

ဖဟာ ကမ္မဋ္ဌာနာ စရိယ ဘွဲ့တံဆိပ်တော်ရ
 တဒန္တ သဒန္တ ကိတ္တိသဘရ
 အောင်ဆန်း တောရ တပ်ဦး ဆရာတော်

ရင့်ကျက်စိတ်ထား ဉာဏ်စွမ်းအားဖြင့်

ဒုတိယအကြိမ်

အပ္ပမာဒေါ အမှတ် ပဒံ

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့၌ မမေ့မလျော့ခြင်းသည်
သေခြင်းကင်းရာ နိဗ္ဗာန်၏အကြောင်းဖြစ်သည်။

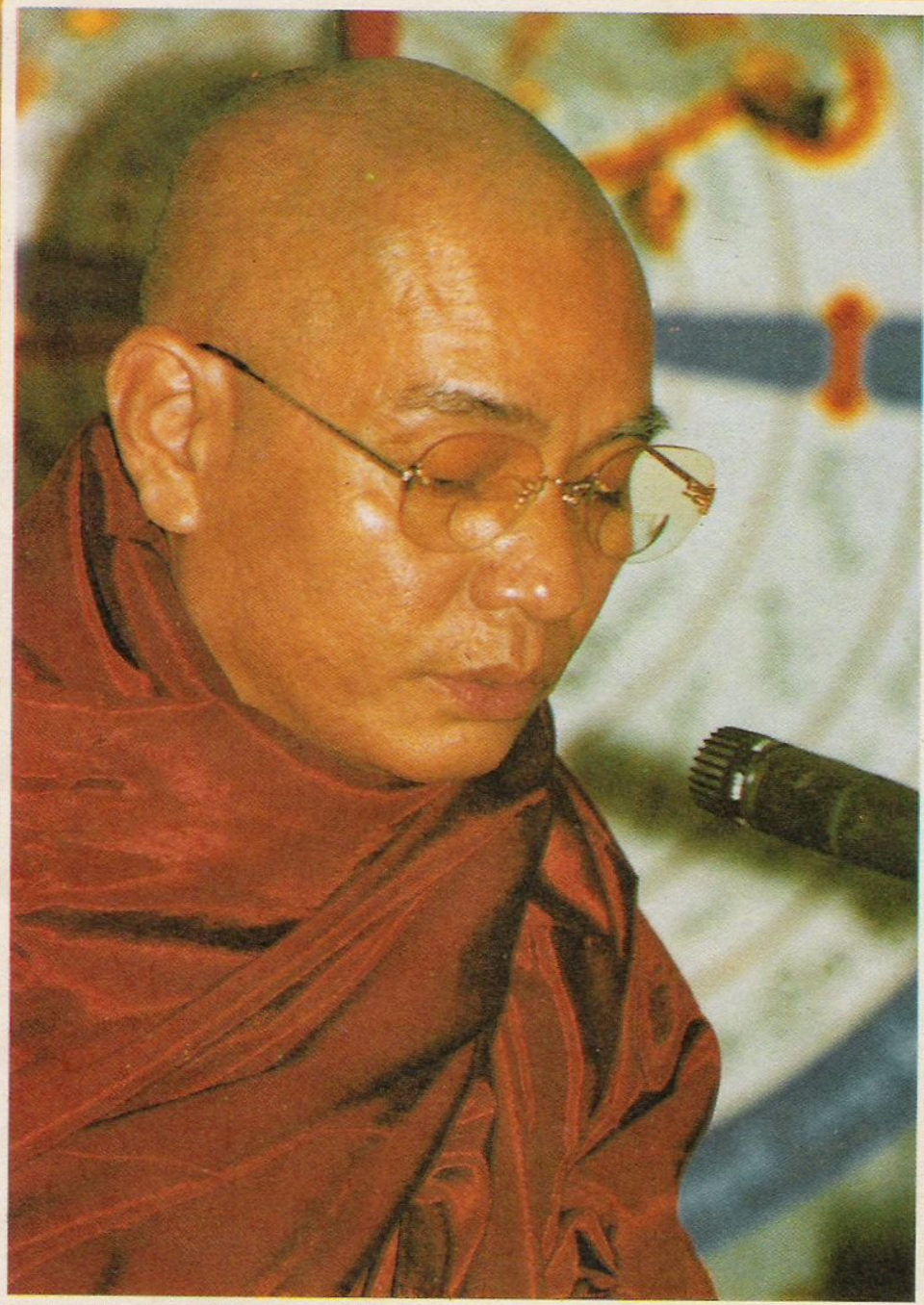


အမှတ်(၁၈၉)၊ ရွှေဝါထွန်း(၂)လမ်း၊ (၃၃)ရပ်ကွက်
ဒဂုံမြို့သစ်(မြောက်ပိုင်း)၊ ရန်ကုန်။
ဖုန်း-၅၈၄၇၃၈

ရင်းကျက်စိတ်ထား ဉာဏ်စွမ်းအားဖြင့်

ဒုတိယအကြိမ်

- အုပ်ရေ (၃၀၀၀) ၂၀၀၄ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ (၆)ရက်
- စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၄၃၆/၀၂-စ
- အဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၄၃၆/၀၂-စ
- မျက်နှာဖုံးပန်းချီ - ပန်းချီ ကိုကျော်မင်းမောင်
- စီစဉ်ဖြန့်ချိသူ - ဒေါ်သိက္ခိမိုး
- ထုတ်ဝေသူ - ဦးကျော်ဟင်း (၀၉၁၀)
- ယုံကြည်ချက်စာပေ
- အမှတ်-၁၁၁ (၃)ထပ်၊ ၃၃-လမ်း၊
- ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
- အဖုံးနှင့်အတွင်းပုံနှိပ် - ရွှေနိုင်ငံ ပုံနှိပ်တိုက်
- ဦးမောင်မောင်လှ၊ (မြ-၀၅၇၄၅)
- အမှတ် ၉၀(စီ)၊ ကမ္ဘာအေးဘုရားလမ်း၊
- ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ဖြန့်ချိရေး - အပ္ပမာဒစာပေတိုက်
- အမှတ် (၈၈)၊ ၃၇လမ်း (အောက်)၊
- ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ဖုန်း- ၂၄၂၉၉၄
- မိုးကုတ်ဝိပဿနာဓမ္မရိပ်သာ
- အဖွဲ့ခွဲ (၇၇)၊
- တောရတပ်ဦးကျောင်းတိုက်
- အောင်ဆန်းမြို့၊ အင်းစိန်မြို့နယ်။
- ဖုန်း - ၆၄၁၉၆၆၊ ၀၉ ၅၀ ၂၁၄၅၈
- တန်ဖိုး - (၄၀၀) ကျပ်



မဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယဘွဲ့တံဆိပ်တော်ရ
ဘဒ္ဒန္တသဒ္ဓမ္မကိတ္တိသာရ

ဝိလနိ နိဗ္ဗာန် နိဗ္ဗာန်
အပ္ပမာဒ

စာစဉ်

မဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဘွဲ့တံဆိပ်တော်ရ
အောင်ဆန်းတပ်ဦးဆရာတော်

ဘဒ္ဒန္တ သဒ္ဓမ္မကိစ္စိသာရ

ရင့်ကျက်စိတ်ထား ဉာဏ်စွမ်းအားဖြင့်

နိဗ္ဗာန်(ဝေ) မိတ်တော်ပြုပေးမှု

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ
အလှူအားလုံးတို့တွင် တရားအလှူသည်

အောင်ဆန်းဆရာတော်၏ထုတ်ဝေခဲ့ပြီးသောစာအုပ်များ

- ၁။ ဝိပဿနာမြင်ကွင်း
- ၂။ ဗုဒ္ဓညွှန်ကြား မသေဆေးတရား
- ၃။ သစ္စာအလင်း ဓမ္မမြင်ကွင်း
- ၄။ **BUDDHA'S WAY OF IMMORTAL
MEDICINE**
- ၅။ ငြိမ်းချမ်းရေးဓမ္မဒေသနာ
- ၆။ ဓမ္မသံစဉ်ရွှေသံလွင် ဗုဒ္ဓဘာသာမြင်ကွင်း
- ၇။ မွေခံထိုက်စေ လှူမှုဝေ၍
- ၈။ ရင့်ကျက်စိတ်ထား၊ ဉာဏ်စွမ်းအားဖြင့်
(သမထ၊ ဝိပဿနာအားထုတ်ကြသူယောဂီ
သူတော်စင်များသို့)
- ၉။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဖြတ်လမ်း (၁၀)ရက်စခန်း

မာတိကာ

၈၃			ဝိပဿနာသင်္ဂဟ
၈၃			ဗြဟ္မဇာတိသင်္ဂဟ
၈၃			ဒိဋ္ဌိနိဗ္ဗာန်
	နိဒါန်းစကား		: ငါးပုဒ်
	ရင်းကျက်စိတ်ထား ဉာဏ်စွမ်းအားဖြင့်		: ငါးပုဒ်
	ပရိသတ် (၄)မျိုး		: ငါးပုဒ်
	လမ်းနှစ်သွယ်		: ငါးပုဒ်
	ကမ္မဋ္ဌာန်း (၂)မျိုး		: ငါးပုဒ်
	ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်သူ၏ ဂုဏ်အင်္ဂါများ		: ငါးပုဒ်
	ပလိဗောဓ (၁၀)ပါး		: ငါးပုဒ်
	မေ့နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ		: ငါးပုဒ်
	စီမံကိန်းမပြီးခင် သေကြတာ		: ငါးပုဒ်
	သတိရှိကြစမ်းပါ		: ငါးပုဒ်
	ဆန်ကြီး မကြီးပါစေနဲ့		: ငါးပုဒ်
	အဖိုးတန် အဘိုးကြီး		: ငါးပုဒ်
	ရိုးရာကိုပယ်ပါ		: ငါးပုဒ်
	ယောမင်းကြီး၏မျက်ရည်		: ငါးပုဒ်
	ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ၏ ဂုဏ်အင်္ဂါများ		: ငါးပုဒ်
	အလုပ် (၃)မျိုး		: ငါးပုဒ်
	နှင့် တစ်ခါလွတ်		: ငါးပုဒ်
	သံသရာ မလည်ချင်		: ငါးပုဒ်
	ကံကို ဉာဏ်အုပ်ပါ		: ငါးပုဒ်
	သင်္ခါရ (၃)မျိုး		: ငါးပုဒ်

အချည်မလွတ်	၄၁
ဝိပဿနာဟူသည်	၄၃
ဉာဏ်ချိန်ခွင်	၄၅
ကြိုတင် ပြင်ဆင်မှုများ	၄၇
တိတ်တိတ်ပုန်းအလှူရှင်	၄၉
စဉ်းစားပါဦး	၅၀
ရိုးသားပွင့်လင်းတဲ့ ဗုဒ္ဓ	၅၁
လျှော်ထမ်းသမား ဥပမာ	၅၂
ကံအမြင်နဲ့ ဉာဏ်အမြင်	၅၃
လျှော်ထုပ်မထမ်းခဲ့ကြပါနဲ့	၅၄
ဉာဏ်အလုပ်လုပ်မှ ဘုရားပွင့်တာ	၅၅
သူ့နေရာနှင့် သူ့တန်ဖိုး	၅၆
အသိ (၃)မျိုး	၅၇
သမထက စျာန်ရဖို့၊ ဝိပဿနာက ဉာဏ်ရဖို့	၅၈
သမထက ပညတ်ရှု၊ ဝိပဿနာက ပရမတ်ရှု	၅၉
ပရမတ်နဲ့ ပညတ်	၆၀
သစ္စာ (၃)ဆင့်	၆၁
ပညတ်ကြောက်သူများ	၆၂
ပညတ်အမျိုးမျိုး	၆၃
ဝိပဿနာ၏ အခြေခံ	၆၄
ခါးနှင့် နာတာ ခွဲသိလိုက်ပါ	၆၅
သမထက အာရုံတစ်ခု စူးစိုက်ရှုသည်	၆၆
ဝိပဿနာက ထင်ရှားတာကိုရှုသည်	၆၇

ဝေဒနာလွတ်မြောက်အောင်အားထုတ်	၈၂
ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညာနေတာ	၈၄
ရှုကွက်ကို မပျောက်စေနဲ့	၈၇
မမြဲတာသည် မရှိတရားမဟုတ်	၈၈
မလွတ်စေနဲ့	၈၉
မြွေကြီး (၄)ကောင်	၉၄
ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော	၉၅
ရန်သူတွေအောင်ရှာ	၉၇
အနိုင်ယူကြစမ်းပါ	၁၀၁
သမထက စိတ်ပျံ့လွင့်လျှင် ပြန်တင်၊ ဝိပဿနာက	
ထင်ရှားတာကိုရှု၊ စောင့်ရှု	၁၀၅
သက်စောင့်စိတ်ကိုရှု	၁၁၀
စိတ်သည် ရုပ်ထက်ထင်ရှား	၁၁၂
ရွှေအိုးထမ်းတာ မြင်လို	၁၁၃
အလုပ်စခန်းဝင်ကြစို့	၁၁၅
စိတ္တာနုပဿနာဦးစားပေး	၁၁၅
အဝတ် မဝတ်တတ်တော့	၁၃၆
အတွင်းညှော်သည် (၆)ယောက်	၁၄၃
အအားနေရင် အလကားနေတာပဲ	၁၄၈
အိမ်ရှင်ပဲကျန်မယ်	၁၅၆
အလုပ်စခန်းဝင်ကြစို့	၁၅၉

နှိပ်ငြိမ်းပျံ့နှံ့စွာ နိုင်ငံရေးအဖွဲ့အစည်းများမှ ဖွဲ့စည်းပေးသော
ပုံစံမျိုးစုံဖြင့် အစိုးရအဖွဲ့အစည်းများ၏ လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်
ပေးရမည်။ ဤသို့ ဖွဲ့စည်းပေးခြင်းဖြင့် အစိုးရအဖွဲ့အစည်းများ
သည် ပိုမိုလက်ခံနိုင်စွမ်းရှိလာမည်။ ဤသို့ ဖွဲ့စည်းပေးခြင်းဖြင့်
အစိုးရအဖွဲ့အစည်းများသည် ပိုမိုလက်ခံနိုင်စွမ်းရှိလာမည်။

နိဒါန်းအမှာစာ

ကျေးဇူးတော်ရှင် အောင်ဆန်းဆရာတော်
ဘုရား၏ 'သမထနှင့်ဝိပဿနာ' တရားကို တရားပွဲများ
တရားစခန်းများ၌ ကျွန်တော်အကြိမ်ကြိမ် ကြားနာခဲ့ဖူး
ပါသည်။ ဆရာတော်သည် တရားဟောတိုင်း “ဘုန်းကြီး
ဉာဏ် တစ်လုံးမှမပါဘူး။ ကျေးဇူးတော်ရှင် မိုးကုတ်
ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဉာဏ်တော်ကိုပူဇော်ပြီးသကာလ
ဆရာတော်ကြီးဟောခဲ့တဲ့အတိုင်းဟောရတာ” ဟု ဝန်ခံ
ပြောဆိုလေ့ရှိတတ်ပါသည်။ ဤမျှထိ ဆရာသမား၏ဂုဏ်
ကို အလေးအမြတ်ဂါရဝထားတတ်သော ဆရာတော်
ဖြစ်ပါသည်။

ယခုလည်း ဝိပဿနာအားထုတ်နေကြသော ယောဂီသုတေသီတော်စင်များအတွက် အကျိုးများစေရန် ရည်ရွယ်၍ သမထနှင့်ဝိပဿနာကို ကွဲကွဲပြားပြားသိရှိ စေရန် ဆရာတော်၏ဟောစဉ်တရားအား စာအုပ်အဖြစ် ထုတ်ဝေလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤနေရာတွင် ဆရာတော်သည်မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏စိတ္တာနုပဿနာ တရားတော် ဟောကြားချက်ကိုဖို့၍ ဆရာတော်ကိုယ်တိုင် လေ့လာ ကျင့်ကြံကြိုးစားအားထုတ်ခဲ့သမျှထဲမှ ကိုယ်ပိုင် အသိဉာဏ် များဖြင့် ထုတ်နုတ်တန်ဆာဆင်ကာ ဟောကြားထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ဉာဏ်တော်၊ စကားလုံး အသုံးအနှုန်းကို အမှီပြုသည်ဆိုသော်ငြားလည်း ကိုယ်တိုင်လေ့လာကျင့်ကြံ အားထုတ်ခြင်းမရှိပါက ကိုယ်ပိုင်အသိမဖြစ်နိုင်ပါ။ မိုးကုတ် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသုံးနှုန်းခဲ့သည့်အတိုင်းဆိုရပါလျှင် မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ “ပါးစပ်ဖျားတွင်သာ လမ်းဆုံးသွားမည်ဖြစ်ပြီ” “ပွဲပြီးမီးသေ၊ ကြားပြီး မေ့ပျောက်” တရားများသာဖြစ်သွားပါမည်။

ဆရာတော်သည် အထက်တွင်ကျွန်တော်ဆိုခဲ့ သလို ဆရာသမား၏ဂုဏ်ကိုလည်းအလေးထားပါသည်။ ဆရာ သမားကိုလည်း ရှေ့တန်းတင်ဦးထိပ်ထားပါသည်။ ဆရာသမား၏ စကားကိုလည်း မြေဝယ်မကျနားထောင် ပါသည်။ ဆရာသမား၏အဆုံးအမအတိုင်းလည်း

စနစ်တကျ အားထုတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း အောင်ဆန်းဆရာတော်တရားပွဲဟောဆိုလျှင် ဘယ်နှရက် ဟောဟော တရားနာပရိသတ်က အပြည့်အလှုံ့ဖြစ်ပါ သည်။ ဆရာတော်ကလည်းအားသွန်ခွန်စိုက် ဟောပါ သည်။ တရားပွဲရက်ရှည်လာလေ တရားနာပရိသတ်လျော့ မသွားဘဲ တိုးလာစမြဲဖြစ်ပါသည်။ အောင်ဆန်း ဆရာ တော်တရားစခန်း ဘယ်နေ့ကဘယ်နေ့အထိဟော့ ဆိုသည့် အသံမကြားလိုက်နှင့်။ ယောဂီများသည် လုပ် လက်စ အလုပ်တွေ ခဏထားခဲ့ကာ အိပ်ရာလိပ်ထမ်း၍ အင်းစိန်မြို့နယ် အောင်ဆန်းတောရတပ်ဦးကျောင်း မိုးကုတ်ရိပ်သာ တိုက်ခွဲအမှတ် (၇၇)သို့ အပြေးရောက်လာ ကြစမြဲဖြစ်ပါသည်။ ပိမိယောဂီပေါင်း (၁၀၀၀)ကျော်ရှိသော တရား စခန်းပွဲဆို၍ ရှာမှရှားလှပါသည်။ ဤသည်မှာ ဆရာတော် အား သဒ္ဓါလွန်သောကြည်ညိုစိတ်ဖြင့် အမွမ်းတင်ပြောဆို နေခြင်းမဟုတ်ပါ။ အရှိကိုအရှိအတိုင်း အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း ပြောပြခြင်းသာဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ဆိုလျှင် ဆရာတော်သည် မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တရား တော်ကို လက်ဆင့်ကမ်းအမွေအဖြစ် ဆက်လက်ပေးဝေ နေရုံ(ဆက်သားသဘောဆန်ဆန်)သက်သက် မဟုတ်မှန်း သိစေလို၍ဖြစ်ပါသည်။ ဆရာတော်တွင် ကိုယ်ပိုင် တရား ဓာတ်ခံအသိတစ်ခု ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲမရှိသေးဘဲနှင့် ဤမျှအထိ

အောင်မြင်စရာအကြောင်းမရှိဟုကျွန်တော်တဖြည်းဖြည်း
ရိပ်မိလာရပါသည်။ လူငယ်များကလင်ကလေးထေးနီထေးနီအောင်
ပိတ်ညှို့ကာ ဆရာတော်သည် အနေအထိုင် ရိုးပါသည်။
ဟိတ်ဟန်လည်းမရှိ၊ တပည့်ဒကာတစ်ဦးဦးက အကြောင်း
ကိစ္စတစ်ခု လျှောက်ထားတင်ပြလျှင် မဖြစ်ဖြစ်အောင်
လုပ်ပေးလေ့ရှိပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် မေတ္တာဓာတ်
ကြီးမားလှပါသည်။ အားလုံးနှင့်လည်း လိုက်လျောညီထွေ
ပြေပြေဖြစ်ဖြစ် ဆက်ဆံတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့်
ဆက်ဆံရေးနယ်ပယ်၌ လိမ္မာပါးနပ် ကျွမ်းကျင်လှသည်ဟု
ကျွန်တော်ဆိုချင်ပါသည်။ ဤသည်မှာလည်း ဆရာတော်
ရင်ထဲက 'ဓမ္မဓာတ်ခံ' ထုထည်ကြီးမားပုံကို ဖော်ပြနေခြင်း
ဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော်ယူဆမိပါသည်။ ဤသို့ဖြင့်
ဆရာသမား၏ 'ဓမ္မအဓမ္မ'ကို ဆက်ခံကာ ကိုယ်ပိုင် 'ဓမ္မ
ဓာတ်ခံ'ဖြင့်ပေါင်းစပ်၍ ဤဟောစဉ်တရားတော်ဖြစ်သော
'သမထနှင့်ဝိပဿနာ' တရားတော်ကို ဆရာတော်သည်
တရားမွဲတိုင်း၊ တရားစခန်းတိုင်း၌ ဟောကြားလေ့ရှိပါသည်။
ဒီလိုလို ဝိပဿနာတရား အားထုတ်နေသည် ဆို
သော်ငြားလည်း သမထမှန်းမသိ၊ ဝိပဿနာမှန်း
မသိသော ယောဂီတွေအတော်များလှပါသည်။ ကျွန်တော်
သည်လည်းတစ်ချိန်ကထိုအထဲတွင်ပါနေသည်ဟုဝန်ခံချင်
ပါသည်။ ဆရာတော်၏တရားကို နာရမှအဖြေရှင်း
သွားခဲ့ရပါသည်။ ဤအကြောင်းကြောင့် မင်လျှင်

အပ္ပမာဒစာစဉ်

ကျွန်တော်၏ကျေးဇူးရှင် ဆရာသမားများထဲတွင် ဆရာ
 တော်သည်လည်းတစ်ပါး အပါအဝင်ဖြစ်ခဲ့ရပါတော့သည်။
 ကျွန်တော့်အား ဉာဏ်လမ်းကြောင်းပြောင်း ပေးစေနိုင်
 သော ပြောင်းပြီးသား ဉာဏ်လမ်းကြောင်းကို ပိုမို
 တည့်မတ်ပေးစေလိုသော တည့်မတ်ပြီးသောဉာဏ်လမ်း
 ကြောင်းကို ပိုမိုနိုင်မတ်စေနိုင်သော ခိုင်မတ်ပြီးသော
 လမ်းကြောင်းကို ပိုမိုအရှိန်အဟုန်ကောင်းစေနိုင်သော၊
 အရှိန်အဟုန်ကောင်းပြီးသော ဉာဏ်လမ်းကြောင်းကို
 ပိုမိုခရီးပေါက်စေနိုင်သော အဆုံးအမပေးသူမှန်သူမျှကို
 ကျွန်တော်၏ ဆရာသမား၊ ကျေးဇူးရှင်များဟု ကျွန်တော်
 ခံယူထားပါသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း ဤအမှာစာ အစ-
 အဖွင့်စကားလုံးကို “ကျေးဇူးတော်ရှင်အောင်ဆန်း
 ဆရာတော်”ဟု ကျွန်တော် သုံးနှုန်းရေးသားခဲ့ရခြင်းပင်။
 တောမှာပင် ဝိပဿနာ နှင့် သမထံ သည် မခွဲခြားတတ်
 လျှင် အတူတူလှဖြစ်နေပါသည်။ ကိုယ်ကိုယ်ကို ဝိပဿနာ
 အားထုတ်နေသည်ဟု ထင်နေသော်လည်း ကိုယ်အမှန်
 တကယ်အားထုတ်နေမိသည်မှာ သမထံဖြစ်နေလျှင်
 (၃၁)တုံ အတွင်း၌ပင် ရှိနေပါဦးမည်။ ပြီးတော့ သမထံ
 ယာနိက ပုဂ္ဂိုလ်စရိုက်၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ စိတ်သန္တာန်
 တို့သည်လည်း မိမိ၌လာရောက်ထင်ဟပ်လျက် ကိုယ်တိုင်
 အသုံးပြုမှန်းမသိ အသုံးပြုနေမိတတ်ပါသည်။ ဤ
 သဘောသည် လွန်စွာသိမ်မွေ့နက်နဲလှပါသည်။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

ရာထူး ဒိဋ္ဌတစ်ဖန် သမထမှ ဝိပဿနာသို့ ဘယ်လို
 ပြောင်းမှာလဲဆိုတာကို မသိလျှင်လည်း ယောင်ချာချာဖြစ်
 တတ် ပြန်ပါသည်။ ဝိပဿနာကို ဘယ်လိုအားထုတ်
 ရမှာလဲဟု စမ်းတမ်းဝါးဖြစ်နေလျှင်လည်း ခရီးမတွင်
 ဖြစ်ရပြန်ပါသည်။ ဤသို့နှင့်ပင် အချိန်တန်၍ ခန္ဓာမြေကျ
 သောအခါ သုံးဆယ့်တစ်ဘုံသားတဝသို့ပင် ရောက်သွား
 ရပြန်ပါတော့သည်။ ရင်လေးစရာကောင်းလှပါသည်။
 ဤသည်တို့ကို ဆရာတော်၏ဟောစဉ် ဤစာအုပ်အတွင်း
 ၌ အသေးစိတ်တွေ့နိုင်ပါသည်။ ပို၍နားလည်လိုပါလျှင်
 မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ စိတ္တဘူပဿနာ
 တရားတော်၊ စိတ်(၁၃)မျိုးရှုနည်း၊ (၂၂-၈-၁၉၆၁)
 ရက်စွဲဖြင့် ဟောကြားထားသော သမထနှင့်ဝိပဿနာ
 ရှုနည်း (မိုးကုတ်ဝိပဿနာအဖွဲ့ချုပ်မှ ထုတ်ဝေသော
 စာအုပ်ငယ်)တို့ကို ရှာဖွေဖတ်ရှု၍ အထပ်ထပ်လေ့လာ
 စေချင်ပါသည်။ မိမိရထားသော ခန္ဓာနှင့်တိုက်ကြည့်၍
 ကျေညက်အောင်လေ့လာကာ အဖြေထုတ်ကြည့်
 စေချင်ပါသည်။ သို့မှသာ ကွဲကွဲပြားပြား ခွဲခွဲခြားခြား
 နားလည်သွားမည်ဟု ထင်မြင်မိပါသည်။ သမထ၊
 ဝိပဿနာနှင့်ပတ်သက်၍ ဆရာတော်ဟောကြားချက်ထဲမှ
 အောက်ပါအတိုင်း ကျွန်တော်မှတ်သားထားမိပါသည်။ -
 ဤ (၁)ပုဒ်- သမထသည် ရာန်ရဖို့ဖြစ်ပါသည်။
 ဤထပ်ပုံအာနန္ဒာဘိသင်္ခါရဖြစ်ပါသည်။ -

အပ္ပမာဒစာစဉ်

လောကီအတွင်း၌သာရှိပါသည်။

သံသရာလည်စေနိုင်ပါသေးသည်။

- ဝိပဿနာသည် မဂ်ဉာဏ်ရဖို့ဖြစ်ပါသည်။ သံသရာတွင်းမှ လွတ်နိုင်သောလောကုတ္တရာ တရားဖြစ်ပါသည်။

(၂) - သမထသည် ပညတ်ကိုရှုပါသည်။

သမုတိသစ္စာနယ်ပယ်အတွင်း၌သာရှိပါသည်။

- ဝိပဿနာသည်ပရမတ်ကိုရှုပါသည်။ ပရမတ္ထသစ္စာနယ်ပယ်ဖြစ်ပါသည်။

(၃) - သမထသည် အာရုံတစ်ခုတည်း

ကိုရှုပါသည်။

- ဝိပဿနာသည် ထင်ရှားရာကိုရှုပါသည်။

(၄) - သမထသည် စိတ်ပျံ့လွင့်လျှင် မူလ

အာရုံသို့ပြန်တင်ရပါသည်။

- ဝိပဿနာသည် စောင့်ရှုရသည်အလုပ်ဖြစ်ပါသည်။

(၅) - သမထသည် ကိလေသာကို 'ငြိမ်'

ရုံသာတတ်နိုင်သည်။

- ဝိပဿနာသည်ကိလေသာကို 'ငြိမ်း'

စေနိုင်ပါသည်။

«ဣဒါ (၆) - သမထသည် မဂ်ဉာဏ်သို့
မပြောင်းနိုင်ပါ။

«ဣဒါ (၇) - ဝိပဿနာသည်သာ မဂ်ဉာဏ်သို့
ပြောင်းစေနိုင်ပါသည်။ ဆိုက်ရောက်
စေနိုင်ပါသည်။

ဤမျှအထိဆိုလျှင် ကျွန်တော်၏အမှာစာသည်
လုံလောက်ပြီဟုထင်ပါသည်။ အမှန်တကယ်တွင်မူ
ကျွန်တော် သည် 'အမှာစာ'ဆိုသော စကားလုံးကိုကိုင်၍
ဆရာတော်ဟောစဉ်တရားတော်ရှေ့မှ စကားဦးမသန်းဝံ
ပါ။ ဆရာတော်၏ တာဝန်ပေးချက်အရ ဆရာတော်၏
တပည့်များစွာထဲမှ စာရေးသောယောဂီတစ်ယောက်
အနေဖြင့်သာ ရေးသားခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း ဝန်ခံပြောဆို
ပါရစေ။ တစ်ဖန် ဤစာအုပ်နာမည်ကိုလည်း ကျမ်းခန့်
စာလုံးကြီးမျိုးမဖြစ်ရလေအောင် အမည်ပေးပေးပါဟု
ဆရာတော်က အမိန့်ရှိလာသဖြင့် 'သမထ'ကို 'ရင့်ကျက်
စိတ်ထား'ဟုကျွန်တော်အမည်ပေးမိပါသည်။ 'ဝိပဿနာ'
ကိုမူ 'ဉာဏ်စွမ်းအားဖြင့်'ဟု အမည်ပေးမိပါသည်။
ထို့ကြောင့် 'သမထနှင့်ဝိပဿနာ'ဆိုသော ဆရာတော်၏
မူလဟောစဉ်တရားအမည်နေရာတွင် 'ရင့်ကျက်စိတ်ထား
ဉာဏ်စွမ်းအားဖြင့်'ဟု ကျွန်တော်အမည်ပေးလိုက်ခြင်း
ဖြစ်ပါသည်။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

ဆရာတော်ဘုရားကြီးများ၏ ဥပနိသယ အသီးသီးကိုခံယူကာ ယောဂီသူတော်စင်များသည် တည်ကြည်ငြိမ်သက်၍ ရင့်ကျက်ခိုင်မာသောစိတ်ထား၊ စိတ်ဓာတ်များ ပြုစုပျိုးထောင်နိုင်ကြပြီး ထိုးထွင်းသိမြင် နိုင်သော 'ဉာဏ်' စွမ်းအားဖြင့် နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော သန္တိသုခအငြိမ်းဓာတ်ကြီးကို ခံစားနိုင်ကြပါစေဟု ကျွန်တော်ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သလိုက်ရပါသည်။

ယောဂီအများ “ရင့်ကျက်စိတ်ထား ဉာဏ် စွမ်း အားဖြင့်” ဉာဏ်ရှိန်မြင့်ကာ သာယာငြိမ်းချမ်း နိဗ္ဗာန်နန်းသို့ တက်လှမ်းနိုင်ကြပါစေသတည်း ။

မေတ္တာဖြင့်
ကျေးဇူးတော်ရှင်အောင်ဆန်းတောရ
တပ်ဦးဆရာတော်ဘုရား၏တပည့်
မြသန်းစံ
၈-၄-၂၀၀၂

မာ ပစ္စာ ဝိပုရိသာရိနော အဟုဝတ္ထု၊

အယံ ဝေါ အနုသာသနီ - တံ

(မ ၊ ဝ ၊ ၁၆၇ ၊ ဒွေမေဝိက္ကသုတ်)

ပရိသတ် ၄ - မျိုး

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့တရားတော်ကို နာကြား
ကြရာမှာ ပရိသတ် ၄-မျိုး ရှိပါတယ်။

ဘိက္ခုဆိုတဲ့ ရဟန်း ပရိသတ်၊

ဘိက္ခုနီဆိုတဲ့ ရဟန်းမ ပရိသတ်၊

ဥပါသကာဆိုတဲ့ လူဒါယကာ ပရိသတ်၊

ဥပါသိကာဆိုတဲ့လူဒါယိကာမ ပရိသတ်။

ဆိုပြီး ပရိသတ် ၄-မျိုးရှိတယ်။ ဒီမှာမြတ်စွာဘုရားရှင် နှုတ်ခွန်းတော်ဆက်လိုက်တာဟာ “ဘိက္ခဝေ” တဲ့။
ဘိက္ခဝေ = ရဟန်းတို့ပေါ့၊ ရဟန်းတို့လို့ ခေါ်တော်မူသော် လည်း ရဟန်းတွေကိုသာ ခေါ်တာမဟုတ်ဘူး။ ပရိသတ် ၄-မျိုး ရှိတဲ့အထဲမှာ ရဟန်းဟာ ပဓာနအကျဆုံးမို့ ပဓာန ကျသူကိုသာဦးတည်ပြီး ဘိက္ခဝေ = ရဟန်းတို့လို့ နှုတ်ခွန်း တော် ဆက်တာဖြစ်လို့၊ ပရိသတ် ၄-မျိုးလုံး သက်ဆိုင် တယ်ဆိုတာမှတ်ပါ။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

