www.dhammadownload.com



ဓမ္မအသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်

အမှတ်စဉ်(၈၁)

နိယျာနိကသာသနာ

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

နတ်လူသာဓုခေါ်စေသော်

အောင်ဓမ္မ၊ ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃

www.dhammadownload.com

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

နိယျာနိကသာသနာ



www.dhammadownload.com

ကွန်ပျူတာစာစီ

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ထုတ်ဝေသူ

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြုတက္ကသိုလ်

ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဘဟိန်း

မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၄၃၇၂/၂၀၁၁)က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

တရားစာအုပ်များကို
ဓမ္မစာပေ အလှူငွေဖြင့် ပုံနှိပ်ဖြန့်ဝေသည်

www.dhammadownload.com

နိယျာနိကသာသနာ

မှတ်တမ်း

သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၄ ခုနှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၂ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော် (၁၂) ရက်၊ မန္တလေးမြို့ မဟာအောင်မြေမြို့နယ်၊ ပေါင်းလည်းတိုက်၊ မဟာအောင်မြင်ရွှေသာလျောင်း ဓမ္မဝိမာန်တော်အတွင်း ဆင်ယင်ကျင်းပပြုလုပ်အပ်သည့် ဓမ္မသဘင်အခမ်းအနား၌ မန်းမြို့စွဲများ၊ သီရိရွှေစင်ရွှေဆိုင်၊ သုဓမ္မမဏိဇောတရ ဦးအောင်နိုင်ဆွေ၊ သီရိသုဓမ္မသိဂီ ဒေါ်မြင့်မြင့်နွယ်၊ သား မောင်ဟိန်းသူ၊ မောင်ငြိမ်းခန့်ကျော် မိသားစုတို့၏ အမတဒါန ဓမ္မဒါန အဖြစ်ဖြင့် ဟောကြားအပ်သော "နိယျာနိက သာသနာ" အကြောင်း တရားဒေသနာတော်။

ရှေးတုန်းက "နိယျာနိကသာသနာတော်မြတ်ကြီးနှင့် ကြုံတွေ့သည့်အခါမှာ" စသဖြင့် မြန်မာစာပေမှာ နိယျာနိက သာသနာ ဆိုတဲ့ အသုံးရှိတယ်။ ယနေ့ခေတ် ဘာသာတရားတွေမှာ သူကလည်း သာသနာ၊ ကိုယ်ကလည်း သာသနာဆိုပြီး သာသနာဆိုတဲ့နာမည်ကို အသုံးပြု ဖော်ပြကြတယ်။

www.dhammadownload.com

အဲဒီ သာသနာလို့ ဟော်ပြကြတဲ့ ဘာသာတရား တွေထဲမှာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ သာသနာက တခြားဘာသာ တွေနဲ့ မတူတဲ့ **နိယျာနိက သာသနာ** ဖြစ်တယ်လို့ ဒီလိုမှတ်ရမယ်။ **နိယျာနိက** နဲ့ **အနိယျာနိက** ဆိုတဲ့ ဒီစကားလုံးနှစ်လုံးဟာ ပါဠိစကားဖြစ်သည့် အတွက် ကြောင့် မြန်မာလိုအဓိပ္ပာယ်ရှင်းအောင် ပြောကြား ရမယ်ဆိုရင် **နိယျာနိက** ဆိုတာ တကယ်လုပ်ရင် တကယ်ဖြစ်တဲ့ အဆုံးအမသြဝါဒလို့ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။

အဲဒီတော့ မှန်ကန်တဲ့ အဆုံးအမ သြဝါဒသည် သာလျှင် တကယ်လုပ်လျှင် တကယ်ဖြစ်တယ်။ မှားယွင်း တဲ့ အဆုံးအမ သြဝါဒတွေ လိုက်နာပြီး လုပ်မိလို့ရှိရင် ကိုယ့်ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း ဖြစ်ချင်မှဖြစ်တယ်။ မြတ်စွာ ဘုရား သာသနာတော်ကတော့ ဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ ဘုရား အဆုံးအမ၊ အေး ဒါနကောင်းမှုပြုရင် ဘယ်လိုအကျိုး ရတယ်၊ သီလဆောက်တည်ရင် ဘယ်လိုအကျိုးရတယ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ ပွားများအားထုတ်ရင် ဘယ်လို အကျိုးရတယ်၊ ဘယ်ကုသိုလ်က ဘယ်လိုအကျိုး

www.dhammadownload.com

ရတယ်ဆိုတာ ဟောပြထားတဲ့အတိုင်း တကယ် လိုက်နာပြီး လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ တကယ်အကျိုးရနိုင်တယ်။ **"နိယျာတိတိ နိယျာနိကော"** မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သာသနာတော်ဟာ တကယ့်ကို သံသရာဝဋ်က သတ္တဝါတွေကို ထုတ်ဆောင် ကယ်တင်ပေးနိုင်မယ့် သာသနာဖြစ်တယ်။ လိုက်နာကျင့်သုံးရင် တကယ် ဖြစ်တယ်၊ ဒီအဓိပ္ပာယ်မျိုး ရှိတယ်။

အနိယျာနိကသာသနာ လို့ဆိုတာ သာသနာလို့ ခေါ်ပေမယ့်လို့ တကယ်လုပ်လဲ ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး။ မျှော်မှန်းချက်အတိုင်း ဘယ်တော့မှရောက်မလာဘူး။ မှားယွင်းစွာ ညွှန်ပြထားတဲ့ အဆုံးအမတွေကျတော့ သူတို့ပြောတဲ့အတိုင်း ရောက်ချင်မှ ရောက်မယ်။ ဥပမာမယ် ဒီကောင်းမှုလုပ်ရင် ထာဝရဘုံဗိမာန်နဲ့ ထာဝရနိဗ္ဗာန်မှာ စံစားရမယ်လို့ ဒီလိုပြောထားတာ။ အဲဒီလို ပြောထားလို့ တကယ်လုပ်ပြီ ဆိုလို့ရှိရင် ထာဝရဗိမာန် မရောက်ဘဲနဲ့ ထာဝရရဲ့ ရောက်သွားတာမျိုးတွေ ရှိသေးတယ်။

www.dhammadownload.com

အဲဒီလို ပြောတဲ့အတိုင်း ထုတ်ဆောင်နိုင်စွမ်း မရှိတဲ့ သာသနာမျိုးကို **"အနိယျာနိက သာသနာ"** လို့ ခေါ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာတော်က သာသနာလို့ ဆိုတဲ့အထဲမယ် နိယျာနိက သာသနာ။ မြတ်စွာဘုရားက ထိုထိုသုတ္တန်တွေထဲ ဟောလေ့ ရှိတယ်။ **"နိယျာတိ တက္ကရသ သမ္မာ ဒုက္ခဿ အန္တကိရိယာယ"** ဟောထားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးရင် တကယ့်ကို ဒုက္ခအဆုံးသတ်ဖို့၊ တကယ့်ကို စစ်မှန်တဲ့ နည်းလမ်းအတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်လို့ရှိရင် တကယ့်ကို ဒုက္ခဟာ အဆုံးသတ်ဖို့ အတွက် ဒီတရားတော်က ထုတ်ဆောင်ပေးနိုင်တယ်လို့ ဒီလိုဆိုတာနော်။

အဲဒီတော့ ထုတ်ဆောင်ပေးနိုင်ပုံ ကြည့်လေ။ အားလုံးသိကြတဲ့ ဇာတ်လမ်းကိုပြောမယ်။ **"ပဋ္ဌာစာရီ"** ဆိုတဲ့ သူဌေးသမီးဟာ ကံမကောင်း အကြောင်းမလှ ဖြစ်ရှာတယ်။ အိမ်ထောင်ရေးလည်း ကံမကောင်းဘူး။ အိမ်ထောင်ရေး ကံမကောင်းရုံတင်မကဘူး "ကံဆိုးမ

www.dhammadownload.com

သွားရာ မိုးလိုက်လို့ရွာ" ဆိုတဲ့အတိုင်း တစ်လမ်းလုံး ဒုက္ခတွေရောက်ပြီး မိမိရဲ့ အိမ်ထောင်ဘက်ကလည်း မြွေကိုက်လို့သေ၊ လမ်းမှာမွေးဖွားလာတဲ့ သားလေးနဲ့ လူမမယ် သားလေးနှစ်ယောက်ကလည်း လမ်းမှာတင် ဆုံးသွားတယ်။ အားကိုးစရာမဲ့လို့ အိမ်ပြန်လာတယ်။ အိမ်မှာရှိတဲ့ အားကိုးရမယ့် အဖေ၊ အမေ၊ မောင်ကလည်း ကံမကောင်း အကြောင်းမလှလို့ တစ်ရက်ထဲမှာ ဆုံးသွားကြတယ်။ သူ့ဘဝဟာ နောက်လှည့်ကြည့် ဘာမှမရှိတော့တဲ့ အနေအထား။ ဒီလို အခြေအနေမျိုးကြုံသူမှ မရူးရင် ဘယ်သူရူးမလဲပေါ့။ အဲဒီလောက်ထိအောင် စိတ်ဆင်းရဲစရာတွေ ကြုံရတယ်။ အဲဒီလို စိတ်ဆင်းရဲမှုတွေက လွတ်မြောက်အောင် လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်တယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရား သာသနာ တစ်ခုပဲရှိတယ်။

မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ တရားဓမ္မအတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ဖို့ ပထမဘုရားနဲ့တွေ့တော့ စိတ်သက်သာရာရတယ်၊ နောက်

www.dhammadownload.com

တစ်ခါ မြတ်စွာဘုရားက စိတ်သက်သာရာရအောင် ဘယ်လိုတွေးခိုင်းတာလဲဆိုတော့ အားလုံး သိကြတဲ့အတိုင်း "ဒီဘဝမှာ ပျက်စီးဆုံးရှုံးရတယ် ဆိုတာတဲ့ တစ်အိမ်ထောင်ထဲလဲမဟုတ်ဘူး၊ မိသားစု တစ်စုထဲလဲ မဟုတ်ဘူး၊ လောကကြီးတစ်ခုလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့တရား ဖြစ်တယ်ပေါ့။ ဒါတွေလိုက်တွေးပြီး စိုးရိမ်နေမယ်ဆိုရင် လောကကြီးမှာ မသေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ အခုလို ဗျသနတရား တွေနဲ့ မကြုံတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လို့ လောကကြီးမှာ ရှိမှမရှိတာ။ မကြုံသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သာရှိတာ၊ မကြုံရမယ့်ပုဂ္ဂိုလ် ဆိုတာ မရှိနိုင်ဘူးနော်။

အဲဒီတော့ မကြုံသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သာရှိတာကို ကြည့်ပြီး လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ ကြုံရတဲ့ဟာအတွက် စိုးရိမ်သောကရောက်နေမယ် ဆိုလို့ရှိရင် ဘယ်လို လုပ်ပြီး စိတ်ချမ်းသာမှု ရနိုင်မလဲလို့ဆိုတဲ့ မြတ်စွာ ဘုရားရဲ့ စိတ်ရဲ့ဖြေရာ အဆုံးအမသြဝါဒလေးနဲ့ပဲ စိတ်ချမ်းသာမှုရသွားတယ်။ အဲဒီစိတ်ချမ်းသာမှု ရသွား တာလေးကို အခြေခံပြီး သတိပဋ္ဌာန်တရား ကျင့်ကြံ

www.dhammadownload.com

ပွားများလိုက်တဲ့အခါမှာ နောက်ဆုံးမှာ သောကဆိုတာ အမြစ်အငုတ်ပါ မကျန်တော့ဘူး၊ လုံးဝချမ်းသာသွားတဲ့ အဆင့် ရောက်သွားတယ်ပေါ့နော်။ ဘယ်လိုဒုက္ခတွေ ကြုံကြုံ သောကဆိုတာ မလာတော့ဘူး။

လောကမှာ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ စဉ်းစားထား ရမှာ သောကဖြစ်စရာဆိုတာ လောကထဲမှာရှိရင် မကြုံဘူးလို့ ပြောလို့မရဘူး၊ အဲဒီတော့ ကိုယ်လုပ်နိုင် တာက ဘာလဲဆိုရင် ဖြစ်လာတဲ့သောက ဘယ်လို ဖြေဖျောက်မလဲ၊ ဒါက အဓိကကျတယ်ပေါ့။ ဖြစ်လာတဲ့ သောကကို ဖြေဖျောက်ဖို့အဓိက။ ဘဝတစ်ခု ရလာပြီ ဆိုရင် မအိုအောင်လဲ လုပ်လို့မရဘူး၊ မနာအောင်လဲ လုပ်လို့ မရဘူး၊ မသေအောင်လဲ လုပ်လို့မရဘူး။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေရထားတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်က အိုမယ့်ခန္ဓာ၊ နာမယ့်ခန္ဓာ၊ သေမယ့်ခန္ဓာပဲ။ အိုနာသေရေး လွတ်ဖို့ ကြိုးစားလို့ရှိရင် ဘယ်လိုမှ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အဲဒီတော့ ဘာကို ကြိုးစားရမလဲဆိုရင် သဘာဝတရားကြီးပေါ်လိုက်ပြီး စိတ်ပူပန်နေတာကို

www.dhammadownload.com

ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေဟာ ဖျောက်နိုင်အောင် ကြိုးစား ဖို့ပဲ။

အေး၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရား တရားတော်က တကယ် နှလုံးသွင်းလိုက်ပြီဆိုရင် တကယ်လုပ်ဆောင် ပေးတယ်၊ ဆွဲထုတ်ပေးတယ်။ စိတ်ရဲ့ အခက်အခဲတွေ၊ စိတ်ရဲ့ပူပန်သောကတွေထဲက ဆွဲထုတ်ပေးတယ်။ ငိုကြွေးနေရတဲ့ အနေအထားထဲက ဆွဲထုတ်ပေးတယ်။ **ဒုက္ခ ဒေါမနဿ** တွေထဲက ဆွဲထုတ်ပေးတယ်တဲ့။ နှလုံးသားတွေဟာ ပူလောင်ပြီးတော့ တပူပူတပင်ပင် ဖြစ်နေတဲ့ အပူသည်ဘဝက ဆွဲထုတ်ပေးနိုင်တာ ဒါ ဘုရားတရားတော်ရဲ့ ခွန်အားပေါ့။ အဲဒါကို ပြောတာ၊ **နိယျာနိက** ဆိုတာ။

ဒီဘဝမှာ စိတ်ဆင်းရဲမှုတွေက ဆွဲထုတ်လိုက်သလို နောက်ဆုံးမှာ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းလို့ဆိုတဲ့ ဒီခန္ဓဒုက္ခတွေက ဆွဲထုတ်လိုက်ပြီး နိဗ္ဗာန်ထိအောင် ပို့ဆောင်ပေးနိုင်သေးတယ်ပေါ့။ ခန္ဓာမရှိတော့ဘူး ဆိုရင် ခန္ဓာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ဒုက္ခ ရှိပါဦးမလား၊ မရှိဘူး။

www.dhammadownload.com

အဲဒီဒုက္ခက လွတ်ချင်လို့ ရရဲ့လားဆိုတော့ နည်းစနစ် အတိုင်း မကျင့်သုံးရင် ဘယ်လိုမှ မရနိုင်ဘူးပေါ့။ မှန်ကန်တဲ့နည်းစနစ်နဲ့မှ ဒီခန္ဓာက လွတ်ကင်းနိုင်မယ်။ မြတ်စွာဘုရားက တိတိကျကျ ဒီသာသနာတော်မှာ ဟောထားတယ်။ **"ဥပဓိ ဒုက္ခဿ မူလံ"** ဒီနေရာမှာ ဥပဓိဆိုတာ ခန္ဓာပဲ။ ခန္ဓာရှိနေလို့ရှိရင် ဒုက္ခရှိမယ်ပေါ့။

