http://www.dhammadownload.com

DHAMMAVIJJALAYA
2546 2003
CENTRE FOR BUDDHIST STUDIES

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ

(ပထမတွဲ)

အဘိဓမ္မာမြတ်ဒေသနာ (ပထမတွဲ)

http://www.dhammadownload.com

ဒေါက်တာ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ

http://www.dhammadownload.com

သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန၏ ခွင့်ပြုချက်
စာအမှတ် ၁၁၉/၀၁/(ပုံနှိပ်) သသန-၁၀ အရ
၂၀၁၀ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ-၁၀၀၀

ထုတ်ဝေသူ
သာသနာရေးဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဝင်းနိုင်
မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၃၈၄၃/၀၂၄၀၅) က ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း၊ အတွင်းဖလင်နှင့်ပုံနှိပ်
အောင်ဇမ္ဗူ ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း
အမှတ် ၁၅၂၊ ၂၂-လမ်း၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၃၈၄၁၉၃၊ ၀၉၅၁-၄၆၀၉၅

http://www.dhammadownload.com

မှတ်တမ်း

သာသနာတော်နှစ်(၂၅၅၂)ပြည့်နှစ်၊ ကောဇာသက္ကရာဇ်(၁၃၇၀) ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လဆုတ်(၂)ရက်နေ့မှ (၆)ရက်နေ့အထိ (၅)ရက်၊ ဝါခေါင်လဆုတ် (၉)ရက်နေ့မှ (၁၃)ရက်နေ့အထိ (၅)ရက်၊ (၁၀)ရက် (၁၀)ညတိုင်တိုင် ရန်ကုန်တိုင်း၊ စမ်းချောင်းမြို့နယ်၊ အောင်ချမ်းသာရပ်ကွက်၊ သီရိမင်္ဂလာလမ်း "ကံမြင့်ကျောင်းတိုက်" တွင် ကံမြင့်ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့နှင့် တရားပွဲအလှူရှင်များ စုပေါင်းကျင်းပသော ညဥ့်ဦးယံ ဓမ္မသဘင် အခမ်းအနား၌ ဟောကြားအပ်သည့် **"အဘိဓမ္မာ မြွက်ဒေသနာ"** တရားတော် ဖြစ်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

● ကျမ်းဦးပဏာမ

အဘိဓမ္မာဖြတ်ဒေသနာ

● ကျမ်းဦးနိဒါန်း

အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်း	၁
ပိဋကတ် ၃–ပုံ	၄
ဓမ္မ၂–မျိုးအထူး	၅
တရားဦးအစ သုတ္တန်က	၇
ဘုရားဖြစ်အောင် ကျင့်ကြံအားထုတ်တော်မူပုံ	၈
သမထကျင့်စဉ် ကျင့်ပုံ	၁၀
ဝိပဿနာကျင့်စဉ် ကူးပုံ	၁၀
ဝိဇ္ဇာဉာဏ် ၃–ပါး	၁၁
ဘုရားဖြစ်တဲ့နေ့	၁၄
ပလ္လင်္ကသတ္တာဟ	၁၅
အနိမိသသတ္တာဟ	၁၆
စင်္ကမသတ္တာဟ	၁၈
ရတနဃရသတ္တာဟ	၁၉
အဘိဓမ္မာ ၇–ကျမ်း ဆင်ခြင်ပုံ	၂၀
ရောင်ခြည်တော်တွေ	၂၃
အဘိဓမ္မာ နတ်ပြည်မှာဟောရခြင်း	၂၄
တန်ခိုးပြာဋိဟာ	၂၅

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

ရေမီးအစုံ တန်ခိုးပြပုံ	၂၆
အဘိဓမ္မာတရား ဟောတော်မူပုံ	၂၈
မယ်တော်ကျေးဇူးဆပ်	၂၈
လူ့ပြည်ကြွလေ့ရှိ	၃၂
လူ့ပြည်မှာ ဟောခဲ့	၃၃
အဘိဓမ္မာသင်ယူရခြင်း အကျိုးကျေးဇူး	၃၅
ဃန ၄-မျိုး	၃၆
အနတ္တဆိုတဲ့ အမြင်	၃၉
နိဂုံးစကား	၄၁
အခန်း(၁) သမ္မုတိသစ္စာနှင့် ပရမတ္ထသစ္စာ	
သမ္မုတိသစ္စာ	၄၂
သမ္မုတိသစ္စာဆိုတာ ပညတ်	၄၃
သဒ္ဒပညတ်	၄၅
အတ္ထပညတ်	၄၈
မရှိ ပညတ်	၄၉
ရှိ ပညတ်	၄၉
ပညတ်ရဲ့သဘာဝ	၅၂
သမ္မုတိသစ္စာကို လေးစားကြ	၅၃
သူနေရာနဲ့ သူမှန်တယ်	၅၄
ပညတ်ရဲ့ သဘောလက္ခဏာ	၅၆
သဏ္ဌာန်ပျက်ရင် အမည်ပြောင်းတဲ့သဘော	၅၉
ပညတ်ကို ဘာအတွက် သုံးနေကြသလဲ	၆၁
ပရမတ္ထသစ္စာ	၆၂

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

သဘာဝအားဖြင့် မှန်ကန်လို့ ပရမတ္ထခေါ် ၆၅
ပရမတ္ထသစ္စာကိုသိမှ သံသရာကလွတ်နိုင် ၆၆
သဘာဝသစ္စာနဲ့ အရိယသစ္စာ ၆၇
အရိယသစ္စာ ၆၈
ပရမတ္ထသစ္စာကို ဟောရခြင်းအကြောင်း ၇၀
ပရမတ္ထတရား လေးပါး ၇၁

အခန်း(၂) ရုပ်တရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း
အပိုင်း(၁)

နာမ်တရားဆိုတာ ၇၆
ရုပ်တရား ၇၈
ရုပ်ဟု ခေါ်ရခြင်းအကြောင်း ၈၀
ရုပ်၏ ပြောင်းလွဲပျက်စီးရခြင်းအကြောင်း ၈၁
ပထဝီရုပ် ၈၅
အာပေါရုပ် ၈၆
တေဇောရုပ် ၈၆
ဝါယောရုပ် ၈၆
မဟာဘုတ်ရုပ် ၄–ပါး (အခြေခံမှီရာရုပ်) ၈၇
အဆင်းရုပ် (ဝဏ္ဏ) ၉၀
အနံ့ရုပ်(ဂန္ဓ) ၉၁
ရသရုပ်(ရသ) ၉၁
ဩဇာရုပ် (ဩဇ) ၉၁
အဋ္ဌကလာပ်ရုပ် ၈–ပါး ၉၃
အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈–ပါး ၉၅

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

ရုပ်ကို ဖြစ်စေတတ်တဲ့ အကြောင်းတရား ၄-ပါး	၉၇
မဟာဘူတ	၉၉
လူ့ခန္ဓာ၌ မဟာဘုတ်တည်ပုံ	၁၀၃
တေဇော ၄-မျိုး	၁၀၆
ဝါယောရုပ် ၆-မျိုး	၁၀၈

အခန်း(၂) ရုပ်တရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

အပိုင်း(၂)

ဇီဝိတရုပ်	၁၁၄
ဘာဝရုပ် ၂-ပါး	၁၁၆
ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ရုပ်အစုလိုက်နေပုံ	၁၁၈
ဟဒယဝတ္ထုရုပ်	၁၁၈
ပသာဒရုပ် ၅-ပါး	၁၂၅
အခြေခံရုပ် ၈-ခုတွင် သဒ္ဒရုပ် မပါဝင်ရခြင်း	၁၂၇
အနိပ္ဖန္နရုပ် ၁၀-ပါး	၁၂၉
အာကာသဓာတ်	၁၃၀
ပရိစ္ဆေဒရုပ်	၁၃၀
ဝိညတ်ရုပ် ၂-ပါး	၁၃၁
ဝိကာရရုပ်	၁၃၂
လက္ခဏာရုပ် ၄-ပါး	၁၃၃
ကမ္မဇကောန်ရုပ်	၁၃၄
ရုပ်တရားများ စဖြစ်ချိန် (ပဋိသန္ဓေ)	၁၃၆
ပဋိသန္ဓေ ၄-မျိုး	၁၃၆
ကလလရေကြည်	၁၃၇

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

ကမ္မဇရုပ်	၁၄၁
စိတ္တဇရုပ်	၁၄၂
အာဟာရဇရုပ်	၁၄၃
ဥတုဇရုပ်	၁၄၄
အခန်း(၃) နာမ်တရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း	
နာမ်အဓိပ္ပါယ်	၁၄၇
စိတ္တအဓိပ္ပါယ်	၁၄၈
စေတသိကအဓိပ္ပါယ်	၁၄၉
နာမက္ခန္ဓာ ၄-ပါး	၁၅၁
နာမ်ဖြစ်ပေါ်ပုံ	၁၅၁
စိတ်နဲ့ဦးနှောက်	၁၅၄
စိတ်ဆိုတာ အကြောင်းရှိမှဖြစ်တာ	၁၅၅
နာမ်တရား ဖြစ်ပေါ်ပုံ	၁၅၆
စောင်းသံဥပမာ	၁၅၇
မျိုးစေ့သတ္တိဥပမာ	၁၅၈
ကိုယ်တိုင်သိမြင်နိုင်	၁၅၉
စိတ်၏မှီရာ ဝတ္ထုရုပ် ၆-ပါး	၁၆၀
စိတ်ဖြစ်လာပုံ	၁၆၁
ဝတ္ထုနဲ့အာရုံ ဆုံမိမှ	၁၆၄
အာရုံ ၆-ပါး	၁၆၅
ဒွါရ ၆-ပါး	၁၇၀
မနောဒွါရဆိုတာ	၁၇၁
ဘဝင်စိတ်	၁၇၂

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

စိတ်ဖြစ်ပုံ	၁၇၃
မြင်သိစိတ်ဖြစ်ပုံ	၁၇၃
အကြောင်းစုံလို့ဖြစ်	၁၇၄
အနိစ္စအဓိပ္ပါယ်	၁၇၆
ကြားသိစိတ်ဖြစ်ပုံ	၁၇၇
နံသိ လျက်သိ ထိသိစိတ်ဖြစ်ပုံ	၁၇၈
အတွေးစိတ်ဖြစ်ပုံ	၁၇၉
ဘဝင်စိတ်နဲ့မွှာရုံ	၁၇၉
စိတ် ၆–မျိုး	၁၈၀
နိဂုံးစကား	၁၈၁
အခန်း(၄) စိတ်ကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း	
စိတ်ကရှေ့ဆောင်	၁၈၄
အစဉ် ၂–မျိုး	၁၈၅
စိတ်အစဉ်ပြတ်တဲ့အခါ	၁၈၆
စိတ်မဲ့ဘဝ	၁၈၈
နိရောဓသမာပတ် ဝင်စားသူ	၁၈၉
အနမတဂ္ဂ	၁၉၀
ပဋိသန္ဓေစိတ်	၁၉၁
လူ့ပဋိသန္ဓေစိတ် ၂–မျိုး	၁၉၂
မဟာဝိပါတ်စိတ် ၈–ခု	၁၉၄
ဘုရားအလောင်းတို့ရဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်	၁၉၄
အသိဉာဏ် ပါ,မပါ	၁၉၅
တိဟိတ်နှင့်ဒွိဟိတ်	၁၉၆

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏ်	၁၉၇
ပဋိသန္ဓေ, ဘဝင်, စုတိ တစ်ဘဝမှာတူ	၁၉၈
ဘဝင်စိတ်ရဲ့ အာရုံ	၁၉၈
ဝီထိမုတ်စိတ်	၂၀၁
ပဋိသန္ဓေအခါနဲ့ ပဝတ္တိအခါ ဝီထိစိတ်	၂၀၁
ဝိညာဏစိတ် ၁၀–မျိုး	၂၀၂
သမ္ပဋိစ္ဆန်းစိတ်	၂၀၂
သန္တီရဏစိတ်	၂၀၃
အကုသိုလ်အကျိုးနဲ့ ကုသိုလ်အကျိုး	၂၀၃
အာဝဇ္ဇန်းစိတ် ၂–ခု	၂၀၅
အာဝဇ္ဇန်းစိတ်သည် ကြောင်းကျိုးလွတ်စိတ်ဖြစ်ပုံ	၂၀၇
လူ့ဘဝ မွေးရာပါစိတ်	၂၀၈
ဈာန်မဂ်ဖိုလ်စိတ်များသည် မွေးရာပါစိတ်များမဟုတ်ကြ	၂၀၉
ကြိယာစိတ်	၂၁၀
ကိလေသာရှိမှ ကံဖြစ်ပုံ	၂၁၁
ကုသိုလ် အကုသိုလ်တို့ရဲ့ အကြောင်းတရား	၂၁၁
စိတ်တို့၏ ဖြစ်စဉ်	၂၁၂

အခန်း(၅) စိတ်ကိုအမှီပြု အင်အားစုများ

စေတသိက်တရား	၂၁၅
အညသမာန်းစေတသိက်	၂၁၆
၈–မျိုးပါတဲ့တစ်ခု	၂၁၇
ဆောင်ရွက်မှုချင်းမတူ	၂၁၇
ပေါင်းဆုံမှ အလုပ်ဖြစ်	၂၁၉

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာသိခြင်းအကျိုး	၂၂၀
သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ	၂၂၂
ဆောင်ရွက်မှု ကိစ္စများ	၂၂၃
ဖဿဖြစ်ပုံ	၂၂၅
ဝေဒနာဖြစ်ပုံ	၂၂၈
သညာဖြစ်ပုံ	၂၃၁
သညာဝိပလ္လာသ	၂၃၂
အကောင်းအဆိုးဟာ အထင်နဲ့သာ	၂၃၄
သညာကို ပြောင်းထားခြင်း	၂၃၅
စေတနာဖြစ်ပုံ	၂၃၇
ဧကဂ္ဂတာဖြစ်ပုံ	၂၃၉
ဇီဝိတိန္ဒြေဖြစ်ပုံ	၂၄၁
မနသိကာရဖြစ်ပုံ	၂၄၁
စိတ်နဲ့စေတသိက် ပေါင်းစပ်ဆောင်ရွက်ပုံ	၂၄၂
စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်နှင့် စေတသိက်	၂၄၂
အာဝဇ္ဇန်းစိတ်နှင့် စေတသိက်	၂၄၃
ပကိဏ္ဏကစေတသိက် ၆-ခု	၂၄၄
ဝိတက္က	၂၄၅
မှားတဲ့အတွေး ၃-မျိုး	၂၄၆
မှန်ကန်တဲ့အတွေး	၂၄၇
ဝိတက်ရဲ့စွမ်းအား	၂၄၈
ဝိတက်ကို လျှော့ချနည်း	၂၄၉
ဝိစာရ	၂၅၀

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

ဝိတက်နှင့်ဝိစာရအထူး	၂၅၀
ပီတိ	၂၅၁
ပီတိရဲ့ စွမ်းဆောင်မှု	၂၅၁
အဓိမောက္ခ	၂၅၂
ဝီရိယ	၂၅၃
ဆန္ဒ	၂၅၄
အခန်း(၆) စိတ်၏အညစ်အကြေးများ	
စိတ်အညစ်အကြေး လျှော်နည်း	၂၆၀
လောဘ	၂၆၂
ရာဂတဏှာ	၂၆၃
စိတ်ကိုအရောင်ဆိုးခြင်း	၂၆၃
မျှောက်ဖမ်းတဲ့ ကော်စေးနဲ့တူပုံ	၂၆၄
အပြစ်နည်းပေမယ့်	၂၆၆
မောတုသတ္တိ	၂၆၈
လောဘမူလစိတ် ၈–မျိုးဖြစ်ပုံ	၂၆၉
ဒေါသ	၂၇၁
ဒေါသမီး	၂၇၁
မြွေဟောက်လို	၂၇၂
အပြစ်ကြီးပေမယ့်	၂၇၂
ဒေါသရဲ့အပြစ်	၂၇၃
ဒေါသမူစိတ် ၂–မျိုးဖြစ်ပုံ	၂၇၄
မောဟ	၂၇၄
အကုသိုလ်ဖြစ်တိုင်း	၂၇၅

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

လောဘ ဒေါသ မောဟတို့ရဲ့ဖြေဆေး	၂၇၆
အဟိရိက	၂၇၇
အနောတ္တပ္ပ	၂၇၇
ဥဒ္ဓစ္စ	၂၇၈
ဒိဋ္ဌိ	၂၇၉
မာန	၂၈၀
သူတောင်းစားမာန	၂၈၁
အကောင်းအဆိုး	၂၈၁
အကောင်းဘက်ကို ဦးတည်စေတဲ့မာန	၂၈၁
မထားသင့်တဲ့မာန	၂၈၂
မာနခံလျှင် တရားမရ	၂၈၃
ဒိဋ္ဌိနဲ့မာန အတူမဖြစ်	၂၈၅
ဣဿာ	၂၈၆
မစ္ဆရိယ	၂၈၇
မစ္ဆရိယ ၅-မျိုး	၂၈၇
ကုက္ကုစ္စ	၂၉၀
ထိန နဲ့ မိဒ္ဓ	၂၉၀
ဝိစိကိစ္ဆာ	၂၉၀
စိတ်အညစ်အကြေး ၁၄-မျိုး	၂၉၂
အခန်း(၇) စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစုများ (အပိုင်း-၁)	
သောဘဏစေတသိက်	၂၉၇

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

သဒ္ဓါ	၂၉၈
အာကာရဝတီသဒ္ဓါ	၃၀၂
ဒဿနမူလိကာသဒ္ဓါ	၃၀၂
ပညာမဲ့သဒ္ဓါ	၃၀၃
စိတ်ကြည်မှု	၃၀၃
နိုင်မာတဲ့သဒ္ဓါ	၃၀၅
သဒ္ဓါရှိသူရဲ့ စိတ်ထား	၃၀၆
ဘာသာခြားတို့ရဲ့ ယုံကြည်မှု	၃၀၉
သတိ	၃၁၀
သတိထားမှုနဲ့ မှတ်မိမှု	၃၁၁
သတိနှင့်သညာ	၃၁၃
သတိနှင့်ပညာ	၃၁၃
ဟိရီ သြတ္တပ္ပ	၃၁၅
လောကပါလတရား	၃၁၆
ဒေဝဓမ္မ	၃၁၈
ဒေဝဓမ္မဇာတ်	၃၁၈
ဟိရီ သြတ္တပ္ပသဘော	၃၂၅
မစင်လူးနေတဲ့ သံပူတုံး	၃၂၆
အလောဘ	၃၂၇
အဒေါသ	၃၂၇
မေတ္တာ	၃၂၈
တခြားမဖွဲ့တ္တတာ	၃၃၀

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစုများ

(အပိုင်း–၂)

ကာယပဿဒ္ဓိ၊ စိတ္တပဿဒ္ဓိ	၃၃၆
ပဿဒ္ဓိသမ္ဗောဇ္ဈင်	၃၃၇
ဆန့်ကျင်ဖက်တရား	၃၄၀
အခိပ္ပါယ်တစ်မျိုး	၃၄၂
ကာယလဟုတာ စိတ္တလဟုတာ	၃၄၄
ကာယမုဒုတာ စိတ္တမုဒုတာ	၃၄၅
ကာယပါဂုညတာ စိတ္တပါဂုညတာ	၃၄၆
ကာယကမ္မညတာ စိတ္တကမ္မညတာ	၃၄၈
ကာယုဇုကတာ စိတ္တုဇုကတာ	၃၄၉
ကရုဏာ	၃၅၄
မုဒိတာ	၃၅၆
မြင့်မြတ်သော နေထိုင်ခြင်း	၃၅၇
အပ္ပမညာ	၃၅၈
မေတ္တာနှင့်ဥပေက္ခာ	၃၅၉
တပြိုင်နက်မဖြစ်	၃၆၀
ဝိရတီစေတသိက် ၃–ပါး	၃၆၀
သမ္မာဝါစာ	၃၆၁
ပညိန္ဒြေ	၃၆၆
နိဂုံး	၃၆၆

http://www.dhammadownload.com

ကျမ်းဦးပဏာမ

ရွှေဘုန်းတော်သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ မဟာကရုဏာတော်ကို အာရုံပြုကာ သီကျုံးဖွဲ့ဆိုအပ်သော ဝန္ဒနာပဏာမ အာသီသဂါထာကို ရွတ်ဆို ပူဇော်ခြင်းဖြင့် တရားပွဲကို စတင်ကြရအောင်။

ယော ကပ္ပကောဋီဟိပိ အပ္ပမေယျံ၊
ကာလံ ကရောန္တော အတိဒုက္ကရာနိ။
ခေဒံ ဂတော လောကဟိတာယ နာထော၊
နမော မဟာကာရုဏိကဿ တဿ။

ယော နာထော– ဝေနေယျများစွာ သတ္တဝါ၏ ချမ်းသာစီးပွား လိုလားတောင့်တ ဂုဏ်ပေါင်းခသဖြင့် နာထမည်ကြား အကြွင်ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည်၊ **ကပ္ပကောဋီဟိပိ**– ကုဋေကမ္ဘာ အရေတွက်သင်္ချာတို့ဖြင့်သော်လည်း၊ **အပ္ပမေယျံ**– ရေတွက်တိုင်းတာ ဖော်ပြခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်ပါသော၊ **ကာလံ**– လေးအသင်္ချေ သိန်းနေကမ္ဘာ ရှည်ကြာသော ကာလပတ်လုံး၊ **လောကဟိတာယ**– သတ္တလောက၏ အကျိုးစီးပွား အလို့ငှာ၊ **အတိဒုက္ကရာနိ**– ဥစ္စာအသက် ခြေ,လက်အင်္ဂါ

http://www.dhammadownload.com

မေတ္တာကြီးမား သမီးသားနှင့် သက်ထားဇနီး စွန့်ခြင်းကြီးဟု ကြက်သီးထဖွယ် ငါးသွယ်အစု အလှူနှင့်ခဲယဉ်းသော အမှုတို့ကို၊ ကရောဇ္ဇော- ဘုရားဖြစ်ရန် ရည်သန်ကြိုးကုတ် အားထုတ်တော်မူရသည်ဖြစ်၍၊ **ခေဒံ-** လက်ခြေမျက်လုံး အသက်ဆုံးလျက် နှလုံးစိတ်ဝမ်း ကိုယ်တော်၏ ပင်ပန်းခြင်းသို့၊ **ဂတော-** ဘဝ အတန်တန် ကြိမ်ဖန်များစွာ ရောက်တော်မူခဲ့ရ ရှာလေပြီ၊ **မဟာ ကာရုဏိကဿ-** သတ္တဝါအများ ရင်ဝယ်သားကဲ့သို့ သနား ချစ်ခင် မဟာကရုဏာရှင် ဖြစ်တော်မူသော၊ **တဿ နာထဿ-** ဝေနေယျများစွာ သတ္တဝါ၏ ချမ်းသာစီးပွား လိုလားတောင့်တ ဂုဏ်ပေါင်းခသဖြင့် နာထမည်ကြား ထိုရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား၊ **နမော-** ရိုသေပျောင်းပျော့ မာန်ကိုလျှော့၍ ကန်တော့ရိုကျိုး ရှိခိုးခြင်းသည်၊ **အတ္ထု** ဘဝတု- စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

"သာဓု - သာဓု - သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

ကျမ်းဦးနိဒါန်း

"အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ" ဒီခေါင်းစီးကစပြီး ဘုန်းကြီးတို့ အဘိဓမ္မာဒေသနာတော်ကို လိုရင်း အနှစ်ချုပ် ထုတ်ပြီး ၁၀-ညတိုင်တိုင် ဟောပါမယ်၊ ဟောလို့ပြီးဆုံးသွားရင် အဘိဓမ္မာ တရားတော်ရဲ့ အနှစ်ချုပ်ဖြစ်တဲ့ စိတ်အကြောင်း၊ စေတသိက်အကြောင်း၊ ရုပ်အကြောင်း၊ မိမိတို့သန္တာန် မိမိတို့ရဲ့ ဘဝမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ သဘာဝတရားတွေရဲ့ အကြောင်းကို အခြေခံအားဖြင့် သိရှိသွားနိုင်လိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။

ဒီကနေ့ ဘုန်းကြီးတို့ "အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ" ဆိုတဲ့ ခေါင်းစီးနဲ့ဟောပြီး နက်ဖြန်ခါကျတော့ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ ခေါင်းစီး အသေးလေးတွေ ပေးပြီးတော့ ဟောသွားပါ့မယ်။

အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်း

ဒီကနေ့ မြန်မာနိုင်ငံမှာ အဘိဓမ္မာလေ့လာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် တိုင်း အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်းကို သင်ယူကြရတယ်၊ အများက သင်္ဂြိုဟ် ကျမ်းလို့ ခေါ်ကြတယ်၊ သင်္ဂြိုဟ်ဆိုတာ ပါဠိဘာသာ သင်္ဂဟကို မြန်မာလို ခေါ်တာဖြစ်တယ်၊ သင်္ဂဟဆိုတာ အကျဉ်းချုပ်လို့

http://www.dhammadownload.com

အဓိပ္ပာယ်ရတယ်၊ ဒီပြင်နေရာမှာ သင်္ဂြိုဟ်တယ် ဆိုတာ 'ကူညီထောက်ပံ့တယ်'လို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်၊ ဒီနေရာမှာ သင်္ဂြိုဟ်ဆိုတာကတော့ 'အကျဉ်းချုပ်'လို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်၊ အဘိဓမ္မာကျမ်းက အလွန် ကျယ်ဝန်းလို့ ထို အဘိဓမ္မာကျမ်းလာ အနှစ်တွေကိုထုတ်ပြီး အကျဉ်းချုံးထားတဲ့ကျမ်းကို အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်းလို့ ခေါ်တယ်။

ပထမပြန်စာမေးပွဲမှာ ပြဋ္ဌာန်းထားတာဖြစ်လို့ မြန်မာနိုင်ငံမှာ ရှိကြတဲ့ ရဟန်းသာမဏေတွေ မဖြေမနေရ ဖြေကြရတဲ့ ကျမ်းဖြစ်တယ်၊ ၈–ရာစု, ၉– ရာစု လောက်က သီရိလင်္ကာနိုင်ငံမှာ အရှင်အနုရုဒ္ဓါဆိုတဲ့ မထေရ်တစ်ပါး ပြုစုခဲ့တဲ့ ဒီ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်းဟာ အဘိဓမ္မာကို လေ့လာသူတိုင်းအတွက် အင်မတန်မှ လွယ်ကူတယ်၊ အနှစ်သာရကို ချုပ်ပြီးတော့ ပြထားတဲ့ ကျမ်းဖြစ်လို့ အင်မတန် တန်ဘိုးရှိတဲ့ ကျမ်းတစ်စောင် ဖြစ်တယ်၊ ထိုကျမ်းမှာ အပိုင်း ၉–ပိုင်းရှိတယ်၊ အဲဒီအပိုင်း ၉–ပိုင်းထဲမှ–

(၁) စိတ်ပိုင်း၊

(၂) စေတသိက်ပိုင်း၊

(၃) ပကိဏ်းပိုင်းဆိုတဲ့ အပိုင်း ၃–ပိုင်းကို 'ပထမအဆင့်' လို့ ဒီလို သတ်မှတ်ပြီးတော့ စာမေးပွဲ ကျင်းပကြတယ်၊ နောက်ပြီး–

(၄) ဝီထိပိုင်း၊

(၅) ဝီထိမုတ်ပိုင်း၊

(၆) ရုပ်ပိုင်းဆိုတဲ့ အလယ် ၃–ပိုင်းကိုတော့ 'ဒုတိယအဆင့်' ဆိုပြီးတော့ အဘိဓမ္မာစာမေးပွဲမှာ ကျင်းပတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

နောက်ဆုံး ၃–ပိုင်းကတော့–

(၇) သမုစ္စည်းပိုင်း၊

(၈) ပစ္စည်းပိုင်း၊

(၉) ကမ္မဋ္ဌာန်းပိုင်းလို့ဆိုပြီး ဒီ ၃–ပိုင်းကို စာမေးပွဲကျင်းပတာတော့ **'တတိယအဆင့်'**လို့ ဆိုပြီးတော့ အားလုံး (၉)ပိုင်း ခွဲခြာထားတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ဒီမှာတော့ ရုပ်ပိုင်းက စပြီး ဟောမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ရုပ်ပိုင်းပြီးလို့ရှိရင် စိတ်ပိုင်း၊ စေတသိက်ပိုင်း၊ ဒီအပိုင်း သုံးပိုင်းကို (၁၀)ညတာ ခွဲဟောပါ့မယ်၊ "အဘိဓမ္မာမြတ်ဒေသနာ" တရားထဲမှ သဘာဝတရားတွေကို သိရှိနားလည်သွားအောင် ခွဲခြားပြီး ဟောပြောသွားပါမယ်၊ ဒီအပိုင်း ၃–ပိုင်း ကျေသွားလို့ရှိရင် ကျန်တဲ့အပိုင်းတွေကို ဆက်လက် လေ့လာဖို့ အခြေခံရသွားမှာပါ။

အေး––'အဘိဓမ္မာမြတ်ဒေသနာ'ဆိုတာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ တရားတော်တွေထဲမှာ အထူးခြားဆုံးနဲ့ အလေးနက်ဆုံး ဒေသနာလို့ ပြောရမယ်၊ မြတ်စွာဘုရား တရားတော်ကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးတော့ ကြည့်ရင် မြတ်စွာဘုရား စကားတော်ဟာ **'ဓမ္မ'**နဲ့ **'ဝိနယ'**လို့ နှစ်မျိုးရှိတယ်၊ ဓမ္မလို့ဆိုတာက သဘာဝတရားတွေကို ပြောတာ၊ သဘာဝ တရားတွေကို ရည်ညွှန်းပြီးတော့ ဟောပြောတာ **ဓမ္မ**။

ဝိနယဆိုတာ သံဃာတွေ သံဃာ့အဖွဲ့အစည်းမှာ လိုက်နာရမယ့် စည်းမျဉ်း စည်းကမ်းတွေကို သတ်မှတ်ထားတာကို ခေါ်တယ်၊

http://www.dhammadownload.com

မြတ်စွာဘုရား တရားတော်ကို အနှစ်ချုပ်ပြီးတော့ ပြောမယ်ဆိုရင် 'ဓမ္မ'နဲ့ 'ဝိနယ' ဒီနှစ်ခုရှိပါတယ်။

အဲဒီ 'ဓမ္မ'ဆိုတဲ့ အထဲမှာ ဘာတွေ ပါတုန်းဆိုရင် သုတ္တန်တရားတော်နဲ့ အဘိဓမ္မာတရားတော်တွေ ပါတယ်။ ဓမ္မမှာ အဘိဆိုတဲ့ စကားလုံး မပါရင် သက်သက် ဓမ္မဆိုတာ သုတ္တန်တရားတွေကို ရည်ညွှန်းတယ်၊ အဘိဓမ္မဆိုတာ ထူးခြား လေးနက်တဲ့ အဘိဓမ္မာ ဒေသနာတော်ကို ရည်ညွှန်းပါတယ်၊

ပိဋကတ် ၃-ပုံ

ဒါကြောင့် 'ဓမ္မ'ကို သုတ္တန္တဓမ္မနဲ့ အဘိဓမ္မရယ်လို့ နှစ်မျိုးခွဲလိုက်ပြီး ဘုရားရှင် ဟောတော်မူခဲ့တဲ့ 'ဓမ္မ'နဲ့ 'ဝိနယ'ကို ဝိနယရယ်, သုတ္တန္တရယ်, အဘိဓမ္မာရယ်လို့ ၃-မျိုး ခွဲလိုက်တဲ့ အခါကျတော့ ဒါကို ပိဋကတ် ၃-ပုံလို့ ခေါ်ကြတယ်။

'ပိဋက'ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို အများသိနေကြတာတော့ **'ခြင်းတောင်း'**ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ပဲ၊ အင်္ဂလိပ်လို ပြန်ဆိုတဲ့အခါ Basketလို့ ပြန်ကြတယ်၊ အဲဒီတော့ ပိဋကတ် သုံးပုံကို Three Basket လို့ ပြန်လေ့ရှိတယ်၊ သို့သော် 'ပိဋက'ဆိုတာ ခြင်းတောင်းလို့သာ အဓိပ္ပာယ်ရတာ မဟုတ်ဘူး၊ **'သင်ယူရမယ့်ကျမ်းစာ'**ကိုလည်း ပိဋကသဒ္ဒါက ဟောတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ တခြားနည်းနဲ့လည်း အင်္ဂလိပ်လို ဘာသာပြန်ဖို့ သင့်တယ်ပေါ့၊ ပိဋကဆိုတာ သင်ယူရမယ့်ကျမ်းစာ (Text to be learned)လို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်။

အဲဒီ သင်ယူရမယ့် ကျမ်းစာကို သုံးမျိုးသုံးစား ခွဲထား

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊ သံဃာအဖွဲ့အစည်း လိုက်နာရန် စည်းမျဉ်း စည်းကမ်းတွေ အနေနဲ့ ဟောထားတာက 'ဝိနယ'၊ သဘာဝတရားတွေကို လောကဝေါဟာရတွေနဲ့ တင်ပြီးတော့ လုပ်သင့်, မလုပ်သင့်၊ ဘယ်အရာဟာ လုပ်သင့်တယ်၊ ဘယ်အရာဟာ မလုပ်သင့်ဘူး စသည်ဖြင့် လုပ်သင့်,မလုပ်သင့် နည်းဥပဒေတွေ ပေးပြီးတော့ ဟောတာက "**သုတ္တန္တ**"။

'**အဘိဓမ္မာ**'ကျတော့ လုပ်သင့်,မလုပ်သင့် ဆိုတာကို မပြောတော့ဘူး။ သဘာဝတရားတွေဟာ ဆိုင်ရာ အကြောင်းတရားတွေ မှီပြီးတော့ ဘယ်ပုံဘယ်နည်း ဖြစ်ပေါ်နေတယ် ဆိုတာကိုသာ ဟောတယ်၊ သဘာဝတရားသက်သက် ရှင်းလင်း ဟောပြောတာက **အဘိဓမ္မာ**၊ အဘိဓမ္မာကို ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ ဆက်စပ်ပြီးတော့ မဟောဘူး။ သဘာဝတရားသက်သက်ကို ဟောတယ်။

ဓမ္မ ၂-မျိုးအထူး

သုတ္တန်ဆိုတာ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ ဆက်စပ်ပြီးတော့ ဟောတယ်၊ အဘိဓမ္မာကျတော့ သဘာဝတရားသက်သက်ကို ဟောတယ်လို့ သဘာဝတရားနဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ခွဲထားလိုက်တယ်၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရမယ်ဆိုရင် သုတ္တန်ဆိုတာ **ဝေါဟာရ** ဒေသနာ၊ လူ့လောကမှာ လူတွေ နေ့စဉ် သုံးစွဲနေတဲ့ စကားလုံးတွေကို အသုံးပြုတယ်၊ ဒါက လုပ်သင့်တယ်၊ ဒါက မလုပ်သင့်ဘူး။ ဒါက ရှောင်ရမယ်၊ ဒါက ဆောင်ရမယ် စသည်ဖြင့် ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်၊ လုပ်သင့် မလုပ်သင့် ခွဲခြားပြီးတော့ ဟောပြောသွားတာ၊ ဒါက သုတ္တန် တရားတဲ့။

http://www.dhammadownload.com

'အဘိဓမ္မာ'တရားကျတော့ သတ္တဝါဆိုတဲ့ အသုံးအနှုန်းတွေ ဖယ်ရှားပြီးတော့ လူ့လောက နေ့စဉ် ပြောနေတဲ့ စကားလုံးတွေကို ကျော်လွှားလို့ အတွင်းအနှစ်သာရ ပရမတ္ထ ထိအောင်၊ တကယ့် အနှစ်သာရ ပရမတ္ထထိအောင်၊ တကယ့် အနှစ်သာရပိုင်းကို ထိရောက်အောင် ဟောတာဖြစ်တယ်၊ အမှန်တရားကို ထိတွေ့ပြီး တော့ သတ္တဝါဆိုတဲ့ ဝေါဟာရ ရှောင်ရှားပြီး ဟောထားတဲ့အတွက် **ပရမတ္ထဒေသနာ**လို့ ခေါ်တယ်။

နောက်တစ်ခါ သုတ္တန်တရားကလည်း သတ္တဝါတွေကို ဆုံးမတာပဲ၊ အဘိဓမ္မာကလည်း ဆုံးမတာပဲ၊ ဒါပေမယ့် ဆုံးမ ပုံချင်း မတူကြဘူး၊ သုတ္တန်တရားက သတ္တဝါကို ဆုံးမတဲ့အခါကျ တော့ ဘယ်ပုံဘယ်နည်း ဆုံးမတုန်းဆိုတော့ အကြောင်းအကျိုး၊ အကောင်းအဆိုး၊ လိုက်နာရမယ့် ကျင့်ဝတ်၊ ရှောင်ကြဉ်ရမယ့် အရာ၊ သတ္တဝါတွေရဲ့ စရိုက်ကိုကြည့်ပြီး ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒီတရားနဲ့ တော်တယ်၊ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ ဟိုလိုပြောမှ ဖြစ်မယ်လို့ ပုဂ္ဂိုလ် အလိုက် ဆုံးမတာမျိုး ဖြစ်တယ်။

ဆိုပါစို့၊ 'ဝက္ကလိ'လို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ကြည့်၊ ဝက္ကလိဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ရုပ်အဆင်းပေါ်မှာ တန်းတန်းစွဲဖြစ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဘုရားက အလွန်တရာ သပ္ပါယ်နေသည့်အတွက်ကြောင့် မြတ်စွာ ဘုရားရဲ့ ရုပ်အဆင်းကို ဖူးနေတာသည်ပင်လျှင် သူ့အတွက်မှာ တန်ဘိုး ရှိလှပြီဆိုပြီး မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သပ္ပါယ်လှပတဲ့ ရုပ်အဆင်း ပေါ်မှာ စွဲမက်ပြီးတော့ နေတယ်။

ဒီ ဝက္ကလိလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကျတော့ မြတ်စွာဘုရားက "**ကိံ တေ ဝက္ကလိ၊ ဣမိနာ ပုတိကာယေန ဒိဋ္ဌေန** – ဟောဒီ

http://www.dhammadownload.com

အပုပ်အစပ်တွေ ရှိနေတဲ့ ခန္ဓာကြီးကို ကြည့်လို့ ဘာအကျိုးရှိမှာလဲ ဝက္ကလိ''လို့ ဟောတော်မူတယ်။ '**ယော ဓမ္မံ ပဿတိ၊ သော မံ ပဿတိ**– ဓမ္မမြင်မှ ငါ့ကိုမြင်မှာ၊ ငါ့ကို ကြည့်နေလို့ အပိုပဲလို့ မိန့်တော်မူတယ်၊ အဲဒီလို သတ္တဝါတွေရဲ့ စရိုက်ကို ကြည့်ပြီးတော့ ဟောတာ၊ ဒီပုဂ္ဂိုလ်က ဒီတရားနဲ့ တန်တယ်၊ ဟိုပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ ဟိုတရားနဲ့ တန်တယ် ဆိုပြီးတော့ အခြေခံအလိုက် မြတ်စွာဘုရားက ဟောသွားတာ၊ အဲဒါကို **ယထာနုလောမသာသနာ**လို့ ခေါ်တယ်၊ သူ့တန်ရာတန်ရာ သင့်တော်ရာ သင့်တော်ရာ ရွေးချယ်ပြီးတော့ ဒီပုဂ္ဂိုလ် ဒီတရားနဲ့ တော်တယ်လို့ ရွေးချယ်ပြီး ဟောပြောတဲ့ တရားမျိုးဟာ **သုတ္တန်တရား**ပဲ။

အဘိဓမ္မာကျတော့ အဲဒီလို မဟုတ်ဘူး၊ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို မငဲ့ကွက်ဘူး၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စရိုက်တွေကို မကြည့်ဘူး၊ သဘာဝတရားရှိတာကို အရှိအတိုင်း ဟောလိုက်တယ်၊ သဘာဝတရား အရှိကို အရှိအတိုင်း ဟောပြီးတော့ ဆုံးမတဲ့ တရားမျိုး ဖြစ်သောကြောင့် **ယထာဓမ္မ သာသနာ**–ဓမ္မအတိုင်း ဆုံးမတဲ့ အဆုံးအမလို့ ဒီလို ခေါ်တယ်၊ အဲတော့ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု မတူကြဘူးပေါ့၊ အဘိဓမ္မာ ဒေသနာဆိုတာ အင်မတန်မှ ထူးခြားတယ်လို့ ပြောရမယ်။

တရားဦးအစ သုတ္တန်က

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ပထမဆုံး ဟောတဲ့တရားက အားလုံး သိကြတဲ့အတိုင်း 'ဓမ္မစက္ကပဝတ္တနသုတ္တန်'ဖြစ်တယ်၊ ဓမ္မစကြာတရားနဲ့ ဟောပြောတဲ့လုပ်ငန်း စတယ်၊ ဒေသနာဉာဏ်တော်ကြီးကို စတင် အသုံးချပြီး ဟောပြောတာ 'ဓမ္မစကြာ'ပဲ၊ သို့သော်

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ ဓမ္မစကြာတရားကို ဘုရားဖြစ်စက ကြိုတင်ပြီးတော့ နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ခဲ့သလားဆိုရင် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်တယ်လို့ မှတ်တမ်း မရှိဘူး၊ ဘယ်သုတ္တန်တရားပဲဖြစ်ဖြစ် မြတ်စွာဘုရားက ကြိုတင် ဆင်ခြင် စဉ်းစားပြီး ဟောတာမဟုတ်ဘဲ ဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ တွေ့ရင် ဒီလိုတရားမျိုးကို ဟောလိုက်တယ်၊ ဟိုလိုပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ တွေ့ရင် ဟိုလိုတရားမျိုးကို ဟောလိုက်တယ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ အလို အဇ္ဈာသယ ကြည့်ပြီး ဟောသွားတာ။

ဘုရားဖြစ်အောင် ကျင့်ကြံအားထုတ်တော်မူပုံ

မြတ်စွာဘုရားအလောင်းဟာ ဗုဒ္ဓဂယာ မဟာဗောဓိပင် အောက်မှာ သောတ္ထိယ မြက်ထမ်းသမားက လှူသွားတဲ့ မြက် ၈–ဆုပ်ကို အလှူခံပြီးတော့ ဖြန့်ခင်းလိုက်တယ်၊ ရွှေရာသီဆိုတော့ မြက်ခင်းပေါ် ထိုင်ရတာ အေးတာပေါ့နော်၊ ဗုဒ္ဓဂယာဆိုတာ ခုချိန်ဆို တော်တော်ပူတဲ့နေရာပေါ့၊ အဲဒီခေတ်တုန်းကတော့ ဒီလောက် ပူချင်မှ ပူမယ်ပေါ့၊ သို့သော် မြက်ခင်းပေါ် ထိုင်ရင် အေးတယ်ဆိုတာ အားလုံး သိကြမှာပါ။

သောတ္ထိယဆိုတဲ့ မြက်ထမ်းသမားက ဘုရားအလောင်း တော်ကို တွေ့တဲ့အခါကျတော့ သိပ်ပြီး သဒ္ဓါတရားတွေဖြစ်ပြီးတော့ မြက် ၈–ဆုပ် လှူလိုက်တယ်၊ လှူလိုက်တဲ့အခါကျတော့ အဲဒီ မြက်ထုံးလေးကို ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ လက်ခံပြီးတော့ သူထိုင်မယ့်နေရာမှာ ဖြန့်ခင်းလိုက်တယ်၊ ဖြန့်ခင်းပြီးတော့ အဲဒီ မြက်အခင်းလေးပေါ်မှာ ထိုင်ရင်း ''ဒီကနေ့ တရားထူး တရားမြတ် မရမခြင်း ဒီနေရာက ငါ မထတော့ဘူး'' လို့ အဓိဋ္ဌာန်လိုက်တယ်၊ အဲဒီအဓိဋ္ဌာန်ကို ပျက်အောင်လို့ ဆိုပြီးတော့ မာရ်နတ်ကြီးက

http://www.dhammadownload.com

လာနှောင့်ယှက်တာပေါ့။ ဒါကို ပလ္လင်လု တယ်လို့ ပြောကြတယ်၊ ပလ္လင်လုတယ်ဆိုတာ အဓိဋ္ဌာန်ပျက်ပြီး ဒီနေရာက ထသွားအောင် လုပ်တာကို ပြောတာနော်။

သို့သော် တချို့စာတွေမှာ ရေးတယ်ပေါ့၊ ဒီမြက်၈–ဆုပ် ဖြန့်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုက်နက် တန်ဖိုးရှိတဲ့ ရတနာပလ္လင်ကြီး ပေါ်လာလို့ မာရ်နတ်က လိုချင်ပြီးတော့ လာလုတယ်၊ ဒါတွေက တင်စားပြီး ရေးတာဖြစ်နိုင်တယ်၊ တကယ်ကတော့ ဘုရား အလောင်းတော်ဟာ မြက်ခင်းပေါ်မှာ ထိုင်ပြီး အဓိဋ္ဌာန်ထားတာကို ပျက်အောင်၊ ဒီနေရာက ထသွားအောင်လို့ ဆိုပြီးတော့ လာလုပ်တဲ့ သဘောပဲနော်။

မာရ်နတ်ကတော့ ပလ္လင်လုမယ် မထင်ပါဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့ တုံးဆိုတော့ သူ့မှာ ပလ္လင်တွေ ပြည့်နေတာပဲ၊ သူက နတ်ပြည် ၆–ထပ်မှာ အမြင့်ဆုံး ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တီ ဆိုတဲ့ နတ်ပြည်ကပဲ၊ နတ်မင်းကြီးကို ပုန်ကန်နေတဲ့ နတ်သူပုန်ပေါ့၊ ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တီ နတ်ပြည်ဆိုတာ သိကြားမင်းတို့ထက် အထက် အများကြီးကျ တာပေါ့၊ နတ်ပြည် ၆–ထပ် ထိပ်ဆုံးမှာနေတဲ့ သူပဲ၊ ဘုရားကို သက်သက် နှောင့်ယှက်တာ၊ ကောင်းတာလုပ်ရင် မကြိုက်တဲ့ နတ်မျိုးပေါ့။

ဒါကြောင့်မို့ ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ ဒီကနေ့ တရားထူး တရားမြတ် မရမချင်း ဒီနေရာက မထဘူးလို့ အဓိဋ္ဌာန်လိုက်တဲ့ အချိန်မှာ မထရင် ထအောင်လုပ်မယ်ဆိုတဲ့ အနေနဲ့ လာနှောင့် ယှက်တဲ့သဘောပေါ့နော်၊ ဒါကိုပဲ ပလ္လင်လုတယ်လို့ ရေးလိုက်တာနဲ့ တူပါတယ်။ အဲဒီတော့ ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ အဲဒီ အဓိဋ္ဌာန်

http://www.dhammadownload.com

ကို မဖျက်ဘူး၊ မာရ်နတ်ကြီး လာနှောင့်ယှက်ပေမယ့် နောက်ဆုံးမှာ အဝိဇ္ဇာနှင် အောင်သွားတယ်၊

သမထကျင့်စဉ် ကျင့်ပုံ

ဘုရားဖြစ်တာ ဘာကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ဘုရားဖြစ်သလဲဆိုရင် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ဘုရားဖြစ်တာ၊ ထွက်လေဝင်လေကို ရှုမှတ်တယ်၊ ပထမ သမထကျင့်စဉ်နဲ့ သွားတယ်၊ ညကို သုံးပိုင်းပိုင်းလိုက်တဲ့အခါ ပထမယာမ်မှာ ဈာန်တွေ အဆင့်ဆင့်တက်သွားပြီး ပထမဈာန် ရတယ်၊ ဒုတိယဈာန် ရတယ်၊ တတိယဈာန် ရတယ်၊ စတုတ္ထဈာန် ရတယ်၊ စတုတ္ထဈာန်ရပြီးတော့ **ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိ အဘိညာဉ်**ကို ရတယ်၊ ဒီအဘိညာဉ်က အတိတ်ဘဝကို ပြန်ပြီးတော့ ကြည့်နိုင်တဲ့အစွမ်းရှိတဲ့ ပညာမျိုးဖြစ်တယ်။

'မဇ္ဈိမယာမ်' လို့ခေါ်တဲ့ သန်းခေါင်ယာမ် ရောက်တဲ့အခါ ခြားကွယ်နေတဲ့ နေရာတွေ၊ ဝေးလံတဲ့ နေရာတွေမှာရှိတဲ့ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ မမြင်နိုင်တဲ့ အရာတွေကို မြင်နိုင်စွမ်းရှိတဲ့ ထူးခြားတဲ့ မျက်စိတစ်မျိုး အမြင်တစ်မျိုးကို ရရှိလာတယ်၊ **ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်**လို့ ခေါ်တယ်၊ ဒီအချိန်မှာ ဘုရား မဖြစ်သေးဘူး၊ သမထကျင့်စဉ်အရ အစွမ်းသတ္တိတွေ ထက်တာပဲ ရှိသေးတယ်။

ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကူးပုံ

နောက်ဆုံး **'ပစ္ဆိမယာမ်'** ရောက်တဲ့အခါကျတော့မှ **အာသဝက္ခယအဘိညာဉ်** ဆိုတာကို ရတယ်၊ ဒီကျတော့ သမထကျင့်စဉ်နဲ့ သွားတာ မဟုတ်တော့ဘူး၊ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ဘက်

http://www.dhammadownload.com

ကူးသွားပြီ၊ နောက်ဆုံးယာမ်မှာ အာနာပါန စတုတ္ထဈာန်ကနေ ထပြီး ထိုအာနာပါန စတုတ္ထဈာန်မှာရှိတဲ့ သဘာဝတရားတွေကို မမြဲတဲ့သဘော ဆင်ခြင်တယ်၊ ဆင်းရဲတဲ့သဘောကို ဆင်ခြင်တယ်၊ အစိုးမရတဲ့သဘောကို ဆင်ခြင်မိတယ်၊ အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တဆိုတဲ့ လက္ခဏာသုံးရပ်တင်ပြီးတော့ ဆင်ခြင်တဲ့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်လာတယ်၊ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်လာပြီး တော့ အရုဏ်မတက်ခင် အချိန်လေးအတွင်းမှာပဲ ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့်ကနေပြီး ပထမ သောတာပတ္တိမဂ်၊ သောတာပတ္တိဖိုလ် ရတယ်၊ သောတာပန် ဖြစ်တယ်ပေါ့၊ သောတာပန်ဖြစ်ပြီးနောက် ဆက်တိုက်ပဲ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်ဖြစ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်ကို အဆင့်ဆင့် မြှင့်တင်လိုက်တဲ့အခါ နောက်ဆုံး အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ဆိုတဲ့ဉာဏ်ကို ရတယ်၊ ရပြီး အရုဏ်လည်းတက် ရော သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးကိုပါ တွဲဖက် ပါလာပြီးတော့ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်သွားတယ်။

ဝိဇ္ဇာဉာဏ် ၃–ပါး

ဒီနေရာမှာ ''ပု–ဒိ–အာ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်သုံးပါး''ကို သိရမယ်၊ 'ပု' ဆိုတာ ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိဉာဏ်၊ 'ဒိ'ဆိုတာ ဒိဗ္ဗစက္ခု ဉာဏ်၊ 'အာ'ဆိုတာ အာသဝက္ခယဉာဏ်၊ ကိလေသာအာသဝ တွေ ကုန်သွားတယ်၊

အချို့က ဘုရားဆိုတာ သောတာပန် မဖြစ်ဘဲနဲ့ ဘုရား တန်းဖြစ်တယ်လို့ ထင်နေကြတယ်၊ အဲဒီလို ကျော်လို့ မရဘူးနော်၊ သောတာပတ္တိမဂ် သောတာပတ္တိဖိုလ်၊ အဲဒီ အခိုက် အတန့်ကို သောတာပန် ခေါ်တာ၊ ပြီးရင် သကဒါဂါမိမဂ်, သကဒါဂါမိဖိုလ်၊

http://www.dhammadownload.com

ဝိပဿနာရှုနည်းနဲ့ပဲ တက်သွားရတာ၊ ပြီးတဲ့အခါ အနာဂါမိမဂ်, အနာဂါမိဖိုလ်၊ နောက်ဆုံးကျတော့မှ အရဟတ္တမဂ်, အရဟတ္တဖိုလ် ရောက်တယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ဖုလိုင်လတုန်းက စင်္ကာပူသွားပြီး အဘိဓမ္မာ သင်တန်း ပို့ချပေးတယ်၊ အဲဒီမှာ ဒကာတစ်ယောက်က internet ကနေ ထုတ်ပြီးတော့ ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်ကို ဘုန်းကြီးဆီ ပို့ပြီး မေးခွန်း မေးထားတယ်၊ ဆောင်းပါးရေးတဲ့ ကိုယ်တော်ကတော့ မလေးရှားက ဘုန်းကြီးတစ်ပါး၊ အဲဒီဘုန်းကြီးက internet မှာ တင်ထားတယ်၊ ဘာတွေ ရေးထားလဲဆိုတော့ သောတာပန် မဖြစ်ဘဲနဲ့ သကဒါဂါမ် ဖြစ်တာလည်းရှိတယ်၊ သကဒါဂါမ် မဖြစ်ဘဲနဲ့ အနာဂါမ်ဖြစ်တာလည်း ရှိတယ်၊ အနာဂါမ် မဖြစ်ဘဲနဲ့ ရဟန္တာကျော်ပြီးတော့ ဖြစ်တာလည်း ရှိတယ်ဆိုပြီးတော့ သုတ္တန်ပါဠိတွေ ကိုးကားထားလေရဲ့။

သုတ္တန်ပါဠိတော်တွေမှာ 'ဥဂ္ဂသုတ်'ဆိုတာ ရှိတယ်၊ အဲဒီ သုတ်မှာ ဥဂ္ဂသူကြွယ်က သူ အနာဂါမ်ပါလို့ ပြောတာ၊ အဲဒါကို မလေးရှား ဘုန်းကြီးက အဓိပ္ပာယ် ဘယ်လိုကောက်တုန်း ဆိုရင် ဒီ ဥဂ္ဂသုတ္တန်ကို ထောက်လို့ရှိရင် ဒီ ဥဂ္ဂဆိုတဲ့ ဒကာကြီးဟာ သောတာပန်လည်း မဖြစ်ဘူး၊ သကဒါဂါမ်လည်း မဖြစ်ဘူး၊ အနာဂါမ် တန်းဖြစ်တယ်လို့ သူက အဲဒီလို ယူဆတယ်၊ ဒီလို အယူအဆ မှားယွင်းတာတွေက ရှိတတ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားတောင်မှပဲ **စတုမဂ္ဂပဋ္ဌိပါဋိယာ** မဂ် ၄– ပါး အစဉ်နဲ့ တက်ရတယ်၊ ဘုရားတောင် ဘုရားတန်းဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ မဂ် ၄–ပါးဆိုတာ ကျော်လို့ မရဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့

http://www.dhammadownload.com

'အံ့ဖွယ်ရှစ်ဖြာ သာသနာ'ဆိုတဲ့အထဲမှာ 'န အာယတကေနေဝ **အညာ ပဋိဝေဓော**'တဲ့၊ စစချင်း အရဟတ္တဖိုလ်ကို ရတယ်ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူးတဲ့၊ **အနုပုဗ္ဗပဋိပဒါ** အစဉ်အတိုင်း ကျင့်ရမယ်၊ **အနုပုဗ္ဗသိက္ခာ** အစဉ်အတိုင်း သင်ယူရမယ်၊ အစဉ်အတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ပြီးတော့မှ နောက်ဆုံး အရဟတ္တဖိုလ် ဆိုတာ ရောက်တာပါ။

ဘယ်အရာပဲဖြစ်ဖြစ် အခု လောကီပညာတွေရော မူလ တန်းကပဲ စတာပဲ မဟုတ်လား၊ မူလတန်း အရည်အချင်း မရှိဘဲ အလယ်တန်းတက်လို့ ဘယ်ရမလဲ၊ အလယ်တန်း အရည် အချင်း မရှိဘဲနဲ့ အထက်တန်း မရောက်ဘူး၊ အထက်တန်း အရည်အချင်း မရှိဘဲ တက္ကသိုလ်ပညာ မရဘူး၊ ဒါ အရည်အချင်း ကို ပြောတာ၊ စာမေးပွဲ အောင်တာ,မအောင်တာ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ စာမေးပွဲဆိုတာတော့ တခြားနည်းနဲ့ အအောင်ပေးလို့ ရတာပဲ။

ဒီတော့ အခု သောတာပန်ဖြစ်တယ်၊ သကဒါဂါမ်ဖြစ်တယ် ဆိုတာ certificate ပေးတာ မဟုတ်ဘူး၊ အရည်အချင်းကို ပြော တာ၊ အဲဒီတော့ သောတာပန် အရည်အချင်းမှ မရှိဘဲ သကဒါ ဂါမ် မဖြစ်ရဘူး၊ သကဒါဂါမ်မဖြစ်ဘဲ အနာဂါမ် တက်လို့ မရဘူး၊ အနာဂါမ် အရည်အချင်း မရှိဘဲ ရဟန္တာမဖြစ်နိုင်ဘူးတဲ့၊ ဒါက ဖားများလို ခုန်သွားလို့ မရဘူး။

ဒါလည်း သတိပြုစရာပဲ၊ နောင်ကျလို့ရှိရင် စာပေမစုံလင် မန့်စပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက အလွယ်တကူနဲ့ သောတာပန်ဖြစ်တာ တို့၊ သကဒါဂါမ်ဖြစ်တာတို့၊ အနာဂါမ်ဖြစ်တာတို့ ဒါမျိုးတွေ ပေါ်

http://www.dhammadownload.com

လာနိုင်တယ်၊ လောကမှာ လူတွေကလည်း အလွယ်ကြိုက်တဲ့ လူတွေဆိုတော့ ခုန်လို့ ကျော်လို့ရရင်တော့ မိုးထိအောင်တောင် ခုန်ချင် ခုန်ဦးမှာပဲနော်။

ဘုရားဖြစ်တဲ့နေ့

မြတ်စွာဘုရားတောင်မှပဲ အာနာပါနစျာန်ကို ပထမ သမထကျင့်စဉ်နဲ့ အောင်မြင်အောင်လုပ်ပြီး ဒုတိယ ဝိပဿနာကူး၊ ကူးပြီးတော့ ညဦးယာမ် ဟိုဘက်ကျော်တဲ့ အခါမှာ မိုးသောက်ယာမ် ရောက်ခါနီးကျတော့မှ မြတ်စွာဘုရားဟာ ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့်နဲ့ သောတာပတ္တိမဂ်, သောတာ ပတ္တိဖိုလ်၊ သကဒါဂါမိမဂ်, သကဒါဂါမိဖိုလ်၊ အနာဂါမိမဂ်, အနာဂါမိဖိုလ်လို့ဆိုတဲ့ မဂ်ဖိုလ်အဆင့်ဆင့် တက်ပြီး နောက်ဆုံးမှာ အရဟတ္တမဂ်, အရဟတ္တဖိုလ်ဆိုတာကို ရတယ်၊ အရဟတ် တက်လိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်သွားတယ်၊

အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရား ဘုရားဖြစ်တာဟာ လောကီနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် လပြည့်ကျော် ၁–ရက်နေ့မှ ဘုရားဖြစ်တယ်လို့ ပြောရမယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို ကဆုန်လပြည့် သန်းခေါင်မှာ ၂၄–နာရီ ပြည့်သွားပြီ၊ သန်းခေါင်ကျော်လို့ရှိရင် လပြည့်ကျော် ဖြစ်သွားပြီ။ အရဟတ်တက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် ဘုရားဖြစ်တယ်လို့ ဆိုတော့ လပြည့်နေ့ ကုန်ဆုံးပြီး လပြည့်ကျော် ၁–ရက်အကူးကို ရောက်သွားတယ်လို့ ဒီလို ပြောတာပေါ့၊ အဲဒီတော့ ကဆုန် လပြည့်နေ့မှာ ဘုရားဖြစ်တယ်ဆိုတာ ကဆုန်လပြည့်နေ့ ညမှာ တရားကို အောင်အောင်မြင်မြင် ကျင့်ပြီးတော့ လပြည့်ကျော် ၁–ရက် အရဟတ်တက် မိုးမလင်းခင်အကူးမှာ ဘုရားဖြစ်တယ်လို့

http://www.dhammadownload.com

ဒီလိုမှတ်ရမယ်။

လောကုတ္တရာနည်း၊ ဗုဒ္ဓရဲ့ ဝိနည်းကျမ်းအလို ဆိုရင် အရုဏ်တက်မှ တစ်ရက်ခေါ်တယ်။ အရုဏ်ဆိုတာ "အရုဏော ကိဋ္ဌိ ရတ္တောဘထ" နံနက် မိုးသောက်ချိန်မှာ နေမထွက်ခင် ရှေ့ပြေး အနီရောင်နုလေးကို 'အရုဏ်'လို့ ခေါ်တယ်၊ ဗမာတွေ ကတော့ လွယ်လွယ်ကူကူ အာရုံ၊ အာရုံနဲ့ ခေါ်ကြတာ၊ လူတွေ ခေါ်နေတဲ့ အာရုံဆိုတာက စိတ်ရဲ့ ပျော်မွေ့ရာလို့ ဒီလို အဓိပ္ပါယ် ရတယ်၊ ဘုန်းကြီးတွေ မနက်ဘုဉ်းပေးတဲ့ အရုဏ်ဆွမ်း ဆိုတာက 'အရုဏ'၊ 'ဏ'ကြီးနဲ့ သတ်ပြီး ရေးတာ၊ အရုဏ်ဆိုတာ ခုနက နီတွေးတဲ့ အရောင်လေး ပေါ်လာတဲ့ အချိန်ကာလကို ဖော်ပြတယ်၊ အဲဒီတော့ အဓိပ္ပာယ်ချင်း မတူဘူး၊ အာရုံဆွမ်း မဟုတ်ဘူး၊ အရုဏ်ဆွမ်း၊ ရူပါရုံ သဒ္ဒါရုံ ဂန္ဓာရုံ ရသာရုံဆိုတာ စိတ်ရဲ့ ပျော်မွေ့ရာ အာရုံ၊ ဒီလို အဓိပ္ပါယ်ခြင်း ကွာခြားပါတယ်။

အာရမ္မဏဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ကြည့်ပြီး အာရုံလို့ ပြန် တယ်၊ အရုဏဆိုတဲ့ စကားလုံးကြည့်ပြီး အရုဏ်လို့ ပြန်တယ်၊ သို့သော် အလွယ်ခေါ်လိုက်တဲ့အခါ အာရုံဆွမ်း, နေ့ဆွမ်းနဲ့ ဖြစ် သွားတယ်နော်၊ အဲဒီတော့ အဓိပ္ပာယ်ချင်း မတူဘူးလို့ မှတ်ထား။

ပလ္လင်္ကသတ္တာဟ

မြတ်စွာဘုရားဟာ အခုလို တရားထူး တရားမြတ် ရခဲ့ပါ တယ်၊ ဒီ တရားရဖို့ဆိုတာ ကမ္ဘာပေါင်း မြောက်မြားစွာ လေ့ကျင့် ပြီးတော့ ယူခဲ့ရတယ်၊ ဘဝပေါင်း မြောက်မြားစွာ စတေးပြီးတော့ ဖြည့်ကျင့်လာခဲ့ရတယ်။

ဒီ အရည်အချင်းတွေ ဒီကနေ့ ပြည့်ပြည့်ဝဝ ရပြီလို့

http://www.dhammadownload.com

ဆိုတယ်၊ ဝမ်းသာအားရ ထိုပလ္လင်မှာပဲ ဆက်ပြီးတော့ ဘုရားက အကြိမ်ကြိမ် မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ အရဟတ္တဖိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်လာအောင် လုပ်တယ်၊ ဘယ်လို လုပ်တုန်းဆို အရဟတ္တဖိုလ် ဖလသမာပတ် ဝင်စားဖို့ ဝိပဿနာ စပြီးတော့ ရှုရတယ်။

မိမိသန္တာန်မှာရှိတဲ့ သဘာဝတရားတွေကို ဝိပဿနာ ရှုလိုက်တဲ့အခါ ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့် တက်သွားပြီး ဖလသမာပတ်အထိ ရောက်ရှိသွားတယ်၊ ဘယ်အခါမှာပဲ ဖလသမာပတ် ဝင်စားဝင်စား၊ ဝိပဿနာလမ်းကြောင်းက သွားရတယ်၊ တခြားလမ်းကြောင်း မရှိဘူး၊ ဝိပဿနာ ရှုလိုက်တဲ့အခါ ထိုဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်တွေ တက်သွားပြီး သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ရဲ့ ဟိုဘက် အနုလောမဉာဏ် ရောက်တဲ့အခါကျလို့ရှိရင် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုပြီး ဖလသမာပတ်ဆိုတာ ပေါ်လာတယ်၊ စိတ်ကလည်း အလွန် သိမ်မွေ့တယ်၊ အာရုံကလည်း အလွန် သိမ်မွေ့တယ်။

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘုရားဖြစ်ပြီး ၇–ရက်တိုင်တိုင် အဲဒီ မြက်ခင်းလေးပေါ်မှာပဲ ဆက်ထိုင်ပြီး ဖလသမာပတ်ချမ်းသာ ခံစားပြီးတော့ နေတယ်၊ အဲဒါကို ပလ္လင်္ကသတ္တာဟလို့ ခေါ်တယ်၊ ဗောဓိသတ္တာဟလို့လည်း ခေါ်တယ်၊ ၇–ရက် ၇–လီ အဲဒီ နေရာမှာ မထမပြောင်းဘဲနဲ့ သမာပတ်ဝင်စားပြီး ဆက်ပြီးတော့ နေတယ်ပေါ့။

အနိမိသသတ္တာဟ

၇–ရက်ပြည့်တဲ့အခါကျတော့ ဘာတွေးမိလဲလို့ ဆိုရင် "ဩော်– ဒီနေရာလေးဟာ ငါ့အတွက် အလွန် ကျေးဇူးများတာ

http://www.dhammadownload.com

ပဲ၊ ငါ့သန္တာန်မှာရှိတဲ့ ကိလေသာ အာသဝေါတွေ ကုန်ပြီးတော့ အသိဉာဏ်ထူးကို ရကဲ့နေရာလေးပဲဆိုပြီးတော့ နေရာလေးကို တန်ဘိုးထားတဲ့အနေနဲ့ မြတ်စွာဘုရားဟာ ပလ္လင်တော်ကနေ ခပ်လှမ်းလှမ်း ခွါပြီး ထိုနေရာလေးကို စိုက်ပြီးတော့ ကြည့်နေတာ ၇–ရက်။

သဘောက လူတွေမှာ အမှတ်တရဆိုတာ ရှိတတ်တယ် နော်၊ ခုခေတ်တောင် တို့ငယ်ငယ်တုန်းက နေခဲ့တဲ့နေရာလေး၊ တို့ငယ်ငယ်တုန်းက ကစားခဲ့တဲ့ နေရာလေးဆို အမှတ်တရလေး လုပ်ကြတယ် မဟုတ်လား၊ လူတွေက တို့မွေးခဲ့တဲ့ နေရာဆိုပြီး အမှတ်တရ ထားကြတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်အဖို့ ဗောဓိဉာဏ်ရတဲ့ နေရာလေးဟာ သိပ်ပြီး အမှတ်တရ ထားထိုက်တာပေါ့၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို ဒီနေရာမှာ ကိလေသာ အာသဝေါတွေ ကုန်ခန်းအောင် လုပ်နိုင်ခဲ့ တယ်၊ ဒီနေရာလေးမှာ သူ့ရဲ့ရည်ရွယ်ချက်တွေ အထမြောက် အောင် လုပ်နိုင်ခဲ့တယ်ဆိုတော့ အလွန် အမှတ်တရထားရမယ့် နေရာလေးဖြစ်လို့ ၇–ရက်တိတိ ဘုရားရှင်ဟာ မမှိတ်သော မျက်လုံးနဲ့စိုက်ပြီးတော့ ကြည့်ပြီးနေခဲ့တယ်၊ 'အနိမိသသတ္တာဟ' အနိမိသကုန်းတော်လို့ ခုခေတ်ခေါ်ကြတယ်၊ ကျေးဇူးတင်တဲ့ အနေနဲ့ ကြည့်တဲ့သဘောမျိုး၊ ဝမ်းသာအားရ ကြည့်တဲ့ အကြည့် မျိုး၊ ဒါကို နတ်တွေက တလွဲ ထင်ကြတယ်၊ ဒီနေရာလေးကို စွဲမက်လို့ တခြားကို မခွါနိုင်လို့ ဒီနား နေတယ်လို့ အထင် လွဲကြတယ်၊ ဒီလို မဟုတ်ပါဘူးနော်။

ကျေးဇူးတင်ထိုက်တယ်ဆိုတာ ရှိတယ်၊ ကျေးဇူးတရား

http://www.dhammadownload.com

သိတတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ကြံဖန်ပြီး ကျေးဇူးတင်တယ်၊ ကျေးဇူးတင်ရမယ်ဆိုတဲ့ အထဲမှာ ပါတယ်လေ။

ယဿ ရုက္ခဿ ဆာယာယ၊

နိသီဒေယျ သယေယျ ဝါ။

န တဿ သာခံ ဘဉ္ဇေယျ၊

မိတ္တဒုဗ္ဘော ဟိ ပါပကော။

မိတ်ဆွေကို ပြစ်မှားတာ, ကျေးဇူးကန်းတာ မကောင်းဘူးတဲ့၊ လူကို မပြောနဲ့၊ အင်မတန်မှ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ပြီးတော့ ပူလွန်းလို့ သစ်ပင်ရိပ်လေးမှာ အရိပ်ခိုပြီးလို့ရှိရင် အဲဒီ သစ်ပင်ကို မချိုးဖဲ့ရဘူး၊ ချိုးဖဲ့ဖို့ မတော်ဘူးတဲ့၊ ဒီလို ပြောတာနော်။

ကျေးဇူးဆိုတာ သိတတ်ရတယ်လို့ပြောတာ၊ လူကို မပြောနဲ့၊ သစ်ပင်တောင် အရိပ်ခိုဖူးလို့ရှိရင် ထိုသစ်ပင်ရဲ့ အကိုင်းအခက်ကို မချိုးကောင်းဘူးတဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် မိတ်ဆွေကို ပြစ်မှားတယ်ဆိုတာ အလွန်ဆိုးပါတယ်တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားလည်း ဒီနေရာလေးကို တန်ဖိုးထားတဲ့အနေနဲ့ ၇-ရက်တိတိ ကြည့်တယ်၊ မမှိတ်မသုန်သော မျက်လုံးနဲ့ ကြည့်တယ်၊

စင်္ကမသတ္တာဟ

ပြီးတဲ့အခါကျတော့ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုတွေ ပျောက်အောင်လို့ဆိုပြီးတော့ တရားခံ့ နှလုံးသွင်းရင်း ၇-ရက်တိုင်တိုင် စင်္ကြံလျှောက်တယ်၊ "**စင်္ကမသတ္တာဟ**"လို့ ခေါ်ကြတယ်၊ ဗုဒ္ဓဂယာ ဘုရားဖူးသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဒီအမှတ်အသားတွေ တွေ့ကြမှာပေါ့။ အဲဒီလို အားလုံးပေါင်းလိုက်တော့ ဘုရားဖြစ်တာ ၂၁-

http://www.dhammadownload.com

ရက်ရှိသွားပြီ၊ ၂၁-ရက်ကုန်သွားပြီ။

ရတနဃရ သတ္တာဟ

စင်္ကြံလျှောက်ပြီးတော့ ၂၂-ရက်ကနေ စပြီးတော့ ၂၈-ရက်ထိအောင် ဘာလုပ်သလဲလို့ဆိုရင် ဗောဓိပင်ရဲ့ အနောက်မြောက်ဘက်မှာ ဟောဒီ အဘိဓမ္မာတရားကို ဆင်ခြင်ပြီး နေခဲ့တယ်၊ ဒီပြင်တရားတွေ သုတ္တန်တရားတွေ ဓမ္မစကြာ အနတ္တလက္ခဏ စတဲ့သုတ်တော်တွေ ဆင်ခြင်တယ်လို့ မှတ်တမ်း မရှိဘူး။ ဟောဒီ အဘိဓမ္မာ ၇-ကျမ်းကို မြတ်စွာဘုရား ရှင်ဟာ အလေးအနက် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်တယ်တဲ့။

အဘိဓမ္မာရဲ့ သဘာဝတရားတွေကို ဆင်ခြင် စဉ်းစားပြီးတော့ အဘိဓမ္မာကို အမျိုးမျိုး ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာကြည့်တယ်၊ ခုခေတ်နဲ့ဆိုရင် analyze လုပ်တယ်ပေါ့၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ classify လုပ်တယ်၊ နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ သဘာဝတရားတွေကို အစုလိုက် အစုလိုက် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ လေ့လာ ဆင်ခြင်ပြီး သုံးသပ်နေတာ ၇-ရက်ကြာတယ်၊ အဲဒါကို 'ရတနဃရ သတ္တာဟ'လို့ ခေါ်တယ်၊

ရတနဆိုတာ အဘိဓမ္မာ ၇-ကျမ်းကို ရည်စူးပြီး ခေါ်တာ၊ အလွန် နှစ်သက်စရာကောင်းတဲ့ ရတနာနဲ့ အလားတူတဲ့ 'အဘိဓမ္မာ တရားတော်တွေကို ဆင်ခြင်တဲ့ စံကျောင်း'လို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်၊ နတ်တွေက ဖန်ဆင်းပေးထားတဲ့ 'ဃရ' စံကျောင်းကလေးထဲမှာ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ဟာ ၇- ရက်တိတိ အဘိဓမ္မာတရားကို ဆင်ခြင်ခဲ့တယ်တဲ့။

http://www.dhammadownload.com

အဘိဓမ္မာ ၇–ကျမ်း ဆင်ခြင်ပုံ

အဲဒီလို ဆင်ခြင်တာ အဘိဓမ္မာ ၇–ကျမ်းလို့ဆိုတော့ ပထမဆုံးကျမ်းကို '**ဓမ္မသင်္ဂဏီ**'လို့ခေါ်တယ်၊ **ဓမ္မ**ဆိုတာ သဘာဝ တရားတွေကို **သင်္ဂဏီ**ဆိုတာ အစုလိုက် အစုလိုက် စုပြီးတော့ ဖော်ပြတဲ့ကျမ်း။ စိတ်အကြောင်းက တစ်စု၊ ရုပ်အကြောင်းက တစ်စု၊ နှစ်စု မာတိကာ၊ သုံးစု မာတိကာတွေကို အကျယ်ချဲ့ ပြီးတော့ ရှင်းလင်းပြတာကတစ်စု၊ အဲဒါတွေကို အဓိပ္ပာယ် ဖွင့် ဆိုပြတာက တစ်စုဆိုပြီးတော့ ၄–စုကို ၄–ကဏ္ဍခွဲပြီးတော့ ဓမ္မ သင်္ဂဏီကျမ်းကို မြတ်စွာဘုရားက ဆင်ခြင်တော်မူခဲ့တယ်။

အဓိက ဓမ္မသင်္ဂဏီကျမ်းမှာ ဟောတော်မူခဲ့တာ ရုပ်နဲ့စိတ် ပဲ၊ စိတ်လို့ဆိုတဲ့အထဲမှာ စေတသိက်လည်း ပါတယ်လို့ မှတ်ရ မယ်၊ စိတ်နဲ့ ရုပ်နဲ့ အဓိကထားပြီး ဆင်ခြင်သုံးသပ်တော်မူတယ်၊

ပြီးတဲ့အခါကျတော့ ဝိဘင်္ဂလို့ခေါ်တဲ့ '**ဝိဘင်းကျမ်း**'၊ ဝိဘင်းကျမ်းမှာ အပိုင်း၁၈–ပိုင်း ရှိတယ်၊ ခန္ဓာပိုင်း, အာယတန ပိုင်း, ဓာတ်ပိုင်းစတဲ့ အပိုင်း ၁၈–ပိုင်းကို သုတ္တန်နည်း အဘိဓမ္မာ နည်း နည်းမျိုးစုံ မြတ်စွာဘုရား ဆင်ခြင်သုံးသပ်တယ်။

နောက်တစ်ခု ဓာတ်တွေ၊ သဘာဝတရားတွေနဲ့ ပတ်သက် ပြီးတော့ နည်း ၁၄–မျိုးထဲမှာ ထည့်သွင်း ပြီးတော့ ဓာတ်သဘော တွေကို ဆင်ခြင် စဉ်းစားတာကျတော့ '**ဓာတု ကထာကျမ်း**'လို့ ခေါ်တယ်။

သဘာဝတရားတွေ ဆင်ခြင် စဉ်းစားတဲ့အခါမှာ သဘာဝ တရားတွေနဲ့ ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေတဲ့ ပညတ်သဘောတွေကို ဆင်ခြင် စဉ်းစားတယ်၊ ပညတ် ၆–မျိုး ခွဲလိုက်တယ်၊ ခန္ဓပညတ်,

http://www.dhammadownload.com

အာယတနပညတ် စသည်ဖြင့် ပညတ်တွေ ခွဲပြီးနောက်ဆုံးမှာ ပုဂ္ဂလပညတ်တဲ့၊ တရားဓမ္မနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဆက်စပ်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အသေးစိတ်ခွဲပြီး ရှင်းလင်း ဖော်ပြတဲ့ တရားကို **'ပုဂ္ဂလပညတ်ကျမ်း'**လို့ ခေါ်တယ်၊ ဓမ္မသင်္ဂဏီ ကျမ်းရယ်၊ ဝိဘင်းကျမ်းရယ်၊ ဓာတုကထာကျမ်းရယ်၊ ပုဂ္ဂလပညတ်ကျမ်းရယ် ဆိုပြီး အဘိဓမ္မာ ၄-ကျမ်း။

နောက်ပြီးတဲ့အခါကျ **'ကထာဝတ္ထုကျမ်း'**ကို ဆင်ခြင်တယ်၊ ကထာဝတ္ထုဆိုတာ ပြောစရာ ဆိုစရာတွေ၊ ဆွေးနွေးမေးမြန်းကြတာတွေ၊ အယူဝါဒ ကွဲပြားကြတာတွေ အငြင်းအခုံဖြစ်စရာ points တွေပေါ့၊ ကထာဝတ္ထုကျမ်းကြီးကို အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန်တဲ့သူက မြန်မာပြည်က ယဇ်မျိုးမင်းကြီး ဦးရွှေစံအောင်၊ ဘာသာပြန်တဲ့ကျမ်းကို "The Points of Controversy" လို့ခေါ်တယ်၊ အငြင်းပွားစရာ အချက်အလက်တွေကို စုပြီးတော့ အဲဒီအယူဝါဒ အငြင်းပွားမှုတွေရဲ့ သဘာဝအမှန်ကို ဆုံးဖြတ် ပေးနိုင်တဲ့ကျမ်းမျိုးကို ကထာဝတ္ထုကျမ်းလို့ ခေါ်တယ်။

ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး ထက်မြက်လာအောင် လေ့ကျင့်တဲ့သဘောအနေနဲ့ သဘာဝ တရားတွေရဲ့ စကားလုံးတွေ၊ ဝေါဟာရတွေ၊ ထိုသဘာဝတရားတွေနဲ့ ဆက်စပ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ထိုသဘာဝတရားတွေရဲ့ သဘာဝအခြေအနေတွေကို မေးခွန်းမျိုးစုံထုတ်ပြီးတော့ မေးလိုက် ဖြေလိုက်၊ အမေးအဖြေ အစုံလိုက်အစုံလိုက် ဟောတဲ့ တရားကိုတော့ **'ယမကကျမ်း'**လို့ ခေါ်တယ်၊ ယမကဆိုတာ အစုံ၊ အတိအကျ သတ်မှတ်ထားပြီး သချာတဲ့အရာကို သန္နိဋ္ဌာန်လို့ ခေါ်ပြီးတော့, ဟုတ်သလား မဟုတ်ဘူးလား

http://www.dhammadownload.com

လို့ မေးမြန်းစရာဖြစ်တဲ့ အရာကျတော့ သံသယလို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီလို သန္နိဋ္ဌာန်နဲ့ သံသယ အစုံ၊အမေးနဲ့အဖြေ အစုံ၊ ဒီလို အစုံလိုက် ဟောသွားတဲ့ကျမ်းက ယမိုက်ကျမ်းတဲ့။

ဒီကျမ်းက ၁၀–ကျမ်းရှိတယ်၊ မူလဆိုတဲ့ သဘာဝတရားတွေရဲ့ အရင်းမြစ်နဲ့ ပတ်သက်တာက ၁–ကျမ်း၊ ခန္ဓာလို့ဆိုတဲ့ ခန္ဓာငါးပါးနဲ့ ပတ်သက်တာက ၁–ကျမ်း၊ အာယတနဆိုတာတွေနဲ့ ပတ်သက်တာက ၁–ကျမ်း စသည်ဖြင့် ယမကလို့ခေါ်တဲ့ ယမိုက်ကျမ်းဟာ ၁၀–မျိုးရှိတယ်၊ ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး ထက်မြက်အောင် ဆိုပြီးတော့ တစ်ခုချင်း တစ်ခုချင်း အသေးစိတ် မေးခွန်းပုစ္ဆာပေါင်း မြောက်များစွာနဲ့ အဖြေလွှာတွေကို ထုတ်ပြတဲ့ကျမ်းကို 'ယမိုက်ကျမ်း'လို့ ခေါ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားဟာ ဘုရားဖြစ်ပြီး ၂၂–ရက်နေ့ကစပြီးတော့ အဲဒီ ရက်တစ်ပတ်လုံး အဘိဓမ္မာသဘာဝတရားတွေကို ဆင်ခြင်တယ်၊ ဒီရက်ပတ်ဟာ ဆင်ခြင် တွေးတောနေတဲ့ ရက်သတ္တပတ်တဲ့၊ ဓမ္မသင်္ဂဏီကျမ်းကို ဆင်ခြင်တယ်၊ လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ ဆင်ခြင်လို့ရတယ်၊ ဝိဘင်းကျမ်း ဓာတုကထာကျမ်း ပုဂ္ဂလပညတ်ကျမ်း ကထာဝတ္ထုကျမ်းကို ယမိုက်ကျမ်းကို ဆင်ခြင်တယ်၊ မြတ်စွာဘုရား ဉာဏ်တော်နဲ့ဆိုရင် ဒါလေးတွေက အလွယ်လေးတွေ၊ အလွယ်လေး တွေဆိုတော့ အခက်အခဲ မရှိဘူး၊ သိပ်ပြီး ပီတိ မဖြစ်လှဘူး၊ မြတ်စွာဘုရားအဖို့ လွယ်လွန်းနေတယ်တဲ့။

ဒီမှာ နောက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ သိပ်ပြီးကျယ်ဝန်းတဲ့ 'ပဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး'ကို ဆင်ခြင်လိုက်တဲ့ အခါကျတော့မှ အသိဉာဏ်နဲ့ တွေးတောစရာ အာရုံတွေဟာ အံ့ဝင်ခွင်ကျ ဖြစ်သွားတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ပဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီးက အလွန်ကျယ်ဝန်းတယ်၊ အဋ္ဌကထာ ဆရာကြီးက ဥပမာ ပေးထားတယ်၊ အင်မတန် ကြီးမားတဲ့ ဝေလငါးကြီးတွေဟာ ပင်လယ်ထဲမှာသာလျှင် လူးလွန့် လှုပ်ရှားပြီးတော့ ကစားနိုင်ကြတယ်တဲ့၊ ကျဉ်းမြောင်းတဲ့ မြစ်ချောင်း အင်းအိုင်တွေ ထဲမှာဆို သူတို့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးနဲ့ဆို မဆန့်ဘူးတဲ့။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဉာဏ်တော်ကြီးဟာလည်း ပဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီးထဲကျမှ စိတ်တိုင်းကျ အားပါးတရ လူးလွန့်ပြီး ကွန့်မြူးဆင်ခြင် တွေးတောလို့ ရတယ်၊ ကျန်တဲ့ကျမ်းတွေက နည်းနည်းကျဉ်းနေတယ်ပေါ့။

ရောင်ခြည်တော်တွေ

ပဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီးကို ဆင်ခြင်တဲ့အခါကျတော့ စိတ်က ပိုပြီးတော့ ပျော်လာတယ်၊ သိစရာတွေကလည်း အများကြီး၊ လူများလိုပေါ့၊ တစ်ခါတလေ ကျဉ်းကျဉ်းကျပ်ကျပ် နေရာကနေပြီးတော့ လွင်ပြင်ကြီး ရောက်သွားတဲ့အခါ စိတ်တွေက လွတ်လပ်သွားသလိုပဲ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အသိဉာဏ်ဟာလည်း ပဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး ရောက်တဲ့အခါကျတော့ တကယ့် လွင်ပြင်ကြီးထဲ ရောက်သွားသလိုပဲ စိတ်ထဲမှာ လူးလွန့် ကျက်စားလို့ အလွန် ကောင်းသွားတယ်၊ အဲဒီလို ကောင်းတော့ စိတ်တော်ဟာ ပိုပျော်ပြီးတော့ ပီတိတွေ ဖြစ်လာတယ်၊ အဲဒီ ပီတိတွေရဲ့ စွမ်းအားကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်မှာရှိတဲ့ သွေးတွေဟာ ကြည်လင်လာတယ်၊ သွေးတွေက အရောင်ပြောင်းလာပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကနေပြီး အရောင်တွေ တဖိတ်ဖိတ် တောက်လာတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ ပဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး ဆင်ခြင်တဲ့အခါမှာ ရောင်ခြည်

http://www.dhammadownload.com

တော်တွေ လွှတ်တယ်ဆိုတာ အဲဒါကို ပြောတာနော်၊ သူ့ဟာသူ လွှတ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ပဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီးကို ဆင်ခြင်လိုက်တဲ့အခါ ကျတော့မှ သိပ်ပြီးတော့ ကျေနပ်အားရတဲ့ ပီတိဖြစ်တယ်၊ ထို ပီတိကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်က သွေးတွေဟာ စင်ကြယ်လာတယ်၊ ကြေးပြားတစ်ခုကို ကျကျနန ပွတ်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ စင်ကြယ်လာတဲ့အခါ အရောင်က တဖိတ်ဖိတ် တောက်ပြောင်လာသလို၊ ကျောက်ရိုင်းတုံးလေးတစ်တုံးကို သွေးပြီးတော့ အရောင်တင်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ တလက်လက် ဖြစ်လာသလိုပဲ ဉာဏ်တော်နဲ့ သွေးပြီးတော့ ကြည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ တစ်ကိုယ်လုံးဟာ အရောင်အဝါတွေ တလက်လက်နဲ့ ဖိတ်ဖိတ် တောက်လာတယ်။

ရောင်ခြည်တော်တွေ လွှတ်တယ်၊ အဲဒီ သတ္တာဟဟာ အင်မတန် ထူးခြားတဲ့ သတ္တာဟတစ်ခုဖြစ်လို့ "**ရတနဃရ သတ္တာဟ**"တဲ့၊ ၇-ရက်တိတိ အဘိဓမ္မာတရားတွေကို ဆင်ခြင်လိုက်တာ နောက်ဆုံး ပဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီးကို ရောက်တဲ့အခါ ခန္ဓာကိုယ်ကနေ ရောင်ခြည်တော်တွေ ထွက်လာသည်အထိ ဖြစ်လာခဲ့တယ်၊ ဒါ အဘိဓမ္မာဒေသနာရဲ့ ထူးခြားချက်တစ်ခုပဲ၊ မဟောခင်ကတည်းက အဘိဓမ္မာရဲ့ သဘာဝတရားတွေကို မြတ်စွာဘုရားက ကြိုတင် ဆင်ခြင် စဉ်းစားထားပြီးသား ဖြစ်တယ်။

အဘိဓမ္မာ နတ်ပြည်မှာ ဟောရခြင်း

သို့သော် ဒီလောက် လေးနက်တဲ့ သဘာဝတရားတွေကို ရှင်းပြပြီး ခေါင်းစီးတစ်ခုတည်းနဲ့ အင်မတန် ရှည်လျားတဲ့ ဒေသနာတော်ကြီးကို ဟောဖို့ဆိုတာ လူ့ပြည်မှာ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ လူသားတွေဟာ တစ်နေကုန် ထိုင်ဖို့ဆို တော်တော်ခက်မယ်၊ ၃-လတိတိ

http://www.dhammadownload.com

ထိုင်ဖို့ဆိုတာတော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ၁–နာရီ, ၂–နာရီ လောက် ထိုင်လိုက်ရင်ပဲ ညောင်းကုန်ပြီလေ။

အဘိဓမ္မာ ခေါင်းစဉ်အောက်မှာ အင်မတန် ရှည်လျားတဲ့ တရားကြီး၊ ပဋ္ဌာန်းထိအောင် ဟောရမှာဆိုလို့ရှိရင် အချိန်အား ဖြင့် ၃–လလောက် အချိန်ယူရမယ်တဲ့၊ အဲဒီ ၃–လလောက် အချိန်ယူရမယ့်တရား၊ မြတ်စွာဘုရားက ၇–ရက်နဲ့ ဆင်ခြင် စဉ်းစားထားတဲ့ တရားဟာ အတိုင်းအတာ မရှိလောက်အောင် အလွန်ကျယ်ဝန်းတယ်၊ ဒီတရားကို လူ့ပြည်မှာ ဟောလို့ မဖြစ်ဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်း၊ လူတွေက ကြာရှည်စွာ ထိုင်ပြီးတော့ တရား ဆုံးအောင် မနာနိုင်ဘူးတဲ့၊ ဘုရားက တရားဟောနေ ၁–နာရီ, ၂–နာရီ၊ ၄,၅–နာရီလောက်ဆို ထပြေးကုန်ကြမှာ၊ ရှိမှာ မဟုတ် တော့ဘူး၊ မထိုင်နိုင်ဘူးလေ၊ အဲဒါကြောင့်မို့ အဘိဓမ္မာတရားကို လူ့ပြည်မှာ မဟောဘူး။

တန်ခိုးပြာဋိဟာ

ပထမဆုံး ဓမ္မစကြာတရား ဟောတယ်၊ နောက် အနတ္တ လက္ခဏာသုတ္တန် ဟောတယ်၊ ၇–ဝါမြောက်တဲ့ အခါကျတော့ အဘိဓမ္မာတရားဟောဖို့ အချိန်ကျလာတယ်၊ ဝါဆိုဦးကာလမှာ ရေ,မီးအစုံ တန်ခိုးပြာဋိဟာကို ပြတယ်၊ ရေမီးအစုံ တန်ခိုးပြာဋိဟာ လို့ဆိုတာ အားလုံး ကြားဖူးကြပါလိမ့်မယ်၊ ထူးမခြားနား သီချင်းကြီး ကြားဖူးကြမှာပေါ့၊ လူတွေကတော့ ပြောကြတယ်၊ မင်းပြောနေတာ ထူးမခြားနားပါကွာတဲ့၊ တကယ်က ထူးမခြားနားဆိုတာ ထူးတယ်၊ ဒါပေမယ့် တစ်ခုနဲ့တစ်ခု အချိန်ချင်း မကွာခြားဘူးလို့ ဒီလို

http://www.dhammadownload.com

အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။

ရေ့မီးအစုံ တန်ခိုးပြပုံ

ရေနဲ့မီးဆိုတာ အင်မတန် ဆန့်ကျင်တဲ့ အရာနှစ်ခု မဟုတ်လား။ ရေနဲ့မီးကို တန်ခိုးပြာဋိဟာ ပြတယ်ဆိုတာ အကျဉ်းချုပ်ပြောရလို့ရှိရင်တော့ လက်ယာဘက် မျက်လုံးတော်က ရေတွေပန်းထွက်နေတဲ့အချိန်မှာ လက်ဝဲဘက် မျက်လုံးတော်က မီးတွေပန်းထွက်နေတယ်၊ အံ့ဩဖွယ် လုပ်ပြရတာ၊ ရေဖြစ်ဖို့ရာအတွက် အာပေါကသိုဏ်း ဝင်စားရမယ်၊ ဒါက moment တစ်ခု၊ အာပေါကသိုဏ်း ဝင်စားပြီး အဓိဋ္ဌာန်လိုက်တဲ့ အခါမှာ ရေတွေ ပန်းထွက်တယ်၊ တေဇောကသိုဏ်း ဝင်စားပြီးတော့မှ ဆင်ခြင်တဲ့ အခါကျတော့မှ မီးတွေ ပန်းထွက်တယ်၊ တစ်ပြိုင်တည်း လုပ်လို့မရဘူး၊ သို့သော် အလွန်လျင်မြန်သည့် အတွက်ကြောင့် ကြည့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက တပြိုင်နက်လို ထင်ရတယ်ပေါ့။

ဒါက မီးစက်ဝိုင်းလေးရဲ့ ဥပမာအတိုင်းပေါ့၊ မီးစက်ဝိုင်းလှည့်ပြီးတော့ ယမ်းလိုက်တဲ့အခါ မြန်မြန်ယမ်းလို့ရှိရင် ဒါ မီးဝိုင်းကလေး ဖြစ်နေသလိုပဲ၊ သို့သော်လည်း အထက်မှာ ရောက်နေတဲ့အချိန် အောက်မှာ မရှိဘူး၊ အောက်မှာရောက်နေတဲ့အချိန်အထက်မှာ မရှိဘူး၊ သို့သော် လျင်မြန်လွန်း အားကြီးသည့်အတွက်ကြောင့် မီးစက်ဝိုင်းကလေးလို့ မြင်ရတယ်၊ ထို့အတူပဲ၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဒီ စွမ်းရည်သတ္တိတွေဟာ အလွန် ထက်မြက်တယ်၊ ဝင်စားတဲ့စိတ်တွေက အလွန် လျင်မြန်တယ်၊ တကယ်တော့ လုပ်ရတာ မလွယ်ဘူး၊ အာပေါကသိုဏ်းမှာ စတုတ္ထဈာန်ဝင်စားရတယ်၊ စတုတ္ထဈာန် ဝင်စားပြီး ''ငါ့ရဲ့ လက်ယာဘက်

http://www.dhammadownload.com

မျက်လုံးက ရေတွေ ပန်းထွက်ပါစေ''ဆိုတာ အဓိဋ္ဌာန်ပြီးတော့ အဘိညာဉ်နဲ့ လုပ်လိုက်မှ ရေပန်းထွက်တယ်။

ပြီးတဲ့အခါကျတော့ အာပေါကသိုဏ်းကမှ ထပြီးနောက် တေဇောကသိုဏ်း ဝင်စားရပြန်တယ်၊ တေဇောကသိုဏ်း ရှုပြီး စတုတ္ထစျာန်ကထပြီး ''ငါ့ရဲ့လက်ဝဲမျက်လုံးကနေပြီး မီးတွေ ပန်းထွက်ပါစေလို့ အဓိဋ္ဌာန်လိုက်တဲ့အခါကျတော့မှ မီးက ပန်း ထွက်တယ်၊ moment ချင်း မတူဘူး၊ အချိန်ကာလချင်း ခြားနား တယ်၊ သို့သော် သိပ်လျင်မြန်သည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ပြိုင်နက် လို့ ကြည့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ထင်ရတယ်တဲ့၊ အဲဒါ အလွန့် အလွန် ထူးပြီးတော့ အချိန်ကာလ မခြားနားသကဲ့သို့ တစ်ဆက်တည်း မြင်ရတာကို ''ထူးမခြားနား''လို့ဆိုတာ။

အလွန် ထူးဆန်းတယ်၊ အချိန်ကာလ အကွဲအပြားကို မမြင်ရဘူး၊ အင်မတန် ထူးဆန်းလို့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ လက်ယာ မျက်လုံးက နေပြီးတော့ ရေတွေ ပန်းထွက်နေတယ်၊ လက်ဝဲ မျက်လုံးက မီးတွေ ပန်းထွက်နေတယ်၊ ကြည့်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က မျက်တောင်လေး တစ်ချက်ခတ်လိုက်တာနဲ့ ရေမီးက တစ်ခါ ညာနဲ့ဘယ် ပြောင်းသွားပြန်တယ်၊ လက်ယာဘက် နှာခေါင်းတွင်း က နေပြီးတော့ ရေတွေ ပန်းထွက်နေတယ်၊ လက်ဝဲဘက်က မီးတွေ ပန်းထွက်နေတယ်၊ မျက်တောင်လေး ခတ်လိုက်တာနဲ့ ရေနဲ့မီးက ဘယ်,ညာ ပြောင်းသွားပြန်ရော၊ အဲဒီလောက် ထူးဆန်း တဲ့ တန်ခိုး ပြာဋိဟာတွေကို ပြတာ၊ 'ယမကပြာဋိဟာ'ဆိုတာ ရေ,မီးအစုံ တန်ခိုးပြာဋိဟာကို ဆိုလိုတယ်။

အဲဒီလို ရေ မီး အစုံ အစုံ အင်မတန် ထူးဆန်း အံ့ဩဖွယ်

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းတဲ့ တန်ခိုးပြာဋိဟာတွေကို ဝါဆိုလပြည့်နေ့မှာ ပြပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက အဘိဓမ္မာ တရားဟောဖို့ တာဝတိံသာ ကြွသွားတယ်။

အဘိဓမ္မာတရား ဟောတော်မူပုံ

တာဝတိံသာ ရောက်တဲ့အခါကျတော့ သိကြားမင်းကြီး ထိုင်တဲ့ ပင်လယ်ကသစ်ပင်အောက်မှာ ခင်းထားတဲ့ ပဏ္ဍုကမ္ဗလာ ကျောက်နေရာမှာ ထိုင်တော်မူတယ်။ အဲဒီ ကျောက်နေရာကြီးက ကျောက်တော့ကျောက်ပဲ၊ ဒါပေမယ့် ကျောက်ပျော့ကြီး၊ အဲဒီပေါ် ထိုက်လိုက်လို့ရှိရင် အိသွားတယ်၊ ထူးထူးဆန်းဆန်း ကျောက်ပျော့၊ ဘယ်မှာ ရှိလဲလို့ပြောရင် အဲဒီမှာ ရှိတယ်လို့ ပြောရမယ်၊ ဆိုဖာကြီးလိုပဲ၊ သိကြားမင်းကြီး အဲဒီပေါ် ထိုက်လိုက်လို့ရှိရင် ချက်လောက် ထိအောင် မြုပ်သွားတယ်တဲ့။

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားက ပဏ္ဍုကမ္ဗလာ ကျောက်ဖျာပေါ်မှာ သီတင်းသုံး ထိုင်နေစဉ် နတ်တွေ ဗြဟ္မာတွေ ရောက်လာကြတဲ့အခါမှာ ဘုရားဖြစ်ပြီး ၂၂–ရက်နေ့ကနေပြီး ရက်သတ္တပတ် ဆင်ခြင်ထားတဲ့ အဘိဓမ္မာတရားတွေကို ခေါင်းစီးတစ်ခုတည်း အောက်မှာထားပြီး အဘိဓမ္မာ ၇–ကျမ်းကို ဟောတယ်တဲ့၊ တစ်ဝါတွင်းလုံး ဒီ အဘိဓမ္မာတရားချည်းပဲ ဟောတယ်။

မယ်တော် ကျေးဇူးဆပ်

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားက ပဏ္ဍုကမ္ဗလာ ကျောက်ဖျာပေါ်မှာ သီတင်းသုံး ထိုင်နေပြီး နတ်တွေ ဗြဟ္မာတွေ ရောက်လာကြတဲ့ အခါမှာ ဘုရားဖြစ်ပြီး ၂၂–ရက်နေ့ကနေပြီး ရက်သတ္တပတ်

http://www.dhammadownload.com

ဆင်ခြင်ထားတဲ့ အဘိဓမ္မာတရားတွေကို ခေါင်းစီး တစ်ခုထဲ အောက်မှာထားပြီး အဘိဓမ္မာ ၇-ကျမ်းကို ဟောတယ်တဲ့၊ **'ကုသလာ ဓမ္မာ၊ အကုသလာ ဓမ္မာ၊ အဗျာကတာ ဓမ္မာ'**ဆိုပြီးတော့ ၃-စု မာတိကာပေးတယ်၊ **'ဟေတူ ဓမ္မာ၊ န ဟေတူ ဓမ္မာ'**စသည်ဖြင့် ၂-စုမာတိကာလေးတွေ ခေါင်းစဉ်လေးတွေ ပေးပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောသွားလိုက်တာ တစ်ဝါတွင်းလုံး ဒီ အဘိဓမ္မာတရားချည်းဘဲ ဟောတယ်။

အဲဒီလို အဘိဓမ္မာတရား ဟောကြားရာ တာဝတိံသာ နတ်ပြည် တရားနာပရိသတ်ထဲမှာ အလွန် ထူးခြားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ဦး ပါလာတယ်၊ ဘယ်သူတုန်းဆိုရင် တုသိတာနတ်ပြည်မှာ နတ်မင်းအဖြစ်ဖြင့် ဖြစ်နေတဲ့ လူ့ဘဝတုန်းက ဘုရားလောင်းရဲ့ မယ်တော် နတ်သားပဲ၊ သန္တုသိတ နတ်သားဘဝနဲ့ ဘုရားတရားပွဲမှာ လာရောက်ပြီး လက်ယာဘက်မှာ ထိုင်ပြီးတော့ နာယူနေတယ်၊ အဲဒီ မယ်တော်ကြီးကို ဦးတည်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက အဘိဓမ္မာတရားကို ဟောတာ၊ မယ်တော်ကို ကျေးဇူး ဆပ်တယ်လို့ ပြောကြတယ်ပေါ့၊

ကျေးဇူးဆပ်တယ်လို့ ပြောတဲ့အထဲမှာ ဘာတွေ အပိုထည့်ပြောတုန်းဆိုရင် ''အမိကျေးဇူးဟာ ဆပ်မကုန်နိုင်ဘူး၊ အဲဒါ ဘုရားသော်မှ အဘိဓမ္မာတရား ဟောတာတောင် နို့တစ်လုံးဖိုးသာ ကျေသေးတယ်တဲ့ ဘာတဲ့နော်'' တစ်လုံးက ဘယ်လောက် တန်လို့ တစ်လုံးဖိုးတို့, နှစ်လုံးဖိုးတို့ ပြောလို့ရမတုံး၊ တစ်လုံးဖိုးပဲ ကျေသေးတယ်၊ နောက်တစ်လုံးဖိုး ကျန်နေသေးတယ်လို့ အဓိပ္ပါယ်

http://www.dhammadownload.com

မျိုး ပြောကြတယ်။

ဒါတွေက စာထဲမပါတဲ့ စကားတွေပါ၊ စာထဲ မပါပေမယ့် တချို့ဟာက ယုတ္တိရှိတယ်၊ အခုဟာက ယုတ္တိမရှိဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ တုန်းဆို တန်ဖိုးဖြတ်ထားမှသာ ပြောလို့ ရတော့မပေါ့၊ အဘိဓမ္မာ တရားဟောရင် တစ်လုံးဖိုးပဲ ကျေသေးတယ်၊ နောက်တစ်လုံးဖိုး ကို ကျေဖို့ရန်အတွက် ထပ်ဟောရမယ့် ပုံစံမျိုး ဖြစ်နေတယ်။

မယ်တော်ကြီးကို ဦးတည်ပြီး တစ်သောင်းသော စကြာ ဝဠာက ရောက်ရှိလာတဲ့ နတ်ပြဟ္မာအပေါင်းရဲ့ အလယ်မှာ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားဟာ ဒီ အဘိဓမ္မာမြတ်ဒေသနာကို တာဝ တိံသာနတ်ပြည်မှာ ဟောကြားခဲ့တာ၊ လူ့ပြည်က အရေအတွက် အားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ၃-လတိတိ၊ ရက်ပေါင်း ၉၀- ကြာတယ်လို့ ပြောရမယ်၊ ရက်ပေါင်း ၉၀-ကြာမှ ဟောဒီ အဘိဓမ္မာတရားဟာ ပြီးဆုံးသွားတယ်။

နတ်တို့ရဲ့ အချိန်နဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် မိနစ်ပိုင်းလောက်ပဲ ရှိပါတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ လူ့ပြည်က အနှစ် ၁၀၀- သည် တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ ၁-ရက်ပဲ ရှိပါသေးတယ်၊ နေ့တာ ညတာ ဟိုက ပိုပြီးတော့ ရှည်တယ်၊ လူ့ပြည်က တိုတယ်၊ လူ့ပြည် အနှစ် ၁၀၀-မှ တာဝတိံသာနတ်ပြည် ၁-ရက်ဆိုတော့ မိနစ်ပိုင်းလောက်ပဲ ကြာတယ်ပေါ့၊ ၃-လဆိုတာ ဘာမှ မရှိဘူး ပေါ့၊ တရားပွဲက ဘာမှ မကြာလိုက်ဖူးပေါ့၊ ခဏလေး ပြီးသွား တယ်။

မြတ်စွာဘုရားက တာဝတိံသာနတ်ပြည်ကို ကြွသွားတဲ့ အခါကျတော့ ဘုရားက လူသားဆိုတော့ ခပ်သေးသေးနေမှာပေါ့၊

http://www.dhammadownload.com

လူ့အတောင်နဲ့ ပြောရင်တော့ ၁၈–တောင်ပေါ့၊ ၁၈–တောင်ဆိုတာ ဘယ်လောက်မှ မရှိဘူးပေါ့၊ ၁၈–တောင်ကို တစ်ချို့က ၁၈–မိုက်လို့ ပြောကြတယ်၊ ဘုရား ၁၈–တောင်ဆိုရင် ထိုခေတ် လူတွေကလည်း အားလုံး ၁၈–တောင် တညီတည်း ဖြစ်ကြရမှာ ပေါ့၊ လျော့ရင် နည်းနည်းပဲပေါ့၊ နို့မို့ဆိုရင် ဘုရားတစ်ဆူထဲကသာ ၁၈–တောင်ဖြစ်ပြီးတော့ ကျန်တဲ့ လူတွေက ပုပုလေးတွေဆို ဘယ်လိုလုပ်ပြီးတော့ ဆွမ်းလောင်းတာတို့၊ ဘုရားဖူးသွားတာတို့ ဖြစ်နိုင်ပါ့မတုံး၊ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ သူ့ခေတ်သူ့လူတွေရဲ့ အရပ် အမောင်း ဒီလိုပဲ တစ်ညီတည်း ဖြစ်ရမှာပေါ့။

ဒီတော့ နတ်ပြည်ရောက်သွားတဲ့အခါ နတ်တွေက ကြီး တယ်၊ သူတို့ခန္ဓာကိုယ်က အကြီးကြီးတွေ၊ အဲဒီတော့ မြတ်စွာ ဘုရားက ပကတိကိုယ်နဲ့ သီတင်းသုံးမယ်ဆိုရင် နတ်တွေကလည်း သူတို့ လူသားတွေရဲ့ပုံစံပဲ ဖန်ဆင်းပြီး ထိုင်နေရမှာပဲ၊ နတ်က ဖန်ဆင်းလို့ ရတာပဲ၊ လူ့ပြည်လာတဲ့အခါမှာ အပ်ဖျားလေး ချလောက်တဲ့ နေရာလေးမှာတောင် နတ်က ၁၀–ယောက်၊ အယောက် ၂၀၊ ဒီလို စုထိုင်နေကြတာတဲ့၊ နေရာ မရဘူးဆိုရင် အဲဒီလို သူတို့ ထိုင်ရတယ်၊ အပ်ဖျားလေး ထောက်လောက်တဲ့ နေရာလေးဆို သေးသေးလေး၊ အဲဒီလောက် သေးသေးလေးကို နတ်တွေက ၁၀–ယောက်, ၁၅–ယောက် စုထိုင်နိုင်အောင် သူတို့ ဖန်တီးလို့ ရတယ်။

သို့သော် စာထဲအတိုင်း ပြောမယ်ဆိုရင် မြတ်စွာဘုရား က ပါလာတဲ့ နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီးကို ပဏ္ဍုကမ္ဗလာ မြကျောက်ဖျာ ကြီးပေါ်မှာ လွှမ်းလိုက်တဲ့အခါ နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီး ပဏ္ဍုကမ္ဗလာ

http://www.dhammadownload.com

ကျောက်ဖျာကြီးတစ်ခုလုံး ဖုံးသွားတယ်တဲ့၊ ကိုယ်တော်မြတ်က လည်း ထိုင်လိုက်တဲ့အခါ တင်ပလ္လင်ခွေကြီး တစ်ခုလုံးဟာ အဲဒီ ကျောက်ဖျာကြီးတစ်ခုလုံး ပြည့်သွားတယ်ဆိုတော့ ဘုရားကိုယ် တော်ကြီးဟာ ပြောင်းသွားတယ်ပေါ့၊ ခန္ဓာကိုယ်တော်ကြီးကနေ ပြီးတော့ နတ်တွေရဲ့ အတိုင်းအတာလို ရုပ်ပွားတော်ကြီး အကြီး ကြီး ဖြစ်သွားတယ်လို့ ဒီလို ပြောရမှာ။

လူ့ပြည် ကြွလာလေ့ ရှိ

မြတ်စွာဘုရားက တရားဟောရင်း နေ့စဉ်နေ့စဉ် ဆွမ်းဘုဉ်း ပေးတဲ့အချိန်ကို လူ့ပြည် ကြွလာလေ့ ရှိတယ်၊ သို့သော် သာဝတ္ထိ တို့ ရာဇဂြိုဟ်တို့ဆိုတဲ့ ဒေသကို မကြွဘဲနဲ့ ဘယ်သူမှ မသိတဲ့ မြောက်ကျွန်းဘက်ကို ကြွတယ်၊ မြောက်ကျွန်း ကြွပြီးတော့ ဆွမ်းခံ တယ်၊ ဆွမ်းခံပြီးတဲ့အခါ ဟိမဝန္တာတောင် စန္ဒကူးတောထဲက စန္ဒကူးပင်အောက် အနောတတ်ရေအိုင် အနီးအနားမှာ ဆွမ်း ဘုဉ်းပေးတယ်၊ အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရား ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတဲ့အခါ ဘယ်သူက ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် ပြုတုန်းဆို ရှင်သာရိပုတ္တရာ တစ်ပါး တည်းပဲ အဲဒီကို ကြွလာပြီး ဘုရား ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတဲ့အခါမှာ ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် ပြုတယ်တဲ့။

အဋ္ဌကထာထဲမှာတော့ ဘယ်လို ရေးထားလဲဆိုတော့ လူ့ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ သဘာဝအတိုင်း စားချိန်ကျရင် စားရမယ်၊ နား ချိန်ကျရင် နားရမယ်ပေါ့၊ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားလည်း ရုပ်သဘာဝအတိုင်းပေါ့၊ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးဖို့ အချိန်ကျတဲ့အခါ လူ့ပြည် ကြွ ဘုဉ်းပေးတယ်၊ အနားယူရမယ့်အချိန် အနားယူတယ်၊ ပြီးတော့ မှ တရားဆက်ဟောတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားရှင် လူ့ပြည်ကြွတဲ့အခါ နိမ္မိတရုပ် ဖန်ဆင်းပြီးတော့ ထားခဲ့တယ်တဲ့၊ အဲဒီ နိမ္မိတ ရုပ်ပွားတော်ကနေ ဆက်ပြီးတော့ ဟောနေရစ်တယ်လို့ ပြောတယ်၊ ဘုရားအစစ်က ဘယ်ကနေ ဘယ်လောက်ထိ ဟောမယ်ဆိုတာကို သတ်မှတ်ပေးထားတဲ့ အတိုင်း နိမ္မိတရုပ်ကနေ ဆက်ပြီးတော့ ဟောသွားတယ်၊ ခုခေတ် လိုဆိုရင် TV ဖွင့်ထားခဲ့တဲ့သဘောပေါ့။

လူ့ပြည်မှာ ဟောခဲ့

မြတ်စွာဘုရား ဘာဖြစ်လို့ လူ့ပြည်ကြွတာတုန်းဆိုတော့ ရှင်သာရိပုတ္တရာနဲ့ နေ့တိုင်း တွေ့ပြီးတော့ နတ်ပြည်မှာ ဟောခဲ့တဲ့ တရားကို ရှင်သာရိပုတ္တရာကို အကျဉ်းချုပ် ပြန်ပြန်ပြီး နေ့တိုင်း ဟောခဲ့တာ၊ ဘုန်းကြီး တစ်ခုတွေးမိတာကတော့ အဲဒါဟာ အဓိက ဖြစ်လောက်တယ်၊ လူ့ပြည်က လူတွေတန်ရဲ့ မြတ်စွာဘုရားက ရှင်သာရိပုတ္တရာကို ဟောခဲ့တယ်၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာက အမျိုး ကောင်းသား တပည့်ရဟန်း ၅၀၀–ကို ထပ်ဆင့် သင်ပေးတယ်၊ အဲဒီ ရဟန်းတွေဟာ ကဿပမြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ လက်ထက် တော်တုန်းက လင်းနို့တွေ ဖြစ်ခဲ့တယ်။

လင်းနို့ကနေ လူ့ဘဝ ရောက်လာတယ်ပေါ့၊ လင်းနို့သား ၅၀၀–ဘဝတုန်းက အဘိဓမ္မာဆောင် ရဟန်းတွေက သူတို့နေတဲ့ လိုဏ်ဂူထဲမှာ ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်ကြတယ်၊ ဒီအခါ လင်းနို့တွေက အဘိဓမ္မာတရားသံကို နားထောင်ရင်း သူတို့ နားထဲမှာ ကျက်မိ နေကြတယ်။

ဒီလို မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟာ ၃–လတိတိ ရက်ပေါင်း ၉၀–

http://www.dhammadownload.com

နေ့စဉ် လူ့ပြည်ကို ကြွပြီးတော့ ရှင်သာရိပုတ္တရာကို အဘိဓမ္မာ တရား အကျဉ်းချုပ်ပြီး ဟောခဲ့တာ၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာဆိုတာက အင်မတန်မှ ဉာဏ်ထက်မြက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက အရိပ်အမြွက် အကျဉ်းချုပ်ကို ဟောပြလိုက် တာနဲ့ အကုန်လုံး ရသွားတယ်။

အခု ဒီကနေ့ လူ့ပြည်မှာ ရောက်နေတဲ့ အဘိဓမ္မာတရား သည် တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ ဟောတဲ့ အလွန် ကျယ်ဝန်းလှတဲ့ အဘိဓမ္မာတရား မဟုတ်ဘူး၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မြတ်ကို နေ့စဉ် နေ့စဉ် သင်ပေးခဲ့ပြီး ရှင်သာရိပုတ္တရာက သူ့ဉာဏ်နဲ့ ဘုရားဟောတဲ့ အဘိဓမ္မာကို အကျဉ်းချုပ်ပြီး လင်းနို့တစ်ဖြစ်လဲ ရဟန်းတော်တွေကို သင်ပေးခဲ့တဲ့ အဘိဓမ္မာလို့ နားလည်ရပါ တယ်။

အဋ္ဌကထာမှာ ဘယ်လို မှတ်တမ်းတင်ထားတုန်းဆို တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ မြတ်စွာဘုရားက အဘိဓမ္မာ ဂ–ကျမ်း ဟောလို့ နိဂုံးချုပ်တဲ့နေ့မှာပဲ လူ့ပြည်က ရဟန်း ၅၀၀ လည်းပဲ အဘိဓမ္မာ ၇–ကျမ်းဆောင် ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်သွားတယ်တဲ့၊ တစ် ပြိုင်နက် ပြီးတယ်၊ လူ့ပြည်က ရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ အဘိဓမ္မာ သင်တန်း၊ နတ်ပြည်က မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဘိဓမ္မာဒေသနာတော် ဟာ တစ်ပြိုင်နက် ပြီးဆုံးသွားတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

ဒါကြောင့် ''**အဘိဓမ္မေ ဝါစနာမဂ္ဂေါ နာမ သာရိ ပုတ္တထေရပ္ပဘဝေါ**– ဒီကနေ့ခေတ် လူ့ပြည်ရောက်နေတဲ့ အဘိ

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မာမြတ်ဒေသနာသည် ရှင်သာရိပုတ္တရာက စ,တာပါ''လို့ မှတ်တမ်းတင်ထားတယ်၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်မြတ် စီစဉ်ပို့ချတဲ့ အဘိဓမ္မာဒေသနာ သင်ရိုးသည် ဒီကနေ့ ထေရဝါဒ မြန်မာနိုင်ငံမှာ အဘိဓမ္မာ ၇–ကျမ်းအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး စာအုပ်ရိုက်နှိပ်ထား တာနော်၊ ဓမ္မသင်္ဂဏီက တစ်အုပ်ရှိတယ်၊ ဝိဘင်းက တစ်အုပ် ရှိတယ်၊ စာမျက်နှာ ၄၀၀– ပတ်ဝန်းကျင်ရှိတယ်၊ ဓာတုကထာနဲ့ ပုဂ္ဂလပညတ် နှစ်အုပ်တွဲ စာမျက်နှာ ၂၀၀– ဝန်းကျင် ရှိတယ်၊ ကထာဝတ္ထုကျမ်းက စာမျက်နှာ ၅၀၀– ဝန်းကျင်ရှိတယ်၊ ယမိုက်ကျမ်းကျတော့ ၃–တွဲ၊ ပဋ္ဌာန်းကျမ်းက ၅–တွဲ ရှိတယ်တဲ့၊ ဒါတောင် ပဋ္ဌာန်းမှာ အကျဉ်းချုံးပြီးတော့ ရိုက်ထားတာပါ။

ဒီတော့ ဒီကနေ့ သင်္ဂါယနာ ၆–တန် မှတ်တမ်းတင်ထားတဲ့အတိုင်း အဘိဓမ္မာကိုပဲ ရွတ်ဖတ်မယ်ဆိုရင် ပဋ္ဌာန်း တစ်ကျမ်းတည်းတောင်မှ အနည်းဆုံး ၄–ရက်လောက် အသံမစဲ ရွတ်မှ ကုန်တယ်၊ ဒီလောက် များပြားတယ်၊ တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ ဘုရားဟောတဲ့ အဘိဓမ္မာတရားဆိုရင် ဒီထက် ကျယ်ဝန်း များပြားတော့မှာပေါ့၊ ဒီကနေ့ လူ့ပြည်မှာ သင်္ဂါယနာတင်ထားတာက ရှင်သာရိပုတ္တရာ ပို့ချပေးတဲ့ သင်ရိုးအတိုင်း တင်ထားတာမို့ မကျဉ်းမကျယ် ရှိတာပါ။ဒါကို ''အဘိဓမ္မာမြတ်ဒေသနာ''လို့ ခေါ်ပါတယ်၊

အဘိဓမ္မာသင်ယူရခြင်း အကျိုးကျေးဇူး

အဲဒီ အဘိဓမ္မာမြတ်ဒေသနာကို သင်ယူခြင်းဖြင့် ဘယ်လို

http://www.dhammadownload.com

အကျိုးကျေးဇူးတွေ ရနိုင်သလဲ၊ အဘိဓမ္မာကို သင်ယူခြင်းဟာ အဘိဓမ္မာက သဘာဝတရားတွေကို အသေးစိတ် ခွဲခြား လေ့လာတာ ဖြစ်သောကြောင့် အသိဉာဏ်ကို ဖြစ်ပွားစေတယ်၊ ဉာဏ်ရည် ဉာဏ်သွေးတွေ ထက်မြက်လာစေတယ်၊ အဲဒီ ထက်မြက်တဲ့ ဉာဏ်ရည် ဉာဏ်သွေးတွေကို အမှီပြုပြီး နောက်ဆုံးကျတော့ ပဋိသမ္ဘိဒါဉာဏ်လို့ဆိုတဲ့ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာနိုင်တဲ့ analytical knowledge ကို ရနိုင်တယ်လို့ ဒီလို ဆိုလိုတယ်၊ ဒါ အဘိဓမ္မာ သင်ယူခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကို ပြောတာနော်။

အဘိဓမ္မာကို လေ့လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အသေးစိတ် ကြည့်တတ် မြင်တတ်တယ်၊ ဘာကိုပဲ ကြည့်ကြည့်၊ analyze လုပ်တတ်တယ်လို့ ဆိုလိုတာ၊ ပဋိသမ္ဘိဒါဉာဏ်ဆိုတာ အရာရာကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးတော့ မြင်တယ်၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးတော့ မြင်တဲ့ အခါ ဘာအကျိုးထူးတုန်းလို့ ဆိုလို့ရှိရင် 'ဃန'ဆိုတဲ့ အထင်နဲ့ အမှတ်မှားပြီးတော့နေတဲ့ တွေဝေမှုကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်။

ဃန ၄-မျိုး

ဃနဆိုတာ ၄-မျိုး ရှိတယ်၊ ဃနဆိုတာ ပေါင်းစပ်ထားသည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ခုတည်းလို့ ထင်နေကြတဲ့အရာ၊ သိပ်သည်းပြီးတော့ တစ်လုံးတစ်ခဲတည်း ဖြစ်နေသည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ခုတည်းလို့ ထင်နေတဲ့အရာကို 'ဃန'လို့ ခေါ်တယ်။

နံပါတ် (၁)က '**ကိစ္စဃန**'၊ အရာဝတ္ထုတွေဟာ ပေါင်းစုပြီးတော့ သူတို့လုပ်တဲ့ အလုပ်တစ်မျိုးတည်းကို လုပ်နေသည့်အတွက်ကြောင့် လူတွေက တစ်ခုလို့ သတ်မှတ်နေကြတယ်၊ တစ်ခုလို့ ထင်နေကြတယ်၊ တကယ်တော့ တစ်ခုမကဘူးလို့

http://www.dhammadownload.com

ဆိုလိုတယ်၊ ဥပမာဆိုပါစို့၊ 'စိတ်'လို့ ပြောလိုက်ရင် တစ်ခုတည်းလို့ ထင်နေကြတယ်၊ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ အဘိဓမ္မာက ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလိုက်တဲ့ အခါကျတော့ စိတ်လို့ ပြောတဲ့အရာမှာ အနည်းဆုံး ၈–ခု စုပေါင်းပါနေတယ်၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီး ကြည့်လိုက်ရင် ၈–ခု ပေါင်းထားတာ တွေ့ရမယ်။

ရုပ်လို့ ပြောလိုက်ရင်လည်း ၈–ခုပေါင်းထားတာ၊ မြူမှုန်ကလေးကို ကြည့်လိုက် ထိုမြူမှုန်ကလေးဟာ ၈–ခုပေါင်းထားတယ်၊ ဟောဒီလို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာမှုလေးတွေကို တွေ့လာတယ်၊ အဲဒီလို မဟုတ်လို့ရှိရင် သူက တစ်ခုတည်းလို့ချည်းပဲ မြင်နေတယ်ပေါ့၊ အဘိဓမ္မာ သင်လိုက်သောအားဖြင့် ဒီ 'ကိစ္စဃန' ဆိုတဲ့ ဆောင်ရွက်မှုတွေ တူညီနေသည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ခုတည်းလို့ ထင်နေတဲ့အထင်ကို ဖြိုဖျက်ပစ်နိုင်ပါတယ်လို့ ပြောတာ။

နောက် နံပါတ်(၂)က '**သမူဟဃန**'၊ ပေါင်းထားလို့ ရှိရင်လည်း တစ်ခုတည်းလို့ ထင်တယ်၊ ဥပမာ– အဆောက်အအုံကြီးမှာ ဆိုလို့ရှိရင် ဘာတွေ ပေါင်းထားတာတုံး၊ သဲတွေတို့ အုတ်တွေတို့ ကျောက်တွေတို့ အိမ်ဆောက်ပစ္စည်းတွေ အကုန်ပေါင်းထားတဲ့အခါကျတော့ ဟော အိမ်ဆိုရင် တစ်ခုတည်း ဒီလို ထင်တယ်၊ မဟုတ်ပါဘူး၊ အများကြီး ပေါင်းစပ်ထားတာနော်၊ အဲဒီလို ပေါင်းစပ်ထားတော့ကို မမြင်ဘဲနဲ့ တစ်ခုတည်းလို့ မြင်နေတယ်၊ ဒါ 'သမူဟဃန'လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒါကိုလည်း ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးတော့ မြင်တတ်သွားတယ်တဲ့၊ ဒါ ဥပမာတင်စားပြီးတော့ ပြောတာနော်။

နောက် နံပါတ် (၃)က '**သန္တတိဃန**'၊ ဖြစ်စဉ်ကြီးတစ်ခု

http://www.dhammadownload.com

ဆိုလို့ရှိရင်လည်းပဲ ဒီဖြစ်စဉ်ကြီးက ဥပမာ– ပူနေတဲ့ဖြစ်စဉ်ကြီး ဆိုလည်း တစ်ခါတည်း တိုက်ရိုက်ကြီး ပူနေတယ်လို့ ဒီလို ထင်တယ်၊ မဟုတ်ဘူး။ ပူတာကလည်းပဲ အပိုင်းလိုက် အပိုင်းလိုက်၊ အပြတ် အပြတ်၊ သူ့ moment နဲ့သူ၊ သူ့အချိန်ပိုင်း လေးနဲ့သူ ပူနေတာ၊ ပူလိုက် ပျောက်လိုက်၊ ပူလိုက် ပျောက်လိုက် ဖြစ်နေ တာကို မမြင်နိုင်ဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို ဒီပူတဲ့ ဖြစ်စဉ်ကြီး တစ်ခုက မရပ်ဘူး၊ ပုရွက်ဆိတ်တွေ တန်းပြီး သွားနေလို့ရှိရင် အရောင် အတူတူပဲဆို တစ်ခုတည်းလို့ ထင်တယ်၊ ဟော ကြိုးတန်း ကြီးလိုဟာမျိုး ထင်ရတတ်တယ်၊ အဲဒီလို ဖြစ်စဉ်ကြီးတစ်ခုကို တစ်ခုတည်းလို့ ထင်နေတာ၊ ဒါ 'သန္တတိဃန'လို့ ခေါ်တယ်။

နောက်ဆုံး နံပါတ်(၄)က **'အာရမ္မဏဃန'**၊ သဘာဝ တရားတွေဟာ အာရုံတစ်ခုတည်းပေါ်မှာ စူးစိုက်ပြီးတော့ နေကြ တယ်၊ ဆိုပါစို့၊ မျက်လုံးကနေပြီး အဆင်းအာရုံကို မြင်လို့ရှိရင် အဆင်းအာရုံကို အားလုံး စူးစိုက်ပြီးနေသည့်အတွက်ကြောင့် သူတို့ အာရုံဟာ တစ်ခုတည်း ဖြစ်နေတယ်၊ တစ်ခုတည်း ဖြစ်နေတဲ့ အတွက်ကြောင့် တစ်စိတ်လို့ ဒီလို ထင်နေကြတယ်တဲ့၊ တကယ် တော့ မဟုတ်ဘူး၊ စုပေါင်းပြီးတော့ အလုပ် လုပ်နေကြတာ၊ အဲဒါကို 'အာရမ္မဏဃန'လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီ ဃနတွေ ရှိနေလို့ရှိရင် ဘာဖြစ်လာတုန်းဆိုရင် ဃနကို မခွါနိုင်လို့ရှိရင် ထာဝရမြဲတယ်ဆိုတဲ့ အတွေးတွေ ဝင်လာတတ် တယ်၊ အတ္တဆိုတဲ့ အတွေးတွေ၊ ထာဝရမြဲတယ်ဆိုတဲ့အရာ ရှိတယ်ဆိုတဲ့ အတွေးတွေ ဝင်လာတယ်၊ ကြည့်လေ၊ လူတွေမှာ သူရယ် ငါရယ်ဆိုပြီးတော့ ဒီ ရုပ်နဲ့နာမ်ကို ခွဲခြမ်းပြီး မသိနိုင် သည့်အတွက်ကြောင့် နာမည်မှည့်ထားသည့်အတိုင်း ဒါက ဘယ်

http://www.dhammadownload.com

သူ၊ ဒါက ဘယ်ဝါနဲ့ဆိုပြီးတော့ အသေးစိတ် မမြင်နိုင်ကြတော့ဘူး။ အသေးစိတ် မမြင်နိုင်တော့ဘူး။ လူတစ်ဦးလို့ပဲ မြင်လိုက်တော့တာပဲ၊ ငါလို့ပဲ မြင်လိုက်တယ်၊ သူလို့ပဲ မြင်လိုက်တယ်၊ အဲဒီလို သဘာဝတရားတွေကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီး မမြင်နိုင်ဘူး။

ဃနသညာ တစ်ခုတည်းဆိုတဲ့ အထင်အမြင် ဝင်လာပြီဆိုလို့ရှိရင် အတ္တဆိုတဲ့ အယူအဆ အမှားကြီးကို ဖယ်ရှားပစ်လို့ မရဘူးတဲ့၊ အနတ္တ မြင်ဖို့ရာအတွက် ဃနကို ဖယ်ရှားပစ်ရမယ်၊ အဘိဓမ္မာကို သင်ယူခြင်းအားဖြင့် ဟောဒီ ဃနဆိုတဲ့ အတွေးမှားတွေကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်ပါတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ အဘိဓမ္မာဆိုတာ အသေးစိပ် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးတော့ ဟောတဲ့ ဒေသနာ ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် ဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့် အဋ္ဌကထာဆရာက ရှင်းထားတာ **ပဘေဒတော ဒေသနာ** ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးတော့ ဟောထားတဲ့ ဒီ အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာဟာ **ဃနဝိနိဗ္ဘောဂ** လုံးခဲနေတဲ့ အရာကြီး တစ်ခုကို ဖြိုခွဲပြီးတော့ ပစ်နိုင်ပါတယ်တဲ့၊ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ထိုးဖောက်ပြီးတော့ **ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာတဲ့ အသိဉာဏ်တစ်ခုကို ရရှိစေနိုင်တယ်၊** ဟောဒါ အဘိဓမ္မာသင်ခြင်းရဲ့ အကျိုးတစ်ခုပဲနော်၊

အနတ္တဆိုတဲ့ အမြင်

အဘိဓမ္မာကို သင်ခြင်းအားဖြင့် အတ္တမရှိဘူး။ အနတ္တဆိုတဲ့ အမြင်ဟာ ရှင်းလင်း ပြတ်သားစွာ မြင်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊ အနတ္တဆိုတဲ့အမြင် မမြင်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး အတ္တဆိုတဲ့ အယူအဆ မပျောက်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး သံသယတွေလည်း မပျောက်ဘူး၊ သံသယနဲ့ ဒီအယူမှား ရှိနေသေးသမျှ ကာလ

http://www.dhammadownload.com

ပတ်လုံး အပါယ်တံခါးဟာ ပွင့်လျက်ပဲ ရှိနေမယ်။

အပါယ်တံခါးဆိုတာ 'ဒိဋ္ဌိ'နဲ့ 'ဝိစိကိစ္ဆာ'ဆိုတဲ့ တရားနှစ်ခုကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်မှ ပိတ်တာနော်၊ ဒီ နှစ်ခုကို မိမိတို့ သန္တာန်ကနေ မဖယ်ရှားနိုင်သမျှ ကာလပတ်လုံး အပါယ်သွားဖို့ အကုသိုလ်တွေက အဆင်သင့် ဖြစ်နေသေးတယ်၊ အပါယ်ကို ပို့နိုင်တဲ့ အကုသိုလ်တွေ မိမိသန္တာန်မှာ ဖြစ်နိုင်တယ်။

