

# ဝဇ္ဇိကသုတ္တန် အပိုင်း(၅) (၅-၅-၂၀၂၂)

## “ဖားယုတ်ဆိုတာ စိတ်ဆိုးတတ်တဲ့ ဒေါသ”

တို့တိုင်းကြီးလာသော ဥဒ္ဓုမာယိက ခေါ်သည့် ဖားဟူသည် အားကြီးသောဒေါသ အမျက် ထွက်ခြင်း၏ အမည်တည်းဟူ၍ ဘုရားရှင်ဟောတော်မူ၏။ ဥဒ္ဓုမာယိက ခေါ်သည့် ဖားသည် ပကတိအရွယ်အစားကား လက်သည်းခွံ ပမာဏမျှသာရှိ၍ ကြွေကျနေသော သစ်ရွက်များအကြား၌၎င်း၊ ချုံကြား၌၎င်း၊ နွယ်ကြား၌၎င်း နေတတ်၏။ ထိုဖားကို တစ်စုံတစ်ခုဖြင့် ထိအပ်သည်ရှိသော် တဖြည်းဖြည်းကြီးလာရာ ဥသျှစ်သီးမှည့် ပမာဏရှိလာပြီး ခြေလေးဖက်တို့ ကောင်းကင်၌တည်ကာ ပက်လက်လန်သွား၍ မသွားနိုင်တော့ဘဲ ကျီး၊ စွန်ရဲ-စသော ရန်သူတို့၏အစာဖြစ်ရတော့၏။

ထို့အတူ အမျက်ဒေါသသည် ရှေးဦးစွာ ဖြစ်သည်ရှိသော် စိတ်ချောက်ချားခြင်းမျှသာလျှင် ဖြစ်၏။ ထိုခဏ၌ သင့်လျော်စွာ ဆင်ခြင်၍ မနှိပ်အပ်သည်ရှိသော် တိုးပွား၍ မျက်နှာတွန့်ခြင်းသို့ ရောက်စေ၏။ ထိုအခါ၌ မနှိမ်နင်းနိုင်သည်ရှိသော် မေး၏တုန်လှုပ်ခြင်းသို့ ရောက်စေ၏။ ထိုအခိုက်၌ မတားမြစ်နိုင်သည်ရှိသော် ရုန့်ရင်းကြမ်းတန်းသောစကားကို ပြောဆိုခြင်းသို့ ရောက်လာ၏။ ယင်းအခြေအနေကို မထိန်းသိမ်းနိုင်လျှင် ရန်ပြုအပ်သောသူရှိရာ အရပ်ကို ကြည့်ခြင်းသို့ ရောက်လာစေ၏။ ထိုအချိန်၌ မနှိပ်ကွပ်နိုင်လျှင် ရှေ့သို့တိုးခြင်း-စသော ကိုယ်အမူအရာများဖြစ်လာ၏။ ယင်းအဆင့်ကို မတားမြစ်နိုင်လျှင် ခဲ၊ ဒုတ်၊ လှံကို ကိုင်ခြင်း၊ လက်နက်တမျိုးမျိုးကိုကိုင်ခြင်းသို့ ရောက်လာစေ၏။ ထိုအခိုက်အတန့်၌ မထိန်းသိမ်းနိုင်လျှင် ခဲ၊ ဒုတ်၊ ဓား၊ လှံ လက်နက်တမျိုးမျိုးဖြင့် ပစ်ခတ်ခြင်း ခုတ်ဖြတ်ခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်လာစေ၏။ ထို့နောက် သူတပါးကို သတ်ဖြတ်ခြင်းသို့၎င်း၊ သူတပါးတို့ကို သတ်ဖြတ်ပြီးသော် စိတ်၏ပူပန်ခြင်းကြောင့် မိမိကိုယ်ကို သတ်ခြင်းသို့၎င်း ရောက်ရှိလာစေ၏။ ဤနည်းဖြင့် အမျက်ဒေါသသည် လွန်စွာကျယ်ပွားသည်၏အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိလေ၏။

**“ဒေါသ-ဟူသည် ပြစ်မှားခြင်း၊ ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းခြင်းသဘော”**

“လောက၌ ဒေါသနှင့်တူသော အပြစ်သည် မရှိ”ဟူ၍ ဘုရားရှင်ဟောထားသည်နှင့်အညီ ဒေါသသည် အဖျက်ဆီးတတ်ဆုံးသော တရားဖြစ်၏။ မြွေပွေး မြွေဟောက်နှင့်တူ၏။ တက်ကြွသော ဒေါသကသာ ဖျက်ဆီးတတ်သည်မဟုတ်။ ဆုတ်နစ်သော ဒေါသကြောင့် ဖြစ်သည့် စိတ်ပျက်ခြင်း၊ ကြောက်လန့်ခြင်း၊ ဝမ်းနည်းပူဆွေးခြင်း၊ ငိုကြွေးခြင်း၊ စိတ်နှလုံး မသာယာခြင်း၊ လွန်ကဲစွာ ပူဆွေးခြင်းတို့ကလည်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးကို ပျက်စီးစေသည်။ ဒေါသနှင့်သေသူ၏လားရာဂတိမှာ ငရဲပြည်ဖြစ်သည်။