အဲဒီခန္ဓာကို ဘယ်သူက ထုတ်လုပ်နေတာတုန်း ဆိုတော့ **နန္ဒီ** လို့ခေါ်တဲ့ တွယ်တာမှု တဏှာက ထုတ်လုပ်နေတာ။ အဲဒီ တွယ်တာမှုတဏှာကို ဖယ်လိုက်လို့ရှိရင် ဒုက္ခ အစုအဝေးကြီးဖြစ်တဲ့ ဒီခန္ဓာဟာ နောက်ထပ်မလာတော့ဘူး။ ဒုက္ခက လွတ်သွားတာတဲ့။ အဲဒီလို ထုတ်ဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ သာသနာကို **နိယျာနိကသာသနာ** လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီကနေ့ခေတ်မှာ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ နားမယောင်ကြဖို့ အရေးကြီးတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ငယ်ငယ် တုန်းက ဟောဒီ မန္တလေးမှာပဲ မှတ်မိသေးတယ်။ မျက်စေ့အထူးကုဆရာဝန် တစ်ယောက်ကို သွားပြ

www.dhammadownload.com

တယ်။ သူက ဗုဒ္ဓဘာသာ မဟုတ်ဘူး၊ ဘာသာခြား။ ဘုန်းကြီးတို့က ငယ်သေးတော့ ဘာသာတရား အကြောင်းလဲ ကောင်းကောင်းမသိသေးဘူးပေါ့နော်။ သူက ဘာတွေပြောတုန်းဆိုတော့ လောကမှာ ဘုရားဆိုတာ တစ်ဆူပဲရှိတယ်။

သူပြောလိုတဲ့ဘုရားက ဂေါတမဗုဒ္ဓကိုပြောတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ ကမ္ဘာမှာ ဘုရားဆိုတာ တစ်ဆူပဲ ရှိတယ်၊ ပြောချင်တဲ့ ဘုရားက ဘာတုန်းဆို God ဆိုတဲ့ဘုရားပဲပေါ့။ အဲဒီ God ဆိုတဲ့ ဘုရားကို မြင်ဖူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဘယ်သူမှမရှိဘူးပေါ့နော်။ အဲဒီဘုရား ကလဲ တစ်ခါမှ သူတို့ကို တရားဟောတာလဲမရှိဘူး။ အေး၊ တမန်ကတစ်ဆင့် ဘုရားသခင်က ပြောတယ်လို့ ဆိုတယ်။ ကဲ၊ ဘုရားသခင်ကပြောတာ ဘယ်သူကြား သလဲလို့ မေးလို့ရှိရင် ဘယ်သူမှကြားတဲ့လူ မရှိဘူးနော်။ အဆင့်ဆင့် ပြောလာတာ ဟိုလက်ညှိုးထိုး ဒီလက်ညှိုး ထိုးနဲ့ နောက်ဆုံးကျတော့ မရှိတဲ့ လမ်းကြောင်းပေါ် ရောက်သွားတာပဲ။ တရားခံ လက်သည် ရှာမရတဲ့

www.dhammadownload.com

လမ်းကြောင်းပေါ် ရောက်သွားတာပဲ။ ဘယ်တော့မှ မဆုံးနိုင်တဲ့ အစဉ်အဆက်ကြီးတစ်ခုကိုပဲ ပြောမယ်၊ ဘယ်သူမှသိတာ မဟုတ်ဘူး။

ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ကိုးကွယ်နေကြတဲ့ ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာဆိုတာ ဒါမျိုး မဟုတ်ဘူးလေ။ လူသားထဲက တရားကျင့်ပြီး ထူးထူးခြားခြား အသိဉာဏ်တွေရလို့ မှန်ကန်တဲ့လမ်းစဉ်တစ်ခု ချမှတ်ပြီး ဒုက္ခတွေ အဆုံးသတ်ရေးကို ဟောပြောတာ။ အဲဒီလို ယုံကြည် စိတ်ချရတယ်။ သူပြောတာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ်ပြောတာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်က အတိအကျ ဟောထားတာ ရှိတယ်လေ။ **"သယံ အဘိညာ သစ္ဆိကတွာ ပဝေဒေမိ"** ကိုယ်တိုင်သိပြီးတော့ ကိုယ်တိုင်လက်တွေ့ ကျင့်သုံးပြီးတော့မှ အတွေ့အကြုံ အတိုင်း ဟောပြောတာပါတဲ့။ အစဉ်အလာ tradition ကို ဟောပြောတာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ စာအုပ်ထဲပါလို့ ဟောတာလဲမဟုတ်ဘူး၊ စိတ်ကူးပြီးတော့ အကြံရလို့ ဟောတာလဲမဟုတ်ဘူးတဲ့။ ဟော၊ တစ်ဆင့်စကား

www.dhammadownload.com

ဘယ်တမန်ကပြောလို့ ဆိုတာလဲ မပါဘူး၊ အဲဒီတော့ လက်တွေ့ ကျင့်သုံးတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင်ကို အာမခံချက် ပေးတယ်လေ။ ငါဟောတဲ့အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးမယ်ဆိုရင် **"သန္ဒိဋ္ဌိကော"** မင်းတို့ ကိုယ်တိုင် သိနိုင်တယ်လို့ ဟောတာ။ ဒိုးထက်ကောင်းတဲ့ warranty ဘယ်မှာရှိမလဲနော်။ ကိုယ်တိုင် လုပ်ကြည့်ရင် ကိုယ်တိုင်ရမယ်ဆိုတာ warranty ပဲပေါ့။ အဲဒါကြောင့် ဒီသာသနာကို **"နိယျာနိက သာသနာ"** လို့ခေါ်တာ။

တစ်ခါတလေ အသံတူတာတွေ ခုခေတ်မှာ တော်တော်များတယ်။ သူကလည်း သာသနာ၊ ငါကလည်း သာသနာ၊ သူကလည်း သာသနာရေး၊ ငါကလည်း သာသနာရေးနော်။ သူကလည်း ဘုရား၊ ငါကလည်း ဘုရား။ ဘုရားဆိုတာ အတူတူ ပါပဲလို့ ပြောတဲ့လူကလည်း ပြောတယ်။ သူတို့လည်း ဥပုသ်စောင့်တယ်၊ ကိုယ်လည်း ဥပုသ်စောင့်တယ်။

www.dhammadownload.com

ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ သတိထားရမှာက "အသံတူပေမယ့် အဆံတူရဲ့လား" ဆိုတာကို သတိထားဖို့လိုတယ်။ အဲ၊ အသံကတော့ တူလိမ့်မယ်၊ သူကလည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်တယ်၊ ကိုယ်ကလည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်တယ်၊ သူကလည်း ပုတီးစိပ်မယ်၊ ကိုယ်ကလည်း ပုတီးစိပ်မယ်၊ သူကလည်း ဘုရားဂုဏ်တော်ပွားမယ်၊ ကိုယ်ကလည်း ဘုရားဂုဏ်တော်ပွားမယ်။

ဟော၊ သေသေချာချာကြည့်ရင် မသိတဲ့ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ဘာသာတရားဟာ အတူတူပဲလို့ ဒီလိုထင်သွားမယ်။ အင်မတန်မှ ကွဲပြားခြားနားမှုတွေရှိတယ်။ အခြေခံ ကွဲပြားခြားနားမှုကို မသိရင် ရောယောင်ပြီး ဘာသာတရားဆိုတာ အတူတူပဲလို့ ထင်မှာပဲ။ မဟုတ်တာကို အဟုတ်ထင်ပြီး လုပ်မိလို့ ရှိရင် ဒုက္ခရောက်မယ်၊ အဲဒီတော့ လုံးဝမတူဘူးဆိုတာ အနှစ်သာရပိုင်းကို ကြည့်ရမယ်။

ဥပုသ်စောင့်တာ တစ်ခုပဲကြည့်လေ။ ဘုန်းကြီးတို့ "ဥပုသ်စောင့်ခြင်းအဓိပ္ပာယ်" ဆိုတာ အရင်တုန်းက

www.dhammadownload.com

ဟောထားဖူးတယ်။ အဲဒီ ဥပုသ်စောင့်တယ် ဆိုတာကိုက အင်မတန်မှ ကွာခြားတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေ ဥပုသ်စောင့်တယ် ဆိုတာက ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ နေထိုင်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားကို ကျင့်သုံးပြီး နေထိုင်ခြင်းကသာ ဥပုသ်၊ အစားမစား၌ သက်သက် မဟုတ်ဘူး၊ လူတွေက ညနေစာ ထမင်းမစားတာလေးကို ဥပုသ်လို့ ထင်နေတာနော်။ ကိုယ်တည်ဆောက်ထားတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ ကိုယ့်ရဲ့ အဓိဋ္ဌာန်ချက်။ "ဒီကနေ့ ငါ ဘာမလုပ်ဘူး၊ ဘာလုပ်ခြင်းမှရှောင်မယ်" ဆိုတဲ့ အဲဒီ ရှောင်ကြဉ်တဲ့ အချက်တွေက အဓိက။ ရှစ်ပါးသီလဥပုသ်စောင့်တယ် ဆိုတာကြည့်၊ "ဒီကနေ့ သူများအသက်သတ်ခြင်းမှရှောင်မယ်၊ သူများ ဥစ္စာခိုးခြင်းမှ ရှောင်မယ်၊ သူများသားမယားပြစ်မှားခြင်းမှ ရှောင်မယ်" ဆိုတဲ့ ဒီကျင့်စဉ်တွေဟာ အရေးကြီးတယ်။ ဒီအကျင့်တွေဟာ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကျင့်တဲ့ အကျင့်တွေပဲ။ ဒါတွေက သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကျင့်ဖို့ခက်တယ်လေ။

www.dhammadownload.com

"ရဟန္တာတွေကျင့်တဲ့ အကျင့်မျိုးကို ဒီကနေ့ တစ်ရက်တာ တို့တတွေ ကျင့်လိုက်ရပြီ" ဆိုတာဟာ ဘယ်လောက် မွန်မြတ်သလဲ၊ တစ်သက်လုံး မလုပ်နိုင်တောင်မှ တစ်ရက်လုပ်လိုက်ရတယ်ဆိုရင် အလွန် မွန်မြတ်တယ်လေ။ အေး၊ အစာငတ်ခံရုံ သက်သက် ဥပုသ်စောင့်တာ မဟုတ်ဘူး၊

ဗုဒ္ဓဘာသာတွေ ဥပုသ်စောင့်လို့ နေ့လွဲညစာ အစာမစားဘူးဆိုတာ အငတ်ခံတာမဟုတ်ဘူး၊ မနက်မှာ ဝအောင်စားထားတာ၊ (၁၂) နာရီဟိုဘက် မစားဘူး ဆိုရင် မအိပ်ချင်တော့ဘူး၊ အစာအတွက် အလုပ်မရှုတ်တော့ဘူး၊ အလုပ်မရှုတ်တော့ ဘာလုပ်တုန်း၊ တရား နှလုံးသွင်းနိုင်တယ်၊ ပိုပြီးတော့ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေကို သန့်ရှင်းအောင်လုပ်နိုင်တယ်၊ တရား နှလုံးသွင်းခြင်းဖြင့် စိတ်ထဲမှာပေါ်လာတဲ့ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်တယ်။ အဲဒါ တကယ့်ဥပုသ်ရဲ့ အနှစ်သာရပဲ။

www.dhammadownload.com

အဲဒီတော့ သူလည်း ဥပုသ်စောင့်တယ်၊ ကိုယ်လည်း ဥပုသ်စောင့်တယ် ပြောပေမယ့် အနှစ်သာရချင်းတူရဲ့လား တိုက်ကြည့်ပေါ့။ မတူဘူးဆိုရင် အသံသာတူတယ်ဆိုတာ သိရလိမ့်မယ်။

ကိုယ့်သာသနာရဲ့ အနှစ်သာရကိုသိဖို့ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်ပေါ့။ အနှစ်သာရကို မသိလို့ရှိရင် ဒီကနေ့ခေတ်မှာ ဘာသာတရားတွေ ရောယောင်ပြီးတော့ ဟိုလူကလည်းဒါ၊ ဒီလူကလည်းဒါ ဆိုတော့ အဟုတ်ထင်နေတတ်ကြတယ်ပေါ့။ မတူဘူး၊ သူတို့မှာလည်း ဘုရားရှိတယ်၊ သူတို့မှာလည်း တရားရှိတယ်၊ သူတို့မှာလည်း သံဃာရှိတယ်၊ ဘုန်းကြီးရှိတယ်နဲ့ ဆိုပြီးတော့ ဟုတ်ကဲ့လား၊ အေး၊ တူလားလို့ဆိုရင် အနှစ်သာရချင်း အလွန်ကွာခြားတယ်။ ဒါကြောင့် အသံတူပြီး ဒီလိုအနှစ်သာရချင်းမတူတဲ့ အခြေအနေတွေကို အခုမှ ပြောပြရတာမဟုတ်ဘူး၊ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်ကလည်း ဒီလိုပဲ၊ တို့လဲအတူတူပါပဲလို့ ပြောခဲ့တာတွေ အများကြီးရှိတယ်။

www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရားက **စူဠသီဟနာဒသုတ်** ကို ဟောခဲ့တယ်။ ဒီ မဇ္ဈိမနိကာယ်ထဲမှာ မှတ်တမ်းတင်ထားတာရှိတယ်။ အဲဒီ **စူဠသီဟနာဒသုတ်** အရ **သီဟနာဒ** ဆိုတာ မကြောက်မရွံ့ ရဲရဲကြီးပြောရမယ့်စကား။ ရဲတင်းတဲ့စကား ပြောရတယ်၊ ကိုယ့်ဖက်က မသေချာဘူးဆိုရင် ရဲရဲမပြောရဲဘူးလေ။ ကြောက်ရွံ့ ကြောက်ရွံ့နဲ့ ပြောရတယ်။ ကိုယ့်ဖက်က သေချာပြီဆိုရင် ရဲရဲပြောရဲတာပေါ့။ အဲဒီလို ရဲရဲတင်းတင်း မကြောက်မရွံ့ ပြောရမယ့် အချက် ဆိုပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရား သွန်သင်ပေးထားတာ ရှိတယ်ပေါ့။

