

ဘဝတွက်တာ အဘိဓမ္မာ

အပိုင်း (၆)

နာမ်တရားကိုလေ့လာသုံးသပ်ခြင်း (၄)

စိတ်နှင့်အတူဖြစ်သော အညသမာန်းစေတသိက် ၏ သဘာဝကို လေ့လာခြင်း

ဆရာလေးဒေါက်တာယုဇနညာဏီ

၂၀၂၁ ခုနှစ်၊ ဇန္နဝါရီလ (၁၆) ရက်၊ စနေနေ့

စိတ်၌မှီတွယ်၍ စိတ်ကိုခြယ်လှယ်တတ်သော စေတသိက်များ (၅၂) ပါး

၁) ကောင်း၊ ဆိုး နှစ်တန်သော စိတ်တို့နှင့် ဖြစ်သော စေတသိက်များ - (၁၃) ပါး

အညသမာန စေတသိက (ပါဠိ) - အညသမာန်း စေတသိက် (မြန်မာ)

(က) စိတ်ဖြစ်တိုင်း အတူတကွဖြစ်သော စေတသိက်များ - သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ (၇) ပါး

(ခ) အချို့သော စိတ်တို့နှင့် အတူဖြစ်သော စေတသိက်များ - ပကိဏ္ဍက (၆) ပါး

၂) စိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေ၊ ပူလောင်စေသော စေတသိက်များ - (၁၄) ပါး

အကုသလ စေတသိက - အကုသလ စေတသိက်

၃) စိတ်ကို ဖြူစင်စေ၊ စင်ကြယ်စေ၊ စွမ်းအားမြင့်စေသော စေတသိက်များ - (၂၅) ပါး

သောဘန စေတသိက - သောဘနစေတသိက်

စိတ်ဖြစ်တိုင်း စိတ်နှင့်အတူဖြစ်သော စေတသိက်များ

(သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ စေတသိက် - ၇ ပါး) Universal mental states - 7

၁) ဖဿ - အာရုံနဲ့ ထိတွေ့မှု၊ စိတ်နှင့် အာရုံ ထိတွေ့မှု

- contact, contact of the mind with the object

၂) ဝေဒနာ. - အာရုံကို ခံစားမှု

- feeling, experiencing the object

၃) သညာ - အမှတ်အသားပြုပြီး သိမှု

- perception, perceiving the object by taking mental notes for future reference

၄) စေတနာ -အတူဖြစ်ဖက် သဘာဝတရားများကို လှုံ့ဆော်စုစည်းပေးမှု

- volition, motivation, stimulation, organiser overseeing everyone

၅) ဧကဂ္ဂတာ - အာရုံတစ်ခုတည်း/ ဦးတည်ချက်တစ်ခုတည်း၌ စုစည်းပေးမှု။

- One-pointedness, unification of the mind on the object

၆) ဇီဝိတိန္ဒြေ - စောင့်ရှောက်ခြင်း ကိစ္စ၌ ပိုင်စိုးမှု။ နာမ်တရားများကို အသက်

- maintaining the associated mental states, protection system

၇) မနသိကာရ - နှလုံးသွင်းခြင်း၊ အာရုံဖက်သို့ စိတ်ကို ဦးလှည့်ပေးခြင်း၊ စိတ်နှင့် အာရုံဆုံ မိအောင် အာရုံဖက်သို့ စိတ်ကိုဦးလှည့်ပေးမှု။

- attention, (literally) making the object in the mind

- မည်သည့်စိတ်ဖြစ်စေ စိတ်ဖြစ်တိုင်း အတူတကွပါဝင်သည့်၊ စိတ်ကိုမှီ၍ဖြစ်သောကြောင့်
သဗ္ဗ - အလုံးစုံသော/ အားလုံးသော+ စိတ္တ - စိတ်တို့နှင့် + သာဓာရဏ -
အတူတကွဖြစ်/ ဆက်ဆံခြင်း။

စိတ်ဖြစ်တိုင်း စိတ်အားလုံးနှင့်အတူဖြစ်သော/ယှဉ်သော စေတသိက်များ၏ ဆောင်ရွက်မှုကိစ္စများ

