http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာ အလုပ်

အနှစ်ချုပ်

ဓမ္မဒူတဆရာတော်ကြီး
ဟည်

ဓမ္မဒူတ အရှင်ဇေကိန္ဒ

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာဆိုတာ

အရိုးသားဆုံး

အရှင်းလင်းဆုံး အလှဆုံးပါ

နားမလည်သေးရင်

အခက်ခဲဆုံး

ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်၊

စကားလုံးရိုးရိုး

အဓိပ္ပါယ်ရှင်းရှင်းနဲ့

ရေးသားတာဖြစ်လို့

ဝိပဿနာ

အသိဉာဏ် ပွင့်လင်းစေပြီး

လွယ်လွယ်ကူကူ

အားထုတ်တတ်စေနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒူတ

အရှင်ဆေကိန္ဒ

၏

ဝိပဿနာအလုပ်အနှစ်ချုပ်

http://www.dhammadownload.com

စာမူခွင့်ပြုအမှတ် - ၅၇၆/ ၂၀၀၀ (၈)

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုအမှတ် - ၅၀၃/ ၂၀၀၀ (၈)

စာအုပ်ရေ - (၁၀၀၀) အုပ်

တန်ဖိုး - ဓမ္မဒါန

ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ကျင်လှိုင် (၀၃၂၄၉)
ကျော့အောင် အော့ဖ်ဆက်
အမှတ် (၇၈)၊ (၄၄)လမ်း
ရန်ကုန်မြို့။

ထုတ်ဝေသူ - ဒေါ်ရွှေအိမ် (၀၁၂၉၉)
တိုင်းလင်းစာပေ
၈/၆၅၊ အုပ်စု ၃
အောင်သိဒ္ဓိလမ်း၊ အင်းစိန်။

http://www.dhammadownload.com

အထူးမေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်

ရဟန်းပညာရှိ လူပညာရှိ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့ သည် သာသနာတော်၏ မျက်နှာကို ထောက်ရှုလျက် ဝိသသနာအလုပ် အားထုတ်ကြကုန်သော ယောဂီသူတော်မွန်တို့ ဝိပဿနာ လမ်းကြောင်းမှန်မှန် လျှောက်လှမ်းနိုင်ကြစေရန် စာရေးသူအား မဲ့ဏွက်မှု၍ ဤကျမ်းစာအုပ်၏ မပြည့်စုံမှု၊ ပိုလွန်မှု၊ ဗုဒ္ဓအလိုကျနှင့် လွဲကွာမှုများ ရှိခဲ့ပါက မေတ္တာရှေ့ထား၍ အပြစ်ကို ညွှန်ပြပေးတော်မူကြပါရန် အနူးအညွတ် တောင်းပန်အပ်ပါသည်။

ဓမ္မဒူတ အရှင်ဆေကိန္ဒ

http://www.dhammadownload.com

ထူးထူးခြားခြား မဟုတ်ပါ

သာသနာတော်၌ ဘုရားရှင်၏ တရားတော်တို့ကို တပည့်သာ၊ သာဝက သံဃာတော် အရှင်မြတ်တို့က မပျောက်မပျက်အောင် လက်ဆင့်ကမ်း သယ်ဆောင်လျက် ရှိကြပါသည်။ ''လို၍ ဖြည့်သည်, ပို၍ နုတ်သည်''တို့ မရှိပါဘဲလျက် ဗုဒ္ဓ၏ အလိုတော်ကျသာ ဖြစ်စေရပေသည်။

ဆရာတော် အရှင်မြတ်တို့ သယ်ဆောင်တော်မူခဲ့ကြသော ဓမ္မတို့တွင် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ဝိပဿနာ အကျင့်ကောင်းသည်လည်း အပါအဝင် ဖြစ်ပါသည်။

ရှေးရှေးဆရာတော်တို့သည် လည်းကောင်း၊ ယခုမျက်မှောက် ဆရာတော်တို့သည်လည်းကောင်း လက်တွေ့အားဖြင့် အခြေခံအစ နည်းအမျိုးမျိုး တို့ကို ညွှန်ပြ၍ ဝိပဿနာ စစ်မှန်သော လမ်းကြောင်းပေါ်သို့ ရောက်စေခဲ့ကြပါသည်။

အချို့ချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိ, မိမိတို့၏ ဆရာသမားများ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း

http://www.dhammadownload.com

(ဃ) ဓမ္မဒူတအရှင်ဆေကိန္ဒ၏

ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့်အတွက် ထိုက်သင့်သလောက် ခရီးရောက်ခဲ့ကြလေ၏။

အချို့အချို့ကမူ ''ဤအတိုင်း နေပါ၏၊ ဤအတိုင်း မဖြစ်။ ထိုအတိုင်း နေပါ၏၊ ထိုအတိုင်း မဖြစ်'' ဟူသကဲ့သို့ အားရတင်းတိမ်မှု နည်းပါး နေကြလေကုန်၏။

သို့အတွက် ဤ''ဝိပဿနာအလုပ်အနှစ်ချုပ်'' ကို ရေးသားလိုသော စိတ်ဆန္ဒ ဖြစ်ခဲ့ရပါသည်။

ဝိပဿနာနှင့် ပတ်သက်၍ လိုရင်း, တိုရှင်း, ထိထိမိမိ နားလည်သဘောပေါက်စေရန် ကြိုးစား ထားပါသည်။

ဝိပဿနာအလုပ်ကို မည်သည့်နည်းမျိုးဖြင့် ဖြစ်စေ အားထုတ်ထားသူသည်လည်းကောင်း၊ ဝိပဿနာကို စိတ်ဝင်စား၍ အားမထုတ်ဖူးသေး သူသည်လည်းကောင်း မည်သူ့ကိုပင် ဖြစ်စေ ဝိပဿနာလမ်းကြောင်း အမှန်ပေါ်သို့ ရောက်စေ နိုင်အောင် ညွှန်ပြထားပါသည်။

ချမ်းသာသော အကျင့်၊ လျင်မြန်လွယ်ကူ သော အသိဉာဏ်တို့ဖြင့် သဘောပေါက် နားလည် စေနိုင်ပါလိမ့်မည်။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာအလုပ် အနှစ်ချုပ် (င)

စာပေ ရေးသားရာ၌ အကြံဉာဏ် ပေးသောအားဖြင့် ကူညီကြသောဆရာသမားများ၊ ညီအစ်ကိုနောင်ရင်း၊ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းများ၊ တပည့်ဒါယကာများအား ကျေးဇူးအထူးတင်မိပါသည်။

''ဝိပဿနာအလုပ် အနှစ်ချုပ်'' ဟူသည် ထူးထူးခြားခြား မဟုတ်ပါ။ သာမန် နားလည်လွယ်၊ အားထုတ်လွယ်၊ သဘောပေါက်လွယ်အောင် စီစဉ်ရေးသားထားသော ဗုဒ္ဓအလိုကျ ဝိပဿနာအားထုတ်နည်း အကျဉ်းမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။

ဓမ္မဒူတ အရှင်ဆေကိန္ဒ
ပဋ္ဌိပတ္တိ မဟာဌာန
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာပြု တက္ကသိုလ်
ဓမ္မပါလ ကုန်းမြေ
မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့

http://www.dhammadownload.com

ဆုတောင်းလွှာနှင့် အာသီသ

ဝိပဿနာအလုပ်အနှစ်ချုပ်

ကျမ်းစာအုပ်ကို စီစဉ်ရေးသား ပြုစုဆောင်ရွက်ရသော ဤမဟာကုသိုလ်ကံသည် ဗောဓိဉာဏ်၏ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ပြုခဲ့ရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု၊ ဖြည့်ဆည်းခဲ့သော ပါရမီအစုစုတို့၏ အဖို့ဘာဂကို ဆရာသခင် ကျေးဇူးရှင်၊ မိခင်ဖခင် ကျေးဇူးရှင်၊ ဆွေမျိုးပရိသတ်၊ ဒကာ ဒကာမအပေါင်း၊ နတ်မြတ်၊ နတ်ကောင်း၊ နတ်အပေါင်းတို့နှင့် မြင်အပ် မမြင်အပ် နှစ်ရပ်သော ပရိသတ်တို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှပေးဝေပါ၏။

ဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော ပရိသတ်တို့သည် ဝမ်းမြောက်နုမော် သာဓု ခေါ်ဆိုနိုင်ကြကုန်သည်ဖြစ်၍ ထပ်တူထပ်မျှ အကျိုးရကြပါစေကုန်သတည်း။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာအလုပ်အနှစ်ချုပ်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ယခုအခါမှာ ဝိပဿနာ အလုပ်တွေကို အားထုတ်လာကြတဲ့ လူတွေများပြားလာပါတယ်၊ လူငယ်, လူရွယ်၊ လူလတ်၊ လူကြီး အသီးသီး ဆိုသလိုပါပဲ၊ အရွယ်အမျိုးမျိုး လူမျိုးစုံ အားထုတ် လာကြပါတယ်။

သာသာနာတော်ဖက်မှာကလည်း ဝိပဿနာ အလုပ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဟိုနည်း၊ ဒီနည်း၊ ဟိုလို အားထုတ်၊ ဒီလိုအားထုတ် ဆိုတာမျိုးတွေကလည်း အမျိုးစုံရှိလာပါတယ်။

အဲဒီတော့ ဝိပဿနာကို အခြေခံကစပြီး အထက်တန်းမြင့်မြင့် အဆင့်ထိ တက်လှမ်း

http://www.dhammadownload.com

အားထုတ်လိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဝိပဿနာအလုပ် အခြေခံကိုရော၊ ဝိပဿနာရဲ့ တကယ် လမ်းကြောင်း အစစ်ပေါ် ရောက်နေတာကိုရော၊ ဆက်ပြီး လျှောက်လှမ်းနေမှုကိုရော အနှစ်ချုပ်ကို သိလိုလာကြပါတယ်။

ဝိပဿနာအလုပ် "ဘယ်သူ အားထုတ်ထုတ် အဆင်ပြေ နိုင်တဲ့နည်း မရှိဘူးလား" လို့ မေးလာကြပါတယ်။

ရှိပါတယ်၊ ဗုဒ္ဓနည်းလို့ ပြောရပါတယ်။

ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း အလုပ်ဆိုတာ နည်းမှန် လမ်းမှန် ဗုဒ္ဓအလိုကျ နားလည်ထားခဲ့ရင် အားထုတ်ရတာဟာ လွယ်ကူပါတယ်၊ ချမ်းချမ်းသာသာလည်း အားထုတ်နိုင်ပါတယ်၊ လျင်လျင် မြန်မြန်လည်း အသိဉာဏ်တွေ တိုးပွားလာပါတယ်။

ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ကို အားထုတ်တော့မယ်ဆိုရင် သိသင့်တာတွေကိုတော့ အရင် သိထားရပါမယ်။

ဟောပြောတဲ့ ဘက်ကလည်း သိအောင်၊ နားလည်အောင်၊ ကျင့်တတ်အောင် ဟောပြောပေးရပါမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓ ဘုရားရှင်ရဲ့ ဝိပဿနာ နည်းလမ်းကို စည်းကမ်းတကျ အားထုတ်ခဲ့ရင် ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်လာပြီး ကောင်းကျိုး တွေကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ရရှိခံစားလာနိုင်ပါတယ်။

အခုပြောပြမယ့် ဝိပဿနာအလုပ် အနှစ်ချုပ် ဆိုတဲ့ သဘောတွေဟာ ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်အလိုကျ နည်းလမ်းပါပဲ၊ ပရိယတ္တိ စာပေလာတဲ့ အတိုင်းပါပဲ၊ လက်တွေ့နဲ့ စာတွေ့ တစ်ထပ်တည်း ဖြစ်ရပါမယ်။

အဲဒီနည်းလမ်းတွေကို **ဗဟုသုတဉာဏ်**နဲ့သိ၊ နောက်ပြီး **စိန္တာမယဉာဏ်** နဲ့ စဉ်းစားကြံစည်ပြီးတော့ တကယ့်လက်တွေ့ **ဘာဝနာမယဉာဏ်**ဖြစ်အောင် ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ရမှာပါ။

သိပြီးရင် ကျင့်၊ သိပြီးလို့ ကျင့်ရာကနေ အသိနဲ့ကျင့် တစ်ထပ်တည်း ကျသွားပါလိမ့်မယ်၊ ကျင့်ရင်းနဲ့လည်း သိလာပါလိမ့်မယ်။

ကဲ. . . ဝိပဿနာအလုပ်အနှစ်ချုပ် နည်းလမ်းကို ပြောကြပါစို့၊ “အနိစ္စာဒိဝသေန ဝိဝိဓေဟိ အာကာရေဟိ ပဿတီတိ ဝိပဿနာ၊ ပညာဝေသာ အတ္ထတော”လို့ မြတ်ဗုဒ္ဓအလိုကျစကား ရှိပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"အနိစ္စ အစရှိသည်၏ အစွမ်းဖြင့် အထူးထူးသော အခြင်းအရာတို့ဖြင့် မြင်တတ် မြင်နိုင်၊ ကြည့်တတ် ကြည့်နိုင်လို့ ဝိပဿနာဟု ခေါ်၏"တဲ့။

အနက် အဓိပ္ပာယ်အားဖြင့် "ဤဝိပဿနာဟူသည် ပညာသာတည်း"တဲ့။

ဝိပဿနာဆိုတာ အနိစ္စ ဒုက္ခ စသည်ဖြင့် မြင်နိုင်တဲ့ ဉာဏ်ကို ခေါ်ပါတယ်။ ဒီဉာဏ်မရှိရင် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဆိုတာတွေကိုလည်း လုံးဝ မမြင်နိုင်ပါဘူး။

အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဆိုတဲ့ သဘောတွေ လက္ခဏာတွေဆိုတာ ဘယ်သူရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေလည်းဆိုတော့ လောကရဲ့ သဘောလက္ခဏာ၊ လောကလို့ခေါ်တဲ့ ပရမတ်ရုပ်နာမ်ရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေပါပဲ။

ဒီရုပ် ဒီနာမ်၊ ဒီရုပ်ခန္ဓာ နာမ်ခန္ဓာ၊ ဒီရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ်၊ ရုပ်ပရမတ် နာမ်ပရမတ် ဆိုတဲ့ လောကသဘောတွေမှာ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဆိုတဲ့ ကိုယ်ပိုင်အမှတ်အသား လက္ခဏာတွေ ဆိုတာ ရှိကြပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ သဘော လက္ခဏာတွေကို မြင်ဖို့ တွေ့ဖို့ဆိုရင် ဒီရုပ် ဒီနာမ်ကို မြင်ရ တွေ့ရပါမယ်။ ခန္ဓာ, ဓာတ်, ပရမတ်တွေကို တွေ့ရပါမယ်။

ဒါကြောင့် ဒီရုပ် ဒီနာမ်ဟာ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ရှိတဲ့ ဝိပဿနာ စိတ်ရဲ့အာရုံလို့ ပြောနိုင်ပါတယ်၊ ဒါဟာ သေချာပေါက်ပါပဲ။

ဒီနေရာမှာ စိတ်နဲ့ အာရုံအကြောင်းကို အရင် သဘောပေါက် စေချင်ပါတယ်။ စိတ်ဆိုတာ တရားအားထုတ်သူမှာလည်း ရှိတယ်၊ တရား အားမထုတ်သူမှာလည်း ရှိပါတယ်။

စိတ်ဆိုတာ အာရုံကို သိတတ်ပါတယ်၊ တခြား အလုပ် မလုပ်ပါဘူး၊ ဒီအလုပ်ပဲ လုပ်ပါတယ်။

ဒီစိတ်ရဲ့ အသိခံစရာတွေက အာရုံတွေပါ၊ ကောင်းတဲ့ အာရုံ၊ မကောင်းတဲ့အာရုံ၊ ကောင်းတာ လည်းမဟုတ်, မကောင်းတာလည်း မဟုတ်တဲ့ အာရုံလို့ ခွဲခြား သတ်မှတ်တတ်ပါသေးတယ်။ ဘယ်လိုပဲ ခွဲခြား ခွဲခြား အာရုံဟာ အာရုံပါပဲ။

မျက်စိအကူအညီနဲ့ စိတ်က သိရတဲ့ အဆင်း အာရုံ၊ နား အကူအညီနဲ့ စိတ်ကသိရတဲ့ အသံအာရုံ၊ နှာခေါင်းအကူအညီနဲ့ စိတ်က သိရတဲ့ အနံ့အာရုံ၊

http://www.dhammadownload.com

လျှာ အကူအညီနဲ့ စိတ်ကသိရတဲ့ အရသာအာရုံ၊ ကိုယ်အကူအညီနဲ့ စိတ်ကသိရတဲ့ အတွေ့အထိအာရုံ၊ နောက်ပြီးတော့ မျက်စိ, နား, နှာခေါင်း, လျှာ, ကိုယ်တွေကို အကူအညီမယူရဘဲ သူတို့ကူညီတုန်းက သိခဲ့ရတဲ့ အာရုံမျိုးတွေကိုလည်း နောက်တစ်ခြား ကျန်ရှိသေးတဲ့ စိတ်က သိနိုင်တဲ့ အာရုံ၊ ဒါတွေကတော့ ဓမ္မာရုံ၊ သဘောတရားအာရုံလို့ အာရုံခြောက်မျိုး ရှိပါတယ်။

ဓမ္မာရုံဆိုတာကတော့ စိတ်က တွေး, ကြံ, စဉ်းစားရင်လည်း တွေ့နိုင်, ပြန်ပုံဖော်ရင်လည်း တွေ့နိုင်, နောင်ကို မှန်းပြီး ပုံဖော်ရင်လည်း တွေ့နိုင်တဲ့ အာရုံတွေပါ။

အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အတွေ့အထိ သဘော တရားတွေလို့ အာရုံခြောက်မျိုး ကွဲပြားပေမယ့် အာရုံဟာအာရုံပါပဲ။

အာရုံဆိုတာ စိတ်က သိရတဲ့ သိစရာပါ။

စိတ်ဆိုတာ ကြုံတဲ့၊ ဆုံတဲ့ အာရုံတိုင်းကို သိတာ၊ သိတဲ့ အလုပ်ရှိနေတဲ့ ဓမ္မသတ္တိတစ်မျိုးပါ။

အဆင်းအာရုံဆိုတာ မျက်စိဖွင့်ပြီးကြည့်နေရင် မြင်နိုင်ပါတယ်။ မြင်သိစိတ်ဖြစ်ပါတယ်။ အဆင်း

http://www.dhammadownload.com

အာရုံရှိတယ်ပေါ့၊ တကယ်လို့များ မျက်စိမှိတ်ရင် မြင်သိစိတ် မဖြစ်တော့ပါဘူး။ မြင်သိစိတ် မဖြစ်ပေမယ့် အာရုံကတော့ ဖြစ်နေတာပါပဲ၊ လင်းရာက မှောင်သွားရင် မမြင်နိုင်တော့ပါဘူး။ မြင်သိစိတ် မဖြစ်တော့ပါဘူး။ နောက်တစ်ခု နှလုံးမသွင်းတော့ရင်လည်း မမြင်နိုင်တော့ပါဘူး၊ မြင်သိစိတ် မဖြစ်တော့ပါဘူး။

မြင်သိစိတ် မဖြစ်ပေမယ့်၊ မရှိပေမယ့် မြင်စရာ သိစရာ အာရုံဆိုတာကတော့ သူ့သဘောအတိုင်း ရှိနေကြပါတယ်။ အဲဒီလိုပါပဲ အသံအာရုံ၊ အနံ့၊ အရသာ, အတွေ့အထိ သဘောတရား အာရုံတွေ ဆိုတာကလည်း ဒီအတိုင်းပါပဲ။

ဒီသဘောကို ဘာလို့ ပြောထားရတာလည်း ဆိုရင် အာရုံကလည်း အာရုံသပ်သပ်၊ အာရုံရဲ့ သဘောကသပ်သပ်၊ အာရုံရဲ့ အလုပ်ကသပ်သပ်။

နောက် စိတ်ဆိုတာကလည်း စိတ်သပ်သပ်၊ စိတ်ရဲ့ သဘောက သပ်သပ်၊ စိတ်ရဲ့ အလုပ်က သပ်သပ်လို့ မြင်စေချင်လို့ပါ။

အာရုံနဲ့ စိတ်အကြောင်းကို ဒီလောက်ဆိုရင် နည်းနည်း ပါးပါး သဘောပေါက်လောက်ပါပြီ၊

http://www.dhammadownload.com

သူ့ကို ဦးစားပေးပြီး အကျယ် မရေးတော့ပါဘူး။ တကယ် ရေးရမှာက ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း အကြောင်းနဲ့ ဝိပဿနာအလုပ် အခြေခံနဲ့ အနှစ်ချုပ် အကြောင်း ပါပဲ။