ဘာဖြစ်လို့ ဒီဟာကို သွန်သင်ပေးရသလဲ ဆိုလို့ ရှိရင် မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်က သာသနာတော်ဟာ အင်မတန်မှ ထွန်းကားတယ်။ ဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်တွေကို လူတွေက သဘောကျပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးကြလို့ အောင်မြင်ကြတယ်၊ အရက်သမားတွေလဲ အရက်ပြတ်ပြီး အကျွတ်တရား ရသွားကြ

www.dhammadownload.com

တယ်။ လူ့အလွှာအဆင့်ဆင့် လူတွေဟာ လူကောင်း သူကောင်း ဖြစ်သွားကြတာ အများကြီးပဲနော်။

အဲဒီလို အများကြီးဖြစ်လာတော့ မြတ်စွာဘုရား သာသနာက တကယ်လုပ် အဟုတ်ဖြစ်တယ်ဆိုတော့ လူတွေရဲ့ စိတ်ဝင်စားမှုဟာ ပိုများလာတယ်။ ပိုများလာတဲ့အခါ ဘုရားသာသနာနဲ့ယှဉ်ပြီး တစ်ဖက်က ဘာသာတရားလုပ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ယှဉ်ပြိုင်လာတယ်။ ဒါက သဘာဝအတိုင်းပဲ၊ ယှဉ်ပြိုင်လာပြီ ဆိုတဲ့အခါ ကိုယ့်ထက်သာလို့ရှိရင် လူဆိုတာ မနာလိုစိတ် ပေါ်လာတတ်တယ်ပေါ့။ ယှဉ်ပြိုင်မှုရလာလို့ ကိုယ်က ရှုံးနိမ့်သွားပြီဆိုရင် မနာလိုတဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုပြောတုန်း၊ အရင်လူနဲ့ နောက်လူဆိုရင် ပြောလေ့ရှိတယ်၊ "အမလေး၊ နောက်မှပေါ်တင် ရွှေကြာပင်ကို အလေးပြုရမလား။ တို့က ရှေးတုန်းကတည်းက ပေါ်လာတာတို့၊ သာသနာဆိုတာ ခေတ်ဦးကတည်းက၊ ကမ္ဘာဦးကတည်းက ပေါ်တာ၊ အခုမှ မနေ့တစ်နေ့ကမှ ဂေါတမ

www.dhammadownload.com

သာသနာဆိုတာ ပေါ်လာတာ ဘာကြာသေးလို့တုန်း" နဲ့ ဒီလိုအပြောမျိုးတွေ ပြောလာတယ်။

ဒီကနေ့ခေတ် မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း ဒါမျိုး ပြောတာ ရှိတာပေါ့။ "နောက်မှပေါက်တဲ့ ရွှေကြာပင်"တဲ့။ နောက်မှပေါ်လာပြီး သာသွားရင် မကြိုက်ကြဘူး။ ဒါက ဒီလိုပြောတတ်ကြတယ်။ တခြားဘာသာဝင်တွေက အဲဒီလို အပြစ်စကား ပြောလာတဲ့အခါမှာ မြတ်စွာဘုရားက အေး၊ အသံတူပေမယ့်လို့ အနှစ်သာရချင်းမတူဘူး ဆိုတာကိုပြောကြ။

ပြောဖို့ဆိုပြီးတော့ ဒီ **စူဠသီဟနာဒသုတ်** မှာ မြတ်စွာဘုရား သင်ပေးတဲ့ စကားလုံးက ဘာလဲဆိုရင် **"ဣဓေဝ သမဏော၊ ဣဓ ဒုတိယော သမဏော"** မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းတော်တွေကို ရဲရဲတင်းတင်း ပြောခိုင်းတဲ့ စကားတစ်ခု။ ဒီဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ သာသနာအတွင်းမှာသာ တကယ့်ကို ကိလေသာငြိမ်းတယ်ဆိုတဲ့၊ ကိလေသာကို ငြိမ်းစေနိုင်တဲ့ **သမဏ** ဆိုတာရှိတယ်။

www.dhammadownload.com

ဆိုလိုတာက ပထမသမဏ ဆိုတာက သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်ကိုပြောတာ၊ ဒုတိယသမဏ ဆိုတာ သကဒါဂါမ်ကိုပြောတာ၊ တတိယသမဏ ဆိုတာက အနာဂါမ်ကို ပြောတာ၊ စတုတ္ထသမဏဆိုတာ ရဟန္တာကိုပြောတာ။ **သမဏ** ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်က **"ပါပေ သမေတီတိ သမဏော"** စိတ်ထဲမှာ မကောင်းတဲ့ သဘောထားတွေ၊ စိတ်ရဲ့စိတ်ယုတ်မာတွေ၊ မကောင်းတဲ့ သဘောထားတွေ၊ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေ၊ အဲဒါတွေဟာ လုံးဝငြိမ်းသွားပြီ။ ငြိမ်းသွားတယ်ဆိုတာ နောက်ထပ်မပေါ်လာအောင် ငြိမ်းသွားတာနော်။ အဲဒါတွေကို ဖယ်ရှားပစ်လိုက်နိုင်လို့ စိတ်နှလုံးရဲ့ ပူလောင်မှုတွေ၊ ကိလေသာတွေ လုံးဝကင်းသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို (သို့မဟုတ်) ကင်းအောင်လုပ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို **သမဏ** လို့ခေါ်တာ။

အဲဒီ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စတဲ့ ကိလေသာတွေကင်းတဲ့ **သမဏ** အစစ်ဆိုတာ ဒီသာသနာမှာသာရှိတယ်။ တခြား သာသနာမှာ နာမည်လောက်ပဲရှိတယ်

www.dhammadownload.com

ဒီလိုဆိုလိုတာပေါ့။ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို ရှေးခေတ်က သူလည်း သမဏ၊ ငါလည်း သမဏလို့ ပြောကြတာ ရှိတာကိုး။ အဲဒီတော့ သမဏ လို့ဆိုတိုင်း တကယ် ကိလေသာငြိမ်းသလားဆိုတော့ တကယ်ငြိမ်းတာ မဟုတ်ဘူး။ တကယ် ကိလေသာအာသဝတွေ တကယ် ငြိမ်းသွားတဲ့ သမဏ အစစ်ဆိုတာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော်တွင်းမှာသာ ရှိတယ်လို့ မြတ်စွာ ဘုရားက ရဲရဲဝံ့ဝံ့ပြောကြလို့ ရဟန်းတော်တွေကို အဲဒီ သုတ္တန်မှာ ဟောကြားထားတာ ရှိတယ်ပေါ့။

ဘာဖြစ်လို့ ဒီလို မြတ်စွာဘုရားက အခုလိုပြောနိုင် ရတာလဲ၊ ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့ပြောရတာလဲ၊ အားကိုးက ဘာလဲ၊ လောကမှာ လူတွေက ပြောပြီဆိုလို့ရှိရင်လည်း အားကိုးစရာတော့ ရှိရမယ်။ ယုံကြည်ချက်ဆိုတာ အားကိုးစရာလေးနဲ့မှ ပြောလို့ရတယ်၊ သေသေချာချာ သိပြီ၊ အားကိုးစရာရှိပြီဆိုမှ လူတွေဟာ ပြောလို့ရတာ ကိုး။ အခုလိုပြောနိုင်တာဟာ ဘာအားကိုးနဲ့ ပြောတာ

www.dhammadownload.com

တုန်း ဆိုလို့ရှိရင် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်မှာ ထူးခြားတဲ့ အချက်ကြီး(၄)ချက်ရှိတယ်။

ဘာလဲဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားအပေါ်မှာ နှစ်နှစ်ကာကာ ယုံကြည်မှုဆိုတဲ့ သဒ္ဓါတရား၊ တရားဓမ္မအပေါ်မှာ နှစ်နှစ်ကာကာ ယုံကြည်မှုဆိုတဲ့ သဒ္ဓါတရား၊ ကိုယ်ကျင့်သီလနဲ့ပတ်သက်ပြီး ပြည့်ပြည့်ဝဝ ဖြည့်ကျင့်မှုနဲ့ သီတင်းသုံးဖော် အချင်းချင်း၊ တရားဓမ္မ ကျင့်ဖော်အချင်းချင်းဟာ အမြဲတမ်း တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ခင်မင်မှု။ ဒီဘဝတင် ခင်မင်တာမဟုတ်ဘူး၊ ဘဝအဆက်ဆက် ခင်မင်မှု မပျက်ဘူး၊ စွဲမြဲတယ်လို့ဆိုတဲ့ ဒီအချက်လေးချက်ဟာ ဒီသာသနာမှာပဲရှိတယ်။ တခြားသာသနာမှာ မရှိနိုင်ဘူးတဲ့၊ ဒီလိုပြောတာနော်။

ဘာသာတရား တစ်ခုခုကို ဦးဆောင်ပြီးတော့ နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်။ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်မှာဆိုရင် မြတ်စွာဘုရား။ ဆုံးမသွန်သင်ပြီး တရားဓမ္မကို လမ်းညွှန်ပြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ပေါ်မှာ ယုံကြည်ချက်။

www.dhammadownload.com

ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေဟာ ဘုရားပေါ်မှာ ယုံကြည်ချက် အပြည့်အဝရှိထားတယ်။ အဲဒီတော့ ပုထုဇဉ်ဆိုတာ ယုံကြည်ချက် အပြည့်အဝရှိတယ်လို့ ပြောရသော်လည်း သောတာပန်မှာ ရှိသလို ရှိတာတော့ မဟုတ်သေးဘူးနော်။ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ လုံးဝပြည့်စုံတဲ့ ယုံကြည်ချက်ကြီးရှိတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ **အဝေစ္စပသာဒ** လို့ခေါ်တာ။ အသိဉာဏ်နဲ့ သက်ဝင်ပြီးတော့ ယုံကြည်တာ၊ ဘုရားရဲ့ အရည်အချင်းကို သိပြီး ယုံကြည်တာ။

တရားရဲ့ အနှစ်သာရကို ကိုယ်တိုင် နှလုံးသွင်းဆင်ခြင် ကျင့်ကြံကြီးကုတ် အားထုတ်ပြီး ယုံကြည်တာ၊ ကိုယ်ကျင့်သီလပေါ်မှာ တန်ဖိုးထားတာ၊ သီတင်းသုံးဖော်ချင်းမှာ ချစ်ခင်မှု ခိုင်မြဲတာ ဒီလေးချက်ဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာတော်မှာသာ ရနိုင်တယ်လို့ ဒီလို ပြောတာနော်။

အဲဒီတော့ သူတို့က ပြောလိမ့်မယ်တဲ့။ သူတို့မှာလည်းပဲ သူတို့ဘုရားပေါ်မှာ သူတို့ ယုံကြည်မှုရှိပါတယ်

www.dhammadownload.com

ပေါ့။ သူတို့ တရားပေါ်မှာလည်း သူတို့ ယုံကြည်မှုရှိပါ တယ်ပေါ့။ သူတို့မှာလည်း ကိုယ်ကျင့်သီလဆိုတာ ရှိတယ်ပေါ့။ နောက် သူတို့လည်း ဘာသာဝင် အချင်း ချင်း ရိုင်းပင်းမှုဆိုတာ ရှိတယ်ပေါ့။ ဒီလို ပြန်ပြောစရာ တော့ ရတာပေါ့။

သို့သော် သူတို့ရဲ့ ယုံကြည်မှုဆိုတာ အရိယာ ဖြစ်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်လို ခိုင်မြဲတာ မဟုတ် ဘူး။ ဒီနေရာမှာ ဆိုလိုတာ ပုထုဇဉ်ရဲ့ သဒ္ဓါတရားက မခိုင်သေးဘူး။ အခု ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ တော်ကြာ တခြားဘာသာဝင် ဖြစ်ချင်ဖြစ်သွားတာ နော်။ အဲ၊ သောတာပန်ဖြစ်သွားလို့ အမှန်အတိုင်း သိသွားပြီဆိုရင် ယုံကြည်ချက် ဘယ်တော့မှ မပြောင်း ဘူး။ အဲဒါမျိုးကို **အဝေစ္စပသာဒ** လို့ခေါ်တာ။

တရားဓမ္မသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း ကိုယ်တိုင် သိထားတဲ့တရား ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် တရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ယုံကြည်ချက်က ပြောင်းလွဲစရာ အကြောင်း မရှိတော့ဘူး။

www.dhammadownload.com

ကိုယ်ကျင့်သီလ ဆိုတာလည်း ဒီဘဝတင်လုံတာ မဟုတ်ဘူး၊ ပုထုဇဉ်ဆိုတာ သီလ ဒီဘဝ လုံကောင်း လုံမယ်၊ နောက်ဘဝ လုံချင်မှလုံတာ။ ဒီဘဝမှာ ကိုယ်ကျင့်သီလ လုံနေတာဟာ ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေကောင်းလို့ လုံနေတာဖြစ်မယ်။ နောင်ဘဝ ရောက်လို့ရှိရင် မသေချာဘူး။ ဆိုပါစို့၊ ဗမာစကားပုံရှိသည့်အတိုင်း "တံငါနားနီးတံငါ၊ မုဆိုးနားနီးမုဆိုး"တဲ့။ မုဆိုးအိမ်မှာ လူသွားဖြစ်ရင် အကောင်တွေ ဖမ်းဦးမှာပဲ။ တံငါအိမ်မှာ လူသွားဖြစ်လို့ရှိရင်လည်းပဲ ငါးဖမ်းဦးမှာပဲ။ ကိုယ်ကျင့်သီလဆိုတာ ပုထုဇဉ်တွေမှာ ခိုင်မြဲခြင်းမရှိဘူး။

အရိယာ သူတော်စင် ဖြစ်သွားပြီဆိုလို့ရှိရင် မွေးလာကတည်းက ဘယ်လို ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေထဲပဲဖြစ်ဖြစ် ပြောင်းလဲမှု မရှိတော့ဘူးလို့ ဒီလို ဆိုလိုတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ **အရိယကန္တသီလ** ဆိုတာ ငါးပါးသီလကို ပြောတာ။ အဲဒီ ငါးပါးသီလကို ဘဝ

www.dhammadownload.com

ကူးသွားတောင်မှ၊ နောက်ဘဝ ရောက်သွားတောင်မှ လွန်ကျူးမှု မလုပ်တော့ဘူး။

အခုခေတ်လည်း ကလေးလေးတွေ ရှိတယ်။ မွေးလာကတည်းက အကောင်လေးတွေ မသတ်ဘူး၊ အင်မတန်မှ အကျင့်သီလကောင်းပြီး ငယ်ငယ်လေး ကတည်းက စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်းထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် လေးတွေရှိတယ်။ သောတာပန်ကလည်း လူပြန် ဖြစ်တာဆိုတော့ သောတာပန်လေး မွေးလာတာလို့ မပြောနိုင်ဘူးလား၊ ပြောနိုင်တယ်။ မဟုတ်ဘူးလို့ မပြောနိုင်ဘူးပေါ့။ အဲဒီတော့ ထူးခြားတဲ့ အရည် အသွေး၊ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းတဲ့ လူငယ်လေးတွေ လူ့လောကမှာ မွေးဖွားလာတာရှိတယ်။ ဒီဘဝမှာ ကိုယ်ကျင့်သီလမြဲတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ သောတာပန် ဖြစ်သွား ပြီဆိုရင် နောင်ဘဝမှာလည်း ကိုယ်ကျင့်သီလမြဲတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်တာပဲ။ ခိုင်မြဲတယ်။ ဒါကြောင့် **အရိယာကန္တ**၊ အရိယာတွေက အလွန်နှစ်သက်တဲ့ သီလလို့ ဒီလို ပြောတာ။

www.dhammadownload.com

တခြား ဘာသာဝင်တွေမှာ သဒ္ဓါတရားရှိတယ် ဆိုပေမယ့် သဒ္ဓါတရားချင်း မတူဘူး၊ တရားအပေါ် ယုံကြည်မှုဆိုတာလည်း မတူဘူး၊ ကိုယ်ကျင့်သီလ ဖြည့်ကျင့်မှုလဲ မတူဘူး။ ဟော၊ ဘာသာဝင်အချင်းချင်း ချစ်ခင်ရင်းနှီးခြင်း ဆိုတာလည်း မတူဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ မတူတုန်းဆိုရင် ဒီဘဝမှာတော့ ဘာသာဝင်အချင်းချင်း ချစ်ခင်ကြတယ်၊ ရိုင်းပင်းကြတယ် ထား၊ (စာပေထဲမှာ ရေးထားတာကြည့်။) နောင်ဘဝ ရောက်တဲ့အခါမှာ သံသရာလည်ပြီ ဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီ ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင် တစ်ယောက်က အကုသိုလ်ကံကြောင့် ကျားတစ်ကောင်ဖြစ်မယ်၊ သူ့ကို ကိုးကွယ်ယုံကြည်တဲ့ ဘာသာဝင်က သမင်ဖြစ်မယ် ဆိုလို့ရှိရင် သတ်စားမှာပဲ။ "ငါ့ကို တစ်ချိန်တုန်းက ကိုးကွယ်ခဲ့တာ" လို့ သူသိနိုင်ပါ့မလား၊ အေး အရင်တုန်းက ခင်မင်ခဲ့တဲ့ စိတ်ဓာတ်ကော အဲဒီအချိန်မှာ ရှိနိုင်ပါ့မလား၊ အေး မရှိသည့်အတွက်ကြောင့် ဒီဘဝတုန်းက ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်က နောင်ဘဝကျ သူ့ရဲ့နောက်လိုက်

www.dhammadownload.com

တွေကို ကိုက်သတ်စားသောက်တဲ့ အနေအထားမျိုး ရောက်သွားတယ်တဲ့။

ဗုဒ္ဓဘာသာကျတော့ မြတ်စွာဘုရား တရားကို ယုံကြည်လို့ သောတာပန် ဖြစ်သွားလို့ရှိရင် အဲဒီလို ကျားဘဝဆိုတာ ရောက်နိုင်ပါဦးမလား၊ ကျားဘဝ မရောက်လို့ရှိရင် ကိုယ့်ကိုယုံကြည်ကိုးကွယ်တဲ့ ကိုယ့် နောက်လိုက်ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို စားတဲ့ သတ္တဝါမျိုး ဖြစ်ပါ့ မလား၊ မဖြစ်ဘူးဆိုတော့ ချစ်ခင်မှုတွေ မေတ္တာဟာ အင်မတန်မှ ခိုင်မြဲတယ်လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။

