

# အနတ္တလက္ခဏသုတ်

(ဝိနည်း မဟာဝါ ၁၈-၂၀။ ခန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ် ၅၅-၅၆။)

ဟောပြောသူ = ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ

နာယူသူ = ပဉ္စဝဂ္ဂီရဟန်းငါးပါး

နေရာ = ဗာရာဏသီမြို့အနီး၊ မိဂဒါဝုန်တော

အချိန် = မဟာသက္ကရာဇ် ၁၀၃-ခု၊ ဝါဆိုလပြည့်ကျော် ၅-ရက်၊ ကြာသပတေးနေ့။

အကြောင်းအရာ = ခန္ဓာငါးပါးသည် အတ္တမဟုတ်၊ အနတ္တသာဖြစ်၏။

## အတ္တဝါဒ စတင်ဖြစ်ပေါ်လာပုံအကျဉ်း

### ကမ္မာသစ်ပေါ်

ကမ္မာကြီးပျက်စီးသွားသောအခါ အောက်ဗြဟ္မာ့ဘုံများ ပျက်စီးသွား၏။ ထိုအခါ အထက် အာဘဿရာ ဗြဟ္မာ့ဘုံသို့တက်၍ သတ္တဝါတို့ ဖြစ်ကုန်၏။ အချိန်များစွာ ကြာပြီးနောက် ကမ္မာသစ်ကြီး ပြန်ဖြစ်သောအခါ အောက်ဗြဟ္မာ့ဘုံများ တဖန် ပြန်ပေါ်လာ၏။ ထိုအခါ၌ အထက်ဘုံမှ ဗြဟ္မာကြီး တစ်ယောက် သက်တမ်းကုန်၍ စုတေပြီး ထိုအောက်ဘုံသို့ ရောက်လာ၏။

### ဖန်ဆင်းရှင်ဝါဒ အစ ဗြဟ္မာ့ပြည်က

ထိုဗြဟ္မာကြီးက တစ်ယောက်တည်းနေရသည်မှာ ကြာလာ၍ ငြီးငွေ့သဖြင့် အခြားသတ္တဝါများ ရောက် လာစေရန် တောင့်တ၏။ ထိုအချိန်တွင် တိုက်ဆိုင်စွာ အထက်ဗြဟ္မာ့ဘုံမှ သက်တမ်းစေ့၍ စုတေပြီး ဤအောက် ဗြဟ္မာ့ဘုံသို့ ရောက်လာကြ၏။ အရင်ဗြဟ္မာကြီးသည် နောက်ရောက်လာသော ဗြဟ္မာများထက် အဆင့်အတန်း တန်ခိုးအာဏာ အရောင်အဝါ ပုံပန်းသဏ္ဍာန် အစစအရာရာ သာလွန်၏။ ထိုအခါ ပထမဗြဟ္မာကြီးက ထိုနောက် ရောက်လာသော ဗြဟ္မာများသည် ကိုယ့်ဆန္ဒကြောင့် ရောက်လာ ကြ၍ မိမိက ဖန်ဆင်းသည်၊ လွှမ်းမိုးနိုင်သည်၊ အစိုးရသည်၊ မိမိက ထိုသတ္တဝါတို့၏ ဖခင်ကြီးဖြစ်၏ ဟု ထင်မှတ်သွား၏။ နောက်ရောက်လာသော ဗြဟ္မာများကလည်း မိမိတို့ကို ထိုပထမဗြဟ္မာကြီးက ဖန်ဆင်း ထား၏။ ထို့ကြောင့် သတ္တဝါအားလုံးတို့၏ ဖခင်ကြီးဖြစ်၏ဟု ယူဆသွားကြ၏။ ဤတွင် ဖန်ဆင်းရှင်ဝါဒ စတင်ဖြစ်ပေါ်လာတော့၏။

### အတ္တဝါဒ လူ့ပြည်သို့ရောက်လာပုံ

ထိုနောက်မှဖြစ်သော ဗြဟ္မာတို့သည် သက်တမ်းတိုသဖြင့် ပထမဗြဟ္မာကြီးထက် ရှေးဦးစွာ စုတေကုန်၏။ ထို့နောက် လူ့ပြည်သို့ ရောက်လာပြီး တောထွက်ကာ ရသေ့ဝတ်၏။ သမထတရားများ ပြင်းစွာအားထုတ်သဖြင့် ဈာန်အဘိညာဉ်များကို ရ၏။ ထိုဈာန်ဖြင့် မိမိလာခဲ့သည့် ရှေးဗြဟ္မာဘဝကို ပြန်သိနိုင်၏။ မိမိလာရာ ဗြဟ္မာဘုံသို့ ကြည့်လိုက်သောအခါ မိမိတို့ထက် အရင်ရောက်နေသော ဗြဟ္မာကြီးမှာ အခုထိ မသေသေးသည်ကို တွေ့ရ၏။ ထိုအခါ မိမိတို့ကို ဖန်ဆင်းပေးလိုက်သော ဗြဟ္မာကြီးကား မအို၊မသေ ထာဝရ တည်နေ၏။ မြ၏။ ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲခြင်း မရှိ။ ထို့ကြောင့် သတ္တဝါအားလုံးတို့၏ ဖခင်ကြီးဖြစ်၏။ မိမိတို့မှာကား အဖန်ဆင်းခံ ထားရ၍ မမြဲ။ အသက်တို၏။ သေခြင်းသဘောရှိ၏။ ထို့ကြောင့် လူ့ဘုံသို့ ရောက်လာကြကုန်၏ဟု ယူဆ ကုန်၏။

ယူဆသည့် အတိုင်းလည်း ထိုဈာန်ရ ရသေ့ကြီးများလည်း ကမ္ဘာကြီးကို ဖန်ဆင်းနိုင်သော ဗြဟ္မာကြီးရှိကြောင်း အခြားသူများကို ဟောပြောကုန်၏။ ထိုအယူဝါဒကို အချို့မြဲပြီး အချို့မမြဲဘူး ဟူသော “**ဧကစ္စ-သဿတ ဝါဒ**”ဟု ခေါ်၏။ ထိုအခါမှ စ၍ လူ့ပြည်၌ အတ္တဝါဒ၊ ဖန်ဆင်းရှင်ဝါဒ စတင်၍ ထွန်းကားလာတော့၏။

**ထာဝရ ဖန်ဆင်းရှင်ဟူသော အမည်များရပုံ**

ကမ္ဘာကြီး အစတုန်းက ဖန်ဆင်းထားသော မဟာဗြဟ္မာကြီးသည် ဘယ်တော့မှ မသေ၊ မြ၏။ “မြသည်” ဟူသော စကားကို ပါဠိလို “**ထာဝရ**”ဟု ခေါ်၏။ ကမ္ဘာနှင့် သတ္တဝါတွေကို ဖန်ဆင်းသည်ဟု ယူဆ၏။ “ဖန်ဆင်းသည်”ဟူသော စကားကို ပါဠိလို “**နိမ္မိတ**” ဟု ခေါ်၏။ သတ္တဝါအားလုံးအပေါ် အစိုးရ၏ဟု ယူဆ၏။ “အစိုးရ၏”ဟူသော စကားကို ပါဠိလို “**ဣဿရ**”ဟု ခေါ်၏။

**ပရမအတ္တ, ဇီဝအတ္တ အစွဲပေါ်လာပုံ**

မဟာဗြဟ္မာကြီးကိုတော့ သတ္တဝါအားလုံးနှင့် ကမ္ဘာလောကကြီးကို ဖန်ဆင်းပြီး ဘယ်တော့မှ မသေကျေ မပျက်စီးနိုင်၍ “**ပရမအတ္တ**”ဟု ယူဆကြ၏။ ထိုပရမအတ္တကြီးသည် ကမ္ဘာလောကကြီး တစ်ခုလုံး ပျံ့နှံ့တည်နေ၏ဟု ယူကြ၏။ သူ့ဖန်ဆင်းလိုက်၍ ဖြစ်လာသော သတ္တဝါတစ်ယောက်စီ တစ်ယောက်စီ၌ အသက်ရှင်သည့် အတ္တတစ်မျိုးကို “**ဇီဝအတ္တ**”ဟု ခေါ်၏။ တချို့ကလည်း ဘုရားသခင်ရဲ့ အတ္တကြီးထဲမှ ကွဲထွက်လာသော အတ္တအသေးလေးများ ဖြစ်သည်ဟု ယူဆကြ၏။

**အတ္တစွဲရာက တဏှာပိုလာ**

အသက်ရှင်သော အတ္တလေးသည် “ငါ”ဟု ဒိဋ္ဌိစွဲ ပထမဖြစ်၏။ ထိုအတ္တကောင်, ဝိညာဉ်ကောင် လေးသည် နှလုံး ဟဒယဝတ္ထုရုပ်၌ တည်၏ဟု ကြံဆလာကြ၏။ ထို့နောက် ထိုအတ္တဟူသော ငါကောင် လေး မသေရေး၊ ကောင်းစားရေးအတွက် ပြုစုကြရတော့၏။ ယုယလာကြ၏။ အတ္တလေးကို ပိုချစ်လာ ကြ၏။ ထိုအခါ အတ္တဒိဋ္ဌိမှ တဏှာကို ပေါက်ဖွားလာတော့၏။

### တဏှာပိုရာမှ မာနဝင်လာ

ကိုယ့်အတ္တကို သူများထက် သာချင်၏။ ထို့ကြောင့် အတ္တကောင်းစားရေး၊ ချမ်းသာရေး၊ အသာ၊ ရရေး၊ အနိုင်ရရေး၊ အသိဉာဏ်ပညာ တိုးတက်ရေးများ ပြုလုပ်လာကြ၏။ တတ်သိ နားလည် ချမ်းသာ ကြွယ်ဝလာကြသောအခါ ထိုရလာသော အဆင့်အတန်းအလိုက် မာနများက ဝင်လာလေတော့၏။

### နယ်ချဲ့သမားဘဝရောက်လာ

အတ္တကို ဝိညာဉ်ဟု ယူဆသူများက အတ္တသည် နှလုံး၌တည်၏။ ပရမာဏုမြူပမာ သေးငယ်၏။ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီးဟု ယူဆ၏။ ကျိတ်ချေပြီး မှုန်မှုန်ညက်ညက် ပြုလုပ်သော်မှလည်း မသေနိုင်ဟု ဆို၏။ အချို့က အတ္တသည် ရုပ်ဖြစ်ပြီး တစ်ကိုယ်လုံး၌ ပြန့်နှံ့၍တည်နေ၏ဟု ယူဆ၏။ ဤတွင် တကယ့် အရှိ ရုပ်နာမ်ကို အတ္တဒိဋ္ဌိက စတင်၍ နယ်ချဲ့သိမ်းပိုက်သွားတော့၏။

ထိုမိမိအတ္တကလေးကို တဏှာက ချစ်၏။ ထိုအတ္တလေးကို ကျေးဇူးပြုပေးမည့် သား၊ သမီး၊ ဇနီး၊ လင်၊ ဆွေမျိုး၊ မိတ်ဆွေ၊ ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ တွေ့မြင်ရာရာ အာရုံများကို နှစ်သက်သည့် တဏှာများလည်း တိုးပွားလာကာ သံသရာချဲ့လာတော့၏။ ရရှိလာသမျှကိုလည်း မာနက ထောင်လွှားလာ၏။ တဏှာ အရင်းခံသဖြင့် နောက်ဘဝကောင်းစားရေး ကုသိုလ်များပြုကာ သုဂတိဘုံများသို့ နယ်ချဲ့လာ၏။ မှားယွင်းသော နည်းလမ်းများဖြင့် စီးပွားရှာကြံမိ၍ နောက်ဘဝ အပါယ်ဘုံသို့လည်း လားရောက်ကြရ ပြန်၏။

ဤကဲ့သို့ ထို ဒိဋ္ဌိ၊တဏှာ၊မာန သုံးပါးကို သံသရာကြော ရှည်အောင် ချဲ့ထွင်တတ်သောကြောင့် “ပပဉ္စတရား ၃-ပါး”ဟု ခေါ်၏။

### ငါပါလို့ ရှုပ်တာ

အရာရာ ငါပါလို့ ရှုပ်ထွေး၊  
ငါကိုသာ နိုင်အောင်ဖြုတ်ပ၊  
အားလုံးကုန်...အေး။ ။ (အမည်မသိ)

### အတ္တမျိုးစုံ

- ၁။ ကာရက အတ္တ = ပြုရေးပြုရာ ပေါ်ပေါက်လာလျှင် လျော်စွာတစ်ခုခုဖြင့် ပြုလုပ်ပေးတတ်သော အတ္တ။
- ၂။ ဝေဒက အတ္တ = ပေါ်လာသောကောင်း+ဆိုး နှစ်ဖြာသောအကျိုးကို ခံစားတတ်သော အတ္တ။
- ၃။ သာမိ အတ္တ = ခန္ဓာအိမ်ကို ပိုင်သအုပ်စီးသည့် ပိုင်ရှင်အတ္တ။
- ၄။ နိဝါသီ အတ္တ = အဟောင်း+အသစ်ပြောင်းကာ ခန္ဓာအိမ်အတွင်းမှာ အမြဲနေသော အတ္တ။
- ၅။ သယံဝသီ အတ္တ = ခန္ဓာအိမ်၌ မိမိအကြိုက်နှင့်ကိုက်အောင် စီမံပြုလုပ်ပေးတတ်သော အတ္တ။
- ၆။ အဓိဋ္ဌာယကအတ္တ = စီမံခန့်ခွဲတတ်သော အတ္တ။  
(ဆောင်) သယံဝသီ၊ နိဝါသီ၊ သာမိ- အဓိဋ္ဌာယက။

ကာရကနှင့်၊ ဝေဒဆင့်၊ စွဲလင့် ခြောက်အတ္တ။ (ချမ်းမြေ့ဆရာတော်)

**အတ္တကို နာမည်တပ်လာပုံ**

ရုပ်နာမ်မျှသာရှိသည့် ဤခန္ဓာကိုယ်၌ ပုံသဏ္ဍာန်လည်းမရှိ၊ အရောင်အဆင်းလည်း မရှိသော၊ စိတ်ကူးထဲမှာသာ ကြံဆ၍ရှိနေသော အတ္တကို လူများ(သတ္တဝါ)များက နာမည်တပ်လာကြ၏။ အချို့က “အသက်ကောင်”ဟု ခေါ်လာကြ၏။ အချို့က “ဝိညာဉ်ကောင်”ဟု ခေါ်ကြ၏။ အချို့က “လိပ်ပြာကောင်” ဟု ဆိုကြပြန်၏။

ထို့ကြောင့် လူသေလျှင် မွေးတုန်းက ဝင်လာခဲ့သော အသက်ကောင်သည် ထွက်သွားပြီဟု ယူဆ လျှက် “အသက်ထွက်သည်”ဟု ပြောကြ၏။ တချို့က ဝိညာဉ်ကလေး ရပ်သွားသည်ဟုထင်ကာ “ဝိညာဉ် ချုပ်သည်”ဟု ပြောကြ၏။ တချို့က “လိပ်ပြာထွက်သည်”ဟု ပြောကြ၏။ ထို့ကြောင့် အချို့လူများက လူသေလျှင် သူသွားလိုရာ သွားနိုင်အောင် ကျန်ရစ်ခဲ့သော ဆွေမျိုးများနှင့် လိပ်ပြာခွဲရသည်ဟု ပြောတတ် ကြ၏။ အချုပ်အားဖြင့် အားလုံးသည် အတ္တကောင်ရှိသည်အမှတ်ဖြင့် အယူမှားမှု အတ္တဒိဋ္ဌိသာ ဖြစ်၏။

**တရားလဲပြောင်း နေရာလဲပြောင်း**

ဝါဆိုလပြည့်၊ စနေနေ့ ညနေမှ ဝါဆိုလဆုတ် ၄-ရက်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့အထိ မြတ်စွာဘုရားသည် ပဉ္စဝဂ္ဂီ ငါးဦးတို့အား ဓမ္မစကြာတရားကို အကျယ်အားဖြင့် ရှင်းလင်းပြသရင်း အနီးကပ်တရားပြပေး၏။ ဝါဆို လဆုတ် ၅-ရက်နေ့သို့ ရောက်သောအခါ မိမိတို့ ယခုတရားနာနေသော(လက်ရှိ ဓမ္မရာဇိက စေတီတော်) နေရာမှ အရှေ့ဘက်(ကိုက် ၃-ခန့်အကွာ လက်ရှိ ဓမ္မစေတီတော်)နေရာသို့ ပြောင်းရွှေ့ပြီး အနတ္တ- လက္ခဏသုတ်တရားကို ပြောင်းကာ ဟောပြုပြန်၏။

**ဤ၌ ဘာကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဟောသနည်း?**

ဤအနတ္တလက္ခဏသုတ္တန်၌ မြတ်စွာဘုရားသည် ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးတို့အား ခန္ဓာငါးပါးတည်းဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဟောတော်မူပါသည်။

**ဒေသနာ သုံးမျိုး**

ဉာဏ်ထက်သူတို့ကား အကျဉ်းကြိုက်သဖြင့် ခန္ဓာငါးပါးကိုသာ ဟောတော်မူ၏။ (တနည်း) နာမ် တရား၌ တွေဝေသော နာမသမ္မုဋ္ဌ ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ခန္ဓာငါးပါးကို ဟောတော်မူ၏။

ဉာဏ်အလတ်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကား မကျဉ်းမကျယ် ကြိုက်သဖြင့် အာယတန ၁၂-ပါးကို ဟောတော်မူ၏။ (တနည်း) ရုပ်၌တွေဝေကုန်သော ရူပသမ္မုဋ္ဌ ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ရုပ်တို့ကို ချဲ့ထွင်ပြသော အာယတန ၁၂-ပါး ကို ဟောတော်မူ၏။

ဉာဏ်နဲ့သူတို့ကား အကျယ်ထွင်ကာ ဟောမှသာ နားလည်နိုင်သဖြင့် ဓာတ် ၁၈-ပါးကို ဟောတော်မူ၏။ (တနည်း) ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးလုံးတို့၌ တွေဝေသော နာမရူပသမ္မုဋ္ဌ ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ရုပ်နာမ် ၂-ပါးလုံး အကျယ်ချဲ့ပြသော ဓာတ် ၁၈-ပါးကို ဟောတော်မူ၏။

နာမ-ရူပ-တဒုဘယသမ္မုဋ္ဌဝေသန ဟိ တိက္ခနာဘိတိက္ခမုဒိန္ဒြိယဝေသန, သင်္ခိတ္တ-မဇ္ဈိမ-ဝိတ္တာရ-ရုစိဝေသန စ တိဝိဓာ သတ္တာ။ တေသု နာမသမ္မုဋ္ဌာနံ ခန္ဓဂ္ဂဟဏံ နာမဿ တတ္ထ စတုဓာ ဝိဘတ္တတ္တာ, ရူပသမ္မုဋ္ဌာနံ အာယတနဂ္ဂဟဏံ ရူပဿ တတ္ထ အဗျောကာဒသဓာ ဝိဘတ္တတ္တာ, ဥဘယမုဋ္ဌာနံ ဓာတု-ဂ္ဂဟဏံ ဥဘယေသမ္ပိ တတ္ထ ဝိတ္တာရတော ဝိဘတ္တတ္တာ, တထာ တိက္ခိန္ဒြိယာနံ, သင်္ခိတ္တရုစိကာနဉ္စ ခန္ဓဂ္ဂဟဏန္နာဒိ ယောဇေတဗ္ဗံ။ (အဘိဓမ္မတ္ထဝိဘာဝိနိဋီကာ၊ ၂၃၃။)

**ဒေသနာဆင်နည်း အနုသန္ဓိ သုံးမျိုး**

အနတ္တသဘောတရားသည် နားလည်ရန် အလွန်ခက်ခဲ၏။ ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ပထမ အနုသန္ဓေ စကားရပ်၌ ခန္ဓာငါးပါးတို့ အနတ္တဖြစ်ပုံကို မြင်သာအောင် “ရူပံ ဘိက္ခဝေ အနတ္တာ”စသည် မိန့်မြွက်ကာ ဒုက္ခလက္ခဏာဖြင့် ရှေးဦးစွာ ပြတော်မူ၏။

၎င်းနောက်မှ ဒုတိယ အနုသန္ဓေစကားရပ်၌ “တေပရိဝဋ္ဋ - သုံးကျော့ သုံးပြန်နည်းဖြင့်” အနတ္တ မြင်အောင် ပြပြီးလျှင်၊ တတိယ အနုသန္ဓေစကားရပ်၌ အပေါင်းလိုက် အုပ်စုလိုက် သုံးသပ်ဆင်ခြင်သော “ကလာပ သမ္မသန ဝိပဿနာရူနည်း”ဖြင့် ပဉ္စဝဂ္ဂိ မထေရ်မြတ်တို့အား အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် ရဟန္တာ ဖြစ်သည့်တိုင်အောင် အကွက်ချ၍ ဟောတော်မူ၏။

+++++

**ပထမ အနုသန္ဓိ**

**ရုပ်သည် အတ္တမဟုတ်**

ရူပံ ဘိက္ခဝေ အနတ္တာ၊ ရဟန်းတို့... ရုပ်သည် (အတွင်းသား အထည်ကိုယ်) အတ္တကောင် မဟုတ်။

လူများသည် မိမိကိုယ်ကိုယ်လည်း အသက်ရှင်နေသော အတ္တကောင်ဟု ထင်မှတ်ကြ၏။ အခြား သူကိုလည်း အသက်ရှင်နေသော အတ္တကောင်ဟုပင် ထင်မှတ်ကြ၏။ အသက်ရှင်နေသော အကောင်ကို ပါဠိလို “အတ္တ”၊ သက္ကတလို “အာတ္တာ”ဟု ခေါ်၏။ ထိုအတ္တကောင် တစ်ကိုယ်လုံး၌ ပြန့်နှံ့၍ တည်နေ၏။ အတ္တကောင်ကပင် မြင်၏။ အတ္တကောင်ကပင် ကြား၏။ ဤကဲ့သို့သော အယူသည် မှားယွင်း နေကြောင်း ပယ်ချလိုက်၏။

**အတ္တကောင် မဟုတ်ကြောင်း ပထမ အကြောင်းပြချက်**

ရူပဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ရူပံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ၊ လဗ္ဘေထ စ ရူပေ “ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ မာ အဟောသီ”တိ။

မြန်မာပြန်။ ။အတ္တကောင် ဟုတ်ခဲ့ပါမူ ဤရုပ်သည် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာ မဖြစ်တန် လေရာ။ ထို့ပြင် “ငါ၏ရုပ်သည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု ရုပ်၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လည်း ရလေရာ၏။

ရုပ်သည် ကိုယ်ဖြစ်ချင်သလို စီမံဖန်တီးနိုင်သည့် ကိုယ့်အတွင်းသား အတ္တကောင် ဖြစ်ခဲ့ပါမူ မိမိကို အိုအောင်၊ နာအောင်၊ မကျန်းမာအောင်၊ ဆံဖြူ သွားကျိုးအောင်၊ ဆာလောင်ခြင်းဖြစ်အောင်၊ ရောဂါမျိုးစုံ ဖြစ်အောင်၊ သေအောင် မနှိပ်စက်တန်လေရာ။ ယခုမူကား ထိုသို့မဟုတ်ပေ။ နာကျင်ကိုက်ခဲအောင် အမြဲ နှိပ်စက်နေ၏။

နှိပ်စက်ခြင်းဟူသည် သူတစ်ပါးကိုသာ နှိပ်စက်၏။ မိမိကိုယ်ကိုယ် နှိပ်စက်သည်ဟု မရှိ။ ရုပ်သည် ဤသို့ မိမိကို နှိပ်စက်တတ်လေသောကြောင့် အတွင်းသား အတ္တကောင် မဟုတ်။

**မဟာစည်ဆရာတော်၏ “အာဗာဓာယ”ပုဒ်အနက် စိစစ်ချက်**

“အာဗာဓာယ”ပုဒ်ကို ရှေးဆရာတော်များက “နာကျင်ခြင်းငှာ”ဟု မြန်မာပြန်ကြ၏။ သို့သော် မဟာစည် ဆရာတော်ကြီးက အာ-ရှေးရှိသော ဗာဓ-ဓာတ်သည် “နှိပ်စက်ခြင်း”အနက်ကို ဟော၏။ “နာကျင်ခြင်း” အနက်ကို မဟောဟု ဆို၏။ ထို့ကြောင့် “နှိပ်စက်ခြင်းငှာဟူသော အနက်က ပို၍ သင့်တော်ကြောင်း ဆို၏။ နောက်ပြီး ရုပ်၌ နာကျင်ခြင်း သဘောမရှိ။ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်တို့၌လည်း နာကျင်ခြင်း သဘောမရှိ။ ဝေဒနာ၌လည်း သုခနှင့် ဥပေက္ခာတို့၌ နာကျင်ခြင်း မရှိ။ ဒုက္ခဝေဒနာ တစ်ခု တည်းသာ နာကျင်ခြင်း သဘောရှိ၏။ ထို့ကြောင့် နာကျင်တတ်သော သဘောမရှိသော ရုပ်၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်တို့ကို နာကျင်ခြင်း သဘောရှိသည်ဟု ဆိုခဲ့လျှင် အဓိပ္ပါယ်အားဖြင့်လည်း ယုတ္တိမရှိဟု ဆို၏။ (မဟာစည်ဆရာတော်၏ အနတ္တလက္ခသုတ်တရားတော်၊ နှာ ၁၀-၁၁။)

မှတ်ချက်။ ။ တိပိဋက ပါဠိမြန်မာ အဘိဓာန်၌ အာဗာဓ-ပုဒ်ကို (က)အနာရောဂါ။ (ခ)ညှင်းဆဲနှိပ်စက်ခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း။ (ဂ)ဆင်းရဲဒုက္ခ ဟူ၍ အနက်သုံးမျိုးတွေ့ရ၏။ (အတွဲ၊ ၄၊ (က)။ နှာ-၂၃၇။)

**အတ္တကောင် မဟုတ်ကြောင်း ဒုတိယ အကြောင်းပြချက်**

ရုပ်သည် မိမိကိုယ်ကိုယ် အစိုးရပိုင်ဆိုင်သည့် သာဓိအတ္တမျိုး၊ မိမိလိုချင်သလို လိုက်၍ စီမံဖန်တီး နိုင်သော သယံဝသီ အတ္တမျိုးသာ ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် “ငါ၏ရုပ်သည် ဤကဲ့သို့ ကျန်းမာ နုပျို လှပကောင်းမြတ် သော ရုပ်ဖြစ်ပါစေ။ မကောင်းတဲ့ အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းတွေ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု စီမံခန့်ခွဲ၍ ရနိုင်တန် ရာ၏။ ယခုမူကား မိမိဆန္ဒအတိုင်း မဖြစ်လေသောကြောင့် ရုပ်သည် အနတ္တဖြစ်၏။

**အတ္တမဟုတ်ကြောင့် တည့်တည့် အကြောင်းပြချက်**

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ရူပံ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ရူပံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဘတိ ရူပေ “ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ မာ အဟောသီ”တိ။

မြန်မာပြန်။ ။ရဟန်းတို့- အမှန်အားဖြင့်ကား ရုပ်သည် အတ္တကောင် မဟုတ်သောကြောင့် သာလျှင် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာလည်း ဖြစ်နေချေ၏။ ထို့ပြင် “ငါ၏ရုပ်သည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု ရုပ်၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ မရဘဲ ရှိချေ၏။

“ရုပ်သည် အတ္တကောင် မဟုတ်သောကြောင့် နှိပ်စက်ဖို့ရာ ဖြစ်နေ၏” ဟူသော ဤစကားရပ်ဖြင့် အနတ္တ အဖြစ်ဖြင့် ဒုက္ခသဘောကို ပြသလို ဖြစ်နေ၏။ အမှန်မှာ ရုပ်သည် နှိပ်စက်တတ်သောကြောင့် အနတ္တဖြစ်ကြောင်း ပြလိုရင်းဖြစ်၏။ (သာရတ္ထ၊ဋီ၊၃၊ ၁၈၃။)

**အနတ္တမည်ကြောင်း ၄-ချက်**

- ၁။ အဝသဝတ္တနဋ္ဌေန အနတ္တာ = မိမိအလိုသို့ မလိုက်သောကြောင့် အနတ္တ။
- ၂။ အသာမိကဋ္ဌေန အနတ္တာ = “ငါ့ခန္ဓာ”ဟု ဆိုနေစဉ်မှာပင် ခန္ဓာငါးပါးတို့က ပျက်သွားလေပြီဖြစ်၍ ပိုင်ရှင်မရှိသောကြောင့် အနတ္တ။
- ၃။ သုညတဋ္ဌေန အနတ္တာ = ခန္ဓာငါးပါးကို ကံ၊စိတ်၊ဥတု၊အာဟာရ မှတပါး အခြားဖန်ဆင်းသူ မရှိသောကြောင့် အနတ္တ။
- ၄။ အတ္တပဋိက္ခေပဋ္ဌေန အနတ္တာ = ဤခန္ဓာ၌ အတ္တ လိပ်ပြာသဘော မရှိရကား ထိုအတ္တကို ပယ်ရှားသလို ဖြစ်နေသောကြောင့် အနတ္တ။

(ဆောင်) လို မလိုက်အင်၊ အရှင်မဲ့ထုံး၊ ဆိတ်သည်း ကာရကာ၊ ပယ်ခွါအတ္တ၊ သဘာဝ။

အနတ္တမည်ကြောင်း လေး။

(မင်းကွန်း တိပိဋက ဆရာတော်ကြီး၏ အနတ္တလက္ခဏသုတ္တန်တရားမှ)

**သောတာပန်၌ အသ္မိမာနစွဲ ကျန်သေး**

သောတာပန်၌ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ဝိစိကိစ္ဆာ၊သီလဗ္ဗတပရာမသ ဟူသော သံယောဇဉ် ၃-ပါး ပယ်ပြီး ဖြစ်၍ အတ္တဒိဋ္ဌိစွဲ မရှိတော့။ သို့သော်လည်း “ငါသိတယ်”， “ငါမြတ်တယ်” စသည်ဖြင့် အမှန်တကယ် ရှိသည့်ဂုဏ်များအပေါ် တက်ကြွသည့် မာနဟူသော အသ္မိမာနစွဲ ကျန်သေး၏။ တကယ်ရှိသည့် ဂုဏ်များ ကိုသာ ဖြစ်တတ်သော မာနဖြစ်၍ “ယာထာဝမာနံ” ဟုလည်းခေါ်၏။ ထိုယာထာဝမာနံကို အထက်မဂ် သုံးပါးဖြင့်သာ အဆင့်ဆင့် ပယ်နိုင်၏။ မဟုတ်မမှန်သည့် အပေါ်ဖြစ်သော “အယာထာဝမာနံ”ကိုကား သောတာပတ္တိမဂ်ဖြင့် ပယ်ပြီးဖြစ်၏။

မြတ်စွာဘုရားသည် ပဉ္စဝဂ္ဂါးဦးတို့၌ ထိုအသို့မာနစွဲကိုပယ်ရန် အနတ္တလက္ခဏသုတ်ကို ဟောခြင်း ဖြစ်၏။

**အတ္တစွဲပုံ ၂-မျိုး**

အသက်ရှင်နေသော အတ္တကောင်သည် ဤကိုယ်၌ရှိသည်ဟု သတ္တဝါအများက ယုံကြည်ကြ၏။ သို့သော် အချို့က မသေခင်သာ ကိုယ်မှာတည်နေပြီး သေလျှင် မရှိတော့ဟု ယူသည်လည်း ရှိ၏။ ဤကား ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အမျိုးအစားတည်း။

နောက်တစ်မျိုးကား မသေခင် ဤကိုယ်၌နေ၏။ သေပြီးသော်လည်း အတ္တကောင်ကား မသေ။ အခြားသော ခန္ဓာသစ်သို့ ပြောင်းရွှေ့တည်နေ၏ဟု ယူသည်လည်း ရှိ၏။ ဤကား သဿတဒိဋ္ဌိ အမျိုးအစားတည်း။

သဿတဒိဋ္ဌိ အယူရှိသူများသည် “ကိုယ်သည် ကိုယ်ကြမ်းတစ်ခု၊ ကိုယ်နုတစ်ခုဟု ၂-မျိုး ရှိကြောင်း၊ ဘဝတစ်ခုတစ်ခု၌ သေသောအခါ ကိုယ်ကြမ်းက ပျက်စီးသွားကြောင်း၊ ကိုယ်နုကတော့ အခြားခန္ဓာအိမ်သစ်သို့ ဝင်လျက် တည်နေကြောင်း၊ သေကျေပျက်စီးသည်ဟူ၍ မရှိကြောင်း” ယူဆကြ၏။

**အတ္တစွဲပုံကို မသိလျှင် အနတ္တသိပုံလဲ မသေချာ**

အချို့လူများ အတ္တစွဲပုံကို မသိကြ၍ အနတ္တထင်ပုံကိုလည်း ကောင်းကောင်းကြီး သဘောမပေါက် တတ်ကြပေ။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များက ပုံသဏ္ဍာန် ပညတ်ထင်ရင် အတ္တစွဲဟု ယူဆပြောဆိုကြ၏။ ဥပမာ-သစ်ပင်ကို သစ်ပင်၊ အိမ်ကို အိမ်၊ ကျောင်းကို ကျောင်း၊ ဤသို့သိနေလျှင် အတ္တစွဲဟု ပြောတတ်ကြပြီး ပုံသဏ္ဍာန် ပညတ်များ ပျောက်ပြီး ပရမတ် သဘောတရားများ ထင်မြင်မှ အနတ္တ သိမြင်သည်ဟု ပြောတတ်ကြ၏။

အမှန်မှာ ပုံသဏ္ဍာန် ပညတ်ထင်ရုံမျှနှင့် အတ္တစွဲမဟုတ်၊ ပုံသဏ္ဍာန်ပျောက်ရုံနှင့်လည်း အနတ္တ အမြင် အဟုတ်သေးပေ။ သစ်ပင်၊ ကျောင်း၊ အိမ် စသည်ကို အသိအမှတ်ပြုရုံနှင့် အတ္တစွဲမဟုတ်၊ ပညတ်စွဲသာဖြစ်၏။ အသက်ဝိညာဏ်ရှိသော လူနတ်တိရစ္ဆာန် စသည်များကို အသက်ရှင်နေသော အတ္တကောင် အဖြစ် စွဲလမ်းမှ အတ္တစွဲဖြစ်၏။ မိမိကိုယ်၎င်း၊ သူတစ်ပါးကို၎င်း အသက်ရှင်နေသော အတ္တကောင်အဖြစ် စွဲလမ်းမှ အတ္တကောင်ဟု ထင်လျှင် အတ္တစွဲဖြစ်၏။

အရူပဘုံမှ ဗြဟ္မာများသည် ရုပ်မရှိ၍ ပုံသဏ္ဍာန်ပညတ် အနေအားဖြင့် မထင်ပေ။ သို့သော် ပုထုဇဉ် ဗြဟ္မာများ၌ အသက်ရှင်နေသော အတ္တကောင်အဖြစ်စွဲပြီး အတ္တဒိဋ္ဌိကတော့ ရှိနေသေး၏။

**ပါယာသိမြို့စားမင်း၏ အတ္တကောင် ရှာပုံတော်**

ကိုယ်ထဲ၌ အတ္တကောင်ရှိသည်ဟု ထင်မှတ်ထားသော ပါယာသိမြို့စားမင်းသည် အတ္တကို ဤသို့ ရှာခဲ့ဖူး၏။ သေဒဏ်ကျသော ရာဇဝတ်သားကို အိုးတွင်း၌ အလုံပိတ်ကာ မီးဖုတ်၏။ သေလောက်သော



အခါ အိုးချ၍ ထိုသေသူမှ ထွက်သော အတ္တကလေး ဘယ်လိုလဲဆိုတာ သိရအောင် အပေါက်ကလေးမှ ချောင်း ကြည့်၏။ မတွေ့ပေ။

တဖန် ရာဇဝတ်သားတစ်ယောက်ကို မသေခင် ချိန်ခွင်၌တင်၍ ချိန်ကြည့်၏။ ၎င်းနောက် လည်ပင်း၌ ကြိုးဖြင့်ညှစ်ပြီး သတ်လိုက်၏။ တဖန်ပြန်ချိန်ကြည့်သောအခါ ပို၍ လေးသည်ကို တွေ့ရ၏။ ကိုယ်ထဲမှာ အတ္တရှိလျှင် သေ၍ အတ္တကောင် ထွက်သွားသောအခါ ပို၍ ပေါ့သွားရမည်ဟူသော သူ၏ ထင်မြင်ယူဆချက်နှင့် မကိုက်ဖြစ်နေပြန်၏။

နောက်တစ်ယောက်ကိုကား အရေထူ၊ အရေပါး၊ အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ရိုးတွင်းချဉ်ဆီအထိ တလွှာချင်း ခွါ၍သော်၎င်း၊ မှုန်မှုန်ညက်ညက် ဖြစ်သည်အထိ ထုထောင်း၍သော်၎င်း ဇီဝအတ္တကောင် လေးကို ရှာကြည့်ပြန်၏။ မတွေ့ပေ။

ပါရာသီမင်း၏ ရှာဖွေနေခြင်းသည် ဤကိုယ်၌ အသက်ကောင်၊ ဝိညာဉ်ကောင်၊ လိပ်ပြာကောင် ရှိသည် ဟူသော ယူဆချက်ဖြင့် ရှာဖွေနေခြင်းဖြစ်၏။ (ပါယာသိသုတ်၊ မဟာဝဂ္ဂပါဠိတော်)။

**ဗကဗြဟ္မာကြီး၏ အတ္တစွဲ**

ပထမဈာန်ဘုံသို့ ရောက်လာသော ဗကဗြဟ္မာကြီးသည် အထက်ဘုံများ၌ နေခဲ့ဘူးသည်ကို၎င်း၊ မိမိပြုခဲ့သည့် ကံကို၎င်း ပြန်၍ မမှတ်မိသောအခါ “ဤပထမဈာန်ဘုံနှင့်တကွ ဗြဟ္မာအပေါင်းသည် ခိုင်မြဲ၏။ အခါခပ်သိမ်း တည်တံ့၏။ စုတိရွေ့လျော့ခြင်း မရှိတော့။ ထိုထက် သာလွန်သောဘုံ မရှိတော့။ ဤဘုံသည်ပင် လွတ်မြောက်ငြိမ်းချမ်းရာ ဘုံဗိမာန်ကြီးဖြစ်၏”ဟု သဿတဒိဋ္ဌိ အယူစွဲဖြစ်သွား၏။ ထိုအယူစွဲအတိုင်းပင် အခြား ဗြဟ္မာများကိုလည်း ဟောပြော၏။

အခြားဗြဟ္မာများကလည်း “ဤဗကဗြဟ္မာသည် မဟာဗြဟ္မာဖြစ်၏။ အခြားဗြဟ္မာများကို လွှမ်းမိုးနိုင်၏။ ဖန်ဆင်းနိုင်၏။ အစိုးရ၏။ အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။ မင်း၊ ပုဏ္ဏားစသည် နတ်၊ လူ စသည် အယုတ်အမြတ်ဖြစ်အောင် စီရင်နိုင်၏။ ဖြစ်ပြီး ဖြစ်ဆဲသော သတ္တဝါအားလုံးတို့၏ ဖခင်ကြီးဖြစ်၏” ဟု ချီးမြှောက်ပြောဆိုကြ၏။

**ခေတ်သစ်ဆရာများ ဗုဒ္ဓဘာသာထဲ အတ္တဆွဲသွင်း**

အာနန္ဒ ကေ ကူးမားရဆွာမိနှင့် အိုင်ဘီ ဟွန်းနား (Ananda K Coomaraswamy and I. B. Horner) နှစ်ဦးတို့သည် သူတို့ရေးသော The Living Thoughts of Gotama the Buddha (1948) စာအုပ်ထဲတွင် အတ္တသည် အဓိကအားထားရာ မဟာအတ္တ(the great Self)နှင့် တစ်ဦးချင်းဆိုင်ရာ ပုဂ္ဂလိကအတ္တ(small self) ဟု နှစ်မျိုးရှိကြောင်း၊ မြတ်စွာဘုရားသည် အနတ္တကို ဟောရာ၌ တစ်ဦးချင်း အတ္တလေးများကိုသာ ပယ်ကြောင်း ဘုရားဟောပါဠိများကို မှားယွင်းစွာယူဆကာ ရေးသားထား၏။ ၎င်းအပြင် ဗုဒ္ဓသည် ခန္ဓာငါးပါးဟာ အတ္တမဟုတ်ဟု ပြောသော်လည်း အတ္တမရှိဘူးလို့တော့ တိုက်ရိုက် မပြောကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာငါးပါးကတော့ အတ္တ မဟုတ်၊ သို့သော် ခန္ဓာငါးပါးမှတစ်ပါး အတ္တဟု ခေါ်သော အရာတစ်ခု ရှိသေးကြောင်း ရေးသားကြ၏။

(The five aggregates are not atta, but there is something apart from the five aggregates that we call atta, self or soul, these scholars claim (1984, p.21)

**ဝစ္ဆဂေါတ္တသုတ်အချုပ်**

မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ဝစ္ဆဂေါတ္တဟူသော ပရိဗိုဇ်ရောက်လာပြီး “လောကသည် မြသလား” “သို့မဟုတ် မမြဘူးလား”ဟု လာမေး၏။ အဓိပ္ပါယ်မှာ “အတ္တ ရှိသလား၊ မရှိဘူးလား”ဟု မေးခြင်းပင် ဖြစ်၏။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရား “မြသည်ဟုလည်း ငါမဟော၊ မမြဘူးဟုလည်း ငါမဟော”ဟု မိန့်တော် မူ၏။ အကြောင်းမှာ မြသည်ဟု ပြောလျှင် သဿတဝါဒဖြင့်၎င်း၊ မမြဘူးဟု ပြောလျှင် ဥစ္ဆေဒဝါဒဖြင့်၎င်း ဘုရားကို စွပ်စွဲပေလိမ့်မည်။

ထို့ပြင် ရှင်းပြနေလျှင်လည်း သူ့ဉာဏ်မရင့်သေး၍ တရားထူးမရနိုင်။ ဤအကြောင်းနှစ်ချက် ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက မဖြေခြင်းဖြစ်၏။

သို့သော် ဤသို့ဘုရားက မဖြေခြင်းကိုပင် အာနန္ဒ ကူးမားရဆွာမိနှင့် အိုင်ဘီဟွန်းနားတို့က “ဘုရားက အတ္တရှိသည်ကို မငြင်း”ဟု ဆိုကာ ဤဝစ္ဆဂေါတ္တသုတ်ကို သက်သေထူကာ ပြောကြ၏။

**သူတို့ ပထမ ဘာသာပြန်အမှာ:**

ထို့ကြောင့် ပါဠိ၌ “အတ္တ” ဟူသော စကားလုံးတွေတိုင်း (eternal self) သို့မဟုတ် (soul)ဟု ပြန်ကြ၏။ ဥပမာ...ဓမ္မပဒ၊ ဂါထာနိပါတ် ၁၆၀ ၌လာသော “အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော”ကို “**Self is the lord of self**”ဟု ဘာသာပြန်၏။ အဓိပ္ပါယ်မှာ “မဟာအတ္တကြီးသည် အတ္တငယ်လေးများ၏ အားထား ကိုးကွယ်ရာ အရှင်သခင် ဖြစ်သည်”ဟု အဓိပ္ပါယ်ရ၏။

အမှန်မှာ “**One is one’s own lord or refuge.** မိမိသည်ပင်လျှင် မိမိ၏ ကိုးကွယ် ရာဖြစ်၏”ဟု ဆိုလိုပေသည်။

ဤ၌ “အတ္တ”သဒ္ဒါသည် soul မဟုတ်ကြောင်း “ကော ဟိ နာထော ပရော သိယာ” ဟူသော ဒုတိယ စာကြောင်းတွင် ပို၍ ထင်ရှား၏။ “Who else can be the lord or refuge? အခြားတစ်ပါးသူ သည် မိမိ၏ ကိုးကွယ်ရာ အဘယ်မှာ ဖြစ်နိုင်အံ့နည်း”ဟု ဘာသာပြန်ရပေမည်။

**ဒုတိယ အမှာ:**

ဒီဃနိကာယ်၊ မဟာပရိနိဗ္ဗာနသုတ်ထဲ၌ မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံခါနီးတွင် ပြောခဲ့သောစကား ကိုလည်း တလွဲ အဓိပ္ပါယ် ကောက်ကြ၏။

**အတ္တဒီပါ** ဘိက္ခဝေ **အတ္တသရဏာ** အနညသရဏာ။ (ဒီ၊ ၂၊ ၈၅)  
ချစ်သားတို့... (သင်တို့သည်) မိမိကိုယ်ကိုသာ မှီခိုရာပြု၍၊ မိမိမှတစ်ပါး ကိုးကွယ်ရာမရှိဘဲ မိမိသာလျှင် ကိုးကွယ်ရာရှိသည်ဖြစ်၍ နေကုန်လော။

ဤနေရာ၌လည်း “အတ္တ” သဒ္ဓါကို soul ဟု ဘာသာပြန်ပြီး အတ္တကို မိမိ၏ ကိုးကွယ်ရာအဖြစ် ပြုလုပ်ကြရန် ဘုရားက ညွှန်ကြားခဲ့ကြောင်း ပြောဆိုကြ၏။

They claim that Buddha was instructing us to make the soul our island or refuge.

(An Introduction To The Doctrine of Annatta: p.14 by U Silananda)

အမှန်မှာ နောက်တစ်ကြောင်းတွင် အတ္တသရဏာ= မိမိကိုယ်ကိုသာ မှီခိုရမယ်ဆိုတာ ဓမ္မကို မှီခိုအားထားရမှာ ပါပြီးသာပင် ဖြစ်၏။

ဓမ္မဒီပါ ဘိက္ခုဝေ ဓမ္မသရဏာ အနုညသရဏာ။ (ဒီ၊ ၂၊ ၈၅)

ရဟန်းတို့...တရားကိုသာ မှီခိုရာပြု၍၊ တရားမှတစ်ပါး ကိုးကွယ်ရာမရှိဘဲ တရားသာလျှင် ကိုးကွယ်ရာ ရှိသည်ဖြစ်၍ နေကုန်လော။

**တတိယ အမှား**

“တံ ကိံ မညထ ဝေါ, ကုမာရာ, ကတမံ န ခေါ တုမှာကံ ဝရံ - ယံ ဝါ တုမေ ဣတ္ထိံ ဂဝေသေယျာထ, ယံ ဝါ အတ္တာနံ ဂဝေသေယျာထ?”

“တေဒေဝ, ဘန္တေ, အမှာကံ ဝရံ ယံ မယံ အတ္တာနံ ဂဝေသေယျာမာ”တိ။

“တေန ဟိ ဝေါ, ကုမာရာ, နိသီဒထ, ဓမ္မံ ဝေါ ဒေသေသာမိ” တိ။ (ဝိနည်း မဟာဝါ၊ ၃၁။)

“ဘဒ္ဒဝဂ္ဂိမင်းသားတို့...ငါဘုရား ဆိုမဲ့ စကားကို သင်တို့ ဘယ်လိုသဘောရသလဲ။

မိန်းမကိုရှာခြင်း, မိမိကိုယ်ကို ရှာခြင်းတို့တွင် ဘယ်ရှာခြင်းသည် သင်တို့အတွက် မြတ်သနည်း?။

(ဟု မေးတော်မူရာ) -

“မိမိကိုယ်ကိုယ် ရှာခြင်းသည်သာလျှင် အကျွန်ုပ်တို့အတွက် မြတ်ပါသည်ဘုရား” ဟု

(လျှောက်ကုန်၏)

“မင်းသားတို့...သို့ဖြစ်လျှင် သင်တို့ထိုင်ကြလော့၊ ငါဘုရား တရားဟောအံ့” ဟု (မိန့်တော်မူ၏)

ဤနေရာ၌လည်း အာနန္ဒကူးမာရနှင့် အိုင်ဘီ ဟွန်းနားတို့သည် “အတ္တာနံ”ဟူသော စကားလုံးကို မဟာအတ္တ, သို့မဟုတ် အတ္တငယ်(higher Self or soul)ကို ရည်ညွှန်းလိုကြ၏။ သူတို့အဆိုအရ မြတ်စွာဘုရားက မင်းသားများကို အတ္တကောင်ကိုဘဲ ရှာခိုင်းနေသယောင်ယောင် ပြောဆိုကြ၏။ အမှန်မှာ မင်းသားများကို လောကီကာမဂုဏ်ကို မရှာဘဲ သစ္စာဓမ္မကို ရှာဖွေဖို့ ရည်ညွှန်းခြင်းသာဖြစ်၏။

**စတုတ္ထ အမှား**

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ထဲ၌ ဗုဒ္ဓဟူသောပုဒ်ကို ဝိဂြိုဟ်ပြုလုပ်သည့်ပုဒ်ကို မှားယွင်းစွာ အဓိပ္ပါယ်ပြန်ဆိုထား၏။

သဗ္ဗဿေဝ ဗုဒ္ဓတ္တာ ဝိမောက္ခန္တိကညာဏဝသေန ဗုဒ္ဓေါ။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၊ ပ၊ ၂၀၃။)

“အလုံးစုံသောတရားတို့ကို သိတတ်သောကြောင့် ဗုဒ္ဓမည်၏”ဟု ဆိုလို၏။

သို့သော် ထို “ဗုဒ္ဓတ္ထ” ဟူသောပုဒ်ကို “ဗုဒ္ဓ+အတ္ထ”ဟု နှစ်ပုဒ်ခွဲ၍- “Buddha is awakend Self = ဗုဒ္ဓဟူသည် အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အိပ်ပျော်နေခြင်းမှ နိုးထပြီးသော မဟာအတ္ထကြီး” ဟု မှားယွင်းစွာ ဘာသာပြန်ထား၏။

ဟိန္ဒူ ဥပနိသျှကျမ်းနှင့် ဘဂဝါဂီတကျမ်းတို့မှလာသော အတ္ထပုဒ်၏ ဖွင့်ဆိုချက်များ အတ္ထဟူသည်...