"ဝိပဿနာ" ဆိုတာကို စောစောက ပြောပြထားခဲ့ပြီးတော့ "ကမ္မဋ္ဌာန်း" ဆိုတာကို ပြောပြပါလိမ့်မယ်။

"ကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်တယ်၊ တို့ကတော့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ပဲလုပ်တယ်"လို့ ပြောနေကြပေမယ့် ကမ္မဋ္ဌာန်းသဘောကို သေချာမသိခဲ့သေးဘူးဆိုရင် ကမ္မဋ္ဌာန်း အလုပ်ဖြစ်လိမ့်မယ် မထင်ပါဘူး။

"ကမ္မဋ္ဌာန်း" ဆိုတာ ပါဠိပျက်မြန်မာစကားပါ။ မူလပါဠိပုဒ်က "ကမ္မ" နဲ့ "ဋ္ဌာန" နဲ့ ပေါင်းစပ်ထားတာပါ။

"ကမ္မ" ဆိုတာ အလုပ်ပါ။ "ဋ္ဌာန" ဆိုတာ အလုပ်လုပ်ရာဌာနပါပဲ။ အလုပ်လုပ်သူရဲ့ တည်ရာ, နေရာ, အလုပ်လုပ်တဲ့ ဌာနပါပဲ။

ဆိုကြပါစို့။ ကျောင်းသား တစ်ယောက်ရဲ့ ကမ္မဋ္ဌာနကို ပြောပါဆိုရင် ကျောင်းသားရဲ့အလုပ်က စာသင်တဲ့အလုပ်ကမ္မ၊ စာသင်တဲ့ အလုပ်လုပ်

http://www.dhammadownload.com

ရာနေရာ ကျောင်းက ဌာန၊ ကျောင်းသား အတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းက ကျောင်းစာသင်ခန်းပေ့ါ။

ရုံးသူရုံးသားရဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်း အလုပ်လုပ်ရာ အရပ်က ရုံးပေ့ါ၊ ရုံးခန်းပေ့ါ။

စျေးသူစျေးသားရဲ့ အလုပ်က စျေးရောင်း စျေးဝယ်အလုပ်၊ အဲဒီ စျေးရောင်း စျေးဝယ် အလုပ်လုပ်ရာဌာနက စျေးဆိုင်၊ စျေးပေ့ါ၊ ဒါဟာ ကမ္မဋ္ဌာန်းရဲ့ သဘောအဓိပ္ပာယ်ပါပဲ။

ကဲ. . . ဒီလိုဆိုရင် ဝိပဿနာရဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းက ဘာလဲလို့ မေးရပါတော့မယ်။

အဲဒီတော့ ဝိပဿနာဆိုတာ ဘာဝနာ အလုပ် ဆိုတာကို ထည့်ပြီး စဉ်းစားလိုက်ပါ။ ဘာဝနာဆိုရင် ဝိပဿနာဘာဝနာလည်း ရှိပါတယ်။ သမထ ဘာဝနာလည်း ရှိပါတယ်။

ဘာဝနာဆိုတာကတော့ တိုးပွားမှု, တိုးပွား ခြင်းပေ့ါ။ အခု ဝိပဿနာဘာဝနာ, သမထဘာဝနာ ဆိုတာကတော့ ကောင်းမြတ်တဲ့ သူတော်ကောင်း ဓာတ်တွေ, သဒ္ဓါ, ဝီရိယ, သတိ, သမာဓိ, ပညာတွေ သတ္တိအား တိုးပွားလာတာ၊ တိုးပွား လာစေနိုင်တာကို ခေါ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"ဘာဝနာ ပန မနောကမ္မမေဝ" တဲ့။

"ဘာဝနာဆိုတာ စိတ် အလုပ်သာလျှင်တည်း"တဲ့။

ဘာဝနာဆိုတာ စိတ်အလုပ်ပါ။ စိတ်ဓာတ်ကောင်းတွေ တိုးပွားအောင် လုပ်ရတဲ့ အလုပ်ပါ။ သမထဘာဝနာလည်း စိတ်အလုပ်ပါ။ ဝိပဿနာဘာဝနာလည်း စိတ်အလုပ်ပါပဲ။ ဒါကြောင့်နှစ်မျိုးလုံးကို ဘာဝနာလို့ ခေါ်တာပါ။

တစ်ခုတော့ရှိတာပေါ့။ ဘာဝနာချင်းတူပေမယ့်ကွာခြားမှုတော့ ရှိပါတယ်။ သမထဘာဝနာကသတိ၊ သမာဓိ၊ ဝီရိယ ဓာတ်အားတွေ၊ သတ္တိကောင်းတွေ တိုးပွားစေရတာ အဓိကပါ။ သမာဓိသတ္တိက အဓိကပါ။

ဝိပဿနာဘာဝနာကတော့ ပညာ ဓာတ်အားတွေ, ပညာ သတ္တိကောင်းတွေ တိုးပွးစေရတာပါ၊ ပညာသတ္တိက အဓိကပါ။

သူတော်ကောင်း ဓာတ်သတ္တိတွေ မှန်သမျှတိုးပွားလာဖို့ ပွားများအားထုတ်တာဟာ ဘာဝနာပါ။ ဝိပဿနာက ပညာသတ္တိ အဓိက၊ သမထက

http://www.dhammadownload.com

သမာဓိသတ္တိ အဓိကပါ။ ဒီသတ္တိတွေ တိုးပွားဖို့လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ကဲ. . . ပြန်ပြောကြဦးစို့။

ဝိပဿနာဆိုတာ ပညာဉာဏ်အဓိက၊

သမထက သမာဓိ အဓိက၊

ဘာဝနာဆိုတာ သူတော်ကောင်း သတ္တိ တိုးပွားခြင်း၊ တိုးပွားမှု။

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာ အလုပ်လုပ်သူရဲ့ တည်ရာ နေရာ။

ဘာဝနာဆိုတာ စိတ်အလုပ်။

နောက်ပြီး စိတ်နဲ့ အာရုံဆိုတာ ရှိတယ်။ စိတ်က သပ်သပ်၊ အာရုံက သပ်သပ်၊ သဘောချင်း၊ အလုပ်ချင်း မတူကြပါဘူး။

ဘာဝနာအတွက် ကမ္မဋ္ဌာန်းက ဘာဝနာစိတ်ရဲ့ ကျက်စားစရာ အာရုံလို့ အရင် မှတ်ထားပါဦး။

အခုပြောခဲ့တာတွေကို မှတ်မိနေသေးတယ် ဆိုရင် စိတ်အလုပ်၊ ပညာဉာဏ် ဦးဆောင်တဲ့ စိတ်အလုပ်၊ ဒီစိတ်အလုပ်ရဲ့ အလုပ်လုပ်ရာဌာနက အာရုံပါ။ ဘာအာရုံတွေလည်းဆိုရင် ရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံပါ။ ခန္ဓာငါးပါးအာရုံ ပရမတ်အာရုံတွေပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဒီရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံရဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာသဘောတွေကို ဝိပဿနာစိတ်မှာရှိတဲ့ ပညာဉာဏ်က သိရ၊ မြင်ရ၊ တွေ့ရမှာပါ။

အဲဒီလို ဝိပဿနာစိတ်ရဲ့ အာရုံ ရုပ်ခဲတ်၊ နာမ်ခဲတ်တွေရဲ့ သဘော လက္ခဏာတွေကို ဝိပဿနာဉာဏ်က တွေ့နိုင်မြင်နိုင်အောင် ကြိုးစားတာဟာ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်တာပါ။

အဲဒီတော့ အသေးစိတ်နဲ့ အတိအကျ အနှစ်ထုတ်ပြီး ပြောရရင် ဝိပဿနာဉာဏ်ရဲ့ သိရမည့် သဘောက အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ၊ ရုပ်နာမ်တွေရဲ့ သဘော လက္ခဏာတွေပါ။

ဝိပဿနာစိတ်ရဲ့ သိရမည့် အာရုံက ရုပ်ခဲတ်၊ နာမ်ခဲတ်၊ ရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံပါ။

ရုပ်ခဲတ်တိုင်း၊ နာမ်ခဲတ်တိုင်းက, ဒီပရမတ် အာရုံတိုင်းက "ဖောက်ပြန် ပြောင်းလဲ ပျက်စီး သွားတယ်"လို့ လူအများနားလည်အောင် ပြောရတဲ့ ဖြစ်မှု ပျက်မှု၊ လက္ခဏာတွေဟာ ဖြစ်နေကြပါတယ်။ ရုပ်နာမ်က ဒီအလုပ်တွေကိုပဲ လုပ်နေကြပါတယ်။

ဒါက အာရုံဘက်က သဘောတွေပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ဖက်က သဘောတွေကို ပြောရရင် စိတ်ဆိုတာ ဆုံတဲ့ အာရုံတိုင်း၊ ဘယ်အာရုံကို မဆို သိတတ်ပါတယ်။ သိနိုင် တွေ့နိုင်ပါတယ်။

ဒီစိတ်မှာ ဉာဏ်ပါတဲ့ စိတ်နဲ့ ဉာဏ်မပါတဲ့ စိတ်ဆိုတာ နှစ်မျိုး ရှိပါတယ်။ ဝိပဿနာစိတ် ဆိုတာ ဝိပဿနာဉာဏ်ပါတဲ့ ဉာဏ်ရှိတဲ့ စိတ်ပါပဲ။ ဉာဏ်မပါ၊ ဉာဏ်မရှိရင်တော့ ဝိပဿနာစိတ် ဆိုတာ ဖြစ်ဖို့ နေနေသာသာ အမည်တောင် တပ်လို့ မရပါဘူး။

အဲဒီတော့ စိတ်မှာ ဉာဏ်ပါတဲ့ စိတ်ဖြစ်ဖို့ အတွက် ကြိုးစားရပါမယ်။ ဒါကလည်း သတိရှိပြီးမှ ဉာဏ်ရှိနိုင်ပါတယ်။ သတိ ရှိမှလည်း ဉာဏ်ဆိုတာ ရှိနိုင်ပါတယ်။

သတိရှိဖို့က ပထမ အခြေခံပါ။ သတိရှိဖို့ အတွက်က သတိထားရပါတယ်။

သတိ ဆိုတာကလည်း အကုသိုလ်သတိ၊ ကုသိုလ်သတိ၊ အကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်စေတဲ့ မိစ္ဆာ သတိ၊ မကောင်းတာ မဟုတ်တာကို အမှတ်ရမှု သဘောနဲ့ ကုသိုလ်ကို ဖြစ်စေတဲ့ ကောင်းတာကို အမှတ်ရမှုသဘော သမ္မာသတိလို့ ရှိပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ် သတိမှာကိုပဲ ဒါနသတိ, ဒါနကို ဖြစ်စေတဲ့ သတိ၊ နောက် သီလသတိ၊ သမထ သတိ၊ ဝိပဿနာသတိ ဆိုတာတွေက အမျိုးမျိုး ရှိကြပါသေးတယ်။

တကယ်လို့ မိမိက ဝိပဿနာသတိ ရှိချင်တယ်၊ ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုရင် ဝိပဿနာသတိထားဖို့၊ ဝိပဿနာဖြစ်စေနိုင်တဲ့ အာရုံကို သတိထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာ အာရုံကို သတိထားနိုင်ရင် ဝိပဿနာ စိတ်မှာ ဝိပဿနာသတိ ရှိလာနိုင်ပါတယ်။

သတိရှိအောင် သတိထားတဲ့ သဘောပါ။

ဝိပဿနာသတိ ဖြစ်လာအောင် ဝိပဿနာ အာရုံမှာ သတိ ထားရတာပါ။ ဟုတ်တယ်လေ။ လူအများပြောနဲ့ နားလည်အောင် ပြောရရင် သတိထားတာက အာရုံကို ဂရုစိုက်တာ၊ သတိရှိတာက စိတ်မှာ သတိရှိတာ၊ သတိရှိတဲ့ စိတ် ဖြစ်နေတယ် မဖြစ်ဘူး ဆိုတာကို သိနေတာ၊ ဒါတော့ ကွာပါတယ်။

ဝိပဿနာစိတ်မှာ ဝိပဿနာသတိ ရှိတဲ့အတွက် ဝိပဿနာ အာရုံ ဖြစ်တဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ

http://www.dhammadownload.com

လက္ခဏာသဘောရှိတဲ့ ပရမတ်ကို သတိထားရပါမယ်။ သတိထား၊ သတိရှိရင်, နောက် ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်လာရင်, အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဆိုတဲ့ ရုပ်နာမ်ရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေကို တွေ့မြင်နိုင်ပါတယ်။ ဒီလက္ခဏာ သဘောကို မြင်ဖို့ တွေ့ဖို့ သတိထားဖို့ ဆိုတာက ရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံကို သတိ အရင်ထားပါ။

ပြောလို့သာ ပြောရတာပါ။ ဒီရုပ်, ဒီနာမ် ဆိုတဲ့ အာရုံ, ဒီအာရုံတွေရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေကို ပုဂ္ဂိုလ်က သတိထားလို့ မြင်ရ တွေ့ရ, မြင်နိုင် တွေ့နိုင်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ရှိလာဖြစ်လာတဲ့ သတိ, ဉာဏ်ဆိုတဲ့ ဓမ္မတွေကသာ သူတို့ သတ္တိအလျောက် သူတို့ တွေ့နိုင်ကြတာပါ။

ပြန်ပြီးတော့ သဘောပေါက်နားလည်အောင် ပြောပြပါဦးမယ်။ အာရုံဆိုတဲ့ အသိခံစရာက တစ်မျိုး၊ ရှုစိတ်ဆိုတဲ့ သိတတ် မြင်တတ်တဲ့ဖက်က တစ်မျိုး၊ နှစ်မျိုး ရှိတာကို ပြန်ပြီး အမှတ်ရ လိုက်ပါဦး။

အာရုံဖက်က အာရုံအလုပ် လုပ်နေတယ်။ စိတ်ဖက်ကလည်း စိတ်အလုပ် လုပ်နေကြပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာ အလုပ်လုပ်သူရဲ့ ကြုံနေရတဲ့ အာရုံတွေဆိုတာကလည်း ပရမတ် ရုပ်နာမ်တွေပါ။ သူတို့အလုပ် သူတို့လုပ်နေကြပါတယ်။ ဝိပဿနာ အလုပ်မလုပ်တဲ့ သူတွေရဲ့ကြုံနေရတဲ့ အာရုံဆိုတာ တွေကလည်း တကယ်တမ်းကတော့ ပရမတ် ရုပ်နာမ် အာရုံတွေပါပဲ။ သူတို့အလုပ် သူတို့ လုပ်နေကြပါတယ်။

ကဲ. . . အာရုံက အတူတူ ပရမတ်သဘောတွေ ရှိပေမယ့် စိတ်ဖက်ကို နည်းနည်းပြန်ကြည့်လိုက် ပါဦး။

အားမထုတ်သူရဲ့ စိတ်က အာရုံကို သိတတ် ရုံပါပဲ။ သတိ မရှိပါဘူး။ ဉာဏ်မရှိပါဘူး။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ကြောင့် ကိုယ်ထင်ချင်သလို ထင်ပြီး သညာနဲ့ ပုံဖော် မှတ်နေတာမျှပါပဲ။ သူလို ကိုယ်လို, ကလေးသိ သိသလို အာရုံကို သိကာမျှ စိတ်ပါပဲ။ ကောင်းကောင်း ဆိုးဆိုး, ဘာအာရုံပဲ ဖြစ်ဖြစ် သိရုံမျှပါပဲ။

ဝိပဿနာ အလုပ် အားထုတ်သူရဲ့ စိတ် ကတော့ ဆိုပါစို့။ အစပထမ အားထုတ်ခါစဆိုရင် သတိပဲ ရှိသေးတယ်။ ဉာဏ် မပါသေးဘူးပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

သတိရှိတဲ့ စိတ်ပါ။ စိတ်က အာရုံကို သိပါတယ်။ သတိက ဒီစိတ်ကို မကောင်းတဲ့ ခတ်ဆိုးတွေ မဝင်အောင် စောင့်ရှောက်ပါတယ်။

တကယ်လို့များ ဝိပဿနာ ဉာဏ်အစစ် ဝင်လာပြီဆိုရင် စိတ်ကလည်း အာရုံကို သာမန်သိ သိနေတယ်၊ သတိကလည်း စောင့်ရှောက်တဲ့ အလုပ်၊ သူ့အလုပ်ကို သူလုပ်တယ်၊ ပညာ ဉာဏ်က ရုပ်ကို မြင်မယ်၊ တွေ့မယ်၊ နာမ်ကို မြင်မယ်၊ တွေ့မယ်၊ ဒီရုပ် ဒီနာမ်တွေရဲ့သဘောကို သိမယ်၊ မြင်မယ်။

အဲဒီလို စိတ်ဘက်မှာ အားထုတ်သူနဲ့ အားမထုတ်သူဆိုပြီး ကွာခြားပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်တယ် ဆိုတာ စိတ်အလုပ်ပါ။ အာရုံအလုပ်မဟုတ်ပါ။

အာရုံကို ကောင်းရာကမကောင်းအောင်၊ မကောင်းရာက ကောင်းအောင်၊ တင်းရာက လျော့အောင်၊ လျော့နေတာကိုလည်း တင်းအောင်၊ ရုပ်အာရုံကနေ နာမ်အာရုံပေါ်အောင် နာမ်အာရုံ ကနေ ရုပ်အာရုံ ပေါ်အောင် မြဲရာက မမြဲအောင်၊ မမြဲရာက မြဲအောင်၊ ချမ်းသာရာက ဆင်းရဲအောင်၊

http://www.dhammadownload.com

ဆင်းရဲရာက ချမ်းသာအောင် ဆိုတာမျိုးတွေ ပြောင်းလဲကြတာမျိုးလုပ်လို့မရပါဘူး၊ လုပ်လို့ရတယ် ဆိုရင်လည်း အထင်နဲ့ လုပ်နေတာပါ၊ တကယ့် ပရမတ်အာရုံကို ဘယ်လိုမှ ပြောင်းပြင်လို့မရပါဘူး။

ဒါကြောင့် အာရုံအလုပ် မဟုတ်ပါဘူး၊ စိတ် အလုပ်လို့ပြောတာပါ၊

စိတ်အလုပ်ကို လုပ်ကြည့်ကြပါစို့။

အမှန်ကတော့ စိတ်က သူ့အလုပ်ကို သူ လုပ်နေတာပါပဲ၊ ဘယ် အာရုံမဆို သူက သိနေတာ ပါပဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါကသာ မသိလိုက်ရင် နေရမယ်၊ စိတ်ဓမ္မကတော့ သူ့ဓမ္မသူ့သဘော သူ့အလုပ် သူလုပ်နေတာပါပဲ၊ ဆုံတဲ့ အာရုံတိုင်းကို သိနေ တာပါပဲ။

တချို့ ပြောကြတယ်၊ ဝိပဿနာစိတ်အလုပ် ဆိုတာ စိတ်ကို ခိုင်းတာပါတဲ့၊ စိတ်ကို ကိုယ်က၊ မိမိကပေါ့လေ ဒီလိုပဲ သုံးနှုန်း ပြောလိုက်ပါဦးမယ်၊ စိတ်ကို ကိုယ်က ခိုင်းရတဲ့အလုပ်တဲ့။

စိတ်ကို ခိုင်းတော့မယ်ဆိုရင် လူပုဂ္ဂိုလ်က ခိုင်းတာက တစ်မျိုး၊ သတိဉာဏ်က ခိုင်းတာက တစ်မျိုးလို့ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီနေရာမှာ လူပုဂ္ဂိုလ်က ခိုင်းတာကို အရင် ပြောပြပါမယ်၊ ဒီစိတ်ဟာ လွှတ်ထားရင် သွားချင်ရာ သွား၊ ရောက်ချင်ရာရောက်၊ ပေါက်ချင်ရာပေါက် နေတော့တာပဲ၊ သမာဓိမရှိဘဲ ပေါက်လွှတ်ပဲစား ဖြစ်နေတယ်လို့ ပြောကြပါတယ်။

သမာဓိဆိုတဲ့ သဘောကို နောက်မှအေးအေး ဆေးဆေး ပြောပြပါဦးမယ်။

အဲဒီတော့ တစ်ချို့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက စိတ်မ ထွက်အောင် စိတ်မသွားအောင် ထိန်းကြချုပ်ကြ ပါတယ်၊ အတင်းအဓမ္မ မနိုင်, နိုင်အောင် ကြိုးစား ကြပါတယ်၊ ငြိမ်ငြိမ်နေလို့ ခိုင်းကြပါတယ်၊