ဘဝဟာ တရားဓမ္မကိုသိသွားတဲ့ ဘဝမျိုးမှ ခိုင်မြဲ တယ်၊ ကျန်တဲ့ဘာသာမှာ ဒီလို ပထမသမဏ လို့ဆိုတဲ့ သောတာပန်ဖြစ်နိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ရှိကိုမရှိဘူး။ မရှိသည့် အတွက်ကြောင့် သံသရာကျင်လည်တဲ့အခါမှာ ဒီဘဝရဲ့ ခင်မင်မှုတွေဟာ နောင်ဘဝထိပါတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။ အဲဒါကြောင့် မသေချာ မရေရာဘူးလို့ ဆိုလိုတာနော်။

ကဲ၊ ကောင်းပြီ၊ မြတ်စွာဘုရားက ကြွေးကြော် ခိုင်းတာက **"သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်၊**

www.dhammadownload.com

ရဟန္တာ ဆိုတဲ့ ဒီ သမဏ လေးမျိုးဟာ တို့သာသနာမှာသာ ရှိနိုင်တယ်" လို့ ဒီလိုပြောတာဟာ ခုနက အချက်လေးချက် ခိုင်မာမှုကို အခြေခံပြီးပြောတာ။ သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ် ဖြစ်ကတည်းက နောင်ဘဝမှာ ရက်စက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဖြစ်စရာ အကြောင်း မရှိဘူးလေ။

အဲဒီမှာ တခြားဘာသာဝင်တွေက သူတို့မှာလည်း သူတို့ဘုရားကို ယုံကြည်တာရှိမယ်၊ တရားကို ယုံကြည်တာရှိမယ်၊ သူတို့မှာလဲ ကိုယ်ကျင့်သီလရှိတယ်၊ သူတို့ဘာသာဝင်အချင်းချင်းလည်း ရိုင်းပင်းမှုတွေ ရှိတယ်လို့ ပြောလာမယ်ဆိုလို့ရှိရင် သူတို့ကို မေးခွန်းထုတ်ဖို့ လိုအပ်တယ်။

ဘယ်လိုမေးခွန်းထုတ်မတုန်းဆိုရင် "မင်းတို့ရဲ့ ပန်းတိုင်ဟာ တစ်ခုထဲလား၊ အမျိုးမျိုးရှိသလား" လို့ မေးရင် သူတို့က သူတို့မှာ ပန်းတိုင်ဆိုတာ တစ်ခုထဲ ရှိတယ်။ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် ဘယ်သာသနာပဲဖြစ်ဖြစ် ပန်းတိုင်ဟာ တစ်ခုပဲရှိတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေရဲ့

www.dhammadownload.com

ပန်းတိုင်ဟာ နိဗ္ဗာန်ဆိုပါစို့။ **အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်** ဆိုတဲ့ ဒီ တရားထူး တရားမြတ်ရရင် ဒါ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေရဲ့လမ်းဆုံး ခေါ်တာပေါ့နော်။ **"အရဟတ္တဖလ ပရိယောသာနံ သာသနံ"** မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်ရဲ့ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်ဟာ ဘာလဲဆိုရင် အရဟတ္တဖိုလ်ပဲပေါ့။ အရဟတ္တဖိုလ်ရပြီးတဲ့နောက်ပိုင်းမှာ တရားကျင့်စရာ မရှိတော့ဘူး၊ ကုန်သွားပြီ၊ အပြီးသတ် ကျင့်ပြီးသွားပြီ။

ဒါကြောင့်မို့ အရဟတ္တဖိုလ် ရပြီးသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ **"ကတံ ကရဏီယံ"** လုပ်စရာတွေ လုပ်ပြီးပြီလို့ ပြောလို့ရတယ်။ **"ဝုသိတံ ဗြဟ္မစရိယံ"** မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး အကျင့်တရားကို အပြည့်အစုံကျင့်ပြီးပြီလို့ ပြောလို့ရတယ်။ ကျန်တဲ့အချိန်မှာ ပြောလို့မရသေးဘူး။ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်တောင်မှ ပြောလို့ မရသေးဘူး၊ ကျင့်စရာတွေ ကျန်သေးတယ်။ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ် ဆိုတာလည်း ပြောလို့မရသေးဘူး၊ ရဟန္တာဖြစ်ပြီဆိုမှ ပြည့်စုံပြီလို့ ပြောလို့ရတယ်ပေါ့။ အလုပ်ဆိုတာ မပြီး

www.dhammadownload.com

သေးတဲ့အလုပ် ရှိသလို ပြီးသွားတဲ့အလုပ်ရှိတယ်ပေါ့။ အဲဒါကြောင့်မို့ ဗုဒ္ဓဘာသာရဲ့ အလုပ်ပြီးတယ်ဆိုတာ ဘာကိုပြောတာတုန်းဆိုရင် နောက်ဆုံး အရဟာတ္တမဂ်၊ အရဟာတ္တဖိုလ်ကို ပြောတယ်လို့ မှတ်ရတာပေါ့။ မပြီးမချင်း ဒီပန်းတိုင်ကို ရောက်အောင်သွားနေရတာပေါ့နော်။

အဲဒီတော့ ဘဝမှာ အဆုံးသတ်မှုတွေ၊ ပန်းတိုင်တွေက အမျိုးမျိုးရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်က (ဒီကနေ့လည်း အတူတူပဲ။) တခြား ဘာသာဝင်တွေရဲ့ ပန်းတိုင်၊ သူတို့ရဲ့ နောက်ဆုံး မျှော်မှန်းချက်ဆိုတာ ရှိတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေက ဘာကောင်းမှုလုပ်လုပ် **"ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု"** လို့ ဒီလိုဆိုကြတာလေ။ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်တစ်ခုကို ရည်မှန်းပြီးလုပ်ကြတာ။

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တုန်းက Braman လို့ ခေါ်တဲ့ ဗြဟ္မဏတွေပေါ့။ ဗမာလို ပုဏ္ဏားလို့ ခေါ်တာပေါ့။ အဲဒီ Braman တွေမှာလည်း ပန်းတိုင်ရှိတယ်၊

www.dhammadownload.com

သူတို့ပန်းတိုင်၊ သူတို့ရဲ့ နောက်ဆုံး မျှော်မှန်းချက်က ဘာလဲဆိုရင် ငြဟ္မာ့ပြည်ပဲ။ ငြဟ္မာ့ပြည်ဆိုတာ သက်တမ်းအင်မတန်မှ ရှည်တယ်ပေါ့။ ကမ္ဘာနဲ့ချီပြီးတော့ နေရတယ်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့လည်း ငြဟ္မာမင်းကြီးရဲ့ ခံတွင်းက မွေးဖွားလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလို့ ယုံကြည်ကြတယ်။ ငြဟ္မာမင်းကြီးက ဖန်ဆင်းလို့ ငြဟ္မာခံတွင်းက သက်ဆင်းလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလို့ ငြဟ္မာကို တန်ဖိုးထားပြီး ငြဟ္မာဘုံကို ပန်းတိုင်အဖြစ်ထားတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်အရ ငြဟ္မာဆိုတာသတ္တဝါတစ်မျိုးပဲပေါ့။ သမထကျင့်စဉ်တစ်ခုကိုကျင့်လို့ သမာဓိစွမ်းအားတွေနဲ့ ထို ဈာန်အဘိညာဉ်တွေ ရပြီးတော့ သက်ဆိုင်ရာဈာန်အားလျော်စွာ ဘုံဘဝတွေမှာသွားဖြစ်တာ။ အဲဒီဈာန်အရှိန်တွေ၊ ကုသိုလ်တွေ ကုန်သွားတဲ့အခါကျတော့ ပြန်ရောက်လာတာပဲ။ ဒါကြောင့်မို့ ဗမာစကားမှာ ရှိတယ်လေ။ "ငြဟ္မာ့ပြည်မှာ တဝင်းဝင်း၊ ဝက်စာကျင်းမှာတရှုတ်ရှုတ်" ဆိုတာနော်။ ငြဟ္မာ့ပြည်ရောက်ပေမယ့်လို့ တစ်ချိန် အပါယ်ငရဲ ပြန်ရောက်

www.dhammadownload.com

နိုင်တယ်လို့ ပြောတာ။ အဲဒီအဓိပ္ပာယ်ကို ဆိုလိုတာ။ ဗြဟ္မာဘဝဟာ လမ်းဆုံးမဟုတ်သေးဘူးပေါ့။ သို့သော် သူတို့ရဲ့ ရည်မှန်းချက် ဦးတည်ချက်ဟာ ဗြဟ္မာ့ဘုံမှာ လမ်းဆုံးထားတယ်ပေါ့။

နောက်တစ်ခါ ရှေးတုန်းက **တာပသ** ဆိုတဲ့ ရသေ့တွေ ရှိတယ်။ အဲဒီရသေ့တွေရဲ့ မျှော်မှန်းချက် လမ်းဆုံးကလည်း ဗြဟ္မာ့ဘုံပဲ။ ဒါပေမယ့် ဗြဟ္မာ့ဘုံထဲက သူတို့ရဲ့ ရည်မှန်းတဲ့ ဗြဟ္မာ့ဘုံက **အာဘဿရ** ဆိုတဲ့ ဗြဟ္မာ့ဘုံ။ အဲဒီ ဗြဟ္မာ့ဘုံဟာ သူတို့ရဲ့လမ်းဆုံးပဲ။

နောက်ပြီးတော့ ပရိဗိုဇ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်ကရှိတယ်။ **သစ္စကပရိဗိုဇ်** တို့ တခြား **ပရိဗိုဇ်**တွေပေါ့လေ။ ရှင်သာရိပုတ္တရာတို့၊ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်တို့ဟာ သဉ္စယပရိဗိုဇ်ကြီးရဲ့ တပည့်အဖြစ် ခံခဲ့ဖူးတာ။ အဲ၊ သူတို့ရဲ့လမ်းဆုံးက ဘာလဲဆိုရင် **သုဘကိဏ္ဏာလို့** ခေါ်တဲ့ ဗြဟ္မာ့ဘုံပဲ။ အဲဒါ သူတို့ရဲ့လမ်းဆုံး။

နောက် **အာဇီဝက** လို့ဆိုတဲ့ အသက်မွေးမှုပြင်းထန်ပြီး ပင်ပင်ပန်းပန်းကျင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရှိတယ်။

www.dhammadownload.com

ဗမာတွေကတော့ တက္ကတွန်းလို့ ခေါ်တာပေါ့နော်။ **ဥပက** တို့လို တက္ကတွန်းတွေ၊ ဟို **နိဂဏ္ဌနာဋပုတ္တ** လို ဂျိန်းတွေပေါ့။ သူတို့ရဲ့ပန်းတိုင်က ဘာတုန်းဆိုရင် အသညသတ်ဆိုတဲ့ဘုံပဲ။ **အနန္တမာနသ** လို့ ခေါ်တဲ့ စိတ်ကို ဖယ်ခွာထားနိုင်ပြီး ရုပ်တရားချည်းသက်သက် ဖြစ်တဲ့ **အသညသတ်ဘုံ** ဟာ သူတို့ရဲ့ပန်းတိုင်ပဲ။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ သတ်မှတ်တာကတော့ **အရဟတ္တဖိုလ်** ပဲ။ **အရဟတ္တဖိုလ်**ရောက်ရင် လမ်းဆုံးတယ်။ ဒီနောက် ကျင့်စရာ မရှိဘူးဆိုတာလို အဲဒီလို အမျိုးမျိုးပန်းတိုင်တွေကို သတ်မှတ်ပြီးတော့ ကျင့်ကြတယ်ပေါ့။ တခြားစကားလုံးနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာမှာတော့ **နိဗ္ဗာန** သို့မဟုတ် **မောက္ခ** လို့သုံးတယ်။ တခြားဘာသာမှာတော့ **မောက္ခ** နဲ့ ဆင်ဆင်တူတဲ့ **မောက်ခရှ** ဆိုတဲ့စကားလုံးကို သုံးတယ်။ လွတ်မြောက်ခြင်းပေါ့။

ဘဝလွတ်မြောက်ခြင်းဆိုတာ သူတို့က အခုပြောတဲ့ ပန်းတိုင်တွေကို ဘဝလွတ်မြောက်ခြင်းလို့

www.dhammadownload.com

ဒီလိုပြောတာနော်။ ဒီကနေ့ခေတ် ဘာသာတွေလဲ ကြည့်လေ။ ဒီကနေ့ခေတ်ထင်ရှားရှိတဲ့ ဘာသာကြီးတွေထဲက တချို့ဘာသာက သူတို့ရဲ့လမ်းဆုံး ဘယ်မှာတုန်း ဆိုရင် ကောင်းကင်ဘုံပဲလေ။ ဒီလိုပြောတာမို့လား။ ကောင်းကင်ဘုံလို့ ဒါတွေကိုရည်ညွှန်းပြီးတော့ ပြောကြတယ်။ အဲဒီလိုပဲ ကိုယ့်ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ကိုယ့်ဘာသာတရားကို လုပ်ဆောင်ကြတယ်၊ ကျင့်ကြံကြတယ်။ ဒီလို ကျင့်ကြံတဲ့အခါမှာ ဘာသာတရားရဲ့လမ်းဆုံး ရောက်တယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှ ရောက်တာလဲလို့ လေ့လာကြည့်မယ်ဆိုရင် တကယ် ကိုယ့်ရည်ရွယ်ချက်လမ်းဆုံးကို ရောက်ဖို့ဆိုတာဟာ တွယ်တာမှု တဏှာ မရှိမှ ရောက်တယ်။ တွယ်တာမှုတဏှာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မရောက်နိုင်ဘူးနော်။

အဲဒီ **နိဗ္ဗာ**ဆိုတဲ့ ဘဝလမ်းဆုံးတစ်ခုကို **သရာဂ** လို့ခေါ်တဲ့ တဏှာ အတွယ်အတာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မရောက်ဘူး။ **ဝိတရာဂ** လို့ဆိုတဲ့ တဏှာကင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှ ရောက်တယ်။ **သဒေါသ** ဆိုတဲ့ စိတ်ထဲမှာ အလို

www.dhammadownload.com

မကျတဲ့ ဒေါသရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မရောက်ဘူး။ **ဝီတဒေါသ** လို့ခေါ်တဲ့ ဒေါသကင်းစင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှ ရောက်တယ်။ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ခွဲခြားမသိဘဲနဲ့ တွေဝေနေတယ်၊ မလုပ်သင့်တာ လုပ်သင့်တယ် ထင်တယ်၊ လုပ်သင့်တာကို မလုပ်သင့်ဘူးလို့ထင်တယ် ဆိုတဲ့ အမှန်တရားကိုမမြင်တဲ့ **သမောဟ** ဆိုတဲ့ **မောဟ** ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မရောက်နိုင်ဘူးတဲ့။ **ဝီတမောဟ** ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှရောက်မယ်။

