



တရားဦး

ဓမ္မဘောရီ အရှင်ဝီရိယ (တောင်စွန်း)



ဒုက္ခဆိုတာ

- အိပ်ပျော်နေသူကို
လှုပ်နှိုးတတ်တယ်။
- ဥပါဒါန် အားကြီးသူကို
ခြောက်လှန့်တတ်တယ်။
- သတိမေ့သူကို
ဝါးမျိုတတ်တယ်။
- သတိနဲ့ တက်စီးနိုင်သူကို
လိုရာခရီး ပို့ပေးတယ်။
- ရာနှုန်းပြည့် ပညာမျက်စိနဲ့
ကြည့်ရင်တော့
စက်ရုပ်ကျွေးကြီးပါပဲ။

● ကန်တော့ပန်း ●

မန္တလေး မစိုးရိမ် ဆရာတော်၊
 ပခုက္ကူ မဟာဝိသုတာရာမ ဆရာတော်၊
 အမရပူရ တူမောင်းဆရာတော်၊
 မဟာဂန္ဓာရုံ ဆရာတော်၊
 တောင်တွင်းကြီး နတ်မှီတောရ ဆရာတော်၊
 ဒေးဒရဲ ကွင်းကျောင်း ဆရာတော်၊
 မဟာစည် ဆရာတော်၊
 တိပိဋကဓရ မင်းကွန်းဆရာတော် နှင့်
 (ယော)ဆရာတော်တို့ရဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို
 ဒီ “တရားဦး” စာစုနဲ့ ပူဇော်ကန်တော့ပါတယ် ဘုရား။
 ကျေးဇူးဂုဏ်ကို ဦးခိုက်လျက်
ဝိဂ္ဂဟ
 ဓမ္မဘောရိတောရ၊ တောင်စွန်း။

~~~~~

(ဂျာနယ်မှာ ဆောင်းပါးအဖြစ် အပတ်စဉ်  
 ရေးတာဖြစ်လို့ စကားလုံးများ ထပ်နေတာကို  
 သည်းခံကြစေလိုပါတယ်။)



အတွင်းစာသားခွင့်ပြုချက်

၃၂၀၆၅၃၀၆၀၉

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်

၃၂၀၆၇၈၀၆၁၀

ထုတ်ဝေသည့်အကြိမ်

ပထမအကြိမ်

၂၀၀၆ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ

အုပ်ရေး

၁၀၀၀

မျက်နှာဖုံးပန်းချီ

ဗဂျီလင်းဝဏ္ဏ

အတွင်းဖလင်

အေဇက် (ကိုသစ်)

ကာလာခွဲ

New Day

ထုတ်ဝေသူ

ဒေါ်ခင်အေးမြင့်

ရာပြည့်စာပေ

အမှတ်(၃၈)၊ (၁၀၉)လမ်း၊

မင်္ဂလာတောင်ညွန့်၊ ရန်ကုန်။

ဒေါ်ခင်အေးမြင့်

ရာပြည့်အေ့ဖ်ဆက်

အမှတ်(၁၉၉)၊ လမ်း ၅၀၊

ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊

ရန်ကုန်။

မျက်နှာဖုံးနှင့်

အတွင်းစာသားပုံနှိပ်သူ

စာအုပ်ချုပ်

ဖူးပွင့်မွှေး

တန်ဖိုး

၄၀၀ ကျပ်

## မာတိကာ

- |    |                                      |    |
|----|--------------------------------------|----|
| ၁။ | တရားဦးကို ချဉ်းကပ်နာယူခြင်း          | ၄  |
| ၂။ | မကျယ်မဝန်း အလယ်လမ်း                  | ၁၅ |
| ၃။ | ဒုက္ခကို တစ်လွှာချင်း ခွာကြည့်ခြင်း  | ၂၅ |
| ၄။ | ဒုက္ခရဲ့လက်သည်များ                   | ၃၆ |
| ၅။ | မဇ္ဈိမချဉ်းကပ်လမ်း                   | ၄၆ |
| ၆။ | ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်း ကင်းတဲ့ ခရီးသည် | ၅၈ |
| ၇။ | စက်ရုပ်ဆီပြတ် ဒုက္ခရုပ်              | ၆၉ |
| ၈။ | သစ္စာနဲ့ တာဝန်                       | ၇၉ |
| ၉။ | တရားဦး ဥဒါန်းမော်ကွန်း               | ၉၆ |

## တရားဦးတို့ ချဉ်းကပ် နာလှူခြင်း

“ သာသနာတော်မှာ ဒီလောက် အရေးပါတဲ့ တရားကော်ကြီးတစ်ခု ဝတ်ရွတ်သူတို့ရဲ့ ပါးစပ်ပျားမှာတင် လမ်းဆုံးနေတာဟာ သာသနာတော်နဲ့ ကြုံခွင့်ရစရာသူတို့ရဲ့ နစ်နာချက်ကြီး တစ်ခုပါပဲ ”

| အရှင်သေဠိလနှင့် နတ်မှီတောရ ဆရာတော်ကြီး |

ဒေးဒရဲမြို့မှာ နိကာယ်သင်တန်း ဖွင့်စဉ်က ဖွင့်ပွဲနေ့မှာ ကမ္ဘာ့ဗုဒ္ဓသာသနာပြု ဆရာတော် အရှင်သေဠိလ အစရှိတဲ့ အရှင်အာဒိစ္စဝံသရဲ့ တပည့်ကြီးများ၊ တောင်တွင်းကြီး နတ်မှီတောရဆရာတော်ကြီး၊ ဒေးဒရဲကွင်းကျောင်း၊ ဆရာတော်(သင်တန်း တာဝန်ခံ) စတဲ့ ဆရာတော်များ ပါဝင်တဲ့ မထေရ်မြတ်တို့ရဲ့ လေးနက်တဲ့ စကားဝိုင်းတစ်ခု ကိုလည်း နာယူမှတ်သားခွင့် ရလိုက်ပါတယ်။

တောင်တွင်းကြီး နတ်မှီတောရ ဆရာတော်ကြီးက  
 “ဓမ္မစကြာတရား ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ တရားဦး  
 ဒေသနာတော်ကြီး ဖြစ်တယ်။ သတ္တဝါတိုင်း အတ္တကိုယ်စီ  
 ရှိနေကြသလို အတ္တဝါဒ လွမ်းမိုးနေတဲ့ လောကကြီးထဲမှာ  
 အနတ္တကို ဦးတည်တဲ့ ဒေသနာတော်ကို ပထမဆုံး ကြွေး  
 ကြော် ဟောကြားရတယ် ဆိုတာ အဘက်ဘက်က တိကျ  
 ပြည့်စုံရသလို လောကရဲ့ လိုအပ်ချက်ကိုလည်း ကွက်တိ  
 အံဝင် ဖြည့်စွမ်းနိုင်ရမှာ ဖြစ်လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က  
 ဒီတရားဦးဒေသနာတော်မှာ ဝေါဟာရအသုံးအနှုန်းကိုက  
 ရေပက် မဝင်လို့ ဆိုရလောက်အောင် စနစ်တကျ သုံးနှုန်း  
 ဟောကြားတော်မူတာ တွေ့ရတယ်။

အပြော“ငါ”နဲ့ အရှိ“ငါ” တို့ကို ရောထွေးမသွား  
 စေဖို့ အတွက် ဟောသူရဲ့ နာမ်စားကိုတောင် “မယာ”ဆိုတဲ့  
 ပထမနာမ်စားကို အသုံးမပြုဘဲ “တထာဂတေန” ဆိုတဲ့  
 တတိယနာမ်စား အသုံးပြုထားတာကိုက ဒီဒေသနာတော်  
 နဲ့ ပတ်သက်လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင် ဘယ်လောက်  
 အလေးအနက် ထားတယ် ဆိုတာ သိသာတယ်။

ဒေသနာတော်ဟာ သိပ်ပြီး ရှည်လျားလှတာ  
 မဟုတ်ပေမဲ့ သာသနာတော်ရဲ့ အရေးပါဆုံး ဖြစ်တဲ့  
 “မဇ္ဈိမပဋိပဒါ” လမ်းစဉ်၊ သစ္စာလေးပါးတို့ကို အရေ  
 အတွက် သရုပ်၊ သာဝကတို့ရဲ့ တာဝန်ပိုင်းနဲ့ ပြီးပြည့်စုံတဲ့  
 အခြေအနေ၊ ဖြစ်ပေါ် ရရှိလာမယ့် အကျိုးတရားများပါ

ပြည့်ပြည့်စုံစုံကြီးကို ဟောထားတာ ဖြစ်လို့ သြဇေဇာန် အပြည့် ရှိတဲ့ ဒေသနာတော်ကြီးပဲ။ “သာသနာတော်မှာ ဒီလောက်အရေးပါတဲ့ ဒေသနာတော်ကြီးတစ်ခု ဧရိယာပေါ်က ဝတ်အသင်းသူလေးတွေရဲ့ ပါးစပ်ဖျားမှာတင် လမ်းဆုံး နေရတာဟာ သာသနာတော်နဲ့ ကြုံတွေ့ရသူတို့ရဲ့ နစ်နာချက်ကြီး တစ်ခုပဲ” လို့ ဆွေးနွေးတင်ပြပါတယ်။

ကမ္ဘာ့ဗုဒ္ဓသာသနာပြုဆရာတော် အရှင်သေဠိလကတော့ “လူတွေဟာ ‘ဓမ္မ’ ကို ဓမ္မရဲ့ အကျိုးခံစားရမှုအတွက် အသုံးမပြုကြဘဲ ‘ဓမ္မ’ ကို လောကအကျိုးတွက် လောက်သာ ရည်မှန်းပြီး အသုံးချနေကြတဲ့အတွက် ‘ဘယ်သူ့ဘယ်ဝါထာတွေကို ရွတ်ဖတ်ရင် ဘယ်လို လောကီအကျိုးတွေ ရတယ်’ ဆိုတဲ့ နောက်ကို လိုက်နေကြလို့ အလေးအနက် လိုက်နာရမယ့် ဒေသနာတော်ကြီးဟာ ကုသိုလ်အဖြစ်၊ စီးပွားအဖြစ်၊ အန္တရာယ်ကင်း ရွတ်ဖတ်စရာတစ်ခု အဖြစ်နဲ့ လမ်းဆုံးနေရတာ ဖြစ်ကြောင်းနဲ့ အခုမှ ဗုဒ္ဓဘာသာကို စတင်လေ့လာနေကြတဲ့ အနောက်နိုင်ငံတွေမှာတော့ စီးပွားရေးကို စီးပွားရေးအတတ်ပညာနဲ့ ရှာဖွေကြပြီး ဓမ္မကိုလည်း ဓမ္မရဲ့ အကျိုးကျေးဇူး စွမ်းရည်သတ္တိကို သိလိုမှုအတွက် ရှာဖွေကြတာ ဖြစ်လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင် ပထမဆုံး ဟောတဲ့ ‘တရားဦး’ ကို အတော် စိတ်ဝင်တစား လေ့လာကြတယ်။ လက်တွေ့လည်း စမ်းသပ် လိုက်နာကြည့်ကြတယ်” ဆိုတဲ့အကြောင်း မိန့်ကြားဆွေးနွေး



# ဓမ္မဘောရီ အရှင်ဝီရိယ(တောင်စွန်း)

၇

ပါတယ်။

ဒေးဒရဲ ကွင်းကျောင်းဆရာတော်က “လွယ်လွန်းတော့ ပြယ်” ဆိုသလိုပဲ ဘိုးဘွားစဉ်ဆက် ဗုဒ္ဓဘာသာ အများစုဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့ ပတ်သက်လို့ လေ့လာသင်ယူ ရတာကလည်း လွယ်၊ လိုက်နာ ကျင့်ကြံရတာကလည်း လွယ် ဆိုတော့ အလေးအနက် မထားချင်ကြဘဲ တဖြည်းဖြည်း ပျက်ပြယ်လာကြတယ်။ အချိန်မရွေး နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်နိုင်အောင် ဆိုပြီး အာဂုံရသင့်ရထိုက်တဲ့ မင်္ဂလသုတ်၊ ရတနသုတ်၊ မေတ္တသုတ်တို့၊ ဓမ္မစကြာတို့ကို အာဂုံ အရ ကျက်မှတ်ထားခိုင်းပြန်တော့လည်း ‘ဂါထာပေး တေးဖြစ်’ ဆိုသလို အန္တရာယ်ကင်းအောင်၊ လာဘ်ရွှင်အောင် ရွတ်ဖတ် စရာလို သဘောထားနေကြတယ်”ဆိုတဲ့ အကြောင်း ဆွေးနွေးတော်မူကြပြီး တရားဦး ဓမ္မစကြာနဲ့ ပတ်သက်လို့ အလေးအနက် ဆွေးနွေးတော်မူကြပါတယ်။

ဆွေးနွေးပွဲရဲ့ နိဂုံးချုပ်မှာတော့ ဆရာတော် အားလုံးကပဲ ဘုရားအကြောင်း၊ တရားအကြောင်း၊ သံဃာအကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ အပြည့်အစုံ နားလည် လိုကြသူများ အနေနဲ့ ဓမ္မစက္ကပဝတ္ထနသုတ်၊ သာမည ဖလသုတ်၊ သတိပဋ္ဌာနသုတ်နဲ့ မဟာပရိနိဗ္ဗာနသုတ်တို့ကို လေ့လာသင်ကြောင်း မိန့်ကြားကြပါတယ်။ အခု အဲဒီ ဆွေးနွေးပွဲမှာ နာယူမှတ်သားခဲ့ရတဲ့ တရားဦး ဓမ္မစကြာနဲ့ ပတ်သက်လို့ မှတ်သားမိသမျှထဲက မိမိ သဘောပေါက်

သလောက်ကို ဖြန့်ဝေပေးလိုက်ပါတယ်။

တရားဦးကို မနာယူမီ မိဂဒါဝုန်တောဆီကနေ နောက်ကြောင်းကို ပြန်ကြည့်လိုက်မယ် ဆိုရင် သိဒ္ဓတ္ထ မင်းသားရဲ့ တစ်လောကလုံးအပေါ် ချိုးထားတဲ့ ‘စံချိန်’ သုံးခုနဲ့ ‘ဘဝအစိတ်အပိုင်း’ နှစ်ခုတို့ကို တွေ့နိုင်ပါတယ်။

စံချိန်သုံးခုကတော့ ပါရမီရှင် ယောက်ျားမြတ် တို့ရဲ့ အရည်အချင်းပြ အမှတ်အသားများဖြစ်တဲ့ လက္ခဏာ တော်ကြီး (၃၂) ပါး၊ လက္ခဏာတော်ငယ် (၈၀) တို့နဲ့ ပြည့်စုံတဲ့အတွက် မြင်ရသူ လူသားများကသာမက နတ်၊ ဗြဟ္မာတို့ကတောင် ဦးညွှတ်အရိုအသေ ပြုချင်လောက် အောင် တင့်တယ်လှပ ကျက်သရေရှိလှတဲ့ ဥပဓိရုပ်အဆင်း နဲ့ ပြည့်စုံတဲ့စံချိန် (ရူပ ပမာဏ)။

ပဋိသန္ဓေတည်နေချိန်၊ ဖွားမြင်ချိန်၊ ထိမ်းမြား လက်ထပ်ချိန်တို့မှာ ကတည်းက ဝန်းကျင်နဲ့စပ် ဘဝဂ် ခတ်မျှ အံ့ဩဘနန်းတွေ တွေ့မြင်ကြားသိကြရပြီး ဟူးရား ပညာရှင်အချို့က “မြေပြင်တစ်ဝန်းကို အုပ်စိုးနိုင်စွမ်းတဲ့ စကြာဝတေးမင်း ဖြစ်မယ်” ဆိုတဲ့ ဟောပြော ဖြားယောင်းမှု များကို အလေးမထားတဲ့အပြင် လောကီစည်းစိမ်ကို ခံစားဖို့ အကောင်းဆုံးအရွယ်ဖြစ်တဲ့ အသက် (၂၉) နှစ် အရွယ်မှာပဲ ရရှိပြီးသား ထီးနန်းစည်းစိမ်တွေရော ယသော်ဓရာ အစရှိတဲ့ ဇနီးမယား အချောအလှများနှင့် သားဦး ရတနာ ကိုပါ စွန့်ပစ်ပြီး တောထွက်တရားရှာခဲ့တာ၊ တောထွက်ရာ

# ဓမ္မဘောရိ အရှင်ဝိရိယ(တောင်စွန်း)

၉

ခရီးလမ်းအဖြစ် ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးရဲ့ အာဏာပိုင်စိုးရာ ရာဇဂြိုဟ်ပြည်ကို ဖြတ်သန်းသွားစဉ်က အလောင်းတော်ရဲ့ ဥပဓိကို တွေ့မြင်ရတဲ့အခါ ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးက မိမိ အုပ်စိုး တဲ့ နယ်မြေတစ်ဝက်ကို ခွဲဝေပေးပါရစေ၊ တောမထွက်ပါနဲ့ လို့ ဖိတ်ကြားတာကိုလည်း ငြင်းဆန်ခဲ့တာ၊ ဥရုဝေလတော ထဲမှာ တရားအားထုတ်တဲ့ အခါမှာလည်း ဘယ်သူမှ လိုက် မမီဘဲ တအံ့တဩ ငေးမောလေးစားလောက်အောင်အထိ အလွန်ပြုနိုင်ခဲ့တဲ့ ဒုက္ကရစရိယာအကျင့်ကို (၆) နှစ်တိုင်တိုင် ဖြည့်ကျင့်ခဲ့တဲ့အတွက် လူရော၊ နတ်ရော သောသော ရုတ်ရုတ်အုတ်အုတ်ကျက်ကျက်ဘဝဂ်နဲ့မျှကျော်ကြားလှတဲ့ ဂုဏ်သတင်းကြီးမှု စံချိန် (ယောသ ပမာဏ)။

ဥရုဝေလ တောထဲမှာ ခဲယဉ်းလှတဲ့ အကျင့် အားလုံးတို့ရဲ့ အစွန်းကို ရှေ့တလှမ်းလောက် တိုးလိုက်ရင် မရဏချောက်ပဲ ကျန်တော့တဲ့အထိ ကျင့်ကြံတော်မူခဲ့တဲ့ ခေါင်းခေါင်းပါးပါး အကျင့်နိုင်ဆုံးစံချိန် (လူခ ပမာဏ)တို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီစံချိန် (ပမာဏ) သုံးခုဟာ အဲဒီခေတ်က အမြင့် မြတ်ဆုံး လူသားတစ်ဦးကို တိုင်းတာခန့်မှန်းကြတဲ့ စံချိန် များ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီစံချိန် သုံးခုလုံးကို ဘုရားလောင်း တော်က ချိုးနိုင်ခဲ့တာပါ။

ဘဝရဲ့ အစိတ်အပိုင်း နှစ်ခုကတော့ မွေးဖွားချိန် က စပြီး အသက်(၂၉)နှစ်အထိ ကပိလဝတ်နန်းတော်ထဲမှာ

နွေ မိုး ဆောင်း ရာသီအလိုက် စံမြန်းစရာ နန်းမသုံးဆောင်နဲ့ ယသော်ဓရာ အမှူးရှိတဲ့ မောင်းမမိသံတို့နဲ့ လိုလေသေး မရှိ၊ ပြည့်စုံ ပေါကြွယ်လှတဲ့ ဝတ္ထုအာရုံ ကာမဂုဏ်တွေနဲ့ ခံစားပျော်ပါးနေတဲ့ ဘဝတစ်ပိုင်းရယ်။

အသက် (၂၉) နှစ်က (၃၅) နှစ်အထိ (၆) နှစ်တိတိ ဥရုဝေလတောထဲမှာ အဲဒီခေတ်က 'တပ'အကျင့်ကို ကျင့်ကြံအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေထဲက ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်မှ ကျင့်နိုင်စွမ်းမရှိတဲ့အတွက် အလွန်ကျင့်နိုင်ခဲ့တယ်လို့ ဆိုတဲ့ ဒုက္ကရစရိယအကျင့်ကို အပြင်းထန်ဆုံးနဲ့ အစွန်းအရောက်ဆုံး အထိ ကျင့်ကြံခဲ့တဲ့ ဘဝရယ်ပါပဲ။ “အစွန်းအရောက်ဆုံး” လို့ ဆိုရတာကတော့ တရားအားထုတ်နေတဲ့ အချိန်မှာ အစားအစာ ရှာဖွေချိန်ရယ်လို့ လုံးဝ သတ်မှတ်မထားဘဲ ထိုင်နေတဲ့ နေရာက လက်လှမ်းမီရာအတွင်း သစ်ရွက် သစ်သီး တစ်ခုတလေ ကြွေကျလာတာ တွေ့ရင်စား၊ မတွေ့ရင် ဘာမှ မစားဘဲ စားချိန်၊ နားချိန်မရှိ အားထုတ်ခဲ့တာ။ ဒီအစွန်းကနေ ရှေ့ကို နည်းနည်းလေး ဆက်တိုးလိုက်ရင် မရဏဆိုတဲ့ ချောက်ထဲကို ကျတော့မယ့်ဆဲဆဲ တဲတဲ ကလေး လိုတဲ့အထိ ကျင့်ကြံတာ ဖြစ်လို့ပါ။

ဒီစံချိန်သုံးခုနဲ့ ဘဝအစိတ်အပိုင်း နှစ်ခုတို့ဟာ တရားဦး ဓမ္မစကြာကို ဟောတဲ့ အခါမှာ အရေးပါဆုံး အထောက်အကူ ပြုခဲ့သလို တရားဦးကို ချဉ်းကပ်နာယူ လေ့လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ အနေနဲ့လည်း ဒီအချက်များကို

သိထားတဲ့အတွက် ပိုပြီး သဘောပေါက် လွယ်ကြမယ်လို့ ထင်ပါတယ်။

ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ပြင်းထန်လွန်ကဲတဲ့ အကျင့်တွေကို (၆) နှစ်လောက် ကြာအောင် သူများ မရောက်နိုင်တဲ့ အစွန်းအထိ အားထုတ်ကြည့်တဲ့အခါ ရှေ့မှာ မရုဏ်ချောက်ကြီးက လွဲလို့ ဘာမှ မရှိပါလားလို့ သိလိုက်တဲ့ အခါမှာတော့ ဒီကျင့်စဉ်တွေကို ကျောခိုင်း နောက်ဆုတ်ပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကို မျှတထမ်းဆောင်နိုင်ဖို့ သင့်တင့်လျှောက်ပတ်တဲ့ အာဟာရကို စားသုံးရပါတော့ တယ်။ အဲဒီ အချိန်မှာပဲ ပြင်းထန်တဲ့ အကျင့်အပေါ် မျှော်လင့်တကြီးနဲ့ ပြုစု လုပ်ကျွေးနေကြတဲ့ ပဉ္စဝဂ္ဂ ငါးဦး တို့က ဘုရားအလောင်းတော်ကို “တရားမဖက် အစား မက်တဲ့ တရားလူထွက် (ပဓာနဝိဗ္ဗန္တ)ကြီး ဖြစ်သွားပြီ၊ မြင့်မြတ်တဲ့ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ရောက်နိုင်တဲ့ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်အထူးကို ရနိုင်စွမ်း မရှိလောက်တော့ဘူး”လို့ ဆုံးဖြတ် ကြပြီး ဥရုဝေလတောကနေ (၁၈) ယူဇနာ ကွာဝေးတဲ့ မိဂဒါဝုန်တောဆီ ထွက်ခွာသွားကြတော့တယ်။

မဟာသက္ကရာဇ် (၁၀၃) ခု ကဆုန်လပြည့်နေ့၊ [ ဝိနည်းတော် အလိုအရ လပြည့်နေ့ အရုဏ်တက်ချိန်မှ နောက်နေ့ အရုဏ်မတက်မီ အတွင်းကို လပြည့်နေ့လို့ပဲ ခေါ်ပါတယ်၊ ဒီနေ့ သုံးစွဲနေတဲ့ ဟူးရားကျမ်းများအလိုတော့ လပြည့်ကျော် (၁) ရက်နေ့ နံနက်စော အရုဏ်မတက်မီ

အချိန်ပါမှာ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရရှိတော်မူပြီးနောက် ရက်သတ္တပတ် (၇) ပတ်လောက် သဗ္ဗညုတဉာဏ် ရတော် မူရာ ဗောဓိပင် အနီးတစ်ဝိုက်မှာပဲ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အစရှိတဲ့ တရားများကို နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ခြင်း၊ ဝိမုတ္တိသုခကို ခံစားခြင်း၊ တရားဟောပြုရမယ့် ဝေနေယျတို့ရဲ့ စရိုက်အမျိုးမျိုးတို့ကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်ခြင်း စတဲ့ ကိစ္စများကို ပြုလုပ်ရင်း သီတင်းသုံးနေတော်မူပါတယ်။

ဝေနေယျတို့ကို တရား စတင်ဟောတော့မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီးချိန်မှာတော့ ပင်ကိုက ကိလေသာ အလွန် နည်းပါးကြတဲ့အတွက် တရားကို အမြန်ဆုံး သဘောပေါက်နိုင်စွမ်းရှိကြတဲ့ အာဠာရနဲ့ ဥဒကတို့လည်း ကွယ်လွန်သွားကြပြီ ဖြစ်လို့ မိမိအပေါ်မှာ လုပ်ကျွေးပြုစုရင်း တရားထူးကို ငုံ့လင့်နေကြတဲ့ ပဉ္စဝဂ္ဂ(၅)ဦးတို့ကိုပဲ တရားဦး စတင်ဟောကြားဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ သူတို့ကို တရားဟောဖို့ အတွက် (၁၈) ယူဇနာ ဝေးကွာတဲ့ မိဂဒါဝုန်တောကို ကြွသွားရမှာပါ။

### ကရုဏာခြေကျင်ခရီး

မြတ်စွာဘုရားရှင်မှာ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်ကို ရရှိပြီးချိန်မှစပြီး တန်ခိုးအဘိညာဉ်အားလုံးကိုလည်း ရရှိပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ အခု သွားရမယ့် ခရီးကလည်း (၁၈) ယူဇနာ တောင် ဝေးလံတဲ့ ခရီးပါ။ ဒီခရီးမှာ တန်ခိုးအဘိညာဉ်ကို



အသုံးပြုသွားမယ် ဆိုရင် မိဂဒါဝုန်တောကို မပင်မပန်း  
ရောက်သွားရုံ သာမကဘူး၊ တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်ကို အသုံးပြုပြီး  
'ဘွား' ခနဲ ထင်ရှားပြလိုက်ရင် ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့လည်း ချက်ချင်း  
ဦးညွှတ် ဒူးတုပ်သွားမှာတော့ သေချာတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဒီခရီးနဲ့ ပတ်သက်လို့  
(ဆရာစကားအတိုင်း ပြောရရင်) ပွဲဦး မလန်ရအောင်  
အဘက်ဘက်က ပြင်ဆင်သုံးသပ်ပြီး ဆုံးဖြတ်တာ  
ဖြစ်တယ်။ 'လုပ်ဆောင်ချက်' ဆိုတာ 'ရည်ရွယ်ချက်' ကို  
အထောက်အကူ ပြုမှသာ အကျိုးရှိ မှန်ကန်မယ်၊  
'ရည်ရွယ်ချက်' ကို အနှောင့်အယှက် ဖြစ်စေရင် တန်ခိုး  
ဣဒ္ဓိပါဒ် ပြခြင်းဟာလည်း မှားယွင်းတဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်  
ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။

တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ် ဆိုတာ ပုဂ္ဂိုလ်စွမ်း ဆန်တဲ့  
အတွက် ပုဂ္ဂိုလ်ကိုတော့ အလွယ်တကူ ဒူးထောက်ကိုးကွယ်  
လာစေမှာ အမှန်ပဲ။ ပုဂ္ဂိုလ်ကို အဓိက ထားပြီး ဆည်းကပ်  
ကိုးကွယ်သူများဟာ "တောင်းခံဖို့ ဆိုတဲ့ မျှော်လင့်ချက်"  
သာ ထားတတ်ကြပြီး 'လိုက်နာဖို့ ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်'  
မရှိတတ်ကြဘူး (ရှိခဲ့တယ်)။

