

ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက အာဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

ကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

ဟောကြားတော်မူသော

စာဋ္ဌာသိင်္ဂီဝိပဿနာ

တရားတော်



၁။ မူလ၊ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝ မဂ္ဂင်မြတ်။

၂။ ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင် နိဗ္ဗာန်ဇာတ်။

၃။ စိတ်အညစ်အကြေးကို ကင်းစေလို သတိပဋ္ဌာန်
လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

၄။ စိုးရိမ်မှုကို လွန်မြောက်လို သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို
လိုက်ရမယ်။

၅။ ဝိကြွေးမှုကို လွန်မြောက်လို သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို
လိုက်ရမယ်။

၆။ ကိုယ်ဆင်းရဲကို ငြိမ်းစေလို သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို
လိုက်ရမယ်။

၇။ စိတ်ဆင်းရဲကို ငြိမ်းစေလို သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို
လိုက်ရမယ်။

၈။ နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ် ရ ရောက်လို သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို
လိုက်ရမယ်။

359

1126017

ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
ကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

ဟောကြားတော်မူသော

တက္ကသိုလ်ဝိပဿနာတရားတော်

နှင့်

နောက်ဆက်တွဲ ဝိပဿနာဖြင့်
ရောဂါပျောက်ကြောင်း သာဓကဝတ္ထုများ

မိစ္ဆရောင်ခြည် ဓမ္မဓါနုလုပိဓနိး
အဆောင်(၄)။ပ ထပ်သိမ်းပြီးချေး/စိရုံ၊ရွှေတိဂုံဘုရားထမ်း
အ-၃၇၁၈၀၀(လိုင်ခွဲ ၃၆၄)ရန်ကုန်မြို့။

သာသနာရေးဆိုင်ရာ စာပေပုံနှိပ်ခွင့်အမှတ် - ၁၂၇/၉၄

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၄/၉၄

ဆဌမအကြိမ်

၂၀၀၂ ခုနှစ် ၊ ဒီဇင်ဘာလ

မျက်နှာဖုံး - စာပေပေါင်းကူးပုံနှိပ်တိုက်

အုပ်စု - ၁၀၀၀

တန်ဖိုး - ၀.၉၅

ဦးမောင်ညွန့် (ကင်းလွတ်ခွင့်အမှတ် - ၀၄၇၈၁)

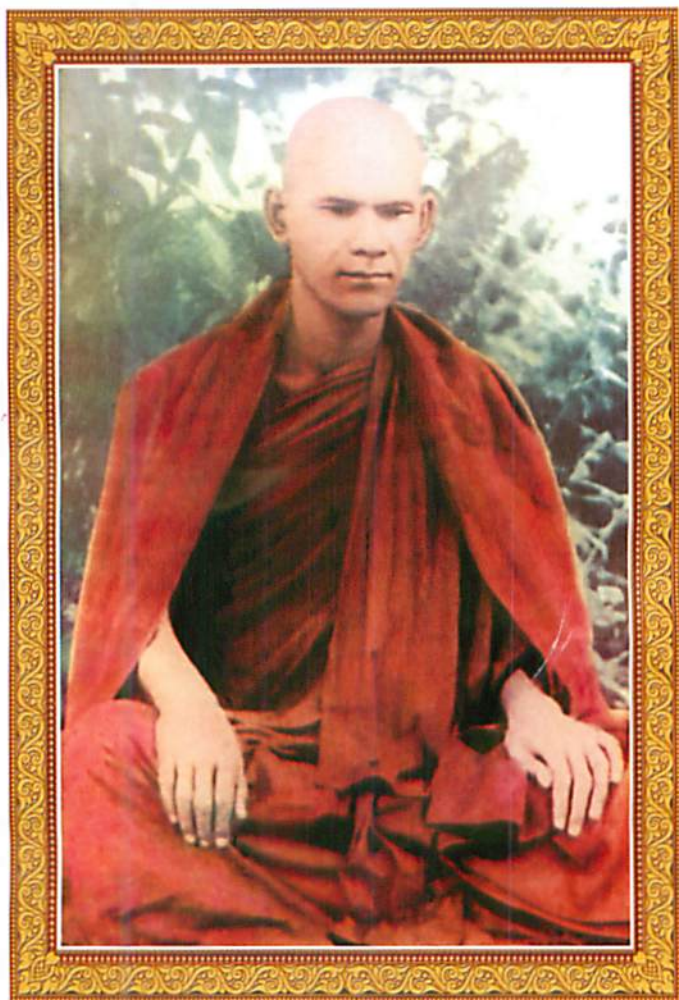
မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ ၊ ဆိပ်ခွန်ရွာ ၊ ရွှေဘိုမြို့နယ်

က ထုတ်ဝေ၍

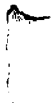
ဦးငြိမ်းချမ်း (မြီ - ၀၃၁၉၅) လူထုကြီးပွားရေးပုံနှိပ်တိုက် ၊

အမှတ် ၂၂၁ ၊ ၈၄ x ၃၃ လမ်းထောင့်၊ မန္တလေးမြို့၊

(ဖုန်း - ၃၉၇၁၇ ၊ ၆၀၁၃၆) က ပုံနှိပ်သည်။



ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး



မာတိကာ

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
တရားပလ္လင်ခံ	၁
ဟောမည့်တရားတော်	၂
သတ္တိသုတ် (သံယုတ်ပါဠိ ပထမ ၁၂)	၄
အမှန်ကို မယုံတာ ဉာဏ်အဆင့် နိမ့်နေလို့ပဲ	၅
သိပ္ပံဆရာတွေ၏ အတွေ့လိုပင် ယုံသင့်ပါသည်	၆
အဆင့်အတန်း မတူရာမှာ ကိုယ်နှင့်နှိုင်းရင် ရိုင်းသည်	၈
ဗြဟ္မာ့အမြင်	၉
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ အမြင်တော်	၁၁
ရည်ရွယ်ချက် ပြည့်စုံတဲ့ တရားဂါထာတော်	၁၂
သက္ကာယဒိဋ္ဌိပယ်ဖို့ကအရေးကြီးတယ်	၁၃
ဗြဟ္မာ့အထင်နှင့် ဘုရားအမြင်	၁၄
သက္ကာယဒိဋ္ဌိဆိုတာဘာလဲ	၁၆
မြင်ရာ၌ သက္ကာယဒိဋ္ဌိဖြစ်ပုံ	၁၇
အတ္တစွဲလေးပါး	၁၉
ကြားရာစသည်၌ သက္ကာယဒိဋ္ဌိဖြစ်ပုံ	၂၀
သက္ကာယဒိဋ္ဌိကိုပယ်ရန် အရေးကြီးတယ်	၂၂
ဒီကနေ့ပင် အားထုတ်ပါ	၂၅
သမ္ပပ္ပဓာန်ကိစ္စလေးပါး	၂၇
မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ညွှန်ကြားချက်	၃၁

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
စိတ်အညစ်အကြေးကင်းဖို့ အရေးကြီးသည်	၃၃
သမ္မာဒိဋ္ဌိ ၆ ပါး	၃၅
မြတ်စွာဘုရား ယုံကြည်ထိုက်ပုံ	၃၇
လိုက်နာပြီး ကျင့်သွားပုံ	၃၈
ကိုယ်တိုင်တွေ့မြင်နိုင်တဲ့တရား	၄၂
ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိရှိဖို့ အရေးကြီးသည်	၄၃
သီလမဂ္ဂင်ဖြစ်ပုံ	၄၄
ဈာန်သမာဓိဖြစ်ပုံ	၄၅
ဈာန်အခြေခံပြီး ဝိပဿနာရှုပုံ	၄၆
ဝိပဿနာသမာဓိဖြစ်ပုံ	၄၇
ပညာမဂ္ဂင်ဖြစ်ပွားပုံ	၄၇
မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပွားပုံ	၄၉
သတိပဋ္ဌာန်မပါလျှင် ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာမဖြစ်	၅၀
စိတ်အညစ်အကြေးကင်းဖို့က အရေးကြီးတယ်	၅၂
အဲဒါကလည်း သတိပဋ္ဌာန်တစ်လမ်းတည်းရှိတယ်	၅၃
သောကကင်းဖို့လည်း ဒီတစ်လမ်းတည်းပဲ	၅၅
ပရိဒေဝကင်းဖို့လည်း ဒီတစ်လမ်းပဲ	၅၆
ကိုယ်ဆင်းရဲငြိမ်းဖို့လည်း ဒီလမ်းပဲ	၅၇
စိတ်ဆင်းရဲငြိမ်းဖို့လည်း ဒီလမ်းပဲ	၆၀
မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရောက်ဖို့လည်း ဒီလမ်းပဲ	၆၁
သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်အရ အားထုတ်ပုံ	၆၃

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
ဈာန်မရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ဝိပဿနာရှုပုံ	၆၄
အားထုတ်ရန်အသင့်ပြင်ပုံ	၆၇
ကာယာနုပဿနာပွားပုံ	၆၈
သန္တိဋ္ဌိကတရား	၇၂
စိတ္တာနုပဿနာပွားပုံ	၇၄
ဝေဒနာနုပဿနာပွားပုံ	၇၆
ဓမ္မာနုပဿနာပွားပုံ	၇၈
နာမ်နှင့်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိပုံ	၈၀
အကြောင်းအကျိုးကို ပိုင်းခြားသိပုံ	၈၂
အနိစ္စဉာဏ် စသည်ဖြစ်ပုံ	၈၃
နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့မြင်ပုံ	၈၇
သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကင်းပုံ	၈၈
ဝိပဿနာမဂ္ဂင် ကိုယ်တွေ့ပွားပုံ	၉၀
ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင် ရောဂါပျောက်ပုံ	၉၅
လေနာပျောက်သောဘုန်းကြီးတစ်ပါး	၉၉
ရှုမှတ်ခြင်းဖြင့် ထန်းရည်ခါးပြတ်ပုံ	၁၀၀
ဆရာတော် အရှင်သုတေတ (ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ) ၏ ဟောပြောချက်မှ	
ဗိုက်ထဲက အလုံးရောဂါပျောက်သူ	၁၀၂
အလုံးရောဂါပျောက်တဲ့ ရဟန်းတစ်ပါး	၁၀၅
အလုံးကြီး ကျေကွဲပျောက်ကင်းတဲ့ ဒကာတစ်ပါး	၁၀၆

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
ဒူးကိုက်နာ ပျောက်သူ	၁၀၆
အစာပင်းရောဂါ ပျောက်သူ	၁၀၇
ပန်းနာပျောက်သူ	၁၀၉
ခရသင်းနှင့် ယားနာတွေပျောက်သူ	၁၁၀
မုန့်မြိုနယ် တော်ကူးရွာ သတိပဋ္ဌာန်ရိပ်သာ ဦးနန္ဒိယထံမှ	
ရောဂါထူးပျောက်ပုံများ	၁၁၄
ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဦးပဏ္ဍိတ၏ တပည့် ယောဂီများထဲမှ	
ထူးခြားစွာ ရောဂါပျောက်ကင်းပုံအချို့	၁၃၁
ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဦးသံဝရ၏ တပည့်များထဲမှ	
ထူးခြားစွာ ရောဂါပျောက်ပုံအချို့	၁၃၆
ဗောဇ္ဈင်ကြောင့် ရောဂါကင်းပျောက်သည်	၁၄၂
ဗောဇ္ဈင်သုတ် တရားတော်	၁၄၄
ဦးကာဆင်ဝတ္ထုအကျဉ်းချုပ်	၁၅၅
ဒေါက်တာဟောင်းဝတ္ထု	၁၅၈
ကျောင်းဆရာကြီး လင်နေကာဝတ္ထု	၁၆၀

အမှာစာ

တက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်ဟူသော ဤအမည်သည် ခမ်းနားဝင့်ထယ် တင့်တယ်လှပ မြူးကြွပေါ်လွင် ပီပြင်ဆန်းသစ်လှပ သည်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဝိပဿနာ တရားကိုသာ ဦးစားပေး၍ ဟောတော်မူသည်။ ဤတရား တော်ကိုလည်း တက္ကသိုလ်မွေ့ရုံကြီးမှာ ဟောသော ဝိပဿနာတရား ဖြစ်၍ အခြားသော ဝိပဿနာတရားအမည်များမှ ထူးခြားသားနား ကွဲပြားပေါ်လွင် ပီပြင် ထင်ရှားစေရန် တက္ကသိုလ်ဝိပဿနာ တရား တော်ဟု နာမည်ပေးတော်မူပေသည်။

တတ်ကောင်းစရာ အထက်တန်း အတတ်ပညာမျိုးစုံနှင့် ဗဟုသုတများကို စနစ်တကျပို့ချရာ ကျောင်းကြီးကို တက္ကသိုလ်ဟု ခေါ်သည်။ ဘုရားရှင် မပွင့်မိကာလကပင် ယခုတက္ကသိုလ်များ၏ ရှေ့ပြေး ပညာပေး ဗဟိုဌာနကြီးများဖြစ်သော တက္ကသိုလ်ဒီသာ ပါမောက္ခ ဆရာကြီးများထံတွင် ပညာများကို ဆည်းပူးသည့် အလေ့ရှိ ခဲ့ကြသည်။ ယင်း ပညာ ဆည်းပူးရာကျောင်းကြီးကို တည်ရာဌာန တက္ကသိုလ်ပြည်ကို အစွဲပြု၍ တက္ကသိုလ်ဟု မှည့်ခေါ်ထားကြသည်။

ယခု ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်၏ အစသည် ၁၈၈၀ ပြည့်နှစ်က ရန်ကုန်မြို့၌ ဗြိတိသျှအစိုးရတို့ ဖွင့်လှစ်သော ရန်ကုန်ကောလိပ်မှ ပေါက်ဖွားလာခြင်းဖြစ်သည်။ ၁၉၂၀ ပြည့်နှစ်တွင် တက္ကသိုလ် အက်ဥပဒေပြဋ္ဌာန်း၍ ရန်ကုန်ကောလိပ်အစား ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်ဟု

သီးခြားတက္ကသိုလ်တစ်ခု တည်ထောင်သည်။ ၁၉၅၉ ခုနှစ်၌ မန္တလေး ကောလိပ်ကို မန္တလေးတက္ကသိုလ်ဟု တိုးချဲ့ဖွင့်လှစ်ပြန်သည်။ ယခု မြန်မာပြည်၌ ယင်းတက္ကသိုလ် ၂ ခုသာရှိသည်။ ယင်းတက္ကသိုလ် နှစ်ခုအနက် ဤတရားတော်သည် ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်ဝင်းအတွင်းရှိ ဓမ္မာရုံကြီး၌ တက္ကသိုလ်ပညာရှင်များအား ဟောပြောသော တရား ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်-

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဤ တရားတော်ကို တက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်ဟူသော အမည်နှင့် ဆီလျော်အောင် သိပ္ပံပညာ ဥပမာစသော ဥပမာ ၁၁ မျိုးတို့ဖြင့် နှိုင်းယှဉ်ပြ၍ ဟောထားသည်။ သတ္တိသုတ်၊ ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်၊ သတိပဋ္ဌာနသုတ်အစရှိသော ပင်မ ဗဟိုအချက်အချာ ပဓာနဖြစ်သော ကျမ်းဂန် အယူအဆတို့ဖြင့် နက်ရှိုင်းတိကျ သေသပ်လှစွာ ဟော ထားသည်။ အရပ်သုံးစကားများဖြင့် သိပ်သည်းကျစ်လျစ် အဖုအထစ် မရှိ ပကတိညက်ညော ချောမောပြေပြစ် အနှစ်အဆီ ပြည့်မီစံပြ နည်းရလောက်အောင် ဟောထားသည်။ (ကျမ်းကြီး တစ်စောင်တစ်ဖွဲ့ မဟုတ်သော်လည်း) ဗဟုသုတရှိသူများ ရပ်ကွက်မှာ ဟောသောတရား ဖြစ်၍ ဗဟုသုတတိုးပွားစေရန် ဝိပဿနာအကြောင်းအရာနှင့် စပ်လျဉ်း၍လည်းကောင်း၊ ဝိပဿနာရှုမှတ်နည်းနှင့် ပတ်သက်၍ လည်းကောင်း ဆစ်ပိုင်းကျန ပြည့်ဝကုံလုံသည့် ဟောပြောချက်များဖြင့် သိသာလွယ်ကူ ပေါ်လွင်ထင်ရှားစွာ ဟောထားသည်။ ချောညက် ပြေပြစ် ကျစ်လျစ်လှပ အဓိပ္ပာယ်ပြည့်ဝသည့် သံပေါက်ကလေးများဖြင့် ခြုံငုံ၍ ပြန်လည် သိမ်းပိုက်ကာ နှစ်သက်စဖွယ် စီခြယ်ထားသဖြင့် လည်း အမှတ်ရ လွယ်ကူလှပေသည်။

ခေတ်သမိုင်းစဉ်ဖြင့် ပုံဖော်ရသော် ခေတ်ပညာရပ်များနှင့် သင်ကြားနည်းများသည် တိုးတက်နေသော ခေတ်ကာလနှင့် ဌာန အကြိုက်လိုက်၍ မကြာမကြာ ပြုပြင်ပြောင်းလဲနေရသဖြင့် ခေတ် လက်အောက်ခံ ခေတ်နောက်လိုက်များသာ ဖြစ်သည်။ ဤသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားတော်သည်ကား တိုးတက်ပြီးသည့် သမားရိုးကျ နည်း များဖြင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲစရာမရှိဘဲ၊ ဧကာယနမဂ္ဂ-တစ်ခုတည်းသော လမ်းဟောင်းလမ်းမှန်ဖြစ်၍လည်း ခေတ်ကိုအမြဲတမ်း စိုးပိုင်၍ နေလေ သည်။ မှန်ပါပေသည်။ ပွင့်တော်မူကြပြီးသော ဘုရား ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရိယာသာဝကတို့သည်လည်း ဤသတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာလမ်းဖြင့် သာ လုံးဝ စင်ကြယ်ခြင်းသို့ ရောက်တော်မူကြရသည်။ ပွင့်ဆဲ ပွင့်လတ္တံ့ဖြစ်သော ဘုရား ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရိယာသာဝကတို့သည် လည်း ဤ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာလမ်းဖြင့်သာ လုံးဝစင်ကြယ်ခြင်း သို့ ရောက်တော်မူကြသည်။

တက္ကသိုလ်ဟူသော စကားလုံးသည် ရှေးယခင်ကကဲ့သို့ပင် ယခုလည်းကျော်ကြား နောင်လည်းကျော်ကြားမည်သာ ဖြစ်သည်။ ဝိပဿနာတရားတော်သည်လည်း ရှေးယခင်ကကဲ့သို့ပင် ယခုလည်း ကျော်ကြား နောင်လည်းကျော်ကြားမည်သာဖြစ်သည်။

အဆင့်ဆင့်ပြုပြင်ရေးဆွဲထားသော ယောဂီ ကာယစိတ္တ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်း ကျင့်သုံးရေး ပညာရပ်ကို အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် မူလတန်း မှစ၍ တက္ကသိုလ်ကျောင်း သင်တန်းများအထိ သင်ပြပို့ချနိုင်ရန် အိန္ဒိယပညာရေးဌာနက အရေးယူဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်ဟု ၁၆- ၁၁-၇၅ နေ.က နယူးဒေလီမှ သတင်းကောင်းတစ်ရပ်ကို ကမ္ဘာ သူ ကမ္ဘာသားများ ကြားသိလိုက်ကြရပေပြီ။

ဃ

တက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်

တက္ကသိုလ်ပညာရပ်များကို မတတ်မြောက်သည့် တိုင်းပြည်သည် ကမ္ဘာ့အလယ်၌ မျက်နှာမဲ့နှင့်ဆင်းရဲရေမည်။ ဝိပဿနာတရားကို အားမထုတ်နိုင်သဖြင့် ဉာဏ်အဆင့်မမြင့်သေးသူသည် သံသရာထဲတွင် တဝဲလည်လည်နှင့် ဆင်းရဲနေရပေမည်။

ယခုအခါဝိပဿနာတရားတော်သည် စာရိတ္တကောင်းမွန်ရေး၊ ငြိမ်းချမ်းသာယာ စိတ်ချမ်းသာရေးတို့တွင် ရှေ့တန်းမှပါဝင်သည့် အင်အားစုအနေဖြင့် သီးခြားကဏ္ဍတစ်ခု ဖြစ်ကြောင်းကိုအများက ယုံကြည်လက်ခံကြပေပြီ။ ယင်းတရားတော်ကို ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ကောင်းဆိုးမှားမှန် ဝေဖန်ပြုပြင်၍ ဆင်ခြင်ကြံဆ နည်းလမ်းရကြစေရန် ပါဠိအဋ္ဌကထာဋီကာ ပေကြီး ပေတံတို့ဖြင့် ညှိနှိုင်း တိုင်းတာပြ၍ ဟောထားသောကြောင့် ခေါင်းဆောင် ဝိပဿနာကျမ်းဟူ၍လည်း ခေါ်သင့်ပေသည်။

ရန်ကုန်မြို့ကြီးတွင်ရှိသော တက္ကသိုလ်ဓမ္မာရုံကြီး၌ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက တက္ကသိုလ်ပညာရှင်ကြီးများအား ဟောကြားသော ကြီးလေးကြီး ဆုံရာ ဤ တက္ကသိုလ်ဝိပဿနာတရားတော်သည် သူ့ရှုထောင့်နှင့်သူသာ မှန်ကန်နေခြင်းမဟုတ်ပေ၊ ခတ်တိုင်းငန့်သည့် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ တရားများကို ဆန်းသစ်ပေါ်လွင်သော နှိုင်းယှဉ်ချက် အမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် စိကာစဉ်ကာ ဟောထားသောကြောင့် နှောင်းခေတ် သာသနာအတွက် အားဆေးတစ်ခွက်လည်းဖြစ်ပေသည်။

သက္ကယဒိဋ္ဌိအကြောင်းကို စာမျက်နှာ ၁၆ - ၂၂ တို့၌ စာတွေ့ကိုယ်တွေ့ ယောဂီတွေ့အတိုင်း လက်နှင့်ကိုင်ပြသလို ထင်ထင်လင်းလင်း ရှင်းရှင်းဘွင်းဘွင်း ပြထားသောကြောင့်လည်းကောင်း၊

တိုင်းရင်းသားများ အယူအဆနှင့် တိုင်းတစ်ပါးက အယူအဆ ကျမ်းများကိုပါ ပညာရှင်များ၏ သဘောဉာဏ်တွင်းသို့ ချဉ်းနင်းဝင်ရောက်သွားအောင် ကျဉ်းကျဉ်းနှင့် ရှင်းလင်းပြထားသောကြောင့် လည်းကောင်း၊ တောနေ မြို့နေ လူတန်းစား အသီးသီးတို့က အတ္တနှင့် ပတ်သက်၍ ထင်မြင်ယူဆပုံတို့ကိုလည်း စာမျက်နှာ ၂၄ ဌာ ပြထားသောကြောင့်လည်းကောင်း ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာတို့၏ ပေကြိုး ပေတံ သဖွယ်ဖြစ်၏။ ယောဂီသူတော်စင်တို့၏ မှီရာ တံကဲပျဉ် သဖွယ်လည်းဖြစ်၏။ စာမျက်နှာ ၅၂၆ ဌာ နတ်ဗြဟ္မာမမြင်ဖူး၍ မယုံသူကို လေယာဉ်ပျံပေါ်ကာစခေတ်က လေယာဉ်ပျံမမြင်ဖူး၍ မယုံသူတချို့နှင့် နှိုင်းယှဉ်၍လည်းကောင်း၊ စာမျက်နှာ ၆ ဌာ သာမန်လူတွေက မသိကြသော်လည်း သိပ္ပံပညာသည်တို့၏ စမ်းသပ်တွေ့ရှိချက်အရ အများကယုံကြည်ကြရပုံတို့ကို သိပ္ပံပညာဥပမာဖြင့်လည်းကောင်း၊ စာမျက်နှာ ၁၉ ဌာ အတ္တစွဲကို ဘာဝနာမယဉာဏ်ဖြင့် ပယ်ရုံလောက်သာမကဘဲ အရိယမဂ် ဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်သည်အထိ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုသိပြီး ပယ်ဖို့နှင့် ပယ်ပုံပယ်နည်းတို့ကိုလည်းကောင်း၊ မြင်ရာကြားရာ စသည်တို့၌ သက္ကာယဒိဋ္ဌိဖြစ်ပုံနှင့် ပယ်ပုံပယ်နည်းတို့ကိုလည်းကောင်း၊ လက်နှင့်ကိုင်ပြသလို ကွက်တိ အံကျထောက်ပြထားသဖြင့် ဓမ္မကထိကတို့၏ အမြဲတေသဖွယ်ဖြစ်၏။ သုတေသီတို့၏ ရတနာပြတိုက်ကြီးသဖွယ်လည်း ဖြစ်၏။ တရားအားထုတ်ခြင်းဖြင့် ရောဂါပျောက်ဖူးသည့် ယောဂီတို့၏ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်မှန်တို့ကို နောက်ဆက်တွဲ၌ ထည့်သွင်းပြထားသဖြင့် ယောဂီတို့၏ အားဆေးတစ်ခွက်လည်းဖြစ်၏။

ဘုရားရှင်သည် ကိုယ်တွေ့ကျင့်သုံး၍ သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကို ရရှိပြီးမှသာ မိမိစားဝံ့သည့် ဓမ္မဆေးကို သတ္တဝါတို့အား တိုက်ကျွေး သကဲ့သို့ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည်လည်း အာစရိယပါစရိယ နယလက်ကိုင် နည်းလမ်းပိုင်သော မင်းကွန်းသထုံ ဇေတဝန် ဆရာတော်ဘုရားကြီးထံမှာ ထုံးမှီစံရ ဆရာနည်းကျကျဖြင့် လေးလကျော်မျှ အားထုတ်ခဲ့ပြီးမှသာ ဆွေမျိုးများမှစ၍ တစ တစ တိုးချဲ့လျက် မိမိနိုင်ငံတွင်မျှမက နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်များအထိ သွားရောက် ဟောတော်မူခဲ့သည်။ ယခုအခါ မဟာစည်သာသနာ ဝိပဿနာ ဓမ္မစည်သံကြီးသည် တစ်ကမ္ဘာလုံးကို အံ့ကြွန်းကြား လှုပ်ရှား ရိုက်ခတ်လျက် အရှိန်အဟုန်ကောင်းစွာဖြင့် အစဉ်မပြတ် မြည်ဟည်း လျက်နေလေပြီ။

တက္ကသိုလ် ရပ်ကွက်သူ ရပ်ကွက်သားများသည် တိုင်းပြည် နှင့်လူမျိုး တိုးတက်ရေးအတွက် တက္ကသိုလ်ပညာ အများအပြားကို စာတွေ့လက်တွေ့လေ့လာရင်း ပစ္စုပ္ပန်တမလွန် နှစ်တန်ကောင်းစားရေး ဖြစ်သော ဝိပဿနာပညာ ရရှိရေးအထိ ကိုယ်တွေ့စိတ်တွေ့ ကျင့်သုံး ကြမည်ဆိုလျှင် ကိုယ်ခံပညာကောင်းစွာရ၍ ကမ္ဘာငြိမ်းချမ်းရေးမှ သည် သံသရာငြိမ်းချမ်းရေးအထိ ဦးတည်မိလျက်သား ဖြစ်နေသည်ကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ သိကြရပါလိမ့်မည်။

ဤမျှကောင်းမွန်သော ဝိပဿနာ တရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူရန် ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးအား ယခင်က ပင့်ခဲ့ဖူးပါသော်လည်း လာရောက်ပြီး မဟောနိုင်သည့် အချိန်များနှင့် တိုက်ဆိုင်၍ မဟောဖြစ်ဘဲ ရှိခဲ့ရာမှ ယခုဟောရခြင်း၏ အကြောင်း

တက္ကသိုလ်နယ်မြေ သထုံလမ်း အမှတ် ၂ နေ ဦးကျော်ဝင်း ဇနီး ဒေါ်ခင်အေးကြည်နှင့် သားသမီးတစ်စုတို့က ပင့်လျှောက်သဖြင့် ဟောနိုင်ခွင့်ရရှိက် ဟောတော်မူသည့်အတွက် ကြံတောင့်ကြံခဲ တရား နာခွင့် ရခဲ့ကြပါသည်။

မူလက ဟောထားသည်ကို ရိုက်ကော်ဒါဖြင့် ဖမ်းယူထားကြရာ ဗုဒ္ဓသာသနာနဂ္ဂဟအဖွဲ့ အမှုဆောင်တစ်ဦးဖြစ်သူ ဦးဦးခိုင် (ရန်ကုန်မြို့တော် မြူနီစီပယ် အဆောက်အဦဌာန အင်ဂျင်နီယာ ဟောင်း) က အသံမှစာအဖြစ်သို့ရောက်အောင် ကူးယူရာတွင် ပါဠိ နှင့် ယင်းအနက်စကားလုံးများကို မကူးတတ်၍ ချန်ထားခဲ့သဖြင့် ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဖြည့်စွက်၍ မူလဟောတရား၏ အဓိပ္ပာယ် မပျက်ရအောင် မူသန့်ပေးတော်မူပါ သည်။

ဤတက္ကသိုလ် ဝိပဿနာ တရားတော်သည် တက္ကသိုလ် ပညာရပ် အမျိုးမျိုးရှိသည့်အနက် ဝိပဿနာပညာဟူသော ပညာရပ် တစ်ခု ထပ်ဆင့်၍ သင်ယူလေ့လာနိုင်ရန် ယခုခေတ်နှင့် နှောင်းခေတ် ပညာရှင်များအတွက် သမိုင်းမှတ်တိုင်အဖြစ် တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် လေးနက်သော အသွင်သစ် မူသစ်ဖြင့် ခိုင်မြဲထင်ရှားစွာ ရပ်တည်နေ လေသည်။

ဤတက္ကသိုလ်ဝိပဿနာ တရားတော်ကို ဖတ်ရှုရခြင်းဖြင့် စာဖတ်သူတို့၏ စိတ်သန္တာန်ဝယ် ဝိပဿနာအရာ၌ စိတ်ပါဝင်စား မှုများ အထိုက်အလျောက် ဖြစ်ပေါ်လာလျှင်ပင် ဤစာရေးသူအနေနှင့် စိတ်တစ်ပိုင်း ကျေနပ်မှုရရှိပါပြီ။ အပြည့်အစုံ အားထုတ်ကြပါ အဘယ်မှာ ဆိုဖွယ်ရာ ရှိပါမည်နည်း။ ဤစာအုပ်ပါ

၈

တက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်

နည်းလမ်းအတိုင်း ကျင့်သုံး၍ အောင်မြင်မှု ရှိမရှိမှာမူ ကျင့်သုံးလိုက်နာသူများ၏ ပါရမီအစွမ်းသတ္တိနှင့် ဇွဲနပ်ရှိမရှိ အပေါ်တွင်သာ မူတည်နေပါသည်။

ဤတက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်ကို ဖတ်ရှုဆင်ခြင်၍ အချိန်အခွင့်ရတိုင်း ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်းဖြင့် အနာဂတ်ကာလတွင် ဤတက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်ဟူသော သမိုင်းမှတ်တိုင်ကြီးသည် ခေတ်၏ အမိုက်တိုက်အောက်၌ အားနည်းမွေးမိန် သေးသိမ်ပျောက်ကွယ်မသွားဘဲ သတ္တဝါအားလုံးတို့အား အေးငြိမ်းရာမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်ဆီသို့ အစဉ်ထာဝရ လက်ညှိုးညွှန်လျက် မားမားမတ်မတ် ရပ်တည်နိုင်ပါစေဟု ပတ္တနာမူ အာသီသပြုလျက် -

အရှင်ကောသာလ
သာသနဓဇ သီရိပဝရ ဓမ္မာစရိယ
ဒီဃဘာဏက ဒီဃနိကာယကောပိဒ
သာသနာ့ရိပ်သာ
ရန်ကုန်မြို့။

မြန်မာသက္ကရာဇ် ၁၃၃၉ ခုနှစ်
နယုန်လဆုတ် ၁၂ ရက်
၁၂-၆-၁၉၇၇။



တက္ကသိုလ်ဝိပဿနာတရားတော်

၁၃၃၆ ခု၊ ကဆုန်လဆန်း ၄ ရက်နေ့၊ ည ဟောသည်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

တရားပလ္လင်ခံ

ရန်ကုန်မြို့ တက္ကသိုလ် ဒီဇမ္မာရုံမှာ တရားဟောဖို့ ဘုန်းကြီး
ကို အရင်ကလည်း ပင့်ဖူးပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီပင့်တဲ့အချိန်နဲ့
ဘုန်းကြီးက လာရောက်ပြီး မဟောနိုင်တဲ့အချိန် တိုက်ဆိုင်တိုက်ဆိုင်
နေလို့ အရင်အရင် အချိန်တွေ တုန်းကတော့ ဒီဇမ္မာရုံမှာ တရားမဟော
ခဲ့ရသေးဘူး။ ယခုအကြိမ်ဟာ ပထမ အစဆုံး ဟောရတဲ့ အကြိမ်လို့
မှတ်ရမှာပဲ။

ယခု ဟောရခြင်း၏ အကြောင်းကတော့ -

“နှစ်ဖက်သော မိဘတို့ကိုအမျိုးထား၍ ရန်ကုန် တက္ကသိုလ်
နယ်မြေ သထုံလမ်း အမှတ် ၂ နေ ဦးကျော်ဝင်း ဇနီး ဒေါ်ခင်အေး
ကြည်နှင့် သားသမီးတစ်စုတို့က ဓမ္မမိတ်ဆွေအပေါင်းတို့အား အဂ္ဂ
မဟာပဏ္ဍိတ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုန်းကြီး၏ ဝိပဿနာ တရားပွဲ
ကို ၁၃၃၆ ခုနှစ်၊ ကဆုန်လဆန်း ၄ ရက်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့၊ ည ၇ နာရီ
အချိန်တွင်လည်းကောင်း၊ တိပိဋကဓရ ဓမ္မာဏ္ဍာဂါရိက အရှင်
ဝိစိတ္တသာရာဘိဝံသ၏ တရားပွဲကို ၁၃၃၆ ခုနှစ်၊ ကဆုန်လဆန်း
၅ ရက်၊ ၆ ရက်နေ့၊ ညများ၌ ၇ နာရီအချိန်တွင်လည်းကောင်း
တက္ကသိုလ်ဇမ္မာရုံတွင် ကျင်းပပြုလုပ်မည်ဖြစ်ပါ၍ တရားတော်မြတ်ကို

၂

တက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်

အတူတကွ ကြွရောက် နာကြားကြပါရန် ရှိသေးလေးမြတ်စွာ ဖိတ်ကြား အပ်ပါသည်”လို့ -

ဒီဖိတ်စာထဲမှာ ဖော်ပြထားတဲ့ အတိုင်း တရားဟောရန် ဦးကျော်ဝင်းတို့က ပင့်တဲ့အတွက် ယခုအချိန်မှာ တရားဟောရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

တရားဟောရမည့်ရက်က ဒီကနေ့ တစ်ညတည်းဆိုတော့ ရှေ့ထွက် ဓမ္မကထိကနှင့်တကွ ၂ ပါး ဟောလို့ရှိရင် ဘုန်းကြီး ဟောမည့် တရားက ပြည့်ပြည့်စုံစုံ မဖြစ်ဘဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ဒီကနေ့ညမှာ ဘုန်းကြီးတစ်ပါးတည်းဟောဖို့ စဉ်းစားထား ပါတယ်။

ဟောမည့်တရားတော်

ဘာတရားကို ဟောမလဲဆိုတော့ ဝိပဿနာတရားကို ဟော နေကျ ဖြစ်တဲ့အတိုင်း ဝိပဿနာတရားကို ဟောရမှာပဲ။ ဒီဝိပဿနာ တရားက ဟောဖို့ နာကြားဖို့ အရေးလည်းကြီးပါတယ်။ မြတ်စွာ ဘုရား ဟောတော်မူတဲ့ တရားအစဉ် ဆိုရင်တော့ ဒါနကထာ၊ သီလကထာ၊ သဂ္ဂကထာ၊ မဂ္ဂကထာ ဆိုတာတွေပါပဲ။ အဲဒီမှာ -

- (၁) ဒါနကထာဆိုတာက ပေးလှူခြင်းနှင့် စပ်ပြီး လှူပုံ အကျိုးပေးပုံ စသည်ကို ဟောတဲ့ တရားစကားပါပဲ။ အဲဒါကိုတော့ မကြာ ခဏ ကြားနာနေကြရပါတယ်။
- (၂) သီလကထာဆိုတာကတော့ ငါးပါးသီလစသည်နှင့် စပ်ပြီး စောင့်ရှောက်ကျင့်သုံးပုံ အကျိုးပေးပုံ စသည်ကို ဟောတဲ့ တရားစကား ပါပဲ။ အဲဒါကိုလည်း မကြာခဏ ကြားနာနေကြရတာပါပဲ။

(၃) သဏ္ဌကထာဆိုတာကတော့ ဒါန၊ သီလတို့ အစွမ်းကြောင့် ခံစားနေရတဲ့ နတ်စည်းစိမ်ချမ်းသာတွေကို ဖော်ပြတဲ့ တရားစကားပါပဲ။

(၄) မဏ္ဍကထာဆိုတာကတော့ အဲဒီ နတ်စည်းစိမ်ချမ်းသာ အစရှိတဲ့ ကာမဂုဏ်၏ အပြစ်ကို ပြပြီးတော့ တောထွက်ခြင်း၊ သမထဝိပဿနာဘာဝနာကို အားထုတ်ခြင်း သစ္စာလေးပါးကို သိမြင်တဲ့ အရိယမဂ်၏ ဖြစ်ခြင်းများကို ဟောတဲ့ တရားစကားပါပဲ။

အဲဒီကထာ ၄ ပါးထဲမှာ ရှေ့ပိုင်းကထာ ၃ ပါးကတော့ ကြားနာရဖူးတာ များလှပါပြီ။ မဏ္ဍကထာထဲမှာလည်း ရှေ့ပိုင်းတွေကိုတော့ ဒီတစ်ညတည်း ဟောနေလို့ မဖြစ်ဘူး။ ဒါကြောင့် အဲဒီ ရှေ့ပိုင်းကထာတွေကို သီးခြားမဟောတော့ဘဲ ဝိပဿနာတရားကိုသာ ဟောရမယ်။ ဒီဝိပဿနာကိုလည်း ယခုနေအခါ ဟောတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အများကြီး ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဟောပုံချင်းကတော့ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး တူချင်မှုတူမယ်။ အရေးကြီးတာကတော့ ဟောတဲ့အတိုင်း အားထုတ်သူမှာ ကျမ်းဂန်နှင့်အညီ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ်တွေဖြစ်ဖို့ ကိုယ်တိုင်တွေ့ဖြစ်ဖို့ လိုပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ အားထုတ်သူမှာ ကျမ်းဂန်နှင့်အညီ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်အစစ် ဖြစ်တာကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ ဝိပဿနာ လုပ်ငန်းစဉ်တရားကို ဟောနေပါတယ်။ ယခု အဲဒီ လုပ်ငန်းစဉ်တရားကို ဟောရမယ်။ အခြေခံ ဂါထာတစ်ပုဒ်ကို ရှေးဦးစွာ ရွတ်ပြရမယ်။

သတ္တိသုတ် (သံယုတ်ပါဠိ ပထမ ၁၂)

သတ္တိယာ ဝိယ ဩမဇ္ဈော၊ ဒယုမာနောမတ္ထကေ။

ကာမရာဂပ္ပဟာနာယ၊ သတော ဘိက္ခု ပရိဗ္ဗဇေ။

ဒါက အမည်ဖော်ပြမထားဘဲ အညတရာ ဒေဝတာဆိုတဲ့ နတ်တစ်ဦးက မြတ်စွာဘုရားထံ သူ့ထင်မြင်ချက်ကို လျှောက်ထား တင်ပြတဲ့ ဂါထာပါပဲ။ နတ်တစ်ဦးဆိုပေမယ့် သင်္ဂါထာဝဂ္ဂသံယုတ် ပထမသုတ်၌ ဖွင့်ပြပုံအရ ကမ္ဘာနှင့်ချီပြီး အသက်တမ်း အလွန်ရှည်တဲ့ ဗြဟ္မာနတ်သာ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဗြဟ္မာတစ်ဦးအနေနဲ့ပဲ ဒီမှာ အနက်အဓိပ္ပာယ် ဖော်ပြသွားပါ့မယ်။

သတ္တိယာ - လုံမကြီးဖြင့်၊ ဩမဇ္ဈော ဝိယ - ရင်ဝ၌ အထိုးခံ ရသောသူကဲ့သို့၊ ပရိဗ္ဗဇေ - သုတ်သုတ်လျင်စွာအားထုတ်ရာ၏။ ရင်ဝ၌ လုံနဲ့ အထိုးခံရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဘာအရေးကြီးသလဲဆိုရင် စူးဝင်နေတဲ့ လုံကိုနှုတ်ပြီး ဆေးကုဖို့ရာဟာ အရေးအကြီးဆုံးပဲ။ စီးပွားရေး၊ သားရေး၊ သမီးရေး အစရှိတဲ့ ဒီပြင်ကိစ္စတွေက ဘယ်လိုပင် အရေး ကြီးပါတယ်ဆိုပေမယ့် အဲဒါတွေကို နောက်မှလုပ်ရင် ဖြစ်တယ်။ အရေးအကြီးဆုံးကတော့ စူးနေတဲ့ လုံကို နှုတ်ပြီး ဆေးကုဖို့ရာဟာ အရေးအကြီးဆုံးပဲ။ ဒါက သုတ်သုတ်လျင်စွာ အားထုတ်ဖို့ရာအတွက် ဥပမာတစ်ခုပဲ။ နောက် ဥပမာတစ်ခုကတော့ -

မတ္ထကေ - ဦးခေါင်းထက်၌၊ ဒယုမာနော ဣဝ - မီးလောင် ခံရသောသူကဲ့သို့၊ ပရိဗ္ဗဇေ - သုတ်သုတ်လျင်စွာ အားထုတ်ရာ၏တဲ့။ ခေါင်းက ဆံပင်တွေကို မီးလောင်နေတဲ့သူမှာ ဘာ အရေးကြီးသလဲ ဆိုရင်၊ အဲဒီ ခေါင်းက ဆံပင်လောင်နေတဲ့မီးကို ငြိမ်းသတ်ဖို့ဟာ အရေးကြီးတယ်၊ ဒီပြင် ကိစ္စတွေကတော့ နောက်မှလုပ်ရင် ဖြစ်တယ်။

အမှန်ကို မယုံတာ ဉာဏ်အဆင့် နိမ့်နေလို့ပဲ

၅

ခေါင်းမှာ လောင်နေတဲ့မီးကို ငြိမ်းသတ်ဖို့ရာက အရေးအကြီးဆုံးပဲ။
ဒါက ဒုတိယဥပမာပဲ။ ဒါကြောင့်-

သတ္တိယာ - လုံမကြီးဖြင့်၊ ဩမဋ္ဌော ဝိယ - ရင်ဝ၌ အထိုး
အစိုက် ခံရသောသူ ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ မဏ္ဍကော - ဦးခေါင်းထက်၌၊
ဒယုမာနော ဣဝ - မီးအလောင်ခံရသောသူကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ကာမ
ရာဂပ္ပယာနာယ - ကာမရာဂကို သမထဈာန်တရားဖြင့် ပယ်ရှားရန်
အလို့ငှါ၊ ဘိက္ခု - ရဟန်းသည်၊ ဝါ - သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သော
ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ သတော - အမှတ်ရလျက်၊ ပရိဗ္ဗဇေ - သုတ်သုတ်လျင်စွာ
အားထုတ်ရာ၏ တဲ့။

အမှန်ကို မယုံတာ ဉာဏ်အဆင့်နိမ့်နေလို့ပဲ

ဗြဟ္မာကြီးတစ်ဦးက သူ့အမြင်နဲ့ မြတ်စွာဘုရားထံ တင်ပြ
လျှောက်ထားတဲ့ ဂါထာပါပဲ။ နတ်တို့ ဗြဟ္မာတို့ဆိုတာကို တချို့က
သူတို့ကိုယ်တိုင် မတွေ့ဖူးတဲ့အတွက် မယုံကြည်နိုင်ဘဲ ရှိနေတတ်ကြ
ပါတယ်။ အဲဒါဟာ နတ်တွေ ဗြဟ္မာတွေကို မြင်နိုင်တဲ့ ဉာဏ်မရှိကြ
လို့ အသိအမြင် အဆင့်အတန်း နိမ့်နေကြလို့ပါပဲ။ သူတို့ကတော့
သူတို့ဟာ သူတို့ စဉ်းစားဆင်ခြင်ဉာဏ် အဆင့်မြင့်နေလို့ မယုံကြည်
တာလို့ ဆိုကောင်းဆိုကြပေလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ အမှန်အားဖြင့်တော့
အနောက်နိုင်ငံမှာ လေယာဉ်ပျံပေါ်ခါစတုန်းက အရှေ့နိုင်ငံက လူအချို့
မယုံကြည်တာမျိုးပါပဲ။ ယခုနေအခါမှာ လကမ္ဘာကို အာကာသယာဉ်
ဖြင့် ရောက်တယ်ဆိုတာ မယုံကြည်ကြတာနဲ့လည်း တူပါတယ်။

နတ်တွေ၊ ဗြဟ္မာတွေဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ်ပိုင်
ဉာဏ်ဖြင့် တွေ့သိပြီးဟောထားတာပဲ။ အဲဒါကို ဟုတ်မှန်ကြောင်း

အဘိညာဉ်ရရှိ၊ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များက ထောက်ခံထားလျက် ရှိနေတာပဲ။ မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီနတ်တွေ ဗြဟ္မာတွေထက် မြင့်မြတ်သိမ်မွေ့တဲ့ တရားတွေကိုလည်း ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် တွေ့သိပြီး ဟောထားတာပဲ။ အဲဒါကို ဉာဏ်ထူးရှိတဲ့ ရဟန္တာ အရှင်မြတ်တွေက သူတို့၏ ကိုယ်တွေ့အနေဖြင့် ထောက်ခံထားတာပဲ။ အဲဒီတော့ နတ်တွေ ဗြဟ္မာတွေလောက်တောင် မမြင့်မသိနိုင်လို့ မယုံကြည်ကြတာဟာ အသိဉာဏ် အဆင့်အတန်း နိမ့်နေသေးလို့ပါပဲ။

သိပ္ပံဆရာတွေ၏ အတွေ့လိုပင် ယုံသင့်ပါသည်

ဗြဟ္မာဆိုတာ ကာမဂုဏ်ကို တပ်မက်မှု ကာမရာဂ ကင်းတယ်။ ကမ္ဘာနဲ့ချီပြီး အသက်ရှည်တယ်။ လူတွေ နတ်တွေဆိုတဲ့ ကာမဘုံသား သတ္တဝါတွေကတော့ အသက်တိုတယ်၊ မကြာခဏ သေသေသွားကြရတယ်။ လူဆိုရင် ဘုရားလက်ထက်တော် ကာလတုန်းက ပုံမှန် အနှစ်တစ်ရာ အသက်တမ်းရှိတယ်။ အနှစ်တစ်ရာ မပြည့်ခင် သေတဲ့လူလည်း ရှိတယ်။ အနှစ်တစ်ရာက ကျော်လွန်ပြီး တစ်ရာလေးငါးခြောက်ဆယ်အထိ အသက်ရှည်သူလည်း ရှိခဲ့တယ်။ အဲဒီထက် ရှေးကျတဲ့ ခေတ်တွေတုန်းကတော့ အသက်နှစ်ရာ သုံးရာ စသည် ပိုပြီး အသက်ရှည်ခဲ့ကြတာလည်းရှိကြောင်း ကျမ်းဂန်များမှာ ပြဆိုထားတာရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူ့လောက အသက်ဆိုတာ တယ်မရှည်လှပါဘူး။ အထက် နတ်ပြည်လောကတွေမှာ နတ်တွေက လူ့ထက် များစွာသာလွန်ပြီး အသက်ရှည်ကြတယ်။ အဲဒါကို သာမန် လူတွေက မသိကြဘူး။ သိတော်မူကြတဲ့ ဘုရား ရဟန္တာ အရှင်မြတ်တွေက ဟောကြားထားတဲ့အတိုင်း မှတ်ယူကြရတယ်။ ဥပမာအားဖြင့်

ယခုခေတ်မှာ သိပ္ပံပညာတွေက တိုးတက်နေတယ်။ သိပ္ပံပညာ တိုးတက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ကမ္ဘာလောကအကြောင်းကို အမျိုးမျိုး စူးစမ်း စမ်းသပ်ကြည့်ကြတယ်။ အခြားလူတွေကတော့ ကိုယ်တိုင် မတွေ့သိရပေမယ့် သိပ္ပံပညာရှင်တွေက စမ်းသပ်တွေ့ရှိထားတဲ့ အချက်တွေကို သူတို့ပြောပြတဲ့အတိုင်းပင် မှတ်ရတယ်။ နေ အစရှိသော ဂြိုဟ်တွေ၏ အတိုင်းအထွာ ပမာဏတွေ၊ ကမ္ဘာမြေကြီး၏ အတိုင်းအထွာ ပမာဏတွေ၊ နေနှင့်အကွာအဝေး ပမာဏတွေ၊ အဲဒီ ဂြိုဟ်အားလုံး လည်နေပုံတွေ၊ အခြား နေစကြဝဠာတွေ ဒီလိုဟာတွေ ကို သိပ္ပံပညာရှင်တွေက သူတို့နည်းဖြင့် တွက်ချက်တိုင်းတာပြီး ပြထားကြတယ်။ အဲဒါတွေကို ကိုယ်တိုင် မတွေ့မသိရပေမယ့် သူတို့ ပြောပြတဲ့အတိုင်းပဲ အများကယုံကြည်သိမှတ်နေကြရတယ်။ ဘာကြောင့် ဒီလို ယုံကြည်ရသလဲဆိုတော့ မိမိတို့ ကိုယ်တိုင်က သူတို့လို မသိရပေမယ့် သင့်လျော်သော ဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှိတဲ့အတွက် ဟုတ်ပေလိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည်ကြရတာပါပဲ။

အဲဒါလိုပါပဲ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားက ကိုယ်တိုင်တွေ့ သိမြင်ပြီးမှ ဟောထားတဲ့ နတ်ဗြဟ္မာလောကအကြောင်းတွေကိုလည်း ဘုရားဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း ယုံကြည်သင့်တာပါပဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က မသိနိုင်ပေမဲ့ သင့်လျော်တဲ့ ဆင်ခြင်ဉာဏ်ဖြင့် ယုံကြည်ထိုက်တဲ့အတွက် ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း ဟုတ်ပေလိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည်ရတာပါပဲ။ ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး သိချင်ရင်တော့ သိနိုင်အောင် အားထုတ်နည်းတွေလည်း ရှိပါတယ်။ အဲဒီနည်းတွေဖြင့် ဈာန်အဘိညာဉ်တွေကို ရအောင် အားထုတ်လို့ ပြည့်စုံရင် အဘိညာဉ်ဖြင့် ကိုယ်တိုင်ပင် သိမြင်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို သိနိုင်တဲ့နည်းတွေ ရှိပါလျက်နဲ့ အဲဒါတွေကို အားမထုတ်ဘဲ ကိုယ်ကမသိတာနဲ့ မယုံဘူးဆိုရင် အဲဒါကတော့ နေရာမကျဘူး။

အဆင့်အတန်း မတူရာမှာ ကိုယ်နှင့်နှိုင်းရင် ရိုင်းသည်

တချို့က ဒီလို ပြောကြတယ်။ “ကိုယ်တိုင်မတွေ့ရင် မယုံနိုင်ဘူး” တဲ့။ အဲဒါဟာ ကိုယ်ကမသိတာလို သူများလဲ မသိဘူးလို့ ထင်မှတ်ပြီး ပြောတာပဲ။ ကိုယ်နှင့်နှိုင်း မရိုင်းဘူးဆိုတာ အဆင့်အတန်း တူတဲ့သူ အချင်းချင်းမှသာ မှန်တယ်။ အဆင့်အတန်း မတူတဲ့ သူနဲ့ တန်းတူပြုပြီး နှိုင်းယှဉ်ရင်တော့ သိပ်လွဲတာပဲ။ ဥပမာ ထုတ်ပြမယ် ဂဏန်းသင်္ချာကို မသင်ကြားဖူး မလေ့လာဖူးတဲ့လူက ဂဏန်းသင်္ချာ ဘက်မှာ ပါရဂူမြောက် တတ်သိနေတဲ့လူလို ငါလိုပါပဲ ဂဏန်းတွက် ရာမှာ ငါ့ထက်ပိုပြီး မတတ်မသိပါဘူးလို့ တန်းတူပြုပြီး နှိုင်းယှဉ်ရင် အများကြီး လွဲမှားသွားမယ် မဟုတ်ပါလား။ ဒါလိုပါပဲ လောက အကြောင်းကို တကယ်သိပြီး ဟောထားတာကို ကိုယ်တိုင်က မသိတာ နဲ့ ဟောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို မိမိနဲ့တန်းတူပြုပြီး မယုံကြည်ဘဲနေရင် အများ ကြီး လွဲမှားသွားပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရား ဟောထားတဲ့ အတိုင်း နတ်တွေ၊ ဗြဟ္မာတွေရှိတယ်ဆိုတာ မိမိကိုယ်တိုင်တွေ့အားဖြင့် မသိပေမဲ့ မြတ်စွာဘုရားက သိမြင်ပြီး ဟောထားတာပဲလို့ ယုံကြည် မှတ်သားရပါတယ်။ အဲဒီ နတ်ဗြဟ္မာတွေထက် မြင့်မြတ်တဲ့ တရား တွေကို ဟောထားတာလည်း ရှိပါသေးတယ်။ တကယ်သိချင်ရင် အဲဒီ ဟောထားတဲ့ဟာတွေကို ကိုယ်တိုင်သိနိုင်အောင် လေ့လာဖို့ လိုပါ တယ်။ လေ့လာရင် သိလည်းသိနိုင်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား တရား တော်က ကိုယ်တိုင်တွေ့မြင်နိုင်တဲ့ တရားတော်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် သန့်ရှင်းစင်တော်-ကျင့်ကြံအားထုတ်က မုချ ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်နိုင်သော တရားတော်မြတ်ပဲလို့ ဒီလိုလည်း ချီးကျူးပြီး ဟောထားပါတယ်။

ဗြဟ္မာ့အမြင်

ရှေ့နားက ပြောခဲ့တဲ့ စကားရပ်ထဲမှာ နတ်တွေက လူတွေထက် အသက်ရှည်တယ်လို့ ပြောခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် ဗြဟ္မာတွေ၏ မျက်စိအောက်မှာတော့ အဲဒီနတ်တွေကိုလည်း မကြာခင်ပဲ သေသေသွားကြတဲ့ အနေနဲ့ တွေ့မြင်နေရတယ်။ အဲဒီလို လူတွေ နတ်တွေ မကြာခဏ သေသေသွားကြရတာကို မြင်ရတော့ ဗြဟ္မာကြီးက သနားတယ်။ ဒီသတ္တဝါတွေဟာ ကာမအာရုံကို သာယာတပ်မက်တဲ့ ရာဂရှိနေလို့ အသက်တိုတဲ့ လူ့ဘဝ နတ်ဘဝမှာ ဖြစ်နေကြရတယ်။ ဖြစ်ပြီးတော့ မကြာခင်ပဲသေသေသွားကြရတယ်။ ကာမရာဂကင်းအောင် ကျင့်လို့ ငါတို့လို ဈာန်ရရင် ဒီဗြဟ္မာလောက ရောက်လာပြီး ငါတို့လိုပဲ ကမ္ဘာနဲ့ချီပြီး အသက်ရှည်ကြရမယ်။ အဲဒီတော့ သတ္တဝါတွေဟာ ခဏခဏ မသေရတော့ဘဲ အသေရသက်သာသွားမယ်လို့ အဲဒီဗြဟ္မာက ထင်မြင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် -

သတ္တိယာ - လုံမကြီးဖြင့်၊ ဩမဇ္ဈော ဝိယ - ရင်ဝ၌ အထိုးအစိုက် ခံရသော သူကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ မတ္တဏေ - ဦးခေါင်းထက်၌၊ ဒယုမာနော ဣဝ - မီးလောင်ခံရသော သူကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ကာမရာဇပ္ပဟာနယ - အသက်တိုသောဘဝ၌ ဖြစ်စေတတ်သည့် ကာမရာဂကို သမထဈာန်ဖြင့် ပယ်ရန်အလို့ငှါ၊ ဘိက္ခု - ရဟန်းသည်၊ ဝါ - သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ သတော - အမှတ်ရလျက်၊ ပရိစ္ဆဇေ - သုတ်သုတ်လျင်စွာ အားထုတ်ရာ၏လို့ မြတ်စွာဘုရားထံ တင်ပြပါတယ်။

အတိုချုပ် ဆိုလိုတာကတော့ ဈာန်ရအောင် မြန်မြန် အားထုတ်ရမယ်။ ဈာန်ရရင် ကာမရာဂကင်းသွားမယ်။ အဲဒီတော့ ဈာန်

ကုသိုလ် အဟုန်ကြောင့် ဗြဟ္မလောကရောက်ပြီး အသက်ရှည်စွာ နေရမယ်။ ဒါဟာ အကောင်းဆုံးပဲလို့ ဆိုလိုပါတယ်။

လူတွေရဲ့အမြင်နဲ့ ကြည့်လိုက်ရင်လည်း အသက်တိုတဲ့ သတ္တဝါကလေးတွေကို အများကြီး တွေ့ရတယ်။ တချို့ ပိုးမွှား ကလေးတွေက ရက်ပိုင်းလောက် ရက်အနည်းငယ်လောက်သာ အသက်ရှင် နေဟန်တူပါတယ်။ တချို့ ပိုးကောင်လေးတွေက အလွန် သေးငယ်တာပဲ။ အသက်လည်း အလွန်တိုမှာပါပဲ။ အဲဒီလို ပိုးမွှား ကလေးတွေဟာ အကောင်ကလေး ဖြစ်လာလိုက်၊ မကြာခင် ရက် အနည်းငယ်အတွင်း သေသွားလိုက်၊ တဖန်ဖြစ်လာလိုက်၊ သေသွား လိုက်နဲ့ အင်မတန် သနားစရာကောင်းပါတယ်။ အဲဒီလိုပါပဲ ဗြဟ္မာ့ အမြင်နဲ့ ကြည့်လိုက်တော့ လူတွေ၊ နတ်တွေဟာ သူ့မျက်စိအောက်မှာ ဖြစ်လာလိုက်၊ သေသွားလိုက်နဲ့ မကြာခဏ သေသေသွားတာတွေကို မြင်ရတဲ့အတွက် သူက လူတွေနတ်တွေကို သနားတယ်။ သနားတဲ့ အတွက် သူကဒီလို သဘောပေါက် ထင်မြင်တယ်။ “ငါတို့လို ဈာန်ရရင် ကာမရာဂကင်းသွားမယ်၊ ကာမရာဂ ကင်းသွားရင် ငါတို့ လိုပင် ဗြဟ္မာ့ဘုံရောက်လာပြီး အသက်ရှည်ရှည်နေရမယ်၊ အဲဒါဟာ အကောင်းဆုံးပဲ” လို့ ဒီလို ထင်မြင်တဲ့အတွက် အဲဒါကို သူက မြတ်စွာဘုရားထံ တင်ပြတာပါပဲ။ သူ့စိတ်ထဲမှာတော့ အဲဒါကို မြတ်စွာ ဘုရားက လက်ခံလိမ့်မယ်ထင်လို့ တင်ပြတာပါပဲ။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ အမြင်တော်

ဒါပေမဲ့ သူ့တင်ပြချက်ကို မြတ်စွာဘုရားက ဆင်ခြင်ကြည့်တော်မူတဲ့အခါ အဲဒီဗြဟ္မာ၏ အထင်အမြင် မပြည့်စုံဘဲ လွဲနေတာကို တွေ့တော်မူတယ်။ ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ ကာမရာဂကို ပယ်တာက သမထဈာန်ဖြင့် ပယ်တာလည်းရှိတယ်။ အနာဂါမိမဂ်ဖြင့် ပယ်တာလည်းရှိတယ်။ အဲဒီပယ်ပုံ နှစ်မျိုးထဲက အနာဂါမိမဂ်ဖြင့် ပယ်တာဆိုရင်တော့ အဆင့်အတန်း မြင့်ပါတယ်။ အလွန်ကောင်းပါတယ်။ ကာမရာဂ အမြစ်ပြတ်ကင်းသွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် သေသည်၏ အခြားမဲ့၌ ဗြဟ္မာဘုံရောက်သွားမယ်။ အဲဒီဗြဟ္မာဘုံမှာပဲ ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ပရိနိဗ္ဗာန် စံဝင်ရမယ်။ ဒါကြောင့် ကာမရာဂကို အနာဂါမိမဂ်ဖြင့် ပယ်တာကတော့ အလွန်ကောင်းပါတယ်။

သမထဈာန်ဖြင့် ပယ်တာကတော့ အမြစ်ပြတ်ကင်းငြိမ်းတာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီဈာန်ရနေခိုက်၊ ဗြဟ္မာ့လောက ရောက်နေခိုက် လောက်သာ ကာမရာဂက ကင်းကွာနေတာ၊ ဗြဟ္မာ့ပြည်က စုတေပြီးတော့ လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝကို ပြန်ရောက်လာဦးမယ်။ အဲဒီအခါမှာ ကာမရာဂက သူများမှာလိုပင် ပြန်ဖြစ်ဦးမှာပဲ။ အဲဒီအခါ သူတော်ကောင်းနဲ့ ပေါင်းသင်းရလို့ သူတော်ကောင်းတရားတွေ ကုသိုလ်တွေကို ပြုစုနိုင်ရင်တော့ လူ့ဘဝ နတ်ဘဝတွေမှာ ဖြစ်သွားဖို့ရှိပါတယ်။ ဈာန်ရအောင် ကျင့်နိုင်ရင် ဗြဟ္မာ့ပြည်ကို ပြန်ရောက်ဖို့လည်း ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူယုတ်မာနဲ့ ပေါင်းသင်းရလို့ သူယုတ်မာတရားတွေကို နာကြားပြီးတော့ အယူတွေလည်းမှား၊ အကုသိုလ်တွေလည်း ပွားသွားရင်တော့ အပါယ်လေးပါးထဲ ကျရောက်နိုင်သေးတာပဲ။ ဒါကြောင့် သမထဈာန်ရပြီး ကာမရာဂကို ပယ်ခွာနိုင်ရုံမျှကတော့ အဖိုးမတန်လှပါဘူး။ အဲဒါဟာ မြတ်စွာဘုရား၏ အမြင်အားဖြင့် သမထဈာန်