၁။ သစ်ပင်အနှစ်ကဲ့သို့ အတွင်းသား အနှစ်သာရ ထာဝရ တည်သောအရာ။

၂။ သဘာဝတရားအပေါ် အစိုးရသော အာဏာ(ဣဿရ)။

၃။ မိမိကိုယ်သာ မိမိပိုင်ရှင်(သယံဝသီ)ဖြစ်၏။ အခြားသူများ၏ ကျေးကျွန် အပြုခံ မဟုတ်။

၄။ ထိုအတ္ထသည် မိမိခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌သာ နေ၏ (နိဝါသီ)။

၅။ မိမိပြုလုပ်လိုရာကို ပြီးအောင်လုပ်ပေးသူ (ကတ္တာ)။

၆။ ကောင်း+ဆိုးနှစ်ဖြာကို ခံစားတတ်သူ (ဝေဒက)။

၇။ ဖန်ဆင်းပေးသူ မဟာအတ္ထ၊ အဖန်ဆင်းခံ သတ္တဝါတစ်ဦးချင်းစီရှိ အတ္ထ။ သတ္တဝါတို့၏ အတ္ထသည် တစ်ဘဝမှ တစ်ဘဝသို့ လှည့်လည် ကူးပြောင်းသွားနေ၏။ နောက်ဆုံး မူရင်း ဖန်ဆင်းရှင် မဟာအတ္ထကြီးနှင့် ပြန်လည်ပေါင်းဆုံမိသောအခါ လောကမှ လွတ်မြောက် သွား၏။

၈။ အတ္ထသည် ထာဝရတည်၏။ မည်သူမျှသတ်လို့ မသေနိုင်။

ကရစ်ရှုနားက စစ်သူကြီး အာဇနကို စစ်ပွဲတွင် သူ့ဝမ်းကွဲညီတော်သူကို သတ်ခိုင်း၏။ သို့သော် အာဇနက မသတ်ချင်။ ဤတွင် ကရစ်ရှုနားက “အာဇန...အတ္ထကို ဘယ်သူမှ မသတ်နိုင်၊ ခုတ်လို့လဲ မပြတ်။ မီးနှင့်ရှို့လဲ မလောင်။ အစဉ်ထာဝရ ရှင်သန်တည်ရှိနေသောအရာဘဲ။ အကယ်၍ တစ်ယောက်က သတ်ခဲ့ရင်တောင် ခန္ဓာသာ သေမယ်။ အတ္ထကား မသေ”ဟု ပြောကာ သူ့တာဝန်ကို ဆက်လုပ်ရန် တိုက်တွန်း၏။



### ဝေဒနာသည် အတ္ထမဟုတ်

ဝေဒနာ အနတ္တာ၊ ဝေဒနာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ဝေဒနာ အာဗာဓာယ သံဝတ္ထေယျ။ လဗ္ဗထ စ ဝေဒနာယ “ဧဝံ မေ ဝေဒနာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာ အဟောသီ” တိ။ ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဝေဒနာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ဝေဒနာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဗတိ ဝေဒနာယ “ဧဝံ မေ ဝေဒနာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာ အဟောသီ”တိ။

မြန်မာပြန်။ ။ရဟန်းတို့- ဝေဒနာသည် (အတွင်းသား အထည်ကိုယ်) အတ္တကောင် မဟုတ်။  
အတ္တကောင် ဟုတ်ခဲ့ပါမူ ဤဝေဒနာသည် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာ မဖြစ်တန်လေရာ။ ထို့ပြင်  
“ငါ၏ ဝေဒနာသည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု ဝေဒနာ၌  
စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ ရလေရာ၏။

ရဟန်းတို့- အမှန်အားဖြင့်ကား ဝေဒနာသည် အတ္တကောင် မဟုတ်သောကြောင့်သာလျှင်  
(မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာလည်း ဖြစ်နေချေ၏။ ထို့ပြင် “ငါ၏ ဝေဒနာသည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊  
ဒီလိုအဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု ဝေဒနာ၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ မရဘဲ ရှိချေ၏။

**ဝေဒနာသည် အတ္တမဟုတ်**

မည်သည့်အာရုံမဆို အာရုံအမျိုးမျိုးကို ခံစားနေခြင်းသည် ဝေဒနာ မည်၏။ ထိုခံစားမှုသည်  
အချုပ်အားဖြင့် ၃-မျိုးရှိ၏။

- (က) အာရုံကောင်းကို ခံစားလျှင် သုခဝေဒနာ။
- (ခ) အာရုံဆိုးကို ခံစားလျှင် ဒုက္ခဝေဒနာ။
- (ဂ) မကောင်းမဆိုး အလယ်အလတ် အာရုံကို ခံစားလျှင် ဥပေက္ခာ(အဒုက္ခမသုခ) ဝေဒနာ။

မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း တွေ့တိုင်း သိတိုင်း ထိုဝေဒနာများကို ခံစားနေကြ၏။ သတ္တဝါတို့သည်  
ထိုဝေဒနာ မှန်သမျှကို အတွင်းသား အတ္တကောင်(ဝေဒကအတ္တ)က ခံစားနေသည်ဟု ယူဆကြ၏။  
ထိုအတ္တစွဲကို ပယ်လှန်ပြီး၊ အကြောင်းအားလျှော်စွာ အသစ်အသစ်ဖြစ်ပေါ်ပြီး ပျက်ပျက်သွားသည့်  
သဘောတရား သက်သက်မျှသာ ဖြစ်သည်ဟု အကြောင်းမှန်ကို ပြလို၍ “ဝေဒနာသည် အတ္တမဟုတ်”  
ဟု မိန့်တော်မူ၏။

မှတ်ချက်။ ။အလယ်အလတ်ခံစားမှု ဥပေက္ခာဝေဒနာ ဖြစ်သောအခါ မထင်ရှားတတ်။ များသော  
အားဖြင့် သုခနှင့်ဒုက္ခဝေဒနာ ၂-ပါးသာ ထင်ရှား၏။

**အဘိဓမ္မာနှင့်သုတ္တန် နှီးနှောချက်**

အဘိဓမ္မာနည်းအရ မြင်ဆဲ ကြားဆဲ နံဆဲ စားဆဲ ကြံသိဆဲ၌ သုခလဲ မရှိ၊ ဒုက္ခလဲ မရှိ၊ ဥပေက္ခာ  
ဝေဒနာသာ ရှိ၏။ သို့သော် သုတ္တန်ဒေသနာနည်းအရ ဒွါရ ၆-ပါးလုံး၌ ဝေဒနာ ၃-ပါးလုံးဖြစ်သည်ဟု  
ဆို၏။ ထို့ကြောင့် မြင်ဆဲ ကြားဆဲ စသည်တို့၌ ထိုဝေဒနာ ၃-ပါးလုံးသိအောင် ရှုမှတ်ရမည်ဟု ညွှန်ကြား  
ထား၏။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မဟာဋီကာ၌ မြင်ဆဲ ကြားဆဲ စသည်၌ သုခ ဒုက္ခ ဝေဒနာသဘောများ ထင်ရှားပုံကို  
ဤသို့ ရှင်းပြထား၏။

“စက္ခုဝိညာဏ်စသည်၌ ဥပေက္ခာယှဉ်သည်ဟု ဆိုသော်လည်း အကုသိုလ်အကျိုး ဝိပါက်သည် မကောင်းသည့် ဒုက္ခသဘောရှိပြီး ကုသိုလ်၏ အကျိုးဝိပါက်သည် ကောင်းသည့် သုခဝေဒနာ သဘောရှိ၏။” (ဝိသုဒ္ဓိမဂ် မဟာဋီဒါဒါ ၁၃၇၊ ၃၂၆။)

ဟု ရှင်းပြထား၏။

နောက်တစ်နည်းမှာ စက္ခုဒွါရဝီထိ စသည်မှာ ဇောဓဏသို့ ရောက်သောအခါ၌ ဝေဒနာသုံးမျိုး လုံးပင် ဖြစ်နိုင်သောကြောင့် သုတ္တန်ဒေသနာ၌ မြင်ဆဲစသည်၌လည်း ဝေဒနာသုံးမျိုးလုံးကို ပြသည်ဟု မှတ်ရမည်။

(အကု-၁၂၊ ကု-၂၁၊ ဖိုလ်-၄၊ အာဝဇ္ဇန်းဒွေးကြည် ကြိ-၁၈၊ ပေါင်း ဇော=၅၅)

**ဒုက္ခဝေဒနာက နှိပ်စက်ပုံ**

ခန္ဓာကိုယ်သည် နာကျင်ကိုက်ခဲမှု၊ ညောင်းညာမှု၊ ပူမှု အေးမှု စသည်ဖြင့် တချိန်လုံးနှိပ်စက်နေ၏။ ဘယ်လောက်ပင် ကျန်းမာသူဖြစ်စေ ဤနှိပ်စက်မှုကို လူတိုင်းခံရ၏။ ရောဂါဆိုးများ ဝင်ရောက်လာလျှင် ကား တိုး၍သာ နှိပ်စက်လေတော့၏။ နာတာရှည်ရောဂါဆိုးများ ဖြစ်ပြီဆိုလျှင်ကား ညည်းညူကာ ခံရ တော့၏။ အချို့ ထိုနှိပ်စက်ဒဏ်ကို မခံနိုင်လွန်း၍ နောက်ဆုံး မိမိကိုယ်ကိုယ် အဆုံးစီရင်ကာ သတ်သေ သွားကြ၏။

နောက်ပြီး စေတသိကဒုက္ခခေါ် စိတ်ဆင်းရဲခြင်းဟူသော ဝေဒနာသည်လည်း ရုပ်အကူအညီ မပါဘဲ သူ့သက်သက်ဖြင့် နှိပ်စက်နိုင်၏။ သားသမီး ဇနီး ခင်ပွန်း မိဘ စသည်သေဆုံးခြင်း၊ ချစ်ခင်သူများ နှင့် ကွဲကွာခြင်း၊ စီးပွားဥစ္စာ ဆုံးရှုံးပျက်စီးခြင်း စသည်နှင့် ကြုံတွေ့ရသောအခါ ပြင်းစွာသော ပူလောင် သောကဖြစ်ကာ စိတ်ဆင်းရဲမှုဝေဒနာက အကြီးအကျယ် နှိပ်စက်လေတော့၏။

**သုခလဲ နှိပ်စက်တာဘဲ**

သုခဝေဒနာသည် ရှိနေတုန်းတော့ ကောင်းသယောင်ယောင် ထင်ရ၏။ မရှိတော့သောအခါ ကုန်ဆုံး သွားသောအခါတို့၌ ထိုရခဲပြီးသော သုခကို ပြန်လည်တမ်းတလျက် နှိပ်စက်လေတော့၏။ ထိုသုခဝေဒနာလေး ခံစားရဖို့ သတ္တဝါများ၌ နေ့မအား ညမနား တရှာတည်း ရှာနေကြရသဖြင့် ဆင်းရဲ ဒုက္ခ အင်မတန်ကြီးလှ၏။ ရပြန်တော့လဲ တခဏသာ ခံ၏။ ဆင်းရဲခံ ရှာရသည်နှင့် မကာမိ။ တချို့လူများ ထိုသုခလေးတစ်ခု ခံစားရဘို့အရေး ရာဇဝတ်မှုများပင် ကျူးလွန်မိကြ၏။ ထို့ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝတွင် လည်း ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ကြရပြီး၊ နောက်ဘဝတွင်လည်း အပါယ်ဘေးဒုက္ခကို ထပ်ခံကြရပြန်၏။

(ဆောင်) ချမ်းသာတစ်ခု၊ ရလိုမှုကြောင့်၊ ပုပုရွရွ၊ မှန်သမျှတို့၊ ဆင်းရဲကြီးစွာ၊ ရောက်ရရှာ၏။

**ဥပေက္ခာကလဲ အမြဲမတည်**

ဥပေက္ခာ ဝေဒနာမှာကား ငြိမ်သက်လှ၏။ သုခအလား ချမ်းသာလှ၏။ နေသာ ထိုင်သာ သက်တောင့် သက်သာ ရှိ၏။ သို့သော် သူကလည်း ကြာရှည်မခံ။ နောက်တခါ ပြန်ရအောင် အားထုတ်မှု ပြုလုပ်ရပြန်၏။ ထိုသို့ အသစ်အသစ်များ မပြတ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်နေခြင်းသည်ပင် သင်္ခါရဒုက္ခ= ပြုပြင်အားထုတ်မှု ဆင်းရဲဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ဥပေက္ခာသည် သုခအလား ငြိမ်သက်ချမ်းသာလှသော် လည်း သင်္ခါရဒုက္ခဖြင့် နှိပ်စက်နေပြန်၏။

**ဝေဒနာက ကိုယ့်အလိုမပါ**

ဝေဒနာက ကိုယ့်အလိုသို့ မပါ။ ကောင်းတဲ့ဝေဒနာချည်း ဖြစ်ပါစေဟု ဆုတောင်း၍လည်း မရ။ အဆင်းကောင်း အသံကောင်းကို ကြည့်ချင် နားထောင်ချင်လျှင် ရအောင်ရှာရ၏။ အကောင်းရပါသော် လည်း ခဏမျှသာ ခံ၏။ ပျောက်မသွားပါစေနဲ့ဟု တောင့်တလို့လဲ မရ။ နောက်ထပ်လိုချင် တခါပြန်ရှာရ ပြန်၏။

အကောင်းအာရုံများ ပျောက်ကွယ်သွားပြီး အာရုံဆိုးများ ရောက်လာလျှင် အခံရဆိုး၏။ အမြင်ဆိုး ထက် အကြားဆိုးက သာ၍ ခံရခက်၏။ ဒီထက် အနံ့ဆိုးက သာ၍ခက်၏။ ဒီထက် အရသာဆိုးက သာ၍ ခက်၏။ ထို့ထက် ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရောဂါဆိုးများနှင့်တွေ့လျှင် သာ၍ ခံရခက်၏။ နာတာရှည်နှိပ်စက်မှု ဒဏ်ကို မခံနိုင်လွန်း၍ တချို့ မိမိကိုယ်ကိုယ် အဆုံးစီရင်သွားကြ၏။

လူ့လောကဝေဒနာဆိုးထက် အပါယ်လေးဘုံက ဝေဒနာဆိုးများက ပို၍ပင် ဆိုးလှ၏။ တိရစ္ဆာန် ဘုံ၌ ရောက်သူများ ကာကွယ်ပြုစုပေးမည်သူ့ မရှိ။ ပြိတ္တာဘုံ၌ ဝဋ်ကြွေးရှိသရွေ့ အော်ကာဟစ်ကာ ခံနေ ကြရ၏။ ငရဲဘုံ၌ ကံဟောင်းရှိသမျှ ခံကြရ၏။ “ခံနေရသော ဝေဒနာဆိုးများ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု စီမံခန့်ခွဲ၍ မရ။ မဖြစ်စေလိုသော်လည်း ဖြစ်နေကြ၏။ အသီးသီးသော သတ္တဝါများသည် မိမိသန္တာန်က ဝေဒနာကို အစိုးမရသည်ချည်း သာတည်း။ ထို့ကြောင့် အနတ္တဟု ဆိုရ၏။

\*\*\*\*\*

**သဠာယတနဝဂ္ဂသံယုတ်၊ ဝေဒနာသံယုတ်မှ မှတ်ဖွယ်ရာသုတ္တန်များ**

**ဒဗ္ဗဗ္ဗသုတ် မြန်မာပြန်**

ရဟန်းတို့...ဝေဒနာတို့သည် ဤသုံးမျိုးတို့တည်း။ အဘယ်သုံးမျိုးတို့နည်း? သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာတို့တည်း။

ရဟန်းတို့...သုခဝေဒနာကို ဒုက္ခအားဖြင့် ရှုရမည်။ ဒုက္ခဝေဒနာကို ဆူးငြောင့်အားဖြင့် ရှုရမည်။ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို မမြဲသောအားဖြင့် ရှုရမည်။ ရဟန်းတို့...သုခဝေဒနာကို ဒုက္ခအားဖြင့် ရှုမြင်ပြီးသော အခါ၊ ဒုက္ခဝေဒနာကို ဆူးငြောင့်အားဖြင့် ရှုမြင်ပြီးသောအခါ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို မမြဲသောအားဖြင့် ရှုမြင် ပြီးသောအခါ ဤရဟန်းကို ကောင်းစွာမြင်ပြီးသူဟု ဆိုရ၏။ တပ်မက်မှုကို ဖြတ်တောက်နိုင်လေပြီ။

အနှောင်အဖွဲ့ကို ဖြေချွတ် နိုင်လေပြီ။ မာနကို အကြွင်းမဲ့ပယ်ခြင်းကြောင့် ဆင်းရဲ၏ အဆုံးကို ပြုလေပြီဟု (မိန့်တော်မူ၏)။

အကြင် ရဟန်းသည် သုခဝေဒနာကို ဒုက္ခအားဖြင့် ရှုမြင်ပြီး၊ ဒုက္ခဝေဒနာကို ဆူးငြောင့်အားဖြင့် ရှုမြင်ပြီး၊ ငြိမ်သက်သော ဥပေက္ခာဝေဒနာကို မမြဲသောအားဖြင့် ရှုမြင်ပြီးဖြစ်၍ ဝေဒနာတို့ကို စင်စစ် ပိုင်းခြား၍ သိ၏။

ထိုရဟန်းသည် ဝေဒနာတို့ကို ပိုင်းခြား၍ သိသော် ယခုဘဝ၌ပင် အာသဝေါ ကင်းကွာနိုင်၏။ လောကုတ္တရာဓမ္မ၌တည်သော ရဟန္တာဖြစ်၍ ခန္ဓာကိုယ်ပျက်စီးသော် ဘဝသုံးပါး၌ဖြစ်သူ ဟူသော အရေအတွက်သို့ မရောက်ရတော့ချေ။ (သဂါထာဝဂ်၊ နှာ- ၄၀၉။)

**သလ္လသုတ် မြန်မာပြန်အချုပ်**

ရဟန်းတို့... အကြားအမြင် မရှိသော ပုထုဇဉ်သည် သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာ တို့ကို ခံစား၏။ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်လည်း ခံစား၏။ ထိုသူနှစ်ယောက် မည်သို့ထူးပါသနည်း?(ဟု မေးတော် မူ၏)။

အရှင်ဘုရား- တပည့်တော်တို့အား မြတ်စွာဘုရားသာ အရင်းခံရှိပါကုန်၏ (ဟု ပြန်လျှောက် ကုန်၏)။

ရဟန်းတို့- အကြားအမြင်မရှိသော ပုထုဇဉ်သည် ဒုက္ခဝေဒနာဖြင့် တွေ့ထိခံရလတ်သော် စိုးရိမ် ပူဆွေး ငိုကြွေး မြည်တမ်း၏။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ နှစ်မျိုးလုံး ခံစားရ၏။ ဥပမာ- ယောက်ျား တစ်ယောက်ကို ဆူးစူးရာ ထိုဆူးနား၌ပင် နောက်ထပ်ဆူးတစ်ယောက် ထပ်အစူးခံရသကဲ့ သို့ပင် ဖြစ်၏။

ရဟန်းတို့- အကြားအမြင်မရှိသော ပုထုဇဉ်သည် ဒုက္ခဝေဒနာ တွေ့ထိခံရလတ်သော် ငိုကြွေး မြည်တမ်းလျက် ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ နှစ်ပါးကို ခံစားရ၏။ ဒုက္ခဝေဒနာ တွေ့ထိလတ်သော အမျက် ထွက်၏။ အမျက်ထွက်သူအား ပဋိဃာနုဿယ ကိန်း၏။

ထိုသူသည် ဒုက္ခဝေဒနာဖြင့် တွေ့ထိလတ်သော ကာမဂုဏ်ချမ်းသာကို နှစ်သက်၏ (တောင့်တ ၏)။ အဘယ်ကြောင့်နည်းဟူမူ ထိုသူသည် ကာမဂုဏ်ချမ်းသာမှတစ်ပါး ဒုက္ခထွက်မြောက်ရာကို မသိ ကြောင့်တည်း။ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာကို နှစ်သက်သောထိုသူအား သုခဝေဒနာကြောင့် ကာမရာဂါနုဿယ ကိန်း၏။

ထိုသူသည် ဝေဒနာတို့၏ ဖြစ်ကြောင်းကို၎င်း၊ ချုပ်ကြောင်းကို၎င်း၊ သာယာဖွယ်ကို၎င်း၊ အပြစ်ကို ၎င်း၊ ထွက်မြောက်ရာကို၎င်း ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ မသိ။ ထိုသို့ မသိသောသူအား ဥပေက္ခာဝေဒနာကြောင့် ဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာနုဿယ ကိန်း၏။

ထိုသူသည် ကိလေသာနှင့် စပ်ယှဉ်လျက် သုခ၊ ဒုက္ခ၊ ဥပေက္ခာ ဝေဒနာတို့ကို ခံစား၏။ ထိုအကြား အမြင် မရှိသော ပုထုဇဉ်သည် ပဋိသန္ဓေနေမှု၊ အိုမှု၊ သေမှု၊ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု၊ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲမှု၊ ပြင်းစွာ ပူပန်မှုတို့နှင့် ဆက်စပ်နေသူ၊ ဆင်းရဲဒုက္ခနှင့် ယှဉ်စပ်နေသူဟု ငါဘုရားဟော၏။



ရဟန်းတို့...အရိယာသည်ကား ဒုက္ခဝေဒနာဖြင့် တွေ့ထိလတ်သော စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးခြင်း မရှိ။ ထိုသူသည် ကိုယ်ဆင်းရဲသာ ခံစားရ၍ စိတ်ဆင်းရဲ မခံစားရ။ ဥပမာ...ပထမပြောစွဲထားသော ယောက်ျားသည် ဒုတိယပြောစွဲ ထပ်မစူးသကဲ့သို့ပင်တည်း။

ရဟန်းတို့...ဤအတူပင် အကြားအမြင်ရှိသော အရိယာတပည့်သည် ဒုက္ခဝေဒနာဖြင့် တွေ့ထိ လတ်သော စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးခြင်းမရှိ။ ထိုသူသည် ကိုယ်၌ဖြစ်သော ဝေဒနာကိုသာ ခံစားရပြီး စိတ်၌ဖြစ်သော ဝေဒနာကို မခံစားရ။ ထိုသူသည် ဒုက္ခဝေဒနာဖြင့် တွေ့ထိလတ်သော် အမျက်မထွက်။ ထို့ကြောင့် ဒုက္ခဝေဒနာကြောင့်ဖြစ်သော ပဋိဿာနုသယ မကိန်း။

ထိုသူသည် ဒုက္ခဝေဒနာဖြင့် တွေ့ထိလတ်သော ကာမချမ်းသာကို မနှစ်သက်။ အကြောင်းမှာ ကာမ ချမ်းသာမှတစ်ပါး ဒုက္ခဝေဒနာမှ လွတ်မြောက်ရာကို သိသောကြောင့်တည်း။ ကာမချမ်းသာကို မနှစ်သက်သော ထိုသူအား သုခဝေဒနာကြောင့်ဖြစ်သော ရာဂါနုသယ မကိန်း။

ထိုသူသည် ဝေဒနာတို့၏ ဖြစ်ကြောင်းကို၎င်း၊ ချုပ်ကြောင်းကို၎င်း၊ သာယာဖွယ်ကို၎င်း၊ အပြစ်ကို ၎င်း၊ ထွက်မြောက်ရာကို၎င်း ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိ၏။ ထို့ကြောင့် ထိုသူအား ဥပေက္ခာဝေဒနာကြောင့် ဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာနုသယ မကိန်း။ ထိုသူသည် ကိလေသာနှင့် မယှဉ်သည်ဖြစ်၍သာလျှင် သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာတို့ကို ခံစား၏။

ရဟန်းတို့...အကြားအမြင်ရှိသော ဤအရိယာတပည့်ကို ပဋိသန္ဓေနေမှု၊ အိုမှု၊ သေမှု၊ စိုးရိမ် ပူဆွေးမှု၊ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲမှု၊ ပြင်းစွာပူပန်မှုတို့နှင့် မဆက်စပ်နေသူ၊ ဆင်းရဲဒုက္ခနှင့် မယှဉ်စပ်နေသူဟု ငါဘုရားဟော၏။

ရဟန်းတို့...ဤကား အကြားအမြင်ရှိသော အရိယာတပည့်နှင့် အကြားအမြင်မရှိသော ပုထုဇဉ်တို့၏ ကွဲပြားမှုပေတည်း (ဟု မိန့်တော်မူ၏)။၏။ (သဂါထာဝဂ်၊ နှာ- ၄၀၉။)

**ဖဿမှုလကသုတ် အကျဉ်းချုပ်**

ရဟန်းတို့...တွေ့ထိမှုဖဿကြောင့် ဖြစ်ကုန်သော ဝေဒနာတို့သည် သုံးမျိုးရှိကုန်၏။ ၎င်းတို့မှာ သုခ ဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာတို့တည်း။

ရဟန်းတို့...ခံစားမှု၏အကြောင်းဖြစ်သော တွေ့ထိမှုဖဿကို အစွဲပြု၍ သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခ ဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်လာ၏(ဖြစ်ပုံ)။ ထိုအကြောင်းဖြစ်သော တွေ့ထိမှုဖဿချုပ်ခြင်းကြောင့် ၎င်းကို အစွဲပြု၍ ဖြစ်ပေါ်လာကုန်သော သုခ၊ဒုက္ခ၊ဥပေက္ခာဝေဒနာတို့လည်း ချုပ်ငြိမ်းကုန်၏(ချုပ်ပုံ)။

ဥပမာ...ထင်းချောင်းနှစ်ခုတို့ ပွတ်တိုက်မှုကြောင့် အငွေ့ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ မီးဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုထင်းချောင်းတို့ တခြားစီခွဲထားခြင်းကြောင့် ထိုအပူသည် ချုပ်ငြိမ်းသွား၏။ (သဂါထာဝဂ်၊ နှာ- ၄၁၆။)

**ရဟောဂတသုတ် အကျဉ်းချုပ်**

အခါတပါး ရဟန်းတစ်ပါး ဆိတ်ငြိမ်ရာမှ ထလာပြီး မြတ်စွာဘုရားထံ ချဉ်းကပ်၍  
“မြတ်စွာဘုရား... ဝေဒနာကို သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာဟု ၃-ပါးဟောထားပါလျက်  
ဝေဒနာဟူသမျှ သည် ဆင်းရဲဒုက္ခမည်၏(ယံ ကိစ္ဆိ ဝေဒယိတံ၊ တံ ဒုက္ခသိဉ္စိ)ဟု ဟောပြန်၏။ ဤစကား  
အဘယ်ကို ရည်ရွယ်၍ ဟောပါသနည်း”ဟု မေးလျှောက်၏။

ရဟန်း...ကောင်းပေစွ။ ဝေဒနာသုံးပါး ဟောထားသည်လည်း မှန်၏။ ထိုသုံးမျိုးဟောပြီးမှ  
ဝေဒနာဟူသမျှ ဆင်းရဲဒုက္ခ မည်၏ဟု ငါဟောသည်လည်း မှန်၏။ ထိုစကားကိုဟောခြင်းသည် သင်္ခါရ  
တို့၏ အမြဲမရှိခြင်းကိုသာလျှင် ရည်ရွယ်၍ ငါဘုရားဟော၏။

ရဟန်း...ဝေဒနာဟူသမျှသည် ဆင်းရဲဒုက္ခတည်းဟူသော ဤစကားကို ပြုပြင်ဖန်တီးအပ်သော  
သင်္ခါရတို့၏ ကုန်ခြင်းသဘော၊ ပျက်ခြင်းသဘော၊ စွဲမက်မှုကင်းခြင်းသဘော၊ ချုပ်ခြင်းသဘော၊ ဖောက်  
ပြန်ပြောင်းလဲသော သဘောရှိခြင်းကို ရည်ရွယ်၍ ငါဘုရားဟောတော်မူ၏။ (ရဟောဂတဝဂ်၊ နှာ-၄၇၇။)

**ပထမ အာနန္ဒသုတ် အကျဉ်းချုပ်**

အခါတပါး အသျှင်အာနန္ဒသည် မြတ်စွာဘုရားသို့ ချဉ်းကပ်၍ ဤသို့လျှောက်ထား၏ - “မြတ်စွာ  
ဘုရား...ဝေဒနာတို့ကား အဘယ်ပါနည်း?၊ ဝေဒနာတို့၏ ဖြစ်ကြောင်းကား အဘယ်ပါနည်း?၊ ဝေဒနာ  
တို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာကား အဘယ်ပါနည်း?၊ ဝေဒနာတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်ကြောင်းအကျင့်ကား  
အဘယ်ပါနည်း?၊ ဝေဒနာ၏ သာယာဖွယ်ကား အဘယ်ပါနည်း?၊ အပြစ်ကား အဘယ်ပါနည်း?၊  
ထွက်မြောက်ရာကား အဘယ်ပါနည်း?”

အာနန္ဒာ...ဝေဒနာတို့ကား သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာ ဤသုံးမျိုးတို့တည်း။  
ထိုဝေဒနာတို့သည် တွေ့ထိမှုဖဿကြောင့် ခံစားမှုဝေဒနာဖြစ်၏(ဖြစ်ကြောင်း)။ တွေ့ထိမှုဖဿ ချုပ်ခြင်း  
ကြောင့် ခံစားမှုဝေဒနာချုပ်၏(ချုပ်ကြောင်း)။ သမ္မာဒိဋ္ဌိစသော အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော အရိယာမဂ်သည်ပင်  
ဝေဒနာ ချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်ကြောင်းအကျင့်တည်း(အကျင့်လမ်းစဉ်)။ ဝေဒနာကို အစွဲပြု၍ ကိုယ်  
ချမ်းသာ စိတ်ချမ်းသာဖြစ်၏။ ဤကား ဝေဒနာ၏ သာယာဖွယ်သဘောတည်း။ ဝေဒနာသည် မမြဲခြင်း၊  
ဆင်းရဲခြင်း၊ ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲခြင်း သဘောရှိ၏။ ဤကား ဝေဒနာ၏ အပြစ်တည်း။ ဝေဒနာ၌  
လိုချင်တပ်မက်မှုကို ပယ်ဖျောက်ခြင်းသည် ဝေဒနာ၏ ထွက်မြောက်ရာတည်း။ (ရဟောဂတဝဂ်၊ နှာ-  
၄၂၀။)

**ပဉ္စကင်္ဂသုတ် အကျဉ်းချုပ်**

အခါတပါး အရှင်ဥဒါယိမထေရ်ကို ပဉ္စကင်္ဂမည်သော လက်သမားဆရာကြီးက “အရှင်ဘုရား...  
မြတ်စွာဘုရားက ဝေဒနာဘယ်နှစ်ပါး ဟောပါသနည်း”ဟု မေး၏။ ထိုအခါ အရှင်ဥဒါယိက သုခ၊ ဒုက္ခ၊  
ဥပေက္ခာဟု ဝေဒနာသုံးပါး ဟောကြောင်းပြော၏။ ထိုအခါ လက်သမားဆရာကြီးက “တည်ငြိမ်သော  
ဥပေက္ခာဝေဒနာကို သုခ၌သွင်း၌ သုခနှင့် ဒုက္ခနှစ်ပါးသာ ဟောထားပါ၏” ဟုဆိုကာ အငြင်းအခုံဖြစ်၏။

ထိုသို့ငြင်းခုံသည်ကို အရှင်အာနန္ဒာကြားပြီး သူတို့ကို ဘုရားထံခေါ်သွား၏။ ငြင်းခုံပုံအလုံးစုံကို ရှင်းပြလိုက်၏။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက “အာနန္ဒာ..ငါဘုရားသည် အကြောင်းပရိယာယ်အားဖြင့် ဝေဒနာတို့ကို ၂-ပါးလည်း ဟော၏။ ၃-ပါးလည်း ဟော၏။ ၅-ပါးလည်း ဟော၏။ ၆-ပါးလည်း ဟော၏။ ၁၈-ပါးလည်း ဟော၏။ ၃၆-ပါးလည်း ဟော၏။ ၁၀၈-ပါးလည်း ဟော၏။ ဤသို့ အကြောင်းပရိယာယ် ဖြင့် ဟောထားသည်ကို နားလည်ခွင့်လွတ်နိုင်မှု မရှိလျှင် ငြင်းခုံခိုက်ရန်ဖြစ်တတ်၏။ နားလည်ခွင့်လွတ် နိုင်မှသာလျှင် ချစ်ခင်ညီညွတ်စွာ နေကြရလိမ့်မည်”ဟု ဟောတော်မူ၏။ (ရဟောဂတဝဂ်၊ နှာ-၄၂၃။)

**ဝေဒနာ ၅-၃-၂၁**

၅	သုခ	သောမနဿ	ဥပေက္ခာ	ဒုက္ခ	ဒေါမနဿ
၃	သုခ		ဥပေက္ခာ	ဒုက္ခ	
၂	သုခ			ဒုက္ခ	
၁	ဒုက္ခ				

(ဆရာတော်ဦးသီလာနန္ဒ၏ အဘိဓမ္မာသင်တန်းမှတ်စုမှ)

**ဝေဒနာ ၆-ပါး**

- ၁။ စက္ခုသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ = အမြင်နှင့်စပ်၍ဖြစ်သော ဝေဒနာ
- ၂။ သောတသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ = အကြားနှင့်စပ်၍ဖြစ်သော ဝေဒနာ
- ၃။ ဃာနသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ = နှမ်းမှုနှင့်စပ်၍ဖြစ်သော ဝေဒနာ
- ၄။ ဇီဝါသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ = စားမှုနှင့်စပ်၍ဖြစ်သော ဝေဒနာ
- ၅။ ကာယသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ = ထိမှုနှင့်စပ်၍ဖြစ်သော ဝေဒနာ
- ၆။ မနောသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ = သိမှုနှင့်စပ်၍ဖြစ်သော ဝေဒနာ

**ဝေဒနာ ၁၈-ပါး**

ဆိုခဲ့ပြီးသော အထက်ပါ ၆-ပါးကို သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာ ဤသုံးပါးဖြင့် မြောက်ပွားလျှင် ၁၈-ပါးဖြစ်၏။

**ဝေဒနာ ၅၄-ပါး**

- အထက်ပါ ဝေဒနာ ၁၈-ပါးကို
- (က) အတိတ်အခါက ခံစားခဲ့ဖူးသော ဝေဒနာ (၁၈)ပါး
  - (ခ) ပစ္စုပ္ပန်အခါ၌ ခံစားနေဆဲ ဝေဒနာ (၁၈)ပါး
  - (ဂ) အနာဂတ်အခါ၌ ခံစားလတံ့ ဝေဒနာ (၁၈)ပါး
- ဤသို့ ကာလသုံးပါးဖြင့်မြောက်လျှင် ၅၄(၁၈x၃)ပါး ရ၏။

ဝေဒနာ ၁၀၈-ပါး

အထက်ပါ ၅၄-ပါးကို

(၁) မိမိခံစားမှု (၅၄)ပါး

(၂) သူတပါးခံစားမှု (၅၄)ပါး

ဤသို့ အဇ္ဈတ္တသန္တာန်၊ ဗဟိဒ္ဓသန္တာန်အားဖြင့် ပေါင်းလိုက်လျှင် ဝေဒနာပေါင်း ၁၀၈-ပါး အကျယ်ပွား လာ၏။

လင်္ကာ။ ။ခံစား၊စံစား၊ စကားနှစ်ထွေ၊ တရားနေမှာ၊ ဝေဒနာဓာတ်၊ ခန္ဓာမှတ်လော့။ သုံးရပ်ဝေခွဲ၊ ဆင်းရဲ+ချမ်းသာ၊ ဥပေက္ခာမူ၊ လျစ်လျူခံစား၊ မထင်ရှားတည့်။ ငါးပါးအလို၊ တစ်ပုံဆိုသော်၊ ကိုယ်စိတ် နှစ်ဖြာ၊ ချမ်းသာ+ဆင်းရဲ၊ လျစ်လျူခွဲလော့။ တစ်နဲ့ထို့ပြင်၊ အမြင်၊ အကြား၊ အနံ့အားနှင့်၊ စားလျက်၊ တွေ့ထိ၊ ကြံသိ ခြောက်ဖြာ။ ချမ်းသာ+ဆင်းရဲ၊ လျစ်လျူခွဲငြား၊ ဆယ့်ရှစ်ပါးတည်း။ သုံးပါးကာလ၊ ပွားကတုံသေး၊ ငါးဆယ့် လေးရှင်း။ တရားသန္တာန်၊ နှစ်ပွားပြန်ကာ၊ တစ်ရာရှစ်ပင်၊ အကျယ်မြင်လော့။ ။  
(လယ်တီဆရာတော်၏ ခန္ဓာ အာယတန ဓာတ် သစ္စာ လင်္ကာကျမ်းမှ-)

\*\*\*\*\*

### သညာသည် အတ္တမဟုတ်

သညာ အနတ္တာ၊ သညာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ သညာ အာဇာဓာယ သံဝတ္တေယျ။ လဗ္ဘထ စ သညာယ “ဧဝံ မေ သညာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ သညာ မာ အဟောသီ”တိ။  
ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ သညာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ သညာ အာဇာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဘတိ သညာယ “ဧဝံ မေ သညာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ သညာ မာ အဟောသီ”တိ။

ရဟန်းတို့- သညာသည် (အတွင်းသား အထည်ကိုယ်) အတ္တကောင် မဟုတ်။ အတ္တကောင် ဟုတ်ခဲ့ပါမူ ဤသညာသည် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာ မဖြစ်တန်လေရာ။ ထို့ပြင် “ငါ၏သညာသည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု သညာ၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ ရလေရာ၏။  
ရဟန်းတို့- အမှန်အားဖြင့်ကား သညာသည် အတ္တကောင် မဟုတ်သောကြောင့်သာလျှင် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာလည်း ဖြစ်နေချေ၏။ ထို့ပြင် “ငါ၏ သညာသည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလိုအဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု သညာ၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ မရဘဲ ရှိချေ၏။

သညာ ၆-မျိုး

၁။ ရူပသညာ = အဆင်းကို မှတ်သားသောသညာ

- ၂။ သဒ္ဒသညာ = အသံကို မှတ်သားသောသညာ
- ၃။ ဂန္ဓသညာ = အနံ့ကို မှတ်သားသောသညာ
- ၄။ ရသသညာ = အရသာကို မှတ်သားသောသညာ
- ၅။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာ = တွေ့ထိမှုကို မှတ်သားသောသညာ
- ၆။ ဓမ္မသညာ = ကြံသိရသော သဘောအာရုံကို မှတ်သားသောသညာ

**သညာသည် အနတ္တ**

ပကတိလူများအနေဖြင့် မြင်မှု ကြားမှု စသည်တို့ဖြစ်တိုင်း ထိုအာရုံအမျိုးမျိုးတို့ကို မှတ်မိနေတာ “ငါဘဲ” ဟု မှတ်ထင်ကြ၏။ ငါကပင် မှတ်မိနေ၏ဟု ထင်မြင်ကြ၏။ “ယောက်ျားကို မြင်တယ်၊ မိန်းမကို မြင်တယ်၊ ခွေးကို မြင်တယ်” ဟု မြင်ရသည့်အဆင်းအာရုံကို မှတ်မိနေ၏။ ထိုအာရုံမှတ်မိနေခြင်းသည် ငါဘဲဟု စွဲလမ်းတတ်၏။ ထိုသို့ထင်မှတ်သည့်အတိုင်း မှတ်သားမှု၊ မှတ်မိမှုသည် ငါကောင်မဟုတ်။

“ဖဿသမုဒယာ သညာသမုဒယော၊ ဖဿနိရောဓာ သညာနိရောဓော”ဟု ဆိုသည့်အတိုင်း ဖဿ ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြပြီး၊ ဖဿချုပ်လျှင် သညာလည်း ချုပ်တော့၏။ ထို့ကြောင့် ကြောင်းကျိုးဆက် သဘောတရား သက်သက်မျှသာဖြစ်၍ အနတ္တသာဖြစ်၏။

**သညာက နှိပ်စက်ပုံ**

စိတ်ညစ်စရာ၊ ပူပန်စရာ၊ ကြောက်ရွံ့စရာများကို မှတ်မိနေခြင်းသည် မိမိကို တချိန်လုံးစက်နေ၏။ သားသမီး ဇနီးမယား လင်ယောက်ျား မိဘ ဆရာသမားများ ဆုံးရှုံးရမှုများ၊ စီးပွားဥစ္စာ၊ ရာထူးဌာနန္တရများ ပျက်စီးဆုံးရှုံးရမှုများ၊ မိမိကို အနိုင်ယူ နှိပ်စက်ခံခဲ့ရမှုများကို မှတ်မိနေခြင်းသည် မိမိကို တချိန်လုံး လွမ်းဆွေး တ၊ သ စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးမှုများ၊ မကျေနပ်မှု ဒေါသများ ဖြစ်စေပြီး နှိပ်စက်မှုကို ဖြစ်စေ၏။ ရှေးက ပြုမှား ပြောမှား ရှိခဲ့သည်များကို ပြန်လည်မှတ်မိ သတိရပြီး တောင်တပူပန်မှုဖြင့် နှိပ်စက်ပြန်၏။ တချို့ ထိုသညာများ မမေ့ပျောက်နိုင်သဖြင့် ရောဂါများပင် စွဲကပ်လာ၏။ တချို့ သေသည်အထိ ဒုက္ခ ရောက်ရ၏။

**ကောင်းတာလေးတော့ ရှိပါသေး၏**

ကောင်းသောသညာလည်း ရှိပါသေး၏။ မိမိတို့ သင်ယူထားသော လောကီ-လောကုတ္တရာ ပညာရပ်များကို မှတ်မိနေခြင်း၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုအရာများ၌ ကောင်းစွာမှတ်မိနေခြင်း၊ မိမိ၊ သူတစ်ပါး အတွက် အသုံးကျသည့် သိသင့်သိထိုက်သော အရာများကို မှတ်မိနေခြင်းများသည် မိမိကို ချီးမြှောက် ထောက်ပံ့ပြီး ကောင်းကျိုးကို ပွားစေ၍ အကောင်းသညာဟု ဆိုရ၏။

**သညာမှတ်တာနဲ့ သတိမှတ်တာ**

သညာက အရာဝတ္ထုများ မမေ့အောင် မှတ်သား၏။ သတိက မမေ့ဘဲ အမှတ်ရ၏။ အဓိပ္ပါယ် ခပ်ဆင်ဆင် တူနေသော်လည်း သညာမှတ်တာက မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း စသည်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ အာရုံတွေကို မမေ့အောင်၊ ပုံသဏ္ဍာန် နိမိတ်များကို မှတ်မိအောင် စွဲမှတ်ထားခြင်းကို ဆို၏။ သတိပဋ္ဌာန် နည်းအရ မှတ်ခြင်းမှာ ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်များကို သူ့သဘောလက္ခဏာနှင့် အဖြစ်အပျက် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ အခြင်းအရာအားဖြင့် သိအောင် သတိပညာဖြင့် စူးစိုက်ရှုမှတ်ခြင်းဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် အဓိပ္ပါယ် ဆင်တူရိုးမားရှိသော်လည်း အနက်အားဖြင့် အလွန်ကွာခြား၏။

**သညာမျိုးစုံ အပုံပုံ**

လူ့လောက၌ “လိမ္မာတယ်၊ တတ်တယ်၊ သိတယ်”ဟု ပြောဆို သုံးနှုန်းနေသောအရာသည် သဘာဝအားဖြင့် သညာကွနွာပင်ဖြစ်၏။ လောက၌ အများနည်းတူ “ရောင်းတတ်တယ်၊ ဝယ်တတ်တယ်၊ တွက်ချက် တတ်တယ်၊ ချက်ပြုတ်တတ်တယ်”စသည်ဖြင့် လောကီရေးရာ လိမ္မာပါးနပ်မှု သဘော မှန်သမျှတို့သည်လည်း သညာတွေသာဖြစ်၏။ နတ်လောက၌ နတ်တို့၏အမှုကိစ္စ မှန်သမျှတို့၌ ကျွမ်းကျင်မှုတို့သည်လည်း နတ်တို့၏ သညာများပင် ဖြစ်၏။

အောက် အပါယ်ဘုံသား ကျွဲ နွား ဆင် မြင်း စသော မြင်မြင်သမျှ တိရစ္ဆာန် မှန်သမျှတို့လည်း သူတို့ သဘာဝအလျောက် သိတတ်ကြကုန်၏။ ထိုအသိများသည်လည်း သညာသိများဖြစ်၏။ လောက ကြီးတစ်ခုလုံး၌ လောကီရေးရာနယ်ပယ်၌ လိမ္မာပါပေတယ်၊ ပါးနပ်ပါပေတယ်၊ တတ်ကျွမ်းပါပေတယ်ဟု မျှော်မဆုံးနိုင်အောင် သုံးစွဲပြောဆို နေကြသောအရာသည်လည်း သညာများသာ ဖြစ်၏။ မုဆိုးလည်း မုဆိုးအလျောက်၊ တံငါလည်း တံငါအလျောက် သူ့လုပ်ငန်းနယ်ပယ်တွင် တတ်သိကျွမ်းကျင်ကြ၏။ ထိုကျွမ်းကျင်မှုများသည်လည်း သညာများပင် ဖြစ်၏။

လိမ္မာပါးနပ်မှု သညာအဝဝကို ခြုံကြည့်လိုက်လျှင် အဆင်းအမျိုးမျိုး၌ လိမ္မာပါးနပ်မှု ရူပသညာ၊ အသံအမျိုးမျိုး၌ လိမ္မာပါးနပ်မှု သဒ္ဒသညာ၊ အနံ့အမျိုးမျိုး၌ လိမ္မာပါးနပ်မှု ဂန္ဓသညာ၊ အရသာအမျိုးမျိုး၌ လိမ္မာပါးနပ်မှု ရသသညာ၊ အတွေ့အမျိုးမျိုး၌ လိမ္မာပါးနပ်မှု ဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာ၊ ရုပ်နာမ်မျိုးစုံ ဓမ္မာရုံ၌ လိမ္မာပါးနပ်မှု ဓမ္မသညာဟု သညာခြောက်ပါး ရှိ၏။

ထို့ထက် အကျယ်ပွားလိုက်သော မြေကြီးကို မြေကြီးမှန်းသိတာ၊ ရေကို ရေမှန်းသိတာ၊ နေကို နေမှန်း သိတာ၊ လကို လမှန်းသိတာ၊ နက္ခတ်ကို နက္ခတ်မှန်းသိတာ၊ ကြယ်ကို ကြယ်မှန်းသိတာ စသည် ပြော၍ မကုန် နိုင်လောက်အောင် များပြားလှစွာသော အသိများသည်လည်း သညာကွနွာတို့သာ ဖြစ်ကုန်၏။

လင်္ကာ။ ။ ထို့ပြင် သညာ၊ ခန္ဓာမှာကား၊ လိမ္မာတတ်သိ၊ ခေါ်ကြဘိရင့်။ လူ၏ဘောင်မှာ၊ လူတကာနဲ့၊ လိမ္မာမြဲမှု၊ မှတ်စွဲဖြာဖြာ၊ ဤသညာပင်၊ နတ်မှာ နတ်လျောက်၊ လိမ္မာမြောက်၏။ အောက် အပါယ်သား၊ ကျွဲ နွား မြင်း ဆင်၊ မြင်မြင်သမျှ၊ အနန္တလည်း၊ ဘာဝ ဘာဝ၊ သိတတ်ကြ၏။ လောက အလုံး၊ မျှော်မဆုံးအောင်၊ အသုံးတွင်စွာ၊ အလိမ္မာဟု၊ အချာအချုပ်၊ ခေါ်သမုတ်၏။ မုဆိုးတံငါ၊

သူ့အရာ၌၊ လိမ္မာကျွမ်းကျင်၊ သညာပင်တည့်၊ သို့စဉ်နည်းပြ၊ သိကုန်ကြလော့။ ရူပသညာ၊ စသည်  
ဖြာသား၊ သညာ အပြား၊ အကျဉ်းအားဖြင့်၊ ခြောက်ပါးလာရုံ၊ ပွားပြန်ဘိမူ၊ မြေသိ၊ ရေသိ၊ နေ၊လ သိကာ၊  
စရို သွယ်သွယ်၊ မဆုံးဖွယ်သည် . . . ၊ အကျယ် သညာကုန္တာတည်း။ ။

\*\*\*\*\*

## သင်္ခါရသည် အတ္တမဟုတ်

သင်္ခါရ အနတ္တာ၊ သင်္ခါရ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိသံသု၊ နယိဒံ သင်္ခါရ အာဗာဓယ  
သံဝတ္ထေယျံ၊ လဗ္ဘေထ စ သင်္ခါရေသု “ဧဝံ မေ သင်္ခါရ ဟောန္တု၊ ဧဝံ မေ သင်္ခါရ မာ အဟေသု”န္တိ။ ယသ္မာ  
စ ခေါ ဘိက္ခဝေ သင်္ခါရ အနတ္တာ၊ တသ္မာ သင်္ခါရ အာဗာဓယ သံဝတ္ထေယျံ၊ န စ လဗ္ဘတိ သင်္ခါရေသု  
“ဧဝံ မေ သင်္ခါရ ဟောန္တု၊ ဧဝံ မေ သင်္ခါရ မာ အဟေသု”န္တိ။

မြန်မာပြန်။ ။ရဟန်းတို့- သင်္ခါရတို့သည် (အတွင်းသား အထည်ကိုယ်) အတ္တကောင် မဟုတ်။  
အတ္တကောင် ဟုတ်ခဲ့ပါမူ ဤသင်္ခါရတို့သည် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာ မဖြစ်တန်လေရာ။ ထို့ပြင် “ငါ၏  
သင်္ခါရတို့သည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု သင်္ခါရတို့၌  
စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ ရလေရာ၏။

ရဟန်းတို့- အမှန်အားဖြင့်ကား သင်္ခါရတို့သည် အတ္တကောင် မဟုတ်သောကြောင့်သာလျှင်  
(မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာလည်း ဖြစ်နေချေ၏။ ထို့ပြင် “ငါ၏ သင်္ခါရတို့သည် ဒီလို အကောင်းချည်း  
ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု သင်္ခါရတို့၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ မရဘဲ ရှိချေ၏။

### သင်္ခါရတရားတို့သည် အတ္တမဟုတ်

ကိုယ်ဖြင့်ပြုလုပ်မှု၊ နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုမှု၊ စိတ်ဖြင့်ကြံစည်မှုဟူသော အမူအရာများ ဖြစ်ပေါ်လာရန်  
စေတနာဦးစီးသော စေတသိက် (၅၀)တို့က ပြုလုပ်ပေးရ၏။ စီမံပေးရ၏။ ပြုပြင်ပေးရ၏။ ထို့ကြောင့်  
ကိုယ် နှုတ် စိတ် အမူအရာမှန်သမျှကို ငါက ပြုလုပ်နေသည်ဟု ထင်မှတ်ကာ ဤသင်္ခါရကုန္တာတရားစုကို  
အတ္တကောင် အနေဖြင့် စွဲလမ်းကြ၏။ ဤအစွဲမျိုးကို ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ပြုလုပ်ပေးသူ အတ္တကလေး  
ရှိသည်ဟု စွဲလမ်းသောကြောင့် ကာရကအတ္တဟု ခေါ်၏။ အမှန်မှာ ထိုသင်္ခါရတို့သည် အတ္တမဟုတ်ကုန်။

### သင်္ခါရက နှိပ်စက်ပုံ

ကိုယ်နှုတ်စိတ် အမူအရာများဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပေးနေသော သင်္ခါရတရားတို့သည် အတွင်းသား  
အတ္တသာဖြစ်ခဲ့လျှင် မိမိကို မနှိပ်စက်တန်လေရာ။ မောဟဖြင့်လည်း အမှားသိတွေဖြင့် ဒုက္ခရောက်အောင်  
နှိပ်စက်၏။ အဟိရိက+အနောတ္တပ္ပဖြင့် မရှက်မကြောက် ဒုစရိုက်များလုပ်ကာ နှိပ်စက်၏။ ဥဒ္ဓစ္စဖြင့်

စိတ်တွေ ပြန်လွင့်ကာ စိတ်ဂယောက်ဂယက်ဖြစ်အောင် နှိပ်စက်၏။ လောဘဖြင့်လည်း မတော်မတရား ခိုးယူမိသဖြင့် အရှက်ရအောင် နှိပ်စက်၏။ ဒိဋ္ဌိဖြင့်လည်း ရုပ်နာမ်ကို သူငါထင်ကာ နှိပ်စက်၏။ မာနဖြင့် လည်း ထောင်လွှားပြီး ပညာရှိ သူတော်ကောင်းများ ပမာမခန့် ဆက်ဆံဘူး၏။ ဒေါသဖြင့်လည်း ကြမ်းတမ်းပြီး မပြုသင့်, မပြောသင့်သည်များကို ပြုလုပ်ပြောဆိုကာ ရာဇဝတ်မှုများဖြင့် ဒုက္ခပေး၏။ ကိုယ့်ရှိတာ ဖွက်ထား၊ သူတပါးကြီးပွားတော့ မနာလို၊ ဤသို့ အဆင့်အတန်းနိမ့်သော ဣဿာမစ္ဆရိယ တို့ကလဲ အချိန်တိုင်း ဒုက္ခပေးနေ၏။ မပြုသင့်တာကိုပြု-ပြုသင့်တာကို မပြုမိလေတော့ နောင်ကျမှ ပူပန်ပြီး ကုက္ကုစ္စက နှိပ်စက်ပြန်၏။ မှန်ကန်စွာ မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘဲ အရာရာ သံသယဖြစ် အောင်လုပ်ပြီး ဝိစိကိစ္ဆာကလည်း နှိပ်စက်နေ၏။