- ၁) ဖဿ - phassa - contact (စိတ် ကို အာရုံနှင့် ဆုံစည်းပေးမှု)
- ၂) ဝေဒနာ- vedanā - feeling (အာရုံ၏ သဘာဝကို အတွေ့အကြုံရမှု၊ ခံစားမှု)
- ၃) သညာ - saññā - perception (အမှတ်အသားပြုပြီး သိမှု)
- ၄) စေတနာ - cetanā - motivation (မိမိတို့ကိစ္စဆောင်ရွက်အောင်လှုံ့ဆော်စည်းရုံးမှု)
- ၅) ဧကဂ္ဂတာ - ekaggatā - one-pointedness (စိတ်ကို အာရုံတစ်ခုတည်း၌ ပေါင်းစည်းပေးမှု)
- ၆) ဇီဝိတိန္ဒြေ- jīvitindriya - mental life-faculty (နာမ်တရားတို့ကို ထိန်းသိမ်းပေးမှု)
- ၇) မနသိကာရ - manasikāra - attention (နှလုံးသွင်းခြင်း၊ စိတ်ကိုအာရုံဖက်သို့ဦးလှည့်ပေးခြင်း)

၁) ဖဿ - စိတ် ကို အာရုံနှင့် ဆုံစည်းပေးမှု

- phassa - contact, mental contact, contact of the mind with the object

- မျက်စိမှာ ပြင်ပမှ မြင်စရာအာရုံတွေ လာထင်ဟပ်သောအခါ မြင်သိစိတ်ဖြစ်လာ

- မျက်စိမှာ ကံကပေးတဲ့ အစွမ်းသတ္တိတွေရှိ၊ စိတ်မှာလည်း ကံကပေးတဲ့အစွမ်းသတ္တိတွေရှိ

- မျက်စိ အကြည်ဓာတ် (စက္ခု ပဿာဒ) - မှန်သားကဲ့သို့ ပုံရိပ်ကိုထင်ဟပ်စေနိုင်

➤ မြင်သိစိတ်ဖြစ်ရန် အကြောင်းတရား (၄) ပါး

၁) မျက်စိ အကြည်ဓာတ် (စက္ခု ပဿာဒရုပ်)

၂) မြင်စရာ အဆင်း (ရူပါရုံ)

၃) အလင်းရောင် (အာလောက)

၄) စိတ်၌အာရုံပေါ်ခြင်း/ နှလုံးသွင်းခြင်း (မနသိကာရ)

၂) ဝေဒနာ - အာရုံ၏ အရသာကို ခံစားမှု (experiencing the object)

• အတွေ့အကြုံ ခံစားချက်၊ ကောင်းတဲ့အတွေ့အကြုံ၊ မကောင်းတဲ့အတွေ့အကြုံ

➢ စိတ်နဲ့ အာရုံပေါ်တဲ့အတိုင်းအတာအရ ဝေဒနာပေါ် (ပြိုင်တူဖြစ်)

➢ စိတ်နဲ့ အာရုံထိတွေ့မှု အားကောင်းသလောက် ဝေဒနာလည်းအားကောင်း

➢ ပန်းတစ်ပွင့်ကို မြင်ရာ၌/ တရားသံကို ကြားရာ၌/ ဒူးရင်းသီးအနံ့ရရာ၌ ဝေဒနာ (၃) မျိုး

၁) စိတ်တွင် ကြိုက်၊ နှစ်သက် (အလိုရှိအပ် ကောင်းမြတ်/ ကုဋ္ဌာရုံ) - သောမနဿ,ဝေဒနာ

၂) စိတ်တွင်မကြိုက်၊မနှစ်သက် (အလိုမရှိအပ် မကောင်းမြတ်/အနိဋ္ဌာရုံ) - ဒေါမနဿ,ဝေဒနာ

၃) စိတ်တွင် အလယ်အလတ် အလိုရှိအပ်/ ကုဋ္ဌမဇ္ဈတ္တာရုံ - ဥပေက္ခာ,ဝေဒနာ

ဣန္ဒြိယ ဘေဒနည်းအရ ဝေဒနာ (၅) မျိုး

- (၁) သောနဿ ဝေဒနာ - စိတ်၌ဖြစ်သော ချမ်းသာခြင်းသဘော
- (၂) ဒေါမနဿ ဝေဒနာ - စိတ်၌ဖြစ်သော ဆင်းရဲခြင်းသဘော
- (၃) သုခ,ဝေဒနာ - ခန္ဓာကိုယ်၌ ဖြစ်သော ချမ်းသာခြင်း
- (၄) ဒုက္ခ,ဝေဒနာ - ခန္ဓာကိုယ်၌ ဖြစ်သော ဆင်းရဲခြင်း
- (၅) ဥပေက္ခာ ဝေဒနာ - ချမ်းသာသည်လည်း မဟုတ်၊ ဆင်းရဲသည်လည်းမဟုတ်၊
ကြိုက်သည်လည်းမဟုတ်၊ မကြိုက်သည်လည်းမဟုတ်၊
အလယ်အလတ်ဖြစ်သော ခံစားခြင်းသဘော