ရရုံမျှဟာ အဖိုးမတန်ပဲပဲ။ ဘုရားတပည့် သာဝကတွေရဲ့ အမြင်အား
 ဖြင့်လည်း ထိုအတူပင် သမထဈာန် ရရုံမျှဟာ အဖိုးမတန်ပါဘူး။
 ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဈာန်ကုသိုလ်ကြောင့် ဗြဟ္မာဖြစ်ရပေမယ့်
 အဲဒီဗြဟ္မာဘဝမှ စုတေပြီးတော့ လူ့ဘဝစသည်မှာ ဖြစ်ပြီး မကြာခဏ
 ဆေးရဦးမှာပဲ။ အကန်အသတ် အရေအတွက်မရှိ အကြိမ်များစွာ
 ဆေးဆေး သွားရဦးမှာပဲ။ အဆေးရ သက်သာလိမ့်မယ်လို့ မျှော်လင့်တဲ့
 အတိုင်း မပြည့်စုံပါဘူး။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီ ရည်ရွယ်
 ချက် ပြည့်စုံအောင် အဲဒီဂါထာကို ဒီလိုပြင်ပြီး မိန့်ကြားတော်မူ
 ပါတယ်။

ရည်ရွယ်ချက် ပြည့်စုံတဲ့ တရားဂါထာတော်

သတ္တိယာ ဝိယ ဩမဇ္ဈော၊ ဒယုမာနောမတ္ထကေ။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိပ္ပဟာနာယ၊ သတော ဘိက္ခု ပရိဗ္ဗဇေ။

သတ္တိယာ - လုံမကြီးဖြင့်၊ ဩမဇ္ဈော ဝိယ - ရင်ဝ၌ အထိုး
 အစိုက် ခံရသောသူကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဝါ - ရင်ဝ၌ လုံစူးခံရသော
 သူသည် ထိုလုံကိုနှုတ်၍ ကုသရန် အမြန် သုတ်သုတ် အားထုတ်ရာ
 သကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ မတ္ထကေ - ဦးခေါင်းထက်၌၊ ဒယုမာနော
 ဣဝ - မီးလောင်ခံရသောသူကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဝါ - ဦးခေါင်း၌
 မီးလောင်ခံနေရသောသူသည်၊ ထိုမီးကို ငြိမ်းသတ်ရန် အမြန်
 သုတ်သုတ် အားထုတ်ရာသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဘိက္ခု -
 ရဟန်းသည်၊ ဘိက္ခုသံသရာဆေးကို ရှုမြင်၍ သံသရာမှ လွတ်မြောက်
 ရန် ကျင့်ကြံသောသူသည်၊ သက္ကာယ ဒိဋ္ဌိပ္ပဟာနာယ - သက္ကာယဒိဋ္ဌိ
 ကို ပယ်ရန်အလို့ငှါ၊ သတော - အမှတ်ရသည်ဖြစ်၍၊ ပရိဗ္ဗဇေ -
 သုတ်သုတ်လျင်စွာ အားထုတ်ရာ၏။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိပယ်ဖို့က အရေးကြီးတယ်

ရင်ဝမှာ လုံစူးနေတဲ့သူဟာ အဲဒီလုံကိုနှုတ်ပြီး ဒဏ်ရာကို ကုသဖို့အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်သလို၊ တစ်နည်း ဥပမာအားဖြင့် ဦးခေါင်း မှာ မီးလောင်ခံနေရတဲ့သူဟာ အဲဒီမီးကို ငြိမ်းသတ်ဖို့ အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်သလိုပင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပယ်ဖို့က အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်တယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မကင်းသေးတဲ့ သူဟာ ဗြဟ္မာ့ပြည် ရောက်နေပေမဲ့လို့ တစ်နေ့ကျတော့ အဲဒီဗြဟ္မာ့ပြည်မှ စုတေပြီးတော့ လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝ ပြန်ရောက်ပြီး မကြာမကြာ သေရဦးမှာပဲ နောက်ပြီး တော့ အပါယ်လေးပါးလည်း ကျရောက်ပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ ခံစား သွားရဦးမှာပဲ။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကင်းရင်တော့ အပါယ်လေးပါးလည်း မကျတော့ဘူး။ လူ့ဘဝ နတ်ဘဝမှာ ဖြစ်ရရင်လည်း ခုနစ်ဘဝထက် ပိုလွန်ပြီးမဖြစ်ရတော့ဘူး။ အများဆုံး ခုနစ်ဘဝမျှသာ ဖြစ်ရတော့ မယ်။ ခုနစ်ခုမြောက် ဘဝမှာ ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ပရိနိဗ္ဗာန် စံဝင်ရတော့မယ်။ ဗြဟ္မာ့ပြည်မှာတက်ရောက်ပြီး ဖြစ်ရရင်လည်း အဲဒီ ဗြဟ္မာ့ပြည်မှာပဲ ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံရမယ်။ ဒါ့ကြောင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို အရိယမဂ်ဖြင့် အမြစ်ပြတ်ပယ်ဖို့က အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်တဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားက -

သက္ကာယဒိဋ္ဌိပ္ပဟာနာယ - အရိယမဂ်ဖြင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ရန် အလိုငှါ၊ သတော - အမှတ်ရလျက်၊ ပရိဗ္ဗဇေ - သုတ်သုတ် လျင်စွာ အားထုတ်ရာ၏လို့ ဟောတော်မူတာပါပဲ။

ရင်ဝမှာ လုံစူးနေတဲ့သူဟာ အဲဒီလုံကို နှုတ်ပြီး ကုသဖို့ အလျင်အမြန် အားထုတ်သင့်သလိုပင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်နိုင်အောင် အလျင်အမြန် အားထုတ်သင့်ပါတယ်တဲ့။ အကယ်၍ ဖြစ်နိုင်မယ်

ဆိုရင် လုံ့ကိုနှုတ်ပြီး ကုသရေးကို ဖယ်ထားပြီးတော့တောင်မှ သက္ကာယ
 ဒိဋ္ဌိကို ပယ်ရန် ရှေးဦးစွာ အလျင်အမြန် အားထုတ်သင့်ပါသေးတယ်။
 အဲဒီတော့ ယခုလူတွေဟာ ဟိုကိစ္စ ဒီကိစ္စတွေကို ဖယ်ထားပြီးတော့
 သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပယ်နိုင်အောင် အားထုတ်ဖို့ မသင့်ကြပေဘူးလား။
 နောက်ပြီးတော့ ခေါင်းမှာ မီးစွဲလောင်နေတဲ့သူဟာ အဲဒီမီးကို ငြိမ်း
 သတ်ဖို့အလျင်အမြန် အားထုတ်သင့်သလိုပင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်
 နိုင်အောင် အလျင်အမြန် အားထုတ်သင့်ပါတယ်တဲ့။ အကယ်၍
 ဖြစ်နိုင်မယ်ဆိုရင် ခေါင်းကမီးကို မသတ်သေးဘဲတောင်မှ သက္ကာယ
 ဒိဋ္ဌိကို ပယ်ရန် ရှေးဦးစွာ အလျင်အမြန် အားထုတ်သင့်ပါသေးတယ်။
 အဲဒီအချက်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ရင် ယခု လူတွေဟာ တခြားကိစ္စတွေကို
 ဖယ်ထားပြီးတော့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်နိုင်အောင် အားထုတ်ဖို့ မသင့်
 ကြပေဘူးလား၊ သင့်ပါတယ်လို့ဆိုရမှာပဲ။

ဗြဟ္မာ့အထင်နှင့် ဘုရားအမြင်

ဗြဟ္မာ့အထင်ကတော့ ခဏ ခဏ မသေရအောင် ဈာန်ဖြင့်
 ကာမရာဂကို ပယ်ဖို့ရာ အရေးကြီးတယ်လို့ထင်တယ်။ ဒါကြောင့်
 ရင်ဝ လှံစူးနေတဲ့သူဟာ လုံ့ကိုနှုတ်ပြီး ကုသဖို့ အမြန်အားထုတ်သင့်
 သလို ခေါင်းမီးလောင်နေတဲ့သူဟာ အဲဒီမီးကို ငြိမ်းသတ်ဖို့ အမြန်
 အားထုတ်သင့်သလို ဈာန်ဖြင့် ကာမရာဂ ပယ်နိုင်အောင် အလျင်
 အမြန် အားထုတ်သင့်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ လူတွေ၊ နတ်ဗြဟ္မာတွေ
 ဆိုတာ ကိုယ်ရထားတဲ့တရား ကိုယ်မှာပြည့်စုံနေတဲ့တရားကို အကောင်း
 ဆုံးလို့ ထင်ကြတယ်။ ရှေးခေတ်ကလည်း ဒီလို ထင်ကြတာပဲ။
 ယခု ခေတ်မှာလည်း ဒီလိုထင်ကြတာပဲ။ ကိုယ်ရတာ၊ ကိုယ်တတ်တာ၊

ဗြဟ္မာ့အထင်နှင့် ဘုရားအမြင်

၁၅

ကိုယ်သဘောကျတာလေးတွေကို အကောင်းဆုံးလို့ ယူဆပြီးတော့ သူများအား ပြောကြားတတ်ကြတယ်။ ဝါဒဖြန့်တတ်ကြတယ်။ ဒါက သတ္တဝါတွေ၏ ဖြစ်ရိုးဓမ္မတာပဲ။ ယခု မြတ်စွာဘုရားထံ တင်ပြတဲ့ ဗြဟ္မာကလည်း သူ့ဈာန်ကို အကောင်းဆုံးလို့ ယူဆပြီးတော့ တင်ပြတာပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားကတော့ တရားအလုံးစုံကို အကုန်သိတော်မူတဲ့အတွက် အကောင်းအဆိုးကို အတိအကျ ဝေဖန် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါတယ်။ ကာမရာဂကို ဈာန်ဖြင့်ပယ်တာ ဗြဟ္မာဖြစ်ရတယ်ဆိုတာဟာ ကောင်းသင့်သလောက်တော့ ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကာမရာဂ ပယ်တယ်ဆိုတာကလည်း အမြစ်ပြတ်ပယ်တာမဟုတ်၊ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်အားဖြင့် အနိက်အတန်မျှစေးကွာရုံမျှပဲ တစ်ချိန်ကျရင် ပြန်ဖြစ်ဦးမှာပဲ။ ဒါကြောင့် အကောင်းဆုံးတော့ မဟုတ်ဘူး။ ဗြဟ္မာဖြစ်ရတယ်ဆိုတာကလည်း တစ်ချိန်ကျရင် အဲဒီဘဝမှ စုတေရ သေရဦးမှာပဲ။ အဲဒီက စုတေပြီးတဲ့အခါ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မကင်းသေးရင် ကာမဘဝတွေ ပြန်ရောက်ပြီး အဖန်ဖန်သေရဦးမှာပဲ။ အပါယ်လေးပါးကျနိုင်သေးတာပဲ။ ဒါကြောင့် အကောင်းဆုံးတော့ မဟုတ်ဘူး။

ကာမရာဂကို အနာဂါမိမဂ်ဖြင့် အကြွင်းမဲ့ ပယ်နိုင်ရင်တော့ အကောင်းဆုံးလို့ ဆိုရမှာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ လူအများစုအနေနဲ့ အနာဂါမိမဂ်ရအောင် ကျင့်ဖို့က မလွယ်ပါဘူး။ ခက်ပါတယ်။ သောတာပတ္တိမဂ်ဖြင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်နိုင်ရင် အပါယ်လေးပါးမှလည်း အစဉ်ထာဝရ လွတ်သွားတယ်။ လူ့ဘဝ နတ်ဘဝမှာ ဖြစ်ရင်လည်း အများဆုံး ခုနစ်ဘဝသာ ဖြစ်ဖို့ သေဖို့ ရှိတော့တယ်။ ဗြဟ္မာ့ပြည်ရောက်သွားရင်တော့ အဲဒီဗြဟ္မာ့ပြည်မှာပဲ ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံရမယ်။ အဲဒီတော့ သေခြင်းမှ လုံးဝ လွတ်မြောက်သွားမယ်။

၁၆

တက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်

ဒါကြောင့် အောက်ထစ်ဆုံးအားဖြင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို အမြစ်ပြတ်ပယ်ဖို့ ရာဟာ အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို ပယ်နိုင်အောင် ကျင့်ဖို့ ရာဟာလည်း လူတွေမှာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက အနာဂါမိမဂ်ဖြင့် ကာမရာဂပယ်ရန် မညွှန်ကြားဘဲ အောက်ထစ်ဆုံး အနေဖြင့် အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ သောတာပတ္တိမဂ်ဖြင့် သက္ကာယ ဒိဋ္ဌိကိုပယ်ရန် ညွှန်ကြားတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိဆိုတာ ဘာလဲ

သက္ကာယဒိဋ္ဌိဆိုတာ ဘာလဲဆိုရင် ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ် အပေါင်းကို အတ္တကောင် ငါကောင်လို့အမြင်မှား အယူမှားပါပဲ။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ ပါဠိအမည်ထဲမှာ သ,ကတစ်ခု၊ ကာယ,ကတစ်ခု၊ ဒိဋ္ဌိက,တစ်ခု၊ ဒီသုံးခု တွဲစပ်ထားတာပဲ။ သဆိုတာက ထင်ရှားရှိတယ် လို့ အနက်ရှိတယ်။ ကာယဆိုတာက အပေါင်းလို့ အနက်ရှိတယ်။ ဒိဋ္ဌိဆိုတာက အမြင်မှား အယူမှားလို့အနက်ရှိတယ်။ သ နဲ့ ကာယ ကို ပေါင်းလိုက်တော့ သက္ကာယလို့ ဖြစ်လာတယ်။ သူ့အနက်က ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အပေါင်းတဲ့၊ အဲဒီ ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အပေါင်း ကို အတ္တကောင် ငါကောင် သတ္တဝါကောင်အနေနဲ့ အထင်အမြင် မှားတာ အယူမှားတာကို သက္ကာယဒိဋ္ဌိလို့ ခေါ်တာပဲ။

မြင်ရာ၌ သက္ကာယဒိဋ္ဌိဖြစ်ပုံ

မြင်ဆဲဓဏမှာ ဘာတွေ ထင်ရှားသလဲဆိုတော့ မြင်တယ် ဆိုတာ မျက်စိရှိလို့ မြင်တာပဲ၊ မျက်စိမရှိရင် မြင်ပါ့မလား မမြင် နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် မြင်ဆဲမှာ မျက်စိရပ်လည်း ထင်ရှားရှိတယ်။ နောက်ပြီးတော့ မြင်စရာအဆင်းလည်း ရှိလို့ မြင်တာပဲ၊ မြင်စရာ အဆင်းရပ် မရှိဘဲ မြင်ပါ့မလား၊ မမြင်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် မြင်စရာ အဆင်းရပ်လည်းရှိတယ်၊ မြင်သိမှု ရှိကြောင်းကိုတော့ အထူးပြောစရာ မလိုပါဘူး။ ဒါကြောင့် မြင်ဆဲဓဏမှာ မျက်စိရယ်၊ အဆင်းရယ်၊ မြင်သိမှုရယ်၊ ဒီသုံးခုဟာ ထင်ရှားရှိနေတာပဲ။ အဲဒီသုံးခုထဲမှာ မျက်စိ နဲ့အဆင်းက ရပ်ပဲ၊ သူတို့နှစ်ခုက သူတို့သက်သက်ဆိုရင် ဘာကိုမှ မသိတတ်ဘူး။ ဆန့်ကျင်ဘက်အကြောင်းနဲ့ တွေ့ရင်တော့ သူတို့က တစ်မျိုးတစ်မည်ဖြစ်ပြီး ဖောက်ပြန်တတ်တယ်၊ ဒါကြောင့် အဲဒီမျက်စိ နဲ့ အဆင်းကို (ရူပ) ရပ်လို့ခေါ်တယ်။ အအေးအပူစသော ဆန့်ကျင် ဘက်နဲ့တွေ့ရင် ဖောက်ပြန်တတ်တဲ့တရားလို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ သိလွယ် တာကတော့ (အနာရမ္မဏ) အာရုံမပြုတတ်တဲ့ မသိတတ်တဲ့ တရားတဲ့၊ အဲဒီလိုလဲဆိုရပါတယ်။ မြင်သိတယ်ဆိုတာကတော့ အာရုံ ကို သိတတ်တဲ့ နာမ်တရားပဲ၊ ဒါကြောင့် မြင်ဆဲဓဏ၌ တကယ် ထင်ရှားရှိတာက မျက်စိ အဆင်းဆိုတဲ့ရပ်နဲ့ မြင်သိတယ်ဆိုတဲ့နာမ် ဒီ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးပဲထင်ရှားရှိတယ်။ အဲဒါကို ပကတိလူတွေက အသက် ရှင်နေတဲ့ အတ္တကောင် ငါကောင်လို့ ထင်နေကြတယ်။ အဲဒါဟာ တကယ်ရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အပေါင်းကို အတ္တကောင် ငါကောင်လို့ အထင် အမြင်မှားတဲ့ ဒိဋ္ဌိပဲ။

အထင်အမြင်မှားယွင်းကတော့ မျက်စိနဲ့ တစ်ကိုယ်လုံးကိုလည်း ငါလို၊ ထင်တယ်၊ မြင်သိတာကိုလည်း ငါလို၊ ထင်တယ်၊ ငါက မြင်တယ်၊ မြင်တာ ငါပဲလို့ ထင်တာမျိုးပေါ့။ ကိုယ် လက် စသည်ကို မြင်တဲ့အခါ ငါ့ကိုယ်ကိုမြင်တယ်၊ မြင်ရတာဟာ ငါပဲလို့ ထင်တယ်။ မျက်စိရော၊ မြင်သိတာရော၊ မြင်ရတာရော၊ အဲဒီသုံးမျိုးလုံးကို ငါလို ထင်တယ်။ အဲဒါဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။ သူတစ်ပါးကို မြင်ရတဲ့အခါ လည်း လူကိုမြင်တယ်၊ မိန်းမကိုမြင်တယ်၊ ယောက်ျားကိုမြင်တယ်၊ စသည်ဖြင့် အသက်ရှင်နေတဲ့ အတ္တကောင် သတ္တဝါကောင်အနေဖြင့် ထင်မှတ်တယ်။ အဲဒါလည်း သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။ မြင်သိတာကလေး တစ်ခုကနေပြီးတော့ သိတဲ့စိတ်နဲ့တကွ တစ်ကိုယ်လုံးကို တစ်ပေါင်း တည်းပဲ ငါလို စွဲလမ်းသွားတယ်။ အဲဒါဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။ မျက်စိ အဆင်း မြင်သိမှုဆိုတဲ့ ဒီသုံးခုအပေါင်းကို ငါကောင် သတ္တဝါကောင် လို့ ထင်နေတာပါပဲ။ ဒီအတ္တစွဲ သက္ကာယဒိဋ္ဌိအစွဲက ကင်းခဲပါတယ်။ ပကတိလူတွေမှာ ဒီအစွဲက ရှိနေတာပါပဲ။ အဘိဓမ္မာ စာပေကျမ်းဂန် တွေကို လေ့လာထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ဒီအတ္တစွဲဟာ အတော်အတန် နည်းပါးတယ်လို့တော့ ဆိုရမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ လုံးဝ ကင်းတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။

အဲဒီလို သုတမယဉာဏ်လောက်နဲ့တော့ ဒီအတ္တစွဲက မကင်း ပါဘူး။ မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ တွေ့တိုင်း၊ သိတိုင်း မပြတ်လိုက်ပြီး ရှုသိနေတဲ့ ဘာဝနာမယဉာဏ်နဲ့ ဆိုရင်တော့ အနတ္တလို့ သိတိုင်း သိတိုင်း ဒီအတ္တစွဲကင်းနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မရှုဘဲ နေတဲ့အခါကျ တော့ ဒီအတ္တစွဲက ပြန်လာပြန်တာပဲ။ အရိယမဂ်ရောက်မှ ဒီအတ္တစွဲက လုံးလုံးကင်းသွားတာ အဲဒီအရိယမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာသည် တိုင် အောင် ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုသိပြီးပယ်ဖို့ပါပဲ။

အတ္တစွဲလေးပါး

အိန္ဒြိယမှာတော့ ဒီအတ္တအကြောင်းကို ကျမ်းဂန်တွေနဲ့တကွ ကျကျနန ရေးသားပြဆိုထားတယ်။ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း ပြီးစေနိုင်တယ်လို့ ထင်တာက သာမီအတ္တစွဲပဲ။ ကိုယ်ထဲမှာ အတ္တကောင် ငါကောင်ဟာ အမြဲရှိနေတယ် ထင်တာက နိဝါသီအတ္တစွဲပဲ။ ငါကပဲ သွားတယ်၊ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ အိပ်တယ်၊ မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ ပြုတယ် စသည်ဖြင့် ထင်တာက ကာရကအတ္တစွဲပဲ။ အကောင်းအဆိုးတွေကို ငါကပင် ခံစားတယ်လို့ထင်တာက ဝေဒကအတ္တစွဲပဲ။ အဲဒီအစွဲလေးမျိုးအရဖြင့် အတ္တကောင်ဆိုတာ တကယ့်ကို ရှိနေတယ်လို့ သူတို့က ထင်နေကြတယ်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကတော့ အဲဒီအတ္တဆိုတာကို မရှိဘူးလို့အထင်အရှား ပယ်ထားတယ်။ အဲဒါဟာ အနတ္တလက္ခဏသုတ် စသည်အရဖြင့် အလွန်ပင် ထင်ရှားပါတယ်။ အိန္ဒြိယမှာ လူအများစုကတော့ အတ္တဝါဒကို ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ယုံကြည်နေကြတယ်။ အတ္တကလေးဟာ တကယ့်ကိုရှိတယ်။ အဲဒီအတ္တကလေးတွေကို တွေ့သိရင် ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းတယ်လို့ ဒီလိုတောင် သူတို့ ကျမ်းတွေမှာ ပြထားတာ ရှိပါတယ်။ မြန်မာပြည်မှာတော့ အဲဒီ အတ္တကလေးရှိကြောင်း ပြဆိုထားတဲ့ ကျမ်းရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အသက်ရှင်နေတဲ့ အတ္တကောင်ကလေး ရှိတဲ့အနေနဲ့ စွဲလမ်းမှုကတော့ ရှိနေတာပဲ။ လူတွေသာ မဟုတ်ဘူး၊ တိရစ္ဆာန်တွေမှာလည်း ဒီလို အတ္တစွဲဟာ ရှိနေတာပဲ။

ကိုယ့်သန္တာန်မှာ မြင်လိုက်၊ ကြားလိုက် စသည်ဖြင့် ထင်ရှားပေါ်နေတဲ့ ရုပ် နာမ်သဘောတရားတွေကို တစ်ပေါင်းတည်းပြုပြီး အသက်ရှင်နေတဲ့ ငါကောင်လို့ ထင်မှတ် စွဲလမ်းနေကြတယ်။ အဲဒီလို

တကယ်ထင်မှတ် စွဲလမ်းနေတာဟာ အတ္တဒိဋ္ဌိ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ၊ သတိ ကာယေ သက္ကာယေ - ထင်ရှားရှိနေသော ရုပ်နာမ်အပေါင်း၌၊ ဒိဋ္ဌိ - ဖြစ်သော အမြင်မှား၊ အယူမှားသည်၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ - သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မည်ပါသတဲ့။ ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အပေါင်း၌ အသက်ရှင်နေတဲ့ ငါကောင်ဟု ထင်မှားတာက သက္ကာယဒိဋ္ဌိတဲ့။ အဲဒါကို လိုက်ဆိုကြရ မယ်။

ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အပေါင်း၌ အသက်ရှင်နေတဲ့ ငါကောင် ဟု ထင်မှားတာက သက္ကာယဒိဋ္ဌိ။ (၃ ခေါက်)

ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အပေါင်းဆိုတာ ခုတင်က ပြောခဲ့တဲ့ အတိုင်း မြင်ဆဲမှာဆိုရင် မျက်စိရုပ်ရယ်၊ မြင်ရတဲ့ အဆင်းရုပ်ရယ်၊ မြင်သိတဲ့ စိတ်နာမ်ရယ်၊ ဒီရုပ်နာမ်တွေပါပဲ၊ မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း ဒီရုပ်နာမ်တွေက ထင်ရှားရှိနေတာပဲ၊ အဲဒီမျက်စိအဆင်း မြင်သိတာ ဆိုတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေကို တစ်ပေါင်းတည်းပြုပြီး ငါ ငါလို၊ ထင်မှတ် စွဲလမ်းနေတာဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။

ကြားရာစသည်၌ သက္ကာယဒိဋ္ဌိဖြစ်ပုံ

ကြားဆဲခဏမှာပဲ မြင်ဆဲမှာလိုပါပဲ၊ နားရုပ်က ထင်ရှားရှိ တယ်၊ ကြားရတဲ့ အသံရုပ်ကလည်း ထင်ရှားရှိတယ်။ ကြားသိတဲ့ စိတ်နာမ်ကလည်း ထင်ရှားရှိတယ်၊ အဲဒီထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အပေါင်း ကို ငါပဲ၊ အသက်ရှင်နေတဲ့ အကောင်ပဲလို့ ထင်မှတ် စွဲလမ်းတယ်၊ အသံရှင်ဖြစ်တဲ့ သူတစ်ပါးကိုလည်း အသက်ရှင်နေတဲ့ အကောင်လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းတယ်၊ အဲဒါဟာ ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အပေါင်းကို အတ္တကောင်လို့ အထင်မှား အမြင်မှား အယူမှားတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။

ကြားရာစသည်၌ သက္ကာယဒိဋ္ဌိဖြစ်ပုံ

၂၁

နံဆဲခဏမှာလည်း နှာခေါင်းရုပ် ထင်ရှားရှိတယ်၊ အနံ့ရုပ်လည်း ထင်ရှားရှိတယ်၊ နံသိတဲ့စိတ်နာမ်လည်း ထင်ရှားရှိတယ်၊ အဲဒီရုပ်နာမ်အပေါင်းကို အသက်ရှင်နေတဲ့ ငါကောင် သတ္တဝါကောင်လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းတယ်၊ အဲဒါဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။

စားသိဆဲမှာလည်း လျှာရုပ် ထင်ရှားရှိတယ်၊ စားသိတဲ့ အရသာရုပ်လည်း ထင်ရှားရှိတယ်၊ အရသာသိတဲ့စိတ် နာမ်လည်း ထင်ရှားရှိတယ်။ အဲဒီ ရုပ်နာမ်အပေါင်းကို အသက်ရှင်နေတဲ့ ငါကောင် သတ္တဝါကောင်လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းတယ်၊ အဲဒါဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။

တွေ့ထိရာဌာနကတော့ အလွန်ကျယ်ပြန့်တယ်၊ တစ်ကိုယ်လုံး နေရာတကာက ထိသိနိုင်တာပဲ။ မြင်တယ်ဆိုတာက မျက်စိနှစ်လုံး နှစ်နေရာပဲရှိတယ်။ ကြားတယ်ဆိုတာကလဲ နားနှစ်ခု နှစ်နေရာပဲရှိတယ်၊ နံတယ်ဆိုတာကလည်း နှာခေါင်း နှစ်ပေါက် နှစ်နေရာပဲရှိတယ်။ စားတယ်ဆိုတာကတော့ ပါးစပ်ထဲက လျှာတစ်ခုတည်း တစ်နေရာတည်းပဲ ရှိတယ်၊ တွေ့ထိတယ်ဆိုတာကတော့ တစ်ကိုယ်လုံးပဲ၊ ဆွေးသားကောင်းတဲ့ နေရာမှန်သမျှ အကုန်လုံးပဲ၊ ခြေထောက်ကခေါင်းအထိ တစ်ကိုယ်လုံး အတွင်းကရော အပြင်ကရော အတွေ့အထိတွေ့ ပြည့်လို့ပဲ၊ ဟိုအနားက တွေ့ထိလိုက် ဒီအနားက တွေ့ထိလိုက်နဲ့ တွေ့ထိတိုင်း တွေ့ထိတိုင်း တွေ့ထိရာဌာနက ကာယပသာဒခေါ်တဲ့ ကိုယ်အကြည်ရုပ်လဲ ထင်ရှားရှိတယ်၊ တွေ့ထိရတဲ့ရုပ်လဲ ထင်ရှားရှိတယ်၊ ထိသိတဲ့စိတ် နာမ်လဲ ထင်ရှားရှိတယ်၊ အဲဒီ ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်တွေကို တစ်ပေါင်းတည်း ပြုပြီးတော့ ငါပဲအသက်ရှင်နေတဲ့ အကောင်ပဲလို့ ထင်မှတ် စွဲလမ်းနေတယ်၊ အဲဒါဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။

စိတ်ကူးစဉ်းစား ကြံသိဆဲမှာလဲ စိတ်ကူးစဉ်းစား ကြံစည်တိုင်း မှီရာရပ်လဲ ထင်ရှားရှိတယ်။ စိတ်ကူးကြံသိရတဲ့ အာရုံလဲ ထင်ရှားရှိတယ်။ စိတ်ကူးကြံသိရတဲ့ စိတ်နာမ်ကလဲ ထင်ရှားရှိတယ်။ အဲဒီ ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အပေါင်းကို စွဲမှီပြီးတော့ ငါစိတ်ကူးနေတယ်၊ ငါကြံနေတယ်၊ ငါသိနေတယ်လို့ ထင်မှတ်နေတယ်။ အဲဒီဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။ မြင်တာ၊ ကြားတာ၊ နံတာ၊ စားသိတာ၊ ထိသိတာ၊ ကြံသိတာတွေ အကုန်လုံးကို ပေါင်းပြီးတော့လည်း ငါကောင် အတ္တကောင်လို့ ထင်မှတ်နေတာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ရန် အရေးကြီးတယ်

မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကို ကြားနာရတဲ့အတွက် မြင်တာ၊ ကြားတာစသည်တွေဟာ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ် တရားတွေပဲလို့ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်နိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ ဒီငါကောင် စွဲ အတ္တစွဲက သိပ်မခိုင်မာဘူး၊ နည်းနည်းသက်သာပါတယ်၊ အစွဲ အလမ်း သိပ်မကြီးပါဘူး၊ အဲဒီလို မကြားမနာဘူးလို့ နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်မှု မရှိတဲ့သူတွေမှာတော့ ဒီငါကောင်စွဲ အတ္တစွဲက အခိုင်အမာ ကြီး ဖြစ်နေတယ်၊ အသက်ရှင်နေတဲ့ အတ္တကောင် ငါကောင်ဟာ တကယ့်ကို ရှိနေတယ်လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းနေတယ်။ တချို့က လိပ်ပြာကောင်လို့တောင် ထင်မှတ်စွဲလမ်းနေကြသေးတယ်၊ သေတဲ့ အခါ လိပ်ပြာကောင်က ထွက်သွားတယ်လို့ ထင်မှတ်နေကြတယ်၊ ဘဝအသစ်ဖြစ်တဲ့အခါလည်း သူငယ်ကလေးရဲ့ ကိုယ်ထဲမှာ လိပ်ပြာ ကောင်က ဝင်လာတယ်လို့လဲ ထင်မှတ်နေကြတယ်၊ တချို့က ကိုယ် ထဲကလိပ်ပြာကောင်ဟာ ထွက်သွားနေရင်း အခြားသူ၏ လိပ်ပြာ

ကောင်နဲ့ စကားပြောနေတယ်။ မကောင်းဆိုးဝါး လိပ်ပြာကောင်နဲ့ တွေ့လို့ လန့်သွားတယ် စသည်ဖြင့် ပြောတတ်ကြသေးတယ်။ အဲဒီလို ထင်မှတ် စွဲလမ်းတာတွေဟာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိချည်းပဲ။

ဒီသက္ကာယဒိဋ္ဌိ ရှိနေသမျှကာလပတ်လုံး အကုသိုလ်ဖြစ်ပွားပြီး အပါယ်လေးပါး ကျရောက်နိုင်တယ်။ အပါယ်တံခါး ပွင့်နေတယ်လို့ ဆိုရမှာပဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ဖို့ရာ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ သောတာပတ္တိမဂ်ဖြင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို အမြစ်ပြတ် ပယ်နိုင်ရင်တော့ အပါယ်လေးပါးကို ဘယ်တော့မှ မကျရောက်နိုင်တော့ဘူး။ အပါယ်လေးပါး ကျရောက်စေနိုင်တဲ့ အကုသိုလ် ဒုစရိုက်တွေလည်း မပြုတော့ဘူး။ ရှေးက ပြုခဲ့ဖူးတဲ့ အကုသိုလ်ကံတွေကလည်း အပါယ်လေးပါးကို ပစ်မချနိုင်တော့ဘူး။ အပါယ်တံခါး ပိတ်သွားပြီ။ အပါယ်လေးပါးမှာ ကျရောက်ပြီး ခံစားရမည့် ဆင်းရဲဟူသမျှတွေ အကုန်လုံး ကင်းငြိမ်းသွားပြီ။ ဒါတင်မကသေးဘူး လူ့ဘဝ နတ်ဘဝဆိုတဲ့ ဘဝကောင်းတွေမှာတောင် (၇) ဘဝ ထက်ပိုပြီး မဖြစ်ရတော့ဘူး။ (၇) ဘဝ ထက်ပိုပြီး တွေ့ကြုံရမည့် အိုရခြင်း ဆင်းရဲ၊ နာရခြင်းဆင်းရဲ သေရခြင်းဆင်းရဲအစရှိတဲ့ ဆင်းရဲဟူသမျှတွေလည်း အကုန်လုံး ကင်းငြိမ်းသွားတယ်။ (၇) ဘဝ အတွင်းမှာပင် အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ် ရောက်ပြီးတော့ ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန် ရောက်သွားတော့မယ်တဲ့။

ဒါကြောင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ဖို့ရာဟာ အရေးကြီးပါတယ်။ အဲဒီလို သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပယ်ဖို့ရာကလည်း ယခုလို ဘုရားသာသနာတော်အတွင်းမှာသာ ဖြစ်နိုင်တယ်။ ယခုလို ဘုရားသာသနာတော်နဲ့ တွေ့ကြုံနေရတဲ့ အခါမှာသာ ဝိပဿနာကို ပွားစေပြီး အရိယမဂ်ပညာဖြင့် အဲဒီ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်နိုင်တယ်။ ဒီပြင်

ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ သမထဈာန်ကုသိုလ် ဆိုတာတွေကတော့ သာသနာပအခါကာလမှာလည်း ပြုနိုင်တာပဲ။ အဲဒီ ဒါန၊ သီလစတဲ့ ကုသိုလ်တွေရဲ့ အကျိုးဖြစ်တဲ့ လူ့ချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာ၊ ဗြဟ္မာ့ချမ်းသာတွေကိုလည်း ရနိုင်တာပဲ။ ဒါပေမယ့်လို့ အပါယ်လေးပါးမှ အစဉ်ထာဝရ လွတ်ကင်းတာတော့ မဟုတ်ဘူး။ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း အကုန်ငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ဖို့ရာလည်း အဲဒီ ဒါနစသော သာမန် ကုသိုလ်ကြောင့် တိတိကျကျ ကိန်းသေ သတ်မှတ်ချက် မရှိသေးဘူး။ ဟော သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်နိုင်ရင်တော့ အပါယ်လေးပါးမှလည်း အစဉ်ထာဝရ ကင်းလွတ်သွားတယ်။ သံသရာမှ လွတ်မြောက်ပြီး နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ရာ အတိအကျ ကိန်းသေ အပိုင်အခြားလည်း ရှိသွားပြီ။ သုဂတိဘဝသံသရာမှာ အများဆုံး (၇) ဘဝသာ ဖြစ်ရတော့မယ်။ (၇) ဘဝထက် ပိုလွန်ပြီး ဖြစ်ရမည့် ဘဝဆင်းရဲတွေ အကုန်လုံး ငြိမ်းသွားပြီတဲ့။ ဒါကြောင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပယ်ဖို့ရာက အရေးအကြီးဆုံးပဲ။ အဲဒီလို အရေးကြီးတဲ့အတွက် -

ဘိက္ခု - သံသရာဘေးကို ရှုမြင်၍ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရန် ကျင့်ကြံလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပွဟာ နာယ - သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ရန်အလိုရှိ၍၊ သတော - အမှတ်ရလျက်၊ ပရိဗ္ဗဇေ - သုတ်သုတ်လျင်စွာ အားထုတ်ရာ၏လို့ ဟောတော်မူတာပါပဲ။

လုံစူးနေတဲ့သူဟာ ဖြေးဖြေးနွေးနွေး နားနားနေနေ လုပ်နေလို့ မဖြစ်ဘူး။ မြန်နိုင်သမျှမြန်အောင် ချက်ချင်းပင် လုံကို နှုတ်ပြီး ဆေးကုဖို့ ကြောင့်ကြစိုက်ရတယ်။ ခေါင်းမီးလောင်နေတဲ့သူလည်း ချက်ချင်းပင် အဲဒီမီး ငြိမ်းသတ်ဖို့ အလျင်အမြန် ကြောင့်ကြစိုက်ရတယ်။ အဲဒါများလိုပင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ဖို့ရာ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ

ဒီကနေ့ပင် အားထုတ်ပါ

၂၅

ကင်းငြိမ်းသွားအောင် ချက်ချင်းပင် အလျင်အမြန် အားထုတ်ရမယ်တဲ့။
ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် မိမိတို့ အသက်က မည်မျှကြာအောင် အသက်
ရှင်နေမယ်၊ မည့်သည့်နေ့ အချိန်အခါ သေမယ်ဆိုတာ ဧကန်မသိနိုင်
တဲ့ အတွက် မသေခင် အချိန်မီ အဲဒီ ဒီဦးကို ပယ်နိုင်အောင်လို့ပါပဲ။
ဒါကြောင့် ဘဒ္ဒေကရတ္တသုတ်မှာလဲ။

ဒီကနေ့ပင် အားထုတ်ပါ

အဇ္ဈေဝ ကိစ္စမာတပွံ၊ ကော ဧညာ မရဏံ သုဝေ။

န ဟိ နော သင်္ဂရံ တေန၊ မဟာသေနေန မစ္ဆုနာ

လို့ ဟောထားပါတယ်။ အနက်ကတော့ -

အာတပွံ- ကိလေသာကို ပူလောင်ဆွေ့ခြောက် ကင်းပျောက်
စေတတ်သော သမ္ပပ္ပဓာန် လုံ့လဝီရိယဖြင့် ပြုသင့်ပြုထိုက်သော
ဝိပဿနာရှုမှုအလုပ်ကို၊ အဇ္ဈေဝ- နက်ဖြန် သန်ဘက် နေ့ရက်မရွေ့
ယနေ့ပင်လျှင်၊ ကိစ္စံ- ပြုလုပ်အပ်၏၊ ပြုလုပ်ရမည်၊ ကသ္မာ- အဘယ့်
ကြောင့် နက်ဖြန်သန်ဘက် နေ့ရက်မရွေ့ဘဲ ယနေ့ပင် ပြုလုပ်အပ်
ပါသနည်းဟူမူ၊ သုဝေမရဏံ- နက်ဖြန်ခါ မသေသေးဘဲရှိမည် သေ
မည်ကို၊ ကော ဧညာ- ဧကန်တိတိ ဘယ်သူသိအံ့နည်း။ တသ္မာ-
နက်ဖြန်ခါ မသေသေးဘဲရှိမည် သေမည်ကို ဧကန်မသိနိုင်သော
ထိုအကြောင်းကြောင့်၊ အဇ္ဈေဝ- နက်ဖြန်သန်ဘက် နေ့ရက်မရွေ့
ယနေ့ပင်လျှင်၊ ကိစ္စံ- ပြုလုပ်အပ် ပြုလုပ်သင့်ပါပေသည်။ ကသ္မာ-
နက်ဖြန်မသေသေးဘဲ ရှိမည်၊ သေမည်ကို အဘယ့်ကြောင့် မသိနိုင်ပါ
သနည်းဟူမူ၊ မဟာသေနေန- အနာရောဂါ အစာ လက်နက်စသော
သေစေနိုင်ကြောင်း စသည်ပေါင်းများစွာ ရှိနေသော တေနမစ္ဆုနာ-

ထိုသေမင်းနှင့်၊ နော - ငါတို့အား၊ သင်္ဂရံ - ရက်ချိန်းပေးထားခြင်း၊
 တံစိုးလက်ဆောင် ပေးထားခြင်း၊ ခုခံနိုင်အောင် စစ်သည်ဗိုလ်ပါ
 စုဆောင်းထားခြင်းသည်၊ န ဟိ - မရှိသည်သာတည်း။ တသ္မာ -
 ထိုသို့၊ သေမင်းက ရက်ချိန်းပေးထားခြင်း၊ သေမင်းအား တံစိုး
 လက်ဆောင်ပေးထားခြင်း၊ ခုခံနိုင်အောင် စစ်သည်ဗိုလ်ပါ စုဆောင်း
 ထားခြင်းများ မရှိသောကြောင့်၊ သုခေ မရဏံ - နက်ဖြန် မသေသေးဘဲ
 ရှိမည် သေမည်ကို၊ ကော ဧညာ - ဧကန်တိတိ ဘယ်သူမှ မသိနိုင်ပေ။
 တသ္မာ - ထိုသို့၊ မသိနိုင်သောကြောင့်၊ အဇ္ဈေဝ - နက်ဖြန် သန်ဘက်
 နေ့ရက်မရွေ့ ယနေ့ပင်လျှင်၊ ကိစ္စံ - ဝိပဿနာ အလုပ်ကို အားထုတ်
 ပြုလုပ်အပ်၏၊ ပြုလုပ်ရမည်တဲ့။

နက်ဖြန်ခါ မသေသေးဘူးလို့ ဘယ်သူမှ ကိန်းသေ မသိနိုင်
 ဘူးတဲ့။ အတိအကျ မသိတာကို ပြောတာပါ။ ကျန်းမာရေးစသည်
 ပြည့်စုံနေဆဲမှာ နက်ဖြန် မသေသေးဘူး သန်ဘက်ခါ အထိ မသေ
 သေးဘူး တစ်လအတွင်း မသေသေးဘူး စသည်ဖြင့် ခန့်မှန်းရင်တော့
 မှန်တာကပဲ များပါလိမ့်မယ်။ သို့သော် အဲဒီလို မသေသေးဘူးလို့
 ခန့်မှန်းထားတဲ့ ရက်၊ လ၊ နှစ်အတွင်း သေသွားတာလည်း ရှိမှာပဲ။
 ယခု သေသွားကြတဲ့သူတွေဟာ အများအားဖြင့် မသေသေးဘူးလို့
 ခန့်မှန်းထားတဲ့ ကာလအတွင်း သေသွားကြတာတွေကပဲ များကြပါ
 လိမ့်မယ်။ ကားတိုက်လို့၊ ကားမောက်လို့၊ ရထားပျက်လို့၊ သင်္ဘော
 ပျက်လို့၊ လေယာဉ်ပျက်လို့၊ သေတာတွေဟာ သေလိမ့်မယ် မထင်
 ဘဲနဲ့ သေသွားကြတာတွေပဲ။ တချို့ ရောဂါဖြစ်ပြီး သေတာတောင်
 သေလိမ့်မယ်မထင်ဘဲ သေတာတွေ ရှိတာပဲ။ လေဖြတ်လို့၊ သွေးကြော
 ပြတ်လို့၊ ရုတ်တရက် သေသွားတာတွေဟာလည်း သေလိမ့်မယ်လို့
 စောစောက မထင်ဘဲနဲ့ သေသွားကြတာတွေပဲ။ ဒါကြောင့် နက်ဖြန်ခါ

သမ္ဗုဒ္ဓဓာန်ကိစ္စလေးပါး

၂၇

အထိ မသေနိုင်ဘူး၊ သန်ဘက်ခါအထိ မသေနိုင်ဘူး စသည်ဖြင့် ခန့်မှန်းထားတဲ့အတိုင်း မသေပေမယ်လို့ အတိအကျ ဧကန်သိတာ တော့ မဟုတ်ဘူး။ ရမ်းဆပြီး ခန့်မှန်းထားရုံမျှပဲ။ ဒါကြောင့် -

သုဝေမရဏံ - နက်ဖြန် မသေသေးဘဲရှိမည် သေမည်ကို၊
ဧကောဇညာ - ဧကန်သိသိ ဘယ်သူသိနိုင်ပါအံ့နည်း။ ဘယ်သူမှ မသိနိုင်ပါ။ တသ္မာ - ထိုသို့ ဧကန်တိတိ မသိနိုင်သောကြောင့်၊
အာတပွဲ - သမ္ဗုဒ္ဓဓာန် လုံ့လဖြင့် ပြုသင့်သော ကိလေသာပယ်ရန် ဝိပဿနာအလုပ်ကို၊ အဇ္ဈေဝ - နက်ဖြန် သန်ဘက် နေ့ရက်မရွေ့ ယနေ့ပင်လျှင်၊ ကိစ္စ - ပြုလုပ်အပ်၏ ပြုလုပ်ရမည်တဲ့။

သမ္ဗုဒ္ဓဓာန်ကိစ္စလေးပါး

သမ္ဗုဒ္ဓဓာန်လုံ့လဆိုတာ ကိစ္စအားဖြင့် လေးပါးရှိတယ်။

၁။ မဖြစ်ဖူးသေးတဲ့ အကုသိုလ် မဖြစ်အောင် အားထုတ်ရမယ်။

၂။ ဖြစ်ဖူးတဲ့ အကုသိုလ်ကို ပယ်နိုင်အောင် အားထုတ်ရမယ်။

၃။ မဖြစ်ဖူးသေးတဲ့ ကုသိုလ်ကိုဖြစ်အောင် အားထုတ်ရမယ်။

၄။ ဖြစ်ဖူးတဲ့ ကုသိုလ်ကို တည်တံ့အောင် တိုးပွားအောင် ပြည့်စုံသွား အောင် အားထုတ်ရမယ်တဲ့။

ဒါဟာ သမ္ဗုဒ္ဓဓာန် ကိစ္စလေးပါးပဲ။ အဲဒီမှာ မဖြစ်ဖူးသေးတဲ့ အကုသိုလ်ဆိုတာ ဘယ်လိုဟာလဲဆိုတော့ မိမိမှာ မဖြစ်ဖူးသေးဘဲ သူတစ်ပါးတွေမှာ သတ်ခြင်း၊ ခိုးခြင်း၊ လိမ်ခြင်း စသည်ဖြင့် ဖြစ်နေတဲ့ အကုသိုလ်တွေပါပဲ။ အဲဒီလို အကုသိုလ်တွေ သူများမှာ ဖြစ်နေတာကို မြင်ရ၊ ကြားရရင် မိမိမှာ မဖြစ်အောင် သတိပြုပြီး ကြဉ်ရှောင်ရတယ်။ ဥပမာဖြင့် ပြရလျှင် တစ်ခါတစ်ရံ ကူးစက်တတ်တဲ့ ရောဂါတွေ

ဖြစ်တတ်တယ်။ တုပ်ကွေးရောဂါ၊ ဝမ်းရောဂါတို့လိုဟာမျိုးတွေပေါ့၊ အဲဒီလို ရောဂါ သူများတွေမှာ ဖြစ်နေတယ်လို့ ကြားသိရလို့ရှိရင် မိမိမှာ အဲဒီလို ရောဂါမဖြစ်အောင် သတိပြုရတယ်။ အစားအသောက် အနေအထိုင် အသွားအလာများကို သတိပြုပြီး နေထိုင်ရတယ်။ အဲဒီလို ပါပဲ သူများတွေမှာ မကောင်းမှု အကုသိုလ်တွေ ဖြစ်နေတာ ကြားရ သိရလို့ရှိရင် မိမိမှာ အဲဒီလို အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်အောင် အားထုတ်ရ တယ်။ အဲဒါဟာ မဖြစ်ဖူးသေးတဲ့ အကုသိုလ်ကို မဖြစ်အောင် အားထုတ်တဲ့ သမ္မပ္ပဓာန်လုံ့လပဲ။

နောက်ပြီးတော့ မိမိမှာ ဖြစ်ခဲ့ဖူးတဲ့ အကုသိုလ်မျိုးကို နောက် ထပ် မဖြစ်ရအောင် သတိပြုပြီး စောင့်ရှောက်အားထုတ်ရတယ်။ ဒေသနာနည်းအရအားဖြင့် “ဥပ္ပန္နဖြစ်နေတယ်”လို့ ဆိုရတဲ့ အနုဿ ကိလေသာတွေကိုလည်း ပယ်နိုင်အောင် အားထုတ်ရမယ်။ အဲဒါ ကတော့ ယခုပြောနေတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်နိုင်အောင် အားထုတ် နေတာမျိုးပါပဲ၊ ဒီနှစ်မျိုးက ဖြစ်ဖူးတဲ့ အကုသိုလ်ကို မဖြစ်အောင် အားထုတ်တဲ့ သမ္မပ္ပဓာန်လုံ့လပဲ။

နောက်ပြီးတော့ မဖြစ်သေးတဲ့ ကုသိုလ်ဆိုတာကတော့ မိမိ သန္တာန်မှာ မဖြစ်ဖူးသေးတဲ့ ဒါန သီလ ဘာဝနာကုသိုလ်တွေပါပဲ။ ဆွမ်းအလှူ၊ သင်္ကန်းအလှူ၊ အစရှိတဲ့ ဒါနကုသိုလ်တွေ မဖြစ်ဖူးသေး ရင် တတ်နိုင်သမျှ ဖြစ်အောင် အားထုတ်ဖို့ပါပဲ။ များများ မတတ် နိုင်ရင် ဆွမ်းတစ်ဇွန်း သစ်သီးတစ်လုံး စသည်လောက် လှူရင်လည်း ဖြစ်တာပါပဲ။ ဘုရားဆင်းတုတော် စေတီတော်မှာ ရေတို့၊ ပန်းတို့ လှူရင်လည်း ဖြစ်တာပါပဲ။ သီလကတော့ ငါးပါးသီလ မလုံခြုံသေး ရင် လုံခြုံအောင် စောင့်ရှောက်သွားဖို့ တတ်နိုင်ရင် ရှစ်ပါးသီလကို အခါအားလျော်စွာ စောင့်ရှောက်သွားဖို့ပါပဲ။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ အစရှိတဲ့

သမထဘာဝနာကုသိုလ်တွေလည်း စွမ်းနိုင်သမျှ ပွားများသွားဖို့ပါပဲ။ အရေးအကြီးဆုံးကတော့ မဖြစ်ဖူးသေးတဲ့ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်ပွားရအောင် အားထုတ်ဖို့၊ မဖြစ်ဖူးသေးတဲ့ အရိယမဂ် ကုသိုလ် တွေဖြစ်အောင် ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားထုတ်ဖို့ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာက အားထုတ်ဖို့ သိပ်မလွယ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာကုသိုလ်က မဖြစ်ဖူးကြတာပဲ များပါတယ်။ အကြောင်း ညီညွတ်လို့ တတ်နိုင်ရင် အားထုတ်ကြဖို့ရာ ဘုန်းကြီးတို့က လွယ်ကူ တဲ့နည်းဖြင့် ညွှန်ကြားနေရတာပဲ။ ယခုလို တရားနာရင်း နည်းရပြီး ကိုယ့်အိမ်မှာလည်း ရှုမှတ်အားထုတ်နေရင် ဖြစ်တန်သလောက်တော့ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ရှေးတုန်းက မာတိကမာတာဆိုတဲ့ ဒကာမကြီးဟာ ဖြင့် အိမ်မှာနေရင်း အားထုတ်တာနဲ့ အနာဂါမ်တောင် ဖြစ်သွားပါ သေးတယ်။

ယခုနေအခါမှာတော့ ရက်အနည်းငယ်လောက် အားထုတ်ရုံ နဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ် ပြည့်စုံတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က နည်းပါတယ်။ ရက် အနည်း ငယ်လောက်နဲ့ မပြည့်စုံသေးရင် အားထုတ်ခွင့် ရက်ကလည်း ကုန် သွားရင် နောက် အကြောင်းညီညွတ်တဲ့အခါ ဆက်အားထုတ်ရတာပဲ။ ပါရမီထူးတဲ့ တစ်ဦးတလေမှာတော့ (၇) ရက်လောက်နဲ့ ပြည့်စုံတာ လည်း ရှိပါရဲ့။ (၁၅) ရက်လောက်ကြာမှ ပြည့်စုံတာလည်းရှိတယ်။ ရက် (၂၀) လောက် တစ်လလောက်ကြာမှ ပြည့်စုံတာလည်းရှိတယ်။ တစ်လလောက် တစ်လကျော်ကျော်လောက် ဆိုရင်တော့ တင်းတင်း ရင်းရင်း အားထုတ်ရင် ပြည့်စုံတာကပဲ များပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တချို့ လည်း ၂ လ၊ ၂ လ ကျော်လောက် အားထုတ်မှ ပြည့်စုံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လည်း နည်းနည်းရှိတတ်ပါသေးတယ်။ လိုရင်းကတော့ အောက် ထစ်ဆုံးအားဖြင့် သောတာပတ္တိမဂ် ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်ဖို့

ပါပဲ။ အဲဒါဟာ မဖြစ်သေးတဲ့ ကုသိုလ်ကိုဖြစ်အောင် အားထုတ်တဲ့ သမ္ပပ္ပဓာန် လုံ့လပဲ။ အဲဒီလောက် အားထုတ်ရင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ပြီးသားလည်း ဖြစ်သွားတော့တာပါပဲ။ အဲဒီကနောက် သကဒါ ဂါမိမဂ် အနာဂါမိမဂ်၊ အရဟတ္တမဂ်ကိုရအောင် အားထုတ်နေတာ လည်း မဖြစ်သေးတဲ့ ကုသိုလ်ကို ဖြစ်အောင် အားထုတ်တဲ့ သမ္ပပ္ပဓာန် လုံ့လပါပဲ။

နောက်ပြီးတော့ ဖြစ်ဖူးတဲ့ ကုသိုလ်ကို တည်တံ့အောင် တိုးပွားအောင် ပြည့်စုံသွားအောင် အားထုတ်တယ်ဆိုတာကတော့ ဖြစ်ဖူးတဲ့ ဒါနကုသိုလ်စသည်ကို ဖြစ်မြဲ ဖြစ်ပြီး တည်နေအောင် တိုးတက်ပြီး ဖြစ်ပွားအောင် ဈာန်ရအောင် မဂ်ဖိုလ်ရအောင် အားထုတ် တာကို ဆိုတာပါပဲ။ အထူးအားဖြင့်တော့ ဖြစ်ဖူးတဲ့ ဝိပဿနာကုသိုလ် ကို ဖြစ်မြဲဖြစ်နေအောင် အထက်အထက် ဝိပဿနာဉာဏ်များသို့ ရောက်အောင် အောက်ထစ်ဆုံး သောတာပတ္တိမဂ်သို့ရောက်ပြီး ပြည့်စုံ သွားအောင် အားထုတ်ဖို့ပါပဲ။ စွမ်းနိုင်သေးရင်တော့ အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ် ရောက်အောင် အားထုတ်သွားဖို့ပါပဲ။ အဲဒီ သမ္ပပ္ပဓာန်လုံ့လ ဝီရိယ ဖြင့် မနစ်မဆုတ်ပြုလုပ်အပ်တဲ့ ကိစ္စဆိုတာ ဝိပဿနာမဂ္ဂင်တွေကို ဖြစ်ပွားစေရတဲ့ ကိစ္စပါပဲ။ အတိုချုပ်ပြောရရင် ဝိပဿနာရှုခြင်း ကိစ္စပါပဲ။ အဲဒီဝိပဿနာရှုမှုကိစ္စကို နက်ဖြန်သန်ဘက် နေ့ရက် မရွေ့ဘဲ ဒီကနေ့ပင် ပြုလုပ်အားထုတ်ရမယ်တဲ့။ ဘာကြောင့် ရက် မရွေ့ဘဲ အလျင်အမြန် အားထုတ်ရသလဲဆိုတော့ နက်ဖြန်ခါ သန်ဘက်ခါ စသည်ဖြင့် နောက်နောက်ရက် နောက်နောက်လ နောက် နောက်နှစ်ကျမှ အားထုတ်မယ်လို့ အချိန်ရွှေ့ပြီး ဖင့်နွဲနေရင် အဲဒီ နောက်ရက်၊ နောက်လ၊ နောက်နှစ်တွေကျတော့ အသက်ရှင်လျက် ရှိချင်မှရှိမယ်၊ မသေသေးဘဲ ရှိနေလိမ့်မယ်ဆိုတာ ဘယ်သူကမှ ဧကန်

မသိနိုင်ဘူး။ မဆေနဲ့ဦးတော့ မကျန်းမမာဖြစ်နေရင် တရားအားထုတ်ဖို့ မလွယ်ဘူး။ နောက်ပြီးတော့ အရေးကြီးတဲ့ကိစ္စတွေ ပေါ်လာရင်လည်း တရားအားထုတ်ဖို့ ခက်တာပဲ။ တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ အကြောင်းညီညွတ်နေတဲ့ အခါကလေး အားထုတ်ရတာ။ ဒါကြောင့် နက်ဖြန်သန်ဘက် နေ့ရက်မရွေ့ဘဲ ယနေ့ပင်အားထုတ်ပါတဲ့။ ဘယ်လို အားထုတ်ရမလဲဆိုတော့ -

“သတော ဘိက္ခု ပရိစ္ဆဇေ” တဲ့၊ ဘိက္ခု-သံသရာဘေးကို ရှုမြင်၍ သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရန် ကျင့်ကြံလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ သတော-အမှတ်ရလျက်၊ ပရိစ္ဆဇေ-သုတ်သုတ်လျင်စွာ အားထုတ်ရာ၏လို မိန့်ဆိုထားတဲ့အတိုင်း အမှတ်ရတဲ့ သတိကလေးနဲ့ ရှုမှတ်ပြီး အားထုတ်သွားရုံပါပဲ။ အဲဒီလို အမှတ်ရတဲ့ သတိဖြင့် အားထုတ်ပုံကို မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်မှာ ဒီလိုဟောတော်မူပါတယ်။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ညွှန်ကြားချက်

ဧကာယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဇ္ဈော သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ သောကပရိဒေါနံ သမတိက္ကမာယ ဒုက္ခ ဒေါမနဿာနံ အတ္တကမာယ ဉာယဿ အဓိကမာယ နိဗ္ဗာနဿ သန္တိကိရိယာယ၊ ယဒိံ ဧတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ တဲ့။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ယဒိံ ဧတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ-လေးပါးသော အမှတ်ရမှု သတိပဋ္ဌာန်တို့ဆိုတဲ့ အကြင်လမ်း ရှိပေ၏။ အယံမဇ္ဈော-သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးဟူသော ဤလမ်းသည်၊ ဧကာယနော-တစ်ခုတည်းသောလမ်း၊ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းပေတည်းတဲ့။

သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးဆိုတာ ရုပ်အပေါင်းကိုယ်အမူအရာတွေ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း အမှတ်ရတဲ့ ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်က တစ်ပါး၊ အကောင်းအဆိုး၊ ခံစားမှု ဝေဒနာတွေ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း အမှတ်ရတဲ့ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ကတစ်ပါး၊ စိတ်ကူး ကြံစည်မှုတွေ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း အမှတ်ရတဲ့ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ကတစ်ပါး၊ သဘောတရားတွေ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း အမှတ် ရတဲ့ ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ကတစ်ပါး၊ ဒီလေးပါးပဲ။ အဲဒါဟာ မှတ်သိရတဲ့ အာရုံလေးပါးနဲ့ ခွဲပြထားတာပါပဲ။ အမှတ်ရမှု တရား ကိုယ် အရအားဖြင့်တော့ တစ်ပါးတည်းပါပဲ။ ကိုယ်အမူအရာဖြစ်ရင် အမှတ်ရတယ်။ ဝေဒနာဖြစ်ရင် အမှတ်ရတယ်၊ စိတ်အမူအရာ စိတ်ကူးကြံစည်မှုဖြစ်ရင် အမှတ်ရတယ်၊ နှစ်သက်မှု စိတ်ဆိုးမှုစသည် မြင်မှုကြားမှု စသည် သဘောတရားတွေဖြစ်ရင် အမှတ်ရတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ အမှတ်ရတဲ့အနေအားဖြင့် တစ်ပါးတည်းပါပဲ။ အဲဒါ ကို အပ္ပမာဒ လို့လည်း ဟောတော်မူတယ်၊ မမေ့တဲ့ သတိတရားတဲ့၊ အဲဒါဟာ သဘော-အမှတ်ရလျက် အမှတ်ရသည်ဖြစ်၍လို့ ဆိုတာနဲ့ အရ အတူတူပါပဲ။

အဲဒီ အမှတ်ရမှုဆိုတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းဟာ (ဧကာယနော မဇ္ဈေ) တစ်ခုတည်းသောလမ်း၊ တစ်ကြောင်းတည်းသောလမ်းပါတဲ့၊ ဘယ်ကို သွားမည့်လမ်းလဲဆိုတော့ (သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ) သတ္တဝါတွေ မှာ ကိလေသာဆိုတဲ့ စိတ်အညစ်အကြေးတွေမှ စင်ကြယ်ဖို့ပါပဲတဲ့။ စိတ်အညစ်အကြေးကင်းရင် ရဟန္တာဖြစ်တာပဲ။ ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အလောင်းလျာဆိုရင် ဘုရား ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ဖြစ်တာပဲ။ ဒါကြောင့် ဘုရားတိုင်း၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါတိုင်း၊ ရဟန္တာတိုင်း ဒီအမှတ်ရမှု သတိပဋ္ဌာန် လမ်းဖြင့်ပင် ကိလေသာ အညစ်အကြေးကင်းပြီး ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊

စိတ်အညစ်အကြေးကင်းဖို့ အရေးကြီးသည်

၃၃

ရဟန္တာဖြစ်တော်မူကြရတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်အညစ်အကြေးကင်းပြီး ဘုရားဖြစ်ဖို့ ရာလည်း ဒီအမှတ်ရမှု သတိပဋ္ဌာန် တစ်လမ်းတည်းသာ ရှိတယ်။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါဖြစ်ဖို့ ရာ၊ ရဟန္တာဖြစ်ဖို့ ရာလည်း ဒီအမှတ်ရမှု သတိပဋ္ဌာန် တစ်လမ်းတည်းသာရှိတယ်။ ဒါကြောင့် ဧကာယနော-တစ်ခုတည်းသောလမ်းလို့ ဟောတော်မူတာပါပဲ။

