

နည်းပုံ

နာမ်တို့

ဒုတိယ

ဝဉ္ဇာတိ

സ്കൂൾ

အသံ

အတိတ်

သစ်

... ..

ပုံစံစံနှုန်းစာရင်း

၂။ ငွေ ပြန်ပြင်ရင်

4. **ਉਲਟ**

ကျေးဇူးတော်ရှင်
ဓမ္မဒူတ ဆရာတော်ကြီး၏
တပည့်

ဓမ္မဒူတ အရှင်ဆေကိန္ဒ

သာသနာဓဇ ဓမ္မာစရိယ

သဒ္ဓမ္မနေပုည ဓမ္မာစရိယ

သာသနဇောတိဝါလ ဓမ္မာစရိယ

A.G.T.I (CIVIL)

ပြေကြားသည့်

ဝိပဿနာ

တရားသင်တန်းအမေးအဖြေများ
အမှတ်စဉ် (၂)

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း

အမေးအဖြေများ

အမှတ်စဉ်(၂)

ကျေးဇူးတော်ရှင်

ဓမ္မဒူတာဆရာတော်ကြီး

(အဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဇေ)

(အဂ္ဂမဟာဓမ္မကထိက)

(ပိဋကတ္ထယပါရဂူ) (ဝိသိဋ္ဌဒီဃဘာဏက)

(သာသနဇေ သီရိပဝရ ဓမ္မာစရိယ)

၏ တပည့်

ဓမ္မဒူတာ အရှင်ဆေကိန္ဒ

(သာသနဇေ ဓမ္မာစရိယ)

(သဒ္ဓမ္မနေပုည ဓမ္မာစရိယ)

(သာသနဇောတိပါလ ဓမ္မာစရိယ)

A.G.T.I (Civil)

ဖြေကြားသည်။

ဖြစ်တတ်ကြပါသည်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် ဓမ္မဒူတ ဆရာတော်ကြီး၏ ဆန္ဒအရ စာပေရေးသားမှု ပြုခဲ့ပါသည်။

ဝိပဿနာ တရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ အမှတ် စဉ်(၁)ကိုလည်း ဖြေဆိုရေးသားခဲ့ပါသည်။ ထိုစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရသူ ရဟန်း၊ သာမဏေ၊ သီလရှင်၊ ယောဂီ လူပုဂ္ဂိုလ် တို့က အမှတ်စဉ်(၂)ကို မျှော်လင့်နေကြပါသည်။

ရေးသားပါရန် စာဖြင့်လည်းကောင်း၊ တယ်လီဖုန်း ဖြင့်လည်းကောင်း၊ တွေ့ဆုံ၍လည်းကောင်း၊ တစ်ဆင့် အားဖြင့်လည်းကောင်း တိုက်တွန်းခဲ့ကြပါသည်။

မိမိလည်း လျင်လျင်မြန်မြန် ရေးသားခဲ့ပါသည်။ သို့သော် စကားလုံးသုံးနှုန်းမှုကအစ ပြန်လည် ဆန်းစစ်မှု ပြုနေသည်ကတစ်ကြောင်း၊ “သေတတ်၊ နေတတ်၊ တရား အားထုတ်တတ်ဖို့ လူတိုင်းသိစေချင်ပါသည်”၊ “သတိရှိဖို့ သတိထားကြစို့”၊ “အသိပေး စကားစုများ”၊ “ဝိပဿနာ အလုပ် အနှစ်ချုပ်” စသော စာမူများကို ရေးသားနေသည်

က တစ်ကြောင်း စသော အကြောင်းကြောင်းတို့ကြောင့်
အမှတ်စဉ်(၂)စာအုပ်သည် အချိန်နောက်ကျခဲ့ပါသည်။

ဖြစ်တတ်ကြပါသည်။

ဤသို့ သဘောမှာ စာရေးသူတိုင်း ဖြစ်တတ်သည့်
သဘောဖြစ်ပါသည်။

ဤအမှတ်စဉ်(၂) နောက်ကျခဲ့သော်လည်း အခြား
သော စာအုပ်များ ထွက်ရှိခဲ့သဖြင့် ပရိသတ်များ နှစ်သိမ့်
နိုင်ကြမည်ဟု မျှော်လင့်မိပါသည်။

“စာရေး၊ စာချ၊ တရားဟော၊ တရားပြ” ဟူသော
ဓမ္မဒူတလုပ်ငန်းကြီးများကို မြတ်နိုးတော်မူသည့် ကျေးဇူး
တော်ရှင် ဓမ္မဒူတ ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဤကဲ့သို့
သော စာပေးရေးသားမှုအလုပ် ဆောင်ရွက်နေသည်တို့ကို
မြတ်နိုးနှစ်သက်နေပါလိမ့်မည်။ ဆရာတော်ကြီးဖြစ်စေ
ချင်သည့် ဓမ္မဒူတလုပ်ငန်းကို ထမ်းဆောင်နေသဖြင့်လည်း
ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်နေပါလိမ့်မည်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ကြီး ပေးခဲ့သော အသိ
တရားတို့ဖြင့် ဆရာတော်ကြီးမြတ်နိုးသော ဓမ္မဒူတလုပ်ငန်း
များကို ဆောင်ရွက်နေရခြင်းသည်ပင်လျှင် မိမိ၏
ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာမှုကို အတိုင်းမသိ ဖြစ်စေပါသည်။

ဆရာအလိုကျ ဆောင်ရွက်နိုင်၊ ဆောင်ရွက်ခွင့်ရသော
တပည့်တို့၏ အတိုင်းအဆမရှိ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်မှု

မျိုးသည်လည်း လောကသဘောအားဖြင့် ဖြစ်တတ်ကြ
ပါသည်။

ထို့ကြောင့် တပည့်တိုင်း အတိုင်းအဆမရှိ ဝမ်းမြောက်
ဝမ်းသာ ဖြစ်နိုင်ကြပါစေ။

ဓမ္မဒူတ အရှင်ဆေကိန္ဒ

စာချ၊ ဓမ္မကထိက၊ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ၊

ဓမ္မဒူတ နာယကအဖွဲ့ဝင်

A.G.T.I (Civil)

ဓမ္မဒူတတောရ၊

တောင်စွန်း၊ ဘီးလင်းမြို့နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း

မေးဆိုထားချက်များ

စာမျက်နှာ

- မေး - ဝိပဿနာတရား လက်တွေ့အားထုတ်
နိုင်ဖို့အတွက် သတိပဋ္ဌာန် အကြောင်း
သိချင်ပါတယ်။ ... ၇
- မေး - ဝိပဿနာ အားထုတ်တဲ့အခါ နည်း
တစ်မျိုးတည်း အားထုတ်တာနဲ့ နည်း
မျိုးစုံကို အားထုတ်တာ ဘယ်ဟာက
ပိုကောင်းပါသလဲ။ ... ၁၀
- မေး - ဝိပဿနာ အားထုတ်ရင်ငရဲမှ လွတ်
နိုင်ပါ သလား။
- မေး - တရားအားထုတ်တာ ကြာပေမယ့်
တစ်ခါတစ်လေ စိတ်ကို ထိန်းနိုင်ရာ ... ၁၆
ကနေ လွတ်သွားပါတယ်။ တရား
မပျက်အောင် ဘယ်လို ထိန်းရပါမလဲ။ ... ၁၉
- မေး - ရုပ်ကို ရှုနိုင်နေတာ ကြာပါပြီ။ နာမ်ကို
ရှုချင် ပါတယ်။ ဘယ်လို ရှုရပါမလဲ။ ... ၂၄
- မေး - ဒုက္ခကိုသိရင် တရားသိပြီလို့ ဆိုကြပါ
တယ်။ ဒုက္ခရောက်နေသူတိုင်း တရား
သိနေကြပြီလား။ ... ၂၇

စာမျက်နှာ

- မေး - ဝိပဿနာသမားဖြစ်လို့ ပရမတ်
သက်သက်ကိုသာစုခိုင်းတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်း
ကိုပဲ ညွှန်ပြပေးပါ။ ... ၃၀
- မေး - ပညတ်နဲ့ ပရမတ်ကို ရှင်းပြပါ။ ... ၃၄
- မေး - သတိထားပြီး ရှုပေမယ့် ကြာတော့
ပျင်းလာ ပါတယ်။ မပျင်းအောင်
ဘယ်လို ရှုရပါမလဲ။ ... ၃၉
- မေး - မပြောင်းမပြင်ဘဲ ကြာကြာထိုင်တာနဲ့
ပြောင်း ပြင်ပေးတာ ဘယ်ဟာက ပိုပြီး
တရားသိနိုင် ပါသလဲ။ ... ၄၂
- မေး - ကြိုးစားပေမယ့် တရားမသိသေးပါ။
ပါရမီ မရှိဘူးလို့ ထင်ပါတယ်။ ရှင်းပြ
ပေးပါ။ ... ၄၅
- မေး - အသိနဲ့ အကျင့်အကြောင်း ထပ်ရှင်းပြ
ပါဦး။ ... ၅၀
- မေး - တရားထိုင်တဲ့အခါ အတိတ်ဘဝ
အကြောင်းတွေ ပြန်မြင်ရင် ဝိပဿနာ
ရှုလို့ ရပါသလား။ ... ၅၇
- မေး - ဝိပဿနာဆိုတာ ဘယ်အချိန်မှာ ဘာ
တွေကို ဘယ်လို ရှုရမှာပါလဲ။ ... ၆၆
- မေး - သစ်ရွက်အစိမ်းသာမြင်ပြီး ဖြစ်ပျက်
မမြင်တာ ရှုနည်း မှားနေပါသလား။ ... ၇၀

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ?

မေး - ဝိပဿနာတရား လက်တွေ့ အားထုတ်နိုင်ဖို့ အတွက် 'သတိပဋ္ဌာန်အကြောင်း' သိချင်ပါတယ်။

ဖြေ - ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ဖို့အတွက် 'သတိပဋ္ဌာန်'ဆိုတဲ့ စကားထက် 'မဟာသတိပဋ္ဌာန်' လို့ ပြောကြ၊ ဆိုကြစေချင်ပါတယ်။ 'မဟာ သတိပဋ္ဌာန သုတ္တံ' ဖြစ်လို့ပါ။

မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ္တန်ကြီးထဲမှာ ဈာန်ရဖို့အတွက် သမထနည်း၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ရဖို့အတွက် ဝိပဿနာနည်း စတဲ့ တရားအားထုတ်နည်းပေါင်း စုံစုံလင်လင် အများကြီး ရှိပါတယ်။

“မဟာသတိပဋ္ဌာန”ဆိုတာ “မဟာ=ကြီးကျယ် မြင့်မြတ်သော၊ သတိပဋ္ဌာန=သတိ၏ တည်ရာ၊ သတိတည်ခြင်း၊ ရှိခြင်း”လို့ အဓိပ္ပာယ်ရှိပါတယ်။

သတိတည်ခြင်း၊ သတိရှိခြင်းဆိုတာက နားလည်လွယ်သလို ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်တာကို ပညာတည်ခြင်း၊ ပညာဉာဏ်ရှိခြင်းလို့ သိရင် နားလည်သွားနိုင်ပါတယ်။

သတိနဲ့ ပညာ တွဲယှဉ်ပြီး နေတဲ့သဘောပါ။ စိတ်မှာ သတိလည်းရှိ၊ ပညာဉာဏ်လည်း ရှိနေတာကို ဆိုလိုပါတယ်။

၈ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

စိတ်ဖြစ်ရင် အာရုံကို သိတတ်တဲ့ သဘောရှိတော့ သတိပညာရှိတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန်စိတ်မှာလည်း သိစရာ အာရုံဆိုတာ ရှိပါတယ်။ ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မလို့ လေးမျိုး ရှိပါတယ်။

နားလည်လွယ်အောင်ဆိုရင်-

အရှုခံအာရုံ	နဲ့	ရှု-စိတ်	
ကာယ	-	အနု + ပဿနာ + သတိပဋ္ဌာန	
ဝေဒနာ	-	အနု + ပဿနာ + သတိပဋ္ဌာန	
စိတ္တ	-	အနု + ပဿနာ + သတိပဋ္ဌာန	
ဓမ္မ	-	အနု + ပဿနာ + သတိပဋ္ဌာန	

လို့ အာရုံက လေးမျိုး ကွဲပြားသွားပါတယ်။

ရှုစိတ်အနေကတော့ တစ်မျိုးတည်းပဲ ရှိပါတယ်။

ရုပ်ဓာတ် အပေါင်း	-	ကာယ
အာရုံရဲ့ အရသာကို ခံစားမှု	-	ဝေဒနာ
အာရုံကို သိတတ်မှု	-	စိတ္တ

ကြွင်းကျန်တဲ့ သဘောတရား - ဓမ္မလို့ အရှုခံ သဘော တွေက အာရုံ လေးမျိုးပါ။

လက်တွေ့ အားထုတ်နိုင်ဖို့အတွက် ရှုစိတ်ဘက်ကို ပိုပြီး သဘောပေါက်အောင် ပြောပြပါမယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၉

အနု - အကုသိုလ်မဖြစ် ကိလေသာနီဝရဏ
တွေ မဝင်အောင် ထပ်ကာထပ်ကာ
ကြိုးစား အားထုတ်မှု စိတ်ဝီရိယ၊
လုံ့လ။

ပဿနာ - အရှိအတိုင်း၊ အမှန်အတိုင်း သေချာ
ပိုင်းခြားသိနိုင်တဲ့ ပညာဉာဏ်။

သတိပဋ္ဌာန - စိတ်မှာ ကိလေသာ နီဝရဏတွေ
မဝင်လာအောင် ကာကွယ် စောင့်
ရှောက်တတ်တဲ့သတိ။

ရှုစိတ်ဖြစ်ဖို့အတွက် ဝီရိယ၊ ပညာ၊ သတိ သုံးမျိုးရှိနေ
ရမယ်လို့ သဘောပေါက်သွားပါပြီ။ ဝိပဿနာ ရှုစိတ်ဖြစ်
ဖို့ပါ။

သတိနဲ့ ဝီရိယက သမာဓိမဂ္ဂင်တရားတွေပါ။ သတိရှိ
နေရင် ဝီရိယလည်း ရှိနေလို့ပါ။ သမာဓိလည်း ရှိနေနိုင်ပါပြီ။

ပညာဉာဏ်ဖြစ်နေရင် သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်ပြီး သမ္မာသင်္ကပ္ပ
လည်း ပါဝင်နေပါပြီ။ ပညာမဂ္ဂင် အုပ်စုဖြစ်နေပါပြီ။

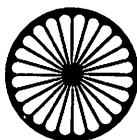
မဟာသတိပဋ္ဌာန် သုတ္တန်အရ ဝိပဿနာတရား
လက်တွေ့ အားထုတ်နိုင်ဖို့အတွက် စိတ်မှာ သတိ၊ ဝီရိယ၊
ပညာရှိဖို့၊ သတိဉာဏ် ပါဝင်နေဖို့ အရေကြီးပါတယ်။။

၁၀ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

သတိဉာဏ်ရှိနေတဲ့ ဝိပဿနာစိတ်က ကာယ၊ ဝေဒနာ၊
စိတ္တ၊ ဓမ္မဆိုတဲ့ အာရုံ တစ်ခုခုကို ရှုကြည့်နေပါပြီ။

အဲဒီလို အချိန်တိုင်း၊ ထပ်ကာထပ်ကာ ရှုကြည့်နေ
နိုင်ရင် ဝိပဿနာအတွက် မဟာသတိပဋ္ဌာန်အကြောင်း
သိသွားပြီး လက်တွေ့ အားထုတ်နေတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အမေးအဖြေ အမှတ်(၁)၌လည်း အသေးစိတ်
ဖြေပေးထားပါတယ်။



ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၁၁

မေး - ဝိပဿနာ အားထုတ်တဲ့အခါ နည်းတစ်မျိုး တည်းအားထုတ်တာနဲ့ နည်းမျိုးစုံကို အားထုတ် တာ ဘယ်ဟာက ပိုကောင်းပါသလဲ။

ဖြေ - ထမင်းစားသလိုပါပဲ။ ထမင်းခိုင်းမှာ ထမင်း လည်း ရှိတယ်။ ဟင်းမျိုးစုံတွေလည်း ရှိပါတယ်။ ဟင်း တစ်ခွက်တည်း စားမလား? ဟင်းမျိုးစုံကို စားမလား? မေးသလို ဖြစ်နေပါတယ်။

ထမင်းစားတာက ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှု ပျောက်ကင်း ပြီး ကျန်းမာဖို့၊ ခွန်အား ဗလတွေ တိုးတက်ဖို့၊ ကောင်းကျိုး တွေ ရရှိဖို့ပါ။