ဒါက ပုဂ္ဂိုလ်က ခိုင်းနည်း တစ်မျိုးပါ၊ ခိုင်းကြည့်ပါ၊ ထိန်းကြည့်ပါ စိတ်ကို ဒီလိုခိုင်းလို့ ဒီလိုထိန်းလို့မရပါဘူး၊ တကယ်လို့ ရတယ်ဆိုရင်လဲ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အထင်ပါပဲ၊ တကယ်လို့ စိတ်ကို ထိန်းလို့ငြိမ်တယ်ဆိုရင်လည်း အဲဒါဟာ ဝိပဿနာ စိတ်၊ ဝိပဿနာအလုပ် မဟုတ်ပါဘူး။

နောက် တစ်ချို့ကတော့ "ဒီနေရာမှာနေကွာ" ဆိုပြီး နေရာတစ်ခု ပေးလိုက်ကြပါတယ်၊ ဒီနေရာ ကိုသာ ကြည့်၊ ဒီနေရာကိုသာ သိ ဆိုပြီးတော့ပေါ့၊

http://www.dhammadownload.com

ဒါကလည်း တကယ်တန်း ပြောရရင် စိတ်ကို ဝက်တုပ် တုပ်ပြီး ကြိုးနဲ့ ချည်ထားတာနဲ့ ကြိုးရှည်ရှည်နဲ့လှန်ထားတဲ့ သဘောမျိုး ကွာတာပါပဲ။ ချည်တာကတော့ ချည်တာပါပဲ။

ဒီနေရာမှာနေ ဒီနေရာကိုကြည့်၊ ဒီနေရာကိုပဲ သိနေလို့ဆိုတဲ့ သဘောကို စဉ်းစားကြည့်ပါ၊ စိတ်ဆိုတာ အဲဒီလို ပေါ်လာတဲ့အာရုံ၊ ဆုံတဲ့အာရုံတိုင်း၊ ထင်တဲ့အာရုံတိုင်းကို ဟိုသွား ဒီသွား သွားနေလို့လား၊ မသွားပါဘူး၊ မနောဒွါရဇောစိတ်ဆိုတာ ဟိုနေရာ ဒီနေရာတွေကို သွားရိုးထုံးစံ မရှိပါဘူး၊ စိတ်နဲ့ အာရုံ ကြုံကာမျှ ဆုံကာမျှ သဘောနဲ့ သိနေတာပါပဲ။

ထားကြပါစို့၊ ဒါက လူပုဂ္ဂိုလ်က ခိုင်းတဲ့ သဘောတွေပါ၊ သတိ ဉာဏ်မေ့တွေက စိတ်ဓမ္မကို ဓမ္မသဘောအချင်းချင်း ခိုင်းသွားကြပုံကို ပြောပြပါဦးမယ်။

သတိဆိုတာ စေတသိက်၊ ဉာဏ်ဆိုတာကလည်း စေတသိက်ပါပဲ၊ ဒီလိုပါပဲ၊ စေတသိက်တွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ လောဘ, ဒေါသ, မောဟ,

http://www.dhammadownload.com

မာန, ဒိဋ္ဌိ စတာတွေဟာလည်း စေတသိက်တွေပါ။ ကိလေသာတွေပါ။

ဒီကိလေသာ စေတသိက်တွေက စိတ်ကိုမှီပြီး စိတ်နဲ့ ပေါင်းပြီး စိတ်ကို ညစ်အောင်, ပူအောင်, ရှုပ်အောင် လုပ်တတ်ကြပါတယ်။

သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ စတဲ့ စေတသိက် အကောင်းတွေကတော့ စိတ်ကို မှီတွဲပြီး စိတ် အေးအောင်၊ ကြည်အောင်၊ ရှင်းအောင် ဆိုတဲ့ အေးချမ်းတဲ့ ဓာတ်တွေကို ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ သတိကို၊ သမ္မာသတိကို အရင် ပြောပါမယ်။ သမ္မာသတိဆိုတဲ့ သတိ စေတသိက်က စိတ်မှာ အမြဲမယှဉ်တွဲပါဘူး။ တစ်ခါတလေမှသာ ဖြစ်တတ်တယ်လို့ သဘောပေါက်ပါ။

သတိရှိရင် စိတ်ကောင်း ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ပါတယ်။ အေးအေးချမ်းချမ်း၊ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်နေရင်လည်း သတိရှိနေပါပြီ။

ဒီသတိက စိတ်မှာ မှီတွဲပြီး အတူဖြစ်တဲ့ အခိုက်လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စတဲ့ ကိလေသာတွေ၊ နောက်ပြီး အမှန်အတိုင်း မသိမမြင်အောင်

http://www.dhammadownload.com

ဖုံးလွှမ်းကာဆီးပြီး စိတ်အသိ မစင်ကြယ်အောင် လုပ်တတ်တဲ့ ကာမစ္ဆန္ဒ၊ ဗျာပါဒ စတဲ့ နီဝရဏ တွေကို စိတ်နဲ့ မဆုံစေ၊ မပေါင်းစေပါဘူး။

စိတ်ကို ကာကွယ်ပေးတယ်။ စောင့်ရှောက်ပေးတယ်။ ဒီအန္တရာယ်၊ အနှောင့်အယှက်တွေကို သတိက မိမိအလုပ်၊ မိမိလုပ်ရင်းနဲ့ ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ပေးပါတယ်။

သတိမရှိတဲ့ စိတ်က အကုသိုလ် အဖြစ်များပြီး သတိရှိတဲ့စိတ်က ကုသိုလ်စိတ်၊ ကောင်းတဲ့စိတ်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါဟာ သတိဓမ္မရဲ့ သတိဖြစ်ခိုက် ဓမ္မအလုပ် ဓမ္မလုပ်နေတဲ့ သဘောပါ။ နောက် သတိရှိလာတဲ့ အခါ စိတ်က အေးချမ်းလာပါတယ်။ နီဝရဏတွေ ကင်းကွာလာပါတယ်။

အဲဒီအခါမှာ သတိရှိတဲ့စိတ်က ဖြစ်တိုင်း၊ ဖြစ်တိုင်း အာရုံတွေကို ချမ်းသာစွာနဲ့ တွေ့နိုင် မြင်နိုင်လာပါတယ်။

အဲဒီလို အာရုံကို တွေ့မြင်ရင်း၊ တွေ့မြင်ရင်း ကနေ အာရုံရဲ့ သဘောတွေကို သေသေချာချာ

http://www.dhammadownload.com

မြင်လိုက်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ ဉာဏ်ဝင်လာတယ်၊ ဉာဏ်ပေါ်တယ်၊ ဉာဏ်ရှိတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒီဉာဏ် ဖြစ်တဲ့အခိုက် ကိလေသာတွေ ကင်းကွာနေလို့ စိတ်ဟာ အာရုံ၊ အာရုံရဲ့ သဘောကို သေသေချာချာ မြင်လိုက်နိုင်ပါတယ်။

အဲဒီလို အမှန်အတိုင်း မြင်နိုင်၊ သိနိုင်တဲ့ စိတ်ကလေး ဖြစ်လာတာဟာ ဉာဏ်ကြောင့်ပါ။

သတိက၊ ဉာဏ်က မိမိတို့ရဲ့ စိတ်မှာ မိမိတို့ ရှိသောအားဖြင့်၊ ဖြစ်သောအားဖြင့် စိတ်အနှောင့် အယှက်တွေ ကင်းအောင်၊ အမှန်အတိုင်းသိအောင် ဆောင်ရွက်ပေးကြပါတယ်။

ဒါကိုပဲ သတိက စိတ်ကို အေးအေးနေခိုင်း တယ်။

ဉာဏ်က စိတ်ကို အမှန်အတိုင်းသိနိုင်ပါတယ်၊

သတိ ဉာဏ်က စိတ်ကိုခိုင်းတယ်လို့ ပြောနေ ကြရတာပါ။

သတိ ဉာဏ် စေတသိတ်တွေက မိမိအလုပ် မိမိလုပ်ရင်း စိတ်ကို ခိုင်းနေတယ်လို့ ပြောနိုင် ပါတယ်။

ဒါကြောင့် သတိရှိတဲ့စိတ်ဖြစ်ဖို့၊ ဉာဏ်ပါတဲ့ စိတ် ဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ကုသိုလ်စိတ်တိုင်းဟာ သတိရှိလို့ ဖြစ်လာတာပါ။ သတိ ရှိတဲ့ စိတ်ဟာ ကုသိုလ်စိတ်တွေတော့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ကုသိုလ်စိတ်ဆိုတာက ဉာဏသမ္ပယုတ် ဉာဏ် ရှိတဲ့ တိဟိတ်ကုသိုလ် စိတ်နဲ့ ဉာဏဝိပ္ပယုတ် ဉာဏ်မရှိတဲ့ ဒွိဟိတ် ကုသိုလ်စိတ်လို့ နှစ်မျိုး ရှိပါသေးတယ်။

ဝိပဿနာစိတ်က ဉာဏသမ္ပယုတ် တိဟိတ်ကုသိုလ် ဉာဏ် ရှိတဲ့စိတ် စင်စစ်ပါ။ သတိရှိပြီး ဉာဏ်မပါသေးရင် ဉာဏ်မလာသေး၊ မရှိသေးရင် ဒွိဟစိတ်ဖြစ်လို့ ဝိပဿနာစိတ် မဖြစ်သေးပါဘူး။

ဒီနေရာမှာ ရှေးရှေးဆရာတော်ကြီးများရဲ့ အမြော်အမြင် ကြီးမှုကို ပြောချင်ပါသေးတယ်။

အဲဒါကို မပြောသေးခင် ဝိပဿနာအလုပ်ကို တကယ် သိလိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် ဗဟုသုတ ရဖို့၊ နည်းလမ်းရဖို့အတွက် ဟောဒီလို ပြောချင်ပါသေးတယ်။

ဝိပဿနာဉာဏ်က ရုပ်နာမ် ပရမတ်တွေရဲ့ သဘော လက္ခဏာကို မြင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာစိတ်က ရုပ်နာမ်အာရုံကို သိတယ်။ ဝိပဿနာသတိက ရုပ်နာမ်အာရုံကို အမှတ်ရတယ်။

ရုပ်နာမ် အာရုံတွေရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေကို တွေ့ဖို့ ဉာဏ်လိုတယ်။ ဉာဏ်ရှိလာဖို့ ဝိပဿနာသတိရှိဖို့ လိုတယ်။ ဓမ္မသတ္တိ သတိအစစ်ရှိဖို့ လိုပါတယ်။

ဓမ္မသတ္တိ သတိအစစ် စိတ်မှာရှိဖို့ ဒီစိတ်ကို သတိထားခိုင်းတဲ့ အလုပ်လုပ်ခိုင်းရပါတယ်။ ဒါက ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စေခိုင်းမှုလို့ ပြောခဲ့ပါတယ်။ သတိရှိဖို့ သတိထားခိုင်းတာပါ။

ဝိပဿနာ ဘာဝနာအလုပ်ဟာ စိတ်အလုပ် ဆိုတော့ အာရုံကို ဂရုမစိုက်နဲ့လို့ ပြောချင်ပါတယ်။ ပုဂ္ဂိုလ်က ဂရုစိုက်မှုထက် ဉာဏ်ဓမ္မက ဂရုစိုက်မှု ဖြစ်စေချင်လို့ ပြောတာပါ။

အာရုံဆိုတာက ပရမတ် ရုပ်နာမ် အာရုံ ဆိုရင်လည်း ရုပ်က ရုပ်အလုပ် လုပ်ပါတယ်၊ မပြတ်တမ်း ဖောက်ပြန်နေတယ်၊ နာမ်ကလည်း နာမ်အလုပ်ကို လုပ်တယ်၊ သိတယ်၊ အာရုံကို ညွတ်တယ်ပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

နောက်ပြီး ရုပ်က ပရမတ်ဆိုတော့ ရုပ်အလုပ်ကို လုပ်ရင်းနဲ့ပဲ ပရမတ်အလုပ်ဆိုတဲ့ ဖြစ်, တည်, ပျက်ကိုလည်း မပြတ်တမ်း လုပ်ပါသေးတယ်။ အဲဒီလိုပဲ နာမ်ကလည်း နာမ်အလုပ် လုပ်ရင်းနဲ့ ပရမတ်အလုပ် ဖြစ်, တည်, ပျက်ဆိုတဲ့ ဒီသုံးမျိုးကို ဘယ်သူမှ မခိုင်းရဘဲ လုပ်နေကြပါတယ်။

ပရမတ်အာရုံကို ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါက ဝင်ရှုပ်လို့ မရပါဘူး။ ယောဂီကလည်း ဝင်ခြယ်လှယ်လို့ မရပါဘူး။ အဲဒီလိုပဲ ရှုစိတ်ကလည်း အရှုခံအာရုံကို ဝင်ရှုပ်၊ ဝင်ခြယ်လှယ်လို့ မရပါဘူး၊ ဒါလေးလောက်ကိုတော့ သဘောပေါက် နားလည်ထားကြစေချင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ပရမတ် အာရုံတွေက ပရမတ်အလုပ်၊ အာရုံ အလုပ်တွေ လုပ်ပါတယ်။ ရှုစိတ်ကလည်း ပရမတ်အလုပ်ရော၊ ရှုစိတ် အလုပ်ပါ လုပ်ပါတယ်။

ဒီရှုစိတ်ရဲ့ ဓမ္မအလုပ်နဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အလုပ်ကိုလည်း ခွဲခြားကြည့်ကြပါဦးစို့။

http://www.dhammadownload.com

ရှုစိတ်က သတိရှိရမယ်၊ ပညာဉာဏ်ရှိရမယ်၊ ယေဘုယျ ပြောရရင်တော့ သတိ ရှိရမယ်လို့ ဦးဆောင်ပြောလိုက်ရင် သမာဓိတို့၊ ဝီရိယတို့ပါ ပါနေတယ်လို့ မြင်လိုက်ပါ။ အဲဒီလိုပါပဲ ပညာဉာဏ် ရှိပြီဆိုရင်လည်း သူ့ရဲ့ အပေါင်းအသင်းကောင်း တွေလည်း ပါနေပါပြီ။

တကယ်တမ်းက စိတ်မှာ ဉာဏ်အမြဲရှိနေနိုင်ဖို့ပါပဲ။ ဒါကလည်း "ဟဲ့ ဉာဏ်လာခဲ့၊ ဒီစိတ်နဲ့ တွဲနေ"လို့ ပြောရုံနဲ့ ဖြစ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဉာဏ်ရှိလာအောင် သတိရှိမှုက အခြေခံပါပဲ။ သတိရှိရင်းနဲ့ ဉာဏ်ဆိုတာ အကြောင်းညီရင် ပေါ်လာပါတယ်။ ရှိလာပါတယ်။

အဲ-သတိရှိတာကလည်း ကြောင်းကျိုးဆက် မမွသတ္တိတွေကြောင့် ရှိလာတာပါ။ အဲဒီ သတိ ရှိဖို့အတွက် အမှတ်သညာ အားကောင်းလို့ သတိ ကောင်းတာ ရှိသလို သင့်တင့်လျောက်ပတ်တဲ့ အာရုံမှာ စိတ်ထား သတိထားလို့ သတိကောင်းလာ ရှိလာတာလည်း ရှိပါသေးတယ်။

အာရုံမှာ စိတ်ထား သတိထား ဆိုတာက ပုဂ္ဂိုလ်ပြော နားလည်အောင် ပြောတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

ပုဂ္ဂိုလ်က သတိရှိချင်စိတ်မွေး၊ ဒီအာရုံလေးကို သိချင်စိတ် မွေးလိုက်တာ၊ အဲဒီအလုပ်၊ စိတ်အလုပ်ကလေးကို လုပ်လိုက်ရတာပါ။ ဒါက ပုဂ္ဂိုလ်အလုပ်ပါ။ ဒီသဘောကို အာရုံကိုသတိထား၊ အာရုံကို စိတ်ထားလို့ ပြောတာပါ။ အဲဒီလို သတိထားရင်းနဲ့ပဲ သတိ ရှိလာတဲ့စိတ်၊ သတိအားကောင်းလာတဲ့စိတ် ဖြစ်လာပါတယ်။

ရှေးရှေး ဆရာတော်ကြီးများက အဲဒီလို သတိထား၊ စိတ်ထားဆိုတဲ့ အခြေခံအဆင့်ကနေ သတိမရှိ ရှိအောင်၊ ဉာဏ်မရှိ ရှိအောင်၊ ဝိပဿနာမဖြစ် ဖြစ်အောင်၊ သင်ပေး၊ ပြပေး၊ နည်းလမ်းတွေ ညွှန်ပြပေးခဲ့ကြတာပါ။

ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ တချို့က ပြောကြတယ်လေ။ "ကဲ-သတိထားဆိုရင် ဘယ်နေရာထားရမလဲ၊ ဘယ်လိုပုံထားရမလဲ၊ ဘယ်လိုဖြစ်နေတာကိုထားရမလဲ" စတဲ့အမေးတွေက မေးလာကြ၊ ပြောလာကြတယ်လေ။

အဲဒီတော့ နှာခေါင်းထား၊ ရင်ဘတ်ထား၊ ဝမ်းဗိုက်ထား စတဲ့ နေရာတွေကို ညွှန်ပြကြရတာပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကလည်း ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး ကိုယ်တိုင် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းအနေနဲ့ စိတ်ရဲ့ အာရုံကို အာနာပါနထွက်လေ ဝင်လေ၊ ရှူသွင်းတဲ့လေ ရှူထုတ်တဲ့လေ၊ ဒီလေရဲ့ ဝင်မှု ထွက်မှု၊ တိုးမှု ထိမှုဆိုတဲ့သဘောတွေကို နေရာ ညွှန်တော်မူခဲ့ပါသေးတယ်။

တစ်ခါတလေ ဣရိယာပုထ်၊ တစ်ခါတလေ မျက်စိကလေး လှုပ်တာ၊ ရှေ့နောက် ဝဲယာကြည့်တော့ လက်ဆန့် လက်ကွေးတာ၊ ရှေ့တိုးနောက်ဆုတ် ခြေထောက်ရဲ့ ရွေ့လျားမှုတွေ၊ ဒါတွေကို နေရာပေးထားကြပါတယ်။ နေရာတွေ အများကြီးပါပဲ။ သတိထားတတ်ဖို့ နေရာပေးတဲ့ သဘောပေ့ါ။

သတိထားရင် သတိရှိ၊ ကုသိုလ်ဖြစ်၊ ကုသိုလ်ဖြစ်ရင်း ဉာဏ်ပေါ်လာပြီးတော့ တိဟိတ်စိတ်၊ ဝိပဿနာစိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်ဖို့ပါပဲ။

နေရာတွေ အမျိုးမျိုး ဖြစ်ရတာကတော့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အလိုဆန္ဒ၊ အာသယ၊ စရိုက်၊ အကြိုက်တွေ အမျိုးမျိုးရှိနေတတ် လို့ပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

နှာခေါင်း၊ နှာသီးဝ၊ နှုတ်ခမ်းဖျား၊ ရင်ဘတ်၊ ဝမ်းဗိုက် ဆိုတာတွေကတော့ အသက်ရှူသွင်း ရှူထုတ်မှု အာနာပါနနှင့် ဆက်စပ်နေတဲ့ သဘောတွေပါပဲ။

တချို့က လေဝင်လေထွက်ရင် နှာခေါင်းမှာ သိသာတယ်၊ နှာသီးဝ၊ နှုတ်ခမ်းဖျားမှာ ထင်ရှားတယ်။ တချို့က ရင်ဘတ်မှာ မြင်သာတယ်။ တချို့ကျတော့လည်း ဝမ်းဗိုက်မှာမှ ပိုပြီးသတိ ထားလို့ရတယ်ဆိုပြီး အမျိုးမျိုး ကွဲပြားကြရတာပါ။

ဟုတ်ပါတယ်။ တချို့က အသက်ရှူရင် နှာခေါင်းမှာ နဂိုနေ သိတဲ့လူ ရှိသလို တချို့လည်း မသိကြပါဘူး။ အဲဒီလိုပဲ ရင်ဘတ်ကို နဂိုနေ သိသူရှိသလို မသိသူလည်း ရှိတယ်။ တချို့လည်း ဝမ်းဗိုက်ကို နဂိုနေသဘော သိတယ်။ တချို့လည်း မသိတာ ရှိပါတယ်။

အဲ- လူအမျိုးမျိုး စိတ်အထွေထွေဆိုတော့ အာနာပါနနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ နေရာတွေကို တချို့က မသိသာ မထင်ရှားဘဲ တစ်ကိုယ်လုံးက ဖြစ်ပေါ်နေတာတွေကို သိသာတယ်ဆိုပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးကြတာတွေလည်း ရှိကြပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

"သူမှားတယ်၊ ငါမှန်တယ်" ဝေဖန်ကြဖို့၊ ငြင်းခုံကြဖို့ထက် သတိထားနိုင်ဖို့၊ စိတ်ထားနိုင်ဖို့၊ အာရုံရဲ့ သတ်မှတ်ချက် တစ်ခုခုကို ပေးရတဲ့ သဘောလို့ နားလည်ကြစေချင်ပါတယ်။