အကယ်၍ ဒေါသ၊ မောဟ မရှိတဲ့ **ရာဂ** ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ရောက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် တိရစ္ဆာန်တွေမှာ **ရာဂ** ရှိတာပဲ၊ တိရစ္ဆာန်တွေမှာ **ဒေါသ** ရှိတာပဲ၊ **မောဟ** ရှိတာပဲ။ တိရစ္ဆာန်တွေကော မရောက်ပေဘူးလား။ ရောက်ကုန်မှာပေါ့။ ဟုတ်ကဲ့လား။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မရောက်နိုင်ဘူးတဲ့။

နောက်တစ်ခုက ဘဝကိုတွယ်တာတဲ့တဏှာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မရောက်နိုင်ဘူး။ အစွဲအလမ်း ဥပါဒါန်ရှိတဲ့

www.dhammadownload.com

ပုဂ္ဂိုလ်တွေ့ မရောက်နိုင်ဘူး။ အသိဉာဏ်ပညာ ကင်းမဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ့ မရောက်နိုင်ဘူး။ အသိပညာရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှ ရောက်နိုင်တယ်။

လောကမှာ အကောင်းအဆိုးနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ ရှိရင် လူ့ရဲ့စိတ်ဟာ နှစ်မျိုးရှိတယ်နော်။ ကောင်းတာဆိုလို့ရှိရင် လိုက်လျောတယ်၊ မကောင်းတာဆိုရင် ဆန့်ကျင်တယ်။ ဆိုပါစို့၊ လောဘဖြစ်တယ်၊ ဒေါသဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ဘက် လိုက်နေတဲ့စိတ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး မရောက်နိုင်ဘူးတဲ့။ ကောင်းတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဆိုးတာပဲဖြစ်ဖြစ် လိုက်လျောခြင်း၊ ဆန့်ကျင်ခြင်းဆိုတဲ့ စိတ်ပြောင်းလဲမှုမရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှသာ ရောက်နိုင်တယ်။

နောက်တစ်ခုက **ပပဉ္စရတိ** လို့ခေါ်တယ်။ **ပပဉ္စ** တရားတွေပေါ်မှာ ပျော်မွေ့နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှန်သမျှဟာ လမ်းဆုံးကို မရောက်နိုင်ဘူးတဲ့။ **ပပဉ္စရတိ** ဆိုတာ **ပပဉ္စ** ဆိုတာ သံသရာကြီးကို ကျယ်သွားစေတယ်၊ ဘဝကို တာရှည်သွားစေနိုင်တဲ့တရား။ အဲဒီ တရားဆိုက သုံးမျိုးရှိတယ်။ **တဏှာ**ရယ်၊ **မာန**ရယ်၊ **ဒိဋ္ဌိ**ရယ်။ တဏှာရဲ့

www.dhammadownload.com

အတွေးက အမြဲတမ်း **တေံ မမ** "ငါဟာ" ဆိုတဲ့ အတွေးနဲ့တွေးတယ်၊ ဘာကိုပဲဖြစ်ဖြစ် အပြင်က ပစ္စည်းကိုပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ့်ခန္ဓာနဲ့ ပတ်သက်တာပဲဖြစ်ဖြစ် ငါဟာ၊ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ပတ်သက်တာ ဆိုလို့ရှိရင် ငါ မျက်လုံး၊ ငါနှာခေါင်း စသဖြင့် တွေးတယ်။ ပစ္စည်း ကျတော့ ငါဥစ္စာ၊ ငါ့ရွှေ၊ ငါ့ငွေ။ အဲဒီအမြင်ဟာ **တဏှာ** ရဲ့အမြင်ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအမြင် ရှိနေသေးသမျှ သံသရာ ကြီးဟာ မဆုံးနိုင်ဘူးလို့ပြောတာ။

နောက်တစ်ခုက **မာန**တဲ့။ မာနဆိုတာ အရာရာ 'ငါ'လို့ ထင်တယ်။ ရုပ်တရားပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နာမ်တရားပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်ကိုကိုယ် 'ငါ' လို့ ဒီလိုသတ်မှတ်တယ်။ 'ငါ' ဆိုတာ အရည်အချင်းတစ်ခုပေါ်မှာ မူတည်ပြီး တော့ အထင်ရောက်မှုကိုပြောတာ။ တကယ်တော့ 'ငါ' ဆိုတာ ဘယ်ဟာကိုပြောတာတုန်း၊ ရုပ်ကို ပြောတာ လား၊ နာမ်ကိုပြောတာလား။ သဘာဝတရားနဲ့ ကြည့် လိုက်မယ်ဆိုရင် 'ငါ' လို့ပြောစရာ တစ်ခုမှမရှိဘူး။

www.dhammadownload.com

'ငါ' လို့ ပြောစရာမရှိဘူးဆိုတာ ဘာဖြစ်လို့တုန်း ဆိုရင် သူ့အကြောင်းနဲ့သူ ဖြစ်နေတဲ့သဘော၊ သခ်ါရ သဘောတရား သက်သက်မျှသာဖြစ်တယ်၊ ဘယ်ဟာကိုမှ 'ငါ' လို့ပြောလို့မရဘူး။ အဲဒီပြောလို့ မရတာကို အထင်အမြင်ရောက်ပြီး 'ငါ' လို့ ထင်နေတာ မာနတဲ့။ တစ်ခါ 'ငါ' ရဲ့အတ္တ၊ ကိုယ်လုပ်ချင်တာ လုပ်လို့ရတယ်၊ အဲဒီတော့ 'ငါ' မှမရှိဘူးဆိုရင် 'ငါ့ဟာ' ဆိုတာလည်း ရှိနိုင်တာ မဟုတ်ဘူးလေ။ 'ငါ' မရှိရင် 'ငါ့ဟာ' မရှိဘူး။ 'ငါ့ဟာ' မရှိရင်လည်း 'ငါ' ဆိုတာ မရှိနိုင်ဘူးပေါ့။

ဩော်၊ ငါ့ရဲ့အတ္တ ကိုယ်လုပ်ချင်တိုင်း လုပ်လို့ရတယ်၊ ကိုယ့်ရဲ့အလိုကျဖြစ်တယ်၊ ထာဝရမြဲတယ်ဆိုတဲ့ အတွေးတွေနဲ့ ဒီလိုမှားယွင်းတဲ့အမြင်တွေ ရှိနေတာ ဒီဋ္ဌိ။ အဲဒီ ပပဉ္စ တရားတွေက စိတ်ကိုလွှမ်းမိုးထားရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် လမ်းဆုံးဆိုတာ မရောက်နိုင်ဘူး။

အဲဒီတော့ ဗုဒ္ဓတရားတော်အရ ဒီ ပပဉ္စ တရား ကင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှသာလျှင် လမ်းဆုံးဆိုတာ ရောက်နိုင်တယ်တဲ့။ အဲဒီလို ထူးခြားတဲ့ အရည်အသွေးတွေ

www.dhammadownload.com

ကြည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ အေး၊ တခြား ဘာသာတွေမှာ ဒါမျိုးက ရှိနိုင်မှာမဟုတ်ဘူးတဲ့။

အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရားက သံသရာဝဋ်က လွတ်ခြင်း၊ မလွတ်ခြင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ အမြင်နှစ်မျိုးကို ရဟန်းတော်တွေကို ဟောကြားထားတာ ရှိတယ်။ လောကဟာ အမြင်နှစ်မျိုးရှိတယ်။ မတူညီတဲ့ အမြင်နှစ်မျိုး။ ဘုန်းကြီးတို့တတွေဟာ ဘယ်အမြင်မျိုး ကိုယ့်မှာရှိသလဲဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ဖို့ လိုအပ်တယ် ပေါ့နော်။

အဲဒီ အမြင်နှစ်မျိုးဆိုတာ ဘာကိုပြောတာတုန်း ဆိုတော့ **ဘဝဒိဋ္ဌိ** အမြင်နဲ့ **ဝိဘဝဒိဋ္ဌိ** အမြင်ပဲ။ **ဘဝဒိဋ္ဌိ** ဆိုတာ ကိုယ်ဖြစ်တဲ့ဘဝဟာ ကိုယ်ရ,ထားတဲ့ခန္ဓာသို့မဟုတ် ကိုယ့်သန္တာန်မှာရှိတဲ့ သဘာဝတရားဟာ ထာဝရလို့ ယူဆလို့ရှိရင် ဒါ **ဘဝဒိဋ္ဌိ** ပဲပေါ့။

ဆိုပါစို့၊ မြန်မာလူမျိုးတွေစွဲလမ်းပုံ ပြောမယ်ဆိုလို့ ရှိရင် မြန်မာလူမျိုးတွေက သေရင် ဝိညာဉ်လေးက ထွက်သွားတယ်လို့ ယူဆတယ်။ ဒီဝိညာဉ်လေးက

www.dhammadownload.com

နောက်ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ဝင်စားတယ်လို့ ယူဆတယ်။ အဲဒီတော့ သေလို့ရှိရင် ဝိညာဉ်လေး ကျန်နေတယ်လို့ မြင်တာကိုက **ဘဝဒိဋ္ဌိ**ပဲ။ သေသွားတယ်ဆိုတာ ရုပ်ရော နာမ်ရော ဒီဘဝမှာ ခေတ္တ အတိုင်းအတာတစ်ခုအရ ဘဝဟောင်းတစ်ခု ချုပ်သွားတယ်လို့မယူဘဲ ဝိညာဉ်လေးက နောင်ဘဝကိုကူးသွားတယ်လို့ ယူဆလို့ရှိရင် **သဿတဒိဋ္ဌိ**လို့ ခေါ်တာပဲ။ အဲဒီ **သဿတဒိဋ္ဌိ** ဟာ **ဘဝဒိဋ္ဌိ**ပဲ။ အဲဒီတော့ များသောအားဖြင့် ပုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ **သဿတဒိဋ္ဌိ၊ ဘဝဒိဋ္ဌိ** နဲ့ အင်မတန်မှုန်းတယ်။ ဒီဘက်ကို ဦးလှည့်နေတာများတယ်ပေါ့။

သေသေချာချာ ဒီသဘာဝတရားတွေကို လေ့လာလိုက်စားထားခြင်း မပြုဘူးဆိုရင် ဒီ **သဿတဒိဋ္ဌိ** အယူအဆ တစ်ခုဟာ ရှိနေမယ်။ ဘာဖြစ်လို့ **သဿတဒိဋ္ဌိ** အယူအဆရှိသလဲ ဆိုလို့ရှိရင် လောကမှာ ထာဝရမြဲတဲ့ အရာကလေးတစ်ခုရှိတယ်၊ **အတ္တ**လို့ခေါ်ရတဲ့ အရာလေးတစ်ခုရှိတယ်။ အဲဒီ **အတ္တ**လို့ ဆိုတာ ဘယ်လိုဟာကို ခေါ်တာတုန်းလို့ **သာတိ** ရဟန်းပြောတဲ့စကားနဲ့

www.dhammadownload.com

ပြောမယ်ဆိုရင် သူက **ဝဒေါ် ဝေဒေယျော** တဲ့နော်။ စကားပြောတတ်တဲ့အရာ၊ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံရဲ့ အကျိုးတရားကို ခံစားတတ်တဲ့အရာ၊ လောကလူတွေက နာမည်အမျိုးမျိုး တပ်ပြီးတော့သာ ခေါ်နေတာလေ။ ဒီဘဝမှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ လုပ်ပြီးတော့ နောင်ဘဝကျတော့ ငါခံစားရမယ်ဆိုတဲ့ အတွေးတွေ မတွေးကြဘူးလား။ ကဲ၊ နောင်ဘဝ ခံစားမှာ ဘယ်သူလဲ မေးကြည့်လိုက်၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် သေချာစစ်ဆေးမေးကြည့်၊ ဒီဘဝကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်တယ်၊ လုပ်တာ ဘယ်သူလဲ၊ နောက်ဘဝ ခံစားမယ်ဆိုတာ ခံစားမှာ ဘယ်သူလဲလို့ သေသေချာချာ မေးကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် တွေ့လာမှာပဲ။ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ အမြင်ရှင်းဖို့ လိုအပ်တယ်ပေါ့။

သမ္မာဒိဋ္ဌိ အမြင်နဲ့ ကြည့်မယ်ဆိုရင် ဒီဘဝ လုပ်တာ ဘယ်သူလဲလို့မေးလို့ရှိရင် စေတနာနဲ့ သဘာဝတရားတွေက လုပ်တာ၊ "အကြောင်းတရားတွေ ဖြစ်ပေါ်တာကို ပြုလုပ်သူ" လို့ သတ်မှတ်တယ်။

www.dhammadownload.com

"အကြောင်းတရားတွေကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးတရား ပေါ်လာတာကို ခံစားသူ" လို့ သတ်မှတ်တယ်။ တကယ်တော့ ခံစားသူလည်းမရှိဘူး၊ ပြုလုပ်သူလည်း မရှိဘူးလို့ ဒီလိုဆိုလိုတယ်။ အဲဒါကြောင့် "**ကမ္မဿ ကာရကော နတ္ထိ ဝိပါကဿ စ ဝေဒကော**" တဲ့။ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံကို ပြုလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ သဘာဝတရားတွေက ပြုလုပ်သွားတာ။ အဲဒီ အထဲမယ် ဘယ်သူ့ကို 'ငါ' လို့ပြောမှာလဲ။ ဥပမာမယ် အခုလို တရားဓမ္မ နာကြတယ်၊ ဒါနကောင်းမှုတွေ လုပ်ကြတယ်။ အရပ်စကားနဲ့ပြောမယ်ဆိုရင် နာမည်နဲ့ပေါ့လေ၊ ဘယ်သူက ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလုပ်တယ်၊ ဘယ်သူကလှူတယ် ဆိုတဲ့ နာမည်လေးနဲ့တော့ ပြောတာပေါ့နော်။ တကယ်တော့ လှူသူဟာ ဘယ်သူလဲလို့ လိုက်ပြီးစစ်ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် သူ့သန္တာန်မှာဖြစ်တဲ့ သဒ္ဓါစွမ်းအား၊ စေတနာစွမ်းအားနော်။ သဘာဝတရားတွေက တွန်းအားပေးလို့ လှူတယ်ဆိုတာ ဖြစ်လာတာလေ။

www.dhammadownload.com

အဲဒီအထဲမယ် စေတနာကို လှူသူလို့ပြောမှာလား၊ သဒ္ဓါတရားကို လှူသူလို့ပြောမှာလား၊ အလောဘကို လှူသူလို့ပြောမှာလားလို့ဆိုလို့ရှိရင် ပြောလို့မရဘူးလေ။ အဲဒီသဘာဝတရားတွေက စုပြီးတော့ လှူမှုတစ်ခုကို ဖြစ်အောင်လုပ်လိုက်တာပဲပေါ့။