**“ဒေါသဖြစ်လာလျှင် ခန္ဓာကိုယ်အပေါ် ဘယ်လိုသက်ရောက်သလဲ”**

ဒေါသဖြစ်လာလျှင် အဒရီနယ်လင်းနှင့် ကော်တီစောဟော်မုန်း ထွက်လာကာ ဦးနှောက်၏ သွေးလည်ပတ်မှုများသည် ကြွက်သားများထံသို့ ဦးတည်သွားစေပြီး နှလုံးခုန်မြန်လာ၏။ သွေးပေါင်ချိန်နှင့် အသက်ရှူနှုန်းများ မြင့်တက်လာ၍ ခန္ဓာကိုယ်အပူချိန် မြင့်တက်လာပြီး ချွေးထွက်လာစေ၏။ စိတ်အစဉ်သည် စူးရှလာပြီး ဒေါသဖြစ်စေသော အကြောင်းအရင်း ကိုသာ အာရုံစိုက်စေလာ၏။ အင်္ဂလိပ်စာလုံးဖြင့် Anger ဆိုသော ဒေါသသည် Danger ဆိုသော အန္တရာယ်နှင့် “D” ဆိုသည့် အက္ခရာတစ်လုံးသာ ကွာခြားကြောင်း စဉ်းစား ဆင်ခြင်သင့်ပါသည်။ “ဒေါသရှေ့ထား မှားတတ်သည်”ဟူသော စကားနှင့်အညီ ဒေါသ စိတ်ပေါက်ကွဲ၍ မဆင်မခြင်ဖြစ်ရသော လူ့လောကအတွင်းမှ အမှားအယွင်း၊ အဆိုးအပြစ် များမှာ အနမတဂ္ဂပင်။ သင်ခန်းစာယူစရာ၊ ဆင်ခြင်စရာများမှာလည်း ပြောမဆုံးပေါင် တောသုံးတောင် ဆိုသလိုပင်။

ဥဒ္ဓါမာယိက-မည်သော ဖား၏ခြေလေးဖက်တို့သည် မိုးပေါ်ထောင်လျက် ကောင်းကင်၌ တည်သည်ရှိသော် မသွားနိုင်တော့ဘဲ ကျိုးအစရှိသော ရန်သူ၏အစာဖြစ်သကဲ့သို့ ဤအတူ သာလျှင် အမျက်ဒေါသထွက်နေသူသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ယူ၍ပွားခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်။ ဒေါသ တည်းဟူသော ရန်သူ၏နိုင်ငံသို့ရောက်၍ အလုံးစုံသော မာရ်တို့၏အလိုရှိတိုင်း ပြုခြင်းကို

ခံရလေတော့၏။ ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားသည် ဥဒ္ဓါမာယိက-မည်သော ဖားကို အားကြီးသောဒေါသအဖြစ် တင်စားလျက် ဟောကြားတော်မူပြီးလျှင် ထိုဒေါသကို တဒင်္ဂပဟာန်, ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်တို့ဖြင့် ပယ်ရှားရန် ညွှန်ကြားတော်မူ၏။

**“တဒင်္ဂပဟာန်ဟူသည်မှာ”**

တဒင်္ဂပဟာန်ဟူသည်မှာ တစ်စစီ တစ်စစီ ဖြုတ်ပယ်ပြီး စွန့်လွှတ်ခြင်း၊ ဆိုင်ရာ အကြောင်းတစ်ခုကြောင့် ဆိုင်ရာအကြောင်းတစ်ခုဖြင့် ဆိုင်ရာအကြောင်းတစ်ခုကို ဖယ်ရှားပြီးတော့ စွန့်လွှတ်ခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ သို့သော် မြန်မာလူမျိုး နားလည်နေကြပုံ မှာ တဒင်္ဂကို တစ်ခဏဟူ၍ နားလည်နေကြ၏။ တဒင်္ဂဆိုတာ ဆိုင်ရာအကြောင်းကလေး တစ်ခုကြောင့် တခြားအကြောင်းတစ်ခုကိုဖယ်ရှားပစ်ခြင်း၊ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ အသီးသီး ဖယ်ရှားပစ်သော စွန့်လွှတ်ခြင်းကို တဒင်္ဂပဟာန-ဟုခေါ်၏။