ကျန်းမာချမ်းသာဖို့၊ ခွန်အားတိုးဖို့ဆိုရင် ကျန်းမာ ရေးနဲ့ သင့်တော်တာကို ရွေးစားပေါ့။ ခွန်အားတိုးစေတဲ့ ဟင်းကို ရွေးစားပေါ့။ ဟင်းခွက်တိုင်းက ကောင်းကျိုးရစေ မယ်ဆိုရင် ခွက်မျိုးစုံပဲစားစား၊ တစ်ခွက်တည်းပဲစားစား စားလို့ရပါတယ်။ ကောင်းပါတယ်။ ဟင်းခွက်တိုင်း ကောင်း တယ်လို့ထင်ပေမယ့် ကိုယ်နဲ့ မတည့်ရင် ဆိုးကျိုးတွေ ရနိုင်တာပေါ့။

နည်းမျိုးစုံဆိုတာ ဆရာမျိုးစုံ၊ ရိပ်သာမျိုးစုံ၊ အရွှံ့ခံ အာရုံတွေရဲ့ မူလအနေနဲ့ နေရာမျိုးစုံတွေ ကွဲပြားတာကို ရည်ရွယ်ပြီး ပြောတာဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။

၁၂ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ဝိပဿနာ တရားကတော့ နည်းတစ်မျိုးတည်းပါပဲ။

“အနိစ္စာ ဒိဝသေန ဝိဝိဓေန အာကာရေန ပဿတိတိ ဝိပဿနာ၊ ပညာဝေသာ အတ္ထတော”ဆိုတဲ့ စကားအရ အနိစ္စ စတဲ့ လက္ခဏာတွေရဲ့ အစွမ်းနဲ့ အမျိုးမျိုး အခြင်းအရာအားဖြင့် ကြည့်တတ်၊ မြင်တတ်၊ သဘောပေါက် သိတတ်လို့ ဝိပဿနာလို့ ခေါ်ပါတယ်။ လိုရင်းကတော့ ဝိပဿနာ ဆိုတာ ပညာဉာဏ်ပါပဲ။

အနိစ္စာ ဒိဝသေန ဓမ္မေ ဝိပဿတိတိ ဝိပဿနာ၊

“ဓမ္မတွေကို အနိစ္စ စတဲ့ လက္ခဏာအားဖြင့် ဉာဏ်နဲ့ မြင်ရ သိရတာဟာ ဝိပဿနာ”လို့ ဆိုတော့ ဓမ္မတွေကို သိဖို့ လိုလာပြန်ပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ ဓမ္မဆိုတာ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာ သဘောတွေရှိတဲ့ သင်္ခါရဓမ္မတွေပါ။ လောကီဓမ္မဖြစ်တဲ့ ရုပ်၊ နာမ်၊ ခန္ဓာ၊ အာယတနဓာတ်တွေကို ခေါ်ပါတယ်။

ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မဆိုတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ်က ဆိုထားတဲ့ အာရုံလေးပါးကို ရှုကြည့်နေတာလို့ လည်း ပြောလိုရနိုင်ပါတယ်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘော တွေရှိတဲ့ သင်္ခါရ ပရမတ်တွေ ဖြစ်ရပါမယ်။

တချို့က ဒီအာရုံလေးမျိုးကိုပဲ ပညတ်အခေါ်ခေါ်တွေနဲ့ စတင်ပြီး သင်ပြကြတဲ့အခါ ငယ်ထိပ်၊ နှာခေါင်းဝ၊ နှုတ်ခမ်း

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၁၃

ဖျား၊ ဝမ်းဗိုက်၊ ရင်ချိုင့်၊ နှလုံးဆိုတဲ့ နေရာအမျိုးမျိုးတွေကို
ညွှန်ပြပေးကြရပါတယ်။ ဒါကို နည်းအမျိုးမျိုး ဆိုကြတာ
လည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

တိုးတာကိုရှု၊ ထိတာကိုရှု၊ ဝင်တာ ထွက်တာကိုရှု၊
ပိန်တာ ဖောင်းတာကိုရှု၊ ဖြစ်တာ ပျက်တာရှုလို့ စတဲ့
သင်ပေးမှု သညာအမှတ်အသား အခြေခံလမ်းညွှန်မှုတွေ
ကြောင့်လည်း နည်းအမျိုးမျိုးလို့ ပြောကြပါသေးတယ်။

နောက်ပြီး ဘယ်ဆရာတော်၊ ဘယ်တရားစခန်း၊
ဘယ်ရိပ်သာဆိုတဲ့ နည်းတွေကိုလည်း ခွဲတတ်ကြပါသေး
တယ်။

ဝိပဿနာဆိုတာ ဘုရားနည်းပါ။ ဘုရားရှင်ရဲ့ နည်း
အတိုင်း သင်ပြပေးနေကြတာပါ။

ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရတွေရဲ့ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ အစိုးမရတဲ့
သဘောတွေကို သိမြင်ရမှာပါ။

နည်းအမျိုးမျိုး အားထုတ်လည်း ဒီသဘော မြင်ရ၊
သိရမှာပါ။ နည်းတစ်မျိုးတည်း အားထုတ်လည်း ဒီသဘော
ပဲ မြင်ရ၊ သိရမှာပါ။

မိမိနဲ့ သင့်လျော်တဲ့ တည့်တဲ့နည်းကို အားထုတ်ပါ။

စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ချမ်းသာနဲ့ သတိ၊ ဝီရိယ၊ ပညာ
ဉာဏ်အားတွေ ကောင်းလာတယ်။ တိုးတက်လာတယ်
ဆိုရင် မိမိနဲ့ သင့်တော်ပါပြီ၊ ကိုက်ညီပါပြီ။

၁၄ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ဒီလိုမှ မဟုတ်ဘဲ အားထုတ်ရတာ အဆင်မပြေဘူး၊ သတိ ဉာဏ်အားတွေ ကောင်းမလာဘူးဆိုရင် နည်းတစ်မျိုး ပြောင်းပြီး အားထုတ်ကြည့်ပါ။

နည်းပြောင်းတာနဲ့ ဆရာပြောင်းတာ မတူပါဘူး။

ဆရာပြောင်းတာက ပုဂ္ဂိုလ်ပြောင်းရတာပါ။ နည်းပြောင်းတယ်ဆိုတာ ကာယကို ရှုရာကနေ ဝေဒနာ၊ စိတ္တ၊ ဓမ္မသဘောတွေကို ပြောင်းရတာမျိုး၊ ဒါမှမဟုတ် သတိ ဉာဏ်နဲ့ အားထုတ်ရတဲ့ အလုပ်မှာ သတိအားနည်းနေရင် အားကောင်းဖို့၊ ဉာဏ်အားနည်းနေရင် ဉာဏ်အားကောင်းဖို့၊ ဒါမှ မဟုတ်ရင် သတိအား၊ ဉာဏ်အားတွေ၊ ဝီရိယအားတွေ ညီမျှဖို့ဆိုတဲ့ နည်းအမျိုးမျိုးတွေကို ပြောင်းလွဲပြီး အားထုတ်ရမှာပါ။

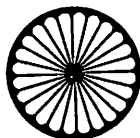
ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၊ ဆရာတစ်ဦးတည်းကပဲ ဝိပဿနာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မိမိနဲ့ သင့်တော်တဲ့ အားထုတ်မှုတွေကို ညွှန်ပြ ပေးနိုင်မယ်ဆိုရင်တော့ ပုဂ္ဂိုလ်ပြောင်းဖို့ မလိုဘဲ မိမိနဲ့ သင့်တော်တဲ့နည်းကို ရနိုင်ရင် ပိုပြီး ကောင်းပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာသဘောက တစ်မျိုးတည်း၊ တစ်နည်းတည်းပါ။ ဆရာတစ်ဦးတည်းက သင့်တော်တဲ့ အခြေခံနည်းကို ပေးနိုင်ရင်၊ နည်းမျိုးစုံ ညွှန်ပြနိုင်ရင် သင့်တော်တာကို ရွေးပြီး အားထုတ်နိုင်ပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၁၅

မိမိနဲ့ အဆင်ပြေတဲ့နည်းကို ရပြီဆိုရင်၊ သတိဉာဏ်
အားတွေ တိုးပွားလာပြီဆိုရင် နိဗ္ဗာန်ကို မြင်တွေ့နိုင်အောင်
သင့်တော်တဲ့နည်းကိုပဲ လုံ့လကြိုးကုတ် အားထုတ်စေချင်ပါ
တယ်။

အဲဒီလိုက ပိုကောင်းပါတယ်။



၁၆ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

မေး - ဝိပဿနာအားထုတ်ရင် ငရဲမှ လွတ်နိုင်ပုံ သလား။

ဖြေ - ငရဲမှ လွတ်နိုင်ပါတယ်။ အပါယ်လေးပါးမှ လည်း လွတ်နိုင်ပါတယ်။

မေးခွန်းကို ထောက်ဆကြည့်ရင် သက်သေသာဓက ကိုင်ပြဖို့ထက် ယုတ္တိ ရှိ မရှိကို ဖြေဆို ရမယ် ထင်ပါတယ်။

ငရဲဆိုတာ အပါယ်လေးဘုံထဲက ဘုံဌာနတစ်ခုပါ။

ငရဲတိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယံတွေဟာ အပါယ်လေးဘုံပါ။

‘ငရဲ’ဆိုတာ ‘နိရယ’ ပါဠိစကား၊ ချမ်းသာကင်းရာ အရပ်၊ ချမ်းသာမှု မရှိခြင်းလို့ အဓိပ္ပာယ်ရှိပါတယ်။

‘အပါယ်’ဆိုတာလည်း ‘အပါယ=အပ+အာယ’ ပါဠိ စကားပါ။ ချမ်းသာကင်းရာ၊ ချမ်းသာမှု နည်းတယ်လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။

စိတ်ဆင်းရဲ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲနှစ်မျိုးမှာ နှစ်မျိုးစလုံး ဆိုးဒုက္ခတွေချည်းပါ။ ဒါပေမယ့် ကိုယ်ဆင်းရဲနေတဲ့အခါ နေတတ်၊ ထိုင်တတ်ရင် စိတ်ချမ်းသာနိုင်သေးတယ်။ စိတ် ဆင်းရဲနေပြီဆိုရင်တော့ ကိုယ်ချမ်းသာအောင်လည်း မနေ တတ်တော့ဘူး။ စိတ်ဆင်းရဲမှုကြောင့် ကိုယ်ပါဆင်းရဲပြီး ဆင်းရဲနှစ်မျိုးလုံး ခံနေရပါတယ်။

ဒါကြောင်း တချို့က ကိုယ်ချမ်းသာ ပြည့်စုံနေပေမယ့် စိတ်ဆင်းရဲနေရရင် ငရဲကျနေတယ်။ မချမ်းသာဘူး။ အပါယ် ရောက်နေတယ်လို့ ဆိုကြပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၁၇

ဘုံဌာနအနေနဲ့က အောက်လေးဘုံ၊ အနိမ့်ဆုံး လေးဘုံ
လို့ ပြောကြပါတယ်။ အဲဒီ အနိမ့်ဆုံးဘုံတွေ၊ ငရဲဘုံတွေကို
အကုသိုလ် စိတ်ဆင်းရဲမှုက ပို့ပေးတာပါ။ အကုသိုလ်
ဖြစ်နေတယ်ဆိုတာ စိတ်မှာဖြစ်တာ၊ စိတ်ဆင်းရဲနေတာပါ။

စိတ်ဆင်းရဲတယ်ဆိုတာ စိတ်ပူ၊ စိတ်နောက်၊ စိတ်ညစ်၊
စိတ်ရှုပ်၊ စိတ်လေးနေတဲ့ သဘောတွေပါ။

ချောင်းထဲ၊ မြစ်ထဲ၊ ရေထဲကို ဖော့တုံးနဲ့ သံတုံး
ကြီးကြီးဖြစ်ဖြစ်၊ သေးသေးဖြစ်ဖြစ် ပစ်ချကြည့်လိုက်ပါ။

ဘယ်ဟာ မြုပ်မလဲ၊ သံတုံးပေါ့၊ သံခဲ သံစပေါ့။
လေးတာကိုး။

ဖော့တုံးက ရေပေါ် ပေါ်တယ်။ ပေါ့တာကိုး။

ဒီသဘောပါပဲ။ စိတ်လေးရင် အောက်မြုပ်မယ်။
စိတ်ပေါ့ပါးရင် ပေါ်မယ်။ အထက်အမြင့်ကို တက်မယ်။

စိတ်ဆင်းရဲမှုဆိုတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်နေရင် ဒီစိတ်ကို
အရင်းခံပြီး ကြံစည် ပြောဆို ပြုမူနေရင် အောက်ကို
ချတယ်။ အောက် ကျပါတယ်။

စိတ်ချမ်းသာမှုဆိုတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်နေရင် ပေါ့ပါး
လန်းဆန်းပြီး အထက်တက်ပါတယ်။

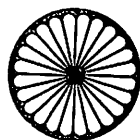
ဝိပဿနာဆိုတာ စိတ်အလုပ်ပါ။ ကုသိုလ်စစ်စစ်ပါ။
အထက်တန်းရောက်စေနိုင်တဲ့ ကုသိုလ်၊ စိတ်ချမ်းသာမှု
အမြင့်မားဆုံး ရစေတဲ့ ကုသိုလ်ပါ။

၁၈ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ဝိပဿနာ အားထုတ်ရင် စိတ်ချမ်းသာပြီး ကြည်လင်
လန်းဆန်းတယ်။ အမှန်အတိုင်းသိနေလို့ စိတ်အနှော၊
အယှက်တွေ ကင်းတယ်။ စိတ်လန်းဆန်းတော့ စိတ်ကြော၊
ဖြစ်တဲ့ ရုပ်တွေလည်း လန်းဆန်း ပေါ့ပါး ကြည်လင်နေကြ
ပါတယ်။

အပါယ်လေးပါးရဲ့ ဘုံဌာနအရပ်ဒေသကို ဦးစားပေ
မပြောဘဲ ယုတ္တိသဘောနဲ့ ပြောရရင် ချမ်းသာကင်းတဲ့
ငရဲဆင်းရဲဘေးကလွတ်ဖို့ ဝိပဿနာ ရှုစိတ်၊ အသိဉာဏ်
ပါတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ စိတ်ချမ်းသာနေရင် အပါယ်ငရဲက
လွတ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာစိတ်မှာ အပါယ်ငရဲ ပို့တတ်တဲ့
ဝိစိကိစ္ဆာ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိတွေ ကင်းနေလို့ဆိုတဲ့ တရားသဘောနဲ့
လည်း ငရဲက လွတ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာ အားထုတ်ပါ။ အားထုတ်နေရင်
ငရဲက မုချ လွတ်ပါတယ်။



ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၁၉

မေး - တရားအားထုတ်တာ ကြာပေမယ့် တစ်ခါ
တစ်လေ စိတ်ကိုထိန်းနိုင်နေရက လွတ်သွား
ပါတယ်။တရားမပျက်အောင် ဘယ်လို ထိန်းရ
ပါမလဲ။

ဖြေ - တရားဘာဝနာအလုပ် အားထုတ်တယ်ဆိုတာ
စိတ်အလုပ်ပါ။

ဘာဝနာက နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

စိတ်ကိုထိန်းရတဲ့ ဘာဝနာနဲ့ စိတ်ကို စောင့်ရှောက်
ရတဲ့ ဘာဝနာလို့ ခေါ်ပါတယ်။

စိတ်ကို ထိန်းတဲ့နည်းနဲ့ ဘာဝနာကို အားထုတ်ဖို့
ဆိုရင် လောက ဥပမာအရ ကဆုန်ပေါက် ပြေးလွှား
ဆော့ကစားနေတဲ့ အရွယ် နွားငယ်တစ်ကောင်ရှိတယ်
ဆိုပါစို့။

ဒီနွားကို ငြိမ်သွားစေချင်တဲ့သူဟာ နွားဖားကြိုးထိုး၊
ဒါမှမဟုတ် လည်ပင်းကို ကြိုးကွင်း လည်ပတ်ချည်၊
နောက်ပြီး တိုင်ငုပ်တစ်ခု ခိုင်ခိုင်စိုက်၊အဲဒီနွားငယ်နဲ့ တိုင်ငုပ်
ကို ကြိုးခိုင်ခိုင်နဲ့ ချည်ထားလိုက်ပါ။

ကြိုးကလည်းခိုင်၊ တိုင်ကလည်း မြဲဆိုတော့ ဒီနွားငယ်
ဟာ အတင်းရုန်းပြေးနေပေမယ့် တဖြည်းဖြည်း မောလာပြီး
ဒီတိုင်ခြေမှာပဲ ငြိမ်ဝပ်သွားပါတယ်။

၂၀ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

အဲဒီလိုပဲ စိတ်က နွား၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံတစ်ခုခုက တိုင်ငုတ်၊ သတိက ကြိုးပေါ့။