လောကနယ်ပယ်မှာ ကာမသုခလ္လိက ရေစုန်၊  
ဓမ္မနယ်ပယ်မှာ အတ္တကိလမထ ရေစုန်ကို လိုက်နေကြတဲ့  
လောကကြီးအတွက် ရေဆန်ခရီး (ပဋိသောတဂါမိ) လို  
ဖြစ်နေတဲ့ ဒီတရားကို တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်ပြပြီး ဟောမယ်ဆိုရင်

‘ဒီတရားမျိုးဟာ ဒီလို တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်နဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်  
မျိုးသာ ကျင့်ကြံသိရှိနိုင်တာ၊ သူလိုကိုယ်လို သာမန်လူတွေ  
ကျင့်ကြံအားထုတ်ဖို့ မလွယ်ဘူး’ လို့ ထင်မှတ်ပြီး လိုက်နာ  
ကြိုးစားဖို့ စိတ်မသန်ဘဲ လက်ဖြန့်တောင်းခံဖို့ စိတ်သန်  
သွားစေနိုင်တယ်။

မဟာကရုဏာရှင် ဖြစ်တော်မူတဲ့ မြတ်စွာ ဘုရား  
ရှင်က ဝေနေယျတို့ရဲ့ အကျိုးကို ရှေးရှုတဲ့ ကရုဏာတော်နဲ့  
ကြည့်ရှု သုံးသပ်ပြီးတဲ့အခါ ဘယ်လို တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်မှ  
မလို၊ ပါရမီဓာတ်ခံရှိတဲ့ သူလိုကိုယ်လို ပုဂ္ဂိုလ်အားလုံး  
လိုက်နာကျင့်ကြံရင် ဒုက္ခငြိမ်းရာကို ရရောက်နိုင်တယ်လို့  
သိစေလိုတဲ့အတွက် ဒီဓမ္မခရီးကို သူလိုကိုယ်လို ခြေကျင်ပဲ  
ကြွတော်မူပါတယ်။

## မကျယ်မဝန်း အလယ်လမ်း

အဘိဓမ္မာတစ်ရပ် ရှင်သန်ဖို့ အတွက် အရေးအကြီးဆုံး အသက်သွေးကြောက “အဟောင်း” ကို ကြောင်းကျိုးခိုင်လုံစွာ ပယ်ရှားနိုင်ခြင်းနဲ့ ကျိုးရှိ မှန်ကန်တဲ့ “အသစ်” ကို အစားထိုးပေးနိုင်ခြင်း ဆိုတဲ့ တာဝန်နှစ်ရပ်လုံး ကျေပွန်ခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

[ နိကာယ်ပညာရှင် မထေရ်မြတ်များ ]

မြတ်စွာဘုရားရှင် မဟာသက္ကရာဇ် ၁၀၃-ခု၊ ဝါဆိုလပြည့်နေ့ ညနေဆည်းဆာ အချိန်လောက်မှာ မိဂဒါဝုန်တောကို ရောက်သွားပါတယ်။ ကြိုတင် သိမြင်ထားတဲ့ အတိုင်းပါပဲ။ သူလိုကိုယ်လို ခြေကျင်ကြွလာတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို အဝေးကနေ မြင်နေရတဲ့ ပဉ္စဝဂ္ဂါးဦးတို့ဟာ ဘာမှ အထင်မကြီးရုံ မကဘူး၊ ‘တရားပျက်ပြီး အစားမက်တဲ့ တရားလူထွက်ကြီး’ ဆိုတဲ့ စွပ်စွဲချက်နဲ့ အထင်

တောင် သေးကြပါသေးတယ်။ ဒါက ဆန်းကြယ်လှတဲ့ ကိစ္စတစ်ရပ်တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ မြက်ကို အကောင်းဆုံး ထင်တဲ့ သားသမင်တို့အတွက် 'ပတ္တမြား ဆိုတာ အလကား ပစ္စည်းပဲ' ဆိုတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဥပမာအတိုင်းပါပဲ။ အဲဒီခေတ်က မြင့်မြတ်လေးစားထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် တိုင်းတာတဲ့ 'စံချိန်' ပမာဏ သုံးခုထဲမှာ ပဉ္စဝဂ္ဂတို့ အလေး အထားဆုံးက 'လူခ ပမာဏ' လို့ ခေါ်တဲ့ ခေါင်းခေါင်း ပါးပါး ကျင့်သုံးမှု စံချိန်ပဲ ဖြစ်နေတာပါ။ 'ဓမ္မ ပမာဏ' ဆိုတဲ့ တရားစံချိန်ကို ဘယ်သူမှ အလေး ဂရုပြုရကောင်းမှန်း မသိကြသေးပါဘူး။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က သူတို့ အလေးအထားဆုံး စံချိန်ကို တစ်ချိန်က အပြတ် 'ချိုး' ခဲ့ဖူး ပေမယ့် အခုအချိန်မှာ အဲဒီစံချိန်ကို စွန့်ပယ်လိုက်ပြီဆိုတော့ ပဉ္စဝဂ္ဂတို့မှာ တိုင်းတာစရာစံချိန် ဘာမှ မရှိတော့တဲ့အတွက် ဘာမှ မသိခြင်းပါပဲ။ ဘုရားရှင်ကို အဝေးက မြင်ရစဉ်တုန်း ကတော့ 'ဘယ်သူမှ ခရီးဦးကြို နှုတ်ဆက်မပြုကြဘဲ မသိကျိုးကျွန်ပြုပြီး ခပ်တည်တည် နေကြစို့' လို့တောင် အချင်းချင်း တိုင်ပင်လိုက်ကြသေးတယ်။ တကယ်တမ်း အနား ရောက်လာတော့လည်း ဘယ်သူမှ မနေနိုင်ကြပါ ဘူး။ ဘုရားရှင်ရဲ့ ကရုဏာတော် အအေးဓာတ်အောက်မှာ ဒေါသမီး၊ မာနမီးဟူသမျှ အားလုံး ချုပ်ပျောက်သွားရစမြဲ ဖြစ်တဲ့အတိုင်း ပဉ္စဝဂ္ဂတို့လည်း သပိတ်၊ သင်္ကန်းကို သူ့ ထက်ငါ လှမ်းယူသူက ယူ၊ ခြေဆေးရေး၊ ခြေဆေးအင်းပျဉ်

သယ်သူက သယ်၊ ခြေသုတ်အဝတ် ရှာသူကရှာ ဖြစ်ကုန် ကြတော့တာပါပဲ။

ရူပ ပမာဏ၊ ယောသ ပမာဏ အရှိန်အဝါကြောင့် အရိုအသေမပြုဘဲ မနေနိုင်ကြပေမယ့် တရားနာဖို့ကိုတော့ ငြင်းဆန်နေကြပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ‘ငါ မသေရာ တရားကို ရခဲ့ပြီ၊ အဲဒီတရားကို နာယူကျင့်သုံးကြ၊ သင်တို့ ရည်မှန်းတဲ့ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာ ပန်းတိုင်ကို မုချ ရောက်စေရ မယ်’ လို့ သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် တိုက်တွန်းပေမယ့် ငြင်းဆန်မြဲ ငြင်းဆန်ပြီး တင်းခံနေကြပါတယ်။

ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ကို စည်းရုံးနိုင်ဖို့အတွက် နောက်ဆုံး တစ်ချက်ကတော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဘဝတစ်လျှောက် လုံး ကျင့်သုံးခဲ့တဲ့ ‘ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုဂုဏ်’ ပါပဲ။ ဒါ ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က “ငါဟာ အရင်က ‘မရ၊ မရှိ၊ မမြင်သိတာ’ ကို ‘ရတယ်၊ ရှိတယ်၊ မြင်သိတယ်’ လို့ ဝါကြွားလှည့်စား ပြောကြားခဲ့ဖူးတာကို သင်တို့ မှတ်ဖူးပါ သလား” လို့ မေးလိုက်တဲ့ အခါမှာတော့ ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးလုံး တရားကို ဦးမခိုက်သေးပေမယ့် နားစိုက်ဖို့ ဝန်ခံလာကြ ပါတော့တယ်။

အစဉ်အလာ တရားများထက် လွန်ကဲထူးမြတ်တဲ့ တရားကို ‘အဘိဓမ္မာ’ (အဘိ= လွန်ကဲထူးမြတ်တဲ့၊ ဓမ္မာ= သဘောတရား) လို့ ခေါ်တဲ့အတိုင်း အခု မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောကြားမယ့် တရားတော်ဟာလည်း ‘အဘိဓမ္မာသစ်’

တစ်ခုလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ အဘိဓမ္မာသစ်တစ်ခု သက်ဝင် ရှင်သန်ရေးအတွက် အဓိက အသက်သွေးကြောက 'အဟောင်း' ကို ခိုင်လုံတဲ့ ကြောင်းကျိုးပြချက်နဲ့ ဖယ်ရှား နိုင်ခြင်းနဲ့ မချွတ်မယွင်း ပြစ်မဲ့ကျိုးရှိ မှန်ကန်တဲ့ 'အသစ်' ကို အစားထိုးပေးခြင်း ဆိုတဲ့ တာဝန်နှစ်ရပ်ကို ကျေပွန် စေရမှာ ဖြစ်တဲ့အတိုင်း မြတ်စွာဘုရားရှင်ကလည်း မိမိ တွေ့ရှိတဲ့ အဘိဓမ္မာသစ်ကို မဟောမီ ရှေးဦးစွာ အဟောင်း တရားများကို ကြောင်းကျိုးပြ ဖယ်ရှားလိုတဲ့အတွက် တရား ဦးကို 'ဒွေ မေ ဘိက္ခဝေ အန္တာ ပဗ္ဗဇ္ဇိတေန န သေဝိတဗ္ဗာ' ဆိုတဲ့ စကားနဲ့ စ လိုက်ပါတယ်။

ပထမ ဖယ်ရှားရမယ့် အစွန်းရောက် အကျင့် ဟောင်းက 'ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂ' လို့ ခေါ်တဲ့ 'အာရုံ ငါးပါး ကာမဂုဏ် တရားများကို ရနိုင်သမျှ ရှာဖွေပြီး ခန္ဓာ ကိုယ်ရဲ့ အလိုကျ သုံးဆောင်ခံစားခြင်းဟာ ချမ်းသာစစ် ဖြစ်တယ်' လို့ ခံယူကျင့်သုံးနေကြတဲ့ လမ်းစဉ်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုခံစားခြင်းကို ကျင့်စဉ်တစ်ရပ်၊ ဒဿနတစ်ခုအဖြစ် 'စရဝါက' ဆိုတဲ့ ဆရာကြီးက ဟောကြားခဲ့တာ ဖြစ်လို့ ကာမသုခလ္လိကာကိုလည်း အနုယောဂ (ကျင့်စဉ်တစ်ခု) အဖြစ် မြတ်စွာဘုရားရှင်က သုံးနှုန်းဟောကြားရတာပါ။

ဒီအစွန်းရောက် ကျင့်စဉ်ကို ဝဋ်ဒုက္ခက လွတ် မြောက်လိုသူတိုင်း စွန့်လွှတ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအတွက် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ကြောင်းကျိုးပြချက်ကတော့ ကာမသုခလ္လိ

က အကျင့် ဆိုတာ အနိမ့်ဆုံးဖြစ်တဲ့ တိရစ္ဆာန်များပင် ကျင့်သုံးခံစားနေတာ ဖြစ်လို့ ယုတ်နိမ့်တယ် (ဟီန)၊ ယဉ်ကျေးတဲ့ခေတ်မှာ လူမြင်မခံဝံ့စရာ ဖြစ်လို့ ရိုင်းလည်း ရိုင်းတယ် (ဂါမ္မ)၊ လူများစုကြီးဖြစ်တဲ့ လူပြိန်းတို့ အကြိုက်သာဖြစ်တယ်(ပေါထုဇ္ဇနိက)၊ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့ရဲ့ ကျင့်စဉ်မဟုတ် (အနာရိယ)၊ စစ်မှန်တဲ့ ကောင်းကျိုးကို မဖြစ်စေနိုင်ဘူး (အနတ္ထသံဟိတ) ဆိုတဲ့ ချွတ်ယွင်းချက်များ ရှိနေလို့ပါပဲ။

ဒီအချက်နဲ့ ပတ်သက်လို့ သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား ဘဝက ကိုယ်တိုင် အစွန်းရောက် ကျင့်သုံးခဲ့ပြီး စွန့်လွှတ်ခဲ့တာ ဖြစ်လို့ ပဉ္စဝဂ္ဂါးဦးတို့ အနေနဲ့ “ သပျစ်သီးကို မမိလို့ ချဉ်တယ်ပြောနေတာ” ဆိုတဲ့ သဘောနဲ့ စောဒကတက်စရာ မရှိတော့ပါဘူး။ ခေါင်းညိတ် ဝန်ခံကြရပါတယ်။

နောက်ထပ် အစွန်းတစ်ခုကတော့ “အတ္တ ကိလ မထာ နယောဂ” လို့ ခေါ်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကို ပင်ပန်းအောင် ညှဉ်းပန်းအားထုတ်တဲ့ အကျင့်ပါ။ ဒီအကျင့်က “ခန္ဓာကိုယ် ထဲမှာ ‘အတ္တ’ ကလေး ပျော်မွေ့နေသမျှ ဆင်းရဲတယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်ကို ပင်ပန်းအောင် ညှဉ်းဆဲပေးခြင်းဖြင့် ‘အတ္တ’ ကလေး ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ခွဲခွာပြီး မူလဖြစ်တဲ့ ‘ပရမတ္ထမ’ နဲ့ ပြန်ပေါင်းမိသွားမှ ချမ်းသာသုခ ရမယ်” လို့ ယုံကြည်ကြတဲ့ အဲဒီခေတ်က အမြင့်ဆုံး ဝါဒတစ်ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ခန္ဓာနဲ့ အတ္တ ကင်းကွာပြတ်စဲရေး (ဘဝပြတ်စဲရေး) ယုံကြည်တဲ့

ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အယူတစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီ အစွန်းရောက်ကျင့်စဉ်နဲ့ ပတ်သက်လို့လည်း ဘုရားအလောင်းတော်က ဥရုဝေလ တောထဲမှာ စံချိန်ဟောင်း အားလုံးကို ချိုးပြီး ကိုယ်တိုင် စံချိန်သစ်တင် ကျင့်ခဲ့တာဖြစ်လို့ ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ အနေနဲ့ ကျေကျေနပ်နပ်ကြီး လက်မခံသေးသည့် တိုင်အောင် ငြင်းပယ်နိုင်စွမ်းတော့ မရှိကြပါဘူး။ ဒါကို ကြည့်လိုက်ရင် ဘုရားအလောင်းတော် ခြောက်နှစ်တိတိ ဒုက္ကရစရိယ အကျင့်ကို ကျင့်တော်မူခဲ့ တာဟာ အများသူငါ ပြောမှား၊ ထင်မှားကြသလို ဝိပါက် တော်ကြောင့် မဟုတ်ဘဲ အဲဒီခေတ်ရဲ့ စံချိန်အားလုံးကို ချိုးထားခဲ့ဖို့အတွက် ဖြစ်တယ်လို့ မှန်းဆ ကြည့်ညှိမိပါ တယ်။

အဟောင်းကိုပယ်ဖျက်ရာမှာ မလိုအပ်ဘဲ အတင်း အဖျင်းဆန်တဲ့ ပြစ်ချက်တွေကို ထုတ်ပြမနေဘဲ ကြောင်း ကျိုး ခိုင်လုံရုံလောက်ကိုသာ အတိုချုပ် ထုတ်ပြ ဟောကြား တော်မူပေမယ့် အသစ်ကို တင်ပြတဲ့ နေရာမှာတော့ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ထုတ်ဆောင် ဟောပြတော်မူတဲ့ ဘုရားရှင်ရဲ့ ဒေသနာကောသလ္လ ဉာဏ်တော်ကိုလည်း အတုယူ ကြည့်ညှိစရာ ကောင်းလှပါတယ်။

မှန်ပါတယ်၊ အသစ်ဖြစ်တဲ့ မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ် နဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘုရားရှင်က လမ်းစဉ်အတိုင်း လိုက်နာ ခြင်းကြောင့် ရရှိနိုင်တဲ့ အကျိုးတရားများကို အပြည့်အစုံ



ကြိုတင်ဟောပြတော်မူပါတယ်။အဲဒီအကျိုးများကတော့ -

၁။ စက္ခုကရဏီ = ဉာဏ်မျက်စိကို ပြုတတ်၏ ဆိုတာ မျက်စိလည်နေတာကို ပျောက်ကင်းစေတယ် လို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။ မှန်ပါတယ်။ ပကတိ မျက်စိလည်သူဟာ အရှေ့၊ အနောက်၊ တောင်၊ မြောက်တို့ ပြောင်းပြန် လည်နေ သလို မှန်ကန်တဲ့အသိ မရှိဘဲ ဉာဏ်မျက်စိ လည်နေသူများ ဟာလည်း ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခရဲ့ အကြောင်း၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာ၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းကြောင်းတို့နဲ့ ပက်သက်ပြီး ပြောင်းပြန်လည် နေကြတာပါ။ ဒုက္ခကို သုခထင်၊ ဒုက္ခတွင်း ပိုပြီးနက်စေတဲ့ အကျင့်တို့ကို ဒုက္ခငြိမ်းကြောင်း ထင်နဲ့ ချာလပတ်လည် နေကြတာတွေဟာ ပုထုဇဉ်တိုင်းရဲ့ ဉာဏ်မျက်စိလည်မှုကြီး ပါပဲ။ မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းစဉ်ကို လက်ခံကျင့်သုံးသူများဟာ ပထမဆုံး ဉာဏ်မျက်စိလည် ပျောက်ကင်းသွားတဲ့အတွက် ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခရဲ့အကြောင်း၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာ၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်း ကြောင်း အကျင့်တို့နှင့် ပတ်သက်လို့ သတ်မှတ်ချက် မှန်ကန်သွားမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

၂။ ဉာဏကရဏီ = မျက်စိလည် ပျောက်လို့ သတ်မှတ်ချက် မှန်ကန်သွားတဲ့အတွက် အသိလည်း မှန် ကန်သွားမယ်၊မျက်စိလည် ပျောက်သူဟာ အရှေ့၊ အနောက် စသည်ကို အမှန်အတိုင်း သိသလို ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခရဲ့အကြောင်း စသည်ကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်သွားမယ် လို့ ဆိုလိုတဲ့ သဘောပါ။

၃။ ဥပသမာယ = အရပ်မျက်နှာကို အမှန်အကန် သိပြီးသူဟာ အရပ်မျက်နှာ သဲသဲကွဲကွဲ မသိခင်ကလို ပူပင်ကြောင့်ကြစရာ မလိုဘဲ မိမိသွားလိုရာ အရပ်ကို စိတ်ချ လက်ချ အေးအေးချမ်းချမ်း သွားနိုင်သလို မှန်ကန်တဲ့ လမ်းစဉ်ကို သိပြီးသူဟာလည်း ယုံမှားသံသယများနဲ့ ပူပင်ကြောင့်ကြရမှုမျိုး မရှိတော့ဘဲ စိတ်ချလက်ချ အေးအေးချမ်းချမ်း ဖြစ်သွားမယ်။

၄။ အဘိညာယ = အေးအေးချမ်းချမ်း စိတ်ချ လက်ချ ဖြစ်သွားပြီ ဖြစ်လို့ သိသင့်သမျှကို ထိုးထိုး ထွင်းထွင်း နက်နက်နဲနဲ သိသွားမယ်။

၅။ သမ္မောဓာယ = အဆုံးတိုင် ထိုးထွင်းသိမြင်ပြီ ဖြစ်လို့ အမှန်တရားနဲ့ ပတ်သက်လို့ သူပြောကို ယုံစရာ မလိုဘဲ ကိုယ်ကြုံအဖြစ် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ မှန်မှန်ကန်ကန် သိမြင်သွားမယ်။

၆။ နိဗ္ဗာနာယ = မှန်မှန်ကန်ကန် ကိုယ်ပိုင်အသိနဲ့ သိမြင်ပြီးတဲ့ အတွက် ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာကို ကိုယ်သိ မျက်မှောက် ခံစားနိုင်ပြီး ဒုက္ခအားလုံး ငြိမ်းအေးသွားမယ်။ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်ကို ကျင့်သုံးသူများဟာ ဒီအကျိုး ခြောက်မျိုးကို ရစေနိုင်တယ်လို့ အကျိုးကို အရင်ပြပြီး တော့မှ “သမ္မာဒိဋ္ဌိ အစရှိတဲ့ မဇ္ဈိမကျင့်စဉ် (မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး) ကို ထုတ်ပြတော်မူပါတယ်။ မဇ္ဈိမကျင့်စဉ်ရဲ့ အကျဉ်းချုပ် ကတော့ သီလကျင့်စဉ်၊ သမာဓိကျင့်စဉ်၊ ပညာကျင့်စဉ်

ဓမ္မဘောရီ အရှင်ဝိရိယ(တောင်စွန်း)၊ ၂၃

ဆိုတဲ့ ကျင့်စဉ် (သိက္ခာ) သုံးပါး ဖြစ်ပါတယ်။ (အကျယ်ကို “မဂ္ဂသစ္စာ” ရောက်မှ ရေးပါမယ်။)

အစွန်းရောက်တရားနှစ်ပါးနဲ့ မဇ္ဈိမကျင့်စဉ်တို့ရဲ့ ခြားနားချက်ကတော့ အစွန်းတရားနှစ်ပါးတို့က တစ်ခုက တစ်ခုကို ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင် ငြင်းပယ်တယ်။ အတ္တ ကိလမထသမားက ကာမသုခလ္လိကကို လုံးဝ ဆန့်ကျင် ငြင်းပယ်သလို ကာမသုခလ္လိက သမားများကလည်း အတ္တ ကိလမထကို လုံးဝ ငြင်းပယ်ပါတယ်။

မဇ္ဈိမကျင့်စဉ်မှာ အစွန်းတရားကို ပယ်ရမယ် ဆိုတာက အဲဒီ အကျင့်များကိုပင် “ပန်းတိုင်” အဖြစ် သတ်မှတ်ကျင့်သုံးခြင်းကိုသာ ပယ်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ မဇ္ဈိမ အကျင့်ရဲ့ အထောက်အကူ အဖြစ်နဲ့တော့ ကာမသုခလ္လိက သမားတို့ အသုံးပြုတဲ့ အာရုံငါးပါးထဲက စား၊ ဝတ်၊ နေရေး၊ ကျန်းမာရေးအတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်တဲ့ အာရုံတို့ကို သတိတရား၊ အသိတရား ရှေ့သွားပြု (ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်)ပြီး သုံးဆောင်ခွင့် ရှိပါတယ်။ (ကာမဂုဏ် တရားတို့မှာ အဿာဒ= သာယာဖွယ်၊ အာဒီနဝ= အပြစ်၊ နိဿရဏ = လွတ်မြောက်မှု ဆိုပြီး သဘောသုံးမျိုး ကွဲပြား ပုံကို ဘုရားရှင်က ဟောတော်မူပါတယ်)။

အလားတူပဲ၊ အတ္တကိလမထသမားတို့ အသုံးပြုတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကို ငြိမ်သက်အောင် ထားခြင်း စသည်တို့ကို လည်း မဇ္ဈိမအကျင့်ရဲ့ အထောက်အကူဖြစ်ရုံ အသုံးချပါ

တယ်။ ‘ပန်းတိုင်’ အဖြစ် သတ်မှတ်ခြင်းကိုသာ ပယ်ရမှာ  
ဖြစ်ပြီး ပန်းတိုင်ရဲ့ အထောက်အကူ အဖြစ်နဲ့တော့ အသုံး  
ချနိုင်တယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

## ဒုက္ခတို့ တစ်လွှာချင်း ခွာကြည့်ခြင်း

“ဒုက္ခ” ဆိုတာ ...

- \* သတိမမူသူကို လှုပ်နှိုးပေးတတ်တယ်။
- \* ဥပါဒါန်အားကြီးသူကို ခြောက်လှန့် တတ်တယ်။
- \* သတိကင်းမဲ့သူကို ဝါးမျှတတ်တယ်။
- \* သတိရှိရှိ တက်စီးနိုင်ရင်၊ လိုရာခရီးကို ပို့ပေးတယ်။
- \* ပညာမျက်စိနဲ့ ရာနှုန်းပြည့် ကြည့်လိုက်ရင်တော့  
“စက်ရုပ်ကျွေးကြီး” ပါပဲ။

| ဓမ္မဘေရီ- အရှင်ဝိရိယ (တောင်စွန်း) |

“မဇ္ဈိမ” လမ်းစဉ်ကို ကျင့်သုံးခြင်းရဲ့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်က ဒုက္ခအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရေး (နိဗ္ဗာနာယ) ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ဖို့အတွက် အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း အပြည့်အဝ (ရာနှုန်းပြည့်) ထိုးထွင်း သိမြင်အောင် ကြိုးစား အားထုတ်

ကြရမှာပါ။ (သမ္မောဓာယ)။

အသိဉာဏ်ရာနှုန်းပြည့်တယ်ဆိုတာ အမှန်တရား တစ်ခုချင်းစီအတွက် ...

(၁) နာယူသိ (သစ္စဉာဏ်)၊

(၂) ကျင့်သုံးသိ (ကိစ္စဉာဏ်)၊

(၃) ဆုံးဖြတ်သိ (တကဉာဏ်) ဆိုတဲ့ . . . . .