တဒင်္ဂပဟာနသည် ဝိပဿနာကျင့်စဉ်နှင့် သက်ဆိုင်၏။ အသိဉာဏ်ဟူသည် တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ထူထောင်ပြီး မှားယွင်းနေသော အယူအဆများ၊ မမှန်ကန်သော အချက်အလက် များ၊ စိတ်ရဲ့အညစ်အကြေးများကို တဖြည်းဖြည်းချင်း တစ်ခုချင်း တစ်ခုချင်း ပယ်ရှင်း သွားသည့် သဘာဝပေတည်း။ (၁၀)မျိုးရှိသော ဝိပဿနာဉာဏ်တို့ဖြင့် တစ်စစီ တစ်စစီ အဘယ်သို့ ဖြုတ်ပယ် သွားသလဲ? ဘယ်လိုစွန့်ပယ်သွားသလဲ? ဥပမာအားဖြင့် “နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်”ဟု ဆိုကြပါစို့။ သတ္တဝါဟူသောအမြင်တစ်ခုကို ဖယ်ရှားပစ်လိုက်ပြီး နာမ်နဲ့ ရုပ် နှစ်မျိုးတည်းရှိသည်ဟူ၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ကြည့်လိုက်လျှင် နာမ်နဲ့ရုပ် နှစ် ခုပဲရှိ၏။ ရုပ်ဟူ၍ပြောရသည့် ခန္ဓာကိုယ် body နှင့် နာမ်ဟူ၍ပြောရသည့် mind & Mental Factor ဤနှစ်ခုသာရှိ၏။ ထိုနာမ်နှင့်ရုပ်ကို ကွဲပြားသိလိုက်သောအခါ သတ္တဝါ ဟူသော အမြင်တစ်ခုကို စွန့်လွှတ်နိုင်၏။ ထိုနာမ်နှင့်ရုပ်ကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိနိုင်သော အသိဉာဏ် (Analytical knowledge of mind and matter)ကို နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ဟူ၍ ခေါ်ရ၏။

ထိုအသိဉာဏ်ရလာလျှင် ဘာကိုစွန့်လွှတ်သလဲ? ခန္ဓာငါးပါးအပေါ်မှာ အတ္တလို့ မှားယွင်းစွာ ရှုမြင်သုံးသပ်နေသော အယူအဆတစ်ခုကို စွန့်လွှတ်နိုင်၏။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မှာ သက္ကာယဆိုတာ ခန္ဓာငါးပါးကို ဆိုလို၏။ ကာယဆိုတာနဲ့ ခန္ဓာဆိုတာ အဓိပ္ပါယ်အတူတူပင်တည်း။ ကာယဆိုတာလည်း အစုအဝေး၊ ခန္ဓာဆိုတာလည်း အစုအဝေး၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကို Englishလိုပြန်လျှင် Aggregateလိုပြန်ဆိုကြ၏။ တကယ်ထင်ရှားရှိနေသောအရာသည် ခန္ဓာ၊ ထင်ရှားရှိနေသောခန္ဓာအပေါ်မှာ ခန္ဓာငါးပါးထဲက တစ်ခုခုကို အတ္တဟု ယူဆလိုက်လျှင် မှားယွင်းသော အမြင်ဖြစ်သွား၏။ ခန္ဓာငါးပါးက သက္ကာယ၊ ထိုသက္ကာယအပေါ်မှာ မှားယွင်းစွာရှုမြင်မှုက ဒိဋ္ဌိ။

ထင်ရှားရှိနေသော နာမ်နှင့်ရုပ်များကို သူ့သဘာဝအတိုင်း သိရှိနားလည်သွားလျှင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ ခန္ဓာငါးပါးနှင့်ပတ်သက်သော မှားယွင်းသည့် အယူအဆတစ်ခုကို စွန့်လွှတ်လိုက်နိုင်၏။ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဟူသော ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မှားယွင်းသည့် ယူဆချက် ဆုပ်ကိုင်ထားမှုကို စွန့်လွှတ်လိုက်နိုင်ခြင်းကို တဒင်္ဂပဟာနဟု ခေါ်ရ၏။ ရုပ်ကိုဖြစ်စေ၊ ဝေဒနာကိုဖြစ်စေ၊ သညာကိုဖြစ်စေ၊ သင်္ခါရကိုဖြစ်စေ၊ ဝိညာဏ်ကိုဖြစ်စေ မိမိသန္တာန်မှာရှိနေသည့် ရုပ်နာမ်တရားနှင့်ပတ်သက်၍ ခိုင်မြဲတဲ့အရာ ငါလို့ ပြောစရာ မရှိဘူးဆိုသည်ကို ဤဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်ကာ နဂိုက အထင်မှားလာသော သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ဟုခေါ်ရသည့် ခန္ဓာ(၅)ပါးပေါ်မှာ အယူမှားဒိဋ္ဌိ ဆုပ်ကိုင်မှုကြီး မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဆုပ်ကိုင်ထားမှုကြီးကို စွန့်လွှတ်လိုက်လေ၏။ စွန့်လွှတ်သောအခါမှာ ဤဉာဏ်ဖြင့် ထိုအမြင်တစ်မျိုးကိုပဲ စွန့်၏။ ကျန်တာကို မစွန့်နိုင်သေးပေ။ ဤကဲ့သို့ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်းဖြင့် တစ်စစတစ်စစ ဖြုတ်ပယ်ကာ နာမ်ရုပ်နှစ်ပါးကို ကွဲပြားသိသောဉာဏ်ဖြင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို စွန့်လွှတ်လိုက်ခြင်းကိုပင် တဒင်္ဂပဟာန-ဟု ဆိုရပေသည်။ အခြားသော ဝိပဿနာဉာဏ်အဆင့်ဆင့်ဖြင့်လည်း ဆိုင်ရာဆိုင်ရာအမှားများကို ဖယ်ရှားသွားခြင်းကိုလည်း တဒင်္ဂပဟာန-ဟု ဆိုရပေသည်။