စိတ်အညစ်အကြေးကင်းဖို့ အရေးကြီးသည်

စိတ်အညစ်အကြေးကင်းမှ ဆင်းရဲအားလုံး ကင်းတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်အညစ်အကြေး ကင်းဖို့ ရာဟာ အလွန်အရေးကြီးပါ တယ်။ သတ္တဝါတွေက ဆင်းရဲကင်းချင်ကြတယ်။ ဆင်းရဲကင်းဖို့ စိတ်အညစ်အကြေးကင်းကြောင်း လုပ်ငန်းစဉ်က ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းပဲ။ စိတ်အညစ်အကြေးဆိုတာက ဘာတွေလဲဆိုရင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ ထိန၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပဆိုတဲ့ ဒီအကုသိုလ်တရား ၁၀ ပါးပါပဲ။ လောဘဆိုတာ လိုချင်နှစ်သက်တဲ့ တရားပဲ။ ဒေါသဆိုတာ စိတ်ဆိုး စိတ်ပျက်တဲ့ တရားပဲ။ မောဟ ဆိုတာ အမှန်ကို မသိဘဲ အမှားကို သိတတ်တဲ့ တရားပဲ။ မမြဲတာ တွေကို မြဲတဲ့အနေ စသည်ဖြင့် အလွဲအမှားတွေကို အဟုတ်ထင်နေတာ သိနေတာဟာ မောဟပဲ။ လွယ်လွယ်ပြောရမယ်ဆိုရင် မိရိုးဖလာအား ဖြင့် သိမြင် ထင်မှတ်နေတာတွေဟာ မောဟပါပဲ။ မာနဆိုတာက တော့ ဗမာစကားလို ဖြစ်နေပါပြီ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးပြီး ထောင်လွှားတက်ကြွတဲ့ တရားပါပဲ။ ဒိဋ္ဌိဆိုတာက ယခု ဟောနေတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိစသော အယူမှားတွေပါပဲ ။ ဝိစိကိစ္ဆာဆိုတာကတော့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ အကျင့်သိက္ခာနှင့်စပ်ပြီး ယုံမှားမှုပါပဲ။ ထိန

ဆိုတာက ကုသိုလ်ရေးဆိုင်ရာ၌ ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိမှုပါပဲ။ ဥဒ္ဓစ္စဆိုတာက စိတ်ပျံ့လွင့်မှုပါပဲ။ အဟိရိက ဆိုတာက အကုသိုလ်ပြုရမှာ မရှက်တဲ့ သဘောပါပဲ။ အနောတ္တပ္ပဆိုတာက အကုသိုလ်ပြုရမှာ မကြောက်တဲ့ သဘောပါပဲ။ ဒီပြင်လည်း သူများကောင်းစား ချမ်းသာတာကို မလိုလား မနာလိုတဲ့ ဣဿာရယ်၊ မိမိနဲ့ ဆိုင်ရာတွေကို သူများနဲ့ မစပ်ဆိုင်စေလိုတဲ့ မစ္ဆရိယခေါ်တဲ့ ဝန်တိုတာရယ်၊ ပြုမှား၊ ပြောမှား မိတာနဲ့ စပ်ပြီး နောင်တ ပူပန်တဲ့ ကုက္ကုစ္စရယ်၊ ဒါတွေလည်း စိတ်အညစ်အကြေးတွေပါပဲ။

အဲဒီ ကိလေသာတွေထဲမှာ မောဟဆိုတာက အသိခက်တယ်၊ လောဘ၊ ဒေါသတို့လို မသိလွယ်ဘူး။ မိရိုးဖလာ သိနေကျ အတိုင်း မြဲတဲ့အနေ၊ ချမ်းသာတဲ့အနေ၊ အသက်ရှင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါအနေနဲ့ ထင်မြင်သိမှတ်နေတာတွေကို မောဟလို၊ အဝိဇ္ဇာလို၊ မသိဘဲ ရှိနေကြတယ်။ မြင်ဆဲ၊ ကြားဆဲစသည်မှာ မရှုမမှတ်နိုင်လို့ ရုပ်နာမ် သဘောတရားမျှပဲလို့ မသိဘဲရှိနေတာဟာ မောဟ အဝိဇ္ဇာပဲ။ အဲဒီ အဝိဇ္ဇာကို ပယ်နိုင်အောင်လို့ မြင်ဆဲ ကြားဆဲစသည်မှာ မပြတ်ရှုမှတ်နေကြရတာပဲ။

နောက်ပြီးတော့ ဒိဋ္ဌိဆိုတာကလည်း အသိ ခပ်ခက်ခက်ပဲ။ အယူမှားနေတဲ့သူတွေက သူတို့အယူ၊ သူတို့အသိကို အမှန်မြင်၊ အမှန်သိလို့ ထင်မြင်စွဲလမ်းနေကြတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီအယူမှားနေတဲ့ သူတွေက သူတို့ အကြိုက်တရားတွေကို ဟောပြောပြီးတော့ တောင် ဝါဒဖြန့်နေကြသေးတာပဲ။

သမ္မာဒိဋ္ဌိ ၆ ပါး

ဒီနေရာမှာ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အမြင်မှား၊ အယူမှား၏ ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်တဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိကို သိနားလည်ထားဖို့ လိုပါတယ်။ အဲဒီ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဆိုတဲ့ အမြင်မှန်ကို အဋ္ဌကထာမှာ ၆ မျိုး ဝေဖန်ပြီး ပြထားပါတယ်။

- ၁။ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ
- ၂။ ဈာနသမ္မာဒိဋ္ဌိ
- ၃။ ဝိပဿနာသမ္မာဒိဋ္ဌိ
- ၄။ မဂ္ဂသမ္မာဒိဋ္ဌိ
- ၅။ ဖလသမ္မာဒိဋ္ဌိ
- ၆။ ပစ္စဝေက္ခဏာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ တဲ့

ဒီ ၆ ပါးပါပဲ။ ဒီ ၆ ပါးထဲမှာ ပစ္စဝေက္ခဏာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဆိုတာက မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့မြင်ပြီးတဲ့အခါမှာ အဲဒီ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ပြန်လှည့်ပြီး ဆင်ခြင်တဲ့ အသိဉာဏ်ပဲ။ ဒါကတော့ အထူးအားမထုတ်ရပါဘူး။ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ဖြစ်ပြီး ရင် သူ့အလိုလိုပင် ပြန်လှည့်ပြီး ဆင်ခြင်မှု ဖြစ်တော့တာပါပဲ။ ဖလသမ္မာဒိဋ္ဌိ ဆိုတာကလည်း မဂ်၏အကျိုးပဲ၊ အဲဒါကလည်း မဂ်ဖြစ် ပြီးရင် သူ့အလိုလို ဖြစ်တော့တာပါပဲ။ အထူးအားထုတ်ရတဲ့ဉာဏ် မဟုတ်ပါဘူး။

ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ ဈာန သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ ဝိပဿနာ သမ္မာ ဒိဋ္ဌိ၊ မဂ္ဂ သမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ ဒီလေးပါးကတော့ ဖြစ်ပွားစေဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါပေမဲ့လို့ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတာက ကံ ကံ၏ အကျိုးရှိ တယ်လို့ ယုံကြည်ပြီး သိမြင်တဲ့ဉာဏ်ပဲ၊ ဒါကတော့ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာဆိုရင် တတ်သိလိမ္မာတဲ့အရွယ် ခပ်ငယ်ငယ်ကပင် ပြည့်စုံ

လာခဲ့ပြီး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ တဆယ့် လေးငါးခြောက်နှစ်မှ နောက် ပိုင်းမှာတော့ ယခုလို တရားကိုနာလို့ တရားစာပေများကို ကြည့်ရှုလို့ အဲဒီ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဟာ ခိုင်မြဲနေတတ်ပါတယ်။ အဲဒီ ကံ ကံ၏အကျိုးကိုယုံကြည်ပြီး သိတဲ့ဉာဏ်ဆိုတာကတော့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်များလို့ ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး သိတာမျိုးတော့ မဟုတ်ဘူး။ “သဒ္ဓါ မူလိကာ ယုံကြည်မှု ရှေ့သွားရှိသော အသိဉာဏ်”လို့ ဆိုထားတဲ့ အတိုင်း ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါအရင်းခံပြီး သိတာပါပဲ။

ယခုခေတ်မှာ တချို့က ကိုယ်တိုင်မတွေ့ရရင် မယုံကြည်နိုင် ဘူးလို့ ဆိုကြတယ်။ နေရာတကာမှာ ကိုယ်တိုင်တွေ့ချည်း မဖြစ်နိုင် ပါဘူး။ ကိုယ်တိုင် မတွေ့ရပေမယ့်လို့ ယုံကြည်သင့်တာကိုတော့ ယုံကြည်ရပါတယ်။ ကိုယ်တိုင်မတွေ့ရင် မယုံကြည်ဘူးလို့ ဒီလို ကိန်းသေ ဆုံးဖြတ်ထားလို့မဖြစ်ဘူး။ ဥပမာအားဖြင့် ပြရလျှင် ရန်ကုန် ဘူတာကြီးကနေပြီး မန္တလေးဘက်သွားတဲ့ ရထား၊ ပြည်မြို့ဘက် မော်လမြိုင်ဘက်သွားတဲ့ ရထားတွေဆိုတာ ရှိတယ်။ အဲဒီ ရထားတွေ စီးသွားရင် မန္တလေးသို့ ပြည်သို့ မော်လမြိုင်သို့ ရောက်တယ်ဆိုတာ ကို ကိုယ်တိုင် မတွေ့ဖူးပေမဲ့ ယုံရတာပါပဲ။ ရေကြောင်းဘက်ကလည်း ဖျာပုံ၊ ပုသိမ် စသည် သွားတဲ့ သင်္ဘောကို စီးသွားရင် ဖျာပုံ ပုသိမ် စသည် ရောက်တယ် ဆိုတာကို မတွေ့ဖူးပေမဲ့ ယုံရတာပါပဲ။ သူ့ ဆိုင်ရာ လေယာဉ် စီးသွားရင် သူ့ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ မြို့များ၊ နိုင်ငံများ သို့ ရောက်တယ်ဆိုတာကိုလည်း ကိုယ်တိုင် မတွေ့ဖူးပေမဲ့ ယုံရတာ ပါပဲ။ အဲဒါတွေကို မယုံလို့ ရထား၊ သင်္ဘော၊ လေယာဉ်များကို မစီးဘဲနေရင် မိမိအလိုရှိတဲ့ မြို့များ၊ နိုင်ငံများကို မရောက်ဘဲနေမှာပဲ။ သူများတွေ ပြောတာကို ယုံပြီး အဲဒီ ရထားတွေ၊ သင်္ဘောတွေ၊ လေယာဉ်တွေကို စီးနင်းလိုက်ပါသွားရင်တော့ မိမိအလိုရှိရာကို

မြတ်စွာဘုရား ယုံကြည်ထိုက်ပုံ

၃၇

ရောက်သွားပါတယ်။ အဲဒါလိုပဲ အကုသိုလ်ကံက မကောင်းကျိုးပေးတယ်၊ ကုသိုလ်ကံက ကောင်းကျိုးပေးတယ်ဆိုတာကို မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ်တော်တိုင် သိမြင်ပြီး ဟောထားတာပဲ။ ရဟန္တာအရှင်မြတ်တွေကလည်း ကိုယ်တိုင်တွေ့ သိမြင်ပြီး ထောက်ခံ ဟောကြားထားတာပဲ။ ဒါကြောင့် ယုံသင့်ပါတယ်။ အဲဒီ ယုံသင့်တဲ့ ကံ ကံ၏ အကျိုးကို ယုံကြည်ပြီး မကောင်းမှုကို မပြုဘဲ ရှောင်ကြဉ်တဲ့ သူတော်ကောင်းတွေ ဒါနစသော ကောင်းမှုကိုပြုတဲ့ သူတော်ကောင်းတွေဟာ အပါယ်ဆင်းရဲတွေမှလွတ်ပြီး မိမိတို့ အလိုရှိတဲ့ လူ့ချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာတွေနဲ့ ပြည့်စုံနေကြတာပဲ။ နောက်ဆုံးမှာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကိုလည်း ရသွားကြတာပဲ။

မြတ်စွာဘုရား ယုံကြည်ထိုက်ပုံ

မြတ်စွာဘုရားဆိုတာ ကိုယ်တိုင် မသိဘဲနဲ့ ကြံတွေးပြီး ဟောတော်မူတာ မဟုတ်ဘူး။ ဗုဒ္ဓေါ သော ဘဂဝါ ဗောဓာယ ဓမ္မဇဿတိ၊ သော ဘဂဝါ - ကျွန်ုပ်တို့ အများ၏ အားထားကိုးကွယ်ရာ အစစ် ဖြစ်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဗုဒ္ဓေါ - သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားတို့ကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူပြီးသည် ဖြစ်၍၊ ဗောဓာယ - သတ္တဝါအများ အကျွန်ုပ်တို့အားလည်း အလားတူပင် သိမြင်ကြပါစေခြင်း အကျိုးငှါ၊ ဓမ္မ - သစ္စာလေးတန် တရားမှန်ကို၊ ဇဿတိ - ကရုဏာရှေ့သွား ပညာအားဖြင့် ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေ၏လို့ ဆိုတဲ့အတိုင်းပင် မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ်တော်တိုင် သိပြီးမှ အဲဒီတရားမှန်ကို သတ္တဝါများလည်း မိမိလိုပင် သိကြပါစေဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် သတ္တဝါတွေအား သနားတော်မူပြီး ဟောတော်

မူခဲ့တာပဲ။ ယခုခေတ် ပညာသင်ရာဌာနမှာ ကျောင်းဆရာတွေက သူတို့တတ်သိထားတဲ့ပညာကို တပည့်တွေအား သင်ကြားပေးသလို ပါပဲ။ အဲဒီလို သင်ကြားပေးရာမှာတပည့်တွေက ဆရာစကားကို ယုံကြည်ရတယ်။ ငါတို့အား တတ်သိလိမ္မာအောင် သင်ပြပေးကြပါ ပေတယ်လို့ တပည့်များက ဆရာများအား ကျေးဇူး တင်ဖွယ်ရာသာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီလိုပါပဲ၊ မြတ်စွာဘုရားက ငါတို့အား အမှန်တွေကို သိပြီးကျင့်ရအောင် ပောခဲ့ပါပေတယ်လို့ ယုံကြည်ပြီး ကျေးဇူးတင် ဖွယ်ရာသာရှိပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ ယုံကြည်နေရုံနဲ့လည်း မပြီး သေးဘူး။ လိုက်နာပြီးတော့ ကျင့်ဖို့ရာလည်းလိုပါသေးတယ်။ လိုက်နာ ပြီး ကျင့်သွားရင် ရသင့်ရထိုက်တဲ့ အကျိုးတွေကို တကယ်ရသွားကြမှာ ပါပဲ။

လိုက်နာပြီး ကျင့်သွားပုံ

ဘာလိုလဲဆိုရင်၊ မကျန်းမာတဲ့အခါ ဆေးဆရာကို ပင့်ပြီး အားကိုးကြရတယ်။ ဆေးဆရာကို အားကိုးတယ်ဆိုတာ ဆေးဆရာ ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာပြီး နေထိုင်သွားရင် ရောဂါပျောက်ပြီး ကျန်းမာချမ်းသာ သွားလိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည်ပြီး အားကိုးရတာပဲ။ အဲဒီလို ယုံကြည်ပြီးတော့ ဆေးဆရာပေးတဲ့ဆေးကို စားသုံးရတယ်။ မစားမသုံးဖို့ တားမြစ်ထားတာတွေကိုလည်း ကြဉ်ရှောင်ရတယ်။ ညွှန် ကြားတဲ့အတိုင်းလည်း နေထိုင်ရတယ်။ အဲဒီလို ကြဉ်ရှောင်သင့်တာ ကြဉ်ရှောင်ပြီးတော့ စားသုံးသင့်တာကို စားသုံး နေထိုင်သွားရင် ရောဂါပျောက်ကင်းပြီး ကျန်းမာချမ်းသာတာကို ကိုယ်တိုင် တွေ့သိရ တော့တာပါပဲ။ အဲဒါလိုပင် မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်ကို

ယုံကြည်ပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးသွားရင် သိသင့်သိထိုက်တာတွေကို ကိုယ်တိုင်တွေ့အားဖြင့် သိရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပထမအခြေခံ အနေနဲ့ ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ရတယ်။ အဲဒီလို ယုံကြည်ပြီး သိတာဟာ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိပဲ။ ဒါကတော့ ယုံကြည်ရုံမျှဖြင့် ပင် ပြီးပါတယ်။ အထူး အားထုတ်နေရတာ မဟုတ်ပါဘူး။

အဲဒီသမ္မာဒိဋ္ဌိနှင့် ပြည့်စုံတဲ့သူဟာ သတ်မှု၊ ခိုးမှု၊ မတော် မတရားပြုမှုစသော မကောင်းမှုမှ ကြဉ်ရှောင်တယ်။ အဲဒါက သမ္မာ ကမ္မန္တမဂ္ဂင်ပဲ။ လိမ်ပြောမှုစသော မကောင်းမှုမှလည်း ကြဉ်ရှောင်တယ် အဲဒါက သမ္မာဝါစာ မဂ္ဂင်ပဲ။ မတရား စီးပွားရှာမှုမှလည်း ကြဉ်ရှောင် တယ်။ အဲဒါက သမ္မာအာဇီဝ မဂ္ဂင်ပဲ။ ဒီမဂ္ဂင်သုံးပါးက သီလပဲ။ ဒီမဂ္ဂင်သုံးပါးနဲ့ပြည့်စုံရင် သီလဝိသုဒ္ဓိဆိုတဲ့ သီလစင်ကြယ်မှု ပြည့်စုံ တော့တာပဲ။ အဲဒါဟာ ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ အခြေခံပြီး သမာဓိ ပညာတို့၏ အခြေခံဖြစ်တဲ့ သီလမဂ္ဂင်တွေပဲ။

အဲဒီ သီလ မဂ္ဂင်တွေ ပြည့်စုံပြီးတဲ့နောက်မှာ စွမ်းနိုင်ရင် သမာဓိမဂ္ဂင်နဲ့ ယှဉ်တွဲဖြစ်တဲ့ ဈာနသမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတာကို ဖြစ်ပွားစေရ တယ်။ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀ ထဲက တစ်ခုခုသော ပထဝီကသိုဏ်း စသော အာရုံဖြစ်ဖြစ်၊ အာနာပါနဖြစ်ဖြစ်၊ ဆံပင် မွေးညှင်း အစရှိတဲ့ ၃၂ ကောဋ္ဌာသဖြစ်ဖြစ် တစ်ခုကိုစူးစိုက်ပြီး ရှုသောအားဖြင့် ဈာန် ရအောင် အားထုတ်ရတယ်။ အဲဒီဈာန်နဲ့ ယှဉ်တွဲပြီးဖြစ်တဲ့ အသိပညာ ဟာ ဈာနသမ္မာဒိဋ္ဌိပဲ။ အဲဒီမှာတော့ အသိပညာက လိုရင်း မဟုတ်ပါ ဘူး။ ဈာန်သမာဓိကလိုရင်းပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဈာန်သမာဓိနှင့် ပြည့်စုံ ရင် နိဝရဏကင်းပြီး စိတ်စင်ကြယ်မှု စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ပြည့်စုံတော့တာပဲ။ အဲဒီ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ပြည့်စုံတဲ့အခါ ဝိပဿနာ သမ္မာဒိဋ္ဌိကို ဖြစ်ပွားစေရ တယ်။ ဝိပဿနာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတာ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ အခြင်း

အရာတို့ဖြင့် ကိုယ်တိုင်တွေ့ ရှုသိပြီးဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်ပါပဲ။
 အဲဒီ ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်ပြည့်စုံတဲ့အခါ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်
 ပြုပြီး အရိယမဂ်ဉာဏ်ဖြစ်တယ်။ အဲဒါက မဂ္ဂသမ္မာဒိဋ္ဌိပဲ။ ဒီ မဂ္ဂ
 သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်ရင် ယခုပြောနေတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိလည်း ကင်းသွားတော့
 တာပဲ။ ဒီမဂ္ဂသမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်အောင် ဝိပဿနာမဂ္ဂကို ဖြစ်ပွားစေရတာပဲ။
 ဒါကြောင့် ဝိပဿနာသမ္မာဒိဋ္ဌိကို အရိယမဂ်သမ္မာဒိဋ္ဌိ၏ ရှေ့သွား
 ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်လို့ ဆိုရတာပဲ။ ဒီဝိပဿနာသမ္မာဒိဋ္ဌိ၏ ရှေးအဖို့က
 ဖြစ်ပွားစေခဲ့ရတာတွေကတော့ အခြေခံမဂ္ဂင်တွေပါဘဲ။ အဲဒါတွေက
 ခုတင်ကပြောခဲ့တဲ့ ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိရယ်၊ သမ္မာဝါစာ ကမ္မန္တ
 အာဇီဝဆိုတဲ့ သီလမဂ္ဂင်တွေရယ်၊ ဈာနသမ္မာဒိဋ္ဌိရယ် ဒါတွေပါပဲ။
 အဲဒီမူလမဂ္ဂင်၊ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ္ဂင်၊ အရိယမဂ္ဂင်ဆိုတဲ့ မဂ္ဂင်သုံးပါး သုံးဆင့်
 ကို တိုတိုနဲ့မှတ်ရအောင် ဆောင်ပုဒ် ၂ ခု စီထားတယ်။
 ဖြစ်ပွားစေရမည့် မဂ္ဂင်သုံးဆင့် -

၁။ မူလ၊ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝ မဂ္ဂင်မြတ်။

၂။ ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင် နိဗ္ဗာန်ဓာတ် တဲ့။

နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုချင်ယင် ရှေးဦးစွာ မူလမဂ္ဂင်ပြည့်စုံ
 စေရမယ်။ ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်သိမြင်တဲ့ ကမ္မဿကတာ
 သမ္မာဒိဋ္ဌိကို အခြေခံပြီး သီလဝိသုဒ္ဓိ ပြည့်စုံစေရမယ်။ ဒါကတော့
 လူဝတ်ကြောင်းများအတွက်ဆိုရင် မခက်ပါဘူး။ ကံ ကံ၏အကျိုးကို
 ယုံကြည်သိမြင်တဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိဆိုတာ ငယ်ရွယ်စဉ်မှစပြီး ပြည့်စုံလာခဲ့
 တာပဲ။ ငါးပါးသီလဆိုတာကလဲ စောစောကတည်းက ပြည့်စုံလာခဲ့
 တာပဲ။ အကယ်၍ စောစောက မပြည့်စုံတောင် တရားဝင်ခါနီးမှာ
 သီလဆောက်တည်လိုက်ရင် ပြည့်စုံတော့တာပဲ။ အဲဒီသီလပြည့်စုံ
 ပြီးတဲ့နောက် ဈာန်ရအောင် အားထုတ်ရမယ် ဆိုတာကတော့ အများ

အားဖြင့် လွယ်ကြမယ် မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီလို မလွယ်တဲ့အတွက် သွဒိဝိဿနာယာနိကနည်းအရ ဝိပဿနာကပဲ စပြီး ရှုရင်လဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်အတွေ့အထိကစပြီး ထင်ရှားပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်တွေကို မပြတ်ရှုနေရုံပါပဲ။ အဲဒီလိုရှုနေရင် တခြားတပါး ထွက်ထွက်သွားတဲ့ စိတ်ကူးတွေလည်း ရှိလိမ့်မယ်။ အဲဒီစိတ်ကူးတွေလည်း ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရတယ်။ ဝိပဿနာ သမာဓိ အားကောင်းလာတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီလို တခြားထွက်တဲ့ စိတ်ကူးတွေ မရှိတော့ဘူး။ ရှုစရာအာရုံမှာသာ ရှုလျက်ရှုလျက် မပြတ်ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီလိုအားကောင်းတဲ့ ဝိပဿနာသမာဓိဟာ မူလအခြေခံဖြစ်တဲ့ သမာဓိမဂ္ဂင်ပဲ။

အဲဒီကနောက်တော့ရှုတိုင်းရှုတိုင်း ရုပ်နာမ်ခွဲခြား သိတဲ့ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ အကြောင်းနဲ့အကျိုးကို ပိုင်းခြားသိတဲ့ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ အဖြစ်အပျက်ကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့်တွေ့ပြီး အနိစ္စဒုက္ခ အနတ္တလို့ ရှုသိတဲ့ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့် တက်တက်ပြီး ဖြစ်လာပါတယ်။ အဲဒီလို အဆင့်ဆင့်တက်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်ပြည့်စုံတဲ့အခါမှာ နိဗ္ဗာန်ကိုသိမြင်တဲ့ အရိယမဂ် အရိယမဂ္ဂင်ဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ အဲဒီလို မဂ္ဂင် သုံးဆင့် အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပွားပုံကို (မူလ၊ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝ မဂ္ဂင်မြတ်။ ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင် နိဗ္ဗာန်ဓာတ်) လို့ ဆိုထားတာပါပဲ။ ဒါဟာ ယုံကြည်ထိုက်တဲ့ တရားတော်ကို ယုံကြည်ပြီး ကျင့်ရင် နိဗ္ဗာန်ကို သိမြင်ရသည်အထိ ဖြစ်စဉ် အကျဉ်းချုပ်ပါပဲ။ အဲဒါကို နည်းနည်း ချဲ့ပြောရဦးမယ်။

ကိုယ်တိုင်တွေ့မြင်နိုင်တဲ့တရား

မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်က ကိုယ်တိုင်တွေ့မြင်နိုင်တဲ့ သန္တတိက တရားပါတဲ့။ ကျင့်ရင် ကိုယ်တိုင် တွေ့ရတဲ့ တရားလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဆေးကောင်းကို စားသုံးရင် ဆေး၏ အကျိုးကို တွေ့ရ သလိုပါပဲ။ တစ်နည်း ဥပမာအားဖြင့် စားဖွယ်ကို စားကြည့်ရင် အရသာကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ရသလိုပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားက သတ္တဝါတို့၏ သန္တာန်၌ ရုပ်နဲ့ နာမ် ဒီ ၂ ပါးသာ ရှိတယ်လို့ ဟောထားတယ်။ အတွေ့အထိမှစပြီး ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်းကို မပြတ်ရှုနေတဲ့ ယောဂီဟာ ခုတင်က ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ဝိပဿနာသမာဓိအား ရှိလာတဲ့အခါ ရှုတိုင်းရှုတိုင်း ရှုသိစရာရုပ်နဲ့ ရှုသိတဲ့ နာမ် ဒီ နှစ်ခုထဲ ရှိတာကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် တွေ့သိရပါတယ်။ ဥပမာ ဖောင်းတယ်လို့ ရှုတဲ့ အခါ ဖောင်းတာနဲ့ ရှုသိတာ ဒီ ၂ ခုတည်း ရှိတယ်လို့ တွေ့သိရတယ်။ သွားတယ်လို့ ရှုသိတဲ့အခါ သွားရုပ်နဲ့ ရှုသိနာမ် ဒီနှစ်ခုတည်း ရှိတယ်လို့ သိရတယ်။ အဲဒီလို တွေ့သိရတဲ့အတွက် ကိုယ်ထဲမှာ ရုပ်နဲ့ နာမ် ဒီ ၂ ပါးသာ ရှိတယ်။ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါရယ်လို့ မရှိဘူးလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတာ မှန်ပါပေတယ်လို့ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရား ပိုပြီး ခိုင်လာတယ်။

အဲဒီကနောက် ကွေးချင်လို့ ကွေးတယ်၊ လှုပ်ချင်လို့ လှုပ်တယ်၊ ပြောချင်လို့ ပြောတယ် စသည်ဖြင့် အကြောင်းနဲ့ အကျိုးမျှကို တွေ့သိရတဲ့အခါလည်း အကြောင်းနဲ့ အကျိုးမျှသာ ရှိတယ်လို့ ဘုရားဟောထားတာ မှန်ပါပေတယ်လို့ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတိုးပြီး ခိုင်လာတယ်။ အဲဒီကနောက် ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေတာကိုသာ တွေ့ရတဲ့အတွက် မမြဲတာချည်းပဲ၊ ဆင်းရဲချည်းပဲ အတ္တကောင်

မဟုတ်တဲ့ သဘောတရားချည်းပဲလို့ တွေ့သိရတယ်။ အဲဒီ အခါကျတော့ “ဓဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေတယ် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ချည်းပဲ” လို့ ဘုရားဟောတာ မှန်ပါပေတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ကိုယ်တော်တိုင်း သိပြီးမှ ဟောထားတာပဲလို့ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါဟာ ပိုပြီးခိုင်လာတယ်။ အဲဒါဟာ (ဓမ္မ ပဿန္နော မံ ပဿတိ) ဓမ္မ - တရားကို၊ ပဿန္နော - မြင်သောသူသည်၊ မံ - ငါဘုရားကို၊ ပဿတိ - မြင်သည်လို့ ဟောထားတဲ့အတိုင်း တရားကို မြင်တွေ့ရလို့ ဘုရားကို မြင်တွေ့ပြီး ယုံကြည်တာ ကြည်ညိုတာပါပဲ။ အဲဒါဟာ “မြတ်စွာ ဘုရားက တရားမှန်ကို ကိုယ်တော်တိုင် သိတော်မူပြီးတော့ ဝေနေယျ သတ္တဝါများ ငါတို့အားလည်း အလားတူစွာ သိမြင်ကြပါစေခြင်း အကျိုးငှာ ဟောတော်မူခဲ့တာပဲ” လို့ ယုံကြည်တာ ကြည်ညိုတာနဲ့ လည်း အတူတူပါပဲ။ ဒါက တရားကျင့်တဲ့သူမှာ တရားတော်ကို ကိုယ်တိုင် တွေ့ရသိရပုံပါပဲ။

ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိရှိဖို့ အရေးကြီးသည်

အဲဒီလို ကိုယ်တိုင်တွေ့ရတာကလည်း ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်သိမြင်တဲ့ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ အခြေခံရှိလို့ ယုံယုံ ကြည်ကြည်နဲ့ ရှုမှတ်ပြီး တွေ့ရသိရတာပဲ။ ကံ ကံ၏အကျိုးကို မယုံ ကြည်တဲ့ သူကတော့ ဝိပဿနာတရားကိုအားမထုတ်ဘူး။ တရားကို လည်း ကောင်းကောင်းမနာဘူး။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ ဒီလို ကိုယ်တိုင် တွေ့၊ သိမြင်မှု မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ကံ ကံ၏ အကျိုးရှိသည် ဟု ယုံကြည်သိမြင်တဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိက အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ အဲဒါ ကို ဆိုကြရမယ်။

ကံ ကံ၏အကျိုးရှိသည်ဟု ယုံကြည်သိမြင်တာက ကမ္မဿကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ။

ကံ ကံ၏အကျိုးရှိတယ်ဆိုတာကို သေသေချာချာ စိစစ်ကြည့်ရင် သိနိုင်ပါတယ်။ ကံဆိုတာ ပြုလုပ်တဲ့အမှုပဲ။ လောကတွင်လည်း ကောင်းတဲ့အလုပ် အမှုကိုပြုလုပ်ရင် ကောင်းကျိုးရတယ်၊ စီးပွားရေးဆိုင်ရာ အလုပ်ကောင်းကိုလုပ်ရင် စီးပွားဖြစ်ထွန်းတယ်၊ မကောင်းတဲ့ အလုပ်ကိုလုပ်ရင် မကောင်းကျိုးကိုရတယ်။ ရာဇဝတ်ပြစ်မှုနဲ့ဆိုင်တဲ့ မကောင်းမှုကြောင့် ရာဇဝတ်အပြစ်ဒဏ် မကောင်းကျိုးရကြတာတွေ ထင်ရှားပါတယ်။ အဲဒီ အကုသိုလ် မကောင်းမှုရဲ့ အကျိုးတွေက သေခါနီးကျတော့ ဂတိနိမိတ်တွေ အနေဖြင့်လည်း ထင်ရှားတွေ့ရတတ်တယ်။ မကောင်းတဲ့ အာရုံနိမိတ်တွေကိုမြင်ပြီး ကြောက်လန့်တုန်လှုပ် နေတတ်ကြတယ်။ သနားစရာပါပဲ။ ကုသိုလ်၏ အကျိုးကလည်း သေခါနီးမှာ အာရုံကောင်း နိမိတ်ကောင်းတွေ ထင်ပေါ်လာပြီး ထင်ရှားတွေ့ရတတ်တယ်။ နေစရာအိမ်ကောင်း တိုက်ကောင်းကြီးတွေကိုလည်း မြင်နေရတတ်တယ်။ နတ်တွေ၊ မိတ်ဆွေတွေက လာပြီး ခေါ်နေတဲ့ အနေနဲ့လည်း တွေ့ရတတ်တယ်။ အဲဒီလို တွေ့ရတဲ့ အကြောင်းကိုလည်း ပြောတတ်တယ်။ ဒါက အများမျက်မြင် တွေ့ကြရတာတွေပဲ။ ကျမ်းဂန်တွေထဲက ပြထားတာများနဲ့လည်း ညီပါတယ်။

သီလမဂ္ဂင်ဖြစ်ပုံ

ယခုပြောခဲ့တာဟာ ကံနှင့် ကံ၏အကျိုးရှိကြောင်းကို စိစစ်ကြည့်ပုံ အရိပ်အမြွက်ပါပဲ။ အဲဒီလို ကံနှင့် ကံ၏အကျိုးရှိကြောင်း ယုံကြည်ပြီး သိမှတ်တာဟာ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိပဲ။ အဲဒီ သမ္မာဒိဋ္ဌိ

ဈာန်သမာဓိဖြစ်ပုံ

၄၅

ဆိုတဲ့ အယူမှန်ရှိတဲ့သူဟာ မကောင်းကျိုး ပေးတတ်တဲ့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်မှ ကြဉ်ရှောင်တယ်။ လိမ်လည်ပြောဆိုမှု မုသာဝါဒမှလည်း ကြဉ်ရှောင်တယ်။ ကုန်းတိုက်မှု ပိသုဏဝါဒမှလည်း ကြဉ်ရှောင်တယ်။ ဆဲဆိုမှု စကားကြမ်း ဖရသဝါဒမှလည်း ကြဉ်ရှောင်တယ်။ အနှစ်မဲ့ အပြန်အဖျင်း ပြောဆိုမှု သမ္ပပ္ပလာပမှလည်း ကြဉ်ရှောင်တယ်။ အဲဒါဟာ ဝစီဒုစရိုက်လေးပါးမှ ကြဉ်ရှောင်တဲ့ သမ္မာဝါဒပဲ။ နောက် ပြီးတော့ သူ့အသက်သတ်မှု ပါဏာတိပါတာမှလည်း ကြဉ်ရှောင်တယ်။ လုယက်ခိုးယူမှု အဒိန္နာဒါန်မှလည်း ကြဉ်ရှောင်တယ်။ မပိုင် မဆိုင်သော မေထုန်ကာမတို့၌ မှားယွင်းကျူးလွန်မှု ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ မှလည်း ကြဉ်ရှောင်တယ်။ အဲဒါဟာ ကာယဒုစရိုက်သုံးပါးမှ ကြဉ်ရှောင်တဲ့ သမ္မာကမ္မန္တပဲ။ နောက်ပြီးတော့ မတရားသောနည်းဖြင့် စီးပွားရှာမှု မိစ္ဆာအာဇီဝမှလည်း ကြဉ်ရှောင်တယ်။ ဒါက သမ္မာ အာဇီဝပဲ။ ဒီသမ္မာဝါဒ သမ္မာကမ္မန္တ သမ္မာအာဇီဝ ဆိုတာတွေဟာ သီလမဂ္ဂင် သုံးပါးပဲ။ မကောင်းမှုမှ ကြဉ်ရှောင်တိုင်း ကြဉ်ရှောင်တိုင်း ဒီသီလမဂ္ဂင်တွေ ဖြစ်ပွားပြည့်စုံနေတာပဲ။

ဈာန်သမာဓိဖြစ်ပုံ

အဲဒီ သီလမဂ္ဂင်တွေ ပြည့်စုံပြီး သီလစင်ကြယ်နေရင် သမာဓိ ပညာဘာဝနာတွေကို ပွားများအားထုတ်နိုင်တယ်။ ရှေ့နားက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သမထအာရုံတစ်ခုခုကို စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှုနေရင် ဈာန်ကိုရတယ်။ အဲဒီ ဈာန်ရတဲ့အခါ ဝမ်းမြောက်တဲ့ပီတိတွေနဲ့ အလွန်အမင်း ချမ်းသာတဲ့ သုခကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး ခံစားရတယ်။ အဲဒီ ဈာန်စိတ်ဖြစ်နေတဲ့ အချိန်မှာ ကိုယ်ထဲကလည်း အလွန်ပေါ့ပါးချမ်းသာပြီး အလွန်နေထိုင်

ကောင်းတယ်။ စိတ်ကလည်း အလွန်ချမ်းသာနေတယ်။ အဲဒီတော့ ကောင်းတဲ့ ဘာဝနာအမှု ပြုလုပ်ပွားများရင် ထူးခြားတဲ့ ကိုယ်စိတ် ချမ်းသာဆိုတဲ့ အကျိုးကို လက်ငင်းပဲ ရတယ်ဆိုတာ တွေ့ရတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီ ဈာန်ချမ်းသာလောက်နဲ့ အားရရောင့်ရဲ နေဖို့တော့ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီ ဈာန်လောက်နဲ့တော့ ကိလေသာတွေကို ခေါင်းပါးစေတဲ့ သလ္လေခကိစ္စ မပြီးသေးဘူး။ သလ္လေခသုတ်မှာ ကိလေသာတွေကို ခေါင်းပါးစေတဲ့ တရားတွေကို ဟောထားတယ်။ ၄၄ ပါးရှိတယ်။ အဲဒီ သလ္လေခသုတ်တရားတော်ကို ဘုန်းကြီးက ဟောပြီး ကျမ်းစာအုပ်အဖြစ် ထုတ်ဝေထားတယ်။ ပထမ၊ ဒုတိယ ၂ အုပ်ရှိတယ်။ အဲဒီစာအုပ်တွေကို ဖတ်ကြည့်ရင်း ကိလေသာတွေ ခေါင်းပါးအောင် ကျင့်ရမည့် အလုပ်တွေကို အကုန်သိနားလည်နိုင်ပါတယ်။

ဈာန်အခြေခံပြီး ဝိပဿနာရှုပုံ

ဈာန်ရတဲ့သူဟာ ဈာန်ကို အခြေခံပြီး ဝိပဿနာရှုရတယ်။ ရှုပုံကတော့ ဈာန်ဝင်စားလိုက် အဲဒီဈာန်ကို ရှုလိုက်နဲ့ ဒီလို ဈာန်တလှည့် ဝိပဿနာတစ်လှည့် အစုံတွဲပြီးတော့လည်း ရှုနိုင်တယ်။ တစ်နည်း အားဖြင့် ဈာန်မှ ထတဲ့အခါ ဈာန်ကိုရှုပြီးတော့ မြင်မှုကြားမှု စသည် ပေါ်ရာပေါ်ရာကိုလည်း လိုက်ရှုနိုင်တယ်။ အဲဒီလို ပေါ်ရာ ပေါ်ရာ လိုက်ရှုတာဟာ ပကိဏ္ဍကသင်္ခါရတွေကို ရှုတာတဲ့။

ဝိပဿနာသမာဓိဖြစ်ပုံ

ဈာန်မရတဲ့သူများမှာတော့ အဲဒီ ပကိဏ္ဍကသင်္ခါရတွေကိုသာ လိုက်ရှုရတယ်။ အဲဒီလိုရှုလို့ ဝိပဿနာ သမာဓိ အားကောင်းလာတဲ့အခါ နီဝရဏတွေ ကင်းသွားတယ်။ ရှုမှတ်တဲ့ စိတ်ချည်း စင်ကြယ်နေတယ်။ အဲဒါဟာ ဝိပဿနာသမာဓိဖြင့် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်တာပဲ။ အဲဒီလို အခါမှာ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်မိအောင် ကြောင့်ကြစိုက်ပေးတဲ့ သမ္မာဝါယာမလည်း ပါတယ်။ အမှတ်ရတဲ့ သမ္မာသတိလည်းပါတယ်။ ရှုမှတ်မိတဲ့ အာရုံမှာ ကပ်ကပ်ပြီး တည်တည်နေတဲ့ သမ္မာ သမာဓိလည်းပါတယ်။ အဲဒါတွေက သမာဓိမဂ္ဂင် သုံးပါးပဲ။ အဲဒီ သမာဓိမဂ္ဂင်တွေဟာ ဝိပဿနာပညာရဲ့ အခြေခံမူလမဂ္ဂင်တွေပဲ။

ပညာမဂ္ဂင် ဖြစ်ပွားပုံ

ဒါကြောင့် အဲဒီအခြေခံ သမာဓိအားရှိတဲ့အခါမှာ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း သဘောမှန်ကို ခုတင်ကပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း သိသိသွားတယ်။ သိစရာရပ်နှင့် သိတာဆိုတဲ့ ရပ်နာမ် ၂ ပါးကိုလည်း ပိုင်းခြားသိတယ်။ အကြောင်းနှင့် အကျိုးကိုလည်း ပိုင်းခြားသိတယ်။ အဲဒီလို သိတာကို ဉာတပရိညာလို့ခေါ်တယ်။

အဲဒီကနောက် ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ရှုသိရတဲ့ အာရုံရော ရှုသိတာရော အသစ်အသစ် ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်သွားတာကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် တွေ့ရတယ်။ အဲဒီလို တွေ့ရတော့ ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျက်ပျက်သွားလို့ မမြဲတာချည်းပဲ၊ ဆင်းရဲချည်းပဲ၊ အနတ္တချည်းပဲလို့

ဒီလိုလည်း သိသိသွားတယ်။ အဲဒီလို သိသိသွားတာက တိရဏ ပရိညာခေါ်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ် အစစ်တွေပဲ။ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေရင်း မမြဲဆင်းရဲ အနတ္တဈာနပဲလို့ သိသိသွားတယ် ဆိုတာဟာ ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်ဖြင့်တွေ့ပြီး သိသိသွားတာပဲ သူများကပြောလို့ ယုံရတာ မဟုတ်ဘူး စာပေကျမ်းဂန်အရ ကျက်မှတ်ပြီး သိတာလည်း မဟုတ် ဘူး။ ရှုမှတ် နေရင်း အသစ်သစ် ပေါ်ပေါ်လာပြီး ချက်ချင်းပင် ပျောက်ပျောက်သွားတာကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး မမြဲဘူး၊ ဆင်းရဲတွေပဲ၊ အနတ္တဈာနပဲလို့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သိသိသွားတာပဲ။ အဲဒါဟာ မမြဲတဲ့ သဘောတရားတွေ ဆင်းရဲသဘောတရားတွေ အနတ္တ သဘော တရားတွေကို အမှန်အတိုင်း သိတာပဲ။ အမှန်အတိုင်းသိလို့ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဆိုရတာပဲ။

အဲဒီလို သိတိုင်းသိတိုင်း အမှန်ကိုသိအောင် စိတ်ဦးညွှတ် ညွှတ်ပေးတဲ့ သမ္မာသင်္ကပ္ပ မဂ္ဂင်လည်း ပါတယ်။ အဲဒီ သမ္မာဒိဋ္ဌိနဲ့ သမ္မသင်္ကပ္ပဆိုတဲ့ ဒီ ၂ ပါးကပညာမဂ္ဂင်ပဲ။ ခုတင်ကပြောတဲ့ သမ္မာ ဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိဆိုတဲ့ သမာဓိမဂ္ဂင် သုံးပါးနဲ့ ပေါင်းလိုက်ရင် ဝိပဿနာမဂ္ဂင် ငါးပါးဖြစ်တယ်။ အဲဒီ ဝိပဿနာမဂ္ဂင် ငါးပါးဟာ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ပါဝင်နေတယ်။ သီလမဂ္ဂင် သုံးပါးကတော့ စောစောကတည်းက သီလဆောက်တည် ကတည်းက ပြည့်စုံလာခဲ့တယ်။ အဲဒီ သီလမဂ္ဂင်တွေလည်း ဝိပဿနာရှုဆဲမှာ စင်ကြယ်မြဲ စင်ကြယ်နေတာပဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ သီလမဂ္ဂင် သုံးပါးပါ ပေါင်းလိုက်ရင် ဝိပဿနာမဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်တယ်။

မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပွားပုံ

အဲဒီဝိပဿနာမဂ္ဂင်တွေဟာ ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း ဖြစ်ပွားပြီး ပြည့်စုံနေတာပဲ။ ဒါကြောင့် ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့် တက်ပြီး ပြည့်စုံတဲ့အခါမှာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုပြီး အရိယမဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒါကတော့ တစ်ကြိမ်တည်းဖြစ်တာ တစ်ကြိမ်တည်း ဖြစ်ရုံမျှဖြင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိစသော အပယ်လားကြောင်း ကိလေသာတွေ ကို ပယ်ခြင်းကိစ္စ ပြီးသွားတယ်။ အဲဒါဟာ အောက်ထစ်ဆုံးဖြစ်တဲ့ သောတာပတ္တိမဂ်ပဲ။ အဲဒီ အရိယမဂ်ဖြင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်နိုင် အောင် အားထုတ်သွားဖို့ပါပဲ။ အဲဒါဟာ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိနှင့် တကွ သီလမဂ္ဂင် သမာဓိမဂ္ဂင်များကို အခြေခံပြုပြီး ပုဗ္ဗဘာဂမဂ် ရှေ့ပိုင်းမဂ်ဆိုတဲ့ ဝိပဿနာမဂ်ကို ပွားစေပြီးတော့ အရိယမဂ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန် အငြိမ်းဓာတ်သို့ ဝင်ရောက်သွားပုံပါပဲ။ အဲဒီလို မဂ္ဂင်သုံးဆင့် ဖြစ်ပုံကို “မူလပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝမဂ္ဂင်မြတ်။ ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤ မဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ဓာတ်”လို့ ဆောင်ပုဒ် စီထားတာပါပဲ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၁။ မူလ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝ မဂ္ဂင်မြတ်။

၂။ ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင် နိဗ္ဗာန်ဓာတ်။

ယခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်သိမြင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သီလနှင့် ဈာန်သမာဓိ သို့မဟုတ် ဝိပဿနာသမာဓိကို အခြေခံပြုပြီး ပုဗ္ဗဘာဂမဂ် ရှေ့ပိုင်းမဂ်လို့ ခေါ်တဲ့ ဝိပဿနာမဂ်ကို ပွားစေလျှင် ရှေးဦးစွာ သောတာပတ္တိမဂ်ကို ရောက်ပြီး သက္ကာယဒိဋ္ဌိ စသော အပါယ်လားကြောင်း ကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေကို ပယ်နိုင်တယ်။ အဲဒီ ဝိပဿနာမဂ်ကို ဆက်လက်ပြီး ပွားစေလျှင်

အရဟတ္တမဂ်အထိ ရောက်ပြီး ကိလေသာ အညစ်အကြေးဟူသမျှကို
 အကုန်လုံး ပယ်နိုင်တယ်၊ ကင်းစေနိုင်တယ် စင်ကြယ်စေနိုင်တယ်။
 အဲဒီ ဝိပဿနာမဂ်ကို ပွားစေတော့ ဘယ်နည်းဖြင့် ပွားစေရသလဲ
 ဆိုရင်၊ သတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာနည်းဖြင့် ပွားစေရတာပဲ၊ သတိပဋ္ဌာန်
 မပါဘဲ ဝိပဿနာပညာလည်း မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အရိယမဂ်ပညာလည်း
 မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် သတိပဋ္ဌာနသုတ်အဖွင့် အဋ္ဌကထာမှာ -

ယသ္မာ ပန ကာယ ဝေဒနာ စိတ္တ ဓမ္မေသု
 ကဉ္စိ ဓမ္မံ အနာမသိတွာ ဘာဝနာ နာမ နတ္ထိ၊
 တသ္မာ တေပိ ဣမိနာဝ မဂ္ဂေန သောကပရိဒေသ
 သမတိက္ကန္တာတိ ဝေဒိတဗ္ဗာ
 လိ၊ ပြဆိုထားပါတယ်။

သတိပဋ္ဌာန် မပါလျှင် ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာ မဖြစ်

ကာယ ဝေဒနာ စိတ္တ ဓမ္မေသု - သတိပဋ္ဌာန်ရှုကွက် ဖြစ်သော
 ကာယ ဝေဒနာ စိတ် သဘောတရားတို့တွင်၊ ကဉ္စိ ဓမ္မံ - တစ်စုံတစ်ခု
 သော တရားကိုမျှ၊ အနာမသိတွာ - မသုံးသပ် မရှုမှတ်မှု၍ ဘာဝနာ
 နာမ - ဝိပဿနာပညာ အရိယမဂ်ပညာတို့ကို ဖြစ်ပွားစေခြင်း မည်
 သည်၊ ယသ္မာ - အကြင်ကြောင့်၊ နတ္ထိ - မရှိ၊ တသ္မာ - ထို့ကြောင့်၊
 တေပိ - ဂါထာတစ်ပုဒ် တရားကိုနာ၍ ရဟန္တာ သောတာပန်ဖြစ်လျက်
 သောကပရိဒေဝကို လွန်မြောက်သွားကြသည်ဟုဆိုသော ထိုသန္တတိ
 အမတ်ကြီးနှင့် ပဋာစာရာတို့သည်လည်း၊ ဣမိနာဝ ဓမ္မေန - ဤ
 သတိပဋ္ဌာန် လမ်းဖြင့်ပင်လျှင်၊ သောကပရိဒေဝေ - စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်း
 ငိုကြွေးခြင်းတို့ကို၊ သမတိက္ကန္တာတိ - လွန်မြောက်သွားကြသည်ဟူ၍၊
 ဝေဒိတဗ္ဗာ - သိအပ်ကုန်၏တဲ့။

သတိပဋ္ဌာန်မပါလျှင် ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာမဖြစ် ၅၁

ရုပ်အပေါင်း ကိုယ်၏ အမူအရာကိုရင်လည်း ရှုရမယ်၊
 အဲဒါက ဘယ်လိုဟာတွေလဲဆိုရင် သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊
 လဲလျောင်းခြင်း၊ ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၊ လှုပ်ရှားခြင်း ဘေရီတဲ့
 ကိုယ်အမူအရာတွေပါပဲ။ အဲဒီ ကိုယ်အမူအရာတွေကိုရင်လည်း ရှုရ
 မယ်၊ အကောင်းအဆိုး အလယ်အလတ် ခံစားမှု ဝေဒနာတွေကိုရင်
 လည်း ရှုရမယ်၊ စိတ်ကူးကြံသိမှုဆိုတဲ့ စိတ်အမူအရာကိုရင်လည်း
 ရှုရမယ်၊ မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံသိမှု၊ စားသိမှုစသော သဘောတရားကို
 ရင်လည်း ရှုရမယ်၊ အဲဒီ ရှုကွက် လေးပါးထဲက တစ်ပါးပါးကိုရှုမှ
 ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အဲဒီရှုကွက် လေးပါးထဲက
 တစ်ပါးပါးကိုမျှ မရှုရင်တော့ ဝိပဿနာပညာလည်း မဖြစ်နိုင်ဘူး။
 အရိယမဂ်ပညာလည်း မဖြစ်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် တရားနာပြီး ရဟန္တာ
 ဖြစ်သွားတယ်၊ သောတာပန် ဖြစ်သွားတယ်ဆိုတဲ့ သန္တတိအမတ်ကြီး
 နဲ့ ပဋ္ဌာစာရာတို့ဟာလည်း သတိပဋ္ဌာန်ရှုမှတ်နည်းဖြင့်ပင် ငာရားထူး
 များကိုရပြီး သောကပရိဒေဝကို လွန်မြောက်သွားကြတယ်လို့ မှတ်သိ
 ရမယ်တဲ့။

ဒါကြောင့် ကိုယ်အမူအရာကိုဖြစ်ဖြစ်၊ ဝေဒနာကိုဖြစ်ဖြစ်၊
 စိတ်ကိုဖြစ်ဖြစ်၊ မြင်မှု၊ ကြားမှုစသော သဘောတရားကို ဖြစ်ဖြစ်
 သမ္မာသတိဖြင့် အမှတ်ရပြီးသိလျှင် ဝိပဿနာပညာဖြစ်တယ်၊
 ဝိပဿနာပညာအဆင့်ဆင့်ဖြင့် အရိယမဂ်ပညာ အဆင့်ဆင့်သို့ ရောက်
 ပြီး ရဟန္တာဖြစ်ရင် စိတ်အညစ်အကြေး ကိလေသာတွေအကုန် ကင်းစင်
 သွားတော့တာပဲ။ အဲဒီလို စင်ကြယ်အောင် အားထုတ်ရတဲ့ လမ်းက
 လည်း ဒီ သတိပဋ္ဌာန် တစ်လမ်းတည်းသာရှိတယ်။ ဒါကြောင့် -

အယံ မဂ္ဂေါ - သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးတည်းဟူသော ဤလမ်း
 သည်၊ သတ္တနံ - (ဘုရားအလောင်း၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါအလောင်း၊ အရိယာ

သာဝကအလောင်း ဖြစ်ကြသော) သတ္တဝါတို့၏ ဝိသုဒ္ဓိယာ ကိလေသာ အညစ်အကြေးမှ ကင်းဆေးစင်ကြယ်ရန်အလို့ငှာ၊ ဧကာယနော-တစ်ခုတည်းသောလမ်း တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းပေတည်းလို့ ဟောတော်မူတာပါပဲ။

စိတ်အညစ်အကြေးကင်းဖို့ကအရေးကြီးတယ်

လောကမှာ အညစ်အကြေးဆိုတာက ၂ မျိုးရှိတယ်။ ရုပ်အညစ်အကြေးက တစ်မျိုး၊ စိတ်အညစ်အကြေးက တစ်မျိုး၊ ဒီလိုနှစ်မျိုးရှိတယ်။ အဲဒီ နှစ်မျိုးထဲမှာ စိတ်အညစ်အကြေးကင်းဖို့ရာက အရေးကြီးတယ်။ ဒါပေမယ့် လူအများစုကတော့ ရုပ်အညစ်အကြေးကင်းအောင် လုပ်ဖို့သာ နားလည်ကြတယ်။ ရုပ်အညစ်အကြေးဆိုတာ ကိုယ်မှာ ချွေးတို့ကြေးညှော်တို့ ဒီလို အညစ်အကြေးတွေပါပဲ။ အဲဒီလို အညစ်အကြေးတွေ ကိုယ်မှာ လူးပေနေရင် ရေချိုးလိုက် ဆပ်ပြာနဲ့ ပွတ်တိုက်ပြီး ဆေးလိုက်နဲ့ စင်ကြယ်အောင် လုပ်တတ်ကြပါတယ်။ တချို့က နံ့သာတွေနဲ့တောင် လူးလိမ်းလိုက်ကြသေးတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ ရုပ်အညစ်အကြေး စင်ကြယ်ရုံနဲ့တော့ အပါယ်ဆင်းရဲ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းစသော သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ မလွတ်မြောက်နိုင်ပါဘူး။ လူ့ချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာကိုလည်း မရနိုင်ပါဘူး။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရဖို့ ဆိုတာကတော့ ဝေးပါတယ်။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ စသော စိတ်အညစ်အကြေးတွေ စင်ကြယ်မှ အပါယ်ဆင်းရဲ သံသရာဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်နိုင်တယ်။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကိုလည်း ရနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်အညစ်အကြေးကင်းအောင် အားထုတ်ဖို့က အရေးကြီးပါတယ်။ အဲဒီ စိတ်အညစ်အကြေး ကင်းအောင် နည်းလမ်းကလည်း ဒီသတိပဋ္ဌာန်နည်းလမ်း တစ်ခုတည်းရှိပါတယ်တဲ့။

အဲဒါကလည်း သတိပဋ္ဌာန်တစ်လမ်းတည်းရှိတယ်

ဒါကြောင့် “ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆမီတိ ပဇာနာတိ” စသည်ဖြင့် ဟောထားတဲ့အတိုင်း ကိုယ်အမှအရာဟူသမျှကို ပြုလုပ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ရှုမှတ်ရတယ်။ ခံစားမှု ဝေဒနာဖြစ်တိုင်း၊ စိတ်ကူးကြံစည်မှု ဖြစ်တိုင်း၊ မြင်မှု ကြားမှုစသော သဘောတရားတွေဖြစ်တိုင်း မပြတ် လိုက်ပြီး ရှုမှတ်ရတယ်။ ရှုမှတ်နေကျော့ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ စင်ကြယ်လာတာကို တွေ့ရတယ်။ အဲဒီတော့ ဒီလိုသဘောပေါက်လာတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ ကိုယ်တော်တိုင် စင်ကြယ်အောင် အားထုတ်ပြီးတော့ စင်ကြယ်အောင် အားထုတ်နည်းကို ဟောကြားတော်မူခဲ့တာပဲ။ ဘုရားတပည့်သာဝကတွေလည်း ဒီနည်းအတိုင်း ရှုမှတ်ပြီး ကိလေသာဆိုတဲ့ စိတ်အညစ်အကြေးမှ စင်ကြယ်သွားကြတာပဲ။ နည်းနည်း အားထုတ်ရင် နည်းနည်းစင်ကြယ်မှာပဲ။ များများအားထုတ်ရင် များများစင်ကြယ်မှာပဲ။ အပြည့်အစုံ အားထုတ်ရင် အပြည့်အစုံ စင်ကြယ်သွားမှာပဲလို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် သဘောပေါက် သိနားလည်လာတယ်။ ကိလေသာကင်းစင်ပြီး သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ဖို့ရာဟာ ဒီလို ရှုမှတ်ပြီး သိရတဲ့ ဘစ်လမ်းတည်းသာရှိတယ်။ ဒါကြောင့် ဧကာယနော - တစ်ခုတည်းသောလမ်းလို့ ဟောတော်မူခဲ့တာပဲလို့လည်း သဘောပေါက်လာတယ်။

တစ်နည်း အနက်ကတော့ ဧကာယနော - တစ်ကြောင်းတည်းသောလမ်းတဲ့။ လမ်းမှားသွားစရာ လမ်းခွဲမရှိဘူး။ ဒီလမ်းကြောင်းအတိုင်းသာ တည့်တည့်သွားရင် နောက်ဆုံးကျတော့ စိတ် အညစ်အကြေး စင်ကြယ်တဲ့အဆင့်ကို ရောက်မှာပဲ။ သောတာပတ္တိမဂ်ရောက်ရင် စိတ်အညစ်အကြေးတွေ လေးပုံတစ်ပုံ ကင်းသွားတယ်။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာရယ် အပါယ်ကျစေနိုင်တဲ့ လောဘ၊ ဒေါသ၊
 မောဟစသည်ရယ် ဒီကိလေသာ အညစ်အကြေးတွေ ကင်းသွားတယ်။
 သကဒါဂါမိမဂ်ရောက်ရင် ကိလေသာတွေ တစ်ဝက်ကင်းသွားတယ်။
 ကြမ်းတမ်းတဲ့ ကာမရာဂနဲ့ ဗျာပါဒဆိုတာတွေ နောက်ထပ် ကင်းသွား
 ကြပြန်တာပါပဲ။ အနာဂါမိမဂ်ရောက်ရင် ကိလေသာတွေ လေးပုံ
 သုံးပုံအထိ ကင်းသွားတယ်။ ကာမရာဂနဲ့ ဗျာပါဒတွေ အကြွင်းမဲ့
 ကင်းသွားကြတာပါပဲ။ အရဟတ္တမဂ်ရောက်တဲ့ စိတ်အညစ်အကြေး
 ကိလေသာတွေ အကုန်ကင်းပြီး ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။ ဒါကြောင့်
 စိတ်အညစ်အကြေးကို ကင်းစေချင်လျှင် ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်မလဲ
 ဆိုတော့ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်လို့ ဖြေရမှာပဲ။ အဲဒါကို
 လိုက်ဆိုကြရမယ်။

၁။ စိတ်အညစ်အကြေးကို ကင်းစေလို ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရ
 မယ်။

စိတ်အညစ်အကြေးကို ကင်းစေလို သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို
 လိုက်ရမယ်။

သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို စိတ်အညစ်အကြေးမှ ကင်းဝေး
 စင်ကြယ်ရန်အတွက် (ဧကာယနော) တစ်ခုတည်းသောလမ်း၊ တစ်
 ကြောင်းတည်းသောလမ်းလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတော်မူသော
 ကြောင့် စိတ်အညစ်အကြေး ကင်းချင်ရင် တခြားလမ်းကို လိုက်လို့
 မဖြစ်ဘူး။ ဒီသတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ကိုသာ လိုက်ရမယ်ဆိုတာ အင်မတန်
 ထင်ရှားနေပါတယ်။ အဲဒါကို အထူးသတိပြုကြရမယ်။