အဆင့်သုံးဆင့်လုံး ပြည့်စုံအောင် သိတဲ့ အသိဉာဏ် ဖြစ်ရ မှာပါ။ သူများပါးစပ် အငှား (စာအငှား) နဲ့ စကားလုံးသိ သိနေရုံနဲ့တော့ အသိဉာဏ် ရာနှုန်းမပြည့်ရုံမျှမက ဉာဏ် မျက်စိတောင် လည်နေတတ်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်အရ ပညာသိက္ခာ အနေနဲ့ သိရမယ့် သစ္စာလေးပါးတို့ကို အခြေခံဖြစ်တဲ့ နာယူသိ (သစ္စဉာဏ်) နဲ့ သိမြင်ဖို့အတွက် ဟောကြားရာမှာ ပထမဆုံး “ဒုက္ခသစ္စာ”က စပြီး ဟော တော်မူပါတယ်။

ဟုတ်ပါတယ်၊ ဘာသာ အယူဝါဒတွေ ဘယ် လောက်ပဲ ကွဲပြားနေပါစေ၊ “ဒုက္ခသစ္စာ” နဲ့ ပတ်သက်လို့ အလွန်အငြင်းပွားစရာ မရှိနိုင်ပါဘူး။ ကျန် သစ္စာသုံးပါး မှာသာ အယူဝါဒတွေ ကွဲပြားနေကြတာပါ။ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်အရ နိဗ္ဗာန်ကို ထိုးထွင်းသိမြင်ရေးအတွက် အရေး ကြီးဆုံး လိုအပ်ချက်က အယူမှားနဲ့ ယုံမှားသံသယ (ဒိဋ္ဌိ နဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာ) ကင်းစင်ရမှာ ဖြစ်တဲ့အတိုင်း ဘယ်သူမှ

ယုံမှားသံသယ ဖြစ်စရာ မရှိသလို အားလုံးနဲ့ ရင်းနှီး ကျွမ်းဝင်ပြီးဖြစ်တဲ့ ဒီ ဒုက္ခသစ္စာကို စပြီး ဟောတော်မူတယ် လို့ မှန်းဆကြည်ညိုမိပါတယ်။

ဒုက္ခဆိုတာ လောကရဲ့ သရုပ်မှန် ဖြစ်တဲ့အပြင် တရားဦးကို နာယူကြမယ့် ပဉ္စဝဂ္ဂငါးဦးတို့ ကိုယ်တိုင် လည်းပဲ ဒီဒုက္ခကို အထိုက်အလျောက် ဉာဏ်မီ သိမြင် ကြလို့သာ လောကနယ်က ရုန်းထွက်ပြီး ဓမ္မနယ်ဘက် ကူးပြောင်းလာကြသူများ ဖြစ်လို့ ဒုက္ခအကြောင်းက စပြီး ဟောပြောတာဟာ သူတို့ လက်ခံဖို့အတွက် အလွယ်ကူဆုံး ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောပြတော်မူတဲ့ ဒုက္ခသစ္စာကို အလေးအနက် နှလုံးသွင်း နာယူကြည့်မယ် ဆိုရင် -

“ဒုက္ခ” ဆိုတာ သတိမေ့သူကို လှုပ်နှိုးပေးတတ် တယ်။

ဥပါဒါန် အားကြီးသူကို ခြောက်လှန့်တတ်တယ်။

သတိကင်းမဲ့သူကို ဝါးမျိုတတ်တယ်။

သတိရှိရှိ တက်စီးနိုင်သူကိုတော့ လိုရာခရီးကို အရောက်ပို့ပေးနိုင်တယ်။

ပညာမျက်စိနဲ့ ရာနှုန်းပြည့် ကြည့်လိုက်ရင်တော့ “စက်ရုပ်ကျားကြီး” ပါပဲ။

ဟုတ်ပါတယ်။ တဏှာအဆီ ထည့်ပေးထားပြီး

ဥပါဒါန်က လှုပ်နှိုးပေးနေလို့သာ သက်ဝင်လှုပ်ရှားနေတဲ့

စက်ရုပ်ကျားကြီးပါပဲ။ အကြောင်းမှန်ကို သိပြီးလို့ တဏှာ အဆီ ထည့်မပေးတော့ဘူး ဆိုရင်တော့ ဥပါဒါန်ကလည်း လှုပ်နှိုး အသက်သွင်း မရတော့လို့ “ဒုက္ခ” ဆိုတာလည်း အရပ်ကြိုးပြတ် ဖြစ်သွားရစမြဲပါပဲ။

မဇ္ဈိမပဋိပဒါ မပေါ်ထွန်းသေးတဲ့ အတွက် သတ္တဝါတွေ ဒုက္ခကြောင့် အရပ်ကြိုးပြတ် ဖြစ်သလို ဒုက္ခ ရှေ့မှောက်မှာ ခူးထောက်ကြရပေမယ့် မဇ္ဈိမလမ်းစဉ်ကို ကျင့်သုံးပြီးလို့ အကြောင်းမှန် သိပြီး သွားရင်တော့ “ဒုက္ခ” က အရပ်ကြိုးပြတ် ဖြစ်ပြီး မဇ္ဈိမအကျင့်နဲ့ ပြည့်စုံသူရဲ့ ရှေ့မှောက်မှာ ခူးထောက်လာရမယ့် သဘောပါ။

ဒုက္ခရဲ့သဘောကို နှလုံးသွင်းရင်းကပဲ ကြားဖူးတဲ့ ဖြစ်ရပ်ကလေး တစ်ခုကို ပြေးပြီး သတိရမိလိုက်တယ်။ ကိုလိုနီခေတ်တုန်းက “မြို့ပိုင်မင်း” ဆိုတာကို ကျေးလက် တောရွာတွေမှာ ဘုရားထူး၊ ဦးချနဲ့ အတော်လေး ဖိမ်ဖိမ် တုန်အောင် ကြောက်ရွံ့ကြရပါသတဲ့။ ရွာတစ်ရွာကို မြို့ပိုင်မင်း ရောက်လာတဲ့အခါ သူကြီးက စပြီး တစ်ရွာလုံး ပျာပျာ သလဲ ဖြစ်နေကြတော့ အဒေါ်ကြီး တစ်ယောက်က “ဒီလောက်တောင် အဖြစ်သည်းနေကြတာ၊ ဘယ်လို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးလဲ ဆိုတာသိရအောင် ငါလည်း သွားကြည့်ဦးမှပဲ” ဆိုပြီး သွားကြည့်တဲ့အခါ မြို့ပိုင်မင်း ဆိုသူကိုလည်း မြင် လိုက်ရော “ဟောတော် . . . မြို့ပိုင်မင်း မြို့ပိုင်မင်းနဲ့ တစ်ရွာလုံး ဖိမ့်ဖိမ့်တုန်နေလိုက်ကြတာ၊ ဘယ်သူများလဲလို့၊



လက်စသတ်တော့ ငယ်ငယ်တုန်းက ငါ ထိန်းပေးခဲ့ရတဲ့  
 မျောက်ရုံး “ငပြုး” ကိုး ဟဲ့၊ မျောက်ရုံးအောင် ဆော့ထားလို့  
 နဖူးကွဲထားတဲ့ အမာရွတ်ကြီး မြင်လိုက်ကတည်းက သင်း  
 ကို ငါမှတ်မိပါတော်”လို့လည်း အော်လိုက်တော့ မြို့ပိုင်မင်း  
 လည်း မမျှော်လင့်ဘဲ ဒီရွာမှာ ရောက်နေတဲ့ သူ့အဒေါ်နား  
 ကပ်ပြီး “တိုးတိုးပြောပါ အဒေါ်ရဲ့၊ သူများတွေ ကြားလို့  
 ရှက်စရာကြီး၊ အဒေါ် ဒီရွာ ရောက်နေမှန်း မသိလို့ပါ၊  
 အလုပ်ပြီးမှ လာတွေ့ပါ့မယ်၊ အခု ကိုယ့်အိမ်ကိုယ် ပြန်ပါ  
 တော့” လို့ ချောမော့ တောင်းပန်လိုက်ရသတဲ့။

“ဒုက္ခ” ဆိုတာ ဒီသဘောပါပဲ။ “ငပြုး” မှန်း မသိ  
 သူတွေကသာ သူ့ကို ဖိမ့်ဖိမ့်တုန်ကြောက်ပြီး ဒူးထောက်  
 နေကြပေမယ့် “ငပြုး” မှန်း သိသူကိုကြတော့ သူကတောင်  
 ဖိမ့်ဖိမ့်တုန်ကြောက်ပြီး ဒူးထောက်ရမယ့် သဘောပါ။ ဟုတ်  
 တယ်လေ၊ သူ့အကြောင်း အကုန် သိကုန်ကြရင် ဘယ်သူ  
 ကမှ အရေးမလုပ်ကြတော့တဲ့အတွက် “သစ္စာတရား” ဆိုတဲ့  
 ဂုဏ်ပုဒ်ကြီးတောင် အလကား ဖြစ်သွားနိုင်တာကိုး။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ တရားဦး ဒေသနာတော်မှာ  
 “ဒုက္ခ” ကို တစ်လွှာချင်း ခွာပြတော်မူတဲ့ အခါမှာတော့  
 ငှက်ပျောတုံးကြီးလိုပါပဲ။ ဘာမှ အနှစ်သာရ၊ အခိုင်အမာ  
 ဆိုတာ မတွေ့ရပါဘူး။ (အိမ်ရှင်မများ မုန့်ဟင်းခါး အချက်  
 ကောင်းရင်တော့ မြိန်ရေရှက်ရေ ခံစားလိုက ခံစားနိုင်ပါ  
 လိမ့်မယ်)။

အပေါ်ဆုံး အလွှာကတော့ လူတိုင်း အသိဆုံးနဲ့ အကြောက်ဆုံး ဖြစ်တဲ့ “မွေး၊ အို၊ နာ၊ သေ” ဒုက္ခပါ။ ဒီအလွှာနဲ့ ပတ်သက်လို့ ပဉ္စဝဂ္ဂါးဦးလုံးက အလွယ်တကူ လက်ခံပြီ ဆိုတော့ နောက်ထပ် တစ်လွှာကို ခွာပြတယ်။ “မုန်း ဆုံ ချစ် ကွဲ” ဒုက္ခပါ။ [ “အပ္ပိယ ပိယ” ဆိုတဲ့ ပါဠိ စကားကို လွယ်လွယ်ကူကူ “မုန်းသူ ချစ်သူ” လို့ မြန်မာပြန် ကြပေမယ့် အတိအကျကတော့ အပ္ပိယ ဆိုတာ မလိုလား မနှစ်သက် မမြတ်နိုးစရာ အာရုံဝတ္ထု (ပုဂ္ဂိုလ်)များ ဖြစ်ပြီး ပိယ ဆိုတာ လိုလားနှစ်သက်မြတ်နိုးစရာ အာရုံဝတ္ထုနှင့် ပုဂ္ဂိုလ် (ဣဋ္ဌ ကန္တ မနာပ) အားလုံးကို ဆိုတာပါ ]။ ဒီ ဒုက္ခ လွှာဟာ ကျန်သစ္စာသုံးပါးကို သဘောပေါက်ဖို့ အတွက် ညင်ညင်သာသာနဲ့ အဆင့်တက်ပေးလိုက်တဲ့ သဘောပါ။ (ဟောပြောမှု ကျွမ်းကျင်လိမ္မာတော်မူလှတဲ့ ဘုရားရှင်တို့ရဲ့ ကောသလ္လဉာဏ်တော်ကို အာရုံပြု ကြည်ညိုစရာပါ)

သူလိုကိုယ်လို ဘယ်သူ မဆို၊ ဘယ်အရာ မဆို သင်္ခါရ မှန်သမျှ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ “မွေး၊ အို၊ နာ၊ သေ” ဆိုတဲ့ သဘာဝ ဖြစ်စဉ်ကြီးကိုပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ တခြား သင်္ခါရအာရုံ ဝတ္ထုတွေကိုပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကိုယ်က “မချစ်ခင် မနှစ်သက်စရာ” လို့ သတ်မှတ် စွဲလမ်းထားရင် “ပေါင်းဆုံရတဲ့ ဒုက္ခ” ကို ခံစားရမယ်၊ “ချစ်ခင်နှစ်သက်စရာ” လို့ သတ်မှတ် စွဲလမ်း ထားရင် “ကွေကွင်းရတဲ့ ဒုက္ခ” ကို ခံစားရမယ်လို့ မိန့်တော် မူလိုက်တာပါ။ ဒီ ဒုက္ခအလွှာကလည်း အရပ်ထဲမှာ လူပြော

သူပြော အများဆုံး ဖြစ်နေတာမို့ ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ အနေနဲ့ မငြင်းသာပါဘူး။ လက်ခံရတော့တာပါပဲ။

ဒီအလွှာကို “မှန်ပါတယ်” လို့ လက်ခံလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ပထမအလွှာက လုံးဝ ပျောက်ကွယ်သွားပါတယ်။ မှန်ပါတယ်။ မွေး၊ အို၊ နာ၊ သေ ဆိုတာ သင်္ခါရတို့ရဲ့ သဘာဝ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်ကြီးပါ။ ဒီ သဘာဝ ဖြစ်စဉ်ကြီး အပေါ်မှာ “မချစ်ခင် မနှစ်သက်စရာ” လို့ သတ်မှတ်စွဲလမ်း သူတွေက “ပေါင်းစုံဒုက္ခ” ကို ခံစားရတယ်။နုပျိုကျန်းမာ အသက်ရှင်နေတာကို ချစ်ခင်နှစ်သက်စရာလို့ သတ်မှတ် စွဲလမ်းသူတွေက “ကွေ့ကွင်းဒုက္ခ” ကို ခံစားရမယ်၊ သဘာဝ ကတော့ သဘာဝအတိုင်းပါပဲ၊ ဘယ်သူ့အလိုကျ အတိုင်းမှ မဖြစ်ပါဘူး။ ဒါကို သဘောပေါက်လာပြီဆိုရင် “မွေး၊ အို၊ နာ၊ သေ” က ဒုက္ခဖြစ်လာတာလား၊ သတ်မှတ် စွဲလမ်းမှုက ဒုက္ခဖြစ်နေတာလား ဆိုတာ နည်းနည်း ရိပ်စားမိလာ စေပါတယ်။

(သင်တန်းမှာတုန်းက ဆရာသမား မိန့်ကြားတာ ကတော့ “ရိပ်စားမိလာတယ်” ဆိုတာ ဒီအတိုင်း ကိုက်ဖြတ် စားတဲ့ အဆင့်ကို ကျော်လာတာပဲ၊ ဘာဖြစ်လို့လဲ ဆိုတော့ တိရစ္ဆာန်တွေက အသီးအပင်တွေကို ဒီအတိုင်း ကိုက်ဖြတ် စားတယ်၊ လူတွေကသာ ရိတ်သိမ်း ချက်ပြုတ် စားကြတာ ဖြစ်လို့ပါ တဲ့။ သံတူကြောင်းကဲ့ မှတ်မိလွယ်စရာပါ)

ဒီအလွှာကို လက်ခံ သဘောကျပြီ ဆိုရင် ဒုက္ခ

အစစ်က ဘာလဲ၊ ဒုက္ခရဲ့လက်သည် (သမုဒယ) ဆိုတာ ဘာလဲ၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာ ဆိုတာ ဘာလဲ၊ ဒုက္ခ ချုပ်အောင် ဘာကို ဖြုတ်ရမလဲ ဆိုတဲ့ ကျန်သစ္စာသုံးမျိုးကို ရိပ်စား မိစေမှာ ဖြစ်လို့ ဒီအလွှာဟာ ကျန်သစ္စာသုံးပါးကို သဘော ပေါက်ဖို့အတွက် အဆင့်တက်လိုက်တာ ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုရ တာပါ။

နောက်ထပ်တစ်လွှာကတော့ “ယံပိစ္ဆန္တံ န လဘတိ တမ္မိ ဒုက္ခံ” ပါတဲ့။ လိုတာ မရတာဟာ ဒုက္ခပဲလို့ ဆိုလိုက် တာပါ။ ဒါကလည်း အရပ်ထဲမှာ သူလိုကိုယ်လို သိနေ ပြောနေကြတာ ဖြစ်လို့ ဘာမှ အငြင်းပွားစရာတော့ မလို ပါဘူး။ ဒီစကားရပ်ကို အလေးအနက် နှလုံးသွင်းမယ်ဆိုရင် အရပ်ထဲမှာ လူပြောသူပြော ဒုက္ခတွေဟာ တကယ်ဒုက္ခ မဟုတ်သေးဘူးလို့ ဆိုရမှာပါ။ အမှန်က လိုတာ မရတာ ဒုက္ခ မဟုတ်ဘူး။ မရတာကို လိုချင်နေတာကသာ ဒုက္ခဖြစ်နေတာလို့ ဆိုလိုက်တာပါ။ ဒီအလွှာကို လက်ခံ လိုက်နိုင်ပြီ ဆိုရင်တော့ ဒုက္ခရဲ့ လက်သည်ဟာ “လိုချင် တပ်မက် စွဲလမ်းမှု (တဏှာ)” သာ ဖြစ်တယ် ဆိုတာ ဘွင်းဘွင်းကြီးပေါ်လာပါပြီ။

ဒါကြောင့် ဘုရားရှင်က ဒုက္ခနဲ့ ပင်သက်လို့ နောက်ဆုံးအကျဉ်းချုပ် ကောက်ချက်ချပြလိုက်တာကတော့ “သံခိတ္တေန ပဉ္စပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ” ပါတဲ့။ အဘို့ချုပ်က ဘော့ ဥပါဒါန် စွဲကပ်ထားတဲ့ ခန္ဓာငါးပါးကြီးဟာ ဒုက္ခ

ဖြစ်နေတာပဲလို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တာပါ။ ဒီနောက်ဆုံးအလွှာဟာ ဒုက္ခရဲ့ အကျဉ်းချုပ်ဖြစ်သလို အစစ်အမှန် ပရမတ္ထဒုက္ခလို့လည်း ဆိုရပါလိမ့်မယ်။

မှန်ပါတယ်။ ပရမတ္ထရဲ့ သဘောက ဆန့်ကျင်ဘက် စကားလုံးနဲ့ တွဲလိုက်ရင် ဆန့်ကျင်ဘက်အဓိပ္ပာယ်ကို ထွက်စေပါတယ်။ ဥပမာ - လောဘနဲ့ အလောဘတို့လိုပါပဲ။

ဒုက္ခရဲ့ အလွှာတစ်ခုချင်းကို ဆန့်ကျင်ဘက် စကားလုံးများနဲ့ တွဲပြီး စဉ်းစားကြည့်ပါ။ မွေး၊ အို၊ နာ၊ သေ ဆိုတဲ့ အလွှာမှာ မမွေးဘူးဆိုရင် ဘာဖြစ်မလဲ၊ မမွေးတဲ့ အရာဟာ ဖြစ်ကို ဖြစ်ပေါ်မလာတဲ့အတွက် ပြောစရာ ဘာမှမလိုတဲ့ ကိစ္စပါ။ ဒါဖြင့် “မအို၊ မနာ၊ မသေရင်ကော” ဆိုရင် အမှတ်တမဲ့တော့ ဒါဆို “သုခ” ပေါ့လို့ ထင်စရာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ မွေးဖွားလာသမျှ သတ္တဝါတွေဟာ “မအို၊ မနာ၊ မသေကြဘူးဆိုရင်” စိတ်ကူးနဲ့ပဲ မှန်းကြည့်ကြည့်ပါ။ လူ့ဘုံလူ့ဘဝ တစ်ခုတည်းကိုပဲကြည့်။ အခု ရှိနေသူတွေဟာ ဘယ်သူမှ သတ္တလောကရဲ့ “ဓားမ ဦးချ” တွေ မဟုတ်ကြဘူး ဆိုတာကိုလည်း မမေ့ပါနဲ့၊ ဘယ်လိုနေမလဲ၊ “အဝီစိငရဲ” ဆိုတာ ကံကြွေးမကုန်သမျှ သေကြရိုးထုံးစံ မရှိဘဲ အသစ်တွေသာ ကိုးတိုးပြီး ဖြစ်နေတဲ့အတွက် ဝါးလုံးခေါင်းထဲမှာ မုန့်နှစ်တွေကို သိပ်ထည့်ထားသလို ခံစားနေရတဲ့ ငရဲဘုံလို့ ဆိုပါတယ်။ လူ့ဘုံမှာလည်း မွေးလာသမျှ

မသေကြရင် အဝီစိငရဲဘုံနဲ့ ထူးပါ့မလား။ ဒီလိုဆိုရင် မွေး၊ အို၊ နာ၊ သေ ဒုက္ခဆိုတာကို မမွေး၊ မအို၊ မနာ၊ မသေ လို့ ဆန့်ကျင်ဘက်စကားနဲ့ တွဲလိုက်ပေမယ့် “ဒုက္ခ မဟုတ်တော့” ဆိုတဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်အဓိပ္ပာယ် ထွက်မလာပါဘူး။ အလားတူပါပဲ။ “ချစ်သူနဲ့ ကွေကွင်းခြင်း” ဆိုတာကိုလည်း လုံးဝကွေကွင်းခြင်း မရှိစေဘဲ တစ်တွဲတည်း ပေါင်းနေစေ ဆိုရင် သုခဖြစ်မလား၊ မဖြစ်တာ သေချာပါတယ်။ “မုန်းသူနဲ့ မပေါင်းဆုံရတာကတော့ သုခဖြစ်နိုင်တယ်” လို့များ ထင်ကြဦးမလား။ ဒါဆို ဘယ်တော့မှ မမုန်းနိုင်တဲ့ ချစ်စရာ ဆိုတာ ဘယ်သူရှိသလဲလို့ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ “လိုတာ မရ” ဆိုတဲ့ စကားရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်အဖြစ် “လိုတာတွေ ရနေရင်” လို့ တွေးကြည့်မယ် ဆိုရင်တော့ ပုံပြင်ထဲက “ရွှေဖြစ်တဲ့ လက်ပိုင်ရှင် ဘုရင်ကြီးတို့”၊ “ပြေးလို့ ရောက်နိုင်သမျှ မြေကို အပိုင်ယူစေ” လို့ အမိန့်ချ ခံရသူတို့ရဲ့ အဖြစ်တွေကို စဉ်းစားလိုက်ရင် ဆန့်ကျင်ဘက် စကားကြောင့် ဆန့်ကျင်ဘက် အဓိပ္ပာယ် ထွက်မလာဘဲ ဒုက္ခပြီး ဒုက္ခတွေသာ တိုးတိုးလာမယ် ဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။

နောက်ဆုံးအလွှာကို ဆန့်ကျင်ဘက် စကားလုံးနဲ့ တွဲပြီး “အစွဲ ဥပါဒါန် ကင်းတဲ့ ခန္ဓာငါးပါး” ဆိုတာ ဖြစ်သွားရင် အဓိပ္ပာယ်ကလည်း “ဒုက္ခအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းရာ” ဆိုတဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် အဓိပ္ပာယ် ဖြစ်သွားပါတယ်။ ခန္ဓာငါးပါးမှာ အစွဲဥပါဒါန် မရှိတော့ရင် အတွင်းဆုံးအလွှာ

ပြောင်းသွားပြီ ဖြစ်တဲ့အတွက် အပေါ်အလွှာတွေ  
အားလုံးလည်း အဓိပ္ပာယ် ပြောင်းလွဲသွားပါတော့တယ်။

ဒုက္ခရဲ့ ဒီနောက်ဆုံးအလွှာက “ဒုက္ခ ဖြစ်ခြင်း၊  
ချုပ်ခြင်း ဆိုတာ ဥပါဒါန်ရှိခြင်း၊ မရှိခြင်းက လွဲပြီး တခြား  
‘အတ္တ’ စတဲ့ အရာဆိုတာ မရှိဘူး” လို့ သဘောပေါက်စေတဲ့  
အတွက် သစ္စာလေးပါးကိုသာမက နောက်ထပ် ဟောမယ့်  
အနတ္တလက္ခဏသုတ် အတွက်လည်း ပဉ္စဝဂ္ဂီတို့ ကိုယ်တိုင်  
သဘောကျ ဖြေဆိုနိုင်လောက်အောင် ကြိုတင် လမ်းခင်း  
ပေးတဲ့ သဘောဖြစ်လို့ မိဂဒါဝုန် တရားတော် နှစ်ပုဒ်လုံး  
အတွက် အရေးအပါဆုံး စကားပိုဒ် အဖြစ်လည်း မှတ်ယူ  
နိုင်ပါတယ်။

## ဒုတိယရဲ့ လတ်သည်များ

“အသက်” နဲ့ လူလုပ်နေတာ မဟုတ်ဘူး၊ “အရှက်” နဲ့ လူလုပ်နေတာဆိုတဲ့ စကားနဲ့ အယူဝါဒ အတွက် အသက်ကို စွန့်လွှတ်ကြတဲ့ မြစ်ရပ်တွေကို ထောက်ဆကြည့်လိုက်ရင် “ဘဝ” ထက် ပိုပြီး အစွဲပြင်းတဲ့ ဘဝရဲ့ ဂုဏ်သိန်နဲ့ အယူဝါဒ၊ အကျင့် သိက္ခာတို့ကိုလည်း “ဝိဘဝ” အရထဲမှာ ထည့်သွင်းရမယ် ထင်ပါတယ်။

မဂဒါဝုန် တရားပွဲဟာ “တရားဦး” ဖြစ်တဲ့အတိုင်း “ပွဲဦး မလန်ရအောင်” အဘက်ဘက်က စနစ်တကျ သုံးသပ်ပြီး ဟောတော်မူတာ ဖြစ်လို့ နောင် (၄၅) ဝါ ပတ်လုံး ဟောတော်မူတဲ့ တရားအားလုံးကို ခြုံငုံမိရုံမျှမက စကားလုံးတိုင်းဟာလည်း ကျယ်ဝန်းတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ဆောင်နိုင်လောက်အောင် တိုကျဉ်း ထိမိလှတဲ့ အတွက် “ဩဇာဇုဏ်” အလွန်မြောက်ပါတယ်။



ဒုက္ခရဲ့ ဒီနောက်ဆုံးအလွှာဖြစ်တဲ့ “သံခိတ္တေန ပဉ္စပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ”ဆိုတဲ့ စကားကို ကျေကျေနပ်နပ် လက်ခံလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ဒုက္ခရဲ့ လက်သည်အစစ်ဟာ “ဥပါဒါန်”ဖြစ်တယ်ဆိုတာကိုလည်း ဘယ်လိုမှ ငြင်းဆန်စရာမလိုဘဲ လက်ခံပြီးသား ဖြစ်သွားစေပါတော့တယ်။

ဒီစကားပိုဒ်ဟာ ဒုက္ခသစ္စာ အတွက်သာ အရေးကြီးဆုံး ဖြစ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ မဇ္ဈိမလမ်းစဉ် တစ်ခုလုံး၊ တစ်နည်း ပြောရရင်တော့ သာသနာတော် တစ်ခုလုံးအတွက် အလွန်အရေးပါတဲ့ စကားပါ။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ပထမဆုံး ဥဒါန်းတော်မှာ ပါတဲ့ “ဒုက္ခခန္ဓာအိမ်ကို တည်ဆောက်တဲ့ လက်သည်အစစ်ကို ရှာမတွေ့နိုင်တဲ့အတွက် သံသရာကြောမှာ မောခဲ့လှပြီ၊ အခု လက်သည်အစစ်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိပြီ ဖြစ်တဲ့အတွက် နောက်ထပ် ဒုက္ခခန္ဓာအိမ်ကို ဆောက်လုပ်ခွင့် မရှိတော့” ဆိုတဲ့ စကားကို ကြည့်လိုက်ရင် ဘုရားအလောင်းတော်တို့ လေးသင်္ချေ ကမ္ဘာတစ်သိန်း ကြာအောင် ပါရမီ ဖြည့်ကျင့်ခဲ့ရတာတို့၊ ခြောက်နှစ်ပတ်လုံး ဒုက္ကရစရိယာ ကျင့်ခဲ့ရတာတို့ ဆိုတာ “ဒုက္ခရဲ့ လက်သည်” ကို ရှာနေရတာပါ။

မြတ်ဗုဒ္ဓ မပွင့်ပေါ်မီကစပြီး ဒီနေ့အထိ ဘာသာအယူဝါဒတွေ ကွဲပြားနေကာပာလည်း ဒုက္ခရဲ့ လက်သည်ကို သတ်မှတ်တဲ့ နေရာက ခွဲပြားနေခြင်းက အဓိက အကြောင်းရင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒုက္ခရဲ့ လက်သည်

အစစ်ကို မီးမောင်းထိုးပြလိုက်သလို ဖြစ်တဲ့ ဒီစကားရပ်ဟာ တခြားဝါဒလမ်းစဉ်များနဲ့ မဇ္ဈိမလမ်းစဉ်တို့ရဲ့ ခြားနားချက်ကို အထင်ရှားဆုံး သိမြင်စေနိုင်တဲ့ သင်္ကေတဖြစ်လို့ မဇ္ဈိမလမ်းစဉ် တစ်ခုလုံး (တစ်သာသနာတော်လုံး) အတွက် အရေးကြီးဆုံး စကားလို့ ဆိုရတာပါ။

“တဏှာနဲ့ ဥပါဒါန်” ဆိုတာ လိုချင်စွဲလမ်းမှု အားသေးတာနဲ့ အားကြီးတာပဲ ကွာပါတယ်။ ဒုက္ခရဲ့ လက်သည်များ ဖြစ်တဲ့အတွက် သစ္စာအရာမှာတော့ “သမုဒယ” လို့ သုံးပါတယ်။ တရားကိုယ် အနေနဲ့တော့ အားလုံးဟာ အာရုံကို လိုချင် တပ်မက် ဆာလောင်ခြင်း သဘောရှိတဲ့ “လောဘ” စေတသိက်ချည်းပါပဲ။

“တဏှာ” ဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ မူလအဓိပ္ပာယ်က “အာရုံဆာလောင်မှု” ဖြစ်ပါတယ်။ အိန္ဒြိယအနောက်တောင်ပိုင်းမှာ ရှိတဲ့ “အဂ္ဂန္တ” လိုဏ်ဂူမှာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို (မော်ဒန်ဆန်ဆန်) ရုပ်လုံးများနဲ့ သရုပ်ဖော်ထားရာမှာ “တဏှာ” ကို ဆိတ်ကျောင်းသားတစ်ယောက် သစ်ရွက်ခြောက်ကလေးတွေကို လိုက်ကောက်စားနေတဲ့ပုံနဲ့ ပြထားပါသတဲ့။ ဆာလွန်းတဲ့အတွက် ရရာကို အငမ်းမရ ကောက်စားနေတဲ့ သဘောပါ။ “ဆာတယ်” ဆိုတဲ့ အဆင့်က “တဏှာ” ဖြစ်ပြီး၊ “ငတ်တယ်” ဆိုတဲ့အဆင့် ရောက်လာတာကို “ဥပါဒါန်” လို့ ဆိုရပါလိမ့်မယ်။

ဒုက္ခရဲ့ လက်သည်ဖြစ်တဲ့ “သမုဒယ” သဘောကို

ခြုံငုံမိအောင် ဆိုရင်တော့ “တဏှာ” ကို “ချင်ခြင်းတပ်မှု” လို့ ပြောရင် ပိုပြီး အဓိပ္ပာယ်ပြည့်စုံပါလိမ့်မယ်။ “ချင်ခြင်း” ဆိုတာ “လိုချင်၊ ရချင်”တဲ့ သဘောချည်း မဟုတ်ပါဘူး။ လိုချင်တယ်၊ မလိုချင်ဘူး၊ ပေါင်းဆုံချင်တယ်၊ ဝေးကွာချင်တယ် စတဲ့ “ချင်” ဆိုတဲ့ ဥပါဒါန်စကားလုံးနဲ့ တွဲထားတာ မှန်သမျှ “ချင်ခြင်း” (သမုဒယ) ချည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း သမုဒယရဲ့ လက်ရာဖြစ်တဲ့ “ဒုက္ခသစ္စာ” မှာ “မုန်း ဆုံ၊ ချစ် ကွဲ၊ လိုတာ မရ” အားလုံးကို ဒုက္ခလို့ ဆိုထားတာပါ။

လောကကြီးကို တဏှာက ခြယ်လှယ် လှည့်စား တတ်ပုံနဲ့ ပတ်သက်လို့ သမုဒယသစ္စာမှာ ပြဆိုထားတာ ကတော့ တဏှာဟာ သူ့ကို မပယ်သတ်နိုင်သမျှ ဘဝ အသစ်အသစ် အထပ်ထပ် ဖြစ်စေတတ်တယ်။ သံသရာမှာ တစ်ဘဝပြီး တစ်ဘဝ ဖြစ်စေရုံ မကဘူး ဘဝတစ်ခုတည်း အတွင်းမှာပဲ လူကောင်းသူကောင်း ဘဝကနေ သူခိုးဘဝ၊ ဓားပြဘဝ၊ လူလိမ်လူညာ၊ မတရားသူ၊ ရက်စက်သူ၊ လောင်းကစားသူ စတဲ့ ဘဝအမျိုးမျိုးတွေ ဖြစ်နေရတာဟာ တဏှာရဲ့ လက်ချက်တွေချည်း ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

ပြီးတော့ “နန္ဒိရာဂသဟဂတာ = နှစ်သက်ခြင်း၊ စွဲလမ်းခြင်းတို့နဲ့ စွဲခြားမရအောင် တွဲကပ်နေတတ်တယ်” တဲ့။ တဏှာဆိုတာ တပ်စွဲခြင်းသဘောပါ။ သာမန်ဆိုးဆေး သဘောမျိုး တပ်စွဲတာက “နန္ဒိ” ပါ။ ချုပ်ဆေးနဲ့ မကျွတ်