တစ်နည်းအားဖြင့်တော့ ဘိက္ခုဝေ=ချစ်သား
 ရဟန်းတို့၊ သံသရာဘေးလာမည့်အရေးကို မျှော်တွေး
 လေငြား အို- ချစ်သားတို့၊ သံသရာဘေးကို ကြောက်ရွံ့
 ပြီးသကာလ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ သိက္ခာ၃-ရပ်ကို
 အားထုတ်နေကြတဲ့သူတွေ အားလုံးကို ဘိက္ခုဝေ-လို့
 မြတ်စွာဘုရားက ဒီလို နှုတ်ခွန်းဆက်ပါတယ်။ ကနေ
 တရားသဘင်မှာစုရုံးရောက်ရှိနေတဲ့ တရားဝင် တရားနာ
 အားထုတ်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေသည် သံသရာအရေးကို
 ကြောက်ရွံ့လို့ တရားဝင်၊တရားနာကြတာ ဖြစ်လေတော့
 လူဝတ်ကြောင်များပင်ဖြစ်လင့်ကစား ဘုရားခေါ်တဲ့
 ဘိက္ခုဝေအမျိုးအစားမှာ ငါတို့ပါသွားတယ်လို့ ဒီလို
 မှတ်ချက်ချလိုက်ပါ။

ဈာယတ - သမထ ဝိပဿနာတရားကို
 ပွားများ အားထုတ်ကြပါ။ဒီလိုတိုက်တွန်းပါတယ် -

သမထ
ဝိပဿနာ
 ဒီနှစ်ပါးကို ပွားများအားထုတ်ရမယ်။

လမ်းနှစ်သွယ်

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တို့ရဲ့ အနှစ်သာရ (သို့မဟုတ်) နောက်ဆုံးပန်းတိုင်ကတော့ နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ အငြိမ်းစာတ်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီနိဗ္ဗာန်ကို သွားတဲ့၊ ရောက်တဲ့ လမ်းနှစ်သွယ်ရှိပါတယ်။

(၁) ဈာန်ယာဉ်စီး၍ သွားသော သမထယာနိကလမ်း။

(၂) ဝိပဿနာယာဉ်စီး၍ သွားသော (သို့မဟုတ်) ဉာဏ်ယာဉ်စီး၍ သွားသော ဝိပဿနာယာနိကလမ်း ဆိုပြီး လမ်းနှစ်သွယ်။

မာ ပမာဒတ္တ - မေ့မနေကြပါနဲ့။

- နောင်တတစ်ဖန် ပူပန်မနေကြပါနဲ့။ သေရာ ညောင်စောင်း ရောက်တဲ့ အခါမှ နောင်တတစ်ဖန် စိုးရိမ်ပူပန်မှုတွေ ဖြစ်မနေကြပါနဲ့တဲ့။ နှလုံးမသာမယာ မရှိကြပါနဲ့။

အယံ ဝေါ အနုသာသနီ-ဒါ သင်တို့အတွက် ဆုံးမချက်ပါပဲ။ ပွားများအားထုတ်ကြဆိုတော့ ယခု ယောဂီတို့အားထုတ်နေတာဟာ သမထ၊ ဝိပဿနာ။ ယနေ့ ယောဂီတို့ကို ပြောချင်တာက သမထရယ်၊ ဝိပဿနာ

ရယ် နှစ်ပါး။ သမထ ဝိပဿနာ အားထုတ်ရမည့် နိဗ္ဗာန်ရောက်ရေးအတွက် အားထုတ်ရမည့် အားနည်းချက်တွေ၊ ချို့ယွင်းချက်တွေ အများကြီးရှိတယ်။ ဘာလုပ်နေကြတာလဲ၊ ဝိပဿနာအားထုတ်တယ်။ မှန်တယ်၊ အပြောကတော့ ဝိပဿနာအားထုတ်တာပဲ။ သမထဖြစ်နေရင် ဒကာ၊ ဒကာမတွေ နိဗ္ဗာန်မရပါဘူး။ ဒါ့သိပ်အရေးကြီးတယ်။ မိုးကုတ်ဝိပဿနာ ဓမ္မရိပ်သာ ခု-စခန်းပွဲမှာ တစ်ယောက်ချင်း တရားစစ်နိုင်သော်လည်း အကုန်လုံး အတွက် ဒီတရားက စစ်လိုက်တယ်လို့ ဆိုရင်လည်း မှန်ပါတယ်။ တရားစစ်တယ်ဆိုတာ ရှုကွက်တွေ စစ်တာနော်။

အဲဒီတော့ သမထရယ်၊ ဝိပဿနာရယ် ပြောမို့။ နိဗ္ဗာန် ဆိုတဲ့ပန်းတိုင်ကိုရောက်ဖို့ လမ်း နှစ်ဆွယ်၊ သမထယာနိကာ၊ ဝိပဿနာယာနိကာလို့ခေါ်တယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်း ၂-ပျိုး

အဲဒီလို သမထယာနိကာ လမ်းစဉ်၊ ဝိပဿနာယာနိကာ လမ်းစဉ်အရ ကျင့်ကြံအားထုတ်ရမည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းကလည်း သမထကမ္မဋ္ဌာန်း၊ ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုပြီး နှစ်ပျိုးရှိတယ်။ ဒီမှာသမထဆိုတာစာလိုပြောရင်တော့ - သမေတီတိ သမထော - ကိလေသာတွေ

ကို ငြိမ်းစေတတ်သောကြောင့် သမထ။ နီဝရဏာနံ သမနဋ္ဌေန၊ နီဝရဏတရားတွေကို ငြိမ်းစေလို့ သမထလို့ ဒါ-မှတ်လိုက်ပါ။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာကလည်း ကမ္မဿ-ဘာဝနာအားထုတ်မှု၏-ဋ္ဌာန်-တည်ရာအာရုံ၊ ဘာဝနာအားထုတ်ဖို့ရာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံတွေ။ ဒါ ဗဟုသုတ စာလိုပေါ့နော်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်သူ၏ ဂုဏ်အင်္ဂါများ

သမထဝိပဿနာဆိုတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ကြတဲ့နေရာမှာ ပြည်စုံရမည် အင်္ဂါတွေ ရှိပါတယ်။

- (၁) သီလစင်ကြယ်ရမယ်။
- (၂) ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးစွမ်းနိုင်တဲ့မိတ်ဆွေကောင်း၊ ဆရာသမားကောင်းထံ ချဉ်းကပ်ရမယ်။
- (၃) ပလိဗောကြီး၁၀-ပါးကို ဖြတ်တောက် ရမယ်။
- (၄) မိမိစရိုက်နဲ့ ကိုက်ညီမညီကမ္မဋ္ဌာန်းတစ်ခုခုကို သင်ယူရမယ်။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

(၅) ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ရန်သင့်လျော်
မည့်နေရာကို ရွေးချယ်ရမည်။

(၆) ပလီဗောဓဇာန်များကို ဖြတ်တောက်
ရမည်။

ဒီအင်္ဂါရပ်တွေနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်သူများ
ညီညွတ်ရပါတယ်။ အကျယ်တဝင့် ရှင်းပြ စရာမလိုပါဘူး။
သရုပ်သဘောထုတ်လိုက်ရင် သိနိုင်ကောင်းပါတယ်
ယောဂီတွေ။

မူလအလှူအစီအစဉ် - စလပဗိသုဒ္ဓိ (၁)

ပလီဗောဓ ၁၀-ပါး (၂)

ပလီဗောဓဆိုတာ အနှောင့်အယှက်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း
တရားပွားများအားထုတ်တဲ့နေရာမှာ အနှောင့်
အယှက်တွေ ရှိပါတယ်။ ဒီအနှောင့်အယှက်တွေ ကြောင့်
တရားရရေးဖွင့်နေတတ်တယ် ယောဂီတို့။

ပိယတ္တိဇာနိက - စလပဗိသုဒ္ဓိ (၁၀)

(၁) အာဝါသပလီဗောဓ-နေရာထိုင်ခင်း
အနှောင့်အယှက်၊

(၂) ကုလပလီဗောဓ -ဒကာ၊ ဒကာမ၊
လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်အပေါ် တွယ်တာ

မူ အနှောင့်အယှက်၊ (၈)

(၃) လာဘ်ပလီဟောစ - လှူဖွယ်ပစ္စည်း
လက်ဆောင်ပစ္စည်း၊ ဝင်ငွေထွက်ငွေ
စတဲ့ အနှောင့်အယှက်၊

(၄) ဂဏပလီဟောစ - ဂိုဏ်းဂဏ
အစွဲထားမှု၊

(၅) ကမ္ဘပလီဟောစ - ဆောင်ရွက်ဆဲ
(မပြီးပြတ်သေးတဲ့) လုပ်ငန်းတစ်ခု၊

(၆) အခွါနပလီဟောစ - ခရီးသွားလာမှု၊

(၇) ဉာတိပလီဟောစ - ဆွေမျိုးသားချင်း
အနှောင့်အယှက်၊

(၈) အာဗာပလီဟောစ - အဖျားအနာ
စတဲ့ ရောဂါ၊

(၉) ဂန္ဓိပလီဟောစ - စာပေကျမ်းဂန်
သင်ယူမှု၊

(၁၀) ဣဒ္ဓိပလီဟောစ - တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်
အနှောင့်အယှက်၊ (၉)

ဒါတွေကို ဖြတ်တောက်ထားရတယ်။ တရား
အားထုတ်တဲ့အခါ ဒါတွေရှိနေရင် အနှောင့်အယှက်တွေ

ပါပဲ။ စိတ်ဖြောင့်ဖြောင့် အားမထုတ်နိုင်ပါဘူး။ နိုင်ငံမိ

လေပြီခင်ထဲက လူပုဂ္ဂိုလ်တွေက အဲဒါကို

မေ့နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ

မာပမာဒတ္တ - မေ့မနေကြပါနဲ့။ တစ်လမှာ ရက်ပေါင်း ၃၀-လုံး သားရေး၊ သမီးရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးတွေနဲ့ နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒါမေ့နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ လို့ခေါ်တယ်။ ကိုယ့်အတွက်ကိုယ် " ဒါ နေ့စဉ် နေ့တိုင်း ဒါနပြုရဦးမယ်၊ သီလစောင့်ရဦးမယ်၊ သမထဝီပဿနာ တွေ ပွားများအားထုတ်ရဦးမယ်။ ဒီအလုပ်တွေကို နေ့စဉ် လုပ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ သတိရှိတဲ့သူတွေ၊ ကိုယ့်ကိုယ် ကို သနားတဲ့သူတွေ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုဆယ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘဲနဲ့ အလုပ်ရှုပ်တဲ့အကြောင်း၊ အဟုတ်မဟုတ်တဲ့အကြောင်းတွေနဲ့ ရှုပ်ပွနေကြပြီး အဲဒါနဲ့ တစ်နေကုန်၊ တစ်နေ့အသက်ကြီး၊ တစ်လ အသက်ကြီး၊ တစ်နှစ်အသက်ကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ တခြားနဲ့ကြီးတာ မဟုတ်ဘူး။ ဘုံဆိုင်အလုပ်နဲ့ အသက်ကြီးနေကြတာ။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

စီမံကိန်းမပြီးခင် သေကြတာ

ဘုံဆိုင်အလုပ်တွေအပေါ်မှာ အဆင်ပြေတာ ရှိသလို၊ အဆင်မပြေတာလည်းရှိတယ်။ အဆင်မပြေဘူး ဆိုတော့ စိတ်ထဲက မကောင်းတော့ဘူး။ အဲဒါ တရား ကိုယ်ကောက်တော့ ဒေါသ၊ နေ့စဉ်နေ့စဉ် ဒေါသဖြစ်နေ ရတဲ့အကြိမ်တွေ မနည်းဘူး။ ထပြီးတော့သာ ရိုက်မောင်း၊ မုတ်မောင်း မလုပ်မိတာဘဲ။ စိတ်ထဲ မကျေနပ်ဘူးဆိုတာ ကလည်း ဒေါသပဲ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုမကျေနပ်ရင်လည်းဒေါသပဲ။

တစ်ပါးသောပုဂ္ဂိုလ်ကိုမကျေနပ်လည်း ဒေါသပဲ။

ဒီလိုဖြင့် တစ်နေ့ တစ်နေ့ ငါတို့ ဒေါသ ဘယ် နှုကြိမ် ဖြစ်ကြသလဲ၊ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ပြန်မေးရမယ်။ အဲဒါ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာ၊ သူများ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်။

အဲဒီလို လောဘ၊ ဒေါသတွေနဲ့ လှုပ်ရှား နေရ တဲ့အခါမှာ ငါဘယ်နေ့ သေပါ့မလဲလို့ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ဘယ်သူမျှ မစဉ်းစားမိပါဘူး။ စဉ်းစားမိရင် ဖြစ်ကြော တိုမှာပေါ့။ ခုဟာ ရှည်လိုက်ကြတာ၊ မစဉ်းစားမိတော့ ဖြစ်ကြောရှည်တယ်။ ဒီနေ့ ဒီကိစ္စ ပြီးရင် မနက်ဖြန်ဟိုကိစ္စ။ ဒီလ ဒီကိစ္စပြီးရင် နောက် လ တစ်ကိစ္စ။ ဟိုနောက်နှစ်

နောက်နှစ်၊ နှစ်တို့ နှစ်ရှည်စီမံကိန်းတွေချဆိုတော့ သေဖို့ အချိန် မစဉ်းစားမိပါဘူး။ တစ်နေ့ တစ်နေ့သာ စီမံကိန်း တွေ ချနေကြတာပဲ။ ဒကာ ဒကာမတွေ အဲဒီတော့ သေသွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ စီမံကိန်းမပြီးခင် သေကြတာပါပဲ။ သတ္တဝါတွေဟာ သူတို့ အလိုမပြည့်ခင် သေကြတာပဲတဲ့။ ဓမ္မဒေမှာ ဘုရားဟောတယ်။ စီမံကိန်းကြီးတွေပြီးလို့ စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ချမ်းသာနဲ့ စိတ်လွတ်လက်လွတ် နေရ တဲ့သူဆိုလို့ မရှိပါဘူး။ အဲဒီတော့ ကိုယ်သေမှာတောင် ကိုယ်မစဉ်းစားနိုင်၊ မသိနိုင်တာက တခြားမဟုတ်ဘူး။ အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့ မောဟ၊ တစ်နေ့ တစ်နေ့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ တွေဟာ အခြားအလုပ် လုပ်လို့မရဘူး။ ဘုံဆိုင် အလုပ်တွေ လုပ်နေကြလို့၊ တစ်လမှာ သတိရလို့ ဥပုသ် ၄-ရက် စောင့်နိုင်တယ်ဆိုရင်တောင် ကျန်တဲ့ ၂၆-ရက် လုံးလုံးဟာ ဘုံဆိုင်အလုပ်တွေနဲ့ အချိန်ကုန်ရတာ ပါလားလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆုံးဖြတ်ချက်ချ။

သတိရှိကြစမ်းပါ

တစ်လ ၄-ရက် ဥပုသ်ရှိရာမှာ ဘယ်နှရက် ဥပုသ်စောင့်ဖြစ်လဲ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုမေးကြည့်။ ခုန ၂၆-ရက် ဆိုတာ ဥပုသ်စောင့်ရင်ပြောတာ၊ မစောင့်ရင် တစ်လလုံးလုံး

မလွယ်ဘူးနော်။ ဒီနေရာမှာ စံထိုးကြည့်ရမှာက ကမ္ဘာမှာ ရှိတဲ့ ဘာသာတွေက သူ့ရက်မှာ ဘာလုပ်ရမယ်ဆိုတာ သတ်မှတ်ချက်ရှိတယ်။ သတ်မှတ်ချက်အတိုင်းလည်း ကြိုးကြိုးစားစားလုပ်ကြတယ်။ ဥပမာ-ခရစ်ယာန် ဘာသာ ဝင်တွေက တနင်္ဂနွေနေ့ ဘုရားကျောင်းတက်ရမယ်။ အစွဲလွှာမ်ဘာသာဝင် တွေက သောကြာနေ့ ဗလီ တက်ရမယ်။ ဒါတက်ကိုတက်တယ်။ ဘာသာတရားရဲ့ ပညတ်ချက်၊ ဘာသာရေးထုံးတမ်းစဉ်လာလေ။ ဒါ လုပ်ကို လုပ်ရမှာပဲ။

ဒီတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေအနေနဲ့ တစ်လမှာ ၄-ရက် ကလေးတောင် ဥပုသ်မစောင့်နိုင်ရင် အဲဒီလို ယှဉ်ကြည့်လိုက်တော့ ရှက်စရာမကောင်းဘူးလား။ အလေးထားရမယ့်ကိစ္စ၊ ဥပုသ်စောင့်တာ ကိုယ့်အတွက် ဆိုတော့ တစ်လမှာ ကိုယ့်အတွက် ၄-ရက်၊ ၂၆-ရက်က သူများအတွက်။ ဒီတော့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း၊ ဘုံဆိုင် လုပ်ငန်း ၂-မျိုးခွဲပြီးတော့ ၂၆-ရက်လုံးလုံး ဘုံဆိုင် လုပ်ငန်းတွေ လုပ်နေကြတာလို့ ဆုံးမတာ။

ကိုယ်ပိုင်အလုပ်က သုဂတိနိဗ္ဗာန်သွားမယ့် အလုပ်။ ဘုံဆိုင်အလုပ်က အပါယ်သွားမယ့်အလုပ်

တဲ့။ နစ်နာလိုက်တာ၊ ခင်ဗျားတို့ ကောင်းကောင်း စားပြီး တော့ ကြီးနေတဲ့ အကြီးဆိုတော့ “ဆန်ကြီး” ကြီးတာတဲ့။ ဆန်ကြီး၊ ကြီးတာက တခြားသွားဖို့မဟုတ်ဘူး၊ အပါယ် သွားဖို့ပဲ။ ဆရာတော် ကြီးစေချင်တာက ဉာဏ်ကြီး စေချင်တာ။ ဒီလိုဖြင့် ယောက်ီတို့ကို စသင်ကတည်းက ဉာဏ် ၅-မျိုး သင်လာခဲ့တာ -

- (၁) ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်၊
 - (၂) နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊
 - (၃) ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊
 - (၄) လက္ခဏဉာဏ်၊
 - (၅) မဂ်ဉာဏ်
- ဆိုပြီး ငါးမျိုး သင်ခဲ့တာ။

အဖိုးတန် အဘိုးကြီး

အဲဒီတော့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဆိုတာက အဝတ်ဝတ်တာတောင်မှ ဉာဏ်ကလေးနဲ့ ဝတ်ရမှာ၊ စားလည်း ဉာဏ်နဲ့စားရမယ်။ သွားလည်း ဉာဏ်နဲ့သွားရမယ်။ ထိုင်လည်း ဉာဏ်နဲ့ထိုင်ရမယ်။ ကုန်ကုန်ပြောမယ် အခင်းကြီး အခင်းငယ်သွားတာတောင် ဉာဏ်မလွတ်စေနဲ့။

ဥစ္စာရပဿာဝကဓမ္မ သမ္မဇာနကာရီ ဟောတီကိုး။
 ဉာဏ်ဆိုတာ တခြားမဟုတ်ဘူး။ မဂ္ဂင်ပဲ၊ အဲဒီလို မဂ္ဂင်နဲ့
 တစ်နေ့အသက်ကြီး၊ တစ်လအသက်ကြီး၊ တစ်နှစ်
 အသက်ကြီးတော့ အဲဒီလို အသက်ကြီးသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
 တွေဆို အဖိုးတန်တဲ့အဘိုးကြီး၊ အဘွားကြီးတွေဖြစ်ကြတာ
 ပေါ့။ အဲဒီလို ဉာဏ်ကြီး၊ ကြီးမှ အဘိုးကြီးကြီး၊ အဘွား
 ကြီးကြီးဖြစ်တာ။ အသိမတိုးဘဲ အသားတိုးနေရင် အသား
 ဖိုးလောက်ပဲ တန်ဖိုးရှိမှာပေါ့။ ဉာဏ်ကြီး၊ မကြီးတော့
 ဆန်ကြီး၊ ကြီးတယ်။ အဲဒီတော့ တို့ဒကာ ဒကာမတွေ
 ဆန်ကြီးထဲတော့ မပါကြပါနဲ့၊ ဉာဏ်ကြီးထဲပါကြပါ။

ဉာဏ်ကြီး ကြီးရင်ဖြင့် အချိန်မရွေးသေ၊ သုဂတိ
 နိဗ္ဗာန်။

ဆန်ကြီး၊ ကြီးရင်တော့ ယက်ဆင်းသွားမယ်၊
 အပါယ် ယက်ဆင်းသွားမယ်။ အဲဒါကြောင့် ဘုရားရှင်
 ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက -

ဈာယထ ဘိက္ခုဝေ မာ ပမာဒတ္ထ၊ မာ ပစ္စာ
 ဝိပ္ပရိသာရိနော အဟုဝတ္ထ၊ အယံ ဝေါ အနုသာ သနီ၊
 ဒါ မင်းတို့အတွက် အဆုံးအမပဲကွ - တဲ့။

မာ ဝိပ္ပရိသာရိနော၊ နှလုံးမသာမယာမရှိကြနဲ့၊
 မပြောမရှိကြနဲ့၊ အဓိပ္ပါယ်က ဒီလို။

ရိုးရာကို ပယ်ပါ

အဲဒီတော့ သမထဝိပဿနာကို ပြန်ကောက်ရရင် ဝိပဿနာလုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကျတော့ မိမိတို့ရိုးရာ အစဉ်အလာတွေကို ဖြတ်တောက်ပစ်ရတယ်။ အဲဒီစကားလုံး သိပ်အရေးကြီးတယ်။

“ငယ်စဉ်မှတ်သား ဘိုးဘွားစဉ်လာ သူငါ့အပြော ကျမ်းသဘောနှင့် မနောကြံစည် တစ်လီထောက်ထား တိုင်ကြားနာယူ သူ့ယူကိုယ့်ယူ ရဟန်းဟူ၍ တစ်ဆူဘုရား ဖြစ်တိုင်းသာတည်း မှန်ရာ တပ်တပ် မယူအပ်”တဲ့။ ၁၀-ချက်။ ကေသမုတ္တိ သုတ္တန်မှာ ဘုရားဟောထားတာ။ ဗဟုသုတအဖြစ် မှတ်ထားပါ။ ရှင်းနေလို့ လိုရင်းမရောက် ဖြစ်နေမယ်။ ဆိုလိုတာက ဝိပဿနာ လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ သူများပြောတဲ့အတိုင်း နားမယောင်နဲ့၊ ဘိုးဘွားစဉ်လာ အတိုင်း ယူလာတဲ့ အစဉ်အလာတွေကို တစ်ထစ်ချ လက်ခံလို့ မရဘူး။ ဒီနေရာမှာ ထားပစ်ခဲ့ရတယ်။ ပယ်ပစ်ရတယ်ပေါ့။ ဘာပြုလဲဆိုတော့ ဘိုးဘွားအစဉ်အလာဆိုတာ ယနေ့ ကိုယ့်ဘဝနဲ့ကိုယ်ဟပ်ကြည့်လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်(၁၀၀) လောက်က ဒါ ကုန်းဘောင်ခေတ်ပေါ့နော်။ မင်းတုန်း မင်းကြီးတို့။ အဲဒီခေတ်ကို ပြန်ကြည့်ရင် လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်း (၁၀၀)လောက်ကို ပြန်ကြည့်ရင် အလှူဒါန

တွေ ဦးစားပေးပြုတယ်ဆိုတာ တွေ့ရလိမ့်မယ်။ ယနေ့ မန္တလေးသွားကြည့်။ ဘုရင်တွေ၊ မှူးတော်၊ မတ်တော် တွေ၊ သူတော်ကောင်းကြီးတွေ လှူဒါန်းသွားလိုက်ကြ တာ။ ပဉ္စမသင်္ဂါယနာတင်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး လှူဒါန်းတာ တွေ နည်းသလား။ အဲဒီတစ်ချိန်ကလေးကိုပဲ ပြန်ကြည့်။ ဆရာတော်၊ သမားတော်ကြီးတွေ ပဋိပတ်ကျင့်စဉ်ကို တစ်ပါးချင်းအရ ကျင့်ကြ၊ ကြံကြ၊ ကြိုးစားအားထုတ်ကြ သော်လည်း ဒကာ ဒကာမများအတွက်တော့ ကျောင်း သွား၊ ဥပုသ်စောင့်တဲ့ သီလကုသိုလ်ဆိုတာ အထက်ဆုံး လောက်ပါပဲ။ အဲဒီအချိန်တုန်းက ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ဘယ်ရိပ်သာသွားပြီး တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ နေရာ သီးသန့် မရှိဘူး။ ယခုလို သီးသီးသန့်သန့် ဟောမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်လည်းမရှိဘူး။ သံဝေဂဉာဏ်ကြီးသူ၊ ရင့်ကျက်သူ များသာ အနည်းအကျဉ်းရှိကြတာ။ သီးသန့် ဟော မယ့်ဆရာမရှိတော့ အားထုတ်သူလည်း မရှိဘူး ပေါ့။ အားမထုတ်ရင် ဒီတရားက မရနိုင်ဘူး။

ယောမင်းကြီး၏ မျက်ရည်

သမထ ဝိဿနာရယ်လို သီးသီးသန့်သန့် ဟော သူ ဆရာမရှိဘူးဆိုတာ သက်သေပြရရင် ရတနာပုံ ခေတ် ယောမင်းကြီးဦးဘိုးလှိုင်ကို လူတိုင်းသိတယ်။

ရွှေပြည်ဝန်ကြီး၊ မင်းတုန်းမင်း၊ သီပေါ မင်း၊ မင်း ၂-ဆက်တိုင် အမှုတော်ထမ်းသွားတဲ့ ပညာရှိအမတ်ကြီး။ အမတ်ကြီးဟာ စာပေအရေးအသား အင်မတန်ကောင်းတယ်။ ဥတုဘောဇနကျမ်းတို့၊ ရာဇဓမ္မသင်္ဂဟကျမ်းတို့၊ အလင်္ကာ နိဿယတို့ စတာတွေ ရေးသားခဲ့တယ် ဆိုတော့ ယောမင်းကြီး စာရေးကောင်းတော့ လယ်တီဆရာတော် ဖြစ်လာမယ့် ရှင်ဉာဏဆိုတဲ့ ရဟန်းပျိုလေး၊ လယ်တီဆရာတော်အလောင်း၊ သူက စာရေးနည်း သင်ချင်တယ်ဆိုပြီး ဦးဘိုးလှိုင်ဆီသွားတော့ ဦးဘိုးလှိုင်က တစ်ရက် စကားမပြော၊ နှစ်ရက် စကားမပြော၊ သူ့စာ သူကြည့်နေတာပဲတဲ့။ အဲ သုံးရက်မြောက်တဲ့နေ့မှာ “ကိုယ်တော်လေး ဘာကိစ္စရှိတဲ့” လို့ နှုတ်ဆက်သတဲ့။

အဲဒီမှာတင် ရှင်ဉာဏက ဒကာကြီးဆီက စာရေးနည်း သင်ချင်လို့ပါပေါ့။ ဒီတော့မှ ဦးဘိုးလှိုင်က “ကိုယ်တော်လေး စာရေးချင်ရင် ကထာဝတ္ထုကျမ်းကို များများလေ့လာ” တဲ့။ ဒါ ဦးဘိုးလှိုင်ပြောတဲ့ သင်ပေးတဲ့ စာရေးနည်းပဲ။ တိုတို ပြောကြစို့ဆိုတော့ လယ်တီဆရာတော်အလောင်းရှင်ဉာဏနဲ့ ဦးဘိုးလှိုင်တို့ဟာ အဲဒီမှာတင် ရင်းနှီးသွားပြီ ဆိုပါတော့။ လယ်တီကလည်း တရားဟောတော့ - အမတ်ကြီး ချုံးပွဲချင်သတဲ့။ “ဘဝရှင်မင်း တရားကြီး ဒီလိုတရားမျိုးတွေ နာမသွားရလေခြင်း” ဆိုပြီး

ချိုးပွဲချင်သတဲ့။ ဒကာ ဒကာမတွေ ဒါလယ်တီဆရာတော်
 ဟောတာက တကယ့်တရားအဆီ အနှစ်ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာ
 တရားတွေ။ လယ်တီဆရာတော်ဆိုတာ ဒကာ ဒကာမ
 တွေ သိတဲ့အတိုင်းကနေ ဝိပဿနာနဲ့ ပတ်သက်လို့
 ဒီပနီကျမ်းပေါင်း (၁၀၀)ကျော် ပြုစုသွားတော်မူခဲ့တဲ့
 ဆရာတော်။ အဲဒီ လယ်တီအလောင်းအလျာ ဦးဉာဏ
 ကိုယ်တော်လေးဟောတဲ့တရားတွေကိုတာဝန်ရှင်မင်းတရားကြီး
 နာမသွားရလို့ ဦးဘိုးလှိုင် ဝိုရ၊ မျက်ရည်ကျရပါသတဲ့။
 ဆိုလိုတာက ဘဝရှင်မင်းတရားကြီးဟာ ဒါနတရား၊
 သီလတရားတွေကိုသာ နာကြားရပြီး တုသိုလ်ကောင်းမှု
 တွေ အင်မတန်ပြုပြီး သာသနာ့ ဒါယကာမင်းအဖြစ်ခံ
 ယူသွားတာမဟုတ်လား။ ရှင်ဘုရင်ကြီးကိုယ်တိုင်ကိုက
 တစ်ခါတလေ ဥပုသ်စောင့်တယ်။ ဟော အထူးသဖြင့်
 ဒါနကို ဦးစားပေးပြုတယ်။ အင်းဝခေတ်ဆိုလို့ ရှိရင်လည်း
 ဒါနပဲအပြိုင်အဆိုင်ပြုနေကြတာ။ ရှင်ဘုရင်က ဘုရား
 တည်ရင် မိဖုရားက ကျောင်းဆောက်၊ များကြီးမတ်ရာ
 တွေက တံတားဆောက် စသည်ပေါ့လေ။ အင်းဝရဲ့ ဒါန
 ဆိုရင် ဟိုမှာ မယ်နုအုတ်ကျောင်းဆိုတာထင်ထင်ရှားရှား
 တွေ့ရလိမ့်မယ်။

ဆိုလိုချင်တာက မိရိုးဖလာ၊ မိဘဘိုးဘွား
 တွေက ဒါနတရားလောက်နဲ့သာကျေနပ်တင်းတိမ် နေကြ
 တော့ ဝိပဿနာတရားကို နာကြားရတဲ့ အမတ်ပညာ

ရှိကြီး ငိုပွဲဆင်ရတော့တာပေါ့။

ခေတ်အခြေအနေကိုက ဒါနခေတ်၊ ဒါန ဦးစား ပေးတဲ့ခေတ်၊ ဝိပဿနာနဲ့ အလှမ်းကွာတဲ့ ခေတ်လို့ ဆိုနိုင်တယ်။ ဆောင်ပုဒ်ကလေးတွေတောင်ရှိတယ်နော် -

ဒါန နည်းတော့ မွဲတတ်တယ်၊

သီလ နည်းတော့ အသက်တိုမယ်၊

ဘာဝနာ နည်းတော့ စိတ်ဆင်းရဲမယ်၊

ဝိပဿနာ နည်းတော့ နိဗ္ဗာန်နဲ့ လွဲမယ်။

နိဗ္ဗာန်နဲ့ လွဲခဲ့ရတဲ့ခေတ်၊ ဒါနဲ့စာလိုက်တော့ ဩော် ယနေ့ တို့ယောဂီတွေ အရတော်စွ၊ ခုခေတ် ခုခါ ဝိပဿနာခေတ်မှာ လူဖြစ်ရတာ အရတော်တယ်လို့ မှတ် လိုက်ပါ။

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ၏ ဂုဏ်အင်္ဂါများ

အဲဒီတော့ ကနေ့ခေတ် သမထ ဝိပဿနာ တွေ လုပ်ကြတယ်။ ဘာဝနာတရားတွေပွားများကြ တယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ် လုပ်ကြတယ်ဆိုတော့ ဆရာ ကောင်း တွေ့ဖို့တော့ လိုတယ်နော်။ ဆရာမှားရင် တစ် သံသရာလုံး သွားရမှာဆိုတော့ ဆရာရွေးမမှားဖို့လိုတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းယူမည့် ဆရာမှာလည်း ဒီအချက်တွေနဲ့ ပြည့်စုံရတယ်လို့ ဗဟုသုတမှတ်ပါဦး။

- (၁) ချစ်ခင်ဖွယ် ရှိတယ်။
- (၂) လေးစားအပ်တယ်။
- (၃) ချီးမွမ်းထိုက်တယ်။
- (၄) သူတစ်ပါးတို့ကို ဆုံးမတတ်တယ်။
- (၅) မိမိလည်း အဆုံးအမ ခံနိုင်တယ်။
- (၆) မသင့်လျော်သောအရာ၌ မတိုက်တွန်းတတ်။
- (၇) နက်နဲသော သစ္စာ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတို့ကို ဟောပြောတတ်ရမယ်။

