပ်နဲ့ သင်ချစ်သားနဲ့ တော်တယ်၊ အဲဒီ အရပ်မှာ တရားရနိုင်တယ်၊ ပြန်သွား”

“မှန်ပါ ဒီပြင်လွှတ်ချင်ရာ လွှတ်တော်မူပါ၊ ဒီအရပ်တော့ မသွားရဲဘူးဘုရား၊ (ကျားမြီးဆွဲဆို့ ဆွဲပါ့မယ်ဘုရားပေါ့လေ)။

အဲဒီလိုလျှောက်တော့ ချစ်သား ဘာကြောင့် အဲဒီအရပ်မှာ မနေဝံ့တာလဲ။

“မှန်လှပါ ဘုန်းတော်သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊ အဲဒီ အရပ်က မာတိကမာတာအမည်ရတဲ့ ဒကာမကြီးက ကြံစည် တိုင်း ကြံစည်တိုင်း အားလုံးကို သိမြင်တယ် ဘုရား၊ ပုထုဇဉ်တို့

မည်သည် သင့်တော်တာရော မသင့်တော်တာပါ ထေ့ရာ
လေးပါး ကြံစည်မှုများပြားကြပါတယ်ဘုရား၊ တပည့်တော်လဲ
ပုထုဇဉ်ဆိုတော့ တစုံတရာ မသင့်လျော်တာကို ကြံစည်မိယင် ခိုး
ထုပ် ခိုးထည်နဲ့အတူ မိတဲ့သူခိုးကို ရောင်ဆွဲခံရသလို တပည့်တော်
ကိုလဲ ဖရိုဖရဲ အရှက်ကွဲစေနိုင်ပါတယ်ဘုရား၊ ဒါကြောင့်
တပည့်တော် မြတ်စွာဘုရားထံတော်ပါးသို့ အားကိုးတကြီးနဲ့
ပြန်လာခဲ့တာပါဘုရား”လို့ သူ့အတွေး သူ့အမြင်ကို ရင်ဖွင့်
လျှောက်တင်ရှာတယ်။

အဲဒီအခါ မြတ်စွာဘုရားက “ချစ်သားရဟန်း၊ အဲဒီမာတိက
ရွာ ကျောင်းအရပ်မှာသာ သင်နေဖို့ရာ သင့်လျော်တယ်”လို့
ထပ်မံ မိန့်ကြားတော်မူတယ်။

“မြတ်စွာဘုရား၊ မတတ်နိုင်ပါ၊ တပည့်တော်တော့ အဲဒီ
အရပ်မှာ မနေဝံ့ပါဘုရား” လို့ ရဟန်းတော်ကလေးကလဲ
အကြောက်အကန် ငြင်းဆန်နေရှာတယ်။

“ဘာကြောင့်လဲ”

“ကိလေသာထေ့ပြား စိတ်ညစ်တွေ လှုပ်ရှားတာကို မနိုင်
လို့ပါ ဘုရား”

တခုထဲဆိုတာ စိတ်ကိုသာထိန်း

“ဒီလိုဆိုယင်ဖြင့် သင်ချစ်သားဟာ တရားတွေ အများ
ကြီးကို မပွားနိုင်ယင် တခုထဲတရားကို စောင့်ရှောက်ပွားများ
နိုင်ပါ့မလား”

“ဘုရားတပည့်တော်အနေနဲ့ တခုထဲဆိုယင်တော့ စောင့်ရှောက်ပွားများနိုင်စရာ ရှိပါတယ်ဘုရား၊ တခုတည်းဆိုတာက ဘာလဲဘုရား”

“တဝ စိတ္တမေဝ ရက္ခ၊ စိတ္တံ နာမေတံ ဒုရက္ခံ၊ တံ အတ္တနော စိတ္တမေဝ နိဂ္ဂဏှ၊ မာ အညံ ကိဉ္စိ စိန္တယိ၊ စိတ္တံ နာမေတံ ဒုန္နိဂ္ဂဟံ။

တဝ၊ သင်၏။ စိတ္တမေဝ၊ စိတ်ကိုသာလျှင်။ ရက္ခ၊ စောင့်ရှောက်လော့။ တံ စိတ္တံ နာမ၊ ထိုစိတ်မည်သည်ကို။ ဒုရက္ခံ၊ စောင့်ရှောက်နိုင်ခဲ၏။ တံ၊ သင်သည်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ စိတ္တမေဝ၊ စိတ်ကိုသာလျှင်။ နိဂ္ဂဏှ၊ ဆုံးမသွန်သင် ပြုပြင် နှိမ်နင်းလော့။ တံ၊ သင်သည်။ အညံ ကိဉ္စိ၊ ဟိုဟာ ဒီဟာ ဘာဘာညာညာ တစုံတရာကိုမျှ။ မာ စိန္တယိ၊ မကြံ စည်ပါလင့်။ တံ စိတ္တံ နာမ၊ ထိုစိတ်မည်သည်ကို။ ဒုန္နိဂ္ဂဟံ၊ နှိမ်နင်းနှုန်းပြ ဆုံးမနိုင်ခဲ၏။”

“တခုတည်းသောတရားကို စောင့်ရှောက် ပွားများရမည်ဆိုတာ တခြားမဟုတ်ဘူး၊ သင်ချစ်သား ရဟန်းရဲ့ စိတ်ကိုသာ စောင့်ရှောက်ပါ”တဲ့။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ပေးသနားတော်မူတဲ့ တရားနည်းလမ်းပဲ၊ ကိုယ်နှင့် နှုတ်ကို ထိန်းချုပ်ရတဲ့ သီလအကျင့်ဟာ ရဟန်းတော်များအနေနဲ့ ၂၂၇-သွယ်ပင် သိက္ခာပုဒ်တွေက များတယ်၊ ကိုယ်နဲ့နှုတ်နဲ့ မလွန်ကျူးကောင်းတဲ့ ရဟန်းတော်တွေ စောင့်ရှောက်နေတော်မူကြရတဲ့ သိက္ခာပုဒ်တဲ့၊ မများဘူးလား ပရိသတ်များ၊ (များလှပါတယ် ဘုရား)။

ဒါတောင် အကျဉ်းချုပ်ရှိသေးတာပဲ။ အကျယ်ပွားယင်း ကုဋေပေါင်း ကိုးထောင်ကျော်တယ်တဲ့။ ဗုဒ္ဓသာဝက ရဟန်း တော်တွေဆိုတာ အဲဒီလိုများပြားတဲ့ သိက္ခာပုဒ်တွေကို စောင့် ရှောက် ထိန်းသိမ်းတော်မူကြရတယ်။ လူများအနေနဲ့တော့ ၅-ပါး၊ ၈-ပါး၊ ၉-ပါးပဲ ထိန်းသိမ်းနိုင်ကြပါတယ်။ လွန်ရော ကျံရော အများဆုံးအားဖြင့် ၁၀-ပါး အထိသာပါပဲ။ ရဟန်း တော်များ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရတာက ကုဋေပေါင်း ကိုး ထောင်ကျော် တဲ့။ ဒါကြောင့်လဲ တကယ်သိတဲ့ လူဥပါသကာ ဥပါသိကာတွေက ရဟန်းတော်တွေဆိုယင် အထူး ကြည်ညို လေးစားကြတာပဲ။

အဲဒါလောက် များပြားတဲ့ သိက္ခာပုဒ်တွေကို ကိုယ်နဲ့နှုတ်နဲ့ စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းနေရတာဟာ လွယ်ပါ့မလား၊ (မလွယ် ပါဘူးရား)။ အဲဒီလို မလွယ်မကူနဲ့ သိက္ခာပုဒ်တွေကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ရတဲ့အထဲ ယခုတဖန် ဒွတ္တိံ သာကာရ ကာယ ဂတာသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းပွားများရတယ် ဆိုပြန်တော့ လဲ ကြည့်လို့မမြင်ရတဲ့ စိတ်တွေကိုပါ စောင့်ရှောက်ရတာ”တဲ့။ ဒါကကော လွယ်ပါ့မလား (မလွယ်ပါဘူးရား)။ ကိုယ်နဲ့ မလွန် ကျူးအောင် နှုတ်နဲ့ မလွန်ကျူးအောင် ဆိုတာကတော့ အကောင်အထည် ပေါ်ပေါ်လွင်လွင်မို့ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက် ရတာဖြစ်နိုင်ပါသေးရဲ့။ အကောင်အထည်မမြင်ရပဲနဲ့ ဟိုပြေး ဒီလွှား လျင်မြန်စွာလှုပ်ရှား ရိုင်းစိုင်းနေတဲ့ စိတ်ကို ဟိုဟိုဒီဒီ မလှုပ်ရှား မသွားလာစေရအောင် ထိန်းသိမ်းပါ-ဆိုတော့ မခက်ဘူးလား၊ (ခက်လှပါတယ်ဘူးရား)။ ဒါကြောင့် ရဟန်း

တော်ကလေးက သူတပါးစိတ်ကို သိတဲ့ ဒကာမကြီးရှိတဲ့ အရပ်
မှာ သူမနေဝံ့ပါဘူးလို့ ဘုရားကို လျှောက်ထားရှာတယ်။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ပုထုဇဉ် လူသားတိုင်းမှာ
ဖြစ်ပေါ်နိုင်တဲ့ စိတ်ပေါင်း ၇၉-ခု ဆိုတာတွေ၊ တတောင်
ငါးရာ ကိုလေသာ ဆိုတာတွေ၊ သိက္ခာပုဒ်ပေါင်း အကျဉ်း
၂၂၇-သွယ်၊ အကျယ်ပွားယဉ် ကုဋေပေါင်း ကိုးထောင်ကျော်
ဆိုတာတွေ အဲဒါလောက် များပြားတာတွေကို သင်ချစ်သား
အနေနဲ့မစောင့်ရှောက်နိုင်ဘူး၊ များလွန်းတယ်ဆိုယင် ထားလိုက်
ပါတော့၊ သင်ချစ်သားအနေနဲ့ တခုတည်းသော တရားလောက်
ကိုတော့ မစောင့်ရှောက်နိုင်ဘူးလားလို့ မေးတော်မူပါတယ်။

• မြေဟိမ္မာ ကုဋေချီတဲ့ နှမ်းစေ့များကို တောင်းတလုံးတွင် ထည့်ယူစေသလို

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဝေနေယျဇ္ဈာသယ ဉာဏ်တော်
အမြင်သန်တော်မူပုံကို ကြည်ညိုချီးကျူးစရာ အချက်ပါပဲ။
နှမ်းစေ့ပေါင်း အသောင်း အသိန်းကို မြေပြင်မှာ ဖြန့်ကြဲ
ထားတာကို ဒါတွေကို မင်းအကုန်ယူခဲ့လို့ မလိမ္မာသလှ လူရှယ်
တယောက်ကို လူကြီးတယောက်က ခိုင်းယင် ဒါလောက်
များတာတွေကို ဘယ်ယူနိုင်မလဲဗျ-လို့ လူရှယ်က ပြောတဲ့အခါ
ကဲ- ဒါလောက် များတာတွေကို မင်းမယူနိုင်ယင် ဒီတောင်း
တလုံးလောက်တော့ ယူနိုင်မလား-လို့ နှမ်းတွေကို တောင်းထဲ
ထည့်ပေးတဲ့အခါ တောင်းတလုံး ဆိုယင်တော့ နိုင်ပါတယ်ဗျာ-
လို့ လူရှယ်ကပြောပြီး ယူဆောင်လာနိုင်စေသလို ကုဋေချီပြီး

များပြားတဲ့ သီလသိက္ခာကို စောင့်ဖို့ရာ ၈၉-ပါး စိတ်များနှင့် တထောင်ငါးရာ ကိုလေသာတွေကို ထိန်းချုပ် ပယ်ဖြတ်ဖို့ရာ မစွမ်းနိုင်ပါ ဘုရားဆိုတဲ့ ရဟန်းငယ်ကို မြတ်စွာဘုရားက အများကြီး မစောင့်ရှောက်နိုင်ယင် တခုတည်းကိုကော မစောင့် ရှောက်နိုင်ဘူးလား-လို့ မေးတော်မူတာပဲ။

ဒီတော့ ရဟန်းတော်ကလေးက “တခုတည်းဆိုယင်တော့ စောင့်ရှောက်နိုင်စရာ ရှိတယ်လို့ သဘောပေါက်ပြီး တခု တည်းက ဘာလဲဘုရား”လို့ မြော်လင့်ချက် ရောင်ချည်သန်းတဲ့ မေးခွန်းမျိုးကို ပြန်လည် လျှောက်ထားတယ်။

ဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက ပြန့်ကြဲနေတဲ့နှုန်းတွေကို တောင်း တလုံးထဲစုထည့်ပြီး အယူခိုင်းသလို “တဝ စိတ္တမေဝ ရက္ခ”-တဲ့၊ သင့်စိတ်ကိုသာ စောင့်ရှောက်ပါ တဲ့၊ တရားအားထုတ်မည့် သူကို မခက်မခဲစေပဲ စိတ်ထဲတွင် အားထုတ်ချင်စိတ် ပေါက် သွားအောင် လွယ်ကူ ပြတ်သားစွာ ဟောကြားတော် မူပါ ပေတယ်။

တခုတည်းဆိုပေမဲ့ မလေးမစားမလုပ်နဲ့

တခုတည်းဆိုပေမဲ့လို့ သိပ်တော့ လွယ်ကူလှတာမဟုတ်ဘူး၊ ပေါ့ပေါ့ဆဆလုပ်လို့တော့ မရဘူး၊ “စိတ္တံ နာမေတံ ဒုရက္ခံ” အဲဒီစိတ်ဟာ အလေ့အကျင့် မရှိသေးတဲ့ ပုထုဇဉ်အနေနဲ့ဆိုယင် အစပိုင်းမှာ အစောင့် အရှောက်ရတော့ ခက်တယ်၊ စောင့် ရှောက်နိုင်ခဲတယ်၊ ဒါကြောင့် ပေါ့ပေါ့ဆဆမဟုတ်ပဲ သတိ၊ ဝီရိယကြီးစွာနဲ့ ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ပါ-တဲ့။

အရေးကြီးဆုံးကတော့ ကိုယ့်စိတ်ကိုသာ မနိုင်-နိုင်အောင် ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ဖို့ပါပဲ။ တရားအလုပ်ကို အားထုတ် သူဟာ ကိုယ့်စိတ်ကို နိုင်နင်းအောင် ဆုံးမ၊ နိုင်ဖို့ရာ အလွန်အရေး ကြီးတယ်။ ဆရာက ဘယ်လောက်ကောင်းတဲ့ နည်းကိုပေးပေး စိတ်မနိုင်သူဆိုယင် စိတ်က တရားထဲမရောက်ပဲ သူ့စိတ်နောက် သူပါပြီး ဆုတ်ခွါသွားကြရမဲ့ပဲ။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက “တုံ အတ္တနော စိတ္တမေဝ နိဂ္ဂဏှ=သင်ချစ်သားဟာ ကိုယ့်စိတ် ကိုသာ နှိပ်နင်း ဆုံးမ-ပါ” လို့ မိန့်တော်မူတယ်။

တရားကိုလိုချင်ယင် တခြားကိုစိတ်မသွားနဲ့

တရားအားထုတ်သူဆိုယင် တရားကို တကယ် လိုချင်ရမယ်။ တရားကို လိုချင်လို့ တရားကို အားထုတ်ပြီးဆိုယင် တခြားကို စိတ်မကူးရဘူး။ အထူးအားဖြင့် သားသမီးရေး စီးပွားရေး၊ အိုးရေးအိမ်ရေး၊ ကျောင်းရေးကန်ရေး၊ ဘာအရေး ညာအရေး တွေဆီကို စိတ်မသွားစေရဘူး။ တရားကိုမှ အားမထုတ်ရသေး ဘူး။ ဘယ်နှစ်ရက်ကြာယင် ပြန်မယ်။ ဘာကိစ္စပေါ်လာယင် ငါ့ကို လာပြော၊ ငါမလာလို့ မဖြစ်ယင် တရားက ထွက်ခဲ့မယ်။ အစားက ဘယ်လို နေရာက ဘယ်နှယ်ဆိုယင် တရားအားမထုတ် ချင်ဘူး စသည်ဖြင့် သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ နဲ့ပါးပြီး စိတ်ကစား နေယင်လဲ တရားမရနိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက “မာ အညံ ကိဉ္စိ စိန္တယိ၊ စိတ္တံ နာမေတံ ဒုန္နိဂ္ဂဟံ=ချစ်သား.... တခြားတပါး တစုံတရာမျှ စိတ်မမျှားစေနဲ့၊ စိတ်မကစားနဲ့၊ အဲဒီ စိတ်ဆိုတာ အဆုံးမ၊ ရ ခက်တယ်-” လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

တကယ်ဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော်မူတဲ့ အတိုင်း ပင် သိက္ခာပုဒ်တွေ ကိလေသာတွေ စိတ်တွေ ဘယ်လောက်ပင် များများ သဘောလက္ခဏာ အားဖြင့်ဆိုယင် စိတ်ဆိုတာ အာရုံကို သိတတ်တဲ့ သဘောတရားတည်းပါပဲ။ “အာရမ္မဏ ဝိဇာနည်လက္ခဏံ စိတ္တံ” ဆိုတဲ့ အဋ္ဌကထာ ဋီကာတို့ရဲ့ အဖွင့်ဟာလဲ ဒီမြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ မိန့်တော်မူချက်ကို ထောက်ခံပြီးသား ဖြစ်နေပါတယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ပေါ်လာသမျှစိတ်ကို ပေါ်ခိုက် ပေါ်ခိုက်မှာ မိအောင်သာ ဖမ်းပြီး ရှုမှတ်ယင် ဒီစိတ်ဟာ ငြိမ်သက် ယဉ်ကျေးလာမှာ သေချာပါတယ်။

ဒီစိတ်ကို ဆုံးမတော့မယ်ဆိုယင် စိတ်ရဲ့ ဆုံးသွမ်းပုံ လျင်မြန်ပုံစတဲ့ စိတ်ရဲ့စရိုက် ဉာဉ်သဘောကိုလဲ သိထားရမယ်။ ပြီးတော့ ယဉ်ကျေးအောင် ဘယ်လို ဆုံးမရမယ်၊ ယဉ်ကျေးလာယင် ဘယ်လိုအကျိုးများမယ် ဆိုတာကိုလဲ သိရပါမယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က စိတ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး ပြည့်ပြည့်စုံစုံ သိဖို့နှင့် ဆုံးမပုံ နည်းလမ်း၊ ဆုံးမယင် ကောင်းကျိုး ရနိုင်ပုံများကို အဲဒီ တရား မရသေးပဲ တရားကမ္မဋ္ဌာန်း ဌာနမှ ပြန်ပြေးလာတဲ့ ရဟန်းငယ်ကို ဒီဒေသနာတော်ကို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

ဘုရားဟောတဲ့စိတ်တရား

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထကာမနိပါတိနော။

စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ၊ ကိလေသာ ပူးကပ်၍ မနူးမနပ်သဖြင့် အရူး ဇာတ်ခင်းလျက် နှိမ်နင်းနှုန်းပြ ဆုံးမရန်တုက် လှန်ခက်ခဲသော။

လဟုနော၊ ခဏမစဲ အမြဲမပြတ် ဖြစ်တတ် ပျက်တတ်သော
 ကြောင့် လျင်မြန်လှစွာသော။ ယတ္ထကာမနိပါတီနော၊ အကြင်
 အကြင် ထင်ရာမြင်ရာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌
 ကျရောက်တတ်သော။ ယတ္ထကာမနိပါတီနော၊ ရ၊ အပ်သော
 ကြောင်း မရကြောင်းနှင့် သင့်သောအကြောင်း မသင့်ကြောင်း
 တို့ကို ကောင်းစွာမသိ မကြည့်မျိုးနွယ် အရှယ်ကိုပင် မဆင်
 ခြင်နိုင်တော့ပဲ အကြင် အကြင် ထင်ရာ မြင်ရာ အဖြာဖြာ
 အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။ စိတ္တဿ၊
 စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ စိတ္တဿ၊ မိုက်မိုက်မှူးမှူး
 ရူးရူးနှမ်းနှမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဒမထော၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ
 သိက္ခာသုံးရပ် သာသနာတော်မြတ်ဖြင့် ဆုံးမ ခြင်းသည်။
 ဒမထော၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးခြင်းသည်။ သာဓု၊
 ကိလေညစ်ညမ်း သိန်းအသန်းကို ငြိမ်းချမ်း နိုင်ကြောင်း
 နည်းလမ်းကောင်းမျိုး ကောင်းလှပါပေ၏။ ဒန္တံ၊ ဆုံးမပြီး၍
 ယဉ်ကျေးသော။ ဒန္တံ၊ အဆုံးဘဝ ခရီးတိုင်အောင် အသုံးကျဖို့
 ဆုံးမပြီး၍ ယဉ်ကျေးသော။ စိတ္တံ၊ ကိလေမဝင် ညစ်မတင်သည့်
 ဖြူစင်မြင့်မြတ် ကောင်းမွန်သော စိတ်ဓာတ်သည်။ သုခါဝဟံ၊
 လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာ ဗြဟ္မာချမ်းသာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို
 ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ ဈာန်ချမ်းသာ ဝိပဿ
 နာ ချမ်းသာ မဂ်ချမ်းသာ ဖိုလ်ချမ်းသာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို
 ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ ဘယ်ချမ်းသာနှင့်မှမတူ
 ဘယ်အပူနှင့်မှမစပ် အအေးဓာတ်ဝင်ကိန်း၍ အငြိမ်းကြီးငြိမ်းရာ
 နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကြီးကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