ပစ္စုပ္ပန်ဘဝတွင် မကောင်းသော ပါပမိတ္တများဖြင့် ပေါင်းသင်းမိပြီး ဒုစရိုက်မှုများကျူးလွန်မိခဲ့လျှင် ရာဇဝတ်ဘေးသင့်ပြီး ဒုက္ခကြီးစွာ ရောက်ရ၏။ နောင်ဘဝတွင်လည်း အပါယ်လေးပါးသို့ပါ ကျရောက်ပြီး အတောမသတ်နိုင်သော ဒုက္ခများဖြင့် အဆင့်ဆင့် နှိပ်စက်နေတော့၏။ အထက်ပါ အရာများသည် သင်္ခါရ၏ လက်ချက်များသာဖြစ်၏။ သင်္ခါရသည် အတွင်းသား အတ္တသာဖြစ်ခဲ့လျှင် ထိုကဲ့သို့ မိမိကို ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်အောင် နှိပ်စက်လိမ့်မည် မဟုတ်။

**မကောင်းကျိုးများ ရစေသောအားဖြင့် ပြုလုပ်သူ သင်္ခါရကနှိပ်စက်**

တချိန်က အရှင်မောဂ္ဂလာန်နှင့် အရှင်လက္ခဏတို့ ဆွမ်းခံထွက်ရန် ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်မှ ဆင်းလာ ကြ၏။ ထိုအခိုက် အရှင်မောဂ္ဂလာန်က အပ်များတစ်ကိုယ်လုံး စူးဝင်နေ၍ နာကျင်လွန်းသဖြင့် အော်ဟစ် ပြေးသွားနေသော ပြိတ္တာတစ်ကောင်ကို အဘိညာဏ်မျက်စိဖြင့် မြင်ရ၍ “ငါ့မှာတော့ အဲဒီလို ပြိတ္တာ ဖြစ်ကြောင်း သင်္ခါရတွေ ကင်းနေပြီဟု”ဆင်ခြင်မိသဖြင့် ပြုံးလေ၏။ ထိုအခါ အရှင်လက္ခဏမြင်၍ မေးသဖြင့် ဘုရားထံရောက်မှ ပြောပြလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားလည်း ဘုရားဖြစ်သည့်ည ဗောဓိပင်အောက်မှာတုန်းကပင် တွေ့မြင်ခဲ့ကြောင်း၊ အများ မယုံမည်စိုး၍ မပြောခဲ့ကြောင်း၊ အခုတော့ အရှင်မောဂ္ဂလာန် ပေါ်လာသည့်အတွက် ဟောရ ကြောင်း မိန့်လေ၏။ ဤပြိတ္တာသည် လူ့ဘဝတုန်းက ကုန်းတိုက်ခဲ့သည့် အကုသိုလ်သင်္ခါရကြောင့် ငရဲသို့ကျပြီး၊ လွတ်သောအခါ အကုသိုလ်ကံ အကြွင်းရှိသေးသဖြင့် ပြိတ္တာဖြစ်ပြီး ဒုက္ခရောက်နေရ ကြောင်း ဟောတော်မူ၏။

နွားသတ်သမားဖြစ်လာသော ပြိတ္တာကို လင်းတများ ကျိုးများ ထိုးဆိတ်သည်ကို ခံနေရသဖြင့် အော်ဟစ်ပြေးလွှားနေသည်ကိုလည်း တွေ့၏။ သိုးသတ်သမားဘဝက လာသော ပြိတ္တာမှာ အပေါ်ယံ အရေခွံမရှိဘဲ သွေးရဲရဲဖြင့် သိန်းစွန်တို့ အထိုးဆိတ်ခံနေရ၏။ ဝက်သတ်သမားဘဝမှ လာသောပြိတ္တာမှာ ကိုယ်ပေါ်သို့ သန်လျက်များ ကျကျပြီး ထိုးဆွဒုတ်ဖြတ် ခံနေရ၏။ လာဘ်စားသည့်တရားသူကြီးဘဝမှ လာသောပြိတ္တာသည် မိမိကျောကုန်းမှ အသားများကို မိမိသံလက်သည်းကြီးများဖြင့် ကုပ်ခြစ်ကာ စားသောက်နေရ၏။



အထက်ပါ အဖြစ်အပျက်များသည် ပြုလုပ်သူ အကုသိုလ်သင်္ခါရများက မကောင်းကျိုးများ ပေးသော အားဖြင့် နှိပ်စက်ပုံဖြစ်၏။

**သင်္ခါရတို့အပေါ် စီမံလိုမရ၊ တောင့်တတိုင်း မဖြစ်**

အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အတွေ့အထိ အာရုံများ ပေါ်လိုက်သည်နှင့် သင်္ခါရများ စတင်၍ လုပ်တော့၏။ အထူးသဖြင့် အကုသိုလ်သင်္ခါရများသာ အဖြစ်များ၏။ ထိုအခါ စိတ်ညစ်စရာ စိတ်ပျက်စရာ စိတ်ပူစရာ ဒုက္ခရောက်စရာ သင်္ခါရတွေ မဖြစ်ပါစေနဲ့။ ကောင်းကျိုးပေးပြီး စိတ်ချမ်းသာစေမဲ့ ကုသိုလ် သင်္ခါရတွေချည်း ဖြစ်ပါစေဟု အမိန့်ပေး၍ မရ။ တောင့်တပြန်လည်း မဖြစ်။ ထိုသို့ မဖြစ်လေသောကြောင့် သင်္ခါရတို့သည် အနတ္တသာ ဖြစ်ချေ၏။

**ဝိပဿနာနှင့် ဖြတ်**

အဆင်းအသံစသည့် အာရုံများ ပေါ်လာသောအခါ ယောဂီများသည် မြင်မှု ကြားမှုစသည်ကို မပြတ် ရှုမှတ်ရ၏။ မမြင်လို မကြားလိုသော်လည်း ၎င်းသင်္ခါရများ ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဖြစ်ဖြစ်နေ၏။ မှတ်ရင်း အရှိန်ရ လာသောအခါ အာရုံများ တဖြည်းဖြည်း ပျောက်ပျောက်သွားသည်ကို တွေ့ရ၏။ ထိုအခါ အကုသိုလ်သင်္ခါရများ ဆက်မဖြစ်တော့ဘဲ ဖြစ်သည့်နေရာတွင်ပင် ကိလေသာများ ရပ်သွား တော့၏။ ကံအဖြစ်သို့ မရောက်တော့။ မရောက်လျှင် အကုသိုလ်ဆိုးကျိုးနှင့် ဝိပါက်ခန္ဓာများလည်း မဖြစ်တော့။

**သင်္ခါရ ၂-မျိုး**

**ပြုလုပ်ပေးသူ သင်္ခါရ**

သွားခြင်း ရပ်ခြင်း ထိုင်ခြင်း လျောင်းခြင်း ကွေးခြင်း ဆန့်ခြင်း စသော ကာယကံပြုလုပ်မှု၊ ပြောဆိုခြင်း၊ သီဆိုခြင်း စသော ဝစီကံပြောဆိုမှု၊ ကြံစည် တွေးတောခြင်းဟူသော မနောကံ ကြံစည်မှု၊ ဤကိုယ်နှုတ်စိတ် အမူအရာ ရုပ်နာမ်သဘောတရားများ ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်တတ်သည်မှာ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ ဖြစ်၏။ ဤသင်္ခါရက္ခန္ဓာ၏ လှုံ့ဆော် စီမံမှုကြောင့် ကိုယ်နှုတ်စိတ် အမူအရာများ ပြီးစီးနေကြ၏။ ထို့ကြောင့် ဤသင်္ခါရက္ခန္ဓာသည် ပြုလုပ်ပေးသူ-စီမံဖန်တီးပေးသူ သင်္ခါရဖြစ်၏။

(သင်္ခါတ မဘိသင်္ခါရောန္တိတိ ခေါ ဘိက္ခဝေ တသ္မာ သင်္ခါရာတိ ဝုစ္စတိ။ ဘိက္ခဝေ=ချစ်သားတို့၊ သင်္ခါတံ=ပြုအပ်သော ကိုယ် နှုတ် စိတ် အမူအရာကို၊ အဘိသင်္ခါရောန္တိ=ပြုတတ်ကုန်၏။ ဣတိ တသ္မာ= ထိုသို့ ပြုတတ်သောကြောင့်၊ သင်္ခါရာတိ=သင်္ခါရတို့ဟူ၍၊ ဝုစ္စန္တိ=ခေါ်ဆိုအပ်ကုန်၏။)

(ခဇ္ဇနိယသုတ်၊ ခန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ်၊ နှာ-၇၂။)

**အပြုခံ သင်္ခါရ**

ကံ၊စိတ်၊ဥတု၊အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရားတို့ကြောင့် ဖြစ်လာကြကုန်သော ရုပ်နာမ်များသည် အပြုခံသင်္ခါရမည်၏။

သတ္တဝါတို့၏သန္တာန်၌ ပဋိသန္ဓေဝိညာဏ်မှစပြီး ကံကြောင့်ဖြစ်သော အကျိုးဝိပါက်စိတ် စေတသိက်များ၊ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်၊ မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်အကြည် စသော ကမ္မဇရုပ်များ၊ ဤ ရုပ်နာမ်တရားများသည် ကံက ပြုလုပ်ဖန်တီးမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရသော အကျိုး(တနည်း)အပြုခံ သင်္ခါရများ ဖြစ်၏။

သွားခြင်း၊ လာခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ပြုံးခြင်း၊ ရယ်ခြင်း၊ ငိုခြင်း၊ ပြောဆိုခြင်း၊ ဤကိုယ်နှုတ် အမူအရာများသည် ပြုလုပ်လိုသော စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကုန်၏။ ထိုကိုယ်နှုတ်အမူအရာများကို စိတ်ကြောင့်ဖြစ်လာရသော အကျိုးသင်္ခါရများဖြစ်၏။ ၎င်းနောက် စိတ်စေတသိက် နာမ်တရားများသည် လည်း သူတို့အချင်းချင်း ပြုတတ်သော အကြောင်းသင်္ခါရလည်း မည်၏။ ပြုအပ်သော အကျိုးသင်္ခါရ လည်း မည်၏။ နောက်နောက် စိတ်၊ စေတသိက် နာမ်တရားတို့သည်လည်း ရှေးရှေးဖြစ်သော နာမ်တရား များကြောင့် ဖြစ်သော အကျိုးသင်္ခါရများ ဖြစ်၏။

ပူခြင်း၊ အေးခြင်း၊ နွေးခြင်း စသောရုပ်များသည် အအေးအပူဟူသော ဥတုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာ ရသော အကျိုးသင်္ခါရ ရုပ်များဖြစ်၏။

အစာအာဟာရကြောင့် ဖြစ်လာရသော ရုပ်များသည် အာဟာရက ပြုလုပ်ဖန်တီးအပ်သော အကျိုးသင်္ခါရ ရုပ်များဖြစ်၏။

**သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စာ၊ သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာ၊**

သဗ္ဗေ=အလုံးစုံကုန်သော၊ သင်္ခါရာ=ကံ စိတ် ဥတု အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရား လေးပါးတို့သည် အညီအညွတ် ပြုပြင်(စီမံဖန်တီး)အပ်ကုန်သော ရုပ်နာမ်တရားတို့သည်၊ အနိစ္စာ= မမြဲကုန်။ ဒုက္ခာ=ဆင်းရဲကုန်၏။

ဤ၌ “သင်္ခါရာ” ဟူသော စကားအရ သက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းတရားတို့က အညီအညွတ် ပြုပြင်အပ်သော အပြုခံ ရုပ်နာမ်တရားများကို ဆိုလို၏။ (တနည်း) မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ လှုပ်ရှားတိုင်း ဖြစ်ပေါ်နေသော ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားများပင် ဖြစ်၏။

ရည်ရွယ်ချက်မှာ ရုပ်နာမ်တရားများကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု သိမြင်ပြီး ငြီးငွေ့သော နိဗ္ဗန္ဓာဏ် ဖြစ်လာစေရန် ဟောထားခြင်းဖြစ်၏။

**လုပ်သမျှ ဒုက္ခတံ**

ဤနေရာ၌ အချို့သောသူများက ပြုလုပ်ပေးတတ်သော သင်္ခါရနှင့်၊ အပြုခံ သင်္ခါရ နှစ်ခုတို့၏ သဘောကို ကွဲကွဲပြားပြား မသိသဖြင့် ဘုရားဟော အဓိပ္ပါယ်နှင့် ပြောင်းပြန်အဓိပ္ပါယ် ကောက်သည် လည်း ရှိ၏။ ဆိုပုံကား=

“သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ = အလုံးစုံသော အားထုတ်ပြုလုပ်မှု သင်္ခါရတို့သည်။ ဒုက္ခာ=ဆင်းရဲကုန်၏” ဟု အနက်ပေးပြီး၊ “ဒါန သီလ ဘာဝနာ ကုသိုလ်တွေပြုလုပ်နေတာတွေဟာ ဆင်းရဲဘဲ။ လုပ်သမျှဟာ ဒုက္ခဘဲ။ ဘာမှမလုပ်ဘဲ စိတ်ကို စိတ်အတိုင်းထားမှ ချမ်းသာတယ်”ဟု လွဲမှားစွာ ပြောဆိုကြ၏။

တရားအားထုတ်၍ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုများ တွေ့ရသောအခါ “တရားထိုင် နာမှာပေါ့၊ နဂိုဒုက္ခ ရှိပြီးသာကို၊ အပိုဒုက္ခဖြစ်အောင် ပွားနေတာ”ဟု တရားထိုင်ခြင်းအလုပ်ကို အပိုဒုက္ခရှာသည်ဟု စွပ်စွဲ ပြောဆိုသည်များလည်း ရှိ၏။ ဤသို့ဖြစ်သည်ကိုပင် “ဉာဏ်မရှိလို့ လုပ်တယ်”ဟူသောပုံစံဖြင့် “ဉာဏ်ဖျင်းတော့ ကိုယ်ညှင်းတယ်” ဟု ပြောတတ်ပြန်၏။

အမှန်မှာ ဤနေရာ၌ သင်္ခါရအရ အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်သည့် အကျိုးရုပ်နာမ်များကိုသာ ယူရမည်။ အကြောင်းဖြစ်သည့် စေတနာစသည့် သင်္ခါရကို မယူရ။

လင်္ကာ။ ။ ကာယ ဝစီ၊ မနောပြီတည့်၊ သုံးလီ ကမ္မ၊ သင်္ခါရမူ၊ ဓမ္မ ထင်ရှား၊ ငါးဆယ်ပြား၏။  
တွေ့ငြား ဖဿ၊ ဆော်ထ စေတနာ၊ ဧကဂ္ဂါမူ၊ တည်ကြည်ဟူ၏။ သက်မူ ဇီဝ၊ မနသိ ကား၊ နှလုံးသား တည့်၊ ငါးပါး ဓမ္မ၊ စိတ်တိုင်းရ၏။ တက္က ကြံခြင်း၊ ဖွဲ့ရစ်ခြင်းမှာ၊ ဝိစာရမှတ်၊ ဆုံးဖြတ်မိမောက္ခ၊ ဝီရိယ နှင့်၊ ဆန္ဒ ပီတိ၊ ထင်ရှားဘိ...။ (ဝေဒနာ၊ သညာ မှတ်ပါး အညသမာန်း စေတသိက် ၁၁-ပါး)

မသိ မလင်း၊ မထိုးထွင်းချက်၊ မောဟ နက်တည့်၊ ရှက်+ကြောက် မရှိ၊ အဟီရိက၊ နောတ္တပ္ပ မည်၊ မတည်ကြည်က၊ ဥဒ္ဓစ္စမူ၊ ဤလေးခုကား၊ အကုသိုလ်တွင်၊ စိတ်တိုင်းယှဉ်၏။ လိုချင်လောဘ၊ မာန ထောင်လွှား၊ မြင်မှား ဒိဋ္ဌိ။ ကြမ်းဘိ ဒေါသ၊ မစွေရ ဝန်တို၊ မနာလို ဣဿာ၊ တဖြာ ကုက္ကုစ္စ၊ နောင်တ ပူပင်၊ မရွှင် မကြည်၊ ထိုင်းမှိုင်းသည်မှာ၊ နှစ်မည် ထိ+မိဒါ၊ စိတ်ထဲ ဒွိဟ၊ နှစ်ခွ နေဘိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ . . .။ (အကုသိုလ် စေတသိက် ၁၄-ပါး)

သဒ္ဓါကြည်လော့၊ မမေ့ သတိ၊ ရှက်ကြောက် ဘိမှာ၊ ဟိရီ+ဩတ္တပ္ပ၊ မကပ် မငြိ၊ မကြမ်းဘိနှင့်၊ အသိတရား၊ ဟိတ်သုံးပါးဟူ။ လျစ်လျူရှုလတ်၊ တတြမဇ္ဈတ္တတာ၊ နှစ်ဖြာ ပဿဒ္ဓိ၊ ငြိမ်းဘိ ကိုယ်စိတ်၊ ပေါ့ရိပ် လဟု၊ မုဒ နူးညံ့၊ ကျန်းခုံ ကမ္မဉ်၊ ကျွမ်းကျင် ပါဂုဉ်၊ ဖြောင့်တုံ ဥဇု၊ နှုတ်ဒု၊ ကာဒု၊ ကြည့်မှု သုံးဖြာ၊ ဝါစာကမ္မန္တ။ အာဇီဝနှင့်၊ သတ္တအများ၊ သနားသမှု၊ ဝမ်းမြောက်မှုဟု၊ ကရုဏာ၊ မုဒိ၊ ငါးဆယ်ရှိ၏။ သုစရိတ၊ ဒုစ္စရိတ၊ ဒါန သီလ ဘာဝနာ၊ စသည်ဖြာသား၊ ဝေါဟာသွယ်သွယ်၊ မဆုံးဖွယ်သည် . . . အကျယ် သင်္ခါရကုန္ဒာတည်း။ ။ (သောဘဏစေတသိက် ၂၅-ပါး)

\*\*\*\*\*

### ဝိညာဏ်သည် အတ္တမဟုတ်

ဝိညာဏ် အနတ္တာ၊ ဝိညာဏဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ဝိညာဏံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ။ လဗ္ဗေထ စ ဝိညာဏေ “ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာ အဟောသီ”တိ။ ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဝိညာဏံ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ဝိညာဏံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဗတိ ဝိညာဏေ “ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာ အဟောသီ”တိ။

မြန်မာပြန်။ ။ ရဟန်းတို့- ဝိညာဏ်သည် (အတွင်းသား အထည်ကိုယ်) အတ္တကောင် မဟုတ်။

အတ္တကောင် ဟုတ်ခဲ့ပါမူ ဤဝိညာဏ်သည် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာ မဖြစ်တန်လေရာ။ ထို့ပြင် “ငါ၏ ဝိညာဏ်သည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု ဝိညာဏ်၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ ရလေရာ၏။

ရဟန်းတို့- အမှန်အားဖြင့်ကား ဝိညာဏ်သည် အတ္တကောင်မ ဟုတ်သောကြောင့်သာလျှင် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာလည်း ဖြစ်နေချေ၏။ ထို့ပြင် “ငါ၏ ဝိညာဏ်သည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလိုအဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု ဝိညာဏ်၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ မရဘဲ ရှိချေ၏။

**ဝိညာဏ်သည် အတ္တမဟုတ်**

ဝိညာဏ်သည် မြင်သိစိတ်၊ ကြားသိစိတ်၊ နံသိစိတ်၊ စားသိစိတ်၊ ထိသိစိတ်၊ ကြံသိစိတ်ဟု အကျဉ်းအားဖြင့် ၆-ပါးရှိ၏။ ထိုသိမှုဝိညာဏ် ၆-ပါးကိုပင် ငါဟု စွဲလမ်းနေကြ၏။ မှန်၏။ အသက်မဲ့သော ကျောက်ရုပ်၊ သစ်သားရုပ်၊ ရွံ့ရုပ်များ၌ အသိဝိညာဏ်မရှိသဖြင့် အသက်ရှင်နေသော အကောင်ဟု အသိအမှတ် မပြုကြပေ။ မြင်သိမှု စသည်ရှိမှသာလျှင် အသက်ရှင်သောအကောင်ဟု အသိမှတ်ပြုကြ၏။ စိတ်စေတသိက် နာမ်တရား ၅၃-ပါး ရှိသော်လည်း လောက၌ သတ္တဝါတို့သည် စိတ်ကိုသာ အဓိကထား၍ ပြောတတ်ကြ၏။ “မြင်သိတာ ငါ၊ ကြားသိတာ ငါ၊ ငါကဘဲ ကြံသိနေတာ”ဟု ထင်မှတ်ကြ၏။ ထို့ကြောင့် မြင်ခြင်းစသည်ကို အသက်ရှင်နေသော ငါကောင်အဖြစ် လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအများက စွဲလမ်းကြ၏။ သို့သော် ထိုဝိညာဏ်သည် သတ္တဝါများ ထင်သလို အတ္တကောင် ငါကောင် မဟုတ်။

**စိတ်ဝိညာဏ်က နှိပ်စက်ပုံ**

လောက၌ သတ္တဝါများသည် စိတ်ချမ်းမြေ့ဖွယ်ရာ အာရုံများကိုသာ သိမြင်ကြားသိချင်ကြ၏။ သို့သော် ကံမကောင်း အကြောင်းမတော်သော အခါများ၌ မြင်သိစိတ်ကလည်း ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့် ဖွယ်ရာများ မြင်ပြီးလဲ နှိပ်စက်တတ်၏။ ဆိုးရွား ကြမ်းတမ်း ထိတ်လန့်ဖွယ်ရာ နားမချမ်းသာဖွယ်ရာ အသံများလည်း နှိပ်စက်တတ်၏။ ပုပ်ညှို့နံ့လျောင်း အော့နှလုံးနာဖွယ်ရာ မကောင်းသော အနံ့ဆိုးများဖြင့် လည်း နှိပ်စက်တတ်၏။ မကောင်းသော ဆိုးရွားလှသည့် အရသာများဖြင့်လည်း နှိပ်စက်တတ်၏။ ကြမ်းတမ်းခက်ထန် အခံရခက်လှသည့် ရောဂါဆိုး အတွေ့ဆိုးများဖြင့်လည်း နှိပ်စက်တတ်၏။ စိတ်ညစ် စိတ်ပျက် စိတ်ဆင်းရဲစရာ စိတ်ပူစရာ သောကရောက်စရာများဖြင့်လည်း နှိပ်စက်တတ်၏။

ဝိညာဏ်သာ အတွင်းသား အတ္တဖြစ်ခဲ့လျှင် မိမိကို ဤသို့ မနှိပ်စက်တန်လေရာ။ ထို့ကြောင့် အနတ္တ ထင်ရှား၏။

**စိတ်ဝိညာဏ်က ကိုယ့်အလိုအတိုင်းမဖြစ်**

အရာအားလုံးသည် အကြောင်းအားလျော်စွာသာ ဖြစ်ကြ၏။ အကြောင်းကောင်းမှသာလျှင် အကျိုးကောင်း ဖြစ်ပေါ်၏။ လှပသော အဆင်းကိုသာ တွေ့လိုသော်လည်း မျက်စိဖွင့်ထားလျှင် အဆိုး အာရုံများလည်း တွေ့မြင်နိုင်၏။ အဆင်းကောင်းများကို တွေ့ရပါစေဟု တောင့်တသော်လည်း လှပသော

အဆင်းအာရုံကောင်း မရှိလျှင် အမြင်ကောင်းများ မဖြစ်ပေါ်နိုင်။ ဤသည်ပင်လျှင် မြင်သိစိတ်က မိမိ အလိုအတိုင်း မဖြစ်ဘဲ သူ့အကြောင်းအားလျှော်စွာ ဖြစ်နေခြင်းတည်း။

ထို့အတူ အသံဆိုးများ မကြားချင်ကြ။ သာယာကြည်နူးဖွယ် စိတ်ချမ်းသာဖွယ် အသံများကိုသာ နားထောင်လို၏။ ထို့ကြောင့် မိမိကြိုက်နှစ်သက်ရာ အသံများကို ရှာကြံ နားထောင်ကြ၏။ ထိုအသံလေး အမြဲ ကြားရရေးအတွက် အားထုတ်ကြရ၏။ သို့သော် အသံဆိုးများဝင်လာလျှင် စိတ်ညစ်ရပြန်၏။

အနံ့ကောင်းလေးများ မိမိနှင့်ရှိနေစေရန် ရေမွှေးမျိုးစုံ၊ ပန်းမျိုးစုံ၊ အနံ့ကောင်းမျိုးစုံတို့ကို စီမံထား ကြ၏။ သို့သော် အခြားနေရာများသို့ သွားရ၊ အများတကာနှင့် ဆက်ဆံရသောအခါ အနံ့ဆိုးများကား ရှောင်လွှဲ၍ မရတော့ပေ။ စီမံထားတိုင်းလည်း မရ။

အစားအသောက် နေ့တိုင်းစားနေရ၍ တနေ့တမျိုး မရိုးအောင် ရှာဖွေစုဆောင်းထား၏။ မရှိလျှင် ရှိသည့် နေရာသို့ လိုက်စား၏။ သို့သော် ထိုအစားအစာများ မရသည့်အခါ၊ နေရာပြောင်းသွားသည့်အခါတို့၌ မကြိုက်သော်လည်း စားရတော့၏။ နေမကောင်းလျှင် ဆေးခါးကြီးများလည်း မသောက်ချင်လည်း သောက်ရတတ်၏။

တွေ့ထိစရာကိုလည်း နူးညံ့အိစက်ချောမွတ်သည့် အရာကိုမှ တွေ့ထိသုံးစွဲလို၏။ ထို့ကြောင့် သက်ရှိသက်မဲ့ အတွေ့အထိ အာရုံကောင်းလေးများ အမြဲတမ်းရှိနေအောင် ကြောင့်ကြစိုက်နေကြရ၏။ သို့သော် အလွန်ပူခြင်းအေးခြင်းစသော ရာသီဥတုဆိုး၊ ဆူးငြောင့်၊ ခလုတ်၊ မီး၊ လက်နက်စသော အတွေ့ ဆိုး၊ ရောဂါဆိုးများ ရှိနေလျှင် အတွေ့ဆိုးများ မကြိုက်သော်လည်း ဖြစ်နေတော့၏။

စိတ်ဝိညာဏ်ကိုလည်း ရွှင်ရွှင်ပျပျ ချမ်းသာစွာချည်း နေလိုသော်လည်း စီးပွားဥစ္စာ၊ ကျန်းမာရေး၊ အလုပ်အကိုင်စသည် အဆင်ပြေမှသာ စိတ်ချမ်းသာမှုဖြစ်နိုင်၏။ ထို့ကြောင့် စိတ်မပူပန်ရရေးအတွက် အရာရာ ပြည့်စုံနေအောင် အမြဲတမ်း ကြောင့်ကြစိုက်နေကြရ၏။ ဤသို့ အားထုတ်နေသည့်ကြားမှပင် စီးပွားပျက်ခြင်း၊ မိဘ သားသမီး ဇနီးခင်ပွန်း သေခြင်း၊ အလုပ်အကိုင် အဆင်မပြေခြင်း၊ ဂရုစိုက်သည့် ကြားမှ ရောဂါရလာခြင်း စသည့်တို့ ဖြစ်လာသောအခါ စိတ်ဆင်းရဲမှုများ ဖြစ်ရတော့၏။

အထက်ပါအရာအားလုံးသည် ကြံသိစိတ်က မိမိဖြစ်ချင်သလို မဖြစ်ဘဲ သူ့အကြောင်း အားလျှော် စွာသာ ဖြစ်နေကြရပုံ ဖြစ်၏။ ဤစကားရပ်ဖြင့် ကိုယ်ထံ၌ အလိုအတိုင်းအစိုးရသည် စွဲမှတ်သော သာမီ အတ္တစွဲ၊ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း အကြိုက်နှင့်ကိုက်အောင် ဖြစ်စေတတ်သော သယံဝသီအတ္တစွဲများကို ပယ်ရှားနိုင်ရန် ညွှန်ပြနေ၏။

### သတ္တဝါတို့ စိတ်ကိုပိုစွဲလမ်းကြ

သတ္တဝါများသည် အခြားခန္ဓာများထက် ဤစိတ်ဝိညာဏ်ခန္ဓာကို ပို၍ စွဲလမ်းတတ်သည့် သဘော ရှိ၏။ ထို့ကြောင့်ပင် ယခုခေတ်၌လည်း ဝိညာဏ်ကောင်ဆိုပြီး စွဲလမ်းပြောဆိုနေကြ၏။ လောက ဝေါဟာရအားဖြင့်လည်း စိတ်ကပိုပြီး ထင်ရှား၏။ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရဟူသော နာမ်တရားတို့ကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုလေ့ မရှိ။ စိတ်ကဘဲ ခံစားနေသလို၊ စိတ်ကဘဲ မှတ်သားနေသလို၊ စိတ်ကဘဲ ပြုလုပ် နေသလို ပြောဆိုကြ၏။

**ဝိညာဏ်ကိုစွဲသော သာတိရဟန်း**

မြတ်စွာဘုရားသည် ဇာတ်တော်များကို ဟောသောအခါ အဆုံးသတ်၌ “ထိုစဉ်က ဝေဿန္တရာ မင်းကြီးသည် ယခုအခါ ငါဘုရားဖြစ်လာ၏။ ဘူရိဒတ်နဂါးမင်းကြီးသည် ငါဘုရားဖြစ်လာ၏”ဟု ဟော၏။ ထိုအခါ ဗဟုသုတနည်းပါးသော သာတိရဟန်းက “ဘုရားဖြစ်သော နောက်ဆုံးဘဝ၌ ဝေဿန္တရာမင်းဘဝ၊ ဘူရိဒတ်နဂါးမင်းဘဝ စသည့် ဘဝတွေတုန်းက ရုပ်,ဝေဒနာ,သညာ,သင်္ခါရတို့က မပါလာပေ။ စိတ်ဝိညာဏ်လေးဘဲ ပါလာ၏။ စိတ်ဝိညာဏ် ကတော့ ဘယ်တော့မှ မပျက်စီး၊ အမြဲတည် နေ၏”ဟု ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ အမြဲတည်နေသော နိဝါသီအတ္တရှိသည်ဟု ယူဆပြီး “ဝိညာဏ်လေးကတော့ တစ်ဘဝပြီး တစ်ဘဝ သွားနေ၏”ဟု အယူမှား ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ထိုအတိုင်း ပြောဆိုကျင့်သုံးနေ၏။

ဤသည်ကို အခြားရဟန်းများသိ၍ ဤအယူမှားနေကြောင်း၊ မြတ်စွာဘုရားလည်း ဤသို့ မဟော ကြောင်း၊ ဝိညာဏ်သည် အကြောင်းကြောင့်သာလျှင် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ အကြောင်းကင်း၍ ဝိညာဏ် ဖြစ်ခြင်းမရှိဟု ရှင်းပြ၏။

သို့ဖြစ်၍ ထိုသာတိရဟန်းကို မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ခေါ်သွားပြီး အကြောင်းစုံကို လျှောက်ထား ကြ၏။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက “သာတိ..သင်ပြောသည့် ဝိညာဏ်ဆိုတာ အဘယ်ဟာနည်း”ဟု မေး၏။ “မြတ်စွာဘုရား- ပြောဆိုတတ်သော သဘော(အတ္တကောင်)၊ သိတတ်သောသဘော၊ ထိုထိုဘုံဘဝတို့၌ ကုသိုလ် အကုသိုလ်တို့၏ အကျိုးကို ခံစားတတ်သော သဘောရှိပါ၏။ ထိုသဘော(အတ္တကောင်)ပင် ဖြစ်ပါသည် ဘုရား”ဟု လျှောက်၏။

မြတ်စွာဘုရားသည် သူ၏ မှားယွင်းသော နားလည်မှုကို ကွဲရဲ့တော်မူ၏။ ၎င်းနောက် အကြင် အကြင်သို့သော အကြောင်းကိုစွဲ၍ သိမှုဝိညာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုအကြောင်းဖြင့်သာလျှင် ဝိညာဏ်ကို ခေါ်ဝေါ်အပ်၏။

မျက်စိနှင့် အဆင်းကိုစွဲမှီ၍ ဝိညာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် “စက္ခုဝိညာဏ်”ဟုသာ ခေါ်ရ၏။ နားနှင့် အသံကို စွဲမှီ၍ဖြစ်လျှင် “သောတဝိညာဏ်”ဟုသာ ခေါ်ရ၏။ နှာခေါင်းနှင့်အနံ့ကို စွဲမှီ၍ဖြစ်လျှင် “ဃာန ဝိညာဏ်”ဟုသာ ခေါ်ရ၏။ လျှာနှင့်အရသာကို စွဲမှီ၍ဖြစ်လျှင် “ဇိဝှိဝိညာဏ်”ဟုသာ ခေါ်ရ၏။ ကိုယ်နှင့် အတွေ့ကို စွဲမှီ၍ ဖြစ်လျှင် “ကာယဝိညာဏ်”ဟုသာ ခေါ်ရ၏။ စိတ်နှင့် သဘောအာရုံကို စွဲမှီ၍ဖြစ်လျှင် “မနောဝိညာဏ်”ဟူ၍သာ ခေါ်ရ၏။

ဥပမာ...မြက်ကိုစွဲ၍လောင်သောမီးကို မြက်မီး၊ ဖွဲကိုစွဲ၍ လောင်သောမီးကို ဖွဲမီး၊ နွားချေးမီး၊ ဝါးခြမ်းမီး၊ အမှိုက်မီးဟု ခေါ်သကဲ့သို့ ဖြစ်၏ဟု ရှင်းပြတော်မူ၏။ သို့သော် သာတိရဟန်းကား သူ့အယူကို မစွန့်ပေ။ (မဟာတဏှာသင်္ခယသုတ်၊ မူ-ပဏ်၊ နှာ-၃၂၃။)

မဃဒေဝ။ ။ သတ္တဝါတစ်ယောက်၊ ယူမှားမှောက်ကို၊ သိန်းလောက်ဘုရား၊ လှန်သော့အားဖြင့်၊ ဟောကြားချေချွတ်၊ ဖြေမလွတ်ဘူး။ (ပုဒ်ရေ၊ ၃၁၉)

### လောင်စာကွဲလျှင် မီးကွဲသလိုပင်

တောမီးများလောင်လျှင် လောင်စာရှိသလောက် မိုင်ပေါင်းများစွာ လောင်နေ၏။ သာမန်မျက်စိနှင့် ကြည့်လျှင် ဒီတစ်မီးတည်းပင် လောင်နေသည်ဟု ထင်ရ၏။ သို့သော် သေချာကြည့်လျှင် အမှိုက်မီးသည် မြက်မီးမဟုတ်။ မြက်မီးသည် သစ်ရွက်မီးမဟုတ်။ သစ်ရွက်မီးသည် သစ်သားမီးမဟုတ်။ သစ်သားမီးသည် ဖွဲမီးမဟုတ်။

ဤကဲ့သို့ပင် မြင်စိတ် ကြားစိတ်များသည် တစ်စိတ်တည်းဟု ထင်ရ၏။ သို့သော် မြင်စိတ်က တခြား၊ ကြားစိတ်က တခြားသာ ဖြစ်၏။ မြင်စိတ်တစ်မျိုးတည်းမှာပင် အဖြူမြင်တာက တစ်စိတ်၊ အမဲမြင်တာက တစ်စိတ် စသည်ဖြင့် ကွဲနေပြန်၏။



### ဖေဏပိဏ္ဍူပမသုတ်

ဖေဏပိဏ္ဍူပမံ ရူပံ၊ ဝေဒနာ ပုဗ္ဗုဋ္ဌူပမာ။  
မရီစိကူပမာ သညာ၊ သင်္ခါရာ ကဒလူပမာ။  
မာယူပမဉ္စ ဝိညာဏံ၊ ဒေသိတာဒိစ္စဗန္ဓုနာ။

(ခန္ဓသံယုတ်၊ ပုပ္ဖဝဂ်၊ ၁၀၄။)

မြန်မာပြန်။ ။ရုပ်သည် ရေမြှုပ်နှင့်တူ၏ ဟုလည်းကောင်း၊ ဝေဒနာသည် ရေပွက်နှင့်တူ၏ဟုလည်းကောင်း၊ သညာသည် တံလျှပ်(တံလှုပ်)နှင့် တူ၏ဟု လည်းကောင်း၊ သင်္ခါရတို့ကို ငှက်ပျောတုံးနှင့် တူ၏ဟု လည်းကောင်း၊ ဝိညာဏ်ကို မျက်လှည့်နှင့်တူ၏ဟု လည်းကောင်း နေမင်း၏အဆွေ ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် ဟောတော်မူ၏။

### ရုပ်သည် ရေမြှုပ်နှင့်တူ

ရေမြှုပ်သည် အစိုင်လိုက် စုပေါင်းတွဲစပ်လျက် ရှိ၏။ ကိုင်ကြည့်လိုက်လျှင် ဘာမှအခိုင်အမာ မရှိဘဲ အတွင်း၌ လေပူပေါင်းကလေးများ စုပေါင်းနေသည်ကိုသာ တွေ့ရ၏။ ထို့အတူ လူ့ကိုယ်ကြီးကို ကြည့်လျှင်လည်း ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်များဖြင့် အခိုင်အမာ ထင်ရ၏။ ယောက်ျားအသွင် မိန်းမအသွင် ဖြင့် အမြဲတည်မည့် ဟန်ပန်ထင်ရ၏။

သို့သော် ဉာဏ်ဖြင့် ခွဲစိပ်ကြည့်လိုက်သောအခါ ဆံပင် မွှေးညင်းစသော ၃၂-ကောဋ္ဌာသ အစုအဝေးကြီးသာ တွေ့ရ၏။ ထိုဆံပင်စသော ကောဋ္ဌာသအစုအဝေး၌လည်း တစ်ခုစီတွင် ရုပ်မှုန်ကလေးများဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားခြင်းသာ ဖြစ်၏။ ထိုရုပ်မှုန်ကလေးများ ဖယ်လိုက်လျှင် ပုံသဏ္ဍာန်ပညတ်များ ပျောက်ကာ ဘာမှ အနှစ်သာရ ရှာမရတော့ပေ။ ရေမြှုပ်စိုင်ကြီး အနှစ်ရှာမရသလိုပင် ဖြစ်၏။ ဥပမာ

ရုံစေးဖြင့်လုပ်ထားသည့် လှပသောအရုပ်သည် ခိုင်မာသယောင် ထင်ရ၏။ သို့သော် ကွဲပျက်၍ အမှုန် ပြန်ဖြစ်သွားသောအခါ ခိုင်မာသယောင် ပုံပျောက်ပြီး မြေမှုန်များသာ တွေ့ရတော့၏။

ဆောင်။ ။ ရုပ်ဤရုပ် ရေမြှုပ်သဏ္ဍာန်၊ အနိစ္စဘဲ မမြဲအမှန်။  
ဖြစ်ပျက် မစဲ ဆင်းရဲပူပန်၊ အနတ္တ မှတ်ကြ ဇဝကန်။

**ရေပွက်ပမာ ဝေဒနာ**

ခံစားမှုဝေဒနာများသည် မိုးရွာသောအခါ မိုးရေပေါက်ကြောင့် ရေမျက်နှာပြင်ပေါ်၌ ပေါ်လာသော ရေစီပေါင်းလေးများနှင့် တူ၏။ ရေစီပေါင်းကလေးများသည် ရေပြင်ပေါ် မိုးပေါက်များ ကျတိုင်းကျတိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ချက်ချင်း ပျက်ပျက်သွားတတ်၏။ ထို့အတူ အကောင်းအဆိုး အလယ်အလတ် ဝေဒနာ မှန်သမျှတို့သည်လည်း ပေါ်လာပြီး ချက်ချင်း ပျောက်ပျက်သွားတတ်၏။

သို့သော် သာမန်လူများ၌ မြင်လိုကောင်း-မကောင်း၊ ကြားလို ကောင်း-မကောင်း၊ နံလို ကောင်း-မကောင်း၊ စားလို ကောင်း-မကောင်း၊ ထိတွေ့လို ကောင်း-မကောင်း၊ ကြံသိလို ကောင်း-မကောင်း ဝေဒနာတို့သည် အကြာကြီး တည်နေသည်ဟု ထင်ကြ၏။ တရားအားထုတ်နေသော ယောဂီများ၌ ဉာဏ်များ ရင့်သန်လာသောအခါ ထိုဝေဒနာများ ပေါ်လာသည်နှင့် ရှုမှတ်လိုက်လျှင် တစ်ခုပျောက်၊ တစ်ခုပေါ် ဤကဲ့သို့ ရှေးချုပ် ပျောက်သွားသော နေရာ၌ နောက်ဝေဒနာအသစ်များ ပေါ်လာပြီး တဖန်ပျောက်သွားပြန်သည်ကိုသာ တွေ့တွေ့ နေရ၏။ ထို့ကြောင့် အခိုင်အမာ တည်ရှိနေသည်ကို မတွေ့ရဘဲ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရား မျှသာရှိ၏ဟု ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သဘောပေါက်လာ တော့၏။

ဆောင်။ ။ ဝေဒနာစက် ရေပွက်ပုံဟန်၊ အနိစ္စဘဲ မမြဲအမှန်။  
ဖြစ်ပျက်မစဲ ဆင်းရဲပူပန်၊ အနတ္တ မှတ်ကြ ဇဝကန်။

**တံလှုပ်ပမာ မှတ်သညာ**

မှတ်သားမှုသညာသည် တံလှုပ်နှင့်တူ၏။ တံလှုပ်ဟူသည် နွေရာသီမွန်းတည့်ချိန်လောက်တွင် မြေပြင်မှ ထွက်လာသောအပူလှိုင်းကြောင့် ရေပြင်စသည့် အရိပ်အရောင်များ ထင်ပေါ်နေတတ်၏။ မြင်သူကို ထင်မှားစေ တတ်၏။

**တံလှုပ်ပုံရိပ်များ**

အဘိဓဇ မဟာရဋ္ဌဂုရု မစိုးရိမ်ဆရာတော်ကြီး အမိန့်ရှိဖူးသည်မှာ စစ်ကိုင်း-ရွှေဘိုရထားလမ်း၊ ခက်ခနင့် ပဒုဘူတာကြားတွင် ရေမျက်ကြီးအင်း ရှိ၏။ ထိုအင်းသို့ နွေရာသီလှည်းဖြင့် ဖြတ်သွားစဉ်က တံလှုပ်များပေါ်နေပြီး အနီးအပါးရွာမှ အိမ်များ ထင်ပေါ်နေသည်ကို မြင်ခဲ့ရဖူးကြောင်း မိန့်ဆို၏။

မြန်မာစွယ်စုံကျမ်း၌ သဲကန္တာရခရီး ဖြတ်သွားသောသူများသည် အိုအေစစ်နှင့် ဝေးကွာနေသော အရပ်တွင် ခပ်လှမ်းလှမ်း၌ စိမ်းလမ်းစိုပြေသော အိုအေစစ်များ တခါတရံ တွေ့ရတတ်ကြောင်း၊ ထိုအရပ်



သို့ ချဉ်းကပ် သွားသောအခါ မတွေ့ရတော့ကြောင်း ဆို၏။ ထိုသို့ အိုအေစစ်မဟုတ်ဘဲ အိုအေစစ်အသွင် ထင်ရသည်မှာ တံလုပ်ပင်ဖြစ်၏။

သမင်စသော သားကောင်များသည် နွေခေါင်ခေါင် ရေရှာရင်း တံလုပ်များကို ရေပြင်ကြီးကဲ့သို့ တွေ့ရတတ်၏။ ထိုအရပ်သို့ ချဉ်းကပ်သောအခါ ရေမတွေ့ရဘဲ ကုန်းခေါင်ခေါင်ကြီးကိုသာ တွေ့ရပြီး ကြီးစွာပင်ပန်း ကြရကြောင်း ကျမ်းဂန်များ၌ ဆို၏။

**သညာက အမှတ်မှားပုံ**

သညာသည်လည်း ရုပ်နာမ်တို့ဖြင့်သာ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ထားသည်ကို ရုပ်နာမ်ဟု မတွေ့ရဘဲ မြင်ရ ကြားရ သိရသည်များကို လူပဲ,နတ်ပဲ,ဗြဟ္မာပဲ,ယောက်ျားပဲ,မိန်းမပဲ စသည်ဖြင့် အလွဲအမှားများ ကိုသာ စွဲမှတ်ထား၏။ ထို့ကြောင့် ရုပ်နာမ်တို့၏ ကြောင်းကျိုးဆက်စပ် ဖြစ်ပျက်နေမှုသဘောမှန်ကို သိခွင့်မရ။ ဝိပဿနာ အားထုတ်၍ သမာဓိဉာဏ် ရင့်သန်လာသောအခါ၌ကား ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ယောက်ျား မိန်းမဟူသည် သညာ၏ လှည့်စားချက်သာဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားလာ၏။ အမှန်တကယ်ရှိသည့် ရုပ်နာမ် တို့၏ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေမှုကို မြင်လာကာ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာ ရှိကြောင်း သိမြင် လာတော့၏။

ဆောင်။ ။ သညာအမှတ် တံလုပ်ပုံဟန်၊ အနိစ္စပဲ မမြဲအမှန်။  
ဖြစ်ပျက်မစဲ ဆင်းရဲပူပန်၊ အနတ္တ မှတ်ကြဇဝကန်။

**ငှက်ပျောတုံးပမာ သင်္ခါရာ**

ပြုလုပ်အားထုတ်မှု စီမံမှုတို့သည် ငှက်ပျောတုံးနှင့် တူကုန်၏။ ငှက်ပျောတုံးသည် အနှစ်ရှိသည့် သစ်ပင်ကဲ့သို့ ထင်ရသော်လည်း ခုတ်ဖြတ်ပြီး အခွံဖတ်များခွါလိုက်သောအခါ အနှစ်အသား မတွေ့ရပေ။

ပြုလုပ်မှု ပြောဆိုမှု ကြံစည်မှု တည်းဟူသော ဤအမှုအရာမှန်သမျှ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် စေတနာ အမှူးရှိသော စေတသိက် ၅၀-တို့က လှုပ်ရှားပေးနေကြ၏။ မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း စသည်၌ အာရုံကို တွေ့တွေ့သွားသော ဖဿလဲ သင်္ခါရာ၊ အာရုံကိုစူးစိုက်တဲ့ ဧကဂ္ဂတာလည်း သင်္ခါရာ၊ ကြံစည်တဲ့ဝိတက်လဲ သင်္ခါရာ၊ လောဘ စသည်လဲ သင်္ခါရာ၊ သဒ္ဓါစသည်လဲ သင်္ခါရပင်။ ၎င်း သင်္ခါရတို့၏ ပြုလုပ်နေမှုကိုပင် ငါက လုပ်နေသည်ဟု ထင်မှတ်ကြ၏။

ဥပမာအားဖြင့် သွားဆဲခဏ၌ သွားချင်စိတ်ဟု ဆိုသော်လည်း စေတနာဦးဆောင်သော သင်္ခါရ တရားများက “သွားလိုက်၊ သွားလိုက်”ဟု တိုက်တွန်းပေးသကဲ့သို့ ဆက်တိုက် တိုက်တွန်းပေးနေ၏။ ထို့ကြောင့် သွားမှုကိစ္စ ပြီးသွား၏။ ဤသင်္ခါရတို့၏ စေတနာတိုက်တွန်းမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရသော သွားခြင်းလာခြင်း စသောအမှုအရာများကို “ငါသွားသည်၊ သူသွားသည်။ ယောက်ျားသွားသည်။ မိန်းမ သွားသည်”ဟု ထင်မှတ် စွဲလမ်းကြ၏။

ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်သောအခါ၌ ပြုလုပ် ပြောဆို ကြံစည်မှုဖြစ်တိုင်း ၎င်းသင်္ခါရတရားများက ပြုလုပ်ပေးနေရသည်ကို၎င်း၊ သူ့အခိုက်အတန့်နဲ့သူ ချက်ချင်းပင် ပျောက်ပျောက်သွားသည်ကို၎င်း



**အနတ္တလက္ခဏာ အသိခက်လှ**

အနိစ္စနှင့် ဒုက္ခ လက္ခဏာတို့က သိလွယ်၏။ အနတ္တလက္ခဏာကား သိရတာ လွန်စွာခက်လှ၏။ ဥပမာအားဖြင့်... အိုးခွက်ပန်းကန် တစ်စုံတစ်ခု လွတ်ကျ၍ကွဲသွားလျှင် “ဪ... အနိစ္စ အနိစ္စ” ဟု ဆိုမိတတ်ကြ၏။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ အနာပေါက်လျှင်ဖြစ်စေ၊ ဆူးငြောင့်ခလုတ်စသည် ထိခိုက်မိလျှင်ဖြစ်စေ “ဪ... ဒုက္ခ ဒုက္ခ” ဟု ညည်းညူတတ်ကြ၏။ ဤသို့ အနိစ္စနှင့် ဒုက္ခက ထင်ရှားသော်လည်း အနတ္တ လက္ခဏာကတော့ အမှောင်ထဲမှာ ပစ္စည်းရှာရသလိုပင် သိမြင်ဖို့ ခက်ခဲလှ၏။

အနိစ္စနှင့်ဒုက္ခသည် သာသနာတွင်းမှာဖြစ်စေ၊ သာသနာအပမှာဖြစ်စေ ထင်ရှား၏။ အနတ္တ မှာကား ဘုရားပွင့်မှသာ ထင်ရှားသိရ၏။ သာသနာပ၌ သရဘင်္ဂစသော ပညာရှိရသေ့ကြီးများသော်မှ လည်း အနိစ္စနှင့် ဒုက္ခကိုသာ ဟောနိုင်၏။ အနတ္တကို မဟောနိုင်။ ထို့ကြောင့် အနတ္တလက္ခဏာကို သူတစ်ပါးအား သိနားလည်အောင် ဟောပြောခြင်းသည် မြတ်စွာဘုရား၏ အရာသာဖြစ်၏။ သာသနာပ ပုဂ္ဂိုလ်များ အရာမဟုတ်။

ထိုသို့ မထင်ရှားသည့်အတွက်ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားတောင်မှ အနတ္တလက္ခဏာကို ဟောပြော သောအခါ၌ အနိစ္စလက္ခဏာဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ဒုက္ခလက္ခဏာဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ထိုလက္ခဏာ ၂-ပါးလုံးဖြင့်ဖြစ်စေ အထောက်အကူ ယူပြီး ဟောပြောတော်မူရ၏။ (သမ္မောဋ္ဌ၊ ၄၆။)

(သာသနာပ ကာလ၌ အနိစ္စနှင့် ဒုက္ခထင်ရှားသည်ဆိုရာ၌လည်း ပညတ် အနိစ္စ ဒုက္ခသာ ဖြစ်ကြောင်း၊ ပညတ် အနိစ္စ ဒုက္ခဖြင့် အနတ္တကို မသိနိုင်ကြောင်း၊ ပရမတ် အနိစ္စဒုက္ခမှသာ အနတ္တကို သိနိုင်ကြောင်းလည်း မူလဋီကာ၌ ဖော်ပြထားသေး၏။)

**အနိစ္စဖြင့် အနတ္တကို ပြတော်မူပုံ**

“စက္ခု အတ္တာ” တိ ယော ဝဒေယျ၊ တံ န ဥပပဇ္ဇေတိ စက္ခုဿ ဥပ္ပါဒေါပိ ဝယောပိ ပညာယတိ၊ ယဿ ခေါ ပန ဥပ္ပါဒေါပိ ဝယောပိ ပညာယတိ “အတ္တာ မေ ဥပ္ပဇ္ဇေတိ ဝေတိ စာ” တိ ဣစ္စဿ ဧဝမာဂတံ ဟောတိ၊ တဿှာ တံ န ဥပပဇ္ဇေတိ “စက္ခု အတ္တာ”တိ ယော ဝဒေယျ၊ ဣတိ စက္ခု အနတ္တာ။