ဆိုတဲ့ အင်္ဂါတွေနဲ့ ညီရပါတယ်။ ဝိပဿနာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တော့ ပါဠိအဋ္ဌကထာရဲ့ ဆိုလိုရင်းကို မိမိတို့ ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်တဲ့ ဘာသာရပ်နဲ့ နိုင်နိုင်နင်းနင်း ဟောပြောနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ရမယ်။ ဟုတ်လား။ နောက်ဆုံးပိတ်အဲလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုး မရနိုင်ရင်တောင်မှ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားတို့ကို ထရာကောင်းထံ နည်းနာခံ၍ ပေါက်ပေါက်ရောက်ရောက် အားထုတ်ခဲ့ဖူးသူဖြစ်ရမယ်။

ဆိုတော့ မိမိတို့မှာ ကျေးဇူးတော်ရှင် မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ဥပနိဿယကိုခံယူရလို့ကံကောင်း

တဲ့ ယောက်ျားတွေဖြစ်ကြပြီ။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးဆိုတာ ကလည်း စာစကားဖြစ်တဲ့ ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာတွေကို လူပြန်တွေတောင် နားထဲစိမ့်ဝင်သွားအောင်၊ သဘော ပေါက်အောင် ဟောနိုင်တယ်ဆိုတော့ မိမိတို့တွေ ဆရာရ ကံကောင်းတယ်လို့ဆိုရမယ်။ မင်းကွန်းတီပိဋကဆရာတော် ဘုရားကြီးက - “ပါဠိကို ပြန်မာပြန်တဲ့ နေရာမှာ ဦးစိမလ (မိုးကုတ်ဆရာတော်)တို့က ဘုရားရှင်ရှိရင် တေဒင်ရလောက်တယ်” ဟုပင် ချီးကျူးရ လောက်တဲ့ ဆရာတစ်ဆူ ဖြစ်တော်မူပါတယ်။

လိလေးနိဂ္ဂဟိဂ္ဂိမ

အလုပ် ၃-မျိုး (၃)

ကဲ - ဒီတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေမှာ အလုပ် ၃-မျိုး ရှိတယ်။

- (၁) ကံအလုပ်ရယ်၊
- (၂) ဈာန်အလုပ်ရယ်၊
- (၃) ဉာဏ်အလုပ်ရယ် ဆိုပြီး ၃-မျိုး။

အဲဒီမှာ မိရိုးဖလာက ဒါနပြုခြင်းဆိုတဲ့ ကံ အလုပ်ကို အစဉ်အလာသင်ပေးခဲ့ကြတော့ ကောင်းတာ လုပ်ရင် ကောင်းတာဖြစ်မယ်။ မကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းတာဖြစ်မယ်။

မကောင်းတာဖြစ်မယ်ဆိုတာသိတော့ ဒါ ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ အဆင့်တော့ ရှိကြပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေက အဲဒီ အယူအဆနဲ့ ကံကိုပဲ အလေးထားပြီး တကယ်လုပ် နေတာ။ အဲဒါနဲ့ပဲ အသက်တွေကြီးပြီး သေတော့လည်း ကံအလုပ်နဲ့တွင်သေတာပဲ။ ကံအလုပ်နဲ့သေတော့ ဟောဒီမှာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကြည့်တဲ့အခါ ကမ္မဘဝပစ္စယာ ဇာတိ - ဒီလိုဖြင့် ကံတွေပြုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဇာတိရပါတယ်။ နားကြီးကြီးထောင်ပါ။ ဒါဗုဒ္ဓဘာသာ အထက်တန်းတက် သွားပြီနော်၊ ကံတွေကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဇာတိရတယ် ဆိုတော့ ဇာတိရရင် သူနဲ့ တစ်တွဲတည်း ဇရာ၊ မရဏ စသည် ရတော့တာပဲ ဆိုတော့ ဇရာ၊ မရဏဆိုတာ အအိုအသေ။ အအို အသေ ဆိုတာ ကောင်းသလား ဆိုတော့ အဆိုး၊ အအိုဆိုး၊ အသေဆိုးဆိုတဲ့ ကံကောင်း လို့ ဆိုးတဲ့ အအို၊ ဆိုးတဲ့ အသေကိုရတယ်။ ကံတော့ ကောင်းပါရဲ့။ အသေကတော့ ဆိုးလိုက်တာ။ အအို အနာ ကတော့ ဆိုးလိုက်တာ။ တစ်ကွက်မျှ ကောင်းကွက်မရှိ တူးနော်။

။ပါပနိမုဏ လှပခးစွဲကးပိဏဝ

ဝိပဿနာဉာဏ်မရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ဒီစကား ကြား ရင် တွန့်သွားမယ်။ ဟာ - ကံကောင်းတာနဲ့ အသေဆိုး ကိုရမယ် ဆိုတော့ ကံကိုပဲ မလုပ်ရတော့ မလိုလို၊ ယောဂီ တို့ ဇဝေဇဝါ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်နော်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေက ကံကို အင်မတန် အားကိုးကြ
တာကိုး။ မလောစုမှ၊ ယုဒလင်ကြို့၊ ဣန္ဒြေဝေ၊ ဦးစိလှူထ
ပိရာယုဏလ၊ ပြီးကားလာခေ ပိရိဂင်၊ နှိဏလှူပတ ဝိဇ
ပိတောလှူခေ၊ ပြီးကြိုလှူခင်က ဝန်စိလှူ ။ လာမှခ
နှင့် တစ်ခါလွတ်

ဒီပြင်ဟာ မကြည့်နဲ့။ ဆရာတော်ကြီးလည်း
ဟောပါတယ်။ ကနေ့ အစဉ်အလာအရ ငါးလေးတွေ
လွှတ်တဲ့ ငါးလွှတ်ပွဲဆိုတာလုပ်ကြတယ်။ မနက်ဖြန်
ဆိုရင်ပဲ နှစ်ဆန်း တစ်ရက်နေ့ ငါးလွှတ် ပွဲတွေလုပ်ပြီ၊
နိုင်ငံနှင့်အဝှမ်း။ ကောင်းတဲ့ အစဉ်အလာပါပဲ။ အင်မတန်
ဝမ်းသာစရာကောင်းပါတယ်။ တချို့ရေနည်းငါးတွေ
ခဏကြာရင်သေတော့မှာ။ အဲဒီ ငါးလေးတွေ ရေထဲသွား
လွှတ်လိုက်ရင် ငါးတွေ ချမ်းသာရာရပါတယ်။ ကိုယ်လည်း
နည်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေမဟုတ်ဘူး။ အသက်တွေကယ်
ရတာ။ အဲဒီငါးလွှတ်တဲ့ ကုသိုလ်တွေဟာလည်း
ကံကုသိုလ်၊ ကံအလုပ်တွေပါပဲ။ အဲဒီကံကုသိုလ်က
ကောင်းကျိုးပေးမှာ အမှန်ပါပဲ။

ဟုတ်ပြီ - ဒီမှာ ကံကုသိုလ်အကြောင်း ပြော
တော့ ကမ္ဘာဝ သူတစ်ပါးအသက်ကို ကယ်လိုက်တာ
ပေါ့နော်။ အဲဒီတော့ ဒီမှာကံလောက်နဲ့တွင် တင်းတိမ်
တယ်ဆိုကတည်းက နောက်က ဆုတောင်းကပါလာပြီဗျ။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

အများအားဖြင့် “ နင့် တစ်ခါလွှတ်၊ ငါ့ဆယ်ခါလွှတ် ”၊
တော်သေးတာပေါ့။ ဆယ်ခါနဲ့ သတ်ထားလို့။ အချို့က
မိတိုင်း၊ မိတိုင်း လွှတ်ဆိုတာတောင်ပါသေးတယ်။ သူ
တစ်ခါလွှတ်ရင် ကိုယ့်ကို မိတိုင်း မိတိုင်း လွှတ်ရမယ်
ဆိုတော့ ကိုယ်ပဲတိရစ္ဆာန်ဖြစ်ရဦးမယ့်ပုံ၊ စဉ်းစား
ကြည့်နော်။

သံသရာ မလည်ချင်

အဲဒါ ကံကိုကျေနပ်နေတာ၊ ဒီတော့ ယောဂီတို့ပဲ
စဉ်းစား၊ ရိုးရာပယ်ရမယ်ဆိုတာက အဲဒီလို ဆုတောင်း
မျိုးနဲ့ အသိဉာဏ်မျိုးကျတော့ တခြားရမှာ မဟုတ်ဘူး။
ဇာတိရမယ်၊ ဇာတိရရင် အကောင်းရမှာမဟုတ်ဘူး။ အသေ
ဆိုးရမှာပဲ။ အဆိုးရမှာ။ ဒီတော့ ယောဂီတို့က ဝိပဿနာ
ဉာဏ်ဆိုတာ အင်မတန်အဖိုးတန်တဲ့ဉာဏ်။ ဘုရားတစ်ဆူ
ပွင့်မှ သိရတဲ့ဉာဏ်။ ဒီနေရာမှာ ဉာဏ်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ
ကျတော့ ငါ့တစ်ခါ လွှတ်တွေ၊ ဆယ်ခါလွှတ်တွေ မလာ
တော့ဘူး။ ရှုပ်မနေနဲ့၊ ဒါတွေ ဖယ်ထားလိုက်။ သတ္တဝါ
တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ကယ်ဆယ်လိုက်ပြီဆိုကတည်းက
သူ့အသက် ရှင်သွားပြီ။ တူသော အကျိုးပေးမှာပေါ့။
ကိုယ့်စိတ်ကနေပြီးတော့ ခြောက်- ဒီသတ္တဝါလေး ချမ်းသာ

သွားတယ်။ သူ့ဘဝ ကျဉ်းထဲကျပ်ထဲကနေ ကျယ်ဝန်းတဲ့ အနေရောက်သွားတယ်။ ဒီတော့ ငါလည်းပဲ ကိလေသာ ဆိုတဲ့ ကျဉ်းထဲကျပ်ထဲက နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ ချမ်းသာကို ရပါစေ ဆိုရင် မိမိစိတ်က သံသရာကိုလည်ချင်တာ မဟုတ် တော့ဘဲနဲ့ ကျွတ်ချင်တာ ဖြစ်သွားတယ်။ ဒီလိုဖြင့် ဝိဝဇ္ဇ ဝဋ်လည်ချင်တာမဟုတ်၊ ပြတ်ချင်တာ ဖြစ်သွားပြီ။ ငါ ကယ်လို့ သူလွတ်သွားပြီဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် အနေ အတ္တအနေ (သို့မဟုတ်) ငါ့စွဲ ပါဝင်မှုမရှိတဲ့ ကုသိုလ်ဟာ ဝိဝဇ္ဇနိဿိတ (ဝဋ်ပြတ်) ကုသိုလ်ဖြစ်ပြီး လောကုတ္တရာသုခ (သန္တိသုခ) ကို ရစေနိုင်ပါတယ်။

ကံကို ဉာဏ်အုပ်ပါ

အဲဒီတော့ မနက်ဖြန် ငါးလွတ်ရင်တောင်မှ ဒီငါးလေးတွေ ကျဉ်းထဲကျပ်ထဲက လွတ်သလို ငါလည်းပဲ အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ကိလေသာဆိုတဲ့ ကျဉ်းထဲကျပ်ထဲ ကနေ လွတ်ရပါလိမ့်။ ဆိုကတည်းက ဒါသံသရာက လွတ်ချင်တဲ့စိတ် အဓိပ္ပါယ်ပေါက်သွားပြီ။ ဒီလို အသိ ပြောင်းပစ်ရမယ်။ ဒီလိုမှ မဟုတ်ဘဲ နောက်ဘဝတွေနဲ့ ဆက်စပ်ပြီး တောင်းဆိုနေသမျှ ခန္ဓာရနေဦးမှာပဲ။ ခန္ဓာ ရရင် ချောတဲ့ခန္ဓာလည်းနောက်ဆုံးအသေ၊ အကျဉ်းတန်

ခန္ဓာလည်း နောက်ဆုံး အသေ၊ အသေနဲ့ နှိပ်ချုပ်မယ်။ အသေမလွတ်ပါဘူး။

ဆိုတော့ ခန္ဓာမရအောင် ကံလုပ်တိုင်း လုပ်တိုင်း၊ ဉာဏ်အုပ်ရမယ်။ ဥပမာ - ဟောဒါက ကံဆိုပါစို့ ငါးလေး လွှတ်တဲ့ကံ၊ အဲဒီကံကို ဉာဏ်နဲ့အုပ်ပြီးလုပ်ပါ။ ကံကိုဉာဏ်နဲ့အုပ်ရပါမယ်။ ကံကို ဉာဏ်နဲ့အုပ်တော့ ကံကို မမြင်ရတော့ဘူးပေါ့။ ဉာဏ်ပညာဦးစီးသူရဲ့ ကုသိုလ်ကို ဉာဏသမ္ပယုတ်ကုသိုလ်လို့ ခေါ်တယ်။ တိဟိတ်ကုသိုလ်လည်းခေါ်တယ်။ ဝိဝဋ္ဌ (ဝဋ်ပြတ်)ကုသိုလ်လည်းခေါ်တယ်။ သာသနာတွင်းကုသိုလ်လို့လည်းခေါ်ရပါတယ်။ သာသနာတွင်းမှာ ရောက်နေပြီး ဉာဏ်ဦးစီးပြီး ကုသိုလ်မလုပ် တတ်ရင် သာသနာပ. ကုသိုလ်နဲ့ ဘာမျှမခြားပါဘူး။ ငွေကုန် လူမန်းဆိုတဲ့ ဆရာတော်ကြီးပြောတဲ့ ကုသိုလ် အမျိုးအစားပါပဲ။ ဒါကြောင့် ပညာဦးစီးပြီးပြုလုပ်တဲ့ ကုသိုလ်မှန်ရင် ဘာမဆိုချောင်ပါတယ်။ သေပြန်ရင်လည်း အပါယ်မကျသောကြောင့် ချောင်ပြန်တယ်။

ဒီလိုဖြင့် ကံကို မလုပ်ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဉာဏ်အုပ်ဖို့ တိုက်တွန်းရတာပါ။ ကံမလုပ်ရဘူးဆိုတဲ့ စကားလုံးလုံးဝပပါဘူးနော်။ ဒါသတိထား။ ဓမ္မကထိကတွေ အတွက် အင်မတန်အရေးကြီးတဲ့ စကားလုံး။ အဲဒီတော့ ဒကာ ဒကာပတွေ လုပ်သမျှကံသည် မြေပြင်ကနေ

ကောင်းကင်တိုင်အောင် ဘုရားတည်တည်၊ ကျောင်း
 ဆောက် ဆောက်၊ လုပ်ချင်တဲ့ကံကိုလုပ်။ အကျိုးပေးကာ
 တော့ မြေကြီးလက်ခတ်မလွဲပဲ။ သို့သော်လည်းပဲ ကံ
 အကျိုးသည် အသေကျိုးကိုပေးမှာ။ အဲဒီတော့ အသေ
 ကျိုးမပေးရအောင် လုပ်သမျှ ကံတိုင်းကိုညှဏ်အုပ်ရမယ်။
 အဲဒီတော့ ကံကိုညှဏ်အုပ်တော့ ကံချုပ်တယ်လို့
 မှတ်လိုက်စမ်းပါ။

ကံချုပ်တော့ ကမ္ဘာဝန်ရောစာ ဇာတိနီ
 ရောစာ-ဆိုလိုတာက ကံချုပ်ရင် ဇာတိချုပ်တယ်။
 ဇာတိချုပ်ရင် ဇရာ မရဏလည်း မလာတော့ဘူး။

ဇရာ မရဏဆိုတဲ့ အို၊ နာ၊ သေ မရှိတာက
 တခြားမဟုတ်ဘူး။ နိဗ္ဗာန် ပါတဲ့။ ဇရာနီရောစာ နိဗ္ဗာန်၊
 မရဏနီရောစာ နိဗ္ဗာန်ကို။ အဲဒါ အထက်တန်း ဗုဒ္ဓ
 ဘာသာတို့ရဲ့ နှလုံးရည်ပါပဲ။ အဲဒီ အဆင့်ထိ မလေ့လာ
 မမှတ်သားမိတဲ့ အခါကျတော့ ကိုယ့်တန်ဖိုးနိမ့်တယ်။
 သောကောရော ကောထဲပါနေတယ်။ အဲဒါကြောင့် ဒီ
 အဆင့်ထိရောက်ဖို့အခြေခံကိုယောဂီတို့အတွက်ကျေးဇူးပြု
 နေရတာ။

သင်္ခါရ ၃-မျိုး

ကဲ - ဒီလိုဖြင့် အဲဒီ ခုနပြောခဲ့တဲ့ ကံ အလုပ်၊
ဈာန် အလုပ်တွေကို သင်္ခါရနဲ့ ပြောကြပါစို့ ဆိုတော့
ဒီနေရာမှာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် သင်္ခါရ ၃-မျိုး ခွဲတယ်။

(၁) ပုညာဘိသင်္ခါရ၊

(၂) အပုညာဘိသင်္ခါရ၊

(၃) အာနဉ္ဇာဘိသင်္ခါရ - တဲ့။

သင်္ခါရ ၃-မျိုး၊ ဒီမှာ ပုညာဘိသင်္ခါရဆိုတာ ဒါနမူတွေ၊
သီလမူတွေဆိုတဲ့ ကာမာဝစရကုသိုလ်တွေပေါ့။ ဒါ
ပုညာဘိသင်္ခါရ။ အပုညာဘိသင်္ခါရဆိုတာက သူ့အသက်
သတ်ခြင်း၊ သူ့ဥစ္စာခိုးခြင်းစတဲ့မကောင်းတဲ့အကုသိုလ်
တွေ။ ဒါ အပုညာဘိသင်္ခါရ။

အာနဉ္ဇာဘိသင်္ခါရဆိုတာက ဈာန်တရားတွေ၊
ဈာန် ကုသိုလ်တွေကိုပြောတာ။ ဈာန်အလုပ်။ ဒီမှာ
သမထကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုတာ လာပြီ။ သမထကမ္မဋ္ဌာန်းက
၄၀-ရှိတယ်။ စောစောတုန်းက ဈာန်ယာဉ်စီးပြီးသွားမယ့်
ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ သမထယာနိကလမ်း၊ အဲဒီလမ်းစဉ်အရကျင့်ကြံ
အားထုတ်ရမယ့် ကမ္မဋ္ဌာန်း၊ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀။

(၁) ကသိုဏ်း ၁၀-ပါး၊

(၂) အသုဘ ၁၀-ပါး၊

- (၃) အနုဿတိ ၁၀-ပါး၊
- (၄) အပ္ပမညာ ၄-ပါး၊
- (၅) အာဟာရေပဋိကူလသညာ ၁-ပါး၊
- (၆) စတုဓာတုဝဝတ္ထာန် ၁-ပါး၊
- (၇) အာရူပ ၄-ပါး၊

ပေါင်း သမထကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀ - ရှိပါတယ်။

ကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀-ကို သရုပ်လောက်ပဲ ပြောပါ
မယ်။ အသေးစိတ်ရှင်းမပြောတော့ပါဘူး။ အဲဒီ ကမ္မဋ္ဌာန်း
၄၀-မှာ အနုဿတိ ၁၀-ပါးထဲက ကာယဂတာသတိနဲ့
အာနာပါနုဿတိနတ်၊ ကျန်ပါး၊ အာဟာရေပဋိကူလသညာ
နဲ့ စတုဓာတု ဝဝတ္ထာန်၊ ဒီ ၁၀-ပါးကဖြင့် ဈာန်မရနိုင်
ပါဘူး။ ဈာန်နဲ့ နီးကပ်တဲ့ သမာဓိလောက်ပဲ ရနိုင်ပါတယ်။
ကျန် ကမ္မဋ္ဌာန်း ၃၀-က ဈာန်ရနိုင်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတွေပါ။

အဲဒီမှာ -

- (၁) ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း၊
- (၂) မရဏသမတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း၊
- (၃) မေတ္တာ ကမ္မဋ္ဌာန်း၊
- (၄) အသုဘသညာ ကမ္မဋ္ဌာန်း၊

ဒီလေးပါးကို သဗ္ဗတ္ထကမ္မဋ္ဌာန်း(သို့) စတုရာ ရက္ခ

အပ္ပမာဒစာစဉ်

ကမ္မဋ္ဌာန်းလို့ ဆိုပါတယ်။ ဒါ မဟုတ်တော့ပေါ့။
 ဒီတော့ အကြမ်းဖျင်းမှတ်ရမှာက ဒီ ကမ္မဋ္ဌာန်း
 ၄၀ (သို့မဟုတ်) ဈာန်ရနိုင်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်း ၃၀-ထဲက
 တစ်ခုခုကို အားထုတ်ရင် ဒါဈာန်ရတာပဲ။ ဒါ သမထ၊
 ဥပမာဘုရားရှိခိုးနေတာသမထ၊ ပုတီးစိပ်နေတာကသမထ၊
 သမထဆိုတာ သင်္ခါရနဲ့ပြောတော့ အာနုဋ္ဌာဘိသင်္ခါရ
 ပစ္စယာ (ဗြဟ္မာ) ဝိညာဉ်။ ရူပ၊ အရူပ၊ ဝိညာဉ်ဆိုတော့
 ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ၂-အကွက်ထဲမှာ။ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဗြဟ္မာဝိညာဉ်
 လည်း ဒုက္ခကမလွတ်သေးဘူး။

အချည်မလွတ်

သမထရဲ့ပန်းတိုင် သမထရဲ့လမ်းဆုံးဟာ ဈာန်
 အဘိညာဉ်တန်ခိုးတွေရပြီးနောက် ဗြဟ္မာ့ပြည်မှာဖြစ်
 ဆိုတာ ဒါနောက်ဆုံးပန်းတိုင်ပဲ။ ဈာန်အဘိညာဉ်ရသူ
 ဟာလည်း ဈာန်အဘိညာဉ်က လျှောက်နိုင်တယ်။ မုဒု
 လက္ခဏာ ဇာတ်တော်ထဲက အလောင်းတော်ရသေကြီးတို့
 နောက် အရှင်ဒေဝဒတ်တို့ သီဟိုဠ်ခေတ်မှာဆိုရင် ဈာန်
 ပျံ့ရဟန်းတွေ ပေါလုန်းလို့ နေရောင်ကွယ်နေတဲ့အတွက်
 စပါးလုန်းလို့တောင် မရဘူးဆိုပဲ။ သို့သော် ဒီဈာန်တွေက
 ဝိသဘာဝအာရုံနဲ့တွေ့ရင် လျှောက်နိုင်တာပဲ။ ဗြဟ္မာ့ပြည်

ရောက်တဲ့ မုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း လူပြည် နတ်ပြည် အပါယ် ငရဲအဆင့်ဆင့် သက်ဆင်းပြီး သံသရာထဲ တစ်လည် လည်နေကြရဦးမှာပဲ။

ဈာန်ရရှိခဲ့ သံသရာလမ်းမဆုံးသေးဘူးလို့ မှတ်လိုက်ပါ။ လောကီဈာန် အဘိညာဉ်တွေဟာ သံသရာထွက်လမ်း မဟုတ်ဘဲ အလွန်ဆိုး ဗြဟ္မာ့ပြည် လောက်ပဲရောက်နိုင်တယ်။ အောက်ဘုံ သံယောဇဉ်တွေက သံကြိုးနဲ့တူတယ်။ ဗြဟ္မာ့ဘုံမှာဖြစ်တဲ့ သံယောဇဉ်က ရွှေကြိုးနဲ့တူတယ်။ ဒီတော့ဗြဟ္မာ့ပြည်ရောက်တယ်ဆိုတာ သံကြိုးနဲ့ချည်ထားတာကနေ ရွှေကြိုးနဲ့ ချည်လိုက်သလိုပါပဲ။ အချည်ခံရတဲ့သဘောကတော့မလွတ်သေးပါဘူး ယောဂီတို့။

ဒီဈာန် အဘိညာဉ်တွေဆိုတာ ဘုရားပွင့်တော် မမူမီကတည်းက ကျင့်ကြံ ကြံကြလို့ရသေ့တွေ၊ ဈာန်ရ ရသေ့တွေဆိုတာ နှိမ့်ကြတယ်။ ဒေဝီလရသေ့ကြီးကို ကြည့်ပါ။ ဒါကို အဲဒီခေတ်အခါက ဗြဟ္မာ့ဉာဏ်ကိုခြင်းလို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒီဈာန် အဘိညာဉ်ခြင်းဆိုတဲ့ ဗြဟ္မာ့ဉာဏ်ကို ခြင်းဟာလည်း အဝိဇ္ဇာကို အမြစ်ပြတ်ပယ်သတ်နိုင်တဲ့ လောကုတ္တရာ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်မဟုတ်သေးပါဘူး။ အဝိဇ္ဇာကို ယာယီအနိုက်အတန့်အားဖြင့်သာ ခွာထားနိုင်တဲ့ လောကီ ဉာဏ်ဝိဇ္ဇာပဲဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလိုဖြင့် ကံနဲ့လည်း အားကိုးလို့ မရပါဘူး။

ဈာန်နဲ့လည်းအားကိုးလို့ မရပါဘူး။ မရတာတခြားကြောင့် မဟုတ်ဘူး။ ဒုက္ခမလွတ်သေးလို့။ ဆိုတော့ ယောဂီတို့ အားကိုးရမှာက ကံတရားလည်းမဟုတ်၊ ဈာန်တရားလည်း မဟုတ်ဘူးဆိုတာ သေချာသွားပြီ။ ဒီလိုဖြင့် ဘာကို အားကိုးရမလဲ။ ဉာဏ်ဆိုတဲ့ ဝိပဿနာတရားပဲ ဖြစ်တယ်။

ဝိပဿနာဟူသည်

သမထနဲ့သာနေလို့တော့ မြေလျှိုးမိုးပျံ တန်ခိုး အဘိညာဉ်နဲ့ နေပေမယ့် စိတ်မချရဘူး။ သာသနာပ၊ ကာလမှာ ရသေ့တွေရတဲ့ဈာန်တွေဟာ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ မယှဉ်တဲ့အတွက် အဲဒီဈာန် သမာဓိကြောင့် အမျိုးမျိုးသော မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိတွေဖြစ်ကြရ တယ်။ အဲဒါကြောင့် သီလစောင့်တာတောင် ပညာမပါရင် မနိုင်ပြီဘူး။ ပညာမပါတဲ့ သမာဓိဟာလည်း အမှန်တရား ကို မဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ ယောဂီတို့မှတ်လိုက်ပါ။ ဒီတော့ ဝိပဿနာဆိုတာဘာလဲ။ အနိစ္စာဒိဝိဝိဓာကာရေနသင်္ခါရေ ပဿတီ တိ ဝိပဿနာ။ သင်္ခါရတရားတွေကို အနိစ္စ စသော အချင်းအရာဖြင့်ရှုတတ်သောကြောင့် ဝိပဿနာ၊ စိစစ်မှ ဝိပဿနာတဲ့။ ဝိသေသတော - စိစစ်သောအား ဖြင့်၊ ပဿတီ-ဉာဏ်နှင့်ရှုတတ်၏။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာ။

စောစောက ပြောခဲ့တဲ့ မုဒ္ဒတာသာဝင် သူတော် စင်တွေ နိဗ္ဗာန်သို့သွားရာ လမ်းနှစ်သွယ်၊ သမထယာနိက နဲ့ ဝိပဿနာယာနိက အဲဒီလမ်း နှစ်သွယ်မှာ သမထ အားထုတ်ခြင်းသက်သက်နဲ့သာ အားရကျေနပ်နေရင် နိဗ္ဗာန်ဆိုတာနဲ့ အလှမ်းဝေးနေမှာပါပဲ။ အဲဒါကြောင့် ဒကာ ဒကာမတွေသမထအားထုတ်ခြင်းဟာ ဝိပဿနာ အခြေခံ ကောင်းခြင်းအတွက်သာဖြစ်တယ်။ သမထအခြေခံ ကောင်းရင်တော့ ဝိပဿနာကို လွယ်လွယ်ကူကူနိုင်ပါတယ်။

အဲဒီတော့ ဝိပဿနာဆိုတာ ဥုံ့ဖွဲ့ဆိုပြီး လုပ်လို့ရတာ မဟုတ်ဘူး။ ဝိပဿနာအလုပ် လုပ်ဖို့ ဆိုရင် ရှေးဦးစွာ သမထအလုပ် လုပ်ရပါတယ်။ သမထလမ်းက သွားမယ်ဆိုရင် စောစောကပြောခဲ့တဲ့ ကပ္ပဋ္ဌာန်း၄၀-ထဲက တစ်ခုခုကို ပွားများအားထုတ်၊ ဥပစာရသမာဓိခေါ်တဲ့ ဈာန်ရဲ့ အနီးကပ် သမာဓိ၊ အပ္ပနာသမာဓိခေါ်တဲ့ ဈာန် သမာဓိ။ အဲဒီသမာဓိကို အခြေခံပြီး ရုပ်နာမ်တရားတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် ဈာန်ရလို့ရှိရင်လည်း အဲဒီဈာန်တွေကိုပဲ ဝိပဿနာရှုရတယ်။ ဒါက သမထနဲ့ ဝိပဿနာ တွဲသွားတဲ့နည်း။

ဝိပဿနာသက်သက် အားထုတ်မယ်ဆိုရင် တော့ ရုပ် နာမ်တရားတွေကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ

ဆင်ခြင်လို့ ရရှိလာတဲ့ ခဏကသာမာစိကို အခြေခံပြီး
 ဝိပဿနာသက်သက်ကို ရှုရတယ်။ မှု ။ လောကုဒုခဒိယ ။ ပြို
 နိပျဉ္စပ ။ ငုဏခဉ်ပေမပိတု ။ ဝိတုဏေနေယေပပိ ။ ဝိပမိပိ
 ။ နှုံးလေးငြိစေ ။ ငြိတလိဝလိစေ ။ မှုဂိုကလေးပိခဉ်ဗလဉ်ဗလ
 ဉာဏ်ချိန်ခွင်

အဲဒါကြောင့် ဝိပဿနာအစစ်ကို ယူတဲ့ အခါမှာ
 စောစောတုန်းက သူပြော လူပြောရရှိတဲ့ ဗဟုသုတ
 အသေးအမွှား ဘာညာကိစ္စလေးတွေနဲ့ ရမ်းပြီးတော့
 မတိုင်းရဘူး။ သေသေချာချာကို ဉာဏ်ချိန်ခွင်နဲ့ယူရမှာ။
 ဉာဏ်ချိန်ခွင်အတွက် ဒီမှာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဆိုတဲ့ မြေပုံကြီး
 တစ်ခုရထားပြီးသား။ စက်ဝိုင်းကြီးဟာ မြေပုံကြီးပါပဲ။
 တစ်နည်းအားဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို တိုင်းတာတဲ့ ပုံသေနည်း
 တစ်ခုပဲနော်။ အကြောင်းဖြစ်ရင် အကျိုးဖြစ်ပယ်။ အကြောင်း
 မဖြစ်ရင် အကျိုးမဖြစ်။ အကြောင်းဆိုတာလည်း ပရမတ္ထ
 အားဖြင့် ရုပ်နာမ်၊ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါမဟုတ်။ ဝိပဿနာ
 အားမထုတ်မီ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မြေပုံ ကြည့်လိုက်တော့ နာမ်
 ရုပ်သိတဲ့ “နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်” နဲ့ ကြောင်းကျိုးဆက်သ်
 တဲ့ “ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်” ဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်အောင်
 အားထုတ်ရတာ။

ဒါကြောင့်မို့ လမ်းမမှားအောင် ဒီမြေပုံဆိုတဲ့
 အနေအထားအားဖြင့် ဘဝရဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၊ ခန္ဓပဋိစ္စ

သမုပ္ပါဒ်၊ သံသာရပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဆိုပြီး ဒီမှာ လက်ထောက်
 ပြီး သင်နေရတာ။ မှားမှားစိုးလို့၊ အဲတော့ မမှားရအောင်
 မိမိတို့ ဝိပဿနာအလုပ် လုပ်မယ်ဆိုတော့ ပစ္စုပ္ပန်
 တည့်တည့်ပေါ်တာကိုရှု။ အတိတ်လည်း မစဉ်းစားနဲ့၊
 အနာဂတ်လည်းမစဉ်းစားနဲ့။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် အလုပ်
 လုပ်ရမယ်။ လက်တွေ့ကျကျ အလုပ်လုပ်ရမယ်။ မြင်ရင်
 မြင်တာပဲရှု၊ ကြားရင် ကြားတာပဲရှု၊ မွှေးရင် မွှေးတာပဲ
 ရှု၊ နံရင် နံတာပဲ ရှု၊ စားရင် စားတာပဲရှု၊ ဝတ်ရင် ဝတ်
 တာပဲရှု၊ ကြံစည်ရင် ကြံစည်တာပဲရှု၊ စိတ်ကူးယဉ်လို့
 မရဘူး။ တကယ်တမ်း ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တဲ့
 အခါကျတော့ တရားအားမထုတ်ခင်က စိတ်ဆိုတာ လွင့်
 ချင်ရာလွင့်၊ ပြေးချင်ရာပြေး၊ ဖြစ်ချင်ရာဖြစ် ဒီသဘော။
 ဒါကို သတိမထားတော့ ကိုယ့်စိတ် ကိုယ်လွင့်လို့ လွင့်မှန်း
 မသိ၊ မျောလို့ မျောမှန်းမသိ။ အဲ-တရားအားထုတ်တဲ့
 အခါမှသာ “ လွင့်မှန်းမျောမှန်း ” စိတ်တွေ တောင်ပြေး
 မြောက်ပြေး ပြေးနေမှန်း သိပ်သိသာပါတယ်။ ဒါကြောင့်
 လမ်းမမှားရအောင် ကြိုတင်ပြီးတော့ ရိုးရာအစဉ်အလာ
 တွေ ပယ်ရမယ်။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