ထိုခံစားခြင်း ဝေဒနာတို့သည် ခန္ဓာကိုယ်၌ အမြဲတည်နေသည်မဟုတ်ဘဲ မီးခြစ်ဆံသည် မီးခြစ် အိမ်နှင့်ထိတွေ့မှ မီးတောက်ပေါ်သကဲ့သို့ ပေါ်ပေါက်လာသော တရားဖြစ်သည်။

၃) သညာ - အာရုံကို မှတ်တမ်းတင်ခြင်း (perception - noting, recording system)

မှတ်သားချက်များသည် ပုံပန်းသဏ္ဍာန်၊ အမည်နာမ စသည်တူလျှင် လွဲမှားတတ်

ဖောက်ပြန် လွဲမှားမှု (၃) မျိုး

(က) သညာ လွဲမှားမှု - သညာဝိပုလ္လာသ

- ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲတတ်သောကြောင့် မမြဲမှု "အနိစ္စ" ကို မြဲသည် "နိစ္စ" ဟုထင်သည်။
- "ဆင်းရဲဒုက္ခ" ကို "ချမ်းသာသုခ" ဟုထင်သည်။
- မိမိသဘောသို့မလိုက်သော၊ မထိန်းချုပ်နိုင်သော "အနတ္တ"ကို "အတ္တ" ဟုထင်သည်။
- မတင့်တယ်သော၊ စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ဖြစ်သော "အသုဘ" ကို "သုဘ" ဟုထင်သည်။

(ခ) စိတ်ဖောက်ပြန်မှု - စိတ္တဝိပုလ္လာသ

(ဂ) အယူ လွဲမှားမှု - ဒိဋ္ဌိဝိပုလ္လာသ

၄) စေတနာ - လုံ့ဆော်ခြင်း၊ စည်းရုံးခြင်း၊ တွန်းအားပေးခြင်း

မိမိနှင့်အတူဖြစ်သော သဘာဝတရားများကို ဆိုင်ရာကိစ္စဆောင်ရွက်အောင် စည်းရုံးလုံ့ဆော်

volition, motivation, stimulation, co-ordinating, organizing

စိတ်ကို အာရုံနှင့်တွေ့အောင် ဆက်သွယ်ပေးမှု - ဖဿ

တွေ့ပြီး မှတ်သားထားသည့်အတိုင်း အာရုံကို ခံစားမှု - ဝေဒနာ

အာရုံ ကို မှတ်သားမှု - သညာ

• တွန်းအားပေးတတ်သော စေတနာသည် ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်နှင့်ယှဉ်တွဲပါက ကံ ဖြစ်လာ
ကုသိုလ်စေတနာ၊ အကုသိုလ်စေတနာက တိုက်တွန်းမှုကြောင့် ကောင်းမှု၊မကောင်းမှုများပြု

• စေတနာ,ဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ။ “စေတနာကို ကံဟု ငါဘုရားရှင် ဟောတော်မူ၏။”