သောကကင်းဖို့လည်း ဒီတစ်လမ်းတည်းပဲ

နောက်ပြီးတော့ အယံ မဂ္ဂေါ - ဤသတိပဋ္ဌာန်လမ်းသည်၊
 သောကပရိဒေါနံ - စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်း ငိုကြွေးခြင်းတို့ကို၊ သမတိက္က
 မာယ - လွန်မြောက်ရန်အလို့ငှါ၊ ဧကာယနော - တစ်ခုတည်းသော
 လမ်း၊ တစ်ကြောင်းတည်းသောလမ်းပေတည်းတဲ့။ ကိုယ်အမူအရာ
 ဝေဒနာ၊ စိတ် သဘောတရားတို့ကို ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း အမှတ်ရပြီး
 သိရတဲ့ ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ဟာ စိုးရိမ်ပူဆွေးရမှု ငိုကြွေးမှုတို့ကို
 ကျော်လွန်ရန် လွန်မြောက်ရန်အတွက် တစ်ခုတည်းသောလမ်း တစ်
 ကြောင်းတည်းသောလမ်းပါပဲတဲ့။ သတ္တဝါတွေက စိုးရိမ်ပူဆွေးရတာ
 ကို အလိုမရှိကြဘူး။ ငိုကြွေးရတာကိုလည်း အလိုမရှိကြဘူး။
 မလွဲမရှောင်နိုင်လို့သာ စိုးရိမ်ပူဆွေးနေကြရ၊ ငိုကြွေးနေကြရတာပဲ။
 စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု ကင်းငြိမ်းဆေးများ ရှိမယ်ဆိုရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲ။
 လောကမှာလူတွေက ဆေးဝါးတွေ၊ အင်းအိုင်တွေ မန္တန်တွေ ဂိုဏ်း
 ဆရာတွေကို သိပ်ယုံကြတာ၊ ဒါ့ကြောင့် စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု ငိုကြွေးမှုတွေ
 မဖြစ်ရအောင် ကာကွယ်နိုင်တဲ့ ဆေးတို့၊ အင်းတို့၊ မန္တန်တို့ကို
 ပေးမယ်ဆိုရင် အဲဒီလို ဂိုဏ်းဆရာထံ သိပ်သွားကြမှာပဲ။ စိုးရိမ်
 ကင်းဝေး နေနိုင်ရေးဆိုတဲ့ စာအုပ်စာတမ်းကိုတောင် အလှအယက်
 ဝယ်ယူပြီး ကြည့်ရှုကြသေးတယ်။ တကယ်စင်စစ် စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု
 ငိုကြွေးမှုကို ကင်းစေနိုင်တာကတော့ ဟောဒီ သတိပဋ္ဌာန် လုပ်ငန်းစဉ်
 ပဲ။ တချို့လူတွေဟာ သားသေလို့၊ လင်သေလို့၊ မယားသေလို့ ဒီလို
 အကြောင်းတွေကြောင့် အကြီးအကျယ် စိုးရိမ်ပူဆွေးနေကြတယ်။
 မစားနိုင် မအိပ်နိုင်အောင်လည်း ပင်ပန်းနေကြတယ်။ မထိန်းနိုင်၊
 မအောင်နိုင်အောင်လည်း ငိုကြွေးနေကြတယ်။ အဲဒီလို လူတွေဟာ

ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်အရ ရှိရှိသေသေ ရှုမှတ်နေရင် ရက်အနည်းငယ် အတွင်းမှာပင် သက်သာရာရလာတယ်။ နောက်တော့ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှုတွေ လုံးဝကင်းငြိမ်းသွားတာပဲ။ ဒါကြောင့် စိုးရိမ်မှုကို လွန်မြောက်လိုရင်၊ ငိုကြွေးမှုကို လွန်မြောက်လိုရင် ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရုံပါပဲ။ အဲဒီဆောင်ပုဒ်များကို လိုက်ဆိုကြရမယ်။

၂။ စိုးရိမ်မှုကို လွန်မြောက်လို ဘယ်လမ်းစဉ်ကိုလိုက်ရမယ်။

စိုးရိမ်မှုကို လွန်မြောက်လို သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

အဋ္ဌကထာက ဒီနေရာမှာ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ဖြင့် သန္တတိအမတ်ကြီးမှာ စိုးရိမ်မှု ကင်းငြိမ်းသွားပုံကို ပြဆိုထားတယ်။ အဲဒါကို ဒီနေရာမှာ ထုတ်ဆောင်ပြောရရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အချိန်မရှိလို့ မပြောနိုင်ပါဘူး။

ပရိဒေဝကင်းဖို့လည်း ဒီတစ်လမ်းပဲ

၃။ ငိုကြွေးမှုကို လွန်မြောက်လို ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

ငိုကြွေးမှုကို လွန်မြောက်လို သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

ဒီနေရာမှာလည်း အဋ္ဌကထာက ပဋာစာရာထေရီ ဝတ္ထုကို ထုတ်ပြထားပါတယ်။ ယခုတော့ အချိန်မရှိလို့ အဲဒါကိုလည်း မပြောနိုင်ပါဘူး။

နောက်ပြီးတော့ အယံ မဏှိ - ဤသတိပဋ္ဌာန်လမ်းသည်၊ ဒုက္ခဒေါမနဿာနံ - ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲတို့၏၊ အတ္ထင်္ဂမာယ - ချုပ်ငြိမ်းရန် အလိုငှာ၊ ဧကာယနော - တစ်ခုတည်းသောလမ်း၊ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းပေတည်းတဲ့။

ကိုယ်ဆင်းရဲဆိုတာ ကိုယ်ထဲက သူ့အလိုလို နာကျင်ကိုက်ခဲပြီး အခံရခက်တဲ့ ဆင်းရဲလည်းရှိတယ်။ သူတပါးက ရိုက်နှက်ပုတ်ခတ်လို့ နေပူမီးပူစသည်လောင်လို့ စသည်ကြောင့် အခံရခက်တဲ့ ဆင်းရဲလည်းရှိတယ်။ အဲဒီ ကိုယ်ဆင်းရဲကို ဘယ်သူကမှ အလိုမရှိကြဘူး။ စိတ်ဆင်းရဲဆိုတာကတော့ ဆွေမျိုးများ ပျက်စီးခြင်း၊ စီးပွားဥစ္စာ ပျက်စီးခြင်း စသည်ကြောင့် စိတ်ထဲမှာ မခံသာတဲ့ဆင်းရဲပါပဲ။ ဒီဆင်းရဲကိုလည်း ဘယ်သူကမှ အလိုမရှိကြဘူး။ တစ်လောကလုံးက သတ္တဝါတွေကို ဒီကိုယ်ဆင်းရဲနဲ့ စိတ်ဆင်းရဲက နှိပ်စက်နေတာပဲ။ ဒီဆင်းရဲ နှစ်မျိုးကို နှုတ်ပယ်လိုက်မယ်ဆိုရင် သတ္တဝါတွေမှာ အမြဲတမ်း ချမ်းသာနေကြမှာပဲ။ အဲဒီ ဆင်းရဲတွေ ကင်းချင်ကြသလားလို့ မေးရင် ကင်းချင်ပါတယ်လို့ ဖြေကြမှာပဲ။ အဲဒီ ဆင်းရဲတွေ ကင်းချင်ကြရင် ဒီသတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်အတိုင်း လိုက်သွားကြရုံပါပဲ။ အခြားနည်းနဲ့တော့ ဒီဆင်းရဲတွေကို မကင်းစေနိုင်ပါဘူး။ ဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြရမယ်။

ကိုယ်ဆင်းရဲငြိမ်းဖို့လည်း ဒီလမ်းပဲ

၄။ ကိုယ်ဆင်းရဲကို ငြိမ်းစေလို ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်၊

ကိုယ်ဆင်းရဲကို ငြိမ်းစေလို သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ဖြင့် ကိုယ်ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းပုံကို အဋ္ဌကထာမှာ အရှင်တိဿဝတ္ထု ကျားစားခံရတဲ့ ရဟန်းဝတ္ထု စသည်ဖြင့် ပြဆိုထားပါတယ်။ အဲဒါတွေလည်း အချိန်မရှိလို့ မပြောနိုင်ပါဘူး။ ယခုနေအခါလည်း သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ဖြင့် ရှုမှတ်နေတာနဲ့ လေလောက်တဲ့ ရောဂါဝေဒနာများတောင် ပျောက်ကင်းသွားကြတာ

တွေ ရှိပါတယ်။ (သာဓကဝတ္ထုများကို နောက်ဆက်တွဲ၌ ပြထားသည်)

ကိုယ်ထဲက ဆင်းရဲမရှိပေမယ့် စိတ်ထဲက ဆင်းရဲနေရင်လည်း နေရာမကျဘူး။ မိမိအလိုအတိုင်း မဖြစ်ရင် မပြည့်စုံရင် စိတ်က ဆင်းရဲပူပန်နေတာပဲ။ မူလက ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင်နဲ့ ဝမ်းသာနေပေမယ့်လို့ စိတ်ညစ်စရာသတင်းကို ကြားရရင် ချက်ချင်း စိတ်ညစ်သွားတာပဲ။ သားကလေး သမီးကလေး ကားတိုက်လို့ သေသွားသတဲ့၊ ရေနစ်လို့ သေသွားသတဲ့ စသည်ဖြင့် ချစ်ခင်တဲ့ ဆွေမျိုးများ ပျက်စီးသွားတဲ့ အကြောင်းအရာကို ကြားရရင် ချက်ချင်း စိတ်ဆင်းရဲသွားတာပဲ။ ဒါက ဉာတိဗျသနကြောင့်ဖြစ်တဲ့ စိတ်ဆင်းရဲပဲ။ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ လူဆိုးတွေကြောင့်ဖြစ်စေ ရေကြောင့် မီးကြောင့်ဖြစ်စေ ပျက်စီးဆုံးရှုံးသွားတာကို ကြားရရင်ဖြစ်စေ၊ တွေ့မြင်ရရင်ဖြစ်စေ အကြီးအကျယ် စိတ်ဆင်းရဲရတယ်။ ဒါက ဘောဂဗျသနကြောင့်ဖြစ်တဲ့ စိတ်ဆင်းရဲပဲ။ မကျန်းမမာ ရောဂါဝေဒနာတွေ ဖြစ်လာရင် စိတ်ဆင်းရဲရတယ်၊ ကြာရှည်စွာ ခံနေရလေလေ သာပြီး စိတ်ဆင်းရဲလေလေပဲ။ ယခုခေတ်မှာ ကင်ဆာရောဂါတို့လို မပျောက်နိုင်တဲ့ ရောဂါဖြစ်ရင် သာပြီး စိတ်ဆင်းရဲရတာပဲ။ ဒါလည်း ရောဂဗျသနကြောင့် ဖြစ်တဲ့ စိတ်ဆင်းရဲပဲ။

နောက်ပြီးတော့ (သီလဗျသန) သီလပျက်စီးခြင်းကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲရတယ် ဆိုတာကတော့ သီလကို အလေးအမြတ်ပြုပြီး စောင့်ရှောက်နေတဲ့သူမှာ အထူးအားဖြင့်တော့ ရဟန်းမှာ သီလပျက်စီးသွားရင် အကြီးအကျယ် စိတ်ဆင်းရဲရတယ်။ နောက်ပြီးတော့ (ဒိဋ္ဌိဗျသန) အယူပျက်စီးခြင်းကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲရတယ် ဆိုတာကတော့ မူလက ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြင့် ကံ ကံ၏ အကျိုးရှိတယ်။

နောင်တမလွန်ဘဝ ရှိတယ်လို့ အယူမှန်ရှိနေရာက “ကံ ကံ၏အကျိုး မရှိဘူး၊ နောင်တမလွန်ဘဝမရှိဘူး၊ သေပြီးရင် ဘာမှမရှိတော့ဘူး” ဆိုတဲ့ မိစ္ဆာအယူကို သူများပြောပြချက်အရ ယုံကြည်လက်ခံသွားရင် အယူမှန် ပျက်တော့တာပဲ။ ဒါပေမဲ့လို့ အဲဒီအယူမှားကိုပင် အယူမှန် အယူကောင်း ထင်နေရင်တော့ သူ့အယူနဲ့သူ သဘောကျနေတာပါပဲ။ စိတ်ဆင်းရဲ မဖြစ်သေးပါဘူး။ သူတပါးကိုတောင် သူ့အယူမှားဖြင့် ဝါဒဖြန့်နေတတ်ပါသေးတယ်။ ဘယ်အခါကျမှ သူ့အယူမှားမှန်း သိတတ်သလဲဆိုရင် သေခါနီး ဂတိနိမိတ်ဆိုးတွေကို တွေ့ရတဲ့အခါ ကျတော့ မှားမှန်းသိတတ်တယ်။ နောက်ဘဝမှာ ပြိတ္တာဖြစ်နေတဲ့အခါ၊ ငရဲရောက်နေတဲ့အခါများကျတော့လည်း သူ့အယူ မှားမှန်းသိတတ် တယ်။ ကံ ကံ၏အကျိုး မရှိဘူးလို့ယူခဲ့တာဟာ မှားကြောင်း သိရ တယ်။ နောက်ဘဝမရှိဘူးလို့ ယူခဲ့တာလဲ မှားကြောင်းသိရတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အကုသိုလ်ကံကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်နေ ရတာနဲ့ ပြိတ္တာဘဝ ငရဲဝင်၍ ဖြစ်နေရတာကို သူကိုယ်တိုင် တွေ့နေရ သောကြောင့်ပါပဲ။ အဲဒီလိုအခါကျတော့ “ငါဟာဟိုတုန်းက အယူမှန် ကို စွန့်ပယ်ပြီး အယူမှားကို ယူခဲ့မိတာ အလွန်မှားခဲ့တာပဲ”လို့ အလွန်ပင် စိတ်ဆင်းရဲရတတ်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ ဘုရားလက်ထက်တော် ကာလတုန်းက ခွေးလိုကျင့်နေတဲ့သူနဲ့ နွားလိုကျင့်နေတဲ့သူဟာ “အဲဒီအကျင့်များကြောင့် ခွေးဖြစ်တတ်တယ်၊ ငရဲနဲ့ တိရစ္ဆာန် တစ်ခုခု ဖြစ်တတ်တယ်”လို့ ဖြေကြားတော်မူတဲ့ ဘုရားစကားတော်ကို ကြားရတော့ သူတို့မှာ အယူမှားလာခဲ့တာ အကြောင်းပြုပြီး ငိုယိုသည်အထိ စိတ်ဆင်းရဲရှာ ကြတယ်။ နောက်ပြီးတော့ ကချေသည်တစ်ဦးကလည်း ကပြခြင်း ကြောင့် ပဟာသခေါ်တဲ့ ပျော်ရွှင်နတ်ပြည် ရောက်ရတယ်လို့ ယုံကြည်

ယူဆလာခဲ့တယ်။ ပဟာသဆိုတာ နတ်ပြည်မဟုတ်ဘူး၊ ငရဲပဲ။ အဲဒီ ပဟာသငရဲကို ရောက်တတ်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရား၏ ဖြေရှင်းချက် ကို ကြားရတော့ အယူမှားခဲ့တာကို အကြောင်းပြုပြီး ငိုယိုသည်အထိ စိတ်ဆင်းရဲရှာရတယ်။ အဲဒါတွေလည်း အယူပျက်စီးမှုကြောင့် ဖြစ်တဲ့ စိတ်ဆင်းရဲတွေပါပဲ။ အဲဒီစိတ်ဆင်းရဲတွေ ကင်းငြိမ်းစေချင်ရင်လည်း (ဧကာယနဆိုတဲ့) ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကိုလိုက်ပြီး ကျင့်ကြံရုံပါပဲ။ ဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြရမယ်။

စိတ်ဆင်းရဲငြိမ်းဖို့လည်း ဒီလမ်းပဲ

၅။ စိတ်ဆင်းရဲကို၊ ငြိမ်းစေလို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

စိတ်ဆင်းရဲကို၊ ငြိမ်းစေလို၊ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

အဲဒီ စိတ်ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းပုံကိုလည်း အဋ္ဌကထာမှာ သိကြားမင်း ဝတ္ထု၊ သုဗြဟ္မနတ်သားဝတ္ထုများဖြင့် ပြထားတယ်။ ယခုတော့ အချိန်မရှိလို့ အဲဒါတွေကို မပြောနိုင်တော့ပါဘူး။

နောက်ပြီးတော့ အယံ မဂ္ဂေါ- ဤသတိပဋ္ဌာန်လမ်းသည်၊ ဉာယဿ အဓိဂမာယ- အရိယမဂ်ကို ရရန်အလို့ငှာ၊ နိဗ္ဗာနဿ သန္တိ ကိရိယာယ- နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြုရန်အလို့ငှာ၊ ဧကာယနော- တစ်ခုတည်းသောလမ်း၊ တစ်ကြောင်းတည်းသော လမ်းပေတည်းတဲ့။

ဉာယဆိုတာက အရိယမဂ်ပဲ။ ဒါပေမဲ့ မဂ်ရရင် မဂ်၏အကျိုး ဖိုလ်လည်း ရတော့တာပါပဲ။ ဒါကြောင့် မြန်မာစကားအရ တစ်ပေါင်းတည်း ပြောဆိုနေကျ ဖြစ်တဲ့အတိုင်း အရိယမဂ်ဖိုလ်ကိုရရန် တစ်ကြောင်းတည်းလမ်းလို့ ပြောရင် ပိုပြီး ပေါ်လွင်ပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ အရိယမဂ်ဖိုလ်ရရင် နိဗ္ဗာန်ကိုလည်း မျက်မှောက်ပြုရတော့တာ

ပါပဲ။ ဒါကြောင့် အရိယမဂ်ဖိုလ်ရတာနဲ့ နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက်ပြုတယ် ဆိုတဲ့ ဒီအကျိုး ၂ ပါးကို တစ်ပေါင်းတည်းပြုပြီး ဆောင်ပုဒ်စီထား တယ်။ နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ် ရရောက်လို့ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်၊ နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ် ရရောက်လို့ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်တဲ့။ အဲဒါကို လိုက်ဆိုကြရမယ်။

မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရောက်ဖို့လည်း ဒီလမ်းပဲ

၆၂၇။ နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ် ရရောက်လို့ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။
 နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်ရရောက်လို့ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုတိုင်း မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ရပါလို့၏လို့ ဆုတောင်းနေကြတာပဲ။ အဲဒီလို ဆုတောင်းနေကြတာဟာ ကိုယ့်စိတ်ထဲက တကယ့်ကို လိုလားပြီး တောင်းတာလည်းရှိတယ်။ မိဘဆရာများ၏ အတုလိုက်ပြီး တောင်းရိုး တောင်းစဉ်အနေနဲ့ တောင်းတာလည်းရှိတယ်၊ စိတ်မပါဘဲ တောင်းရိုး တောင်းစဉ်အနေနဲ့ ဆုတောင်းတာကတော့ အလျင်အမြန် အကျိုး သက်ရောက်ဖို့ အားကောင်းလှမယ် မဟုတ်ပါဘူး။ အရေးကြီးတာ ကတော့ သံသရာ၏အပြစ်ကို သိတန်သမျှ သိပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ဆုကို လေးလေးနက်နက် ဆုတောင်းဖို့လိုပါတယ်။ သံသရာ၏ အပြစ်တွေ ကတော့ ဖြစ်ရာဘဝတိုင်း၊ ဘဝတိုင်းမှာ အိုရမယ်၊ နာရမယ်၊ သေရ မယ်၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ အမျိုးမျိုးတွေကို တွေ့ရ ခံစားရမယ်၊ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု စသော စိတ်ဆင်းရဲ အမျိုးမျိုးတွေကိုလည်း တွေ့ရ ခံစားရမယ်၊ ကံမကောင်း အကြောင်းမသင့်တဲ့ အခါများမှာ အပါယ်လေးပါး ကျရောက်ပြီးတော့လည်း အကြီးအကျယ် ဆင်းရဲရမယ်။ ဒါတွေဟာ

သေသေချာချာ စဉ်းစားကြည့်ရင် အလွန်ကြောက်ဖွယ်ကောင်းတဲ့ ဆင်းရဲတွေပဲ။ နိဗ္ဗာန်ရောက်မှ အဲဒီဆင်းရဲတွေ အကုန်ကင်းငြိမ်းမယ်၊ ဒါကြောင့် အဲဒီ ဆင်းရဲအပြစ်တွေကို ဆင်ခြင်မြင်သိပြီးတော့ အဲဒီ ဆင်းရဲတွေမှ လွတ်မြောက်ရအောင် နိဗ္ဗာန်ဆုကို လေးလေးနက်နက် တောင်းသင့်ပါတယ်။

အဲဒီလို ဆုတောင်းတော့ နိဗ္ဗာန်ကို ချက်ချင်းရပါ့မလားလို့ ဆိုရင် ယခု မျက်မှောက်ဘဝတွင် ချက်ချင်းတော့ မရနိုင်သေးဘူး။ အဲဒီလိုဆုတောင်းပြီးပြုတဲ့ ကုသိုလ်က နိဗ္ဗာန်ရနိုင်တဲ့ ဘဝသို့ ပို့ပေးမယ်၊ ယခုရနေတဲ့ လူ့ဘဝမျိုးပါပဲ။ အဲဒီဘဝကျတော့ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကို ကြားနာရမယ်။ ကြားနာပြီး ကျင့်သုံးရမယ်။ အဲဒီလိုကျင့်ပြီး မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရမယ်။ အဲဒီလို မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရောက်အောင် ဘယ်လမ်းစဉ်နဲ့ ကျင့်ရမှလဲ ဆိုတော့ အရိယမဂ်ကိုရရန် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရန် (ဧကာယနော) တစ်ခုတည်းသောလမ်း၊ တစ်ကြောင်းတည်းသောလမ်းလို့ ဟောထားတဲ့အတိုင်း ယခုပြောပြနေတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်နဲ့ ကျင့်ရမှာပဲ။ ဒီလမ်းစဉ်တစ်ခုတည်းသာရှိတယ်။ ဒီသတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို ယခုကျင့်ရင် ယခုဘဝတွင်လည်း မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရောက်နိုင်တာပဲ။ အဲဒီတော့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို မြန်မြန်ရောက်ချင်ရင် ဆုတောင်းရုံမျှနဲ့တော့ ကျေနပ်မနေဘဲ ယခုပင် ကျင့်သုံးသင့်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် “နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်၊ ရရောက်လို့၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ် နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ် ရရောက်လို့၊ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်လို့” ဆောင်ပုဒ်မှာ ဆိုထားတာပဲ။ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို တကယ် အမြန် ရောက်ချင်ရင် အခြားနည်းလမ်းတွေကို ရှာကြံကျင့်သုံး မနေနဲ့၊ ဆုတောင်းရုံမျှနဲ့လည်း အားရကျေနပ်မနေနဲ့၊ ဒီသတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ကို ယခုပင် လိုက်ပြီးကျင့်ပါလို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။ ဒါကြောင့် -

သက္ကာယဒိဋ္ဌိပ္ပဟာနာယ - သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ရန်အလိုငှာ၊ သဘော - အမှတ်ရလျက်၊ ဝါ - ကိုယ်အမူအရာဖြစ်တိုင်း၊ ခံစားမှု ဝေဒနာဖြစ်တိုင်း၊ စိတ်အမူအရာဖြစ်တိုင်း၊ မြင်မှု၊ ကြားမှု စသော သဘောတရား ထင်ပေါ်တိုင်း အမှတ်ရလျက်၊ ပရိစ္ဆဇေ - သုတ်သုတ် လျင်စွာ အားထုတ်ရာ၏လို့ မိန့်ဆိုညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။

သတိပဋ္ဌာန်လမ်းစဉ်အရ အားထုတ်ပုံ

အဲဒီလို အားထုတ်ကျင့်သုံးရာမှာ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးကို ဘယ်ကစပြီး ဘယ်လိုအားထုတ်ရမလဲဆိုတော့ ဈာန်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် အဲဒီဈာန်ကို ဝင်စားပြီးတော့ အဲဒီဈာန်မှ ထလျှင် ထချင်း အဲဒီ ဈာန်စိတ်ကို ပြန်လှည့်ပြီး ရှုရတယ်။ ဈာန်စိတ်ဆိုပေမယ့် စိတ် တစ်ခုတည်း ရှုရတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဈာန်စိတ်နှင့် ယှဉ်တဲ့ ဝိတက်စသည် ထင်ရှားရင် အဲဒီ ဝိတက်စသည်ကိုလည်း ရှုရတာပါပဲ။ အဲဒီကနောက် ထင်ရှားပေါ်လာတဲ့ ထိသိမှု၊ ကြားမှု၊ မြင်မှု စသည် တွေကိုလည်း လိုက်ပြီး ရှုရတယ်။ အဲဒီလို ပေါ်ရာပေါ်ရာလိုက်ပြီး ရှုတာက ပကိဏ္ဏကသင်္ခါတွေကို ရှုတာတဲ့။ ရှုရတဲ့ သင်္ခါရတရားက တစ်မျိုးတည်း မဟုတ်ဘဲ အမျိုးမျိုးရောပြွမ်းနေလို့ ပကိဏ္ဏက ပြီးပြွမ်း ဆိုတဲ့ ဝိသေသနနှင့်တကွ ခေါ်ဆိုထားတာပါပဲ။ အဲဒီလို ပေါ်ရာပေါ်ရာ လိုက်ပြီး ရှုရလို့ ပင်ပန်းလာရင် ဈာန်ကို ပြန်ပြီး ဝင်စားရတယ်။ နေသာထိုင်သာ ရှိလာတဲ့အခါ အဲဒီဈာန်မှထပြီး အဲဒီဈာန်ကို ရှုပြီး တော့ ပေါ်ရာပေါ်ရာလိုက်ပြီး ရှုရတယ်။ ပင်ပန်းလာပြန်ရင် ဈာန်ကို ပြန်ပြီး ဝင်စားရတယ်။ အဲဒီလို ဈာန်ဝင်စားပြီး ဈာန်ကိုရှုလိုက် ပေါ်ရာပေါ်ရာလိုက်ပြီး ရှုလိုက် တစ်ဖန် ဈာန်ဝင်စားပြီး ဈာန်ကို ရှုလိုက် ပေါ်ရာပေါ်ရာလိုက်ရှုလိုက်နဲ့ လေ့ကျင့်နေရင်း သမာဓိဉာဏ် ရင့်လာတဲ့ အခါကျတော့ ပင်ပန်းတယ်လို့ မရှိတော့ပါဘူး။ အဲဒီအခါ ကျတော့ ပေါ်ရာပေါ်ရာကိုသာ မပြတ်လိုက်ပြီး ရှုသွားရတော့တာပါပဲ။

ဈာန်မရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ဝိပဿနာရှုပုံ

ဈာန်မရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ ဓာတ်လေးပါးက စပြီး ရှုပုံကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ပြဆိုထားပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာနသုတ်မှာတော့ (ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိ စသည်ဖြင့်) ကိုယ်အမူအရာ ရှုပုံတွေကို ပြထားပါတယ်။ အဲဒါဟာ သွားဆဲစသည်၌ ထင်ရှားတဲ့ ဝါယော ဓာတ်ကို ရှုပုံတွေပါပဲ။ လူတွေဟာ သွားနေတာရင်လည်း ဖြစ်ရမယ်။ ရပ်နေတာရင်လည်း ဖြစ်ရမယ်၊ ထိုင်နေတာရင်လည်း ဖြစ်ရမယ်၊ လှဲအိပ်နေတာရင်လည်း ဖြစ်ရမယ်၊ အဲဒီ ဣရိယာပုတ်လေးပါးထဲက တစ်ပါးပါးဖြင့် နေထိုင်ကြရတာပဲ၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီ ဣရိယာပုတ်လေးပါးဖြင့် ထင်ရှားတဲ့ ရုပ်ကို ရှုဖို့ရာ ပုနစ ပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိ စသည်ဖြင့် ဟောကြားညွှန်ပြထားပါတယ်။ ဘိက္ခဝေ - ရဟန်းတို့၊ ပုနစ - တဖန်လည်း၊ အပရံ - တစ်ပါးသော ရှုပုံကား၊ ဘိက္ခု - ရဟန်းသည်၊ (ဝါ သံသရာဘေးကို ရှုမြင်၍ သံသရာမှ လွတ်မြောက်ရန် ကျင့်ကြံ အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်) ဂစ္ဆန္တော ဝါ - သွားနေသည် ရှိသော်မူ လည်း၊ ဝါ - သွားနေဆဲ သွားနေခိုက်မူလည်း၊ ဂစ္ဆာမီတိ - သွားသည် ဟူ၍၊ ပဇာနာတိ - သိ၏တဲ့။ သွားနေရင်လည်း သွားတာကို သွား တယ်လို့ ရှုသိရမယ်။ ရပ်နေရင်လည်း ရပ်တာကို ရပ်တယ်လို့ ရှုသိရမယ်။ ထိုင်နေရင်လည်း ထိုင်တာကို ထိုင်တယ်လို့ ရှုသိရမယ်။ လဲလျောင်းအိပ်နေရင်လည်း လျောင်းတယ် အိပ်တယ်လို့ ရှုသိရမယ် တဲ့။

နောက်ပြီးတော့ ဝါ ပန - တစ်နည်း ရှုသိပုံကား၊ ယထာ ယထာ - အကြင် အကြင် အခြင်းအရာဖြင့်၊ ကာယော - ကိုယ်သည်

ပဏိဟိတော ဟောတိ-တည်နေ၏။ တထာ တထာ-ထိုထို တည်နေ
တိုင်းသော အခြင်းအရာဖြင့်၊ နံ - ထို ကိုယ်ကို၊ ပဇာနာတိ - သိ၏
လို့လည်း ဟောကြား ညွှန်ပြတော်မူပါသေးတယ်။ အဲဒီစကားရပ်ဖြင့်
သိစေလိုတာကတော့ ကိုယ်ဟာ သွားတဲ့အခြင်းအရာနဲ့ တည်နေရင်
အဲဒီကိုယ်ကို သွားတဲ့အခြင်းအရာဖြင့် ရှုသိရမယ်။ ရပ်တဲ့ အခြင်း
အရာ၊ ထိုင်တဲ့အခြင်းအရာ၊ လျောင်းတဲ့အခြင်းအရာများနဲ့ တည်နေ
ရင်လည်း အဲဒီအခြင်းအရာများဖြင့်ပင် ရှုသိရမယ်တဲ့။ ဒါတွင်မက
သေးဘူး အကြင် အကြင် အခြင်းအရာဖြင့် ထိုထို အခြင်းအရာဖြင့်လို့
ဆိုတဲ့ စကားရပ်များက ကိုယ်တည်နေပုံကို အခြင်းအရာ ဟူသမျှကို
ထင်ရှားပြနေပါတယ်။ ဒါကြောင့်ထိုင်နေရင်း ခေါင်းငုံ့တဲ့ အခြင်း
အရာ၊ မော့တဲ့အခြင်းအရာ၊ ဝမ်းဗိုက်လှုပ်တဲ့အခြင်းအရာ စသည်တို့ဖြင့်
တည်နေပုံများကိုလည်း ရှုသိဖို့ ညွှန်ပြကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။
အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက (ကိုယ်အမူအရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိမည်)
လို့ ဆောင်ပုဒ် စီထားပါတယ်၊ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။
၁။ ကိုယ်အမူအရာ ဖြစ်တိုင်းမှာ မှန်စွာ သိရမည်။

မှတ်ချက်

ဣရိယာပထပဋ္ဌံ စတုသမ္ပဉေပဋ္ဌံ ဓာတုမနသိကာရ ပဇ္ဇန္တိ -
ဣရိယာပထပိုင်း စတုသမ္ပဉေပိုင်း ဓာတုမန သိကာရပိုင်းဟူကုန်သော၊
ဣမာနိ တိဏိ-ဤသုံးပိုင်းတို့ကို၊ ဝိပဿနာဝဿန - ဝိပဿနာအလိုအား
ဖြင့်၊ ဝါ - ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအဖြစ်ဖြင့်၊ ဝုတ္တာနိ - ဟောတော်မူအပ်
ကုန်၏။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ပထမတွဲ နှာ - ၂၃၂)

ဤဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဆိုအားဖြင့် “သွားတယ် ရပ်တယ် ထိုင်တယ်
လျောင်းတယ် ကျွေးတယ် ဆန့်တယ် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်၊ စသည်ဖြင့်

ကိုယ်အမူအရာ ဟူသမျှကို ရှုမှတ်ခြင်းသည် ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း ဖြစ်ကြောင်း၊ ထိုသို့ရှုမှတ်ခြင်းဖြင့် ဝိပဿနာဉာဏ် အစစ်ဖြစ်ကြောင်းများ” ထင်ရှားလှ ပါပေသည်။ ထို့ပြင် -

သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယ ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန္တိတာ ဟောတိ၊ ယာဝဒေဝ ဉာဏ ပတ္တာယ ပဋိသတိ မတ္တာယ၊ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ နစ ကိစ္ဆိ လောကေ ဥပါဒိယတိ ဟူသော သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော် စကားရပ်ဖြင့်လည်း “သွားတယ်၊ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ လျောင်းတယ်၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် ကိုယ်အမူအရာများကို ရှုမှတ်နေရင်း ထိုကိုယ်အမူအရာ ရုပ်အပေါင်း၏ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေပုံ စသည်ကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ထင်ရှားသိနေသူမှာ တစ်စုံတခုကို မစွဲမမှီဘဲ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် ဖြစ်ပွားနေကြောင်း” ထင်ရှားလှပါပေသည်။

ဤမှတ်ချက်ကို ဤအရာ၌ ဖော်ပြရခြင်းမှာ မလိုလားသူ ဉာဏ်မမီသူ အချို့က သွားတယ်၊ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်သည်ကို သမာဓိ ကမ္မဋ္ဌာန်းဟူ၍ ဟောပြောရေးသားကြောင်း ကြားသိရ၍ အမှန်ကို သိနားလည်ရအောင် ဖော်ပြရခြင်းဖြစ်သည်။

အားထုတ်ရန်အသင့်ပြင်ပုံ

တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အားထုတ်ခါစမှာ အများအားဖြင့်ထိုင်ပြီး အားထုတ်ကြရတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ပလ္လင်္က အာဘုဉ္ဇိတွာ တင်ပလ္လင်ခွေပြီးထိုင်ဖို့ ညွှန်ကြားထားပါတယ်။ တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်ပုံက (၃) မျိုးရှိတယ်။

၁။ ဘုရားဆင်းတုတော်များလို ထိုင်ပုံက တစ်မျိုး၊

၂။ ခြေသလုံးချင်း ယှဉ်၍ဖြစ်စေ၊ အချင်းချင်းတင်၍ဖြစ်စေ ထိုင်ပုံက တစ်မျိုး

၃။ မြန်မာအမျိုးသမီးများလိုပုဆစ်တုပ်၍ ထိုင်ပုံတစ်မျိုး၊

အဲဒီလို ထိုင်ပုံကို အမုပလ္လင်္က - ထက်ဝက်တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်တာလို့ မှတ်ယူကြရပါတယ်။ အဲဒီထိုင်ပုံ ၃ မျိုးထဲက ကြိုက်တဲ့ ထိုင်ပုံဖြင့် ထိုင်နိုင်ပါတယ်။ အမျိုးသမီးများလည်း အများရှေ့မှ မဟုတ်ရင်တော့ ကြိုက်သလိုထိုင်နိုင်တာပါပဲ။ လိုရင်းကတော့ ကြာရှည်စွာထိုင်ပြီး ရှုမှတ်နိုင်ဖို့က အရေးကြီးတာပါပဲ။ မလှုပ်မပြင်ဘဲ ကြာကြာထိုင်ပြီး ရှုမှတ်နေနိုင်ရင် သမာဓိ ဖြစ်လွယ်တတ်တယ်။ သမာဓိဖြစ်ရင် ဝိပဿနာဉာဏ်လည်း ဖြစ်တော့တာပဲ။ တတ်နိုင်ယင် ဈာန်သမာဓိရပြီးမှ ဝိပဿနာရှုတာက သာပြီး ဉာဏ်ဖြစ်လွယ်တာ ကောင်းတာပဲ။ ဝိပဿနာက စပြီးရှုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ သမာဓိရအောင်ကို တော်တော်ကြိုးစားရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကြာရှည်စွာထိုင်ပြီး ရှုဖို့က အရေးကြီးပါတယ်။

ယခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း တင်ပလ္လင်ခွေ ထိုင်ပြီးတော့ ကိုယ် အနေအထားကိုလည်း မြတ်စွာဘုရားက ညွှန်ကြားတော်မူပါသေးတယ်။ (ဥနံ ကာယံ ပဏီဓာယ) အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို မြှောင့်မတ်စွာ

ထားပါတဲ့ ကိုယ်ကို ကုန်းကုန်းကြီး လျောတော့တော့ကြီး ထားပြီး ထိုင်နေရင် ကာယိက ဝီရိယအားလျော့နေတာနဲ့ သမာဓိဉာဏ် မဖြစ် လွယ်ဘဲ ရှိတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို မတ်မတ် တောင့်တင်းစွာ ထားရမယ်။ ဒါမှ ရှုမှတ်လို့လည်း ကောင်းတတ်ပါ တယ်။ အဲဒီလို မတ်မတ်ထားပြီးတဲ့နောက် ပရိမုခံ သတိ ဥပဋ္ဌ ပေတွာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံဆီသို့ သတိကို ပို့ထားပါတဲ့။ အာနာပါနကို ရှုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင်တော့ နှာသီးဝက စောင့်ပြီး ရှုရမှာဖြစ်တဲ့အတွက် နှာသီးဝကို စိတ်သတိ ပို့ထားရုံပဲ၊ နှာသီးဝမှာ ဝင်လေ ထွက်လေ တိုက်တိုက်ပြီး ဝင်တိုင်း ထွက်တိုင်း မပြတ်ရှုနေရုံပါပဲ။

ကာယာနုပဿနာ ပွားပုံ

ဝိပဿနာရှုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ တစ်ကိုယ်လုံးမှာ ဘယ်နေရာ ကမဆို ထင်ရှားတဲ့ ရုပ်ကစပြီး ရှုနိုင်ပါတယ်။ နိသိန္နော ဝါ နိသိန္နောမှီတိ ပဇာနာတိ လို့ ဟောတော်မူတဲ့အတိုင်း တစ်ကိုယ်လုံး တောင့်ပြီး ထိုင်နေတဲ့ရုပ်ကို ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်လို့လည်း ရှုမှတ် နေနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့လို့ ထိုင်တာတစ်ခုတည်း ကြာရှည်စွာ ရှုမှတ် နေရင်တော့ ကြောင့်ကြတယ်မစိုက်ရတဲ့အတွက် ဝီရိယအားနည်း နေတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဘုန်းကြီးတို့က ဝမ်းဗိုက်ထဲက တောင့် တင်း လှုပ်ရှားတာကိုစပြီး ရှုမှတ်ဖို့ ညွှန်ကြားနေပါတယ်။ ဝမ်းဗိုက် ကားတက်လာတဲ့အခါ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်ဖို့၊ လျော့ကျသွားတဲ့အခါ ပိန်တယ်လို့ မှတ်ဖို့ ညွှန်ကြားနေပါတယ်။ အဲဒီ ညွှန်ကြားချက် အတိုင်းအားထုတ်တဲ့သူတွေမှာ မကြာခင်သမာဓိဖြစ်ပြီးတော့ ကျမ်းဂန် များနှင့်အညီ ဉာဏ်ထူး တရားထူးတွေကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ရ သိသွား ကြတာတွေ ရာထောင်မက များလှပါပြီ။

ဒါကြောင့် ဝမ်းဗိုက်မှာ စိတ်သတိကို ပို့ထားရမယ်။ အသက် ရှူသွင်းလိုက်တိုင်းဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းတက်လာတာကို တွေ့ရလိမ့်မယ်။ အဲဒါဟာ ဝမ်းဗိုက်ထဲက တောင့်တာ၊ တင်းတာ၊ တွန်းကန်တာ၊ လှုပ်ရှားတာဆိုတဲ့ ဝါယောဓာတ် ထင်ရှားပေါ်နေတာပဲ။ အသက် ရှူ ထုတ်လိုက်တိုင်း ဝမ်းဗိုက်က ပိန်ကျသွားတာကို တွေ့ရလိမ့်မယ်။ အဲဒါလည်း လျော့ကျတဲ့ လှုပ်ရှားတဲ့ ဝါယောဓာတ် ထင်ရှားတာပဲ။ ဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းတက်လာတာကို ဖောင်းတယ်လို့ ရှုမှတ်ရမယ်။ ပိန်ကျသွားတာကို ပိန်တယ်လို့ ရှုမှတ်ရမယ်။ ဒီလို အရပ်သုံးစကားနဲ့ ရှုမှတ်ပုံဟာ မြတ်စွာဘုရားက ဂစ္ဆာမီတီ ပဇာနာတီ သွားသည်ဟု သိ၏စသည်ဖြင့် ညွှန်ပြတော်မူတဲ့ နည်းအရပါပဲ။ အဲဒီမှာ သွားတယ် လို့ အရပ်သုံးစကားနဲ့ရှုခြင်းဖြင့် သွားချင်တဲ့စိတ်နှင့်တကွ တောင့်တင်း လှုပ်ရှားတဲ့ ဝါယောဓာတ်ကို သိကြောင်း အဋ္ဌကထာမှာ-

ဂစ္ဆာမီတီ စိတ္တံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ တံ ဝါယံ ဇနေတိ-သွားမယ် ကြတဲ့စိတ်က ရှေးဦးစွာဖြစ်တယ်။ အဲဒီစိတ်က လေရပ်ကို ဖြစ်စေ တယ်။ စသည်ဖြင့် ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီလို ဖွင့်ပြထားတဲ့ အတိုင်းပဲ ယခုရှုမှတ်နေကြတဲ့ ယောဂီတွေဟာ ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး သိကြရပါ တယ်။

ဒါကြောင့် ဝမ်းဗိုက်က ဖောင်းလာတဲ့အခါ ဖောင်းတယ်လို့ မှတ်၊ ပိန်ကျသွားတဲ့အခါ ပိန်တယ်လို့မှတ်၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ဆိုတာကတော့ ပါးစပ်က ဆိုဖို့ မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်အသိကလေးနဲ့ မှတ်ဖို့ပါပဲ။ အမည်တွေ အဆိုတွေက လိုရင်းမဟုတ်ပါဘူး။ တကယ် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ သဘောကို သိဖို့က လိုရင်းပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဖောင်း တယ်လို့ မှတ်တဲ့အခါ ဖောင်းစမှ ဖောင်းဆုံးတိုင်အောင် အစဉ်မပြတ် သိလိုက်သွားရမယ်။ ပိန်တယ်လို့ မှတ်တဲ့အခါမှာလည်းပိန်စမှ ပိန်ဆုံး

တိုင်အောင် အစဉ်မပြတ် သိလိုက်သွားရမယ်။ သမာဓိ အားကောင်းတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီလို မှတ်နေရင်း တောင့်တင်းတာ တွန်းကန်တာ လျော့ကျတာ လှုပ်ရှားတွေကို သူ့အလိုလို ထင်ရှားသိလာပါလိမ့်မယ်။ ငြိမ်ပြီး ထိုင်နေတဲ့အခါဆိုရင် အဲဒီဖောင်းတာနဲ့ ပိန်တာက အထင်ရှား ဆုံးပဲ။ ဒါကြောင့် ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်လို့ အဲဒါ ၂ ခုကိုပဲ မပြတ် မှတ်နေရမယ်။ ဖောင်းတာဆုံးရင် ပိန်တာပဲ၊ ပိန်တာဆုံးတော့လည်း ဖောင်းတာပဲ၊ နားနေဖို့ အချိန်မရှိဘူး၊ မပြတ်မှတ်နေရမယ်။

ခေါင်းငုံ့ရင် ငုံ့တယ်၊ ငုံ့တယ်လို့မှတ်၊ မော့ရင်လည်း မော့တယ်၊ မော့တယ်လို့မှတ်၊ လက်တွေ ခြေတွေ လှုပ်ရှားပြုပြင်ရင် အဲဒါတွေလည်း ရွှေ့တယ်၊ ပြင်တယ်၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ် စသည်ဖြင့် သူဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အတိုင်း မှတ်ရမယ်။ ထိုင်ရာမှ ထရင် ထတယ်လို့မှတ်၊ ပေါ့ပေါ့ပြီး ကြွကြွတက်လာတာကို မပြတ်သိပြီး လိုက်သွားရမယ်။ ရပ်မိတော့ ရပ်တယ်၊ ရပ်တယ်လို့မှတ်၊ ကိုယ်ထဲက တောင့်တင်းတဲ့ ဝါယောရုပ်တွေ သိရတာပါပဲ။ ရပ်ရာမှ သွားရင် သွားတယ်၊ သွားတယ်လို့မှတ်၊ ဒီလိုမဟုတ်ရင်လည်း ညာလှမ်းတယ်၊ ဘယ်လှမ်းတယ်လို့မှတ်၊ ခြေကြွစမှ ခြေလှမ်းအဆုံးအထိ မပြတ် သိသိပြီး လိုက်သွားရမယ်။ ရှုမှတ်ပုံ အချိုးကျလာတဲ့အခါကျတော့ ခြေတစ်လှမ်း တစ်လှမ်းမှာ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်လို့ သုံးချက် သုံးချက်မှတ်ရမယ်။ သမာဓိအားကောင်းလာတဲ့ အခါကျတော့ ကြွ တာနဲ့ မှတ်သိတာ၊ လှမ်းတာနဲ့ မှတ်သိတာ၊ ချတာနဲ့ မှတ်သိတာ ၂ ခု ၂ ခု ကွဲပြားပြီး ထင်ရှားသိရတယ်။ အဲဒါဟာ ရုပ်နဲ့နာမ်ကို ပိုင်းခြားပြီး သိတာပဲ။

အဲဒါထက် သမာဓိဉာဏ်အား ကောင်းလာတဲ့အခါကျတော့ သွားချင်၊ လှုပ်ချင်တဲ့ စိတ်ကိုပါ သိသိသွားတယ်၊ ခုတင်က ရွတ်ဆို

ပြခဲ့တဲ့ ဂစ္ဆာမိတိ စိတ္တံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ တံ ဝါယံ ဇေနတိ စသော အဋ္ဌကထာနှင့်အညီ သိတာပါပဲ။ အဲဒါဟာ စာတွေ့မဟုတ်ဘူး၊ ရှုမှတ်နေရင်း ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး သိသိသွားတာပဲ။ ပကတိ လူတွေက တော့ အဲဒီလို မသိနိုင်ဘူး။ မယုံရင် စမ်းကြည့်ပါ။ လက်ညှိုးကလေး လှုပ်ကြည့်ပါ။ လှုပ်ချင်တဲ့စိတ်ကလေးကို တွေ့ကြရဲ့လား၊ လှုပ်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေး ရှိကြောင်းကိုတော့ သိကြမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီစိတ်ကလေး ဟာ ဘယ်အချိန် ဘယ်လို ဖြစ်သွားတယ်ဆိုတာကိုတော့ မသိကြဘူး။ ခေါင်းကို ငုံ့ကြည့် မော့ကြည့် လှုပ်ချင်တဲ့စိတ်ရှိလို့ လှုပ်တယ်ဆိုတာ ကိုတော့ သိကြမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ လှုပ်ချင်တဲ့စိတ်ကလေး ဘယ်အချိန် ဘယ်လိုဖြစ်သွားတယ် ဆိုတာကိုတော့ မသိကြဘူး။ အမြဲမပြတ် ရှုမှတ် နေတဲ့ ယောဂီကတော့ လှုပ်ရှားပြုပြင်တဲ့အခါ ပြုပြင်ချင်တဲ့ စိတ် ကလေးကစပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတာကို သေသေချာချာ သိရတယ်။ ဒါ ကြောင့် “သွားချင်တဲ့စိတ်ကလေးကစပြီး ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒီစိတ် ကြောင့် တောင့်တင်းလှုပ်ရှားမှု (ဝါယောရုပ်) ဖြစ်လာတယ်” ဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် တွေ့ပြီးသိရတယ်။ နောက်ပြီးတော့ အဲဒီလှုပ်ရှားတဲ့ ဝါယောရုပ်က တစ်ကိုယ်လုံးမှာ ပျံ့နှံ့ပြီး သူ ဦးတမ်းမိရာဘက်သို့ တွန်းတွန်းပြီး ပို့တဲ့အတွက် ရှေ့သို့သွားခြင်း နောက်သို့ဆုတ်ခြင်း စသည် ဖြစ်ရတယ်လို့လည်း သိသိသွားတယ်။ အဲဒီထက် သမာဓိ ဉာဏ်အား ကောင်းလာတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီ တွန်းဆောင် လှုပ်ရှားမှု ကလေးတွေဟာ တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ မရောက်ဘဲ ပျောက် ပျောက် သွားတာကိုလည်း တွေ့ရတယ်။ ဒါကြောင့် မမြဲတာချည်းပဲ။ သွားတတ်တဲ့ ငါကောင် အတ္တကောင်ရယ်လို့လည်း မရှိဘူး။ သွားချင် တဲ့စိတ် လှုပ်ချင်တဲ့စိတ်ကြောင့် တရွေ့ချင်းရွေ့ရွေ့သွားတဲ့ သဘော

တရားမျှပဲလို့ ဒီလိုလည်း ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သဘောကျပြီး သိသိ သွားတယ်။

ဒီဉာဏ်မရောက်သေးခင်ကတော့ ယခု သာမန်လူတွေ လိုပါပဲ၊ ငါသွားချင်လို့၊ ငါသွားတယ်၊ ငါရပ်ချင်လို့၊ ငါရပ်တယ်၊ ငါထိုင်ချင်လို့၊ ငါထိုင်တယ်၊ ငါကွေးချင်လို့၊ ငါကွေးတယ်၊ ငါဆန့် ချင်လို့၊ ငါဆန့်တယ်၊ သွားချင်တာလည်းငါပဲ၊ သွားတာလည်းငါပဲ၊ ရပ်ချင်တာလည်းငါ၊ ရပ်တာလည်းငါပဲ၊ ထိုင်ချင်တာလည်းငါ၊ ထိုင်တာလည်းငါပဲ၊ ကွေးချင် ဆန့်ချင်တာလည်း ငါ၊ ကွေးတာ ဆန့်တာလည်း ငါပဲလို့ ငါတစ်ယောက်တည်းအနေနဲ့လည်း ထင်မှတ် နေခဲ့တယ်၊ မြဲတည်နေတယ်လို့လည်း ထင်မှတ်နေခဲ့တယ်။ ဖြစ်ပေါ် လာသမျှ ကိုယ်အမူအရာတွေကို မပြတ်လိုက်ပြီး ရှုမှတ်လို့ ဒီဉာဏ် ရောက်လာတဲ့အခါကျတော့ သွားချင်တဲ့စိတ်နဲ့ သွားရပ်စသည်တွေကို ရှုမှတ်နေရင်း၊ သူ့အခိုက်အတန့်နဲ့သူ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေတာတွေကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် တွေ့ပြီး ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိသိသွားတယ်။

သန္နိဋ္ဌိကတရား

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက မိမိ၏တရားတော်ကို သန္နိဋ္ဌိက ဂုဏ်နဲ့ ပြည့်စုံတယ်လို့ ဟောတော်မူတာပါပဲ။ သန္နိဋ္ဌိကော - ကျင့်ကြံ အားထုတ်က မုချကိုယ်တိုင် သိမြင်နိုင်သော တရားတော်မြတ် ပါပေ တည်းတဲ့။ ဘုန်းကြီးတို့က ကိုယ်တိုင်ကျင့်ရင် ကိုယ်တိုင် တွေ့သိနိုင်တဲ့ အဲဒီတရားကို ဟောနေပါတယ်။ ဟောတာကတော့ ကျင့်နည်းကို သိရုံလောက်သာ ဟောပြောပါတယ်။ အဲဒီတရားကို ယုံကြည်ပြီး အား

ထုတ်ကြတဲ့ သူတွေမှာ ရုပ်နာမ် ၂ ပါးမျှသာ ရှိတယ်။ မမြဲတဲ့တရား၊ ဆင်းရဲတရား၊ အနတ္တတရားချည်းပဲဆိုတာ သူတို့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ပင် တွေ့ပြီးသိသိသွားကြပါတယ်။ အဲဒီလို သိသိသွားတော့ သန္နိဋ္ဌိကော - ကျင့်ကြံအားထုတ်က မုချကိုယ်တိုင် သိမြင်နိုင်တဲ့ တရားတော်ပဲ ဆိုတာ ထင်ရှားပေါ်သွားတာပေါ့။ အဲဒီ သန္နိဋ္ဌိက တရားဂုဏ်ကို လိုက်ဆိုကြရမယ်။

သန္နိဋ္ဌိကော - ကျင့်ကြံအားထုတ်က မုချကိုယ်တိုင် သိမြင်နိုင် သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

ကျင့်ကြံအားထုတ်ရင် ကိုယ်တိုင်တွေ့တယ်။ မကျင့်ရင်တော့ မတွေ့ဘူး။ မကျင့်လို့ မတွေ့တာကတော့ ဘယ်တတ်နိုင်မလဲ၊ ကျင့်မှ တွေ့မှာပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့၏ ရိပ်သာတွေမှာ လာပြီးအားထုတ်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဆရာသမားတွေက ညွှန်ပြတဲ့အတိုင်း အချိုးကျကျ အားထုတ်ရင် သူတို့ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး သိကြတာပဲ။ ရိပ်သာလာပြီး အားထုတ်တယ်ဆိုပေမယ်လို့ အချိုးတကျ အားမထုတ်ရင်တော့ တရား မှန်ကို မတွေ့ကြပါဘူး။ တချို့က ကျကျနန အားမထုတ်ဘဲနဲ့ သူတို့ ကိုယ်တိုင် ထူးထူးခြားခြားမတွေ့ရတာနဲ့ သူများတွေလည်း သူတို့လိုပဲ လို့ အထင်လွဲပြီး မပြောသင့်တာကို ပြောတဲ့သူလည်း တစ်ဦးတလေ တော့ရှိတယ်။ အဲဒါဟာ ကျကျနန အားမထုတ်လို့ သူတို့ မတွေ့ရ တာပဲ။ အဲဒီလို ကျကျနန အားမထုတ်လို့ မတွေ့တာတော့ ဘယ်နှယ် မှ မတတ်နိုင်ဘူး။

မြတ်စွာဘုရားကတောင်မှ “အာတပ္ပံ သမ္မပ္ပဓာန်လုံ့လဖြင့် ပြုအပ်သောရှုမှုကို၊ တုဗ္ဗေဟိ - သင်တို့သည်၊ ကိစ္ဆံ - ပြုအပ်၏ ပြုရ မည်။ တထာဂတာ - ငါဘုရားတို့သည်၊ အက္ခာတာရော - ဟောရုံသာ

ဟောပြနိုင်ကြပါသည်။ ဈာယီနော-ရှုကုန်လျက်၊ ပဋိပဋ္ဌာ-ကျင့်သူ တို့သည်၊ မာရဗန္ဓနာ-ကိလေသမာရ်၏ နောင်ဖွဲ့ရာ သံသရာ နောင်အိမ်မှ၊ မောက္ခန္တိ-လွတ်ကြလိမ့်မည်” လို့ ဒီလို ဟောကြားတော် မူသေးတာပဲ။ ကျင့်တဲ့သူတွေ ကိုယ်တိုင်တွေ့သိပြီး သံသရာမှ လွတ် မြောက်ကြမယ်၊ မကျင့်တဲ့ သူတွေတော့ ကိုယ်တိုင်တွေ့အောင် လွတ် မြောက်အောင် ဘုရားကိုယ်တော်တိုင်လည်း မတတ်နိုင်ပါဘူးတဲ့။ “ကိုယ်အမူအရာ ဖြစ်တိုင်းမှာ မှန်စွာသိရမည်” ဆိုတဲ့ ဆောင်ပုဒ်အရ ကာယာနုပဿနာပွားပုံ အကြောင်းကတော့ တော်တော်ပြည့်စုံသွား ပါပြီ။ ဝေဒနာရှုပုံကိုတော့ နောက်မှ ပြောရမယ်၊ ယခု ကိုယ်အမူအရာ နဲ့ နီးစပ်တဲ့ စိတ်အမူအရာ ရှုပုံကို ပြောရမယ်။

စိတ္တာနုပဿနာပွားပုံ

မောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ် စသည်ဖြင့် ကိုယ် အမူအရာတွေကို ရှုမှတ်နေရင်း တခြားကို ထွက်ထွက်သွားတဲ့ စိတ်ကူးတွေကလည်း ဖြစ်တတ်သေးတယ်၊ သူ့ကို မဖြစ်ပါစေနဲ့လို့ တားမထားနိုင်ဘူး။ လူက ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းထဲဝင်ပြီး ရှုမှတ်နေပေ မယ်လို့ စိတ်ကတော့ အရပ်ထဲလျှောက်ပြီး ဟိုလူနဲ့တွေ့လိုက်၊ ဒီလူ တွေနဲ့ တွေ့လိုက်နဲ့ ဖြစ်ချင်တိုင်း ဖြစ်နေတတ်တယ်။ အဲဒီလို စိတ်ကူး ဖြစ်ပေါ်လာရင် အဲဒီစိတ်ကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ရှုမှတ်ရတယ်။ ကြံရင် ကြံတယ်လို့မှတ်၊ သွားရင် သွားတယ်လို့မှတ်၊ တစ်နေရာ ရာကို ရောက်တယ်ထင်ရင် ရောက်တယ်လို့မှတ်၊ လူတစ်ယောက် ယောက်နဲ့တွေ့တယ်ထင်ရင် တွေ့တယ်လို့မှတ်၊ လိုချင်ရင် လိုချင်

တယ်လို့မှတ်၊ စိတ်ဆိုးရင် စိတ်ဆိုးတယ်လို့မှတ်၊ စိတ်ကူးဖြစ်ပေါ်လာ
 တဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ရုံပါပဲ။ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေရင် စိတ်အမူအရာသဘော
 ကို အမှန်အတိုင်း သိတော့တာပဲ။ ရှုမှတ်ခါစမှာတော့ စိတ်ကူးတွေ
 ဟိုရောက် ဒီရောက်နဲ့ဖြစ်နေတာကို မသိဘဲ ရှိနေတတ်တယ်။ စိတ်ကူး
 တွေ တော်တော်များများ ပြီးနေမှ သိတာလည်းရှိတတ်တယ်။ အဲဒီလို
 သိတဲ့အခါမှာ အဲဒီစိတ်ကို ရှုမှတ်ရတာပဲ။ ရှုမှတ်လိုက်ရင် သူက
 ဆက်မဖြစ်တော့ဘဲချက်ချင်း ရပ်သွားတတ်တယ်။ အဲဒီအခါ ဖောင်း
 တာ၊ ပိန်တာကို ပြန်မှတ်သွားရုံပဲ။ သတိ သမာဓိ အားရှိလာတဲ့အခါ
 ကျတော့ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်လို့ မှတ်နေရင်း စိတ်ကူးဖြစ်လာရင်
 ချက်ချင်းပဲသိပြီး မှတ်နိုင်ပါတယ်။ နောက်ကျတော့ တခြားကို သွား
 မယ်လို့ စိတ်ဦးကလေး ဖြစ်လိုက်ကတည်းက အဲဒီစိတ်ဦးကလေးကို
 ရှုမှတ်လိုက်တာနဲ့ တခြားသွားမယ့်စိတ်ကူးဟာ မဖြစ်ရတော့ဘဲ ပြတ်စဲ
 သွားပါတယ်။ အဲဒီအခါ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာကိုပဲ ပြန်ပြီး မှတ်မြဲမှတ်
 နေရတယ်။ အဲဒီလို စိတ်အမူအရာ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းကို လိုက်ပြီး
 ရှုမှတ်တာက စိတ္တာနုပဿနာပဲ။ ဒါကြောင့် “စိတ်အမူအရာ ဖြစ်တိုင်း
 မှာ မှန်စွာသိရမည်”လို့ ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်၊ အဲဒါကိုဆိုကြရမယ်။

၂။ စိတ်အမူအရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်။

သတိပဋ္ဌာနသုတ် ပါဠိတော်မှာတော့ သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ -
 တပ်မက်မှုနှင့်တကွဖြစ်သော စိတ်ကိုမူလည်း၊ သရာဂံ စိတ္တန္တံ -
 တပ်မက်မှုနှင့်တကွဖြစ်သော စိတ်ဟူ၍၊ ပဇာနာတိ - သိ၏၊ စသည်ဖြင့်
 ဟောတော်မူပါတယ်။ တပ်မက်တဲ့ စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ မတပ်
 မက်တဲ့ စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ ဒေါသစိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊

ဒေါသကင်းတဲ့ စိတ်ကိုလည်းသိရမယ်၊ မောဟစိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ မောဟကင်းတဲ့စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ တွန့်ဆုတ်ပျင်းရိတဲ့ စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ မဟဂ္ဂုတ် ဈာန်စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ ဈာန်မဟုတ်တဲ့ စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ (ဒီစိတ် ၂ မျိုး သိပုံကတော့ ဈာန်ရပုဂ္ဂိုလ်များ အတွက်သာ ဖြစ်တယ်) သဥတ္တရခေါ် အောက်တန်းစိတ်၊ အနုတ္တရခေါ် အထက်တန်း စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ (ဒီစိတ် ၂ မျိုးကလည်း ဈာန်ရသူအများအတွက်သာ ဖြစ်တယ်) တည်ကြည်တဲ့စိတ်၊ မတည်ကြည်တဲ့ စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်၊ ရှုမိ၍ ကိလေသာမှ လွတ်တဲ့စိတ်၊ မရှုမိ၍ မလွတ်တဲ့ စိတ်ကိုလည်း သိရမယ်လို့ စိတ် ၁၆ မျိုးဖြင့် ဝေဖန်ပြီး ဟောထားတာပါပဲ။ ယခု ဝေဒနာနုပဿနာပွားပုံ ဟောရမယ်။

ဝေဒနာနုပဿနာပွားပုံ

ထိုင်ပြီးရှုမှတ်နေတာ ကြာလာတော့ ကိုယ်ထဲက ညောင်းတာ၊ နာတာ အစရှိတဲ့ မခံသာတဲ့ ခံစားမှုဝေဒနာတွေ ပေါ်လာတတ်တယ်။ အဲဒီအခါ အဲဒီထင်ရှားပေါ်လာတဲ့ ဝေဒနာကို ရှုမှတ်ရတယ်၊ ညောင်းရင် ညောင်းတဲ့နေရာကို သတိပဋ္ဌာန်ဖြင့်ပဲ သေသေချာချာ စူးစိုက်ပြီးတော့ ညောင်းတယ် ညောင်းတယ်လို့မှတ်ရတယ်။ ပူရင်လည်း ပူတယ် ပူတယ်လို့မှတ်ရတယ်၊ နာရင်လည်း နာတယ် နာတယ်လို့ မှတ်ရတယ်၊ ဒီပြင် ယားတာစသည်တွေလည်း ယားတယ် ယားတယ် စသည်ဖြင့် သူဖြစ်ပေါ်နေတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ရတာပါပဲ။ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေတော့ ညောင်းတာ ပူတာစသည်တွေက တိုးတိုးပြီး တော့လည်း ဖြစ်လာတတ်တယ်၊ အဲဒီတော့ ပြုပြင်ချင်တဲ့ စိတ်ကူး