အောင် ချုပ်ထားသလို တပ်စွဲတဲ့ သဘောကတော့ “ရာဂ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ နန္ဒီနဲ့တဏှာ၊ ရာဂနဲ့ ဥပါဒါန်ကိုဟာ သဘောချင်းအတူတူပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အကြိမ်ကြိမ် အငယ် ထပ် ဆိုးဆေးနဲ့ ဆိုးထားတဲ့အတွက် ချွတ်ဖို့ မလွယ်အောင် စွဲသွားတတ်တယ် လို့ ဆိုလိုတာပါ။

နောက်ဆုံး လှည့်စားတတ်တဲ့ သဘောကတော့ “တတြတတြာဘိနန္ဒီနီ = ဝဋ်နာ ကျနေစေဦးတော့၊ ဖြစ်ရာ ဘဝကိုပဲ နှစ်သက်တတ်တယ်” တဲ့။ လူတွေက တိရစ္ဆာန် တွေကို ဖြစ်စေ၊ လူလူချင်းမှာ ဒုက္ခနဲ့ နေသူက ဒုက္ခ အကြီး အကျယ် တွေ့နေသူကို ဖြစ်စေ၊ “လက်ရှိဘဝက လွတ် မြောက်ပြီး ချမ်းသာတဲ့ဘဝ ရောက်အောင် ‘ရော . . . ဟောဒီ ပစ္စည်းဝတ္ထုကိုယူပြီး ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုလိုက်၊ ပြီးရင် လက်ရှိဘဝကို စွန့်လွှတ်လိုက်’ လို့ ပြောကြည့်ပါ။ လက်မခံတဲ့အပြင် “ဒါဟာ ပြောင်စရာ၊ နောက်စရာလား” ဆိုပြီး ဓားနဲ့ ထ မခတ်ရင် ကံကောင်းပေါ့။

ဝေဒနာ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ခံစားနေရသူအတွက် ရှင်သန်ဖို့ မျှော်လင့်ချက် မရှိတော့ဘူး ဆိုတာ သိရင် ဒီ ဒုက္ခက မြန်မြန်လွတ်မြောက်အောင် ကူညီပေးလိုက်တာ ကောင်းတယ်” လို့ ယူဆသူများ သတိပြုရမယ့် အချက်ပါ။

ဇာတ်တော်ထဲမှာ “အဿက” ဆိုတဲ့ ဘုရင်ကြီး ဟာ သူ့မိဖုရားကြီးကို အလွန်မြတ်နိုးတယ်။ မိဖုရားကြီးက လည်း သူက လွန်လွန် ဖွဲ့နဲ့ဆန်ကွဲချည်းပဲလို့ သဘောထား

လိမ့်မယ် လို့လည်း ထင်မှတ်နေတယ် (ဒီလို ပြောထားဖူးလို့ ယုံကြည်နေတာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်)။ မိဖုရားကြီး ကွယ်လွန်တော့ အလောင်းကို မပစ်ရက်ဘူး ဆိုပြီး ဒီအတိုင်း ကြည့်နေတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ မိဖုရားကြီးက ပိုးစိမဘဝ ရောက်လို့ ပိုးစိဖိုနဲ့ ပျော်မွေ့နေပြီ။ ဒီအကြောင်း သိမြင် နိုင်စွမ်းရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ပြောပြတော့ မယုံဘူး။ လက်တွေ့ မေးကြည့်မယ်ဆိုပြီး မေးကြည့်တဲ့အခါ “အဿကဘုရင် ဆိုတာ သူ့နှလုံးသားထဲမှာ မရှိဘူး။ ခုနေပိုးစိဖိုမှာ ဝေဒနာ တစ်ခုခုဖြစ်လို့ အဿကဘုရင်ရဲ့ လည်ချောင်းသွေးနဲ့ ကုမှ အသက်ရှင်မယ် ဆိုရင်တောင် သူ့ကိုယ်တိုင် အဿက ဘုရင်ရဲ့ လည်ချောင်းသွေးကိုရအောင် ယူမယ်” လို့ပြန်ပြော တော့မှ ဘုရင်ကြီးလည်း “ရင်ဟာပြီး လွမ်းနာကျ မနေ တော့ဘဲ ရင်နာပြီး အလွမ်း ခဝါချ” သွားပါတော့သတဲ့။ “ဖြစ်ရာဘဝကိုပဲ နှစ်သက်တတ်တယ်” ဆိုတာ အဲဒါကို ပြောတာပါ။

ဒုက္ခရဲ့ လက်သည် တဏှာဟာ တစ်ဆင့်ထက် တစ်ဆင့် ပိုတန်ဖိုးထားတတ်ပြီး ပိုလည်း အစွဲပြင်းတဲ့ အဆင့်သုံးဆင့် ရှိပါတယ်။

(၁) စည်းစိမ်ဥစ္စာလို့ ခေါ်တဲ့ အာရုံငါးပါး ကာမဂုဏ် တရားတို့ကို တပ်မက်စွဲလမ်းတဲ့ ကာမတဏှာ အဆင့်၊

(၂) လက်ရှိ ဖြစ်တည်နေတဲ့ အသက်ခန္ဓာ (ဘဝ)

ကို စွဲလမ်းတဲ့ ဘဝတဏှာအဆင့်၊

(၃) ဘဝပြတ်မှ ဒုက္ခခပ်သိမ်း အေးမယ် လို့ ယုံကြည်သတ်မှတ်ပြီး ဘဝပြတ်မှု ဆိုတဲ့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိနဲ့ ယှဉ် တဲ့ အယူဝါဒနဲ့ ဘဝရဲ့ဂုဏ်သိန် အကျင့်သိက္ခာတို့ကို စွဲလမ်းတဲ့ ဝိဘဝတဏှာ အဆင့်တို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီတဏှာရဲ့ အာရုံသုံးဆင့်တို့နဲ့ ပက်သက်လို့ “တန်ဖိုးထားခြင်း” နဲ့ “စွဲလမ်းခြင်း” တို့ကို ရောထွေး နေတတ်ကြပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင် အလိုတော်အရ-  
ခြေလက်အင်္ဂါကို စောင့်ရှောက်ဖို့ ပစ္စည်းဥစ္စာကို စွန့်ရမယ်။

အသက်ခန္ဓာကို စောင့်ရှောက်ဖို့ ခြေလက်အင်္ဂါကို စွန့်ရမယ်။

ကိုယ်ကျင့်သီလကို စောင့်ရှောက်ဖို့ အသက်ခန္ဓာ ကို စွန့်ရမယ်လို့ ဆိုထားတဲ့အတွက် (ဝိသုဒ္ဓိမဂ် သီလ ကထာ) တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် တန်ဖိုးထားကြရမှာလည်း မှန်ပါတယ်။ တန်ဖိုးထားတယ် ဆိုတာ မပျက်စီးအောင် စောင့်ရှောက်ရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ “အသက်ခန္ဓာကို ငဲ့ကွက်ပြီးတော့လည်း ကိုယ်ကျင့်သီလ မပျက်စီးစေကြနဲ့” လို့သာ ဆိုလိုပါတယ်။ တဏှာ ဒိဋ္ဌိ တို့နဲ့ စွဲလမ်းရမယ်လို့ ဆိုလိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဒီတဏှာသုံးဆင့်မှာ “ကာမတဏှာ၊ ဘဝတဏှာ” တို့နဲ့ ပက်သက်လို့ အဋ္ဌကထာ အစရှိတဲ့ ဆရာတို့ရဲ့

ဖွင့်ဆိုချက်များကို သဘောပေါက်လွယ်ကြပေမယ့် “ဝိဘဝတဏှာ” ကို “ဘဝပြတ်မှုကို စွဲလမ်းခြင်း” လို့ ဖွင့်ဆိုတာနဲ့ ပက်သက်လို့ မိမိကိုယ်တိုင် ဘဝင်မကျနိုင်တဲ့ အချက် နှစ်ချက် ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။

ပထမအချက်က ဘဝထက် ဘဝပြတ်မှုကို ဘာကြောင့် ပိုပြီး စွဲလမ်းမလဲ ဆိုတာရယ်၊ နောက်တစ်ချက်က ဘဝပြတ်မှုဆိုတဲ့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ စွဲလမ်းမှုကို “ဝိဘဝတဏှာ” ခေါ်တယ် ဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ရေရေရာရာ သက်ဝင် ယုံကြည်သူတိုင်းမှာ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ အယူမရှိတဲ့အတွက် “ဝိဘဝတဏှာ” ဆိုတာ မရှိဘူးလို့ ဆိုနိုင်ပါသလား ဆိုတဲ့ အချက်များ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီ သံသယနှစ်ခုနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဒေးဒရဲ နိကာယ် သင်တန်းမှာ ဆရာတော်များကို လျှောက်ထားကြည့်တဲ့ အခါ တောင်တွင်းကြီး နတ်မှီတောရ ဆရာတော်ကြီးက-

“ဘဝပြတ်မှုကို တောင့်တတယ်” ဆိုတာ “ဘဝပြတ်မှ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းမယ်” လို့ ယုံကြည်တဲ့ အယူဝါဒစွဲပါပဲ။ ဓမ္မစကြာမှာ ပါတဲ့ “အတ္တကိလမထာ နုယောဂ” ဆိုတာ လည်း ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ “အတ္တ” ကလေး ရှိတယ်။ ဒီ “အတ္တ” ကလေးဟာ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ မမွေ့လျော်တော့ဘဲ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ပြတ်စဲသွားမှ မူလပရမတ္ထကြီးနဲ့ ပြန်ပေါင်းမိပြီး ထာဝရချမ်းသာကို ရရှိမယ်ဆိုတဲ့ ခံယူချက်နဲ့ “အတ္တ” ကို ညှဉ်းပန်းတဲ့ အကျင့်ကို ကျင့်တာပါ။ ဘုရားရှင်လက်ထက်

က အယူဝါဒတွေထဲမှာ ဒီအယူဝါဒဟာ အထင်ရှားဆုံးနဲ့ အစွဲအပြင်းဆုံး ဖြစ်လို့ “ဝိဘဝ” အရ ထုတ်ပြလိုက်တာပါ။ အတိုချုပ်ကတော့ အယူဝါဒစွဲ၊ ဓလေ့စွဲပါပဲ” လို့ရှင်းပြပါတယ်။

ဒါဆိုရင် “ဒီနေ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေမှာ အဲဒီလို အယူဝါဒစွဲ မရှိတဲ့အတွက် “ဝိဘဝတဏှာ” ဆိုတာ မရှိဘူးလို့ ဆိုရမလား” ဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်လို့တော့ တဏှာ သုံးမျိုးတို့ရဲ့ တစ်ခုထက်တစ်ခု ပိုပြီး အစွဲပြင်းပုံကို သဘောပေါက်ဖို့ လိုပါတယ်။ “ဘဝ” (အရပ်သုံးစကားနဲ့ ပြောရရင်တော့ “အသက်” ) ထက် ပိုပြီး လူတွေ အစွဲပြင်းတဲ့ အရာကို “ဝိဘဝ” လို့ ယူရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘဝထက် တန်ဖိုးထား အစွဲပြင်းတဲ့အရာ ဆိုတာ -

လောကမှာ ပြောနေကြတဲ့ “အသက်” နဲ့ လူလုပ်နေတာ မဟုတ်ဘူး။ “အရှက်” နဲ့ လူလုပ်နေတာ ဆိုတဲ့ စကား၊ ဂုဏ်သိက္ခာနဲ့ အယူဝါဒအတွက် အသက်ကို စွန့်လွှတ်သွားကြတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေကို ထောက်ကြည့်မယ်ဆိုရင် “ဘဝရဲ့ ဂုဏ်သိန်၊ အယူဝါဒ၊ အကျင့်သိက္ခာတို့ကို လည်း “ဝိဘဝ” အရ ကောက်ယူရမှာပါ။ ဒီလို ယူလိုက်ရင် ပုထုဇဉ်မှန်သမျှ တဏှာ သုံးမျိုးလုံးနဲ့ မကင်းကြဘူး ဆိုတာ ထင်ရှားပါလိမ့်မယ်။

“ဒီလိုဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ အနေနဲ့ မိမိတို့ စောင့်ထိန်းထားတဲ့ သီလသိက္ခာကို စွဲလမ်းတာကော ဝိဘဝ



တဏှာပဲလား” လို့ မေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။  
အဖြေကတော့ ပဋ္ဌာန်းပါဠိတော်၊ အာရမ္မဏပစ္စည်းမှာ-

ဒါနံဒတွာ သီလံ သမာဒိယိတွာ ဥပေါသထ  
ကမ္မံကတွာ အဿာဒေတိ စသည်ဖြင့် ဟောတော်မူ  
ထားတာ ရှိပါတယ်။ “မိမိ ပြုထားတဲ့ ဒါန၊ ဆောက်တည်  
ထားတဲ့ သီလ၊ ကျင့်သုံးထားတဲ့ ဥပုသ်တို့ကို အာရုံပြုပြီး  
သာယာနှစ်သက်ရင် ရာဂဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာ စတဲ့ အကုသိုလ်  
တရားစုသာ ဖြစ်တယ်” လို့ ဆိုတာပါ။

မဟာပရိနိဗ္ဗာနသုတ် ဓမ္မဒါယာဒ တရားမှာလည်း  
သီလနဲ့ ပတ်သက်လို့ “ဝိညူပသဋ္ဌေဟိ အပရာ မဋ္ဌေဟိ=  
ပညာရှိတို့ ချီးမွမ်းထိုက်၊ တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် မှားယွင်းစွာ  
မသုံးသပ် (မစွဲလမ်း)တဲ့ သီလ ဖြစ်မှသာ အပါယ်ဒုဂ္ဂတိ  
ဘေးက ကင်းဝေးနိုင်တယ်။ အရိယာပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်နိုင်တယ်”  
လို့ ဟောညွှန်ထားပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဘယ်အကျင့်သီလကို မဆို တဏှာဒိဋ္ဌိ  
တို့နဲ့ မှားယွင်းစွာ စွဲလမ်းသုံးသပ်တာဟာ ဝိဘဝတဏှာ  
လို့ပဲ ဆိုရမှာ ဖြစ်ပြီး၊ တဏှာမှန်သမျှဟာလည်း ဒုက္ခရဲ့  
အကြောင်းရင်း လက်သည်များချည်းသာ ဖြစ်တယ် လို့သာ  
မှတ်ယူရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သီလကို သာယာနှစ်သက်စွဲလမ်းတာနဲ့ သုံးသပ်  
ဆင်ခြင်တာ မတူဘူး ဆိုတာကိုလည်း သဘောပေါက်ကြရ  
ပါလိမ့်မယ်။

## မဇ္ဈိမ ချဉ်းကပ်လမ်း

နောက်ဆီရင် ဘယ်ဘုန်းကြီးနဲ့ တွေ့တွေ့. “တပည့်  
တော် နိဗ္ဗာန်ကို မလိုချင်သေးလို့ လိုချင်အောင် တရား  
ဟောပေးတော်မူပါ” လို့ အရင် ဧည့်သည်က ရမယ် ကောကြီး။  
[ အဘိဓမ္မ မဟာရဋ္ဌဂုရု မစိုးရိမ် ဆရာတော်ကြီး ]

မစိုးရိမ် ဆရာတော်ကြီး ရန်ကုန် တာဝါလိန်းခြံမှာ  
သီတင်းသုံးနေတုန်းက မဟာစည် ဆရာတော်ကြီးနဲ့  
ကမ္မဋ္ဌာနာ စရိယ နာယကများ ဆရာတော်ကြီးထံ  
လာရောက် ဖူးမြော် ကန်တော့ကြပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက  
မဟာစည် ဆရာတော်ကိုယ်တိုင် ဟောကြား ရေးသားတဲ့  
“နိဗ္ဗာန်ဆိုင်ရာ တရားတော်ကြီး” စာအုပ်ကိုလည်း လှူဒါန်း  
ပါတယ်။ ဆရာတော်ကြီးက “နိဗ္ဗာန်ကို လိုချင်အောင်  
ဟောထား ရေးထားချက်များကော ပါရဲ့လား” ဆိုတာ  
မေးတဲ့အခါ မဟာစည် ဆရာတော်က “နိဗ္ဗာန်အကြောင်း

ရေးမှတော့ နိဗ္ဗာန်ကို လိုချင်အောင် ရေးပြထားတဲ့ အချက် အလက်များလည်း ပါပါတယ် ဘုရား” လို့ လျှောက်ထား ပါတယ်။

ဆရာတော်ကြီးက သူ ကြုံခဲ့ဖူးတဲ့ စာရင်းစစ် ဒကာကြီးတစ်ယောက် နိဗ္ဗာန်ကို လိုချင်တဲ့အတွက် တရား ဟောပေးဖို့ တောင်းပန်လို့ “နိဗ္ဗာန်ကို တကယ် လိုချင် ရဲ့လား” ဆိုတာ မေးတော့ “နိဗ္ဗာန်သာ ရမယ်ဆိုရင် တခြား ဘာမှ မလိုချင်ပါဘူး၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်အောင်သာ တရားဟော ပေးတော်မူပါ” လို့ပဲ ထပ်ပြီး ပူဆာပြန်တယ်။ “ဒါနဲ့ အခု ဒကာကြီး နိဗ္ဗာန်ရဖို့ လည်ပြီး ရှာနေတာလား၊ ငွေရဖို့ လည်ပြီးရှာနေတာလား” လို့မေးတော့ဒကာကြီးက ပြုံးစိစိနဲ့ “အမှတ်တမဲ့ ပြောမိတာ ခွင့်လွှတ်ပါဘုရား၊ ငွေနဲ့နိဗ္ဗာန် နှစ်မျိုးတည်း ဆိုရင်တော့ နိဗ္ဗာန်ကို မလိုချင်ပါဘူး၊ ငွေကို လိုချင်ပါတယ်” လို့ လျှောက်ထားပါတယ်။

ဆရာတော်ကြီးက “အဲ ... အဲ ... ဒါမှ မှန်တယ်၊ နောက်ဆိုရင် ဘယ်ဘုန်းကြီးနဲ့ တွေ့တွေ့ ‘တပည့်တော် နိဗ္ဗာန်ကို မလိုချင်သေးလို့ လိုချင်အောင် တရားဟောပေး တော်မူပါ’ လို့ အရင် လျှောက်ထားရမယ် ဒကာကြီး လို့ တိုက်တွန်းခဲ့ရဖူးတယ်။ ခက်တာက တကယ် မလိုချင်သေး ဘဲနဲ့ လိုချင်တယ်လို့ ထင်နေကြတယ်” လို့ မိန့်ကြားပါ တယ်။(မစိုးရိမ် ထေရုပ္ပတ္တိ-၁၉၆)။

ဒကာကြီး ပြန်လျှောက်ထားတဲ့ အထဲမှာ “ငွေနဲ့

နိဗ္ဗာန် နှစ်မျိုးတည်း ဆိုရင်တော့”ဆိုတဲ့ စကားက နှစ်မျိုးတည်း ရှိတာ ဆိုရင်တော့ ငွေကိုပဲ ယူမယ်၊ ခက်နေတာက ငွေဆိုတာ သူချည်းသန့်သန့်တည်နေတဲ့ အမျိုးမဟုတ်ဘဲ နောက်ဆက်တွဲ သောက ပရိဒေဝ စတဲ့ အကျိုးဆက်တွေ တသိကြီး ပါလာစမြဲ ဖြစ်လို့ နိဗ္ဗာန်ကို တောင့်တမိတာပါ လို့လည်း ဝန်ခံလိုတဲ့ သဘောပါနေပါတယ်။

အခုတော့ နိဗ္ဗာန် လိုချင်အောင် ဟောပြောတဲ့ ဆရာတော်တွေ များလာပြီ ဖြစ်သလို နိဗ္ဗာန်ကို (သူတို့ အပြောအရ) တကယ်လိုချင်သူတွေလည်း များလာပြီလို့ပဲ ထင်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို တကယ် လိုချင်သူတို့ လျှောက်ရ မယ့်လမ်းက “မဇ္ဈိမပဋိပဒါ = အလယ်လမ်း ကျင့်စဉ်” လို့ ခေါ်တဲ့ စတုတ္ထမြောက်သစ္စာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပါတယ်။

မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို ကျင့်စဉ်သိက္ခာအရ ပေါင်းလိုက် ရင် ပထမဆုံး မဂ္ဂင်နှစ်ပါးက “ပညာသိက္ခာ”၊ အလယ်မဂ္ဂင် သုံးပါးက “သီလသိက္ခာ”၊ နောက်ဆုံး မဂ္ဂင်သုံးပါးက “သမာဓိသိက္ခာ” ဆိုတာ သိပြီးကြပါပြီ။ ကျင့်စဉ်အရ ဆိုရင် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာလို့ ဖြစ်ပေမယ့် ဟောစဉ်မှာ ပညာ၊ သီလ၊ သမာဓိ လို့ ဖြစ်နေတာကိုလည်း သတိထားမိ ကြမယ် ထင်ပါတယ်။ ဒီလို ဟောတော်မူရတာဟာ ပညာ သိက္ခာကို ရှေးဦးစွာ နာယူသိ အဖြစ်နဲ့ သိပြီးမှ သီလ၊ သမာဓိတို့ ပိုမိုစင်ကြယ်တိုးတက်မှာ ဖြစ်လို့ ပညာသိက္ခာကို သီလသိက္ခာရဲ့ ရှေ့က ထားဟောရကြောင်း အရင်က ရေးခဲ့

ပြီးပါပြီ။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ကတော့ “သီလ နဲ့ ပညာဟာ လက်နှစ်ဖက်နဲ့ တူတယ်၊ လက်တစ်ဖက် စင်ကြယ်ရင် တခြားလက်တစ်ဖက်ကို စင်ကြယ်အောင် ဆေးကြောနိုင် သလို သီလကလည်း ပညာကို စင်ကြယ်စေနိုင်တယ်၊ ပညာကလည်း သီလကို စင်ကြယ်စေနိုင်တယ်။ သီလ ရှိမှ ပညာရှိမယ်၊ ပညာရှိမှ သီလ ရှိမယ်” လို့ ဟောတော်မူ ပါတယ် (ဒီ၊ ၁။ ၁၁၇၊ သောဏဒဏ္ဍသုတ်)။ ဒါကြောင့် သီလစင်ကြယ်ရေးအတွက် ပညာကို ရှေးဦးစွာ ဟောတော် မူရတယ်။ သိက္ခာအစဉ်မှာ ပညာသိက္ခာကို နောက်ဆုံးပြရ တာကတော့ နောက်ဆုံး ပြည့်စုံရမယ့် သိက္ခာက ပညာ သိက္ခာ ဖြစ်လို့ပါ။

ဒီနေ့ တရားအားထုတ်နေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တော် တော် များများက “မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးမှာ တကယ် အလုပ်လုပ် နေတာ သမာဓိမဂ္ဂင် သုံးပါးနဲ့ ပညာမဂ္ဂင်နှစ်ပါး၊ ပေါင်း ဒီငါးပါးနဲ့ တရားအလုပ် လုပ်နေရတယ်” လို့ သိကြ ပြောကြ ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ယတ္ထ သီလံ တတ္ထ ပညာ၊ ယတ္ထ ပညာ တတ္ထ သီလံ=သီလရှိမှ ပညာရှိမယ်၊ ပညာရှိမှ သီလရှိမယ်၊ သီလနဲ့ ပညာကို အမြတ်ဆုံးလို့ ဆိုရမယ် လို့ အထက်ပါသုတ်မှာ ဟောထားတဲ့အတိုင်း သီလသိက္ခာ မပါဘဲ ကျန်တဲ့သိက္ခာ မတိုးပွားနိုင်ပါဘူး။ အမှန်က မဇ္ဈိမ လမ်းစဉ်ကို ကျင့်သုံးမယ် ဆိုကတည်းက

သီလသိက္ခာက အိမ်ရှင်သဖွယ် စင်ကြယ်နေစေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မှန်ပါတယ်။ ဉာဏ်ပညာ အလွန်ထက်မြက်တဲ့ သန္တတိအမတ်ကြီးဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားကို မနာရမီ အထိ မူးယစ် သောက်စားနေခဲ့ပေမယ့် တရားနာယူပြီးလို့ အမှားနဲ့အမှန်ကို ခွဲခြားသိလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အဲဒီ အသိပညာက သီလကို စင်ကြယ်သွားစေပါတယ်။ “မကောင်းတဲ့အလုပ် ဖြစ်လို့ နောက် ဘယ်တော့မှ မလုပ် တော့” လို့ ယတိပြတ် ဆုံးဖြတ်လိုက်တဲ့ အချိန်မှာ သီလ လည်း စင်ကြယ်သွားတာပါ။ “နောင် လုံးဝ မလုပ်တော့ ပါဘူး” ဆိုတဲ့ ယတိပြတ်ဆုံးဖြတ်မှု (အာယတိ သံဝရ စေတနာ ခေါ်ပါတယ်) မပါဘဲနဲ့တော့ ပါးစပ်က ဝန်ခံရုံနဲ့ သီလမစင်ကြယ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ရှေးဆရာတော်ကြီးများ က အာပတ်ဖြေခြင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ “သံဝရ အာယတိ မပါလျှင်၊ ခါအကြိမ်တစ်ရာ ကြားသော်လည်း၊ လားလား မှ မပြေ” လို့ မိန့်တော်မူတာပါ။

သီလကို အိမ်ရှင်သဖွယ်ဖြစ်အောင် အဆင့်ဆင့် တည်ဆောက်ပုံနဲ့ ပတ်သက်လို့ အင်္ဂုတ္တိုရ် ဒသကနိပါတ် အဝိဇ္ဇာသုတ်မှာ စနစ်တကျ ဟောထားတော်မူပါတယ်။ ဒီလို တည်ဆောက်ခြင်းဟာ မဇ္ဈိမလမ်းမှာ သမာဓိသိက္ခာ၊ ပညာသိက္ခာများ တိုးပွားအောင် ကျင့်သုံးနိုင်ရေးအတွက် ကူညီပေးတဲ့ လမ်းစဉ်ဖြစ်လို့ “မဇ္ဈိမ ချဉ်းကပ်လမ်း”

လို့လည်း ဆိုနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီ အဆင့်ဆင့်ကတော့ -

(၁) သပ္ပရိသ သံသေဝ = သူတော်ကောင်းတို့ကို ဆည်းကပ်မှီဝဲခြင်း။ “သံသေဝ” ဆိုတာ သာမန် ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံတာမျိုးကို ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ နည်းနာခံယူဖို့ အတွက် ဆရာအဖြစ် ခံယူသဘောထားတာကို ပြောတာပါ။ ရှေးသူဟောင်းတို့က “မှီဝဲတယ်” လို့ သုံးပါတယ်။ အစား အစာ စသည်ကို မိမိခန္ဓာကိုယ်တွင်း ရောက်အောင် စား သုံးတာကိုလည်း “မှီဝဲတယ်” လို့ပဲ သုံးပါတယ်။ မိမိရဲ့ အတွင်းသန္တာန်ကို တစ်စုံတစ်ရာ အထောက်အပံ့ ဖြစ်အောင် ရယူတဲ့ သဘောလို့ နားလည်မိပါတယ်။

(၂) သူတော်ကောင်းကိုမှီဝဲဆည်းကပ်မှုပြည့်ဝရင် သူတော်ကောင်းစကားကို မှတ်သားနာယူခွင့် ရပါတယ်။ သူတော်ကောင်း ဆိုတာ မိမိကိုယ်တိုင် မှန်ကန်အကျိုးရှိတဲ့ အမှုကိုသာ ပြုလေ့ရှိသလို သူတစ်ပါးတို့ကိုလည်း မှန်ကန် အကျိုးရှိအောင် ပြောဆိုညွှန်ပြလေ့ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ခေါ်တာပါ။ သူတော်ကောင်းစကား ဆိုတာလည်း ကောင်းကံ၊ ဆိုးကံနဲ့ ကောင်းကျိုး ဆိုးပြစ်တို့ကို ခွဲခြမ်း ဝေဖန် သွန်သင်တဲ့ စကားပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

(၃) စစ်မှန်တဲ့ သူတော်ကောင်းစကား နားရည် ဝတဲ့အခါ စစ်မှန်တဲ့ သဒ္ဓါတရားကို ဖြစ်ပေါ်စေပါတယ်။ စစ်မှန်တဲ့ သဒ္ဓါတရား မဖြစ်ပေါ်စေရင် မိမိ နာယူမှတ်သား ထားတဲ့ စကားဟာ (မိမိက ဘယ်လိုပဲ နှစ်သက်လက်ခံ

ထားပေမယ့်) သူတော်ကောင်းစကား မဟုတ်ဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ စစ်မှန်တဲ့ သဒ္ဓါတရား ဆိုတာ အဓိကအားဖြင့် ကံနဲ့ ကံရဲ့အကျိုးကို အပြည့်အဝ လက်ခံယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားဖြစ်ပါတယ်။ ကံနဲ့ ကံရဲ့အကျိုးကို လက်ခံယုံကြည်မှု မဟုတ်တဲ့ ဘယ=ကြောက်လို့၊ လာဘ=မျှော်လင့်ချက် တစ်ခုခု ထားလို့၊ ကုလာစာရ = အမျိုးအနွယ် ဓလေ့ထုံးစံ ဖြစ်လို့ ဆိုတဲ့ ခံယူချက်မျိုး၊ မှားယွင်းတဲ့ ခံယူချက်မျိုးနဲ့ ယုံကြည်တာဟာ သဒ္ဓါတရားအစစ် မဟုတ်ပါဘူး။

အတိုချုပ်သဘော ပေါက်ထားဖို့ကတော့ ရှေ့ရှေ့အဆင့်တွေဟာ နောက်နောက်အဆင့်တွေကို အထောက်အကူ မပြုရင်၊ နောက်နောက်အဆင့်တွေနဲ့ ဆန်ကျင့်ဘက် ဖြစ်နေရင် မစစ်မှန်ပါဘူး၊ နောက်နောက် အဆင့်တွေကို အထောက်အကူ ပြုမှသာ စစ်မှန်တယ် ဆိုတာပါပဲ။

ဒီ တတိယဆင့်ဖြစ်တဲ့ “သဒ္ဓါတရားဖြစ်ပေါ်မှု” ဟာ မိမိသန္တာန်မှာ နံဘေးက ပထမဆုံး နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ရောက်ရှိလာတဲ့ တရားဖြစ်လို့ လူတစ်ယောက်ရဲ့ ပထမဆုံး မိတ်ဆွေရင်း တစ်ဦးသဖွယ် အရေးကြီးပါတယ် (သဒ္ဓါသုတ်)။ မိတ်ဆွေကောင်းရင် ဘဝနောက်ရေး ကောင်းမွန်စေပြီး၊ မိတ်ဆွေညံ့ရင် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ညံ့ဖျင်းသွားစေနိုင်တဲ့အတွက် ဘဝရဲ့ အရေးအကြီးဆုံး အချိုးအကွေ့ တစ်ခုလည်း ဖြစ်ပါတယ်။