စိတ်က အလွန်ပြေးတယ်။ ဘယ်အာရုံမဆို လှစ်ခနဲ လှစ်ခနဲ ရောက်သွားတတ်တယ်။ သတိကောင်းကောင်းနဲ့ ထင်ရှားတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံတစ်ခုခုကို အာရုံပြု သတိထား နိုင်ရင် ဒီစိတ်ဟာ မပြေးတော့ပါဘူး။ ငြိမ်သွားတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒီစိတ်ကို ထိန်းတဲ့နည်းနဲ့ အားထုတ်တဲ့အခါ သာမန် မျက်စိနဲ့ မတွေ့မြင်နိုင်တဲ့ စိတ်ကို ထိန်းဖို့ဆိုတာတော့ သတိအားလည်း မကောင်းသေးတဲ့သူတွေဟာ သတိအား ကောင်းအောင် မကြိုးစားဘဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို မထင်ရှား၊ ထင်ရှားအောင် လုပ်ယူတတ်ကြပါတယ်။ အတင်းစိတ်ရော ကိုယ်ပါ တင်းကြပ်အောင် ချုပ်ထားနေကြပါတယ်။

အမှန်က မိမိစိတ်မှာ သတိအားကောင်းအောင် ကြိုးစားရမှာပါ။ သတိအားကောင်းရင် သမာဓိအားကောင်း လာပြီး စိတ်ကို ထိန်းနိုင်လာပါတယ်။

သတိနည်းရင်၊ သတိလွတ်ရင်တော့ စိတ်လည်း လွတ်ထွက်သွားပါပြီ။ ဒါက စိတ်ကို ထိန်းတဲ့နည်းပါ။

စိတ်ကို စောင့်ရှောက်တယ်ဆိုတာက စိတ်ရဲ့သဘော ကို သိအောင် စောင့်ကြည့်ရပါတယ်။ စိတ်မှာ အန္တရာယ် ကင်းအောင် ကာကွယ်ပေးရပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၂၁

စိတ်ကို စောင့်ရှောက်တဲ့နည်း ပေါ်လွင်အောင် ထိန်းတဲ့
နည်းနဲ့ ဥပမာတွဲပြီး ပြောပြပါမယ်။

ကလေးထိန်းတာနဲ့ ကလေးစောင့်ရှောက်တာပေါ့။

အိမ်မှာ ခိုင်းနေတဲ့သူကို ဈေးဝယ်သွားစရာရှိလို့
ကလေးထိန်းထားပေးပါလို့ မှာခဲ့ရင် သူကလည်း ထိန်းဆိုတဲ့
အတိုင်း ကလေးက ဟိုဟာလိုချင်လည်း မယူနဲ့၊ ဒီဟာ
စားချင် လည်း မစားနဲ့၊ ဟိုဟာ လုပ်ချင်လည်း မလုပ်နဲ့လို့
တားမြစ် တာမျိုးလည်းရှိပါတယ်။

ကလေးကို နိုင်တဲ့သူ၊ ကလေးက ကြောက်ရတဲ့သူဆို
တော့ ကြောက်ပြီး ငြိမ်ကုပ်နေပါတယ်။ ဒါက ထိန်းတာပါ။

တစ်ခါတစ်လေ သားသမီးငယ်တွေ နေမကောင်းတဲ့
အခါ မိဘတွေက ပြုစုကြပါတယ်။ အဖျားရှိန်ရှိနေလို့
အိပ်ရာကုတင်ပေါ်မှာ လူးလွန်ရင်း ယောင်ရမ်းပြီး အော်
တတ်ပါတယ်။ နိုးသွားတာလည်း မဖြစ်အောင်၊ လိမ့်ကျမှာ
လည်း မဖြစ်အောင် ကုတင်ဘေး အသာပြေးရပ်ပြီး ကာကြ
ပါတယ်။ အန္တရာယ် မကျအောင် စောင့်ရှောက်ကြပါ
တယ်။

ယောင်ရမ်းပြီး ပြောချင်ရာပြော၊ အော်ချင်ရာတွေ
အော်နေရင်လည်း ရင်ဘတ်ပေါ် အဝတ်ထူလေးတင်လို့၊

၂၂ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

နဖူးပေါ် လက်ကလေးဖိလို့ လုပ်ပေးကြပါတယ်။ အများ
ရှိနေရင်လည်း ထိုက်သင့်တဲ့ ဆေးတိုက်လို့၊ ရေခဲပတ်တိုက်
ပေးလို့၊ ကျွေးသင့်တဲ့ အစာကျွေးလို့ စောင့်ရှောက်ကြပါ
တယ်။ ကလေးရဲ့ အခြေအနေမှန်ကို သိအောင်လို့ပါ။
အန္တရာယ် မဖြစ်အောင်ပေါ့။

ဒီလိုပဲ။ စိတ်ရဲ့သဘောလက္ခဏာတွေကို အမှန်အတိုင်း
သိအောင် စောင့်ရှောက်တဲ့နည်း စောင့်ကြည့်ရတဲ့နည်းလည်း
ရှိပါတယ်။

စိတ်ကို ထိန်းတာက သမထ၊ စိတ်ကို သိအောင်
ကြည့်တာက ဝိပဿနာပါ။

စိတ်ကို ထိန်းတဲ့နည်းနဲ့ အားထုတ်ရင် စိတ်ကို ထိုက်
သင့်သလောက် ထိန်းနိုင်ပါတယ်။ အမြဲတော့ မရနိုင်ပါဘူး။
အတိုင်းအတာတစ်ခုထိပဲ ရနိုင်ပါတယ်။

စိတ်ကို စောင့်ရှောက်တဲ့နည်းနဲ့ အားထုတ်ရင် စိတ်
လည်း မပင်ပန်း၊ လူလည်း မပင်ပန်းဘဲ စိတ်ရဲ့သဘော
တွေကို အသေအချာ နားလည်သဘောပေါက်လာပါတယ်။

ကိုယ့်စိတ်ရဲ့သဘောကို ကိုယ်အသိဆုံးဆိုတာ ဉာဏ်
အားကောင်းသူတွေကသာ သိနိုင်တာပါ။ စိတ်ဆိုတာ
ထိန်းရာကနေ လွတ်သွားတတ်တယ်ဆိုတဲ့ သဘောမျိုး
တွေမည်း အသိတိုးလာနိုင်ပါတယ်။

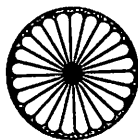
ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၂၃

စိတ်လွင့်ရင်၊ လွင့်မှန်းမသိ၊ လွတ်ရင်လည်း လွတ်မှန်း
သိပါ။

စိတ်မလွင့်ရင်၊ မလွတ်ရင်လည်း မလွင့်မှန်း၊ မလွတ်
မှန်း သိပါ။ အဲဒီလို သတိထားရာကနေ စိတ်ရဲ့ သဘော
တွေကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် သိလာပါလိမ့်မယ်။

ဒါကြောင့် စိတ်ထိန်းရာကနေ လွတ်သွားရင် စိတ်
ထိန်းတဲ့ ဘာဝနာနည်းပျက်ပေမယ့် စိတ်ကို စောင့်ရှောက်တဲ့
နည်း မပျက်နိုင်ပါဘူး။ စိတ်အကြောင်းကို သိအောင် ကြည့်
နေရင် စိတ်ရဲ့ လွင့်တတ်မှု သဘောတွေကို ပိုပြီး သိသာလာ
နိုင်ပါတယ်။ အသိတွေလည်း တိုးလာနိုင်ပါတယ်။

အသိတိုးလာရင် ဝိပဿနာဉာဏ်တရားလည်း တိုး
လာပါပြီ။ တရားမပျက်တော့ပါဘူး၊ စိတ်ကိုထိန်းတဲ့နည်း
ထက် စိတ်ကိုစောင့်ရှောက်တဲ့ ဝိပဿနာနည်းကိုလည်း
အားထုတ်တတ်ပါစေ။



၂၄ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

မေး - ရုပ်ကို ရှုနိုင်နေတာ ကြာပါပြီ။ နာမ်ကို ရှုချင်ပါတယ်။ ဘယ်လို ရှုရပါမလဲ။

ဖြေ - ဝိပဿနာရဲ့ အာရုံဟာ ရုပ်ပရမတ်၊ နာမ်ပရမတ်၊ လောကဒုက္ခသစ္စာတွေပါ။

ဓမ္မသဘောအရ ရုပ် တရားထက် နာမ်တရားက ပိုပြီး နူးညံ့ပါတယ်။ ပိုပြီး မြင်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ရုပ်ကို တွေ့နိုင်တဲ့ သတိဉာဏ်ထက် နာမ်ကိုတွေ့နိုင်တဲ့ သတိဉာဏ်အားက ပိုပြီး အားကောင်း ရပါတယ်။ ဒီသဘောတွေက ဝိပဿနာအားထုတ်သူတိုင်း ကြားဖူး၊ သိဖူးကြပါတယ်။

အခု နာမ်ကို ရှုချင်တယ်ဆိုတာဟာ ရုပ်ကို ရှုနိုင်သူထက် နာမ်ကို ရှုနိုင်သူက ပိုပြီး အဆင့်မြင့်တယ်လို့ ထင်ထားမိသလား? ဒါမှမဟုတ် ပိုပြီး နူးညံ့တဲ့ နာမ်ကိုသာ ရှုချင်စိတ်ဖြစ်တာလား? ဒါမှမဟုတ် ရုပ်ကို ရှုရတာ ကြာတော့ ပျင်းရိငြီးငွေ့လာပြီးတော့ အသစ်အဆန်းဖြစ်တဲ့ နာမ်ကို စမ်းပြီး ပြောင်းရှုချင်တာလား?လို့ အားမနာတမ်းကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်မေးကြည့်ပါ။

ဝိပဿနာယောဂီဟာ မိမိရှုလိုရာကို ရှုလို့ မရပါဘူး။ ဆရာက ညွှန်တဲ့နည်းတစ်မျိုးတည်းနဲ့လည်း အဆင်ပြေချင်ပြေတတ်သလို အဆင်မပြေတတ်တာလည်း ရှိပါသေးတယ်။

ရှုချင်တာကို ရှုတာထက် ဟရာထူး တိုးတက်နိုင်တဲ့ ရှုသင့်တာကို ရှုတာက ပိုကောင်းပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၂၅

ရှုသင့်တဲ့ တရားဆိုတာ မိမိရဲ့ သတိဉာဏ်အားတွေ၊
မိမိမှာရှိနေတဲ့ ကိလေသာ အထူအပါး၊ အမျိုးအစားတွေ
အပေါ် မူတည်ပါတယ်။

‘ကာယ’ဆိုတဲ့ ရုပ်(အပေါင်း)ကို ရှုခြင်းဟာ တဏှာ
များပြီး ဉာဏ်အားနည်းသူတွေနဲ့ သင့်တော်ပါတယ်။

‘ဝေဒနာ’ဆိုတဲ့ ခံစားမှု နာမ်တရားကို တဏှာများပြီး
ဉာဏ်အားထက်သူက ပိုပြီး သင့်တော်ပါတယ်။

‘စိတ္တ’ဆိုတဲ့ စိတ်နာမ်တရားကို ဒိဋ္ဌိများပြီး ဉာဏ်
နည်းသူက ပိုပြီး သင့်တော်ပါတယ်။

‘ဓမ္မ’ဆိုတဲ့ ရုပ်သဘော၊ နာမ်သဘောတွေကို ဒိဋ္ဌိ
များပြီး ဉာဏ်အားကောင်းသူတွေက ပိုပြီးတော့ သင့်တော်
ကြပါတယ်။

သင့်တော်တဲ့ အာရုံ၊ ရှုသင့်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရှုတာက
ပိုပြီး ကောင်းပါတယ်။

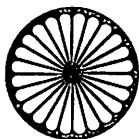
ကိလေသာအား၊ ဉာဏ်အားတွေပေါ်မူတည်ပြီး ရုပ်
အာရုံကို ရှုသင့်တယ်၊ နာမ်အာရုံကို ရှုသင့်တယ်လို့ ဓမ္မ
သဘာဝအရ ခွဲခြားနိုင်ပါတယ်။ ယောဂီက တိတိကျကျ
ခွဲခြားဖို့ အလွန်ခက်ပါတယ်။

ရုပ်အာရုံကိုမှ ရှုချင်တယ်၊ နာမ်အာရုံကိုမှ ရှုချင်တယ်
ဆိုတာမျိုး ယောဂီက မခွဲခြားဘဲ သတိအား၊ ဉာဏ်အား၊
ဝီရိယအားတွေ ကောင်းအောင် ကြိုးစားရမှာပါ။ ဒီလို
ကြိုးစားလို့ သတ္တိတွေ၊ အင်အားတွေ ကောင်းလာတာနဲ့

၂၆ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

အမျှ ရုပ်ကိုလည်းမြင်၊ နာမ်ကိုလည်းမြင်၊ ရုပ်သဘော၊
နာမ် သဘောတွေကို တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် သိလာနိုင်ပါ
တယ်။

မိမိရှုချင်တဲ့ နာမ်ကိုလည်း ရှုနိုင်ပါပြီ။



ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၂၇

မေး - ‘ဒုက္ခကိုသိရင် တရားသိပြီ’လို့ ဆိုကြပါတယ်။
ဒုက္ခရောက်နေသူတိုင်း တရားသိနေကြပါပြီ
လား။

ဖြေ - ‘ဒုက္ခကိုသိရင် တရားသိပြီ’ဆိုတာ ဒုက္ခသစ္စာ
ကို သိမှ တရားသိတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒုက္ခနဲ့ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဆင်းရဲနဲ့ ဆင်းရဲအမှန်လို့ နှစ်မျိုး
ရှိပါတယ်။

လောကလူအများ လက်ခံထားတဲ့ ဆင်းရဲနဲ့ ဗုဒ္ဓဘုရား
ရှင်က သိစေလိုတဲ့ ဆင်းရဲလို့ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

မွေး၊အို၊သေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲဆိုတာတွေဟာ
အများက သတ်မှတ်လက်ခံထားတဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခလည်း
ဟုတ်ပါတယ်။ ဆင်းရဲအမှန်ဆိုတဲ့ ဒုက္ခသစ္စာလည်း ဟုတ်
ပါတယ်။

ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရလို့ခေါ်တဲ့ ဥပါဒါန်စွဲလန်းစရာ
အာရုံတွေဟာ ဆင်းရဲအမှန်တွေပါ။

နာတာ၊ ကျင်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာ၊ အောင့်တာ၊
တင်းတာဆိုတဲ့ ကိုယ်ဆင်းရဲမှု ရုပ်သဘောတွေပဲဖြစ်ဖြစ်၊
မနာတာ၊ မကျင်တာ၊ မကိုက်မခဲ၊ မတောင့်မတင်းတဲ့
ကိုယ်ချမ်းသာမှု ရုပ်သဘောတွေပဲဖြစ်ဖြစ် ရုပ်သဘော
တိုင်းဟာ ဆင်းရဲအမှန်ပါ။

၂၈ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ဒါပေမယ့် ကိုယ်ချမ်းသာမှု ရုပ်သဘောကိုတော့ လူတွေက သုခလို့ သတ်မှတ်ပြီး ကိုယ်ဆင်းရဲမှုကိုသာ ဒုက္ခလို့ သတ်မှတ်ပါတယ်။

စိတ်ဆင်းရဲမှု နာမ်သဘောတရားတွေဟာလည်း ဒုက္ခပါပဲ။ စိတ်ချမ်းသာမှုဆိုတဲ့ လောကီနဲ့ဆိုင်တဲ့ နာမ်သဘောတရားတွေဟာလည်း ဒုက္ခပါပဲ။ ဆင်းရဲအမှန်တွေပါ။ ဒုက္ခသစ္စာပါ။

ဒါပေမယ့် စိတ်ဆင်းရဲမှုကိုသာ ဒုက္ခလို့ သတ်မှတ်ပြီး၊ စိတ်ချမ်းသာမှုကို သုခလို့ သတ်မှတ်ကြပါတယ်။

တကယ်တမ်းကတော့ စိတ်ဆင်းရဲမှု စိတ်ချမ်းသာမှု နာမ်သင်္ခါရပုံဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ်ဆင်းရဲမှု ကိုယ်ချမ်းသာမှု ရုပ်သင်္ခါရပုံဖြစ်ဖြစ် ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတွေဟာ ဆင်းရဲအမှန် ဒုက္ခသစ္စာတွေပါ။

ဒီရုပ် ဒီနာမ်တွေဟာ အမြဲမပြတ် ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲနေကြလို့ မမြဲတဲ့သဘော၊ ဆင်းရဲတဲ့သဘော၊ အစိုးမရနိုင်တဲ့သဘောတွေ ရှိနေကြပါတယ်။

မတည်မမြဲ ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲနေတဲ့ သဘောကြောင့်ကိုပဲ ဒုက္ခသစ္စာလို့ ဘုရားရှင်က သိစေချင်တာပါ။

ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့ရဲ့ သဘောလက္ခဏာကိုတွေ့ရင် ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်၊ ဝိပဿနာတရားသိတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၂၉