လည်း ဖြစ်လာတတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ရုတ်တရက် မပြုပြင်ရသေးဘူး။ အဲဒီစိတ်ကို ပြင်ချင်တယ်လို့ ရှုမှတ်ပြီး ညောင်းတာစသည်ကို သာ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေရတယ်။ အဲဒီလို သည်းခံတာကို ခန္တိသံဝရ လို့ခေါ်တယ်။ (သည်းခံရင် နိဗ္ဗာန်ရောက်တယ်) ဆိုတဲ့ မြန်မာစကားပုံဟာ ဘာဝနာအလုပ်နဲ့ စပ်ပြီး အလွန်အသုံးကျပါတယ်။ သည်းခံပြီး ရှုမှသာ သမာဓိဖြစ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ် မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်များ ဖြစ်နိုင်တယ်။ နိဗ္ဗာန်သို့လည်း ရောက်နိုင်တယ်။ သည်းမခံဘဲနဲ့ ခဏခဏ ပြုပြင် ပြုပြင်နေရင်တော့ သမာဓိဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်းပါတယ်။ သမာဓိမဖြစ်ရင် ဝိပဿနာဉာဏ်လည်း မဖြစ်နိုင်ဘူး။ အဲဒီတော့ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကိုလည်း မရောက်နိုင်ဘူးပေါ့။

ဒါကြောင့် သည်းခံနိုင်သမျှ သည်းခံပြီး ဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုမှတ်ရတယ်။ အမှတ်သတိ သမာဓိ ဉာဏ်အားရှိလာတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီအခဲခက်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာဟာ ယူပစ်လိုက်သလိုလည်း ပျောက်ကင်း သွားတတ်ပါတယ်။ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ဆေးဆရာတွေက “ပျောက်ကင်းအောင် မကုနိုင်တော့ဘူး၊ သေဖို့သာ ရှိတော့တယ်” ဆိုတဲ့အနေဖြင့် စွန့်လွှတ်ထားတဲ့ ရောဂါဆိုးကြီးတွေတောင် ဝိပဿနာရှုနေရင်း ပျောက်သွားဖူးတာတွေ တော်တော်များများ ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒုက္ခဝေဒနာကို သည်းခံနိုင်သမျှ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေရတယ်။ သည်းမခံနိုင်လောက်အောင် ပြင်းထန်လွန်း အားကြီးလာရင်တော့ ပြုပြင်ရပါတယ်။ အဲဒီလို ပြုပြင်တဲ့အခါလည်း ပြုပြင်ချင်တဲ့ စိတ်ကို ရှုမှတ်ပြီးတော့ ပြုပြင်တဲ့ ကိုယ်အမူအရာတွေကိုလည်း စေ့စေ့စပ်စပ် မပြတ်လိုက်ပြီး ရှုမှတ်ရတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ပြီးတဲ့အခါ ကျတော့ ဖောင်းတာ ပိန်တာကိုပဲ ပြန်ပြီး ရှုမှတ်နေရတယ်။

စိတ်ထဲက စိတ်ဆင်းရဲမှု စိတ်ပူမှုစသည်တွေကိုလည်း ပျောက်သွားသည်တိုင်အောင် ရှုမှတ်ရတယ်။ နောက်ပြီးတော့ ကိုယ်ထဲက အတွေ့ကောင်းနဲ့တွေ့ထိပြီး ကောင်းတဲ့ ခံစားမှုကိုလည်း ထင်ရှားပေါ်လာရင် ရှုမှတ်ရတယ်။ စိတ်ထဲက ဝမ်းသာရွှင်လန်းမှု သုခကိုလည်း ရှုမှတ်ရတယ်။ မကောင်းမဆိုး အလယ်အလတ် ခံစားမှုကိုလည်း ထင်ရှားပေါ်တဲ့အခါ ရှုမှတ်ရတယ်။ ဒီအလယ်အလတ် ခံစားမှု ဥပေက္ခာဝေဒနာကတော့ ထင်ပေါ်ခဲ့ပါတယ်။ ဉာဏ်အထူးရင့်သန်တဲ့ အခါကျမှ ပေါ်တတ်ပါတယ်။ အဲဒီဝေဒနာသုံးပါးထဲက ပေါ်ရာပေါ်ရာ ရှုမှတ်ရတယ် ဆိုတာကို “ကောင်း ဆိုး လတ်ပါ၊ ဝေဒနာ၊ ပေါ်တာ သိရမည်”လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို သိကြရမယ်။

၃။ ကောင်း ဆိုး လတ်ပါ၊ ဝေဒနာ၊ ပေါ်တာသိရမည်။

အဲဒီမှာ ကောင်းတယ်ဆိုတာ သုခဝေဒနာပဲ၊ မကောင်းဘူးဆိုတာ ဒုက္ခဝေဒနာပဲ၊ အလယ်အလတ်ဆိုတာ ဥပေက္ခာဝေဒနာပဲ။ အဲဒီဝေဒနာသုံးပါးက တစ်ပါးချင်းသာ ဖြစ်ပေါ်တယ်။ ဒါကြောင့် ပေါ်တာကို ရှုမှတ်ပြီး သိရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။ ဝေဒနာနုပဿနာ ပွားပုံကတော့ ဒါလောက်ဆိုရင် နားလည်လောက်ပါပြီ။ ယခု ဓမ္မာနုပဿနာပွားပုံကို ဟောရမယ်။

ဓမ္မာနုပဿနာပွားပုံ

ကိုယ်အမှုအရာ အနေအားဖြင့်လည်း မဟုတ်၊ စိတ်အမှုအရာ အနေအားဖြင့်လည်းမဟုတ်၊ ဝေဒနာအနေအားဖြင့်လည်း မဟုတ်ဘဲ ထင်ပေါ်လာတာကို သဘောတရား(ဓမ္မ)လို့ဆိုရမယ်။ ဘယ်လိုဟာလဲ

ဆိုတော့ မြင်ကာမျှ ကြားကာမျှ စသည်တွေပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်လို့ရှုမှတ်နေရင်း မြင်ယင် မြင်တယ်လို့မှတ်၊ ကြားယင် ကြားတယ်လို့မှတ်၊ နံယင် နံတယ်လို့မှတ်၊ စားနေရင်း အရသာသိယင် သိတတ်လို့မှတ်၊ တွေ့ထိယင် ထိတယ်လို့မှတ်၊ ကြံယင် ကြံတယ်လို့မှတ်၊ အဲဒီလို ရှုမှတ်ပြီး သိတာဟာ “စက္ခုဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ရူပေ စ ပဇာနာတိ” စသည်ဖြင့် ပြဆိုထားတဲ့ အာယတနဓမ္မာနုပဿနာ အဖွင့်နဲ့အညီပါပဲ။

နောက်ပြီးတော့ လိုချင်ယင် လိုချင်တယ်လို့မှတ်၊ နှစ်သက်ယင် နှစ်သက်တယ်လို့မှတ်၊ ဒါက ကာမစ္ဆန္တရှုမှတ်ပုံ အကျဉ်းချုပ်ပဲ။ စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုးတဲ့ ပြစ်မှားတဲ့ ဗျာပါဒဖြစ်ယင်လည်း စိတ်ပျက်တယ် စသည်ဖြင့်မှတ်၊ ပျင်းရိတဲ့ ထိနမိဒ္ဓဖြစ်ယင်လည်း ပျင်းတယ်စသည်ဖြင့်မှတ်၊ စိတ်ပျံ့လွင့်တဲ့ ဥဒ္ဓစ္စ စိတ်ပူပန်တဲ့ ကုက္ကုစ္စ ဖြစ်ယင် ပျံ့လွင့်တယ်၊ ပူပန်တယ်လို့မှတ်၊ ဘုရားတရားနဲ့ စပ်ပြီး ယုံမှားရင် ယုံမှားတယ်လို့ မှတ်၊ အဲဒီ ယုံမှားကိုတော့ စူးစမ်းဆင်ခြင်တဲ့ ဉာဏ်လို့လည်း ထင်နေတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရင်း တရားနည်းလမ်းနဲ့စပ်ပြီး ဆင်ခြင်ယင် ဆင်ခြင်တယ်လို့မှတ်၊ အဲဒီလို မှတ်တာတွေဟာ “သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္တံ အတ္ထိ ဓမ္မ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္ဒောတိ ပဇာနာတိ” စသည်ဖြင့် ပြဆိုထားတဲ့ နိဝရဏဓမ္မာနုပဿနာအဖွင့်နှင့် အညီပါပဲ။

ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရင်း မြင်မှု၊ ကြားမှု စသည် လိုချင်နှစ်သက်မှုစသည် သဘောတရားများ ထင်ပေါ်လာရင် အဲဒီ ထင်ပေါ်လာတဲ့ သဘောတရားကို ရှုမှတ်ပြီး သိရမယ်၊ အဲဒါကို “သဘောတရား ထင်ပေါ်ငြား၊ ပိုင်းခြားသိရမည်” လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်၊ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၄။ သဘောတရား၊ ထင်ပေါ်ငြား၊ ပိုင်းခြားသိရမည်။

အဲဒီတော့ မသိစရာ ဘာမျှမရှိတော့ဘူး။ ကိုယ်ထဲမှာ ပေါ်လာသမျှ အကုန်လုံး သိရမှာချည်းပဲ။ ယခုပြောလာခဲ့တာဟာ အဲဒီသိစရာတွေ အကုန်စုံလင်သွားပါပြီ။ ကိုယ်အမူအရာတွေကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း မှတ်ပါ။ စိတ်အမူအရာတွေကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းမှတ်ပါ။ ဝေဒနာတွေကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းမှတ်ပါ။ သဘောတရားတွေ ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်း မှတ်ပါတဲ့။ အဲဒါဟာ သတိပဋ္ဌာန် လေးပါး ပွားများပုံ အကုန်ပါပဲ။ ဘုန်းကြီးတို့၏ တပည့်ယောဂီတွေ ရှုမှတ်ပြီး သိနေတာဟာ အဲဒါတွေ အကုန်လုံးပါပဲ။

တချို့က ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာလေး နှစ်ခုတည်းကိုသာ မှတ်နေကယ်လို့ ထင်မှတ် ပြောဆို ကဲ့ရဲ့နေကြတယ်။ အဲဒီလို မဟုတ်ပါဘူး။ ဖောင်းတာ ပိန်တာကို အရင်းခံထားပြီး ပေါ်လာသမျှကို အကုန်လုံး ရှုမှတ်ရတာချည်းပါပဲ။ ဘင်္ဂဉာဏ်စသည် ရောက်တဲ့အခါ ကျတော့ ဘယ်ဟာကိုမှ အရင်းခံမထားဘဲ ပေါ်လာသမျှ ကိုယ်စိတ်အမူအရာ ဝေဒနာ သဘောတရားဟူသမျှကို ထင်ပေါ်စဉ်အတိုင်း ဖြန့်ပြီး အကုန်လုံးကို ရှုမှတ်ဖို့ ရာလည်း ညွှန်ကြားထားပါတယ်။

နာမ်နှင့်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားသိပုံ

ဒါပေမဲ့ စပြီးရှုမှတ်ခါစမှာတော့ စိတ်တွေက ဟိုပြေးဒီပြေးနဲ့ မငြိမ်သက်ဘူး။ အဲဒါတွေကို နိဝရဏစိတ်လို့ ခေါ်တယ်။ သမာဓိဉာဏ် ဖြစ်ခွင့်မရအောင် တားမြစ်တတ်တဲ့ စိတ်တွေလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သူတို့ကို ပေါ်လာတိုင်း ပေါ်လာတိုင်း ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရတယ်။ အဲဒီလို ပယ်လို့ သတိ သမာဓိ အားကောင်းလာတဲ့အခါကျတော့

ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ပိုင်းခြားသိပုံ

၈၁

အဲဒီလို ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ် မရှိတော့ဘူး။ မှတ်စိတ်ချည်း မပြတ်ဖြစ်နေတယ်။ ရှေ့စိတ်ကလည်း မှတ်စိတ်၊ နောက်စိတ်ကလည်း မှတ်စိတ်၊ သူ့နောက်စိတ်ကလည်း မှတ်စိတ်၊ ဒီပုံ ဒီနည်းဖြင့် မှတ်စိတ်ချည်း စင်ကြယ်နေတယ်။ အဲဒါကို စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ - စိတ်စင်ကြယ်ခြင်းလို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ စိတ်စင်ကြယ်တဲ့အချိန်ကစပြီးတော့ မှတ်သိရတာက တခြား မှတ်သိတာကတခြား ကွဲပြားပြီးထင်တယ်၊ ဒီအရင် စောစောပိုင်းကဆိုရင် မှတ်သိရတဲ့ ကိုယ်နဲ့ မှတ်သိတဲ့စိတ်ကို တစ်ယောက်တည်းလို့ ထင်လာခဲ့တယ်။ ယခုတော့ အဲဒီလို မထင်တော့ဘူး၊ ၂ ခု၊ ၂ ခု ကွဲပြားပြီး ထင်ပေါ်နေတယ်။ မောင်းတာ၊ ပိန်တာစတဲ့ မှတ်သိစရာ ကိုယ်ရပ်က တခြား မောင်းတယ် ပိန်တယ် စသဖြင့် မှတ်သိတဲ့ စိတ်ကတခြား၊ ၂ ခု၊ ၂ ခု ခွဲခြားပြီး သိလာတယ်။ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်၊ လှုပ်တယ်၊ ပြင်တယ်၊ ရပ်တယ်၊ သွားတယ်၊ ကြွေတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ရာများမှာလည်း သိစရာရပ်နဲ့ သိတဲ့စိတ်ဟာ တခြားစီ ကွဲနေတာပဲ။ ရောစပ်ကြည့်လို့ တောင် မဖြစ်ဘူး။ အဲဒါဟာ ရုပ်နဲ့နာမ်ကို ပိုင်းခြားသိတဲ့ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ပဲ။ အဲဒီလို ရုပ်ကိုယ်ကတစ်ခြား၊ သိတာကတစ်ခြားလို့ ကွဲပြားပြီး ထင်တဲ့အခါ သိတဲ့အခါမှာ မူလက တစ်ယောက်တည်းတစ်ကိုယ်တည်းလို့ ထင်ခဲ့တဲ့ အတ္တဒိဋ္ဌိဟာ ကင်းကွာသွားတယ်၊ အဲဒီလို အတ္တဒိဋ္ဌိ ကင်းပြီး အသိရှင်းသွားတာကို ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ခေါ်တာပဲ။

အကြောင်းအကျိုးကို ပိုင်းခြားသိပုံ

ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ထိုင်တယ်စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရင်း ညောင်းတာ ပူတာ နာတာ စသည် ပေါ်လာရင် အဲဒါကိုလည်း ရှုမှတ်ရတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေရင်း ပြုပြင်ချင်တာ၊ ကွေးချင်တာ ဆန့်ချင်တာ ပေါ်လာတော့ အဲဒါကိုလည်း ရှုမှတ်ရတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ပြီးမှ ပြုပြင်တာ ကွေးတာ ဆန့်တာကိုလိုက်ပြီး ရှုမှတ်ရမယ်။ အဲဒီတော့ ပြုပြင်ချင်လို့ ပြုပြင်တယ်။ ကွေးချင်လို့ ကွေးတယ်။ ဆန့်ချင်လို့ ဆန့်တယ်။ ပြုပြင်ချင် ကွေးချ ဆန့်ချင်တဲ့ စိတ် အကြောင်းကြောင့် ပြုပြင်မှု ကွေးမှု ဆန့်မှုရပ်တွေ ဖြစ်ရတာပဲ။ ပြုလုပ်တတ်တဲ့ အတ္တကောင် ငါကောင်ရယ်လို့ မရှိဘူး။ စိတ် အကြောင်းနဲ့ ရုပ်အကျိုးမျှသာ ရှိတယ်လို့ ဒီလိုလည်း သဘောပေါက် လာပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ သွားတဲ့အခါလည်း သွားတယ် ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်လို့ ရှုမှတ်နေရင်း သွားချင်တဲ့စိတ် ကြွချင်တဲ့စိတ် လှမ်းချင်တဲ့စိတ် ချချင်တဲ့စိတ်များပါ ထင်ရှားပေါ်လာတယ်။ အဲဒီ တော့ သွားချင်တယ် သွားတယ် ကြွချင်တယ် ကြွတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပြီး သိရတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ပြီး သိရတဲ့အတွက် သွားချင်တဲ့ စိတ်ကြောင့် သွားတာပဲ။ ကြွချင်တဲ့စိတ်ကြောင့် ကြွတာပဲစသည်ဖြင့် သိပြီးတော့ အကြောင်းနဲ့အကျိုးမျှပဲဆိုတာ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့်ပင် သိရတယ်။ နောက်ပြီးတော့ မြင်တယ် ကြားတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရင်းလည်း မျက်စိနဲ့အဆင်းရှိလို့ မြင်တယ်။ နားနဲ့ အသံရှိ လို့ ကြားတယ် စသည်ဖြင့် အကြောင်းနဲ့အကျိုးမျှပဲလို့လည်း သိရ တယ်။ နောက်ပြီးတော့ မရှုမိလို့ အမှန်အတိုင်း မသိတာပဲ။ မသိလို့

အနိစ္စဉာဏ် စသည်ဖြစ်ပုံ

၈၃

နှစ်သက် သာယာတာပဲ၊ နှစ်သက်သာယာလို့စွဲလမ်းတာပဲ၊ စွဲလမ်းလို့ ကိုယ့်အလိုပြည့်အောင် ပြုလုပ်ပြောဆိုတာပဲ၊ ကောင်းတာပြုလို့ ကောင်းကျိုးကို ခံစားရတာပဲ၊ မကောင်းတာပြုလို့ မကောင်းကျိုး ခံစားရတာပဲ စသည်ဖြင့် အကြောင်းအကျိုး အဆက်ဆက်ဖြစ်ပုံကိုလည်း ပါရမီ ဉာဏ်အားလျော်စွာ သိရတယ်။

အဲဒီလို သိရတဲ့အတွက် ကိုယ်ထဲမှာ သူ့အကြောင်းနဲ့ သူ့အကျိုးမျှသာ ရှိတယ်၊ ဘယ်သူကမျှ ပြုလုပ်ဖန်ဆင်းပေးတာ မဟုတ်ဘူး၊ အကြောင်းနဲ့အကျိုးမျှပဲလို့ ဒီလိုလည်း ရှင်းလင်းစွာ သဘောကျသွားတယ်။ အဲဒါဟာ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ပဲ၊ အဲဒီဉာဏ် အားကောင်းလာတဲ့အခါမှာ ရှေးဘဝတွေကလည်း ဒီလိုအကြောင်းနဲ့ အကျိုးမျှ ဖြစ်ခဲ့မှာပဲ။ နောက်ကာလ၌လည်း ဒီလိုအကြောင်းနဲ့အကျိုးမျှ ဖြစ်သွားမှာပဲလို့လည်း ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒါက ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိပဲ။ “ရှေးဘဝတုန်းက ငါဟာ ရှိခဲ့လေသလား” စသည်ဖြင့် တွေးတောယုံမှားခြင်းကို လွန်မြောက်တဲ့အသိဉာဏ် စင်ကြယ်သွားတာပါပဲ။

အနိစ္စဉာဏ် စသည်ဖြစ်ပုံ

အဲဒီကနောက် သတိ သမာဓိဉာဏ် တိုးတက်ရင့်သန်လာတဲ့အခါ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရင်း ဖောင်းစနဲ့ ဖောင်းဆုံးကို မိမိရရ သိလာတယ်၊ ပိန်စနဲ့ ပိန်ဆုံးကိုလည်း မိမိရရ သိလာတယ်၊ ကွေးရင် ဆန့်ရင်လည်း ကွေးစနဲ့ ကွေးဆုံး၊ ဆန့်စနဲ့ ဆန့်ဆုံးကို မိမိရရ သိလာတယ်၊ သွားနေတဲ့အခါလည်း ခြေတစ်လှမ်း တစ်လှမ်း၏ အစနဲ့အဆုံးကို မိမိရရ သိလာတယ်၊ ကြွေတယ် လှမ်းတယ် ချတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရာမှာလည်း ကြွေစနဲ့ ကြွေဆုံး၊ လှမ်းစနဲ့ လှမ်းဆုံး၊ ချစနဲ့ ချဆုံးကို မိမိရရ သိလာတယ်၊ အဲဒီလို

သိရတဲ့အတွက် ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပျောက်သွားလို့ မမြဲဘူးဆိုတာကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သုံးသပ်ပြီး ဆုံးဖြတ်နိုင်တယ်။

နာတယ်စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရာမှာလည်း အခဲခက်တဲ့ ဝေဒနာရဲ့ အစနဲ့အဆုံးကို တိတိကျကျ သိရတယ်၊ နာတယ်၊ နာတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရင်း နာတာစသည်ဟာ လျော့လျော့ပြီး ပြတ်စဲ ပျောက်ကင်းသွားတာကို ကိုယ်တိုင်တွေ့ပြီး သိရတာပါပဲ။ အဲဒီလို သိရတဲ့အတွက် အခဲရခက်တဲ့ ဝေဒနာတွေဟာဖြစ်ပြီး ပျောက်သွားလို့ မမြဲဘူးဆိုတာကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သုံးသပ်ပြီး ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါက သမ္မသနဉာဏ်အစိုက်မှာ သန္တတိအားဖြင့် ရုပ်နာမ်၏ အဖြစ် အပျက်ကို သိပုံအမြွက်မျှပါပဲ။

အဲဒီကနောက် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်စသည် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အခါကျတော့ ဖောင်းတယ်ဆိုတာလည်း တစ်ဖောင်းတည်း မဟုတ်ဘူး၊ ပိန်တယ်ဆိုတာလည်း တစ်ပိန်တည်း မဟုတ်ဘူး၊ သုံးပိုင်း လေးပိုင်း ငါးပိုင်း ခြောက်ပိုင်း စသည်ဖြင့် ပြတ်ပြီး ထင်လာတယ်၊ နောက်ကျ တော့ တရိပ်ရိပ်နဲ့ လျင်စွာ ပျောက်ပျောက်သွားတာကိုလည်း တွေ့ရ တယ်၊ အဲဒီအခါကျတော့ မမြဲဘူးဆိုတဲ့ အသိဉာဏ်ဟာ ပိုပြီး ရှင်းလင်း ပြတ်သားလာပါတယ်။

အဲဒီလိုအခါကျတော့ တစ်ကွေး တစ်ဆန့်အတွင်းမှာလည်း တရိပ်ရိပ်နဲ့ အပိုင်းများစွာ ပြတ်ပြတ်ပြီး ထင်တယ်၊ သွားနေဆဲ တစ်ကြွ တစ်လှမ်း တစ်ချအတွင်းမှာလည်း တရိပ်ရိပ်နဲ့ အပိုင်းများစွာ ပြတ်ပြတ်ပြီး ထင်တယ်၊ နာတယ် နာတယ်လို့ မှတ်ရာမှာလည်း နာလိုက် ပျောက်လိုက်၊ နာလိုက် ပျောက်လိုက်နဲ့ အပိုင်းများစွာ ပြတ်ပြတ်ပြီးထင်တယ်၊ ကြားတယ် ကြားတယ်လို့ မှတ်ရာမှာလည်း ကြားပြီးပျောက်၊ ကြားပြီးပျောက်နဲ့ပျောက်ပျောက်သွားတာကို ထင်ရှား

တွေ့ရတယ်။ ရှုသိတဲ့စိတ်ဟာလည်း သိလိုက် ပျောက်လိုက်၊ သိလိုက် ပျောက်လိုက်နဲ့ အလွန်လျင်မြန်စွာ ပျောက်သွားတာကို ထင်ရှားတွေ့ရတယ်။ ဉာဏ်ထက်တဲ့သူမှာဆိုရင် မြင်ရတာတွေလည်း တရိပ်ရိပ်နဲ့ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ပျောက်သွားတာကို ထင်ရှားတွေ့ရတယ်။ ဘယ်ဟာမဆို ရှုမှတ်နေရင်းပင် လျင်မြန်စွာ ပျောက်ပျောက် သွားတာကို ချည်း ထင်ရှားတွေ့နေရတော့ မမြဲတာတွေချည်းပဲလို့ သိသိသွားတယ်။ အဲဒါဟာ အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ် အစစ်ပဲ။ အဲဒီဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို “ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွယ်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရ၍ မမြဲဟု သိတာက အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်” လို့ ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွယ်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရ၍ မမြဲဟု သိတာက အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်။

ရှုမှတ်ခါစတော့ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် စသည်ဖြင့် ကိုယ်အမူအရာတွေကို ရှုမှတ်နေရင်ဗိုက်ပုံသဏ္ဌာန် ကိုယ်ပုံသဏ္ဌာန် လက်ခြေပုံသဏ္ဌာန်ပါ ထင်ရှားတွေ့နေရတာပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ရှုသိဉာဏ် ရင့်လာတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီ ပုံသဏ္ဌာန်တွေကို မတွေ့ရတော့ဘူး။ တရိပ်ရိပ်နဲ့ ပျောက်ပျက်နေတာတွေကိုသာ တွေ့ရတယ်။ အဲဒီတော့ ဖောင်းမှု ပိန်မှု ကွေးမှု ဆန့်မှု သွားမှု စတဲ့ ကိုယ်အမူအရာတွေရော၊ ခံစားမှု ဝေဒနာတွေရော၊ ကြံသိမှု စိတ်အမူအရာတွေရော မြင်မှု၊ ကြားမှု စတဲ့သဘောတရားတွေရော မှတ်သိမှုတွေရော ချက်ချင်းပင် ပျောက်ပျောက်သွားတာကိုချည်း တွေ့နေရတဲ့အတွက် မမြဲဘူး မမြဲဘူးလို့သိတဲ့ အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်ဟာ မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း ဖြစ်နေပါတယ်။ အဲဒီလို မမြဲတာကိုသိတော့ ဆင်းရဲချည်းပဲ နှစ်သက်အားကိုးစရာ ဘာမှမရှိဘူးလို့လည်း သိသိသွားပါတယ်။ အတ္တကောင် ငါကောင်မဟုတ်တဲ့ သဘောတရားမျှပဲလို့လည်း သိသိသွားပါတယ်။

အဲဒီလို သိသိသွားတာဟာ အင်မတန် ဝမ်းသာစရာ အားရစရာ ကောင်းပါတယ်။ ဒါက ဘင်္ဂဉာဏ်အဆင့်၌ သိပုံပဲ။

ဒါပေမဲ့ အဲဒီလောက်နဲ့တော့ အားရရောင့်ရဲမနေရသေးဘူး။ ဆက်လက်ပြီးတော့ မပြတ်ရှုမှတ်သွားရတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း လျင်မြန်စွာ ပျက်ပျက်သွားတာကိုချည်း တွေ့နေရတော့ ကြောက်စရာကောင်းတယ်လို့ ထင်လာတတ်တယ်။ အဲဒါက ဘယ ဉာဏ်ပဲ။ ကြောက်စရာကောင်းတယ်လို့ ထင်မြင်လာတော့ မကောင်း တာတွေချည်းပဲလို့ အပြစ်လည်း မြင်လာတတ်တယ်။ အဲဒါက အာဒိနဝဉာဏ် ပဲ။ အပြစ်မြင်တော့ မပျော်မွေ့ဘဲ ငြီးငွေ့လာတယ်။ အဲဒါက နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ပဲ။ ငြီးငွေ့တော့ ရုပ် နာမ်တွေကို သိမ်းပိုက်မထား ဘဲ စွန့်လွှတ် ချင်လာတယ်။ အဲဒါက မုဉ္ဇိတုကမျှတာဉာဏ်ပဲ။ စွန့်လွှတ်ချင်တော့ စွန့်လွှတ်နိုင်အောင် တဖန်ဆက်ပြီး ရှုမြဲ ရှုမှတ် သွားရတယ်။ အဲဒါက ပဋိသင်္ခါဉာဏ်ပဲ။ အဲဒီ တဖန် ရှုမှုအားကောင်း လာတော့ ကြောင့်ကြအထူး မပြုရတော့ဘဲ အလွယ်တကူနဲ့ သိမှု ကလေးတွေ အရှိန်မပျက် ဖြစ်ပြီးသွားနေတယ်။ အစ လေးငါး ဆယ်ချက်လောက်သာ ကြောင့်ကြ ပြုပြီး ရှုမှတ်လိုက်ရတယ်။ အဲဒီက နောက်တော့ သိစရာကလည်း သူ့ဟာသူပေါ်နေတယ်။ သိတာက လည်း သူ့ဟာသူ သိသိသွားနေတယ်။ ယောဂီက ထိုင်ရုံထိုင်နေရ သလိုပဲ အင်မတန် သက်သာပါတယ်။ အဲဒီလို အမှတ်အသိ ကောင်း နေတဲ့အတွက် နှစ်သက်သာယာမှုလည်း မဖြစ်ဘူး။ လျင်မြန်စွာ ပျက်ပျက်သွားတာကလေးတွေကို မြင်နေရပေမယ့် ကြောက်ခြင်း၊ အပြစ်မြင်ခြင်း စသည်လည်း မဖြစ်ဘူး။ သိရုံ သိရုံမျှကလေးသာ မပြတ်ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒါဟာ သင်္ခါရတွေကို လျစ်လျူရှုနိုင်တဲ့ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ပဲ။ အဲဒီ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ် ရောက်နေတဲ့အခါ

နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့မြင်ပုံ

၈၇

တစ်နာရီ၊ နှစ်နာရီ စသည် ကြာအောင်လည်း အရှိန်မပျက်ဘဲ တစ်သမတ်တည်း မှတ်သိ နေနိုင်တယ်။ ညောင်းခြင်း ထုံခြင်း နာခြင်း စသော ဒုက္ခဝေဒနာလည်း မရှိဘူး။ နေသာထိုင်သာပဲ၊ နှစ်နာရီ သုံးနာရီ ကြာပေမယ့် တစ်ခဏလေးလို့တောင် ထင်ရတတ်ပါတယ်။ အလွန်သိမ်မွေ့ပြီး အလွန်ကောင်းတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်ပါပဲ။

နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့မြင်ပုံ

အဲဒီလို အလွန်သိမ်မွေ့စွာ သိသိနေရင်းထဲက ဉာဏ်ရင့်ကျက်လာတော့ အလွန်သွက်လက်လျင်မြန်တဲ့ အသိတွေ ဖြစ်လာတယ်။ အဲဒါတွေကလည်း အဲဒီခိုက်မှာ ထင်ရှားတဲ့ သဘောတရားများရဲ့ အပျက်ကို သိသိသွားတာပါပဲ။ အဲဒီလို အထူးသိသိသွားတာကိုတော့ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီဝိပဿနာ ခေါ်တယ်။ အဲဒီလို အပျက်အပျက်ကို လျင်စွာ သိနေရင်းထဲက သိစရာရော သိတာရော အကုန်လုံး ချုပ်ငြိမ်းတဲ့ သဘောထဲ ဆိုက်ရောက်သွားတယ်။ အဲဒါဟာ နိဗ္ဗာန်ကို အရိယမဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် မျက်မှောက်ပြုသွားတာပါပဲ။ အဲဒီလို မျက်မှောက်ပြုပုံကို မိလိန္ဒပဉာမှာ ဒီလို ပြထားပါတယ်။

အပရာပရံ - တစ်မှတ်ပြီးတစ်မှတ် အဆင့်ဆင့်၊ မနသိကရောတော - နှလုံး သွင်း ရှုမှတ်နေသော၊ တဿ - ထို ယောဂီ၏၊ တံ စိတ္တံ - နှလုံးသွင်း ရှုမှတ်နေသော ထိုစိတ်သည်၊ အပရာပရံ - အဆင့်ဆင့် မနသိကရောတော - နှလုံးသွင်း ရှုမှတ်နေစဉ် ရှုမှတ်နေတုန်း၊ ပဝတ္တံ - မပြတ်ဖြစ်နေသော ရုပ် နာမ်အလျဉ်ကို၊ သမတိက္ကမိတ္တာ - ကျော်လွန်၍၊ အပ္ပဝတ္တံ - မပြတ်ဖြစ်နေသော

ရုပ်နာမ်အလျဉ်၏ ပြောင်းပြန် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော သဘောထဲသို့၊ ဩက္ကမတိ-သက်ရောက်သွား၏။ မဟာရာဇ-မိလိန္ဒမင်းမြတ်၊ သမ္မာပဋိပန္နော-နည်းလမ်းမှန်စွာ ကျင့်ခဲ့သည်ဖြစ်၍၊ အပ္ပဝတ္တမနပ္ပတ္တော-ရုပ်နာမ်အယဉ် ကင်းပြတ်သော သဘောထဲသို့ ရောက်သွားသောသူကို၊ နိဗ္ဗာန် သစ္စိကရောတိတိ-နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသူဟူ၍၊ ဝုစ္စတိ-ခေါ်ဆိုအပ်ပါသည်။

ဆိုလိုတာကတော့ ဝိပဿနာရှုနေတဲ့ ယောဂီဟာ မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ် နာမ်ကိုချည်း ရှုနေရတယ်။ ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း မပြတ်ဖြစ်ပျက်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်ပေါ်ချည်း ကျရောက်နေခဲ့တယ်။ နောက်ဆုံး အချိန်ကျတော့ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်ကင်းပြတ်တဲ့ သဘောထဲ ကျရောက်သွားတယ်။ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်ကင်းတဲ့ သဘောဆိုတာ ရှုသိစရာရော ရှုသိတာရော ကင်းပချုပ်ငြိမ်းတဲ့သဘောလို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ရှုသိစရာလည်းမပေါ်၊ ရှုသိမှုလည်းမပေါ်၊ စဉ်းစားမှုလည်း မပေါ်ဘဲ ပြတ်စဲသွားတာကိုတွေ့ရင် အဲဒါဟာ နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုတာပဲလို့ ဆိုလိုပါတယ်။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကင်းပုံ

အဲဒီလို နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်တွေ့သွားတဲ့ သဘောဟာ အောက်ထစ်ဆုံး သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ပဲ။ အဲဒီ သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ရောက်ရင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ လုံးဝ ကင်းသွားတော့တာပဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ရောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ မြင်မှု ကြားမှု စသော ရုပ်နာမ်အစုကို အတ္တကောင် ငါကောင်လို့ ထင်မှတ်ခြင်း စွဲလမ်းခြင်း မရှိတော့ဘူး။ အဲဒီလို သက္ကာယဒိဋ္ဌိ

ကင်းပုံကို “ရုပ်နာမ်အစု၊ ငါကောင်ဟု၊ ထင်မှုမရှိပါ” လို့ ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ရုပ်နာမ်အစု၊ ငါကောင်ဟု၊ ထင်မှုမရှိပါ။

ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ မြင်တာဟာ ငါပဲ၊ ကြားတာဟာ ငါပဲ စသည်ဖြင့်လည်း ထင်မှတ်စွဲလမ်းနေကြတယ်။ သွားတာ ရပ်တာ၊ ထိုင်တာဟာ ငါပဲ စသည်ဖြင့်လည်း ထင်မှတ်စွဲလမ်းနေကြတယ်။ အဲဒါဟာ ထင်ရှားရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်အစုကို ငါကောင်လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပဲ။ သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ်ရောက်ပြီး သောတာပန်ဖြစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ အဲဒီလို အမြင်မှား အယူမှားတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ မရှိတော့ဘူးတဲ့။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကင်းရင် အပါယ်လေးပါး ကျရောက်စေတတ်တဲ့ ဒုစရိုက် အကုသိုလ်ကံတွေကို မပြုတော့ဘူး။ ရှေးက ပြုဖူးတဲ့ အဲဒီ အကုသိုလ်ကံဟောင်းတွေကလည်း အပါယ် ပဋိသန္ဓေအကျိုးကို မပေးနိုင်တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် အပါယ်လေးပါးမှ အစဉ်ထာဝရ လွတ်မြောက်သွားတယ်။ ငရဲမကျနိုင်တော့ဘူး။ တိရစ္ဆာန်လည်း မဖြစ်တော့ဘူး၊ ပြိတ္တာလည်း မဖြစ် အသူရကာယ်လည်း မဖြစ်တော့ဘူး၊ လူ့ဘဝ နတ်ဘဝလောက်သာ ဖြစ်ဖို့ ရှိတော့တယ်။ အဲဒီ လူ့ဘဝ နတ်ဘဝတွေမှာလည်း ယုတ်ညံ့တဲ့ဘဝမှာ မဖြစ်တော့ဘူး၊ မြင့်မြတ်ချမ်းသာတဲ့ ဘဝသာ ဖြစ်တော့မယ်။ အဲဒါလည်းအများဆုံး ခုနစ်ဘဝသာဖြစ်ပြီး၊ အဲဒါ ခုနစ်ဘဝအတွင်းမှာ ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရတော့မယ်၊ ဒါကြောင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ပယ်ဖို့ရာဟာ အလွန်ပင် အရေးကြီးပါတယ်။ အဲဒီလို အရေးတကြီး လိုနေတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားရှင်က -

သတ္တိယာ ဝိယ ဩမဇ္ဈော၊ ဒယုမာနောဝ မတ္ထကေ။
 သက္ကာယဒိဋ္ဌိပ္ပဟာနာယ၊ သတော ဘိက္ခု ပရိဗ္ဗဇေ -
 လို့၊ ဟောတော်မူတာပါပဲ။

သတ္တိယာ - လုံမကြီးဖြင့်၊ ဩမဇ္ဈော ဝိယ - ရင်ဝ၌ အထိုး
 အစိုက် ခံရသော သူကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဝါ - ရင်ဝ၌ လုံစူးခံရသော
 သူသည် ထိုလုံကို နှုတ်၍ ကုသရန် အမြန်သုတ်သုတ် အားထုတ်ရာ
 သကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ မတ္ထကေ - ဦးခေါင်းထက်၌၊ ဒယုမာနော
 ဣဝ - မီးလောင်ခံရသောသူကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဝါ - ဦးခေါင်း၌
 မီးလောင်ခံနေရသောသူသည် ထိုမီးကို ငြိမ်းသတ်ရန် အမြန်
 သုတ်သုတ် အားထုတ်ရာသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဘိက္ခု - ရဟန်း
 သည်၊ ဝါ - သံသရာ ဘေးကို ရှုမြင်၍ သံသရာမှ လွတ်မြောက်ရန်
 ကျင့်ကြံလိုသောသူသည်၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိပ္ပဟာနာယ - သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို
 ပယ်ရန်အလို့ငှာ၊ သတော - အမှတ်ရသည်ဖြစ်၍၊ ပရိဗ္ဗဇေ -
 သုတ်သုတ်လျင်စွာ အားထုတ်ရာ၏တဲ့။

ဝိပဿနာမဂ္ဂင် ကိုယ်တွေ့ပွားပုံ

အဲဒီ ဂါထာတစ်ပုဒ် တရားတော်ကို ဖွင့်ပြ ဟောလာတာ
 တော်တော် စုံသွားပါပြီ၊ အချိန်ကလည်း တစ်နာရီခွဲကျော်သွားပြီ။
 ဒါကြောင့် ဟောတာ နာတာကို ခေတ္တရထားပြီးတော့ အဲဒီ မြတ်စွာ
 ဘုရား၏ ဩဝါဒတော်အရ လက်တွေ့ကျင့်သုံးကြရဦးမယ်၊ အညောင်း
 အပူသက်သာအောင် ပြင်ထိုင်ကြ၊ မျက်စိနဲ့ ကြည့်ရှုဖို့၊ မလိုတဲ့အတွက်
 မျက်စိမှိတ်ထား၊ ဝမ်းဗိုက်မှာ စိတ်သတိ ပို့ထား၊ မောင်းတက်လာတာ

ကို ဖောင်းတယ်လို့မှတ်၊ ပိန်ကျသွားတာကို ပိန်တယ်လို့မှတ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ် ဒီလို အဆိုကလေးတွေကတော့ စိတ်အဆိုကလေးတွေပါပဲ။ ပါးစပ်ကတော့ ဆိုနေဖို့ မဟုတ်ပါဘူး။ သိဖို့ရာကလည်း လိုရင်းပဲ၊ ဖောင်းစက ဖောင်းဆုံးအထိ သိလိုက်သွားရမယ်၊ ပိန်စက ပိန်ဆုံးအထိ သိလိုက်သွားရမယ်။ အဲဒီလို ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ရှုမှတ်နေရင်း စိတ်က တခြား ထွက်သွားရင် အဲဒီစိတ်ကိုမှတ် ပြီးရင် ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာကိုပဲပြန်မှတ်၊ ကိုယ်ထဲက ညောင်းတာ ပူတာ နာတာစသည် ထင်ရှားပေါ်လာရင် အဲဒီ ညောင်းရာဌာန စသည်ကို စူးစိုက်ပြီး ညောင်းတယ် ပူတယ် နာတယ် စသည်ဖြင့်မှတ် သုံး လေး ငါးချက်လောက် မှတ်ပြီးရင် ဖောင်းတာ ပိန်တာကိုပဲပြန်မှတ်၊ အသံကြားရင် ကြားတယ်လို့မှတ်ပြီးတော့ ဖောင်းတာ ပိန်တာကိုပဲ ပြန်မှတ်နေရမယ်။ ယခုတစ်ခဏအတွင်း ရှုမှတ်ပုံကတော့ ဒါလောက်ဆိုရင် ပြည့်စုံပါပြီ။ ကဲ ၃ မိနစ်လောက် မှတ်ကြရမယ်။

အချိန်က ၃ မိနစ် စေ့သွားပါပြီ၊ တစ်မိနစ် တစ်မိနစ်အတွင်းမှာ အသက်ရှူ အနေးအမြန်လိုက်ပြီး မှတ်ချက်ပေါင်း သုံးလေးငါးဆယ် ခြောက်ဆယ်အထိ ရနိုင်ပါတယ်။ တစ်မှတ် တစ်မှတ်အတွင်းမှာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ပါဝင်တယ်၊ မှတ်မိအောင် ကြောင့်ကြစိုက်ပေးတာက သမ္မာဝါယာမပဲ၊ အမှတ်ရတာက သမ္မာသတိပဲ၊ မှတ်မိတဲ့အာရုံမှာ ကပ်ခနဲ ကပ်ခနဲ တည်တည်သွားတာက ဝိပဿနာဇာနိကသမာဓိပဲ၊ ဒီသုံးပါးက သမာဓိမဂ္ဂင်သုံးပါးပဲ။ မှတ်မိတဲ့အာရုံကို အမှန်အတိုင်း သိတာက သမ္မာဒိဋ္ဌိပဲ၊ ရှုခါစ သမာဓိအား မရှိသေးခင်တော့ အမှန်အတိုင်း သိပုံက သိပ်မထင်ရှားလှသေးဘူး၊ ဒါပေမဲ့ ရုပ် နာမ်တို့၏ လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပ္ပန် ဆိုတာတွေကိုတော့ သိသင့်သလောက်

သိသိသွားတာ ပါပဲ။ သမာဓိအား ရှိလာတဲ့အခါကျတော့ ရှေ့ပိုင်းက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ရုပ် နာမ်ကိုလည်း ပိုင်းခြားသိတယ်။ အကြောင်း အကျိုးကိုလည်း ပိုင်းခြားသိတယ်။ အဖြစ်ပျက် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောတွေကိုလည်း လက်နဲ့ကိုင်ကြည့်ရသလိုပင် အထင်အရှား သိသိ သွားတယ်။ အဲဒီလို သိသိသွားတာတွေဟာ အမှန်အတိုင်း မြင်သိတာ တွေပဲ။ ဒါကြောင့် သမ္မာဒိဋ္ဌိ-မှန်စွာမြင်ခြင်းလို့ ဆိုရတယ်။ အဲဒီလို အမှန်အတိုင်းသိအောင် အာရုံပေါ် တင်ပေးသလိုပင် စိတ်ဦးညွှတ် ပေးတာက သမ္မာသင်္ကပ္ပပဲ။ ဒီ နှစ်ပါးက ပညာမဂ္ဂင်ပဲ။ ခုတင်က သမာဓိမဂ္ဂင် ၃ ပါးနဲ့ ပေါင်းလိုက်ရင် မဂ္ဂင် ၅ ပါး ဖြစ်တယ်။ ဒီမဂ္ဂင် ၅ ပါးကို ကာရကမဂ္ဂင်လို့ အဋ္ဌကထာက အမည်ပေးထား တယ်။ အလုပ်သမား မဂ္ဂင်တွေပေါ့။ ဒီမဂ္ဂင် ၅ ပါးက တစ်ပေါင်း တည်း အညီအညွတ် စုပေါင်းပြီး ရှုသိမှုကို ပြုလုပ်ပေးနေတာပဲ။

သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တ သမ္မာအာဇီဝဆိုတဲ့ သီလမဂ္ဂင် ၃ ပါး ကတော့ သီလဆောက်တည်ကတည်းက ပြည့်စုံလာခဲ့တယ်။ ရှုမှတ်နေတဲ့အခါလည်း ပြည့်စုံမြဲ ပြည့်စုံနေတာပဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ မဂ္ဂင် ၃ ပါးပါ ထည့်ယူလိုက်ရင် ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပွားနေတာပဲ။ ဒီမဂ္ဂင်တွေဟာ လမ်း၏ အစိတ်အပိုင်းတွေပဲ။ အဲဒီ အစိတ်အပိုင်းတွေကို ပေါင်းလိုက်ရင် လမ်းမကြီး ဖြစ်သွားတာပဲ။ ဒီလမ်းမကြီးက ဘယ်ကိုသွားမလဲဆိုရင် နိဗ္ဗာန်သို့သွားမယ်။ ဒါကြောင့် ဒီမဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဆိုတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်လမ်းဟာ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း နိဗ္ဗာန်ဆီသို့ ချဉ်းကပ် ချဉ်းကပ်သွားနေတာပဲ။ လမ်းလျှောက် သွားနေ တဲ့သူဟာ ခြေလှမ်းတိုင်း ခြေလှမ်းတိုင်း သူရောက်လိရာသို့ နီးကပ် နီးကပ် သွားသလိုပင် ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီးကပ် နီးကပ်သွားနေတာပဲ။

ယခု ၃ မိနစ်ခန့် ရှုမှတ်ကြရာမှာ တစ်မိနစ် အမှတ် ၅၀ ရတယ်ဆိုရင် ၃ မိနစ်ဆိုတော့ အမှတ်ပေါင်း ၁၅၀ ရတယ်။ အမှတ်ပေါင်း တစ်ထောင်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ရောက်မည်ဆိုရင် နောက်ထပ် အမှတ်ပေါင်း ၈၅၀ လောက်ပဲ လိုတော့တယ်လို့ ဆိုရမှာပဲ။ လိုတဲ့အမှတ်များကို ပြည့်စုံသွားရအောင် ရှုမှတ်ပြီး ဖြည့်စွက်လိုက်ရင် နိဗ္ဗာန်ရောက်တော့မှာပဲ။ ဒါကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းမှာ သွားရောက်ပြီး အားမထုတ်နိုင်ရင် ကိုယ့်အိမ်မှာ နေရင်းလည်း အားလပ်တဲ့အချိန်မှာ ဒီနည်းအတိုင်း ရှုမှတ်သွားကြရုံပါပဲ။ တစ်မိနစ်ရရ၊ နှစ်မိနစ်ရရ၊ ငါးမိနစ်၊ ဆယ်မိနစ်ရရ ရသလောက် ရှုမှတ်သွားကြရုံပါပဲ။ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ပါရမီ ကုသိုလ်အထူးတွေကို ရသွားမယ်။ ပိုက်ဆံတစ်ပြားမှ မကုန်ဘဲနဲ့ ရရသွားတာ သိပ်နေရာကျတာပဲ။ အဲဒီလို ရှုမှတ်သွားရင် နောင်အကြောင်း ညီညွတ်တဲ့အချိန်မှာ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ အစဉ်အတိုင်း တက်ပြီး အရိယမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို တွေ့သွားရင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိလုံးဝကင်းပြီး အပါယ်လေးပါးမှ အစဉ်ထာဝရ လွတ်မြောက်သွားမယ်၊ ခုနစ်ဘဝအတွင်းမှာ အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်ကို ရောက်ပြီး ဆင်းရဲခပ်သိမ်း အကုန်ငြိမ်းသွားမယ်။ ဒါကြောင့် အပါယ်လေးပါးမှ အစဉ်ထာဝရ လွတ်မြောက်ချင်ကြယင်၊ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း အကုန်ငြိမ်းပြီး အမြဲတမ်း ချမ်းသာချင်ကြယင်၊ ယခု ရှုမှတ်ကြတဲ့ အတိုင်းပင် အခွင့်ရတိုင်း ဆက်လက်ပြီး ရှုမှတ်သွားကြရုံပါပဲ။ အချိန်က နှစ်နာရီ နီးနီးရှိသွားပြီ အမျှဝေပြီး တရားသိမ်းကြစို့။

ယနေ့အဖို့၌ ကျွန်ုပ်တို့ ပြုစုပွားများ အားထုတ်ရသော ဒါနကုသိုလ်၊ သီလကုသိုလ်၊ ဘာဝနာကုသိုလ်၊ ဝေယျာဝစ္စကုသိုလ်

တရားဟောရသောကုသိုလ်၊ တရားနာရသောကုသိုလ် အစရှိသော
 ဤကောင်းမှုအပေါင်း၏ အဖို့ဘာဂကို အဓိအဖတို့အား အမျှပေးဝေ
 ပါကုန်၏၊ ဆွေမျိုးတို့အား အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ ဤအရပ်၌
 ရောက်ရှိနေသော လူပရိသတ်၊ နတ်ပရိသတ်အပေါင်းအား အမျှ
 ပေးဝေပါကုန်၏၊ အလုံးစုံသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား အမျှပေးဝေ
 ပါကုန်၏၊ အလုံးစုံသော သတ္တဝါပေါင်းတို့သည် အမျှကြေ၍ ကိုယ်
 စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။

အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့

သာဓု သာဓု သာဓု

တက္ကသိုလ်ဝိပဿနာ တရားတော်ပြီး၏။



ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင် ရောဂါပျောက်ပုံ

၉၅

နောက်ဆက်တွဲ
ဝိပဿနာဖြင့် ရောဂါပျောက်ကြောင်း
သာဓက ဝတ္ထုများ

ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင် ရောဂါပျောက်ပုံ

မြတ်စွာဘုရားသည် ၄၅ ဝါမြောက် နောက်ဆုံးဝါ၌
ဝေသာလီမြို့နယ် ဝေဠုရွာမှာ သီတင်းသုံး နေတော်မူသည်။ ထိုအခါ
မြတ်စွာဘုရားမှာ ရောဂါ အကြီးအကျယ် ဖြစ်ပေါ်လာပုံ တရားဆေး
ဖြင့် ပျောက်ကင်းသွားပုံများကို ဒီဃနိကာယ် မဟာဝဂ္ဂ (နှာ-၈၄)၊
သံယုတ္တနိကာယ် မဟာဝဂ္ဂ (၁၃၂) တို့၌ ဤသို့ ပြဆိုထားပါသည်။

အထစေါ - ဝေဠုဝရွာတွင် ဝါကပ်နေသော ထိုအခါ၌၊
ဝဿူပဂတဿ - ဝါကပ်တော်မူပြီးသော၊ ဘဂဝတော - မြတ်စွာဘုရား
မှာ၊ ဓရော - ကြမ်းတမ်းစွာသော၊ အာဗာဓော - အနာရောဂါသည်၊
ဥပ္ပန္နိ - ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့လေသည်၊ မာရဏန္တိကာ - သေခြင်းလျှင် အဆုံးရှိ
ကုန်သော၊ ဝါ - သေစေနိုင်ကုန်သော၊ ဗာဠာဓေဒနာ - အားကြီးသော
ကိုယ်ဆင်းရဲ ဓေဒနာတို့သည်၊ ဝတ္တန္တိ - ဖြစ်လျက်ရှိကုန်၏။ ဘဂဝါ -
မြတ်စွာဘုရားရှင်သည်၊ တာ - ထိုအခါခက်စွာသော ကိုယ်ဆင်းရဲဓေဒနာ
တို့ကို၊ သတော - အမှတ်ရလျက်၊ သမ္ပဗောဓော - သိလျက်၊ အဝိဟည
မာနော - အနှိပ်စက်မခံရသလိုပင် မပင်ပန်းဘဲ၊ အဓိဝါသေသိ -
သည်းခံတော်မူပေ၏။

အထက်ပါ ပါဠိတော်စကားရပ်၌ အမှတ်ရပြီး သိလျက်
သည်းခံနေပုံ၊ ဓေဒနာ အနှိပ်စက် မခံရသလို ဖြစ်ပုံများကို အဋ္ဌကထာ
မှာ ဤသို့ ဖွင့်ပြထားသည်။

သတိ - အမှတ်ရမှုသတိကို၊ သူပဋိတံကတွာ - ကောင်းစွာ ထင်အောင်ပြု၍ (ကောင်းကောင်းအမှတ်ရစေသည်ဟု ဆိုလို၏) ဉာဏေန ပရိစ္ဆိန္တိတွာ - ခံစားမှု သဘောကို ဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြားသိပြီး၍၊ ဝါ - ပိုင်းခြားသိလျက်၊ အဓိဝါသေသိ - သည်းခံတော်မူပေ၏။ (ဝေဒနာတွေ အပိုင်းအပိုင်းပြတ်ပြတ်ပြီး တစ်ခဏမျှတည်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း အတ္တမှ ကင်းခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း ပိုင်းခြားသိလျက် ယင်းဝေဒနာတို့ကို မိမိက လွှမ်းမိုးလျက် ယင်းဝေဒနာတို့ကို အသိဉာဏ်ဖြင့် နှိပ်နယ်အပ်သည့် အခြင်းအရာကို မှတ်သောအားဖြင့် မိမိ၌တင်လျက် လက်ခံလျက် နေစေ၏။ ယင်းဝေဒနာတို့က လွှမ်းမိုးခြင်းကို ခံနေရသည့် အနေဖြင့်ကား မဟုတ်ပေ (ဋီကာအဖွင့်) ဝေဒနာနုဝတ္တနဝသေန - အခံခက်သော ဆင်းရဲနောက်သို့ လိုက်ပါသည့်အနေဖြင့်၊ အပရာပရံ ပရိဝတ္တနံ အကရောန္တော - အထပ်ထပ် အကြိမ်ကြိမ် ပြောင်းလဲလှုပ်ရှားခြင်းကို မပြုမူ၍၊ အပီဠိယမာနော အဒုက္ခယမာနော - အနှိပ်စက်မခံရသလို မနာကျင် မဆင်းရဲသလို၊ အဓိဝါသေသိ - သည်းခံနေတော်မူပါပေ၏။ (ဤသည်ကား အဋ္ဌကထာနှင့် ဋီကာတို့က ဖွင့်ပြပုံဖြစ်သည်။ ယင်း ဖွင့်ပြချက်သည် ယခုခေတ် ယောဂီများမှာ နာတယ် နာတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်နေရင်း တစ်နာချင်း တစ်နာချင်း အပိုင်းအပိုင်းပြတ်လျက် သိသိနေသောအခါ နာကျင်မှု သက်သာပုံ မနာကျင်ဘဲ နေသာထိုင်သာ ဖြစ်နေပုံများနှင့် တူနေကြောင်း ထင်ရှား၏)

(ပါဠိတော်အဆက်) အထခေါ - ထိုအခါ၌၊ ဘဂဝတော - မြတ်စွာဘုရားမှာ၊ ဧတဒဟောသိ - ဤသို့သော စိတ်အကြံ ဖြစ်တော်မူလေသည်။ (ဖြစ်ပုံမှာ) ယွာဟံ - အကြင်ငါသည်၊ အနာမန္တေတွာ ဥပဋ္ဌာကေ - အလုပ်အကျွေး တပည့်တို့ကို အသိမပေးမူ၍၊ အနုပလော

ကေတွာ ဘိက္ခု သံဃံ - ရဟန်းအပေါင်း သံဃာကို မပန်ကြားမှု၍၊
ပရိနိဗ္ဗာဏယေယျံ - ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုမည်ဆိုလျှင်၊ မေ - ငါ၏၊ ဧတံ - ဤသို့၊
ပြုခြင်းသည်၊ န ခေါ် ပတိရူပံ - မသင့်လျော်ပေ။ အဟံ - ငါသည်၊
ဣမံ အာဗာဓံ - ဤအနာရောဂါကို၊ ဝီရိယေန - အားထုတ်မှု လုံ့လဖြင့်
(လုံ့လအရကို အဋ္ဌကထာ၌ ဝိပဿနာရှုမှု လုံ့လ၊ ဖလသမာပတ်
လုံ့လဟု ဖွင့်ပြထား၏။ သို့သော် ဖလသမာပတ်လုံ့လကား အရိယ
မဂ်၏ အကျိုးမျှ ဖြစ်သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ဝိပဿနာ၏အစွမ်း
ဖြင့် ဖြစ်ပေါ်ရသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ အထူးကြောင့်ကြစိုက်မှု
အနေဖြင့် ထင်ရှားမည် မဟုတ်ပေ၊ ဝိပဿနာရှုမှု လုံ့လသာလျှင်
အထူးအားဖြင့် ထင်ရှားပေမည်။) ပဋိပဏာမေတွာ - ပယ်ရှား၍၊
ဇီဝိတသင်္ခါရံ အဓိဋ္ဌာယ - အသက်ရှင်နေကြောင်း ပြုပြင်မှုကို ဆောက်
တည်၍၊ ဝိဟရေယျံ - နေရပါမူ၊ ယံနုနု - ကောင်းပေလိမ့်မည်။ ဣတိ -
ဤသို့၊ စိတ်အကြံ ဖြစ်တော်မူလေသည်။

အထခေါ - ထိုသို့၊ စိတ်အကြံ ဖြစ်ပြီးသောအခါ၌၊ ဘဂဝါ -
မြတ်စွာဘုရားသည်၊ တံ အာဗာဓံ - ထိုအနာရောဂါကို၊ ဝီရိယေန
ပဏာမေတွာ - ရှုမှုဝီရိယဖြင့် ပယ်ရှား၍၊ ဇီဝိတသင်္ခါရံ - အသက်ရှင်
ကြောင်း ပြုပြင်မှုကို၊ အဓိဋ္ဌာယ ဝိဟရတိ - ဆောက်တည်၍ နေတော်
မူ၏။ အထခေါ - ထိုသို့ နေတော်မူသောအခါ၌၊ ဘဂဝတော - မြတ်စွာ
ဘုရား၏၊ သော အာဗာဓော - သေစေနိုင်လောက်အောင် ကြီးမား
ပြင်းထန်သော ထိုအနာရောဂါသည်၊ ပဋိပ္ပဿန္တိ - ပျောက်ငြိမ်းသွား
လေတော့သတည်း။

ဤအရာ၌ အနာရောဂါ ပျောက်ကင်းပုံကို အဋ္ဌကထာ၌
အောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထားပါသည်။

ဘဂဝါ-မြတ်စွာဘုရားသည်၊ တံ ဒီဝသံ-ထိုနေ့၌၊ (ဝါဆိုလဆုတ် ၁ ရက်နေ့၊ ညဉ့်၊ ဖြစ်ဖွယ်ရှိပါသည်) မဟာဗောဓိပလ္လင်္ကေ အဘိနဝဝိပဿနံ ပဌပေန္နော ဝိယ-ဘုရားအဖြစ်သို့၊ ရောက်မည့် မဟာဗောဓိပင်အောက် ပလ္လင်ထက်၌ အသစ်စက်စက် ဝိပဿနာ ရှုမြင်မှုကို ဖြစ်စေခဲ့သလိုပင်၊ ရူပသတ္တကံ အရူပသတ္တကံ-ရုပ်ရှုပုံ ခုနစ်မျိုးကိုလည်းကောင်း၊ နာမ်ရှုပုံ ခုနစ်မျိုးကိုလည်းကောင်း၊ (ဝိသုဒ္ဓိ မဂ် ၃-၂၅၃ စသည်၌ ပြထားသည်) နိဂ္ဂမ္ဘံ နိဇ္ဇဒ်ကတွာ-အဖုံး အံကွယ် အရှုပ်အထွေး မရှိအောင် ပြုလျက်၊ စုဒ္ဒသာဟာကာရေဟိ-တစ်ဆယ့်လေးပါးသော ရှုပ်အခြင်းအရာတို့ဖြင့်၊ သန္ဓေတွာ-ပြည့်စုံစွာ ဆောင်လျက်ဖြစ်စေလျက်၊ မဟာဝိပဿနာယ-ကျယ်ပြန့်ကြီးမြတ်သော ဝိပဿနာဖြင့်၊ ဝေဒနံ ဝိက္ခမ္ဘေတွာ-ရောဂါဝေဒနာကို ပယ်ခွာပြီးလျှင်၊ (ဤစကားအရ ဝိပဿနာရှုမှုဖြင့် ဒုက္ခဝေဒနာကို ပယ်ခွာနိုင်ကြောင်း ထင်ရှား၏) ဒသ မာသေ-ဝါဆိုလဆုတ် တစ်ရက်မှ ကဆုန်လပြည့်နေ့၊ နံနက်အထိ ဆယ်လပတ်လုံး၊ မာ ဥပ္ပန္နိတ္ထ-ဤ ဒုက္ခဒေဝနာမျိုးတို့၊ မဖြစ်ကြပါစေလင့်၊ ဣတိ-ဤသို့၊ နှလုံးသွင်းဆောက်တည်၍၊ သမာပတ္တိံ သမာပန္နိ-ဖလသမာပတ်ကို ဝင်စားတော်မူလေသည်။ သမာပတ္တိဝိက္ခမ္ဘိတာ-ဖလသမာပတ်ဖြင့် ပယ်ခွာအပ်သောကြောင့်၊ ဝေဒနာ-ရောဂါဝေဒနာတို့သည်၊ ဒသမာသေ-ကဆုန်လပြည့်နေ့၊ နံနက်အထိ ဆယ်လပတ်လုံး၊ န ဥပ္ပန္နိယေဝ-မဖြစ်ပေါ်ပဲသာလျှင် ရှိလေသည်။

ဤပါဠိ အဋ္ဌကထာတို့၌ ဒုက္ခဝေဒနာကို ဝိပဿနာဖြင့် လည်းကောင်း၊ ဖလသမာပတ်ဖြင့်လည်းကောင်း ပယ်ခွာနိုင်ကြောင်း ထင်ရှားပြဆိုထားပေသည်။ ထို့ကြောင့် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဝိပဿနာနှင့် ဖလသမာပတ် ၂ မျိုးလုံးဖြင့် ဒုက္ခဝေဒနာကို