(ဆဆက္ကသုတ္တန်၊ ဥပရိပဏ်။)

မြန်မာပြန်။ ။အကြင်သူသည် မျက်စိကို အတ္တဟု ဆိုငြားအံ့။ ထိုသူ၏စကားသည် မသင့်။ အဘယ့် ကြောင့်ဆိုသော် မျက်စိရုပ်၏ ဖြစ်ခြင်းရော ပျက်ခြင်းပါ ထင်ရှားသောကြောင့်ပင်တည်း။ အပြစ်ကို ပြရလျှင် အတ္တဟုဆိုသော မျက်စိရုပ်သည် ဖြစ်ခြင်းရော ပျက်ခြင်းပါ ထင်ရှား၏။ ထိုမျက်စိရုပ်အား “ငါ့မျက်စိဟူသော အတ္တသည် ဖြစ်လဲဖြစ်၏၊ ပျက်လည်းပျက်၏”ဟု အပြစ်ဆိုဖွယ်ရာ ရောက်လာ၏။ ထို့ကြောင့် အကြင်သူသည် မျက်စိကို အတ္တဟု ဆိုငြားအံ့။ ထိုသူ၏စကားသည် မသင့်။ ထို့ကြောင့် မျက်စိရုပ်သည် အတ္တမဟုတ် -- အနတ္တသဘော သက်သက်ပေတည်း။

အမိပွယ်။ ။မြင်သိမှု၏တည်ရာ မျက်စိအကြည်ရပ်သည် မြင်တိုင်းမြင်တိုင်း ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်,ပျက် သွား၏။ ထို့ကြောင့် မမြဲ၊ မမြဲသည့်အတွက် အမြဲတည်နေသည်ဟု ထင်ရသော အတ္တကောင် မဟုတ်။ ဒီမျက်စိကို အတ္တဟုယူလျှင် “ငါ၏အတ္တသည် ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေ၏။ မမြဲဘူး”ဟု ဆိုရာရောက်ပေ လိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် မမြဲတဲ့ မျက်စိရပ်သည် အတ္တကောင်မဟုတ်ဟု ဆုံးဖြတ်ချက်ချ သိမှတ်ရ၏ ဟူလို။

**ဒုက္ခဖြင့် အနတ္တကို ပြတော်မူပုံ**

ဒုက္ခဖြင့် အနတ္တကို ပြပုံမှာ ဤအနတ္တလက္ခဏာသုတ်၌ပင် ပါနေ၏။ ပြဆိုရလျှင်--

ရဟန်းတို့- ရုပ်သည် (အတွင်းသား အထည်ကိုယ်) အတ္တကောင် မဟုတ်။ အတ္တကောင် ဟုတ်ခဲ့ ပါမူ ဤရုပ်သည် (မိမိအား) နှိပ်စက်ဖို့ရာ မဖြစ်တန်လေရာ။ ထို့ပြင် “ငါ၏ရုပ်သည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု ရုပ်၌ စီမံခန့်ခွဲ၍လဲ ရလေရာ၏။ ဟူသော စကားများပင် ဖြစ်၏။ မိမိကို နှိပ်စက်တတ်သောကြောင့် ကြောက်စရာ ဒုက္ခဖြစ်၏။ ထိုသို့ ကြောက် စရာကောင်းသော ဆင်းရဲဒုက္ခ ဖြစ်နေသောကြောင့် မိမိ၏အတွင်းသား အတ္တကောင် မဟုတ်။ အနတ္တတရား သက်သက်သာဖြစ်၏ဟု ပြဆိုနေ၏။

**အနိစ္စ-ဒုက္ခ နှစ်ပါးဖြင့် အနတ္တကို ပြပုံ**

ရူပံ ဘိက္ခဝေ အနိစ္စံ = ရဟန်းတို့. . .ရုပ်သည် မမြဲ။  
ယဒနိစ္စံ တံ ဒုက္ခံ = မမြဲသောတရားသည် ကြောက်စရာ ဆင်းရဲဖြစ်၏။  
ယံ ဒုက္ခံ တဒနတ္တာ = ဆင်းရဲသောတရားသည် အတွင်းသား အနှစ် အတ္တမဟုတ်။  
ယဒနတ္တာ တံ “ နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာတိ = ထိုအနတ္တဖြစ်သော တရားကို ဤဟာသည် ငါ့ဥစ္စာ မဟုတ်၊ ဤဟာသည် ငါမဟုတ်၊ ဤဟာသည် ငါ့အတ္တမဟုတ်ဟု ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပညာယ ဒဠ္ဇဗ္ဗံ = ဤသို့ ရုပ်ကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ဝိပဿနာပညာ၊ မဂ်ပညာဖြင့် ရှုမြင်အပ်၏။

**အနတ္တ၊ အနတ္တလက္ခဏာ၊ အနတ္တာနုပဿနာဉာဏ်**

- ၁။ ခန္ဓာငါးပါးသည် အတ္တမဟုတ်သောကြောင့် အနတ္တ မည်၏။
- ၂။ မိမိအလိုအတိုင်း မဖြစ်သောအခြင်းအရာသည် အနတ္တလက္ခဏာ မည်၏။
- ၃။ ရှုမှတ်တိုင်း အလိုအတိုင်း မဖြစ်သည်ကိုတွေ့ရ၍ အစိုးမရ အတ္တကောင်မဟုတ်ဟု သိလိုက်ခြင်းသည် အနတ္တာနုပဿနာဉာဏ် မည်၏။

**သစ္စကပရိမိုဇ်၏ အတ္တဝါဒ**

ဝေသာလီမြို့လမ်းမပေါ်၌ သစ္စကပရိဗိုဇ်ကြီး ဆွမ်းခံလှည့်လည်နေသော အရှင်အဿဇိမထေရ် နှင့် တွေ့သဖြင့် “ရဟန်းဂေါတမဟာ တပည့်ရဟန်းတွေကို ဘယ်လိုဆုံးမ ညွှန်ကြားပါလဲ”ဟု မေး၏။ ထိုအခါ အဿဇိမထေရ်က “ရုပ် ဝေဒနာ သညာ သင်္ခါရ ဝိညာဏ်ဆိုတဲ့ တရားများသည် အနိစ္စ-မမြဲဘူး၊ အနတ္တ=အတ္တ မဟုတ်သည့် သဘောတရားမျှပဲလို့ များသောအားဖြင့် ဆုံးမပါတယ်”ဟု ဖြေလိုက်၏။

ထိုအခါ သစ္စကကြီးက မင်္ဂလာမရှိသည့်စကားကို ကြားလိုက်ရကြောင်း၊ နောင်တချိန်ချိန် ရဟန်းဂေါတမနှင့် တွေ့သောအခါမှာ ထိုအယူမှားမှ လွတ်အောင် ချွတ်နိုင်တန်ကောင်းရာ၏ဟု ဆိုကာ ထွက်သွား၏။

ထို့နောက် ဝေသာလီမင်းသားများကိုခေါ်၍ ဘုရားရှိရာ မဟာဝုန်တောသို့ ရောက်လာ၏။ အရှင် ဂေါတမ..တပည့်တွေကို ဘယ်လိုဆုံးမသလဲ မေးသဖြင့် ခန္ဓာငါးပါးသည် အနိစ္စ၊ အနတ္တဖြစ်ကြောင်း ဖြေ၏။ ထိုအခါ သစ္စကကြီးက “မျိုးစေ့ အပင်မှန်သမျှသည် မြေကြီးကို မှီ-တည်၍ စည်ပင်ဖြစ်ပွားကြရ သလို၊ ခွန်အားနဲ့ လုပ်ရသောကိစ္စမှန်သမျှလည်း မြေကြီးပေါ်မှာ မှီ-တည်၍ လုပ်ကြရသလိုပင် ကောင်းမှု မကောင်းမှု ကံကိုလဲ ရုပ် ဝေဒနာ သညာ သင်္ခါရ ဝိညာဏ်ဟူသော အတ္တကောင် ရှိသောသူသည် ထိုအတ္တကိုမှီပြီး ပြုလုပ်ကြရ၏။ ကောင်းကျိုး ဆိုးပြစ်ကိုလဲ ထိုအတ္တကပင် ခံစား၏။ ခန္ဓာငါးပါးသည် အတ္တမဟုတ်လျှင် ကောင်းမှုမကောင်းမှုက ဘယ်ဟာကိုမှီ၍ လုပ်မည်နည်း။ ကောင်းကျိုးဆိုးပြစ်ကို ဘယ်သူက ခံစားမည်နည်း”ဟု စောဒက တက်လာ၏။

ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက “ရုပ်သည် ငါ၏အတ္တ၊ ဝေဒနာသည် ငါ၏အတ္တ၊ သညာသည် ငါ၏အတ္တ၊ သင်္ခါရသည် ငါ၏အတ္တ၊ ဝိညာဏ်သည် ငါ၏အတ္တဟု သင်ဆိုလိုသလော”ဟု မေးသောအခါ “အကျွန်ုပ် ဒီလို ဆိုတယ်၊ နောက်က ပရိသတ်ကြီးလဲ ဒီလို ဆိုတယ်”ဟု ဖြေ၏။ ကိုယ့်ဝါဒကိုသာ ကိုယ်ဖြေပါ၊ သူတပါး ဆွဲမထည့်ပါနဲ့ဟု တိုက်တွန်းသောအခါမှ “ဟုတ်ပါသည်”ဟု ဝန်ခံ၏။

ဤတွင် မြတ်စွာဘုရားက “သစ္စက...ကောသလမင်း၊ အဇာတသတ်မင်းတို့လို ဧကရာဇ်ဘုရင် တွေဟာ သူ့နိုင်ငံပိုင်နက်ထဲမှာ သတ်သင့်သူကို သတ်ဖို့၊ ဒဏ်ပေးသင့်သူကို ဒဏ်ပေးဖို့၊ ပြည်နှင့်ဒဏ် ပေးသင့်သူကို ပြည်နှင့်ဒဏ်ပေးဖို့ရာ သူတို့အလိုအတိုင်း လုပ်ပိုင်ခွင့်အာဏာ အစိုးရမှု ရှိပါသလား”ဟု မေးသောအခါ သစ္စကက “သူတို့စိတ်ကြိုက် လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိပါတယ်” ဟု ဖြေလိုက်၏။

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက “သစ္စက...သင်က ရုပ်သည် ငါ၏အတ္တဟု ဆို၏။ ဤသို့ဆိုလျှင် ‘ငါ၏ ရုပ်သည် ဒီလို အကောင်းချည်း ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလို အဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့’လို့ သင့်အလိုအတိုင်း အစိုးရနိုင်ပါသလား”ဟု မေးတော်မူ၏။

ထိုအခါ သစ္စကကြီးမှာ ဖြေဖို့ခက်သွား၏။ အတ္တဝါဒသည် ကိုယ့်အလိုအတိုင်း အစိုးရသည်၊ အလို အတိုင်း ဖြစ်သည်ဟူသော ဝါဒဖြစ်၏။ မင်းများသည် အစိုးရမှုအာဏာရှိ၍ သူတိုင်းပြည် သူကြိုက်သလို လုပ်နိုင်ကြောင်းလဲ ဝန်ခံပြီးဖြစ်၏။ “အစိုးရပါသည်”ဟု ဖြေလိုက်လျှင် သူ၏အကြည်းတန် အရုပ်ဆိုး လှသော သူ့ရုပ်ကြီးကို ချောမောလှပသော လိစ္ဆဝိမင်းသားများလို လုပ်ခိုင်းလျှင် ခက်ချေမည်။ “အစိုး၊ မရပါ”ဟု ဖြေလိုက်လျှင်လည်း ရုပ်သည် အစိုးမရသော အတ္တမဟုတ်ဟု ဝန်ခံရာရောက်ပေမည်။ ထို့ကြောင့် ဘာမျှမပြောဘဲ ငြိမ်နေတော့၏။

နှစ်ကြိမ်မြောက်မေး၏။ မဖြေ။ သုံးကြိမ်မြောက်မမေးမီ “ငါဘုရားသုံးကြိမ်မြောက်မေး၍ မဖြေသူသည် ဦးခေါင်း ၇-စိတ် ကွဲတတ်သည်”ဟု သတိပေးလေ၏။ ထိုအခါ နတ်ဘီလူးကြီးကလည်း ဝရဇိန်လက်နက်ကိုင်လျက် သူ့ခေါင်းပေါ်မှနေ၍ “ဒီတခါမေးလို့ မဖြေလျှင်ခေါင်းခွဲပစ်မည်”ဟူသော အနေအထားဖြင့် ရှိနေ၏။ ဤသည်ကို ဘုရားနှင့် သစ္စကသာ တွေ့ရ၏။ ထိုအခါ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်ပြီး ဒီတခါ ဖြေပါတော့မည်ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားသည် ရှေးနည်းတူစွာ “သစ္စက...သင်က ရုပ်ဟာ ငါ၏အတ္တဟု ဆို၏။ အဲဒီရုပ်၌ ဒီလိုအကောင်းသာ ဖြစ်ပါစေ၊ ဒီလိုအဆိုးတော့ မဖြစ်ပါစေနဲ့လို့ အလိုရှိတိုင်း အစိုးရပါသလား” ဟု မေးသောအခါ “အစိုးမရပါ”ဟု ဖြေလေ၏။ သူ့အဖြေသည် ရှေ့နောက်မညီ ဖြစ်နေ၏။ ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက ဖိနှိပ်လိုသဖြင့် “သစ္စက...သင့်စကားဟာ ရှေ့နောက်မညီဖြစ်နေတယ်။ သတိထား ဖြေပါ”ဟု သတိပေးလေ၏။ ဤသို့ ခန္ဓာငါးပါးလုံး မေး၍ အစိုးမရပါကြောင်း ဖြေလေ၏။

ထို့နောက်... ရုပ်ဟာ မြသလား၊ မမြဘူးလား? မမြပါ...။ မမြတဲ့တရားဟာ သုခလား? ဒုက္ခလား? ဒုက္ခပါ...။ မမြခြင်း ဆင်းရဲခြင်း ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘောတရားကို ငါ့ဥစ္စာပဲ၊ ငါပဲ၊ ငါ့အတ္တပဲလို့ ထင်မြင် စွဲလမ်းဖို့ သင့်ပါမလား? မသင့်ပါ...။ (ဤသို့ ခန္ဓာငါးပါးလုံး ဆက်မေးသွား၏။)

သစ္စက...ခန္ဓာငါးပါးကို စွဲလမ်းငြိတွယ်လျက် ထိုရုပ်နာမ်ဆင်းရဲကိုပင် “ငါ့ဥစ္စာပဲ၊ ငါပဲ၊ ငါ့အတ္တပဲလို့ ထင်မြင်စွဲလမ်းနေလျှင် ဆင်းရဲကို ပိုင်းခြားသိနိုင်ပါမည်လား? ဆင်းရဲကို ကုန်စေလျက် နေနိုင်ပါမည် လား?”ဟု မေးသောအခါ “ဆင်းရဲကိုကုန်စေခြင်း ဘယ်မှာဖြစ်နိုင်ပါ့မလဲ။ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး အရှင်ဂေါတမ” ဟု ဖြေလေ၏။

အနှစ်အသားကို လိုလားသဖြင့် တောသို့ဝင်သော ယောက်ျားသည် ငှက်ပျောတုံးကို အဖတ်ခွါ ကြည့်သောအခါ အနှစ်မတွေ့ရဘဲ ရှိသလိုပင်၊ သင်၏အတ္တဝါဒကိုလည်း ငါဘုရား မေးစစ်ကြည့်သည့်အခါ အနှစ်မဲ့ ဗလာအချည်းနှီးသာ ဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရ၏ဟု မိန့်တော်မူ၏။ ဤတွင် သစ္စကပရိဗိုဇ်ကြီး၏ အတ္တဝါဒသည် ဤနေရာတွင်ပင် ဗုံးဗုံးလဲကျကာ ရှုံးနှိမ့်သွားတော့၏။

မှတ်ချက်။ ။ဤသုတ်၌ လိုရင်းမှတ်သားစရာမှာ သစ္စကသည် ခန္ဓာငါးပါးလုံးကိုပင် အတ္တဟု ထင်မြင် သည့် အတ္တဒိဋ္ဌိဖြစ်၏။ သာတိရဟန်းကတော့ ဝိညာဏ်တစ်ပါးကိုသာ အတ္တဟု ယူမှားသည့် အတ္တဒိဋ္ဌိ ဖြစ်၏။

**အတ္တသည် ခန္ဓာငါးပါးမှ အလွတ်ဟူသောဝါဒ**

အာနန္ဒ ကေ ကူးမားရဆွာမိနှင့် အိုင်ဘီ ဟွန်းနား (Ananda K Coomaraswamy and I. B. Horner) နှစ်ဦးတို့သည် သူတို့ရေးသော The Living Thoughts of Gotama the Buddha (1948) စာအုပ်ထဲတွင် ဗုဒ္ဓက ခန္ဓာငါးပါးသည် အတ္တမဟုတ်ဟု ပြောသော်လည်း အတ္တမရှိဘူးလို့တော့ တိုက်ရိုက်မပြောကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာငါးပါးကတော့ အတ္တမဟုတ်၊ သို့သော် ခန္ဓာငါးပါးမှတစ်ပါး အတ္တဟုခေါ်သော အရာတစ်ခု ရှိသေးကြောင်း ရေးသားကြ၏။

**မဟာစည်ဆရာတော်၏ ရှင်းလင်းချက်**

အဲဒါကတော့ အယူအစွဲမျှပဲလို့ ဆိုရမှာပဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ခန္ဓာငါးပါးမရှိလျှင် အတ္တဟု  
စွဲလမ်းစရာပင် မရှိတော့တဲ့ အတွက်ကြောင့်ပါဘဲ။ အတ္တမှာ ရုပ်မရှိလျှင် အထည်အနေနဲ့ မတွေ့နိုင်  
တော့ဘူး။ သို့သော် နာမ်ရှိနေသေးလျှင်တော့ အရူပဘုံက ပုထုဇဉ်ဗြဟ္မာများလို စွဲလမ်းစရာ ရှိသေး၏။  
ထိုနာမ်ခန္ဓာများပါ မရှိတော့လျှင် စွဲလမ်းစရာ မရှိတော့။

ထိုအတ္တ၌ ဝေဒနာမရှိသည့်အတွက် အကောင်းအဆိုးခံစားမှု အနေနဲ့လည်း မစွဲလမ်းနိုင်။  
သညာမရှိသည့်အတွက် မှတ်သားမှုအနေနဲ့လည်း မစွဲလမ်းနိုင်။ ဝိညာဏ်မရှိသည့်အတွက် အာရုံကို  
သိသောအားဖြင့်လည်း မစွဲလမ်းနိုင်။ သင်္ခါရဟူသော စေတနာမရှိသည့်အတွက် မည်သည့်ကိစ္စ မည်သည့်  
အမှုမျိုးကိုမျှ မစွဲလမ်းနိုင်တော့။ ဤသို့ဆိုချေသော် သူတို့အတ္တသည် အမည်မျှသာ ဖြစ်တော့၏။ ဘယ်လို  
ကောင်လဲ? ဘယ်ဟာလဲ? ဘယ်မှာလဲ? ဘာမျှ မပြောနိုင်၊ ဘာမှ မယ်မယ်ရရ မရှိဖြစ်နေ၏။

ဒါကြောင့် သူတို့အယူအစွဲအားဖြင့် ခန္ဓာငါးပါးမှ အလွတ်ဟုဆိုသော်လည်း ခန္ဓာတစ်ပါးကိုဖြစ်စေ၊  
၂-ပါး ၃-ပါးကို ဖြစ်စေ၊ ငါးပါးလုံးကိုဖြစ်စေ အမှီပြု၍ အသက်ရှင်နေသော အတ္တကောင် ငါကောင်အဖြစ်  
စွဲလမ်းတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။

(အနတ္တလက္ခသုတ်တရားတော် နှာ-၁၅၀၊ ၁၅၁ မှ သင့်လျော်သလို ဖော်ပြခြင်းဖြစ်သည်။)

ပထမ အနုသန္ဓေ ပြီး၏။

\*\*\*\*\*

**ဒုတိယအနုသန္ဓိ**

**တေပရိဝဋ္ဋဓမ္မဒေသနာ**

မြတ်စွာဘုရားသည် ပထမအနုသန္ဓေပိုင်း၌ ဒုက္ခလက္ခဏာဖြင့် အနတ္တသဘောကို ပဉ္စဝဂ္ဂါငါးဦး  
တို့အား ထင်စွာပြုပြီး၍ ယခုအခါ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ=သုံးကျော့ပြန် တေပရိဝဋ္ဋဓမ္မဒေသနာနည်းဖြင့်  
ဟောတော်မူလို၍ တံ ကိံ မညထ ဘိက္ခဝေ - စသည်ကို ဆက်ဟောတော်မူ၏။

**ဟောပုံ တစ်မျိုးပြောင်း...**

မြတ်စွာဘုရားသည် ရှေ့၌ တောက်လျောက် မိမိတစ်ပါးတည်းကသာ ဟောပြောသွားသည်။ ယခု  
ဝေပရိဝဋ္ဋ ဓမ္မဒေသနာသို့ ရောက်လာသောအခါ၌ကား အမေး+အဖြေ ပုံစံမျိုးဖြင့် ပြောင်း၍ ဟော၏။  
ဤသို့ ဟောခြင်းသည် နာယူသူဘက်မှ နားလည်-မလည် သေချာစေ၏။ စိတ်ကို တက်ကြွစေ၏။  
တရားအာရုံသို့လည်း ပို၍ စူးစိုက်စေ၏။

တံ ကိံ မညထ ဘိက္ခဝေ၊ ရူပံ နိစ္စံ ဝါ အနိစ္စံ ဝါတိ။ အနိစ္စံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။ ဒုက္ခံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ န တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊ ဒေသာဟမသ္မိ၊ ဒေသာ မေ အတ္တာ” တိ။ နော ဟေတံ ဘန္တေ။

ရဟန်းတို့- ထိုအရာကို သင်တို့ ဘယ်လို ထင်မှတ်ကုန်သနည်း။

မေး။ ရုပ်သည် မြဲသလား၊ မမြဲသလား? (အနိစ္စ မေးခွန်း)

ဖြေ။ မမြဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲသောရုပ်သည် ဆင်းရဲလော၊ ချမ်းသာလော? (ဒုက္ခ မေးခွန်း)

ဖြေ။ ဆင်းရဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲ ဆင်းရဲ ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်တတ်သော တရားကို “ဤဟာ ငါ့ဥစ္စာဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါ့အတ္တဖြစ်၏”ဟု ရှုမြင်မှတ်ထင်ရန် သင့်လျော်ပါမည်လော? (အနတ္တ မေးခွန်း)

ဖြေ။ မသင့်လျော်ပါဘုရား။

**အနိစ္စမည်ပုံ ၂-ချက်**

၁။ အနိစ္စံ ခယဋ္ဌေန = ကုန်ဆုံး-ကုန်ခမ်းသွားတဲ့ အနက်သဘောကြောင့် အနိစ္စမည်၏။

၂။ ဟုတ္တာ အဘာဝတော အနိစ္စာ = အစက မရှိသေးဘဲ ရှိလာ၊ဖြစ်လာ၊ပေါ်လာပြီး၍ တဖန်ပျောက်ပျက် သွားခြင်းကြောင့် အနိစ္စမည်၏။

**အနိစ္စမည်ကြောင်း လေးချက်**

၁။ ဥပ္ပါဒဝယဝန္တတာယ = ဖြစ်ပြီးလျှင် ပျက်ရသောကြောင့် အနိစ္စမည်၏။

၂။ တာဝကာလိကတာယ = တစ်ခဏမျှသာ အသက်ရှည်ခြင်းကြောင့် အနိစ္စမည်၏။

၃။ ဝိပရိဏာမကောဋီယာ = ဖောက်ပြန်ပျက်စီးခြင်းလျှင် အဆုံးစွန်ရှိသောကြောင့် (ဝါ) ရုပ်ဖြစ်စေ၊ နာမ်ဖြစ်စေ ဥပ္ပါဒ်ခဏ ဖြစ်စမှာ လှပတယ်ဟု ထင်ရသော်လဲ ဋီခဏရောက်တော့ ရင့်ရော်မှုဇရာသဘော ဝင်လာပြီး ဘင်ခဏသို့ရောက်၍ မရဏသဘော တခါတည်း ရွေ့လျောသွားတတ်သောကြောင့် အနိစ္စ မည်၏။

၄။ နိစ္စပဋိက္ခေပတော = ပုထုဇန်တို့ ထင်မှားတဲ့ နိစ္စသဘောကို ပယ်ရှားတတ်သောကြောင့် အနိစ္စမည်၏။

ဆောင်။ ။ဖြစ်လျှင် ပျက်ရ၊ ခဏတည်ပြန်၊ ဖောက်ပြန်ပျက်ပြား၊ ပယ်ရှားနိစ္စ၊ သဘာဝ၊ အနိစ္စ မည်ကြောင်းလေး။



အနိစ္စန္တိ ဟုတွာ အဘာဝါကာရေန အနိစ္စံ၊ အထ ဝါ ဥပ္ပါဒဝယဝန္တတာယ တာဝကာလိကတာယ ဝိပရိဏာမကောဠိယာ နိစ္စပဋိက္ခေပတောတိ ဣမေဟိ ကာရဏေဟိ အနိစ္စံ။ (သံ၊ဋ္ဌ၊၂၊ ၁၉၆။)  
အနိစ္စံ ခယဋ္ဌေန။ (အံ၊ဋ္ဌ၊၁၊ ၄၁၅။ စသည်)

**ဒုက္ခမည်ကြောင်း လေးချက်**

၁။ သန္တာပဋ္ဌေန = ဒုက္ခ ဒုက္ခ၊ ဝိပရိဏာမ ဒုက္ခ၊ သင်္ခါရ ဒုက္ခ ဟူသော ဒုက္ခသုံးမျိုးတို့ဖြင့် အမြဲတစေ ပူပန်စေတတ်သော သဘောကြောင့် ဒုက္ခမည်၏။

၂။ ဒုက္ခမဋ္ဌေန = ဒုက္ခသဘောသုံးမျိုးတို့နှင့် အမြဲဆက်ဆံနေသည့်အတွက် အခံရခက်သောကြောင့်လဲ ဒုက္ခမည်၏။

၃။ ဒုက္ခဝတ္ထုကတာ = ဒုက္ခသဘော သုံးမျိုးတို့၏ တည်ရာဖြစ်သောကြောင့်လည်း ဒုက္ခမည်၏။

၄။ သုခပဋိက္ခေပဋ္ဌေန = တို့တတွေ ထင်မှတ်နေတဲ့ သုခသဘောကို ဒီရုပ်တွေ ဝေဒနာတွေ သညာတွေ သင်္ခါရတွေ ဝိညာဏ်တွေက အမြဲတစေ ပယ်လှန်သောကြောင့်လည်း ဒုက္ခမည်၏။  
ဆောင်။ ။အမြဲပူပန်၊ အခံခက်လှ၊ ဒုက္ခတည်ရာ၊ ပယ်ခွာ သုခ၊ သဘာဝ၊ ဒုက္ခ မည်ကြောင်းလေး။

သန္တာပဋ္ဌေန ဒုက္ခမဋ္ဌေန ဒုက္ခဝတ္ထုကဋ္ဌေန သုခပဋိက္ခေပဋ္ဌေန စာတိ စတူဟိ ကာရဏေဟိ ဒုက္ခံ။  
(သာရတ္ထ၊ဋီ၊၃၊ ၁၈၄။)

**ဒုက္ခမည်ကြောင်း နောက်တနည်း**

ဒုက္ခံ ဘယဋ္ဌေန = ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသောကြောင့် ဒုက္ခမည်၏။  
ဒုက္ခံ ဘယဋ္ဌေန။ (အံ၊ဋ္ဌ၊၁၊ ၄၁၅။ စသည်)

**ဒုက္ခ ၂-မျိုး**

ဒုက္ခသည် ခံနိုင်ဖို့ ခက်ခဲသော၊ သည်းခံဖို့ ခက်ခဲသော၊ ခါးသည်းပြင်းထန်သော မကောင်းသည့် ဆင်းရဲဒုက္ခက တစ်မျိုး။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းလို့ လက်မခံချင်စရာ မကြိုက်ချင်စရာ မုန်းစရာကောင်းသော အရာဆိုတဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခက တစ်မျိုးအားဖြင့် နှစ်မျိုးရှိ၏။

“ဒုက္ခံ ဘယဋ္ဌေန = ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသောကြောင့် ဒုက္ခမည်၏”ဆိုရာ၌ ကြိုက်ချင်စရာ မကောင်းသောကြောင့် ဒုက္ခဟု ခေါ်ခြင်းဖြစ်၏။ ဤနေရာ၌ သုခ-ဒုက္ခ တို့သည် မြန်မာလို “ကောင်းတယ်၊ မကောင်းဘူး”ဟူသော အဓိပ္ပါယ်နှင့် အနက်သဘောတူ၏။

“ယံ ပနာနိစ္စံ=မမြဲသော တရားသည်။ သုခံ ဝါ တံ ဒုက္ခံ ဝါ= ကောင်းသလား မကောင်းဘူးလား?  
“ဒုက္ခံ ဘန္တေ = မကောင်းပါ ဘုရား”

**ကြောက်စရာကောင်းပုံ**

ယခုလူတွေက ကောင်းတယ်၊ ချမ်းသာတယ်လို့ ထင်နေကြတာဟာ ကြာရှည်စွာတည်နေတယ်၊ အမြဲတည်နေတယ်လို့ ထင်လို့ပါဘဲ။ တစ်စက္ကန့်တောင် မတည်ဘဲ ခဏမစဲ ပျက်နေတယ်ဆိုတာ သိရရင် ချမ်းသာတယ် ကောင်းတယ်လို့ ဘယ်မှာ ထင်နိုင်ကြပါ့မလဲ။ အဲဒီလို ခဏမစဲ ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်တရား တွေကို အထည်ကိုယ်လုပ်ပြီး နေကြရတာ။ ရုပ်နာမ်အသစ် နောက်ထပ်ဖြစ်မလာရင် ဘယ်အချိန်မဆို သေနိုင်တဲ့အတွက် အမှန်အတိုင်းသိလျှင် ကြောက်စရာကောင်းလှ၏။ ပြုလုပြုခါနီး ဆွေးမြေ့နေသည့် တိုက်အိုကြီးထဲ၌ နေရသလိုပင် ဖြစ်၏။ ထိုသို့ကြောက်စရာကောင်းသည့်အတွက် “ဒုက္ခ=ဆင်းရဲသော တရား၊ မကောင်းသော တရား၊ အားကိုးစရာ နှစ်သက်စရာ မရှိသောတရား” ဟု ဆိုလိုပေသည်။

**ဒုက္ခ လက္ခဏာ**

“အဘိဏ္ဍာသမ္ပဋိပီဠနာကာရော = မပြတ်နှိပ်စက်သော အခြင်းအရာသည်။ ဒုက္ခလက္ခဏံ = ဆင်းရဲဟု မှတ်သိရကြောင်း လက္ခဏာမည်၏” ဟု အဋ္ဌကထာ၌ ဆို၏။ ရုပ်နာမ်တရား မှန်သမျှ ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်သွားကြ၏။ ထိုသို့ အမြဲမပြတ် တရစပ် ဖြစ်နေ ပျက်နေခြင်းကိုပင် နှိပ်စက်သည်ဟု ဆို၏။ ထိုသို့ ဖြစ်လိုက်ပျက်လိုက်နဲ့ အနှိပ်စက်ခံရသည့် ရုပ်နာမ်သဘော တရားဟူသမျှသည် ဒုက္ခ=ဆင်းရဲသောတရား၊ မကောင်းသောတရားဟု ဆိုလို၏။ ဤနေရာ၌ အဖြစ်အပျက်ရှိသော တရားမှန်လျှင် မည်မျှပင်ကောင်းသည်ဖြစ်စေ ဒုက္ခ=မကောင်း သော တရားချည်းသာ ဖြစ်၏ဟု ဆိုလိုသည်။

မမြဲ ဆင်းရဲ ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်တတ်သော တရားကို “ဤဟာ ငါ့ဥစ္စာဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါ့အတ္တဖြစ်၏” ဟု ရှုမြင်မှတ်ထင်ရန် သင့်လျော်ပါမည်လော?

**ငါ့ဟာလို့ထင်တာ တဏှာစွဲ**

သက်ရှိသက်မဲ့ မည်သည့်အရာဖြစ်စေ ကိုယ့်ဥစ္စာမဟုတ်သော်လည်း စိတ်ထဲက သာယာတပ်မက် နှစ်သက်သဘောကျလျှင် တဏှာဖြင့်စွဲလမ်းကာ သိမ်းပိုက်လေတော့၏။ ဤသို့စွဲလမ်းမိခြင်းသည် မြဲသည်ဟု ထင်မှတ်မှု၊ ချမ်းသာသည်ဟု ထင်မှတ်မှု၊ မပြောင်းမလဲ ထာဝရတည်တံ့သည်ဟု ထင်မှတ်မှု များကြောင့် စွဲလမ်းသိမ်းပိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

**ငါပဲလို့ထင်တာ မာနစွဲ**

ကြည်လင်သောမျက်စိ၊ ကောင်းသောနား စသည်၊ လှပသောအဆင်း၊အသံ စသည်တို့ကို အမှီပြု၍ “ငါ မျက်စိကောင်းတယ်၊ နားကောင်းတယ်၊ အဆင်းလှတယ်၊ အသံကောင်းတယ်၊ ကျန်းမာ တယ်၊ ခွန်အားကြီးတယ်” စသည်ဖြင့် ရုပ်ကိုမှီ၍ မာန်တက်တတ်၏။ မာန်တက်ခြင်းသည် ၎င်းရုပ်တရား များ အမြဲတည်လိမ့်မည်ဟု ထင်သောကြောင့် မာန်တက်ခြင်းဖြစ်၏။ အခိုက်အတန့်မျှသာ တည်လိမ့်မည် ဟု သိလျှင် မာန်မတက်ပေ။

ငါ့အတ္တလိုထင်တာ ဒိဋ္ဌိစွဲ

ဤရုပ်တရားကြီးကို ငါဟု ထင်မှတ်၏။ ငါ့အလိုအတိုင်း ဖြစ်သည်၊ ဤရုပ်တရားကို အမှီပြု၍ ငါ့အလို အတိုင်းခံစားနိုင်သည်ဟု စွဲလမ်း၏။ ဤသို့ စွဲလမ်းခြင်းမျိုးကို အတ္တဒိဋ္ဌိစွဲဟု ခေါ်၏။

အမှန်မှာ မိမိအလိုအတိုင်း ဖြစ်သောအရာ ဘာမျှမရှိ။ “ငါ၏ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဒီလိုကောင်းတာ လှတာ တွေ့ချည်း ဖြစ်ပါစေ။ မကောင်းတာ ဆိုးတာ မဖြစ်ပါစေနဲ့”ဟု တောင့်တ၍မရခြင်းသည်ပင် အနတ္တကို ပြနေ၏။ ဤသို့ သဘောပေါက်လျှင် ရုပ်ကို အတ္တအနေဖြင့် စွဲလိမ့်မည်မဟုတ်။

ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက “မမြဲ ဆင်းရဲ ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲတတ်သော ရုပ်ကို ငါ၏အတ္တပဲ ဟု စွဲလမ်းရန် သင့်လျော်ပါမည်လော”ဟု မေးတော်မူသည်ကို ပဉ္စဝဂ္ဂီရဟန်းများက “မသင့်ပါဘုရား” ဟု ဖြေကြ၏။

ဝေဒနာ၏ အနိစ္စသည်ကို ပြဆိုချက်

ဝေဒနာ နိစ္စာ ဝါ အနိစ္စာ ဝါတိ။ အနိစ္စာ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။ ဒုက္ခံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ နု တံ သမနုပသိတုံ “ဧတံ မမ၊ ဒေသာဟမသ္မိ၊ ဒေသာ မေ အတ္တာ”တိ။ နော ဟေတံ ဘန္တေ။

မေး။ ခံစားမှု ဝေဒနာသည် မြဲသလား၊ မမြဲသလား?

ဖြေ။ မမြဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲသော ဝေဒနာသည် ဆင်းရဲလော၊ ချမ်းသာလော?

ဖြေ။ ဆင်းရဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲ ဆင်းရဲ ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်တတ်သော တရားကို “ဤဟာ ငါ့အတ္တဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါ့အတ္တဖြစ်၏”ဟု ရှုမြင်မှတ်ထင်ရန် သင့်လျော်ပါမည်လော?

ဖြေ။ မသင့်လျော်ပါဘုရား။

နိဝါသီ အတ္တ၊ ဝေဒက အတ္တ

သတ္တဝါတို့သည် မွေးသည်မှ သေသည့်တိုင်အောင် ကိုယ်တွင်း၌ အသက်ရှင်သော ငါကောင် အတ္တကောင် ရှိသည်ဟု ထင်ကြ၏။ ထိုကဲ့သို့ ထင်မြင်စွဲလမ်းခြင်းကို နိဝါသီအတ္တဟု ခေါ်၏။ ထိုအမြဲ တည်နေသော ငါကောင်ကပင် အကောင်းအဆိုးမှန်သမျှတွေကို ခံစားနေသည်ဟုလည်း ထင်တတ်ကြ၏။ ထိုအတ္တမျိုးကို ဝေဒကအတ္တဟု ခေါ်၏။

ဝေဒနာတို့၏ မမြဲပုံ ဆင်းရဲပုံ

သုခ၊ ဒုက္ခ၊ ဥပေက္ခာ မည်သည့်ဝေဒနာ မဆို မမြဲပေ။ ဖဿဖြစ်လျှင် ဝေဒနာဖြစ်၏။ ဖဿ ချုပ်လျှင် ဝေဒနာချုပ်၏။ ဖဿကြမ်းတမ်းလျှင် ဒုက္ခဝေဒနာဖြစ်၏။ ဖဿနူးညံ့လျှင် ထိုဒုက္ခဝေဒနာ တဖြေးဖြေး လျော့လာပြီး ဒုက္ခနေရာ၌ သုခဝေဒနာများ ပြောင်းလဲသွား၏။ ထိုသုခဝေဒနာသည်လည်း ချမ်းသာမှု မထင်ရှားအောင် ငြိမ်သွားပြန်လျှင် ထိုသုခဝေဒနာနေရာ၌ ဥပေက္ခာဝေဒနာ အစားထိုး ပေါ်လာ၏။ ထိုဝေဒနာ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ၌လည်း အနိမ့်၊အလတ်၊အမြင့်အားဖြင့် ခံစားမှုအဆင့်သုံးဆင့် ပြောင်းလဲနေ၏။ ထို့ကြောင့် အာရုံနှင့် ဒွါရတို့ တိုက်ဆိုင်လာ၍ ပေါ်လာသမျှသော ဝေဒနာတို့သည် တချိန်လုံး ပြောင်းလဲနေ၍ အနိစ္စသာ ဖြစ်၏။ မမြဲသော အရာမှန်သမျှ ဆင်းရဲသောတရား၊ မကောင်း သော တရားသာဖြစ်၍ ဒုက္ခသာဖြစ်၏။

**ဝေဒနာကို သာယာစွဲလမ်းပုံ**

သတ္တဝါတို့ သုခဝေဒနာကို ငါ့ချမ်းသာဟု တဏှာဖြင့် သာယာတပ်မက်၏။ ဥပေက္ခာဝေဒနာကိုလဲ ဆင်းရဲငြိမ်းနေသည့်အတွက် သုခသဘောရှိနေ၍ သာယာတပ်မက်၏။ ဒုက္ခဝေဒနာကိုတော့ တိုက်ရိုက် အားဖြင့် အလိုမရှိသော်လည်း ‘ငါကပင် ဆင်းရဲနေတယ်’ဟု ထင်မှတ်ပြီး မိမိကိုယ်အနေနဲ့ သာယာ နှစ်သက် နေပြန်၏။

**ဒုက္ခဝေဒနာကိုလည်း တဏှာဖြင့် စွဲတတ်ပုံ**

ဒုက္ခရောက်နေခိုက် ဒုက္ခဝေဒနာခံ စားနေခိုက်မှာလည်း “ဒီဒုက္ခဝေဒနာ လွတ်မြောက်လို့ ဘယ်တော့များမှ ချမ်းသာသုခကို ရောက်ပါ့မလဲ”ဟု ချမ်းသာသုခကို၎င်း၊ သုခဖြစ်မည်အာရုံကို၎င်း တဏှာဖြင့်စွဲလမ်း၏။

ဒုက္ခိ သုခံ ပတ္တိယတိ၊ သုခီ ဘိယျောပိ ဣစ္ဆတိ။  
ဥပေက္ခာ ပန သန္တတ္တာ၊ သုခမိစ္စေ ဘာသိတာ။  
(ပဋိသမ္ဘိဒါ၊ဋ္ဌ၊၁၊နာ-၃၂၂။)

ဆောင်။ ဒုက္ခ ဝေဒနာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ ချမ်းသာမျှော်လင့်၏။  
ထို့ကြောင့်သာပ၊ တဏှာက၊ ဖြစ်ရလေတော့၏။

**ဝေဒနာကို အမှန်အတိုင်း ရှုပုံ**

သုခဝေဒနာသည် သူဖြစ်နေဆဲမှာ ချမ်းသာသော်လည်း သူ့ကိုခံစားဖို့ ရအောင်ရှာကြံခြင်း၊ အားထုတ်ခြင်းတို့၌ ဆင်းရဲလှ၏။ ၎င်းသုခ ကုန်ဆုံးသွားသောအခါ၌လည်း အကြီးအကျယ် မနေတတ် မထိုင်တတ်ဖြစ်ပြီး ဆင်းရဲရပြန်၏။ ထို့ကြောင့် သုခဝေဒနာကို ဒုက္ခ=ဆင်းရဲလို့ ရှုရမည်ဟု ဟောတော် မူ၏။

ဒုက္ခဝေဒနာကိုတော့ ဆူးငြောင့်လိုပင် မခံသာအောင် နှိပ်စက်တတ်သော ဆင်းရဲသဘောအားဖြင့် ထားရမည်။ မကောင်းမဆိုး ဥပေက္ခာဝေဒနာကိုကား တည်ငြိမ်သည်ဟု ဆိုရသော်လည်း မမြဲသော ကြောင့် ရှာကြံအားထုတ်ရသည့် သင်္ခါရဒုက္ခ အနေအားဖြင့် ရှုမြင်ရမည်။

ဤကဲ့သို့ အမှန်အတိုင်းရှုမြင်လျှင် ဝေဒနာသဘောတရားကို ပိုင်းခြားစွာသိမြင်နိုင်ပြီး ယခုဘဝ၌ ပင် အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်ကြောင်း ဒဗ္ဗဗ္ဗသုတ် ဟောတော်မူခဲ့၏။

ယော သုခံ ဒုက္ခတော အဒ္ဓ၊ ဒုက္ခ မဒ္ဓက္ခိ သလ္လတော။

အဒုက္ခမသုခံ သန္တံ၊ အဒ္ဓက္ခိ နံ အနိစ္စတော။

သ ဝေ သမ္ပဒ္ဓသော ဘိက္ခု၊ ပရိဇာနာတိ ဝေဒနာ။

သော ဝေဒနာ ပရိညာယ၊ ဒိဋ္ဌေ မေဓေ အနာသဝေါ။

(ဒဗ္ဗဗ္ဗသုတ်၊ ဝေဒနာသံယုတ်၊ နှာ-၄၀၉။)

\*\*\*\*\*

### သညာ၏ အနိစ္စ စသည်ကို ပြဆိုချက်

သညာ နိစ္စာ ဝါ အနိစ္စာ ဝါတိ။ အနိစ္စာ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။ ဒုက္ခံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ နု တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊ ဧသောဟမသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ” တိ။ နော ဟေတံ ဘန္တေ။

မေး။ မှတ်သားမှု သညာသည် မြဲသလား၊ မမြဲသလား?

ဖြေ။ မမြဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲသောသညာသည် ဆင်းရဲလော၊ ချမ်းသာလော?

ဖြေ။ ဆင်းရဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲ ဆင်းရဲ ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်တတ်သော တရားကို “ဤဟာ ငါ့ဥစ္စာဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါ့အတ္တဖြစ်၏” ဟု ရှုမြင်မှတ်ထင်ရန် သင့်လျော်ပါမည်လော?

ဖြေ။ မသင့်လျော်ပါဘုရား။

### သညာ ၆-မျိုး

သညာသည် မြင်ရသည့်အဆင်းကို မှတ်သားသည်က တစ်ပါး၊ အသံကိုမှတ်သည်က တစ်ပါး၊ အနံ့ကိုမှတ်သည်က တစ်ပါး၊ အရသာကိုမှတ်သည်က တစ်ပါး၊ အတွေ့အထိကို မှတ်သည်က တစ်ပါး၊ ကြံတွေးသိရသည့်အရာကို မှတ်သည်က တစ်ပါး။ ဤသို့အားဖြင့် ၆-ပါးရှိ၏။ ထိုသညာများက မှတ်စွဲ ထား၍ တွေ့ပြီးအာရုံများကို မမေ့ဘဲ မှတ်မိနေခြင်းဖြစ်၏။ ထိုသို့မှတ်မိ နေခြင်းကိုပင် “ငါ့အမှတ်သညာ”

ဟု တဏှာဖြင့်လည်း စွဲ၏။ “ငါ့သညာက သိပ်ကောင်းတာဘဲ”ဟု မာနလည်း ဖြစ်၏။ မှတ်ထားတာ ငါဘဲဟု အတ္တဖြင့်လည်း စွဲတတ်၏။

**သညာသည် အနိစ္စသာ**

သာမန်လူများက တစ်ခါမှတ်ပြီးလျှင် အမြဲတည်နေ၏ဟု ထင်တတ်၏။ အမှန်မှာ သညာသည် လည်း အခြားနာမ်တရားများကဲ့သို့ မှတ်ပြီးလျှင် ချက်ချင်းပင် ပျောက်သွား၏။ နောက်ထပ်မှတ်မိနေခြင်းသည် နောက်ထပ် အသစ်သညာများက မှတ်မှတ်ထားခြင်း ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် မမေ့အောင် ခဏခဏ ပြန်ကြည့်နေ၊ ကျက်နေ၊ မှတ်နေရ၏။

\*\*\*\*\*

**သင်္ခါရတို့၏ မမြဲပုံ စသည်ပြဆိုချက်**

သင်္ခါရ နိစ္စာ ဝါ အနိစ္စာ ဝါတိ။ အနိစ္စာ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။ ဒုက္ခံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ နု တံ သမနုပသိတုံ “ဧတံ မမ၊ ဒေသာဟမသ္မိ၊ ဒေသာ မေ အတ္တာ”တိ။ နော ဟေတံ ဘန္တေ။

မေး။ ပြုလုပ်အားထုတ်မှု သင်္ခါရတို့သည် မြဲသလား၊ မမြဲသလား?

ဖြေ။ မမြဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲသောသင်္ခါရတို့သည် ဆင်းရဲလော၊ ချမ်းသာလော?

ဖြေ။ ဆင်းရဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲ ဆင်းရဲ ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်တတ်သော တရားကို “ဤဟာ ငါ့ဥစ္စာဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါဖြစ်၏၊ ဤဟာ ငါ့အတ္တဖြစ်၏” ဟု ရှုမြင်မှတ်ထင်ရန် သင့်လျော်ပါမည်လော?

ဖြေ။ မသင့်လျော်ပါဘုရား။

**သင်္ခါရတို့၏ မမြဲပုံ၊ ဆင်းရဲပုံ**

ကိုယ်ဖြင့် ပြုလုပ်မှု ကာယကံ၊ နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုမှု ဝစီကံ၊ စိတ်ဖြင့်ကြံစည်မှု မနောကံ ဤကံ သုံးပါးလုံးဖြစ်အောင် စေတနာဦးဆောင် စေတသိက် ၅၀-တို့က ပြုလုပ်ပေးနေကြ၏။ ပြုတိုင်း ပြောတိုင်း ကြံတိုင်း ထိုစေတသိက် ၅၀-တို့က တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်တိုက် ပြုပြင် ဖန်တီး တိုက်တွန်းပေးနေရ၏။ ခဏမစဲ တရစပ် ဖြစ်ပျက်နေကြ၏။ ထိုသို့ ပြောင်းလဲနေမှုသည်ပင် အနိစ္စဖြစ်၏။

ထိုသို့ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းတို့ အမြဲမပြတ် တရစပ်ဖြစ်နေမှုသည်ပင် နှိပ်စက်သလို ဖြစ်နေ၍ ဒုက္ခ-ဆင်းရဲဟု ဆိုရ၏။ ဤသို့ မမြဲမှု ဆင်းရဲမှု ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲမှုတို့ ရှိနေသောကြောင့် မိမိအလိုအတိုင်း မဖြစ်ရကား အနတ္တဟု ဆိုရ၏။

**တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိတို့ ဝင်လာပုံ**

သတ္တဝါတို့သည် ထိုစေတနာဦးဆောင်သော သင်္ခါရတရားတို့၏ လုပ်ဆောင်နေမှုကို မသိကြလေ သောကြောင့် သွားလာလှုပ်မှု အမူအရာများ၊ ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဝစီကံများ၊ စိတ်ဖြင့်တွေးခေါ်မှု မနောကံ များကို သာယာနှစ်သက်တတ်သည့် **တဏှာ**ဖြင့် စွဲလမ်းလေတော့၏။ ထိုပြုလုပ်,ပြောဆို,ကြံတွေးမှု များကိုလည်း “ငါက သူများထက် သာတယ်၊ လှတယ်၊ ကောင်းတယ်” စသည်ဖြင့် ထိုကံများအပေါ် **မာနစွဲက** ထပ်ဝင်လာပြန်၏။

ထိုသွားလာလှုပ်ရှားမှု ပြောဆိုကြံစည်မှုတို့ကို လုပ်နေတာ ငါဘဲ။ ငါကပဲ လုပ်နေတာ၊ ငါကပဲ ပြောနေ တာ၊ ငါကပဲ ကြံနေတာ စသည်ဖြင့် **အတ္တဒိဋ္ဌိ**ဖြင့် ထင်မြင်စွဲလမ်းပြန်၏။ ထိုအတ္တစွဲမျိုးကို **ကာရကအတ္တစွဲ**ဟု ခေါ်၏။

**သွားခြင်းစသော အမူအရာ၌ အတ္တကောင်မရှိ**

ပထမ သွားချင်သောစိတ် ဖြစ်၏။ သွားချင်သည့်စိတ် အဆင့်ဆင့်ကြောင့် တောင့်တင်းတွန်းကန်မှု ရွေ့ရှားမှု စိတ္တဇဝါယောဓာတ် အဆင့်ဆင့်ဖြစ်လာ၏။ ၎င်းနောက် ရွေ့ရှားမှုအဆင့်ဆင့်၊ သွားမှု အဆင့်-ဆင့်တို့ ဖြစ်လာ၏။ ၎င်းအမူအရာထဲ၌ သွားချင်သည့်စိတ်နှင့် ရွေ့ရှားမှုအဆင့်ဆင့် ဝါယောဓာတ်မျှသာ ရှိ၏။ သွားအောင်လုပ်ပေးတတ်သော အတ္တကောင် ငါကောင် မရှိ။

(စိတ် > ဝါယောဓာတ် > ကိုယ်နှုတ်အမူအရာ > အဆင့်ဆင့် ရွေ့ရှားမှု။ ဥပမာ...လှည်းသွား၏ဟု ဆိုရာ၌ လှည်းကမသွား၊ နွားကသာ သွား၏။ လှည်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ် တူ၏။ နွားနှင့် စိတ္တဇဝါယော တူ၏။ လှည်း သမားနှင့် စိတ် တူ၏။)

**မေးခွန်း ၃-ခု**

- ၁။ ဘယ်သူသွားသလဲ? အတ္တကောင် သွားသလား?
- ၂။ ဘယ်သူ၏ သွားမှုလဲ? သွားမှု၏ပိုင်ရှင် အတ္တကောင် ရှိသလား?
- ၃။ ဘာကြောင့် သွားသလဲ? သွားမှုဖြစ်ပေါ်ခြင်း၏ အကြောင်းက ဘာလဲ?