၅) ဧကဂ္ဂတာ - ဦးတည်ချက်/ အာရုံတစ်မျိုးတည်းရှိခြင်း

- ဧက - တစ်(ခု/မျိုး)၊ အဂ္ဂ - ဦးတည်ချက်/ အာရုံ၊ တာ - ရှိခြင်းသဘာဝ
- စိတ်ကို ဦးတည်ချက်တစ်မျိုးတစ်ခု၌ စုစည်းပေးခြင်း၊ အာရုံတစ်ခုတည်းကိုသာ အာရုံပြုစေ
- ဖဿ၊ ဝေဒနာ၊ စေတနာတို့၏ ဦးတည်ချက်သည် အာရုံတစ်ခုသာဖြစ်
- ဧကဂ္ဂတာ ကို စနစ်တကျလေ့ကျင့်ပေးလျှင် စွမ်းအားထက်မြက်လာပြီး ဈာန်အင်္ဂါဖြစ်လာ
- ဈာန် - ဈာန - ဆိုင်ရာအာရုံကို သာမန်အာရုံပြုပုံထက် လွန်ကဲ၍ စူးစူးစိုက်စိုက်ရှုတတ်သော စေတသိက်တရားအပေါင်း
- ဧကဂ္ဂတာ ကို စွမ်းအားတက်အောင်လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးလျှင် သမာဓိ အဆင့်ကိုရောက်
- သမထအာရုံ၊ ဝိပဿနာအာရုံတို့ဖြင့်လေ့ကျင့်ပါက ဈာနသမာဓိ၊ မဂ္ဂသမာဓိ၊ ဖလသမာဓိရ
- မဂ္ဂင် (၈) ပါးတွင် ဧကဂ္ဂတာ ကို သမ္မာသမာဓိ (ကောင်းစွာတည်ကြည်ခြင်း) ဟုခေါ်သည်။
- ဗောဇ္ဈင် (၇) ပါးတွင် ဧကဂ္ဂတာ ကို သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင် ဟုခေါ်သည်။

၆) ဇီဝိတိန္ဒြေ - အတူဖြစ်ဖက် နာမ်တရားတို့ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း

- စောင့်ရှောက်ခြင်း ကိစ္စ၌ ပိုင်စိုးမှု၊ နာမ်တရားများကို အသက်/ သက်တမ်းကာလ အတွင်း မပျက်စီးရအောင် ထိန်းသိမ်းပေး (preserve) လုပ်ပေး
- သဘာဝ အနေဖြင့်ပါရှိ၊ တိုးတက်အောင် ကြိုးပမ်းရန်မလို။

(၇) မနသိကာရ - စိတ်ကို အာရုံနဲ့တွေ့ဆုံအောင် ဦးလှည့်ပေး (attention)

မြှားပစ်ရာတွင် ပစ်မှတ်ကို မြှားဦးလှည့်ပေးသကဲ့သို့

စိတ်ကို အာရုံနဲ့တွေ့ဆုံမှုတွင် အလွန်အရေးပါ

- မနသိကာရ ရှိမှ စိတ်သည် အာရုံနှင့်ဆုံပြီး ဆောင်ရွက်မှုကိစ္စလုပ်နိုင်
- စေတသိက်များသည် စိတ်၏ စွမ်းအားများဖြစ်၊ စွမ်းအားမပါလျှင် စိတ်က အလုပ်မဖြစ်
- စိတ်နှင့်စေတသိက်ပေါင်းစပ်ပြီး အာရုံနှင့်ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်းကို သိရန်လိုသည်။

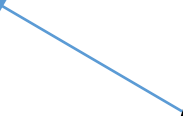
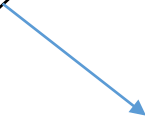
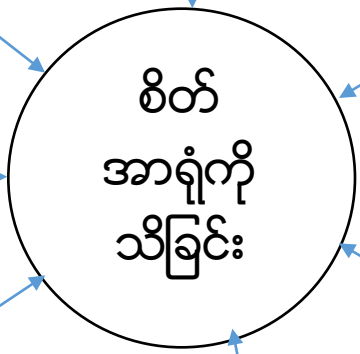
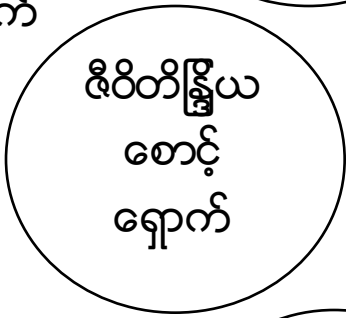
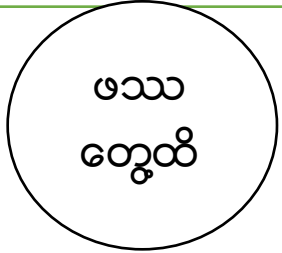
စိတ်နှင့်အတူဖြစ်

သဗ္ဗစိတ္တ

သာဓာရဏ

စေတသိက်

(၇) ပါး



ပက်ဏ္ဍက စေတသိက် (၆) ပါး (စိတ်အချို့နှင့် အတူဖြစ်) Particular

(၁) ဝိတက္က - စိတ်ကို အာရုံပေါ်တင်ပေးခြင်း၊ ပို့ပေးခြင်း၊ တွန်းတင်ပေးခြင်း၊ ကြံစည်ခြင်း။