လေနာပျောက်သော ဘုန်းကြီးတစ်ပါး

၉၉

ပျောက်ကင်း စေနိုင်သည်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဝိပဿနာရှုဆဲ ပုထုဇဉ် ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာမူ ဝိပဿနာ တစ်မျိုးတည်းဖြင့်ပင် ဒုက္ခဝေဒနာကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်သည် ဟူ၍လည်းကောင်း၊ မှတ်ယူရာ၏။ ထိုသို့ ဝိပဿနာတစ်မျိုးတည်းဖြင့် အနာရောဂါ ဒုက္ခဝေဒနာများ ပျောက်ကင်းစေနိုင်ပုံကို ယခု ထုတ်ပြမည့် မျက်မှောက်သာဓက ဝတ္ထုများဖြင့်လည်း ယုံကြည် မှတ်သားနိုင်ပါသည်။

လေနာပျောက်သော ဘုန်းကြီးတစ်ပါး

၁၃၀၇ ခုနှစ်လောက်က ဆိပ်ခွန်ရွာ၏ အနောက်မြောက် ၄ မိုင်ခန့်ရှိ လိပ်ချင်းရွာ၌ ဘုန်းတော်ကြီး တစ်ပါးသည် မဟာစည် ဆရာတော်၏ ဝိပဿနာရှုနည်းကို တစ်ဆင့်ကြားရုံမျှဖြင့် သဘောကျ ယုံကြည်၍ သူ့ကျောင်းတွင်ပင် ရှုမှတ်အားထုတ်လေသည်။ ရက်အနည်းငယ်မျှ ကြာသောအခါ ဝိပဿနာသမာဓိဉာဏ်ထူးများ ဖြစ်ပေါ်လာ၍ သူ့မှာ နှစ်ပေါင်း ၂၀ ကျော်က စွဲကပ်လာခဲ့သော လေနာရောဂါဟာ လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားပါသတဲ့။ ယင်း လေနာရောဂါသည် သူ့မှာ ၁၈ နှစ်သားအရွယ် ရှင်သာမဏေဘဝ ကတည်းက စွဲကပ်နှိပ်စက်လာခဲ့၍ နေ့စဉ်ပင် ဆေးကိုလည်း သောက်ရ၊ အနှိပ်အနယ်လည်း ခံနေရပါသတဲ့။ ထို့ပြင် အညောင်းအကိုက် ရောဂါလည်း ရှိနေသဖြင့် နေ့စဉ်ပင် အနင်းအနှိပ် ခံနေရပါသတဲ့။

ယင်းရောဂါများသည် တရားရှုမှတ်ရင်းပင် လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားသဖြင့် ထိုအခါမှစ၍ ဆေးကိုလည်း မသုံးရ၊ အနင်းအနှိပ်လည်း မခံရဘဲ အမြဲတမ်း ချမ်းသာစွာ နေရပါသတဲ့။ ထိုဘုန်းတော်ကြီးသည် သတိပဋ္ဌာန်ရှုနည်းအရ ရှုမှတ်နေလျှင် ရောဂါဟူသမျှ

ပျောက်နိုင်သည်ဟူ၍ တစ်ထစ်ချ ယုံကြည်သောကြောင့် သူ့ကိုယ်တိုင် နေမကောင်းဖြစ်တိုင်း ဆေးကိုမမှီဘဲ ဂျှမတ်ခြင်းဖြင့် ပြုပြင်ကုစားလေ့ ရှိကြောင်း သူ့တပည့် ကိုရင် ကျောင်းသားများ နေမကောင်းရင်လည်း ဂျှမတ်ခိုင်းကြောင်း သူ့တပည့် ရဟန်းများထံမှ ကြားသိရ၏။

ဂျှမတ်ခြင်းဖြင့် ထန်းရည်ခါး ပြတ်ပုံ

၁၃၀၇ ခု လောက် ဆီကပင် ဆိပ်ခွန်ရွာ၏အနောက် ၊ မိုင် ခန့်ရှိ စောင်တန်းရွာ၌ အိမ်ထောင်ကျလျက်ရှိနေသော ဆိပ်ခွန် ရွာဇာတိ မောင်မာဆိုသော လူရွယ်တစ်ယောက်သည် သေရည်ဟု ခေါ်သော ထန်းရည်ခါးကို အလွန်ပင် စွဲလျက်ရှိနေ၏။ မဟာစည် ကျောင်း၌ တရားအားထုတ်ပြီးသော သူ့အစ်မ သူ့အစ်ကိုများက မောင်မာကို တရားအားထုတ်ဖို့ တိုက်တွန်းကြ၏။ သူကလည်း အားထုတ်ပါမည်ဟု ဝန်ခံ၏။ ထို့ကြောင့် ရက်ချိန်းပေးထားပြီးလျှင် ယင်း မောင်မာကို တရားဝင်ရန် သွား၍ ခေါ်ကြသောအခါ သူက ထန်းရည်ခါး သောက်ထားပြီး မူးယစ်နေသဖြင့် ထိုနေ့က သူ့ကို ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းသို့ မပို့နိုင်ဘဲ ရှိခဲ့၏။ နောက်တစ်နေ့ကျတော့ သူ့အစ်မများ၊ အစ်ကိုများက ထန်းရည်ခါး မသောက်ရသေးမီ စောစော သွား၍ ခေါ်လာကာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းသို့ လာပို့ကြ၏။ ယင်း မောင်မာသည် မဟာစည် ဆရာတော်၏ ဩဝါဒအတိုင်း ရိုသေစွာ အားထုတ်၍ တရားကို အလွန်သဘောကျသဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းမှ မပြန်တော့ဘူး။ ရဟန်းပြုတော့မည်ဟု ဆို၏။ ထိုအခါ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဆရာများက အိမ်ထောင်ရှိနေတဲ့အတွက် ပြေလည်အောင် ဆောင်ရွက် ပါဦး။ နောက်ကာလကျမှ ရဟန်းပြုသင့်ရင်လည်း ပြုပါလို့ ချောမော ပြီး ပြန်လွှတ်ကြရ၏။

ယင်း မောင်မာသည် တရားကို အလွန်ရှိသေ၏။ စားကုန်များကိုထမ်းပြီး လှည့်လည်ရောင်းရင်းလည်း မပြတ် ရှုမှတ်နေ၏။ စပါးရိတ်ရင်းလည်း တစ်ကြိမ်တစ်ကြိမ်ရိတ်မှာ အနည်းဆုံး ၃ မှတ် ရအောင် မှတ်နေသည်ဟု ဆို၏။ တစ်ချိန်မှာ ထန်းရည်ခါး သောက်ချင်စိတ် ရှိမရှိကို သူက စူးစမ်းကြည့်၏။ ထန်းရည်ခါး ခွက်ကြီးကို နမ်းကြည့်လိုက် သောက်ချင်စိတ် ရှိသလားလို့ စဉ်းစားကြည့်လိုက်နဲ့ လေးငါးခြောက် ကြိမ်လောက် စူးစမ်းကြည့်နေရင်း ဝိပဿနာ အသိဉာဏ်က သူ့အရှိန်နဲ့သူ တက်လာပြီး ချုပ်ငြိမ်းတဲ့သဘောထဲသို့ ရောက်သွားပါသတဲ့။

အဲဒီ မောင်မာဟာ နောက်တချိန်၌ သေလောက်အောင် ရောဂါ အနှိပ်စက်ခံနေရတဲ့ အခါမှာလည်း အမှတ်သတိ မလွတ်ဘူး၊ သေရမည့်ညဉ့်မှာ ခံစားနေရသည့် ဝေဒနာကို ရှုမှတ်နေရင်း သူ့ဇနီးအား ဒီလို ပြောပါသတဲ့။ ဟော ငါ့မှာ ယခု ခြေသလုံးထဲအသက် မရှိတော့ဘူး၊ ဒူးဆစ်လောက်အထိသာ ရှိတော့တယ်၊ (ဒါက မြန်မာ အရပ်သုံးစကားဖြင့် သွေးဆုတ်ပုံ၊ ကျမ်းဂန်သုံးအားဖြင့် ဇီဝိတိန္ဒြေခေါ် အသက်ရပ်နှင့်တကွ ကမ္မဇရပ်များ ချုပ်ပုံကို ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။) ဟော ယခု ပေါင်ရင်းလောက်သာ ရှိတော့တယ်၊ ဟော ယခု ချက်လောက်သာ ရှိတော့တယ်၊ ဟော ယခု ရင်ချိုင့် နှလုံးထဲလောက်သာ ရှိတော့တယ်လို့ တစ်ချိန်ပြီးတစ်ချိန် တစ်မျိုး တစ်မျိုး ပြောင်းလဲပြီး ပြောပြောသွားပါသတဲ့။

အဲဒီလို ပြောပြီးတော့ ငါဟာ မကြာခင် သေတော့မယ်၊ သေမှာကို မကြောက်နဲ့၊ တစ်နေ့ကျရင် ဒီလို သေရမှာချည်းပဲ တရားကိုသာ အားထုတ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်ရစ်ပါလို့ သူ့ဇနီးအား ပြောကြားပြီး မကြာခင်ပဲ သေဆုံးသွားပါသတဲ့။ အဲဒါဟာ သေသည်တိုင်အောင် တရားဆေးဖြင့် သေရည်ခေါ်တဲ့ ထန်းရည်ခါး ပြတ်ပုံပါပဲ။

ဆရာတော် အရှင်သုဇာတ (ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ) ၏

ဟောပြောချက်မှ

ဒီကနေ့လည်း မနေ့ကအဆက်ကိုပဲ ဆက်ပြီး ပြောပြပါဦးမယ်။ ဆရာသမားများ ဟောပြောရဲ့အတိုင်း ကြိုးစားအားထုတ်ကြလို့ အတွေ့ကောင်းကြသူတွေထဲမှ နည်းနည်း ထူးသူတို့ရဲ့ အတ္ထုပ္ပတ္တိကို ဒီ ယောဂီတို့အား ဗဟုသုတအနေနဲ့ ပြောပြဦးမယ်။

ဗိုက်ထဲက အလုံးရောဂါ ပျောက်သူ

၁၃၂၄ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလဆန်း ၃ ရက်နေ့က ရန်ကုန်မြို့ တာမွေမှ ဒေါ်ခင်ထွေးဆိုတဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ယောက် ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာလာပြီး တရားအားထုတ်တယ်။ ၃ ရက်ရှိတဲ့အခါ အမျိုးသမီး ယောဂီတွေ ဝိုင်းပြီး နှိပ်ပေးနေကြတာကို တွေ့ရလို့ ဘုန်းကြီးက ဘာဖြစ်တာလဲလို့ မေးလိုက်တယ်။

ဗိုက်ထဲက နာလို့ပါဘုရား၊ တပည့်တော်မရဲ့ ဗိုက်ထဲမှာ အလုံးရှိနေလို့ ကြာကြာ မထိုင်နိုင်ပါဘုရား၊ အိမ်မှာလည်း ဧည့်သည် မိတ်ဆွေများ လာတဲ့အခါ နာရိဝက်လောက် ထိုင်ပြီး စကားပြောမိရင် ဧည့်သည်တွေ ပြန်လွှတ်ပြီး ဗိုက်ထဲကနာလို့ နှိပ်ပေးရတာပါပဲ။ ဆရာဝန်ကို ပြကြည့်တော့ ဆရာဝန်က “ဗိုက်ထဲမှာ အလုံးကြီး ရှိနေတယ်၊ ခွဲပြီး ထုတ်ပစ်ရမယ်” လို့ ပြောတာ ယခုအထိဆိုရင် ၄ နှစ်တောင် ရှိနေပါပြီ။ ဒီနှစ်တော့ မခွဲရင် မဖြစ်တော့ဘူး၊ ခွဲရလိမ့် မယ်လို့ ပြောပါတယ်၊ ဒါနဲ့ တပည့်တော်မလည်း ခွဲရင် သေချင် လည်းသေမယ်၊ သေရင် အားကိုးလောက်တဲ့တရား ငါ့မှာ မရှိသေးဘူး၊ အားကိုးလေးရအောင် တရားတော့ အားထုတ်ဦးမှပဲဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်

ချက်နဲ့ ယခု ဒီမှာ လာပြီး အားထုတ်ပါတယ်။ တစ်နာရီလောက် ထိုင်ပြီး အားထုတ်မိရင် ဗိုက်ထဲက နာလာတော့တာပါပဲ ဘုရားလို့ အဲဒီ ဒကာမက လျှောက်ပါတယ်။

ဒီတော့ ဘုန်းကြီးက “အစက ဒီအကြောင်းကို ဘုန်းကြီး အား မပြောဘဲဟာကိုး၊ ဒီမြတ်စွာဘုရားရှင်က ဣရိယာပုတ် ၄ ပါး လုံးနဲ့ ရှုမှတ်နိုင်ကြောင်းမှာ သတိပဋ္ဌာနသုတ်မှာ ဂစ္ဆန္တောဝါ၊ ဌိတောဝါ စသည်ဖြင့် ဟောတော်မူထားတာပဲ။ ဒီလိုဆိုရင် ယောဂီဟာ ဗိုက် မနာရအောင် နံရံကိုမှီပြီး အားထုတ်ပါ။ ပက်လက်ကုလားထိုင်နဲ့လည်း မှတ်နိုင်ပါတယ်။ တုံးလုံးလဲလျောင်းပြီးတော့လည်း မှတ်နိုင်ပါတယ်။ မနာမကျင်တဲ့ နည်းနဲ့သာထိုင်ပါ။ ထိုင်မှတ်ချင်လည်းမှတ်ပါ။ အိပ်မှတ် ချင်လည်းမှတ်ပါ။ သမာဓိနဲ့ ဉာဏ်ဖြစ်လာရင် ဒီအလုံးဟာ ပျောက် ကင်းသွားတတ်ပါတယ်” လို့ ဘုန်းကြီးက ညွှန်ကြားပေးပါတယ်။

အဲဒီတော့ ဆရာတော်ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ဆက်ပြီး အား ထုတ်ပါမယ်၊ ဒါပေမယ့် ဆရာဝန်ကိုတော့ သွားပြီး ပြကြည့်ချင်ပါ သေးတယ် ဘုရားလို့ သူက လျှောက်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးက ခွင့်ပြု လိုက်ပါတယ်။ ဒါနဲ့ သူက အိမ်ပြန်ပြီး ဆရာဝန်ကို သွားပြတယ်။ ဆရာဝန်က စမ်းသပ် ကြည့်ရှုပြီးတော့ ခွဲထုတ်ပစ်မှဖြစ်မယ်၊ တရားကို တော့ ဆက်ပြီးမထိုင်နဲ့တော့၊ ဆက်ပြီးထိုင်ရင် ခင်ဗျား သေသွားလိမ့် မယ်လို့ ပြောလိုက်ပါသတဲ့။ အဲဒီအကြောင်းကို အိမ်မှာ ၂ ရက် လောက်နေပြီး ပြန်လာတဲ့အခါကျမှ ကြားသိရတယ်။

ဒီလိုဆိုရင် ဆက်သာ အားထုတ်ပေတော့၊ လူပဲသေမလား၊ အလုံးကြီးပဲ ကျေပျက် ကျသွားမလားဆိုတာ သိရမှာပေါ့၊ ကုလားထိုင် နဲ့ ထိုင်ချင်လည်းထိုင်၊ နံရံစသည်ကိုမှီပြီး ထိုင်ချင်လည်းထိုင်၊ အိပ် လျက်လည်း မှတ်နိုင်တယ်၊ စားသောက်တဲ့အခါလည်း ထမင်းလုတ်

ပြင်တာ၊ ယူတာ၊ ပါးစပ်ဟတာ၊ ခွံတာ၊ ဝါးတာ၊ မျိုတာ၊ အဲဒါတွေကို အကုန်လုံး စေ့စေ့စပ်စပ် ရှုမှတ်ပြီးစားပါ။ အဲဒါဟာ အသိတေးစားလျှင်၊ ပီတေး-သောက်လျှင်၊ ခါယိတေး-ခဲဝါးလျှင်၊ သာယိတေး-လျက်လျှင်၊ သမ္ပဇနကာရီ-သိလျက်ပြုလေ့ရှိရမယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဟောထားတဲ့အတိုင်း ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ညွှန်ကြားထားတဲ့ ဝိပဿနာ လုပ်ငန်းပါပဲ စသည်ဖြင့် ဟောပြော ညွှန်ပြပေးလိုက်ပါတယ်။

အဲဒီလိုညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း အားထုတ်နေရာ ၁၅ ရက်လောက် ရှိတော့ ရှုမှတ်ပြီး ထမင်းစားနေစဉ် အပုပ်နံ့တွေ အလွန်နံ့နေလို့ လိုက်ပြီး စဉ်းစားဆင်ခြင်ကြည့်တော့ သူ့ဗိုက်ထဲက အနံ့ ဖြစ်ကြောင်း သိရပါသတဲ့။

ဒီလိုဆိုရင် ယောဂီရဲ့ အလုံးကြီး ပျောက်တော့မယ်လို့သာ အောက်မေ့ပေတော့လို့ ဘုန်းကြီးက အားပေးစကား ပြောကြား လိုက်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီး ပြောလိုက်တဲ့အတိုင်းပဲ သူ့ဗိုက်ထဲက အလုံးကြီးဟာ တဖြည်းဖြည်း ကြေကျပြီး ပျောက်ကင်းသွားပါတယ်။ အဲဒီတော့ ယောဂီလည်း အလွန် ဝမ်းသာပြီး အိမ်ပြန်ရောက်တဲ့အခါ ဆရာဝန်ထံသွားပြတယ်။ ဆရာဝန်က စမ်းသပ်ကြည့်ပြီး “ဟာ ခင်ဗျား အလုံးကြီး မရှိတော့ဘူး၊ ဘာလုပ်သလဲ” လို့ မေးသတဲ့။

ကျွန်မ မဟာစည်ရိပ်သာကို သွားရောက်ပြီးတော့ တရားအားထုတ်တယ်လေ။ ဆရာဝန်က တရားအားထုတ်ရင် သေလိမ့်မယ်လို့ ပြောခဲ့ပေမဲ့ အခုတော့ ကျွန်မဟာ မသေတဲ့အပြင် ရောဂါတောင် ပျောက်သွားပြီလို့ အားရဝမ်းသာနဲ့ ပြန်ကြားပြောပြတဲ့အခါ ဆရာဝန်က “ဟာ ဟုတ်လား ခင်ဗျားတို့ တရားက အံ့ဩစရာပါကလား” လို့ အံ့ဩပြီး ပြောပါသတဲ့။ (အဲဒီ ဆရာဝန်ဟာ ကုလားလူမျိုး ဖြစ်ပါသတဲ့။)

အလုံးရောဂါပျောက်တဲ့ ရဟန်းတစ်ပါး

၁၀၅

အလုံးရောဂါ ပျောက်တဲ့ ရဟန်းတစ်ပါး

ရွှေဘိုမြို့ ကင်းဖျားရွာမှ (၈) ဝါရ ရဟန်းတစ်ပါးဟာ ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာသို့ ၁၃၃၆ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း ၃ ရက်နေ့က လာရောက်ပြီး တရားအားထုတ်တယ်။ ဘွဲ့တော်က ဦးသောဘနတဲ့။ အဲဒီ ဦးသောဘနမှာ အသက် (၁၇) နှစ်အရွယ် ရှင်သာမဏေ ဘဝကတည်းက ဗိုက်ထဲ၌ အလုံးရောဂါ စွဲကပ်လာခဲ့ ပါသတဲ့။ အစာစားပြီးတဲ့အခါ အဲဒီအလုံးက လက်ျာဘက် နံဘေးမှာ ထောက်ပြီး တင်းနေလို့ထိုင်မနေနိုင်ဘူးတဲ့။ မလွဲသာလို့ ထိုင်နေရယင် လည်း အဲဒီအလုံး ထောက်နေရာဘက်ကို လက်နဲ့ နှိပ်ပြီး ထားရပါ သတဲ့။ အဲဒီရောဂါကို ဆေးရုံတက်ပြီး ခွဲကုမှုပျောက်မယ်လို့ အများက ပြောကြတယ်။ ဒါပေမယ့် ခွဲကုတာကို ကြောက်လို့ မကုသဘဲ နေလာ ခဲ့ပါသတဲ့။ ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာ လာရောက်ပြီး အားထုတ်တဲ့ အခါ ဆွမ်းစားပြီးတော့လည်း လှဲအိပ်မနေဘဲ သိမ်ပေါ်မှာထိုင်ပြီး ရှုမှတ် အားထုတ်နေတယ်။ ထိုင်တဲ့အခါ လက်နဲ့နှိပ်လျက် ထိုင်နေရပါ သတဲ့။ ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်လို့ ရက် (၂၀) လောက်ရှိတဲ့အခါ ဆွမ်းစားပြီးခါစ ထိုင်နေရင်လည်း လက်ဖြင့် မနှိပ်ရတော့ဘဲ ချမ်းချမ်း သာသာနဲ့ ထိုင်ပြီး ရှုမှတ်နေနိုင်တယ်။ အဲဒီတော့မှ အလုံးရောဂါ ပျောက်သွားမှန်း သိရပါသတဲ့။ ၃ နာရီကျော်အထိ ထိုင်မှတ်နိုင်တယ်။ နေ့ရော၊ ညဉ့်ပါ လှဲမအိပ်ဘဲ မပြတ်ရှုမှတ်ခဲ့တာလည်း ၅ ရက် လောက် ရှိပါသတဲ့။ ၄၅ ရက် ကြာသောအခါ ဉာဏ်စဉ်နာနိုင်သည့် အဆင့်သို့ ရောက်ခဲ့ပါတယ်။ ယခုလည်း ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာ မှာပင် ကျရောက်သော တာဝန်များကို ဆောင်ရွက်လျက် ရှိနေပါ တယ်။ အလုံးရောဂါကတော့ မပေါ်လာတော့ပဲ ကျန်းမာစွာပင် ရှိနေ ပါတယ်။

အလုံးကြီး ကျေကွဲ ပျောက်ကင်းတဲ့ ဒကာတစ်ပါး

မော်လမြိုင်မြို့ ဒိုင်းဝန်ကွင်းမှ အသက် (၅၄) နှစ်ရှိ ဒကာ ဦးအောင်ရွှေမှာလည်း ဗိုက်ထဲ၌ အလုံးကြီး ရှိနေပါသတဲ့။ ဆရာဝန် ပြကြည့်တော့ ဆရာဝန်က ခွဲရမယ်လို့ ပြောတဲ့အတွက် သူလည်း မခွဲရသေးခင် အားကိုးတရား ရအောင်ဆိုတဲ့ ရည်သန်ချက်နဲ့ ရန်ကုန် မြို့ မဟာစည် သာသနာရိပ်သာ လာရောက်ပြီး ၁၃၃၀ ခုနှစ် နယုန်လဆန်း ၅ ရက်နေ့က စပြီး အားထုတ်ပါတယ်။ တစ်နေ့ကျတော့ အဲဒီလို အားထုတ်ရှုမှတ်နေရင်း သူ့ဗိုက်ထဲက အလုံးကြီးဟာ ဖောင်းခနဲမြည်ပြီး ပေါက်ကွဲ၍ သွေးတွေဖြာထွက် စီးကျသွားတာကို ဉာဏ်ထဲမှာ ကြားလည်းကြား မြင်လည်းမြင်လိုက် သလို တွေ့ရပြီးတော့ အဲဒီကနောက် သူ့ဗိုက်ထဲက အလုံးရောဂါ တစ်ခါတည်း ပျောက်သွားပါသတဲ့။ တရားကို ဆက်ပြီး အားထုတ် သွားသဖြင့် ဆရာများ အားရကျေနပ်သည်အထိ ဝိပဿနာဉာဏ်များ လည်း ပြည့်စုံသွားပါတယ်။ ယခုထက်ထိ ပရိယတ်ဘက်ကရော၊ ပဋိပတ်ဘက်ကရော သာသနာရေးကိစ္စများကို ကျန်းမာ ချမ်းသာစွာ နှင့် ဆောက်ရွက်လျက် ရှိနေပါတယ်။

ဒူးကိုက်နာ ပျောက်သူ

၁၃၁၃ ခု ဝါခေါင်လဆုတ် ၁ ရက်နေ့က အသက် (၄၀) ရှိ ကိုမြဆောင်ဆိုတဲ့ ဒကာသည် မဟာစည် ဌာနခွဲ မြင်းခြံရိပ်သာ ဆရာတော်ထံလာပြီးတရားအားထုတ်ပါသတဲ့။ အဲဒီဒကာမှာ ဒူးကိုက် တဲ့ ရောဂါ စွဲကပ်နေတာ ၅ နှစ် ကြာခဲ့ပြီ။ ဆရာမျိုးစုံနဲ့ ကုသသော် လည်း မပျောက်တာနဲ့ သံဝေဂဖြစ်ပြီးတော့ မြင်းခြံရိပ်သာကိုလာပြီး

တရား အားထုတ်ပါသတဲ့။ အားထုတ်တဲ့အခါမှာ ဒူးရောင်ပြီး ကိုက်တဲ့နေရာက မှတ်လေ နာလေ မှတ်လေ နာလေ ဖြစ်နေပါသတဲ့။ ဆရာတော်က ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း မလွတ်တမ်း အတင်းရှုမှတ်နေတော့ သူ့ခမျာနာလွန်းလို့ မျက်ရည်တောက်တောက်တောင် ကျရရှာသတဲ့။ သူ့ကိုယ်ကလည်း နောက်လန်လိုက် ရှေ့ကုန်းလိုက် ကော့လိုက်နဲ့ ကိုးရိုးကားယား ဖြစ်နေတာကို ရှုမှတ်နေရတာ ၄ ရက်လောက် ကြာသတဲ့။ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေရင်း ဒူးကွဲသွားတာကို အရိုးပါ မြင်လိုက်ရတာနဲ့ “ဟာလုပ်ကြပါအုံးဗျာ ကျွန်တော့ဒူးကြီး ကွဲသွားပါပြီ” လို့ လန်ပြီး ဟစ်အော်မိသတဲ့။

အဲဒီကနောက် ကြောက်ပြီး မမှတ်ဝံ့ဘဲ ရှိနေရာမှာ ဆရာတော်က တရားဟောပြီး အားပေးတာနဲ့ ဆက်ပြီးရှုလိုက်တာ အဲဒီကိုမြဲဆောင်မှာ ဒူးရောင်ပြီး ကိုက်ခဲနာကျင်တဲ့ ရောဂါဟာ လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားပါသတဲ့။ ယနေ့ထိအောင် အဲဒီရောဂါ မပေါ်လာတော့ဘဲ ပျောက်ကင်းချမ်းသာနေပါသတဲ့။

အစာပင်းရောဂါ ပျောက်သူ

၁၃၁၉ ခုနှစ် ဒုတိယဝါဆိုလဆန်း ၂ ရက်နေ့က မြင်းခြံအနောက်မြောက် ငတရော်ရွာကျောင်းမှ အသက် (၅၅) နှစ် ရှိ ဆရာတော် ဦးသုမနဆိုတာ မြင်းခြံရိပ်သာလာရောက်ပြီး အားထုတ်ပါသတဲ့။ အဲဒီ ဆရာတော်ဟာ ဝမ်းထဲမှာ အတုံးအခဲကြီး ရှိပြီး မခံသာလို့ ဆရာမျိုးစုံဖြင့် ကုသသော်လည်း သက်သာရုံမျှသာ ရှိတယ်။ ရှင်းရှင်းတော့ မပျောက်ဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့် သံဝေဂဖြစ်ပြီး

တရားအားထုတ်တာပါတဲ့။ အားထုတ်တဲ့အခါ ပြုစားကြတဲ့ စုန်းမလေးဦးက တွန်းလိုက် ဆွဲလိုက် ဆောင့်လိုက် စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး နောက်ယှက်နေကြပါသတဲ့။ အဲဒီလို ပြုစားကြတဲ့ စုန်းမလေးဦးကိုလည်း ပုံသဏ္ဌာန်နှင့်တကွ မြင်နေရပါသတဲ့။ တရစပ် ရှုမှတ်နေတော့ ဝမ်းထဲက နာလိုက်၊ အောင့်လိုက်နဲ့ မခံသာအောင် ဖြစ်လာပါသတဲ့။ အဲဒီတော့ ကြောက်လန့်ပြီး သူ့ကျောင်းပြန်မယ် လုပ်တဲ့အခါမှာ မြင်းခြံရိပ်သာ ဆရာတော်က -

“မကြောက်ပါနဲ့၊ ဒီရောဂါဟာ ပျောက်သွားမှာပါ။ နိုင်အောင်သာ ရှုမှတ်ပါ။ ရှုမှတ်တယ်ဆိုတာဟာ ဗောဇ္ဈင် (၇)ပါးကို ပွားနေတာပဲ။ ကြောက်ရင်လည်း အစောင့်ထားပေးပါ့မယ်” စသည်ဖြင့် တရားဟော အားပေးတာနဲ့ မပြန်တော့ဘဲ ဆက်ပြီး အားထုတ်ပါသတဲ့။ အဲဒီလို အားထုတ်နေတော့ ဆရာတော် ဦးသုမနမှာ ဗိုက်ထဲက အလွန်နာလာတာနဲ့ နံနက်စောစော နောက်ဖေးသွားပြီး စွန့်ပစ်လိုက်ရတယ်။ အဲဒီလို စွန့်ရတဲ့အခါ အတုံးအခဲ အကျိအချွဲတွေ အစိမ်း အနီ အဝါ အပြာတွေ ကျဆင်းသွားကြသတဲ့။ လူလည်း ပေါ့ပါးပြီး ရောဂါ လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားပါရောတဲ့။ အဲဒီတော့ ဝမ်းသာအားရလွန်းလို့ ရိပ်သာဆရာတော်ထံ အစောကြီး လာရောက်ပြီးတော့ “ရောဂါတွေ ကုန်သွားပြီ၊ ကုန်သွားပြီ မရှိတော့ဘူး” လို့ လျှောက်ထားပါသတဲ့။ အဲဒီ ဆရာတော် ဦးသုမနဟာ ဝါဆိုလဆန်း ၂ ရက်ကစပြီး အားထုတ်တယ်၊ ဝါခေါင်လထဲမှာ ရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားတယ်၊ ဝါကျွတ်ပြီးအောင် မြင်းခြံရိပ်သာမှာပဲ ဆက်လက် အားထုတ်လျက် နေထိုင်သွားတယ်၊ ပကတိအတိုင်းပဲ ကျန်းမာချမ်းသာစွာ နေထိုင်သွားရပါသတဲ့။

ပန်းနာ ပျောက်သူ

၁၃၂၆ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလဆုတ် (၇) ရက်နေ့က မြင်းခြံအရှေ့ လယ်သစ်ရွာမှ အသက် (၇၀)ရှိ ဦးအောင်မြင့် ဆိုတဲ့ သူဟာ မြင်းခြံရိပ်သာသို့ လာပြီး တရားအားထုတ်တယ်။ သူ့မှာ စွဲကပ်နေတဲ့ ပန်းနာရောဂါက နှစ်ပေါင်း (၃၀) တောင် ရှိနေပြီတဲ့။ သူ့မှာ ပါလာတဲ့ငွေ (၃၀) ကို ရိပ်သာဆရာတော်၏ ကပ္ပိယထံ လွှဲအပ်ပြီးတော့ တပည့်တော်သေရင် ဒီငွေ (၃၀) နဲ့ပဲ သင်္ဂြိုဟ်လိုက်ပါတော့လို့ လျှောက်တယ်။ ဒကာကြီးမပူနဲ့ ဆရာတော်က အားလုံး တာဝန်ယူမယ်၊ ကြိုးစားပြီးတော့သာ အားထုတ်ပါလို့ဆိုပြီး အမှတ်တရားကို ပေးလိုက်ပါသတဲ့။

ရှုမှတ်အားထုတ်လို့ ၆ ရက်ခန့်ကြာတဲ့အခါ သူ့ရောဂါက ပိုပြီး ဆိုးလာတယ်။ ဟောဟဲ ဟောဟဲနဲ့ဖြစ်ပြီး နှစ်ရက်လုံး ဆန်ပြုတ်တောင် မသောက်နိုင်ဘူးတဲ့။ ဟောဟဲဟောဟဲနဲ့ မောပြီး ကုန်းကုန်းကြီး ဖြစ်နေရာမှာ အခြား ယောဂီတွေက ဝိုင်းပြီး ပြုစုကြရတယ်။ သေတော့မှာပဲလို့ထင်ပြီး ဆရာတော်ထံ သွားလျှောက်ကြတယ်။ ဆရာတော်က ကြွလာပြီး အားပေးတရားဟောရင်း မောတာကို အမှတ်ခိုင်းတယ်။ ယောဂီက မောတယ်မောတယ်လို့ ရှုမှတ်နေလိုက်တာ ၂ နာရီ လောက်ကြာတော့ အမောပြေပြီး ချမ်းသာသွားတယ်။

အဲဒီကနောက် ရက်တစ်ပတ်လောက်ကြာတဲ့အခါ သူ့ရောဂါက ပြန်ထလာပြန်တယ်။ ၃ ရက်လုံးလုံး ဆန်ပြုတ်တောင် မသောက်နိုင်ဘူးတဲ့။ အများကတော့ သေတော့မှာပဲလို့ထင်နေကြတယ်။ ဆရာတော်က ကြွလာပြီးတော့ ရောဂါဝေဒနာ ပျောက်တော့မည့် အကြောင်း အားပေးဟောပြောပြီး ကြိုးစားရှုမှတ်ဖို့ ညွှန်ကြားတယ်။

အဲဒီလို အားပေးပြီး အမှတ်ခိုင်းတာကို ကြားရတော့ ဘေးနားက ရှိနေတဲ့သူအများက ဒါလောက် သေလုသေခါနီးဖြစ်နေတာ၊ ဘယ်မှတ်နိုင်တော့မှာလဲ ဆိုတဲ့အနေနဲ့ ပြုံးရယ်ကြသတဲ့။ ဦးအောင်မြင့်ကတော့ ဆရာတော် အားပေးတဲ့အတိုင်း စူးစိုက်ပြီး ရှုမှတ်နေရင်း သူ့ဝမ်းဗိုက်ကြီး ပေါက်ကွဲပြီး အကျိအခွဲ အလုံးအခဲတွေ အစိမ်းအနီ အဝါ အပြာတွေ ထွက်သွားတာကို ဉာဏ်ထဲ စိတ်ထဲမှာ မြင်ရတဲ့အတွက် “ဝမ်းဗိုက်ကြီး ကွဲထွက်သွားပါပြီဗျ” လို့တောင် ဟစ်အော်မိပါသတဲ့။

အဲဒီကနောက် ဆရာတော်၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ဆက်လက်ပြီး ရှုမှတ်သွားရာ သူ့ရောဂါဟာ မပေါ်လာတော့ပဲ လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားပါသတဲ့။ အဲဒီ ဦးအောင်မြင့်ဆိုတာက ရဟန်းလူထွက် ဖြစ်လို့ ဟောပြောနိုင်စွမ်းလည်းရှိတဲ့အတွက် သူ့အရပ်မှာ သူ့ဆွေမျိုးများကို တရားပြနေပါတယ်။ ယခု (၁၃၃၅) ခုနှစ်အထိ ကျန်းမာစွာ ရှိနေပါတယ်။

ခရုသင်းနှင့် ယားနာတွေ ပျောက်သူ

၁၃၃၆ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလဆုတ် ၄ ရက်နေ့က စပြီးတော့ ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာမှာ တရားအားထုတ်ပြီး ရောဂါပျောက်ပုံကို ရန်ကုန်မြို့ အထက်ပန်းဆိုးတန်းလမ်း အမှတ် (၉၀) နေ အသက် (၂၀) ရှိ မောင်ဝင်းမြင့်က ဒီလို လျှောက်ထားပါတယ်။

တပည့်တော်ဟာ ၁၆ နှစ်သားက ရွှေကျင်သွားပြီး နေခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီမှာ သမင်သား ဂျီ ဆတ် တောကြောင်သား လင်းမြေ ဖွတ်ဥ ကျားသားမှစ၍ အညှီအဟောက်တွေကို မရှောင်တမ်း စားခဲ့ပါ

တယ်၊ တစ်နှစ်လောက် စားမိတော့ လက်ခြေပါမကျန် တစ်ကိုယ်လုံး မှာ ယားနာတွေ ပေါက်လာပါတယ်။ သွေးလည်း မသန့်၊ အသား အရေလည်း ခရသင်း အဖြူကွက်တွေနဲ့ မကောင်းဖြစ်လာပါတယ်။ ညညမှာလည်း ယားလို၊ ထထပြီး ကုတ်ရတာ ညလုံးပေါက်လိုပါပဲ။ ဒီရောဂါကြောင့် ကျောင်းလည်း မှန်မှန်မတက်နိုင် စာအဆင့်အတန်း လည်း နောက်ကျနေပါတယ်။

ဒါနဲ့ ဆရာဝန် မဂျစ်ကိုပြပြီး နေ့တိုင်း ဆေးထိုး ဆေးစား ခဲ့ရတာ၊ ၃ လတိတိ တစ်ရက်မျှ မပျက်ခဲ့ပါ။ ဆေးတစ်ခါထိုးရင် ငွေ စီးပေးရပါတယ်။ ရောဂါကတော့ မသက်သာပါ။

နောက်ပြီးတော့ အရေပြားရောဂါ အထူးကု ဒေါက်တာ ကင်းလွင်ကိုပြပြီး ဆေးထိုး ဆေးစားခဲ့ပြန်ပါတယ်။ ၂ လ ကြာလို့ လည်း ဘာမျှ မထူးခြားပါ။ ဆေးခဏတော့ တစ်နေ့ (၁၀) ကုန်ပါတယ်။ ပျော်ပွဲ၊ ရွှင်ပွဲတွေကို သွားရင်လည်း ခဏလောက်သာ ပျော်ရွှင်မှုကို ရပါတယ်။ ဒီယားနာကြောင့် စိတ်ညစ်နေတာကပဲ များပါတယ်။ ဒီရောဂါဝေဒနာကို ၁၆ နှစ်မှ အသက် ၂၀ အထိ ခံစားရပါတယ်။ တစ်နေ့ တစ်ရက်မျှ စိတ်ချမ်းသာမှုကို မရခဲ့ပါ။

၂-၁၂-၇၄ (တန်ဆောင်မုန်း လပြည့်ကျော် ၄-၃၆ ခု) ရက်နေ့က အဘိုးဖြစ်သူက သာသနာ့ရိပ်သာကို လိုက်ပို့လို့ တရား စပြီး အားထုတ်ရပါတယ် ထိုင်လို့ ၂ မိနစ်လောက်ကြာရင်ပဲ ယားလာ ပါတယ်။ မှတ်လို့လည်း မပျောက်ပါ။ ၁၁-၁၂-၇၄ ရက်နေ့က ယားလွန်းလို့ မနေနိုင်တာနဲ့ အိမ်ကိုထွက်ပြေးခဲ့ပါတယ်။ အိမ်မှာ လည်း တစ်ညလုံး ထပြီး ကုတ်လိုက်၊ မှတ်လိုက်နဲ့ မိုးလင်းခဲ့ပါတယ်။

မိုးလင်းတော့ အဘိုးဖြစ်သူက ရိပ်သာပြန်လိုက်ဖို့ ခေါ်တာနဲ့ မလိုက်ချင်ဘဲနဲ့ပင် ပြန်လိုက်လာခဲ့ရပါတယ်။ ယားလွန်းလို့ မမှတ်နိုင်

ကြောင်း နေ့လယ်မှာ ဆရာတော်ကို လျှောက်ပါတယ်။ ဆရာတော်က နိုင်အောင် မှတ်ပစ်၊ ပျောက်သွားလိမ့်မယ်၊ ဆေးထိုးရင် ငွေလည်းကုန်၊ အသားလည်းနာမယ်၊ မှတ်တာက ဘာမျှ မကုန် အသားလည်းမနာဘူး၊ သည်းခံပြီး စူးစူးစိုက်စိုက် မပြတ်မှတ်နေပါ၊ ပျောက်သွားပါလိမ့်မယ်လို့ အားပေးတိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

ဒါနဲ့ စိတ်အားတက်ပြီး ညနေ ၄ နာရီမှ ၅ နာရီအထိ ထိုင်မှတ်နေရာမှာ ငါးမိနစ်လောက်ကြာတော့ ယားလာပါတယ်၊ ယားတယ်၊ ယားတယ်လို့ တင်းတင်းရင်းရင်း နိုင်အောင် မှတ်ချလိုက်တာ၊ အယားပျောက်သွားပါတယ်။ အတော်လည်း ဝမ်းသာသွားပါတယ်၊ ညဉ့်ဦးပိုင်း ၆ နာရီ မှ ၇ နာရီအထိ ထိုင်မှတ်နေရာမှာလည်း ယားလာပြန်ပါတယ်။ အယားက မျက်ရည်ကျရအောင် ပြင်းထန်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပေပြီး မှတ်နေပါတယ်။ နတ်ပူးတာလို တုန်တုန်ရီရီ ဖြစ်လာပါတယ်။ မလျှော့ဘဲ စူးစိုက်ပြီး မှတ်ပေမဲ့ မပျောက်တာနဲ့ ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာကို ပြောင်းပြီး ရှုမှတ်နေပါတယ် အဲဒီလို ရှုမှတ်နေရင်း ယားတာဟာ ဘယ်လိုပျောက်သွားလိုက်မှန်းတောင် မသိလိုက်ရဘူး၊ အံ့သြလောက်အောင်ပဲ ပျောက်သွားပါတယ်။

နောက်နေ့ကျတော့ ယားတာဟာ ပေါ်လာတိုင်း မှတ်လိုက်ရင် ပျောက်ပျောက်သွားပါတယ်၊ စိတ်ထဲမှာ အတော်ကို ပျော်ရွှင်လာပါတယ်။ တရားထိုင်လိုတဲ့ ဆန္ဒလည်း ပြင်းပြ အားတက်လာပါတယ်။ ၂၀-၁၂-၇၄ ရက်နေ့မှာ ယားလာပြန်ပါတယ်။ မှတ်လို့ မပျောက်နိုင်ပါ၊ ချွေးတွေရော၊ မျက်ရည်တွေပါ ကျလာပြီး တစ်ကိုယ်လုံး ဆတ်ဆတ်ခါ တုန်လာတယ်။ အတင်းပေပြီး မှတ်ချလိုက်မှပဲ ပျောက်သွားပါတယ်။ ဘယ်လိုကနေပြီး ဘယ်လို ပျောက်သွားတယ်လို့တောင် မသိလိုက်ရပါ။

၁၀-၁-၇၅ (နတ်တော်လဆန်း ၃-၃၆) ရက်နေ့ နံနက် ၃ နာရီမှ ၅နာရီ အထိ ထိုင်ပြီး မှတ်နေရာမှာ ခြေ လက် ကျော ခေါင်းတို့မှ ယားလာပါတယ်။ မှတ်လိုက်တော့ ပျောက်သွားပါတယ်။ အဲဒီလို မှတ်နေရင်း တစ်ကိုယ်လုံးမှာ ဗြုန်းခနဲ ယားလာပြန်ပါတယ်။ စူးစိုက်ပြီး မှတ်လိုက်တော့ အဲဒီယားတဲ့ ဝေဒနာတွေဟာ တစ်ပေါင်းတည်း ခေါင်းက ထွက်သွားသလို ထင်ရပါတယ်။ တစ်ကိုယ်လုံးက အပူရှိန်တွေဟာလည်း တစ်ခါတည်း ထွက်သွားပါတယ်။

နေ့ ၁၁ နာရီလောက်မှာ ရေချိုးဖို့ အပြင်ထွက်ပြီး ခေတ္တ ထိုင်နေတုန်း ခွေးတစ်ကောင်က အနားမှာလာထိုင်တယ်။ ခွေးစော်နဲ့လို့ မခံနိုင်တဲ့အတွက် အဲဒီခွေးကို မောင်းထုတ်လိုက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ခွေးနဲ့ ကတော့ နံမြဲပင် နံနေတယ်။ အခန်းထဲ ဝင်သွားတော့လည်း နံနေတာပဲ။ ဘာက နံတာပါလိမ့်မလဲလို့ စူးစမ်းကြည့်တော့ တပည့်တော် ကိုယ်တိုင်ကပဲ နံနေကြောင်း တွေ့ရပါတယ်။ ဒါနဲ့ ရေချိုးလိုက်ပါတယ်။ ဆပ်ပြာနဲ့လည်း ပွတ်တိုက်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အနံ့ကတော့ မပျောက်ဘူး။ နံလျက်ပဲရှိနေတယ်။ ၁၁ ရက်၊ ၁၂ ရက်၊ ၂ ရက် တိတိ အဲဒီလို နံနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တပည့်တော်က ရှက်လို့ ဆရာတော်အား အဲဒီအကြောင်းကို အဲဒီတုန်းက မလျှောက်ခဲ့ပါ။

အဲဒီကနောက်တော့ ရှုမှတ်နေရင်း အဲဒီခွေးနဲ့လည်း ပျောက်သွားပါတယ်။ ယားနာတွေလည်း ပျောက်သွားပါတယ်။ သွေးသားလည်း သန့်စင်ပြီး ခရသင်းခေါ်တဲ့ အဖြူကွက်တွေလည်း မရှိတော့ဘဲ အသားအရေတွေဟာ မူလကအတိုင်းပင် စိုစိုပြေပြေ ဖြစ်လာပါတယ်။ အဲဒီကနောက် အရေပြားဆေးရုံက ဆရာမကို သွားပြတော့ ဆရာမတွေက အင်မတန် အံ့သြကြပါတယ်။ ဘာကြောင့်လည်း ဆိုတော့

“ဒီရောဂါဟာ ဘယ်လောက်ပဲ ဆေးထိုးထိုး ပျောက်မှာ မဟုတ်ဘူး”
 လို့ ဆရာမက ပြောဖူးပါတယ်။ ဒါကြောင့်လဲ အံ့သြကြတာပါပဲ။
 နောက်ပြီးတော့ ရောဂါပျောက်ခြင်း၏အကြောင်းကို မေးတဲ့အခါ
 တပည့်တော်က “မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ သွားပြီး တရားအားထုတ်
 ပါတယ်။ ပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်တွေကိုလည်း မလွှတ်တမ်း မပြတ်
 ရှုမှတ်နေရင်း အဲဒီ ရောဂါတွေ အကုန်လုံး ပျောက်သွားတာပဲလို့”
 ပြောပြလိုက်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဆရာမတွေက -

“ဟင် ဒီတရားက တော်တော်ကို စွမ်းတဲ့ တရားပါလား”
 လို့ အံ့သြပြီး ချီးမွမ်းကြပါတယ်ဘုရားတဲ့။ ဒါဟာ ၄ နှစ်ခန့်
 ခရုသင်းနှင့် အယားအယံရောဂါ အနှိပ်စက်ခံလာခဲ့ရတဲ့ ယောဂီ
 ဝင်းမြင့်က ဆရာတော် ဦးသုဇာတအား လျှောက်ထားတဲ့ စကားရပ်
 ပါပဲ။

**မုဒုံမြို့နယ် တော်ကူးရွာ သတိပဋ္ဌာန်ရိပ်သာ ဦးနန္ဒိယထံမှ
 ရောဂါထူး ပျောက်ပုံများ**

ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဦးနန္ဒိယသည် ရဟန်းအဖြစ်သို့ မရောက်
 သေးမီ လူဝတ်ကြောင် ဘဝကတည်းက ရောဂါထူးပြောသူဖြစ်ခဲ့သည်။
 ခြေဆွဲရောဂါ မူးဝေရောဂါ အဏ္ဍဝေခို(မှတ်) ရောဂါများကို နှစ်ရှည်
 လများ ခံစားခဲ့ရသည်။ ဆေးဆရာများက ဆေးသုဉ်းသည့် လူနာ
 အဖြစ်ဖြင့် ဆေးကုမပေးတော့ပဲ လက်လွှတ် ထားခဲ့ကြသည်။

ရဟန်းအဖြစ်သို့ ရောက်ပြီးမှလည်း အကြီးအကျယ် နာဖျား
 ခဲ့၍ လေးလတိုင်တိုင် ကုသခဲ့သဖြင့် အနည်းငယ် သက်သာလာခဲ့

သည် ရှိသမျှ အင်အားနှင့် စိတ်ကိုတင်းပြီး တရား အားထုတ်ရန်
မော်လမြိုင်မြို့ မြို့ဝ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကျောင်းတိုက် ဆရာတော်
ဦးပဏ္ဍဝထံသို့ သွားရောက်ခဲ့သည်။ သို့သော်လည်း အားနည်းနေသ
ဖြင့် ရောက်ရောက်ချင်း တရားမဝင်သေးဘဲ ဆိုင်းငံ့နေရာမှ တဖန်
စဉ်းစားမိပြန်သည်မှာ “အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းတရားသည် ရက်
ရွှေ့ဆိုင်းနေသည်မဟုတ်၊ ရက်တွေ ရွှေ့နေလျှင် ငါမိုက်ရာ ကျတော့
မည်၊ ယနေ့ပင် တရားအားထုတ်တော့မည်” ဟု စိတ်ပိုင်းဖြတ်ပြီး
တရားအားထုတ်တော့သည်။ မည်သူနှင့်မျှ စကားမပြော၊ အခန်း
တံခါးပိတ်ပြီး တင်းတင်းရင်းရင်း အားထုတ်ခဲ့သည်။ ပေါ်လာသမျှ
ဝေဒနာတို့ကိုလည်း မလျော့သော လုံ့လ ဝီရိယဖြင့် ရှုမှတ်ခဲ့သည်။
ဣရိယာပုတ် မကြာမကြာ ပြောင်းလဲခြင်းကို မပြုမူ၍ သည်းခံပြီး
တစ်နာရီမှ နှစ်နာရီ၊ နှစ်နာရီမှ သုံးနာရီ၊ သုံးနာရီမှ လေးနာရီ
စသည်ဖြင့် နောက် မဆုတ်တမ်း တိုး၍ တက်၍ စွဲစွဲမြဲမြဲ စူးစူးစိုက်စိုက်
ရှုမှတ်ရာ၊ ၆ နာရီကြာ ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ အကြမ်းစား ဒုက္ခဝေဒနာ
များ ယုတ်လျော့လာပြီး၊ ၁၂နာရီကြာအောင် ဣရိယာပုတ် တစ်မျိုး
တည်းဖြင့် မပြောင်းလဲပဲ ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ အနုစား ဒုက္ခဝေဒနာ
များလည်း လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားကြလေတော့သည်။ ဓမ္မသဘာဝ
အားဖြင့် ထင်ရှား ပေါ်လာသော ဒုက္ခဒေဝနာတို့သည်လည်းကောင်း
နောက်နောက်က ပါလာသော ရောဂါဟောင်းတို့သည်လည်းကောင်း
အကုန်လုံး ပျောက်ကင်းသွားကြလေတော့သည်။ ဤသို့ ပျောက်ကင်း
ချမ်းသာရခြင်းသည် ဇွဲကြီးကြီးနှင့် စွဲစွဲမြဲမြဲ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်
နိုင်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ယုံကြည်အပ်ပေသည်။

ဦးနန္ဒိယ၏ လုံ့လဝီရိယ ဇွဲသတ္တိမှာ ရှာမှရှားဟု ဆိုအပ်ပေသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော ရှုမှတ်ရာ၌ ဒုက္ခဝေဒနာ တစ်မျိုးမျိုး ပေါ်လာလျှင် ထိုဝေဒနာကို မလွှတ်တော့ပြီ။ စူးစူးစိုက်စိုက် စွဲမြဲမြဲသာ ရှုမှတ်နေတော့သည်။ သို့သော် “ငါမနိုင်လျှင်မနေ” ဤသို့ကား သဘောမထားပေ “ပေါ်လာသမျှကို ရှုမှတ်ရမည်မှာ ငါ၏အလုပ် ဖြစ်သည်” ဟူ၍သာ သဘောထားကာ ရှုမှတ်နေပေသည်။ ရှုမှတ်သည့် အတိုင်းလည်း ဒုက္ခဝေဒနာဟူသမျှ အနေနှင့်အမြန် ပျောက်ကင်းသွားသည်သာ ဖြစ်သည်။

ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ရှုမှတ်အားထုတ်ခဲ့သော ဦးနန္ဒိယသည် ရဟန်းဖြစ်၍ ၁၇ ဝါအရ လွန်ခဲ့သော ၁၅ နှစ်ကစ၍ ယောဂီများကို တရားပြလာခဲ့သည်။ ရှုမှတ်ပုံမှာ ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ရှုမှတ် အားထုတ်နည်းအတိုင်းပင် ဖြစ်သည်။ ယောဂီများအား ဣရိယာပုတ် ခိုင်မြဲစေရန် အထူးအားပေးသည်။ ဣရိယာပုတ် ပြောင်းလို ပြင်လိုသော ယောဂီအား မပြောင်း မပြင်မီ ထိုပြောင်းလို ပြင်လိုသော စိတ်ဦးကို ရှုမှတ်စေခြင်းဖြင့် ၁၅ မိနစ် နာရီဝက် စသည်ဖြင့် အချိန်ကို တဖြည်းဖြည်း တစ်စတစ်စ တင်ပေးသည်။ ဤကဲ့သို့ တင်ပေးရာ၌ မနိုင်သည့်ဝန်ကို ထမ်းဆောင်ခိုင်းသည့် အဖြစ်မျိုးသို့ ရောက်အောင် ရှုမှတ်ခိုင်းသည်ကား မဟုတ်ပေ။ *အားမတန်မာန်လျှော့ ဆိုသလို ဆက်လက် မရှုမှတ်နိုင်လျှင် ဣရိယာပုတ် ပြောင်း၍ ရှုမှတ်စေပါသည်။ ဤကဲ့သို့သောနည်းဖြင့် ယောဂီသည် တစ်နာရီမှ နှစ်နာရီ၊ နှစ်နာရီမှ သုံးနာရီ စသည်ဖြင့် အချိန်တိုးတက်၍ တိုးတက်၍ အားထုတ်နိုင်လေသည်။ ပေါ်လာသမျှ ဝေဒနာများကိုလည်း ရှုမှတ်နိုင်လေသည်။

အချို့ ယောဂီများမှာ ၁၂ နာရီ၊ ၁၅ နာရီထိအောင်
 ဣရိယာပုတ် တစ်မျိုးတည်းဖြင့် မပြောင်းလဲမပြုပြင်ဘဲ ရှုမှတ်နိုင်ကြ
 လေသည်။ အချို့ ယောဂီများကိုမူ သူတို့၏ ရောဂါနှင့် သင့်လျော်
 သော ဣရိယာပုတ်ဖြင့် များများ ရှုမှတ်စေပါသည်။ အဘယ်သို့နည်း
 ဟူမူ မူးဝေရောဂါရှိသော ယောဂီ၊ ခြေဆွဲရောဂါရှိသော ယောဂီအား
 ရပ်ခြင်း ဣရိယာပုတ်ဖြင့် များများ ရှုမှတ်စေသည်။ လိပ်ခေါင်းရောဂါ
 ရှိသူအား ထိုင်ခြင်း ဣရိယာပုတ်ဖြင့် များများ ရှုမှတ်စေသည်။
 ဤသို့ ရှုမှတ်စေခြင်းဖြင့် ၆ နာရီ၊ ၆ နာရီထက် ပို၍ ရှုမှတ်နိုင်
 သောအခါ ယောဂီမှာ ရှိရင်းရောဂါ သက်သာ၍ လာလေတော့သည်။
 ဆက်လက်၍ ရှုမှတ်သွားသောအခါ ဣရိယာပုတ်လည်း ပိုမို ခိုင်မြဲလာ
 သည်။ ရောဂါဝေဒနာများလည်း လုံးဝ ပျောက်ကင်း၍ ချမ်းသာ
 သွားကြလေတော့သည်။

ဣရိယာပုတ် ၄ မျိုးတို့တွင် ထိုင်ခြင်း ဣရိယာပုတ်ဖြင့်
 ရှေးဦးစွာ ရှုမှတ်စေသည်။ ထို ဣရိယာပုတ်ဖြင့် အချိန်တိုး၍ မရှုနိုင်
 သောအခါ သွားခြင်းဣရိယာပုတ်ဖြင့် ရှုမှတ်စေသည်။ ယင်း ဣရိယာ

*မှတ်ချက်။ ။ ဤအရာ၌ အချို့က “အပင်ပန်းခံ အားထုတ်လျှင် အတ္တကိလ
 မထာနုယောဂဖြစ်သည်” ဟု အထင်မှား အပြောမှားတတ်ကြ၏။ အမှန်မှာ
 ဓမ္မစကြာသုတ်၌ ကတမာစသာဘိက္ခဝေ မဇ္ဈိမာပဋိပဒါ ။ပ။ အယ-မေဝ
 အရိယော အဋ္ဌဂီကော မဂ္ဂေါ၊ သေယျထိဒံ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ။ပ။ သမ္မာသမာဓိဟု
 ဟောတော်မူသည့် အတိုင်းပင် သမ္မာဒိဋ္ဌိ စသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၊ သီလသမာဓိ
 ပညာသုံးပါးဖြစ်အောင် အားထုတ်ခြင်း ဟူသမျှသည် ဘယ်လိုပင် အပင်ပန်း
 ခံ၍ အာထုတ်သော်လည်း အတ္တကိလမထာနုယောဂ မဟုတ်၊ မဇ္ဈိမပဋိပဒါ
 အကျင့် လမ်းမှန်သာ ဖြစ်သည်ဟု မြဲမြံစွာ မှတ်ထားကြရမည်။

(မဟာစည် ဆရာတော်)

ပုတ်ဖြင့် အချိန်တိုး၍ မရှုမှတ်နိုင်ပြန်လျှင် ရပ်ခြင်း ဣရိယာပုတ်ဖြင့် ရှုမှတ်စေပြန်သည်။ ယင်း ဣရိယာပုတ်ဖြင့် အချိန်တိုး၍ မရှုမှတ်နိုင်ပြန်လျှင် လျောင်းခြင်း ဣရိယာပုတ်ဖြင့် ရှုမှတ်စေပြန်သည်။ လျောင်းလျက် ရှုမှတ်ရာ၌ ယောဂီတို့သည် အများအားဖြင့် အိပ်ပျော် သွားတတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုသို့အိပ်ပျော်မသွားစေရန် ပထမ တစ်နာရီခွဲ နှစ်နာရီခန့် ထိုင်လျက် ရှုမှတ်စေသည်။ ဒုတိယ လမ်းလျှောက်လျက်လည်း တစ်နာရီခွဲ နှစ်နာရီခန့် ရှုမှတ်စေသည်။ တတိယ ရပ်လျက်လည်း တစ်နာရီခွဲ နှစ်နာရီခန့် ရှုမှတ်စေသည်။ ထို့နောက် လဲလျောင်းလျက် ရှုမှတ်စေသည်။ ဤကဲ့သို့ ဣရိယာပုတ် ၄ ပါးလုံး အဆက်မပြတ် ပြောင်းလဲရှုမှတ်စေရာ၌ ယောဂီသည် အိပ်ရာပေါ်မှာ ကိုယ်ကို ဖြောင့်မတ်စွာထား၍ လှဲအိပ်ချမိ သည်နှင့် တပြိုင်နက် တစ်ကိုယ်လုံး လေးလျက် မလှုပ်မရှားတော့ဘဲ၊ တောင့်ပြီး သေနေသကဲ့သို့ ငြိမ်နေလေတော့သည်။ အိပ်လိုလည်း မပျော်တော့ပြီ။ မသိမှု အဝိဇ္ဇာ မကပ်လာတော့ဘဲ အမှတ်အသိဖြင့်သာ မပြတ်မှတ်မိလျက် ငြိမ်နေလေတော့သည်။ ထိုသို့ ငြိမ်နေသည်မှာ တစ်နေ့လုံးလည်း ကြာတတ်သည်။ တစ်နေ့နှင့် တစ်ည၌ ကြာသည်လည်း ရှိသည်။ ဤကဲ့သို့ ငြိမ်လျက် ရှုမှတ်နေရာမှ တစ်ကိုယ်လုံး ပေါ့ပါး၍ လှုပ်ရှားလာသော အချိန်တွင် ရောဂါဝေဒနာများ ပျောက်ကင်းနေသည်ကို လက်တွေ့ ကိုယ်တိုင်တွေ့အားဖြင့် သိရကြောင်း ယောဂီကိုယ်တိုင် ထုတ်ဖော် ပြောဆိုလာပေသည်။

ဣရိယာပုတ်ကို တဖြည်းဖြည်း တင်ပေးခြင်း၊ ကြောက်တတ်သော ယောဂီကို (အမျိုးသားဖြစ်လျှင်) မိမိကိုယ်တိုင် အနီး၌ နေ၍ စောင့်ရှောက်ပေးခြင်းဖြင့် ရောဂါဝေဒနာ ပျောက်ကင်းသွားကြသော ယောဂီများအနက် အချို့ကို ထုတ်ဖော်ပြပါအံ့။

၁။ မုဒုံမြို့နယ် ကျိုက္ကောရွာ ဓမ္မိကာရုံကျောင်း ဆရာတော် ဦးဝံသပါလသည် ၁၃၁၂ ခုနှစ်မှစ၍ အမူးရောဂါ ချောင်းဆိုးရင်ကျပ် ရောဂါ ငှက်ဖျားရောဂါတို့ကို ခံစားနေခဲ့ရရာ သင့်လျော်မည်ထင်သော ဆေးများကို မှီဝဲပါသော်လည်း ခဏခေတ္တလောက်သာ သက်သာရာ ရသည်။ အကြိမ်များစွာ ပြန်ပြန်ပေါ်လာသည်။

ထို့ကြောင့် သံဆဂစိတ်ဖြင့် ပထမအကြိမ် ရက်သတ္တနှစ်ပတ် တရားအားထုတ်သည်။ ၁၃၃၅ ခုနှစ် တော်သလင်းလ၌ ဒုတိယ အကြိမ် အားထုတ်ပြန်သည်။ ၃ လနီးပါးကြာသည်။ ရပ်သော ဣရိယာ ပုတ်ဖြင့် ၈ နာရီ၊ ထိုင်သော ဣရိယာပုတ်ဖြင့် ၁၂ နာရီကြာကြာ တစ်ဆက်တည်း ရှုမှတ်နိုင်လေသည်။ ရောဂါဝေဒနာဟောင်းများ သိသိသာသာ သက်သာလာလေသည်။