ကြိုတင် ပြင်ဆင်မှုများ

ဝိပဿနာအားထုတ်တော့မယ်ဆိုရင် ပုဗ္ဗကိစ္စ ခေါ်တဲ့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုတွေ လုပ်ဖို့လိုတယ်ပေါ့။ ဒီ တရားပွဲအစမှာပြောခဲ့သလိုပင်လိမ္မော်တွေအနှောင့်အယှက် တွေ ဖြတ်တောက်ပြီးသကာလ ဝိပဿနာအတွက် ပုဗ္ဗ ကိစ္စတွေလုပ်ရတယ်။

- သင့်လျော်တဲ့နေရာ၊ အချိန်ကိုရွေးရမယ်၊
- ဘုရားရှိခိုးရမယ်၊
- သရဏဂုံသီလ ဆောက်တည်ရမယ်၊
- မေတ္တာပို့ အမျှဝေရမယ်၊
- ဆရာသမားထံ ဝိပဿနာတောင်းခံရမယ်၊
- မိမိနှင့် သင့်လျော်တဲ့ထိုင်နည်းကိုရွေးရမယ်၊
- မင်္ဂလီလရအောင် ဦးတည်စိတ်ရှိရမယ်။

ဒါတွေဟာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု ပုဗ္ဗကိစ္စတွေပါပဲ။

အဲဒီကဲ့သို့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုတွေလုပ်ပြီး တကယ် တကယ်တမ်း ဝိပဿနာအလုပ် လုပ်တော့မယ် ဆိုတော့ မိမိတို့ လက်ခံထားတဲ့ သမားရိုးကျအစဉ်အလာ တွေကို ပယ်ရမယ်၊ ရှင်းထုတ်ပစ်ရမယ်။ တစ်ခါတစ်ခါ ကျတော့ ဒီအစဉ်အလာတွေကို ပယ်ဖို့ကျတော့ ဝန်လေး

တယ်နော်၊လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး စတဲ့ ဝန်းကျင်အခြေအနေ တွေကြောင့်ပယ်ရမှာ ဝန်လေးတတ်တယ်။ သီလကွန်ပါဠိ တော်မှာ သောဏဒဏ္ဍသုတ်ဆိုတာပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်လက်ထက်က သောဏ ဒဏ္ဍ ပုဏ္ဏားဆိုတာ ဘုရားနဲ့တွေ့၊ ဘုရားကို ကြည်ညိုပါရဲ့။ ဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေကိုလည်း ကြိုက်ပါရဲ့။ ဒါပေမယ့် ဘုရားဆီကအပြန်မှာ ဘာလျှောက်သွားသလဲဆိုတော့ “အရှင်ဂေါတမတဲ့၊ တပည့်တော်ဟာ လူသိထင်ရှားတဲ့ ဂဏာစရိယ - ဂဏပါမောက္ခဂိုဏ်းဆရာတစ်ဦးပါတဲ့။ အရှင်ဘုရားကို လူသိရှင်ကြားကိုးကွယ်လိုက်ရင် တပည့်တော်ရဲ့ စီးပွားရေးထိခိုက်ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒါကြောင့် အရှင်ဘုရားနဲ့တွေ့တဲ့အခါ ခေါင်းပေါင်း(ဦးရစ်)ကို ချွတ်ရင် အရှင်ဘုရားကို ဦးညွတ်တယ်လို့မှတ်ပါ။ ရထားပေါ်က မြှောက်ထားတဲ့နှင်တံကိုချရင် အရိုအသေ ပြုတယ် လို့မှတ်ပါ” စသည်ဖြင့် အဲဒီလိုဘုရားနဲ့ နားလည်မှုယူ တယ်။ ဒါဘာလဲဆိုတော့ သူ့ရဲ့ စီးပွားရေး၊ ကြီးပွားရေး အခြေအနေကြောင့် ဝန်းကျင်ကို မတော်လှန်နိုင်တဲ့ သဘောပါပဲ။ အဲဒီလိုပဲ ကနေ့ခေတ်မှာလည်း ရှိကောင်း ရှိပါလိမ့်မယ်။ ဘာသာခြား အယူရှိသူတစ်ဦးဟာ ဗုဒ္ဓ ဘာသာတရားတော်တွေကို နှစ်သက်ပေမယ့် အယူဝါဒ မပြောင်းရဲတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရှိနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒါ စကားစပ်

လို့ပေါ့လေ။ ရိုးရာအစဉ်အလာတွေကို မပယ်စွန့်နိုင်တာကို ပြောတာ။

အဲဒီတော့ အစဉ်အလာဆိုတာပယ်ဖို့ တော်တော်ခက်တယ်။ နောက် ပါရာသီမြို့စားဆိုတာ ရှိသေးတယ်။ ပါရာသီရာဇညတုံး။ စော်ဘွားတစ်ဦးပေါ့။ သူက အရှင်ဂေါတမဟောတဲ့တရားတွေ သိပ်ကောင်းပါတယ်။ သူသဘောလည်းကျတယ်။ လက်လည်း လက်ခံနိုင်တယ်ပေါ့။ ဒါပေမယ့် ခက်နေတာက သူတို့မှာ အသိုင်းအဝိုင်းရှိတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်အသိုက်အဝန်းရှိနေတာ ပြောတာ။ ရိုးရာအစဉ်အလာပေါ့။ သူတို့ဘိုးဘွားစဉ်ဆက်က အဝိုင်း ဒီလိုပဲကျင့်လာခဲ့တော့ အဲဒီလို သမားရိုးကျ မိရိုးဖလာကျင့်နေတဲ့ အသိုက်အဝန်းကိုဆိုလိုတာ။ အရှင်ဂေါတမဟောတဲ့တရားတွေ မှန်ပေမယ့် သူ အဲဒီအသိုက်အဝန်းကထွက်ဖို့ ခက်တယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို မတော်လှန်ခဲ့ဘူးပေါ့။

တိတ်တိတ်ပုန်းအလှူရှင်

ဒီနေရာမှာ ဘုန်းကြီးဖတ်ဖူးတဲ့ ဓမ္မစာစောင်ထဲက အဖြစ်မှန်ဆောင်းပါးလေးတစ်ပုဒ် ပြောဦးမယ်။ အဲဒီမှာ ဘယ်လိုတွေ့ရသလဲဆိုတော့ ဘာသာခြားအမျိုးသမီး

တစ်ဦး ဗုဒ္ဓဘာသာတွေ ဘုရားပွဲကျင်းပတာ၊ ဆွမ်းကြီး
 လောင်းတာ၊ စာရေးတံမဲချတာ စသည်တွေကို တွေ့တွေ့
 နေရတော့ သူ့သိပ်သဘောကျနေတာ။ တိုတိုပြောရရင်
 တစ်နေ့ ဓမ္မာရုံ ဆွမ်းလောင်းပွဲတစ်ခုမှာ စာရေးတံမဲချ
 တော့ သူ့စာရင်းလာပေးတယ်။ ဘယ်သူက သံဃာ ဘယ်
 နှုပါး၊ သပိတ်ဘယ်နှလုံးပေါ့လေ။ အဲဒီမှာ သူ ကလည်း
 သံဃာတစ်ပါးအတွက် ဆွမ်းလောင်းဖို့ တာဝန်ယူတယ်။
 ဒါပေမယ့် သူ့အိမ်ကိုတော့ သပိတ်မပို့ပါနဲ့။ လေးဆင့်
 ချိုင့်တစ်လုံး ပို့ပေးပါလို့ ဂေါပကထံမှာ တောင်းပန်ရှာ
 သတဲ့။ ဘာဖြစ်လို့လဲလို့ သူ့ကိုမေးတော့ သူ့ခုလို ဗုဒ္ဓ
 ဘာသာဘုန်းတော်ကြီးတွေ ဆွမ်းလောင်းတာကို သူတို့နဲ့
 ဘာသာတူတွေသိကုန်ရင်သူမအတွက်အခက်အခဲရှိလို့ပါတဲ့။

ကဲ - ဒီမှာ သူဟာ ကိုယ့်ဘာသာမှတစ်ပါး ဗုဒ္ဓ
 ဘာသာကိုတော့သူသက်ဝင်ယုံကြည်နေတယ်။ ဒါပေမယ့်
 သူ့ခမျာ ဝန်းကျင်ကို မတော်လှန်ရဲရှာဘူး။ သူလို မိန်းမ
 သားတစ်ဦး မဆိုထားနဲ့။ ခုကြည့် ပါရာသီရာဇညဆိုတဲ့
 မြို့စားစော်ဘွားကြီးတောင် ပတ်ဝန်းကျင်၊ ရိုးရာ
 အစဉ်အလာကို မပယ်ရဲရှာဘူး။ ဒီလိုနဲ့ အဲဒီ ဘာသာခြား
 ဒကာမဟာ ပိုလာတဲ့လေးဆင့်ချိုင့်ထဲမှာ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်း
 တွေထည့်ပြီး သူတို့ဘာသာဝင်တွေ မသိအောင် လှူရရှာ
 တယ်။

ဒီမှာလည်း ပါရာသီရာဇည ဇော်ဘွားကြီးဟာ သူ့ ပတ်ဝန်းကျင်၊ အသိုက်အဝန်းနဲ့ အယူအဆကိုပယ်စွန့်ဖို့ ခက်နေတယ်။ လောကအကြောင်းကိုး။ မပယ်နိုင်ဘူး ဖြစ်နေတယ်။ ဒါမျိုးကျတော့ မြတ်စွာဘုရားကလည်း ဇွတ်မပယ်နိုင်ပါဘူး။

စဉ်းစားပါဦး

တစ်ခါက ဥပါလိသုကြွယ်ဆိုတာရှိတယ်။ သူက နိဂဏ္ဍဂိုဏ်းက အထင်ကရပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး။ နိဂဏ္ဍနာထပုတ္တ ဆိုတဲ့ ဂိုဏ်းဆရာကြီးရဲ့ ဒကာရင်း။ သူဟာ နိဂဏ္ဍတွေရဲ့ တိုက်တွန်းချက်အရဘုရားနဲ့ဝါဒလာပြိုင်တော့မြတ်စွာဘုရား နဲ့ တရားစကားတွေပြော၊ ဆွေးနွေး၊ ဒီလိုနဲ့ မြတ်စွာ ဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေကို သဘောကျလို့ ဒီမှာတွင် သူက မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်တယ်။ သူ့ကို ရတနာ သုံးပါးကိုယုံကြည်ဆည်းကပ်တဲ့ ဥပါသကာ တစ်ယောက် လို့ မှတ်ပါတဲ့။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအဖြစ် အသိအမှတ် ပြုပါတဲ့ ဘုရားကိုလျှောက်တယ်။ ဘုရားက ဘာပြန်ပြော သလဲဆိုတော့ “သူကြွယ်-သင်စဉ်းစားပါဦးတဲ့၊ သင်ကဲ့သို့ နာမည်ကျော်ကြား အထင်ကရပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဟာ ဘာသာ တစ်ခုက တစ်ခုကို ပြောင်းတဲ့နေရာမှာ စဉ်းစဉ်းစားစား

ဆိုတာရှိတယ်။ အဲဒီ သုတ်တော်ကို သွားတွေ့တယ်။ ဒီမှာ ဘာပြောသလဲ ဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရားက -

“ကာလာမ သတို့သားတို့တဲ့၊ ကျမ်းဂန်က လာလို့လည်း ဇွတ်ကြီးမယုံလေနဲ့။ ရှေးရိုးအစဉ်အလာ ဖြစ်လို့လည်း မယုံလေနဲ့။ သူပြော၊ လူပြော အပြောများလို့လည်း မယုံကြည်လေနဲ့။ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားပြီးမှသာ ဝေဖန်လက်ခံပါ” လို့ ဒီလို အမိန့်ရှိတော့ အဲဒီစာပိုဒ် ကလေးကို ပါမောက္ခကြီး တွေ့သွားလို့ သူသိပ်အံ့ဩပြီး ဝမ်းသာသွားတယ်။ “ဟာ - သူတို့ ဘုရားက သိပ်ရိုးသား ပါလား၊ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင် တစ်ဦးအနေနဲ့ အင်မတန်ထားနိုင်ခဲ့တဲ့စိတ်ထား။ ငါ ဘုရားကိုယုံ၊ ငါ တရားကို ယုံလို့ ဇွတ်ယုံကြည်မခိုင်းဘဲ ကိုယ့်ဉာဏ်နဲ့ ဝေဖန်ပြီးမှ ယုံပါတဲ့။ Blind Faith ခေါ်တဲ့ အကန်းယုံ မယုံခိုင်းဘူး။ တယ်ရိုးသားပွင့်လင်းတာပဲ” ဆိုပြီး ပိဋကတ် တွေကိုလေ့လာပြီး သူသာမက သူ့ဇနီးပါ ဗုဒ္ဓဘာသာ အဖြစ် ကူးပြောင်းလိုက်ကြသတဲ့။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် ခံယူတဲ့နေ့ကစပြီး ၈-ပါးသီလနဲ့သာ အမြဲနေထိုင် ကြ တော့သတဲ့။ ဒါ အင်မတန် မြင်တတ်တဲ့ ပါရမီရှင်တစ်ဦး ဖြစ်လို့ ဘုန်းကြီးတို့ ဂုဏ်ယူဝမ်းမြောက်ပါတယ်။

လျှော်ထမ်းသမား ဥပမာ

ရှေးရိုးအစဉ်အလာ အယူအဆဆိုတာ ပယ်ဖို့ရာ သိပ်ခက်ပါတယ်။ ဝိပဿနာလုပ်ရာမှာ အစဉ်အလာ အစွဲတွေကို ပယ်ရတယ်။ မပယ်နိုင်ရင်တော့ လျှော်ထမ်းသမားဖြစ်မှာပဲ။

တစ်ခါက ပါရာသီရာဇညဆိုတဲ့မြို့စားစော်ဘွားကြီး တစ်ဦးရှိတယ်။ သူက ဘယ်အယူကို လက်ကိုင်ထားသလဲဆိုတော့ -

- တမလွန်လောကဆိုတာမရှိဘူး။

- သြပပါတိက သတ္တဝါဆိုတာမရှိဘူး။

- ကုသိုလ်အကုသိုလ်ကံရဲ့အကျိုးဆိုတာမရှိဘူး။

ဒါ သူဆုပ်ကိုင်ထားတဲ့ အယူပဲ။ နတ္ထိက ဝါဒပေါ့။

အဲဒီအခါတုန်းက အရှင်ကုမာရကဿပ မထေရ်ဟာ ကောသလတိုင်းထဲမှာ အပါအဝင်ဖြစ်တဲ့ သေတဗျမြို့ရဲ့ မြောက်ဘက် ယင်းတိုက်တောမှာ သီတင်းသုံးနေတော်မူတယ်။ အရှင်ကုမာရ ကဿပဆိုတာ ထက်မြက်တဲ့ပညာရှင်တစ်ပါး၊ ဗဟုသုတနဲ့လည်း ပြည့်စုံတယ်။ အဆန်းတကြယ်လည်း ဟောပြောတတ်တယ်။ သက်တော်ရှည် ရဟန္တာမြတ်ကြီးလည်း ဖြစ်တယ်ဆိုတာ

သေတဗျတစ်မြို့လုံး နာမည်ကြီးနေတယ်။

တစ်နေ့ လူတွေအသွားအလာများလို့ ပါယာသီ ရာဇညဆိုတဲ့ မြို့စားကြီးလည်း အရှင်ကုမာရကဿပကို ဖူးချင်လို့ တိုတိုပြောရင်တော့ မထေရ်အဖူးသွားပြီး သူ ယူဆထားတဲ့ နတ္ထိကဝါဒကို လျှောက်တယ်။ ဒီမှာတွင် မထေရ်က သူ့ရဲ့ အယူဟောင်း၊ အယူဆွေးကြီးကို ပယ်ဖို့ ဥပမာပေါင်း (၁၄) ခုနဲ့ပြပြီး ဟောတော်မူတယ်။ ဒါ သုတ် မဟာဝါ ပါဠိတော် ပါယာသီသုတ် (ဒီ၊ ၂၊ ၂၅၃) ဆိုတာရှိတယ်။

အဲဒီမှာ ဘာဥပမာပါလဲဆိုတော့ သာဏ ဘာရိက ဥပမာဆိုတာ နောက်ဆုံး ၁၄-ခုမြောက် ဥပမာ။ ဒါ ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဒီက ယူဟော ထားတာ။

အဲဒီလို မြို့စားကြီးက နတ္ထိကအယူကြီး စွဲနေ တော့ မြို့စားတဲ့၊ ငါဥပမာနဲ့ပြောမယ်တဲ့၊ အရှင် ကုမာရကဿပ က။ သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက် ရှိသတဲ့၊ ဒကာ ဒကာမတွေ။ သူတို့ သူငယ်ချင်း နှစ်ယောက် ဒီရွာ ဒီရွာသွားရင်တော့ ပစ္စည်း ဥစ္စာလေးဘာလေး ရလို ရငြား တိုင်ပင်သွားကြတယ်ပေါ့။ တစ်နေရာရောက်တော့ ရွာဟောင်းကုန်းတစ်ခုမှာလျှော်တွေလွှင့်ပစ်ထားတာတွေကြ တယ်။ သူငယ်ချင်းရေ ဒီမှာ လျှော်တွေတော့တွေ့ပြီ။ တို့ ထုပ်ပြီးထမ်းကြစို့ကွာဆိုတော့၊ နှစ်ယောက်သား

တစ်ထုပ်စီ ထမ်းလာကြတယ်။ နောက်တစ်နေရာရောက်တော့ ပိုက်ဆံလျှော်ချည်ချောတွေတွေ့ပြန်ရော။ တစ်ယောက်က သူငယ်ချင်းရေ ဒီမှာတော့ ချည်ချောတွေကွ၊ တို့ထမ်းလာတဲ့ လျှော်ကြမ်းတွေပစ်ပြီး ဒါတွေထုပ် ယူသွားကြရအောင်လို့ ဆိုတော့။ တစ်ယောက်က "ဟာ-ငါ ဒါအဝေးကြီးက သယ်လာရတာ။ အသေအချာထုပ်လာရတာ၊ တော်ပြီ၊ မင်းချည်တွေ မလိုချင်ဘူး။ မင်းဘာသာ မင်းယူ" ဒီလိုကိုး။ ဒီလိုနဲ့ ရက်လုပ်ပြီးသား အဝတ်တွေတွေ့ တော့လည်း ဒီလိုပဲ။ မယူဘူး။ တစ်ယောက်က သူလျှော်ထုပ်ကြီး ပစ်ခဲ့ရမှာကြောက်လို့။

ဒါနဲ့ တိုတိုပြောကြတော့ ကြေးအိုး၊ ကြေးခွက်တွေ တွေ၊ တစ်ယောက်ကတော့ ထမ်းလာတဲ့ အဝတ်ထုပ်တွေထားခဲ့၊ ကြေးခွက်တွေယူ၊ တစ်ယောက်ကတော့ လျှော်ထုပ်ထမ်းဆဲပဲ။ နောက်ငွေခွက်တွေ တွေတော့ ကြေးခွက်တွေ ပစ်ခဲ့၊ ငွေခွက်နဲ့လဲယူ။ ကြေးနဲ့ငွေနဲ့ ငွေက ပိုတန်ဖိုးရှိတာကိုး။ ဝန်လည်း ပိုပေါ့တယ်။ နောက်ဆုံး ရွှေခွက်တွေတွေ့၊ အသိ ဉာဏ်ရှိတဲ့သူက စဉ်းစားတယ်၊ ဒကာ ဒကာမတွေ "အင်း - ငါ့ငွေနဲ့ ရွှေနဲ့ ဘယ်ဟာ တန်ဖိုးရှိလဲ" စဉ်းစားစရာပေါ်လာတယ်။ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့သူက ရွှေက တန်ကြေးရှိမှန်းသိတော့ ရွှေနဲ့ ငွေနဲ့လဲ

မယ်ဆိုပြီး ငွေတွေ ဘယ်လောက် အပင်ပန်းခံ ထမ်းလာ ပေမယ့် ရွှေက နည်းနည်းလေးနဲ့ တန်ကြေးရှိတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့ ရွှေနဲ့ လဲခဲ့မယ်ဆိုတော့ ဟောဒီပုဂ္ဂိုလ်က ရွှေအိုးရွှေခွက်ပိုင်ရှင် ဖြစ်လာတာပေါ့။

တစ်ယောက်ကတော့ ခရီးစဉ်အစက အတိုင်း ထမ်းလာတဲ့ လျှော်ထုံးကြီးကို မပစ်ရက်နိုင်လို့ ကိုယ့်ရွာ လည်းကိုယ်ပြန်ရောက်တော့မိဘ၊ သားမယား၊ ဆွေမျိုးသား ချင်းတွေက မကြည်တော့ဘူး။ ဟောဒါအသိဉာဏ်နည်းလို့၊

ကံအမြင်နဲ့ ဉာဏ်အမြင်

အသိဉာဏ်မဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ကြေးနဲ့တွေ့ လည်း မလဲဘူး။ ငွေနဲ့တွေ့လည်း မလဲဘူး။ ရွှေနဲ့တွေ့ လည်း မလဲနိုင်ဘူး။ ကိုယ့်ဟာလေးကိုယ် တစ်စိုက်မက်မက် ဆွဲကိုင်လိုပေါ့။ ဟာ- ရွှေက နည်းနည်းလေး၊ ငါ့ပစ္စည်း ကအများကြီး။ အများကြီးဆိုတာ ကံမြင်နဲ့မြင်တာ။ ခုနက ရွှေနဲ့လဲလိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကဉာဏ်မြင်နဲ့မြင်တာ။ ကံမြင် တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ငါ့ပစ္စည်းက အများကြီး ရွှေက နည်းနည်း လေး၊ မလဲနိုင်ဘူး။ ဒါက ကံမြင်ကိုး။ ဟိုက ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားပြီးမြင်တဲ့အခါကျတော့ ဟောဒီပစ္စည်းက များပင် များငြားသော်လည်း တကယ်တကယ်ကျတော့ တန်ကြေး

မရှိဘူး။ တန်ကြေးမရှိတော့ တန်ကြေးရှိတဲ့ ရွှေနဲ့လဲမယ်ဆိုပြီး
 လဲလိုက်တယ်။ အဲဒီလို လဲလိုက်တော့ အဲဒီသူငယ်ချင်း
 တွေမှာ အိမ်ပြန်ရောက်တော့ ဉာဏ်သမားက ချမ်းသာ
 သွားတယ်။ ရွှေပါတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ချမ်းသာသွားပြီ။ ချမ်းသာ
 တာ ဉာဏ်ရှိလို့ပေါ့။ ဒီတော့ ဉာဏ်မရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က သူ့ကံ
 မြင်နဲ့ သူ့အစဉ်အလာကြီးကို ထိန်းလာတယ်နော်။ ဒါ
 ဒီဇနီကာယ်သုတ်မဟာဝါပါဠိတော်မှာပါရာသီရာဇညသုတ်
 ဆိုတာ တိုက်ရိုက်ပါတယ်နော်။

အဲဒီဥပမာလိုပဲ၊ မြို့စားရဲ့တဲ့ မင်းလည်းပဲ မင်းရဲ့
 ရိုးရာဘာသာလေ့ထုံးတမ်းစဉ်လာ အသိုက်အဝန်းကို
 မကျော်နိုင်ဘဲနဲ့ ဒီအတိုင်းလာတော့ မင်းဟာလည်းပဲ
 လျှော်ထုပ်ထမ်းလာတဲ့သူပဲတဲ့။ ဒီတော့မှ ပါရာသီရာဇည
 ပုဏ္ဏား တစ်ခါတည်း အရှင်ကုမာရကဿပဟောတဲ့
 ဥပမာလည်းသဘောကျရော၊ ချက်ချင်းဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်သွား
 ပြီ ယောဂီတို့။

လျှော်ထုပ်မထမ်းခဲ့ကြပါနဲ့

ဒီလိုဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုတာ အရည်အချင်း
 အများကြီးလိုပါတယ်။ ဒီယောဂီထဲမှာလည်း လျှော်ထုပ်
 ထမ်းသူ ဘယ်နှ ယောက်ပါလဲ။ ရိုးရာဆိုတာ မစွန့်နိုင်

ရင်တော့ လျှော်ထုပ်ထမ်းတဲ့သူတွေပါပဲ။ ရွှေခွက်နဲ့တော့ တွေ့နေပြီး မစွန့်နိုင်ရင် လျှော်ထမ်းသမား မှတ်ပေတော့။ ဒီမှာ ရိုးရာဆိုလို့ အဖေရိုးရာ ဘာမြင်းဖြူရှင်၊ ခွာဖြူခွာညို စသည်။ အမိရိုးရာက အဲ - မိနံကရိုဏ်း၊ အမေဂျမ်း၊ အိမ်တွင်းဘာညာပေါ့။ အမလေး ရိုသေလိုက်ကြတာ။ အိမ်တွင်း၊ ဆိုင်တွင်း ညမီးများထွန်းပြီဆိုရင် လိုက်ကာလေး ပိတ်ရတာနဲ့၊ ဘာနဲ့ညာနဲ့။ ဘုရားကိုသာ အဲလောက် သတိတရဖြစ်ရင် သိပ်တန်ဖိုးရှိမှာ။ ဘုရားကျဘယ်လောက် လဲဆိုတော့ တစ်ခါတလေ ဆွမ်းတော်၊ ပန်းတော်တောင် မတင်ဖြစ်ဘူးဗျ။ တင်ဖြစ်တော့လည်း ဘုရားရှေ့တော်မှာ တစ်နေကုန်ထိ ဆွမ်းပွဲလေးက တပက်လက်လက်နဲ့။ ဒါ လျှော်ထုပ် ထမ်းနေကြတာ။

ရုပ်ကြည့်။ ကံနဲ့ဉာဏ်နဲ့ခွဲပြောပြီ။ သာမန် ဗုဒ္ဓဘာသာက ကံလောက်နဲ့ တင်းတိမ်တာ။ ဘုရားပွင့်လာတာက ကံတင်းတိမ်ဖို့တွင် မဟုတ်ပါဘူး။ ဉာဏ်အဆင့် တက်ဖို့ပါ။ အဲဒီ ဉာဏ်အဆင့်ထိ မတက်နိုင်ဘဲ ကံနဲ့ပဲ တင်းတိမ်နေတော့ ရောကော သောကောထဲ ပါကုန်ရော။ ဝါးတားတား ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ကုန်ရော။

အခု ယောဂီတို့ အင်မတန်ဘုန်းကံထူးလို့ ဘုရားတည်းဟူသော ရွှေအိုးရွှေခွက်နဲ့တွေ့တာ။ ရွှေခွက်တွေ့မှတော့ လျှော်ထုပ်တွေ မထမ်းခဲ့ကြပါနဲ့တော့။

အိမ်မှာအမှိုက်ရှုပ်ပါတယ်။ လမ်းမထပ်ထပ်တိုင်းမှာ လူလခပ်ရာ
 မှုလေပေပေလဲလဲမှ လေလေပေပေထဲမှာသာ ဝိညာဉ်နိဗ္ဗာန်စွမ်း ပြီးနေကြောင်း
 ပြင်လူ့ပြောနေ ပြောပြနေပုံပြင်လေ ရှားရှိပေလေ ဝိညာဉ်ကျေးဖို့ လူဖို့
ညာဏ်အလုပ်လုပ်မှ ဘုရားပွင့်တာ

ဒီတော့ အင်မတန် ဘုန်းထူးကံထူး ပါရမီ
 ထူးရှိလို့ ဘုရားတစ်ဆူ တစ်ဆူပွင့်မှ ညာဏ်တရားကို
 သိတာနော်။ ဒီလိုဖြင့် ကံကုသိုလ်ဟာ ဘုရားမပွင့်ခင်
 တုန်းကလည်းရှိတယ်။ ဈာန်ကုသိုလ်ဆိုတာလည်း
 ဘုရားမပွင့်ခင်ကတည်းကရှိတာ။ ဘုရားကိုယ်တော်
 မြတ်ကြီးမပွင့်မီ အလောင်း တော်ဘဝကတိုင် ဒါနပါရမီ၊
 သီလပါရမီတွေ ဖြည့်ခဲ့တာပဲ။ နောက်ဆုံး ဘုရားဖြစ်မယ့်
 သိဒ္ဓတ္ထဘဝရောက်တော့မှပဲ တစ်ခါတည်း ခုနအဘိညာဉ်
 တွေ ရအောင်အားထုတ်ခဲ့တယ်။ အာဠာရ-ဥဒကတို့
 ထံမှာ စတုတ္ထဈာန် အထိရအောင် အားထုတ်ခဲ့တယ်
 လေ။ အဲဒီ အာဠာရ-ဥဒကတို့ကိုယ်တိုင်လည်း စတုတ္ထ
 ဈာန်သမာပတ်ထိကြလို့နောက်ဆုံးစုတိတော့အရူပဗြဟ္မာ
 ကြီးတွေဖြစ်။ အရူပဗြဟ္မာဆိုတာ နာမ်ခန္ဓာ အစဉ်နဲ့ပဲ
 နေတာ၊ တရားနာလို့မရဘူး။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက
 ဘုရားဖြစ်တော့ပထမဆုံး ဒီ အာဠာရ-ဥဒကတို့ဟာအလောင်း
 တော်ဘဝက ကျေးဇူးရှိခဲ့လို့ အလောင်းတော် ဘဝက
 စတုတ္ထဈာန်အထိရအောင် နည်းပေးလမ်းပြလုပ်ခဲ့တဲ့

လောကီဆရာ သမားတွေဖြစ်လို့ ပထမဆုံး တရားဟော မယ်ကြံတော့ သူတို့က မရှိတော့ဘူး။ သူတို့ရတဲ့ စတုတ္ထ ဈာန် သမာပတ်ကြောင့် အရှုပဗြဟ္မာကြီးတွေ ဖြစ်ကုန် ကြပြီ။ တရားမနာနိုင်တဲ့ ပြဟ္မာတွေ ဖြစ်ကုန်ကြပြီ။ နစ်နာလိုက်တာ ယောဂီတို့။ ဒါ သမထတွေ၊ ဈာန်တွေ။ အဲဒီတော့ ဒါန၊ သီလက ကံ၊ သမထကဈာန်။ ကံတို့ ဈာန်တို့က ဘုရားမပွင့်ခင် ကတည်းကတိုင်း ရှိတယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချ။

စိုနီလှပူ ခဲနုဏနရပူ

ဟော အခု ဝိပဿနာဆိုတာ တခြား အလုပ်မဟုတ်ဘူး၊ ဉာဏ်အလုပ်ပဲ။ အဲဒီဉာဏ်အလုပ်က ဘုရားပွင့်တဲ့အခါမှာသာ ဖြစ်တယ်။ ဒီတော့ အခုလို ဉာဏ်စခန်းနဲ့ ဉာဏ်အလုပ်ကို လုပ်ပြီဆိုရင် ဘုရားပွင့် တာနဲ့ အတူတူပါပဲ။

- အသိဉာဏ်ကသာကိလေသာကိုသေအောင် သတ်နိုင်တယ်။ သီလ၊ သမာဓိကဉာဏ်ရဲ့ အကူအညီမျှသာဖြစ်တယ်။
- (မှတ်ချက်) - သီလသည် ဝိတိက္ကမကိလေသာ (လွန်ကြူးမှုကိလေသာ)မျှကိုသာ ပယ်နိုင် ပြီး ကျန်ကိလေသာကို မပယ်နိုင်ဘူး။
- သမာဓိက ပရိယုဋ္ဌာနကိလေသာ (ထကြွမှု ကိလေသာ) ကိုသာ ပယ်နိုင်တယ်။ ကျန်

ကိလေသာကို မပယ်နိုင်ဘူး။
 - အသိဉာဏ်ပညာကမှ အနုသယကိလေသာ
 (အကိန်းကိလေသာ) ကိုပယ်နိုင်တယ်။
 အနုသယသေရင် ဘာကိလေသာမျှ
 မဖြစ်တော့ဘူး။

သူ့နေရာနှင့် သူ့တန်ဖိုး

ကဲ - ဒီလိုဖြင့်ရင် ယခုလျှော်ထုပ်နဲ့ ရွှေထုပ်
 ဥပမာပေးလိုက်ခြင်းအားဖြင့် သမထသည် လျှော်ထုပ်နဲ့
 တူပါတယ်။ ဝိပဿနာသည် ရွှေခွက်နဲ့တူပါတယ်။ သို့သော်
 ခုနပြောခဲ့တဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထတရားတွေဟာ လုံးဝ
 တန်ဖိုးမရှိဘူး ပြောနေတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ သူ့နေရာနှင့်
 သူ့တန်ဖိုးရှိတယ်။ လျှော်ကလည်း လျှော်အလျောက်
 တန်ဖိုးရှိတယ်။ ကြေးကလည်း ကြေးအလျောက်
 တန်ဖိုးရှိတယ်။ ရွှေကလည်း ရွှေအလျောက် တန်ဖိုး
 ရှိတယ်။ ဒါနဆိုတဲ့ ပေးကမ်းခြင်းနဲ့ လောဘ(လိုချင်မှု)
 အကုသိုလ်ကို ပယ်နိုင်မယ်။ သီလဆိုတဲ့ စောင့်ထိန်းမှုနဲ့
 လွန်ကျူးမယ့်အပြစ်ကိလေသာတွေကိုပယ်သတ်နိုင်တယ်။
 သမာဓိ(သမထ)ဆိုတဲ့ တည်ငြိမ်မှုနဲ့ ကိလေသာ ထကြွမှုကို
 လည်း ပယ်နိုင်တယ်ဆိုတော့ သူ့နေရာနဲ့သူ့တန်ဖိုး