(၄) စစ်မှန်တဲ့ သဒ္ဓါတရားနဲ့ ပြည့်စုံရင် “ယောနိ သော မနသိကာရ = စိတ်ကောင်းထားတတ်မှု”နဲ့ ပြည့်စုံလာပါတယ်။ ဒါဟာ မိမိပေါင်းသင်းတဲ့ သဒ္ဓါမိတ်ဆွေဟာ အစစ်လား၊ အတုလား ဆိုတာ ချင့်ချိန်စဉ်းစားဖို့အတွက် အရေးအကြီးဆုံး “စံ” ပါပဲ။ စိတ်ကောင်း မဖြစ်ပေါ်စေရင် သဒ္ဓါစစ် မဟုတ်ဘူးလို့သာ ဆုံးဖြတ်ရမှာပါ။ အရပ်ထဲမှာ တော့ တစ်ဖက်ကကြည့်ရင် “သဒ္ဓါတရား ကောင်းတယ်” လို့ ထင်ရသလို တစ်ဖက်က ကြည့်ရင်လည်း ကိုယ်ကျိုး ကြည့်လွန်းတယ်၊ အမြတ်ကြီး စားလွန်းတယ်၊ အတ္တ၊ မာန် မာန၊ ဣဿာ မဇ္ဈိယ များတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကိုလည်း တွေ့ကောင်း တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ ဓမ္မသဘောအရ (ဓမ္မဓိဋ္ဌာန် ကျကျ) ဆုံးဖြတ်ရာမှာ ကာယကံ၊ ဝစီကံတို့ ဆိုတာ သရုပ်ဆောင်များသာဖြစ်ပြီး မနောက်လို့ခေါ်တဲ့ စေတနာက ဒါရိုက်တာကြီးပါ။ (မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ ဓမ္မာ)။ ဘဝ ဇာတ်ထုပ်ရဲ့ ဇာတ်သိမ်းခန်းကို “စေတနာ” ဒါရိုက်တာကသာ အဆုံးအဖြတ်ပေးမှာ ဖြစ်ပါတယ် (စေတနာဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ)။ “စေတနာ” ဆိုတာ သံသရာ ဇာတ်လမ်းရှည်ကြီး တစ်ခုလုံးရဲ့ ဇာတ်ညွှန်းဆရာကြီးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ (ထုတ်လုပ်သူ ပရိဂျူဆာက အဝိဇ္ဇာနဲ့ တဏှာပါ)။ ဒါကြောင့် သဒ္ဓါကောင်းသူ ဟုတ်၊ မဟုတ် ဆိုတာ စိတ်စေတနာ သဘောထား အမှန်ကို ကြည့်ပြီး ဆုံးဖြတ်မှသာ မှန်ပါလိမ့်မယ်။

သဒ္ဓါ နဲ့ စိတ်ကောင်း

“စိတ်ကောင်း” ဆိုတာ အရပ်ထဲက သိမှတ်ထားသလို အပြော ကောင်းတာ၊ ဆက်ဆံရေး ကောင်းတာ လောက်ကို ဆိုလိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်ကောင်းကို သိဖို့အတွက် “မကောင်းတဲ့ စိတ်ထား” ကို အရင်ဆုံး သဘောပေါက်သင့်ပါလိမ့်မယ်။ အကြမ်းဖျင်းကတော့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာန်မာန၊ ဣဿ မစ္ဆရိယ စတဲ့ တရားတွေနဲ့ ယှဉ်နေတဲ့ စိတ်ထားဟာ မကောင်းတဲ့ စိတ်ထားပါပဲ။

အာရုံတစ်ခုခုကို မရနိုင်မှန်းသိပေမယ့် လိုချင်တဲ့ လောဘဖြစ်မယ်၊ မလွဲမရှောင်သာ တွေ့ကြုံရမယ်မှန်း သိလျက်နဲ့ မကျေနပ်ဘူးဆိုတဲ့ ဒေါသဖြစ်မယ်၊ သူ ရတာကိုယ်မနာလို၊ ကိုယ်ရတော့ သူများ မပေးလိုဆိုတဲ့ ဣဿာ မစ္ဆရိယဖြစ်မယ်။ လုပ်ပေါက် လုပ်လမ်းလေး တည့်နေတော့ မာန်မာနတက်မယ်၊ ဉာဏ်နဲ့လုံ့လမစိုက်ထုတ်ဘဲ လောကကို အပြစ်တင်ပြီး စိတ်ဓာတ်ကျနေတယ် ဆိုတာတွေဟာ မကောင်းတဲ့ စိတ်ထားတွေပါပဲ။

စစ်မှန်တဲ့ သဒ္ဓါတရား (ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ နဲ့ တွဲတဲ့သဒ္ဓါ) ရှိသူကတော့ ကောင်းဆိုးနှစ်တန် လောကဓံ ဆိုတာ ကိုယ်ပြုခဲ့တဲ့ ကောင်းကံ၊ ဆိုးကံတို့ရဲ့ အခွင့်အလှည့် အားလျော်စွာ တဒင်္ဂ ကြုံတွေ့ရမှုသာ ဖြစ်တယ် ဆိုတာကို လက်ခံနိုင်တဲ့အတွက် သင့်တင့် မျှတတဲ့စိတ်ထား (ယောနိ

သော မနသိကာရ) နဲ့ လက်ခံပြီး စိတ်ကောင်း ထားတတ်ကြပါတယ်။

(၅) ယောနိသော မနသိကာရ (စိတ်ကောင်းထားမှု) နဲ့ ပြည့်စုံရင် “သတိသမ္ပဇေ = သတိထားဆင်ခြင်မှု” နဲ့ ပြည့်စုံပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ သတိသမ္ပဇေဆိုတာ သတိပဋ္ဌာနမှာ ပါတဲ့ “သတိ” နဲ့ မတူတတ်ပါဘူး။ ဒီမှာထားတဲ့ “သတိ” ဆိုတာ ဘယ်အရာမဆို အလျင်စလို စိတ်လိုက်မာန်ပါ မပြောမိ၊ မပြုမိစေဘဲ မိမိ သူတစ်ပါး နှစ်ဦးသားတို့အတွက် အကျိုးရှိ၊ အကျိုးမဲ့ကို စိစစ်သုံးသပ်ပြီး အကျိုးရှိရာကိုသာ ရွေးချယ်တဲ့ “သတ္တကသမ္ပဇေ”၊ လောကစည်း၊ ဓမ္မစည်းအရ ခွင့်ပြုနိုင်လောက်အောင် လျော်ကန်သင့်မြတ်မှု ရှိမရှိ ဆင်ခြင်တဲ့ “သပ္ပါယသမ္ပဇေ”၊ တွေ့ကြုံသမျှ အာရုံအပေါ်မှာ သတိ ရှေ့သွားနဲ့ သုံးသပ်ဆင်ခြင်တဲ့ “ဂေါစရသမ္ပဇေ”၊ ဘယ်အရာမဆို ဆိုင်ရာ အကြောင်းတရားများ စုပေါင်းဆောင်ရွက်နေခြင်းသာ ဖြစ်ပြီး ငါ သူတစ်ပါး စတဲ့ အတ္တဆန်မှု လုံးဝ ဖြစ်စရာ မရှိပုံကို ဆင်ခြင်တဲ့ “အသမ္မောဟသမ္ပဇေ” ဆိုတဲ့ သတိသမ္ပဇေ လေးပါးနဲ့အညီ ပြောဆိုပြုမူလေ့ ရှိတာကို ဆိုလိုတာပါ။ (ရှေ့မှာ သတိပဋ္ဌာန်ကို သီးခြားဆိုလတ္တံ့ ဖြစ်လို့ ပါပဲ။)

(၆) အရာရာကို သတိ ရှေ့သွားနဲ့ ဆင်ခြင်မှု အလေ့အကျင့် ပြည့်ဝလာတဲ့အခါ “ဣန္ဒြိယသံဝရ=ဣန္ဒြေ

၆-ပါးလုံခြုံအောင် စောင့်စည်းနိုင်လာပါတယ်။ မျက်စိနဲ့ အဆင်း၊ နားနဲ့အသံ စသည် တွေဆုံမှုကို အကြောင်းပြုပြီး မတော်မတရား လိုချင်မှု၊ ပြစ်မှားမှုမျိုး မဖြစ်အောင် စောင့်ထိန်းနိုင်လာတယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ ဒီလိုစောင့်ထိန်းနိုင်လာတာကို “ဣန္ဒြေ ငြိမ်သက်တယ်” လို့လည်း ခေါ်ကြပါတယ်။ “ငြိမ်းငြိမ်းနေချင် ငြိမ်ငြိမ်နေ၊ ငြိမ်ငြိမ်နေမှ ငြိမ်းငြိမ်းနေရ၊ ငြိမ်ငြိမ်မနေက ငြိမ်းငြိမ်းမနေရ” ဆိုတဲ့ စကားဟာ ဣန္ဒြေငြိမ်ဖို့ ပြောတာပါ။ ပြုမှားမိသမျှ မကောင်းမှုများ ဆိုတာ ဣန္ဒြေကို ငြိမ်အောင် မစောင့်ထိန်းနိုင်ကြလို့ချည်းပါပဲ။

(၇) ဣန္ဒြေကို ငြိမ်အောင် စောင့်ထိန်းနိုင်ခဲ့ရင် “တိဏိ သုစရိတာနိ ပရိပူရေတိ = သုစရိက်သုံးပါးနဲ့ ပြည့်စုံပါတယ်”။ အကြံမှား၊ အပြောမှား၊ အပြုမှားတွေ ကင်းစင်ပြီး အကြံမှန် (မနောသုစရိက်)၊ အပြောမှန် (ဝစီသုစရိက်)၊ အပြုမှန် (ကာယသုစရိက်) တို့နဲ့ ပြည့်စုံ သွားမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒီလို ပြည့်စုံတာကိုပဲ သီလသိက္ခာနှင့် ပြည့်စုံတယ်လို့ ဆိုရပါတယ်။

“ဒီအဆင့်နဲ့ ပြည့်စုံခဲ့ရင် သတိပဋ္ဌာန်တရား လေးပါးနဲ့ ပြည့်စုံနိုင်ပြီ” လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတော်မူပါတယ်။ မဂ္ဂသစ္စာရဲ့ လုပ်ငန်းဖြစ်တဲ့ သမာဓိသိက္ခာ၊ ပညာသိက္ခာတို့ တိုးပွားစေနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းနဲ့ ပြည့်စုံပြီလို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။ သမာဓိသိက္ခာ ဆိုတာ သီလသိက္ခာနဲ့ ပညာ

မွေ့သောရီ အရှင်ဝိရိယ(တောင်စွန်း)

၅၇

သိက္ခာတို့ အပြန်အလှန် ကျေးဇူးပြုအောင် ကြားခံအဖြစ်နဲ့ ဆက်စပ်ပေးတဲ့ သိက္ခာပါ။ “သီလရှိမှ သမာဓိ ရှိမယ်၊ သမာဓိရှိမှ ပညာနဲ့ ပြည့်စုံနိုင်မယ်” ဆိုတာ ဘုရားရှင်တို့ရဲ့ အဆုံးအမ ကျင့်စဉ်များပါပဲ။ “အပြစ်ကင်းတော့ စိတ် အနှောင့်အယှက် ကင်းတယ်၊ စိတ်အနှောင့်အယှက် ကင်းတော့ အမြင်ရှင်းပြီး အသိမှန်တယ်”လို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။

အထက်မှာ ပြောခဲ့တဲ့ သန္တတိအမတ်ကြီး ဆိုတာ လည်း ဘုရားရှင်နဲ့ တွေ့ချိန်ကစပြီး အခုပြောခဲ့တဲ့ အဆင့်ဆင့် ပြည့်စုံသွားလို့သာ သတိပဋ္ဌာန်နဲ့ မဂ္ဂင်တို့ ပြီးပြည့်စုံအောင် ပွားများနိုင်ပြီး ဆင်းရဲ ကင်းရာကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်သွားတာပါ။ ချဉ်းကပ်မှု မှန်ကန်ကြပါစေ။

## ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း ကင်းတဲ့ ခရီးသည်

“မကောင်းမှု ဒုစရိုက်” ဆိုတာ “ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း” ဆိုတဲ့ အခွန်းတစ်ခုခုနဲ့ ငြိသူတွေသာ ကျူးလွန်လေ့ရှိတဲ့ အမှုမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ မဇ္ဈိမလမ်းစဉ် မပေါ်ခင်က လူတို့ (သတ္တဝါတို့) လျှောက်လှမ်းနေတဲ့ လမ်းစဉ်ဟာ အမည်တွေ အမျိုးမျိုး ကွဲပြားကြပေမယ့် အမျိုးတူရာ ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ အာရုံကို အချစ်ကြီးလွန်းသူတို့ရဲ့ “ကာမသုခလ္လိက” လမ်းစဉ်နှင့် အာရုံကို အမုန်းကြီးလွန်းသူတို့ရဲ့ “အတ္တ ကိလမထ” လမ်းစဉ်ဆိုပြီး နှစ်မျိုးသာရှိကြောင်း တရားဦး အစမှာ မြတ်ဗုဒ္ဓက ထောက်ပြခဲ့ပါတယ်။

ဒီခရီးသည် နှစ်မျိုးတို့ဟာ အချင်းချင်း ဖြောင့် ဖြောင့် ဆန့်ကျင်တဲ့ လမ်းနှစ်ခုကို လျှောက်လှမ်းနေကြ တယ်လို့ ထင်ရပေမယ့် တကယ့်ပန်းတိုင် ရှိရာ ရှေ့တည့်

တည့်ကို ကြည့်ရကောင်းမှန်း မသိကြတာချင်းကတော့ အတူတူပါပဲ။ ရှေ့တည့်တည့်ကို ကြည့်ရကောင်းမှန်း မသိလို့ ဘေးကို ကြည့်မိနေကြပေမယ့် ဘေးကိုလည်း တကယ် မမြင်ကြပါဘူး။ ဘေးကို မမြင်ဘဲ ဘေးဘက်ကို ဦးတည် ဇွတ်တိုးနေကြလို့ နောက်ဆုံးမှာ ဘေးစွန်းနဲ့ငြိပြီး ဘေးတွေ ကြတာချင်းလည်း အတူတူပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လည်း မြတ်ဗုဒ္ဓက အစွန်းတရား နှစ်ခုလုံးတို့ရဲ့ နိဂုံးကို “အနရိယော အနတ္ထသံဟိတော = သူမြတ်တို့ လက်မခံတဲ့ အကျိုးမဲ့လမ်း ဖြစ်တယ်” လို့ တစ်ပေါင်းတည်း မှတ်ချက် ချတော်မူတာပါ။

ကာမသုခလွှဲက ခရီးသည်များက အာရုံကို အချစ် ကြီးလွန်းတယ်၊ အတ္တကိလမထ ခရီးသည်တို့က အာရုံကို အမုန်းကြီးလွန်းတယ်။ သတ္တဝါတွေကို ဒုက္ခခရီးရှည်စေတဲ့ မကောင်းမှုဒုစရိုက် ဆိုတာဟာ ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်းဆိုတဲ့ အစွန်းတစ်ခုခုနဲ့ ငြိသူတွေသာ ကျူးလွန်လေ့ရှိတဲ့ အမှုမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

ဘေးရောက်ရင် ဘေးတွေ့တတ်တဲ့အတွက် ဘေး ဘက်ကို မလျှောက်ဘဲ ဘေးလွတ်ရာ ရောက်အောင် ရှေ့ တည့်တည့် လျှောက်ရမယ့် မဇ္ဈိမခရီးသည်ဆိုတာ ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း ကင်းသူဖြစ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မဇ္ဈိမ ချဉ်းကပ်လမ်းမှာ ဣန္ဒြိယသံဝရ = ဣန္ဒြေကို စောင့်စည်းမှုနဲ့ ပြည့်စုံစေဖို့ လမ်းညွှန်ခဲ့တာပါ။ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ စတဲ့

ဣန္ဒြေများနဲ့ အပြင်အာရုံတို့ တိုက်ဆုံမိခြင်းကို အကြောင်း ပြုပြီး ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်းဆိုတဲ့ဘက်တစ်ခုခုစီ ရောက်မသွားအောင် ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်နိုင်မှုနဲ့ ပြည့်စုံရမှာပါ။ ဣန္ဒြေလုံခြုံရင် ဒုစရိုက်ကင်းပြီး ချမ်းသာခြင်းကို ဆောင်နိုင်ပါတယ်။

“စိတ္တံ ရက္ခေထ မေဓာဝီ၊ စိတ္တံ ဂုတ္တံ သုခါဝဟံ = စိတ်ကို လုံခြုံအောင် စောင့်ကြပါ။ စိတ်လုံခြုံရင် ချမ်းသာကို ဆောင်နိုင်ပါတယ်” (ဓမ္မပဒ၊ ၃၆) ဆိုတာ ဒီသဘောကို ရည်ညွှန်းတာပါပဲ။ ဒုစရိုက် ကင်းပြီး သုစရိုက်သုံးပါးနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့အတွက် သီလသိက္ခာ ပြည့်စုံသူလို့လည်း ဆိုနိုင်ပါပြီ။ သမာဓိသိက္ခာ၊ ပညာသိက္ခာ တိုးပွားရေးအတွက် အဆင့်မီသူလည်း ဖြစ်ပါပြီ။ ဒါကြောင့် “သုစရိုက်နဲ့ ပြည့်စုံရင် သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး ပြည့်စုံစေတယ်” လို့ အဝိဇ္ဇာသုတ်မှာ ဆက်ပြီး ဟောတာပါ။ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး ပြည့်စုံစေတယ် ဆိုတာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး (မဇ္ဈိမပဋိပဒါ) ကို ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ဖို့ လုံလောက်ပြီလို့ ဆိုတာနဲ့ အတူတူပါပဲ။

“မဇ္ဈိမ ချဉ်းကပ်လမ်း” လို့ ပြောခဲ့တဲ့ သူတော်ကောင်းတို့ကို မှီဝဲဆည်းကပ်ခြင်းကစပြီး သုစရိုက်သုံးပါး ပြည့်စုံလို့ သီလသိက္ခာကို မိမိသန္တာန်မှာ အိမ်ရှင်သဖွယ် တည်ရှိတဲ့အထိကို အသေအချာ ပြန်ပြီး စဉ်းစားသုံးသပ် ကြည့်မယ်ဆိုရင် စိတ်ရဲ့ စွမ်းအားစုဖြစ်တဲ့ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ငါးပါးထဲမှာ “သဒ္ဓါ”တရားက



ဦးဆောင်ခဲ့တာ ဖြစ်ပြီး ကျန်စွမ်းအား လေးခုက ကူညီ  
ထောက်ပံ့ပေးတဲ့ အဆင့်မှာပဲ ရှိတယ် ဆိုတာကိုလည်း  
သဘောပေါက်သင့်ပါတယ်။ သဒ္ဓါစွမ်းအား ကောင်းမှ  
ဒီအဆင့်ကို ရောက်မယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

မှန်ပါတယ်။ ကျိုး ပေါက် ပြောက် ကြားခြင်းမရှိ၊  
တဏှာကျွန် အဖြစ်က လွတ်အောင် ရုံးပြီး တဏှာဒိဋ္ဌိ  
တို့နဲ့လည်း မှားမှားယွင်းယွင်း စွဲကပ်မထားဘဲ သမာဓိကို  
အထောက်အကူ ပေးနိုင်လောက်တဲ့ သီလသိက္ခာ ဆိုတာ  
အနည်းဆုံး သောတာပန် ဖြစ်နိုင်လောက်တဲ့ သောတာ ပတ္တိ  
ယင်္ဂံ တရားလေးပါးထဲမှာ အဓိက အကျဆုံးလည်း  
ဖြစ်ပါတယ်။ “စတုသု သောတာပတ္တိယင်္ဂေသု ဧတ္ထ  
သဒ္ဓါဗလံ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ = သောတာပတ္တိ အင်္ဂါလေးပါးတို့မှာ  
သဒ္ဓါတရားကို အဓိကဦးဆောင်တဲ့ တရားလို့ မှတ်ရမယ်”  
(အံ၊၂။၁၀ ဒဋ္ဌဗ္ဗသုတ်) ဆိုတဲ့အတိုင်း သီလသိက္ခာမှာ  
သဒ္ဓါစွမ်းအားက အဓိက ဦးဆောင်ဖြစ်ပါတယ်။

ဆက်လက် လျှောက်လှမ်းကျင့်သုံးရမယ့် မဇ္ဈိမ  
လမ်းမှာ ကျန်တဲ့ သိက္ခာနှစ်ခုထဲက သမာဓိသိက္ခာဖြစ်တဲ့  
သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ မဂ္ဂင်သုံးပါးတို့ကို  
အဓိက ပွားများ အားထုတ်ကြရမှာပါ။ သမာဓိသိက္ခာဟာ  
သီလနဲ့ ပညာတို့ကို တပေါင်းတည်း အပြည့်အဝ ဖြစ်  
အောင် ပေါင်းစပ်ပေးပါတယ်။ မဂ်အဆင့် ရောက်တဲ့အခါ  
သီလဟာ စောင့်သီလ (သမာဒါနုပိရတီ)၊ ရှောင်သီလ

(သမ္မတ္တဝိရတီ) အဆင့်ကို ကျော်လွန်ပြီး မြဲသီလ (သမုစ္ဆေဒဝိရတီ)အဆင့် ရောက်သွားတဲ့အတွက် သီလနဲ့ ပညာ တစ်ပေါင်းတည်း ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် “သီလ ပညာနံ အဂ္ဂ မက္ခာယတိ = သီလနဲ့ပညာကို အမြတ်ဆုံးလို့ ဆိုရမယ်”လို့ ဘုရားရှင် ဟောတော်မူတာပါ။ (ဒီ၁၁။၁၁၇)။

သမာဓိမဂ္ဂင် သုံးမျိုးတို့ကို ပွားများရာမှာ ဈာန် လမ်းစဉ်အတွက် ဆိုရင်သာ သမာဓိက ဦးဆောင် ဖြစ်ပေ မယ့် ဉာဏ်လမ်းစဉ်ဖြစ်တဲ့ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အကျင့်မှာတော့ ဝိပဿနာပညာ၊ မဂ်ပညာတို့ကို အထောက်အကူ ပေးရေး သာ အဓိက ရည်ရွယ်ပွားများရမှာ ဖြစ်လို့ သတိက ဦးဆောင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် “သတိပဋ္ဌာန်အလုပ်” လို့ ဆိုကြတာပါ။

ဒီနေရာမှာ သတိရဲ့ ဦးဆောင်နိုင်ပုံနဲ့ ပတ်သက်လို့ ပိဋကတ်တော်မှာ လာတဲ့အတိုင်း တိပိဋကဓရ (ယော) ဆရာတော် ဟောကြားတော်မူတဲ့ “ဓမ္မရွှင်ပြုံး လူ့နှလုံး” တရားတော်ကို အခြေခံပြီး ပြည့်ပြည့်စုံစုံလေး ပြောချင်ပါ တယ်။

သတိရဲ့ အဓိက တောင်းဆိုချက်ကတော့ ပစ္စုပ္ပန် ကို တန်ဖိုးထားဖို့ပါပဲ။ သတိ ဆိုတာ -

(၁) အာရုံကို ပုံဖော်ရမယ်၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဆောင်ရွက်လိုတဲ့ အာရုံဟာ အသိစိတ်ထဲ ပြတ်ပြတ်

သားသား ပေါ်လာရမယ်။

(၂) အာရုံ၌ စိတ်ကင်းလွတ်မသွားအောင် ချပ်ချပ်  
ရပ်ရပ် ကပ်ပေးရမယ်။

(၃) မလုပ်မပြီးမီ အာရုံမပျောက်အောင် အသိစိတ်  
ကို အာရုံပေါ်မှာ မိမိရရ စွပ်ထားရမယ်။

(၄) အလုပ်တစ်ခု လုပ်နေတုန်း တစ်ခြားအာရုံ  
ကြားဖြတ်ဝင်မလာအောင် စောင့်ရှောက်ရတယ်။ အာရုံကို  
သတိရဲ့ အစီအစဉ်အတိုင်း လာစေရမယ်။ အစီအစဉ် ကင်းမဲ့  
တဲ့ အာရုံတွေကို လက်ခံထားခြင်းဟာ ရှုပ်ထွေးတဲ့အလုပ်  
ဖြစ်တယ်။ အာရုံရှုပ်တော့ အသိရှုပ်တယ်။ အသိရှုပ်တာကို  
အလုပ်ရှုပ်တယ်လို့ ပြောနေကြတာ။ အမှန်က အရှုပ်လုပ်နေ  
ကြတာပါ။ အရှုပ်လုပ်လို့ အသိရှုပ်ပြီး စိတ်ရှုပ်ရတာပါ။  
ဘာအလုပ်ပဲ လုပ်လုပ်၊ ဘယ်လောက် အလုပ်များများ၊  
သတိနဲ့ မပြတ်အောင် စောင့်ကြည့်တတ်ရင် အာရုံမရှုပ်တဲ့၊  
အတွက် အသိလည်းမရှုပ်၊ စိတ်လည်း မရှုပ်ပါဘူး။ အရပ်  
စကားမှာ အလုပ်များတာကိုပဲ အလုပ်ရှုပ်တယ်လို့ ပြောကြ  
ပါတယ်။ အဲဒီစကားအရ ပြောရရင် “အလုပ်ရှုပ်တာဟာ  
စိတ်ရှုပ်စရာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ နောက်ဆက်တွဲ  
အကျိုးလည်း မရှုပ်ပါဘူး။ အရှုပ်လုပ်တာက စိတ်  
လည်း ရှုပ်ရတယ်၊ နောက်ဆက်တွဲ အကျိုးတွေလည်း  
ရှုပ်လာမယ်” လို့ပဲ ပြောရပါလိမ့်မယ်။

(၅) ဘာပဲလုပ်လုပ် အလုပ်မပြီးမချင်း ရှေ့အသိနဲ့

နောက်အသိ စပ်ထားပါ။ အသိချင်း ကွာသွားရင် ပမာဒ ကြားဝင်လာတဲ့အတွက် ပဓာနအလုပ် အာရုံမျက်ခြည် ပြတ်ပြီး ကြားဝင်လာတဲ့ အာရုံအရှုပ်တွေနောက် လိုက်မိ သွားမယ်။ အဲဒါဟာ အရှုပ်လုပ်တာပါ။ အသိရှုပ်၊ စိတ်ရှုပ် ရတာဟာဒါကြောင့်ပါ။ သမာဓိပျက်တယ်၊ စိတ်မတည်ငြိမ် ဘူး ဆိုတာလည်း ဒါကိုပဲ ပြောတာပါ။

အာရုံရှုပ်ရင် အသိရှုပ်၊ စိတ်ရှုပ်၊ အာရုံရှင်းရင် အသိရှင်း၊ စိတ်ရှင်းရပုံနဲ့ ပတ်သက်လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင် ပေးတဲ့ ဥပမာနဲ့ မိုးပြီး ပြောရရင်တော့ -

အောက်ခြေဝန်းကျင်က စိမ့်ရေတွေ အမြဲထွက်ပြီး အလွန်နက်တဲ့ ရေအိုင်ကြီးတစ်အိုင်။ လေးဖက်လေးတန် ကလည်း ရေတွေ စီးဝင်နေမယ်၊ အထက်ကလည်း မိုးတွေ တဝေါဝေါ ရွာချနေမယ်၊ အဲဒီလို “ရှေ့ နောက် ဝဲ ယာ အထက် ” ဆိုတဲ့ ငါးဖက်ငါးတန်က ရေတွေ ဒလဟော ဝင်နေမယ် ဆိုရင် အဲဒီရေအိုင်ကြီးဟာ ရေမျက်နှာပြင် လှုပ်ရှားနေမယ်၊ အဲဒီလို လှုပ်နေတဲ့ရေပြင်မှာ မိမိမျက်နှာကို ငုံ့ပြီးကြည့်ကြည့် ပုံရိပ်မှန် မပေါ်နိုင်သလို ဘာမှ ရှင်းရှင်း လင်းလင်း မသိနိုင်ဘူး။

လေးဖက်လေးတန်ကလည်းရေတွေစီးမဝင်တော့။ အပေါ်ကလည်း မိုးမရွာတော့ဘူး၊ အပြင်မှာရှိတဲ့ ငါးဖက်က ရေတွေ မဝင်တော့ဘဲ အတွင်းက စိမ့်ရေလေးနဲ့သာ ပြည့် နေတဲ့ အိုင်ကြီးဆိုရင် ရေမျက်နှာပြင် ငြိမ်သက်နေတဲ့

# မွေဘောရီ အရှင်ဝိရိယ(တောင်စွန်း)

၆၅

အတွက် မိမိမျက်နှာကို ငုံ့ကြည့်လိုက်ရင် နဂိုပုံရိပ်မှန်ပေါ်ပြီး  
မဲ့၊ ညှင်း၊ တင်းတိပ်၊ ဝက်ခြံ အစက် အပြောက်ကလေးပါ  
မကျန် မြင်ရနိုင်တယ်။

အပြင်က ရေတွေ၊ မိုးတွေ ဝင်နေတာက အပြင်  
အာရုံတွေ ကြားဝင်ရှုပ်တဲ့ သဘော၊ ရေမျက်နှာပြင်  
လှိုင်းလှုပ်နေတာက စိတ်ရှုပ်တဲ့ သဘော (သမာဓိပျက်တဲ့  
သဘော)။ ဘာမှ ပီပီပြင်ပြင် မမြင်၊ မသိရတာက အသိ  
ရှုပ်တဲ့ သဘောပါ။ အပြင်က ရေတွေ မဝင်တော့ဘဲ စိမ့်ရေ  
လေးသာ ရှိတယ် ဆိုတာက အပြင်အာရုံတွေ မရှုပ်စေဘဲ  
“မနော” ဆိုတဲ့ အတွင်းစိတ်ကလေးကို သတိနဲ့ ကပ်ထားတဲ့  
သဘော၊ ရေမျက်နှာပြင် ငြိမ်သက်တာက စိတ်မရှုပ်တော့  
ဘဲ သမာဓိ ဖြစ်နေတဲ့သဘော၊ မျက်နှာကို အသေးစိတ်  
သိမြင်ရတာက အမြင်ရှင်း၊ အသိရှင်း (ဝိပဿနာပညာဖြစ်)  
တဲ့ သဘောပါ။

(၆) အလုပ်တိုင်း အရေးကြီးတယ်။ (အရေးပါစေ  
ပါတယ်)။

မဇ္ဈိမခရီးသည်တို့ရဲ့ လုပ်ခဆိုတာ ကုန်သွားသမျှ  
“အား” ဖြစ်ရတာပါပဲ။ ကုန်ဆုံးခြင်းရဲ့ ရလဒ်ဟာ စွမ်းအား  
ဖြစ်စေရပါမယ်။ ဒါကြောင့် မဇ္ဈိမခရီးမှာ အရေးမကြီးတဲ့  
(မရေးမပါတဲ့) အလုပ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ စားတာ၊ သွားတာ၊  
ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်တာအထိ (မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်  
မှာ ပါတဲ့အတိုင်း) လှုပ်ရှားမှု မှန်သမျှ အလုပ်တိုင်းရဲ့

နောက်မှာ “အသိ” ဆိုတဲ့ လုပ်ခတန်ဖိုး ပေးတာချည်းပါပဲ။  
မိမိက ရယူနိုင်အောင် မပြတ် “သတိ” ထားနေရမှာပါ။

ထင်းကို အမှတ်တမဲ့ မီးရှို့ထားရင် ထင်းကုန်တဲ့  
အခါ “ပြာ” ပဲ ကျန်မှာပါ။ ထင်းမှာ မီးလောင်နေတယ်  
ဆိုတာ သတိထားမိသူ အတွက်တော့ အိုးထဲမှာ ဆန်နဲ့ရေ  
အလောတော် ထည့်ပြီး တည်ထားလိုက်ရင် ထင်းကုန်  