နေရာဆိုတာက သတ်မှတ်ချက်ပါ။ ဒါကြောင့် အာရုံရဲ့ သတ်မှတ်ချက်တစ်ခုလို့ ပြောလိုက်တာပါပဲ။

တချို့က နေရာ သတ်မှတ် ပေးကြတယ်၊ တချို့က ပုံသဏ္ဍာန် သတ်မှတ် ပေးကြတယ်၊ တချို့က အရောင်အဆင်း သတ်မှတ်ပေးကြတယ်၊ တချို့ကျတော့ အရွယ်အစား သတ်မှတ်ပေးကြတယ်၊ တချို့ကတော့ သဘောတွေ သတ်မှတ် ပေးကြပါတယ်။

အဲဒါတွေဟာ သတ်မှတ်ချက်တွေဆိုတော့ သညာ မှတ်သားမှုက လွယ်လွယ်နဲ့ မှတ်နိုင်တယ်၊ သညာက အားကောင်းလာရင် သညာကြောင့် ဖြစ်တဲ့ သတိဆိုတာလည်း ဖြစ်လာတော့တာပါပဲ။

ကာယ, ဝေဒနာ, စိတ္တ, ဓမ္မ ဆိုတဲ့ သတိပဋ္ဌာန် လေးပါးအာရုံကြောင့် သတိရှိတဲ့ စိတ်ရဲ့ သတိနဲ့ သညာအားကောင်းလို့ ဖြစ်တဲ့ သတိချင်းက သတ္တိ ကွာခြားတတ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သညာက ဝိပ္ပလ္လာသ ဖောက်လွဲဖောက်ပြန် မှတ်သားမှု သဘောတွေ ကပ်ရောက်နိုင်တော့၊ နောက်ပြီး မိစ္ဆာ မှားမှားယွင်းယွင်းသဘောတွေ လည်း သက်ဝင်လာနိုင်တော့၊ သညာအားကောင်း အောင် လုပ်တဲ့အလုပ်၊ နောက် အဲဒီ သညာကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သတိအား ကောင်းမှုတွေကို တော်တော် သတိထားရပါတယ်။

ကာယ, ဝေဒနာ, စိတ္တ, ဓမ္မလို့ ခေါ်တဲ့ သဘောတွေမှာတော့ ဒီအာရုံတွေ ပေါ်လို့ သိရတဲ့ စိတ်၊ သတိ ရှိတဲ့ စိတ် ဒီစိတ်မှာ ပါတဲ့ သတိအစစ် ကြောင့်လည်း ဒီစိတ်က သူ့သဘောသက်သက် အာရုံအစစ်တွေကို မြင်နိုင်ပါတယ်။ လိုက်ရှာ၊ လိုက်ကြည့်ရတာမျိုး မဟုတ်ဘဲနဲ့ စောင့်ကြည့် နိုင်တဲ့သဘော၊ တံခါးစောင့် သဘောလို့ ပြောရင် ရနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို အေးအေးဆေးဆေး စိစိ စစ်စစ်၊ သက်တောင့်သက်သာနဲ့ စောင့်ကြည့်နိုင်တဲ့ သတိမျိုး ဆိုရင်တော့ မိစ္ဆာအဖြစ်ဘက်ကို လုံးဝ မရောက်နိုင်ပါဘူး။

ဒီ ကာယ, ဝေဒနာ, စိတ္တ, ဓမ္မ သဘော တွေကို နောင်အခါမှာ အေးအေးဆေးဆေး ရှင်းပြ ပါမယ်။

http://www.dhammadownload.com

အမှန်က ဒီလေးမျိုးဟာ ရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံ နှစ်မျိုးက ခွဲဖြာလာတဲ့ သဘောပါပဲ။

ဒီရုပ်၊ ဒီနာမ်၊ နောက် ဒီရုပ်နာမ်တွေရဲ့ သဘောကို မြင်တွေ့နိုင်တဲ့ စိတ်၊ ဒီစိတ်မှာ ရှိတဲ့ သတိကတော့ တကယ့်ကုသိုလ်သမ္မာ အစစ်ဆိုတာ ပြောနိုင်ပါတယ်။ မိစ္ဆာ လုံးဝ မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။

အဲဒီတော့ သတိနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သတိ ရှိသွားတဲ့ စိတ်၊ စိတ်နဲ့အတူ တွဲပြီး ဖြစ်တဲ့ ဓမ္မသတ္တိ ရှိတဲ့ သတိဟာ သတိထားရာက ဖြစ်လာ တတ်တယ်လို့ ပြောခဲ့ပါတယ်။

ဒါပေမယ့် မုချပုံသေ မဟုတ်ပါဘူး။

အကျင့်နဲ့ အသိကို ပြောပြပါဦးမယ်။ အလေ့ အကျင့်ကြောင့် အသိ တိုးသူ ရှိသလို၊ အသိတိုးလို့ အလေ့အကျင့် ရှိသူလည်း ရှိပါတယ်။ အသိနဲ့ အကျင့် တစ်ထပ်တည်း ကျရောက်နေတတ်သူ တွေလည်း ရှိပါတယ်။

သတိထားလို့ သတိ ရှိလာတာဟာ အကျင့်ကို ဝါသနာထုံသူ အကျင့် အားသန်သူတို့ ဖြစ်တတ်တဲ့ သဘောပါ။ သတိထား၊ သတိထားလာပြီးတော့မှ အာရုံကို သတိထားတဲ့ သဘောထက် အေးချမ်းတဲ့

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကလေးက ရုပ်အာရုံ နာမ်အာရုံကို သိလိုက် တွေ့လိုက်နိုင်တဲ့ အခါ သိလိုက်နိုင်တဲ့ အခါမျိုးကို အကျင့်ကြောင့် အသိ ဖြစ်တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီ အေးချမ်းတဲ့ စိတ်ထဲမှာ သတိရှိနေပါ တယ်။ သတိရှိလို့လည်း အေးချမ်းတာပါ။ ရုပ်နာမ်ကို သိတယ်။ ရုပ်နာမ်ရဲ့ သဘောတွေ လက္ခဏာတွေကို သိတယ်ဆိုတာ ဉာဏ်ပညာ ပေါ်တာပါ။ အဲဒီအခိုက် ဝိပဿနာ စိတ် အစစ် ဖြစ်လိုက်ပါတယ်။ ဘယ်နှကြိမ်ရယ် ဖြစ်မှ ဝိပဿနာစိတ်လို့တော့ သတ်မှတ်လို့ မရပါဘူး။ သူ့ဉာဏ်အား၊ ပါဝင် နိုင်တဲ့ စွမ်းအား အပေါ်မှာပဲ မူတည်ပါတယ်။

အခု ရေးခဲ့ ပြောခဲ့တဲ့ အပိုင်းမှာ စိတ်ရှုပ်၊ နားရှုပ်စရာတွေ ပါဝင်နေနိုင်ပါတယ်။ ဒါက နားထောင်သူ ဖတ်သူတွေရဲ့ စိတ်ပေါ်မှာလည်း မူတည်သလို၊ ရေးသား ပြောကြားတဲ့ သူရဲ့ လိုအပ် ချက်၊ နောက် သဘောအဓိပ္ပာယ်တွေရဲ့ ရောထွေး တတ်မှုတို့ကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ဒီလို ရှုပ်တတ်တဲ့ ဟာတွေကို ဘာလို့ ပြောနေ၊ ရေးနေရသလဲ ဆိုရင် ဝိပဿနာအလုပ်မှာ နေရာ, ပုံသဏ္ဌာန်, အရောင်အဆင်း, အရွယ်အစား,

http://www.dhammadownload.com

အချိန်ကာလ, အကြိမ်အတိုင်းအတာ၊ နောက်, စတင်အားထုတ်သူတွေအတွက် နားလည်လောက်အောင် သတ်မှတ်ပေးထားတဲ့ သဘောတရားတွေဟာ ပညတ်တွေ, သတ်မှတ်ချက်တွေချည်းဆိုတာကို သိစေချင်လို့ပါ။

နောက် ဒီပညတ်ချက်တွေက ကိုယ်တိုင်စိတ်မှာ ဖန်တီးပြီး အထင်, အမြင်, အမှတ်တွေနဲ့ ကြိုက်သလို သတ်မှတ်နိုင်တော့, မြဲအောင်လည်း ဖန်ဆင်းနိုင်တယ်၊ မမြဲအောင်လည်း သတ်မှတ်နိုင်တယ်၊ ချမ်းသာတဲ့ အသွင်လည်း ပြနိုင်တယ်၊ ဆင်းရဲတဲ့ ပုံလည်း ဖော်နိုင်တယ်။ ပြုပြင်ပြောင်းလဲပေးလို့လည်း ရတယ်ဆိုတာကိုလည်း စိတ်မှထင်စေတယ်၊ ဘာမှ ဝင်လုပ်လို့ မရသလိုလည်း လုပ်ပြတတ်တယ်။

အဲဒီ သဘောတွေကို နားလည်ထားစေချင်လို့ပါ။ ဒီသဘောတွေကို နားမလည်ရင် ဗဟုသုတဉာဏ်၊ စဉ်းစားဉာဏ်နဲ့ လက်ခံထားနိုင်သေးရင် ဝိပဿနာ စစ်စစ် ဖြစ်ဖို့ မလွယ်ပါဘူး။

ဝိပဿနာဉာဏ်ဆိုတာ အဟုတ်အတိုင်း၊ အမှန်အတိုင်း သိမြင်နိုင်တဲ့ သတ္တိ ရှိပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဉာဏ်ဆိုရင် ဘယ်ဉာဏ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဟုတ်တာကိုလည်း သိတယ်၊ မဟုတ်တာကိုလည်းသိတယ်၊ ရှိတာကိုလည်း သိတယ်၊ မရှိတာကိုလည်းသိတယ်၊ ကောင်းတာကိုလည်း သိတယ်၊ မကောင်းတာကိုလည်း သိပါတယ်။

ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဗဟုသုတ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိတဲ့ ဉာဏ်ရှိမှ စဉ်းစား တွေးခေါ်တဲ့ဉာဏ်ကလည်း အမှန်အတိုင်း စဉ်းစား တွေးခေါ်တတ်ပါမယ်။

အမှန်အတိုင်း စဉ်းစားတွေးခေါ်တတ်မှလည်း အမှန်အတိုင်း သိနိုင်တဲ့ ဘာဝနာမယဉာဏ်ဆိုတဲ့ သေချာလက်တွေ့ သိဉာဏ်ဆိုတာ ပေါ်ပါတယ်။

မိမိတို့ ကြည့်နေ၊ ရှုနေ၊ မှတ်နေတဲ့ အာရုံဆိုတာ အစစ်လား၊ အတုတွေလားဆိုတာမှ ခွဲခြားမသိဘဲ၊ မသိနိုင်ဘူးဆိုရင် ဘာဝနာဉာဏ် အစစ်မပေါ်နိုင်ပါဘူး။

ကိုယ့်အထင်၊ ကိုယ့်အကြိုက်နဲ့ကိုယ် ပုံဖော်ချင်သလို ဖော်လိုရတဲ့အာရုံ၊ အထင်ပညတ်တွေကို ရှုနေ၊ မှတ်နေ၊ ကြည့်နေရင် ရှုအား၊ ကြည့်အား၊ မှတ်အားတွေတော့ ကောင်းချင်ကောင်းပါလိမ့်မယ်။

http://www.dhammadownload.com

သတိရှိမှု၊ ဉာဏ်ပေါ်မှု ဆိုတာကတော့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

ရှုအား၊ မှတ်အား ကောင်းတယ်ဆိုတာ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အားစိုက်မှုအပေါ် မူတည်ပါတယ်။ ပုဂ္ဂိုလ်က စိတ်ကို ဒီနေရာ ဒီလိုပုံစံ ဒီအာရုံကိုပဲ ကြည့်ခိုင်း၊ သိခိုင်းနေတာလို့ မြင်ထားလိုက်ပါဦး။

ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အားစိုက်မှုနဲ့ ဓမ္မရဲ့ အားစိုက်မှုဆိုတာက တခြားစီပါ။ ပုဂ္ဂိုလ် အားထုတ်မှုနဲ့ ကျေနပ်နေရင် ဓမ္မအားထုတ်မှုကို အလေး မထားဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဓမ္မသတ္တိ အစစ်တွေ မပေါ်နိုင်ပါဘူး။

သတိထားတာရယ်၊ သတိရှိတာရယ်၊ ဉာဏ်ရှိတာရယ်လို့ အကြမ်းဖျင်း သုံးမျိုးပြောခဲ့ပါတယ်။ စိတ်ဘက်ကပေါ့။

နေရာရယ်၊ အာရုံရယ်၊ အာရုံရဲ့သဘောရယ်လို့လည်း အာရုံဘက်ကိုလည်း သုံးမျိုး ပြောခဲ့ပါတယ်။

နေရာကို သတိထားလို့ ရပါတယ်။

ပညတ်အာရုံကိုသာ သတိထားလို့ရပါတယ်။

ပရမတ်အာရုံကို သတိထားလို့မရပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ပရမတ်အာရုံကို သတိရှိမှသာ သိနိုင် မြင်နိုင်ပါတယ်။

ပရမတ်အာရုံရဲ့ သဘောကို သတိရှိရုံ စိတ်က မသိပါဘူး။

ပရမတ်အာရုံရဲ့ သဘောကို သတိဉာဏ်ရှိတဲ့ စိတ်ကသာ သိနိုင်ပါတယ်။

သတိဉာဏ်နှစ်ပါးစုံ ရှိတဲ့ စိတ်ဖြစ်ဖို့ သတိရှိမှုက စရပါတယ်။ သတိရှိဖို့အတွက်ကိုတော့ တချို့က သတိထားရာက စပါတယ်။ တချို့က ချက်ချင်းဆိုသလို သတိရှိအောင် နေတတ်ကြပါတယ်။

သတိထားရာက စမယ်ဆိုရင် နေရာကို သတိထားရပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ် ကောင်ကြီးနဲ့ စပ်နေတဲ့ နေရာကိုလည်း သတိထားလို့ ရပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ မစပ်တဲ့နေရာကိုလည်း သတိထားလို့ ရပါတယ်။

"အချိန်ဘယ်လောက်ရှိပြီလဲ"၊ "ဘယ်နှစ်နာရီ ရှိပြီလဲ" ဆိုတဲ့ အမေးကြောင့် အချိန်နာရီသိအောင် နာရီကို ကြည့်ကြပါတယ်၊ တိုင်ကပ်နာရီ၊ စားပွဲတင် နာရီ၊ လက်ပတ်နာရီ တစ်ခုခုပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ ကြည့်တဲ့ သဘောဟာ သတိထားတဲ့ သဘောပါ။ နေရာကိုကြည့်တဲ့၊ သတိထားတဲ့၊ စိတ်ရောက်တဲ့ သဘောပါ။ နားလည်လွယ်ပါတယ်။

ဒီသတိထားတဲ့ သဘောမျိုးက တရားရှိရှိ၊ မရှိရှိ၊ တရား သိသိ၊ မသိသိ၊ ဖြစ်တတ်ကြ၊ နေတတ်ကြပါတယ်။

ဒါကြောင့် နေရာကို သတိထားတတ်ရုံမျှနဲ့ ကတော့ ဘာမျှမဟုတ်သေးတဲ့ စိတ်လို့ပဲ သဘော ပေါက်ထားပါဦး၊ ဘာလို့လဲဆိုတော့ မကောင်းတာ တွေကိုလည်း သတိထားတတ်လို့၊ ကောင်းတာ တွေကိုလည်း သတိထားတတ်လို့၊ သူလို ကိုယ်လို စိတ်ပဲ ဖြစ်ပါသေးတယ်။

တစ်ခုတော့ ရှိပါတယ်။ သတိထားတဲ့အခါ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အားစိုက်မှု ရှိနေရပါတယ်။ ဒီလိုပါပဲ။ ပုဂ္ဂိုလ်က အားစိုက်ပြီး သတိထားရာ ကနေ သတိထားနေတုန်း, တစ်ခါတလေ အားစိုက်မှု မရှိဘဲ အာရုံတွေကို တွေ့နေ မြင်နေတတ်တာ တွေလည်း ရှိလာတတ်ပါတယ်။ အစပိုင်းတော့ တစ်ခါတလေပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီလိုအာရုံကို တွေ့မြင်တဲ့အခိုက် ပုဂ္ဂိုလ်က အားမစိုက်ရပေမယ့် ဓမ္မသတ္တိတွေက အလုပ်လုပ်နေကြရလို့သာ တွေ့မြင်ရတာပါ။ ဓမ္မသတ္တိက အားစိုက်တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

သတိရှိတယ်ဆိုတာ ဓမ္မသတ္တိက အားစိုက်ပြီး အလုပ်လုပ် နေတာပါ။ အဲဒီအခါမှာ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ အားမလို အားမရဖြစ်ချင်ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ဘယ်လိုဖြစ်သွားတာလည်းလို့ ထင်ချင်ရင် ထင်သွားပါလိမ့်မယ်၊ ဒါကလည်း ဓမ္မသဘောတွေ အလုပ်လုပ်ပုံကို နားမလည်တဲ့ မောဟကြောင့်ပါပဲ။

တကယ်လို့သာ ပုဂ္ဂိုလ်အလုပ်က သက်သက် ဓမ္မအလုပ်က သက်သက်၊ သတိထားမှုက သက်သက်၊ သတိရှိမှုက သက်သက်လို့ သဘောပေါက်ခဲ့ရင်၊ သဘောပေါက်ရင် အဲဒါဉာဏ်ပါပဲ။

ဒါက သတိထားမှုက ဖြစ်တတ်တဲ့ သတိရှိမှု၊ ဉာဏ်ပေါ်မှုပါ။

တကယ်လို့များ နေရာကို သတိထားနေရုံနဲ့ ဟုတ်လှပြီထင် နေရင်တော့ သတိလည်း မရှိနိုင်၊ သတိရှိမှုကိုလည်း အားမလို အားမရဖြစ်ပြီး လက်မခံနိုင်ကြပါဘူး။ ဒီတော့ ဉာဏ်လည်း မပေါ်

http://www.dhammadownload.com

နိုင်ပါဘူး။

သတိထားမှုက နေရာကို ရွေးရပါတယ်။ နေရာပေးရပါတယ်။

နေရာရွေး၊ နေရာပေးပြီး သတိထားရာကနေ သတိရှိတဲ့ အခိုက်အတန့်ကလေးမှာ နေရာမရွေး တော့ပါဘူး၊ နေရာမပေး တော့ပါဘူး၊ အာရုံနဲ့ စိတ်နဲ့ ဆုံမှုသဘောသက်သက်ပဲ ဖြစ်နေပါတယ်၊ နေရာမရှိတဲ့ သဘောက သိသာပါတယ်။ ထင်ရှား ပါတယ်။

ဒါကြောင့် သတိရှိမှုသက်သက်ပဲ ဖြစ်လိုတဲ့ ဆန္ဒရှိရင် နေရာမရွေး၊ နေရာမပေးဘဲ မိမိ စိတ်ကလေးကို အေးအေးဆေးဆေးနေတတ်ဖို့သာ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒီသဘောကို ခက်တယ်လို့ မတွက်ပါနဲ့။ နေကြည့်ပါ။ သတိထားနေရာပေးမှုကို အရေးမကြီးဘူးလို့ လက်ခံရင် ချက်ချင်း သတိ ဆိုတာ ရှိနိုင်ပါတယ်။

နောက်- သတိထားမှုက ဣရိယာပုတ်မရွေး ထားတတ်ဖို့ မလွယ်ပါဘူး၊ ထိုင်တုန်းသာ သတိ ထားတတ်သူက ရပ်တဲ့အခိုက်၊ ရပ်တုန်းသာ သတိ ထားတတ်သူက သွားနေတဲ့အခိုက်၊ သွားတုန်း

http://www.dhammadownload.com

သာသတိထားတတ်သူက လျှောင်းတဲ့ အခိုက်၊ လျှောင်းတုန်းသာ သတိထားတတ်သူက လက်လှုပ်၊ ခြေလှုပ်၊ မျက်တောင်ခတ်တဲ့အခိုက်၊ တခြားတခြား ဣရိယာပုထ် အခိုက်အတန့်တွေမှာ သတိမထား တတ်တာ များပါတယ်။

ဘာလို့လဲ ဆိုရင် အမူအရာ တစ်ခုကို၊ ဣရိယာပုထ် တစ်ခုကို သတိထားမိနိုင်ဖို့သာ ပုဂ္ဂိုလ်က လုပ်ယူ၊ ကျင့်ယူထားလို့ပါပဲ။