စိတ်ဆိုတာ အဆုံးမရ ခက်တယ်၊ လျင်မြန်တယ်၊ သူကျချင်ရာရာ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေဆီမှာ ကျရောက်တတ်တယ်၊ ရနိုင်တာ မရနိုင်တာ သင့်တာ မသင့်တာ အမျိုးအနွယ် ဂုဏ်မပျက်ဖို့ရာ အရွယ် အသက် စသည်များနှင့် သင့်မသင့် တော်မတော် စသည်များကို မဆင်ခြင်နိုင်ပဲ မိုက်မိုက်ပူးပူး ရူးရူးနှမ်းနှမ်း ဆိုးသွမ်းတတ်တယ်။ ဒီလို အဆုံးမရ ခက်ပြီး လျင်မြန်တဲ့ သူကျချင်ရာ ကျတတ်တဲ့ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဖြင့် ဆုံးမယင် ကောင်းတယ်၊ ပေါ်တိုင်း မပြတ်စောင့်ဖမ်း ရှုမှတ်ယင် ကောင်းတယ်၊ ဆုံးမပြီးလို့ ယဉ်ကျေးလာယင် ဒီစိတ်ကပင် လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်းချမ်းသာ များကို ဆောင်ပေးနိုင်ပါတယ်-တဲ့။

ဒဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားက ဟောကြားတော် မူပါတယ်။ ဒီဂါထာရဲ့ အဓိပ္ပါယ်များကို အယဉ်ညများကလဲ တော်တော် စုံစုံ ဟောကြားခဲ့ပါပြီ။ အဲဒီ အဓိပ္ပါယ် အချုပ်ကို အကျဉ်း မှတ်သားရအောင် ယခင်ညက ပို့ချပေးဘူးတဲ့ ဆောင်ပုဒ်ကို ဒီနေရာမှာ အကွက်ဆိုက်လာလို့ ဆိုကြပါဦးစို့။

စိတ်တရား ဆောင်ပုဒ်

- ၁။ နှိမ်နိုင်ခဲ့စွာ၊ လျင်မြန်လှ၊ သူကျလိုရာ ကျတတ်သည်။
 ။ ဝိညာဏသွမ်း၊ စိတ်သရမ်း၊ စောင့်ဖမ်း ဆုံးမကောင်း လှသည်။
- ၂။ သီလ၊ သမာဓိ၊ သိပ္ပာ၊ မှန်စွာ ဆုံးမ ကောင်းလှသည်။
- ၄။ ယဉ်ကျေးလိမ်မာ၊ သူဖြစ်လာ၊ ချမ်းသာ ဆောင်ပေး တတ်ပါသည်။

စိတ်မိုက်နှားဆိုးတုတ် ဆုံးမခက်တယ်

ဘုရား အဆိုးအမ သီလ, သမာဓိ, ပညာများဖြင့် တခါမျှ မဆိုးမရသေးတဲ့ ကိလေသာတွေ ပူးဝင်နေတဲ့ စိတ်ကို ဆုံးမဖို့ရာ ခက်ခဲတယ်-တဲ့၊ ဆုံးမလို့ မရလောက်အောင် ခက်တာတော့ မဟုတ်ပါဘူး၊ အဆိုးမရ ခက်တာကို ပြောတာပါ၊ နဖါး မဖေါက်ရသေးတဲ့ နှားရိုင်းများကို ကုန်တင် လှည်းတွင် တပ်မောင်းနှင်ရေး၊ ဆီကြိတ်ရာဆုံမှာ တပ်ယှဉ် မောင်းနှင်ရေး များကို မဆိုထားနဲ့ဦး လူ့ လက်တွင်းရောက်အောင် ဖမ်းယူဖို့ပင် အင်မတန် ခက်ပါတယ်၊ အစာပြုပြီး- ကြိုးကွင်းပစ်ကာ ဖမ်းယူပြန်ပါယင်လဲ အစာမကုန်ခင်တော့ ငြိမ်သလိုလိုရှိသော်လဲ အစာကုန်တော့ လည်ပင်းမှာ ချည်ထားတဲ့ကြိုးကို ပြတ်အောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အနာခံပြီး ရုန်းကန်တယ်၊ ကြိုးက ခိုင်မာလို့ မပြတ်တာတောင်မှ ချည်တိုင်တွေ ဘာတွေ ကျိုးကျွတ်ကုန် အောင်လဲ ရုန်းကန်တတ်တယ်၊ ရုန်းကန်လို့ပဲ ဖြစ်ဖြစ် သခင်က မြင်ရတာ သနားလို့ လွှတ်လိုက်ယင်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ချည်တိုင်ကြိုးက တမျိုးမျိုးနည်းနဲ့သာ လွှတ်ပြန်ယင်လဲ တုံးတိုက်တိုက် ကျား ကိုက်ကိုက် ဆိုတာလို အတင်း ထွက်ပြေးတော့တာပဲ၊ လူမြင် ယင်ပင် အကြီးအကျယ် လန့်ဖြန့်ပြီး ပြေးလွှားနေတယ်။

ဒီလိုပါပဲ တချို့ ကလျာဏမိတ္တ ဆွေမျိုးယောဂီများ ဆရာ သမားများက စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန် ပွားများဖို့ရာ ရိပ်သာကို ပို့ကြတယ်၊ ရိပ်သာရောက်တော့ ပတ်ဝန်းကျင်က တိုက်တုန်း ပို့ဆောင်လို့သာ လာရပြီး ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ကလဲ သိပ်ပြီး လိုလိုချင်ချင် မဟုတ်လှ၊ တရား အားထုတ်ရမှာကို

ကြောက်ကြောက်ရွံ့ရွံ့နဲ့ ဝင်ရောက် အားထုတ်သူများဟာလဲ ဒီလိုပါပဲ။ ကိုယ်တိုင်ရော ပတ်ဝန်းကျင်ပါ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာပြီး အပါယ်လွတ်ကြောင်းနည်းလမ်းကောင်း သတိပဋ္ဌာန်ကို ဟောကြား အမှတ်ပေးပြီးကတည်းက “ရှုမှတ် ရမှာတွေကလဲ များလှပါကလား”လို့ ထင်တယ်။

အိပ်ချိန်၊ စားချိန်၊ တရားထိုင်ချိန်များကို စည်းကမ်းတကျ လိုက်နာပြီး ချမ်းသာစွာ တရား အားထုတ်ရတာကိုပင် လူရိုင်း များအဖို့ ထောင်ကျသလို စိတ်ကထင်ပြီး ဝန်လဲလေးနေတတ် တယ်။ လူကသာ တရားဌာနရောက်ပြီး တရား ရှုမှတ်နေရပေ မယ်လို့ စိတ်ကတော့ တောင်ရောက် မြောက်ရောက်နဲ့ ကမောက် ကမ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ တရားရှုမှတ်ယင်း ကိုယ်စိတ်ကိုယ် မနိုင်လို့ အလိုက်သင့် မရှုမှတ်ပဲ အမျိုးမျိုး အကြိမ်ကြိမ်ပင် စိတ်နောက်ကိုယ်ပါ တွေးချင်ရာတွေ၊ ပြောချင်ရာပြောပြချင် ရာ ပြုနေယင် ရုန်းရင်းဆံခတ်နဲ့ ရိပ်သာမှ ပြန်ထွက် ပြေးတတ် ကြတယ်။ ဒါဟာ နွားရိုင်း ကြိုးရုန်းသလို စိတ်ရိုင်းရဲ့ ရုန်းကန်မှု ပါပဲ။ ဒါကြောင့် စိတ်ဆိုတာ အဆုံးမ,ရ ခက်တယ်-လို့ ဘုရား ရှင်က ဟောကြားတော်မူတာပါပဲ။

**စိတ်မြန်ပုံက တထိုင်အတွင်း အိမ်ထောင်ကျ
ကလေးတယောက်ရ**

ပြီးတော့ စိတ်ဟာ လျင်မြန်တယ်-တဲ့၊ ဟုတ်တယ်။ လူကသာ ကမ္မဋ္ဌာန်း ကျောင်းတွင်းမှာ ထိုင်နေပေမယ်လို့ စိတ် ကတော့ ကိုယ့်အိမ်ကိုယ့်ယာ ဈေးရုံ အလုပ်ရုံ ရုပ်ရှင်ရုံနှင့် ဟိုရပ်

ဒီရွာ၊ မြို့ပေါ် တောရော၊ နိုင်ငံခြားရော စုံနေအောင် လျှောက် သွားတတ်ပါတယ်။ သတိပြန်လည်ရတော့မှ ကိုယ့်တရားကိုယ် ဆက်လက် ရှုမှတ်ရပါတယ်။

စိတ်လျင်မြန်မှုနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ရဟန်းတော်လေး တပါးရဲ့ အကြောင်းကို ကြားဘူးသူများလဲ ကြားဘူး ကြပါလိမ့်မယ်။ ဒီနေရာမှာ အကွက်ဆိုက်လာလို့ လိုရင်းအတိုချုပ်လောက်တော့ ပြောပြရဦးမယ်။ (အမိန့်ရှိတော်မူပါဘုရား)။

မြတ်စွာဘုရားရှင် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော် မှာ ကိန်းအောင်းမို့ လျော်စံနေတော်မူစဉ်တုန်းကပါ။ သာဝတ္ထိ ပြည်သား အမျိုးကောင်းသား တယောက်ဟာ ဘုရား ရှင်ရဲ့ တရားတော်ကို နာကြားရလို့ ကြည်ညိုပြီး သာသနာ တော်မှာ ဝင်ရောက် ရဟန်းပြုရာ “သံဃ ရက္ခိတ မထေရ်” လို့ ထင်ရှားပါသတဲ့။ မထေရ်မြတ်ရဲ့ နှမငယ်က သားတယောက် ဖွားတဲအခါလဲ သူ့ဦးကြီးရဲ့ အမည်အတိုင်းပင် “သံဃရက္ခိတ” လို့ နာမည်မှည့်ပါသတဲ့။ တူမောင် သံဃရက္ခိတ အရွယ်ရောက် ပြန်တော့လဲ သင်္ကန်းဝတ်ရာ “ဘာဂိနေယျ သံဃရက္ခိတ” လို့ နာမည်ရပါသတဲ့။

ဦးရီးတော် သံဃရက္ခိတမထေရ်က တောကျောင်းမှာ နေ တော်မူပြီး တူမောင် ဘာဂိနေယျသံဃရက္ခိတ ရဟန်းက ရွာငယ် တရွာရဲ့ ကျောင်းမှာ နေတော်မူပါတယ်။ ဝါဆိုတဲ့အခါ အဲဒီ ရွာငယ်က ရွာသူရွာသားများက ဘာဂိနေယျ သံဃရက္ခိတ ရဟန်းအား ခုနစ်တောင်ရှိတဲ့ သင်္ကန်းလျှာ အထည်တထည်နှင့် ရှစ်တောင်ရှိတဲ့ သင်္ကန်းလျှာအထည်က တထည် ပေါင်း ၂-ထည် ပင် ဝါဆိုသင်္ကန်းအဖြစ် လှူဒါန်းကြတယ်။

ဒီတော့ ဘာဂိနေယျ သံဃရက္ခိတရဟန်းဟာ “ရှစ်တောင် ရှိတဲ့အထည်ကို ငါ့ဦးရီး သံဃရက္ခိတ မထေရ်အား လှူမယ်၊ ခုနစ်တောင်ရှိတဲ့ သင်္ကန်းလျှာအထည်ကိုတော့ ငါ့ကိုယ်တိုင် သုံးဆောင်မယ်” လို့ ကြံစည် ဆုံးဖြတ်ထားတယ်။ ဒီဆုံးဖြတ်ချက် အတိုင်းပင် သီတင်းဝါလ ကျွတ်တဲ့အခါ သူ့ဦးရီးတော်ရှိရာ တောကျောင်းကိုသွားပြီး သူ့ဦးရီးတော် အနီးမှာ ယပ်လေ ခပ်ယင်း “ဒီရှစ်တောင်ရှိတဲ့ ငါ့ဆိုင်သင်္ကန်းလျှာ အထည်ကို အလှူခံတော်မူပါဘုရား” လို့ မြတ်နိုးရိုကျိုးစွာ ယပ်လေခတ်ယင်း လျှောက်ထားတယ်။ ဦးရီးတော်မထေရ်မြတ်ကလဲ သူ့မှာသင်္ကန်း ပြည့်စုံနေတာမို့ “ငါ့ရှင် သံဃရက္ခိတ၊ ငါ့အား သင်္ကန်း ပြည့် စုံပြီ၊ သင်သာ သုံးဆောင်ပါ” လို့ မိန့်မြှောက်တော်မူတယ်။

ဒီတော့ ဘာဂိနေယျ ရက္ခိတ ရဟန်းက “အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်ဟာ ဒီသင်္ကန်းလျှာအထည်ကို ရတဲ့အခါမှစပြီး အရှင်ဘုရားအတွက်ပဲလို့ ရည်ရွယ်မှတ်သားထားပါတယ်၊ သုံး ဆောင်တော်မူပါ ဘုရား” လို့ ထပ်မံလျှောက်ထား လှူဒါန်း ပြန်တယ်။

ဒီတော့လဲ ဦးရီးတော်မထေရ်က ငါ့ရှင် သံဃရက္ခိတ၊ ငါ့ အား သင်္ကန်းပြည့်စုံပြီ၊ သင်သာ သုံးဆောင်ပါ” လို့ပင် ထပ်မံ ပယ်မြစ်တော်မူတယ်။

ဒါနဲ့ တူမောင် ရဟန်းလဲ မလျှော့သော ဇွဲနဲ့ပင် “အရှင် ဘုရား၊ ဒီလိုပယ်မြစ်တော်မမူပါနဲ့၊ အရှင်ဘုရားများ သုံး ဆောင်တော်မူကြမယ်ဆိုယင် တပည့်တော်အား ကုသိုလ် ကောင်းကျိုး ပွားတိုး များပြားပါလိမ့်မယ်ဘုရား” လို့ လျှောက် ထားရှာပြန်တယ်။

ဒီလိုပင် တူရဟန်းတော်က ဆက်ကပ်လိုလို့ လျှောက်ထားလိုက်၊ ဦးရီးတော် မထေရ်မြတ်ကလဲ သူ့မှာ ပြည့်စုံပြီးသားမို့ အလှူမခံပဲ ပယ်မြစ်လိုက်နဲ့ဟာ အကြိမ်ကြိမ်ပါပဲတဲ့။

ဒီလိုဆိုတော့ တူမောင် ဘာဂိနေယျ သံဃာရက္ခိတ ရဟန်းငယ်ဟာ ဦးရီးတော်ကို ယပ်လေခတ်ယင်း အတွေးနယ် ချဲလာတယ်။

“ငါ့မှာဖြင့် ဒီသင်္ကန်းကို ရခါစ ဝါတွင်းကတည်းက ငါ့ဦးရီးမထေရ်မြတ်ကို လှူဒါန်းလိုက်မယ်ဟဲ့လို့ အလေးအမြတ်ပြုပြီး ပုဗ္ဗစေတနာတွေ ပွားခဲ့ရတယ်။ ဝါကျွတ်ပြန်တော့လဲ ရှင်ရှင် လန်းလန်း လှူဒါန်းမည် စိတ်ရည်မှန်းပြီး မမောမပန်းနိုင်ပဲ တောထဲကို လာခဲ့ရတယ်။ ဒီရောက်လို့ လှူဒါန်းတဲ့ အခါကျတော့ ငါ့ဦးရီးတော် မထေရ်မြတ်က ငါ့လူတဲ့ ဝါဆိုသင်္ကန်းလျာအထည်ကို လက်မခံပဲ အကြိမ်ကြိမ်ပယ်မြစ်တယ်။

“တကယ်ဆိုယင် ငါ့ဦးရီးတော် မထေရ်ဟာ ငါ့လူတဲ့ ဝါဆိုသင်္ကန်းလျာအထည်ကို အလှူခံဖို့ ကောင်းပါတယ်။ ငါ့နှင့်သူဟာ တစ်မီးတရံတွေလဲ မဟုတ်ကြဘူး၊ လူဖြစ်စဉ်တုန်းကလဲ တူဝရီးတော်စပ်ခဲ့ကြတယ်။ ရဟန်းဖြစ်ပြန်တော့လဲ အတူနေ သဒ္ဓိဝိဟာရိက ဆရာရင်း တပည့်ရင်း ဖြစ်ကြတယ်။ ဒီလိုလူဘဝ ရဟန်းဘဝ နှစ်ထပ်ကွမ်း ဆွေမျိုးရင်းချာ တော်စပ်ပါလျက်နဲ့လဲ ငါ့ဦးရီးတော် ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာတော်ဟာ ငါ့နှင့်အတူ အပေးအယူ ပစ္စည်းယူခြင်း လှူခြင်း သုံးဆောင်ခြင်းကို အလိုမရှိဘူး၊ ဒီဦးရီးတော် ဥပဇ္ဈာယ်မထေရ်မြတ်ဟာ ငါ့နှင့်အတူတကွ သုံးဆောင်ခြင်းမှ မပြုတော့ဘူး-ဆိုယင် ငါ့အတွက်

ဒီရဟန်းအဖြစ်ဟာ ဘာအကျိုးရှိဦးမှလဲ၊ လူထွက်တာက ကောင်းပါသေးတယ်၊ ငါလူထွက်တော့မယ်။

အင်း-လူထွက်တာတော့ ဟုတ်ပါရဲ့၊ လူ့ဘောင်ဆိုတာ ရဟန်းဘဝလို့ သပိတ်နှင့် သင်္ကန်းရှိရုံနဲ့ ပြီးတာမဟုတ်ဘူး၊ စားဝတ်နေရေး အသက်မွေးဖွဲ့က လွယ်တာမဟုတ်ဘူး၊ လူစဉ်မှီမှီ ရပ်တည်နိုင်ဖို့ရာက ခက်တယ်၊ ကဲ-လူထွက်ပါပြီတဲ့၊ ငါ ဘာလုပ်စားမလဲ။