ဒိဋ္ဌိ–ဝိစိကိစ္ဆာဆိုတာ အမြင်မှားတာနဲ့ သံသယဖြစ်တာ၊ ဒီ နှစ်ခုကို ဖယ်ရှားပစ်လိုက်လို့ရှိရင် ဖြစ်လာတဲ့ လောဘဟာ အပါယ် ပို့လောက်အောင် မပြင်းထန်တော့ဘူး။ ဖြစ်လာတဲ့ ဒေါသဟာလည်း အပါယ်ပို့လောက်အောင် energy မရှိတော့ဘူး။ ဒီလို ဆိုလိုတာနော်၊ သောတာပန် ဖြစ်သွားလို့ လောဘတော့ မကုန်သေးဘူး။ သို့သော် ဖြစ်လာတဲ့ လောဘက အပါယ်ချလောက်အောင် မပြင်းထန်တော့ဘူးလို့ ပြောတာ၊ level တွေ, degree တွေ လျှော့ကျသွားပြီလို့ ပြောတာ။

သောတာပန်ရဲ့ လောဘသည် ပုထုဇဉ်ရဲ့လောဘနဲ့ မတူဘူး။ သောတာပန်ရဲ့ လောဘသည် အပါယ်ပို့နိုင်လောက်အောင် energy မရှိတော့ဘူး၊ ပုထုဇဉ်ရဲ့ လောဘက အပါယ်ထိအောင် ပို့နိုင်သေးတဲ့ စွမ်းအားတွေ ရှိနေတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် ဒိဋ္ဌိနဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာဆိုတဲ့ အမြင်မှားမှုနဲ့ သံသယရှိနေလို့ပဲ ဖြစ်တယ်။

သဘာဝတွေကို ကောင်းကောင်းမြင်သွားပြီ၊ သံသယတွေ ကင်းသွားပြီ၊ သံသယကင်းသွားလို့ သဘာဝမြင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ သန္တာန်မှာဖြစ်တဲ့ လောဘ,ဒေါသဆိုတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေဟာ အပါယ်ကို ပို့လောက်တဲ့ စွမ်းအားတွေ မရှိကြတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် အပါယ်တံခါး ပိတ်တယ်လို့ ပြောတာ၊ ဒီလို မဟုတ်ဘဲနဲ့ လောဘ

http://www.dhammadownload.com

က ကြီးမြဲကြီး၊ ဒေါသက ကြီးမြဲကြီး၊ မောဟက ကြီးမြဲကြီးနေမယ်ဆိုလို့ရှိရင် အပါယ်တံခါးကတော့ ပွင့်လျက်ပဲ ရှိဦးမှာပဲ၊ အချိန်မရွေး အကြောင်းတိုက်ဆိုင်လာလို့ရှိရင် အပါယ်ကို ကျသွားနိုင်သေးတာပဲနော်။

နိဂုံးစကား

ဒါကြောင့် '**အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ**'ကို သင်ယူကြရမယ်၊ သင်ယူ ကြားနာရတယ်ဆိုတာ ပဋိသမ္ဘိဒါဉာဏ်ကို ရရှိစေနိုင်လို့ ဖြစ်တယ်၊ မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ အစိုင်အခဲအနေနဲ့ မြင်နေတဲ့ အယူအဆ အမှားတွေကို ဖယ်ရှားပစ်ပြီးတော့ အတ္တဆိုတဲ့ အတွေးတွေ၊ လွဲမှားနေတဲ့ အမြင်တွေကိုလည်း ဖယ်ရှား ပစ်နိုင်တယ်၊ အတ္တဆိုတာ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ မရှိဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ် အပြင်မှာလည်း မရှိဘူး၊ ဘယ်မှာမှ မရှိဘူး၊ အနတ္တလို့ဆိုတာကို အတ္တမဟုတ်ဘူးဆိုတာကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းနဲ့ သံသယ ကင်းပြီးတော့ မှန်ကန်တဲ့ အမြင်တစ်ခုကို ရရှိနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ်တို့သည် အဘိဓမ္မာမြတ်ဒေသနာကို သင်ယူ နာကြားခြင်းဖြင့် အမြင်မှန်ကို ရရှိခြင်း၊ သံသယတွေ ကင်းပျောက်ခြင်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်တံခါးဝသို့ ကိုယ်စီကိုယ်ငှ ရောက်ရှိနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

"သာဓု – သာဓု – သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

အခန်း(၁)

သမ္မုတိသစ္စာ နှင့် ပရမတ္ထသစ္စာ

သမ္မုတိသစ္စာ

အဘိဓမ္မာမှာ သမ္မုတိသစ္စာနှင့် ပရမတ္ထသစ္စာလို့ သစ္စာ ၂- မျိုး ရှိတယ်၊ လူတကာ အသိအမှတ်ပြုတာကို **သမ္မုတိ**လို့ ခေါ်တယ်၊ လောက လူသားတွေ အများစုက အသိအမှတ် ပြုထားတဲ့အရာ (general consensus) ဟာ မှန်ကန်တယ်၊ ဒါကြောင့် သစ္စာလို့ ခေါ်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့ မှန်ကန်တုံးဆိုရင် အများ သဘောတူထားတာ ဖြစ်လို့ မှန်ကန်တယ်လို့ပဲ ပြောရမယ်၊ သဘာဝအားဖြင့် မှန်ကန်လို့ မှန်ကန်တယ်လို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ အများ လက်ခံလို့ မှန်တယ်လို့ ပြောရတဲ့အမှန်၊ အဲဒါကို '**သမ္မုတိ သစ္စာ**'လို့ ခေါ်တယ်။

လောကမှာ နေ့စဉ် ခေါ်ဝေါ်ပြောဆိုနေကြတဲ့ စကားလုံး တွေ ရှိတယ်၊ အမည်ပေးထားတာတွေ များစွာရှိတယ်၊ လူတွေ နေတဲ့ အဆောက်အအုံကို ''အိမ်''လို့ အမည်ပေးပြီး၊ ရဟာန်း,

http://www.dhammadownload.com

သံဃာတွေ သီတင်းသုံးတဲ့ အဆောက်အအုံကျတော့ ''ကျောင်း'' လို့ အမည်ပေးထားတယ်၊ အများက ဒီအတိုင်းပဲ လက်ခံထား ကြတယ်၊ အများက အသိအမှတ် ပြုထားလို့ မှန်တယ်၊ လူတွေ နေတဲ့အိမ်ကို ကျောင်းလို့ ခေါ်လို့မရဘူး၊ ဘုန်းကြီးတွေနေတဲ့ အဆောက်အအုံကို အိမ်လို့ ခေါ်လို့ မရဘူး၊ အဲဒီလို ခေါ်ရင် မှားတယ်လို့ ပြောကြမှာပဲ။

သမ္မုတိသစ္စာဆိုတာ ပညတ်

လူသားတွေမှာလည်း ဒါက အမျိုးသား၊ ဒါက အမျိုးသမီး၊ ဘာသာစကားအားလျော်စွာ မြန်မာလူမျိုးတွေကလည်း မြန်မာ လူမျိုးတွေရဲ့ ဝေါဟာရနဲ့ အသိအမှတ် ပြုထားတယ်၊ တခြား ဘာသာစကားတွေကလည်း သူ့ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ အသိအမှတ် ပြုထားကြတယ်၊ အားလုံး အသိအမှတ် ပြုထားလို့ ပြောဆိုနေတဲ့ နေ့စဉ် သုံးစွဲနေတဲ့ စကားလုံးတွေဟာ ပညတ်တွေ၊ သမ္မုတိ သစ္စာတွေ။

မိမိအပေါ်မှာ ကျေးဇူးရှိပြီး ငယ်စဉ်တောင်ကျေး ကလေး ဘဝ မမွေးခင်ကာလကတည်းက ၉-လလွယ် ၁၀-လကျမှဖွား၊ ပြုစု စောင့်ရှောက်ထားတဲ့ အမျိုးသမီးကို 'အမေ'လို့ ခေါ်တယ်၊ ဒါအားလုံးက လက်ခံထားတဲ့ အချက်တွေပဲ။

လိုက်ပြီး ကြည့်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် နေ့စဉ် လူတွေ ဘာတွေနဲ့ နေတုန်းဆိုရင် ဒီပညတ်တွေနဲ့ပဲ နေရတယ်၊ ပညတ်မရှိလို့ ရှိရင် တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ဆက်သွယ် ပြောကြားဖို့ဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ လောကလူတွေ အသုံးပြုပြီး ခေါ်ဝေါ်နေတဲ့ အမည်ပညတ်အားလုံး ဟာ သမ္မုတိသစ္စာတွေပါပဲ၊ မှန်နေတယ်၊ ခေါ်တဲ့အတိုင်း ဟုတ်

http://www.dhammadownload.com

တယ်လို့ လက်ခံကြရတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုံး၊ အများလက်ခံထား လို့ပါပဲ၊ ဒါကို general consensus လို့ ခေါ်တယ်၊ အများက သဘောတူ လက်ခံထားတဲ့ အရာကို 'ပညတ်'လို့ ပြောတယ်။

အဲဒီ ပညတ်ဆိုတဲ့ သမ္မုတိသစ္စာကိုလည်းပဲ အဘိဓမ္မာ ၇–ကျမ်းမှာ မြတ်စွာဘုရား ထည့်သွင်းပြီးတော့ ဟောထားတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့ ဟောတုန်းဆိုရင် ပညတ်မပါဘဲနဲ့ စကားလုံးကို မဖြစ် ဘူးလေ၊ ဘယ်လိုမှ ပြောလို့ မရဘူး၊ အမည်နာမ စကားလုံး ဝေါဟာရတွေ မှန်သမျှဟာ ပညတ်တွေပဲ၊ အမည်ပညတ် တင် ပြီး ဟောမှ သဘာဝတရားကို ဆိုက်ထိပြီး သိရှိနိုင်တယ်၊ အဲဒီ အမည် ပညတ်တွေဟာလည်း တချို့က ပြောတဲ့အတိုင်း ဟုတ် တယ်၊ တချို့ ပြောတဲ့အတိုင်း မဟုတ်ဘူး၊ တကယ်ရှိတာကို ခေါ်တာရှိသလို တကယ်မရှိတာကိုလည်း ခေါ်တာတွေ ရှိသေး တယ်၊ ဘာပဲခေါ်ခေါ် အများက အသိအမှတ် ပြုထားလို့ရှိရင် မှန်တယ်လို့ သတ်မှတ်ရတယ်နော်၊ ဒါကြောင့်မို့–

"သင်္ကေတ ဝစနံ သစ္စံ, လောကသမ္မုတိ ကာရဏံ"၊

"**သင်္ကေတ ဝစနံ**– လူတွေ သင်္ကေတလုပ်ထားတဲ့၊ အမှတ်ပြုထားတဲ့ စကားလုံးမှန်သမျှဟာ၊ **သစ္စံ**– မှန်တယ်တဲ့၊ **လောကသမ္မုတိ ကာရဏံ**– လောကလူတွေအားလုံးက နေပြီး တော့ အသိအမှတ် ပြုထားလို့တဲ့၊" အဲဒီတော့ လူတွေ အသိ အမှတ်ပြုထားလို့ မှန်တယ်ဆိုတာ တကယ့်အမှန်တော့ ဟုတ် နိုင်ပါ့မလား၊ အားလုံးက နေပြီးတော့ အသိအမှတ် ပြုထားလို့ မှန်တဲ့ အမှန်လို့၊ ဒီလို ပြောရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက အဘိဓမ္မာတရားကို ဟောတဲ့အခါမှာ တရား ဘယ်နှစ်မျိုး ထည့်သွင်းဟောသလဲ၊ (သို့မဟုတ်) အဘိဓမ္မာမှာ ဟောတဲ့ ဓမ္မ ဘယ်နှစ်မျိုး ရှိသလဲလို့ အကျဉ်းအားဖြင့် ပြောမယ် ဆိုရင် **ပညတ်နဲ့ ပရမတ်**လို့ ပြောရမယ်၊ **ပညတ်**ဆိုတဲ့ စကားလုံး က ပါဠိလို ပညတ္တိဆိုတဲ့ စကားက လာတယ်၊ **ပရမတ်**ဆိုတာ **ပရမတ္ထ**ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားလုံးက လာတယ်၊ မြန်မာလို မပြန်ဘဲနဲ့ ပညတ္တိကို ပညတ်လို့ မြန်မာတွေက ခေါ်လိုက်တယ်၊ ပရမတ္ထကို လည်း ပရမတ်လို့ ခေါ်လိုက်တယ်၊ ပါဠိစကားကိုပဲ မြန်မာဝေါဟာရ အဖြစ် အသုံးပြုလိုက်တာလို့ ဒီလိုပြောတယ်၊ အဲဒီတော့ အဘိ ဓမ္မာ ၇–ကျမ်းမှာ ဟောတဲ့တရားက ဘာတွေတုန်း၊ အကျဉ်းချုပ် ပြောစမ်းပါဆိုရင် ပညတ်နဲ့ ပရမတ်ကို အဘိဓမ္မာမှာ ဟောတယ်လို့ ဒီလို ပြောရမယ်၊ အဘိဓမ္မတ္ထလို့ခေါ်တဲ့ အဘိဓမ္မာ ၇–ကျမ်းမှာ ဟောထားတဲ့ အဓိကတရားက ၂–မျိုး ရှိတယ်၊ ဘာတွေလဲဆိုရင် 'ပညတ်'နဲ့ 'ပရမတ်'တဲ့။

အဲဒီတော့ ပညတ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းကိုပြောရရင် သမ္မုတိ သစ္စာလို့ သတ်မှတ်ရတဲ့ ပညတ်၊ အဲဒီ ပညတ်ဟာ အခြေခံ အားဖြင့် ၂–မျိုးရှိပြန်တယ်၊ သဒ္ဒပညတ်နဲ့ အတ္ထပညတ်လို့ အခြေခံ အားဖြင့် ၂–မျိုး အရင်မှတ်ရမယ်။

သဒ္ဒပညတ်

သဒ္ဒပညတ်ဆိုတာ လူတွေပြောတဲ့ စကားအသံတွေကို သင်္ကေတလုပ်ထားတာ၊ သဒ္ဒပညတ် လို့ ခေါ်တယ်၊ အသံတွေကို စာလုံးနဲ့ မှတ်တမ်းတင်တယ်ပေါ့၊ အသံဆိုတာ မြင်ရရဲ့လား၊

http://www.dhammadownload.com

မမြင်ရဘူး၊ သို့သော် စာလုံးနဲ့ မှတ်တမ်း တင်လိုက်ရင် ဒီအသံမျိုး ထပ်မရနိုင်ဘူးလား၊ ရနိုင်တယ် မြန်မာလူမျိုးတွေက ကကြီး၊ ခခွေးနဲ့ ဗျည်း–၃၃လုံး အသံတွေ ဖလှယ်ပြီးတော့ မှတ်တမ်း တင်ထားကြတာ၊ အဲဒီ စကားလုံးအသံကို ဘယ်သူ ရွတ်ရွတ်၊ ဒီအသံပဲ ထွက်တယ်၊ စကားလုံးတွေ, ဝေါဟာရတွေနဲ့ အသံကို မှတ်တမ်းတင်ထားတယ်လို့ ခေါ်တာ၊ အဲဒါတွေကို သဒ္ဒပညတ်လို့ ခေါ်တယ်။

အင်္ဂလိပ်လူမျိုးတွေအတွက်လည်း အင်္ဂလိပ်ဝေါဟာရတွေ အင်္ဂလိပ် စကားလုံးတွေဟာ ပညတ်ပါပဲ၊ ဒါတွေဟာ အမှန်တရား တွေ မဟုတ်ဘူးနော်၊ စာလုံးလေးတွေကို အမှတ်သင်္ကေတ ပြုပြီး ရေးထားတာ၊ ဒါကြောင့် ပုံစံအမျိုးမျိုးနဲ့ ရေးတယ်လေ၊ မြန်မာတွေ ရေးတဲ့ 'က'နဲ့ အင်္ဂလိပ်တွေ ရေးတဲ့ 'က' တူရဲ့လား၊ မြန်မာ ရေးတာတစ်မျိုး၊ အင်္ဂလိပ် ရေးတာတစ်မျိုး၊ သို့သော် ဖတ်လိုက်ပြီ ဆိုရင်တော့ အသံတူ မထွက်ဘူးလား၊ ထွက်တယ်၊ ဥပမာ– ကိုကိုဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ကြည့်ပေ့ါ၊ မြန်မာလို ရေးလို့ရှိရင် ''ကကြီး တချောင်းငင်၊ လုံးကြီးတင်နဲ့'' ရေးမယ်၊ အင်္ဂလိပ်လို ရေးလို့ရှိရင် 'Ko'နဲ့ ရေးမယ်၊ 'Ko'နဲ့ ရေးရေး၊ ကကြီး တစ်ချောင်းငင် လုံးကြီးတင်နဲ့ ရေးရေး၊ ဖတ်ရင် 'ကိုကို'ဆိုတဲ့ အသံပဲထွက်မှာပဲ၊ ဒါကြောင့် အသံကို မှတ်တမ်းတင်ထားတာ သဒ္ဒပညတ်လို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒီ သဒ္ဒပညတ်ကို ဘာကြောင့် ပညတ်လို့ ခေါ်သလဲ၊ ပညတ္တိဆိုတဲ့ စကားလုံးက သိစေတယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ သိစေတယ်၊ သိစေတတ်သောကြောင့် ပညတ်လို့ ခေါ်တယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ဘာကို သိစေတာတုန်းလို့ ဆိုလို့ရှိရင် ဥပမာ– ခုနကပြောတဲ့ 'ကိုကို'ဆိုတဲ့ စကားလုံးတစ်ခုကို ကြည့်လိုက်လို့ ရှိရင် အဲဒီ 'ကိုကို'ဆိုတဲ့ အမည်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဒီစကားလုံးက ဖော်မပြဘူးလား။ ဖော်ပြတယ်။

နောက်တစ်ခါ 'စားပွဲ'လို့ ဆိုပါစို့၊ စားပွဲလို့ဆိုတဲ့ အသံကို ကြည့်လိုက်ရင် အဲဒီအသံက ဘာကို ဖော်ပြနေတုန်းဆိုတော့ လူတွေ အသုံးပြုနေတဲ့ စာရေးစားပွဲပဲ ဖြစ်စေ၊ ထမင်းစားစားပွဲပဲဖြစ်စေ အဲဒီစားပွဲဆိုတဲ့ ပုံသဏ္ဌာန်ကို ဖော်ပြမနေဘူးလား။ အရာဝတ္ထု (substance)ကို ဖော်ပြနေတယ်၊ ဒါကြောင့် ပညတ်လို့ ခေါ်တာ။

"ပညာပေတီတိ ပညတ္တိ"၊ **ပညာပေတီတိ**–အကောင်အထည်ကို ဖော်ပြပြီးတော့ သိစေတတ်သောကြောင့်၊ **ပညတ္တိ**– ပညတ်မည်၏တဲ့၊ သဒ္ဒပညတ်ဆိုတာ အထည်ဝတ္ထုဒြပ်ကို သိစေတယ်၊ ကြည့်လေ၊ လူတွေလည်း နာမည်အသီးသီးတွေ မှည့်ပြီးတော့ထားကြရတယ်၊ ကိုယ့်နာမည်ခေါ်ရင် သိတယ်၊ နာမည်ပြောလိုက်လို့ရှိရင် သိသွားတယ်၊ ဘာကို သိတာတုန်းဆိုရင် လူ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဒြပ်ကြီးတွေကို မသိရဘူးလား။

အိမ်လို့ ပြောလိုက်တာနဲ့ လူတွေနေတဲ့ အဆောက်အအုံဆိုတာ မြင်ရတယ်၊ ကျောင်းလို့ ပြောလိုက်တာနဲ့ ဘုန်းကြီးတွေနေတဲ့ အဆောက်အအုံ၊ ပန်းလို့ဆိုတာနဲ့ အရောင်မျိုးစုံရှိပြီး သစ်ပင်က ပွင့်တဲ့အရာဆိုတာ မြင်ရတယ်၊ ဒီဝေါဟာရလေးတွေ၊ စကားလုံးလေးတွေက ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ ဒြပ်ကို ဖော်ပြနေကြတယ်၊ သိအောင် လုပ်ကြတယ်၊ ဒါကြောင့် ပညတ္တိ– ပညတ်လို့

http://www.dhammadownload.com

ခေါ်တယ်၊ ဒါက 'သဒ္ဒပညတ်'၊ လူတွေရဲ့ အသံကို မှတ်တမ်းတင်ထားတဲ့ သဒ္ဒပညတ်တဲ့။

အတ္ထပညတ်

နောက်တစ်ခုက အတ္ထပညတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အတ္ထပညတ်ဆိုတာ အထည့်ကိုယ့်ဒြပ်ရှိတဲ့ အရာကို ဆိုလိုတယ်၊ သူကလည်း ပညတ်ပဲ၊ ခုနက 'စားပွဲဆိုတဲ့ စကားလုံး'နဲ့ အဲဒီ စကားလုံးက ဖော်ပြနေတဲ့ အရာဝတ္ထုဆိုတဲ့ လူတွေ မြင်နေရတဲ့ ခြေထောက် ၄–ချောင်း(သို့) ခြေထောက် ၃–ချောင်း ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ရှိတဲ့ စားပွဲဆိုပြီး ၂–ခု ရှိတယ်နော်၊ စားပွဲဆိုတဲ့ စကားလုံးကို 'သဒ္ဒပညတ်'လို့ ခေါ်တယ်၊ ထိုစကားလုံးက ဖော်ပြနေတဲ့ အရာဝတ္ထုကျတော့ 'အတ္ထပညတ်'လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ အတ္ထပညတ်ကို ဘာကြောင့် ပညတ်လို့ ခေါ်တုန်းဆိုရင် "**ပညာပီယတီတိ ပညတ္တိ**"တဲ့။

ပညာပီယတီတိ– စကားလုံးဖြင့် ဖော်ပြခံရပြီး သိအပ်သောကြောင့်၊ **ပညတ္တိ**– ပညတ်မည်၏၊ လူကို သိရတဲ့အခါလည်း စကားလုံးနဲ့ပဲ သိရတာ၊ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက်ပြောလည်း စကားလုံးနဲ့ပဲ သိရတာပဲ၊ စကားလုံးနဲ့ အဖော်ပြခံရသောကြောင့် 'အတ္ထပညတ်'တဲ့၊ ဒါကို အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်းမှာ ဖော်ပြထားတယ်နော်။

"**ပညာပေတီတိ ပညတ္တိ**" သိအောင် လုပ်ပေးသောကြောင့်လည်း ပညတ်၊ ဒါက စကားလုံးတွေ ဝေါဟာရတွေ အမည်နာမတွေ၊ ဒါတွေကို သဒ္ဒပညတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ ထို စကားလုံးတွေ အမည်နာမတွေ ဝေါဟာရတွေကနေ ဖော်ပြတဲ့ အရာဝတ္ထုကျတော့ အတ္ထပညတ်တဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့ အတ္ထပညတ်လို့

http://www.dhammadownload.com

ခေါ်တုန်းဆိုရင် အမည်တွေ ဝေါဟာရတွေ စကားလုံးတွေဖြင့် သိအပ်သောကြောင့်, သိရသောကြောင့် ပညတ်မည်၏တဲ့။

အဲဒီတော့ ပညတ်ဆိုတာ သဒ္ဒပညတ်နဲ့ အတ္ထပညတ် ဒီလို ပညတ် ၂–မျိုးရှိတယ်၊ အဲဒီ ပညတ် ၂–မျိုးကို တစ်ခါထပ်ပြီး ခွဲလိုက်တယ်။ တကယ် ထင်ရှားရှိတာရော မရှိတာကိုရော ခေါ်ဝေါ် ပြောဆိုလို့ ရကြပြန်တယ်၊ တကယ် မရှိတာကိုရော ခေါ်လို့ မရဘူးလား၊ ရတယ်နော်၊ မရှိတာ တစ်ခုပြောပြမယ်။

မရှိပညတ်

လောကမှာ မရှိဘူးလို့ သတ်မှတ်ထားတာ၊ ''ယုန်မှာ ချို မရှိဘူး''လို့ ပြောကြတယ်၊ ခု မော်ဒန်ယုန်ကျတော့ မပြော တတ်ဘူး။ ချိုပေါက်ချင် ပေါက်နေမှာနော်၊ အဲဒီတော့ ယုန်ချိုဆိုတဲ့ စကားလုံးကိုကြည့်ရင် ယုန်မှာ ချိုမရှိသော်လည်း စကားလုံး အနေနဲ့တော့ ယုန်ချိုလို့ ပြောလို့ မရဘူးလား၊ ရတယ်၊ သို့သော် ယုန်ချိုလို့ ပြောတဲ့အတိုင်း တကယ် ချိုကို ရှာတွေ့နိုင်ပါ့မလား၊ မတွေ့နိုင်ဘူး။ အဲဒီလို မရှိတာဟာ ပင်ကိုယ်က မရှိတာ၊ သဘာဝ အားဖြင့် မရှိတာ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အဲဒီလို မရှိတာကို အစွဲပြုပြီးတော့ 'မရှိတဲ့ ပညတ်'၊ တကယ် မရှိတာကို အရှိလုပ်ပြီး လူတွေက ပြောလေ့ရှိတဲ့ ပညတ်ကို **အဝိဇ္ဇမာန ပညတ်**လို့ ခေါ်တယ်။

ရှိပညတ်

တချို့ကျတော့ သဘာဝအားဖြင့် တကယ်ကို ရှိတယ်၊ ဥပမာ– အာရုံကို သိတတ်တဲ့သဘောကို စိတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ လူတိုင်း လူတိုင်းမှာ စိတ်ရှိတယ်၊ မတွေ့နိုင်ဘူးလား၊ တွေ့နိုင် တယ်၊ စိတ်ဆိုတဲ့ အာရုံကို သိတတ်တဲ့သဘော၊ လူတိုင်း လူတိုင်း

http://www.dhammadownload.com

မှာ မရှိဘူးလား၊ အဲဒီအရှိကို အစွဲပြုပြီးတော့ ခေါ်ဝေါ်ပညတ်တဲ့ စိတ်ဆိုတဲ့ ဝေါဟာရလေးကျတော့ **ဝိဇ္ဇမာနပညတ်**လို့ ခေါ်တယ်။

နောက်ဥပမာ 'နိဗ္ဗာန်'၊ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာလည်း ဘုရား အဆူဆူဟာ နိဗ္ဗာန်ကို ဝင်စံတော်မူကြတယ်၊ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ် တွေလည်း ကိလေသာအာသဝေါ ကုန်သွားတဲ့အခါ နိဗ္ဗာန်ကို ဝင်စံတော်မူကြတယ်၊ လူတိုင်း လူတိုင်းဟာလည်း ဒီကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မျက်မှောက်ပြုရပါလို၏လို့ ဆိုပြီး နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်ဆုတောင်းနေကြတယ်၊ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်ဟာ တကယ် ရှိသလားလို့ဆိုတော့ အငြိမ်းဓာတ်အနေနဲ့ တကယ်ရှိတာ ဖြစ်သောကြောင့် နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ စကားလုံးသည် **ဝိဇ္ဇမာနပညတ်**၊ ပညတ်တော့ ပညတ်ပဲ၊ သူက အရှိကို ခေါ်ထားတဲ့ ပညတ်လို့ ဒီလို ပြောတယ်၊ အဲဒါကို **ဝိဇ္ဇမာန ပညတ်**။

ဝိဇ္ဇမာန-ရှိတာကို ခေါ်ဝေါ်တယ်၊ **အဝိဇ္ဇမာန**- မရှိတာကို ခေါ်ထားတာ၊ ဒီနှစ်မျိုးကို ထပ်ပေါင်းပြီး ခွဲသေးတယ်၊ ပညတ်တွေကတော့ အမျိုးစုံပဲ၊ ပညတ်ဆိုတာ အထင်တွေ အမြင်တွေကို စွဲပြီးတော့ ခေါ်တာ၊ တစ်ခါ တစ်ရံကျတော့ ခေါ်ချင်သလို ခေါ်တာ။

လူဆိုတာ ဥပမာ အသားဖြူတဲ့ လူကိုလည်း 'မောင်နက်'လို့ ခေါ်ချင် ခေါ်မယ်၊ 'မောင်ညို'လို့ ခေါ်ချင်ခေါ်မယ်၊ အသားမည်းတဲ့ လူကိုလည်း 'မောင်ဖြူ'လို့ ခေါ်ချင်ခေါ်မယ်၊ ကိုက်ရဲ့လား၊ မကိုက်တာတွေလည်း အများကြီးပဲ၊ ခေါ်ချင်ရာ တစ်ခုခုကို စွဲပြီးတော့ ခေါ်လိုက်တာ၊ 'မချော'လို့ ဆိုပေမယ့် ချောချင်မှ

http://www.dhammadownload.com

ချောမှာနော်၊ 'မရုပ်ဆိုး'ဆိုတာက ချောချင်လည်း ချောနေမှာပဲ၊ မဟုတ်တာကို စွဲပြီးတော့ လူ့လောကမှာ ခေါ်ချင်သလို ခေါ်ကြတဲ့ အဲဒီလို အခေါ်အဝေါ်တွေ အားလုံးဟာလည်းပဲ ပညတ်တွေချည်းပဲလို့ ဒီလိုပြောတာ၊ ဒါတွေဟာ မမှန်ဘူးလားလို့ဆိုတော့ သမ္မုတိသစ္စာအနေနဲ့တော့ မှန်တယ်၊ ဘာကြောင့် မှန်တာတုန်း၊ အားလုံးက သဘောတူထားလို့ မှန်တာတဲ့။

မြန်မာစကားထဲမှာ ရှိတယ် မဟုတ်ဘူးလား၊ "လူညီရင် ဤကို ကျွဲဖတ်"ဆိုတာ လူညီလို့ မှန်နေကြတဲ့ အမှန်တွေလို့ ပြောတာ၊ အဲဒါဟာ သမ္မုတိသစ္စာတွေချည်းပဲ၊ ပညတ်တွေချည်းပဲ၊ မမှန်တာကို စွဲပြောတာလည်း ရှိတယ်၊ မှန်တာကို စွဲပြောတာရှိတယ်၊ ဟုတ်တာကို စွဲပြောတာရှိတယ်၊ မဟုတ်တာကို စွဲပြောတာရှိတယ်၊ တကယ်ရှိတာကို စွဲပြောတာ ရှိတယ်၊ မရှိတာကို စွဲပြောတာ ရှိတယ်၊ ဘာပဲပြောပြော လူတွေက အသိအမှတ် ပြုလိုက်လို့ရှိရင် ဒါ သမ္မုတိသစ္စာ ဖြစ်သွားရော၊ ဒီလို ပညတ်က သမ္မုတိသစ္စာ ဖြစ်တယ်၊ အဲဒီ သမ္မုတိသစ္စာဟာ ထာဝရ မှန်နေတာ မဟုတ်သည့်အတွက်ကြောင့် ပြောင်းလို့ရတယ်၊ ကြည့်လေ- သတင်းစာထဲ နာမည်ပြောင်းတာတွေ မတွေ့ဘူးလား၊ သမ္မုတိ သစ္စာဆိုတာ ပြောင်းလို့ရတယ်တဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ just label ဖြစ်လို့ပဲ၊ အမည်ခေါ်စရာလေး တစ်ခုခု သတ်မှတ် ပေးလိုက်တာပဲ၊ ဒါကြောင့် အခေါ်အဝေါ် မှန်သမျှတွေဟာ ပညတ်တွေလို့ ဒီလို မှတ်ရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

ပညတ်ရဲ့သဘာဝ

ဒါဖြင့် ဒီပညတ်ကလည်း အလွန် အရေးကြီးတယ်၊ လောက သတ်မှတ်ထားတဲ့အတိုင်း အားလုံး လေးစားကြရမယ်၊ လိုက်နာကြရမယ်၊ အများသတ်မှတ်ထားတဲ့အတိုင်း ခေါ်ထားတဲ့အတိုင်း အားလုံးလေးစားကြရတယ်၊ ဒါ ပညတ်ရဲ့သဘာဝ၊ အဝတ်အစား တွေပဲကြည့်၊ ဒါက ပုဆိုးလို့ သတ်မှတ်ထားလို့ရှိရင် အမျိုးသမီးတွေ ဝတ်ရဲ့လား၊ သက်န်းလို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့ အဝတ်ကို လူတွေ ဝတ်ရဲ့လား၊ မဝတ်ဘူး၊ တကယ်တော့ အဝတ်ဟာ အဝတ်ပဲ၊ သို့သော်လည်း သမ္မုတိသစ္စာအားဖြင့် အများက ဒီလို သတ်မှတ် ထားသည့်အတွက်ကြောင့် မှန်နေတယ်။

ဒီ သမ္မုတိသစ္စာရဲ့ သဘောကို နားမလည်သည့်အတွက် တချို့ နိုင်ငံခြားသားတွေက မေးကြတာ ရှိတယ်၊ "ဟော့ ရွှေတိဂုံဘုရားကြီးက အုတ်ပုံကြီးပဲ၊ မြန်မာပြည်ကလူတွေ အုတ်ပုံကြီး ရှိခိုးနေကြတာလား"လို့ ဒီလို မေးတယ်၊ ဒါ သမ္မုတိသစ္စာ နားမလည်လို့ ပြောတာနော်၊ ရွှေတိဂုံဘုရားဟာ အုတ်ပုံမှ မဟုတ်တော့ပဲ၊ ဘုရားဖြစ်နေပြီလေ၊ အားလုံးက အုတ်လို့ ဘယ်သူ ပြောသေးလဲ၊ သမ္မုတိသစ္စာဆိုတာ အားလုံးက အတည်ပြုပြီး သတ်မှတ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် သူက အတည်ဖြစ်သွားတာ၊ သူတို့လည်း ရှိတာပဲလေ၊ ရုပ်ပုံကြီးတွေ ကိုးကွယ်တာ၊ သို့သော် အုတ်ရှိခိုးတယ်လို့ သူတို့က အပေါ်ယံ ပြောချင်တာ၊ ဒါ အုတ်လား ဆိုတော့ ဘယ်အုတ် ဟုတ်မလဲ၊ ဟို အုတ်ပုံနဲ့ ရွှေတိဂုံဘုရားက ဘယ်တူတော့မလဲ၊ ဘုရားလို့ သတ်မှတ်လိုက် ကတည်းက ဘယ်တူတော့မလဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဥပမာ– မန္တလေးကျောက်ဆစ်တန်း သွားကြည့်၊ ကျောက်တုံးကြီးတွေ ထုကြတယ်၊ ဆင်ရုပ်ထုတာလည်း ရှိတယ်၊ ခြင်္သေ့ရုပ်ထုတာလည်း ရှိတယ်၊ ဘုရားရုပ်တုတော် ထုတာလည်း ရှိတယ်၊ ဘုရားရုပ်တုတော် ထုလိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် ရှိသေလေးစားဖို့တာဝန်ရှိသွားပြီ၊ 'ဘုရား'လို့ 'ဘုရားဆင်းတု'လို့ ခေါ်ကြတယ်၊ ဘယ်သူကမှ ခြင်္သေ့ရုပ်တို့၊ ဆင်ရုပ်တို့ မခေါ်ဘူး၊ ရုပ်ပုံလေးပေါ်လာတာနဲ့၊ တပြိုင်နက် ဒါ ဘုရားပဲ၊ မရှိမသေ မလေးစားလုပ်ရင် အပြစ်ရှိတယ်၊ ဘုရားထုတဲ့ လူတွေကတော့ ထင်ကြတယ်၊ အနေကဇာ မတင်သေးရင် ဘုရား မဖြစ်သေးဘူးလို့၊ မဆိုင်ဘူး၊ ဘုရားလို့ သတ်မှတ်လိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် အများက အသိအမှတ်ပြုထားသည့်အတွက်ကြောင့် ဒါ ဘုရားပဲ။

သမ္မုတိသစ္စာကို လေးစားကြ

တစ်ခုခု သတ်မှတ်ပြီးတော့ ပစ္စည်းတစ်ခုခု ထုတ်လိုက်တယ်၊ တစ်ခုခုသတ်မှတ်ပြီး ပစ္စည်းကို ထုတ်လိုက်တယ် ဆိုပါစို့၊ ကြွေထည်ပစ္စည်းတွေ လုပ်တဲ့နေရာမှာ ထမင်းထည့်ဖို့ ချိုင့်ရယ်၊ နောက်ဖေးသုံးဖို့ အိုးရယ် နှစ်ခုစလုံး အသစ်တွေချည်းပဲ၊ တစ်ခုကိုတော့ နောက်ဖေးအိုးလို့ ခေါ်လိုက်တယ်၊ တစ်ခုက ထမင်းချိုင့်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီနှစ်ခု အပြောင်းအလဲ လုပ်လို့ရမလား၊ မရဘူး။

အမည်ပညတ် တင်လိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် နောက်ဖေးအိုးအဖြစ် အသုံးပြုမယ့်ဟာကို အစာအာဟာရထည့်လို့ မဖြစ်တော့ဘူး၊ ဘယ်သူမှလည်း မထည့်ဘူး၊ ပင်ကိုယ်စိတ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်သူမှ မသုံးဘူး၊ မသိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ သုံးကောင်း သုံးမိလိမ့်မယ်၊ သူဟာနဲ့သူ သတ်မှတ်ထား လိုက်တာ၊ ဖြစ်တဲ့အချိန်ကနေစပြီးတော့ ဒီအရာဝတ္ထုဟာ အတည် ဖြစ်သွားတာပဲ၊ ထို့အတူပဲ၊ အုတ်တွေကို ဆင့်ဆင့်ပြီးတော့ စေတီ တည်လိုက်တာနဲ့ စေတီလို့ အားလုံးက အသိအမှတ် ပြုပြီးပြီလေ၊ ပြုပြီးသွားတာနဲ့ မရှိမသေလုပ်ရင် အပြစ် ဖြစ်တော့တာပဲ။

ဒါကြောင့် သမ္မုတိသစ္စာဆိုတာ အင်မတန်မှ ကြီးမားတယ်နော်၊ လောကလူတွေဟာ သမ္မုတိသစ္စာနဲ့ပဲ အားလုံး နေ့,နေကြရတယ်၊ သမ္မုတိသစ္စာကို ရိုသေ လေးစားပြီး သမ္မုတိသစ္စာအတိုင်း သတ်မှတ်ပြီးတော့ နေကြရတယ်၊ သမ္မုတိသစ္စာကို ဖောက်ဖျက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ စိတ်မမှန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်၊ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင် သမ္မုတိသစ္စာကို အခြေခံထားပြီးတော့ ဟောတဲ့ သုတ္တန်တရားတွေ ရှိတယ်၊ မင်္ဂလသုတ္တန်မှာ ကြည့်၊ "**အသေဝနာ စ ဗာလာနံ၊ ပဏ္ဍိတာနဉ္စ သေဝနာ**" လူမိုက်တွေ မပေါင်းနဲ့တဲ့၊ ပညာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ပေါင်းလို့ ဆိုတော့ လူမိုက်ရယ်၊ ပညာရှိရယ်လို့ ဒါ သမ္မုတိသစ္စာပိုင်းက ခွဲပြောလိုက်တာလေ၊ အဲဒီလိုမှ မခွဲလို့ရှိရင် လူမိုက်မှာလည်း ရုပ်နဲ့နာမ်ပဲ ရှိတာပဲ၊ ပညာရှိမှာလည်း ရုပ်နဲ့နာမ်ပဲ ရှိတာပဲလို့၊ ဒီလို သွားပြောလို့ ရမလား၊ မရဘူး၊ လူမိုက်နဲ့ ပညာရှိ မတူတဲ့အချက်တွေ အများကြီး ရှိတယ်၊ သို့သော် လူ အတူတူပဲလို့ ဆိုပြီးတော့ လုပ်လို့ မရဘူးနော်။

သူ့နေရာနဲ့ သူမှန်တယ်

ပရမတ်နဲ့ ပညတ် အငြင်းအခုန်တွေ အရင်တုန်းက မြန်မာ

http://www.dhammadownload.com

ပြည်မှာ တော်တော်လေး ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်၊ သူ့နေရာနဲ့သူ မှန်တယ်လို့ ဒီလို မှတ်ရမယ်၊ ငြင်းစရာ မလိုဘူးနော်၊ သမ္မုတိသစ္စာကလည်း သမ္မုတိသစ္စာပိုင်းမှာ မှန်တယ်၊ သမ္မုတိသစ္စာအတိုင်း လိုက်နာရမယ်၊ သမ္မုတိသစ္စာအတိုင်း မလိုက်နာလို့ရှိရင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် စိတ်မမှန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားမယ်၊ အဲဒီတော့ သမ္မုတိသစ္စာကို အသုံးပြုပြီးတော့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက လူတွေရဲ့ ကျင့်ဝတ်တွေကို ချမှတ်တော်မူခဲ့တယ်၊ ဘာလုပ်သင့်တယ်၊ ဘာမလုပ်သင့်ဘူးဆိုတာ။

ကြည့်လေ၊ လူတွေမှာ အဆင့်ဆင့် မင်းက အဖေ၊ မင်းက သား၊ သမီး၊ မင်းက အမေဆိုပြီး လူတွေမှာ Hierarchy (အနိမ့်အမြင့် အဆင့်ခွဲသည့်စနစ်) အဆင့်ဆင့် ခွဲထားခဲ့တယ်၊ သားသမီးလုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က အမေ, အဖေဆိုပြီးတော့ လေးစားရမယ်၊ ဆောင် ရွက်ရမယ့် ဝတ္တရားတွေ ဆောင်ရွက်ပေးရမယ်၊ စော်ကားလို့ မရဘူး၊ အမေကလည်း အမျိုးသမီးပဲ၊ အဖေကလည်း အမျိုးသား ပဲ၊ ဒီပြင် လူတွေကလည်း အမျိုးသားပဲ၊ ဒီပြင်လူတွေကလည်း အမျိုးသမီးတွေပဲလို့ ဒီလိုပြောလို့ ရပါ့မလား၊ မရဘူး၊ သူ့အဖို့မှာ လေးစားရမယ့် အမေ,အဖေဆိုတာ ဖြစ်သွားတယ်၊ ညီအစ်ကို မောင်နှမဆိုလည်း ညီအစ်ကို မောင်နှမလို့ ဒီလို သတ်မှတ်ထားတဲ့ သမ္မုတိသစ္စာအတိုင်း အမှန်အကန်ပဲ ဖြစ်တယ်၊ လူချင်း အတူတူ ပါပဲလို့ လုပ်လို့ မရဘူး။

ဒီလိုပါပဲ၊ သောက်ရေအိုးထဲက ရေနဲ့ အိမ်သာထဲက ရေ တူတူထားလို့ ရလား၊ ရေချင်း တူတူပါပဲ၊ သို့သော်လည်း

http://www.dhammadownload.com

နေရာတို့, အသုံးတို့ကျတော့ ကွာသွားတယ်၊ ကွာသွားသည့် အတွက်ကြောင့် လူတွေရဲ့စိတ်ထဲမှာလည်း ခွဲခြားမှု ဖြစ်သွားတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ သမ္မုတိသစ္စာကို ဖောက်ဖျက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လောက မှာ ရှုးသွပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ ဖြစ်မယ်တဲ့နော်။

မြတ်စွာဘုရားက သမ္မုတိသစ္စာကို အသုံးပြုပြီးတော့ ရှောင်ရမယ့် တရားတွေ၊ ဆောင်ရမယ့် တရားတွေ၊ သိင်္ဂါလောဝါဒ သုတ်မှာ မိဘကျင့်ဝတ်တွေ၊ သားသမီးကျင့်ဝတ်တွေ၊ အလုပ်ရှင်ရဲ့ ကျင့်ဝတ်တွေ၊ အလုပ်သမားတွေရဲ့ ကျင့်ဝတ်တွေ ဆိုပြီးတော့ စည်းကမ်းတွေ အမျိုးမျိုး ဟောခဲ့တယ်၊ လောက ကြီးပွားရေးတွေ, သံသရာ ကြီးပွားရေးတွေကို ဟောခဲ့တယ်၊ သမ္မုတိသစ္စာပိုင်းက ဟောတာပါတဲ့၊ ဒါကြောင့်မို့ သမ္မုတိသစ္စာဟာ လောကကြီး တစ်ခုလုံးကို စည်းကမ်းကလနားရှိရှိနဲ့ ကြီးပွားတိုးတက်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်တာ ဖြစ်သောကြောင့် သမ္မုတိသစ္စာဟာ ပယ်ရမယ့် အရာ မဟုတ်ဘူး၊ သူ့နေရာနဲ့သူ လေးစား လိုက်နာရမယ်လို့ ဒီလို ပြောတာနော်။

ပညတ်ရဲ့ သဘောလက္ခဏာ

အဲဒီတော့ ပညတ်တွေ မှန်သမျှဟာ သမ္မုတိသစ္စာလို့ဆို တော့ ပညတ်ရဲ့အသွင်အပြင် သဏ္ဌာန်လေးကို ကြည့်ရအောင်၊ ဘာကြောင့် ပညတ်လို့ ခေါ်ရသလဲ၊ ဘယ်လို သဘာဝတရားကို ပညတ်လို့ ခေါ်သလဲဆိုတာကို ကြည့်ရမယ်၊ ခုနက ပြောခဲ့ပြီ၊ လူတွေ နေ့စဉ်သုံးနေတဲ့ စကားလုံးတွေ၊ မှည့်ခေါ်ထားတဲ့ အမည် နာမတွေ ထိုအမည်နာမတွေက ဖော်ပြတဲ့ အရာဝတ္ထုတွေ၊ ထို စကားလုံးတွေက ဖော်ပြတဲ့ အရာဝတ္ထုတွေ၊ အားလုံးဟာ ပညတ်

http://www.dhammadownload.com

ချည်းပဲလို့ ဒီလို ပြောခဲ့ပြီ။

ဒါဖြင့် ပညတ်ရဲ့ သဘောလက္ခဏာက ဘယ်ပုံ ဘယ်သဏ္ဍာန် ရှိသလဲလို့ဆိုရင် ပညတ်ဆိုသည်မှာ "**ယသ္မိံ ဘိန္နေ ဉာဏေနဝါ ဝိဘောဒိတေ န တံ သမညာ**" ဘယ်လိုပဲ general consensus အများက အသိအမှတ် ပြုထားပေမယ်လို့ ပညတ်ဆိုတာဟာ ပုံပန်းသဏ္ဍာန် ပျက်သွားလို့ရှိရင် အမည် ပြောင်းသွားတတ်တယ်၊ ဒါ ပညတ်ရဲ့သဘောပါပဲ၊ ပညတ်ဆိုတာ သဏ္ဍာန် ပျက်သွားလို့ရှိရင် အမည် ပြောင်းသွားတတ်တယ်။

ယေဘုယျအားဖြင့် ပြောရအောင်၊ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ဝတ်နေတဲ့အဝတ်ဟာ ဝါဂွမ်းကနေ ရတဲ့ချည်က ဖြစ်လာတာ၊ ပထမဆုံးက အပင်မှာ သီးပွင့်နေတဲ့အရာ ဝါဂွမ်းလို့ ဒီလို မပြောကြဘူးလား၊ ဝါပင်ကနေ ပွင့်ပြီးတော့ သီးလာတဲ့ ဒီအရာ ဝတ္ထုလေးကို လူတိုင်းက 'ဝါဂွမ်း'၊ အင်္ဂလိပ်လို cottonလို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ ဝါဂွမ်းကို ချည်အဖြစ် သဏ္ဍာန်ပြောင်းလိုက်မယ်၊ ဝါဂွမ်းလို့ ခေါ်သေးလား၊ ဘယ်သူမှ မခေါ်ဘူး၊ ဝါဂွမ်းသည် ချည်ဖြစ်သွားပြီ၊ လူတိုင်း လူတိုင်းဟာ 'ချည်'လို့ပဲ ခေါ်ကြတယ်၊ အဲဒါ ပညတ်ရဲ့သဘောပဲ၊ သဏ္ဍာန်ပြောင်းသွားတိုင်း အမည် ပြောင်းသွားရတယ်။

တစ်ခါ ချည်ကို ရက်ကန်းစင်ပေါ်တင်ပြီး ယက်လိုက်တယ်၊ အတိုင်ချည် အဖောက်ချည်နဲ့ ယက်လိုက်တယ်၊ အဲဒါကို 'အထည်' တဲ့ ဖြစ်သွားပြန်ပြီ၊ နာမည် ပြောင်းသွားပြန်ပြီ၊ ချည်ဘဝကနေ အထည်ဘဝ ရောက်သွားပြန်ရော၊ အဲဒီအထည်ကို တစ်ခါ ပုံစံအမျိုးမျိုးနဲ့ လူတွေဝတ်တဲ့ ဝတ်စုံချုပ်လိုက်တဲ့ အခါကျတော့

http://www.dhammadownload.com

နာမည်အမျိုးမျိုး ပြောင်းသွားပြီ၊ ဒါက 'တီရှပ်'တဲ့၊ ဒါက 'ပုဆိုး' 'အင်္ကျီ'ဆိုပြီး အမျိုးစုံ ခေါ်ကြပြန်ပြီ၊ ဘုန်းကြီးတွေ ဝတ်တာကျတော့ 'သင်္ကန်း'တဲ့၊ အမျိုးစုံ ဖြစ်မသွားဘူးလား၊ အဲဒီလို ပုံပန်းသဏ္ဌာန်တွေ ပြောင်းလိုက်တာနဲ့ အမည် ပြောင်းပြောင်းသွားတဲ့ အရာတွေကို ပညတ်လို့ ခေါ်တာပါ၊

ထို့အတူပဲ ကြည့်လေ၊ အသားနဲ့ လုပ်ထားတဲ့စားပွဲကို ပြောရအောင် ပထမတုန်းက 'သစ်ပင်'တုန်းက စားပွဲလို့ မခေါ်ပါဘူး၊ ကျွန်းဆိုရင် ကျွန်းပင်ကြီးလို့ပဲ ခေါ်မယ်၊ တခြား အပင်တွေဆိုရင် တခြားသူ့နာမည်နဲ့ ခေါ်မယ်၊ ပထမဆုံးက သစ်ပင်လို့ ခေါ်တာ၊ လှဲလိုက်တဲ့အခါ ခွဲစိပ်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ 'သစ်သား' လို့ ဖြစ်သွားပြန်ရော၊ သစ်ပင်လို့ ဘယ်သူမှ မခေါ်ဘူး၊ သစ်သား ဖြစ်သွားတယ်၊ အဲဒီသစ်သားကိုမှ တစ်ခါ ပရိဘောဂဆရာက ပုံသဏ္ဌာန်အမျိုးမျိုးနဲ့ စပ်လိုက်မယ်၊ အသုံးအဆောင် ကြည့်ပြီးတော့ စပ်လိုက်မယ်ဆိုရင် ဒါကိုတော့ 'စားပွဲ'ခေါ်တယ်၊ ဒါကိုတော့ 'ကုလားထိုင်'ခေါ်တယ်နဲ့ လူတွေ အသုံးအဆောင် အမျိုးမျိုး ဖြစ်မသွားဘူးလား၊ ပညတ်ဆိုတာ ရပ်မနေဘူးနော်၊ ပုံသဏ္ဌာန် ပြောင်းတာနဲ့ လိုက်ပြောင်းဦးမှာပဲ။

ခုန အဝတ်အထည်လေးကို မဝတ်တော့ဘူး၊ လက်နှီးစုတ် လုပ်မယ်၊ ခြေသုတ်ပုဆိုးလုပ်မယ်ဆိုရင် အဝတ်လို့ ခေါ်သေးလား၊ မခေါ်တော့ပြန်ဘူး၊ အသုံးလိုက်ပြီးတော့ နာမည်ပြောင်းသွားပြန်ရော၊ အိမ်မှာပိုနေတယ်၊ ဒီအတိုင်းကြီး အသုံးမကျဘူးဆို ပြီးတော့ မီးထဲထည့်လိုက်တဲ့ အခါကျတော့ ပြာဖြစ်သွားတယ်၊ အဲဒီကျတော့ အဝတ်အထည် ခေါ်သေးလား၊ ပြာလို့ ဖြစ်သွားပြန်ရော၊ အဲဒီလို

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခုပြီး တစ်ခုပြောင်းလဲပြီးနေတာ မတည်မြဲဘဲနဲ့ ပုံသဏ္ဌာန် ပြောင်းသွားတာနဲ့ အမည် ပြောင်းပြောင်းသွားတာ မှန်သမျှဟာ လည်း ပညတ်တဲ့၊ ဒါ စာပေကျမ်းဂန်မှာ ဆိုတာကို ချဲ့ပြီးတော့ ပြောတာ။

သဏ္ဌာန်ပျက်ရင် အမည်ပြောင်းတဲ့သဘော

"ယသ္မိံ ဘိန္နေ န တံ သမညာ" ယသ္မိံ– အကြင် ပစ္စည်းဝတ္ထုဟာ၊ **ဘိန္နေ–** ပုံသဏ္ဌာန်ပျက် သွားမယ်ဆိုရင်၊ **န တံ သမညာ–** အဲဒီအမည် မဟုတ်တော့ဘူးတဲ့၊ မြေအိုးဆိုတာကိုပဲ ကြည့်၊ ပထမဆုံးက ရွှံ့စေး၊ ထိုရွှံ့စေးကို ပုံသဏ္ဌာန် လုပ်လိုက်တဲ့ အခါကျတော့ မြေအိုးလို့ ခေါ်တာ၊ တစ်ခါ ထိုမြေအိုး ကွဲသွားတဲ့ အခါကျတော့ အိုးကွဲလို့ ခေါ်ပြန်ရော၊ အမှုန့် ထောင်းလိုက်တဲ့ အခါကျတော့ မြေမှုန့် ပြန်မဖြစ်သွားဘူးလား၊ သဏ္ဌာန်ပြောင်းတိုင်း အမည်နာမတွေ လိုက်ပြောင်းနေတာ၊ အဲဒါ ပညတ်ရဲ့သဘောပဲ။

ပညတ်ဆိုတာ နောက်တစ်ခုက **ဉာဏေနဝါ ဝိဘောဒိ တေ–** အသိဉာဏ်နဲ့ ခွဲစိပ်ပြီးတော့ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုလို့ ရှိရင် လည်း အမည် ပျောက်သွားတယ်တဲ့၊ အသိဉာဏ်နဲ့ ခွဲစိပ် ပြီးတော့ ကြည့်ရမယ်၊ ခွဲစိပ်ကြည့်လိုက်တာနဲ့ အမည် ပျောက်သွားရင်လည်း ပညတ်ပဲတဲ့၊ အခု တရားပွဲ လာကြတယ်၊ ဘာနဲ့ လာတုန်းမေးရင် ကားနဲ့လာတယ်၊ ကားလို့ ပြောတဲ့အရာတစ်ခုကို ရှာကြည့်ရအောင်၊ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ မေးခွန်းတွေ ထုတ်လိုက်မယ်၊ ကားမှာ အစိတ် အပိုင်းတွေ မြောက်မြားစွာ ရှိတယ်၊ အပေါ်ယံ ကြည့်လို့ရှိရင် ကားရဲ့ဘော်ဒီ ရှိတယ်၊ အောက်ပိုင်းမှာ ဘီးရှိတယ်၊ အင်ဂျင်

http://www.dhammadownload.com

ရှိတယ်၊ တံခါးတွေ ပါတယ်၊ အစိတ်အပိုင်းတွေ အကုန်လုံး တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ပြောမယ်ဆိုရင် ကားဆိုတဲ့နာမည် ရှိသေးရဲ့လား။ ဘီးကို ကားခေါ်တာလားလို့ဆို ဘီးက ဘီးပဲ၊ ကား မဟုတ်ဘူး။ ကားလို့ ခေါ်စရာ ရှာမတွေ့တော့ဘူး။ တစ်စစီ ဖြုတ်ပြီးတော့ ကြည့်လိုက်လို့ ရှိရင် အသိဉာဏ်နဲ့ ခွဲကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် ဘယ်မလဲ ကား။ ဒါက ဘီး၊ ဒါက ဘော်ဒီ၊ ဒါက အင်ဂျင်၊ ဒါက တခြား သူ့ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ စက်ကိရိယာတွေ၊ ဘယ်မလဲ ကား ဆိုတာ၊ ပြောလိုက်ရင် ကားလို့ ခေါ်စရာ ရှိသေးရဲ့လား၊ မရှိဘူး။

အဲဒီအတိုင်းပဲ လူတွေက ပြောကြတယ်၊ သစ်ပင်ကြီး လဲ သွားတယ်၊ ဘယ်ဟာကို သစ်ပင်လို့ ပြောတာလဲ၊ သစ်ပင်လို့ မေးရင် တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ခွဲပြီးတော့ ပြောရတာပေါ့နော်၊ အမြစ်ကို သစ်ပင် ခေါ်တာလားဆို မဟုတ်ဘူး၊ အမြစ်က အမြစ်၊ သစ်ပင် ဆိုတာ ဒါလားလို့ ကိုင်ပြောမယ်ဆိုရင် အမြစ်ကိုပြောရင် အမြစ် လို့ပဲ ပြောရမယ်၊ ပင်စည်ကိုပြောရင် ပင်စည်ပဲ၊ အကိုင်းအခက်ကို ပြောရင် အကိုင်းအခက်ပဲ၊ အရွက်ကိုပြောရင် အရွက်ပဲ၊ အပွင့်ကို ပြောရင် အပွင့်၊ အသီးကိုပြောရင် အသီး၊ သူ့နာမည်တွေနဲ့ သူ ရှိနေကတည်းက သစ်ပင်လို့ ခေါ်စရာဟာ ပျောက်သွား ပြန်တယ်၊ အဲဒါ ပညတ်ရဲ့ သဘောပဲ၊ ပညတ်ဆိုတာ တစ်ခု တစ်ခုကို စွဲပြီးတော့ လူတွေက ဝေါဟာရ တင်ပြီးတော့ အများ အသိအမှတ်ပြု ခေါ်ထားတာ၊ တကယ် လိုက်ပြီးတော့ ကြည့်လိုက် မယ်ဆိုရင် ဘာခေါ်တာတုန်းလို့ သေချာ မေးလိုက်လို့ရှိရင် ရှိကို မရှိတော့ဘူး။

လူ့ခန္ဓာကိုယ်လည်း ဒီအတိုင်းပဲ၊ လူလို့ ခေါ်တာ ဘယ်ဟာ

http://www.dhammadownload.com

ကို ခေါ်တာလဲ၊ ခေါင်းကို လူခေါ်တာလား၊ ခေါင်းက ခေါင်းပဲ၊ လက်ကို ခေါ်တာလားဆို လက်ချည်းလည်း လူမခေါ်ဘူးလေ၊ ခြေထောက်ကို ခေါ်တာလားဆိုရင် ခြေထောက်ချည်းလည်း လူမခေါ်ဘူး၊ အဲဒီတော့ ဒီအင်္ဂါရပ်တွေ အကုန်လုံး အစိတ်အပိုင်းတွေ အကုန်လုံး ပေါင်းထားမှ လူဆိုတဲ့ ဝေါဟာရတစ်ခု ဖြစ်လာတာပေါ့၊ အဲဒါကို 'ဉာဏေန ဝိဘောဒိတေ'– အသိဉာဏ်နဲ့ ခွဲစိပ်ကြည့်လိုက်လို့ ရှိရင်လည်း 'န တံ သမညာ' အဲဒီအမည် မဟုတ်တော့ဘဲနဲ့ အမည်ပျောက်သွားရင် ပညတ်တဲ့၊ ဒါ သမ္မုတိသစ္စာလို့ခေါ်တဲ့ ပညတ်ရဲ့ သဘာဝလက္ခဏာပဲ။

ပညတ်ဆိုသည်မှာ ပုံသဏ္ဌာန်ပျောက်သွား, ပြောင်းသွားလို့ရှိရင် အမည်ပြောင်းသွားတယ်၊ ပုံသဏ္ဌာန်ပြောင်းတာနဲ့ အမည်ပြောင်းတာတွေဟာ ပညတ်ပဲ၊ အသိဉာဏ်နဲ့ ခွဲစိပ်ပြီးတော့ ကြည့်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ အမည်ပျောက်သွားရင်လည်း ပညတ်ပဲ။

မိလိန္ဒမင်းကြီးနဲ့ ရှင်နာဂသိန်တို့ မေးဖြေတဲ့ အခန်းမှာလည်း ပါတယ်၊ မိလိန္ဒမင်းကြီးက ရထားနဲ့လာတယ်၊ ဘယ်ဟာ ရထားခေါ်တာတုန်း မေးရင် ရထားခေါ်စရာ မရှိဘူး ပျောက်သွားတယ်လေ၊ အဲဒီ သဘောပဲ ပညတ်ဆိုတာဟာ ပုံသဏ္ဌာန်ပြောင်းရင် အမည်ပြောင်းတယ်၊ အသိဉာဏ်နဲ့ ခွဲစိပ်ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ပျောက်သွားတယ်၊ အဲဒါဟာ ပညတ်ပဲတဲ့။

ပညတ်ကို ဘာအတွက် သုံးနေကြသလဲ

အဲဒီပညတ်ကို ဘာအတွက် အသုံးပြုတာတုန်းဆိုရင် လောကလူတွေ စည်းကမ်းတကျ နေတတ်ဖို့ စည်းမျဉ်းဥပဒေ

http://www.dhammadownload.com

အတိုင်း နေတတ်ဖို့၊ ညီညီညွတ်ညွတ် နေတတ်ဖို့၊ လောကမှာ ကြီးပွား တိုးတက်ဖို့ဆိုတာ ဟောဒီပညတ်နဲ့ သွားရတယ်၊ အမေ, အဖေဆိုရင် လေးစားရမယ်၊ ပြုစုရမယ်၊ ရဟန်းသံဃာဆိုရင် ရိုသေရတယ်၊ အမျိုးစုံပဲ အဆင့်လိုက် အဆင့်လိုက် လူတွေ အသိအမှတ် ပြုထားတဲ့အတိုင်း လေးစား လိုက်နာကြရတာ၊ နို့မို့ဆိုရင် ပညတ်တွေ ဖြုတ်လိုက်မယ်၊ သမ္မုတိသစ္စာတွေကို ဖြုတ်လိုက်မယ်ဆိုရင် လူချင်းလည်း တူတူပဲ ဆိုလို့ရှိရင် အကုန် ရောထွေးမသွားဘူးလား၊ ရောထွေးသွားမှာပဲ၊ ဒါကြောင့် သမ္မုတိ သစ္စာရဲ့ လောကကြီးကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင်တဲ့ စွမ်းအားဟာ အံ့မခန်းပါပဲ။

လောကကြီးဟာ ကြီးပွား တိုးတက်နေတာ သမ္မုတိသစ္စာ ပေါ်မှာ ကြီးပွား တိုးတက်နေကြရတာ၊ ဒါက အစိုးရ၊ ဒါက နိုင်ငံခေါင်းဆောင်၊ ဒီလိုခေါ်တာ ဒါ သမ္မုတိသစ္စာပဲ၊ သတ်မှတ် ထားတဲ့အတိုင်း လေးစားရတယ်၊ မလေးစားလျှင် ဒုက္ခရောက် မယ်၊ သူ့ဟာနဲ့သူ သတ်မှတ်ထားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာကြရတာ၊ ဒါ သမ္မုတိသစ္စာလို့ ခေါ်တယ်၊ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင်ပဲ မင်္ဂလသုတ်ကို ဟောတယ်၊ သိင်္ဂါလောဝါဒသုတ်ကို ဟောတယ်၊ လူ့ကျင့်ဝတ်တွေ ဟောတယ်၊ ဒါ သမ္မုတိသစ္စာပိုင်းကနေ ဟော တာတဲ့။

ပရမတ္ထသစ္စာ

နောက်တစ်ခု ပရမတ္ထသစ္စာကို သွားရအောင်၊ ပရမတ္ထ သစ္စာဆိုတာကျတော့ သမ္မုတိသစ္စာနဲ့ မတူတော့ဘူး၊ သမ္မုတိ သစ္စာက သဏ္ဌာန်ပြောင်းလိုက်ရင် အမည်ပြောင်းသွားတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

analyze လုပ်လိုက်ရင် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ပျောက်သွားတယ်၊ ပရမတ္ထကျတော့ အဲဒါမျိုး မဟုတ်တော့ဘူး။ ဘယ်လိုပဲ ခွဲခွဲ ပျောက်မသွားဘူး၊ သူက ရှိနေတယ်၊ သဘာဝအနေနဲ့ ရှိနေတယ်၊ ဘယ်နေရာပဲ ရောက်ရောက် ပုံသဏ္ဌာန်တွေ ဘယ်လောက်ပြောင်းပြောင်း ပြောင်းမသွားဘူး။

ဆိုပါစို့– ခုနက ဝါဂွမ်းဆိုတာလေးမှာ နူးညံ့တဲ့သဘော၊ ခက်မာတဲ့သဘော ဒီ သဘောလေးရှိတယ်၊ ကိုင်ကြည့်လို့ရှိရင် ပူတဲ့အခါ ပူမယ်၊ အေးတဲ့အခါ အေးမယ်၊ တွန်းကန်တဲ့သဘောလေး ရှိတယ်၊ ခက်မာတဲ့သဘော၊ ပျော့အိတဲ့သဘော၊ အဲဒီ သဘောလေးဟာ ပရမတ္ထအနေနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ပထဝီလို့ဆိုတဲ့ ရုပ်ရဲ့ အရည်အသွေးလေးတစ်ခုပဲ၊ material quality လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ ရုပ်ရဲ့ အရည်အသွေးလေးဟာ ဝါဂွမ်းဆိုတုန်းက လည်း ရှိတာပဲ၊ ချည်ဖြစ်သွားတော့လည်း ရှိနေတာပဲ၊ အထည်ဖြစ်သွားတဲ့ အခါကျတော့လည်း ဒါလေးက ရှိနေတာပဲ၊ အတွင်းအနှစ်သာရ အနေနဲ့ကတော့ ရှိနေတာပဲ၊ နာမည်တွေ အမျိုးမျိုး ပြောင်းသွားတယ်၊ ဝါဂွမ်းကနေ ချည်၊ ချည်ကနေ အထည်၊ အထည်ကနေပြီးတော့ အဝတ်၊ ဘယ်လိုပဲ ပြောင်းသွားသွား သူ့သဘာဝ အနှစ်သာရလေးကတော့ ကျန်နေတယ်၊ အဲဒါလေးကို 'ပရမတ္ထ'လို့ ခေါ်တာ။

ပရမတ္ထဆိုတာ ပုံသဏ္ဌာန်ပြောင်းပေမယ့် လိုက်ပြီး ပြောင်းမသွားဘူး၊ ပုံသဏ္ဌာန် ပျက်သွားပေမယ့် လိုက်ပြီးတော့ ပျက်မသွားဘူးတဲ့၊ တည်ရှိမြဲ တည်ရှိနေတာ၊ အဲဒါဟာ ပရမတ္ထပဲ၊ ပရမတ္ထဆိုတာ ပရမ– အမြင့်ဆုံး၊ အတ္ထ– သိရမယ့်အနှစ်သာရ၊

http://www.dhammadownload.com

အမြင့်ဆုံးသော သဘာဝ၊ အမြင့်ဆုံး အနှစ်သာရ (တစ်နည်း အားဖြင့်) မပြောင်းလွဲတဲ့ အနှစ်သာရလို့ ဒီလို ပြောတာနော်၊ ပရမတ္ထဆိုတာ မပြောင်းလွဲတဲ့ အနှစ်သာရ၊ မပြောင်းလွဲတဲ့ သဘော၊ တစ်နည်းအားဖြင့်ဆိုရင်တော့ ပရမ–ဆိုတာ အင်မတန် ထူးခြားတဲ့ အသိဉာဏ်ဖြင့် သိရတဲ့၊ အတ္ထ– ဆိုတာ သဘာဝ တရားလို့ ဒီလိုလည်း ဖွင့်ဆိုကြတယ်၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် မပြောင်းလွဲတဲ့ အနှစ်သဘောကို ပရမတ္ထလို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒီတော့ ပညတ်ဆိုတာ အပေါ်ယံ အခွံအအုပ်မျှသာ ဖြစ်တယ်၊ ပြောင်းလွဲနေတယ်၊ ပရမတ်ဆိုတာ အတွင်းအနှစ် quality လို့ ဒီလို ပြောလို့ရတယ်၊ အဲဒီ ပရမတ္ထဆိုတာ လုံးဝ မှန်ကန်သွားတယ်၊ ဘယ်နေရာ ရောက်ရောက်၊ ဘယ်သူ့သန္တာန် ဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်နေရာ ပြောင်းပြောင်း၊ သူက မပြောင်းဘူး၊ အတွင်း အနှစ်သာရ အနေနဲ့ ထာဝရ တည်ရှိနေတယ်၊ အဲဒီတော့ မပြောင်းဘူးဆိုတဲ့ နေရာမှာ မပျက်စီးဘူးလို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ ဘယ်နေရာပဲရှိရှိ ဒီသဘာဝတရားဟာ ရှိနေတယ်လို့ ပြောတာ ပစ္စည်းဝတ္ထုတစ်ခုခု ဘယ်လိုပဲ ပုံသဏ္ဌာန် ပြောင်းသွားသွား ရှိတယ်။

ဆိုပါစို့၊ စားပွဲလုပ်တဲ့ ကျွန်းသားတွေ ကျွန်းပင်ကြီးကနေ လာတယ်၊ ကျွန်းပင်ကြီးမှာလည်း ခုနက မာတဲ့သဘော၊ ပျော့တဲ့ သဘော ရှိတယ်၊ နောက် သစ်သားအဖြစ် ခွဲစိပ်လိုက်တဲ့အခါ လည်း မာတဲ့သဘော၊ ပျော့တဲ့ သဘောဟာလည်း ရှိမြဲပဲ၊ စားပွဲ ဖြစ်သွားတော့ရော၊ မာတဲ့သဘော၊ ပျော့တဲ့သဘော ရှိနေတုန်းပဲ၊ ဆိုလိုတာ ပထဝီဆိုတဲ့ ဒီရုပ်ရဲ့ material quality ကတော့

http://www.dhammadownload.com

ရှိနေတုန်းပဲလို့ ဒီလို ပြောတယ်၊ ခုနက ကျွန်းကနေ သစ်သား၊ သစ်သားကနေ စားပွဲ၊ ဒီလို အမည်တွေ ပြောင်းသွားပေမယ့်လို့ အတွင်းအနှစ်ဖြစ်တဲ့ မာသဘော၊ ပျော့သဘောကတော့ တည်မြဲ တည်နေတယ်လို့ ဒီလို ဆိုလိုတယ်၊ အဲဒါ ပရမတ်လို့ ပြောတာ၊ လုံးဝ ပြောင်းလွဲမှု မရှိဘူး၊ ပညတ်နဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် သဘော တရား။

သဘာဝအားဖြင့် မှန်ကန်လို့ ပရမတ္ထခေါ်

ဒီပရမတ္ထဟာ မှန်ကန်တယ်တဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့ မှန်ကန်တာ တုန်းဆိုလို့ရှိရင် သဘာဝအားဖြင့် မှန်ကန်လို့တဲ့၊ ခုနက ပညတ် တုန်းကတော့ အများအသိအမှတ်ပြုလို့ မှန်တာ၊ ပရမတ္ထဆိုတာ ကတော့ အများက အသိအမှတ် ပြုချင်ပြု မပြုချင်နေ၊ သူ့ ဘာသူ မှန်နေတာပဲ။

မီးဆိုတာ ပူတဲ့သဘောရှိတယ်၊ လွန်ခဲ့တဲ့ ၂၅၀၀–က မီးက မပူဘူး၊ အေးတယ်၊ ခုမှ ပူလာတာ၊ ဒီလို ပြောင်းလွဲတာ ရှိရဲ့ လား၊ မရှိဘူး၊ မြန်မာပြည်က မီးသာ ပူတယ်၊ တခြားနိုင်ငံ မီးက မပူဘူးလို့ရော ရှိရဲ့လား၊ မရှိဘူး၊ မီးရဲ့သဘာဝသည် ပူတဲ့ သဘောပဲ၊ ပူတယ် လောင်တယ်ဆိုတဲ့ သဘောဟာ ဘယ်မှာပဲ ရှိရှိ၊ မီးဟာ ပြောင်းလွဲခြင်းသဘော မရှိဘူး၊ ပရမတ်ဆိုတာ အဲဒါမျိုးကို ပြောတာ၊ အင်္ဂလိပ်လိုပြောတဲ့ အခါ ကျတော့ Ultimate reality လို့ ပြောတယ်၊ တကယ့် နောက်ဆုံး အဆင့် absolute reality လုံးဝ မှန်ကန်တဲ့ အမှန်တရားတဲ့၊ လုံးဝ မှန်ကန်တဲ့ နောက်ဆုံး အမှန်သဘာဝ တရားလို့ ဒီလို ပြောတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ပရမတ္ထသစ္စာကိုသိမှ သံသရာကလွတ်နိုင်

ပရမတ္ထပိုင်းက ကြည့်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ခုန သမ္မုတိသစ္စာတွေဟာ အမှားဖြစ်သွားတယ်၊ အမေဆိုတာ ဘယ်မှာလဲ၊ အဖေဆိုတာ ဘယ်မှာလဲ၊ ယောကျ်ားဆိုတာ ဘယ်မှာလဲ၊ အမျိုးသမီးဆိုတာ ဘယ်မှာလဲ၊ ဘယ်ဟာကို အဝတ်ခေါ်တာလဲလို့ ပရမတ္ထရှုထောင့်ကနေ ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် သမ္မုတိသစ္စာက ပြောတာတွေက အမှားတွေချည်းပဲ၊ အကုန်လုံး၊ မမှန်တော့ဘူး၊ ဉာဏ်နဲ့ ခွဲကြည့်လိုက်ရင် အကုန် ပျောက်သွားပြီ၊ ဟုတ်ရဲ့လား၊ အသိဉာဏ်နဲ့ ရှာကြည့်လိုက်တာနဲ့ လုံးဝ မရှိတော့ဘူး။

အမျှား ပြောနေတဲ့ လူဆိုတာ ဘယ်ဟာကို ပြောတာတုန်းဆိုတော့ လူလို့ပြောစရာ ဘာမှ မရှိတော့ဘူး၊ ပျောက်သွားရော၊ အဲဒီတော့ အကုန်လုံး အမှားတွေ ဖြစ်နေတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုလို့ရှိရင် ရုပ်နဲ့နာမ် ဒီနှစ်မျိုးပဲ ရှိတာကိုး၊ ရုပ်နာမ်ကလွဲလို့ လူလို့ခေါ်စရာ တစ်ခုမှ မရှိဘူးနော်၊ သူခေါ်ထားတဲ့အတိုင်း တစ်ခုမှ မဟုတ်ဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ ပရမတ္ထသစ္စာ ရှုထောင့်က ကြည့်လိုက်ရင် သမ္မုတိသစ္စာဟာ အလွဲအမှား ဖြစ်သွားပြန်တယ်။

အဲဒီတော့ မေးစရာ အကြောင်းရှိတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့ ပရမတ္ထသစ္စာကို သိအောင် လုပ်ရတာလဲ၊ သမ္မုတိသစ္စာ ရှုထောင့်ကသာ ကြည့်နေမယ်ဆိုလို့ရှိရင် တွယ်တာမှုကို ဘယ်တော့မှ မဖယ်ရှားနိုင်ဘူး၊ အတွယ်အတာဆိုတဲ့ တဏှာလောဘကို မဖယ်ရှားနိုင်သမျှ ကာလပတ်လုံး ထိုပုဂ္ဂိုလ်တွေ သံသရာဝဋ်က မလွတ်နိုင်ဘူးတဲ့။

အမေဆိုတဲ့ အမြင်နဲ့ တွယ်တာမယ်၊ အဖေဆိုတဲ့အမြင်နဲ့

http://www.dhammadownload.com

တွယ်တာမယ်၊ ဒါက အမျိုးသားပဲ၊ အမျိုးသမီးပဲဆိုတာနဲ့ တွယ်တာမယ်၊ တွယ်တာစရာအာရုံတွေကို အစစ်အမှန် ထင်ပြီးတော့ တွယ်တာနေလိမ့်မယ်၊ မျက်စိလည် လမ်းမှားနေကြတာ၊ သညာက မှတ်ထားတဲ့အတိုင်း တွယ်တာနေဦးမှာပဲ၊ ဒါကြောင့် ပရမတ္ထသစ္စာဆိုတဲ့ ရှုထောင့်က မကြည့်နိုင်သမျှ ကာလပတ်လုံး သမ္မုတိသစ္စာကို မကျော်လွှားနိုင်သမျှ ကာလပတ်လုံး တွယ်တာမှု လိုချင်မှုဆိုတဲ့ တဏှာ,လောဘကို မပယ်နိုင်ဘူးတဲ့၊ မပယ်နိုင်လို့ ရှိရင် မုန်းတီးမှုတို့ ရွံရှာမှုတို့ဆိုတဲ့ ဒေါသတွေလည်း လာမှာပဲ၊ တွယ်တာမှုကို အကြောင်းပြုပြီး ဒေါသဖြစ်မှုဆိုတာ ပေါ်လာတာပဲ၊ အဲဒီတော့ လောကလူတွေဟာ အားလုံး အမြင်မှားပြီးတော့ ဒုက္ခတွေ ရောက်နေကြတာဟာ ပရမတ္ထသစ္စာရှုထောင့်က မကြည့်နိုင်လို့ပဲနော်။

သဘာဝသစ္စာ နဲ့ အရိယသစ္စာ

ပရမတ္ထကို တစ်ခါထပ်ပြီးတော့ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက ခွဲပြသေးတယ်၊ ပရမတ္ထသစ္စာကိုပဲ သဘာဝသစ္စာနဲ့ အရိယသစ္စာဆိုပြီး ခွဲလိုက်တယ်၊ **သဘာဝသစ္စာဆိုတာ** အကြောင်းတစ်ခုကို အခြေပြုပြီးတော့ မှန်တယ်လို့ ပြောရတာ၊ လုံးဝ အမှန်မဟုတ်သေးဘူး၊ အရိယသစ္စာကျတော့မှ လုံးဝ အမှန်ပဲ၊ ဒီလို လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက ခွဲတယ်။

ဒါဖြင့် သဘာဝသစ္စာဆိုတာက သဘာဝတရားတွေရဲ့ အရှိသဘာဝတရားတွေမှာ ရှိနေတဲ့ အနေအထားကို ကြည့်ပြီး သဘာဝသစ္စာလို့ ဆိုတာ၊ ဆိုပါစို့၊ ဖဿဆိုတာ ထိတွေ့တဲ့ သဘော ရှိတယ်၊ ဝေဒနာဆိုတာ ခံစားတဲ့သဘော ရှိတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

သညာဆိုတာ မှတ်တဲ့သဘော ရှိတယ်၊ သဘာဝအားဖြင့် ဒီလို ရှိတယ်၊ သဘာဝသစ္စာ မှန်နေတယ်၊ သူ့သဘောကို ကြည့်မယ် ဆိုရင် မှန်တယ်၊ ပြောတဲ့အတိုင်း ဟုတ်တယ်၊ အဲဒီသဘာဝ သစ္စာတောင်မှပဲ အရိယသစ္စာ ရှုထောင့်ကကြည့်ရင် မှားသွား နေတယ်တဲ့။

သဘာဝသစ္စာအနေနဲ့ မြတ်စွာဘုရားက ဝေဒနာကို ခွဲပြီး တော့ ဟောတယ်၊ ဒါက **သုခဝေဒနာ**– ချမ်းသာမှုကို ခံစားတယ်၊ ဒါက **ဒုက္ခဝေဒနာ**– ဆင်းရဲမှုကို ခံစားတယ်၊ ဒါက **အဒုက္ခ မသုခဝေဒနာ**– ဆင်းရဲတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ချမ်းသာတာ လည်း မဟုတ်ဘူး၊ စပ်ကြားမှာ ခံစားမှုဆိုပြီး ဝေဒနာ ၃–မျိုး ခွဲလိုက်သေးတယ်၊ သဘာဝရှုထောင့်က ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ချမ်းသာတယ်၊ ဟုတ်သလိုလို ရှိတယ်၊ ဆင်းရဲတယ်၊ ဟုတ်သလိုလို ရှိမယ်၊ ဒါ သဘာဝသစ္စာရှုထောင့်ကနေ ကြည့်ရင် ချမ်းသာတယ် လို့လည်း ပြောလို့ရတယ်၊ ဆင်းရဲတယ်လို့လည်း ပြောလို့ရတယ်၊ ချမ်းသာ–ဆင်းရဲ နှစ်ခုစပ်ကြားက ခံစားချက်လို့လည်း ပြောလို့ ရတယ်။

အရိယသစ္စာ

အရိယသစ္စာရှုထောင့်က ကြည့်လို့ရှိရင် "သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာ– အားလုံးဟာ ပျက်စီးခြင်းမှာ အဆုံးသတ်မှာ ဖြစ်သော ကြောင့် ဒုက္ခလို့ ဟောတယ်၊ အဲဒါကျတော့ တကယ့်အမှန် ဖြစ်သွားပြီ၊ အရိယသစ္စာဟာ လုံးဝ အမှန်တရားပဲတဲ့။

သဘာဝသစ္စာတောင်မှ အရိယသစ္စာရှုထောင့်ကနေ ကြည့် လိုက်ရင် မှားနေသေးတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ ချမ်းသာ

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်မှာလဲလို့ မေးလို့ရတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုံး၊ အခု ချမ်းသာတယ် ထင်တဲ့အရာသည် ချက်ချင်းပဲ ချမ်းသာလို့ ထင်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ပျက်စီးသွားပြီ ''ဘယ်မှာလဲ ချမ်းသာ''လို့ မေးစရာ ဖြစ်သွားတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒုက္ခလို့ ဟောလိုက်တာကတော့ အရိယသစ္စာရှုထောင့်က ဟောတာ၊ သစ္စာ ၄–ပါးမှာ ဒုက္ခသစ္စာလို့ ဟောထားတာ၊ ဒုက္ခသစ္စာဆိုတဲ့အထဲမှာ စျာန်ချမ်းသာတွေ ပါနေတယ်ဆိုတာ သတိထားနော်။

မြတ်စွာဘုရားက သစ္စာ ၄–ပါးကို ဟောတဲ့အခါမှာ ဒုက္ခသစ္စာလို့ ဟောထားတာ၊ သားတွေ သမီးတွေနဲ့ ပျော်နေတာလည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဟုတ်ရဲ့လား၊ လူတွေကတော့ ဒါကို ဒုက္ခလို့ မမြင်ဘူးလေ၊ စီးပွားဥစ္စာတွေ တိုးတက်လို့ ပျော်နေတာ၊ ဒါလည်း ဒုက္ခသစ္စာပဲ၊ ဘာဖြစ်လို့ဆိုရင် မတည်မြဲလို့ မမြဲတဲ့ ရှုထောင့်ကနေ ကြည့်မယ်ဆိုရင် အားလုံးဟာ ဒုက္ခပဲ၊ အရိယသစ္စာရှုထောင့်က ကြည့်လို့ရှိရင် သဘာဝသစ္စာအနေနဲ့ ဟောထားတာသည်ပင်လျှင် မှားသွားတယ်။

လယ်တီဆရာတော်ကြီးက ဒီလို ရှင်းပြတယ်၊ ကုသိုလ်, အကုသိုလ်တဲ့ ၂–မျိုး ခွဲထားတယ်၊ 'ကုသိုလ်'ဆိုတာ အနဝဇ္ဇ–အပြစ်ကင်းတယ်၊ သုခဝိပါက– ချမ်းသာဆိုတဲ့အကျိုးကို ပေးတယ်၊ ဒါ သဘာဝသစ္စာရှုထောင့်က ပြောတာ၊ ကုသိုလ်က ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ ပေးတယ်တဲ့၊ အပြစ်ကင်းတယ်တဲ့၊ ဒါကို အရိယသစ္စာရှုထောင့်က ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ဘယ်မှာလဲ၊ အပြစ်ကင်းတာ၊ ဘယ်မှာလဲ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ။

ဆိုပါစို့၊ ကုသိုလ်လုပ်ပြီးတော့ နတ်ဖြစ်တယ်၊ လူဖြစ်တယ်၊

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ နတ်ဟာ ဘာဖြစ်လဲ၊ အဲဒီ လူဟာ ဘာဖြစ်လဲ၊ တစ်နေ့တခြား အိုလာတယ်၊ နောက်ဆုံးကျတော့ နာတယ်၊ သေတယ်၊ ဟုတ်ရဲ့လား။ ချမ်းသာဆိုတာ ဘယ်မှာလဲလို့ မေးစရာ ရှိလာတယ်၊ အဲဒီတော့ ကုသိုလ်ရဲ့ အကျိုးဟာလည်း ဒုက္ခနဲ့ပဲ အဆုံးသတ်နေတာဆိုတော့ "**အနဝဇ္ဇ သုခဝိပါက လက္ခဏာ**- အပြစ်ကင်းပြီးတော့ ချမ်းသာတယ်"လို့ ပြောတာ ဟုတ်ပါ့မလား။

အရိယသစ္စာရှုထောင့်က ပြောမယ်ဆိုရင် ကုသိုလ်ဆိုတဲ့ အနဝဇ္ဇ သုခဝိပါကဆိုတဲ့ သဘာဝတရား အပြစ်ကင်းတယ် ဆိုတဲ့ သဘောတရားလည်း မှားနေတယ်၊ အပြစ်ရှိတယ်၊ ဘာ အပြစ်တွေတုံး။ ဒီကုသိုလ်တွေ လုပ်လို့ရှိရင် ဒီ ကုသိုလ်က အဖန်တလဲလဲ အိုခြင်း၊ အဖန်တလဲလဲ နာခြင်းဆိုတဲ့ အကျိုးတွေကို ထုတ်လုပ်နေတယ်၊ သူ ထုတ်လုပ်တဲ့ အကျိုးတွေက ဒါတွေ ပါနေတယ်၊ ဆိုပါစို့- အဆိပ်တွေ ပါနေတယ်ပေါ့၊ အဆိပ်တွေ ပါနေသည့်အတွက်ကြောင့် အပြစ်ကင်း စင်းလုံးချောလို့ ပြောလို့ မရဘူးတဲ့။

ပရမတ္ထသစ္စာကို ဟောရခြင်းအကြောင်း

အဲဒီတော့ အရိယသစ္စာရှုထောင့်က ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ကုသိုလ်လည်း ဒုက္ခပဲ၊ ဒုက္ခထဲ ပါသွားတာပဲ၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက "**သဗ္ဗေသင်္ခါရာ ဒုက္ခာ**- အားလုံးဟာ "ဒုက္ခ" လို့ပဲ ဟောတယ်၊ အရိယသစ္စာရှုထောင့်က ကြည့်လိုက်ရင် အမှားကြီး ဖြစ်သွားတယ်၊ ဒါကြောင့် တကယ့် အစစ်အမှန်ကို ရချင်ရင်တော့ ပရမတ္ထသစ္စာထဲက အရိယသစ္စာ ကျမှသာ လုံးဝ အမှန်ဆိုတာ ရှာတွေ့မှာဖြစ်ပါတယ်။

http://www.dhammadownload.com

သမ္မုတိသစ္စာကို အမှန်လို့ပြောတာ အများက သဘောတူထားလို့ ပြောတာ၊ ပရမတ္ထသစ္စာ ရှုထောင့်ကနေ ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် မှားနေသေးတယ်၊ နောက်ဆုံး အရိယသစ္စာ ရှုထောင့်ကနေ ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် အားလုံး မှားနေသေးတယ်၊ အရိယသစ္စာဆိုတာ တကယ့် အရိယာသူတော်မြတ်တွေ သိတဲ့ သဘာဝတရားကို ပြောတာတဲ့၊ အရိယာသူတော်စင် ဖြစ်ပြီးတော့ အရိယာဉာဏ်မျိုး ရတဲ့အခါကျတော့မှ တကယ့်အမှန်ဆိုတာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ပရမတ္ထသစ္စာကို ဟောတယ်ဆိုတာဟာ လူတွေရဲ့ အတွယ်အတာတွေကို ဖယ်ရှားနိုင်ဖို့အတွက် ဟောတာ၊ လူတွေ အတွယ်အတာကို ဖယ်ရှားနိုင်ဖို့အတွက် ပရမတ္ထသစ္စာ မြင်အောင် ကြည့်ပါ၊ ပရမတ္ထသစ္စာမြင်မှ အရိယသစ္စာ ဆိုက်ထိမှ တကယ့်အမှန်ဆိုတာ တွေ့နိုင်ပါလိမ့်မယ်၊ အဲဒီလို မဟုတ်လို့ရှိရင် အမှားကိုပဲ လူတွေဟာ လက်ခံပြီး အမှန်လို့ သတ်မှတ်ပြီးတော့ နေကြမှာပါတဲ့။

ပရမတ္ထတရား လေးပါး

မြတ်စွာဘုရားက အဘိဓမ္မာ ၇–ကျမ်းမှာ ဟောဒီသစ္စာ ၂–မျိုး၊ ပညတ်နဲ့ ပရမတ်ဆိုတာကို ဟောထားပါတယ်၊ အဲဒီဟောထားတဲ့အထဲက ပရမတ်ဆိုတဲ့ အမှန်တရားဟာ ၄–မျိုးပဲရှိတယ်။ တကယ့် သဘာဝ အမှန်တရားဟာ ၄–မျိုး၊ "**စိတ်, စေတသိက်, ရုပ်, နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ ပရမတ်တရား ၄–ပါး**"တဲ့၊ အဲဒီတော့ ကိုယ့်ရဲ့ သန္တာန်မှာ ဒီတရားတွေကို တွေ့အောင်ရှာဖို့လိုတယ်၊ နောက်ရက်တွေကျတော့ ရုပ်ကနေ စပြီး တစ်ခုချင်း

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခုချင်း ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှာတွေ့နိုင်အောင် အလွယ်ဆုံးလည်း ဖြစ်အောင် ဘုန်းကြီးတို့ ကြိုးစားပြီးတော့ ရှင်းပြပါ့မယ်၊ တချို့ ဝေါဟာရတွေက ပါဠိ ဝေါဟာရတွေပါ၊ သို့သော် ပါဠိ ဝေါဟာရ တွေ ပါပေမယ့်လို့ အခက်အခဲမရှိအောင် သဘာဝ ဆိုက်ထိပြီးတော့ သိရှိနိုင်အောင် ဟောပြပါ့မယ်။

မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက သန္ဒိဋ္ဌိကော- ဘုရားဟောတဲ့ တရားတွေက ကိုယ်တိုင် သိနိုင်တာချည်းပါပဲ၊ သူပြော ကိုယ်ပြော ယုံရမယ့်တရား မဟုတ်ဘူး၊ သန္ဒိဋ္ဌိကော- ကိုယ်တိုင် မြင်နိုင်တဲ့တရားလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတာ၊ ဒါ ကြောင့်မို့လို့ ပရမတ္ထဆိုတာ စာအုပ်ထဲမှာ ရှိတာမဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့် ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိပါတယ်၊ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိတာကို တွေ့အောင်ရှာနိုင်ဖို့ ဆက်ပြီးတော့ လေ့လာကြရမှာ ဖြစ်ပါ တယ်။

ပရမတ္ထတရားဆိုတာ စိတ်, စေတသိက်, ရုပ်, နိဗ္ဗာန်တဲ့၊ စိတ်, စေတသိက်ဆိုတာ ဒီကနေ့ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ သုံးနေတဲ့ ပြောနေကြတဲ့ စိတ်တိုတယ်တို့၊ စိတ်ဆိုးတယ်တို့၊ စိတ်ကြည် တယ်တို့၊ စိတ်မကြည်ဘူးတို့ ပြောနေတဲ့အရာတွေက ဒါ စိတ်, စေတသိက် ၂-ခုကို ရည်ညွှန်းနေတာပါ၊ အဲဒီတော့ လူတိုင်း လူတိုင်းဟာ စိတ်အကြောင်းကို ပြောနေကြတာ ဖြစ်ပေမယ့် စိတ်ရဲ့ အကြောင်းကို မသိကြပါဘူး။

စိတ်ရဲ့အကြောင်းကို အသေးစိတ် လေ့လာကြည့်မယ်ဆို ရင် စိတ်ဟာ အမျိုးမျိုးဆိုတာကို ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်၊ အဘိဓမ္မာ ၇-ကျမ်းမှာ စိတ်ကို ၈၉-မျိုး ခွဲထားတယ်၊ စိတ် ၈၉-မျိုးကို

http://www.dhammadownload.com

ချာန်စိတ်တွေနဲ့ ပြောက်ပွားလိုက်တဲ့အခါ စိတ်အကျယ်-၁၂၁၊ ဖြစ်သွားတယ်။

ပါဠိလို "**ကေူန နဝုတိ**"၊ ကေူန နဝုတိဆိုတာ **ကေ + ဦန + နဝုတိ**၊ **ကေဆိုတာ**-၁၊ **ဦနက**- ယုတ်လျော့နေတဲ့၊ **နဝုတိက**- ၉၀၊ ပါဠိဂဏန်းမှာ ၈၉-ဆိုတာ မရှိဘူး၊ ၈၉-ကို ပြောချင်လို့ရှိရင် ဘယ်လို ပြောလဲဆိုရင် တစ်ခုယုတ် ၉၀-လို့ ပြောတယ်၊ တစ်ခုယုတ် တစ်ခုလျော့နေတဲ့ ၉၀-လို့ ပြောတာ နော်၊ ဘာသာပြန်တဲ့အခါမှာ ကေူန နဝုတိကို ပါဠိနောက်လိုက် ပြီးတော့ စိတ်တစ်ခုယုတ် ၉၀-လို့ ဒီလို ဖြစ်သွားတတ်ကြတယ်၊ စိတ်ဆိုတာ တစ်ခုတည်းပဲ၊ ရုပ်က ၉၀-တောင် ရှိတယ်လို့ ဘာသာပြန်ကြည့်ပြီး လွဲမှားစွာ တွေးတတ်ကြတယ်၊ တကယ်တော့ မဟုတ်ဘူး၊ တစ်ခု ယုတ်လျော့နေတဲ့-၉၀၊ ဒီလို ပြောတာ၊ အဲဒီ စိတ် ၈၉-ဆိုတာကို အသေးစိတ် လေ့လာကြရမယ်။

နောက်ပြီးတော့ **စေတသိက်က** ၅၂-မျိုးရှိတယ်၊ ဒါတွေဟာ သဘာဝတရားတွေ၊ သဘာဝလက္ခဏာ ရှိတယ်၊ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ သဘာဝတွေ ရှိသည့်အတွက်ကြောင့် စိတ်ကို မှီပြီး ဖြစ်နေတဲ့ သဘာဝတရားတွေကို စေတသိက်လို့ ခေါ်တယ်၊ '**စေတသိက**' ဆိုတာ စိတ်ကို မှီပြီးတော့ ဖြစ်နေတာ၊ စိတ်နဲ့ အတူတူ ဖြစ်နေတဲ့ သဘာဝတရားတွေကို စေတသိက်လို့ ခေါ်တယ်၊ စေတသိက်ဆိုတာ စိတ်ကို မှီပြီးတော့ ဖြစ်နေတာ စိတ်နဲ့ အတူတူ ဖြစ်နေတဲ့ သဘာဝတရားတွေတဲ့နော်။

နောက်တစ်ခါ ရုပ်ဆိုတာ ရူပဆိုတဲ့ စကားလုံးကို 'ရုပ်'လို့ ပြောတာ၊ မြန်မာစကားလို ဖြစ်နေပါပြီ၊ လူရဲ့မျက်စိနဲ့ မြင်ရတာ

http://www.dhammadownload.com

တို့၊ ထိတွေ့လို့ ရတာတို့ အကောင်အထည် ရှိနေတဲ့ အရာရော၊ မရှိတာရောပေါ့၊ အာရုံကို မသိတတ်တဲ့ သဘာဝတရားတွေ အားလုံး ပေါင်းစုပြီးတော့ ရုပ်လို့ ခေါ်တာ၊ ဖောက်ပြန်တတ်တဲ့ သဘာဝတရားမို့ ရုပ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီရုပ်ကို ၂၈–မျိုး ခွဲပြီးပြတယ်၊ ဒီ ၂၈–မျိုးကိုလည်း ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ တွေ့အောင် ရှာရမယ်။

နိဗ္ဗာန်ဆိုတာကတော့ ဟောဒီ စိတ်တွေ၊ စေတသိက်တွေ၊ ရုပ်တွေဟာ အကြောင်းတရား မရှိတော့သည့် အတွက်ကြောင့် အကြောင်းတရား ချုပ်သွားလို့ လုံးဝ မပေါ်တော့ဘူး၊ မဖြစ်တော့ ဘူးဆိုလို့ရှိရင် ဒါ နိဗ္ဗာန်ရောက်ပြီပဲပေါ့၊ အကြောင်းတရားတွေကို အမှီပြုပြီးတော့ စိတ်တွေ, စေတသိက်တွေ, ရုပ်တွေ ဖြစ်နေဦး မယ်ဆိုလို့ရှိရင် နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ မရောက်နိုင်သေးဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ အကြောင်းတွေ အကုန်ချုပ်ငြိမ်းသွားလို့ ရုပ်တွေ နာမ်တွေ အကုန် ငြိမ်းသွားလို့ရှိရင် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းသွားတဲ့ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာကို သိနိုင်မယ်။

အဲဒါကြောင့်မို့ စိတ်ရယ်၊ စေတသိက်ရယ်၊ ရုပ်ရယ်၊ နိဗ္ဗာန်ရယ်၊ ဒါက ပရမတ္ထတရား ၄–ပါး၊ အဲဒီ ပရမတ္ထတရား လေးပါးကို အသေးစိတ် တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ မိမိတို့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှာတွေ့နိုင်ဖို့ရန်အတွက် ဆက်လက်ပြီးတော့ နောက်နေ့ကျမှ ဟောကြားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီကနေ့တော့ သမ္မုတိသစ္စာနဲ့ ပရမတ္ထသစ္စာ ဒီ ၂–မျိုးကို ခွဲခြားပြီးတော့ ဟောကြားတာ ဖြစ်ပါတယ်၊ အားလုံးသော

http://www.dhammadownload.com

တရားချစ်ခင် သူတော်စင်ပရိသတ်တို့သည် သမ္မုတိသစ္စာဆိုတာ အများညီလို့ မှန်နေတဲ့ အမှန်သာ ဖြစ်တယ်၊ ပရမတ္ထသစ္စာ ရှုထောင့်က ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် သမ္မုတိသစ္စာတွေဟာ မှားသွား ပြန်တယ်တဲ့၊ သစ္စာလို့ မခေါ်နိုင်တော့ဘူးတဲ့နော်၊ ပရမတ္ထ သစ္စာဟာလည်းပဲ သဘာဝသစ္စာ၊ အရိယသစ္စာလို့ ၂–မျိုး ခွဲလိုက် တဲ့အခါကျတော့ သဘာဝသစ္စာတွေက မှန်ကန်နေသော်လည်းပဲ အရိယသစ္စာ ရှုထောင့်ကနေ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် မှားသွား နိုင်သေးတယ်တဲ့၊ လုံးဝ အမှန်ဆိုတာ အရိယသစ္စာသာ ရှိတယ် ဆိုတာ အားလုံး ကိုယ်စီ ကိုယ်စီ သဘောကျပြီး အမှန်တရားကို တွေ့ရှိအောင် ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

''သာဓု – သာဓု – သာဓု''

အခန်း(၂)

ရုပ်တရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

အပိုင်း(၁)

လောကလူသားတွေ အနေနဲ့ပဲ ပြောကြရအောင်၊ လူတွေဟာ ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်မျိုးဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားတာ၊ ရုပ်ဆိုတာ body ပေါ့၊ နာမ်ဆိုတာ mind၊ mind နဲ့ body ဒီနှစ်ခုပဲ ရှိတယ်၊ လူလို့ ပြောတဲ့အရာဟာ ဒီနှစ်မျိုးနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတာ ဖြစ်တယ်၊ ပထမ ဒီနှစ်မျိုးရဲ့ ခြားနားချက်ကို အရင်သိအောင် လုပ်ရမယ်။

နာမ်တရားဆိုတာ

နာမ်ဆိုတာက အာရုံကို သိတတ်တဲ့ သဘောတရားကို နာမ်လို့ ခေါ်တယ်၊ ပါဠိစာပေ ''နာမ''ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ဘာသာမပြန်တော့ဘဲ နာမ်လို့ ရေးလိုက်တာ၊ စကားလုံးမူရင်းက ''နာမ''၊ ''နာမ''ဆိုတာ ညွတ်ကိုင်းခြင်းလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်၊ ဘယ်ဘက်ကို ညွတ်ကိုင်းနေတာလဲလို့ဆိုတော့ အာရုံရှိတဲ့ဘက်ကို ညွတ်ကိုင်းနေတာ။

http://www.dhammadownload.com

နေကြာပန်းကလေးဟာ နေရှိတဲ့ဘက်ကို မျက်နှာမူပြီးတော့ နေလေ့ရှိသကဲ့သို့ လူတွေရဲ့ အသိစိတ်လို့ ပြောကြတဲ့ သဘာဝတရားဟာ အမြဲတမ်း အာရုံရှိရာကို ညွတ်နေတယ်။

ညွတ်တယ်ဆိုတာ အာရုံကို ရယူနေတယ်လို့ ပြောတာ၊ တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ် တစ်ယောက်တည်းနေတဲ့အခါ တစ်နေရာက 'ဒေါက်ခနဲ'လို့ အသံမကြားလိုက်နဲ့ အဲဒီနေရာ စိတ်ရောက်မသွားဘူးလား။ ဒါ ညွတ်သွားတယ်လို့ ခေါ်တာပဲ၊ အာရုံရှိတဲ့ဘက်ကို စိတ်ကလေးက ရောက်ရောက်ပြီးတော့ သွားနေတာ၊ အမြဲတမ်း အာရုံရှိတဲ့ဘက်ကို စိတ်က ဦးလှည့်သွားတာ။

''**နမတီတိ နာမံ**'' **နမတိ**– အာရုံရှိရာသို့ ကိုင်းညွတ်၍ နေတတ်၏။ **ဣတိ**–ထို့ကြောင့်၊ **နာမံ**– နာမမည်၏။ နာမ်တရားဆိုတာ အာရုံရှိရာကို ညွတ်ညွတ်သွားတဲ့သဘော၊ မျက်စိက မြင်လိုက်ရင်လည်း မြင်တဲ့အာရုံဘက်ကို စိတ်က ရောက်သွားတယ်၊ နားက ကြားလိုက်ရင်လည်း စိတ်က ကြားတဲ့ဘက်ကို ရောက်သွားတယ်၊ နှာခေါင်းထဲက အနံ့လေးတစ်ခု ရလိုက်ရင်လည်း ရတဲ့အာရုံဘက် စိတ်က ရောက်သွားတယ်၊ ထို့အတူပဲ၊ လျှာထဲမှာ အရသာ တစ်ခုခု ပေါ်လာလို့ရှိရင်လည်း ထိုအရသာဘက် စိတ်က ရောက်သွားတယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်က တစ်ခုခု ထိမိရင်လည်း ထိုအထိအတွေ့အာရုံပေါ်မှာ စိတ်က ရောက်သွားတယ်၊ ဘယ်ဟာမှ မထင်ရှားတဲ့အခါမှာ အာရုံရှိရာကို စိတ်ရောက်နေတာကို ''စိတ်ကူးတယ်''လို့ ပြောကြတယ်၊ ''တွေးနေတယ်'' လို့လည်း ပြောကြတယ်၊ အဲဒီ တွေးနေတာ၊ ကြံနေတာ၊ အာရုံရှိရာသို့သာ ညွတ်နေတာ အားလုံးဟာ ''နာမ''နာမ်တရားလို့

http://www.dhammadownload.com

ခေါ်တာ၊ အဲဒီ နာမ်တရားဆိုတာ ရုပ်တရားနဲ့ သဘာဝချင်း မတူပေမယ့်လို့ ယှဉ်တွဲပြီးတော့ အချင်းချင်း အပြန်အလှန် အကျိုးပြုပြီး နေကြတယ်။

ရုပ်တရား

ရုပ်တရားဆိုတာကတော့ အာရုံရှိတဲ့ဆီကို ညွတ်သွားတဲ့ သဘောမရှိဘူး၊ အာရုံကိုလည်း မသိဘူး၊ အာရုံကို သိတာက နာမ်တရား၊ အာရုံကို ရယူမှု မပြုတတ်တာဟာ ရုပ်တရားလို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒါက သဘာဝအနေနဲ့ ကြည့်ပြောတာ၊ အာရုံကို သိတာက နာမ်တရား၊ အာရုံကို မသိတာက ရုပ်တရားလို့ ခေါ်တယ်။

ဆိုပါစို့၊ တစ်နေရာရာမှာ ထိုင်နေတဲ့အခါ စိတ်ကလေး ကသာ ထိုင်နေတယ်လို့ သိတာ၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ငါ ထိုင်နေတာ ပါလားလို့ မသိဘူး၊ အိပ်ရာပေါ် လဲလျောင်းနေလို့ ရှိရင်လည်း အိပ်ရာက ငါ့ပေါ်မှာ လူတစ်ယောက် လဲလျောင်းနေတယ်လို့ မသိသလို လူရဲ့ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကလည်း ငါသည် အိပ်ရာပေါ်မှာ လဲလျောင်းနေတယ်လို့ မသိဘူး၊ သိတာက နာမ်တရားက သိနေတာ၊ မျက်လုံးကလည်း ငါမြင်တယ်လို့ မသိဘူး၊ နားကလည်း ငါ ကြားတယ်လို့ မသိဘူး၊ သိတာက နာမ်တရားက သိနေတာ၊ အဲဒီတော့ ရုပ်တရားဆိုတာ အာရုံကို မရယူတတ်ဘူး၊ အာရုံကို မပြုနိုင်ဘူး၊ ဒါကြောင့် အာရုံကို မသိတတ်ဘူးလို့ ဆိုတာဟာ ရုပ်တရားလို့ သဘာဝအားဖြင့် ရှေးဦးစွာ ဒီလိုခွဲခြား သိထား ရမယ်။

အဲဒီတော့ လူတွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ရုပ်,နာမ် နှစ်ရပ်

http://www.dhammadownload.com

ပေါင်းစပ်ထားတယ်၊ အာရုံကို မသိတတ်တဲ့ ရုပ်တရားနဲ့ အာရုံကို ရယူတတ်တဲ့ နာမ်တရား ဒီနှစ်ရပ်ကို ပေါင်းစပ်ပြီးတော့ လူလို့ အမည်ပညတ် တင်ထားကြတာ။ သမ္မုတိသစ္စာအနေနဲ့ ဒီ နှစ်ခု ပေါင်းစပ်နေတာကို ကြည့်ပြီး လူလို့ သတ်မှတ်တာ။

အဲဒီထဲမှာ ဒီကနေ့ ရုပ်တရားတွေ အကြောင်းကို လေ့လာ ကြည့်ရအောင်၊ အာရုံတွေကို မသိတတ်ပါဘူးလို့ဆိုတဲ့ ရုပ်တရား၊ လူရဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဆိုတာ ပြောလို့ အင်မတန် လွယ်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ မြင်နေရတယ်၊ အတုံးအခဲ ပုံသဏ္ဍာန် ရှိနေတယ်၊ တချို့ရုပ်က ကိုင်ကြည့်လို့ ရတယ်၊ တချို့ ရုပ်က မြင်လို့ရတယ်၊ တချို့ရုပ်က နားထောင်လို့ ရတယ်၊ တချို့ ရုပ်က အရသာခံကြည့်လို့ ရတယ်၊ တချို့က အနံ့ ရှုကြည့်လို့ ရတယ်၊ အဲဒီတော့ ရုပ်ဆိုတာက နာမ်လို အသိမခက်ဘဲနဲ့ ပေါ်ပေါ်လွင်လွင် ထင်ထင်ရှားရှား သိလွယ်တဲ့ အရာဖြစ်တယ်။

အဲဒီတော့ ဒီသိလွယ်တဲ့အရာတွေဟာ ရုပ်ခန္ဓာလို့ ဆိုတဲ့ လူရဲ့ ခန္ဓာကြီးထဲမှာ ရုပ်ပေါင်း ဘယ်လောက် စုဝေးနေသလဲ၊ ဖွဲ့စည်းထားသလဲဆိုတာ တစ်ခုချင်း တစ်ခုချင်း လေ့လာပြီးတော့ ကြည့်ကြရအောင်၊ အဲဒီလို လေ့လာတော့မယ်ဆိုရင် ''ရုပ်''ဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို ရှေးဦးစွာ မှတ်သားရမယ်။

''ရုပ်''ဆိုတဲ့စကားလုံးဟာ''ရူပ''ဆိုတဲ့ ပါဠိက လာတာ၊ ရူပလို့ ဆိုတဲ့နေရာမှာ အဓိပ္ပါယ် နှစ်မျိုးရှိတယ်လို့ မှတ်ရမယ်၊ ရုပ်အားလုံးကို ရည်ညွှန်းတဲ့အခါလည်း ရူပလို့ သုံးတယ်၊ တစ်ခါ တစ်ရံ မျက်စိက မြင်ရတဲ့ အဆင်းအာရုံကိုလည်း ရူပလို့ သုံးတယ်၊ ဒီနှစ်မျိုးဟာ မတူဘူးလို့ ခွဲခြားမှတ်ထားဖို့ လိုတယ်၊ နာမ်

http://www.dhammadownload.com

တရားတွေလို အာရုံကို မသိတတ်တဲ့ သဘောတရားကိုလည်း ရူပလို့ ခေါ်တယ်၊ မျက်စိဖြင့် မြင်ရတဲ့ အဆင်းကိုလည်း ရူပလို့ ခေါ်တယ်။

ဘာကြောင့် ရူပလို့ ခေါ်ရသလဲလို့ အဓိပ္ပါယ်ကို ဆင်ခြင် စဉ်းစားကြည့်၊ သံယုတ္တနိကာယ်''**ခဇ္ဇနီယသုတ္တန်**''မှာ ရူပရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ်တော်တိုင် ဖွင့်ဆိုပေး ထားတယ်။

ရုပ်ခေါ်ရခြင်း အကြောင်း

ကိဉ္စ ဝုစ္စတိ ရူပံ' ချစ်သားရဟန်းတို့ ဘာ့ကြောင့် ရုပ်လို့ ခေါ်တာတုန်းတဲ့၊ ဘာကြောင့် ရူပလို့ ခေါ်ရတာတုန်း။ ဒီစကားလုံးကို ဘာကြောင့် ဒီသဘာဝတရားတွေကို ဖော်ပြဖို့အတွက် ရူပဆိုတဲ့ စကားလုံး ဘာကြောင့် သုံးရတာတုန်းလို့ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက ဒီမေးခွန်းလေးနဲ့ မေးပြီးတော့ သူ့ဘာသာသူ ဖြေတယ်။

''**ရုပ္ပတီတိ ခေါ ဘိက္ခဝေ တသ္မာ ရူပန္တိ ဝုစ္စတိ**'' **ရုပ္ပတိ**– ပြောင်းလွဲတတ်၏၊ **ဣတိ**– ထို့ကြောင့်၊ **ရူပံ**– ရုပ်မည်၏၊ ချစ်သား ရဟန်းတို့– ရုပ်ဆိုတာ ပြောင်းလွဲတတ်တဲ့သဘော ရှိ တယ်တဲ့၊ ဒါကြောင့်မို့ ရုပ်လို့ ခေါ်တာ၊ ဖောက်ပြန်တယ်ဆိုတဲ့ အသုံးနဲ့ သုံးတာ ရှိတယ်၊ ရုပ်ဆိုတာ ဖောက်ပြန်တယ်ဆိုတဲ့ စကားလုံး သုံးလိုက်လို့ရှိရင် တစ်ခြားနေရာမှာ တစ်မျိုး သုံးနေ တာ ရှိတယ်၊ အကျင့်စာရိတ္တ ဖောက်ပြန်တယ်တို့၊ ကိုယ်ကျင့် တရား ဖောက်ပြန်တယ်တို့၊ ဖောက်ပြန်တယ်ဆိုတာက အမျိုးမျိုး ဖြစ်နေတာမို့ အဲဒီစကားလုံးကို ဘုန်းကြီးက မသုံးတော့ဘူး၊ ရုပ်ဆိုတာ ပြောင်းလွဲတတ်တယ်၊ ပျက်စီးတတ်တယ်၊ ထင်ထင်

http://www.dhammadownload.com

ရှားရှား ပြောင်းလွဲ ပျက်စီးတတ်တဲ့ သဘာဝတရားကို ရုပ်လို့ ခေါ်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို ဟောတာ။

ရုပ်၏ ပြောင်းလွဲပျက်စီးရခြင်း အကြောင်း

'ကေန ရုပ္ပတိ'– ဘာကြောင့် ပြောင်းလဲတာတုန်းတဲ့၊ သူ့ဘာသာသူ အလိုအလျောက် ပြောင်းတာလားလို့ဆိုတော့ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ အကြောင်းတရားတွေကြောင့် ပြောင်းတာ။

"**သီတေနပိ ရုပ္ပတိ**"– အအေးကြောင့်လည်း ပြောင်းသွားတယ်၊ ကိုယ့်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ် ရုပ်ကလေးတွေပဲ ကြည့်၊ ဒီပြင်ဟာတွေ မကြည့်နဲ့၊ အေးလို့ရှိရင်လည်း တစ်မျိုးဖြစ်သွားတယ်၊ အအေးထဲနေရင် တစ်မျိုး ဖြစ်သွားတယ်၊ ရာသီဥတု အလွန်အေးတဲ့ အရပ်ဒေသကလူတွေနဲ့ ပူတဲ့ အရပ်ဒေသက လူတွေနဲ့ အသားအရေချင်း တူရဲ့လား။ မတူဘူး၊ အေးတယ်ဆိုတာ အလွန်အကျွံ အေးတာကို ဆိုလိုတယ်၊ ရုပ်ဆိုတာ ရာသီဥတု အေးခြင်းကြောင့်ပဲ ဒီ ရုပ်တရားက ပြောင်းလွဲ ပျက်စီးသွားတယ်။

ဆိုပါစို့၊ ရေက နဂိုတုန်းက အရည်ပျော်ဝင်နေတာ၊ အရည်ပျော်ဝင်နေတဲ့ ရေကို ရေခဲသေတ္တာထဲ ထည့်၊ ရေခဲနိုင်တဲ့ အခန်းထဲ ထည့်ထားလိုက်လို့ရှိရင် ဒီရေဟာ အရည်ကနေ အခဲအဖြစ် ပြောင်းမသွားဘူးလား။ ပြောင်းသွားတယ်၊ အဲဒါမျိုးကို ဆိုလိုတယ်နော်၊ အသွင်သဏ္ဌာန် ပြောင်းသွားတယ်၊ ဒါကို 'သီတေနပိ ရုပ္ပတိ'လို့ ပြောရတာပေါ့၊ အအေးကြောင့်လည်း ပြောင်းသွားတယ်။

တချို့ သိပ်အေးတဲ့ အရပ်တွေမှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ခန္ဓာကိုယ်မှာ အကာအကွယ်တွေ လုပ်ရတယ်၊ အကာအကွယ်

http://www.dhammadownload.com

မလုပ်နိုင်လို့ရှိရင် နှာခေါင်းဖျားလေးတွေ နားရွက်ဖျားလေးတွေ မည်းလာတယ်၊ အအေးလောင်တယ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အပူလောင်သလို အအေးကလည်း လောင်တာပဲ၊ Frostbite လို့ အင်္ဂလိပ်လို ခေါ်တယ်၊ Frost ဆိုတာ ရေခဲလောက်အောင် အေးတဲ့ အအေးလို့ ပြောတာ၊ အဲဒီအအေးရဲ့ ကိုက်တဲ့ဒဏ်ကို ခံရသည့်အတွက်ကြောင့် နှာခေါင်းဖျားလေးတွေ မည်းသွားတယ်။

ဝေရက်တောင်တက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဒါမျိုးတွေ ကြုံတတ်တယ်၊ နားရွက်ဖျားလေးတွေ သွေးမရောက်တဲ့အခါကျတော့ ဒါလေးတွေ မည်းပြီး ပုပ်သွားတတ်တယ်၊ အကာအကွယ် မလုပ်လို့ရှိရင် သွေးမသွားနိုင်သည့်အတွက်ကြောင့် ခြေဖျားလက်ဖျားလေးတွေဟာ မည်းပြီး ပုပ်သွားတတ်တယ်၊ ဒါ ဘယ်သူ့ကြောင့် ပြောင်းလွဲသွားတာတုန်းဆိုတော့ အအေးကြောင့် ပြောင်းလွဲသွားတာ၊ အလွန် အေးတဲ့ထဲ ထည့်ထားလို့ရှိရင် ရေခဲသေတ္တာထဲ ထည့်ထားလို့ရှိရင် ဟင်းရွက်တွေလည်း တဖြည်းဖြည်းကျတော့ နွမ်းသွားတာပဲ၊ ကြာရှည်ခံတယ်လို့ ဆိုပေမယ့် လွန်ကဲလာရင်တော့ နွမ်းသွားတာပဲ။

ဒါကြောင့်မို့ "**သီတေနပိ ရုပ္ပတိ**" အအေးကြောင့်လည်း ဒီရုပ်ကြီးဟာ ပြောင်းလွဲသွားနိုင်တယ်၊ ပျက်စီးသွားနိုင်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ရုပ်လို့ခေါ်တယ်၊ ဒါကို အင်္ဂလိပ်လိုပြန်တဲ့ အခါကျတော့ changes လို့လည်းပြန်တယ်၊ perish လို့လည်း ပြန်တယ်၊ changes ဆိုတာ ပြောင်းလွဲသွားတာ၊ perishဆိုတာ ပျက်စီး သွားတာ၊ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ အအေးနဲ့ တွေ့ရင်လည်း ပြောင်းလဲ ပျက်စီးသွားနိုင်တယ်၊ လွန်ကဲတဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်

http://www.dhammadownload.com

အအေးနဲ့တွေ့ရင် ပြောင်းလွဲပြီးတော့ ပျက်စီးသွားနိုင်တယ်၊ ရောဂါ အခဲအဖြစ် ရောက် သွားတယ်၊ ပြောင်းလွဲသွားတယ်၊ ပြောင်းလွဲ သွားတာလည်း ရုပ်ပဲ၊ ပျက်စီးသွားတာလည်း ရုပ်ပဲ၊ ဒီလို ဆိုလိုတယ်။

''**ဥဏှေနပိ ရုပ္ပတိ**'' အပူနဲ့တွေ့ရင်လည်း ပြောင်းလွဲသွား နိုင်တယ်၊ ပျက်စီးသွားနိုင်တယ်၊ လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်လည်း ဒီအတိုင်း ပဲ၊ မီးလောင်လိုက်လို့ အပူတွေ့သွားပြီ၊ သိပ်ပူတဲ့အပူနဲ့ တွေ့လိုက် လို့ရှိရင် လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ဘယ်ခံနိုင်မလဲ၊ မီးလောင်ခံရရင် မီးလောင်တဲ့နေရာဆို မည်းသွားမှာပေါ့၊ အရေတွေ ကွာသွား မှာပေါ့၊ ပြောင်းလွဲသွားတယ်၊ ပျက်စီးသွားတယ်၊ အပူကြောင့် လည်း ပြောင်းလွဲ ပျက်စီးတယ်၊ ခုနရေကို အပူပေးလိုက်တဲ့အခါကျ အငွေ့ဖြစ်သွားတယ်၊ ပြောင်းသွားတယ်၊ အရည်ကနေ အငွေ့ ဖြစ်သွားတယ်၊ ဒါဘာကြောင့် ပြောင်းတာလဲဆိုတော့ ဆန့်ကျင် ဘက် အပူကြောင့် ပြောင်းတာ၊ ထို့အတူပါပဲ။

'**ဇိဃစ္ဆာယ ပိ ရုပ္ပတိ**' ဆာရင်လည်း ပြောင်းသွားတယ်၊ '**ပိပါသာယ ပိ ရုပ္ပတိ**' ရေငတ်ရင်လည်းပဲ ပြောင်းလွဲ ပျက်စီး တယ်၊ ရုပ်တရားတွေကို လူသားသတ္တဝါတွေနဲ့ ရည်ညွှန်းပြီး တော့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတော်မူထားတယ်၊ ထမင်း ဆာတာ လည်း အလွန်ဆာရင် ပြောင်းလဲသွားတတ်တာပဲ၊ ရေ သိပ်ဆာ တယ် ရေမသောက်ရဘူး ဆိုရင်လည်း ပြောင်းလွဲသွားတာပဲ၊ ပျက်စီးသွားနိုင်တယ်၊ ရေငတ်ရင်လည်း သေတာပဲ၊ အစာ ငတ်ရင် လည်း သေတာပဲ၊ ရုပ်တရားတွေဟာ ပြောင်းလွဲနိုင်တယ်၊ မခံ နိုင်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

ခြင်ကိုက်လို့ရှိရင်လည်း ပြောင်းတယ်၊ ခြင်ကိုက်လို့ ရှိရင်လည်း အရေပြားပေါ်မှာ အဖုကလေးတွေ ဖြစ်လာတယ်၊ ပြောင်းလွဲနေတယ်နော်၊ တချို့ကျတော့ spot အပြောက်လေးတွေ ထင်လာတယ်၊ ခြင်ကိုက်တဲ့နေရာမှာ အနီပြောက်လေးတွေ အနီစက်လေးတွေ ပေါ်လာတယ်၊ ဒါ ပြောင်းလွဲမှုပဲ၊ ပကတိ အသားအရေကနေ ပြောင်းလွဲပြီးတော့သွားတာ၊ မှတ်တို့ ခြင်တို့ ဒီအကောင်တွေ ကိုက်တယ်၊ ဟော ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ အနေအထားရုပ်သဘာဝတရားတွေဟာ ပြောင်းလွဲပြီးတော့ ပျက်စီးတတ်တယ်တဲ့၊ မြတ်စွာဘုရားက လွယ်လွယ်လေး သိအောင် ရုပ်ဆိုတာ ဆန့်ကျင်ဘက်နဲ့ တွေ့ရင် ပြောင်းပြောင်းသွားတဲ့ သဘောတရားတွေကို ပြောတာပါတဲ့။

သဘာဝကိုက ပြောင်းသွားတဲ့ အနေအထားရှိတယ်လို့ ''ခဇ္ဇနီယ''သုတ္တန်မှာ မြတ်စွာဘုရားက ရုပ်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို ဒီလို ဖွင့်ဆိုထားတယ်၊ အဲဒီတော့ ပြောင်းလွဲတတ်တဲ့သဘော ဆန့်ကျင်ဘက် အကြောင်းတရားနဲ့ ဆုံစည်းတဲ့အခါ ပြောင်းလွဲတတ်တဲ့ သဘော, ပျက်စီးတတ်တဲ့သဘောကို ရုပ်လို့ ခေါ်ပါတယ်လို့ ဒါ ပထမ မှတ်ထားရမှာနော်။

ကောင်းပြီ၊ ဒီလို ပြောင်းလွဲပျက်စီးတတ်တဲ့ သဘာဝတရား၊ ထိုပြောင်းလွဲပျက်စီးတတ်တဲ့ သဘာဝတရားသည် အာရုံကို ရယူနိုင်စွမ်း မရှိဘူး၊ ဆန့်ကျင်ဘက် တွေ့ရင် ပြောင်းသွားတယ်၊ ပျက်စီးသွားတယ်၊ ရေကို အပူပေးလိုက်ရင် အခိုးအငွေ့ ဖြစ်သွားတယ်၊ အခိုးအငွေ့ကို တစ်ခါ အအေးနဲ့ ပြန်ပြီးတော့ စုစည်းလိုက်ပြန်ရင် အရည်ပျော်သွားပြန်တယ်၊ အဲဒီ အရည်ကိုမှ တစ်ခါ

http://www.dhammadownload.com

ပိုပြီးတော့ အေးအောင် လုပ်လိုက်လို့ရှိရင် အခဲဖြစ်သွားပြန်တယ်၊ အပူ့,အအေးဆိုတဲ့ ဒီဆန့်ကျင်ဘက် အကြောင်း တရားတွေကြောင့် ပုံသဏ္ဌာန်တွေ အမျိုးမျိုး ပြောင်းပြီးတော့ နေတာဟာ ရုပ်တရား။

လူ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရှိတဲ့ရုပ်တွေလည်း ဒီလိုပဲ၊ ဆန့်ကျင်ဘက် အပူတွေ တွေ့မယ်၊ ဆန့်ကျင်ဘက် အအေးတွေ လွှန်ကဲတာတွေနဲ့ တွေ့မယ်ဆိုရင် ပြောင်းလွဲသွားနိုင်တယ်လို့ ဒီလို မှတ်ရမယ်နော်၊ အပြင်ဘက် ဗဟိဒ္ဓမှာလည်း ထို့အတူပဲ၊ ဒီလို ပြောင်းလွဲနေတာ၊ ရုပ်ဆိုတဲ့ သဘာဝတရားသည် သတ္တဝါတွေရဲ့ သန္တာန်မှာသာ ရှိတာမဟုတ်ဘူး၊ အပြင် ဩကာသ လောကကြီးမှာလည်း ရှိတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။

ပထဝီရုပ်

ပန်းပွင့်ကလေးတွေ ကြည့်၊ ပန်းပွင့်ကလေးဟာ ရုပ်သက်သက်နဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတာ၊ ပန်းပွင့်ကလေး တစ်ပွင့်မှာ ရုပ်ပေါင်း ဘယ်လောက် ရှိသလဲဆိုတော့ ပန်းပွင့်ကလေးမှာ မာတဲ့ ပျော့တဲ့ သဘောလေးနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားပြီး သူ့ရဲ့သဏ္ဌာန်လေး ပေါ်နေတာဟာ အမာခံရုပ်လေးပဲနော်၊ အဲဒီ အမာခံသဘောလေးပေါ်မှာ ဘာတွေ ရှိနေလဲဆိုရင် စုစည်းထားတဲ့သဘော ရှိတယ်၊ ပန်းပွင့်ကလေးဟာ အမှုန့်ကြိတ်လိုက်မယ်ဆိုရင် အမှုန့်ကလေးတွေ မဖြစ်ဘူးလား၊ ဒီ ပန်းပွင့်ကလေးတွေရဲ့ ဒီလို ပန်းပွင့်သဏ္ဌာန်လေး ဖြစ်နေအောင် စုစည်းထားနိုင်အောင် အခြေခံ အမာခံသဘောလေးကို 'ပထဝီရုပ်'လို့ ခေါ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

အာပေါရုပ်

အဲဒီလို အမှုန့်ကလေးတွေကို စုပြီးတော့ ဟောဒီလို သဏ္ဌာန်လေးဖြစ်နေအောင် အာပေါကနေ စုစည်းပေးထားတာ၊ စုစည်းပေးပေးထားတဲ့ သဘောကိုတော့ 'အာပေါရုပ်'လို့ သိရမယ်၊ မုန့် ဖုတ်ချင်တယ်ဆိုရင် ဂျုံမှုန့်တွေကို အခဲဖြစ်အောင် ဘာနဲ့လုပ်၊ ရေနဲ့လုပ်၊ ရေနဲ့ ထည့်ပြီး နယ်လိုက်ရင် အခဲဖြစ်သွားတယ် မဟုတ်လား။ ဒီလို အမှုန့်လေးတွေကို ဘယ်သူက စုစည်းလိုက်တာတုန်းဆိုရင် ရေက စုစည်းလိုက်တာ၊ ဒီအတိုင်းပဲ၊ ဒီပန်းပွင့်ကလေးကို ဒီလိုသဏ္ဌာန်လေး ဖြစ်နေအောင် ဘယ်သူက စုစည်းထားတာတုန်းဆိုရင် အာပေါဆိုတဲ့ ရေဓာတ်က စုစည်းလိုက်တာ။

တေဇောရုပ်

အဲဒီ သဏ္ဌာန်လေးဖြစ်နေတဲ့ ပန်းပွင့်ကလေးဟာ ဒီအတိုင်းတည်ပြီးတော့ ကြာကြာ မနေဘူး။ အပူ,အအေး ဆိုတာလေးတွေနဲ့ တွဲနေရသည့်အတွက်ကြောင့် သူဟာ လန်းဆန်းလာတယ်၊ အအေးနဲ့ တွေ့ရင် လန်းဆန်းလာတယ်၊ တဖြည်းဖြည်း ရင့်လာပြီး အပူနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ ရင့်ရော်ပြီးတော့ နွမ်းပြီး ကြွေသွားတယ်၊ အဲဒါက ဘယ်သူကနေ စွမ်းဆောင်နေတာတုန်းဆိုတော့ တေဇောရုပ်ကနေ စွမ်းဆောင်နေတယ်လို့ ပြောတယ်။

ဝါယောရုပ်

ထိုပန်းပွင့်ကလေးဟာ တစ်နေရာတည်း အခုလို စုနေအောင် ဘယ်သူက တွန်းအားပေးနေတုံး။ ဘယ်သူက ထောက်ပံ့ထားတာတုန်းဆိုရင် ဝါယောဆိုတာက ထောက်ပံ့ပေး ထားတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

လူပ်လို့ ရှားလို့ရနေအောင် ထောက်ပံ့ပေးထားတယ်၊ တကယ် ကြည့်လိုက်တော့ ဒီ ရုပ်သဘော ၄–ပါး (ဓာတ်ကြီး ၄–ပါး)ပဲ ပန်းပွင့်ကလေးမှာ စုစည်းထားတာ။

မုန့်တုံးလေး တစ်တုံးကိုပဲ ကြည့်၊ မုန့်တုံးလေး တစ်တုံးဟာ အတုံးလေး ဖြစ်နေတာ၊ ထိုအတုံးလေးမှာ ဘာတွေရှိတုန်း၊ ဒီလို အတုံးလေးဖြစ်နေအောင် ပထဝီဆိုတဲ့ ဂျုံမှုန့်လေးတွေကို ဘယ်သူ က စုထားတုန်းဆိုရင် အာပေါက စုထားတယ်၊ ထိုအတုံးလေး မာနေအောင် တေဇောက လုပ်ပေးတယ်၊ တဖြည်းဖြည်း မာလာ တယ်၊ ဒီလို မာပြီးတော့ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ မဆက်ဆံအောင် တွန်းပြီးတော့ ပေးထားတာ ဝါယောက ပေးထားတယ်၊ အဓိကက မုန့်တုံးဆိုတဲ့ ရုပ်ထဲမှာ ကြီးကျယ် ထင်ရှားနေတဲ့ ရုပ်ကြီး (မဟာ ဘုတ်ရုပ်ကြီး) ၄–ပါး ပါဝင်နေတယ်။