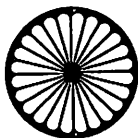
ဒါမှမဟုတ် နာမူ ကျင်မှု၊ မွေး အို သေမှုဆိုတဲ့ သံဝေဂရစရာ အာရုံတွေကို တွေ့ရင်တော့ သံဝေဂဉာဏ် ရနိုင်ပါတယ်။ သံသရာကို ထိတ်လန့်၊ အကုသိုလ်ကို ထိတ်လန့်တဲ့ သံဝေဂဉာဏ် အသိတရားတွေ ရနိုင်ပါတယ်။

ဒါပေမယ့် သံဝေဂရစရာ အာရုံလည်းရှိ၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ဖြစ်စရာ အာရုံလည်းရှိနေ၊ တွေ့နေရပေမယ့် ဒီအသိမျိုး ဉာဏ်မျိုး မဖြစ်ပေါ်ကြတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ အများကြီး ရှိပါတယ်။

ကိလေသာတွေထူပြောပြီး အသိဉာဏ်ကို ဖုံးအုပ်ထားလို့ပါ။ ကိလေသာထူလို့ ဒုက္ခတွေ့၊ ဒုက္ခတွေ့လို့ ကိလေသာ ထူပြောဆိုတဲ့ လည်ပတ်မှုမျိုးနဲ့ ဆက်ဖြစ်နေရင်တော့ ဒုက္ခရောက်သူတိုင်း တရားမသိနိုင်ပါဘူး။

အသိဉာဏ်ဖြစ်မှသာ တရားသိနိုင်ကြပါတယ်။

သံဝေဂဉာဏ်၊ ဝိပဿနာဉာဏ် အသိတရားတွေ ခွဲစိတ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။



၃၀ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

မေး - ဝိပဿနာသမားဖြစ်လို့ ပရမတ်သက်သက်
ကိုသာ စေ့ခိုင်းတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပဲ ညွှန်ပြ
ပေးပါ။

ဖြေ - ဝိပဿနာဉာဏ်ရဲ့ အာရုံဟာ ပရမတ်အာရုံသာ
ဖြစ်တယ်ဆိုတာကို သိထားပြီးသူ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။

ဝိပဿနာတရားအတွက် အားထုတ်နည်းကို ညွှန်ပြ
တဲ့အခါ ပညတ်သဘောတွေကို အခြေခံပြီး ပရမတ်ကို
မြင်စေနိုင်တဲ့ အားထုတ်နည်းရယ်၊ ပရမတ်သဘောတွေကို
တိုက်ရိုက် မြင်စေနိုင်တဲ့ အားထုတ်နည်းရယ်လို့ ရှိကြပါ
တယ်။

ပညတ်သဘောတွေကို အခြေခံတဲ့နည်းက အချိန်
ကြာကြာ၊ နေရာမရွေ့ဆိုတဲ့ သဘောမျိုးတွေ၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊
အရွယ်အစား၊ အရောင်အဆင်းတွေကို ညွှန်ပြတဲ့ သဘော
တွေနဲ့ စပြီး ပြောပေး ဆိုပေးကြရတာပါ။

ပရမတ်အာရုံကို သိနိုင်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်လာ
ရင်တော့ ‘ပရမတ်မှန်၊ ခပ်မြန်မြန်၊ ဧကန်မုချ၊ ဖြစ်လည်း
ဖြစ်တယ်၊ ပျက်လည်း ပျက်တယ်’ဆိုတဲ့ သဘောကို သိလာ
နိုင်ပါပြီ။

ပရမတ်သဘောကို တိုက်ရိုက်မြင်စေနိုင်တဲ့ အားထုတ်
နည်းကတော့ ပရမတ်တွေရဲ့ အချိန်မရွေး အမြဲတမ်း
မြန်မြန် ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလည်း နေကြတဲ့ သဘောကိုပဲ
ပြောဆိုညွှန်ပြကြပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၃၁

ရုပ်ပရမတ်၊ နာမ်ပရမတ်သဘောတွေ၊ ခန္ဓာ၊ အာယတန ပရမတ်သဘောတွေကို ညွှန်ပြကြပါတယ်။

ဒီလို ပရမတ် တိုက်ရိုက် ညွှန်ပြရာမှာလည်း အသုံး အနှုန်း အပြောအဆိုကတော့ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး နားလည် စေတဲ့ အသုံးအနှုန်း ပညတ်အခေါ်အဝေါ်တွေနဲ့ပဲ ပြောဆို ရပါတယ်။

အခု အမေးက ပရမတ်ကိုသာ အားသန်တယ်။ ပညတ်ကို ဂရုမစိုက်ချင်တော့ဘူးဆိုတဲ့ သဘောတွေ ပါဝင် ပါတယ်။

ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုပေမယ့် ကျေးဇူးရှင် ဆရာ သမားများက သင့်တော်ရာ၊ သင့်လျော်ရာ ပညတ်အခြေခံ ပြီး ညွှန်ပြတဲ့နည်းတွေကို အသုံးပြုတာ များပါတယ်။

‘ထိ-သိ’၊ ဒါဟာ ပရမတ်အစစ်ညွှန်တဲ့ ဝိပဿနာ ပါလို့ ပြောကြရင်လည်း အသုံးအနှုန်းက ပညတ်ပါပဲ။ ရုပ်ကို ဉာဏ်နဲ့ကြည့်၊ နာမ်ကို ဉာဏ်နဲ့ကြည့်၊ ဖြစ်ပျက် ကြည့်ဆိုတာတွေလည်း ဒီလိုပါပဲ။

ဒီသဘောတွေကို ဒီလောက်ပြောရုံနဲ့ မသိနိုင်သေးတဲ့ သူတွေက များလှပါသေးတယ်။

အသေးစိတ် သိအောင်၊ သေချာသိအောင် ပြောဆို ပေးကြရဦးမှာပါ။ ဒီအခါမှာ နေရာ၊ ဒေသ၊ အရွယ်အစား၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ အချိန်ကာလ စတဲ့ ပညတ်သဘောတွေကို ပြောပေးရ၊ ဆိုပေးရပါသေးတယ်။

၃၂ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ဝိပဿနာတရားကို သိလိုတဲ့ သမ္မာဆန္ဒရှိသူအနေနဲ့ ကပညတ်သဘောတွေကိုရော ပရမတ်သဘောတွေကိုပါ နားလည်ထားရပါမယ်။ သိထားရပါဦးမယ်။ ဒါမှလည်း ဒီခေတ် ဒီအခါမှာ တရားသိဖို့ရန် ပိုပြီး အထောက်အကူ ပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ပညတ်ဆိုတာ သမုတိသစ္စာ နယ်ပယ်ပါ။

ပရမတ်ဆိုတာ ပရမတ္ထသစ္စာ နယ်ပယ်ပါ။

ဒီနယ်ပယ်နှစ်ခုရဲ့ အကျယ်အဝန်းကို သိနားလည် ထားသူအတွက် တရားအလုပ်မှာ တကယ် ကျေးဇူးများ ပါတယ်။

ပရမတ်နဲ့ ပညတ်သဘောတွေကို တန်ဖိုးထားမှုနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးရဲ့ အဆိုအမိန့်ကို သဘောကျမိတာရှိပါတယ်။

ဆရာတော်ကြီးက “ပရမတ္ထသစ္စာကို သဘောမပေါက် ရင် နိဗ္ဗာန်မရောက်ဘူး၊ ပညတ်သမုတိသစ္စာကို နားမလည် ရင် အပါယ်ရောက်မယ်”လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

ပညတ်သမုတိသစ္စာဆိုတာဟာ လောကဝတ္တရား တွေပါ ပါဝင်ပါတယ်။ ဒီဝတ္တရားတွေ ပျက်ပြားသွားရင် အပါယ်လေးပါးကို ရောက်စေနိုင်ပါတယ်။

စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ ပရမတ် သဘောတွေ မသိရင် နိဗ္ဗာန်ကို မရောက်နိုင်သေးပေမယ့် ဆရာဝတ်၊ တပည့်ဝတ်၊ မိဘဝတ်၊ သားသမီးဝတ်၊ ကိုယ်

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၃၃

ကျင့်သီလဆိုတဲ့ သဘောတွေကို လိုက်နာကျင့်သုံးရင်
အပါယ်မကျနိုင်ဘူးလို့ ပြောလိုတာပါ။

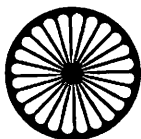
ပရမတ္ထသစ္စာကို သိရင်တော့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်နိုင်
လာပြီပေါ့။

ပရမတ်ကိုပဲ ဖက်တွယ်ပြီး ပညတ်ပယ်ရင် အပါယ်
ကျမယ်။ ပညတ်ကိုပဲ ဖက်တွယ်ပြီး ပရမတ်ပယ်ရင်လည်း
နိဗ္ဗာန် မရောက်ပါဘူး။

ပရမတ်ကိုလည်း သိ၊ ပညတ်သမုတိသစ္စာကိုလည်း
လက်ခံ နားလည်ရင် ပိုကောင်းတာပေါ့။

ဒါကြောင့် ပညတ်ပရမတ် နှစ်မျိုးစလုံးကို နားလည်
ပြီး သီလ၊သမာဓိ၊ပညာတရားတွေ တိုးပွားအောင်သာ
ကြိုးစားကြစေချင်ပါတယ်။

ဝိပဿနာအတွက် အခြေခံအားထုတ်ပုံတွေကိုလည်း
အမေးအဖြေအမှတ်(၁)၊ အမှတ်(၂)တွေမှာ ရေးသားထား
ခဲ့ပြီးပါပြီ။ ဖတ်ရှုပြီး နားလည်သဘောပေါက် အားထုတ်
နိုင်ပါစေ။



၃၆ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

အရွယ်ကြီးရင် 'အိုးကြီး'၊ အရွယ်ငယ်ရင် 'အိုးသေး' လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။

သောက်တော်ရေအတွက် ဘုရားစင်ပေါ် တင်ထားရင် ဘုရားအိုး၊ စားပွဲပေါ်တင်ထားရင် စားပွဲတင်အိုး၊ အိမ်

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၃၇

မြေအိုးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အိုးမြေပဲဖြစ်ဖြစ် မူလအရင်းခံက
'မြေ'ပါပဲ။

မြန်မာလို 'မြေ'လို့ ခေါ်နေတာပါ။ ဒါပေမယ့် 'မြေရဲ့
တကယ် အရှိသဘော' ဆိုတာ အမှုန့်ကို ခေါ်တာမဟုတ်
ပါဘူး။

အဲဒီ မြေကြီးကို မျက်စိမှိတ်မှိတ်၊ ဖွင့်ဖွင့် သွားထိလိုက်
ရင် ထိတဲ့အခါမှာလည်း လက်ညှိုးနဲ့ ထိထိ၊ လက်ခလယ်နဲ့
ထိထိ ထိလိုက်ရင် 'ထိ'တဲ့သဘောရှိနေပါတယ်။ မာတဲ့
ပျော့တဲ့သဘောလို့ အသိမှာဖြစ်တတ်ပါတယ်။

မာမှု ပျော့မှုလို့ခေါ်တဲ့ အဲဒီ'ထိ'သဘော မြေဓာတ်
ပရမတ်ဟာ မြေအိုး၊ သောက်ရေအိုး၊ အိုးကြီး၊ အိုးသေး၊
ဒိုးဟောင်း၊ အိုးသစ်ဆိုတဲ့ အမည်တွေ၊ ပညတ်တွေ
ဘယ်လိုပဲ ပြောင်းပြောင်း 'မာ ပျော့' 'ထိ'ဆိုတဲ့ မြေဓာတ်
ပရမတ်ကတော့ အမြဲရှိနေပါတယ်။

မြေမှုန့်တွေဖြစ်တဲ့အထိလည်း ရှိနေပါတယ်။

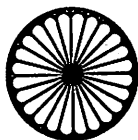
ဘယ်နေရာ၊ ဘယ်အချိန်၊ ဘယ်အကြောင်းကြောင်း
တွေကြောင့်ပဲဖြစ်ဖြစ် မြေဓာတ်ရဲ့ သဘောက မပြောင်းလဲ
ပါဘူး။ ဒါကို ပရမတ်ရဲ့ အမှန်တရားလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ပညတ်က အများသတ်မှတ်တဲ့သဘော အမှန်ပါပဲ။
ဒါပေမယ့် မရှိတရားပါ။

၃၈ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ပရမတ်ဆိုတာ အများသတ်မှတ်သည်ဖြစ်ဖြစ်၊
မသတ်မှတ်သည်ဖြစ်ဖြစ်၊ သိသိ မသိသိ အမှန်တရားပါပဲ။
တကယ် အရှိတရားပါ။

ပရမတ်ဆိုတာ စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့
သဘောတွေရှိပါတယ်။ ပညတ်ကတော့ မရေတွက်နိုင်
အောင်များပါတယ်။ ဒီသဘောတွေဟာ ပညတ်နဲ့ ပရမတ်
တွေရဲ့ သဘောတွေပါပဲ။



ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၃၉

မေး - သတိထားပြီး တရားရှုပေမယ့် ကြာတော့
ပျင်းလာပါတယ်။ မပျင်းအောင် ဘယ်လို
ရှုရပါမလဲ။

ဖြေ - တရားရှုတယ်ဆိုတာ သတိထားပြီး ရှုရတာပါ။
သတိဆိုတာ သိလို၊ ထားလိုတဲ့ အာရုံမှတစ်ပါး
တခြားသို့ မျော့ပါ။ လွင့်ပါမသွားစေခြင်းဆိုတဲ့ သဘော
လက္ခဏာရှိပါတယ်။

မေ့လျော့တွေဝေခြင်းကို ဖျက်ဆီးတဲ့ အလုပ်ကိစ္စ
လုပ်ပါတယ်။

ကိလေသာ နီဝရဏတွေရဲ့ အနှောင့်အယှက်ကို
တားမြစ်ပြီး စိတ်ချမ်းသာအောင် စောင့်ရှောက်နိုင်တဲ့ သဘော
လို့ သိနိုင်ပါတယ်။ အမှတ်သညာအားကောင်းရင် သာမန်
သတိမျိုး အားကောင်းပါတယ်။ ရုပ်နာမ်အာရုံတွေဟာ
ဝိပဿနာသတိ အားကောင်းအောင် ထောက်ပံ့တဲ့
အကြောင်းရင်းပါပဲ။

သတိဆိုတာ အတု၊အစစ်နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ အကုသိုလ်
စိတ်ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ အာရုံမျိုးတွေကို အမှတ်ရနေရင်၊ အမှတ်
ရပြီး အကုသိုလ်ဖြစ်ရင် ‘မိစ္ဆာသတိ’၊ သတိအတုပါ။

ကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့ သတိကသာ သတိအစစ်ပါ။ သမ္မာ
သတိပါ။ ဒါနသတိ၊ သီလသတိ၊ သမထသတိ၊ ဝိပဿနာ
သတိလို့ ခွဲပြောရရင် ဝိပဿနာသတိကသာ ဉာဏ်ယှဉ်

၄၀ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

တွဲမှု အားကောင်းလို့၊ အမှန်အတိုင်း အမှတ်ရမှုသဘော ဖြစ်လို့ သမ္မာသတိပါ။

မိမိသိလိုတဲ့အာရုံကို မရ အရ ပုံဖော်ယူနေတာ၊အတင်း လိုက်ပြီး ကြည့်နေတာတွေဟာ လောဘစိတ်၊ မိစ္ဆာ သတိ ဖြစ်နေပါတယ်။ အခုဖြစ်ဆဲ ရုပ်နာမ်အာရုံကို သေချာ သဘောသိအောင် မကြည့်ဘဲ ပူရင်၊ နာရင်၊ ကျင်ရင်၊ တင်းရင် မကြိုက်လို့ အတင်းပျောက်ဖျက်နေတာဟာ ဒေါသစိတ်-မိစ္ဆာသတိပါပဲ။ အာရုံကို အမှတ်တရ လိုက်ရှာ နေတာတွေ၊ ပျောက်ဖျက်ပစ်နေတာတွေကို ခေါ်ပါတယ်။

စိတ်က ပျာယာခပ်နေတယ်။ တင်းကြပ်နေတယ်။ တစ်ခါတစ်လေ ဝေဝါးနေတယ်။ မပီပြင်ဘူး။ ပင်ပန်း တယ်။ ရှုပ်ထွေးတယ်။ နောက်ကျိတယ်။ မဝေခွဲနိုင်ဘူး ဆိုတာတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါတွေဟာလည်း မိစ္ဆာ သတိရဲ့ သတ္တိတွေပါပဲ။

သတိအစစ်ရဲ့ သဘောက စောင့်ကြည့်နေရုံ၊ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း အာရုံရဲ့ သဘောကို သိလာအောင် စောင့်ကြည့် နေရုံပါပဲ။

စိတ်အေးချမ်းတယ်၊ တည်ငြိမ်တယ်၊မပင်မပန်း သက် တောင့်သက်သာ ကြည်ကြည်လင်လင်ကြည့်နေနိုင်ပါတယ်။