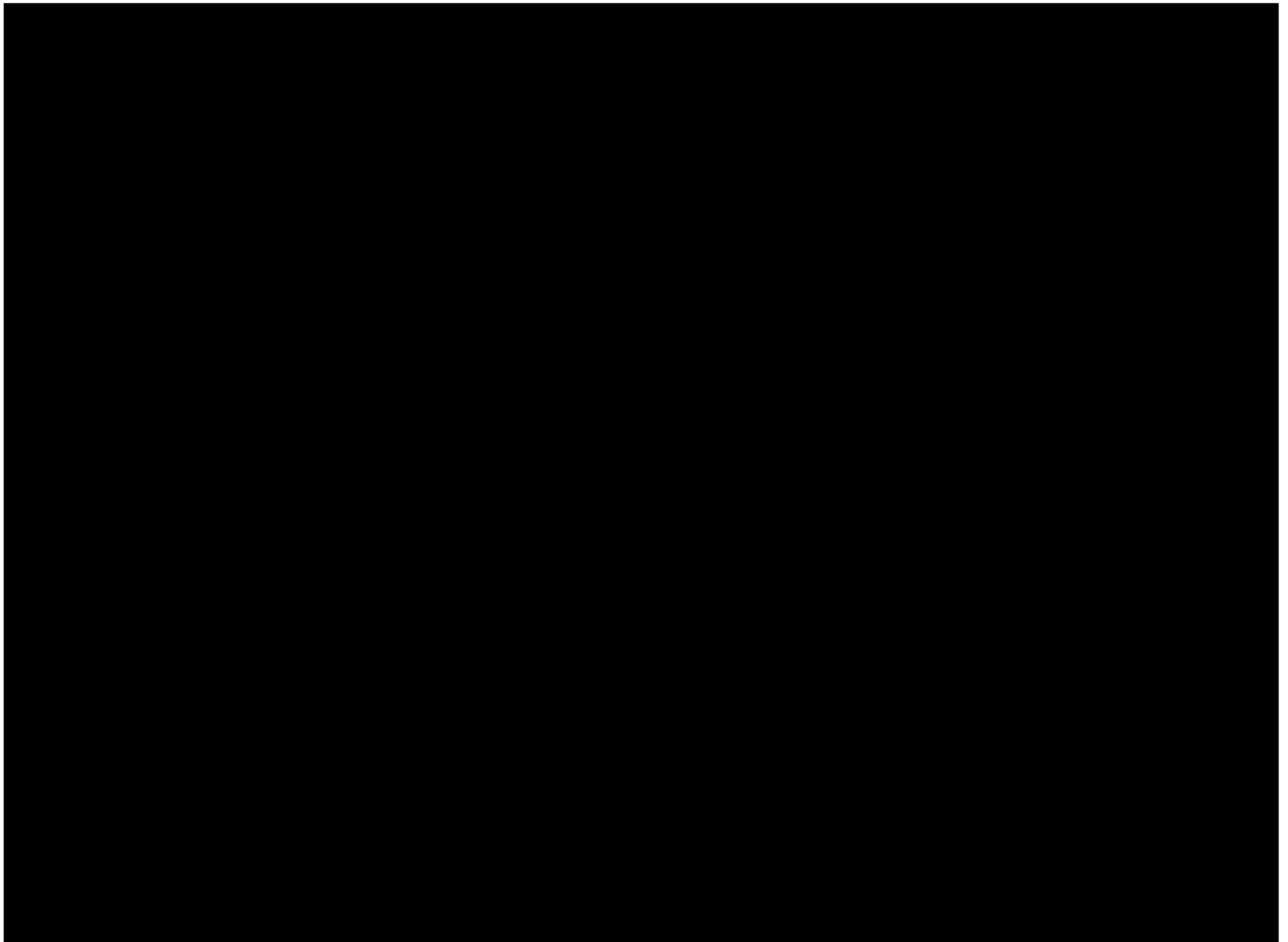
“ဪ-အကြံရပြီ၊ ဘုန်းကြီးလူထွက်ပြီး အသက်မွေးဖွဲ့ရာက အဲ-ဟုတ်ပြီ၊ ဟောဒီရှစ်တောင်ရှိတဲ့ အထည်ကိုရောင်းမယ်၊ ရောင်းလို့ရတဲ့ပိုက်ဆံနဲ့ သားမွေးသန်တဲ့ ဆိတ်မ တကောင်ကို ဝယ်ဟာ၊ ကဲ-ဝယ်ပြီးတော့ ကျွေးမွေးထားတဲ့ ဆိတ်မ၊ ကလဲ မွေးလိုက်တဲ့ဆိတ်တွေ ဘာပြောကောင်းမလဲ၊ တကောင်၊ နှစ်ကောင်၊ သုံးကောင်၊ လေး၊ငါး၊ဆယ်ကောင်၊ အကောင်တရာ၊ အကောင်တထောင်၊ ဒီလိုဆိုတော့ မနည်းပါပဲလားဟ-၊ ဒီအကောင်တွေကို တကောင်ပြီး တကောင် ရောင်းလိုက်စမ်း၊ ရောင်းပြီးရတဲ့ငွေကို အရင်းအနှီးပြုပြီး ကူးသန်းရောင်းဝယ်လိုက်တော့ ကြီးပွားလာရော။”

“ကြီးပွားလာပြန်တော့ စီးတဲ့ရေ ဆယ်တဲ့ကန်သင်းတဲ့၊ ဘုန်းကြီးလူထွက် သဌေးကြီးဖြစ်နေမှတော့ အပွင့်မရှိတဲ့ ပန်းပင်၊ အသီးမရှိတဲ့ သရက်ပင်လို မစိုမပြေ မှန်တေတေ လူပျိုကြီးလုပ်နေလို့ ဘယ်ဖြစ်ပါ့မလဲ၊ တိုင်းပြည်မှန်ယင် စစ်နှင့်မကင်းနိုင်သလို လူမှန်ယင်လဲ အချစ်နှင့်ကင်းလို့ မဖြစ်သေးဘူးလေ၊ ကဲ-ကြိုက်တဲ့ မိန်းမတယောက်ကို ရွေးချယ်ပြီးယူမယ်။

“ကဲ-မိန်းမကလဲ ဘုန်းကြီးလူထွက် ရွေးချယ်တဲ့ မိန်းမ ပေမဲ့ အချောသား၊ ကောင်းခြင်းငါးဖြာ၊ ခြောက် ပြစ်ကွာပြီး လိမ်မာရေးချား ရှိတော့တယ်၊ ချစ်စရာကောင်း ပါကလား၊ ချစ်စရာကောင်းတော့ ချစ်လိုက်ကြတာ၊ တနှစ် လောက်ကြာတော့ သားလေးတယောက် မွေးလာတယ်၊ သား လေးကလဲ လှလိုက်တာ၊ ဖြူဖြူဖွေးဖွေး ရေဆေးငါးလေးပမာ လှလိုက်တာ၊ ဖအေတူကလေးပါလား။

“ဪ...ဦးရီးတော်၊ ငါ့အပေါ်မှာ တယ်ပြီး စိမ်းကား ပါကလားနော်၊ ငါ့အမြတ်တနိုးထားပြီး လူဒါန်းတဲ့ သင်္ကန်း ကိုပင် သူကအလှူမခံဘူး၊ ထားလိုက်ပါတော့၊ သူကငါ့အပေါ် မှာ သံယောဇဉ်ပြတ်ပြီး စိမ်းကားပေမဲ့ - ငါ့အမေကလဲ သူ့ မောင် ဘုန်းကြီးဆိုပြီး ကြည်ညိုလိုက်ရတာ၊ ဂုဏ်ယူလိုက်ရတာ အမောပဲ၊ သားမွေးတာတောင်မှ သူ့မောင်ဘုန်းကြီးရဲ့ ဘွဲ့ တော် နာမည်အတိုင်း “သံသရက္ခိတ”လို့ ငါ့ကိုနာမည်ပေးခဲ့ တယ်၊ ငါကလဲ အခုထိ ဦးရီးတော်ကို ကြည်ညိုလျက်၊ လေးစား လျက်၊ အမှတ်ရလျက်ပါပဲ၊ ကဲ-ငါ့သားကလေးကိုလဲ သူ့အဖိုး ကို အလေးပြုတဲ့အနေနဲ့ သူ့အဖိုးရဲ့ နာမည်အတိုင်း “သံသ ရက္ခိတ”လို့ပဲ နာမည်ပေးမယ်၊ မြန်မာလိုဆိုယင်တော့ ငါ့သားရဲ့ နာမည်က “မောင်ရွှေဘိုး”ပေါ့။

“ကဲ....ရှင်မရေ၊ သားလေး မောင်ရွှေဘိုးလဲ လူငုတ်တုပ် သွားငုတ်တုပ် ဖြစ်လာပြီ၊ ဝလိုက်လှလိုက်တာကလဲ ကိုယ့်သားမို့ ကိုယ်ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ တမိုးအောက် တယောက်ပဲဗျ၊ ကဲ....တို့သားလေးကို သူ့အဘိုးထံ သွားပြီးပြယင်း တို့လဲ



သံဃရက္ခိတရဟန်းငယ်၏ စိတ်ကူးထဲတွင် “အိမ်ထောင်ကျပြီး ကလေး
တယောက်ရကာ၊ ကလေးလွတ်ကျသွားသဖြင့် သူ့မိန်းမအား ကြိမ်လုံး
နှင့် ရိုက်လိုက်ရာ” သူ့ရှေ့တွင် သီတင်းသုံးနေသော ဦးရီးတော် သံဃ
ရက္ခိတမထေရ်၏ ဦးခေါင်းအား ယပ်တောင်နှင့် ရိုက်မိသွားပုံ။

ဖူးမြော်ယင်း လူရ တန်းရအောင် ဆွမ်းလေးဘာလေးချက်ကွာ၊
ကဲ....ကဲ မြန်မြန် ပြင်ဆင်စမ်းကွာ၊ လှည်းယာဉ်ကြောတွင်
နှားကြန်စုံတပ်ယှဉ်ပြီး သာဝတ္ထိမှ ဦးရီးတော်ရဲ့တောကျောင်းသို့
လင်မယား သားအမိ သားအဖ သုံးယောက်သား ထွက်ခဲ့ကြ
တယ်။

လမ်းခရီးရောက်တော့ “ငါ့သားလေး ငါပဲ ချီမယ်ကွာ၊
ပေးစမ်း”၊ “အို....ကိုယ့်ဟာကိုယ် လှည်းမောင်းမှာသာ

အေးအေးမောင်းစမ်းပါတော်၊ မတော်တဆ ကလေးများ လွတ်ကျမဖြစ်၊ သားသားလေးကို ရှင့်မပေးပါရစေနဲ့၊ ကျမ ဖာသာ ကျမ ယူခဲ့ပါရစေ” “အို...ငါ့ပေးပါကွာ” ‘အို-မဖြစ် ဘူး’ ‘ပေးပါဟ’၊ ‘မပေးဘူးတော်’၊ ဟာ...ခက်လိုက်တာနော် ဒီမိန်းမနွယ်၊ ဟော...ပြောယင်း ဆိုယင်း ကလေးလွတ်ကျ သွားပြီ၊ အမယ်လေး သားသားလေးကို လှည်းနင်းမိပြီ၊ ကျုပ် ရင်ကျိုးပါပြီဗျ၊ ကိုင်း...ဒါလောက်တောင် မိုက်တဲ့မိန်းမ မိုက်အုံးကွာ၊ မိုက်အုံးကွာ” ဆိုပြီး သူ့မိန်းမကို နှားရိုက်တဲ့ ကြိမ်လုံးနဲ့ ရိုက်လိုက်တာ “ခုပ်” ဆို သူ့ရှေ့က သီတင်းသုံး နေတော်မူတဲ့ ဦးရီးတော် သံဃရက္ခိတ မထေရ်ရဲ့ ခေါင်းကို သူခတ်နေတဲ့ ယပ်တောင်နဲ့ ရိုက်မိပါရော-တဲ့။

ကဲ...ပရိသတ်များ၊ စိတ်ဆိုတာ မမြန်ပေဘူးလား၊ (မြန်ပါ တယ်ဘုရား)။ ဒီ ဘာဂိနေယျ သံဃရက္ခိတ ရဟန်းလေးကို ကြည့်ပါလား၊ ဦးရီးတော် သံဃရက္ခိတ မထေရ်မြတ်ကို ထိုင်လျက် လေယပ်ခတ်ယင်း ဝါဆိုသင်္ကန်း လူဒါန်း-လို့ မရ တာနဲ့ တထိုင်အတွင်းမှာပဲ လူထွက်၊ သင်္ကန်းလျာအထည်ကို ရောင်း၊ ဆိတ်ဝယ်၊ ရောင်းပြီး အရင်းအနှီးငွေနဲ့ကုန်ကူး၊ ကြီးပွား၊ မိန်းမယူ၊ သားတယောက်ရ၊ ဦးရီးတော်ကျောင်းလာယင်း လှည်းပေါ်က ကလေးလွတ်ကျ၊ လှည်းနင်းမိလို့ မိန်းမကို စိတ်ဆိုးပြီး ရိုက်လိုက်တာ ဘယ်သူ့ကို ရိုက်မိလိုက်တုန်း ပရိသတ်များ၊ (သူ့ဦးရီးတော် မထေရ်ကြီးရဲ့ ခေါင်းတော်ကို သူခတ်နေတဲ့ ယပ်တောင်နဲ့ ရိုက်မိပါတယ်ဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက [ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ၊ ကိလေသာ ပူးကပ်၍ မနူးမနပ်သဖြင့် အရူးဇာတ်ခင်းလျက်

နှိမ်နင်းနှုန်းပြ ဆုံးမရန်တို့က် လွန်ခဲ့ခက်သော။ လဟုနော၊
 ခဏမစဲ အမြဲမပြတ် ဖြစ်တတ် ပျက်တတ်သောကြောင့် လျင်မြန်
 လှစွာသော။ ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ အကြင် အကြင် ထင်ရာ
 မြင်ရာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်
 သော။ ယတ္ထကာမ နိပါတိနော၊ ရအပ်သောကြောင်း မရ
 ကြောင်းနှင့် ကောင်းစွာမသိ မကြည့်မျိုးနွယ် အရွယ်ကိုပင်
 မဆင်ခြင်နိုင်တော့ပဲ အကြင် အကြင် ထင်ရာ မြင်ရာ အဖြာဖြာ
 အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။ စိတ္တဿ၊
 စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဒမထော၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး
 ဆုံးမပေးခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါပေ၏]လို့ မိန့်တော်မူ
 တာပဲ။

သူကျချင်ရာ ကျတဲ့စိတ်

စိတ်ဟာ အဆုံးမရ ခက်ရုံမျှ လျင်မြန်ရုံမျှမကသေးဘူး၊
 သူကျချင်ရာ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေဆီကိုလဲ ကျရောက် ကျရောက်
 သွားတတ်တယ်-တဲ့။

ယောဂီတွေ ဆိုယင် အားထုတ်ခါစမှာ ကိုယ်က တင်ပလွှင်
 ခွေထိုင်ပြီး ဆရာတော်များက ပေးထားတဲ့အတိုင်း အသက်
 ရှုတိုင်း ရှိုက်တိုင်း ဝမ်းဗိုက် ကာယပသာဒနှင့် လေဝါယော
 ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုပ်နှင့်ဆုံလို့ လှုပ်ရှားနေတဲ့ ဝါယောဖောဋ္ဌဗ္ဗနှင့် ကာယ
 ရုပ်ကို ဖောင်းတော့ “ဖောင်းတယ်”၊ ပိန်တော့ “ပိန်တယ်”၊
 ဒီလို “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်” ရှုမှတ်
 နေယင်း စိတ်က ဒီပေါ်မှာ မနေဘဲ သူကျချင်ရာရာ ကာမဂုဏ်

အာရုံတွေဆီ သွားသွားပြီး မကျဘူးလား၊ (ကျပါတယ် ဘုရား)။

အိမ်သူ အိမ်သားတွေဆီ၊ အရောင်းအဝယ်တွေဆီ၊ အလုပ် အကိုင်တွေဆီကို ရောက်ရောက် သွားတတ်တယ်၊ ဒါဟာ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေဆီကို ရောက်ရောက် သွားတာပါပဲ။

စိတ်ဟာ ကိုယ်ဆုံးမရာ တရားနှင့် မကပ်ပဲ ကိလေသာ ကာမဂုဏ်နောက်သာ ပါသွားယင် တရားဌာနကနေ အပြင်ကို ထွက်မသွားဘူးလား၊ (ထွက်ပါတယ်ဘုရား)။ စိတ်ထွက်တာကို အလိုလိုက်ပြီး မဆုံးမ မထိန်းချုပ်ပဲ စိတ်နောက်ကို ပါသွားယင် လူပါပါမသွားဘူးလား၊ (ပါသွားပါတယ်ဘုရား)။

ရပ်ရွာ အိုးအိမ် မိသားစု ဆွေမျိုး အပေါင်းအသင်းတွေနှင့် ဆုံပြီး လောကီ ကြီးပွားရေးတွေကို လုပ်ကြရပြီဆိုယင် ကိလေ သာစိတ်ညစ် အနာရောဂါတွေ ဆိုးမလာဘူးလား၊ (ဆိုးလာပါတယ် ဘုရား)။

ကိလေသာ စိတ်ညစ်စိတ်ကြမ်း စိတ်သရမ်းကို သတိမထား နိုင် မဆုံးမနိုင်ယင် ကာမဂုဏ် အာရုံတွေကို မဆင်မခြင် မလို ချင်ဘူးလား၊ (လိုချင်ပါတယ်ဘုရား)။

သင့်မသင့်နှင့် အရွယ် အနှယ် မဆင်မခြင်နိုင်တဲ့စိတ်

ဒီအရာဟာ ရနိုင်တဲ့ အရာပဲ၊ ဒီဟာကတော့ မရနိုင်ဘူး၊ ဒီအလုပ် ဒီအပြော ဒီအကြံဟာ မသင့်တော်ဘူး၊ ဒါကတော့ သင့်တော်တယ်၊ ဒီအမျိုးနှင့် ဒီအမူအကျင့်နှင့် မလျောက် ပတ်ဘူး၊ ဒီအကျင့်နဲ့သာ လျောက်ပတ်တယ်၊ တို့အနှယ်အဆက်

ထဲမှာ ဒီလို ဒုစရိုက်မှုမျိုး ပြုရိုး ထုံးစံမရှိဘူး၊ ဒါကို ငါလုပ်ယင် တို့အမျိုး တို့အနွယ်ရဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာကို ထိခိုက်လိမ့်မယ်၊ ဒီလိုကော ဆင်ခြင်နိုင်ရဲ့လား၊ (မဆင်ခြင်နိုင်ပါဘုရား)။

ငါတို့ အရွယ်နှင့် ဒါနဲ့ မထိုက်တန်ဘူး၊ ငါတို့ အရွယ်ဟာ ဒါမျိုးကို လုပ်လို့ မဟန်ဘူး၊ ဒီလိုကော စဉ်းစားနိုင်ရဲ့လား၊ (မစဉ်းစားနိုင်ပါဘုရား)။

ဟုတ်တယ်၊ ကိလေသာ စိတ်ညစ်ကို သတိကပ်ပြီး ရှုမှတ် မဆုံးမ နိုင်ယင်တော့ တသံသရာလုံး ဒုက္ခရောက်ခဲ့ရသလို ရှေ့ဆက်ပြီးတော့လဲ ဒုက္ခတွေ ဆုံးပါအုံးမလား၊ (မဆုံးပါဘုရား)။

ပုဂ္ဂိုလ်မရွေး ဒုက္ခပေးနိုင်တဲ့ စိတ်ညစ်စိတ်ကြမ်း

ကိလေသာ စိတ်ညစ် စိတ်ကြမ်းကို စောင့်ဖမ်း ဆုံးမမှုကို မပြုနိုင်ယင် ငယ်ငယ်၊ ကြီးကြီး၊ ထီးထီး၊ မမ၊ လူလူ၊ ဘုန်းကြီး ဘုန်းကြီး၊ အမှားမှား အယွင်းယွင်းတွေ ဖြစ်မကုန်ပေဘူးလား၊ (မှားကုန်မှာပါဘုရား)။ ဒါနှင့်ပတ်သက်ပြီး မှတ်ချက်ဇာတ် လမ်းကလေးတခုကို ပြောပြရအုန်းမယ်၊ (အမိန့်ရှိတော်မူပါ ဘုရား)။

ကာမဂုဏ်စိတ်ကြွယ် သားကိုပင်သတ်တဲ့ ဇာတ်လမ်းတပုဒ်

ဒီဇာတ်လမ်းကတော့ သာသနာတော်မှာ မပျော်မေ့ပဲ လူထွက်ပြီး အိမ်ထောင်ပြုချင်တဲ့ ရဟန်းတော်တပါးကို အကြောင်းပြုပြီး သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းမှာ သီတင်း