မဟာဘုတ်ရုပ် ၄–ပါး (အခြေခံမှီရာရုပ်)

ဒါကြောင့်မို့ ရုပ်အကြောင်းကို လေ့လာမယ်ဆိုရင် မြတ်စွာ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်က "အေး– ရုပ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာတွေ တုံးလို့မေးတော့ မဟာဘုတ် ၄–ပါး၊ တစ်နည်းအားဖြင့်ခေါ်ရင် ဓာတ်ကြီး ၄–ပါးရယ်၊ အဲဒီ မဟာဘုတ် ၄–ပါးကို မှီပြီးတော့ ရုပ်တည်နေရတဲ့ ရုပ်တွေကို 'ဉပါဒါရုပ်'လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီတော့ ရုပ်တွေကို အကျဉ်းအားဖြင့် မဟာဘုတ်ရုပ်နဲ့ ဉပါဒါရုပ်လို့ နှစ်ခု မှတ်ရမယ်။

မဟာဘုတ် (၄)ပါးရယ်၊ ဉပါဒါရုပ်က (၂၄)ပါးရယ် အားလုံး ပေါင်းလိုက်လို့ရှိရင် (၂၈)ပါး ရှိတယ်၊ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ဆင်ခြင် စဉ်းစားပြီးတော့ ကြည့်ရမယ်၊ မဟာဘုတ် လေးပါးဆိုတာ အားလုံး

http://www.dhammadownload.com

သိကြတဲ့အတိုင်း ပထဝီ, အာပေါ, တေဇော, ဝါယော၊ ဒါက ပါဠိလိုပြောတဲ့ အမည်ပညတ်တွေ၊ မြေ ရေ လေ မီး ဓာတ်ကြီး လေးဖြာတဲ့၊ **ပထဝီဆိုတာ မြေ၊ အာပေါဆိုတာ ရေ၊ တေဇော ဆိုတာ မီး၊ ဝါယောဆိုတာ လေ၊** မြေ ရေ လေ မီး ဓာတ်ကြီး လေးဖြာ၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါးရဲ့ နာမည်နဲ့ ဒါတွေကို နာမည်ပေး ထားတာ၊ ဓာတ်ကြီး ၄–ပါးဟာ တစ်ခုရှိရင် ကျန်တဲ့သုံးခုရှိတယ်၊ သူတို့ဟာ အမြဲ တွဲနေတယ်၊ အမြဲ တွဲနေပေမယ်လို့ quantity ချင်း အတိုင်းအတာ ပမာဏချင်းတော့ မတူဘူး၊ ဟုတ်ရဲ့လား၊ ဒီလေးခုသည် ခွဲလို့မရအောင်ကို စုတွဲပြီးတော့နေကြတယ်၊ ဘယ် နေရာမှာပဲဖြစ်ဖြစ် သက်ရှိသတ္တဝါရဲ့ သန္တာန်မှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ သက်မဲ့ အရာဝတ္ထုတွေမှာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ အဲဒီ လေးခု ခွဲမရအောင် စုပြီးတော့ တည်နေတယ်၊ ရေထဲမှာလည်း ဟောဒီ လေးခုရှိတယ်၊ မီးထဲမှာ လည်း ဟောဒီ လေးခုရှိတယ်၊ အခြေခံအားဖြင့် ပြောရင် ဒီ လေးခုဟာ ဘယ်နေရာမှ ခွဲပြီးတော့ မနေဘူး၊

ခုနက ပန်းပွင့်ကလေးကို ကြည့်လေ၊ ပန်းပွင့်ကလေးမှာ ပုံသဏ္ဌာန် အမာခံအနေနဲ့ တည်ရှိနေတာ ပထဝီ၊ မြေလို့ဆိုပြီး တင်စားပြီး ခေါ်တဲ့အရာနော်၊ လောကမှာ မြေကြီးပေါ်မှာ သစ်ပင် တွေ, တောတောင်တွေ, အိမ်တွေ, အရာဝတ္ထုတွေ တည်နေတယ် မဟုတ်လား မြေကြီးမရှိရင် ရပ်တည်လို့ ရရဲ့လား၊ အားလုံးဟာ မြေကြီးပေါ်မှာ တည်နေကြတာ၊ ထို့အတူပဲ ရုပ်အားလုံးဟာ ပထဝီပေါ်မှာပဲ တည်နေတယ်၊ အဲဒါကြောင့်မို့ မြေလို့ပြောတာ၊ ရုပ်အားလုံးဟာ ပထဝီဆိုတဲ့ မြေဓာတ်ပေါ်မှာ မြေကြီးပေါ်မှာ တည်နေကြတယ်၊ မြေကြီးကို ပထဝီခေါ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ သဘော

http://www.dhammadownload.com

ကတော့ တည်ရာဆိုတဲ့ သဘာဝတရားလို့ အဓိပ္ပာယ် ပြောမှနော်။

ဒီတော့ ပန်းပွင့်လေးမှာ ဘာတွေ တည်နေတုန်း ကြည့်လိုက်တော့ ဟောဒီလို စုစုစည်းစည်း သဏ္ဍာန်လေး ပေါ်နေတာ ဒါ ပထဝီပဲ၊ အဲဒီလို သဏ္ဍာန်လေး ပေါ်နေအောင် ဘယ်သူက စုစည်းထားတာတုန်းဆိုရင် အာပေါက စုစည်းပေးထားတာ၊ ရေဓာတ်က စုစည်းပေးထားတာ၊ ရေဓာတ် မရှိဘူးဆိုရင် တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ဖရိုဖရဲ ကွဲထွက်သွားမှာပဲ၊ မုန့်မှုန့်ကလေးတွေဟာ ရေခန်းခြောက်သွားရင် အမှုန့်ကလေးတွေ ပြန်ဖြစ်သွားတယ်၊ ရေကနေ ဆွဲပြီး စုပေးထားတဲ့အခါကျတော့ အလုံးအခဲလေးဖြစ်နေတယ်၊ ပထဝီဆိုတဲ့ အမာခံကို အာပေါကနေပြီးတော့ စုစည်းပေးထားတယ်။

အဲဒီ စုစည်းထားတဲ့ အရာလေးဟာ ပူမှု အေးမှုလေးတွေကနေ ရင့်ကျက်အောင် လုပ်ပေးနေတယ်၊ ဟော မာသွားတယ် ပျော့သွားတယ်၊ သူက ဖန်တီးပေးနေတာ၊ တေဇောကနေ ဖန်တီးပေးနေတာ။

အာပေါက စုစည်းထားတာကို ပြန်ပြီး ပြိုလဲမသွားအောင် ဘယ်သူက ထောက်ထားတုန်းဆိုရင် ဝါယောကနေ ထောက်ပေးထားတယ်၊ သူ စုစည်းပေးထားတာ ပြိုကျမသွားဘူး၊ ဝါယောကနေ ထောက်ပေးထားတာ ပန်းပွင့်ကလေး အလုံးအခဲဖြစ်နေတာ။

တကယ်ဆိုရင် ဟောဒီ ပန်းပွင့်သဏ္ဍာန်လေး ဖြစ်နေတာ၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါးဟာ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ သူ့ရဲ့ စွမ်းဆောင်မှုနဲ့

http://www.dhammadownload.com

စုပေးထားလို့ ဒီပုံစံလေး ဖြစ်နေတာ၊ ဒါကြောင့် ခတ်ကြီး လေးပါးကို အခြေခံရုပ်လို့ ခေါ်တယ်။

အဆင်းရုပ် (ဝဏ္ဏ)

အဲဒီ အခြေခံရုပ်မှာ မျက်စိက မြင်လို့ရတဲ့ အဆင်း ဆိုတာ ရှိမယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ပန်းပွင့်ကို လူတွေ ကြည့်လို့ရတယ် ပေါ့၊ ဒီ ခတ်ကြီးလေးပါးကို မြင်ရတာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီ ခတ်ကြီး လေးပါးကို မှီနေတဲ့ အဆင်းဆိုတဲ့ ရုပ်တစ်မျိုး ရှိနေတယ်၊ ဒီ ခတ်ကြီးလေးပါးရဲ့ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကို မြင်နေရတယ်၊ ပုံ သဏ္ဌာန် နဲ့ ဒီအဆင်းအရောင်ကို မျက်စိနဲ့ ကြည့်လို့ ရတယ်၊ အဲဒီမျက်စိနဲ့ ကြည့်လို့ရတာတွေက ခုန ခတ်ကြီးလေးပါး မဟုတ်ဘူး။ ခတ်ကြီး လေးပါးကို မှီနေတဲ့ သဘာဝ တရားတစ်ခု၊ ဘာ သဘာဝ တုံးလို့ဆိုရင် 'မြင်လို့ရတဲ့ သဘာဝ'ကို ပြောတာပါ။

အသံကျတော့ မြင်လို့ရရဲ့လား၊ အသံနဲ့ ကွဲပြား ခြားနား တယ်၊ မျက်စိနဲ့ မြင်လို့ရတယ်ဆိုတာ သဘာဝတစ်ခု၊ မျက်စိနဲ့ ကြည့်လို့ရတယ်ဆိုတာ သဘာဝတစ်ခု၊ အရာခပ်သိမ်းကို မျက်စိနဲ့ ကြည့်လို့ ရရဲ့လား၊ အေး ဒါကြောင့် မျက်စိနဲ့ မြင်ရတယ် ဆိုတာ ခုနက ပထဝီ အာပေါ တေဇော ဝါယောတို့ကို မြင်ရတာ မဟုတ်ဘူး။ မျက်စိက မြင်ရတာ အဆင်းအာရုံကိုမြင်တာ၊ အဲဒါက "ဝဏ္ဏ"လို့ခေါ်တဲ့ ရုပ်တစ်မျိုး။ ဒီရုပ်ကလေး ဘယ်ပေါ်မှာ မှီနေ တုန်းဆိုရင် ခုနက ခတ်ကြီးလေးပါးပေါ် မှီနေတာ၊ ဒီခတ်ကြီး လေးပါး ဖယ်လိုက်ရင် သူ ရပ်တည်လို့ မရတော့ဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ 'ဥပါဒါရုပ်'လို့ ခေါ်ရတယ်။

http://www.dhammadownload.com

အနံ့ရုပ် (ဂန္ဓ)

ကဲ နောက်တစ်ခု၊ အဲဒီ အစုလေးပေါ်မှာ နမ်းရှုလို့ရတာ ဘာတုံးဆိုရင် အနံ့တဲ့၊ ဘယ်အရာပဲဖြစ်ဖြစ် သူ့ဆိုင်ရာ အနံ့လေးတွေ ရှိကြတယ်၊ ပန်းမှာလည်း ပန်းရဲ့အနံ့လေး ရှိတယ်၊ အဲဒီ အနံ့လေးကရော ဓာတ်ကြီးလေးပါး ဟုတ်ရဲ့လား၊ မဟုတ်ဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် နှာခေါင်းနဲ့ နမ်းရှုလို့ရတဲ့အရာ သက်သက်သာ ဖြစ်တယ်၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါးက နှာခေါင်းနဲ့ နမ်းရှုလို့ မရဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ အနံ့ဆိုတာ ရုပ်တစ်မျိုး၊ ဒါက လည်း မဟာဘုတ်လေးပါးကို မှီပြီးဖြစ်တဲ့ ဥပါဒါရုပ်ပါပဲ၊

ရသရုပ် (ရသ)

နောက်တစ်ခု ကြည့်ဦးမယ်၊ ဘာတွေ့သေးတုန်းဆိုရင် 'ရသ' အရသာ၊ လျှာနဲ့ လျက်ကြည့်လို့ရှိရင် အရသာတစ်မျိုး တွေ့လိမ့်မယ်၊ အဲဒီ ရသဆိုတာ ပထဝီ အာပေါ တေဇော ဝါယော ဆိုတဲ့ ဓာတ်ကြီးလေးပါးပေါ်မှာ တည်ပြီးတော့ လျှာနဲ့ ခံယူလို့ရတဲ့ ဇိဝှာဝိညာဏ်လို့ခေါ်တဲ့ လျှာအသိစိတ်နဲ့သာ သိနိုင်တဲ့အရာမျိုး ဖြစ်သောကြောင့် သူကလည်း ရုပ်တစ်ခုပဲ။

ဩဇာရုပ် (ဩဇ)

အရာခပ်သိမ်းမှာ အကျိုးတစ်ခုကို ထုတ်လုပ်နိုင်တဲ့ စွမ်းဆောင်ချက် သတ္တိကလေးတွေရှိတယ်၊ ပန်းပွင့်ထဲမှာလည်း သတ္တိကလေးတွေ ရှိတယ်၊ ထင်ရှားတာနဲ့ မထင်ရှားတာ ဒါပဲ ကွာတယ်နော်၊ ဗဟိဒ္ဓဝတ္ထုမှာ စွမ်းရည်သတ္တိလေးတွေ ရှိကြတယ်၊ အဲဒီ စွမ်းရည်သတ္တိလေးတွေကို 'ဩဇ'လို့ ခေါ်တယ်၊ Nutritive Essence အနှစ်သာရ၊ ကြည့်လေ၊ လူတွေ အဲဒါ စားပြီးတော့

http://www.dhammadownload.com

အသက်ရှင်နေကြတာပဲ၊ ကန်စွန်းရွက် စားပြီးတော့ အသက်ရှင်ရတယ်၊ ဆန်စားပြီးတော့ အသက်ရှင်ရတယ်၊ ဂျုံ စားပြီးတော့ အသက်ရှင်ရတယ်၊ အဲဒီ ဂျုံထဲမှာပါတဲ့ ဩဇဓာတ်၊ ဟင်းသီး ဟင်းရွက်တွေမှာပါတဲ့ ဩဇဓာတ် vitamin လို့ခေါ်ခေါ် ဘာခေါ်ခေါ် ပါဠိလိုက "ဩဇ"၊ အဲဒီ ဩဇဆိုတာလည်း နေရာတကာ ရှိတယ်၊ ရုပ်တိုင်းမှာ ရှိတယ်။ ဓာတ်ကြီးလေးပါးကို မှီတည်ပြီးတော့နေရတယ်၊ ဒါကြောင့် သူကလည်း ဥပါဒါရုပ်ပဲ။

ဩဇဆိုသည်မှာ တစ်စုံတစ်ခုကို ဖြစ်ပွားစေနိုင်တယ်၊ တချို့ အရွက်ကို သွားမစားနဲ့၊ ဝမ်းသွားတယ်၊ သူ့ရဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိပဲ၊ သူက effect ဖြစ်တယ်၊ ဟုတ်ရဲ့လား၊ 'စူလာနဖာ' သောက်ရင် ဘာဖြစ်တယ် ညာဖြစ်တယ်၊ စူလာနဖာ သောက်ပြီးတော့ လူတွေ အမျိုးမျိုး ဖြစ်ကြတာတွေရှိတယ် မဟုတ်လား၊ အခုတစ်ခါ 'ဗိစပ်' ဆိုတာ လာပြန်တယ်၊ ဒီအရွက်တွေမှာ သဘာဝ သတ္တိကလေးတွေ ရှိတယ်ဆိုတာ သေချာတယ်လေ။

အဆိပ်မှာလည်း အဆိပ်ရဲ့သတ္တိရှိတယ်၊ အဲဒီသတ္တိက အကျိုးတစ်ခုခု ထုတ်လုပ်နိုင်တယ်၊ ဒါကို ဩဇလို့ ပြောတာ၊ အကျိုးတစ်ခုကို ထုတ်လုပ်နိုင်တယ်၊ ဒီဩဇက လူကို အကျိုးပြုတာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အပြစ်အနာအဆာ ရောဂါဖြစ်စေတတ်တာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ဘယ်ဟာပဲဖြစ်ဖြစ် ဩဇဆိုတဲ့ ဓာတ်ဟာ လူကို အကျိုးပြုတာလည်း ရှိသလို အကျိုးမပြုတာလည်း ရှိတယ်ပေါ့၊ effect အကျိုးတစ်ခုခုကို ထုတ်လုပ်တာ မှန်သမျှက ဩဇ၊ သူ ဖြစ်ပေါ်လာပြီးတဲ့ နောက်မှာဆိုရင် သူက အကျိုး တစ်ခုခု ဖြစ်စေတယ်တဲ့၊ ဒါကြောင့်မို့ ဩဇလို့ ခေါ်တာတဲ့။

http://www.dhammadownload.com

အဋ္ဌကလာပ်ရုပ် ၈–ပါး

အေး ပေါင်းလိုက်တော့ ဓာတ်ကြီးလေးပါးဆိုတဲ့ မဟာဘုတ်ရုပ် ၄–ခုရယ်, ဓာတ်ကြီးလေးပါးကို မှီတွယ်နေတဲ့ အခုပြောခဲ့တဲ့ ဥပါဒါရုပ် ၄–ခုရယ် ဒီ ၈–ခုဟာ ဘယ်တော့မှ ခွဲလို့မရဘူးတဲ့၊ ခွဲလိုက်ရင် ရုပ်ကို မဟုတ်တော့ဘူး၊ တစ်ခုစီ ခွဲထားလိုက်လို့ ရှိရင် ရုပ်လို့ မခေါ်နိုင်တော့ဘူး၊ ပြိုကွဲသွားပြီ၊ သဘာဝက ပျောက်သွားပြီ။

အခုခေတ် သိပ္ပံဆရာတွေ ပြောတယ်မဟုတ်လား၊ ရေကို H_2O လို့ သင်္ကေတနဲ့ ပြောတယ်၊ ဟိုက်ဒရိုဂျင်အက်တမ် နှစ်ခုနဲ့ အောက်ဆီဂျင်အက်တမ် တစ်ခု–သုံးခုပေါင်းထားတာကို water (ရေ)လို့ ခေါ်တာ မဟုတ်လား၊ သဘာဝတွေ ပေါင်းစပ်ထားတာကို ပြောတာ။

ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာမှာတော့ ရေဟာ ရုပ် ၈–ခုအပေါင်း အက်တမ်သုံးခုတင် မကဘူး၊ ၈–ခု ပေါင်းထားတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာတရားက ပိုပြီးတော့ နက်နဲတယ်လို့ ပြောတာ၊ ဘုန်းကြီးတို့ တစ်နေ့တုန်းက ဘုန်းကြီးတို့ဆီ စာသင်နေတဲ့ ပြင်သစ်ဒကာကြီးတစ်ယောက်က ဘာသာပြန်တာလေး တစ်ခုနဲ့ စပ်ပြီးပြောတယ်၊ အဘိဓမ္မာကို "philosophy"လို့ ပြန်ထား တာကိုကြည့်ပြီး ဘာပြောတာတုန်းဆိုရင် philosophy တို့ psychology တို့ဆိုတာက အပေါ်ယံလေးပဲတဲ့၊ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာက ဒီထက်နက်နဲတယ်တဲ့၊ psychology လို့ မပြန်ထိုက်ဘူးတဲ့၊ ဆိုက်ကိုလော်ဂျီဆိုတာ ဘာမှ လေးနက်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ဖီလိုဆော်ဖီက

http://www.dhammadownload.com

လည်း ဒီလောက် မလေးနက်ဘူးတဲ့၊ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာက အဲဒီထက် နက်နဲတယ်တဲ့။

ကြည့်၊ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာက သူတို့ မတွေ့သေးတာတွေကို ဖေါ်ပြတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားက နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀-ကျော် ကတည်းက ဟောဒီရုပ်တရားတွေကို အသေးစိတ် ဟောနေပြီနော်၊ အသေးဆုံး ရုပ်ကလေး မြူမှုန်ကလေးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဆိုပါစို့၊ နေ့စဉ် စားတဲ့ထဲမှာပါတဲ့ ပဲစေ့လေး သို့မဟုတ် ထမင်းလုံးကလေးကို ကြည့်ရအောင်၊ အဲဒီထမင်းလုံးလေးဟာ ဒီလိုသဏ္ဌာန်လေး ဖြစ်နေ တာက ဘယ်သူ့အပေါ်မှာတည်ပြီး စုစည်းရတာတုန်းဆိုရင် ပထဝီပေါ်မှာ တည်ပြီး စုစည်းရတာ၊ အားလုံး တည်နေရာကတော့ ပထဝီပဲ၊ အဲဒီမြေဓာတ်ကို အာပေါက စုစည်းပေးထားလို့ ထမင်းလုံး ကလေး ဖြစ်နေတာ၊ ဒီထမင်းလုံးလေးမှာ အပူအအေး ရှိနေသည့် အတွက်ကြောင့် မာလာမယ်၊ တဖြည်းဖြည်း ခြောက်သွားမယ်၊ ဒါ တေဇောရဲ့ စွမ်းဆောင်ချက်တွေ၊ အာပေါက စုစည်းထားတဲ့ ထမင်းစေ့လေး ပထဝီပေါ်မှာတည်ပြီး စုစည်းထားတဲ့ အရာလေး ဟာ တေဇောကြောင့် မာလာတယ်၊ ခြောက်သွားတယ်၊ ဒီလို ဖြစ်နေတယ်၊ ဒီ ထမင်းလုံးလေးကို ပုံသဏ္ဌာန် မပျက်အောင် ဝါယောက တွန်းကန်ပေးထားတာဖြစ်တယ်၊ ထမင်းစေ့လေး မှာတင် ဓာတ်ကြီး လေးပါးက ရှိနေတယ်။

ပြီးတော့ အဲဒီ ထမင်းစေ့လေးမှာ အရောင်တို့ သဏ္ဌာန်တို့ မရှိဘူးလား၊ အဲဒီအရောင်နဲ့ သဏ္ဌာန်က မျက်စိနဲ့ မြင်ရတာ ဖြစ်သောကြောင့် ရုပ်တစ်ခု၊ တစ်ခါ အနံ့မရှိဘူးလား၊ အဲဒီအနံ့လေး

http://www.dhammadownload.com

က ရုပ်တစ်ခု၊ အရသာရော မရှိဘူးလား၊ အဲဒီအရသာလေးက ရုပ်တစ်ခု၊ ထို ထမင်းစေ့လေးကို စားခြင်းဖြင့် လူ့ရဲ့သန္တာန်မှာ တစ်စုံတစ်ခု အကျိုးဖြစ်စေတာရော မရှိဘူးလား၊ အဲဒါလေးက ရုပ်တစ်ခုတဲ့၊ ဟော ပေါင်းလိုက်တော့ ရုပ် ၈–ခုဖြစ်သွားတယ်၊ ထမင်းစေ့လေး တစ်စေ့ထဲမှာပဲနော်၊ ထမင်းစားရင်း ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ကြည့်ပေါ့။

ဩော် ဒီအတုံးအခဲလေးက ပထဝီပဲ၊ အဲဒီ ပထဝီဟာ အာပေါကြောင့် ဒီလို စုစည်းနေတာ၊ တေဇောကြောင့် တဖြည်းဖြည်း မာမာလာပြီး တောင့်သွားတာ၊ ဒီထဲက ဝါယောကြောင့် တစ်လုံးစီ တစ်ခြမ်းစီ ဖြစ်မသွားဘဲနဲ့ ဒီလို ပုံသဏ္ဌာန်လေးက နိုင်မြဲနေတာ၊ ဒီပေါ်မှာ အဆင်းအရောင်လေးလည်း ရှိတယ်၊ အနံ့လေးလည်းရှိတယ်၊ အရသာလေးလည်း ရှိတယ်၊ လူ့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကို အကျိုးပြုတဲ့ သဘာဝဓာတ်ကလေးလည်း ရှိတယ်လို့ ဟောဒီလို စဉ်းစားကြည့်လို့ရှိရင် အဋ္ဌကလာပ်ရုပ် ရှစ်ခု မတွေ့ပေဘူးလား၊ အဋ္ဌဆိုတာ ရှစ်၊ ကလာပ်ဆိုတာ အစု၊ ဗုဒ္ဓ အဘိဓမ္မာအရ ရုပ်သည် တစ်ခုတည်း မနေဘူး၊ ရုပ်ဟာ အမြဲတမ်း အစုလိုက် နေတယ်၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါးပေါ်မှာ မှီတည်ပြီးတော့ ဖြစ်နေကြတယ်။

အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈–ပါး

ဓာတ်ကြီးလေးပါးမှာ အဓိကအမာခံက ပထဝီ၊ အမာခံဖြစ်လာအောင် စုစည်းပေးထားတာက အာပေါနော်၊ ခြောက်သွေ့စေတယ်၊ ရင့်ကျက်လာစေတယ်ဆိုတာက တေဇော၊ ထိုစုစည်းမှု

http://www.dhammadownload.com

ပြိုကွဲမသွားအောင် ထိန်းပေးထားတာက **ဝါယော**၊ မျက်စိနဲ့ မြင်ရတာလေးက ရူပ **အဆင်း**။ နှာခေါင်းနဲ့ အနံ့ ရတာလေးက **အနံ့**၊ လျှာနဲ့ အရသာခံလို့ရတာက **အရသာ**၊ အကျိုးပြုတာက **ဩဇ**၊ အဲဒီ ရုပ် ၈-ခုဟာ **အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈-ခု**၊ အဝိနိဗ္ဘောဂ ဆိုတာ ခွဲလို့မရဘူး။ တစ်ခုနဲ့ တစ်ခု ခွဲလိုက်လို့ရှိရင် ရုပ်အရည်ချင်း မရှိတော့ဘူး။ ခုနက H_2O ကို ခွဲလိုက်လို့ ရှိရင် ရေဆိုတာ မရှိတော့ဘူး။ ထို့အတူပဲ အဲဒီ ၈-ခုဟာ indivisible ခွဲခြမ်းလို့ မရတဲ့ ရုပ် ၈-မျိုးလို့ ဒီလို ပြောတယ်။

လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာလည်းပဲ ဒီအတိုင်းပဲ ကြည့်၊ လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ခေါင်းဆိုတဲ့ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကြီး ဖြစ်နေတယ်၊ လက်ကလည်း ရှည်ရှည် ပုံပန်းသဏ္ဌာန် ဖြစ်နေတယ်၊ ခြေထောက် ကလည်း ပုံပန်းသဏ္ဌာန် ဖြစ်နေတယ်၊ အဲဒီလို ပုံပန်းသဏ္ဌာန်တွေ ဖြစ်နေတာ မှန်သမျှ အမာခံက ပထဝီပဲ၊ ဒီလို ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကြီး ပေါ်နေအောင် ဘယ်သူက စုပေးထားတာတုန်းဆိုရင် အာပေါက စုပေးထားတာ၊ ဒီပုံပန်း သဏ္ဌာန်ကြီးဟာ တဖြည်းဖြည်း ဒီလို အမာခံကြီး ဖြစ်သွားအောင် ဘယ်သူက လုပ်ပေးနေတာတုန်း ဆိုတော့ တေဇောက လုပ်ပေးတာ၊ တဖြည်းဖြည်း ရင့်ကျက် နေတယ်၊ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကြီး ပြိုကွဲ မသွားအောင် ဘယ်သူက ထိန်းပေးနေတာတုန်း၊ ဝါယောက ထိန်းပေးနေတာတဲ့၊ နောက် အဲဒီအပေါ်မှာ အဆင်းဆိုတာ ရှိတယ်၊ အနံ့ဆိုတာ ရှိတယ်၊ အရသာဆိုတာ ရှိတယ်၊ အကျိုးပြုတယ်ဆိုတာ ရှိတယ်၊ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် လူ့ခန္ဓာ ကိုယ်မှာလည်း အဲဒီ ရုပ် ၈-

http://www.dhammadownload.com

ခုကို တွေ့နိုင်တယ်၊ ဒီထက် ပိုပြီးတော့ ရှာရင် ဒီထက်ပိုပြီးတော့ တွေ့ဦးမယ်။

ပါဠိလို ပြောမယ်ဆိုရင် "**ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော၊ ရူပ၊ ဂန္ဓ၊ ရသ၊ ဩဇ**"။ မြန်မာလို ပြောမယ်ဆိုရင် "မြေ၊ ရေ၊ လေ၊ မီး၊ အဆင်း၊ အနံ့၊ အရသာ၊ ဩဇာ"လို့ ပြောရမယ်၊ မြန်မာပြန်ရတာ ရှည်တော့ ပါဠိလို သုံးလိုက်ကြတာပေါ့၊ ကိုယ်တိုင်ရှာလို့ တွေ့ပြီပဲ၊ စကားလုံးက အဓိက မဟုတ်ဘူး၊ စကားလုံးဆိုတာ ထွင်ပြီးတော့ သုံးသွားတာ၊ ကိုယ် နားလည်သွားလို့ရှိရင် စကားလုံးဟာ စကားလုံးပဲလေ၊ လူတောင်မှ နာမည်တွေ အခုခေတ် အရှည်ကြီး မှည့်ကြတာ မဟုတ်လား၊ ဆုံးအောင်တောင် မခေါ်နိုင်ဘူး၊ လူနာမည်တွေတောင် အရှည်ကြီး မှတ်နိုင်သေးတာပဲ၊ ပါဠိစာလုံးလေး သုံးလေးလုံးတော့ မှတ်လို့ ရကြရမှာပေါ့။

ရုပ်ကို ဖြစ်စေတတ်တဲ့ အကြောင်းတရား ၄–ပါး

အဲဒီတော့ ဒီ ရုပ်ခုဟာ အကြောင်းမရှိဘဲနဲ့တော့ သူတို့ မဖြစ်ဘူး၊ အဲဒီ ရုပ်တရားတွေရဲ့ အကြောင်းဟာ လေးမျိုး ရှိတယ်၊ ရုပ်ကို လေ့လာတဲ့အခါမှာ အကြောင်းတရားကိုလည်း ဆက်ပြီးတော့ လေ့လာကြရမယ်။

ရုပ်ကို ဖြစ်စေတတ်တဲ့ အကြောင်းတရား လေးခုထဲမှာ '**ကံ**'ဆိုတာ တစ်ခုပါတယ်၊ '**စိတ်**'ဆိုတာ တစ်ခုပါတယ်၊ လူ့ရဲ့စိတ်ကလည်း ရုပ်ကို ဖြစ်စေတတ်တယ်၊ နောက်တစ်ခုက '**ဥတု**'၊ ဥတုဆိုတာ တခြားကို ခေါ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ တေဇော ဓာတ်ကိုပဲ ခေါ်တာ၊ ဥတု ဥတုနဲ့ ပြောနေတာ၊ ဟယ် ဥတုက

http://www.dhammadownload.com

လည်း မကောင်းဘူးတဲ့ ပြောကြတယ်၊ ဘာကို ပြောတာတုန်း ပူတာ, အေးတာကိုပဲ ပြောနေတာ မဟုတ်လား။ ပူရင်လည်း ဥတု မကောင်းဘူး။ အေးရင်လည်း ဥတုမကောင်းဘူး ပြောကြတယ်၊ မပူမအေးလေးမှ ကောင်းတယ်လို့ ပြောကြတယ်၊ ရာသီဥတု မကောင်းဘူး အဲဒါပဲ၊ temperature ဆိုတဲ့ တေဇော ဓာတ်ကို ပြောတာ၊ နောက် 'အာဟာရ'၊ နေ့စဉ်စားသုံးတဲ့ အာဟာရထဲက ဩဇာ၊ အဲဒီအာဟာရကြောင့်လည်း ရုပ်တွေ ဖြစ်တယ်တဲ့။

အဲဒီ ရုပ် ၈–မျိုးဟာ "ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ"ဆိုတဲ့ အကြောင်းတရား ၄–ပါးကြောင့်ဖြစ်တယ်၊ အဲဒီ ရုပ် ၈–မျိုးဟာ သက်ရှိသတ္တဝါတွေမှာ ကံကြောင့် ဖြစ်နိုင်တယ်၊ စိတ်ကြောင့် ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်နိုင်တယ်၊ သက်မဲ့တွေကျ တော့ ဥတုကြောင့်ပဲ ဖြစ်တယ်၊ ကြည့်– သစ်ပင်တွေ ရှင်သန် ထွားကျိုင်းနေတာတို့ ညှိုးခြောက်သွားတာတို့ဆိုတာ ဥတုကြောင့် ဖြစ်တာနော်။

အဲဒီ သစ်ပင်လို့ခေါ်တဲ့ အရာကိုလည်း ကြည့်လိုက်မယ် ဆိုရင် ဟောဒီရုပ် ၈–ခု ဖွဲ့စည်းထားတာပဲ၊ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကျ တော့ အမျိုးမျိုး ဖြစ်နေတယ်၊ ဒီရုပ် ၈–ခုကိုပဲ အမြစ်ပုံသဏ္ဌာန် ကျတော့ လူတွေက 'အမြစ်'လို့ ခေါ်လိုက်တယ်၊ ဟော လုံးလုံး ပင်စည်ကြီးကျတော့ လူတွေက 'ပင်စည်'လို့ ခေါ်လိုက်ပြန်တယ်၊ ပင်စည်ရဲ့ပုံသဏ္ဌာန်က ခုနအမြစ်နဲ့ မတူပြန်ဘူး၊ တစ်ခါ အကိုင်း ကျတော့လည်း ပင်စည်နဲ့ မတူပြန်ဘူး၊ အမြစ်နဲ့ မတူပြန်ဘူး၊ လူတွေက အဲဒါကို နာမည်တစ်မျိုး ပေးလိုက်ပြန်တယ်၊ တစ်ခါ

http://www.dhammadownload.com

အရွက်ကလေးတွေကျတော့ ခုနပင်စည်နဲ့ မတူပြန်ဘူး၊ လူတွေက 'အရွက်'လို့ နာမည်တစ်မျိုး ပေးလိုက်တယ်၊ အပွင့်ကျတော့လည်း အရွက်နဲ့ မတူပြန်ဘူး၊ မတူပြန်သည့် အတွက်ကြောင့် လူတွေက နာမည်တစ်မျိုး ပေးလိုက်တယ်၊ 'အပွင့်'လို့၊ တစ်ခါ အပွင့်က ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ဟာကျတော့ 'အသီး'ဆိုပြီးတော့ နာမည်တစ်မျိုး ပေးလိုက်တယ်။

ကဲ သစ်ပင်တစ်ပင် ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် အမြစ်ရှိတယ်၊ ပင်စည် ရှိတယ်၊ အကိုင်း ရှိတယ်၊ အရွက် ရှိတယ်၊ အပွင့် ရှိတယ်၊ အသီး ရှိတယ်၊ သစ်ပင်တွေမှာ အဲဒါတွေ အားလုံးဟာ ဟောဒီ ရုပ် ၈–ခုနဲ့ ဖွဲ့စည်းထား တာတွေချည်းပဲ၊ သဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုးနဲ့ ပေါ်နေတာ။

မဟာဘူတ

အဲဒီလို သဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုးတွေ ပေါ်နေတာဟာ ဘယ်အရာကို မှီပြီး ပေါ်နေတာတုန်း ဆိုလို့ရှိရင် ဓာတ်ကြီးလေးပါးကို မှီပြီးပေါ်နေတာတဲ့၊ ဒါကြောင့်မို့ ဓာတ်ကြီးလေးပါးကို မဟာဘူတလို့ ခေါ်တာ၊ အင်္ဂလိပ်လို ပြန်လို့ရှိရင် great appearance ပုံပန်းသဏ္ဍာန် အကြီးကြီးတွေ ပေါ်လွင်လာတာကို မဟာဘူတ။

နောက်တစ်ခုက မဟာအဘူတ– အံ့ဩစရာ သဏ္ဍာန်တွေ အမျိုးမျိုး ပြတယ်လို့ ဒီလို အဓိပ္ပာယ်ရတယ်၊ ကြည့်လေ၊ တောင်ကြီးတွေဆိုလည်း ဓာတ်ကြီးလေးပါးပဲ၊ တောင်ကြီးတွေတို့ သစ်ပင်ကြီးတွေတို့ အင်မတန် ကြီးတာတွေ အကုန်လုံးဟာ ဟောဒီ မဟာဘူတပဲ၊ မဟာဘူတပေါ်မှ အဆင်း အနံ့ အရသာ

http://www.dhammadownload.com

ဥပါဒါရုပ်တွေက မှီပြီးတော့ နေကြရတာ၊ ကြီးတာက မဟာဘူတက ကြီးတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ မဟာဘုတ်လို့ ခေါ်တာ၊ မဟာဘူတဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ကြည့်ပြီးတော့ ခေါ်တာ၊ "မဟာ" ဆိုတာ အလွန်ကြီးပြီးတော့ "ဘူတ"ဆိုတာ ပေါ်လွင် ထင်ရှားနေတဲ့ အရာတွေလို့ ဒီလိုပြောတာနော်၊ တောင်ကြီးတွေရဲ့ သဏ္ဌာန် အင်မတန်ကြီးတယ်၊ မြေပြင်ကြီး၊ ရေပြင်ကြီး၊ မီးပုံကြီးဆိုတာ အင်မတန်ကြီးတဲ့ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်တွေ အနေနဲ့ ပေါ်လာတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ 'မဟာဘူတ' great appearance ပေါ့။

အဲဒါကိုပဲ '**ဓာတု**' elementလို့လည်း ခေါ်သေးတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်း ဆိုတော့ ဓာတုဆိုတဲ့ သဘာဝတရားက သတ္တဝါ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ သူ့သဘော သူဆောင်နေတဲ့ အရာတဲ့၊ ဓာတုဆိုတဲ့ စကားလုံးက သတ္တဝါဆိုတာကို reject လုပ်ထားတာ၊ သတ္တဝါ ဆိုတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ ဇီဝလို့ ပြောတဲ့အရာ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ ဓာတု ဆိုတာ သတ္တလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ဇီဝလည်း မဟုတ်ဘူး၊ သူ့သဘော သူဆောင်နေတဲ့ သဘာဝတရား သက်သက်မျှသာလို့ ပြောတာနော်။

မြတ်စွာဘုရားက '**နိဿတ္တ နိဇ္ဇီဝ**' သတ္တဝါ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ ဇီဝဆိုတဲ့ ခေါ်စရာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒီ 'ဇီဝ'တို့ 'သတ္တ'တို့ဆိုတာကို အိန္ဒိယ ဖလော်ဆော်ဖီမှာ ထာဝရ မြဲနေတဲ့အရာတွေလို့ ယူဆထားကြတယ်၊ ဗမာတွေမှာလည်း ဒီလို မြဲတယ်ဆိုတဲ့ အယူအဆ တစ်ခု ရှိတာပဲ၊ ဘာတုန်းဆိုရင် လူသေရင် လိပ်ပြာက ထွက်သွားတယ် ဟုတ်လား၊ လိပ်ပြာဆိုတာ ရှိသေးတယ်၊ Butterfly ဆိုတဲ့ လိပ်ပြာ၊ အဲဒီ လိပ်ပြာကောင်က ထွက်ပြီးတော့ နောက်ဘဝ

http://www.dhammadownload.com

ဝင်စားတယ်လို့ ပြောကြတယ်၊ တကယ်တော့ သေပြီးတော့ ထွက်သွားတယ် ဆိုတာလည်း တစ်ခုမှ မရှိဘူး၊ ဝင်စားတယ် ဆိုတာလည်း တစ်ခုမှ မရှိဘူး၊ အကြောင်းကြောင့် အကျိုးပေါ်တာပဲ ရှိတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာအယူအဆ အဘိဓမ္မာတရားတော်အရ ရှေ့က တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပျောက်သွားတာနဲ့ နောက်က အသစ်သစ် ပေါ်နေတာပဲ ရှိတယ်လေ၊ အခု ဘုန်းကြီး တရားဟောတဲ့ အသံတွေပဲ ကြည့်၊ ရှေ့က အသံတွေဟာ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပျောက်နေတာ၊ နောက်က အသံတွေ ဆက်ပေါ်နေတာလေ။

အဲဒါလိုပဲ၊ ဘဝကူးတယ်ဆိုတာ ဒီအတိုင်းပဲ၊ ဘာမှ မထူးဘူး၊ ဖြစ်စဉ်ကြီး တစ်ခုပဲ၊ ရှေ့ကပျောက် နောက်ကပေါ်၊ ရှေ့ကပျောက် နောက်ကပေါ်၊ ဟောဒီ process ကြီးနဲ့ သွားနေတာ၊ အဲဒီတော့ ဒီထဲမှာ မြဲပါတယ် ဆိုတဲ့အရာ ဘယ်ရှိတော့မတုံး။

က၊ ခ၊ ဂ၊ ဃ ရွတ်ကြည့်လိုက်ပေါ့၊ အသံတွေက ရွတ်လိုက်တဲ့အခါ က၊ ခ၊ ဂ ဆိုတဲ့ အသံတွေကို နားထောင်ကြည့်၊ 'က' ဆိုတဲ့အသံ ပျောက်သွားရင် 'ခ' ဆိုတဲ့ အသံပေါ်လာတယ်၊ 'ခ' ဆိုတဲ့အသံ ပျောက်သွားမှ 'ဂ' ဆိုတဲ့ အသံပေါ်လာတယ်၊ အဲဒီမှာ စဉ်းစားကြည့်၊ 'က' ကနေ 'ခ' ဖြစ်သွားတာလား၊ 'ခ' ကနေ 'ဂ' ဖြစ်သွားတာလားလို့ မေးရင် မဟုတ်ဘူး၊ 'က' က ပေါ်ပြီးပျောက်သွားပြီးမှ 'ခ' ဆိုတာ ပေါ်လာပြန်တာ၊ 'ဂ' ဆိုတာလည်း 'ခ' က ဖြစ်လာတာ မဟုတ်ဘူး၊ သူက ပေါ်လာတာ။

အဲဒါလိုပဲ လူတစ်ယောက် ဒီဘဝက သေဆုံးသွားပြီဆိုလို့

http://www.dhammadownload.com

ရှိရင် အကြောင်းကြောင့် နောင်ဘဝမှာ ထပ်ပေါ်တာကို ပြောတာ၊ ဒီကနေပြီးတော့ လိပ်ပြာတို့၊ ဝိညာဉ်တို့ကနေ ထွက်သွားပြီး ဟိုကို ဝင်စားတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့။

သို့သော် line ကလေးတော့ ရှိတာပေါ့၊ နို့မို့ဆို အလွဲလွဲ အမှားမှား ဖြစ်ကုန်မှာပေါ့၊ သူ့လိုင်းနဲ့သူ သွားနေတာပဲ နော်၊ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ line လေးအတိုင်းပဲ သွားနေတာဆိုတော့ ဒီဘဝက ဘာလုပ်လုပ် နောင်ဘဝအတွက် responsible၊ တာဝန်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ရမယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လည်းဆိုရင် လိုင်းကြောင်းက တစ်ခု တည်းနဲ့ သွားနေတာမို့ ပေါ်ပြီး ပျောက်သွားပေမယ့် နောက်ထပ် ပေါ်လာမယ့်အရာကို ရှေ့က ပျောက်သွားတဲ့ သဘာဝတရားက နောက်ထပ် ပေါ်လာဖို့ရန်အတွက် energy တွေကို ပေးထားခဲ့တာ၊ တွန်းအားတွေ energy တွေ စွမ်းရည်တွေက ဝင်ရောက်နေတာ၊ အဲဒီ စွမ်းအင်တွေက နောက်အလုံးထဲမှာ ပြည့်ပြည့်သွားလို့ နောက်ပေါ်တာက ရှေ့ပေါ်တာထက် စွမ်းအင်တွေ ပိုထက်လာ တတ်ကြတာ။

ပညာသင်တာပဲ ကြည့်လေ၊ မူလတန်းပညာ သင်ထား တဲ့ဟာက အလယ်တန်းပညာ သင်ဖို့ရာအတွက် စွမ်းအင်တွေ ကျန်ရစ်တယ်၊ ဟုတ်လား၊ တစ်ခါ အလယ်တန်းပညာကနေ အထက်တန်းပညာ၊ အထက်တန်းပညာကနေ တက္ကသိုလ်ပညာ၊ အကယ်၍သာ energy မရှိဘူး ဆိုလို့ရှိရင် လုံးဝ ပျောက်သွားမယ်၊ မူလတန်းက သင်ထားတာက ဘယ်လိုလုပ်ပြီး အလယ်တန်းကို အကျိုးပြုမလဲ၊ အခုဟာက အကျိုးပြုနေတယ်လေ၊ မူလတန်း မသင်ဘဲနဲ့ အလယ်တန်း တက်လို့ မရဘူးလေ၊ နားမလည်

http://www.dhammadownload.com

နိုင်ဘူးလေ၊ ဒါတွေက ပျောက်သွားတာတော့ ဟုတ်တယ်၊ ဒါပေမယ့် လုံးဝ ပျောက်သွားတာ မဟုတ်ဘူး၊ energy လေးတွေ ပေးထားခဲ့တယ်နော်။

ဒါကြောင့်မို့ ဘုရားအလောင်းတော် သုမေဓာဘဝက ပါရမီဖြည့်တာ ဂေါတမဘုရားဘဝကျတော့ perfect ဖြစ်တာပေါ့၊ နို့မို့ဆိုရင် ဘယ် perfect ဖြစ်မလဲ၊ ကိုယ့် line ကလေးနဲ့ ကိုယ်ကတော့ ရှိရတယ်၊ သို့သော် အဲဒီ line ထဲမှာ မြဲနေတဲ့ အရာ ရှိလားဆိုတော့ မရှိဘူး၊ အကြောင်းအကျိုး ဆက်ပြီး သဘာဝတရားဟာ တစ်ခုဖြစ် တစ်ခုပျက်၊ တစ်ခုဖြစ် တစ်ခုပျက်နဲ့ သံသရာထဲမှာ အဲဒီပုံစံနဲ့ပဲ သွားနေတယ်၊ အကြောင်းတရားကို မှီဖြစ်ပြီးတော့ သွားနေကြတာ။

လူ့ခန္ဓာ၌ မဟာဘုတ်တည်ပုံ

ကဲ ကောင်းပြီ၊ မဟာဘူတကို လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ နည်းနည်းလောက် ရှာကြည့်ရအောင်၊ လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ အရိုးဆိုတာ ရှိတယ်၊ အဲဒီ အရိုးပေါ်မှာ အသားစိုင်တွေ ရှိတယ်နော်၊ ဒါ Skeleton အရိုးစုကြီးတွေ ဘာတွေ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ မြင်လို့ရတာတွေလေ၊ အစိုင်အခဲတွေ အားလုံးဟာ ဒီရုပ်တရားတွေ အားလုံးရဲ့ တည်ရာဖြစ်လို့ ပထဝီလို့ပဲ ခေါ်တယ်နော်၊ တည်ရာပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကတော့ အမျိုးမျိုးပဲ သူက ဖန်တီးနေတာ၊ အာပေါကနေ စုစည်း ပေးထားတယ်၊ ဒီလို အတုံးအခဲတွေဟာ အာပေါကနေ စုစည်း ပေးထားတယ်၊ တေဇောက ရင့်ကျက်လာစေတယ်၊ ဝါယောက ပြိုလဲမသွားအောင် ထိန်းပေးနေတယ်၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါးလုံး ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိတယ်။

ဓာတ်ကြီးလေးပါး ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ကြည့်၊ မာမာပျော့ပျော့ အတုံးအခဲ မှန်သမျှကို ဒါ ပထဝီလို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ ပထဝီထဲမှာ အာပေါဆိုတာ ရှိတယ်၊ အာပေါသဘောမှာ ယိုစီးတဲ့သဘော, ဖွဲ့စည်းထားတဲ့သဘော နှစ်ခု ရှိတယ်တဲ့၊ ပထဝီမှာလည်းပဲ ခက်မာတဲ့သဘော, ပျော့တဲ့သဘော နှစ်ခုရှိတယ်၊ ခက်မာတယ် ဆိုတာ အတုံးအခဲလေး ဖြစ်တာကို ပြောတာပါ၊ ကျန်တဲ့ ရုပ်တရား တွေ အားလုံးရဲ့မှီရာဟာ ပထဝီ၊ သူက အခြေခံမှီရာရုပ်၊ လောက မှာ ပကတိမြေကြီးသည် တောတောင် ရေမြေ အိမ်ဂေဟာအပေါင်း တို့ရဲ့ မှီရာဖြစ်သလိုပဲ ဒီ အတုံးအခဲလေးပေါ်မှာ ရုပ်အားလုံးဟာ မှီနေကြတယ်။

ပတိဋ္ဌာနရသာ- ရုပ်တွေ မှန်သမျှဟာ ပထဝီပေါ်မှာ တည်နေကြတာမို့ ပထဝီက တောင့်ခံထားတယ်လို့ ဒီလို ပြော တယ်၊ မုန့်တုံးကလေးပဲ ကြည့်ဦး၊ ဒီလိုအတုံးလေး ဖြစ်နေတဲ့ထဲ မှာ ဒီ အတုံးပေါ်မှာ စုစည်းထားတဲ့ အာပေါဆိုတဲ့ သဘောလည်း ရှိတယ်၊ ရင့်ကျက်လာစေတဲ့ တေဇောဆိုတဲ့ သဘောလည်း ရှိတယ်၊ ပြိုကွဲမသွားအောင် ထိန်းထားတဲ့ ဝါယောဆိုတာလည်း ဒီပေါ်မှာ ရှိနေတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ပထဝီဆိုတဲ့ မြေဓာတ်ရဲ့ သဘာဝသည် အတုံးအခဲ။

ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ အတုံးအခဲဖြစ်နေတဲ့ သဏ္ဌာန်မှန်သမျှဟာ ပထဝီဓာတ်ရှိနေတဲ့ အရာတွေတဲ့၊ နောက် ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ အရည်သဘောတွေ မရှိဘူးလား၊ ခန္ဓာကိုယ်မှာ အရည်တွေ အများကြီး ရှိတယ်၊ မျက်လုံးက ထွက်တာတော့ မျက်ရည်တဲ့၊ ပါးစပ်က ထွက်တာ တံတွေးတဲ့၊ ဒီလို လူ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာရှိတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အရည်ဓာတ်တွေ၊ အရည်ထဲမှာ အာပေါသာ ရှိတာလား၊ ကျန်တာ မရှိဘူးလားဆိုရင် ရှိတယ်၊ quantity ဆိုတဲ့ ပါဝင်တဲ့ ပမာဏ ကွာသွားတာ၊ အရိုးကျတော့ ပထဝီဓာတ်က များတယ်၊ ကျန်တာတွေက လျော့နည်းသွားတယ်၊ ခုနက အရည်တွေကျတော့ အာပေါဓာတ်က များပြီးတော့ ကျန်တာတွေက လျော့နည်းတယ်၊ ဒီလို နားလည်ရမယ်နော်။

အတုံးအခဲဖြစ်နေရင် ပထဝီကများပြီး ကျန်တာတွေက လျော့နည်းတယ်၊ သူတို့က အချိုးအစားချင်း ညီချင်မှ ညီတယ်၊ အတုံးအခဲကြီး ဖြစ်နေရင် ပထဝီက များတယ်၊ အရည်ပျော်နေလို့ ရှိရင် အာပေါက များတယ်၊ ဒီလိုပြောရမယ်၊ အပူတွေ လွှမ်းကဲနေရင် တေဇောက များတယ်၊ ဥပမာ မီးဆိုတဲ့အထဲမှာ လူတွေက မီးဆိုရင် အပူတစ်မျိုးတည်းပဲ ထင်တယ်၊ မဟုတ်ဘူး၊ မီးထဲမှာ တေဇောက လွှမ်းကဲနေတယ်၊ အဲဒီထဲမှာ ပထဝီလည်း ရှိတယ်၊ အာပေါလည်း ရှိတယ်၊ ဒီ မီးထဲမှာ မီးညွန့်သဏ္ဌာန်လေး ဖြစ်နေအောင် အာပေါက စုစည်းတာ၊ မီးထဲမှာ အာပေါ ရှိတယ်ဆိုလို့ရှိရင် ယုံနိုင်စရာတောင် မရှိဘူး၊ စုစည်းတဲ့သဘောကို ပြောတာ၊ မီးထဲမှာ စုစည်းထားတဲ့သဘောလေး ရှိတယ်၊ စုစည်းထားတဲ့ သဘောလေးကို ပြိုလဲမသွားအောင် ထိန်းထားတဲ့ ဝါယော လည်း ရှိတယ်။

အဲဒီတော့ ဘယ်အရာမှာပဲဖြစ်ဖြစ် ဓာတ်ကြီးလေးပါးရှိတယ်၊ ရေထဲမှာလည်း ရှိတယ်၊ မီးထဲမှာလည်းရှိတယ်၊ လေထဲမှာလည်း ထို့အတူပဲပေါ့၊ လေတိုက်လို့ရှိရင် လူကို လာထိတာ ကြည့်လေ၊ သိတယ် မဟုတ်လား၊ အဲဒီမှာ ထိတဲ့အခါမှာ ပြင်းပြင်းထန်ထန်

http://www.dhammadownload.com

ထိရင် ဒါ ပထဝီရဲ့ သဘောကြောင့် ဖြစ်တာလေ၊ လေထဲမှာ လည်း ဝါယောက ပြင်းထန်တယ်၊ ဝါယောက လွန်ကဲတယ်၊ ကျန်တာတွေက လျော့နည်းတယ်၊ အချိုးအစား quantity ကျ တော့ ကွာခြားတယ်။

လူ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲကို ကြည့်လိုက်၊ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ အတုံး အခဲသဘာဝတွေ မှန်သမျှ ပထဝီဆိုတဲ့ အမာခံရုပ်ကို အဓိက ထားပြီးတော့ ပြောတာ၊ ပထဝီလို့ဆိုပေမယ့် အထဲမှာ ရုပ် ၈– ခုလို့ မှတ်ရမယ်၊ ဘယ်နေရာပဲဖြစ်ဖြစ် ရုပ် ၈–ခု ရှိတယ်နော်၊ အားလုံးဟာ ရုပ် ၈–ခုနဲ့ ဖွဲ့တယ်၊ သို့သော် ပထဝီသည် လွန်ကဲ နေတယ်၊ အဲဒီမှာ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာရှိတဲ့ အရည်သဘောတွေ ကျတော့ ရုပ် ၈–ခုနဲ့ပဲ၊ ဒါပေမယ့် အာပေါ လွန်ကဲနေတယ်။

တေဇော ၄–မျိုး

နောက် တေဇောတဲ့၊ လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိတယ်၊ နေမကောင်းတဲ့ အခါကျတော့ လူ့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်က ပူမလာ ဘူးလား၊ temperature ဆိုတာ thermometer နဲ့ တိုင်းလိုက်တဲ့ အခါ ရှိရမယ့် အပူထက် ပိုပြီးတော့ ပူလာတယ်၊ အဲဒီ အပူမျိုးကို **'သန္တပ္ပန တေဇော'**လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ တေဇောက ဘာကြောင့် ဖြစ်တာတုန်းဆိုရင် မတည့်တာ စားရင်လည်း ဖြစ်တယ်၊ မတည့် တဲ့ ဥတုနဲ့ တွေ့ရင်လည်း ဖြစ်တယ်၊ အခုခေတ်ဆိုရင် ဗိုင်းရပ်စ် ပိုးကြောင့်လည်း ဖြစ်တယ်ပေါ့၊ လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ဒီလို အပူတစ်မျိုးလည်း ရှိတယ်။

နောက် အပူတစ်မျိုး ရှိသေးတယ်၊ **'ဇိရဏတေဇော'**တဲ့၊

http://www.dhammadownload.com

လူဟာ ကလေးဘဝတုန်းက အသားအရေနဲ့ နည်းနည်း အရွယ် ရလာတဲ့ အသားအရေ တူသေးလား၊ တဖြည်းဖြည်း ကြမ်းကြမ်း လာတယ်၊ ရင့်ရင့်လာတယ်၊ မွေးစကလေးလေးရဲ့ အသားလေးက နုဖတ်ဖတ်လေး၊ တဖြည်းဖြည်း ကြမ်းလာတာ ဘယ်အရာကနေ ကြမ်းအောင် လုပ်နေတာတုန်းဆိုရင် တေဇောဓာတ်က လုပ်တာ၊ အဲဒီ တေဇောက ပထမရင့်အောင် လုပ်တယ်၊ နောက်ကျလို့ရှိရင် ရင့်ရာကနေ အရင့်လွန်လာတော့ မှည့်လာတယ်၊ လူတွေမှာ ခေါင်းပေါ်က ဆံပင်လေးတွေ ဖြူလာတယ်၊ သွားတွေ ကျိုးကုန်တယ်၊ ပါးရေတွေ တွန့်ကုန်တယ်၊ တေဇောက လုပ်နေတာ၊ တေဇောကနေ လောင်နေတာ၊ အမြဲတမ်း လောင်နေလို့ လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်သည် ရင့်ရော်ပြီးတော့ အိုမင်းလာတယ်၊ အဲဒါ ဇိရဏ တေဇော။

နောက် တေဇောတစ်ခုက ဘာတုံးဆိုလို့ရှိရင် စားလိုက်တဲ့ အစာအဟာရတွေဟာ ဝမ်းထဲမှာ ကြေညက်တယ်၊ ချက်ထားသလို ကြေသွားတာ၊ လုံးဝကို ခွဲခြားလို့ မရအောင်၊ စားတုန်းကတော့ အမျိုးစုံ စားတာပဲလေ၊ နောက်ကျတော့ ကြေညက်သွားတဲ့ အခါကျတော့ ခွဲလို့မရတော့ဘူး၊ တစ်ခုတည်း ဖြစ်သွားတယ်၊ အဲဒီလို ဖြစ်သွားအောင် ဘယ်အပူကနေ လုပ်တာတုန်းဆိုရင် '**ပါစကတေဇော**'က လုပ်တာ၊ အဲဒီ ပါစကတေဇောက ကံကြောင့် ဖြစ်တာ၊ တခြားအကြောင်းကြောင့် မဖြစ်ဘူး၊ ကျန်တာတွေကတော့ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်နိုင်တယ်။

ကဲ နောက် တေဇောတစ်ခုက '**ဒယှနတေဇော**'၊ လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ပူလှချည်ရဲ့ လောင်လှချည်ရဲ့ဆိုပြီး အပူတွေ

http://www.dhammadownload.com

လွှန်ကဲလာတဲ့အခါ အနာတွေ ပေါက်ထွက်တာတို့ ဒီလိုတွေ ဖြစ်တတ်တယ်လေ၊ လူ့ခန္ဓာကိုယ်မှာ ကြည့်လိုက်ရင် တေဇော ဟာ(၄) မျိုးရှိတယ်၊ သန္တပ္ပနတေဇော ဖျားလို့ ပူလောင်တဲ့ တေဇောက တစ်ခု၊ ဇီရဏတေဇော တဖြည်းဖြည်း ရင့်လာအောင် ဖြစ်လာတတ်တဲ့ တေဇောကတစ်ခု၊ အစာအာဟာရတွေ ကြေညက် သွားအောင် digest ဖြစ်အောင် ကြေညက်စေတတ်တဲ့ ပါစက တေဇောကတစ်ခု၊ နောက် ခန္ဓာကိုယ်ကို လောင်စေတတ်တဲ့ ဍယှနတေဇောက တစ်ခု၊ အားလုံးပေါင်းလိုက်တော့ ဒီ ၄–ခု ဟာ တေဇောလွှန်ကဲနေတဲ့ ရုပ် ၈–ခုပဲ။

ဝါယောရုပ် ၆–မျိုး

နောက်တစ်ခု ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ဝါယောဆိုတာ ရှိသေး တယ်၊ အလွယ်တကူ ကြည့်မယ်ဆိုရင် ၂၄–နာရီပတ်လုံး လူတွေဟာ အသက်ရှူနေကြတာ ရှိတယ် မဟုတ်လား၊ အသက် ရှူနေတဲ့ ဒီလေက စိတ်ကြောင့် ဖြစ်တာတဲ့၊ အကြောင်းတရားက စိတ်ပဲ၊ တခြား အကြောင်းတရားကြောင့် ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး၊ ထွက်လေ ဝင်လေ ရပ်သွားလို့ရှိရင် စိတ်အား နည်းသွားတာလို့ ပြောရမယ်၊ ထွက်လေ ဝင်လေ ထုတ်လုပ်နိုင်အောင် စွမ်းအားသတ္တိ မရှိဘူးဆိုရင် ရပ်သွားမယ်၊ အဲဒီတော့ စတုတ္ထဈာန် အဆင့်ထိ ရောက်သွားတာနဲ့ သမာဓိ သိပ်ကောင်းသွားရင် ထွက်လေ ဝင်လေ တွေ ရပ်သွားတတ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ထွက်သက် ဝင်သက်ဟာ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ဝါယော။

ခန္ဓာကိုယ်မှာ အထက်သို့ဆန်တဲ့လေက တစ်မျိုး ရှိတယ်၊ ဝမ်းဗိုက်ထဲမှာရှိတဲ့ လေကတစ်မျိုး၊ အူတွေထဲမှာ ရှိနေတဲ့ လေက

http://www.dhammadownload.com

တစ်မျိုး၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ လှည့်လည်သွားနေတဲ့လေက တစ်မျိုး၊ သွေးတွေဟာ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးမှာ လည်ပတ်နေတာ၊ နှလုံးရဲ့ ညှစ်အားနဲ့ ဝါယောဓာတ်ရဲ့ စွမ်းအားနဲ့ ဒီခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး သွေးတွေ လည်ပတ်နေတာ၊ ပေါင်းလိုက်တော့ လေ (၆)မျိုးလို့ ဆိုလို့ရတယ်နော်၊

(၁) အထက်သို့ ဆန်တက်တဲ့လေ၊ (၂) အောက်ကိုစုန်တဲ့လေ၊ (၃) ဝမ်း၌တည်သောလေ၊ (၄) အူ၌တည်သောလေ၊ (၅) အင်္ဂါကြီးငယ်သက်ရောက်တဲ့လေ၊ (၆) အဿာသ ပဿာသ ထွက်သက်ဝင်သက်လေ၊ လေ (၆)မျိုး၊ ဟောဒီ လေ(၆)မျိုးဟာလည်း ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာရှိတော့ ဒါ ဝါယောဓာတ် လွန်ကဲနေတဲ့ ရုပ် ၈–ခုပဲလို့ မှတ်ရမယ်။

ကဲ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှာ လိုက်ပြီး ရှာကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ဒီ သဘာဝတရားက လွဲတာ ရှိသေးရဲ့လား၊ မရှိတော့ဘူး၊ ဒီ သဘာဝသစ္စာဆိုတဲ့ ဓာတ်ကြီး ၄–ခု၊ ဓာတ်ကြီး ၄–ခုကို မှီပြီးတော့ ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ် ၄–ခု၊ အားလုံး ရုပ်ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ ရုပ် ၈–ခု၊ ဒီကနေ့ ရုပ် ၈–ခု ကို လေ့လာရပြီ။

နောက် ဒီထက်ထူးခြားတဲ့ ရုပ်ကလေးတွေ ရှိသေးတယ်၊ အဲဒီရုပ်တွေကို နောက်ရက်ကျတော့ ဆက်ပြီး ဟောကြရအောင်၊ ဒီကနေ့တော့ ဟောဒီရုပ် ၈–ခုကို မှတ်ထားကြပေတော့၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ ပြောင်းလွဲသွားတတ်တဲ့ သဘော၊ ပျက်စီးသွားတတ်တဲ့ သဘောရှိတဲ့ ရုပ်တရားဟာ အမာခံအားဖြင့် ရှိနေတယ်၊ ထိုရုပ်တရားသည် ကံကြောင့်လည်း ဖြစ်တယ်၊ စိတ်ကြောင့်လည်း ဖြစ်တယ်၊ ဥတု၊ အာဟာရလို့

http://www.dhammadownload.com

ဆိုတဲ့ ရုပ်တွေကြောင့်လည်း ဖြစ်ကြတယ်။

အကြောင်းတရားတွေ ရှိနေသည့်အတွက်ကြောင့် ဒီလို အကျိုးတရားတွေ ပေါ်နေတာ၊ အကြောင်းတရားတွေ ချုပ်သွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ရုပ်တရားတွေ ရပ်တည်နိုင်ခြင်း မရှိဘူး ဆိုတာကို မိမိတို့ရဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို အာရုံပြုပြီး သတိ သံဝေဂတရား ပွားများနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

"သာဓု - သာဓု - သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်တရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

အပိုင်း(၂)

ရုပ်အားလုံး၏အခြေခံရုပ် ၈–ခု

လူ့လောကကြီး ကြည့်လိုက်ရင် အားလုံး ပုံပန်းသဏ္ဌာန်တွေနဲ့ မြင်နေရ တွေ့ကြုံနေရတာတွေဟာ လူတွေရဲ့ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်လို့ဆိုတဲ့ အင်္ဂါရပ်တွေနဲ့ ထိတွေ့ပြီး သိရှိနေရတာတွေဟာ ရုပ်တရားတွေပါ၊ လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ဘာတွေနဲ့ တည်ဆောက်ထားသလဲဆို "**စာတုမဟာ ဘူတိကော အယံ ကာယော**"တဲ့၊ **အယံ ကာယော**– ဤ လူတွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို၊ **စာတုမဟာဘူတိကော**– မဟာဘူတဆိုတဲ့ ဓာတ်ကြီးလေးပါးနဲ့ တည်ဆောက်ထားတာ ဖြစ်တယ်။

ဘယ်နေရာပဲဖြစ်ဖြစ် မဟာဘူတဆိုတာတွေရဲ့ အစုအဝေးကြီးပဲ၊ မဟာဘူတတွေနဲ့ တည်ဆောက်ထားတာ၊ မဟာဘူတဆိုတာ ပုံသဏ္ဌာန် အမျိုးမျိုးနဲ့ ထင်ရှား ပေါ်လွင်နေတာတွေ၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာရှိတဲ့ အင်္ဂါရပ်တွေကိုပဲကြည့်၊ ခေါင်းက ပုံစံတစ်မျိုး၊ ခေါင်းမှာလည်းပဲ နားရွက်က ပုံစံတစ်မျိုး၊ နှာခေါင်းက

http://www.dhammadownload.com

ပုံစံတစ်မျိုး၊ ပုံစံအမျိုးမျိုး၊ လက်က တစ်မျိုး၊ ဝမ်းဗိုက်က တစ်မျိုး၊ ခြေထောက်က တစ်မျိုး၊ ပုံစံမတူတဲ့ဟာတွေ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး တစ်ခုထဲမှာ ရှိတယ်။

ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့အတွင်းမှာရှိတဲ့ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းတွေ ကြည့်ဦးမယ်ဆိုရင် အသည်းက ပုံစံတစ်မျိုး၊ အဆုတ်က ပုံစံတစ်မျိုး၊ နှလုံးက ပုံစံတစ်မျိုး၊ အရိုးတွေ အကြောတွေ အသားတွေက ပုံစံတစ်မျိုး၊ ဒါတွေဟာ ဘာတွေနဲ့ တည်ဆောက် ထားတာတုန်း ဆိုရင် မဟာဘုတ်လေးပါးနဲ့ပဲ။

ဒီလို အတုံးအခဲကြီး ဖြစ်နေရတဲ့ ရုပ်တရားတွေရဲ့ တည်ရာမှီရာက ဘယ်သူတုံးဆိုရင် ပထဝီပဲ၊ ပထဝီပေါ်စုပြီး တည်နေတာ၊ ပထဝီဆိုတာ ရုပ်အားလုံးရဲ့ တည်ရာဖြစ်တယ်၊ ခက်မာတဲ့ အတုံးအခဲ ဖြစ်တယ်။

အတုံးအခဲဆိုတဲ့ တည်ရာ ပထဝီပေါ်မှာ အခြေပြုပြီးတော့ အာပေါက ပြိုလဲမသွားအောင် စုစည်းပေးထားတယ်၊ တေဇောက ရင့်ကျက်လာစေတယ်၊ မာလာစေတယ်၊ အတုံးအခဲ ခိုင်မြဲစေတယ်၊ ဝါယောကနေပြီး တွန်းကန်ပေးထားတယ်၊ ဒီလိုနဲ့ ပုံစံလေးတွေ ပေါ်လာအောင် မဟာဘုတ်လေးပါးနဲ့ တည်ဆောက်ထားတာ။

အဲဒီ မဟာဘုတ်လေးပါးမှာ မျက်စိနဲ့မြင်ရတဲ့ အဆင်း (ဝဏ္ဏ)ဆိုတာ ပါရှိနေပြန်တယ်၊ နှာခေါင်းနဲ့ အနံ့ရှူလို့ရတဲ့ ရှူရှိုက်လို့ရတဲ့ အနံ့(ဂန္ဓ)ဆိုတဲ့ ရုပ်သဘော တည်ရှိနေပြန်တယ်၊ လျှာနဲ့လျက်လို့ သိရတဲ့ အရသာ (ရသ) ဆိုတဲ့ ရုပ်သဘောလေးက တည်ရှိနေပြန်တယ်၊ အကျိုးတစ်ခုခုကို ထပ်ဆင့် ထုတ်လုပ်နိုင်တဲ့ ဩဇဆိုတဲ့ အဆီအနှစ်သဘောလေး တည်ရှိပြန်တယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်နေရာကြည့်ကြည့် လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ အခြေခံအားဖြင့် ဟောဒီရုပ်(၈)ခု စုတွဲပြီးနေတယ်။

အခုခေတ် ခန္ဓဗေဒ Anatomy ကျမ်းမှာ ဆိုတဲ့အတိုင်း လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဆဲလ်လေးတွေ မြောက်မြားစွာရှိတယ်၊ ရုပ်ဟာ အင်မတန် သေးငယ်တဲ့ အမှုံလေးတွေအဖြစ် စုပြီးနေတယ်၊ သို့သော် ကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ပုံပန်းသဏ္ဌာန်ကြီးနဲ့ မြင်နေရတယ်၊ အင်မတန် အင်အားကောင်းတဲ့ မှန်ပြောင်းကြီးနဲ့ ကြည့်လိုက်မယ် ဆိုလို့ရှိရင် လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ဇာခြင်ထောင်လို၊ အပေါက် အပေါက် တွေနဲ့၊ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ဖြစ်နေတာမျိုး မြင်ရလိမ့်မယ်။

ကြည့်လေ၊ ဘုန်းကြီးတို့ ဝတ်ထားတဲ့အဝတ်၊ ဒီအတိုင်း ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အဝတ်ပုံ သဏ္ဌာန်အတိုင်း မြင်နေရမယ်၊ သေသေချာချာ လေ့လာကြည့် လိုက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ချည်ချောင်း လေးတွေ မမြင်ရဘူးလား၊ ချည်ချောင်းကလေးတွေ ပေါင်းထား တာ၊ ဘေးကနေ ရုတ်တရက် ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် ချည်ချောင်း ကလေးတွေ ပေါင်းထားတာလို့ မသိရဘူးနော်၊ တချို့က သာမန် မျက်စိနဲ့ ထိုးဖောက်ပြီးတော့ မမြင်ရအောင် ပိတ်ပိတ်သဲသဲကို ဖြစ်နေတာ၊ သို့သော် အများကြီးကို စုထားတာလို့ ဒီလိုမှတ်ရမယ်။

ပေါင်မုန့်လေး ဖုတ်ထားတာ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် တစ် တုံးတည်း တစ်ခဲတည်းလို့ ထင်ရလိမ့်မယ်၊ သို့သော် မဟုတ်ဘူး။ ဂျုံမှုန့်လေးတွေကို ရေက စုစည်းထားတာလို့ အတုံးအခဲလေး ဖြစ်နေတာနော်၊ လူ့ခန္ဓာကိုယ်မှာလည်း ထို့အတူပဲ၊ အမှုံလေး တွေကို စုစည်းထားလို့ သဏ္ဌာန်ပေါ်နေတာ၊ အဲဒီမှာ အဓိကက ဘယ်သူတုံးဆို မဟာဘုတ် လေးပါးပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ရုပ်အကြောင်းကို ရှင်းပြတိုင်း သုတ္တန်တွေထဲမှာ ရုပ်ဆိုတာ ဘာလဲ၊ မဟာဘုတ် လေးပါးရယ်၊ မဟာဘုတ် လေးပါးကို မှီပြီးဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်တွေရယ် ဒါပဲ ရှိတယ်တဲ့၊ "**စတ္တာရော စ မဟာဘူတာ**– မဟာဘုတ် လေးပါးရယ်၊ **စတုန္နံ စ မဟာဘူတာနံ ဥပါဒါယ ရူပံ**– မဟာဘုတ် လေးပါးကို မှီတွယ်ပြီး ဖြစ်နေသော ရုပ်ရယ်" ဒါပဲ ရှိတယ်လို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူတယ်။

သို့သော် လူတွေရဲ့ သဏ္ဌာန်မှာတော့ ခေါင်းတို့ လက်တို့ ခြေတို့ စသည်ဖြင့် ခေါ်နေကြသလို၊ ပြင်ပဗဟိဒ္ဓမှာ ဆိုရင် ဒါက သစ်ပင်၊ ဒါက ကျောက်ခဲ၊ ဒါက အိမ် စသည်ဖြင့် ပုံစံ အမျိုးမျိုးနဲ့ လူတွေ ထင်မြင် ယူဆချက်အတိုင်း အမည်နာမ ပညတ်တွေ တင်ပြီး ခေါ်နေကြတာ၊ ဘယ်အရာပဲဖြစ်ဖြစ် ဟောဒီ ရုပ်(၈)ခုရဲ့ အစုအဝေးကြီးမျှသာ ဖြစ်တယ်လို့ မှတ်ရမယ်နော်။

သို့သော် သက်ရှိသတ္တဝါတွေကျတော့ ဒီထက်ပိုလာတဲ့ ရုပ်တွေ ရှိသေးတယ်၊ အခြေခံ ရုပ်ကတော့ ဒီ(၈)ခုပဲ၊ ဒီ(၈)ခုနဲ့ဆို ပုံသဏ္ဌာန် ပေါ်နေပြီ၊ အဲဒီ (၈)ခုက ကံကြောင့် ဖြစ်တာလည်း ရှိတယ်၊ စိတ်ကြောင့် ဖြစ်တာလည်း ရှိတယ်၊ ဥတုကြောင့် ဖြစ်တာလည်း ရှိတယ်၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်တာလည်း ရှိတယ်။

ဇီဝိတရုပ်

သက်ရှိသတ္တဝါတွေမှာ ဘာပိုလာတုန်းဆိုတော့ ဇီဝိတဆိုတဲ့ 'အသက်ရုပ်'၊ မိမိနဲ့ အတူတကွ ဖြစ်ဖက်ရုပ်တွေကို ဆက်လက် ရှင်သန်နေအောင် ထိန်းထားပေးနိုင်တဲ့ ဇီဝိတဆိုတဲ့ ရုပ်၊

http://www.dhammadownload.com

ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်တွေကိုသာ ထိန်းတာ၊ ဥတုကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်တွေ၊ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်တွေကို သူက ထိန်းပေးတာ မဟုတ်ဘူး။ အတိုင်းအတာ အလိုက် တည်ရှိနေအောင် အဆက်ဆက် ဖြစ်နေအောင် သူကနေ စွမ်းဆောင်ပေးတာ။

စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်ဆိုတာ ဖြစ်ဆဲစိတ် ဖြစ်တိုင်း အထပ်ထပ်ဖြစ်တာ၊ ဥတုကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်ဆိုတာ ဥတုကြောင့် အထပ်ထပ် ဖြစ်နေတာ၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်ဆိုတာ အာဟာရ စားတိုင်းစားတိုင်း အထပ်ထပ် ဖြစ်နေတာ။

ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ရုပ် ဆိုတာကျတော့ အဲဒီလို မဟုတ်ဘူး။ အတိတ်ဘဝက ကံကြောင့်ဖြစ်တာ၊ ခုချိန်မှာ ထင်ရှားရှိနေတဲ့ ကံကြောင့် မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီ အတိတ်ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်တွေကို ဇီဝိတရုပ်ကနေ ဆက်လက် ထိန်းပေးတာ၊ သူက ထိမ်းပေးနေလို့ ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်တွေက ဆက်လက် ရှင်သန်နေကြတာတဲ့။

ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်ဟာ သူ့သက်တမ်းအတိုင်း ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားလိုက် ပြန်ပေါ်လာလိုက်၊ ပေါ်လာတဲ့ အတိုင်းအတာ အတွင်းမှာတော့ ဇီဝိတရုပ်က ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ပေးနေတာ၊ ဇီဝိတရုပ် ကိုယ်တိုင်ကလည်း သူ့သက်တမ်းလေးနဲ့ သူနေရတာ။

အတိတ် ကံတွေကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်တွေ ထပ်တလဲလဲ ဖြစ်နေအောင် ဇီဝိတရုပ်ဆိုတဲ့ အထိန်းဓာတ်ကလေးက ထိန်းပေး ထားတယ်၊ ဒီလို မှတ်ရမယ်၊ ကမ္မဇရုပ် ရှိနေသေးသမျှ ကာလ ပတ်လုံး ကျန်တဲ့ ဥတုရုပ်တို့, အာဟာရဇရုပ်တို့, စိတ္တဇရုပ်တို့

http://www.dhammadownload.com

ဆိုတာ ဒီ ဇီဝိတရုပ် အထောက်အပံ့ အကူအညီနဲ့ လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဆက်လက်ပြီး ပေါ်နေကြတယ်တဲ့။

ကဲ ရုပ်(၈)ခုပေါ်မှာ ဇီဝိတထည့်ရင် ၉–ခုဖြစ်သွားပြီ၊ ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်ဆိုတာ အခြေခံအားဖြင့် ၉–မျိုး ရှိတယ်လို့ ဒီလို မှတ်ရမယ်၊ ကံကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်တွေကို အခြေပြုပြီး စုစည်းထားတာ အနည်းဆုံး ၉–ခု စုစည်းရမယ်၊ ဥတုကြောင့် ဖြစ်တာကျတော့ (၈)ခုပဲ စုစည်းထားတယ်၊ ပထမ အခြေခံ ရုပ်က (၈)ခုပဲ ရှိတယ်၊ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တာလည်း (၈)ခုပဲ၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်တာလည်း (၈)ခုပဲ၊ (၈)ခုနဲ့ အခြေပြုပြီး စုစည်းထားတာ၊ ဒါ ပထမ အသေးဆုံး အခြေပြုတဲ့ ရုပ်ကလေးပေါ့၊ အင်္ဂလိပ်လို molecule (မော်လီကျူး)လို့ ခေါ်တယ်၊ molecule of material quality မော်လီကျူးလေးတစ်ခုကို (၈)ခု နဲ့ စုထားတာ၊ ကမ္မဇရုပ်ကျတော့ အသေးဆုံးလေးကို (၉)ခုနဲ့ စုထားတယ်၊ ခုခေတ် စကားနဲ့ ပြောရင် (8 in 1), (9 in 1)လို့ ဒီလို ပြောပေါ့နော်၊ ရှစ်ခုရဲ့အစုအဝေး ကိုးခုရဲ့အစုအဝေးလို့၊ လူတွေကျတော့ ကံ ရှိတာကြောင့်မို့ ဇီဝိတဆိုတဲ့ ရုပ်ကလေးတစ်ခု ထပ်ပိုလာတယ်။

ဘာဝရုပ် ၂–ပါး

နောက်တစ်ခု ဘာတွေ ပိုလာတုန်းဆိုရင် လူ့လောက လူရယ်လို့ ဖြစ်လာရင် အမျိုးသား,အမျိုးသမီး နှစ်မျိုး ကွဲလာ တယ်၊ အမျိုးသားနဲ့ အမျိုးသမီး မတူညီတဲ့အချက်တွေ ရှိတယ်၊ အသံအားဖြင့်လည်း မတူညီဘူး၊ ရုပ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန် သွားတာ

http://www.dhammadownload.com

လာတာ လှုပ်ရှားတာအားဖြင့်လည်း မတူညီကြဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ် တည်ဆောက်မှုတွေလည်း မတူဘူး၊ ဒီလို ကွဲပြားနေအောင် ဘယ်သူက လွှမ်းမိုး ကြီးစိုးထားတာတုန်းဆိုတော့ အဲဒီမှာ ရုပ် တစ်မျိုး ရှိတယ်တဲ့။

အဲဒီရုပ်ကို အမျိုးသမီးတွေမှာ အခြေပြုတဲ့ရုပ်က 'ဣတ္ထိ ဘာဝရုပ်'လို့ ခေါ်တယ်၊ အင်္ဂလိပ်လိုကျတော့ source of female အမျိုးသားတွေကျတော့ ဘာက အခြေပြုထားတုန်းဆို 'ပုမ္ဘာဝရုပ်' source of male တဲ့၊ ဒီ အခြေခံတာလေးတွေ ရှိ တယ်။

အဲဒီတော့ ခုနက ဇီဝိတဆိုတဲ့အသက်က ဘယ်နားမှာ ရှိတာတုန်းလို့ မေးလို့ရှိရင် အချို့ကလေးတွေ ပြောကြတဲ့အတိုင်း ဗိုက်ထဲမှာရှိတယ်လို့ ပြောကြမှာပဲ၊ ဒီလို မဟုတ်ဘူး၊ ဇီဝိတရုပ် ဆိုတာ တစ်ကိုယ်လုံးမှာ ပျံ့နေတာ၊ တစ်ကိုယ်လုံးမှာ စိမ့်ဝင် ပျံ့နှံ့နေတာ၊ အသက်ရုပ်က ရုပ်အားလုံးမှာ စိမ့်ဝင် ပျံ့နှံ့နေတာ။

ထို့အတူပဲ၊ ဣတ္ထိဘာဝရုပ်တို့၊ ပုမ္ဘာဝရုပ်တို့၊ ဖိုရုပ် မရုပ် ပေါ့၊ အခြေခံ ဖိုရုပ် မရုပ်တွေ ဘယ်မှာရှိတုန်းလို့ဆို တစ်ကိုယ် လုံးမှာ ရှိတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ တစ်ကိုယ်လုံးမှာရှိလို့ အမျိုးသမီးရဲ့ ပုံပန်းသဏ္ဌာန် အမျိုးသားရဲ့ ပုံပန်းသဏ္ဌာန်တွေ ကွဲပြားနေတာ။

ခုခေတ် Anatomy ဆရာတွေကတော့ ပြောမှာပေါ့၊ ဟိုမုန်းဓာတ်ကြောင့်လို့၊ ဒါ အခေါ်ကွဲသွားတာပဲ ဖြစ်မယ်နော်၊ ဣတ္ထိဘာဝ ပုမ္ဘာဝကို ဟော်မုန်းလို့ ခေါ်ချင်ခေါ်ပေါ့၊ သို့မဟုတ် ဟော်မုန်းဆိုတာ ဘယ်က လာတာတုန်းဆို ကံကနေ ဖန်တီးပေး လိုက်တာပဲ၊ အခြေခံကတော့ အကြောင်းကံပဲ၊ အဲဒီလို ဣတ္ထိဘာဝ

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်၊ ပုဗ္ဗာဝရုပ် ထည့်လိုက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ခုနက ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ယူနစ်ကိုးခုထဲ ဣတ္ထိဘာဝ၊ ပုဗ္ဗာဝ တစ်ခုခု ထည့်လိုက်ရင် (၁၁)ခု ဖြစ်သွားမယ်။

ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ရုပ်အစုလိုက်နေပုံ

အဲဒီတော့ အုပ်စုလိုက် အုပ်စုလိုက်နေတာ ဣတ္ထိဘာဝရုပ် ထည့်လိုက်တဲ့အခါ ရုပ် ၁၀–ခုက တစ်စု၊ ပုဗ္ဗာဝနဲ့ ခုနက ကိုးခုနဲ့က တစ်စုဆိုတော့ အဲဒါကိုပဲ ရုပ်၁၀–ခုကို တစ်စု၊ ရုပ်၁၀–ခုကို တစ်စုလို့ ဒီလို ဖွဲ့စည်းပြီးတော့ တည်နေတာကို ပြောတာနော်၊ ယူနစ် ဖွဲ့ထားတာ၊ တစ်ခုတည်း မတည်နေဘူး၊ အစုလိုက် အစုလိုက် တည်နေကြတယ်၊ ဒါကို 'ရူပကလာပ'လို့ ခေါ်တယ်။

ပေါင်မုန့်ကို တစ်စစီ တစ်စစီ ဖဲ့ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် ပေါင်မုန့်ဟာ အစုလိုက် စုနေတာပဲ၊ စုနေလို့ ပေါင်မုန့် လုံးကြီးလို့ ထင်နေတာ၊ ထို့အတူပဲ၊ အဝတ်ကို ကြည့်ရင်လည်း ချည်ချောင်းလေးတွေ စုနေတာ မဟုတ်လား။ အဲဒီအတိုင်းပဲ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ကြည့်ရင်လည်း ကမ္မဇရုပ်တွေဟာ အစုလိုက် အစုလိုက် နေတာ၊ စိတ္တဇရုပ်တွေလည်း အစုလိုက်၊ ဥတုဇရုပ်တွေလည်း အစုလိုက်၊ အဲဒီလို တစ်စုစီ တစ်စုစီ ယူနစ်တွေ စုပြီးတော့ထားလို့ ပုံသဏ္ဌာန်ကြီး ပေါ်နေတာတဲ့။

ဟဒယဝတ္ထုရုပ်

နောက်တစ်ခု ဘာရှိသေးတုန်း၊ ဟဒယဝတ္ထုရုပ် ရှိသေးတယ်၊ စိတ်တွေရဲ့ မှီရာရုပ်ကို ဝတ္ထုရုပ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ပဋ္ဌာန်းမှာ ဟောတာ၊ အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ အဋ္ဌကထာဆရာ

http://www.dhammadownload.com

လက်ထက်ရောက်တော့ ဟဒယဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးထည့်ပြီး တော့ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်လို့ ရေးတာ၊ ဓမ္မသင်္ဂဏီပါဠိတော်မှာ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ကို ဖော်ပြထားခြင်း မရှိပါဘူး။ သို့သော် ပဋ္ဌာန်း ပါဠိတော်ကျတော့ "**ခန္ဓာ ဝတ္ထုဿ ဝတ္ထု ခန္ဓာနံ**" ဝတ္ထုဆိုတဲ့ နာမည်နဲ့ ဟောထားတာရှိတယ်၊ တစ်ခါ ရူပဆိုတဲ့ သာမညနာမည်နဲ့လည်းပဲ ပဋ္ဌာန်းပါဠိတော်မှာ ဝတ္ထုရုပ်ကို ရည်ညွှန်းပြီး ဟောကြားတယ်၊ "**ယံ ရူပံ နိဿာယ မနော ဓာတု စ မနောဝိညာဏဓာတု စ ဝတ္တန္တိ တံ ရူပံ မနောဓာတုယာ စ မနောဝိညာဏဓာတုယာ စ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ နိဿယပစ္စယေနပစ္စယော**" ဆိုပြီး ယံ ရူပံ- အကြင်ရုပ်လို့ ဒီလိုပဲ ဟောထားတယ်၊ အဲဒီတော့ ပဋ္ဌာန်းပါဠိတော်မှာ "**ရူပ**"လို့ ရုပ်သာမန်အနေနဲ့လည်း ဟောတယ်။

ဝတ္ထုကို စိတ်ရဲ့တည်ရာလို့ ဟောတယ်၊ ဒီလို ဟောထားတာကို ရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသက ဘာကြောင့် ဟဒယဆိုတဲ့ စကားလုံး ထည့်လိုက်ရတာလဲဆိုတာ လေ့လာကြည့်သင့်တယ်၊ ဟဒယ ဆိုတဲ့ စကားလုံးက နှလုံးသားကို ရည်ညွှန်းတယ်၊ အင်္ဂလိပ် လိုတော့ (Heart) ဆိုတဲ့ စကားလုံးပေါ့နော်၊ ဟဒယဆိုတာ နှလုံးသားကို ပြောတယ်၊ နောက်တစ်ခုက စိတ်ကို ပြောတယ်၊ အင်္ဂလိပ်လို (Heart to Heart) ဆိုတာ စိတ်ချင်းသိတာကို ပြောတာ၊ Heart လို့ ပြောလိုက်လို့ရှိရင် နှလုံးသားကိုသာ ရည်ညွှန်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ တစ်ခါတစ်ရံ စိတ်ကိုလည်း ရည်ညွှန်းတယ်။

ဗမာစကားမှာလည်း ပြောတယ် မဟုတ်လား၊ ဒီလူဟာ စိတ်နှလုံး ကောင်းတယ်၊ စိတ်နှလုံး ချမ်းမြေ့တယ် စသည်ဖြင့်

http://www.dhammadownload.com

စိတ်နှင့် တွဲပြီးတော့ ပြောလေ့ရှိကြတယ်၊ စိတ်ကို ရည်ညွှန်းပြီး ပြောဆိုလေ့ ရှိတယ်။

ရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသက ဟဒယဆိုတဲ့ စကားလုံးကို သုံးပြီး ဒီရုပ်ဟာ ဘယ်နေရာမှာ ရှိတုန်းလို့ မေးတဲ့အခါ စာပေလာအတိုင်း ပြောရမယ်ဆိုရင် နှလုံးထဲက သွေးမှာရှိတယ်၊ ဒီကနေ့ ခေတ်မှာ ဒီနှလုံးသားရဲ့ function လုပ်ဆောင်ချက် အကြောင်းကို လူတွေ သိကြတယ်။

နှလုံးသားဟာ (၂၄)နာရီ ခုန်နေတာ မဟုတ်လားနော်၊ E.C.G ရိုက်ကြည့်ပြီး နှလုံးခုန်တာ မှန်သလား၊ မမှန်ဘူးလား လို့နော်၊ နားကျပ်နဲ့ တိုင်းကြည့်လို့ ရတယ်၊ ကျန်းမာရေး အတွက် ဒီ နှလုံးက အင်မတန် အရေးကြီးတယ်၊ ၂၄–နာရီ အနားမယူဘဲနဲ့ ခုန်နေတာ၊ နှာခေါင်းက အသက်ရှူနေတာရယ် နှလုံးက ခုန်နေ တာရယ် ဘယ်တော့မှ နားရတယ် မရှိဘူး၊ လူ အိပ်နေလည်း ခုန်နေတာပဲနော်။

အဲဒါ ဘာအလုပ် လုပ်နေတာတုန်းဆိုတော့ ခန္ဓာကိုယ် ထဲမှာ သွေးလည်ပတ်မှုအတွက် သူက pump သဘောမျိုးနဲ့ ညှစ်ထုတ်ပေးနေတယ်လို့ ဒီလို ဆိုကြတယ်၊ ဒါဖြင့် ဟဒယ ရုပ်ဟာ ဘယ်မှာ ရှိတာတုန်းဆိုရင် အဘိဓမ္မာ ကျမ်းဂန်တွေမှာ ဘယ်လိုပြောတုန်းဆိုရင် နှလုံးသွေးထဲမှာ ရှိတယ်။ အဲဒီ သွေးဟာ လည်ပတ်နေတာ ဖြစ်ပေမယ်လို့ နှလုံးသားထဲ ရောက်နေတဲ့ သွေးကိုသာ ဆိုလိုတယ်။ ဘယ်လောက်ရှိလဲလို့ ဆိုရင် လက်ဖဝါး လေးကို အထက်လှန်၊ နည်းနည်းလေး တွန့်ပြီး ခုံးထားလိုက်၊ အဲလို ခုံးထားတဲ့အထဲကို ရေထည့်လိုက်ရင် ရေရဲ့ ပမာဏ

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခုကို ရလိမ့်မယ်၊ အဲဒီ ပမာဏကို ဗမာဝေါဟာရနဲ့ 'တစ်လက်ဖက်' 'တစ်လက်ဆွံ့'လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီအတိုင်းအတာ ပမာဏခန့်ရှိတဲ့ သွေးထဲမှာ ဟဒယဝတ္ထုရုပ် ရှိတယ်လို့ ပြောတာ။

ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ဆိုတာ သွေးကို ပြောတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ နှလုံးသားကို ပြောတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ အဲဒီ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်သည် စိတ်အချို့ရဲ့ မှီရာအဖြစ် ဆောင်ရွက်တယ်၊ မျက်စိကမြင်တဲ့ အဆင်းအာရုံဟာ စက္ခုဒွါရဆိုတဲ့ မျက်စိပေါက်တင်မကဘူး၊ အဲဒီ ဟဒယရုပ်ပေါ်မှာ တည်နေတဲ့ ဘဝင်စိတ် ဆိုတဲ့ မနောဒွါရအထိ ရောက်တယ်လို့ ဆိုတယ်နော်။

အဲဒီ နှလုံးသားမှာ မှီပြီး စိတ်ဖြစ်တယ်ဆိုတော့ ခုခေတ်အနေနဲ့ အချို့ စဉ်းစားကြတယ်ပေါ့လေ၊ နှလုံးကသိတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဦးနှောက်က သိတာ၊ အချို့က ဦးနှောက်ကိုပဲ ဉာဏ်လို့ သတ်မှတ်တယ်၊ သိတာကိုလည်း ဦးနှောက်ကလို့ ဒီလို ယူဆကြတယ်၊ အဲဒီတော့ အဲဒီအဆိုနဲ့ ဆိုရင် ဟဒယ ဝတ္ထုရုပ်ဆိုတာ ဟုတ်ပါ့မလားလို့ ယုံမှားကြတယ်။

သို့သော် နှလုံးသားမှာ စိတ်ဖြစ်တယ် မဖြစ်ဘူးဆိုတာလေးကို သာမန်တွေးကြည့်တဲ့ အတွေးနဲ့ ကြည့်မယ်ဆိုရင် မျက်စိနဲ့ ကြောက်စရာအာရုံကို မြင်ရင် ရင်ထဲမှာ "ဒိတ်ခနဲ" မဖြစ်ဘူးလား၊ မကောင်းတဲ့သတင်း ကြားလိုက်ရင်လည်း ရင်ထဲမှာ "ဒိတ်ခနဲ" မဖြစ်ဘူးလား၊ နားက ကြားလည်း "ဒိတ်ခနဲ" ဖြစ်သွားတာပဲ၊ ဝမ်းသာစရာသတင်း ကြားလိုက်ရင်လည်း ဘယ်က အရင်ခုန်လည်းဆိုရင် နှလုံးက အရင်ခုန်တယ်နော်၊ ဒီလို ထင်ရှားတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အချက်ကို ကြည့်ပြီး ရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသက ဟဒယဝတ္ထုလို့ ဒီလို သုံးခဲ့တာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။

နောက်တစ်နည်းက ဟဒယဆိုတာ စိတ်ကို ရည်ညွှန်းတာ၊ ဝတ္ထုဆိုတာ တည်ရာမှီရာ၊ စိတ်ရဲ့မှီရာရုပ်လို့ ဆိုလိုတယ်၊ အဲဒီတော့ စိတ်ရဲ့မှီရာဆိုတာ နှလုံးသားနဲ့ ဦးနှောက် တစ်ခုခု။ ဘယ်နေရာပဲ ဖြစ်ဖြစ် စိတ်ပေါ်တဲ့နေရာ။ မြတ်စွာဘုရားကတော့ ဘယ်နေရာ ရယ်လို့ မဟောခဲ့ဘူး။ ဟဒယဝတ္ထုကို ခုနက နှလုံးထဲမှာရှိတဲ့သွေး တစ်လက်ဆုံ့လောက်ရှိတဲ့ သွေးထဲမှာ တည်နေတယ်လို့ဆိုတဲ့ အဋ္ဌကထာစကားအပြင် တစ်နည်း စဉ်းစား ကြည့်နိုင်သေးတယ်။

ဟဒယဆိုတာ စိတ်ကို ဟောတယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဟဒယ ဝတ္ထုဆိုတာ စိတ်ရဲ့တည်ရာရုပ် ဖြစ်တယ်၊ နှလုံးလည်း ဖြစ်ချင် ဖြစ်မယ်၊ ဦးနှောက်လည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ ဘာ ဖြစ်လို့တုန်း ဆိုရင် ချစ်တယ် မုန်းတယ်ဆိုရင် နှလုံးသားမှာ ဖြစ်တာ၊ တစ်စုံ တစ်ခု ခက်ခက်ခဲခဲ ကြံစည်တွေးတောတယ်ဆိုရင် ခေါင်းကို ကုတ်တာလား၊ ဗိုက် ကုတ်တာလား၊ ခေါင်းကုတ်တာ၊ တွေးပြီ ဆိုရင်တော့ ခေါင်းကိုအသုံးချတာ ဖြစ်လို့ ဦးနှောက်မှာ ဖြစ်တယ်၊ ဟုတ်ရဲ့လား။

အစစ အရာရာ လူတွေက တွေးပြီးနေတယ်ဆိုရင် တစ်ခါ တည်း မျက်မှောင်လေးကြုတ် ခေါင်းလေးကုတ်ပြီး စဉ်းစားတာ၊ ဘယ်လိုလုပ်ရ ကောင်းမတုံးပေါ့၊ အဲဒီတော့ အကြံဉာဏ်တွေက ဘယ်က ထွက်နေတာတုံး၊ ခေါင်းကထွက်တာ၊ အဲဒီလိုပြောရင် တော့ ဟဒယဝတ္ထု၊ ဟဒယဆိုတာ စိတ်၊ ဝတ္ထုဆိုတာ တည်ရာ၊ မြတ်စွာဘုရားက ဒါကြောင့်များ ဒီရုပ်ကို ဝတ္ထုလို့ သာမန်ဟောခဲ့

http://www.dhammadownload.com

တာပဲလားလို့ တွေးတောစရာ ရှိတယ်။

ရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသက ဟဒယဝတ္ထုလို့ 'ဟဒယ' ထည့်လိုက်တာလည်း မမှားဘူးလို့ ပြောရမယ်၊ စိတ်ရဲ့တည်ရာလို့ အဓိပ္ပါယ် ရနိုင်တယ်၊ ဟဒယဆိုတာ စိတ်၊ ဝတ္ထုဆိုတာ တည်ရာ၊ နှလုံးသားကို ရည်ညွှန်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ လူတွေမှာ စိတ်အဖြစ်များတာက နှလုံးသားနဲ့ ဦးနှောက်မှာ၊ ချစ်တာ မုန်းတာကျတော့ နှလုံးသား၊ တွေးတော ကြံစည်တာကျတော့ ဦးနှောက်မှာ၊ ဟောဒီလို နှစ်ခု စပ်ကြားမှာ ဖြစ်နေကြတယ်လို့ ဒီလိုပြောရမယ်။

ဝမ်းသာရင် ဝမ်းနည်းရင် ခေါင်းကိုင်တာလား၊ ဗိုက်ကိုင်တာလား၊ ရင်ဘတ်ကို ကိုင်တာနော်၊ နှလုံးကို ဖိတယ်လေ၊ ဝမ်းသာရင် အဲဒီနေရာကို သွားဖိတယ်၊ စိတ်ညစ်ရင်တော့ ခေါင်းကို ကုတ်တယ်နော်၊ ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ဆိုတာ စိတ်ဖြစ်ပေါ်တဲ့နေရာမှာ တည်ရှိတယ်လို့ ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ အလိုတော် ကျနိုင်လောက်စရာ ရှိတယ်နော်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားက "**ယံ ရူပံ နိဿာယ**-အကြင်ရုပ်ကို အမှီပြုပြီး မနောဓာတ်တို့, မနောဝိညာဏဓာတ်တို့ဆိုတဲ့ အသိစိတ်တွေ ပေါ်တယ်တဲ့၊ အဲဒီရုပ်ဟာ"လို့ ဒီလိုသာမန်ပဲ ဟောခဲ့တယ်၊ ဘယ်နေရာမှာ ရှိတယ်လို့ မဟောခဲ့ဘူးနော်၊ မဟောခဲ့သည့်အတွက်ကြောင့် စိတ်ဖြစ်နိုင်တဲ့ နေရာမှာ ဒီရုပ်ရှိတယ်လို့ ဒီလိုပြောနိုင်တယ်။

ဟဒယဝတ္ထုရုပ်ဟာ နှလုံးသားထဲက သွေးထဲမှာဆိုတဲ့ အဆိုအရ ဘာပြဿနာ ဖြစ်နိုင်တုန်းဆိုရင် လူတွေရဲ့ ဒီနှလုံးကို ပြောင်းလဲပြီး တပ်ဆင်တာတို့၊ နှလုံးစက် တပ်တာတို့၊ နှလုံးကို

http://www.dhammadownload.com

ခွဲစိပ်ကုသတာတို့ ဒီ (Heart transplant) လုပ်တာတွေတို့ကျတော့ တွေးတောစရာတွေ ဖြစ်လာပြန်တယ်၊ သို့သော်လည်း ခုနက သွေးထဲမှာ တည်တာဆိုတော့ နှလုံးတုထဲမှာရှိတဲ့ သွေးဟာလည်း အဓိကကတော့ သွေးပဲနော်၊ သွေးထဲမှာ ဟဒယဝတ္ထုရုပ် ရှိတယ် ဆိုတော့ သွေးရှိသမျှ စိတ်လည်း ဖြစ်နေဦးမယ်နော်၊ သွေး မရှိရင်တော့ မရတော့ဘူးပေါ့။

ဒါကြောင့် ဘယ်နေရာမှာပဲဖြစ်ဖြစ် အများသိသာတဲ့ စကား လုံးနဲ့ ပြောရင် ချစ်တာ,မုန်းတာက နှလုံးသား၊ တွေးတာ,ကြံတာ က ဦးနှောက်၊ အဲဒီနှစ်ခုကြားမှာ စိတ်ဖြစ်တယ်လို့ ပြောရင် ဒီကနေ့ခေတ် အားလုံး လက်ခံနိုင်တဲ့ အနေအထား ရှိနိုင်တယ်ပေါ့။

မြတ်စွာဘုရားက "ဟဒယဝတ္ထု"အမည်နဲ့ ဟောထား ခဲ့တယ် ဆိုရင်တော့ ဘာမှ စဉ်းစားစရာ မလိုဘူး၊ မြတ်စွာ ဘုရားက ဟဒယဝတ္ထုရုပ်လို့ တိုက်ရိုက် မဟောခဲ့ဘူး၊ ပဋ္ဌာန်းမှာ 'ဝတ္ထု'လို့သာ ဟောခဲ့တယ်၊ 'ယံ ရူပံ'လို့သာ ဟောခဲ့တယ်၊ သို့သော် မနောဓာတ် မနောဝိညာဏဓာတ်ခေါ်တဲ့ စိတ်ရဲ့ မှီရာ ရုပ်ဆိုတာ လိုအပ်နေတယ်။

ဟဒယဝတ္ထုရုပ် ဆိုတာလည်း စိတ်အချို့ရဲ့ မှီရာအနေနဲ့ လူရဲ့သန္တာန်မှာ ရှိနေတယ်၊ ဒါကလည်း ဘယ်အရာက ဖန်တီး ပေးတာတုန်းဆို ကံက ဖန်တီးပေးတာ၊ ဟဒယဝတ္ထုလည်း အနည်းဆုံး ရုပ် ၁၀–ခု အပေါင်းနဲ့ တည်ရှိတယ်၊ unity of ten ပေါ့၊ ၁၀–ခု ရှိရမယ်၊ ဇီဝိတရုပ် အပါအဝင်ဖြစ်တဲ့ ၉– ခုကို အခြေခံပြီး ဟဒယဝတ္ထုရုပ် တစ်ခု၊အားလုံး စုပြီးနေတယ်၊ ကံကြောင့် ဖြစ်တဲ့ ရုပ်တွေဟာ ၁၀–ခု၊ ၁၀–ခု စုပြီးနေတယ်လို့

http://www.dhammadownload.com

ဒီလို မှတ်ရမယ်၊ ပေါင်းလိုက်တော့ ခုနကပြောတဲ့ အဓိက အခြေခံ ရုပ်တရားတွေရဲ့ အစုအဝေးဖြစ်တဲ့ (၈)ခု၊ ဇီဝိတ ထပ်ထည့် လိုက်တော့ (၉)ခု၊ အမျိုးသားတွေမှာ ပုမ္ဘာဝ၊ အမျိုးသမီးတွေမှာ ဣတ္ထိဘာဝ၊ နောက် ဟဒယထည့် (၁၀)ခုစီ ဖြစ်သွားတယ်။

ပသာဒရုပ် ၅–ပါး

နောက်ပြီး သက်ရှိသတ္တဝါတွေမှာ ထူးခြားတဲ့ ရုပ်ကလေး တွေ ပါလာပြန်တယ်၊ ကံကြောင့် ပါလာတာ၊ ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်တွေက ဘာလဲဆိုရင် စက္ခုပသာဒရုပ်တဲ့၊ ပသာဒဆိုတာ ကြည်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ် ရတယ်၊ မျက်လုံးကလေးရဲ့ အကြည် ဓာတ်နဲ့ ဒီ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ အကြည်ဓာတ်နဲ့ မတူဘူး၊ ဟုတ်လား၊ ကြည်တယ်ဆိုတာ အာရုံကို ဖမ်းယူနိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိကို ပြောတာ၊ အပြင်ဘက်က အဆင်းအာရုံတွေကို ဖမ်းယူနိုင်တဲ့ မှန်ကလေးလို ကြည်နေတာ၊ မျက်လုံးကိုလည်း အဲဒီလို အကြည် လို့ပဲ ခေါ်တယ်၊ သို့သော် အင်္ဂလိပ်လို ပြန်တဲ့အခါကျတော့ sensitive လို့ ပြန်တယ်၊ sensitive eye ၊ ပါဠိလိုတော့ စက္ခု ပသာဒရုပ်တဲ့၊ ပသာဒရုပ်ဟာ လူတွေမှာ (၅)ခုရှိတယ်၊ 'ပသာဒ ရုပ်'ဆိုသည်မှာ ပြင်ပက အာရုံတွေကို ဖမ်းယူနိုင်တဲ့ စွမ်းရည် သတ္တိရှိတဲ့ ကံက ပေးထားတဲ့ ရုပ်ငါးမျိုးလို့ ဒီလို ပြောတာ၊ အကြမ်းဖျင်း ပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် မျက်စိရယ်၊ နားရယ်၊ နှာခေါင်း ရယ်၊ လျှာရယ်၊ ကိုယ်ရယ်၊ ဟုတ်ရဲ့လား။

အဆင်းအာရုံကို မျက်စိက ဖမ်းယူတယ်၊ အသံအာရုံကို နားက ဖမ်းယူတယ်၊ အနံ့အာရုံကို နှာခေါင်းက ဖမ်းယူတယ်၊ ရသာရုံကို လျှာက ဖမ်းယူတယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်မှာထိတဲ့ အာရုံတွေကို

http://www.dhammadownload.com

ဘယ်နေရာထိထိ ကာယပသာဒက ဖမ်းယူတယ်လို့ ဆိုတယ်၊ ဒါ ပသာဒရုပ် ငါးခုပဲ။

စဉ်းစားကြည့်ပါ၊ လူတွေမှာ ပြင်ပနဲ့ ဆက်သွယ်စရာ အဲဒီ ရုပ်ငါးခုသာ မပါလို့ရှိရင် ဘယ်လို နေပါ့မလဲ၊ အဆက် အသွယ် တွေ ပြတ်မနေဘူးလား၊ ပြင်ပကဟာလည်း ဘာမှ မမြင်ရဘူး၊ အသံကလည်း ဘာမှ ကြားရမှာ မဟုတ်ဘူး၊ အနံ့လည်း ဘာမှ မရဘူး၊ အရသာလည်း သိမှာ မဟုတ်ဘူး၊ ထိလည်း သိမှာ မဟုတ်ဘူး၊ ဘာနဲ့ တူတုန်းဆို ရုပ်တုကြီးနဲ့ တူမနေဘူးလား၊ အဲဒါတွေမပါရင် ရုပ်တုကြီးနဲ့ပဲ တူနေမှာပဲ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ မြတ်စွာဘုရားက "နာမရူပပစ္စယာ သဠာယတနံ"ဆိုတာ ဒါပြောတာ၊ ဆက်သွယ်စရာ အင်္ဂါရုပ်တွေ လူတွေမှာ ပေါ်လာတယ်၊ အဲဒါတွေက ပသာဒရုပ်ငါးခု၊ ဒီ ပသာဒ ရုပ်(၅)ခုသည် ကံကြောင့်သာ ဖြစ်တယ်လို့ စက္ခုပသာဒ၊ သောတပသာဒ၊ ဃာနပသာဒ၊ ဇိဝှာပသာဒ၊ ကာယပသာဒလို့ အကြည် ရုပ်ငါးမျိုး၊ အကြည်ဆိုတာ မှန်လိုကြည်နေလို့ အကြည် လို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ အာရုံကို ရယူနိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိတာ၊ တယ်လီဗေးရှင်း ကြည့်ချင်ရင် ဘာတပ်ထားကြတုန်း၊ အန်တဲနာတွေ စလောင်းတွေ တပ်ထားရင် ရတယ်၊ အဲဒီ အန်တဲနာတွေ စလောင်းတွေက ဖမ်းပေးတာပဲလေ၊ ဒီပြင် တုတ် ချောင်း ထောင်ထားလို့ မရဘူးနော်၊ သူ့ဟာနဲ့သူမှ ဖမ်းလို့ရတာ၊ ထို့အတူပဲ မျက်စိကမှ အဆင်းအာရုံကို မြင်တာ၊ နားကမှ အသံအာရုံကို ကြားတာ၊ သူ့ဟာနဲ့သူ လူ့ခန္ဓာကိုယ်မှာလည်းပဲ ပြင်ပနဲ့ အာရုံတွေနဲ့ ဆက်သွယ်ဖို့, ဖမ်းယူဖို့ အင်္ဂါရုပ်တွေ

http://www.dhammadownload.com

ပေါ်နေတယ်၊ အဲဒီအင်္ဂါတွေကို ရုပ်တရားလို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒီတော့ ရုပ်တရားတွေကို ပြန်တွက်ကြည့်လိုက်ရင် အားလုံး အခြေခံက (၈)ရုပ်၊ ဇီဝိတထည့်ရင် (၉)ခု၊ ဣတ္ထိဘာဝ, ပုမ္ဘာဝ ထည့်လိုက် (၁၁)ခု၊ နောက်တစ်ခါ ဟဒယထည့်လိုက် (၁၂)ခု၊ နောက်ပြီးတော့ စက္ခုပသာဒ၊ သောတပသာဒ၊ ဃာန ပသာဒ၊ ဇိဝှာပသာဒ၊ ကာယပသာဒ ထည့်လိုက်လို့ရှိရင် (၁၇)ခု ရှိသွားပြီ၊ ဒါ ရုပ်အစစ်(၁၇)ခု။

အခြေခံရုပ် ၈–ခုတွင် သဒ္ဒရုပ် မပါဝင်ရခြင်း

ဒီထဲမှာ 'သဒ္ဒ'ဆိုတဲ့ ရုပ်ကလေးတစ်ခု အကြောင်း မပြော ရသေးဘူး။ ဒီသဒ္ဒဆိုတဲ့ ရုပ်ကလေးက စိတ်ကြောင့် ဥတုကြောင့် သာ ဖြစ်တာ၊ ကံကြောင့် မဖြစ်ဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ အဋ္ဌကလာပ် ရုပ် ၈–ခုထဲမှာ သူက မပါဘူး၊ ဘာလို့လဲဆိုတော့ စိတ်တို့ ဥတုတို့ဆိုတာက ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းတရား၊ ကံက အတိတ် အကြောင်းတရား၊ စိတ်ဆိုတာ ခုလောလောဆယ်ရှိနေတဲ့ စိတ်ကိုပြောတာ၊ ဥတုဆိုတာလည်း အခုကြုံတွေ့နေတဲ့ ဥတုကို ပြောတာ၊ ဒါတွေက ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းတရားတွေ ဖြစ်သောကြောင့် အဋ္ဌကလာပ်ရုပ် ၈–ခုထဲမှာ သဒ္ဒရုပ်ကို မထည့်ဘူး။

ဘုန်းကြီးတို့ ဂျာမနီနိုင်ငံ သွားပြီး အဘိဓမ္မာတရား ပို့ချတဲ့အခါ သင်တန်းလာတက်တဲ့ ဂျာမန်တစ်ယောက်က ဒီ အသံအကြောင်းကို မေးတယ်၊ ဒီ ရုပ်(၈)ခုထဲမှာ ဘာဖြစ်လို့ အသံ မပါတာတုန်းတဲ့၊ အဆင်းတို့, အနံ့တို့, အရသာတို့တော့ ပါတယ်ပေါ့၊ ဘာဖြစ်လို့ အသံမပါတာလဲတဲ့၊ အသံလည်း ဖြစ် နိုင်တယ် မဟုတ်လားတဲ့။

http://www.dhammadownload.com

ဘုန်းကြီးက ခုနက ဥပမာနဲ့ ပြောပြတယ်၊ မင်းတို့ဆီမှာ ဂစ်တာရှိတယ် မဟုတ်လား၊ ဂစ်တာထဲမှာ အသံ ရှိလို့လား၊ မရှိဘူးတဲ့၊ မရှိရင် ဒီအသံက နဂိုက ဖွဲ့စည်းထားတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဆိုင်ရာအကြောင်းကြောင့် ဖြစ်တယ်လို့၊ သူက ဘာနဲ့သွားပြီး ရောထွေးနေတုန်းဆိုရင် အသံကို ရီကော်ဒါနဲ့ မှတ်တမ်းတင်ထားလို့ရတာ၊, ခုခေတ်ပြောတဲ့ Mp3 တို့ Mp 4 နဲ့ အသံကို ဖမ်းထားလို့ ရတာနဲ့ ရောထွေးနေတာ၊ အသံဖမ်လို့ ရနေတာ ဟုတ်တယ်၊ အသံ ဖြစ်လာပြီးတဲ့နောက်မှ ဖမ်းထားလို့ ရတာလေ၊ မဖြစ်သေးတဲ့အသံက ဘယ်နား ရှိနေတယ်လို့ မဆိုနိုင်ဘူး၊ ဘယ်နေရာမှာ အသံရှိနေတယ်ဆိုတာ ရှာကြည့်လေ။

မီးခြစ်ဘူး ဥပမာပဲ ကြည့်ဦးပေါ့၊ မီးရှိနေရဲ့လား၊ မီးခြစ်ဘူးထဲမှာ မရှိဘူး၊ အကြောင်းဆုံမှသာ ဖြစ်လာတာ၊ အသံဆိုတာလည်း ထို့အတူပဲ၊ ဘယ်နေရာမှာမှ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ သို့သော် ဆိုင်ရာအကြောင်းတရားတွေ ပေါင်းဆုံမိရင် ပေါ်လာတဲ့ သဘောပဲ ရှိတယ်။

ဒါကြောင့် ဒီသဒ္ဒရုပ်ဟာ ခုနက အဆင်းတို့ ဘာတို့နဲ့ မတူဘူး၊ သူက **ရှိနေတဲ့အရာ မဟုတ်ဘူး၊ ဖြစ်လာတဲ့အရာပဲ** ဖြစ်တယ်၊ အဋ္ဌကလာပ်ရုပ် (၈)ခုက ရှိနေတဲ့အရာတွေ၊ ရုပ်ဝတ္ထုတိုင်းမှာ remain ဖြစ်နေတယ်၊ တည်ရှိနေကြတယ်၊ အသံက အဲဒီလို မဟုတ်ဘူး၊ ဆိုင်ရာအကြောင်းနဲ့ ပေါင်းလိုက်တဲ့ အခါမှာ ပေါ်လာတဲ့ရုပ်၊ နောက်ပိုင်းတော့ သူ့ သဘောပေါက်သွားပုံ ရတယ်၊ ဘာမေးခွန်းမှ မမေးတော့ဘူး။

မြန်မာလူမျိုးတွေ ရင်းနှီးနေတဲ့ စောင်းကို ကြည့်ပေါ့၊

http://www.dhammadownload.com

စောင်းထဲမှာ အသံတွေရှိရဲ့လား၊ မရှိဘူးနော်၊ စောင်းအိုးရယ် စောင်းကြိုးရယ် တီးတဲ့လက်ရယ် ပေါင်းလိုက်မှ အသံဖြစ်လာတာ လေ၊ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းကြောင့် အသံထွက်လာတာ၊ အဲဒါကြောင့်မို့ အသံ(သဒ္ဒရုပ်)ဆိုတာ "**သဒ္ဒေါ စိတ္တောတုဇော**" ဆိုတဲ့အတိုင်း စိတ် ဥတုဆိုတဲ့ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းတရားကို စွဲပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတာ ဖြစ်သောကြောင့် အခြေခံ အဋ္ဌကလာပ်ရုပ်တွေထဲမှာ ထည့်မထား ဘူး၊ ဒါကြောင့် ဒီသဒ္ဒရုပ် ထည့်လိုက်ရင် ရုပ်ပေါင်း ၁၈–ခု ဖြစ်လာတယ်၊ အဲဒီ ရုပ် ၁၈–ခုကို **နိပ္ဖန္နရုပ်**လို့ ခေါ်တယ်၊ ဘာကြောင့်တုံးဆို ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်းတရားတွေက ထုတ်လုပ်တဲ့ရုပ်ဖြစ်လို့ပါ။

အဲဒီ နိပ္ဖန္နရုပ်ဆိုတဲ့ ရုပ်ကသာလျှင် သဘာဝရုပ်၊ တကယ့် ရုပ်အစစ် ဖြစ်တယ်၊ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ရင် အဲဒီ (၁၈)ခုထဲက တစ်ခုခုကို ရှုပြီး အားထုတ်ရတယ်၊ ရုပ် (၁၈)ခုဟာ **ဝိပဿနာရဲ့အာရုံ** ဖြစ်တယ်၊ ရုပ်(၂၈)ခုလို့ ကြားဖူးပါတယ်၊ ဘယ်နှယ့်ကြောင့် (၁၈)ခုကသာ ရုပ်အစစ် ဖြစ်ရတုန်းဆို ကျန်တာတွေက ဆင့်ပွားထားတဲ့ ရုပ်တွေ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ရှုမြင် သုံးသပ်ဖို့ မလိုဘူး။

အနိပ္ဖန္နရုပ် ၁၀–ပါး

အခုပြောမယ့် ရုပ် ၁၀–ခုက မိမိတို့ရဲ့ ပင်ကိုယ်သဘောရှိတဲ့ သဘာဝရုပ် မဟုတ်ဘူး၊ အသဘာဝရုပ်၊ ရုပ်အစစ်ကနေ ဆင့်ပွါး ထားတဲ့ ရုပ်တွေသာဖြစ်တယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ရှုမြင်သုံးသပ်လို့ မရတဲ့ ရုပ်တွေပါပဲ၊ ဒီရုပ်တွေကို 'အနိပ္ဖန္နရုပ်' လို့လည်း ခေါ်ကြ တယ်၊ အဲဒီရုပ်တွေကို ဆက်ပြီး လေ့လာကြည့်ကြရအောင်။

http://www.dhammadownload.com

အာကာသဓာတ်

ကလာပ်စည်းတွေ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု အကြားမှာ အပိုင်းအခြား ရှိတယ်နော်၊ ပဲစေ့ကလေးတွေ ဖန်ဘူးထဲမှာ ထည့်ထားလိုက်တယ်၊ တစ်စေ့နဲ့တစ်စေ့ ဘယ်လိုပဲ ထိနေနေ၊ အဲဒီအစေ့ နှစ်ခုဟာ ပူးကပ်ပြီး တစ်ခုတည်း ဖြစ်မသွားတာကို ထောက်လို့ရှိရင် သူတို့ နှစ်ခုကြားမှာ လူ့မျက်စိနဲ့ မမြင်နိုင်တဲ့ space လေးတွေ၊ အကြားတွေ ရှိနေတယ်ဆိုတာ မသိသာဘူးလား။ လူတွေ ဝတ်နေတဲ့ အဝတ်ကိုလည်း ကြည့်လေ၊ ချည်ချောင်းလေးတွေက သူ့ဟာနဲ့သူ တစ်ကန့်စီ တစ်ကန့်စီ နေတာ၊ အဲဒီလို တစ်ကန့်စီ နေနိုင်တာကိုက ချည်ကြောင်းလေးတွေ ကြားထဲမှာ အကြားလေးတွေ ရှိတယ်ဆိုတာ ပြောတာ၊ အဲဒါကို 'အာကာသဓာတ်'လို့ ခေါ်တယ်နော်။

ပရိစ္ဆေဒရုပ်

ဟောဒီ ရုပ်ကလာပ် တစ်ခုနဲ့တစ်ခုအကြား group တစ်ခုနဲ့ group တစ်ခု ကြားပေါ့လေ၊ ရုပ်အစုကလေးတွေ အစုကလေးတွေ ကမ္မဇရုပ် ဆိုရင် (၁၀)ခု အစုနော်၊ စိတ္တဇရုပ် ဆိုရင် အခြေခံရုပ် (၈)ခုအစု၊ ဥတုဇရုပ်ဆိုရင်လည်း အခြေခံ(၈)ခု အစု၊ အာဟာရဇရုပ်ဆိုလို့ရှိရင် အခြေခံ (၈)ခုအစု၊ ကမ္မဇရုပ်မှာ အခြေခံ (၉)ခုအစုနဲ့ (၁၀)ခုအစုတဲ့၊ အဲဒီ ရုပ်တစ်စုနဲ့တစ်စု ကြားထဲမှာ ဒီကြားလေးတွေ ရှိတယ်၊ ဒီကြားခံလေးတွေကို အာကာသဓာတ်လို့ ခေါ်တယ်တဲ့၊ အဲဒီ အာကာသဓာတ်ကို 'ပရိစ္ဆေဒရုပ်'လို့ ခေါ်တယ်တဲ့၊ 'ပိုင်းခြားတဲ့ရုပ်'၊ အဲဒါက တစ်ခု။

http://www.dhammadownload.com

ဝိညတ်ရုပ် ၂-ပါး

နောက်ပြီးတော့ လူတွေမှာ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ဆက်သွယ်တဲ့အခါ ကျန်တဲ့လူ တစ်ယောက်ကို သိနိုင်အောင် ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့လှုပ်ရှားမှုတွေ activity အမူအရာတွေ မရှိဘူးလား။ လူတစ်ယောက်ကို လာစေချင်ရင် လက်ပြတာတို့၊ sign language လက်ညှိုးလေး ထောင်ပြီး ပါးစပ်ပိတ်ပြရင် စကား မပြောဘို့ တိုးတိုးလို့ ပြောတာတို့၊ အဲဒီလို sign language တွေကို **'ကာယဝိညတ်'**လို့ ခေါ်တာနော်၊ အဲဒါလည်း ရုပ်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့အတွက် ရုပ်လို့ သတ်မှတ်တာ၊ တကယ်တော့ ရုပ်သီးသန့် မဟုတ်ဘူး။

ခုနက(၁၈)ခုကိုပဲ စွဲပြီး ကာယဝိညတ်ကို ရုပ်တစ်ခုလို့ ခေါ်လိုက်တာ၊ ကလာပ်စည်းတစ်ခု တစ်ခုကြားက ကြားခံလေးကို ရုပ်တစ်ခုလို့ ခေါ်သလို ရုပ်ရဲ့လှုပ်ရှားမှု အမူအရာကိုလည်း ရုပ်လို့ ခေါ်လိုက်တာ၊ လူရဲ့ပုံပန်းသဏ္ဌာန် အမျိုးမျိုး လုပ်ပြတာ တွေ မှန်သမျှ sign languageတွေ မှန်သမျှ ဒါ ကာယဝိညတ်၊ တစ်ဖက်သားကို သူ့ရဲ့ လိုအင်ဆန္ဒကို သိစေတဲ့ရုပ်တဲ့၊ ဝိညတ္တိ- သိစေတာ၊ တစ်ဖက်သားကို ကိုယ့်ရဲ့ဆန္ဒကို ဖော်ထုတ်တာ၊ ဒါက ကာယဝိညတ်။

နောက်တစ်ခုက ပါးစပ်က အသံထွက်ပြီး ပြောတာကျတော့ **'ဝစီဝိညတ်'**တဲ့၊ သဒ္ဒရုပ်နဲ့ အမြဲ တွဲနေရတယ်၊ အသံမပါရင် ဘယ်လိုလုပ် သိမလဲနော်၊ အသံမထွက်တဲ့ သူဆိုရင် ပါးစပ်လေးပဲ လှုပ်တယ်၊ ဟိုတစ်ယောက်က နားမလည်ဘူးနော်၊ ဘာပြောတာ တုန်းလို့ မေးရတယ်လေ၊ အသံလေးနဲ့ တွဲလိုက်မှ ဝစီဝိညတ်ရုပ်က

http://www.dhammadownload.com

ထင်ရှား ရှိတယ်တဲ့။

အဲဒီ ဝစီဝိညတ်ဆိုတဲ့ စကားပြောသံကိုလည်း စကားပြောတဲ့ ရုပ်ကိုလည်းပဲ ရုပ်လို့ ဒီလို သတ်မှတ်လိုက်တယ်၊ အမှန်က အသံရဲ့အမူအရာနဲ့ လူတွေသိတဲ့ စကားလုံးကို ဖော်ထုတ်ပေးတာကို ပြောတာပဲ၊ တကယ်က ရုပ်သီးသန့် မဟုတ်ဘူး၊ သို့သော် ရုပ်နဲ့ ဆက်စပ်ပြီးနေတဲ့အရာ ဖြစ်သောကြောင့် ဝစီဝိညတ်ကိုလည်း ရုပ်လို့ သတ်မှတ်လိုက်တယ်၊ ဘယ်နှစ်ခု ရှိပြီလဲ၊ ပရိစ္ဆေဒရုပ်ရယ်, ဝိညတ်ရုပ် ၂–ခုရယ် ၃–ခု ရှိပြီနော်။

ဝိကာရရုပ်

တစ်ခါတစ်ရံ ရာသီဥတုလေးက ကောင်း၊ စားစရာသောက်စရာလေးက ကောင်းတဲ့အခါကျတော့ ခန္ဓာကိုယ်က ပေါ့ပါး မနေဘူးလား၊ အဲဒါကို 'လဟုတာရုပ်'လို့ သတ်မှတ်တယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ်က tension တွေ မရှိဘူးလား၊ အကြောအခြင်တွေ ပျော့ပြီး နေလို့ ထိုင်လို့ ကောင်းတယ်၊ 'မုဒုတာရုပ်'၊ တစ်ခါတစ်ခါ လုပ်လို့ကိုင်လို့ မောပန်းခံနိုင်တယ် 'ကမ္မညတာရုပ်'။

တစ်ခါတစ်ခါကျတော့ အမောမခံနိုင်ဘူး၊ လမ်းလေးလျှောက်တာနဲ့ မောနေတယ်၊ ရုပ်ဆိုတာ ရာသီဥတုတို့၊ စိတ်အခြေအနေတို့၊ တစ်ခါတစ်ခါ ရာသီဥတုတော့ ကောင်းတယ်၊ အာဟာရတွေလည်း ကောင်းတယ်၊ စိတ်ညစ်နေတဲ့ အခါတွေမှာ စိတ်အခြေအနေအရ ခန္ဓာကိုယ် လေးလံသွားတာ ရှိတယ်၊ စိတ်အခြေအနေအရ ခန္ဓာကိုယ် ပေါ့ပါးတာလည်း ရှိတယ်။ အဲဒါတွေကိုလည်းပဲ ရုပ်ရဲ့အခြေအနေတွေ ဖြစ်သောကြောင့် ရုပ်ရဲ့

http://www.dhammadownload.com

ပြောင်းလွဲနေတဲ့ သဘာဝတွေ ဖြစ်သောကြောင့် သူတို့ကိုလည်း ရုပ်လို့ သတ်မှတ်လိုက်တယ်၊ ရုပ်လို့ပဲ ခေါ်လိုက်တယ်၊ ဒီ လဟုတာရုပ် အစရှိတဲ့ ရုပ်၃-ခုကို 'လဟုတာဒိရုပ်'လို့ ခေါ်ကြတယ်၊ တစ်နည်းအားဖြင့်လည်း နိပ္ဖန္နရုပ် ၁၈-ခုရဲ့ အမူအရာထူးဖြစ်လို့ ဝိကာရရုပ်လို့လည်း ခေါ်ရတယ်။

တကယ်ကတော့ ဝိကာရရုပ်ဆိုတာ သီးခြားရှိသလားဆိုတော့ မရှိဘူး၊ နိပ္ဖန္နရုပ် ၁၈-ခုရဲ့ ပေါ့ပါးသွားတာ၊ နိပ္ဖန္နရုပ် ၁၈-ခုရဲ့ နူးညံ့သွားတာ၊ နိပ္ဖန္နရုပ် ၁၈-ခုရဲ့ လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသွားတာကို ပြောတာတဲ့၊ အဲဒီ ပရိစ္ဆေဒရုပ်၊ ဝိကာရရုပ် ၃-ပါးနဲ့ ဝိညတ် ၂-ပါး ထည့်လိုက်တော့ ဘယ်နှစ်ခု ဖြစ်သွားတုန်း (၆)ခု ဖြစ်သွားပြီ။

လက္ခဏရုပ် ၄-ပါး

ဒီထဲမှာ ဒီရုပ်တွေရဲ့ အမှတ်လက္ခဏာ(၄)မျိုး ထပ်ထည့်လိုက်တယ်၊ ဘာတုံးဆိုရင် ရုပ်တွေဟာ စတင်လာတဲ့အချိန်ရှိတယ်၊ '**ဥပစယ**'တဲ့၊ ဆက်လက်ပြီးတော့ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့အချိန်ရှိတယ် '**သန္တတိ**'တဲ့၊ အိုမင်းရင့်ရော်တဲ့ အချိန်ပိုင်း၊ ရင့်လာတဲ့အချိန်ပိုင်းရှိတယ် '**ဇရတာ**'တဲ့၊ ပျက်သွားတဲ့ အချိန်ပိုင်းလည်းရှိတယ် '**အနိစ္စတာ**'တဲ့၊ စိတ်ကျတော့ ဥပါဒ်၊ ဌီ၊ ဘင် သုံးမျိုးထဲပဲ၊ ရုပ်ကျတော့ ဖြစ်တာ နည်းနည်းလေး အချိန်ယူတာမို့ စပြီးဖြစ်တာကို "ဥပစယ"၊ ဆက်လက်ပြီး ဖြစ်တာကို "သန္တတိ"တဲ့၊ ရင့်ရော်သွားတာကို "ဇရတာ"၊ ပျက်စီးသွားတာကို "အနိစ္စတာ"၊ အဲဒါက ရုပ်ရဲ့အမှတ်လက္ခဏာ (၄)မျိုးပဲ။

ဒါက တကယ်တော့ ရုပ်မဟုတ်ဘူး၊ ရုပ်ရဲ့အခြေအနေကို

http://www.dhammadownload.com

ဖော်ပြတာ ရုပ်ရဲ့လက္ခဏာတွေကို ပြောတာ၊ အဲဒီ ရုပ်ရဲ့လက္ခဏာကိုလည်း ရုပ်နဲ့ တွဲနေလို့ ရုပ်ထဲ ထည့်လိုက်တယ်ပေါ့။ 'ရေယူခဲ့စမ်းပါ'ဆိုလို့ရှိရင် ရေချည်းယူလို့ ရမလား၊ ခွက်ပါ ယူသွားရတယ်၊ 'ဟိုလူ ခေါ်ခဲ့စမ်း'ဆိုရင် အင်္ကျီပုဆိုးတွေ မပါဘူးလား၊ ပါတယ်လေ၊ ခေါ်တာက လူခေါ်တာ အင်္ကျီတွေ, လုံချည်တွေ ခေါ်တာ မဟုတ်ဘူးနော်။