အကျိုးခံစားတော့ ဘယ်သူ ခံစားတာတုန်းလို့ မေးလိုက်တဲ့အခါ ဟော၊ အကျိုးခံစားတဲ့အချိန်မှာ ဒီဘဝချင်း ဆက်စပ်ပြီးတော့နေတဲ့ ဝေဒနာဆိုတဲ့ သဘာဝတရားက အကျိုးခံစားသွားတာ။ အဲဒါကြောင့် "ပြုလုပ်သူ" ဆိုတာလဲ တကယ်မရှိဘူး၊ သဘာဝတရား သက်သက်ပဲလို့ အဲဒီမှာ အကြောင်းတရား ဖြစ်ပေါ်တာကိုပဲ ပြုလုပ်တယ်လို့ပြောတယ်။ အကျိုးတရား ဖြစ်ပေါ်လာတာကိုပဲ ခံစားတယ်လို့ ပြောရတယ်တဲ့။ ဒီကြားထဲမှာ ခံစားတတ်သူလို့ သီးသန့် ဘာတစ်ခုမှ မရှိဘူး။ အဲဒါကိုပြောတာ "**ကမ္မဿ ကာရကာ နတ္ထိ၊ ဝိပါကဿ စ ဝေဒကော**" တဲ့။

www.dhammadownload.com

အဲဒါကြောင့် ဒီဘဝ **ဒိဋ္ဌ**ဆိုတဲ့နေရာမှာ ခုနက ဒီမှန်ကန်တဲ့ အမြင်တစ်ခုကို မရလိုက်ဘူး၊ သဘာဝတရားကို သဘာဝတရားလို့ မမြင်ဘဲနဲ့ ကိုယ့်ရဲ့အတ္တလို့ စိတ်ထဲမှာ တွေးထင်ကြေစည်တဲ့ အရာလေးတစ်ခု သို့မဟုတ် ဝိညာဉ်၊ ဒီ ဝိညာဉ်လေးဟာ ဒီဘဝမှာ ကုသိုလ်လည်းလုပ်တယ်၊ အကုသိုလ်လည်းလုပ်တယ်။ သေတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီဝိညာဉ်လေးဟာ ထွက်သွားပြီးတော့ ကုသိုလ်ကံကြောင့် နတ်ပြည်ရောက်သွားတယ်၊ အကုသိုလ်ကံကြောင့် ငရဲပြည်ရောက်သွားတယ် ဆိုရင် ဒါ **ဘဝဒိဋ္ဌိ** လို့ ခေါ်တာပဲ။ ဘဝနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မြဲတယ်ဆိုတဲ့ သဿတ အယူအဆနဲ့ အယူအဆ တစ်ခု။

နောက်တစ်ခုက **ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ**၊ **ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ** ဆိုတာ **ဝိဘဝဒိဋ္ဌိ**၊ အဲဒီတော့ **ဝိဘဝ**ဆိုတာ ဘဝပြတ်စဲခြင်းကို ပြောတာ။ တချို့က **ဝိဘဝ** ကို စည်းစိမ်ဥစ္စာလို့ အဓိပ္ပာယ်ဖော်တာ ရှိသေးတယ်။ အဲဒါ မမှန်ကန်တဲ့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ပဲ။ **ဝိဘဝ** ဆိုတာ ဘဝကင်းပြတ်

www.dhammadownload.com

တာကိုပြောတာ။ ဝိ ဆိုတာ ကင်းပြတ်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။ ဒီဘဝသေသွားလို့ရှိရင် ပြတ်တာပဲ၊ နောက်ဘဝဖြစ်တာ သူမဟုတ်ဘူး၊ တစ်ဘဝဟာ တစ်ခါတည်းပဲလို့ ဒီလိုလက်ခံတဲ့ အယူအဆကို **ဝိဘဝဒိဋ္ဌိ** လို့ခေါ်တယ်။

လောကမှာ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် **သဿတ-ဒိဋ္ဌိ**, **ဘဝဒိဋ္ဌိ** အယူရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ **ဝိဘဝဒိဋ္ဌိ**, **ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ** အယူရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဒါပဲရှိတယ်။ အဲဒီတော့ **သဿတ-ဒိဋ္ဌိ**ကို **ဘဝဒိဋ္ဌိ** လို့လည်း ခေါ်တယ်။ **ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ** ကို **ဝိဘဝဒိဋ္ဌိ** လို့လည်း ခေါ်တယ်ပေါ့နော်။ လောကမှာ အဲဒီအမြင်နှစ်မျိုး **သဿတ** အမြင်နဲ့ **ဥစ္ဆေဒ** အမြင်၊ ဒီနှစ်ခုကို လက်ခံလိုက်ရင် တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ဆန့်ကျင်မှုရှိသလား၊ မရှိဘူးလား၊ မြဲတယ်လို့ယူဆတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က မမြဲဘူးဆိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ မဆန့်ကျင်ဘူးလား။ မမြဲဘူးလို့ယူဆတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က မြဲတယ်လို့ယူဆတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ မဆန့်ကျင်ပေဘူးလား။ အဲဒီလို ဆန့်ကျင်တယ် ဆိုကတည်း

www.dhammadownload.com

က ဒီအယူအဆနှစ်ခုဟာ ပဋိပက္ခဖြစ်နေတဲ့အယူအဆ နှစ်ခုပဲပေါ့။

အဲဒီအယူအဆနှစ်ခုကို ယူဆနေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းဟာ ဘာဖြစ်လို့ ဒီအယူအဆနှစ်ခုကို လက်ခံသလဲလို့ဆိုရင် ဒီအယူအဆဟာ ဘာကြောင့် ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းတရားကို မသိလို့ပဲနော်။ ဖြစ်ကြောင်းတရားကို မသိဘူး၊ ချုပ်ကြောင်း တရားကို မသိဘူး။ အဲဒီ အယူအဆရဲ့ သာယာဖွယ်၊ အဲဒီ အယူအဆရဲ့ အပြစ်အနာအဆာ၊ အဲဒီ အယူအဆရဲ့ ထွက်ပေါက်ဆိုတာတွေကို အမှန်အကန် မသိသည့် အတွက်ကြောင့် ဒီ မိစ္ဆာအယူဝါဒတွေဟာ ပေါ်လာရတာ။

အဲဒီတော့ လောကမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တခြားဘာသာဝင်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီနှစ်ခုကလွဲပြီး ဘယ်ဟာမှ မရှိဘူး။ ဒီနှစ်ခုထဲအကျုံးဝင်တယ်။ သတိထားဖို့ရာနော်။ မှန်မှန်ကန်ကန် တရားဓမ္မကိုမမြင်ဘူး၊ မဆင်ခြင်နိုင်ဘူးဆိုရင် ဒီနှစ်ခုထဲက တစ်ခုခုထဲ ဝင်သွားနိုင်တယ်

www.dhammadownload.com

ပေါ့။ အဲဒီလို ဝင်သွားပြီဆိုတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် လမ်းလွဲပြီ။

အဲဒီအမြင်ရှိသမျှ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဘယ်တော့မှ သောက, ပရိဒေဝ, ဒုက္ခ, ဒေါမနဿ, ဥပါယာသဆိုတဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေက မလွတ်နိုင်ဘူးတဲ့။ အဲဒါတွေမှ လွတ်ဖို့ရန်အတွက် ဟောဒီ နှစ်ခုစလုံးကို ရှောင်ရှားဖို့ လိုအပ်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာနော်။

အဲဒီနှစ်ခုကို ရှောင်ရှားတယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုနည်းနဲ့ ရှောင်ရှားရမလဲ၊ အဲဒီနှစ်ခုကို ရှောင်ရှားဖို့အတွက် **ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်** ကို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းရမယ်။ **ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်** ကို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းတယ်ဆိုတာ "ဒီအကြောင်းရှိရင် ဒီအကျိုးရှိလိမ့်မယ်။ ဒီအကြောင်းမှ မရှိဘူးဆိုရင် ဒီအကျိုးမရှိနိုင်ဘူး" နော်။ **ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်**နဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် စာပိုဒ်လေး လေးပိုဒ်ကို မှတ်ထားရမယ်။

စာပိုဒ်လေး လေးပိုဒ်က "**ဣမသ္မိံ သတိ ဣဒံ ဟောတိ**" တဲ့။ "**ဣမဿ ဥပ္ပါဒါ ဣဒံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ**" တဲ့။ ဒါရှိနေလို့ ဟိုဟာ ရှိတယ်။ ဆိုပါစို့၊ ကြည့် အခု

www.dhammadownload.com

လျှပ်စစ်မီးရှိနေလို့ အလင်းရောင် ရှိမနေဘူးလား၊ အလင်းရောင်ရှိနေတယ်။ဘာဖြစ်လို့ရှိနေလဲ၊ လျှပ်စစ်မီး ရှိနေလို့။ လျှပ်စစ်မီး မရှိဘူးဆိုရင် အလင်းရောင် မရှိတော့ဘူး။ ဒါ, ဒါရှိလို့ ဟိုဟာရှိတယ်ဆိုတာ အကြောင်းနဲ့ အကျိုးကို နားလည်တာ။ ဒါမရှိရင် ဟိုဟာမရှိတော့ဘူး၊ ဟော ထင်ရှားတယ်နော်။ **"ကွမသွို့ သတိ ကွဒံ ဟောတိ"** ဒီအကြောင်း ရှိနေသည့်အတွက်ကြောင့် ဒီအကျိုးတရားဟာ ရှိနေတာ။ ဒီအကြောင်းတရား ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အတွက်ကြောင့် ဒီအကျိုးဟာ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ ဘယ်အရာပဲဖြစ်ဖြစ် အကြောင်းတရား ရှိနေသေးလို့ရှိရင် အကျိုးတရားက ပေါ်နေဦးမှာဆိုတာ ရှင်းတယ်။ အဲဒီတော့ အကြောင်းရှိလို့ အကျိုးရှိနေရတယ် ဆိုကတည်းက လုံးဝပျောက်ဆုံးကွယ်သွားတယ်ဆိုတဲ့ ဥစ္ဆေဒ အမြင်၊ သေပြီးနောက် ဘယ်တော့မှပြန်မဖြစ်ဘူးဆိုတဲ့ အယူအဆ တစ်ခုဟာ မှန်ပါ့မလား၊ မမှန်ဘူး။ အကြောင်းရှိရင် အကျိုးရှိဦး

www.dhammadownload.com

မှာပဲ။ အကြောင်းဖြစ်ရင် အကျိုးဖြစ်ဦးမှာပဲ။ ဒီလိုပဲ ယူရမယ်။ ဟုတ်ကဲ့လား။

ကဲ၊ နောက်တစ်ခုက **"ကမ္မသ္မိ အသတိ ကမ္မဒံ နဟောတိ"** ဒါမရှိတော့ဘူးဆိုရင် ဟိုဟာမရှိတော့ဘူး။ အကြောင်းမရှိတော့ဘူးဆိုရင် အကျိုးတရား မရှိတော့ဘူး။ အကြောင်းဆိုတဲ့ လျှပ်စစ် မရှိတော့ဘူးဆိုရင် အလင်းရောင်ဆိုတဲ့ အကျိုးတရား မရှိတော့ဘူး။ **"ကမ္မဿ နိရောဓာ ကမ္မဒံနိဂ္ဂမ္မတိ"** ဒါငြိမ်းသွားရင် ဟိုဟာလည်း ငြိမ်းသွားပြီ။ အဲလိုဆိုတော့ အကြောင်း ငြိမ်းရင် အကျိုးငြိမ်းတာဖြစ်သောကြောင့် ထာဝရ မြဲတယ်ဆိုတဲ့ သဿတ အယူအဆလည်း မမှန်ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် အကြောင်းချုပ်ရင် သူ မရပ်တည်နိုင်ဘူးပေါ့။ **ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ, ဝိဘဝဒိဋ္ဌိ** ဆိုတာ မမှန်ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လည်းဆိုရင် အကြောင်းရှိရင် ရှိဦးမှာပဲ၊ ပြတ်သွားတယ်ဆိုတာ မဟုတ်ဘူးပေါ့နော်။

ဒါကြောင့် ဒီ မှားယွင်းနေတဲ့ အမြင်နှစ်ခုကို ရှောင်ကွင်းဖို့ရာအတွက် **ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်** ကို မြတ်စွာ

www.dhammadownload.com

ဘုရား ဟောတာလေ။ **ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်** ဟာ အလယ်လမ်းလို့ ဒီလိုပြောတာ။ အခုပြောတဲ့ ထာဝရရှိတယ်ဆိုတာကို ငြင်းပယ်တယ်၊ ထာဝရ မရှိတော့ဘူး ဆိုတာကိုလည်း ငြင်းပယ်တယ်။ အကြောင်းရှိရင် ရှိဦးမယ်၊ အကြောင်းမရှိရင် မရှိတော့ဘူးပေါ့။ အကြောင်းပေါ်မှာ မှီတည်နေတယ်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ် ပြောတာနော်။ အဲဒီလို မမြင်လို့ရှိရင်တဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခက မလွတ်နိုင်ဘူးတဲ့။

အေး၊ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ရဲ့ ထူးခြားချက်က အဲဒီနှစ်ခုကို ရှောင်ကွင်းနိုင်တယ်ပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲက လွတ်နိုင်တယ်။

နောက်တစ်ခုကြည့်ဦးမယ်ဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားက အစွဲလေးမျိုးကို ဟောတယ်။ **ဥပါဒါန်** လို့ခေါ်တယ်။ **ဥပါဒါန်** ဆိုတာ **ဥပအာဒါန**။ ဥပ ဆိုတာ ပြင်းပြင်းထန်ထန်၊ **အာဒါန** ဆိုတာ ဆုပ်ကိုင်ထားတာ။ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ စာလိုပြောနေလို့ ငါတို့မှာ ဥပါဒါန်မရှိဘူးလို့ မထင်နဲ့နော်။

www.dhammadownload.com

ဥပါဒါန အပြင်းအထန် စွဲကိုင်ထားတယ်ဆိုတဲ့ သဘာဝတရားဟာ နှစ်ခုရှိတယ်။ ဘာလဲလို့ဆိုရင် တွယ်တာမှုဆိုတဲ့ တဏှာနဲ့ ဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့အမြင်။ လူတွေမှာ တွယ်တာမှုကလည်းပဲ ပြင်းထန်တယ်နော်။ အမြင်ကလဲ ပြင်းထန်တယ်။ တွယ်တာမှုကို ဖြတ်ဖို့ဆိုတာ အလွန်ခက်တယ်။ အမြင်ကိုစွန့်ဖို့ ဆိုတာလည်း အလွန်ခက်တယ်။ အဲဒီနှစ်ခုဟာ ဥပါဒါန်နော်။ ပြင်းပြင်းထန်ထန် စွဲကိုင်ထားတဲ့ ဥပါဒါန်။

အဲဒီဥပါဒါန်ကို မြတ်စွာဘုရားက လေးမျိုး ခွဲဟောတယ်။ ကာမဂုဏ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ စွဲလန်းမှုကို **ကာမုပါဒါန်** လို့ ခေါ်တယ်။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ပြန်ပြီးတော့ စစ်ဆေးကြည့်၊ **ကာမုပါဒါန်**ဆိုတဲ့နေရာမှာ ကာမဆိုတာ လိုချင်စရာ အာရုံတွေကို **ဥပါဒါန** က စွဲလန်းနေတဲ့တဏှာ။ လိုချင်စရာအာရုံတွေကို စွဲလန်းနေတဲ့ တဏှာ။

တစ်နည်းအားဖြင့်ပြောမယ်ဆိုရင် **ကာမ**ဆိုတာ လိုချင်စရာ အာရုံတွေကို လိုချင်နေတဲ့တဏှာသည်၊

www.dhammadownload.com

ဥပါဒါန စွဲလမ်းနေတဲ့အရာ ဖြစ်တယ်ပေါ့။ ကဲ၊ ဘုန်းကြီး တို့တတွေ လွယ်လွယ်လေးနဲ့ ခွါလို့ရမလား ကိုယ့်ဟာ ကိုယ် စဉ်းစားကြည့်။ နှစ်သက်စရာအာရုံလေးတစ်ခုကို နှစ်သက်တယ် ဆိုတဲ့နေရာမှာ အဲဒီ နှစ်သက်မှု မဖြစ် အောင် လွယ်လွယ်လေးနဲ့ခွါလို့ရမလား၊ မရဘူး။