သုံးစဉ်ကပင် မြတ်စွာဘုရားက အတိတ်ဆောင်ပြီး ဟောကြား
တော်မူတဲ့ ဇာတ်ပါပဲ။

လွန်လေပြီးသောအခါ ဗုဒ္ဓရာဇာသီပြည်မှာ ဗြဟ္မဒတ်မင်း
မင်းပြုစဉ် ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ဂန္ဓာရတိုင်း တက္ကသိုလ်
ပြည်မှာ ဒိသာပါမောက္ခ ဆရာကြီး ဖြစ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီတုန်းက
ဗုဒ္ဓရာဇာသီပြည်သား ပုဏ္ဏားလုလင်တယောက်ဟာ ပညာစုံလို့ အမိ
မြေကိုပြန်ခဲ့တယ်။ သူ့မိဖုရားက လူ့ဘောင်မှာ သူ့သားကို
မနေစေလို့ပဲ တောထွက်ကာ ရသေ့ရဟန်းပြုပြီး ကာမမှ ထွက်
မြောက်တဲ့အကျင့်ကို ကျင့်စေလိုတယ်။ ဒါကြောင့် သားကို
အိမ်ထောင်ပြုမလား၊ တောထွက်ပြီး ရဟန်းပြုကာ တရားကျင့်
မလား-လို့ မေးတယ်။ သားဖြစ်သူက မိဖုရားနှင့်မတူ အိမ်ထောင်
ထူပြီး လူ့ဘဝမှာ ပျော်ချင်တယ်-လို့ ပြောတယ်။

ဒါနဲ့ မိခင်ဖြစ်သူက သားကို ဥပါယ်တမုဉ်ဖြင့် “ငါ့သား
ပညာစုံအောင် တတ်မြောက်ခဲ့ရဲ့လား”လို့ မေးတယ်။ “တတ်ခဲ့
ပါတယ်” လို့ သူ့သားကဖြေတော့ “မင်းတတ်တဲ့ပညာထဲမှာ
‘အသာတ မန္တန်’ဆိုတာ ပါရဲ့လား”လို့ မေးတယ်။ “ဒါတော့
မသင်ခဲ့ရသေးဘူး”လို့ သားက ဖြေတယ်။ “ဒါဖြင့် မင်း အဲဒီ
အတတ်ပညာကို ထပ်မံပြီးသင်ချေဦး”လို့ တက္ကသိုလ်ပြည်ကို
ပြန်လည် စေလွှတ်လိုက်တယ်။

ဒါနဲ့ ပုဏ္ဏားလုလင်လဲ တက္ကသိုလ်ပြည်သို့ တဖန် ပြန်သွားရ
ပြန်တယ်။ တက္ကသိုလ်ပြည်ရောက်တော့လဲ ဒိသာပါမောက္ခ ဆရာ
ကြီးနှင့် ကျောင်းမှာ မတွေ့ရဘူး။ စုံစမ်းတဲ့အခါ ဆရာကြီးဟာ
အသက် ၁၂၀-ရှိပြီးဖြစ်တဲ့ သူ့မိခင်ကို ကိုယ်တိုင် ချေးတုန်း

ရေချိုးပေးတယ်။ ကိုယ်တိုင် ထမင်းခွန့် ရေတိုက်တယ်။ ဒီလို မိမိလက်ဖြင့် ပြုစုလုပ်ကျွေးတာကို တခြားလူတွေက စက်ဆုပ် ရှုံ့ရှာကြသတဲ့။ ဒါကတော့ အသိဉာဏ် ခေါင်းပါးတဲ့ လူတွေ နေမှာပေါ့။ ဒါနဲ့ ဆရာကြီးဟာ “မိမိက အမိအိုကို လုပ်ကျွေး ပြုစုတာကို မလိမ်မာသူများက စက်ဆုပ် ရှုံ့ရှာကြတယ် ဆိုယင် သူတို့မှာ အပြစ်များပါတယ်။ တောထဲသွားပြီး သစ်ရွက် အိမ် လေး ဆောက်ကာ ငါ့မိခင်ကို ကိုယ်တိုင် ပြုစုလုပ်ကျွေးပါတော့ မယ်” ဆိုပြီး တောထဲမှာနေကြကြောင်း သိရတယ်။ ဒါကြောင့် ပုဏ္ဏားလုလင်လဲ ဆရာကြီးတို့ သားအမိရှိတဲ့တောကို လိုက်သွား ကာ သူ့မိခင်က “အသားတ မန္တန်အတတ်ကို သင်ချေဦး” ခိုင်းလိုက်လို့ လာကြောင်း ပြောပြတယ်။ ဆရာကြီးကလဲ “အသားတမန္တန်အတတ်ရယ်လို့ မရှိဘူး၊ သူ့အမေဟာ သူ့ သားကို မိန်းမရဲ့အပြစ်ကိုသိပြီး တောထွက်ရဟန်း ပြုစေချင်လို့ နေမှာပဲ”လို့ ဆင်ခြင်သိပြီး၊ ဒီလို အစီအစဉ်လုပ်ပြီး သင်ပေး တယ်။

“ကဲ ဒီနေ့ကစပြီး မင်းကို အသားတမန္တန် အတတ်ကို သင်ပေးမယ်။ ငါ့အမေကို ငါက ပြုစုတဲ့အတိုင်း မင်းက ပြုစု ရမယ်။ ပြုစုစရာကတော့ မပင်ပန်းပါဘူး၊ ငါ့အမေရေချိုးတဲ့ အခါမင်းက ကိုယ်တိုင်လက်ဖြင့် ပွတ်သပ်ပြီး ယုယုယယ ပြုစု ရမယ်။ ငါ့အမေ ထမင်းစားတဲ့ အခါမှာလဲ မင်းက ထမင်း ခွံပေးခြင်း၊ အရိုး ထွင်ပေးခြင်း၊ ယပ်လေ ခတ်ပေးခြင်း စသည်များကို ပြုစုပြီး စိတ်ပါလက်ပါ ဆောင်ရွက်ပေးရမယ်။ ငါ့အမေအို အိပ်ယာထက်မှာလဲလျောင်းနေတဲ့အခါ နေ့ရော ညပါ ခြေဆုပ်လက်နယ်ပြုစုပေးရမယ်။

“ဒီလိုပြုစုယူယလို့ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်လာတဲ့အခါမှာ မမက အသက်အရွယ် ၁၂၀-ရှိတယ်လို့သာဆိုတယ်။ ခုထက်ထိ နဲ့ပျိုစိုရွန်းတုန်းပါကလား။ ဒုတိယအရွယ်လောက်ပဲ ထင်ရတယ်။ ခုနေတောင်မှ ဒါလောက်လှနေသေးယင် မမငယ်ငယ်တုန်းက ဆိုယင် သိပ်လှမှာပဲနော်။ ခြေရောလက်ပါ ဆင်နွှာမောင်းနှယ် လုံးသွယ်ညီမျှ တယ်လှပါကလား။ နှာတံကလေးကများစင်းစင်းလေးနဲ့ သိပ်ကျက်သရေရှိတာပဲ။ အသားအရေတွေကလဲ တယ် နူးညံ့ညက်ညောတာပဲ” စသည်ဖြင့် ချီးမွမ်းထောမနာပြုရမယ်။ နှုတ်ကချီးမွမ်းသလို မျက်နှာသွင်ပြင်မူရာတွေကလဲ ချိုသာရွှင်ပျထက်သန်ရမယ်။

“ဒီလို မင်းက ပြုစုယူယ ချီးမွမ်းပြတဲ့အခါ ငါ့အမေက မင်းကိုပြောတဲ့ စကားမှန်သမျှကို မထိန်မချန် မရှက်မကြောက် ငါ့ကို အကုန်ပြန်ပြောရမယ်”လို့ ဒီသာပါမောက္ခဆရာကြီးက သင်ပေးတယ်။

ဒီလိုသင်ပေးတဲ့အတိုင်း သူတပည့်ပုဏ္ဏားလုလင်လဲ လိုက်နာဆောင်ရွက်တယ်။ အသက် ၁၂၀-ရှိတဲ့ အမေအိုကြီးလဲ အသက်ကသာ ကြီးပြီး ကိလေသာကတော့ လူထဲကလူတယောက်သာ မှီထက်သန်မြဲထက်သန် နဲ့ပျိုမြဲ နဲ့ပျိုလျက်ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် တိုက်ပါများယင် သစ်ငုံတ်များပင် ယိမ်းယိုင်ရတယ်ဆိုတာ လို သူ့ခန္ဓာအစဉ်က အနုသယကိလေသာတွေဟာ စိတ်တွင်းထဲကြွပြီး လုလင်အပေါ်ကို ယိမ်းယိုင်လာတယ်။

“အမောင်လုလင်၊ သင်ဟာ ငါနှင့်အတူ ကြည်ဖြူနှစ်သက် စုံဖက်လိုပါသလား”လို့ အရွယ်နှင့်မလိုက်အောင် အံ့အားသင့်စရာ စကားဆိုလာပါတော့တယ်။

“မမရယ်၊ မမကို ကျွန်တော် တကယ်မြတ်နိုးလို့ မြတ်နိုးတယ်ပြောတာပါ။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော် အနေနဲ့ ဆရာ့ကိုတော့ ရှုံ့ကြောက်လေးစားရပါတယ်”လို့ လုလင်က ပြန်ပြောတယ်။

“ငါ့ကို အလိုရှိယင် မင်းက ငါ့သားကို သတ်ပေတော့”လို့ အမေအိုကြီးက ရက်စက်စွာ ဆိုပါတယ်။ ကိလေသာသောင်းကျန်းတော့ သူ့အသဲမှာ သားဆိုတာ မရှိတော့ဘူးပေါ့။

“မမကို မြတ်နိုးတော့ မြတ်နိုးပါတယ် မမရယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဒါလောက် အတတ်ပညာ မြောက်မြားစွာကို သင်ကြားပေးထားပါလျက် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိလေသာကတောင်းခံတဲ့ ဆာလောင်မှုကိုမှီပြီး ကျွန်တော်ရဲ့ ကျေးဇူးရှင်ဆရာကို ဘဇာကြောင့် သတ်ရက်နိုင်ပါ့မလဲ”လို့ လုလင်ငယ်က ပြန်ပြောတယ်။

“ဒီလိုဆိုယင် သင်ကသာ ငါ့ကို မုဆိုးတပိုင်း မိန်းမရိုင်းကြီးဆိုပြီးတော့ စွန့်ပစ်မသွားပါနဲ့၊ အကယ်၍သာ အဲဒီလို မစွန့်ပစ်ပါဘူးဆိုယင် ငါ့ကိုယ်တိုင်ပင် ငါ့သားကို ငါသတ်ပါ့မယ်”လို့ အသက် ၁၂၀-အဖွားအိုက ဆိုပါတယ်။

ပုဏ္ဏားလုလင်လဲ ဒီစကားများကို သူ့ဆရာအား မှာထားတဲ့အတိုင်း မကွယ်မငှက် မကြောက်မရွက်ပဲ ဖြစ်ကြောင်းကုန်စင် ပြန်ပြောပြပါတယ်။

ဒီတော့ ဘုရားလောင်းဆရာကြီးက “လုလင်၊ သင်ဟာ ငါ့မှာထားတဲ့အတိုင်း ကောင်းစွာပြောကြားပါပေတယ်” လို့ ပြောကြားတယ်။ ပြီးတော့ အမိအိုရဲ့ အသက်အပိုင်းအခြား

ကို တဖက်ကမ်းခပ်အောင်တတ်ထားတဲ့ ဗေဒင်ပညာနဲ့ ကြည့်ရ ဆင်ခြင်လိုက်တော့ ယနေ့ပင် သေမည်လို့ အတတ်သိရတယ်။ ဒါကြောင့် ဆရာကြီးက “လုလင် လာကွယ်၊ အမိအိုကို ဆုံးခန်း တိုင်အောင် စုံစမ်းမယ်” လို့ တိုင်ပင်ပြီးတော့ ရေသဖန်းသား တုံးပွပွကို သူ့ကိုယ်ပမာဏမျှ ခုတ်ဖြတ်စီရင်ပြီးတော့ သူ့အိပ် ယာမှာ လွှဲအိပ်နေသလို ထားပြီး ခြေဆုံးခေါင်းဆုံး စောင်ခြုံ ထားတယ်။ အိပ်ယာလမ်းကို ကြိုးလဲသွယ်ဆက်ထားတယ်။

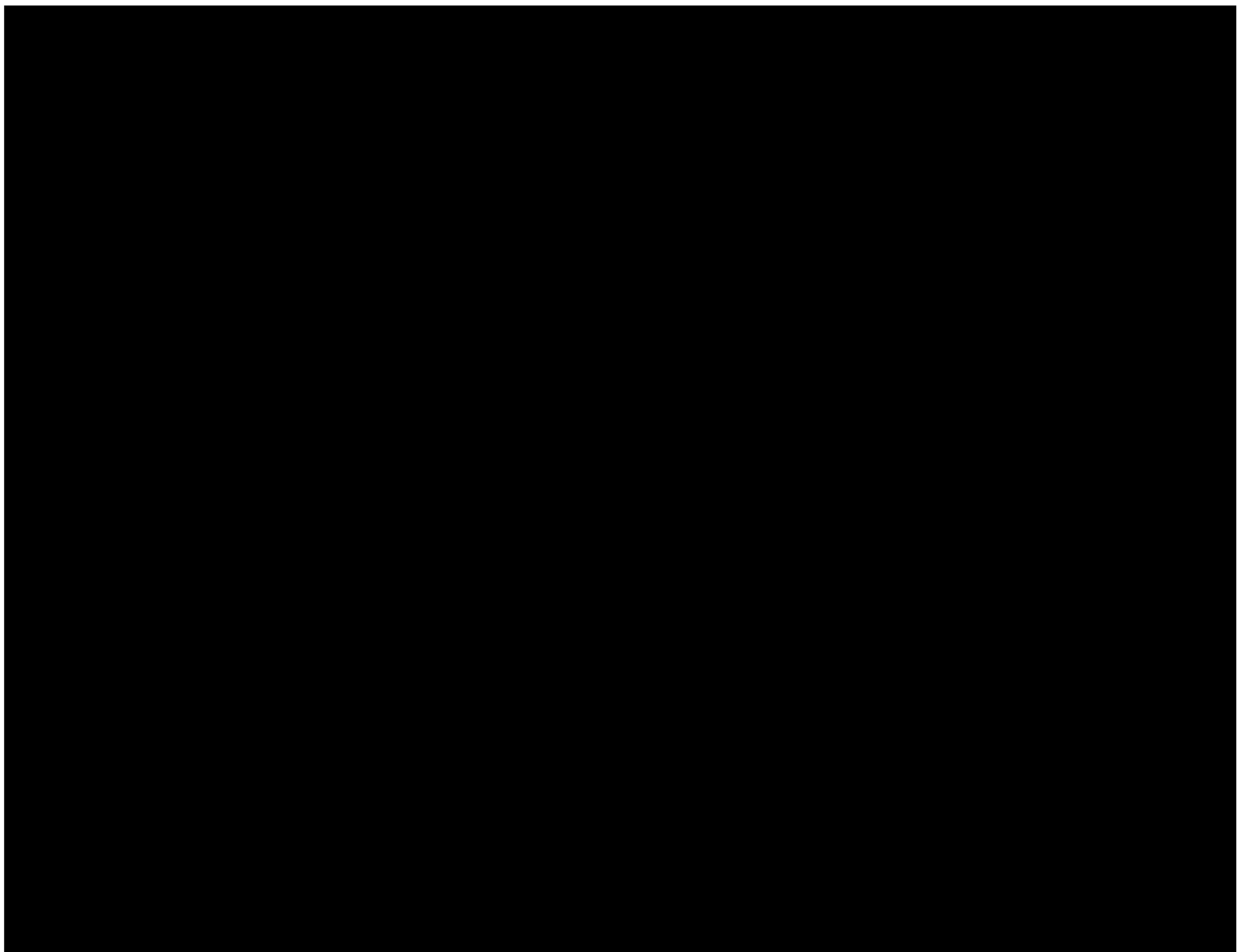
ပြီးတော့မှ “အမောင်လုလင်၊ ပုဆိန်ကိုယူပြီးတော့ ငါ့အမိ ကို အချက်ပေးလိုက်ပါ” လို့ စေခိုင်းတယ်။

တပည့်လုလင်လဲ ဆရာဆိုတိုင်း ပုဆိန်ကို ယူသွားပြီးတော့ “မမ ဆရာလေ၊ သစ်ရွက်မိုးအိမ် သူ့အိပ်ခန်းမှာ အိပ်နေတယ်၊ ကျွန်တော်က မမ မချွတ်မချော်သွားနိုင်အောင် ကြိုးသွယ်ထား လိုက်ပြီ၊ ဒီပုဆိန်ကို ယူသွားပြီး တကယ်လို့ မမသာတတ်နိုင် မယ်ဆိုယင် ဆရာ့ကို သတ်ပေတော့” လို့ ပုဆိန်ကို လက်ထဲ အပ်ပြီးပြောတယ်။

“ငါ့အနေနဲ့ အမောင်နှင့်သာ အတူပျော်ရမယ်ဆိုယင် ငါ့သားကို သတ်ဖို့ရာ ဝန်မလေးပါဘူး၊ မင်းက ငါ့ကို တနေ့ ကျ ပစ်သွားမှာလား” လို့ အဖွားအိုကြီးက မေးတယ်။

“မမကို ကျွန်တော် မြတ်နိုးနေတာပဲ၊ သာလို့ စွန့်ပစ်ရမှာ လဲ” လို့ လုလင်က တွန်းပေးလိုက်တယ်။

ဒါနဲ့ အဖွားအိုလဲ ဒီစကားကြားရတော့ ပုဆိန်ကိုယူပြီး တုန်တုန်ခိုက်ခိုက်နဲ့ မမြင်ကန်းကန်း ကြိုးကိုင်စမ်းပြီး သားရဲ့ အိပ်ယာရောက်တော့ “ဒါဟာ ငါ့သားပဲ” ဆိုတဲ့ အမှတ်သညာနဲ့



အသက် ၁၂၀-ရှိမျက်မမြင်အဖွားအိုကြီးသည် လုလင်သစ်နှင့်ပျော်ပါးရန်
အတွက် သားဖြစ်သူ ဒီသာပါမောက္ခဆရာကြီးအား ပုဆိန်နှင့်ပေါက်၍
သတ်ရန် ကြိုးတန်းစိုင်းလျက် တုန်တုန်ခိုက်ခိုက်သွားနေပုံ။

သစ်သားရုပ်ရဲ့ မျက်နှာပေါ်မှာ ခြုံစောင်းဖယ်ပြီး တချက်
တည်းဖြင့် သေစေဟယ်....လို့ လည်မျိုတည့်တည့် ချိန်ကာ
ပုဆိန်နဲ့ ပေါက်လိုက်တယ်။ ဒီတော့ (ဒုန်း-ဒုန်း) ဆိုတဲ့ အသံ
ကို ကြားရတယ်။ ကြားတော့ သားမဟုတ်ပဲ သစ်သားဖြစ်နေ
မှန်း အမိအိုလဲ သိရတယ်။

အဲဒီအခါ သားဆရာက....“အမေ ဘယ်လိုလုပ်တာလဲ”လို့
မေးတယ်။ ဒီတော့ အမိအိုခမျှာ “ငါ့ကို အလိမ်ခံရပြီ”လို့
သိပြီး အဲဒီနေရာမှာပင် လဲသေသွားရှာတယ်။

ဒီအမိအိုဟာ အိမ်မှာနေယင်လဲ ဒီအချိန်မှာ သေရမှာတော့ သေရမှာ မလွဲပါဘူးတဲ့၊ ဘုရားလောင်းဟာ အမိအိုရဲ့ အဖြစ်ကို သိရပြီးတော့ အမိရဲ့အလောင်းကို မီးသင်္ဂြိုဟ်ပါတယ်၊ မီးငြိမ်းတဲ့အခါ တောပန်းများနဲ့ ပူဇော်ပါတယ်။

ပြီးတော့ လုလင်ကို ခေါ်ပါတယ်။ “တပည့်လုလင်၊ အသာတမန္တန်ဆိုတာ သီးခြားမရှိဘူး၊ မိန်းမများပင် အသာတမည်ကြတယ်။ “အသာတမန္တန်ကို တဖန်သင်ချေဦး”လို့ မင်း မိခင်က ခိုင်းတာဟာ မိန်းမများရဲ့ အပြစ်ကို သိစေချင်လို့ ခိုင်းတာပဲ၊ ယခုအခါ သင်ဟာ မျက်မှောက်ထင်ထင် အမိအိုရဲ့ အပြစ်ကို မြင်ရပြီ၊ ဒါကြောင့် မိန်းမများဟာ ဒုက္ခပေးတတ်ကြတယ်၊ ယုတ်မာကြတယ်ဆိုတာ ဒီလို သိပေတော့”လို့ သြဝါဒပေးပါတယ်။