စိတ်ဆိုးသောစိတ်၊ စိတ်ပျက်သောစိတ်၊ မုန်းသောစိတ်၊ ညှဉ်းဆဲလိုသောစိတ်၊ သေပျက်စေ လိုသောစိတ် ဤဒေါသနှင့်တကွဖြစ်သောစိတ်များဖြစ်ပေါ်လာလျှင် “စိတ်ဆိုးတယ်” စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ရမည်။ ဖြစ်ဆဲဒေါသစိတ်ကို ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းရှုမှတ်နေသူသည် “ဒေါသစိတ်သည် အာရုံကို သိသည်၊ ကြံသည်၊ ယူသည်ဟူ၍လည်း အမှန်အတိုင်းသိ၏။

ယှဉ်ဘက် နာမ် တရားတို့၏ ရှေ့ကသွားသည်ဟုလည်း အမှန်အတိုင်းသိ၏။ တခုပြီးတခု မခြားမပြတ် ဆက်စပ်လျက်ဖြစ်သည်ဟုလည်း အမှန်အတိုင်းသိ၏။ မှီရာရုပ်ရှိသော ကြောင့်၎င်း၊ အာရုံရှိသောကြောင့်၎င်း၊ အာရုံနှင့်တွေ့မှု၊ အာရုံကို ခံစားမှု-စသော နာမ်ရှိ သောကြောင့်၎င်း ဖြစ်သည်ဟုလည်း အမှန်အတိုင်းသိ၏။ မှတ်တိုင်းမှတ်တိုင်း ဖျတ်ကနဲ ဖျတ်ကနဲ ပေါ်၍ ကုန်ပျက်သွားခြင်းကိုလည်း အမှန်အတိုင်းသိ၏။ “ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ငါ , ငါ့ဥစ္စာ, မိန်းမ, ယောက်ျား”ဟူ၍ မရှိ၊ အာရုံကို သိမှုသာရှိသည်ဟုလည်း အမှန်အတိုင်းသိ၏။ ဤသို့လျှင် သင်္ခါရ ဗုဒ္ဓိဗိမိတ် ပုံသဏ္ဍာန် ပညတ်သို့ မရောက်တော့ဘဲ တဏှာ, မာန, ဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် စွဲလမ်းမှုကိုလည်း တဒင်္ဂပဟာန ဖြင့် ဖယ်ရှားနိုင်ပေ၏။

**အာရုံထံပါး၊ ညွတ်သွားရောက်သည်။**

**နာမ်ချင်းချင်းလည်း၊ ပူးတွဲယှဉ်သည်။**

**သူတို့ချင်းလည်း၊ မခွဲသာပြီ။**

**နာမ်တရား၊ ပိုင်းခြား မြတ်ယောဂီ။**

**အာရုံသိသော သဘောရှိသည်။**

**ခေါင်းဆောင်အလား ရှေ့သွားတတ်သည်။**

**ရှေ့စိတ်နှင့်စပ် အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်။**

**ဝိညာဏ်ဓာတ် သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။**

**“ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန-ဆိုသည်မှာ”**

မှော်ရှိသောရေ၌ ချအပ်သောအိုးဖြင့် မှော်ကို ဖယ်ရှားသကဲ့သို့ ထိုထိုလောကီသမာဓိဖြင့် နိဝရဏ-အစရှိသော ဆန့်ကျင်ဖက်တရားတို့ကို ခွါခြင်း၊ ဝေးကွာအောင်ပြုခြင်းသည် ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန မည်၏။ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဖြင့် ဒေါသတရားကို ပယ်ရှားရန် ဘာဝနာများစွာ