ဟိုဟာမြင်ရမှ၊ ဒီဟာမြင်ရမှ ကျေနပ်မယ်။ ဒီဟာ ဆိုရင် မကြိုက်ဘူး၊ ဟိုဟာကိုလည်း မကြိုက်ဘူးဆိုတာ မရှိပါဘူး။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၄၁

တွေဝေ ဝိုးဝါးမှုတွေလည်း မရှိပါဘူး။

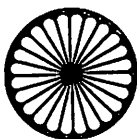
သတိလေးနဲ့ စောင့်ကြည့်ရင် သိစရာတွေကို သိလာပါတယ်။ ယောဂီက အေးအေးဆေးဆေးနေသာသလို မျှမျှတတ ထိုင်ချင်ထိုင်၊ ရပ်ချင်ရပ်၊ သွားချင်သွား၊ လျောင်းချင်လျောင်း၊ ဒါမှမဟုတ် လုပ်နေကျအလုပ်တွေကို လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်း သတိလေးထားပေးရပါတယ်။ မပင်ပန်းပါဘူး။

မသိသေးတဲ့ သဘောတွေကို သိလာတယ်။ ဓမ္မသဘောတွေကို ပီပီပြင်ပြင် မြင်လာတယ်။ ပျင်းရိမှုဆိုတာ မဖြစ်ပါဘူး။ ဒီသဘောက ဝိပဿနာ သမ္မာသတိ၊ သတိအစစ်ရဲ့ သဘောပါ။

သတိအစစ်နဲ့ အတု နားလည်ပါ။ ပြန်ပြီး ဆန်းစစ်ပါ။ ပျင်းနေတာဟာ သတိအတုကြောင့်ဆိုတာ သိလောက်ပါပြီ။

သမ္မာသတိ၊ သတိအစစ်ဖြစ်ရင် ဝီရိယအစစ်၊ သမာဓိအစစ်ဖြစ်ပါပြီ။ ဝီရိယအစစ်ဖြစ်ရင် မပျင်းတော့ပါဘူး။

သတိအစစ်၊ ဝီရိယအစစ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။ တရားရှုရင်း အပျင်းပျောက်လို့ တရားနဲ့ ဓမ္မလျော်၊ တရားနဲ့ အချိန်တိုင်း ပျော်နိုင်ပါပြီ။



၄၂ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

မေး - မပြောင်းပဲ ကြာကြာထိုင်တာနဲ့ ပြောင်းပြင် ပေးတာ ဘယ်ဟာက ပိုပြီး တရားသိနိုင်ပါ သလဲ။

ဖြေ - ကြာကြာထိုင် မထိုင်နဲ့ တရား သိ မသိလို့ မေးခွန်းကိုကြည့်ပြီး နှစ်ပိုင်းခွဲလိုက်ပါ။

တရားသိဖို့နဲ့ ထိုင်ဖို့ဆိုတဲ့ အကျိုးနှစ်ခုမှာ မိမိကိုယ်ကို ပြန်မေးပါ။ ‘တရားသိချင်တာလား၊ ထိုင်ချင်တာလား၊ တရား ထိုင်ချင်တယ်’လို့ ပြောနေကြတာတွေကို သတိထား ကြည့်ပါ။

တရားသိချင်ရင် သိဖို့အကြောင်းရင်း ရှိပါတယ်။

တရားထိုင်နိုင်ချင်ရင်ထိုင်နိုင်ဖို့အကြောင်းရင်းရှိပါတယ်။

ကိုယ်ဆင်းရဲမှုဒုက္ခ၊ စိတ်ဆင်းရဲမှု ဒေါမနဿနဲ့ သစ္စာ လေးပါးတရားကို ထိုးထွင်း မသိနိုင်ပါဘူး။

ကိုယ်ချမ်းသာမှုသုခ၊ စိတ်ချမ်းသာမှု သောမနဿနဲ့ သာ သစ္စာလေးပါးတရားကို ထိုးထွင်းသိနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ်ဆင်းရဲမှုဒုက္ခကို အကြောင်းခံပြီး စိတ်ဆင်းရဲမှု ဆိုတာ များသောအားဖြင့် ဖြစ်တတ်ကြပါတယ်။

စိတ်ဆင်းရဲမှုဆိုတာ အကုသိုလ်ပါ။ ကိလေသာဝင် နေလို့၊ ကိလေသာ အရှိန်ကောင်းလို့ ဖြစ်ရတာပါ။

စိတ်ချမ်းသာမှုဆိုတာ ကုသိုလ်ပါ။ သတိရှိလို့၊ ဓာတ်ခံ ကောင်း နှလုံးသွင်းကောင်းရှိလို့ စိတ်ချမ်းသာရတာပါ။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၄၃

ကုသိုလ် စိတ်ချမ်းသာမှုအမျိုးမျိုးမှာ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်စိတ်ဟာ လောကီစိတ်ချမ်းသာမှုတွေထဲက အဆင့် အမြင့်ဆုံးပါပဲ။ သတိရှိမှ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်၊ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်ပြီး ဉာဏ်ပါလာမှ ရုပ်နာမ်သဘောကို သိနိုင် မြင်နိုင်ပါ တယ်။

တရားသိချင်ရင် သတိရှိတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်ချမ်းသာမှု ဖြစ်ရပါတယ်။

မပြောင်းဘဲ ကြာကြာထိုင်တာနဲ့ ပြောင်းပြင်ပြီး ထိုင် တာနဲ့ ဘယ်ဟာက ပိုပြီး တရားသိနိုင်ပါသလဲဆိုတာ ဆက်ပြီး ဖြေကြည့်ကြရအောင်။

အချိုးအစားမကျတဲ့ ထိုင်နေမှုကြောင့်၊ ဒါမှမဟုတ် ကြာလာတဲ့အခါ နာကျင်ကိုက်ခဲမှု၊ ကိုယ်ဆင်းရဲမှုတွေ ပြင်းစွာ ဖြစ်လာပါတယ်။ ကိုယ်ဆင်းရဲရင် စိတ်ဆင်းရဲ တတ်ပါတယ်။ ဒေါသအကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အဖြစ်လည်း များပါတယ်။

မပြောင်းမပြင်နဲ့ ဆိုလို့သာ ထိုင်နေရတယ်။ မကျေနပ် စိတ်ဖြစ်နေရင် အရှင်အာရုံ ရုပ်နာမ်ကို မမြင်နိုင်ပါဘူး။ သဘောမကျစရာ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုကိုပဲ မြင်ပြီး ဒေါသပဲ ဖြစ်နေပါတယ်။

ပြောင်းချင်တယ်၊ မပြောင်းရဲလို့ ဆိုတာမျိုးဟာ တရား မသိနိုင်ပါဘူး။

၄၄ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

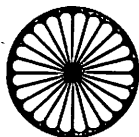
ဒါဖြင့် ပြောင်းချင်လို့ ပြောင်းတယ်ဆိုပါစို့။ အနာသက်သာရုံ၊ ကျင်တာ ပျောက်သွားရုံ၊ တင်းတာ လျော့သွားရုံ ဒီလောက် ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ပြောင်းရင် အနာတော့ သက်သာချင် သက်သာမယ်၊ ကျင်တာ ပျောက်ချင်ပျောက်မယ်၊ တင်းတာ လျော့ရင်လျော့မယ်၊ တရားတော့ သိလိုက်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ကြာကြာထိုင်ချင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် နာကျင်မှုကို အောင့်ခံလို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အာရုံပြောင်းလို့ပဲဖြစ်ဖြစ် အကျင့်လုပ်ပြီး ထိုင်သွားရင် ဆယ်မိနစ်ကနေ နာရီဝက်၊ နာရီဝက်ကနေ တစ်နာရီ၊ နှစ်နာရီ၊ တစ်နေ့ကုန်ဆိုတာ ထိုင်နိုင်လာပါတယ်။

ကြာကြာထိုင်ချင်ရင် ထိုင်ကျင့်တိုးတိုးပြီး လုပ်ပါ။ ကြာလာရင် အကျင့်ရပြီး ထိုင်နိုင်လာပါတယ်။

တရားသိချင်ရင်တော့ စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ချမ်းသာနဲ့ အေးအေးဆေးဆေး အချိန်တိုင်း သတိဝီရိယကောင်းတွေနဲ့ ကြိုးစားပြီးကြည့်ပါ။ တရားသိနိုင်လာပါတယ်။

ကြာကြာထိုင်တာ၊ မထိုင်တာနဲ့ တရားသိတာ၊ မသိတာနဲ့ကို မရောထွေးပါစေနဲ့။ ထိုင်ချင်ရင် ထိုင်နိုင်အောင် ကျင့်၊ တရားသိချင်ရင် တရားသိအောင်ကျင့်ပါ။



ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၄၅

မေး - ကြိုးစားပေမယ့် တရားမသိသေးပါ။ ပါရမီ မရှိဘူးလို့ ထင်ပါတယ်။ ရှင်းပြပေးပါ။

ဖြေ - ကြိုးစားပေမယ့် တရားမသိသေးဘူးဆိုတာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဘုရားရှင်ပင်လျှင် ခြောက်နှစ်တိုင်တိုင် ကြိုးစားခဲ့ပါတယ်။ ဒုက္ကရစရိယာအကျင့်ကို ဘုရားဖြစ်ဖို့ ကျင့်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဘုရားမဖြစ်ခဲ့ပါဘူး။

ဒုက္ကရစရိယာအကျင့်ကို စွန့်ပြီးတဲ့နောက် ကဆုန် လပြည့်နေ့မှာ ထပ်ပြီး ကြိုးစားတော့ ဘုရားအဖြစ် ရောက် တော်မူခဲ့ပါတယ်။

ဒီနှစ်ခုကိုကြည့်ရင် ဘုရားရှင်သည်ပင် ဘုရားအဖြစ် ကြိုးစားသော်လည်း နည်းမမှန်ရင် အကျိုးမပြီး၊ နည်းမှန် မှသာ အကျိုးပြီးတယ်လို့ သိနိုင်ပါတယ်။

ဒါကိုပဲ တချို့က ပါရမီမပြည့်သေးလို့၊ ပါရမီ မရင့် သေးလို့လို့ ပြောကြပါတယ်။

ပါရမီဆိုတာ မြင့်မြတ်သူတွေရဲ့ အပြုအမူတွေ၊အပြော အဆိုတွေ၊ အကြံအစည်တွေကို ခေါ်ပါတယ်။

မြင့်မြတ်တဲ့အလုပ်ကြောင့် မြင့်မြတ်တဲ့ ကောင်းကျိုး တွေ ရနိုင်ပါတယ်။ ပါရမီဖြည့်တယ်ဆိုတာ ကြိုးစားမှု ဝီရိယလည်း ပါရပါတယ်။

ပါရမီနဲ့ပတ်သက်လို့ တရားအသိရဖို့ အချိန်တန်နေ ပြီဖြစ်တဲ့ ရွှေပန်းတိမ်သည်တစ်ယောက်ကို ပညာဉာဏ်

၄၆ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ကြီးတဲ့ အရှင်သာရိပုတ္တထေရ် ကမ္မဋ္ဌာန်းအပေးမှားလို့လည်း
တရားမသိတာ ဖြစ်ဖူးပါတယ်။

နောက်ပြီး ပါရမီရှင်ဖြစ်တဲ့ ရှင်ဗာကုလ အလောင်း
လျာ ကလေးငယ်ဘဝက ရေထဲလွတ်မျောပြီး ငါးကြီး
ဝမ်းထဲရောက်၊ ငါးကြီးကိုမိ၊ ဗိုက်ခွဲ၊ အသက်ရှင်ရက်
ကလေးအဖြစ် ရနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီဘဝမှာပဲ ရဟန္တာ
အရှင်မြတ်ကြီး ဖြစ်သွားပါတယ်။

နောက်ပြီး ကုဋေရှစ်ဆယ်ကြွယ်ဝတဲ့ ဗာရာဏသီ
သူဌေးသားတစ်ယောက်ရှိတယ်။ ပညာမသင်၊ စီးပွားမရှာ၊
တရားအားမထုတ်ဘဲ နေပါတယ်။ အသက်အရွယ် အိုမင်း
တော့ ခွက်လက်ဆွဲပြီး တောင်းစားရတဲ့အဆင့် ရောက်
သွားတယ်။

ဒီသူဌေးသားဟာ ရဟန္တာဖြစ်ဖို့ ပါရမီပါတယ်။
ဖြစ်မသွားပါဘူး။ ပထမတန်းစား သူဌေးကြီးဖြစ်ဖို့ ပါရမီ
ပါတယ်။ ဖြစ်မသွားပါဘူး။ ပညာလည်း မရှာ၊ ကြိုးလည်း
မကြိုးစားလို့ ပါရမီတွေ ပျက်သုဉ်းခဲ့တာပါ။

ကိုယ့်ပါရမီကို ဘယ်သူမှ ဖျက်ဆီးလို့ မရပါဘူး။
ဒါပေမယ့် ကိုယ် ကိုယ်တိုင် ဖျက်ဆီးရင်လည်း ပါရမီ
အားလုံး ပျက်စီးပါတယ်။

ကြိုးစားပေမယ့် တရားမသိသေးတာဟာ နည်းမမှန်
လို့လား?၊ ကိုယ့်ပါရမီတွေ ကိုယ်ဖျက်နေသလား?လို့ ပြန်
ကြည့်ပါ။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၄၇

နည်း မမှန်ရင် မှန်အောင်ကြိုးစားပါ။

နည်းဆိုတာက ဘုရားရှင် ဟောတော်မူခဲ့တဲ့ နည်းတွေ ပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ကိုယ်နဲ့ သင့်တော်တဲ့နည်းဆိုရင် ကိုယ့် အတွက် နည်းမှန်ပါတယ်။ မသင့်တော်တဲ့ နည်းဆိုရင် နည်းမမှန်ပါဘူး။

သင့်တော်တယ်၊ မသင့်တော်ဘူးဆိုတာက ကြာကြာ ထိုင်နိုင်လေ့ရှိတဲ့သူကို များများ လမ်းလျှောက်ခိုင်းရင်၊ ကြာကြာထိုင်နိုင်လေ့မရှိတဲ့သူကို ကြာကြာထိုင်ခိုင်းရင် ဒါတွေဟာ မသင့်တော်တဲ့သဘောတွေပါ။

တရားအသိတွေ တိုးတက်စေတဲ့ နည်းဟာ သင့်တော် တဲ့ နည်းပါ။ သတိ ဝီရိယ ပညာတွေ တိုးပွားလာရင်၊ အားကောင်းလာရင် သင့်တော်တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ထိုင်ထိုင်၊ရပ်ရပ်၊ သွားသွား၊ လှဲလှဲ၊ ဘယ် လိုပဲနေနေ သတိ ဝီရိယ အသိပညာတွေ အားကောင်းလာ စေတဲ့ နည်းမျိုးကို လက်ကိုင်ထားသင့်ပါတယ်။

ဘုရားရှင်ကလည်း ဝိပဿနာနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘယ်လို အမူအရာတွေနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် အားထုတ်စေခဲ့ပါတယ်။ နည်းပေးခဲ့ပါတယ်။

ကြာကြာထိုင်နိုင်ပေမယ့် သဘောကျတဲ့ လောဘ၊ မကြိုက်တဲ့ ဒေါသ၊ ဘာမှန်းညာမှန်းမသိတဲ့ မောဟမျိုးတွေ ဖြစ်နေရင်ကြာကြာလမ်းလျှောက်ပေမယ့်ကြာကြာရပ်ပေမယ့် အဲဒီလို ကိလေသာတွေဝင်နေရင် မသင့်တော်တဲ့နည်းပါ။

၄၈ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ကိုယ်ကြိုက်တာကို ကိုယ်လုပ်ယူနေတာလား၊ ဆရာ
ခိုင်းတဲ့အတိုင်း လုပ်ယူနေတာလား၊ ဒါမှမဟုတ် ကိုယ်နဲ့
သင့်တော်တဲ့ အမှုအရာနဲ့ နေပြီး သတိဉာဏ်တိုးစေတဲ့
သင့်တော်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်နေတာလားလို့
ပြန်ကြည့်ပါ။ ဆန်းစစ်ပါ။

ပြောစရာတွေ အသေးစိတ် အများကြီးရှိပေမယ့်
ကြိုးစားတဲ့ ပါရမီ၊ ဝီရိယပါရမီကို ပြောပါမယ်။ ဝိပဿနာ
ဝီရိယကို အဓိကပြောပါမယ်။