ဒါကြောင့် လုလင်လဲ အိမ်ရောက်တော့ အမိကိုဖြစ်ကြောင်း ကုန်စင် ပြောပြပြီး အိမ်ရာတည်ထောင် လှူဘောင်မှာ မနေပဲ တောထွက် ရဟန်းပြုပါတယ်တဲ့။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ ဒီအတိတ်ကို ဆောင်တော်မူပြီးတော့ သစ္စာ ၄-ပါး မြတ်တရားကို ဟောကြားတော်မူတဲ့အတွက် တရား အဆုံးမှာ သာသနာတော်မှာ ငြီးငွေ့တော်မူတဲ့ ရဟန်းတော်လေးလဲ သောတာပတ္တိဖိုလ်မှာ တည်ပါသတဲ့။

(ဧကကနိပါတ်၊ ဣတ္ထိဝဂ်၊ အသာတမန္တန်ဇာတ်)

ဒီမှာ လိုရင်းကတော့ ကိလေသာ ပူးဝင်တဲ့ စိတ်ဆိုး စိတ်မှိုက်ကို သတိပဋ္ဌာန် တရားနဲ့ မဆုံးမ ရသေးယင် ရနိုင်တာ၊ မရ

နိုင်တာ၊ သင့်တာ၊ မသင့်တာ၊ အရွယ်၊ အမျိုး၊ အနွယ်ကိုပင်
မဆင်ခြင်နိုင်ဘဲ သူကျချင်ရာရာ ကာမဂုဏ် အာရုံများမှာသာ
ကျရောက်တတ်တယ်။ စိတ်နောက် ကိုယ်ပါယင် ဒုစရိုက်တွေပါ
ပြုပြီး အပါယ် ၄-ပါး၊ သံသရာ ဒုက္ခများစွာ ကျင်လည်ပြီး
နေရတယ်။ ဒါဟာ လိုရင်းပါပဲ။

ဒီဝတ္ထုမှာ သာသနာတော်တွင် မပျော်မေ့တဲ့ အိမ်ထောင်
ပြုချင်တဲ့ ရဟန်းကို ဟောကြားတာမို့ မိန်းမရဲ့ အပြစ်ကို ပြပြီး
ဟောကြားတော်မူတာ ဖြစ်တယ်။ အမှန်ကတော့ ကိလေသာ
အပူးအဝင် ခံရပြီဆိုယင် မိန်းမ၊ ယောက်ျားမဟု လူရှင်ရဟန်း
မဟု မည်သူမဆို ပုထုဇဉ်မှန်သမျှ ဒီလို ဆိုးကြယုတ်ကြတာပါပဲ။

မယားကို အလိုလိုက်ပြီး အမေကို သူခိုးလုပ်ရိုက်တယ်

သားယောက်ျား ဆိုးယုတ်ပုံ သာဓက အနေနဲ့ ပြောရယင်
အများ ကြားဘူးနေကြတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော်မှာ
လက်ဝဲတော်ရံ အဂ္ဂသာဝက တန်ခိုးအရာ တေဒင် ရတော်မူတဲ့
အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်ရဲ့ အလောင်းတော် ဘဝတခုတုန်းက
မယားမိုက်ရဲ့ကုန်းတိုက်စကားကိုယုံစားမိတာနဲ့ သားလုလင်ဟာ
အမေအို မျက်မမြင်ကို သုသာန်ထုတ်ကာ သူခိုးလုပ်ပြီး ရိုက်ခွဲတဲ့
ဇာတ်လမ်းလဲ ထင်ရှားပါတယ်။

ဒေဝဒတ် အမိုက်နှင့် အပေါင်းများပြီး ဖခင်ဗိမ္ဗိသာရမင်း
ကြီးကို သတ်ခွဲတဲ့ အဇာတသတ်မင်းရဲ့ ဇာတ်လမ်းဖြင့်လဲ
ထင်ရှားပါတယ်။

ရဟန်းတော်များဖက်က မုဒုလက္ခဏဇာတ်လာ ရသေ့
ရဟန်းကြီးရဲ့ မိဖုရား လိုချင်လို့ မငြိုမငြင် အိမ်သာတွင်း

မိလ္လာကိုပင် သုတ်သင်ရပုံ ဇာတ်လမ်းလဲ ထင်ရှားပါတယ်။
ဒီလို ဇာတ်လမ်းတွေကို ပြောရမယ်-ဆိုယင် ပြောမဆုံးပေါင်
တောသုံးထောင်ပါပဲ။

စိတ်သရမ်းကို ဆုံးမယင်ကောင်းတယ်

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက [ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ၊ ကိလေသ^၁
ပူးကပ်၍ မနူးမနပ်သဖြင့် အရူးဇာတ်ခင်းလျက် နှိမ်နင်းနှုန်းပြ
ဆုံးမရန်တုတ် လွန်ခဲခက်သော။ လဟုနော၊ ခဏမစဲ အမြဲ
မပြတ် ဖြစ်တတ် ပျက်တတ်သောကြောင့် လျင်မြန်လှစွာသော။
ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ အကြင် အကြင် ထင်ရာ မြင်ရာ
အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ်အာရုံတို့၌ ကျရောက်တတ်သော။
ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ ရအပ်သောကြောင်း မရကြောင်းနှင့်
သင့်သောအကြောင်း မသင့်ကြောင်းတို့ကို ကောင်းစွာမသိ
မကြည့်မျိုးနွယ် အရွယ်ကိုပင် မဆင်ခြင်နိုင်တော့ပဲ အကြင်
အကြင် ထင်ရာ မြင်ရာ အဖြာဖြာ အဖုံဖုံ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌
ကျရောက်တတ်သော။ စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်း
ကို။ ဒမထော၊ သီလ၊ သမာ၊ သိပညာဖြင့် မှန်စွာနှုန်းပြ၍
ဆုံးမနိုင်ခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလှပါပေ၏]လို့ ဟောကြား
တော် မူပေတာပဲ။

ဒီပုထုဇဉ်အဖြစ်နဲ့ ဒီလို ကိလေသာတွေ ပူးကပ်တဲ့ စိတ်ကို
ဒီအတိုင်း လွှတ်ထားယင် အပါယ်က လွတ်ပါ့မလား ပရိသတ်
များ၊ (မလွတ်နိုင်ပါဘုရား)။ အရှက်တကဲ့ အကျိုးနဲ့တွေ့ကော
မဖြစ်ပေဘူးလား၊ (ဖြစ်ပါတယ်ဘုရား)။ အို့၊ နာ၊ သေ ဆင်းရဲ
သံသရာထဲကကော လွတ်နိုင်ပါ့မလား၊ (မလွတ်နိုင်ပါဘုရား)။

ဒါဖြင့် ဒီလိုယုတ်မာဆိုးသွမ်းတဲ့ စိတ်သရမ်းကို ဘုရားပေးတဲ့ သတိပဋ္ဌာန် တရားဆေးကို သောက်ပြီး ပယ်ဖျောက်ဖို့ အရေး မကြီးဘူးလား၊ (အရေးကြီးလှပါဘုရား)။

ဒါကြောင့် [ဒေသထံ၊ သီလ၊ သမာ၊ သိပညာဖြင့် မှန်စွာ နှုန်းပြု၍ ဆုံးမခြင်းသည်။ ဝါ၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး ဆုံးမပေးခြင်း သည်။ သာဓု၊ အကြောင်းအခြေလှသမို့ ကောင်းလေစွတကား] လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတော်မူတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက ပေးတော်မူခဲ့တဲ့ မဟာ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ တရားဆေးတော်ကြီး သောက်ကြမယ်ဆိုယင် ဒွါရနှင့် အာရုံဆုံတိုင်း ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး ဖြစ်ပျက်မျိုး ကို ကြိုးကြိုးစားစား ရှုမှတ်ပွားများ ရပါလိမ့်မယ်။

ယခု ဒီ ၁၀-ရက် စခန်းကြီးမှာ ဘုန်းကြီး ဟောကြားနေ တာဟာ ဒီ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်းများ ဆုံးမပြီး ဒီလို စိတ်ညစ် ကြေးတွေ ကင်းဝေးကာ ဖြူစင်အေးမြတဲ့ အပြစ်ကင်းတဲ့ ယဉ်ကျေးလိမ်မာတဲ့စိတ်၊ ဒုဂ္ဂတိ အပါယ် ၄-ပါးသို့ မကျရောက် စေပဲ သုဂတိ နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်ကို အမြန်ပို့တဲ့စိတ်၊ စျာန်ချမ်းသာ၊ ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မှန်မှန်ကန်ကန် မြန်မြန် ဆန်ဆန် ပို့တဲ့ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်တဲ့ လုပ်နည်း ကိုင်နည်းတွေပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဒီသတိပဋ္ဌာန်အလုပ် အားထုတ်ပုံကလေးကို ဆိုကြပါဦးစို့။

စိတ်ညစ်ဆုံးမရန် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ ရှုနည်း ဆောင်ပုဒ်

- ၁။ ရတနာသုံးပါး၊ ဦးထိပ်ထား၊ ဝပ်တွားပြီးပါယင်။
- ၂။ လူရှင်သီလ၊ ကိုယ်စီငှ၊ တည်ကြပြီးပါယင်။
- ၃။ သစ်ပင်တောရပ်၊ ဆိတ်ငြိမ်ကပ်၊ သူမြတ်သောဂီရှင်။
- ၄။ ဘယ်ခြေတွင်းထား၊ ညာခြေအား၊ ပြင်ကားခွေလျက် တင်ပလ္လင်။
- ၅။ မညှပ်မဖိ၊ ချောင်ချောင်ချို၊ ထိုင်ဘိယောဂီရှင်။
- ၆။ မျက်စိမှိတ်လေ၊ ခေါင်းတည့်နေ၊ ငြိမ်စေ ကိုယ်စိတ်ပင်။
- ၇။ ဖောင်းဘာ ပိန်တာ၊ ဝမ်းဗိုက်မှာ၊ မှတ်ပါသတိယှဉ်။
- ၈။ မြင်ယင် မြင်တယ်၊ မှတ်ရမယ်၊ ပျောက်ကွယ် ဖောင်းပိန်ဝင်။
- ၉။ ကြားနံစားထိ၊ စိတ်ကူးရှိ၊ မှတ်သိ ရှေးနည်းပင်။
- ၁၀။ ဖြစ်စဉ်ပေါ်၌၊ ကျင့်စဉ်လိုက်၊ ဆိုင်တိုက် မြတ်ဟောစဉ်။
- ၁၁။ ရုပ် နာမ် ကြောင်းကျိုး၊ ဉာဏ်မြင်တိုး၊ ရောက်ရိုး နိဗ္ဗာန်ပင်။

ဒီဆောင်ပုဒ် အတိုင်းပင် တရားအလုပ်ကို အားထုတ်မည့် ယောဂီဟာ ဦးစွာပဋ္ဌမ ရတနာ မြတ်သုံးပါးကို ရှိခိုးဝပ်တွားပါ။ ပြီးလျှင် ရှင်ရဟန်းများမှာ ဆိုယင် ရှင်ရဟန်းဆိုင်ရာ သီလများကို စင်ကြယ်အောင် လုပ်ထားပါ။ လဟုက အာပတ်ဆိုယင် ဒေသနာ ပြောကြားထားပါ။ ရှင်ဆိုယင်လဲ သရဏဂုံနှင့် ဆယ်ပါး သီလကို ထပ်ဆောက်တည်ထားပါ။ လူဆိုယင် အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလ၊ တတ်နိုင်ယင် ၈-ပါး သီလကို ယူထားပါ။

ပြီးတော့ ပရိယတ် ပဋိပတ် ကျွမ်းကျင်တဲ့ ဆရာထံမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်းပါ။ ပြီးတော့ သစ်ပင်အောက်ကို ဖြစ်စေ၊ တောအရပ်ကို ဖြစ်စေ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာကို ဖြစ်စေ၊ ချဉ်းကပ်ပါ။

ဘယ်ဖက်ခြေကအတွင်းက ညာဖက်ခြေက အပြင်က ထားပြီး မညှပ်မဖိပဲ ချောင်ချောင်ချိချိ ထိုင်ပါ။ တင်ပလွင်ခွေပေါ်မှာ ဘယ်လက်ဝါးကိုလှန်ပြီး အောက်က ညာလက်ဝါးကိုလဲလှန်ပြီး အပေါ်ကထားပါ။ အမျိုးသမီးဆိုယင် ယခုလို တရားပွဲ လှူထဲ သူထဲမှာ တင်ပလွင်ခွေထိုင်လို့ အမြင်မတော်ယင် ဒူးတုပ်လျက် ပင် ချောင်ချောင်ချိချိ ထိုင်ပါ။

ပြီးတော့ မျက်စိနှစ်ဖက်ကို မှိတ်ထားပါ။ ခေါင်းကိုလဲ တည့်တည့်ထားပါ။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်ငြိမ်နေပြီး ကိုယ်အား ထုတ်မည့်ကမ္မဋ္ဌာန်းဆီကို စိတ်ညွတ်ထားပါ။

အသက်မှန်မှန် ရှုရှိုက်လို့ ကာယပသာဒ ဝမ်းဗိုက်နဲ့ ဝါယောဖောဋ္ဌဗ္ဗ ရုပ်လေနဲ့ တွေ့ထိလို့ လှုပ်ရှားနေပုံကို စိတ်စိုက်ပြီး ကြာတက်လာယင် “ဖောင်းတယ်”၊ ပိန်ကျသွားယင် “ပိန်တယ်” ဒီလို “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်” လို့ မှန်မှန်ရှုမှတ်နေပါ။ ပါးစပ်က အသံထွက်စရာ မလိုပါဘူး၊ စိတ်ထဲကပင် ရှုမှတ်နေရမှာပါ။

အဲဒီလို ဖောင်းတာ ပိန်တာကို ရှုမှတ်နေယင်း မှိတ်ထား တဲ့ မျက်စိထဲက ဘာဘာညာညာကို မြင်ရယင် “မြင်တယ်၊ မြင်တယ်” လို့ ပျောက်ငြိမ်းသွားအောင် ရှုမှတ်ပါ။ သူပျောက် သွားယင် “ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်” ကို ပြန်လည်ပြီး ရှုမှတ်ပါ။

ဒီနည်းအတိုင်းပင် “ကြားယင် ကြားတယ်၊ နံတယ်၊ ထိတယ်၊ ပူတယ်၊ အေးတယ်၊ နွေးတယ်၊ မာတယ်၊ ကြမ်း တယ်၊ နုတယ်၊ နာတယ်၊ ကျင်တယ်၊ ချမ်းသာတယ်၊ ဝမ်းသာ တယ်၊ စိတ်ပျက်တယ်၊ နှစ်သက်တယ်” စသည် ပေါ်ရာပေါ်

ရာကို ပျောက်ငြိမ်းအောင် ရှုမှတ်ပါ။ အဲဒီ ပေါ်တာ ပျောက်ငြိမ်းသွားယင် “ဖောင်းတယ်-ပိန်တယ်”ကို ပြန်မှတ်ပါ။ ဒါဟာ ထိုင်ယင်း ရှုမှတ်ပုံပါပဲ။ အဲဒါလေးကို ယခု လက်တွေ့ ၅-မိနစ်ခန့် ထိုင်ယင်း ရှုမှတ်ကြပါဦးစို့။ ၅-မိနစ် စေ့ယင် ဘုန်းကြီးက အချက်ပေးပါမယ်။ ကဲ-အားလုံးထိုင်ပြီး ခုပြောခဲ့တဲ့ နည်းအတိုင်း ရှုမှတ်ကြပါ။ [.....] ကဲ....၅-မိနစ်စေ့ပါပြီ။

အဲဒီလိုထိုင်ယင်း ရှုမှတ်နေတဲ့အခါမှာ အစပိုင်းမှာတော့ ကိုယ်ရှုမှတ်ရာအာရုံမှာ စိတ်ကလေးကမနေဘူး။ ဟိုဟိုဒီဒီ လှည့် လည်ပြေးသွားတတ်ပါတယ်။ လွတ်သွားလို့မသိယင် ထားလိုက် ပါ။ သိသည်နှင့်တပြိုင်နက် သူ့ကို “ထွက်တယ်-ပြေးတယ်”လို့ ရှုမှတ်ပါ။

တစုံတရာကို လိုချင်တောင့်တတဲ့စိတ်၊ သာယာနှစ်သက်တဲ့ စိတ်၊ ဒီလိုစိတ်များဟာ **သရာဂစိတ်**များ ဖြစ်ကြပါတယ်။ အဲဒီစိတ်ပေါ်လာယင်လဲ ဖြစ်ခိုက်မှာပင် “လိုချင်တယ်၊ သာယာ တယ်၊ နှစ်သက်တယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပါ။ ဒီလို တကြိမ်မျှ ရှုမှတ်ရုံနဲ့လဲ အဲဒီလိုချင်စိတ်ဟာ ကင်းငြိမ်းသွားတတ်ပါတယ်။ မငြိမ်းသေးယင်လဲ ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်းရှုမှတ်ပါ။ သတိ ဝီရိယ ကောင်းကောင်းနဲ့ ရှုမှတ်ယင် နောက်ဆုံး ပျောက်ငြိမ်းသွား ပါလိမ့်မယ်။

သူပျောက်ငြိမ်းသွားယင် လိုချင်မှုရာဂကင်းစင် ကြည်လင် တဲ့စိတ်များ ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီစိတ်များဟာ **ဝိတရာဂ စိတ်**များပါပဲ။ ဒီစိတ်ကိုလဲ ဖြစ်ပေါ်ခိုက်မှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့

အတိုင်း ရှုမှတ်ပါ။ သူလဲ ရှုမှတ်နေယင် ပျောက်ငြိမ်းသွားပါလိမ့်မယ်။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ “သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဝီတရာဂံ ဝါ စိတ္တံ ဝီတရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ” နှင့် အညီပါပဲ။

ပြီးတော့ စိတ်ဆိုးတဲ့စိတ်၊ စိတ်ပျက်တဲ့စိတ်၊ မုန်းတဲ့စိတ်၊ ညှဉ်းဆဲလိုတဲ့စိတ်၊ သေပျက်စေလိုတဲ့စိတ်၊ ဒီလိုစိတ်များလဲ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ကြပါတယ်။ ဒီစိတ်များဟာ **သဒေါသစိတ်** များပဲ။

ဒီဒေါသစိတ်များကိုလဲ ဖြစ်ပေါ်လာယင် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အတိုင်း “စိတ်ဆိုးတယ်၊ စိတ်ပျက်တယ်၊ ဝမ်းနည်းတယ်၊ အားငယ်တယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပစ်ပါ။ တကြိမ်ရှုမှတ်ရုံနဲ့လဲ ပျောက်ကင်းနိုင်ပါတယ်။ တကြိမ်နှင့်မပျောက်လျှင် မပျောက်မချင်း ရှုမှတ်ပါ။ သူလဲ နောက်ဆုံး ပျောက်ကင်းသွားပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီစိတ်များ ပျောက်ငြိမ်းသွားယင် ကြည်လင်တဲ့စိတ် ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီစိတ်များဟာ **ဝီတဒေါသစိတ်** များပါပဲ။ သူ့ကိုလဲ ရှုမှတ်ပစ်ပါ။ သူလဲပျောက်ကင်းသွားပါလိမ့်မယ်။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ “သဒေါသံ ဝါ စိတ္တံ သဒေါသံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဝီတဒေါသံ ဝါ စိတ္တံ ဝီတဒေါသံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ” နှင့် အညီပါပဲ။

ပြီးတော့ ရတနာသုံးပါးကို အထူးအားဖြင့် တရားတော်ကို ယုံမှားတဲ့စိတ်နှင့် ပျံ့လွင့်ပြေးသွားတဲ့စိတ်များလဲ ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ ဒါဟာ သီးသန့် သမောဟစိတ်ပါပဲ။ သာယာတောင့်တမှု မထင်ရှားပဲ ကာမအာရုံဝတ္ထုကို ကြံစည်တဲ့စိတ်၊ ဝါကြွားပလွှားလိုတဲ့စိတ်၊ ငါ့ကောင်ရှိတယ် ထင်တဲ့စိတ်၊ ဒီစိတ်များဟာ **လောဘမှု သမောဟစိတ်များပဲ**။ ကြောက်ရွံ့တဲ့စိတ်၊ စိုးရိမ်တဲ့စိတ်၊ ပူဆွေးတဲ့စိတ်၊ နှလုံးမသာတဲ့စိတ်၊ ရွံရှာတဲ့စိတ်၊ မနာလိုတဲ့စိတ်၊ ဝန်တိုတဲ့စိတ်၊ နောင်တပူပန်တဲ့စိတ်၊ **ဒေါသမှု သမောဟစိတ်များပဲ**။