**အဖြေ ၃-ခု**

၁။ သွားတတ်သော အတ္တကောင် မရှိ။ သွားချင်သောစိတ်နှင့် တောင့်တင်း တွန်းကန်မှု ရွေ့ရှားမှု ရုပ်အပေါင်းသာ ရှိ၏။

၂။ ထိုသွားခြင်းအမှုအရာကို အစိုးတရ စီမံခန့်ခွဲတတ်သော ပိုင်ရှင်(ကာရကအတ္တ)ကား မရှိ။  
သွားလို စိတ်အဆင့်ဆင့်ကြောင့် တောင့်တင်းရွေးရှားမှု အဆင့်ဆင့် အစဉ်မပြတ် ဖြစ်နေခြင်းသာ ဖြစ်၏။

၃။ “ငါသွားသည်၊ သူသွားသည်” ဟု ဆိုသော စကားများမှာ ခေါ်ဝေါ်ပြောဆိုရုံမျှသာတည်း။  
အမှန် အားဖြင့် သွားလိုသောစိတ်ကြောင့် တရွေးချင်း တရွေးချင်း အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပျက်သွားသော  
တောင့်တင်း တွန်းကန်မှုကြောင့် လှုပ်ရှားမှုများ ဖြစ်နေခြင်းမျှသာ ဖြစ်သည်။

မှတ်ချက်။ ။သွားခြင်းအမှုအရာ ဖြစ်ဖို့ရန် စိတ်သည် မူရင်း ပထမ ဟေတုအကြောင်းတရား။  
စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ရသော ဝါယောဓာတ်သည် အထောက်အပံ့ ဒုတိယ ပစ္စယအကြောင်းတရား။

ဆောင်။ သွားလို ရပ်လို၊ ထိုင်နေလို၊ အိပ်လို စိတ်ဟုသိ၊  
စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော၊ ဓာတ်ဝါယော၊ နှံ့နှော ကိုယ်ဝယ်ပြည့်၊  
ဝါယောဖြစ်သော်၊ ရုပ်သစ်ပေါ်၊ ရုပ်သော် သွားပေ၏။  
ပုဂ္ဂိုလ်မသွား၊ ငါမသွား၊ ရုပ်သွားဉာဏ်ဖြင့်သိ၊  
ပုဂ္ဂိုလ်မရပ်၊ ငါမရပ်၊ ရုပ်ရပ်ဉာဏ်ဖြင့်သိ၊  
ပုဂ္ဂိုလ်မထိုင်၊ ငါမထိုင်၊ ရုပ်ထိုင်ဉာဏ်ဖြင့်သိ၊  
ပုဂ္ဂိုလ်မအိပ်၊ ငါမအိပ်၊ ရုပ်အိပ်ဉာဏ်ဖြင့်သိ၊  
ပုဂ္ဂိုလ်မကွေး၊ ငါမကွေး၊ ရုပ်ကွေးဉာဏ်ဖြင့်သိ၊  
ပုဂ္ဂိုလ်မဆန့်၊ ငါမဆန့်၊ ရုပ်ဆန့်ဉာဏ်ဖြင့်သိ၊

(မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ အတွဲ ၄၊ နှာ ၃၁၉။)

ခန္ဓာကာယ၊ တလံမျှ၌၊ နှစ်ဝ နာမ်ရုပ်၊ ဖြစ်၍ ချုပ်၏။ နာမ်ရုပ် နှစ်တန်၊ ဖြစ်ပျက်ဟန်ကို၊ အမှန်ဒိဋ္ဌ၊  
မမြင်ကြ၍၊ ငါထ ထိုင်၊ ငါကိုင် ငါသွား၊ ငါကြား ငါကြည့်၊ ငါသိ ငါမြင်၊ ဓာတ်ဖြစ်အင်ကို၊ ငါလျှင်မုချ၊  
မှတ်ထင်ကြသည်။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ အစွမ်းတည်း။

(လယ်တီဆရာတော်)

**ဃန လေးပါး**

စုလျက် ပေါင်းလျက် တွဲလျက် ခဲလျက် ဖြစ်ခြင်းကို ဃနဟု ခေါ်၏။ ထိုဃနတို့သည်-

၁။ သန္တတိ ဃန

၂။ သမူဟဃန

၃။ ကိစ္စဃန

၄။ အာရမ္မဏဃန ဟူ၍ လေးမျိုးရှိ၏။



၁။ ရှေ့နောက်ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ အခြားမရှိ အကြားမထင်သောအားဖြင့် တရားလုံး တခုတည်း ကဲ့သို့ ထင်မှတ်ယူရလောက်အောင် ဖြစ်ပွားခြင်း၊ စုလျက် တွဲလျက် ခဲလျက် ဖြစ်ပွားခြင်းသည် သန္တတိဃန မည်၏။

ထင်ရှားစေအံ့။ ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပွားနေမှု=သန္တတိကြောင့် ထိုရုပ်နာမ် တရားတို့၏ သူ့ခဏနှင့်သူ ချုပ်ပျောက်ပျက်ဆုံး၍ သွားမှုတည်းဟူသော အနိစ္စလက္ခဏာကို မမြင်ရခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုအကြောင်းကို အစွဲပြု၍ “အနိစ္စလက္ခဏာကို သန္တတိ ဖုံးအုပ်ထားသည်”ဟု ပညာရှိတို့ ဆိုကြ၏။

၂။ ဖဿ အစရှိသော နာမ်တရား၊ ပထဝီ အစရှိသော ရုပ်တရားတို့၏ ထိုထို ရုပ်ကလာပ် နာမ်- ကလာပ်တို့၌ တပေါင်းတည်း တစုတည်းအနေဖြင့် ပရမတ္ထတရားသား တခုတည်းကဲ့သို့ ထင်မှတ်ရ လောက်အောင် စုလျက် တွဲလျက် ခဲလျက် ဖြစ်ပွားခြင်းသည် သမူဟဃန မည်၏။

ထင်ရှားစေအံ့။ ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့ ဖြစ်ပွားသောအခါ တရားလုံး(သဘာဝသတ္တိ) တခုတည်း သာ ဖြစ်ကြသည်မဟုတ်။ နာမ်တရားဖက်ကလည်း အနည်းဆုံး ရှစ်မျိုး(စက္ခုဝိညာဏ်နှင့် သဗ္ဗစိတ္တ-သာဓာရဏ စေတသိက် ၇-ပါးကို ဆိုလိုသည်)၊ ရုပ်တရားဖက်ကလည်း အနည်းဆုံး ရှစ်မျိုးပင် (အဋ္ဌ-ကလာပ်ရုပ်ကို ရည်ညွှန်းသည်) ဖြစ်ပွားကြသည်။ ယင်းကဲ့သို့ အနည်းဆုံး သဘာဝသတ္တိရှစ်မျိုးကို သဘာဝသတ္တိ တစ်မျိုးတည်းဟု ထင်ရလောက်အောင် စုလျက် ပေါင်းလျက် တွဲလျက် ခဲလျက် ဖြစ်ပွား ခြင်းကို သမူဟဃနခေါ်သည်ဟု ဆိုလိုသည်။

၃။ နာမ်ကလာပ်တစ်ခုတစ်ခု ရုပ်ကလာပ်တစ်ခုတစ်ခု၌ ပါရှိကြသည့် နာမ်တရား ရုပ်တရား အသီးသီးတို့သည် ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ မိမိမိတို့၏ ကိစ္စအလုပ်ကို ပြုလုပ်ပြီးပြေစေလျက် ဖြစ်ပွားကြလေ၏။ ထိုသို့ ဖြစ်ပွားရာ၌ (အဘိဓမ္မာမျက်စိ မရှိသောသူတို့ အဖို့မှာ) ဤကား ဖဿ၏ အလုပ်ကိစ္စ၊ ဤကား ဝေဒနာ၏ အလုပ်ကိစ္စ၊ ဤကား သညာ၏အလုပ်ကိစ္စ စသည်ဖြင့်၎င်း၊ ဤကား ပထဝီ၏ အလုပ်ကိစ္စ၊ ဤကား အာပေါ၏ အလုပ်ကိစ္စ၊ ဤကား တေဇော၏ အလုပ်ကိစ္စ၊ ဤကား ဝါယော၏ အလုပ်ကိစ္စ စသည်ဖြင့်၎င်း အလုပ်ကိစ္စအထူးကို သိဖို့ရန် ခဲယဉ်း၏။

ယင်းသို့ ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့၏ မိမိမိတို့၏ ဆိုင်ရာကိစ္စ အထူးကို သိနိုင်ခဲ့သောအနေဖြင့် တရားလုံး တစ်ခုတည်းဟု ထင်မှတ်ရလောက်အောင် စုလျက် တွဲလျက် ခဲလျက် ဖြစ်ပွားမှုကို ကိစ္စဃနဟု ခေါ်၏။

၄။ နာမ်ကလာပ် တစ်ခုတစ်ခု၌ပါရှိသော ထိုထိုနာမ်တရားတို့၏ အာရုံတစ်ခုကို စု၍ ပေါင်း၍ အာရုံပြုသော အနေဖြင့်၎င်း၊ ရုပ်ကလာပ်တစ်ခုတစ်ခု၌ ပါရှိသော ထိုထိုရုပ်တရားတို့၏ အာရုံတစ်ခုတည်း အနေဖြင့်၎င်း ပရမတ္ထ တရားသား (သဘာဝသတ္တိ)တစ်ခုတည်းဟု ထင်မှတ်ရလောက်အောင် စုလျက် တွဲလျက် ခဲလျက် ဖြစ်ပွားခြင်းကို အာရမ္မဏဃနဟု ခေါ်သည်။

**ဃနပြုမှ အနတ္တမြင်မည်**

“ငရုပ်စေ့၌၊ စိတ်တွေ့ သတ်သတ်၊ အစပ်ကိုတည့်၊ ရှုမျှော်ကြည့်သို့၊ သတ္တိကိုမျှ၊ ရှုကြည့်ရ၊  
ပရမတ္ထမှာ”

ဟူသောအတိုင်း ထိုထိုရုပ်နာမ်တရားတို့၏ သဘာဝသတ္တိကို ဉာဏ်မျက်စိဖြင့် ရှုကြည့်နိုင်မှ ပရမတ္ထသို့ အမြင် ဆိုက်ရောက်သည်။ ထိုသို့ဆိုက်ရောက်မှ ဃနပြုသည်။ ဃနပြုမှ အနတ္တဉာဏ်ကို ရနိုင်သည်။ သဘာဝသတ္တိကို ဉာဏ်မျက်စိဖြင့် မကြည့်က ပရမတ္ထသို့ အမြင်မဆိုက်။ ထိုသို့ မဆိုက်လျှင် ဃနမပြု။ ဃနမပြုလျှင် အနတ္တ ဉာဏ်ကို မရနိုင်။ ထို့ကြောင့် “အနတ္တလက္ခဏာကို ဃနဖုံးသည်”ဟု ပညာရှိတို့ မိန့်ဆိုကြ၏။ (မဟာဗုဒ္ဓဝင်၊ တွဲ-၄၊ နှာ ၃၂၃-၃၂၅။)

**မဟာစည်ဆရာတော်၏ သီလဝန္တသုတ်(နှာ ၄၇-၄၈)မှ-**

**သန္တတိဃန**

မြင်ပြီးတော့ စဉ်းစားတာ၊ မြင်ပြီးတော့ ကြားတာ၊ ရှေးရှေးမြင်တာနှင့် နောက်နောက်မြင်တာ စသည် တွေဟာ ဖြစ်ခိုက်ခဏအားဖြင့် တခြားစီကွဲနေတာဘဲ။ ဒါပေမဲ့ ဖြစ်ခိုက်မှာ မရှုနိုင်တဲ့ သူတွေ ကတော့ မြင်တာလဲ ငါဘဲ၊ စဉ်းစားတာလဲ ငါဘဲ၊ ကြားတာလဲ ငါဘဲ၊ ငါကပင် အကြာကြီးမြင်နေတယ် စသည်ဖြင့် ထင်မှတ်စွဲလမ်းနေ ကြတယ်။ အဲဒါဟာ ရှေးနောက်တရားတွေကို တစ်ခုတည်း၊ တစ်ယောက် တည်း အနေဖြင့် ထင်မှတ်တဲ့ သန္တတိဃန ထင်ပေါ်နေတာဘဲ။

အဲဒီလို သန္တတိဃနထင်ပေါ်နေယင် မမြဲဘူးလို့ မသိဘူး။ မြဲတယ်လို့သာ ထင်မှတ်စွဲလမ်း နေ တယ်။ အနတ္တလို့လဲ မသိဘူး။ ငါတစ်ယောက်တည်း အမြဲတည်နေတယ်လို့သာ ထင်မှတ်စွဲလမ်း နေ တယ်။ မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ တွေ့တိုင်း၊ သိတိုင်းကို မပြတ်ရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီမှာတော့ ရှုသိရတဲ့ အာရုံရော၊ ရှုသိတဲ့စိတ်ရော ချက်ချင်းပင် ပျောက်ပျောက်သွားတာကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် တွေ့မြင်ရတဲ့ အတွက် မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ သိမှု စသည်တွေကို မြဲ-တည်နေတယ်လို့လဲ မထင်ဘူး။ တစ်ကိုယ်တည်း၊ တစ်ယောက်တည်း အမြဲ တည်နေတယ်လို့လဲ မထင်တော့ဘူး။ မမြဲတာချည်းဘဲ။ အတ္တကောင်၊ ငါကောင် မဟုတ်တဲ့ သဘောတရား ချည်းဘဲလို့ အမှန် အတိုင်း သိမြင်တယ်။ အဲဒါဟာ သန္တတိဃနကို ပျက်အောင် ရှုနိုင်လို့ အနိစ္စဉာဏ်၊ အနတ္တဉာဏ် အစစ်တွေ ဖြစ်တာပါဘဲ။

(ဆောင်) ရှေးနောက်တရား၊ ခဏပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ် သန္တတိ ဃနတည်း။

**သမူဟဃန**

သမ္မဟဗနဆိုတာ မြင်မှု၊ကြားမှု စသည်ထဲမှာ ပါဝင်တဲ့ မျက်စိ၊နား စသည်၊ အဆင်း၊အသံစသည်၊ မြင်သိမှု၊ ကြားသိမှုစသည်၊ မြင်တွေ့မှု၊ကြားတွေ့မှုစသည်၊ မြင်ခံစားမှု၊ကြားခံစားမှုစသည်တွေကို အကုန် ပေါင်းပြီး တစ်ကိုယ်တည်း၊ တစ်ယောက်တည်းအနေဖြင့် ထင်ရတဲ့ဟာပါဘဲ။ ဝိပဿနာဉာဏ်အမြင် မရှိ သေးတဲ့ ပကတိပုဂ္ဂိုလ်တွေက အဲဒီမြင်တာ၊ ကြားတာ၊ လှုပ်ရှားပြုပြင်တာ၊ ကြံစည်တာ စသည်တွေကို ငါတစ်ယောက်တည်းက လုပ်နေတယ်လို့ ထင်မှတ်နေကြတယ်။ အဲဒါဟာ ရုပ်နာမ်အပေါင်းကို တစ်ကိုယ် တည်း၊ တစ်ယောက်တည်း ထင်ရတဲ့ သမ္မဟဗနပညတ်ပါဘဲ။

ကိုယ့်ခြေ ကိုယ်လက်စသည်ကို မြင်ရတဲ့အခါ မျက်စိရုပ်က တခြား၊ မြင်ရတဲ့အဆင်းက တခြား၊ မြင်သိတာက တခြား၊ မြင်လိုကောင်းတာ မကောင်းတာက တခြား ကွဲပြားနေတာဘဲ။ ဒါပေမဲ့ မြင်ခိုက်မှာ မရှုနိုင်တဲ့ ပကတိလူတွေမှာတော့ မျက်စိနဲ့တစ်ကိုယ်လုံးလဲ ငါ၊ မြင်ရတဲ့ လက်စသည်လဲ ငါ၊ မြင်သိတာလဲ ငါ၊ မြင်တွေ့တာလဲ ငါ၊ မြင်လိုကောင်းတာလဲ ငါ၊ မကောင်းတာလဲ ငါ-လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းနေကြတယ်။

နောက်ပြီးတော့ အဲဒီ မြင်တာကြားတာ စသည်တွေ အကုန်လုံးကိုလဲ တစ်ပေါင်းတည်းပြုပြီး “ငါ” လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်း နေကြတယ်။ အဲဒါဟာ သမ္မဟဗန ထင်ပေါ်ပြီးတော့ အတ္တကောင် ငါကောင် အနေဖြင့် စွဲလမ်းနေကြတာဘဲ။

(ဆောင်) ရုပ်နာမ် အများ၊ သဘောပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ် သမ္မဟ ဗနတည်း။

**ကိစ္စဗန**

စက္ခုဝိညာဏ်က မြင်သိတယ်၊ သောတဝိညာဏ်က ကြားသိတယ် စသည်ဖြင့် ကိစ္စအားဖြင့် ကွဲပြားနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မြင်ခိုက်စသည်၌ မရှုနိုင်တဲ့သူတွေမှာတော့ မြင်သိတာလဲ ငါဘဲ၊ ကြားသိ တာလဲ ငါဘဲ စသည်ဖြင့် တစ်ကိုယ်တည်းအနေနဲ့ ထင်မှတ်နေကြတယ်။ မျက်စိက မြင်စေတယ်၊ အဆင်းက အမြင်ခံတယ်၊ စက္ခုဝိညာဏ်က မြင်သိတယ် စသည်ဖြင့် ကိစ္စအားဖြင့် ကွဲပြားနေပါတယ်။ လက်စသည်၌ အဆင်းက အမြင်ခံတယ်။ ထိစရာရုပ်က အတွေ့အထိခံတယ်။ ဝါယောရုပ်က လှုပ်ရှား တယ် စသည်ဖြင့်လဲ ကွဲပြားနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်ကိုယ်လုံးက အဲဒီ မျက်စိ၊ အဆင်း၊ မြင်သိမှု၊ တွေ့ထိရတာ၊ လှုပ်ရှားတာ စသည်တွေကို တစ်ကိုယ်တည်း၊ တစ်ယောက်တည်း အနေဖြင့် ထင်ရတဲ့ ကိစ္စဗနဘဲ။ ဒီကိစ္စဗန ထင်ပေါ်နေတဲ့အတွက်လဲ အနတ္တလက္ခဏာ မထင်ဘဲ ရှိနေတာဘဲ။

ကိုယ့်လက် ကိုယ့်ခြေ စသည်ကို မြင်တဲ့အခါ ဉာဏ်ရင့်နေတဲ့ ယောဂီမှာတော့ မြင်တယ်၊ မြင်တယ် ရှုမှတ်ပြီး မျက်စိက တခြား၊ အဆင်းက တခြား၊ မြင်သိတာက တခြား၊ ကွဲပြားလျက်ထင်တယ်။ ထိသိတဲ့အခါလဲ ထိတယ်၊ထိတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပြီး မြင်ရတာနဲ့ ထိသိရတာကို ခွဲခြားပြီး သိရတယ်။ ကွေးဆန့်လှုပ်ရှားတဲ့ အခါလဲ ကွေးတယ်၊ကွေးတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပြီး မြင်ရတဲ့အဆင်းနဲ့ လှုပ်ရှားရုပ် ကို ခွဲခြားပြီး သိရတယ်။

သို့သော် ရှုမှတ်ခါစတော့ အဲဒီလို ကွဲပြားမှာမဟုတ်သေးဘူး။ ဉာဏ်ရင့်တဲ့အခါကျတော့ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ကိစ္စမတူတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေဟာ တခြားစီ ကွဲပြားနေတယ်။ ကွဲပြားရုံတင်တောင် မဟုတ်သေးဘူး။ သူ့အခိုက် အတန်နဲ့သူ ချက်ခြင်းပဲ ကွယ်ပျောက် ကွယ်ပျောက်သွားတာကိုလဲ တွေ့ရ တယ်။ ဒါကြောင့် ကိစ္စကွဲတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေဟာ တစ်ကိုယ်တည်းအနေဖြင့် မထင်တော့ဘူး။ တစ်ခြားစီသာ ကွဲပြားလျက် ထင်တယ်။ အဲဒီလို ကွဲပြား လျက် ထင်တဲ့အတွက် အတ္တကောင်မဟုတ်ဘူး၊ သဘောတရား မျှချည်းဘဲလို့ သိသိသွားတယ်။ အဲဒါဟာ ကိစ္စ ညနက္ခဏ် အနတ္တလက္ခဏာ ထင်ပုံ၊ အနတ္တဉာဏ် ဖြစ်ပုံပါဘဲ။

(ဆောင်) ရုပ်နာမ် အများ၊ ကိစ္စပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ် ကိစ္စ ညနတည်း။

**အာရမ္မဏဃန**

အာရမ္မဏဃနဆိုတာ အာရုံမတူတဲ့ စိတ်နာမ်တရားတွေကို မခွဲခြားနိုင်လို့ တစ်ကိုယ်တည်း၊ တစ် ယောက်တည်း ထင်ရတဲ့ဟာဘဲ။ မြင်တာက အဆင်းကို အာရုံပြုတယ်။ ကြားတာက အသံကိုအာရုံ ပြုတယ်။ နံတာက အနံ့ကို အာရုံပြုတယ်။ စားသိတာက အရသာကို အာရုံပြုတယ်။ ထိသိတာက ထိသိစရာကို အာရုံပြုတယ်။ ကြံသိတာက အာရုံမျိုးစုံကို အာရုံပြုတယ်။ ဒီလို အာရုံအားဖြင့် ကွဲပြားနေ ပေမယ့်လို့ မြင်တာ၊ ကြားတာ၊ နံတာ၊ စားသိတာ၊ ထိသိတာ၊ ကြံသိတာတွေကို တစ်ကိုယ်တည်း၊ တစ်ယောက်တည်း အနေဖြင့် ထင်မှတ်နေ ကြတယ်။ အဲဒါဟာ အာရမ္မဏဃန ထင်ပေါ်ပြီး အတ္တကောင် အနေနဲ့ စွဲလမ်းနေကြတာဘဲ။

မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း စသည်ကို မြင်တယ်၊ ကြားတယ် စသည်ဖြင့် မပြတ်ရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီမှာ တော့ ဉာဏ်ရင့်တဲ့အခါမှာ အဆင်းမြင်တာက တခြား၊ အသံကြားတာက တခြား၊ စသည်ဖြင့် ကွဲပြား လျက် ထင်တယ်။ မြင်တာစသည် တစ်မျိုးတည်းကိုတောင်မှ ရှေးရှေးမြင်တာ၊ ကြားတာ စသည်တွေက တခြား၊ နောက်နောက် မြင်တာ၊ ကြားတာ စသည်တွေက တခြား၊ ကွဲပြားလျက်ထင်တယ်။ ကွဲပြားရုံ တင်တောင် မဟုတ်သေးဘူး။ ထိုထို မှတ်သိရတဲ့ခဏမှာပင် ပျောက်၊ ပျောက်သွားကြတယ် ဆိုတာကိုလဲ ထင်ရှား သိရတယ်။ ဒါကြောင့် မြင်မှု၊ ကြားမှု စသည်တွေကို တစ်ကိုယ်တည်း၊ တစ်ယောက်တည်း အနေဖြင့် မထင်တော့ဘူး။ အသီးအသီး ကွဲပြားနေတဲ့ သဘောတရားမျှ အနေဖြင့်သာ ထင်တော့တယ်။ အဲဒါဟာ အာရမ္မဏဃနကွဲပြီး အနတ္တလက္ခဏာ ထင်ပုံ၊ အနတ္တဉာဏ် ဖြစ်ပုံပါဘဲ။

(ဆောင်) နာမ်သဘောများ၊ အာရုံ ပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်၊ ပေါ်လတ် အာရမ္မဏ ညနတည်း။

**ဆောင်ပုဒ်များ**

၁။ ဖြစ်ခိုက်ရှုမှ၊ သဘာဝ၊ မုချ သိနိုင်သည်။

၂။ သဘောသိမှ၊ ဥဒယ၊ ဝယ မြင်နိုင်သည်။  
၃။ ဖြစ်ပျက်မြင်မှ၊ အနိစ္စ၊ ဒိဋ္ဌသိနိုင်သည်။  
၄။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ မပိုင်းခြား၍၊ လေးပါးဃန၊ ထင်ပေါ်ကာ၊ အတ္တ စွဲလမ်းသည်။  
၅။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ ရှုပိုင်းခြား၍၊ လေးပါးဃန၊ ကြေပျက်မှ၊ အနတ္တ ဉာဏ်ဖြစ်သည်။  
၆။ ဉာဏ်မှန်အနတ္တ၊ ပြည့်စုံမှ၊ အရိယမဂ်ဉာဏ် ဆိုက်ရောက်သည်။  
၇။ ပညတ် အနိစ္စ၊ သိရုံမျှ၊ အနတ္တဉာဏ်မပိုင်။  
၈။ ပညတ်ဒုက္ခ၊ သိရုံမျှ၊ အနတ္တဉာဏ်မပိုင်။  
၉။ ပရမတ်အနိစ္စ၊ သိမြင်မှ၊ အနတ္တဉာဏ်ပိုင်သည်။  
၁၀။ ပရမတ်ဒုက္ခ၊ သိမြင်မှ၊ အနတ္တဉာဏ်ပိုင်သည်။  
၁၁။ လက္ခဏစစ်တွင်း၊ တစ်ခုမြင်၊ အကုန်ပင် သိတော့သည်။

&&&&&&&&&

**ဝိညာဏ်၏ မမြဲစည်ပြဆိုချက်**

ဝိညာဏ် နိစ္စံ ဝါ အနိစ္စံ ဝါတိ။ အနိစ္စံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။ ဒုက္ခံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ န တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊ ဧသောဟမသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ” တိ။ နော ဟေတံ ဘန္တေ။

မေး။ ကြံသိမှု ဝိညာဏ်သည် မြဲသလား၊ မမြဲသလား?

ဖြေ။ မမြဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲသော ဝိညာဏ်သည် ဆင်းရဲလော၊ ချမ်းသာလော?

ဖြေ။ ဆင်းရဲပါဘုရား။

မေး။ မမြဲ ဆင်းရဲ ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်တတ်သော တရားကို “ဤဟာ ငှါဥစ္စာဖြစ်၏။ ဤဟာ ငါဖြစ်၏။ ဤဟာ ငါ့အတ္တဖြစ်၏” ဟု ရှုမြင်မှတ်ထင်ရန် သင့်လျော်ပါမည်လော?

ဖြေ။ မသင့်လျော်ပါဘုရား။

**ဝိညာဏ်ကို တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် စွဲလမ်းပုံ**

ဒွါရ ၆-ပါး၌ထင်လာသော အာရုံအမျိုးမျိုးတို့ကို သိနေသောစိတ်ဝိညာဏ်သည် ကလေးဘဝမှစိတ်သည် အခုထိ တည်နေ၏။ နောင်လဲ သေသည်အထိ ဒီစိတ်ပဲတည်သွားမည်ဟု ထင်တတ်ကြ၏။ တချို့လဲ နောက်နောက်ဘဝတွေမှာလဲ ဒီစိတ်ကပဲ ရွှေ့ပြောင်းပြီး တည်နေမယ်ဟု ထင်မြင်ယူဆ နေကြ ၏။ ထို့ကြောင့် သတ္တဝါတို့သည် ယခုပစ္စုပ္ပန် တွေ့သိနေတဲ့စိတ်တွေကိုလဲ မိမိစိတ်အနေဖြင့် စွဲလမ်း၏။ ယခင်သိခဲ့ပြီးသော စိတ်တွေကိုလဲ စွဲလမ်း၏။ နောင်လဲ ဒီလိုစိတ်ကောင်းတွေချည်း ဖြစ်နေစေချင်၏။ ဤကား တဏှာစွဲဖြစ်၏။

ဤသို့ မြဲတည်နေသည်ဟု ထင်သောကြောင့် ထူးခြားတဲ့စိတ်ကို အကြောင်းပြုပြီး မာန်တက် တတ်၏။ “ငါ့စိတ်က သတ္တိရှိတယ်၊ ငါ့စိတ်က မဟုတ်မခံဘူး၊ ငါ့စိတ်က ဒီလိုသိနားလည်တယ်” စသည်ဖြင့် မာန်မာန ဖြစ်တတ်၏။

ပကတိလူတွေက မြင်သိတာလဲ ငါပဲ၊ ကြားသိတာလဲ ငါပဲ၊ နုံသိတာလဲ ငါပဲ၊ စားသိတာလဲ ငါပဲ၊ ထိသိတာလဲ ငါပဲ၊ ကြံသိတာလဲ ငါပဲ။ ငါ အာရုံအမျိုးမျိုးကို သိတတ်တယ်။ ဤသို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းလျှင် အတ္တဒိဋ္ဌိစွဲ ဖြစ်၏။ ငါကပင် သိ၊ အမှုကိစ္စတွေကို ငါစိတ်ကပင် စီမံပြုလုပ်သည်ဟု ထင်တတ်ကြ၏။ ဤသို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းလျှင် ကာရကအတ္တစွဲဖြစ်၏။ (ပြုလုပ်သည့်အနေဖြင့် စွဲလမ်းလျှင် သင်္ခါရနှင့်လည်း ဆိုင်၏။) တချို့ကလဲ သာတိရဟန်းကဲ့သို့ စိတ်ဝိညာဏ်ဟူသော ငါကောင်သည် ကိုယ်ထဲ၌ အမြဲတည်နေ သည်ဟု ယူဆတတ်ကြ၏။ ဤသို့ထင်မှတ်စွဲလမ်းလျှင် နိဝါသီအတ္တစွဲ ဖြစ်၏။

**ဝိညာဏ်၏ အနိစ္စစသည် ဖြစ်ပုံ**

အမှန်မှာ စိတ်သည် သူ့ဆိုင်ရာ အကြောင်းအားလျှော်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ချက်ချင်း ပျက်ပျက်သွား လို့ အနိစ္စသာ ဖြစ်၏။ ထိုမမြဲသော သဘောမှန်သမျှ မကောင်းသော ဒုက္ခတရားချည်းသာဖြစ်၏။ အကြောင်းတရား အပေါ်အမှီပြုနေသည့်အတွက် အကြောင်းရှိနေလျှင် မကြိုက်သော်လည်း ပေါ်လာ တတ်ပြီး အကြောင်းမရှိလျှင် ကြိုက်သော်လည်း မပေါ်လာပေ။ ထို့ကြောင့် မိမိအစိုးရသည့် သဘော မဟုတ်။ ငါကောင် အတ္တကောင်အနေနဲ့လည်း တည်ရှိမနေပေ။ အနတ္တတရား သက်သက်သာဖြစ်၏။

သင်္ခါရနှင့် ဝိညာဏ်အထူး။ ။ပြုလုပ်တဲ့အနေနဲ့ စွဲလမ်းလျှင် သင်္ခါရနှင့် ဆိုင်၏။ ဝိညာဏ်နှင့်လည်း ဆိုင်၏။ သို့သော် များသောအားဖြင့် ကွေးချင်တာ၊ ဆန့်ချင်တာ၊ သွားချင်တာ၊ စားချင်တာ စသည်တို့ကို စိတ်အနေဖြင့်သာ ပြောဆိုသုံးစွဲလေ့ ရှိကြ၏။ ထို့ကြောင့် “ပြုလုပ်ချင်တာကို”စိတ်ဝိညာဏ်အရာမှာ လည်း ထည့်သုံးရ၏။

တေပရိဝဋ္ဋဒေသနာ ဒုတိယ အနုသန္တိ ပြီး၏။

+++++

**တတိယအနုသန္တိ ကလာပသမ္မသန ဘာဝနာ**

ဤသို့ တေပရိဝဋ္ဋ ဓမ္မဒေသနာနည်းဖြင့် ပဉ္စဝဂ္ဂိ မထေရ်ငါးဦးတို့အား ခန္ဓာငါးပါးတို့၌ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာတို့ကို ကောင်းစွာထင်ရှား ဟောကြားတော်မူပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားသည် ယခုအခါ တတိယ အနုသန္တိ၌ ခန္ဓာငါးပါးတို့ကို ကလာပသမ္မသနနည်း ဝိပဿနာ ဘာဝနာပွားပုံကို ဤဆိုလတ္တံ့ အတိုင်း ဟောကြားတော်မူ၏။

## အစွဲသုံးပါးကင်းအောင် ရှုပုံများ

ရုပ်ကို အပေါင်းအားဖြင့် ဝိပဿနာ ရှုဆင်ခြင်ပုံ (ရှုပက္ခန္ဓာ ကလာပဿမ္မသန ဝိပဿနာ)

တသ္မာ တိဟ ဘိက္ခဝေ ယံကိဉ္စိ ရူပံ အတိတာနာဂတပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ သြဠာရိကံ ဝါ သုခုမံ ဝါ ဟီနံ ဝါ ပဏီတံ ဝါ။ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ။ သဗ္ဗံ ရူပံ “နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ” တိ ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

ရဟန်းတို့- ယခုပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း ငါ့ဟာပဲ၊ ငါပဲ၊ ငါ့အတ္တပဲဟု ရှုမြင်ရန်မသင့်တော်သော ကြောင့် အတိတ်ဖြစ်စေ၊ အနာဂတ်ဖြစ်စေ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်တွင်းကဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ပ၊ကဖြစ်စေ၊ အကြမ်းဖြစ်စေ၊ အနုဖြစ်စေ၊ အယုတ်အညံ့ဖြစ်စေ၊ အကောင်းအမြတ်ဖြစ်စေ၊ အဝေးဖြစ်စေ၊ အနီး ဖြစ်စေ၊ ရုပ်ဟူသမျှကို “ငါ့ဥစ္စာ မဟုတ်၊ ငါမဟုတ်၊ ငါ့အတ္တမဟုတ်”ဟု ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိမြင်နိုင်အောင် ရှုရ-အားထုတ်ရမည်။

ဆောင်။ ။ပစ္စုပ္ပန်၊တိတ၊ နာဂတဟု၊ ကာလသုံးခွင်၊ တွင်း+ပြင် နှစ်ခု၊ ကြမ်း+န နှစ်တန်၊ ကောင်း+ညံ့ နှစ်သီး၊ ဝေး+နီး နှစ်မည်၊ ရုပ်ကိုယ်သည်ကား... မြင့်ရှည်ကာလ၊ မတည်ထ၊ဘဲ၊ ခဏဖြစ်လျက်၊ ခဏ ပျက်၏။ ဖြစ်-ပျက် နှစ်တန်၊ နှိပ်စက်ဒဏ်ဖြင့်၊ တရံမစဲ၊ လွန်ဆင်းရဲ၏။ ခိုင်မြဲကျောမာ၊ နှစ်မပါဘူး၊ ပညာ စက္ခု၊ မျှော်ထောက်ရှုလျှင်၊ သူ့ သဘာဝ၊ အနိစ္စနှင့်၊ ဒုက္ခ အနတ္တာ၊ မှန်လှစွာ၏။ ငါ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့လိပ်ပြာတို့၊ ဘာတစ်ခုမှ၊ မဟုတ်ကြသည်... ဓမ္မ သက်သက်ပါတကား...။

(မင်းကွန်းတိပိဋက ဆရာတော်ကြီး၊ အနတ္တ လက္ခဏသုတ် တရားတော်)

[မဟာစည်ဆရာတော်၏ ဝိပဿနာရှုနည်းကျမ်း၊ အတွဲ ၁၊ အခန်း ၃-မှ ကောက်နှုတ်တင်ပြပါမည်။]

### အတိတ်ကို စ၍ ရှုရပါမည်လော?

“ယံကိဉ္စိ ရူပံ အတိတာ-နာဂတ-ပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ သြဠာရိကံ ဝါ သုခုမံ ဝါ ဟီနံ ဝါ ပဏီတံ ဝါ။ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ။ သဗ္ဗံ ရူပံ အနိစ္စတော ဝဝတ္ထေတိ၊ ဧကံ သမ္မသနံ။ ပဋိသံ၊ ၅၁။)

ဤသို့ ဆိုထားသောကြောင့် အတိတ်တရားကို ရှေးဦးစွာ ရှုရပါမည်လော? ဟု မေးငြားအံ့။ ဤသို့ကား မရှုအပ်သည်သာတည်း။ အကြောင်းမူကား ၎င်းပါဠိသည် သုတ်-အဘိဓမ္မာတို့၌ ဟောရိုး ဟောစဉ်အတိုင်း ဒေသနာက္ကမ အားဖြင့်သာလျှင် ဟောအပ်သော ပါဠိပေတည်း။ ကျင့်စဉ်-ပဋိပတ္တိက္ကမ အားဖြင့် အထူးပြု၍ ဟောထားသော ပါဠိမဟုတ်ပေ။

ကမ=အစဉ် (ဖြစ်စဉ်၊ ပယ်စဉ်၊ ကျင့်စဉ်၊ ဘုံစဉ်၊ ဟောစဉ် စသည်)

၁။ ပဌမံ ကလလံ ဟောတိ၊ ကလလာ ဟောတိ အဗ္ဗုဒ္ဓံ။ (သံ၊၁၊၂၀၈။)

ဤ၌ ရေကြည်ဖြစ်ပြီးမှ အမြှုပ်ဖြစ်ရသောကြောင့် “ဥပ္ပတ္တိက္ကမ=ဖြစ်စဉ်”ဟု ဆိုသည်။

၂။ ဒဿနေန ပဟာတဗ္ဗာ ဓမ္မာ၊ ဘာဝနာယ ပဟာတဗ္ဗာ ဓမ္မာ။ (အဘိ၊၈၂)

သောတာပတ္တိမဂ်ဖြင့်ပယ်အပ်သောတရားများ။ အထက်မဂ်သုံးပါးဖြင့် ပယ်အပ်သောတရားများ။

ဤ၌ မဂ်ပယ်စဉ်အားဖြင့် ဟောသောကြောင့် “ပဟာနက္ကမ=ပယ်စဉ်”ဟု ဆိုသည်။

၃။ သီလဝိသုဒ္ဓိ ယာဝဒေဝ စိတ္တဝိသုဒ္ဓတ္တာ။ (မ၊၁၊၂၀၄။)

ဤ၌ သီလစင်ကြယ်အောင် ကျင့်ပြီးမှ စိတ်စင်ကြယ်အောင် ကျင့်ရသောကြောင့်

“ပဋိပတ္တိက္ကမ=ကျင့်စဉ်”ဟု ဆိုသည်။

၄။ ကာမာဝစရာ ရူပါဝစရာ။ (အဘိ၊၈၂၀၅။)

ဤ၌ ကာမဘုံ၊ ရူပဘုံဟု ဖြစ်ရာဌာန အစဉ်အားဖြင့် ပြသောကြောင့် “ဘူမိက္ကမ=ဘုံစဉ်”ဟု ဆိုသည်။

၅။ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ စတ္တာရော သမ္ပပ္ပဓာနာ။ (ဒီ၊၂၊၈၄။)

ဒါနကထံ သီလကထံ။ (ဒီ၊၁၊၁၀၂။)

“သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး။ သမ္ပပ္ပဓာန်လေးပါး” “ဒါနကထာ၊ သီလကထာ” - ဤ၌ သတိပဋ္ဌာန် သမ္ပပ္ပဓာန် စသည်၊ ဒါန သီလ စသည် အစဉ်အတိုင်း ဟောမြဲဖြစ်သောကြောင့် “ဒေသနက္ကမ=ဟောစဉ်” ဟုဆိုသည်။ (တိပိ-ဓာန်၊တွဲ-၅၊ နှာ-၂၈၅-၆။)

အတိတ်က စ,ရှုလျှင် အစဉ်ပျက်

ပစ္စုပ္ပန် ဒွါရ ၆-ပါး၌ ဖြစ်တိုင်းသောတရားတို့ကို မရှုဘဲ ပါဠိ၌လာသော နည်းအတိုင်းရှုလျှင် အစဉ်ပျက်တော့မည်။ ဖြစ်စဉ်အတိုင်း ကျ,မကျကို စဉ်းစားကြည့်ရာ၏။ အတိတ်ပြီးလျှင် အနာဂတ်မဖြစ်။ ပစ္စုပ္ပန်သာဖြစ်၏။ အနာဂတ်ပြီးမှ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်သည် မဟုတ်။ ထို့ကြောင့် အတိတ်တရားကို ရှုပြီးနောက် အနာဂတ်တရားကို ရှုလျှင် အလယ်၌ရှိသော ပစ္စုပ္ပန်ကို မရှုမိပဲ ရှိလေ၏။ အနာဂတ်ပြီးမှ ပစ္စုပ္ပန်ကိုရှုလျှင် ပြောင်းပြန်ဖြစ်လေ၏။ ဥပမာ -- ညာခြေလှမ်းစဉ်၌ ဖြစ်လတ္တံ့သော ဘယ်ခြေလှမ်းကို ရှုပြီးမှ တစ်ဖန် လှမ်းဆဲညာခြေလှမ်းကို ရှုရမည်ဆိုလျှင် ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ပင် မရှိချေ။

**ပစ္စုပ္ပန်ကိုသာ ရှုမှတ်အပ်ကြောင်း**

အတိတ် အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန်တရားတို့တွင် အဘယ်ကို ရှုမှတ်အပ်ပါသနည်း? ဟူမူ ---အဒ္ဓါပစ္စုပ္ပန်, သန္တတိပစ္စုပ္ပန်, ခဏပစ္စုပ္ပန်\* ဖြစ်သော တရားတို့ကိုသာလျှင် ပစ္စုပ္ပန်ဉာဏ်ဖြင့် ရှုမှတ်အပ်၏။ ပစ္စုပ္ပန်ဉာဏ် ရင့်သောအခါ၌ အတိတ်,အနာဂတ်တရားတို့ကိုလည်း ဆင်ခြင်ဆုံးဖြတ်လျက်ရှုသော အနုမာန(မှန်းဆ) ဉာဏ်သည် အလိုလိုပင် ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် အတိတ်,အနာဂတ်တရားတို့ကို ကြောင့်ကြစိုက် မရှုအပ် ကုန်ပြီ။ အကြောင်းမူကား---ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အတိတ် အနာဂတ်တရားတို့ကို သဘာဝလက္ခဏာ စသည်အားဖြင့် မှန်ကန်စွာ မသိနိုင်ချေ။



စဉ်းစားကြည့်ပါလော့။ လွန်ခဲ့သောဘဝများက ရုပ်နာမ်ကိုဖြစ်ခဲ့သည်အတိုင်း အမှန်သိနိုင်ပါမည်လော? မဲသောအဆင်းရှိခဲ့သည်, ဖြူသောအဆင်းရှိခဲ့သည်, စက္ခုပသာဒ သောတပသာဒတို့နှင့် ပြည့်စုံခဲ့သည်, မပြည့်စုံခဲ့သည်, ဣတ္ထိဘာဝနှင့် ပြည့်စုံခဲ့သည်, ပုမ္မာဝနှင့်ပြည့်စုံခဲ့သည် - ဤသို့စသည်ဖြင့် ဖြစ်ခဲ့ဖူးသောရုပ်တို့ကို အမှန်အတိုင်း သိနိုင်ပါမည်လော? မည်သို့သော စိတ်စေတသိက်များ ဖြစ်ခဲ့သည်၊ မည်သည့် မည်သည့် စိတ်နောင်, မည်သည့် မည်သည့် စိတ်များဖြစ်ခဲ့သည် - ဤသို့စသည်ဖြင့် ဖြစ်ခဲ့ဖူးသော နာမ်တို့ကိုလည်း အမှန်အတိုင်း သိနိုင်ပါမည်လော?