ခုနက ၆–ခုနဲ့ ဒီရုပ် ၄–ခု ပေါင်းလိုက်တော့ ၁၀–ခု ဖြစ်သွားပြီ၊ ဒီ ၁၀–ခုက ရုပ်လို့ ပြောလိုက်တာနဲ့ သူတို့လည်း ပါလာသည့်အတွက်ကြောင့် သူတို့ကို ရုပ်လို့ သတ်မှတ်တယ်၊ ရုပ်ပေါင်း(၂၈)ခု ဖြစ်သွားပြီနော်။

ကမ္မဇကောန်ရုပ်

ဒီ (၂၈) ခုထဲမှာ ကံကြောင့်သာ ဖြစ်တဲ့ရုပ်က (၉)ခုရှိတယ်၊ ကံသက်သက်ကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်တွေက ဘယ်ရုပ်တွေလဲလို့ မေးရင် ခုနက ပြောခဲ့တဲ့ ပသာဒရုပ် ၅–ခုဆိုတာ ကံကြောင့်သာ ဖြစ်တဲ့ ရုပ်ပဲ၊ ဥတုကြောင့် ပသာဒရုပ် မရနိုင်ဘူး၊ အာဟာရကြောင့် ပသာဒရုပ် မရနိုင်ဘူး၊ စိတ်ကြောင့် ပသာဒရုပ် မရနိုင်ဘူး၊ ရနိုင်လို့ရှိရင် အကောင်းလေးတွေ စားနေမယ်၊ ရာသီဥတု ကောင်းမယ်ဆိုရင် ပသာဒရုပ်တွေ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ထပ်ပေါ်နေမှာပေါ့နော်၊ အဲဒီတော့ ပသာဒရုပ် ၅–ခုဆိုတာ ကံသက်သက်ကြောင့် ဖြစ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ပျက်စီးသွားရင် အစားထိုးလို့ မရဘူးနော်။

မျက်စိ ကုလို့ရတယ်ဆိုတာ သဘာဝ မပျက်စီးသေးလို့သာ ကုလို့ရတာ၊ အကယ်၍ (artificial) မျက်လုံးကို လူတွေလုပ်လို့ ရလာပြီ ဆိုရင်တော့ ဒါ ကံကြောင့်ချည်း မဟုတ်ဘူးလို့ ပြောနိုင်

http://www.dhammadownload.com

တယ်ပေါ့၊ ဒါကြောင့် ကံသက်သက်ကြောင့် ဖြစ်တယ်လို့ပဲ အဘိဓမ္မာကျမ်းဂန်တွေမှာ ဆိုတယ်။

နောက်တစ်ခု ကမ္မဇရုပ်ကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်မှုပေးတဲ့ '**ဇီဝိတရုပ်**'ဟာလည်း ကံကြောင့်ပဲ ဖြစ်တယ်၊ ဒီပြင် အကြောင်းကြောင့် မဖြစ်ဘူး။ ပသာဒရုပ်(၅)ခုရယ် ဇီဝိတရုပ် (၁)ခုရယ်၊ ဣတ္ထိဘာဝ၊ ပုမ္ဘာဝ၊ စိတ်ရဲ့တည်ရာ ဟဒယရုပ်၊ အဲဒီရုပ်တွေက ကံသက်သက်ကြောင့် ဖြစ်တယ်တဲ့၊ တခြား အကြောင်းကြောင့် မဖြစ်ဘူးတဲ့၊ ပေါင်းလိုက်တဲ့ အခါကျတော့ ရုပ်(၉)ခုနော်၊ ဒီ ရုပ် (၉)ခုကို ကံကြောင့်သာဖြစ်လို့ '**ကေန် ကမ္မဇရုပ်**'လို့ ပြောတာ။

အသံ သဒ္ဒရုပ်ကတော့ စိတ်နဲ့ဥတု နှစ်မျိုးကြောင့် ဖြစ်တယ်၊ ပေါ့ပါးတာတို့ နူးညံ့တာတို့ ဒီအလုပ်အကိုင် လုပ်လို့ရတာလို့ ဆိုတဲ့ ဒါတွေက စိတ်ကြောင့်လည်း ဖြစ်တယ်၊ ဥတုကြောင့်လည်း ဖြစ်တယ်၊ အာဟာရကြောင့်လည်း ဖြစ်တယ်၊ ကာယဝိညတ်က sign language ဆိုတော့ စိတ်ကြောင့်ပဲ ဖြစ်တယ်၊ ဝစီဝိညတ်က လည်း စိတ်ကြောင့်ပဲ ဖြစ်တယ်နော်၊ ဥတုသက်သက်ကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်နဲ့ အဟာရသက်သက်ကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်ရယ်လို့ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့်–

- **စိတ်သက်သက်ကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်က** ကာယဝိညတ်နဲ့ ဝစီညတ်၊
- **စိတ်၊ ဥတု နှစ်မျိုးကြောင့်ဖြစ်တဲ့ရုပ်က** သဒ္ဒ(အသံရုပ်)၊
- **စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ အကြောင်း(၃)မျိုးကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်က** လဟုတာ၊ မုဒုတာ၊ ကမ္မညတာ(၃)ခု၊

http://www.dhammadownload.com

- အကြောင်း(၄)မျိုးလုံးကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်ကျတော့ အဝိနိဗ္ဘောဂရုပ် ၈–ခုနဲ့ ပရိစ္ဆေဒရုပ်ဆိုတဲ့ ရုပ် ၉–ခု၊
- ကံသက်သက်ကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်ကတော့ ပသာဒရုပ် (၅)ခု၊ ဣတ္ထိဘာဝ၊ ပုမ္ဘာဝ၊ ဟဒယ၊ ဇီဝိတ အဲဒီ (၉)ခု၊ ဒီလို မှတ်ရမယ်၊ ရုပ်တရားတွေ ဒီလိုဖြစ်လာကြတာ၊ ဒါက ရုပ်ဖြစ်ကြောင်းပဲ၊ ရုပ်တရား တွေဟာ ဒီလို ကံ စိတ် ဥတု အာဟာရ အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်လာတာ။

ရုပ်တရား စဖြစ်ချိန် (ပဋိသန္ဓေ)

ရုပ်တရားတွေဟာ ဘယ်အချိန်ကစ ဖြစ်လာသလဲဆိုတာ နည်းနည်း ကြည့်ရအောင်၊ လူသားတစ်ယောက်အနေနဲ့ ပြောမယ်၊ လူသားတစ်ယောက်ရဲ့ သန္ဓေဘဝကနေစပြီး ပြောကြမယ် ဆိုလို့ရှိရင် ကလလရေကြည်က စတယ်၊ အင်မတန် သေးငယ်တဲ့ အစက် အပေါက်ကလေးမှာ ရုပ်နဲ့နာမ် ဒီနှစ်ခု စထင်လာတယ်၊ ပဋိသန္ဓေစိတ် စေတသိက်နဲ့ ကံကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်(၃)ခုတို့ အခြေပြု လာကြတယ်။

သက်ရှိသတ္တဝါတွေမှာ မွေးဖွားပုံ (၄)နည်း ရှိတယ်၊ အကျဉ်း ချုပ်ကလေးတော့ ပြောမယ်နော်။

ပဋိသန္ဓေ ၄–မျိုး

သတ္တဝါတစ်ဦး မွေးဖွားလာပုံ (၄)နည်း ရှိတယ်တဲ့၊ ဘွားခနဲ ခန္ဓာကိုယ် ထင်ထင်ရှားရှား ပေါ်လာတဲ့ မွေးဖွားနည်းလည်း ရှိတယ်၊ အဲဒါ ဘယ်သူတွေ မွေးဖွားတာတုန်းဆိုရင် နတ်တွေ ပြဟ္မာတွေ ကမ္ဘာဦးလူသားတွေ နောက်ပြီး ငရဲသားတွေပဲ၊ သူတို့ရဲ့

http://www.dhammadownload.com

ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ဘွားခနဲ ပေါ်လာတာ၊ အဲဒါကို 'ဥပပါတ် ပဋိသန္ဓေ'လို့ ခေါ်တယ်။

နောက်အချို့ သတ္တဝါတွေကျတော့ moisture လို့ခေါ်တဲ့ အညှိတို့ အစိုဓာတ်တို့ကို စွဲပြီးတော့ ဖြစ်တယ်၊ ပဒုမဒေဝီက ကြာပန်းထဲမှာ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ ကြားဖူးတယ် မဟုတ်လား၊ မြန်မာရာဇဝင်ထဲက ဝေဠုဝတီကလည်း ဝါးပင်မှာ ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုတာပေါ့နော်၊ ပေါက္ခရသာတိပုဏ္ဏားကြီးလည်းပဲ ပဒုမ္မာ ကြာပန်း ထဲမှာ ပဋိသန္ဓေတည်တယ်လို့ ပြောတာပဲ၊ အဲဒီလို အညှိကိုစွဲပြီး မွေးတာကျတော့ **'သံသေဒဇ ပဋိသန္ဓေ'**လို့ ခေါ်တယ်။

မိခင်ရဲ့ သားအိမ်ထဲမှာ ဖြစ်ပြီး မွေးတာကို ပါဠိလို **'ဇလာဗုဇ ပဋိသန္ဓေ'**လို့ ခေါ်တယ်၊ **ဇလာဗု**– ဆိုတာ မိခင်ရဲ့ သားအိမ်၊ အဲဒီ သားအိမ်ထဲမှာ သန္ဓေတည်ပြီးတော့ ဖြစ်တာကို ဇလာဗုဇ၊ ကြက်တွေ ငှက်တွေက ဥထဲမှာ သန္ဓေတည်လို့ **'အဏ္ဍဇ ပဋိသန္ဓေ'**၊ ဒီလို ပဋိသန္ဓေ လေးမျိုးရှိတယ်၊ သတ္တဝါတွေရဲ့ မွေးပုံ လေးမျိုးရှိတယ်၊ လူတွေလည်း အဲဒီ လေးမျိုးလုံးနဲ့ မွေးနိုင် တယ်လို့ ပြောတယ်၊ လူတွေမှာ ဥကမွေးတဲ့လူ ရှိသတဲ့၊ ရာဇဝင် ထဲမှာ ရှိတယ်၊ ပါဠိစာပေထဲမှာလည်း ဥကမွေးတဲ့လူ ရှိတယ်၊ နဂါးဥထဲက လူမွေးတာမျိုးပေါ့၊ ကဲထားပါတော့။

ကလလရေကြည်

ဒီကနေ့ခေတ် မိခင်ရဲ့ဝမ်းထဲ သန္ဓေတည်စမှာ ဘယ်ရုပ် တွေက စပေါ်တုန်းလို့ဆိုရင် လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ် (body)ဆိုတာ အရင် ရှိရမယ် မဟုတ်လား၊ ဒါကြောင့်မို့ ကာယပသာဒလို့ဆိုတဲ့ sensitive body နဲ့ အခြေခံကမ္မဇရုပ် (၉)ခုနဲ့ ပေါင်းလိုက်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

အခါ(၁၀)ခု၊ အဲဒီ (၁၀)ခုအပေါင်း ရုပ်ကလေး စပေါ်လာတယ်၊ ပြီးတော့ ဟဒယဝတ္ထုအခြေခံတဲ့ရုပ် (၁၀)ခု၊ နောက်ပြီးတော့ အမျိုးသား အမျိုးသမီးဖြစ်ဖို့ အခြေခံ ဘာဝရုပ်ကလည်း သန္ဓေတည်ကတည်းက ပါလာတာ၊ ဣတ္ထိဘာဝရုပ် အခြေခံတဲ့ (၁၀)ခုရယ်၊ သို့မဟုတ် ပုမ္ဘာဝရုပ် အခြေခံတဲ့ (၁၀)ခုရယ် ပေါင်းလိုက်လို့ရှိရင် အမျိုးသမီးမှာ အစရုပ် (၃၀)၊ အမျိုးသားမှာ အစရုပ် (၃၀)။

အဲဒီ ရုပ်အရေအတွက်(၃၀)၊ group အားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုရင် (၃)ခုအစု၊ အဲဒီ (၃)ခုအစုလေးဟာ အပြန်အလှန် မှီပြီးတော့ လူ့ဘဝမှာ စတင်ပြီး ပေါ်လာတဲ့ ရုပ်တရား၊ အဲဒီတော့ **ကမ္မဇရုပ်ဟာ ပဋိသန္ဓေစိတ်ကလေးရဲ့ ဥပါဒ်က စတယ်လို့** ပြောကြတယ်နော်။

ကမ္မဇရုပ်တွေနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ လူ့ခန္ဓာ ကိုယ်ဟာ ဘယ်ပုံပြောင်းလဲလာသလဲ ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက သံယုတ္တနိကာယ်ယက္ခသံယုတ်ပါဠိတော် ဣန္ဒကသုတ်မှာ ဟောထားတာ ရှိတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ၂၀၀၃–ခုနှစ် ဂျာမနီ ဘာလင်မြို့မှာ အဘိဓမ္မာ သင်တန်း ပို့ချတုန်းက ဂျာမန်ကြီးတစ်ယောက်က မေးတယ်၊ (embryology)နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဘုန်းကြီးက အဲဒီသုတ္တန်အရ မိခင်ရဲ့ဝမ်းထဲက လူ့သန္ဓေအစ ဖြစ်လာပုံကို ရှင်းပြတော့ ''အရှင်ဘုရား၊ ၂၅၀၀–က ဒီလိုဟာတွေ တကယ်ရှိလား''တဲ့၊ ဘုရားဟောတဲ့အထဲမှာ ရှိတယ်လို့ ပြောတော့ သူ အံ့ဩနေတယ်။

အဲဒီမှာ မြတ်စွာဘုရားက လူဆိုတာ တခြားကနေ ဖြစ်

http://www.dhammadownload.com

လာတာ မဟုတ်ဘူး။ ဟောဒီလို သန္ဓေတည်ပြီး ဖြစ်လာတယ် ဆိုတာကို ဟောတာ၊ "**ပဌမံ ကလလံ ဟောတိ**"ပဌမဆုံး မှာ ကလလဆိုတဲ့ ရေကြည်ပေါက်ကလေးက စတယ်တဲ့၊ အဲဒါက တစ်ပတ်တိတိ ကြာတယ်၊ ကလလရေကြည်လေးက တစ်ပတ် ကြာတဲ့အခါကျတော့ အနေအထား ပြောင်းသွားတယ်၊ ဘယ်အရာမှ မတည်မြဲဘူး ဆိုတာကိုတော့ မှတ်ထား။ ဘယ်အရာမှ ရပ်နေတာ မရှိဘူး။ ထာဝရ ပြောင်းနေတာ၊ အဲဒီ ကလလဆိုတဲ့ ရေကြည် လေးက နောက်တစ်ပတ် ရောက်တဲ့အခါကျတော့ '**ကလလာ ဟောတိ အဗ္ဗုဒံ**' တဲ့၊ ရေကြည်ကနေ အမြှုပ် ဖြစ်လာတယ်၊ တတိယပတ်ကျတော့ '**အဗ္ဗုဒါ ဇာယတေ ပေသိ**'ဆိုတဲ့အတိုင်း သားတစ်ကလေး ဖြစ်လာတယ်။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ "**သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ၊ ဝိညာဏ ပစ္စယာ နာမရူပံ**"ဆိုတာ အဲဒီ ကလလအဆင့်ကစတဲ့ ရုပ်နာမ်ကို ဟောတာ၊ လူ့ဘဝမှာ အဲဒီလို ဖြစ်လာတာ (၄)ပတ်ကြာတော့ အနေအထား ပြောင်းလာတယ်၊ ဘာဖြစ်လာတုံးဆိုရင် "**ပေသိ နိဗ္ဗတ္တတေ ဃနော**" အတုံးအခဲလေး ဖြစ်လာတယ်၊ (၅)ပတ် ကြာတော့ အဲဒီ အတုံးအခဲလေးမှာ အဖုလေး ငါးခု ပေါ်လာတယ်၊ အဖုတစ်ခုက ခေါင်း၊ ကျန်တဲ့ အဖုနှစ်ခုက လက်နှစ်ဖက်၊ နောက် အဖုနှစ်ခုက ခြေထောက်၊ အဖုလေး ငါးခု ထွက်လာတယ် တဲ့၊ (embryology) စာအုပ်မှာ ကြည့်ရင်လည်း အဲဒီ ပုံစံ ပဲနော်၊ အဲဒီတော့ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်လာပုံကို မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတာနော်။

http://www.dhammadownload.com

"ပထမံ ကလလံ ဟောတိ၊
ကလလာ ဟောတိ အဗ္ဗုဒံ၊
အဗ္ဗုဒါ ဇာယတေ ပေသိ၊
ပေသိ နိဗ္ဗတ္တတိ ဃနော၊
ဃနာ ပသာခါ ဇာယန္တိ"

ခက်မငါးဖြာ ထွက်လာတယ်၊ ပြီးတော့မှ "ကေသာ လောမာ နခါ ပိ စ"ဆိုတာ ဆံပင်မွေးညှင်း စတာတွေ ပေါက်လာတယ်၊ ကြားထဲမှာတော့ အသေးစိတ် မပြောတော့ဘူး။

လူ့သန္ဓေ တည်လို့ စလာတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရုပ်တွေဟာ ဒီလိုနဲ့ တိုးပွားလာတယ်ဆိုတာကို ဟောတာနော်၊ ပထမဆုံး သန္ဓေတည်စ အစပျိုးတဲ့ အချိန်ပိုင်းက ရက်သတ္တ (၅)ပတ် လောက် အထိတောင် ဒီလို အစပျိုးနေတာ၊ ရက်သတ္တ(၆)ပတ် သို့မဟုတ် (၈)ပတ်ရဲ့နောက်တော့ **ဖီးတပ်စ်** ဆိုတဲ့ သန္ဓေသား ပုံသဏ္ဌာန် ပေါ်လာတယ်၊ လူသတ္တဝါလေး ပီပီသသ ဖြစ်လာ တယ်၊ အဲဒီက ရက်သတ္တပတ် (၁၁)ပတ်မြောက်တဲ့ အခါကျတော့ မျက်လုံးတွေ ဘာတွေ အကုန်လုံး ပေါ်လာပြီနော်၊ ဆံပင်တွေက (၄၂)ပတ် မြောက်မှာ ပေါက်တယ်။

ဒါက စာပေကျမ်းဂန်အရ ပြောတာ၊ embrylogy နဲ့ ပြန်ညှိကြည့်ရင် ဒါတွေဟာ မကွဲပြားလှဘူး။ လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရုပ်တရားတွေဟာ ဒီလို စပေါ်တာ၊ ကဲ ဘုန်းကြီးတို့ တစ်တွေ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြန်ပြီး ကြည့်မယ်ဆိုရင် တို့ဘဝက ဒီလို စလာတာပါလား၊ ရုပ်တရားတွေ အဲလို စလာတဲ့အထဲမှာ

http://www.dhammadownload.com

ကံကြောင့် ဖြစ်တဲ့ရုပ်တွေက စဖြစ်တဲ့အချိန်မှစပြီး မရပ်မနား ဖြစ်နေတာတဲ့ နာရီလက်တံလေး သွားနေသလိုပဲ ကမ္မဇရုပ်တွေက ကံရဲ့အရှိန်နဲ့ မသေမချင်း မပျက်မချင်း ဆက်လက်ပြီး သွားနေမှာပဲနော်။

ကမ္မဇရုပ်

ဒါ လူရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အစ၊ ရုပ်နာမ်တရားတွေက ဘာတွေ တုံးဆိုရင် ခုနပြောတဲ့ ကာယဒသကကလာပ်၊ ဘာဝဒသက ကလာပ်၊ ဝတ္ထုဒသကကလာပ် အဲဒီ ရုပ် ၃၀–ရယ်နဲ့ အတူ ဖြစ်လာတဲ့ စိတ် စေတသိက် နာမ်တရားတွေကို ပြောတာ၊ ကမ္မဇရုပ်ဖြစ်ပုံ စိတ်နဲ့ယှဉ်ပြီးပြောမယ်ဆိုရင် စိတ်ရဲ့ဥပါဒ်ခဏ မှာလည်း ကမ္မဇရုပ်တွေ ဖြစ်တယ်၊ ဌီခဏမှာလည်း ဖြစ်တယ်၊ ဘင်ခဏမှာလည်း ဖြစ်တယ်၊ စိတ်ကလေးရဲ့ three moments **ခဏလေးသုံးခု** တိုင်းမှာပဲ ကမ္မဇရုပ်တွေဟာ တစ်ဆက်ပြီး တစ်ဆက် ဖြစ်နေတာ။

နောက်ဆုံး သေခါနီး သေတော့မယ်ဆိုတဲ့စိတ် ပေါ်ခါနီးမှာ အဲဒီ မပေါ်ခင် ပြန်ရေတွက်ရင် (၁၇)ချက်မြောက်ဖြစ်တဲ့ စိတ်ရဲ့ ဌီခဏက စပြီး မဖြစ်တော့ဘူး၊ အဲဒီအခါကျတော့ အသစ်မလာ တော့ဘူး၊ ကမ္မဇရုပ်က အဲဒီမှာ အသစ်မဖြစ်တော့ဘူး၊ ဥပါဒ် ခဏမှာ ဖြစ်သေးတယ်၊ ဒါကြောင့် အတိတ်က ပြုခဲ့တဲ့ ကံကြောင့် ဖြစ်တဲ့ ကမ္မဇရုပ်တွေဟာ ကံကြောင့်ဖြစ်နေတဲ့ တစ်ဘဝရဲ့ အစ ပဋိသန္ဓေစိတ်နဲ့အတူ စဖြစ်ခဲ့သလို၊ တစ်ဘဝရဲ့ အဆုံးစိတ် စုတိ စိတ်နဲ့လည်း ပြိုင်ပြီးချုပ်တယ်ဆိုတာ သိထားရမယ်၊ အဲဒါ ဘဝမှာ

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်နာမ်တရားတွေထဲမှာ အသိစိတ် နာမ်တရားနဲ့ ကမ္မဇရုပ်တွေ အမြဲတမ်း ယှဉ်တွဲ သွားနေပုံနော်။

အဲဒီလို ပဋိသန္ဓေစိတ်က စ,လိုက်တာ ဘယ်အထိ လဲဆို နောက်ဆုံး စုတိစိတ်ထိအောင် ဖြစ်တော့လည်း အတူတူ ဖြစ်တယ်၊ ပျက်တော့လည်း အတူတူပျက်တယ်၊ ဒီ နာမ်နဲ့ကမ္မဇရုပ်၊ ရုပ်နဲ့ နာမ်တရားဟာ ပြိုင်တူချုပ်တယ်၊ တစ်ခုနဲ့တစ်ခုဟာ ဘယ်သူ ကမှ အရင်ကျတယ်လို့ မရှိဘူး၊ ဘယ်သူက နောက်ကျတယ်လို့ မရှိဘူး၊ တစ်ဘဝမှာ ဒါ ကန့်သတ်ချက်ပဲ၊ ဒီလို အတူတူ သွားနေ ပေမယ့် "ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယော"တဲ့၊ သဘာဝချင်း မတူလို့ မရောဘူး။

သို့သော် ကမ္မဇရုပ်နဲ့ နာမ်ဟာ side by side ယှဉ်တွဲလျက် ကံစွမ်းအားနဲ့ ဖြစ်နေတာ၊ အရှိန်မကုန်သေးသမျှ သွားနေတာ၊ နောက်ဆုံး စုတိစိတ်ထိအောင် သွားနေတယ်၊ ဒီလို ကမ္မဇရုပ်ဟာ ပဋိသန္ဓေရဲ့ ဥပါဒ်ခဏမှ စပြီးတော့ စိတ်ရဲ့ ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း ဖြစ်တာ၊ နောက်ဆုံး စုတိစိတ်ကျခါနီးအထိ၊ စုတိစိတ်ကနေ ပြန်ရေလို့ (၁၇)ချက်မြောက် စိတ်ရဲ့ ဥပါဒ်ထိအောင် ဖြစ်ကြတယ် တဲ့၊ ဖြစ်ပြီးသား ကမ္မဇရုပ်က စိတ်ခဏ (၁၇) ချက် အသက် ရှည်မယ်၊ ဟုတ်တယ်နော်၊ ဒါ ကမ္မဇရုပ်တွေ ဖြစ်ချုပ်ကြပုံပဲ။

စိတ္တဇရုပ်

စိတ္တဇရုပ်ကျတော့ ဘယ်ကနေ စဖြစ်လာတုန်းဆိုရင် ပဋိသန္ဓေနောက်မှာ ပေါ်လာတဲ့စိတ်ကို ပထမဘဝင်စိတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ ပထမဘဝင်စိတ်ကလေးက စပြီး စိတ္တဇရုပ်တွေ ဖြစ်တယ်၊ စိတ်ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း စိတ်က ဥပါဒ်ခဏတိုင်းမှာ

http://www.dhammadownload.com

ရုပ်ကို ထုတ်လုပ်လိုက်တယ်၊ စိတ်ဟာ ဖြစ်လျှင်ဖြစ်ချင်း ရုပ်ကို ထုတ်လုပ်တာ၊ ဖြစ်နိုင်ပါ့မလားဆိုတော့ ဖြစ်တာပေါ့။ ကြည့်၊ ဖယောင်းတိုင်မီးလေး ထွန်းလိုက်လို့ရင် မီးတောက်ကလေး လင်းတာနဲ့ အလင်းရောင်ကို တစ်ခါတည်း မွေးထုတ်လိုက်တာပဲ မဟုတ်လား။ ဒါတစ်ခါတည်း ထုတ်လိုက်တာပဲလေ၊ မီးတောက်ကလေး ပေါ်လာတာနဲ့ အလင်းက တစ်ခါတည်း ပါလာတာပဲ။

အဲဒီလိုပဲ စိတ်ကလေးပေါ်လာတာနဲ့ တပြိုင်နက် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ စိတ္တဇရုပ်က ဖြစ်လာတာပဲ၊ စိတ်ရဲ့ ဥပါဒ်တိုင်း ဥပါဒ်တိုင်း စိတ္တဇရုပ်တွေက ဖြစ်နေတယ်၊ သူက ဘယ်အထိ ထုတ်လုပ်သွားတုန်းဆို နောက်ဆုံးစိတ်အထိ စိတ္တဇရုပ်တွေ ထုတ်လုပ်တယ်၊ ဒါကြောင့် စုတိစိတ် ချုပ်ပြီးတဲ့နောက်တောင်မှပဲ စိတ္တဇရုပ်က အနည်းငယ် လှုပ်ရှားပြီး ကျန်နေတယ်၊ ပြီးမှ ချုပ်သွားတယ်တဲ့။

အာဟာရဇရုပ်

နောက်တစ်ခု၊ လူတွေစားတဲ့ အစာအာဟာရက ဖြစ်စေတဲ့ အာဟာရဇရုပ်က ဘယ်က စဖြစ်တာတုန်းဆို ခုနက သန္ဓေသား ကလေးဟာ အကောင်အထည် ပေါ်လာပြီဆိုရင် သူ့တံတွေးသူ မြိုတဲ့အချိန်ကစ (သို့) မိခင်နဲ့ ချက်ကြိုး တွယ်ထားတော့ မိခင် စားတဲ့ အစာအာဟာရသည် ချက်ကြိုးကနေ အဲဒီ သန္ဓေသား ကလေးဆီ ရောက်တဲ့အချိန်က စတယ်၊ ဒါကြောင့် သန္ဓေရှိတဲ့ မိခင်တွေဟာ ရေခဲမုန့်တွေစားရင် အထဲက ကလေး ချမ်းနေမယ်၊ မသက်သာ ဘူးနော်၊ ရေခဲမုန့်ကြိုက်တဲ့ မိခင်ရဲ့ကလေးက ချမ်းလို့ တုန်နေမှာ၊ ငရုတ်သီးကြိုက်ရင်လည်း ဟိုလူမှာ စပ်လွန်းလို့

http://www.dhammadownload.com

လူးလူးလွန့်လွန့် ဖြစ်နေမယ်။

ဒါကြောင့် သန္ဓေသားရှိတဲ့ မိခင်တွေဟာ သိပ်ပူလွန်းတဲ့ အစာလည်း ရှောင်ရတယ်၊ သိပ်အေးလွန်းတဲ့ အစာလည်း ရှောင်ရတယ်လို့ ပြောတာ၊ အထဲမှာသန္ဓေသား သွားထိခိုက်တယ်။

ယဉ္စဿ ဘုဉ္ဇတီ မာတာ၊
အန္နံ ပါနဉ္စ ဘောဇနံ။
တေန သော တတ္ထ ယာပေတိ၊
မာတုကုစ္ဆိဂတော နရော။

အမိဝမ်းထဲက ကလေးဟာ ချက်ကြိုးကနေ ဆက်သွယ်ပြီး အမေစားတဲ့ အစာတွေနဲ့ မျှတရတယ်တဲ့၊ ဒါက အာဟာရဇ ရုပ်တွေ အဲဒီလို စ,ဖြစ်တယ်လို့ ပြောတယ်။

ဥတုဇရုပ်

ဥတုဇရုပ်ကျတော့ ဘယ်ကလာတုန်းဆိုရင် ဥတုဆိုတာ ကမ္မဇဥတုကို ပြောတယ်၊ ကမ္မဇရုပ်ဆိုတာ ခုနက ပဋိသန္ဓေ စိတ်ကလေးနဲ့အတူ ကာယဒသကကလာပ်၊ ဝတ္ထုဒသကကလာပ်၊ ဘာဝဒသကကလာပ်ထဲမှာ တေဇောဓာတ်ပါတယ်၊ အဲဒီ တေဇော ဓာတ်ဟာ ဥတုပဲ၊ အဲဒီ ဥတုဟာ ပဋိသန္ဓေစိတ်ရဲ့ ဌီခဏ ရောက်တဲ့အခါကျတော့ သူက ရုပ်အသစ်တွေကို စတင်ပြီး ထုတ်လုပ်ပြီ၊ ဌီခဏရောက်တိုင်း သူက ဥတုဇရုပ် အသစ်ကို ထုတ်ထုတ်သွားတယ်။

ဒီလို ရုပ်နဲ့နာမ်ဆိုတာ တစ်ဘဝလုံး ဆက်ပြီးတော့ ဖြစ် နေတာ အာဟာရဇ ရုပ်တွေဟာ စုတိစိတ်ကျတာနဲ့ အနည်းငယ်

http://www.dhammadownload.com

လောက်ပဲ ဆက်ပြီး ရှင်သန်နိုင်တယ်၊ ဥတုဇရုပ်ကျတော့ အဲဒီလို မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ သေလို့ သုသာန်ရောက်ပြီးတဲ့နောက် သင်္ဂြိုဟ်ပြီးတဲ့ အထိ ပြာအထိတောင် ဥတုဇရုပ်က ရှိနေမယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဗမာတွေ ရှေးတုန်းက ရေးကြတယ်၊ "ကြွင်းကျန်ရစ်သော ဥတုဇ ရုပ်ကလာပ်ကို"တဲ့ စာသံပေသံနဲ့ ရေးတာ၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ကျန်ရစ်တာ ဥတုဇရုပ်တွေပဲ ကျန်ရစ်တာ၊ ကမ္မဇရုပ်တွေ ချုပ်သွားကုန်ပြီ၊ စိတ္တဇရုပ်တွေ ချုပ်သွားကုန်ပြီ၊ အာဟာရဇရုပ် တွေ ချုပ်သွားကုန်ပြီ၊ ကျန်ရစ်တာ ဥတုဇရုပ်ကြီး ကျန်ရစ်တယ်၊ အဲဒီ ဥတုဇရုပ်ကို သွားပြီးပို့ရတာ။

ဒါဟာ ရုပ်ကို လေ့လာ သုံးသပ်ခြင်းပါပဲ၊ ရုပ်တွေ ဘယ်လို စတင် ဖြစ်ပြီး နောက်ဆုံး ဘယ်လို ချုပ်သွားကြတယ် ဆိုတာ မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ သိရှိ လေ့လာနိုင်ပါတယ်၊ ဒါ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ရဲ့ အဘိဓမ္မာမှာ ရုပ်တရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဟောထားချက် ဒီထက်ပိုပြီးတော့ အသေးစိတ် လေ့လာချင်ရင် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်းတို့၊ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်းတို့၊ ဋီကာကျော်ကျမ်းတို့ကို ဖတ်ရှု လေ့လာရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီကနေ့တော့ ရုပ်နဲ့ ပတ်သက်လို့ သိစရာလေးတွေ အတော်များများ စုံအောင် ဟောခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒီရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးရဲ့ သဘာဝတရားတွေကို အသေးစိတ် လေ့လာ ခြင်းဖြင့် ဘာအကျိုးရှိတုန်းဆို "သတ္တသညာ ဥဂ္ဃါဋေတိ" သတ္တဝါ ဆိုတဲ့ အတွေးကို ဖျောက်နိုင်ပါတယ်တဲ့။

သဘာဝတရားတွေဟာ သူ့ဟာသူ ဖြစ်နေတယ် ဆိုတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အမြင်ကို မြင်လိုက်တာနဲ့ သတ္တဝါဆိုတာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာကို ထင်ရှားစေတယ်၊ ဒါကြောင့် သတ္တဝါဆိုပြီး မှားနေတဲ့ သတ္တသညာ စိတ်ထဲမှာ စွဲနေတဲ့ အမှတ်သညာကြီး ပျောက်သွားအောင် ဗုဒ္ဓရဲ့ အဘိဓမ္မာအရ ရုပ်တရားတွေကို ဆင်ခြင်ခြင်းဖြင့် အမှန်တရားကို တွေ့ရှိနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

"သာဓု - သာဓု - သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

အခန်း(၃)

နာမ်တရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

လူဆိုတာ ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ် ပေါင်းစပ်ထားတဲ့အရာ ဖြစ်တာမို့ ရုပ်ရဲ့ အကြောင်းကို လေ့လာ သုံးသပ်ပြီးတဲ့နောက်မှာ နာမ်လို့ ခေါ်တဲ့ သဘာဝတရားကို လေ့လာ သုံးသပ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

နာမ်အဓိပ္ပါယ်

''နာမ်''ဆိုတဲ့ စကားလုံးဟာ ပါဠိ 'နာမ' ဆိုတဲ့ ဝေါဟာရကို မြန်မာမှု ပြုထားတာဖြစ်တယ်၊ ''အာရုံရှိရာသို့ ညွတ်ကိုင်းခြင်း''လို့ အဓိပ္ပါယ်ရှိတယ်၊ အာရုံဘက်သို့ ဦးလှည့်ပြီး နေတတ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒီသဘာဝတရားကို နာမ–ဆိုတဲ့ အမည်ပညတ် တင်ပြီးတော့ ခေါ်ထားတာ။

နာမ–''နာမ်''လို့ဆိုတဲ့ ဒီစကားလုံးကို အင်္ဂလိပ်လို 'mind'လို့ ပြန်ရင် သာမာန်အားဖြင့် ချိုင့်မိမယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်၊ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို 'body'လို့ ပြန်ပြီးတော့ အသိစိတ်ကို 'mind'လို့ ပြန်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဒီကနေ့ခေတ်မှာ အသုံးပြုနေတဲ့ 'mind, body' ဆိုတာ ချိုမိင့်မိပြီးတော့သွားမယ်၊ သို့သော်

http://www.dhammadownload.com

Mind လို့ ဆိုတဲ့အရာကို ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက စိတ်ရယ်, စေတသိက်ရယ်လို့ (၂)မျိုး ခွဲပြီး ဟောထားတယ်။

စိတ္တအဓိပ္ပါယ်

စိတ်ဆိုတာ ပါဠိစကား 'စိတ္တ'ဆိုတဲ့ စကားလုံးက 'တ'ဝမ်းပူ တစ်လုံးကို ဖျောက်ပြီးတော့ 'စိတ်'လို့ မြန်မာလူမျိုးတွေက အသုံးပြုကြတယ်၊ ဘာသာမပြန်ဘဲနဲ့ '**စိတ္တ**– စိတ်'လို့ ပါဠိ စကားလုံးကိုပဲ မြန်မာမှု ပြုပြီးတော့ သုံးလာခဲ့တာ၊ ရှေးယခင် ကတည်းက ရှေးမြန်မာလူကြီးတွေ အဘိဓမ္မာကို သင်ကြားတဲ့ အခါမှာ စိတ္တ– စိတ်လို့ပဲ လွယ်လွယ်ကူကူ တစ်လုံးတည်းနဲ့ မှတ်လို့လွယ်အောင် သုံးခဲ့ကြတယ်။

ဒီကနေ့ခေတ် မြန်မာလူမျိုးတိုင်းဟာ စိတ်ဆိုတာကို သိနေကြပြီး မြန်မာစကားလုံး လိုဖြစ်နေပြီ၊ သို့သော် စိတ်ဆိုတာ ပါဠိဝေါဟာရက လာသည့်အတွက် ပါဠိအဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုချက်နဲ့ပဲ မှတ်သားကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ပါဠိအဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုတာက 'စိတ္တ'ဆိုတဲ့ မူရင်းစကားလုံးကို "**အာရမ္မဏံ စိန္တေတီတိ စိတ္တံ**" **အာရမ္မဏံ**– အာရုံကို၊ **စိန္တေတိ**– ကြံစည်တတ် သိတတ်၏၊ **ဣတိ တသ္မာ**– ထို့ကြောင့်၊ **စိတ္တံ**– စိတ္တ မည်၏၊ အာရုံကို သိတတ် ကြံစည်တတ်သောကြောင့် စိတ်၊ ဆိုလိုတာက အာရုံကို ရယူတတ်တဲ့သဘောလေးကို ပြောတာ၊ ဒီတော့ စိတ်အကြောင်းကို သိချင်လို့ရှိရင် အာရုံဆိုတာ ဘာလဲဆိုတာကို သိဖို့ လိုလာတယ်။

ဒါကို မပြောခင် နာမ်အကြောင်းလေးတွေကို နည်းနည်း ပြောမယ်၊ နာမ်သည် စိတ်ရယ် စေတသိက်ရယ် (၂)ခု ပေါင်း

http://www.dhammadownload.com

ထားတာဖြစ်တယ်၊ စိတ်ဆိုတာ အာရုံကို သိတတ်တဲ့သဘော၊ အာရုံကို ရယူတတ်တဲ့သဘောကို စိတ်လို့ခေါ်တယ်။

စေတသိကအဓိပ္ပါယ်

ဒါဖြင့် စေတသိက်ဆိုတာကျတော့ ဘာကို ခေါ်တာတုံး လို့ဆိုတော့ "**စေတသိ ဘဝံ စေတသိကံ**" စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်ပေါ် လာတဲ့အရာကို 'စေတသိက်'လို့ ခေါ်တယ်၊ စိတ်မပါဘဲနဲ့ စေတသိက်ဆိုတာ ဖြစ်လို့မရဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ 'စေတသိ ဘဝံ စေတသိကံ' စိတ်နဲ့ စပ်ပြီးမှ ဖြစ်လို့ရတဲ့ သဘာဝတရားတွေ၊ အဲဒီ စိတ်,စေတသိက် (၂)ရပ် ပေါင်းစပ်ပြီးတော့ 'နာမ်' ဆိုတဲ့ ဝေါဟာရကို သုံးတယ်။

အဘိဓမ္မာမှာ စိတ်ကို ၈၉–မျိုး ခွဲခြားထားတယ်၊ အဲဒီတော့ ဒီလောက်များတဲ့စိတ်တွေ ငါဘယ်လိုလုပ် မှတ်ရပါ့မလဲ လို့ မတွေးပါနဲ့နော်၊ စိတ်တွေကို မြတ်စွာဘုရားက အဘိဓမ္မာမှာ ခွဲခြားပြထားတာ အခြေအနေတစ်ခုကို ကြည့်ပြီးတော့ အမျိုးအစားပေါင်း ၈၉–မျိုးလို့ ဒီလို ခွဲထားတယ်။

အဲဒီ စိတ်နဲ့စေတသိက် အသေးစိတ်တွေကို ဘုန်းကြီးတို့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ လေ့လာကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊ အခုလို စိတ်၊ စေတသိက်(၂)ခုကို ပေါင်းပြီးတော့ ဒီကနေ့ နာမ်အကြောင်းကို လေ့လာတာဖြစ်တော့၊ နာမ်တရားတွေဟာ ဘယ်လိုဖြစ်လာကြ တယ်၊ ဘယ်လို ပေါ်လာကြတယ်၊ ဘာကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြ သလဲ ဆိုတာကို လေ့လာသိရှိဖို့ လိုအပ်တယ်။

ရုပ်အကြောင်းကို မနေ့က လေ့လာခဲ့ပြီးပြီ၊ လူ့ဘဝ ကလလရေကြည်ကတည်းက စပြီးတော့ ရုပ်အပေါင်း ဘယ်

http://www.dhammadownload.com

လောက်နဲ့ ဖွဲ့စည်းလာခဲ့တယ်၊ လူသား ပီပီပြင်ပြင် ဖြစ်လာလို့ ဒီကနေ့ မိမိရရှိထားတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဘာတွေနဲ့ ဖွဲ့စည်းထား သလဲဆိုတာ မနေ့က အသေးစိတ် ပြောထားပြီးပြီ၊ ရုပ်အကြောင်း ကို ကြားပြီးကြပြီ။

ဒီကနေ့ နာမ်ဆိုတာကို ခြုံငုံပြီးတော့ ပြောမယ်၊ နောက် လာမယ့်ရက်တွေကျရင် စိတ်အကြောင်းတို့ စေတသိက်အကြောင်း တို့ကိုပြောမယ်၊ အဲဒါတွေက ပိုပြီးတော့ အရေးကြီးတယ်၊ ဘာ ဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ လူတွေဟာ နေ့စဉ် လှုပ်ရှားသွားလာ ဆောင် ရွက်နေကြတဲ့အခါမှာ ဟောဒီ စိတ်စေတသိက်တွေရဲ့ ဖြစ်ပေါ် လာတဲ့ စွမ်းအားအတိုင်း လူတွေဟာ လှုပ်ရှား သွားလာနေကြတာ ဖြစ်လို့ သိဖို့ အရေးကြီးတယ်။

အပြစ်ကင်းတဲ့ သဘောလား၊ အပြစ်မကင်းတဲ့ သဘော လား၊ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်တာဒီအတိုင်းပဲ၊ ကောင်းတာ ဖြစ်သ လို၊ မကောင်းတာလည်း ဖြစ်တယ်ဆိုတာတွေကို အသေးစိတ် လေ့လာဖို့လိုတယ်၊ ဒါဖြင့် မကောင်းတာတွေ ဖြစ်လာရင် ဘယ်လို တားဆီးရမလဲ၊ ကောင်းတာတွေ ဖြစ်လာရင် ထပ်ဖြစ်အောင် ဘယ်လို လုပ်ရမလဲဆိုတာ ဒါတွေဟာ သိပ် သိထိုက်တယ်၊ ဒီ သဘာဝတရားတွေ အားလုံးကို အဘိဓမ္မာ (၇)ကျမ်းမှာ ဘုရားရှင် ဟောထားတယ်။ သို့သော် စာအုပ်ထဲက အရာကို တွေးပြီး ကြည့် ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ရှိတာတွေကို သိရမှာ၊ ရှိနေ တာနဲ့ ရှိနိုင်တာ ဒီ နှစ်မျိုးတော့ ရှိတာပေါ့၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိနေတဲ့ အရာထက် ရှိနိုင်တာတွေကို မြတ်စွာဘုရားက ခွဲပြီးတော့ ဟောကြားထားတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီနာမ်တရားတွေကို လေ့လာကြည့်လိုက်မယ် ဆိုလို့ရှိရင် ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ရုပ်နာမ်(၂)ရပ် ပေါင်းစပ်ထားတဲ့ အရာသာ ဖြစ်တယ်၊ ခန္ဓာငါးပါးနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် "ရူပက္ခန္ဓာ"တဲ့၊ ရုပ်ခန္ဓာတွေ ဒီအကြောင်းကို (၂)ရက်တိတိ အကျဉ်းချုံးပြီးတော့ ဟောခဲ့တယ်နော်။

နာမက္ခန္ဓာ ၄–ပါး

အခု နာမ်အကြောင်းကို ပြောချင်လို့ရှိရင် ခန္ဓာနဲ့ ပြောရမယ်၊ ခန္ဓာနဲ့ ပြောရမယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၊ သညာက္ခန္ဓာ၊ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၊ ဝိညာဏက္ခန္ဓာ ဒီ ခန္ဓာလေးမျိုး အကြောင်းကို ဟောရမှာပဲ၊ အဲဒီ ခန္ဓာ(၄)မျိုးကို ပေါင်းစပ်ပြီး အကျဉ်းချုပ်ခေါ်လိုက်ရင် နာမ်လို့ ခေါ်ရတယ်။

အဲဒီတော့ ခံစားတာလည်း နာမ်ပဲ၊ မှတ်သားတာလည်း နာမ်ပဲ၊ စိတ်ထဲမှာဖြစ်နေတဲ့ စိတ်ရဲ့ခံစားမှုတွေ၊ စိတ်ထဲက မှတ်သားမှုတွေ၊ စိတ်ထဲက လှုံ့ဆော်မှုတွေ၊ စိတ်ထဲက သိရှိနေမှုတွေ အားလုံးကို ခန္ဓာနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ဒီ(၄)မျိုးကို နာမ်လို့ ပြောရမယ်။

ဒါဖြင့် ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ရှိနေတာကိုတော့ လူတိုင်း သိနေကြပြီ၊ မိခင်ရဲ့ဝမ်းတွင်းမှာ ကလလရေကြည်က စလာတဲ့ ဒီ ရုပ်တရားတွေဟာ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ဒီနေ့အထိ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေတယ်ဆိုတာ အားလုံး သိနိုင်ကြတယ်၊ တွေ့နိုင်ကြ မြင်နိုင်ကြတယ်။

နာမ်ဖြစ်ပေါ်ပုံ

ဒီကနေ့ လေ့လာရမှာ နာမ်လို့ပြောတဲ့ စိတ်နဲ့ စေတသိက်

http://www.dhammadownload.com

၂-ခု၊ ဒီနှစ်ခုကလည်းပဲ ခွဲလို့မရအောင် တွဲနေတဲ့အရာနှစ်ခုပဲ၊ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ စိတ်တွေ ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်း ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ စေတသိက်တွေနဲ့ group လိုက်၊ အစုလိုက် ဖြစ်နေတာ၊ တစ်ခု တည်း ဘယ်တော့မှ မဖြစ်ဘူးနော်။

လူတွေက စိတ်ဆိုးတယ်လို့ ပြောရင် စိတ်တစ်ခုတည်းလို့ ထင်တယ်၊ စိတ်တစ်ခုတည်း မဟုတ်ဘူး။ စိတ်ဆိုးတယ် ဆိုတဲ့ အထဲမှာ သဘာဝတရားပေါင်း(၂၂)မျိုး ရှိနိုင်တယ်၊ စိတ်တစ်ခု တည်းနဲ့ စိတ်မဆိုးတတ်ဘူး။ အဲဒီ သဘာဝတရား (၂၂)မျိုးထဲက တစ်ခုကို ခေါင်းတပ်ပြီးတော့ စိတ်ဆိုးတယ်လို့ ပြောတယ်၊ အဲဒီ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ သဘာဝတရားတွေကို သိရှိ နားလည်နိုင်အောင်၊ ဘယ်ပုံဖြစ်ပြီး၊ ဘယ်ပုံ အလုပ်လုပ်နေကြသလဲ သိရမယ်၊ စုပေါင်း ပြီး အလုပ်လုပ်တယ်ဆိုတာ အလွန် ထင်ရှားတယ်။

စိတ်လို့ ပြောရင်လည်း စေတသိက် ပါတယ်ဆိုတာကို နားလည်ထားရမယ်၊ စိတ်စေတသိက် ခွဲခြားပြီး ပြောတဲ့အခါမှသာ စိတ်နဲ့စေတသိက် တစ်ခြားစီလို့ ဒီလိုမှတ်ရမယ်၊ လူတွေပြော နေတဲ့ ''ငါ စိတ်ဆိုးတယ်''၊ ''စိတ်မကောင်းဘူး၊ စိတ်ညစ် တယ်''လို့ ပြောတာ စေတသိက်တွေနဲ့ ပြောနေကြတာ။ ဒါကြောင့် စိတ်လို့ပြောလိုက်ရင် စေတသိက်လည်း ပါတယ်၊ တစ်ခါတစ်ခါ နာမ်လို့ပြောရင်လည်း စိတ်စေတသိက် နှစ်ခုပေါင်း ပြောတာ၊ စိတ်လို့ပြောရင်လည်း စိတ်စေတသိက် နှစ်ခုပေါင်းကို ပြောတယ်လို့ ဒီလိုမှတ်ရလိမ့်မယ်။

လမ်းလျှောက်တာကိုပဲ ကြည့်၊ သဘာဝချင်း မတူတဲ့အရာ တွေ နှစ်ခုပေါင်းစပ်ပြီး အလုပ် လုပ်နေတယ်ဆိုတာကို အကြမ်းဖျင်း

http://www.dhammadownload.com

အားဖြင့် ပြောလို့ရှိရင် သိနိုင်တယ်၊ လမ်းလျှောက်တယ် ဆိုတဲ့ အခါမှာ တစ်လှမ်းပြီး တစ်လှမ်း လျှောက်နေတာ ခြေထောက်က လျှောက်တာ မဟုတ်လား။ ခြေထောက်တွေပဲ ရှိမယ်၊ မျက်စိတို့ ဘာတို့မပါဘူး။ စိတ်တို့ ဘာတို့ မပါဘူးဆိုရင် ခြေ ထောက်ချည်းပဲ လျှောက်နိုင်ပါ့မလား။ စိတ်က ကြံတွေး ပေးရတယ်၊ မျက်စိက လမ်းကို ကြည့်ပေးတယ်၊ အကြမ်းဖျင်း ပြောတာနော်၊ စိတ်က ကြံတွေးပြီးတော့ သိနေတယ်၊ လျှောက်မယ့်လမ်းကို အရင် မျက်စိက ကြည့်ပေးတယ်၊ ခြေထောက်က လျှောက်တယ်၊ ခြေထောက်က ငါ လျှောက်နေတာ ပါလားလို့ မသိဘူး၊ မျက်စိ ကလည်း ငါ လမ်းကို ကြည့်နေတာ ပါလားလို့ မသိဘူး၊ သိတာ က စိတ်ကလေးပဲ။

ဒါ ပေါင်းစပ်ပြီး အလုပ် လုပ်နေတယ်ဆိုတဲ့ သဘော တရားကို ပြောတာ၊ စိတ်ချည်း ရှိနေရုံနဲ့လည်း လမ်းလျှောက်လို့ မရဘူး၊ မျက်စိချည်း ရှိနေရုံနဲ့လည်း လမ်းလျှောက်လို့ မရဘူး၊ မျက်စိရဲ့ တာဝန်က ကြည့်ပေးရတဲ့ တာဝန်၊ ခြေထောက်ရဲ့ တာဝန်က တစ်လှမ်းချင်း တစ်လှမ်းချင်း လျှောက်ပေးရတဲ့ တာဝန်၊ ဒါဖြင့် ကျန်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်တွေက ဘာမှ မလုပ်ဘူးလား ဆိုတော့ သူတို့က balance ဖြစ်အောင် ထိန်းပေးနေတာပေါ့၊ သူတို့ မပါဘဲနဲ့ ခြေထောက်ချည်းပဲ ရှိလို့မှ မဖြစ်တာကိုး၊ အဲဒီတော့ လက် ကလေးတွေက စပြီး ရှေ့ကို ရွေ့အောင်လို့ ဆိုပြီးတော့ လွှဲယမ်း ပေးနေရတာ၊ ဒီ ခန္ဓာကိုယ်မှာရှိတဲ့ အစိတ်အပိုင်းတွေဟာ စုပေါင်းပြီးတော့ အလုပ်လုပ်နေကြတာ၊ မျက်စိက ကြည့်ရုံ ကြည့်နိုင်တာ၊ လမ်းမလျှောက်နိုင်ဘူး၊ ခြေထောက်ကလည်း

http://www.dhammadownload.com

လမ်းပဲ လျှောက်နိုင်တာ မကြည့်နိုင်ဘူး၊ နှစ်ခု ပေါင်းစပ်လိုက်တဲ့ အခါမှာ လမ်းလျှောက်မှုဆိုတာ ပေါ်လာတာ မဟုတ်လား။

တို့တစ်တွေရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ရုပ်နဲ့နာမ် သဘာဝနှစ်ရပ် ပေါင်းစပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်နေတယ်ဆိုတဲ့ သဘောတရားကို သိဖို့ လိုတာပေ့ါ၊ နာမ်ဆိုတာ ဘယ်လို ဖြစ်ပေါ်လာတာလဲ၊ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ရှိနေတာလား၊ နှလုံးသားထဲမှာ အမြဲတမ်း ရှိနေတာလား၊ သို့မဟုတ် ဦးနှောက်ထဲမှာ ရှိနေတာလားလို့ မေးစရာရှိတယ်၊ ဒီကနေ့ ပညာရှင်လို့ ခေါ်ကြတဲ့ အချို့ ပါမောက္ခကြီးတွေက ဦးနှောက်ကိုပဲ စိတ်လို့ ခေါ်ကြတာတောင် ရှိတယ်။

စိတ်နဲ့ ဦးနှောက်

ဘုန်းကြီးတို့ ပြီးခဲ့တဲ့ မေလက ဂျာမနီနိုင်ငံနားက Austria ဆိုတဲ့နိုင်ငံ ရောက်ခဲ့တယ်၊ အဲဒီနိုင်ငံမှာ ဗီယင်နာ တက္ကသိုလ် ဆိုတာ ရှိတယ်၊ မြန်မာပြည် မင်းတုန်းမင်းခေတ် လောက်က တည်ထားတဲ့ တက္ကသိုလ်ကြီးပေ့ါ၊ အင်မတန် ရှေးကျတယ်၊ နာမည်လည်း အတော်ကြီးတယ်၊ အဲဒီ တက္ကသိုလ်က ထူးချွန်တဲ့ ပါမောက္ခကြီး ၉-ယောက်၊ နိုဘယ်(လ်)ဆု ရထား တာရှိတယ်၊ အင်မတန် ထူးခြားတဲ့ ပါမောက္ခကြီးတွေ၊ ပညာရှင် ကြီးတွေ အဲဒီ တက္ကသိုလ်ကြီးက မွေးထုတ်တယ်၊ တက္ကသိုလ် အဆောက် အအုံကြီးကလည်း အင်မတန် ကြီးတယ်။

အဲဒီ တက္ကသိုလ်ကြီးက လွန်ခဲ့တဲ့ ၂-နှစ်လောက်ကတည်း က ဘုန်းကြီးတို့ကို ဖိတ်တယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့လည်း အချိန်မပေး နိုင်တာနဲ့ ဒီနှစ်တော့ မေလ (၂၀)ရက်နဲ့ (၂၁)ရက်မှာ စိတ် အကြောင်း ဟောပြောဖို့ ဖိတ်တာနဲ့ အဲဒီသွားပြီး စိတ်အကြောင်း

http://www.dhammadownload.com

ဟောပြောတယ်၊ လူကတော့ သိပ်မများပါဘူး။ လူ (၂၀)လောက်ပဲ ရှိပါတယ်၊ လာတက်တဲ့ လူတွေကတော့ ပါမောက္ခ ကြီးတွေ၊ အဲဒီတက္ကသိုလ်မှာ ဆရာလုပ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ များတယ်၊ ဘာသာကတော့ ခရစ်ယာန်တွေပဲ များပါတယ်၊ အဲဒီမှာ ဘုန်းကြီးက မေးခွန်းတစ်ခုကို မေးတယ်၊ စိတ်အကြောင်းကို ဟောပြီးတော့ စိတ်ဆိုတာ ဘယ်နေရာမှာ ရှိသလဲလို့ identify လုပ်နိုင်သလားလို့ မေးလိုက်တော့ အဲဒီထဲက Psychology ပါမောက္ခတစ်ယောက် ပါလာတယ်၊ သူက ဦးနှောက်ထဲမှာ ရှိတယ်လို့ ဖြေတယ်၊ ဦးနှောက်ထဲမှာ ရှိတယ်လို့ ဖြေလိုက်တော့၊ ဘုန်းကြီးက စိတ်ဟာ တကယ်ပဲ ဦးနှောက်ထဲမှာ ရှိနေသလား၊ မရှိဘူးလား ဆိုတာ သိဖို့ ဥပမာလေးတစ်ခု ပြောရအောင်ပေါ့။

ဂီတာထဲမှာ အသံဆိုတာ ရှိနေသလား မေးတော့ မရှိဘူးလို့ ဖြေကြတယ်၊ အေး– အဲဒီလို မရှိသလို ဦးနှောက်ထဲမှာလည်း စိတ်ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူးလို့၊ သူတို့က ဦးနှောက်ကိုပဲ စိတ်လို့ ယူဆတာ၊ ဦးနှောက်ရဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေကို စိတ်လို့ ယူဆတာ ဆိုတာကို နောက်တော့ သိလာရတယ်။

စိတ်ဆိုတာ အကြောင်းရှိမှဖြစ်တာ

နောက်ပိုင်းကျတော့ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာအရ စိတ်ဆိုတာဟာ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ မီးခြစ်ဘူးထဲမှာ မီးရှိမနေဘူး၊ သို့သော် အကြောင်းဆုံတဲ့အခါ မီးလေး ပေါ်လာသလိုပဲ၊ ဂီတာထဲမှာ အသံတွေ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး။ တီခတ်လိုက်တယ် ဆိုတဲ့ အကြောင်းဆုံတဲ့အခါ အသံလေး ပေါ်လာတာလို့၊ အဲဒီ ဥပမာ လေးတွေနဲ့ ရှင်းပြီး ပြောတဲ့အခါကျတော့ နောက်ပိုင်းမှာတော့

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ Psychology ပါမောက္ခကြီး သူတို့ Psychology အယူအဆနဲ့ ဗုဒ္ဓအယူအဆ မတူညီဘူး ဆိုတာလေးကို သူ သဘောပေါက်သွားတယ်၊ ဘုန်းကြီးက သူ့ကို အထူးအားဖြင့် ဝမ်းပန်းတသာ နှုတ်ဆက်ပြီးတော့ ပြောတယ်၊ သူကလည်း ဝမ်းပန်းတသာ ဖြစ်သွားတယ်။

ပထမတော့ ဒီလိုအသိုင်းအဝိုင်းမှာ မေးလိုက်တော့ သူ အံ့အားသင့်သွားတယ်၊ ကြောင်သွားတယ်ပေါ့၊ အသံ မရှိဘူးဆိုရင် ဦးနှောက်ထဲမှာလည်း စိတ်မရှိဘူးဆိုတဲ့အဖြေ ဖြစ်သွားတာကိုး၊ တကယ်တော့ မရှိဘူး၊ ဒါပေမယ့် လူတွေက ထင်နေတယ်၊ စိတ်ဟာ အမြဲတမ်း ကိုယ်ထဲမှာရှိနေတယ်၊ ဦးနှောက်ထဲမှာ ရှိနေတယ်၊ သို့မဟုတ် နှလုံးသားထဲမှာ ရှိနေတယ်လို့ ထင်နေ ကြတယ်။

နာမ်တရား ဖြစ်ပေါ်ပုံ

သို့သော် ဗုဒ္ဓရဲ့ အဘိဓမ္မာအရ စိတ်ဆိုတာ ရှိနေတဲ့ အရာ မဟုတ်ဘူး၊ ဖြစ်လာတဲ့ အရာသာ ဖြစ်တယ်လို့ ဒီလို ပြောရတယ်၊ ''အသိစိတ်ဆိုတဲ့ နာမ်တရားလေးဟာ ဒီ ရုပ်ထဲမှာ ရှိနေတာလား''လို့ဆိုရင် ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူးလို့ သိရမယ်၊ ဒါဖြင့် နာမ်တရားဟာ ဘယ်ပုံဘယ်နည်းနဲ့ ဒီလူတွေရဲ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်လာတာတုန်းလို့ မေးရင် မြတ်စွာဘုရားက နာမ်တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်ဖို့ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်းတွေ ရှိတယ်လို့ ဟောထားတယ်။

ဒါကြောင့် နာမ်တရား ဖြစ်ပေါ်ပုံ လေ့လာကြည့်ရအောင်၊ သူက ရှိနေတဲ့အရာ မဟုတ်ဘူး၊ ဖြစ်လာတဲ့အရာသာ ဖြစ်တယ်၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ စည်ကိုတီးလိုက်တဲ့အခါ အသံထွက်လာသလိုပဲ၊

http://www.dhammadownload.com

စည်ဆိုတဲ့ ရုပ်တရားနဲ့ လက်ဆိုတဲ့ ရုပ်တရားချင်း ထိတွေ့မှုကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ နာမ်ဆိုတာ ပေါ်လာတာပါတဲ့။

နာမ်ဆိုတာ ပေါ်လာတဲ့တရား ဖြစ်လာတဲ့တရား၊ ရှိနေတဲ့ တရား မဟုတ်ဘူးလို့ ဒီလိုပြောတာ၊ ရှိနေတယ်ဆိုတာ အထဲထဲမှာ သိုလှောင်ထားတာမျိုး၊ ဘယ်လိုနည်းနဲ့ ရှိရှိ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ 'substance' အနေနဲ့ မရှိဘူးလို့ ပြောတာ။

သို့သော် နာမ်ဖြစ်ဖို့ အနေအထား potentiality possbility တော့ ရှိတာပေါ့၊ အသံဖြစ်စေနိုင်တဲ့ အနေအထားရှိမှ အသံ ထွက်တယ်၊ အသံထွက်နိုင်တဲ့ အနေထားမရှိရင် အသံ မထွက် နိုင်ဘူး၊ လက်နဲ့စည်နဲ့ တီခတ်မှုဆိုတဲ့ အကြောင်းတရားတွေ ပေါင်းဆုံလိုက်တဲ့ အခါမှ စည်သံလေး ပေါ်ထွက်လာတယ်။

စောင်းသံဥပမာ

စောင်းတီးရင်လည်း ထို့အတူပဲ၊ လက်နဲ့ စောင်းကြိုးနဲ့ ထိတာဟာ အကြောင်းတရား၊ အကြောင်းတရား မဟုတ်ဘူးဆိုရင် စောင်းထဲမှာ အသံသွင်းထားရမယ်၊ ဥပမာ– ကက်ဆက်နဲ့ အသံ သွင်းထားတာမျိုးဆိုရင် တစ်သံတည်းပဲ တစ်မျိုးတည်းပဲ ထွက် မှာ ဖြစ်တယ်၊ ပထမလုပ်ထားတဲ့ အသံအတိုင်းပဲ၊ နောက်ထပ် အသံစုံအောင် တီးလို့ရမှာ မဟုတ်ဘူး၊ အဲဒီလို မဟုတ်ဘဲ ကြိုက်သလို အသံတွေ မျိုးစုံရအောင် တီးနေကြတာလေ၊ ဒီ သီချင်းသွားလေး တီးရင် ဒီအသံထွက်တယ်၊ ဟိုသီချင်းသွားလေး အလိုက် တီးရင် ဟိုအသံ ထွက်တယ်၊ အကယ်၍ အသံတွေကို 'install' လုပ်ထားတယ်ဆိုရင် ရှိနေတဲ့ အသံပဲ ထွက်မှာ ဖြစ်တယ်၊ အမျိုးစုံ ထွက်ဖို့ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

မီးခြစ်ထဲက မီးဥပမာ

ဒီလိုပဲ ဂက်(စ်)မီးခြစ်မှာလည်း မီးခြစ်ထဲမှာ ဂက်(စ်)ရှိဖို့ လိုတယ်၊ ဘီးလေးနဲ့ အောက်မှကျောက်နဲ့ ဖိပွတ်လို့ရှိရင် မီးထွက်နိုင်တဲ့ အခြေအနေမျိုး ရှိရမယ်၊ ဒီလို ကိရိယာ စုံစုံလင်လင် ရှိနေခြင်းကို potentiality possibility ဖြစ်နိုင်တဲ့ အနေအထားလို့ ပြောတာ၊ အဲဒီလိုဖြစ်နိုင်တဲ့ အနေအထားမှာ နောက်ထပ် အကြောင်းတစ်ခု ပေါင်းစပ်ပေးလိုက်တယ်၊ ဖိပြီးတော့ ပွတ်ခြစ်ခြင်းဆိုတဲ့ အကြောင်းတစ်ခု၊ ဖိပြီး ခြစ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် မီးလေးပွင့်လာတယ်။

မျိုးစေ့သတ္တိဥပမာ

အဲဒီတော့ လူရဲ့သန္တာန်မှာ စိတ်တွေ ဘာကြောင့် ဖြစ်နေတုန်းဆိုရင် ပင်ကိုယ်ကနေ စိတ်ဖြစ်နိုင်တဲ့ အကြောင်းတရားတွေရှိတယ်၊ ဥပမာ– မျိုးစေ့လေးကို ကြည့်ရအောင်။

မျိုးစေ့လေးထဲမှာ အပင်ပေါက်နိုင်တဲ့သတ္တိတွေ ရှိမနေဘူးလား၊ သို့သော် အပင် ရှိနေသလား၊ မရှိဘူး၊ မရှိဘူးဆိုတာ သေချာတယ်၊ မယုံရင် ခွဲကြည့်လေ၊ ဘယ် မျိုးစေ့ထဲမှာမှ အပင်တို့ အမြစ်တို့ အရွက်တို့ အသီးတို့ဆိုတာ ရှိနေနှင့်တာမှ မဟုတ်တာ၊ သို့သော် ကျောက်တုံးထဲမှာတော့ potentiality မရှိဘူး၊ 'condition' မစုံဘူး၊ အကြောင်းတရား မစုံဘူး၊ အပင်ပေါက်နိုင်တဲ့ energy စွမ်းရည်သတ္တိ အခြေအနေကိုက မရှိဘူး၊ မျိုးစေ့လေးကတော့ ကျောက်တုံးနဲ့ မတူဘူး၊ ခုနက အမြစ်ထွက်နိုင်တဲ့ အခြေအနေတွေ၊ အသီးထွက်နိုင်တဲ့ အခြေအနေတွေ၊ အပွင့်ဖြစ်နိုင်တဲ့ အခြေအနေတွေ စွမ်းရည်တွေ သူ့ထဲမှာ ရှိနေတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ကျောက်တုံးထဲမှာတော့ မရှိဘူး။

အဲဒါမျိုးလိုပဲ၊ လူရဲ့ခန္ဓာကိုယ် တည်ဆောက်ထားတဲ့ ရုပ်တွေ၊ အဲဒီရုပ်တွေဟာ အကြောင်းတစ်ခုခုနဲ့ ပေါင်းစပ်လိုက်လို့ ရှိရင် နာမ်တရားဖြစ် ပေါ်လာဖို့ အခြေအနေတွေ ရှိနေတယ်လို့ ပြောလို့ ရမယ်ပေါ့၊ သို့သော် နာမ်တရားတွေ အထဲထဲမှာ သိုမှီး ထားပြီးတော့ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာကို သဘောပေါက်ရမယ်။

ကိုယ်တိုင် သိမြင်နိုင်

ဗုဒ္ဓရဲ့တရားတော်တွေကို 'သန္ဒိဋ္ဌိကော' ကိုယ်တိုင်မြင်လို့ ရတယ်၊ ဒါ ယုံရမယ်လို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဗုဒ္ဓတရားတော်မှာ 'သဒ္ဓါ'ဆိုတာ မလိုအပ်ဘူးလား၊ လိုအပ်တယ်၊ ဘာအတွက် လိုအပ်တာလဲဆိုလို့ရှိရင် 'သဒ္ဓါ'ဆိုတဲ့ ယုံကြည်ချက် ရှိမှ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာနဲ့ တွေ့မယ်၊ တွေ့တဲ့အခါကျတော့ သဒ္ဓါဆိုတဲ့ ယုံကြည်ချက်က ဒီလောက် အဆုံးအဖြတ် မပေးဘူး၊ ပညာဆိုတာက အဆုံးအဖြတ် ပေးသွားတယ်၊ 'understanding'ဆိုတဲ့ အမှန် သိသွားဖို့က ပိုအရေးကြီးတယ်၊ သဒ္ဓါက ဆုံမိအောင် ဖန်တီးပေးတဲ့ အကြောင်းတရားလောက်ပဲ ဖြစ်တယ်၊ ဒီ ယုံကြည်မှု စိတ်ဝင်စားမှုကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ ယုံကြည်တယ်၊ ယုံကြည်လို့ တရားနာတယ်၊ စာပေသင်တယ်ဆိုတာ ဒီ ယုံကြည်မှုကို အခြေခံတယ်၊ ယုံကြည်မှုက ဆုံးဖြတ်တာလား မေးရင် ယုံကြည်မှုက ဆုံးဖြတ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ဆုံးဖြတ်နိုင်တာက ပညာပဲ၊ သူ့ဟာနဲ့ သူနော်။

ဒါကြောင့်မို့ ဗုဒ္ဓရဲ့တရားတော်က အမှန်သိဖို့ပဲ အဓိက

http://www.dhammadownload.com

ထားတယ်၊ ယုံဖို့ အဓိကထားတာ မဟုတ်ဘူး၊ ယုံဖို့က ဒီနေရာ ရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပေးတာမျှသာ ဖြစ်တယ်၊ အမှန်သိဖို့ ဆိုတာ ပညာနဲ့သာ သွားရတယ်။

စိတ်ဖြစ်မှုရာ ဝတ္ထုရုပ် ၆–ပါး

မြတ်စွာဘုရားက သုတ္တန်တရားတွေမှာ ဘယ်လို ဟော ထားတုန်း၊ အသိစိတ်ကလေးဟာ ဘယ်လို ပေါ်လာသလဲ၊ အသိ စိတ်ပေါ်ဖို့ရာ အကြောင်းတရားတွေ အခြေအနေတွေက ဘာတွေ တုံးလို့ မေးရင် စိတ်ဟာ ဘယ်ကနေ ဖြစ်လာတာလဲ၊ ဘာကို အမှီပြုပြီးတော့ ဒီစိတ်ကလေး ဖြစ်ရတာလဲဆိုတာ သိရအောင် ဝတ္ထုရုပ် ၆–ပါးဆိုတာ အရင် လေ့လာရမယ်၊ မနေ့တုန်းက ဝတ္ထုရုပ်လို့ ဘုန်းကြီး မပြောခဲ့ဘူးနော်၊ အဲဒီ ရုပ်တရားထဲကပဲ ပြန်ပြီးတော့ ပြောမယ်။

စက္ခုပသာဒ–မျက်စိအကြည်ကလေးက ဒါစိတ် ဖြစ်ပေါ်ဖို့ အတွက် base လေးတစ်ခုပဲ၊ မျက်စိပသာဒရုပ် မကောင်းတော့ ဘူးလို့ဆိုရင်လည်း မြင်ပြီးသိတဲ့စိတ် မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ဒါကြောင့် မျက်စိအကြည်လေးဟာ မြင်သိစိတ် ဖြစ်ဖို့အတွက် အခြေခံလေး တစ်ခုလို့ ပြောတာ၊ စက္ခုဝတ္ထုရုပ်လို့ ခေါ်တယ်။

သောတပသာဒ–နားအကြည်လေးကလည်းပဲ အသံကို သိတဲ့စိတ်ဖြစ်ဖို့ အခြေခံလေးတစ်ခုပဲ၊ အကယ်၍ နားကန်းသွား မယ်၊ ဒီပသာဒရုပ် မရှိဘူးဆိုလို့ရှိရင် ကြားသိတဲ့စိတ် မဖြစ်နိုင် တော့ဘူး၊ သောတပသာဒလို့ဆိုတဲ့ နားအကြည်ရုပ်ကလေးဟာ ကြားပြီးတော့ သိစိတ်ဖြစ်ဖို့ရာ အခြေခံတစ်ခု၊ သောတဝတ္ထုရုပ်။

နှာခေါင်းပေါက်ရှိတဲ့ **ဃာနပသာဒ**ရုပ်ကလေးဟာ အနံ့ကို

http://www.dhammadownload.com

သိတဲ့စိတ်ဖြစ်ပေါ်ဖို့ အခြေခံတစ်ခု၊ဃာနဝတ္ထုရုပ်။

ဇိဝှာပသာဒဆိုတဲ့ လျှာအကြည်ရုပ်ကလေးဟာ အရသာသိတဲ့စိတ် ပေါ်ဖို့အတွက် အခြေခံတစ်ခု၊ ဇိဝှါဝတ္ထုရုပ်။

ခန္ဓာကိုယ်မှာ အနှံ့တည်ရှိနေတဲ့ sensitive လို့ ပြောချင်ပြောပေါ့၊ ဘယ်နေရာပဲဖြစ်ဖြစ် ထိရင်သိတဲ့ နေရာလေးပဲ၊ အဲဒီ **ကာယပသာဒရုပ်တွေဟာ** ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး ပျံ့နှံ့နေတာဖြစ်သောကြောင့် ဘယ်နေရာ ထိလိုက် ထိလိုက် အသိစိတ်ကလေးတွေ မပေါ်ဘူးလား၊ ထုံသွားတဲ့အခါမှာရော အသိစိတ်ပေါ်သေးလား၊ မပေါ်တော့ဘူး၊ ပသာဒရုပ် ပျက်သွားရင် ဘယ်လိုထိထိ မသိတော့ဘူး၊ ဆံပင်မှာ အဖျားကလေးကို ကိုင်ရင်မသိဘူး၊ အရင်းကိုင်မှ သိတယ်၊ အဖျားလေးကျတော့ ကာယပသာဒ မရှိတဲ့ နေရာမို့ သူက အသိစိတ် မပေါ်နိုင်တော့ဘူး၊ အဲဒါကြောင့်မို့ ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံးမှာ ပျံ့နှံ့ပြီးတော့ နေတာဟာ ဘယ်နေရာကို ကြည့်လိုက် ကြည့်လိုက် ဘယ်နေရာလေးကို လက်ကလေးနဲ့ တို့လိုက် တို့လိုက် ထိတယ်ဆိုတာ သိလာတယ်၊ အဲဒီ အသိစိတ်ကလေးတွေ ပေါ်ဖို့ရာအတွက် ဒီ ကာယပသာဒဟာ အခြေခံရုပ် တစ်ခုပဲ၊ ကာယဝတ္ထုရုပ်။

စိတ်ဖြစ်လာပုံ

စိတ်ကလေးတွေ ပေါ်လာတာကို ကြည့်၊ 'မြင်သိစိတ်'တဲ့၊ မြင်သိစိတ်လို့ ပြောတာ၊ ဒါနာမ်တရားကို ပြောတာ၊ စိတ်ရော စေတသိက်ရော နှစ်ခုလုံးပါတယ်၊ ကြားသိစိတ်တဲ့၊ နံသိစိတ်တဲ့၊ လျက်သိစိတ်၊ ထိသိစိတ်တဲ့၊ ဟောဒီစိတ်ကလေးတွေဟာ ထာဝရရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ စိတ်ရဲ့ အခြေခံတွေဟာ

http://www.dhammadownload.com

စက္ခုပသာဒ- မျက်စိအကြည်ရုပ်၊ **သောတပသာဒ**-နား အကြည်ရုပ်၊ **ဃာနပသာဒ**-နှာခေါင်းအကြည်ရုပ်၊ **ဇိဝှာပသာဒ**- လျှာအကြည်ရုပ်၊ **ကာယပသာဒ**-ကိုယ် အကြည်ရုပ်ဆိုတဲ့ ဟောဒီ (၅)ခုဟာ စိတ်ရဲ့တည်ရာမှီရာ၊ စိတ်ရဲ့ အခြေခံရုပ်တွေလို့ ပြောတာ။

ခုနက စောင်းကြိုးတို့၊ စောင်းအိုးတို့ဟာ အသံ ဖြစ်ပေါ်ဖို့ အတွက် အခြေခံ မဟုတ်ဘူးလား၊ အေး- ကြိုးမရှိတဲ့နေရာ သွားတီးမယ်ဆိုရင် မြည်ပါ့မလား၊ မမြည်ဘူး၊ စောင်းကြိုးတို့ စောင်းအိုးတို့ ဒီပြင်ကြိုး သွားတီးရင်လည်း မြည်ချင်မှ မြည်မှာ၊ သူ့ဘာသာသူ အခြေခံထားရတာ၊ အေး- အဲဒီလိုပဲတဲ့၊ အသံ ထွက်ဖို့ရာအတွက် အခြေခံကောင်းရှိသလို စိတ်ဖြစ်ဖို့ရာအတွက် ဟောဒီ အခြေခံဝတ္ထုရုပ် (၅)မျိုး ရှိတယ်။

နောက်တစ်ခုက ဘာလဲဆိုလို့ရှိရင် အတွေးစိတ်တွေကျ တော့ မျက်စိနဲ့လည်း မဆိုင်ဘူး၊ နားနဲ့လည်း မဆိုင်ဘူး၊ နှာခေါင်း နဲ့လည်း မဆိုင်ဘူး၊ လျှာနဲ့လည်း မဆိုင်ဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ် ထိတာနဲ့ လည်း မဆိုင်ဘူး၊ စိတ်ထဲကနေ တွေးပြီး သိတာမျိုးကော မဖြစ်နိုင်ဘူးလား၊ လူတွေက တွေးပြီး စိတ်ရှုပ်လာပြီဆိုရင် ဘယ် ကုတ်တာလဲ၊ ခေါင်းကုတ်တာ၊ အဲဒါကို ဟဒယဝတ္ထုလို့ စိတ်ရဲ့ အခြေခံရုပ်၊ ကျန်တဲ့စိတ်တွေရဲ့ အခြေခံ ရုပ်လို့၊ အတွေးစိတ်တွေရဲ့ အခြေခံရုပ်လို့ ဒီလိုပဲ အလွယ် မှတ်လိုက်တာပေါ့။ ဟဒယဝတ္ထုလို့ ခေါ်တယ်၊ ဦးနှောက်ပဲဖြစ်ဖြစ်, နှလုံးသားပဲ ဖြစ်ဖြစ် လူတွေက အသစ်အဆန်း ဖြစ်တဲ့အခါကျတော့ ဘာဖြစ်သလဲ၊ ခေါင်းရှုပ်တာ လား၊ ရင်ခုန်တာလား၊ အသစ်အဆန်းတွေ့ရင် ရင်ခုန်မှာပါ၊

http://www.dhammadownload.com

ခေါင်းမကုတ်ပါဘူးနော်၊ အဲဒီတော့ အသစ်အဆန်းတွေပြီး ကျန်တဲ့ စိတ်ကလေးဟာ ရင်ခုန်တဲ့စိတ်ကလေး နှလုံးသားပေါ့၊ စိတ်ဖြစ်တဲ့ အခြေခံလေးဟာ နှလုံးသားလို့ ပြောရမှာပေါ့၊ အဲဒီ (၂)ခုကို ခြုံငုံပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ဝတ္ထုရုပ်လို့ ဒီလို ဟောခဲ့တယ်တဲ့။

အားလုံး ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါကျတော့ ဘယ်နှစ်ခု ရှိသွားလဲ၊ ၆–ခု ဖြစ်သွားတယ်၊ စက္ခု၊ သောတ၊ ဃာန၊ ဇိဝှာ၊ ကာယ၊ ဟဒယဆိုတဲ့ စိတ်ဖြစ်တဲ့ နေရာတွေ၊ ဒါတွေ မရှိဘဲနဲ့ စိတ် မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ကျောက်တုံးမှာ စက္ခုလည်း မရှိဘူး၊ သောတလည်း မရှိဘူး၊ ဃာနလည်း မရှိဘူး၊ ဇိဝှာလည်း မရှိဘူးဆိုတော့ ကျောက်တုံးထဲမှာ ဘယ်စိတ်ဖြစ်နိုင်မလဲ။ ခုန မီးခြစ်ဘူးလေးကို ကြည့်၊ ခြစ်ရတယ်ဆိုတဲ့ အထဲမှာ ခြစ်လိုက်ရင် မီးထွက်တယ် ဆိုတာ မီးခြစ်ဘူးထဲမှာ ဂက်(စ်)ရှိတယ်လေ။

အဲဒီလို အခြေအနေ ကောင်းတွေကို ပြောတာ potentiality possibility ဆိုတာတွေ ရှိနေလို့ရှိရင် နောက်ထပ် အကြောင်းတစ်ခု ပေါင်းစပ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် စိတ်ဟာ ဘွားကနဲ ပေါ်လာတာတဲ့၊ ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ဟာ အဖြစ်တရား၊ အရှိတရား မဟုတ်ဘူး၊ 'ရှိ'ဆိုတာက သိုလှောင်ထားတဲ့ တရားကို ပြောတာ၊ နဂိုက ရှိနေတဲ့အရာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒါကြောင့် စိတ်ရဲ့ မှီရာဝတ္ထု ရုပ် ၆–မျိုးလို့ ခေါ်တာ။

ဝတ္ထုရုပ်ဆိုတာ 'base' ပဲ၊ 'mental base' base of mind စိတ်ရဲ့အခြေခံရုပ်၊ ခုနက မီးဖြစ်ပေါ်ဖို့ရာ အခြေခံ အကြောင်းတရား၊ အသံပေါ်ဖို့ အခြေခံတွေဆိုသလိုပဲ စိတ်ဖြစ်ပေါ်ဖို့ အခြေခံ မှီရာတွေ ဒီ(၆)ခု ရှိရတယ်တဲ့၊ ဥပမာ– စည်တို့

http://www.dhammadownload.com

စောင်းတို့ကို ကြည့်၊ ကြိုးနဲ့ အိုးနဲ့ ဒီအတိုင်းထားရင် တီးတဲ့လူလည်း မရှိဘူး ဆိုရင်ကော မြည်ပါ့မလား။ စည်တော့ ရှိတယ် ဘယ်သူက မှ လာပြီး လက်နဲ့လည်း မတီးဘူး၊ တုတ်နဲ့လည်း မခေါက်ဘူးဆိုရင် မမြည်ဘူး။

ဝတ္ထုနဲ့အာရုံ ဆုံမိမှ

အဲဒီလိုမျိုးပဲ မျက်စိတော့ ရှိတယ်၊ အပြင်က တုတ်နဲ့ အလားသဏ္ဌာန်တူတဲ့ လက်နဲ့အလားသဏ္ဌာန်တူတဲ့ အာရုံက လာမတိုက်ဘူးဆိုရင် မြင်သိစိတ် မဖြစ်ဘူး။ ခုနက စည်ကို လက်နှင့်မတီးရင် အသံ မထွက်သလိုဘဲ၊ မျက်စိကို ရူပါရုံက လာပြီးတော့ မတိုက်ဘူးဆိုရင် မြင်သိစိတ် ပေါ်နိုင်ပါ့မလား၊ မပေါ်နိုင်ပါဘူး။ အဲဒီ သဘောလေးတွေ စဉ်းစားကြည့်၊ မြင်သိစိတ် ဆိုတာ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး။ ရူပါရုံက လာတိုက်မှ ဖြစ်လာတာ၊ အဲဒီတော့ ရူပါရုံဆိုတဲ့ အဆင်းကလေးဟာ ဘာနဲ့ ဥပမာတူလဲ ဆိုတော့ စည်တီးတယ် ဆိုပါစို့၊ စည်ကို လက်နဲ့တီးရင် ရူပါရုံက လက်နဲ့တူတယ်၊ စည်မျက်နှာပြင်က စက္ခုပသာဒရုပ်နဲ့ တူတယ်၊ ဒီလို ပြောရမှာပေါ့၊ အဲဒီတော့ ရူပါရုံနဲ့ စက္ခုပသာဒ နှစ်ခုဆုံ လိုက်တဲ့ဟာက ထိခိုက်လိုက်တာ တီးလိုက်တာလို့ ခေါ်တယ်။

တစ်ခုခုနဲ့ ဝင်တိုက်လိုက်ရင် 'ဒိုင်းခနဲ''မမြည်ဘူးလား၊ သဘာဝတွေရဲ့ စွမ်းအား ပြင်းထန်တယ်နော်၊ တိုက်ခိုက်မှုက လျှပ်စစ်ကြိုးလေး နှစ်ခု တိုက်လိုက်တဲ့အခါ မီးတွေ မထွက် ဘူးလား၊ အဲဒါမျိုးလိုပဲ၊ ဒါတိုက်ခိုက်မှုလို့ ခေါ်တယ်၊ မျက်စိနဲ့ အဆင်းအာရုံ ဒီ(၂)ခု ဆုံလိုက်တာဟာလည်း တိုက် လိုက်တာပဲ၊ 'ဒိုင်းကနဲ'' အသံထွက်သွားသလိုပဲ အသိစိတ်ကလေး ဘွားခနဲ

http://www.dhammadownload.com

ပေါ်လာတာ၊ ဒီသဘောကိုပြောတာ။

အာရုံ(၆)ပါး

ဒီနေရာမှာ အာရုံ(၆)ပါးဆိုတာ မှတ်ရမယ်၊ ခုနက စိတ်ရဲ့ အခြေခံ 'base'တွေက ဝတ္ထုရုပ်(၆)ခု၊ အဲဒီ ဝတ္ထုရုပ်(၆)ခုဟာ အခြေခံ၊ အဲဒီအခြေခံကို လာပြီးတိုက်မယ့် အကြောင်းတရားကို 'အာရုံ'လို့ ခေါ်တယ်၊ စိတ်ရဲ့ ပျော်မွေ့ရာဖြစ်လို့ အာရုံလို့ ခေါ်တာ၊ ဖြစ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် စိတ်က ဘယ်ကို သွားတာလဲဆိုတော့ အဲဒီ အာရုံဆီရောက်သွားတာနော်။

အဲဒီအာရုံကို စာပေလိုပြောရင် (၁) **ရူပါရုံ**၊ ဗမာလူမျိုးတွေဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့ အဘိဓမ္မာဝေါဟာရတွေနဲ့ ရင်းနှီးပြီးသားပါ၊ ရူပါရုံဆိုတာ မျက်စိက မြင်ရတဲ့အဆင်းကို ခေါ်တယ်၊ **ရူပ**ဆိုတာ အဆင်း၊ **အာရမ္မဏ**ဆိုတာ စိတ်ရဲ့ ပျော်မွေ့ရာ၊ ဒီ(၂)ခု ပေါင်းစပ်ပြီးတော့ အာရမ္မဏဆိုတဲ့ စကားလုံးကို အာရုံလို့ ပြန်လိုက်တော့ ရူပါရုံ။

(၂) **သဒ္ဒါရုံ**တဲ့၊ အသံသည်ပင်လျှင် စိတ်ရဲ့ပျော်မွေ့ရာဖြစ်လို့ သဒ္ဒါရုံ၊ စိတ်ရဲ့ပျော်မွေ့ရာဆိုလို့ ဟိုလို ဒီလို မတွေးလိုက်နဲ့ဦးနော်၊ ဆူညံတဲ့အသံနဲ့ စိတ်က မပျော်ဘူး။ ဟုတ်ရဲ့လား၊ ဂီတသံနဲ့တော့ ပျော်တာပေါ့၊ အဲဒီလို ပျော်တာမျိုးကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒီစိတ်ဟာ အာရုံနဲ့ ကင်းပြီးမဖြစ်တော့ အာရုံ ပေါ်လာတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် စိတ်က အာရုံဆီ ရောက်သွားတာကို ပြောတာ၊ တောက ကလေးတွေ ဗေထိ ဗေထိဆိုရင် ရောက်လာကြတယ်၊ သီချင်းသံကြားရင် ပြေးလာကြတယ်၊ အဲဒါမျိုးလိုပေါ့၊

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ကလည်းပဲ အာရုံရှိရာကို ရောက်ရောက် သွားတာကို ဒီလို ဆိုတယ်နော်။

ကဲ–နောက်တစ်ခုက (၃) ဂန္ဓာရုံ– အနံ့သည်ပင်လျှင် စိတ်ရဲ့ ပျော်မွေ့ရာဖြစ်လို့ ဂန္ဓာရုံ။

နောက် (၄) ရသာရုံ– လျှာနဲ့သိရတဲ့ အရသာ၊ ချိုတယ်၊ ချဉ်တယ်၊ ငန်တယ်၊ စပ်တယ်၊ ခါးတယ်ဆိုတဲ့ အရသာဟာလည်း စိတ်ရဲ့ ပျော်မွေ့ဖွယ်ရာဖြစ်သောကြောင့် ရသာရုံ။

(၅) **ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၊** ဖောဋ္ဌဗ္ဗဆိုတာ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ ထိတွေ့ရလို့ အာရုံမျိုးကို ပြောတာ၊ ရူပါရုံဆိုတာ ခုနက ရုပ်(၈)ခုထဲပါတဲ့ အဆင်းကလေး၊ သဒ္ဒါရုံဆိုတာ အကြောင်းကြောင့် ပေါ်လာတဲ့ အသံကလေး၊ ဂန္ဓာရုံဆိုတာ ရုပ် (၈)ခုအစုထဲမှာ ပါနေတဲ့ အရသာကလေး၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဆိုတာ ဘယ်တရားကို ပြောတာတုန်းဆိုရင် ပထဝီရယ်၊ တေဇောရယ်၊ ဝါယောရယ် အဲဒီ (၃)ခုကို ပြောတာ နော်။

ကြည့်လေ၊ တစ်ခုခုကို စမ်းကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် ဥပမာ ထမင်းချက်တဲ့အခါ လက်ကလေးနဲ့ စမ်းကြည့်၊ ယခုခေတ်တော့ 'Rice Cooker'တွေ ဘာတွေနဲ့ချက်တော့ စမ်းချင်မှ စမ်းကြမှာ၊ ရှေးတုန်းကတော့ ထမင်း ကျက်,မကျက်ကို ယောက်မလေးနဲ့ ကော်ပြီးစမ်းရတယ်၊ စမ်းပြီးတော့မှ ငှဲ့ပစ်ရတာ။

ရှေးတုန်းက အမျိုးသမီးတွေဆိုတာ တော်တော်များများက မီးဖိုချောင်ထဲမှာ ထမင်းချက်ရတာ၊ ထမင်းချက်ရတဲ့အခါကျတော့ ဘာလုပ်ကြရတုန်းဆို ထမင်းချက်တဲ့အခါ ထမင်းနပ်,မနပ်ကို လက်ကလေး နှစ်ချောင်းနဲ့ စမ်းကြည့်ရတဲ့အလေ့အထ ရှိခဲ့တယ်။

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခါတုန်းက ဘိက္ခုနီမတစ်ယောက် တောထဲမှာ တရားနဲ့ နေတဲ့အခါ မာရ်နတ်က "ဒီလောက် လေးနက်တဲ့တရားကို နင်လို လက်နှစ်ချောင်း ပညာလေးနဲ့ သိနိုင်ပါ့မလား"လို့ ပြောတာ၊ ဒီလို လက်နှစ်ချောင်း ပညာလေးနဲ့ မသိနိုင်ဘူးလို့ မာရ်နတ်ကြီးက နှိမ်ပြောတာ။ 'နှ တံ ဒွင်္ဂုလပညာယ'' တဲ့၊ လက်နှစ်ချောင်း ပညာဆိုတာ ထမင်းချက်တဲ့အခါ လက်နှစ်ချောင်းနဲ့ စမ်းစမ်း ကြည့်တာကို ပြောတာ၊ အဲဒီ လက်နှစ်ချောင်းလေးနဲ့ စမ်းပြီးတော့မှ သိတဲ့အသိကလေးနဲ့ ဒီလို ထူးခြား နက်နဲတဲ့ တရားတွေကို သိနိုင်ပါ့မလားလို့ မာရ်နတ်ကြီးက နှိမ်ပြီးပြောတဲ့ စကားပဲ၊ အဲဒီတော့ ဘိက္ခုနီကလည်း ဘယ်ခံမလဲ၊ "အင်မတန် ထူးခြားတဲ့ တရားတွေကို ငါ သိပြီးပြီ"လို့ ပြောလိုက်တယ်၊ ဘိက္ခုနီသံယုတ် ထဲမှာ ဒီအကြောင်းလေးတွေ ပါတယ်၊ စိတ်ဝင်စားစရာ အလွန် ကောင်းတယ်။

အဲဒီမှာ ပြောချင်တဲ့အရာက ဘာလဲဆိုတော့ ထမင်းစေ့လေး နပ်,မနပ် စမ်းတဲ့အခါ ပျော့သလား မာသလား စမ်းတာ မဟုတ် လား၊ ပျော့သလား မာသလား စမ်းလို့ရှိရင် ပထဝီကို တွေ့တာပဲ၊ ပထဝီရဲ့သဘောကို စမ်းတာပဲ၊ အဲဒီလို မဟုတ်ဘဲနဲ့ ပူသလား၊ အေးသလား စမ်းတဲ့အခါကျတော့ အပူအအေးကို တွေ့တာပေါ့၊ တွန်းကန်နေတဲ့သဘောကို အာရုံပြုတဲ့အခါကျတော့ ဝါယောကို တွေ့တာပေါ့၊ ဘောလုံးလေးကို စမ်းတဲ့အခါမှာ တွန်းကန်တဲ့ သဘောလေးတွေ့ရင် ဝါယောကို တွေ့တာပေါ့။

အဲဒီတော့ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံလို့ဆိုတာဟာ ပထဝီရယ်၊ တေဇော ရယ်၊ ဝါယောရယ် ဒါကိုဘဲခေါ်တာ၊ ဒါပေမယ့် (၃)မျိုးလုံးကို

http://www.dhammadownload.com

တစ်ခါတည်း သိနိုင်သလားဆိုတော့ မသိဘူး၊ ကိုယ်သိချင်တဲ့ အာရုံတစ်ခုပဲ အာရုံပြုတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ပျော့သလား မာသလားဆိုရင် ပျော့တာ မာတာပဲ သိမယ်၊ ပူသလား အေးသလားဆိုရင် ပူတာ အေးတာပဲ သိမယ်၊ တင်းသလား လျော့သလားလို့ ကြည့်မယ်ဆိုရင် ခုနက ဝါယောပဲ သိမယ်၊ အဲဒါကြောင့်မို့ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံဆိုတာ တခြားဟာကို ခေါ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ပထဝီ၊ တေဇော၊ ဝါယော၊ ဒီ မဟာဘုတ် (၃)ပါးတို့ကိုသာ ခေါ်တာ။

အာပေါဆိုတာကတော့ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ မဟုတ်သည့်အတွက် ကြောင့် ထိတွေ့ပြီး စမ်းသပ်လို့ မရဘူး၊ ဒါဖြင့် တပည့်တော်တို့ နေ့စဉ် ရေကိုင်နေကြတာဘုရား၊ ရေကိုင်နေတာပဲ ထိလို့ တွေ့လို့ မရဘူးလားလို့ တွေးမိကောင်း တွေးမိကြလိမ့်မယ်နော်၊ အေးရေထိတဲ့အခါကျတော့ ဘာသတိပြုမိတာတုန်း ရေ အေး သလား ရေပူသလား၊ အေးတယ် ပူတယ်ဆိုတာ အာပေါ ဟုတ်ရဲ့ လား၊ မဟုတ်ဘူး၊ တေဇောကိုပဲ တွေ့နေတာ၊ ရေတွေ့တာ မဟုတ်ဘူး။

ဒါဖြင့် ရေကို ဖြန်းကနဲ ချလိုက်တဲ့အခါကျတော့ ရေရဲ့ တုန့်ပြန်မှုနဲ့ ပျော့တဲ့သဘော၊ မာတဲ့သဘော မတွေ့ဘူးလား၊ အဲဒါဆို ပထဝီကို တွေ့တာပဲ၊ အာပေါကို တွေ့တာ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ နောက် ရေရဲ့ လှုပ်ရှား တွန်းကန်မှုတွေကို တွေ့တဲ့အခါ ဝါယောကို တွေ့တာ၊ အာပေါကိုတွေ့တာ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ ရေဆိုတာဟာ လက်နဲ့စမ်းလို့ရတဲ့ အရာမဟုတ်ဘူး၊ ဒီလက်နဲ့ စမ်းလို့ရနေတဲ့ အရာက ခုန ပထဝီကိုပဲ စမ်းလို့ ရမယ်၊ တေဇောကိုပဲ စမ်းလို့ ရမယ်၊ ဝါယောကိုပဲ စမ်းလို့ရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီတော့ အာပေါဆိုတာက အရည်ပျော်နေတဲ့ သဘောပဲ၊ အဲဒါကို စိတ်နဲ့ပဲ သိလို့ရမယ်လို့ ပြောတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒီ အာပေါဆိုတာ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံထဲမှာ မပါဘူးလို့ ပြောတာ၊ ရေ သောက်တဲ့အခါ ရေအေးအေးလေး သောက်ချင်တယ်တို့ ရေ ပူပူလေး သောက်ချင်တယ်တို့ ဆိုတာဟာ တေဇောကိုပဲ လုပ်နေတာ၊ အရည်ဖြစ်နေတဲ့သဘော အာပေါကို ထိလို့ တွေ့လို့ မရဘူး။

ကောင်းပြီ၊ ရူပါရုံ၊ သဒ္ဒါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ ရသာရုံ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၊ ဒါတွေဟာ ရုပ်တရားတွေချည်းပဲ မဟုတ်လား၊ ရူပါရုံ၊ သဒ္ဒါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ ရသာရုံ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံမှတစ်ပါး အားလုံးစိတ်နှင့် သိလို့ရတဲ့ အာရုံတွေမှန်သမျှ နိဗ္ဗာန်နဲ့ အမည်ပညတ်တွေ အပါအဝင်၊ စိတ်တွေ၊ စေတသိက်တွေ အပါအဝင်ပေါ့၊ စိတ်ကိုလည်း စိတ်နဲ့ သိရတယ်၊ စေတသိက်ကိုလည်း စိတ်နဲ့ သိလို့ရတယ်၊ နာမ်တရားတွေကိုလည်း တခြားနာမ်တရားနဲ့ သိလို့ရတယ်၊ အဲဒီလို သိလို့ရတဲ့ အာရုံဖြစ်တာတွေ အကုန် ပေါင်းပြီးတော့ ဓမ္မာရုံလို့ ခေါ်တာ။

ဒါဖြင့် ဒီ ကံမြင့်ဓမ္မာရုံကျတော့ ဘာကြောင့် ခေါ်တာလဲ၊ ဒါကတော့ တရားဓမ္မကို အာရုံယူတဲ့နေရာဖြစ်လို့ ဓမ္မာရုံလို့ ခေါ်တာ၊ အာရုံ(၆)ပါးထဲမှာပါတဲ့ ဓမ္မာရုံဆိုတာက စိတ်နဲ့ သိလို့ရတဲ့ တခြားအာရုံတွေလို့ ပြောတာ။

စိတ်နဲ့ သိလို့ ရတာ၊ ရူပါရုံဆိုတာ မြင်သိစိတ်နဲ့ပဲ သိလို့ ရတယ်၊ သဒ္ဒါရုံဆိုတာ ကြားသိစိတ်နဲ့ပဲ သိလို့ရတယ်၊ ကြားသိ စိတ် အခြေခံပြီး သိတယ်ပေါ့နော်၊ ကြားသိစိတ်က အဓိက သိ

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊ ထို့အတူပဲ ဂန္ဓာရုံကို နံသိစိတ်နဲ့၊ ရသာရုံကို လျက်သိစိတ်နဲ့၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံကို ထိသိစိတ်နဲ့ အဲဒါတွေ အခြေခံပြီးတော့ ကျန်တဲ့အာရုံတွေကျတော့ ဓမ္မာရုံ။

တခြားစိတ်နဲ့ သိလို့ရတဲ့ အာရုံတွေ၊ အတွေးတွေမှာ ပေါ်လာတဲ့အာရုံတွေ မှန်သမျှကို အကုန် ဓမ္မာရုံလို့ ဒီလို ခေါ်တာ၊ ရုပ်အားလုံးထဲမှာ ခုနက ရူပ၊ သဒ္ဒ၊ ဂန္ဓ၊ ရသ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဆိုတာက လွဲရင် ကျန်တဲ့ရုပ်တွေ အကုန်လုံး ဓမ္မာရုံထဲ ပါသွားတယ်၊ စိတ်တွေအားလုံး ဒီထဲမှာ ပါသွားတယ်၊ စေတသိက်တွေအားလုံး ဒီထဲမှာ ပါသွားတယ်၊ ပညတ်တွေအားလုံး ဒီထဲမှာ ပါသွားတယ်၊ နောက်ဆုံး နိဗ္ဗာန်ထိအောင် ဒီထဲမှာ ပါသွားတယ်၊ ဒီလို မှတ်ရမယ်။

အဲဒီတော့ အာရုံ(၆)ပါးနဲ့ ဝတ္ထုရုပ် (၆)ပါး၊ အဲဒီနှစ်ခုက အင်မတန်မှ အရေးကြီးတယ်တဲ့၊ စိတ်ဖြစ်တာကို ရှင်းပြောဖို့ရန် အတွက် အဲဒီ(၆)မျိုးစီကို သိထားဖို့ လိုအပ်တယ်နော်၊ ဒီ (၆)ခု ကို သိထား မှတ်ထားရမယ်။

ဒွါရ ၆–ပါး

နောက်တစ်ခု ဘာသိဖို့လိုလဲ ဆိုလို့ရှိရင် 'ဒွါရ'လို့ ခေါ်တဲ့ တံခါးပေါက်ပေါ့၊ အာရုံတွေဝင်တာ သို့မဟုတ် အသိစိတ်တွေ ဝင်တာ၊ အာရုံဆက်သွယ်လို့ရတဲ့ တံခါးပေါက်တွေပဲ၊ ဒီတံခါး ပေါက်ကလည်း (၆)ခုရှိတယ်၊ ဒွါရ(၆)ခုလို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီဒွါရ (၆)ခုမှာ ဒွါရ (၅)ခုဟာ ခုနက 'base'ဝတ္ထုရုပ်မှာ ပါတဲ့ ပသာဒရုပ် ၅–ခုနဲ့ အတူတူပဲ။

http://www.dhammadownload.com

- စက္ခုပသာဒရုပ်ကို စက္ခုဒွါရလို့ ခေါ်တယ်။
- သောတပသာဒရုပ်ကို သောတဒွါရလို့ ခေါ်တယ်။
- ဃာနပသာဒရုပ်ကို ဃာနဒွါရလို့ ခေါ်တယ်။
- ဇိဝှာပသာဒရုပ်ကို ဇိဝှါဒွါရလို့ ခေါ်တယ်။
- ကာယပသာဒရုပ်ကို ကာယဒွါရလို့ ခေါ်တယ်။

မနောဒွါရဆိုတာ

နောက်ပြီးတော့ မနောဒွါရလို့ဆိုတဲ့ mind door ကျတော့ ဘဝင်စိတ်ကို ခေါ်တာတဲ့၊ အဲဒီ ဘဝင်စိတ်ဆိုတာက ကံကနေ ဖန်တီးပြီးတော့ ကံရဲ့အကျိုးဆက်အနေနဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ potentiality အနေအထားမျိုး၊ တခြားစိတ်တွေ ပေါ်ဖို့ရာအတွက် အခြေခံစိတ်သဘောမျိုးပေါ့နော်၊ အဲဒီ ဘဝင်စိတ်က ရှိတယ်၊ ရှိတယ်ဆိုတာ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ သူလည်း သူ့အာရုံနဲ့သူ ဖြစ်နေတာ၊ မိခင်ရဲ့ ဝမ်းထဲမှာ ပထမဆုံးသန္ဓေတည်တဲ့ စိတ်ကလေးကိုပင် ဘဝင်စိတ်လို့ ပြောင်း ခေါ်တာ၊

ပထမဆုံးဖြစ်တဲ့စိတ်ကိုတော့ '**ပဋိသန္ဓေစိတ်**'လို့ ခေါ်လိုက်ပြီး ဒီပဋိသန္ဓေစိတ်နောက် ထပ်ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ကလေးကျတော့ '**ဘဝင်စိတ်**'လို့ ခေါ်တယ်၊ နောက်ဆုံး သေခါနီးမှာ ဖြစ်တဲ့စိတ်ကိုကျတော့ '**စုတိစိတ်**'လို့ခေါ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ပဋိသန္ဓေစိတ်ရယ်၊ ဘဝင်စိတ်ရယ်၊ စုတိစိတ်ရယ်ဆိုတာ တစ်သက်တာမှာ လုံးဝ တူတယ်လို့ မှတ်ထားရမယ်။

ဒီ စိတ်တစ်မျိုးတည်းပဲလို့ ဆိုတယ်၊ ပြောင်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒါပေမယ့် ထာဝရ ရှိနေတာလားဆိုရင်တော့ မရှိဘူး၊ သူလည်း ပေါ်နေတဲ့ဟာတွေပဲ၊ သူက ပေါ်တာတော့ အဓိက ကံ

http://www.dhammadownload.com

တည်းဟူသော အကြောင်းတရားပေါ်မှာ အခြေပြုပြီး ပေါ်တာ၊ ကျန်တာတွေကတော့ ကံကိုအခြေပြုပြီး ပေါ်တာ မဟုတ်ဘူး။ potentiality အကြောင်းပေါ်မှာ ဖြစ်နိုင်တဲ့အနေအထား ပေါ်မှာ ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းတရားတွေကနေ ပေါင်းဆုံလိုက်တဲ့ အခါကျတော့မှ ပေါ်တာလာ။

ဘဝင်စိတ်

ဘဝင်စိတ်ဆိုတာ ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းတရားနဲ့ ဘာမှမဆိုင်ဘူး၊ သူ့ဘာသာသူ အတိတ်က ကံတရားရဲ့ စွမ်းအားနဲ့ သူက ပေါ်နေတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဘဝင်စိတ်သည် မျက်စိက မြင်တဲ့အာရုံကို အာရုံမပြုဘူး၊ နားကကြားတဲ့ အသံကို အာရုံမပြုဘူး၊ မသိဘူး၊ အာရုံမပြုဘူးလို့ပဲ ပြောရမယ်နော်၊ စိတ်ဆိုတာ သိတာ၊ ဘဝင် စိတ်ကလေးသည် မျက်စိကမြင်တဲ့ အဆင်းကို မသိဘူး၊ နားကကြားတဲ့ အသံကို မသိဘူး၊ နှာခေါင်းက နံတဲ့အနံ့ကို မသိဘူး၊ လျှာကလျက်တဲ့ အရသာကို မသိဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ်က ထိရင်လည်း သူက မသိဘူး၊ အတွေး စိတ်တွေထဲမှာလည်း သူ့အတွေး အာရုံတွေ အကြောင်းလည်း သူမသိဘူး၊ အိပ်နေရင် ဘဝင်စိတ်က ရှိနေတာပဲ၊ ဘဝင်စိတ်က ဖြစ်နေတာပဲ၊ သူက ဘာနဲ့ ဖြစ်နေတာလဲဆိုရင် ကံရဲ့စွမ်းအင်နဲ့ ဖြစ်နေတာ၊ ကံရဲ့ စွမ်းအားက တွန်းပြီး လွှတ်လိုက်တာ။

ဥပမာ ဒုန်းပျံတစ်ခုကို အရှိန်နဲ့ ပစ်လွှတ်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ ဒီအရှိန် မကုန်မချင်း၊ ဒုန်းပျံကြီးက သွားနေတာပဲ မဟုတ်လား၊ နောက်ထပ် ထပ်ပစ်ဖို့ လိုသေးလား၊ မလိုဘူး၊ အရှိန်ကုန်သွားတဲ့အချိန်မှာ ကျသွားမယ်၊ ပစ်လွှတ်လိုက်တဲ့ စွမ်းအား

http://www.dhammadownload.com

energy နဲ့ သွားနေတယ်၊ အရှိန်ကုန်တဲ့ အချိန်ကျမှ ကျသွားမယ်။

ထို့အတူ ဘဝင်စိတ်ကလေးဟာ ပဋိသန္ဓေစိတ်ကလေး ကစပြီးတော့ စွမ်းအားနဲ့ တွန်းလွှတ်လိုက်တဲ့ ကံရဲ့အရှိန်နဲ့သွား နေတာ၊ ကံရဲ့အရှိန် ကုန်တော့ နောက်ဆုံးမှာ စုတိဆိုပြီး သေသွား ရင် တစ်ဘဝ ပြီးသွားတာပါ၊ အဲဒီတော့ မွေးတဲ့စိတ်ရယ်၊ သေတဲ့ စိတ်ရယ်၊ ကြားထဲက အိပ်နေတဲ့ ဘဝင်စိတ်ရယ် အတူတူပဲ၊ ကံရဲ့စွမ်းအားနဲ့ သွားနေတာ။

စိတ်ဖြစ်ပုံ

ကဲ စိတ်ဖြစ်ပုံကို ပြောရအောင်၊ အခုပြောခဲ့တဲ့ ဝတ္ထုရုပ် (၆)ပါးကို မှတ်ထားရမယ်၊ အာရုံ (၆)ပါးဆိုတာကို မှတ်ထားရမယ်၊ တံခါး(၆)ပေါက်ဆိုတာ မှတ်ထားရမယ်၊ အဲဒီ တံခါး(၆)ပါးနဲ့ အခြေခံ ဒီဝတ္ထုရုပ်(၆)မျိုးဆိုတာ တူတယ်၊ ရှေ့(၅)ခုက လုံးဝ တူတယ်၊ နောက်ဆုံးတစ်ခုက ခုနက 'ဟဒယ'ဆိုတာနဲ့ Mind door မနောဒွါရဆိုတာကျတော့ ကွဲပြား ခြားနားမှု ရှိတယ်၊ ထိုမနောဒွါရ ဆိုတာက နာမ်တရား၊ ဟဒယဝတ္ထု ဆိုတာက ရုပ်တရား၊ အဲဒီနေရာလေးမှာ နာမ်တရားပါလာတယ်၊ အဲဒါလည်း သိပ်ပြီးတော့ သတိချပ်စရာကောင်းတဲ့ အချက်တစ်ခုပဲ၊ နာမ်တရား ပေါ်ဖို့ရာအတွက် နာမ်နာမ်ချင်း အခြေပြုတယ်ဆိုတဲ့ သဘော ပေါ်လွင်နေတယ်၊ ဟုတ်ရဲ့လား။

မြင်သိစိတ်ဖြစ်ပုံ

သုတ္တန်ပါဠိတော်တွေမှာ မြတ်စွာဘုရားက မြင်သိစိတ် ကလေး ပေါ်လာပုံကို ဟောတယ်။

"**စက္ခုံ စ ပဋိစ္စ ရူပေ စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ စက္ခုဝိညာဏံ**"

http://www.dhammadownload.com

ဘိက္ခဝေ– ချစ်သားရဟန်းတို့၊ **စက္ခုံစ**– မျက်စိကိုလည်းကောင်း၊ **ရူပေစ**– အဆင်းအာရုံတို့ကိုလည်းကောင်း၊ **ပဋိစ္စ**– စွဲမှီ၍ **စက္ခုဝိညာဏံ**– စက္ခုဝိညာဏ်လို့ဆိုတဲ့ မြင်သိစိတ်ကလေးသည်၊ **ဥပ္ပဇ္ဇတိ**– ဖြစ်ပေါ်၍ လာရပါပေတော့၏–လို့ သုတ္တန်ပါဠိတော်မှာ ဟောတာ၊ ဒါ လက်တွေ့နဲ့ စဉ်းစားကြည့်ပေါ့လေ၊ မြင်သိစိတ်ကလေးဟာ မျက်စိမရှိဘဲနဲ့ ပေါ်နိုင်ပါ့မလား၊ မပေါ်နိုင်ဘူး၊ မျက်စိနဲ့ ရူပါရုံ(၂)ခု ဆုံမိတဲ့အခါမှာ မြင်သိစိတ်ကလေး ပေါ်လာတယ်၊ မြင်လို့ ငါ ဘယ်သူ့မြင်လိုက်တယ်၊ သစ်ပင်မြင်တယ်၊ မီးရောင်မြင်တယ် စသည်ဖြင့် မြင်မှုတွေကို အမျိုးမျိုး နာမည်တပ်ပြီး ပြောကြတာ။

ဒါကြောင့်မို့ စက္ခုပသာဒဆိုတဲ့ စက္ခုဝတ္ထုဆိုတာရယ်၊ ရူပါဝတ္ထုဆိုတာရယ် ဒီ(၂)ခု ဆုံလိုက်တဲ့ အချိန်ကလေးမှာ မြင်သိစိတ်ကလေး ပေါ်တဲ့သဘော၊ ခုနက စည်လေးကို လက်နဲ့ တီးလိုက်တဲ့အခါမှာ အသံလေးပေါ်လာတဲ့သဘော၊ စောင်းကလေးကို လက်ညှိုးကလေးတင်ပြီး လက်ချောင်းကလေးတွေနဲ့ တီးခတ်လိုက်တဲ့အခါ အသံပေါ်လာတဲ့သဘော၊ ဝတ္ထုနဲ့အာရုံ ဆုံဆည်းလိုက်တဲ့အခါမှာ တိုက်ခိုက်လိုက်တဲ့ စွမ်းအားကြောင့် ဟောဒီ အသိစိတ်ကလေး ဖြစ်ပြီးပေါ်လာတာ၊ နာမ်တရားတွေ ပေါ်လာတာ ဒီအတိုင်းပဲ။

အကြောင်းဆုံလို့ဖြစ်

ဒီနေရာမှာ စဉ်းစားကြည့်ပေါ့၊ ဒီ မြင်သိစိတ်ကလေးဟာ မျက်လုံးထဲက ထွက်လာတာလား၊ မဟုတ်ဘူး၊ စောင်းသံဟာ စောင်းထဲက ထွက်လာတာလား၊ ပြောလို့ မရဘူး၊ စောင်းထဲမှာ

http://www.dhammadownload.com

ရှိမှ ထွက်လို့ရမှာ၊ စောင်းထဲမှာ ရှိနှင့်မနေဘဲ ပေါ်လာတာဟာ အကြောင်းကြောင့်ပဲလို့ ပြောလို့ရမယ်၊ အဲဒီတော့ မြင်သိစိတ်ကလေးဟာ မျက်လုံးထဲက ထွက်လာတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ မျက်စိနဲ့ မြင်ရတဲ့ အဆင်းအာရုံထဲကနေ ပေါ်လာတာလည်း မဟုတ်ဘူး။

ဒါဖြင့် ဘာကြောင့် ပေါ်လာတာလဲ။ "**ဟေတုံ ပဋိစ္စ သမ္ဘူတာ**" အကြောင်းတရားကြောင့် ပေါ်လာတာ၊ အကြောင်းတရားက ဘာတုံးဆိုရင် စက္ခုပသာဒရုပ် ဆိုတဲ့ ဝတ္ထုရုပ်ကလေးရယ်၊ ရူပါရုံဆိုတဲ့ အာရုံကလေးရယ် အဲဒီ(၂)ခု ဆုံဆည်းသွားတဲ့ အချိန်မှာ တိုက်ခိုက်မှုရဲ့ စွမ်းအားတွေ ပေါ်လာတာ၊ ရုပ်(၂)ခု ဆုံလိုက်တာဟာ တိုက်ခိုက်လိုက်တာပဲ၊ လျှပ်စစ်မီးကြိုးနှစ်ခု ခတ်လိုက်သလိုပဲ၊ ဒီလို တိုက်ခိုက်လိုက်တဲ့ အခါမှာ အလင်းရောင် လက်ခနဲ ပေါ်လာသလို ဒီအသိစိတ် ကလေးလည်း ပေါ်လာတယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီလိုဟောတာ။

အဲဒီအထဲမှာကိုပဲ အဓိကဖြစ်တဲ့ စက္ခုပသာဒရုပ်နဲ့ ရူပါရုံ ဒီနှစ်ခုကိုပဲ မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတယ်၊ အခြား အကူအညီ အကြောင်းတရားတွေကလည်း လိုအပ်သေးတယ်၊ ဘာတုံးဆိုရင် အလင်းရောင်ကလေး လိုသေးတယ်၊ ဟော- အလင်းရောင် မရှိလို့ မှောင်နေရင်လည်း မမြင်နိုင်ဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ မျက်စိလည်း ရှိတယ်၊ အဆင်းရုံလည်း ရှိတယ်၊ မြင်ဖို့ရာအတွက် ဒီနှစ်ခုကြားမှာ အလင်းလိုတယ်လို့ ပြောတယ်။

နောက်တစ်ခုကျတော့ နှလုံးသွင်းဆိုတာ လိုသေးတယ်၊ အသိစိတ် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်မှုလည်း လိုသေးတယ်၊ ပေါင်းလိုက်

http://www.dhammadownload.com

တဲ့အခါမှာ အကြောင်း(၄)မျိုး မဖြစ်ဘူးလား၊ အဲဒီ အကြောင်း (၄)မျိုးကြောင့် မြင်သိစိတ်ဆိုတဲ့ ဒီနာမ်တရားလေးတွေ ပေါ်လာတာပါတဲ့၊ နဂိုက ဒီထဲမှာ ရှိနေတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဘယ်နေရာမှ ရှိနေတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ပေါ်လာပြီးတဲ့ နောက်မှာလည်း သူ့ရဲ့ အချိန်ပိုင်း အတိုင်းအတာလေး အတွင်းမှာ ပျက်စီး သွားတယ်၊ အဲဒါကို မြတ်စွာဘုရားက 'အနိစ္စ'လို့ ဟောတယ်။

အနိစ္စအဓိပ္ပါယ်

"အဟုတွာ သမ္ဘောန္တိ ၊ ဟုတွာ ပဋိဝေန္တိ"

အနိစ္စရဲ့အဓိပ္ပါယ်ကို အနုပဒသုတ္တန်မှာ ဒီလို ရှင်းတယ်၊ **အဟုတွာ**– ဘယ်နေရာမှ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘဲနဲ့၊ **သမ္ဘောန္တိ**– အကြောင်းဆုံတဲ့အခါမှာ ပေါ်လာကြတယ်၊ **ဟုတွာ**– အကြောင်း ဆုံလို့ ဖြစ်ပေါ်ပြီးတဲ့နောက်မှာ၊ **ပဋိဝေန္တိ**– ပျောက်ကွယ်ပြီးတော့ သွားကြတယ်၊ ဒါကို အနိစ္စလို့ ဆိုတယ်။

ဘယ်နေရာမှ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘဲနဲ့ အကြောင်းကြောင့် ပေါ်လာတယ်၊ ခုနက အသံလေးဟာ နဂိုကရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တဲ့အခါ ဒီအသံလေးပေါ်လာတာ၊ ပေါ်လာပြီး တော့ ဒီအသံလေးဟာ တည်နေသလားဆိုတော့ မတည်ဘူး၊ ပျောက်သွားတယ်၊ အဲဒီသဘောကို ပြောတာနော်၊ အနိစ္စဆိုတာ အဲဒါပြောတာ၊ နဂိုက ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ တစ်နေရာမှာ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ ရှိမနေဘဲနဲ့ အကြောင်းတရားကြောင့် ပေါ်လာတယ်၊ ပေါ်လာပြီး ပျောက်သွားတယ်၊ ဒါကို 'အနိစ္စ'လို့ ပြောတာ။

အဲဒီမှာ နာမ်တရားတွေဟာ ဒီပုံဒီနည်း ဖြစ်လာတာ၊

http://www.dhammadownload.com

"ဟေတုံ ပဋိစ္စ သမ္ဘူတာ၊ ဟေတုဘင်္ဂါ နိရုဇ္ဈရေ" အကြောင်းတရားတွေ ပျက်စီးသွားရင် သူတို့လည်း ပျက်စီးသွားတယ်၊ အားလုံးဟာ အကြောင်းတရားပေါ်မှာ မှီတည်ပြီး ပျက်သွားတယ်၊ မှီတည်ပြီး ဖြစ်လာရတယ်၊ အကြောင်းတရားတွေ ပျက်ရင်လည်း သူတို့လည်း ပျောက်သွားတယ်။

ဒီအသိစိတ်ကလေးဟာ မျက်လုံးထဲက ထွက်လာတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ မြင်စရာ ရူပါရုံက ထွက်လာတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ သူတို့ နှစ်ခုကြားကလည်း ထွက်လာတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ အကြောင်းတရားတွေကြောင့် ဖြစ်တာ၊ ဥပမာ– စည်သံလေး လိုပါပဲတဲ့၊ စည်ထဲက ထွက်လာတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ လက်က ထွက်လာတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ တီးခတ်တဲ့ တုတ်တံက ထွက်လာတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ဒီ နှစ်ခုကြားမှာ သူအောင်းနေတာလည်း မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ တီးခတ်ခြင်းကို အကြောင်းပြုပြီး အစွဲပြုပြီး အသံလေး ပေါ်လာတာ၊ ဖြစ်ပြီးတဲ့နောက် ပျောက်သွားတယ်၊ ဒါ နာမ်တရားရဲ့သဘောပဲ၊ နာမ်ဆိုတာ အဲဒီအတိုင်းပဲ။

ကြားသိစိတ်ဖြစ်ပုံ

ထို့အတူပဲ "သောတဉ္စ ပဋိစ္စ သဒ္ဒေ စ၊ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သောတဝိညာဏံ" ကြားသိစိတ်ကလေးဟာလည်း ဒီအတိုင်းပဲတဲ့၊ သောတပသာဒရုပ်လို့ဆိုတဲ့ အခြေခံဝတ္ထုရုပ်ရယ်၊ ပသာဒရုပ်ဆိုတဲ့ အသံရုပ်ရယ်၊ အဲဒီ(၂)ခု ထိခိုက်တဲ့အခါကျတော့ ထိခိုက်တာလည်း အလွန် မြည်တယ်နော်၊ ကောင်းကင်မှာ အပူနဲ့ အအေးတို့ တိုက်ခိုက်ပြီးတော့ အသံကြီးတွေဟာ အောက်ကတီးတဲ့ အသံ ထက်တောင် ပြင်းထန်သေးတယ်၊ မိုးကြိုးများပစ်လိုက်ရင် ပိုဆိုး

http://www.dhammadownload.com

သေးတယ်။

အဲဒီတော့ နားထဲမှာ အသံနဲ့ ခုနက သောတပသာဒနဲ့ တိုက်လိုက်တဲ့အခါ အသံသိတဲ့စိတ်ကလေး ပေါ်လာတာ၊ ဒါလည်း နားထဲက ထွက်လာတာ မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ သိတဲ့စိတ်ကလေးဟာ အကြောင်းကြောင့် ပေါ်လာတယ်။

ပိုရှင်းအောင် မီးခြစ်ဘူးကလေးကိုပဲ စဉ်းစား၊ ဂက်(စ်) မီးခြစ်ဘူးလေးကို ကြည့်လေ၊ မီး ရှိနေလို့ရှိရင် ပူမှာပေါ့၊ လောင်မှာပေါ့၊ မီး မရှိဘူးဆိုတာ သေချာတယ်လေ၊ မရှိဘူးဆိုတာ လက်တွေ့ ပြလို့ရတယ်၊ အိပ်ထောင်ထဲ ထည့်သွား၊ အကယ်၍ မီးရှိတယ်ဆိုရင် ဘယ်ခံနိုင်မလဲ၊ လောင်သွားမှာပေါ့၊ မရှိဘူးဆိုတာ သေချာတယ်၊ သို့သော် အကြောင်းတစ်ခုထပ်ပြီးတော့ ထည့်လိုက်တယ်၊ ဒါက လူက ဖိခြစ်လိုက်တယ်၊ ဟော မီးပေါ်လာတယ်၊ အဲဒီသဘောပဲ မှတ်ထားကြ။

နံ့သိ လျက်သိ ထိသိစိတ်ဖြစ်ပုံ

ထို့အတူပဲ၊ နံ့သိစိတ်ကလည်းပဲ နှာခေါင်းနဲ့အနံ့ ဆုံမိတဲ့အခါမှာ ပေါ်လာတယ်၊ လျက်သိစိတ်ကပိုပြီး သိသာတာပေါ့၊ ဒါကြောင့်မို့ ဟင်းချက်ပြီးတဲ့အခါ မြည်းရတယ် မဟုတ်လား၊ မမြည်းရင် ချိုတယ် ငန်တယ် မသိဘူး၊ တစ်ခါတစ်လေ သရက်သီးမှည့်ကလေး ခွဲထားတဲ့အခါကျတော့ မျက်စိက ကြည့်တော့ ချိုတယ်လို့ သညာက ထင်မှတ်ထားတာ၊ သွားစားတော့ အမလေး ချဉ်လိုက်တာ မပြောနဲ့တော့၊ တကယ် အဆုံးအဖြတ် ပေးနိုင်တာကတော့ လျှာပေါ်ရောက်မှ သိသွားတာ မဟုတ်လား။

ချိုတယ်ထင်လို့ စားတာ၊ ချဉ်တာ တွေ့ချင်တွေ့မယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ချဉ်တယ်ထင်တာ၊ ချိုတာ တွေ့ကောင်းတွေ့မယ်၊ ပေါ့တယ်လို့ ထင်တာ ငန်ချင်လည်း ငန်နေလိမ့်မယ်၊ အားလုံးဟာ လျှာကျမှ သိတာချည်းပဲ မဟုတ်လား။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက–

"ဇိဝ္ဟဉ္စ ပဋိစ္စ ရသေ စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဇိဝှာဝိညာဏံ"

ဇိဝှာပသာဒရယ် ရသာရုံရယ် ပေါင်းစပ်လို့ အရသာသိတဲ့ အသိစိတ်ကလေး ပေါ်လာတာပါတဲ့၊ ထို့အတူပဲ၊ ကာယပသာဒ နဲ့ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ ဒီနှစ်ခု ဆုံမိသွားတဲ့အခါကျတော့ ထိသိစိတ်ကလေး ပေါ်တာပါတဲ့။

အတွေးစိတ်ဖြစ်ပုံ

နောက်တစ်ခါ အတွေးအာရုံတွေ ကျန်တဲ့အာရုံတွေကျ တော့ ဘဝင်စိတ်ကလေးကို သွားတိုက်တာ၊ အဲဒါကျတော့ ကြည့် ရမှာကတော့ နာမ်–နာမ်ချင်း တိုက်တာလည်း ပါမယ်၊ ဘာဖြစ် လို့တုန်းဆိုတော့ အာရုံက နာမ်ဆိုလို့ရှိရင် ဘဝင်စိတ်ကလေးက လည်း နာမ်ပဲ၊ နာမ်–နာမ်ချင်းတိုက်ပြီးတော့ အသိစိတ်ကလေး ပေါ်တယ်၊ အဲဒါကျတော့ "မနောဝိညာဏံ"ဆိုတဲ့ အစွမ်းထက် တဲ့စိတ်တွေ ပေါ်လာတယ်၊ ဘဝင်စိတ်ကလေးနဲ့ ဓမ္မာရုံနဲ့ ဒီ နှစ်ခုပေါင်းစပ်ပြီး တိုက်ခိုက်မိလိုက်တဲ့ အခါကျတော့ တခြား အသိစိတ်တွေ ပေါ်လာတယ်၊ ကုသိုလ်စိတ်တွေ ပေါ်မယ်၊ အကုသိုလ်စိတ်တွေ ပေါ်မယ်၊ အစွမ်းထက်တဲ့စိတ်တွေ အဲဒီမှာ အတွေးစိတ်တွေ ပေါ်တယ်၊ အဲဒီတော့–

ဘဝင်စိတ်နဲ့ဓမ္မာရုံ

"မနဉ္စ ပဋိစ္စ ဓမ္မေ စ" ဒီနေရာမှာ "ဟဒယဉ္စ

http://www.dhammadownload.com

ပဋိစ္စ ဓမ္မေ စ''လို့ ဘုရားက မဟောတာ စဉ်းစားကြည့်ပေါ့၊ ကျန်တဲ့ စက္ခု၊ သောတ၊ ဃာန၊ ဇိဝှါ၊ ကာယ၊ base တွေက ရုပ်တရား တွေဖြစ်လျက်သားနဲ့ ဒီ (၆)ခုမြောက် ရောက်တဲ့အခါ ကျတော့– ''မနဉ္စ ပဋိစ္စ ဓမ္မေ စ''လို့ ဟောပြီး ''ဟဒယဉ္စ ပဋိစ္စ''လို့ မဟောဘူး၊ ဟဒယဝတ္ထုသက်သက်နဲ့ မပေါ်နိုင်ဘူးတဲ့၊ အဲဒီတော့ အခြေခံ ဘဝင်စိတ်နဲ့ ဘဝင်စိတ်ကနေ ဖြတ်သန်းရတာ ဖြစ်တယ်လို့ ဟောတာ၊ ဘဝင်စိတ်က ဒီနေရာမှာ Mind door ပဲ၊ အဲဒီက ဖြတ်သန်းရတာဖြစ်လို့ ဘဝင်စိတ်ကလေးနဲ့ ဓမ္မာရုံနဲ့ ပေါင်းစပ် တွဲမိလိုက်တဲ့အခါကျတော့ မနောဝိညာဏ်စိတ်ဆိုတဲ့ အစွမ်းထက်တဲ့ စိတ်တွေ ပေါ်လာတယ်လို့ ဒီလို ဟောတယ်။

စိတ် ၆–မျိုး

ကဲ–ခုကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အကြမ်းနည်းအားဖြင့် စိတ် (၆)မျိုးကို ပြောလိုက်ပြီးပြီ၊ မြင်သိစိတ်တဲ့၊ စာလိုပြောရင် ''စက္ခု ဆိုတာ မျက်စိကို ပြောတာ၊ ဝိညာဏ်–သိတာကို ပြောတာ၊ မျက်စိမှာပေါ်လာတဲ့ အသိစိတ်၊ **'စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်''**၊ မျက်စိကို မှီပြီး ပေါ်လာတဲ့ အသိစိတ်လို့ ဒီလို ပြောတာ၊ **''သောတဝိညာဏ် စိတ်''**နားကို မှီပြီးပေါ်လာတဲ့ အသိစိတ်၊ **''ဃာနဝိညာဏ်စိတ်''** နှာခေါင်းကို မှီပြီး ပေါ်လာတဲ့အသိစိတ်၊ **''ဇိဝှါဝိညာဏ်စိတ်''** လျှာကိုအမှီပြုပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အသိစိတ်၊ **''ကာယဝိညာဏ် စိတ်''** ကာယကို အမှီပြုပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အသိစိတ်၊ **''မနော ဝိညာဏ်စိတ်''** မနကို မှီပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အသိစိတ်၊ ဘဝင် မနကို မှီပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အသိစိတ် အားလုံး ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ စိတ်(၆)မျိုး မရဘူးလား၊ အဲဒီ(၆)မျိုးဟာ စေတသိက်တွေနဲ့

http://www.dhammadownload.com

ပေါင်းပြီးတော့ နာမ်တရားတွေ ဘယ်လို ဖြစ်ပေါ်လာတယ် ဆိုတာကို ဟောနေတာပါ။

နိဂုံးစကား

ဒီကနေ့ နာမ်အကြောင်းကို လေ့လာလိုက်တာ နောက်ထပ် ဆက်ပြီးလေ့လာဖို့ အများကြီး လိုသေးတယ်၊ တစ်ခုချင်း တစ်ခု ချင်း သဘောပေါက်ထားရမှာက နာမ်တရားဆိုတာ ရှိနေနှင့်တဲ့ တရားမဟုတ်ဘူး။ ရုပ်တရားတွေကို မှီပြီး အကြောင်းတိုက် ဆိုင်မှ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့တရားမျှသာ ဖြစ်တယ် ဆိုတာပါပဲ။