ရှိကြတာချည်းပဲ။ သို့သော် ဒီမှာက ဒါနဲ့ သီလ၊ သမထ ဆိုတဲ့ကံ ဈာန်အလုပ်တွေနဲ့သာ အားရတင်းတိမ်ပြီး ဝိပဿနာစခန်း၊ ဉာဏ်စခန်းမကူးရင်တော့ ယောဂီတို့ ကိုယ်ကျိုးနည်းရပါလိမ့်မယ်။

အသိ ၃-မျိုး

ဉာဏ်စခန်းဆိုတော့ အသိကလည်း ၃-မျိုး ရှိတယ်။

(၁) ဝိညာဉ်သိ - ပရိယတ်အသိ၊ ကလေးသိ၊ ကလေးက ရွှေဆိုတာ ဝါဝါ ပြောင်ပြောင်လေး၊ လှတပတ လေးဆိုတာလောက်ပဲသိတယ်။ တန်ဖိုးသားနား မသိကြဘူး။

(၂) ဝိညာဉ်သိ - ပဋိပတ်ဉာဏ်အသိ၊ ရွှေကို အမေသိတဲ့အသိမျိုး။ တန်ကြေး မြို့မှန်းသိတယ်။ ရွှေ ဒီ-သားဘယ် နှုသောင်းဆိုတာသိတယ်။ သို့သော် ရွှေရဲ့ အရည်အသွေး၊ ဘယ်နှ ပဲရည်၊ ၁၆-ပဲရည်၊ ၁၅-ပဲရည် ဆိုတာမသိဘူး။ ဝိပဿနာဉာဏ်

ကို လေ့လာဆင်ခြင်အားထုတ်
သည်မှမဂ်မရမီ မဂ်ဉာဏ်တိုင်
အောင် အသိကို ဒါ ဝိညာဉ်သိလို
ခေါ်ရတယ်။

(၃) ပညာသိ - ပဋိဝေဓဉာဏ်၊ ထိုးထွင်းသိတဲ့
ဉာဏ်၊ အမှားစွဲတွေကို တစ်ခါ
တည်းအမြစ်ပြတ်စွန့်နိုင်တဲ့ဉာဏ်။

ဒီလို အသိဉာဏ်၃-မျိုးရှိတော့ ကိလေသာ
ခေါင်းပါးဖို့အမြစ်ပြတ်ဖို့ဆိုတာ ပဋိဝေဓဉာဏ်ရမှဖြစ်မယ်။
ကိလေသာ မိုးခေါင်ဖို့ဆိုရင် ဝိပဿနာ လေ့မုန်တိုင်းနဲ့
အဝိဇ္ဇာမိုးတိမ်တွေကို လွှင့်နိုင်မှခေါင်မယ်။

အကုသိုလ်မျိုးစေ့တွေကို ဒိဋ္ဌိမိုးမိရင် အပါယ်
ခန္ဓာ အပင်ပေါက်မယ်။

- ကာမကုသိုလ်မျိုးစေ့တွေကို ကာမတဏှာ
မိုးမိရင် ကာမခန္ဓာအပင်ပေါက်မယ်။

- ရူပ အရူပကုသိုလ်မျိုးစေ့တွေကို ရူပ၊
အရူပ တဏှာမိုးမိရင် ရူပ၊ အရူပခန္ဓာ
အပင်ပေါက်မယ်။

မျိုးစေ့တွေ အပင်ပေါက်ရတဲ့အကြောင်းကိုရှာ
ရင် မိုးကိုတွေ့ရသလို ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ် မျိုးစေ့တွေ

အပင်ပေါက်ရခြင်းရဲ့အကြောင်းကို ရှာရင်လည်း တဏှာ ဒိဋ္ဌိမိုးကိုတွေ့ရမှာပဲ။ ဒီတော့ သတ္တဝါတွေမှာ အဝိဇ္ဇာ (မောဟ) မိုးတိမ်တက်နေသမျှ မိုးရွာဖို့ရာ သေချာတယ်။ အဲတော့ မောဟအမှောင်ပျောက်ဖို့ဆိုတာ ဝိပဿနာဉာဏ် ရောင်သန်းမှ ပျောက် မှာဖြစ်တယ်။ အဝိဇ္ဇာကို ပယ်သတ်ဖို့ လောကကို ကြည့်တဲ့အခါ ဝိပဿနာသမ္မာဒိဋ္ဌိ အမြင်မှန် ဖြင့် ကြည့်ဖို့လိုတယ်။ လူကို လိမ်နေတဲ့ မျက်စိအမြင်ကို မူတည်ပြီး ကြံဆကြတဲ့ လောကဓာတ် ဓာတုဗေဒ ဆရာ၊ သိပ္ပံဆရာတွေရဲ့ အသိအမြင်ကို (မုချ) မှန်တယ်လို့ မဆိုနိုင်ပါဘူး။ လောကဓာတ် သိပ္ပံဆရာတွေ အားကိုးက မှန်ဘီလူးနဲ့ မျက်စိပဲရှိတယ်မဟုတ်လား။ ဝိပဿနာ ဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ် အရာကိုတော့ မှန်ဘီလူးနဲ့ရှာလို့ တွေ့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ မောင်ဖြူ၊ မနီဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ရွှေ၊ ငွေ၊ ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ အရာဝတ္ထုအနေနဲ့ ကြည့်မြင်သိရှိနေ သရွေ့ ယောက်တို့သန္တာန်မှာရှိတဲ့ အဝိဇ္ဇာကို ဘယ်နည်း နဲ့မျှ မပယ်သတ်နိုင်ပါဘူး။

အကုသိုလ်ကို ဝိပဿနာကုသိုလ်က တဒဂ် ပဟာန်၊ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်တို့ဖြင့်ပယ်တယ်။ မဂ် ကုသိုလ်က သမုစ္ဆေဒ ပဟာန်နဲ့ ပယ်တယ်။ ကဲ - ဒီတော့ သမထနဲ့ ဝိပဿနာ ခွဲဟောကြစို့။

သမထက ဈာန်ရဖို့၊ ဝိပဿနာက ဉာဏ်ရဖို့

သမထက ဈာန်ရဖို့ မှတ်စမ်းပါ။ သမထက ဈာန်ရဖို့ ဆိုတော့ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀-ကို ပြောခဲ့ပြီ။ အဲဒီ လေးဆယ်ထဲက တစ်ပါးပါး (သို့မဟုတ်) နှစ်ပါး၊ သုံးပါး၊ ကိုယ့်စရိုက်အလိုက် အားထုတ်နေတာက ဈာန်အတွက်ပဲဖြစ်တယ်။ ဝိပဿနာမှာ ဉာဏ်ဦးစီးတာ။ သမထမှာတော့ ကံတွေ၊ ဈာန်တွေ ဦးစီးတာ။ မတူဘူးနော်။ ဝိပဿနာက ပါးပါးလေး၊ ဉာဏ်နဲ့သွားနေတာ။ စားလည်း ဉာဏ်လေးနဲ့စား၊ သွားလည်း ဉာဏ်လေးနဲ့သွားကိုး။ အဲဒီ ဉာဏ်ဦးစီးပြီး လုပ်တဲ့အလုပ်က ဝိပဿနာအလုပ်ပါပဲ။ အဲဒီတော့ သမထက ကံနဲ့ ဈာန်နဲ့ ဦးစီးတာ။ ဝိပဿနာက ဉာဏ်ဦးစီးတာ ဆိုတော့ သမထက ဈာန်ရဖို့၊ ဝိပဿနာက ဉာဏ်ရဖို့။

သမထက ပညတ်ရှု၊ ဝိပဿနာက ပရမတ်ရှု

သမထဆိုတာ ပညတ်ကိုရှုပါတယ်။ ဝိပဿနာက ပရမတ်ကိုရှုပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် ဝိပဿနာ မရှုမီ ယောဂီတို့ ပုဗ္ဗကိစ္စတွေ၊ ရှေ့ပိုင်းကနေပြင်နေရတာ။ ရုပ်ဆိုတာ ဒီလိုခေါ်တယ်။ ရူပုတိတိရူပံ ဖောက်ပြန်တတ်တာကရုပ်။ သီတေနာပိ ရူပုတိ - အအေးကြောင့်လည်း

ဖောက်ပြန်၊ ဥဏှောနာပိ ရုပ္ပတိ-အပူကြောင့်လည်း ဖောက်ပြန်။ ရာသီဥတုအေးလို့ အနွေးထည်လေးဝတ်ဦးမှဟ။ နို့ခွံ နှာက စေးပြန်ပေါ့။ ချောင်းက ဆိုးပြန်ပေါ့။ ရုပ်ဖောက်ပြန်တာတွေလေး။ ဘာမိတွန်လေးစား၊ ပရုတ်ဆီလေးရ။ ဖောက်ပြန်တဲ့ရုပ်ကို ပြုပြင်နေရတာလေး။ ပြုပြင်တော့ရော အအေးက အပူဖောက်ပြန်ပြန်ပေါ့။ အင်း - နေပူထဲရောက်လို့ ပူလို့၊ အိုက်လို့ ချွေးတွေ တလုံးလုံး၊ အိုက်လို့ စပ်လို့ ရေချိုးပြန်တော့ ဟော-အပူရှုပ်ပြန်ရော။ ရုပ်ဖောက်ပြန်နေတာတွေ။ ပထဝီဆိုတဲ့မာတဲ့သဘော၊ တောင့်တင်းတဲ့သဘော၊ အာပေါဆိုတဲ့ ယိုစီးတဲ့သဘော၊ ဖွဲ့တဲ့သဘော စသဖြင့် ရုပ်ပရမတ်၊ နာမ်ပရမတ်တွေကို ပရိယတ် သတိနဲ့သိအောင် သင်ပေးနေရတာ။ မစုံသေးဘူးနော်။ အကြမ်းဖျင်းသာသင်ပေးနိုင်တာ။ တကယ်တော့ ဒါတွေဟာ အဘိဓမ္မာဆိုတဲ့ အဆင့်မြင့်သဘောတရားတွေဖြစ်လို့ အေးအေးဆေးဆေး သင်ရမယ့် တရားတွေ။ အင်မတန် နက်နဲခက်ခဲတဲ့တရားတွေပါ။ ဒီတော့ အကြမ်းဖျင်းလေး သင်ပေးတဲ့အခါကျတော့

- ၁. ဣန္ဒြေ
- ၂. ဣန္ဒြေလိမ္မာ
- ၃. ဣန္ဒြေဣမ္မာ

၁၆၅၀-၁၆၅၀ ဣန္ဒြေဣမ္မာ (၄)
 ၁၆၅၀-၁၆၅၀ ဣန္ဒြေဣမ္မာ (၄)

ပရမတ်နဲ့ ပညတ်

စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်နိဗ္ဗာန်လေးရပ်ပရမတ်ဆိုတဲ့ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ လက်လေးအတိုင်း-

- ၁။ စိတ် (အာရုံကိုသိတတ်တဲ့သဘော)
- ၂။ စေတသိက် (စိတ်ကိုမှီ၍ဖြစ်တဲ့သဘော)
- ၃။ ရုပ် (ဖောက်ပြန်တတ်တဲ့သဘော)
- ၄။ နိဗ္ဗာန် (ငြိမ်းအေးမှုသဘော) ရယ်လို့

ဒါ ပရမတ်တရား ၄-ပါးရှိတယ်ဆိုတာ မကြားဖူးတာတွေ ကြားရပြီဆိုကတည်းက အမြတ်ထွက်တယ်လို့ မှတ်လိုက်ပါ။

သစ္စာ ၃-ဆင့်

- သစ္စာ ၃-ဆင့်ဆိုတာက -
- (၁) သမ္မုတိသစ္စာ၊
- (၂) ပရမတ္ထသစ္စာ၊
- (၃) အရိယသစ္စာဆိုတဲ့ ၃-ပါးကို ခေါ်တယ်။ သမ္မုတိသစ္စာဆိုတာ ပညတ်ပါပဲ။ ဒီ ပညတ်ကို

ဘာဖြူလို့ သစ္စာလို့ခေါ်ရတာလဲဆိုတော့ မုသာဝါဒမဖြစ်လို့ သစ္စာလို့ခေါ်တာ။ ကျွဲ၊ နွား ဆိုတာ ပရမတ္ထအားဖြင့်တော့ ရှာမရပါဘူး။ ပရမတ်ထဲမှာ ကျွဲ၊ နွားမရှိဘူး။ သို့သော် လည်း လောကကြီးက ဒီသတ္တဝါတွေကို ကျွဲရယ်၊ နွားရယ်လို့ သမုတ်ကြတဲ့အတိုင်း ကျွဲလို့ခေါ်လိုက်တာဟာ မှန်တယ်။ မုသာဝါဒမဖြစ်ဘူး။ အဲဒါကြောင့် ပညတ်ကို သမ္မုတိသစ္စာလို့ခေါ်တယ်။

ပရမတ္ထသစ္စာဆိုတာ အဟုတ်ရှိ၊ အမှန်ရှိ တဲ့တရား။ လောကကြီးမှာ အဟုတ်ရှိ အမှန်ရှိတဲ့ တရားဟာ အထက်မှာ ပြခဲ့တဲ့အတိုင်း စိတ်၊ စေတသိက်၊ ရုပ်၊ နိဗ္ဗာန်ဆိုပြီး ၄-ပါးပဲရှိတယ်။ ကျန် တာ တွေဟာ ပညတ်တွေချည်းပဲ။ အဲဒါကြောင့် ပရမတ်က အဟုတ်ရှိ၊ ပညတ်က သမုတ်ရှိ၊ ဒါကြောင့်-

မရှိ ပညတ်၊ ရှိ ပရမတ်၊ အတတ်သိကြစေ ဆိုပြီး ရှေးဆရာတော်ကြီးများက ပညတ်၊ ပရမတ် ခွဲခဲ့ကြတာပေါ့။

ပညတ်ကြောက်သူများ

မရှိ ပညတ်၊ ရှိ ပရမတ်၊ အတတ်သိကြစေ - ဆိုတဲ့ စကားအတိုင်း ပရမတ်ကအဟုတ်ရှိ၊ ပညတ်က

သမုတ်ရှိ။ ဒီမှာ အဟုတ်ရှိမဟုတ်တဲ့ ပညတ်တွေကို အဟုတ်ရှိထင်ပြီး ပြဿဒါးကို ကြောက်ရ၊ ရက်ရာဇာကို အားကိုးရနှင့် ပုထုဇဉ်တွေမှာမောပြီး ဒုက္ခရောက်နေကြ တယ်။ တကယ်တော့ ရက်ရာဇာ၊ ပြဿဒါး၊ ရှမ်းရက်၊ တာနောရက်၊ ဝါရမိတ္တု၊ စတာတွေဟာ ဗေဒင်အခေါ် အပေါ် ပညတ်တွေပါပဲ။ ထန်းလျက်ကို ပြဿဒါးနေ့မှာ စားပေမယ့် ပြဿဒါးကြောင့် အချို့မပျက်ပါဘူး။ အချို့ မလျော့ပါဘူး။ ကုသိုလ်လုပ်ရင်ကုသိုလ်ဖြစ်တယ်။ ကုသိုလ် က်ဟာ အကျိုးပေးခွင့်ကြုံသော်လည်း ပြဿဒါးနေ့မို့ အကျိုး မပေးသေးဘဲ ဆိုင်းငံ့နေတယ်ဆိုတာမရှိပါဘူး။ တွက် ကြည့်လိုက်တော့ ပြဿဒါးနေ့က ကြောက်စရာမဟုတ်ဘူး။ ယောဂီတို့ အကုသိုလ်ကသာ ကြောက်စရာ။ ငရုပ်သီးကို ရက်ရာဇာနေ့မှာ စားရင်လည်း စပ်တာပါပဲ။ နေ့ကောင်း ရက်သာ ရွေးစားပေမယ့် အစပ်လျော့တာမဟုတ်ပါဘူး။ အကုသိုလ်ဆိုတာရက်ရာဇာနေ့မှာလုပ်ရင်လည်းမကောင်း ကျိုး ပေးတာပါပဲ။ ရက်ရာဇာမို့ ကောင်းကျိုးပေးရိုးမရှိ ပါဘူး။

ဒါတွေကို အစဉ်အလာစွဲတွေနဲ့ စွဲနေကြ တော့ အဟုတ်မရှိတဲ့ပညတ်ကို အဟုတ်ရှိတယ်ထင်ပြီး ကြောက် နေကြတာ ပုထုဇဉ်တွေပဲ။

ကျေးဇူးလေးလေး လေးပေ နှိ လေးပေ နှိပ
ကလေးပေ နှိလေးပေထက်လေးပေ သိရှိစားလေစ ငှပ်စ

ပညတ်အမျိုးမျိုး

ပညတ်ကို အမျိုးအစားခွဲရင် အတ္ထပညတ်၊ သဒ္ဓ ပညတ်ဆိုပြီး အချုပ်အားဖြင့် ၂-ပါး။ ဒီနှစ်ပါးမှာ အတ္ထပညတ်တွေက ဘုန်းကြီးတို့ အဘိဓမ္မတ္ထ သင်္ဂြိုဟ်လာအတိုင်း ခွဲရရင် ၆-မျိုးရှိတယ်။

(၁) ဇာတိပညတ်

(ယောက်ျား၊ မိန်းမစသည် ပုဂ္ဂလပညတ်၊ လူ နတ် တိရစ္ဆာန်စတဲ့ သတ္တပညတ်တွေကို ဇာတိပညတ် လို့ ခေါ်တယ်။)

(၂) သဏ္ဍာနပညတ်(သန္တာနပညတ်)

(မြေ၊ တောင်စတဲ့ သဘာဝ အပေါင်းအစု ခြပ်နက်အားလုံးကို ခေါ်တယ်။)

(၃) သမူဟပညတ်

(အိမ်၊ ရထား၊ လှည်း စတဲ့ လူတွေ ပေါင်းစည်းထားတဲ့ သက်မဲ့ ခြပ်အားလုံးကို သမူဟ ပညတ် လို့ ခေါ်တယ်)

(၄) ဒီသာကာလ စသော ပညတ်
 (အရှေ့အနောက်စတဲ့ အရပ်မျက်နှာ၊
 မနက်၊ နေ့ည စတဲ့ ကာလပညတ်
 တွေကို ဒီသာပညတ်၊ ကာလ
 ပညတ်လို့ ခေါ်တယ်။)

(၅) အာကာသပညတ်
 (ရှုပ်ကလောင် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု
 မတွေ့ထိဘဲ လေဟာနယ်(Space)ဖြစ်
 နေတဲ့ တွင်းလိုက်စတဲ့ ပညတ်
 တွေကို အာကာသပညတ်လို့
 ခေါ်တယ်။)

(၆) နိမိတ္တပညတ်
 (ပရိကမ္မနိမိတ်၊ ကသိုဏ်းနိမိတ်
 စတဲ့ အနက်ခြင်တွေကို နိမိတ္တ
 ပညတ်လို့ ခေါ်တယ်။)

ဒါ အတ္ထပညတ် ၆-ပါး။ ခုလိုခွဲပြောနေ တာက
 ဒီမှာသမထက ပညတ်ကိုရှုတယ်။ ဝိပဿနာက ပရမတ်ကို
 ရှုတယ်ဆိုတဲ့စကားကို အကြမ်းဖျင်းလေး နားလည်အောင်
 သင်ပေးနေရတာ။ နောက်သဒ္ဒါပညတ်ဆိုတာ ရှိသေး
 တယ်။

- (၁) ဝိဇ္ဇမာနပညတ် (ပရမတ်တရားတို့၏ အမည်များ)
- (၂) အဝိဇ္ဇမာနပညတ် (ပရမတ်သဘော ထင်ရှား မရှိပညတ်)
- (၃) ဝိဇ္ဇမာနေန အဝိဇ္ဇမာနပညတ် (ပရမတ် ရှိ/မရှိ အရောပညတ်)
- (၄) အဝိဇ္ဇမာနေန ဝိဇ္ဇမာနပညတ် (ပရမတ် မရှိ/ရှိ အရောပညတ်)
- (၅) ဝိဇ္ဇမာနေန ဝိဇ္ဇမာနပညတ် (ပရမတ် ၂-လုံးရော ပညတ်)
- (၆) အဝိဇ္ဇမာနေန အဝိဇ္ဇမာနပညတ် (ပရမတ်၌ လုံးဝမပါဝင်သည့် ၂-လုံးရော ပညတ်)

ကဲ - သာမန်အားဖြင့် သရုပ်သကန်ထုတ် တော့ ပြောလိုက်မယ်။ တစ်လုံးချင်း ရှင်းနေရင် တော့ ကနေ့ တရားပွဲ မိုးလင်းသွားလိမ့်မယ်။ ဆိုတော့ စောစောက သစ္စာ ၃-ဆင့်မှာ အရိယသစ္စာ ကျန်ခဲ့တယ်။ ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ နိရောဓသစ္စာ၊ မဂ္ဂ သစ္စာဆိုတဲ့ သစ္စာ ၄-ပါးဟာ အရိယသစ္စာပါပဲ။ဘုရား

အလောင်းတော်ဟာ သဗ္ဗညုတညာဏ်ရှင် ဘုရား
 စင်စစ်အဖြစ်ရောက်တော်မူပြီးသကာလ စစ်မှန်တဲ့ချမ်းသာ
 သုခကို နိရောဓသစ္စာ၊ နိရောဓ သစ္စာသို့ရောက်ဖို့ ကျင့်စဉ်
 မဏ္ဍိမပဋိပဒါကို မဂ္ဂသစ္စာ၊ လောကကို ဒုက္ခသစ္စာ၊ လောက
 ရဲ့ အကြောင်းရင်း တဏှာကို သမုဒယသစ္စာအဖြစ်
 ဖော်ထုတ်ဟောခဲ့တယ်။ ဒါ အရိယသစ္စာ။

ဝိပဿနာလစွမ်း နာမ်လစွမ်း (၃)

ဝိပဿနာ၏ အခြေခံ

ကဲ - ဒီတော့ ဝိပဿနာအားထုတ်တဲ့ အခါမှာ
 အရလို နာမ်ရုပ်ကိုတော့ အကြမ်းဖျင်းလေး သိဖို့လိုတယ်။
 ပရိယတ် အသိပေါ့။ အဲဒီ နာမ်ရုပ်တွေရဲ့ အကြောင်း
 ကိုလည်း သိဖို့လိုပြန်တယ်။ ဒီလောကမှာ ပုဂ္ဂိုလ်၊
 သတ္တဝါ၊ သူ၊ ငါ တစ်ပါးယောက်ျား၊ ဖိန်းမ စသည်မရှိ၊
 သင်္ခါရတရားသက်သက်သာလျှင်ရှိတယ်။ အဲဒီသင်္ခါရ
 တရားများဟာလည်း ကြောင်းကျိုးဆက် နိယာမများ
 အရသာဖြစ်တယ်။ အကြောင်းမဲ့ အဟေတုကသဘောနဲ့
 ဖြစ်ကြရတာ မဟုတ်ဘူး။ နောက်တစ်ခါ မမှန်ကန်တဲ့
 အကြောင်း ဝိသမဟေတုက သဘောမျိုးနဲ့ ဖြစ်ကြရတာ
 လည်း မဟုတ်ဘူးဆိုတာသိဖို့ ဒါ ယောဂီတို့လိုပါတယ်။
 ဒါကြောင့် ကျေးဇူးရှင်မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက

အပ္ပမာဒစာစဉ်

“မူလနှစ်ဖြာ သစ္စာလေးခု” စသည်ဖြင့် အလွယ် ကျက်မှတ်သိစေအပ်သည်ဆိုပြီး ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် သဘော နားလည်ဖို့၊ နာမ်ရုပ်တို့ဖြစ်ကြောင်း မူလဘူတသိဖို့၊ ဝိပဿနာတရားအားမထုတ်မီ အရေးတကြီး ဟောတော် မူတာပေါ့။

အေး-ဒီလို ရုပ်နာမ်သဘာဝကို အကြောင်း နှင့်တကွ ပိုင်းခြားသိနိုင်လျှင်ဖြင့် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ကို စူဠ သောတာပန်လို့ခေါ်တယ်။ ကလျာဏပုထုဇဉ် လို့လည်း ခေါ်တယ်။ စူဠသောတာပန်အဆင့်ရောက်ရင် ယောဂီတို့ သာသနာတော်မှာ ထောက်တည်ရာရပြီ။ အပါယ်မကျ နိုင်တော့လို့ နိယတဂတိခေါ်တဲ့ သုဂတိရောက်ဖို့ သေချာ ပြီ။ အင်မတန် အကျိုးများပါတယ်ယောဂီတို့။

ခါးနှင့် နာတာ ခွဲသိလိုက်ပါ

ကဲ-ဒီလိုဖြစ်ရင် အခုဝိပဿနာရှုတဲ့ ယောဂီ တွေ တရားထိုင်တယ်ဗျာ၊ လက်တွေ့ထိုင်တဲ့ အခါမှာ ခန္ဓာ ကိုယ် အရင်းတည်ပြီးထိုင်ရတာ။ တရားထိုင်ပြီဆိုတဲ့အခါ ကျတော့တင်ပျဉ်ခွေလိုက်ပါ။ ဆရာတော်က တင်ပျဉ် ခွေဖို့ပြော၊ ခြေသလုံးလေး နှစ်ခုယှဉ်ထား။ ဘယ်ဘက် လက်ကိုဖြန့် ညာဘက် လက်ပေါ်အသာတင်၊ စနစ်တကျ

ပေးနေတာနော်။ အဲဒီအခါကျတော့ မျက်စိကိုမှိတ်၊ ပါးစပ်ကိုပိတ်ပြီးတော့ ဝင်လေသိ၊ ထွက်လေသိမှတ်၊ အသက်ရှူပါ။

ထွက်သက် ဝင်သက် ရှုမှတ်ခြင်းရဲ့ မူရင်း ရည်ရွယ်ချက်က သမာဓိရရှိဖို့ပဲ။ ထွက်သက်ဝင်သက်ကို အားထုတ်ရာမှာ သတိနဲ့တွဲပြီး သမ္မဇဉ်ခေါ်တဲ့ ပညာပါလာ ပေမယ့် ဒါ ပီပသနာပညာမဟုတ်သေးဘူး။ သမာဓိ ပညာလောက်ပဲ ရှိသေးတယ်။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာတွေကိုမသိသေးသရွေ့ကာလပတ်လုံးပီပသနာ ပညာအဆင့် မရောက်သေးဘူးလို့မှတ်ပါ။

ထွက်လေ ဝင်လေကို “ထွက်လျှင် ထွက်မှန်း သိ၊ ဝင်လျှင် ဝင်မှန်းသိ” ဖြစ်အောင် မှတ်သားနေခိုက် မှာ စိတ်ဟာ လွင့်ထွက်သွားတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို လွင့် ထွက်သွားရင်လည်း သွားပါစေ၊ လွင့်ထွက်သွားတာ ကိုတော့ သိအောင်မှတ်ပါ။ အာရုံဟူသမျှကို သတိလွတ် မခံဘဲနဲ့ သိနေလို့ရှိရင် ဒါတရား မှတ်တဲ့အလုပ်ပါပဲ။ အပြင်လွင့်နေတဲ့စိတ်ကို ပြန်သွင်းဖို့ဇွတ်အတင်း မကြိုးစား ပါနဲ့ အလိုက်သင့်မှတ်နေကျ မူလထွက်သက် ဝင်သက် ကိုသာ ထွက်မှန်း ဝင်မှန်းသိဖြစ်အောင်ကြိုးစားနေပါ။ နှာသီးဖျားမှာ စိတ်စိုက်ပြီးမှတ်နေရင်မိမိတို့သန္တာန်မှာ

- (၁) မှုလဲလဲလဲ (၁) မှုလဲလဲလဲ (၁) မှုလဲလဲလဲ
- (၂) မှုလဲလဲလဲ (၂) မှုလဲလဲလဲ (၂) မှုလဲလဲလဲ
- (၃) မှုလဲလဲလဲ (၃) မှုလဲလဲလဲ (၃) မှုလဲလဲလဲ
- (၄) မှုလဲလဲလဲ (၄) မှုလဲလဲလဲ (၄) မှုလဲလဲလဲ
- (၅) မှုလဲလဲလဲ (၅) မှုလဲလဲလဲ (၅) မှုလဲလဲလဲ

ဒီမှာ ထွက်လေသိ ဝင်လေသိမှတ်၊ အသက်ရှူ
 ပါဆိုတော့ တကယ်တော့ အသက်ဆိုတာမရှိပါဘူး။ အတ္တ
 ပညတ်အနေနဲ့ အသက်ဆိုတာ ထည့်ပြောတာ။ ပရမတ်
 သဘောနဲ့ ကြည့်တဲ့အခါကျတော့ အသက်မရှိပါဘူး။ စိတ်
 တွေပဲ ရှိတယ်။ ခန္ဓာပဲရှိတယ်။ ဒါ နားလည်ပါ။ အဲလို
 ရှုလိုက်တဲ့အခါကျတော့၊ ဟော-ခေါင်းတွေ၊ ခြေတွေ၊
 လက်တွေကနေပြီးတော့ ပူတာတွေ၊ ခေါင်းမှာပူတော့
 ခေါင်းမှာမှတ်၊ ခြေထောက်ကိုက်တော့ ခြေထောက်မှာမှတ်၊
 ခန္ဓာကိုယ်မှာ အေးလာတော့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ မှတ်ရတယ်။
 လက်မှာ ယားလာတော့ လက်မှာမှတ်ရပါတယ်။ မျက်နှာ
 မှာ မွေ့၊ မွေ့ဖြစ်လာတော့ ဒါတွေမှတ်ရတယ်။ သူ့နေရာ
 လေးနဲ့သူ နာမည်လေးနဲ့ခွဲပြီးတော့ အဲဒီလို နာမည်စွဲမှတ်
 နေတာက နာမပညတ်။ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက် ဆိုတာက
 နာမပညတ်။ ဒီလိုဖြင့် ဝိပဿနာရူတဲပုဂ္ဂိုလ်က ခေါင်းရှု

ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ခန္ဓာရှုရမှာ။ ခါးရှုရမှာမဟုတ်ဘူး။
ခန္ဓာရှုရမှာ။ ဒါ အရေးကြီးတယ်နော်။

ခါးကနာတယ်ဆိုရမှာ ခါးက သတ်သတ်၊
နာခြင်းက သတ်သတ်ခွဲခြားပြီး ခါးနဲ့နာခြင်းကို ခွဲသိရမယ်။
နာခြင်းထဲမှာ ခါးကို မထည့်သွင်းဘဲနဲ့ သိလာတဲ့အခါ
အဲလိုသိခြင်းကိုပဲ ပညတ်မပါဘဲ ပရမတ်ကိုသိခြင်း (ဝါ)
သဘာဝ သက်သက်ကိုသိခြင်းလို့ဆိုရတယ်။

တစ်ခါတလေကျတော့ မပြောမဖြစ်လို့ ပြောရ
တာ အပြစ်မရှိဘူး။ သူ့မှာ ဒီလိုပဲ သိထားမယ်ဆိုရင် ဆိုလို
တာကတရားအားထုတ်တာဘာတွေ့လဲ။ အောင်မလေး
ခါးကြီးကိုကိုက်လိုက်တာသပ်လျှို့ထားသလိုပဲ၊ တောင့်တင်း
နေတာပဲ။ သူက ဒါပဲသိနေတယ်။ အဲတော့ ခါးတွေ့
ရမှာလား။ ဝေဒနာတွေ့ရမှာလားဆိုတော့ ဝေဒနာတွေ့
ရမယ်။ ခန္ဓာတွေ့ရမယ်။ ခါးဆိုတဲ့ နာမပညတ်ကြီး
ပျောက်သွားရမယ်။ အဲဒီအခါမှာ တောင့်တင်းတယ်
ဆိုတာက ပထဝီဓာတ်၊ အဲတော့ ခါးပျောက်ပြီး ဓာတ်ကို
ရောက်ရမယ်။

ခြေကနာတယ်၊ လက်က ကျင်တယ် စသည်ဖြင့်
(ဖြစ်မှုထဲမှာ) ကိုယ်ခန္ဓာပါနေရင် ဒါ သမ္မဇည မဖြစ်သေး
ဘူး။ မဖြစ်သေးရင် သတိအားသေးလို့။ သတိအားသေး
လို့ သမ္မဇည မဖြစ်မှန်းသိရင် အာနာပါနကြိုးစားလုပ်။

အလုပ်ကို လျော့မပေးနဲ့။ ခန္ဓာကိုယ် ဖြစ်ပျက်မှန်သမျှ သဘာဝတွေ ထဲမှာ ကိုယ်ကောင် မရောနှောဘဲ ခေါင်းကဖြစ်လည်း ခေါင်းမပါဘဲ၊ ကိုယ်ကဖြစ်လည်း ကိုယ်မပါဘဲ သဘာဝ သက်သက်ကိုသာသိရင် အသမ္မောဟ သမ္မဇဉ်အသိဖြစ်တဲ့ အတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်တယ်။ အဲဒီသမ္မဇဉ်ကနေပြီး ရုပ်၊ နာမ်ခွဲလိုက်ရင် ဝိပဿနာဉာဏ်တက်သွားပြီ။