လွန်ခဲ့သော ဘဝများမှာ ဝေးလွန်းပါသေး၏။ ယခုဘဝတွင် စဉ်းစားကြည့်ပါဦး။ လွန်ခဲ့ပြီးသော နှစ်, လ, ရက်များအတွင်းက ဖြစ်ခဲ့သော ရုပ်နာမ်တို့ကို ယခုဆင်ခြင်ကြည့်လျှင်, ဖြစ်ဖူးသည့်အတိုင်း မှန်ကန်စွာ သိနိုင်ပါမည်လော? လွန်ခဲ့ပြီးသော နာရီပိုင်းအတွင်း, ၁၀-မိနစ် ၅-မိနစ်အတွင်းက ရုပ်နာမ်များကိုပင် အလုံးစုံ စေ့ငှအောင် သဘာဝလက္ခဏာ စသည်အားဖြင့် မှန်ကန်စွာ မသိနိုင်သည်သာတည်း။ ဤသို့ မသိနိုင်သည်ကို ယခု မယုံကြည်သေးသော်လည်း ဖြစ်ခဲ့ကရုပ်နာမ်တို့ကို မပြတ်မစဲမှတ်၍ တကယ်အားထုတ်ကြည့်သောအခါ၌ ဟုတ်မှန်ကြောင်းကို ဆုံးဖြတ်ဝန်ခံလာပါလိမ့်မည်။

ထို့ပြင် - အနာဂတ်တရားကိုကား အလျှင်းပင် မသိနိုင်ချေ။ ညာဘက်ခြေ ကြွလှမ်းစဉ်၌ “ဗယ်ဘက်ခြေ ကြွလှမ်းသောအခါ ဘယ်လို ရုပ်နာမ်ဖြစ်လိမ့်မည်”ဟု အတပ် မသိနိုင်ချေ။ ကုသိုလ် ဖြစ်မည်ဟု ထင်သော်လည်း ထိုအခိုက်တွင် အကုသိုလ်လည်း ဖြစ်တတ်ချေ၏။ ဝမ်းမြောက်မှုဖြစ်မည်ဟု ထင်သော်လည်း နှလုံးမသာမှု စသည်လည်း ဖြစ်တတ်ချေ၏။ ထို့ကြောင့် အနာဂတ်ကို အလျှင်းပင် မသိနိုင်ဟု ဆိုပေသည်။

ပစ္စုပ္ပန်တရားသည်ကား မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ဆဲသော်လည်း ဖြစ်၏။ ဒွါရ ၆-ပါး၌ ထင်ဆဲသော်လည်း ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် သတိ,ပညာဖြင့် ရှုမှတ်ပါလျှင် ထင်ကဲထင်ရှားသော ရုပ်နာမ်တစ်ခုခုကို သဘာဝ-လက္ခဏာ စသည်ဖြင့် မှန်ကန်စွာ မျက်မှောက်သိနိုင်သည်သာတည်း။

ဥပမာ - လျှပ်စီးလက်ဆဲ၌ သေချာစွာ ကြည့်ရှုမိပါလျှင် ၎င်းလျှပ်စီးကို လက်ရာဌာန, ပုံသဏ္ဍာန်နှင့် တကွ မှန်ကန်စွာ သိနိုင်၏။ ထိုသို့မဟုတ်ပါဘဲ လျှပ်စီးပျက်ပြီးသည့်နောက်မှ ကြည့်ရှုလျှင်ကား လက်ရာဌာနကိုပင် မသိနိုင်ပြီ။ လျှပ်စီးလက်ပုံကို မသိနိုင်သည်မှာ ဆိုဖွယ်မရှိပြီ။ ထို့အတူပင် လျှပ်စီးမလက်မီက ကြိုတင်၍ “မည်သည့်နေရာက မည်သို့လက်လိမ့်မည်”ဟု မှန်းဆလျှင်လဲ မှန်းဆတိုင်း မမှန်နိုင်ချေ။ ဤဥပမာအတိုင်းပင် အတိတ် အနာဂတ်ကို မှန်ကန်စွာ မသိနိုင်။ ပစ္စုပ္ပန်ကိုသာ မှန်ကန်စွာ မျက်မှောက်သိနိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် အတိတ်, အနာဂတ်တရားတို့ကို ကြောင့်ကြစိုက်၍ မရှုအပ်ကုန်ပြီ။ ပစ္စုပ္ပန်ကိုသာလျှင် ပစ္စုပ္ပန်ဉာဏ်ဖြင့် ရှုမှတ် အပ်ပေသည်။ (နာ ၂၂၃-၂၂၅။)

\* (ဥပါဒ် ဋီ ဘင် ခဏသုံးပါးသို့ ဆိုက်ရောက်ဖြစ်ပေါ်နေဆဲ ရုပ်နာမ်တရားကို “ခဏပစ္စုပ္ပန်”ဟု ခေါ်၏။ တခုသော အစဉ်သန္တတိ၌ပါဝင်သော တရားအပေါင်းကို “သန္တတိပစ္စုပ္ပန်”ဟုခေါ်၏။ ပဋိသန္ဓေမှ စုတိတိုင်အောင် ဖြစ်ဆဲဘဝဖြင့် ပိုင်းခြားအပ်သော ရုပ်နာမ်အပေါင်းကို “အဒ္ဓါပစ္စုပ္ပန်”ဟု ခေါ်၏။ ၎င်းတို့တွင် ခဏပစ္စုပ္ပန်နှင့် သန္တတိပစ္စုပ္ပန်တို့ကိုသာ ဝိပဿနာရှုရမည်။)

**ပစ္စုပ္ပန် မရှုမိရင် ကိလေသာကိန်း**

ထို့ပြင်အကြောင်းတစ်ပါးကား -- မရှုမိသော ပစ္စုပ္ပန်တရား၌ အာရမ္မဏာဓိဂ္ဂဟိတ၊ အာရမ္မဏာ-  
နုဿယ ဟုခေါ်သော ကိလေသာတို့သည် ကိန်းကုန်၏။ ရှုမှတ်မိသောတရား၌ကား မကိန်းကုန်ပြီ။  
သို့ဖြစ်၍ ပစ္စုပ္ပန်ကို ရှုမှတ်သော ဝိပဿနာသည် တဒင်္ဂပဟာန် အလိုအားဖြင့် ထိုကိလေသာတို့ကိုလည်း  
ပယ်နိုင်၏။ ၎င်းကိလေသာတို့မှ ဆက်၍ဖြစ်လတ္တံ့သော ကံနှင့် ဝိပါက်ခန္ဓာတို့ကိုလဲ ပယ်နိုင်၏။

ဖြစ်ခိုက်က မရှုမိသော အတိတ်တရားတို့၌ကား ထိုအာရမ္မဏာနုဿယသည် ကိန်းခွဲလေပြီ။  
ထိုအတိတ်တရားကို စွဲ၍ဖြစ်သော ဗနပညတ်သည် ဓာတ်ပုံရိုက်ကူးထားသကဲ့သို့ ထိုကာလမှစ၍  
စိတ်သန္တာန်၌ ထင်ရှား လျက် ရှိလေပြီ။ ထို့ကြောင့် မြင်ဘူး၊ ကြားဘူး၊ နံဘူး၊ စားဘူး၊ တွေ့ထိဘူး၊  
ကြံသိဘူးသော အတိတ်ရုပ်နာမ် တို့ကို ပြန်၍ စဉ်းစားမိတိုင်း ဗနပညတ်ထင်ရှားလျက် နိစ္စ၊ သုခ၊  
အတ္တဟု ထင်မြင်စွဲလမ်းမှုသည် ဖြစ်ပေါ်၏။ ရုပ်နာမ်မျှဘဲ၊ အနိစ္စ-ဒုက္ခ-အနတ္တမျှဘဲဟု အဖန်ဖန်ပြန်၍  
ဆင်ခြင်သော်လည်း မူလကပင် ဓာတ်ပုံရိုက်ထားသကဲ့ သို့ စိတ်ထဲ၌စွဲလျက်ရှိသော ထိုဗနပညတ်  
အစိုင်အခဲကြီးကို လုံးဝပျက်ပြားအောင် မတတ်နိုင်တော့ပြီ။ နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တဟု ထင်မြင်စွဲလမ်းသော  
ကိလေသာတို့ကိုလည်း ပြန်၍ မနုတ်ပယ်နိုင်တော့ပြီ။ သို့ဖြစ်၍ အတိတ်၍ ရှုခြင်းသည် သဘောမှန်  
အတိုင်း မသိရုံမျှသာမဟုတ်သေး၊ ကိလေသာကို ပယ်နိုင်ခြင်းဟူသော အကျိုးလဲ မရှိ သည်သာတည်း။

အနာဂတ်တရားသည် ယခု မဖြစ်သေးချေ။ ထိုတရားကို မဖြစ်မှီက ကြိုတင်၍ ရှုဆင်ခြင်ထား  
သော်လည်း နောင်ဖြစ်ပေါ်သောအခါ၌ မရှုနိုင်ပါလျှင် ဗနပညတ်ထင်လျက် နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တဟု  
စွဲလမ်းသော ကိလေသာ ဖြစ်ဦးမည်သာတည်း။ ကြိုတင်၍ ရှုထားသည့်အတွက် ကိလေသာမကိန်းဘဲ  
နေမည်မဟုတ်ချေ။ သို့ဖြစ်၍ အနာဂတ်တရားကို ဆင်ခြင်၍ ရှုခြင်းသည်လည်း သဘောမှန်အတိုင်း  
မသိရုံမျှသာ မဟုတ်သေး၊ ကိလေသာကို ပယ်နိုင်ခြင်းဟူသော အကျိုးလဲ မရှိသည်သာတည်း။  
ထို့ကြောင့်လည်း အတိတ်၊ အနာဂတ် တရားတို့ကို ကြောင့်ကြစိုက်၍ မရှုရပေသည်။ ပစ္စုပ္ပန်ဉာဏ်  
ရင့်သောအခါ၌ ပစ္စုပ္ပန်တရားနှင့် နှိုင်းဆ၍ အနုမာနဉာဏ်ဖြင့်သာ ရှုရပေသည်။

ပစ္စုပ္ပန်တရားကို ရှုမှတ်ခြင်းသည်ကား ပြခဲ့သည်အတိုင်းပင် တကယ်ဖြစ်ပျက်သော ရုပ်နာမ်တို့၏  
သဘောမှန်ကိုလည်း သိ၏။ ကိလေသာတို့ကိုလဲ ပယ်နိုင်၏။ ထို့ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်တရားကိုသာလျှင်  
ကြောင့်ကြစိုက်၍ ရှုမှတ်အပ်ပေသည်။ (နာ ၂၂၅-၂၂၇။)

**ကိုးကားချက်**

- (၁) အတိတ် နာ' နွာဂမေယျ၊ နပုဋိကဓိ အနာဂတံ။  
ယဒတိတံ ပဟိနံ တံ၊ အပ္ပတ္တဉ္စ အနာဂတံ။
- (၂) ပစ္စုပ္ပန္နံ ယံ ဓမ္မံ၊ တတ္ထ တတ္ထ ဝိပဿတိ။  
အသံဟီရံ အသံကုပ္ပံ၊ တံ ဝိဒ္ဓါ အနုဗြူဟယေ။  
(ဥပရိပဏ်၊ ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်၊ ၂၂၆။)

မြန်မာပြန်အချုပ်။ ။အတိတ်ဖြစ်သော ခန္ဓာငါးပါးအပေါင်းသည် ချုပ်ပျောက်ခဲ့ပြီး ဖြစ်သော ကြောင့် ထိုခန္ဓာတို့ကို တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် ပြန်၍ စဉ်းစားမနေရ။ အနာဂတ်ဖြစ်သော ခန္ဓာငါးပါးသည် လည်း မဖြစ်ပေါ်လာသေးသောကြောင့် ထိုခန္ဓာတို့ကို တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် မြှော်လင့်တောင့်တ၍ မနေရ။

ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်သော ခန္ဓာငါးပါးတရားကိုလည်း ထိုထိုဖြစ်ဆဲ ခဏ၌သာလျှင် \*၇-ပါးသော အနုပဿနာတို့ဖြင့် ရှုမှတ်၏။ တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် မဆွဲငင်နိုင်၊ မပျက်စီးနိုင်လောက်အောင် ပစ္စုပ္ပန်ခန္ဓာ တို့ကို ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက်၌ ရှုမှတ်အပ်သော ထိုဝိပဿနာဉာဏ်ကို ပညာရှိသည် ပွားစေရ၏။

(အနုပဿနာ ၇-ပါး။ အနိစ္စာနုပဿနာ, ဒုက္ခာ, အနတ္တ, နိဗ္ဗိဒါ, ဝိရာဂ, နိရောဓ, ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာ။)

**အတိတ်အဟောင်းကိုလည်း မပြန်လင့်**

လွန်ခဲ့ပြီးသော ကာလက ကြည်လင်သော မျက်စိရုပ်၊ မြင်ရသော မျက်နှာ,လက်,ခြေ စသော အဆင်း ရုပ်၊ မြင်သောသဘော ဤသို့ အစရှိသော ခန္ဓာငါးပါးတရားတို့သည် ချုပ်ပျောက်လေကုန်ပြီ။ ယခုမရှိကြတော့ပြီ။ ထို့ကြောင့် ပျောက်ကွယ်ပြီးသော ထိုတရားတို့ကို တဏှာ ဒိဋ္ဌိဖြင့် စွဲလမ်းလျက် ကြံစည်အောက်မေ့၍ မနေ အပ်။

တဏှာဖြင့် စွဲလမ်းပုံကား “ငါ့မျက်စိ ကြည်လင်ခဲ့သည်၊ ငါ့မျက်စိ ကောင်းခဲ့သည်၊ အလွန် သေးသေး မှုန်မှုန်ကလေးကိုပင် မြင်နိုင်သည်။ မျက်နှာက လှပခဲ့သည်၊ မျက်ခုံး, မျက်လုံး, လက်, ခြေ များက လှပခဲ့သည်။ အသားအရေက ဖြူစင်သန့်ရှင်းသည်။ လှပသောအဝတ်အထည် အသုံးအဆောင် များနှင့် ပြည့်စုံခဲ့သည်။ ဟိုတုန်းက ဘယ်သူ့ကို မြင်ခဲ့သည်၊ သူ့ကိုမြင်ခဲ့ရတာ သိပ်ကောင်းတာပဲ” ဤသို့ စသည်ဖြင့် ရှေးကမြင်ခဲ့ဖူး သည်ကိုစွဲ၍ သာယာဝမ်းမြောက်လျက် ကြံစည်အောက်မေ့၏။

ဒိဋ္ဌိဖြင့် စွဲလမ်းပုံကား “ငါကောင်, သတ္တဝါကောင်က မြင်သည်။ ငါကောင်, သတ္တဝါကောင်ကို မြင်ရသည်” ဟု ထင်မြင်လျက်၊ မြင်စဉ်ကာလမှ ယခုထက်တိုင် အမြဲတည်ရှိသော အနေအားဖြင့် လည်းကောင်း၊ သေလျှင် ဘဝတစ်ပါးသို့ ပြောင်းသွားမည့် သတ္တဝါကောင် အနေအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ သေလျှင် ပျောက်ပျက်သွားမည့် သတ္တဝါကောင် အနေအားဖြင့်လည်းကောင်း ကြံစည် အောက်မေ့၏။ ဤသို့ ရှေးကမြင်ဖူးသည်ကို စွဲ၍ တဏှာ,ဒိဋ္ဌိဖြင့် ကြံစည်အောက်မေ့၍ မနေအပ်။ ထို့အတူ ကြားမှု, နံမှု စသည်တို့နှင့် စပ်၍လည်း ကြံစည် အောက်မေ့၍ မနေအပ်။ အထူးကား - ကြံသိမှုအရာ၌ ရှေးကရှုမှတ်၍ ကောင်းခဲ့သည်, မကောင်းခဲ့သည်ကိုလည်း ပြန်လည်စဉ်းစား၍ မနေအပ်။ (နာ ၂၃၀-၂၃၁။)

**အနာဂတ် အသစ်ကို မမြှော်လင့်**

နောင်အခါမှ ဖြစ်ပေါ်မည့်တရားတို့သည်လည်း ယခု မဖြစ်ပေါ်ကြသေး။ ယခု မရှိကြသေး။ ၎င်းတို့ကို မြှော်လင့်တောင့်တနေခြင်းသည် “ထိပေါက်လျှင် ဘယ်လိုသုံးစွဲမည်” ဟု ကြံလျက် အချိန်ဖြုန်း နေသည်နှင့်သာ တူပေသည်။ “ငါ့မျက်စိ ကြည်လင်၍သာ နေပါစေ။ မျက်စိ မမှုန်မမွဲပါစေနဲ့။ အသား

အရေ ပျို့နုလှပလျက်သာ ရှိပါစေ။ လှပတာကိုသာ မြင်ရပါစေ။ လှပတဲ့ အသုံးအဆောင် အပေါင်းအဖော် တွေကို ရပါစေ။ ဤမြင်မှုသည် မပျက်ဘဲ နေပါစေ” ဤသို့ စသည်ဖြင့် မြင်ရမည့်အရေး စသည်နှင့်စပ်၍ မြော်လင့်တောင့်တလျက် မနေအပ်။ အထူးကား - ကြံသိရမည့်အရေးနှင့်စပ်၍ ရှုမှတ်ကောင်းရန်၊ အာရုံ အထူးများ ထင်လာရန်၊ ဉာဏ်ထူးများ ဖြစ်ပေါ်လာရန်လည်း မြော်လင့်တောင့်တ၍ မနေအပ်။ (နာ ၂၃၁။)

**ပစ္စုပ္ပန်ကိုသာ မလွတ်အောင်မှတ်**

မြင်စဉ်ဖြစ်စေ၊ ကြားစဉ်၊ သွားစဉ်၊ ရပ်စဉ်၊ ထိုင်စဉ်၊ အိပ်စဉ်၊ ကွေးစဉ်၊ ဆန့်စဉ်၊ ကြံသိစဉ်ဖြစ်စေ၊ ဖြစ်ပေါ်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်တရားကို ရုပ်နာမ်၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟု သိမြင်အောင် ရှုမှတ်ရမည်။ အကယ်၍ မရှုမှတ်မိ ပါက ထိုတရားတို့ကိုပင် “မြဲသည်၊ ချမ်းသာသည်၊ ကောင်းသည်၊ လှပတင့်တယ်သည်၊ အလို အတိုင်း ပြီးစေနိုင်သော အကောင်အထည် ဟုတ်သည်”ဟု ထင်မြင်လျက် သာယာတပ်မက်သော တဏှာ ဖြစ်လိမ့်မည်။ အထင် အမြင်မှားသော ဒိဋ္ဌိဖြစ်လိမ့်မည်။ ထိုအခါ စိတ်သည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့၏ အလိုအတိုင်း ကာမဝိတက်စသည်ကိုသာ ကြံလျက်ဖြစ်လိမ့်မည်။

ဖြစ်ပုံကား - မြင်စဉ်၌ မမှတ်နိုင်လျှင် “ဘယ်သူ့ကိုမြင်လိုက်သည်။ မိန်းမကို မြင်လိုက်သည်။ ယောက်ျားကို မြင်လိုက်သည်။ သူက ဘယ်သူ့သားသမီးပဲ။ ဘယ်သူ၏ မိဘပဲ။ သူ့စိတ်သဘောက ဘယ်လိုပဲ။ ပြောပုံ ဆိုပုံက ဘယ်လိုပဲ” - ဤသို့ စသည်ဖြင့် ကြံစည်စိတ်ကူးတတ်၏။ ဤမျှသာ မကသေး။ ချစ်ခင်နှစ်သက်ဖွယ်ကို မြင်မိပါလျှင် “သူ့ရုပ်ရည်က သန့်ပြန့်ပါပေသည်။ ပြောဆိုပုံက ယဉ်ကျေးပါပေသည်။ သွားလာပုံက နူးညံ့ပါပေသည်”ဤသို့စသည်ဖြင့် ကာမဝိတက်များ ဖြစ်၍ မဆုံးနိုင်အောင်လဲ ရှိတတ်၏။(ကာမဝိတက်)

ရုံမှန်းဖွယ်ကို မြင်မိပါလျှင် “သူ့ပုံကိုက အလွန်ဆိုးသည်။ စိတ်သဘော အမူအကျင့်က ဘယ်လိုပဲ။ ငါ့ အကျိုးမဲ့ကို သူလုပ်နေတာပဲ။ သူတော့ သေမှကောင်းမှာပဲ။ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး သတ်ရပါမည်လဲ”(ဗျာပါဒ ဝိတက်)။ “သူတော့ ဒုက္ခနဲ့တွေ့မှ အေးမှာပဲ။ ဘယ်လို ဒုက္ခနဲ့ တွေ့ပါစေ။ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး နှိပ်စက်ရပါ မည်လဲ”(ဝိဟိသ ဝိတက်)။ ဤသို့စသည်ဖြင့် ဗျာပါဒဝိတက်၊ ဝိဟိသဝိတက်များ ဖြစ်၍မဆုံးနိုင်အောင်လဲ ရှိတတ်၏။

ဤသို့သောစိတ်သည် သံဟီရ=တဏှာ၊ဒိဋ္ဌိ ဆွဲရာသို့ လိုက်ပါသွားရသည် မည်၏။ သံကုပ္ပ= တဏှာ၊ ဒိဋ္ဌိတို့ကြောင့် ပျက်စီးသွားသည် မည်၏။ ရှုမှတ်နိုင်ပါမူကား မှတ်တိုင်းသော ဝိပဿနာစိတ်သည် တဏှာ၊ဒိဋ္ဌိတို့၏ အလိုအတိုင်း ကာမဝိတက် စသည်ကို မကြံစည်တော့ပြီ။ ထို့ကြောင့် ရှုမှတ်မှုဝိပဿနာ သည် အသံဟီရ၊ အသံကုပ္ပ မည်၏။

မှတ်ချက်။ ။ဤ၌ ပစ္စုပ္ပန်ဟူသည် လောလောဆယ် ဖြစ်နေသောစိတ်ကိုကား ရှုလို့မရပေ။ ထို့ကြောင့် ဖြစ်ပြီးစ မြင်စိတ် ကြားစိတ် စသည်ကိုပင် ရှုရ၏။ ၎င်းကို အနီးပစ္စုပ္ပန်ဟု ခေါ်၏။ စိတ်သည် တစ်ပြိုင်တည်း စိတ်နှစ်ခု မဖြစ်နိုင်သဖြင့် တကယ့်ဖြစ်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်စိတ်ကိုကား ရှုလို့မရပေ။ ပါဠိတော်များ

ဥက္ကဋ္ဌကား ဈာန်ကို ဝင်စားပြီး ထိုဈာန်မှထကာ ထိုဝင်စားခဲ့သောဈာန်ကိုပင် အနိစ္စစသောအားဖြင့် ဆင်ခြင်သည်ဟု နေရာများစွာ၌ ဟောထား၏။

**နောက်ထပ် ကိုးကားချက်**

သတိပဋ္ဌာနသုတ်ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာတို့၌လဲ ဖြစ်ခိုက် ပစ္စုပ္ပန်တရားကိုသာ ရှုအပ်ကြောင်း တိုက်ရိုက်ပင် ဖော်ပြလျက်ရှိ၏။ ပြပုံကား -

(၁) “ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိ” ဤသို့ အစရှိသော ကာယာနုပဿနာပိုင်း၌ “သွားဆဲ သွားခိုက် ဖြစ်သောသူသည် သွားသည်ဟု သိ၏” ဤသို့ ပစ္စုပ္ပန်ကာလဖြင့်သာ ဟော၏။ “သွားပြီးသော သူသည် သွားပြီးပြီ ဟု သိသည်။ သွားလတ္တံ့သောသူသည် သွားလတ္တံ့ဟု သိသည်” ဤသို့စသည်ဖြင့် အတိတ်, အနာဂတ် ကာလတို့ဖြင့်ကား မဟောချေ။

(၂) “သုခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော သုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမိတိ ပဇာနာတိ” ဤသို့ အစရှိသော ဝေဒနာနုပဿနာပိုင်း၌လဲ “သုခဝေဒနာကို ခံစားဆဲခံစားခိုက် ဖြစ်သောသူသည် သုခဝေဒနာကို ခံစားသည်ဟု သိ၏” ဤသို့စသည် ပစ္စုပ္ပန်ကာလကို ဟော၏။ အတိတ်, အနာဂတ်ကာလတို့ဖြင့် မဟောချေ။

(၃) “သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္တံ အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္တောတိ ပဇာနာတိ” ဤသို့ အစရှိသော ဓမ္မာနုပဿနာပိုင်း၌လည်း “ရှိဆဲ ဖြစ်ဆဲသော အဇ္ဈတ္တ-ကာမစ္ဆန္တကို ငါ့အား အဇ္ဈတ္တ-ကာမစ္ဆန္တ ရှိဆဲ ဖြစ်ဆဲဟု သိ၏” ဤသို့စသည်ဖြင့် ပစ္စုပ္ပန်ကာလဖြင့်သာ ဟော၏။ အတိတ်, အနာဂတ်ကာလတို့ဖြင့် မဟောချေ။

(၄) “သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ = တပ်မက်မှုနှင့်တကွဖြစ်သော စိတ်ကိုမူလည်း တပ်မက်မှုနှင့်တကွဖြစ်သော စိတ်ဟူ၍ သိ၏” ဤသို့စသော စိတ္တာနုပဿနာပိုင်း၌ကား ပါဠိတော် သက်သက်ဖြင့် မည်သည့်ကာလဟု မထင်ရှားချေ။ အဋ္ဌကထာ ဖွင့်ဆိုချက်ကိုကြည့်မှ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ဆဲ စိတ်ကိုသာသိရန် ထင်ရှား၏။

ယသ္မိံ ယသ္မိံ ခဏေ ယံ ယံ စိတ္တံ ပဝတ္တတိ၊ တံ တံ သလ္လက္ခန္ဓော အတ္တနော ဝါ စိတ္တေ၊ ပရဿ ဝါ စိတ္တေ၊ ကာလေန ဝါ အတ္တနော ကာလေန ဝါ ပရဿ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

(ဒီ၊ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၃၆၇။)

မြန်မာပြန်။ ။အကြင်အကြင် ခဏ၌ အကြင်စိတ်သည် ဖြစ်ပေါ်၏။ ထိုထိုဖြစ်ဆဲ ခဏ၌ ထိုထိုဖြစ်ဆဲ စိတ်ကို မှတ်သောသူသည် မိမိစိတ်၌ဖြစ်စေ၊ သူတပါးစိတ်၌ဖြစ်စေ၊ ရံခါ မိမိစိတ် ရံခါ သူတပါးစိတ်၌ ဖြစ်စေ စိတ်ဟု ရှုလျက် နေသည်မည်၏။

လိုရင်းအဓိပ္ပါယ်။ ။ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက်၌ ဖြစ်ဆဲဖြစ်ဆဲစိတ်ကို မှတ်လျှင် စိတ်ဟု ရှုနေသည်မည်၏။

**အဇ္ဈတ္တ,ဗဟိဒ္ဓ = အတွင်းအပြင်**

အတွင်း,အပြင် နှစ်ပါးတို့တွင် အဘယ်တရားကို ရှုမှတ်အပ်ပါသနည်း? ဟူမူ - နှစ်ပါးလုံးကိုပင် ရှုမှတ် အပ်ပေသည်။ သို့သော်လည်း အဇ္ဈတ္တတရားတို့ကို ပါရမီဉာဏ်အားလျော်စွာ, ဖြစ်စဉ်အတိုင်း ပစ္စက္ခဉာဏ်ဖြင့် ရှုခြင်း၊ ၎င်းဉာဏ် ရင့်သောအခါ၌ ဗဟိဒ္ဓတရားတို့ကို သန္တာန်ဖြင့်မပိုင်းခြားမှု၍ ဗဟိဒ္ဓ တရားအဖြစ်ဖြင့် တစ်ပေါင်းတည်းပြုလျက် အနုမာနနည်းအားဖြင့် ဆင်ခြင်ဆုံးဖြတ်၍ ရှုခြင်းဟူသော ဤရှုပုံနှစ်မျိုးသည်သာလျှင် သာဝကတို့၏ အရာတည်း။ ထို့ကြောင့် မိမိသန္တာန်၌ဖြစ်သော အဇ္ဈတ္တတရား တို့ကိုသာလျှင် ပဓာနထား၍ ရှုမှတ်ရာ၏။

အောက်ပါမှာ သာဝကတို့၏ သုံးသပ်ရိုးတရားကို တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းမျှသာ ရှုလျက် အရှင်- မောဂ္ဂလာန် ရဟန္တာဖြစ်ကြောင်းကိုပြသော (ဥပရိ-ပဏ်) အနုပဒသုတ် အဋ္ဌကထာ၌ လာသောစကားကို ထပ်ဆင့်၍ ဖွင့်ပြသော ဋီကာစကား ပေတည်း။

ဧကဒေသမေဝါတိ သကအတ္တဘာဝေ သင်္ခါရေ အနဝသေသတော ပရိဂ္ဂဟေတုဉ္စ သမ္မသိတုဉ္စ အသက္ကောန္တော အတ္တနော အဘိနိဟာရသမုဒါဂတဉ္စာဗလာနုရူပံ ဧကဒေသမေဝ ပရိဂ္ဂဟေတွာ သမ္မသန္တော။ --ပ--။ တသ္မာ သသန္တာနဂတေ သဗ္ဗမေဓမ္မေ, ပရသန္တာနဂတေ စ တေသံ သန္တာနဝိဘာဂံ အကတွာ ဗဟိဒ္ဓါဘာဝ သာမညတော သမ္မသတိ။ အယံ သာဝကာနံ သမ္မသနစာရော။ (မ-ဋီ၊ ၂၇၄။)

မြန်မာပြန်။ ။ “ဧကဒေသမေဝ” ဟူသည်ကား မိမိ၏အတ္တဘော၌ သင်္ခါရတို့ကို အကြွင်းမဲ့အားဖြင့် သိမ်းဆည်းခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်သော အရှင်မောဂ္ဂလာန်သည် မိမိပါရမီကြောင့်ဖြစ်သော ဉာဏ်စွမ်းအား လျော်စွာ တစ်စိတ်မျှကိုသာလျှင် သိမ်းဆည်း၍ သုံးသပ်လျက်။ -ပ-။ ထို့ကြောင့် မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ကုန် သော တရားတို့ကိုကား ထိုသူတစ်ပါးတို့၏ သန္တာန်ဖြင့် ခွဲခြားခြင်းကို မပြုမူဘဲ ဗဟိဒ္ဓအဖြစ် တူသော အားဖြင့် တပေါင်းတည်း သုံးသပ်၏။ ဤသို့သော အဇ္ဈတ္တ ဗဟိဒ္ဓတရားသည် သာဝကတို့၏ သုံးသပ်မှု၏ ကျက်စားရာတည်း။

သို့ဖြစ်၍ ဗဟိဒ္ဓတရားကို ရှုကြံ၍ဖြစ်စေ, စဉ်းစားဆင်ခြင်၍ဖြစ်စေ မရှုအပ်ကုန်ပြီ။ ဗဟိဒ္ဓ အဆင်း အသံ စသည်ကို တမင်ရှုကြံ၍ ရှုမှတ်သောသူအား စိတ်ပျံ့လွင့်မှုများ၏။ ထိုပျံ့လွင့်မှုတို့ကို မမှတ်နိုင်သောကြောင့် သမာဓိ ပညာတို့သည် လျင်စွာ မရင့်ကျက်ကုန်။ ထို့ကြောင့် ၁၅-ရက်, တစ်လ စသည်ကြာသော်လည်း ဘာမျှ မထူးခြားဘဲ ရှိတတ်၏။ သုတအားလျော်စွာ စဉ်းစားဆင်ခြင်၍ ရှုသော သူအားလည်း ပစ္စက္ခဉာဏ် မဖြစ်သောကြောင့် သမာဓိ ပညာတို့သည် မရင့်နိုင်ကုန်သည်သာတည်း။

ထို့ကြောင့် ဗဟိဒ္ဓတရားတို့ကို ဒွါရ ၆-ပါး၌ အလိုလိုထင်ပေါ်လာသော်သာလျှင် ရှုမှတ်အပ်၏။ အခါခပ်သိမ်း အဇ္ဈတ္တတရားကိုသာလျှင် ရှုမှတ်နိုင်ရန် ကြိုးစားအပ်၏။ ထိုအဇ္ဈတ္တကို ရှုရုံမျှဖြင့် ရုပ်နာမ် အလုံးစုံ၌ ရှုခြင်းကိစ္စပြီးကြောင်းကို အောက်ပါ မဟာဋီကာဖြင့်လည်း သိအပ်၏။

အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဟိ ဝိပဿနာဘိနိဝေသော ဟောတု ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ၊ အဇ္ဈတ္တသိဒ္ဓိယံ ပန လက္ခဏတော သဗ္ဗမိ နာမရူပံ အနဝသေသတော ပရိဂ္ဂဟိတမေဝ ဟောတိ။ (မဟာဋီကာ၊ ၂၊ ၃၆၈။)

အဓိပ္ပါယ်။ ။ဝိပဿနာရှုခါစတွင် အဇ္ဈတ္တ၌ ရှုသည်ဖြစ်စေ၊ ဗဟိဒ္ဓ၌ရှုသည်ဖြစ်စေ၊ အဇ္ဈတ္တရုပ်နာမ် တို့ကို ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း မလစ်လပ်အောင် မှတ်နိုင်လျှင် ရုပ်နာမ်အလုံးစုံကို လက္ခဏာအားဖြင့် အကြွင်းမဲ့ သိမ်းဆည်းပြီးသည်သာ မည်၏။ အကြွင်းမဲ့ ရှုမှတ်ပြီးသည်သာ မည်၏ဟူလို။

**အနုပဒသုတ်မှ ဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ ဈာန်မှာထင်ရှား၊ ဆယ့်ခြောက်ပါး၊ ပိုင်းခြားရှုလေသည်။
- ၂။ မထင်မရှား၊ ရုပ်နာမ်များ၊ စဉ်းစားမရှုပြီ။
- ၃။ မျက်မှောက်မမြင်၊ တွေးဆင်ခြင်၊ ရှုလျှင် အတုမည်။
- ၄။ ထိုနည်းတူစွာ၊ ထင်ရှားရာ၊ မှတ်ကာ ရှုရသည်။
- ၅။ နေဝသညာ၊ သိမ်မွေ့စွာ၊ ခွဲကာမရှုပြီ။
- ၆။ ရှေးဈာန်နှင့်မှီး၊ ကလာပ်နည်း၊ ပေါင်းစည်းရှုလေသည်။
- ၇။ မထင်ရှားရာ၊ ထိုနည်းသာ၊ နှိုင်းကာရှုလေသည်။
- ၈။ ကိုယ်တွင်းထင်ရှား၊ ရုပ်နာမ်များ၊ ပိုင်းခြားရှုရသည်။
- ၉။ အပြင်ပဋိကံ၊ မခွဲထိုက်၊ ပေါင်းလိုက်ရှုရသည်။
- ၁၀။ သာဝကမှာ၊ ဤမျှသာ၊ ရှုရာ တရားမည်။

**ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌လာသော ရုပ်ကို အတိတ်စသည် (၁၁)ပါးဖြင့် ရှုပုံ**

**ကာလသုံးပါးဖြင့် ရှုဆင်ခြင်ပုံ**

(၁) ရှေးဘဝကရုပ်သည် ရှေးဘဝတွင်ပင် ကုန်ခွဲချုပ်ခွဲလေပြီ။ ယခုဘဝသို့ မရောက်ကုန်။ ကုန်ခွဲပျက်ခွဲသောကြောင့် မမြဲ။ လျင်မြန်စွာ ကုန်တတ် ချုပ်ပျက်တတ်၍ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ကြောင့် ဆင်းရဲသာ တည်း။ အတ္တကောင် အနှစ်အသား မရှိသောကြောင့် အနတ္တသဘောတရားမျှ သာတည်း။

(၂) ယခုဘဝက ရုပ်သည်လည်း ယခုဘဝတွင်ပင် ကုန်ဆုံးချုပ်ပျက်သွားမည်။ နောက်ဘဝသို့ ရောက်မည် မဟုတ်။ ကုန်နေဆဲ ချုပ်ပျက်နေဆဲ ဖြစ်သောကြောင့် မမြဲ။ လျင်မြန်စွာ ကုန်တတ် ချုပ်ပျက်တတ်၍ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသောကြောင့် ဆင်းရဲသာတည်း။ အတ္တကောင် အနှစ်အသား မရှိသောကြောင့် အနတ္တသဘော တရားမျှသာတည်း။

(၃) နောက်ဘဝ၌ အသစ်ဖြစ်မည့် ရုပ်သည်လည်း ထိုဖြစ်ရာဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံး ချုပ်ပျက်သွားမည်။ အခြား နောက်ဘဝသို့ ရောက်မည်မဟုတ်။ ကုန်ဆုံးချုပ်ပျက်သွားမည်သာ ဖြစ်သောကြောင့် မမြဲ။

လျင်မြန်စွာ ကုန်တတ် ချုပ်ပျက်တတ်၍ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသောကြောင့် ဆင်းရဲသာတည်း။  
အတ္တကောင် အနှစ်အသား မရှိသောကြောင့် အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အနုမာန(မှန်းဆလျက်)ရှုဆင်ခြင်ပုံ**

ယခု ရှုမှတ်နေဆဲ၌ ကုန်ဆုံး၍ ပျက်ပျက်သွားသော ရုပ်များလိုပင် သူတစ်ပါး သန္တာန်၌ရှိသော ရုပ်များ၊ တစ်လောကလုံးရှိ ရုပ်များလည်း ခဏမစဲ ကုန်ဆုံးလျက် ပျက်ပျက်သွားနေကြမည်သာ ဖြစ်သောကြောင့် အနိစ္စ၊ဒုက္ခ၊အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အဇ္ဈတ္တ+ဗဟိဒ္ဓ (အတွင်း+အပြင်) ရုပ်များ**

သာမန်လူများသည် တံတွေးထွေးသောအခါ၊ ကျင်ကြီးကျင်ငယ် စွန့်သောအခါ စသည်၌ အတွင်း ရုပ်များက အပြင်သို့ရောက်သွားသည်ဟု ထင်တတ်ကြ၏။ စားသောက်သောအခါ၊ အသက်ရှူသောအခါ များ၌ အပြင်ဘက်ကရုပ်များ ကိုယ်ထဲရောက်လာကြသည် ထင်တတ်ကြ၏။ ဤသို့ကား မဟုတ်ချေ။ ရုပ်တို့သည် သူ့ ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက် နေရာ၌သာလျှင် ကုန်ဆုံးချုပ်ပျက်သွားကြ၏။ နောက်ထပ် အသစ် အသစ်ရုပ်များက နေရာ အသစ်အသစ်တို့၌ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။ သမာဓိဉာဏ် အားကောင်းလာ သောအခါ ထွက်လေဝင်လေတို့သည် တစ်ပိုင်းစီ တစ်ပိုင်းစီ ပြတ်ပြတ်ပြီး ဝင်လာ၊ ထွက်လာသည်ကို တွေ့ရ၏။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။ကိုယ်ထဲမှရုပ်များသည် အပြင်သို့မရောက်၊ အပြင်မှရုပ်များသည် အတွင်းသို့ မရောက်။ ထိုထိုဖြစ်ရာ အတွင်း၌-အပြင်၌သာလျှင် ကုန်ဆုံးချုပ်ပျက်သွားကြောင့် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘော တရားမျှသာတည်း။

မှတ်ချက်။ ။ပရမတ္ထတရားတို့မည်သည် အခြားနေရာသို့ ပြောင်းရွေ့ခြင်းမရှိ။ မိမိတို့ဖြစ်ရာဌာန၌ သာလျှင် ချုပ်ပျောက်ပျက်စီးသွားကြ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ဋီကာ။)

**ဩဠာရိက+သုခမ (အကြမ်း+အနု)ရုပ်များ**

သာမန်လူများသည် “ကလေးဘဝက ရုပ်နုလေးများကပင် လူကြီးဘဝ ရုပ်ကြမ်းများ ဖြစ်လာ၏။ ကျန်းမာပေါ့ပါးသော ရုပ်နုများကပင် မကျန်းမာ လေးလံသော ရုပ်ကြမ်းများ ဖြစ်လာ၏။ မကျန်းမာ လေးလံသော ရုပ်ကြမ်းများကပင် ကျန်းမာပေါ့ပါးသော ရုပ်နုများ ဖြစ်လာ၏”ဟု ထင်တတ်၏။ အမှန်မှာ ရုပ်များသည် ဖြစ်ရာအရပ်၌သာလျှင် တပိုင်းစီး တပိုင်းစီး ပြတ်ပြတ် ကုန်ကုန် သွားကြ၏။ ရုပ်ကြမ်းများ က ရုပ်နုမဖြစ်။ ရုပ်နုများက ရုပ်ကြမ်းမဖြစ်။ ကြမ်းသော အပူရုပ် အအေးရုပ်များက နူးညံ့သော အအေးရုပ် အနွေးရုပ် မဖြစ်။ နူးညံ့သော အအေးရုပ် အနွေးရုပ်များကလည်း ကြမ်းသည့် အပူရုပ် အအေးရုပ် မဖြစ်။



ကြမ်း၍ တောင့်တင်း လှုပ်ရှားသော ရုပ်က နူးညံ့သည့် ငြိမ်ရပ်မဖြစ်။ နူးညံ့တည်ငြိမ်သည့် ရုပ်ကလည်း ကြမ်း၍ လှုပ်ရှားသည့် ရုပ်မဖြစ်။ သူ့ အခိုက်၌သာလျှင် ပျက်ပျက် သွားကြ၏။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။ကိုယ်ထဲမှ ရုပ်ကြမ်းသည် ရုပ်နုမဖြစ်။ ရုပ်နုကလည်း ရုပ်ကြမ်းမဖြစ်။ သူ့အခိုက်အတန့် မှာပင် ကုန်ဆုံး ချုပ်ပျောက်သွားသောကြောင့် အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**ဟိန+ပဏီတ (အယုတ်+အမြတ်)ရုပ်များ**

သာမန်လူများသည် “မကျန်းမမာ ရောဂါဖြစ်နေသော မကောင်းသည့် ရုပ်ညံ့များကပင် ကျန်းမာ သည့် ရုပ်ကောင်းများ ဖြစ်လာသည်။ ပျိုမြစ်နုနယ်သော ရုပ်များကပင် လူအိုရုပ်များ ဖြစ်လာကြသည်” ဟု ထင်မှတ်ကြ၏။ အမှန်မှာ ရုပ်များသည် သူ့ဖြစ်ပေါ်လာသော အခိုက်အတန့်၌သာလျှင် ကုန်ဆုံး ပျောက်ပျက်သွားကြ၏။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။ကိုယ်ထဲမှ ရုပ်ညံ့များသည် ရုပ်ကောင်းမဖြစ်။ ရုပ်ကောင်းများသည်လည်း ရုပ်ညံ့မဖြစ်။ သူ့အခိုက် အတန့်မှာပင် ကုန်ဆုံးပျောက်ပျက်သွားသောကြောင့် အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ သဘောတရားမျှ သာတည်း။

**ဒုရ+သန္တိက (အဝေး+အနီး)ရုပ်များ**

ပကတိလူများသည် “လူတစ်ယောက် အဝေးမှရောက်လာလျှင် ဒီလူ၏ ကိုယ်ရုပ်သည် အဝေးမှ အနီးသို့ ရောက်လာ၏။ အနီးကလူ ထွက်ခွါသွားလျှင်လည်း ဒီလူ၏ရုပ်သည် မိမိအနီးမှ အဝေးသို့ ရောက် သွားသည်”ဟု ထင်တတ်ကြ၏။

အမှန်မှာ ဤသို့မဟုတ်။ ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်များကို မပြတ်ရှုမှတ်နေသော ယောဂီသည် လက်ခြေ များကို ဆန့်သောအခါ ရုပ်များသည် တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ မရောက်ဘဲ တရိပ်ရိပ် ကုန်ဆုံးသွား သည်ကို တွေ့ရ၏။ အနီးမှရုပ်သည် အဝေးသို့ ရောက်သွားသည်မဟုတ်။ ကွေးသောအခါ၌လည်း အဝေးမှရုပ်များ အနီးသို့ရောက်လာသည်မဟုတ်။ ထိုထိုဖြစ်ရာခဏ၌ပင် ကုန်ဆုံးပျောက်ပျက်သွား သည်ကို တွေ့ရ၏။ အဟောင်း အဟောင်းများ ပျောက်ပျောက်သွားပြီး အသစ်အသစ်များ ဖြစ်ဖြစ်လာ သည်ကိုပင် အဝေးကလူ အနီးသို့ ရောက်လာသည်။ အနီးကလူ အဝေးသို့ထွက်သွားသည်ဟု နားလည် သဘောပေါက် လာ၏။

ခြေလှမ်းသောအခါ၌လည်း ကြွတာက တစ်ပိုင်း၊ လှမ်းတာက တစ်ပိုင်း၊ ချတာက တစ်ပိုင်း၊ ဤသို့ ပြတ်ပြတ်ပြီး ထင်လာ၏။ ဉာဏ်များ အထူးရင့်ကျက်လာသောအခါ ခြေ,လက်,ကိုယ်များ ရွေ့သောအခါ တရိပ်ရိပ်နဲ့ ပြတ်လျက်ပြတ်လျက် သွားနေသည်ကိုသာ တွေ့လာရ၏။ ဤသို့လျှင် ရုပ်များသည် တစ်နေ ရာမှ တစ်နေရာသို့ မရောက်။ သူ့ဖြစ်သောနေရာမှာပင် ပျက်ပျက် သွားသည်ကို တွေ့လာရ၏။

(အထူးသဖြင့် ဘင်္ဂါဉာဏ်အားကောင်းသော ယောဂီများ ဤသို့တွေ့ရတတ်၏။)

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။အဝေးကရပ်သည် အနီးသို့မရောက်။ အနီးကရပ်သည်လည်း အဝေးသို့ မရောက်။ သူဖြစ်ရာဌာန၌သာလျှင် ကုန်ဆုံးပျောက်ပျက်သွားသောကြောင့် အနိစ္စ၊ဒုက္ခ၊အနတ္တ သဘောတရားမျှ သာတည်း။

**“နေတံ မမ” နှင့် “အနိစ္စ” ရှုပုံ စသည်နှီးနှောချက်**

“နေတံ မမ=ဒါ ငါ့ဟာမဟုတ်”ဟု သိမြင်ခြင်းသည် ရုပ်နာမ်တရားများသည် ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက် နေသဖြင့် နှစ်သက်ဖွယ် အားကိုးဖွယ် မရှိ၊ မကောင်းသော၊ဆင်းရဲသော ဒုက္ခတရား သိမြင်သည်နှင့် အတူတူပင် ဖြစ်၏။ ဒုက္ခဟု မြင်သောအရာ၌ ခင်တွယ်မှု တဏှာစင်၏။

“နေသောဟ မသွီးဒါဟာ ငါမဟုတ်”ဟု သိမြင်ခြင်းသည် တရစပ် ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်နာမ် တရားများကို မမြဲဘူးလို့ သိမြင်ခြင်းနှင့် အတူတူပင် ဖြစ်၏။ အရာခပ်သိမ်း မြဲသည်ဟု ထင်သောကြောင့် သာလျှင် မာနတက်နေခြင်း ဖြစ်၏။ မမြဲဘူးဟု အမှန်အတိုင်းသိသောအခါ မာနတက်ခြင်း မရှိတော့။

“န မေသာ အတ္တာ=ဒါဟာ ငါ့အတ္တ မဟုတ်”ဟု သိခြင်းသည် အနတ္တကို မြင်ခြင်းနှင့် ထပ်တူ ဖြစ်၏။ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း ဖြစ်သည်မဟုတ်၊ သူ့သဘောအတိုင်းသာ ဖြစ်နေသည်၊ ပိုင်ဆိုင်မှု၊ စီမံခန့်ခွဲ နိုင်မှု မရှိ။ ဤသို့ အနတ္တကို နားလည်သဘောပေါက်လျှင် အတ္တအမြင် စင်ကြယ်တော့၏။

**သောတာပန်တို့အား အနတ္တဟု ရှုရန်ညွှန်ကြားခြင်း အကြောင်း**

သောတာပန်သည် အတ္တဟု ထင်မှားစွဲလမ်းတတ်သည့် သညာဝိပုလ္လာသ၊ စိတ္တဝိပုလ္လာသ၊ ဒိဋ္ဌိဝိပုလ္လာသ ၃-ပါးလုံး ကင်းပြီးဖြစ်ကြောင်း ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ ဆိုထား၏။ သို့ဖြစ်ပါလျက် အဘယ့်ကြောင့် အနတ္တဟု ရှုရပါသနည်းဟု မေးဖွယ်ရှိ၏။

ရှေး၌ အတ္တစွဲနှင့် အလားတူသော “အသ္မိမာန” ကို ပယ်နိုင်အောင် ပဉ္စဝဂ္ဂါရဟန်းတို့အား ဤအနတ္တလက္ခဏသုတ်ကို ဟောရသည်ဟု ပြဆိုခဲ့ပြီးဖြစ်၏။ သို့သော် ဤနေရာ၌ကား ထိုအသ္မိမာနကို ပယ်နိုင်အောင် (နေသောဟ မသွီးဒါဟာ ငါမဟုတ်)ဟု ရှုရန် သီးခြားညွှန်ပြထားသည့်အတွက် (န မေသာ အတ္တာ=ဒါဟာ ငါ့အတ္တ မဟုတ်)ဟု ညွှန်ပြထားခြင်းကို ထိုအသ္မိမာနကို ပယ်ရန် ရှုဖို့ညွှန်ပြသည်ဟု မဆိုနိုင်ပေ။

**မဟာစည်ဆရာတော်၏ ယူဆချက် (၃)မျိုး**

ပထမနည်းမှာ - သီလဝန္တသုတ္တန်တရားတော်၌ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များလည်း ရှုကြောင်းကို ပြဆိုထား၏။ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အတ္တစွဲကို ပယ်စရာမရှိသော်လည်း အထက်မဂ်ဖိုလ်များကို ရဖို့ရန် ရဟန္တာများကဲ့သို့ပင် ရှုရသည်ဟု ယူသင့်ပါသည်။

**ဒုတိယနည်းမှာ** - သောတာပန်၌ မြသည်ဟူသော နိစ္စစွဲ၊ အတ္တကောင်ဟူသော ဒိဋ္ဌိဝိပုလ္လာသစွဲ မရှိသည်မှာ ယုံမှားဖွယ်မရှိပေ။ သညာစွဲ(သညာဝိပုလ္လာ) စိတ်စွဲ(စိတ္တဝိပုလ္လာသ) ကင်းပုံများကိုကား တမင်စဉ်းစား ဆင်ခြင်သည့်အခါ၌ဖြစ်စေ၊ ရှုမှတ်နေဆဲ အခါ၌ဖြစ်စေ ပုထုဇဉ်တုန်းကလို မြသည့်အနေ၊ အတ္တကောင်အနေအားဖြင့် အမှတ်မှားမှု၊ အသိမှားမှု မရှိသည်ကိုသာယူလျှင် သင့်ဖွယ်ရှိပေသည်။ ထိုသို့မယူဘဲ သောတာပန်မှာ ဆင်ခြင်မှုမရှိ အမှတ်တမဲ့ နေသောအခါ၌လည်း မြင်မှု ကြားမှု စသည် များကို “မမြဲဘူး၊ သဘောတရားမျှဘဲ”ဟု ယူခဲ့လျှင် ရဟန္တာနှင့် ထပ်တူဖြစ်သွားပေလိမ့်မည်။ မာနလဲ ဖြစ်ဖွယ်မရှိတော့ပေ။ ယောက်ျား၊မိန်းမ အနေဖြင့် တပ်မက်မှုရာဂလည်း ဖြစ်ဖွယ်မရှိတော့။ ထို့ကြောင့် အမှတ်တမဲ့ နေသောအခါများ၌ အသိမှားသည့် စိတ္တဝိပုလ္လာသ၊ အမှတ်မှားသည့် သညာဝိပုလ္လာသ တို့လည်း ဖြစ်နိုင်သေး၏။ ထိုသို့ဖြစ်နိုင်သော သညာစွဲ၊ စိတ်စွဲများကို ပယ်နိုင်အောင် သောတာပန် ဖြစ်သော ပဉ္စဝဂ္ဂီရဟန်းတို့အား အနတ္တဟု ရှုရန် ညွှန်ကြားခြင်းဖြစ်သည်ဟု ယူသင့်ပါသည်။

ဝိပလ္လာသ ၁၂-ပါး				
ပုဂ္ဂိုလ်	ဝိပလ္လာသ	အမှတ်မှား	အသိမှား	အယူမှား
	အနိစ္စ - နိစ္စ	သညာ	စိတ္တ	ဒိဋ္ဌိ
သောတာပန်, သကဒါဂါမ်, အနာဂါမ်	ဒုက္ခ - သုခ	သညာ*	စိတ္တ*	ဒိဋ္ဌိ
	အနတ္တ - အတ္တ	သညာ	စိတ္တ	ဒိဋ္ဌိ
သောတာပန်, သကဒါဂါမ်	အသုဘ - သုဘ	သညာ*	စိတ္တ*	ဒိဋ္ဌိ

**တတိယနည်း၌** - အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သော အရှင်ခေမက၏ ဖြေဆိုပုံကို နည်းမှီး၍ ယူဆခြင်းပေ တည်း။ အရှင်ခေမကထေရ်သည် ရုပ်ကိုလဲ “အသ္မိ-ငါဖြစ်တယ်”လို့ မစွဲကြောင်း၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ် တစ်ပါးပါးကိုလည်း “အသ္မိ-ငါဖြစ်တယ်”လို့ မစွဲကြောင်း၊ သို့သော်လည်း ထိုခန္ဓာငါးပါးအပေါင်း ကို သာမညအားဖြင့် စွဲမှီပြီးတော့ “အသ္မိ-ငါဖြစ်တယ်”လို့ သိမှု၊ ထင်မှုကတော့ မကင်းသေးကြောင်း ရှင်းပြ၏။ (ခန္ဓ၊ပါ၊၁၀၃။)

ဤရှင်းပြချက်ကဲ့သို့ပင် သောတာပန်မှာ ရုပ်စသည်တစ်ပါးပါးကို စွဲမှီပြီးတော့ “ငါ”ဟူသော အတ္တစွဲ မရှိပေမဲ့ ခန္ဓာငါးပါးလုံးကို စွဲမှီပြီး ယောက်ျားမိန်းမ အနေဖြင့် ထင်မှတ်မှု သိမှုကတော့ မကင်းနိုင် သေးပေ။ ထို့ကြောင့်ပင် အိမ်ထောင်ပြုသည်အထိ ကာမရာဂကိလေသာများ ရှိသေး၏။ ထို့ကြောင့် သာမန် အထင်၊ အသိမျိုးကိုလည်း ပယ်နိုင်အောင်လို့ ပဉ္စဝဂ္ဂီရဟန်းတို့အား အနတ္တဟု ရှုရန် ညွှန်ကြား သည်ဟု ယူသင့်ပါသည်။

(မှတ်ချက်။ ။ ယခုအဖြေသည် သောတာပန်၌ ငါဟုစွဲသော သညာဝိပုလ္လာသနှင့် စိတ္တဝိပုလ္လာသ နှစ်ပါး ကင်းသည်ဟု ပြဆိုထားသော အဋ္ဌကထာနှင့် မဆန့်ကျင်အောင် ကြံဆ၍ ဖြေဆိုထားချက် ဖြစ်သည်။)  
(မဟာစည်ဆရာတော်၊ အနတ္တလက္ခဏသုတ်တရားတော်၊ နှာ ၂၀၃-၂၀၅။)

**ယထာဘူတဉာဏ် ဟူသည်-**

ရုပ်နာမ်တရားများကို အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တဟူ၍ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိသော ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့်၊ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသော မဂ်ဉာဏ်တို့ကို ယထာဘူတဉာဏ်ဟု ယူရမည်။

**ဝိပဿနာဉာဏ် ယူပုံအမျိုးမျိုး။**

ယထာဘူတဉာဏ်ကို “တရုဏဝိပဿနာ” ၊ နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ကို “ဗလဝိပဿနာ” ဟူ၍ နိဒါနသံယုတ် စသော အဋ္ဌကထာတို့၌ ဆို၏။ (သံ၊ဋ္ဌ၊၂၊ ၅၀။) (ဝိ၊ဋ္ဌ၊၄၊ ၂၀၈။)

ဤအလို ဝိပဿနာဉာဏ်သည်-

၁။ ယထာဘူတဉာဏ်၊

၂။ နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်

ဟူ၍ အကျဉ်းအားဖြင့် နှစ်ပါး။

**တရုဏဝိပဿနာ ဗလဝိပဿနာ (နုသော ဝိပဿနာနှင့် ရင့်သောဝိပဿနာ)ဟူသည်-**

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ သမ္မသနဉာဏ်၊ မဂ္ဂါမဂ္ဂဝေဒနာဉာဏ် ဤဉာဏ် ၄-ပါးကို မရင့်ကျက်သေးသော(ဝါ)နုသော ဝိပဿနာဉာဏ်ဟု ခေါ်၏။

ဝိပဿနာညစ်ညူးကြောင်း ကိလေသာများမှ လွတ်မြောက်ပြီး အားကောင်းသော ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ် ဖြစ်သည်မှစ၍ ဗလဝိပဿနာ(အားကောင်းသော(ဝါ)ရင့်ကျက်သောဝိပဿနာ) ဖြစ်သည်ဟု ဆိုရ၏။

\*\*\*\*\*

**ဝေဒနာကို ကလာပသမ္မသန ဝိပဿနာ ရှုပုံ**

ယာ ကာစိ ဝေဒနာ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နာ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ သြဠာရိကာ ဝါ သုခုမာ ဝါ ဟိနာ ဝါ ပဏီတာ ဝါ။ ယာ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ။ သဗ္ဗာ ဝေဒနာ “နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ”တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဠ္ဇမ္ပံ။

မြန်မာပြန်။ ။အတိတ်ဖြစ်စေ၊ အနာဂတ်ဖြစ်စေ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်တွင်းကဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ပက ဖြစ်စေ၊ အကြမ်းဖြစ်စေ၊ အနုဖြစ်စေ၊ အယုတ်အညံ့ဖြစ်စေ၊ အကောင်းအမြတ်ဖြစ်စေ၊ အဝေးဖြစ်စေ၊ အနီးဖြစ်စေ၊ ဝေဒနာဟူသမျှကို “ငါ့ဟာ မဟုတ်၊ ငါမဟုတ်၊ ငါ့အတ္တမဟုတ်”ဟု ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိမြင်နိုင်အောင် ရှုရ-အားထုတ်ရမည်။

ဆောင်။ ။ပစ္စုပ္ပန်၊တိတ၊ နာဂတဟု၊ ကာလသုံးခွင်၊ တွင်း+ပြင် နှစ်ခု၊ ကြမ်း+နု နှစ်တန်၊ ကောင်း+ညံ့ နှစ်သီး၊ ဝေး+နီး နှစ်မည်၊ ဝေဒနာသည်လည်း... မြင့်ရှည်ကာလ၊ မတည်ထ၊ဘဲ၊ ခဏဖြစ်လျက်၊ ခဏ ပျက်၏။ ဖြစ်-ပျက် နှစ်တန်၊ နှိပ်စက်ဒဏ်ဖြင့်၊ တရံမစဲ၊ လွန်ဆင်းရဲ၏။ ခိုင်မြဲကျောမာ၊ နှစ်မပါဘူး၊ ပညာ စက္ခု၊ မျှော်ထောက်ရှုလျှင်၊ သူ့ သဘာဝ၊ အနိစ္စနှင့်၊ ဒုက္ခ အနတ္တ၊ မှန်လှစွာ၏။ ငါ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့လိပ်ပြာတို့၊ ဘာတစ်ခုမှ၊ မဟုတ်ကြသည်... ဓမ္မ သက်သက်ပါတကား...။