သမ္မပ္ပဓာန်လုံ့လဟာ စိတ်ဝီရိယပါ။ ဝိပဿနာ ဝီရိယ၊
ဝီရိယပါရမီပါ။ မဖြစ်သေးတဲ့ ကိလေသာ အကုသိုလ်တွေကို
အဝင်မခံ၊ အဖြစ်မခံတာ၊ ဖြစ်နေရင်လည်း ချက်ချင်း
ပယ်ဖျက်နိုင်တာ၊ မဖြစ်သေးတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်တွေဖြစ်လာ
အောင်၊ ဖြစ်နေပြီးတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်တွေကိုလည်း ထပ်ဆင့်
တိုးပွားအောင် ကြိုးစားတဲ့ ဝီရိယဟာ စိတ်ဝီရိယပါ။
ဝိပဿနာ ဝီရိယလည်း ဟုတ်တယ်။ ပါရမီဖြစ်စေတဲ့
ဝီရိယလည်း ဟုတ်ပါတယ်။

ကိုယ်ဝီရိယအားကိုးပြီး စိတ်ဝီရိယတွေကို မတိုးပွားစေ
ရင် ဒီလို ကြိုးစားမှုဟာ မှန်ကန်တဲ့ ဝီရိယလို့ မခေါ်နိုင်
ပါဘူး။

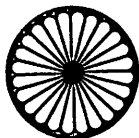
စိတ်ဝီရိယ ကောင်းကောင်းနဲ့ ကြိုးစားရင် သတိ
ကောင်း၊ သမာဓိကောင်းတွေဖြစ်လာပါတယ်။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၄၉

ဆိုတဲ့ပညာဉာဏ်တွေလည်း ဖြစ်လာပြီး တရားသဘောတွေ
ကို သိလာပါတယ်။

ဒီလိုကြိုးစားနေခဲ့ရင် ဝီရိယပါရမီဆိုတာ ဖြစ်လာပါ
တယ်။ ပါရမီဓာတ်တွေ ရင့်သန်လာပါတယ်။ ပါရမီ ဆိုတာ
ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဖြည့်ရတာပါ။ ကြိုးစားရတာပါ။ ကြိုးစား
ရင် ပြည့်ပါတယ်။ ပါရမီရှိသူ၊ ရင့်ကျက်သူဖြစ်လာပါတယ်။

ဒါကြောင့် ပါရမီပြည့်အောင်၊ တရားသိအောင်
မှန်ကန်တဲ့နည်းနဲ့ ကြိုးစားပါ။



၅၀ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

မေး - အသိနဲ့ အကျင့်အကြောင်း ထပ်ရှင်းပြပါဦး။

ဖြေ - ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ(၁)
ကို ဖတ်ပြီးလို့ မေးတာပဲဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ နှာ-၈၂
ကြောင်းရေ ၁၆ မှာ-

ဝိပဿနာက ပညာဉာဏ်အသိဖြစ်ရမှာ။

သတိနဲ့ သိတာလည်း အသိတစ်မျိုးရှိသေးတယ်။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ရဲ့ သာသနာမှာ အသိနဲ့ အကျင့်လို့
နှစ်မျိုးရှိတယ်။ မှန်ကန်တဲ့ လမ်းစဉ်အပေါ် ရောက်နေရင်
တောင်မှ အသိမှန်နဲ့ ရောက်နေတာလား၊ အကျင့်မှန်နဲ့
ရောက်နေတာလားလို့ ကွဲပြားသေးတယ်။

ပညာဉာဏ်က အသိမှန်အလုပ်၊

သတိက အကျင့်မှန်အလုပ်၊

သတိအားကောင်းလို့ ရှုတဲ့အခါ အကျင့်ရပြီး အကျင့်
အားကိုးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် ခါတိုင်း အလေ့အကျင့်ရှိတဲ့
အာရုံ၊ အမူအရာ၊ အလုပ်၊ နှလုံးသွင်း၊အချိန်နဲ့သာ အဆင်
ပြေတတ်တယ်။

အကျင့်တစ်ခုတည်း အားကိုးတာကိုး။

သတိရော ဉာဏ်ပါ။ အကျင့်ရော အသိပါ တစ်ထပ်
တည်း အသုံးပြုတတ်အောင် ကြိုးစားစေချင်တယ်။

အကျင့်ကိုသာ တစ်ဖက်သတ် ဦးစားပေးရင် အသိ
တရားတွေ နောက်ဆုတ်နေနိုင်ပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၅၁

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် မပွင့်ပေါ်မီကတည်းက အကျင့်အားကိုးနဲ့ နေခဲ့ကြတဲ့ ယောဂီတွေ များစွာရှိခဲ့ပါတယ်။ အသိမတိုးခဲ့ကြပါဘူး။ ခိုင်းရာအာရုံ၊ ကြိုက်ရာအာရုံကိုသာ အာရုံပြုပြီး အကျင့်အား သတိအားကောင်းအောင် ကြိုးစားနေခဲ့ကြတာပါ။

သတိကလည်း မိစ္ဆာသတိ၊ သမ္မာသတိ ရှိနေပုံ၊ သမ္မာသတိကလည်း ဒါနသတိ၊ သီလသတိ၊ ဘာဝနာသတိ၊ နောက်ပြီး သမထသတိ၊ ဝိပဿနာသတိဆိုတာတွေ ရှိပါသေးတယ်။

သတိဆိုတာ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိနဲ့ တွဲနိုင်တဲ့ သတိ၊ ဈာန သမ္မာဒိဋ္ဌိနဲ့ တွဲနိုင်တဲ့သတိ၊ ဝိပဿနာ သမ္မာဒိဋ္ဌိနဲ့ တွဲနိုင်တဲ့သတိ၊ မဂ္ဂသမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ ဖလသမ္မာဒိဋ္ဌိတွေနဲ့ တွဲနိုင်တဲ့သတိလို့ အမျိုးမျိုးရှိကြပါသေးကယ်။

အဓိကအနေနဲ့ ဝိပဿနာသတိကို ပြောနေတာဆိုတော့၊ အသိနဲ့ တွဲနိုင်တဲ့ အကျင့်ကို ပြောနေတာဆိုတော့ အသိရှိတဲ့ အကျင့်ဖြစ်ဖို့၊ ပညာဉာဏ်ရှိတဲ့ သတိဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ် ခြောက်နှစ်တိုင်တိုင် ဒုက္ကရစရိယာ ကျင့်ခဲ့တာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်းအသိ၊ အများလည်း အသိပါ။ အကျင့်ကို ဦးစားပေးလွန်းတာပါ။

၅၂ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

အသိဉာဏ် မတိုးခဲ့ပါဘူး။ သဗ္ဗညုဘုရားအဖြစ် မရောက်
ခဲ့ပါဘူး။

ဝိပဿနာအသိအတွက် ဝိပဿနာအကျင့်ဖြစ်ဖို့
အရေးကြီးပါတယ်။

ဝိပဿနာအကျင့်ဆိုတာ ဝိပဿနာသတိကို ခေါ်ပါ
တယ်။ ဝိပဿနာသမာဓိ၊ ဝိပဿနာ ဝီရိယဆိုတဲ့ အကျင့်
သဘောတွေဟာ ဝိပဿနာသတိနဲ့သာ အတူတွဲပြီး
ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာသမာဓိက ခဏိကသမာဓိပါ။ အာရုံတစ်ခု
ကို မပျောက်မပျက်စေဘဲ စူးစိုက်ကြည့်ရတာမျိုး၊ ခန္ဓာ
ကိုယ် အမူအရာ မလှုပ်မယှက်ဘဲ နေရတာမျိုး သမာဓိ
မဟုတ်ပါဘူး။ ခဏိကဆိုတဲ့အတိုင်း အာရုံတစ်ချက်၊ ရှုစိတ်
တစ်ချက်၊ ခဏတိုင်းခဏတိုင်း ဆုံခိုက်အချိန်ကလေးမှာ
သမာဓိဆိုတဲ့ အာရုံနဲ့ စိတ်ကို ဆုံပေး၊ အာရုံအပေါ် စိတ်ကို
တည်ပေးတဲ့သဘော၊ စိတ်ဓာတ်ကလေးတည်ပြီး ကြည်လာ
စေတဲ့ သဘောပါ။

ဒါဟာ ဝိပဿနာသတိ သမာဓိတို့ရဲ့ အကျင့်သဘော
ပါပဲ။ ဝိပဿနာဝီရိယလည်း စိတ်ဝီရိယ၊ ခဏိကဝီရိယ
ပါပဲ။

ခဏိက သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိဖြစ်နေရင် ဝိပဿနာ
အကျင့်ဖြစ်နေပါပြီ။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၅၃

ဝိပဿနာအသိဆိုတာ အခုလို သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိ တို့ရဲ့ ဈာန်သဘော၊ ဝိပဿနာဉာဏ်သဘောတွေ ကွာခြားမှုကိုသိတဲ့ ဗဟုသုတ အသိမျိုးလည်း ရှိရပါမယ်။

နောက်ပြီး ကျင့်ရင်းသိ၊ သိရင်းကျင့်ဆိုတဲ့ အတိုင်း စဉ်းစားဉာဏ် အသိပေါ်လိုက်၊ ကျင့်လိုက်၊ ပွားများတဲ့ ဉာဏ်အသိပေါ်လိုက်လို့ ဒီလို စိန္တာမယ အသိမျိုးလည်း ရှိရပါမယ်။

အားထုတ်ပွားများခိုက်မှာလည်း အသိနဲ့ အကျင့် ညီမျှအောင် နေနိုင်ရပါမယ်။

အကျင့်ကို ဦးစားပေးလွန်းရင် အသိ မတိုးတက်ဘူး လို့လည်း ပြောခဲ့ပြီးပါပြီ။

အသိကို ဦးစားပေးလွန်းရင်လည်း ကြိုးစားတဲ့ ဝီရိယဓာတ်တွေ လျော့ပါးတတ်ပါတယ်။ သတိအား၊ သမာဓိအားတွေကိုလည်း တန်ဖိုးမထားသလိုဖြစ်သွားတတ် ပါတယ်။

အသိနဲ့ အကျင့် ညီမျှဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

တချို့က ဘုရားရှင်ဟောတဲ့ စကားမဟုတ်ဘဲတွေ့ခေါ် ယူဆရာမှ ပေါ်လာတဲ့ စကားတစ်လုံးကို သုံးနေကြပါ တယ်။ ‘အလေ့အကျင့်ပြုခြင်းသည် ပြည့်စုံမှုကို ပြုလုပ်ပေး နိုင်၏’တဲ့။ ‘အလေ့အကျင့်သည် ပါရမီကို ဖြစ်စေ၏’ဆိုတဲ့ သဘောပါ။

၅၄ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

အလေ့အကျင့်ဟာ ပါရမီကို၊ ပြည့်စုံမှုကို လုပ်ပေးနိုင်
တယ်ဆိုတာ အယူအဆတစ်ခုမျှသာပါ။

ပါရမီဆိုတာ အသိဓာတ်၊ ပြည့်စုံမှုဆိုတာ အသိရော
အကျင့်ပါ ပြည့်စုံတာကို ခေါ်တယ်လို့ သဘောပေါက်ရင်
ဒီစကားကြီးကို နေရာတိုင်းမှာ လက်ခံကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

အကျင့်ကသာ အလေ့အကျင့်ကြောင့် ကောင်းလာနိုင်
ပေမယ့် အသိတရားဟာ အလေ့အကျင့်ကြောင့် ကောင်း
လာနိုင်တယ်ဆိုတာက မဖြစ်နိုင်တဲ့ သဘောတွေ များပါ
တယ်။

ဗုဒ္ဓမပွင့်မီ၊ ပွင့်ဆဲ၊ ပွင့်ပြီး ခေတ်တွေမှာလည်း အလေ့
အကျင့်ကိုသာ ဦးစားပေးနေကြတာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။
ပြီးပြည့်စုံမှုဆိုတာ မရှိခဲ့ပါဘူး။

အလေ့အကျင့်ဆိုတာ ထပ်ကာထပ်ကာ ပြုလုပ်
တာလို့ ယူဆကြပါတယ်။ အကြိမ်အရေအတွက်တွေ
တိုးပွားတာပါ။ အချိန်တွေ ကြာမြင့်တာပါ။ လုပ်နေကျ
ကိုင်နေကျသဘောနဲ့ အကျင့်ပါနေမှုသဘောတွေ၊ စိတ်အား
မစိုက်ရဘဲ အလိုအလျောက်ဆိုတဲ့ သဘောတွေဖြစ်နေနိုင်
တာကို ခေါ်ကြတာပါ။

အလေ့အကျင့်ကောင်းရင် အချိန်ကြာကြာ စွမ်းနိုင်
မယ်။ အရေအတွက်တွေ များလာနိုင်ပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၅၅

ဒါပေမယ့် အရည်အချင်းကို တန်ဖိုးထားသူအတွက် အရေအတွက်တွေ များတာကို ဂရုစိုက်၊ မစိုက်၊ စဉ်းစား ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားစေချင်ပါတယ်။

သားသမီးအရေးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နိုင်ငံတော်ရဲ့အရေးပဲဖြစ်ဖြစ် နောက်ဆုံး ကုန်ပစ္စည်းထုတ်လုပ်မှုနဲ့ဆိုင်တဲ့ စက်ရုံရဲ့ ထုတ် လုပ်မှုအရေးပဲဖြစ်ဖြစ် အရေအတွက်နဲ့ အရည်အချင်း သဘောတွေကို ခွဲခြားပြီး နားလည်စေချင်ပါတယ်။

အရေအတွက်များပြီး အရည်အချင်းစံချိန်မမီရင် အကျိုး နည်းပါတယ်။ အရည်အချင်း စံချိန်မီအောင် ရပြီ ဆိုရင် အရေအတွက်က တဖြည်းဖြည်း တိုးပွားလာနိုင်ပါ တယ်။

အရေအတွက်များအောင် နှလုံးသွင်းသူအတွက် အရည်အချင်းစံချိန်မီ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

အရေအတွက်ဆိုတာ အလေ့အကျင့်သတိ အကျင့် သဘောပါ။ အရည်အချင်းဆိုတာ ပညာဉာဏ် အသိ သဘောပါ။

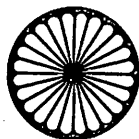
အရေအတွက်ရော အရည်အချင်းပါ ကောင်းဖို့၊ အကျင့်ရော အသိပါညီမျှဖို့၊ အားကောင်းဖို့ အမြဲတမ်း ချိန်ဆတတ်ရပါမယ်။ မျှတအောင် နေတတ်ရပါမယ်။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ရဲ့ ဂုဏ်တော်တစ်ဆူဟာ 'ဝိဇ္ဇာစရဏ သမ္ပန္နဂုဏ်တော်ပါ။ အသိနဲ့ အကျင့် ပြည့်စုံတယ်'လို့ အဓိပ္ပာယ်ရှိပါတယ်။

၅၆ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

အသိနဲ့ အကျင့်ရဲ့ သဘောတွေက နက်နဲ ကျယ်ဝန်း
လှပါတယ်။ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် နားလည်လောက်ရုံမျှ
သာ ဖြေလိုက်ပါတယ်။

အသိနဲ့အကျင့်ကို အစွန်းမရောက်ဘဲ မျှတအောင်
နေနိုင်သဖြင့် အသိအကျင့် နှစ်ပါးစုံနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူတွေ
ဖြစ်ကြပါစေ။



ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၅၇

မေး - တရားထိုင်တဲ့အခါ အတိတ်ဘဝကအကြောင်းတွေကို ပြန်မြင်ရင် ဝိပဿနာရှုလို့ရပါသလား။

ဖြေ - ဒီမေးခွန်းနဲ့ပတ်သက်လို့ ဖြေဆိုစရာတွေကို ခွဲခြားကြည့်ရင်-

ဝိပဿနာတရားထိုင်တဲ့အခါ အတိတ်ဘဝတွေကို မြင်နိုင်ပါသလား?၊ အတိတ်ဘဝကို မြင်တာသည် ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ဆိုင်ပါသလား?၊ ဝိပဿနာတရားသည် အတိတ်ကို ရှုလို့ရပါသလား?ဆိုတဲ့ အမေးတွေကို တွေ့နိုင်ပါတယ်။

အတိတ်ဘဝကို မြင်နိုင်ပါသလား?ဆိုတာ အတိတ်ဘဝကို မြင်နိုင်ပုံတွေက အများကြီးရှိပါတယ်။

ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိ အဘိညာဏ်ရလို့ ရှေးဘဝတွေမှာ နေခဲ့ဖူးတဲ့ ခန္ဓာအစဉ်၊ အမျိုးအနွယ်၊ အမည်နာမ စတာတွေကို မြင်နိုင်တာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။ ဒါက ဘုရားရှင်ရဲ့ ဉာဏ်တော်ကြီးထဲမှာ ပါဝင်ပါတယ်။

ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ အစွမ်းတစ်မျိုးမျိုးကြောင့် အတိတ်ဘဝကအကြောင်းတွေကို မြင်နိုင်တာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။ အတိတ်ဘဝက မြှုပ်နှံထားတဲ့ ရွှေအိုးတွေကို ဖော်ထုတ်ပြနိုင်တာမျိုးလို့ စာပေမှာ ပါရှိပါတယ်။ တခြားတခြားလူများ ကူညီလို့ အတိတ်အကြောင်းသိနိုင်တဲ့ သာဓကတွေလည်း များစွာရှိပါတယ်။