အဘိနိရောပန လက္ခဏာ

ဝိတက် - တွေးခြင်း၊ ကြံခြင်း၊ စိတ်ကူးခြင်း၊ စိတ်၏အတွေး

Initial application (applying the mind onto the object)

တွေးတောမှုမပါဘဲ သဘာဝအတိုင်းဖြစ်စေ၊ လေ့ကျင့်မှုကြောင့်ဖြစ်စေ အာရုံပေါ်ရောက်စိတ်ရှိ

- မြင်သိစိတ် (စက္ခုဝိညာဏ်)၊ ကြားသိစိတ် (သောတဝိညာဏ်)၊ နံသိစိတ် (ယာနဝိညာဏ်)၊ လျက်သိစိတ် (ဇိဝှိဝိညာဏ်)၊ ထိသိစိတ် (ကာယဝိညာဏ်) ဟူသော ဒွေပဉ္စဝိညာဏ် (၁၀) ပါးသည် ကြံစည်မှုမပါဘဲ သဘာဝအတိုင်းဖြစ်သောကြောင့် “သဘာဝ အဝိတက္ကစိတ်”

- ဈာန်စိတ်များတွင် လေ့ကျင့်မှုစွမ်းရည်ကြောင့် ၏ ကြံစည်မှု ဝိတက်မပါသည့် ဒုတိယဈာန် စသည့်စိတ်များကို ဘာဝနာကြောင့်ဖြစ်သောဝိတက်ကင်းစိတ် “ဘာဝနာပလအဝိတက္ကစိတ်”

မှားယွင်းသော အတွေး - မိစ္ဆာဝိတက် (၃) မျိုး

(၁) လောဘနှင့် အာရုံကိုခံစားချင်သော အတွေး - ကာမ ဝိတက်

(၂) ဒေါသနှင့် သူတစ်ပါးကို ပျက်စီးစေလိုသော အတွေး - ဗျာပါဒ ဝိတက်

(၃) ဒေါသနှင့် သတ်ဖြတ် ညှဉ်းဆဲရန်တွေးသောအတွေး - ဝိဟိံသ ဝိတက်

မှန်ကန်သော အတွေး - သမ္မာ ဝိတက် (၃) မျိုး

(၁) လောဘနှင့် အပျော်အပါးကိုမလိုက်စားသော အတွေး - နေက္ခမ္မ ဝိတက်

လောဘမှထွက်ခွာ၍ ကုသိုလ်ပြုလိုသော အတွေး

(၂) မေတ္တာနှင့် တွေးသော အတွေး - အဗျာပါဒ ဝိတက်

(၃) သတ်ဖြတ် ညှဉ်းဆဲမှုကင်း၍ အကြင်နာပါသောအတွေး - အဝိဟိံသ ဝိတက်

➢ ဝိတက်သည် ထိုင်းမှိုင်းလေးလံမှု ထိန်၊ မိဒ္ဓ ကို ပယ်ရှားနိုင်သည်။

(၂) ဝိစာရ - အာရုံကို အဖန်ဖန်အထပ်ထပ်သုံးသပ်ခြင်း၊ ဝိတက် က စိတ်ပေါ်တင်ပေးလိုက်သော အာရုံကို စိတ်နှင့် ကင်းကွာမသွားရအောင် စွဲမြဲနေအောင် ထိန်းပေးခြင်း။ အာရုံပေါ်၌ ရစ်ဝဲနေခြင်း။ (sustained application - examining the object)

• ဈာန်အင်္ဂါ (၁) ပါးဖြစ်သည်။

➤ ဝိတက္က - အာရုံကို ပထမအကြိမ်ယူခြင်း။

➤ ဝိစာရ - ယူပြီးသော အာရုံကို ထပ်၍ ထပ်၍ ယူခြင်း။

❖ ဝိတက္က - ခေါင်းလောင်းသံ ကဲ့သို့၊

❖ ဝိစာရ - ခေါင်းလောင်းသံနောက်မှ ကြေးဟီသံ၊ ကြေးညည်းသံ၊

□ ဝိတက္က - ဌက်၏အရှိန်ဖြင့် ပျံတက်ဟန်ကဲ့သို့၊

□ ဝိစာရ - လေအဟုန်တွင် ဌက်၏ ရစ်ဝဲဟန်ကဲ့သို့၊

(၃) အဓိမောက္ခ - အာရုံကို ဆုံးဖြတ်ခြင်း၊ အာရုံပေါ်၌ မတွေ့ဝေဘဲ သက်ဝင်ဆုံးဖြတ်ခြင်း။