(မင်းကွန်းတိပိဋက ဆရာတော်ကြီး၊ အနတ္တ လက္ခဏသုတ် တရားတော်)

**ဝေဒနာကို ကာလသုံးပါးဖြင့် ရှုဆင်ခြင်ပုံ**

၁။ အတိတ်ဘဝ၌ဖြစ်သော ဝေဒနာသည် အတိတ်ဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံးခဲ့၏။ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝသို့ မရောက်လာ။ ဤသို့ ကုန်ဆုံးပျက်စီးတတ်သောကြောင့် မမြဲ။ မမြဲသောကြောင့် နှစ်သက်အားကိုးဖွယ် မဟုတ်။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဆင်းရဲသာတည်း။ အစိုးမရ အနှစ်သာရ မရှိသောကြောင့် အနတ္တ သဘောတရား မျှသာတည်း။

၂။ ယခုဘဝ၌ဖြစ်သော ဝေဒနာသည်လည်း ယခုဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွား၏။ နောက်ဘဝသို့ မရောက်။ ဤသို့ ကုန်ဆုံးပျက်စီးတတ်သောကြောင့် မမြဲ။ မမြဲသောကြောင့် နှစ်သက်အားကိုးဖွယ် မဟုတ်။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဆင်းရဲသာတည်း။ အစိုးမရ အနှစ်သာရ မရှိသောကြောင့် အနတ္တ သဘောတရား မျှသာတည်း။

၃။ အနာဂတ်ဘဝ၌ဖြစ်သော ဝေဒနာသည်လည်း ထိုဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားလိမ့်မည်။ အခြား နောက်တစ်ဘဝသို့ ရောက်လိမ့်မည်မဟုတ်။ ဤသို့ ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားလိမ့်မည် ဖြစ်သော ကြောင့် မမြဲ။ မမြဲသောကြောင့် နှစ်သက်အားကိုးဖွယ် မဟုတ်။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဆင်းရဲသာ တည်း။ အစိုးမရ အနှစ်သာရ မရှိသောကြောင့် အနတ္တသဘောတရား မျှသာတည်း။

**အတွင်း+အပြင် ဝေဒနာများ**

ဤ၌ အတွင်း၊အပြင်ဟူသည် မိမိဝေဒနာက သူတစ်ပါးထံ ရောက်သွားသည်မဟုတ်။ သူတစ်ပါး ဝေဒနာကလည်း မိမိထံ ရောက်လာသည် မဟုတ်။ အာရုံအနေအားဖြင့် အတွင်း၊အပြင် ပြောင်းလဲပုံကို သာ ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်၏။

သာမန်လူများ၌ ကိုယ်ထဲမှအာရုံကို အကြောင်းပြုပြီး ခံစားမှုများဖြစ်နေစဉ် အပြင်အာရုံကိုမှီပြီး ခံစားမှုများ ဖြစ်လာသည့်အခါ အတွင်းခံစားမှုကပင်လျှင် အပြင်ခံစားမှု ဖြစ်သွားသည်ဟု ထင်တတ်ကြ ၏။ အပြင်အာရုံကို ကြံစည်ပြီး အကောင်းအဆိုး ခံစားမှုဖြစ်နေရာမှ ကိုယ်ထဲစိတ်ထဲရောက်ပြီး ခံစားမှု ဖြစ်လာရာ၌လည်း အပြင်ခံစားမှုက ကိုယ်ထဲရောက်လာသည်ဟု ထင်တတ်ကြ၏။ ဤကဲ့သို့ အာရုံ အားဖြင့် အတွင်းအပြင် ပြောင်းလဲပုံကိုရည်၍ ပြောဆိုခြင်းဖြစ်၏။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။ကိုယ်တွင်းမှ ခံစားမှုဝေဒနာသည် အပြင်သို့ မရောက်။ အပြင်မှ ခံစားမှုဝေဒနာကလည်း ကိုယ်တွင်းသို့ မရောက်။ ထိုထိုအာရုံ ထိုထိုဖြစ်ခိုက်မှာပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အကြမ်း+အနုဝေဒနာ ရှုပုံ**

ကြမ်းတမ်းသော နာကျင်မှု စသည့်ခံစားမှုများသည် နူးညံ့သော နာကျင်မှုမဖြစ်။ နူးညံ့သော နာကျင်မှု စသည်တို့ကလည်း ကြမ်းတမ်းသော နာကျင်မှုမဖြစ်။ ထိုထိုဖြစ်ခိုက်မှာပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီး သွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အယုတ်+အမြတ်ဝေဒနာ**

ကိုယ်ထဲမှ နာကျင်ကိုက်ခဲသော ဝေဒနာများသည် အဆိုး အညံ့။ အတွေ့အထိကောင်းများသည် ဝေဒနာ အကောင်းအမြတ်။ ထို့အတူပင် စိတ်ထဲ၌ နှလုံးမသာယာမှု၊ စိတ်ညစ်မှု၊ စိတ်ပျက်မှု၊ ဝမ်းနည်းမှု တို့သည် ဝေဒနာအယုတ် အညံ့။ ရွင်လန်းဝမ်းသာမှုသည် ဝေဒနာ အကောင်း အမြတ်။ ဤ၌လည်း တပ်မက် နှစ်သက်လျက် ဝမ်းသာလျှင် ဝေဒနာ အယုတ်အညံ့။ ဘုရားစသည် အာရုံပြု၍ ဝမ်းသာလျှင် ဝေဒနာ အကောင်း အမြတ်။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။နာကျင်မှုစသော ဝေဒနာအညံ့သည် ဝမ်းသာမှုစသော ဝေဒနာကောင်းဖြစ်လာသည် မဟုတ်။ ဝေဒနာကောင်းများသည်လည်း ဝေဒနာညံ့ ဖြစ်လာသည် မဟုတ်။ ထိုထိုဖြစ်ခိုက်မှာပင် ကုန်ဆုံး ပျက်စီးသွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အနီးအဝေးအားဖြင့် ရှုဆင်ခြင်ပုံ**

အဝေးအာရုံခံစားမှုသည် အနီးအာရုံခံစားမှုသို့ မရောက်။ အနီးအာရုံခံစားမှုကလည်း အဝေးအာရုံ ခံစားမှုသို့ မရောက်။ ထိုထိုခံစားခိုက်၌ပင်လျှင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘော တရားမျှသာတည်း။

+++++

**သညာကို ကလာပသမ္မသန ဝိပဿနာ ရှုပုံ**

ယာ ကာစိ သညာ အတိတာနာဂတပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကာ ဝါ သုခုမာ ဝါ ဟိနာ ဝါ ပဏီတာ ဝါ။ ယာ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ။ သဗ္ဗာ သညာ “နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ”တိ ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဠုပ္ပံ။

မြန်မာပြန်။ ။အတိတ်ဖြစ်စေ၊ အနာဂတ်ဖြစ်စေ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်တွင်းကဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ပက ဖြစ်စေ၊ အကြမ်းဖြစ်စေ၊ အနုဖြစ်စေ၊ အယုတ်အညံ့ဖြစ်စေ၊ အကောင်းအမြတ်ဖြစ်စေ၊ အဝေးဖြစ်စေ၊ အနီးဖြစ်စေ၊ သညာဟူသမျှကို “ငါ့ဟာ မဟုတ်၊ ငါမဟုတ်၊ ငါ့အတ္တမဟုတ်”ဟု ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာ ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိမြင်နိုင်အောင် ရှုရ-အားထုတ်ရမည်။

ဆောင်။ ။ပစ္စုပ္ပန်၊တိတာ၊ နာဂတဟု၊ ကာလသုံးခွင်၊ တွင်း+ပြင် နှစ်ခု၊ ကြမ်း+နု နှစ်တန်၊ ကောင်း+ညံ့ နှစ်သီး၊ ဝေး+နီး နှစ်မည်၊ သညာသည်လည်း... မြင့်ရှည်ကာလ၊ မတည်ထဲဘဲ၊ ခဏဖြစ်လျက်၊ ခဏ ပျက်၏။ ဖြစ်-ပျက် နှစ်တန်၊ နှိပ်စက်ဒဏ်ဖြင့်၊ တရံမစဲ၊ လွန်ဆင်းရဲ၏။ ခိုင်မြဲကျောမာ၊ နှစ်မပါဘူး၊ ပညာ စက္ခု၊ မျှော်ထောက်ရှုလျှင်၊ သူ့ သဘာဝ၊ အနိစ္စနှင့်၊ ဒုက္ခ အနတ္တာ၊ မှန်လှစွာ၏။ ငါ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့လိပ်ပြာတို့၊ ဘာတစ်ခုမှ၊ မဟုတ်ကြသည်... ဓမ္မ သက်သက်ပါတကား...။

(မင်းကွန်းတိပိဋက ဆရာတော်ကြီး၊ အနတ္တ လက္ခဏသုတ် တရားတော်)

### သညာသဘော

အတ္တစွဲ အားကြီးသူများ၊ သာမန်လူများ အနေဖြင့် ရှေးဘဝ၌ မှတ်သားခဲ့သည်များလဲ ငါဘဲ၊ ယခုဘဝ မှတ်သား နေတာလဲ ငါဘဲဟု မှတ်သားမှုမှန်သမျှကို တစ်ယောက်ထဲဟု ထင်မှတ်စွဲလမ်းတတ် ကြ၏။ ငယ်ရွယ်စဉ်က မှတ်သားခဲ့သည်များ၊ မကြာသေးမီက မှတ်သားခဲ့သည်များ ဤအရာအားလုံးကို ငါတစ်ယောက်တည်းကပင် မှတ်သားလာခဲ့၏ဟု ထင်မှတ်ကြ၏။

အမြဲမပြတ်ရှုမှတ်နေသော ယောဂီများမှာ အတိတ်ဘဝက သညာများသည် ထိုအတိတ်ဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးခဲ့၏။ ယခုဘဝ ငယ်ရွယ်စဉ်က သညာများသည်လည်း ထိုအချိန်မှာပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီး ခဲ့၏။ ယခု ပစ္စုပ္ပန်သို့မရောက်။ သူဖြစ်ရာ အခိုက်အတန့်၌ပင် ချုပ်ပျောက် ချုပ်ပျောက် သွားကြ၏ဟု သိမြင် သဘောပေါက်ကြ၏။

(သညာမှတ်သားမှု၏ မမြဲပုံကို မိမိ ယခုကလေးတွင် ကျက်မှတ်ထားလိုက်သည့်စာကို ယခုပင် မေ့ပျောက်သွားသည်ကို ထောက်ဆကြည့်လျှင် အလွန်ပင် ထင်ရှား၏။)

### ကာလသုံးပါးဖြင့် သညာကို ရှုဆင်ခြင်ပုံ

၁။ အတိတ်ဘဝ၌ဖြစ်သော သညာသည် အတိတ်ဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံးခဲ့၏။ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝသို့ မရောက် လာ။ ဤသို့ ကုန်ဆုံးပျက်စီးတတ်သောကြောင့် မမြဲ။ မမြဲသောကြောင့် နှစ်သက်အားကိုးဖွယ် မဟုတ်၊ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဆင်းရဲသာတည်း။ အစိုးမရ အနှစ်သာရ မရှိသောကြောင့် အနတ္တသဘော တရားမျှသာတည်း။

၂။ ယခုဘဝ၌ဖြစ်သော သညာသည်လည်း ယခုဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွား၏။ နောက်ဘဝသို့ မရောက်။ ဤသို့ ကုန်ဆုံးပျက်စီးတတ်သောကြောင့် မမြဲ။ မမြဲသောကြောင့် နှစ်သက်အားကိုးဖွယ် မဟုတ်။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဆင်းရဲသာတည်း။ အစိုးမရ အနှစ်သာရ မရှိသောကြောင့် အနတ္တ သဘောတရား မျှသာတည်း။

၃။ အနာဂတ်ဘဝ၌ဖြစ်သော သညာသည်လည်း ထိုဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားလိမ့်မည်။ အခြား နောက်တစ်ဘဝသို့ ရောက်လိမ့်မည်မဟုတ်။ ဤသို့ ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားလိမ့်မည် ဖြစ်သော ကြောင့် မမြဲ။ မမြဲသောကြောင့် နှစ်သက်အားကိုးဖွယ် မဟုတ်။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဆင်းရဲသာ တည်း။ အစိုးမရ အနှစ်သာရ မရှိသောကြောင့် အနတ္တသဘောတရားမျှသာတည်း။

**အတွင်း+အပြင်သညာကို ရှုဆင်ခြင်ပုံ**

ကိုယ်ထဲ၌ အာရုံကို မှတ်သားမှုသညာသည် အပြင်အာရုံ မှတ်သားမှုသညာသို့ မရောက်။ အပြင်အာရုံ မှတ်သားမှုသညာသည်လည်း ကိုယ်ထဲ၌ မှတ်သားမှုသညာသို့ မရောက်။ ထိုထိုဖြစ်ရာ ခဏ၌ပင် ကုန်ဆုံးချုပ် ပျက်သွားကြသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရား မျှသာတည်း။

**အကြမ်း+အနုသညာကို ရှုဆင်ခြင်ပုံ**

ထင်ရှားကြမ်းတမ်းသည့် အာရုံများကို မှတ်သားသည့်သညာများသည် နူးညံ့သိမ်မွေ့သောအာရုံ များကို မှတ်သားသည့်သညာအခိုက်သို့ မရောက်။ နူးညံ့သိမ်မွေ့သည့်အာရုံများကို မှတ်သားသည့်သညာ သည်လည်း ထင်ရှားကြမ်းတမ်းသည့်အာရုံများကို မှတ်သားသည့်သညာအခိုက်သို့ မရောက်။ ထိုထို ဖြစ်ရာခဏ၌ပင် ကုန်ဆုံးချုပ်ပျက်သွားကြသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အယုတ်+အမြတ်သညာများ**

လိုချင်မက်မောပြီး မှတ်သားတတ်သည့်သညာ၊ စိတ်ဆိုးပြစ်မှားပြီး မှတ်သားတတ်သည့် သညာ၊ ဘဝင်မြင့်ပြီး မှတ်သားတတ်သည့်သညာ၊ အယူမှားပြီး မှတ်သားတတ်သည့်သညာ စသော အကုသိုလ် သညာများသည် ယုတ်နိမ့်သောသညာများ ဖြစ်ကြ၏။ ကြည်ညိုဖွယ်ရာ ဘုရားဂုဏ်စသည်ကို မှတ်သား တတ်သည့် သညာ၊ တရားနာယူ လေ့လာ မှတ်သားတတ်သည့်သညာ၊ ဆရာမိဘတို့၏ ကောင်းမြတ် သည့် အဆုံးအမများကို မှတ်သားတတ်သည့်သညာ စသည့် ကုသိုလ်သညာများသည် သညာအကောင်း အမြတ်များ ဖြစ်ကြ၏။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။ယုတ်ညံ့သည့်သညာများသည် ကောင်းမြတ်သည့် သညာအခိုက်သို့ မရောက်၊ ကောင်း မြတ်သည့် သညာများသည်လည်း ယုတ်နိမ့်သည့်သညာအခိုက်သို့ မရောက်။ ထိုထိုဖြစ်ရာခဏ၌ပင် ကုန်ဆုံးချုပ် ပျက်သွားကြသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။



**အနီး+အဝေးသညာများ**

သိမ်မွေ့ခက်ခဲသည့်အာရုံ၊ ဝေးကွာသည့်အာရုံများကို ကြံတွေးပြီးမှတ်သားသည့် သညာများကို အဝေးသညာဟု ခေါ်၏။ ထင်ရှားကြမ်းတမ်းသည့်အာရုံ၊ အနီးအာရုံ၊ ကိုယ်ထဲမှအာရုံများကို မှတ်သားသည့် သညာများကို အနီးအာရုံဟု ခေါ်၏။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။အဝေးသညာသည် အနီးသညာဖြစ်ခိုက်သို့ မရောက်၊ အနီးသညာသည်လည်း အဝေးသညာ ဖြစ်ခိုက်သို့ မရောက်။ ထိုထိုခဏမှာပင် ကုန်ဆုံးချုပ်ပျက်သွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရား မျှသာတည်း။

\*\*\*\*\*

**သင်္ခါရကို ကလာပသမ္မသန ဝိပဿနာ ရှုပုံ**

ယေ ကေစိ သင်္ခါရာ အတိတာနာဂတပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကာ ဝါ သုခုမာ ဝါ ဟိနာ ဝါ ပဏီတာ ဝါ၊ ယေ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ “နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ”တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဗ္ဗဗ္ဗံ။

မြန်မာပြန်။ ။အတိတ်ဖြစ်စေ၊ အနာဂတ်ဖြစ်စေ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်တွင်းကဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ပက ဖြစ်စေ၊ အကြမ်းဖြစ်စေ၊ အနုဖြစ်စေ၊ အယုတ်အညံ့ဖြစ်စေ၊ အကောင်းအမြတ်ဖြစ်စေ၊ အဝေးဖြစ်စေ၊ အနီးဖြစ်စေ၊ သင်္ခါဟူသမျှကို “ငါ့ဟာ မဟုတ်၊ ငါမဟုတ်၊ ငါ့အတ္တမဟုတ်”ဟု ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာ ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိမြင်နိုင်အောင် ရှုရ-အားထုတ်ရမည်။

ဆောင်။ ။ပစ္စုပ္ပန်၊တီတာ၊ နာဂတဟု၊ ကာလသုံးခွင်၊ တွင်း+ပြင် နှစ်ခု၊ ကြမ်း+နု နှစ်တန်၊ ကောင်း+ညံ့ နှစ်သီး၊ ဝေး+နီး နှစ်မည်၊ သင်္ခါရသည်လည်း... မြင့်ရှည်ကာလ၊ မတည်ထ၊ဘဲ၊ ခဏဖြစ်လျက်၊ ခဏ ပျက်၏။ ဖြစ်-ပျက် နှစ်တန်၊ နှိပ်စက်ဒဏ်ဖြင့်၊ တရံမစဲ၊ လွန်ဆင်းရဲ၏။ ခိုင်မြဲကျောမာ၊ နှစ်မပါဘူး၊ ပညာ စက္ခု၊ မျှော်ထောက်ရှုလျှင်၊ သူ့ သဘာဝ၊ အနိစ္စနှင့်၊ ဒုက္ခ အနတ္တာ၊ မှန်လှစွာ၏။ ငါ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့လိပ်ပြာတို့၊ ဘာတစ်ခုမှ၊ မဟုတ်ကြသည်... ဓမ္မ သက်သက်ပါတကား...။

(မင်းကွန်းတိပိဋက ဆရာတော်ကြီး၊ အနတ္တ လက္ခဏသုတ် တရားတော်)

**အကြောင်းသင်္ခါရများ**

ကိုယ်ဖြင့် ပြုလုပ်မှု ကာယသင်္ခါရ၊ နှုတ်ဖြင့် ပြောဆိုမှု ဝစီသင်္ခါရ၊ စိတ်ဖြင့်ကြံစည်မှု စိတ္တသင်္ခါရ၊ ဤပြုလုပ်,ပြောဆို,ကြံတွေးမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် စေတနာဦးဆောင်သော စေတသိက် (၅၀)တို့က တိုက်တွန်း ပြုပြင်မှုများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။ ထိုသင်္ခါရများသည် တစ်ဘဝမှ တစ်ဘဝသို့ မလိုက်၊ တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ မလိုက်၊ ဖြစ်ရာအရပ်၌သာလျှင် ချုပ်ပျက်သွားကြကုန်၏။

**ကာလသုံးပါးဖြင့် ရှုဆင်ခြင်ပုံ**

(၁) ရှေးဘဝ၌ ပြုလိုမှု သင်္ခါရများသည် ရှေးဘဝ၌ပင် ချုပ်ပျက်ခဲ့၏။ နောက်ဘဝသို့ ရောက်မလာ။ ထိုသို့ ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

(၂) ဤဘဝ၌ ပြုလိုမှု သင်္ခါရများသည် နောက်ဘဝသို့ ရောက်မည်မဟုတ်။ ယခုဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံး ပျက်စီးသွားကြ၏။ ထိုသို့ ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာ တည်း။

(၃) နောက်ဘဝ၌ ပြုလိုမှု သင်္ခါရများသည်လည်း အခြား နောက်တစ်ဘဝသို့ ရောက်မည်မဟုတ်။ ထိုဖြစ်ဆဲဘဝ၌ပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားကြမည်သာ ဖြစ်သောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရား မျှသာတည်း။

**အတွင်း+အပြင် သင်္ခါရများ**

ကိုယ်တွင်းတရားများကို အကြောင်းပြုပြီး ကြံစည်တဲ့သင်္ခါရသည် အတွင်းသင်္ခါရ။ အပြင်ဘက်မှ သက်ရှိသက်မဲ့များကို ရဖို့၊ သို့မဟုတ် ပျက်စီးဖို့ ကြံစည်ခြင်းများသည် အပြင်သင်္ခါရ။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။ကိုယ်တွင်း၌ရှိသော တရားများကို ပြုဖို့ကြံစည်သော သင်္ခါရသည် အပြင်ဘက်ကို ကြံစည်သော သင်္ခါရများ ဖြစ်နိုင်သို့မရောက်။ အပြင်ကိုကြံစည်သော သင်္ခါရများသည်လည်း ကိုယ်တွင်း ကြံစည်နိုင်သို့ မရောက်။ ထိုထိုဖြစ်ရာခဏ၌သာလျှင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားကြလေသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အကြမ်း+အနုသင်္ခါရများ**

ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ပြုလုပ်ရန် ကြံစည်မှုများသည် အကြမ်းစားသင်္ခါရ။ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ ပြုလုပ်ရန် ကြံစည်မှုများသည် အနုစားသင်္ခါရများ ဖြစ်၏။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။ကြံစည်မှု သင်္ခါရ အကြမ်းစားများသည် ကြံစည်မှု သင်္ခါရ အနုစား ဖြစ်နိုင်သို့ မရောက်။ အနုစားသင်္ခါရများသည်လည်း အကြမ်းစားမဖြစ်။ ထိုထိုဖြစ်ရာခဏ၌သာလျှင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားသော ကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အယုတ်+အမြတ်သင်္ခါရများ**

အကုသိုလ်နှင့် ပတ်သက်သော ပြုလုပ်, ပြောဆို, ကြံစည်မှုများသည် အယုတ်သင်္ခါရ။ ကုသိုလ် ရေးနှင့် ပတ်သက်သော ပြုလုပ်, ပြောဆို, ကြံစည်မှုများသည် အမြတ်သင်္ခါရ။

ရှုဆင်ခြင်ပုံ။ ။ယုတ်ညံ့သော အကုသိုလ်သင်္ခါရများသည် ကောင်းမြတ်သည့် ကုသိုလ်သင်္ခါရများ ဖြစ်ခိုက်သို့ မရောက်။ အကောင်းအမြတ် ကုသိုလ်သင်္ခါရများသည်လည်း အယုတ်အညံ့ အကုသိုလ်သင်္ခါရ များသို့ မရောက်။ ထိုထိုဖြစ်ရာခဏ၌သာလျှင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အဝေး+အနီး သင်္ခါရများ ရှုဆင်ခြင်ပုံ**

အဝေးအာရုံကို ကြံစည်ပြီးဖြစ်သော သင်္ခါရသည် အနီးအာရုံ ကြံစည်ခိုက်သို့မရောက်။ အနီးအာရုံ ကြံစည်သော သင်္ခါရသည်လည်း အဝေးအာရုံ ကြံစည်ခိုက်သို့မရောက်။ ထိုထိုဖြစ်ရာခဏ၌ပင် ကုန်ဆုံး ပျက်စီး သွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

\*\*\*\*\*

**စိတ်ဝိညာဏ်ကို ကလာပသမ္မသန ဝိပဿနာရှုပုံ**

ယံကိဉ္စိ ဝိညာဏံ အတိတာနာဂတပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကံ ဝါ သုခုမံ ဝါ ဟိနံ ဝါ ပဏီတံ ဝါ။ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ။ သဗ္ဗံ ဝိညာဏံ “နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ”တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဠ္ဗဗ္ဗံ။

မြန်မာပြန်။ ။အတိတ်ဖြစ်စေ, အနာဂတ်ဖြစ်စေ, ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်စေ, ကိုယ်တွင်းကဖြစ်စေ, ကိုယ်ပက ဖြစ်စေ, အကြမ်းဖြစ်စေ, အနုဖြစ်စေ, အယုတ်အညံ့ဖြစ်စေ, အကောင်းအမြတ်ဖြစ်စေ, အဝေးဖြစ်စေ, အနီးဖြစ်စေ, ဝိညာဏ်သမျှကို “ငါ့ဟာ မဟုတ်၊ ငါမဟုတ်၊ ငါ့အတ္တမဟုတ်”ဟု ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာ ဖြင့် အမှန်အတိုင်း သိမြင်နိုင်အောင် ရှုရ-အားထုတ်ရမည်။

ဆောင်။ ။ပစ္စုပ္ပန်,တိတ၊ နာဂတဟု၊ ကာလသုံးခွင်၊ တွင်း+ပြင် နှစ်ခု၊ ကြမ်း+နု နှစ်တန်၊ ကောင်း+ညံ့ နှစ်သီး၊ ဝေး+နီး နှစ်မည်၊ ဝိညာဏ်သည်လည်း... မြင့်ရှည်ကာလ၊ မတည်ထ,ဘဲ၊ ခဏဖြစ်လျက်၊ ခဏ ပျက်၏။ ဖြစ်-ပျက် နှစ်တန်၊ နှိပ်စက်ဒဏ်ဖြင့်၊ တရံမစဲ၊ လွန်ဆင်းရဲ၏။ ခိုင်မြဲကျောမာ၊ နှစ်မပါဘူး၊ ပညာ

စက္ကူ၊ မျှော်ထောက်ရှုလျှင်၊ သူ့ သဘာဝ၊ အနိစ္စနှင့်၊ ဒုက္ခ အနတ္တ၊ မှန်လှစွာ၏၊ ငါ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့လိပ်ပြာတို့၊ ဘာတစ်ခုမှ၊ မဟုတ်ကြသည်... ဓမ္မ သက်သက်ပါတကား...။

(မင်းကွန်းတိပိဋက ဆရာတော်ကြီး၊ အနတ္တ လက္ခဏသုတ် တရားတော်)

ကာလသုံးပါးဖြင့် ရှုဆင်ခြင်ပုံ

(၁) ရှေးဘဝ၌ဖြစ်သော စိတ်ဝိညာဏ်သည် ယခုဘဝသို့ ရောက်မလာ။ ရှေးဘဝတွင်ပင် ကုန်ဆုံး ချုပ်ပျောက်ခဲ့သောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

(၂) ယခုဘဝ၌ဖြစ်သော စိတ်ဝိညာဏ်သည်လည်း အခြားနောက်ဘဝသို့ ရောက်မည်မဟုတ်။ ထိုဖြစ်ဆဲဘဝမှာပင် ကုန်ဆုံးချုပ်ပျောက်သွားမည်ဖြစ်သောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှ သာတည်း။

(၃) နောင်ဘဝ၌ဖြစ်မည့် စိတ်ဝိညာဏ်သည်လည်း အခြား နောက်တစ်ဘဝသို့ ရောက်မည် မဟုတ်။ ထိုဖြစ်ဆဲဘဝမှာပင် ကုန်ဆုံးချုပ်ပျောက်သွားမည်သာ ဖြစ်သောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှ သာတည်း။

အတွင်း+အပြင် အားဖြင့် ရှုဆင်ခြင်ပုံ

ကိုယ်ထဲ၌ အာရုံပြု၍ဖြစ်သော စိတ်ဝိညာဏ်သည် အပြင်အာရုံသို့ မရောက်။ အပြင်ပ၌ အာရုံ ပြု၍ဖြစ်သော စိတ်ဝိညာဏ်သည်လည်း ကိုယ်ထဲအာရုံသို့ မရောက်။ ထိုထိုအာရုံကို အာရုံပြုသိဆဲ၌ပင် ကုန်ဆုံးချုပ်ပျောက်သွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

အကြမ်း+အနုအားဖြင့် ရှုဆင်ခြင်ပုံ

ကြမ်းတမ်းသည့် ဒေါသစသော အကုသိုလ်စိတ်များသည် နူးညံ့သည် ကုသိုလ်စိတ်၊ အဗျာဂတ စိတ်များ ဖြစ်ခိုက်သို့ မရောက်။ နူးညံ့သည့်စိတ်များကလည်း ကြမ်းတမ်းသည့်စိတ်များဖြစ်ခိုက်သို့ မရောက်။ ထိုထိုဖြစ်ရာ ခဏ၌ပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရား မျှသာတည်း။

အယုတ်+အမြတ်အားဖြင့် ရှုပုံ

ယုတ်ညံ့သည့် အကုသိုလ်စိတ်များသည် ကောင်းမြတ်သည့် ကုသိုလ် အဗျာဂတစိတ်များ ဖြစ်ခိုက်သို့ မရောက်။ ကောင်းမြတ်သည့် ကုသိုလ်အဗျာဂတစိတ်များသည်လည်း ယုတ်ညံ့သော အကုသိုလ်စိတ်များ ဖြစ်ခိုက်သို့ မရောက်။ ထိုထိုဖြစ်ရာ ခဏ၌ပင် ကုန်ဆုံးပျက်စီးသွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

**အနီး+အဝေးအားဖြင့် ရှုဆင်ခြင်ပုံ**

အဝေး၌ မြင်သိမှု၊ ကြားသိမှု၊ ကြံသိမှု စသောစိတ်သည် အနီးသို့ မရောက်။ အနီး၌ မြင်သိမှု၊ ကြားသိမှု၊ ကြံသိမှု စသောစိတ်သည်လည်း အဝေးသို့ မရောက်။ ထိုထိုဖြစ်ရာ ခဏ၌သာလျှင် ကုန်ဆုံး ပျက်စီး သွားသောကြောင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာတည်း။

(အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တ လက္ခဏာသုံးပါးသည် နိဗ္ဗာန်သို့ ပို့ဆောင်ပေးတတ်သောကြောင့် ယာနတ္တယ= လက္ခဏာ ယာဉ်သုံးပါးဟု ခေါ်၏။)

မှတ်ချက်။ ။ထိုအနိစ္စစသော လက္ခဏာသုံးပါးနှင့် အတိတ်စသည့် ၁၁-မျိုးကို သမ္မသနဉာဏ်အဆင့် တွင် သုံးသပ်ဆင်ခြင်၏။ သမ္မသနဉာဏ်ရင့်သန်ပြီးသော ယောဂီသည် ထိုရုပ်နာမ်တို့ကို အကြောင်းတရား နှင့်စပ်၍ အထပ်ထပ်သုံးသပ်ပြန်၏။ အကြောင်းတရားတို့ကား-

(ဆောင်) အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ၊ ကံ-အာဟာ၊ ဖဿာ-နာမ်ရုပ်များ။

ပစ္စယ-ဟု၊ အကြောင်းစု၊ ခေါ်မှု မြမှတ်သား။

ထိုတွင်-

(က) ရုပ်၏အကြောင်းတရားကား အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ကံ အာဟာရ တို့တည်း။

(ခ) စေတသိက်နာမ်တရား(ဝေဒနာ,သညာ,သင်္ခါရ)တို့၏ အကြောင်းကား အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ကံ ဖဿ တို့တည်း။

(ဂ) စိတ်နာမ်တို့၏ အကြောင်းကား အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ကံ နာမ်ရုပ် တို့တည်း။

ထို့ကြောင့် အထက်ပါအဆင့်များတွင် ရုပ်နာမ်ကွဲသည့် နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ အကြောင်းကိုမြင် သည့် ပစ္စယပရိဂ္ဂဉာဏ်၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ လက္ခဏာသုံးပါးကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်သည့် သမ္မသနဉာဏ်၊ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်မြင်သည့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အဆင့်များသို့ ရောက်အောင်ဟောထားသည်ဟု ယူသင့်၏။ (နော မတိ)

(ဆောင်) ရုပ်နာမ်ကွဲ၊ ကြောင်း+ကျိုးထင်၊ လက္ခဏာသုံးပါးမြင်။

ထို့ပြင်တဖန်၊ ဖြစ်+ပျက်ဟန်၊ ဧကန်သိသည်ပင်။

**ဝုဠာနဂါမိနိ ဝိပဿနာဉာဏ် တက်သွားပုံ**

ဧဝံ ပဿံ ဘိက္ခဝေ သုတဝါ အရိယသာဝကော ရူပသ္မိပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝေဒနာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သညာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သင်္ခါရေသုပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝိညာဏသ္မိပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ နိဗ္ဗိန္ဒံ ဝိရဇ္ဇတိ၊ ဝိရာဂါ ဝိမုစ္စတိ။

ဝိမုတ္တသို့ “ဝိမုတ္တ”မိတိ ဉာဏံ ဟောတိ၊ “ဒီဏာ ဇာတိ၊ ဝုဿိတံ ဗြဟ္မစရိယံ၊ ကတံ ကရဏီယံ၊ နာပရံ ဣတ္တတ္ထာယာ”တိ ပဇာနာတိတိ။

မြန်မာပြန်။ ။ရဟန်းတို့- ဤသို့(အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တဟု မြင်အောင်) ရှုသည်ရှိသော် အကြားအမြင်နှင့် ပြည့်စုံသော ဘုရားတပည့် အရိယာသာဝကသည် ရုပ်၌လည်း မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့လေတော့၏။ ခံစားမှု ဝေဒနာ၌လည်း မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့လေတော့၏။ မှတ်သားမှုသညာ၌လည်း မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့လေ တော့၏။ ပြုပြင်အားထုတ်မှု သင်္ခါရ၌လည်း မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့လေတော့၏။ ကြံသိမှု စိတ်ဝိညာဏ်၌ လည်း မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့ လေတော့၏။

ငြီးငွေ့ခြင်းကြောင့် တပ်မက်ခြင်းကင်းကာ အရိယာမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာတော့၏။ တပ်မက်ခြင်း ကင်းကာ အရိယာမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာသောကြောင့် ကိလေသာတို့မှ လွတ်မြောက်လေတော့၏။

လွတ်မြောက်လျှင် “ငါသည် ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်သွားပြီ”ဟု ဆင်ခြင်ဉာဏ်ဖြစ်လေတော့ ၏။ “ဘဝသစ်ဖြစ်မှု ကုန်ပြီ။ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်သုံးပြီးပေပြီ။ မဂ်ကိစ္စကို ပြုပြီးပေပြီ။ မဂ်ကိစ္စ အလို့ငှာ တစ်ပါးသော ပြုဖွယ်ကိစ္စ မရှိတော့ပြီ”ဟု ဆင်ခြင်လျက် သိမြင်ဆုံးဖြတ်လေတော့၏။

**ဧဝံ ပဿံ**

“ဧဝံ ပဿံ=ဤဆိုခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း ရှုမြင် သိမြင်လျှင်”ဟူသော စကားရပ်ဖြင့် ဘင်္ဂဉာဏ်အထိ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် ပြခြင်းဖြစ်၏။

**အရိယသာဝကော ဟူသည်**

- (က) အရိယာဖြစ်သော တပည့်။
- (ခ) အရိယာဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်။

**အရိယာ၊ သာဝက၊ အရိယာသာဝက လေးချက်ခွဲပုံ**

- ၁။ မြတ်စွာဘုရားနှင့် ပစ္စေကဗုဒ္ဓါတို့သည် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်သာဟုတ်၍ သာဝက မဟုတ်ကြ။
- ၂။ မဂ်ဖိုလ်မရသေးသော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် လူဒါယကာများသည် သာဝက,သာ ဟုတ်၍ အရိယာမဟုတ်ကြ။
- ၃။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မဟုတ်သူတို့သည် အရိယာလည်းမဟုတ်၊ သာဝကလည်း မဟုတ်ကြပေ။
- ၄။ မဂ်ဖိုလ်ရပြီးသော ရဟန်းသံဃာများသည် အရိယာလည်းဟုတ်၏၊ သာဝကလည်း ဟုတ်၏။

ဤသို့ လေးချက်ခွဲပြီးနောက် “ခန္ဓာ အာယတန စသည်တို့ကို ကြားနာပြီး ဝိပဿနာဉာဏ် မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်ပြီး၍ သုတရရှိသော အရိယာသာဝက”ဟု အထူးဆိုရာ၌ကား ၎င်းသုတရရှိသော လူရဟန်း အားလုံးကို “အရိယာသာဝက”ဟု ခေါ်နိုင်ကြောင်း မိန့်ဆို၏။

(အစ္စရာသံဃာတဝဂ်၊အံ၊ဋ္ဌ၊၄၈။)

ဣတိဝုတ်၌ကား-

၁။ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သာဝကဖြစ်လိုသောသူ၊

၂။ မြတ်စွာဘုရား၏ အရိယသာဝကတပည့် ဧကန်ဖြစ်လတ္တံ့သောသူများကို

“အရိယသာဝက”ဟု ခေါ်ဆိုနိုင်ကြောင်း မိန့်ဆိုထား၏။

(ဒေဝသဒ္ဒသုတ်၊ ဣတိဝုတ်၊ ၄၄၀။)

**သုတ (၂)မျိုး**

ခန္ဓာငါးပါးတို့ကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု သိမြင်နိုင်အောင် မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း ရှုမှတ်ရမည်ဟု ကြားဖူး၏။ အရှင်ခံသည် ဥပါဒါနာက္ခန္ဓာ ငါးပါး၊ ရုပ်နာမ် ၂-ပါးမျှသာ ဖြစ်၏။ ရှုသိတာကလဲ နာမ်တရားမျှသာ ဖြစ်၏။ ၎င်း ရုပ်နာမ်တရားများသည် အကြောင်းအကျိုးမျှသာ ဖြစ်၏။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ တရားမျှသာ ဖြစ်၏။ ဤကဲ့သို့ ကြားဖူး မှတ်ဖူးသည်ကို “အာဂမသုတ”ဟု ခေါ်၏။ ဤသုတသည် ဝိပဿနာ မရှုမိကပင် ကြိုတင်ပြည့်စုံထားရ မည်ဖြစ်၏။ (ကြားသိ-ဖြုတ်)

ထိုကြားဖူးသည့်အတိုင်း တကယ်အားထုတ်သောအခါ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးမျှသာ ရှိသည်ကို၎င်း၊ ရှုသိသောအခါ သိတာက နာမ်၊ သိမှု၏တည်ရာက ရုပ်၊ ဤနှစ်ပါးမျှသာ ရှိ၏ဟု၎င်း၊ ဤသို့ သိ၊ သိသွား၏။

၎င်းပြင် ကွေးသော ဆန့်သောအခါများ၌ ကွေးချင်စိတ်ကြောင့် ကွေး၏။ ဆန့်ချင်စိတ်ကြောင့် ဆန့်၏။ ကွေးအောင် ဆန့်အောင် ပြုလုပ်ပေးသော အတ္တကောင် မရှိ၊ အကြောင်းအကျိုးမျှသာ ရှိ၏ဟု၎င်း သိ သိ သွား၏။

ပြီးတော့ မရှုမိလျှင် စွဲလမ်း၊ စွဲလမ်းတော့ ရအောင်အားထုတ်၊ အားထုတ်တော့ ကုသိုလ်- အကုသိုလ် ကံများဖြစ်၊ ထိုကံကြောင့် ဘဝသစ်ရလာ...စသည်ဖြင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ် ပုံကိုလည်း သဘောပေါက်သွား၏။

ထိုမှတဖန် အရှင်ခံ ရုပ်နာမ်ရော၊ ရှုသိသောဉာဏ်ရော အတွဲလိုက် အတွဲလိုက် ပျက်ပျက်သွားသည် ကို တွေ့သိသဖြင့် ‘အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှသာ ရှိ၏’ဆိုသည်ကိုလည်း သိသွား၏။

ထိုဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း ရုပ်နာမ်ကို ခွဲခြားသိမြင်ပုံမှ စပြီး ဖြစ်မှုပျက်မှု အနိစ္စ စသည်တို့ကို မိမိကိုယ်တိုင် တွေ့ရှိပြီးမှ သိရသည့်အတွက် “အဓိဂမသုတ”ဟု ခေါ်၏။ (ပွားသိ-ပြုတ်)

ထို့ကြောင့် “အကြားနှင့်ပြည့်စုံလျှင် အာဂမသုတ ရှိသူ”ဟုခေါ်ပြီး၊ “အမြင်နှင့်ပြည့်စုံလျှင် အဓိဂမသုတနှင့် ပြည့်စုံသူဟု ခေါ်၏။ (အနတ္တလက္ခဏသုတ်တရားတော်၊ နှာ-၂၅၅-၂၅၆။)

(မှတ်ချက်။ ။နာကြားလျက် ဒိဋ္ဌိပြုတ် ကြားသိပြုတ်၊ အားထုတ်၍ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်မြင်ပြီး ဒိဋ္ဌိပြုတ်လျှင် ပွားသိပြုတ်၊ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် အပြီးပယ်လျှင် ပယ်ပြုတ်။)

အသိမှန်တစ်ခုရတိုင်း မသိတာတစ်ခု ပျောက်၏။

အသိမှန်တစ်ခုရတိုင်း အမှားသိတစ်ခု ပျောက်၏။

**နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ် သရုပ်**

“နိဗ္ဗိန္ဒတိ=မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့လေတော့၏”ဟူသော စကားရပ်ဖြင့် ဘယဉာဏ်၊ အာဒိနဝဉာဏ်၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်၊ မုဉ္ဇိတု-ကမ္ပတာဉာဏ်၊ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၊ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်၊ ဝုဠာနဂါမိနိတိုင်အောင် ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပုံအကျဉ်းချုပ်ကို ပြခြင်းဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် မူလပဏ္ဏာသ အဋ္ဌကထာ (ဒု-၂၀)၌ အောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထား၏။

နိဗ္ဗိန္ဒတိတိ ဥက္ကဏ္ဍိတိ၊ ဧတ္ထ စ နိဗ္ဗိဒါတိ ဝုဠာနဂါမိနိ ဝိပဿနာ အဓိပေတော။

ပဋိသင်္ခါမဂ်နှင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်တို့၌လည်း နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်အရ ဘယဉာဏ်၊ အာဒိနဝဉာဏ်၊ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်၊ မုဉ္ဇိတု-ကမ္ပတာဉာဏ်၊ ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၊ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်၊ ဝုဠာနဂါမိနိဝိပဿနာဉာဏ် ဟူ၍ ဉာဏ် (၇) ဆင့်ဖြင့် ခွဲခြားပြသထား၏။

**ငြီးငွေ့သည့် နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်**

နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ဆိုသည်မှာ ငြီးငွေ့သော ဉာဏ်ကိုဆိုလိုသည်။ ထင်ရှားအောင် ပြဦးအံ့။ ယထာဘူတ ဉာဏ် ငါးပါး(နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ အနိစ္စဉာဏ်၊ ဒုက္ခဉာဏ်၊ အနတ္တဉာဏ်)ဖြင့် ပညတ်ကို ခွါလှန်၍ အဟုတ်အမှန်ကို တကယ်သိ သိက၊ တလောကလုံးမှာ ကောင်းကွက်ကို မမြင်၊ ဘယ်ဘုံ ဘယ်ဘဝမှာမှ မဖြစ်ချင်၊ ကြောက်ရွံ့ဖွယ်ကြီး ဘေးအပြစ်ကိုသာမြင်၍ ဘဝသံသရာ ခန္ဓာ အစဉ်၌ ကြောက်ရွံ့ငြီးငွေ့တော့ သည်သာ အမှန်။ ယင်းသို့ ကြောက်ရွံ့ငြီးငွေ့သည်ကိုပင် နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ် ဆိုသည်။ ကြောက်ရွံ့ငြီးငွေ့ဆိုသော်လည်း ဒေါမနဿအစွမ်းဖြင့် ဆင်းရဲပင်ပန်းရလောက်အောင် ကြောက်ရွံ့ငြီးငွေ့ခြင်းမျိုး မဟုတ်။

စင်စစ်မှာ ယထာဘူတဉာဏ်ဖြင့် အမှန်ကို မသိကြ၍သာ လူ့လောက၊ နတ်လောက၊ လူ့စည်းစိမ်၊ နတ်စည်းစိမ်၊ လူကောင်၊ နတ်ကောင်၊ အထီး၊ အမ စသည်ဖြင့် အတောင့်၊ အတုံး၊ အလုံး၊ အခဲ၊ တရှိထဲ ခင်ဖွယ်၊ မင်ဖွယ်၊ နှစ် သက်ဖွယ်တွေ ထင်ကြရ၊ မြင်ကြရလေကုန်သည်။ ယထာဘူတဉာဏ်ဖြင့် အမှန်ကို သိလိုက်သော် လောကီဘက်တွင် ကောင်းကွက်ကိုမမြင်။ ပြုပြင်မစဲ၊ အမြဲဖြစ်ပျက်နေသော နာမ်ရုပ်တို့၏ အလုံးအထွေး၊ အစုအခဲ၊ သူတို့ကို ပိုင်သူမရှိ၊ နိုင်သူမရှိ၊ အစိုးရသူ မရှိ၊ ဖြစ်ချင်သလို ဖြစ်၊ ပျက်ချင်သလို ပျက်၊ အပျက်သေး ပျက်၊ အပျက်ကြီး ပျက်၊ တပျက်တည်း ပျက်သည်ကိုသာ မြင်သောကြောင့် လူ လောက၊ နတ်လောက သဏ္ဍာန် နာမ်ရုပ် အလုံးအထွေးကို ဘေးတွေရန်တွေကဲ့သို့ ကြောက်ရွံ့လန့်ဖွယ် မတွယ်မနှစ်သက်၊ လွတ်ထွက် ကင်းရှင်းချင်၊ မရွှင်ငြီးငွေ့ မပျော်မွေ့သော အခြင်းအရာဖြင့် အသိဉာဏ် ညက်ညောသိမ့်မွေ့စွာ ဖြစ်သည်ကိုပင် ကြောက်ရွံ့ငြီးငွေ့သည်ဟူ၍ ဆိုရသည်။

(တတိယရွှေကျင် သာသနာပိုင် ဒီပဲယင်းဆရာတော်၊ ပရမတ္ထစက္ခုကျမ်း၊ နှာ ၆၈-၉)

**နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ဖြစ်ပုံ အကျဉ်းချုပ်**

အကြားအမြင်နှင့် ပြည့်စုံသောသူသည် ခန္ဓာငါးကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု ရှုမြင်နိုင်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် လျင်မြန်စွာ ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်တို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို သိမြင်သော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုဉာဏ်ရောက်သောအခါ ထူးခြားသည့်အလင်းရောင်များ၊ ပီတိ



ပဿဒ္ဓိများ၊ ကိုယ်စိတ်၏ ငြိမ်းအေးမှုများ၊ သဒ္ဓါတရား အထူးကြည်လင်လာမှုများ၊ အမှတ်သတိ အားကောင်းလာမှုများ စသည်တို့ ဖြစ်တတ်၏။ ၎င်းတို့ကို ရှုမှတ်မှုဖြင့် ကျော်လွှားပြီးနောက် အရှုခံအာရုံ ရော၊ မှတ်စိတ်ရော အတွဲလိုက် ပျက်သွားသည်ကိုသာ တွေ့ရသည့် ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ ရောက်လာ၏။

ထို့နောက် ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ အလွန်လျင်မြန်စွာ ပျက်ပျက် သွားသည်ကိုချည်းတွေ့ရ၍ “အခိုင် အမာဟူ၍ ဘာမျှမရှိ၊ အချိန်မရွေး သေနိုင်သည်”ဟု ဆိုကာ ကြောက်ရွံ့ထိပ်လန့်မှု ဘယဉာဏ် ဖြစ်ပေါ် လာ၏။ ကြောက်စရာအဖြစ် ထင်လာတော့ ထိုနာမ်ရုပ်တို့၏ အပြစ်များကို တွေ့တွေ့လာသော အာဒိနဝ ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ အပြစ်များတွေ့လာသောအခါ အပြစ်များ ရှိနေသော ထိုရုပ်နာမ်ခန္ဓာကြီးအပေါ် မပျော်နိုင်တော့။ ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ် မည်သည့်ခန္ဓာကိုပဲ ကြည့်ကြည့်၊ ခဏခဏ အမြဲမပြတ် တရစပ် ဖောက်ပြန် ပျက်စီးနေမှုများကိုသာ တွေ့လာရ၏။ ယခုလက်ရှိ ခန္ဓာများ လျင်မြန်စွာ ပျက်စီးနေသလိုပင် နောင်ဖြစ်လာမည့် ခန္ဓာများလည်း ထိုကဲ့သို့ပင် ပျက်စီးသွားကြလိမ့် မည်ဟု ဆင်ခြင်ပြီး ငြီးငွေ့သော နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ဖြစ်လာတော့၏။ ဤသည်ကိုရည်၍ “ရူပသ္မိပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ=ရုပ်၌လည်း မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့လေတော့၏” စသည်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရား ဟောထားခြင်းဖြစ်၏။

ထိုနိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်မရောက်သေးမီက လက်ရှိရုပ်နာမ်ကိုလဲ ပျော်နေ၏။ တချို့က လူ့ချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာနှင့် ပြည့်စုံပြီး လှပသော ခန္ဓာကိုယ်များ ရရှိဖို့လဲ တောင့်တနေ၏။ နောင်ဘဝရလာမည့် လူ့ဘဝ နတ်ဘဝကိုလည်း မျှော်လင့်တောင့်တပြီး ပျော်နေ၏။ ယခုတော့ ဤသို့ မပျော်တော့။ လူ့ချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာ ဆိုတာလည်း တပျက်တည်း ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်မျှဘဲလို့ ထင်မြင်ပြီး ငြီးငွေ့လာတော့၏။

ဥပမာအားဖြင့် ဟိမဝန္တာတောအလယ် ဆဒ္ဒန်အိုင်၌သာလျှင် ကျင်လည်ကျက်စားလေ့ရှိသော ဆဒ္ဒန်ဆင်မင်းသည် လူသူပေါများသည့် မြို့လယ်ခေါင်၌ မပျော်မွေ့သကဲ့သို့ပင်တည်း။

(အနတ္တလက္ခသုတ်တရားတော်၊ နှာ-၂၅၇ -၂၅၉-မှ ကောက်နှုတ်ချက်။)

**အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တမြင်လျှင် နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ဖြစ်**

- (က) သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စာတိ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။  
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။
- (ခ) သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာတိ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။  
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။
- (ဂ) သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနတ္တာတိ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။  
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

(ဓမ္မပဒ၊ ၅၃။)

(က) သဗ္ဗေ=အလုံးစုံကုန်သော။ သင်္ခါရာ=ကံ စိတ် ဥတု အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရား လေးပါးတို့က ပေါင်းစုညီညွတ်လျက် ပြုပြင်ပေးမှ ဖြစ်ပေါ်လာကြကုန်သော ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ တရားတို့ သည်။ အနိစ္စာတိ =မမြဲကြလေကုန်ဟူ၍။ ယဒါ=ဘင်္ဂဉာဏ်ခေါင်ထိပ်သို့ရောက်သော အကြင်အခါ၌။