အဋ္ဌကထာမှာတော့ လောဘမှုစိတ်အားလုံးကို သရာဂစိတ်၊ ဒေါသမှုစိတ်အားလုံးကို သဒေါသစိတ်၊ အကုသိုလ်စိတ်အားလုံးကို သမောဟစိတ်-လို့ ခွဲခြားပြထားပါတယ်-တဲ့။ ဒီမှာတော့ မှတ်သားရလွယ်အောင် ထင်ရှားတဲ့အတိုင်း ခွဲခြားပြီး ပြထားကြောင်းကို ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဝိပဿနာရှုနည်းကျမ်း ပဌမတွဲမှာ ပြထားတော်မူပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် မသိမှုနှင့်တကွ ဒီစိတ်များဖြစ်ယင်လဲဖြစ်ပေါ်တဲ့အတိုင်းပင် ယုံမှားတယ်၊ ပျံ့လွင့်တယ်၊ ကြံစည်တယ်၊ သာယာတယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ရတယ်။ တကြိမ်နဲ့ ပျောက်တာလဲရှိမယ်၊ မပျောက်ယင် သတိ၊ ဝီရိယ ကောင်းကောင်းနဲ့ ရှုမှတ်ယင် ပျောက်ငြိမ်းပါတယ်။

ဒါတွေဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ “သမောဟံ ဝါ စိတ္တံ သမောဟံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဝီတမောဟံ ဝါ စိတ္တံ ဝီတမောဟံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ” နှင့် အညီပါပဲ။

နောက်ပြီးတော့ ပျင်းရိတုန့်ဆုတ်လျော့ယဲတဲ့ သံခိုတ္တစိတ်၊ ပျံ့လွင့်တဲ့ ဝိက္ခိတ္တစိတ်၊ တည်ကြည်တဲ့ မာဟိတစိတ်၊ မတည်ကြည်တဲ့ အသမာဟိတစိတ်၊ ဒီလို စိတ်တွေ ပေါ်လာယင်လဲ ပေါ်လာတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ပါတယ်။ ရှုမှတ်ယင်တော့ သူတို့လဲ ပျောက်ပျောက်သွားကြပါလိမ့်မယ်။

ပြီးတော့ ရှုမှတ်တဲ့အခါမှာ တဒဂ်အားဖြင့် ကိလေသာတို့မှ လွတ်နေလို့ သူ့ကို ဝိမုတ္တစိတ်-ခေါ်တယ်။ မရှုမှတ်ပဲ စဉ်းစား ကြံစည်နေတဲ့စိတ်ကတော့ ကိလေသာမှ မလွတ်တာကြောင့် သူ့ကို အဝိမုတ္တစိတ်-ခေါ်တယ်။

ဒါတွေပေါ်လာယင် မလွတ်တမ်း ရှုမှတ်ရပါတယ်။ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ပျောက်ငြိမ်း ပျောက်ငြိမ်း သွားကြပါလိမ့်မယ်။

နောက်ပြီးတော့ မဟဂ္ဂတ၊ အမဟဂ္ဂတ၊ သဥတ္တရ၊ အနုတ္တရ၊ စိတ်များကို ပိုင်းခြားပြီး သိခြင်းဟာ ဈာန်ရပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ အရာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဈာန်ရပုဂ္ဂိုလ်များသာ ဈာန်ရဲ့ရှေ့ နောက်အဖို့မှာဖြစ်တဲ့ စိတ်များကို အမဟဂ္ဂတ၊ သဥတ္တရ စိတ်များ ပိုင်းခြားပြီး ရှုသိနိုင်တယ်။ ဈာန်မှထသည်နှင့် တပြိုင်နက် ဈာန်စိတ်ကို မဟဂ္ဂုတ်စိတ်၊ အနုတ္တရစိတ်-လို့ ပိုင်းခြားပြီး ရှုမှတ်သိမြင်နိုင်တယ်။ ရူပဈာန်မှ အရူပဈာန်သို့ ပြောင်းပြီး ဝင်စားတဲ့အခါ ရူပဈာန်စိတ်ကို သဥတ္တရ၊ အရူပဈာန်စိတ်ကို အနုတ္တရစိတ်-လို့ ပိုင်းခြား ရှုသိနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့် ဈာန်မရတဲ့ ယောဂီဟာ ပြခဲ့ပြီးတဲ့ စိတ်များကိုသာ ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက်မှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့အတိုင်းပင် ရှုမှတ်ရတယ်။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ “သံခိတ္တံ ဝါ စိတ္တံ သံခိတ္တံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ” စတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ်တော်နှင့် အညီပါပဲ။

ဒီဟောပြခဲတာတွေဟာ ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက်စိတ်ကို ရှုမှတ်လျက် သဘောမှန်အတိုင်း သိခြင်းသာ စိတ္တာနုပဿနာ မည်ပါတယ်။ “လောဘမူစိတ် ဂရု ကိန္ဒ သရာဂစိတ် ဟုခေါ်သည်။” ဤသို့ စသည်ဖြင့် လောဘမူစိတ်၊ သရာဂစိတ် စတဲ့ အမည်နှင့်ရှစ်ဆိုတဲ့၊ ဂဏန်းသင်္ချာများ၊ ပညတ်များကို စဉ်းစား ကြံစည်ခြင်း ရေ တွက်ခြင်း ဆင်ခြင်ခြင်းများဟာ စိတ္တာနုပဿနာများ မဟုတ် ကြပါဘူး။ သညာသိ၊ ဝိညာဏ်သိများ ဖြစ်ကြတယ်။

ဒါကြောင့် မဟာသတိပဋ္ဌာန အဋ္ဌကထာမှာ စိတ္တာ နုပဿနာဖြစ်ပုံကို “ယသ္မိံ ယသ္မိံ ခဏေ ယံ ယံ စိတ္တံ ပဝတ္တတိ၊ တံ တံ သလ္လက္ခေန္တော အတ္တနော ဝါ စိတ္တေ ပရဿ ဝါ စိတ္တေ ကာလေန ဝါ အတ္တနော ကာလေန ဝါ ပရဿ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿိ ဝိဟရတိ” လို့ ပြဆိုထားပါတယ်။ (ဒီ-ဋ္ဌ ၂-၃၆၇)

ယသ္မိံ ယသ္မိံ ခဏေ၊ အကြင် အကြင် ခဏ၌။ ယံ ယံ စိတ္တံ၊ အကြင်အကြင်စိတ်သည်။ ပဝတ္တတိ၊ ဖြစ်ပေါ်၏။ တသ္မိံ တသ္မိံ ခဏေ၊ ထိုထိုဖြစ်ဆဲခဏ၌။ တံ တံ၊ ထိုထိုဖြစ်ဆဲစိတ်ကို။ သလ္လက္ခေန္တော၊ မှတ်သောသူသည်။ အတ္တနော ဝါ စိတ္တေ၊ မိမိ၏ စိတ်၌ဖြစ်စေ။ ပရဿ ဝါ စိတ္တေ၊ သူတပါး၏စိတ်၌ ဖြစ်စေ။ ကာလေန ဝါ အတ္တနော ကာလေန ဝါ ပရဿ စိတ္တေ၊ ရံခါ မိမိ၏ စိတ်၌ ရံခါ သူတပါး၏ စိတ်၌ဖြစ်စေ။ စိတ္တာနုပဿိ၊ စိတ်ဟုရှုလျက်။ ဝိဟရတိ၊ နေသည်မည်၏။

မြန်မာပြန်လိုရင်း အဓိပ္ပါယ်ကတော့ ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက်မှာ ဖြစ်ဆဲဖြစ်ဆဲစိတ်ကို ရှုမှတ်ယင် စိတ်-လို့ ရှုတာမည်ပါတယ်။ စိတ္တာနုပဿနာကို ပွားနေတယ် လို့ ဆိုရပါတယ်။

စိတ်ရဲ့လက္ခဏာစသည်ကိုသိပုံ

မနောဒွါရနှင့် ဓမ္မာရုံတို့ ဆုံကြလို့ ဖြစ်ပေါ် လာတဲ့ ဖြစ်ဆဲစိတ်ကို ဖြစ်ခိုက် ရှုမှတ်တဲ့ ယောဂီဟာ “အာရုံကိုသိတယ်၊ ကြံစည်တယ်၊ အာရုံကို ယူတယ်၊ အာရုံပြုတယ်၊ မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ နံတယ်၊ အရသာပေါ်တယ်၊ ထိတယ်လို့” ထင်ရှားသိပါတယ်။ ဒါဟာ စိတ်ရဲ့ ဝိဇာနန လက္ခဏာပါပဲ။ မှတ်သားမှုပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ခံစားမှုပဲ ပေါ်ပေါ်၊ အားထုတ်မှုပဲ ထင်ရှား ထင်ရှား သူတို့အားလုံးဟာ အာရုံသိပြီးမှသာ ဖြစ်ကြ ရတယ်။ ဝါ၊ အာရုံကို သိမှုမပါပဲ ကိစ္စမပြီးကြဘူး၊ အာရုံကို သိမှုက ခေါင်းဆောင်နေတယ်”ဆိုတာ ထင်ရှား သိရတယ်။ ဒီလို သိတာဟာ စိတ်ဆိုတာ ယှဉ်ဖက် နာမ်တရားများရဲ့ ရှေ့သွားခေါင်းဆောင် ဖြစ်တယ်-ဆိုတဲ့ စိတ်ရဲ့ ပုဗ္ဗင်္ဂမရသ- ပါပဲ။ အမှန်ကတော့ စိတ်နှင့် စေတသိက်ဆိုတာ ဖြစ်ယင် ပြိုင်တူဖြစ်ကြပါတယ်။ ယှဉ်ဖော် ယှဉ်ဖက် တရားတွေ ပါပဲ။ စိတ်ဟာယှဉ်ဖက် နာမ်တရား ထင်လင်းစေရာမှာ ရှေ့ကသွား သလို ဖြစ်နေလို့ ဒီလိုဆိုရတာပါ။

ပြီးတော့ စိတ်တွေဟာ တခုပြီးတခု မခြားမပြတ် ဆက်စပ် လျက် ဖြစ်နေကြပါတယ်။ ဒီလို ယောဂီရဲ့ဉာဏ်မှာ ထင်ရှား တာဟာ “သန္တဟန ပစ္စုပဋ္ဌာနံ၊ ပဋိသန္ဓိပစ္စုပဋ္ဌာနံ” နှင့် အညီ စိတ်ရဲ့ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို သိတာပါပဲ။

ဒီစိတ်တွေဟာ မှီရာရုပ်ရှိလို့ ဖြစ်နိုင်ကြတယ်။ အာရုံရှိလို့လဲ ဖြစ်ကြတယ်။ အာရုံနှင့်တွေ့မှု အာရုံကို ခံစားမှုစတဲ့ နာမ်ရှိလို့ ဖြစ်တယ်-လို့ ယောဂီက သိတာဟာ စိတ်ရဲ့ “ဝတ္ထုရမ္မဏ ပဒဋ္ဌာနံ၊ နာမရူပ ပဒဋ္ဌာနံ” နှင့်အညီ ပဒဋ္ဌာနံ-ကို သိတာပါပဲ။

အဖြစ်အပျက်ကို သိပုံ

ယခုဟောခဲ့သလို ထိုင်ပြီးရှုမှတ်ယင်း “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်၊ မြင်တယ်၊ ကြားတယ်” စသည်နှင့် “သွား ယင် သွားတယ်၊ ဗယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ်၊ ကြွချင်တယ်၊ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်၊ လှည့်ချင်တယ်၊ လှည့်တယ်၊” ရပ်တယ်၊ ထိုင်ချင်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ အိပ်ချင်တယ် အိပ်တယ်၊” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေတဲ့အခါ လိုချင်တပ်မက်၊ စိတ်ဆိုး စိတ်ပျက် စသည် နှိဝရဏတွေကင်းပြီး ရှုမှတ်စရာနှင့် ရှုမှတ်တာ ၂-မျိုး သာ ကပ်ကနဲ ကပ်ကနဲ မှတ်စိတ်ချည့် စင်ကြယ်နေလို့ စိတ် အကြောင်းကို ခုဖော်ပြသလို အမှန်အတိုင်း သိလာတယ်။

စိတ်ဆိုတာ အာရုံကို သိတဲ့သဘော၊ ရှေ့သွား ခေါင်းဆောင် တဲ့ သဘော၊ ရှေ့စိတ်နှင့် စပ်ပြီး နောက်စိတ်တွေလဲ တခုပြီး တခု ဖြစ်နေတဲ့သဘောပဲ-လို့ သိလာတယ်။ ဒီသဘောတရားက လွဲယင် ငါ၊ သူတပါး၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမဆိုတာ မရှိဘူး၊ ဒီသဘောသာရှိတယ်။ သူတပါး သန္တာန်မှာ စိတ်တွေ ဖြစ်နေ တယ်ဆိုတာလဲ ယခု ငါ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ သဘောတမျိုး ပါပဲ။ ဘယ်သူ့ သန္တာန်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စိတ်ဆိုယင်တော့ ဒီသဘောမျိုးချည့်ပါပဲလို့သိတယ်။ ဒါဟာ “ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ စိတ္တော စိတ္တာနုပဿိ ဝိဟရတိ” စသည်နှင့်အညီ သိတာပါပဲ။

မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ စိတ်များရဲ့ ဖျတ်ကနဲ ဖျတ်ကနဲ ပေါ်ပေါ်ပြီး ကုန်ပျက် ကုန်ပျက်သွားတာကို သိတာဟာ ဖြစ်မှု=သမုဒယနှင့်၊ ပျက်မှု=ဝယများကို ပိုင်းခြား သိတာပါပဲ။

မှီရာ ရုပ်နှင့် ယှဉ်ဖက် နာမ်များရှိကြလို့ စိတ်ဖြစ်တယ်၊ ရုပ်နာမ်မရှိယင်တော့ စိတ်မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ရှေးအကြောင်းကံ ရှိလို့ စိတ်ဖြစ်တယ်၊ မရှိယင်တော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ မသိမှု အဝိဇ္ဇာမကင်း သေးလို့ စိတ်ဖြစ်တယ်၊ ကင်းယင်တော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ သာယာ တောင့်တမှု တဏှာမကင်းသေးလို့ စိတ်ဖြစ်တယ်၊ ကင်းယင် တော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး-လို့ ဒီလို ဒိဋ္ဌ သုတ ရောစပ်ပြီး သိတဲ့ ဖြစ်ကြောင်းတရား=သမုဒယနှင့်၊ ပျက်ကြောင်းတရား=ဝယ များကို ပိုင်းခြားသိတာပါပဲ။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူကားတဲ့ မဟာ သတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်လာ စိတ္တာနုပဿနာပိုင်းက “သမုဒယ ဓမ္မာနုပဿိ ဝါစိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿိ ဝါစိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ” စသည်နှင့်အညီ သိတာပါပဲ။

မှန်ကန်စွာ သတိထင်ပုံ

ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ကို မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း “ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ၊ ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာ၊ မိန်းမ၊ ယောက်ျားဆိုတာလဲ မရှိ၊ အာရုံကို သိတတ်မှု ကြံစည်မှုမျှသာ ရှိတယ်”လို့ အမှတ်ရမှု သတိဟာ ဖြစ်လာတယ်၊ ဒီလို သင်္ခါရ သနနိမိတ် ပုံသဏ္ဌာန် ပညတ်များသို့ မရောက်ပဲ အာရုံကို သိမှု စိတ်မျှသာသာ ထင်တဲ့ သတိဖြစ်ကြောင်းကို သိတယ်၊ နောက်နောက် ဖြစ်ကြတဲ့ သတိ

ဉာဏ်များလဲ အဆင့်ဆင့် တိုးတက် ထက်သန်စွာ ဖြစ်ကြတယ်။
 ငါ၊ သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ အနေနဲ့ ထင်မှားသာယာ
 ထောင်လွှားမှု အစွဲအလမ်းတွေ ကင်းပြီး စိတ်ရှုံးမီရာ ရုပ်နှင့်
 စိတ်ရဲ့ ယှဉ်ဖော် ယှဉ်ဖက်နာမ်-လို့ ဆိုတဲ့ အာရုံကို မသိမှုရုပ်၊
 အာရုံကိုသိမှု နာမ်မျှ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်ပေါ်နေ
 ကြပြီး ပျက်ကြရပုံများကို အစွဲလမ်း ကင်းစွာ သိတယ်။

ဒီလို ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုး ဖြစ်ပျက် မျိုးတွေကို ရှုမှတ်
 သိမြင်ယင်း အပျက်ချည့် တွေ့ရတော့တဲ့ဉာဏ်၊ ကြောက်စရာ
 တွေ့ရတဲ့ဉာဏ်၊ တလောကလုံး သာယာဖွယ်မရှိ ဘေးဒုက္ခ အပြစ်
 ချည့်ပဲ-လို့ သိတဲ့ဉာဏ်၊ လောကကြီးတခုလုံး ပျော်ရွှင်ဘွယ်မရှိ
 ပျင်းရိ ခြောက်သွေ့ ငြီးငွေ့ဖွယ်ချည့်-လို့ သိတဲ့ဉာဏ်၊ ဒီခန္ဓာ
 ငါးပါးရှိတဲ့ လောကမျိုးမှ လွတ်ကင်းမှသာ ချမ်းသာမှာပဲ-လို့
 သိတဲ့ဉာဏ်၊ ဒီ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး ဖြစ်ပျက် လောကမျိုးမှ
 လွတ်အောင် တရားကို ဆက်ပြီး ကြိုးစားရမှာပဲလို့ သိပြီး တဖန်
 ကြိုးစား အသိပွားတဲ့ဉာဏ်၊ အာရုံကောင်းဆိုး အမျိုးမျိုးတွေ
 ကို တွေ့ရသော်လဲ ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်း အလျဉ်းမရှိ ပကတိ အသိ
 ကလေးနဲ့သာ ရှုမှတ် တည်ကြည် သိမ်မွေ့ပြီး သိနေတဲ့ဉာဏ်၊
 သူ့အရှိန်နှင့်သူ အမှတ်ကောင်းနေရာမှ သွက်လက် ထင်ရှား
 ထူးခြားစွာ ဖြစ်တဲ့ မှတ်သိမှုဉာဏ်၊ ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုး
 ဖြစ်ပျက်မျိုး ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်သွားတဲ့ဉာဏ်၊ ချုပ်ငြိမ်း
 ရာသို့ ရောက်သွားတယ်-လို့ ပြန်လည် ဆင်ခြင်သိတဲ့ဉာဏ်တွေ
 အဆင့်ဆင့် ပြည့်စုံသွားတယ်။

ဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူတဲ့ မဟာသတိ
 ပဋ္ဌာနသုတ် ဓမ္မာနုပဿနာပိုင်းက “အတ္ထိ စိတ္တန္တိ ဝါ

ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ” စသည်နှင့်အညီ သိပုံပါပဲ။

စိတ်ယဉ်ကျေးက ချမ်းသာရ

ဒါကြောင့် မြတ်ဘုရားက [စိတ္တဿ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်သွမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဒမထော၊ သီလ၊ သမာ၊ သိပညာဖြင့် မှန်စွာ နှုန်းပြ၍ ဆုံးမ နိုင်ခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်းလေစွတကား]လို့ ဟောကြားတော်မူတာပါပဲ။

ဆုံးမနိုင်သမျှ-ချမ်းသာရတယ်

ဒီလို ဆုံးမ နိုင်ယင်ဖြင့် မိမိ ဆုံးမလို့ ယဉ်ကျေးလာတဲ့ စိတ်ကလေးက မိမိအတွက် လူနတ်နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမှုန်ကိုရအောင် ဆောင်ပေးနိုင်ပါတယ်တဲ့။ ဒီ စိတ်ကို ဆုံးမဖို့ရာ အရေးမကြီး ဘူးလား၊ (ကြီးပါတယ်ဘုရား)။