ရှိသော်လည်း အလျော်ကန်ဆုံးဖြစ်သော သမာဓိဘာဝနာဟူသည် မေတ္တာဘာဝနာပေ တည်း။ မေတ္တာ ဘာဝနာပွားလိုသူသည် ဆိတ်ငြိမ်ရာကပ်၍ ဒေါသ၏အပြစ်၊ ခန္တီ၏ အကျိုးတို့ကို ရှေးဦးစွာ ဆင်ခြင်ရ၏။ ဒေါသသည် ကျိုး-ကြောင်း မကြည့်၊ ဆိုး-ကောင်း မသိ၊ မှောင်အတိကျ၏။ နောင် အဖန်ဖန် ရှက်စရာကို ပြောရဲအောင်၊ ပြုရဲအောင်၊ ယုတ်မာသူနှင့် အယုတ်မာချင်း ပြိုင်ရဲအောင် စေခိုင်း၏။ အကျိုးကို ဖယ်၍ အပြစ်ကိုယူ၏။ ကျက်သရေမင်္ဂလာမရှိ။ ခန္တီကား ကျိုး-ကြောင်း ကြည့်၏။ ဆိုး-ကောင်း သိ၏။ မှောင် အတိ မကျ၊ ရှက်စရာကို မပြောမိအောင်၊ မပြုမိအောင် စောင့်ရှောက်၏၊ ယုတ်မာချင်း မပြိုင်ခိုင်း၊ နောင် အဖန်ဖန် ဝမ်းမြောက်စရာကိုသာ ပြောခိုင်း ပြုခိုင်း၏။ အပြစ်ကိုဖယ်၍ အကျိုးကို ယူ၏။ သမ္မာပဋိပတ် အကြောင်းရင်း၌ တည်စေ၏။ ကျက်သရေမင်္ဂလာရှိ၏။

ဤသို့ဆင်ခြင်ပြီးလျှင် အကျိုးမဆောင်၍ မချစ်အပ်သူ၊ အလွန်ချစ်အပ်သော သားမယား၊ လျစ်လျူရှုအပ်သူ၊ အကျိုးမဲ့ပြုသော ရန်သူ၊ ဤလေးယောက် ရှေးဦးစွာ မပွားရ။ လိင်မတူသူကို သီးခြား မပွားရ။ သေသူကား မေတ္တာ၏အာရုံမဟုတ်သောကြောင့် လုံးဝ မပွားရ။ မိမိကိုယ်၌ မေတ္တာပွားလျှင် ဈာန်မရနိုင်၊ သို့သော်လည်း ကိုယ်ချင်းစာနိုင်ရန် အတွက် သက်သေပြုခြင်းငှာ ရှေးဦးစွာ ပွားရသည်။ “ငါသည် ရန်ကင်းလို၏။ ရန်ကင်း ပါစေ။ စိုးရိမ်ခြင်းကင်းလို၏။ စိုးရိမ်ခြင်း ကင်းပါစေ။ ဆင်းရဲခြင်းကင်းလို၏။ ဆင်းရဲခြင်း ကင်းပါစေ။ မိမိကိုယ်ကို ချမ်းသာအောင် ရွက်ဆောင်လို၏။ ချမ်းသာအောင် ရွက်ဆောင် နိုင်ပါစေ” ဤသို့ စတင်ပွားပြီးလျှင် ကြည်ညိုဖွယ် ဂုဏ်ထူးရှိသောဆရာ၊ ဆရာအရွယ် ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ကို သီလ-စသော ဂုဏ်ကို ဆင်ခြင်၍ အဖန်ဖန်ပွားရသည်။ “ငါတို့အား အကျိုး များစေသော ဤမထေရ်သည် ဆရာဖြစ်၏။ ဆရာအရွယ်ဖြစ်၏။ သီလစသော ဂုဏ် ကျေးဇူး အထူးရှိ၏။ ရန်ကင်းပါစေ၊ စိုးရိမ်ခြင်း ကင်းပါစေ။ ဆင်းရဲခြင်း ကင်းပါစေ။ မိမိကိုယ်ကို ချမ်းသာအောင် ရွက်ဆောင် နိုင်ပါစေ”ဟူ၍ အဖန်ဖန်ပွားလျှင် ဤပုဂ္ဂိုလ် တပါးတည်း၌ပင် စတုတ္ထဈာန်အထိရနိုင်၏။