ထိုင်တဲ့အခိုက်မှာ ငြိမ်နေတဲ့ ဣရိယာပုထ် ကိုသာ သတိထားတတ်သူက လှုပ်နေ၊ ရွေ့နေ၊ မြင်နေတဲ့ အခိုက် သတိမထားတတ်ပြန်ပါဘူး။

သတိထားတာနဲ့ သတိရှိတာနဲ့ သတ္တိ အင်အားချင်း ကွာခြားလှပါတယ်။

သတိရှိသူရဲ့ သတိရှိတဲ့စိတ်ဟာ အမူအရာ၊ ဣရိယာပုထ် မရွေး ရှိနိုင်ပါတယ်၊ ထိုင်ထိုင်၊ ရပ်ရပ်၊ သွားသွား၊ လျှောင်းလျှောင်း၊ လက်လှုပ်၊ ခြေလှုပ်၊ မျက်လုံးအဖွင့်အပိတ်၊ အမူအရာမရွေး သိနိုင် မြင်နိုင်ပါတယ်။

သတိထားတာက အာရုံ တစ်ခုတည်းကိုပဲ ထားနိုင်ပြီး အာရုံများရင် မထားတတ်တော့ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ဆိုပါစို့။ အခု မိုးတွေရွာနေတယ်၊ မိုးရေစက်ပေါင်းများစွာ ကျနေတယ်၊ မျက်စိနဲ့လည်း မြင်နေတယ်၊ အသံလည်းကြားနေ ရပါတယ်၊ မျက်စိနဲ့ အဆင်း, အမြင်အာရုံကို သတိထားရင် အသံ, အကြား အာရုံကို သတိမထားနိုင်ပါဘူး။ အသံကို သတိထားရင်လည်း အဆင်းကို သတိမထားနိုင်ပါဘူး။

မိုးရေစက်ပေါင်း မြောက်မြားစွာကျနေတဲ့ အခိုက် တစ်ခုစီ၊ တစ်ခုစီ အားလုံးကို သတိထားကြည့်ပါ။ လုံးဝ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

မိုးရေစက်ကျနေတဲ့အခိုက် ထွက်ပေါ်လာတဲ့ အသံတွေကို သတိထားကြည့်ပါ။ အားလုံးကို သတိထားနိုင်ဖို့ဟာ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

သတိထားတာက တစ်ခုချင်းပဲ သတိထားနိုင်ပါတယ်၊ မိမိရဲ့ သတိထားနိုင်လာတဲ့ အကျင့်ပေါ်မူတည်ပြီး ခပ်မြန်မြန် အာရုံကို သတိထားနိုင်တာရယ်၊ ဖြည်းဖြည်း သတိထားနိုင်တာရယ်ဆိုတဲ့ အကျင့်အားတော့ ကွာခြားပါတယ်၊ မိမိထားလိုတဲ့ အာရုံတစ်ခုစီကို လိုက်ရွေးနေရပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်အေးအေးချမ်းချမ်းနဲ့ သတိရှိနေနိုင်တဲ့အခါ အာရုံတွေကို တစ်ခုစီလိုက်ပြီး ရွေးစရာမလိုဘဲ ရှိတဲ့ သတိအားပေါ် မူတည်ပြီး အာရုံတွေ အများကြီးကို တစ်ပြိုင်နက်ဆိုသလို တွေ့နိုင် မြင်နိုင်ပါတယ်။

အာရုံတစ်ခုတည်းကို ရွေးပြီး သတိထားမှ သိနိုင်ပါတယ်။ အာရုံ အများကိုတော့ သတိရှိရင် ရွေးစရာမလိုဘဲ သိနိုင်ပါတယ်။

သတိထားသူရဲ့စိတ်ဟာ လက်တစ်ဖျစ်မှာ ကုဋေပေါင်းများစွာ ဖြစ်နေ၊ ဆုံနေရတဲ့ စိတ်နဲ့ အာရုံတွေကို မတွေ့နိုင်, မမြင်နိုင်ပါဘူး။

သတိထားတယ်ဆိုတာ အကျင့်ပေါ် မူတည်ပြီး လုပ်နေကျ အလုပ်နဲ့သာ အံ့ဝင်ခွင်ကျ ဖြစ်လို့ သတိထားနိုင်တာပါ။ ကျင့်နေကျ၊ အလုပ်မဟုတ်ဘဲ တခြားအလုပ်လုပ်နေရင်းနဲ့ဆိုရင် သတိထားလို့ မရတော့ပါဘူး။

သတိရှိတဲ့သူအတွက်ကတော့ ဘယ်အလုပ်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်အခြေအနေရောက်ရောက် သတိရှိရှိ နေနိုင်ပါတယ်။ နေတတ်ပါတယ်။ အလုပ်လည်း မပျက်ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ပုဂ္ဂိုလ်အားစိုက်မှု၊ နေရာရွေး အာရုံရွေးပြီး သတိထားမှုဟာ တကယ်တမ်း ဖျားနာ၊ ရောဂါသည်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အားအင်ကုန်ခန်းတဲ့ အချိန်မှာ သတိထားနိုင်မှုဆိုတာ ဘယ်ရောက်လို့ ရောက်ကုန်မှန်း မသိတော့ပါဘူး။

ဓမ္မသတ္တိအားစိုက်မှု၊ သတိရှိတဲ့ သတ္တိဟာ နေရာမရွေး၊ အာရုံမရွေး၊ ဘယ်လိုပဲဖြစ်နေဖြစ်နေ ဖျားနာ၊ ရောဂါသည်း၊ လူ့ရဲ့အားအင်တွေ ကုန်ခန်းချင်သလောက် ကုန်ခန်းနေပါစေ ဓမ္မသတ္တိတွေကတော့ သူ့အလုပ် သူဆက်လုပ်နေပါတယ်။

စိတ်ကို မပူစေပါဘူး၊ မဆင်းရဲစေပါဘူး၊ မပင်ပန်းစေပါဘူး၊ စိတ်ကို အေးအေးဆေးဆေး ချမ်းချမ်းသာသာ သက်တောင့် သက်သာ ရှိစေပါတယ်။

ဒီလောက်ဆိုရင် သတိရှိတာနဲ့ သတိထားတာ သဘောချင်း မတူကြပုံကို နည်းနည်းတော့ သဘောပေါက်လာလိမ့်မယ် ထင်ပါတယ်။

သတိထားတာနဲ့ သတိရှိတာမှာ ဘယ်သဘောက ဝီရိယရှိသလဲ၊ သမာဓိ ပိုရှိသလဲ ဆိုတာကို ထပ်ပြီး ရှင်းပြပါမယ်။

http://www.dhammadownload.com

သတိထားတဲ့အခါ သတိထားတဲ့ ဝီရိယ၊ ပုဂ္ဂလဗျာပါရ အားစိုက်ထုတ်မှု ဝီရိယဆိုတာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီလိုပဲ သတိရှိတဲ့ အခါမှာလည်း ဓမ္မသတ္တိ ဝီရိယအားတွေ ရှိနေတာပါပဲ။ တစ်ခုနဲ့ တစ်ခု သဘောချင်းမတူပါဘူး။

များသောအားဖြင့်ကတော့ သတိထားတဲ့ ဝီရိယ၊ ပုဂ္ဂိုလ် အားစိုက်မှု ဝီရိယကိုသာ အဓိက ထားနေကြပါတယ်။ အဲဒီဝီရိယက ထားတဲ့နေရာ ထားတဲ့အာရုံ၊ ထားတဲ့အခိုက် က္ကရိယာပုထ် အမူအရာတွေ မပျောက်အောင်၊ မပျက်အောင်၊ ခိုင်အောင်၊ တွေ့နေ မြင်နေအောင် အားစိုက် ထုတ်တဲ့ သဘောလည်း ပါတတ်ပါတယ်။

သတိရှိတဲ့စိတ်မှာ ရှိတဲ့ဝီရိယက စိတ်ကို အန္တရာယ်ကင်းအောင် သတိက စောင့်ရှောက် သလို၊ ဝီရိယကလည်း ကိလေသာအဖြစ်၊ စိတ်ပူ စိတ်ညစ်အဖြစ် အခွင့်မပေးပါဘူး။

စိတ်ညစ်နေရင် ချက်ချင်းမညစ်တော့အောင် စိတ်ရှင်းနေရင်၊ ကြည်နေရင်၊ အေးချမ်းနေရင် အဲဒီကောင်းတဲ့ သဘောအတိုင်း ဆက်ကာ

http://www.dhammadownload.com

ဆက်ကာ ဖြစ်အောင် စိတ်ဖြစ်တိုင်း ပါရှိနေတဲ့ ဝီရိယက ဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။

ဒီအလုပ်မျိုးကို ပုဂ္ဂိုလ်က လုပ်ယူလို့ အားစိုက်ထုတ်လို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ သမ္မာဝါယမခေါ်တဲ့ ဝီရိယ သတ္တိ အစစ်တွေကသာ ဓမ္မအလုပ် ဓမ္မလုပ်သွားကြတာပါ။

သတိထားတဲ့ အခိုက် သတိထားတာနဲ့ လျော်တဲ့ ပုဂ္ဂလ ဝီရိယရှိပြီး၊ သတိရှိတဲ့အခိုက် ဓမ္မသတ္တိ၊ ဝီရိယ အစစ်က ရှိနေတာပါပဲ။

သမာဓိလည်း ဒီလိုပါပဲ။ သတိထားတဲ့အခိုက် အာရုံတစ်ခု၊ တစ်နေရာကို သတ်မှတ်သိ, သိတဲ့ အတိုင်း ပုံဖော်၊ အဲဒီပုံစံနဲ့ စိတ်နဲ့ဆုံ၊ စိတ်မှာ အဲဒီပုံစံ မပျောက်မပျက်အောင် လုပ်ထားနိုင်တာကို သမာဓိရပြီလို့ ပြောကြပါတယ်၊ ဟုတ်ပါတယ်၊ အဲဒါကို သမာဓိလို့ ခေါ်ရင်လည်း ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ လုပ်သမာဓိပါပဲ။

တကယ် အာရုံနဲ့စိတ် ဆုံတိုင်း ဆုံတိုင်း စိတ်ကိုတည်စေ၊ ကြည်စေ၊ အေးချမ်းစေနိုင်တဲ့ သမာဓိက သတိရှိတဲ့အခိုက်မှာ ရှိတဲ့ သမာဓိပါ။ ခဏတိုင်း၊ ခဏတိုင်း စိတ်နဲ့အာရုံ ဆုံတိုင်း၊

http://www.dhammadownload.com

သတိရှိတိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်က လုပ်ယူစရာမလိုတဲ့ သမာဓိမျိုးပါ။ အဲဒီသမာဓိ အစွမ်းသတ္တိကသာ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ပေါ်အောင် လျင်လျင်မြန်မြန် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်တာပါ။

ထားတဲ့သတိ၊ ထားတဲ့ဝီရိယ၊ ထားတဲ့ သမာဓိက သပ်သပ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်က အားစိုက်ထုတ်ယူရတဲ့ သဘောတွေက သပ်သပ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

တကယ်အစစ် အားထုတ်သူ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့စိတ်မှာ ရှိလာတဲ့ သတိ၊ ရှိလာတဲ့ဝီရိယ၊ ရှိလာတဲ့ သမာဓိ၊ အဲဒီဓမ္မသတ္တိ အစွမ်းတွေက သပ်သပ်၊ မတူဘူးလို့ သဘောပေါက်စေချင်ပါတယ်။

ထားတဲ့ သတိကနေတစ်ဆင့် ရှိတဲ့သတိ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ထားတဲ့သတိကို အဟုတ်ထင်ပြီး ရပ်နေရင်၊ ရှိတဲ့သတိရဲ့ သတ္တိမျိုးကို နားမလည်ရင်၊ ရှိမှန်းမသိခဲ့ရင်လည်း ရှိတဲ့သတိ ဖြစ်လာဖို့ မလွယ်ပါဘူး။

တကယ်လို့ အခုလိုသာ ထားသတိ၊ ရှိသတိ အကြောင်းတွေကို ဗဟုသုတဉာဏ်နဲ့ သဘောပေါက်ခဲ့ရင်၊ စဉ်းစားဉာဏ်နဲ့ နားလည်ခဲ့ရင်၊

http://www.dhammadownload.com

သတိထားတဲ့အဆင့်ကို ကျော်လွန်ပြီး သတိရှိတဲ့ အဆင့်၊ သတိရှိတဲ့ စိတ်ဆိုတာ ချက်ချင်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

အခု ပြောပြခဲ့တာတွေဟာ အာရုံဖက်က သဘောထက် စိတ်ဖက်က သဘော၊ နောက် စိတ်ဖက်မှာကိုပဲ လုပ်ယူတဲ့ ပုဂ္ဂိုလအားနဲ့ ရှိလာတဲ့ ဓမ္မသတ္တိအားတွေကို နားလည်အောင် ပြောပြတာ တွေပါ။

တကယ်လို့ ဝိပဿနာအလုပ်ကို လုပ်တော့ မယ်ဆိုရင် အာရုံရဲ့သဘောကို တိုက်ရိုက်မတွေ့ခင် တစ်ဆင့်ခံနေရာအာရုံကို သတိထားပြီး စကြရတဲ့ သဘောရှိပါတယ်။ တစ်ဆင့်ခံမလိုဘဲ မိမိရဲ့စိတ်ကို အေးချမ်းအောင်၊ စိတ်မှာ သတိရှိအောင် စကြရတဲ့ သဘောလည်း ရှိပါတယ်။ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

ဘယ်နည်းနဲ့ပဲ အားထုတ်ပါစေ၊ ဝိပဿနာ ဆိုတာ ဘာဝနာအလုပ်ဖြစ်တော့ ဘာဝနာဆိုတာ စိတ်အလုပ်ပါ။ နောက် ဝိပဿနာ ဘာဝနာက ပညာဦးစီးတဲ့ စိတ်အလုပ်ပါ။

အာရုံအလုပ်မဟုတ်၊ စိတ်အလုပ်ပါ။ သမာဓိ ဦးဆောင်တဲ့ စိတ်အလုပ် မဟုတ်ပါဘူး။ ပညာဉာဏ် ဦးဆောင်တဲ့ စိတ်အလုပ်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်အလုပ် ဖြစ်တဲ့အတွက် ကာယကံ လှုပ်ရှားမှု၊ ငြိမ်နေမှုအလုပ်၊ ဝစီကံ ရွတ်ဆိုမှု အလုပ်တွေနဲ့တော့ ဝိပဿနာကိစ္စ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

နောက် ပညာဦးဆောင်တဲ့ စိတ်အလုပ် ဖြစ်တော့ သတိ၊ သမာဓိ၊ ဝီရိယတို့ ဦးဆောင်နေကာမျှဖြင့်တော့ ဝိပဿနာဆိုတာ မဖြစ်နိုင်သေးပါဘူး။

ပညာ ဦးဆောင်တဲ့စိတ်ဆိုတော့ ပညာရှိ၊ ဉာဏ်ရှိတဲ့စိတ် ဖြစ်ရပါမယ်။ ပညာဉာဏ်ကလည်း အမျိုးမျိုးရှိတော့ ဝိပဿနာ ပညာဉာဏ်မျိုး ဖြစ်ရပါမယ်။

လောကီ အာရုံမှန်သမျှတို့ရဲ့ မမြဲတဲ့ သဘော၊ ဆင်းရဲတဲ့ သဘော၊ အစိုးတရ မရှိနိုင်တဲ့ သဘောတွေကို သေချာ တွေ့မြင် သိနိုင်တဲ့ ပညာဉာဏ်ကို ဝိပဿနာ ပညာဉာဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အာရုံက သပ်သပ်၊ စိတ်က သပ်သပ်လို့ သဘောပေါက်မှလည်း အာရုံရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေကို သေချာ သိနိုင်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အာရုံနဲ့ စိတ်၊ စိတ်နဲ့ အာရုံဟာ တူသလား၊ မတူဘူးလား ဆိုတဲ့ အမေးရှိလာနိုင်ပါတယ်။

အာရုံနဲ့စိတ်ဟာ ဆုံတဲ့နေရာချင်း တူတာရှိသလို မတူတာလဲရှိပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် သိစိတ်ဖြစ်တဲ့အခိုက်၊ အသိခံရတဲ့အာရုံနဲ့ သိတဲ့စိတ်ဟာ ဖြစ်တဲ့အချိန် ခဏအနေနဲ့ တူနေတတ်ပါတယ်။

လွယ်လွယ်ပြောရရင် ဒီစိတ်နဲ့ ဒီအာရုံ ဆုံတဲ့အခိုက် ဖြစ်ခိုက်အချိန် တခြားစီ ရှိနေကြတယ် ဆိုတာမျိုး မရှိပါဘူး။

ဒါက တူကြတဲ့သဘောပါ။

မတူကြတဲ့ သဘောက အာရုံကလည်း အာရုံအလုပ်လုပ်၊ စိတ်ကလည်း စိတ်အလုပ်လုပ်ကြပါတယ်။ အလုပ်ချင်း မတူပါဘူး။

မြင်တဲ့အခိုက်, မြင်စရာအာရုံက အမြင်ခံတဲ့အလုပ်လုပ်တယ်၊ နောက် ပရမတ်အာရုံ အစစ်ဖြစ်လို့ ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ ချက်ချင်းဆိုသလို ပျက်စီးပါတယ်။

မြင်သိစိတ်ကလည်း သိတတ်တဲ့ အလုပ်ကိုလုပ်ပါတယ်။ နောက် သူကလည်း ပရမတ်

http://www.dhammadownload.com

သဘောဖြစ်လို့ သိရင်းပျက်၊ သိပြီးပျက်၊ ပျက်သွားပါတယ်။

အာရုံတွေမှာ အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ အတွေ့အထိ၊ နောက် သဘောတရားဓမ္မာရုံတွေဟာ တကယ် ပရမတ်အစစ် တွေပါ။ ဖြစ်ပြီး ပျက်တဲ့ ပရမတ်သဘောတွေ အမြဲရှိနေပါတယ်။ ပရမတ်က ပရမတ်အလုပ်ကို အမြဲလုပ်နေပါတယ်။

မိမိစိတ်က တွေ့တွေ့ မတွေ့တွေ့၊ မြင်မြင် မမြင်မြင်၊ ကြားကြား မကြားကြား၊ ဆုံဆုံ မဆုံဆုံ ဒီအာရုံပရမတ်တွေရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေ ကတော့ ရှိနေကြတာပါပဲ။ ဖြစ်နေပျက်နေကြ တာပါပဲ။ ဒီသဘောတွေကိုပဲ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တလို့ သဘောအဓိပ္ပာယ် ပြောရတာပါ။

ဒီသဘောတွေက အာရုံပရမတ် တိုင်းမှာ ရှိနေပါတယ်။ စိတ်ပရမတ်မှာလည်း ရှိပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ရှိတော့ရှိတယ်။ မသိပါဘူး။

ဘာလို့မသိတာလဲဆိုတော့ သိနိုင်တဲ့ ဉာဏ် မရှိလို့ ဒီသတိ၊ ဒီဉာဏ် မပါတော့ ဒီစိတ်က အမှန်အတိုင်း ရှိနေတဲ့သဘော လက္ခဏာတွေကို မသိတာပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

မရှိတာ မဟုတ်၊ မသိတာပါ။

“မရှိတာထက် မသိတာက ခက်နေတယ်”လို့ ပြောရပါမယ်။

ကဲ-ဒီလိုဆိုရင် သိအောင်၊ မြင်အောင်၊ တွေ့အောင် ကြည့်မယ်ဆိုပြီးလည်း ရှာကြ၊ ဖွေကြ၊ ရှုကြ၊ မှတ်ကြ၊ ကြည့် တတ်ကြပါတယ်။

ဒါပေမယ့် မမြင်၊ မတွေ့ မသိပါဘူး။

မြင်နိုင်တဲ့ သတိဉာဏ် လိုအပ်လို့ပါပဲ။

ဒါကြောင့် မြင်နိုင်တဲ့ သတိဉာဏ်ရှိတဲ့ စိတ်ဖြစ်အောင် စိတ်ဓာတ်ကောင်းအားတွေ တိုးပွားအောင် ကြိုးစားရမယ်လို့ ပြောလိုတာပါ။

တကယ်လို့ “တွေ့တယ်၊ မြင်တယ်” ဆိုရင်လည်း ပရမတ်အစစ် အာရုံမဟုတ်ဘဲ ပရမတ်နဲ့ တူအောင် ဖန်ဆင်းထားတဲ့ ပညတ်အာရုံပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ပညတ်ဆိုတာက မိမိအကြိုက်၊ မိမိအထင်၊ မိမိသတ်မှတ်ချင်သလို သတ်မှတ်ခွင့်ရှိတဲ့ အာရုံမျိုးပါ။