(ဝိတက်က တင်ပေးသော အာရုံပေါ် စိတ်ဝင်ရောက်သွားခြင်း) - resolution

- မှားသည်ဖြစ်စေ၊ မှန်သည်ဖြစ်စေ တွန့်ဆုတ်မှုမရှိဘဲ သက်ဝင်ဆုံးဖြတ်နိုင်ခြင်း။
- မှားယွင်းသော အယူဝါဒများကို အမှန်ဟု ယုံကြည်ခြင်းသည် “မိစ္ဆာ”အဓိမောက္ခ” ဖြစ်သည်။

(မိစ္ဆာ - မှားယွင်းသော + အဓိမောက္ခ - ဆုံးဖြတ်ခြင်း)

- သဒ္ဓါသည် အသိဉာဏ်ပါသော ယုံကြည်မှုဖြစ်၍ ကုသိုလ်စိတ်၌သာ ဖြစ်သည်။
- အဓိမောက္ခ သည် သဘာဝအတိုင်း မိမိကိစ္စကိုဆောင်ရွက်သည်။
- သဒ္ဓါ၊ သတိ၊ ပညာ စသည်ကဲ့သို့ တိုးပွားရန် ကြိုးစားရန်မလို။

(၄) ဝီရိယ - ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု၊ ရဲရင့်သူ၏ဖြစ်ကြောင်း

(လုံ့လဝီရိယရှိသူသည် ပြုဖွယ်ကိစ္စတို့၌ တွန့်ဆုတ်မှုမရှိစေရန်၊ ရဲရင့်ရန်ထောက်ပံ့ပေးသည်။)

□ အိမ်အိုကြီး မလဲပြိုရန် ထောက်ကန်ပေးသော ကျားတိုင်/ သစ်တိုင်ကဲ့သို့

➢ မှန်ကန်သော ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု - သမ္မာဝါယာမ/ သမ္မပ္ပဓာန် (၄) ပါး

✓ ဖြစ်ပြီး အကုသိုလ်တို့ကို ဖယ်ရှားရန် အားထုတ်ခြင်း။

✓ မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တို့ကို မဖြစ်စေရန် အားထုတ်ခြင်း။

✓ မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်တို့ကို ဖြစ်ရန် အားထုတ်ခြင်း။

✓ ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်တို့ကို တိုးပွားစေရန် အားထုတ်ခြင်း။

➢ မဟာကုသိုလ်စိတ်၊ ရူပကုသိုလ်စိတ်၊ အရူပကုသိုလ်စိတ်၊ မဂ်ကုသိုလ်စိတ်တို့နှင့်အတူဖြစ်

(က) မကောင်းမှ၌ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှ၊ (မှားယွင်းသော ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှ၊)

(ခ) ကောင်းမှ၌ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှ၊ (မှန်ကန်သော ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှ၊)

“ လုံ့လ ဝီရိယရှိသူသည် မပြီးမြောက်နိုင်သော အရာမရှိ ”

(ဝီရိယဝတော ကိနာမကမ္မံ နသိဇ္ဈတိ)

➤ Effort makes the impossible possible.

- ဆန္ဒ၊ ဝီရိယ၊ စိတ္တ၊ ဝီမံသ ဟူသော အဓိပတိ (၄) ပါးတို့တွင် (၁) ပါး အပါအဝင်ဖြစ်သည်။
- ဝီရိယ ကိုအားကောင်းအောင်ကြိုးစားရန်လိုသော်လည်း တရားအားထုတ်ရာတွင် ဝီရိယ လွန်၍ သမာဓိအားနည်းပါးက စိတ်ယုံလွင့်မှ၊ ဥဒ္ဓစ္စ ဖြစ်တတ်သည်။