မျက်စေ့က မြင်တဲ့ အာရုံပေါ်မှာ နှစ်သက်တယ်၊ နားက ကြားတဲ့အသံပေါ်မှာ နှစ်သက်တယ်။ နှာခေါင်း က ရှူရတဲ့အနံ့ပေါ်မှာ၊ လျှာက ခံစားရတဲ့ အရသာ ပေါ်မှာ။ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ဘုန်းကြီးတို့တတွေရဲ့ သန္တာန်မှာ ကာမဂုဏ်အာရုံတွေနဲ့တွေ့တိုင်း မျက်စေ့ကမြင်၊ နားက ကြား၊ အဲဒီအာရုံတွေပေါ်မှာ သွားပြီး တွယ်တာနေတာ ပေါ့။ အဲဒါတွေကို မစွန့်လွှတ်နိုင်ဘူး။ အဲဒါတွေကို ကာမုပါဒါန်လို့ခေါ်တယ်။

ကာမုပါဒါန်ကြောင့် ဒီအာရုံမြင်ရင် နောက်ထပ်ရဖို့ အတွက် ကြိုးစားတယ်။ မျက်စေ့ကမြင်ရတဲ့ အာရုံ အတွက် နောက်ထပ်ရဖို့၊ နားက ကြားရတဲ့အသံ အတွက် နောက်ထပ်ရဖို့၊ နှာခေါင်းက နမ်းရှူရတဲ့

www.dhammadownload.com

အနုံအတွက် နောက်ထပ်ရဖို့၊ ဘယ်လောက်များ စွဲလမ်းမှုရှိသလဲဆိုရင် ကြည့်လေ ရွှေဆိုင်တွေ ချမ်းသာနေတာ။ အဲဒါဘာလဲ၊ မျက်စေ့က မြင်တဲ့အပေါ်မှာ လိုချင်နေကြတာတွေ မို့လား။ အေး၊ ကက်ဆက်တွေတို့၊ Mp3 တွေတို့၊ အခု သီချင်းတွေ ဟုတ်လား။ CD တွေ၊ DVD တွေ ထုတ်နေတာ ဘာကြောင့်တုန်း။ အသံကို တွယ်တာလို့လေ။ ရေမွှေးတွေတို့၊ မိတ်ကပ်တွေတို့ ဘာတို့၊ ဒီအနုံနဲ့ပတ်သက်တာတွေကော ဘယ်လောက် ရောင်းကောင်းနေလဲ။

လောကလူတွေမှာကြည့်၊ စားသောက်ဆိုင်တွေမှာဆို၊ ဟော၊ ရသနဲ့ပတ်သက်လာရင် စားသောက်ဆိုင်တွေ ဘယ်လောက်ကြီးပွားနေတုန်းနော်။ မြန်မာပြည်ဆိုလို့ရှိရင်ပိုတောင်ပေါသေးတယ်။ကိုယ့်နိုင်ငံက အစားအသောက်တင် မကဘူး၊ ကိုရီးယားတဲ့၊ ဗီယက်နမ်တဲ့၊ ဟိုက ဒီက အစားအသောက်တွေကို ပြည့်နေတာပဲ။

အဲဒီတော့ ဒါတွေအားလုံးကို ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါမှာ တွယ်တာမှုဆိုတာရှိနေတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားတယ်။

www.dhammadownload.com

ကဲ၊ အဲဒီ လူတွေဟာ အစာမစားရင် ခန္ဓာကိုယ် မတည်တံ့မှာမို့ စားတာလား၊ ကြိုက်လို့စားတာလား။ ကြိုက်လို့စားတာ၊ **ကာမုပါဒါန်** ဆိုတာ လွယ်လွယ်နဲ့ ခွါလို့ရတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့နော်။

ကဲ၊ တခြားဘာသာတွေမှာလည်း **ကာမုပါဒါန်**ကို ပယ်ခွာဖို့ဟောတာ ရှိပါတယ်။ **ကာမုပါဒါန်**ကို ပယ်ခွါနိုင်ကြတယ်၊ စွန့်လွှတ်နိုင်ကြတယ်။ တချို့မျှားဆို အဝတ်တောင်မဝတ်ဘူး။ အိန္ဒိယမှာဆို ဂျိန်းဘုန်းကြီးတွေဆိုတာ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေ အကုန် စွန့်လွှတ်ပြီးတော့ အဝတ်တောင်မဝတ်ဘဲနဲ့နေတယ်။ **ကာမုပါဒါန်**ကိုတော့ သူတို့ ပယ်ခွါနိုင်တယ်ပေါ့။

ကဲ၊ နောက် **ဥပါဒါန်** တစ်ခုကိုကြည့်ရအောင်။ **ဒိဋ္ဌုပါဒါန်**၊ အမြင်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဥပါဒါန်အစွဲအလမ်း တစ်ခု။ အဲဒီ **ဒိဋ္ဌုပါဒါန်** ဆိုတာ တခြားဟာ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ ကဲ့,ကဲ့၏အကျိုးကိုငြင်းပယ်တာ၊ **နတ္ထိကဝါဒ** လို့ခေါ်တယ်။ ကုသိုလ်ကံရဲ့အကျိုးဆိုတာ မရှိဘူး၊ လှူတာတန်းတာရဲ့ အကျိုးဆိုတာ မရှိဘူး။ ဒီလောက

www.dhammadownload.com

မရှိဘူး၊ တမလွန်လောက မရှိဘူး၊ အမေ မရှိဘူး၊ အဖေ မရှိဘူး၊ အမေတွေ အဖေတွေကို အသိအမှတ်မပြုဘူး ဆိုတဲ့သဘောပေါ့။ **နတ္ထိမာတာ, နတ္ထိပိတာ**။ အမေ အဖေကို အသိအမှတ်မပြုဘူး ဆိုကတည်းက အမေ အဖေအပေါ်မှာ စော်ကားတာတို့၊ အမေ အဖေအပေါ်မှာ ပြုစုတာတို့ ကုသိုလ်မရဘူးဆိုတာ ငြင်းပယ်တာပဲ၊ အတူတူပဲ ဟုတ်ကဲ့လား။ အဲဒီလို မရှိဘူး ဆယ်ချက်နဲ့ ငြင်းပယ်တာကို **ဒိဋ္ဌုပါဒါနိန်လို့**ခေါ်တယ်။ အထူးသဖြင့် ရုပ်ဝါဒကို စွဲလမ်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အဲဒီအယူအဆ ရှိတယ်။ အဲဒီ ဒိဋ္ဌုပါဒါနိန်ကလည်း လွယ်လွယ်နဲ့ဖြုတ်လို့ မရတဲ့ ဥပါဒါနိန်တစ်ခုပဲ။

နောက်တစ်ခုက အဲဒီ **ဒိဋ္ဌုပါဒါနိန်** ဖြုတ်နိုင်တော့ ဘာကျန်သေးတုန်းဆိုတော့ သံသရာဝဋ်က လွတ်ရာ လွတ်ကြောင်း၊ သံသရာဝဋ် အကျင့်တွေကျင့်တယ်၊ ဘာ အကျင့်တွေ ကျင့်တုန်းဆိုရင် ခွေးအကျင့်၊ နွားအကျင့် ကျင့်တယ်။ ဒီအကျင့်နဲ့ သံသရာဝဋ်က လွတ်တယ်လို့ ယုံကြည်ယူဆတယ်။

www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့်မို့လို့ ခွေးလိုကျင့်တယ်၊ နွားလိုကျင့်တယ်၊ ဟော မျောက်လိုကျင့်တယ်၊ ဝက်လိုကျင့်တယ်၊ မျိုးစုံပေါ့လေ။ ဥဒေါင်းလို ကျင့်တာတို့၊ အဲဒီလိုကျင့်တာတွေ အများကြီးပဲ၊ မျိုးစုံပဲ။ အဲဒီလိုကျင့်တာတွေ လင်းနို့ကြီးလို တွဲလောင်းဆွဲပြီးတော့နေတဲ့ အကျင့်လည်း ရှိတာပဲ။ **ဝဋ္ဋလိဝတ** လို့ခေါ်တယ်နော်။ အဲဒီလို အကျင့်မျိုးစုံတွေနဲ့ သံသရာဝဋ်က လွတ်နိုင်တယ်လို့ မှားမှားယွင်းယွင်းမြင်တဲ့အမြင်က **သီလမွတပရာမာသ**။

ဟော နောက်တစ်ခုက ဘာတုန်းဆိုရင် **အတ္တ–ဝါဒုပါဒါန, အတ္တဝါဒုပါဒါန** ဆိုတာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကို ပြောတာ။ **သက္ကာယဒိဋ္ဌိ** ဆိုတာ ခန္ဓာငါးပါးထဲက တစ်ပါးပါးပေါ်မှာ "**အတ္တ**"လို့ ယူဆတယ်။ အတ္တဆိုတာ "**ငါ**" လို့ယူဆတယ်ပေါ့။ ပြောမယ်ဆိုရင် တစ်ခါတစ်ခါ "**အတ္တ**" နဲ့ "**အဟံ**"တွဲပြီး ပြောတာရှိတယ်နော်။ "**အဟံ မမ**" ငါ သို့မဟုတ် ငါ့ဥစ္စာ။ ကဲ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စဉ်းစားကြည့်။ "ငါ"ဆိုတဲ့စကားကို အရပ်စကားအနေနဲ့သာ "ငါ"လို့ပြောတာ၊ ကဲ ဘယ်

www.dhammadownload.com

ဟာကို "ငါ" ခေါ်တာလဲလို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် မေးကြည့်ပေါ့။ "ငှါဟာ"လို့ပြောတယ်၊ ဘယ်ဟာကို "ငှါဟာ"လို့ ပြောမှာလဲလို့ သေချာမေးကြည့်လိုက်ရင် ခန္ဓာငါးပါးထဲကလွတ်ပြီး "ငါ" လို့ ပြောလို့ရရဲ့လား၊ မရဘူး။ အေး ခန္ဓာငါးပါးကလွဲပြီး "ငှါဟာ" လို့ ပြောလို့ရရဲ့လား၊ မရဘူး။ အဲဒီတော့ ခန္ဓာငါးပါးထဲက တစ်ခုခုကိုပဲ "ငါ" လို့လည်းပြောတယ်၊ "ငှါဟာ"လို့လည်းပြောတယ်ပေါ့။

အဲဒီတော့ တကယ် "ငါ" ဆိုတာ ဟုတ်ရဲ့လား ဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး။ သူ့သဘာဝအတိုင်း သူ့ဟာသူ ဖြစ်နေတာ။ "ငှါဟာ" ဆိုတာကော ဟုတ်ရဲ့လား၊ မဟုတ်ဘူး။ တကယ်ဝိပဿနာဉာဏ်အမြင်နဲ့ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် အရာခပ်သိမ်းက ထာဝရရွှေ့လျားနေတာ။ ဆိုပါစို့၊ မြစ်ရေတွေစီးနေတာ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အဲဒီ စီးနေတဲ့ရေကလေးကို သေသေချာချာတည့်တည့်လေးချိန်ထား၊ ချိန်ထားပြီးတော့ "ငှါရေ" လို့ပြောလိုက်၊ အဲဒီပြောပြီးတဲ့အချိန်လေးမှာ ဒီရေဟာ

www.dhammadownload.com

ရှိသေးလား၊ မရှိတော့ဘူး။ နောက်တစ်ခုဖြစ်သွားပြီ၊ ဟုတ်ကဲ့လား။ ပြောင်းသွားပြီ။

အဲဒီလို ပြောင်းတာထက်တောင် မြန်သေးတယ်။ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်မှာရှိတဲ့ ရုပ်တွေနာမ်တွေက "ငါ" လို့ ပြောလိုက်တဲ့ အချိန်လေးမှာပဲ သူက နောက်တစ်ခု ဖြစ်သွားပြီ။ ဒီတစ်ခုက ပျက်သွားပြီလေ။ အဲဒီတော့ "ငါ"လို့ပြောလိုက်တဲ့ဟာလေးက ပျက်သွားပြီ၊ နောက်တစ်ခါဖြစ်တဲ့ဟာလေးက "ငါ"လို့ပြောတဲ့ဟာ မဟုတ်တော့ဘူး၊ တခြားဟာဖြစ်ပြီ။ သို့သော် copy ဖြစ်တော့ လူတွေက မျက်စေ့လည်နေတာပေါ့။ ဒါလို့ပဲ ထင်တော့တာပေါ့ ဟုတ်ကဲ့လား။

အဲဒါကြောင့် ခန္ဓာငါးပါးထဲက တစ်ခုခုကို 'ငါ'လို့ ပြောရတဲ့ အတွေ့ဝါဒ။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ သက္ကာယဆိုတာ တကယ်ထင်ရှားရှိတဲ့ ခန္ဓာ၊ အဲဒီခန္ဓာပေါ်မှာ လွဲမှားစွာ ထင်တာက ဒိဋ္ဌိ။ ခန္ဓာငါးပါးကို ခန္ဓာငါးပါးလို့မြင်ရင် မှန်တယ်နော်။ ရုပ်ကို ရုပ်လို့ပဲမြင်တယ်၊ နာမ်ကို နာမ်လို့ပဲ မြင်တယ်၊ 'ငါ' လို့ မမြင်ဘူးဆိုရင်မှန်တယ်။

www.dhammadownload.com

အဲဒီ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးထဲက တစ်ခုခုကို 'ငါ' လို့မြင်တယ် ဆိုတဲ့ အမြင်ဟာ မှားတယ်ပေါ့။ အဲဒီလိုမြင်တာကို အတ္တ။ အဲဒီ အတ္တ အကြောင်းပြောတဲ့ဝါဒကို အတ္တဝါဒ။ အဲဒီ အတ္တဝါဒပေါ်မှာပဲ စွဲလမ်းမှုက ဥပါဒါန်။

ဘာသာတရားတွေ အားလုံးဟာ (မြတ်စွာဘုရား က ထောက်ပြတယ်) ဒီ ဥပါဒါန် တရားတွေကို ကျော်လွှားဖို့ ကြိုးစားကြတယ်။ တချို့ဘာသာတွေက ကာမုပါဒါန်ကို ကျော်လွှားနိုင်တယ်၊ ကာမဂုဏ်အာရုံ တွေကို ဖယ်ရှားနိုင်တယ်။ နောက် တချို့ ဘာသာတွေ က ကာမဂုဏ်အာရုံတွေအပြင် **ဒိဋ္ဌုပါဒါန်** ကိုလဲ ကျော်လွှားနိုင်တယ်တဲ့။ နောက် တချို့ဘာသာတရား တွေက **ကာမုပါဒါန်၊ ဒိဋ္ဌုပါဒါန်** နှစ်ခုတင်မကဘူး၊ **သီလဗ္ဗတုပါဒါန်** ဆိုတဲ့ အကျင့်သီလနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ မှားယွင်းတဲ့ အယူအဆပေါ်မှာလည်း ကျော်လွှားနိုင် တယ်တဲ့။

သူတို့ မကျော်လွှားနိုင်တာက ဘာတုန်းဆိုရင် **အတ္တဝါဒုပါဒါန်** ပဲ။ **အတ္တဝါဒုပါဒါန်** ကို မကျော်လွှား

www.dhammadownload.com

နိုင်ဘူးတဲ့။ ဆိုလိုတာက မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်က ဘာသာတရားတွေ မှန်သမျှမှာ 'ငါ'ဆိုတာ ပယ်ဖျက်လို့ မရဘူး။ သူတို့မှာ နောက်ဆုံး အတ္တလေး ကျန်နေတယ်လို့ ဒီလိုပြောတာနော်။ အဲဒါလေးမှ မပျောက်ဘူး ဆိုရင်တဲ့ မြတ်စွာဘုရားက သံသရာဝဋ်က လွတ်လို့ မရဘူးတဲ့။