ထို့ကြောင့် စိတ်အားတက်ကာ ရောဂါရှင်းရှင်း ပျောက်စေ ရန် တတိယအကြိမ် အားထုတ်ပြန်သည်။ ရက်သတ္တတစ်ပတ်အတွင်း မှာပင် လျောင်း ထိုင် ရပ် ဣရိယာပုတ် ၃ မျိုးလုံး၌ ၁၄ နာရီ ကြာအောင် တစ်ဆက်တည်းရှုမှတ်နိုင်သည်။ မူးဝေ ချောင်းဆိုး ရင်ကျပ် ငှက်ဖျားရောဂါ ဝေဒနာဟောင်းများ လုံးဝ ပျောက်ကင်း သွားလေသည်။ ယင်း တတိယအကြိမ်၌ အားထုတ်ချိန်မှာ ၅ လ နှင့် ၁၃ ရက် ဖြစ်သည်။

ထိုဆရာတော်သည် တစ်နေ့သောအခါ ထိုသို့ ရှုမှတ်နေစဉ် ပေါ်လာသော ဝေဒနာကို ရှုမှတ်နေရာ နေ့ဆွမ်း ဘုဉ်းပေးချိန်ရောက် ၍ ကြေးမောင်း ခေါက်သော်လည်း ဣရိယာပုတ်ကို မဖျက်ဘဲ ရှုမှတ်မြဲ ရှုမှတ်နေသည်။ ဝေဒနာပျောက်ကင်းသည့်နောက် ညဉ့်ပိုင်း တွင် မူးခြင်း ဆာခြင်း ပူခြင်းဟူသော ဒုက္ခဝေဒနာ ၃ မျိုး မရှေး မနှောင်း ပေါ်လာသည်။ ယင်းဝေဒနာ တို့ကိုလည်း ရှုမှတ်ပြန်ရာ

၂ နာရီကျော်ကျော်လောက် အကြာတွင် ပထမ အမူးပျောက်သွားသည်။ ဒုတိယ ဆာခြင်းပျောက်ပြီးတော့ နောက်ဆုံးမှာ အပူပါ ပျောက်ကင်းသွားလေသည် (အားရဖွယ် ကြည်ညိုဖွယ် ကောင်းလှပါပေသည်။)

၂။ မုဒုံမြို့နယ် တံခွန်တိုင်ရွာ ဂမုန်းကျောင်းဘုန်းတော်ကြီး ဦးဥတ္တရသည် အမူးရောဂါ နှလုံးရောဂါ လိပ်ခေါင်းရောဂါ ဆီးရောဂါ အသားဝါရောဂါ တင်ပါးနာရောဂါနှင့် နောက်ကြောတက်ကိုက်ရောဂါတို့ကို နှစ် လ ရှည်ကြာစွာ ခံစားခဲ့ရသည်။ ၁၃၃၇ ခုနှစ်တွင် တော်ကူးရွာ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကျောင်း၌ ဝါကပ်ဆို၍ တရားအားထုတ်သည်။ ငိုရလောက်အောင် ဒုက္ခဝေဒနာတွေ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ပေါ်လာသည်။ ပေါ်လာသည့် အတိုင်းပင် ရှုမှတ်စေသည်။ အစအဦး၌ အသင့်အတင့်လောက်သာ ရှုမှတ်နိုင်သည်။ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့တိုး၍ ရှုမှတ်နိုင်လာသည်။ ဣရိယာပုတ် ခိုင်မြဲလာသည်နှင့်အမျှ ဒုက္ခဝေဒနာများလည်း လျော့ပါးသက်သာလာရာ ၆ နာရီကျော် ၇ နာရီခန့် တစ်သမတ်တည်း ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ အဆိုပါ ရောဂါဝေဒနာများ ပျောက်ကင်းသွားသဖြင့် ယနေ့တိုင် အနင်းအနှိပ် မခံရဘဲ၊ ချမ်းသာနေသည့်အပြင် သူ၏ နေမြဲကျောင်းတွင် တရားကို ဆက်လက်ရှုမှတ်လျက် ရှိပေသည်။ (နည်းယူဖွယ်ပင်)

၃။ မုဒုံမြို့နယ် တော်ကူးရွာ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကျောင်းနေ ဦးဉာဏဓဇခေါ်သော ရဟန်းတစ်ပါးသည် ဝမ်းအောင့်ရောဂါ ခံစားနေရ၍ ဆရာဝန်ကို ပြကြည့်ရာ ဆရာဝန်က ခွဲစိတ်ကုသရမည်ဟုဆိုသည်။ ဆရာတော် ဦးနန္ဒိယက ခွဲစိတ် မကုသမီ တရား အားထုတ်ကြည့်ပါဦး “ဆီး ခဏခဏ သွားချင်တယ်၊ သွားတော့လည်း

နည်းနည်း နည်းနည်း ဖြစ်နေတယ်ဆိုတော့ ဆီးကြောင့် ဝမ်းအောင်
တာ ဖြစ်ချင် ဖြစ်နေမယ်” လို့ ပြောဆို တိုက်တွန်းပြီး တရားကို
ရှုမှတ်စေပါသည်။ ဆီးစွန့်ချင်တဲ့အခါ စွန့်ချင်တယ် စွန့်ချင်တယ်လို့
စူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ဖို့ ညွှန်ကြားပေးပါသည်။ ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း
ရှုမှတ်နေရာ ကျောက်ခဲအဖြူလုံးကလေးများ တစ်ကြိမ်လျှင် ၂ လုံး
၃ လုံးစသည်ဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် ထွက်ကျလာသည်။ အားလုံးပေါင်း
၂၇ လုံးဖြစ်သည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ ဦးဉာဏဓမ္မော ဝမ်းအောင်ခြင်း
ဆီး ခဏ ခဏ သွားလိုခြင်း ပျောက်ကင်းသွားလေတော့သည်။

၄။ ဥပဇ္ဈာယ်ယူ အတူနေ တပည့်ဖြစ်သော ဦးသီရိအမည်ရှိသော
ရဟန်းကြီး တစ်ပါးသည် မူးဝေခြင်း မောပန်းခြင်း အောင့်ခြင်းနှင့်
နားလေးရောဂါ ဝေဒနာများကို ခံစားနေရသည်။ မိမိညွှန်ကြားသည့်
အတိုင်း အားထုတ်သဖြင့် တစ်နေ့တွင် ရှုမှတ်၍ ၆ နာရီခန့် ကြာ
သောအခါ ထိုဝေဒနာများ ယုတ်လျော့ သက်သာလာသည်။ ဆက်၍
ရှုမှတ်သဖြင့် လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားသည်။ ၇ နာရီ ၈ နာရီ
စသည်ဖြင့် တိုးတက်၍ ၁၂ နာရီ ကြာသည်တိုင်အောင် ရှုမှတ်သော်
လည်း ထိုဝေဒနာများ ပြန်မပေါ်လာတော့ဘဲ ရှင်းရှင်း ပျောက်ကင်း
သွားသည်။

၅။ တံခွန်တိုင်ရွာနေ ဦးသိန်းလှိုင်၏ သမီး အသက် ၁၈ နှစ်
အရွယ်ရှိ မသန်းရီသည် အမူးရောဂါကို ၁၀ နှစ်ကျော်ကျော် ခံစား
နေရရာ ရိပ်သာသို့ လာ၍ ယုံယုံကြည်ကြည်နှင့် စွဲစွဲမြဲမြဲ စူးစူးစိုက်စိုက်
ရှုမှတ်အားထုတ်သည်။ ၃ ရက်မြောက်နေ့တွင် ဣရိယာပုတ် တစ်ခု
တည်းဖြင့် ၃ နာရီခန့် ကြာအောင် ရှုမှတ်နိုင်လာသည်။ အမူးရောဂါ
ကိုလည်း ထိုအချိန်၌ ရှုမှတ်နိုင်လေသည်။ ရှုမှတ်တိုင်း အမူးရောဂါ
ပျောက်ပျောက်သွားသည်။ နောက်ကာလ၌ ကြာရှည်စွာ ရှုမှတ်နေ

သော်လည်း အမူးရောဂါ ပြန်မပေါ်လာတော့ဘဲ လုံးဝ ပျောက်ကင်း သွားသည်။

၆။ တော်ကူးရွာ ဦးငယ် ဒေါ်ဝင်းကြည်တို့၏ သမီး အသက် ၂၀ ရှိ မခင်သန်းမြင့်သည် ဝမ်းအောင့်ရောဂါကို ၁၀ နှစ် ကျော်ကျော် ခံစားခဲ့ရာမှ ရိပ်သာသို့လာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ ၃ ရက်မြောက် နေ့တွင် ၃နာရီကြာ ရှုမှတ်ရာ ဝမ်းထဲမှ အလုံးတွေ အန်ထွက်လာ သည်။ ဝမ်းလဲသွားသည်၊ ဖြစ်ပေါ်သည့်အတိုင်းပင် ရှုမှတ်စေသည်။ ၁၀ ရက် ကြာသောအခါ ထိုရောဂါ ပြန်မပေါ်လာတော့ဘဲ ယနေ့တိုင် ပျောက်ကင်းလျက်ရှိသည်။

၇။ နိုင်လှရွာ အသက် ၆၀ ရှိ ဦးဝင်းသည် ဝမ်းအောင့်ရောဂါကို နှစ်ပေါင်းများစွာ ခံစားလာခဲ့ရသည်။ ရိပ်သာသို့ လာ၍ တရား အားထုတ်သည်။ ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ရှုမှတ်ရာ တတိယမြောက် ည ၈ နာရီ အချိန်ခန့်တွင် ထွေးခံနှစ်လုံးခန့် စမြင်းတွေ အန်ထွက် လာသည်။ (စမြင်းနှင့် အလားတူသော အစာပျက်တွေ ဖြစ်ဖွယ်ရှိ၏။) ဝမ်းအောင့်ရောဂါလည်း ပျောက်ကင်းသွားသည်။ ဆက်လက်၍ ရှုမှတ် နေရာ ထိုရောဂါ ပြန်မပေါ်လာတော့ဘဲ လုံးဝ ပျောက်ကင်း နေပေ သည်။

၈။ တံခွန်တိုင်ရွာ အသက် (၇၈) နှစ်ရှိ ဦးတွတ်ဆိုသူသည် အမူးရောဂါ တက်ကိုက်ရောဂါသည် ဖြစ်၍ အနှိပ်ဆရာကို အမြဲလိုလို ခေါ်ထားရသည်။ လိပ်ခေါင်းနှင့် ရင်ကျပ်ရောဂါလည်းရှိ၏။ ရိပ်သာ သို့လာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ ရှုမှတ်ခါစ၌ တစ်နာရီခန့်သာ ရှုမှတ်နိုင်သည်။ ထိုမှ တစ်ဆင့်တစ်ဆင့် တိုး၍ တိုး၍ ရှုမှတ်လာ ရာ ၂ နာရီ ၃ နာရီ ၄ နာရီ အထိ ရှုမှတ်လာနိုင်သည်။ ဝေဒနာ

များလည်း တဖြည်းဖြည်း ယုတ်လျော့လာပြီး ပျောက်ကင်းသည့် အခြေအနေထိ ရောက်သွားသည်။

၉။ တံခွန်တိုင်ရွာ ဒေါ်ငွေသိန်းသည် လေထိုး လေအောင့်ရောဂါ နှင့် ဝမ်းထဲ၌ အလုံးရောဂါလည်းရှိ၏။ ဆေးတိုက်မှ ဆရာဝန်၏ ဆေးဖြင့် မပျောက်၍ ဆေးရုံကြီးသို့ သွား၍ပြရာ ဆရာဝန်က ခွဲစိတ် ကုသရမည်ဟု ပြောသည်။ အသက်က ၇၅ နှစ်ရှိပြီ အားနည်းနေ သောကြောင့် အခွဲမခံရဲ၍ ပြန်လာခဲ့သည်။ “သေရင်လည်း အမှတ် တရားနဲ့ သေပါတော့” ဆိုပြီး ရိပ်သာလာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ ရှုမှတ်ခါစ၌ ဣရိယာပုတ် တစ်ခုတည်းဖြင့် ကြာကြာ မမှတ်နိုင်သော် လည်း တစ်စတစ်စနှင့် တိုး၍ တိုး၍ ရှုမှတ်နိုင်လာသည်။ ရှုမှတ်နိုင် သလောက် ရောဂါလည်း ယုတ်လျော့သွားသည်။ တစ်ခုတည်းသော ဣရိယာပုတ်ဖြင့် ၅ နာရီကျော် ၆ နာရီခန့် ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ ရောဂါများ ပျောက်ကင်းသွားသည်။ ယခု အသက် ၇၈ နှစ်ရှိ၍ ၃ နှစ် ကြာခဲ့ပြီ။ ရောဂါကား ပြန်မဖြစ်ပါ (၃၇ ခုက မှတ်တမ်း)။

၁၀။ ကျိုက်ရဲရွာနေ အသက် ၅၅ နှစ်ရှိ ဒေါ်စိန်တီသည် ဝမ်းထဲ၌ အလုံးရှိ၍ ဗိုက်အောင့်ရောဂါကို ခံစားနေရသည်။ ဆော်ဒါမှုန့် သောက်နေရသည်။ (၁၅) နှစ် ကြာခဲ့ပြီ။ ဘုရားပေးတဲ့ တရားဆေးဖြင့် ကုသရန် ရိပ်သာလာ၍ အားထုတ်သည်။ ဆရာညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ရှုမှတ်သည်။ တစ်နေ့ထက် တစ်နေ့ ဣရိယာပုတ် ခိုင်လာသည့် အလျောက် ရောဂါလည်း ယုတ်လျော့သွားသည်။ တစ်ဆက်တည်း ၇ နာရီအထိ ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ ရောဂါဝေဒနာများ အကုန် ပျောက် ကင်းသွားသည်။ ယခု အသက် ၆၀ ကျော်နေပြီ။ ဆော်ဒါမှုန့်လည်း မသောက်တော့၊ ဝမ်းဗိုက်လည်း မအောင့်တော့ပါ။ သူ၏ တရား အားထုတ်ရက်မှာ ၁၆ ရက် ဖြစ်သည်။ (၃၇ ခုနှစ်)

၁၁။ တံခွန်တိုင်ရွာနေ ဒေါ်မလေးသည် အသက် ၃၀ အရွယ်မှ စ၍ ဝမ်းနာ၊ လေထိုးရောဂါရှိခဲ့သည်။ တရားပြ ရိပ်သာများ ယခုလို မပေါ်သေး၍ တရားအားထုတ်ရန် စိတ်အကြံမျှပင် မဖြစ်ခဲ့သေး။ အသက် ၇၀ ရှိလာသောအခါ နေရပ်ရွာ အနီး၌ပင် တရားပြသည့် ရိပ်သာ ထင်ရှားရှိနေပြီဖြစ်၍ တစ်နေ့တွင် လာရောက် အားထုတ်သည်။ အများနည်းတူပင် အစပထမ၌ အတော်အသင့်လောက်သာ ရှုမှတ်နိုင်သည်။ ဆရာသမားက ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ဣရိယာပုတ် အချိန်ကို တစ်စတစ်စနှင့် တိုး၍ တိုး၍ ရှုမှတ်ခဲ့ရာ ၅ နာရီကျော် ၆ နာရီခန့် တစ်ဆက်တည်း ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ ရောဂါများ ပျောက်ကင်းသွားသည်။ ယခုအသက် ၈၈ နှစ် ရှိနေပြီ။ ထိုရောဂါ ကား ပြန်မပေါ်လာတော့ပေ။ (၃၇ ခုနှစ်)

၁၂။ မုဒုံမြို့နယ် ကွမ်တာရွာ မဟာယဉ်ကျောင်း၌ သီတင်းသုံးနေသော ဦးယသသည် အမူးရောဂါ အဏ္ဍဝှံ (မှတ်) ရောဂါများကို အနှစ် ၂၀ ခန့် ခံစားနေခဲ့ရသည်။ ရိပ်သာကို လာရောက်အားထုတ်သည်။ ဣရိယာပုတ် ၄ နာရီ ခိုင်သော အဆင့်ရောက်မှ သူ့ရောဂါများ ယုတ်လျော့သက်သာလာသည်။ ဆက်လက်ရှုမှတ်သဖြင့် လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားသည်။ ၁၂ နာရီ ကြာအောင် ရပ်တည်လျက် ရှုမှတ်နေသော်လည်း ရောဂါများ ပြန်မပေါ်လာတော့ပေ။

၁၃။ ရွှေဘိုခရိုင် ကန့်ဘလူမြို့မှ ဒေါ်ချိုဆိုသူ ဒကာမတစ်ယောက်သည် သစ်ပင်မှကျ၍ ခြေတစ်ဖက်ဆွဲနေသည်။ မော်လမြိုင်မြို့ မြို့ဝ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကျောင်းတိုက်မှ သီလရှင်တစ်ပါးနှင့် ရန်ကုန် မဟာစည်ရိပ်သာ၌ တွေ့ဆုံကြပြီး ထိုသီလရှင်နှင့်အတူ လိုက်ပါလာပြီး လျှင် မော်လမြိုင်မှတစ်ဆင့် တော်ကူးရွာ ရိပ်သာသို့ ရောက်လာသည်။

အစပထမ၌ များများ မမှတ်နိုင်သေး။ သို့သော် တဖြည်းဖြည်း တိုး၍ တိုး၍ ရှုမှတ်သဖြင့် ၄ နာရီကြာအောင် တစ်ဆက်တည်း ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ သူ့ရောဂါဝေဒနာများ ယုတ်လျော့သက်သာလာသည်။ တစ်လခန့် ကြာသောအခါ ၇ နာရီကြာအောင် တစ်ဆက်တည်း ရှုမှတ်နိုင်၍ ခြေဆွဲရောဂါ လုံးဝပျောက်ကင်းသွားသည်။

၁၄။ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဦးနန္ဒိယသည် တော်ကူးရွာ၌ ရိပ်သာမတည်ရသေးမီက ကော့ကရိတ်မြို့ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကျောင်း၌ သီတင်းသုံးလျက် တရားပြနေသည်။ ၁၃၂၅ ခုနှစ်လောက်က ဖြစ်သည်။ ထိုမြို့၌ ဒေါ်ကျော့ခင်ဆိုသူ ဒကာမတစ်ယောက်မှာ ဖျဉ်းရောဂါ စွဲကပ်နေ၍ ကိုယ်ဝန်အရင့်အမာ ရှိသကဲ့သို့ ဝမ်းဗိုက်ကြီးတင်းနေသည်။ ဆရာဝန်အား စမ်းသပ်စေရာ “ခွဲစိတ်ကုသရမည်၊ ငွေတစ်ထောင်လောက်ကုန်မည်၊ ပျောက် မပျောက်ကိုတော့ တာဝန်မယူနိုင်” ဟု ဆရာဝန်က ပြောသည်။ ကြောက်သောကြောင့် မခွဲဖြစ်၊ ဆွေမျိုးများက တရားအားထုတ်ရန် တိုက်တွန်းကြသဖြင့် ရိပ်သာသို့ မလာချင်ဘဲနဲ့ ရောက်လာသည်။

ယင်းရိပ်သာ၌ တစ္ဆေ သရဲသဘက်ရှိသည်။ ချောက်လည်း ချောက်တတ်သည်ဟု သူပြော လူပြောများသောကြောင့် ထိုအကြောင်းကိုလည်း ဒေါ်ကျော့ခင်က သိထားပြီးဖြစ်၍လည်း ရိပ်သာသို့ မလာချင်ဘဲ ရှိနေသည်။ သို့သော် ဆွေမျိုးများက တိုက်တွန်းအားကြီး၍သာ မလွဲသာသဖြင့် ရိပ်သာသို့ ရောက်လာရပေသည်။

ရောက်လာသောအခါ ဘုန်းကြီး ဦးနန္ဒိယက သူနှင့်သင့်လျော်သော အိပ်ခြင်း ဣရိယာပုတ်ဖြင့် ရှုမှတ်နည်းအတိုင်း ရှုမှတ်စေသည်။ ရှုမှတ်နေရင်း သူ၏ကိုယ်ဟာ လေးလေးလာသည်။ မလှုပ်နိုင်

သည့် အခြေသို့ ရောက်လာသည်။ ထိုအခါ သူ့ကို တစ္ဆေသရဲစီးသည် ဟု ယူဆထင်မှတ်၍ အမှတ်လွတ်ပြီး “ငါ့ကို တစ္ဆေသရဲစီးနေပြီ၊ ငါသေတော့မယ်၊ နင်တို့ ငါ့ကို လာသတ်ကြတာပဲ၊ ငါမနေတော့ဘူး၊ ငါ့ကိုပြန်ပို့” စသည်ဖြင့် ယောင်ယမ်းပြောဆို၍ ရုန်းကန်ထတော့သည်။ ရိပ်သာသို့ လိုက်ပို့သူများကို စိတ်ဆိုးပြီး အမျိုးမျိုး အပြစ်တင်ပြောဆိုတော့သည်။

ထိုအခါ ဘုန်းကြီး ဦးနန္ဒိယက “ဒကာမကြီး မပြန်နဲ့နော် စိတ်မဆိုးနဲ့နော်၊ ပြောဆိုမိတာတောင်းပန်လိုက်တာပေါ့၊ အခု ဘုန်းကြီးနဲ့ လာတွေ့တာဟာ အင်မတန် ကုသိုလ်ကံကောင်းတာပဲ၊ ဘုန်းကြီးလည်း မောင်နှမအရင်းလို သဘောထားပါတယ်။ မအိပ်ချင်ရင် မအိပ်နဲ့ပေါ့၊ ဘုန်းကြီးပြောတာနားထောင်နော်၊ ဒကာမကြီး မအိပ်ချင်ရင်လေ ဟော ဘုန်းကြီးက ပြောပြမယ်၊ ဟောဒီမှာ ခဏလောက် လမ်းလျှောက်နေပေါ့။ လေးရင် လေးတယ် လေးတယ်မှတ်၊ ပေါ့ရင်လည်း ပေါ့တယ် ပေါ့တယ်မှတ်၊ တစ်နာရီ နှစ်နာရီ တတ်နိုင်သလောက် မှတ်နေနော်၊ လမ်းမလျှောက်နိုင်တော့ဘူးဆိုရင် ဟောဒီမှာ ခဏရပ်နေပေါ့။ လေးရင် လေးတယ် လေးတယ်၊ ပေါ့ရင် ပေါ့တယ် ပေါ့တယ်လို့ တတ်နိုင်သလောက် မှတ်နေနော်။ နောက် ရပ်မနေနိုင်တော့ဘူးဆိုရင် ဒကာမကြီး အိပ်ရာနားမှာ ထိုင်ပြီး ခဏမှတ်နေပေါ့။ လေးရင် လေးတယ်၊ လေးတယ်၊ ပေါင်ရင် ပေါ့တယ်၊ ပေါ့တယ်၊ တတ်နိုင်သလောက် မှတ်နေနော်။ နောက် မထိုင်နိုင်ပြန်ရင်လည်း အိပ်ရာမှာ အသာလှဲချပြီး လေးရင် လေးတယ် လေးတယ်၊ ပေါ့ရင် ပေါ့တယ် ပေါ့တယ် မှတ်နေရုံပါပဲ။ အိပ်ပျော်ချင်လည်း ပျော်သွားပါစေ၊ အိပ်လိုက်တဲ့အခါမှာလည်း ဘာမှ မကြောက်နဲ့ ဘုန်းကြီးက မေတ္တာပို့ပြီး စောင့်ရှောက်နေမယ်”လို့ ဒီလိုပြောပြီး မှတ်စေပါသည်။

ဣရိယာပုတ် ၄ ပါးလုံးဖြင့် ရှုမှတ်လျက် လှည့်မွှေးထားတဲ့ အတွက် မူလက အိပ်ရာမှာ ကြောက်နေတဲ့ ဒကာမကြီးဟာ ပြီးခဲ့သော ဣရိယာပုတ် ၃ မျိုးဖြင့် မမှတ်နိုင်တော့သောကြောင့် နောက်ဆုံးမှာ လဲအိပ်လိုက်သည်။ အိပ်လိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် တစ်ကိုယ်လုံး လေးပြီး မလှုပ်ရှားနိုင်တော့ဘဲ ငြိမ်ငြိမ်ကလေးသာ ရှုမှတ်နေတော့ သည်။ သို့သော် အိပ်ပျော်၍လည်း မသွားပေ။ အိပ်လျက်ရှုမှတ်နေရင်း ၃ နာရီလောက်ကြာတော့မှ တစ်ကိုယ်လုံး ပေါ့ပါးလာသည်။ တင်းနေ သည့် ဝမ်းဗိုက်လည်း ပိန်ကျသွားပြီး ပကတိ အခြေအနေအတိုင်း ဖြစ်နေသည်။ ထိုအခါ အိပ်ရာမှ ထလာပြီးတော့ “တပည့်တော်မ အံ့ဩတယ်ဘုရား၊ အံ့ဩတယ်ဘုရား၊ တစ်ကိုယ်လည်း ပေါ့သွားပြီး ဘုရား၊ ဗိုက်လည်း ပိန်ကျသွားပြီ ဘုရား” စသည်ဖြင့် ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ အားရရွှင်လန်းစွာ လျှောက်ထားပါသည်။

၁၅။ (က) မော်လမြိုင်မြို့နေ မကျင်မြိုင်သည် ဆရာက ညွှန်ကြား သည့်အတိုင်း ဣရိယာပုတ် ၄ ပါးလုံးတွင် မပြတ်ရှုမှတ်နေရင်း လိပ်ခေါင်းရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

(ခ) မုဒုံမြို့နေ ဒေါ်ပြီးသည် တရားရှုမှတ် အားထုတ်ရင်း နားပင်း ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

(ဂ) တော်ကူးရွာနေ ဒကာ မောင်မဲသည် ၃ နှစ်ခွဲတိုင် စွဲကပ်နေသော မုတ်ရောဂါ ၁၀ နှစ်ခန့် ကြာခဲ့သော ဝမ်းအောင့်ရောဂါ များ ၄ နာရီကြာကြာ ထိုင်ခြင်း၊ ရပ်ခြင်းဟူသော ဣရိယာပုတ် ၂ ပါးဖြင့် ရှုမှတ်နေရင်း ပျောက်ကင်းသည်။

(ဃ) ကျိုက်ရဲရွာကျောင်းမှ ဦးကေသရသည် ၁၀ နှစ်ခန့် ခံစားနေရသော ထုံကျဉ်တက်ကိုက်ရောဂါများကို ဣရိယာပုတ် ၄ ပါးလုံးဖြင့် ၆ နာရီစီ ရှုမှတ်ရာ ယင်းရောဂါများ ပျောက်ကင်းသွားသည်။ ရှေးကလို အနှိပ်လည်း မခံရတော့ပြီ။

(င) ကော့ပိထော်ရွာမှ ဦးညွန့်ဆိုသူ ဒကာကြီး တစ်ယောက်သည် မှတ်ရာဂါကို ၁၀ နှစ်ခန့် ခံစားခဲ့ရသည်။ ရိပ်သာသို့လာ၍ တရားအားထုတ်ရာ ရပ် ထိုင် ဣရိယာပုတ်တို့ဖြင့် ၃ နာရီကြာ ရှုမှတ်နိုင်သည်။ ၇ ရက်အတွင်းမှာပင် ထိုရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားသည်။

(စ) နိုင်လုံရွာမှ မကွန်မေဆိုသူ ဒကာမတစ်ယောက်သည် ခြေဆွဲ သွေးတိုးရောဂါများကို ၁၀ နှစ်ခန့် ခံစားခဲ့ရသည်။ ရိပ်သာသို့လာ၍ ရှုမှတ်အားထုတ်သဖြင့် ထိုရောဂါများ ပျောက်ကင်းသွားသည်။

(ဆ) ကော့ပိထော်ရွာ ဒေါ်သိန်းတင်၏ တစ်လခန့်ကြာသော ခြေဆွဲရောဂါသည် ရိပ်သာလာ၍ ရှုမှတ်ခြင်းဖြင့် ၇ ရက်အတွင်း ပျောက်ကင်းသွားသည်။

(ဇ) ကလေးသော့ရွာမှ သီလရှင် ဒေါ်ဓမ္မဝတီသည် ရိပ်သာသို့လာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ ဣရိယာပုတ် ၄ ပါးလုံးဖြင့် ရှုမှတ်သည် ရပ်၊ ထိုင် ဣရိယာပုတ်များ၌ ၁၂ နာရီအထိ ရှုမှတ်နိုင်သည်။ စွဲကပ်နေသော လိပ်ခေါင်းရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားသည်။

(ဈ) တောင်ပေါ်ရွာမှ အသက် ၆၀ ရှိ ဦးဝေါဆိုသူ ဒကာကြီး တစ်ယောက်သည် ရိပ်သာသို့လာ၍ ရှုမှတ်အားထုတ်သည်။ ယင်းဒကာကြီးမှာ ၅ နှစ်ခန့်က စွဲကပ်နေသော ခြေဆွဲရောဂါသည် ၇ ရက် မတိုင်မီပင် ပျောက်ကင်းသွားသည်။

၁၆။ တော်ကူးရွာ၌ ရန်အောင်ဆိုသူ လူငယ်တစ်ယောက်သည် သစ်ပင်ပေါ်မှကျ၍ ဗိုက်အောင့်ရောဂါ ခေါင်းကိုက်ရောဂါ အလုံး ရောဂါများကို ခံစားနေရသည်။ ဆေးဆရာများနှင့် ကုသသော်လည်း မထူးခြား၊ ဘုန်းကြီးဆရာတစ်ပါးကမူ အသည်းကျနေသည် မကုနိုင် ဟုဆို၏။ တစ်ကိုယ်လုံး အသားအရေ ပျော့တော့တော့ ရှိနေသည်။ ရိပ်သာသို့လာ၍ ရှုမှတ်အားထုတ်နေရာ သူ့ဝမ်းဗိုက်ထဲ၌ ဂျင်ကဲ့သို့ လည်နေသည်ဟု ထင်သတဲ့၊ ကိုက်လည်းကိုက်သတဲ့၊ ၁၀ ရက်ခန့် ကြာသောအခါ ဗိုက်ထဲက “ဂရုတ်” ဟူသောအသံ မြည်ထွက်လာ သဖြင့် ပေါက်ကွဲသွားသည်ဟု သူကထင်သည်။ မရှေးမနှောင်းမှာပင် ပါးစပ်မှလည်း အပုပ်နဲ့ ထွက်လာသည်။ တံတွေးလည်း အများကြီး ထွက်သည်။ အပူနီးလည်း ထွက်သည်။ တစ်နေ့တစ်ခြား ပေါ့ပါး၍ သက်သာလာသည်။ ထိုင် ရပ် ဣရိယာပုတ် တစ်ခု တစ်ခုတည်းဖြင့် ၆ နာရီကြာ ရှုမှတ်နိုင်သောအခါ ရောဂါတွေ အားလုံးပျောက်ကင်း သွားသည်။ ထိုင်လျက် ၆ နာရီ အိပ်လျက် ၆ နာရီ တစ်ဆက်တည်း ရှုမှတ်နိုင်သည်။ သာမဏေပြု၍ ၁၃၃၈ ခု၊ တပို့တွဲလဆုတ် ၁၄ ရက် ယနေ့တိုင် တော်ကူးရိပ်သာ၌ပင် နေထိုင်လျက်ရှိသည်။

၁၇။ မော်လမြိုင်မြို့မှ မောင်သန်းဝင်းအမည်ရှိ သူငယ်တစ်ယောက် သည် စိတ်ဖောက်ပြန်ပြီး ပြောချင်ရာပြော လုပ်ချင်ရာလုပ်နေသည်။ ပယောဂဆရာနှင့် ကုသသော်လည်း မထူးခြား၊ စိတ္တဇ ဆေးရုံသွား၍ ကုသသော်လည်း မကောင်းပါ။ ဆေးရုံကြီးမှ ဆရာဝန် ညွှန်ကြား သော ဆေးကိုမှီဝဲနေသော်လည်း အကျိုးမထင်။ နောက်ဆုံး တော်ကူး ရိပ်သာသို့ လာ၍ ရှုမှတ် အားထုတ်သည်။ တဖြည်းဖြည်း စိတ်ငြိမ် လာသည်။ ဣရိယာပုတ် တစ်ခုတည်းဖြင့် ၆ နာရီခန့် ရှုမှတ်နိုင်သော

၁၃၀

တက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်

အခါ စိတ်ရောဂါ လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားသည်။ ယခု သင်္ကန်းဆီးကော သာမဏေ အဖြစ်ဖြင့် နေထိုင်လျက်ရှိသည်။ (၃၈ ခု၊ တွဲဆုတ် ၁၄ ရက်)

နာ ၁၁၄ ၌ ရောဂါထူးပျောက်ပုံများဟူသော ခေါင်းစဉ်မှစ၍ အထက်ပါ အမှတ် ၁၇ စာပိုဒ်အထိ မှတ်တမ်းသည် မုဒုံမြို့နယ် တော်ကူးရွာ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ရိပ်သာ ကမ္မဋ္ဌာနာ စရိယ ဦးနန္ဒိယထံမှ ၁၃၃၈ ခုနှစ် တပို့တွဲလကတည်းက မဟာစည်ဆရာတော်ထံ ပေးအပ်လိုက်သော မှတ်တမ်းဖြစ်သည်။ ယင်း ဦးနန္ဒိယသည် သူကိုယ်တိုင်လည်း ရပ်လျက်ဖြစ်စေ၊ ထိုင်လျက်ဖြစ်စေ၊ ၁၂ နာရီမက တစ်ဆက်တည်း ရှုမှတ်နေနိုင်သည်။ လျောင်းလျက်မှာမူ တစ်ဆယ့်လေးငါးခြောက်နာရီအထိ ရှုမှတ် နေနိုင်သည်။ လက် ခြေ ကိုယ် တည်နေပုံများမှာ အိပ်ရာမှ ထသည်အထိ ပြုပြင်ခြင်းမရှိ လှဲအိပ်စက အတိုင်းပင် တည်ရှိနေသည်ဟုဆိုသည်။ သူ့ထံသို့ ရောက်လာသော ယောဂီများ အားလည်း သူလိုပင် ကြာရှည်စွာ ရှုမှတ်နိုင်အောင် ညွှန်ကြားပေးလေ့ရှိသည်။ အထူးအားဖြင့် ရပ်ရင်း ၃ နာရီ၊ ၄ နာရီစသည် ကြာရှည်စွာ မှတ်နိုင်အောင် ညွှန်ကြားပေးလေ့ရှိသည်။ ယခု သက်တော် ၉၀ သိက္ခာဝါ ၃၂ ရှိနေပြီ။ သွားနိုင်၊ လာနိုင် ကျန်းမာလျက်ပင် ရှိနေသည်။ ဖော်ပြထားသော သူ့မှတ်တမ်းများ၌ ရောဂါပျောက်ပုံကိုသာ ပြထားသည်။ ဉာဏ်ထူး ဖြစ်ပုံများကို ပြထားခြင်း မရှိပေ။ သို့သော်လည်း ဣရိယာပုတ် တစ်ခုတည်းဖြင့် သုံးလေးနာရီစသည် မပြတ်ရှုမှတ်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဥဒယဘယဉာဏ်စသည်ဖြစ်၍ အားကောင်းသော ဗောဇ္ဈင်တရားတို့၏ အစွမ်းကြောင့် ထိုသို့သော ရောဂါ အကြီးအကျယ်များ ပျောက်ကင်း သွားကြသည်ဟု မှတ်ယူအပ်ပေသည်။ (မဟာစည်ဆရာတော်)

ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဦးဃဏ္ဍိတ၏ တပည့် ယောဂီများထဲမှ
ထူးခြားစွာ ရောဂါပျောက်ကင်းပုံ အချို့

၁။ ရန်ကုန်မြို့ တာမွေ မြင်းပြိုင်ကွင်း တောင်ဘက် အမှတ် ၃၂ နေ အသက် ၅၀ ရှိ ဒေါ်ခင်စိန်ဆိုသူမှာ အသက် ၄၅ နှစ်မှ စ၍ ဝမ်းဗိုက်ထဲ၌ သွေးလုံးရောဂါ စွဲကပ် နှိပ်စက်ခံလာခဲ့ရသည်။ ယင်းရောဂါ စ၍ဖြစ်လာကတည်းက ရင်ခေါင်း တောင့်ခြင်း၊ ခေါင်း ကိုက်ခြင်း မူးဝေခြင်း လေပွခြင်းစသော အရံရောဂါများလည်း ဖြစ်ပွား လာခဲ့သည်။ ကြေခဲ့သည့် အစာကို စားမိပါက ရောဂါတိုးလျက် ပိုမိုဆိုးဝါးလာသည်။ တိုင်းရင်းဆေး၊ အနောက်တိုင်းဆေး အမျိုးမျိုး တို့ဖြင့် ကုသပါသော်လည်း ရောဂါမှာ မထူးခြားဘဲ ရှိနေခဲ့သည်။

နောက်ဆုံးတွင် သားချင်းဖြစ်သူ ဆရာဝန်က ခွဲစိတ်ကုသ ရမည်ဟု အကြံပေးပြောကြားပါသည်။ သို့သော် ဒေါ်ခင်စိန်သည် ခွဲစိတ်ကုသရမည်ကို ကြောက်သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ယခင် ကပင် တရားအားထုတ်လိုသော ဆန္ဒရှိခဲ့သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ၁၃၃၇ ခုနှစ် နှောင်းတန်ခူးလဆန်း (၈) ရက်နေ့တွင် ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာသို့ လာရောက်၍ တရားအားထုတ်သည်။ အားထုတ် ၍ ရက်အနည်းငယ်အရတွင် မူလ သွေးလုံးရောဂါနှင့်အတူ အခြား အရံရောဂါများလည်း အပြင်းအထန် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထိုအခါ “ ရိပ်သာသို့ လာမိတာ မှားလေခြင်း” ဟု တွေးတောပူပန်မိကာ ရိပ်သာမှ ထွက်ပြေးရန်ပင် ကြံမိခဲ့လေသည်။ ထို့ပြင် ငယ်စဉ်က ခြေမတွင် ကနစိုတ်း ပိခဲ့သည့် ဒဏ်ရာရောဂါလည်း မျက်ရည်ကျရ လောက်အောင် အသစ်ကဲ့သို့ပြန်ပေါ်လာသေးသည်။ လွန်ခဲ့သော ၂ နှစ်က ဖြစ်ခဲ့သည့် လက်မောင်းကိုက် ရောဂါလည်း ပြင်းပြင်း ထန်ထန် ပြန်ပေါ်လာသေးသည်။

ယင်းသို့ ရောဂါဟောင်းများ ပြန်ပေါ်လာကာ ပြင်းထန်စွာ နှိပ်စက်ငြားသော်လည်း ဆရာတော်၏ ဆုံးမညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ဇွဲလုံ့လသန်သန်ဖြင့် စူးစိုက်၍ မှတ်လိုက်ရာ သစ်တုံးပိဒဏ်နာနှင့် လက်မောင်းကိုက် ဒဏ်နာများ လုံးဝပျောက်ကင်းသွားသည်။ ကိုယ်ထဲ၌ အေး၍ ယင်းရောဂါများ အရိပ်အယောင်မျှပင် မရှိတော့ဘဲ ချမ်းသာ လျက် ရှိနေသည်။ ထို့ကြောင့် ရှုမှတ်အားထုတ်လိုသည့်ဆန္ဒ တိုးတက် ကာ ရှုမှတ်အားထုတ်နေရာ ၂၈ ရက် အရတွင် ရင်ခေါင်းအထိတက်၍ အနေဆိုး အခံခက်လှသော သွေးလုံးကြီးသည် အောက်သို့ ရွေ့လျား သွားကာ “ဖြုတ်ဆို” ကြေမွလျက် အရည်ပျော်ကျသွားလေတော့ သည်။ ယင်း သွေးလုံးကြေရာမှ ဖြစ်လာသော သွေးပုပ်များ လူးလဲ ပေရေသဖြင့် ခါးဝတ် ခဏ ခဏ လဲလှယ်ရသည်မှာ သုံးရက်ခန့်ရှိခဲ့ လေသည်။ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာဝန်ကြီး၏ လေးလံပုံကိုလည်း ကောင်း ကောင်း သိမြင် သဘောပေါက်လာခဲ့ပေသည်။ ယင်းသို့ သွေးများ အရည်ပျော်ကျခြင်းကြောင့် အားအင်လျော့ပါးသွားမည်ဟု ထင်ရ သော်လည်း အားအင်မလျော့သည်အပြင် ယခင်ကထက် အားအင် ပြည့်တင်းကာ ကိုယ်စိတ်ကြည်လင် ချမ်းသာခြင်းကို ထူးထူးကဲကဲ အံ့ဩလောက်အောင်ပင် တွေ့ရပါသတဲ့။

ထိုသွေးလုံးကြီး ကြေမွပျောက်ကင်းသွားသောအခါ အရံ ဖြစ်သော အခြားရောဂါများလည်း လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားကြလေ တော့သည်။ ထို့ကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းပြသည့် ဆရာတော်များကို အလွန် ကျေးဇူးတင်သည့်ပြင် တရားအားထုတ်ရန် ခွင့်ပြုသော သူ့ခင်ပွန်းကို လည်း ကျေးဇူးတင်၍မဆုံး ဖြစ်ရပါသတဲ့။ ထို့နောက် ထက်သန်သော သဒ္ဓါဖြင့်ဆက်လက်၍ ရှုမှတ် အားထုတ်သွားရာ ဆရာတော်များ ကျေနပ်လောက်အောင် ဝိပဿနာဉာဏ်ထူးများနှင့်လည်း ပြည့်စုံသွား

ပေသည်။ ယခင်က အစာကို ရွေးချယ်၍ စားသုံးနေခဲ့ရသော်လည်း ထိုအခါမှစ၍ အစာကိုလည်း မရွေးချယ်ရတော့ဘဲ စားလိုရာ စားနိုင်သည်။ အိမ်သို့ ပြန်ရောက်၍ (၁၀) ရက်အတွင်းမှာ ဆရာဝန်ကို ပြကြည့်ရာ ခွဲစိတ်ကုသရန်မလိုတော့ကြောင်းဆရာဝန်က ပြောကြားပါသတဲ့။ ယခုထက်ထိ ဒေါ်ခင်စိန်သည် ပကတိအတိုင်း ကျန်းမာလျက် လူမှုရေးကိစ္စ၊ သာသနာရေးကိစ္စများကို ရှေးကထက်ပို၍ ဆောင်ရွက်လျက် ရှိနေပေသည်။

၂။ ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာအတွင်း အလုပ်သမား နေအိမ်၌ နေထိုင်သော အသက် ၅၉ နှစ်ရှိ ဒေါ်သန်းမှာ အသက် ၃၃ နှစ်အရွယ်မှစ၍ သွေးတိုးရောဂါ စတင် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။ တိုင်းရင်းဆရာအနောက်တိုင်းဆရာ ဆေးမျိုးစုံတို့ဖြင့် ကုသခဲ့သော်လည်း သက်သာရုံမျှ ရှိခဲ့သည်။ အမြစ်ပြတ် မပျောက်ခဲ့။ သွေးအမြဲတမ်း တိုးနေ၍ နေ့စဉ်ပင် သွေးကိုတိုင်းကြည့်နေရသည်။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ဆင်းရဲစွာ ခံစားနေရသည်။ တရားအားထုတ်လိုသည့် ဆန္ဒ ရှိပါသော်လည်း အခြေအနေမှာ နေသာခြင်းမရှိသဖြင့် ရှုမှတ်ရန် စွမ်းနိုင်မည် မထင်သောကြောင့် အားမထုတ်ဖြစ်ဘဲ ရှိခဲ့သည်။

သို့သော်လည်း ၁၃၃၇ ခုနှစ် ကဆုန်လ အတွင်းမှာ တရားအားထုတ်ရန် အလွန်ဆန္ဒပြင်းပြသောကြောင့် မိမိနေရာဌာန ဖြစ်သော ရိပ်သာ၌ပင် ဝိပဿနာတရားကိုအားထုတ်ခဲ့သည်။ အားထုတ်ခါစ အခြေအနေမှာ မထူးခြားသော်လည်း ၅ ရက်ခန့် ကြာသောအခါ သွေးအလွန်တိုး၍ ခေါင်းမထူနိုင်အောင် ရှိခဲ့သည်။ အိမ်မှ သားသမီးများက ဆေးကုသရန် လာ၍ ခေါ်ကြသော်လည်း တရားအားထုတ်ရင်း သေလျှင် သာ၍ ကောင်းမြတ်သည်ဟု နှလုံးသွင်းလျက် အိမ်သို့ ပြန်မလိုက်ဘဲ ရှုမှတ်အားထုတ်မြဲပင် ဆက်လက်၍ ရှုမှတ်အားထုတ်နေခဲ့သည်။

ထိုင်လျက် ရှုမှတ်နေစဉ် ခန္ဓာကိုယ်မှာလဲတော့မလို ယိမ်းယိုင်
နေသည်။ တစ်ကိုယ်လုံး လေးလံထိုင်းမှိုင်း နေသည်။ ဆရာတော်က
မိန့်ကြားထားသည်အတိုင်း ရှုမှတ်မှုကို မလွတ်ဘဲ ပေါ်ရာပေါ်ရာကို
မပြတ်ရှုမှတ်နေရင်း ရင်ထဲမှ ပေါက်ကွဲသွားသလို ဖြစ်ပြီး တစ်ကိုယ်
လုံး ပူရှိန်းကြီး ဖြစ်သွားသည်။ အလင်းရောင်များလည်း ပေါ်ထွက်လာ
သလိုဖြစ်လာသည်။ ထိုအခါမှစ၍ ရှုမှတ် အားထုတ်ရသည်မှာ အလွန်
ကောင်းလာသည်။ အားထုတ်ခါစတုန်းက တစ်နာရီပြည့်အောင် ထိုင်
မှတ်ရန်ပင် အလွန်ကြိုးစားခဲ့ရသည်။ သို့သော် ထိုအချိန်မှ နောက်ပိုင်း
တွင်မူ ၂ နာရီခွဲလောက်ကြာအောင် ထိုင်မှတ်နေသော်လည်း တစ်ခဏ
လေးလိုပင် မပင်မပန်း၊ ရွှင်လန်းချမ်းသာစွာ ထိုင်နိုင်လာခဲ့သည်။
ကိုယ်ခန္ဓာပေါ့ပါး၍ အခံရခက်သည့် ဒုက္ခဝေဒနာများလည်း ပေါ်လာ
ခြင်း မရှိဘဲ ကင်းငြိမ်းလျက် ရှိခဲ့သည်။ ဆရာတော်များ ကျေနပ်
လောက်အောင် အားထုတ်ပြီး၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းမှ ထွက်လာသော
အခါ၌လည်း သွေးတိုးခြင်းကို မတွေ့ရတော့ပေ။ ယခင်က မျက်နှာ
အမ်း၍ ခေါင်းအမြိ လေးနေခဲ့သော်လည်း ယခုအခါ ထိုသို့သော
အခံခက်မှုများ မရှိတော့ပေ။ သွေးတိုးရောဂါ၏ အရိပ်အယောင်ကိုပင်
မတွေ့ရတော့ပေ။ သွေးကို တိုင်းကြည့်သော အခါ၌လည်း သွေးတိုး
လက္ခဏာကို မတွေ့ရတော့ပေ။ ဤသို့သွေးတိုးရောဂါ လုံးဝ ပျောက်
ကင်းသွားခြင်းသည် ဝိပဿနာတရားတော်၏ ကျေးဇူးကြောင့်ပင်
ဖြစ်ကြောင်း ယင်း ဒေါသန်းက စာဖြင့် ရေးသား ဖော်ပြလျက်
ဝန်ခံပါသည်။ ယခုထက်ထိ ပကတိအတိုင်းပင် ကျန်းမာ ချမ်းသာ
လျက် ရှိနေပါသည်။

၃။ ရန်ကုန်မြို့ စမ်းချောင်းရပ် ရှမ်းလိန်းလမ်း အမှတ် ၁၁ နေ ဒေါ်မြင့်မြင့်ကြည်မှာ အသက် ၂၃ နှစ်အရွယ်မှစ၍ နှလုံးရောဂါ စွဲကပ် အနှိပ်စက် ခံလာရသည်။ ၁၃၂၈ (၁၉၆၆) ခုနှစ်က ၃၉ နှစ် အရွယ်တွင် ဆရာဝန်အား ပြကြည့်ရာ ၁၄ ရက် ကြာသောအခါ ခွဲစိတ်ကုသရမည်ဟု ပြောသဖြင့် “ခွဲစိတ်ကုသခံရသောအခါ သေသွားလျှင် သရဏဂုံတင်ပြီး ဖြစ်စေရန်” မဟာစည်ဆရာတော် အမျိုးရှိသော သံဃာတော်များကို ပင့်ဖိတ်၍ ဆွမ်းကျွေးပြီး လှူဖွယ်များကို လှူကာ သရဏဂုံသီလဆောက်တည်ခြင်း ရေစက်ချ လှူဒါန်းခြင်းများကို ပြုခဲ့သည်။ ထိုအခါ မဟာစည်ဆရာတော်က မခွဲရသေးခင် တရားအားထုတ်လျှင်ကောင်းသည်ဟု အမိန့်ရှိသောကြောင့် သာသနာ့ရိပ်သာသို့ လာရောက်အားထုတ်သည်။ အားထုတ်၍ ၅ ရက် ကြာသောအခါ တစ်ကိုယ်လုံးမှာ ပြည်တွေ ပြည့်နေသလို ထင်ရသည်။ နှလုံးကလည်း နာကျင်နေသည်။ ထိုင်၍ မရှုမှတ်နိုင်သောကြောင့် စင်္ကြံလျှောက်လျက်သာ ရှုမှတ်အားထုတ်နေရသည် လေးငါးနာရီခန့် လမ်းလျှောက်အားထုတ်ပြီး နောက်ည ၁၀ နာရီ အချိန်တွင် ထိုင်၍ ရှုမှတ်အားထုတ်နေသည်။ မိနစ် ၂၀ လောက်ကြာသောအခါ ဖောင်းခနဲ အသံမြည်ပြီး နှလုံးပေါက်သွားသည်ကို တွေ့ရသဖြင့် လန့်ပြီး ခြေလက်တွေ ကိုးရိုးကားယား ဖြစ်သွားသည်။ ဆီးဖြူသီးလောက် အလုံးကလေး ပေါက်ကွဲသွားသည်ကိုလည်း တွေ့မြင်ရသည်။ ထိုအချိန်မှ နောက်၌ တစ်နာရီလောက် ဆက်လက် ရှုနေသော်လည်း ဘာမျှမဖြစ်ဘဲ နေသာထိုင်သာ ရှိသွားသည်။ နောက်ထပ် ၅ ရက်လောက် ဆက်မှတ်နေသော်လည်း ကောင်းမြဲကောင်းလျက်သာ ရှိနေသည်။

၁၀ ရက်မျှ အားထုတ်ပြီးသောအခါ အိမ်သို့ပြန်၍ ဆရာဝန်အား ပြရသည်။ ထိုအခါ ဆရာဝန်က ဖမ်းသပ် စစ်ဆေးပြီးလျှင် ခွဲစိတ်စရာ မလိုတော့ဘူးဟု ပြောကြားသည်။ ထိုအခါမှစ၍ အနည်းငယ် နာကျင်မှု ဖြစ်လာလျှင် ရှုမှတ်လိုက်ရုံနဲ့ ပျောက်ပျောက်သွားသည်။ ယခု ၁၉၇၇ ခုနှစ် ဧပြီလက ဆေးရုံသွား၍ ပြကြည့်ရာ နှလုံးရောဂါ လုံးဝပျောက်နေကြောင်း ဆရာဝန်က ပြောကြားလိုက်သည်။ ယခုအခါ မခံသာမှု တစ်စုံတစ်ရာမျှ မရှိဘဲ နေကောင်းထိုင်သာ ဖြစ်လျက်ရှိကြောင်း ခွဲစိတ်မကုသရဘဲ တရားရှုမှတ်ရုံမျှဖြင့် နှလုံးရောဂါ လုံးဝပျောက်ကင်းသွားကြောင်းကို ယင်း ဒေါ်မြင့်မြင့်ကြည်က လျှောက်ထားသည်။

ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဦးသံဝရ၏ တပည့်များထဲမှ ထူးခြားစွာ ရောဂါပျောက်ပုံအချို့

၁။ ရန်ကုန်မြို့ ၂၇ လမ်း အမှတ် ၁၁၉ နေအသက် ၅၉ နှစ်ရှိ ဒေါ်သိန်းချစ်ဆိုသူ ဒကာမကြီးသည် ပုခက်ထဲ၌ မြေးကို ချီပွေ့စောင့်ရှောက်နေရင်း ပုခက်ကြီး ပြတ်ကျသဖြင့် ခြေမျက်စိရိုး ကွဲကြွေသွားသည်။ ဆရာဝန်က ဝက်အူဖြင့် စုပ်၍ ကုသပေးသည်။ သို့သော် ယင်းခြေမျက်စိအရိုးဆက် ချွတ်ယွင်းမှုကြောင့် ခြေထောက်ကို ကြုံကြုံရုံ့ရုံ့ မကွေးနိုင်ဘဲ အနေအထိုင်ခက်လျက် ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေသည်။ ၆ နှစ်တောင် ရှိသွားပြီဟုဆိုသည်။ ယင်းဒကာမကြီးသည် ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာသို့လာ၍ ၁၃၃၉ ခုနှစ် ကဆုန်လဆန်း ၈ ရက်နေ့မှစပြီး ရှုမှတ်အားထုတ်လေရာ ရက် ၂၀ ခန့် ကြာသောအခါ အမှတ်သတိများ ကောင်းလာပြီးလျှင် ခြေထောက်ကို

အလိုရှိတိုင်း ကွေးနိုင် ထိုင်နိုင်လျက် ခြေမျက်စိဒဏ်နာ ပျောက်သွားသည်။ ယခု နယုန်လထဲ၌လည်း ရိပ်သာမှာ ဆက်လက် အားထုတ်လျက် ရှိနေသည်။

၂။ ရန်ကုန်မြို့ အလုံရပ် ဆင်လှလမ်း အမှတ် ၁ နေ အသက် ၆၄နှစ်ရှိ၊ ဒေါ်နုမှာအသက် တစ်ဆယ့်လေးငါးနှစ်မှစ၍ လေနာစွဲကပ်လာခဲ့သည်။ ၂ လ၊ ၃ လ ခန့်ကြာလျှင် တစ်ခါတစ်ခါ ပေါ်ပေါ်လာတတ်သည် ပေါ်လာသောအခါ ကျောနှင့်ရင် ဖိညှပ်ထားသကဲ့သို့ အလွန် အခံရခက်သည်။ ၁၃၃၈ ခုနှစ် နှောင်းတန်ခူးလဆန်း ၁၄ ရက်နေ့က ရိပ်သာသို့ လာရောက်၍ တရားအားထုတ်သည်။ ရက်တစ်ပတ်လောက် ကြာသောအခါ ယင်းရောဂါ ပေါ်လာသည်။ ရင်ဘတ်အောင့်လျက် ဗိုက်ကြီးတင်းပြီး လဲသွားတော့မလိုလို ထင်ရသည်။ ဆရာတော်၏ ညွှန်ကြားချက်အရ ရှုမှတ်နေရင်း ချွဲသလိပ်များထွက်ပြီး ချောင်ချို သက်သာသွားသည်။ နောက် သုံးလေးရက် ကြာသောအခါ မှတ်နေရင်း ပေါ်လာပြန်သည်။ ကျောထဲမှာ ရွရွ ရွရွနဲ့ သွားနေသလိုလည်း ထင်ရသည်။ မလျော့ဘဲ ရှုမှတ်ခြင်းကြောင့် ယင်းရောဂါလုံးဝ ပျောက်သွားသည်။ အခါခပ်သိမ်း နေသာထိုင်သာ ဖြစ်သွားသည်။ ဉာဏ်စဉ် နာရသည်အထိ ရှုမှတ် အားထုတ်သွားသည်။ ယခုလည်း ကျန်းမာချမ်းသာလျက်ပင် ရှိနေသည်။

၃။ မြောက်ဥက္ကလာပ စက္ကဝတ်လမ်းသွယ် ၅ လမ်း၊ အမှတ် ၁၁၈ နေ အသက် ၇၁ နှစ်ရှိ ဒေါ်လှသည် ဇက်ကြောတက်၍ နားထင်မှ မျက်လုံးအိမ်သို့ ရောက်အောင် ထိုးကျင့်နှိပ်စက်ရောဂါ စွဲကပ်လာသည်မှာ ၂၁ နှစ် ရှိနေပြီ။ ပရိပတ်ဆီနှင့် လိမ်းဆေးဆီများကို အမြဲဆောင်ထားလျက် လူးလိမ်းပေးနေရသည်။ ယင်း ဇက်ထိုးရောဂါကြောင့် မျက်စိတစ်ဖက်လည်း ပျက်သွားသည်။ အညှော်နဲ့ကို ရှောင်ရ

၁၃၈

တက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်

သည်။ အစာကိုလည်း ရွေးချယ်စားရသည်။ ခေါင်းငုံ့လိုက်လျှင် ခေါင်းထဲ၌ ထိုးလာသည်။ ၁၃၃၈ ခုနှစ် နှောင်းတန်ခူးလဆုတ် ၁ရက်နေ့က ရိပ်သာလာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ ၃ ရက် ကြာသောအခါ ဧကံထဲက ထိုးလာသည်။ ရှုမှတ်၍လည်း မပျောက်၊ သို့သော် ဆရာတော်၏ ညွှန်ကြားချက်အရ သည်းခံပြီး စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်သဖြင့် မှတ်နေရင်းပင် လျှိုထားတဲ့သပ်ကို ဆွဲနှုတ်ပစ်လိုက် သလိုပင် ယင်းဝေဒနာပျောက်ကင်းသွားသည်။ ဆက်ဆက် ရှုမှတ် အားထုတ်သဖြင့် သမာဓိဉာဏ်များလည်း တိုးတက်သည်။ ယခင်က တစ်လတစ်ကြိမ် ဆရာဝန် ပြနေရသော်လည်း ယခုမပြရတော့ပြီ။ လိမ်းဆေးများလည်း မသုံးရတော့ပြီ။ ယင်းရောဂါ လုံးဝ ပျောက်သွား သောကြောင့် အလွန်ပင် ဝမ်းမြောက် ချမ်းသာလျက်ရှိသည်။

၄။ တောင်ဥက္ကလာပ ၁၆ ရပ်ကွက်၊ ဓမ္မာရုံလမ်း အမှတ် ၄၂၁ နေ အသက် ၆၆ နှစ်ရှိ ဒေါ်ထားသည် လွန်ခဲ့သော အနှစ် ၃၀ လောက်ကစ၍ လက်ပြင်အောင် ကျောအောင်ရောဂါ စွဲကပ်စွဲစား လာခဲ့ရသည်။ အမြဲလိုလိုပင် အောင့်နေသည်။ အသက်ရှူလိုလည်း မကောင်း၊ နင်းနှိပ်ပေးသော်လည်း တစ်ခဏသာသက်သာသည်။ ၁၀ မိနစ်၊ ၁၅ မိနစ်လောက် ငြိမ်ငြိမ် ထိုင်နေရင် ကျောထဲမှာ မီးစနှင့် ထိုးသလို ပူအောင့်လာသည်။ ၁၃၃၉ ခုနှစ် ကဆုန်လဆန်း ၄ ရက်နေ့က ရိပ်သာသို့လာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ ဆရာတော်က ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ဖောင်းပိန်ထိုင်ထိ အောင့်တာကို ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်နေသည်။ ထိုသို့ ရှုမှတ်ခြင်းကြောင့် အအောင့် ပျောက်သွား သည်။ ၂ ရက်၊ ၃ ရက်ကြာသောအခါ အောင့်လာပြန်သည်။ စူးစူး စိုက်စိုက် ရှုမှတ်၍ ပျောက်သွားပြန်သည်။ နောက်တစ်ကြိမ်လည်း မနေသာအောင် အောင့်လာပြန်သည်။ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်နေရာ

တစ်ဆင့်ချင်း ကျကျသွားသလိုဖြစ်ပြီး တစ်ခါတည်း လုံးဝ ပျောက်ကင်းသွားသည်။ အသက်ရှူလို့လည်း ချောင်ချိုပြီး ကောင်းသွားသည်။ ယခုထက်ထိ ချမ်းသာစွာနှင့် ရှုမှတ်အားထုတ်လျက်ရှိနေသည်။

၅။ ရန်ကုန်မြို့ အနော်ရထာလမ်းအမှတ် ၁၀၈ နေ၊ အသက် ၆၃ နှစ်ရှိ ဒေါ်ဉာဏ်အိမ်သည် ညာဘက်ပေါင် တောင့်သောရောဂါ စွဲကပ်နှိပ်စက် ခံလာရသည်မှာ ၅ နှစ် လောက်ရှိခဲ့ပြီ။ လမ်းလျှောက်လျှင် ပေါင်က တောင့်နေသည်။ ဘုရားရှိခိုးတဲ့အခါလည်း အချိုးတကျ မထိုင်နိုင်၊ ဒူးကို အောက်ကခုပြီး ခပ်ထောင်ထောင် ထားရသည်။ တစ်လလျှင် ၂ ကြိမ်၊ ၃ ကြိမ် နှိပ်ပေးရသည်။ သို့သော် မကောင်းလှတရားအားထုတ်ရန် အများက တိုက်တွန်းကြသော်လည်း မထိုင်နိုင်သောကြောင့် အားမထုတ်ဝံ့ဘဲ ရှိနေခဲ့သည်။ ၁၃၃၈ ခုနှစ် နှောင်းတန်ခူးလဆုတ် ၁၀ ရက် သင်္ကြန်အကြိုနေ့က ရိပ်သာလာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ ဆရာတော် ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ရီရိသေသေ ရှုမှတ်သဖြင့် တစ်လခန့် ကြာသောအခါ အချိုးတကျ ထိုင်နိုင်သည်။ ထို့နောင် ဆက်၍ ရှုမှတ်သဖြင့် ယင်း ပေါင်တောင့်ရောဂါ လုံးဝ ပျောက်ကင်းပြီး ပကတိအတိုင်း ကောင်းလျက်ရှိနေသည်။ ဉာဏ်စဉ်တရားနာပြီးသည်တိုင်အောင် အားထုတ်သည်။ ယခုလည်း ဆက်လက် အားထုတ်လျက် ရှိနေသည်။