ကဲ– နာမ်တရားတွေ ပေါ်လာပုံကို သိရှိရပြီ၊ နောက်ရက် တွေမှာ စိတ်ရဲ့အကြောင်းတရားတွေကို သီးသန့်ဟောမယ်၊ ပြီးတဲ့ အခါ စိတ်ရဲ့ စွမ်းအားတွေ သီးသန့်ဟောမယ်၊ စိတ်ရဲ့ အညစ် အကြေးတွေဟာ ဘာတွေလဲဆိုတာ ဟောမယ်၊ စိတ်ကို အစွမ်း ထက်စေတဲ့ စွမ်းအားတွေဟာ ဘာတွေလဲဆိုတာ သီးသန့် ဟောမယ်၊ စိတ်အကြောင်းကို သေသေချာချာ လေ့လာပြီးတဲ့ နောက်တစ်ခါ စိတ်နဲ့ရုပ် ပေါင်းစပ်ပြီး ဘယ်လို လှုပ်ရှားကြသလဲ၊ စိတ်တွေဟာ ဘယ်ပုံတယ်နည်းနဲ့ ဖြစ်စဉ်ထဲမှာ ရှိတယ်ဆိုတာလေး ကို အဆုံးသတ် အနေနဲ့ ဟောပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ကို ဘယ်လို ရောက်တယ်ဆိုတာ ဟောမယ်။

ဒါကြောင့် တရားချစ်ခင် သူတော်စင် ပရိသတ်အပေါင်း တို့သည် ဒီကနေ့ "နာမ်တရားကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း" ဆိုတဲ့ အပိုင်းမှာ နာမ်တရားလို့ခေါ်တဲ့ စိတ်,စေတသိက်တွေဟာ ရုပ်ကို အမှီပြုပြီးတော့ ခုလို ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်းတရားတွေနဲ့ တိုက်ဆိုင်တဲ့အခါမှသာ ပေါ်ပေါက်လာကြတယ်၊ အဲဒီ သဘာဝ

http://www.dhammadownload.com

တရားတွေကို ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောတဲ့အတိုင်း သိရှိကြသဖြင့် ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်မှာ ထာဝရ မြဲနေတဲ့အရာ ''ငါ''လို့ ထင်နေတဲ့ အရာဆိုတာ ဘာတစ်ခုမှ မရှိပါလား၊ တကယ်တော့ သူ့အကြောင်းနဲ့သူ ဖြစ်ပြီး သူ့ဟာသူပေါ်ပြီး ပျောက်နေတဲ့ အရာသာ ဖြစ်တယ်။

အဲဒီတရားတွေဟာ ''ငါ'' လည်း မဟုတ်ဘူး၊ ငါ့ဟာလည်း မဟုတ်ဘူးဆိုတဲ့ အသိဉာဏ်ကလေး ဝင်လာတာဟာ ''သမ္မာဒိဋ္ဌိ''၊ မှန်ကန်သော အမြင်ပဲလို့ အားလုံး ကိုယ်စီကိုယ်စီ သဘောပေါက်ပြီး အားလုံး သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ် ရင့်သန်စေရန် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန် သတည်း။

''သာဓု - သာဓု - သာဓု''

http://www.dhammadownload.com

အခန်း(၄)

စိတ်ကို လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

ရုပ်အကြောင်းကို လေ့လာခဲ့ကြပြီးတဲ့နောက်မှာ စိတ်နှင့် စေတသိက်ကို ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ နာမ်အကြောင်းကိုလည်း လေ့လာခဲ့ကြပြီးပြီ၊ နာမ်တရားတွေထဲက စိတ်ကို သီးသန့်ထုတ်နှုတ်ပြီး လေ့လာ ကြည့်ကြရအောင်၊ စိတ်အကြောင်းကို ပြောရမယ်ဆို လို့ရှိရင် စေတသိက်ကလည်းပဲ ပါလာတယ်၊ ထို စေတသိက် အကြောင်းကို နောက်ရက်များမှာ သီးသန့်ပြောမှာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီကနေ့ စိတ်ကလေးကိုပဲ သီးသန့် လေ့လာသုံးသပ် ကြည့်ကြ ရအောင်။

ဒီကနေ့ပြောမယ့် စိတ်ဆိုတဲ့ထဲမှာ စေတသိက်တွေ မပါ သေးဘူးလို့ မှတ်ရမယ်၊ လူတွေ ပြောနေကြတဲ့ စိတ်ဆိုတဲ့ အထဲမှာတော့ စိတ်ရော၊ စေတသိက်ရော နှစ်မျိုးလုံးပါတယ်၊ ''စိတ်မချမ်းသာဘူး''လို့ ပြောတဲ့စကားမှာ စိတ်သက်သက်က

http://www.dhammadownload.com

ချမ်းသာတယ် မချမ်းသာဘူးဆိုတာ မရှိဘူး၊ စေတသိက်နဲ့တွဲမှ စိတ်ချမ်းသာတယ် စိတ်မချမ်းသာဘူးလို့ ပြောလို့ရတာ၊ စိတ်ပျော်တယ်၊ စိတ်မပျော်ဘူး၊ ပျော်တဲ့စိတ်၊ မပျော်တဲ့စိတ်ဆိုတဲ့ အဲဒီစကားဟာလည်း စိတ်သက်သက်ရဲ့ သဘာဝက ပျော်တာလည်း မရှိဘူး၊ မပျော်တာလည်း မရှိဘူး၊ စေတသိက်နဲ့ တွဲတဲ့အခါကျမှ ပျော်တယ်၊ မပျော်ဘူးဆိုတာ ဖြစ်တယ်လို့ ဒီလိုမှတ်ရမယ်။

စိတ်ကရှေ့ဆောင်

ဒီကနေ့ စိတ်တစ်ခုတည်း အကြောင်းကို ပြောရအောင်၊ စိတ်ဆိုတဲ့ သဘာဝတရားလေးဟာ နာမ်ထဲမှာတော့ သူက မူလ ပဓာန အဓိကကျတယ်၊ စေတသိက်တွေရဲ့ ဦးဆောင်ဦးရွက် ဖြစ်တယ်၊ ဒါကြောင့် သုတ္တန်ပါဠိတော်တွေနဲ့ ဓမ္မပဒဂါထာမှာ "**မနော ပုဗ္ဗင်္ဂမာ**"ခံစားမှု မှတ်သားမှု စေ့ဆော်မှုဆိုတဲ့ သဘာဝတရားတွေကို စိတ်ဟာ ရှေ့ဆောင်နေပါတယ်လို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ဒီလိုဟောတယ်၊ စိတ်က ရှေ့ဆောင်နေတယ်ဆိုတာ စိတ်ဖြစ်မှ စေတသိက်တွေ ဖြစ်နိုင်တာ၊ စိတ်မဖြစ်ရင် စေတသိက်တွေ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ဖြစ်တဲ့အခါမှာ စိတ်နဲ့စေတသိက် အတူတူပဲ ဖြစ်ကြတယ်၊ အတူတကွ ချုပ်ကြတယ်၊ အာရုံတစ်ခုတည်းကိုပဲ အာရုံပြုကြတယ်၊ မှီရာဝတ္ထုကလည်း တစ်ခုတည်းပဲတဲ့။

ဆိုလိုတာက စိတ်နဲ့ စေတသိက်ဟာ တစ်ခုအနေနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတယ်၊ ဆိုပါစို့– ရုပ်ဆိုတာဟာလည်း တစ်ခုတည်းမှာ ရုပ်ရှစ်ခုအပေါင်း၊ ကိုးခုအပေါင်း၊ ဆယ်ခုအပေါင်းဆိုသလိုပဲ စိတ်မှာလည်း အနည်းဆုံး ရှစ်ခုပေါင်းထားတယ်၊ စေတသိက် ခုနစ်ခုနဲ့

http://www.dhammadownload.com

စိတ်တစ်ခု၊ ဖြစ်စဉ်မှာ အဲဒီလို သွားမယ်။

ယနေ့ စိတ်အကြောင်းကို ပြောမယ်၊ စိတ်ကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလိုက်တဲ့အခါ အဘိဓမ္မာတရားတော်အရ စိတ်ဟာ ၈၉–မျိုး ရှိတယ်၊ ၈၉–မျိုးဆိုတာ ရှိနိုင်တာကို ပြောတာ၊ လူတွေရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝမှာ ရှိနေတာကို ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့ နေ့စဉ်ဘဝမှာဆိုရင် စိတ် ၈၉–မျိုးလုံး မဖြစ်ဘူး။ လူတိုင်းမှာလည်း စိတ် ၈၉–မဖြစ်ဘူး၊ ၈၉–ဆိုတာ မွေးရာပါ မဟုတ်ဘူး၊ အဲဒီ ၈၉–ကို စိတ်တစ်ခုယုတ် (၉၀)လို့ ခေါ်တယ်၊ တစ်ခုလျော့နေတဲ့ (၉၀)၊ ဈာန်တရားတွေနဲ့ မြှောက်ပွားလိုက်တဲ့အခါကျတော့ လောကုတ္တရာ စိတ်ဟာ အကျယ်ဖြစ်တာမို့ (၁၂၁)၊ အဘိဓမ္မာ သင်ဘူးသူတိုင်း ရှေးဦးစွာ "**စိတ်အကျဉ်း–၈၉၊ စိတ်အကျယ်–၁၂၁**" ဆိုတာ ကြားဖူးနားဝ ရှိနေကြပြီးသားပါ။

အစဉ် ၂–မျိုး

သို့သော် ဒီကနေ့ စိတ်အကြောင်း ရှင်းပြတဲ့အခါ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟကျမ်းလာ စိတ်ပိုင်းမှာ ပြဆိုထားတဲ့အစဉ်နဲ့ မဟုတ်ဘဲ လူတွေရဲ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်တဲ့ဖြစ်စဉ်နဲ့ ပြောပါမယ်၊ ကျမ်းစာထဲမှာကတော့ မှတ်တမ်းတင်ထားတဲ့အနေနဲ့ စုံစုံစေ့စေ့ ရေးသားထားတယ်၊ ကျမ်းစာထဲမှာ ပြထားတဲ့အစဉ်နဲ့ လူတွေ သန္တာန်မှာ ဖြစ်တဲ့အစဉ်က တစ်မျိုးစီ၊ ကျမ်းစာထဲကလာတဲ့ အစဉ်ကို ဟောပြောတဲ့အစဉ် "ဒေသနာက္ကမ"လို့ ခေါ်တယ်၊ ဖြစ်စဉ် မဟုတ်ဘူး။

အစဉ်ဆိုတာ နှစ်မျိုးရှိတယ်၊ ဒေသနာက္ကမ ဟောပြောတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အစဉ်နဲ့ ဥပ္ပတ္တိက္ကမ ဖြစ်စဉ်၊ ကျမ်းစာထဲမှာ ဖော်ပြထားတာက ဟောပြောတဲ့ အစဉ်အနေနဲ့သာ ဖော်ပြတာ၊ လူတွေရဲ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ဖြစ်စဉ်နဲ့ ဖော်ပြတာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒါကြောင့်မို့– လူတွေရဲ့သန္တာန်မှာ စိတ်ဆိုတာ ဘယ်တုန်းကစပြီး ဖြစ်သလဲ။ ဒီဘဝမှာ အစဆုံးစိတ်က ဘယ်စိတ်လဲ၊ ဘယ်စိတ်မှာ အဆုံးသတ်မလဲ၊ အဲဒီစိတ်ရဲ့ အမျိုးအစားတွေက ဘာတွေလဲ၊ လူတွေမှာ အခြေခံစိတ် ဘယ်နှစ်ခု ရှိသလဲ၊ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့စိတ်တွေ ဘယ် နှစ်ခု ရှိသလဲ ဆိုတာကို ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်းလေးတွေကို ကြည့်ပြီး "စိတ္တာနုပဿနာ"သဘောမျိုး ကိုယ့်စိတ်ကလေးကို ကိုယ်သိသွားအောင် ဒီကနေ့ဟောမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

စိတ်အစဉ်ပြတ်တဲ့အခါ

ဒါ မပြောခင် တစ်ခုမှတ်ထားဖို့က ဘဝသံသရာမှာ စိတ်အစဉ်ဟာ ပြတ်တောက်သွားတယ်ဆိုတာ မရှိသလောက် ရှားတယ်၊ မရှိဘူးလို့ ပြောနိုင်တယ်၊ အကြာကြီး ပြတ်တောက်သွားတဲ့အခါ လုံးဝမရှိဘူးလားလို့ ပြောလို့ရှိရင် ပုဂ္ဂိုလ်နှစ်ဦးမှာတော့ ရှိနိုင်တယ်၊ စိတ်အစဉ် ပြတ်တောက်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်အနေနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ဈာန်တရားကို အားထုတ်ပြီးတော့ စိတ်ကို မုန်းတီးပြီး(မုန်းတီးတယ်ဆိုတာ ဒေါသနဲ့ မုန်းတာ မဟုတ်ဘူး။ စိတ်ကို မလိုချင်တာ၊ စိတ်ရဲ့ အပြစ်တွေကို မြင်တာ) မလိုချင်တဲ့ ချန်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က တစ်ဦး။

ဆိုပါစို့၊ ဈာန်တရား အားထုတ်ပြီးတော့ သူက စတုတ္ထဈာန်ထိအောင် ရောက်သွားတယ်၊ အဲဒီ ရောက်သွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ

http://www.dhammadownload.com

(ပဋ္ဌာနည်းနဲ့ဆိုရင် ပဋ္ဌမဈာန်၊ ဈာန်လေးမျိုးနဲ့ဆိုရင် စတုတ္ထ ဈာန်၊) စတုတ္ထဈာန် သို့မဟုတ် ပဋ္ဌမဈာန်ရသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဘယ်လိုတွေးလဲဆိုရင် စားချင်တာလည်း ဒီစိတ်ပဲ၊ အိပ်ချင်တာလည်း ဒီစိတ်ပဲ၊ စိတ်ကအိပ်ချင်လို့ လိုက်အိပ်နေရတယ်၊ စိတ်က စားချင်လို့ လိုက်စားနေရတယ်၊ စိတ်မရှိရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲလို့ အတွေးဝင်သွားတယ်၊ သူ့ရဲ့သမာဓိစွမ်းအားက အလွန်ကောင်းတယ်၊ သူ့ကုသိုလ်ကံက အလွန်ထက်တယ်၊ ဒီတော့ သူ့ရဲ့ စိတ်ဆန္ဒဟာ ပြည့်တယ်နော်။ လိုတရတယ်ဆိုတာ အဲဒီမှာနော်၊ ဒီမှာ တကယ်ကို စိတ်ဖြစ်မလာရင် ကောင်းမှာပဲလို့ သူ ဆန္ဒ ပြုတယ်။

ဒီလိုစိတ်ရှိနေတဲ့ ဘဝကနေ သေဆုံးသွားတဲ့အခါ အသညသတ္တဝါတဲ့ စိတ်မဲ့ သတ္တဝါ ဖြဟ္မာကြီးသွားဖြစ်တယ်၊ ဒီဘဝက ထိုင်လျက် သေရင် ဟိုဘဝမှာ ထိုင်လျက်၊ ဒီဘဝမှာ အိပ်လျက် သေရင် ဟိုဘဝမှာ အိပ်လျက် ရုပ်တုကြီးလိုပဲ၊ ဘယ် လောက်ကြာသလဲ၊ ကမ္ဘာငါးရာ ကြာတယ်။ အသညသတ်ဘုံမှာ အဲဒီလို ဗြဟ္မာမျိုး ဖြစ်နေရင်တော့ စိတ်ဟာ ပြတ်တောက် သွားတယ်လို့ ပြောရမယ်။

ပြတ်တောက်သွား တယ်ဆိုတာ ယာယီ ရပ်ဆိုင်းသွားတယ်လို့ ပြောရမယ်၊ ဘာဖြစ်လို့ ပြတ်တောက် သွားသလဲဆိုရင် (condition) စိတ်ဖြစ်စရာ အကြောင်းတရားတွေ ခေတ္တရပ်ဆိုင်း ပစ်လိုက်လို့ပဲ၊ stop လုပ် ပစ်လိုက်တယ်တဲ့၊ ဒီအခါ စိတ်ကလေး ရပ်သွားတယ်၊ ရုပ်တွေချည်းပဲ သွားဖြစ်တယ်၊ စိတ်ဖြစ်စရာ

http://www.dhammadownload.com

အကြောင်းမရှိတော့ စိတ်က ရပ်တယ်၊ ဒါပေမယ့် ဒီလို stop လုပ်တာ ထာဝရလားဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး၊ အတိုင်းအတာတစ်ခုနဲ့ လုပ်တာ၊ ကမ္ဘာငါးရာ ပြည့်လို့ သက်တမ်းကုန်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်တည်း ပြန်ပေါ်လာတာ၊ ဘာဖြစ်လို့ ပြန်ပေါ်တာလဲ၊ အကြောင်းတရားက (condition) ပြန်ပေါ်လာလို့ ပြန်ပေါ်လာတာ၊ အဲဒီဘုံမှာ ရောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေတော့ စိတ်အစဉ် ခေတ္တပြတ်တောက် သွားတယ်လို့တော့ ပြောလို့ရတယ်။

စိတ်မဲ့ဘဝ

ဒါကြောင့်မို့ ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိအဘိညာဉ် ဝင်စားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ငါ ဘယ်ဘဝက လာတာပါလိမ့်ဆိုပြီး အတိတ်ဘဝတွေကို ပြန်ပြီးတော့ ကြည့်တယ်၊ trace လုပ်ကြည့်တယ်၊ အတိတ်က ဘဝတွေကို နောက်ကြောင်းပြန်ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ ဘဝပေါင်း မြောက်မြားစွာထဲမှာ ကွက်လပ်ကြီးဖြစ်သွားတဲ့ ဘဝတစ်ခု သွားတွေ့တယ်၊ စိတ် လုံးဝ ရှာမတွေ့တော့တဲ့အခါ ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမ မရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ ဘယ်လို တွေးမိလဲ ဆိုတော့ ငါက အဲဒီကျမှ သတ္တဝါရယ်လို့ဖြစ်တာ၊ ဟိုဘက်တုန်းက ငါက မရှိသေးဘူး၊ ဒါ ငါ့ရဲ့ သံသရာအစပဲလို့ဆိုတဲ့ အယူဝါဒတစ်ခု ပေါ်သွားတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် သူ့ကိုယ်သူ မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘူး၊ ဒီ ကွက်လပ်ကြီးကို မြင်လိုက်တဲ့အခါ ငါ ဟိုတာဝတုန်းက မရှိခဲ့ဘူး၊ နောက်မှ ငါဖြစ်တာ၊ တစ်ခုခုက ဖန်ဆင်းလို့ ငါ ဖြစ်လာတာပဲလို့ အတွေးတွေဝင်တယ်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာမှာ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ''သြော် အသညသတ်ဘုံ ငါရောက်သွားတာပဲ ဖြစ်မယ်''လို့

http://www.dhammadownload.com

ဒီလို တွက်နိုင်မယ်၊ အဲဒီလို တွက်ပြီး ဟိုဘက်ကို ဆက်စဉ်းစား လိုက်တော့ တစ်ခါ ဘဝကို ပြန်တွေ့ပြန်တယ်၊ အဲဒါကို အသည သတ်ဘုံမှာ ရောက်နေတယ်လို့ ဗုဒ္ဓသာသနာမှာ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဆုံးဖြတ်နိုင်မယ်၊ အခြားဘာသာမှာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ကတော့ ဒါ မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘူး၊ မိစ္ဆာအယူဝါဒ တစ်ခုကို ယူမိ သွားတတ်တယ်။

နိရောဓသမာပတ် ဝင်စားသူ

နောက်ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးက ဘယ်သူလဲဆိုရင် နိရောဓ သမာ ပတ် ဝင်စားနိုင်တဲ့ အနာဂါမ်နဲ့ ရဟန္တာ၊ စိတ်ကို ခေတ္တခဏ ရပ်ဆိုင်းတဲ့ နိရောသမာပတ်ကို ဝင်စားလိုက်တဲ့အခါ (၇)ရက် လောက် စိတ်အစဉ်လေးဟာ ပြတ်တောက်သွားတယ်၊ သို့သော် (၇)ရက်ထက် ကျော်ပြီးတော့ ဝင်စားလေ့မရှိဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့ ဝင်စားလေ့ မရှိသလဲဆိုရင် လူတွေပြောလေ့ရှိကြတယ် မဟုတ် လား၊ ထမင်းအသက် (၇)ရက် ဆိုတာလေ၊ သေတာ, မသေတာ အသာထား ထမင်းက ထိန်းနိုင်တဲ့ရက်က (၇)ရက်ပဲ ရှိတယ်ပေါ့၊ (၇)ရက်ကကျော်လို့ သေချင်မှတော့ သေမှာပေါ့လေ၊ သေတာကို ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ်ကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက် ထားနိုင်တဲ့ အစာအဟာရရဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိ ကုန်သွားပြီလို့ ဆိုတယ်၊ ရှေ့ကို ဒီအာဟာရက ဆက်မထိန်းနိုင်တော့ဘူးလို့ ဆိုလိုတယ်၊ အဲဒီ ဆက်မထိန်းနိုင်တာကို ဆက်တိုးသွားရင် ကိုယ့် ကိုယ်ကို ညှဉ်းဆဲရာ ရောက်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့ နိရောသမာပတ် ဝင်စားတဲ့အခါ (၇)ရက်ပဲ ဝင်စားလေ့ ရှိတယ်၊ (၇)ရက်ထက် ပိုပြီးတော့ ဝင်စားလေ့ မရှိ

http://www.dhammadownload.com

ကြဘူး၊ စိတ်ကို ခေတ္တခဏ ဖြတ်တောက်ထားလိုက်တာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာတွေ အားလုံးကို ဖြတ်တောက်ထားလိုက်တာ၊ အဲဒီအချိန်မှာ စိတ်တွေ၊ စေတသိက်တွေ မပေါ်လာတော့ဘူး။ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်တရားတွေလည်း ရုပ်ဆိုင်းသွားတယ်၊ ဘာပဲကျန်သလဲ ဆိုတော့ အတိတ်ဘဝ ကံရဲ့စွမ်းအားတွေ၊ ကမ္မဇရုပ်တွေတော့ လည်ပတ်နေသေးတယ်၊ ဥတုရဲ့စွမ်းအားနဲ့ ဥတုဇရုပ်တွေ လည်ပတ် နေသေးတယ်၊ မဝင်စားခင်က စားထားတဲ့အစာအဟာရရဲ့ စွမ်းအားကြောင့် အာဟာရဇရုပ်တွေတော့ဖြစ်နေသေးတယ်၊ ဒီလို စိတ်ပြတ်တောက်ပုံ ပြတ်တောက်နည်းနှစ်ခုလို့ ပြောလို့ရတယ်၊ ဒီပြင်အချိန်မှာတော့ စိတ်ဟာ ပြတ်တောက်သွားတာ မရှိဘူး။

အနမတဂ္ဂ

သံသရာထဲမှာ ရှေ့စိတ်ချုပ်ရင် နောက်စိတ်ဖြစ်တယ်၊ ဒီအတိုင်း သွားနေတာ၊ ဘဝသံသရာဟာ ဘယ်က စ,ခဲ့တယ်လို့ ပြောလို့ မရနိုင်အောင် အလွန်ရှည်ကြာတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်က '**အနမတဂ္ဂေါ ယံ ဘိက္ခဝေ သံသာရော**' တဲ့၊ ဖြစ်လိုက် အိုလိုက် နာလိုက် သေလိုက်ဆိုတဲ့ ဒီ ဖြစ်စဉ်ကြီးတစ်ခုလုံးဟာ အနမတဂ္ဂ လို့ ဟောတယ်။ အနု+ အမတ+ အဂ္ဂ၊ ဒီစကားလုံး သုံးလုံးကို ပေါင်းထားတာ **အနု**– အသိဉာဏ်ဖြင့် နောက်ကြောင်း ပြန်လိုက်တဲ့အခါ၊ **အမတ**– မသိနိုင်တဲ့၊ **အဂ္ဂ**– အစ၊ ဘယ်က စခဲ့တာလဲလို့ တွေးကြည့်ရင် ဘယ်တော့မှ အစကို မသိနိုင်ဘူးလို့ ပြောတာ။

နောက်တစ်နည်း "**န + အမတ+ အဂ္ဂ**" အစကို မသိ

http://www.dhammadownload.com

နိုင်ဘူး။ မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတဲ့ အနမတဂ္ဂဆိုတာ သံသရာ ၏ အစဟာ မသိနိုင်ဘူး၊ ဘယ်လောက် ရှည်သလဲလို့ မေးရင် အလွန်ရှည်တယ်၊ အသိဉာဏ်နဲ့ နောက်ကြောင်းပြန်ပြီး လှည့် လိုက်လို့ရှိရင် အမတ– မသိနိုင်တဲ့၊ အဂ္ဂ– အစရှိတယ်၊ ဒါကို အနမတဂ္ဂလို့ ခေါ်တာ။

မသိနိုင်ဘူးဆိုတာနဲ့ မရှိဘူးဆိုတာ မတူဘူး၊ ဒါကိုလည်း သတိထား၊ မသိနိုင်ဘူး ပြောတာလား၊ မရှိဘူး ပြောတာလား၊ မသိနိုင်ဘူး ပြောတာ၊ ဒါတွေကို နောက်ကြောင်း ပြန်ရှာနေရင် မဆုံးနိုင်တော့ဘူး ဆိုတာမျိုးလိုပဲ၊ ဘာဖြစ်လို့ မသိနိုင်သလဲ ဆိုရင် ရှည်ချင်တိုင်းရှည်လို့ မသိနိုင်တာ၊ အဲဒီ မသိနိုင်တဲ့ စိတ် အစဉ်ကြီးဟာ တစ်ခုဖြစ်ပြီး တစ်ခုပျက်နဲ့ ဆုံးကို မဆုံးနိုင် တော့ဘူး၊ လူသားတွေအနေနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် အရင်ဘဝရဲ့ နောက်ဆုံး စိတ်သည် စုတိစိတ်၊ ဒီလို မှတ်ရမယ်၊ ကဲ ဒီဘဝမှာ ဘယ်စိတ်က စလဲ။

ပဋိသန္ဓေစိတ်

ပဋိသန္ဓေစိတ်က စတယ်၊ လူသားတွေအတွက် ပဋိသန္ဓေ စိတ်က ဘာစိတ်လည်းဆိုတော့ အကျိုးစိတ် ဝိပါက်စိတ်ဖြစ်တယ်၊ "ဝိ"ဆိုတာ မတူထူးခြားတဲ့ သဘာဝလက္ခဏာချင်း ကွဲပြား ခြားနားတဲ့ ကုသိုလ်,အကုသိုလ်ရဲ့ ပါက–အကျိုးတရား၊ အဲဒါကို ဘာသာမပြန်ဘဲ 'ဝိပါက်စိတ်'လို့ ပြောလိုက်တယ်။

လူတွေရဲ့သန္တာန်မှာ အကျိုးတရားဖြစ်တဲ့ ဝိပါက်စိတ်တွေ ရှိတယ်၊ အကျိုးဆိုတာ ဘယ်သူရဲ့ အကျိုးလည်းဆိုတော့ အတိတ် ဘဝက ကံတစ်ခုရဲ့အကျိုး၊ ကံပေါင်း မြောက်မြားစွာ ရှိတဲ့အထဲက

http://www.dhammadownload.com

ကံတစ်ခုခုရဲ့အကျိုး၊ အဲဒီအကျိုးအနေနဲ့ ဒီဘဝမှာ ပထမဆုံး ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ကလေးကို ပဋိသန္ဓေစိတ်လို့ ခေါ်တယ်။

လူ့ပဋိသန္ဓေစိတ် ၂-မျိုး

လူသားတွေရဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်ကို အကျဉ်းအားဖြင့် နှစ်မျိုး ပြောရအောင်၊ အသိဉာဏ်ပါတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်နဲ့ အသိဉာဏ် မပါတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်။ စာပေလိုပြောရင် 'ဉာဏသမ္ပယုတ် ပဋိသန္ဓေစိတ်'၊ 'ဉာဏဝိပ္ပယုတ်ပဋိသန္ဓေစိတ်'။

'ဉာဏသမ္ပယုတ်'ဆိုတာ အသိဉာဏ်ပါတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်၊ 'ဉာဏဝိပ္ပယုတ်'ဆိုတာ အသိဉာဏ်မပါတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်၊ အဲဒါကို အဘိဓမ္မာ လေ့လာသူအနေနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် မဟာဝိပါက်စိတ် (၈)ခုမှာ အသိဉာဏ်ပါတဲ့ ဝိပါက်စိတ်က (၄)ခု၊ အသိဉာဏ်မပါတဲ့ ဝိပါက်စိတ်က(၄)ခု ပေါင်း(၈)ခု ဖြစ်တယ်၊ သာမန်လူသား တစ်ယောက်ဟာ အကြမ်းဖြင်းအားဖြင့် မဟာဝိပါက်စိတ် (၈)ခု ထဲက တစ်ခုခုနဲ့ ပဋိသန္ဓေ နေတယ်လို့ ပြောရမယ်၊ လူစဉ် မမီတဲ့ လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဝိပါက်စိတ်ကို ပြောပါဆိုရင် ဒီထက် နိမ့်ကျတဲ့ ဝိပါက်စိတ် ရှိသေးတယ်၊ အဲဒါကတော့ "ကုသလ ဝိပါက် ဉပေက္ခာသန္တီရဏစိတ်"လို့ ခေါ်တယ်။

စကားလုံးတွေက အဘိဓမ္မာ စကားလုံးတွေ၊ ကြားဖူးနားဝ မရှိတဲ့သူတွေမှာ ပါဠိဘာသာနဲ့ ဝေးနေရင်တော့ နည်းနည်းလေး အခက်အခဲ ရှိချင်ရှိမယ်၊ သို့သော် နာမည်လေးတော့ မှတ်ထားပေါ့၊ ဉပေက္ခာသန္တီရဏ ကုသလဝိပါက်စိတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ ကုသလ ဝိပါက်စိတ်ဆိုတာ ကုသိုလ်ရဲ့အကျိုးဖြစ်တဲ့ ဉပေက္ခာ သန္တီရဏ

http://www.dhammadownload.com

စိတ် ဖြစ်တယ်၊ အဲဒါ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ဖြစ်သလဲဆိုရင် လူ့ဘဝမှာ လူစဉ်မမီဘဲ ဖြစ်လာတယ်၊ သန္ဓေကပဲ မျက်စိ မပါတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဆွံ့၊အ၊နားမကြား ဖြစ်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေမှာ ဖြစ်တယ်ပေါ့။

တစ်ခါတစ်ရံ အမိဝမ်းထဲမှာ မျက်စိပါပြီးမှ ပျက်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးလည်း ရှိသေးတယ်၊ နားကြားပြီးမှ တစ်ခုခုကြောင့် ပိုးကြောင့်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဘာကြောင့်ပဲဖြစ်ဖြစ် နားပျက်စီးသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ရှိသေးတယ်၊ အဲဒါမျိုးကျတော့ ဒီ ပဋိသန္ဓေမျိုး မဟုတ်ဘူး၊ ခုန နားဖြစ်နိုင်လောက်အောင် မျက်စိ ပါလောက်အောင် ကုသိုလ်ကံက အားမကောင်းသည့်အတွက် ကုသိုလ်ကလည်း ခပ်ညံ့ညံ့၊ ဥပမာ ပဲပင်ကသီးတဲ့ ပဲစေ့လေးတွေဆိုပါတော့၊ အောင်တဲ့ ပဲစေ့ ရှိသလို မအောင်တဲ့ပဲစေ့လည်း ရှိပါတယ်၊ မျိုးစေ့တွေ လိုက်ကြည့်ရင် မအောင်လို့ရှိရင် ရှုံ့တွံ့တွံ့လေး ဖြစ်နေတယ်နော်၊ သို့မဟုတ် ပိုးကျနေတဲ့ ပဲစေ့လေးလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။

ကုသိုလ်ကံစွမ်းအား မကောင်းဘူးဆိုရင် ရလာတဲ့ အကျိုးဝိပါက်စိတ်က အောင်အောင်မြင်မြင် မဖြစ်ဘူး၊ မအောင်မြင်နိုင်ဘူး၊ မအောင်မြင်လျှင် ပီပီပြင်ပြင် ဖြစ်မလာဘူး၊ အောင်မြင်မှ ပီပြင်မယ်၊ လူချင်းတူပေမယ့်လို့ အသိဉာဏ်ပါတဲ့ သန္ဓေစိတ်က (၄)ခု၊ အသိဉာဏ်မပါတဲ့စိတ်က ဥပေက္ခာသန္တီရဏ ထည့်လိုက်ရင် (၅)ခု အားလုံး(၉)ခု ရှိတယ်လို့ မှတ်ထားပါ၊ သာမန် လူသားအနေနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် မဟာဝိပါက်စိတ် (၈)ခု အနေနဲ့ ပြောကြတာပေါ့၊ အသိဉာဏ်ပါတဲ့လူ၊ အသိဉာဏ်မပါတဲ့လူ၊ အသိဉာဏ်ပါတဲ့ထဲကမှ နံပါတ်(၁)လား (၂)လား (၃)လား (၄)လား ကွဲပြားသေးတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ရဲ့စွမ်းအားတွေ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး မတူကြဘူး။

မဟာဝိပါက်စိတ် ၈-ခု

ပထမ သဘောပေါက်အောင် မဟာဝိပါက်စိတ် (၈)ခု ဆိုတာကို ပြောကြည့်ရအောင်၊ မဟာဝိပါက် (၈)ရှစ်ခုကို ဘယ်ပုံ ဘယ်နည်းနဲ့ ခွဲတာလည်းဆိုတာ အကြမ်းဖျင်း ရှင်းအောင် ပြော ရမယ်ဆိုရင် အသိဉာဏ် ပါ,မပါ ဒီနှစ်ခုကို အရင် မှတ်ရမယ်၊ အဲဒီနှစ်ခုမှာ ခံစားချက်နဲ့ ထပ်ခွဲလိုက်၊ အသိဉာဏ် ပါတဲ့စိတ်မှာ လည်း ဝမ်းသာတဲ့ ခံစားချက်၊ ဝမ်းသာမှု မပီပြင်တဲ့ ခံစားချက် ရှိတယ်၊ အသိဉာဏ် မပါတဲ့စိတ်မှာလည်း ဝမ်းသာတဲ့ခံစားချက်နဲ့ ဝမ်းသာမှု မပီပြင်တဲ့ ခံစားချက်ဆိုတာ ရှိတယ်၊ အသိဉာဏ် ပါ,မပါ၊ ဒီနှစ်ခုကို ဝမ်းသာမှု ထင်ရှား မထင်ရှား ဒီနှစ်ခုနဲ့ ထပ်ပြီး ခွဲခြားလို့ ရတယ်။

စာလိုပြောရင် အသိဉာဏ်ပါတဲ့စိတ်ကို **ဉာဏသမ္ပယုတ်စိတ်**၊ အသိဉာဏ်မပါတဲ့စိတ်ကို **ဉာဏဝိပ္ပယုတ်စိတ်**လို့ ခေါ်တယ်၊ သောမနဿ၊ ဥပေက္ခာ ဒီနှစ်ခုနဲ့ မြှောက်၊ (၂)ကို (၂)နဲ့မြှောက်ရင် (၄)ရမယ်၊ တစ်ခါ ထပ်မှတ်လိုက်၊ ပင်ကိုယ်က စိတ်စွမ်းအား ထက်မြက်မှု ရှိတာနဲ့ မရှိတာ၊ စိတ်စွမ်းအား ထက်မြက်မှု ရှိတာကို **အသင်္ခါရိကစိတ်**၊ မရှိတာကို **သသင်္ခါရိကစိတ်**၊ ဒီစိတ်နှစ်ခုနဲ့ ထပ်မြှောက်လိုက်မယ်၊ အဲဒါကို 'မဟာ **ဝိပါက်စိတ်(၈)ခု**'လို့ ခေါ်တယ်၊ အလွယ်နည်းနဲ့ မှတ်ထားဖို့ အခြေခံ အကြမ်းဖျင်း ခွဲခြားတာဖြစ်တယ်။

ဘုရားအလောင်းတို့ရဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်

စိတ်မှန်ရင် ခံစားချက်ရှိတာချည်းပဲ၊ ခံစားချက်ထင်ရှား

http://www.dhammadownload.com

တဲ့စိတ်၊ ခံစားချက် မထင်ရှားတဲ့စိတ် နှစ်ခုရှိတယ်၊ အခြေခံ အားဖြင့် မြောက်ပွားထားတာ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ စိတ်စွမ်းအား ချင်း တစ်ခုနဲ့တစ်ခု မတူဘူးလေ၊ နံပါတ်(၁) မဟာဝိပါက်စိတ်က ခံစားမှုက ဝမ်းသာတယ်၊ အသိဉာဏ်ရှိတယ်၊ စိတ်ထက်မြက် တယ်၊ မြတ်စွာဘုရားအလောင်း ပဋိသန္ဓေနေတာ အဲဒီ နံပါတ် (၁)စိတ်နဲ့နေတာ၊ ဘုရားရဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်က ဝမ်းသာတယ်၊ အသိဉာဏ်ရှိတယ်၊ ထက်မြက်တယ်၊ တိုက်တွန်း နှိုးဆော်နေရတာ မဟုတ်ဘူး၊ ပင်ကိုယ် ထက်မြက်တယ်။

အသိဉာဏ် ပါ,မပါ

ဒုတိယ နံပါတ်(၂)က မထက်မြက်ဘူး၊ ကျန်တဲ့ လူသား တွေက ကျန်တဲ့စိတ်နဲ့ ပဋိသန္ဓေနေကြတယ်၊ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး မတူကြဘူး၊ ပထမစိတ်နဲ့ နေချင်နေတယ်၊ ဒုတိယ၊ တတိယ၊ စတုတ္ထစိတ်နဲ့ နေချင်နေတယ်၊ သူ လုပ်ခဲ့တဲ့ ကံစွမ်းအားရဲ့ အရှိန်ကြောင့် ဒီ သန္ဓေစိတ်ပေါ်ရတယ်လို့ ဒီလို မှတ်ရမယ်၊ ကိုယ့်အကျိုးပေးတဲ့ကံက စွမ်းအားကြီးပြီဆိုရင် ပထမ၊ စွမ်းအား နည်းနည်းလျော့ရင် ဒုတိယ၊ တတိယနဲ့ စတုတ္ထက အသိဉာဏ် ကင်းမဲ့တယ်၊ ဒါ **သောမနဿဆိုတဲ့** ဝမ်းသာတဲ့ ခံစားမှုပါတဲ့ **မဟာဝိပါတ်စိတ်**မှာနော်။

ဝမ်းသာမှု မထင်ရှားတဲ့ ဥပေက္ခာမှာလည်း ပထမ(၂)ခုက အသိဉာဏ် ပါတယ်၊ ဒုတိယ(၂)ခုက အသိဉာဏ် မပါဘူး၊ အသိဉာဏ် ပါ,မပါဟာ အဓိက အဆုံးအဖြတ်ဖြစ်တာမို့ ဘုန်းကြီး က အသိဉာဏ်ကို ဦးတည်ပြီးပြောတာ၊ အသိဉာဏ်ပါတဲ့ မဟာ ဝိပါက် ဉာဏသမ္ပယုတ်(၄)ပါးနဲ့ ပဋိသန္ဓေနေတဲ့လူနဲ့ အသိဉာဏ်

http://www.dhammadownload.com

မပါတဲ့ မဟာဝိပါက် ဉာဏဝိပ္ပယုတ်(၄)ပါးနဲ့ ပဋိသန္ဓေနေတဲ့ လူ ဆိုပြီး ရှိပါတယ်၊ ဘာထူးခြားသွားလဲဆိုတော့ အသိဉာဏ်ပါတဲ့ ဝိပါက်စိတ်(၄)ပါးနဲ့ နေတဲ့သူက တရားထူး တရားမြတ်ကို ကျင့်ကြံ ကြိုးကုတ်အားထုတ်ရင် ဒီဘဝမှာပင် ရနိုင်တယ်၊ သူ့ရဲ့ပင်ကိုယ် စွမ်းရည်သတ္တိတွေ သူ့သန္ဓေစိတ်မှာ အပြည့်ပါနေတယ်၊ သို့သော် မလုပ်ရင်တော့ ဘာမှ မရဘူး။

ဆိုပါစို့၊ မျိုးစေ့လေးက အင်မတန် ကောင်းတယ်၊ မြေနဲ့ ရေနဲ့ ချမစိုက်ရင် မပေါက်နိုင်ဘူး၊ မျိုးစေ့လေးက အောင်တယ်၊ မြေမကောင်း ရေမကောင်းရင် အပင်မအောင်ဘူး၊ မျိုးစေ့လည်း ကောင်းနေတယ်၊ နောက်ထပ် အထောက်အပံ့ အကြောင်းတွေ လည်း ကောင်းရင် သိပ်ကြီးထွားတဲ့ အပင်ကြီး ဖြစ်မယ်။

တိဟိတ်နှင့် ဒွိဟိတ်

အသိဉာဏ်ပါတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်(၄)ပါးနဲ့ ပဋိသန္ဓေနေတဲ့ သူကို **'တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်'**လို့ ခေါ်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် ဉာဏ်ပါလို့၊ အလောဘ၊ အဒေါသ၊ အမောဟ ဒီ ၃–မျိုးကို ဟိတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အသိဉာဏ်မပါတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်(၄)ပါးနဲ့ နေတဲ့သူကို **'ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်'**လို့ ခေါ်တယ်၊ ဒွိဆိုတာ နှစ်၊ အဲဒီ ဒွိဟေတုက, ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒီဘဝ ဘယ်လောက် ကျင့်ကျင့် တရားထူးတရားမြတ် မရနိုင်ဘူး၊ ကျင့်သည့်အတွက် တော့ နောင်ဘဝအတွက် အထောက်အကူတွေ အများကြီးပဲ ရနိုင်ပါတယ်၊ ဒီဘဝမှာ အောင်မြင်နိုင်လောက်အောင် စွမ်းရည် သတ္တိတွေ မပြည့်ဘူးလို့ ပြောတာ၊ တချို့က ထင်တယ်၊ ငါတို့ ကတော့ ဒွိဟိတ်ပဲ၊ ဘာမှ အကျိုးမထူးပါဘူးဆိုရင် နောင်ဘဝ

http://www.dhammadownload.com

အတွက် ပိုဆိုးသွားမယ်။ လုပ်နေလို့ရှိရင်တော့ စွမ်းရည်သတ္တိတွေ တက်လာမှာပေါ့၊ ဝီရိယအကျိုးနဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိတွေတက်ပြီး နောက်ဘဝမှာ အဆင့်မြင့်တဲ့ဆီ ရောက်သွားတာပဲ၊ မလုပ်ဘူး ဆိုရင် ဒီအဆင့်က တက်မှာမဟုတ်ဘူး။

ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်က ရဟန္တာတို့ အနာဂါမ်၊ သကဒါဂါမ်၊ သောတာပန်တို့ ဖြစ်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဉာဏ်ပါတဲ့ ပဋိသန္ဓေစိတ်နဲ့ နေသွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေချည်းပဲ၊ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ တရားနာ တရားအားထုတ်ပြီဆိုရင် လုပ်ရင် လုပ်သလောက် ဖြစ်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် အခြေခံ ကောင်းတာကိုး၊ လုပ်ရင် လုပ်သလောက် အောင်မြင်မှုရတယ်၊ ဈာန်တရားတွေ ရနိုင်တယ်၊ မဂ်တရားတွေ ရနိုင်တယ်၊ အခြေခံ ဖြစ်တဲ့ ဉာဏ်ပါတဲ့ စိတ်နဲ့ ဉာဏ်မပါတဲ့စိတ်ဆိုတာ အတိတ်ကံကနေ ပေးအပ်လိုက်တာ။

သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံလို့ ဟောတယ်၊ အကြောင်း သင်္ခါရကြောင့် ဝိပါက်စိတ် ပေါ်လာတယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ မွေးရာပါဆိုတာ အဲဒီပဋိသန္ဓေစိတ်ကလေးကို ပြောတာ၊ လူ တစ်ယောက်မှာ ပဋိသန္ဓေစိတ်က တစ်ခုတည်းသာ ဖြစ်တယ်၊ အဲဒီ တစ်ခုတည်းကိုပဲ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ အကောင်းဆုံး ဖြစ်တဲ့ ပဌမ မဟာဝိပါက်စိတ်နဲ့ ပဋိသန္ဓေနေရင် ဒီ တစ်သက်လုံး ဘဝင်စိတ်ဟာလည်း ဒီစိတ်ပဲဖြစ်တယ်၊ နောက်ဆုံး သေတော့ လည်း ဒီစိတ်နဲ့ သေတယ်၊ ဆိုပါစို့၊ ဘုန်းကြီးတို့ ဘဝအစမှာ ''သောမနဿသဟဂုတ်၊ ဉာဏသမ္ပယုတ် အသင်္ခါရိက မဟာ

http://www.dhammadownload.com

ဝိပါက်''ဆိုတဲ့ စိတ်ကလေး ပေါ်လာတယ်။

ပဋိသန္ဓေ,ဘဝင်,စုတိ တစ်ဘဝမှာတူ

အဲဒီ စိတ်ကလေးကို ပဋိသန္ဓေအခိုက်မှာ သူ့ရဲ့ ဆောင်ရွက်ချက်ကို ကြည့်ပြီး ''ပဋိသန္ဓေ''လို့ နာမည် တပ်လိုက်တာ၊ ပဋိသန္ဓေစိတ်ကလေး ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတယ်၊ ထိုပျက်သွားတဲ့ စိတ်နေရာမှာ စိတ်တစ်ခုအစားထိုးတယ်၊ ထိုစိတ်ကို ''ဘဝင်စိတ်'' လို့ ခေါ်တယ်၊ ကံရဲ့စွမ်းအားနဲ့ ထပ်ပေါ်လာတယ်၊ အဲဒီ ဒုတိယ ပေါ်လာတဲ့စိတ်ကလေးကို ဘဝင်စိတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ နောက်ထပ် ပေါ်လာတဲ့စိတ်တွေဟာ မသေမချင်း ဘဝင်စိတ်တွေချည်းပဲ။ နောက်ဆုံးဖြစ်မယ့် စိတ်ကလေး ဒီဘဝမှာ နောက်ဆုံးပေါ်တဲ့ စိတ်ကျတော့ ''စုတိစိတ်''လို့ ခေါ်တယ်၊ မွေးတော့လည်း ဒီစိတ်၊ သေတော့လည်း ဒီစိတ်၊ ကြားထဲမှာ အိပ်နေတော့လည်း ဒီစိတ်ပဲ၊ တစ်မျိုးထည်းပဲ မှတ်ရမယ်။

ဘဝင်စိတ်ရဲ့အာရုံ

ဝီထိစိတ်တွေ မဖြစ်တဲ့အခါလည်း ဒီဘဝင်စိတ်ပဲ၊ ဒီ စိတ်ကလေးက ပစ္စုပ္ပန်ဘဝရဲ့ အခြေအနေကို ဘာမှမသိဘူး၊ မျက်စိက မြင်တာလည်း သူ မသိဘူး၊ နားကကြားတာလည်း သူ မသိဘူး၊ နှာခေါင်းနဲ့လည်း သူ မဆက်သွယ်ဘူး၊ လျှာနဲ့လည်း သူ မဆက်သွယ်ဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ်လာထိတဲ့ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံနဲ့လည်း မဆက်သွယ်ဘူး၊ စိတ်ကူးစိတ်သန်းနဲ့လည်း မဆက်သွယ်ဘူး၊ ဘဝင်စိတ်ကလေးတွေဟာ တစ်ခုဖြစ်ပြီးရင် တစ်ခုပျက်သွားလိုက်၊ တစ်ခုဖြစ်ပြီးရင် နောက်တစ်ခု ပေါ်လာလိုက် ပျက်သွားလိုက်

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်ပျက်အစဉ်ကြီးနဲ့ သွားနေတာ၊ နောက်ဆုံး စုတိအထိအောင် မရပ်မနားသွားနေမှာ ဖြစ်တယ်။

ဘယ်သူ့စွမ်းအားနဲ့ သွားနေတာလဲဆိုရင် ကံရဲ့စွမ်းအားနဲ့ သွားနေတာ၊ မျက်စိနဲ့ကြည့်တဲ့ အာရုံရဲ့စွမ်းအား မပါဘူး၊ နားက ကြားတဲ့ အသံစွမ်းအားလည်း မပါဘူး၊ ဒီ ပစ္စုပ္ပန်အာရုံတွေရဲ့ စွမ်းအားတွေ မပါဘူး။ ဒါဖြင့် ဘယ်အာရုံကို သိနေသလဲဆိုတော့ အတိတ်ဘဝက "ကံ ကမ္မနိမိတ်၊ ဂတိနိမိတ်"၊ အာရုံတစ်ခုကို သိနေတယ်။

လူတွေ မသေခင်လေးမှာ အိပ်မက် မက်သလို အာရုံတွေ ထင်လာတတ်တယ်။ သေခါနီးမှာ စောနေတဲ့ဇောကို 'မရဏာသန္နဇော'လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီသေခါနီးဖြစ်တဲ့ စိတ်ထဲမှာ အာရုံတစ်ခု ပေါ်လာတယ်၊ ဘယ်သူ့ကြောင့် ပေါ်လဲဆိုရင် ကံရဲ့စွမ်းအားကြောင့် ပေါ်တယ်၊ လူ့ပြည်မှာ ဖြစ်မယ်ဆိုရင် ဒီအိမ်မှာ မွေးမယ်ဆိုရင် မသေခင်လေး သေငယ်ဇောနဲ့ မျောနေတဲ့ အချိန်လေးမှာ အိမ်က ဝင်းနဲ့၊ ခြံနဲ့၊ ဥယျာဉ်နဲ့ အလွန်သာယာတဲ့ အဲဒီအိမ်ထဲ ရောက်သွားပြီး အိမ်ပေါ် တက်သွားတယ်လို့ အိပ်မက် မက်သလို စိတ်ထဲမှာ မြင်ပြီးတော့ သေသွားရင် သူ အဲဒီအိမ်မှာ ဖြစ်မှာပေါ့။

မီးပုံထဲဆင်းသွားတာ အိပ်မက်လို မြင်ရင် အဲဒါ ငရဲထဲ ရောက်သွားပြီ မှတ်ပေတော့၊ တောထဲ တိရစ္ဆာန်တွေ ကြားထဲ ရောက်ပြီလို့ အိပ်မက်လို မြင်ရင်တော့ အဲဒီအကောင်တွေထဲ ဖြစ်ပြီ၊ ဒီလို ကံ၊ ကမ္မနိမိတ်၊ ဂတိနိမိတ်၊ ဒီအာရုံနိမိတ် (၃)ခု

http://www.dhammadownload.com

ထဲက တစ်ခုခုနဲ့ သေခါနီးထင်တဲ့ အာရုံတွေကြောင့် ကံရဲ့ စွမ်းအားနဲ့ ဘဝင်စိတ်တွေက သွားနေကြတယ်၊ သေသည့်အထိပဲ၊ အပြောင်းအလဲ မရှိဘူး။ ပဋိသန္ဓေစိတ်၊ ဘဝင်စိတ်၊ စုတိစိတ်ကို ကံကပေးလိုက်တဲ့ အတိုင်းပဲ၊ လုံးဝ ပြောင်းလို့ မရဘူး၊ ဒါကိုပဲ တစ်ဘဝတာလို့ ခေါ်တယ်။

"ပဘဿရမိဒံ ဘိက္ခဝေ စိတ္တံ" စိတ်ကလေးဟာ ဖြူစင်နေတယ်၊ ဘယ်အညစ်ကြေးနဲ့မှ မရောဘူး။ ဒါ ဘဝင်စိတ်ကို ပြောတာ၊ မူလရှိတဲ့ အာရုံလေးနဲ့ပဲ နေတယ်လို့ ဘုရားရှင်က ဟောထားတယ်၊ ဘဝင်စိတ်ကို ပြောနေတာ၊ လူတွေ ပြောတဲ့ ဘဝင်ကျတယ် မကျဘူးဆိုတာ ကြိုက်တယ် မကြိုက်ဘူးကို ပြောတာ၊ ဒီဘဝင်ကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ (စိတ်တိုင်း ကျတယ်၊ စိတ်တိုင်း မကျဘူးကို ပြောနေတာပါ၊) ဘဝင်ဆိုတာ အိပ်ပျော် နေတဲ့အချိန်မှာ ဖြစ်တဲ့စိတ်တွေရယ်၊ နောက် ဝီထိစိတ် မဖြစ်မီနဲ့ ဖြစ်ပြီးနောက်မှာ ဖြစ်တဲ့စိတ်တွေပဲ၊ ဒီ စိတ်ကလေး တစ်ခုတည်း ကိုပဲ 'ပဋိသန္ဓေစိတ်'လို့ ခေါ်တယ်၊ 'ဘဝင်စိတ်'လို့လည်း ခေါ်တယ်၊ 'စုတိ စိတ်'လို့လည်း ခေါ်တယ်။

ပဋိသန္ဓိလို့ ဘာကြောင့် ခေါ်သလဲဆိုတော့ အတိတ်ဘဝနဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝကို ဆက်ပေးလို့ ဘဝဟောင်းနဲ့ ဘဝသစ်ကို ဆက် ပေးတာ Relinking- Consciousness ပဋိဆိုတာ တစ်ဖန်၊ သန္ဓိဆိုတာ ဆက်စပ်လိုက်တာ၊ ဘဝဟောင်းနဲ့ ဘဝသစ်ကို စပ်ပေးတာ၊ သို့မဟုတ် ပြတ်ထွက်သွားမှာပေါ့၊ သူဝင်လာလို့ ဆက်မိသွားတာလို့ ပြောတာ။

http://www.dhammadownload.com

'ဘဝင်'ဆိုတာ အသက်ရှင်နေဖို့ရာ အကြောင်းဖြစ်သော စိတ်၊ ဒါလေးရှိနေလို့ အသက်ရှင်နေတာ၊ ဘဝင်စိတ် ကုန်သွားရင် အသက်ရှင်တော့မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါလေးပြတ်သွားရင် အသက်ရှိမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ ဘဝတာ တစ်ခုလုံးဟာ အပြီးသတ်သွားလို့ 'စုတိ' လို့ ခေါ်လိုက်တာ၊ အသက်(၈၀)နေရရင် အနှစ်(၈၀)လုံး ဖြစ်–တည်–ပျက်နဲ့ သွားနေမှာ။

ဝီထိမုတ်စိတ်

ဘဝင်စိတ်ကလေးကိုပဲ 'မနောဒွါရ' mine door လို့ ခေါ်သေးတယ်။ ဒီအခြေခံစိတ်(ဘဝင်စိတ်)မရှိဘဲနဲ့ လှုပ်ရှားတဲ့ စိတ်(ဝီထိစိတ်)တွေ မပေါ်နိုင်ဘူး။ ဒီစိတ်လေးကလည်း မြဲတာ မဟုတ်ဘူး။ သူ့အာရုံနဲ့ သူသွားတာ၊ ဒီ အကျိုးစိတ် (ဝိပါက်စိတ်)ကို အခြေခံစိတ် သို့မဟုတ် ဘဝင်စိတ်၊ အဲဒါကိုပဲ အဘိဓမ္မတ္ထ သင်္ဂဟမှာ ဝီထိမုတ်စိတ် thought free; process free လို့ ခေါ်တယ်၊ မျက်မှောက်ဘဝ အာရုံတွေနဲ့ လက်တွေ့ဘဝ အာရုံတွေ ဖြစ်နေတဲ့ ဖြစ်စဉ်ထဲမှာ မပါဘူး။ လွတ်နေတဲ့စိတ်၊ ဝီထိမုတ်စိတ် အဲဒီစိတ်ကလေးဟာ ဖြစ်နေတယ်လို့ ပြောတာ၊ သူ့အကြောင်း လေးနဲ့သူ ဖြစ်ပြီးတော့ သွားမှာပဲ။

ပဋိသန္ဓေအခါနဲ့ ပဝတ္တိအခါ ဝီထိစိတ်

နောက်တစ်ခုက ကံတရားကြောင့် အကျိုးပေါ်တဲ့ စိတ်ကလေးတွေ ရှိသေးတယ်၊ ကံတရားက စိတ်ကို ထုတ်လုပ်တဲ့အခါ နှစ်နေရာမှာ ထုတ်လုပ်တယ်၊ ပဋိသန္ဓေမှာတစ်ခါ, ပဝတ္တိမှာတစ်ခါ ထုတ်လုပ်တယ်၊ ပဋိသန္ဓေအခါမှာထုတ်ရင် တစ်ခုပဲ ထုတ်တယ်၊ ပဝတ္တိအခါကျတော့ တစ်ခုထက်ပိုပြီး ထုတ်တယ်၊ ပဝတ္တိဆိုတာ

http://www.dhammadownload.com

ပဋိသန္ဓေစိတ်ပေါ်ပြီးနောက် စုတိစိတ်မပေါ်ခင် အချိန်ကာလကို 'ပဝတ္တိ'ဟု ခေါ်တယ်၊ သူ့ကျတော့ ပြင်ပအကူအညီတွေနဲ့ ကံတရားက ထုတ်လုပ်တယ်၊ ဒီ စိတ်တွေဖြစ်လာဖို့က မျက်မှောက်ဘဝ အာရုံအသစ်တွေရဲ့ အကူအညီကြောင့် ဖြစ်တယ်။

ဝိညာဏစိတ် ၁၀-မျိုး

စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်- မြင်သိစိတ်၊ သောတဝိညာဏ်စိတ်-ကြားသိစိတ်၊ ဃာနဝိညာဏ်စိတ်-နံသိစိတ်၊ ဇိဝှာဝိညာဏ်စိတ်-လျက်သိစိတ်၊ ကာယဝိညာဏ်စိတ်-ထိသိစိတ်ဆိုတာတွေထဲမှာ ကုသိုလ်ရဲ့ အကျိုးကတစ်ခု၊ အကုသိုလ်ရဲ့အကျိုးက တစ်ခု၊ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ် (၂)ခုလို့ ပြောတာ၊ တချို့က မျက်စိနှစ်လုံးရှိလို့ စက္ခုဝိညာဏ်နွေးလို့ ပြောတယ်၊ မဟုတ်ဘူး။ နားကလည်း နှစ်ခုရှိလို့၊ နှာခေါင်းကလည်း နှစ်ပေါက်ရှိလို့၊ လျှာကလည်း နှစ်ခွရှိလို့၊ အဲဒါ မြွေမှာရှိတာ၊ ကာယကလည်း အဲဒါ မနုဿဗီဟာမှာရှိတာ၊ အဲဒီတော့ အဲဒါကို ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ ကုသိုလ်ရဲ့အကျိုး အကုသိုလ်ရဲ့အကျိုးဆိုပြီး အကျိုးနှစ်မျိုးကို ကြည့်ပြီး နှစ်ခုစီ၊ နှစ်ခုစီလို့ ပြောတာ။

ကံက အကျိုးတရားကို ပဝတ္တိအခါ ထုတ်နိုင်တာ၊ မျက်စိက မြင်သိစိတ်(၂)မျိုး နားက ကြားသိစိတ်၊ နှာခေါင်းက နံသိစိတ်၊ လျှာက ရသာသိစိတ်၊ ကိုယ်က ထိသိစိတ်၊ အကုသိုလ်ကံက တစ်ခု ထုတ်တယ်၊ ကုသိုလ်ကံက တစ်ခု ထုတ်တယ်၊ အားလုံး ဝိပါက်စိတ် (၁၀)ခု ဖြစ်သွားတယ်။

သမ္ပဋိစ္ဆိုန်းစိတ်

နောက်တစ်ခု၊ ဘာတွေ ထုတ်သေး တုန်းဆိုရင် သမ္ပဋိစ္ဆိုန်း

http://www.dhammadownload.com

စိတ် reception နှစ်ခုကိုလည်း ထုတ်သေးတယ်၊ ဒါလည်း ကုသိုလ်ရဲ့အကျိုး အကုသိုလရဲ့အကျိုးဆိုပြီး နှစ်ခုဖြစ်တာ။ မြင်သိပြီးတဲ့အခါ အာရုံကို လက်ခံတဲ့စိတ်၊ ကြားသိပြီးတဲ့ အခါ အာရုံကို လက်ခံတဲ့စိတ်၊ နံသိ၊ လျက်သိ၊ ထိသိပြီးတဲ့အခါ အာရုံကို လက်ခံတဲ့စိတ် reception ပေါ့၊ ဟိုတယ်သွားရင် လက်ခံတဲ့နေရာ ရှိတယ်၊ အလှူခံဌာနမှာ လက်ခံတဲ့ နေရာရှိတယ်၊ စိတ်ထဲမှာလည်း လက်ခံတဲ့နေရာ ရှိတယ်၊ သမ္ပဋိစ္ဆန ဆိုတာ လက်ခံတာ အာရုံဝင်လာရင် လက်ခံတဲ့နေရာ ရှိရမှာပေါ့၊ မြင်သိစိတ်ဖြစ်ပြီးရင် ထိုစိတ်နောက်က သူက ဖြစ်ကို ဖြစ်ရတယ်၊ ကြားသိစိတ်၊ နံသိစိတ်၊ စားသိစိတ်၊ ထိသိစိတ် ဖြစ်ပြီးရင် ထိုစိတ်နောက်က သူ ဖြစ်ကို ဖြစ်ရတယ်၊ သူကလည်း ကံက ထုတ်ထားတဲ့စိတ်။

သန္တီရဏစိတ်

လက်ခံပြီးရင် စုံစမ်းတဲ့ စိတ်ကလေး သန္တီရဏစိတ်က လာရတယ်၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ်လက်ခံပြီးရင် ပိုက်ဆံတောင်မှ လက်ခံပြီးရင် ရေတွက်ရတယ် မဟုတ်လား၊ အာရုံတစ်ခု ရလာပြီးရင် လက်ခံပြီး စုံစမ်းရတယ်၊ သဘာဝကလည်း အာရုံကို လက်ခံပြီးတဲ့နောက် စုံစမ်းဖို့ ဆက်ပေါ်ရသေးတယ်၊ ဒီစိတ်ဟာလည်း ကံရဲ့ အကျိုးစိတ်ပဲ။

အကုသိုလ်အကျိုးနဲ့ ကုသိုလ်အကျိုး

ခြုံပြောရင် အကုသိုလ်အကျိုးက (၇)ခုရှိတယ်၊ မြင်သိစိတ်၊ ကြားသိစိတ်၊ နံသိစိတ်၊ လျက်သိစိတ်၊ ထိသိစိတ်၊ လက်ခံတဲ့စိတ်၊ စုံစမ်းတဲ့စိတ်၊ ကုသိုလ်က ထုတ်လွှတ်လိုက်တာကျတော့

http://www.dhammadownload.com

(၈)ခု ရှိတယ်၊ မြင်သိစိတ်၊ ကြားသိစိတ်၊ နံသိစိတ်၊ လျက်သိစိတ်၊ ထိသိစိတ်၊ လက်ခံတဲ့ စိတ်က တစ်ခု၊ စုံစမ်းတဲ့စိတ်က (၂)ခု ဖြစ်သွားတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့ နှစ်ခုဖြစ်သလဲဆိုတော့ စုံစမ်းတဲ့အခါ ဝမ်းသာတဲ့ စုံစမ်းစိတ်နဲ့ ဝမ်းသာမှု လျော့နည်းတဲ့ ဥပေက္ခာနှင့်ယှဉ်တဲ့ စုံစမ်းစိတ်ကြောင့် နှစ်ခုဖြစ်သွားတယ်၊ အဲဒါမှာ မဟာဝိပါက်စိတ် ထပ်ထည့်ရင် ကုသိုလ်ရဲ့အကျိုးက (၁၆)ခု ဖြစ်သွားတယ်။

အကုသိုလ်ကံက ထုတ်လုပ်တာ(၇)ခု၊ ကုသိုလ်ကံက ထုတ်လုပ်တာ (၁၆)ခု၊ ပေါင်းတော့ (၂၃)ခု၊ အဲဒါကို ကာမဝိပါက်(၂၃)ခုလို့ ပြောတာ၊ ကာမာဝစရကုသိုလ်ကံက ထုတ်လုပ်တာ သက်သက်ဖြစ်တယ်၊ ဒီထဲမှာ ဈာန်တွေ ဘာတွေနဲ့ မဆိုင်ဘူးနော်၊ ဈာန်တွေက ကျင့်မှရတဲ့စိတ်တွေ၊ ဒီထဲမှာ မပါဘူး၊ ဘုန်းကြီးတို့ဘဝမှာ ဖြစ်နိုင်တာ (၂၃)ခုပဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ မျက်စိတို့ နားတို့ မွေးရာပါ ပါသလိုပဲ ဟောဒီ စိတ်ကလည်း မွေးရာပါ ဖြစ်တဲ့စိတ်(၂၃)ခု ရှိတယ်၊ ဘဝင်စိတ်က ပေါက်ဖွားလာနိုင်တဲ့ စိတ်တွေ ရှိသေးတယ်။

သို့သော် မျက်စိက ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းမပါဘဲ ပေါ်တာ၊ သူ့ချည်းသက်သက် စိတ်ကို ပေါ်အောင် လုပ်နိုင်တာ မဟုတ်ဘူး၊ စောင်းသံမြည်အောင် စောင်းကြိုးနဲ့ စောင်းအိုး ညှိထားရမယ်၊ စောင်းအိုးနဲ့စောင်းကြိုး ညှိထားရင် လက်လေးနဲ့ တီးလိုက်တာနဲ့ အသံ သာသာယာယာ ထွက်လာမှာပဲ၊ အဲဒါလိုပဲ၊ ရူပါရုံနဲ့ စက္ခုပသာဒ၊ ဆုံလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် မြင်သိစိတ်စသည် ပေါ်တယ်၊ ပေါင်းဆုံမိတဲ့ အကြောင်းကြောင့် ပေါ်တယ်၊ အသံနဲ့နား ဆုံရင်တော့ သောတဝိညာဏ်စိတ်၊ နောက်က လက်ခံစိတ်၊ စုံစမ်းစိတ်

http://www.dhammadownload.com

ပေါ်တယ်၊ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်းတွေကြောင့် အဲဒီလို ဆက်လာတာ၊ ဒါကို 'စိတ္တနိယာမ'လို့ ခေါ်တယ်။

နိယာမဆိုတာ ဖြစ်စဉ်ကြီးတစ်ခုလို့ ပြောတာ၊ the law of nature ဘာဖြစ်လို့ နွေပြီးတဲ့အခါ မိုးရောက်၊ မိုးပြီးတဲ့အခါ ဆောင်း ရောက်ရတာလဲ၊ ဖြစ်စဉ်ကြီးပဲ မဟုတ်လား၊ ဘာဖြစ်လို့ မိုးရာသီကတော့ သစ်ပင်တွေ လန်းဆန်းပြီးတော့ အရွက်တွေ ဘာတွေ ဖားပြီး အပင်ကြီးက ထွားလာတာတုံး၊ ဆောင်းကျတော့ ဘာလို့ ခြောက်သွားတာတုံး၊ ဒါ ဥတုနိယာမပဲ၊ ဒီအတိုင်းပဲ၊ ဒီဟာလည်း the law of mind စိတ္တနိယာမပဲ၊ ဒီစိတ်ဖြစ်ရင် ဒီအတိုင်းဖြစ်ကို ဖြစ်ရမယ်။

ဘုန်းကြီးတို့သန္တာန်မှာ ဝိပါက်စိတ်(၂၃)ခု ဖြစ်လာရင် ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းတွေကို ငဲ့ပြီးတော့ ဖြစ်ကြရတယ်၊ ခုနပြောတဲ့ သန္ဓေစိတ်ကလေးကတော့ ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းနဲ့ ဘာမှမဆိုင်ဘူး၊ ပဋိသန္ဓေအခါမှာ ဖြစ်တဲ့ဟာက သူ့ဘာသာသူ ကံအစွမ်းနဲ့ ဖြစ်နေမှာဘဲ၊ ဒီသန္ဓေစိတ်ကလေးနဲ့ အခုဝိပါက်စိတ်မျိုးကို "အခြေခံစိတ်နဲ့ ဖြစ်ပေါ်စိတ်"လို့ ခွဲနိုင်တယ်။

အာဝဇ္ဇန်းစိတ် ၂-ခု

နောက်တစ်ခုက ကုသိုလ်ကံကပေးတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ အကုသိုလ်ကံက ပေးတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ကံရဲ့အကျိုး မဟုတ်ဘဲ ပေါ်လာတဲ့စိတ်နှစ်ခု ရှိသေးတယ်၊ ဘာကြောင့် ဒီစိတ်နှစ်ခု ပေါ်ရတာလဲဆိုရင် ဝတ္ထုနဲ့အာရုံ တိုက်လိုက်တဲ့ စွမ်းအားကြောင့် ပေါ်လာတယ်၊ ဝတ္ထုနဲ့အာရုံဆိုတာ မျက်စိနဲ့ အဆင်းအာရုံ တိုက်တာ၊ နားနဲ့သဒ္ဒါရုံ၊ နှာခေါင်းနဲ့ ဂန္ဓာရုံ၊ လျှာနဲ့ရသာရုံ၊

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်နဲ့ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ တိုက်တာ၊ အဲဒီလိုတိုက်ပြီး ပေါ်လာတဲ့စိတ်ကို အာဝဇ္ဇန်းလို့ ခေါ်တယ်၊ သူက ဘဝင်စိတ်တွေကို ရပ်အောင်လုပ်ပြီး အာရုံအသစ်သို့ ဦးလှည့်အောင် လုပ်တာ၊ ဒါကြောင့်မို့ စာပေကျမ်းဂန်ထဲမှာ "ဘဝင် အာဝဋ္ဋေတိ" ဘဝင်စိတ်တွေကို အလှည့်အပြောင်း ဖြစ်အောင်လုပ်တယ်လို့ဆိုတာ။

ခုန ပင်ကိုယ်အခြေခံ ဘဝင်စိတ်က ကံအစွမ်းနဲ့ ကံ၊ ကမ္မနိမိတ်၊ ဂတိနိမိတ် အာရုံတစ်ခုခုကို အာရုံပြုပြီး သူ့အရှိန်နဲ့သူ သွားနေတာ။ ဒီ အာဝဇ္ဇန်းစိတ်ပေါ်လိုက်တာနဲ့ ဘဝင်စိတ်ဟာ ပြတ်တောက်သွားတယ်၊ စိတ်ဆိုတာ နှစ်ခုပြိုင် မဖြစ်ဘူး၊ တစ်ခုချင်းသာ ဖြစ်တယ်၊ ဘဝင်စိတ်အစဉ်ကို အာဝဇ္ဇန်းက ဖြတ်တောက်လိုက်တာ၊ အာရုံအသစ် ပေါ်လိုက်တာနဲ့ တပြိုင်နက် အဲဒီ အာရုံအသစ်က စက္ခုပသာဒရုပ်တွေကို လာတိုက်ခိုက်လိုက်တာ၊ ပိတ်ထားတဲ့ တံခါးကို လာပြီးခေါက်တာနဲ့ တူတယ်။

အိမ်ထဲမှာ တံခါးပိတ်နေတုန်း အပြင်ကတံခါးကို (ဒေါက် ဒါက်)နဲ့ ခေါက်လိုက်ရင် အတွေးတွေ ပြတ်မကုန်ဘူးလား၊ အိမ်ထဲမှာ နေနေတုန်း တံခါးကို လာခေါက်ရင် အတွေးတွေ ရပ်သွားတာ၊ တံခါးသွားဖွင့်ရတယ်၊ တံခါးသွားဖွင့်တာ အာဝဇ္ဇန်းနဲ့ တူတယ်၊ ဖွင့်ပေးလိုက်တဲ့အခါကျတော့ တံခါးခေါက်သူကို မြင်တာက စက္ခုဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်တာနဲ့ တူတယ်၊ လာပါ လာပါလို့ ခေါ်လိုက်တာက သမ္ပဋိစ္ဆိုင်းက လက်ခံလိုက်တာနဲ့ တူတယ်၊ ဘာကိစ္စ လာတုန်းလို့မေးတာ သန္တီရဏနဲ့ တူတယ်၊ သူပြောတဲ့အတိုင်း သဘောပေါက်သွားပြီး ကိစ္စရှိလို့ လာတာလို့

http://www.dhammadownload.com

သိလိုက်တာ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်တာက ဝုဋ္ဌော၊ ကော်ဖီလေး ဘာလေး အတူသောက်တာ ဇော၊ ပြီးတော့ နှုတ်ဆက်ပြီး ပြန်သွားတာ တဒါရုံပေါ့၊ ပြန်သွားပြီးနောက် တံခါးပိတ်လိုက်တာက ဘဝင်ပြန်ကျသွားတယ်၊ ဒါဖြစ်စဉ်ပဲ၊ ဒါ့ပြင် ကိစ္စတွေလည်း ဒီအတိုင်း သွားနေတာ။

အဘိဓမ္မာဆိုတာ လူတွေရဲ့အကြောင်းကို ရှင်းပြနေတာ၊ ဒီလို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း နားလည်ရမှာ၊ ဘုရား တရားတော်က တကယ့်လက်တွေ့ အရှိကို ဟောနေတာနော်၊ စကားလုံးတွေက ကိုယ်နဲ့မရင်းနှီးလို့ တခြားအကြောင်းတွေ ပြောနေတယ် ထင်တာ၊ ဒီလို မဟုတ်ဘူးနော်၊ ဒီလို ဖြစ်စဉ်တွေထဲက နေ့စဉ် တွေ့နေတာ တွေကို ပြောနေတာ။

အာဝဇ္ဇန်းစိတ်သည် ကြောင်းကျိုးလွှတ်စိတ် ဖြစ်ပုံ

အာဝဇ္ဇန်းဆိုတဲ့ စိတ်ဟာ နှစ်ခုရှိတယ်၊ မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်ဆိုတာ ဒွါရ(၅)ခုမှာ တိုက်ခိုက်လာတဲ့ အာရုံကို ဦးလှည့်ပေးတဲ့စိတ်ကို ပဉ္စဒွါရာဝဇ္ဇန်းလို့ ခေါ်တယ်၊

မျက်စိနဲ့လည်း မဆိုင်၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်နဲ့လည်း မဆိုင်ဘဲ သက်သက်တွေးနေတဲ့ အာရုံကို ဦးလှည့်ပေးတာကို '**မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်း**'လို့ ခေါ်တယ်၊ မနေ့ကအဆင်း ဒီနေ့ မြင်လို့ မရဘူး၊ မနေ့ကအသံ ဒီနေ့ ကြားလို့ရသေးလား၊ မရဘူး၊ တွေးလို့တော့ ရတယ်၊ အဲဒါ မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်းက တွေးတာ၊ သူက တံခါးဖွင့်ပေးတာ၊ ဟိုနှစ်ကအာရုံကိုလည်း တံခါးဖွင့်ပေး တယ်၊ စိတ်ကူးထဲမှာဝင်လာရင် သူကတံခါးဖွင့်ပေးလိုက်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ အာဝဇ္ဇန်း နှစ်ခုသည် 'နေဝ ကုသလာ၊ နာ ကုသလာ'–ကုသိုလ်လည်းမဟုတ် အကုသိုလ်လည်း မဟုတ်ဘူး။ 'န စ ကမ္မဝိပါကာ'– ကံရဲ့အကျိုး တရားလည်း မဟုတ်ဘူး။ ကြိယာသက်သက် function အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်တာ၊ ဘယ်သူ့ရဲ့ စွမ်းအားနဲ့ လုပ်တာလဲဆိုရင် အာရုံနဲ့ဝတ္ထု ဆုံဆည်းမှု စွမ်းအားနဲ့ လုပ်တာလို့ ပြောရမယ်၊ ဒါကြောင့် အာဝဇ္ဇန်းစိတ် ၂–ခုသည် ကြောင်းကျိုးလွတ်တဲ့စိတ် ကြိယာစိတ်သာ ဖြစ်တယ်။

လူ့ဘဝ မွေးရာပါစိတ် (၄၅)ခု

ခုန (၂၃)ခု၊ ယခု ဒီနှစ်ခု ထည့်လိုက်တော့ (၂၅)ခု ဖြစ်သွားတယ်၊ ဒါဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ မွေးရာပါ စိတ်တွေနော်၊ အလွယ်တကူ မှတ်ရမယ်၊ အကုသိုလ်စိတ်ကလေး (၁၂)ခု၊ လောဘကြောင့် ဖြစ်တာ (၈)ခု၊ ဒေါသကြောင့် ဖြစ်တာ(၂) ခု၊ မောဟကြောင့် ဖြစ်တာ(၂) ခု၊ ဒီအကုသိုလ်(၁၂)ခု ထည့်လိုက် ဘယ်လောက်ဖြစ်သွားလဲ၊ (၃၇)ခု ဖြစ်သွားတယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်းလေး မွေးတဲ့အခါကျတော့ မဟာကုသိုလ်စိတ် (၈)ခု ဖြစ်သွားတယ်၊ ဒါနကောင်းမှုပြုတဲ့အခါ၊ သီလ ဆောက်တည်တဲ့အခါ၊ တရားနာတဲ့အခါဖြစ်တဲ့ ကုသိုလ်စိတ်တွေပါ၊ အဲဒီ(၈)ခု ထည့်လိုက်ရင် (၄၅)ခု ဖြစ်သွားတယ်၊ မွေးရာပါလာတဲ့ စိတ်ဟာ ဒီ(၄၅)ခုပဲ ရှိတယ်၊ နေ့စဉ် သွားလာ နေတာလည်း အဲဒီ (၄၅)ခုသော စိတ်နဲ့ပဲတဲ့။

(၄၅)ထဲမှာ အဖြစ်များတာက အကုသိုလ်(၁၂)နဲ့ (၂၅)ခုသော စိတ်တွေပဲ အဖြစ်များတယ်၊ မဟာကုသိုလ်စိတ် (၈)ခုက တစ်ခါ တစ်ရံမှသာ ဖြစ်တာ၊ ကျန်တဲ့စိတ်တွေက အမြဲတမ်းလိုလို

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်နေတာ၊ လူ့သန္တာန်မှာ (၄၅)ပဲရှိတာ၊ စိတ်(၈၉)ခုလုံး ရှိတာ မဟုတ်ဘူး။

ဈာန်,မဂ်,ဖိုလ်စိတ်များသည် မွေးရာပါစိတ်များ မဟုတ်ကြ

သမထကျင့်စဉ်အရ ဈာန်တရားတွေ အားထုတ်လိုက်ကြပြီ ဆိုရင်တော့ ပထမဈာန် ရနိုင်မယ်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန်၊ ပဉ္စမဈာန် ရမယ်၊ အဲဒီအခါ ရူပါဝစရ ကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်ပြန်ရော၊ အဲဒါက ရနေတဲ့အခိုက်မှာ ဖြစ်ပေါ်တာ၊ ဒီ ဈာန်စိတ်တွေ ဖြစ်လာတာက ပညာသင်လို့ တတ်လာတဲ့ သဘော မျိုး၊ ကြိုးစားလို့ ရလာတာနော်၊ မွေးရာပါ မဟုတ်ဘူး။ ဒီလို ရနိုင်တာလည်း ဉာဏ်ပါတဲ့ သန္ဓေစိတ်နဲ့မှ ရနိုင်တာ၊ ဉာဏ်မပါရင် အဆင့်မမှီဘူး၊ ဉာဏ်မပါတဲ့ စိတ်နဲ့ မရနိုင်ဘူး။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်လို့ သောတာပတ္တိမဂ်၊ သောတာပတ္တိဖိုလ်ရတယ်၊ သကဒါဂါမိမဂ်၊ သကဒါဂါမိဖိုလ်၊ အနာဂါမိမဂ်၊ အနာဂါမိဖိုလ်၊ အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ် ရတယ် ဆိုတာ တရားအားထုတ်လို့ ရတာ၊ မွေးရာပါထဲမှာ မပါဘူး။ သို့သော် လုပ်ယူလို့ရတယ်လို့ ပြောတာ၊

မိဘလက်ထက်က တစ်ပြားမှ မရှိဘူး၊ သူ့လက်ထက် ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားအားထုတ်လို့ ချမ်းသာလာတဲ့ လူများလိုပေါ့၊ လူချမ်းသာ ဖြစ်သွားတာ၊ သူ ကြိုးစားလိုက်လို့ မိဘလက်ထက်က ကုန်းကောက်စရာ မရှိရာကနေ လူချမ်းသာ ဖြစ်သွားတဲ့ လူတွေ မရှိဘူးလား၊ အခြေခံကောင်း အသိဉာဏ်ကောင်းတဲ့ လူတစ် ယောက်ဟာ ကြိုးစားလိုက်တဲ့အခါ ရလာတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ယခုလည်းပဲ ဉာဏ်နဲ့ယှဉ်တဲ့ သဒ္ဓါစိတ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ ဈာန်တရား အားထုတ်ရင် ဈာန်စိတ်တွေ ရတယ်၊ ရူပါဝစရကုသိုလ် ရမယ်၊ အရူပါဝစရကုသိုလ် ရမယ်၊ ရတဲ့အတိုင်း သူ့မှာ စိတ်တွေ တိုးလာတယ်၊ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရင် မဟာကုသိုလ်စိတ်တွေချည်းပဲ၊ ဝိပဿနာဆိုတာ မဟာကုသိုလ်စိတ် ဉာဏသမ္ပယုတ် အားလုံးကိုပဲ ခေါ်တယ်။

နောက်ဆုံး ဝိပဿနာအဆင့်မြင့်သွားလို့ မဂ်စိတ် ပေါ်လာပြီဆိုရင် မဂ်စိတ်က ထုတ်လွှတ်တဲ့ ဖိုလ်စိတ် ပေါ်လာပြီဆိုရင်တော့ ကြိုးစားလို့ရလာတဲ့ အကျိုးအမြတ်တွေသာ ဖြစ်တယ်၊ အဲဒီ စိတ်တွေက လူတိုင်းမှာ ရတာမဟုတ်ဘူး၊ နေ့စဉ်ဘဝမှာလည်း ရှိနေတာမဟုတ်ဘူး၊ ပထမဈာန်စိတ်ဆိုတာ အိပ်နေတုန်း ရှိနေတာမဟုတ်ဘူး၊ သောတာပန်ဖြစ်လို့ သောတာပတ္တိဖိုလ်စိတ်ဆိုတာ အိပ်နေတုန်း ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ ပြောရင်တော့ ပေါ်စိတ်တွေပေ့ါ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်မှ ပေါ်လာတဲ့တရားတွေပါ၊ တရားထိုင်တဲ့ အခိုက်လေးမှာမှ ပေါ်လာတယ်။

ကြိယာစိတ်

မြတ်စွာဘုရား သမာပတ်ဝင်စားတဲ့ အခိုက်လေးမှာ ဈာန်ဝင်စားရင် ဈာန်စိတ်ဖြစ်တယ်၊ ဖိုလ်ဝင်စားရင် ဖိုလ်စိတ် ဖြစ်တယ်၊ သာမန်နေတဲ့အခါမှာ မဖြစ်ဘူး၊ သာမန်အခါမှာ သာမန် စိတ်နဲ့ပဲ နေတယ်၊ ဈာန်ဝင်စားတဲ့အခါမှာ ဈာန်စိတ် ဖြစ်တယ်၊ အဲဒီ ဈာန်စိတ်ဟာ ကြိယာစိတ် သက်သက်ဖြစ်တယ်၊ ကြိယာစိတ်တွေက ပုထုဇဉ်နဲ့ မဆိုင်ဘူး၊ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ စိတ်ဖြစ်ရင် မဟာကုသိုလ်၊ မဟာကုသိုလ်စိတ်ကိုပဲ ကိလေသာ ကုန်ခန်းသွားတဲ့

http://www.dhammadownload.com

ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာဖြစ်ရင် 'မဟာ ကြိယာစိတ်'လို့ ခေါ်လိုက်တာ။

ထို့အတူပဲ၊ ဈာန်ရသွားတဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်တဲ့ ရူပါဝစရကုသိုလ်စိတ်ကိုပဲ ရူပါဝစရကြိယာစိတ်လို့ ခေါ်လိုက်တာ ပုထုဇဉ်သေက္ခဆိုရင် အရူပဈာန်ရသွားက 'အရူပါဝစရကုသိုလ်'၊ ရဟန္တာသန္တာန်မှာဖြစ်ရင် 'အရူပကြိယာစိတ်'၊ မဟဂ္ဂုတ်ကုသိုလ်ဖြစ်လျှင် 'မဟဂ္ဂုတ်ကြိယာစိတ်'လို့ ခေါ်လိုက်တာပဲ။

အာဝဇ္ဇန်းဒွေးမှလွဲရင် ကျန်တဲ့ ကြိယာစိတ်ဟာ ရဟန္တာသန္တာန်မှာ ဖြစ်တာကို ခေါ်တာ၊ ရဟန္တာမှာ ကိလေသာ မရှိတော့လို့ ကုသိုလ်လို့ မခေါ်တော့ဘူး။ ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်ဆိုတာ အမြဲတိုက်ခိုက်နေတာ၊ ရဟန္တာကျတော့ တိုက်ခိုက်စရာ မလိုတော့လို့ ကုသိုလ်ဆိုတဲ့ နာမည်မပေးတော့ဘဲ ကြိယာဆိုတဲ့ နာမည်ပေးတာ၊ ကြိယာဆိုတာ ဆောင်ရွက်ရုံသက်သက်ပဲ၊ အလုပ် ဖြစ်ရုံလေးပဲ ရှိတယ်၊ ဘာမှ ကံအရာ မမြောက်တော့ဘူး။

ကိလေသာရှိမှ ကံဖြစ်ပုံ

ကံဆိုသည်မှာ ကိလေသာရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့သန္တာန်မှာ ဖြစ်တာ၊ ကိလေသာ မရှိတော့ရင် ကံအရာ မမြောက်တော့ဘူး၊ ကောင်းတာလုပ်လည်း ကုသိုလ်ကံက မဖြစ်တော့ဘူး၊ မကောင်းတာကိုတော့ မလုပ်ကြတော့ဘူးပေါ့။

ကုသိုလ် အကုသိုလ်တို့ရဲ့ အကြောင်းတရား

ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ အကုသိုလ်စိတ်က ဘာကြောင့် ဖြစ်သလဲ၊ အတိတ်ဘဝက ကံကြောင့်ဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဘာက ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် လုပ်သလဲ၊ ဘာက အကုသိုလ်ဖြစ်အောင် လုပ်သလဲ ဆိုရင် အာဝဇ္ဇန်းနဲ့ ဝုဋ္ဌောစိတ်တွေက မှန်မှန်ကန်ကန် နှလုံး

http://www.dhammadownload.com

သွင်းခြင်းဆိုတဲ့ ယောနိသော မနသိကာရဖြစ်ရင် ကုသိုလ်ဖြစ်သွားတယ်၊ အယောနိသော မနသိကာရ မသင့်မတင့် နှလုံးသွင်းရင် အကုသိုလ်ဖြစ်ရော၊ သူတို့ဟာ အဓိကပဲ၊ "**ယေ ကေစိ ကုသလာဓမ္မာ သဗ္ဗေ တေ ယောနိသောမနသိကာရ မူလကာ**"၊ ကုသိုလ်တရားမှန်သမျှတွေဟာ မှန်မှန်ကန်ကန် နှလုံးသွင်းခြင်းလို့ ခေါ်တဲ့ ယောနိသော မနသိကာရသာလျှင် အကြောင်းရှိကြပါတယ်၊ ယောနိသော မနသိကာရနော်၊ မျက်စိက မြင်တဲ့ အာရုံပေါ်မှာ အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းရင်၊ အကုသိုလ် မဖြစ်အောင် နှလုံးသွင်းတာကို ယောနိသော မနသိကာရလို့ ပြောတာ၊ နားက ကြားတဲ့ အသံ၊ နှာခေါင်းက နံတဲ့အပေါ် ဒီလိုနှလုံးသွင်း မှန်လို့ရှိရင် ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်တယ်၊ ကုသိုလ်ဇော စောတယ်၊ ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်ကို ဇောလို့မှတ်။

စိတ်တို့၏ဖြစ်စဉ်

ပထမဆုံး မွေးရာပါ စဖြစ်တာက ဝိပါက်စိတ်တွေ ဖြစ်တယ်၊ ဝိပါက်စိတ်ကလည်း နှစ်မျိုး၊ အခြေခံစိတ်နဲ့ နောက်မှပေါ်တဲ့ ဝိပါက်စိတ်က တစ်မျိုး၊ ပြီးတော့ အာဝဇ္ဇန်းစိတ် နှစ်ခု ဖြစ်တယ်၊ အာရုံနဲ့ဝတ္ထု တိုက်ခိုက်မှုကြောင့် ဖြစ်လာတယ်၊ အာဝဇ္ဇန်းကို အကြောင်းပြုပြီး ကုသိုလ်ပေါ်တယ်၊ အကုသိုလ် ပေါ်တယ်။

လူ့ဘဝမှာ ပထမအခြေခံက ပဋိသန္ဓေစိတ်ပဲ ကံတရားက ပေးလိုက်တာက ပဋိသန္ဓေစိတ်ကို ပေးလိုက်တာ၊ ပေးလိုက်တဲ့ အခါကျတော့ ပဋိသန္ဓေစိတ် ပေါ်လာတယ်၊ ပေါ်လာတဲ့အခါ ပဋိသန္ဓေစိတ်နောက် ပဝတ္တိအခါမှာ ကံကဆက်ပြီး ထုတ်လုပ်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

ဘဝင်စိတ် ပေါ်တယ်၊ ပဝတ္တိအခါမှာ ဆက်ပြီး ထုတ်လုပ်တဲ့အခါ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းတရားတွေနဲ့ ပေါင်းပြီးမှ ထုတ်လုပ်ပေးတာ။

စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်ဆိုတာ သူ့ဟာသူ အမြဲပေါ်တာ မဟုတ်ဘူး။ မျက်စိနဲ့ ရူပါရုံ ဆုံလိုက်မှပေါ်တာ၊ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းလို့ ခေါ်တယ်၊ ယခုလောလောဆယ် အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်တာ၊ အာရုံကို ဆင်ခြင်တဲ့ အာဝဇ္ဇန်းဆိုတဲ့ စိတ်ပေါ်လို့ တိုက်ခိုက်မှု ကြောင့် သူ ပေါ်လာတာ၊ ပေါ်လာတဲ့အာရုံကို ယောနိသော၊ အယောနိသောဆိုတဲ့ သူ့ ဆင်ခြင်ပေးမှုပေါ်မှာ ကုသိုလ်ဇော၊ အကုသိုလ်ဇော ဒီလို ဖြစ်သွားတယ်၊ ဒါ စိတ်ရဲ့သဘာဝ၊ စိတ် ဆိုသည်မှာ အာရုံကို သိတတ်သော သဘောတစ်မျိုးတည်းသာ ရှိတယ်။

ဒါဖြင့် စိတ်(၈၉) အကျယ်(၁၂၁) ခွဲတာ၊ ဝိပါက် (၂၃)လို့ ဘာကြောင့် ခွဲတာလဲဆိုရင် အခြေအနေတွေကြောင့် ခွဲတာ၊ ဖြစ်ပေါ်တဲ့နေရာ မတူ၊ အကြောင်းအရာ မတူ၊ ဖြစ်ချိန် မတူလို့ ခွဲသွားတယ်၊ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်ဖြစ်ပြီးမှ သမ္ပဋိစ္ဆိုင်းဆိုတာ ဖြစ်ရမယ်၊ သမ္ပဋိစ္ဆိုန်း ဖြစ်ပြီးမှ သန္တီရဏ ဖြစ်ရတယ်၊ အဆင့်ဆင့် ဒီလိုဖြစ်ပုံချင်း မတူတဲ့အတွက်ကြောင့် အမျိုးအမည် ကွဲပြား ခြားနားသွားတယ်၊ စိတ်မှန်သမျှ အာရုံကို သိခြင်းသဘောမှ လွဲပြီး တခြား ဘာမှမရှိဘူး။ ကောင်းဆိုးဝေဖန်တာ မဖြစ်ဘူး၊ သိရုံပဲ သိတယ်၊ စေတသိက်တွေနဲ့ ပေါင်းတဲ့အခါ စိတ်စွမ်းအား တွေက ဒီထက် တိုးတက်လာပါတယ်။

ဒီကနေ့ စိတ်ရဲ့အခြေခံ သဘောတရားများကို ရှင်းလင်း

http://www.dhammadownload.com

ဟောကြားပြီးလို့ စိတ်ကိုလေ့လာသုံးသပ်ခြင်း အကြောင်းတရားကို နိဂုံးချုပ်ပါပြီ၊ နောက်ထပ် ဆက်လေ့လာကြပါ၊ စိတ် အကြောင်းကို သိပြီးတဲ့အခါ တို့ရဲ့နှလုံးသားထဲ ဦးနှောက်ထဲမှာ စိတ်ဆိုတာ ရှိပြီးနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ အကြောင်းရှိမှ ဖြစ်တာ၊ လောကမှာ သတ္တဝါလို့ ခေါ်စရာ တစ်ခုမှ မရှိဘူး၊ သူ့ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ အကြောင်းတရားက ထုတ်လုပ်တဲ့ အကျိုးဆိုကာမျှသာ ရှိတာကို ကိုယ်စီကိုယ်စီ သဘောကျပြီး တရားထူး တရားမြတ် များရရှိကာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေကုန် သတည်း။

"သာဓု - သာဓု - သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

အခန်း(၅)

စိတ်ကို အမှီပြု အင်အားစုများ

စေတသိက်တရား

'စိတ်ကို အမှီပြုအင်အားစုများ' ဆိုတာ စေတသိက်များပဲ ဖြစ်ပါတယ်၊ စေတသိက်ဆိုတာ စေတသိက– စိတ်ကို မှီဖြစ်နေတဲ့ သဘာဝတရားလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ စိတ်ကို အမှီပြုဖြစ်တယ် ဆိုတာ စိတ်နှင့်စပ်ပြီး ဖြစ်နေတာ၊ စိတ်မဖြစ်ရင် သူတို့ ဖြစ်လို့ မရဘူး၊ စိတ်နဲ့အတူတကွ ဖြစ်လို့ စိတ်ကို မှီပြီးတော့ ဖြစ်ရတာ ဖြစ်သောကြောင့် **စေတသိက**၊ ထိုစေတသိကကိုပဲ စေတသိက်လို့ မြန်မာမှု ပြုထားတာ၊ အဲဒီတော့ ဒီ စေတသိကဆိုတဲ့ စကားလုံးမှာ **စေတ**–ဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ **စိတ္တ**–ဆိုတဲ့ စကားလုံး နှစ်ခုဟာ အဓိပ္ပါယ်တူတယ်လို့ မှတ်ရမယ်။

စိတ်ကို ရည်ညွှန်းတဲ့ စကားလုံးတွေထဲမှာ "စေတ" ဆိုတာလည်း စိတ်ကို ရည်ညွှန်းတယ်၊ "စိတ္တ" ဆိုတာလည်း စိတ်ကို

http://www.dhammadownload.com

ရှည်ညွှန်းတယ်၊ 'မန'လို့ ဆိုတာလည်း စိတ်ကို ရည်ညွှန်းတယ်၊ 'ဝိညာဏ'လို့ ဆိုတာလည်း စိတ်ကိုပဲ ရည်ညွှန်းတယ်၊ အားလုံး စိတ်ရဲ့ ဝေါဟာရတွေပေါ့၊ **စေတသိက**– စိတ်ကို အမှီပြုပြီး ဖြစ်လာတဲ့ တရားတွေ၊ အဲဒီ တရားတွေဟာ ၅၂– မျိုး ရှိတယ်၊ ဒီကနေ့ စိတ်ကို အမှီပြုပြီးတော့ စိတ်ရဲ့ အင်အားစုများဖြစ်တဲ့ စေတသိက်က ၁၃–မျိုး ရှိတယ်၊ အဲဒီ ၁၃–မျိုးကို **အညသမာန** လို့ အမည်ပေးထားတယ်၊ တခြားတစ်ပါး မိမိမှီရာတရားတွေနဲ့ အလားတူတယ်လို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ အဲဒီစေတသိက် ၁၃– မျိုးကို 'အညသမာန်းစေတသိက်'လို့ ဒီလိုပဲ မှတ်ကြမယ်။

အညသမာန်းစေတသိက်

အည–ဆိုတာ အခြားတစ်ပါး၊ **သမာန**–ဆိုတာ တူတာ၊ ဆိုလိုတာက အကောင်းနဲ့တွဲရင် အကောင်း ဖြစ်တယ်၊ အဆိုး နဲ့တွဲရင် အဆိုးဖြစ်တယ်၊ ဘယ်အရာနဲ့ပဲတွဲတွဲ အကောင်းအဆိုး ဒီနှစ်မျိုးစလုံး လိုက်လျောညီထွေဖြစ်တဲ့ စေတသိက်တွေလို့ ပြော တာနော်၊ အဲဒီ အညသမာနဆိုတဲ့ ဒီ စေတသိက် ၁၃–မျိုးထဲမှာ ထပ်ပြီးတော့ ခွဲလိုက်တယ်။

သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ စေတသိက်က (၇)ခု၊ **သဗ္ဗစိတ္တ**– စိတ်အားလုံးနဲ့၊ **သာဓာရဏ**– ဆက်ဆံတဲ့စေတသိက်တဲ့၊ ပကိဏ္ဏက စေတသိက်က (၆)ခုတဲ့၊ **ပကိဏ္ဏက**– တချို့စိတ်နဲ့ တွဲတယ်၊ တချို့စိတ်နဲ့ မတွဲဘူး၊ ပုံမှန်မရှိတဲ့ စေတသိက်။ စိတ်နှင့်ယှဉ်မှု အစုပြုတဲ့အခါမှာ လွယ်ကူမှုရှိအောင် ဒီလို ခွဲခြားချက်ကလေးတွေနဲ့ သတ်မှတ်ထားတာနော်။

http://www.dhammadownload.com

၈–မျိုးပါတဲ့ တစ်ခု

စိတ်ဖြစ်တိုင်း စိတ်ဖြစ်တိုင်း စေတသိက် ၇–ခုက ပါတယ်၊ စေတသိက်မပါဘဲနဲ့ စိတ်ချည့် မဖြစ်ဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ စေတသိက်တွေဟာ စိတ်ရဲ့အင်အားစုတွေပဲ၊ စိတ်ဆိုသည်မှာ အာရုံကို သိတတ်တဲ့ သဘောလေး တစ်ခုတည်းသာ ရှိတယ်၊ အဲဒီ အာရုံကို သိတတ်တဲ့သဘောကို မှီပြီးတော့ ဖြစ်တဲ့ စေတသိက်က ၇–ခု။ စိတ်က ၁–ခု၊ စေတသိက်က ၇–ခု၊ စုပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ ၈–ခု၊ အဲဒီ ၈–ခုသည် ခွဲလို့ မရတဲ့ ၈–ခု၊ ခုခေတ်ဆို လို့ရှိရင် 8 in 1 ပေါ့၊ ၈–ခုကိုမှ တစ်စုဖွဲ့ထားတာလို့ ပြောတာ။

ရုပ်အကြောင်း ပြောတုန်းကလည်း အတူတူပဲ၊ ရုပ်ရဲ့ အင်အားစုတွေက ၈–ခု၊ ရှစ်ခုနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတာ၊ တစ်မျိုးတည်း မဟုတ်ဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့ ရှစ်ခုလို့ ပြောရတာတုန်းဆိုရင် သူတို့ရဲ့ သဘာဝလက္ခဏာတွေက တစ်ခုနဲ့ တစ်ခု မတူညီကြဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ ၈–မျိုး, ၈–ခု ဒီလို တွက်တာနော်၊ လက္ခဏာ Characteristic ချင်း မတူဘူး၊ Function ချင်းလည်း မတူဘူး၊ မတူတဲ့ သဘာဝတွေ ပေါင်းစပ်ပြီး ထားတာ၊ တူတာတွေချည်းပဲ ဆိုရင် အလုပ် ဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်မှာ၊ မတူတာတွေ ပေါင်းထားတယ် ဆိုတာ ဘုန်းကြီးတို့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာပဲ ကြည့်၊ မျက်စိတဲ့၊ နားတဲ့၊ နှာခေါင်းတဲ့၊ လျှာတဲ့၊ ကိုယ်တဲ့၊ တူရဲ့လား၊ မတူဘူး။

ဆောင်ရွက်မှုချင်း မတူ

မျက်စိရဲ့ Function က မျက်စိရဲ့ဆောင်ရွက်မှုက အဆင်း အာရုံကို မြင်တာ၊ သို့သော် အသံမကြားနိုင်ဘူး၊ အနံ့လည်း

http://www.dhammadownload.com

မရှုနိုင်ဘူး၊ အရသာလည်း မသိဘူး၊ ဟုတ်ရဲ့လား၊ အရသာ မသိလို့၊ တစ်ခါတရံ ချိုတယ်ထင်ပြီး သောက်လိုက် ချဉ်တာတွေနဲ့ တွေ့နေတယ်၊ မျက်စိက ကြည့်ရုံနဲ့တော့ မသိဘူး၊ သို့သော် စိတ်က မှတ်သားထားသည့် အတွက်ကြောင့် ဒါမျိုးဆိုရင် အချိုပဲ၊ ဒါမျိုးဆိုရင် အချဉ်လို့ ဆိုတာတော့ နည်းနည်းပါးပါး ခန့်မှန်းလို့ ရတယ်ပေါ့၊ အဲဒီ ခန့်မှန်းချက်က တစ်ခါတရံ လွဲသွားတတ်သေးတယ်နော်။

တကယ် အရသာကို လျှာနဲ့မှ သိတာလို့ ဒီလို မှတ်ရတယ်၊ ခန္ဓာကိုယ်မှာလည်း ကြည့်၊ မတူတဲ့ သဘာဝတွေ ပေါင်းစုထားတာနော်၊ ထို့အတူပဲ ရုပ်ခန္ဓာကြီးက မတူတာတွေ စုထားသလို စိတ်မှာလည်းပဲ မတူတာတွေ စုထားတယ်၊ စိတ်လို့ တစ်လုံးတည်း ပြောနေတာ၊ အနည်းဆုံး ၈–ခု စုထားတယ်၊ ဒီထက် ပိုများဖို့ပဲ ရှိတယ်၊ ၈–ခုအောက် လျော့တာမရှိဘူး၊ ၈–ခု စုထားမှ သူက အလုပ်ဖြစ်တယ်၊ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု သွင်ပြင်လက္ခဏာနဲ့ ဆောင်ရွက်ပုံချင်း မတူကြတာကိုး။

ကားပဲ ကြည့်ပါဦး၊ ပစ္စည်းတွေ အများကြီး စုထားတာ မဟုတ်လား၊ အကြမ်းဖျင်းပြောရင် ကားဘော်ဒီ ရှိရတယ်၊ ဘီး ရှိရတယ်၊ အင်ဂျင် ရှိရတယ်၊ ဓာတ်ဆီ ရှိရတယ်၊ မောင်းဖို့ ဆိုရင် ဒရိုင်ဘာ ရှိရတယ်၊ အကုန်လုံးပေါင်းမှ ကားက သွားလို့ရတာနော်၊ တစ်ခုခု ပျက်နေတယ်ဆိုလို့ရှိရင် သွားလို့ မရဘူး၊ နောက်ဆုံးမှာ ဝါယာကြိုးလေး တစ်ချောင်း ပြုတ်နေတယ် ဆိုရင်တောင် ကားစက်နှိုးလို့ရမှာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒါတွေ အကုန်ပေါင်းလိုက်မှ အလုပ်ဖြစ်တာ၊ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု တူလားလို့ ဆိုတော့

http://www.dhammadownload.com

မတူကြဘူး၊ မတူတာတွေ ပေါင်းထားတာ။

ထို့အတူပဲ၊ စိတ်မှာလည်း မတူတာတွေ ပေါင်းထားတဲ့ ၈–ခုဆိုတာ သိအောင် ကြိုးစားရမယ်၊ အဲဒီ စိတ်တိုင်းမှာ ပါဝင်နေတာက ၇–ခု၊ တချို့စိတ်တွေမှာ ပါပြီး၊ တချို့စိတ်တွေမှာ မပါတာက ၆–ခု ပေါင်းလိုက်တော့ ၁၃–ခု၊ အဲဒီ ၁၃–ခုကို အကောင်းလို့လည်း ပြောလို့မရဘူး၊ အဆိုးလို့လည်း ပြောလို့ မရဘူး၊ သဘာဝစိတ်ရဲ့ အင်အားစုတွေပဲ၊သူတို့နဲ့ ယှဉ်တွဲနေတဲ့ စိတ်ကို စိတ်ကောင်းလို့လည်း ပြောလို့မရဘူး၊ စိတ်ယုတ်လို့လည်း ပြောလို့မရဘူး။

ပေါင်းဆုံမှ အလုပ်ဖြစ်

သို့သော် သူတို့ မပါလို့ရှိရင် စိတ်ဆိုတာ အာရုံသိမှုက လွဲလို့ တခြား ဘာကိုမှ ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိမှာ မဟုတ်ဘူး၊ စိတ်ရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်တွေဟာ ဟောဒီ စေတသိက်တွေနဲ့ တွဲဖက်တော့မှ ဆောင်ရွက်လို့ ရတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ကြည့်၊ ခြေထောက် ပါရတယ်၊ လက် ပါရတယ်၊ ခေါင်း ပါရတယ်၊ အကုန်လုံး ပေါင်းစပ်မှ သွားတာတို့, စားတာတို့ ဖြစ်တာ မဟုတ်လား၊ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အသေးစိတ် စဉ်းစားကြည့်၊ ပါးစပ်တစ်ခု တည်း ရှိလို့ စားလို့မရဘူးနော်၊ လက်က ယူပေးရတယ်၊ လက်က ယူပေးတာ ပါးစပ်က ဖွင့်မပေးဘူးဆို မရပြန်ဘူး၊ ပါးစပ်က အနီးရောက်မှ ဖွင့်ပေးရတယ်၊ ပါးစပ်ထဲထည့်လိုက်လို့ သွားက ဝါးမပေး ပြန်ဘူးဆိုတော့လည်း မရပြန်ဘူး၊ ဝါးတော့ ဝါးတယ်၊ လျှာက နေပြီးတော့ လှည့်မပေးဘူးဆိုတော့လည်း မရပြန်ဘူး၊

http://www.dhammadownload.com

သဘာဝတွေက အကုန်လုံး စုပေါင်းပြီး စက်ရုံကြီးလိုပဲ တစ်ခုပြီး တစ်ခု၊ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်စပ်လုပ်နေတဲ့ သဘောတွေ၊ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်တွင်ပဲ ကြည့်လိုက်ပေါ့။

ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာသိခြင်း အကျိုး

ဒါဖြင့် ဒါတွေကို သိတော့ ဘာအကျိုး ရှိသလဲဆိုတော့ "ငါ"လို့ တစ်သံသရာလုံး ထင်လာတဲ့ အထင်ကြီးဟာ "သြော်-ငါ မဟုတ်ပါလား၊ သူ့ဟာသူ လုပ်နေကြတာပါလား၊ သူ့အကြောင်းနဲ့သူ, သူ့ကိစ္စသူ လုပ်နေကြတာပါလား"ဆိုတဲ့ ဒီလို မှန်ကန်တဲ့ အမြင်တစ်မျိုး ရလာနိုင်တယ်၊ ဒါဟာ အကျိုးပဲ။ တစ်သံသရာလုံး ငါလို့ ထင်လာတဲ့ အစွဲကြီးဟာ ပျောက်သွားနိုင်တယ်၊ တစ်သံသရာလုံး ငါ့ဥစ္စာလို့ ထင်လာတာလည်း "သြော်-ငါ့ဥစ္စာ မဟုတ်ဘူး၊ သူ့အကြောင်းနဲ့သူ၊ သူတို့ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ ကိစ္စတွေ သူ့ဟာသူ လုပ်နေကြတာ၊ ငါလုပ်နိုင်းတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ သူ့ဟာသူ လုပ်နေကြတာ" ဆိုတဲ့သဘောလေး ပေါ်မလာဘူးလား၊ မှန်ကန်တဲ့ အမြင်ရဖို့ရာအတွက် အခုလို Analize ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာတဲ့ အသိဉာဏ် ရဖို့ရာအတွက် အဘိဓမ္မာကို လေ့လာကြရတာ။

မလေ့လာလို့ အဘိဓမ္မာသဘောကို မသိလို့ရှိရင် ဝိပဿနာဉာဏ် ထပ်ဆင့်ဖြစ်ဖို့ မလွယ်ဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကြည့်လေ၊ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ဖို့ရာအတွက် "နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်" ဆိုတဲ့ ရုပ်နဲ့နာမ် နှစ်ခု ခွဲခြားသိဖို့ဆိုတာ အရင်လာရတယ်၊ ပြီးတော့ ဒီ ရုပ်နဲ့နာမ် ဘာကြောင့် ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ "ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်"နဲ့ အမှန် သိဖို့လိုတယ်၊ အဲဒီ နောက်မှ ဝိပဿနာ

http://www.dhammadownload.com

ဉာဏ်တွေက လာတာ၊ အဲဒီတော့ ဝိပဿနာဉာဏ်ကို လမ်းခင်း ပေးဖို့ရာအတွက် ဒီအဘိဓမ္မာဉာဏ်ဆိုတာ ရှိကို ရှိရမယ်နော်၊ ဒီတော့မှ လမ်းကြောင်းဟာ ရှင်းသွားပြီးတော့ အမြင်တွေ မှန်လာမယ်၊ သံသရာက စွဲနိုင်တဲ့ အစွဲတွေကို ဖြုတ်နိုင်မယ်လို့ ဒီလို သဘောကျရမယ်။

စိတ်ဦးဆောင်ပြီး ဖြစ်လာတဲ့ ဒီသဘာဝ ၈–ခုဟာ ဘယ်လောက်ထိအောင် တွဲတုန်းဆိုရင် သူက တစ်ခုတည်းလို့ ထင်ရအောင် တွဲတယ်၊ တစ်ခုတည်းလို့ ထင်ရအောင် တွဲတယ် ဆိုတာ ဘယ်လိုထိအောင် တစ်ပါးတည်းလို့ ထင်ရသလဲဆိုရင် ပေါ်လာတဲ့ နေရာကလည်း တစ်နေရာတည်းက ပေါ်လာတာ၊ Base လို့ ခေါ်တယ်၊ မှီရာဝတ္ထုတစ်ခုတည်းက ပေါ်လာတာ။

ဥပမာ– မျက်စိက ပေါ်လာရင် မျက်စိဆိုတဲ့ မှီရာတစ်ခု တည်းမှာ ဒီ ၈–ခုက ပေါ်တယ်၊ အသံကို ကြားပြီးတော့ နားက ပေါ်တယ်ဆိုရင်လည်း ဒီ ၈–ခုစလုံးဟာ တစ်ခုက မျက်စိက ပေါ်ပြီး တစ်ခုက နားမှ ပေါ်တာ၊ ဒီလို မဟုတ်ဘူး၊ နားကပေါ်တဲ့ အုပ်စုဆိုရင် နားကပဲ ပေါ်တယ်၊ နှာခေါင်းက ပေါ်လာတယ် ဆိုရင် နှာခေါင်းကချည်းပဲ ပေါ်တယ်၊ လျှာကို မှီပြီး ပေါ်လာတယ် ဆိုရင်လည်း လျှာကပဲ ပေါ်တယ်၊ ခန္ဓာကိုယ် ကာယပသာဒကို မှီပြီး ပေါ်လာတယ်ဆိုရင်လည်း ခန္ဓာကိုယ်ကပဲ ပေါ်တယ်၊ မှီရာ ဝတ္ထုရုပ်ချင်း တူတယ်တဲ့။

ဒါတင်ပဲလားဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး၊ သူတို့ ရရှိထားတဲ့ အာရုံကလည်း အတူတူပဲတဲ့၊ မှီရာတူသလို အာရုံလည်း တူရမယ်၊ ဒီလို တူညီနေတဲ့ ဒီသဘာဝ ၈–ခုဟာ ဖြစ်တော့လည်း

http://www.dhammadownload.com

တစ်ပြိုင်နက် ဖြစ်လာတယ်၊ ပျက်တော့လည်း တစ်ပြိုင်နက် ပျက်သွားတယ်ဆိုတော့ တစ်ခုတည်းကို ဖြစ်မနေပေဘူးလား၊ သို့သော် သူတို့ရဲ့ ဆောင်ရွက်ချက်တွေက တစ်ခုတည်း မဟုတ်ဘူးတဲ့။

ကားကြီး လမ်းပေါ်မှာ ပြေးနေတာ ဓာတ်ဆီကလည်း ဓာတ်ဆီအလုပ် လုပ်တယ်၊ အင်ဂျင်ကလည်း အင်ဂျင်အလုပ် လုပ်တယ်၊ ဒရိုင်ဘာကလည်း ဒရိုင်ဘာအလုပ် လုပ်ရတယ်၊ ဘီးကလည်း ဘီးအလုပ် လုပ်ရတယ်၊ သူ့ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ အလုပ်တွေ လုပ်နေတာ၊ သို့သော် ကားလမ်းပေါ်မှာ ပြေးနေတယ် ဆိုတဲ့ တစ်ခုပဲ ဖြစ်တာ။

လူတွေ လမ်းလျှောက်တဲ့ နေရာမှာလည်းပဲ မျက်စိက လမ်းကို ကြည့်ပေးရတယ်၊ ခြေထောက်က လျှောက်ပေးရတယ်၊ ကျန်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းတွေက balance ဖြစ်အောင် ညှိပေးရတယ်၊ ဟောကြည့် စုပေါင်းပြီးတော့ သူ့အလုပ်သူ လုပ်သွားကြတာ၊ အဲဒီလို သဘာဝချင်း မတူတဲ့အရာတွေ ပေါင်းစပ်ပြီးတော့ သူ့အလုပ်သူ လုပ်နေတာတွေ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ရှိနေတယ်။

သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ

အဲဒီတော့ စိတ်ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တဲ့ စေတသိက် ၇-ခုဆိုတာ ပါဠိလို **ဖဿ, ဝေဒနာ, သညာ, စေတနာ, ဧကဂ္ဂတာ, ဇီဝိတိန္ဒြိယ, မနသိကာရ**ဆိုတဲ့ သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ ၇-ခုကို ခေါ်တယ်၊ စိတ်အားလုံးနဲ့ ဆက်ဆံတဲ့ စေတသိက်။

(၁) ဖဿတဲ့၊ ဖဿက စဖြစ်လို့ ဖဿကို နံပါတ် ၁-လို့ ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ ဒါက ဟောတဲ့ပြောတဲ့ အစဉ်နဲ့ ပြောတာ

http://www.dhammadownload.com

နော်၊ သူတို့ အားလုံးက စိတ်ဖြစ်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်တည်း ဖြစ်ကြတာ၊ ဖဿဆိုတာ အာရုံနဲ့ ထိတွေ့မှု၊ ဒီလို အဓိပ္ပါယ် ရတယ်၊ စိတ်နဲ့ အာရုံနဲ့ ထိတွေ့သွားတဲ့သဘောဟာ ဖဿ။

(၂) **ဝေဒနာ** – ခံစားမှု၊

(၃) **သညာ** – အမှတ်အသား ပြုပြီးတော့ သိမှု၊

(၄) **စေတနာ** – လှုံ့ဆော်စည်းရုံးမှု ဖြစ်ဖက် သဘာဝ တရားတွေကို လှုံ့ဆော်ပြီးတော့ စုစည်းပေးတဲ့သဘော၊

(၅) **ဧကဂ္ဂတာ** – အာရုံတစ်ခုတည်းပေါ်မှာ စုကျနေအောင် ဦးတည်ချက်တစ်ခုတည်း ထားပေးမှု၊

(၆) **ဇီဝိတိန္ဒြိယ** – စောင့်ရှောက်တဲ့နေရာမှာ ပိုင်စိုးတဲ့ အသက်လို့ခေါ်တဲ့ သဘာဝတရားတစ်ခု။ သူရဲ့ ဆောင်ရွက်မှု ကတော့ ဒီသဘာဝတရားတွေ ထပ်ထပ်ပြီးတော့ ဖြစ်နေအောင်၊ ဖြစ်နေတဲ့ အချိန်ပိုင်းတွေ၊ သူကနေ အကာအကွယ် တော်တော် ပေးတယ်၊ ပြောမယ်ဆိုရင် Preserve လုပ်ပေးတယ်နော်၊ ဆိုင်ရာ သက်တမ်းလေးအတွင်း ပျက်စီးမသွားအောင် သူက Preserve လုပ်ပေးထားတာ၊ ထိန်းပေးတယ်လို့ ပြောတယ်။

နောက်နံပါတ် (၇) **မနသိကာရ**ဆိုတာ နှလုံးသွင်းတယ်လို့ ပြောတယ်၊ အာရုံရှိတဲ့ဘက်ကို စိတ်ကို ဦးလှည့်ပေးတာ၊ စိတ်နဲ့အာရုံ တွဲသွားအောင် အာရုံဘက် စိတ်ကို ဦးလှည့်ပေးတဲ့ သဘော၊ ကဲ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ဆောင်ရွက်မှုချင်း တူကြရဲ့လား။

ဆောင်ရွက်မှုကိစ္စများ

ဖဿက အာရုံနဲ့စိတ်ကို ဆုံစည်းပေးတာ၊ ဝေဒနာက အာရုံနဲ့ သဘာဝကို အတွေ့အကြုံ ရသွားတာ၊ ခံစားတာ၊

http://www.dhammadownload.com

သညာက အမှတ်အသား လုပ်ပြီး သိလိုက်တာ၊ စေတနာက လှုံ့ဆော်ပြီး စည်းရုံးတာ၊ အားလုံး အတူတူ ဆောင်ရွက်ရအောင် သူ့ကိစ္စသူ ဆောင်ရွက်အောင် စေတနာက လှုံ့ဆော်တယ်၊ စည်းရုံးတယ်၊ ဧကဂ္ဂတာဆိုတာ အာရုံတစ်ခုတည်းပေါ်မှာ ကျသွားအောင် ပေါင်းပေးတယ်၊ ဇီဝိတိန္ဒြေဆိုတာ ဖြစ်လာတဲ့ သဘာဝတရားတွေ ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ပြီးတော့ ပေးတယ်၊ မနသိကာရဆိုတာ စိတ်ကို အာရုံဘက်ကို လှည့်ပေးတယ်၊ နှလုံး သွင်းတယ်လို့ ပြောတယ်။

အဲဒီ သဘာဝတရားတွေ စိတ်ရယ်၊ ဟောဒီ သဘာဝ စေတသိက် ၇–မျိုးရယ်ဟာ ခွဲလို့မရအောင် တစ်ခုတည်း အနေနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီးတော့ ဖြစ်နေကြတယ်တဲ့၊ Unity of mind လို့ ပြောတယ်၊ လူရဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်မှာ အင်မတန် သေးငယ်တဲ့ cell လေးတစ်ခုမှာ တောင်မှပဲ ရုပ် ၈–ခု၊ ၉–ခု၊ ၁၀–ခု ပေါင်း နေတာနော်၊ အခု စိတ်ကလည်း အတူတူပဲ၊ သာမန်စိတ်ကလေး အင်အား အနည်း ဆုံး စိတ်လေးတစ်ခုမှာ စိတ်တစ်ခုနဲ့ စေတသိက် ၇–ခု၊ ဟောဒီ ၈–ခု ပေါင်းနေတာပဲ။

ဒီနေရာမှာ ဘယ်လို နားလည်ရမလဲဆိုရင် စဉ်းစားကြည့် ပါ၊ စိတ်နဲ့ အာရုံနဲ့ တွေ့ဖို့ရာအတွက် တွေ့ဆုံပေးတဲ့ သဘာဝ မပါရင် စိတ်က အာရုံနဲ့တွေ့ဆုံတာ သူမလုပ်နိုင်ဘူး၊ ခံစားတာ သူမလုပ်နိုင်ဘူး၊ မှတ်တမ်းတင်တာ သူမလုပ်နိုင်ဘူး၊ လှုံ့ဆော် တာ စည်းရုံးတာ သူ့အလုပ် မဟုတ်ဘူး၊ ဟုတ်ရဲ့လား၊ စုစည်း ပေးတာ သူ့အလုပ် မဟုတ်ဘူး၊ အာရုံတစ်ခုတည်းပေါ်မှာ စုနေ အောင်လုပ်တာ၊ သူ့အလုပ် မဟုတ်ဘူး၊ စောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်း

http://www.dhammadownload.com

ပေးတာလည်း သူ့အလုပ် မဟုတ်ဘူး၊ အာရုံရှိရာကို ဦးလှည့်ပေးတာလည်း သူ့အလုပ် မဟုတ်ဘူး။

သူ့လုပ်တာက အာရုံကို သိလိုက်တဲ့သဘောလေးပဲ၊ ဒါပဲ သူလုပ်နိုင်တာ၊ ဒီသဘာဝတရားလေးတွေဟာ သူ့ဟာသူ စုစည်းပေးတာ၊ စိတ်ကလေးကို အာရုံနဲ့ တွေ့ဖို့ရာအတွက် ဖဿဆိုတဲ့ အာရုံနဲ့ ဆုံတွေ့ပေးတဲ့ သဘာဝလေးတစ်ခု ရှိကို ရှိရတယ်၊ သူမရှိရင် အာရုံနဲ့ မဆုံတွေ့နိုင်ဘူးပေါ့၊ အာရုံနဲ့ ဆုံတွေ့သွားတဲ့အခါမှာ အာရုံရဲ့သဘောကို ခံစားလိုက်တာ၊ အတွေ့အကြုံတစ်ခု ရလိုက်တာ၊ လူတွေက ပြောတယ်၊ အတွေ့အကြုံလို့ ပြောကြတယ်၊ ခံစားတယ်လို့ဆိုရင် တစ်ခါတလေ သဘောမပေါက်ဘဲ နေတယ်၊ ခံစားတယ်ဆိုတာ ဒီအာရုံလေး တွေ့တဲ့အခါ စိတ်ထဲမှာ ပျော်သွားတယ်၊ စိတ်ညစ်သွားတယ်၊ အဲဒါ ခံစားတာ၊ အတွေ့အကြုံ ရသွားတာ၊ အဲဒီတော့ တစ်ခုချင်း ပြောရအောင်။

ဖဿဖြစ်ပုံ

(၁) ဖဿဆိုတဲ့ သဘာဝတရားဟာ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တိုင်က စိတ်ပေါ်လာမှ ပေါ်တယ်ဆိုတာ ဟောတော်မူထားတယ်။

စက္ခုံ စ ပဋိစ္စ ရူပေ စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ စက္ခုဝိညာဏံ၊
တိဏ္ဏံ သင်္ဂတိ ဖဿော။

စက္ခုံစ– စက္ခုပသာဒရုပ်ကိုလည်းကောင်း၊ (စက္ခုပသာဒရုပ်ဆိုတာ ကံက ဖန်တီးပေးထားတယ်၊ ကံကြောင့် ဖြစ်လာတဲ့ ရုပ်တစ်ခု၊) **ရူပေ စ**– စက္ခုပသာဒရုပ်ပေါ်မှာ ထင်လာတဲ့ အဆင်း ရူပါရုံတို့ကိုလည်းကောင်း၊ **ပဋိစ္စ**– အစွဲပြု၍၊ **စက္ခုဝိညာဏံ**– မြင်သိစိတ်ကလေးသည် (ဝါ) စက္ခုပသာဒရုပ်ပေါ်မှာ

http://www.dhammadownload.com

အမှီပြုပြီးတော့ ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ကလေးသည်၊ ဥပ္ပန္နတိ- ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။

စိတ်ကလေး ဖြစ်ပုံကို ဟောဒီ ပါဠိတော်က ဟောထားတာ၊ ဒါ ကိုယ်တိုင် နားလည်လို့ ရတာပဲ၊ ကိုယ့်မှာ မျက်စိရှိတယ်၊ မျက်စိရှိတော့ ပြင်ပက မြင်စရာအာရုံက မျက်စိမှာ လာတိုက်တယ်၊ တိုက်လိုက်တဲ့အတွက်ကြောင့် မြင်သိစိတ်ကလေး ပေါ်လာတယ်၊ မျက်စိမှိတ်ထားရင် ဒီစိတ် မပေါ်ဘူးလေ၊ မြင်လိုက်တယ်ဆိုတာ မျက်စိဖွင့်ထားလို့၊ မျက်စိကို အာရုံလာထိမှ မြင်သိစိတ်ကလေး ပေါ်တယ်ဆိုတာ လေ့လာကြည့်၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် မျက်လုံးလေး ဖွင့်လိုက်တာ၊ ကြည့်လိုက်တာနဲ့၊ ကိုယ့်ရှေ့မှာ မြင်စရာတွေ မြင်မနေဘူးလား၊ မြင်တာလည်း တစ်ခါတည်း မြင်တာမဟုတ်ဘူး၊ ဟိုဟာလေး မြင်လိုက်၊ ဒါလေး မြင်လိုက်၊ သိပ်မြန်လွန်းအားကြီးတော့ တစ်ခါတည်း အကုန်မြင်တယ် ထင်နေတာနော်။

စိတ်ဆိုတာ အလွန်မြန်တယ်၊ အာရုံအမျိုးမျိုးကို အကုန် ဖမ်းယူနိုင်တယ်၊ ပန်းပွင့်လေး ကြည့်လိုက်၊ ပန်းပွင့်လေးမှာ အဖြူတွေလည်း ပါတယ်၊ အနီတွေလည်း ပါတယ်၊ ရောင်စုံဆိုပါတော့၊ စိတ်က ထင်လိုက်တာ၊ ဒီရောင်စုံ အကုန်လုံး တစ်ခါတည်း မြင်တယ်လို့ ထင်လိုက်တာ၊ တကယ်တော့ မဟုတ်ဘူး၊ အာရုံပြုတဲ့ ဆီမှာ အသွားမြန်တာ၊ တစ်ခါတည်း မြင်လိုက်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒီလောက် မြန်တာရော ဖြစ်နိုင်ပါ့မလားဆိုတော့ ဖြစ်နိုင်တာပေါ့။

ဘောလုံးကလေးတွေ လက်ထဲမှာ ဟိုဘက် ၁၀-လုံး၊ ဒီဘက် ၁၀-လုံးနဲ့ ဘောလုံးလေးကို မြှောက်ပြီး ဖမ်းတဲ့လူ မြင်ဖူး

http://www.dhammadownload.com

တယ် မဟုတ်လား၊ တစ်လုံးမှ လွတ်မကျအောင် ဖမ်းနိုင်တာ၊ ဒါ ကျင့်ထားတဲ့ လက်ရဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိပဲလေ၊ ဒီမျက်စိဆိုတာ ကံကပေးတဲ့ စွမ်းအားသတ္တိတွေ၊ သူက အပြည့်ရှိနေတာ၊ စိတ်က လည်း ကံကပေးတဲ့ စွမ်းအားသတ္တိတွေ ရှိနေတာဆိုတော့ ကြည့်လေ၊ အာရုံအကုန်လုံးကို သူ ဖမ်းမိတယ်၊ မလွတ်တမ်း ဖမ်းထားတာ၊ အကုန်လုံး ဖမ်းမိနိုင်တယ်၊ စက္ခုပသာဒရယ် မြင်စရာအာရုံလေးရယ် ဒီ နှစ်ခုပေါင်းစပ်လိုက်လို့ မြင်သိစိတ် (သို့) စက္ခုပသာဒကို မှီပြီးတော့ ဖြစ်လာတဲ့ စိတ်ကလေး ပေါ်လာ ရတယ်တဲ့။

တိဏ္ဏံ သင်္ဂတိ ဖဿော – ဒီ သုံးခု ပေါင်းစပ်သွားတဲ့အခါ ဘာပေါ်လာတုံးဆိုတော့ ဖဿပေါ်လာတာကို ပြောတာ၊ စက္ခု ဝိညာဏ်စိတ်ဆိုတဲ့ မြင်သိစိတ်ကလေး ပေါ်လာတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ထိုအာရုံနဲ့ ဒီစိတ်ကလေး တွေ့သွားအောင် ဘာလုပ်ပေးလိုက်လဲ ဆိုတော့ ဖဿက လုပ်ပေးတာတဲ့၊ **တိဏ္ဏံ**– စက္ခုပသာဒ၊ ရူပါရုံ၊ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်ဆိုတဲ့ ဒီ သုံးမျိုးတို့ရဲ့၊ **သင်္ဂတိ**– ပေါင်းဆုံမှု ကြောင့်၊ **ဖဿော**– ဖဿဆိုတာ ပေါ်လာရတယ်၊ စက္ခုဝိညာဏ် စိတ် မပေါ်ဘဲ ဖဿ မပေါ်ဘူး၊ သို့သော် စက္ခု ဝိညာဏ်စိတ်က အရင်ပေါ်ပြီးတော့ ဖဿက နောက်မှ ပေါ်လာ တာလားဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး၊ တစ်ခါတည်း ပေါ်တာ။

ဘယ်မှာ ပေါ်တုန်းဆိုတော့ စက္ခုပသာဒရုပ်မှာ ပေါ်လာ တာ၊ ရူပါရုံမှာ ပေါ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ စက္ခုပသာဒရုပ်ကို မှီပြီးတော့ ဖြစ်လာကြတာ၊ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်က အဲဒီလိုဖြစ်တော့ စက္ခု

http://www.dhammadownload.com

ဝိညာဏ်စိတ်ကို မှီပြီးတော့ ဖဿလေးက ပေါ်လာတာ၊ အဲလို ဖဿဆိုတာ အာရုံလေးနဲ့ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်ကလေးနဲ့ ရူပါရုံကလေးနဲ့ ဆုံမိသွားအောင် သူက ဆက်သွယ်ပေးတဲ့သဘောပဲ၊ Comunication လုပ်ပေးလိုက်တာ၊ အာရုံနဲ့စိတ် ဆက်သွယ်မှု ရသွားတာ၊ Intouch ပေါ့၊ အခုလို ပြောရင် ရူပါရုံနဲ့ စက္ခုပသာဒ ထင်ဟပ်လာတဲ့အခါ စိတ်နဲ့ အာရုံနဲ့ တွေ့သွားအောင် သူက လုပ်ပေးလိုက်တာ။