ပညာယ=ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာဖြင့်။ ပဿတိ= မြင်၏။ အထ=ထိုသို့ မြင်သောအခါ၌။ ဒုက္ခ=ဘယဉာဏ် အာဒိနဝဉာဏ်တို့ဖြင့် ဘေးဟု၎င်း၊ အပြစ်ဟု၎င်း ထင်မြင်အပ်ပြီးသော ရုပ်နာမ်ဆင်းရဲ၌။ နိဗ္ဗိန္ဒတိ= မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့လေတော့၏။ ဒေသ-ဒေသော=ဤသို့ မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့သောဉာဏ်သည်။ ဝိသုဒ္ဓိယာ =ကိလေသာအညစ် အကြေးမှ ကင်းဝေး စင်ကြယ်ခြင်းငှာ။ မဂ္ဂေါ=လမ်းကြောင်းပေတည်း။

(ခ) သဗ္ဗေ=အလုံးစုံကုန်သော။ သင်္ခါရာ=ကံ စိတ် ဥတု အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရား လေးပါးတို့က ပေါင်းစုညီညွတ်လျက် ပြုပြင်ပေးမှ ဖြစ်ပေါ်လာကြကုန်သော ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ တရားတို့ သည်။ ဒုက္ခာတိ=ဆင်းရဲတို့သာတည်း ဟူ၍။ (အကြွင်း ရှေ့နှင့်တူ)

(ဂ) သဗ္ဗေ=အလုံးစုံကုန်သော။ ဓမ္မာ=ရုပ်နာမ်သင်္ခါရ တရားတို့သည်။ အနတ္တာတိ=အစိုးပိုင်သော ငါကောင် မဟုတ်ကြလေကုန်၊ အတ္တကောင် မရှိကြလေကုန် ဟူ၍။ (အကြွင်း ရှေ့နှင့်တူ)

မြင်မှု၊ ကြားမှုစသော ရုပ်နာမ်တရားအားလုံးတို့ကို ခဏမစဲ လျှင်မြန်စွာ ဖြစ်ပျက်နေ၏ဟု ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်ဖြင့် မသိမြင်လျှင် ထိုသင်္ခါရတရားတို့ကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟုသိသော ဝိပဿနာဉာဏ် အစစ်မဖြစ်ပေ။ မဖြစ်လျှင် ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့၌ ငြီးငွေ့သော နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်မဖြစ်။ နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်မဖြစ်လျှင် နိဗ္ဗာန်ကို မရောက်နိုင်။ ရုပ်နာမ်တို့၏ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့်မြင်မှ နိဗ္ဗိန္ဒ ဉာဏ်ဖြစ်၏။ နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်ဖြစ်မှ အရိယာမဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြုနိုင်ပေမည်။

**မဟာစည်ဆရာတော်၏ “သဗ္ဗေ ဓမ္မာ” အနက်ပေးပုံမှတ်ချက်**

အနိစ္စ ဒုက္ခ ဂါထာများမှာ ပြဆိုခဲ့တဲ့ “သင်္ခါရ”ဆိုတာနဲ့ ဒီဂါထာမှာ “ဓမ္မ”ဆိုတာ အရအားဖြင့် တော့ အတူတူပါပဲ။ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်ရတဲ့ လောကီရုပ်နာမ်တရားတွေပါပဲ။ အနတ္တဆိုရင်လဲ ဓမ္မပဲ။ ဓမ္မ-သဘောတရားဆိုရင်လဲ အနတ္တပဲ။ ဒီလို အရတူဖြစ်တဲ့အတွက် အနတ္တာ-ပုဒ်၏အရဖြစ်တဲ့ သင်္ခါရတွေကို ပေါ်လွင်စေရန် “ဓမ္မာ”လို့ ဟောတော်မူတာပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ တချို့ကတော့ လောကုတ္တရာ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တရားတွေလဲ အနတ္တဖြစ်တဲ့အတွက် အဲဒီ လောကုတ္တရာ တရားတွေပါ သိမ်းကြုံးပြီးတော့ ဓမ္မာလို့ ဟောတော်မူတဲ့အကြောင်း ဖွင့်ပြကြတယ်။ အဲဒါ ကတော့ မသင့်ပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် ပကတိပုဂ္ဂိုလ်တွေက နိစ္စ၊ သုခ လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းနေတဲ့ မြင်မှု၊ ကြားမှု စသော လောကီ ရုပ်နာမ်တွေကိုသာ ယောဂီက အနတ္တအဖြစ်ဖြင့် ရှုမြင်ရပါတယ်။ မူလက လုံးဝ အာရုံလဲ မပြုနိုင်၊ အတ္တလို့လဲ မစွဲလမ်းနိုင်တဲ့ လောကုတ္တရာတရားတွေကို ယောဂီက အနတ္တလို့ ရှုမြင်ဖို့ရာ လိုလဲ မလိုပါဘူး။ ရှုလဲ မရှုနိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် အဋ္ဌကထာမှာ ဖွင့်ပြထားတဲ့အတိုင်း မြင်မှု၊ ကြားမှု စသော ဝိပဿနာရှုအပ်တဲ့ လောကီ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေကိုသာ ဓမ္မာ-လို့ ဟောတော်မူတယ် လို့သာ ယူသင့်ပါတယ်။ (အနတ္တလက္ခဏသုတ်တရားတော်။ နှာ-၂၆၃-၂၆၄။)

**နိဗ္ဗာန်လိုချင်မှု အစစ်နှင့်အတူ**

ယောဂီသည် ရှုမှတ်တိုင်း လျင်မြန်စွာ ပျက်ပျက်သွားသည်ကိုသာ တွေ့ရ၍ မြင်မှုကြားမှုစသော ရုပ်နာမ် ခန္ဓာတို့နှင့်စပ်ပြီး မနှစ်သက် မပျော်မွေ့ဘဲ ငြီးငွေ့လာ၏။ ထိုရုပ်နာမ်တရားများကို ဆုပ်ကိုင် မထားလိုတော့ပေ။ စွန့်လွှတ်ချင်လာ၏။ ဖြစ်ပျက်နေသော ရုပ်နာမ်များ မရှိမှသာ ငြိမ်းအေးမည်ကို သဘောပေါက်လာ၏။ ထိုကဲ့သို့ သဘောပေါက်ခြင်းမျိုးသည် နိဗ္ဗာန်အစစ်ကို တကယ်လိုချင်သော ဆန္ဒပင်ဖြစ်၏။

ရှေးယခင်က နိဗ္ဗာန်လိုချင်မှုသည် မြို့ကြီးပြကြီးများကဲ့သို့ ထင်မှတ်ပြီး ထိုနိဗ္ဗာန်၌ အလိုရှိရာများ ကို အမြဲတမ်း ခံစားနေရလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ကာ လိုလားမှုဖြစ်ခဲ့၏။ ထိုလိုချင်မှုမျိုးသည် နိဗ္ဗာန်အစစ် ကို လိုချင်သည်မဟုတ်ဘဲ လောကချမ်းသာမျိုးကို လိုချင်မှုသာ ဖြစ်၏။ ရုပ်နာမ်တို့၏ အပြစ်များကို မမြင်သေးသူများသည် လောကီချမ်းသာမျိုး ခံစားနေရသည်ကိုသာ ကြိုက်၏။ ရုပ်နာမ်များ ချုပ်ငြိမ်း၍ ခံစားစရာ မရှိတော့ဘူး ဆိုလျှင် မကြိုက်ကြတော့ပေ။

**နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာပုံ**

အခါတစ်ပါး ရှင်သာရိပုတြာမထေရ် ဝေဠုဝန်ကျောင်း၌နေစဉ် ရဟန်းများကို “ငါ့ရှင်တို့-- ဤနိဗ္ဗာန်ဟာ အလွန်ချမ်းသာတယ်။ ဤနိဗ္ဗာန်ဟာ အလွန်ချမ်းသာတယ်”ဟု နိဗ္ဗာန်ကိုချီးမွမ်းသဖြင့် ရှင်လာလုဒါယီ “အရှင်ဘုရား--နိဗ္ဗာန်မှာ ခံစားမှုဝေဒနာ မရှိတော့သည့်အတွက် ဘယ်လိုချမ်းသာ ရှိနိုင်ပါသလဲဘုရား”ဟု မေး၏။ ထိုအခါ ရှင်သာရိပုတြာက “ထိုခံစားမှုမရှိခြင်းသည်ပင်လျှင် နိဗ္ဗာန်၏ ချမ်းသာဖြစ်၏”ဟု ပြန်ဖြေ၏။

ဤတွင် ရှင်သာရိပုတြာက ကာမဂုဏ်ချမ်းသာထက် သမာပတ်ရှစ်ပါးချမ်းသာက သာပုံ၊ ထို့ထက် နိရောဓ သမာပတ်ချမ်းသာက သာလွန်ကြောင်း အဆင့်ဆင့် ရှင်းပြ၏။  
(နိဗ္ဗာနသုခသုတ်၊ နဝကနိပါတ်၊ နှာ၂၁၃။)

**ချမ်းသာပုံယုတ္တိ**

လောဘနှင့်တကွခံစားအပ်သော ကာမဂုဏ်ချမ်းသာသည် ရှိ၏။ ထိုကာမဂုဏ်ချမ်းသာသည် ပထမ ဈာန်ကို ပွားများနေသော ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် အနာဆိုး ရောဂါဆိုးပင် ဖြစ်၏။ ထိုပထမဈာန် ပွားနေသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်လေအောင် (ဝါ) ဈာန်မရလေအောင်၊ ဈာန်ပျက်လေအောင် လွန်စွာနှိပ်စက်နိုင်၏ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်၏။

ဥပမာအားဖြင့်... အလွန်ယားယံသော နူနာရောဂါစွဲနေသောသူသည် အလွန်ပူအိုက်လှသော နွေရာသီ မှာပင် ရဲရဲတောက်နေသော ရှားမီးခဲတို့ကို မီးအိုးကင်း၌ထည့်၍ ကိုယ်အင်္ဂါကို မီးကင်ရသည် ရှိသော် အယား အယံပျောက်၍ အလွန်ကောင်းသော ဗောဋ္ဌဗ္ဗသုခကို ခံစားရ၏။ မီးနှင့်ကင်းကွာသည် ရှိသော် ယားယံခြင်း ပြင်းစွာနှိပ်စက်၍ ထောက်တည်ရာမရ ဖြစ်လေ၏။ ထိုကဲ့သို့ နူနာမရှိသူတို့မှာကား ပူအိုက်လှသောအခါ၌ မီးကို မြင်ရခြင်းသည်ပင်လျှင် ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်ကြ၏။ မြင်တောင် မမြင်ချင် ကြပေ။

ဤဥပမာ၌ အလွန်ပူအိုက်သော နွေရာသီမှာ အနိဋ္ဌစင်စစ် ဒုက္ခစင်စစ် ဖြစ်ကုန်သော ရှားမီးခဲ တို့သည် ထိုကဲ့သို့ နုနာသည်ကြီးမှာ အနာမန်းထ၍ ထောက်တည်ရာမရ ယားယံလှသည့်အတွက်ကြောင့် အလွန် ကောင်းသော ချမ်းသာသုခ ဖြစ်ရလေ၏။

ထို့အတူ ပူပန်မှုအမျိုးမျိုးနှင့်တကွ ဖြစ်ကုန်သော လူ့ချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာတို့သည် ကာမတဏှာ တည်းဟူသော နုနာရောဂါ စွဲကပ်သဖြင့် ရွဲရွဲစို ကျိုက်ကျိုက်ဆူ စိတ်နုနာကြီး ရှိကြကုန်သော သတ္တဝါ တို့အား ကာမတဏှာ အနာမန်းထ၍ ထောက်တည်ရာမရ ယားယံလှသည့်အတွက်ကြောင့် အကောင်း အမွန် အထွတ် အမြတ်များ ဖြစ်ကြလေကုန်၏။

ရှားမီးကျီးသည် နုနာရောဂါမရှိသူတို့အဖို့ အလိုမရှိအပ်သော အနိဋ္ဌစင်စစ် ဖြစ်သကဲ့သို့ ပထမ ဈာန်ကို ရ၍ ကာမတဏှာ ကင်းရှင်းပြီးသော သူတို့အား ထိုလူ့ကာမဂုဏ် နတ်ကာမဂုဏ်တို့သည် အလိုမရှိအပ်သော စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာသာ ဖြစ်၏။ ကာမတဏှာ နုနာရောဂါဆိုး ကင်းငြိမ်းသဖြင့် ပထမ ဈာန်ကို ရရှိပြီးသောသူ၏ ချမ်းသာသည် ပို၍ ချမ်းသာအေးမြ လှပေ၏။

(အနတ္တဒီပနီ၊ နှာ- ၇၂-၇၄ မှ ကောက်နှုတ်ချက်။)

**လွတ်မြောက်လိုမှု မုဉ်တုကမျတာဉာဏ်**

တစ်နေရာရာ၌ အပြစ်မြင်၍ မပျော်မမွေ့ ငြိမ်းငွေ့ပျင်းရိသောသူအား ထိုနေရာမှ ထွက်ခွါလိုခြင်း၊ ထိုနေရာကို စွန့်လွှတ်လိုခြင်းသည် ဖြစ်မြဲဓမ္မတာပေတည်း။ ဥပမာအားဖြင့် မြွေ၏ခံတွင်းသို့ ရောက်နေ သော ဖားသည် ထိုမြွေခံတွင်းမှ လွတ်မြောက်လိုဘိသကဲ့သို့ပင် ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ရှုမှတ်ရသည့် အာရုံ သင်္ခါရနှင့်၊ ရှုမှတ်မှု ဝိပဿနာသင်္ခါရတို့၌ ကြောက်ဖွယ်ထင်လျက် အပြစ်မြင်ပြီး ငြီးငွေ့မှု နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ် ထက်သန်စွာဖြစ် လျက်ရှိသော ယောဂီအား မှတ်ရသည့်အာရုံသင်္ခါရ၊ မှတ်မှု ဝိပဿနာသင်္ခါရတို့မှ လည်းကောင်း၊ ဆင်ခြင်မိ သော ဘဝ၊ယောနိ၊ဂတိ စသော သင်္ခါရတို့မှလည်းကောင်း လွတ်မြောက်လိုမှု သဘော၊ ထိုသင်္ခါရတို့ကို စွန့်လွှတ်လိုမှုသဘော ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုသဘောသည် မုဉ်တုကမျတာဉာဏ် ပေတည်း။

**တဖန်ရှုမှတ်ရမှု ပဋိသင်္ခါဉာဏ်**

ထိုသင်္ခါရတို့မှလွတ်မြောက်လိုလျှင် တစ်ခြားတစ်ပါးကို ပြုဖွယ်မလို၊ ထိုသင်္ခါရတို့ကိုပင် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟု နိုင်နင်းစွာ သိမြင်၍ လျစ်လျူရှုနိုင်အောင် မှတ်မြဲပင် မပြတ်မှတ်ဖို့သာ လိုပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ မုဉ်တု-ကမျတာဉာဏ်၏ အစွမ်းကြောင့် သင်္ခါရတို့မှလွတ်လိုသော ယောဂီသည် ဖြစ်ပျက် တိုင်းသော ထိုသင်္ခါရတို့ကိုပင် တစ်ဖန်ဆက်၍ မှတ်မြဲမှတ်ရပေမည်။ ဤသို့ တစ်ဖန်မှတ်သောအခါ၌ အနိစ္စအခြင်းအရာ (၁၀)ပါး၊ ဒုက္ခ အခြင်းအရာ (၂၅)ပါး၊ အနတ္တအခြင်းအရာ (၅)ပါး၊ ဤအခြင်းအရာ (၄၀)တို့တွင် တစ်ပါးပါးကို မှတ်ချက်တိုင်း၌ ထိုက်သည့်အားလျော်စွာ ထင်ရှားသိလျက်ရှိ၏။

ထိုဉာဏ်သို့ရောက်လျှင် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရား များသည် ရှေးကထက်ပို၍ ထင်လာ၏။ အထူးသဖြင့် ဒုက္ခသဘောတရားများ ပို၍ ထင်ရှား၏။

**သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်**

ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ရင့်သန်လာသောအခါ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတရားများကို လျစ်လျူရှုနိုင်သော သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

**သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်၏ ဂုဏ်(၆)ပါး**

**(၁) ကြောက်ခြင်း, နှစ်သက်ခြင်း ကင်းမှု**

အောက်ဉာဏ်များဖြစ်သော ဘယဉာဏ်ဖြစ်စဉ်က ကြောက်ဖွယ်အခြင်းအရာအားဖြင့် အသိဉာဏ် ဖြစ်ခဲ့၏။ အာဒိနဝဉာဏ်ဖြစ်စဉ်က အပြစ်မြင်ခဲ့၏။ နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ဖြစ်စဉ်က ငြီးငွေ့ခဲ့၏။ မုဉ္ဇိတုကမုတာဉာဏ်ဖြစ်စဉ်က ရုပ်နာမ်ခန္ဓာများကို စွန့်လွှတ်လိုမှုသဘော ထင်ရှားခဲ့၏။ ပဋိသင်္ခါဉာဏ် ဖြစ်စဉ်က အထူးကြောင့်ကြစိုက်၍ ရှုမှတ်ခဲ့ရ၏။ ဤသင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်ရောက်သောအခါ အထက်ပါ အခြင်းအရာများ မဖြစ်တော့ပေ။ ထို့ကြောင့် ကြောက်ခြင်းကင်းသည်ဟု ဆိုပေသည်။ ထိုစကားအရ “ကြောက်ခြင်းကင်းသည်”ဟု ဆိုခြင်းဖြင့် အပြစ်မြင်ခြင်း, ငြီးငွေ့ခြင်း, စွန့်လိုခြင်း, အထူးကြောင့်ကြ ပြုခြင်းများလည်း ကြောက်ခြင်းနှင့်အတူ တပါတည်း ကင်းသွား၏ဟု ယူရပေမည်။

ထို့အပြင် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်စဉ်က လွန်ကဲသော ပီတိသုခများဖြင့် နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်မှု, ပျော်မွေ့မှုများ လွန်လွန်ကဲကဲ ဖြစ်ခဲ့၏။ ဤသင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်ရောက်သောအခါ ဤကဲ့သို့ လွန်ကဲသည့် နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်မှုများ မဖြစ်တော့။

ထို့ကြောင့် သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်သည် ဤကြောက်ရွံ့ခြင်း, နှစ်သက်ခြင်းများကို လျစ်လျူရှုကာ နေနိုင်ခြင်းသည် ဂုဏ်တစ်ပါးပင်ဖြစ်၏။

**(၂) ချမ်းသာ ဆင်းရဲကို ညီမျှစွာ ရှုနိုင်ခြင်း**

ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး မြင်တိုင်းကြားတိုင်း ရှုမှတ်ပြီး ဖြစ်ပျက်မှု အနိစ္စ,ဒုက္ခ,အနတ္တ အခြင်းအရာ အားဖြင့် မှန်ကန်စွာ သိသိပြီး မချစ်မမုန်း အညီအမျှ ရှု၍နေနိုင်၏။

(စက္ခုနာ ရူပံ ဒိသွာ နေဝ သုမနော ဟောတိ န ဒုမ္မနော ဥပေက္ခကော ဝိဟရတိ သတော သမ္ပဇာနော။

စက္ခုနာ=မျက်စိဖြင့်။ ရူပံ=အဆင်းကို။ ဒိသွာ=မြင်ပြီး၍။ နေဝ သုမနော ဟောတိ= ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာမှုလည်း မဖြစ်။ န ဒုမ္မနော=စိတ်ဆင်းရဲမှုလည်း မဖြစ်။ ဥပေက္ခာကော=ဝမ်းလည်းမသာ စိတ်လည်းမညစ် အညီအမျှ လျစ်လျူရှုလျက်။ သတော=အမှတ်သတိရှိလျက်။ သမ္ပဇာနော=မှန်ကန်စွာ သိနေလျက်။ ဝိဟရတိ=နေ၏။)

ထိုကဲ့သို့ အာရုံ ၆-ပါးနှင့်စပ်၍ အညီအမျှ လျစ်လျူရှု၍ နေခြင်းကို ဆဋ္ဌင်္ဂပေက္ခာဟု ခေါ်၏။ ဤသည်မှာ ရဟန္တာ၏ ဂုဏ်ထူးပင်ဖြစ်၏။ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်နေသော ပုထုဇဉ်ယောဂီသည် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ ထိုဂုဏ်နှင့် တစ်စိတ်တစ်ဒေသအားဖြင့် ပြည့်စုံနေ၏။

**(၃) ကြောင့်ကြမပြု မှတ်ရှုလွယ်သည်**

ယောဂီသည် အောက်ဉာဏ်များရောက်စဉ်က အာရုံပေါ်အောင်လဲ အထူးကြောင့်ကြစိုက်ရ၏။ ရှုမှုဖြစ်အောင်လဲ အထူးကြောင့်ကြပြုရ၏။ ဤသင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်ရောက်သောအခါ သိစရာအာရုံ ပေါ်အောင်လဲ ကြောင့်ကြမစိုက်ရတော့။ ရှုသိမှုဖြစ်အောင်လဲ ကြောင့်ကြမစိုက်ရတော့။ အာရုံများ တစ်ခုပြီးတစ်ခု သူ့အလိုလို ပေါ်နေ၏။ ရှုသိမှုကလဲ အထူးကြောင့်ကြ မပြုရဘဲ ရှုမှတ်ရှုမှတ်ပြီးသား ဖြစ်နေ၏။

**(၄) ကြာရှည်စွာ တည်ခြင်း**

အောက်ဉာဏ်များရောက်စဉ်က ယောဂီသည် တခြားကို စိတ်မထွက်ဘဲ ကြာရှည်စွာ မရှုမှတ်နိုင်။ ဤဉာဏ်သို့ရောက်သောအခါ၌ အာရုံတစ်ပါး စိတ်မသွားဘဲ ကြာရှည်စွာ အရှိန်မပျက် ဆက်လက် ရှုမှတ် နိုင်၏။

**(၅) ကြာလေ သာ၍ သိမ်မွေ့လေသည်**

ဗန်းစကောထဲ၌ ဆင့်ဝိုင်းအပ်သော မုန့်မှုန့်သည် ကြာလေကြာလေ ပို၍ပို၍ နူးညံ့လာလေဘိသကဲ့သို့ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်သည်လည်း ကြာလေကြာလေ ပို၍ သိမ်မွေ့လာ၏။ ရှေးရှေးဖြစ်ခါစကထက် နောက်နောက် ဖြစ်လာသော ဉာဏ်သည် ပို၍ပို၍ သိမ်မွေ့လာ၏။

**(၆) အာရုံတစ်ပါး ပြန်မသွား**

အောက်ဉာဏ်များဖြစ်စဉ်၌ မကြာခဏ အာရုံတစ်ပါးသို့ ပြန်လွင့်သွားတတ်၏။ ဤဉာဏ် ရောက်သောအခါ၌ စိတ်သည် အာရုံတစ်ပါးသို့ ပြန်မသွားတော့။ မိမိရှုသိနေကြ အာရုံ၌သာလျှင် ရှုမှတ် နေတတ်၏။ ဟိုအရင်က ပြေးသွားတတ်သောအာရုံများသို့ တမင်ပို့တာတောင် ကြာကြာမနေတော့ပေ။ ရှုမှတ်နေကြ အာရုံသို့သာ ပြန်ရောက်လာ၏။

- (က) ကြောက်, နှစ်သက်ခြင်း ကင်းရှင်းပေသည်။
- ချမ်းသာ ဆင်းရဲ ရှုမြဲတူညီ။
- ကြောင့်ကြမပြု မှတ်ရှုလွယ်သည်။
- သင်္ခါရ ညီမှုဂုဏ်သုံးမည်။

- (ခ) ကြာရှည်စွာလဲ ခိုင်မြဲတူညီ။  
ကြာလေသာ၍ သိမ်မွေ့လေသည်။  
အာရုံတခြား ပြန်သွားကင်းသည်။  
သင်္ခါရု ထူးမှုဂုဏ်သုံးမည်။

**ဝုဠာနဂါမိနီ ဝိပဿနာဖြစ်ပုံ**

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရင့်သန်လာသောအခါ၌ အလွန်လျင်မြန် ထူးခြားသည့် အသိဉာဏ်များ ဖြစ်လာ၏။ အရှိန်နဲ့ပြေးလာသကဲ့သို့လဲ ထင်ရတတ်၏။ ဖြစ်ပုံမှာ ဖြစ်ဆဲပစ္စုပ္ပန် မြင်ဆဲကြားဆဲစသည့် အာရုံတစ်ပါးပါးကို ရှုသိနေစဉ် မမြဲသည့် အနိစ္စသဘော၊ ဆင်းရဲသည့် ဒုက္ခသဘော၊ အစိုးမရသည့် အနတ္တသဘော၊ ဤသုံးပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးကို အာရုံပြု၍ လျင်မြန်စွာ သိနေ၏။ ဤကဲ့သို့ အလားတူ ဝီထိ အနည်းဆုံး ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ်ဖြစ်၏။

နောက်ဆုံးဖြစ်သော ဤသဒိသာနုပဿနာဝီထိ ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ်တို့၌ ပါဝင်သော သင်္ခါရုပေက္ခာ သည် ခေါင်ထိပ်သို့ရောက်သောကြောင့် သိခါပတ္တ သင်္ခါရုပေက္ခာလဲ မည်၏။ ခေါင်ထိပ် သင်္ခါရုပေက္ခာ၊ အနုလောမ၊ ဂေါတြဘူ ဟူသော ဤဉာဏ်သုံးပါးသည် ဝုဠာန-မည်သော မဂ်နှင့်ဆက်စပ်လျက် မဂ်သို့ ရောက်စေတတ်သောကြောင့် ဝုဠာနဂါမိနီ ဝိပဿနာလဲ မည်၏။

**မဂ်သည် ဝုဠာန**

မဂ်သည်ကား သင်္ခါရုအာရုံမှ ထမြောက်သွားသောကြောင့် “ဝုဠာန”မည်၏။ ဝုဠာန-ဟူသည် ထသွားခြင်းပင် ဖြစ်၏။ ထမြောက်ပုံမှာ ရှေးနား၌ ဝိပဿနာရှုစဉ် ရှုတိုင်းရှုတိုင်း ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက် နေသော ရုပ်နာမ်အလျဉ်ကိုသာ ရှုသိနေရ၏။ ရုပ်နာမ်အလျဉ်ပေါ်မှာသာ ကျကျနေ၏။ ထိုသို့ ရုပ်နာမ် အစဉ်ကို ရှုနေစဉ် မဂ်သို့ ပြေးဝင်သွားသောအခါ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း ချုပ်ငြိမ်းသည့် သဘောထဲသို့ ကျရောက်သွား၏။ ထိုအခါ မဂ်စိတ်သည် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြု၏။ ဖြစ်ပျက်သင်္ခါရုကို အာရုံမပြု။ ထိုသို့ ရုပ်နာမ်အလျဉ်မှ နိဗ္ဗာန်အာရုံဆီသို့ ထသွား တတ်သောကြောင့် အရိယာမဂ်ကို ဝုဠာနဟုခေါ်၏။

**မဂ်သို့ ဆိုက်ရောက်ပုံ**

ဝုဠာနဂါမိနီ နောက်ဆုံးအကြိမ်၌ ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံ ဟူသော ရှုသိဇော သုံးကြိမ်ဆုံးသွား သည့်အခါ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရု ချုပ်ငြိမ်းသော နိဗ္ဗာန်အာရုံဆီသို့ ညွတ်ကိုင်းအာရုံပြုသည့် ကာမဇောအထူး တစ်ကြိမ်ဖြစ်၏။ ၎င်းဇော၏အခြားမဲ့၌ အရိယာမဂ်ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ရုပ်နာမ်သင်္ခါရု ချုပ်ငြိမ်းကင်းဆိတ် သည့် နိဗ္ဗာန်အာရုံထဲသို့ ညွတ်ကိုင်း ကျရောက်သွား၏။ ထိုမဂ်ဇော၏အခြားမဲ့၌ ဖိုလ်ဇော ၂-ကြိမ်၊ ၃-ကြိမ်

ဖြစ်၏။ ၎င်းဇောအဆုံး၌ ပုထုဇဉ်မှ သောတာပန် (သောတာပန်မှ သကဒါဂါမ်၊ သကဒါဂါမ်မှ အနာဂါမ်၊ အနာဂါမ်မှ ရဟန္တာ) ဖြစ်သွား၏။

ဤ၌ နိဗ္ဗာန်အာရုံထဲသို့ “ညွတ်ကိုင်းခြင်း”ဟူသည် ဂေါတြဘူစိတ်ပင် ဖြစ်၏။ “ကျရောက် သွားခြင်း”ဟူသည် မဂ်ဖိုလ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားခြင်းပင် ဖြစ်၏။

**ဂေါတြဘူဟူသည်-**

ဂေါတြဘူဟူသည် ဖြစ်ခြင်းသဘောရှိသော သင်္ခါရအာရုံမှထ၍ ဖြစ်ခြင်းကင်းသော နိဗ္ဗာန်အာရုံ ဆီသို့ ပြေးဝင်သွားတတ်သောကြောင့် ဂေါတြဘူမည်၏။ မပြတ်ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်အလျဉ်အာရုံမှထ၍ ရုပ်နာမ် အလျဉ်းကင်းသော နိဗ္ဗာန်အာရုံသို့ ပြေးဝင်သွားတတ်သောကြောင့် ဂေါတြဘူမည်၏။

ဥပ္ပါဒါ ဝုဋ္ဌဟိတွာ အနုပ္ပါဒံ ပက္ခန္ဓတီတိ ဂေါတြဘူ။ ပဝတ္တာ ဝုဋ္ဌဟိတွာ အပ္ပဝတ္တံ ပက္ခန္ဓတီတိ ဂေါတြဘူ။ (ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်၊ ၆၄။)

**အနုလောမဉာဏ်နှင့် ဂေါတြဘူတို့၏ လကြည့်ယောက်ျား ဥပမာ**

ယောက်ျားသည် လနက္ခတ်ကြည့်လို၍ အပြင်ထွက်လာသောအခါ တိမ်များဖုံးနေ၍ မမြင်ရ။ ထိုစဉ် လေကြမ်းတစ်ခု တိုက်လာပြီး တိမ်ထူများပါသွား၏။ ဒုတိယလေက ဒုတိယတိမ်များ တိုက်သွား ၏။ တတိယ လေက တိမ်မျှင်လေးများကို တိုက်သွား၏။ ထိုအခါ လကို ကောင်းစွာ တွေ့ရ၏။ ဤတွင် လေသည် လကို မမြင်နိုင်။ ယောက်ျားကသာ မြင်နိုင်၏။ ယောက်ျားသည် လကိုသာမြင်နိုင်၏။ တိမ်ကို မဖယ်ရှားနိုင်။

ထို့အတူပင် အနုလောမဉာဏ် ၃-ချက်သည် နိဗ္ဗာန်ကို ဖုံးထားသောကိလေသာကို ပယ်နိုင်၏။ နိဗ္ဗာန်ကိုတော့ မမြင်နိုင်။ ဂေါတြဘူသည် နိဗ္ဗာန်ကိုတော့ မြင်နိုင်၏။ ကိလေသာကိုတော့ မဖယ်ရှားနိုင်။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၊ ဒု၊ ၃၁၄။)

**ဂေါတြဘူနှင့် မဂ်**

ဂေါတြဘူသည် နိဗ္ဗာန်ကိုမြင်သော်ငြားလည်း အားမရှိသေး၍ မတည်ငြိမ်သေး။ ထို့ကြောင့် နောက်မဂ် ဉာဏ်ကို အချက်ပြသကဲ့သို့ ထားခဲ့၍ ချုပ်သွား၏။ မဂ်ဉာဏ်သည်လည်း ဂေါတြဘူသို့ အစဉ်လိုက်လျက် သာလျှင် သံသရာ၌ ဘယ်တုန်းကမှ မဖောက်ထွင်း မခွဲဖျက်ဖူးသေးသော လောဘတုံး ဒေါသတုံး မောတုံးများကို ဖောက်ခွဲဖျက်ဆီးရင်း ဖြစ်ပေါ်လာတော့၏။

မဂ္ဂေါပိ တေန ဒိန္နသညံ အမုဉ္ဇိတွာ အဝီစိသန္တိဝသေန တံ ဉာဏံ အနုပုဗ္ဗမာနော အနိဗ္ဗိဒ္ဓပုဗ္ဗံ အပဒါလိတပုဗ္ဗံ လောဘက္ခန္ဓံ ဒေါသက္ခန္ဓံ မောဟက္ခန္ဓံ နိဗ္ဗိဇ္ဈမာနောဝ ပဒါလယမာနောဝ နိဗ္ဗတ္တတိ။ (အဘိဋ္ဌ၊ ၁၊ ၂၇၆။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၊ ၂၊ ၃၁၄။)



**ဂေါ်တြာဉာ အမှတ်သညာနောက်သို့ မဂ်လိုက်ပုံဥပမာ**

မျက်နှာကိုပိတ်စည်းထားသော ဓားပေါက်သမားသည် ဘော့ပြားကြီးပေါ်တွင် ရပ်နေသော လူ၏ နံဘေးကိုကပ်၍ ဓားဖြင့်ပေါက်၏။ ထိုသို့ပေါက်နိုင်ရန် လူတစ်ယောက်က ပေါက်မည့်နေရာကို “ဒေါက်” “ဒေါက်”ဟု အချက်ပေးရ၏။ ထိုအချက်ပေးသည့် နေရာကို သေချာစွာ အာရုံစိုက်မှတ်၍ ပေါက်လိုက်၏။ ထိုအတူပင်ဂေါ်တြာဉာဉာဏ်က ပေးသောသညာကို မလွတ်စေမူ၍ မဂ်ဉာဏ်သည် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလျက် မဖေါက်ခွဲ မဖျက်ဆီးခဲ့ဖူးသေးသော လောဘတုံး စသည်တို့ကို ဖေါက်ခွဲဖျက်ဆီးလေ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၂၊ ၃၁၄။)

**သောတာပတ္တိမဂ်၏ များလှသည့်အကျိုးများ**

ဤမဂ်သည် လောဘတုံးစသည်တို့ကို ဖောက်ခွဲခြင်းကိုသာလျှင် ပြုသည်မဟုတ်သေး။ အမှန်အားဖြင့် အစမထင် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲဟူသော သမုဒြာကိုလည်း ခန်းခြောက်စေသေး၏။ အလုံးစုံသော အပါယ်တံခါးတို့ကိုလည်း ပိတ်သေး၏။ အရိယာတို့၏ ဥစ္စာခုနစ်ပါးကိုလည်း ရစေသေး၏။ မိစ္ဆာမဂ်ခေါ် လမ်းမှားကိုလည်း ပယ်သေး၏။ အလုံးစုံသော ဘေးရန်တို့ကိုလည်း ငြိမ်းစေသေး၏။ မြတ်စွာဘုရား၏ ရွှေရင်တော်နှစ် သားတော်စစ် အဖြစ်သို့လည်း ရောက်စေသေး၏။ ထိုမှတစ်ပါး အရာမက များလှစွာသော အကျိုးအာနိသင်တို့ကိုလည်း ရနိုင်သေး၏။

န ကေဝလေဉ္စသ မဂ္ဂေါ လောဘက္ခန္ဓာဒီနံ နိဗ္ဗိဇ္ဇနမေဝ ကရောတိ၊ အပိစ ခေါ အနမတဂ္ဂသံသာရ-  
ဝဋ္ဋဒုက္ခသမုဒ္ဓိ သောသေတိ၊ သဗ္ဗအပါယဒ္ဓါရာနိ ပိဒဟတိ၊ သတ္တန္တံ အရိယဓနာနံ သမ္မုဒ္ဓိဘာဝံ ကရောတိ၊  
အဋ္ဌကိကံ မိစ္ဆာမဂ္ဂံ ပဇဟတိ၊ သဗ္ဗဝေရဘယာနိ ဝူပသမေတိ၊ သမ္မာသမ္မုဒ္ဓသ ဩရဿပုတ္တဘာဝံ  
ဥပနေတိ၊ အညေသဉ္စ အနေကသတာနံ အာနိသံသာနံ ပဋိလာဘာယ သံဝတ္တတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၂၊ ၃၁၄။)

**မဂ္ဂဝီထိဖြစ်ပုံ-**

ပရိကံ	ဥပစာ	အနုလုံ	ဂေါ်တြာဉာ	မဂ်	ဖိုလ်	ဖိုလ်
ရုပ်နာမ်သင်္ခါရကို အာရုံပြု			နိဗ္ဗာန်သို့ညွတ်ကိုင်း	နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြု		

**မဂ်ဉာဏ်ဆိုသည်မှာ-**

လောကီဘက်၌ သိစရာကုန်၍ အသိကိစ္စ အပြီးသတ်, လောကီကို စွန့်လွှတ်ကျော်ဖောက် နိဗ္ဗာန်သို့ ဆိုက်ရောက်သော အသိဉာဏ်ကို ဆိုသည်။ နိဗ္ဗာန်သို့ ဆိုက်ရောက်ဆိုသည်မှာလည်း မဂ်ဉာဏ် ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုမြင်သိ, နိဗ္ဗာန်နှင့်တွေ့ထိသည်ကို ဆိုလိုသည်။ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုမြင်သိ တွေ့ထိသည် နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ထိုပုဂ္ဂိုလ်သန္တာန်မှာ အမိုက်, အရှုပ်, အညစ်, အနောက်, အပူ ကိလေသာဟူသမျှ, အကုသိုလ်ကံ ဟူသမျှ အဝိဇ္ဇာ,တဏှာ အမြစ်နှင့်တကွ အစပြတ် ကုန်ငြိမ်း ခန်းခြောက်လေ၏။  
ယင်းပုဂ္ဂိုလ်သန္တာန်မှာ အဝိဇ္ဇာအမြေး, တဏှာအစေး ခန်းခြောက်သည်ရှိသော် ကုသိုလ်ကံ ဟူသမျှတို့လည်း ဖုတ်ပြီး ပြုတ်ပြီး မျိုးစေ့ကဲ့သို့ မအောင်၊ မျိုးမရောက်သော လေသီးကဲ့သို့ ဖြစ်လေကုန်

၏။ ကုသိုလ် အကုသိုလ် ကုန်ငြိမ်း သမုဒယခန်းခြောက်က ဇာတိစသော အဆက်ဆက် ဖြစ်လတ္တံ့ အကျိုးခန္ဓာတို့လည်း ခန်းခြောက်ကုန် ငြိမ်းကုန်၏။ အကြောင်း၏ ကုန်ငြိမ်းခြင်း၊ အကျိုးခန္ဓာတို့၏ ကုန်ငြိမ်းခြင်း နှစ်ပါးအပေါင်းသည် မဂ်ခဏ၌ တစ်ပြိုင်တည်းဖြစ်၏။

(ပရမတ္ထစက္ခုကျမ်း၊ နှာ-၇၀။)

### နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုပုံ

တဿ တံ စိတ္တံ အပရာပရံ မနသိ ကရောတော ပဝတ္တံ သမတိက္ကမိတွာ အပ္ပဝတ္တံ ဩက္ကမတိ။  
အပ္ပဝတ္တမနုပတ္တာ မဟာရာဇော သမ္မာပဋိပန္နော နိဗ္ဗာန် သစ္စိကရောတိတိ ဝုစ္စတိ။

(မိလိန္ဒပဉ္စ၊ နိဗ္ဗာနသစ္စိကရဏပဉ္စ၊ ၃၁၁။)

မြန်မာပြန်။ ။အဆင့်ဆင့် အထပ်ထပ် နှလုံးသွင်းသော ထိုသူ၏ ထိုစိတ်သည် သင်္ခါရတို့၏ ဖြစ်စဉ်ကို လွန်မြောက်၍ သင်္ခါရအစဉ်မဖြစ်ရာ နိဗ္ဗာန်သို့ သက်ဝင်၏။ မင်းမြတ်...သင်္ခါရအစဉ် မဖြစ်ရာ နိဗ္ဗာန်သို့ အစဉ်ရောက်သော ကောင်းစွာကျင့်သောသူကို နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသူဟု ဆိုအပ်၏။

အဓိပ္ပါယ်။ ။ရှုမှတ်လို့ မဆုံးနိုင်သည့် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်မှုများကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု ရှုမှတ်နေရင်း ပင် ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံဟုခေါ်သော နောက်ဆုံး ရှုသိမှုဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ၎င်း၏ အခြားမဲ့၌ အရှုခံအာရုံ ဖြစ်သည့် ရှုသိစရာတော့ရာ၊ ရှုသိနေသည့်စိတ်ရော ပြတ်စဲချုပ်ငြိမ်းခြင်း သဘောထဲသို့ ညွတ်ကိုင် ကျရောက်သွား၏။ ဤ၌ ညွတ်ကိုင်ဟူသည် ဂေါတြဘူစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကို ဆိုပြီး၊ ကျရောက် သွားခြင်းဟူသည် အရိယာမဂ်ဖိုလ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားခြင်းကို ဆိုပါသည်။

### နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုချိန် ဘာတွေတွေ့မလဲ?

နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုချိန်၌ နိဗ္ဗာန်၏ လက္ခဏာ ရသ၊ ပစ္စုပ္ပန် များကို တွေ့ရ၏။

၁။ သန္တိလက္ခဏံ နိဗ္ဗာန် = နိဗ္ဗာန်၌ ငြိမ်းခြင်းလက္ခဏာရှိ၏။ ကိလေသာဆင်းရဲ၊ ဝဋ်ဆင်းရဲ၊ သင်္ခါရ ဆင်းရဲများ ငြိမ်းသွား၏။ တဟုန်းဟုန်းလောင်နေသော မီးတောက်ကြီး မပေါ်လာတော့ဘဲ ငြိမ်းသွားသလို သင်္ခါရတွေ အသစ်မပေါ်တော့ဘဲ လုံးဝ ငြိမ်းသွားခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်ဖြစ်၏။

၂။ အစ္စုတိရသံ = မစုတေခြင်း၊ မရွေ့လျော့ခြင်း၊ မသေမပျက်ခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်၏ ရသဖြစ်၏။ (ရသသည် ကိစ္စနှင့် ဂုဏ် ၂-မျိုးရှိ၏။ ဤနေရာ၌ ဂုဏ်ကိုယူရမည်။ ရွေ့လျော့မှုကင်းခြင်း၊ မသေမပျက် ခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်၏ ချီးမွမ်းစရာဂုဏ်ဖြစ်၏။ ဝိပဿနာရှုစဉ်တုန်းက ဖြစ်ပြီးယင်း ပျောက်သွားယင်းနဲ့ ရုပ်နာမ်တို့၏ အဆုံးပိုင်းကလေး ရွေ့လျော့သေပျက်မှုကလေးကို မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း တွေ့ရ၏။ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် ပြုသောအချိန်၌ကား နိဗ္ဗာန်သည် အဆုံးအပိုင်းအခြား မရှိသော အနေဖြင့်သာ ထင်ရှားနေ၏။

၃။ အနိမိတ္တ ပစ္စုပ္ပန် = ပုံသဏ္ဍာန် နိမိတ်လုံးဝ မရှိသောအနေအားဖြင့် ယောဂီ၏ဉာဏ်ထဲတွင် ထင်ရှား၏။ နိဗ္ဗာန်မှတစ်ပါး ရုပ်နာမ်များသည် ပုံသဏ္ဍာန် အထည်ကိုယ်အားဖြင့် ထင်ရှား၏။ သို့သော်

နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားသော အရိယာတို့တွင်ကား ရုပ်နာမ်များကင်းဆိတ်နေသဖြင့် မည်သည့် ပုံသဏ္ဍာန်ကိုမျှ မတွေ့ရဘဲ ချုပ်ငြိမ်းမှု၊ ကင်းဆိတ်မှုသာ ဉာဏ်ထဲတွင် ထင်ရှား၏။

(ဆောင်) ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် ပြတ်လျက်ငြိမ်းသည်၊

ရွေ့လျော့သေခြင်း ကင်းရှင်းပေသည်၊

သဏ္ဍာန်နိမိတ် ကင်းဆိတ်ထင်သည်၊

နိဗ္ဗာန် ရောက်က သိမြင်သည်။

(မဟာစည်ဆရာတော်၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်နှင့် ဉာဏ်စဉ်တရားတော်၊ ၁၂-၁၃။)

မှတ်ချက်။ ။လက္ခဏာဟူသည် ရုပ်နာမ်သဘောတရားတို့၏ အထည်ကိုယ်ပင် ဖြစ်၏။ သူသည်ပင် ရုပ်နာမ် သဘောတရား ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် နိဗ္ဗာန်၏ငြိမ်းခြင်း သန္တိလက္ခဏာသည် နိဗ္ဗာန်၏ အထည် ကိုယ်ပင် ဖြစ်၏။ သူသည်ပင် နိဗ္ဗာန်တရားဖြစ်၏။

### ဝိပဿနာဉာဏ်နှင့် မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်အဆင့်ဆင့်

၁။ “ဧဝံ ပဿံ”ဟူသော ပါဠိဖြင့် သမ္မသနဉာဏ်မှ ဘင်္ဂဉာဏ်အထိ ရုပ်နာမ်တရားများကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟူသော လက္ခဏာသုံးပါးတို့ဖြင့် ရှုပုံကို ပြတော်မူ၏။

၂။ “နိဗ္ဗိန္ဒတိ”ဟူသော ပါဠိဖြင့် ဘယဉာဏ်မှ စ၍ အနုလောမဉာဏ်တိုင်အောင် ဖြစ်ပုံကို ပြတော်မူ၏။

၃။ “နိဗ္ဗိန္ဒံ ဝိရဇ္ဇတိ”ဟူသော ပါဠိဖြင့် မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို ပြတော်မူ၏။

၄။ “ဝိရာဂါ ဝိမုစ္စတိ”ဟူသော ပါဠိဖြင့် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို ပြတော်မူ၏။

၅။ “ဝိမုတ္တသ္မိံ ဝိမုတ္တမိတိ ဉာဏံ ဟောတိ”ဟူသော ပါဠိဖြင့် ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို ပြတော်မူ၏။

### ရဟန္တာတို့ ဆင်ခြင်ပုံ

၁။ ဒီဏာ ဇာတိ = အနာဂတ် သံသရာဝယ် ဘဝသစ်ဖြစ်မှု ကုန်ခန်းခွဲလေပြီ။

၂။ ဝုသိတံ ဗြဟ္မစရိယံ = မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်သုံးပြီးပြီ။

၃။ ကတံ ကရဏီယံ = ပြုကျင့်ရမည့်ကိစ္စမှန်သမျှ ပြုကျင့်ပြီးပြီ။

၄။ နာပရံ ဣတ္တာတ္တာယ = ဤမဂ်ကိစ္စအတွက် အခြားတပါး ပြုဖွယ်ကိစ္စ မရှိတော့ပြီ။

### ဘဝသစ်ဖြစ်မှု ကုန်ပြီ

ရုပ်နာမ်ခန္ဓာများကို ဥပါဒါန်တရားများဖြင့် အသိမှားပြီး သာယာစွဲလမ်းနေသမျှကာလပတ်လုံး ဘဝ သစ်က အဖန်ဖန် ဖြစ်နေဦးမည်။ ယခုအခါ၌ ဘဝကို သာယာစွဲလမ်းတတ်သော အကြောင်း ကိလေသာများ လုံးဝကင်းသွားသဖြင့် နောက်ထပ်ဘဝသစ် မတည်ဆောက်နိုင်တော့။ ထို့ကြောင့် ဘဝသစ်ဖြစ်မှု ကုန်ပြီဟု ပြောခြင်းဖြစ်၏။

**မည်သည့် ဇာတိ ကုန်သနည်း?**

“ဇာတိဒုက္ခ ကုန်ပြီ”ဆိုရာ၌ မည်သည့် ဇာတိကုန်သနည်း? အတိတ်ဇာတိ ဒုက္ခကုန်တာကို ဆိုလို ပါသလား? မဟုတ်ပါ။ အတိတ်ဇာတိဒုက္ခမှာ အတိတ်ကပင် ကုန်ခဲ့,ချုပ်ခဲ့လေပြီ။ ပစ္စုပ္ပန်ဇာတိဒုက္ခ ကုန်တာလား? မဟုတ်ပါ။ ပစ္စုပ္ပန်ဇာတိ ဒုက္ခလည်း သူ့အချိန်နဲ့သူ တချုပ်ထဲ ချုပ်ပျောက်နေ၏။

သို့ဖြစ်လျှင် ဘယ်ဇာတိဒုက္ခ ကုန်တာလဲ?ဟု မေးရန်ရှိ၏။ အဖြေကား- အကယ်၍ အရဟတ္တ ဖိုလ်ပေါက် မရောက်လျှင် ဒုတိယဘဝ၌ မုချဖြစ်ပေါ်မည့် ဇာတိ တစ်မျိုးရှိ၏။ ထိုအနာဂတ်ဇာတိ ကုန်ခြင်းသာ ဖြစ်၏။

ထင်ရှားစေအံ့။ ဤဘဝ အရဟတ္တမဂ် ရသည့်အတွက် မိမိမှာ အဝိဇ္ဇာ,တဏှာတည်းဟူသော သံသရာ ရေသောက်မြစ် မရှိတော့။ ထို့ကြောင့် မိမိ အတိတ်သံသရာက ပြုခဲ့သမျှသော အပရာပရိယ ကံများသည် ရေသောက်မြစ် ပြတ်ပြီးသော သစ်ပင်ကြီးပမာ ဒုတိယဘဝ၌ မည်သည့်ဘုံမှာမှ ဘဝ ပဋိသန္ဓေ မဖြစ်နိုင်တော့။ စီးတောက်ကြီးငြိမ်းသလို တစ်ခါထဲ ငြိမ်းသွားတော့၏။ ထိုကဲ့သို့ မဂ်ကို မရလျှင် ဒုတိယဘဝမှ စ၍ ဖြစ်လာမည့် ဇာတိဒုက္ခများ ကုန်သွားခြင်းကို “ခီဏာ ဇာတိ”ဟု ဆိုခြင်း ဖြစ်၏။

**မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်ပြီးပြီ**

အကျင့်မြတ်သည် သီလချည်းသက်သက်ဖြင့်လည်း မပြီး။ ဈာန်သမာဓိသက်သက်ဖြင့်လည်း မပြီး။ ဖြစ်ပျက်ရုပ်နာမ်များကို ရှုမှတ်လျက် အရဟတ္တမဂ်သို့ရောက်မှ ပြီး၏။ အရဟတ္တမဂ်သို့ရောက်လျှင် ကျင့်စဉ် ဆုံးတော့၏။ ထို့ကြောင့် မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်သုံးပြီးပြီဟု ဆိုခြင်းဖြစ်၏။

**ကျင့်စရာအားလုံး ကုန်ပြီ**

အောက်မဂ်သုံးပါးသို့ ရောက်ခဲ့စဉ်က ချုပ်ငြိမ်းသောနိဗ္ဗာန်ကို တွေ့သိပြီးဖြစ်၏။ သစ္စာလေးပါးကို သိပြီးဖြစ်၏။ သို့သော် ဒုက္ခကို သုခဟုထင်သော သညာဝိပ္ပလ္လာသနှင့် စိတ္တဝိပ္ပလ္လာသ၊ အသုဘကို သုဘဟု ထင်သော သညာဝိပ္ပလ္လာသနှင့် စိတ္တဝိပ္ပလ္လာသ၊ ဤဝိပ္ပလ္လာသတရားများ ကျန်ရှိနေသေး၏။ ထို့ကြောင့် တဏှာ သမုဒယကို ပယ်ခြင်းကိစ္စ မပြီးဆုံးသေးပေ။ ရဟန္တာဖြစ်သောအခါ၌ကား ဤဝိပ္ပလ္လာသတရား များ အားလုံး ကင်းသွားသဖြင့် ကျင့်မှုကိစ္စ လုံးဝပြည့်စုံသွား၏။ မဂ်ကိစ္စ ၁၆-ချက်အတွက် အခြားတပါး သော ပြုကျင့်ဖွယ် မရှိတော့ပြီ။ ထို့ကြောင့် ဤကိစ္စအတွက် အခြားပြုဖွယ် မလိုတော့ဟု ဆင်ခြင်မှု ဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

**သင်္ဂါယနာတင် မှတ်တမ်း**