၆။ ရန်ကုန်မြို့ ကုန်သည်လမ်း အမှတ် ၄၃၉ နေ အသက် ၆၈ နှစ်ရှိ ဒေါ်ကြင်ယုံသည် လွန်ခဲ့သော ၄ နှစ်လောက်က စ၍ ရင်ကျပ်ချောင်းဆိုးရောဂါ စွဲကပ်လာခဲ့သည်။ မောလည်း မောသည်။ ပူအိုက်သောရာသီမှာ ပို၍ဆိုးသည်။ ချောင်းဆိုးတဲ့အခါ ခွဲသလိပ်တွေ ထွေးခံတစ်ဝက်လောက် ရသည်။ ကော်ဖီစသော အချိုးများကို သောက်

စားလျှင် ယင်းရောဂါထသည်။ အိပ်သော အခါလည်း ရိုးရိုးအိပ်လို့ မရ၊ မှောက်၍အိပ်ရသည်။ (တစ်ည တစ်ညမှာ ၄ ကြိမ်အထိ ထရသည်။ နေ့ခင်းမှာ သာ၍ဆိုးသည်။) ဆေးဖိုးများလည်း တစ်ထောင် နှစ်ထောင်မက ကုန်ခဲ့ပြီ။ ၁၃၃၈ ခုနှစ် တပေါင်းလဆုတ် ၁၁ ရက်က ရိပ်သာလာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ ၁၀ ရက်လောက် ကြာသောအခါ ရှုမှတ်နေရင်း ရင်ကျပ် ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားသည်။ အစာလည်း မရှောင်ရတော့ပြီ။ ဉာဏ်စဉ်နာရသည်အထိ အားထုတ်သွားသည်။ ယခုလည်း ရောဂါကင်းလျက် ချမ်းသာစွာ ရှိနေသည်။

၇။ တိုက်ကြီးမြို့၊ ဩဘာလမ်း အမှတ် ၂၃၁ နေ အသက် ၅၂ နှစ်ရှိ ဒေါ်ကျင်ရွှေမှာ အသက် ၄၁ နှစ်မှစ၍ အစာအိမ်ရောဂါ စွဲကပ်လာခဲ့သည်။ အစာမရှိလျှင်လည်း ဗိုက်ထဲအစာအိမ်က နာသည်။ အစာများလျှင်လည်းနာသည်။ ဆန်ပြုတ်လောက် သောက်နေရတာက များခဲ့သည်။ ဆရာဝန်နဲ့လည်း ဆေးထိုး ကုသခဲ့သည်။ ဆေးရုံတက်၍ လည်း ကုသခဲ့သည်။ အနီကံအတန်မျှ သက်သာသော်လည်း နောက်ပြန်၍ ပြန်၍ ပေါ်ပေါ်လာသည်။ မြန်မာဆရာနဲ့လည်း ကုသခဲ့သည်။ သက်သာရုံမျှသာ နောက်၌ ပြန်ပြန်ပေါ်လာသည်။ ဆေးဖိုးလည်း များစွာကုန်ခဲ့သည်။ လူလည်း ပိန်နေသည်။ နောက်ဆုံးမှာ ဆော်ဒါကို အမြဲဆောင်ထား၍ သုံးဆောင်နေရသည်။ ၁၁ နှစ်တိုင်တိုင် အစာအိမ်ရောဂါ အနှိပ်စက်ခံလာခဲ့ရသည်။ ၁၃၃၈ ခုနှစ် နှောင်းတန်ခူးလဆန်း ၅ ရက်နေ့က သာသနာရိပ်သာသို့လာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ လေးငါးရက်ကြာသောအခါ ရှုမှတ်နေရင်း ထိုရောဂါ ပျောက်သွားသည်။ သို့သော် ရက် ၂၀ ခန့်မှာ တဖန် ပြန်၍ ပေါ်လာပြန်သည်။ ဆရာတော်၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း နာတာကို စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်

သဖြင့် ၂ ရက်ခန့်ကြာသောအခါ ယင်းရောဂါ လုံးဝပျောက်ကင်းသွားသည်။ တဖန်မပေါ်တော့ပြီ။ ကဆုန်လဆုတ် ၇ ရက်က ဉာဏ်စဉ်တရားကိုနာရသည်။ နယုန်လဆန်း ၈ ရက်အထိ ဆက်လက်အားထုတ်နေသည်။ ယခုအခါ အစာလည်း မရှောင်ရ၊ စားလို့လည်း ကောင်းသည်။ အသားအရေလည်း ပြည့်ဝလျက်ရှိသည်။ ဆေးလည်း မထိုးရတော့ပြီ။ အားထုတ်ဆဲမှာ သုံးရန် ယူလာခဲ့သော ဆေးများကို မသုံးရဘဲ အိမ်သို့ ပြန်သောအခါ ပြန်ယူသွားရသည်။ ယခု နယုန်လဆုတ် ၁၀ ရက် မှတ်တမ်းတင်သည့် အခါမှာလည်း ကျန်းမာချမ်းသာ ရွှင်ပျလျက်ပင်ရှိသည်။

၈။ ရန်ကုန်မြို့ ရေကျော်မြောင်းကြီးလမ်း အမှတ် ၄၂ နေအသက် ၅၂ နှစ်ရှိ ဒေါ်တင်တင်သည် လဲကျ၍ ဘယ်ဘက်ပေါင်ချွတ်ယွင်းလျက်ရှိခဲ့သည်။ ဆေးအမျိုးမျိုးဖြင့် ကုသခဲ့ရသည်။ သက်သာရုံမျှသာရှိသည်။ ရှင်းရှင်းမပျောက်ခဲ့၊ ဘုရားဝတ်ပြု သီလဆောက်တည်ချိန်လောက်မျှတောင် ကောင်းကောင်း မထိုင်နိုင်၊ နာကျင်လျက် ခံစားရသည်။ ၂ နှစ်မျှကြာခဲ့ပြီ။ ၁၃၃၈ ခု၊ နှောင်းတန်ခူးလဆုတ် ၁ ရက်နေ့က သာသနာရိပ်သာသို့လာ၍ တရားအားထုတ်သည်။ တစ်နာရီ အဓိဋ္ဌာန်ပြု၍ ထိုင်ရာ တင်ပါးဆုံထဲက အလုံးကြီး ခုနေသလို အခဲရခက်လှသည်။ မှတ်နေရင်း ပေါင်ထဲမှ ပြုတ်ပြုတ် ပြုတ်ပြုတ် မြည်လျက် ထွက်ထွက်သွားသည်ဟု ထင်ရသည်။ အစပထမတုန်းက တစ်နေ့လုံးမှ သုံးကြိမ်မျှသာ ထိုင်နိုင်သည်။ ၁၅ ရက်လောက်ကြာသောအခါ ၂ နာရီ၊ ၃ နာရီထိုင်နိုင်သည်။ တစ်နေ့လျှင် ၅ ကြိမ်မက ထိုင်နိုင်သည်။ နောက်ဆုံး၌ ၄ နာရီအထိ ထိုင်နိုင်သည်။ ၁၅ ရက်လောက် ကြာသောအခါ ထိုရောဂါ လုံးဝ

ပျောက်ကင်းသွားသည်။ ယခုအခါ ဆေးလည်း မစည်းရ၊ အနိပ်လည်း မခံရ ပကတိ ကျန်းမာချမ်းသာလျက်ရှိသည်။ ရက်ပေါင်း ၅၀ ဉာဏ်စဉ်နာပြီးသည်အထိ အားထုတ်သွားသည်။ အိမ်မှာလည်း နေ့စဉ် အခွင့်ရသလောက် ရှုမှတ်လျက်ရှိသည်။

(အလားတူ ရောဂါထူးပျောက်သူ များစွာပင် ရှိသေးသည်။ သို့သော် ဤမျှဖြင့်ပင် သင့်တော်လောက်ပြီဟု နှလုံးပိုက်၍ ဤမျှကိုသာ ဖော်ပြ လိုက်ရပေသည်။)

ဗောဇ္ဈင်ကြောင့် ရောဂါကင်းပျောက်သည်

ယခု ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း မန္တာန်ဆေးဝါး မပါဘဲ ကြီး ကျယ်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းသွားသည်မှာ အလွန်ပင် အံ့ဖွယ် ကောင်းလှပါပေသည်။ ဆေးဝါးကိုသာ အလေးပြုသူတို့၏ အမြင်ဖြင့် ယုံကြည်ဖွယ်ပင် မရှိပေ။ သို့သော်လည်း ပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း ရောဂါ ပျောက်သူတို့မှာ တကယ်ပင် ထင်ရှားရှိနေသောကြောင့် မယုံကြည် လျှင် ဉာဏ်အမြင် အဆင့်အတန်း နိမ့်၍ ဉာဏ်မမီရာသာ ရောက်ပေ လိမ့်မည်။ ဤအရာ၌ ရောဂါပျောက်ခြင်း၏အကြောင်း ဖော်ပြသင့်ပေ သည်။ ထို့ကြောင့် ယင်းအကြောင်းကို ဖော်ပြပါဦးမည်။

တစ်ခါက အရှင်မဟာကဿပမထေရ် မကျန်းမမာ ရောဂါ စွဲကပ်လျက် ရှိသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဗောဇ္ဈင် ၇ ပါးကို ဟောတော်မူသည်။ ယင်းတရားကို နာ၍ ရောဂါလုံးဝပျောက်သွား သည် ထို့အတူပင် အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်မထေရ်လည်း မြတ်စွာ ဘုရားဟောသည့် ဗောဇ္ဈင်တရားကိုနာ၍ ရောဂါလုံးဝ ပျောက်သွား သည်၊ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင်လည်း အရှင်စုန္ဒမထေရ်ကို

ဟောစေ၍ ယင်းမထေရ် ဟောသည့် ဗောဇ္ဈင်တရားကိုနာရ၍ ရောဂါလုံးဝ ပျောက်သွားသည်။ ဤအကြောင်းအရာများကို ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းလိုပင် ကြားဘူး သိဘူးကြပြီးဖြစ်သည်။ ကြားဘူး သိဘူးသူတိုင်းပင် ဗောဇ္ဈင်တရား၏ အစွမ်းအာနုဘော်ကြောင့် ရောဂါပျောက်ကြောင်းကို လက်ခံ ယုံကြည်ကြပေသည်။

ထိုသို့ ရောဂါပျောက်ရာ၌ ရွတ်ဆိုဟောကြားသည့် တရားသံကြောင့်ပင် ရောဂါပျောက်ပါသလား၊ နှလုံးသွင်း၍ မိမိတို့ ကိုယ်တွင်း၌ ဖြစ်သော ဗောဇ္ဈင်တရားတို့ကြောင့် ပျောက်ပါသလားလို့ စိစစ်ဖွယ်ရှိပါသည်။ ရွတ်ဆိုဟောကြားသည့် တရားတော်ကြောင့် ပျောက်သည်ဟူ၍လည်း မှတ်ယူသင့်ပါသည်။ ထို့ပြင် ထိုရွတ်ဆိုဟောကြားသည့် တရားကိုနာ၍ ကြည်ညိုသော သဒ္ဓါ စသည်ကြောင့်လည်း ပျောက်ကင်းသည်ဟု မှတ်ယူသင့်ပါသည်။ ထို့ပြင် ထိုတရားကို ကြားနာရင်း ရှုမှတ်နှလုံးသွင်း၍ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ဗောဇ္ဈင်တရားတို့၏ အစွမ်းအာနုဘော်ကြောင့်လည်း ပျောက်ကင်းသည်ဟု မှတ်ယူသင့်ပါသည်။ ဤသုံးနည်းတို့တွင် နောက်ဆုံးဖြစ်သော တတိယနည်းသည် အခိုင်အမာဆုံး ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုနည်းအရ ပျောက်ကင်းပုံကို အနည်းငယ် ဖွင့်ပြပါမည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အရှင်မဟာကဿပ၊ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်တို့အား ဤသို့ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။



ဗောဇ္ဈင်သုတ် တရားတော်

သတ္တိမေ ကဿပ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ (သတ္တိမေ
မောဂ္ဂလ္လာန ဗောဇ္ဈင်္ဂါ) မယာ သမ္ပဒက္ခာတာ
ဘာဝိတာ ဗဟုလိကတာ အဘိညာယ သမ္မော
ဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တန္တိ။

ကဿပ - ချစ်သား ကဿပ၊ (မောဂ္ဂလ္လာန - ချစ်သား
မောဂ္ဂလ္လာန)၊ မယာ - ငါဘုရားသည်၊ သမ္ပဒက္ခာတာ - ကောင်းမွန်
မှန်ကန်စွာ ဟောကြားအပ်ကုန်သော၊ ဣမေ သတ္တဗောဇ္ဈင်္ဂါ - ခုနစ်ပါး
သော ဤဗောဇ္ဈင်တရားတို့သည်၊ ဘာဝိတာ - မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေ
အပ်ကုန်သည်ရှိသော်၊ ဗဟုလိကတာ - အကြိမ်များစွာ ပြုအပ်၊ ပွားစေ
အပ်ကုန်သည်ရှိသော်၊ အဘိညာယ - ထူးသော ဉာဏ်ဖြင့် သိရန်အလို့
ငှါ၊ သမ္မောဓာယ - ထိုးထွင်း၍ သိရန်အလို့ငှါ၊ နိဗ္ဗာနာယ - ကိလေသာ
ခပ်သိမ်း ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရန်အလို့ငှါ၊ သံဝတ္တန္တိ - ဖြစ်ကုန်၏တဲ့။

ဤစကားရပ်ထဲ၌ သမ္ပဒက္ခာတာ - ကောင်းစွာဟောထား
တယ်ဆိုတဲ့ စကားဖြင့် ကိုယ်တော်တိုင်တွေ့သိပြီးမှ တကယ် မှန်ကန်
စွာ ဟောထားတဲ့ တရားလို့ ဆိုလိုသည်။ တချို့က လောကရေး
ဖြစ်စေ၊ တရားရေးဖြစ်စေ၊ ကိုယ်တိုင်မတွေ့ရ၊ မသိရပါဘဲ ရမ်းဆ
ကြံတွေးပြီး ဟောတတ်ကြပါသည်။ အဲဒါမျိုးကတော့ တကယ်အမှန်
လို့ မဆိုနိုင်ပါ။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကတော့ မိမိကိုယ်တော်တိုင် တွေ့သိ
ပြီးမှ မိမိတွေ့ရ သိရသလိုပင် သူတပါးတွေလည်း တွေ့ကြရ သိကြရ
ပါစေလို့ ဟောတော်မူတဲ့အတွက် အမှားမရှိဘူး။ အမှန်ချည်းပဲ၊
ဒါကြောင့်၊ သမ္ပဒက္ခာတာ - ကောင်းမွန်မှန်ကန်စွာ ဟောထားတဲ့
ဗောဇ္ဈင်တရားတွေပါလို့ ချီးကျူးတော်မူတာပါပဲ။

နောက်ပြီးတော့ အဘိညာဃ - ထူးသောဉာဏ်ဖြင့် သိရန် အလိုငှါ ဖြစ်ကြသည်လို့ ဆိုရာမှာ ဘယ်လိုတရားတွေကို ဘယ်လို ထူးခြားစွာ သိကြပါသလဲဆိုတော့ သစ္စာလေးပါး တရားတွေကို ကျက်မှတ်ဉာဏ်ဖြင့် သိတာမဟုတ်ဘဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ထူးခြားစွာ သိတာပါပဲ။ မိမိသန္တာန်၌ ရုပ် နာမ်နှစ်ပါးမျှသာရှိသည်။ တစ်လောက လုံး သူတပါးသန္တာန်၌လည်း ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးမျှသာရှိသည်။ အသက် ရှင်နေတဲ့ သတ္တဝါကောင်ရယ်လို့ တကယ်အစစ်အမှန်အားဖြင့် မရှိဘူး။ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေလို့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ တရားတွေချည်းပဲလို့ ဒီလို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သိတာဟာ ထူးသောဉာဏ်ဖြင့် သိတာပါပဲ။ အဲဒီလို သိတာကလည်း ဗောဇ္ဈင်တရားတွေကို ကျက်မှတ် ထားရုံမျှဖြင့် ဖြစ်နိုင်ပါသလားလို့ဆိုတော့ အဲဒီလို ကျက်မှတ်ထားရုံနဲ့ သိတာတော့ မဟုတ်ဘူး၊ မိမိသန္တာန်မှာ ဖြစ်စေပါမှ အကြိမ်များစွာ ဖြစ်စေလျက် ပွားစေပါမှ အဲဒီအသိမျိုး ဖြစ်တယ်လို့ သိစေလိုသောကြောင့်၊ ဘာဝိတာ - မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေကြလို့ရှိရင်၊ ဗဟုလီကတာ - အကြိမ်များစွာ ပြုအပ် ပွားစေအပ်ကြလို့ရှိလျှင်လို့ ကန့်သတ်ပြီး ပြတော်မူပါတယ်။

သမ္မောဓာယ - ထိုးထွင်းသိရန် အလိုငှာ ဖြစ်ကြသည်လို့ ဆိုတာလည်း နည်းတူပါပဲ။ မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း နံတိုင်း စားသိတိုင်း ထိသိတိုင်း ကြံသိတိုင်း ရုပ်နာမ် ၂ ပါးမျှပဲ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောတရားမျှပဲလို့ မသိရအောင် အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ မသိမှု အလွဲသိမှု မောဟက ဖုံးကွယ်လျက် ရှိနေတယ်၊ တည့်တည့်ပြောရလျှင် မြင်ပြီးပြီး ချင်း မိန်းမ ယောက်ျားပဲ စသည်ဖြင့် သိရိုးအတိုင်း သိသိနေတာဟာ အမှားသိနေတဲ့ မောဟပဲ၊ ထို့အတူပင် ကြားပြီးပြီးချင်း စသည်မှာ လည်း သိရိုးအတိုင်း သိသိသွားတာဟာ အမှားသိနေတဲ့ မောဟချည်း

ပါပဲ။ အဲဒီလို မောဟက သိရိုးအတိုင်း အမှားသိသိနေတာဟာ အမှန် မသိရအောင် ဖုံးကွယ်နေတာပဲ။ မြင်ပြီးပြီးချင်း စသည်မှာ ရှုမှတ်ပြီး သိသိသွားတာကတော့ ရုပ် နာမ်အဖြစ်အပျက် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဆိုတဲ့ အမှန်ကို သိသိသွားတာပဲ။ အဲဒီလို အမှန်ကို သိသိသွားတာဟာ မောဟအဖုံးအကွယ်ကို ဖောက်ထွင်းပြီး သိသိသွားတာပါပဲ။ မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း စသည်မှာ ရှုမှတ်လျက် ဗောဇ္ဈင်တရားတို့ကို ဖြစ်စေ ပွားစေလျှင် အဲဒီလို ဖောက်ထွင်းပြီး သိသိသွားတယ်။ အဲဒီလို သိနိုင် ခဲ့တာတွေကို သိသိသွားတာ ဖြစ်သောကြောင့် အဲဒီအသိကို ထိုးထွင်း သိတယ်လို့ ဆိုရမယ်။ နောက်ဆုံးမှာ အရိယမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို သိသွားတာကတော့ ထိုးထွင်းသိတာဖြစ်ကြောင်း အလွန်ပင် ထင်ရှား နေပါတယ်။ အဲဒီလို ထိုးထွင်းသိရန်အလို့ငှာလည်း ဖြစ်ကြတယ်တဲ့။

ယခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ဝိပဿနာဉာဏ် မဂ်ဉာဏ်တို့ဖြင့် ထိုးထွင်းသိလျှင် ကိလေသာတွေရော ဝဋ်ဆင်းရဲတွေရော ငြိမ်းတော့ တာပါပဲ။ ဒါကြောင့် နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တန္တိ - ကိလေသာခပ်သိမ်း ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရန်အလို့ငှာ ဖြစ်ကြသည်လို့ ဟောထားတာပါပဲ။ အဲဒီလိုအကျဉ်းချုပ် ပလ္လင်ခံအနေဖြင့် ဟောထားပြီးတော့ အသေးစိတ် အကျယ်ကိုလည်း ဒီလို ဟောတော်မူပါတယ်။

ကတမေ သတ္တ၊ သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်္ဂေါ ခေါ ကဿပ
မယာ သမ္ပဒက္ခာတော ဘာဝိတော ဗဟုလီ
ကတော အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ
သံဝတ္တတိ။

ကဿပ - ချစ်သား ကဿပ၊ မယာ - ငါဘုရားသည်၊
သမ္ပဒက္ခာတော - ကောင်းမွန်မှန်ကန်စွာ ဟောကြားအပ်သော၊ သတိ -

သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ - အမှတ်ရမှုဟူသော ဗောဇ္ဈင်တရားသည်၊ ဘာဝိတော - မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်သည်ရှိသော်၊ ဗဟုလိကတော - အကြိမ်များစွာ ပြုအပ် ပွားစေအပ်သည်ရှိသော်၊ အဘိညာယ - ထူးသော ဉာဏ်ဖြင့် သိရန်အလို့ငှာ၊ သမ္မောဓာယ - ထိုးထွင်း၍ သိရန်အလို့ငှာ နိဗ္ဗာနာယ - ကိလေသာခပ်သိမ်း ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရန်အလို့ငှာ သံဝတ္ထတိ - ဖြစ်သည်တဲ့။

မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း စသည်မှာ မြင်တယ်၊ ကြားတယ် စသည်ဖြင့် အမှတ်ရတာ ရှုမှတ်တာဟာ သတိသမ္မောဇ္ဈင်ပဲ၊ ဗောဇ္ဈင်ဆိုတာ ဗောဇ္ဈင်္ဂမှ ဖြစ်လာတာပဲ၊ ဗောဇ္ဈင် ဆိုတာလည်း ဗောဓိ၊ အင်္ဂဆိုတဲ့ ၂ ပုဒ်မှ ဖြစ်လာတာပဲ။ ဗောဓိဆိုတာက အသိဉာဏ်၊ အင်္ဂဆိုတာက အကြောင်းအင်္ဂါ ၂ ပုဒ်အပေါင်း ဗောဇ္ဈင်္ဂ ဗောဇ္ဈာင် ဆိုတာ အသိဉာဏ်၏အကြောင်း အင်္ဂါလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ်စသော ဝိပဿနာဉာဏ်၏ အကြောင်းအင်္ဂါ၊ အရိယာမဂ်ဉာဏ်၏ အကြောင်းအင်္ဂါလို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် စသည် ကိုလည်း ဩမကနည်းအားဖြင့် ဗောဇ္ဈင်လို့ ခေါ်ရပါတယ်။ သို့သော် လည်း အဋ္ဌကထာများမှာ ဥက္ကဋ္ဌနည်းအားဖြင့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် အဆင့်ကမှစပြီး ဗောဇ္ဈင်တရားကို ဖော်ပြထားပါတယ်။ ယခုပြောခဲ့တဲ့ ရောဂါဝေဒနာတွေ ပျောက်ရာမှာလည်း အဲဒီ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်အဆင့် ကမှ စပြီး ထင်ရှားတတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ စိတ်ပါလက်ပါနဲ့ ထက်ထက်သန်သန် တင်းတင်းရင်းရင်း အားထုတ်နေတဲ့ ယောဂီမှာ ဝိပဿနာ သမာဓိ အားကောင်းလာသည့်အခါ ကတည်းကစပြီး ရောဂါသက်သာတာ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ထိုင်တယ် ထိတယ် ကြိတ်တယ် နာတယ် မြင်တယ် ကြားတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်တိုင်း

၁၄၈

တက္ကသိုလ် ဝိပဿနာတရားတော်

ရှုမှတ်တိုင်း အမှတ်ရတာဟာ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်ပဲ၊ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ဖြစ်ပွားနေတဲ့ အဲဒီ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်ကြောင့်လည်း ရောဂါဝေဒနာဟာ သက်သာပြီး ပျောက်သွားတယ်လို့မှတ်ယူရမယ်။ အဲဒီ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်ဖြင့် အမှတ်ကောင်းသလောက် ကျန်တဲ့ ဓမ္မဝိစယအစရှိသော ဗောဇ္ဈင် တရားတွေလည်း ထက်သန်စွာ ဖြစ်ကြတော့တာပဲ။

ဓမ္မဝိစယဆိုတာ ရုပ် နာမ်တရားတွေကို သူ့ပင်ကိုရင်းသဘောဖြင့်ရော၊ အဖြစ်အပျက် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ အနတ္တ အခြင်းအရာများဖြင့်ရော စိစစ်ပိုင်းခြားပြီး သိတတ်တဲ့ ဉာဏ်ပညာပဲ အဲဒီ ဉာဏ်ပညာကလည်း ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း သိလျက် သိလျက် ဖြစ်ပွားနေတာပဲ။ အဲဒီ အသိဉာဏ်ဆိုတဲ့ ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်ဖြင့် “ထူးသောဉာဏ်ဖြင့် သိတယ်” စသည်အရ ကိစ္စပြီးပုံကိုတော့ အထူးပြဆိုနေဖို့ မလိုပါဘူး။ ဒါကြောင့် -

ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂေါ ခေါ ပဿပ ဘာဝိတော ။ပ။
သံဝတ္တတိ လို့လည်း ဟောတော်မူတာပါပဲ။

ကဿပ - ချစ်သား ကဿပ၊ မယာ - ငါဘုရားသည်၊ သမ္ပဒက္ခာတော - ကောင်းမွန်မှန်ကန်စွာဟောကြားအပ်သော၊ ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂေါ - ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်သည်၊ ဘာဝိတော - မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေ အပ်သည်ရှိသော် ။ပ။ သံဝတ္တတိ - ဖြစ်၏တဲ့။

(ဒီမှာ ။ပ။ လို့ ပြထားတဲ့နေရာ၌ ရှေ့နားက ပါဠိများ အနက်များအတိုင်းပင် ဖော်ရမယ်။)

နောက်ပြီးတော့ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်မိအောင် ကြောင့်ကြစိုက်မှုပါတယ်။ အဲဒီ ကြောင့်ကြစိုက်မှုက ဝီရိယ သမ္ပောဇ္ဈင်ပဲ။ နောက်ပြီးတော့ ရှုမှတ်မှု အထူးကောင်းတဲ့အခါ ဝမ်းမြောက်

တက်ကြွမှုလည်း ထင်ရှားတယ်။ အထူးအားဖြင့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ဖြစ်ခိုက်မှာ အလွန်အကဲ ထင်ရှားတတ်တယ်။ နောက်ပြီးတော့ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်းအေးတဲ့ သဘောကပဿဒ္ဓိပဲ။ အဲဒီ ပဿဒ္ဓိ လည်း အမှတ်ကောင်းတဲ့အခါ ထင်ရှားတယ်။ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ် တိုင်း ရှုမှတ်ရတဲ့ အာရုံမှာ ကပ်ကပ်ကျနေသလို တည်ငြိမ်တဲ့သဘော က သမာဓိပဲ။ ဒီသမာဓိကတော့ အမှတ်ကောင်းစ ပြုလာကတည်းက ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ထင်ရှားနေတာပဲ။ အဲဒီ ဝီရိယ သမ္မောဇ္ဈင် စသည်တို့ကိုလည်း ဒီလို ချီးကျူးပြီး ဟောတော်မူပါတယ်။

ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ် ကဿပ မယာ သမ္ပ
ဒက္ခာတော။ ပ။ သံဝတ္တတိ။ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ
ခေါ် ကဿပ မယာ သမ္ပဒက္ခာတော ။ပ။
သံဝတ္တတိ။ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ် ကဿပ
မယာ သမ္ပဒက္ခာတော ။ပ။ သံဝတ္တတိ။ ဥပေက္ခာ
သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ် ကဿပ မယာ သမ္ပဒက္ခာ
တော ။ပ။ သံဝတ္တတိ။

ကဿပ-ချစ်သား ကဿပ၊ မယာ-ငါဘုရားသည်၊ သမ္ပ
ဒက္ခာတော-ကောင်းစွာ ဟောကြားအပ်သော၊ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ-
ရှုမှတ်မိအောင် ကြောင့်ကြစိုက်မှု လုံ့လဟူသော ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်
သည်။ ဘာဝိတော-မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်သည်ရှိသော် ။ပ။
သံဝတ္တတိ-ဖြစ်၏။ ကဿပ-ချစ်သား ကဿပ၊ မယာ-ငါဘုရား
သည်၊ သမ္ပဒက္ခာတော-ကောင်းစွာဟောကြားအပ်သော၊ ပီတိ
သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ-နှစ်သိမ့်ဝမ်းမြောက်မှုဟူသော ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်သည်။
ဘာဝိတော-မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်သည်ရှိသော်။ ။ပ။ သံဝတ္တတိ-
ဖြစ်၏။ ကဿပ-ချစ်သား ကဿပ၊ မယာ-ငါဘုရားသည်။

သမ္ပဒက္ခာတော - ကောင်းစွာ ဟောကြားအပ်သော၊ ပဿဒ္ဓိ
သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ - ကိုယ်စိတ်၏ ငြိမ်းအေးမှုဟူသော ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်
သည်၊ ဘာဝိတော - မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်သည်ရှိသော် ။ပ။
သံဝတ္တတိ - ဖြစ်၏။ ကဿပ - ချစ်သား၊ ကဿပ၊ မယာ - ငါဘုရား
သည်၊ သမ္ပဒက္ခာတော - ကောင်းစွာ ဟောကြားအပ်သော၊ သမာဓိ
သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ - စိတ်၏ စူးစိုက်တည်ငြိမ်မှုဟူသော သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်
သည်၊ ဘာဝိတော - မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်သည်ရှိသော် ။ပ။
သံဝတ္တတိ - ဖြစ်၏။

အမှတ်အသိ အထူးကောင်းနေတဲ့အခါမှာ မှတ်သိစရာ အာရုံ
ပေါ်အောင်လည်း ကြောင့်ကြမစိုက်ရ၊ ရှုမှတ်မိအောင်လည်း အထူး
ကြောင့်ကြမစိုက်ရဘဲ သူ့အလိုလိုပင် သိသိသွားနေသကဲ့သို့ မှတ်သိမှု
က ဖြစ်နေတတ်တယ်။ အဲဒီလို အခါမှာ သဒ္ဓါနှင့်ပညာ၊ ဝီရိယနှင့်
သမာဓိတို့၏ မယုတ်မလွန် အညီအမျှ ဖြစ်နေခြင်း သဘောဟာ
ထင်ရှားနေတယ်။ အဲဒီလို အညီအမျှဖြစ်ခြင်း သဘောဟာ ဥပေက္ခာ
သမ္မောဇ္ဈင်ပဲ။ ဒီ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်ဆိုတာက အလွန်သိနိုင်ခဲ့ပါတယ်။
ဝိပဿနာရှုလို့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် ရောက်တဲ့အခါကျမှ ကိုယ်တိုင်တွေ့
အားဖြင့် ထင်ရှားသိရပါတယ်။ အဲဒီ ဥပေက္ခာ သမ္မောဇ္ဈင်ကိုလည်း
ဒီလို ချီးကျူးပြီး ဟောတော်မူပါတယ်။

ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ် ကဿပ မယာ
သမ္ပဒက္ခာတော ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော
အဘိညာဿ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

ကဿပ - ချစ်သား၊ ကဿပ၊ မယာ - ငါဘုရားသည်၊ သမ္ပ
ဒက္ခာတော - ကောင်းစွာဟောကြားအပ်သော၊ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ -

မယုတ်မလွန် အညီအမျှဖြစ်သော ဥပေက္ခာ သမ္မောဇ္ဈင်သည်၊
 ဘာဝိတော - မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်သည်ရှိသော်၊ ဗဟုလီကတော -
 အကြိမ်များစွာ ပြုအပ်ပွားစေအပ်သည်ရှိသော်၊ အဘိညာယ - ထူးသော
 ဉာဏ်ဖြင့် သိရန်အလို့ငှာ၊ သမ္မောဓာယ - ထိုးထွင်း၍ သိရန်အလို့ငှာ၊
 နိဗ္ဗာနာယ - ကိလေသာခပ်သိမ်း ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရန်အလို့ငှာ၊
 သံဝတ္တတိ - ဖြစ်၏။

ယခု ဖော်ပြခဲ့တာဟာ အရှင်မဟာကဿပအား မြတ်စွာ
 ဘုရားက ဗောဇ္ဈင် ၇ ပါးကို အကျယ်ဟောကြားတော်မူပုံပါပဲ။
 အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်အား ဟောကြားပုံလည်း နည်းတူပါပဲ။
 ကဿပ - ချစ်သား ကဿပလို့ဆိုတဲ့အရာမှာ၊ မောဂ္ဂလ္လာန - ချစ်သား
 မောဂ္ဂလ္လာန်လို့လည်း ဆိုရုံမျှသာ ထူးပါတယ်။ အဲဒီလို အသေးစိတ်
 အကျယ်ဟောတော်မူပြီးတော့ ဒီလို နိဂုံး ချုပ်တော်မူပါတယ်။

ဣမေ ခေါ ကဿပ သတ္တ ဗောဇ္ဈင်၊ မယာ
 သမ္မဒက္ခာတာ ဘာဝိတာ ဗဟုလီကတာ
 အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တန္တိ။

ကဿပ - ချစ်သား ကဿပ၊ မယာ - ငါဘုရားသည် သမ္မ
 ဒက္ခာတာ - ကောင်းမွန်မှန်ကန်စွာ ဟောကြားအပ်ကုန်သော၊ ဣမေ
 သတ္တ ဗောဇ္ဈင် - ခုနစ်ပါးသော ဤဗောဇ္ဈင်တရားတို့သည်၊ ဘာဝိ
 တာ - မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်ကုန်သည်ရှိသော်၊ ဗဟုလီကတာ -
 အကြိမ်များစွာ ပြုအပ်၊ ပွားစေအပ်ကုန်သည်ရှိသော်၊ အဘိညာယ -
 ထူးသောဉာဏ်ဖြင့် သိရန်အလို့ငှာ၊ သမ္မောဓာယ - ထိုးထွင်း၍ သိရန်
 အလို့ငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ - ကိလေသာခပ်သိမ်း၊ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းရန်
 အလို့ငှာ၊ သံဝတ္တန္တိ - ဖြစ်ကုန်၏။

အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်အား ဟောတဲ့အခါ ကဿပ - အရာ၌ မောဂ္ဂလ္လာန်လို၊ ဟောတာလောက်ပဲ ထူးခြားပါတယ်။ အဲဒီ ဗောဇ္ဈင် တရားတော်ကို နာကြားပြီးတဲ့အခါ အရှင်မဟာကဿပ အရှင်မဟာ မောဂ္ဂလ္လာန်တို့၏ သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေသောရောဂါ လုံးဝ ပျောက် ကင်း သွားပါသတဲ့။ အဲဒါဟာ ရဟန္တာမဖြစ်မီက ဖြစ်ပွားခဲ့တဲ့ ဗောဇ္ဈင် တရားများကိုလည်း ပြန်လည် ဆင်ခြင်မိပြီးတော့ ထိုအခိုက်မှာ ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်များကို ရှုလျက် ဗောဇ္ဈင်တရားများလည်း ထက်သန်စွာ ဖြစ်ပွားပြီး ရောဂါပျောက်သွားကြတာပဲလို့ မှတ်ယူရပါတယ်။

ရောဂါပျောက်ပုံကတော့ ယခုခေတ်မှာ အနောက်တိုင်း ဆရာဝန်တို့က “ဆေး၏ အကူအညီဖြင့် ပိုးကောင်းတွေက လွှမ်းမိုး သွားရင် ရောဂါပိုးဆိုးတွေ သေပျက်ပြီး ကျန်းမာတယ်” လို့ ပြောကြ သလိုပါပဲ။ “ဗောဇ္ဈင်တရားများကြောင့် ဖြစ်ပွားတဲ့ ရုပ်ကောင်း ရုပ်သန့်တွေက လွှမ်းမိုးပြီး ရောဂါ ရုပ်ဆိုးတွေ ချုပ်ပျောက်သွားကြ သောအားဖြင့် ရောဂါပျောက်သွားတယ်” လို့ မှတ်ယူရပါတယ်။

အရှင်မဟာကဿပ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်တို့ဟာ ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်ထူးတွေပဲ။ မိမိအလိုလိုလည်း ဗောဇ္ဈင်တရားတွေကို ပွားစေနိုင် ကြတာပဲ။ ဒါပေမဲ့ တရားမနာရဘဲ ဗောဇ္ဈင်တရားကို ပွားစေတာထက် တရားနာရပြီး ပွားစေတာက သာပြီး အားကောင်းထက်သန်တယ်။ အဲဒီလို အထူးအားကောင်း ထက်သန်တဲ့ ဗောဇ္ဈင်တရားတွေ ဖြစ်ပွား ပြီး ရောဂါပျောက်ကင်းရေးအတွက် မြတ်စွာဘုရားက ဒီ ဗောဇ္ဈင် တရားကို ဟောတော်မူတယ်လို့လည်း မှတ်ယူရပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင်တောင်မှ အရှင်စုန္ဒမထေရ်ကို ဟောစေပြီးတော့ အရှင်စုန္ဒဟောတဲ့ ဗောဇ္ဈင်တရားကိုနာပြီး စွဲကပ် နေတဲ့ ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေပါသေးတယ်။ အဲဒါကို ထောက်ဆ

ကြည့်လျှင် တရားနာခြင်းဟာ အရေးကြီးတဲ့ ကိစ္စတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့် တရားကို မှန်စွာ ဟောနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဟောလျှင် မည်သူကပဲ ဟောသည်ဖြစ်စေ ရိရိသေသေ နာသင့်ပါတယ်။ “ငါက သိပြီးသားပဲ ဒီပုဂ္ဂိုလ်က ငါသိတာထက် ပိုပြီး မဟောနိုင်ပါဘူး” လို့ မရိမသေ မပြုသင့်ဘူး ဆိုတာလည်း အထူးသတိ ပြုသင့်လှပါပေတယ်။

ဤမျှသော စကားရပ်ဖြင့် “ဘုရား ရဟန္တာများမှာ ဗောဇ္ဈင်ကို ပွားစေခြင်းဖြင့် ရောဂါဝေဒနာစသော ကိုယ်ဆင်းရဲကို ငြိမ်းစေလျက် မျက်မှောက် အတ္တဘော၌ ချမ်းသာစွာ နေရခြင်း အကျိုးကို ပြည့်စုံစေနိုင်သည်” ဟူသော အနက်ကို သိနိုင်လောက်ပေပြီ။ ရဟန္တာ မဟုတ်သေးသော ကျင့်ဆဲပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာလည်း ရောဂါဝေဒနာ စသည်ကို ကင်းပျောက်စေနိုင်ကြောင်း သိနိုင်လောက်ပေပြီ။

ထိုတွင် ဘုရား ရဟန္တာ အရှင်မြတ်တို့မှာ ဝိပဿနာရှုလျက် ဗောဇ္ဈင်ကို ပွားစေခြင်းဖြင့် မျက်မှောက် အတ္တဘော၌ ချမ်းသာစွာ နေရပုံကို ခန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိ (၁၃၆) မှာ ဒီလို ပြဆိုထားပါတယ်။

အပိ စ ဣဗေ ဓမ္မာ ဘာဝိတာ ဗဟုလိကတာ
ဒိဋ္ဌ ဓမ္မသုခဝိဟာရာယ စေဝသံဝတ္တန္တိ သတိ
သမ္ပဇညာယစ။

အပိစ-ရဟန္တာမှာ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါးတို့ကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ စသော အခြင်းအရာတို့ဖြင့် ဝိပဿနာရှု၍ အသစ်တိုးခြင်း အဟောင်းပွားခြင်း မရှိငြားသော်လည်း၊ ဣဗေ ဓမ္မာ-မြင်ဆဲ၊ ကြားဆဲ၊ တွေ့ဆဲ၊ သိဆဲ၌ ထင်ရှားသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတို့ကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခစသော အခြင်းအရာတို့ဖြင့် ရှုသိလျက်ဖြစ်သော ဤဗောဇ္ဈင် မဂ္ဂင်တရားတို့သည်၊ ဘာဝိတာ-မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်ကုန်သည်

ရှိသော်၊ ဗဟုလီကတာ-အကြိမ်များစွာ ပြုအပ် ပွားစေအပ်ကုန်သည်
ရှိသော်၊ ဒိဋ္ဌဓမ္မသုခဝိဟာရာယ စေတ-မျက်မှောက် အတ္တဘောဌ
ချမ်းသာစွာ နေရခြင်း အကျိုးငှာလည်း၊ သံဝတ္တန္တိ - ဖြစ်ပါကုန်၏။
သတိသမ္ပဇဉာယ စ-သတိသမ္ပဇေ ဖြစ်ခြင်း အလိုငှာလည်း၊
သံဝတ္တန္တိ - ဖြစ်ပါကုန်၏။

အထက်ပါ ပါဠိ အနက်အဓိပ္ပာယ် အကျယ်ကိုတော့ သီလ
ဝန္တသုတ္တန်တရားတော် (၃၇၆) စသည်မှာ ဖော်ပြထားပြီး ရှိပါသည်။

ရဟန္တာမဟုတ်သော ကျင့်ဆဲပုဂ္ဂိုလ်များမှာတော့ ရောဂါ
ဝေဒနာပျောက်ပြီး ချမ်းသာစွာ နေကြရသည့်ပြင် အဘိညာယ သမ္မော
ဓာယ နိဗ္ဗာနနာယ သံဝတ္တန္တိလို့ ပြဆိုထားတဲ့ အကျိုးများကိုလည်း
ရနိုင်ပါသည်။ ဝိပဿနာရှု၍ ဗောဇ္ဈင်တို့ကို ပွားစေရာ၌ လိုရင်း
အကျိုးမှာ အဘိညာယ စသည်ဖြင့် ဖော်ပြထားသော အဲဒီ အကျိုးများ
သာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရောဂါပျောက်ကင်း၍ ကိုယ်ချမ်းသာခြင်းအကျိုးက
အပိုအလျှံ အသေးအဖွဲ အကျိုးမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍
ရောဂါပျောက်လို၍ ရှုမှတ်သော သူတို့သည်လည်း သစ္စာလေးပါး
အမှန်တရားတို့ကို ထူးသော ဉာဏ်ဖြင့် သိခြင်း၊ ထိုးထွင်း၍သိခြင်း
ဆင်းရဲငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ဖြင့် မျက်မှောက်ပြု
ရခြင်းဆိုတဲ့ အကျိုးများကို ရသည်တိုင်အောင် အားထုတ်ကြကုန်ရာ၏
အားထုတ်ကြပါကုန်။

ထို့ပြင် ယင်း ဗောဇ္ဈင်တရားတို့ကို ပွားစေခြင်းဖြင့် ဗုဒ္ဓ
သာသနာဝင် မဟုတ်သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်များလည်း ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်
အစစ်ဖြစ်လျက် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကို သက်ဝင် ကြည်ညိုလျက်
အလွန်အကျိုးများတတ်ပါသည်။ ယင်းသို့ ဖြစ်ပုံနှင့်စပ်၍ သာဓက
ဝတ္ထုအနည်းငယ်ကို ထုတ်ပြရလျှင် -

၁။ ဦးကာဆင် ဝတ္ထု အကျဉ်းချုပ်

၁၃၁၃ ခုနှစ် ကဆုန်လဆန်း ၁၀ ရက်က ဝါးခယ်မမြို့ အရှေ့ပိုင်း ရပ်ကွက်မှ ဦးဆင်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဦးကာဆင် ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်သော အသက် ၃၉ နှစ်ရှိ လူတစ်ယောက်သည် ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာသို့ လာရောက်၍ တရားအားထုတ်သည်။ သူ၏ ဖခင်မှာ မူဆလင်ဘာသာ ကုလားလူမျိုးဖြစ်သည်။ မိခင်မှာ မြန်မာတိုင်းရင်းသူဖြစ်သည်။ သူ့ဖခင်က သူ့ကို ငယ်ရွယ်စဉ်ကပင် အိန္ဒိယနိုင်ငံသို့ပို့၍ မူဆလင်ဘာသာ ကျမ်းစာတို့ကို သင်ယူစေခဲ့သည်။ ယင်းကျမ်းစာတို့ကို ဗလီဆရာကြီးများ အဆင့်အထိ တတ်မြောက်ခဲ့သည်ဟုဆိုသည်။ သူက စရိတ်မကုန်ဘဲ သွားလိုရာ အရပ်တပါး နိုင်ငံခြားများနှင့် တစ်ကမ္ဘာလုံးသို့ တန်ခိုးဖြင့် သွားရောက်လိုသော ဆန္ဒပြင်းပြလျက် ရှိသည်ဟုဆိုသည်။ ထိုသို့သော အလိုဆန္ဒရှိသောကြောင့် အလွန်ရင်းနှီးသော သူ့မိတ်ဆွေက “ဦးကာဆင် အရပ်ဝေးသို့ ခရီးစရိတ်မကုန်ဘဲ သွားရောက်လိုတဲ့ ခင်ဗျား၏ အလိုဆန္ဒအတိုင်း ညွှန်ကြားသင်ပြပေးနိုင်သော ဆရာ ဒီမှာ ရှိပါတယ်လားခဲပါ” ဟု ဖိတ်ခေါ်လိုက်သည်။ ထို့ကြောင့် သာသနာ့ရိပ်သာ လာရောက်ပြီး တရားအားထုတ်သည်။ ထိုနေ့က အများနှင့်အတူပင် ဟောရိုး ဟောစဉ်အတိုင်း ရှုမှတ်ပုံကို ဟောပြလိုက်ပါသည်။ သူ့ကိုလည်း ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်ဟူ၍ပင် ထင်မှတ်ခဲ့ပါသည်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းခန်းထဲသို့ ဝင်၍ ထိုင်ပြီးလျှင် ဆရာတော်၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ဝမ်းဗိုက်ဖောင်းတာ ပိန်တာကို စူးစိုက်၍ “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်” ဟု မှတ်နေရင်း သူ့မှာ စဉ်းစားဆင်ခြင်မှု ဖြစ်လာပါသည်။ “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ မှတ်နေတာ ဘာလဲ၊ အသက်ရှူရင် ဗိုက်က ဖောင်းမှာပိန်မှာပေါ့၊ ဒီလို မှတ်နေလို့ ဘာ

အကျိုး ရှိမှာလဲ” လို့စဉ်းစားမိပါသတဲ့။ ဒါပေမဲ့ “အဲလေ ငါက စရိတ်မကုန်ဘဲနဲ့ လိုရာအရပ် ရောက်ချင်လို့ လာပြီ အားထုတ်တာပဲ၊ ဆရာပြောတဲ့အတိုင်း အားထုတ်မှပါပဲ” လို့ထပ်မံစဉ်းစားပြီး ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ မှတ်မြဲပင် ဆက်၍မှတ်နေပါသတဲ့။ ဒီလို ယုံမှားတွေ့တောတာနဲ့ အသင့်အလျော် စဉ်းစားတာဟာ မကြာ မကြာ ဖြစ်ပါသတဲ့။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီတုန်းက ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာမှာ လက်ထောက် ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာဖြစ်တဲ့ (ယခုဝါးခယ်မရိပ်သာ) ဦးဝိစာရကလည်း ဟောကြားပြသပေးတာနဲ့ကြိုးကြိုးစားစား ရှုမှတ်အားထုတ်သည့်အတွက် မကြာခင်ပဲ သမာဓိဉာဏ်အထူးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထိုအခါ တရားအရသာထူးများကိုလည်း တွေ့ရတဲ့အတွက် ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရား ဖြစ်ပွားလာသည်။ ယင်း သဒ္ဓါတရား၏ အစွမ်းကြောင့် စူးစူးစိုက်စိုက် တင်းတင်းရင်းရင်း အားထုတ်သဖြင့် တစ်လခန့် ကြာသောအခါ ဉာဏ်စဉ်တရားကို နာရပေသည်။ ဉာဏ်စဉ်တရားနာပြီး ရက်အနည်းငယ် ဆက်လက် ရှုမှတ်အားထုတ်၍ ရိပ်သာမှ ပြန်သွားသည်။

ထိုသို့ပြန်သွားသောအခါ မူလက ဖိတ်ခေါ်လိုက်သော မိတ်ဆွေက “ဘယ့်နှယ့်လဲ ဦးကာဆင်၊ ခရီးစရိတ်မကုန်ဘဲ လိုရာသွားရောက်နိုင်တဲ့နည်းကို လိုချင်ပါသေးသလား” လို့ မေးပါသတဲ့။ အဲဒီတော့ ဦးကာဆင်က “မလိုချင်ပါဘူးဗျာ၊ ကျုပ် ဖောင်းတာ ပိန်တာ ရှုမှတ်နေရတာပဲ ကောင်းပါတယ်။ ဒီလို မှတ်နေရတာနဲ့ပဲ ကျေနပ်လှပါပြီ” လို့ ပြောပါသတဲ့။ အဲဒီ ဦးကာဆင်ဟာ ထိုအခါမှစ၍ သတိပဋ္ဌာန် ရှုမှတ်နည်းအတိုင်းသာ အချိန်ရတိုင်း ရှုမှတ်နေပါသည်။ ထိုစဉ်အခါက ဝါးခယ်မမြို့မှာ မီးလောင်ရာတွင် ဦးကာဆင်၏အိမ်လည်း မီးထဲပါသွားသည်။ သူတပါးတွေမှာ မီးဘေးကြောင့် အလွန်

ပူပန်ကြ၊ စိတ်ဆင်းရဲကြသော်လည်း ဦးကာဆင်မှာတော့ ပူပန်ခြင်း မရှိဘဲ ရှုမှတ်ခြင်းဖြင့် ချမ်းသာလျက်ရှိကြောင်း တွေ့မြင်ရသူအများက သိကြရပါသတဲ့။ သူ၏ မူလ ဘာသာရေးနဲ့ စပ်ပြီး မေးကြည့်ရာတွင်လည်း “အရင်ကတော့ အဲဒီလို အယူအစွဲတွေ ရှိခဲ့ပါတယ်။ ယခုတော့ အဲဒါတွေ မရှိတော့ပါဘူး” လို့ ဖြေကြားပါသတဲ့။ ဝါးခယ်မမြို့၌ သာသနာ့ရိပ်သာ ဖွင့်ပြီးသောအခါ နေ့စဉ်လိုပင် အချိန်ရသလောက် ရိပ်သာသို့ သွား၍ ရှုမှတ်နေသည်၊ အလွန်ပင် စွဲမြဲပါသည်။

ဒီအကြောင်းအရာများကို စောစောက ဘုန်းကြီး (မဟာစည်) မကြား မသိခဲ့ရပါ။ လွန်ခဲ့သော ၁၇ နှစ်လောက်ကမှ ဦးကာဆင်က သူ့အကြောင်း လျှောက်၍ သိရပါသည်။

ဤဝတ္ထုထဲမှာ “စရိတ်မကုန်ဘဲ လိုရာသွားရောက်နိုင်အောင် ညွှန်ပြမည့် ဆရာရှိကြောင်း ပြောပြ၍ ဖိတ်ခေါ်သူမှာ မုသာဝါဒ မဖြစ်ပေဘူးလား” လို့ မေးဖွယ်ရှိပါသည်။ ဗုဒ္ဓစာပေကျမ်းဂန်များ၌ ဈာန်အဘိညာဉ်ရအောင် အားထုတ်နည်းများ ထင်ရှားရှိနေပါသည်။ ယင်းဈာန်အဘိညာဉ်ဖြင့် လူ့လောက ကမ္ဘာမြေပြင်တွင်မျှမက နတ်လောကများသို့ပင် သွားရောက်နိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ ဦးကာဆင်က ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ စသည်ကို ရှုမှတ်ရတဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ ရှုနည်းမျှဖြင့် အားမရ မကျေနပ်သေးလျှင် ယင်း ဈာန်အဘိညာဉ် ရအောင် အားထုတ်နည်းများကို ညွှန်ကြားပေးစေမည်ဖြစ်၍ မုသာဝါဒ မဖြစ်ဟု အခိုင်အမာ ဖြေဆိုနိုင်ပါသည်။

ဦးကာဆင်၏ ဗုဒ္ဓတရားတော် လေးစားပုံနှင့် စပ်ပြီး အံ့သြဖွယ်တွေ တော်တော်များများ ရှိပါသေးသည်။ သေဆုံးကွယ်လွန်သွားသည်အထိ အခွင့်ရတိုင်း မပြတ်ရှုမှတ်သွားပါသည်။

၂။ ဒေါက်တာဟောင်းဝတ္ထု

အင်္ဂလန်ပြည် လန်ဒန်မြို့မှ အထူးစိတ်ရောဂါကု ပါရဂူ ဒေါက်တာ ဂရေဟန်ဟောင်း (DR.ERIC GRAHAM HOWE) ဆိုသူ သည် ၁၃၁၄ ခုနှစ် တန်ဆောင်မုန်းလဆုတ် ၇ ရက်က နတ်တော် လဆန်း ၇ ရက်အထိ ရန်ကုန် သာသနာ့ရိပ်သာ၌ မဟာစည် ဆရာတော်၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ရှုမှတ်အားထုတ်သွားသည်။ ရှုမှတ်၍ ၄၊ ၅ ရက်ကြာသောအခါ “တရားအားမထုတ်မီက တစ်ယောက်တည်း တွေ့သိရပါသည်။ ယခု နှစ်ယောက်တွေ့နေပါ သည်။ ဘာကြောင့်ပါလဲ”လို့ သူက မေးပါသည်။ “ရှုသိရတာက ရုပ်တရား၊ ရှုသိတာက နာမ်တရား၊ ဒါကြောင့် ၂ ယောက်လိုပင် နှစ်မျိုးအနေဖြင့် သိရတာပါ။ အမှန်သိပါပဲ” လို့ ဖြေကြားရသည်။ နောက် ရက်အနည်းငယ် ကြာသောအခါ ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ပျောက် ပျောက်သွားသည်ကိုသာ တွေ့ရကြောင်း ပြောပါသည်။ ဒါဖြင့် အဲဒီလို ပျောက်ပျောက် သွားတာဟာ မြဲတာလား၊ မမြဲတာလားလို့ မေးကြည့်တော့ မမြဲတာပါလို့ သူကဖြေကြားသည်။ ဒါဖြင့် အတ္တ ကောင်ဆိုတာကော မရှိတော့ဘူးလားလို့ မေးကြည့်တော့ အတ္တကောင် ကတော့ ရှိနေသေးတာပဲလို့ လျှောက်ပါသည်။ ဒါဖြင့် ရှုမြဲသာ ဆက်ပြီး ရှုမှတ်သွားပါလို့ ပြောကြားလိုက်ပါတယ်။ နောက် ရက် အနည်းငယ်ကြာသောအခါ “ရှုမှတ်တိုင်း ရှုမှတ်တိုင်း ရှုသိရတာရော ရှုသိတာရော ချက်ချင်း ပျောက်ပျက်သွားတာကို တွေ့ရကြောင်း” သူက လျှောက်ပါသည်။ အဲဒီတော့ အမြဲတည်နေတဲ့ အတ္တကောင် ကလေးကို တွေ့သေးရဲ့လား” လို့ မေးကြည့်ပါသည်။ မတွေ့ရတော့ ပါဘူးလို့ သူကဖြေကြား လျှောက်ထားပါသည်။ အဲဒီလို ခဏမစဲ ပျောက်ပျက်သွားလို့ မမြဲတာချည်းပဲ၊ ဆင်းရဲချည်းပဲ၊ အတ္တကောင်

မဟုတ်တဲ့ အနတ္တသဘောတရားချည်းပဲလို့ ရှုမှတ်နေရင်း ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်ဖြင့် သိတာဟာ အလွန်ကောင်းပါတယ်။ ဒီလို သိရအောင်လို့ ပေါ်လာသမျှကို အမြဲမပြတ် ရှုမှတ်နေရတာပဲ၊ ရှုမြဲသာ မပြတ်ရှုမှတ် သွားပါ။ အင်မတန် ကောင်းပါတယ်လို့ ချီးကျူးပြီး ဆက်လက်ရှုဖို့ တိုက်တွန်းလိုက်ရပါသည်။

ရည်မှန်းထားသည့် ရက်စေ့၍ ပြန်ခါနီးမှာ “ဒီတရားဟာ အလွန်ကောင်းပါတယ်၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးက စာသင်ကျောင်းတွေမှာ ဒီသတိပဋ္ဌာန် တရားတော်ကို ကျောင်းသားတွေအား သင်ပေးပြီး တရားအားထုတ်ကြမယ်ဆိုရင် တစ်ကမ္ဘာလုံး ငြိမ်းချမ်းရေး ရသွားမှာ ပဲ” လို့ သူက သူ့ထင်မြင်ချက်ကို ဖွင့်ဟ လျှောက်ထားသွားပါသည်။

နောက်တစ်ချိန်၌ ရန်ကုန်မြို့မှ ဒေါက်တာ ခင်မောင်လတ် (မဟာစည် ယောဂီ) အင်္ဂလန်သို့ အထူးစိတ်ရောဂါကု ဆရာဝန် အတတ်သင်ရန် သွားရာ ယင်းဆရာဝန်ကြီး ဒေါက်တာဟောင်း ဌာနသို့ ရောက်သွားသည်။ ထိုအခါ ဒေါက်တာဟောင်းက သူ၏ လူမမာများကို တန်းစီစေပြီးလျှင် ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်ဟု ရှုမှတ် ခိုင်းနေတာကို တွေ့ရသဖြင့် ဒေါက်တာ ခင်မောင်လတ်က အလွန် အံ့အားသင့်ပြီးတော့ “ခင်ဗျားဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပါလား” လို့ ဆရာဝန်ကြီး ဒေါက်တာဟောင်းကို မေးသည်။ ထိုအခါ ဆရာဝန်ကြီး ဒေါက်တာဟောင်းက “ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တော့ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဒါပေမဲ့ ဒီတရားက အလွန်ကောင်းတဲ့ တရားဖြစ်ပါတယ်။ လူမမာတွေကို စိတ်ချမ်းသာမှု အေးချမ်းမှု ရစေပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ဒီလို ရှုမှတ်ခိုင်း ပါတယ်” လို့ပြန်ကြားပါသည်။ “ဒီလို ရှုမှတ်ပုံနည်းကို ဘယ်က ရလာပါသလဲ”လို့ မေးမြန်းတော့ မြန်မာပြည် ရန်ကုန်မြို့ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးထံမှ ရလာခဲ့ကြောင်း ဖြေကြားလိုက်ပါသတဲ့။

၃။ ကျောင်းဆရာကြီး ပင်နေကာဝတ္ထု

၁၉၅၅ ခုနှစ်က ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဦးဇေနသည် သီရိလင်္ကာခေါ် သီဟိုဠ်ကျွန်း၌ နာယက ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ အရှင်သုဇာတမထေရ်နှင့် အတူတကွ သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာ ပဋိပတ္တိ သာသနာတော်ကို ပြုစုလျက်ရှိခဲ့သည်။ ထိုစဉ်အခါက ကိုလံဘိုမြို့ ကောလိပ်ကျောင်းမှ ခရစ်ယန် ကျောင်းဆရာကြီး တစ်ဦးဖြစ်သော (MR. PINNEKA) မစ္စတာ ပင်နေကာသည် ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဦးဇေနထံ လာရောက်၍ “အလုပ်ကိစ္စတွေနှင့် ပတ်သက်ပြီး စိတ်ပူပန်မှုတွေ များနေသောကြောင့် စိတ်အေးချမ်းအောင် ဘယ်လို အားထုတ်ရပါမည်လဲ” လို့ မေးမြန်း လျှောက်ထား တောင်းပန်သည်။ ဦးဇေနက ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်လို့ ရှုမှတ်ပုံမှစ၍ သတိပဋ္ဌာန် ရှုမှတ်ပုံ အကျဉ်းချုပ်ကို ညွှန်ကြားသည်။ ထိုညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ရှုမှတ်၍ ၁၀ မိနစ်လောက် အတွင်းမှာပင် စိတ်ပူပန်မှုတွေ ငြိမ်းပြီး အေးချမ်းသွားတာကို တွေ့ရသောကြောင့် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနှင့် လျှောက်ထားပြီးလျှင် အင်္ဂုန်ရသလောက် ရှုမှတ် အားထုတ်သွားသည်။ တစ်လခွဲ နှစ်လလောက် ကြာသောအခါ ယင်း မစ္စတာပင်နေကာသည် သူ၏ဇနီးနှင့် သားသမီးများပါ ခေါ်လာပြီးလျှင် ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဦးဇေနအား ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ဒီလို လျှောက်ထားပါသတဲ့။ “တပည့်တော်ဟာ ဝိပဿနာတရားတွေ အားထုတ်ပြီးတဲ့ နောက်ပိုင်းမှာ အလုပ်ကိစ္စတွေက အလွန်များပြီး စိတ်ဆင်းရဲစရာတွေက အလွန်များနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဆရာတော်ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုးအားလုံးဟာ ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ပျောက်သွားတာချည်းပဲ။ အဲဒီလို ပျောက်သွားပြီးတော့ အလွန် အေးငြိမ်း ချမ်းသာသွားတာကို တွေ့မြင်ခံစားနေရပါတယ်” လို့ ဝမ်းပန်းတသာနဲ့ လျှောက်ထားပါသတဲ့။

ယခုထုတ်ဖော်ပြခဲ့တဲ့ သာဓက ဝတ္ထု ၃ ခုဟာ ကိုယ်တိုင်
 တွေ့မြင်နိုင်တဲ့ သန္တိဋ္ဌိက တရားတော်ကို တကယ် ကျင့်ကြည့်လျှင်
 မူလက ယုံကြည်ခဲ့တဲ့ အယူဝါဒနဲ့ မတူသော်လည်း ကိုယ်တိုင်တွေ့
 မြင်ပြီး သက်ဝင် ယုံကြည်နိုင်ကြောင်း၊ ကျင့်သူမှာလည်း တကယ်
 လိုလားအပ်သည့် အကျိုးများကို ရကြောင်း ထောက်ခံတဲ့
 သာဓကဝတ္ထုများ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် အလားတူ ဝတ္ထုများလည်း
 ရှိပါသေးတယ်။ ကံ ကံ၏အကျိုးမရှိ၊ နောင်တမလွန် ဘဝမရှိဟု
 တစ်ထစ်ချ ခိုင်မြဲစွာ အယူရှိတဲ့သူ အချို့လည်း သတိပဋ္ဌာန် ဝိဿနာ
 အလုပ်ကို စမ်းသပ် အားထုတ်ကြည့်သောအားဖြင့် သက်ဝင် ယုံကြည်
 သွားကြတာတွေ ရှိပါသည်။ ယုံကြည်သင့်သော တရားကို ယုံကြည်၍
 ကျင့်သုံးသောအားဖြင့် လိုလားအပ်သည့် အကျိုးနှင့် ပြည့်စုံကြပါစေ။

ဤတွင် နောက်ဆက်တွဲပြီး၏။