ကိုယ်ပိုင်စိတ်စွမ်းအားတစ်မျိုးမျိုးနဲ့ သိနိုင်တာလည်း ရှိပါသေးတယ်။ အတိတ်အကြောင်းကို သာမန် အမှတ်ရလို့

၅၈ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

သိတာမျိုး၊ ဘုရားရှင်တို့ရဲ့ ဉာဏ်တော်ကြီးတွေနဲ့ သိတာမျိုးတွေလည်း ရှိပါတယ်။

ကိုယ်ပိုင် စိတ်စွမ်းအားဆိုတာကလည်း ပင်ကိုယ်မွေးရာပါအသိမျိုး ဇာတိဿရဉာဏ်လို့ခေါ်တဲ့ လူဝင်စားအသိမျိုးဖြစ်ရှိပါတယ်။ အမှတ်သညာနဲ့ သတိအားကောင်းခဲ့မှုတွေပါ။ ဒါမှမဟုတ် မိမိရဲ့ စိတ်ကို ဖုံးလွှမ်း ကာဆီးထားတဲ့ နီဝရဏတွေ၊ လိုချင်မှု ကာမစ္ဆန္ဒ၊ အလိုမကျမှု ဗျာပါဒ၊ အိပ်ချင်ငိုက်မျဉ်းမှု ထိနမိဒ္ဓ၊ ပျံ့လွင့်မှု ဥဒ္ဓစ္စ၊ ပူပန်မှု ကုက္ကစ္စ၊ သံသယရှိမှု ဝိစိကိစ္ဆာ၊ မသိမှု အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ အတားအဆီးတွေမရှိတဲ့ အခိုက်မှာလည်း မြင်နိုင်ပါတယ်။

ဒီလိုမြင်မှုတွေဟာ မျက်စိမှိတ်နေလည်း မြင်နိုင်ပါတယ်။ မျက်စိဖွင့်ထားလည်း မြင်နိုင်ပါတယ်။

နောက်တစ်မျိုးက အတိတ်ဘဝအကြောင်းတွေကို မစဉ်းစားလိုက်ရဘဲ အလိုလိုဆိုသလို ပေါ်လာလို့ သိလိုက်၊ မြင်လိုက်ရတာရယ်၊ စဉ်းစားလို့ ပေါ်တာရယ် ရှိပါသေးတယ်။ ဒါကတော့ သတိ အမှတ်ရမှု အားကောင်းခဲ့လို့ သညာ မှတ်သားမှုက အားကြီးခဲ့လို့ပါပဲ။

မစဉ်းစားလိုက်ရဘဲ အလိုလိုဆိုတာက ဗုဒ္ဓတရားတော်မှာ ဒီအယူအဆမျိုးကို လက်မခံပါဘူး။ ဘာကြောင့်ဆိုတာ မသိလို့သာ အလိုလိုလို့ ဆိုရပေမယ့် အကြောင်းတရားကင်းပြီးပေါ်လာတယ်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၅၉

အတိတ်ဘဝ သံသရာအစဉ်မှာ မမြင်ဖူး၊ မတွေ့ဖူး ခဲ့တာဟာ နိဗ္ဗာန်တစ်ခုပါပဲလို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။

ကျန်တဲ့ အာရုံမျိုးစုံတွေက တွေ့ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ လောကသံသရာအတွင်း ကြိမ်ဖန်များစွာ ကျင်လည်ခဲ့ရတဲ့ ဘဝပေါင်း၊ အချိန်ပေါင်း များစွာရှိခဲ့လို့ ပါပဲ။ ကျင်လည်ခဲ့စဉ်က တွေ့ကြုံခဲ့တဲ့ အာရုံတွေကို သညာမှတ်သားမှု၊ သတိအမှတ်ရမှုတွေနဲ့ စုဆောင်းခဲ့တဲ့ အာရုံပုံရိပ်ဟာ အကြောင်းဆုံလို့ ပြန်ပေါ်ခွင့်ရှိတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ပေါ်လာကြတဲ့သဘောပါ။ ဒီသဘောကို မသိလို့သာ မစဉ်းစားဘဲ အလိုလိုပေါ်တယ်လို့ ဆိုကြပါတယ်။

စဉ်းစားလို့ အာရုံတွေ ပြန်ပေါ်တာလည်း ရှိတတ်ပါတယ်။ အခု စာဖတ်သူအနေနဲ့ပဲပြောကြပါစို့။ ငယ်ရွယ်စဉ်က သင်္ကြန်အခါနီးပြီဆိုရင် ပျော်ချင်ပါးချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ပျော်လည်း ပျော်ခဲ့ဖူးကြပါတယ်။

ဒီလိုဆိုတော့ အတိတ်သင်္ကြန်ကို ပြန်ပြီး အမှတ်ရသွားပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက သညာနဲ့မှတ်သားခဲ့တဲ့ အာရုံအမှတ်အသားတွေဟာ ပြန်ပေါ်လာပါတယ်။ အာရုံတွေ အမျိုးမျိုးဟာ အရင် တွေ့ကြုံခဲ့ဖူးတဲ့အတိုင်း တစ်သွေမတိမ်း ပုံစံတူပြန်ပေါ်လာပါတယ်။ မိမိရဲ့ စိတ်ကလည်း ဒီအာရုံတွေကိုပြန်မြင်ပြီး အဲဒီတုန်းကစိတ်မျိုး ပြန်ဖြစ်သွားပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက အသက်အရွယ်၊ အခြေအနေ၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုပဲ လက်ခံပြီး ပြုံးစရာတွေကြုံရင် ပြန်ပြီး

၆၀ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ပြီးမိပါတယ်။ ကြေကွဲစရာတွေပေါ်ရင်လည်း ပြန်ပြီး ကြေကွဲမိကြပါတယ်။ အတိတ်အာရုံတွေဆိုတာကို အသိ မကပ်နိုင်တော့ပါဘူး။

ဒါက စဉ်းစားလို့ အတိတ်ဘဝ အာရုံပေါ်တဲ့ သဘော ပြောတာပါ။ အဖေနဲ့အမေကို စဉ်းစားရင် အဖေနဲ့ အမေရဲ့ အာရုံတွေဟာ အရင်က မှတ်သားခဲ့တဲ့အတိုင်း ပြန်ပေါ်ပါ တယ်။ မိမိ စဉ်းစားချင်ရာတွေ စဉ်းစားပြီး စမြဲပြန်လို့ လည်း ရနိုင်ပါတယ်။ ဒါဟာ စဉ်းစားလို့ အတိတ်ကို မြင်တဲ့ သဘောပါ။

ဒါ့အပြင် အရင်က ငါရှင်ဘုရင်ဖြစ်ခဲ့တယ်နဲ့ တူတယ် ဆိုတဲ့ စိတ်၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် မသိလိုက်တဲ့စိတ်က ပုံဖော် ပေးမှုကြောင့် ရှင်ဘုရင်ပုံနဲ့ မိမိကိုယ်မိမိ ပြန်မြင်တာ မျိုးတွေ၊ ပုံစံအမျိုးမျိုး၊ အကြောင်းအရာအမျိုးမျိုးတွေကို စိတ်ကူးနဲ့ ပုံဖော်မှုတွေလည်း ရှိသေးတယ်ဆိုတာ နား လည်ထားစေချင်ပါသေးတယ်။

ဒါက အတိတ်အကြောင်းကို သာမန်အမှတ်ရလို့ သိတာမျိုးနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ သဘောတွေပါ။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်ရဲ့ သဗ္ဗညုတဉာဏ်၊ ပုဗ္ဗနိဝါသာနုဿတိ ဉာဏ်တော်ကြီးနဲ့ သိမြင်တာကတော့ အဆင့်မြင့်လွန်းပါ တယ်။ အမှန်အတိုင်းလည်း သိမြင်ပါတယ်။

တချို့တွေ သိမြင်တာက အဆင့်နိမ့်တာလည်း ရှိပါ တယ်။ မမှန်ကန်ဘဲ စိတ်အထင်နဲ့ မြင်တာမျိုးတွေလည်း ရှိပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၆၁

အဆင့်နိမ့် အတိတ်ဘဝမြင်မှုဆိုတာ အချိန်ကာလအားဖြင့် နောက်ပြန်ရေတွက်ရင် ကမ္ဘာလေးဆယ်ကို မြင်နိုင်ကြပါတယ်။ တစ်ကမ္ဘာမှာ ဘဝပေါင်း ဘယ်လောက်နေခဲ့ရတယ်ဆိုတာက မရေမတွက်နိုင်အောင် အကြိမ်ပေါင်းများပြားလှပါတယ်။ ကမ္ဘာလေးဆယ်ရဲ့ ဘဝပေါင်းဆိုရင် စဉ်းစားသာကြည့်ပါ။

ဒီလောက်များတဲ့ ဘဝပေါင်းကို မြင်တွေ့နိုင်တဲ့ အသိဉာဏ်သည်ပင်လျှင် အဆင့်နိမ့်လွန်းပါတယ်တဲ့။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အယူဖြောင့်မှန်မှု မရှိကြသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေသည် ပင်လျှင် အဲဒီလောက် ကမ္ဘာလေးဆယ်ထိ ပြန်မြင်နိုင်ပါတယ်တဲ့။

ဒါက အတိတ်ဘဝကို ပြန်မြင်နိုင်တာနဲ့ ပတ်သက်လို့ ရှင်းပြ ဖြေပြတာပါ။

ဘာဝနာတရားအားထုတ်တဲ့အခါမှာ အတိတ်ဘဝကို မြင်ရင်လည်း မြင်နိုင်တယ်။ မမြင်ရင်လည်း မမြင်နိုင်ပါဘူး။ မြင်ပြန်တော့လည်း မှန်ရင်လည်း မှန်နိုင်တယ်။ မမှန်ရင်လည်း မမှန်နိုင်ပါဘူး။ ဝိပဿနာအားမထုတ်သူတွေလည်း ဒီသဘောမျိုးပါပဲ။ မြင်တဲ့သူလည်း မြင်တယ်။ မမြင်တဲ့သူလည်း မမြင်ပါဘူး။

နောက်ထပ် အတိတ်ဘဝကို မြင်တာသည် ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ဆိုင်ပါသလားဆိုတာကို ရှင်းပြပါဦးမယ်။

၆၂ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

အတိတ်ဘဝက အတိတ်အာရုံဆိုတာ ပုံသဏ္ဌာန်၊
 အရွယ်အစား၊ အရောင်အဆင်းဆိုတာတွေ ပါဝင်နေပါ
 တယ်။ ဟိုတုန်းကဆိုတဲ့ အတိတ်ကာလ အချိန်တွေ
 ပါဝင်နေပါတယ်။ သတ္တဝါ ပညတ်အာရုံတွေ ဖြစ်နေတဲ့
 ဒီအာရုံတွေကို မြင်နေသမျှ၊ စွဲယူထားသမျှ၊ ပရမတ်အာရုံ၊
 ရုပ် နာမ်အာရုံတစ်ခုခုဟာ မထင်ရှားနိုင်၊ မပေါ်နိုင်ပါဘူး။
 ဉာဏ်မှာလည်း မမြင်နိုင်ပါဘူး။

အတိတ် ပညတ်အာရုံတွေကို မြင်နေတဲ့အခိုက်
 ဝိပဿနာဉာဏ်ကို နီဝရဏကိလေသာတစ်ခုခုက ဖုံးထား
 ပြီး ပရမတ်အာရုံကို ပညတ်အာရုံက ကာထား ကွယ်ထား
 လိုက်ပါပြီ။ ဝိပဿနာဉာဏ် မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။
 အတိတ်အာရုံကောင်းကို ပြန်တွေ့ပြီး လောဘကိလေသာ၊
 အတိတ်အာရုံ မကောင်းကို အာရုံပြုပြီး ဒေါသကိလေသာ၊
 အတိတ်အာရုံရဲ့ သဘောကို သေချာမသိနိုင်တဲ့ မောဟ
 ကိလေသာဆိုတာတွေ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။

အကြောင်းတိုက်ဆိုင်လို့ အတိတ်အာရုံပေါ်ခဲ့ရင်လည်း
 အာရုံကောင်းကို လောဘအဖြစ်မခံဘဲ သံဝေဂဉာဏ်၊ အာရုံ
 မကောင်းကို ဒေါသဖြစ်မခံဘဲ သံဝေဂဉာဏ်ရဖို့ အရေး
 ကြီးပါတယ်။ သံဝေဂဉာဏ်ရပြီဆိုရင် မသိမှုမောဟလည်း
 ခဏ ခွာပြေးနေပါတယ်။

သံဝေဂဉာဏ်ဆိုတာ သံသရာအကြောင်းတွေကို
 သိမြင်ပြီး ဉာဏ်ပါတဲ့ ထိတ်လန့်မှုကို ခေါ်တာပါ။ သံသရာ

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၆၃

ကို ကြောက်စိတ်၊ ကိလေသာတွေကို ရွံ့မုန်းစိတ်တွေ အား
ကောင်းလာတဲ့ ဉာဏ်ကိုခေါ်ပါတယ်။

အတိတ်ဘဝကိုမြင်ရင် သံဝေဂဉာဏ်မျိုးတော့ ဖြစ်နိုင်
ပါတယ်။ ဖြစ်ဖို့ကလည်း အတိတ်ကို မြင်တာနဲ့ပတ်သက်လို့
သဘောကျ ဝမ်းသာ၊ သူများတွေထက် ငါက သာတယ်
ဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်မျိုးတွေ မရှိမှသာ သံဝေဂဉာဏ် ပေါ်နိုင်
ပါတယ်။

သံသရာကြောက်စိတ်၊ ကိလေသာရွံ့မုန်းစိတ် သံဝေဂ
ဉာဏ်အစစ်ရပြီဆိုရင် ဝိပဿနာဉာဏ်အတွက် အထောက်
အကူကောင်း ရပါပြီ။ ဝိပဿနာဉာဏ် ချက်ချင်းဆိုသလို
ပေါ်လာနိုင်ပါပြီ။

ဒါက အတိတ်ဘဝကိုမြင်တာသည် ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့
ဆိုင်ပါသလားဆိုတာကို ရှင်းပြတာပါ။

နောက်တစ်ခု-ဝိပဿနာတရားသည် အတိတ်ကို ရှုလို့
ရပါသလားဆိုတဲ့ အမေးပါ။

အခုလောက် ရှင်းပြခဲ့တာနဲ့ပဲ အဖြေထွက်လောက်ပါ
ပြီ။ ဒါပေမယ့် ထပ်ရှင်းပြပါဦးမယ်။

အတိတ် ပစ္စုပ္ပန် အနာဂတ် အာရုံသုံးမျိုးစလုံးကို
ရှုလို့ရတယ်လို့လည်း ယူဆကြပါတယ်။

ဝိပဿနာရဲ့အာရုံဟာ ပစ္စုပ္ပန်လို့သာ လက်ခံတာ
လည်း ရှိကြပါတယ်။

၆၄ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ဝိပဿနာဉာဏ်ဟာ ရုပ်အာရုံ၊ ဒါမှမဟုတ် နာမ်အာရုံ တစ်ခုခုကိုသာ အာရုံပြုပါတယ်။ လောကီပရမတ်အာရုံရဲ့ သဘောကိုသာ သိပါတယ်။

အတိတ်က အကြောင်းအရာတွေ ပြန်ပြီး ပေါ်လာတဲ့ အခိုက် ဒီအာရုံတွေဟာ မှတ်သားခဲ့ဖူးတဲ့ သညာ၊ အမှတ် ရလိုက်တဲ့သတိကြောင့် ပေါ်လာတဲ့ အတိတ်အာရုံ၊ အတိတ် အကြောင်းအရာတွေပါ။

အတိတ်အာရုံ၊ အတိတ်အကြောင်းအရာတွေဆိုပေမယ့် အတိတ်နဲ့ ပုံတူပေါ်လာတဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ရှုစိတ်၊ သိစိတ်နဲ့ ပြိုင်တူ စိတ်တစ်ခဏတိုင်းမှာ ဖြစ်နေကြတဲ့ အာရုံပါ။

နားလည်အောင်ပြောရင် အတိတ်ပုံတူ ပစ္စုပ္ပန်အာရုံ ပါ။

အနာဂတ်အာရုံ၊ အနာဂတ်အကြောင်းအရာတွေကို စဉ်းစားတွေးတောတဲ့အခါမှာလည်း အနာဂတ်အာရုံတွေဟာ ပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။