ဝေဒနာဖြစ်ပုံ

စိတ်နဲ့ အာရုံနဲ့ တွေ့သွားပြီ၊ ပန်းဆိုရင်လည်း ပန်းဆိုတဲ့ အဆင်းလေးပေါ်မှာ စိတ်ရောက်သွားပြီ၊ ပန်းဆိုတာလေးဆီ ရောက်သွားတော့ ဒီပန်းလေးက မွှေးတယ်၊ မမွှေးဘူး၊ လှတယ်၊ မလှဘူးဆိုတဲ့ အတွေးလေးတွေ နောက်က ဆက်လာတယ်၊ အဲဒီ အတွေးလေးတွေ ဆက်လာတာက အရင်တုန်းက အတွေ့အကြုံရှိလို့၊ မရှိဘဲနဲ့ မဆက်နိုင်ဘူး၊ အဲဒီ လှတဲ့ပန်းဆိုရင် ဝမ်းသာတဲ့ ခံစားမှုလေး မလာဘူးလား၊ အဲဒီ ခံစားမှုလေး ပေါ်လာတာကိုပဲ ဝေဒနာလို့ ပြောတာ၊ အတူတူ ဖြစ်တာပေမယ့်လို့ ဒီစိတ်နဲ့ အာရုံနဲ့ ဆုံစည်းမှုဆိုတဲ့ ဖဿမရှိဘဲ ဒီ ဝေဒနာက လာလို့ မရဘူး။

ဒါကြောင့် ရှေ့နောက် သဘောမျိုးနဲ့ မြတ်စွာဘုရားက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ ဟောထားတာ "ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ"လို့၊ ဒါပေမယ့် ဖဿပေါ်ပြီးမှ ဝေဒနာပေါ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ဖဿပေါ်တဲ့ အတိုင်းအတာလောက် ဝေဒနာက ပေါ်လာတာ၊ ဒီလို ပြောတာ နော်၊ ဖဿပေါ်တာက အင်အားပျော့နေရင် ဝေဒနာလည်း

http://www.dhammadownload.com

အင်အားပျော့တယ်၊ ဖဿပေါ်မှု အင်အားကောင်းတယ်ဆိုရင် ခံစားမှုကလည်း အင်အားကောင်းတယ်၊ ဒါကို ဆိုတာနော်၊ ပေါ်တာကျတော့ သူတို့ အတူတူ ပေါ်တာပဲ၊ တစ်ပြိုင်နက် ပေါ်တာပဲ၊ ဖဿရဲ့အာရုံနဲ့ စိတ်ကို ဆုံစည်းပေးမှုက စွမ်းအား ထက်လေလေ ဝေဒနာခံစားမှုက စွမ်းအားထက်လေလေတဲ့။ ဒါကြောင့် '**တိဏ္ဏံ သင်္ဂတိ ဖဿော– ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ**''လို့ ဟောတာ၊ ဝေဒနာလေး ပေါ်လာတယ်။

ကိုယ့်စိတ်ကို ကိုယ်အကဲခတ်ကြည့်၊ ဟောဒါ ဝိပဿနာပဲ၊ စိတ္တာနုပဿနာ၊ ဓမ္မာနုပဿနာဆိုတာ အဲဒါကို ပြောတာနော်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စောင့်ကြည့်တာ၊ တယ်လီဗွီးရှင်းကို စောင့်စောင့် ကြည့်ကြတယ် မဟုတ်လား။ ကိုယ့်စိတ်လေးကိုယ် စောင့်ကြည့် ပေါ့၊ ဘယ်လို ဖြစ်နေသလဲဆိုတာ ထိုင်ပြီးတော့ ကြည့်နေ၊ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် မျက်လုံးလေးမှိတ်ပြီးတော့ စောင့်ကြည့်တဲ့အခါမှာ သတိ ကြီးစွာရှိရမယ်၊ စိတ်တည်ငြိမ်မှု ရှိရမယ်၊ ထိုင်တော့ ကြည့်တယ်၊ ဟိုတွေးဒီတွေးဆို အများကြီး လွတ်ကုန်မှာပဲ၊ တယ်လီဗွီးရှင်း ကြည့်တုန်းတောင်မှ ဟိုတွေးဒီတွေး, ဟိုလှည့် စကားပြော ဒီလှည့် စကားပြောဆို ဇာတ်လမ်းတွေ လွတ်ကုန်မှာ၊ အဲဒါမျိုး မဖြစ်အောင် သမာဓိစွမ်းအားတို့ သတိစွမ်းအားတို့နဲ့ စောင့်ကြည့် လိုက်လို့ရှိရင် ဒီသဘာဝတရားတွေကို မြင်လာမယ်၊ တကယ်ဖြစ်နေတဲ့ ဖြစ်စဉ် တစ်ခု မြတ်စွာဘုရားက ဟောတာ။

ဖဿဆိုတာ စိတ်ကို အာရုံနဲ့ ဆုံစည်းပေးတဲ့သဘော၊ ဝေဒနာဆိုတာ စိတ်နဲ့အာရုံ ဆုံစည်းလိုက်လို့ရှိရင် ခံစားမှုလေး ပေါ်လာတာ၊ ဝေဒနာရဲ့ စွမ်းအားကြောင့် စိတ်ကလေးဟာ ခံစားမှု

http://www.dhammadownload.com

အတွေ့အကြုံ ရသွားတယ်၊ ဒြော် ဒီပန်းမျိုးဆို မွှေးတယ်၊ ဟို ပန်းမျိုးဆို မမွှေးဘူး၊ ဒီပန်းလေးက လှတယ်၊ ဟိုပန်းက မလှဘူးဆိုတဲ့ ဒီ ပျော်မှု့မပျော်မှုဆိုတဲ့ ခံစားချက်လေးတွေကို ပြောတာ။

မြန်မာပြည်မှာတော့ လူတွေက ဝေဒနာဆိုလို့ရှိရင် ရောဂါလို့ အောက်မေ့နေကြတယ်၊ ရောဂါကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒီ ဝေဒနာက feeling လို့ အင်္ဂလိပ်လို ပြန်တယ်၊ အမှန်တော့ experience လို့ ဒီလို ပြန်ဖို့ကောင်းတယ်၊ အတွေ့အကြုံလေး ရသွားတာ ၊ အတွေ့အကြုံက ဘာတုန်းဆိုရင် ဝမ်းသာတယ်ဆိုတာလည်း အတွေ့အကြုံပဲ၊ ဝမ်းနည်းတယ်ဆိုတာလည်း အတွေ့အကြုံတစ်ခုပဲလေ၊ ဝမ်းနည်းဖူးလို့ရှိရင် ဝမ်းနည်းတဲ့အတွေ့အကြုံ ခံစားချက်လေး စိတ်ထဲမှာ မပေါ်ဘူးလား၊ ဝမ်းသာတဲ့ အတွေ့ အကြုံနဲ့ တူရဲ့လား၊ မတူဘူး၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် စဉ်းစားကြည့်၊ ဝမ်းနည်းတဲ့အခါ စိတ်ဖြစ်တာ ဘယ်လိုဖြစ်သလဲ၊ ဝမ်းသာတဲ့အခါ စိတ် ဘယ်လိုဖြစ်သလဲ၊ ဝမ်းနည်းတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ဝမ်းသာတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ စပ်ကြားဆိုရင် စိတ်အခြေအနေ ဘယ်လိုရှိလဲ၊ ဝေဒနာဆိုတာ ဖြစ်နေတာနော်။

ရိပ်သာထဲမှာ ပြောတဲ့ ဝေဒနာကျော်တယ်၊ ဝေဒနာကျော်တယ်ဆိုတာ ဒုက္ခဝေဒနာကျော်တာကို ပြောတာနော်၊ ဝေဒနာကို လုံးဝ ကျော်လို့မရဘူး၊ စိတ်ရှိရင် ဝေဒနာ ရှိနေမှာပဲ၊ အဲဒါလည်း သတိထားဦး၊ ဝေဒနာကျော်လို့ ဝေဒနာ ချုပ်သွားပြီ၊ ဝေဒနာ မရှိတော့ဘူးလို့ ဒီလို ထင်နေကြတယ်၊ စိတ်ရှိနေသမျှ ဝေဒနာကတော့ ရှိနေမှာပဲ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ ကျော်သွားတယ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်ရတာ ခြေထောက်နာတာတို့၊ ကျောထဲ အောင့်တာတို့ အဲဒီ

http://www.dhammadownload.com

ဒုက္ခဝေဒနာတွေကို လွန်မြောက်သွားပြီ၊ နာတာ ကိုက်တာ ခဲတာတွေ အောင့်တာတွေ မရှိတော့ဘူးဆိုတာကို ဝေဒနာကျော်သွားတယ်လို့ ပြောနေကြတာ။

အဲဒီ ဝေဒနာဆိုတာ စာလိုပြောတော့ အာရုံ၏အရသာကို ခံစားတယ်လို့ ပြောတာ၊ အာရုံ၏ အရသာကို ခံစားတယ်ဆိုတာ ကောင်းတာဆိုရင် သူက ကောင်းတဲ့အတွေ့အကြုံလေး ရသွားတယ်၊ မကောင်းဘူးဆိုရင် မကောင်းတဲ့ အတွေ့အကြုံလေး ရသွားတယ်၊ ဝေဒနာမှာ ခံစားတဲ့သဘောလေးပဲ ရှိတယ်။

သညာဖြစ်ပုံ

ဟော နောက်တစ်ခုက သညာတဲ့၊ သူက မှတ်တမ်းတင်တယ်၊ အာရုံနဲ့စိတ် တွေ့လိုက်တဲ့ အခါမှာ ပထမဦးဆုံးတွေ့တာကို သူက မှတ်တမ်းတင်ပြီးတော့ သူသိလိုက်တယ်၊ မှတ်တမ်းတင်တယ်၊ ကြည့်လေ၊ ဘောလ်ပင်လေးနဲ့ စာအုပ်ထဲမှာ ရေးထားတာ၊ မှတ်တမ်းတင်တာပဲလေ၊ ဘာအတွက်တုံးဆိုရင် နောက်တစ်ခါ ပြန်ဖတ်ဖို့အတွက် မေ့နေလို့ရှိရင် ဒါလေး ပြန်ဖတ်ကြည့် ပေါ်မလာဘူးလား။

သညာရဲ့ သဘောကလည်း သူ့ဘာသာသူ မှတ်တယ်၊ ဒါ noting system လို့ ခေါ်တယ်၊ စိတ်ရဲ့ Note လုပ်တဲ့ မှတ်တမ်းတင်တတ်တဲ့ သဘာဝ၊ သူ့ဟာသူ ရှိပြီးသား၊ Recording System လို့ ပြောလို့ ရတာပေါ့၊ စိတ်မှာလည်းပဲ အာရုံတစ်ခု တွေ့လိုက်တာနဲ့ သူက မှတ်တမ်းတင်လိုက်တယ်၊ အဲဒါ သညာပဲ၊ အဲဒီ မှတ်တမ်းတင်တာ မမြဲလို့ သူ့ကို အထောက်အကူဖြစ်ဖို့ရာအတွက် ဘောလ်ပင်လေးနဲ့ စာရွက်ပေါ် ရေးနေ

http://www.dhammadownload.com

ရတာ၊ သူက ပျောက်လွယ်တယ်ကိုး၊ တစ်ခါတစ်ခါ ကျတော့ မေ့သွားတတ်တယ်၊ ပျောက်တတ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့လို့ လက်သမားတွေ သစ်သားတွေ ဖြတ်တဲ့အခါကျ မှတ်ထားကြတယ်လေ၊ ဒါက အထက်က, ဒါက အောက်က၊ ဒါက ဒါနဲ့ဒါ ဆက်ရမယ် ဆိုတာ မှတ်ထားရတယ်။

မှတ်ထားတာတွေကလည်း တစ်ခါတစ်ခါ လွဲလွဲမှားမှား မှတ်ထားတတ်တာ ရှိသေးတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ လူမြင်တဲ့အခါ မှားနှုတ်ဆက်တာတွေ မကြုံဖူးဘူးလား။ အင်း ပုံပန်းသဏ္ဌာန် တူရင် ဒါပဲလို့ ထင်တာ၊ သူက မှတ်ထားတဲ့အတိုင်းပဲ၊ သူက သိတာ၊ သူက ဘာမှပိုပြီး ထိုးထွင်းသိနိုင်တဲ့အစွမ်း မရှိဘူး၊ သညာက မှတ်တမ်းတင်လိုက်တဲ့အတိုင်း နောက်တစ်ခါ ဒီလိုဟာမျိုးတွေ့ရင် ဒါပဲ ထင်လိုက်တာ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒီသညာကို တစ်ခါတစ်ခါကျတော့ ဝိပ္ပလ္လာသလို့ ခေါ်တယ်။

သညာဝိပ္ပလ္လာသ

သညာဝိပ္ပလ္လာသ–သညာရဲ့ လွဲမှားမှုတွေ အများကြီး ရှိတယ်၊ အဲဒီ လွဲမှားမှု မဖြစ်အောင် မြတ်စွာဘုရားက အသုဘသညာတို့၊ အနိစ္စသညာတို့၊ ဒုက္ခသညာတို့ဆိုတာ စိတ်ထဲမှာ စွဲနေအောင် လုပ်ခိုင်းထားတာ၊ မမြဲဘူးဆိုတာ စွဲနေအောင် လေ့ကျင့်ထား၊ မလှဘူးဆိုတာ စွဲနေအောင် လေ့ကျင့်ထား၊ ရွံစရာတွေ တွေးပြီးတော့ ဟုတ်ရဲ့လား၊ အနတ္တ ကိုယ်မပိုင်ဘူး ဆိုတာတွေ စွဲနေအောင် လုပ်ထားဆိုတဲ့ သညာတွေကို မြတ်စွာဘုရားက ဟောတာ၊ ဒါက ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် ဒီသညာက သူက မှတ်တာ၊ မှတ်တဲ့အတိုင်းပဲ သိတတ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒါကြောင့်မို့ တောစပ်မှာ စိုက်ပျိုးတဲ့ လယ်ကွင်းတွေမှာဆိုရင် သမင်တွေ ကောက်စပါးပင်တွေကို ညဆို လာလာ စားတယ်၊ ဒီကောင်တွေ မလာရဲအောင် လယ်သမားတွေက ဘာလုပ်ထားတုန်းဆိုရင် စာခြောက်ရုပ် (scare crow) လုပ်ထားတယ်၊ လုပ်ပြီးတော့ လူဝတ်တဲ့ အဝတ်အစားတွေ ဝတ်ပေးထားတယ်၊ဟိုကောင်တွေကတော့ ဒါမြင်ရင် "ဟာ လူရှိတယ်ဟ"ဆိုပြီး ထွက်ပြေးကြတာ၊ စာခြောက်ရုပ် ဆိုတာကလည်း အဲဒီဟာပဲနော်၊ စာက အဟုတ်ထင်ပြီးတော့ ထွက်ပြေးတယ်လေ၊ ကျီးခြောက်တဲ့အခါလည်း ထို့အတူပဲ၊ မြားလေးပုံသဏ္ဌာန် လုပ်ထားရင် ကျီးကလန့်တယ်၊ အနားနားကို မလာရဲဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူက မှတ်ထားတာကိုး၊ ဒါ လန့်စရာလို့ သူက မှတ်ထားတာ၊ အန္တရာယ်ရှိတယ်လို့ သူက မှတ်ထားသည့် အတွက်ကြောင့် မလာရဲဘူး ကြောက်နေတယ်။

လူတွေမှာရော ဒီလို အမှတ်မှားတာ ရှိလားဆိုတော့ သညာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ သညာဝိပ္ပလ္လာသတွေ အများကြီးပဲ၊ လူတွေမှာ သညာဝိပ္ပလ္လာသဖြစ်လို့ လောဘဖြစ်တယ်၊ ဒုက္ခကို သုခလို့ ထင်တယ်နော်၊ ဆင်းရဲတာကို ချမ်းသာတယ်လို့ ထင်တယ်၊ မမြဲတာကို မြဲတယ်လို့ ထင်တယ်၊ ကိုယ်မပိုင်တာကြီးကို ပိုင်တယ်လို့ ထင်တယ်၊ မလှတာကို လှတာလို့ ထင်တယ်ဆိုတဲ့ ထင်မှတ်မှားမှုတွေ ဝိပ္ပလ္လာသ Hallucination လို့ ခေါ်တယ်။

အရက် မူးပြီဆိုရင် အရက်ကြောင်တယ်ဆိုတာ ကြားဖူးတယ် မဟုတ်လား၊ လူမြင်တာနဲ့ အရက်သမားက သူ့ရန်လုပ်တယ် ထင်ချင်ထင်နေတာ၊ စိတ်ထဲမှာ ပေါ်တိုင်း သညာကလည်း

http://www.dhammadownload.com

မှတ်ထားပြီးတော့ ထင်ချင်ရာတွေ ထင်ပြီးတော့ နေတတ်တယ်တဲ့။

အကောင်းအဆိုးတော အထင်နဲ့သာ

အရှေးတုန်းက ကုန်သည်တစ်စု ဝေးလံတဲ့ အရပ်ဒေသ သွားပြီး ကုန်ရောင်းကုန်ဝယ်လုပ်တယ်၊ တောရွာလေးတစ်ရွာ ရောက်တော့ အဲဒီမှာ အလှူကလေး ပေးနေတယ်။ လျှပ်စစ်မီး တွေ ဘာတွေလည်း ရှိတာမဟုတ်ဘူး၊ မီးမှိတ်တုတ်လေး ထွန်းပြီး တော့ ထမင်းတွေ ကျွေးနေတယ်၊ ကုန်သည်တွေ ရောက်သွား တော့ ''ဟာ ဧည့်သည်တွေ ရောက်ပြီ၊ လာ လာ'' ဆိုပြီးတော့ စေတနာကောင်းကောင်းနဲ့ ထမင်းတွေ ကျွေးလို့၊ အလင်းရောင် မှုံပျပျထဲမှာ စားကြတာ၊ ဘာဟင်းမှန်းလည်း မသိဘူး၊ ဟင်းချို ချိုလွန်းလို့ သောက်ကြတာ၊ သူတို့စိတ်ထဲက ခေါက်ဆွဲ ဟင်းချိုလို့ ထင်ပြီးတော့ သောက်ကြတာ၊ ချိုလိုက်တာ၊ ခေါက်ဆွဲ ဟင်းချို ဘယ်လိုများ ချက်ထားပါလိမ့်၊ ကုသိုလ်ရှင်တွေလည်း အားရပါးရနဲ့ ခင်ဗျားတို့ ဒီဟင်း ကြိုက်ရင် ယူသွား၊ မနက်ကျတော့ စား၊ နွေးထားရတယ်ဆိုတော့ စားပြီး ထည့်ယူသွားကြတယ်၊ မနက် မိုးလင်းလို့ ''မနေ့ညက ဟင်းချိုဟင်း နွေးပြီးတော့ စားရ အောင်''ဆိုပြီး ကြည့်လိုက်တော့ တီကောင်ဟင်းချို ဖြစ်နေတယ်။

သူတို့ ညက မှတ်ထားတာ ခေါက်ဆွဲဟင်းချို၊ တီကောင် ဆိုရင် သူတို့ ညကတည်းက မသောက်ဘူး၊ အမှတ်က ခေါက်ဆွဲ ဆိုတဲ့ အမှတ်နဲ့ ညက သောက်လိုက်တာ၊ အဲဒီကျတော့မှ ညတုန်း က ကောင်းတာ ကောင်းတာနဲ့၊ မနက်ကျတော့ ထိုးထိုးပြီး အန်ကြ တယ်တဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလို ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်ကြတာလဲ၊ ရွံစရာ ဆိုတာလည်း သညာပဲ၊ ရွံစရာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာလည်း သညာပဲ၊

http://www.dhammadownload.com

သညာက မှတ်တမ်းတင်ထားတဲ့အတိုင်း လူတွေမှာ ဖြစ်နေတာ၊ ဒါ စိတ်ထဲမှာ ပေါ်တာ။

သညာကို ပြောင်းထားခြင်း

ရှင်မဟာကဿပ မထေရ်ကြီးဟာ အင်မတန် ဆင်းရဲတဲ့ အတိဒုက္ခရောက်တဲ့ လူတွေကို ချီးမြှောက်လေ့ ရှိတယ်၊ နိရောဓ သမာပတ် ဝင်စားရာကထ၊ မနက် ဆွမ်းခံသွား၊ ဘယ်သူ့ကို ချီးမြှောက်ရမလဲ၊ သူ ချီးမြှောက်လိုက်လို့ရှိရင်လည်း အဲဒီ လူဟာ နေ့ချင်း ညချင်း ကြီးပွားသွားတာ၊ အဲဒီလို ချီးမြှောက်ရမယ့်သူ ဘယ်သူ ရှိသလဲဆိုပြီး စဉ်းစားတဲ့အခါ အနာကြီး ရောဂါသည် တစ်ယောက်က လမ်းဘေးမှာ အိမ်တစ်အိမ်က ပေးတဲ့ ထမင်းကျန် ဟင်းကျန်တွေ ထိုင်စားနေတာ တွေ့ရတယ်၊

ရှင်မဟာကဿပကြီးက "ဪ- ဆင်းရဲရှာတယ်၊ သူများက ပေးတာ သူထိုင်စား။ တစ်ကိုယ်လုံး ရောဂါတွေ စွဲနေ တယ်၊ သူ့ပဲ ငါ ချီးမြှောက်တော့မယ်၊" ရှင်မဟာကဿပဟာ လူ့ဘဝတုန်းက သူဌေးကြီးနော်၊ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ် မဟုတ်ဘူး၊ ကျိုကျိုတက် ချမ်းသာတဲ့ သူဌေးကြီး၊ သူ့ဇနီးကလည်း အင်မတန် ချမ်းသာတာ၊ နှစ်ယောက်စလုံး လူချမ်းသာချည်းပဲ၊ နှစ်ယောက် ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ ချမ်းသာတာ အတိုင်းအတာ မဲ့သွားလောက် အောင် ချမ်းသာတယ်ပေါ့၊ သို့သော် ဒါတွေအားလုံး စွန့်ပြီး သက်န်းဝတ်လာတာ၊ ဝတ်လာတဲ့အခါမှာ သူဌေးအိမ် ဆွမ်းခံ မသွားဘူး၊ လမ်းဘေးက အရေပြားရောဂါသည် ထမင်းစားနေတဲ့ ဆီ သွားပြီး ဆွမ်းရပ်တယ်။

ဟိုလူကလည်း သဒ္ဓါတရား ပေါက်တယ်ပေါ့၊ သူ စားနေ

http://www.dhammadownload.com

တဲ့ ခွက်ထဲက ထမင်းတွေ သပိတ်ထဲယက်ထည့်ပြီး လှူလိုက်တယ်၊ လှူလိုက်တဲ့အခါကျတော့ သူ့လက်တစ်ချောင်းက ပြတ်ပြီး ရှင်မဟာကဿပ သပိတ်ထဲ ပါသွားတယ်၊ ရှင်မဟာကဿပ မထေရ်ကြီးက အဲဒီ လက်ချောင်းလေး အသာလေး ဖယ်ထားပြီး ဆွမ်းဘုဉ်းပေးသတဲ့နော်၊ ကဲ ဒါမျိုး စားနိုင်ကြပါ့ မလား။ ရှင်မဟာကဿပက သညာကို နိုင်တာကိုး။ သူ့အနေနဲ့ က ထမင်းနဲ့ ဒီလက်အပြတ်နဲ့က အတူတူပဲလေ၊ ဘာမှ မထူးဘူး။ အဋ္ဌကလာပ်ရုပ် ၈–ခု၊ နာမည်ပေးထားလို့သာ ကွဲနေတာ၊ သညာကြောင့် ကွဲနေတာ၊ "ဟာ ဒါက ရွံစရာ လက်ပြတ်ကြီး"လို့ သူက ရွံစရာလို့ မှတ်ထားတာကိုက အဲဒီ အမှတ်ကို ဖျောက်ပစ်လိုက်တာ၊ ရွံစရာကို ရွံစရာ မဟုတ်ဘူးလို့ သညာ အသစ်နဲ့ အစားထိုး နှလုံးသွင်းပြီး ဘုဉ်းပေးလို့ ရသွားတာ၊ အဲဒီ လက်ပြတ်ကြီးကိုတော့ မစားဘူးပေါ့။

အဲဒီမှာ ကြည့်၊ သညာရဲ့သဘောဟာ လူတွေအပေါ်မှာ ဘယ်လောက် နှိပ်စက်သလဲဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ထား။ ဒါကြောင့်မို့လို့ သညာဝိပ္ပလ္လာသဆိုတာ ရှိတယ်၊ ဒါက စိတ်ထဲမှာ ပါနေတဲ့ သဘာဝတရား တစ်ခုပဲနော်၊ သညာက မှတ်တမ်း တင်ထားတယ်၊ ဒါပေမယ့် စိတ်က သိရတယ်၊ သညာက မှတ်တမ်း မတင်ဘူးဆို နောက်တစ်ခါ သိဖို့မရှိဘူး။ ဖဿကလည်း မှတ်တမ်း မတင်နိုင်ဘူး၊ ဝေဒနာကလည်း မှတ်တမ်း မတင်နိုင်ဘူး၊ မှတ်တမ်း တင်နိုင်တာက သညာ၊ သူ့အလုပ် သူလုပ်ကြတာနော်၊ ဖဿတို့ ဝေဒနာတို့ သညာတို့ဆိုတာ သူ့သဘာဝနဲ့ သူပဲ၊ တိုးတက်အောင်လည်း လုပ်စရာ မလိုဘူး၊ ဖယ်ထားဖို့လည်း မလိုဘူး၊

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ထဲမှာ သူ့သဘာဝနဲ့သူ ရှိနေကြတယ်။

စေတနာ ဖြစ်ပုံ

စေတနာဆိုတာကတော့ စေတနာက လှုံ့ဆော်တယ်၊ စည်းရုံးတယ်၊ သဘာဝတရားတွေဟာ သူ့ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာကိစ္စတွေကို ဆောင်ရွက်လာအောင် သူက တွန်းအားပေးတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အင်္ဂလိပ်လို volition လို့ ပြန်တာက သိပ်မမှန် ချင်ဘူး၊ stimulation လို့ motivation လို့ ဒီလို ပြန်သင့်တယ်၊ Motivate လုပ်တာ သူက လှုံ့ဆော်ပေးတယ်၊ Good Organizer ပေါ့၊ စည်းရုံးရေးသမား၊ သူက စုစည်းပေးတာ၊ စုစည်းပေး ပြီးတော့ သူ့ရဲ့ တွန်းအားကြောင့် အလုပ်တွေ ပိုလုပ်ကြတယ်ပေါ့ နော်၊ ဆိုင်ရာကိစ္စတွေ သူ့အလုပ် သူလုပ်တယ်၊ ဖဿကလည်း စိတ်နဲ့ အာရုံနဲ့တွေ့အောင် ဆက်သွယ်ပေးတယ်၊ ဝေဒနာက Experience ဖြစ်တယ်၊ သညာက မှတ်တမ်းတင်ပြီး သိတယ်၊ ဟောဒီ အလုပ်တွေ ပီပီပြင်ပြင် လုပ်လာအောင် စေတနာက စည်းရုံးတယ်၊ လှုံ့ဆော်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့ အဲဒီ စေတနာရဲ့ စည်းရုံး လှုံ့ဆော်မှုဟာ ကုသိုလ်, အကုသိုလ်နဲ့ တွဲလာပြီဆိုရင် ကံလို့ ခေါ်လိုက်တာ နော်၊ ကုသိုလ်, အကုသိုလ်နဲ့ ယှဉ်တဲ့စေတနာကို ကံလို့ ခေါ်တာ၊ သာမန်စိတ်တွေမှာဖြစ်တဲ့ စေတနာကို ပဋ္ဌာန်းပစ္စည်းထဲမှာတော့ ကံလို့ ဟောပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် သဟဇာတကမ္မ၊ ဟိုလို အကျိုးပေးတဲ့ ကံမျိုး မဟုတ်ဘူးနော်၊ စေတနာမှန်သမျှ ပဋ္ဌာန်းပစ္စည်းမှာ "ကမ္မပစ္စယော"လို့ ဟောတယ်။

စေတနာဆိုတာကို မြန်မာလူမျိုးတွေက "ငါက စေတနာ

http://www.dhammadownload.com

နဲ့ ပြောတာပါ''ဆိုပြီး အကောင်းဘက်ကပဲ အသုံးများတယ်၊ စေတနာဆိုတိုင်း အကောင်း မထင်နဲ့နော်၊ လောဘနဲ့ တွဲလာရင် အကောင်းမဟုတ်ဘူး၊ ဒေါသနဲ့ တွဲလာရင် အကောင်း မဟုတ်ဘူး၊ မောဟနဲ့ တွဲလာရင် အကောင်းမဟုတ်ဘူး၊ အလောဘနဲ့ တွဲလာမှ အကောင်း၊ အဒေါသနဲ့ တွဲလာမှ အကောင်း၊ ကောင်းတာတွေနဲ့ တွဲမှ အကောင်းဖြစ်တယ်၊ သူ့ချည်းပဲ အကောင်းအဆိုး ပြောလို့ မရဘူးတဲ့၊ ဟုတ်လား၊ မြန်မာတွေက စေတနာဆိုရင် အကောင်းပဲ ထင်ကြတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုရင် တရားဟောတဲ့အခါကျ ''ဩော်- စေတနာ ထက်သန်စွာ လှူဒါန်းကြသည်'' ဆိုတော့ စေတနာ ထက်သန်တယ်ဆိုတာ ကြည့်ပြီး အကောင်းလို့ ထင်ကြတယ်။

အဲဒီတော့ စေတနာဆိုတာ အကောင်းအဆိုး နှစ်မျိုး ရှိတယ်လို့ မှတ်၊ ကုသိုလ်နဲ့ တွဲရင် ကုသိုလ်စေတနာ၊ အကုသိုလ်နဲ့ တွဲရင် အကုသိုလ်စေတနာ၊ အဲဒီ ကုသိုလ် အကုသိုလ် စေတနာကိုလည်းပဲ မြတ်စွာဘုရားက ကံလို့ ဟောတယ်၊ ဒီလိုမှတ်၊ သူက စွမ်းအားတွေ ပြည့်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူက စွမ်းအင်တွေ စုလိုက်တာကိုး၊ သဘာဝတရားတွေရဲ့ စွမ်းအင်တွေကို အကုန်လုံး စုလိုက်တဲ့အခါ သူက အင်အားတစ်ရပ် ထူထောင်ပြီးသား ဖြစ်သွားလို့၊ ကံအဖြစ် ရောက်သွားပြီး အကျိုးတစ်ခု ထုတ်လုပ်ပေးနိုင်တယ်တဲ့။

ဒါကြောင့်မို့ ဒီစေတနာကို မြတ်စွာဘုရားက ''**စေတနာဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ**''လို့ ဟောတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ လူတွေက စိတ်ထဲက တွေးမယ်ဆိုလည်း သူ့ရဲ့ တွန်းအား

http://www.dhammadownload.com

ကြောင့် တွေးဖြစ်သွားတာ၊ ပါးစပ်က ပြောမယ်ဆိုလည်း သူက တွန်းပေးလို့ ပြောဖြစ်သွားတာ၊ ကာယကံကြောင့် လုပ်မယ်ဆို လည်း သူက တွန်းပေးလို့ ကာယကံမြောက် လုပ်ဖြစ်သွားတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ သူက တွန်းအားပေးတာမို့ သူ့ကို ကံလို့ ပြောတာ နော်၊ စွမ်းအားတွေ အကုန်လုံး စုသွားလို့ ကံလို့ ပြောတာ၊ ဟောဒီ စေတနာဆိုတာလေးကလည်း စိတ်အားလုံးထဲမှာ ပါနေ တယ်လို့ ဒီလို မှတ်ထား၊ သူ့ကို စေတနာလေးကို ဘာမှ ပြောင်းလွဲ လုပ်ပေးစရာ မလိုဘူး၊ သူက သဘာဝတရားတစ်ခုပဲ၊ တိုးပွားလာအောင် ကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်သလို ကျင့်စရာ မလိုဘူးပေါ့၊ သို့သော် ကုသိုလ်နဲ့ တွဲလာလို့ရှိရင် ကောင်းတဲ့စေတနာဖြစ်တယ်၊ အကုသိုလ်နဲ့ တွဲရင် မကောင်းတဲ့ စေတနာဖြစ်တယ်ပေါ့။

ဧကဂ္ဂတာ ဖြစ်ပုံ

ဧကဂ္ဂတာဆိုတာ "**ဧကဆိုတာ တစ်၊ အဂ္ဂဆိုတာ** ဒီနေရာ မှာ အာရုံကို ရည်ညွှန်းတဲ့ ဦးတည်ချက်တစ်ခု၊ **တာဆိုတာ** သဘာဝပဲ"၊ အာရုံတစ်ခုတည်းကို ဦးတည်ထားတယ်။ ဒါ သမာဓိကို ပြောတာနော်၊ ဦးတည်ချက်တစ်ခုတည်း ရောက် လာအောင် စုစည်းပေးတာ၊ ဖဿရဲ့ ဦးတည်ချက်ကလည်း ဒီတစ်ခုပဲ ဖြစ်ရမယ်၊ ဝေဒနာရဲ့ ဦးတည်ချက်ကလည်း ဒီတစ်ခုပဲ ဖြစ်ရမယ်၊ သညာရဲ့ ဦးတည်ချက်ကလည်း ဒီတစ်ခုပဲ ဖြစ်ရမယ်၊ စိတ်ရဲ့ ဦးတည်ချက်ကလည်း ဒါပဲ ဖြစ်ရမယ်၊ စေတနာရဲ့ ဦးတည်ချက်ကလည်း ဒါပဲ ဖြစ်ရမယ်လို့ ဦးတည်ချက်တွေ အကုန်လုံး စုပေးတယ်၊ အာရုံတစ်ခုတည်းကို အားလုံး စုစည်း ပေးလိုက်တာ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ ဒါက သမာဓိတရားရဲ့ Source

http://www.dhammadownload.com

အခြေခံတရားပဲ။

အဲဒီ ကေဂ္ဂတာကို စနစ်တကျ လေ့ကျင့်ပြီးတော့ ပေးရင် ဒီ ကေဂ္ဂတာက စွမ်းအား ထက်မြက်လာပြီဆိုရင် ဈာန်ရဲ့အင်္ဂါ ဖြစ်လာတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ပထမဈာန်မှာ ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ကေဂ္ဂတာ (သမာဓိ)ကို ပြောတာနော်၊ သဘာဝတရားတွေကို စုစည်းပေးလိုက်တဲ့အခါ မဂ္ဂင် ရှစ်ပါးထဲမှာ သမ္မာသမာဓိလို့ ခေါ်ကြတယ်၊ ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါး ထဲမှာလည်း သမာဓိဗောဇ္ဈင်လို့ ခေါ်တယ်။

ဒီ ကေဂ္ဂတာကတော့ သူ့အတိုင်း မထားရဘူး၊ လေ့ကျင့်ပေးရတယ်၊ ပြုစု ပျိုးထောင်ပေးရမယ်၊ စွမ်းအားတွေ တက်လာအောင် လုပ်ပေးရမယ်၊ ပင်ကိုယ်သဘာဝကတော့ ဒီလောက်ကြီး စွမ်းအားတွေ မထက်ဘူး၊ သူလုပ်နိုင်တဲ့ စွမ်းအားက ဒီလောက်ပဲ၊ လူလေးတစ်ယောက် မွေးလာတယ်၊ မွေးလာတာနဲ့ သူ ပညာတတ်ပါ့မလား၊ မတတ်ဘူး၊ ကျောင်းပို့ပြီး လေ့ကျင့်ရတယ် မဟုတ်လား၊ သင်ရတယ်၊ လေ့ကျင့်ရတယ်၊ အားကစားသမား တစ်ယောက်ဆိုရင်လည်း လေ့ကျင့်ရတယ်၊ လေ့ကျင့်မှ သူ့ စွမ်းအင်သတ္တိတွေ တက်လာတာ၊ ဟောဒီ ကေဂ္ဂတာလေးကိုလည်း လေ့ကျင့် ပေးလိုက်မယ်ဆိုရင် သမာဓိဆိုတဲ့အဆင့် ရောက်သွားမယ်၊ ဒီလို လေ့ကျင့်ပေးရမယ်၊ ဘာနဲ့ လေ့ကျင့် ပေးရမလဲ၊ အာရုံနဲ့ လေ့ကျင့်ပေးရမယ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံနဲ့ လေ့ကျင့်ပေးရမယ်၊ သမထအာရုံနဲ့ လေ့ကျင့်ပေးရမယ်၊ ဝိပဿနာအာရုံနဲ့ လေ့ကျင့်ပေးရမယ်၊ ဒါ ကေဂ္ဂတာ။

http://www.dhammadownload.com

ဇီဝိတိန္ဒြေ ဖြစ်ပုံ

ဇီဝိတိန္ဒြေဆိုတာက သူနဲ့အတူတူ ဖြစ်ဖက် နာမ်တရားကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ပေးတဲ့ တာဝန်ပဲ၊ သူ ဆောင်ရွက်တယ်၊ သူ့ကို ဘာမှ လုပ်ပေးစရာ မလိုဘူး။ သဘာဝအနေနဲ့ ပါနေတာပဲ ရှိတယ်။

မနသိကာရ ဖြစ်ပုံ

မနသိကာရဆိုတာ ဘာတုံးဆိုရင် သူကလည်း အရေး ပါတဲ့တရား တစ်ခုပဲ၊ ဖဿက အာရုံနဲ့စိတ် တွေ့ပေးဖို့ရာအတွက် အာရုံဘက်ကို ဦးလှည့်ပေးဖို့ မလိုဘူးလား၊ နို့မဟုတ်ရင် အာရုံနဲ့ စိတ်တွေ့တဲ့အခါ လွဲချော်သွားနိုင်သေးတယ်လေ၊ ဒါကြောင့်မို့ သူက အာရုံနဲ့ စိတ်ကို တစ်ခါတည်း တန်းတန်းမတ်မတ်ဖြစ်အောင် ဦးလှည့်ပေးတယ်၊ မြားများလို ပစ်တဲ့အခါမှ target ကို ချိန်ရတယ် မဟုတ်လား၊ ပစ်လိုတဲ့ ပစ်မှတ်ကို မြားဦးချိန်ရသလိုပဲ၊ ဟောဒီ မနသိကာရဆိုတာ အာရုံဘက်ကို စိတ်လှည့်အောင် လုပ်ပေး လိုက်တာတဲ့၊ မနသိကာရဆိုတာ အင်္ဂလိပ်လိုတော့ attention လို့ ပြောတာပေါ့။

ဒီ attention က သိပ်ပြီး အရေးကြီးတာပဲ၊ attention မပါရင် ဘာမှ မဖြစ်ဘူး၊ Attention ဟာ အရေးပါလွန်းလို့ ကြည့်ပါလား၊ လေယာဉ်ပျံစီးတဲ့အခါ မကြားဘူးလား၊ "May I have your attention, please?" လေယာဉ်မယ်တွေက ကြေငြာ တယ်လေ၊ အဲဒီမှာ ကျေးဇူးပြု၍ နားထောင်ပါဆိုတာ အဲဒီ Attention ကို ပြောတာနော်၊ အာရုံဘက်ကို လှည့်ပြီးတော့နေတဲ့

http://www.dhammadownload.com

သဘာဝတရား၊ အဲဒါရှိမှ စိတ်တွေဟာ အားလုံး ဆောင်ရွက်မှုတွေ လုပ်နိုင်တယ်။

စိတ်နဲ့စေတသိက် ပေါင်းစပ်ဆောင်ရွက်ပုံ

စိတ်ရဲ့စွမ်းအားတွေနဲ့ စိတ်မှာ မှီပြီးတော့ ဖြစ်နေတဲ့ စွမ်းအားတွေ၊ စေတသိက်ဆိုတာ စိတ်ရဲ့စွမ်းအားတွေပဲ၊ စိတ်မှာ ရှိနေတဲ့ စိတ်ရဲ့စွမ်းအားတွေ၊ ဒါတွေမပါရင် စိတ်ဟာ အလုပ် မဖြစ်ဘူး၊ စိတ်နဲ့ စေတသိက်ဟာ ဒီလို ပေါင်းစပ်ပြီးတော့ ဆောင်ရွက်တယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်ရမယ်နော်။

စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်နှင့် စေတသိက်

ဆိုပါစို့၊ မျက်စိက မြင်ပြီးတော့ သိလိုက်တဲ့ စိတ်ကလေး ကို ကြည့်၊ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ် ကလေး ဖြစ်လို့ရှိရင် ဟောဒီ ၇–ခု ပါရတယ်၊ ဖဿရယ်၊ ဝေဒနာရယ်၊ သညာရယ်၊ စေတနာရယ်၊ ဧကဂ္ဂတာရယ်၊ ဇီဝိ တိန္ဒြေရယ်၊ မနသိကာရရယ် အဲဒီ ၇–ခုရယ်၊ စက္ခုဝိညာဏ် စိတ်ကလေးရယ် ပေါင်းလိုက်တော့ ၈–ခု တစ်စု ဖွဲ့လိုက်တာကို ''မြင်သိစိတ်''လို့ ပြောတာ၊ ဟောဒီ ၇–ခု မပါဘဲနဲ့ မြင်သိစိတ် မပေါ်ဘူးနော်။

ဒါပေမယ့် ဒီမြင်သိစိတ်မှာပါတဲ့ စေတနာဆိုတာလေးက ကံအရာ မမြောက်ဘူး၊ ကမ္မပစ္စယောလို့ ဟောပေမယ်လို့ ကံ အရာ မဟုတ်ဘူး၊ Organize လုပ်တာပဲရှိတယ်၊ သူက အကျိုး ထုတ်လုပ်နိုင်တဲ့ ကံသဘော မဟုတ်ဘူးလို့ နားလည်ရမယ်။

ကျန်တာတွေကလည်း ဒီလို သဘောပေါက်ရမယ်၊ စိတ် ကို မှီတည်ပြီးတော့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ စေတသိက်တွေရဲ့ စွမ်းအင်

http://www.dhammadownload.com

တွေ မတူဘူးလို့ပဲ မှတ်ရမယ်၊ စွမ်းအင်ချင်း မတူဘူး၊ စိတ်အင်အားနည်းတဲ့ စိတ်ပေါ်မှာမှီတဲ့ စေတသိက်တွေရဲ့ စွမ်းအင်ဟာ ဒီလောက် မရှိဘူးလို့ သိထားရမယ်။

အဲဒီတော့ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်မှာ မှီပြီးဖြစ်တဲ့ ဧကဂ္ဂတာက ဈာန်သမာဓိအဆင့် မရောက်နိုင်ဘူး။ စွမ်းအား မထက်ဘူးလို့ ဆိုလိုတယ်၊ သမာဓိတော့ သမာဓိပဲ၊ စွမ်းအားထက်တဲ့ သမာဓိမျိုး မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ အဲဒီမှာ ရှင်းထားတာ၊ မြင်သိစိတ် ကလေးမှာ ဒီလို ဖြစ်တယ်။

အာဝဇ္ဇန်းစိတ်နှင့် စေတသိက်

မြင်သိစိတ်ရဲ့ ရှေ့နားလေးမှာ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် အာဝဇ္ဇန်းဆိုတဲ့ စိတ်လေး မပါဘူးလား၊ ခုနက အာရုံနဲ့ စိတ် အာရုံနဲ့ ဝတ္ထု၊ နှစ်ခု ဆုံဆည်းလိုက်တဲ့အခါမှာ ဘာပါလိမ့်လို့ စဉ်းစားပြီးတော့ ဘဝင်စိတ်ကို အလှည့်အပြောင်း လုပ်လိုက်တဲ့ စိတ်ကလေးက အာဝဇ္ဇန်းစိတ်တဲ့၊ ဆင်ခြင်တဲ့ စိတ်ကလေး၊ အာဝဇ္ဇန်းစိတ်က မျက်စိက မြင်တဲ့အာရုံကို ဆင်ခြင်တာ ရှိမယ်၊ နားက ကြားတာ၊ နှာခေါင်းက အနံ့ရတာ၊ လျှာက လျက်တာ၊ ခန္ဓာကိုယ်က ထိတယ်ဆိုတဲ့ ဒီ ၅-ဒွါရ၊ ဒွါရ ငါးပေါက်မှာ ထင်လာတဲ့အာရုံကို နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်တာကို ပဉ္စဒွါရာဝဇ္ဇန်းစိတ်လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ ဆင်ခြင်မှုဆိုတဲ့ စိတ်ကလေး မပါဘဲနဲ့ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ် မဖြစ်ဘူး၊ ခုန စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်နဲ့ စေတသိက် ၇-ခု၊ ဒါကို အဘိဓမ္မာ လေ့လာတဲ့အခါ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်မှာ စေတသိက် ၇-ခု ယှဉ်တယ်လို့ ပြောနေကြရတာ၊ တကယ်တော့ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်ဖြစ်ရင် ဒီ ၇-ခု ပါနေတယ်လို့ ပြောတာ။

http://www.dhammadownload.com

ပန်းလေးတစ်ပွင့်မှာ ဘာတွေ ပါနေကြလဲ၊ ကဲ စဉ်းစား ကြည့်ပေါ့၊ ပန်းပွင့်လေးတစ်ပွင့်မှာ အရောင်မပါဘူးလား၊ အနံ့ မပါဘူးလား၊ အရသာရော၊ ဩဇာရော၊ မာမာပျော့ပျော့ဆိုတဲ့ အားလုံးကို ထမ်းဆောင်ထားတဲ့ အခြေခံရော မပါဘူးလား၊ ပါ တယ်၊ ဒီပန်းကလေးကို တစ်ခါတည်း ရင့်လာအောင် နွမ်းလာ အောင် လုပ်တာဆိုတာရော မပါဘူးလား၊ ပန်းပွင့်လေး ဖြစ်အောင် စုစည်းထားတဲ့ သဘောရော မပါဘူးလား၊ ပါတယ်၊ ဒီပန်းလေး ဟာ ပြိုကွဲမသွားအောင် ပုံသဏ္ဍာန်လေး ပျက်မသွားအောင် တွန်းအားပေးထားတဲ့ သဘောရော မပါဘူးလား၊ အဲဒါ ကြည့် လိုက်တော့ အဲဒါလေးတွေ အကုန်လုံး၊ ဒီ ရုပ် ၈–ခု ပေါင်းထား လို့ ပန်းပွင့်ဆိုတာ ဖြစ်နေတာနော်။

အဲဒါမျိုးလိုပဲ၊ စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်ထဲမှာလည်း ဟောဒီလို စေတသိက် ခုနစ်ခုနဲ့ အားလုံးပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ စိတ်က တစ်ခု၊ စေတသိက်က ခုနစ်ခု၊ စုထားတာ၊ စုထားမှ အလုပ်ဖြစ်တယ်၊ မြင်သိစိတ်ဆိုတာ မြင်ပြီး သိတာ၊ ဒီခုနစ်ခုရဲ့ စွမ်းအားကြောင့် သူ သိလို့ရတာ၊ စိတ် တစ်ခုတည်းဆို မရဘူးနော်၊ ဒါကြောင့်မို့လို့ စိတ်ကို အမှီပြု စွမ်းအားစုများလို့ ပြောတာ၊ စိတ်ကို မှီတဲ့စွမ်းအား တွေ။

ပကိဏ္ဏကစေတသိက် ၆–ခု

စိတ်တွေဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု မတူတတ်ဘူး၊ ခုနက အာဝဇ္ဇန်းဆိုတဲ့ ပဉ္စဒွါရာဝဇ္ဇန်းစိတ်ကျတော့ စက္ခုဝိညာဏ်ထက် စေတသိက် ပိုတယ်၊ ပဉ္စဒွါရာဝဇ္ဇန်းအစရှိတဲ့ စိတ်တွေမှာ စေတသိက်တွေ ပိုလာတယ်၊ ပကိဏ္ဏကစေတသိက်တွေ ပါလာ

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊ ပကိဏ္ဏကစေတသိက်က ၆–မျိုးရှိတယ်၊ ဝိတက္က၊ ဝိစာရ၊ အဓိမောက္ခ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိ၊ ဆန္ဒ။

ဝိတက္က

အချို့ စိတ်တွေမှာ တစ်ခါတစ်ရံမှပါတဲ့ ပကိဏ္ဏကစေတသိက် ၆–ခုထဲက **ဝိတက္က**တဲ့၊ ဝိတက္ကဆိုတာ မြန်မာတွေက ဝိတက် ဝိတက်နဲ့ ခေါ်တဲ့အရာ၊ အင်္ဂလိပ်လို ပြန်တော့ Thought စိတ်ကူးတယ်၊ ကြံစည်တယ်တဲ့၊ စိတ်ကူးတယ်၊ ကြံစည်တယ်ဆိုတာ ဘာလုပ်တာတုံးလို့ မေးရင် ဘယ်လို ပြောမလဲ၊ ဘယ်လို ထပ်ရှင်းမတုံး။

"**စိတ်ကူးတယ်**"ဆိုတာ စိတ်ကလေးက အာရုံပေါ်မှာ ကူးသွားအောင် လုပ်ပေးနေတာကို ပြောတာ၊ စိတ်ကလေးကို အာရုံပေါ်မှာ တင်ပေးနေတာကို ပြောတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ **ဝိတက်ကို အာရောပဏလက္ခဏာ** စိတ်ကို အာရုံပေါ်မှာ ပို့တင်ပေးတာ၊ စိတ်ကို အာရုံပေါ်ရောက်အောင် တွန်းတင်တာ၊ အဲဒါကို 'ဝိတက်' လို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒါကို လူတွေက ဘာပြောသလဲဆိုရင် တွေးတယ်တို့၊ ကြံတယ်တို့၊ ကြံစည်တယ်တို့၊ စိတ်ကူးတယ်တို့၊ မြန်မာစကားတွေက စိတ်က အာရုံပေါ်ရောက်သွားအောင် ကူးသွားတယ်ပေါ့၊ စိတ်ကူးတယ်၊ ကြံစည်တယ်၊ စုစည်းနေအောင် လုပ်ပေးနေတာ။

အဲဒီတော့ ဝိတက္ကဆိုတဲ့ သဘောက အာရုံပေါ် စိတ်ကို တင်ပေးတဲ့သဘောလို့ မှတ်ရမယ်၊ ဒါကြောင့်မို့လို့ အင်္ဂလိပ်လို ပြန်တဲ့အခါကျတော့ Initial Application လို့ ပြန်တယ်၊ Application ဆိုတာ Apply လုပ်ပေးနေတာကို ပြောတာနော်၊

http://www.dhammadownload.com

အာရုံပေါ် စိတ်ကလေး ရောက်သွားအောင်၊ သူက ပို့ပေးတာ၊ အဲဒါ ဝိတက်၊ အရပ်ခေါ် ဆိုလို့ရှိရင် တွေးတယ်၊ ကြံတယ်ပေ့ါ။

ခုနက စက္ခုဝိညာဏ်စိတ်ကလေးက တွေးချိန် မရလိုက်ဘူး၊ သူက မတွေးဘူး၊ သူ့မှာ အတွေးမပါဘူး၊ ဟုတ်ရဲ့လား၊ သူ့မှာပါတဲ့ သဘောက အာရုံနဲ့ စိတ်နဲ့ တွေ့တယ်ဆိုတဲ့ ဖဿပါတယ်၊ Experience ဆိုတဲ့ ဝေဒနာပါတယ်၊ မှတ်တမ်းတင်တဲ့ သညာလေး ပါတယ်နော်၊ တွန်းအားပေးတဲ့ စုစည်းပေးတဲ့ စေတနာဆိုတာလေး ပါတယ်၊ နောက် ဧကဂ္ဂတာဆိုတာ အာရုံတစ်ခုတည်းပေါ်မှာ ရူပါရုံ တစ်ခုတည်းပေါ်မှာ စုသွားအောင် လုပ်တာလေး ပါတယ်၊ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်တဲ့ ဇီဝိတိန္ဒြေ ဆိုတာလေး ပါတယ်၊ အာရုံဘက်ကို ဦးလှည့်ပေးတဲ့ မနသိကာရလေး ပါတယ်။

ဒီလိုပဲ စိတ်တိုင်းမှာ အတွေးမပါဘူး၊ ဝိတက်ဆိုတာ စိတ်ကူးတယ်၊ တွေးတယ်၊ ကြံစည်တယ်၊ ဒီ ဝိတက်ကလေးက ကောင်းတဲ့အတွေး ရှိသလို မကောင်းတဲ့အတွေးတွေ ရှိသေးတယ်၊ သူ့ချည်းကတော့ အတွေးဟာ အတွေးပဲ။

မှားတဲ့အတွေး ၃–မျိုး

အဲဒီအတွေးထဲမှာ ဘာတွေ ဝင်လာတုန်းဆိုတော့ လောဘနဲ့ တွေးတဲ့အတွေးတွေ ဝင်လာတတ်တယ်၊ လောဘနဲ့, လိုချင်တယ်ဆိုတဲ့ စိတ်နဲ့ တွေးတယ်၊ အာရုံခံစားချင်တဲ့ စိတ်နဲ့ တွေးရင် ဒါ 'ကာမဝိတက်'လို့ ခေါ်တယ်နော်၊ ကာမဝိတက်ဆိုတာ လောဘ နဲ့ တွေးတဲ့အတွေးကို ပြောတာနော်၊ အဲဒီလောဘနဲ့

http://www.dhammadownload.com

တွေးတဲ့ အတွေးဟာ အသိဉာဏ် ရဖို့ရာအတွက် ဘယ်လိုမှ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အဲဒီအတွေးဟာ မှားတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့ မှားတာတုန်း ဆိုတော့ အသိဉာဏ်ရဖို့ မဖြစ်လို့ပါပဲ။

နောက်တစ်ခု **ဗျာပါဒဝိတက်**တဲ့ ဒေါသနဲ့တွေးတဲ့ အတွေး။ ဒီအတွေးလည်း မှားတယ်၊ ဝိတက်ချည်းပဲ သက်သက်ကတော့ အတွေးသက်သက်ပဲ၊ ဒေါသနဲ့ တွဲလိုက်လို့ မှားသွားတယ်၊ ဒေါသနဲ့ တွေးရင် မှားသွားတယ်။

နောက် **ဝိဟိံသာဝိတက်**တဲ့၊ သူတစ်ပါးကို သတ်ဖို့ ဖြတ်ဖို့ ညှဉ်းဆဲဖို့ဆိုတဲ့ ပြင်းထန်တဲ့ ဒေါသနဲ့ တွေးတဲ့အတွေး။ အဲဒီ လောဘနဲ့တွေးတဲ့ အတွေးက တစ်မျိုး၊ ဒေါသနဲ့တွေးတဲ့ အတွေးက နှစ်မျိုး၊ အဲဒီ အတွေး သုံးမျိုးလုံးဟာ မှားယွင်းတယ်၊ မှားယွင်းတဲ့ အတွေးတွေပဲ ဖြစ်တယ်။

မှန်ကန်တဲ့ အတွေး

အဲဒါကြောင့်မို့ ဒီအတွေး သုံးမျိုးကို မှန်ကန်တဲ့အတွေး ဖြစ်ဖို့ရာ ဘယ်လိုလုပ်ရတုံးဆိုရင် **နေက္ခမ္မဝိတက်** ကာမဂုဏ် အာရုံတွေ၊ အပျော်အပါးတွေ မလိုက်စားချင်တဲ့အတွေး၊ 'ငါ ရိပ်သာသွားပြီး တရားထိုင်ဦးမှပဲ'ဆိုတဲ့အတွေး၊ 'ကုသိုလ် ကောင်းမှု လေး လုပ်ဦးမှပဲ၊ တရားနာသွားဦးမှပဲ' ဆိုတဲ့ အတွေးလေးတွေ ဟုတ်ရဲ့လား၊ 'တရားပွဲသွားပြီး တရားနာဦးမှာပဲ'ဆိုတဲ့ အတွေး လေး။ ဟောဒီ အတွေးလေးတွေကျတော့ နေက္ခမ္မဝိတက်တဲ့၊ ခုနက ခံစားလိုတဲ့ စိတ်ကနေ ထွက်ခွါလိုက်တာ၊ ခံစားလိုတဲ့ လောဘ အတွေးကနေ ထွက်ခွါလိုက်လို့ ဒါ မှန်တဲ့ အတွေးတစ်ခုလို့

http://www.dhammadownload.com

ပြောတာနော်။

ကိုးရီးယားကား မကြည့်ဘဲနဲ့ တရားပွဲလာတယ်ဆိုတာ ဒါမှန်ကန်တဲ့ အတွေးရှိလို့ပေါ့နော်၊ ဇာတ်ကားလေး လွတ်သွားမှာ စိုးလို့ဆိုတဲ့ အတွေးကျတော့ ဒါ မှန်ကန်တဲ့အတွေး မဖြစ်ပြန်ဘူးနော်။

နောက်တစ်ခါ ဒေါသနဲ့ မတွေးဘဲ မေတ္တာနဲ့ တွေးတဲ့ အတွေးဟာ ဒါ မှန်ကန်တဲ့အတွေးလို့ ပြောတယ်၊ မေတ္တာနဲ့ တွေးတယ်၊ ''သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာကြပါစေ၊ အကျိုးစီးပွားတွေ ဖြစ်ထွန်းကြပါစေ''ဆိုတာ ဒီအတွေးဟာ မှန်ကန်တယ်၊ အဲဒါကို **အဗျာပါဒဝိတက်လို့** ခေါ်တယ်။

အဝိဟိံသာ ဝိတက်ဆိုတာ ဘယ်သူ့မှ မညှဥ်းဆဲဘူး၊ အားလုံးအပေါ်မှာ အကြင်နာတရားထားတာ၊ ကရုဏာနဲ့ တွေးတဲ့ အတွေး၊ အဲဒီ အတွေးကလည်း မှန်ကန်တဲ့ အတွေးဆိုတော့ ဝိတက်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မှားတဲ့အတွေးက သုံးခု၊ မှန်တဲ့ အတွေးက သုံးခု။

မှားတဲ့အတွေးကို မှန်တဲ့အတွေးနဲ့ ဖျောက်ပစ်ရမယ်၊ အစားထိုးရမယ်၊ ဒါက အလုပ်ပဲ၊ အဲဒီတော့ ဒီ ဝိတက်ဆိုတဲ့ သဘောလေးဟာ သူ့ဟာသူနေရင် အမှားအမှန် မရှိဘူး၊ ခုနက လောဘ,ဒေါသ ဝင်လာရင် အမှားဖြစ်သွားတယ်၊ အလောဘ အဒေါသ ဝင်လာရင် အမှန်ဖြစ်တယ်၊ သူ့ဟာသူနေရင် သဘာဝပဲ၊ ဟုတ်ရဲ့လား။

ဝိတက်ရဲ့ စွမ်းအား

အဲဒီ အတွေးလေးကို မှန်ကန်တဲ့ဘက် အသုံးချမယ် ဆိုရင်

http://www.dhammadownload.com

ဈာန်အင်္ဂါတစ်ခု ဖြစ်တယ်၊ ဈာန်အာရုံပေါ် စိတ်ကို ပို့တင်ပေးနေရင် သူက ပထမဈာန်ဆိုတဲ့ ဒီ ဈာန်အာရုံတစ်ခုကို ရယူဖို့အတွက် အရေးကြီးတဲ့ အင်္ဂါတစ်ရပ် ဖြစ်လာတယ်၊ ဈာန်အင်္ဂါ ငါးပါးလို့ အဘိဓမ္မာမှာ ဆိုထားတာ ရှိတယ်မဟုတ်လား။ ''ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ''ဒီငါးပါးကို စုစည်းထားတာကို ဈာန်လို့ ခေါ်တယ်၊ ဒီ အတွေးလေးက ဘယ်သူ့ကို လောင်မြှိုက်လိုက်နိုင်သလဲ၊ ဘယ်သူ့ကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်လဲ ဆိုတော့ ထိန,မိဒ္ဓကို ဖယ်ရှားပစ်တာ၊ သူ့ရဲ့ စွမ်းအားနဲ့ ထိန,မိဒ္ဓကို ဖယ်ပစ်လိုက်တာ၊ ထိနဆိုတာ စိတ်မဝင်စားတော့တာ၊ မိဒ္ဓဆိုတာ အိပ်ချင်တာ၊ စိတ်က ဆုတ်နစ်လာတယ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်ရင် ပိုပြီးတော့ သိသာတယ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်တော့ ပျင်းလာတယ်၊ ညောင်းလာတယ်၊ တော်ချင်လာတယ်၊ အဲဒါ ထိန ဝင်လာတာပဲပေါ့၊ အိပ်ချင်လာတယ်၊ မိဒ္ဓ ဝင်လာတာ၊ အဲဒီ ထိနမိဒ္ဓဟာ အသိဉာဏ်ကို အားနည်းစေတတ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ထိန,မိဒ္ဓကို ဝိတက်နဲ့ ဖယ်ရှားပစ်ရတယ်။

ဝိတက်ကို လျှော့ချနည်း

လူတွေက ပြောကြတယ်၊ ညက အတွေးတွေများလို့ အိပ်မပျော်ဘူး။ အတွေး လွန်သွားရင်လည်း အိပ်ပျော်မှု ထိန–မိဒ္ဓ မလာဘဲ ရှိတတ်တယ်၊ သူရှိနေရင် ဟိုက မလာနိုင်ဘူးနော်၊ ဆန့်ကျင်ဘက်ကိုး။ ဒါကြောင့်မို့ အတွေးတွေ သိပ်များနေရင် အာနာပါန ပွါးပြီးတော့ လျှော့ပစ်ရသေးတယ်၊ ဝိတက်ကို လျှော့ချတဲ့နည်းက အာရုံတစ်ခုတည်းပေါ်မှာ စူးစိုက်ပြီး နေရတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီ ဝိတက်ကို စနစ်တကျ တိုးပွါးလာအောင် လေ့ကျင့်ပြီးတော့ သမထ ကျင့်စဉ်တစ်ခုနဲ့ ယှူနိုင်တယ်ဆိုရင် ဈာန်အင်္ဂါ ဖြစ်လာတယ်တဲ့။

ဝိစာရ

ဝိစာရဆိုတာ ဘာလဲ၊ ဝိတက်က ကြံစည်တာ၊ စိတ်ကူးတာ၊ ဝိစာရဆိုတဲ့ သဘောက သုံးသပ်တယ်လို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ သုံးသပ်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်က မထင်ရှားပြန်ဘူး။ ဝိစာရက ဘာလုပ်တာတုံးဆိုတော့ ဝိတက်က စိတ်ကို အာရုံပေါ် တင်ပေးတာ၊ တင်ပေးထားပေးတဲ့အတိုင်း စိတ်နဲ့အာရုံ ကွာမသွားအောင် ဝိစာရက ထိန်းပေးတာလို့ ပြောတယ်၊ တင်တော့ တင်လိုက်တယ်၊ သို့သော် စိတ်က အာရုံနဲ့ ကွာထွက် သွားတတ်တယ်၊ အဲဒီလို ကွာမသွားအောင် စိတ်ကို အာရုံနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီးတော့ သူက ရစ်ဝဲပေးနေတာ၊ အဲဒါ ဝိစာရပဲ၊ သူကလည်း ဝိတက်လိုပဲ အသုံးဝင်တဲ့ အရာတစ်ခု ဖြစ်တယ်ပေါ့။

ဝိတက်နှင့် ဝိစာရအထူး

ဝိတက်ကျတော့ စနစ်တကျ လေ့လာလိုက်လို့ရှိရင် ဈာန်အင်္ဂါလည်း ဖြစ်တယ်၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပဆိုတဲ့ မဂ္ဂင်လည်း ဖြစ်တယ်၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးထဲမှာ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ရာအတွက် ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ကို ကျင့်တဲ့အခါမှာ သမ္မာသင်္ကပ္ပဖြစ်တယ်၊ ဝိစာရဆိုတာကျတော့ တစ်ခါတစ်ရံ ဝိတက်နဲ့ အလားသဏ္ဌာန် တူတယ်၊ သူတို့နှစ်ခုက ပူးတွဲပြီး အလုပ် လုပ်တာမျိုး ရှိတယ်၊ ဝိတက်က ပထမအဆင့်၊ ဝိစာရက ဒုတိယအဆင့်၊ သူတို့နှစ်ခု ပူးတွဲပြီးတော့ အလုပ်

http://www.dhammadownload.com

လုပ်လေ့ရှိတယ်၊ သို့သော် သဘာဝချင်း မတူဘူး၊ ဝိတက်က စိတ်ကို အာရုံပေါ် တင်ပေးတယ်၊ ဝိစာရက အာရုံနဲ့စိတ် ကွဲ မသွားအောင် ထိန်းပေးထားတယ်၊ အဲဒီ ဝိစာရကလည်း စနစ်တကျ လေ့လာလိုက်လို့ရှိရင် ဈာန်အင်္ဂါ ဖြစ်တယ်၊ သမထ ကျင့်စဉ်ဖြစ်ရင် သူက ရှင်သန်လာမယ်၊ တိုးတက်လာမယ်ဆိုရင် ဈာန်အင်္ဂါထဲမှာပါတယ်။

ပီတိ

ပီတိဆိုတာကတော့ အထူးပြောစရာ မလိုဘူး၊ ပီတိ ဖြစ်ရင် စိတ်က အာရုံပေါ်မှာ ကျေနပ် နှစ်ခြိုက်နေတာ၊ ပီတိက လည်း အမျိုးမျိုးရှိတယ်၊ လောဘနဲ့ဖြစ်တဲ့ ပီတိရှိတယ်၊ ဓမ္မနဲ့ ဖြစ်တဲ့ ပီတိရှိတယ်၊ အဲဒီတော့ လောဘနဲ့ဖြစ်တဲ့ ပီတိကျတော့ သိပ်ပြီး တန်ဖိုးမရှိဘူး၊ လောဘက လွှမ်းသွားတယ်၊ ဓမ္မနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ပီတိလည်း ရှိတယ်၊ ဥပမာ– တရားနာရလို့ အသိ ဉာဏ်တွေ တိုးလာတယ်၊ ပီတိဖြစ်တယ်၊ နားမလည်တာ နား လည်ရတယ်ဆိုတော့ ပီတိဖြစ်တယ်၊ အဲဒီ ပီတိကတော့ အသိ ဉာဏ်ကို အားပေးတဲ့ပီတိမို့ တန်ဖိုးရှိတဲ့ပီတိဖြစ်တယ်။

ပီတိရဲ့ စွမ်းဆောင်မှု

အဲဒီပီတိကလည်း ဈာန်အင်္ဂါထဲမှာ ပါတယ်၊ စနစ်တကျ လေ့ကျင့်လိုက်လို့ ပီတိက ထက်သန်လာလို့ရှိရင် ဈာန်ရဲ့စွမ်းအား တစ်ခု ဖြစ်လာနိုင်တယ်၊ ဗောဇ္ဈင်ခေါ်တဲ့ အသိဉာဏ်ကို ရရှိစေနိုင် တဲ့ အကြောင်းတရား ၇–မျိုးထဲမှာလည်းပဲ ပီတိသမ္ဗောဇ္ဈင်ဆိုတာ ပါတယ်၊ ဒီပီတိကလည်း အသိဉာဏ်ကို ဖြစ်စေနိုင်တယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့်မို့ ဒီ ပီတိကလည်း လိုအပ်တယ်၊ ပီတိဟာ ဈာန်အင်္ဂါဖြစ်တယ်၊ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးထဲမှာ ပါတယ်၊ အသိဉာဏ်ကို ဖြစ်ပွါးစေတယ်၊ သို့သော် မဂ္ဂင် ၈-ပါးထဲမှာတော့ မပါဘူးလို့ မှတ်ရမယ်။

ဒီ ပီတိကိုလည်း စနစ်တကျ လေ့ကျင့်ပြီး ကောင်းတဲ့နေရာမှာ ရှိသင့်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ ပီတိမရှိရင် စိတ်မဝင်စားဘူးလေ၊ စိတ်မဝင်စားတော့ စိတ်က အားတက်သရောမရှိဘဲနဲ့ ဆုတ်နစ်မှုတွေ ဖြစ်တတ်တယ်၊ ပီတိလေးနဲ့ ဆွတ်ဖျန်းပေးလိုက်တဲ့အခါကျတော့ စိတ်ကလေး ရွှင်လန်းလာတယ်၊ သစ်ပင်လေးများလိုပဲ ရေကလေး ဖျန်းတဲ့အခါ လန်းမလာဘူးလား၊ အေးစိတ်ကလေးကလည်း ပီတိလေးနဲ့ တွဲလိုက်တဲ့ အခါမှာ သူဟာစွမ်းဆောင်မှုတွေ ပိုလာတယ်၊ ဒါကြောင့် ပီတိလေးနဲ့ ဆွတ်ဖျန်းပေးရတယ်တဲ့၊ သို့သော် လွန်သွားလို့ ရှိရင်လည်း မဖြစ်ဘူး၊ ပီတိတွေ လွန်ကဲလို့ မရဘူး၊ လွန်ကဲရင် လွဲချော်ကုန်ရော၊ ပီတိတွေလွန်ရင် ဘာပြောတုန်း၊ အရပ်ထဲမှာ ဝမ်းသာလုံးဆို့တယ် ဆိုတာ၊ သေတောင် သေတတ်သေးတယ် နော်၊ အဲဒီတော့ သူကလည်း သူ့အတိုင်းအတာလေးနဲ့ သူမှ၊ လွန်သွားရင် ဒုက္ခ ရောက်သေးတယ်နော်။

အဓိမောက္ခ

နောက်တစ်ခုက အဓိမောက္ခ၊ စိတ်ရဲ့ ဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့သဘော၊ ဆုံးဖြတ်တယ်ဆိုတာ အာရုံပေါ်မှာ သို့လော သို့လောဖြစ်မနေဘဲနဲ့ အာရုံနဲ့ စိတ်ဟာ အံဝင်ခွင်ကျ စွပ်ဝင်သွားတဲ့သဘောကို ပြောတာ၊ အဓိမောက္ခက အာရုံနဲ့စိတ် တည့်သွားတဲ့သဘော၊ ဝိတက်က တင်ထားတဲ့အာရုံပေါ်မှာ စိတ်က စွပ်ဝင်

http://www.dhammadownload.com

သွားတယ်၊ အဲဒါကိုပဲ ဆုံးဖြတ်တယ်လို့ ပြောတာ၊ စိတ်ကလေးက အာရုံမှာ တည့်သွားတယ်၊ စွပ်ဝင်သွားတယ်၊ အဓိမောက္ခကလည်း သူ့သဘောပဲ သူဆောင်တယ်၊ သူ့ကို တိုးတက်အောင် လုပ်ဖို့ မလိုဘူး။

ဝီရိယ

ဝီရိယဆိုတာ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု၊ အဲဒီ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုကတော့ ကောင်းတဲ့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု၊ မကောင်းတဲ့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုလို့ နှစ်ခု ရှိပြန်တယ်၊ လောဘကြောင့် ကြိုးပမ်းတာရှိတယ်၊ ဒေါသကြောင့် ကြိုးပမ်းတာရှိတယ်၊ အမုန်းကို အခြေခံပြီးတော့ ကြိုးပမ်းတယ်၊ လိုချင်တာကို အခြေခံပြီးတော့ ကြိုးပမ်းတယ်၊ မှားယွင်းတဲ့ ကြိုးပမ်းချက်တွေပေါ့။

မှန်ကန်တဲ့ ကြိုးပမ်းချက်ဆိုတာ ဘာတုံးဆိုတော့ အကုသိုလ်တွေ မဝင်ရအောင် ဆို့ပိတ်မှု၊ ဆို့ပိတ်ဖို့ ကြိုးပမ်းရမယ်၊ ကိုယ့်သန္တာန်ထဲမှာ စိတ်ယုတ်တွေ မကောင်းတာတွေ မဖြစ်နိုင်အောင် ဆို့ပိတ်တဲ့ ကြိုးပမ်းမှုက နံပါတ်(၁)၊ ဆို့ပိတ်လို့ မရဘူး၊ အကုသိုလ်စိတ် ဝင်လာတယ်ဆိုရင် တွန်းထုတ်ဖို့ရာ ကြိုးပမ်းရမယ်၊ နံပါတ်(၁)က– ဆို့ပိတ်တယ်၊ နံပါတ် (၂)က– တွန်းထုတ်တယ်၊ ဝင်လာရင် တွန်းထုတ်ရမယ်၊ ဥပမာ– ဒေါသ မထွက်အောင် ဆို့ပိတ်ထားရမယ်၊ စိတ်ကို မထိန်းနိုင်လို့ ဒေါသ ထွက်လာလို့ရှိရင် ထုတ်ပစ်ရမယ်၊ ဒါပြောတာနော်၊ မဖြစ်သေးတဲ့ ဒေါသကို မဖြစ်အောင် ကြိုတင်ပြီး တားဆီးရမယ်၊ မီးဘေးရှောင် မလောင်ခင်တား ဆိုတယ်မဟုတ်လား၊ မတော်တဆ လောင်သွားရင်လည်း မြန်မြန်ငြိမ်းပေါ့၊ ဒါပြောတာ၊ ဒါ လုပ်ရမယ့်

http://www.dhammadownload.com

ကြိုးပမ်း အားထုတ်မှု နှစ်ခုပဲ။

ကောင်းတာနဲ့ ပတ်သက်လာတဲ့အခါကျတော့ (၃) ကောင်းတဲ့စိတ်တွေ မဖြစ်ဘူးဆိုရင် ဖြစ်အောင် ကြိုးစား၊ (၄) ဖြစ်လာပြီဆိုရင် တိုးပွားအောင် ကြိုးစား၊ ပိုက်ဆံ မရသေးရင် ရအောင်ရှာ၊ ရလာရင် များအောင် လုပ်တာပေါ့၊ ဒီလိုပဲ တရားနဲ့ ပတ်သက်ရင် မဖြစ်သေးတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်လာအောင် လုပ်ရမယ်၊ ဖြစ်လာတဲ့ ကုသိုလ်တွေ တိုးပွားလာအောင် လုပ်ရမယ်။

ကိုယ့်မှာ သမာဓိ မရှိသေးရင် ထူထောင်၊ ရှိလာပြီဆိုရင် သမာဓိ ရင့်သန်အောင် ကြိုးစား၊ ဒါကို ဆိုလိုတာ၊ အဲဒီလို ကြိုးပမ်းမှုကို သမ္မာဝါယာမလို့ ခေါ်တယ်၊ မှန်ကန်တဲ့ ကြိုးပမ်း အားထုတ်မှု၊ ဒီဝီရိယက မှန်ကန်တဲ့ ကြိုးပမ်း အားထုတ်မှုနဲ့ကျတော့ သမ္မာဝါယာမဖြစ်ပြီးတော့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးထဲမှာလည်း ပါတယ်၊ အသိဉာဏ်ရဖို့ရာ စွမ်းဆောင်တဲ့ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးထဲမှာလည်း ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ စနစ်တကျ သူ့ကို လေ့ကျင့်ပေးရမယ်တဲ့၊ ဝီရိယဆိုတာ လိုအပ်တယ်လို့ ပြောတာနော်၊ ဝိတက္က၊ ဝိစာရ၊ အဓိမောက္ခ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိ-တဲ့၊ ငါးခု ရှိသွားပြီ။

ဆန္ဒ

ဆန္ဒဆိုတာ ပြုလုပ်ချင်တဲ့သဘော၊ တဏှာကျတော့ ပြုလုပ်ချင်ရုံ မကဘူး၊ တွယ်တာတယ်ဆိုတဲ့ သဘောပါတယ်၊ ဆန္ဒက ပြုလုပ်ချင်ရုံ သက်သက်ပဲ၊ ဥပမာ- ဥပုသ်စောင့် သွားချင်တယ်၊ ဥပုသ်စောင့် သွားချင်တယ်ဆိုတာနဲ့ ရုပ်ရှင် သွားကြည့်ချင်တယ်ဆိုတာနဲ့ ဒီ ''ချင်''နှစ်ခု တူလား၊ မတူဘူး။

http://www.dhammadownload.com

အလှူ လှူချင်တယ်ဆိုတာနဲ့ ပိုက်ဆံရချင်တယ်ဆိုတဲ့ ဒီ ''ချင်''နှစ်ခုရော တူလား။ အလှူ လှူချင်တယ်ဆိုတာကျတော့ ဆန္ဒလို့ ပြောတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဆန္ဒရဲ့သဘောနဲ့ လောဘရဲ့ သဘောက ခပ်ဆင်ဆင်ပဲ၊ ဆင်ပေမယ့်လို့ ဆန္ဒဆိုတာ ပြု လုပ်ချင်ရုံ သက်သက်ပဲ၊ လောဘကျတော့ ပြုလုပ်ချင်ရုံ မကဘူး၊ တွယ်တာတဲ့ သဘောလေးပါတယ်၊ တွယ်တာတယ်၊ ကပ်ငြိတယ် ဒီသဘောလေး ရှိတယ်၊ ဆန္ဒနဲ့လောဘ ဒီလို ထူးခြားမှု ရှိတယ်။

ဆန္ဒဆိုတဲ့တရား စွမ်းအား ထက်လာပြီဆိုရင် **ဆန္ဒာ ဓိပတိ**တဲ့၊ အဓိပတိ တပ်လာပြီ၊ ဒီဆန္ဒက ပြင်းထန်လာပြီ ဆိုလို့ရှိရင် သူက အောင်မြင်မှုကို သရဖူဆောင်းနိုင်တဲ့ **ဆန္ဒိဒ္ဓိပါဒ်**၊ ဒါကြောင့်မို့ သူ့ရဲ့ စွမ်းဆောင်မှုတွေဟာ ကြီးထွားလာလို့ရှိရင် လောဘကိုလည်း ဖယ်ရှားနိုင်တယ်၊ ဒေါသကိုလည်း ဖယ်ရှား နိုင်တယ်။

စိတ်ဆန္ဒက ကုသိုလ်လုပ်ချင်တဲ့ စိတ်ဆန္ဒ ရှိနေတဲ့အတွက် ကြောင့် သိန်းလေးဆယ်၊ ငါးဆယ်လည်း လှူပစ်လိုက်တာပဲ၊ ဆန္ဒဖြစ်တာကြည့်၊ လောဘကို မနိုင်လိုက်ဘူးလား။ နိုင်တယ်၊ လုပ်ချင်တဲ့ဆန္ဒကို '**ဆန္ဒဝတော ကိံ နာမ ကမ္မံ န သိဇ္ဈတိ**'၊ ဆန္ဒရှိရင် ဘယ်အရာမဆို ပြီးတယ်တဲ့၊ ဒါကြောင့်မို့ ဆန္ဒကို ဣဒ္ဓိပါဒ်လို့ ခေါ်တယ်၊ ကြီးပွားတိုးတက်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းတရား၊ အဓိပတိ စွမ်းဆောင်မှု ကြီးကဲမှု သဘာဝတရားလို့ ဒီလို မြတ်စွာ ဘုရားက ဟောတယ်။

အဲဒီ စေတသိက် ခြောက်ခုကတော့ တချို့စိတ်တွေမှာ

ပါတယ်၊ တချို့ စိတ်တွေမှာ မပါဘူး၊ ပါတောင်မှလည်း စိတ်ချင်း မတူဘူး၊ တချို့ စိတ်တွေမှာ အင်အား သိပ်မရှိဘူး၊ တချို့စိတ်ကျ အင်အား ပိုကောင်းတယ်။

ဒါက စိတ်ကိုအမှီပြုပြီးတော့ဖြစ်တဲ့ အင်အားစု စေတသိက်တွေပဲ၊ စိတ်ကိုမှီငြား စိတ်စွမ်းအားများပါပဲ၊ '**စိတ်ကို မှီငြား စိတ်စွမ်းအားများ**'ဆိုတာ ဟောဒီ အညသမာန်း ၁၃–ပါးကို ပြောတာပါ၊ ဒီ သဘာဝတရားတွေဟာ စိတ်ကိုမှီပြီးတော့ ဖြစ်ကြတဲ့ သဘာဝတရားတွေဖြစ်လို့ သူ့တို့ဟာ သူတို့သဘော သူတို့ ဆောင်နေကြတာတွေဖြစ်တယ်။ ငါဆိုတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ငါ့ဥစ္စာဆိုတာလည်း မဟုတ်ဘူး၊ ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်နေတဲ့ သဘာဝတရားတွေပါလားလို့ ကိုယ်စီကိုယ်စီ အမြင်မှန်ရပြီးတော့ အသိဉာဏ်တွေ ကြီးထွားနိုင်ကြပါစေကုန် သတည်း။

"သာဓု – သာဓု – သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

အခန်း(၆)

စိတ်၏အညစ်အကြေးများ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက အင်္ဂုတ္တရ နိကာယ်မှာ "**ပဘဿရ မိဒံ ဘိက္ခဝေ စိတ္တံ**" စိတ်ကလေးဟာ ဖြူစင် ဝင်းလက်နေတယ်လို့ ဟောတော်မူတယ်၊ တင်စားပြီးသုံးတဲ့ အသုံးနော်၊ လူတွေလည်း ပြောကြတယ် မဟုတ်လား။ အသံဆိုတာ မြင်ရတာလား။ ကြားရ တာလား။ ကြားရတာနော်၊ ဒါပေမယ့် မပြောကြဘူးလား။ အသံ နက်ကြီးနဲ့တဲ့၊ အသံပြာကြီးနဲ့တဲ့၊ အသံဝါကြီးနဲ့တဲ့၊ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး အပြာတွေ အဝါတွေ မြင်ကြလဲ၊ ပြောတယ် မဟုတ်လား၊ အေး ဒီမှာလည်းပဲ မြတ်စွာဘုရားက "**ပဘဿရ မိဒံ ဘိက္ခဝေ စိတ္တံ**" သဘာဝ စိတ်ကလေးက ဖြူစင်ပြီး ဝင်းလက်နေတာ၊ ပဘဿရဆိုတာ ပဘာ– အရောင်အဝါတွေ၊ သရ– ထွက်နေ တယ်လို့ ဒီလို ပြောတယ်၊ ဖြူစင်တယ်၊ စင်ကြယ်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို ဖော်ပြတာပါနော်။

http://www.dhammadownload.com

"ပဘဿရ မိဒံ ဘိက္ခဝေ စိတ္တံ၊ တဉ္စ ခေါ အာဂန္တု ကေဟိ ဥပက္ကိလေသေဟိ ဥပက္ကိလိဋ္ဌံ"။

အခုလို ပါဠိတွေ နည်းနည်းပါးပါး ရွတ်ရတာ တခြား မဟုတ်ဘူး၊ မြတ်စွာဘုရား ဟောခဲ့တယ်ဆိုတာ သက်သေပြဖို့ အတွက်နော်၊ ဘုရားက ဒီလို ဟောခဲ့တာ။

ဣဒံ စိတ္တံ– ဤစိတ်သည်၊ **ပဘဿရံ**– ပြိုးပြိုးပြက်ပြက် အရောင်တလက်လက်နဲ့ စင်ကြယ်၍ နေပါပေတော့၏၊ **တဉ္စ**– ထို စင်ကြယ်နေတဲ့ စိတ်ကလေးဟာ၊ **အာဂန္တုကေဟိ**– အခိုက် အတန့် ပေါ်လာတဲ့၊ (အာဂန္တုဆိုတာ ဧည့်သည်၊ ရောက်ရောက် လာတတ်တယ်ပေါ့၊ ဧည့်သည်ဆိုတာ လာလာလည်တတ်လို့ ဧည့်သည်ခေါ်တာပေါ့၊) **အာဂန္တုကေဟိ**– ဧည့်သည် ဖြစ်ကုန် သော၊ **ဥပက္ကိလေသေဟိ**– အညစ်အကြေးတို့သည်၊ **ဥပက္ကိလိဋ္ဌံ**– ညစ်နွမ်းစေအပ်လေတော့၏။

ပင်ကိုယ်စိတ်လေးက ဖြူစင်ဝင်းလက်နေတာတဲ့၊ ခေတ္တ ခဏ ရောက်ရောက်လာတတ်တဲ့ ဧည့်သည်တွေကြောင့်၊ ညစ်နွမ်း စရာတွေကြောင့် ညစ်နွမ်းသွားရတယ်လို့ ဒီလို ပြောတယ်၊ အဲဒီ တော့ စိတ်ကလေးက ထာဝရ ညစ်နွမ်းနေတာ မဟုတ်ဘူး၊ အခိုက်အတန့် စိတ်ရဲ့အညစ်အကြေးတွေ ဝင်လာတဲ့အခါကျတော့ စိတ်က ညစ်နွမ်းရတယ်၊ ဒါက စိတ်နဲ့ အညစ်အကြေးကို ခွဲထုတ် လို့ရအောင်၊ ခွဲထုတ်လို့ ရနိုင်တယ်ဆိုတာကို မြတ်စွာဘုရားက လမ်းညွှန်ပြတာနော်။

ဖြူစင်နေတဲ့ အဝတ်ကလေးတစ်ခု ညစ်နွမ်းလာတယ်ဆို တော့ အဝတ်က တခြား၊ ညစ်နွမ်းနေတဲ့ အညစ်အကြေးတွေက

http://www.dhammadownload.com

တခြား၊ ဒီလို မဟုတ်လား။ အဲဒီ အညစ်အကြေးတွေကို လျှော်ဖွတ်လိုက်တဲ့အခါ အဝတ်ပါ ပျောက်သွားသလား။ (သို့မဟုတ်) အညစ်အကြေးလေးတွေသာ ပျောက်သွားတာလား၊ အညစ်အကြေးတွေသာ ပျောက်သွားတာ၊ အဲဒီလိုမျိုးပဲ စိတ် ပျောက်မသွားဘူး၊ စိတ်ထဲမှာ ပေါ်လာတဲ့ အညစ်အကြေးတွေသာ ပျောက်တာ။

ဒါဖြင့် စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေဆိုတာ ဘာတွေလဲ၊ အဘိဓမ္မာကျမ်းမှာ မြတ်စွာဘုရားက စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးအနေနဲ့ အကုသိုလ်စေတသိက် ၁၄–မျိုး ဟောထားတယ်၊ ကိလေသာနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင်တော့ ၁၀–မျိုးပဲ ရှိတယ်၊ ဒီက ၄–မျိုး ပိုတယ်ပေါ့၊ အဲဒီ ၁၄–မျိုးထဲက ကိလေသာလို့ နာမည်ပေးထားတာက ၁၀–မျိုးပေါ့၊ ကိလေသာလို့ နာမည် မပေးပေမယ့်လို့ အကုသိုလ် စေတသိက်ဆိုတာ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေ ချည်းပဲ၊ အဲဒီ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေကြောင့် စိတ်ဟာ ညစ်နွမ်းနေရတယ်။ အဝတ်တွေ ညစ်နွမ်းရင် လူတွေက ဆပ်ပြာနဲ့ ရေနဲ့လျှော်ကြတယ်၊ စိတ်တွေ ညစ်နွမ်းရင်လည်း လျှော်တဲ့ နည်းလမ်းတော့ ရှိရမှာပေါ့၊ အဝတ်ညစ်နွမ်းရင်တော့ လျှော်ကြသလို ကိုယ့်စိတ်လေး ညစ်နွမ်းရင်လည်း လျှော်ဖွပ်ဖို့ မမေ့ကြ လေနဲ့။

ဖြူစင်သန့်ရှင်းတဲ့ စိတ်ကလေးဖြစ်လာအောင် ခေတ္တခဏ ရောက်လာတဲ့ အညစ်အကြေးဆိုတာတွေကို လျှော်ဖွပ်ပစ်ရမှာပဲ၊ အဝတ်လျှော်တဲ့အခါ တစ်ချို့ အညစ်အကြေးမျိုးတွေက တစ်ခါ၊ နှစ်ခါ လျှော်ရုံနဲ့ ဖွပ်ရုံနဲ့ မရဘူး၊ တော်တော် စွဲနေတာနော်၊ တော်တော်စွဲတဲ့ အညစ်အကြေးလည်း ရှိတယ်၊ သာမန် တစ်ခါ, နှစ်ခါ လျှော်ရုံနဲ့ ပျောက်သွားတဲ့ အညစ်အကြေးလည်း ရှိတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ဒီလိုပဲ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးမှာလည်းပဲ တချို့ အညစ်အကြေးတွေက စွဲထင်နေတယ်၊ ခုမှ ညစ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ သံသရာက ညစ်လာတာဆိုတော့ လုံးဝ စွဲထင်နေတာ၊ တစ်ခါ၊ နှစ်ခါ လျှော်ရုံလေးနဲ့ မရဘူး။

စိတ်အညစ်အကြေး လျှော်နည်း

လျှော်တယ်ဆိုတာ တခြားနည်းနဲ့ လျှော်ရမှာတော့ မဟုတ်ဘူး၊ သမထကျင့်စဉ် ကျင့်ပြီးတော့ လျှော်တယ်၊ ဝိပဿနာကျင့်စဉ် ကျင့်ပြီးတော့ လျှော်တယ်၊ စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်း နှလုံးသွင်း မှန်မှန်လေး ထားပြီးတော့ လျှော်တယ်၊ ဒါ လျှော်ဖွပ်တဲ့နည်းပဲ၊ လျှော်ဖွပ်တဲ့နည်း အမျိုးမျိုးနဲ့ ကြိုးစားကြရမှာ၊ ကြိုးစား အားထုတ်တယ်ဆိုတာ **အညစ်အကြေးတွေ မစွဲသေးရင် မစွဲအောင် သတိထား။** ဆိုပါစို့ အဝတ်ကလေး ဝတ်တဲ့အခါ အညစ်အကြေးတွေ ထိမှာစိုးလို့ မထိအောင် ရှိရှိသေသေ ဝတ်ကြတယ် မဟုတ်လား၊ အဝတ်ကို ရှိရှိသေသေ ဝတ်ကြသလို ကိုယ့်စိတ်ကလေးလည်း အညစ်အကြေးတွေ ကပ်မလာအောင် ရှိရှိသေသေ ထားရမယ်၊ အဲဒီလို ကြိုးစားတာကို သမ္မာဝါယာမ။

အဲဒါကို 'သံဝရ'လို့လည်း ခေါ်တယ်၊ ဆို့ပိတ်ထားတယ်၊ အညစ်အကြေး မရောက်စေရဘူး၊ ဖြူစင်နေတဲ့ ကိုယ့်အဝတ်ကလေးထဲမှာ အညစ်အကြေးတွေလာ မစွဲအောင်လို့ ဂရုစိုက်ပြီးတော့ထားတာ **သံဝရ**– ဆို့ပိတ်မှုလို့ ပြောတာ၊ အဲဒီလို ဆို့ပိတ်လို့ မတော်တဆ အညစ်အကြေးတစ်ခု ရလာပြီ၊ ရောက်လာပြီဆိုလို့ရှိရင် လျှော်ဖွပ်ပစ်၊ ဒါ ကြိုးစား အားထုတ်မှုပဲ။

http://www.dhammadownload.com

စိတ်လည်း ဒီအတိုင်းပဲ။

(၁) မပေအောင် အညစ်အကြေး မကပ်အောင်ထိန်းသိမ်း၊

(၂) ကပ်လာပြီဆိုလို့ရှိရင် ထိုအညစ် အကြေးကို လျှော်ပစ်၊

(၃) နောက်ထပ် အညစ်အကြေး မလူးအောင် အညစ်အကြေး မလူးလို့ သန့်ပြန့်နေတဲ့ အနေအထား ရောက်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်၊

(၄) ထို သန့်ပြန့်မှု တိုးတက်ပြီး သန့်ပြန့်လာအောင် ကြိုးစားတဲ့။

ဒါ အညစ်အကြေးကို ဖွပ်လျှော်တဲ့နည်း၊ လုပ်ပုံလုပ်နည်း ပေါ့။ စိတ်အညစ်အကြေးကို ဖွပ်လျှော်တဲ့အခါ ကောင်းတဲ့အာရုံ တစ်ခုခု ယူပြီးတော့ စိတ်အခြေအနေ ပြောင်းပစ်တာ၊ လျှော်ပစ်တာ။ ဘုရားဂုဏ်ကို အာရုံပြုပြီးတော့လည်း လျှော်ပစ်လို့ရတယ်၊ တရားဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြုပြီးတော့လည်း လျှော်ပစ်လို့ရတယ်၊ **ဝိသာခုပေါသထသုတ်**မှာ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီ နည်းလမ်းတွေ ပေးထားတာ ရှိတယ်နော်၊ တရားဂုဏ်, သံဃာဂုဏ် အာရုံပြု ပြီးတော့လည်း စိတ်အညစ်အကြေးတွေ လျှော်လို့ရတယ်၊ ကိုယ့်ရဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားကို အာရုံပြုပြီးတော့လည်း နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင် ပြီးတော့လည်း စိတ်အညစ်အကြေးကို လျှော်လို့ရတယ်။

ဆိုလိုတာက ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံတွေထဲက ဘယ်အာရုံနဲ့ပဲ ဖြစ်ဖြစ် အဲဒီ အာရုံနဲ့ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေကို လျှော်လို့ ဖွပ်လို့ရတယ်၊ စင်ကြယ်သွားအောင် လုပ်ရတယ်၊ စိတ်အညစ် အကြေးဆိုတာ ဘာတွေတုန်းဆိုတော့ **အဘိဓမ္မတ္ထ သင်္ဂဟ**မှာ စိတ်မှာ လာစွဲကပ်နေတဲ့ အနေအထားတွေကို ကြည့်ပြီး စီစဉ်

http://www.dhammadownload.com

ထားတာ ရှိတယ်၊ သို့သော်လည်း ဒီနေရာမှာ ပြောချင်တာကတော့ အဲဒီ အညစ်အကြေးတွေထဲမှာ အမြစ်ကဲ့သို့ ခိုင်မာတဲ့ အညစ်အကြေး ၃-မျိုး ရှိတယ်၊ အဲဒါက လောဘ, ဒေါသ, မောဟဆိုတဲ့ အကုသိုလ်စေတသိက်အားလုံးရဲ့ အမြစ်ပဲ ဖြစ်တယ်။

လောဘ

လောဘဆိုတာ ဘာကို ခေါ်တာတုန်းလို့ ဆိုရင် 'လောဘ' ဆိုတာ အာရုံကို လိုချင်တဲ့သဘော၊ အာရုံကို ဆုပ်ကိုင်ထားတဲ့ သဘော၊ မရသေးရင် ရချင်တယ်၊ ရပြီးရင် ဆုပ်ကိုင်ထားတယ်၊ ဒါ လောဘသဘောပဲ။

အာရုံဆိုတာ မျက်စိက မြင်ရတဲ့အဆင်း၊ နားက ကြားရတဲ့အသံ၊ နှာခေါင်းက ရှူရှိုက်ရတဲ့ အနံ့၊ လျှာက ခံယူရတဲ့ အရသာ၊ ခန္ဓာကိုယ်က ထိတွေ့ရတဲ့ အထိအတွေ့၊ စိတ်ကူးကြံစည်လို့ ရတဲ့အကြံအစည်၊ ဒီအာရုံတွေထဲက နှစ်သက်စရာတွေ အာရုံတွေဆိုရင် လောဘက ရချင်တယ်၊ ဒါ သူ့သဘောပဲ၊ ရပြီးရင် ဆုတ်ကိုင်ထားချင်တယ်၊ မလွှတ်ချင်ဘူး။

အဲဒါကြောင့် လောဘဆိုတာ အာရုံနဲ့ စိတ်ကလေးကို Super Glue လို ကပ်ပေးထားတယ်၊ သူက စိတ်ကလေးကို အာရုံနဲ့ ခွါလို့မရအောင် ကပ်လိုက်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ လူတွေဟာ လိုချင်တဲ့ အရာလေးကို အမြဲတမ်း သတိရနေတယ်၊ မခွဲနိုင် မခွါရက်ဆိုတာ ဖြစ်နေတယ်၊ ဘယ်သူက ကပ်ထားလဲ၊ လောဘက ကပ်ထားတယ်၊ အဲဒီ လောဘကိုပဲ 'တဏှာ' လို့လည်း ခေါ်တယ်၊ 'ရာဂ'လို့လည်း ခေါ်တယ်၊ ရှုထောင့် အမျိုးမျိုးနဲ့ သဘာဝတရားကို နာမည် ပေးထားတာပါ။

http://www.dhammadownload.com

လောဘဆိုတာ လိုချင်တယ်ဆိုတဲ့ သဘာဝ ရှုထောင့်က သူ့ကို လောဘလို့ နာမည်ပေးလိုက်တယ်။

ရာဂတဏှာ

ရာဂဆိုတာကျတော့ စိတ်ကို အရောင်ဆိုးတယ်လို့ ဒီလို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်တယ်၊ စိတ်ထဲမှာ စွဲလမ်းပြီးတော့ အရောင်ဆိုးတာ၊ စိတ်မှာ လောဘအရောင် ဆိုးထားရင် ချွတ်လို့ တော်တော်နဲ့ မရတော့ဘူး၊ စွဲနေတဲ့ အရောင်လို ရာဂဆိုတာ စွဲနေတယ်၊ စွဲလမ်းသွားတယ်။

တဏှာဆိုတာကတော့ တတမ်းတတ ဖြစ်နေတယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်၊ အဲဒီ အခြေအနေတွေ အားလုံး ရှိနေတယ်၊ ဒါ လောဘရဲ့ Aspect တွေပေါ့၊ လောဘရဲ့ သဘာဝကို တရား ရှုထောင့် အမျိုးမျိုးကနေ မြတ်စွာဘုရားက အမည်ပေးပြီး ဟောလိုက်တာ။

စိတ်ကို အရောင်ဆိုးခြင်း

ဟောဒီ လောဘဆိုတာ စိတ်ထဲမှာ ပေါ်လာတဲ့ တရားတဲ့၊ စိတ်မဟုတ်ဘူးနော်၊ လူတွေကတော့ ပြောတယ်၊ ငါ့စိတ်က လိုချင်တယ်၊ စိတ်ကလို့သာ ဦးတည်ပြီး ပြောလိုက်တာ၊ အမှန်ကတော့ လောဘဆိုတာ စိတ်ထဲမှာဖြစ်တဲ့အရာသာ ဖြစ်တယ်၊ စိတ်မဟုတ်ဘူး၊ ပင်ကိုယ်စိတ်ကလေးဟာ ဘာနဲ့ ဥပမာတူတုံး ဆိုရင် ဖြူစင်နေတဲ့ အဝတ်ကလေးလိုပဲ၊ ဖြူစင်နေတဲ့ အဝတ်ကလေးသည် အဝါရောင် ဆိုးလိုက်လည်း ဝါသွားတယ်၊ အနီရောင် ဆိုးလိုက်ရင်ရော နီသွားတယ်၊ အညိုရောင် ဆိုးလိုက်ရင်ရော ညိုသွားတယ်၊ အရောင်အမျိုးမျိုး ဆိုးလို့ရနေသလို

http://www.dhammadownload.com

ထို့အတူပဲ၊ လောဘဝင်လာလို့ရှိရင် အဝါရောင် ဖြစ်သွားတယ်၊ ဒေါသဝင်လာလို့ရှိရင် အနီရောင် ဖြစ်သွားပြန်တယ်၊ ဆေးဆိုးသလို ဒါတွေက စိတ်ကို အရောင်ဆိုးနေတာ၊ စိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေတဲ့ ဖြူစင်တဲ့ သဘာဝတရားကို ပျက်စီးစေတဲ့ သဘာဝတရားတွေလို့ ဒီလို ပြောတာနော်။

မျောက်ဖမ်းတဲ့ ကော်စေးနဲ့တူပုံ

လောဘဟာ အာရုံနဲ့ စိတ်ကို ကပ်ပေးထားတယ်၊ တွယ်ပေးထားတယ်၊ ကော်များလိုပဲ စိတ်ဟာ အာရုံနဲ့ တွယ်ကပ်နေအောင် မခွဲနိုင် မခွါရက်ဆိုတာ ဖြစ်နေအောင် အာရုံနဲ့စိတ်ကို မခွါနိုင်အောင် တွယ်ကပ်ပေးထားတဲ့သဘော၊ စာပေကျမ်းဂန်များမှာ ဘာနဲ့ ဥပမာပေးထားတာတုန်းဆိုတော့– "မက္ကဋာလေပ" တဲ့၊ မက္ကဋ– ဆိုတာ မျောက်၊ အာလေပ– ဆိုတာ ကော်စေးကို ပြောတာ၊ မက္ကဋာလေပ– မျောက်ဖမ်းတဲ့ ကော်စေးလို့၊ ခုခေတ် Super Glue လိုပေါ့၊ မျောက်နဲ့စေးလို့ ခေါ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားက သုတ္တန်တစ်ခုမှာ ဥပမာ ပေးထားတယ်၊ မျောက်ဖမ်းတဲ့ ကော်စေး၊ ဟိုးရှေးတုန်းက ဟိမဝန္တာတောင်ခြေမှာ နေကြတဲ့ မုဆိုးတွေက တောတန်းကြီးကို ဖြတ်ပြီးတော့ တစ်ပင်က တစ်ပင် ကူးနေတဲ့ မျောက်တွေကို ဖမ်းတဲ့အခါမှာ လေးနဲ့ ပစ်ပြီးတော့ မဖမ်းဘူး၊ ထောင်ချောက်နဲ့ မဖမ်းဘူး၊ ကော်စေးကို အသုံးပြုပြီးတော့ ဖမ်းတယ်၊ အဲဒီကော်စေးလေးကို Lime လို့ ခေါ်တယ်၊ အင်္ဂလိပ်လိုက စာကလေးတွေ ငှက်သေးသေးလေးတွေကို ဖမ်းတဲ့ ကော်စေးကို bird lime လို့ခေါ်တယ်၊ အခုဟာကျတော့ monkey lime ပေါ့၊ လူဖမ်းရင်တော့ human lime

http://www.dhammadownload.com

လို့ ခေါ်ရမယ် ထင်တယ်၊ super glue လိုဟာမျိုး ကပ်တယ်၊ စေးကပ်တဲ့အရာ ကော်ပါပဲ၊ ကော်လို့ပဲ ပြောလိုက်တာပေါ့၊ ကော်ဆိုပေမယ့် သာမန်ကော် မဟုတ်ဘူး၊ ရုန်းထွက်လို့ မရအောင် ကပ်တဲ့ကော်မျိုး၊ မျောက်တွေ သွားတဲ့နေရာကို လေ့လာပြီးတဲ့ အခါ မျောက်အုပ်ကြီး ဒီနေရာက ဖြတ်တယ်ဆိုရင် အဲဒီနေရာ က သစ်ကိုင်းတွေမှာ အဲဒီ ကော်စေးတွေ လိုက်သုတ်ထားတယ်၊

မျောက်အုပ်ထဲမှာလည်း လိမ္မာပါးနပ်တဲ့မျောက်တွေ ရှိသလို ပြောင်ချော်ချော် မျောက် Naughty Monkey တွေလည်း ရှိကြတယ်။ မျောက်ဆိုတာ အလွန် စူးစမ်းတတ်တယ်၊ ဘာဖြစ် ဖြစ် သူက သိချင်တယ်၊ မျောက်က အငြိမ်မနေဘူး၊ လိမ္မာတဲ့ မျောက်တွေကတော့ ကော်စေးတွေ မြင်တဲ့အခါကျတော့ 'ဟ- ဒါက ငါတို့ မမြင်ဖူးဘူး၊ အရင်က မရှိဘူး၊ ဒါ အန္တရာယ်ရှိတယ် ဆိုပြီးတော့ ဝေးဝေးက ရှောင်တယ်၊ အဲဒီလမ်း မသွားဘူး။

ဟို နေရာတကာ စပ်စပ် စပ်စပ်နဲ့ သိချင်တဲ့ မျောက် ကျတော့ ဘာတွေတုန်းဆို စူးစမ်း လေ့လာချင်တယ်၊ သွားပြီး တော့ အစေးကို လက်နဲ့ သွားကိုင်တယ်၊ ရုန်းမရဘူး၊ ရုန်းမရလို့ ဘာလုပ်တုန်း၊ နောက် လက်တစ်ဖက်နဲ့ တွန်းပြီးတော့ ခွါတယ်၊ အဲဒီလက်ပါ ကပ်သွားတယ်၊ တစ်ခါမရတော့ ဘာလုပ်တုန်းဆိုရင် ခြေထောက်တစ်ဖက်နဲ့ တွန်းကန်ပြန်တယ်၊ တွန်းကန်တော့ မကွာ ဘူး၊ အဲဒီခြေထောက်ကလည်း ကပ်သွားပြန်တယ်၊ နောက်ကျန် တဲ့ ခြေထောက်တစ်ချောင်းနဲ့ တွန်းလိုက်ပြန်တော့ ၄-ဖက်လုံး ကပ်သွားတယ်၊ နှုတ်သီးပဲ ကျန်တော့တယ်၊ ကဲ နောက်ဆုံး မရတော့ နှုတ်သီးနဲ့ ထိုးပြီးတော့ ရုန်းတယ်၊ နှုတ်သီးပါ ကပ်သွား

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊ ပဉ္စောင်္ဂိတော– ငါးဌာနလုံး သူ အချုပ်ခံလိုက်ရတယ်၊ ခြေနှစ်ဖက်၊ လက်နှစ်ဖက်၊ နှုတ်သီး၊ အားလုံး ကော်စေးနဲ့ ကပ်နေပြီး ရုန်းမသွားနိုင်တော့ဘူး။ အဲဒီ မျောက်ကို ချောင်းနေတဲ့ မုဆိုးက အသာလေး လာပြီးတော့ ဖမ်းယူသွားတယ်။ အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားက မက္ကဋာလေပသုတ်မှာ ဟောထားတာ ရှိတယ်။

လောဘဆိုတာ မက္ကဋာလေပ–မျောက်ဖမ်းတဲ့ ကော်စေးတဲ့၊ ရုန်းထွက်နိုင်ကြရဲ့လား။ မထွက်နိုင်ဘူးနော်၊ ခြေရော လက်ရော အကုန်လုံး မိနေတယ်၊ ဘယ်မှ သွားလို့လည်း မရတော့ဘူး၊ သတ္တဝါတွေ အားလုံးဟာ ဒီလိုနည်းနဲ့ပဲ နောက်ဆုံးမှာ သံသရာကြီးကနေ ရုန်းထွက်လို့ ရကြသေးရဲ့လား။ အဲဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဒီ လောဘတဏှာကိုပဲ ဒုက္ခသမုဒယလို့ ဟောလိုက်တာ၊ သံသရာကြီးက ထွက်လို့ မရနိုင်အောင် သူက တွယ်ကပ်ထားတာ၊ ဘဝတစ်ခု ရတာကလည်း‌ပဲ သူ့ရဲ့စွမ်းဆောင်ချက်ပဲ။

လောဘဆိုတဲ့ သဘာဝ တရားဟာ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေး တစ်ခုပါတဲ့၊ သူ့ကို ဖယ်ရှားဖို့ ကြိုးစားရမယ်၊ မဖယ်ရှားနိုင်ဘူး ဆိုရင် အာရုံနဲ့ စိတ်နဲ့ ကပ်ပြီး ဒုက္ခရောက်ဖို့ပဲ၊ ဒုက္ခသမုဒယ– ဒုက္ခဖြစ်စေတတ်တဲ့ အကြောင်းတရားပဲ။

အပြစ်နည်းပေမယ့်

လောဘနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မြတ်စွာဘုရား ထိုထို ဒေသနာတွေမှာ ဟောထားတာ အများကြီးပဲ ရှိတယ်၊ လောဘဟာ ဒုက္ခ အပေးဆုံးပဲလို့ ဒီလို ဟောတယ်၊ အင်္ဂုတ္တိုရ်မှာတော့ မြတ်စွာဘုရားက လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟဆိုတဲ့ ဒီ အကုသိုလ်ရဲ့

http://www.dhammadownload.com

အမြစ် ၃-ခုဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ထူးခြားမှု ရှိတယ်တဲ့၊ လောဘက မျောက်နဲ့စေးလို ကပ်ပေမယ့်လို့ အစေးဆိုတာ ရေလေးနဲ့ ဆွတ်ခွါရင် မရဘူးလား၊ ရေထိရင် ပြုတ်ထွက်သွားမှာ၊ ရေနဲ့ဆို ကပ်လို့ မရတော့ဘူးနော်၊ ဒီလောဘကလည်းပဲ ဘယ်လောက်ပဲ ကပ်ကပ်၊ ဘယ်လောက်ပဲ စွဲစွဲ၊ သူကလည်း ခွါတဲ့နည်းနဲ့ ခွါလိုက်ရင် ခွါလို့ရတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ လောဘကို ခွါလို့တော့ ရတယ်၊ လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ ခွါလို့ရတဲ့ဟာမျိုးတော့ မဟုတ်ဘူး။

အဲဒါကြောင့်မို့ လောဘရှိနေလို့ လူတွေ ဒုက္ခရောက်နေတယ် ဆိုပေမယ့် ဟောဒီ လောဘလေးနဲ့ပဲ နတ်ပြည် ရောက်မသွားနိုင်ဘူးလား၊ ဗြဟ္မာ့ပြည်ရော ရောက်မသွားနိုင်ဘူးလား၊ လောဘတန်းလန်းလေးနဲ့ ရောက်တယ် ပြောတာနော်၊ လောဘကြောင့် ရောက်တာ ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ ကော်လေး တန်းလန်းနဲ့ လူ့ပြည်လည်း သွားလို့ရတယ်၊ နတ်ပြည်လည်း သွားလို့ရတယ်၊ ငရဲဆိုတာတော့ မပြောနဲ့တော့၊ ဟောဒီ လောဘဆိုတဲ့ ကော်တန်းလန်းလေးနဲ့ပဲ နိဗ္ဗာန်ကလွဲရင် ရောက်တယ်၊ သူ့ကြောင့် ရောက်တာတော့ မဟုတ်ဘူးနော်၊ ရှိနေတုန်း ရောက်တယ် ပြောတာ၊ အကုသိုလ်ကြောင့် နတ်ပြည်ရောက်တယ်လို့ ထင်နေမယ်၊ သူ့ကြောင့်တော့ မရောက်ဘူး၊ သို့သော် သူရှိနေပေမယ့်လို့ ရောက်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက လောဘဟာ အပ္ပသာဝဇ္ဇော- အပြစ်ဒီလောက်ကြီး မရှိဘူး၊ သားနဲ့သမီးနဲ့ မိသားစုနဲ့ နေပြီးတော့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်ပြီးတော့ ဘဝတစ်ခုကနေ တစ်ခု ဝိသာခါတို့လိုပေါ့၊ ကောင်းတဲ့ဘဝ ရောက်သွားတာ

http://www.dhammadownload.com

တွေကော မရှိဘူးလား၊ လောဘတန်းလန်းနဲ့ ကောင်းတဲ့ ဘဝ ရောက်နေကြတယ်၊ အပ္ပသာဝဇ္ဇော– အပြစ်တော့ သိပ်မကြီး ဘူးတဲ့၊ သို့သော်လည်း ဒန္ဓဝိရာဂီ တဲ့၊ ပျောက်အောင်လုပ်ဖို့ ကျတော့ တော်တော် ခက်တယ်တဲ့၊ စွဲနေတဲ့အရာဖြစ်လို့ ချွတ်ဖို့ နည်းနည်း ခက်တယ်လို့ ပြောတယ်၊ အဲဒီ လောဘဟာ အပ္ပ သာဝဇ္ဇ– အပြစ်နည်းတယ်လို့ ဆိုတာ၊ မိသားစုဘဝ, ဒီ အိမ် ထောင်သည်ဘဝနဲ့ပဲ နတ်ပြည်ရောက်အောင် ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်လို့ရတယ်၊ ဒီဟာကို ပြောတာနော်၊ ကောင်းတဲ့ဘဝတွေ ရောက်နိုင်တယ်လို့ ဆိုလိုတယ်။

လောဘဆိုတာ ငရဲကို ကျစေတတ်တဲ့ အပါယဂမနီယ လောဘရှိသလို လောဘတိုင်းဟာ အပါယ်ကို ချတာ မဟုတ်ဘူး။ သူ့ရဲ့ စွမ်းဆောင်ချက်တွေက အမျိုးမျိုး ရှိတယ်၊ လောဘပေမယ့် လောဘချင်း မတူဘူးနော်၊ တချို့ လောဘက အပါယ်ကို ကျစေ တယ်၊ တချို့လောဘက အပါယ်ကိုတော့ မပို့ဘူး၊ သို့သော် အနည်းငယ်တော့ ဒုက္ခပေးတာပေါ့၊ လောဘရှိရင် တွယ်တာ တတ်တယ်၊ တွယ်တာရင် စိုးရိမ်ရတယ်၊ သောကဖြစ်ရတယ်၊ ဒီ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ ဒါလေးကတော့ ရှိတယ်။

ဟေတုသတ္တိ

အဲဒီ လောဘကို မြတ်စွာဘုရားက ပဋ္ဌာန်းမှာ ဟေတု ပစ္စယောလို့ ဟောတယ်၊ လောဘဟာ အကုသိုလ်တွေရဲ့ အမြစ် တစ်ခုပဲ၊ လောဘလေး ပေါ်လာလို့ရှိရင် အဲဒီစိတ်ကူးဟာ ဒီ လောဘလေးနဲ့ တွဲနေတဲ့ စိတ်ကူးပဲ ကူးတယ်၊ တခြား စိတ်ကူး မကူးဘူး။ ပြောလို့ရှိရင်လည်း လောဘကို အခြေပြုတဲ့ စကားမျိုး

http://www.dhammadownload.com

ကိုပဲ ပြောမယ်၊ လုပ်ရင်လည်း လောဘကို အခြေပြုတဲ့ အလုပ်မျိုးကို လုပ်တယ်၊ ဒါကိုပဲ အမြစ်ရှိနေတဲ့ သစ်ပင်သည် အကိုင်းအခက်တွေလည်း ထွက်မယ်၊ အပွင့်တွေလည်း ပွင့်မယ်၊ အသီးတွေလည်း သီးမယ်။

ဟေတုပစ္စယောဆိုတာ အမြစ်ဟာ အပွင့်တွေ, အသီးတွေ, အကိုင်းအခက်တွေ, ဝေဆာနေအောင် ထိန်းထားတာ၊ ရှင်သန်နေအောင် ထိန်းထားနိုင်တယ်၊ လောဘကလည်း ထို့အတူပဲ၊ လောဘနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ပြောဆိုမှုတွေ၊ ကြံစည်မှုတွေ၊ လုပ်ကိုင်မှုတွေကို ထိန်းထားတယ်၊ လောဘ ပျောက်သွားတာနဲ့ တပြိုင်နက် အဲဒီ အခြေအနေတွေလည်း အကုန် ပျောက်သွားတယ်လို့ ပြောတာ။

လောဘမူလစိတ် ၈–မျိုးဖြစ်ပုံ

ဒီ လောဘလေးဟာ စိတ် ၈–မျိုးမှာ ယှဉ်တယ်၊ လောဘအခြေခံတဲ့စိတ်က ၈–ခု ရှိတယ်၊ သို့သော် အခြေအနေလေးတွေက တစ်ခါတစ်ခါ မတူတတ်တာရှိလို့ ၈–မျိုး ခွဲလိုက်တာ၊ လောဘနဲ့ ယှဉ်တဲ့ စိတ်ကို ၈–မျိုးခွဲတာ စိတ်ပိုင်းတုန်းက မပြောခဲ့ဘူး၊ အခု သိသာရုံလေး ပြောပြမယ်။

တစ်ခါတစ်ရံ လောဘဖြစ်တာဟာ အယူအဆ မှားတာလေးကို အခြေခံပြီး ဖြစ်တာရှိတယ်၊ အယူအဆ မှားတာကို အခြေမခံဘဲနဲ့ ဖြစ်တာရှိတယ်၊ စာလိုပြောရင် '**ဒိဋ္ဌိဂတသမ္ပယုတ်နဲ့ ဒိဋ္ဌိဂတဝိပ္ပယုတ်**''ပေါ့၊ အမှားကို အခြေခံတာနဲ့ အမှားကို အခြေခံတာ မဟုတ်ဘူးဆိုတဲ့ ၂–မျိုး ခွဲလိုက်မယ်။

အဲဒီ ၂–မျိုးမှာ ခံစားချက် ၂–မျိုးနဲ့ ထပ်ပြီးတော့ ပြောရင်

http://www.dhammadownload.com

လောဘဖြစ်တဲ့အခါ တစ်ခါတလေ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်တယ်၊ ဥပမာ– လိုချင်စရာ အာရုံလေးက အသစ်အဆန်းလေး ဖြစ်လို့ရှိရင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ လိုချင်တယ်၊ ရလာရင်လည်း သိပ်ဝမ်းသာတယ်၊ အဲဒါ '**သောမနဿဝေဒနာ**'လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီလို မဟုတ်ဘဲ တွေ့နေကျအခါကျတော့၊ ရိုးနေပြီဆိုတဲ့ အခါကျတော့ ဝမ်းသာသေးလား၊ မသာတော့ဘူး၊ သိပ်မသာဘူး၊ ဝမ်းနည်းတဲ့ အဆင့်လည်း မဟုတ်ဘူး၊ သိပ်မသာတော့ဘူးဆိုတော့ ဝမ်းသာမှု လျော့ကျသွားတာ၊ အဲဒါကို '**ဥပေက္ခာဝေဒနာ**'လို့ ခေါ်တယ်၊ ဝမ်းသာနေတာက သောမနဿဝေဒနာ၊ ဝမ်းသာမှု လျော့ကျသွားတာက ဥပေက္ခာဝေဒနာဆိုတဲ့ ခံစားချက် အတွေ့အကြုံ ၂–ခု နဲ့ မြှောက်လိုက်၊ ခုနက ၂–ခုကို ၂–နဲ့ မြှောက်တဲ့အခါကျတော့ လောဘမူလစိတ် ၄–ခု ဖြစ်သွားတယ်။

တစ်ခါတစ်ရံကျတော့ လိုချင်စိတ်သည် တိုက်တွန်း မနေရအောင် ထက်မြက်တယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံကျတော့ တုံ့ဆိုင်းတုံ့ဆိုင်း ဖြစ်တယ်၊ အဲလို ထက်မြက်တာရယ်၊ တုံ့ဆိုင်းတုံ့ဆိုင်း ဖြစ်တာရယ် ၂–ခုနဲ့ ခုနက ၄–ခုကို မြှောက်လိုက်လို့ရှိရင် (လောဘမူလစိတ်) လောဘအခြေခံတဲ့စိတ် ၈–ခုကို ရတယ်။ အခြေခံအားဖြင့် ဒီလို ၈–မျိုး ကွဲလာနိုင်တယ်လို့ ပြောတာနော်။

ဒီ ၈–မျိုးတင် မကဘူး၊ မြင်တဲ့အာရုံမှာ ၈–မျိုး၊ ကြားတဲ့ အသံပေါ်မှာလည်း ဒီလို ၈–မျိုး ဖြစ်နိုင်တယ်၊ နံတဲ့ အနံ့ပေါ်မှာ၊ ရှူရတဲ့ အနံ့ပေါ်မှာ ၈–မျိုး ဖြစ်နိုင်တယ်ဆိုတော့ အာရုံ ၆–ပါးနဲ့ မြှောက်လိုက်မယ်ဆိုရင် လောဘမှုစိတ်တွေ အများကြီး ဖြစ်သွားမယ်၊ မိမိသန္တာန်မှာဖြစ်တဲ့ လောဘ၊ သူတပါးသန္တာန်

http://www.dhammadownload.com

မှာဖြစ်တဲ့ လောဘ၊ အဲဒီလို စိတ်တွေ ခွဲလိုက်ရင် အများကြီး၊ မနေ့တုန်းက လောဘ၊ ဒီကနေ့ လောဘ၊ မနက်ဖြန် လောဘ လို့ ခွဲလို့ ရသေးတယ်။ အဲလို မြှောက်ပွားလိုက်မယ်ရှိရင် လောဘမူ စိတ်တွေ မြောက်မြားစွာ ဖြစ်နိုင်တယ်။

ဒေါသ

နောက်တစ်ခုက 'ဒေါသ'တဲ့၊ ဒေါသဆိုတဲ့ စကားလုံးဟာ နားယဉ်နေတဲ့, အားလုံးနဲ့ ရင်းနှီးနေတဲ့ စကားလုံးပဲ၊ ဒေါသ ဆိုတာ ငြိမ်းချမ်းနေတဲ့, ရွှင်ပျနေတဲ့ စိတ်အခြေအနေတစ်ခုကို ဖျက်ဆီးပစ်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ ဒုဿတိ– ဖျက်ဆီးတတ် တယ်၊ စိတ်ဆိုးပြီ ဆိုလို့ရှိရင် ရုပ်ရော စိတ်ရော ပုံပျက်သွားတာ ပဲ၊ စိတ်ပျက်တာတော့ အကုန် မြင်ချင်မှ မြင်ရမှာ၊ လူတွေက ပြောတယ်၊ စိတ်ပျက်လိုက်တာ၊ စိတ်ပျက်လိုက်တာနဲ့ ပြောတယ်၊ ရုပ်ပျက်တာကတော့ သိသာတယ်၊ စိတ်ဆိုးနေတဲ့ မျက်နှာကြီးကို မှန်ထဲ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ဘာသာ ကိုယ်တောင် လန့် ကောင်း လန့်မယ်၊ ရုပ်ပျက်တာတော့ သေချာတယ်နော်။ ဒါ ကြောင့်မို့ ဖျက်ဆီးတတ်လို့ 'ဒေါသ'လို့ ခေါ်တာ၊ ပင်ကိုယ် အခြေ အနေလေးတွေ ပျက်စီးသွားတယ်၊ ဘယ်သူက ဖျက်ဆီး၊ ဒေါသက ဖျက်ဆီးတယ်။

ဒေါသမီး

ဒေါသက သူဖြစ်နေတဲ့ နေရာကို လောင်ကျွမ်း ပျက်စီး စေတယ်၊ ဘာနဲ့ ဥပမာတူတုန်းဆို တောမီးနဲ့ တူတယ်တဲ့၊ ကြည့်လေ၊ သစ်ပင်တွေပေါ် စွဲတဲ့မီးသည် ဘယ်သူ့ကို ဖျက်ဆီး တာတုံး၊ တောတွေကိုပဲ ဖျက်ဆီးတာပဲ မဟုတ်လား၊ ထင်းလောင်

http://www.dhammadownload.com

တဲ့မီးသည် ထင်းကို ဖျက်ဆီးပစ်တယ်၊ စိတ်ကိုမှီပြီး ဖြစ်တဲ့ ဒေါသသည် စိတ်ကို ဖျက်ဆီးပစ်လိုက်တာပဲ၊ ဒါကြောင့် ဒေါသကို ဒါဝဂ္ဂိဝိယ– တောမီးလိုပဲတဲ့၊ ဒီလိုခေါ်တာ။

မြွေဟောက်လို

ဒေါသဆိုတာ ကြမ်းတမ်းတဲ့ သဘောရှိတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ မြွေဟောက်ကို တုတ်နဲ့ ရိုက်လိုက်တယ်ဆို ရှူးခနဲ ခေါင်းကြီး ထောင်မလာဘူးလား။အဲဒီမျိုးလိုပဲတဲ့၊ ဒေါသက အဲဒီလို စိတ်ထဲမှာ ပြင်းထန်တဲ့, ကြမ်းတမ်းတဲ့ သဘာဝတွေ ပေါ်လွင် ထင်ရှား လာစေတတ်တယ်။

အပြစ်ကြီးပေမယ့်

အဲဒီ ဒေါသဟာ အပြစ်ကြီးတယ်တဲ့၊ မဟာသာဝဇ္ဇော– အပြစ်ကြီးတယ်၊ သို့သော် ခိပ္ပဝိရာဂီ– ပြေလွယ်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတော်မူတယ်၊ ခုနလောဘက ပြေခဲတယ်၊ အပြစ်နည်းတယ်၊ ဒေါသလောက် အပြစ်မကြီးဘူး။ ဒေါသကျတော့ အပြစ်ကြီးတယ်၊ ရာဇဝတ်မှု ကျူးလွန်တာပဲဖြစ်ဖြစ် သတ်မှု၊ ဖြတ်မှု၊ ဒုစရိုက်မှု ကျူးလွန်တာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျူးလွန်လို့ ဒေါသ အလျောက် ကျူးလွန်လိုက်ရင် နောက်ဆုံး အပါယ်ငရဲထိအောင် ကျသွားတယ်၊ ဒေါသက ပိုပြီး ကြမ်းတမ်းတယ်၊ ကြမ်းတမ်းသည့် အတွက်ကြောင့် သူ့ရဲ့ဒဏ်က ပိုပြင်းထန်တယ်လို့ ပြောတာ။

သို့သော် ပြေလွယ်တယ်တဲ့၊ ဟုတ်တာပေါ့။ မကြာမီက တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ဆဲဆိုပြီးတော့ နောက်ကျတော့ ရယ်မောနေကြပြန်ရော၊ မနက်တုန်းက ရန်ဖြစ်တာ၊ ညနေ ကျတော့ အို တည့်နေကြတယ်၊ လူတွေများ တော်တော် ရယ်စရာ

http://www.dhammadownload.com

ကောင်းတယ်နော်၊ ဒေါသမထွက်သေးခင်ကျတော့ Sweety တဲ့၊ Honey တဲ့ ခေါ်ကြတယ်၊ ဒေါသလည်း ထွက်လာရော ကြမ်းတမ်းတဲ့ စကားလုံးတွေနဲ့ ခေါ်ကုန်ရော၊ ဒါ ဒေါသက စကားလုံးနဲ့ ဖျက်ဆီးပစ်လိုက်တာပဲလေ၊ လူရဲ့နှုတ်ကို ကြမ်းသွားအောင် လုပ်ပစ်လိုက်တယ်၊ ချိုနေတဲ့ နှုတ်ကလေး ကြမ်းသွားအောင် လုပ်လိုက်တယ်။

ဒေါသရဲ့ အပြစ်

ဒီ ဒေါသက ပြေတော့ ပြေလွယ်တယ်၊ ဒါပေမယ့် ဒီ ဒေါသကြောင့် ကျူးလွန်မိတာတွေထဲမှာ အမေသတ်မိတာ ရှိတယ်၊ အဖေ သတ်မိတာတွေ ရှိတယ်၊ ဟော ဒေါသအလျောက် အနန္တရိယကံတွေကို ကျူးလွန်မိတာတွေ ရှိတယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း ဖျက်ဆီးတတ်တယ်၊ ဒေါသက ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေတဲ့ suicide လုပ်တယ်ဆိုတာ ဒေါသကြောင့်ပဲ၊ လောကကြီးကို မကျေမနပ်ဖြစ်ပြီးတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မုန်းတီးပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေတာတွေ ကမ္ဘာမှာ တော်တော် များတာပဲ၊ ခုလည်း ရှိတာပဲ၊ အဲဒါ ဒေါသကြောင့် ဖြစ်တာနော်။

တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် မတည့်လို့ ရန်ဖြစ်တာ၊ လောကကြီးမှာ ကြည့်လေ၊ မတည့်လို့ ရန်ဖြစ်ကြ၊ ရိုက်ကြ၊ နှက်ကြ၊ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ရှိနေတာ၊ ဒါ ဒေါသရဲ့အပြစ်တွေချည်းပဲပေါ့၊ ဒေါသ ရှိနေသေးသမျှ မုန်းတီးတဲ့ အတွေးတွေ၊ မုန်းတီးတဲ့ အပြောတွေ၊ မုန်းတီးတဲ့ ပြုမူချက်တွေဟာ ရှိနေဦးမှာပဲ၊ ဒေါသ ပျောက်သွားတာနဲ့ တပြိုင်နက် အဲဒါတွေ အကုန်လုံး မရှိတော့ဘူး၊ ဒါ ဟေတုပစ္စယော ရှုထောင့်က ပြောတာနော်။

http://www.dhammadownload.com

ဒေါသမူစိတ် ၂–မျိုး ဖြစ်ပုံ

ဒေါသက စိတ်နဲ့ယှဉ်တဲ့အခါ ဒေါသမူစိတ် ၂–ခု၊ သူရဲ့ ခံစားချက်က ဝမ်းနည်းမှုပဲ၊ အမြဲတမ်း စိတ်ထဲ မကျေမနပ်ဖြစ်မှု ဆိုတဲ့ ခံစားချက်တစ်ခုပဲရှိတယ်၊ သူကျတော့ ဘာနဲ့ခွဲလဲဆိုရင် စိတ်ဆိုးတာဟာ ဝုန်းဒိုင်းနဲ့ဆိုးတာ ရှိသလိုပဲ၊ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ တွေးပြီးတော့ ဆိုးတာလည်းရှိတယ်၊ စိတ်ဆိုးတာလည်း နှစ်မျိုး ရှိတယ်၊ ခံစားချက်ကတော့ အတူတူပဲ၊ တစ်ခါတစ်လေကျတော့ တစိမ့်စိမ့် တွေးရင်းကနေ ဒေါသက ပေါက်ကွဲလာတာ အစပထမ ကတော့ သူ့ဆဲသွားတာ ဒေါသဖြစ်ရမှန်းမသိဘူး။ နောက်ကျတော့ မှ ဒီကောင် ငါ့ဆဲတာ ထင်ပါရဲ့၊ ငါ့ဆဲတာ ထင်ပါရဲ့ ဆိုပြီးတော့ တွေးရင်း တွေးရင်းနဲ့ ပေါက်ကွဲတာ၊ ဟောအဲဒီလို သူက အခြေ အနေ နှစ်ခုရှိတယ်၊ အသင်္ခါရိကနဲ့ သသင်္ခါရိက၊ ချက်ချင်း ပေါက်ကွဲရင်တော့ 'အသင်္ခါရိက'ပေါ့၊ တဖြည်းဖြည်းတွေးပြီးတော့ ပေါက်ကွဲလာရင်တော့ 'သသင်္ခါရိက'လို့ ဒီလို ခွဲတယ်၊ အဲဒါ ကြောင့်မို့ ဒေါသမူစိတ်ဆိုတာ နှစ်မျိုးပဲ ရှိတယ်။