ဖြစ်တာကိုရော၊ ပျက်တာကိုပါ၊ မမြဲတာကိုရော၊ မြဲတာကိုပါ၊ ဆင်းရဲတာကိုရော၊ ချမ်းသာတာကိုပါ သတ်မှတ်လို့ရပါတယ်။ နောက်ဆုံး

http://www.dhammadownload.com

စကားအနေနဲ့ ပြောရရင် မပိုင်ဘူး၊ အစိုးမရဘူး ဆိုတဲ့ အာရုံကိုပဲ ဖန်ဆင်းသတ်မှတ်ပြီး တွေ့နေ၊ မြင်နေအောင် လုပ်တတ်ကြပါတယ်။

အဲဒီလို သတ်မှတ်တာမျိုးတွေနဲ့ ကျေနပ်နေတာမျိုး မဖြစ်အောင်၊ တကယ်အစစ် ဝိပဿနာဉာဏ်ကသာ မြင်နိုင်တဲ့ ပရမတ်အာရုံမျိုးကို မြင်နိုင်၊ တွေ့နိုင်အောင် ဝိပဿနာဉာဏ်ရှိဖို့၊ ဝိပဿနာသတိရှိဖို့၊ ဝိပဿနာသမာဓိ၊ ဝိပဿနာ ဝီရိယတွေရှိတဲ့ စိတ်ဖြစ်ဖို့ စိတ်အလုပ်ကို လုပ်ကြရတာပါ။

"ဝိပဿနာဆိုတာ၊ သိစရာ၊ သိကာ၊ သေချာသိလိုက်ပါ"

ဝိပဿနာနဲ့ ပတ်သက်ရင် ဒီလင်္ကာလေးကို မှတ်တည်ပြီး ပြောပေးလေ့ရှိပါတယ်။ နားလည်အောင် ရှင်းပြပေးလေ့ရှိပါတယ်။ အားထုတ်တတ်အောင် နည်းပြပေးလေ့ ရှိပါတယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာ သိစရာတွေကို ပထမသိ၊ နောက် သေချာသိနိုင်အောင် ကြိုးစားရတဲ့ စိတ်အလုပ်ပါ။

သိစရာဆိုတာက အာရုံကို ခေါ်ပါတယ်။ အာရုံနဲ့ပတ်သက်ပြီး နေရာအမျိုးမျိုး၊ အမူအရာ

http://www.dhammadownload.com

အမျိုးမျိုး၊ ပုံသဏ္ဍာန် အရောင် စတာတွေ အမျိုးမျိုးရှိကြပါတယ်။ ဒါက ပညတ်အာရုံတွေပါ။

တကယ် ဝိပဿနာဉာဏ်ရဲ့ သိစရာ အာရုံက ပရမတ် အာရုံပါ။ ဒီပရမတ်အာရုံရဲ့ သဘော လက္ခဏာ တွေကိုပါပဲ။ ဒါက အာရုံဖက်က သဘောပါ။

စိတ်ဖက်ကတော့ "သိ၊ သေချာသိ" လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

သတိရှိရင် သိတယ်၊ ပညာဉာဏ် ရှိရင် သေချာသိတယ်။

ပထမတော့ သတိရှိသိ၊ နောက် ပညာဉာဏ်နဲ့ သေချာသိ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

နောက် သတိရှိ သိတာနဲ့ ပညာဉာဏ်က သေချာသိတာနဲ့ တစ်ထပ်တည်း တစ်ပြိုင်တည်း "သိ၊ သေချာသိ" ဖြစ်လာပါတယ်။ ဒါကို ဉာဏ်ပေါ်တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီနောက်တော့ သေချာသိပြီးတဲ့အခါ သတိရှိရှိ သိနေကာမျှနဲ့လည်း နေကြထိုင်ကြ တာလည်း ရှိပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ “သိ၊ သေချာသိ” တဲ့ စိတ်အလုပ်ပါ။

အာရုံအနေနဲ့က သိစရာတွေပါပဲ၊ ရုပ်အာရုံ၊ နာမ်အာရုံက လည်း သိစရာပါ။ ခန္ဓာငါးပါးအာရုံ၊ အာယတန တစ်ဆယ့်နှစ်ပါး အာရုံ၊ ဓာတ်ကြီး လေးပါး အာရုံဆိုတာတွေရော၊ နောက် ဖြစ်ပျက် ဆိုတဲ့ သဘောတွေရောဟာ အာရုံတွေပါပဲ။

အာရုံကို အမျိုးမျိုး အမည်တွေနဲ့သိအောင်၊ နားလည်အောင် ပြောပေမယ့် အာရုံဟာ အာရုံပါပဲ၊ အာရုံရဲ့ သဘောဟာ အာရုံရဲ့ သဘောပါပဲ။

ပရမတ်အာရုံအစစ်ဟာ ဓမ္မသဘောအရ ပရမတ် အချင်းချင်းက တွေ့နေဆုံနေကြပါတယ်။ ဒီသဘောတွေကို တွေ့နိုင်၊ မြင်နိုင်၊ သိနိုင်တဲ့ ဉာဏ်ရှိဖို့၊ သတိရှိဖို့က အရေးကြီးပါတယ်။

အာရုံနဲ့စိတ်နဲ့ တွဲပြီး လောကသဘောနဲ့ နားလည်အောင် ပြောပါမယ်။

“အာရုံရှုပ်လို့ စိတ်ရှုပ်တဲ့သူရယ်”၊ “အာရုံ ရှင်းလို့ စိတ်ရှင်းတဲ့ သူရယ်”လို့ နှစ်မျိုးရှိတယ် ဆိုပါစို့။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ နှစ်ယောက်စလုံးဟာ အာရုံက ခြယ်လှယ်တဲ့အတိုင်း စိတ်က အခြယ်လှယ်ခံနေရတဲ့သူတွေ ဖြစ်ကြလို့ ဘာမျှမထူးကြပါဘူး။

နောက် "အာရုံရုပ်လည်း စိတ်ကို ရှင်းအောင် နေတတ်တဲ့ သူရယ်၊ အာရုံရှင်းရင်လည်း စိတ်ရှင်းအောင် နေတတ်တဲ့သူရယ်" လို့ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ အာရုံရှုပ်ရှုပ်၊ ရှင်းရှင်း၊ မိမိရဲ့စိတ်ကို အာရုံရဲ့အခြယ်လှယ်မခံဘဲ နေနိုင်စွမ်းရှိလို့ နည်းနည်းထူးခြားလာတယ်လို့ ဆိုရပါမယ်။

တချို့က ပြောကြ၊ ယူဆကြပါတယ်။ အာရုံရှင်းလို့ စိတ်ရှင်းအောင် နေတတ်တဲ့သူနဲ့၊ အာရုံရှုပ်လည်း စိတ်ရှင်းအောင် နေတတ်တဲ့သူမှာ အာရုံရှုပ်လည်း စိတ်ရှင်းအောင် နေတတ်တဲ့ သူက သာတယ်လို့ ပြောတတ်ကြပါတယ်။

ထပ်ပြီး ချင့်ချိန်စဉ်းစားကြည့်ကြပါဦး။

"ကိုယ်နဲ့မဆိုင်တဲ့ ရုပ်တဲ့အာရုံကို တွေ့ကြုံသော်လည်း စိတ်ရှင်းအောင်နေတတ်သူ"၊ နောက် "ကိုယ်နဲ့ဆိုင်တဲ့ ရုပ်တဲ့အာရုံကို တွေ့ကြုံနေရသော်လည်း စိတ်ရှင်းအောင် နေတတ်သူ"လို့ နှစ်မျိုးရှိတတ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ရှုပ်တဲ့ အာရုံချင်းကတော့ အတူတူ၊ ကိုယ်နဲ့ မဆိုင်တာနဲ့ ဆိုင်တာ ကွာခြားပါတယ်၊ စိတ်ကတော့ ရှင်းကြတာချည်းပါပဲ။

စိတ်ရှင်းတယ်ဆိုတာ အပူကင်းပြီး စိတ်အေး ချမ်းတာ၊ အနှောက်, အကျိုကင်းပြီး စိတ်ကြည် တာ၊ အရှုပ်ကင်းပြီး စိတ်ရှင်းတာ၊ သတိရှိပြီး အေးအေးဆေးဆေး စိတ်ထားတတ်တာ၊ စိတ်ထိန်း နိုင်တာကို ခေါ်ပါတယ်။

"ကိုယ်နဲ့ဆိုင်တဲ့"၊ "ရှုပ်နေတဲ့"၊ "အာရုံ" ကို ဆုံတွေ့ရရင် စိတ်အေးအောင်၊ စိတ်ရှင်းအောင် နေတဲ့နည်းကို ပြောပြပါမယ်။

"ကိုယ်နဲ့ဆိုင်တယ်" ဆိုတဲ့အချက်ကို "ကိုယ်နဲ့ မဆိုင်ပါဘူး" လို့ ပြောင်းလဲပြီး နှလုံးသွင်းလို့လည်း စိတ်ရှင်းအောင် လုပ်တတ်ကြတယ်။

ရှုပ်နေတဲ့ အာရုံနေရာမှာ ရှင်းတဲ့ ကိုယ် ကြိုက်တဲ့အာရုံကို အစားထိုး ပုံဖော်ပြီးတော့လည်း စိတ်ရှင်းအောင် လုပ်တတ်ကြတယ်။

နောက် "အာရုံကို အာရုံ"လို့၊ အာရုံရဲ့ သဘောကို အာရုံရဲ့သဘောအတိုင်း အမှန်အတိုင်း တွေ့၊ မြင်၊ သေချာသိလို့လည်း စိတ်အေးချမ်း တယ်၊ စိတ်ရှင်းပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီသုံးမျိုးနဲ့ စိတ်ရှင်းအောင် လုပ်ကြတဲ့အခါမှာ ပထမကိုယ်နဲ့ ဆိုင်တဲ့အာရုံကို မဆိုင်ပါဘူးလို့ လုပ်တဲ့နည်းဟာ အသိရှိသူ ဖြစ်ဖြစ်၊ မရှိသူဘဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ တစ်ခါတလေ စိတ်ရှုပ်လွန်းလို့၊ မတတ်နိုင်လွန်းလို့ ဖြစ်ဖြစ်၊ "သွားကွာ၊ ငါနဲ့မဆိုင်ပါဘူး၊ ဘာတွေပဲ ဖြစ်ဖြစ်" ဆိုတဲ့ သဘောတွေနဲ့လည်း လုပ်တတ်ကြပါတယ်။

အဲဒီလိုဆိုတော့ အကုသိုလ် မောဟစိတ်ကို အားကိုးပြီးတော့လည်း မဆိုင်ဘူးလုပ်တတ်ကြတဲ့ သဘောတွေ ဖြစ်တတ်တာကို သိလိုက်ပါဦး။

နောက် ဒုတိယနည်းက ရှုပ်တဲ့အာရုံကို ရှင်းတဲ့အာရုံနဲ့ အစားထိုးတယ်၊ ကိုယ်ကြိုက်တဲ့ အာရုံနဲ့ ပုံဖော်တယ်ဆိုတဲ့နည်းဟာ အကုသိုလ် ကိလေသာရှိတဲ့ စိတ်တွေနဲ့လည်း လုပ်တတ်ကြသလို ကုသိုလ်စိတ်တွေနဲ့လည်း အစားထိုးတတ်ကြပါတယ်။

ဒါန၊ သီလ၊ ဝေယျာဝစ္စ စတဲ့ ကုသိုလ်လုပ်ငန်းတွေဟာ အာရုံကို လဲလှယ်ပြီး ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်အောင် ကိုယ့်အတွက် ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်စေ

http://www.dhammadownload.com

နိုင်တဲ့ အာရုံမျိုးကို အာရုံပြုကြတဲ့ သဘောမျိုး တွေပါပဲ။

သမထကုသိုလ်စိတ်ဆိုရင် မိမိနဲ့ သင့်တော်တဲ့၊ ပုံဖော်လိုတဲ့ ကသိုဏ်းဝန်း နိမိတ်စတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံတွေကို အစာထိုးပုံဖော်လို့ စိတ်ရှင်းရတာ မျိုးပါ။

တတိယနည်းဖြစ်တဲ့ အာရုံကို အာရုံလို့သိမှု၊ အာရုံရဲ့ သဘောလက္ခဏာ တွေကိုလည်း အရှိ အမှန်အတိုင်း သေချာသိမှု ဆိုတာဟာ အာရုံကို ပုံဖော်ပြောင်းစရာမလိုဘဲ မိမိစိတ်မှာ သတိရှိမှု အားကောင်းပြီး ပညာဉာဏ်နဲ့ သဘောပေါက် သိမြင်နိုင်မှုပါပဲ။ ဒါဟာ ဝိပဿနာလုပ်ငန်း အစစ်ပါပဲ။

သတိဉာဏ်ရှိတဲ့ ဝိပဿနာအစစ်ဖြစ်ရင် အာရုံရဲ့ သဘောတွေကို အမှန်အတိုင်း သေချာ သိရုံသာမကဘဲ ကိုယ်နဲ့ဆိုင်တဲ့အာရုံ၊ မဆိုင်တဲ့ အာရုံဆိုတာတွေကိုလည်း အလိုလို ကျော်လွှား သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒီအာရုံက ရုပ်တယ်၊ ဒီအာရုံက ရှင်းတယ်ဆိုတဲ့ မှတ်သားမှုတွေကြောင့်လည်း

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ဟာ ဘယ်လိုမှ ရှုပ်ယှက်ခတ်၊ ပူလောင်နောက်ကျိမှုဆိုတာတွေ မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။

အာရုံရဲ့ သဘောကို "သိ၊ သေချာသိ"တဲ့ သတိဉာဏ် ရှိလို့ပါပဲ။

သိစရာကို "သိ၊ သေချာသိ"တဲ့ ဝိပဿနာ သတိဉာဏ် ရှိနေတဲ့ စိတ်အလုပ်ကြောင့်ပါပဲ။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာစိတ်ဖြစ်အောင် ဝိပဿနာ ဉာဏ်ရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်ရှိဖို့ ဝိပဿနာသတိ လိုအပ်ပါတယ်၊ ဝိပဿနာသမာဓိ၊ ဝိပဿနာ ဝီရိယဆိုတဲ့ ချင်ချင်း သမာဓိ၊ ချက်ချင်း ဝီရိယမျိုး လိုအပ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာ သတိရှိဖို့ ဝိပဿနာ သမာဓိ၊ ဝိပဿနာဝီရိယတွေ ရှိဖို့ကို တချို့က သတိထားနေရာပေး၊ အာရုံဂရုစိုက်မှုက စတင် ကြပါတယ်။

တချို့က မိမိစိတ်ကိုသာ ဂရုစိုက်ပြီး သတိရှိအောင်၊ ခဏတိုင်း၊ ခဏတိုင်း၊ ချက်ချင်း ချက်ချင်းဆိုသလို သတိ သမာဓိ ဝီရိယရှိနေအောင် နေကြ၊ သွားကြ၊ စားကြ၊ သောက်ကြရင်းက စကြပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီနေရာမှာ ပြောချင်တာလေးတစ်ခုရှိပါတယ်။ မှာချင်တာလေးပါ။

ဒါန၊ သီလ၊ သမထ ကုသိုလ်တွေဟာ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာ တွေဖြစ်ရလို့၊ ကိုယ်လုပ်ချင်တာတွေ လုပ်ရပြီး အောင်မြင်လို့၊ ကိုယ်မဖြစ်ချင်တာတွေ မဖြစ်ရလို့ မဖြစ်အောင်၊ ပျောက်အောင် လုပ်နိုင်လို့ ဆိုပြီး ပျော်ကြ၊ ချမ်းသာကြတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်မျိုးပါ။

ဝိပဿနာကုသိုလ်က ကိုယ်လုပ်ချင်တာ လုပ်ရလို့၊ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာ ဖြစ်ရလို့၊ ကိုယ်မဖြစ်ချင်တာတွေကို ပျောက်အောင်၊ ပျက်အောင်၊ ချုပ်အောင်လုပ်ရလို့၊ လုပ်နိုင်လို့ရရှိတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်ချမ်းသာမျိုး မဟုတ်ဘူး ဆိုတာကိုတော့ သေသေချာချာ သတိပေးမှာကြားလိုပါတယ်။

မမြဲတဲ့အနိစ္စကို မြဲအောင်၊ မြဲတဲ့အနိစ္စကို မမြဲအောင်၊ ဆင်းရဲတဲ့ဒုက္ခကို ချမ်းသာအောင်၊ ချမ်းသာတဲ့သုခကို ဆင်းရဲအောင်၊ အစိုးမရ, မပိုင်, မဆိုင်, မတတ်နိုင်တဲ့အနတ္တကို အစိုးရအောင်၊ ပိုင်အောင်, ဆိုင်အောင်, တတ်နိုင်အောင်၊ အစိုးတရ ပိုင်ဆိုင် ဆောင်ရွက် နိုင်တာတွေကိုလည်း မပိုင်, မဆိုင်, မတတ်နိုင်, အစိုးမရအောင်

http://www.dhammadownload.com

လုပ်ယူရတာမျိုး တွေဟာ ဝိပဿနာကုသိုလ် စိတ်ချမ်းသာမှုတွေ မဟုတ်ပါဘူး။

ဘယ်ပရမတ်အာရုံကိုမှ ပုံစံသွင်းလို့မရသလို၊ ပေါ်အောင်၊ ပျောက်အောင် ဘယ်နည်းနဲ့မှ လုပ်လို့လည်း မရပါဘူး။

အာရုံရဲ့ ဓမ္မသဘာဝ သဘောလက္ခဏာ တွေကို သေသေချာချာသိနိုင်အောင်၊ သိနိုင်တဲ့ သတိဉာဏ်အားတွေရှိလာအောင် စိတ်ကို ဆုံးမ၊ စိတ်ကို ယဉ်ကျေးစေတဲ့ နည်းဟာ ဝိပဿနာ အလုပ်ရဲ့ အနှစ်ချုပ်ပါပဲ။

ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်တဲ့အခါ စိတ် ယဉ်ကျေးလာတယ်၊ သိနိုင်မှုစွမ်းအားတွေ, ကြိုးစား နိုင်မှု စွမ်းအားတွေ, တည်ကြည်မှု စွမ်းအားတွေ စတဲ့ ကောင်းမြတ်တဲ့ စိတ်စွမ်းအားတွေ တိုးပွား လာပါတယ်။

သိနိုင်မှု ဝိပဿနာ ပညာစွမ်းအားတွေ တိုးလာတာနဲ့အမျှ အပူ, အအေးတွေကို သိတယ်။ အပူ, အအေးရဲ့ ကိုယ်ပိုင် သဘောတွေကို ထွင်းဖောက်ပြီး, ကိုယ်ပိုင် သဘောသာမကဘဲ

http://www.dhammadownload.com

တူညီတဲ့ သဘော တွေအထဲကိုပဲ တွေ့လာပါလိမ့်မယ်။

အပူ, အအေး နှစ်မျိုးရဲ့ သဘောတွေကို ပြောပြလိုက်ရင် အတင်း, အလျော့, အလှုပ်, အငြိမ် စတဲ့ ကိုယ်ကောင်ကြီးနဲ့ ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေ, ရှိနေတာတွေကိုလည်း ပြောပြီးသား ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

အပူနဲ့ အအေးကို ထပ်ပြီး ပြောပြပါဦးမယ်။ ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ စိတ်အလုပ် ဖြစ်ပါတယ်။ သတိဉာဏ်ရှိရပါတယ်။ အပူ, အအေးဆိုတာတွေက အာရုံသဘောတွေပါ။

ဒီအာရုံတွေကို ပူရာက အေးအောင်၊ အေးရာက ပူအောင်၊ အပူပျောက်အောင်၊ အအေးရောက်အောင်၊ အအေးပျောက်အောင်၊ အပူရောက်အောင် ဝိပဿနာ စိတ်မှာရှိတဲ့ သတိဉာဏ်က လုပ်မယူပါဘူး။ ပုံစံမသွင်းပါဘူး။

ပူတာကို ပူမှန်းသိ၊ အေးတာကို အေးမှန်းသိ၊ ဖြစ်နေရပါတယ်။

ကလေးသူငယ်၊ လူရွယ်၊ လူကြီးတွေအားလုံးဟာ ပူတာကို ပူမှန်းသိကြပါတယ်။ အေးတာကို

http://www.dhammadownload.com

အေးမှုန်းလည်း သိကြပါတယ်။ အဲဒီလို သိကြတဲ့ အခါ "ငါ့ကိုယ်, ငါ့ခေါင်း, ငါ့လက်, ငါ့ခြေက ပူတယ်၊ အေးတယ်"လို့ ရောထွေးပြီးသိကြတာပါ။

တကယ့် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သူတွေ အနေနဲ့ ပူတာ၊ အေးတာကို သိပါတယ်။ ကိုယ်, ခေါင်း, လက်, ခြေတွေ ရှိနေမှန်းလည်း သိပါ တယ်။ ကိုယ်ခေါင်းလက်ခြေတွေက သပ်သပ်၊ ပူမှု, အေးမှုက သပ်သပ်အနေနဲ့သာ သိကြပါတယ်။