ဗောဓိပက္ခိယ တရား (၃၇) ပါးတွင် ဝီရိယ ပါဝင်မှု (၉) ဌာန

- သမ္မပ္ပဓာန် (၄) ပါးလုံးသည် ဝီရိယ၏ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုပင်ဖြစ်သည်။
- ဆန္ဒ၊ ဝီရိယ၊ စိတ္တ၊ ဝီမံသ ဟူသော "ဣဒ္ဓိပါဒ" ဟူသော ဈာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ်တရားတို့၏ ပြီးစီးထမြောက်သော အခြေခံအကြောင်း (၄) ပါးတို့တွင် (၁) ပါး အပါအဝင်ဖြစ်သည်။
- သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ဟူသော ဣန္ဒြေ (၅) ပါးတွင် (၁) ပါးဖြစ်သည်။
- သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ဟူသော ဖိုလ် (၅) ပါးတွင် (၁) ပါးဖြစ်သည်။
- သတိ၊ ဓမ္မဝိစယ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ၊ သမာဓိ၊ ဥပေက္ခာ ဟူသော ဗောဇ္ဈင် (၇) ပါးတွင် (၁) ပါးဖြစ်သည်။
- သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊ သမ္မာဝါယာမ (ဝီရိယ)၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ ဟူသော မဂ္ဂင် (၈) ပါးတွင် (၁) ပါးဖြစ်သည်။

(၅) ပီတိ - အာရုံကို နှစ်သက်အားရ သဘောကျခြင်း၊ စိတ်ဝင်စားခြင်း၊ စိတ်၏နှစ်ခြိုက်မှု။

- joy, rapture, zest, pleasurable interest
- လောဘကြောင့်ဖြစ်သော ပီတိ (တန်ဖိုးသိပ်မရှိ)
- ဓမ္မကြောင့်ဖြစ်သော ပီတိ သည် အသိဉာဏ်တိုးစေသောကြောင့် တန်ဖိုးရှိသည်။ ပီတိရှိမှ စိတ်ဝင်စားမှုရှိသည်။ စိတ်ဝင်စားမှုမရှိလျှင် စိတ်က အားတက်မှုမရှိ၊ ဆုတ်နှစ်မှုဖြစ်သည်။
- သစ်ပင်များကဲ့သို့ ရေသွန်းဖျန်းလိုက်သောအခါ စိတ်က ရွှင်လန်းလာသည်။
- ပီတိနှင့်ဖြစ်သောစိတ်သည် စွမ်းဆောင်ရည် ပိုမိုမြင့်မားလာသည်။
- ပီတိသည် အာရုံကိုနှစ်သက်အားရ သဘောကျခြင်း၊ သုခကဲ့သို့ ဝေဒနာ ခံစားခြင်းမဟုတ်။
- ဥပမာ
- ခရီးဝေးသွားသောသူသည် အပန်းဖြေစရာနေရာအကြောင်း ကြားသိရသောအခါ ပီတိဖြစ်
- မိမိကိုယ်တိုင်ကိုယ်လက်သန့်စင်ရာအနားယူရသောအခါ ချမ်းသာရွှင်လန်းပြီးသုခဖြစ်သည်

အဆင့်ဆင့်သာသော ပီတိ (၅) မျိုး

- ၁) ခုဒ္ဒိကာ - ကြက်သီးမွေးညှင်းထရုံမျှ သေးငယ်စွာဖြစ်သော ပီတိ
 - ၂) ခဏိကာ - လျှပ်စီးလက်သကဲ့သို့ ခဏခဏဖြစ်၍ ခဏခဏ ပျက်သော ပီတိ
 - ၃) သြက္ကန္တိကာ - ဒီရေလိုင်းလုံးကြီး လွှမ်းဖုံးသကဲ့သို့ တစ်ကိုယ်လုံး၍ လွှမ်းဖုံးသော ပီတိ
 - ၄) ဥဗ္ဗေဂါ - မိမိအဟုန်ဖြင့် ကိုယ်ကို အထက်သို့ မြှောက်တက်စေနိုင်သော ပီတိ
 - ၅) ဖရဏာ - ဥဗ္ဗေဂါထက် ရှည်ကြာစွာ တစ်ကိုယ်လုံး၌ ပျံ့နှံ့သော ပီတိ
- သို့သော် ပီတိလွန်ကဲလျှင်လည်း လွဲချော်တတ်သည်။