သလောက် “ထမင်း” အမြတ် ကျန်ခဲ့တဲ့ သဘောပါပဲ။  
“သတိထားအသိပွားနိုင်ကြပါစေ” ဆိုတာ ဒါကိုပြောတာပါ။

သတိ အမြဲရှိရေးအတွက် အခြေခံ ထားရှိရမယ့်  
မူသုံးချက် ရှိပါတယ်။

(၁) ဘာမဆို အေးအေးဆေးဆေး လုပ်ပါ။ သတိ  
သမာဓိရှိဖို့ ပြောတာပါ။ အောင်ပွဲရဖို့ဆိုတာ တာထွက်လိုက်  
တာနဲ့ ပန်းတိုင်ကို မျက်ခြည်မပြတ်ဖို့၊ သေချာဖို့ လိုပါ  
တယ်။ အလုပ်မှာ စူးစိုက်တည်ငြိမ်အေးချမ်းဖို့ အရေးကြီး  
ပါတယ်။ ဒါမှ ပစ္စုပ္ပန် သေချာမှာပါ။ ပစ္စုပ္ပန်ကို တန်ဖိုး  
ထားဖို့ ဆိုတာလည်း ဒါကိုပဲ ပြောတာပါ။

(၂) “မအားဘူး” လို့ မပြောပါနဲ့၊ လူဆိုတာ  
နတ်များလို ကံဟောင်းကို ထိုင်စားနေတဲ့ ဘဝမဟုတ်လို့  
စားဝတ်နေရေးအတွက် အလုပ်လုပ်နေရတယ်။ ရှိတာကို  
သိအောင် လုပ်ပါ။ သတိနဲ့ကပ်ပြီး ကြည့်တတ်ရင် အလုပ်  
များတာဟာ တရားဝင်ပေါက်တွေ များတာပဲလို့ အားရှိစရာ  
ကို တွက်တတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ အလုပ်နဲ့တရား တွဲမိအောင်

သတိက အမြဲ စေ့စပ်ပေးနေဖို့ လိုပါတယ်။

(၃) မဇ္ဈိမခရီးသည်တို့ရဲ့ အစွမ်းက ကုန်သွားတာဟာ “အား” ပဲ။ ကုန်ဆုံးခြင်းရဲ့ ရလဒ်အား စွမ်းအား ဖြစ်တယ်။ ကုန်ဆုံးခြင်းရဲ့ နောက်မှာ စွမ်းအားရလဒ် ကျန်နေခဲ့ရမယ်။ လူရဲ့လက်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ သက်ရှိသက်မဲ့ မှန်သမျှ ကိုယ် လိုချင်သလောက် ရှိနေကြမှာ မဟုတ်ဘဲ သူ ရှိနိုင်သလောက်သာ ရှိနေပြီး ကန့်သတ်ချိန် ပြည့်ရင် ကုန်ဆုံးပျောက်ကွယ်မြဲ ဖြစ်တယ်။ “ထင်း” ကုန်ရင် “ထမင်း” ကျန်ရစ်စေရမယ်လို့ အမြဲ ခံယူချက်ထားပါ။ ဒီ အခြေခံမူ သုံးခုကိုတော့ လက်မလွှတ်မိပါစေနဲ့။

“ဟင်း” တိုင်းမှာ “ဆား” သင့်ဖို့ အရေးကြီးသလို မဇ္ဈိမခရီးသည်ဟာလည်း ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ် လှုပ်ရှားမှုတိုင်း သတိအမြဲရှိဖို့ လိုအပ်လှတဲ့အတွက် ဒီလောက်အပြည့်အစုံ ပြောနေရတာပါ။ ဘုရားရှင် သက်တော်ထင်ရှား ရှိစဉ်က ဆိုရင် နေ့ခင်း ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီးချိန်တိုင်း ရဟန်းတော်တို့ကို “အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ = သတိနဲ့ပြည့်စုံစေကြ” လို့ နေ့စဉ် ဆုံးမတော်မူပါသတဲ့။ နောက်ဆုံး ပရိနိဗ္ဗာန် စံခါနီး ဆဲဆဲ တဲတဲကလေးလိုတော့တဲ့ အချိန်မှာလည်း နောက်ဆုံး ဩဝါဒအနေနဲ့ ဒီစကားကိုပဲ မိန့်ကြားသွားပါတယ်။ နောက်ဆုံးစကား ဆိုတာ အလေးထားတတ်ကြမြဲ ဖြစ်တဲ့ အတိုင်း အလွန်ကို အလေးအနက် ထားစေချင်တဲ့ မဟာ ကရုဏာတော်ရှင်ရဲ့ ကရုဏာ စကားတော်ဟာ တစ်

သာသနာတော်လုံးအတွက် အရေးအပါဆုံး စကားပါပဲ။ ဒါကြောင့်လည်း အဋ္ဌကထာ ဆရာတော်က ဒီနောက်ဆုံး စကားတော်ဟာ ၄၅-ဝါပတ်လုံး ဟောကြားသမျှတို့ကို ခြုံငုံမိစေတဲ့ မှာတမ်းတော် ဖြစ်တယ်လို့ မှတ်ချက်ချပါတယ်။

ဘယ်အရာ မဆို “အကျင့်ပါတယ်” ဆိုတာ အကြိမ်များမှ ဖြစ်လာတာပါ။ အကြိမ်များတယ် ဆိုတာ ဟာလည်း တစ်ကြိမ်က စ,ရတာချည်းပါပဲ။ အကြိမ်များလို့ အကျင့်ပါလာပြီ ဆိုရင်တော့ “သတိ” ဟာ ကိုယ်က ကြောင့်ကြစိုက်ပြီး ထားနေရတဲ့ “ထားသတိ” အဆင့်ကနေ အမြဲအသင့်ရှိနေတဲ့ “မြဲသတိ” အဆင့် ရောက်လာပါတယ်။ ဘယ်အချိန်မဆို ဘယ်လိုအာရုံနဲ့တွေ့တွေ့ အမြဲ သတိရှိနေရင် ပမာဒ ကြားမဝင်နိုင်တော့တဲ့အတွက် သမာဓိသိက္ခာလည်း လုံခြုံပြီး ပညာသိက္ခာပါ ပြည့်စုံသွားပါတော့တယ်။

ပညာသိက္ခာ ပြည့်စုံပြီဆိုရင် ကိလေသာတွေဟာ ခွာရတဲ့ အခြေအနေတွေကနေ ကွာကျတဲ့ အခြေအနေ ရောက်သွားပါတယ်။ မဂ်ပညာနဲ့ ဖယ်ခွာပြီးတဲ့ ကိလေသာများဟာ နောက်ထပ် ဘယ်တော့မှလည်း ဖြစ်ခွင့်မရတော့ပါဘူး။ ဒါဟာ မဇ္ဈိမခရီးသည်တို့ရဲ့ ပန်းတိုင်ရောက်ပြီးပြည့်စုံမှုပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အေးအေးဆေးဆေး သတိ ထား၊ အသိ ပွားနိုင်ကြပါစေ။



## စက်ရုပ် ဆီပြတ် = ဒုက္ခရုပ်

မင်းတို့ဟာ တလင်းဖြစ်အောင် လုပ်နိုင်တာလား၊  
တောရှင်းအောင် လုပ်နိုင်တာလား။

[ တောင်တွင်းကြီး နတ်မှီတောရ ဆရာတော် ]

တရားဦးရဲ့ ပထမ သစ္စာနဲ့ ဒုတိယ သစ္စာကို သဘောပေါက်  
သွားရင် ဒုက္ခဆိုတာ တဏှာအဆီ ထည့်ထားလို့ ဥပါဒါန်  
က လှုပ်ပေးတိုင်း အသက်ဝင်သလို လှုပ်နေတဲ့ စက်ရုပ်  
ကျားကြီး ဆိုတာကိုလည်း သဘောပေါက်လောက်  
ပါတယ်။ တကယ်ကျားကြီးလို့ ထင်ယောင်ထင်မှား  
ဖြစ်ရတာကတော့ အဝိဇ္ဇာက မျက်နှာဖုံး စွပ်ပေးထားလို့ပါ။  
ဒါကြောင့်လည်း အဝိဇ္ဇာ အမှောင်ထု အားကြီးတဲ့အခါ  
ပိုပြီးခြောက်လှန့်နိုင်တာပေါ့။ “ပညာ” နေမင်းကြီး  
ထိန်ထိန်လင်းလာပြီ ဆိုရင်တော့ တဏှာအဆီလည်း

အငွေဖြစ်ပြီး ခန်းခြောက်သွားမယ်၊ ဥပါဒါန်ကလည်း မလှုပ်ပေးနိုင်တော့ဘူး။ အရုပ်ကြီးပဲ ဆိုတာလည်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်းကြီး သိသာထင်ရှားလာပြီ။ အဲဒီလို ဖြစ်သွားပြီ ဆိုရင်တော့ စက်ရုပ်ကြီး ဧကန်ပြုတ်သွားသလို တစ်ချက်မှ မလှုပ်နိုင်တော့ဘဲ ငုတ်တုတ်သေပြီး ပုံကျသွားတော့မယ် ဆိုတာလည်း ရိပ်စားမိလောက်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က တတိယသစ္စာကို ဟောတဲ့အခါမှာ အရေးမပါတော့တဲ့ ဒုက္ခအရုပ်ကြီး အကြောင်း ဘာမှ မပြောတော့ဘူး။ အရုပ်ကို အသက်ဝင်သလို ဖြစ်စေတဲ့ တဏှာအဆီ ကုန်ခန်းပုံကိုသာ ပစ်မှတ်သဖွယ် ထားပြီး ဟောတော်မူပါတယ်။

တဏှာအကြွင်းမဲ့ ချုပ်ပြီဆိုရင် ဒုက္ခစက်ရုပ်ကြီး လည်း ဘယ်လိုမှ မလှုပ်နိုင်တော့တဲ့အတွက် “မုတ္တိ=လွတ်မြောက်ပြီ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ တဏှာ အကြွင်းမဲ့ချုပ်အောင် ဖယ်ထုတ်ရာမှာ ကျင့်သုံးပုံ နည်းနှစ်မျိုး ရှိပါတယ်။

“စာဂ” လို့ ခေါ်တဲ့ တဖြည်းဖြည်းစွန့်ပြီး ခွာတဲ့ နည်းနဲ့ “ပဋိနိဿဂ္ဂ” လို့ ခေါ်တဲ့ ဇွတ်အတင်း ခွာချ ဖြုတ်ပစ်တဲ့နည်းတို့ပါပဲ။

ဒီနည်းနှစ်မျိုးကို ဥပမာ အကူအညီနဲ့ စဉ်းစားကြည့်မှ ပိုပြီး သဘောပေါက်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။ “တဏှာ” ဆိုတာ အာရုံကို လိုချင် တပ်မက်တဲ့သဘော ဖြစ်လို့ “ကိလေသာကာမ” လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။ အိုင်းအမာ

(အနာ) နဲ့ တူတယ် (ကာမော ဂဏ္ဍော) လို့ ဘုရားရှင်က ဟောပါတယ်။

“အနာ” ကို ကုသတဲ့ နေရာမှာ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးတွေနဲ့ တဖြည်းဖြည်း ရင့်၊ မှည့်၊ ပြည်ပေါက်၊ အမြစ်ကျွတ်၊ ခြောက်၊ ကွာကျပြီး ပျောက်အောင် ကုတဲ့ နည်းက “စာဂ=စွန့်တဲ့နည်းပါ”။ အနာထပိဏ်တို့၊ ဝိသာခါတို့ အပါအဝင် အများစုက ဒီနည်းက ကုကြတယ် လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ အခံရ မခက်ဘူး၊ အပျောက် နှေးတယ်၊ “တစ်စတစ်စ၊ စွန့်ဝံ့မှလျှင်၊ ဘဝနောက်နှောင်း၊ တာရှည် ကောင်း၏” ဆိုတာ ဒီသဘောကို ပြောတာပါပဲ။

ရင့်တာ၊ မှည့်တာ၊ အမြစ်တွယ်တာတွေ အထိ အဖြစ်မခံတော့ဘဲ မကောင်းတဲ့သွေးကို ခွဲထုတ်၊ အနာစိမ်း ဖြစ်အောင် လုပ်ပြီး အမြန်ခြောက်၊ ကွာကျသွားအောင် ကုတဲ့နည်းက “ပဋိနိဿဂ္ဂ=ခွာချတဲ့နည်း” လို့ ဆိုရပါ လိမ့်မယ်။ မျှစ်စိမ်းချိုး ချိုးပစ်တဲ့သဘောပေါ့။ “သိဒ္ဓတ္ထ” မင်းသားတို့ “ယသ” သတိုးသားတို့ စွန့်ခွာသွားတာ ဒီ နည်းမျိုးပါ။ ခဏတော့ အခံရ ခက်ပါလိမ့်မယ်၊ အပျောက် မြန်ပါတယ်။

တဏှာ အကြွင်းမဲ့ ကွာကျသွားရင် “မုတ္တိ = လွတ်မြောက်တယ်” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ တဏှာရယ်၊ ဒုက္ခရယ်၊ လွတ်တာရယ်ကို သဘောပေါက်ဖို့ ဘုရားရှင် ပေးထားတဲ့ ဥပမာလေးတွေနဲ့ မှန်းဆကြည့်နိုင်ပါတယ်။

အတွင်းက လိုချင်တဲ့သဘော ဖြစ်တဲ့ “တဏှာ” ကို “ကိလေသာ ကာမ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ “အနာ” နဲ့ တူပါသတဲ့ (ကာမော ဂဏ္ဍော)။

အပြင်မှာရှိတဲ့ အာရုံငါးပါးတို့ကတော့ လိုချင်စရာ ဝတ္ထုတွေဖြစ်လို့ “ဝတ္ထုကာမ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ “အာရုံ ငါးဖြာ၊ ကာမဂုဏ် တရားမှာ” ဆိုတာ ဒါကို ပြောတာပါ။ “ဆားငန်ရေ”နဲ့ တူပါသတဲ့။ “ကာမငါးထွေ၊ ဆားငန်ရေသို့၊ သောက်လေသောက်လေ၊ ငတ်မပြေတည့်” ဆိုတာ ဒါကို ပြောတာပါပဲ။

“ဆားငန်ရေ” ဆိုတာ လျှာနဲ့တွေ့ရင် ငန်ပါတယ်။ တခြားနေရာနဲ့ ထိရင်တော့ ဘာအရသာမှ မရှိပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ တခြားနေရာနဲ့ ထိမိလို့ “နာကျင်စပ်ရှား” တဲ့ ဝေဒနာကို ခံစားရပါတယ် ဆိုရင်တော့ အဲဒါ စဉ်းစားကြည့် ပါ။ ဘာကြောင့် ဒီလို ခံစားရတာလဲ၊ ဆားငန်ရေကြောင့် လား၊ အနာကြောင့်လား၊ အနာမရှိရင် ဒီလို ခံစားရပါ့ မလား၊ ငန်လည်းမငန်၊ စပ်လည်း မစပ်နိုင်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် တဏှာက “အနာ” ပါ၊ အာရုံငါးပါး သင်္ခါရတရားတို့က “ဆားငန်ရေ” ပါ။ အနာရှိတဲ့အတွက် ဆားငန်ရေနဲ့ ထိတဲ့အခါ နာကျင်စပ်ရှား ဆိုးဝါးခံခက် ဖြစ်တာက “ဒုက္ခ” ပါ၊ အနာမရှိတဲ့အတွက် ဆားငန်ရေနဲ့ ထိပေမယ့် ဘာအရသာမှ မရှိ၊ နာကျင်စပ်ရှား ဆိုးဝါး ခံခက်မှုလည်း မရှိတာ “ဝိမုတ္တိ” ပါ။ ဝိမုတ္တိဖြစ်ဖို့ အတွက်

အာရုံသင်္ခါရတွေကို စွန့်ပယ်ရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အနာကို သာ စွန့်ပယ်ရမှာပါ။ ဒါကြောင့်လည်း သစ္စာတရားတို့နဲ့ ပတ်သက်ပြီး တာဝန်ပိုင်း (ကိစ္စ)ကို ပြောတဲ့အခါ ဒုက္ခဆိုတာ သိရုံ သိရမှာ၊ ပယ်ဖို့ မလိုဘူး (ပရိညေယျ) လို့ ဟောတော်မူပြီး တဏှာသမုဒယကိုသာ (ပဟာတဗ္ဗ = ပယ်ရမယ်) လို့ ဟောတော်မူတာပါ။

“မုတ္တိ = လွတ်တယ်” ဆိုတာဟာ ဆင်းရဲတာ မဟုတ်သလို ချမ်းသာတာလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ဆင်းရဲခြင်း၊ ချမ်းသာခြင်း နှစ်မျိုးလုံးကကို လွတ်တဲ့သဘောပါ။ ပုထုဇဉ်တို့ရဲ့ အလေ့အထုံက “ချမ်းသာတယ်” ဆိုတာ သည်းခြေကြိုက်လို့ ဖြစ်နေကြလေတော့ ချမ်းသာခြင်း မဟုတ်ဘူး ဆိုရင် တယ်လက်မခံချင်တတ်ပါဘူး။ တခြား ဥပမာလေး တစ်ခုနဲ့ စဉ်းစားကြည့်ရအောင်ပါ။

တဏှာလို့ ခေါ်တဲ့ ကိလေသာကာမကို စာမှာတော့ ကုဋ္ဌဝေဒနာနဲ့ တူတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ “ဝဲခြောက်နာ” နဲ့ တူတယ်လို့ ပြောရင်လည်း သဘောပေါက်နိုင်ပါတယ်။ ဝဲခြောက်နာများဟာ မီးနဲ့ဝေးပြီး အအေးဒဏ်နဲ့ ကြုံရတဲ့ အခါ နာကျင်ကိုက်ခဲပြီး အလွန် အနေရ ခက်ပါသတဲ့။ မီးလေးနဲ့ ကပ်ပေးပြီး ကုတ်ပေးနေရရင်တော့ တယ်ဇိမ်ကျ ဆိုကိုး၊ သင့်လျော်တဲ့ဆေးနဲ့ ကုသပေးလိုက်လို့ ဝဲခြောက်နာဆိုတာ လုံးဝ မရှိတော့ဘူး ဆိုရင် မီးနဲ့ဝေးလို့ အေးပြီး နာကျင်ခံခက်တယ် ဆိုတဲ့ ဒုက္ခမရှိသလို မီးပူလေးနဲ့ ကပ်

ပေးပြီး ဇိမ်ကလေးနဲ့ ကုတ်ပေးရင်း ခံစားနေရတဲ့ သုခ ဆိုတာလည်း မရှိတော့ပါဘူး။

တဏှာနဲ့ ဝဲခြောက်နာ၊ လိုချင်တဲ့ အာရုံနဲ့ ဝေးနေရတာက မီးနဲ့ ဝေးနေရတာ၊ လိုချင်တဲ့ အာရုံကို ရရှိနေတာက မီးပူလေးတဲ့ ကင်ခွင့်ရနေတာ၊ လိုတာလေး ရလို့ ပီတိသုခတွေ ဖြစ်နေတာက ဝဲနာကို မီးကင်ပြီး ဇိမ်ကျနေတာတို့နဲ့ အသီးအသီး တူကြပါသတဲ့။ ဒီဥပမာအတိုင်း ဆိုရင်တော့ လောကီစည်းစိမ်ချမ်းသာ ဆိုတာ ဝဲခြောက်ကို မီးကင်ခွင့်ရပြီး ဇိမ်ကျနေတဲ့ သဘောလို့ပဲ ပြောရမယ် ထင်ပါတယ်။

တဏှာအကြွင်းမဲ့ ချုပ်သွားတာကတော့ ဝဲခြောက်နာ ပျောက်ကင်းသွားတဲ့ သဘောပါ။ အဲဒီအချိန်မှာ မီးနဲ့ ဝေးခြင်း၊ နီးခြင်းကို အကြောင်းပြုပြီး ခံစားရခြင်းနဲ့ တူတဲ့ ဆင်းရဲခြင်း၊ ချမ်းသာခြင်းဆိုတာနှစ်မျိုးလုံး မရှိတော့ပါဘူး။ အဲဒါကြောင့် “မုတ္တိ = လွတ်မြောက်တယ်” လို့ ဆိုရတာပါ။ ဆင်းရဲနဲ့ချမ်းသာ ဆိုတာ အချင်းချင်း နှိုင်းယှဉ်ချက်အရ လောကနယ်မှာ သတ်မှတ်ချက် ဖြစ်ပါတယ်။ မုတ္တိ (ဝိမုတ္တိ) ဆိုတာ လောကနယ်ကို လွန်တဲ့ “လောကုတ္တရာ” တရားဖြစ်လို့ အတိအကျ တူညီတဲ့ ခိုင်းနှိုင်းစရာရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ “အနှိုင်းလွတ်” တရားသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာနဲ့မှ နှိုင်းပြလို့ မရတဲ့အတွက် တရားဂုဏ်တော်မှာ “ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ = သိမြင်ခံစားနိုင်တဲ့ ပညာနဲ့ ပြည့်စုံသူတို့သည် သာ ကိုယ်တိုင် ခံစားသိမြင်နိုင်တဲ့ တရား” လို့ ဆိုတာပါ။

အနှိုင်းလွတ်ဖြစ်တဲ့ ဝိမုတ္တိသုခကို ကိုယ်တိုင် ခံစားနိုင်ခွင့် ရပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ အနေနဲ့တော့ ဝဲခြောက်ကို မီးကင်ပြီး ခံစားရတဲ့သုခ ဆိုတာကိုလည်း ဘယ်တော့မှ ပြန်လည် တောင့်တခြင်း မရှိတော့ပါဘူး။ ဒါကြောင့် တတိယ သစ္စာရဲ့ နောက်ဆုံးစကားပိုဒ်က “အနာလယော= နောက်ကြောင်းပြန်လှည့် ငဲ့ကွက် တွယ်တာခြင်း မရှိလို့” ဆိုတာပါ။ အာလယပြတ်တယ် ဆိုတာ “အနာလယ”ရဲ့ ပါဠိပျက် ဝေါဟာရပါပဲ။ “ကုသလာ ကုသလံ ဧဟံ = ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်တို့ရဲ့ အကျိုးဖြစ်တဲ့ ချမ်းသာနဲ့ဆင်းရဲ နှစ်မျိုးလုံးကို စွန့်ပယ်လိုက်ပြီ” ဆိုတာလည်း ဒီသဘောကို ပြောတာပါ။

ဒီတတိယသစ္စာကို တဏှာရဲ့ လွှမ်းမိုးခြယ်လှယ်မှုက လွတ်မြောက်တဲ့အတွက် “မုတ္တိ(ဝိမုတ္တိ)” လို့ ခေါ်သလို၊ တဏှာဆိုတဲ့ အဆာဓာတ် ချုပ်ငြိမ်းသွားပြီဖြစ်လို့ “နိဗ္ဗာန= နိ+ဝါန=အဆာဓာတ် ငြိမ်းအေးတဲ့တရား”လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။

ဒီတတိယသစ္စာမှာ နောက်ထပ် နားလည်သဘောပေါက်ခဲ့တဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကတော့ “အသင်္ခတ= ဘယ်လို အကြောင်းတရားကြောင့်မှ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ (ပြုလုပ်လို့ ရတဲ့) အကျိုးတရား မဟုတ်ဘူး” ဆိုတာပါပဲ။ တချို့ကတော့ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဝိပဿနာကုသိုလ်ကြောင့် ရတဲ့ တရားလို့ ထင်တတ်ကြသလို မင်ရဲ့ အကျိုးတရားလို့ ထင်သူကလည်း

ထင်တတ်ကြပါတယ်။ တကယ်တော့ “မဂ်” စိတ်ရဲ့ အကျိုးတရားက “ဖိုလ်” စိတ်သာ ဖြစ်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန် ဆိုတာ ဘယ်အကြောင်းတရားရဲ့ အကျိုးတရားမှလည်း မဟုတ်ဘူး။ ဒါဖြင့် အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်တာလား ဆိုပြန်တော့ အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်တာလည်း မဟုတ်ဘူး။ အဲဒါကို နားမလည်နိုင်တာပါ။

ဒေးဒရဲမှာ နိကာယ်သင်တန်း တက်စဉ်က ဒီအကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မေးဖြေ ဆွေးနွေးကြပါတယ်။ ဦးဇင်းတစ်ပါးက “ဆရာတော်၊ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဝိပဿနာ ဘာဝနာကို ပွားများတဲ့အတွက် မျက်မှောက်ပြုလာရတဲ့ တရား မဟုတ်လား၊ ဘာလို့ ‘အသင်္ခတ’= အကြောင်းတရား တို့က ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ တရားမဟုတ်’ လို့ ဆိုရတာတုံးဆိုတာ ရှင်းပြပါဦး” လို့ လျှောက်ထားပါတယ်။

မှတ်မှတ်ရရ အဲဒီနေ့က ဥပုသ်ထွက်နေ့ ပါ။ ဒေးဒရဲကွင်းကျောင်းမှာ နိကာယ်သင်တန်း ပို့ချနေတဲ့ ကျောင်းဆောင်ကြီးရဲ့ ရှေ့မှာ ကွက်လပ်ကြီးတစ်ခု ရှိပါတယ်။ ဘာအဆောက်အအုံမှ မရှိလို့ ကွက်လပ်လို့ ပြောရတာပါ။ ပိစပ်ပင်၊ ထိကရုံးပင် စတဲ့ ချုံနွယ်၊ မြက်ပင်တွေ တောထနေပါတယ်။ အရင်နေ့ (ဥပုသ်နေ့)ကမှ ကပ္ပိယတွေ၊ ကျောင်းသားကိုရင်တွေနဲ့ စုပေါင်းရှင်းလင်းထားလို့ အဲဒီနေ့ (ဥပုသ်ထွက်နေ့) ရောက်တော့ ကျောင်းရှေ့မှာ



ချုံနွယ်ပိတ်ပေါင်းတွေ ရှင်းပြီး တလင်းပြင် ဖြစ်နေပါပြီ။

တောင်တွင်းကြီး နတ်မှီတောရ ဆရာတော်ကြီးက ဦးဇင်းလေး မေးလျှောက်တဲ့ စကားကို နားထောင်ပြီး ခဏ စဉ်းစားနေတယ်။ ပြီးတော့မှ ကျောင်းရှေ့က တလင်းပြောင် ကို ကြည့်ပြီး “ဟောဟို တလင်းပြောင်ကြီးဟာ ဘယ်သူ လုပ်လို့ ဖြစ်ပေါ်လာတယ် ထင်သလဲ” လို့ မေးလိုက်ပါတယ်။ ဦးဇင်းလေးက “တပည့်တော်တို့ လုပ်တာပေါ့ဘုရား၊ မနေ့က ဥပုသ်နေ့ဖြစ်လို့ တပည့်တော်တို့ အားလုံး စုပေါင်း ပြီး လုပ်လိုက်ကြတာပဲ” လို့ လျှောက်ပါတယ်။

ဆရာတော်ကြီးက “ဟုတ်ရဲ့လားကွ၊ သေသေ ချာချာ ပြန်စဉ်းစားပါဦး။ မနေ့က အလုပ်လုပ်ခါနီး ကပ္ပိယ တွေ၊ ကျောင်းသား၊ ကိုရင်တွေ စုပြီး ခေါ်တုန်းက မင်းတို့ ဘယ်လို ပြောခဲ့တုံး။ ‘လာကြဟေ့၊ တလင်းပြောင်ကြီး လုပ် ကြစို့’လို့ ပြောပြီး ခေါ်တာလား” ဆိုတော့ “အဲဒီလိုတော့ ဘယ်ဟုတ်မလဲ ဘုရား၊ ‘ပေါင်းတွေ ရှင်းကြစို့’လို့ ပြောပြီး ခေါ်တာပေါ့” တဲ့။ “ဒါဖြင့် မင်းတို့ဟာ တလင်းဖြစ်အောင် လုပ်နိုင်တာလား၊ တောရှင်းအောင် လုပ်နိုင်တာလား” ဆိုတော့ “ဆရာတော် . . . ဘာထူးလဲ ဘုရား၊ အဲဒါ အတူတူပဲ မို့လား” လို့ လျှောက်ထားပါတယ်။

“မဟုတ်ဘူးလေ၊ ကိုယ်လုပ်နိုင်တာ ကိုယ်သိရမှာ ပေါ့၊ မင်းတို့ တလင်းကို လုပ်နိုင်တာလား၊ ပေါင်းရှင်းတာ ကို လုပ်နိုင်တာလား” ဆိုတော့မှ “ပေါင်းရှင်းတာကို

လုပ်နိုင်တာပါ ဘုရား” လို့ လျှောက်ထားပါတယ်။

“အေး... အဲဒီလိုပေါ့ကွာ၊ မင်စိတ် (မင်ဉာဏ်) ဆိုတာ ‘နိဗ္ဗာန်’ ကို ဖုံးကွယ်နေတဲ့ ကိလေသာချုံ့တောကြီးကို ခုတ်ထွင် ရှင်းလင်းတဲ့ အလုပ်ကိုသာ လုပ်နိုင်တာ။ နိဗ္ဗာန်ကို လုပ်နိုင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ကိလေသာချုံ့ ရှင်းလို့ ပေါ်လာတဲ့ ကွက်လပ်နဲ့တူတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကိုတော့ အာရုံပြုရုံပဲ ပြုနိုင်တာပါ။ ဒီလို ပြောလိုက်တဲ့အတွက် ‘ဒါဖြင့် နိဗ္ဗာန်’ ဆိုတာ အကြောင်းမဲ့ ဖြစ်တဲ့ တရားလား’ လို့လည်း တွေးစရာ မလိုတော့ပါဘူး။ ချုံ့ကို မရှင်းနိုင်ရင် တလင်း မဖြစ်သလို ကိလေသာကို ရှင်းမပစ်ရင်လည်း နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ပေါ်ပေါက်နိုင်တဲ့ တရားမှ မဟုတ်ဘဲ” လို့ မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

စကားဝိုင်းမှာ ပါဝင်တဲ့ မထေရ်လတ်တစ်ပါးက တော့ “ကိုယ်တော်လေး၊ ဒီလောက်ဆို သဘောပေါက်တော့၊ ကိုယ်က တလင်းပြောင် ဖြစ်စေချင်တာပဲ မဟုတ်လား၊ ချုံ့တွေ ရှင်းသွားရင် တလင်းပြောင် တွေ့မယ် ဆိုရင် တော်ရောပေါ့၊ ရှေ့ဆက် ဘာများ တွေးတော သံသယ ဖြစ်စရာ လိုသေးလဲ” လို့ မိန့်ကြားလိုက်တဲ့အတွက် မေးတဲ့ ဦးဇင်းလေးကလည်း “မှန်ပါ၊ ခုလို သိရတာကို ကျေနပ် ဝမ်းသာလှပါပြီ ဘုရား” လို့ လျှောက်ထားပါတယ်။ ဒီထက် ပိုရှင်းဖို့ကတော့ နိဗ္ဗာန်မှာ ဆုံရှင်းကြတာပေါ့။

## သစ္စာ နဲ့ တာဝန်

အိုနာသေမှု အစရှိတဲ့ သူ့သဘာဝအတိုင်း  
 ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ သင်္ခါရဓမ္မတွေကို မကျေနပ်စရာ (အပ္ပိယ)လို့  
 စွဲလမ်းနေသမျှ “မုန်းဆုံ”ဒုက္ခနဲ့ ကြုံနေရမယ်။  
 ကျေနပ်စရာ(ပိယ)လို့ စွဲလမ်းနေရင်လည်း “ချစ်ကွဲ”ဒုက္ခနဲ့  
 ကြုံနေရမယ်။ မရနိုင်တာကို လိုချင် စွဲလမ်းနေသမျှ  
 “လိုတာမရ”ဒုက္ခနဲ့ ကြုံနေရမယ်။

သစ္စာလေးပါးလုံးမှာပဲ တစ်ပါး တစ်ပါးစီမှာ “သစ္စ၊ ကိစ္စ၊  
 ကတ”ဆိုပြီး အခြင်းအရာ သုံးမျိုးစီ ရှိပါတယ်။

သစ္စဉာဏ် ဆိုတာ အမှန်အတိုင်း နာယူသင်ကြား  
 ထားတဲ့ အသိပါ။

ကိစ္စဉာဏ်ဆိုတာ မဇ္ဈိမလမ်းအတိုင်း လျှောက်သူ  
 တို့ရဲ့ လိုက်နာ ကျင့်သုံးရင်း သိလာမယ့် တာဝန်ပိုင်း အသိ  
 ဖြစ်ပါတယ်။

ကတညဏ် ဆိုတာကတော့ တာဝန်ကျေပွန် ပြည့်စုံတဲ့ အတွက် ရရှိတဲ့ ရလဒ်အသိပါပဲ။