တထိုင်လောက် ဆုံးမနိုင်ပင် တထိုင်လောက် ချမ်းသာ တယ်၊ တရက်လောက် ဆုံးမနိုင်ယင် တရက်လောက် ချမ်းသာ တယ်၊ ၁၀-ရက်လောက် ဆုံးမနိုင်ယင် ၁၀-ရက်လောက် ချမ်းသာတယ်၊ တလလောက် ဆုံးမနိုင်ယင် တလလောက် ချမ်းသာတယ်၊ အနဲဆုံးကိုယ့်မှာရှိတဲ့နှလုံး၊ သွေးတိုး၊ ချောင်းဆိုး၊ သွေးပါ၊ ဆီးရောဂါ စသည်တွေ အထွေထွေ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာမယ်၊ အိပ်မပျော်ပဲ သောကဝဲမှာ နာတာရှည်ရောဂါ စွဲပြီး တဝဲလည်လည်တွေ့ ပျောက်မယ်၊ လောကဓံ ကောင်းဆိုး အမျိုးမျိုးနှင့်တွေ့ယင် တုန်လှုပ်ချောက်ခြား ပျက်ပြားသွားမှု တွေ မဖြစ်အောင် ထိန်းနိုင်မယ်။

ဓာမဂ် တဖိုလ် ရသည့်တိုင်အောင် ရှုမှတ် လိုက်ယင်တော့ တသံသရာလုံးက ပြုမှားမိခဲ့သမျှ အပါယ်ကျစေနိုင်တဲ့ ဒုစရိုက် ကြေးတွေ ပြေပျောက် ကင်းရှင်းပြီး လူနတ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန် သေ၊ ချမ်းသာမျိုးကိုသာ ဆက်လက်ပြီး ဘဝမကြာမီပင် သဟဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ဒုက္ခ ခပ်သိမ်း ချုပ်ပြတ်ငြိမ်းရာ အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ကို ဝင်စံသွားနိုင်တယ်။

ဒါလောက်တောင် ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ပွားစေနိုင်တဲ့ ဒီသတိပဋ္ဌာန် တရားမျိုးကို ကြိုးစား အားထုတ်ဖို့ မကောင်း ဘူးလား၊ (ကောင်းလှပါတယ်ဘုရား)။

စိတ်ယဉ်ကျေးယဉ် နိဗ္ဗာန်ဝင်

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ဟောကြားတော် မူခဲ့ပါ တယ်။ [ဒန္တံ၊ ဆုံးမပြီး၍ ယဉ်ကျေးလာသော။ စိတ္တံ၊ ကိလေ ကင်းစင် မြူမတင်သည့် ကြည်လင်မှုန်မြတ် ကောင်းသော စိတ်ဓာတ်က။ သုခါဝဟံ၊ ချမ်းသာကို ဆောင်ပေး တတ်ပါ ပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ လူချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာ၊ ဗြဟ္မာချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ ဈာန်ချမ်းသာ၊ ဝိပဿနာချမ်းသာ၊ မဂ်ချမ်းသာ၊ ဖိုလ်ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဆောင်ပေးတတ်ပါပေ၏။ သုခါဝဟံ၊ ဘယ်ချမ်းသာနှင့်မှမတူ ဘယ်အပူနှင့်မှမစပ် အအေးဓာတ် ဝင်ကိန်း၍ အငြိမ်းကြီး ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကြီးကို ဆောင် ပေးတတ်ပါပေသတည်း။]

သာဓု....သာဓု....သာဓု

စိတ်တရား ဆောင်ပုဒ်

ကဲ....ဒီဟောခဲ့တဲ့ အဓိပ္ပါယ်အချုပ် စိတ်တရားဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြပါဦးစို့။ ဒီဆောင်ပုဒ်က ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီးရဲ့ တပုဒ်တည်း ရေးစပ်တော် မူထားတဲ့ လင်္ကာဆောင်ပုဒ်ရည်ကို ချပို့ လိုက်ဆိုကောင်းအောင် သံပေါက်ဟန်ကို ပြောင်းစပ်ထားတဲ့ ဆောင်ပုဒ်နော်။ ကောင်းကောင်း လိုက်ဆိုကြ၊ (မှန်ပါဘုရား)။

- ၁။ နှိမ်နိုင်ခဲ့စွ၊ လျင်မြန်လှ၊ သူကျလိုရာ ကျဘတ်သည်။
- ၂။ ဝိညာဏသွမ်း၊ စိတ်သရမ်း၊ စောင့်ဖမ်း ဆုံးမကောင်းလှသည်။
- ၃။ သီလ၊ သမာ၊ သိပညာ၊ မှန်စွာ ဆုံးမ ကောင်းလှသည်။
- ၄။ ယဉ်ကျေးလိမ်မာ၊ သူဖြစ်လာ၊ ချမ်းသာ ဆောင်ပေးတတ်ပါသည်။

ပြန်လည်တွေ့ဆုံ ဇာတ်ကြောင်းစုံ

ဒီလို မြတ်စွာဘုရားရှင်က အဆုံးအမဩဝါဒကို ပေးတော်မူပြီးတော့ အညတရ ရဟန်းတော်ကလေးအား ဒီလို မှာထားပြီး တရားအားထုတ်ရန် အဲဒီ ရဟန်းတော်ကလေး မသွားချင်ဆုံး မာတိကရွာကို ပြန်လွှတ်တော်မူလိုက်ပါတယ်။

‘ဂစ္ဆ ဘိက္ခု၊ အညံ ကိဉ္စိ အစိန္တယိတွာ တတ္ထေဝ ဝသာဟိတိ’
ဘိက္ခု၊ သံသရာဘေး လာမည့်ရေးကို မြှော်တွေးထောက်ရှု ဘိက္ခုမည်ငြား ချစ်သားရဟန်း။ ဂစ္ဆ၊ ကြောက်တယ်လန့်တယ် ဆင်ခြေကြွယ်၍ ငြင်းဖယ်မနေ သွားပါချေ။ တံ၊ တရားရရန် ပါရမီကံ ကော်နိရှိငြား ငါဘုရားထံ တောင်းခံ

တရား ရရှိထားတဲ့ သင်ချစ်သားသည်။ အညံ ကိဉ္ဇို၊ အခြား အာရုံ တစ်ခုတရာမျှကို။ အစိန္တယိတွာ၊ ဟိုကြံသည်ကြံ ဗလောင် ဆန်အောင် မကြံစည်မူ၍။ တတ္ထေဝ၊ သင်ပြန်ခဲ့ရာ မာတိက ရွာ ထိုနေရာ၌သာလျှင်။ ဝသာဟိ၊ တရားမရယင် မပြန်ခဲ့နဲ့ ဘာဟဲ့ညာဟဲ့ ဇာမချဲ့ပဲ သတိစွဲမြဲ ဇွဲအားမယုတ် နောက်မဆုတ် ပဲ အားထုတ်၍သာ နေချေပါလော့... နေချေပါတော့။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

အဲဒီလို ဆုံးမ မှာတားပြီး မြတ်ဘုရားက စေလွှတ်တော် မူလိုက်တဲ့အခါ အညတရ ကိုယ်တော်လေးလဲ အားဆေးမှီဝဲ ရလို့ အားရှိလာသလို စိတ်ဆုံးမပုံ လက်နက်စုံ ယူပြီးတော့ မာတိကရွာကို မကြောက်မရွံ့ နောက်မတွန့်ပဲ ကြံတော်မူ သွားတယ်။

ဘုရားရှင် ပေးသနားတော်မူတဲ့ နည်းလမ်းမှန်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရပြီဆိုယင် ဘာကိုမှ ကြောက်စရာ လန့်စရာမရှိပါဘူး။ အားထုတ် သူက ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ ကြိုးကြိုးစားစားသာ အားထုတ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ အားထုတ်ယင် မူချ အခက်အခဲမှန်သမျှ ကို ကျော်လွှားပြီး ချမ်းသာထူးနိဗ္ဗာန်ကို အမှန်ရနိုင်တာပဲ။

အညတရ ရဟန်းတော်လေးဟာ မာတိကရွာ ကျောင်း ဝိဟာကို ကောင်းစွာရောက်ပြီး အယင်တခေါက်လို့ ဟိုဟိုဒီဒီ မကြံစည်တော့ပဲ ရဲရဲရင့်ရင့် ဣန္ဒြေဖြင့်သာ တည်ကြည်စွာ သီတင်းသုံးနေတော်မူတယ်။

မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကလဲ အိမ်ကနေပြီး ဒိဗ္ဗစက္ခုနဲ့ ဆင်ခြင်ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ တခါပြန် ရဟန်းတော်ကလေးကို

အထင်ကရပင် မြင်ရတယ်၊ မြင်ရတော့ “ဪ- ငါ့သားတော် လာတာဟာ အယင်တခါလို့ အစားအစာ လိုအာသာကို ရှေ့ထားပြီး စားချင်လို့လာတာမဟုတ်တော့ဘူး၊ ဗြဟ္မာ နတ် လူ သုံးဘုံသတ္တိရဲ့ တဆူတည်းသောဆရာ စောမြတ်စွာရဲ့ သေချာ ဂ,ဏ ဆိုဆုံးမ, တဲ့ သြဝါဒကို သေချာကျန ရကြီး ရပြီး ဓမ္မဂရု အလေးပြုပြီး လာတာဖြစ်တယ်”လို့လဲ မိမိဉာဏ်တွင် ပိုင်းခြား မြင်သိတယ်။

အညတရ အရှင်မြတ်လေးနှင့် လျှောက်ပတ်တဲ့ ယာဂုဆွမ်း စသည် အလီလီကိုလဲ သူ့အချိန်နှင့်သူ ကြည်ဖြူစွာ လှူဒါန်း ဆက်ကပ်တယ်။ ရဟန်းတော်ကလေးကလဲ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတဲ့ အခါမှာပင် ကောင်းတာ မကောင်းတာ အလိုအာသာဆိုးကို ဦးစားမပေးပဲ “ဆွမ်းကို မြင်တော့မြင်တယ်၊ ဆွမ်းစားဖို့ပြင် တော့ ပြင်တယ်၊ ယူတော့ ယူတယ်၊ ခွံတော့ ခွံတယ်၊ စားတော့ စားတယ်၊ ဝါးတော့ ဝါးတယ်၊ မျှတော့မျှတယ်” စသည်ဖြင့် သတိတရား အမှတ်ပွားယင်း ဘုဉ်းပေးတော် မူတယ်။ ရပ်, သွား, ထိုင်, လျောင်း ဣရိယာပုထ်အပေါင်းမှာလဲ ပြုပြင်ပြောင်းလဲတိုင်းပင် “သွားယင် သွားကယ်၊ ရပ်ယင်ရပ် တယ်၊ ထိုင်ယင် ထိုင်တယ်၊ အိပ်ယင်အိပ်တယ်”လို့ရှုမှတ်တယ်။

ရှုမှတ်ယင်းပင် စိတ်အစဉ်က ဟိုထွက် သည်ထွက်ယင်လဲ မလျော့မတင်း စောင်းကြိုးညှင်းပမာ သူ့အမှုအရာအလိုက် သင့်ပင် “လိုချင်ယင် လိုချင်တယ်၊ စိတ်ပျက်ယင် စိတ်ပျက် တယ်၊ ပြန့်လွင့်ယင် ပြန့်လွင့်တယ်၊ ပူပန်ယင် ပူပန်တယ်၊ ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိယင် ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိတယ်၊ ယုံမှားယင် ယုံမှား တယ်၊ တပ်မက်ယင် တပ်မက်တယ်၊ စိတ်ဆိုးယင် စိတ်ဆိုးတယ်၊

တည်ကြည်ယင် တည်ကြည်တယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်တော်
မူတယ်။

ဒီလို ရှုမှတ်ယင်းပင် စောစောက ပြောခဲ့သလို ရုပ်နာမ်
ကြောင်းကျိုး ဖြစ်ပျက်မျိုးကို တဆင့်ပြီးတဆင့် တိုးတက်သိမြင်
ကာ လေးဖြာမဂ်ဖိုလ်တို့ကို ၂-ရက် ၃-ရက်အတွင်းပင် ရရှိတော်
မူတယ်။

ရဟန်းတော်အရှင်မြတ်လေးဟာ ဒီလို မဂ်လေးတန်ဖိုလ်လေး
တန် နိဗ္ဗာန်မြတ်ကို ရတော့ အေးငြိမ်းချမ်းသာ အလွန်ဝမ်းသာ
တော်မူတယ်။ ဝမ်းသာကြည်နူး ပီတိမြူးပြီး ဒီလို တရားရတဲ့
ကျေးဇူးကိုရှာလိုက်တော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမကို
ဦးစွာရလို့ပဲလို့ သိမြင်ပြီး မြတ်စွာဘုရားရှင်ကိုလဲ ကြည်ညိုမဆုံး
ကျေးဇူးတင်မဆုံး ဖြစ်ရတယ်။

ပြီးတော့ ဘုရားအဆုံးအမကိုသာ ရပြီး သင့်လျော်တဲ့ပစ္စည်း
လေးဖြာ မှီရာကို မရယင်လဲ တရားအလုပ်ကို ကောင်းစွာ
အားမထုတ်နိုင်ဘူး၊ အားမထုတ်နိုင်ယင် တရားထူးကို မရနိုင်
ဘူး၊ ဒီလို တရားထူးရအောင် ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် လှူဒါန်း
စောင့်ရှောက်ပြုစုတဲ့ ဒကာမကြီးရဲ့ ကျေးဇူးတွေကလဲ များပြား
လှပီတကား-လို့လဲ ကြံစည်မိတယ်။

အဟော မဟာဥပါသိကာ မယ့် ပတိဋ္ဌာ ဇာတာ၊
အဟံ ဣမံ နိဿာယ ဘဝနိဿရဏံ ပတ္တောမ္ပိ။

အဟော၊ ဪ...လက်ဖျစ်တီး၍ အံ့ချီးဖွယ်ရာ ကောင်းလှ
ပါပေစွ။ မဟာဥပါသိကာ၊ မေတ္တာစိတ်သက်၊ ဆောင်ရွက်ချစ်
ကြင်၊ လိုလျှင်ဖိတ်ထား၊ တတ်အားလူစေ၊ ဝတ်ငါးထွေနှင့် မသွေ

ပြည့်စုံ ဘုရားဂုဏ် တရားဂုဏ် သံဃဂုဏ်ကို ယုံကြည်လေးမြတ် ဆည်းကပ်တတ်စွာ မာတိကမာတာ မည်နာမရှိတဲ့ ဥပါသိကာမ ကြီးသည်။ မယုံ၊ ဦးစွာအစား စိတ်လှုပ်ရှားပြီး ပြန်သွားပြီးခါ ယခုခါတော့ ချမ်းသာတရား မှန်လိုလား၍ ဘုရားထံမှာ တရား နာပြီး ဒီမှာလာငြား တရားပွားတဲ့ငါ၏။ ပတိဋ္ဌာ၊ မဂ်ဖိုလ်ရရေး ထောက်ပံ့ပေးသည့် လေးပါးပစ္စည်း ဒကာလည်းမည် တနည်း သာသနာ ဒါယိကာမည်ဟော ဒီမာတိကမာတာ ဒကာမကြီး သည် လောကုတ်လောကီ နှစ်လီစုံစွာ ထောက်တည်ရာသည်။ ဇာတာ၊ အမှန်မူချ ဖြစ်ကြီးဖြစ်ရပါပေ၏။ အဟံ၊ အရဟတ္တဖိုလ် အမြတ်ပန်းကို ဆင်မြန်းရလာ ရဟန်းငါသည်။ ဣမံ၊ ဤမာတိက မာတာ ဒါယိကာမကြီးကို။ နိဿာယ၊ အမှီပြု၍။ ဘဝနိဿရဏံ၊ ဖြစ်ရပျက်ရ ဆင်းရဲလှသည့် ဘဝလွတ်ရာ မြှိုက်ချမ်းသာကို။ ပတ္တော၊ ရှုယင်း မတ်ယင်း မယွင်းမှန်စွာရောက်ရပါသည်။ အမှီ၊ မလွဲကေန် အမှန်မူချ ကျေးဇူးဂုဏ်ကို ထုတ်ဆိုပါမယ် ဟောဒီ မာတိကမာတာ ဒကာမကြီးကို အမှီရလို့ မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေး တန် နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် ဖြစ်ရပါပေသည် တကား။

သာဓု....သာဓု---သာဓု

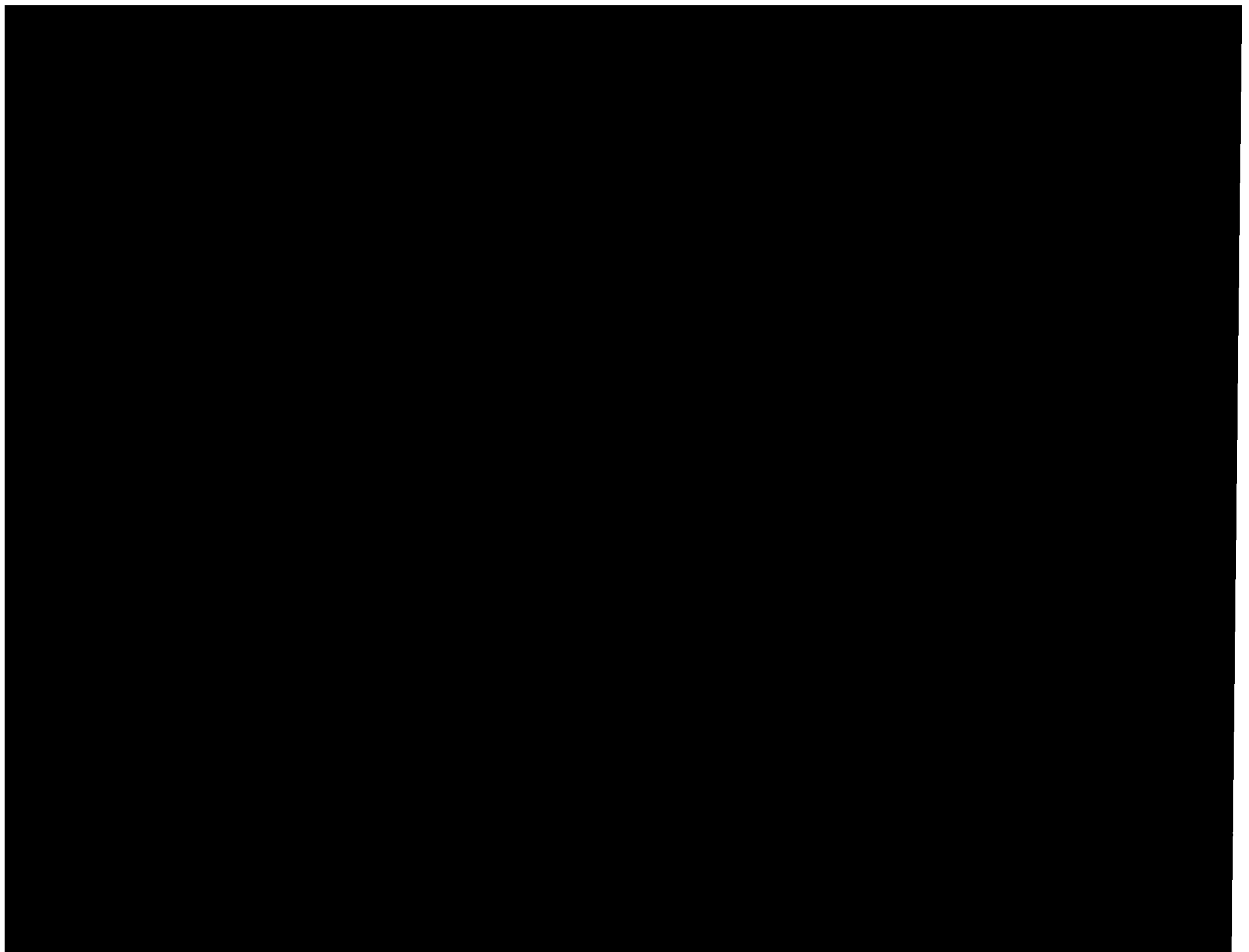
လိုရင်းအဓိပ္ပါယ်ကတော့ “ဪ-ဒီမာတိကမာတာ ဒကာ မကြီးနွယ် အံ့ဩဖွယ် ကောင်းလိုက်လေတက်၊ ဒီဒကာမကြီး သည် ရတနာသုံးပါးကို ဆည်းကပ်စားတဲ့ ဗုဒ္ဓသာဝိကာမ ပီပီ ဥပါသိကာ လူဒါယိကာမများဖက်က ပြည့်စုံရမည့် ဒကာ ကျင့်ဝတ်ငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံပြီး ငါ့ရဲ့မိခိုအားထားရာ ဖြစ်ပါ ပေတယ်၊ ငါဟာ ဒီဒကာမကြီးကို အမှီပြုပြီး ဝဋ်ဆင်းရဲမှ