ဒါဟာ ဝိပဿနာသတိ တော်တော်ကိုပဲ ရှိလာနေတဲ့ သဘောပါ။

တစ်ခုတော့ ရှိတာပေါ့။ ပူမှုနဲ့ အေးမှုက လောကအပြောနဲ့ဆိုရင် ဆန့်ကျင်ဘက်ပါ။ ပူတာက 'ရုပ်'၊ အေးတာက 'ရုပ်' လို့ ပြောကြ၊ ဆိုကြ သတ်မှတ်ကြပါတယ်။ ပူတာက 'ရုပ်' အေးတာက ပူတာရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တော့ ပူတာကို ထောက်ဆရင် 'ရုပ်ရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်' ဆိုတာ ဖြစ်နေပါတယ်။

ပူတာက 'ရုပ် ဆိုရင် အေးတာက 'ရုပ်' မဟုတ်ဘူးပေါ့။ ဒီလိုပါပဲ, အေးတာက 'ရုပ်'ဆိုရင် ပူတာက 'ရုပ်' မဟုတ်တော့ ပြန်ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

သေသေချာချာ အသိဉာဏ်ကို သုံးပြီး စဉ်းစားကြည့်ပါ။

ဒီလိုဆိုရင် ပူတာက 'ရုပ်'၊ အေးတာက 'ရုပ်' လို့ နှစ်မျိုးစလုံး အသုံးပြုလို့၊ ပြောလို့ရတော့ဘူး ဖြစ်သွားမှာပေါ့။

ဒါပေမယ့် ပူတာလည်း 'ရုပ်'ပါ၊ အေးတာလည်း 'ရုပ်'ပါ၊ တင်းတာလည်း 'ရုပ်'ပါ၊ လျော့တာလည်း 'ရုပ်'ပါ၊ လှုပ်တာ, ငြိမ်တာတွေလည်း 'ရုပ်'ပါပဲ၊ နာတာလည်း 'ရုပ်'၊ မနာတာလည်း 'ရုပ်'၊ ကျင်တာလည်း 'ရုပ်'၊ မကျင်တာလည်း 'ရုပ်'တွေပါပဲ။ ကိုယ်နဲ့စပ်ပြီး သိစရာ သတ်မှတ်ချက်တွေပေါ့။

ပူ, အေး၊ တင်း, လျော့၊ လှုပ်, ငြိမ်၊ နာ, မနာ၊ကျင်, မကျင်စတဲ့ ကိုယ်နဲ့စပ်ပြီး ပြောဆိုသိထားတဲ့ ရုပ်ဆိုတာတွေဟာ ပြောဆိုအသုံးပြု၍ ခေါ်ဝေါ်သတ်မှတ်ထားတဲ့ ရုပ်တွေပါ။ ပညတ်ရုပ်တွေပါ။

အပူရုပ်နဲ့ အအေးရုပ်ဟာ အပူ, အအေး ကွာချင်ကွာခြား ပေမယ့် ရုပ်, ရုပ် အချင်းချင်းကတော့ အတူတူပါပဲ။ ရုပ်ဆိုတာ ပါဠိသက်

http://www.dhammadownload.com

မြန်မာစကားပါ။ အဓိပ္ပာယ်က ဖောက်ပြန်တဲ့ သဘော၊ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေး ဆိုသလို အမြဲတမ်း ဖောက်ပြန်တဲ့ သဘောတွေကို 'ရုပ်'လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဖောက်ပြန်တဲ့ သဘောဆိုတာ ပူရာက အေးတာ၊ အေးရာကပူတာ၊ တင်းရာကလျော့တာ၊ လျော့ရာက တင်းတာဆိုတဲ့ သဘောတွေလို့ မထင်လိုက်ပါနဲ့။

ပူရာက အေးတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အေးရာကနေ ပူတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ပူပြီးရင်း ဆက်ပူနေတာ အေးပြီးရင်း ဆက်ကာဆက်ကာ အေးနေတာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဒီရုပ်ဓာတ် သဘောတွေဟာ မပြတ်တမ်း ဖောက်ပြန် ပြောင်းလဲ နေကြပါတယ်။

အဲဒီလို ဖောက်ပြန်တဲ့ သဘောကသာ 'ရုပ်' အစစ်ပါ။

အပူလို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့ ပူမှုလည်း ဖောက်ပြန်ပါတယ်။ အအေးလို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့ အေးမှုလည်း ဖောက်ပြန်နေပါတယ်။ အပူ, အအေးကို သိရုံသာမက ဖောက်ပြန်တဲ့သဘော

http://www.dhammadownload.com

ကိုပါ တွေ့ရင်, မြင်ရင်၊ သေချာသိရင် 'ရုပ်ပရမတ်' အစစ်ကို တွေ့တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

နာမ်သဘောတွေဟာ ရုပ်သဘောတွေထက် သိမ်မွေ့တော့ ပြောရတာ နားလည်ဖို့ ခက်နိုင်ပါတယ်။

ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်တာနဲ့ ပတ်သက်လို့ 'လိုချင်လည်း သိ'၊ 'မလိုချင်တာလည်း သိ'၊ ရှုစိတ်အနေနဲ့က သိနေ, သေချာသိနေရမှာပါ။

'လိုချင်တာကိုလည်း သိ၊ မလိုချင်တာကိုလည်း သိ' ဆိုတာ မျိုးဟာ ကလေး, လူငယ်, လူရွယ်, လူကြီးတွေ သိကြတာချည်း ပါပဲ။

ဒါပေမယ့် အများသိမှာ 'ငါက ဒါကို လိုချင်တယ်'၊ 'ငါက ဟိုဟာကို မလိုချင်ဘူး' ဆိုတဲ့ ငါတို့ ဟိုဟာကို ဒါကို ဆိုတာတွေ ရောယှက်နေပြီး လိုချင်မှု၊ မလိုချင်မှုသဘောသပ်သပ်အထိ မတွေ့ မမြင်နိုင်ကြပါဘူး။

ဝိပဿနာအလုပ် စပြီး အားထုတ်တဲ့သူက ငါက သပ်သပ်၊ ဟိုဟာ, ဒီဟာက သပ်သပ်၊ လိုချင်မှု, မလိုချင်မှုက သပ်သပ်ဆိုတဲ့ သူ့အပိုင်းနဲ့ သူ မြင်နိုင်, တွေ့နိုင်တဲ့အခြေခံက စရပါလိမ့်မယ်။

http://www.dhammadownload.com

'ငါ'၊ 'ဟိုဟာ, ဒီဟာ' တွေကို သိပါလျက် လိုချင်မှု၊ မလိုချင်မှုတွေကို ပိုပြီး သေသေချာချာ သဘော သိနေပါတယ်။

လိုချင်မှုဟာ နာမ်တရား၊ မလိုချင်မှုကလည်း နာမ်တရားပါပဲ။

လိုချင်မှုနဲ့ မလိုချင်မှုက ဆန့်ကျင်ဘက် သဘောရှိပါတယ်။ မတူညီတဲ့ သဘောလည်း ရှိကြပါတယ်။

နာမ်သဘောကတော့ အတူတူချည်းပါပဲ။ လိုချင်မှုကလည်း နာမ်သဘောကို သတ်မှတ်တဲ့ အချက်၊ မလိုချင်မှုကလည်း နာမ်သဘောကို သတ်မှတ်တဲ့ အချက်ပါပဲ။

အဲဒီလိုပါပဲ။ စိတ်ဆိုးမှု, စိတ်မဆိုးမှု၊ ပျံ့လွင့်မှု, မပျံ့လွင့်မှု၊ နားလည်မှု, နားမလည်မှု စတဲ့ စိတ်စေတသိက်တွေရဲ့ သဘောတွေဟာ နာမ်သဘော တွေပါပဲ။ နာမ်တစ်မျိုးစီ၊ တစ်မျိုးစီရဲ့ သဘော တွေပါပဲ။

နာမ်တစ်မျိုးစီရဲ့ သဘောချင်း မတူညီကြ ပေမယ့် နာမ်အချင်းချင်းမှာတော့ တူညီကြတဲ့ သဘောဆိုတာ ရှိပါသေးတယ်။ အာရုံကို

http://www.dhammadownload.com

ညွှတ်တတ်၊ သိတတ်တဲ့ သဘောပါ။ နားလည်လွယ်အောင် ပြောရရင် အာရုံစိတ်နဲ့ဆုံ၊ အာရုံကို စိတ်ရောက်တဲ့ သဘောပါ။

နာမ်တစ်မျိုးစီ၊ တစ်မျိုးစီရဲ့ ကိုယ်ပိုင်သဘောကိုတွေ့ရင် ဉာဏ်ပေါ်နေပါပြီ။

နာမ်ဓမ္မအချင်းချင်းရဲ့ တူညီတဲ့သဘောကို တွေ့ရင်လည်း ဉာဏ်ပေါ်နေပါပြီ။

ဘယ်ရုပ်ကိုပဲတွေ့တွေ့ ဖောက်ပြန်တဲ့သဘောကိုသာ တွေ့ပြီဆိုရင် ရုပ်အချင်းချင်း တူညီကြတဲ့ သဘောကို မြင်နိုင်တဲ့သတိ ဉာဏ်ရှိလာပါပြီ။

ရုပ်တွေရဲ့ ကိုယ်ပိုင်သဘောနဲ့ တူညီကြတဲ့ သဘောကို ခွဲခြားပြီး မြင်သိလာပါပြီ။

အဲဒီလိုပါပဲ။ နာမ်တွေရဲ့ ကိုယ်ပိုင်သဘောနဲ့ တူညီကြတဲ့ သဘောတွေကိုလည်း ခွဲခြားပြီးသိမြင်နိုင်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

နာမ်ဆိုတာ စိတ်နဲ့စပ်နေတဲ့ သဘောတွေပါ။ သိတယ်, မှတ်တယ်, ခံစားတယ်, တွေးတောတယ်, စဉ်းစားတယ်, လိုချင်တယ်, မကြိုက်ဘူး, မသိဘူး, ဘာထင်လဲ, စတဲ့ စိတ်နဲ့ဆိုင်တဲ့ သဘောတွေဟာ 'နာမ်' တရားတွေပါ။

http://www.dhammadownload.com

နာမ်ဓမ္မတွေရဲ့ ကိုယ်ပိုင်သဘော, တူညီတဲ့ သဘောတွေကို ခွဲခွဲခြားခြား သိမြင်နားလည် သဘောပေါက်ရင် ဝိပဿနာဉာဏ် အစစ် ပေါ်တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီလို နက်နဲတဲ့သဘော အဓိပ္ပာယ်အထိ ပေါက်ရောက် သိမြင်နိုင်တာကို သဘောပေါက် တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

နောက်ထပ် သဘောပေါက်စရာ တစ်မျိုး ထပ်ပြောပါဦးမယ်။

ရုပ်အချင်းချင်း တူညီတဲ့သဘောက ဖောက် ပြန်မှု၊ နာမ်အချင်းချင်း တူညီတဲ့ သဘောက အာရုံကို ညွတ်မှု, ရောက်မှုလို့ ပြောခဲ့ပြီးပါပြီ။ ရုပ်နဲ့နာမ်ဟာ အခုအဆင့်အထိ မတူညီကြတဲ့ သဘောတွေကို တွေ့မြင်နေရပါသေးတယ်။

ရုပ်ဆိုတာကလည်း သူ့အကြောင်း သူရှိလို့ အကြောင်း ညီညွတ်လို့ဖြစ်လာတဲ့ ဓမ္မသဘော သက်သက်ပါပဲ။ ဒီလိုပါပဲ။ နာမ်ဆိုတာကလည်း သူ့အကြောင်းသူရှိလို့ အကြောင်းညီညွတ်လို့ ဖြစ်လာတဲ့ ဓမ္မသဘောသက်သက်ပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

သေသေချာချာ တစ်ခေါက်လောက် ပြန်ပြီး နှလုံးသွင်းလိုက်ပါဦး။

ရုပ်ဓမ္မ, နာမ်ဓမ္မတွေဟာ အကြောင်းဆုံလို့ ဖြစ်လာသလို အကြောင်းကုန်တော့လည်း ပျက်စီးသွားကြတာပါပဲ။

ဒီရုပ်နာမ် ပရမတ်တွေဟာ အကြောင်းသင်္ခါရကြောင့် ဖြစ်လာကြတဲ့ အကျိုးသင်္ခါရ တရားတွေပါပဲ။

ပြုပြင်ပေးလို့ ဖြစ်လာကြပြီး ပြုပြင်တဲ့သတ္တိအစွမ်း ကုန်တာနဲ့ ပျက်စီးသွားရတဲ့ သင်္ခါရတွေပါပဲ။

သတ္တိအစွမ်းကလည်း ခုဖြစ်၊ ခုပျက်ဆိုသလို အတိုင်းအတာ အချိန်အကြာကို မသတ်မှတ်နိုင်လောက်အောင် မြန်လွန်းစွာ ပျက်သွားကြတာပါပဲ။

ဒါက ပြုပြင်ခံရတဲ့ ဓမ္မတိုင်းရဲ့ သဘောအစစ်ပါ။ ရုပ်လည်း ပြုပြင်ခံရလို့ ဒီသဘောရှိတာအမှန်ပါ။ နာမ်လည်း ပြုပြင်ခံရလို့ ဒီသဘောရှိတာအမှန်ပါ။

ဒီပြုပြင်ခံရတဲ့ သဘောတွေရဲ့ ဖြစ်လာမှုပျက်စီးသွားမှုဆိုတဲ့ သဘောတွေကို သဘောပေါက်

http://www.dhammadownload.com

သိမြင်ရင် အသိဉာဏ်အစစ် ပေါ်လာပါပြီ။ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် ဖြစ်နေပါပြီ။

ရုပ်တစ်မျိုးစီရဲ့ ကိုယ်ပိုင်သဘော၊ ရုပ်အချင်းချင်းရဲ့ တူညီတဲ့ သဘော၊ ရုပ်တိုင်းရဲ့ အပြုအပြင်ခံရတဲ့ ဓမ္မသဘောတွေကို ကွဲကွဲပြားပြား သိရှိနားလည်လာပါတယ်။

နာမ်တစ်မျိုးစီရဲ့ ကိုယ်ပိုင်သဘော၊ နာမ်အချင်းချင်းရဲ့တူညီတဲ့သဘော၊ နာမ်တိုင်း, နာမ်တိုင်းရဲ့ အပြုအပြင်ခံရတဲ့ ဓမ္မ သဘောတွေကိုလည်း ကွဲကွဲပြားပြား သိရှိနားလည်လာပါတယ်။

အဲဒီလို သိရှိနားလည် သဘောပေါက်တာဟာ ဝိပဿနာ ရှုစိတ်ဘက်မှာ သတိ, ဉာဏ်, ဝီရိယ, သမာဓိစစ်စစ်တွေ ရှိနေ လို့ပါပဲ။

ဒါ့ကြောင့် ဝိပဿနာစိတ်အလုပ်မှာ စိတ်ဘက်က သတ္တိကောင်းတွေ ရှိအောင် ကြိုးစားရမှာပါ။

ဒီနေရာမှာ နည်းနည်း အရေးကြီးတာကို အသိပေးချင်ပါ သေးတယ်။

ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ အသီးသီး၊ ကိုယ်ပိုင်သဘော၊ တူညီတဲ့ သဘော၊ အပြုပြင်ခံရတဲ့သဘောတွေ၊

http://www.dhammadownload.com

သဘောအစစ်တွေကို မတွေ့ခင် ပူမှုကို၊ အေးမှုကို မကြိုက်စိတ်၊ ကြိုက်စိတ်ဆိုတာတွေကို ပထမအစ တွေ့ခဲ့တတ်ကြပါတယ်။

'ငါ့ခြေထောက် ပူတယ်' ဆိုတာထက် ငါ,မပါ၊ ခြေထောက်နဲ့ မဆိုင်၊ ပူမှုသဘောသာ သပ်သပ် ဖြစ်နေတာကို သိမြင်လာပါတယ်။

သိမြင်လာတယ် ဆိုတာ ဉာဏ်အစစ်နဲ့ သဘောပေါက် နားလည်တာပါ။

ဉာဏ်အစစ်ရဲ့ သဘောက တွေးဆလို့ သိတာမျိုး၊ တိုက်ရိုက်မြင်လို့သိတာမျိုး၊ အရိပ်ပြ အကောင်မြင်လို့ သိတာမျိုးဆိုတာတွေ ရှိတတ် ပါတယ်။ အရည်အချင်းတော့ ကွာခြားတာပေါ့၊ ဒါပေမယ့် ဉာဏ်ဟာ ဉာဏ်ပါပဲ။

ကြောင်းကျိုး ဆက်စပ်ပြီး တွေးသိတာ၊ နောက်, တွေ့မြင် လိုက်တာ၊ နောက်တစ်ခုက အကျိုးတွေ့ရုံနဲ့ အကြောင်းပါသိတာ၊ မတွေး ရပါဘူး။ အကြောင်းတွေ့ရုံနဲ့ အကျိုးပါသိတာ၊ စဉ်းစားရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကြောင်းကျိုးဖြစ်မှုကို တစ်ပြိုင်နက်တည်း သိတာ၊ သဘောပေါက် နားလည်တဲ့ အသိပါ။

http://www.dhammadownload.com

တတိယမြောက် 'အရိပ်ပြ အကောင်မြင်' အသိဉာဏ်ဟာ ဝိပဿနာ အားထုတ်ရာမှာ အလွန်လိုအပ်ပါတယ်။

အပူကို တွေ့ခိုက် ပူတဲ့အကြောင်း၊ အအေးကို တွေ့ခိုက် အေးတဲ့အကြောင်းရင်းကို သိလာတယ်၊ ဒီအပူ၊ အအေးအကြောင်းတွေကြောင့် ဖြစ်လာမယ့် အကျိုးဆက်တွေကိုလည်း သိလာပါတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ။ မကြိုက်တဲ့ စိတ်ဖြစ်ခိုက် မကြိုက်တာက သပ်သပ်၊ စိတ်က သပ်သပ်၊ ကြိုက်တဲ့စိတ်ဖြစ်ခိုက် ကြိုက်တာက သပ်သပ်၊ စိတ်ကသပ်သပ် သဘောချင်းတူကြတာကို ကွဲကွဲ ပြားပြား သိလာပါတယ်။

စိတ်ရဲ့အကြောင်းအကျိုး၊ ဆက်စပ်နေတာတွေ ကြိုက်မှု၊ မကြိုက်မှုတို့ရဲ့ အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်နေတာတွေကိုလည်း တစ်ပြိုင်နက် တစ်ကန့်စီ၊ တစ်ကန့်စီ သိမြင်လာပါတယ်။

အပေါ်ယံ ရုပ်ရဲ့ ပူမှု အေးမှုကို မြင်ရင်းနဲ့ ကြောင်းကျိုး သိဉာဏ်၊ အပေါ်ယံနာမ်ရဲ့ မကြိုက်, အကြိုက်ကို မြင်ရင်းနဲ့ ကြောင်းကျိုး သိဉာဏ်

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်လာတတ်တာကို အခြေခံအစ, ဉာဏ်တစ်မျိုး အနေနဲ့ သိထားစေချင်ပါတယ်။

ဒါဟာ 'အရိပ်ပြ၊ အကောင်မြင်'တဲ့ ဉာဏ်ပါပဲ။ အစပေါ့။

ဆက်ပြောပါဦးမယ်။

ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်သဘောတွေကို မြင်တဲ့ အခိုက်မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ရုပ်အချင်းချင်း၊ နာမ်အချင်း ချင်းတို့ရဲ့ တူညီကြတဲ့ သဘောကို မြင်တဲ့ အခိုက်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ရုပ်ပရမတ်၊ နာမ်ပရတ်တို့ရဲ့ အပြုအပြင်ခံနေရတဲ့ သဘောတွေကို မြင်တဲ့ အခိုက်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဉာဏ်ဆိုတာ ဖြစ်နေပါတယ်။ ဉာဏ်အစစ်က ရှိနေပါတယ်။

ဉာဏ်ရှိလို့လည်း၊ ဉာဏ်ဖြစ်လို့လည်း ဒီလို သိနိုင်၊ မြင်နိုင်တာပါ။

ဉာဏ်ဆိုတာ တစ်ချက်ခုတ် တစ်ချက်ပြတ် အလုပ်ကလေး လောက်ကိုသာ လုပ်တာမဟုတ် ပါဘူး။ တစ်ချက်ခုတ် နှစ်ချက်ပြတ်၊ တစ်ချက်ခုတ် လေးချက်ပြတ်၊ တစ်ချက်ခုတ်တစ်ဆယ့်ခြောက်ချက် ပြတ်ဆိုတဲ့ အလုပ်မျိုးတွေကိုလုပ်နိုင်စွမ်းရှိပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