အပိုင်းအခြားကင်းအောင် ပြုလိုလျှင်ကား ရှေးဦးစွာ ချစ်အပ်သောသူ၌ မေတ္တာလိုတိုင်းရ အောင် ပွားရသည်။ ထို့နောက် လျစ်လျူရှုအပ်သူ၌၎င်း၊ ရန်သူ၌၎င်း မေတ္တာလိုတိုင်းရ အောင် ပွားရသည်။ မိမိကိုယ်၊ ချစ်အပ်သူ၊ လျစ်လျူရှုအပ်သူ၊ ရန်သူ ဤလေးယောက်၌ မေတ္တာစိတ်ညီမျှနေလျှင် ငါ့ကိုယ်၊ သူ့ကိုယ်ဟု အပိုင်းအခြားပျက်၍ တညီတည်းဖြစ်၏။ စမ်းသတ်ရန် နည်းကား ဤလေးယောက်အတူရှိနေစဉ် လူသတ်သမားတို့လာ၍ ဤလေး ယောက်တွင် တယောက်ကိုပေးပါ။ သတ်၍ ယဇ်နတ်ပူဇော်လိုသည်ဟု တောင်းအံ့။ “ငါ့ကို ယူစေ၊ သူ့ကို ယူစေ” ဟု စိတ်ဖြစ်လျှင် အပိုင်းအခြား မပျက်သေး၊ မေတ္တာ မညီသေး၊ ပေးစရာ မမြင်မှ မေတ္တာညီသည်။ မေတ္တာလိုတိုင်း ရသူမည်၏။

ရန်သူအပေါ်တွင် ရန်ငြိုးကြီးလှ၍ မေတ္တာပွားမရဖြစ်ခဲ့သော် နည်း(၁၁)မျိုးဖြင့် ပယ် ဖျောက်ရသည်။ “ဝင်၊ လွှ၊ ကြံ၊ သနား၊ ဟောကြား၊ ကံ၊ ဇာ၊ မတဂ္ဂါ၊ နိသင်၊ ဓာတ်ယှဉ်၊ ပေးတောင်း၊ ရန်ငြိုးပေါင်း၊ ပျောက်ကြောင်း တဆွဲတစ်”။ ‘ဝင်’ဟူသည်ကား မေတ္တာစွာနံ ရသောသူ၌ မေတ္တာစွာနံ ဝင်စားရ၏။ ထိုစွာနံမှ ထသောအခါ ရန်သူအပေါ်၌သော်လည်း မေတ္တာလွယ်ကူ၏။ ဤနည်းဖြင့်မရလျှင် လွှပမာ သုတ္တန်တို့ကို ဤသို့ ဆင်ခြင်ရ၏။ “လူယုတ်မာကို စိတ်ဆိုးလျှင် သူ့ထက်ပိုကဲ၍ ယုတ်မာ၏။ စိတ်မဆိုးလျှင် တစ်ရာ တစ်ယောက် မနိုင်သော စစ်ပွဲကို နိုင်၏။ တဖက်သားစိတ်ဆိုးမှန်းသိလျှင် မိမိက ငြိမ်ငြိမ် နေအံ့။ နှစ်ဦးစလုံး၏အကျိုးကို ကျင့်ရာရောက်၏” “အရုပ်ဆိုးစေ၊ တွေ့စေ ဆင်းရဲ၊ ကိုယ်ကျိုး နည်း၍၊ ပျက်ကွဲစည်းစိမ်၊ ခြွေရံမှိန်လျက်၊ မိတ်ဆက်ပျက်လစ်၊ အပါယ်ဖြစ်၊ ခုနစ် ရန်သူကြိုက်” “ငါ့အမျက်မပြေလျှင် ဘုရားစကား နားမထောင်သူ သူ့ထက်ကဲ ယုတ်မာသူ စစ်ပွဲရှုံးသူ ကျိုးကြောင်းမသိသူ ရန်သူကြိုက်တရား ခုနစ်ပါးရအောင် ပြုမိသူ-စသည်ဖြင့် ဤသို့ဆင်ခြင်သော် ရန်ငြိုးပျောက်လွယ်၏။

ဤမျှဖြင့် အမျက်မပြေလျှင် ရန်သူအပေါ်၌ ကြည်ညိုဖွယ်ဂုဏ်ကို ကြံစည်ရသည်။ အဆိုးဖယ်၍ အကောင်းကို ရှာရသည်။ ဤနည်းဖြင့်လည်း ရန်ငြိုးပျောက်နိုင်၏။