အဲဒီတော့ ခါးဆိုတာ ပညတ်၊ ဟိုက တောင့် တင်းတာက ရုပ်ပရမတ်၊ ဟုတ်ပြီ။ ပရမတ်ရှုရမယ်။ ဒါကို ပြောတာပေါ့၊ ဟော ယောဂီတို့တရားထိုင်တာ ဘယ့်နယ် လဲ၊ အောင်မယ်လေး ခေါင်းတွေကို ပူလိုက်တာ မပြော နဲ့တော့၊ ဟော စသည်ဖြင့် ခေါင်းဆိုတာ တခြား မဟုတ်ဘူး၊ ပညတ်ပါ။ ပူတယ်ဆိုတာလည်း တခြား မဟုတ်ဘူး တေဇောပဲ။ လက်ဖျား၊ ခြေဖျားလေးတွေ အေးလိုက်တာ ဆိုတော့လည်း လက်ဖျားခြေဖျားတွေက ပညတ်၊ အေးလိုက်တာက တေဇော။ သီတတေဇော - ရုပ်ပရမတ်။ အပူရုပ်၊ အအေး ရုပ်ကလေးကို မြင် ပါ။ ရုပ်ကိုမြင်ပြီနော်။ အဲဒီလို ရုပ်ဆိုတာသည် ပရမတ် သဘောပါ။ ခေါင်း၊ ခါး၊ ခြေ၊ လက်က ပညတ်။ ခုနု ရုပ်တွေ ကို မြင်တာက ပရမတ်။

ဒီလိုဖြစ်ရင် မျက်စိဆိုတာကပညတ်။ ဓာတ်၄-ပါး

သဘောက ပရမတ်။ ဒါကြောင့် မျက်စိ မမြင်နဲ့။ ဓာတ်
၄-ပါး မြင်။ ရုပ်ဓာတ် ၄-ပါးနော်။ ဓာတ်၄-ပါးဆိုတာ
ရုပ်ခန္ဓာသည် ပရမတ်၊ ဝိပဿနာက ပရမတ်ကို ရှုရမယ်
ဆိုတော့ ပရမတ်ကို ပြောနေတာ။

နားဆိုတာ ပညတ်၊ ဓာတ် ၄-ပါးက ပရမတ်၊
နားခေါင်းဆိုတာ ပညတ်၊ ဓာတ် ၄-ပါးက ပရမတ်၊
လျှာဆိုတာ ပညတ်၊ ဓာတ် ၄-ပါးက ပရမတ်၊
ကိုယ်ဆိုတာ ပညတ်၊ ဓာတ် ၄-ပါးက ပရမတ်၊
စိတ်ဆိုတာ နာမ်ကိုယူသို့သော်စိတ်၏ တည်ရာ
ဌာနသည် ဟဒယဝတ္ထု၊ ဟဒယဝတ္ထုမှာ လက်ခုတ်တစ်ခု
စာမျှရှိတဲ့သွေးအကြည်လေး၊ အဲဒါဟဒယဝတ္ထုလို့ခေါ်တယ်။

စိတ်ဆိုတာက နာမပညတ်၊ သူ့ရဲ့ မှီရာ ဟဒယ
ဝတ္ထုက ရုပ်ပရမတ်။

ဒီလိုဖြင့် ဝိပဿနာကပရမတ် သဘောကို
ရှုရမယ်။ ကောင်းပြီ၊ ပရမတ်ကို ရှုရမယ်ဆိုတော့
ပရမတ်က ဘာဆိုတာ ယောဂီတို့သင်လည်း သင်ပြီးပြီ၊
ထပ်ပြီးတော့ ဒါသတိပေးတာပါ။

- စိတ်က ၈၉-ပါး (အကျယ်) ၁၂၁-ပါး၊
- စေတသိက်(စိတ်ကိုမှီပြီးဖြစ်တဲ့သဘော)၅၂-ပါး၊
- ရုပ်က ၂၈-ပါး၊

အပ္ပမာဒစာစဉ်

နိဗ္ဗာန်၊ ဒါ ပရမတ်တရားအစုပါပဲ။ အဲတော့
ဝိပဿနာက ပရမတ်ကို ရှုတယ်၊ သမထက ပညတ်ကို
ရှုတယ်။ ကဲ-နောက်တစ်ချက်။ ။

သမထက အာရုံတစ်ခု စူးစိုက်ရှုသည်
ဝိပဿနာက ထင်ရှားတာကိုရှုသည်

တစ်ခုသော အာရုံကို စူးစိုက်ရှုတာက သမထ
ဆိုတော့ ခု-ယောဂီတို့ တရားထိုင်တယ်နော်။ ထွက်
လေသီ ဝင်လေသီရှုနေတယ်။ အာရုံ ၂-ခုကို စူးစိုက်
တာမဟုတ်ဘူး။ တစ်ခုတည်း စူးစိုက်နေတာ။ လေဝင်ရင်
ဝင်တာလေးသီ၊ ထွက်ရင် ထွက်တာလေးသီ၊ ဒီမှာ
နာသီးဖျား တွေ့ထိတာလေး သိနေတာ။ အဲဒီလို ထိ၊ သိ
ကို အလေးထားပြီး မလွတ်တမ်းမှတ် နေတာကို
ဝိပဿနာနည်းလို့ခေါ်တယ်။ ထိ၊ သိကို အလေး
မထားဘဲနဲ့ ဝင်လေ ထွက်လေကိုသာ အလေးထားပြီး
မှတ်နေရင်တော့ ဒါ သမထနည်းပဲ။ ထိသိ (ဖုဿနာ)
ပါဝင်အောင် အားထုတ်မှသာလျှင် သတိထူထောင်မှု
အားကောင်းပြီး ဝိပဿနာလုပ်ငန်းအတွက် အကျိုးများ
တယ်။ ဝင်တာ ထွက်တာဆိုတာက ပညတ်အနေနဲ့သာ
မှတ်နေတာ။ ဝင်တော့လည်း ဝင်လေ၊ ထွက်တော့လည်း

ထွက်လေ။ ဒီဝင်လေ ထွက်လေဆိုတဲ့ “လေ” တစ်ခု တည်းကိုသာ အာရုံစူးစိုက်နေတာ။ ထိ၊ သိသဘော မပါဘူး။ ဒါသမထပါ။

တစ်ခုသောအာရုံ စူးစိုက်၍နေတာ သမထ ဆိုတော့ တစ်နာရီလုံး ဝင်လေထွက်လေမျှကို အလေး ထားမှတ်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က သမထအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် လို့ဆိုရပါမယ်။ သတိထားနော်။ အမည်ခံတော့ ဝိပဿနာ ပဲ။ သို့သော်လည်းပဲ တစ်ချိန်လုံး ထိုင်ပြီးတော့ ဝင်လေသိ ထွက်လေသိဆိုပြီး ဒါပဲမှတ်နေတဲ့ သမာဓိလေ။

ဝေဒနာလွတ်မြောက်အောင် အားထုတ်

သမာဓိတည်နေတဲ့ အခါကတော့ စိတ်ကို ဒီ ရောက်နေရင် ခန္ဓာကိုယ်က နာတာ၊ ကျင်တာ၊ ကိုက် တာ၊ ခဲတာတွေလည်း ပျောက်နေတာပဲ။ စိတ် တည်နေ တာကိုး။ အဲတော့ တချို့ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တွေ သမာဓိ အရှိန်တက်ပြီး အမှတ်ကောင်းနေချိန်မှာ အလွန်မခံ သာတဲ့ဝေဒနာတစ်မျိုးပေါ်လာတတ်တယ်။ ရင်ဝမှာလေလုံး ကြီးဆောင့်တက်လာသလို၊ အသားထဲကို ဓားချွန်နဲ့ ထိုးနေသလို၊ တစ်ကိုယ်လုံး ပူလောင်နေသလို၊ အပ်ဖျား လေးနဲ့ ထိုးဆွနေသလိုပိုကောင်တွေ တစ္ဆေတက်နေသလို

ဒါမျိုးတွေ ပေါ်လာတတ်တယ်။ အဲဒါကို မမှတ်ဘဲ ရပ်နား လိုက်ရင် အဲဒီဝေဒနာတွေ ချက်ချင်းပဲ ပျောက်ကွယ်သွား တတ်တယ်။ တစ်ခါမှတ်ရှိန် ကောင်းလာရင် ဝေဒနာပေါ်မြဲ ပေါ်လာတတ်ပြန်တယ်။

အဲဒီဝေဒနာမျိုးဟာ ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ ဝေဒနာမျိုးလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ရောဂါ အမျိုးအစား ဝေဒနာမျိုးလည်းမဟုတ်ဘူး။ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် ဝေဒနာ မျိုးလည်း မဟုတ်ဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ နဂိုအတိုင်းရှိနေတဲ့ သာမန် ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်ဝေဒနာမျိုးပဲ။ သို့သော် တရား မမှတ်တဲ့အတွက်၊ မရှုတဲ့အတွက် သမာဓိအရှိန်မကောင်း လို့ မသိနိုင်ဘဲ မြုပ်ကွယ်နေတဲ့ ဝေဒနာတွေ၊ တရား မှတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ သမာဓိအရှိန်တက်ပြီး မြုပ်ကွယ် နေတဲ့ဝေဒနာဟာ တရားသဘောအတိုင်း ထင်ရှား ပေါ် လာခြင်းဖြစ်တယ်။ တကယ်သမာဓိအားကောင်းလာရင် အလွန်ဝေးတဲ့အာရုံ၊ အလွန်မှုန်ပွားတဲ့အာရုံတွေကို ယူနိုင် စွမ်းတယ်။ အဲဒါကြောင့် အဲလိုဝေဒနာမျိုးများ ကြုံတွေ့ ကြမယ်ဆိုရင် စူးစိုက်ပြီး လွန်မြောက်အောင် မှတ်ရမယ်။

မမှတ်ဘဲရပ်နားနေရင်တော့ နောင်အခါမှာ လည်း မှတ်တိုင်း၊ မှတ်တိုင်း အဲဒီလို သမာဓိ ကောင်း ကောင်းရပြီဆိုတိုင်း ဒီဝေဒနာမျိုးတွေနဲ့ ပြန်တွေ့နေရ မှာပဲ။ မလျော့တဲ့ဖွဲ့၊ လုံ့လနဲ့ အတင်းမှတ် နေရင်တော့

မကြာမီမှာဘဲ ဒီဝေဒနာတွေ ယူမစ်လိုက်သလို ပျောက် သွားလိမ့်မယ်။အဲဒီအချိန်ကစပြီး ဝေဒနာတွေ ဘယ်တော့မှ မပေါ်တော့တဲ့ လုံးဝငြိမ်းအေးသွားမယ်။

။ယလနိမြင်လလဟါပိ။

။ယဒိကဝေဒနာပိဂုဏိ။ လမ္ပိလနုလဝစိစေ

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ညာနေတာ

တချို့ နာတာ၊ ကျင်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာ တွေပေါ်လာတဲ့အခါကျတော့ တော်တော်ပြင်းပြင်း ထန်ထန် သည်းမခံနိုင်ဘူး။ သည်းမခံနိုင်လို့ ပြောင်းဖို့ ရွှေ့ဖို့ကျလည်း ဟာ-မပြောင်းနဲ့၊ မရွှေ့နဲ့ ဒုက္ခ ဝေဒနာ တွေ ပေါ်တာကို မြင်စေချင်လို့ ဆရာသမားက သတိပေး တယ်။ အဲဒီတော့ ပြောင်းရရွှေ့ရမှာလည်း မပြောင်းချင်၊ မရွှေ့ချင်။လူကိုယ်တိုင် မပြောင်းရွှေ့သော်လည်း စိတ်က ပြောင်းနေတယ်။ ဒကာ ဒကာမတွေ၊ စိတ်က ဘယ်လို ပြောင်းလဲဆိုတော့ ဒူးကဖြစ်စေ၊ ပေါင်ကဖြစ်စေ၊ ခါးက ဖြစ်စေ တစ်နေရာရာကနေ နာနေတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီနာတာဟာ မခံနိုင်ဖြစ်လာတယ်။

အဲတော့ စိတ်က ဘယ်ရောက်သလဲဆိုတော့ နှာသီးဖျားကို ပို့လိုက်ရော။ ဟော -ထွက်လေသိ၊ ဝင်လေ သိ ဖြစ်သွားပြီ။ ထွက်လေ ဝင်လေရောက်သွားပြီ။ ထွက် လေ ဝင်လေ ဖြည်းဖြည်းမှတ် နေရင် ဟိုက အနာက

မပျောက်ဘူး။ ဝေဒနာလွန်အောင် ရှုရမှာ။ ထွက်လေ
 ဝင်လေ ပြန်ရောက် သွားတယ်။ ဝိပဿနာက သမထပြန်
 လည်သွားတာ။ ဖြည်းဖြည်းရှုလို့ အနာမပျောက်တော့
 ဟိုက အနာပျောက်အောင် တစ်ခါတည်း ခပ်ပြင်းပြင်း
 လေး ထွက်လေဝင်လေ ရှုတော့တာကိုး။ အသံတွေ
 ထွက်ပြီး ခပ်ပြင်းပြင်းရှုတော့ ဟိုကစိတ်က ဒီရောက်
 လာ၊ ဒီလိုဖြင့် ဟိုက ဝေဒနာကို နှာခေါင်းပြောင်းယူ
 တယ်ဗျာ။ ဟော-ဘုရားက ဟောတာက အနတ္တ၊ ကိုယ်
 က အတ္တ ပြန်လုပ်တယ်ဗျ။ မင်း ဟိုမှာ မနာနဲ့ ဒီကို
 ပြန်လာ၊ ဟော-အမှန်ကကိုယ်ကိုယ်ကို ညာနေတာ။ ဒါ
 သတိထား။ သမထ၊ ဝိပဿနာ အားထုတ်တဲ့အခါမှာ
 ဒါတွေက ချို့ယွင်းချက်တွေကို ပြင်နေတာနော်။

အချို့က ဘာလုပ်လဲဆိုတော့၊ တစ်နေရာ
 ကနေ မချီမဆန့်ညောင်းလာတယ်။ ကိုယ်ကလည်း ဒီမှာ
 တစ်နာရီစေ့အောင်အားထုတ်ချင်တယ်။ အဲဒီ ညောင်းကျဉ်
 ကိုက်ခဲနေတာတွေကို အာရုံပြောင်းပစ်တယ်ပေါ့။ အာရုံ
 ပြောင်းပြီးတော့ တချို့က ဘာမျှမဟုတ်ဘူး။ တစ်နေ
 ရာရာ ဆိတ်ဆွဲလိုက်တာရှိသေးတယ်။ ဆိတ်ဆွဲလိုက်
 တော့ ဟော စိတ်ကနာတဲ့နေရာရောက်သွားပြီ။ တစ်
 နေရာပြောင်းသွားရော။ ပြောင်းတာ ပြောင်းတာနော်၊
 ယောဂီတို့ရဲ့ ချို့ယွင်းချက်၊ မှားချက်တွေ။ ဒါကို ယောဂီတို့

ပြင် နေတာပါ။ အကယ်၍ ခန္ဓာကိုယ်တစ်နေရာမှာ ညောင်းမှု ညာမှု ထင်ရှားလာရင်လည်း ညောင်းတယ်လို့မှတ်တာ။ အဲဒီလိုမှတ်နေတုန်းမှာပဲညောင်းတာပျောက်သွားလိမ့်မယ်။

အကယ်၍ မပျောက်ဘဲလွန်ကဲလာရင် ဣရိယာ ပုတ် မပြောင်းဖြစ်အောင် အတတ်နိုင်ဆုံး သည်းခံပြီး မှတ်ပါ။ မပြောင်းရဘူး။ မြတ်စွာဘုရားက အနတ္တဖြစ် အောင် ကြည့်ခိုင်းတာ။ အနိစ္စ မြင်အောင်ကြည့်ခိုင်းတာ။ အနိစ္စဆိုတော့လည်းတခြားမဟုတ် ဒုက္ခတရားပဲ။ ယဒနိစ္စ တံ ဒုက္ခံကို။ အနိစ္စဆိုတာမမြဲဘူး။ အဲဒီမြဲမနေတာသည် ပင် ဒကာ ဒကာမတွေ ဆင်းရဲနေတာပဲ။ ဆင်းရဲနေတာ ဒုက္ခပဲ။ ကိုယ့်အလိုကိုမလိုက်ဘူး။ သူ့သဘော သူ့ဆောင် နေတာ ကိုယ်က ကြည့်နေဖို့ ဘာမျှမပြုပြင်နဲ့။ အဲတော့ ကိုယ်ကနေပြီးတော့ ပြုပြင်စရာမလိုဘူး။ သို့ သော်လည်း တကယ့်ကို သည်းမခံနိုင်အောင် ညောင်းလာလို့ ရှိရင် တော့ ဣရိယာပုထ်ကို တဖြည်းဖြည်း ပြင်ရမယ်။ အဲလို ပြင်ရာမှာ ပြင်ချင်တဲ့စိတ်၊ ပြင်တဲ့ အမှုအရာကိုပါ အဆင့် လိုက် အဆင့်လိုက် မလွတ်အောင်မှတ်ရတယ်။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

ရှုကွက် မပျောက်ပါစေနဲ့

အဲလို ပြင်ချင်တဲ့စိတ်၊ ပြင်တဲ့အမှုအရာကိုပါ မလွတ်တမ်း ရှုလိုက်တော့ ဒါ ညောင်းမှုလေး ပျောက်သွားရော။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ နာကျင်မှု စတဲ့ မခံသာတဲ့ ဝေဒနာအမျိုးမျိုးပေါ်လာရင် အဲဒီ မခံသာတဲ့ ဝေဒနာကို စူးစိုက်ပြီးမှတ်ရမယ်။ အဲဒီမှာ ဝေဒနာပျောက်သွားမယ်။ မပျောက်ဘဲ မခံသာအောင် လွန်ကဲလာလို့ရှိရင်လည်း ဝေဒနာကို နှလုံးမသွင်းတော့ဘဲနဲ့ မလွဲမရှောင်သာ အာနာပါနကို အာရုံစိုက်မှတ်လိုက်။ ရှုကွက်တော့ မပျောက်စေနဲ့။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာဟာ တကယ်အနုစိတ်တဲ့ အခါကျရင် အတော်သိမ်မွေ့တယ်နော်။ သူ့သဘောလေး သူကြည့်နေတဲ့အလုပ်ဟာ မဂ္ဂင်အလုပ်ခေါ်တယ်။

ညောင်းတာ၊ ကျဉ်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာကို ကိုယ်က နေပြီးတော့ ပထမတော့ သည်းခံတယ်။ သည်းမခံနိုင်လို့ တစ်ခါတည်း ပြောင်းလိုက်တဲ့ အခါကျတော့ ဟော စောစောက ပေါ်နေတဲ့ ဒုက္ခတရားတွေ၊ ဒုက္ခဝေဒနာတွေ၊ အနိစ္စတရားတွေ ပျောက်သွားရော။ ရှုကွက်ပျောက်သွားတယ်။ ရှုကွက်ပျောက်တာနဲ့ ကိုယ့်မှာ ရမည့်ရလဒ်ကြီးဟာ ဆုံးရှုံးသွားတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ရှိတယ်။

ကောင်းပြီ၊ ဘယ်လိုဆုံးရှုံးသွားတာလဲ ဆို
 တော့ အမှန်ကို မြင်တာက ဝိဇ္ဇာ၊ အမှန်ကို မမြင်တာက
 အဝိဇ္ဇာ။ ဒီလိုဖြင့် အဝိဇ္ဇာက ဒုက္ခသစ္စာကိုမသိတာ။ ဝိဇ္ဇာ
 က ဒုက္ခသစ္စာကိုသိတာ။ ဒီလိုဖြစ်ရင်တစ်နာရီမလှုပ်မယှက်
 ကလေး ထိုင်လိုက်တော့ ဒုက္ခတွေ့ရမှာပေါ့။ နာတာ
 ကျင်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာတွေ၊ နည်းနည်းဒုက္ခမဟုတ်ဘူး။
 မချိုမဆံ့ ဒုက္ခ။ မန်လည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက အခံ
 ခက်တာ ဒုက္ခသစ္စာ။ သည်းမခံနိုင်တာ ဒုက္ခသစ္စာ။ ဒီလို
 ဖွင့်ဆိုခဲ့တယ်။ အဲဒီဒုက္ခသစ္စာကို အမှန် သိနေတာသည်
 ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ပါပဲ။

ဗုဒ္ဓဝိနည်းအရ ဝိညာဏ် ဝိညာဏ်ပင် ဝိညာဏ်ပင်

မမြဲတာသည် မရှိတရားမဟုတ်

အာရုံတစ်ခုကြောင့် မသိအောင်လုပ် လိုက်ပြီ
 ဆိုတော့ အဲဒါကို ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကယ်တင်မယ့်တရား။
 အဝိဇ္ဇာက ကိုယ့်ကို နှိပ်စက်မယ့်တရား။ မိတ်ဆွေကို
 ရန်သူထင်တာ နှစ်ခါနာတယ်။ တကယ်တော့ အမှန်ကို
 မြင်တဲ့ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကို အားကိုးရမှာ၊ မိတ်ဆွေ၊ အဝိဇ္ဇာက
 ရန်သူ။ အဲတော့ အဝိဇ္ဇာရန်သူဆိုတော့ ညောင်းတာ၊
 ကျဉ်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာတွေကို ယောဂီတို့ သည်းခံ
 ပြီးတော့ ရှုဆိုတော့ အဲဒီအချိန်အခါမှာ သည်းခံပြီးတော့

ရှုလိုက်လို့ရှိရင် အဲဒီဒုက္ခဝေဒနာတွေဟာ မမြဲတာတွေပဲ။ မမြဲတာကို မြင်တာသည် မရှိတာကို မြင်တာ မဟုတ်ဘူး။ အမှန်ရှိတာကို မြင်နေတာ။ သူ့ သဘာဝကိုက မမြဲတာပြတာ။ မမြဲတာကို ကိုယ်ကကြည့်နေရုံပဲ။ အဲဒီ ကြည့်နေတာက မဂ္ဂင် ၅-ပါး။ အဲဒီ မဂ္ဂင် ၅-ပါးနဲ့ အမှန်ကို မြင်နေရင် ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ရတယ်။

ဒီတော့ သမထသည် အာရုံတစ်ခုကို စူးစိုက်ပြီး ရှုတယ်ဆိုတော့ဝင်လေသီ ထွက်လေသီတစ်နာရီလောက် တောက်လျှောက်မှတ်နေတော့သမထ။

မလွတ်စေနဲ့

ဝိပဿနာက ထင်ရှားတာရှုတယ်ဆိုတော့ ဘာ ထင်ရှားတာရှုတာလဲ။ အလုပ်ခွင် အရေးကြီးတယ်။ ဒါ အလုပ်လုပ်နေပြီနော်။ စ.ပြီးတော့ ယောဂီတို့ တရားထိုင်တဲ့အခါမှာ ပထမဦးဆုံး ခန္ဓာကိုယ် ဘုရားလှူတယ်။ အမျှဝေတယ်။ ဒါ ပရိကမ်။ အဲလို ပြုပြင်တဲ့အခါကျတော့ ဝင်လေသီ ထွက်လေသီမမှတ်ဘူးလား။ ဝင်လေသီ ထွက်လေသီ မှတ်တဲ့အခါကျတော့ သိစိတ်တစ်စိတ်တည်းပဲ။ သမထထူထောင်နေတာ။ သမထထူထောင်နေရင်းကနေ ပြီးတော့ ဆရာတော်လည်းမိန့်တာပဲ။ အင်း မိနစ် ၂၀၊

နာရီဝက်လောက် အဲဒီလိုရှုပါ။ ရှုလာပြီဆိုတော့ ဒီခန္ဓာက တစ်စက္ကန့်လေးတောင် ငြိမ်နေတဲ့ ခန္ဓာမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့် ခန္ဓာကိုယ် သတိလေးထားကြည့်လိုက် ယောဂီတို့။ တစ် စက္ကန့်မျှမငြိမ်ဘူး။ အမြဲတမ်းလှုပ်ရှားဖောက်ပြန်နေတဲ့ သဘောရှိတယ်။

အဲဒါကတော့ မိမိတို့က မကြည့်လိုရှိရင် မမြင် ဘူး။ သေသေချာချာ အပြင်အာရုံတွေ ဖျောက်ပြီး စိုက်ပြီး ကြည့်လိုက်တော့မှ ခြောက် - ထာဝရ ပြောင်းလဲ ဖောက်ပြန်နေတာပါလားဆိုတာ တွေ့ရတော့တာကိုး။ တွေ့ပြီဆိုတော့ ဝိပဿနာ ရဲ့အင်္ဂါရပ်က ထင်ရှားတာကို ရှုပါဆိုတော့ မျက်စိမှိတ်ထားတော့ မြင်စိတ်မပေါ်ဘူး။ ဒါပေမယ့် နားကပိတ်ထားလို့မရဘူး။ နားပိတ်ထားလို့ မရတော့ နားမှာ ကြားစိတ်တွေပေါ်တယ်။ ခန္ဓာကိုယ် ကတော့ ဒကာ ဒကာမတွေ ထိုင်လိုက်ပြီဆိုက တည်းက “ကာယဉ္စ ပဋိစ္စ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဉ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ကာယဝိ ညာဏံ” ဆိုတော့ ဒီမှာခန္ဓာကိုယ်မှာ အောက်ကကြမ်းပြင် နဲ့တွေ့ထိတဲ့ စိတ်တွေတွေ့တယ်။ အဲလို တွေ့ထိပါများတဲ့ အခါကျတော့ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ ဖောက်ပြန်တဲ့သဘောအရ ပူချင်ပူလာမယ်။ အေးချင် အေးလာမယ်။ ညောင်းရင် ညောင်းမယ်။ ကျဉ်ရင် ကျဉ်မယ်။ ကိုက်ရင် ကိုက်မယ် ခဲမယ်ပေါ့။ အဲဒီလိုတွေ ဖြစ်လာတဲ့အခါကျတော့ စိတ်က

အဲဒီထင်ရှားတာကိုရှုရမယ်။ လခကနေလဲ လဝပမနေလဲ
 ဝိပဿနာရဲ့ ဝိပဿနာရဲ့ ယောဂီများ၊ ဗျာမများနဲ့။ လော
 မကြီးနဲ့၊ ပျာယာမခတ်နဲ့ဆိုတဲ့စကား ဒီနေရာမှာလာပြီး
 သတ်ပေးတယ်နော်။ ပျာယာမခတ်နဲ့၊ လောမကြီးနဲ့၊
 ဗျာမများနဲ့ တစ်ခုသော အာရုံကို မလွတ်တမ်းရှုရမှာက
 ယောဂီတို့ အလုပ်၊ မလွတ်စေနဲ့၊ ဘာဖြစ်လို့ လောမကြီးနဲ့
 ပျာယာမခတ်နဲ့၊ ဗျာမများနဲ့လို့ပြောလဲဆိုတော့ တရား
 လည်း ထိုင်လိုက်ရော၊ ဟော-တစ်ကိုယ်လုံးလာပြီ၊ ဖောက်
 ပြန်တာ။ နှမ်းအိုးထဲ နှမ်းတွေပက်သလိုတဲ့၊ လာပြီနော်။
 နှမ်းအိုးကင်းထဲ နှမ်းထည့်ပြီး အောက်ကမီး
 ထည့်လိုက်ရင် ဥပမာနော်- ဖျောက်ဖျောက်၊ ဖျောက်
 ဖျောက် ဖြစ်တယ်။ အဲဒါ ရုပ်နာမ်သဘာဝတွေ ဒီအတိုင်း
 ပေါ်လာလိမ့်မယ်။ ဒါက ဥပမာ - ကိုယ့် ခန္ဓာထဲဉာဏ်လဲ
 စိုက်လည်းစိုက်ရောဟော-သမူဟာ ပညတ်နဲ့ပြောတဲ့အခါ
 ကျတော့ ခြေထောက်တွေ၊ ပေါင်တွေ၊ ခါးတွေ၊ ဒူးတွေ
 ဆိုတာတွေက အမျိုးမျိုး ပြပါလိမ့်မယ်။ ခေါင်းကလည်းပဲ
 ထိုးတာက တစ်မျိုး။ ခါးကလည်းပဲ ညောင်းတာက
 တစ်မျိုး။ ထိုင်ရတာကလည်းပဲ ခြေသလုံးတွေ ပူလာ
 တာက တစ်မျိုး။ ဒူးက ကိုက်တာကတစ်မျိုး။ အဲဒါတွေက
 အကုန်လုံးစုံပြီး ဒကာ ဒကာမတွေ နာမည်တွေ အများ
 ကြီး မှည့်လောက်အောင် တွေ့ရတော့တာပဲ။ တွေ့မှာပါ။

တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုကတော့တွေ့မှာပဲ။

အဲဒီအချိန်အခါမှာ ယောဂီတို့ ဈာများလိမ့် မယ်။ ဒါကြောင့် လောမကြီးနဲ့၊ ဈာမများနဲ့၊ ပျာယာ မခတ်နဲ့၊ ဒီတော့မှ ဘယ်လိုရှုရမလဲဆိုရင် မိတာက ဖမ်းဆွဲ တော့။ မိတာသာ ဖမ်းရှု၊ ဖမ်းဆွဲ ဆိုတဲ့အဓိပ္ပါယ်ဟာ ထင်ရှားတာလေးကိုကြည့်လိုက်။ တစ်ကိုယ်လုံးမှာခေါင်းက ကိုက်တယ်၊ ခါးကနာတယ်၊ ဟာ ဒူးနဲ့ ပေါင်နဲ့ တစ် ကိုယ်လုံးမှာဖြစ်နေတဲ့ ဥစ္စာတွေ ဘယ်ဟာ ထင်ရှားလဲ။ ထင်ရှားတာကိုသာ ဖမ်းပြီးတော့ ရှုလိုက်။ အဲတော့ ဥပမာ ဒူးကနာတယ်၊ နာနေတာကိုကြည့်။ နာတာကို ကြည့်တဲ့ အခါမှာ ဒီအချိန်မှာ စုံနေတဲ့ အခါကျတော့ ဘယ်လို ရှုရမှန်း မသိတော့ဘူး။ အဲဒါကြောင့် မနက်ကပြောခဲ့ပြီ။ ရှုနည်းက -

သတိပဋ္ဌာန်၊

သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ၊

သတိပဋ္ဌာန ဘာဝနာလမ်းဆုံး

ဆိုပြီး၊ ၃-ပျိုးပေးထားတယ်၊ ၃-ချက်နော်။ အဲဒီတော့ ရှုတဲ့ ယောဂီတွေ လွတ်တော့ မလွတ်စေနဲ့။ သူ့ကို မလွတ်စေနဲ့ဆိုတာက ညောင်းတာ၊ ကျဉ်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာ အကုန်လုံး ပြုကျတဲ့အခါ ကျတော့ ပထမဦးဆုံး နာရင် နာတယ် လို့သာ သိပေးလိုက်။ နာတယ်ဆိုတာ

အဲဒီထဲမှာ ငါနာ သူနာ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ယောက်ျား
 မိန်းမ နာတာ မဟုတ်ဘူး။ ရုပ် နာမ် နာတာ။ ဟုတ်ပြီ။
 စောစောကနေ ဉာဏ်ပရိညာနဲ့ရှင်းထားပေးတယ် နော်။
 ဒီနာတာ ငါပါရဲ့လား ဆိုတော့မပါဘူး။ သူ လည်းမပါဘူး။
 ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ဘယ်ဟာမျှမပါဘူး။ ဒါကြောင့် နာနေ
 တာသည် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ နာတာမဟုတ်၊ ရုပ်နာမ်နာတာ။
 အဲဒီ ရုပ် နာမ်ကို ရုပ်နာမ်လို့ မြင်နေတာသည် ဝိဇ္ဇာဉာဏ်
 ပါ။ ဝိပဿနာဉာဏ်တော့ မရသေးဘူး။ အဲဒီတော့မှ
 နာတဲ့နေရာလေးသည် တစ်နေရာနဲ့တစ်နေရာ မတူညီ
 ဘူးလို့ ဆုံးဖြတ်တာက သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ။” အဲဒါ
 ဝိပဿနာဉာဏ်ပဲ။

ဒီနေရာမှာ ဗျာများနေရင် ဘာရှုရမှန်းမသိဘူး။
 အဲဒါကြောင့်မို့ နီးစပ်ရာတစ်ခုကို ဖမ်းရှုလိုက်၊ ရှုလိုက်
 ပြီဆိုရင် မလွတ်တော့ဘူးနော်။ ဗုဒ္ဓ ဝိသေ ဝိပဿနာနိဗ္ဗာ
 ကျန်တာတွေ ပျောက်ချင်ပျောက်၊ မပျောက်
 ချင်နေ၊ ကိုယ့်ကိုစွဲမဟုတ်ဘူး။ အဲတော့ ကိုယ်ရှုနေတဲ့
 ဥပမာ-ဒူးက နာရင် နာတာလေးကို ရှုလို့၊ ဒူးပျောက်
 သွားပြီဆိုလို့ရှိရင် တစ်နေရာရွေ့ရှုလိုက်ပေါ့။ မပျောက်
 သေးဘူးဆိုရင် သူ့ရှုလိုက်ဆိုရင်လည်း သူ့ရှုလိုက်ပေါ့။
 သူ့ရှုနေတာ တခြားနေရာက ဒီထက်ထင်ရှားရင် ထင်ရှား
 တဲ့နေရာကို ရွေးပြီးတော့ရှု။ ဒါ ဝိပဿနာရဲ့ နည်းလမ်း။