သာသနာသုံးပါးနဲ့ ပြောရရင် သစ္စဉာဏ် ဆိုတာ ပရိယတ္တိသာသနာ၊ ကိစ္စဉာဏ်က ပဋိပတ္တိသာသနာ၊ ကတညဏ်က ပဋိဝေဓ သာသနာလို့ ဆိုရပါလိမ့်မယ်။

နာယူ သင်ကြားထားတဲ့ ပရိယတ္တိက မှန်ကန်မှ မှန်ကန်တဲ့အသိ = သစ္စဉာဏ်ဖြစ်သလို ကျင့်သုံးတဲ့ ပဋိပတ္တိ (ကိစ္စဉာဏ်) တိုးပွားပြီး ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ဆုံးဖြတ်သိနဲ့ ပြီးပြည့် စုံတဲ့ ပဋိဝေဓ (ကတညဏ်) ကို ဆိုက်ရောက်နိုင်ကြမှာပါ။

ဒုက္ခသစ္စာနဲ့ ပတ်သက်လို့ သာဝကတို့ရဲ့ တာဝန် ပိုင်း (ကိစ္စဉာဏ်) က ပရိညေယျ = ပိုင်းခြား သိရမယ့် တာဝန်ပဲ ရှိပါတယ်။ ပါးစပ်ဖျားမှာ နှုတ်ကျိုးနေတာက “ဒုက္ခ ချုပ်ငြိမ်းရေး” ဆိုတော့ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းသွားအောင် ဒုက္ခကို ပယ်ရမယ်လို့ ထင်နေတတ်ကြပါတယ်။ ဒုက္ခ ဆိုတာ သူ့အကြောင်း အပြည့်အစုံ သိဖို့ပဲ လိုအပ်တယ် ဆိုတာကို “ဒုက္ခကို တစ်လွှာချင်း ခွာကြည့်ခြင်းမှာ ပြခဲ့ပြီး ပါပြီ။ သူ့အကြောင်း သိပြီးရင် ကိုယ်က ခွာစရာ မလိုဘဲ သူ့ အလိုလို ချုပ်ငြိမ်းသွားတာပါ။

ဟုတ်ပါတယ်။ အိုတယ်၊ နာတယ်၊ သေတယ် ဆိုတာ သက်ရှိသင်္ခါရတို့ရဲ့ ဖြစ် ပျက် ပြောင်းလဲ ဖောက် ပြန်မှုကို လူတွေက သတ်မှတ်ထားတဲ့ သတ်မှတ်ချက် များပါ။ သက်မဲ့ သင်္ခါရတို့ကိုကျတော့ အိုမင်း ဆွေးမြည့်

ပျက်စီးတယ်လို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။ အမှန်ကတော့ ဖြစ် ပျက်  
ဖောက်ပြန်သဘောချည်းပါပဲ။ အဲဒီ အို နာ သေမှု စတဲ့  
သင်္ခါရတို့ရဲ့ ဖြစ် ပျက် ဖောက်ပြန်မှုတွေကိုပဲ မကျေနပ်စရာ  
(အပ္ပိယ)လို့ စွဲလမ်းနေတဲ့အတွက် “မှန်း ဆုံ” (အပ္ပိယေ  
ဟိ သမ္ပယောဂ) ဒုက္ခနဲ့ ကြုံရတယ်။ ကျေနပ်စရာ (ပိယ)  
လို့ စွဲလမ်းပြန်တော့ ချစ်ကွဲ (ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂ) ဒုက္ခနဲ့  
ကြုံရမယ်။ ကိုယ့်အလိုကျ မရနိုင်တဲ့ အရာကို လိုချင်စွဲလမ်း  
နေသမျှ လိုတာမရ (ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ) ဒုက္ခနဲ့ ကြုံတွေ့ရ  
မယ်။ အဲဒီ အစွဲအလမ်းတွေ ချုပ်သွားရင် အဲဒီ ဒုက္ခတွေ  
ဟာလည်း “အရင်း လဲရင် အဖျား ထင်းဖြစ်” ဆိုသလို  
ချုပ်သွားမှာပဲမို့လား။

“ငပြုး” မှန်း သိရင် မကြောက်ရတဲ့အပြင် ငေါက်  
ချလို့တောင် ရပါတယ်။ အနိစ္စ = မမြဲဘူး၊ ဒုက္ခ = သည်းခံ  
ကျေနပ်စရာ မရှိဘူး၊ အနတ္တ = အလိုကျ မဖြစ်ဘူး ဆိုတာ  
တွေဟာ သင်္ခါရတရားတွေကို ငေါက်ငမ်းနေတဲ့ သဘောမျိုး  
ပါပဲ။ အကြောင်းစုံ သိပြီး သူမှသာ ဒီလို ငေါက်နိုင်တာပါ။  
“ငပြုး” မှန်း မသိဘဲနဲ့တော့ သွား မငေါက်လိုက်လေနဲ့၊  
“မြို့ပိုင်းမင်းကွ”ဆိုပြီး ထ ဟောက်လို့ ပြေးပေါက်  
မှားနေမယ်။

ဒုက္ခချုပ်ဖို့အတွက် တကယ်ပယ်ရမှာက သမုဒယ  
လို့ ခေါ်တဲ့ တဏှာပါ။ ဒါကြောင့် သမုဒယသစ္စာနဲ့ ပတ်  
သက်လို့ သာဝကတို့ရဲ့ တာဝန်ပိုင်း (ကိစ္စဉာဏ်) ကိုတော့

“ပဟာတဗ္ဗံ = ပယ်ရမယ်”လို့ ညွှန်ကြားပါတယ်။

တဏှာ သမုဒယကို ဘုရားရှင် ကြိုးဝါး ပယ် သတ်တော်မူပုံကတော့ -

“ဟယ် ကာမ.. သင်ရဲ့ အရင်းမူလကို ငါ တွေ့မြင် ပြီ၊ အာရုံတွေ အပေါ်မှာ ဟိုဟိုဒီဒီ ကြံစည်စိတ်ကူးခြင်း (ကာမသင်္ကပ္ပ) ကြောင့် သင်ကာမ ဖြစ်ပေါ်ခွင့် ရနေတာ။ အဲဒီ အကြံတွေကို ငါ မကြံစည်တော့ဘူး၊ ဒါကြောင့် ငါ သန္တာန်မှာ သင်ကာမ ဖြစ်ခွင့် မရှိတော့ဘူး”တဲ့။

ကာမတဏှာ ဆိုတာ တရားကိုယ် သဘောအရ လောဘစေတသိက်ပါ၊ စေတသိက်ဆိုတာ သူ့ချည်း ဖြစ် ပေါ် ရပ်တည်နေနိုင်စွမ်း မရှိပါဘူး၊ စိတ်ကို မှီပြီးမှ ဖြစ်နိုင် တာပါ။ ကြံစည်မှု (သင်္ကပ္ပ) ဆိုတာလည်း အတူတူပါပဲ၊ သူတို့ရဲ့ ဆရာကြီးဖြစ်တဲ့ အဝိဇ္ဇာဆိုတာလည်း မောဟ စေတသိက်ပါပဲ။ အားလုံးဟာ စိတ်ကို မှီခိုကပ်ရပ်ပြီး ဖြစ်နေရတဲ့ တရားချည်းပါပဲ၊ ကိုယ်ပိုင် သီးခြား ဖြစ်တည် နေနိုင်တဲ့ တရားတွေ မဟုတ်ကြပါဘူး။

ဒေးဒရဲ နိကာယ်သင်တန်းမှာ ဆရာတော်ကြီးက “စဉ်းစားကြည့်လိုက်ရင် ကိုယ်ပိုင် ရပ်တည်နိုင်စွမ်းမရှိဘဲ စိတ်ကို မှီခိုကပ်ရပ်နေရတဲ့ အိုးခြေမဲ့ အိမ်ခြေမဲ့၊ ခြေသလုံး အိမ်ပါ၊ ရေမျောကမ်းတင်လိုဖြစ်တဲ့ ဒီတဏှာက ခြယ်လှယ် သမျှကို ခံပြီး အိုးနဲ့ အိမ်နဲ့၊ အခြေနဲ့အနေနဲ့ နေနိုင်ကြတဲ့ တို့တစ်တွေ သံသရာမှာ ချာလပတ် ယမ်းနေကြရတယ်

# ဓမ္မဘောရီ အရှင်ဝိရိယ(တောင်စွန်း)

၈၃

ဆိုတာ တကယ်တမ်း သိလာရင် ရှက်စရာတောင် ကောင်းတယ်။ ဒါပေမဲ့ ခုထိတော့ ဘယ်သူမှ ရှက်ရကောင်းမှန်း မသိကြသေးတာက ခက်တယ်” လို့ မိန့်ကြားခဲ့ဖူးပါတယ်။

တဏှာကာမကို ပယ်ဖို့အတွက် သူ တွယ်တာ နေတဲ့ အာရုံတို့ရဲ့ သဘောအမှန်ကို သိလာအောင် သတိက ရှေ့ဆောင်ပြီး မပြတ် ကြည့်ပေးနေရတာပါ။ သတိနဲ့ မပြတ် စောင့်ကြည့်တာကိုပဲ အသိတရား တိုးပွားအောင် အားထုတ်တာဖြစ်လို့ “တရားအားထုတ်တယ်” လို့ ဆိုကြပါတယ်။ ထိုင်တာ၊ ရပ်တာ၊ လျောင်းတာက စပြီးတော့ ဘယ်အလုပ်မျိုးမဆို အသိပွားအောင် သတိထားနေတာ မှန်သမျှ တရားအားထုတ်နေတာချည်းပါပဲ။

သဘောပေါက်ထား စေချင်တာကတော့ အသိတရား တိုးပွားဖို့ ဆိုတာ သူများ အသိကို ငှားပြီး ပွားလို့ မရပါဘူး။ ကိုယ်ပိုင် အသိဖြစ်မှ ပွားလို့ ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် စပြီး တရားအားထုတ်ကတည်းက “အနိစ္စ၊ အနိစ္စ” နဲ့ လုပ်နေတာဟာ ကိုယ်တိုင် သိတဲ့ “အနိစ္စ” မဟုတ်ဘဲ သူများ ပြောသံကြား အငှား အနိစ္စချည်း ဖြစ်တဲ့ အတွက် ပွားလို့ မရပါဘူး။

ဘုရားရှင်ကတော့ စပြီး သတိထားချိန်မှာ “ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိ = ကိုယ့်အသိမှာ ထင်လာတာကို ထင်လာတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ပါ” လို့ ညွှန်ကြားပါတယ်။ ဒီအချိန်မှာ “ရှုမှတ်တယ်” ဆိုတာ ပညာမဟုတ်သေးပါဘူး။

“သညာ” လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အမှတ်သညာ များပြီး ခိုင်မြဲလာရင် သတိ ထင်ရှားလာပါတယ်။ ဒါကြောင့် “သတိ ထိရသညာပဒဋ္ဌာနာ = သတိဖြစ်ရေးမှာ ခိုင်မြဲတဲ့ သညာဟာ အနီးကပ်ဆုံး အကြောင်းတရား ဖြစ်တယ်” လို့ ဟောတော်မူတာပါ။ သတိ မြဲလာမှ အသိက ပွားလာတာပါ။

နောက်တစ်ခုက “အရှုခံနဲ့ ရှုဉာဏ်” ဆိုတဲ့ စကားပါ။ သမာဓိသိက္ခာ စတင်ထူထောင်တဲ့ တရားအားထုတ်စမှာ အရှုခံဆိုတာ ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မဆိုတဲ့ အာရုံတစ်မျိုးမျိုးပါ။ အဲဒီအာရုံကို ရှုမှတ်နေတာကလည်း “ဉာဏ်” မဟုတ်သေးပါဘူး။ “သတိ” သာ ဖြစ်ပါတယ်။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်မှာ ဘုရားရှင် ဟောတော်မူတာကို သေသေချာချာ လေ့လာကြည့်ရင် သဘောပေါက်ပါလိမ့်မယ်။

သတိထားတဲ့အကျင့် အားကောင်းလာလို့ သတိရှိတဲ့အဆင့် ရောက်လာတော့မှ မမြဲဘူးဆိုတဲ့ အနိစ္စသဘော၊ သည်းခံကျေနပ်စရာ မရှိဘူးဆိုတဲ့ ဒုက္ခသဘော၊ အလိုကျမဖြစ်ဘူး ဆိုတဲ့ အနတ္တသဘောတို့ကို ကိုယ်တိုင် သိလာတာပါ။ အဲဒီအဆင့် ရောက်တဲ့အခါ အရှုခံက သင်္ခါရ (ဒုက္ခသစ္စာ)၊ ရှုတာက “ဉာဏ်” ဖြစ်လာပါပြီ။

သတိနဲ့ရှုမှတ်စမှာ ကာယ ဝေဒနာ စိတ္တ ဓမ္မဆိုတဲ့ သီးသန့်၊ ဝိသေသ သဘောတို့ကို ရှုမှတ်ရတာ ဖြစ်လို့ တွန်းတယ်၊ တိုးတယ်၊ ပူတယ်၊ အေးတယ် စတဲ့ ဝိသေသလက္ခဏာများကိုပဲ သိနေပါတယ်။ “ဖြစ် ပျက်” သို့မဟုတ်



“အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ” လို့ မသိသေးပါဘူး။ “ဘူတံ ဘူတ တော ပဿတိ=မိမိ စိတ်အစဉ်မှာ ထင်လာတာကို ထင် လာတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ရမယ်” ဆိုတဲ့အတိုင်း မိမိ စိတ်မှာ ထင်လာတဲ့ တွန်းတယ်၊ တိုးတယ်၊ ပူတယ်၊ အေးတယ် စတဲ့ သဘောများကို ထင်လာတဲ့ အတိုင်းသာ ရှုမှတ်ရမှာပါ။ ငါ့ကို တွန်းတယ်၊ တိုးတယ်၊ ငါပူတယ်၊ ငါအေးတယ် ဆိုပြီး “ငါ” ဆိုတဲ့ အစွဲလည်း မပါရဘူး။ ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ ထင်လာတဲ့ အတိုင်းပဲ ရှုရမှာပါ။ မိမိစိတ်အစဉ်မှာ ထင်မြင်မလာသေးတဲ့ ဖြစ်ပျက်တို့၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတို့၊ ရုပ်တို့ နာမ်တို့ စတဲ့ သူတစ်ပါး ပြောသံကြားတွေကိုလည်း အငှားနဲ့ ရှုမှတ်လို့ မရပါ ဘူး။ “ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ” ဆိုတာ မိမိစိတ်အစဉ်မှာ ထင်လာခိုက်မှာ ထင်လာတဲ့ အတိုင်းသာ ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ပထမဆုံးတရားဦး ဒေသနာရယ်၊ ဝိပဿနာလုပ်ငန်း အကျယ်ပြရာ ဖြစ်တဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ရယ်၊ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုခါနီး နောက်ဆုံး မှာတမ်း စကားတော် နှစ်ခွန်းရယ်တို့ကို ခြုံငုံပြီး နည်းနည်း ပြောချင်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ နောက်ဆုံးမှာတမ်း စကား တော် ပထမ တစ်ခွန်းက “ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ= သင်္ခါရ တရားတွေဟာ ပျက်ခြင်းသဘော ရှိကြတယ်”တဲ့။ ဒါဟာ ဝိပဿနာနယ်ပယ် အနေနဲ့ ပြောရမယ်ဆိုရင် “အရှုခံ” တရား

များကို ညွှန်ပြလိုက်တာပါ။

ဒါဖြင့် အဲဒီ သင်္ခါရတရားတွေ အပေါ် ဘယ်လို သဘောထားကြရမှာလဲ ဆိုတော့ - “အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ=သတိနဲ့ ပြည့်စုံစေကြ”တဲ့။ သတိနဲ့ မပြတ် ကြည့်ရှုသုံးသပ်ကြလို့ တိုက်တွန်းမှာကြားတာပါ။

ဒီစကားနှစ်ခွန်းဟာ အရှုခံတရားနဲ့ ရှုမှတ်ရမယ့် တရားတို့ကို အကျဉ်းချုပ် ဖော်ညွှန်း ဆုံးမတော်မူလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီမှာတမ်းစကားတော်နဲ့ ပတ်သက်လို့ အဋ္ဌကထာ ဆရာက “ကိစ္စအားလုံးတို့ကို သတိနဲ့ မကင်းစေဘဲ ပြည့်စုံ စေရမယ်”လို့ ဖွင့်ပြပါတယ်။ အဲဒီစကားကိုပဲ ဋီကာဆရာ ကတော့ “အပ္ပမာဒဆိုတဲ့ သတိတရားက အနက်အဓိပ္ပာယ် အားဖြင့် (၄၅)ဝါပတ်လုံး ဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ ဘုရားရှင် စကားတော်အားလုံးကို သိမ်းယူနိုင်တဲ့အတွက် ဒီစကားကို မိန့်မှာခဲ့ခြင်း ဖြစ်တယ်”လို့ ကောက်ချက်ချပြီးတော့မှ၊ “သတိ”ဆိုတာ ဒီနေရာမှာ ‘ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်တဲ့ သတိ’လို့ အနက်အားဖြင့် မှတ်ယူရမယ်၊ သတိက ဦးဆောင်မှုအရ လွန်ကဲတဲ့ အတွက်ကြောင့် ‘သတိမကင်းစေဘဲ’လို့ ဆိုရတာ ဖြစ်တယ်” လို့ ရှင်းလင်း ဖွင့်ဆိုပြပါတယ်။

ပဓာနနည်းအားဖြင့် “သတိ”လို့ ဆိုပေမယ့် မကင်းကောင်းတဲ့ သဘောအရ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိ၊ ပညာတို့လည်း အကူအနေနဲ့ ပါရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒါကြောင့်လည်း ရှေးဆရာတော်များက “အပ္ပမာဒေနကို မမေ့၊ မလျော့၊ မပေါ့၊ မဆတ်၊ သတိတရားနှင့်” လို့ မြန်မာပြန်ကြတာပါ။ “မမေ့” ဆိုတာ သတိတရားကို ပြောတာ၊ “မလျော့” ဆိုတာ ဝိရိယတရားကို ဆိုလိုတာပါ။ “မပေါ့” ဆိုတာ သမာဓိတရားကို ပြောတာပါ။ ဟုတ်ပါတယ်။ စိတ်ကထားရမယ့် အာရုံအပေါ်မှာ မထားဘဲ ဟိုဟိုဒီဒီ ရောက်နေတာကို ပေါ့ဆတယ်၊ ပေါ့လျော့တယ် လို့ ဆိုရတာ ဖြစ်လို့ “မပေါ့နဲ့” ဆိုတာ စိတ်က ဟိုအာရုံ ဒီအာရုံ တွေဆီ ရောက်မနေဘဲ မိမိရှုမှတ်ရမယ့် အာရုံတစ်ခု တည်း အပေါ်မှာ ကျရောက်တဲ့ ဧကဂ္ဂတာ (သမာဓိ)နဲ့ လည်း ပြည့်စုံရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။ “မဆ” ဆိုတာက တော့ လောကမှာ ယုံကြည်မှုအရ ဖြစ်စေ၊ သိမြင်မှုအရ ဖြစ်စေ တစ်စုံတစ်ရာ ဆုံဖြတ်ချက် မချနိုင်ဘဲ ဖြစ်နေတာ ကို “ချိန်ဆနေတယ်” လို့ ပြောကြပါတယ်။ “မဆနဲ့” ဆိုတာ က အဲဒီလို မဆုံးမဖြတ် ချိန်ဆမနေဘဲ ခိုင်မာတဲ့ ယုံကြည်မှု၊ ပီပြင်တဲ့ သိမြင်မှုနဲ့ ပြည့်စုံရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ ဒါကြောင့် “မဆနဲ့” ဆိုတဲ့ စကားက သဒ္ဓါတရား၊ ပညာတရားတို့နဲ့ လည်း ပြည့်စုံရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အားလုံး ခြုံလိုက်ရင် တော့ “သဒ္ဓါ၊ ဝိရိယ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အခြံအရံပါတဲ့ သတိ တရားနဲ့ ပြည့်စုံအောင်ထားပြီး ရှုမှတ်နေကြ” လို့ တိုက်တွန်း လိုရင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါဖြင့် ဒီမှာတမ်းတော်အရဆိုရင် သင်္ခါရအားလုံး

ကိုပဲ ရှုမှတ်နေရမှာလား ဆိုတော့ “ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိ” ဆိုတဲ့ စကားအတိုင်း မိမိ စိတ်အာရုံထဲမှာ ထင်လာတဲ့ သင်္ခါရကိုသာ ရှုရမှာပါ။ ပစ္စုပ္ပန်လည်းကျ၊ မိမိ အဇ္ဈတ္တမှာလည်း ထင်မြင်မှသာ ရှုလို့ ရမှာပါ။

ဒါကို သဘောပေါက်ဖို့ အတွက် တရားကို ဘာဖြစ်လို့ ရှုမှတ်ပွားများရသလဲ ဆိုတာက စပြီး စိစစ် သင့်ပါတယ်။

တရားဦးမှာ ဟောတော်မူတာကို ခြုံငုံကြည့်မယ် ဆိုရင် ဝိပဿနာ ရှုမှတ်ပွားများရတာဟာ ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်တဲ့ သင်္ခါရတရားတွေကို “ဒုက္ခသစ္စာပဲလို့” ကိုယ်တိုင် သိမြင် ဆုံးဖြတ်နိုင်အောင် ရှုမှတ်ရတာပါ။ သစ္စာအနေနဲ့ ပြောရရင် သင်္ခါရဆိုတာ ဒုက္ခသစ္စာပါပဲ။ အဲဒီလို ရှုမှတ်တဲ့ နေရာမှာ တရားဦး ဒုက္ခသစ္စာ နောက်ဆုံးပိုဒ်မှာ “သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ” ဆိုတဲ့ စကားကို အထူး အလေးအနက် ထားရပါလိမ့်မယ်။

“ဥပါဒါနံ စွဲကပ်နေတဲ့ ခန္ဓာငါးပါးဟာ ဒုက္ခ ဖြစ်တယ်” ဆိုတဲ့ စကားကို ထောက်ဆကြည့်ရင် “ဥပါဒါနံ စွဲလမ်းခြင်း မရှိတဲ့ ခန္ဓာငါးပါးဟာ ဒုက္ခကင်းလွတ်နေတယ်” ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။

ဒီစကားရပ်ဟာ “ဥပါဒါနံစွဲကပ်ခြင်း မရှိတဲ့ ခန္ဓာ ငါးပါးကို ဝိပဿနာ ရှုလို့ မရဘူး။ ဥပါဒါနံ စွဲကပ်နေတဲ့ ခန္ဓာငါးပါးကိုသာ ဝိပဿနာ ရှုရမယ်” လို့ ရှုကွက်ကို

အတိအကျ ညွှန်ပြတဲ့ သဘောလည်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာ ရှုရတာဟာ အစွဲဥပါဒါန် ကင်းလွတ်ဖို့ ဖြစ်တယ်။ အစွဲဥပါဒါန်ဟာ ဘယ်ကနေ ကင်းလွတ်ရမှာလဲ ဆိုရင် ကိုယ် စွဲနေတဲ့ အာရုံ(ခန္ဓာ)က လွတ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စွဲနေတဲ့ အာရုံ(ခန္ဓာ)ကိုသာ ရှုရမယ်၊ မစွဲတဲ့ အာရုံ(ခန္ဓာ)ကိုတော့ စွဲမှ မစွဲဘဲ ဘာဖြစ်လို့ ရှုနေရမှာလဲ။ အဲဒီလို ရှင်းရှင်းလေး သဘောပေါက်ရမှာပါ။

ဒါကြောင့် မိမိစိတ်အစဉ်မှာ ငါမြင်တယ်၊ ငါကြားတယ်၊ ငါ့ကို တိုးတယ်၊ တွန်းတယ်၊ ငါ ထွက်လေ ရှူထုတ်တယ်၊ ငါ ဝင်လေ ရှိုက်သွင်းတယ်၊ ငါပူတယ်၊ ငါအေးတယ်၊ ငါထုံတယ် စသည် စွဲထင်နေတဲ့ အာရုံကို ထင်လာတဲ့ အတိုင်း ရှုမှတ်ပွားများရမယ်။ ဘယ်အတွက် ရှုမှတ်ရမှာလဲ ဆိုရင် အဲဒီ ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာလို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းနေမှုမှ ကင်းလွတ်သွားအောင်လို့ ရှုရမှာပါ။

ဘာနဲ့ ရှုမှတ်ရမှာလဲ ဆိုရင်တော့ သတိပဋ္ဌာန် အရာဖြစ်လို့ သတိက ဦးဆောင်ပြီး သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိ၊ ပညာတို့ရဲ့ အကူအညီနဲ့ ရှုရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလို ရှုမှတ်ပွားများလို့ မိမိရှုမှတ်တဲ့ အာရုံပေါ်မှာ စိတ်တည်ကြည်မှု အားကောင်းလာပြီ (စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်လာပြီ)ဆိုရင် ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာလို့ ထင်နေတဲ့ အရာတွေက အသိခံ(သိစရာအာရုံ)တွေ ဖြစ်ပြီး၊ အဆင်း၊ အသံ စသည်တို့၊ ပူမှု၊ အေးမှု၊ တွန်းမှု၊ တိုးမှုတို့၊ ထွက်လေ၊ ဝင်လေတို့

ဆိုရင် ဒီအာရုံတွေဟာ ရုပ်တွေဖြစ်တယ်။ အဲဒါကို သိသိ  
နေတဲ့ သဘောက နာမ်တရားဖြစ်တယ်လို့ သဘောပေါက်  
လာမှာပါ။

အဲဒီ အခြေအနေ ရောက်လာပြီ ဆိုရင် သတိ  
ဦးဆောင်မှုရဲ့ နေရာကို ပညာက လွှဲပြောင်းယူပြီး  
ဦးဆောင်စ ပြုလာပါပြီ။ ဆက်ပြီး ရှုမှတ်ပွားများမယ်ဆိုရင်  
အရှုခံဖြစ်တဲ့ ရုပ်အာရုံတွေဟာလည်း ခဏမစဲ ပြောင်းလဲ  
ဖောက်ပြန်နေတဲ့ အနိစ္စသဘော၊ အပျက်ဘေး မကင်းတဲ့  
ဒုက္ခသဘော၊ ကိုယ့်အလိုကျ မဟုတ်ဘဲ သူ့သဘော  
သူဆောင်ပြီး ဖြစ်နေတယ်ဆိုတဲ့ အနတ္တသဘော ရှိတယ်လို့  
သိလာရင်၊ ရှုမှတ်သိမြင်နေတဲ့ သဘောကလည်း အာရုံက  
ဖော်ပြပေးတဲ့ အတိုင်းသာ လိုက်ပြီး သိနေတာဖြစ်လို့ အာရုံ  
နည်းတူ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘော ရှိတယ်လို့ပဲ သိမြင်  
လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို အမြင် စင်ကြယ်လာတာကို  
ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိလို့ သတ်မှတ်ပါတယ်။

အရှုခံက မိမိစွဲလမ်းရာ သင်္ခါရ ဒုက္ခသစ္စာတရား။

ဦးဆောင် ရှုမှတ်နေတာက သတိတရား။

သတိ ထိရသညာပဒဋ္ဌာနာ-ဆိုတဲ့ အတိုင်း မိမိ  
စိတ်မှာ စွဲထင်မှတ်သားထားတဲ့ အမည်သညာအတိုင်း မြင်  
တယ်၊ ကြားတယ်၊ ပူတယ်၊ အေးတယ်စတဲ့ အမည်သညာနဲ့  
စပြီး ရှုမှတ်ရပါတယ်။ အမှတ်သညာ ခိုင်မြဲမှ သတိ ခိုင်မြဲ  
ပါတယ်။

သတိ ခိုင်မြဲလာမှ အာရုံကို စူးစိုက်တဲ့ သမာဓိ အားကောင်းလာပြီး ထိုးထွင်းသိမြင်တဲ့ ပညာ ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။

ပညာတရားက ရုပ်ပဲ၊ နာမ်ပဲလို့ ခွဲခြား သိခြင်း၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဆိုတဲ့ သဘောလက္ခဏာကို ထိုးထွင်း သိခြင်း ကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ပါတယ်။

သတိ ဦးဆောင်ပြီး ရှုတယ်၊ ပညာ ဦးဆောင်ပြီး သိတယ်လို့ အတိုချုပ် သဘောပေါက်နိုင်ပါတယ်။

အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဆိုတာဟာ သင်္ခါရတို့ရဲ့ ဘုံလက္ခဏာ ဖြစ်ပါတယ်။(သာမညလက္ခဏာလို့လည်း ခေါ်ပါတယ်)။ ဘုံလက္ခဏာကို သိမြင် လာချိန်မှာ အရှုခံတို့ဟာလည်း ကာယ စိတ္တစတဲ့ ကိုယ်ပိုင်သဘောမျိုး မဟုတ်တော့ပဲ သင်္ခါရ ဆိုတဲ့ ဘုံသဘော ဆောင်လာ ပါတယ်။ သင်္ခါရဆိုတဲ့ ဘုံသဘော ဖြစ်လာတဲ့အခါ “သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာ”အရ ဒုက္ခသစ္စာ အရှုခံတရား ဖြစ်သွားပါပြီ၊ ဒါဟာ အထွတ်အထိပ်ရောက်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်တာ ပါပဲ။ ဒါကြောင့် မဂ်ရဲ့ရှေ့ပြေး အနီးကပ်ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာ မှာ ဒုက္ခသစ္စာက အရှုခံ ဖြစ်ပြီး၊ ရှုတာက ဝိပဿနာဉာဏ် လို့ ဆိုရပါတယ်။ အရှုခံက ဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်သွားလို့ အနုပဿနာအနေနဲ့ ပြောရရင် ဓမ္မာနုပဿနာလို့ ခေါ်ပါတယ်။ “မဂ်ဉာဏ်မှန်သမျှ ဓမ္မာနုပဿနာနဲ့ချည်း ရတာ ဖြစ်တယ်” လို့ ညောင်လွန်နည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းပြ ဖြစ်တဲ့ မော်လမြိုင်

“ရွှေပရိယတ္တိ” ဆရာတော် မိန့်ကြားတာဟာ ဒီသဘောကို ပြောတာပါပဲ။