ကြည်ညိုဖွယ်ဂုဏ်ကင်းသူဖြစ်ပါက “ဤသူသည် ယခုအခါ လူ့ဘဝရလျက်ရှိသော်လည်း ရက်မကြာခင် ငရဲ၌ဖြစ်ရရှာတော့မည်”ဟု သနားခြင်းကို ပြုကာ ရန်ငြိုးပျောက်နိုင်၏။ ဤအချက်လေးချက်ဖြင့် အမျက်မပြေလျှင် မိမိကိုယ်ကို မိမိ သြဝါဒစကားဖြင့် တရားဟောရ၏။ “ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်ဖျက်၊ ဒေါသမက်၍၊ မျိုးပျက်မွေးကာ၊ ပြိုင်ယုတ်မာနှင့်၊ သူမှာ လိုပြည့်၊ မိမိကား ပန်း၊ အမှားလမ်းလိုက်၊ ကျွန်၌ကြံရဲ၊ ခုတ်တလွဲပြတ်၊ တဘက်သတ်ငြိုး၊ တဖက်သတ် ငြိုး၊ ပြစ်ဆယ်မျိုး၊ ပွားတိုး ငါ၌သာ”ဟူ၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တရားဟောလျှင် ရန်ငြိုးပျောက်နိုင်၏။

ဤမျှဖြင့်မပျောက်လျှင် “သတ္တဝါဟူသမျှ သူ့ကံအတိုင်းသာ၊ ငါ့အလိုအတိုင်း မဖြစ်၊ ငါစိတ်ဆိုးလျှင် ငါ့အကုသိုလ်ကံ၊ ငါ့အားသာ အကျိုးပေးလတ္တံ့၊ သူတပါးကို မီးခဲဖြင့် ကိုင်၍ပစ်သူ၊ မစင်ကိုင်၍ပစ်သူနှင့် တူလတ္တံ့၊ လေညာသို့ပစ်သောမြူသည် ပစ်သူထံသာ ရောက်သည် မဟုတ်လော”ဟုဆင်ခြင်လျှင် ရန်ငြိုးပျောက်နိုင်၏။ ဤမျှဖြင့်မပျောက်လျှင် “ငါတို့ဆရာမြတ်စွာဘုရားသည် ပါရမီဖြည့်စဉ် ရန်သူအပေါ်၌ လွန်စွာ သည်းခံတော်မူခဲ့ပြီ။ ခန္တီဝါဒီရသေ့ဇာတ်တော်၌ ကလာဗုမင်းသည် ဆူးရှိသောကြိမ်ဖြင့် ရိုက်ခြင်း၊ နား၊ နှာ၊ လက်ခြေဖြတ်ခြင်း-စသည် ပြုသော်လည်း ဟဒယဝတ္ထု၌တည်သော ခန္တီကို မထိခိုက်အောင် အမျက်ဒေါသကို ထိန်း၏။ ဆဒ္ဒန်ဆင်မင်းဇာတ်တော်၌ မြားဖြင့် ချက်မှ ပစ်ဖောက်သော မုဆိုးကိုသော်လည်း အမျက်မယူ အစွယ်ဖြတ်လှူသေးသည်။ မဟာကပိဇာတ်တော်၌ ချောက်မှ လူကို ကယ်ဆယ်၍ ပင်ပန်းစွာ အနားယူနေခိုက် ကျောက်ခဲဖြင့် ထိုသူ ထုသော်လည်း အမျက်မထွက်ဘဲ ဘေးကင်းရာ အရောက်ပို့ပေး၏။ ဤသို့သည်းခံ၍ ဘုရားဖြစ်သော ဘုရားရှင်ကို ငါ့ဆရာဟု ညွှန်းသောငါအား ဒေါသလက်ခံထားခြင်းငှာ အဘယ်မှာ သင့်တော်ပါမည်နည်း” ဟုဆင်ခြင်လျှင် ရန်ငြိုးပျောက်နိုင်၏။

ဤနည်းတို့ဖြင့် ဆင်ခြင်ပါလျှက် ဒေါသကိလေသာ ကျွန်သက်ရင့်လှပြီဖြစ်၍ အမျက်မပြောသည်ရှိသော် “သံသရာ၌ အမိ၊ အဖ-စသည် မတော်စပ်ဖူးသူ မရှိ၊ ဤသူသည်



ငါ၏မိခင် ဖြစ်စဉ်က ဆယ်လလွယ်ပြီး ညစ်ကြေးမရွံ့မရှာ ချီပိုးကာ ငါ့ကို မွေးခဲ့ပြီ။ ဖခင် ဖြစ်စဉ်က ဒုက္ခ၊ သုခ မရေတွက်ဘဲ အသက်စွန့်ကာ ပစ္စည်းရှာ၍ ငါ့ကို ကျွေးခဲ့ပြီ။ ညီအစ်ကိုမောင်နှမဖြစ်စဉ်ကလည်း ကျေးဇူးအထူးထူးပြုခဲ့ဖူးပြီ။ ထို့ကြောင့် ကျေးဇူး အထူးရှိဖူးသူအား အမျက်မထားသင့်ပြီ”ဟု အနမတဂိုဏ်းသုတ်တို့ကို ဆင်ခြင်လျှင် ရန်ငြိုး ပျောက်နိုင်၏။ ဤသို့လည်း မငြိမ်းသေးလျှင် “အိပ်၊ နိုး၊ မက်၊ ချစ်၊ ချစ်၊ စောင့်၊ မီး၊ တည်၊ ကြည်၊ သေ၊ ဗြဟ္မာ၊ ဆယ့်တစ်ဖြာ၊ မေတ္တာအာနိသင်”ဟူ၍ မေတ္တာအာနိသင်(၁၁)ပါးကို ဆင်ခြင်လျှင် ရန်ငြိုးပျောက်နိုင်၏။