စည်းကမ်းယောဂီတို့။ အဲဒီနေရာမှာ ဗျာတွေများမယ် ဆိုရင်ရှုကွက်ပျောက်သွားမယ်။ ဒီတော့ ရှုကွက်မပျောက် အောင် ဝိပဿနာမည်သည်မှာ ထင်ရှားတာကိုရှု။

။ရှုလမ်းမဋ္ဌဟ ၄၀ ။ရှုလမ်းမဋ္ဌလခဝိဒေ ။လောပုံပါဝါ လောနနီ ၃၁၀န ၃၀၀၅၁၆ ။ရှုလမ်းမဋ္ဌလောပလ ဝိတ္ထယောဂိပု

မြွေကြီး ၄-ကောင်

ထင်ရှားတာကိုရှုဆိုတော့ ခုနကတုန်းက အနီးကပ်ဆုံး စကားပြောပြီးပြီနော်။ ခုပဲ တရားထိုင်တဲ့ အခါကျတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုကြည့် ထင်ရှားမှုတွေ တွေ့ရ လိမ့်မယ်။အဲဒီတော့ အခြေခံဘူတရုပ် ၄-ပါး ရုပ် တရားတွေက ထာဝရဖောက်ပြန်နေတယ်နော်။ သီတေ နာပိ ရုပ္ပတိ ဥဏှောနာပိ ရုပ္ပတိကိုး။ အအေးကြောင့် ဖောက်ပြန်၊ အပူကြောင့် ဖောက်ပြန်၊ အနီးစပ်ဆုံး ဖောက် ပြန်နေတယ်။ အဲဒီ ဖောက်ပြန်တာကို သီနေတာကနာမ်။ ဒီလိုဖြင့် ဖောက်ပြန်နေတာက ရုပ်၊ သီနေတာကနာမ်၊ နာမ် ရဲ့ သဘောကလည်း အနိစ္စပဲ။ဖောက်ပြန်တဲ့သဘော လည်း အနိစ္စပဲ။ ဟုတ်ပြီ-အဲဒီလိုဖောက်ပြန်တဲ့သဘောကို အခု ယောဂီတို့ ဂရုစိုက်ပြီးတော့ ကြည့်စမ်းပါ။

။ပုခက်ကို ဂရုစိုက်ကြည့်ရင် တစ်ခါလာလည်း ဒါပဲ ဖောက်ပြန်တယ်၊တစ်ခါလည်း ဒါပဲဖောက်ပြန်တယ် ဆိုတော့ လူတစ်ယောက်ရဲ့အသေသည် ဓာတ် ၄-ပါးနဲ့

ပဲသေတယ်။ ဓာတ် ၄-ပါးကို အာသီဝိသောပမ သုတ္တန်မှာ မြွေကြီး ၄-ကောင်တဲ့။ ဒီလိုဖြင့် မြွေ ၄-ကောင်သည် တိရစ္ဆာန်ရုံထဲမှာ၊ အလမွယ်ဆရာ ပခြုပ်ထဲမှာ ရှိနေတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ခန္ဓာထဲမှာ ရှိနေတာ။ ဒီလိုဖြင့် ယောဂီ တို့ကို ပေါက်သတ်မည့် အကောင်ကြီးတွေ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ရှိနေတယ်လို့ နားလည်ပါ။

ပထဝီ၊ အာပေါ၊ တေဇော၊ ဝါယော

အဲဒီတော့ ပထဝီဆိုတာက တောင်တင်း ပြီး သေတဲ့ မသာမရွှီဘူးလား။ အာပေါဆိုတဲ့ ယိုစီး ပြီးတော့သေတဲ့ ဆီးလွန်၊ ဝမ်းလွန်တဲ့ မသာလည်း ရှိတယ်။ တေဇောဆိုပြီး အပူလွန်တဲ့ မသာလည်း ရှိတယ်။ ခုပဲ ဒကာ ဒကာမတွေ ကမ္ဘာမှာ ရောဂါ ဆန်းတွေ ပေါ်တာနော်။ အပူနဲ့ ပတ်သက် ပြီးတော့ ဟို-ဘာတဲ့ HIV တို့၊ AIDS တို့၊ TB တို့၊ ဘာတို့ ညာတို့၊ ဒါ ဆရာဝန်တွေ နားလည်ပြီးသား။ အဲဒီလို ရောဂါတွေ ဟာကြည့်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ ဒါ အပူလွန်ကဲလို့ဖြစ်တဲ့ ရောဂါ။ အအေးလွန်ကဲလို့ ဖြစ်တဲ့ရောဂါသည်။ အဲဒါ တေဇောသတ်တယ်လို့မှတ်။ ကောင်းပြီ၊ ဒီလိုဖြစ်ရင် ယောဂီတို့ခန္ဓာထဲမှာဓာတ် ၄-ပါးရှိတယ်ဆိုတော့ တခြား

လူက ကိုယ့်ကိုသတ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ခန္ဓာထဲမှာရှိတဲ့ ဓာတ် ၄-ပါးက ကိုယ့်ကို ပြန်ပြီးတော့သတ်မှာ။

အဲဒီတော့ ယောဂီတို့ ယခုလိုနေရတာ ကိုယ့် ကိုယ်ကို လွတ်လွတ်လပ်လပ်နေရတယ်လို့ မထင်နဲ့။ ရန်သူနဲ့အတူနေရတယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် မြေ၄-ကောင် ကိုဖမ်းပြီးတော့ ဒကာ ဒကာမတွေ စောင့်ရှောက်ထား တာနဲ့တူတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ခန္ဓာကိုယ်ကို တကယ် ကြည့်ရင် အင်မတန် ကြောက်စရာကောင်းတယ်ဆိုတာ သံဝေဂဉာဏ်ပွားရမယ်။ ဓာတ်၄-ပါးသည် မြေ၄-ကောင်နဲ့ တူတယ်။ အဲဒီတော့ ယုထဝီဓာတ် လွန်ကဲရင်လည်း သေမှာပဲ။ ဒါပထဝီဆိုတဲ့ မြေကိုက်တာပေါ့။ တေဇော ဓာတ်လွန်ကဲရင်လည်း သေမှာပဲ။ အာပေါဓာတ်လွန် ကဲရင်လည်း သေမှာပဲ။ ဝါယောဓာတ် လွန်ကဲရင်လည်း သေမှာပဲ။ ယနေ့ခေတ်မှာ ဒကာ ဒကာမတွေ လေဖြတ် သေတဲ့ မိသားတွေ၊ သွေးပေါင် သွေးကြောတက်ပြီး သေ သူတွေရှိတယ်။ အဲဒါက ဝါယောဓာတ်က နှိပ်စက်လိုက် တာ။

ဒါကြောင့် ဝိပဿနာဆိုတာက ကိုယ့်အသေ

ကိုယ်ကြည့်တဲ့တရား။ တရားပွဲ စတဲ့အခါမှာ ယောဂီတို့၊
 ဒီအလုပ်ဟာ ပျော်ပွဲစားတဲ့ပွဲ မဟုတ်ပါဘူး။ သေရေးရှင်
 ရေးကို လုပ်တဲ့အလုပ်ပါ။ အသေသင်တဲ့အလုပ်ပါ။ လူ
 တစ်၊ လူလောကကြီးမှာ အကြီးဆုံးအရေးကို ဆောင်ရွက်
 နေတာ။ သေရေးရှင်ရေး။

ဟော၊ တရားထိုင်တဲ့အခါမှာ ဖောက်ပြန် နေတဲ့
 ဓာတ်တွေကိုတွေ့တာဟာ ကိုယ့်ကိုသတ်မှာ သူပဲလို့ ဒါကို
 ရှာတာ။ ကိုယ့်သတ်မယ့် သေမင်းကို ရှာတာ။ ဒီလိုဖြင့်
 ယခု တကယ်တရားရှုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည် တစ်ခါရှုလည်း
 ဒီဖောက်ပြန်မှုကိုတွေ့မယ်။ နောက်တစ်ခါရှုလည်း ဒီ
 ဖောက်ပြန်မှုကိုတွေ့မယ်ဆိုရင် အဲဒါဆို သူ့ကို သတိထား
 တော့။ ငါ့ကို သတ်မှာ သူပဲဆိုတာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်။
 သို့ဖြင့် ဒီကနေ ရန်သူနဲ့ မိတ်ဆွေခွဲပြီနော်။ ကိုယ့်ကို
 သတ်မယ့် ရန်သူကစောစောပိုင်းကနေ တရားအားထုတ်
 ခင်တုန်းက ဘယ်ဟာမှန်းမသိဘူး။ တကယ်လည်း
 အားထုတ်တဲ့အခါကျတော့ ဟာ-လက်စသတ်တော့ ငါ
 သတ်မှာ သူပဲဆိုတော့၊ ဓာတ် ၄-ပါးထဲမှာ တစ်ခုခု
 သွားတွေလိမ့်မယ်။

ဓာတ် ၄-ပါးထဲမှာ တစ်ခုခုသွားတွေ့လိမ့်မယ် ဆိုတော့၊ အများအားဖြင့် အမျိုးသမီးများမှာ အာပေါဓာတ်က ဦးဆောင်တယ်နော်။ အာပေါနဲ့ ပတ်သက်ရင် သူ့ကို ဂရုစိုက်မယ်။ ဒါ အကြမ်းဖျင်းပြောတာ။ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက်မတူဘူး။ အမျိုးသားတွေကျတော့ တေဇောဓာတ် ဦးဆောင်တာများတယ်။ စ၊ ပြီးတော့ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏ်ဆိုတဲ့ ကံအကျိုးပေးခါမှ ဦးဆောင်တာဆိုတာ မတူဘူးနော်။ အမျိုးသားနဲ့ အမျိုးသမီး ဒကာ ဒကာမတွေ အကျိုးပေးချင်း မတူဘူး။ အဲဒါကြောင့် ခန္ဓာကိုယ် ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံမှာကိုက အမျိုးသားများကျတော့ တေဇောဓာတ်က ဦးဆောင်တယ်။ အမျိုးသမီးတွေကျတော့ အာပေါဓာတ်က ဦးဆောင်တယ်။ ဒါကြောင့် တေဇောဆို တာက အပူဓာတ်၊ ဒီတော့ အပူရှိလို့ရှိရင် ဝါယောဆိုတဲ့ လေဟာ အပေါ်ကိုတက်တာပေါ့နော်။ အဲဒါကြောင့် အမျိုးသားများက အမျိုးသမီးနဲ့ယှဉ်ရင် လျင်မြန်ဖြတ်လတ်မှုအင်အား ပိုပြီးကောင်းတာက တေဇောဦးဆောင်တဲ့သဘောရှိတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ခန္ဓာဗေဒနဲ့ ခွဲလိုက်ရင် တွေ့ထားပြီနော်။ အမျိုးသမီးကျတော့ အမျိုးသားတွေနဲ့စာရင် သိမ်မွေ့တယ်။ အာပေါဓာတ် ဦးဆောင်တဲ့ သဘောရှိတယ်။ အဲဒါကြောင့် မို့လို့ အသားချင်းယှဉ် ကြည့်ရင်တောင်မှပဲ ဟောဒီ တစ်နေရာလေးသည်ပင်လျှင် အမျိုးသားနဲ့ အမျိုးသမီး မတူ

အပ္ပမာဒစာစဉ်

ပါဘူး။ ဒီတော့ အမျိုးသားလည်း ဒီအသားပဲ၊ အမျိုးသမီးလည်း ဒီအသားပဲ မဟုတ်ဘူး။ ဦးဆောင်တာကိုက တစ်ကိုယ်လုံး တစ်ထည်လုံးမှာ အမျိုးသား တေဇော၊ အမျိုးသမီးကျတော့ အာပေါ။ အဲဒါကြောင့် အဖိုနဲ့ အမဆိုတဲ့ ဓာတ်သဘောက ဒကာ ဒကာမတွေ နားလည်ထားရတယ်။

အဲတော့ အမျိုးသမီးများကျတော့ အာပေါ ဦးဆောင်တဲ့အခါကျတော့သူတို့ကတကယ်ရှုရင် အာပေါနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အမှုအရာတွေဟာ အများဆုံးတွေ ရတတ်တယ်။ သို့သော် တွေ့ချင်လည်းတွေ့မယ်။ မတွေ့ချင်လည်း မတွေ့ဘူး။ အကြမ်းဖျင်း ပြောတာနော်။ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် တူချင်မှတူမယ်။ အမျိုးသားများ ကျတော့ တေဇောဓာတ်ဦးဆောင်တဲ့အတွက် လှုပ်ရှားမှုကို ရှုစိုက်ပြီးတော့ အားထုတ်ရပါတယ်။ လက်တွေ့စောင့်ပြီးတော့ တကယ်ကြည့်ရင် အဲဒီဓာတ်တွေရဲ့ ဖောက်ပြန်မှုကို ဒကာ ဒကာမတွေ တကယ်တွေ့ရလိမ့်မယ်။ ဒီတော့ ဖြုန်းခနဲဆိုတော့ ဒီတရားကိုမနာရတဲ့အခါ ကျတော့ ဟာ-အမျိုးသားလည်း ဒီအသားပဲ၊ အမျိုးသမီးလည်း ဒီအသားပဲဆိုတော့ အသားချင်းမတူပါဘူး။ အမြင်ချင်းတူပေမယ့် ဉာဏ်နဲ့ ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ ကျတော့ ဒီတစ်လက်မလေးအတွင်းမှာကို မတူတာ။

အဲဒီတော့ အချို့က တူတယ်လို့ပြောတာ မတူဘူး။ စ.ပြီးတော့ ခန္ဓာကိုယ်တည်ဆောက်ပုံချင်းကို မတူဘူး။ အဲဒါကြောင့် အမျိုးသားနဲ့ အမျိုးသမီးမှာ အမျိုးသားက လျင်မြန်တယ်၊ အမျိုးသမီးက နှေးတယ်။ အဲဒါဓာတ်ဦးဆောင်မှုမတူလို့။ ဆိုကြပါစို့၊ အဲဒီမတူတဲ့ သဘောကိုလက်တွေ့ကျင့်သုံးကြည့်မယ်ဆိုရင် အမျိုးသားနဲ့အမျိုးသမီး အတူတူ ယှဉ်ပြေး၊ အမျိုးသားပဲနိုင်မှာပဲ။ ခု ဒီမှာတော့ လက်တွေ့စမ်းနဲ့ အိမ်ရောက်တော့ အပြေးပြိုင်ကြည့်နော်။ ဟုတ်တယ်၊ ဆရာတော် ဟောလိုက်တယ်၊ လက်တွေ့ စမ်းကြည့်မယ်၊ အပြေးပြိုင်ကြည့်မယ်၊ ဘယ်တူမှာတုန်း၊ ဦးဆောင်တဲ့ ဓာတ်သဘောချင်းမှ မတူတာ။

အေး ကောင်းပြီ၊ အခုလို ဦးဆောင်တဲ့ ဓာတ်ချင်းမတူတော့ အခုတရားအားထုတ်တဲ့အခါ ကျတော့ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါဆိုတာ မတွေ့တော့ဘူး။ ဒီဓာတ်တွေကိုပဲတွေ့မှာ၊ ဓာတ်ဆိုတာ ရုပ်ဓာတ်တွေပေါ့ နော်။ ပထဝီ၊ တေဇော၊ အာပေါ၊ ဝါယော၊ ဓာတ်လေးပါး၊ ရုပ်ဓာတ် ၄-ပါး၊ အဲဒီ ၄-ပါးကိုတွေ့ရင် အဲဒါကို ဂရုစိုက် ပြီးတော့ မှတ်ပါ။ ၄-ပါးလုံးတွေမှာ ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ ဦးဆောင်တဲ့ဓာတ်ကို တွေ့လိမ့်မယ်။ ဦးဆောင်တဲ့ဓာတ်ကို တွေ့ရင်၊ ဩော်-ငါ့ကို သတ်မှာ

အပ္ပမာဒစာစဉ်

သူမဲ့ဆို တော့၊ ကဲ-ဒီတော့ ယောက်ီတို့ ရန်သူကို တကယ် တွေ့သွားပြီးနော်။

အနိုင်ယူကြစမ်းပါ။

တရားအားထုတ်တာက ကိုယ့်ကိုသတ်မည့် ရန်သူကိုလည်း တွေ့သွားမယ်။ ကိုယ်တာကို အကူအညီ တောင်းရမယ်ဆိုတဲ့ မိတ်ဆွေကိုလည်း တွေ့သွားပြီနော်။ ရန်သူကို တွေ့ပြီဆိုတော့ အဲဒီရန်သူက ကိုယ့်သတ် မယ့်သူဆိုတော့ အဲဒီခေတ်ကို ဂရုစိုက်ပြီးရူ။ အဲတော့ အရပ်ပြော၊ ပြောရင် ကိုယ့်ကို သတ်မည့်အကောင်ကို သူလက်မဦးခင် ကိုယ်က အရင်လက်ဦးမှပေါ့။ ကိုယ် နောက်ကျရင်တော့ ဒကာ ဒကာမတွေ ကိုယ်ခံရမယ်။ ကိုယ်က သူ့ကို မျက်ခြည်ဖြတ်မခံနဲ့။ ဒီစကားလုံးက နားမလည်စရာ မရှိဘူးနော်။ ကိုယ့်လက် နောက်ကျရင် ကိုယ် ခံရမယ်။ ကိုယ်က လက်ဦးထားမှ သူ့ကိုနိုင်မှာ။ အဲတော့ ယောက်ီတို့က အရှုံးမပေးလိုက်ပါနဲ့။ အနိုင် ယူကြစမ်းပါ။

အဲ-ဘုရားရဟန္တာတွေက အနိုင်ရသွားတဲ့ အတွက် “ဖိတ် မေ-အောင်ပြီ” ဆိုပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ကို ဝင်သွားတာ။ ပုထုဇဉ်တွေကျတော့ အရှုံးပေးတဲ့ အတွက်

ကြောင့်မို့ ဟော-လူ့ဘဝရောက်လည်းသေ၊ အပါယ် ကျလိုက်၊ နတ်ဘဝ ရောက်လည်းသေ၊ အပါယ်ကျလိုက်၊ ဗြဟ္မာပြည်ရောက်လိုက်၊ လူ့ပြည်ကနေ အပါယ်ရောက် လိုက်နဲ့ဆိုတော့ အဲဒါသည် အရှုံးပေးနေခြင်းပါပဲ။ ဟော -ယနေ့ ဒကာ ဒကာမတွေ အင်မတန် ကံထူးသူတွေ ဖြစ်တော့ အရှုံးနဲ့ နေရမှာမဟုတ်ဘူး။ အနိုင်ယူကြရမှာ။

အနိုင်ရမယ်ဆိုရင် အနိုင်ယူဖို့ဆိုတာက ယခု ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ကိုယ့်ကိုသတ်မည့် ရန်သူဓားတံကို အနိုင် ကျင့်ရမယ်။ သူ့ကိုနိုင်အောင်လေ့ကျင့်ယူရမယ်။ တစ်ရက် နဲ့မရ နှစ်ရက်၊ နှစ်ရက်နဲ့မရ တစ်လ၊ တစ်လနဲ့မရ တစ် နှစ်ဆိုသလို အဲသလိုလေ့ကျင့်ရင်၊ လေ့ကျင့်ပါများရင် ဒကာ ဒကာမတွေ ကိုယ့်အတွက် အောင်ပွဲရပါတယ်။ ဒီကနေ့ ခေတ်စကားနဲ့ ပြောရမယ်ဆိုရင် ဘောလုံးပွဲ ကျင်းပသလိုပါပဲ။ ဘောလုံးပွဲကို တစ်ခါတည်းမှကို ချမှန်မှာ Selection တွေ ဖြစ်အောင် ဒကာ ဒကာမ တွေ ချက်ချင်းဝင်ကန်လို့မရဘူး။ လေ့ကျင့်ရတာ။ စခန်း သွင်းလေ့ကျင့်နေရတာ။ တစ်ခါတည်းမှ သူ Camp သွင်း ပြီးတော့ အကျအနက် လေ့ကျင့်ယူရတာ။ လေ့ကျင့်လို့ အဆင်ပြေပြီ ဆိုတော့မှ ပြိုင်ပွဲဝင်ရတဲ့ အဓိပ္ပါယ် ရှိပါ တယ်။ အလေ့အကျင့်နဲ့ ဆရာသမား ကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များ တော့ ပြိုင်ပွဲမှာ အောင်ပွဲရတာပေါ့။ အလေ့အကျင့်နဲ့

ဆရာသမား နည်းလမ်းမကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ အရှုံးရတာပေါ့။ ဒါက လောကဥပမာကို ဆောင်ပြီးတော့ ဟောပါတယ်။

အဲဒီတော့ အလေ့အကျင့်များတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ကျတော့ ဘောလုံးဥပမာပေးသလို ဘယ်လိုပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကြုံသလို ဂိုးသွင်းရင် ဂိုးဝင်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလိုပဲ ခုယောဂီတို့လည်းပဲ မြင်တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဝတ်တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကြားတာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စားတာပဲ ဖြစ်ဖြစ် အမူအရာတိုင်း၊ အမူအရာတိုင်းကို ရှုပေးနေရပါမယ်။ ရှုနေတာ လေ့ကျင့်နေတာ။ သွားရင်းနဲ့ ရှုတာဟာ လေ့ကျင့်တာ။ ထိုင်ရင်းနဲ့ ရှုတာ လေ့ကျင့်တာ။ စားရင်းနဲ့ ရှုတာ လေ့ကျင့်တာ။ ဝတ်ရင်းနဲ့ရှုတာ လေ့ကျင့်တာ။ အို နောက်ဆုံးတော့ အိပ်ရင်းနဲ့ ရှုတာလည်း လေ့ကျင့်နေတာ။ အဲဒီလို လေ့ကျင့်၊ လေ့ကျင့်နေခြင်းသည် တကယ့်ပြိုင်ပွဲဝင်ဖို့ အတွက် လေ့ကျင့်နေတာ။ အခု ယောဂီတို့ ပြိုင်ပွဲဝင်ရမှာက သေမင်းနဲ့ ပြိုင်ပွဲဝင်ရမှာ။ တစ်နေ့ကျတော့ သေမင်းနဲ့ ရင်ဆိုင်တိုးတော့မှာနော်။ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို သေမင်းလက်ထဲ အပ်ကြရမှာ။ သေမင်းနဲ့ ကိုယ် ပြိုင်တဲ့အခါ ကိုယ့်မှာ အလေ့အကျင့်ရှိမထားရင် ဟောဟိုက သတ်တော့မယ်နော်။ ဓာတ် ၄-ပါးကနေ ကိုယ့်သတ်တော့မယ်။ အဲဒီ ဓာတ် ၄-ပါးက သတ်တော့ ခုတည်းက

သူ့ကို အနိုင်ကျင့် မထားရင် ဟော- တကယ်တကယ်
 သေမင်းနဲ့ ရင်ဆိုင်တော့ သူ့ကကိုယ့်ကို နှိပ်စက်သွားရော။
 နှိပ်စက်တဲ့အခါကျတော့ မချီမဆံ့ ကိုယ့်မှာရောဂါ
 ဝေဒနာတွေခံရတာပေါ့။ အဲဒီ ခန္ဓာကို မဝှင်အကျင့်ကို
 လေ့ကျင့်ထားလို့ရှိရင် မခံနိုင်တော့ ဒေါသဖြစ်ရော။
 ဒေါသဖြစ်လာပြီဆိုတော့ ဂတိနိမိတ်က ငရဲနိမိတ်မြင်တော့
 မှာ။ ခွေးနက်ကြီးက ဆွဲ၊ ငရဲမီးတွေက တောက် ဆိုတဲ့
 ငရဲနိမိတ် မြင်ပြီ။ အဲဒီလို မြင်ပြီဆိုရင် ဒကာ ဒကာမတွေ
 သေတာနဲ့ ငရဲကျပါလေရော။ အဲလို ငရဲကျတာက
 ဖြစ်ပေါ်တဲ့ရန်သူတွေကို မတော်လှန်နိုင်လို့။

ပေါ်လာတဲ့ ဓာတ်ကြီး ၄-ပါးတည်းဟူသော
 ရန်သူ၊ တစ်နည်းအားဖြင့် မြွေကြီး ၄-ကောင်လို့
 ဥပမာပေးတယ်။ အဲဒါကို မတော်လှန်နိုင်လို့ဟော- ယခု
 ယောဂီတို့က လေ့ကျင့်ထားတဲ့အခါကျတော့ ခုပဲပူတဲ့
 သဘောလေးကြည့်လိုက်ရင် အနိစ္စ အချက်တွေကို တွေ့ရ
 မှာပဲ။ အေးတဲ့ သဘောရှိရင်လည်း အနိစ္စပဲ။ အဲဒီလို
 အနိစ္စဆိုတာ ရှိကိုရှိတယ်။ အဲဒီလို လေ့ကျင့်ပြီးတော့
 ဖြစ်ပျက်ဖြစ်ပျက်၊ အနိစ္စ အနိစ္စ အဲဒီလိုရှုဖန်များတဲ့
 အခါကျ သူ့ကို လေ့ကျင့်တော့ ကိုယ်က အနိုင်ရနေပြီ။

ယခုကတည်းကနိုင်ထားရင် သေခါနီး ကာလ
 ကျရင် ဒီကောင် မတော်လှန်နိုင်တော့ဘူး။ ငယ်နိုင်ဖြစ်

သွားပြီ။ သူ့ကို ငယ်နိုင်ဆိုတဲ့အဓိပ္ပါယ်ရောက်သွားပြီ။
 ငယ်ငယ်လေးတည်းက ကိုယ်က ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်
 ထားတဲ့ ငယ်နိုင်ကို ဘယ်အချိန်အခါဖြစ်ဖြစ် သူ့ကို အနိုင်
 ရတယ်။ အဲဒီဥပမာ အတိုင်း လေ့ကျင့်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တို့
 သည် သေခါနီး ကာလကျတော့ ထင်ရှားတဲ့ဝေဒနာတစ်ခု
 ပေါ်လာရင် ကိုယ်က ရှုလိုက်ပြီဆိုကတည်းက “လှိုင်းကြီး
 လေ့အောက်၊ တောင်ကြီး ဖဝါးအောက်” ဆိုသလို
 အဲဒီဉာဏ်အောက်မှာ အနိစ္စဖြစ်တာ ဘွားဘွားကြီး ပေါ်
 တော့တာပေါ့။ အနိစ္စဖြစ်ပြီးတော့ သေမင်းနဲ့ ရင်ဆိုင်
 ချင်တဲ့အချိန်ရင်ဆိုင်၊ ဒကာ ဒကာမတွေ ပြုံးပြုံးကလေး
 ရင်ဆိုင်တာပါပဲ။

အဲတော့ ဝိပဿနာဆိုတာက ထင်ရှားတာကို
 ရှုရမှာ။ ကဲ ရှေ့ဆက်ပြောဖို့ ကျန်သေးတယ်။ ဒါလေး
 တစ်ချက်မှတ်လိုက်ဦး။ သမထက စိတ်ပျံ့လွင့်လျှင် ပြန်တင်၊ ဝိပဿနာက
 ထင်ရှားတာကို ရှု၊ စောင့်ရှု

ကောင်းပြီ၊ ဒီနှစ်ခုကို ရှင်းမယ်။ စိတ်ပျံ့လွင့်
 လျှင် ပြန်တင်တယ်ဆိုတော့ စောစောကဝင်လေသိ၊ ထွက်
 လေသိမှတ်နေတာက သမထ၊ အဲလို မှတ်တဲ့အခါမှာ

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာကနေပြီးတော့ အင်း ယောဂီတို့ စိတ်
 ဆိုတာ နွားကလေးလိုပဲ၊ ဟိုပြေး ဒီပြေး၊ ပြန်ပြီးတော့
 နှာသီးဖျား ချည်တိုင်မှာချည်၊ ထွက်သွားတယ်၊ ပြန်ချည်၊
 ထွက်သွားတယ်၊ ပြန်ချည်ဆိုတော့ စိတ်ထွက်၊ ထွက်
 သွားတိုင်း ပြန်၊ ပြန်ချည်တာ။ သည်စိတ်ယုံလွင့်ရင် ပြန်
 တင်တဲ့ အဓိပ္ပါယ်မရောက်ဘူးလား။ စိတ်အပြင်ထွက်
 တယ်ဆိုတာ ယုံလွင့်သွားတာ။ ပြန်တင်လိုက်၊ ထွက်သွား
 လိုက်၊ ပြန်တင်လိုက်၊ အဲဒါ ဘာဖြစ်နေတာလဲ ဆိုတော့
 သမထလုပ်နေတာ။

ဒီတော့ ဝိပဿနာက ပြန်မတင်ရဘူး။ စောင့်ပြီး
 တော့ ရှုတယ်ပေါ့။ သမထက စိတ်ယုံလွင့်ရင် ပြန်တင်
 တယ်။ ဝိပဿနာက စောင့်ရှုတယ် ဆိုတာက -

ဥပမာ - စိတ်က အပြင်ကိုကြံလိုက်တယ်ပေါ့။
 တရားထိုင်တဲ့ယောဂီက မျက်စိလည်း မှိတ်ထားတယ်။
 အာရုံတွေလည်း ထိန်းပြီးထားလိုက်တဲ့ အခါကျတော့
 မျက်စိမမြင်တော့ မြင်စိတ်မရှိဘူး။ မမြင်ဘူးဆိုတော့ မြင်
 ခြင်းကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ကိလေသာတွေ မလာတော့ဘူး။
 ဒါကြောင့် -

“မမြင်ရရ၊ ကိလေသာ၊ သူ့ဟာသူ ငြိမ်း
 သည်” တဲ့။ ဒါ မှတ်ထားရတယ်နော်။ မမြင်ရင်
 ကိလေသာ သူ့ဟာသူ ငြိမ်းတယ်ဆိုတော့ မကြားရရင်

လည်း ထိုအတူ မှတ်လိုက်ပေါ့။ မကြားရရင် ကိလေသာ သူ့ဟာသူ ငြိမ်းတယ်ဆိုတော့ မမြင်၊ မကြား၊ သူ့ဟာသူ ငြိမ်းနေတာပေါ့။ ဒါကတော့ တစ်ပိုင်း။

အခု မျက်စိရှိတော့ မြင်ရတယ်။ နားရှိတော့ ကြားရတယ်။ မျက်စိပိတ်ထားတော့ မျက်စိနဲ့ပတ်သက် တဲ့ ကိလေသာမဖြစ်သော်လည်းပဲ ဟော - စိတ်က ဟိုကြဲ သည်ကြဲ လျှောက်ကြဲကုန်ပြီ။ မြင်ဖူးတာတွေ၊ ကြားဖူးတာတွေ ပြန်လည် အောက်မေ့ပြီးကြပြီ။ ခုပဲ ယောဂီတို့ တရား တစ်နာရီထိုင်တဲ့အခါ အိမ် ဘယ်နှခါ ရောက်လဲ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မေးကြည့်။ အင်း - မနက်ဖြန် မှာ နှစ်ဆန်း တစ်ရက်နေ့၊ ငါ ဘယ်အချိန် ပြန်ရမလဲ။ ကားမှာ ဦးမှ၊ အိမ်ကလူမှ လာကြိုနိုင်ပါ့မလား။ ချက်ချင်း၊ ချက်ချင်းနော်။ ကဲ - ဆရာတော်လည်း သွားလျှောက် ထားဦးမှ၊ တို့ပြန်ဖို့။ လျှောက်ထားတဲ့သူတွေလည်း လျှောက်ကုန်ပြီလေဗျာ။

ကဲ-အဲဒါ စိတ်က အိမ်ရောက်သွားတာပေါ့။ မလွယ်ဘူး။ အပြစ်တင်တာ မဟုတ်ဘူး။ သဘာဝတရား ပဲဟာ။ ဒကာ ဒကာမတွေ။ ဒီလိုစိတ်အပြင်ထွက်သွားတဲ့ အခါ တရားထိုင်နေတုန်း ဒီပြင်အချိန် အကြောင်း မဟုတ်ဘူး။ ထိုင်နေတုန်း ထွက်သွားတဲ့အခါကျတော့ ဘေးလူကတော့ မမြင်ဘူးဗျာ။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်စိတ်ကနေ

အပ္ပမာဒစာစဉ်

တစ်ခါတလေ အပြင်ထွက်သွားရော။ ရုံးသမားတွေ ကလည်း ရုံးရောက်သွား၊ ကုမ္ပဏီသမားက ကုမ္ပဏီ ရောက်သွား၊ အရောင်းအဝယ်သမားကလည်း အရောင်း အဝယ် ရောက်သွား၊ ရောက်သွားတာ ရိုးရိုး မဟုတ်ဘူး။ ဟိုကျတော့ မိသားစုရှိတဲ့သူလည်း အိမ်ရောက်သွားရော။ ဟော - အိမ်ပြန်ရောက်တဲ့အခါ တစ်ခါတည်း အိမ် လှည့်ပတ်ရှာ။ ပူစရာရှိမှ၊ ဆူစရာရှိဆူ၊ ငေါက်စရာရှိငေါက်။ ဒီကြားထဲ သိမ်းစရာရှိ သိမ်းလိုက်သေးတယ်။ သိမ်း ဆည်း၊ ချက်ပြုတ်၊ စားသောက်ပြီးတော့ တစ်ရေးတောင် အိပ်လိုက်သေးတယ်။ ဟော - စိတ်ထဲမှာလေ။ စိတ်၊ စိတ်ပြောတယ်။ အဲဒီအခါမှ သတိရပြီးတော့ ဟော - ငါက တရားထိုင်နေတယ်။ စိတ်ကအိမ်မှာတောင် တစ်ရေး ရနေပြီ။ ဟော - အဲဒီတော့မှ မဖြစ်ဘူး၊ မဖြစ်ဘူး။ ပြန် လုပ်ဆိုတော့၊ ဝင်လေသိ၊ ထွက်လေသိမှတ်ရော။ အမလေး မလွယ်ဘူး။ ယောဂီတွေရဲ့ အားနည်းချက်တွေ၊ ဒါဖြစ် တတ်တယ်။