ထားပါတော့၊ အမည်အမျိုးတွေ ခွဲခြားတာက ပညာရှင်တွေရဲ့ အလုပ်ပါ။ တကယ် မဇ္ဈိမလမ်း သွားနေသူများ အနေနဲ့တော့ သတိထားပြီး မပြတ်ရှု၊ ရှုပါများတော့ မြင်၊ မြင်ပါများတော့ ရိုးအိပြီး ငြီးငွေ့၊ ငြီးငွေ့တော့ အစွဲကွာ၊ အစွဲကွာတော့ လွတ်မြောက်၊ (ဧဝံ ပဿ နိဗ္ဗန္တတိ၊ နိဗ္ဗန္တံ ဝိရဇ္ဇတိ၊ ဝိရာဂါ ဝိမုစ္ဆတိ) ဆိုတာ ဖြစ်အောင် မပြတ် ရှုမှတ်နေဖို့သာ အဓိကပါ။ အစွဲ (တဏှာ) ကွာကျသွားပြီ ဆိုရင် ဘယ်လို လောကီအာရုံမျိုးကမှ လွှမ်းမိုးချုပ်ချယ်နိုင်စွမ်း မရှိတော့တဲ့အတွက် လွတ်မြောက်တယ်လို့ ဆိုတာပါ။ အာရုံလွှမ်းမိုးမှု ကင်းသွားရင် ဒုက္ခဆိုတာလည်း ချုပ်ငြိမ်းသွားတာပါပဲ။ ဒီလို လွတ်လပ်ငြိမ်းအေးမှုကို သူပြောနဲ့ ယုံကြည်တာ မဟုတ်ဘဲ ကိုယ်ကြုံကိုယ်သိ ခံစားခွင့် ရရှိတာဟာ မျက်စိရှေ့မှောက် ရောက်နေတဲ့ အရာဝတ္ထုကို တွေ့မြင်ရသလို ထင်ထင်ရှားရှားကြီး တွေ့ကြုံနေရတာ ဖြစ်လို့ “မျက်မှောက်ပြုတယ်” လို့လည်း ဆိုကြပါတယ်။ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာ နိရောဓသစ္စာနဲ့ ပတ်သက်လို့ သာဝကတို့ တာဝန်က လုပ်ဆောင်ရတဲ့တာဝန် မဟုတ်ပါဘူး။ အလုပ်တာဝန် ကျေပွန်တဲ့ အတွက် လုပ်ခအကျိုး အဖြစ် မျက်မှောက်ပြုရုံပါပဲ။

သစ္စာလေးခုမှာ တာဝန်လေးမျိုး ပြထားပေမယ့်



တကယ်ဆောင်ရွက်ရမှာကတော့ မဇ္ဈိမအကျင့်ဖြစ်တဲ့ မဂ္ဂင် ရှစ်ပါး(မဂ္ဂသစ္စာ)ကို ပွားများခြင်း တစ်ခုတည်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။ မဂ္ဂသစ္စာကို ပွားများတဲ့တာဝန် ကျေပွန်ပြည့်စုံတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားသိခြင်း၊ သမုဒယသစ္စာကို ပယ်ခြင်း၊ နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုခြင်း တာဝန် (ကိစ္စ) များလည်း တစ်ပြိုင်နက် ပြီးပါတယ်။ သိ၊ ပယ်၊ ဆိုက်၊ ပွား၊ လေးပါးကိစ္စ တစ်ပြိုင်နက် ပြီးစေနိုင်စွမ်း ရှိလို့ မဂ်ဉာဏ်ကို တစ်ချက်ခုတ် လေးချက်ပြတ်တဲ့ ဓားသန်လျက်နဲ့ ဥပမာ ပေးကြပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ အဘိဓမ္မာသဘောနဲ့ သုတ္တန်သဘောတို့ နှိုးနှောပြီး သိထိုက်တာလေးလည်း ရှိနေပါတယ်။ အဘိဓမ္မာ သဘောအရ “သိတယ်” ဆိုတာ မိမိအာရုံပြုတဲ့ အရာကိုသာ သိတာပါ။ မဂ်ဉာဏ်ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်ကိုသာ အာရုံပြုတဲ့အတွက် “နိဗ္ဗာန်” ကိုသာ သိသင့်တယ်။ ဘာဖြစ်လို့ ဒုက္ခသစ္စာကို သိနိုင်သလဲ ဆိုတာပါပဲ။ မတွေ့မဝေ (ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်) ထိုးထွင်းသိခြင်းကိစ္စ ပြီးပြည့်စုံတဲ့အတွက် သင်္ခတဓမ္မ အားလုံးကို ထိုးထွင်းသိမြင်တယ်လို့ ဆိုတာပါ။ “ကိစ္စ” အားဖြင့် ပိုင်းခြား သိတယ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ (သီ၊ဋ္ဌ။၂၄၈)

ဒီလို သိသွားတဲ့အတွက် အရင်က ကြားတောင် မကြားဘူးတဲ့ သစ္စာလေးပါး တရားတို့နဲ့ ပတ်သက်လို့ မျက်စိလည်မှုကင်းပြီး အမြင်ရှင်းပြီ (စက္ခု ဥဒပါဒိ)၊ အမြင်

ရှင်းတဲ့အတွက် အသိလည်း မှန်ပြီ (ဉာဏ် ဥဒပါဒိ)၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ သိစရာများကိုလည်း ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိမြင်ပြီ (ပညာ ဥဒပါဒိ)၊ အဝိဇ္ဇာအမှောင်ခွင်းပြီး ထိုးထွင်းသိမြင်တဲ့ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်နဲ့ ပြည့်စုံပြီ (ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ)၊ အဝိဇ္ဇာအမှောင်ကင်းသွားတဲ့အတွက် ဉာဏ်အရောင် လင်းထိန်ခဲ့ပြီ (အာလောကော ဥဒပါဒိ) ဆိုတဲ့ ဂုဏ်ပုဒ်များဟာ မဇ္ဈိမခရီးဆုံးမှာ ရှိတဲ့ ပန်းတိုင်ရဲ့ သင်္ကေတများပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

သစ္စာတစ်ပါး တစ်ပါးမှာ သစ္စာ၊ ကိစ္စ၊ ကတ ဆိုပြီး သုံးထပ် သုံးကျော့စီ ရှိတဲ့အတွက် သစ္စာလေးပါးပေါင်းမှာ အထပ်အကျော့ (၁၂) ပါး ပြားပါတယ်။ “တိပရိဝဋ် = သုံးပါးထပ်မံ သုံးကျော့ပြန် ရှိသော” လို့ ပခုက္ကူ ဆရာတော် ပြန်ဆိုပါတယ်။ “ပထမ သစ္စဉာဏ်နဲ့ နာယူပြီး သိတယ်၊ နောက် ကိစ္စဉာဏ်နဲ့ ကိုယ်တိုင်ကျင့်သုံးပြီး နာယူ သိကို တိုးပွားစေတယ်၊ နောက်ဆုံး ကတဉာဏ်နဲ့ ဆုံးဖြတ် သိပြီးတဲ့ အခါမှာတော့ ကိုယ်တိုင်သိ အဖြစ် တိုးတက် ပြောင်းလဲပြည့်စုံသွားပါတယ်။ အဲဒီလိုအသိတွေအထပ်ထပ် အကျော့ကျော့ ဖြစ်အောင် လုပ်ရတာကိုပဲ “ဘာဝနာ = ပွားများတယ်” လို့ ဆိုရတာ ဖြစ်ပါတယ်။

သုံးကျော့သုံးလီ (၁၂)ပါးလုံး စင်ကြယ်ပြည့်စုံအောင် သိပြီးတဲ့အတွက် လောကသုံးပါးမှာ သဗ္ဗညုဘုရား အဖြစ် ဝန်ခံနိုင်ခဲ့ပြီ၊ ငါ့ရဲ့ အရဟတ္တဖိုလ်ခေါ် ဝိမုတ္တိဉာဏ် ဟာလည်း ဆန့်ကျင်ဘက် တရားတို့ကြောင့် မလှုပ်မယိုင်

## ဓမ္မဘောရီ အရှင်ဝိရိယ(တောင်စွန်း)

၉၅

မြဲနိုင်ခဲ့ပြီ၊ အခုဘဝ ဖြစ်ရတဲ့ ဇာတိဟာလည်း နောက်ဆုံး  
လာဘိ နှစ်ခါမရှိတဲ့ ဇာတိပင် ဖြစ်တော့တယ် ဆိုတာ  
ကိုလည်း ဆင်ခြင်သိမြင်ပြီလို့ မိန့်ကြားရင်း တရားကို  
နိဂုံးချုပ်တဲ့ အခါမှာတော့ ပဉ္စဝဂ္ဂို ငါးဦးတို့က နှစ်ခြိုက်  
အားရ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ လက်ခံသွားကြပါတော့တယ်။

## တရားဦး ဥဒါန်း မော်ကွန်း

“အပင်စေ့ တစ်ဆယ်သာသာလေး ရှိတဲ့ ကိလေသာချုံ့ပုတ်ကို အဝိဇ္ဇာအကန်း ဦးဆောင်ရာ နောက်မှာ တစ်ယောက်ခါး တစ်ယောက်ဆွဲပြီး အထပ်ထပ်လှည့်ပတ်ရင်း သံသရာစရိုး ရှည်နေကြ ရတယ်” ဆိုတာ မျက်စိမြင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အဖို့တော့ ရယ်စရာလို မြစ်စနမှာပေါ့။

[ ဓမ္မဘေရိ အရှင်ဝီရိယ၊ တောင်စွန်း ]

တရားဦးကို နားနဲ့ သင်ယူတဲ့ ပရိယတ်ကို ပြုလုပ်ပြီး စိတ်က နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်တဲ့ ပဋိပတ် အလုပ်ကို သတိနဲ့ မပြတ်ဆင်ခြင် ကြိုးစားတဲ့အတွက် ပဉ္စဝဂ္ဂါးဦး ထဲက အကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့ အရှင်ကောဏ္ဍည သန္တာန်မှာ ကိလေသာမြူ ကင်းစင်ပြီး “ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ သင်္ခါရ ဓမ္မ တို့ဆိုတာ ချုပ်ပျောက်သွားကြမြဲ ဓမ္မတာပါကလား” ဆိုတဲ့ တရားမျက်စိ လင်းလင်းကြီး ပွင့်သွားပါတော့တယ်။

ဒုက္ခိတ သတ္တဝါတို့အတွက် ဒုက္ခကင်းဝေးရာ နိရောဓပန်းတိုင်ဆီ လျှောက်လှမ်းနိုင်မယ့် မဇ္ဈိမလမ်းတော် ကြီးကို လေးသင်္ချေ ကမ္ဘာတစ်သိန်း ကောလကြာအောင် ပါရမီခွန်အားတွေ မွေးမြူပြီး ဖောက်လုပ်ခဲ့ရတဲ့ မဟာ ကရုဏာရှင်က အရှင်ကောဏ္ဍည ပန်းတိုင်ကို ပထမဦးဆုံး ရောက်ရှိသွားတာကို သိလိုက်ရတော့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ မုဒိတာအဟုန်က ရင်ထဲမှာ မျိုသိပ်ထားဖို့ မဆံ့တော့တဲ့ အတွက် “အညာသိ ဝတ ဘော ကောဏ္ဍညော၊ အညာသိ ဝတ ဘော ကောဏ္ဍညော = ကောဏ္ဍညတော့ သစ္စာတရား ကို ဦးဦးဖျားဖျား သိသွားပေါ့၊ ကောဏ္ဍညတော့ သစ္စာ တရားကို ဦးဦးဖျားဖျား သိသွားပေါ့”လို့ နှစ်ခွန်းဆင့် မြွက် ဆိုကာ ဥဒါန်းကျူးလိုက်ပါတော့တယ်။ ဒီ ဥဒါန်းကြောင့်ပဲ အရှင်မြတ်ရဲ့ အမည်ဟာလည်း “အညာသိ ကောဏ္ဍည” ဆိုပြီး သာသနာစဉ်ဆက် မော်ကွန်း တွင်သွားပါတော့ တယ်။

အရှင်ကောဏ္ဍည သစ္စာတရား သိသွားတယ် ဆို တာ “သင်္ခါရတရားမှန်သမျှ ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတာပဲ” လို့ သိလိုက်တာ ဖြစ်တယ် ဆိုတော့ ပါးစပ်က “ဖြစ် ပျက်၊ ဖြစ် ပျက်” လို့ ရွတ်ဆိုရှုမှတ်နေကြသူတွေကတော့ “ဒါ လေးများ”လို့ အောက်မေ့ချင်စရာပေါ့။ အရှင်အညာသိ ကောဏ္ဍည သိတဲ့ “ဖြစ် ပျက်” ဆိုတာ ဘဝပုစ္ဆာကို ကိုယ်တိုင် သတိပဋ္ဌာန် အလုပ်နဲ့ ပွားများ တွက်ချက်ပြီး ကျေကျေ

နပ် နပ် သိမြင်ရရှိလိုက်တဲ့ အဖြေမှန် ဖြစ်ပါတယ်။ သူများ တွက်ချက်ထားတဲ့ အဖြေမှန်ကို သံယောင်လိုက် ကူးချ ထားတဲ့ အဖြေမျိုး မဟုတ်ပါဘူး။

သတိပဋ္ဌာန် ပွားများတယ် ဆိုတာ “ဘူတံ ဘူ တတော ပဿတိ = မိမိခန္ဓာမှာ ထင်ရှားတွေ့ရှိတဲ့ အာရုံကို ထင်ရှား တွေ့ရှိတဲ့အတိုင်း သတိနဲ့ ရှုမှတ်ရတာပါ။ ဒါ ကြောင့် စတင် ပွားများစမှာ အရှုခံက ထင်ရှားရာအာရုံ၊ ရှုတာက သတိဖြစ်ပါတယ်။ အထပ်ထပ် ရှုမှတ်မှု အကြိမ် များလာတဲ့ အခါမှာတော့ မှတ်သိဖြစ်တဲ့ နာမပညတ်တွေ ပျောက်ပြီး ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲနေတဲ့ သဘောကို ကိုယ်တိုင် သိမြင်လာပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ သိက္ခာသုံးပါး တို့ရဲ့ အထွတ်အထိပ် ပညာသိက္ခာအဆင့် ရောက်လာပါပြီ၊ ဘာဝနာအနေနဲ့ ဝိပဿနာဘာဝနာ ဖြစ်လာပါပြီ၊ ဒီ အဆင့်ကို “သင်္ခါရ အရှုခံနဲ့ ရှုဉာဏ်” လို့ ပြောကြတာပါ။

ဒီနေရာမှာ အထူးထပ်ပြီး ပြောချင်တာကတော့ တရားကို စတင်အားထုတ်စမှာ “ဖြစ် ပျက်၊ ဖြစ် ပျက်” လို့ စိတ်ထဲက ရွတ်ဆိုပွားများခြင်းဟာ သူများတွက်ထားတဲ့ အဖြေမှန်ကို ကူးချထားတဲ့ အငှားသိချည်း ဖြစ်တဲ့အတွက် ပွားများလို့ မရဘူး ဆိုတဲ့အကြောင်း အထက်မှာ ပြောခဲ့ ပါပြီ။ ဒီလို ပြောတဲ့အတွက် “ဘုရားရှင် ကိုယ်တိုင်က ‘ဖြစ် ပျက်’ ရှုရမယ်လို့ မိန့်တော်မူတယ် မဟုတ်လား၊ ဘာ ကြောင့် ‘ဖြစ် ပျက်’လို့ မရှုရမှာလဲ ဆိုပြီး စောဒက

တက်ချင်စရာ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။

“ဖြစ်ပျက် ရှုရမယ်” ဆိုတဲ့ စကားဟာ အရပ်ထဲမှာ ပြောကြတဲ့ “ထမင်းချက်ရမယ်” ဆိုတဲ့ စကားနဲ့ အလားတူ ပါတယ်။ “ထမင်းချက်ရမယ်” လို့ ပြောလိုက်တဲ့အတွက် ထမင်းကို ချက်ရင် လူစာ ဖြစ်လာနိုင်မယ် မဟုတ်ပါဘူး။ အမှန်ကတော့ ဆန်ကို ချက်ရတာပါ။ ဆန်ကို ထမင်း ဖြစ်အောင် ချက်လို့ ဆိုလိုရင်းဖြစ်တယ် ဆိုတာ လူတိုင်း သိကြပါလိမ့်မယ်။ ဖြစ် ပျက်ရှု ဆိုတဲ့ စကားကလည်း အဲဒီသဘောပါပဲ။ ထင်ရှားရာ အာရုံတို့ကို ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတယ် ဆိုတဲ့ ကိုယ်ပိုင်အသိ ပေါ်လာအောင် ရှုလို့ ဆိုရတာပါ။

ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားသိတယ် ဆိုတာ “အဆိပ်သောက်ရင် သေတတ်တယ်၊ အစာစားရင် အားဖြစ်တယ်” လို့ သိတဲ့ အသိမျိုး ဖြစ်ရပါမယ်။ ဒီလို သိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဆာလောင်တဲ့ အခါတိုင်းလည်း အစာ အာဟာရကို သတိရသလို အဆိပ်ကိုလည်း ဘယ်တော့မှ သောက်စမ်းမကြည့်တော့ပါဘူး။ ဖြစ် ပျက်ကို တကယ် သိသူဟာလည်း ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတာက လွဲလို့ ဘာအနှစ်မှ မရှိတော့တဲ့ အရာကို ဘယ်တော့မှ တွယ်တာခြင်း မရှိပါဘူး။ ထင်လာသမျှ အာရုံကို သတိရှေ့သွားပြီး ဝိပဿနာ အမြင်နဲ့ သာ ကြည့်လေ့ရှိတဲ့အတွက် ပျက်စီးကုန်ဆုံးတဲ့ အရာ မှန်သမျှ “ဝိပဿနာဉာဏ်အား” အနှစ် ကျန်အောင် ရယူ

သွားကြမြဲ ဖြစ်ပါတယ်။

တရားသဘောကို သိမြင်ပြီးတဲ့ အရှင်အညာသိ  
ကောဏ္ဍည (သောတာပန်) ရဲ့ ဂုဏ်ရည်များကတော့ -

ဝိရဇံ = အပါယ်လေးပါး လားစေတတ်တဲ့  
ကိလေသာမြူ ကင်းသွားပြီ။

ဝိတမလံ = အယူမှား၊ အယုံမှား ဆိုတဲ့ ဒိဋ္ဌိ  
ဝိစိကိစ္ဆာ တိမ်သလာ အညစ်အကြေး လုံးဝ ကင်းစင်ပြီ။

ဓမ္မစက္ခု ဥပပါဒိ = သိက္ခာသုံးပါး တစ်သားတည်း  
ဖြစ်သွားတဲ့ သောတာပတ္တိ ဉာဏ်မျက်စိ ပွင့်သွားပြီ ဖြစ်လို့  
သင်္ခါရ မှန်သမျှ ဖြစ်ပြီး ချုပ်မြဲသာ ဆိုတဲ့ အသိ  
ခိုင်မြဲသွားပြီ။ မျက်မြင် နားကြား စတဲ့ အာရုံများကို  
ထင်ထင်ရှားရှား သိသလို သစ္စာလေးပါးကိုလည်း ထင်ရှား  
ပြည့်စုံ လွှမ်းခြုံ သိမြင်သွားပြီ ဖြစ်လို့ “ဘယ်လိုပါလိမ့်၊  
ဘာလုပ်ရပါ” စတဲ့ သံသယ ခရီးခဲကြီးကိုလည်း  
လွန်မြောက်ပြီး စိတ်နှလုံး တုံးတုံးချ အေးမြသွားပါပြီ။

အယူမှား၊ အယုံမှားဆိုတဲ့ သံသယ ခရီးခဲကြီးကို  
လွန်မြောက်တယ်ဆိုတာ ပုထုဇဉ်နယ်က အရိယာနယ်ထဲ  
ကူးမြောက်သွားတာပါ။ မဇ္ဈိမခရီးရဲ့ ပန်းတိုင်နယ်မြေထဲ  
ရောက်သွားတာပါပဲ။ ဒီအခါမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ လွန်  
မြောက်မှု အရသာ (ဝိမုတ္တိရသာ)နဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘုရားရှင်  
ပေးတဲ့ ဥပမာလေးကတော့ -

လူတစ်ယောက်ဟာ အဖိုးတန် ရတနာထုပ်ကို



ထမ်းပြီး ခိုးသူဓားပြ ထူပြောလှတဲ့ ကန္တာရခရီးကြမ်းကြီးကို ဖြတ်သန်းသွားလာ နေရတယ်။ လုယက်တာ၊ ရိုက်ပုတ် တာတွေကိုလည်း တွေ့မြင်နေရတယ်။ ဒီခရီးခဲကြီး မလွန် မြောက်သေးသမျှ သစ်ခက်ကြွေသံ၊ ငှက်ပျံသံ ကြားတာကို တောင် ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်နေရလို့ ရှေ့ရောက်၊ နောက်ပြန် ဘေးကွေ့နဲ့ ပင်ပန်းသလောက် ခရီးမတွင် ဖြစ်နေရတယ်။

ဒီခရီးခဲကြီးကို ကြိုးစားကူးမြောက်ပြီး ဘေးရန်ကင်းတဲ့ရွာ ကို ရောက်သွားတဲ့ အခါမှာတော့ ပြောပြလို့ မရနိုင်အောင် ဝမ်းမြောက်ကြည်နူးမှုကိုရရှိခံစားရပါတော့တယ်။ အယုံမှား၊ အယူမှား ခရီးခဲကို လွန်မြောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ ဝိမုတ္တိ ရသက ဒီထက် ပိုပါတယ်။ ပြောမပြနိုင်တော့လို့လည်း “ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ = ပညာရှိတို့သာ ကိုယ်သိ မျက်မှောက် ခံစားသိနိုင်စွမ်းတဲ့ တရား” လို့ ဆိုရတာပါ။

လူ့ဘဝဆိုတာ ဒုလ္လဘ ရတနာကြီး ဖြစ်သလို ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒ် ဆိုတာလည်း ကြုံခဲလှတဲ့ တကယ့် ရတနာမြတ် တွေပါ။ သာသနာ ကြုံတုန်း၊ လူဖြစ်တုန်းမှာ ရတနာ သုံးပါးကို သက်ဝင်ယုံကြည်သူ ဖြစ်နေတာဟာ ရသမျှ လည်း “အား”၊ ကုန်သမျှလည်း “အား” သာ ဖြစ်စေတဲ့ အတွက် ရတနာဘုံဘဝမှာ ရတနာထုပ်ကို ပိုက်ပြီး ခရီး သွားနေရတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ အယုံမှား အယူမှားဆိုတဲ့ ခရီးခဲကြီးကို မကျော်လွန်နိုင်သေးသမျှ ရထားတဲ့ ရတနာကို ရတနာမှန်း မသိ၊ ကြုံတွေ့ရတဲ့ ရတနာသုံးပါးတို့ရဲ့

ဂုဏ်ကျေးဇူးကိုလည်း နားမလည်ဘဲ အားပျက်စေတဲ့ အလုပ်ကို အားတက်၊ အားတက်စရာ အလုပ်ကိုတော့ အားပျက်နဲ့ တစ်သိန်းတန် ရွှေခွက်ကို ရက်တက်နဲ့ လဲသောက် ဆိုသလို တစ်သံသရာလုံး အဆုံးအဖြတ် ပေးမယ့် ရတနာအစစ်တွေကို တစ် ဘဝစာတောင် အာမခံချက် မရှိတဲ့ ရာထူး ဂုဏ်သိန် စည်းစိမ်ဥစ္စာများနဲ့ လဲနေကြတာဟာ ဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာနယ်ကို မလွန်မြောက်သေး တဲ့အတွက် ကြုံတွေ့ရတဲ့ အန္တရာယ်များပါပဲ။ ဒီခရီးကြမ်း ကြီးကို လွန်မြောက်သွားပြီးဖြစ်တဲ့ အရှင်အညာသိ ကောဏ္ဍည လို သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှာတော့ -

ဝေသာရဇ္ဇပတ္တော = ကြောက်ရွံ့ခြင်းကင်း ရဲတင်း ထက်မြက်သူ ဖြစ်သွားပါပြီ။ ဒီစကားရပ်ကို ဘာသာဋီကာ ကျမ်းပြု တောင်မြို့ မဟာဂန္ဓာရုံ ဆရာတော်ကြီးကတော့ “မိမိက မရိုးမသား သူတော်ကောင်းယောင် ဆောင်ပြီး သာသနာတော်ကို ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်နေသူဟာ သူ တစ်ပါး စွပ်စွဲမည့်အရေး၊ နောင်တမလွန် အရေးတို့ကို တွေး ပြီး ကြောက်ရွံ့နေတတ်တယ်။ ဒီလို မဟုတ်တဲ့ သူတော် ကောင်း စစ်စစ် ဖြစ်သွားသူတို့ကတော့ သာသနာတော်ကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ရာမှာ ဖြစ်စေ၊ ဒီဘဝ၊ နောင်ဘဝ အတွက် ဖြစ်စေ ကြောက်ရွံ့စိတ် မရှိတော့ဘဲ ရဲရင့်တယ်” လို့ ရှင်းပြတော်မူပါတယ်။ (သီ၊ဘာဋီ၊၃။၄၅၇)။

အပရပစ္စယော = တရားအသိ ကိုယ်ပိုင် ရှိပြီး

ဖြစ်လို့ သာသနာတော်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကြားစကား ယုံစရာ အကြောင်း မရှိတော့ဘူး။ ရရှိတဲ့ ဝိမုတ္တိရသထက် သာလွန်တဲ့ အရာ ဆိုတာလည်း မရှိတော့ဘူး ဆိုတာ အခိုင်အမာ သိပြီးဖြစ်လို့ နောက်ကြောင်းကို ပြန်မလှည့်တော့ပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်မှာ ရဟန်းပြုခွင့်ကို တောင်းခံလိုက်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က “ဧဟိ ဘိက္ခု” လို့ ခေါ်တော်မူလိုက်တဲ့အခါ ပရိက္ခရာအစုံနဲ့ တကွ ရဟန်းအဖြစ် ရောက်ရှိသွားပါတော့တယ်။ အရှင်အညာသိက္ခာဏ္ဍညမထေရ် မြတ်ဟာ သာသနာတော်မှာ သစ္စာလေးပါးကို ပထမဆုံး ထိုးထွင်းသိမြင်တဲ့ သာဝကအဖြစ် “အညာသိ” ဆိုတဲ့ မော်ကွန်းနဲ့အတူ ပထမဆုံး အရိယာ၊ ပထမဆုံး ရဟန်းအဖြစ် ရရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လို့ သာဝက အားလုံးတို့ရဲ့ “နောင်တော်ကြီး” ဆိုတဲ့ မော်ကွန်းလည်း တွင်ရစ်သွားပါတော့တယ်။

၁၃၄၂-ခုနှစ်က တိပိဋကစာမေးပွဲ ပြန်ဆိုအပြီးမှာ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကို ဝင်ရောက်ကန်တော့တဲ့ အခါ ဆရာတော်ကြီးနဲ့ တရင်းတနှီး စကားပြောဖြစ်ကြပါတယ်။ မိမိက “ဆရာတော်ဘုရား ... ပိဋကတ်တော်ထဲမှာ တွေ့ရတာကတော့ ဘုရားရှင်လက်ထက်က ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ တစ်နေရာမှာ တစ်ကြိမ်သာ ကြားနာရတဲ့ စကားကို တခြား တစ်နေရာရောက်တော့ အပြည့်အစုံပြန်ပြီး ပြောပြနိုင်ကြတယ်။ တပည့်တော် စဉ်းစားမိတာက ဒီလို မှတ်ဉာဏ်

အားတွေ ကောင်းတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားရှင် ဓမ္မစကြာ  
 တရားဦးကို ဟော်တော်မူစဉ်က (၅)ရက်တိတိ ဟောပြီးမှ  
 ပဉ္စဝဂ္ဂီ(၅)ဦးလုံး အရိယာဖြစ်ကြတယ် ဆိုတဲ့ နေရာမှာ  
 ဘုရားရှင်က (၅)ရက် လုံးလုံး ဓမ္မစကြာပါဠိကို မပြတ်  
 ဟောရွက်ပြနေဖို့တော့ အကြောင်းမရှိဘူး ထင်ပါတယ်  
 ဘုရား၊ အဲဒါ ဘယ်လိုလဲဆိုတာ စဉ်းစားမိပါတယ်” လို့  
 လျှောက်ထားတော့ -

“ဦးဇင်းလေး ... မင်းလည်း အဲဒါကို စဉ်းစား  
 မိတယ်ပေါ့၊ ဟုတ်လား၊ အေး ... စာပေသင်ယူတယ်  
 ဆိုတာ ဒီလို စဉ်းစားဖို့ အရေးကြီးတယ်၊ ဟုတ်တာပေါ့၊  
 တာဝတိံသာမှာ အဘိဓမ္မာ ဟောသလို မပြတ် ရွတ်ဖတ်  
 နေတာ ဘယ်ဟုတ်မလဲ၊ ပါဠိတော်တွေမှာ တရားတစ်ပုဒ်  
 စ လိုက်တိုင်း ဘုရားရှင်ရဲ့ ရှေးဦးတိုက်တွန်းတဲ့ စကား  
 နှစ်ခွန်းကို တွေ့တယ် မဟုတ်လား။ ‘သာဓုကံ သုဏောထ၊  
 သာဓုကံ မနသိ ကရောထ = ကောင်းစွာ နားထောင်ကြ၊  
 ကောင်းစွာ နှလုံးသွင်းကြ’ဆိုတာလေ။

“ကောင်းစွာ နားထောင်ကြ ဆိုတာက သင်ယူတဲ့  
 ပရိယတ်ပေါ့၊ ကောင်းစွာ နှလုံးသွင်းကြဆိုတာက သဘော  
 ပေါက်အောင် သတိပဋ္ဌာန်အလုပ်ကို လုပ်ခိုင်းတဲ့ ပဋိပတ်  
 မဟုတ်လား၊ ဒေသနာတော် အဆုံးမှာ သောတာပန် စသည်  
 ဖြစ်သွားကြတယ် ဆိုတာ တရားပွဲ တစ်ခုမှာ အဲဒီလို  
 ပရိယတ်၊ ပဋိပတ် နှစ်မျိုး ပြည့်စုံလို့သာ ပဋိဝေဓ ဆိုက်သွား

ဓမ္မဘောရီ အရှင်ဝိရိယ(တောင်စွန်း)

၁၀၅

နိုင်ကြတာပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားရှင် ဓမ္မစကြာ တရားဦးကို  
 (၅) ရက် ဟောတယ် ဆိုတာလည်း ပါးစပ်က မပြတ် ရွတ်ပြ  
 နေတာ ဘယ်ဟုတ်မလဲ။ ပဉ္စဝဂ္ဂီ (၅) ဦးတို့ကို သဘော  
 မပေါက်မချင်း သတိပဋ္ဌာန် အလုပ်နဲ့ နှလုံးသွင်းခိုင်းနေ  
 တာပေါ့။ သဘောပေါက်ပြီး အသိတိုးလာအောင် မပြတ်  
 လုပ်ရတာ ဖြစ်လို့ ‘ဘာဝနာ = ပွားများတယ်’ လို့ ဆိုရတာ  
 ပဲ။ ရှေးက ဆရာတော်ကြီးတွေ ပြောလေ့ရှိတဲ့ စကားတစ်ခု  
 ရှိတယ်။ ‘အရွတ်တွေကြီး ဝါးမနေကြနဲ့၊ အားဖြစ်ဖို့  
 မလွယ်ဘူး၊ အသားကို စားမှ ကြေလွယ် ညက်လွယ်  
 အားဖြစ်လွယ်မယ်’တဲ့၊ ဦးဇင်းတို့လည်း ခုတော့ ‘အရွတ်’  
 ကို အဓိက ထားရတာပေါ့လေ၊ ဒါနဲ့တင်တော့ ကျေနပ်မနေ  
 ကြနဲ့ဦး၊ ဆရာတော်ကြီးများ မိန့်ကြားသလို ‘အား’ ဖြစ်  
 အောင် ‘အသား’ ကိုလည်း စားကြဦး၊ ကြားလား။  
 သတိပဋ္ဌာန် မပွားများဘဲ မပြည့်စုံဘူးလို့ သတိပေးချင်တာ  
 နော်” လို့ မိန့်ကြား ဆုံးမတော်မူပါတယ်။

“အသား” စားပြီး “အား” ဖြစ်ကြပါစေ။