မောဟ

နောက်တစ်ခုက မောဟ၊ မောဟဆိုတာ မြန်မာလို တွေဝေ တယ်လို့ ဘာသာပြန်တယ်၊ တွေဝေနေတယ်လို့ဆိုရင် ဘာမှ မသိဘူးလို့ ထင်ကောင်း ထင်လိမ့်မယ် မဟုတ်ဘူး၊ သူက တလွဲ သိနေတယ်၊ အာရုံရဲ့ အစစ်အမှန်သဘောကို ဖုံးကွယ် ထားပြီး အမှားကို သိနေတယ်၊ ဖုံးကွယ်ထားတယ်ဆိုတာ ဒီ မောဟကြောင့် အမှန်မမြင်ဘူးလို့ ပြောတာနော်၊ မောဟက အာရုံရဲ့ အစစ်အမှန်သဘောကို မသိဘဲနဲ့ တလွဲ သိနေတယ်တဲ့၊

http://www.dhammadownload.com

အဲဒါ မောဟရဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိပဲ၊ အဲဒီ မောဟဟာ သူက အာရုံရဲ့သဘောကို ဖုံးတယ်လို့ ဆိုပေမယ့် တစ်ဖက်က တလွဲ ထင်တဲ့ နေရာမှာ သူက အစွမ်းသတ္တိ ရှိတယ်၊ သူ့ကို 'အဝိဇ္ဇာ'လို့ ခေါ်တယ်၊ ဉာဏ်ရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်၊ အဝိဇ္ဇာလို့ ခေါ်တာ ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်ထဲမှာ ဒီ မောဟပဲ၊ ဉာဏ်ပညာရဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက်။

အကုသိုလ်ဖြစ်တိုင်း

ဒီ မောဟကတော့ အကုသိုလ်ဖြစ်တိုင်း ပါတယ်၊ သူက ယဉ်ယဉ်လေးရယ်၊ သိပ်ပြီးတော့ ရှေ့တန်း ထွက်မလာဘူး၊ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သူက အမှန်ကို အမှားထင်နေ တာလေးပဲ၊ သူကရှိတယ်၊ လုပ်သွားတာတော့ လောဘတို့၊ ဒေါသတို့က များတယ်၊ လောဘလို့ သိကြတယ်၊ ဒေါသလို့ သိကြတယ်၊ မောဟကျတော့ ဘယ်လို ဖြစ်တာတုန်းဆို လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ် သင့်တာ ခွဲခြား မသိဘူး၊ မသိတော့ ဘာဖြစ်၊ မလုပ်သင့်တာကို လုပ်သင့်တယ်လို့ ထင်တယ်၊ လုပ်သင့်တာကို မလုပ်သင့်ဘူးလို့ ထင်တယ်၊ အဲဒီတော့ မှားမှားယွင်းယွင်းတွေ အကုန် ဖြစ်ရော၊ ဒါ မောဟကြောင့် ဖြစ်တာ။

ဒီမောဟကြောင့် မှားမှားယွင်းယွင်း ချွတ်ချွတ်ချော်ချော် တွေ ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် မလုပ်သင့်တာ လုပ်မိတယ်၊ ဒါ့ကြောင့် ဒုက္ခများတယ်၊ လုပ်သင့်တာ မလုပ်မိဘူး၊ ဒါ့ကြောင့် အကျိုးစီးပွါးတွေ ဆုံးရှုံးသွားတယ်၊ နစ်နာတယ်ဆိုတာ မောဟ ကြောင့် ဖြစ်တာ၊ အဲဒီ မောဟကလည်း သူ ဖြစ်နေသေးသမျှ ဘယ်တော့မှ ရေရာတဲ့အတွေး မရှိဘူး၊ မဟုတ်တဲ့ အတွေး တွေးတယ်၊ ပြောရင်လည်းပဲ ကိုးရိုးကားယား၊ လုပ်ရင်လည်းပဲ

http://www.dhammadownload.com

ကိုးရိုးကားယား၊ ဟောဒါ မောဟရဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိကြောင့်ပဲနော်။

ဟောဒီ မောဟကတော့ အကုသိုလ်ဖြစ်တိုင်း သူ ပါတယ်တဲ့၊ ဒါကြောင့်မို့ အကုသိုလ်စိတ် ၁၂–ခုလုံးနဲ့ ယှဉ်တယ်၊ အကုသိုလ်စိတ် ၁၂–ခုဆိုတာ လောဘကို အခြေပြုပြီးတော့ ဖြစ်တာက ၈–ခု၊ ဒေါသကို အခြေခံပြီးတော့ ဖြစ်တာက ၂–ခု၊ မောဟသက်သက်ကို အခြေခံပြုတာ ၂–ခု အားလုံး ပေါင်းတော့ အကုသိုလ်စိတ် ၁၂–ခု ဆိုပြီးတော့ ခွဲတယ်။

လောဘ ဒေါသ မောဟတို့ရဲ့ဖြေဆေး

အဲဒီ လောဘတို့၊ ဒေါသတို့၊ မောဟတို့ ဆိုတာတွေဟာ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေပါ၊ ဒါတွေကို ဖယ်ရှားပစ်လို့ ရပါတယ်။ လောဘကို အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် ဘာနဲ့ ဖယ်ရှားတုန်းဆို လို့ရှိရင် 'အလောဘ'ဆိုတာနဲ့ ဖယ်ရှားတယ်၊ ဒါ တိုက်ရိုက် ဖယ်ရှားတဲ့နည်းပေါ့၊ ဒေါသကို 'အဒေါသ'ဆိုတဲ့ မေတ္တာနဲ့ ဖယ်ရှားပစ်ရတယ်၊ မောဟကို 'အမောဟ'လို့ဆိုတဲ့ အသိဉာဏ်နဲ့ ဖယ်ရှားပစ်ရမယ်၊ ဖြေဆေးတွေ သူ့ဘာသာသူ ရှိတယ်။

အဝတ်မည်းသွားလို့ရှိရင် ဘာဆပ်ပြာနဲ့ ချွတ်ရမယ်ဆိုတာ သူ့ဟာနဲ့သူ ရှိတယ်ပဲလေ၊ ဘာနဲ့ ချွတ်ရင် ကျွတ်တယ်ဆိုတာ ရှိတာပဲ၊ အဲဒါမျိုးလိုပဲ၊ စိတ်ရဲ့အညစ်အကြေးတွေကလည်းပဲ ခုနက လောဘဖြစ်နေလို့ရှိရင် 'အလောဘ' ကိုယ့်ရဲ့ရင်ထဲ နှလုံးသားထဲမှာ ထူထောင်ပေးရမယ်၊ ဒေါသဖြစ်လာရင် 'အဒေါသ' ထူထောင် ပေးရမယ်၊ ဖြစ်အောင်လည်း လုပ်ရမယ်၊ မောဟဖြစ်ရင် 'အမောဟ'ကို ထူထောင်ပေးပြီး ဖယ်ရှားပစ်ရမယ်၊ ဒါ ဖြူအောင်လုပ်တဲ့ နည်းပဲ။

http://www.dhammadownload.com

အဟိရိက

နောက်တစ်ခုက ဘာလဲဆိုရင် အကုသိုလ် ဖြစ်တိုင်းပါတဲ့ 'အဟိရိက'ဆိုတာ ရှိတယ်၊ အဟိရိကကတော့ မြန်မာလို ပြောရင် အရှက်မဲ့တဲ့သဘော၊ **အရှက်မဲ့တဲ့သဘော** ဆိုတာ မကောင်းတဲ့ အလုပ်ကို လုပ်ရမှာ မရှက်ဘူး၊ မကောင်းတဲ့ အလုပ်ကို မရွံရှာဘူး၊ ဒုစရိုက်အလုပ်တွေ၊ အကုသိုလ်အလုပ်တွေ မရှက်တဲ့လူက ဘာမဆို လုပ်ဝံ့တော့တာပဲ။

ဒီနေရာမှာ မရှက်ဘူးဆိုတာက လူလယ်ခေါင်မှာ ထပြီးတော့ ဆဲရဲတယ်၊ အဲဒါမျိုး၊ အကုသိုလ်အလုပ်နဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် မရှက်တာကို ပြောတာ၊ လူသတ်ရမှာ မရှက်ဘူး၊ တိရစ္ဆာန်တွေ သတ်ရမှာ မရှက်ဘူး၊ သူများပစ္စည်း ခိုးရမှာ မရှက်ဘူး၊ မကောင်းတဲ့ အကုသိုလ်အလုပ်တွေ မရှက်ဘူးလို့ ပြောတာ၊ အဲဒါကလည်း ဟောဒီ အဟိရိကကြောင့်ပဲ၊ မျက်နှာပြောင်တိုက်ပြီး အကုသိုလ်အမှု ပြုလုပ်တာ၊ အကုသိုလ် လုပ်တိုင်း ဒီအညစ်အကြေးက ပါတယ်။

အနောတ္တပ္ပ

နောက်တစ်ခုက အနောတ္တပ္ပ မလန့်ဘူး၊ မကြောက်ဘူး၊ အကုသိုလ်ကို မလန့်ဘူး၊ မကြောက်ဘူး၊ ဒုစရိုက်တွေကို မလန့်ဘူး၊ မကြောက်ဘူး၊ အကုသိုလ် ဒုစရိုက်တွေက ဖြစ်ပေါ်လာမယ့် အကျိုးတရားတွေကို မလန့်ဘူး၊ မကြောက်ဘူး၊ မကြောက်လို့ လုပ်တယ်၊ လုပ်တော့ ခံရတယ်ပေါ့၊ ဒါပါပဲ၊ ဟုတ်ရဲ့လား။

အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပဆိုတဲ့ ဒီ သဘာဝတရား ၂-ခု ဟာလည်း စိတ်အညစ်အကြေးပါပဲတဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆို သူတို့

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်လာလို့ရှိရင် အကုသိုလ်ကို ဖိတ်ခေါ်နေတာနဲ့ အတူတူပဲ၊ ကျန်တဲ့ လောဘတွေ၊ ဒေါသတွေ ဖိတ်ခေါ်လာတာနဲ့ အတူတူပဲ၊ ဒါကြောင့်မို့ အဟိရိက, အနောတ္တပ္ပဆိုတာ လူရဲ့သန္တာန်မှာ အညစ်အကြေး တစ်ခုပဲလို့ ပြောတယ်။

ဥဒ္ဓစ္စ

နောက်တစ်ခုကတော့ 'ဥဒ္ဓစ္စ'လို့ ခေါ်တယ်၊ ဥဒ္ဓစ္စဆိုတာ စိတ်ကလေးက မငြိမ်မသက်၊ မငြိမ်းချမ်းတဲ့ အနေအထားမျိုး၊ စိတ်ကလေး မငြိမ်သက်၊ မငြိမ်းချမ်းဘူးဆိုတာ တစ်ခါတစ်ခါ လူတွေ ပြောကြတယ်၊ စိတ်ဟာ စုစည်းလို့ မရဘူး၊ လေနေတယ်၊ ဘာလုပ်ရမှန်းလည်း မသိဘူး၊ ဘာကိုင်ရမှန်းလည်း မသိဘူး၊ စိတ်တွေ လေနေတယ်လို့ ပြောကြတယ်၊ "ငါ့ စိတ်တွေ လေနေလိုက်တာ စုစည်းလို့ မရဘူး၊ ငြိမ်းချမ်းမှုတွေ ပျက်ပြားနေတယ်"၊ ဒါ ဥဒ္ဓစ္စလို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒီ ဥဒ္ဓစ္စကလည်း အကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ပါတယ်၊ လောဘ ဖြစ်နေရင်လည်း စိတ်လေတာပဲ၊ ဒေါသ ဖြစ်နေရင်လည်း စိတ်လေတာပဲ၊ သို့သော် သူက မောဟနဲ့ ယှဉ်တွဲရလို့ရှိရင် ပိုပြီးစိတ်လေမှုက ထင်ရှားလာတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ '**ဥဒ္ဓစ္စသဟဂုတ်စိတ်**'ဆိုပြီး သီးသန့် မောဟမူ စိတ်ထဲမှာ ပါတယ်၊ ဥဒ္ဓစ္စနဲ့ ယှဉ်တွဲတဲ့စိတ်၊ တကယ်တော့ ဥဒ္ဓစ္စဟာ အကုသိုလ်စိတ်အားလုံးမှာ ယှဉ်တယ်၊ သို့သော် သူ့ရဲ့ စွမ်းဆောင်မှုဟာ နောက်ဆုံးစိတ်မှာ ပိုပြီး အင်အားကောင်းနေတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဥဒ္ဓစ္စသဟဂုတ်စိတ်လို့ ခေါ်လိုက်တာနော်၊ နေရာတိုင်း အားကောင်းတာ မဟုတ်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

စာဖတ်တဲ့ အခါမှာ ဘယ်အရာကို အသုံးပြုရတုံး၊ နားလား၊ မျက်စိလား၊ မျက်စိကို အသုံးချရတာ၊ သူက အင်အား ကောင်းတာ၊ တရားနာတဲ့အခါ မျက်စိလား၊ နားလား၊ နားက အင်အား ကောင်းတာပေါ့၊ ဥဒ္ဓစ္စကလည်း ထို့အတူပဲ၊ မောဟနဲ့ တွဲတဲ့အခါ ဥဒ္ဓစ္စက အင်အားကောင်းတယ်၊ ဒိပြင်နေရာမှာ သူ ရှိနေပေမယ့်လို့ အင်အားမကောင်းဘူးတဲ့။

ပေါင်းလိုက်တော့ 'မောဟရယ်၊ အဟိရိကရယ်၊ အနောတ္တပ္ပရယ်၊ ဥဒ္ဓစ္စရယ်'ဆိုတဲ့ ဒီစိတ်အညစ်အကြေး ၄–ခုဟာ အကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ပါနေကြတယ်၊ ပါဝင် ပတ်သက်မှုတွေ ရှိနေတယ်၊ ခွဲထုတ်လို့ မရတဲ့ သဘာဝတရားတွေတဲ့။

ဒိဋ္ဌိ

နောက် လောဘမူစိတ် ဖြစ်တဲ့အခါမှာ လောဘသန့်သန့် ဖြစ်တာရှိတယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ လောဘနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ဘာ ပေါ်လာတတ်သေးတုန်းဆို မှားယွင်းတဲ့ အယူအဆတစ်ရပ် ပေါ်လာတတ်သေးတယ်၊ အဲဒါကို 'ဒိဋ္ဌိ'လို့ ခေါ်တယ်၊ ခုခေတ်ကတော့ Philisophy ခေါ်မှာပေါ့၊ မှားယွင်းတဲ့ အယူအဆတွေ အားလုံးဟာ လောဘနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်လာကြတာ၊ မောဟနဲ့သာ ယှဉ်တွဲတာ မဟုတ်ဘူးနော်၊ လောဘနဲ့ ယှဉ်တွဲလာတာ၊ ဘာဖြစ်လို့ ဒီဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ အတွေးအခေါ်တွေဟာ လောဘနဲ့ ယှဉ်တွဲရတာတုန်းဆို နည်းနည်း စဉ်းစားကြည့်။ အမှန်မသိလို့ အယူမှားတာလို့ ပြောကောင်း ပြောကြလိမ့်မယ်၊ သို့သော် အယူမှားမှု မှန်သမျှသည် လောဘကို အခြေခံတယ်၊ ဘာကြောင့် အခြေခံတုန်းဆို လူတွေက ကိုယ့်ကိုယ်ကို ချစ်တာကိုး၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ချစ်တဲ့အခါကျတော့ ကိုယ့်ရဲ့

http://www.dhammadownload.com

အန္တရာယ်ကင်းမှု ထာဝရ ရှင်သန်နေမှုကို ရှာလာကြတယ်၊ selfish ဖြစ်လာတာပေါ့နော်၊ အဲဒီ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လုံခြုံ စိတ်ချရဖို့ဆိုတဲ့ လောဘအတွေးက အယူမှားမှုကို ပေါ်ပေါက် စေတတ်တယ်။

ဆိုလိုတာက အတ္တဒိဋ္ဌိ– ထာဝရ တည်မြဲတဲ့ အရာရှိတယ်၊ ဒီ အတ္တအားကိုးနဲ့ သံသရာမှာ ကောင်းစားဖို့ ဒီအတ္တပေါ်မှာ အခြေခံပြီးတော့ တွေးတယ်၊ အဲဒီ အတွေးကနေ စပြီးတော့ မိစ္ဆာအယူဝါဒတွေ ပေါ်လာတာပဲ၊ ကိုယ့်ရဲ့အရေး စဉ်းစားရင်းက ဒီ မှားယွင်းတဲ့ အတွေးတွေ အမြင်တွေ ပေါ်လာတယ်၊ ဒါကြောင့် အယူဝါဒ မှားယွင်းမှုတွေဟာ လောဘနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတယ်လို့ ဒီလို ပြောတာနော်။

မာန

နောက်တစ်ခုက ကိုယ့်ရဲ့အရည်အချင်း ကြည့်ပြီးတော့ လူတွေဟာ ကိုယ့်ရဲ့ အရည်အချင်းကို ထုတ်ဖော်ပြီး မာန်တက်တာတွေ ဖြစ်တတ်တယ်၊ အဲဒါကို 'မာန'လို့ ခေါ်တယ်။ကိုယ့်အရည်အချင်းက ကောင်းသည် ဖြစ်စေ၊ နိမ့်ကျသည် ဖြစ်စေ မာနဆိုတာ တက်လာတာ၊ ကိုယ့်ရဲ့အရည်အသွေးပေါ်မှာ အထင်အမြင်လေးတွေ ဖြစ်လာတာကို မာနလို့ ခေါ်တယ်၊ ငါ လုပ်နိုင်တယ်၊ ငါ သွားနိုင်တယ်၊ ငါ စားနိုင်တယ်၊ ဒီနိုင်တယ်ဆိုတာ မာနလို့ ခေါ်တယ်၊ မလုပ်နိုင်ဘူးလို့ ပြောရင်လည်း မာနပဲ၊ မလုပ်နိုင်တာလည်း အရည်အချင်းလေ၊ လုပ်နိုင်တာကလည်း အရည်အချင်းပဲ၊ မလုပ်နိုင်တာက ညံ့တဲ့အရည်အချင်းပေါ့။

http://www.dhammadownload.com

သူတောင်းစားမာန

မာနဆိုတာ သူတောင်းစားတောင် ရှိသတဲ့၊ ကြားဖူးလား။ တောင်းစားနေတဲ့ လူတစ်ယောက်ကို သူဌေးတစ်ယောက်က မင်း တောင်းစားမနေနဲ့၊ ငါ့ခြံထဲလာ အမှိုက်ရှင်း၊ ငါ တစ်နေ့ ဘယ် လောက် ပေးမယ်၊ သူတောင်းစားက ဘာပြောတုန်း။ "ကျုပ်က သူတောင်းစားဗျ၊ ခင်ဗျားအလုပ် မလုပ်နိုင်ဘူး"တဲ့၊ ခြံရှင်းတဲ့ အလုပ် မလုပ်နိုင်ဘူးတဲ့၊ ဒါမျိုး၊ အဲဒါလည်း သူတောင်းစားမာန ခေါ်တာပဲ၊ မာနဆိုတာ အမျိုးမျိုး၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ရောက် တာ၊ ကိုယ့်အရည်အသွေး ကိုယ်အထင်ရောက်တာဟာ မာနပဲ။

အကောင်းအဆိုး

အဲဒီမာနဟာလည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို ချစ်ခင်မှု၊ ကိုယ့်ကိုယ် ကို ယုံကြည်မှုပေါ်မှာ အခြေခံပြီးတော့ ဖြစ်တာမို့လို့ လောဘနဲ့ ယှဉ်တွဲတယ်လို့ ပြောရတယ်၊ ဒီ မာနဖြစ်ပေါ်လာပုံနဲ့ ပတ်သက်လို့ ပြောရရင် ဒီမာနက ကောင်းတဲ့မာန ရှိတယ်၊ ကောင်းတဲ့ မာန ဆိုတာ အကောင်းဘက်ကို ဦးတည်သွားတဲ့ မာနကို ပြောတာ၊ မာနကတော့ မကောင်းဘူးပေါ့၊ သို့သော် အကောင်းဘက်ကို ဦးတည်သွားစေတဲ့ မာန၊ အဆိုးဘက်ကို ဦးတည်သွားစေတဲ့ မာနလို့ ဒီလို နှစ်မျိုး ခွဲနိုင်တယ်။

အကောင်းဘက်ကို ဦးတည်စေတဲ့မာန

ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ သုမေဓာရသေ့က ဘာပြောလဲ၊ "**တိဏ္ဏော မေ ဧကေန တိဏ္ဏေန၊ ပုရိသေန ထာမ ဒဿိနာ**– ငါလို စွမ်းရည်သတ္တိရှိတဲ့ လူတစ်ယောက်က ကိုယ်လွတ်

http://www.dhammadownload.com

ရှန်းသွားလို့ ဘယ်တော်မလဲ၊" သူ့ကိုယ်သူ သူ့ရဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိကို အထင်ကြီးတဲ့ မာနရှိတယ်၊ ငါလိုလူက တစ်ယောက်တည်း ကိုယ်လွတ်ရုန်းလို့ ဘယ်တော်မလဲ၊ "**သဗ္ဗညုတံ ပါပုဏိတွာ၊ သံသာရေတွာ သဒေဝကံ**– ဘုရားအဖြစ် ရောက်အောင်လုပ်ပြီး သတ္တဝါတွေ ကယ်တင်မယ်"တဲ့။

အကယ်၍ ဒီပင်္ကရာ မြတ်စွာဘုရားထံမှ တရားနာပြီး တရားကျင့်လိုက်ရင် သူဟာ ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်တဲ့ အရည်အချင်းမျိုးက သူ့မှာ ရှိပြီးသား၊ ဘာလို့တုန်းဆို ဈာန်အဘိညာဉ်တွေ ရထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးပဲ၊ သို့သော် သူက သူ့ရဲ့စွမ်းရည်သတ္တိကို သူ ယုံကြည်တယ်လေ၊ အားကိုးယုံကြည်တဲ့ မာန်မာနကလေးက ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားအဖြစ် ရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပေးလိုက်တာ၊ အကောင်းဘက်ကို ဦးဆောင်တဲ့ မာနလို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီလို အကောင်းဘက်ကို ဦးဆောင်တဲ့ မာနမျိုးကတော့ ရှိသင့်တယ်လို့ ပြောတာ၊ ရှိသင့်တယ်ဆိုတာ သူ့ကြောင့် ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ရနိုင်တယ်လို့ ပြောတာနော်၊ အကုသိုလ်တော့ အကုသိုလ်ပဲပေါ့။

မထားသင့်တဲ့ မာန

ဒီ မာနက အမျိုးမျိုး ရှိတယ်၊ မထားရမယ့် မာနမျိုးကတော့ ဘယ်ဟာတုံးဆိုရင် "ငါ အတတ်ဆုံးပဲ၊ ဘယ်ကောင်မှ ဂရုစိုက်စရာ မလိုဘူး"ဆိုတဲ့ မာနမျိုး၊ "ငါ့လောက် တော်တဲ့လူ မရှိဘူး၊ ဘယ်သူ့မှ ဂရုမစိုက်ဘူး I don't care" ဆိုတဲ့ မကောင်းတဲ့ မာနမျိုးပေါ့၊ အကျိုးကို ပျက်ပြားစေတယ်လေ၊ လူတကာကို အမုန်းပွါးစေတဲ့ မာနမျိုး မထားရဘူးတဲ့၊ ကိုယ့်

http://www.dhammadownload.com

ထက်ကြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအပေါ်မှာ မာန မထားရဘူး၊ ဒီလို ဆိုလိုတယ်နော်၊ ခုနက ကောင်းကျိုးချမ်းသာဘက်ကို ဦးတည်သွားတဲ့ မာနမျိုးတော့ ထားရမယ်လို့ ဒီလို ဆိုလိုတယ်။

မာနခံလျှင် တရားမရ

သို့သော် ဘယ်မာနပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်တကယ်ရှိတဲ့ အရည်အချင်းကို အရည်အချင်း ရှိတယ်ဆိုတဲ့ အတွေးသည်ပင်လျှင် အင်မတန် ထူးခြားတဲ့ တရားဓမ္မတစ်ခုကို မျက်မှောက်ပြုဖို့ရန်အတွက် အန္တရာယ်ပြုတယ်တဲ့၊

ရှင်အနုရုဒ္ဓါမထေရ်မြတ်ဟာ သင်္ကန်းဝတ်ပြီး ပထမဝါတွင်းမှာပဲ သမထကျင့်စဉ် အောင်မြင်လို့ ဈာန်အဘိညာဉ်တွေ ရတယ်၊ ဒိဗ္ဗစက္ခုမှာ ထူးခြားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် ဖြစ်တယ်၊ သူ့စိတ်ထဲမှာ ထင်တယ်၊ ဒိဗ္ဗစက္ခုနဲ့ စကြဝဠာတစ်ထောင်ကို သူ ကြည့်နိုင်တယ်၊ သူ ရဟန္တာဖြစ်ဖို့ အလွယ်လေးလို့ အောက်မေ့တယ်၊ ဝိပဿနာပြောင်းပြီး အားထုတ်တယ်၊ လုံးဝ ရဟန္တာ မဖြစ်ဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့တုံး၊ သူ့မှာ ဘာအတွေး ရှိတုန်းဆိုရင် "စကြဝဠာ တစ်ထောင်ကို ကြည့်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိ ငါ့မှာ ရှိတယ်"ဆိုတဲ့ အတွေးလေး ရှိတယ်၊ ဒါလေးက မာနတဲ့၊ အဲဒီ မာနခံနေလို့ သူ ရဟန္တာဖြစ်ကို မဖြစ်ဘူး။

ရှင်သာရိပုတ္တရာကို သွားပြီး လျှောက်တယ်၊ 'အရှင်ဘုရား တပည့်တော် ဒိဗ္ဗစက္ခုနဲ့ ဒီစကြဝဠာတစ်ထောင်ကို တစ်ပြိုင်တည်း ကြည့်နိုင်တယ်၊ တရားလည်း အားထုတ်တယ်၊ သမာဓိတွေလည်း ကောင်းတယ်၊ ဒါပေမယ့် ဘာဖြစ်လို့ ကိလေသာ အာသဝေါ

http://www.dhammadownload.com

မကုန်မှန်း မသိဘူး'ပေါ့။

ရှင်သာရိပုတ္တရာက ထောက်ပြတယ်၊ 'ငါ့ရှင် – စကြဝဠာ တစ်ထောင်ကို ဒိဗ္ဗစက္ခုနဲ့ ကြည့်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့ အတွေးဟာ ငါ့ရှင်မှာ မာနဖြစ်နေတာ၊ အဲဒီအတွေးကို ဖျောက်လိုက်ပါ၊ မစဉ်း စားပါနဲ့'တဲ့၊ 'ငါ တရားတွေ အားထုတ်နေတယ်၊ သမာဓိတွေလည်း ကောင်းတယ်' ဆိုတဲ့အတွေးဟာ ဥဒ္ဓစ္စဖြစ်နေတာ၊ စိတ် မငြိမ် မသက် ဖြစ်နေတာ၊ 'ဘာဖြစ်လို့များ ရဟန္တာမဖြစ်တာပါလဲ' လို့ဆိုတဲ့ ဒီအတွေးဟာ ကုက္ကုစ္စ ဖြစ်နေတာ၊ အကုသိုလ် တွေချည်း ဖြစ်နေတာ၊ စဉ်းစားကြည့်။

ဒီ စကြဝဠာတစ်ထောင်ကို သူ ကြည့်နိုင်လို့ ကြည့်နိုင် တယ် ပြောတာများ ဘာအပြစ်ရှိလို့တုံး။ ပြောကြမှာပေါ့။ ဟုတ်တယ် မဟုတ်လား။ သို့သော်လည်း စဉ်းစားကြည့်စရာက အင်မတန် သေးငယ်တဲ့ မြူမှုံကလေးတစ်ခုဟာ လက်ဖဝါးထဲမှာ ထည့်ပွတ်လို့ ရှိရင် ဘာမှ မဖြစ်ဘူး ဟုတ်လား။ သို့သော် လက်ဖဝါးထဲ ထည့် ပွတ်လို့ရှိမှန်းတောင် မသိတဲ့ အဲဒီ မြူမှုံလေးကို မျက်လုံးထဲ ထည့်ကြည့်ပါလား။ မျက်လုံး ဘယ်နှယ့်နေမလဲ၊ မခံနိုင်ဘူး။ အမှုံသေးသေးလေးပဲဖြစ်စေ မျက်လုံးထဲ ရောက်သွားရင် ခိုးလိုး ခုလုနဲ့ မျက်ရည်တွေ ထွက်စေမှာပဲ။ အဲဒီလိုပဲ ဒီလို သေးတယ်လို့ ထင်ရတဲ့ မာနလေးက ရဟန္တာဖြစ်ဖို့အတွက် စလုံးစခု ဖြစ်စေ တယ်။

ဒါကို ရှင်သာရိပုတ္တရာက မြင်တယ်၊ ရှင်အနုရုဒ္ဓါက စဉ်းစား လို့ မရဘူး၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာက ထောက်ပြတယ်၊ ဒီ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေက စိတ်ထဲမှာ ဝင်နေတယ်၊ အဲဒါလေးတွေ

http://www.dhammadownload.com

ကို လျှော်ပစ်လိုက်ပါလို့ ပြောတာနော်၊ ဖြူစင်အောင် လုပ်ပစ်လိုက်ပါ၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆို ဒီမာနလေးဟာလည်း စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးလေးပဲ၊ ညစ်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် မကြည်ဘူး၊ မကြည်ရင် မမြင်ရဘူးပေါ့၊ မှုန်မှားလိုပေါ့၊ နည်းနည်းလေး အစက်အပြောက်တွေ ရှိနေရင် မြင်ကွင်းမှာ လာရှုပ်နေမှာပေါ့၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒီမာနဆိုတာဟာလည်း တရားထူး တရားမြတ် ရဖို့ရာအတွက် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်တဲ့ အရာတစ်ခု၊ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတစ်ခုပါပဲ။

ဒိဋ္ဌိနဲ့မာန အတူမဖြစ်

လောဘရယ်, ဒိဋ္ဌိရယ်, မာနရယ်ဟာ လောဘမူစိတ်မှာ ယှဉ်ပြီးတော့ ဖြစ်ကြတယ်တဲ့၊ အယူမှားတဲ့ ဒိဋ္ဌိနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးတဲ့ မာနတို့ဟာ တူတူယှဉ်တွဲပြီး မဖြစ်ကြဘူး၊ ဘာ့ကြောင့် ယှဉ်တွဲပြီး မဖြစ်တာတုံးဆိုလို့ရှိရင် အာရုံချင်း မတူလို့တဲ့၊ အတူတွဲတယ် ဆိုတဲ့နေရာမှာ "အခြေခံ ဝတ္ထုချင်း တူရမယ်၊ အာရုံချင်း တူရမယ်၊ တပြိုင်နက် ဖြစ်ရမယ်၊ တပြိုင်နက် ချုပ်ရမယ်၊" ဒါမှ ယှဉ်တယ်၊ associoation ဆိုတာ ဒါမှ တစ်ခုတည်းလို ဖြစ်ရမယ်၊ သို့သော် မာနနဲ့ဒိဋ္ဌိဟာ ဒိဋ္ဌိက သူ့ရဲ့အယူအဆ philosophyကို အာရုံပြုတယ်၊ မာနက သူ့ရဲ့ အရည်အချင်းကို အာရုံပြုတယ်ဆိုတော့ သူတို့ နှစ်ခုမှာ အာရုံချင်း မတူကြဘူး။

စာပေထဲမှာတော့ စွမ်းရည်သတ္တိချင်း ပြိုင်နေလို့ဆိုတဲ့ အကြောင်းကို ပြတယ်၊ ခြင်္သေ့နှစ်ကောင်ဟာ လိုဏ်ဂူထဲမှာ အတူမအောင်းသလိုပဲလို့ ဥပမာပေးတယ်၊ သို့သော် အဲဒီ

http://www.dhammadownload.com

အကြောင်းပြထက် အာရုံချင်း မတူလို့ဆိုတဲ့ အကြောင်းက ပိုပြီး တော့ သဘာဝကျတယ်။ ခြင်္သေ့ဆိုတာ အုပ်လိုက်နေတတ်တာ ဆိုတော့ တစ်ခါတလေကျ သူတို့တည့်ရင် ခြင်္သေ့အထီးကြီးတွေ နှစ်ကောင်က လိုဏ်ဂူထဲမှာ အတူအောင်းတယ်၊ တစ်ခါက TV ထဲမှာ ခြင်္သေ့အုပ်ထဲ ခြင်္သေ့အထီး နှစ်ကောင်ရှိတာ တွေ့ရတယ်၊ TV ကြည့်ကြည့်ပေါ့။

ဒါကြောင့်မို့ အာရုံချင်း မတူလို့ ဆိုတာက ပိုပြီးတော့ အဓိကကျတယ်၊ မာနက 'သူ့ရဲ့ အရည်အသွေးကို အာရုံပြု တယ်'၊ ဒိဋ္ဌိက 'သူရဲ့ အမြင်ကို အာရုံပြုတယ်'၊ ဒါကြောင့်မို့ အာရုံချင်း မတူလို့ သူတို့ အတူတူမယှဉ်ဘူး၊ သို့သော် လောဘနဲ့ ကျတော့ နှစ်ခုလုံး ယှဉ်တွဲကြတယ်။

ဣဿာ

နောက်တစ်ခု ဒေါသနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်လာတဲ့ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေက ဘာတွေတုံးဆိုတော့ ပထမ 'ဣဿာ'တဲ့၊ ဣဿာဆိုတာ သူတစ်ပါးကို ဂုဏ်မပြုနိုင်တာ၊ အကောင်း မပြောနိုင်တာ၊ ဣဿာရှိရင် အကောင်း မပြောနိုင်ဘူး၊ congratulations မလုပ်နိုင်ဘူးပေါ့လေ။

လူတစ်ယောက် အောင်မြင်လာပြီး စည်းစိမ်ချမ်းသာ ရလာ တာကို အခြားတစ်ယောက်က မကျေနပ်နိုင်ဘူး၊ မပျော်နိုင်ဘူး၊ လူတစ်ယောက် ကြီးပွားသွားရင် မကြည့်နိုင်ဘူး၊ မရှုစိမ့်ဘူး၊ မနာလို မရှုစိမ့်ဖြစ်တယ်လို့ ပြောတယ်၊ Jealousy ပေါ့၊ ဒါကလည်း ဒေါသနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်တာမို့ ဒေါသမူစိတ်မှာ ယှဉ်တယ်၊ စိတ်ဆိုးတာ မဟုတ်ဘူး၊ သို့သော် စိတ်ယုတ်တာ

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ပုတ်တာ ဖြစ်တယ်၊ လူတစ်ယောက် အောင်မြင်နေလို့ရှိရင် မနာလို ဖြစ်တယ်၊ အကောင်း မပြောနိုင်ဘူး၊ ဒါ ဣဿာပဲ။

မစ္ဆရိယ

နောက်တစ်ခု 'မစ္ဆရိယ'ဆိုတာ ကိုယ့် အရည်အသွေးမျိုး သူများကို မရစေချင်တာ၊ ကိုယ့်အခြေအနေမျိုး သူများ မရစေချင်တာ၊ ကိုယ်နဲ့ လာယှဉ်ပြိုင်လာမယ်ဆိုရင် ကိုယ့်အရည်အသွေးမျိုးကို ကိုယ်ပဲ ပိုင်ဆိုင်ထားချင်တယ်၊ ဒါ မစ္ဆရိယလို့ ခေါ်တယ်။

မစ္ဆရိယဆိုတာလည်း အတူတူပဲ၊ ဒေါသနဲ့ ယှဉ်တွဲတယ်၊ အရပ်ထဲမှာတော့ မစ္ဆရိယဆိုတာ နှမြောတာ၊ 'နှမြောအိုးမို့ ဘာမှ မလှူဘူး၊ မတန်းဘူး၊ မပေးဘူး၊ မကမ်းဘူး'လို့ ပြောကြတယ်၊ မစ္ဆရိယက နှမြောတာချည်းပဲ မဟုတ်ဘူး၊ မစ္ဆရိယဆိုတာ ကိုယ်ကြီးပွားသလို သူများ မကြီးပွားစေချင်ဘူး၊ ကိုယ်အောင်မြင်သလို သူများ မအောင်မြင်စေချင်ဘူး၊ အဲဒါမျိုးကို မစ္ဆရိယလို့ ပြောတာ။

မစ္ဆရိယ ၅-မျိုး

မစ္ဆရိယက ၅-မျိုးရှိတယ်။ (၁)အာဝါသမစ္ဆရိယတဲ့၊ ကိုယ့်နေတဲ့ နေရာမှာ သူများလာနေရင် မကြိုက်တာ၊ ဟုတ်လား။ ကိုယ့်အဆောက်အဦထဲ သူများလာရင် မကြိုက်တာဟာ 'အာဝါသမစ္ဆရိယ'နော်။ 'အာဝါသမစ္ဆရိယ'ဆိုတာ အိမ်မှာတင် မစ္ဆရိယဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ မီးရထားနဲ့ သွားတာတောင် ပေါင်ကားထိုင်သေးတယ်၊ အနားနားမှာ ဒိပြင်လူ လာထိုင်မှာ စိုးလို့၊ အထုပ်လေး တင်ထားမယ်၊ မထိုင်စေချင်ဘူး၊ နေရာ မပေးချင်ဘူး၊ အဲဒါမျိုး ပြောတာ အာဝါသမစ္ဆရိယဆိုတာ။

(၂) 'ကုလမစ္ဆရိယ' ကိုယ်နဲ့ပေါင်းသင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်

http://www.dhammadownload.com

တစ်ယောက်ကို လာပြီးတော့ မိတ်ဆွေဖွဲ့ရင် မကြိုက်တာ၊ ကုလမစ္ဆရိယ၊ ဘုန်းကြီးတွေကျတော့ ကိုယ့်ဒကာ, ဒကာမကို သူများဒကာ, ဒကာမဖြစ်မှာ မကြိုက်တာ ကုလမစ္ဆရိယပဲ၊ ကိုယ့်မိတ်ဆွေ သူ့မိတ်ဆွေ လာလုပ်မှာ မကြိုက်ဘူး၊ ကုလမစ္ဆရိယ။

(၃) 'လာဘမစ္ဆရိယ'၊ ကိုယ်ရတာမျိုး သူများ မရစေချင်တာ လာဘမစ္ဆရိယ။

(၄) 'ဝဏ္ဏမစ္ဆရိယ'ဆိုတာ ကျော်ကြားမှုနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် ကိုယ်ပဲ ကျော်ကြားချင်တယ်၊ သူများ မကျော်ကြားစေချင်ဘူး။

(၅) ဓမ္မမစ္ဆရိယ'ဆိုတာ ကိုယ်သိတဲ့တရားကို သူများမပေးချင်ဘူး၊ ကိုယ်သိတဲ့ ဗဟုသုတတွေ သူများကို မဖြန့်ဝေချင်ဘူး၊ သူတစ်ယောက်ထဲပဲ တကယ့်ကို ဂုရုကြီး လုပ်ချင်တယ်ပေါ့လေ၊ တစ်လောကလုံးရဲ့ ဂုရုကြီး၊ သူပဲ သိတယ်၊ ကျန်တဲ့လူတွေ မသိရဘူး၊ အဲဒါမျိုး လုပ်ချင်တာ၊ အဲဒါ ဓမ္မမစ္ဆရိယလို့ခေါ်တယ်။

'အာဝါသမစ္ဆရိယ၊ ကုလမစ္ဆရိယ၊ လာဘမစ္ဆရိယ၊ ဝဏ္ဏမစ္ဆရိယ၊ ဓမ္မမစ္ဆရိယ' ဆိုပြီးတော့ မစ္ဆရိယငါးမျိုး ရှိတယ်၊ မစ္ဆရိယဆိုတာ ကိုယ်ရထားတဲ့ အနေအထားမျိုး သူများကို မရစေချင်တာ အဲဒါကို ပြောတာနော်၊ ဒါလည်းပဲ မရစေချင်ဘူးဆိုတော့ သူက ဒေါသနဲ့ယှဉ်တယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ ငယ်ငယ်တုန်းက ရန်ကုန်ရောက်ရင် ရွှေတိဂုံဘုရားဖူးပြီး တိရစ္ဆာန်ရုံကို သွားကြည့်တာပေါ့၊ တိရစ္ဆာန်ရုံ

http://www.dhammadownload.com

သွားတဲ့အခါမှာ အထူးအားဖြင့် ဘာကြည့် ချင်တုန်းဆိုတော့ ညနေဘက် ကျားတွေ ခြင်္သေ့တွေ အစာကျွေးတာကို ကြည့်ချင်တယ်၊ ပိုစိတ်ဝင်စားတယ်၊ အဲဒီမှာ ဘာအကဲခတ်မိလဲဆို ကျားတွေ ခြင်္သေ့တွေက အစာဝဝစားရတာ မဟုတ်ဘူး၊ သူတို့ခမျာ ပိန်ပြီး ဆာလောင်နေတာလေ၊ ညနေ အစာကျွေးမယ့်သူ လာလို့ရှိရင် သူတို့ ယောက်ယက်ခတ်နေပြီ၊ အစာကျွေးမယ့်လူက အမဲသားတစ်ပေါင်လောက် တစ်တုံးလောက် အထဲကို ပစ်ထည့်လိုက်ပြီဆိုရင် အဲဒီ ကျားတွေ ခြင်္သေ့တွေက ပါးစပ်နဲ့ အစာကို ကိုက်ပြီး ဟိုလိုက်ရန်လုပ် ဒီလိုက်ရန်လုပ်နဲ့ ဆာနေတာ စားလိုက်ပါလား၊ အေးအေးဆေးဆေး မစားဘူး။ ဘာကြောင့် အဲဒီလို ဖြစ်တာတုန်းဆိုရင် မစ္ဆရိယကြောင့်၊ သူရထားတဲ့ အစာကို လာမထိနဲ့ပေါ့၊ အဲဒီအဓိပ္ပါယ်မျိုး ရှိတယ်။

ကြောင်လေးတွေ ကြွက်ခုတ်ပြီးရင် ပါးစပ်ထဲမှာ အစာရောက်သွားရင် မာန်ဖီတော့တာပဲ မဟုတ်လား၊ အဲဒီတော့ မစ္ဆရိယက ဒေါသနဲ့ ယှဉ်တယ်ဆိုတာ သိပ်ထင်ရှားတယ်၊ ခွေးကလေး နှစ်ကောင်၊ ကစားနေတဲ့ ကြားထဲမှာ အမဲရိုးလေး ပစ်ချကြည့်၊ ကိုက်ကြပြီ၊ ဒါကြောင့်မို့ မစ္ဆရိယဟာ ဒေါသနဲ့ ယှဉ်တယ်လို့ ပြောတာ၊ မစ္ဆရိယ ပေါ်လာရင် ဒေါသ ဝင်လာတာပဲ၊ ကုက္ကုစ္စ ပေါ်လာရင်လည်း ဒေါသပဲ။

သို့သော် အဲဒီ မစ္ဆရိယနဲ့ ကုက္ကုစ္စဟာ တစ်ပြိုင်တည်း ဖြစ်သလားဆို မဖြစ်ဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့တုံး၊ အာရုံချင်း မတူဘူး၊ စိတ်ရဲ့ ဦးတည်ချက်တွေဟာ မတူကြဘူးတဲ့၊ ကုက္ကုစ္စဆိုတာ သူများ အောင်မြင်မှုပေါ် ဦးတည်တယ်၊ မစ္ဆရိယဆိုတာ ကိုယ့်

http://www.dhammadownload.com

အောင်မြင်မှုပေါ် ဦးတည်တယ်၊ မတူကြဘူး။

ကုက္ကုစ္စ

နောက်တစ်ခု 'ကုက္ကုစ္စ'ဆိုတာ ကောင်းတာတွေ မလုပ်မိလို့ နောင်တပူပန်တယ်၊ မကောင်းတာတွေ လုပ်မိလို့ စိတ်ပူပန်သောက ရောက်ရတယ်၊ လုပ်မိတာ မလုပ်မိတာနဲ့ ကိုယ်လုပ်တဲ့ လုပ်ငန်း မအောင်မြင်တာလို့ ၃–မျိုး ရှိတယ်နော်။

(၁) လုပ်မိတဲ့ မကောင်းမှုအတွက်လည်း ပူပန်စိတ် ဖြစ်တယ်၊

(၂) မလုပ်မိတဲ့ ကောင်းမှုကိုလည်း ပူပန်စိတ် ဖြစ်တယ်၊

(၃) ကိုယ်လုပ်ရဲ့သားနဲ့ မအောင်မြင်တဲ့အပေါ်မှာလည်း ပူပန်စိတ် ဖြစ်တယ်လို့ ဟောဒီလို ကုက္ကုစ္စက သုံးမျိုး ရှိတယ်။

ပူပန်တယ် ဆိုကတည်းက သူက ဒေါသနဲ့ ယှဉ်တွဲလာတာ၊ ဝမ်းနည်းတဲ့ စိတ်နဲ့ တွဲလာတယ်၊ ဝမ်းနည်းတဲ့ ခံစားချက်နဲ့ တွဲလာတယ်၊ ဒါကြောင့် ဒေါသမူစိတ်မှာ ယှဉ်တယ်တဲ့၊ သို့သော် ဣဿာရယ်, မစ္ဆရိယရယ်, ကုက္ကုစ္စရယ် ဒီသုံးခုဟာ တစ်ခုနဲ့ တစ်ခု အာရုံပြုတာချင်း မတူကြသည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ပြိုင်နက် ယှဉ်လို့မရဘူး၊ တစ်ပြိုင်နက် မဖြစ်ကြဘူးတဲ့။

ထိနနဲ့ မိဒ္ဓ

နောက်တစ်ခုက ဘာတဲ့ဆိုရင် ထိနနဲ့ မိဒ္ဓ၊ 'ထိန'ဆိုတာ **စိတ္တဿ အကမ္မညတာ**– စိတ်ရဲ့ စွမ်းဆောင်နိုင်မှု လျော့ကျသွားတာကို ထိနလို့ ခေါ်တယ်၊ ဥပမာ– တရားအားထုတ်နေမယ်၊

http://www.dhammadownload.com

တရားအားထုတ်နေရင်းက ပျင်းစိတ် ဝင်လာမယ်၊ ဆက်ပြီးတော့ မလုပ်ချင်ဘူး၊ အဲဒါ ထိန။

'မိဒ္ဓ'ဆိုတာ ကာယဿ အကမ္မညတာ– စေတသိက်အစုရဲ့ စွမ်းဆောင်နိုင်မှု လျော့ကျသွားတာ၊ ကာယကို စေတသိက်အစုလို့ စာပေကျမ်းဂန်မှာ ဆိုတယ်၊ သို့သော် မိဒ္ဓလွှမ်းမိုးလာပြီဆိုရင် ခေါင်းလေးတဆတ်ဆတ် ဖြစ်လာပြီ၊ ကာယဿ အကမ္မညတာမှာ ကာယအရ ဝေဒနာ, သညာ, သင်္ခါရလို့ဆိုတဲ့ စေတသိက်အစုလို့ ဓမ္မသင်္ဂဏီပါဠိတော်မှာ ဟောပါတယ်၊ သို့သော် ခေါင်းတဆတ်ဆတ် ဖြစ်လာတာကလည်း မိဒ္ဓရဲ့ စွမ်းဆောင်မှုကြောင့်ပဲ၊ မိဒ္ဓဝင်လာရင် ငိုက်လာတယ်ပေါ့၊ ငိုက်လာရုံတင် မကဘူး၊ လူကြားထဲမှာ ဟန်မလုပ်နိုင်တော့ဘူး။

ထိနမိဒ္ဓက တရားအားထုတ်တဲ့ အချိန်မှာ ပိုဝင်လာတတ်တယ်၊ သူ့ကိုလည်း စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့တုံးဆိုတော့ အသိဉာဏ် တောက်ပြောင်မှု မဖြစ်စေနိုင်လို့ပဲ၊ ထိနမိဒ္ဓဟာ စိတ်ကို လွှမ်းမိုးထားတဲ့ အညစ်အကြေး တစ်ခုပဲ။

ဝိစိကိစ္ဆာ

နောက်ဆုံး တစ်ခုကတော့ '**ဝိစိကိစ္ဆာ**'လို့ ခေါ်တယ်၊ ဝိစိကိစ္ဆာဆိုတာ ယုံမှားသံသယဖြစ်ခြင်း၊ သံသယ ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ အကန့်အသတ် ရှိတယ်၊ ဘုရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သံသယ ဖြစ်တယ်၊ တရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သံသယဖြစ်တယ်၊ ''နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀–က ဂေါတမဘုရား ပွင့်တယ်ဆိုတာ ဟုတ်ရဲ့လား၊ ဒီတရားတွေ ဟောထားခဲ့တယ် ဘုရားဟောတယ်ဆိုတာ

http://www.dhammadownload.com

ရော ဘယ်သူ သိလဲ၊ ဟုတ်ရဲ့လား။'' သံသယတွေ ဖြစ်လာတယ် စသည်ဖြင့် ဒွိဟဖြစ်လာတယ်၊ ဒီသံသယ ဒွိဟတွေဟာ အကောင်းဘက်ကို ဦးဆောင်မသွားဘူးတဲ့၊ အဆိုးဘက်ကို ရောက်သွားစေနိုင်တယ်ပေါ့၊ ဒါကြောင့်မို့ ဝိစိကိစ္ဆာကလည်း စိတ်ရဲ့အညစ်အကြေး တစ်ခုပဲတဲ့၊ ဟုတ်သလား၊ မဟုတ်သလား တွေးနေတာနဲ့ သူက ဘာအကျိုးမှ မရလိုက်ဘူး။

ဝိစိကိစ္ဆာ ရှိသင့်တဲ့နေရာတော့ ရှိနိုင်တယ်၊ ဘယ်လိုနေရာတုံးဆိုရင် ဒါ မှန်လား၊ မမှန်လား၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစားတဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာမျိုး၊ 'ပတိရူပက'လို့ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက သုံးတယ်၊ ဝိစိကိစ္ဆာအတုတဲ့။

နီဝရဏမှာပါတဲ့ ဝိစိကိစ္ဆာကတော့ စိတ်ကို ပိတ်ဆို့တတ်တယ်၊ အသိဉာဏ်တွေ နည်းသွားအောင် လုပ်တတ်တယ်၊ ဝိစိကိစ္ဆာက နီဝရဏထဲမှာပါလို့ ကုသိုလ်စိတ်ကို ဆို့ပိတ်ထားတယ်၊ အသိဉာဏ်တွေကို အားပျော့သွားအောင် လုပ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အဲဒီ ဝိစိကိစ္ဆာမျိုးကိုတော့ လက်မခံရဘူး၊

အရပ်ထဲမှာ ပြောတယ်၊ တစ်ခါတလေ ဝိစိကိစ္ဆာ များတယ်ဆိုတာ အတွေးတွေ များနေတာကို ပြောတာ၊ ဝိစိကိစ္ဆာဆိုတာ သံသယတွေ ရှိနေတာ၊ မဝေခွဲနိုင်တာ၊ ဟုတ်သလား၊ မဟုတ်ဘူးလား၊ ငါ တရားအားထုတ်နေတာ မှန်ရဲ့လား၊ မမှန်ဘူးလားဆိုတဲ့ အတွေးတွေ ဝင်ပြီးတော့ မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘဲနဲ့ တွေဝေနေတဲ့ သဘောတွေ ဖြစ်နေတာကို ပြောတာနော်။

စိတ်အညစ်အကြေး ၁၄–မျိုး

ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါကျတော့ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးဟာ

http://www.dhammadownload.com

၁၄–မျိုးတဲ့၊ ဒါ စိတ်ရဲ့အညစ်အကြေးတွေ၊ ပြန်ပြီးတော့ ခြုံပြောရမယ်ဆိုရင် **မောဟ, အဟိရိက, အနောတ္တပ္ပ, ဥဒ္ဓစ္စ** အမှန်မသိတာရယ်၊ မရှက်တာရယ်၊ မကြောက်တာရယ်၊ ပျံ့လွင့်တာရယ် အဲဒီသဘောတွေက အကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်တိုင်း အကုန်ပါတယ်၊ အကုသိုလ်စိတ် ၁၂–ခုလုံးနဲ့ ယှဉ်တွဲကြတယ်

လောဘ, ဒိဋ္ဌိ, မာန လိုချင်တာရယ်, အမြင်မှားတာရယ်, ကိုယ့်အရည်အသွေးပေါ်မှာ မာန်တက်တာရယ်၊ အဲဒီ သုံးခုက လောဘမူစိတ်မှာ ဖြစ်တယ်။

ဒေါသ, ဣဿာ, မစ္ဆရိယ, ကုက္ကုစ္စ စိတ်ဆိုးတာရယ်, မနာလိုတာရယ်, ဝန်တိုတာရယ်, နောင်တ ပူပန်တာရယ်၊ အဲဒီ သဘော ၄–ခုကတော့ ဒေါသနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်တတ်တဲ့ သဘောတရားတွေပါတဲ့။

ထိန မိဒ္ဓဆိုတာကတော့ ပင်ကိုယ်အားဖြင့် မထက်သန်ဘဲ နုံ့နေးတဲ့ လောဘနဲ့လည်း ယှဉ်တွဲတတ်တယ်၊ ဒေါသနဲ့လည်း ယှဉ်တွဲတတ်တယ်။

ဝိစိကိစ္ဆာဆိုတာကျတော့ မောဟနဲ့ပဲ ယှဉ်တွဲတယ်၊ အားလုံး ဒီ သဘာဝတွေဟာ စိတ်ကို ညစ်ပေစေတတ်လို့ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေသာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ထိုစိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေ ပျောက်အောင် မြတ်စွာဘုရား ပေးထားတဲ့ နည်းလမ်းအတိုင်း ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ကြမယ်ဆိုရင် ဒီစိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေဟာ လျှော်ဖွပ်ပစ်လို့ရတဲ့ အရာတွေချည်းပါပဲတဲ့၊ လျှော်ဖွပ်ပစ်လိုက်ရင် ဖြူစင်တဲ့စိတ်ကို ရလာပါလိမ့်မယ်တဲ့။

ဒါကြောင့်မို့ ဒီကနေ့ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေကို

http://www.dhammadownload.com

အကျဉ်းချုပ်ပြီးတော့ သိသာအောင် ပြောပြီးပြီ၊ နက်ဖြန်ခါကျတော့ ဒီအညစ်အကြေးတွေကို ဘာနဲ့ လျှော်မလဲဆိုတာ ရှင်းပြမယ်၊ အဲဒီ လျှော်ရမယ့် အရည်အသွေးလေးတွေ စိတ်ထဲမှာ ရှိတယ်၊ အဲဒါတွေကို ထူထောင်ပြီး လျှော်ရမှာ ဖြစ်တယ်တဲ့။

ဒီကနေ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ အဘိဓမ္မာဒေသနာမှာပါတဲ့ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးများဖြစ်တဲ့ အကုသိုလ်စေတသိက် ၁၄–ခုကို လေ့လာသိရှိကြလို့ "မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ဒီလို အညစ်အကြေးတွေ မဖြစ်ရအောင် သတိထားပြီးတော့ ရှောင်ကြဉ်ကြဖို့ ဖြစ်ပေါ်လာပြီ ဆိုလည်း သန့်ရှင်း စင်ကြယ်သွားအောင် လုပ်ရန် မမေ့ဖို့" အရေးကြီးတယ်နော်။

မြတ်စွာဘုရားက ထိုထိုသုတ္တန်တွေမှာလည်း "အကုသိုလ်တွေကို မိမိစိတ်မှာ မဖြစ်စေနဲ့၊ စိတ်ကို မညစ်နွမ်းစေနဲ့"လို့ ဒီလို ဟောခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ရေကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရွှံ့နွံကို ရေနဲ့ပဲ ပြန်ဆေးရသလို စိတ်မှာဖြစ်တဲ့ အညစ်အကြေးတွေကိုလည်း စိတ်နဲ့ပဲ ပြန်ပြီးဆေးကြောလို့ ရပါတယ်တဲ့၊ ဆေးကြောလို့ ရနိုင်တဲ့ သဘာဝတရားများကို လေ့လာခြင်းဖြင့် အညစ်အကြေးများကို ကိုယ်စီကိုယ်စီ ဆေးကြောနိုင် ကြပါစေကုန်သတည်း။

"သာဓု – သာဓု – သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

အခန်း(၇)

စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစုများ

အပိုင်း(၁)

စိတ်မှာ အညစ်အကြေးတွေ ရောက်နေလို့ရှိရင် ဟောဒီ အင်အားစုတွေက စိတ်ကို ဖြူစင်စေနိုင်တယ်၊ စိတ်ဖြူစင်စေတဲ့ အကြောင်းတရားများကို မိမိသန္တာန်မှာ ထူထောင်ပေးခြင်းဖြင့် စိတ်ရဲ့အညစ်အကြေးတွေ ကင်းစင်သွားနိုင်ပါတယ်၊ ဒီအင်အားစု တွေဟာလည်း ယှဉ်ဘက်စိတ်တွေရဲ့ အခြေအနေအလိုက် စွမ်း ရည်သတ္တိဟာ အဆင့်ဆင့်ရှိတယ်လို့ သဘောပေါက်ထားရမယ်။

ဆိုပါစို့ ဖြူစင်စေတဲ့ အင်အားစုတွေထဲမှာ အလောဘဆိုတဲ့ သဘာဝတရားက လောဘကို ပယ်ဖျောက်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့ နေရာ မှာ အဘိဓမ္မာသင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ သဘောပေါက်ဖို့ရာက ထို အလောဘသည် ဘယ်စိတ်မှာ ယှဉ်တဲ့ အလောဘလည်း ဆိုတာ ကို ကြည့်ရမယ်။

http://www.dhammadownload.com

(၁) မဟာကုသိုလ်စိတ်နှင့် ယှဉ်ပြီး ဒါနကောင်းမှု၊ သီလကောင်းမှု ဘာဝနာကောင်းမှုလုပ်တဲ့ အလောဘက လောဘကို ပယ်နိုင်တာ တဒင်္ဂပဲ ပယ်နိုင်တယ်၊ စွမ်းရည်သတ္တိ ဒီလောက်မပြည့်စုံဘူး။

(၂) ဈာန်တရားတွေနဲ့ ယှဉ်တွဲလာပြီဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီအလောဘက လောဘကို တော်တော်ဝေးဝေး ဖယ်ရှား ထားနိုင်တယ်၊ လုံးဝ နီးနီးလောက် ဖျောက်ထားနိုင်တယ်၊ သူက စွမ်းရည်သတ္တိ ပိုထက်လာတယ်။

(၃) မဂ်ဆိုတဲ့ လောကုတ္တရာစိတ်နဲ့ယှဉ်တဲ့ အလောဘကျတော့ လောဘကို အကြွင်းအကျန်မရှိအောင် ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်လို့ ဒီလို မှတ်ရမယ်၊ မဂ်စိတ်နှင့် ယှဉ်တဲ့ နေရာမှာလည်းပဲ လောဘရဲ့သဘောကို အဆင့်ဆင့် ပယ်သွားနိုင်တယ်။

သောတာပတ္တိမဂ်နဲ့ ယှဉ်တဲ့အလောဘက အပါယ်ဘုံကို ကျစေနိုင်တဲ့ လောဘမျိုးကို ဖယ်ရှားနိုင်တယ်၊ သို့သော် အပါယ်ဘုံ မကျရောက်နိုင်တဲ့ လောဘမျိုးကိုတော့ မဖယ်ရှားနိုင်သေးဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ သောတာပန်ဖြစ်တဲ့ ဝိသာခါတို့ ၇–နှစ်သမီးက သောတာပန် ဖြစ်လာပေမယ့် ၁၆–နှစ်သမီးကျတော့ အိမ်ထောင်ပြုသေးတာပဲနော်၊ အဲဒီလောဘမျိုးကို မပယ်နိုင် သေးဘူးလို့ မှတ်ရမယ်၊ အပါယ်ကျစေနိုင်တဲ့ လောဘကိုတော့ သူ ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်။

သကဒါဂါမိမဂ်နဲ့ ယှဉ်တဲ့ အလောဘကျတော့ ကာမအာရုံတွေကို နှစ်သက်တဲ့ အကြမ်းစားလောဘကို အားနည်းသွားအောင် ဖယ်ရှားပစ်တယ်၊ အနာဂါမိမဂ်နဲ့ ယှဉ်တဲ့

http://www.dhammadownload.com

အလောဘကျတော့ ကာမအာရုံလို့ဆိုတဲ့ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ ကိုယ်မှာ ထင်လာတဲ့ အာရုံတွေကို တွယ်တာနေတဲ့ လောဘမျိုး ကို အကြွင်းမဲ့ ဖယ်ရှားပစ်လိုက်တယ်၊ သို့သော် ဈာန်နဲ့ ပတ်သက် ပြီး တွယ်တာတဲ့ လောဘ၊ ဗြဟ္မာဘုံပေါ်မှာ တွယ်တာတဲ့ လောဘ မျိုးကိုတော့ မဖယ်ရှားနိုင်သေးဘူး။

အရဟတ္တမဂ်နဲ့ ယှဉ်တဲ့ အလောဘမျိုးကျတော့ လောဘ မှန်သမျှကို အကြွင်းအကျန်မရှိ လုံးဝ ပြောင်စင်အောင် ဖယ်ရှား ပစ်နိုင်တယ်၊ ဒီလို သဘောပေါက်ထားရမယ်။

သောဘဏစေတသိက်

ဒီကနေ့ **"စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစုများ"**လို့ ဆိုတဲ့ **သောဘဏစေတသိက်**တွေအကြောင်းကို ဟောမယ်၊ သော ဘဏဆိုတာ တင့်တယ်တယ်၊ အင်္ဂလိပ်လို Beautiful mental state လို့ ဘာသာပြန်တယ်၊ တင့်တယ်တယ်၊ ကောင်းမြတ်တယ် ဆိုတာက ကောင်းတဲ့ အရည်အသွေးတွေ ရှိလို့ကောင်းတာ၊ ကိုယ်ကြိုက်လို့ ကောင်းတာလို့ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ တင့်တယ် ကောင်းမြတ်တဲ့ အရည်အသွေးတွေဟာ ကောင်းကျိုး ချမ်းသာ တွေကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်လို့ ကောင်းတယ်လို့ ပြောတာနော်။

အကျိုးပေးတဲ့အခါ လှလှပပ အကျိုးပေးတတ်သောကြောင့် ကောင်းတယ်၊ တင့်တယ်တယ်လို့ ပြောတာ၊ စိတ်ကို သူတို့က ဖြူစင်စေတတ်လို့ စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစုများ ဖြစ်တယ်၊ အကု သိုလ် တရားတွေကို ဖယ်ရှားဖို့ရာ ရှေ့တန်းကနေ တိုက်ပွဲဝင် နေတဲ့ သဘာဝတရားတွေလို့ မှတ်ရမယ်၊ သဘာဝဟာ သဘာဝ ချင်းပဲ တိုက်ဖျက်တယ်၊ ဟုတ်ရဲ့လား၊ မီးနဲ့ရေ ဆိုပါတော့

http://www.dhammadownload.com

မီးငြိမ်းချင်ရင် ရေကို အသုံးပြုရတယ်ပေါ့၊ ခုခေတ်တော့ တခြား နည်းတွေလည်း ရှိတာပေါ့နော်၊ အဓိက ကတော့ မီးငြိမ်းချင်ရင် ရေနဲ့ပဲ မဟုတ်လား။ ရေနဲ့ မီးဆိုတာက ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တယ်၊ အဲဒီတော့ သူ့ဟာနဲ့သူ ဖယ်ရှားပစ်ဖို့ရာ အကြောင်းတရားတွေ အကုန်လုံးရှိတာ။

စိတ်ထဲမှာလည်း သဘာဝသည် အခြား သဘာဝကို တွန်းလှန်တာပဲ၊ ကိုယ်က တွန်းလှန်တတ်တဲ့သဘာဝကို ထူထောင် ဖို့ လိုတယ်၊ သူ့ဟာသူ အချင်းချင်း တွန်းလှန်သွားတာနော်။

သဒ္ဓါ

ကောင်းပြီ၊ အဲဒီစိတ်ကို ဖြူစင်စေတတ်တဲ့ အင်အားစုတွေ ကို ကျမ်းစာမှာလာတဲ့ အစီအစဉ်အတိုင်း ပြောရရင် နံပါတ်တစ်က 'သဒ္ဓါ'တဲ့၊ သဒ္ဓါဆိုတာက ယုံကြည်တာ၊ ယုံတယ်၊ စိတ်ကြည် တယ်၊ ရဲရင့်တယ်၊ ဆုံးဖြတ်နိုင်တယ်၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုဘက်မှာ စိတ်ဝင်စားတယ်ဆိုတဲ့ သဘောတွေ အားလုံးကို သဒ္ဓါလို့ ခေါ်တယ်၊ ယုံတာ တစ်ခုတည်းသာ သဒ္ဓါ မဟုတ်ဘူး။

ဒါကြောင့်မို့ ဗမာစကားမှာ 'ယုံ–ကြည်'လို့ တွဲထားတာ၊ သဒ္ဓါ ဖြစ်လို့ရှိရင် 'ယုံ'တယ်၊ စိတ်'ကြည်'တယ်၊ စိတ်သန့်ရှင်း တယ်၊ ကြည်လင်တယ်၊ အေးမြတယ်၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်ဖို့ ရဲရင့်တယ်၊ ဖျတ်လတ်တယ်၊ စိတ်ဝင်စားတယ်၊ ဒါတွေအားလုံးဟာ သဒ္ဓါရဲ့ သွင်ပြင်လက္ခဏာတွေလို့ ပြောတာနော်။

ယုံကြည်ဆိုတော့ ယုံကြည်မှုနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် အကန့်အသတ် တစ်ခုတော့ ထားရတယ်၊ ဘာကို ယုံတာလဲ၊

http://www.dhammadownload.com

ဟိုလူပြော ဒီလူပြော ယုံသမျှတွေကို သဒ္ဓါလို့ ခေါ်တာလား၊ မဟုတ်ဘူး။ ယုံတယ်ဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်လာလို့ရှိရင် ဟိုဟာယုံ ဒီဟာယုံ၊ လာလိမ်သွားရင်လည်း ယုံသွားတယ် မဟုတ်လား၊ အဲဒါမျိုးက ပညာမဲ့တဲ့သဘောတွေပဲ ဖြစ်တယ်။

ယုံတယ်ဆိုတာ ဘာကိုယုံတာလဲ ဆိုလို့ရှိရင် ကံ,ကံ၏ အကျိုးကို ယုံတယ်၊ ကံ,ကံ၏အကျိုးကို ယုံတယ်ဆိုရာမှာ ဘာ လုပ်လုပ် ကိုယ်ပဲ တာဝန်ယူတာ၊ ကိုယ်လုပ်တာ ကိုယ်ရတယ်လို့ လက်ခံတာနော်၊ အင်္ဂလိပ်လိုပြောရင် responsible ပေါ့၊ ကိုယ့်တာဝန် ကိုယ်ယူရတယ်၊ ကိုယ်လုပ်ရင် ကိုယ်နဲ့ပဲ ဆိုင်တယ် လို့ လက်ခံတာ၊ တချို့က အဲဒီလို လက်မခံဘူးလေ။

အဲဒီတော့ ကိုယ်လုပ်ရင် ကိုယ်နဲ့ဆိုင်ရမှာပေါ့၊ သူများအပေါ် သွားမပြောနဲ့နော်၊ ကိုယ်လုပ်တာ ကိုယ်ပဲ၊ အဲဒီလို ကိုယ်လုပ် တာ ကိုယ်နဲ့ ဆိုင်တယ်လို့ လက်ခံတာ၊ ဒါ ကံ,ကံ၏ အကျိုးကို လက်ခံတာပဲ၊ **ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ**၊ ကံ,ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားအပေါ် အခြေခံပြီးဖြစ်တဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်လို့ ဆိုရတယ်၊ အဲဒီတော့ ကံ, ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည် မှု လက်ခံမှုသည် အခြေခံ သဒ္ဓါတရားလို့ ဒီလိုပြောရမယ်။

လက်ခံနေရုံလေးနဲ့တော့ အလုပ်မဖြစ်သေးဘူးနော်၊ လက်ခံ ပြီးတဲ့အခါ ရှေ့ဆက်လုပ်ဖို့ လိုတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ သဒ္ဓါဆိုတာ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အစကလေးပဲ၊ တခြားဘာသာတွေမှာတော့ သိပ် အရေးပါတယ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ ယုံကြည်မှုသည် တကယ့်ကို အစလေးပဲ ရှိသေးတယ်၊ ယုံကြည်မှုနောက်မှာ ပညာ မလိုက်

http://www.dhammadownload.com

နိုင်သေးဘူးဆိုရင် ယုံကြည်မှုသည် blind faith လို့ခေါ်တဲ့ မျက်ကန်းယုံကြည်မှုမျိုး ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။

အင်္ဂလိပ်လို ပြန်ရင် သဒ္ဓါကို confidence လို့ ပြန်တယ်၊ confidence ဟာ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ယုံကြည်တာမျိုး၊ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးတာမျိုး၊ အဲဒါတင် မကဘူး၊ တကယ်ကတော့ faith ယုံကြည်တာမျိုး အားလုံးကို သဒ္ဓါခေါ်နိုင်တယ်၊ ကောင်းပြီ၊ ယုံတယ်ဆိုတာ နံပါတ် (၁) ကံ,ကံ၏အကျိုးကို 'အခြေခံအားဖြင့်လက်ခံမှု'။

နံပါတ် (၂)ကျတော့ အဲဒီထက် အဆင့်မြင့်သွားတယ်၊ ဘာကို လက်ခံတာတုန်းဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးကို ယုံတယ်၊ ဒါ ဗုဒ္ဓရဲ့အရည်အချင်းကို ယုံကြည်တာ၊ ဗုဒ္ဓရဲ့ အရည်အချင်းတွေထဲမှာ ဉာဏ်ဟာ အဓိက မကျဘူးလား၊ အေး ဉာဏ်မရှိလို့ရှိရင် မှားမှားယွင်းယွင်းတွေ ဟောမှာပေါ့၊ အသိပညာ မလုံလောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဟောမယ်ဆိုရင် မှားမှားယွင်းယွင်းတွေ ဖြစ်ကုန်မှာပေါ့နော်၊ မှားမှားယွင်းယွင်းတွေ လိုက်နာလုပ်မိမယ်ဆိုရင် ထင်တဲ့အတိုင်း ဖြစ်မလား၊ လမ်းစဉ်တစ်ခုက မှားနေပြီဆိုရင် ဘယ်လိုမှ အကောင်အထည်ဖော်လို့ ရမှာမဟုတ်ဘူး၊ အကောင်အထည်ဖော်ရင် ကိုယ်ထင်တဲ့အတိုင်း တစ်ခုမှ ဖြစ်လာမှာ မဟုတ်တော့ဘူးနော်၊ ဒါကြောင့်မို့ မှန်ကန်မှုဆိုတာ အသိဉာဏ် ပြည့်ပြည့်စုံစုံရှိမှ ဖြစ်တာ၊ ဒါလုပ်ရင် ဒါ ဖြစ်မယ်ဆိုတာ သေသေချာချာ သိတဲ့အသိဉာဏ်မျိုးနဲ့ ဟောမှ မှန်တာ။

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက အာမခံတယ်၊ "**သယံ အဘိညာ သစ္ဆိကတွာ ပဝေဒေမိ**" သူဟောတဲ့ တရားတွေက ကိုယ်တိုင်သိပြီးမှ ဟောတာတဲ့၊ tradition အနေနဲ့ စာထဲမှာ ပါလို့ ပြောတာမျိုး မဟုတ်ဘူး၊ ဆရာ့ဆရာကြီးတွေ ပြောခဲ့တဲ့ စကားကို မှတ်ထားပြီး ပြောတာမျိုး မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ သမိုင်း ထဲမှာပါလို့ ပြောတာမျိုး မဟုတ်ဘူး၊ ဘယ် ဖီလိုဆော်ဖာ ဆရာကြီးက ဘယ်လို ပြောတယ်ဆိုတာမျိုးကို ထပ်ဆင့် တင်ပြ တာမျိုး မဟုတ်ဘူးတဲ့။ **သယံ အဘိညာ**- ကံ, ကံ၏ အကျိုး ရှိတယ်ဆိုတာ ကိုယ်တိုင်သိတာ၊ ကိုယ်တိုင် သိရုံတင်မကဘူး။ **သစ္ဆိကတွာ**- တကယ့်ကို မျက်မှောက်ပြုပြီး ဖြစ်တယ်၊ သိတာ လည်း ကိုယ်ကိုယ်တိုင် သိတယ်၊ ကိုယ်တွေ့လည်း ကြုံတယ်။

အဲဒီလို အဆင့်မြင့် သဒ္ဓါကျတော့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးကို ယုံကြည်တာ၊ ဒါကြောင့်မို့ စာပေ ကျမ်းဂန်တွေမှာ မြတ်စွာဘုရားက "**သဒ္ဒဟတိ တထာဂတဿ ဗောဓိံ** "**တထာဂတဿ**- မြတ်စွာဘုရားရဲ့၊ **ဗောဓိံ**- အသိ ဉာဏ်ကို၊ **သဒ္ဒဟတိ**- ယုံကြည်တယ်၊ လက်ခံတယ်၊ အဲဒါ သဒ္ဓါအစစ်နော်၊ အဆင့်မြင့်သွားပြီ၊ ဘုရားရဲ့ အသိဉာဏ်ကို လက်ခံတယ်လို့ ဆိုလိုက်တာနဲ့ပဲ ဘုရားဟောတဲ့ တရားကိုလည်း လက်ခံတယ်၊ ဘုရားဟောတဲ့ တရားအတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံလို့ အောင်မြင်ပေါက်ရောက်နေတဲ့ အရိယာ သံဃာတွေကိုလည်း လက်ခံတယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ် မပြီးပေဘူးလား၊ အဲဒါကို 'အဆင့်မြင့်သဒ္ဓါ'လို့ ခေါ်တယ်နော်။

http://www.dhammadownload.com

အာကာရဝတီ သဒ္ဓါ

အဲဒီ အဆင့်မြင့်သဒ္ဓါဟာ မင်္ဂနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီးလာတဲ့ အခါ ကျတော့ လုံးဝ ခိုင်မြဲတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ အဲဒီ သဒ္ဓါမျိုးကို **အာကာရဝတီ သဒ္ဓါ**။ အာကာရဝတီသဒ္ဓါဆိုတာက ကျိုးကြောင်း ဆီလျော်တဲ့ အကြောင်း လုံလုံလောက်လောက်ရှိတဲ့ သဒ္ဓါလို့ ပြောတာ၊ အရမ်းမဲ့ ယုံတဲ့ သဒ္ဓါ မဟုတ်ဘူးတဲ့။

ဒဿနမူလိကာ သဒ္ဓါ

နောက်တစ်ခုက **ဒဿနမူလိကာ သဒ္ဓါ**၊ ကိုယ်တိုင် သိမြင်မှုကို အခြေခံတဲ့ သဒ္ဓါ၊ ဘယ်သူ ပြောလို့မှ လက်ခံစရာ အကြောင်း မရှိတော့ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကိုယ်တိုင် သိတာကိုး။ ကိုယ်တိုင် မသိရင်တော့ သူများပြောတာ လက်ခံရဦးမှာပဲ။

ဥပမာ ဆိုပါတော့ ရန်ကုန်မြို့နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရွှေတိဂုံဘုရားရောက်တာ အခေါက်ခေါက် ရှိနေပြီ၊ ဘုရားရောက်ဖူးတော့ ရွှေတိဂုံဆိုတာ ဘယ်လိုလဲဆိုတာ သိတယ်၊ ဘယ်နားမှာလဲ ဆိုတာလည်း သိတယ်၊ ဟိုးနယ်မှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ ရွှေတိဂုံဘုရား ကြားတော့ ကြားဖူးတယ်၊ ဘယ်နားမှန်း မသိဘူး၊ ပုံထဲတော့ မြင်ဖူးတယ်၊ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် တူရဲ့လား၊ ဒီလူက ကိုယ်တိုင်သိပြီး လက်ခံတာ၊ ဟိုလူက အကြားနဲ့ လက်ခံတာ၊ ဒဿနမူလိကာဆိုတာ အမြင်ကို အခြေခံပြီးတော့ လက်ခံတာ၊ မြင်ပြီဆိုလို့ရှိရင် ဘယ်သူကမှ ပြောင်းလွဲပစ်လို့ မရဘူး။

တစ်ခါတုန်းက မြတ်စွာဘုရားက ရှင်သာရိပုတ္တရာကို မေးတယ်၊ "သာရိပုတ္တရာ–တဲ့၊ အတွေးမပါတဲ့ ကြီစည်မှု၊ သုံးသပ်မှု

http://www.dhammadownload.com

မပါတဲ့ သမာဓိမျိုး ရှိတယ်ဆိုတာ ယုံကြည်သလား''လို့ မေးတော့ ရှင်သာရိပုတ္တရာက ''အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော် မယုံပါဘူး၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် သိတာပါ၊ သူများပြောလို့ ယုံတာ မဟုတ်ပါဘူး''တဲ့၊ ဒါ တပည့်တော် ကိုယ်တိုင်ကို ခဏခဏ အကြိမ်ကြိမ် ဝင်စားလို့ ဒီသမာဓိမျိုး ရခဲ့ပါတယ်လို့ ပြောတာနော်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဓမ္မပဒမှာ ရှင်သာရိပုတ္တရာကို 'အဿဒ္ဓေါ'တဲ့၊ သူတစ်ပါးစကားနဲ့ ယုံတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် မဟုတ်ဘူးလို့ ပြောတာ၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကိုယ်တိုင် သိတာကိုး၊ ကိုယ်တိုင်သိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က သူများစကား ယုံစရာ မလိုဘူး။

ဒါကြောင့်မို့ သဒ္ဓါဟာ ဒီလို အဆင့်နှစ်ဆင့် ရှိတယ်လို့ မှတ်ထားရမယ်၊ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု မတူဘူး၊ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် သဒ္ဓါချင်း မတူဘူး၊ အသိဉာဏ်ပါတဲ့ သဒ္ဓါ၊ အသိဉာဏ်မပါတဲ့ သဒ္ဓါ၊ ဒီလိုလည်း ခွဲရဦးမယ်နော်။

ပညာမဲ့ သဒ္ဓါ

အသိဉာဏ်မပါတဲ့ ''ပညာမဲ့ သဒ္ဓါ''ကျတော့ တလွဲ ရောက်သွားတတ်တယ်၊ ပညာနဲ့တွဲတဲ့ သဒ္ဓါကမှ တန်ဖိုးရှိတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ 'သဒ္ဓါကို ပညာစောင့်မှ လမ်းဖြောင့်မယ်'တဲ့၊ ပညာနဲ့ ထိန်းမပေးလို့ရှိရင် သဒ္ဓါက လမ်းချော်သွားနိုင်သေးတယ်၊ ဒါက **'ယုံတဲ့အပိုင်း'**။

စိတ်ကြည်မှု

'ကြည်တဲ့အပိုင်း'က သဒ္ဓါ ဖြစ်လာလို့ရှိရင် ကာမဂုဏ် အာရုံ ခံစားချင်တဲ့ စိတ်တွေ၊ မုန်းတီးတဲ့ စိတ်တွေ၊ ထိုင်းမှိုင်း

http://www.dhammadownload.com

တဲ့စိတ်တွေ၊ တွေဝေလွှင့်ပျံ့တဲ့ စိတ်တွေ၊ ဒါတွေ အကုန်လုံး ကင်းပြီး စိတ်ဟာ အညစ်အကြေး ကင်းပြီးတော့ ကြည်နေတယ်။

စိတ်ကြည်နေပြီဆိုရင် တရားပွဲသွား တရားနာဦးမှ ဆိုတဲ့ စိတ်လည်း ပေါ်တယ်နော်၊ စိတ်မကြည်တဲ့လူ ဒီစိတ် ပေါ်မှာ မဟုတ်ဘူးနော်၊ အိမ်ဦးဘုရားခန်းလေး ရှင်းပြီးတော့ ပန်းလေးတွေ လဲအုံးမှပဲ၊ ဘုရားဆွမ်းတော် တင်အုံးမှပဲ၊ ဘုရားရှိခိုးအုံးမှပဲ၊ ပုတီးစိပ်အုံးမှပဲ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း ထိုင်အုံးမှပဲဆိုတဲ့ စိတ်ကူးဟာ စိတ်ကြည်နေတဲ့အခါမှ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ သတိထားရမယ်။

အဲဒီလို မိမိသန္တာန်မှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုနဲ့ ပတ်သက်ပြီး စိတ်ကြည်နေတာဟာလည်း သဒ္ဓါလို့ အဲဒီလို မှတ်ရမယ်၊ စိတ်ကလေး ကြည်ရုံတင် မကဘူး၊ တစ်ခါတလေ စိတ်ကလေးက စွမ်းအားတွေ ပြည့်လာတယ်၊ တစ်စုံတစ်ခု လုပ်မယ်ဆိုရင် ရွတ်ရွတ် ချွံချွံ လုပ်တယ်၊ ဘယ်အရာပဲဖြစ်ဖြစ် ဆုံးဖြတ်ပြီးလို့ရှိရင် သဒ္ဓါ ဆိုတဲ့ စွမ်းအားလေးတွေ ရလာပြီဆိုလို့ရှိရင် ဟော လှူမှု၊ တန်းမှုမှာလည်း နောက်မတွန့်တော့ဘူး၊ သဒ္ဓါစွမ်းအား ပြင်းလာလို့ရှိရင် ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်ဖို့ရာလည်း နောက်မတွန့်ဘူး၊ ဒါ သဒ္ဓါရဲ့ စွမ်းအားပဲ၊ သဘာဝတစ်ခုမှာ စွမ်းအားတွေ ရှိတတ်တယ်။

အေး ဒါကြောင့်မို့ ဗုဒ္ဓတရားတော်အရ သောတာပန်ဖြစ်သွားပြီဆိုလို့ရှိရင် ဒီသဒ္ဓါဟာ perfect ဖြစ်သွားတယ်၊ ဘာလို့ တုံးဆိုတော့ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အမြင်မှားခြင်းဆိုတဲ့ ဒိဋ္ဌိနဲ့ သံသယဖြစ်ခြင်းဆိုတဲ့ **ဝိစိကိစ္ဆာ** လုံးဝ ရှင်းသွားပြီ မဟုတ်လား။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီတော့ သံသယဖြစ်တာနဲ့ မှားမှားယွင်းယွင်း မြင်တာ မရှိဘူး ဆိုရင် သူ့ရဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ဟာ တည်ငြိမ်သွားပြီပေါ့၊ ဒါကြောင့်မို့ သူ့ရဲ့သဒ္ဓါဟာ ခိုင်မြဲတဲ့ သဒ္ဓါလို့ ဆိုတယ်။

ကျန်တဲ့ ပုထုဇဉ်တွေရဲ့သဒ္ဓါဟာ မခိုင်မြဲသေးဘူး။ ပြောင်းလဲမှုတွေ များစွာ ဖြစ်နိုင်သေးတယ်။ သဒ္ဓါကို ထိန်းမယ့် ပညာကလည်း အားနည်းနေသေးတဲ့အတွက် ဟိုလူပြောရင် ဟုတ်နိုးနိုး၊ ဒီလူပြောရင် ဟုတ်နိုးနိုး၊ ဟိုဘာသာက ဟောရင် ဟုတ်သလိုလို၊ ဒီ ဘာသာက ဟောရင် ဟုတ်သလိုလို ဒါမျိုးတွေ ဖြစ်တယ်။

ခိုင်မာတဲ့ သဒ္ဓါ

အေး ဒါကြောင့်မို့ ဒီသဒ္ဓါကို ခိုင်မာအောင် လုပ်ဖို့လိုတယ်၊ သဒ္ဓါဟာ ခိုင်မာလာပြီဆိုရင် သူနဲ့ပတ်သက်လာတဲ့ စိတ်ထဲက အညစ်အကြေးတွေကို တွန်းထုတ်နိုင်ပါတယ်၊ အများကြီး တွန်းထုတ်နိုင်တယ်။ **ကာမစ္ဆန္ဒ**ဆိုတဲ့ လောဘတွေ၊ ဗျာပါဒ လို့ဆိုတဲ့ အလိုမကျတဲ့ ဒေါသတွေ၊ **ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ** ဆိုတဲ့ စိတ်လွင့်တာ, စိတ်ငြိမ်းချမ်းမှု မရှိတာတွေ စိတ်ပူပန်နေတာတွေ၊ **ထိနမိဒ္ဓ**လို့ ခေါ်တဲ့ စိတ်အားတွေ လျော့ကျသွားတာတွေ၊ လျော့ရဲ ထိုင်းမှိုင်းသွားတာတွေ၊ **ဝိစိကိစ္ဆာ**လို့ ခေါ်တဲ့ သံသယတွေ ဝင်နေတာတွေ၊ အဲဒါတွေကို သဒ္ဓါက ပယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်၊ သဒ္ဓါရဲ့ စွမ်းရည်နော်။

နောက် စိတ်ကို ပူပန်စေတတ်တဲ့ ကိလေသာတွေကိုလည်း ဟောဒီသဒ္ဓါက ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်၊ သဒ္ဓါတရား ရှိလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ လမ်းမှန်ကို ရောက်မယ်၊ မြတ်စွာဘုရား သခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကို သဟမ္ပတိဗြဟ္မာကြီးက နိဗ္ဗာန်တံခါးကြီး

http://www.dhammadownload.com

ဖွင့်တော်မူပါလို့ တောင်းပန်တဲ့အခါ ဘုရားက ငါ နိဗ္ဗာန်တံခါး ဖွင့်မယ်၊ ဒါပေမယ့် 'ပမုဉ္စန္တု သဒ္ဓံ' ငါ့အပေါ်မှာ ယုံကြည်ချက်တော့ ထားကြလို့ ဒီလို ဟောခဲ့တာ၊ ဘာဖြစ်လို့လဲ ဆိုလို့ရှိရင် မယုံကြည်ရင် နားထောင်မှာမှ မဟုတ်ဘဲကိုး။ ဒါကြောင့်မို့ နားထောင်ဖို့အတွက် ယုံကြည်မှုက အရေးပါတယ်၊ ဒီ သဒ္ဓါဟာ ကောင်းတဲ့စိတ်တွေနဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ဖြစ်တာမို့ အင်မတန်မှ တန်ဖိုးရှိတယ်။

ကြည်တာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ စကြဝတေးမင်းကြီးရဲ့ ပတ္တမြားရတနာ ထည့်လိုက်ရင် အနယ်တွေထိုင်ပြီး ရေကြည်သွားနိုင်တယ်၊ ထို့အတူပဲ လူရဲ့စိတ်ဟာ လောဘ,ဒေါသ,မောဟ ဆိုတဲ့ အနောက်တွေ ရှိနေသော်လည်း ဟောဒီ သဒ္ဓါဆိုတဲ့ သဘောတရားတစ်ခု စိတ်ထဲဝင်လာတာနဲ့ တပြိုင်နက် အနောက်တွေ အနယ်ထိုင်ပြီး ကြည်သွားတယ်လို့ ပြောတာနော်။

စိတ်ကြည်သွားပြီဆိုရင် ဘာလုပ်တုန်း။ ဒါနကောင်းမှုလုပ်တယ်၊ သီလဆောက်တည်တယ်၊ ဥပုသ်စောင့်တယ်၊ ဟော စိတ်ကြည်ရင် ကုသိုလ် လုပ်ဖို့အတွက် စိတ်အားတွေ တက်လာတယ်၊ ဒါ သဒ္ဓါရဲ့ စွမ်းဆောင်ချက်တွေပဲ၊ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ သဒ္ဓါဖြစ်လာပြီ ဆိုလို့ရှိရင် ဒီ အခြေအနေတွေ ပေါ်လာပြီလို့ ဒီလိုမှတ်နော်။

သဒ္ဓါရှိသူရဲ့ စိတ်ထား

အေး ကောင်းပြီ၊ သဒ္ဓါရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့လုပ်ဆောင်ချက်တွေက ဘာတွေရှိလဲလို့ဆိုတော့ သဒ္ဓါတရားစွမ်းအား ထက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ (အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောထား

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊) "**ဒဿနကာမော သီလဝတံ**" သီလရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ဖူးချင်တယ်၊ တွေ့ချင်တယ်၊ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ ဆုံစည်းချင်တယ်၊ သဒ္ဓါရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြင့် အကျင့်ကောင်းတယ်၊ ဘယ်ဆရာတော်ကြီးဖြင့် အကျင့်ကောင်းတယ်၊ သီလရှိလို့ ကြည်ညိုစရာ ကောင်းတယ်၊ အကျင့် အနေအထိုင်ကောင်းတယ် ဆိုတာမျိုး သွားဖူးတွေ့ချင်တယ်၊ လူပုဂ္ဂိုလ်တွေထဲကလည်း ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းတဲ့သူဆိုရင် တွေ့ချင်တယ်နော်၊ အရပ်ထဲမှာ ဒီလူကတော့ သိပ်တော်တာပဲ၊ အနေအထိုင် ကောင်းတယ်၊ အသောက်အစား ကင်းတယ်၊ ကိုယ်ကျင့်တရား အင်မတန် ကောင်းတယ်၊ လိမ်တာညာတာ မရှိဘူး၊ အပျော်အပါး မရှိဘူးဆို "တော်လိုက်တာ၊ တွေ့ချင်တယ်"ဆိုတာ၊ သဒ္ဓါရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စိတ်နေစိတ်ထား တစ်ခုပါပဲ။

"**သဒ္ဓမ္မံ သောတု မိစ္ဆတိ**"သူတော်ကောင်းတရား ဆိုရင် နာချင်တယ်၊ ဘယ်နေရာဖြစ်ဖြစ် တရားပွဲ ရှိတယ်ဆိုရင် သွားနာချင်တယ်၊ တကယ့်ကို အစစ်အမှန် တရားမွေတွေကို သူက နာယူချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်တယ်။

"**ဝိနယေ မစ္ဆေရမလံ**" နှမြော ဝန်တိုခြင်းဆိုတာ လုံးဝ သူ့ဆီမှာ မရှိဘူး၊ စိတ်က ပေးဖို့ ကမ်းဖို့ပဲ၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ်တတ်နိုင်တဲ့ အတိုင်းအတာအတွင်းက ပေးဖို့ ကမ်းဖို့ အသင့်ဖြစ်နေတယ်၊ တချို့က ရှိလည်း ပေးချင်မှ ပေးတာလေ၊ မရှိလို့ မပေးတာက တခြားလေ၊ 'မစ္ဆရိယ'ဆိုတာ နေရာတကာရှိတာ၊ မီးဖိုချောင်ထဲမှာ ပိုဖြစ်တတ်တယ်၊ မီးဖိုချောင်ထဲမှာဆိုရင် ဟင်းကောင်းလေးချက်ရင် ဘေးမှာထားပြီးတော့ ဒါ ငါ့အတွက်ဆို

http://www.dhammadownload.com

သူများကို မပေးချင်တာမျိုးလည်း ဖြစ်တတ်သေးတယ်၊ အဲဒီတော့ မစ္ဆရိယဆိုတာက လွယ်လွယ်လေးနဲ့ ဖြစ်တာနော်၊ မစ္ဆရိယဆိုတဲ့ အညစ်အကြေး ကင်းတဲ့သူမှာ သူ့ဖို့ ငါ့ဖို့ဆိုတာ မရှိဘူး၊ အတူတူပဲ ခွဲဝေခြင်း မရှိဘူး၊ ဒါကတော့ ဘယ်သူ့အတွက်၊ ဒါက ဘယ်သူ့ အတွက်၊ ဒီလို မထားဘူး၊ အကုန်လုံးပဲ ညီတူညီမျှ ဒီလိုဟာမျိုး ရှိတယ်၊ ခွဲခြမ်း ခွဲခြမ်း မရှိဘူး၊ ခွဲခြမ်း ခွဲခြမ်း လုပ်လာရင်တော့ အဲဒါ မစ္ဆရိယ ရှိနေပြီနော်၊ ဒီလို မှတ်ရမယ်။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောပြီဆိုရင်လည်း ကြည့်၊ မစ္ဆရိယဝင်လာပြီဆိုရင် အကောင်း မပြောနိုင်ဘူး၊ ဟိုလူ တစ်ယောက်က တော်လိုက်တာလို့ ပြောလို့ရှိရင် 'ဟုတ်ပါတယ်၊ ဒါပေမယ့်' ဆိုပြီး အပြစ်ပြောတတ်တယ်၊ အဲဒါ မစ္ဆရိယ အခြေခံပြီး ပြောတာလို့ မှတ်ပေတော့နော်၊ 'ဒါပေမယ့်–' တက်လာတာနဲ့ တပြိုင်နက် စိတ်အညစ်အကြေး တစ်ခုခုတော့ လာပြီနော်၊ အဲဒီလို ဖြစ်တတ်တယ်တဲ့။

နောက် အရှင်အာနန္ဒာတို့ကျတော့ ဘယ်လောက်တောင် ပြောတုန်းဆိုရင် ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်တဲ့နေရာမှာတောင် ဝေယျာဝစ္စ လုပ်ကြတဲ့အခါ မစ္ဆရိယ ရှိလာပြီဆိုရင် သူက ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှာလာတာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှာပြီးတော့ နည်း နည်း သက်သာတဲ့အလုပ်ကို ရွေးလုပ်လာတယ်၊ အဲဒါ ကိုယ်ရဲ့ ချမ်းသာမှုမှာ မစ္ဆရိယဖြစ်တယ်လို့ ခေါ်တာ၊ **ကာယမစ္ဆေရ ဂရုနော–** ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှာလိုက်တာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညှာလိုက် တော့ လုပ်ရမယ့် လုပ်နိုင်တဲ့ အလုပ်ကို မလုပ်တော့ဘူး၊ တရား အားထုတ်လို့ရှိရင် 'သိပ်ပင်ပင်ပန်းပန်း အားမထုတ်နဲ့ ကျန်းမာရေး

http://www.dhammadownload.com

ထိနိုက်လိမ့်မယ်'ဆိုပြီး ညှာလိုက်တာ၊ အဲဒါလည်း မစ္ဆရိယ သဘောပဲတဲ့။

ဘာသာခြားတို့ရဲ့ ယုံကြည်မှု

အေး ကောင်းပြီ၊ အဲဒီ အညစ်အကြေးတွေ အားလုံးကို သဒ္ဓါ စွမ်းအားကြီးမား လာပြီဆိုလို့ရှိရင် ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်လို့ ဟောထားတယ်နော်၊ စိတ်အညစ်အကြေးတွေ လုံးဝ ပျောက်ကွယ် သွားနိုင်တယ်။

သဒ္ဓါက ဆုံးဖြတ်ချက်ဟာ ရဲရင့်စေတယ်၊ ဒါနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အဋ္ဌကထာက ဆွေးနွေးထားတာလေး တစ်ပုဒ်ရှိတယ်၊ ယုံကြည် တယ်ဆိုတာနဲ့, ယုံတယ်ဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်လာတယ်၊ 'ဘာသာ ခြားတွေကော သူတို့ဘုရား သူတို့မယုံဘူးလား'လို့ မေးစရာ ရှိတယ်၊ 'အဲဒါကို သဒ္ဓါလို့ ခေါ်နိုင်မလား'တဲ့၊ ရှင်မဟာ ဗုဒ္ဓဃောသကတော့ ဒီသဒ္ဓါဆိုတဲ့ စကားလုံးမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ သုံးတာ အကောင်းဘက်ပဲ သုံးတယ်၊ အဆိုးဘက် မသုံးဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစုများလို့ ပြောထားတာနော်၊ မှားမှားယွင်းယွင်း ယုံကြည်တာမျိုးကို သဒ္ဓါလို့ မခေါ်ဘူးတဲ့၊ ဒါကြောင့်မို့ မမှန်ကန်တဲ့ အရာကို မှန်ကန်တယ်လို့ ထင်တယ်။

ဆိုပါစို့၊ ကိုယ့်ကို တန်ခိုးရှင်က မဖန်ဆင်းဘဲနဲ့ ဖန်ဆင်း တယ်လို့ ထင်တာ အမှန်လား၊ အမှားလား၊ အဲဒီ အမှားမျိုးကို လက်ခံတာကျတော့ ဒါ သဒ္ဓါလို့ မခေါ်ဘူးတဲ့၊ ဒါက သက်သက် စဉ်းစားဉာဏ် ကင်းမဲ့တာပဲလို့ ဒီလို ပြောတယ်၊ သဒ္ဓါဆိုတာ အဲဒီဟာမျိုးမဟုတ်ဘူးတဲ့ ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ နေရာမှာ ယုံကြည်

http://www.dhammadownload.com

တာမျိုးကို သဒ္ဓါလို့ သုံးရတယ်၊ ဒါက အဋ္ဌကထာဆရာရဲ့ ဆွေးနွေးချက်နော်။

နောက်တစ်မျိုး စဉ်းစားကြည့်မယ်ဆိုရင် ယုံကြည်တာတွေဟာ ပညာနဲ့ ယုံကြည်တာ ရှိတယ်၊ ပညာမဲ့ ယုံကြည်တာ ရှိတယ်၊ အဲဒီတော့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတဲ့ သဒ္ဓါဆိုတာ ပညာနဲ့ အထိန်းပါတဲ့ အသိဉာဏ်နဲ့ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါလို့ ဒီလို ယူမယ်ဆိုရင် "ယုံတာတွေဟာ သဒ္ဓါတော့ သဒ္ဓါပဲ၊ သို့သော် ပညာမဲ့သွားရင် လမ်းချော်သွားနိုင်တယ်"လို့ ဒီလိုမှတ်ရမယ်နော်။

သတိ

နောက်တစ်ခုက သတိတဲ့၊ လူတိုင်းလူတိုင်း ပြောနေတာ 'သတိထား'လို့၊ သတိဆိုတာ လူတွေရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်တာ၊ အဘိဓမ္မာတရားတော်အရ သတိဆိုတာ သောဘဏလို့ ခေါ်ထားတဲ့အခါကျတော့ ကောင်းတာတွေကို အမှတ်ရတာကိုမှ 'သတိ'လို့ ပြောရမယ်၊ အရပ်ထဲမှာ ပြောနေကြတဲ့ သတိတွေဟာ တစ်ချို့က ဒီသတိ မဟုတ်ဘူးလို့ ပြောရမယ်။

ခိုးဝှက်မယ့် သူကလည်းပဲ သူလည်း သတိရှိနေတာပဲလေ၊ ဘယ်အချိန် ဘယ်နား ဘာထားတယ်ဆိုတာ သူ သတိထားရတာပဲ၊ သူလည်း သတိရှိတာပဲ၊ အဲဒီ သတိမျိုးကို သုတ္တန်မှာတော့ မိစ္ဆာသတိလို့ ခေါ်တယ်၊ မိစ္ဆာသတိဆိုတာ ဒီသတိ စေတသိက်ကို ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီသတိက အကောင်းဘက်မှာသာ သုံးတဲ့ စကားလုံးပါလို့ မှတ်ရမယ်နော်။

လူ့ရဲ့ဝေါဟာရ အသုံးနှုန်းတွေဟာ define လုပ်ထားတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ကန့်သတ်ချက်ရှိရမယ်၊ ဘယ်ဘာသာ စကားပဲဖြစ်ဖြစ် ဒါ အတူတူပဲ၊ ပါဠိမှ မဟုတ်ဘူး။ မြန်မာစကားမှာလည်း အကန့် အသတ် ရှိတာပဲလေ၊ သေချာ စဉ်းစားကြည့်ရင် မြန်မာစကား မှာလည်းပဲ ပြောတဲ့အတိုင်း အကုန်ယူရတာမှ မဟုတ်ဘဲ၊ ဒီနေရာ ဒါသုံးတယ်ဆိုတာ မှတ်ထားရမယ်၊ ဒိပြင်နေရာ သုံးလို့ ဖြစ်နိုင် တာမှ မဟုတ်ဘဲနော်၊ ဒီမှာလည်း သတိဆိုတာ အကောင်းဘက်ပဲ ယူတယ်။

သတိထားမှုနှင့် မှတ်မိမှု

သတိဟာ ၂–မျိုးလို့ မှတ်ထားရမယ်၊ သူ့ရဲ့ အသွင် အပြင် လက္ခဏာဆောင်ရွက်မှု ၂–မျိုးရှိတယ်၊ တစ်ခုက ဘာ တုံး ဆိုရင် အာရုံပေါ် စိတ်စိုက်နေမှု၊ နောက်တစ်ခုက အမှတ်ရမှု၊ မှတ်မိမှု။

'ဟို လွန်ခဲ့တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို မှတ်မိတယ်'၊ အဲဒါ သတိရဲ့ စွမ်းဆောင်ချက် တစ်ခုပဲ၊ 'အခု လောလောဆယ် ဘာလုပ်နေတယ်ဆိုတာ သတိထားနေတယ်'၊ ဟော သတိထား နေတယ်ဆိုတာ တစ်ခု၊ အမှတ်ရနေတယ်ဆိုတာ တစ်ခု၊ အဲဒီ ၂–ခုစလုံးဟာ သတိနဲ့ဆိုင်တဲ့ အရာတွေချည်းပဲလို့ မှတ်ရမယ်။

ဒါကြောင့်မို့ အင်္ဂလိပ်လို ပြန်တဲ့အခါကျတော့ mind ful ness လို့ ပြန်တယ်၊ mind ful ness ဆိုတာ အခုလောလော ဆယ် လုပ်နေတဲ့ ကိစ္စနဲ့သာ ဆိုင်တာ၊ မနေ့စ်ကကိစ္စ မှတ်မိ တာ၊ mind ful ness မဟုတ်ဘူး။ အဲဒါကျတော့ မှတ်မိတာ၊ rememberanceလို့ ဖြစ်ရမယ်ပေါ့၊ စာပေမှာ သတိကို ဒီလို

http://www.dhammadownload.com

၂-မျိုးခွဲထားတာကို သိထားဖို့ လိုတယ်၊ သတိဆိုတာ ယခု လုပ်နေတဲ့ ကိစ္စတွေအပေါ် စိတ်စိုက်နေတာ၊ သတိထားနေတာ၊ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်းများစွာက ပြောခဲ့တာတွေ၊ လုပ်ခဲ့တာတွေကို အမှတ်ရတာတဲ့၊ ဟော နှစ်ခု ဟောထားတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ သတိဆိုတာ တချို့က ငယ်ငယ်လေးထဲက မှတ်မိတယ်၊ ကိုယ်ဟာကိုယ် ပြန်ပြီးတော့ အဖြေထုတ်ကြည့် လူ့ဘဝ ရောက်လာတဲ့ အခါကစပြီး ကိုယ့်ဘဝကိုယ် အောက်မေ့ ကြည့်၊ ဘယ်အရွယ်ကဟာကို မှတ်မိသလဲ၊ ဘယ်အရွယ်က စပြီးတော့ ကိုယ်အသိတရား ဝင်လာသလဲ၊ မှတ်မိတဲ့စိတ် ဝင်လာ သလဲဆိုတာ သတိထားမိလား။

ဘုန်းကြီးတော့ မှတ်မှတ်ရရ ၅-နှစ်အရွယ်လောက်မှ မှတ်မိ တယ်၊ အရှေ့ပိုင်းကဟာတွေ တယ် မမှတ်မိတော့ဘူး။ ဒုတိယ ကမ္ဘာစစ်ကြီး ဖြစ်နေတဲ့အခါ ကျွဲညီနောင်ဆိုတဲ့ လေယာဉ်ပျံကြီး နှစ်စင်းဟာ 'ဒက် ဒက် ဒက် ဒက်'နဲ့ လျှောက်ပြီးတော့ စက်သေနတ်တွေနဲ့ ရမ်းတာ မှတ်မိတယ်၊ အဲဒီအချိန် ပြန်တွက် မယ်ဆိုရင်တော့ ၄-နှစ်၊ ၅-နှစ်သားပဲ ရှိသေးတယ်နော်၊ တောထဲ မှာ ပုန်းရတာတွေ မှတ်မိတယ်၊ ဒါက မှတ်မိတာလေးတွေ ပြန်ပြီးတော့ ပြောတာနော်။

အဋ္ဌကထာထဲမှာ မှတ်တမ်းတင်ထားတဲ့ ဆရာတော်ကြီး တစ်ပါးကတော့ 'သူက ဖွားပြီးတဲ့နောက်မှာ ၉-ရက်သား အရွယ်မှာ သူ့မိခင်က ကုန်းပြီး နမ်းလိုက်တဲ့အခါ ဆံထုံးနဲ့ ပန်းကုံးကြီး သူ့ရင်ဘက်ပေါ် ပြုတ်ကျတာ မှတ်မိတယ်'တဲ့၊ အဲဒီလောက်က စပြီးတော့ သူ မှတ်မိတယ်တဲ့။

http://www.dhammadownload.com

ကဲ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကိုယ့်ဘဝ ဘယ်အချိန်က မှတ်မိလဲဆိုတာလေးတွေကို ရှာကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် တူကြမယ် မထင်ဘူးနော်၊ အဲဒီတော့ သတိစွမ်းအားချင်းဟာ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မတူကြဘူး။

သတိနှင့် သညာ

အဲဒီသတိက သညာနဲ့ တွဲထားတာ၊ "**ထိရသည ပဒဋ္ဌာနာ**" ခိုင်မြဲတဲ့သညာက သတိကို စွမ်းအားထက်စေတယ်၊ ဒါကြောင့် သညာနဲ့ တွဲရတယ်၊ သတိဆိုတာ ကောင်းတဲ့ဘက်မှာ အသုံးပြုရတယ်၊ သတိဆိုတာ အရေးပါတဲ့အရာ ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် မဂ္ဂင် ၈–ပါးထဲမှာလည်း သတိပါတယ်၊ ဗောဇ္ဈင် ၇–ပါးထဲမှာလည်း သတိပါတယ်၊ သတိဆိုတာ အမြဲတမ်း လိုအပ်တယ်တဲ့၊ သတိမလိုအပ်တဲ့ အခါရယ်လို့ မရှိဘူး၊ ပညာဖြစ်ဖို့ဆိုတာ သတိမပါရင် လုံးဝ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

သို့သော် **သတိရဲ့စွမ်းဆောင်ချက်သည် အာရုံပေါ်မှာ စိတ်စိုက်ထားရုံမျှသာ** ဖြစ်တယ်၊ သတိက သိနိုင်စွမ်းတော့ မရှိဘူး၊ **သိတာက ပညာ**ပဲ၊ ပူးပေါင်းပြီး အလုပ် လုပ်တဲ့သဘောပေါ့၊ မျက်စိက ကြည့်ပေးတယ်၊ ခြေထောက်က လမ်းလျှောက်တယ်ဆိုတာလိုပဲ၊ စာအုပ်တစ်အုပ် ဖတ်တော့မယ်ဆိုရင် လက်က စာအုပ်ကို ဖွင့်ပေးတယ်၊ မျက်စိက စာအုပ်မှ မဖွင့်နိုင်ဘဲ၊ သူက ကြည့်ရုံ ကြည့်နိုင်တာ၊ မျက်စိနဲ့ လက်နဲ့ ပေါင်း ပြီးတော့ စာအုပ်ဖတ်လို့ ရတာပေါ့၊ အဲဒီသဘောပဲ။

သတိနှင့် ပညာ

သတိနဲ့ပညာ ပေါင်းပြီးတော့မှ သတိက မှတ်ချက်ကလေး

http://www.dhammadownload.com

တွေ ပေးတာကို ပညာက သိရတာ၊ သတိက မှတ်မပေးလို့ ရှိရင် ပညာက မသိနိုင်ဘူး။ ဒီလိုပဲ ပူပေါင်း ဆောင်ရွက်မှုသဘော လေး။ သတိဟာ အရေးပါတဲ့ သဘာဝတရားတစ်ခု ဖြစ်တယ်၊ သူက တိုးတက် ကြီးထွားလာအောင် လုပ်လို့ရတယ်၊ သူ တိုး တက် ကြီးထွားလာလေလေ အကုသိုလ်တရားတွေ နည်းလေလေ ပေါ့၊ သူ့ကို တိုးတက်ကြီးထွားအောင် လုပ်တဲ့နည်းတွေ မြတ်စွာ ဘုရားက မဟာသတိပဋ္ဌာန်သုတ်မှာ ဟောထားတယ်လေ၊ **ကာယ** ဆိုတဲ့ အာရုံပေါ်မှာ၊ **ဝေဒနာ**ဆိုတဲ့အတွေ့အကြုံပေါ်မှာ၊ **စိတ္တ** လို့ဆိုတဲ့ စိတ်သဘော တွေပေါ်မှာ၊ **ဓမ္မ**လို့ဆိုတဲ့ ကျန်တဲ့အနေ အထားတွေပေါ်မှာ သတိကို မွေးမြူ လေ့ကျင့်ပေးရမယ်၊ သတိကို တည်ဆောက်ပြီးတော့ ပေးရမယ်။

"စားရင် စားတယ်လို့ မှတ်၊ သွားရင် သွားတယ်လို့ မှတ်'ဆိုတာ သတိကို မွေးမြူနေတာ၊ လေ့ကျင့်ပေးနေတာ၊ အလကား မှတ်ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူးနော်၊ ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ဘယ်လောက်ထိ သတိ ကင်းနေသလဲဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်၊ တစ်ယောက်တည်း ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ထိုင်နေလို့ရှိရင် စိတ်က ငါ ထိုင်နေတာပါလားလို့ မသိဘူး၊ တခြား တွေးနေတာပဲလေ၊ စိတ်က ဟိုးအတိတ်ရောက်ချင် ရောက်နေမယ်၊ နောက်တစ်ရက် အတွက် ရောက်ချင်ရောက်နေမယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘာလုပ်နေ တယ်ဆိုတာ စိတ်စိုက်မိတာ အင်မတန် ရှားတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ ရိပ်သာတွေမှာ သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်ကို ပြတဲ့ အခါမှာ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေ အားလုံးကို မှတ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ၊ 'မှတ်ပါ မှတ်ပါ'ဆိုတာ သတိ မွေးမြူပေးတာပဲ၊

http://www.dhammadownload.com

လုံလောက်တဲ့ သတိတစ်ခု ရလာလို့ရှိရင် သတိ အခြေခံနဲ့ နောက်က ပညာဉာဏ် လိုက်လာတယ်နော်၊ ဒါကြောင့်မို့ သတိဟာ အင်မတန် အရေးပါတဲ့ စိတ်ဖြူစင်မှုအတွက် အရေးပါတဲ့ အင်အားစုထဲမှာ အရေးပါဆုံး အရာတစ်ခုလို့ မှတ်ရမယ်၊ ဘုရားက **"သတိ စ ခွါဟံ သဗ္ဗတ္ထိကံ ဝဒါမိ"** သဗ္ဗတ္ထိက– အချိန်မရွေး လိုအပ်တာတော့ သတိပဲ၊ ခုန သဒ္ဓါဆိုတာ အချိန်မရွေး လိုအပ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ သတိက အချိန်မရွေး လိုအပ်တယ်။

ဟိရီ ဩတ္တပ္ပ

နောက်တစ်ခုက ဟိရီ ဩတ္တပ္ပ၊ **'ဟိရီ'**ဆိုတာ ရှက်တာ၊ စက်ဆုပ်တာ၊ 'ဩတ္တပ္ပ'ဆိုတာ ကြောက်လန့်တာ၊ ရှက်တယ် စက်ဆုပ်တယ်ဆိုတာ ဘာကို ပြောတာတုန်းဆိုရင် မဟုတ်တာ လုပ်ရမှာ ရှက်တယ်၊ လိမ်ပြောရမှာ ရှက်တယ်၊ မကောင်းတာ လုပ်ရမှာ ရှက်တယ်၊ လူ ရှိရှိ မရှိရှိ ရှက်တဲ့လူက ရှက်တာပဲ၊ **ဟိရီ**ဆိုတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရှက်တာ၊ ကိုယ်သိက္ခာကို လုံအောင် ထိန်းတယ်၊ မဟုတ်တာ လုပ်ရမှာ သိပ်ရှက်တယ်၊ မတော်တဆ လိမ်မိပြီးရင် 'ဩော်– ငါ လိမ်ထားတာပါလား'လို့ ရှက်လို့ မဆုံးဘူး၊ ဟိရီ မရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ရှက်ကို မရှက်ဘူးလေ၊ မျက်နှာပြောင် တိုက်တယ်၊ အဲဒါကျတော့ အဟိရိကလို့ ခေါ်တယ်။

ဒါကြောင့် ဟိရီဆိုတာ ရှက်တာ၊ ရှက်တယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ကိုယ်ရဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာကို ထိန်းတာလို့ ပြောတာနော်၊ ငါလို လူက မဟုတ်တာ မလုပ်ဘူးဆိုပြီး ကိုယ့်ရဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာကို

http://www.dhammadownload.com

ထိန်းတယ်၊ ကိုယ့် အရည်အသွေးကို ကိုယ် အားကိုးတယ်။

ဩတ္တပ္ပဆိုတာ မကောင်းတာလုပ်ဖို့ဟာအတွက် လန့်တယ်၊ ကြောက်တယ်၊ သူ့ကျတော့ ဘာကို တွေးပြီး စိတ်ထိန်းတာတုန်းဆိုတော့ ကိုယ့်ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်၊ ကိုယ့်ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကသိမှာ သူကြောက်တယ်၊ ကိုယ့်ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ရှေ့မှာ မျက်နှာမပြရဲမှာ ကြောက်တယ်၊ "ငါ ဒါတွေ လုပ်လို့ရှိရင် ငါ့အမေ ထိခိုက်မယ်၊ အဖေကို ထိခိုက်တယ်၊ ငါ့အမျိုးတွေ ထိခိုက်မယ်၊ ငါ့ပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက်မယ်"ပေါ့၊ သူက ဒီလို စဉ်းစားတာ။

ဟိရီကတော့ ဒီလို မဟုတ်ဘူး။ "အို ငါ့အရည်အချင်းတွေ ထိခိုက်လိမ့်မယ်၊ ငါလို လူတော်လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ရဲ့သားနဲ့ အကုသိုလ်တွေလုပ်ရင် ငါ့ဂုဏ်ကို ထိခိုက်လိမ့်မယ်" လို့ တွေးတယ်၊ ဩတ္တပ္ပကတော့ "ငါ့ပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက်လိမ့်မယ်"လို့ တွေးတယ်၊ အဲဒီလို ဟိရီနဲ့ ဩတ္တပ္ပဟာ အတွေးချင်းသာ ကွာတယ်၊ အကုသိုလ်က ရှောင်တာချင်းကျတော့ အတူတူပဲ၊ ဟိရီနဲ့ ဩတ္တပ္ပဟာ သိပ်အရေးကြီးတယ်။

လောကပါလတရား

မြတ်စွာဘုရားက လောကပါလတရားလို့ ဒီတရား ၂-ပါးကို ဟောတယ်၊ ဟိရီဩတ္တပ္ပက လူ့လောကကြီးကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက် ပေးထားတာတဲ့၊ လူ့လောကမှာ ဟိရီ,ဩတ္တပ္ပ မရှိတော့ဘူးဆိုရင် လူ့လောကကြီးဟာ တိရစ္ဆာန်လောကကြီးနဲ့ ရောထွေးသွားမယ်တဲ့၊ လူတွေက တိရစ္ဆာန်ထက် အဆင့်အတန်းမြင့်နေတာ ဟိရီ ဩတ္တပ္ပကြောင့်လို့ ပြောတာ၊ လူတွေဟာ

http://www.dhammadownload.com

နေရာတိုင်းမှာ အဆင့်မြင့်တယ်ချည်း မထင်နဲ့နော်၊ ငါးနဲ့ ရေပြိုင်ကူးရင် ဘယ်သူ ရှုံးမယ်ထင်တုန်း၊ လူတွေ ရှုံးတယ်၊ ငှက်နဲ့ ကောင်းကင်ပျံ ပြိုင်မယ်ဆိုရင် လူ နိုင်ပါ့မလား၊ လူတွေ အများကြီး ရှုံးတယ်၊ ဆင်တွေနဲ့ ပြိုင်ပြီးတော့ အားစမ်းကြမယ်ဆိုရင် ဘယ်သူ ရှုံးမလဲ၊ လူပဲ ရှုံးမှာပဲ၊ ဆင်လောက်လည်း အားမကောင်းဘူးနော်၊ တိရစ္ဆာန်တွေလောက်လည်း အပြေးမသန်ဘူး၊ ငါးတွေလောက်လည်း ရေမကူးနိုင်ဘူး၊ ဘယ်ပြိုင်ကူးနိုင်မလဲ၊ လူချင်းသာ ပြိုင်လို့ရတာ။

အခြား စွမ်းရည်သတ္တိတွေ ကြည့်လိုက်မယ် ဆိုလို့ရှိရင် လူရဲ့ အမြင်ကလည်း လင်းယုန်ငှက်ရဲ့ မျက်လုံးလောက် မစူးရှဘူး၊ လင်းယုန်ဆိုတာ ဟိုအမြင့်ကြီးက ကြည့်လို့ရှိရင် မြက်ကလေးတွေကြားမှာ မြွေသွားနေတာတို့ ကြွက်ကလေးတွေ သွားနေတာတို့ မြင်ရတယ်၊ သူ့မျက်လုံးက လူ့မျက်လုံးထက် သာတယ်၊ အဲဒီတော့ ဒီပြင် အတိုင်းအတာတွေအရဆိုရင် သူက ပိုသာတယ်၊ အနံ့ခံဆိုရင် လူရဲ့နှာခေါင်းက ပုရွက်ဆိတ် နှာခေါင်းလောက်တောင် အဆင်မပြေဘူးနော်၊ သူတို့က အကုန်သိတယ်၊ ဘာပဲ ထားထား ရောက်လာပြီ၊ အဲဒီတော့ စွမ်းရည် သတ္တိချင်း ပြိုင်ကြမယ်ဟော့ သာမန်သတ္တိ ပြိုင်မယ်ဆိုရင် လူက တိရစ္ဆာန်တွေကို ရှုံးနေတာ အများကြီးပဲ၊ စဉ်းစားကြည့်။

အဲဒီတော့ လူက သူတို့ထက် သာတာတစ်ခုက ဘာတုံး ဆိုလို့ရှိရင် အသိဉာဏ်ပဲ၊ အသိဉာဏ် ရှိသည့်အတွက်ကြောင့် တိရစ္ဆာန်တွေ အားလုံးအပေါ်မှာ လွှမ်းတက်သွားတယ်၊ လောကီလိုပြောရင်တော့ brain ပေါ့၊ ဦးနှောက်သာတာ၊ အဲဒီထက်

http://www.dhammadownload.com

နောက်တစ်ခု တော်တာက အဲဒီ ဟိရီ,ဩတ္တပ္ပ၊ ဟိရီ,ဩတ္တပ္ပ ရှိသည့်အတွက်ကြောင့် လူဟာ ဂုဏ်သိက္ခာ အပြည့်ရှိတယ်၊ ဟိရီ,ဩတ္တပ္ပ မရှိရင် ဂုဏ်သိက္ခာမဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သွားမယ်။

ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက '**လောကပါလ**' လို့ လောကကြီးကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်နေတဲ့ တရားတဲ့၊ နောက်ပြီးတော့ **သုက္ကဓမ္မ**–လူတွေရဲ့ ဖြူစင်တဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ ရနေဖို့ အတွက် ဖြူစင်စေတဲ့ တရားလို့လည်း ဟောတယ်၊ နောက်တစ်ခုက '**ဒေဝဓမ္မ**'တရား လို့လည်း ဟောတယ်။

ဒေဝဓမ္မ

ဒေဝဓမ္မဆိုတာ နတ်တွေက တန်ဖိုးထားတဲ့တရား။ နတ်လို့ ဆိုတဲ့နေရာမှာ ဒေဝ ၃–မျိုးရှိတယ်၊ တိုင်းပြည်အုပ်ချုပ် မင်းလုပ်တဲ့ မင်းမျိုးတွေကို **သမ္မုတိဒေဝ**၊ သူတို့လည်း ဟိရီ ဩတ္တပ္ပ တရား ရှိရတယ်၊ တိုင်းပြည်အုပ်ချုပ်တဲ့သူက ဟိရီ,ဩတ္တပ္ပ မရှိလို့ မရဘူးနော်၊ နောက်တစ်ခါ **ဥပပတ္တိဒေဝ**တဲ့၊ တကယ့်ကို နတ်ဘဝရောက်သွားတဲ့ နတ်တွေကလည်း ဒီ ဟိရီ,ဩတ္တပ္ပ ရှိတယ်၊ နောက် **ဝိသုဒ္ဓိဒေဝ** ဆိုတဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တွေ။ စင်ကြယ်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း ဟိရီ,ဩတ္တပ္ပကို တန်ဖိုးထားတာပဲ။

ဒေဝဓမ္မဇာတ်

ငါးရာ့ငါးဆယ်ဇာတ်ထဲမှာ ဒေဝဓမ္မဇာတ်ဆိုတာ ရှိတယ်၊ ဟိရီ,ဩတ္တပ္ပကို '**ဒေဝဓမ္မ**–နတ်တို့ တန်ဖိုးထားတဲ့တရားလို့ ဒီလို နာမည်ပေးထားတယ်၊ အဲဒီ ဇာတ်လမ်းလေးကလည်း စိတ်ဝင်စား

http://www.dhammadownload.com

စရာ ကောင်းတယ်၊ ဘုရားအလောင်းက အဲဒီတုန်းက မဟိံသာသ ကုမာရလို့ ခေါ်တယ်၊ သူ့ရဲ့ ညီငယ် ၂–ယောက်မှာ တစ်ယောက် က စန္ဒကုမာရ, တစ်ယောက်က သူရိယကုမာရဆိုပြီး ညီအစ်ကို ၃–ယောက်၊ အကြောင်းတစ်ခုကြောင့် တောထဲ ရောက်သွား ကြတယ်၊ တောထဲရောက်တဲ့ အခါကျတော့ မောမော ပန်းပန်းနဲ့ ရေသောက်ချင်တာ တောထဲ အိုင်တွေမှာ ရေရှာခိုင်းတာပေါ့၊ အငယ်ဆုံး သူရိယကုမာရကို လွှတ်လိုက်တယ်၊ "ကဲ သွား၊ မင်းလည်း ရေသောက်၊ တို့ အတွက်လည်း ရေခပ်ခဲ့"ဆိုပြီးတော့ ရေသွားရှာခိုင်းတာ။

တောထဲဆိုတာက အလွန် အန္တရာယ်များတာ၊ ရေကန် ကြီးတစ်ခု တွေ့တယ်၊ အို ရေတွေက ကြည်စိမ်းနေတာပဲ၊ သူရိယ ကုမာရဆိုတာ လူကလည်း ခပ်ငယ်ငယ်၊ ဆင်ခြင်ဉာဏ်ကလည်း သိပ်မရှိဘူး၊ ရေမြင်လိုက်တာနဲ့ မောမောပန်းပန်း အိုက်တာနဲ့ ရေကန်ထဲကို ဆင်းဖို့ ကြိုးစားတာ၊ ရေကန်ထဲလည်း ဆင်းလိုက် ရော လက်မည်းကြီးနဲ့ ဖမ်းဆွဲထားလိုက်တာ၊ ဘီလူးလက်ထဲ ရောက်သွားတာ၊ အဲဒီရေကန်ကြီးက ရက္ခသစောင့်ရှောက်တဲ့ ရေကန်ကြီး ဖြစ်တယ်၊ ဗမာတွေက ရက္ခိုုသ်လို့ ခေါ်တယ်၊ ရက္ခိုုသ်ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်က ရက္ခိတ္ဝာ အသတိ စောင့်ပြီး စားတာ၊ ဒီနေရာမှာ ဘီလူးက စောင့်နေတာ၊ စောင့်နေပြီး ဒီထဲဝင်လာ ရင်တော့ ဖမ်းစားတာ၊ ပင့်ကူလိုပဲ ဘီလူးက အဲဒီမင်းသားလေးကို ဖမ်းထားလိုက်ရော၊ သူ့ရေကန်ထဲ ဆင်းတဲ့လူကို သူက ဖမ်းခွင့် ရှိတယ်။

ဖမ်းပြီးတော့ သူစားနိုင်ခွင့်က ဘာတုန်းဆိုရင် သူ့မေးခွန်း

http://www.dhammadownload.com

ကို ဖြေရမယ်၊ သူက ဘာမေးတုန်းဆိုတော့ "မင်း ဒေဝဓမ္မဆိုတာ သိလား"ဆိုတဲ့ မေးခွန်းကို မေးတာ၊ ဒေဝဓမ္မဆိုတာ ဘာလဲ၊ နတ်တွေ တန်ဖိုးထားတဲ့ တရားဆိုတာ ဘာလဲလို့ မေးတာ၊ မေးတော့ ဘာမှ မသိဘူး၊ ကြောက်ကြောက်လန့်လန့်နဲ့ ဖြေတာ ပေါ့၊ ဒေဝဓမ္မဆိုတာ "နေ,လ ခေါ်တာပါ"လို့ဆိုတော့ "ဟာ ဒီကောင် မသိဘူး၊ ဖြီးတယ်"ဆိုပြီးတော့ လှောင်ချိုင့်ထဲ ထည့်ထား လိုက်တယ်။

အဲဒီလိုနဲ့ သူရိယကုမာရ ပြန်ရောက်မလာတဲ့အခါ "တစ်စုံတစ်ခုဖြစ်နေပြီလား မသိဘူး၊ မင်း ညီငယ်နောက် လိုက်သွား"ဆိုတော့ စန္ဒကုမာရ လိုက်လာပြန်ရော၊ လိုက်လာတော့ သူကလည်း မောမောပန်းပန်းနဲ့ ရေဆာလှပြီ၊ သူကလည်းပဲ ဆင်ခြင်ဉာဏ် သိပ်မရှိဘူး၊ ရေ အရင်ချိုးလိုက်မယ် ဆိုပြီးတော့ ရေချိုးဖို့ ရေကန်ထဲ အဆင်းမှာ ခုနက လက်မည်းကြီးနဲ့ ဖမ်းထား လိုက်ပြန်ရော၊ သူ့ကို ဖမ်းထားပြီး ခုနက မေးခွန်း မေးတာပဲ၊ "မင်း ဒေဝဓမ္မဆိုတာ သိလား"ဆိုတော့ "ဒေဝဓမ္မဆိုတာ အရပ် လေးမျက်နှာကို ပြောတာပါ"လို့ ရမ်းဖြေတာ၊ ညီငယ် နှစ်ယောက် စလုံးဟာ အဖြေ မမှန်ဘူး၊ မမှန်တော့ ဖမ်းထားတာ ခံလိုက်ကြ ရတယ်။

အဲဒီကျတော့ ဘုရားအလောင်း ကိုယ်တိုင် လိုက်လာ တယ်၊ ဘုရားအလောင်းဆိုတာ စဉ်းစားဉာဏ် အလွန်ရှိတာနော်၊ စဉ်းစား တဲ့ အလေ့အထဆိုတာ လုပ်ပေးရတယ်၊ ဉာဏ်ရည် ဉာဏ်သွေး ဆိုတာ စဉ်းစားမှုထက်တာ၊ ဓားဆိုတာ သွေးဟာသူ ထက်တာလား။

http://www.dhammadownload.com

သွေးလို့ ထက်တာလား။ အေး ဉာဏ်ကလည်း သွေးပေးရင် ထက်တယ်နော်၊ မသွေးဘဲနဲ့ ပျင်းနေရင် ဘယ်တော့မှ မထက်တော့ဘူး။ အဲဒီဉာဏ်ကို ဘုရားအလောင်းက သွေးနေလို့ ထက်တာ။

ဘုရားအလောင်းတွေဆိုတာ အမြဲတမ်း စဉ်းစားဉာဏ်ရှိတယ်၊ လိုက်လာပြီ ရေကန်မြင်တဲ့အခါ စဉ်းစားတယ်၊ ငါ့ညီငယ် ၂-ယောက်လည်း ဒီလမ်းက သွားတာပဲ၊ လှည့်ပြီး အကဲခတ်တယ်၊ ခြေရာကို ဂရုစိုက်ကြည့်တယ်၊ ဘယ်ခြေရာပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီကန်ဘက်ကို သွားတဲ့ခြေရာက အဆင်းခြေရာပဲ ရှိတယ်၊ အတက်ခြေရာ မရှိဘူးဆိုတာ သူ သတိထားမိတယ်။

ကြည့်၊ ဒါ စဉ်းစားဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်နော်၊ အရာခပ်သိမ်းမှာ စဉ်းစားတတ်တယ်၊ တွေးခေါ်တတ်တယ်၊ ကြည့်စမ်း။ ခြေရာတွေ အကုန်လုံး အဆင်းခြေရာချည့်ပဲ၊ ပြန်တက်တဲ့ ခြေရာတစ်ခုမှ မရှိဘူး။ ကေန်တော့ ဒါ ဘီလူးစောင့်တဲ့ ရေကန်ဖြစ်မယ်၊ ဆင်းရင်တော့ လူဆင်းဆင်း၊ နွားဆင်းဆင်း ဘာကောင် ဆင်းဆင်း၊ အစားခံရမှာပဲ၊ ဘီလူးက သူ့ရေကန်ထဲ ဆင်းသမျှ အကုန် ဖမ်းတာနော်။

အဲဒီတော့ ငါ့ညီငယ် ၂-ယောက်လည်း ဒီကောင်ဖမ်းတာ ဖြစ်မယ်ပေါ့၊ စဉ်းစားတယ်၊ မဆင်းဘူး၊ လှည့်ပတ်ပြီး ကြည့်တယ်၊ အကဲခတ်တယ်၊ ဒါပေမယ့် လက်ထဲမှာတော့ ဓားကို မြဲမြဲ ဆုပ်ထားတယ်၊ အဲဒီလိုကြည့်ပြီး မဆင်းတော့ ဘီလူးက ဘာမှလုပ်လို့ မရဘူး၊ လုပ်မရတော့ သူက လာပြီးတော့ စည်းရုံးတာ၊ နောက်ကနေ ခြေသံပေးတယ်၊ လှည့်ကြည့်တော့ လူ

http://www.dhammadownload.com

တစ်ယောက် အသွင်ဆောင်တယ်၊ ဟာ ခင်ဗျား ခရီးသွားနဲ့ တူတယ်၊ ခြေးတွေ သံတွေနဲ့ပါလား၊ ဒီမယ်ဗျာ ရေကန်ကြီးက ရေတွေ အေးစိမ့်လို့ပဲ ချိုးပါလား၊ သူက ဆွဲဆောင်တယ်၊ သိပ် အေးတာပဲ၊ ရေကလည်း ရေချိုဗျ၊ ချိုးပါလား သောက်ပါလား ဆိုတော့ ဘုရားလောင်းက ပြောတဲ့အကောင်ကို ကြည့်တယ်၊ ဘီလူး ဆိုတဲ့ကောင်က နဖူးမောက်သတဲ့၊ နှာရောင်က နည်းနည်း ကောက်သတဲ့၊ ဖနောင့်ကြည့်တော့ တိုတိုလေးတဲ့၊ အဲဒါကို အကဲခတ်တာ။