အဲဒီတော့ တခြား ဘာသာတရားတွေဟာ အဲဒီအဆင့်ကို ဘယ်ဘာသာမှ မကျော်နိုင်ဘူး။ ဆိုပါစို့၊ **ပုရာဏ ကဿပ** တို့၊ **မက္ခလိ ဂေါသာလ** တို့၊ **အဇိတ ကေသကမ္ဗလ**၊ **နိဂဏ္ဌ နာဋပုတ္တ** တို့၊ **သဉ္စယ ဗေလဋ္ဌပုတ္တ** တို့ ဘုရားလက်ထက်တုန်းက ထင်ရှားတဲ့ ဘာသာရေးဂိုဏ်းဆရာကြီးတွေဟာ အမျိုးမျိုးသော အယူဝါဒတွေ ဟောနေပေမယ့် နောက်ဆုံးမှာ သူတို့ မကျော်လွှားနိုင်တာ **အတ္တ**ပဲ။ အဲဒီ **အတ္တ** ဆိုတဲ့ အယူအဆကို မကျော်ဖြတ်နိုင်သည့် အတွက်ကြောင့် ထာဝရငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဘယ်လိုမှ ရှာတွေ့မသွားကြဘူးပေါ့။

www.dhammadownload.com

ဒီ **အတ္တဝါဒထဲမှာပဲ** ပြန်နှစ်ပြီးတော့ **အတ္တဝါဒ** ထဲမှာပဲ ပြန်ပေါ်လာတာပဲ။

မြတ်စွာဘုရားသခင်ပွင့်ပြီ ဆိုတဲ့အခါကျတော့ ဟောဒီ **အတ္တ**ဆိုတဲ့ အယူအဆလေးတစ်ခုကို ငြင်းပယ်လိုက်တယ်။ **"သဗ္ဗေ ဓမ္မာ အနတ္တာ"** လို့ ဟောနိုင်တာ မြတ်စွာဘုရားတစ်ပါးပဲ ရှိတယ်ပေါ့။ ကျန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက **အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ** ဟောကောင်း ဟောလိမ့်မယ်။ **အနတ္တ** ဆိုတာ မဟောနိုင်ကြဘူးပေါ့။

အဲဒီတော့ ဘယ်လောက်ပဲကောင်းတဲ့ ဘာသာတရားပဲဖြစ်ဖြစ် နောက်ဆုံးမှာ **အတ္တ**ကို မပယ်ဖျက်နိုင်သမျှ၊ **အတ္တ**ဆိုတဲ့ အယူအစွဲကြီးကို မရှောင်ရှားနိုင်သေးသမျှ၊ မကျော်လွှားနိုင်သေးသမျှ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲက ဘယ်သူမှမလွတ်ဘူးတဲ့။ အဲဒီ **အတ္တ** ကို ကျော်ဖြတ်ဖို့၊ ဖယ်ရှားနိုင်ဖို့ အမှန်တရားကိုသိဖို့လိုတယ်။ အမှန်တရားကို မသိတဲ့ **အဝိဇ္ဇာ**ကို ဖယ်ရှားနိုင်ဖို့ အမှန်တရားကိုသိတဲ့ **အသိဉာဏ်ဝိဇ္ဇာ** လိုတယ်။

www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်မှာ **ဝိဇ္ဇာ** ဟာ အဆင့်ဆင့် ထားတာ နောက်ဆုံးမှာ ဒီ မဂ်ဉာဏ်တွေကို **ဝိဇ္ဇာ** လို့ ခေါ်တယ်။ **အရဟတ္တမဂ္ဂဝိဇ္ဇာ** လို့ဆိုတဲ့ ဒီအသိဉာဏ် ရလိုက်ပြီ ဆိုလို့ရှိရင်တော့ မောဟ ဆိုတဲ့ တွေဝေတဲ့၊ **အဝိဇ္ဇာ** ဆိုတဲ့ အသိရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် သဘာဝတရား တစ်ခုဟာ လုံးဝရှင်းသွားတယ်။ လုံးဝ ရှင်းသွားတော့ **အဝိဇ္ဇာ**ကင်းသွားလို့ **ဝိဇ္ဇာ** လဲ ပေါ်လာရော။ ဘာဖြစ်လဲ ဆိုရင် အဲဒီ **အဝိဇ္ဇာ** ကင်းသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် **အဝိဇ္ဇာ** ပျောက်သွားပြီဆိုတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အမှန် တရားကို သိမြင်သွားပြီ။ သိမြင်သွားတဲ့အခါကျတော့ တွယ်တာမှုတွေ အားလုံးကို ဖယ်ရှားလို့ရသွားပြီ။ တွယ်တာမှုတွေအားလုံး ဖယ်ရှားသွားနိုင်တဲ့အချိန်မှာ ဘာဖြစ်လဲလို့ဆိုရင် တွယ်တာမှုတွေ ကုန်သွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် သူ့ကိုယ်သူ သိလာတယ်။ **ခဏာဇာတိ**၊ ဘဝဆိုတာ၊ ဇာတိ ဆိုတာ နောက်ထပ်ပြန်လည် မွေးဖွားမှု ငါ့မှာမရှိတော့ဘူး၊ လုပ်စရာတွေ လုပ်ပြီးပြီ၊ "**ဝုသိတံဗြဟ္မစရိယံ**" ကျင့်စရာတွေ ကျင့်ပြီးပြီ။

www.dhammadownload.com

"**ကတံ ကရဏီယံ**" လုပ်စရာတွေ လုပ်ပြီးပြီ။ "**နတ္ထိ**" နောက်ထပ် ဘဝသစ်ဆိုတာ ငါ့မှာမရှိတော့ဘူး။ ဒီအကျင့်တရားအတွက် နောက်ထပ် ထပ်ပြီးတော့ ကျင့်စရာမရှိတော့ဘူးဆိုတာ လုံးဝ ရှင်းရှင်းကြီး မြင်လာပြီ။ အဲဒီအဆင့်ထိအောင်မပို့နိုင်တဲ့ သာသနာဟာ ပြည့်စုံတဲ့ သာသနာလို့ မခေါ်နိုင်ဘူးတဲ့နော်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ သာသနာတော်သည် "**နိယျာနိကသာသနာ**" တကယ့် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲကနေ ထုတ်ဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ သာသနာ၊ တကယ် ပြည့်စုံတဲ့ အသိဉာဏ်တစ်ခုကို ပေးပြီးတော့ မသိမှုဆိုတဲ့ **အဝိဇ္ဇာ**ကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့သာသနာ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ ကိုယ်စီကိုယ်စီသဘောကျပြီးတော့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့သာသနာတော်မှာ အဓိကပန်းတိုင်ဟာ **အရဟတ္တ**မဂ်၊ **အရဟတ္တဖိုလ်** ဖြစ်တယ်။ ထို **အရဟတ္တ**မဂ်၊ **အရဟတ္တဖိုလ်** ရဖို့ရာအတွက် မှားယွင်းတဲ့ အမြင်တွေကို အဆင့်ဆင့်ဖယ်ရှားလို့ အသိဉာဏ် မိမိတို့သန္တာန်မှာ ရအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ရမှာ ဖြစ်တယ်လို့

www.dhammadownload.com

သဘောကျပြီး ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု ၊ သာဓု ၊ သာဓု

www.dhammadownload.com

မွေမိတ်ဆွေများသို့

ပါဠိဟောကျမ်းဆရာတော် ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ဟောကြားအပ်သော တရားများကို အသံမှ စာအဖြစ် စေတနာရှင်များကနေကူးကာ စာမူများကို ဆရာတော်ကြီးထံ ပေးပို့ကြပါသည်။ ဆရာတော်ကြီးကိုယ်တိုင် အချိန်ရသမျှ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ် ပေးသော စာမူများကို ကုသိုလ်ရှင်များလျှောဒိန်းထားသော မွေစာပေရန်ပုံငွေများ အသုံးပြု လျက် စာအုပ်ပြင်များ ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေပါသည်။

တရားစာအုပ်များကို တစ်ဆင့် မွေဒါနပြုလုပ် ပြန်ဝေလှူဒါန်းလိုပါက ထော်ပြပါ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

~ ~ ~ ~

ရရှိနိုင်စသော ဌာနမျာ်း

၁။ အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်(၁၅၂)၊ (၂၂)လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉၅၁-၄၆၀၉၅

၂။ ဦးဘဖိုး+ဒေါ်အုန်းကြည် ပရဆေးဆိုင်
အမှတ်(၄၆၇)၊ ၄၆၈)၊ သိမ်ကြီးစွေး(ဒီ)ရုံးမြေအောက်ထပ်။
ဖုန်း ၀၁-၂၄၀၆၀၀(လိုင်းခွဲ) ၄၁၇၄

၃။ မွေဗုဒ္ဓဟာ သာသနမာမကအဖွဲ့
လူပုဂ္ဂိုလ်များဆိုင်ရာမွေစာပေသင်တန်းကျောင်း
ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၀၈၈၀

၄။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အာဘိဓမ္မာတက္ကသိုလ်
ကမ္ဘာအေးဓေတီဝင်း၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
ဖုန်း ၀၁-၆၅၅၇၅၆၊ ၀၁-၆၅၁၇၆၉

၅။ ပုရပိုက်မွေပြန့်ချီရေး
တိုက်(N.3)၊ အခန်း(၁၀၂)၊ လေးထောင့်ကန်လမ်းမကြီး၊
တာမွေမြို့နယ်။ (ILBC တာမွေ အနီး)
ဖုန်း ၀၁-၅၄၄၇၂၇၊ ၀၉-၇၃၉၀၃၉၇၀

www.dhammadownload.com

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ၏ ထုတ်ဝေပြီး စမ္မစာအုပ်များ

- အာဘိစမ္မာ မြတ်ဒေသနာ(ပ+ဒု တွဲ)
- နိယျာနိကသာသနာနှင့် မြတ်ဒေသနာများ
- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ပဌာန်းနည်းဖြင့် လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

၁။ နိဗ္ဗာန်တံခါးကြီး ဖွင့်တော်မူပါ
၂။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အနှစ်ချုပ်
၃။ ဘဝအသွင်ကို စမ္မအမြင်ဖြင့် ရှုကြည့်ခြင်း
၄။ ဘဝခရီးဝယ် ရွေးချယ်ရမည့်လမ်း
၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နေသဘောထား
၆။ ဘဝအရေး စိတ်အေးရလေအောင်
၇။ စမ္မကြေးမုံ
၈။ တောင်ပို့ထဲက ရတနာ
၉။ မြတ်သောဥစ္စာ စုဆောင်းပါ
၁၀။ သမထနှင့် ဝိပဿနာ
၁၁။ ရောဂါကုစား စိတ်စွမ်းအား
၁၂။ ရှစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်
၁၃။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း
၁၄။ မေတ္တာနလုံး အစဉ်သုံး
၁၅။ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပါစေ
၁၆။ မေတ္တာသုတ်အနှစ်ချုပ်
၁၇။ ဘဝဆည်းဆာ ကရဏာ
၁၈။ ဥပသမ်စောင့်ခြင်း အဓိပ္ပါယ်
၁၉။ စမ္မမုတ်ကျောက်

www.dhammadownload.com

၂၀။ မွေအာသိဖြင့် အကျိုးရှိရှိနေမည်
၂၁။ နှစ်ဦးကာလ မွေလက်ဆောင်
၂၂။ မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ယနေ့ကမ္ဘာ
၂၃။ ယနေ့လူသားများရဲ့ မနက်ဖြန်ကမ္ဘာ
၂၄။ မင်္ဂလသုတ်အနှစ်ချုပ်
၂၅။ သာရဏီယတရား
၂၆။ ရာသတာဏှာ
၂၇။ ဓမ္မပျူဟာသင်တန်းသားများ၏ မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုခြင်း
၂၈။ သေချာသောလမ်းမှ လျှောက်လှမ်းပါ
၂၉။ မဟာဒါန
၃၀။ စိတ်၏ထွက်ပေါက်များ
၃၁။ ဖြစ်နိုင်တာနှင့် မဖြစ်နိုင်တာ
၃၂။ အရှင်အာနန္ဒ၏ ဝိပဿနာ
၃၃။ နဝသော၊ နဝအညော
၃၄။ လူတိုင်းကျင့်ရန် သတိပဋ္ဌာန်
၃၅။ စိတ်၏အတွေးများ
၃၆။ ဥပါဒါနပစ္စယာဘဝေါ
၃၇။ သတိမကွာ အသိပညာဖြင့် နေထိုင်ခြင်း
၃၈။ အတ္တာဟိအတ္တနောနာထော
၃၉။ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၄၀။ ဟောသူ နာသူ စိတ်ထားပြု
၄၁။ ၁၂-နှစ်ကြာ အပြေရာခဲ့ရသော မေးခွန်းများ
၄၂။ လွတ်မြောက်တဲ့စိတ်

www.dhammadownload.com

၄၃။ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် သတိဆောင်
၄၄။ ခန္ဓသုတ်အနှစ်ချုပ်(အန္တရာယ်ကာကွယ်ခြင်း)
၄၅။ တရားသိလျက် အကျင့်ခက်
၄၆။ ဣန္ဒြိယဘာဝနာ မြတ်ဒေသနာ
၄၇။ သံသရာခရီးသွား အမှားမလုပ်မိစေနှင့်
၄၈။ ဟိုဘက်ကမ်းက ငြိမ်းချမ်းတယ်
၄၉။ ရတနသုတ်အနှစ်ချုပ်
၅၀။ လောကဓံမုန်တိုင်းများနှင့် ကြံ့ခိုင်သည့်စိတ်ထား
၅၁။ ဘုရားသော်မှပေးဆပ်ရသည့် ကံကြွေးများ
၅၂။ အထင်မှား အမြင်မှား
၅၃။ ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၄။ ယုဒ္ဓပြိုင်ခြင်း၏ နိဂုံး
၅၅။ နန္ဒီ ဒုက္ခဿ မူလံ
၅၆။ စိတ်၏အညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားခြင်း
၅၇။ အားပေးစကား
၅၈။ ပုဗ္ဗဏှသုတ် အနှစ်ချုပ်
၅၉။ ဘေသဇ္ဇဂုရု
၆၀။ နိဗ္ဗာန်သို့ ဦးတည်သွားနေသူ
၆၁။ ဘဝ၏ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးများ
၆၂။ ကုသိုလ်ဖြစ်ပွား နလုံးသွင်းတရား
၆၃။ နိုင်သူနှင့်ရှုံးသူ
၆၄။ အကာကိုပစ်၍ အနှစ်ကိုရှာ

www.dhammadownload.com

၆၅။ မှတ်ဉာဏ်ကောင်းအောင်ကျင့်ဆောင်ခြင်း
၆၆။ တရားထူးရနိုင်သူ
၆၇။ ကျေးဇူးသိခြင်း
၆၈။ ဘာသာတရားလိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်
၆၉။ ကာလာမသုတ် အနှစ်ချုပ်
၇၀။ ခုခံစွမ်းအား
၇၁။ အလေးထား၍ စဉ်းစားဆင်ခြင် ကောင်းအောင်ပြင်
၇၂။ အခွင့်ကောင်းကို ရအောင်ယူ
၇၃။ ရှာဖွေခြင်းနှင့် ရရှိခြင်း
၇၄။ ကုသိုလ်တစ်ပဲ ငရဲတစ်ပိသာ
၇၅။ ဓမ္မကိုအဖော်ပြုမှ ထာဝရချမ်းသာမည်
၇၆။ အစွမ်းတန်ခိုးများနှင့် သာသနာ
၇၇။ ချမ်းသာစွာအိပ်စက်ခြင်း
၇၈။ နှစ်ဦးမေတ္တာလူတိုင်းမှာ
၇၉။ ဒဏ္ဍိဏဝိဘင်္သုတ် အနှစ်ချုပ်
၈၀။ အလုပ်ရှင်နှင့်အလုပ်သမား စိတ်ကောင်းထား
၈၁။ နိယျာနိကသာသနာ