မရောက်လာသေးတဲ့ အနာဂတ်အချိန်ရဲ့ ဖြစ်လိုတဲ့ အာရုံ၊ဖြစ်နိုင်တဲ့အာရုံတွေကို တွေးလို့၊ ပေါ်လာတဲ့အခိုက် ဒီအနာဂတ်အကြောင်းအရာတွေဟာ အနာဂတ်ပုံတူ ပစ္စုပ္ပန် အာရုံတွေပါပဲ။ ဒီအာရုံကို သိနေတဲ့စိတ်၊ ရှုနေရင်လည်း ရှုစိတ်သည်ပင် ပစ္စုပ္ပန်ရှုစိတ် ဖြစ်နေပါတယ်။ ဒီသိစိတ်၊ ရှုစိတ်နဲ့ တစ်ချိန်တည်း အသိခံ၊ အရှုခံ အာရုံဖြစ်နေလို့ အနာဂတ်ပုံတူ ပစ္စုပ္ပန်အာရုံလို့ ပြောတာပါ။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၆၅

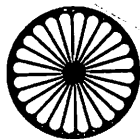
အတိတ်၊ အနာဂတ် ဘယ်လို အာရုံတွေ၊ ဘယ်လို အကြောင်းအရာတွေပဲပေါ်ပေါ် ရှုစိတ်၊ အရှုခံအာရုံဟာ ပစ္စုပ္ပန်အချိန်တိုင်း၊ အချိန်တိုင်းမှာ ပြိုင်တူဖြစ်ပေါ်နေကြတာကို သဘောပေါက်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

သဘောပေါက်ရင် ဝိပဿနာတရားသည် အတိတ်ကို ရှုလို့ ရနိုင်ပါသလားဆိုတဲ့ အမေးရဲ့ အဖြေဟာ နားလည်သွားပါပြီ။

ဒီမေးခွန်းကြီးရဲ့ အဖြေတွေဟာ နက်နဲသိမ်မွေ့ပါတယ်။ ပါဠိတော်၊ အဋ္ဌကထာ၊ ဋီကာစတဲ့ အထောက်အထားတွေနဲ့ ကျမ်းကြီးတစ်စောင် ရေးဖွဲ့ဖို့ ဆန္ဒရှိထားပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ကျမ်းစာအုပ်ငယ်ဆိုတာကို လိုက်ပြီး နားလည်လောက်တဲ့ စကားတွေနဲ့သာ အထောက်အထားမှန်ကန်စွာ ဖြေပေးလိုက်ပါတယ်။

ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ အရှုခံအာရုံရဲ့ သဘောတွေကို နားလည်နိုင်ကြပါစေ။



၆၆ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

မေး - ဝိပဿနာဆိုတာ ဘယ်ချိန်မှာ ဘာတွေကို ဘယ်လို ရှုရမှာပါလဲ။

ဖြေ - ဝိပဿနာဆိုတာ အားထုတ်တဲ့အချိန်တိုင်း သိစရာတွေကို သိဖို့၊ ပြီးတော့ သေချာသိဖို့ လိုရင်း အဓိကပါ။

“အားထုတ်တဲ့ အချိန်တိုင်း”ဆိုတာ အချိန်မရွေး၊ အလုပ်မရွေး၊ နေရာမရွေး၊ အမှုအရာ ဣရိယာပုထ်မရွေး၊ အမြဲတမ်း ရှုပွား အားထုတ်လို့ ရပါတယ်။

“သိစရာတွေကိုဆိုတာက လောကမှာ သိစရာတွေက များပါတယ်။ မိမိရဲ့ သိနိုင်တဲ့ အင်အားပေါ် မူတည်ပြီး သိကြပါတယ်။

မဂ်ဉာဏ်က ဒုက္ခသစ္စာကို သေချာသိတယ်။ (သမုဒယသစ္စာကို ပယ်နိုင်တယ်၊ မဂ္ဂသစ္စာကို ပွားတယ်၊ နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုတယ်)။

ဝိပဿနာဉာဏ်က ရုပ်ရဲ့သဘော လက္ခဏာ၊ နာမ်ရဲ့သဘော၊ လက္ခဏာတွေကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် သေချာ သိတယ်။

နောက်ပြီးတော့ သိစရာတွေအနေနဲ့က ပူတာ၊ အေးတာ၊ လှုပ်တာ၊ ငြိမ်တာ၊ တင်းတာ၊ ရောတာ၊ ပျော့တာ၊ မာတာ၊ နာကျင်၊ ကိုက်ခဲတာ၊ ပေါ့ပါးလန်းဆန်းတာ၊ ကြွတာ လှမ်းတာ၊ စိတ်ရှုပ်တာ၊ စိတ်ရှင်းတာ၊

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၆၇

ပျာယာခပ်တာ၊ တည်ငြိမ်တာ၊ ပူပန်တာ၊ အေးချမ်းတာ စတဲ့ သဘောတွေလည်း အမျိုးမျိုးရှိကြပါသေးတယ်။

ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်တဲ့သူအတွက်ကတော့ ရုပ် နာမ် ပရမတ်တွေရဲ့ သဘောလက္ခဏာတွေကို သိရင် မဂ်ဉာဏ်နဲ့ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သေချာသိဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ဒုက္ခသစ္စာက ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိစရာတရားပါ။

မဂ်ဉာဏ်ရဲ့ ဒုက္ခသစ္စာကို သေချာသိနိုင်အားနှင့် ဝိပဿနာဉာဏ်ရဲ့ သေချာသိနိုင်အား အစွမ်းသတ္တိချင်း ကတော့ ကွာခြားပါတယ်။

ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ သေချာသိတတ်တဲ့ ဝိပဿနာ စိတ် ဆိုတာကလည်း ချက်ချင်း သေချာသိအောင်ဆိုရင် သတိ ရှိတဲ့ စိတ်နဲ့ ထင်ရှားတဲ့သဘောတွေကို အရင်ပထမ သိရပါ သေးတယ်။

သိစရာတွေကို သိပြီးတော့ သေချာသိ၊ “သိရင်းနဲ့ သေချာသိ”လို့ ပြောရပါမယ်။

သိစရာတွေက ရုပ်နာမ်၊ ပရမတ်၊ ဓာတ်၊ ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ရဲ့ သိစရာ အာရုံတွေပါ။ ဝိပဿနာ အသိဉာဏ်က တကယ် အစစ်ပေါ်လာရင် ဒီရုပ်၊ ဒီနာမ်သဘောတွေကို သေချာ သိလာပါပြီ။

ဝိပဿနာဉာဏ်၊ ဝိပဿနာစိတ်ဖြစ်လာဖို့ကလည်း သတိရှိတဲ့စိတ်ဖြစ်မှသာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ သတိပါတဲ့ ကုသိုလ်စိတ် စဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

၆၈ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

ရပ်နေသူသည် ရပ်နေတယ်လို့ သိပါ။ ပြီးတော့
သေချာ သိပါ။

သွားနေသူ၊ ထိုင်နေသူ၊ လျောင်းနေသူလည်း ဒီအတိုင်း
ပါပဲ။

စားနေသူသည် စားနေတယ်လို့ သိပါ။ ပြီးတော့
သေချာသိပါ။ နားထောင်တဲ့သူ၊ ကြည့်တဲ့သူ၊ နမ်းရှုသူစတဲ့
သူတွေလည်း ဒီသဘောအတိုင်းပါပဲ။

မျက်လုံးလေး စောင်းလိုက်၊ ပစ္စည်းပစ္စယလေး
ယူလိုက်၊ လက်လှုပ်ခြေလှုပ်၊ စိတ်လှုပ်ရှားတာကအစ သိပါ။
ပြီးတော့ သေချာသိပါတဲ့။

သိပါဆိုတာက သတိရှိတဲ့ စိတ်ဖြစ်စေဖို့ပါ။

သေချာသိပါဆိုတာက သတိဉာဏ်ရှိတဲ့ စိတ်ဖြစ်ဖို့ပါ။

သတိရှိတဲ့ စိတ်ဖြစ်ဖို့က ရပ်တဲ့အခါ ရပ်တဲ့အထဲ
စိတ်ထား၊ ထိုင်ရင် ထိုင်တဲ့အထဲ စိတ်ထား၊ လက်လှုပ်
ခြေလှုပ်၊ စိတ်ပူပန် စိတ်လှုပ်ရှားတဲ့အခါလည်း အဲဒီ
သဘောတွေထဲ စိတ်ထားပါ။

ဘယ်နေရာ စိတ်ထားရမလဲလို့ ဆိုပြန်ရင် သတိဖြစ်
စေနိုင်ဖို့ မှတ်သားဖူးတဲ့ သညာအမှတ်သိနဲ့ လှုပ်တဲ့ထဲ၊
ထိတဲ့ထဲ၊ တင်းတဲ့ထဲ၊ ပူတဲ့ အေးတဲ့ထဲလို့ နေရာကို ညွှန်ပြ
သင်ပေးရဦးမှာပါ။

အခြေခံအစမှို သင်ပြ၊ ညွှန်ပြပေမယ့် နေရာ၊ အရွယ်၊
ပုံသဏ္ဌာန်ဆိုတာတွေက ပညတ်တွေပါ။ ပညတ်သဘော၊
ပရမတ်လက္ခဏာတွေကိုသိဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

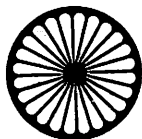
ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၆၉

သတိရှိတဲ့ စိတ်က သိစရာကို သိပြီဆိုရင် အဲဒီ
လောက် သိရုံ ဝိပဿနာအစစ် မဖြစ်သေးပါဘူး။ သေချာ
သိတဲ့ အသိဉာဏ်ပေါ်အောင် ကြိုးစားရပါမယ်။

သေချာကြည့်ရင် သေချာ သိပါတယ်။

သေချာသိရင် ဉာဏ်ပေါ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာအစစ်
ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ အားထုတ်တဲ့
အချိန်တိုင်း အမြဲတမ်း သိသင့်တဲ့ သိစရာတွေ သိဖို့၊
သိရင်းနဲ့ သေချာသိဖို့ဟာ လိုရင်း အဓိကပါပဲ။



၇၀ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

**မေး - သစ်ရွက်အစိမ်းတွေသာမြင်ပြီး ဖြစ်ပျက်
မမြင်တာ ရှုနည်း မှားနေပါသလား။**

ဖြေ - မြေးအဖွားနှစ်ယောက် ဆန်ရွေး၊ စပါးလုံး
ကောက်နေကြတာနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပြီး ပြောပါမယ်။ မြေးရော
အဖွားပါ စကောဝိုင်းထဲ ဆန်ထည့်ပြီး စပါးလုံးတွေ၊
ကျောက်ခဲလုံးတွေကို ရွေးထုတ်ပစ်နေကြပါတယ်။

မြေးမလေးက စပါးလုံးတွေကို ကြည့်လိုက်၊ တွေ့
လိုက်၊ ကောက်ပစ်လိုက်၊ ဆန်စေ့တွေလို ကျောက်ခဲလုံး
မည်းမည်းဖြူဖြူ လေးတွေကိုလည်း ကြည့်လိုက်၊ တွေ့လိုက်၊
ကောက်ပစ်လိုက် လုပ်နေပါတယ်။

အဖွားကတော့ စကားပြောမပျက် အသာကလေး
လက်နဲ့ ကောက်စမ်းလိုက်တာနဲ့ ဆန်စေ့နဲ့ စပါးလုံး ခွဲခြား
သိပါတယ်။ ကြမ်းတမ်းတဲ့ အတွေ့နဲ့ စပါးလုံးကို ကောက်
ပစ်နေပါတယ်။

အဲ-ဒါပေမယ့် ကျောက်ခဲလုံး မည်းမည်းဖြူဖြူ
လေးတွေကို လက်နဲ့ စမ်းရုံနဲ့ မကွဲပြားတော့ဘူး၊ သေချာ
ကြည့်နိုင်ဖို့ကလည်း မျက်စိက မှန်နေလို့ မမြင်နိုင်ပါဘူး။

မြေးမလေးက “ဟာ-အဖွားကလည်း ကျောက်ခဲ
လုံးတွေကို မမြင်ဘူး၊ ဆန်စေ့တွေကိုလည်း ကျောက်ခဲထင်
ပြီးတော့ ရွေးထုတ်ပစ်နေတယ်”လို့ ပြောပြီး အဖွားရဲ့
မျက်မှန်ကို သွားယူပေးလိုက်ပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂) ၇၁

အဖွားက မျက်မှန်လည်း တပ်လိုက်ရော “ဟယ်-
ဟုတ်သားပဲ၊ စောစောကစပါးလုံးနဲ့ ဆန်ကို လက်နဲ့စမ်းပြီး
ခွဲနိုင်ပေမယ့် ကျောက်ခဲလုံးနဲ့ မကွဲဘူး၊ အခုတော့ အားလုံး
သေသေချာချာ ကွဲပြားအောင် မြင်ရပြီ” လို့ ပြောတယ်။

အဲဒီတော့ မြေးမလေးက “အဲဒါ အဖွားရဲ့ မျက်မှန်
ကို တပ်လိုက်တာကိုး မြင်မှာပေါ့” လို့ ပြောလိုက်တယ်။

သစ်ရွက်စိမ်းသာမြင်ပြီး ဖြစ်ပျက် မမြင်တာက ဒီ
သဘော ဥပမာအတိုင်းပါပဲ။

အဖွားအတွက် အကူမျက်မှန် လိုအပ်သလို၊ ယောဂီ
အတွက် ဝိပဿနာဉာဏ်မျက်မှန် လိုအပ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာဉာဏ် အားနည်းနေရင် အပေါ်ယံ ပညတ်
ချက်ဖြစ်တဲ့ သစ်ရွက်ဆိုတဲ့ ပုံသဏ္ဌာန်တွေ၊ အစိမ်းရောင်
ဆိုတဲ့ သတ်မှတ်ချက်တွေကိုသာ မြင်ရမှာပါ။

ဉာဏ်မပါဘဲ ဖြစ်ပျက် ရှုနေတယ်ဆိုရင်လည်း
ဆန်ရွေးကောက်နေကျ အဖွားအို လက်နဲ့စမ်းပြီး ရမ်း
ကောက်ပစ်သလို ဖြစ်နေပါမယ်။

ပကတိမျက်မှန်လို ဉာဏ်မျက်စိရှိအောင် ယောဂီက
ကြိုးစားရပါမယ်။

ဉာဏ်ဖြစ်ဖို့အတွက်-

- ခန္ဓာ အာယတနဓာတ် စတဲ့ သဘောတွေကို
အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် မေးမြန်းရမယ်။

၇၂ ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ (၂)

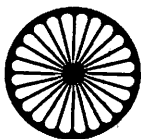
- ကိုယ်တွင်း ကိုယ်ပ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုရှိအောင် နေရမယ်။
- ဣန္ဒြေငါးပါး ညီမျှရမယ်။
- ပညာမရှိသူကို ရှောင်ကြဉ်ရမယ်။
- အဖြစ်အပျက်၊ အမှန်သဘောတွေကို သိတဲ့ ပညာရှိကို ပေါင်းရမယ်။
- သိမ်မွေ့ နက်နဲခက်ခဲတဲ့ တရားသဘောတွေကို ဆင်ခြင်ရမယ်။
- နေရာတကာမှာ အချိန်တိုင်းမှာ ပညာကို ရှေ့သွားပြုပြီး ပညာအားကောင်းအောင် မွေးမြူရမယ်။

ဒီ ၇ ခုနစ်မျိုးနဲ့ ညီအောင်နေရင် ဓမ္မဝိစယ၊ ဉာဏ်၊ ပညာ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိတွေ ဖြစ်ပေါ် အားကောင်းလာပါတယ်။

ဒီဉာဏ်တွေဖြစ်ရင် အစိမ်းရောင်ကိုလည်း သိတယ်။ သစ်ရွက်ကိုလည်း သိတယ်၊ ဖြစ်တာလည်း သိတယ်၊ ပျက်တာလည်း သိပါတယ်။

ဓမ္မသဘောတွေကို အမှန်အတိုင်း သိသွားပါပြီ။

ရှုဖွားနည်းလည်း မမှားတော့ပါဘူး။



ဆုတောင်းလွှာနှင့်အာသီသ

ဝိပဿနာတရားသင်တန်း အမေးအဖြေများ
အမှတ်စဉ်(၂) စာအုပ်ကို စီစဉ်ရေးသား ပြုစုဆောင်
ရွက်ရသော မဟာ ကုသိုလ်ကံသည် ဗောဓိဉာဏ်၏
အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ပြုခဲ့ရသောပါရမီအစုစု ကုသိုလ်ကောင်းမှု
တို့၏ အဖို့ဘာဂကို ဆရာသခင် ကျေးဇူးရှင်၊ မိခင်
ဖခင်၊ ဆွေမျိုးပရိသတ်၊ ဒကာ-ဒကာမ အပေါင်း
တို့နှင့် မြင်အပ်၊ မမြင်အပ် နှစ်ရပ်သောပရိသတ်တို့
အား အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှ ပေးဝေပါ၏။ အမျှ
ပေးဝေပါ၏။ ဝမ်းမြောက်နုမော် သာဓုခေါ်နိုင်ကြ
ကုန်သည်ဖြစ်၍ ထပ်တူထပ်မျှ အကျိုးရကြပါစေကုန်
သတည်း။ ။