လူမြင်ရင်လည်း အကဲခတ်မိပါစေနော်၊ ဒီလူရဲ့ အင်္ဂါ လက္ခဏာကို အကဲခတ်တယ်၊ ဒီကောင်တော့ ဒီရေကန်စောင့်တဲ့ ဘီလူး ဖြစ်လောက်တယ်ဆိုပြီး ဓားကိုထွဲထုတ်ပြီး ''မင်း ဒီထဲ စောင့်တဲ့ ဘီလူး မဟုတ်လား''လို့ မေးတော့ ဟိုက မလိမ်ရဲဘူး၊ ''ဟုတ်ပါတယ်''၊ ''ငါ့ညီနှစ်ယောက် မင်း ဖမ်းထားတာ မဟုတ်လား''လို့ဆိုတော့ ''ဟုတ်ပါတယ်''၊ ''ဒါဖြင့် ဆင်းတဲ့ လူတိုင်း မင်း စားနိုင်သလား''လို့ဆိုတော့ ''မဟုတ်ဘူးတဲ့၊ သူ့ကို ဝေဿဝဏ်နတ်မင်းကြီးက အပိုင်စား ပေးထားတာ၊ ဆင်းတဲ့လူတိုင်းကိုတော့ မစားရဘူး၊ ဒေဝဓမ္မတရားကို မသိတဲ့ သူကိုမှ စားခွင့်ပေးထားတာ''၊ ''ဒါဖြင့် မင်းက ဒေဝဓမ္မဆိုတဲ့ တရားအဖြေကို သိချင်တာပေါ့''လို့ဆိုတော့ သိချင်တယ်၊ မင်း ငါ ဟောပေးမယ်ပေါ့၊ ငါ ဟောမယ်၊ ငါအဖြေ သိတယ်လို့ ပြောတော့ ကောင်းပြီ၊ အဲဒါကို သိပ်သိချင်တော့ ဟောမယ်ဆိုရင် ဟောပါဆိုတော့ ''ဒီအတိုင်းတော့ မဟောနိုင်ဘူး၊ ငါ့မှာ ခြေးတွေနဲ့ ငါအရင် ရေချိုးရဦးမယ်'၊ ဘုရားလောင်းကလည်း အကြပ်

http://www.dhammadownload.com

ကိုင်တယ်၊ သူ ရေချိုးဖို့က အရေးကြီးတယ်လေ၊ ငါ ရေလည်း ဆာလှပြီ၊ အခု မဟောနိုင်သေးဘူး၊ ရေလည်း ချိုးချင်သေးတယ် ပေါ့၊ ဒီပုံနဲ့ ငါ မဟောနိုင်ဘူးဆိုတော့ ဟိုက ရေတွေ ဘာတွေ လုပ်ပေးရတာပေါ့၊ တရားပလ္လင်တွေ ဘာတွေ ဆင်ပေးပြီးတော့မှ အဲဒီမှာ ဘုရားလောင်းက တရားဟောတယ်။

"တိရီ ဩတ္တပ္ပသမ္ပန္နာ၊ သုက္ကဓမ္မသမာဟိတာ၊

သန္တော သပ္ပုရိသာ လောကေ၊ ဒေဝဓမ္မာတိ ဝုစ္စရေ။

ဟိရီနဲ့ ဩတ္တပ္ပဆိုတာ ဒေဝဓမ္မပဲ၊ တခြားဟာကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ သန္တော သပ္ပုရိသာ လောကေ၊ ဒေဝဓမ္မာတိ ဝုစ္စရေ" ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတွေက ပြောကြတယ်၊ ဟောဒီ ဟိရီနဲ့ ဩတ္တပ္ပကို ဒေဝဓမ္မလို့ ခေါ်တာ၊ တခြားဟာ ခေါ်တာ မဟုတ်ဘူးလို့ ဟောလိုက်တယ်။ အဲဒီမှာ ဘီလူးဟာ အဖြေမှန် ရပြီဆိုပြီးတော့ ဝမ်းသာတယ်၊ တရားနာရတော့ သူ ဝမ်းသာ တာပေါ့၊ ဝမ်းသာတော့ ဓမ္မပူဇာအနေနဲ့ ညီနှစ်ယောက်ထဲက တစ်ယောက်ပေးမယ်၊ လွှတ်ပေးမယ်၊ နှစ်ယောက်လုံးတော့ မပေး နိုင်ဘူး။ ဘီလူးကလည်း ဈေးဆစ်သေးတယ်နော်။

ဓမ္မပူဇာအနေနဲ့ ညီနှစ်ယောက်ထဲက တစ်ယောက်ကို ပေး မယ်၊ ဘယ်သူ့ကို ယူမတုန်းဆိုတော့ ဘုရားအလောင်းက စဉ်း စားတယ်၊ ဘုရားအလောင်းဆိုတာ ဘာလုပ်လုပ် မစဉ်းစားဘဲ ဘာမှ မလုပ်ဘူး၊ အဲဒီတော့ ညီနှစ်ယောက်ထဲက တစ်ယောက် က အရင်း၊ စန္ဒကုမာရက အမေတူ, အဖေတူ၊ သူရိယကုမာရ ဆိုတာ အဖေသာ တူတာ၊ အမေကွဲတယ်၊ အဖေတူ အမေကွဲ၊

http://www.dhammadownload.com

ဒါကြောင့် သူက ဘယ်သူ့ ရွေးသလဲဆိုတော့ အဖေတူ အမေကွဲဖြစ် တဲ့ သူရိယကုမာရလေးကို ရွေးလိုက်တယ်။

"အငယ် ကောင်လေးကိုပေး၊ ဓမ္မပူဇာ အနေနဲ့" ဆိုတော့ ဘီလူးကြီးက "ဟား ဟား ဟားဟား"နဲ့ ရယ်ပြီး "ခင်ဗျား ဒေဝဓမ္မတော့ သိတယ်၊ ဒါပေမယ့် ခင်ဗျား မလိုက်နာဘူး၊ လောကကျင့်ဝတ်ကို ခင်ဗျား မလိုက်နာဘူး"တဲ့။ အဲဒီခေတ်က လောကကျင့်ဝတ်က ဘာတုံးဆိုရင် အကြီးကို ဦးစားပေးရတယ်၊ အငယ်ကို ဦးစားမပေးရဘူး၊ **"ယေ ဝုဍ္ဎ မပစာယန္တိ၊ နရာ ဓမ္မဿ ကောဝိဒါ။"** အကြီးကို ဦးစားပေးပါတဲ့၊ ထုံးတမ်းစဉ်လာ ရှိတယ်၊ အကြီးနဲ့ အငယ်မှာ ခင်ဗျားက အငယ်ကို ဦးစားပေးတယ် ဆိုတော့ ခင်ဗျားက လောကကျင့်ထုံးကို မလိုက်နာဘူးတဲ့၊ ဒေဝ ဓမ္မတော့ သိပါတယ်၊ ခင်ဗျား ဒီဘက်တော့ လိုတယ်ပေါ့။

အဲဒီကျတော့မှ ဘုရားအလောင်းက "ငါ သိတယ်၊ ငါ မလိုက်နာတာ မဟုတ်ဘူး၊ ငါတို့ တောထဲထွက်လာရတာ သူ့ ကြောင့်မို့ ထွက်လာရတာ၊ သူက ပြဿနာကောင်၊ ဘာဖြစ် လို့တုန်းဆိုတော့ သူ့အမေက သူ့ကို ဘုရင်မြှောက်ဖို့ အတင်း ပြောလို့ တို့အဖေကနေ မင်းတို့ တောထဲ ရှောင်နေကြဦးဆိုလို့ တို့တတွေ ထွက်လာခဲ့တာ။ ဒီကောင်က ပြဿနာကောင်ဖြစ်လို့ တောထဲမှာ ဘီလူး စားသွားတယ်လို့ ငါတို့ပြောရင် ဘယ်သူကမှ ယုံမှာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒီကောင်ကို ဖျောက်ခဲ့တာလို့ပဲ ထင်ကြမှာ၊ ဘာဖြစ်လို့တုန်းဆိုတော့ အဖေတူ အမေကွဲ ကောင်လေးတွေ ခေါ်သွားပြီး သတ်ပစ်ခဲ့ကြပြီးတော့ ဘီလူးစားတယ်လို့ လိမ်ပြော

http://www.dhammadownload.com

တယ်လို့ ငါတို့ အဲဒီလို အစွပ်စွဲခံရမှာ၊ ဒီပြဿနာကို ဘယ်လိုမှ ဖြေရှင်းလို့ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒါကြောင့်မို့ ငါ ဒေဝဓမ္မကို သိတယ်၊ ငါ မလိုက်နာလို့ မဟုတ်ဘူး၊ ဒီလို ပြဿနာရှိလို့ ငါ အငယ်ကောင်ကို ရွေးတာ''လို့ ဖြေတော့ ဘီလူးကြီးက သဘော ကျပြီး ဒါဆိုရင် ဓမ္မပူဇာအနေနဲ့ နှစ်ယောက်လုံးပဲ ပေးပါတယ် ဆိုပြီး လွှတ်လိုက်တယ်။

ဟိရီ ဩတ္တပ္ပ သဘော

ဒါကြောင့် ဟိရီဆိုတာ ကိုယ့်ဂုဏ်သိက္ခာကို ကိုယ်ကြည့် ပြီးတော့ ကိုယ့်ရဲ့အရွယ်ကို ကြည့်တယ်၊ ဟိရီဖြစ်ဖို့ အကြောင်း တွေကို စဉ်းစားရမယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စဉ်းစားပြီးတော့ ဟိရီ ဖြစ်နေတယ်၊ ဘယ်လို ဟိရီဖြစ်သလဲဆိုတော့ အော် ငါ့အရွယ် နဲ့ ဒါ မလုပ်ထိုက်ဘူး၊ ဟော ဒါ စဉ်းစားတာ၊ ငါ့လို ဗဟုသုတ ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အနေနဲ့ ဒါ မလုပ်ထိုက်ဘူး၊ ငါ့လို အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီး ဖြစ်လျက်နဲ့ အဲဒီလို မလုပ်ထိုက်ဘူး၊ ငါ့လို စဉ်းစားဉာဏ်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဒါ မလုပ်ထိုက်ဘူး ဆိုပြီးတော့ ကိုယ့်ရဲ့ အရည်အသွေး တစ်မျိုးမျိုးကို အာရုံပြုပြီး ဟိရီကို တိုးပွားစေရမယ်တဲ့၊ မကောင်းတာ မလုပ်ဖို့ ရှောင်ကြဉ်တဲ့ သဘော တရားတစ်ခုပဲ။

ဩတ္တပ္ပကျတော့ အဲဒီလို မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့်ရဲ့ ပတ်ဝန်း ကျင်ကို စဉ်းစားတာ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဟိရီက **'အဇ္ဈတ္တသမုဋ္ဌာန'** ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားပြီး ဟိရီတရားကို ဖြစ်ပွားစေရတယ်၊ ဩတ္တပ္ပကျတော့ **'ဗဟိဒ္ဓသမုဋ္ဌာန'** ကိုယ့်ရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကြည့်

http://www.dhammadownload.com

ပြီးတော့ ဩတ္တပ္ပ ဖြစ်ရတယ်၊ နှစ်ခုလုံးကတော့ မကောင်းမှု မလုပ်တာချင်း အတူတူပဲ၊ သို့သော် စဉ်းစားပုံချင်း ကွာတယ်ပေါ့။

မစင်လူးနေတဲ့ သံပူတုံး

ကျမ်းဂန်တွေမှာ ဥပမာပေးထားတာ ရှိတယ်၊ သံတုံးကြီး တစ်ဖက်ကို ရဲနေအောင် မီးဖုတ်ထားတယ်၊ တစ်ဖက်ကတော့ မစင်အညစ်အကြေး လူးနေတယ်၊ အဲဒီ နှစ်ခုမှာ ဟိုဖက်က မီးရဲရဲ ဖြစ်နေတယ်၊ ကိုင်ရင် လောင်မယ်၊ အခြားတစ်ဖက်ကို ကိုင်ရင် မစင်လူးမယ်၊ လောင်မယ်နဲ့ မစင်လူးမယ်ပေါ့၊ ဘယ်ဟာ ကိုင်မတုန်း၊ မစင်လူးမှာ ကြောက်တော့ ဟိုဖက်ကိုလည်း မကိုင်ဘူး၊ လောင်မှာ ကြောက်တော့ ဒီဖက်ကိုလည်း မကိုင်ဘူး၊ မကိုင်ဘဲနဲ့ ရှောင်ကြဉ်တာ၊ အဲဒီတော့ ဟိရီဆိုတာ မစင်လူးမှာ ကြောက်တာနဲ့ အတူတူပဲ၊ ဩတ္တပ္ပဆိုတာ လောင်မှာ ကြောက်တာ နဲ့ အတူတူပဲ၊ နောက်ဆုံးမှာ မကောင်းမှုအကုသိုလ် မလုပ်ဖြစ်တာ အဓိကပဲလို့ ဆိုတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဒီ ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပ တရားနှစ်ခုဟာ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ မရှိသေးရင် ရှိအောင်လုပ်ရမယ်။

ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပ မရှိတော့ဘူးဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အရှက် မဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဘဝရောက်ပြီး အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပတွေ လွှမ်းမိုး ခံရတယ်၊ I don't care ဘယ်သူ့ကိုမှ ဂရုမစိုက်ဘူးဆိုပြီး အရပ်ထဲ လုပ်ချင်ရာ လုပ်တာတို့၊ ပြောချင်ရာ ပြောတာတို့၊ ဖြစ်ကုန်တတ် တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပဆိုတာ လူတော် လူကောင်းဖြစ်ဖို့ အတွက် အရေးကြီးတယ်လို့ ဒီလို ပြောတယ်။

အဲဒီတရားနှစ်ခုသည် စိတ်ကို ဖြူစင်စေတတ်တဲ့ တရား

http://www.dhammadownload.com

နှစ်ခုဖြစ်တယ်၊ အဟိရိက အနောတ္တပ္ပတဲ့ တရားနှစ်ခုကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့ သဘောရှိတယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ စိတ်ဖြူစင်မှုရဲ့ အင်အားစုထဲမှာလည်းပဲ ရှေ့တန်းကရှိတဲ့ တရားနှစ်ခုလို့ ပြောရမယ်။

အလောဘ

နောက် တစ်ခုက အလောဘ၊ အလောဘဆိုတာ လောဘရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်တရား။ လောဘ မရှိရုံသက်သက်ကို အလောဘခေါ်တာ မဟုတ်ဘူး။ လောဘကို ဖယ်ရှားနိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိရှိလို့ လောဘရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်တရားကို ခေါ်တာ၊ အလောဘဟာ လောဘကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့ စွမ်းအားရှိတဲ့ သဘာဝတရားတစ်ခု ဖြစ်တယ်၊ အလောဘဟာ လောဘကို ပယ်ဖျက်ပြီး ဒါနကောင်းမှုကို ပြုတတ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ "**အလောဘော ဒါနဟေတု**" အလောဘဆိုတဲ့ သဘာဝတရားသည် လှူတန်းမှုကို ဖြစ်စေတတ်တယ်လို့ ဆိုတာဖြစ်တယ်။

စေးကပ်နေတဲ့ ကော်သဘောမျိုးဖြစ်တဲ့ စိတ်ကို အာရုံမှာ ကပ်စေတတ်တဲ့ လောဘကို လျှော့ပါးစေပြီး ကော်နဲ့ အလားတူတဲ့ လောဘကို ဖယ်ရှားပစ်လိုက်ရင် လောဘကြောင့် ဖြစ်တတ်တဲ့ အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်တော့ဘူး၊ ဒါကြောင့်မို့ လောကမှာ လှူကြတယ် တန်းကြတယ်ဆိုတာ အလောဘဆိုတဲ့ စွမ်းအားကြောင့် လှူနိုင်တန်းနိုင်တာ၊ အလောဘမရှိရင် မလှူနိုင်ဘူး။

အဒေါသ

အဒေါသဆိုတာကတော့ ဒေါသကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့ စွမ်းအားတစ်ခုပဲ၊ ဒေါသဆိုတာ စိတ်ထဲ အလိုမကျတာတွေ မကျေနပ်

http://www.dhammadownload.com

တာ, မုန်းတာ အကုန်လုံး ဒေါသ၊ ဒါတင်မကဘူး ကြောက်တာလည်း ဒေါသပဲ၊ တစ္ဆေကြောက်တာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ သရဲ ကြောက်တာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ကြောက်တာဟာ ဒေါသပဲ၊ အကုသိုလ်ကြောက်တာနဲ့တော့ မဆိုင်ဘူးနော်၊ ခုနက ဩတ္တပ္ပ ကြောက်တာမျိုးက ဒီ မလုပ်သင့်ဘူး ဆိုတဲ့အနေနဲ့ ကြောက်တာနော်၊ တစ္ဆေကြောက်၊ သရဲကြောက်ဆိုတာ စိတ်ထဲမှာ ထိတ်လန့်တဲ့သဘော။ အဲဒီ ကြောက်တာတွေ မုန်သမျှဟာ အကုန်လုံး ဒေါသလို့ ခေါ်တယ်၊ ကြောက်တာရယ်, မုန်းတာရယ်, အလိုမကျတာရယ်, စိတ်ဆိုးတာရယ် ဒါတွေအကုန်လုံး ဒေါသ၊ ဒါတွေကို ဖယ်ရှား ပစ်နိုင်တာက အဒေါသ။

မေတ္တာ

အဲဒီ အဒေါသကို စနစ်တကျ တိုးပွားအောင် လေ့ကျင့်မယ်ဆိုရင် မေတ္တာဆိုတာ ဖြစ်လာတယ်၊ မေတ္တာဆိုတာ ဒေါသကို ဖယ်ရှားနိုင်တဲ့ စွမ်းအား။ ဒေါသကို ဖယ်ရှားပစ်ဖို့ရန် အတွက် လူရဲ့သန္တာန်တွေမှာ မေတ္တာကို ထူထောင်ရတယ်၊ မေတ္တာဆိုတာ အကျိုးလိုလားတဲ့သဘော၊ ဒေါသဆိုတာ အကျိုးစီးပွားကို ဖျက်ဆီးပစ်လိုတဲ့သဘော၊ ဒါကြောင့် ဒေါသနဲ့ မေတ္တာဟာ ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်တယ်၊ သူတစ်ပါးရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို ဖျက်လိုဖျက်ဆီး လုပ်ချင်တာက ဒေါသ၊ သူတစ်ပါးကို အကျိုးရှိစေချင်တာက မေတ္တာ၊ သဘာဝချင်း မတူဘူး။ မတူသည့် အတွက်ကြောင့် မေတ္တာဆိုတဲ့ အဒေါသသဘာဝတရားကို မိမိသန္တာန်မှာ ပျိုးထောင်ပြီး ရင်ထဲ နှလုံးထဲမှာရှိတဲ့ အမုန်းတရားတွေကို ဖယ်ရှားရမယ်၊ ဒေါသကို ဖယ်ရှားချင်ရင် မေတ္တာကို ပွားရမယ်။ ဒါကြောင့်မို့ သုတ္တန်တွေ

http://www.dhammadownload.com

မှာလည်း မြတ်စွာဘုရားက 'မေတ္တာ ဘာဝေတဗ္ဗာ ဒေါသဿ ပဟာနာယ' ဒေါသဿ ပဟာနာယ- ဒေါသကို ဖယ်ရှား ပစ်နိုင်ဖို့ရာ မေတ္တာ ဘာဝေတဗ္ဗာ- မေတ္တာပွားပါတဲ့။

မေတ္တာပွားဆိုတော့ သဗ္ဗေ သတ္တာ အဝေရာ ဟောန္တု မနက်အစောကြီး ထရွတ်နေတာကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ မေတ္တာဆိုတာ မနောကံအလုပ်၊ မေတ္တာ အစစ်အမှန်သည် မနောကံ၊ စိတ်ထဲက အာရုံစိုက်ပြီး တကယ့် ချမ်းသာစေချင်တဲ့ စိတ်ဖြစ်ဖို့ လိုတယ်နော်၊ သဗ္ဗေသတ္တာ- သတ္တဝါအားလုံးပေါ်မှာ မေတ္တာကို ပို့ပေမယ့်လို့ တချို့က သဗ္ဗေသတ္တာဆိုတာမှာ ချွင်းချက် ထားကြ သေးတယ်၊ ခြင်တို့ ကြမ်းပိုးတို့ မပါဘူးလို့ ဆိုကြသေး တယ်၊ အဲဒီလိုလည်း မလုပ်ကြနဲ့နော်၊ သဗ္ဗေသတ္တာ- ခြင်ရော ကြမ်းပိုး ရော အပါအဝင်ပေါ့၊ အားလုံး အပေါ်မှာ မေတ္တာထားနိုင် တာကမှ အမှန်းတရား ကင်းစင်တဲ့ မေတ္တာတရား ဖြစ်တယ်၊ မေတ္တာဆိုတာ မနောကံပဲ၊ ဘာဝနာပဲ၊ ၉-ပါးသီလ ဆောက်တည်တဲ့ အခါမှာ သီလကတော့ ၈-ပါးပါပဲ၊ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားပြီးတော့ နေလို့ ၉-ပါး ဖြစ်တာ။

အဲဒီတော့ မေတ္တာတရားဟာ တည်ဆောက်ရမယ်၊ သတ္တဝါ တွေ အားလုံးကို ချမ်းသာစေချင်တယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ကလေး ကိုယ့် သန္တာန်မှာ အထပ်ထပ် ဖြစ်နေအောင် လုပ်မယ်၊ တစ်နာရီ ဖြစ်ရင် နှစ်နာရီဖြစ်အောင် သုံးနာရီဖြစ်အောင် ပွါးတာကို ပြောတာ၊ သတ္တဝါတွေ ချမ်းသာကြပါစေ၊ ဒါကိုပဲ ပွါးနေတာ၊ သူ့ဟာသူ ချမ်းသာတာ မချမ်းသာတာ ကိုယ်နဲ့မဆိုင်ဘူး၊ ကိုယ့်စိတ်က သူတို့ကို ချမ်းသာစေချင်တဲ့ စိတ်ကလေး မွေးဖို့ပဲ၊ အဲဒီလို မွေးရင်

http://www.dhammadownload.com

အမုန်းစိတ်တွေ ပျောက်သွားမှာပဲ၊ မုန်းတဲ့စိတ်ဟာ မပေါ်နိုင်တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် အဒေါသဆိုတဲ့ စိတ်ဖြူစင်စေတဲ့ သဘာဝအင်အားတရားကို ထူထောင်ပေးရမယ်။

အလောဘရှိရင် လှူမှု ဒါန်းမှု လုပ်သလို၊ အဒေါသရှိရင် ဘာဖြစ်တုန်း။ '**အဒေါသော**– အဒေါသ မေတ္တာသည်၊ **သီလဟေတု**– သီလ၏ အကြောင်းဖြစ်တယ်'တဲ့၊ အဒေါသ ရှိလာလို့ရှိရင် ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ ကောင်းလာတယ်၊ ဒေါသရှိရင် ကိုယ်ကျင့်တရားတွေပါ ပျက်စီးတယ်၊ လူက စိတ်ဆိုးလာရင် စိတ်တိုလာရင် လုပ်ချင်တာ လုပ်တတ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ 'အဒေါသော သီလဟေတု' စိတ်ကလေးက မေတ္တာထားတတ်လာပြီ၊ အမုန်းတရားတွေ ကင်းလာပြီဆိုရင် ကိုယ်ကျင့်တရားတွေလည်း ပြည့်စုံလာတတ်တယ်၊ ဒါပြောတာ။

တတြမဇ္ဈတ္တတာ

တတြမဇ္ဈတ္တတာ ဆိုတာကိုတော့ သိပ်ပြီးတော့ သိကြမယ် မထင်ဘူး။ **တတြမဇ္ဈတ္တတာဆိုတာ** ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်နေတဲ့အခါမှာ စိတ်အခြေအနေတွေဟာ သူ့တာဝန်သူ ညီညီ မျှမျှ ထမ်းဆောင်နေတယ်၊ အကုန်လုံး တညီတည်း harmony ဖြစ်နေတာကို ပြောတာနော်၊ ဒါကလည်း တတြမဇ္ဈတ္တတာဆိုတဲ့ ဒီစေတသိက်ရဲ့စွမ်းအားပဲ။ အားလုံး အလယ်အလတ်ပုံစံ ဖြစ်သွားအောင် ဘယ်တစ်ခုကမှ အစွန်းမထွက်အောင် ထိန်းပေးတာ၊ ဒီသဘာဝ တရားတွေဟာ တစ်ခုကနေတစ်ခု အစွန်းထွက်နေလို့ရှိရင် လွန်ကဲနေတာမျိုး ဖြစ်တတ်တယ်၊ အဲဒီလို လွန်ကဲမှု မဖြစ်အောင် အားလုံး တညီတည်း ဆောင်ရွက်နေအောင် တတြ

http://www.dhammadownload.com

မဖျက်တွက်တာဆိုတာက ထိန်းတယ်။

အဲဒီ တတြမဖျက်တွက်တာဆိုတာ စနစ်တကျ ပွားလိုက်တဲ့အခါ ကျတော့ ဗြဟ္မဝိဟာရတရားထဲမှာ ဥပေက္ခာဆိုတဲ့ ဗြဟ္မဝိဟာရ တရား ဖြစ်လာတယ်၊ အဲဒီ ဥပေက္ခာကို တတြမဖျက်တွက်တာလို့ ခေါ်တာ၊ ဥပေက္ခာသဟဂုတ်ဆိုတာ ခံစားချက် ဝေဒနာကို ခေါ်တာ၊ ဒါနဲ့ မဆိုင်ဘူးနော်၊ ဗြဟ္မဝိဟာရတရား လေးပါးထဲမှာ ပါတဲ့ ဥပေက္ခာဆိုတာ အလွန်မွန်မြတ်တယ်၊ ဥပေက္ခာက လူတွေပေါ်မှာ လျစ်လျူရှုတာ မဟုတ်ဘူး။ သူတို့လုပ်တဲ့ ဇော်ကားမှု ချီးမွမ်းမှု တွေကို လျစ်လျူရှုနိုင်တာ၊ သူက သိပ်အဆင့်မြင့် တယ်၊ ဥပမာ လူတစ်ယောက် ကိုယ့်ဆဲလည်း သူ ကူညီစရာရှိ ကူညီလိုက်၊ ကိုယ့်ချီးမွမ်းနေလို့လည်း ပို မကူဘူး၊ လုပ်သင့်လို့ လုပ်တယ်။ ကိုယ့်အပေါ်မှာ ဇော်ကားမှု ဦးစားပေးမှု ဆိုတာတွေကို မကြည့်ဘူး။ လုပ်သင့်ရင် လုပ်ပေးလိုက်တယ်၊ ညီတူညီမျှ လုပ်ပေး နိုင်တဲ့ စိတ်ဓာတ်၊ တည်ငြိမ်တဲ့ စိတ်ဓာတ်ကို ပြောတာ၊ အဲဒါ ဥပေက္ခာဆိုတာ အလွန်မွန်မြတ်တဲ့ တရားနော်။

မြတ်စွာဘုရားက သားတော် ရာဟုလာမှ ပိုချစ်တာ မရှိ ဘူး။ ဒေဝဒတ်ကြီးက ဆိုးလွန်းလို့ အမျိုးမျိုး သေကြောင်းကြံ လို့ ပိုမုန်းတာမျိုး မရှိဘူး။ သူတို့နှစ်ယောက် အတူတူ ထားနိုင် တယ်၊ အဲဒီလို အတူတူ ထားနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ဥပေက္ခာ၊ တချို့က ဥပေက္ခာပြုလိုက်တယ် ပြောရင် မခေါ်မပြောနေတာကို ဥပေက္ခာ လို့ ထင်တယ်၊ အဲဒါ "ဦးပစ်ခါ"နော်၊ ဒီ ဥပေက္ခာက မခေါ် မပြောနေတာမျိုး မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ အချစ်အမုန်း ကင်းပြီး လုပ်သင့်တာ လုပ်တာကို ဆိုလိုတာ။

http://www.dhammadownload.com

ဘုရားအလောင်း မျောက်ဘဝမှာ ဖြစ်နေတုန်းက လူကြီး တစ်ယောက်ဟာ ချောက်ကြီးထဲ ကျတယ်၊ ပြန်မတက်နိုင်ဘူး၊ အင်မတန် အားခွန်ဗလကောင်းတဲ့ မျောက်ကြီးက လူကြီး ချောက်ထဲကျနေတာ မြင်တော့ သနားတယ်။ နွယ်ကြိုးယူပြီး ချောက်ထဲ ခုန်ဆင်းလိုက်တယ်၊ ခုန်ဆင်းလိုက်ပြီးတော့ ချောက်ထဲ ကျနေတဲ့ လူကို ကျောပိုးပြီးတော့ အဲဒီချောက်ထဲကနေ ခုန်တက် တာ၊ အတော့်ကို မောသွားတယ်။

အတော် မောသွားတဲ့အခါ ခဏ အပန်းဖြေဖို့ ချောက်ထဲက ထမ်းတင်လာတဲ့ လူကြီးပေါင်ပေါ်မှာ ခဏ အိပ်ပါရစေဆိုပြီး အိပ်တယ်၊ သူကလည်း ယုံကြည်ချက်ရှိတယ်၊ ငါ ကယ်ထားတဲ့ သူက ငါ့ကို ဘာမှလုပ်မယ် မထင်ဘူး။ ပေါင်ပေါ် ခဏ အိပ်နေ တုန်း ဟိုလူက စိတ်ကူးရတယ်၊ "အိမ်ပြန်သွားရင် ငါ ဘာမှ မပါဘူး၊ ဒီမျောက်ရဲ့ ခေါင်းကို ကျောက်ခဲနဲ့ ထုပြီးတော့ အိမ်ကို မျောက်အသား ယူသွားရရင် ကောင်းမယ်၊ ဟိုကျ ရောင်းလို့ ရမယ်" မျောက်သားနဲ့ အိမ်ပြန် မျက်နှာလုပ်ချင်သေးတာ၊ အဲဒါနဲ့ အိပ်ပျော်နေတဲ့အချိန်မှာ ကျောက်တုံးနဲ့ မျောက်ကြီး ခေါင်းကို ထုတော့တာပဲ၊ ခေါင်းထုတော့ မျောက်ကြီးက လန့်ပြီး တော့ သစ်ပင်ပေါ် တက်ပြေးတာပေါ့၊ ခေါင်းပေါက်သွားပြီး သွေးသံ ရဲရဲ ဖြစ်သွားတယ်။

သို့သော် ဒီလူဟာ လမ်းပျောက်နေတယ်၊ လူတွေရဲ့ သွား တဲ့လမ်းကို ပြန်ရောက်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီလူ လုပ်တဲ့ စော်ကား ချက်ကို မျောက်ကြီးက အသာ မေ့ထားလိုက်တယ်၊ မေ့ထား လိုက်ပြီး "မင်းကို ငါ လမ်းဆုံးအောင် လိုက်ပြမယ်၊ ငါ့ ကျေးဇူးက

http://www.dhammadownload.com

မပြီးသေးဘူး။ ငါ ခဏ အမောဖြေနေတုန်း မင်းက ငါ့ကို သတ်ဖို့ ကြံတာကိုး''၊ ဉပေက္ခာ မထားနိုင်ဘူး ဆိုလို့ရှိရင် အဲဒီကတည်းက လစ်သွားပြီ မရှိတော့ဘူး။ ဒီလူရဲ့ လုပ်ရပ်ကို ဉပေက္ခာထား လိုက်ပြီး လမ်းဆုံးထိအောင် ကူညီတယ်။

ဒါပေမယ့် အဲဒီလူ အနားတော့ ကပ်လို့ မဖြစ်တော့ဘူး။ သူက အန္တရာယ်ပေးတဲ့သူ၊ ''ငါက သစ်ပင်တစ်ပင်ကနေ တစ်ပင် ကူးသွားမယ်၊ ငါ့သွေးစက်ကျတဲ့နောက်က လိုက်ခဲ့''၊ တောကြီး ဆိုတာ အပြင်ထွက်ဖို့ အလွန်ခက်တာ၊ နေမမြင်၊ လမမြင် ဖြစ်နေတယ်၊ အဲဒီလို သွေးစက်ပြ လမ်းကြောင်းရှာပေးပြီး ဟိုး တောရဲ့အထွက်ထိအောင် လိုက်ပို့ပေးလိုက်တယ်၊ ဉပေက္ခာဆို တာ အဲဒါမျိုးပြောတာနော်၊ အလွန် မွန်မြတ်တယ်၊ ချစ်လို့လည်း ပိုမလုပ်ဘူး၊ မုန်းလို့လည်း ပစ်မထားဘူး၊ အဲဒါ ဉပေက္ခာ တရားလို့ ပြောတာ၊ ဘာလို့တုန်းဆိုလို့ရှိရင် ''သဗ္ဗေသတ္တာ ကမ္မသကာ''ဆိုတဲ့ အတွေး၊ လူဆိုတာ ကိုယ့်ကံနဲ့ကိုယ် သွား ကြမှာပဲ၊ မုန်းနေလို့လည်း အပိုပဲ၊ ချစ်နေလို့လည်း အပိုပဲ၊ စိတ် တည်ငြိမ်မှုကို ထိန်းထားနိုင်တာ ဉပေက္ခာ၊ အဲဒါ တတြမဇ္ဈတ္တတာ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစုများကို နက်ဖြန်ကျတော့မှ ဆက်ပြီး ဟောပါ့မယ်၊ ဒီနေ့ အရေးကြီးတာတွေကို ပြောလို့ပြီးပြီ ဒါကြောင့်မို့ ဖြူစင်တဲ့ သဘာဝတရားတွေကို မိမိတို့ သန္တာန်မှာ မရှိသေးရင် ရှိအောင် ကြိုးစားကြဖို့၊ ရှိပြီးရင်လည်း တိုးတက်လာအောင် စနစ်တကျ ကျင့်ကြံအားထုတ်ဖို့ စိတ်ဖြူစင်စေတဲ့ အင်အားစုတွေ မိမိရဲ့သန္တာန်မှာ ရောက်ရှိလာတဲ့ အခါကျတော့ စိတ်ရဲ့ အညစ်

http://www.dhammadownload.com

အကြေးတွေ နည်းသထက် နည်းသွားပြီး ထိုအညစ်အကြေး တွေကို အကြောင်းပြုပြီး ဖြစ်ပေါ်လာမယ့် ဆင်းရဲဒုက္ခတွေက လည်း သက်သာ၊ နောက်ဆုံး ထိုဆင်းရဲဒုက္ခတွေရဲ့ လွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော လမ်းကြောင်းကြီးကို တွေ့ပြီး ထာဝရချမ်းသာ တဲ့ အငြိမ်းဓာတ်ကို ကိုယ်စီကိုယ်ငှ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေ ကုန်သတည်း။

"သာဓု - သာဓု - သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစုများ

အပိုင်း(၂)

စိတ်စင်ကြယ်မှု အင်အားစုများဖြစ်တဲ့ စေတသိက်တွေ အကြောင်း အပိုင်း(၁)ကို ဟောပြောပြီးပြီ၊ ဒီကနေ့ အပိုင်း(၂) ဆက်ဟောပေးပါမယ်။

စေတသိက်ပေါင်း အားလုံး ၅၂-မျိုး ရှိတယ်၊ ကောင်း မြတ်တဲ့ အရည်အသွေးရှိပြီး စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးတွေကို စင်ကြယ်စေနိုင်တဲ့ ဒီသဘာဝ စွမ်းအားတွေဟာ မိမိတို့ရဲ့သန္တာန်မှာ မဖြစ်သေးရင် ဖြစ်အောင်၊ ဖြစ်ပြီးလို့ရှိရင် ခိုင်မာကြီးထွားလာ အောင် လုပ်ဖို့ 'သမ္မာဝါယာမ'လို့ ခေါ်တဲ့ မှန်ကန်သော ကြိုးစား မှုဖြင့် ကြိုးစားကြရမှာပါ။

သူ့အလိုအတိုင်းကို ဘာမှဖြစ်လာတာ မရှိပါဘူး၊ အကျိုး လိုချင်ရင် အကြောင်းကို တည်ဆောက်ရမယ်၊ ဒါသဘာဝပါပဲ၊ ဒါကြောင့်မို့ မနေ့က ပြောခဲ့တယ်၊ သဒ္ဓါ, သတိ, ဟိရိ, ဩတ္တပ္ပ,

http://www.dhammadownload.com

အလောဘ, အဒေါသ,တတြမဇ္ဈတ္တတာဆိုတဲ့ ဒီ သဘာဝတရားတွေရဲ့ စွမ်းဆောင်မှုတွေကို ဟောပြပေးခဲ့ပြီ၊ ဒီကနေ့ အစုံလိုက် အစုံလိုက် အမည်ပေးထားတဲ့ သဘာဝတရား ၆–မျိုးရဲ့ စွမ်းရည် သတ္တိတွေကို ရှင်းပြပါ့မယ်။

ကာယပဿဒ္ဓိ၊ စိတ္တပဿဒ္ဓိ

ကာယပဿဒ္ဓိ, စိတ္တပဿဒ္ဓိ,တဲ့၊ ပဿဒ္ဓိဆိုတာ ငြိမ်းချမ်းမှု၊ **ကာယပဿဒ္ဓိ**– စေတသိက်အစုရဲ့ ငြိမ်းချမ်းမှု၊ **စိတ္တပဿဒ္ဓိ**– စိတ်ရဲ့ ငြိမ်းချမ်းမှုတဲ့၊ စိတ်နဲ့ စေတသိက်ဟာ ဆောင်ရွက်ပုံချင်း၊ ကိစ္စချင်း၊ သွင်ပြင် လက္ခဏာချင်း မတူလို့ ခွဲပြောလို့ ရပေမယ့် စိတ်နဲ့စေတသိက်ဟာ အမြဲတမ်း ယှဉ်တွဲနေကြတာ ဖြစ်တယ်။

ကာယပဿဒ္ဓိ, စိတ္တပဿဒ္ဓိလို့ ဆိုတဲ့နေရာမှာ ကျမ်းဂန်များက ကာယဆိုတာ အစုဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်နဲ့ စေတသိက်အစုကို ယူတယ်၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောမယ်ဆိုရင် ကာယအရ ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကို ယူမယ်ဆိုရင်လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ နောက်ပိုင်းဖွင့်ဆိုချက် ရှိပါတယ်။

အဲဒီတော့ ပဿဒ္ဓိဆိုတာကို ပြောရအောင်၊ ပဿဒ္ဓိဆိုတာ ငြိမ်းအေးမှု ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ငြိမ်းအေးနေမှု၊ ဘယ်လို နေရာမျိုးမှာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ငြိမ်းအေးမှု ဖြစ်သလဲ၊ ချမ်းသာသုခ ရလာတဲ့ အခါမှာ ကိုယ်ရော စိတ်ရော ငြိမ်းချမ်းတယ်ဆိုတာ လူတွေ ခံစားရတယ်၊ ''ပါမောဇ္ဇ၊ ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ'' ဒီလို လာတယ်၊ ကောင်းမြတ်တဲ့ အာရုံတစ်ခုပေါ်မှာ ကျေနပ်လို့ ဝမ်းသာလို့၊ ဝမ်းသာမှု အနုစားလေးကို 'ပါမောဇ္ဇ'လို့ ခေါ်တာ၊ ထို ဝမ်းသာ

http://www.dhammadownload.com

မှုက စိတ်ထဲ နှလုံးထဲမှာ တသိမ့်သိမ့်ဖြစ်နေလို့ ရှိရင် 'ပီတိ'လို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ ပီတိဖြစ်လာတဲ့အခါ ကိုယ်,စိတ် ငြိမ်းချမ်းမှုဆိုတဲ့ အရသာလေး ပေါ်လာတာက 'ပဿဒ္ဓိ'။

ပဿဒ္ဓိသမ္ဗောဇ္ဈင်

အဲဒီ ပဿဒ္ဓိဆိုတဲ့ သဘာဝတရားလေးက ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးထဲမှာ ပဿဒ္ဓိသမ္ဗောဇ္ဈင်။ အမှန်တရားကို သိရှိဖို့ အသိဉာဏ်ကို စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ တရားတွေထဲမှာ တစ်ခုအပါအဝင် ဖြစ်တယ်။

'ဗောဇ္ဈင်'ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်က ဗောဓိ+အင်္ဂ- ဗောဓိဆိုတာ ထူးခြားတဲ့ အသိကို 'ဗောဓိ'လို့ ခေါ်တယ်၊ ထို ထူးခြားတဲ့ အသိဉာဏ်ဆိုတာ ဘာကို ပြောတာလဲဆိုရင် အမှန်တရားကို သိတာ၊ ဒုက္ခဆိုတာ သိတယ်၊ ဒုက္ခရဲ့ အကြောင်းဆိုတာ သိတယ်၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာကို သိတယ်၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာ လမ်းစဉ်ကို သိတယ်ဆိုတဲ့ သစ္စာ ၄-ချက် အမှန်တရားကိုသိတာ ဗောဓိ၊ အဲဒီ ဗောဓိကို အထောက်အကူပြုတဲ့ အင်္ဂါရပ်၊ ဒါကို (ဗောဓိ+အင်္ဂ) ဗောဇ္ဈင်လို့ ခေါ်တယ်။

ဗောဇ္ဈင်ကို လူတွေက ဘယ်နေရာမှာ သတိရလဲဆိုတော့ နေမကောင်း ထိုင်မသာဖြစ်တဲ့အခါ ဗောဇ္ဈင်သုတ်လေး ရွတ်ရင် ကျန်းမာတယ်လို့ ယူဆပြီးတော့ ကျန်းမာချင်လို့ ဗောဇ္ဈင်သုတ်ကလေးကို သတိရကြတယ်၊ ရှင်မဟာကဿပ မကျန်းမမာ ဖြစ်နေတဲ့အခါမှာ မြတ်စွာဘုရားက ဗောဇ္ဈင်တရား ဟောလိုက်တဲ့အခါ ရှင်မဟာကဿပ ကျန်းမာသွားတယ်၊ နောက် ဒီရောဂါမျိုး

http://www.dhammadownload.com

ထပ်မဖြစ်ဘူးတဲ့။

ပရိတ်ကြီး ၁၁-သုတ်ထဲမှာလည်း ဗောဇ္ဈင်သုတ်ဆိုတာ ပါတယ်၊ အဲဒီ ဗောဇ္ဈင်သုတ်ကတော့ မူရင်း မဟုတ်ဘူး။ နောက်မှ အဓိပ္ပါယ် ခြုံပြီးတော့ ဂါထာတွေနဲ့ နောက်ဆရာတွေ ရေးထား တာလို့ ပြောတယ်၊ မူရင်းက သံယုတ္တနိကာယ်မှာ ရှိတယ်၊ **သတ္တိမေ တဿပ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ မယာ သမ္မဒက္ခာတာ၊ ဘာဝိတာ ဗဟု လီကတာ သံဝတ္တန္တိ အဘိညာယ၊ သမ္ဗောဓာယ၊ နိဗ္ဗာနာ ယ၊ သံဝတ္တန္တိ** ဆိုပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတာ ရှိတယ်။

နောက်တစ်ခါ ရှင်မောဂ္ဂလာန် နာမကျန်း ဖြစ်နေတဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားက ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါး ဟောပေးလိုက်တော့ ကျန်းမာ သွားတယ်တဲ့၊ တစ်ခါတုန်းက မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်တိုင် မကျန်းမမာ ဖြစ်တဲ့အခါ စုန္ဒမထေရ်ကို အနီးအနားမှာ ဗောဇ္ဈင် သုတ်ကို ရွတ်ခိုင်းပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက နာယူလိုက်တယ်၊ မြတ်စွာဘုရားလည်း ကျန်းမာသွားတယ်၊ **'တိဏ္ဏန္နမ္ပိ မဟေသိနံ၊ မဂ္ဂဟာတာ ကိလေသာဝ၊ ပတ္တာနုပ္ပတ္တိဓမ္မတံ' တိဏ္ဏန္နမ္ပိ မဟေသိနံ**- ထူးမြတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ၃-ဦး။ (ရှင်မဟာ ကဿပ၊ ရှင်မောဂ္ဂလာန်၊ မြတ်စွာဘုရား) အဲဒီပုဂ္ဂိုလ် ၃-ပါးရဲ့သန္တာန်မှာ စွဲကပ်လာတဲ့ရောဂါဟာ ကိလေသာတွေကို မဂ်က ပယ်လိုက် သလိုပဲ၊ ဗောဇ္ဈင်တရားတော် နာရင်းကနေ ပျောက်ကင်းသွား တယ်။ နောက်ထပ် ပြန်မဖြစ်တော့ဘူး။ အဲဒါကို အာရုံပြု သစ္စာ ဆိုပြီးတော့ မကျန်းမမာတဲ့အခါ ဗောဇ္ဈင်သုတ်ကလေး ချီးမြှင့် ပါလို့ ပြောကြတယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဒီဗောဇ္ဈင်ဆိုတဲ့ထဲမှာ အခု ပဿဒ္ဓိဆိုတာ ရုပ်,နာမ်သဘာဝ တရားလေးတွေကို ရှုကြည့်ပြီး ငြိမ်းချမ်းမှုဆိုတဲ့ ပဿဒ္ဓိကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ဖြစ်အောင်လုပ်ဖို့ ပိုအရေးကြီးတယ်၊ ငြိမ်းချမ်းမှု ဆိုတာ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ မဖြစ်ဘဲ တရားနာရုံလေး နာရင်က တော့ ဆေးပုလင်းထဲ ထည့်ထားတဲ့ ဆေးလိုပဲ ဖြစ်မှာပဲ၊ ကြားနာပြီး ကြည်နူးမှုလေးတွေ ရှိရင်တော့ အတော်အသင့်ရောဂါ ပျောက် နိုင်တယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဒါက စိတ်ကို စိတ်နဲ့ ကုတဲ့ သဘောပေါ့၊ စိတ်စွမ်းအားတွေကနေ တွန်းပေး လိုက်တဲ့အခါ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး မမာမကျန်း ဖြစ်နေရာက ကျန်းမာရေး ကောင်း သွားတာ ဖြစ်နိုင်တယ်။

မကျန်းမာတဲ့ ရုပ်တွေကို ကျန်းမာတဲ့ စိတ္တဇရုပ်တွေနဲ့ အစားထိုးလိုက်တာ၊ သွေးမကောင်းရင် သွေးလဲပြီးတော့ ကုသလို ပေါ့၊ ဗောဇ္ဈင်သုတ် နာကြားရလို့ ကြည်နူးတဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်လာမယ် ဆိုရင်တော့လည်း ကျန်းမာရေး ကောင်းလာမှာပဲ၊ ကောင်းနိုင် ပါတယ်၊ သစ္စာဆိုလို့ရှိရင်လည်း ကောင်းနိုင်ပါတယ်၊ သို့သော် လူတိုင်းမှာ မြတ်စွာဘုရားတို့ ရှင်မဟာကဿပတို့လို စိတ်ဓာတ်မျိုး မရနိုင်တော့ အဲဒီ မထေရ်မြတ်ကြီးတွေ ကျန်းမာ သွားသလိုမျိုး ကျန်းမာဖို့တော့ ခက်ကောင်းခက်လိမ့် ထင်တယ်။

ပဿဒ္ဓိသမ္ဗောဇ္ဈင်ဆိုတာ ကိုယ်ရော စိတ်ရော ငြိမ်းချမ်း သွားတာ၊ ကိုယ်ရော စိတ်ရော ငြိမ်းချမ်းတာ ဘာကြောင့် ဖြစ်တာလဲဆိုတော့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ပဿဒ္ဓိတရားလေးက ကိုယ်စိတ် မငြိမ်းချမ်းအောင်လုပ်တဲ့ ကိလေသာတွေကို ဖယ်ရှား ပစ်လိုက်နိုင်လို့ ငြိမ်းချမ်းသွားတာ ဖြစ်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဆန့်ကျင်ဖက်တရား

ဘယ်တရားတွေဟာ ငြိမ်းချမ်းမှုရဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက် တရားတွေလဲဆိုရင် 'ဥဒ္ဓစ္စ၊ ကုက္ကုစ္စ'ဆိုတဲ့ စိတ်အညစ်အကြေးတွေပဲ ဖြစ်တယ်၊ ဥဒ္ဓစ္စဆိုတာက စိတ်လေနေတယ်၊ ဘာလုပ်ရမှန်းမသိဘူး၊ စိတ်စုစည်းလို့ မရဘူး၊ လေနေတဲ့စိတ်ကလေးဟာ ဘယ်လိုမှ မငြိမ်းချမ်းနိုင်ဘူး။ လူတွေ တစ်ခါတစ်ခါ သတိထားမိတယ်။ "ဪ-ငါ့စိတ်တွေလေလိုက်တာ ဘာမှန်း မသိဘူး၊ စုစည်းလို့လည်း မရဘူး"၊ ဒီလိုလည်း မနေချင်၊ ဒီကိုလည်း မသွားချင်၊ ဟိုကိုလည်း မသွားချင်၊ စိတ်တွေလေနေတာ၊ အဲဒါ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဲဒီ ဥဒ္ဓစ္စဆိုတဲ့ စိတ်လေနေတာကို သမာဓိစွမ်းအားနဲ့ နှိမ်နင်းပြီး ဖျက်လိုက်တဲ့အခါ 'ပဿဒ္ဓိ'ဆိုတဲ့ ငြိမ်းချမ်းမှုက ပေါ်လာနိုင်တယ်၊ ဒါကြောင့် 'ပဿဒ္ဓိ'က စိတ်လေနေတဲ့ ဥဒ္ဓစ္စကို ဖယ်ရှားနိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိပါတယ်။

နောက်တစ်ခုက ကုက္ကုစ္စ၊ တစ်စုံတစ်ခုနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ လူတွေဟာ စိတ်ထဲမှာ ပူပန်မှုလေးတွေ ရှိတတ်တယ်၊ ပထမပူပန်မှုက တစ်ခုခု အမှားလုပ်မိရင် ထိုအမှားအတွက် ပူပန်မှုလေးတွေ ရှိတတ်တယ်၊ ဒုတိယပူပန်မှုက လုပ်သင့်တာလေး တစ်ခု မလုပ်ဘဲ နေမိရင်လည်း ထို မလုပ်မိတာလေးအတွက် ပူပန်တတ်တယ်။

'စိတ်'ဆိုတာ တော်တော် ဆန်းကြယ်တယ်၊ ဥပမာ-လူတစ်ယောက်ကို တစ်ခုခု ပြောလိုက်ရမှာ၊ တစ်ခုခု ပေးလိုက်ရမှာ မပြောမိ မပေးမိရင်လည်း 'ငါ့နှယ်နော် မေ့တတ်လိုက်တာ ဖြစ်မှ

http://www.dhammadownload.com

ဖြစ်ရလေ' ပူပန်နေပြန်ရော၊ လုပ်မိပြန်တော့လဲ၊ 'ငါ မှားလိုက်တာ လုပ်မိသွားပြီ၊ ပြောမိသွားပြီ၊' ဘယ်လိုလုပ်ရမှန်း မသိဘူးနဲ့ စိတ်တွေ ပူပန်နေတာ ကုက္ကုစ္စပဲ။

ရှင်အနုရုဒ္ဓါကို အရှင်သာရိပုတ္တရာက ထောက်ပြတယ်၊ ရှင်အနုရုဒ္ဓါက "ဒိဗ္ဗစက္ခုအဘိညာဉ်နဲ့ စကြဝဠာတစ်ထောင်ကို ကြည့်နိုင်တယ်"၊ သမာဓိလည်း ကောင်းတယ်၊ တရားလည်း အားထုတ်တယ်၊ ဒါပေမယ့် ဘာဖြစ်လို့ ကိလေသာတွေ မကုန် မှန်း မသိဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့ အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်ကို မဆိုက်ရောက်မှန်း မသိဘူး"ဆိုတော့ ရှင်သာရိပုတ္တရာက ထောက်ပြတယ် "ငါ စကြဝဠာတစ်ထောင်ကို ကြည့်နိုင်တယ် ဆိုတာ မာနစွဲ ဖြစ်နေတာ၊ "ငါ့မှာ သမာဓိ စွမ်းအားတွေ ကောင်းတယ်"လို့ တွေးနေတာ ဥဒ္ဓစ္စ ဖြစ်နေတာ၊ စိတ်လေ နေတာ၊ "ဒီလို လုပ်ရဲ့သားနဲ့ ဘာဖြစ်လို့ မအောင်မြင်ရ တာလဲဆိုတာက စိတ်ထဲမှာ ကုက္ကုစ္စ ဖြစ်နေတာတဲ့၊ ရှင်သာရိ ပုတ္တရာက ထောက်ပြတာ။

အဲဒီ ကုက္ကုစ္စဖြစ်ပုံက အဘိဓမ္မာကျမ်းဂန်တွေထဲမှာ လုံးဝ မပါဘူး၊ အဘိဓမ္မာကျမ်းတွေမှာ ဖွင့်တာက "**ကတာ ကတာ နုသောစနံ**" မလုပ်မိတဲ့ ကုသိုလ်၊ လုပ်မိတဲ့ အကုသိုလ်အတွက် နောင်တရ ပူပန်တာကို ကုက္ကုစ္စလို့ ပြောတယ်၊ အခု လုပ်ရဲ့သားနဲ့ တစ်ခုခု မအောင်မြင်တဲ့အခါဖြစ်တဲ့ ကုက္ကုစ္စ မပါသေးဘူး၊ ဒါကို **တတိယပူပန်မှုတစ်ခုအဖြစ်** ထပ်ဖြည့်ရမယ်၊ ဒါလည်း အကု သိုလ်ပဲလို့ ပြောရမယ်၊ အဲဒါ ဘယ်ကျမ်းမှာ တွေ့ရသလဲ ဆိုတော့

http://www.dhammadownload.com

''ခုဒ္ဒကနိကာယ် စူဠနိဒ္ဒေသတို့ မဟာနိဒ္ဒေသဆိုတဲ့ ပါဠိတော်က ပါဠိတော်တွေကို ဖွင့်ဆိုတဲ့ ကျမ်းတွေထဲမှာ ပါတယ်၊ ''ရိပ်သာဝင်တာ အကြိမ် ၂၀–လောက် ရှိပြီ၊ သမာဓိလေးတောင် မရဘူး၊ ဝိပဿနာဉာဏ်လည်း မတက်ဘူး၊ ဉာဏ်စဉ်လည်း မနာရဘူး'' ဆိုပြီးတော့ စိတ်ထဲမှာ ဖြစ်နေတာ၊ ဒါကုက္ကုစ္စလို့ပဲ ပြောရမယ်၊ လုပ်လျက်သားနဲ့ မအောင်မြင်တာ၊ အဲဒီလို ဖြစ်နေတဲ့ ကုက္ကုစ္စမျိုးကိုလည်း ပဿဒ္ဓိက ဖယ်ရှားပေးပါတယ်။

ပဿဒ္ဓိတရား ဖြစ်လာပြီဆိုရင် စိတ် မငြိမ်သက်တာတို့၊ မငြိမ်းချမ်းတာတို့ လုံးဝ မဖြစ်တော့ဘူး၊ ဖြစ်နေသေးရင် ဒါ ပဿဒ္ဓိ မဖြစ်သေးလို့ပဲ၊ ဒီလို မှတ်ရမယ်၊ ဒါကြောင့် ဗောဇ္ဈင် ၇–ပါးထဲမှာ ပဿဒ္ဓိ စိတ်ငြိမ်းချမ်းတာဟာ အသိဉာဏ် တိုးတက်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းပဲ။

အဓိပ္ပါယ်တစ်မျိုး

နောက်အဓိပ္ပာယ် တစ်ခုပြောမယ်ဆိုရင် ပဿဒ္ဓိဆိုတဲ့ ငြိမ်းချမ်းမှုလေးဟာ တစ်ခါတစ်ရံ စိတ်ကစတင်တာ ရှိတယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ရုပ်ခန္ဓာကြီးက စတင်လာတာ ရှိတယ်၊ ဒီလို ပြောလို့ရတယ်၊ ရုပ်က စတယ်ဆိုတာ တစ်ခါတစ်ရံကျတော့ တစ်ယောက်ထဲ တိတ်ဆိတ် ငြိမ်သက်နေတဲ့ သစ်ပင်ရိပ်အောက် ကွပ်ပျစ်လေးနဲ့ ထိုင်နေတုန်း လေလေးက တဟူးဟူးတိုက်တဲ့အခါ ခန္ဓာကိုယ် အနေနဲ့ ငြိမ်းချမ်းတော့ စိတ်ထဲမှာ ''ကောင်းလိုက်တာ''လို့ ဖြစ်တာ၊ ခန္ဓာကိုယ် အနေအထား ငြိမ်းချမ်းတော့ စိတ်ကလေးကပါ ငြိမ်းချမ်းမှု ဖြစ်တာ၊ အဲဒါကျတော့ 'ကာယ

http://www.dhammadownload.com

ပဿဒ္ဓိ’လို့ ပြောလို့ ရတယ်ပေါ့၊ ဒါတစ်နည်းပြောတာနော်။

နောက်တစ်နည်း ပြောတော့ ကိုယ်အနေအထားကတော့ ငြိမ်းချမ်းမှု မရှိဘူး၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ “ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုလို့ ရှိရင်တော့ နေရာထိုင်ခင်းကလည်း ကောင်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ မြတ်စွာဘုရား ဗောဓိပင်အောက်မှာ မြက်ကလေး ခင်းထိုင်တာ၊ ဆိုဖာကြီးနဲ့ ကျောင်းထဲ ထိုင်တာလောက် ကောင်းပါ့မလား၊ ဘယ်ကောင်းမလဲ၊ သို့သော်လည်း မြတ်စွာဘုရားက စိတ်ဓာတ်က ငြိမ်းချမ်းနေတဲ့အတွက်ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်လည်း ငြိမ်းချမ်းသွားတာပဲ၊ စိတ်ပျော်လို့ရှိရင် ဘယ်လိုနေရာပဲဖြစ်ဖြစ် ပျော်စရာကြီးလို ဖြစ်နေတယ်၊ အဲဒါကို စိတ္တပဿဒ္ဓိလို့ ပြောတယ်။

ခန္ဓာကိုယ်ကို အကြောင်းပြုပြီး ငြိမ်းချမ်းမှု ဖြစ်လာရင် ကာယပဿဒ္ဓိ၊ စိတ်နှင့် ပတ်သက်ပြီး ငြိမ်းချမ်းမှုဖြစ်ရင် စိတ္တပဿဒ္ဓိလို့ ပြောတယ်၊ “**ရူပကာယဿာပိ**”လို့ ဋီကာကျော်ကျမ်းမှာ အဲဒီလို ရေးထားတယ်၊ ဒါလည်း သဘာဝကျတယ်၊ ကာယကို စေတသိက်အပေါင်းလို့ ကျမ်းဂန်များမှာ ဆိုသော်လည်း “**ရူပကာယဿာပိ**”လို့ ဋီကာကျော်ကျမ်းမှာ ပြောထားတာလေးကလည်း လက်တွေ့နဲ့ ကိုက်စရာအကြောင်း ရှိပါတယ်။

ဒီ ပဿဒ္ဓိဆိုတဲ့ သဘာဝတရားသည် အသိဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်တိုးတက်ဖို့ရာအတွက် အကြောင်းတစ်မျိုး စွမ်းအားတစ်ခု ဖြစ်တယ်လို့ မှတ်ရမယ်၊ ဉဒ္ဓစ္စ,ကုက္ကုစ္စဆိုတဲ့ စိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေတတ်တဲ့ စိတ်အညစ်အကြေးတွေကိုလည်း ဖယ်ရှားပစ်နိုင်ပါတယ်၊ ကာယပဿဒ္ဓိနဲ့ စိတ္တပဿဒ္ဓိကို စေတသိက်တွေရဲ့ ငြိမ်း

http://www.dhammadownload.com

အေးမှု၊ စိတ်တွေရဲ့ ငြိမ်းအေးမှုလို့ လက်တွေ့မှာ ဒီလို ခွဲလို့ရတာ မဟုတ်ဘူး။ ခွဲလို့ မရပေမယ့် ခွဲပြောလို့ ဖြစ်တယ်။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိလို့ဆိုတဲ့ အခါကျတော့ လူနဲ့ စွမ်းရည်ကို ခွဲလို့ မရဘူး၊ ဒါပေမယ့် လူတွေက ခွဲပြောကြတယ်၊ ဒါတင် မကဘူး၊ ခွဲပြောတဲ့ နေရာတွေ အများကြီး၊ ''လူကတော့ ကောင်းပါတယ်၊ ဒူးက မကောင်းဘူး'' ဆိုတာမျိုး၊ လူလို့ ပြောတဲ့ထဲ ဒူးပါပြီးသားပဲလေ၊ တစ်ခါတစ်ရံ လူတွေက ခွဲပြောလေ့ ရှိကြတယ်၊ အဲဒီလိုပဲ ကာယပဿဒ္ဓိ,စိတ္တပဿဒ္ဓိလို့ ခွဲပြောလိုက်တာပေါ့၊ အဲဒီတော့ ဒီနှစ်ခုဟာ အတူပေါင်းစပ်နေကြတယ်၊ ခွဲမရတဲ့ အတွဲလို့ ပြောရမယ်၊ (ခွဲမရတဲ့ အတွဲဆိုတာ ဘာကို ပြောတာလဲဆိုတော့ 'စွယ်တော်ရွက်'လို နှစ်ခုပေါင်းမှ တစ်ရွက် မဟုတ်လား၊ အဲဒါမျိုးကို ပြောတာ။)

ကာယလဟုတာ၊ စိတ္တလဟုတာ

နောက်တစ်ခုက ''ကာယလဟုတာ၊ စိတ္တလဟုတာ''၊ ကိုယ်ရဲ့ ပေါ့ပါးမှု၊ စိတ်ရဲ့ပေါ့ပါးမှု၊ တစ်နည်းအားဖြင့် စေတသိက်တွေရဲ့ ပေါ့ပါးမှုနဲ့ စိတ်ရဲ့ ပေါ့ပါးမှု၊ ပေါ့ပါးမှုရှိတယ်ဆိုတာ လေးလံမှုလည်း ရှိလို့ပေါ့၊ အဲဒီ လေးလံမှုက ဘာတွေလဲဆိုတော့ ''ထိန–မိဒ္ဓ''၊ ဒါတွေ ဖြစ်လာလို့ရှိရင် စိတ်က လေးလံလာတယ်၊ စိတ် ဆုတ်နစ်လာပြီဆိုရင် တရားအားထုတ်ဖို့ စိတ်မပါဘူး၊ ကုသိုလ်လုပ်ဖို့ စိတ်မပါဘူး၊ အဲဒီလို စိတ်လေးလံစေတတ်တဲ့ သဘာဝ တရားတွေ စိတ်အညစ်အကြေးတွေကို ကာယလဟုတာ စိတ္တလဟုတာဆိုတဲ့ သဘာဝတရား စွမ်းအား ထက်လာရင်

http://www.dhammadownload.com

ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်။

အညစ်အကြေးတွေကို ဖယ်ရှားတဲ့နေရာမှာ ဒီ သဘာဝတရားတွေကလည်း စိတ်အညစ်အကြေးတွေကို ဆေးကြောနိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိတွေ ရှိတယ်၊ ဒါ ပိုက်ဆံနဲ့ ဝယ်ရတာ မဟုတ်ဘူး၊ ဒီ သဘာဝတရားက ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ဖြစ်အောင် လုပ်ယူရတယ်။ ဘာနဲ့ဖြစ်အောင် လုပ်ရမလဲဆိုရင် ခုနက ဓမ္မအာရုံပေါ် စိတ်စိုက်ပြီး ဒီသဘာဝတရားတွေ ဖြစ်လာအောင် ကိလေသာတွေ မဖြစ်အောင် ဖယ်ရှား၊ စိတ်စွမ်းအားတွေ ဒီဘက်က တိုးမြင့်လာအောင် လုပ်ပေး၊ ကျင့်စဉ်ကတော့ သမထကျင့်စဉ်နဲ့ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ပဲ ဖြစ်တယ်။

ကာယမုဒုတာ၊ စိတ္တမုဒုတာ

နောက်တစ်ခုက "ကာယမုဒုတာ၊ စိတ္တမုဒုတာ"၊ စေတသိက်ရဲ့ နူးညံ့ပျော့ပျောင်းမှု၊ စိတ်ရဲ့ နူးညံ့ပျော့ပျောင်းမှု၊ နူးညံ့ပျော့ပျောင်းတယ်ဆိုတာ ခက်ထန်မှု ကင်းတာ၊ အဲဒီတော့ စိတ်က ဘယ်လိုအချိန် ခက်ထန်သလဲဆိုရင် ဒေါသထွက်တဲ့စိတ် မခက်ထန်ဘူးလား၊ စိတ်ဆိုးနေတဲ့အချိန် ခက်ထန်နေမှာပဲ၊ နောက် မာနဖြစ်နေတဲ့သူရဲ့ စိတ်ရော ခက်ထန်တာပဲ၊ စာထဲမှာ ဘယ်လို ပြောထားလဲဆိုရင် 'သံချောင်းကြီး မြိုထားတဲ့မြွေလိုပဲ'တဲ့၊ ခွေလို့ မရတော့ဘူး၊ အဲဒီမာနရှိတဲ့ သူက ရင်ကော့ပြီးသွားတာ၊ လူကြီးသူမတွေရှေ့လည်း ကုန်းလို့မရဘူး၊ မာနရှိရင် ကုန်းလို့ မရတော့ဘူး၊ ကော့ထားတာ၊ အဲဒီလို မာန်မာန ရှိလာပြီဆိုရင် လူ့စိတ်ဟာ ပျော့ပျောင်းတာမျိုး မဖြစ်တော့ဘူး၊ လိုသလို လုပ်လို့ မရဘူး၊ ထောင်ထောင်နဲ့ ဖြစ်နေပြီ၊ မာနဆိုတဲ့ ကိလေသာ စိတ်အညစ်

http://www.dhammadownload.com

အကြေးကို ကာယမုဒုတာ စိတ္တမုဒုတာနဲ့ ဖယ်ရှားပစ်ပါ။

ဒီ မုဒုတာကို ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ထူထောင်ရမယ်၊ စိတ်ခါတ်နူးညံ့တယ် ပျော့ပျောင်းတယ်၊ သူ့ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ဆန့်ကျင်ဘက် သဘာဝတရားတွေကို ဖယ်ရှားပစ်တယ်၊ ဒါက special ကို ပြောတာပေါ့၊ ဆေးဆိုတာလာ တစ်ခါတစ်ရံမှာ သီးသန့် ထုတ်လုပ်တာရှိတယ်၊ ဥပမာ သွေးတိုးရောဂါအတွက်ဆေး၊ ဆီးချိုရောဂါ အတွက်ဆေး၊ general ကျတော့ ကိုက်တာခဲတာ အားလုံး သုံးလို့ရတာမျိုး၊ special ကျတော့ မဟုတ်တော့ဘူး၊ ဒီ ရောဂါ အတွက် သီးသန့်ထုတ်တာ။

အဲဒီလိုပဲ ဒီ သဘာဝတရားလေးတွေက ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ကိလေသာတွေ စိတ်အညစ်အကြေးတွေကို ဖယ်ရှားပစ်ဖို့ သီးသန့်လေးတွေ၊ ဒါတွေကို ကြိုးစားပြီးတော့ ထူထောင်ပေးရမယ်၊ ကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ ဟောဒီ သဘာဝတရားလေးတွေ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ဖြစ်လာနိုင်တယ်။

ကာယပါဂုညတာ၊ စိတ္တပါဂုညတာ

ပြီးတော့ "ကာယပါဂုညတာ၊ စိတ္တပါဂုညတာ"၊ စိတ်ရဲ့ လေ့လာနိုင်စွမ်းရှိမှု၊ ကျွန်းမာတယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်၊ စိတ်နေမကောင်းတာ မရှိဘူး၊ စေတသိက် နေမကောင်းတာ မရှိဘူး၊ လူနေမကောင်းရင် ဆေးသောက်လို့ ရတယ်၊ စိတ်နေမကောင်းတာ ကျတော့ တစ်မျိုး၊ အဲဒီ စိတ် နေမကောင်းမှု ကင်းသွားရင် ကာယပါဂုညတာ စိတ္တပါဂုညတာ၊ ဒီသဘာဝတရားဟာ စိတ်နေမကောင်းတာကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်။

http://www.dhammadownload.com

ဘာတွေကြောင့် စိတ်က နေမကောင်းတာလဲ ဆိုရင် ကိလေသာတွေ ဖြစ်လာလို့ စိတ်က နေမကောင်းဘူး၊ လောဘ **လွှမ်းနေတဲ့အခါ ဒေါသလွှမ်းနေတဲ့အခါ စိတ်နေမကောင်းဘူး ပြောရမယ်၊ အမှန်တရားကို မသိလို့ တွေဝေနေတဲ့အခါ စိတ် နေမကောင်းဘူးလို့** ပြောရမယ်၊ အဲဒီလို နေမကောင်းတာ မျိုးကို ပါဂုညတာက ဖယ်ရှားနိုင်တယ်၊ စိတ်ဟာ ကျန်းမာသွားတယ်၊ စိတ် ကျန်းမာဖို့ဆိုတာ အရေးကြီးတယ်။

ကိုယ်ကျန်းမာဖို့ဆိုတာ လူတိုင်း မတတ်နိုင်ဘူး၊ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားပြီဆိုရင် လုံးဝ စိတ်ကျန်းမာမယ်၊ ပုထုဇဉ်ကျတော့ စိတ် မကျန်းမာဘူး၊ ပုထုဇဉ်တွေက မာနသဘောနဲ့ ထောင်ထောင် ထောင်ထောင် လုပ်နေပေမယ့်လို့ စိတ်ကျန်းမာမှု အားနည်း နေကြတယ်၊ စိတ်ထဲမှာ အနာတရတွေ ဖြစ်ပြီးတော့ နေကြ တယ်။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ်မကျန်းမာတာက သိပ် အရေးမပါပါဘူး၊ စိတ်ကျန်းမာဖို့က အရေးကြီးပါတယ်လို့ နကုလ ပိတာ ဒကာကြီးကို ဟောထားတာရှိတယ်၊ ''ခန္ဓာကိုယ်ဆိုတာ နာတာ ကျင်တာ ကိုက်တာ ခဲတာ ထုံးစံပါပဲတဲ့၊ စိတ်မနာ စေနဲ့ပေါ့တဲ့၊ ခန္ဓာကိုယ် နာချင်နာပါစေ၊ စိတ်ကျန်းမာအောင် နေပါ''တဲ့၊ ခန္ဓာကိုယ်ဆိုတာ ဘာမှ မတတ်နိုင်ဘူး၊ ရုပ်ခန္ဓာကြီး ကတော့ မကျန်းမမာဖြစ်လာရင် သာမန်ဆေးဝါးနဲ့ ကုရုံပဲ၊ ဘယ်လို ပဲ ကုကု၊ သူက ပျောက်ချင်မှ ပျောက်မယ်၊ သူ့သဘာဝပဲ။ ဘာမှ မတတ်နိုင်ဘူး။

http://www.dhammadownload.com

အဲဒီတော့ စိတ်မကျန်းမာဖြစ်ရင် ''စိတ်မကျန်းမာမှု မဖြစ်စေရဘူး''ဆိုပြီး ကျင့်ရမယ်တဲ့၊ ဒါလည်း မှတ်စရာတစ်ခုပါပဲ၊ စိတ်ကျန်းမာဖို့အတွက်က ဘာလုပ်ရမလဲ၊ ကာယပါဂုညတာ စိတ္တပါဂုညတာ ဒီသဘာဝတရားတွေ စွမ်းအားဖြစ်စေဖို့ ကုသိုလ်စိတ်တွေနဲ့ ယှဉ်ပြီး ဖြစ်နေအောင် ကြိုးစားဖို့ပဲ၊ စိတ်ကျန်းမာလာမယ်။

ကာယကမ္မညတာ၊ စိတ္တကမ္မညတာ

''ကာယကမ္မညတာ၊ စိတ္တကမ္မညတာ'' ကမ္မညတာဆိုတာ စွမ်းဆောင်နိုင်မှု ရှိတာ၊ စိတ်ကလည်း စွမ်းဆောင်နိုင်မှု ရှိတယ်၊ ကိုယ်ကလည်း စွမ်းဆောင်နိုင်မှု ရှိတယ်၊ လုပ်နိုင်ကိုင်နိုင် စွမ်းရည်ရှိတယ်လို့ ပြောတာပါ၊ ဒါပေမယ့် ကိလေသာစိတ် အညစ်အကြေးတွေ ပေါ်လာပြီဆိုရင် စိတ်မှာ စွမ်းဆောင်မှုတွေ အားနည်းသွားတယ်၊ စွမ်းဆောင်နိုင်မှု မရှိဘူး။

ဥပမာ– ဒေါသဖြစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်မှာ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ဖို့ သမာဓိဖြစ်ဖို့ ဘယ်လောက် ခက်သွားမလဲ၊ စိတ်စွမ်းအားတွေ လျော့ကျသွားတယ်၊ မကောင်းမှုဘက် စိတ်တွေ တိုးတက်လာတယ်၊ သမာဓိရအောင် အသိဉာဏ်ပေါ်အောင် မလုပ်နိုင်တော့ဘူး၊ စိတ်ငြိမ်းချမ်းအောင်လည်း မလုပ်နိုင်ဘူး၊ စိတ်စွမ်းဆောင်နိုင်မှုတွေ အားနည်းသွားစေတတ်တဲ့ ကိလေသာတွေကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်ဖို့ ကာယကမ္မညတာ၊ စိတ္တကမ္မညတာဆိုတာ အရေးကြီးတယ်၊ သဘာဝတရားတွေ ကုသိုလ်စိတ်တွေ မိမိရဲ့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်နေပြီဆိုရင် စွမ်းအားတွေ အားလုံးပေါ်နေမှာပဲ။

http://www.dhammadownload.com

ကာယုဇုကတာ၊ စိတ္တုဇုကတာ

နောက်တစ်ခုက ''ကာယုဇုကတာ၊ စိတ္တုဇုကတာ''၊ ကာယုဇုကတာ၊ စိတ္တုဇုကတာက စိတ် စေတသိက်တွေရဲ့ ဖြောင့်မတ်မှု၊ စိတ်ရဲ့ဖြောင့်မတ်မှု၊ ဖြောင့်မတ်မှု ရှိရတယ်၊ ဖြောင့်မတ်တယ်ဆိုတာ ရိုးသားတာပဲ၊ မရိုးသားဘူးဆိုတာ ဘာပြောတာလဲ။

မရိုးသားတဲ့စိတ်နဲ့ ရိုးသားတဲ့စိတ်၊ ဘာကို ရည်ညွှန်းတာလဲ၊ မရိုးသားဘူးဆိုတာ 'မာယာ သာဌေယျ'၊ မာယာဆိုရင် လူတွေက မျက်လှည့်လို့ ထင်တယ်၊ မာယာများတယ်လို့ ပြောကြတယ်၊ မာယာ သာဌေယျဆိုတာ အဓိပ္ပါယ် သေသေချာချာ သိဖို့ လိုတယ်၊ မာယာဆိုတာ ကိုယ့်ရှိတဲ့ အပြစ်ကို မရှိယောင်ဆောင်တာ၊ ကိုယ့်အပြစ်ကို ဖုံးကွယ်ချင်တာ၊ ဖုံးကွယ်ဖို့ ကြိုးစားတာ၊ အပြစ်တစ်ခုရှိလျက်နှင့် လူမသိအောင် ဖုံးထားတာ၊ ဒါ မရိုးသားတာလို့ ခေါ်တယ်၊ ကိုယ်မဟုတ်တာ လုပ်ထားတာကို သူတစ်ပါး မသိစေချင်လို့ ဖုံးထားတာ မာယာ၊ ဒီ မာယာကလည်း စိတ်အညစ်အကြေးပါပဲ၊ လုပ်တယ်၊ မသိအောင် ဖုံးတယ်၊ ကွယ်ရာကျတော့ လုပ်တယ်၊ သူများသိမှာ စိုးတယ်။

မြတ်စွာဘုရား ဂုဏ်တော်မှာ ကြည့်ပါ၊ 'အရဟံ'ဆိုတာ ဆိတ်ကွယ်ရာ၌ပင် မကောင်းမှုကို မလုပ်တာ၊ ဘုရားမှာ ဖုံးကွယ်စရာ ဘာမှမရှိ၊ လူတွေကသာ ဖုံးနေတာ၊ လူမသိအောင် ဖုံးလို့ရတာ တစ်ခုမှ မရှိဘူး။ အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတာ၊ နတ္ထိ လောကေ ရဟော နာမ၊ ပါပကမ္မံ

http://www.dhammadownload.com

ပကုဗ္ဗတော– လောကမှာ ဆိတ်ကွယ်ရာဆိုတာ မရှိဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ မရှိလဲဆိုတော့ အတ္တာ တေ ပုရိသ ဇာနာတိ– 'မင်းကိုယ်တိုင် သိနေတာပဲ'တဲ့၊ တခြားလူ သိတာ,မသိတာထား၊ ကိုယ်သိတယ်၊ ကိုယ်သိနေတယ် ဆိုကတည်းက ရှက်စရာဖြစ်မနေဘူးလား။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုတော့ မရှက်ကြဘူး၊ သူများ မသိရင် ပြီးရော၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိနေတာကို အလေးမထားတာ။ အဲဒါ မာယာရှိနေပြီ၊ မာယာရဲ့သဘောက ကိုယ်သိရင် သိပါစေ၊ သူများမသိရင် ပြီးရော၊ လူမြင်ကောင်းအောင်လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုကတည်းက ဘယ်ရိုးသားမှု ရှိပါတော့မလဲ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်ရှက်ရမယ်၊ သဘာဝတရားတွေမှာ သူ့ဟာသူရှိတယ်၊ ဒါကြောင့် ကာယုဇုကတာ စိတ္တုဇုကတာဆိုတာ တကယ်ရိုးသားတာ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း မလိမ်၊ သူများကိုလည်းမလိမ်တာ။

နောက်တစ်ခုက 'သာဌေယျ'ဆိုတာက မာယာနဲ့ မတူဘူး၊ သာဌေယျက ကိုယ့်မှာ မရှိတဲ့ဂုဏ်ကို ထုတ်ကြွားချင်တဲ့လူ၊ ရိပ်သာမှာ တကယ် တရားအားထုတ်တာ မဟုတ်ဘဲ၊ 'ငါတရားဘယ် နှစ်ခါ ဝင်ပြီးပြီ'လို့ ပြောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တို့၊ ပိုက်ဆံ မရှိဘဲနဲ့ပိုက်ဆံ ချမ်းသာတဲ့ပုံစံ၊ လေလုံးထွားပြောတဲ့ လူမျိုး၊ သမာဓိတရားမရှိဘဲနဲ့ 'သူ တရားထိုင်လိုက်တာ တစ်နာရီလုံးလုံး စိတ်ကိုငြိမ်နေတာပဲ'လို့ ပြောတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတို့၊ အဲဒါမျိုး ကိုယ့်မရှိတာကို အရှိလုပ်ရင် သာဌေယျလို့ ခေါ်တယ်။

ဘုန်းကြီးတွေဆိုလည်း ဓမ္မာစရိယ မအောင်ဘဲ အောင်

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊ ဘွဲ့မရဘဲ ရတယ် ပြောတာမျိုး၊ စာမတတ်ဘဲ တတ်တယ်လို့ ပြောတာမျိုး၊ ဒါဆို သာဌေယျ၊ ဘုန်းကြီးဖြစ်စေ လူဖြစ်စေ မရှိတဲ့ဂုဏ် ထုတ်ပြောတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို သာဌေယျလို့ ခေါ်တယ်။

အဲဒီ မာယာသာဌေယျ ရှိနေရင် လူဟာ ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှု မရှိတော့ဘူး၊ ကောက်ကျစ်နေတယ်၊ ဒါကြောင့် ကာယုဇုကတာ စိတ္တုဇုကတာ၊ ဒီ သဘာဝတရားနှစ်ခု မိမိတို့ ရင်ထဲနှလုံးထဲ ကိန်းလာပြီဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း မလိမ်တော့ဘူး၊ မရှိတာလည်း အရှိလုပ်ပြီး မပြောဘူး၊ ရှိနေတဲ့ အပြစ်ကို လည်း ဖုံးမနေတော့ဘူး၊ ကိုယ်လုပ်ရင် လုပ်တယ်လို့ ဖွင့်ဟ ပြောကြားလေ့ရှိတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက အပြစ်တစ်ခု ကျူးလွန်ထားပြီဆိုရင် ပထမအဆင့် ဖွင့်ပြောရမယ်၊ ဖွင့်ပြောတာ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် မြိုထားရင် တအုံနွေးနွေး ဖြစ်တတ်လို့ပါပဲ၊ confession လုပ်တယ်၊ ဖွင့်ပြောလိုက်ရင် စိတ်ထဲမှာ နှလုံးထဲမှာ အေးချမ်းသွားတယ်၊ ဖွင့်ပြောရုံနှင့် ပြီးသွားလားဆိုတော့ မပြီးသေးပါဘူး။

အမှန်အတိုင်း ဖွင့်ဟဝန်ခံတာက ပထမအဆင့် ပြီးပြီဆိုလို့ရှိရင် ''ဒါမျိုးနောက် မဖြစ်စေရပါဘူး''ဆိုတာက ဒုတိယအဆင့်၊ ပြီးတဲ့အခါကျတော့ ဒါမျိုး မဖြစ်စေရုံတင် မကဘူး၊ ''ကောင်းတဲ့အလုပ်တွေကိုပဲ လုပ်ပါတော့မယ်''ဆိုတာက တတိယအဆင့်၊ အဲဒါဆိုရင် စောစောက မကောင်းမှု ကျူးလွန်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်သည် မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကနေ လွတ်နိုင်တယ်လို့ ဒီလို ဟောခဲ့တယ်၊ ''သခ်ဓမသုတ်''ကိုကြည့်။

http://www.dhammadownload.com

သံယုတ္တနိကာယ်က သစ်မေသုတ်ဆိုတာ ရှိတယ်၊ အကုသိုလ်တွေကနေ လွတ်အောင်ရှောင်တဲ့နည်းကို ဟောထားတယ်၊ ငါလုပ်ထားတဲ့ အကုသိုလ်ကို မကောင်းဘူးလို့ ပထမ မြင်ရမယ်၊ မြင်ပြီးရင် ဖွင့်ဟဝန်ခံရမယ်၊ ဘုန်းကြီးတွေက ဒေသနာကြားတယ်ဆိုတာ "မေ့ပြီး အပြစ်တစ်ခု ကျူးလွန်မိပါတယ်၊ အဲဒီ ကျူးလွန်ကြောင်းကို ဖွင့်ပြောပါတယ်"လို့ ပြောတဲ့အခါ နားထောင်ပေးတဲ့သူက "ကိုယ်တော့အပြစ် ကိုယ်တော် မြင်ရဲ့လား"လို့ ဆိုရင် "မြင်ပါတယ်"လို့ ပြန်ပြောရမယ်၊ "မြင်ရင် နောက်ထပ် ရှောင်မလား"လို့ ထပ်မေးရင် "ရှောင်ပါ့မယ်"လို့ ဖြေရတယ်၊ ဒါပဲ ဘုန်းကြီးတွေ ဒေသနာကြားတာ၊ သင်္ကန်းဝတ်ဖူးတဲ့သူတွေ သိတယ်၊ ပါဠိလိုဆိုနေလို့ အဓိပ္ပါယ်က ဒါပဲ။

လူချင်းလည်း အဲဒီလို လုပ်လို့ရတာပဲ၊ ဒါကို ဒေသနာကြားတယ်လို့ ခေါ်တယ်၊ ဒေသနာကြားတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်အပြစ်ကို ကိုယ်ထုတ်ပြီးတော့ နောင်ဒါမျိုး မဖြစ်စေရပါဘူးလို့ ပဋိညာဉ်ပေးတာ၊ အင်မတန် စနစ်ကျတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားက မကောင်းတဲ့ အကုသိုလ်ရဲ့ လွတ်မြောက်တဲ့နည်းကို ပြောတာ၊ အပြစ်မဖြစ်ဘူးလို့ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး၊ အပြစ်ဖြစ်ပြီးသားက ဖြစ်သွားပြီ၊ ဖြစ်ပြီးသားကို မဖြစ်ဘူးလို့ ပြောလို့မရဘူး၊ လုပ်ပြီးသားတော့ လုပ်ပြီးသားပဲ၊ လုပ်ပြီးသားအပြစ်ကို ဖျက်သိမ်းတာ မဟုတ်ဘူး၊ နောက်ထပ် မဖြစ်ဖို့ရာ စောင့်စည်းတာ။

အကုသိုလ်ဆိုတာ နှစ်မျိုးရှိတယ်၊ နှစ်ခုမျိုးက ဘာလဲဆိုရင် (၁) လုပ်လို့ဖြစ်တဲ့ အကုသိုလ်၊ (၂) တွေးပြီးတော့ နောင်တရ ပူပန်နေတဲ့ အကုသိုလ်တဲ့၊ အခုကြည့်ရင် ပထမ

http://www.dhammadownload.com

လုပ်တုန်းက အကုသိုလ် ရသွားပြီ၊ အဲဒီအတွက် စိတ်ပူနေတာက နောက်ထပ် အကုသိုလ်၊ ပါဠိလို အာရမ္ဘ၊ အာရမ္ဘဆိုတာက လုပ်လို့ ဖြစ်လာတာ၊ လုပ်လို့ဖြစ်လာတာ၊ ပြင်လို့ မရဘူး၊ လုပ်ပြီးသွားပြီလေ၊ နောက်ဟာက ဝိပ္ပဋိသာရဇ– စိတ်နှလုံး မသာမယာ ဖြစ်တာ၊ စိတ်ဆင်းရဲနေတာကြောင့် ဖြစ်တဲ့အကုသိုလ်၊ ကိုယ်လုပ်မိတဲ့အပေါ်မှာ လူတွေက မှားပြီလို့ သိတဲ့အခါ စိတ် ဆင်းရဲနေ တတ်တယ်လေ၊ လုပ်မိလို့ ဖြစ်တဲ့ အကုသိုလ်က တစ်ခု၊ စိတ် ဆင်းရဲနေတဲ့ အကုသိုလ်ကတစ်ခု။

ဒေသနာကြားတယ်၊ confession လုပ်တယ်ဆိုတာ စိတ် ဆင်းရဲနေတဲ့ အကုသိုလ်ကို ထပ်မဖြစ်ဖို့ တားလိုက်တာ၊ လုပ် တုန်းက တစ်ခါပဲ လုပ်ရင် တစ်ခါပဲ ဖြစ်တယ်၊ စိတ်ဆင်းရဲတာ ကျတော့ တစ်ခါမကဘူး၊ repeatation ထပ်ခါထပ်ခါ တွေးမိတိုင်း ဖြစ်နေမှာပဲ၊ တွေးမိတိုင်း အကုသိုလ်က တိုးနေမှာပဲ၊ တစ်ခါ တွေးမိရင် တစ်ခါတိုး၊ နှစ်ခါတွေးမိရင် နှစ်ခါတိုးမယ်၊ အကြိမ် တစ်ရာတွေးမိရင် အကုသိုလ်လည်း အကြိမ်တစ်ရာ ဖြစ်နေမယ်၊ အဲဒါကို မြတ်စွာဘုရားက တားပေးတာ၊ အကုသိုလ်ကို တားတဲ့ နည်းစနစ်၊ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် အကုသိုလ်က ရှောင်ချင်ရင်၊ “လုပ်ထားတာ မှားပါတယ်၊ မှားတာကို သိပါတယ်”လို့ ဝန်ခံ ရမယ်တယ်၊ “နောင် ဒါမျိုးမလုပ်ပါဘူး”လို့ ဝန်ခံချက် ပေးရမယ်။

ကောင်းတာတွေနဲ့ မကောင်းတာတွေကိုတွန်း ဖယ်ထားတဲ့ အတွက်ကြောင့် ပျောက်သွားတာတော့ မဟုတ်ဘူး၊ သူက ဖွင့်ပြော လိုက်တဲ့အတွက်ကြောင့် ရင်ထဲ ပေါ့သွားတယ်၊ အဲဒါ အကျိုး ကျေးဇူးပဲ၊ ဒီဖြစ်ပြီးတဲ့ ပြဿနာတစ်ခု ငြိမ်းသွားသလို ရှိတယ်၊

http://www.dhammadownload.com

ရှေ့တင်တော့ မလုပ်တော့ပါဘူး ပြောပြီး ကွယ်ရာကျ ပြန်လုပ်ရင် တော့ မဟုတ်သေးဘူး၊ ထပ်မှားနေဦးမှာပဲ။

မာယာတို့, သာဌေယျတို့ဆိုတာ မရိုးသားတဲ့ သဘော တရားတွေ ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် အဲဒီ မရိုးသားတဲ့ သဘာဝ တရားတွေကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့ တရားကို ကာယုဇုကတာ စိတ္တုဇုကတာလို့ ခေါ်တယ်၊ အဲဒီ သဘာဝတရားတွေ ဖြစ်လာရင် စောစောက မာယာ သာဌေယျဆိုတဲ့ စိတ်အညစ်အကြေးတွေ ပျောက်ကင်း သွားနိုင်တယ်၊ အဲဒါကို ခိုင်မာအောင် တည်ဆောက် ဖို့ လိုတယ်၊ ကောင်းတဲ့စိတ် မဟာကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ဒီ သဘာဝတရားတွေ ပါတယ်၊ သို့သော် စွမ်းရည်သတ္တိ ထက်တာ မထက်တာတော့ ရှိတယ်။

ကရုဏာ

နောက်ထပ် ပြောစရာရှိတာက အားလုံး သိကြတဲ့အတိုင်း ဗြဟ္မဝိဟာရ ၄–ပါးထဲက ''ကရုဏာ၊ မုဒိတာ''၊ 'မုဒုတာ'လို့ တစ်ချောင်းငင်နဲ့ ရေးရင် ပျော့ပျောင်းတာ၊ ဒါက လုံးကြီးတင်နဲ့ ရေးတဲ့ 'မုဒိတာ'၊ ကရုဏာနဲ့ မုဒိတာ၊ ကရုဏာကို ဂငယ်နဲ့ ရေးတာ မဟုတ်ဘူး၊ ကကြီးနဲ့ 'ကရုဏာ'၊ မြန်မာလို ပြန်ရင် ကြင်နာသနားခြင်းဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။

ကြင်နာသနားတယ်ဆိုတာ ရက်စက် ကြမ်းကြုတ်မှုရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်၊ လောကမှာ သနားကြင်နာမှု ကင်းမဲ့ပြီး တိရစ္ဆာန် ကိုပဲဖြစ်ဖြစ် လူအချင်းချင်းပဲဖြစ်ဖြစ် ရက်စက် ကြမ်းကြုတ်ရင် ကောင်းတာမှ မဟုတ်ဘဲ၊ ကြင်နာသနားတဲ့ စိတ်ဟာ မွန်မြတ်

http://www.dhammadownload.com

တယ်၊ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်တာဟာ မှန်မြတ်တဲ့စိတ် မဟုတ်ဘူး၊ ကရုဏာက ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်တဲ့ ဒေါသကို ဖယ်ရှားပစ်တာ ဖြစ်သောကြောင့် ဝိဟိံသတရားမျိုးကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်၊ စိတ်ထဲမှာ ရက်စက်တဲ့ သဘာဝ စိတ်အညစ်အကြေးကို ကရုဏာက ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တာ။

ကရုဏာဟာ ဘာနဲ့ သဘာချင်း နီးစပ်လဲဆိုရင် ဝမ်းနည်းတာနဲ့ နီးစပ်တယ်၊ အဲဒီတော့ သနားတာကို ဝမ်းနည်းတဲ့ အဆင့်မရောက်စေရဘူး၊ စိုးရိမ်သောက ဝမ်းနည်းသွားရင် ကရုဏာမဟုတ်တော့ဘူး၊ ကရုဏာဆိုတာ ငြိမ်းအေးရမယ်၊ ငြိမ်းအေးတယ်ဆိုတာ အကုသိုလ်စိတ် မဟုတ်ဘူး၊ ဝမ်းနည်း သွားရင် အကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်တယ်၊ သနားတယ်ဆိုတာ ဒုက္ခ ရောက်နေတဲ့သူကို "ဒီ ဒုက္ခကနေ ငါ ဘယ်လို ကယ်တင်ရမလဲ၊ ဒီ ဒုက္ခတွေ သူ့မှာ မဖြစ်ပါစေနဲ့ ငြိမ်းချမ်းပါစေ" ဆိုတဲ့ မှန်မြတ်တဲ့ စိတ်ထားကို ပြောတာ၊ "အမယ်လေး သနားလိုက်တာ" ဆိုပြီး မျက်ရည်ကျရင် ကရုဏာအဆင့်ကို လွန်သွားပြီ။

ကရုဏာရဲ့ အနီးစပ်ဆုံး ရန်သူဟာ ဘာလဲဆိုရင် ဒေါမနဿ (feeling sad) ဝမ်းနည်းမှု၊ သောကဟာ ကရုဏာရဲ့ အနီးကပ်ဆုံးရန်သူပဲ၊ အနောက်တိုင်းသားတွေက တိရစ္ဆာန်ကို တအားချစ်တယ်၊ တအားချစ်တော့ တိရစ္ဆာန်ကို နှိပ်စက်ရင် သူတို့ စိတ်ထဲမှာ ကရုဏာတင်မက ဒေါသပါ ဖြစ်လာတာ၊ ဒါကို **ကရုဏာဒေါသော**လို့ ပြောကြတယ်လေ၊ ကရုဏာရဲ့ နောက်မှာ သောက မပါစေရဘူး၊ သောကပါရင် အကုသိုလ် ဖြစ်သွားပြီ၊ ကရုဏာဆိုတာ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်စေချင်တဲ့စိတ်ပဲ၊

http://www.dhammadownload.com

မွှန်မြတ်တယ်၊ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်စေချင်တယ်၊ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်အောင် ကူညီတယ်၊ နှုတ်နဲ့ ကူညီတယ်၊ ပစ္စည်းနဲ့ ကူညီတယ်၊ လက်တွေ့ ကူညီတယ်၊ ဒါဟာ ကရုဏာရဲ့ အခြေခံ သဘောတရား စွမ်းအားပဲ။

မုဒိတာ

'မုဒိတာ' ဝမ်းသာတယ်ဆိုတာက လူတစ်ယောက်က ကြီးပွား တိုးတက်လာပြီဆိုရင် စိတ်ထဲက ဝမ်းသာနိုင်ရမယ်၊ တရားဘက်ကပဲ တိုးတက် တိုးတက်၊ စီးပွားရေးဘက်က တိုးတက် တိုးတက် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ မြင်လိုက်ရရင် ချမ်းချမ်းသာသာ တိုက်နဲ့ အိမ်နဲ့ မြင်လိုက်ရရင် ကိုယ့်စိတ်ထဲမှ ဝမ်းသာတာဟာ မုဒိတာ ဖြစ်တာ။

မုဒိတာ မဖြစ်အောင် ဘယ်စိတ်အညစ်က တားလဲ ဆိုရင် 'ဣဿာ'က တားတယ်၊ ဣဿာဆိုတဲ့ အဆိုးတရားကို မုဒိတာက ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်၊ ဣဿာဆိုတဲ့ စိတ်အညစ် အကြေးကို မုဒိတာက ဖြူစင်အောင် လုပ်ပေးနိုင်တယ်၊ ဣဿာ ရှိနေသမျှ မုဒိတာ မဖြစ်ဘူး၊ မုဒိတာရှိရင်လည်း ဣဿာမဖြစ်ဘူး၊ ဒါကြောင့် သူများ ချမ်းသာတာကို ဝမ်းသာနိုင်ဖို့ အင်မတန် အရေးကြီးပါတယ်၊ ဝမ်းမသာနိုင်ဘူးဆိုရင် ဣဿာဖြစ်နေလို့ပဲ အောက်မေ့ပါ၊ ကိုယ်နဲ့ ယှဉ်ပြိုင်ဖက် တစ်ယောက်က နိုင်သွားရင် congratulation တော့ လုပ်နိုင်ရမှာပေါ့၊ စိတ်ထဲက လှိုက်လှိုက် လှဲလှဲ congratulation လုပ်နိုင်မှ၊ မုဒိတာဆိုတာ စိတ်ပါလက်ပါ ဝမ်းသာတာ၊ ပြိုင်ဖက်ရဲ့ အောင်နိုင်မှုကို ကျေကျေနပ်နပ် အသိ အမှတ် ပြုနိုင်ရမယ်၊ အဲဒီလို အသိအမှတ် မပြုနိုင်ရင် မနာလို

http://www.dhammadownload.com

ဝန်တိုစိတ်ဆိုတဲ့ ဣဿာ ဖြစ်နေလို့ပဲ။

တစ်ခါတုန်းက စကိတ်စီးတဲ့ အမျိုးသမီး နှစ်ယောက်၊ တစ်ယောက်က ချန်ပီယံ၊ နောက်တစ်ယောက်က ပြိုင်ဖက်၊ သူထက်သာမယ့် အနေအထားရှိတော့ လူဆိုးငှားပြီးတော့ ခြေထောက်ကျိုးအောင် ရိုက်ခိုင်းတာ ကမ္ဘာမှာ ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်၊ အဲဒါ ဣဿာကြောင့် ဖြစ်တာ၊ ကိုယ့်လာပြိုင်တဲ့သူကို မလိုချင်ဘူး၊ ဖယ်ရှားပစ်တာ၊ ဣဿာကြောင့် ပြဿနာအများကြီး တက်တတ်တယ်၊ ဒါကြောင့် မုဒိတာ ပွါးပါလို့။

မြင့်မြတ်သော နေထိုင်ခြင်း

sociecty လို့ခေါ်တဲ့ လူ့ အသိုင်းအဝိုင်းထဲမှာနေတဲ့အခါ အားလုံးအပေါ် အကျိုးလိုလားတဲ့ စိတ်ကို မွေးရမယ်၊ မေတ္တာပေါ့၊ အားလုံး ကောင်းစားစေချင်တယ်၊ ဘယ်သူ့အပေါ်မှ မမုန်းဘူး၊ အားလုံးရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို လိုလားတဲ့ မေတ္တာ ရှိရမယ်၊ အဲဒီလို မေတ္တာထားတဲ့ အထဲမှာ တချို့က ကိုယ့်ထက် နိမ့်ကျသွားတယ်၊ သို့မဟုတ် ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်သွားတယ်ပေါ့၊ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ကို ကြင်နာသနားရမယ်၊ ဖေးမရမယ်၊ အပြစ်တစ်စုံတရာ ဖြစ်နေရင် ကိုယ်တတ်နိုင်သလောက် ဖေးမရမယ်၊ ကူညီမယ်၊ အဲဒါ ကရုဏာ၊ တိုးတက် ကြီးပွားသွားတဲ့ သူကိုတော့ အပြစ် မပြောဘူး၊ ဝမ်းသာတယ်၊ မုဒိတာ၊ ဘယ်လောက်ကောင်းတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေလဲ၊ ကိုယ့်စိတ်မှာ ချမ်းသာစရာကြီးပဲ၊ အလွန်မွန်မြတ်တာ၊ ဒါကြောင့်မို့ ဗြဟ္မဝိဟာရလို့ ခေါ်တာ၊ မြင့်မြတ်သော နေထိုင်ခြင်းလို့ ပြောတယ်၊ ဒီတရားတွေနဲ့ နေထိုင်ရင် မြင့်မြတ်တယ်လို့ ပြောတယ်။ မနေ့က

http://www.dhammadownload.com

အပိုင်း(၁)မှာ ဥပေက္ခာအကြောင်း ပြောခဲ့ပြီးပြီ။

အပ္ပမညာ

အခုဟာက အပ္ပမညာစေတသိက်လို့ ခေါ်တဲ့ ကရုဏာနဲ့ မုဒိတာကို ရွေးထုတ်တာ၊ 'အပ္ပမညာ'ဆိုတာ အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ် မရှိတဲ့ အာရုံပေါ်မှာ အခြေခံတာ၊ လောကမှာရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေဟာ အကန့်အသတ် မရှိဘူး။ အများကြီးပဲ၊ လူသား တွေအပေါ်သာ ထားရမယ်၊ တိရစ္ဆာန်တွေအပေါ် မထားရဘူး၊ ဒီလို မရှိဘူး၊ မြန်မာလူမျိုးတွေ အပေါ်မှာသာ ထားရမယ်၊ ဒီ ပြင် လူမျိုးတွေအပေါ် မထားရဘူး၊ ဒီလိုလည်း မရှိဘူး၊ လူတွေ အပေါ် ထားရမယ်၊ နတ်တွေအပေါ် ထားစရာ မလိုဘူးလို့လည်း မရှိဘူး။ အဲဒီတော့ အကန့်အသတ် ဘောင်ခတ်ထားတာ မရှိတာ အပ္ပမညာလို့ ခေါ်တယ်။

သတ္တဝါအားလုံးအပေါ် တညီတည်း ကောင်းကျိုးချမ်းသာ လိုလားတာ မေတ္တာ၊ တညီတည်း ဆင်းရဲဒုက္ခမှ ကင်းစေချင်တာ ကရုဏာ၊ အားလုံးကြီးပွားနေတာ ဝမ်းသာနိုင်တာ မုဒိတာ၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ ဘယ်သူမှ မဆုတ်ယုတ်ကြပါစေနဲ့၊ ရထားတဲ့ အခြေအနေကောင်းတွေ ပျက်ပြား မသွားပါစေနဲ့ဆိုတာ မုဒိတာ၊ များသောအားဖြင့် မေတ္တာတော့ ပို့ကြတာပေါ့၊ ကရုဏာ ပို့ချင်ရင် ဘယ်လို ပို့ရလဲဆိုတော့ "ဒုက္ခာမုစ္စန္တု– ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်ကြ ပါစေ၊ ဘယ်သူမှ ဒုက္ခ မရောက်ကြပါစေနဲ့၊ ဘယ်သူမှ အခြေမဲ့ အနေမဲ့ မဖြစ်ကြပါစေနဲ့"၊ ဒါ ကရုဏာပို့တာ။

မုဒိတာပို့ချင်ရင် "ယထာလဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော မာ ဝိဂစ္ဆန္တု" ရထားတဲ့ အခြေအနေကောင်းတွေ ဆုတ်ယုတ်မသွားပါစေနဲ့၊

http://www.dhammadownload.com

အားလုံး လက်ရှိ အခြေအနေကနေ တိုးတက်ပါစေ၊ ဒီထက် ယုတ်လျော့မသွားပါစေနဲ့၊ ဒီလို ဝမ်းသာပြီး ပို့ရတာ။

ဥပေက္ခာကျတော့ "သဗ္ဗေသတ္တာ ကမ္မဿကာ- သူ့ထိုက်နဲ့ သူ့ကံနဲ့ သွားတာ၊ ငါ သနားနေလို့လည်း ဘာမှ မဖြစ်လာဘူး၊ လုပ်စရာရှိတာ လုပ်ပေးပြီးပြီ"၊ ဥပေက္ခာဆိုတာ ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်းဆိုတဲ့ ဘက်လိုက်မှု မရှိတဲ့သဘော။ ကရုဏာက ဆင်းရဲတဲ့အပေါ် ဘက်လိုက်တာ ရှိတယ်၊ မုဒိတာကလည်း ချမ်းသာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အပေါ် မြှောက်ပင့်ပေးတဲ့ ဘက်လိုက်မှုရှိတယ်၊ မေတ္တာကလည်း ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ဖြစ်စေချင်တော့ စိတ်ရဲ့ လှုပ်ရှားမှုလေးတွေ ဖြစ်စေတယ်၊ 'ဥပေက္ခာ' ကတော့ အဲဒီလို မဟုတ်ဘူး၊ အားလုံးအပေါ် တန်းတူညီမျှ ကံပေါ်မှာ အခြေတည် နေတယ်၊ လုပ်စရာရှိတာ လုပ်ပေးတယ်၊ ဥပေက္ခာဟာ စိတ်ထဲမှာ အငြိမ်သက်ဆုံး၊ အငြိမ်းချမ်းဆုံး၊ အမြင့်မြတ်ဆုံး၊ ဥပေက္ခာထားဖို့က လွယ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ဗြဟ္မဝိဟာရ ၄-ပါးမှာ တတြမဇ္ဈတ္တတာ ဆိုတာ ဥပေက္ခာ၊ အဒေါသ ဆိုတာ မေတ္တာ၊ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟမှာ ကရုဏာ, မုဒိတာဆိုပြီး အပ္ပမညာ (၂)ပါးကိုသာ ပြထားတယ်။

မေတ္တာနဲ့ ဥပေက္ခာ၊

မေတ္တာဆိုတာ အဒေါသဆိုပေမယ့် အဒေါသတိုင်း မေတ္တာ မဟုတ်ဘူး၊ သတ္တဝါတွေရဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ လိုလားတဲ့ သွင်ပြင် ပါလာတော့မှ သူဟာ မေတ္တာဖြစ်တာပါ၊ စိတ်မဆိုးရုံ သက်သက် မဟုတ်ပဲ အမုန်းကင်းဝေးတဲ့အပြင် အကျိုးလိုလား တာပါ ပါရတယ်။ တတြမဇ္ဈတ္တတာလည်း ထို့အတူပဲ၊ သဘာဝ

http://www.dhammadownload.com

တရားတွေ စွမ်းဆောင်မှုတွေ တညီတည်းဖြစ်နေရုံနဲ့ ဉပေက္ခာ မဟုတ်သေးဘူး၊ သူ့ကို တိုးတက်လာအောင် လုပ်လိုက်တော့ အချစ်အမုန်း ငြိမ်းသွားပြီးတော့ တည်ငြိမ်မှု ရရှိလာတာ၊ အဲဒါမှ ဉပေက္ခာ ခေါ်တယ်။

တပြိုင်နက် မဖြစ်

ကရုဏာနဲ့ မုဒိတာက စိတ်တစ်ခုနဲ့ ယှဉ်လို့ရှိရင် တပြိုင်တည်း မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ဟုတ်တာပေါ့၊ သနားတာနဲ့ ဝမ်းသာတာ တွဲလို့ရပါ့မလား၊ လူတစ်ယောက်ကို သနားလည်း သနား၊ ဝမ်းလည်း ဝမ်းသာ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ဒီလူ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်တာ ဝမ်းသာလိုက်တာလို့ ပြောလို့ မရဘူး၊ သနားလို့ပဲ ရမယ်၊ ကရုဏာပဲ ဖြစ်လို့ရတယ်၊ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်ပြီး ကြီးပွားသွားရင် ဝမ်းသာတဲ့ မုဒိတာ ဖြစ်တာပေါ့၊ သူတို့နှစ်ခုသည် အာရုံချင်း မတူတဲ့အတွက် တပြိုင်တည်း မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ကရုဏာဖြစ်တဲ့ အခိုက်မှာ မုဒိတာ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ မုဒိတာဖြစ်တဲ့ အခိုက်မှာ ကရုဏာ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ သဘာဝချင်း အာရုံချင်း မတူဘူး၊ ဒါကြောင့် Associate လုပ်လို့ မရဘူး။

ဝိရတီစေတသိက် (၃)ပါး

နောက်တစ်ခုက ဘာလဲဆိုရင် ဝိရတီစေတသိက် ၃–ခု၊ ဝိရတီဆိုတာ ရှောင်ကြဉ်တာ၊ မဂ္ဂင် ၈–ပါးထဲမှာပါတဲ့ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝဆိုပြီး ရှောင်ကြဉ်မှု ၃–မျိုး၊ **သမ္မာဝါစာ** ဆိုတာ နှုတ်ကနေ ထိန်းသိမ်းပြီး ဝစီဒုစရိုက်တွေကို ရှောင်ကြဉ်တာ၊ ဝစီသုစရိုက်ကို ဖော်ဆောင်တာ၊ ရှောင်ကြဉ်တာ

http://www.dhammadownload.com

အစလေးပဲ ရှိသေးတယ်၊ ဖော်ဆောင်တာလည်း ပါရဦးမယ်၊ ဖော်ဆောင်တာကို မေ့နေရင် ရှောင်ကြဉ်တာ သက်သက်ကတော့ အိပ်နေရင်လည်း ရှောင်တာပဲလေ၊ အိပ်နေရင် မလိမ်ဘူး၊ လိမ်လည်မှု မုသာဝါဒ မဖြစ်ဘူး၊ သူများကိုလည်း ကုန်းမတိုက်ဘူး၊ မဆဲဘူး၊ အတင်းမပြောဘူး၊ ဒါတွေကို ရှောင်ရုံတင်မက ဆောင်ရမယ့်တရားလည်း ရှိသေးတယ်။

သမ္မာဝါစာ

ဒါကြောင့် သမ္မာဝါစာဆိုတာ မှန်ကန်သော စကားကို ဆိုရမယ်၊ မှန်ကန်သော စကားကို ဆိုတာဟာ မမှန်ကန်သော စကားဆိုခြင်းမှ ရှောင်တယ်၊ မိစ္ဆာဝါစာကို ရှောင်တယ်၊ ဒါဖြင့် မိစ္ဆာဝါစာ ဘယ်နှစ်မျိုး ရှိလဲဆိုရင် လိမ်ပြောတာ၊ အမှန်ကို အမှားလုပ် ပြောတာ၊ မရှိတာ အရှိလုပ်ပြောတာ၊ လိမ်တယ်ဆိုတာ အမှန်ကို ပြောင်းပြန်ပြောတာ၊ လိမ်တယ်ဆိုရာမှာ အပြစ်ကြီးတာနဲ့ အပြစ်မကြီးတာ နှစ်ခုရှိတယ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ တချို့က ကြောက်လို့ လိမ်ပြောတာ၊ အဲဒါက သိပ်အပြစ် မကြီးဘူး၊ ရယ်စရာအနေနဲ့ ပြောတာ၊ အပြစ် သိပ်မရှိဘူး၊ လေလုံးထွားပြီး လိမ်ပြောတာ၊ အဲဒါတွေ သိပ်အပြစ်မကြီးဘူး။

ဘယ်လိမ်မှုက အပြစ်ကြီးလဲဆိုတော့ တရားရုံးမှာ မဟုတ်တဲ့ သက်သေထွက်တာ၊ သူတစ်ပါး ဒုက္ခရောက်အောင် လုပ်ရင် အပြစ်ကြီးတယ်၊ သူတစ်ပါးအကျိုး ပျက်စီးသွားအောင် လုပ်ရင် ဒီ လိမ်လည်မှုက အပြစ်ကြီးတယ်၊ စေတိယမင်းကြီး မြေမြိုတယ် ဆိုတာ သူတစ်ပါးအကျိုး ပျက်စီးသွားအောင် လုပ်လို့၊ အဲဒီ

http://www.dhammadownload.com

ခေတ်ကလည်း အင်မတန် သန့်ရှင်းတဲ့ခေတ်ဆိုတော့ မြေမြို တာပေါ့၊ ခုခေတ်မြေက အနားယူသွားပြီ၊ မမြိုတော့ဘူး၊ မြိုလည်း ဆန့်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။

အဲဒီတော့ မုသာဝါဒဆိုတာ အလွန် ဆိုးတယ်လို့ မြတ်စွာ ဘုရား ဟောထားတာ ရှိတယ်။

"ဧကံ ဓမ္မံ အတီတဿ၊

မုသာဝါဒိဿ ဇန္တုနော။

ဝိတိဏ္ဏပရလောကဿ၊

နတ္ထိ ပါပံ အကာရိယံ"။

ဝစီသစ္စာကို ဖယ်ရှားပြီးတော့ လိမ်တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မဟုတ်တာ အကုန် ပြောတတ်တယ်၊ မကောင်းမှုမှန်သမျှ အကုန် လုပ်တယ်၊ သူ မလုပ်တဲ့အကုသိုလ် မရှိဘူး၊ သူက လိမ်တတ်ရင် ပြီးရောလေ၊ ဖုံးကွယ်လိုက်တာ၊ အဲဒါကြောင့် သမ္မာဝါစာဆိုတာ မလိမ်ဘူး၊ မလိမ်ရုံတင်ပြီလားဆိုတော့ မပြီးသေးဘူး၊ မှန်တာပြောဖို့ လိုသေးတယ်၊ မှန်တာကို ပြောရမယ်။

နောက် ဖရုသဝါစာ– နှုတ်ကြမ်းတမ်းတာတို့ ဆဲရေးတာတို့ လူတစ်ဖက်သား နားမချမ်းသာအောင် ပြောတာတို့ကို ဖရုသဝါစာ လို့ ခေါ်တယ်၊ လူတစ်ယောက်ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ဒေါသထွက်လာ အောင် ပြောတဲ့စကားမျိုးတွေဟာ ဖရုသဝါစာပဲ၊ အဲဒီ ဖရုသဝါစာ ကို ရှောင်ရမယ်တဲ့၊ အဲဒီအစား ကြင်နာတဲ့ စကားလေးတွေ ပြောရမယ်၊ ချွဲပြောတဲ့စကားမျိုး မဟုတ်ဘူး၊ ကြင်နာတဲ့စကား

http://www.dhammadownload.com

ချိုသာတဲ့စကား ပြောရမယ်။

လူဆိုတာ ချိုသာတဲ့စကားကို သူလည်းကြိုက်၊ ကိုယ်လည်း ကြိုက်ပဲလေ၊ အရပ်ထဲမှာဆို "ဟဲ့ သေနာကောင်ကြီး" ဒီလို ခေါ်ကြရင် ဘယ်ကြိုက်မလဲ၊ အဲဒါမျိုးမဟုတ်ဘဲ ကြင်ကြင်နာနာ ပြောတာမျိုး ဖြစ်ရမယ်၊ မြတ်စွာဘုရားက "**ယာသာ ဝါစာ နေလာ ကဏ္ဏသုခါ**" ကြားလိုက်ရင် နားထဲမှာ ချမ်းသာသွားတာ၊ စိတ်ထဲ နှလုံးထဲ ကြည်နူးသွားတာ၊ အဲဒါမျိုး ပြောရမယ်၊ အဲဒီထဲမှာ မှန်ကန်တာတွေ ပြောရင် အဲဒီသဘောမျိုး ရပါတယ်၊ ချွဲချွဲပျစ်ပျစ် ပြောရမယ်လို့ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။

နောက်တစ်ခုက ပိသုဏဝါစာ၊ ပိယ–သုည–ကရဏ စကားလုံးကို တစ်လုံးစီ ယူထားတာ၊ ပိယ– ချစ်ခင်မှု၊ သုည– ဆိတ်သုဉ်းသွားအောင်၊ ကရဏ– ပြုခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်၊ သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက် အမြဲ ချစ်ခင်နေတာ၊ သူတို့နှစ်ယောက် ချစ်ခင်မှု ပျက်ပြားသွားအောင် ကြားမှာ ပြောဆိုတာ၊ ဒါကို ကုန်းတိုက်တယ်လို့ ခေါ်တယ်၊ လူနှစ်ယောက် တည့်နေတာကို ဟိုတစ်မျိုး ဒီတစ်မျိုးပြောတာ ကုန်းတိုက်တာ၊ အဲဒီ ပိသုဏဝါစာကလည်း အင်မတန် ဆိုးပါတယ်။

"**သမဂ္ဂကရဏိံ ဝါစံ ဘာသိတာ**– ညီညွတ်ရေးစကား ပြောရမယ်၊ ကွဲပြားအောင် မလုပ်ရဘူး၊ ဒါကြောင့် လူနှစ်ယောက် မတည့်အောင် မလုပ်ရဘူး၊ တည့်အောင် ဝိုင်းပြောပေးရမယ်၊ လူနှစ်ယောက် ကွဲပြဲနေတာတောင် ညှိနှိုင်းပြီး ညီညွတ်အောင် ပြောပေးရမယ်၊ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် မတည့်အောင်

http://www.dhammadownload.com

မခွဲကောင်းဘူး၊ ခွဲရင် ပိသုဏဝါစာ၊ ပိသုဏဝါစာမှ ရှောင်ရမယ်၊ ကုန်းတိုက်စကား မပြောရုံတင်မကဘူး၊ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် အဆင်မပြေကြဘူး၊ မတည့်ကြဘူးဆိုရင်တောင် ဖြန်ဖြေပေးရမယ်လို့ ဒီလို ဆိုတာ။

သမ္ဖပ္ပလာပဆိုတာ အကျိုးမရှိ၊ မဟုတ်တမ်းတရားတွေ ပြောတာ၊ မဟုတ်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေ ပြောပြီး အချိန်တွေ ဖြုန်း၊ အဲဒါမျိုး မလုပ်ရဘူး၊ သမ္ဖပ္ပလာပ မဖြစ်အောင် မှန်ကန်တဲ့စကား ပြောရမယ်၊ အကျိုးမရှိတာ မပြောရဘူး၊ ပညာနဲ့ ပြောရမယ်၊ စီးပွားတိုးတက်ရာ တိုးတက်ကြောင်း ပြောရမယ်၊ အများ အကျိုးပြုစကား ပြောရမယ်၊ အကျိုးမပြုတဲ့ စကား မပြောရဘူး၊ အဲဒီလို တစ်ဖက်ကရှောင်ပြီး တစ်ဖက်က ဆောင်တာမျိုးကိုမှ **သမ္မာဝါစာ**လို့ ခေါ်တယ်၊ ဝစီဒုစရိုက်ကို ရှောင်ပြီး ဝစီသုစရိုက်ကို ဆောင်ရမယ်။

သမ္မာကမ္မန္တဆိုတာ လုပ်ရပ်နဲ့ ပတ်သက်တာ၊ မှန်ကန်တဲ့ လုပ်ရပ်ဆိုတာ မှားယွင်းတဲ့ လုပ်ရပ်ကို ရှောင်ခြင်းဖြစ်တယ်။ မှားယွင်းတဲ့ လုပ်ရပ်ဆိုတာ အားလုံးသိတဲ့အတိုင်းပဲ၊ သူများ အသက်သတ်တာ မှားယွင်းတဲ့လုပ်ရပ်၊ သူများဥစ္စာခိုးတာ မှားယွင်းတဲ့ လုပ်ရပ်၊ အဲဒီ မှားယွင်းတဲ့ လုပ်ရပ်ကနေ ရှောင်ရှားရင် သမ္မာကမ္မန္တ ဖြစ်သွားပြီ။

သမ္မာအာဇီဝဆိုတာ ဝစီဒုစရိုက် ၄–ခု၊ ကာယဒုစရိုက် ၃–ခု၊ အားလုံးပေါင်းလိုက်တော့ ၇–ခု၊ အဲဒီ ၇–ခုနဲ့ စီးပွား မရှာရဘူးတဲ့၊ ကောင်းတဲ့နည်းနဲ့ စီးပွားရှာရင် သမ္မာအာဇီဝ၊ ဆိုပါစို့

http://www.dhammadownload.com

သူများအသက် သတ်ပြီး စီးပွားရှာရင် မိစ္ဆာအာဇီဝ၊ ကိုယ့်စီးပွား အတွက် သတ်ရင် မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်တယ်၊ ပိုက်ဆံမရှိလို့ ကိုယ့် စီးပွားအတွက် ခိုးရင် မိစ္ဆာအာဇီဝ၊ ဒီပြင်နည်းနဲ့ ခိုးတာက ဒုစရိုက်။

ကာမဂုဏ်ကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တစ်စုံတစ်ယောက်က ပိုက်ဆံပေးပြီး သူများ သားမယားကို ဖျက်ဆီးခိုင်းတယ်၊ အသက် မွေးဝမ်းကျောင်းအဖြစ် ပိုက်ဆံယူပြီး လုပ်ရင် မိစ္ဆာအာဇီဝ၊ ကိုယ့်ဘာသာ ကိုယ့်ဝါသနာပါလို့ လုပ်ရင် ဒုစရိုက်၊ အဲဒီလို ခွဲရမယ်။

စကားပြောတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကိုယ့်ဟာကိုယ် လိမ်တဲ့ သူက ရိုးရိုးလိမ်တာ၊ ဘာရည်ရွယ်ချက်မှ မရှိဘူး၊ ဒါဆို ဝစီဒုစရိုက် ဖြစ်တယ်၊ ပိုက်ဆံရလို့ လိမ်တာဆိုရင် မိစ္ဆာအာဇီဝဖြစ်တယ်၊ 'လူနှစ်ယောက် တည့်နေတာ မကြည့်ချင်ဘူး၊ သွားကုန်းတိုက် ရော့ ငွေတစ်သိန်း ပေးမယ်ဆိုလို့ လုပ်ရင် မိစ္ဆာအာဇီဝ၊ ရိုးရိုး ပြောဆိုမိတာက 'ဝစီဒုစရိုက်'၊ မိမိ စီးပွားအတွက် အသုံးချ ပြောဆိုတာက 'မိစ္ဆာအာဇီဝ'၊ ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါ ဒုစရိုက် ၇–ပါးကို အသက်မွေးမှုအတွက် အသုံးချလို့ရှိရင် **မိစ္ဆာအာဇီဝ** ဖြစ်တယ်၊ အသုံးမချဘဲ ရှောင်ကြဉ်ရင် **သမ္မာအာဇီဝ** ဖြစ်တယ်။

ဝိရတီစေတသိက် ၃–ခုကလည်း အသီးအသီး ဒုစရိုက်ကို အာရုံပြုပြီး ရှောင်ကြဉ်တာ ဖြစ်သောကြောင့် အာရုံက တစ်ခု စီ မတူဘူး၊ မတူသည့်အတွက်ကြောင့် မဟာကုသိုလ်စိတ်မှာ ယှဉ်တွဲတဲ့အခါ တစ်ခုစီ တစ်ခုစီမှ ဖြစ်လို့ရတယ်၊ ၃–ခုလုံး ပြိုင်တူဖြစ်လို့ မရဘူး၊ သို့သော် လောကုတ္တရာ မဂ်စိတ်မှာပါတဲ့

http://www.dhammadownload.com

အခါ မကောင်းတာတွေ အားလုံးကို တပြိုင်နက် ဖယ်ရှားပစ်တာ ဖြစ်သောကြောင့် မဂ်စိတ်မှာတော့ ၃–ခုလုံး တပြိုင်နက် ဖြစ်တယ်။

ပညိန္ဒြေ

ဘာကျန်သေးလဲဆိုတော့ ပညိန္ဒြေဆိုတာ ကျန်သေးတယ်၊ အဲဒါ အမောဟ၊ (ဒီအစဉ်နဲ့ ဘာလို့ ပြတာလဲဆိုတော့ စိတ်နဲ့ ယှဉ်တွဲပြီး ပြတဲ့အခါ လွယ်အောင်လို့ ဖြစ်တယ်) အသိဉာဏ်၊ မတွေဝေခြင်း။ ဝိဇ္ဇာဆိုတာကို အမောဟလို့ ခေါ်တယ်၊ မောဟရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်၊ မသိခြင်းတရားကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်၊ အဲဒီ အမောဟကိုပဲ မဂ္ဂင် ၈–ပါးမှာ 'သမ္မာဒိဋ္ဌိ'လို့ ခေါ်တယ်၊ ဗောဇ္ဈင် ၇–ပါးမှာတော့ 'ဓမ္မဝိစယ သမ္ဗောဇ္ဈင်'လို့ ခေါ်တယ်၊ ပညာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ နာမည်တွေချည်းပဲ၊ နောက် ဝိပဿနာ ကျင့်ရာမှာ လည်း ဝိပဿနာဆိုတာလည်း ဒီ အမောဟပဲ၊ အမောဟရဲ့ စွမ်းရည် သတ္တိချင်းကလည်း မတူဘူး။

နိဂုံး

ဒါကြောင့် ပေါင်းလိုက်လို့ရှိရင် စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစု များဟာ ၂၅–မျိုး ရှိတယ်၊ စိတ်ရဲ့ အညစ်အကြေးက ၁၄–ခုပဲ ရှိတယ်၊ ဘာမှ ကြောက်စရာ မရှိဘူး၊ အင်အားသာနေတာ အရှုံး ပေးလို့တော့ မရဘူး။ သို့သော် စိတ်အညစ်အကြေးက လူတွေရဲ့ စိတ်ကို လွှမ်းနေတယ်၊ ဒီ ၂၅–ခုက ၁၄–ခုကို မလွှမ်းနိုင်ဘူး ဖြစ်နေတယ်၊ အဲဒါ လွှမ်းနိုင်အောင် ကြိုးစားဖို့ လိုတယ်လို့ ဆို တယ်၊ final ကျတော့ အခု ပြောခဲ့တဲ့ စိတ်ဖြူစင်မှု အင်အားစု တွေဟာ နောက်ဆုံးတိုက်ပွဲရောက်တော့ မစင်ကြယ်တာတွေ

http://www.dhammadownload.com

အားလုံးကို လုံး၀ ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်၊ အကယ်၍ ဖယ်ရှား မပစ်နိုင်ဘူးဆိုရင် သတ္တ၀ါတွေ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး သံသရာက လွတ်နိုင်တော့မလဲ။

ဘုရား, ရဟန္တာတို့ကျတော့ လုံး၀ ဖယ်ရှား ပစ်လိုက်ပြီ၊ ဒီ ၁၄–မျိုးလုံးကို ၂၅–မျိုးနဲ့ လုံး၀ ဖယ်ရှားပစ်လိုက်ပြီ၊ ၂၅– မျိုးကလည်း အဆင့်ဆင့် အဆင့်ဆင့် ဖယ်ရှား ပစ်လိုက်တယ်၊ ကာမာ၀စရကုသိုလ်မှာရှိတဲ့ ဒီတရား၊ မဟဂ္ဂုတ်ကုသိုလ်မှာရှိတဲ့ ဈာန်နဲ့ ယှဉ်တွဲလာတဲ့ ဒီတရား၊ အစွမ်းအထက်ဆုံးကတော့ မဂ်နဲ့ ယှဉ်တွဲလာတဲ့ ဟောဒီ စွမ်းအားတွေက ပိုပြီးတော့ ထက်မြက် တယ်၊ စွမ်းဆောင်မှုတွေ ပိုပြီး ထက်မြက်တဲ့ အတွက်ကြောင့် စိတ်ရဲ့အညစ်အကြေး မှန်သမျှကို လုံး၀ ဖယ်ရှား ပစ်နိုင်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် လုံး၀ ဖယ်ရှားနိုင်ဖို့ရာအတွက် ကျင့်စဉ်ကတော့ သမထ ကျင့်စဉ်နဲ့ ၀ိပဿနာကျင့်စဉ်ပဲ၊ သမာဓိတရား ထူထောင်ပြီးတော့ မိမိသန္တာန်မှာ အသိဉာဏ်(ပညာ)တွေ ရင့်သန်လာအောင် လုပ်မယ် ဆိုရင် ဟောဒီ အသိဉာဏ်က စွမ်းဆောင်မှုတွေ ပေးပြီးတော့ အားလုံးသော စိတ်အညစ်အကြေးတွေကို ဆေးကြောနိုင်ပါတယ်။

အဘိဓမ္မာရဲ့ အခြေခံသဘော တရားလေးတွေကို ဟောခဲ့ တာ ဖြစ်ပေမယ့် ဒါ အပြည့်အစုံ မဟုတ်သေးဘူး၊ ၁၀–ရက် အတွင်း ဟောခဲ့တဲ့အထဲမှာ ရုပ်အကြောင်း ပါတယ်၊ စိတ် အကြောင်း ပါတယ်၊ စေတသိက်အကြောင်း ပါတယ်၊ အဘိ ဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင် ၃–ပိုင်းပဲ ကုန်သေးတယ်၊ သုံးပိုင်း အကြမ်းဖျင်းတော့ ကုန်သွားပြီ၊ နောက်ထပ် ၆–ပိုင်း ကျန်သေး တယ်၊ ရုပ်ပိုင်းရယ်, စိတ်ပိုင်းရယ်, စေတသိက်ပိုင်းရယ် ဒါလည်းပဲ

http://www.dhammadownload.com

apply လုပ်ပြီးတော့ ဒီသဘာဝတရားတွေ ပေါ်လွင်ရုံလောက်ပဲ ပြောနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီထက် အသေးစိတ်ကို ဆက်ပြီးတော့ လေ့လာဖို့ လိုအပ်ပါတယ်၊ ဆက်ပြီး လေ့လာတဲ့အခါ မိမိရဲ့ သဘာဝတရားဖြစ်စဉ်တွေကို သိရှိလာတဲ့အတွက် ငါ, ငါ့ဥစ္စာဆိုတဲ့ အစွဲတွေ၊ သတ္တဝါဆိုတဲ့ အစွဲတွေ၊ စိတ်ထဲမှာ ညစ်ထေးနေတဲ့ သဘာဝတရားတွေ အားလုံးကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တယ်၊ လုံးဝ ဖယ်ရှားပစ်နိုင်မှ အသိဉာဏ်ဟာ ပွင့်လင်းလာပြီး နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မျက်မှောက် ပြုနိုင်ကြမှာဖြစ်လို့ ဒီ အသိဉာဏ်တွေ ရအောင် ကြိုးစား အားထုတ်နိုင်ကြ ပါစေကုန်သတည်း။ ။

"သာဓု - သာဓု - သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မာသဝံ ပိဝိတွာန၊
ဝိသာ သဗ္ဗေ သမူဟတာ။
အဇရာမရံ သီတိဘာဝံ၊
နိဗ္ဗာနံ ယန္တု သာဓဝေါ။

ဓမ္မာသဝံ– လောဘ,ဒေါသ,မောဟဆိပ်တောက် ကင်းပျောက်ကြည်အေး တရားဆေးကို၊ **ပိဝိတွာန**– ဝမ်းသာရွှင်ပြ သောက်ကြရ နာကြရကုန်သောကြောင့်၊ **ဝိသာသဗ္ဗေ**– ပူဆာ ညစ်နှောက် ကိလေသာ အဆိပ်အတောက် ဟူသမျှတို့သည်၊ **သမူဟတာ**– ပိန်းကြာဖက်တွင် ရေမတင်သကဲ့သို့ ကင်းစင် လွင့်ပျောက် ဘေးမရောက်အောင် ပယ်ဖျောက်အပ်ကုန်သည်၊ **ဟောန္တု**– စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ **အဇရာမရံ**– အိုခြင်းလည်းကွာ နာခြင်းလည်းကင်း သေခြင်းလည်း ရှင်းထ သော၊ **သီတိဘာဝံ**– ကိလေသာဟူ အပူခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းရာ အစစ် ဖြစ်ပေထသော၊ **နိဗ္ဗာနံ**– နိဗ္ဗာန်ဟုခေါ် အေးမြို့တော်သို့၊ **သာဓဝေါ**– တရားချစ်ခင် စိတ်ကောင်းဝင်ပြား သူတော်စင် အများတို့သည်၊ **ယန္တု**– ပါရမီအဆင့်ဆင့် မြင့်ထက်မြင့်၍ မလင့် ပုံသေ ဆိုက်ရောက်တော် မူကြပါစေကုန်သတည်း။

"သာဓု – သာဓု – သာဓု"

http://www.dhammadownload.com

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

နတ်လူသာခုခေါ်စေသော်

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

အဘိဓမ္မာ မြတ်ဒေသနာ (ပထမတွဲ)