(၆) ဆန္ဒ - အာရုံတစ်ခုကို လိုလားတောင့်တခြင်း၊ ပြုလုပ်လိုခြင်း၊ ရယူလိုခြင်း။
တဏှာလောဘ ကဲ့သို့ စွဲလန်းခြင်းမဟုတ်။ အာရုံကို ရယူလိုရုံမျှသာ

- နေ့စဉ်ဘဝတွင် သွားချင်၊ လုပ်ချင်၊ ပြောချင်၊ လေ့လာချင်၊ တတ်သိနားလည်ချင်မှုများ
- ကာမဂုဏ်တို့ကိုလိုချင်တောင့်တမှု-ကာမစ္ဆန္ဒ (ကုသိုလ်ကိုတားဆီး၍ နိဝရဏ (၁)ပါး ဖြစ်)
- တရားနာချင်၊ ဓမ္မစာပေသင်ယူချင်၊ လှူဒါန်းချင်၊ နိဗ္ဗာန်ရချင် - ကုသလဆန္ဒ
- ဆန္ဒသည် ပြုလုပ်ချင်ရုံသက်သက်သာဖြစ်ပြီး
- လောဘသည် တွယ်တာမှုသဘောပါ၍ အာရုံကို မရ ရအောင်ရယူရန်ကြိုးပမ်း
- ဆန္ဒသည် စွမ်းအားထက်လာပါက အဓိပတိ - စွမ်းဆောင်သည့်အကြီးအကဲဖြစ်လာသည်။
- ပြင်းပြသောဆန္ဒသည် အောင်မြင်မှုသရဖူကိုဆောင်းနိုင်သော ဆန္ဒိဒ္ဓိပါဒ် (ဆန္ဒ + ဣဒ္ဓိပါဒ်)

“ ဆန္ဒဝတော ကိနာမ ကမ္မံ နသိဇ္ဈတိ ”

ပြင်းပြသော ဆန္ဒရှိသူအဖို့ မပြီးမြောက်နိုင်သော အရာမရှိ။

“ Wish-to-do makes the impossible possible”.

wish-to-do, desire = chanda (ဆန္ဒ)

➢ မောဟမူစိတ် (၂) ပါး - ယုံမှားသံသယဖြစ် - ဝိစိကိစ္ဆာနှင့် ပျံ့လွင့်- ဥဒ္ဓစ္စ တို့နှင့်

အဟိတ်စိတ် (၁၈) ပါး၌ ဆန္ဒမဖြစ်။

➢ ကျန်စိတ်များအားလုံး၌ ဆန္ဒဖြစ်နိုင်သည်။ သို့သော် အားကြီးမှု/အားနည်းမှုကွာခြားသည်။

ဤစေတသိက် (၆) ပါးသည် အချို့သောစိတ်များ၌ဖြစ်ပြီး အချို့စိတ်များနှင့်အတူမဖြစ်ကြပါ။

ထိုသို့အတူဖြစ်ကြရာတွင် အချို့စိတ်များတွင် အင်အားကောင်းပြီး အချို့စိတ်တွင်အားလျော့။

- ကျမ်းကိုးစာရင်း

- အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၊ သဂြိုဟ်ဘာသာဋီကာ၊ ဧကောဒသမအကြိမ်၊ မဟာဂန္ဓာရုံစာပေ၊ အမရပူရမြို့၊ ၂၀၀၂ ခုနှစ်။
- အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)၊ အဘိဓမ္မာမြတ်ဒေသနာ (ဆရာတော်ကြီးထပ်မံတည်းဖြတ်မှု) ပထမအကြိမ်၊ အောင်ဇမ္ဗူပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်၊ ၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ။

- ဒေါ်ဉာဏေသီ - ပထမကျော် မွှာစရိယ (B.Ed)၊
သဂြိုဟ်သင်နည်းသစ်၊ ပဉ္စမအကြိမ်၊ ဝင်းတိုးအောင် အော့ဖ်ဆက်၊
ရန်ကုန်၊ ၂၀၁၇ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ။
- ဦးမြင့်ဆွေ (မဟာဝိဇ္ဇာ၊ လန်ဒန်)၊ အဘိဓမ္မာ သဂြိုဟ်အဖွင့် (ပတွဲ)၊
ဒုတိယအကြိမ်၊ ရန်ကုန်၊ ရန်ကုန်ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်၊ ၂၀၁၈၊ နိုဝင်ဘာလ။