ထွက်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ အမြင့်ဆုံး အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်ရပါပေတယ်”တဲ့။

ရဟန္တာအရှင်မြတ်ဟာ ဒီလိုဆက်လက်ပြီး အဘိညာဉ်ထူးနဲ့ ဆင်ခြင်တော်မူပြန်ပါတယ်။ “ဒကာမကြီးဟာ ဒီဘဝမှာသာ ငါ့ရဲ့မိခိုရာအဖြစ် ကျေးဇူးများတာလား၊ ကျင်လည်ခဲ့ရာ အစ မထင် သံသရာတစ်ခု ခန္ဓာအစဉ်တုန်းကကော ငါ့အပေါ်မှာ မိခိုရာအဖြစ် ကျေးဇူးများခဲ့ လေသေးသလား၊ မများခဲ့ဘူး လေသလား” လို့ ဆင်ခြင်ပါတယ်။

ဒီလို နောက်ကြောင်း ပြန်လည်ဆင်ခြင်တဲ့ ပုဗ္ဗေနိဝါသာ နုဿတိ အဘိညာဉ်နဲ့ ဆင်ခြင်လိုက်တာ နောက်ပြန် ကိုးဆယ် ကိုးဘဝသို့ပင် ရောက်သွားပါသတဲ့။ ဒီလိုရောက်သွားတော့ “အလို-ဒီဒကာမကြီးသည် ဒီ ယခုဘဝမှ နောက် ၉၉-ဘဝ မြောက်အထိပင် ငါ့ရဲ့ခြေရင်းအလုပ်အကျွေး ကြင်ဖက် ဖြစ်ဘူး ပါကလား၊ အမယ်-ဒီတုန်းကတော့ သူဟာ တော်တော် ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ အိမ်ရှင်မပဲ၊ ဘယ်နှယ် ကြောက်စရာ မကောင်းပဲနေပါ့မလား၊ သူဟာ ငါ့ရဲ့ ကြင်ဖက်ဖြစ်ပေမဲ့ ငါ့မှ တပါး အခြားယောက်ျားအပေါ်မှာ မေတ္တာတိမ်းညွှတ်ပြီး ငါ့ကို ရက်စက်စွာ သတ်ခဲ့ဘူးတာပဲ၊ ဪ-ဒီဒကာမကြီး သည် အဲဒီတုန်းကတော့ ငါ့ကို ရက်ရက်စက်စက် ၉၉-ဘဝ လုံးလုံး အသက်ဆုံးအောင် သတ်ခဲ့ဘူးတာပါကလား၊ ဒီဒကာ မကြီးသည် အံ့ဖွယ်ကောင်းလေစွ၊ ဝန်လေးတဲ့ အမှုမျိုးကို သူပြုမှားခဲ့မိချေပြီတကား” လို့ ကြံစည်အမှတ်ရနေပါတယ်။

ဒကာမကြီးကလဲ အိမ်ကနေလျက်ပင် “ဘယ်လိုလဲ၊ ငါ့ သားတော်အား ရဟန်းကိစ္စ အပြီးအဆုံးသို့များ ရောက်လေ



အဘိညာဉ်ရ ရဟန်းနှင့် အဘိညာဉ်ရ အနာဂါမ် မာတိက မာတာ
ဒကာမကြီးတို့ ကိုယ့်ကျောင်း ကိုယ့်အိမ်တွင် နေကြောင်း အချင်းချင်း
အဘိညာဉ်ဖြင့် စကားပြောကြားနေကြပုံ။

ပလား၊ မရောက်သေးဘူးလား” လို့ အဘိညာဉ်နဲ့ ဆင်ခြင်
ကြည့်ရှု သတိပြုနေတယ်။

ဒီလို ကြည့်ရှုတော့ “ဪ-ဪ.... ငါ့သားတော်ဟာ
လေးမင်္ဂလေးဖိုလ်လုံး အပြီးအဆုံးအထိ ရောက်ရှိသွားပြီပဲ၊
ဝမ်းသာစရာပါတကား၊ သာဓု... သာဓု.... သာဓု” လို့ အမှန်
သိမြင်ပြီး ဝမ်းသာကြည်နူးနေတယ်။

ပြီးတော့ ဒီကရှေ့ဆက် ဆင်ခြင်ပြန်ရာ “ဪ.... ငါ့သား
တော်ဟာ ငါ့ကို အမှီပြုပြီးတော့ သူတရားထူး ရပေတယ်လို့

ငါ့ကို အံ့သြဝမ်းသာနေပါကလား၊ အလို-ဒါမျှမကပဲ ယခု ဘဝမှာသာ ကျေးဇူးများသလား၊ နောက်ဘဝတွေတုန်းက ကော ကျေးဇူးများခဲ့သေးသလားလို့ ဆင်ခြင်ယင်း ၉၉-ဘဝ လုံး သူ့ကို ငါက သတ်ခဲ့တာကို အကြောင်းပြုပြီး ဒီဒကာမ ကြီးဟာ ဒီလို ဝန်လေးတဲ့အမှုကိုလဲ ပြုခဲ့သေးသကိန်းလို့ ငါ့ရဲ့ ကျေးဇူးမဲ့ကိုလဲ သူ့ကြံစည် အံ့သြနေပါကလား”လို့လဲ သိမြင် ရတယ်။

ပြီးတော့ ဆက်လက်ပြီး “ဒါထက် ငါက ငါ့သားတော် ရဟန်းအပေါ်မှာ ကျေးဇူးပြုခဲ့ဘူးတာများ ရှိသေးလေသလား လို့ဆင်ခြင်တော့ ၉၉-ဘဝရဲ့ဟိုဖက်တရာမြောက် ဘဝတုန်းကလဲ ငါက ငါ့သားတော်လေးရဲ့ ခြေရင်း အလုပ်အကျွေး ခင်ပွန်းမပင် ဖြစ်ခဲ့ဘူးပြီး သူရဲသေဘေးမှ ငါက အသက်ပေးပြီး ကယ်တင်ခဲ့ ဘူးတာ ရှိနေတာပါကလား၊ ဒီအကြောင်းကို ငါ့သားတော်ထံ သတင်းပို့လိုက်ဦးမှပဲ-လို့ ကြံစည်ပြီး ‘သားတော်မောင်ပဉ္စင်း၊ ၉၉-ဘဝမှာသာ ဝန်လေးတာကို ပြုခဲ့တာလေးတောင် ရပ်တံ့မနေ လင့်၊ ဟိုဖက်တရာမြောက်ဘဝကို ဆက်ပြီး ဆင်ခြင်ကြည့်ရ ပါဦး’”လို့ အိမ်ကနေ ဒကာမကြီးက ပြောလိုက်တယ်။

ဒါကို ရဟန္တာမြတ်က ဒိဗ္ဗသောတနဲ့ ကြားရတယ်၊ ကြားရ လို့ ဆင်ခြင်ကြည့်တော့လဲ ဒကာမကြီး လျှောက်ထားတဲ့အတိုင်း သိရတယ်၊ ဒါကြောင့် “ဪ...လွန်လေသော ဘဝမှာလဲ ဒီဒကာမကြီးဟာ ငါ့အား ကျေးဇူးပြုဘူးခြင်း ရှိပေသားပဲ၊ လက်ဖျစ် တီး၍ အံ့သြချီးကျူးဖွယ် ကောင်းပေစွ တကား”လို့ တဖန် ဝမ်းမြောက်တော်မူရပါတယ် တဲ့။

ဪ အဘိညာဉ်ပိုင်ရှင်တွေများ တယ်ပြီး အဆင်ပြေလှပေ
 တယ်။ သိပ္ပံပညာအကူအညီ မပါပဲနဲ့ ကြိုးမဲ့ကြေးနန်းပမာ
 ဘာတန်ဆာပလာမျှ မတပ်ဆင်ရဲပဲနဲ့ ဝေးကွာတဲ့ နေရာက
 အချင်းချင်း ပြောဆိုတာကိုလဲ ကြားသိကြရတယ်။ တယ်လီဖုန်း
 ကြိုးပြတ်နေမှာကိုလဲ မစိုးရိမ်ရဘူး။ နေရာမကျဘူးလား ပရိသတ်
 များ၊ (နေရာကျလှပါတယ်ဘုရား)။ ဒါဟာ ကိလေသာကုန်ခန်း
 ရဟန္တာဖြစ်တဲ့အခါ ဘဝရာဂ သံယောဇဉ်၊ မာန သံယောဇဉ်၊
 အဝိဇ္ဇာ သံယောဇဉ် တချို့မှတစ်ပါး သံယောဇဉ်အားလုံး
 ကုန်ဆုံး ပြတ်တောက်တဲ့ အခါမှာ အဘိညာဉ် ဂုဏ်ထူးပါ
 ရရှိတော်မူကြတဲ့ အရိယာ သူတော်ကောင်းတွေရဲ့ တန်ခိုးပဲ။
 တန်ဖိုးကြီးမားလှပါပေတယ်။

အညတရ ရဟန္တာအရှင်မြတ်လဲ အဲဒီ မာတိကရွာကျောင်း
 မှာပင် မင်္ဂလေးပါး ဖိုလ်လေးပါး ပြဿနာများကို ဟောကြား
 တော်မူပြီး သီတင်းသုံးနေတော်မူယင်း အသက်အတိုင်းနေပြီး
 ဝိပင်္ဂါနကမ္မဇရုပ် အကြွင်းအကျန်မရှိတဲ့ အနုပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန
 ဓာတ်သို့ ဆိုက်ကပ်တော်မူပါတယ်။

ဆရာဒကာလက်တွဲလျက် သာသနာပြုယင်းနိဗ္ဗာန်ဆီချီတက်

ကဲ-၂ နာရီခန့်လဲ ရှိလှပါပြီ။ ဇာတ်လမ်းလဲ ဆုံးသွားပြီ။
 ဒါကြောင့် တရားနိဂုံးချုပ်ရအောင် ဒီဇာတ်လမ်းတွင် မြတ်စွာ
 ဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူတဲ့ စိတ်ညစ်ကင်းရန် မဟာသတိ
 ပဋ္ဌာန် အလုပ်တရားတို့ကို ကြိုးစား အားထုတ်တော်မူကြတဲ့
 ဘုရားသားတော် ရဟန်းတော်များနှင့် မာတိကရွာက မာတိက

မာတာ ဒကာမကြီးတို့သည် စိတ်ညစ်ကင်းစင်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကို ဝင်စံကြရတယ်။

နိဗ္ဗာန်ဝင်စံကြပုံမှာ နမူနာ ယူစရာကတော့ ဆရာဒကာ လက်တွဲပြီး သာသနာတော်မှာ ကျန်းကိုကိုင်မီ ကိုင်းကို ကျန်း မှီသို့ ရဟန်းတော်များဖက်က တရားကို ကိုယ်တိုင်လဲ အားထုတ် မှီကြပြီး ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် ထောက်ပံ့လှူဒါန်းကြတဲ့ ဒကာ ဒကာမများအား တရားဖြင့် ပြန်လည်ကျေးဇူးဆပ် ဟောကြား တော်မူကြသလို လူဥပါသကာ ဥပါသိကာများ ဖက်ကလဲ သာသနာ့ဝန်ထမ်း ရှင်ရဟန်းများကို မိမိတို့ ချွေးနဲ့စာထဲက ပစ္စည်းလေးပါးများဖြင့် ထောက်ပံ့ လှူဒါန်းလို့ ရဟန်းတော် သံဃာတော်တို့ ဟောကြားတော်မူကြတဲ့ တရားတော်များကို လဲ နာကြား ရှုပ္ပါးကြကာ ဆရာရော ဒကာပါ နန်းအမတာ နိဗ္ဗာန်နန်းကို စံမြန်းတော်မူကြရတယ်။

စိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်ပွား

ဒါကို နမူနာထားပြီး တို့ပြည်ထောင်စု မြန်မာနိုင်ငံတော်သူ နိုင်ငံတော်သားများလဲ ဆရာဒကာ လက်တွဲပြီး မြတ်ဘုရား သာသနာတော်ကို ပြုစု ပျိုးထောင်ကြရမယ်၊ ပြုစုပျိုးထောင် ယင်း အမြှိုက်နိဗ္ဗာန်ဆီသို့လဲ ချီတက်ကြရမယ်။ အမြှိုက်နိဗ္ဗာန်ဆီ သို့ ချီတက်ကြတဲ့အခါမှာ တထောင့်ငါးရာ ကိလေသာ အညစ် အကြေး ရန်တဝှေးကိုလဲ ခုခံတော်လှန်ဖို့ရာ မဟာသတိပဋ္ဌာန် 'ဝိပဿနာ တရားများဆိုတဲ့ လက်နက်ကောင်းတွေကိုလဲ ကိုင် ဆောင်ကြရမယ်။

အဲဒီ လက်နက်ကောင်းတွေနဲ့ ကိလေသာ ရန်သူတွေကို တော်လှန်ပြီးတော့ ကိလေသာယုတ် အလောင်းကောင်ပုပ် အညစ်အကြေးတွေကိုလဲ ဒီသတိပဋ္ဌာန် တည်းဟူသော ရေစင် ရေကောင်း နို့သပြောင်းတွေနဲ့ ဆေးကြော သုတ်သင်ကြ ရမယ်။

ဆေးကြောယင် မစင်ကြယ်နိုင်ပေဘူးလား၊ (စင်ကြယ်နိုင် ပါတယ်ဘုရား)။ စင်ကြယ်ယင် အဖြူနယ်နိဗ္ဗာန်ကိုကော်မရောက် နိုင်ဘူးလား၊ (ရောက်နိုင်ပါတယ်ဘုရား)။

ဟုတ်တယ် ကော် ရောက်နိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာ ဘုရားရှင်က- “အယံမဂ္ဂေါ၊ ဤ သတိပဋ္ဌာန် အကျင့်လမ်းသည်။ သတ္တာနံ၊ ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အရိယာသာဝက အပေါင်း သူတော်ကောင်း အားလုံးသော သတ္တဝါ အပေါင်းတို့၏။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ တထောင့်ငါးရာ ကိလေသာ စိတ်အညစ်အကြေး တို့ ကင်းဝေး စင်ကြယ် အဖြူနယ် နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် အလို့ငှါ။ ကောယနော၊ နှစ်ကြောင်းမကွဲ ဘကြောင်းတည်းသော လမ်းမှန်အစစ် ဖြစ်ပါပေသတည်း။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

ကဲ ဒါလေးကို ဆိုကြပါဦး

- ၁။ စိတ်ညစ်ကြေးကို၊ ကင်းစေလို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။
- ၂။ စိတ်ညစ်ကြေးကို၊ ကင်းစေလို၊ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

ကဲ....စောစောက လက်တွေ့ အားထုတ်ထားတဲ့ ဓမ္မာနု
ဓမ္မပဋိပတ် အကျင့်မြတ်ဖြင့် ရတနာသုံးပါးအား အမြတ်ဆုံး
ပူဇော်ပြီး ဆုတောင်းအမျှဝေ မေတ္တာပို့ကာ တရားပဲ့ သိမ်းကြ
ပါစို့။

ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ် ဘုရားရှိခိုး ပါဠိ

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ၊
ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ၊
ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်သည် လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော
ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့် မြတ်စွာ
ဘုရားကို ပူဇော်ပါ၏။

အဓိဋ္ဌာန်ပါဠိ

အဒ္ဓါ ဣမာယ ပဋိပဒါယ ဇရာမရဏမှာ ပရိမုဉ္ဇိဿာမိ။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်သည် ဤ (သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ) အကျင့်မြတ်
ပဋိပတ်ဖြင့် အိုဘေးဆိုးကြီး သေဘေးဆိုးကြီးမှ မလွဲကေန်
လွတ်မြောက်ရတော့မှာပါတကား....။

ဆုတောင်း

ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

မြန်မာပြန်

အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှုသည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း
အထောက်အပံ့ကောင်း ဖြစ်ပါစေသတည်း။

အမျှဝေ

ဣမံ မေ ပုညဘာဂံ သဗ္ဗသတ္တာနံ ဒေမိ။

အကျွန်ုပ်၏ ဤကောင်းမှု ကုသိုလ်အဖို့ကို အားလုံးသော
သတ္တဝါတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှ
ပေးဝေပါ၏။ (အားလုံးသော သတ္တဝါတို့သည် အမျှရကြ၍
ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်
ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကျန်းမာ၊ ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ
ကောင်းစွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေ။)

သာဓု....သာဓု....သာဓု

တတိယပိုင်း ပြီး၏။

ဤစာအုပ်တွင် ပြင်ဖတ်ရန်

စာမျက်နှာ။	ကြောင်းရေ။	ရှိသင်း	ပြင်ဖတ်ရန်
၁၁	၂၁	ကိုယ်နှစ်သာယာတဲ	ကိုယ်နှစ်သက် သာယာတဲ
၁၂	၃	နားကြားခြင်း	နာကြားခြင်း
၁၂	၁၀	ဝီရိယရတနာ	ဝီရိယရတနာကို
၂၀	၂၁	ဂုဏ်ထူးနှင့်	ဂုဏ်ထူးကိုဆည်းပူး ရှာမှီး
၂၉	၂၀	ရုပ်ကိုသာမြင်၊ နာမ်မမြင် နာမ်တွင်မလှ	ရုပ်ကိုသာပြင်၊ နာမ်မပြင်၊ နာမ် သွင်မလှ-
၃၀	၇	မတော်ဘူး	မတော်ဘူး
၃၉	၁၁	ဂတ်တဲ	ဂတ်တဲ
၈၀	၁၉	ဒီဆောင်ပုဒ်	ဒီဆောင်ပုဒ်က
၁၁၂	၂	ငရဲကြီး	ငရဲကြီး
၁၄၁	၁၇	အစဉ်အားဖြင့်	အစဉ်အားဖြင့်
၁၅၅	၉	ဆံ င်ဆိတာ	ဆံပင်ဆိတာ
၁၆၀	၂	နီလကသိုဏ်းမှ	နီလကသိုဏ်းမှ
၁၆၁	၁၉	ခြောက်ကျိပ်တို့ကို	ခြောက်ကျိပ်တို့လို
၁၇၄	၁၈	လာလူယင်တဲ	လာလူယင်လဲ
၁၇၈	၁၇	ကစို့	ကစို့
၁၈၆	၂၅	ရဟန်	ရဟန်း
၂၀၂	၂၂	သီလ, သမာ,	သီလ, သမာ၊
၂၂၄	၂၀	သာလို့စွန့်ပစ်ရမှာ	ဘာလို့စွန့်ပစ်ရမှာ

ဝိတ်ညစ်ကင်းရန် သတိပဋ္ဌာန်
ဝိမသနာ ဂူနည်း ဆောင်ပုဒ်

- ၁။ ရတနာသုံးပါး၊ ဦးထိပ်ထား၊ ဝပ်တွားပြီးပါယ်။
- ၂။ လူရှင်သီလ၊ ကိုယ်စီငှ၊ တည်ကြပြီးပါယ်။
- ၃။ သစ်ပင်တောရပ်၊ ဆိတ်ငြိမ်ကပ်၊ သူမြတ်ယောဂီရှင်။
- ၄။ ဘယ်ခြေတွင်းထား၊ ညာခြေအား၊ ပြင်ကားခွေလျက်
တင်ပလ္လင်။
- ၅။ မညှပ်မဖိ၊ ချောင်ချောင်ချ၊ ထိုင်ဘိယောဂီရှင်။
- ၆။ မျက်စိမှိတ်လေ၊ ခေါင်းတည့်နေ၊ ငြိမ်စေ ကိုယ်စိတ်ပင်။
- ၇။ ဖောင်းတာ ပိန်တာ၊ ဝမ်းဗိုက်မှာ၊ မှတ်ပါသတိယှဉ်။
- ၈။ မြင်သင် မြင်တယ်၊ မှတ်ရမယ်၊ ပျောက်ကွယ် ဖေါင်း
ပိန်ဝင်။
- ၉။ ကြားနံ့စားထိ၊ စိတ်ကူးရှိ၊ မှတ်သိရှေးနည်းပင်။
- ၁၀။ ဖြစ်စဉ်ပေ၍၌၊ ကျင့်စဉ်လိုက်၊ ဆိုင်တိုက် မြတ်
ဟောစဉ်။
- ၁၁။ ရုပ် နာမ် ကြောင်းကျိုး၊ ဉာဏ်မြင်တိုး၊ ရောက်ရိုး
နိဗ္ဗာန်ပင်။