ဤမျှဖြင့် မငြိမ်းသေးလျှင် “ဤသူ၌ အဘယ်ကို စိတ်ဆိုးမည်နည်း? ဆံပင်ကိုလော? မွေးညှင်းကိုလော? နှပ် အစေး ကျင်ငယ်ကိုလော? တနည်းအားဖြင့် ပထဝီကိုလော? အာပေါကိုလော? ရူပက္ခန္ဓာကိုလော? စက္ခယတနကိုလော? စက္ခုဓာတ်ကိုလော? ဤသို့ ဓာတ်ခွဲ၍ စိတ်ဆိုးစရာရှာလျှင် အပ်ဖျား၌ မုန်ညှင်းစေ့ပမာ စိတ်ဆိုးစရာ မရှိဖြစ်လေ၏။ ဤသို့ဓာတ်မခွဲတတ်လျှင် မိမိ၏ပစ္စည်းကို ထိုသူအား ပေးရ၏။ ထိုသူ၏ပစ္စည်းကိုလည်း တောင်းယူရ၏။ ဒါနသည် ရိုင်းသူကို ယဉ်စေ၍ လိုတိုင်း အကျိုးပြီးသည် မဟုတ်ပါလား။ ဤ(၁၁)နည်းဖြင့် ဒေါသကို ပယ်ဖျောက်ကာ “သဗ္ဗေ သတ္တာ၊ ပါဏာ၊ ဘူတာ၊ ပုဂ္ဂလာ၊ အတ္တဘာဝပရိယာပန္နာ-ဟူ၍ မခွဲခြား အနောမိအားဖြင့် မေတ္တာပွားအပ်သူ ငါးယောက်၊ သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော၊ ပုရိသာ၊ အရိယာ၊ အနရိယာ၊ ဒေဝါ၊ မနုဿာ၊ ဝိနိပါတိကာ-ဟူ၍ ခွဲခြားကာ သြဓိအားဖြင့် မေတ္တာပွားအပ်သူ ခုနစ်ယောက်၊ ဤ(၁၂)ယောက်၌ ‘အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အနိဿာ ဟောန္တု၊ သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု’ ဟု ပွားလျှင် ပုဂ္ဂလဖရဏာမေတ္တာ(၄၈)ဖြစ်၏။ အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌ (၄၈)စီဖြင့် ဒိသာဖရဏာ မေတ္တာ (၄၈၀)ဖြစ်၏။ ဖရဏာနှစ်ခုပေါင်းလျှင် (၅၂၈)သွယ် မေတ္တာဖြစ်၏။ ဤနည်းဖြင့် မေတ္တာ ဈာန်ပွားလျက် ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဖြင့် ဒေါသတရားကို ပယ်ရှားနိုင်ပေ၏။ ထိုမှတစ်ဆင့် ဝိပဿနာကို ဆက်လက်အားထုတ်ကာ ဒေါသကို လုံးဝ အမြစ်ပြတ်ပယ်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြရပေမည်။

ထို့ကြောင့် လောကီလောကုတ္တရာ, မိမိ-သူတပါး, တစ်လောကလုံးကို ပျက်စီးစေနိုင်သည့် ဤဒေါသကိလေသာကို မြတ်စွာဘုရားက ဥဒ္ဓါမာယိက-မည်သော ဖားနှင့် နှိုင်းယှဉ် တင်စားကာ ဘဝခန္ဓာ အနှစ်ရှာနေကြသော သူတော်ကောင်းများအတွက် ဤခန္ဓာ တောင်ပို့ထဲမှ တူးဖော်ဖယ်ရှားရမည့် အရာသည်ကား ဒေါသတရားဖြစ်ကြောင်းနှင့် မည်သို့မည်ပုံ ဖယ်ရှားရမည်ဟူသော နည်းစနစ်နှင့်တကွ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပေသည်။ ဖယ်ရှားနိုင်ကြသဖြင့် ဒေါသမီးအဝင်အပါ တစ်ဆယ့်တစ်သီး ဒုက္ခမီးများမှ ကင်းဝေးလျက် ငြိမ်းအေးချမ်းသာကြပါစေ။