တစ်ချက်ခုတ် နှစ်ချက်ပြတ် အလုပ်ကို သိအောင် ပြောရရင် တွေးတော စဉ်းစားတာတွေ မပါဘဲ တိုက်ရိုက် မြင်သိတဲ့အခိုက် 'အရိပ်ပြ အကောင်မြင်' ဉာဏ်က တစ်ပြိုင်နက် အလုပ် လုပ်သွား နိုင်တာကို ပြောချင်ပါတယ်။

ဆိုပါစို့။ ရုပ်လည်း စင်စစ်မမြဲ၊ နာမ်လည်း စင်စစ်မမြဲ၊ ဒီအရုပ်ရဲ့ အကြောင်းတွေလည်း မမြဲ၊ ဒီနာမ်ရဲ့ အကြောင်းတွေလည်း မမြဲ တွေ့မြင်နိုင်ပါ တယ်။ ရုပ်နာမ်တွေကို တွေ့တာနဲ့ ရုပ်အကြောင်း, နာမ်အကြောင်းတွေကို တွေ့တာဟာ တွေ့ပုံချင်း မတူကြပါဘူး။ ဒါပေမယ့် တွေ့တာက သဘော ပေါက်တာကတော့ တစ်ပြိုင်နက်တည်းပါပဲ။

ဒီလိုပါပဲ။ အကျိုးဆက်တွေ အားလုံးလည်း စင်စစ်မမြဲတဲ့ သဘောတွေ ရှိတယ်ဆိုတာကို သိမြင်လိုက်ပါတယ်။ စဉ်းစားသိ၊ တွေးသိ မဟုတ် ပါဘူး။

ဝိပဿနာအစစ်၊ ဉာဏ်အစစ်ဖြစ်မှသာ ဒီလို သိမြင်နိုင်ပါတယ်။

အာရုံရုပ်လည်း ဒီသဘောပဲရှိ၊ အာရုံနာမ် လည်း ဒီသဘောပဲ ရှိတာပါပဲ။ အရှုခံ အာရုံ

http://www.dhammadownload.com

မှန်သမျှဟာ သင်္ခါရပြုပြင်မှု၊ ပြုပြင်ခံရမှု၊ နယ်ပယ်ထဲက မလွတ်သေးသမျှ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ အလိုတကျ မဖြစ်၊ သူဖြစ်ချင်သလိုသာ ဖြစ်နေကြတာတွေချည်းပါပဲ။

အာရုံလည်း သင်္ခါရ ပြုပြင်ခံရတဲ့သဘော၊ ဝိပဿနာဉာဏ်, ဝီရိယ သတိ သမာဓိရှိနေတဲ့ ရှုစိတ်ကလည်း ပြုပြင်တတ်၊ ပြုပြင်ခံရတဲ့ သင်္ခါရ သဘောတွေပါပဲ။ အရှုခံသင်္ခါရ, ရှုစိတ်သင်္ခါရ ဆိုတာကိုပါ မြင်တွေ့လာပါတယ်။ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ အလိုတကျ မဖြစ်၊ သူဖြစ်သလို ဖြစ်နေကြတာတွေကို မြင်လာပါတယ်။

ရှုစိတ်သင်္ခါရကို မြင်တယ်ဆိုတာ ရှုစိတ်ဖြစ်ခိုက် တိုက်ရိုက် ရှုဉာဏ်က ရှုစိတ်ကို ပြန်ပြီး မြင်ရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ 'အရိပ်ပြအကောင်မြင်'တဲ့ ဉာဏ်နဲ့ သိမြင်တာပါ။

တွေးတော စဉ်းစားယူရတာ မဟုတ်တော့ အမှန်အတိုင်း သိတဲ့ဉာဏ်က ပေါ်လာတဲ့ သဘောပါ။ ဧကန်မုချ သိမြင်တာပါ။

သစ်တုံးတိုပေါ်မှာ လူတစ်ယောက် ထိုင်နေပါတယ်။ သစ်တုံးလှုပ်ရင် လူလဲလှုပ်တာပါပဲ၊ လူက

http://www.dhammadownload.com

ကြောက်လို့ ငြိမ်ကုပ်ထားတယ်ဆိုဦးတော့ ဒါမှ မဟုတ် လက်ခြေ ကို့ရို့ကားယား လှုပ်ရမ်းနေတယ် ဆိုဦးတော့ လူလှုပ်၊ လူငြိမ်တာကသပ်သပ်၊ သစ်တုံး လှုပ်လို့ လှုပ်ရတဲ့သဘောက သပ်သပ်ပါပဲ။

သစ်တုံးဖြစ်တဲ့ အာရုံသင်္ခါရတွေ လှုပ်နေတာကိုတွေ့ပြီး အရှုစိတ် သစ်တုံးပေါ် ထိုင်နေတဲ့ လူလှုပ်တာကို သဘောပေါက်ရသလို အာရုံသင်္ခါရလည်း စင်စစ်မမြဲ၊ ရှုစိတ်သင်္ခါရလည်း စင်စစ်မမြဲပါပဲ။

ရှုစိတ်ကအေးချမ်းနေတာ၊ ချမ်းသာနေတာ၊ ဒါမှမဟုတ် မရှုမိခိုက် စိတ်ကပူလောင်နေတာ၊ မငြိမ်းချမ်းနေတာ ဆိုတာတွေက သပ်သပ်ပါ။ အာရုံလှုပ်လို့ စိတ်လှုပ်၊ အာရုံမမြဲလို့ စိတ်မမြဲတဲ့ သဘောက သပ်သပ်ပါ။

“အာရုံတိုင်း အာရုံတိုင်းကို ဖြစ်ပျက်တွေ ငါတို့တွေ့တယ်။ ငါတို့ရဲ့ ဝိပဿနာရှုစိတ်ကတော့ အေးချမ်းလိုက်တာ၊ ကြည်လင်လိုက်တာ၊ ကောင်းလိုက်တာ၊ ဒီဉာဏ် ဒီစိတ်ရှိနေလို့သာ အာရုံမှန်သမျှတွေ ဖြစ်ပျက်နေကြတာကို တွေ့ရတယ်” ဆိုတဲ့ အဖြစ်မျိုးတွေ ကြုံဖူးကြ၊ တွေ့ဖူးကြမှာပါ။

http://www.dhammadownload.com

အာရုံကို ဖြစ်ပျက်တွေ့တယ်၊ ရှုစိတ်ကိုတော့ မြဲနေတယ် ထင်တယ်၊ ဒီသဘောမျိုးတွေဟာ, ဝိပဿနာအလုပ်ကြိုးစားပြီး အားထုတ်လာသူတိုင်း ဖြစ်တတ်တဲ့ သဘောမျိုးတွေပါ။

အဲဒီလိုဖြစ်တဲ့အခိုက် ဒီဖြစ်ပျက်ဆိုတဲ့ အာရုံကိုလည်း တွေ့ရတာ သဘောကျတတ်ပါတယ်။

ကိုယ့်ရဲ့ ရှုစိတ်အေးချမ်းတာကိုလည်း နှစ်သက်နေတတ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုဆိုရင် အာရုံက ပရမတ် သင်္ခါရ အစစ်ဖြစ်, မဖြစ်၊ ရှုတဲ့စိတ်ဖက်မှာ ကိလေသာကင်းတဲ့ ဉာဏ်အစစ် ဟုတ်, မဟုတ် သဘောပေါက်သင့်ပါတယ်။

ဉာဏ်အစစ်ရှိတဲ့ ရှုစိတ်ဖြစ်မှလည်း ပရမတ်အစစ်အာရုံကို တွေ့နိုင်သလို၊ ပရမတ်အစစ်အာရုံကို တွေ့တယ် ဆိုတာလည်း ဉာဏ်အစစ်ကသာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။

အာရုံအစစ်၊ ရှုဉာဏ်အစစ်ပေါ်ရင် အာရုံကိုလည်း မြဲတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ ဟုတ်လှပြီလို့ မစွဲတော့ပါဘူး၊ ရှုစိတ်ကိုလည်းမြဲတယ်၊ ကောင်းလှတယ်၊ ဟုတ်လှပြီလို့ မစွဲတော့ပါဘူး။

http://www.dhammadownload.com

"ဘာမှမဟုတ်၊ သူ့အလုပ် သူလုပ်နေကြတဲ့ သဘော"ကို "တိုက်ရိုက်လည်းမြင်၊ အရိပ်ပြ အကောင်လည်းမြင်"ဆိုတော့ ဘယ်သခါရကိုမျှ မစွဲတော့ပါဘူး။ မြင်လျက် သိလျက် မစွဲတာပါ။ မြင်လျက် သိလျက် လျစ်လျူပြုနိုင်တာပါ။

မမြင် မသိတဲ့ မလိုချင်တဲ့ ပျင်းရိတဲ့ လျစ်လျူပြုမှုမျိုး မဟုတ်ပါဘူး။

သိမြင်လျက် လျစ်လျူပြုနိုင်မှုပါ။ ဒီသိမြင်လျက် လျစ်လျူပြုနိုင်မှုမှာ သိမြင်နေမှုသတ္တိက သပ်သပ်၊ လျစ်လျူပြုနိုင်မှု သတ္တိကသပ်သပ်ပါ။ သူတို့လည်း သူတို့အလုပ် သူတို့လုပ်နေကြပါတယ်။ ဒီ သိမှု၊ မြင်မှု၊ လျစ်လျူပြုနိုင်မှုသတ္တိတွေကပဲ အားအဆင့်ဆင့် ကူးစက်ပြီး အလုပ်လုပ်ကြပါသေးတယ်။

အကြောင်းဖက်ကို ကြည့်ပြန်တော့ ဘာလို့ လျစ်လျူရှုတာလဲ ငြိမ်းငွေ့လို့ ဘာလို့ ငြိမ်းငွေ့တာလဲ၊ မစွဲလန်းလို့၊ ဘာလို့ မစွဲလန်းတာလဲ အသုံးမကျဘဲ တရစပ် ဖြစ်ပျက်နေကြတာတွေ ချည်း ဖြစ်လို့။

အဲဒီလိုပဲ, အကြောင်းသတ္တိတွေ ဆက်ကာ ဆက်ကာ ကျေးဇူးပြုနေကြတာတွေကို တွေ့နိုင်ပါ

http://www.dhammadownload.com

တယ်။ အကျိုးသတ္တိတွေကို အကြောင်းသတ္တိတွေက ဆက်ကာဆက်ကာ ကျေးဇူးပြုနေတာပါ။

အာရုံကိုမကြိုက်၊ အာရုံကို လျစ်လျူပြုတာ မစွဲလန်းတာ ငြီးငွေ့တာမျိုး မဟုတ်ပါဘူး၊ အာရုံရဲ့ သဘောကိုသာ မကြိုက်, မစွဲလန်း, ငြီးငွေ့တာပါ။

အာရုံရဲ့သဘောကို ဉာဏ်ကသိတယ်။

အာရုံကို စိတ်က သိတယ်၊ သညာက မှတ်သိသိတယ်၊ စိတ်သိ မှတ်သိအနေနဲ့ အာရုံကို လျစ်လျူရှု၊ မစွဲလန်း၊ မကြိုက် ငြီးငွေ့တယ်ဆိုတာမျိုးက ကိလေသာတွေ ဝင်နေလို့ပါပဲ။

အခုဆက်ပြောပါဦးမယ်။ အာရုံရဲ့ သဘောတွေက လျစ်လျူရှုစရာကောင်းတယ်လို့ ဉာဏ်က သိလို့ လျစ်လျူရှုတာပါ။ အာရုံကိုတော့ တွေ့နေမြင်နေပါတယ်။ တကယ်လို့များ လျစ်လျူစရာ မဟုတ်တဲ့ ငြီးငွေ့စရာဟုတ်တဲ့ သဘောတွေရှိတဲ့ အာရုံကောင်း တစ်မျိုးများပေါ်လာရင်-

စိတ်ရှိနေရင် အာရုံကို သိမှာပါပဲ။ ဉာဏ်ကလည်း အာရုံရဲ့သဘောကို အမှန်အတိုင်း သိမြင်မှာပါပဲ။

http://www.dhammadownload.com

အမှန်အတိုင်း သိမြင်နားလည်တဲ့ ဉာဏ် သတ္တိတွေက ဆက်ကာဆက်ကာ ဉာဏ်ရှိတဲ့စိတ် ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း အာရုံရဲ့ သဘောအမှန်ကို သိမှာပါပဲ။

နှစ်သက်စရာ မြတ်နိုးစရာ အားကိုးစရာ၊ ငြီးငွေ့စရာ မဟုတ်တဲ့ လျစ်လျူရှုဖို့မကောင်းဘဲ ငြိမ်းအေးချမ်းသာတဲ့ အာရုံမျိုး၊ တွေ့ဖူး၊ ကြုံဖူး၊ မြင်ဖူး၊ ခံစားဖူးတဲ့ လောကအာရုံတွေနဲ့ သဘော ချင်း ဆန့်ကျင်တဲ့ အာရုံမျိုးပေါ်လာခဲ့ရင် ရှုစိတ်မှာ ပါတဲ့ ဉာဏ်ကတော့ အမှန်အတိုင်း သိမြင်ပြီး အမှန်အတိုင်း သိမြင်တဲ့အလုပ်ပဲ၊ သူက လုပ်နေ မှာပါပဲ။

အရင်ကတည်းက အမှန်အတိုင်း သိတဲ့ ဉာဏ်က အမှန် အတိုင်းပဲသိပါတယ်။ အခုလည်း အမှန်အတိုင်းပဲ သိပါတယ်။ နောင်လည်းပဲ အမှန် အတိုင်း သိနေဦးမှာပါပဲ။

လူမကြိုက် သူမကြိုက် အဆင်မပြေတဲ့အာရုံ မကောင်းတဲ့ အနိဋ္ဌာရုံကို မကြိုက်၊ မစွဲ၊ ငြီးငွေ့ တာက ကိလေသာ စွက်တတ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ပုဂ္ဂိုလ်, သတ္တဝါ, အရောင်အဆင်း, အရွယ်အစား, ပုံသဏ္ဌာန်, နေရာဒေသ စတဲ့ သတ်မှတ်ချက် အာရုံတွေကို မကြိုက်ရင် ဒေါသကိလေသာ ဖြစ်နေတာပါ။

ပုဂ္ဂိုလ်, သတ္တဝါ စတဲ့ သတ်မှတ်ချက်တွေကို ထွင်းဖောက်ပြီး သင်္ခါရသဘောသက်သက်တွေကို တွေ့မြင်နိုင်တာက ဉာဏ်ပါ။

လူမသိ သူမသိ၊ ဉာဏ်ကသာ သိမြင်နိုင်တဲ့ သင်္ခါရတို့ရဲ့ ဒုက္ခအစစ်မျိုးကို တွေ့မှသာ ဉာဏ်အစစ် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

အဲဒီလို ဉာဏ်အစစ်တွေပေါ်ဖို့ ဉာဏ်အစစ်တွေကို ပေါ်စေနိုင်တဲ့သတိရှိဖို့ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်ကြရတာပါ။

ဒီဉာဏ်အစစ်ကသာ လောကီအာရုံကိုတွေ့၊ ဒီအာရုံတွေရဲ့ သဘောကို သိမြင်၊ ဒီလောက်အာရုံရဲ့ သဘောကို ငြီးငွေ့၊ မစွဲ၊ လျစ်လျူရှုနေပါတယ်။ အဲဒီကတစ်ဆင့် ရင့်သန်လာတဲ့ ဉာဏ်ကပဲ လောကီအာရုံ၊ လောကီအာရုံသဘောတွေကို လွန်မြောက်ကောင်းမြတ်တဲ့အာရုံ၊ အာရုံရဲ့ သဘောတွေကို သိမြင်လာတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီလို ဉာဏ်တွေ တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် ရင့်သန် အားကောင်းလာအောင် ဝိပဿနာ ဉာဏ်က စရပါတယ်။

ဝိပဿနာ ဉာဏ်ရရှိအောင် ဝိပဿနာ သတိရှိမှုက စရပါတယ်။ ဝိပဿနာသတိရှိနေရင် ဝိပဿနာ သမာဓိ၊ ဝိပဿနာ ဝီရိယတွေ ရှိနေပါပြီ။

ဝိပဿနာ သမာဓိက အာရုံတစ်ခုထဲကို စူးစိုက်တဲ့ ဧကဂ္ဂတာသမာဓိမျိုးမဟုတ်ဘဲ အာရုံနဲ့ ဆုံတိုင်း အမှန်အတိုင်း သိမြင်နိုင်အောင် စိတ်တည်၊ စိတ်ကြည်တဲ့ ခဏတိုင်းသမာဓိ၊ ချက်ချင်းသမာဓိ၊ ယထာဘူတ ပဇာနန ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ သမာဓိ ဖြစ်စေရမှာပါ။

ဝီရိယကလည်း ကိုယ်ဝီရိယထက် စိတ် ဝီရိယ အားကောင်းအောင်၊ အာရုံကိုငြိမ်အောင်၊ ပုံဖော်ချင်သလို ဖော်တဲ့ ဝီရိယထက် စိတ်မှာ ကိလေသာအဝင်မခံတဲ့ အာတာပီ၊ သမ္မပ္ပဓာန် လုံ့လဝီရိယ ရှိစေရမှာပါ။

အဲဒီလိုသမာဓိမျိုး၊ ဝီရိယမျိုးပါတဲ့ သတိရှိဖို့ အရေးကြီးပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဒါမှ ဝိပဿနာသတိရှိပြီး ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာမှာပါ။

ယခု ရေးခဲ့ပြောခဲ့တာတွေကို စာတစ်ကြောင်းချင်း၊ စာတစ်ပုဒ်ချင်း၊ စာတစ်မျက်နှာချင်းကို စိတ်အေးကြည်သာစွာ သတိဉာဏ်ပါပါဖြင့် ဖတ်ရှုနိုင်၊ နားလည်သဘောပေါက်နိုင်ကြပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ်တွေ ရရှိနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သေချာစွာ ဖတ်ရှုနိုင်၊ သဘောပေါက်နားလည်နိုင်သဖြင့် နေ့တတ် ထိုင်တတ်လို့ ဝိပဿနာ သတိဉာဏ်တွေ တိုးပွားပြီး စိတ်အေးချမ်းသာစွာ အမှန်ကို သိမြင်နိုင်ကြပါစေ။

အချိန်မရွေး၊ အလုပ်မရွေး၊ နေရာမရွေး၊ အမူအရာမရွေး ဝိပဿနာသတိရှိရှိဖြင့် အသိဉာဏ်တွဲပြီး နေတတ်တဲ့ ဗုဒ္ဓအလိုကျ သူတော်ကောင်းတွေ ဖြစ်ကြပါစေ. . . ။

ဓမ္မတ အရှင်ဆေကိန္ဒ
ဓမ္မဒူတတောရ
တောင်စွန်း၊ ဘီးလင်းမြို့နယ်၊
မွန်ပြည်နယ်။

http://www.dhammadownload.com

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၄၄ ခု၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၆၂ ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့်ကျော် (၂) ရက် (၁၉-၅-၂၀၀၀ပြည့်နှစ်)၊ သောကြာနေ့ နံနက် ၉ နာရီ ၁၂ မိနစ်အချိန်တွင် ရန်ကုန်မြို့၊ မေ့ပါလကုန်းမြေ၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြု တက္ကသိုလ်ကြီး၏ သံဃာ ကျောင်းသားဆောင်၊ အမှတ် (၁)၊ အဆောင်မှူးအခန်း၌ ဤကျမ်းစာကို ရေးသားပြုစု ပြီးစီးအောင်မြင်ခဲ့ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာအလုပ်အနှစ်ချုပ်

ကျမ်းစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရသော
ရဟန်း ရှင်လူ မည်သူမဆို ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့သည်
အမှားပါလျှင် အမှန်ပြင်၍
သတိဉာဏ်ယှဉ်ကာ ဖတ်ရှုတော်မူကြပြီး
လိုအပ်မှုများ၊ မပြည့်စုံမှုများကို တွေ့ရှိခဲ့လျှင်
ဝေဖန် ညွှန်ပြ၊ အသိပေးတော်မူနိုင်ကြပါသည်။
ညွှန်ပြမှုကို ဦးထိပ်ပန်ဆင်လျက်။

ဓမ္မဒူတ-အရှင်ဆေကိန္ဒ **(ဓမ္မဒူတ-မောင်စစ်ကိုင်း)**
အခန်း-၁၉
(ဆရာ)- သံဃာတော်အဆောင်
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒ
ဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်
ဓမ္မပါလကုန်းမြေ၊ ရန်ကုန်မြို့။
☎ ၇၀၁၇၇၈

ဓမ္မဒူတတောရ
တောင်စွန်း။
ဘီးလင်းမြို့နယ်၊
မွန်ပြည်နယ်။
☎ ၀၀၁