ကဲ ဒီတော့ ဟုတ်လား၊ ဒီနေရာမှာဝိပဿနာရဲ့ အင်္ဂါရပ်က စောင့်ရှောက်၊ အဲတော့ ခုနကလို စိတ်တွေ ကြံစည်တဲ့အခါကျတော့ ရှုကွက် ပျောက်သွားရော။ ဟော - အဲလို ရှုကွက်လည်း ပျောက်သွားရော တစ်ခါ တည်း ဝင်လေသိ ထွက်လေသိ ပြန်မှတ်တော့တာ။ ဝင်လေသိ ထွက်လေသိ ပြန်မှတ်တော့ ရှုကွက်လည်း

ပျောက်သွားတာ ရယ်၊ လစ်သွားတာရယ်။ အဲဒီ အချိန်မှာ ရှုကွက် လည်း ပျောက်သွားရော ညောင်းတာ၊ ကျဉ်တာ၊ ကိုက်တာ၊ ခဲတာ ဒါတွေကလည်း မရှိတော့ဘူးနော်။ စိတ်ကလည်း ခုန ဟိုရောက် သည်ရောက်ကြဲ ပြီးတော့ အိပ်မက်မက်သလို ဖြစ်နေတယ်။ သတိ ပြန်ရတဲ့အချိန်က ၁၀-မိနစ်၊ နာရီဝက်လောက် ဖြစ်ချင်လည်းဖြစ်သွား မှာပေါ့။ အဲဒီအချိန်မှာရှုကွက်ကပျောက်သွားပြီ၊ ပျောက်သွား တော့ ကမန်းကတန်း လန့်ဖျပ်ပြီးတော့ ဝင်လေသီ ထွက်လေသီ ထပ်မှတ်တော့တာ။ သမထ ဖြစ်သွားတာ။

ဒီလိုဖြင့် စောစောက ရှုနေတာဝိပဿနာ။ အခု သမထ ဖြစ်သွားပြီ။ အဲဒီတော့ ဝိပဿနာက ရွှေခွက်နဲ့ တူတယ်။ သမထက လျှော်ထုံးနဲ့တူတယ် ဆိုတော့ ဒကာ ဒကာမတွေ လျှော်ထုံးပြန်၊ ပြန်ထမ်းနေတာပဲ။ ခုန ဥပမာနဲ့ ရှင်းလိုက်တော့ ရွှေခွက်ရပြီးတော့ လျှော်ထုံးနဲ့ ပြန်လဲတာ နှမြောစရာကြီးပျာ။ ရွှေခွက်ကို မသုံးစားတတ်တော့ လျှော်ထုံးနဲ့ ပြန်လဲရတယ်ဆိုတော့ မနာဘူးလား။ အဲဒီ ဥပမာကဲ့သို့ပဲ ဝိပဿနာရှုတဲ့အခါမှာ စောင့်ရှုရမယ်။ စောင့်ရှုတော့ ခုနလိုမျိုး စိတ်တွေ ထွက်သွားတော့၊ လစ် သွားတော့ တပည့်တော်တို့ ရှုကွက်တွေက မူလကမ္မဋ္ဌာန်း ပြန်ပြီးတော့ ရှုတယ်ဆိုတာ အဲဒီလို မြန်မာတစ်ပြည်လုံး ရှိတဲ့ ယောဂီတွေ တော်တော်များများ ဖြစ်တာများတယ်။

ယောဂီတို့ ဖြစ်လည်းဖြစ်နေကြတယ်။ ဖြစ်လည်း ဖြစ်
တတ်တဲ့ သဘာဝ ရှိတဲ့အတွက် အဲဒီလိုမဖြစ်ဘူး။ ဒါ
ပြင်တာနော်။

သက်စောင့်စိတ်ကို ရှု

ယောဂီတို့ တရားတစ်ခါတည်းပြင်ပေး လိုက်
တာ။ တစ်နည်းအားဖြင့် စစ်လိုက်တယ်လို့ ခေါ်ပါတော့။
ကောင်းပြီ ဒီလိုဖြင့်တပည့်တော်တို့ ဘာရှုရမလဲဆိုတော့-

ယောဂီတို့ စာရွက်ဒီမှာရှိတယ်။ ဘုန်းကြီး
ကနေ့သင်ချိန်မရတော့ဘူး။ စာရွက်ထဲမှာ ပြန်ကြည့် ရင်
စိတ္တာနုပဿနာရှုနည်းဆိုတာ တွေ့လိမ့်မယ်။ စိတ္တာ
နုပဿနာရှုနည်းမှာအပြင်ညွှန်သည်ငါးယောက်၊ အတွင်း
ညွှန်သည် ခြောက်ယောက်၊ အိမ်သည် နှစ်ယောက်ပါ
ပြီးသား။ စာရွက်လေးလှန်ကြည့်လိုက်။ ဟုတ်ပြီ၊ ညွှန်သည်
ကို အသာထားလိုက်၊ အိမ်သည်ကိုပြောမယ်။ အိမ်သည်
စိတ် ၂-စိတ် ဆိုတာဟာ သက်စောင့်စိတ်လည်း
ခေါ်တယ်။

လေကို ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊

လေကို သွင်းချင်တဲ့စိတ်။

အဲဒီစိတ် ရှိတယ်နော်။ ခုပဲ ယောဂီတို့ စကား ပြောနေသော်လည်းပဲ၊ တရားဟောနေသော်လည်းပဲ၊ ဒီစိတ် ၂-စိတ် ရှိနေတယ်။ လေကို ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်နဲ့၊ လေကို သွင်းချင်တဲ့စိတ်ဆိုတာ ဝင်လေသိ ထွက်လေသိနဲ့ သွားမရောနဲ့။ ဒါ သိပ်အရေးကြီးတယ်။ လေကို ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ လေကိုသွင်းချင်တဲ့စိတ်။ စိတ်ကို အကြည့်ခိုင်းတာ။ ဝင်လေသိ ထွက်လေသိ ဆိုတာက ရုပ်ကို မှတ်တာ။ ကာယဉ္စ ပဋိစ္စ ဖောဋ္ဌဗ္ဗ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ကာယဝိညာဏံ ဒီမှာကြည့်၊ ဝင်လေသိ ထွက်လေသိဆိုတာ။ ဒီရုပ် ကို ရှုနေတာနော်။ အခုပြောတာက လေကို ထုတ် ချင်တဲ့ စိတ်၊ လေကို သွင်းချင်တဲ့စိတ်။ အဲဒီစိတ်တွေ တည်ရာ ဌာနသည် အဘိဓမ္မာဒေသနာက ဟဒယဝတ္ထု၊ လက်ခုပ် တစ်ခုစာမျှသော သွေးအကြည်လေးတွေ စုနေတာက ဟဒယဝတ္ထုခေါ်တယ်။ အဲဒီ ဟဒယဝတ္ထုကိုအပိုပြု၍ စိတ်သည် လေကို ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်။ သွင်းချင်တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်တယ်လို့ ယောဂီတို့ ဒီလိုနားလည်ပါ။ ဒီတော့ ဝင်လေသိ၊ ထွက်လေသိကို မမှတ်နဲ့တော့နော်။ ဖြုတ်ပြီး ရင် မှတ်ကို မမှတ်နဲ့တော့။ လေကို ထုတ်ချင်၊ သွင်းချင်တဲ့စိတ်ကို အာရုံပြုလိုက်တော့။

စိတ်သည် ရုပ်ထက်ထင်ရှား

အဲဒီလို အာရုံပြုလိုက်တော့ စိတ်ကိုပဲ မြင်
 အောင် ကြည့်ရမယ်။ ဝိပဿနာမှာ စိတ်သည် ရုပ်
 ထက်ထင်ရှားတယ်။ အဲဒါ ဖြန့်ခွဲဆို လက်မခံ ဘူး။
 ရုပ်ကထင်ရှားတယ်ဆိုတာ အကြမ်းဖျင်းပြောတာ။ စိတ်
 ထင်ရှားတယ်၊ မထင်ရှားဘူးဆိုတာ လက်တွေ့စမ်းသပ်
 ကြည့်ပါ။ အားထုတ်ခိုင်းတာ မဟုတ်ဘူး။ စမ်းသပ်ဖို့နော်။
 ခုပဲ ကြည့်၊ လေကိုရှိုက်ကြည့်လိုက်၊ မထုတ်ဘဲ ထားလို့
 မရဘူး။ ထုတ် ချင်တဲ့စိတ်ပေါ်လာမယ်။ သည်းခံပြီးတော့
 ခဏလေး မထုတ်ဘဲထားကြည့်လိုက်။ ဘယ်လောက်
 ထင်ရှားသလဲဆိုတော့လေကိုထုတ်ချင်တယ်၊ လေကိုထုတ်
 ချင်တယ်၊ စိတ်ပေါ်နေပြီနော်။ လေကို ထုတ်ချင်တယ်၊
 ပျက်သွားပြီ။ နောက်ထပ်အစားထိုး လေကို ထုတ်ချင်
 တယ်၊ ပျက်သွားပြီ၊ အစားထိုး၊ အစားထိုးလိုက်၊ ပျက်
 လိုက်၊ အစားထိုးလိုက်၊ ပျက်လိုက်။ အဲဒါ ဆရာတော်ကြီး
 အပြောနဲ့ဆို ဖြစ်ပျက်၊ ဖြစ်ပျက်။ အဲဒါ ဝိပဿနာဉာဏ်။

အဲတော့ လေကိုထုတ်ချင်တဲ့စိတ်ဟာ ထင်ရှား
 တယ်လို့ ပြောတာ။ ကဲ - ဒီတော့ မနေနိုင်တော့ဘူး။
 လေကို ထုတ်လိုက်ပြီ၊ ပြန်ပြီး မရှိဘဲ နဲ့ကို မနေနိုင်
 လောက်အောင် ထင်ရှားတဲ့စိတ်ကထင်ရှားပါလား။ မရှိဘဲ
 ဘဲနဲ့ကို မနေနိုင်လောက်အောင် ထင်ရှားတဲ့စိတ်ကို တွေ့ရ

ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီ စိတ်ကိုတွေ့ပြီးဆိုရင် အဲဒီစိတ်ကို သတိထားကြည့်လိုက်။ ရှိုက်ချင်တယ်။ ဖြစ်ပျက်ပေါ့။ ဖြစ်ပြီးတော့ပျက်၊ ပျက်ပြီး နောက်တစ်ခါ ရှိုက်ချင်တဲ့ စိတ်တစ်ခု အစားထိုးတယ်။ အစားထိုးပြီးတော့ ပျက်တယ်။ ရှိုက်ချင်တဲ့စိတ်တစ်ခုဖြစ်တယ်။ နောက် ပျက်တယ်။ ဒါကို ဝိပဿနာစကားနဲ့ပြောတော့ဖြစ်ပျက်၊ ဖြစ်ပျက်။ အဲတော့ ရှိုက်ချင်တဲ့စိတ်တစ်ခုပေါ်တယ်။ မရှိတော့ဘူး၊ ပျက်သွားတယ်ဆိုတော့၊ အဲဒါကို ကြည့်တာ ဝိပဿနာ ဉာဏ်။ အဲဒီဉာဏ်က ခုလည်းရှုလို့ရတယ်၊ အချိန်မရွေးရှုလို့ရတယ်။ ဒါကြောင့် အိမ်ရှင် စိတ် ၂-စိတ်။ လေကို ထုတ်ချင်၊ သွင်းချင်တဲ့စိတ်။

ရွှေအိုးထမ်းတာ မြင်လို

အဲဒီနေရာမှာ တော်တော်များများ မှားနေတယ် ယောဂီတို့။ ဒီလို လေကို ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ လေကို သွင်းချင်တဲ့စိတ်ကို ပြန်မယူဘဲနဲ့ ဝင်လေသီ၊ ထွက်လေသီ နှာသီးဖျားပြန်ယူတော့၊ လျော်ထုံးပြန်ထမ်းတာနဲ့တူတယ်။

အဲဒီတော့ ဘယ်လိုပဲ ရှုကွက်တွေ ပျောက်သွားသွား၊ ပင်တိုင်ထားပြီးတော့ ရှုရမယ့် ဝိပဿနာ ဉာဏ်သည် လေကိုထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ လေကိုသွင်းချင်တဲ့

စိတ်၊ အဲဒါကိုရှုပြီဆိုရင် ရွှေအိုးကိုပဲဆက်ပြီးထမ်းတဲ့ အဓိပ္ပါယ် ရောက်ပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် မိမိတို့ ရှုကွက် မှားရင် လျှော်ထုပ်ထမ်းတယ်။ ရှုကွက်မှန်ရင် ရွှေထုပ် ထမ်းတယ်လို့ သဘောပေါက်ကြ။

ကဲ - ဒီတော့ သမထနဲ့ ဝိပဿနာမှာ မတူညီ တဲ့ အချက်နောက်တစ်ချက်ပြောမယ်။

သမထသည် ကိလေသာ ငြိမ်တဲ့တရား (ခဏ လေးပဲ ငြိမ်းတယ်)။

ဝိပဿနာသည် ကိလေသာ ငြိမ်းတဲ့တရား။

သမထက ငြိမ်ရုံဘဲ ငြိမ်တာ၊ တော်တော်ကြာ ပြန်ပြီးတော့ ပေါ်မယ်။ ငြိမ်တဲ့တရားဆိုတော့ သမထက အာမခံချက်မရှိဘူး။ ဝိပဿနာက အာမခံချက် ရှိတယ်။ အဲဒီ ဝိပဿနာဉာဏ်ရရင် ကိုယ့်ဘဝမှာ အာမခံချက် ရှိတယ်။ ဘာတွေ အာမခံ ချက်ရှိသလဲဆိုတော့ -

-ညည်းညူမရှိ၊ မြဲသတိနှင့်၊ ချိန် နေ့သိပြန်၊ မျက်လှန်ကြောဆွဲ၊ မရှိဘဲလျှင်၊ သေလည်း မတောင့် တင်း၊ ပုပ်နံ့ကင်းသည်၊ ကျိုးရင်း ဝိပဿနာ တန်ခိုး တည်း - တဲ့။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

အလုပ်စခန်းဝင်ကြစို့

ဟေ့ဟေ့

ကိုယ့်ဘဝကိုယ် အာမခံချက်ရှိဖို့ဆိုရင်တော့ ဘုံဆိုင်အလုပ်တွေ ဘေးချမှဖြစ်မယ်။ ဇနီး၊ မယား၊ သမီး၊ သားအတွက် လုပ်နေရသေးရင်တော့ဘယ်တော့မှအာမခံရမှာမဟုတ်ဘူး။ ဝိပဿနာဉာဏ်ရမှ အာမခံရမယ်ဆိုတော့ ဒီဉာဏ်ရဖို့ကလည်း အလုပ်စခန်းဝင်မှ ဘုံဆိုင်အလုပ်တွေဘေးချပြီး ကိုယ်ပိုင်အလုပ်စခန်းဝင်ကြမှ။

။၎်နခ ပြီးလှောင် လာနခလှောင်လှောင် ဝိုင်ဂီလယခ

စိတ္တာနုပဿနာဦးစားပေး

အဲဒီတော့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှာ ရှုစရာ ၆-မျိုးပေါ့နော်။ ဝိပဿနာရှုရမယ့်နေရာ ၆-ဌာန ရှိတယ်ပေါ့။ အဲဒီ ၆-ဌာန က ဒီမှာ သဠာယတနပေါ့နော်။ စက်ဝိုင်းနဲ့ထောက်ပြရင် သဠာယတနဆိုတာ-

မျက်စိရယ်

နားရယ်

နှာခေါင်းရယ်

လျှာရယ်

ကိုယ်ရယ်

စိတ်ရယ်

ရိက္ခာဒိဝနိဝေပပုဂါဇာ

ဆိုတော့ ၆-မျိုး၊ အဲဒီဝိပဿနာ ရှုမယ့် ကမ္မဋ္ဌာန်းဋ္ဌာန ၆-ဋ္ဌာနပဲ ရှိတယ်၊ ၆-ဋ္ဌာန ပဲရှိတယ်ပေါ့။ အဲဒီ ၆-နေရာကနေ စောင့်ပြီးတော့သာ ရှုကြပါ။ တခြား သွားရှာနေစရာမလိုဘူး။ ဒီလို ဖြင့် တရားရှုရမှာက တောထဲမှာရှုရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ခန္ဓာထဲမှာ ရှုရမှာ။ ဓမ္မာရုံထဲမှာ ရှုရမှာလည်း မဟုတ်ဘူး။ စာအုပ်ထဲမှာ ရှုရမှာလည်း မဟုတ်ဘူး။ ခန္ဓာထဲမှာ ရှုရ မှာ၊ ဒီလိုဖြင့် ယောဂီတို့ တရားရှာတဲ့နေရာ သိသွားပြီ နော်။

ခန္ဓာထဲမှာဆိုတာ ခြုံပြောလိုက်တာ။ နေရာနဲ့ တိတိကျကျပြောရင် ၆-နေရာမှာ ရှုရမယ်။ အဲဒီ ၆-နေရာကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်လို့ အထိုက်အလျောက်တော့ သင်ထားပြီးပြီနော်။ နောက်ပိုင်းကိုယ့်ဘာသာ ကိုယ် ဉာဏ်ယှဉ်ယူပါ။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဆိုတာ စုံတယ် ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ သိနိုင်ခဲ့တယ်၊ နက်ရှိုင်းတယ်။ သိဖို့ မလွယ်ဘူး။ ဂဠိရားဒုဒ္ဓသာ၊ ဓုရုနုဗောဓာကိုး။ အဲဒီလောက် ခက်ခဲနက်နဲ ကျယ်ဝန်းလှတဲ့ ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်ဒေသနာကို ခု-ဘုန်းကြီးတို့ ယောဂီတွေဟာ ကိုယ့်ရဲ့သံသရာမှ လွတ်ရာလွတ် ကြောင်း လွတ်နိုင်တဲ့ အတိုင်းအတာအားဖြင့် သိရတာ ဟာ ဘုန်းကံထူးလို့ သိရတာပါ။ တကယ့်ကို ဘုန်းထူး ကံထူး ပါရမီထူးရှိလို့ဆိုတာ နားလည်ပါ။

ဘာကြောင့် ထပ်တလဲလဲ ဒါကို သတိပေး
 နေရသလဲ ဆိုတော့ သတိလွတ်သွားမှာစိုးလို့၊ ရရှိတဲ့
 အခွင့်အရေးကိုလွတ်သွားမှာစိုးလို့၊ လွယ်လွယ်ကူကူ
 ရတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ အမျိုးမျိုးရင်းပြီးတော့ ရထားတဲ့
 အခွင့်အရေး။ အဲဒီ အခွင့်အရေးကို ဘာမဟုတ်တာ
 လေးနဲ့ အခွင့်အရေးလက်လွတ် သွားမှာက အင်မတန်
 နစ်နာလွန်းလို့ပါ။ အဲဒီလို မနစ်နာစေချင်တဲ့အတွက်
 အရေးကြီးတယ်၊ အရေးကြီးတယ် ထပ်တလဲလဲ သတိပေး
 နေတာ။ အဲဒီတော့ ယနေ့ ယောဂီတို့ကို ကျေးဇူးပြုမှာက
 အရှုခံ၊ အရှုဉာဏ်တွင် အရှုခံဆိုပြီးတော့ သင်ရမှာပေါ့နော်။

အရှုခံသင်တဲ့အခါ အထူးသဖြင့် ဝိပဿနာ
 တရားကို အားထုတ်တာက ဒီဒွိပြုတ်ဖို့ပေါ့။ ဒီတော့
 ဆရာတော် ဘုရားကြီးက အရှုခံတွေကို သင်တဲ့ နေရာမှာ
 ဒီဒွိသည် စိတ်မှာ အကပ်များတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဆရာ
 တော်က သတိပဋ္ဌာန်တရား ၄-ပါးတွင် စိတ္တာနုပဿနာကို
 ဦးစားပေးရှုခိုင်းပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်တရားက ၄-ပါး
 ရှိပါတယ်။

ရုပ်ကိုရှုတဲ့ ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပေါ့။

ခံစားမှုကိုရှုတဲ့ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပေါ့။

စိတ်ကိုရှုတဲ့ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ပေါ့။

သစ္စာသဘောကို ရှုတဲ့ မေ့နုပဿနာ
 သတိပဋ္ဌာန်
 ဆိုပြီးတော့ သတိပဋ္ဌာန်တရား ၄-ပါး ရှိတယ်။ ဒါ
 ဘုန်းကြီးတို့ စာမှာလာတဲ့အတိုင်းဆိုရင် အနုပဿနာ
 တရား ၄-ပါး ရှိတယ်ပေါ့။

- ကာယာနုပဿနာ၊
- ဝေဒနာနုပဿနာ
- စိတ္တာနုပဿနာ
- မေ့နုပဿနာ - ၄-မျိုး။

အဲဒီတော့ ကာယာနုပဿနာဆိုတာက ရုပ်ကို
 ရှုတာ။ ဒီလိုဖြင့် ပူတာသည် တခြားမဟုတ်၊ ရုပ်တရား၊
 ဒီလိုဖြင့်ရင် ပူတာရှုရင် ရုပ်ကိုရှု၊ အေးတာ ရှုရင် ရုပ်ကို
 ရှု၊ လှုပ်ရှားတာကို ရှုရင်ရုပ်ကိုရှု၊ ညောင်းတာကို ရှုရင်
 ရုပ်ကို ရှု။ ဒါ-ကာယာ နုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်။

ခံစားတာကို ရှုတာကျတော့ ဝေဒနာ နုပဿနာ
 သတိပဋ္ဌာန်၊ ဩော် - နာလိုက်တာ၊ နည်းနည်းလေး
 နာလာပြီ၊ များများကြီး နာလာပြီ ခံစားနေရတာ။ ဟော
 -လေလေး တိုက်တော့ အေး လာပြီ၊ ခံစားနေရတာ။
 ပူလာပြီ၊ ခံစားနေတာ ပေါ့နော်။ အဲတော့ သုခဝေဒနာ
 ဒုက္ခဝေဒနာပေါ့။ ပူနေတဲ့အချိန် လေအေးလေးများ

တိုက်လာပြီဆိုလို့ ရှိရင် စိတ်ထဲမှာ ချမ်းသာတယ်။ အင်မတန် ပူနေတဲ့ အချိန်မှာ အအေးလေးကို တမ်းတနေတာ လိုချင် နေတဲ့အခါမှာ အအေးလေးများ ဝင်လာတဲ့အခါကျတော့ အင်မတန် ငြိမ်းချမ်းသွားတာပဲနော်။ အဲဒါ သုခဝေဒနာတွေပေါ့။

ဒီတော့ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် အဲဒါ ခံစားတာပါပဲ။ အဲဒီခံစားတာလေးရွေးပြီးရှုတာက ဝေဒနာနုပဿနာ။

ဒီလိုဖြင့် ယောဂီတို့ စိတ်အကြောင်းတွေ ပြောထားပြီးပြီ။ စိတ်အကြောင်းတွေပြောတဲ့အခါ ကျတော့ မြင်ရင် မြင်စိတ်၊ အဲဒီစိတ်ကို ရှုရမယ်၊ ကြားရင် ကြားတဲ့စိတ်ကို ရှုရမယ်။ ဒီလိုဖြင့် ခုန ၆-ဌာနထဲမှာ

- မျက်စိက မြင်တယ်၊
 - နားက ကြားတယ်၊
 - နှာခေါင်းက မွှေး/နံ့တယ်၊
 - လျှာက အရသာခံတယ်၊
 - ခန္ဓာကိုယ်က တွေ့ထိတယ်၊
 - စိတ်က တွေးတော ကြံစည်တယ်
- စိတ် ၆-မျိုး သွားတွေ့တယ်။

အဲဒီတော့ သူ့ဆိုင်ရာဆိုင်ရာစိတ် ၆-မျိုး သွား

တွေ့တဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီ ၆-မျိုးက အရှင်ခံ တရားလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီတော့ အဲဒီစိတ်ကို ရွေးပြီး ရှုတာက စိတ္တာနုပဿနာ။

ဆိုတော့ အနုပဿနာမှာ ကာယာနုပဿနာ၊ ဝေဒနာနုပဿနာ၊ စိတ္တာနုပဿနာ တစ်ခုချင်း နားလည် သွားပြီးပေါ့နော်။

ဓမ္မာနုပဿနာတဲ့။ ဓမ္မာနုပဿနာဆိုတာ သဘော ရှုတာပေါ့။ ဓမ္မာနုပဿနာ သဘောရှုတယ် ဆိုတာကတော့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးပြောတာ သစ္စာ ရှုတာပါပဲတဲ့။ သဘောဆိုတာသစ္စာပါပဲ။ ဥပမာ- အခုကြား တဲ့စိတ်ကိုရှုတော့ ဒါ စိတ္တာနုပဿနာပေါ့။ ပူတာကို ရှုတာက ကာယာနုပဿနာ၊ ပူမှု ခံစားတာလေးကို ရှုတာ က ဝေဒနာနုပဿနာ၊ ပူတာကို သိတဲ့စိတ်ကို ရှုတာက စိတ္တာနုပဿနာ။ သို့သော် တစ်ခုလုပ်ရင် တစ်ခုကွင်းဆက် ပါပြီးသားနော်။ အဲဒီတော့ နောက်ဆုံးတော့ ဘာပဲရှုရှု စိတ်ရှုရှု၊ ဝေဒနာရှုရှု၊ ရုပ်ရှုရှု၊ မဖြစ်မပျက်တာမရှိ၊ ဖြစ်ပျက်ချည်သော ဖြစ်တယ်။ ဒီလိုဖြင့် ဖြစ်ပျက်ဆို တာက ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဟော - ဒီလိုဖြင့်ရင် ဖြစ်ပျက် ဆိုတာက ကြားတာလည်း ဖြစ်ပျက်၊ နံတာလည်း ဖြစ်ပျက်၊ စားတာ လည်း ဖြစ်ပျက်ဆိုတော့ အားလုံး ဖြစ်ပျက်၊ ဖြစ်ပျက်၊ ဖြစ်ပြီးတော့ ပျက်။ ဒီလိုချည်းပဲ မြင်နေရမှာ၊ ဒီဟာတွေကို

မြင်နေရမှာ။ အဲဒါကို သစ္စာဖွဲ့တော့ ဟော- ဒုက္ခသစ္စာ၊
 အဲဒီတော့ ဒုက္ခသစ္စာဆိုတော့ ခြုံပြောလိုက်တာပေါ့။
 ခေါင်းစဉ်ကြီး အောက်မှာခေါင်းစဉ်လေးတွေလာတာပေါ့။
 ခေါင်းစဉ်ကြီးက ဒုက္ခသစ္စာ။ အဲဒီသစ္စာဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်ကြီး
 အောက်မှာစိတ်ပေါ်လည်းပဲ ဖြစ်ပျက်၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဝေဒနာ
 ပေါ်လည်း တခြားမဟုတ်၊ ဖြစ်ပျက် ဒုက္ခသစ္စာ၊ သို့ဖြစ်ရင်
 ပူတာလေး ကြည့်လိုက်ပြန်ရင်လည်း ဖြစ်ပျက်၊ ဒုက္ခ
 သစ္စာ၊ အားလုံး ဒုက္ခသစ္စာမှာ သွား၊ သွားဝင်နေတယ်။
 အဲဒီတော့ဉာဏ်ကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ ဉာဏ်လျင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ
 ဒိဋ္ဌိနည်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့ အဲဒီလို ရှုသွားတာ။
 ကြားတာလည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ နံတာလည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ စားရ
 တာလည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဝတ်ရတာလည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဘာ
 လုပ်လုပ် ဒုက္ခချည်းပဲ ဒကာ၊ ဒကာမတွေ။ လုပ်သမျှ
 ဒုက္ခ။

လုပ်သမျှ ဒုက္ခ၊ လုပ်သမျှ ဒုက္ခ။ ဒီလိုဖြင့်
 မျက်တောင်ခတ်နေရတာတောင် ဒုက္ခသစ္စာ။ အဲဒီလို
 ဒုက္ခသစ္စာကို ဒုက္ခသစ္စာလို့ မြင်လို့ ဒုက္ခကို မြင်တော့
 ခင်တာ မလာဘူး။ ဒါ ဘုန်းကြီးတို့ ဥပမာ၊ သာဓကနဲ့
 ဆောင်ပြဟောတဲ့ အခါကျတော့ ဘာဥပမာပေးပြီး ဆရာ
 သမားတွေက သင်ထားသလဲလို့ဆိုရင် -

ဥပမာ-တဲ့၊ အသိမကြွယ်တဲ့ ကလေးငယ်

တစ်ယောက်နဲ့ အသိဉာဏ်ရှိတဲ့ လူကြီးတစ်ယောက်နဲ့ ဥပမာပေးတယ်။ အဲဒီတော့ဝမ်းလျားထိုး ကလေးငယ်လေး တစ်ယောက်ကျ ဘာမျှအသိမရှိဘူး။ အသိမရှိတဲ့ ကလေး ငယ်တစ်ယောက်ရဲ့ရှေ့မှာ အင်မတန် အန္တရာယ်ကြီးတဲ့ မြွေပွေးကြီးတစ်ကောင် ရောက်နေတယ် ဆိုကြပါစို့တဲ့။ အဲဒီ ကလေးကမကြောက်ဘူး။ မကြောက်တဲ့အပြင် သူ့ မျက်စိထဲမှာ ကစားစရာတစ်ခုလို မြင်ဦးမှာ။ ဒီကောင် ကြီးရှေ့မှာ ရောက်နေတာကို သူ့မှာ ပျော်ရွှင်နေတာ။ ဖြူဖြူ ကြားကြားကြီးနဲ့ စသည်ဖြင့်ပေါ့နော်။ အဲဒါက မကြောက်တဲ့အပြင် ကစားစရာလို့မြင်ပြီး တစ်ခါတည်း ဆွဲတောင်ပါးစပ်ထဲထည့် ဦးမှာပဲ။ ဒါ မသိလို့ ဖြစ်ရတာ။ အဲဒီတော့ ခု တရား နာနေတဲ့ ကိုယ့်ဆွေတော်မျိုးတော် မိဘများ ရှေ့ရောက်ရင် အဲဒီလို ကိုင်ရဲမှာမဟုတ်ဘူး။ ဘုန်းကြီးတို့တော့ ကြည့်တောင်မကြည့်ရဲဘူး။ ကိုင်ရဲ ဖို့တော့ မပြောနဲ့နော်။ ဘာဖြစ်လို့ မကိုင်ရဲတာလဲ၊ ကြောက်လို့၊ ကြောက်လို့။ ဒီကောင်ဟာ ဒုက္ခပေး မယ့်အကောင်၊ ဒီကောင်ကို ကိုင်လိုက်လို့ ကိုက်ရင် သေမှာဆိုတာ သိနေလို့၊ သေမယ့် ဒုက္ခကို ကြောက်လို့၊ သေတာ ဒုက္ခသစ္စာ၊ အဲဒီ ဒုက္ခသစ္စာကို ကြောက်လို့ ဒီကောင်ကို မကိုင်ရဲတာ၊ မကိုင်ရဲ ရုံမက ရဲရဲတင်းတင်းကို မကြည့်ရဲတာ။ သူ့ကိုလည်း မမြင်ချင်၊ သူ့လည်း မကြားချင်၊ သူ့လည်း မကိုင်ရဲဘူး။ အဲဒါ မသိလို့လား။

သိလို့လားဆိုတော့ ဒါသိနေလို့၊ မြင်နေလို့ ဒုက္ခရောက်မှာ ကို မြင်နေလို့။

အဲဒါက ဥပမာဆောင်ဟောတာ။ ဒါသာက နဲ့ ဟောတာပေါ့။ တကယ့်ပခာနဲ့ သဘာဝက ကိုယ့်ခန္ဓာ ကို ယောဂီတို့ ပြန်ကြည့်ရမှာ။ ဒီလိုဖြင့်ရင် ဖြစ်ပျက်က ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဒုက္ခသစ္စာကို မြင်ရင် သူ့အသံလည်း မကြားရဲ၊ သူ့လည်း မကြည့်ရဲ၊ မကိုင်ရဲတော့ဘူးပေါ့။ ခုန မြွေပွေး ကြီး ကိုယ့်ရှေ့ရောက်နေသလိုပဲ။ မလွဲသာ မရှောင်သာ လို့ ရင်ဆိုင်တိုးနေ၊ ဒီမှာ မချိမဆုံ ကြောက်လန့်ပြီး ချွေးဒီးဒီး ကျမှာပေါ့ ယောဂီတို့။ အဲဒီတော့ ဆိုကြ ပါစို့၊ ကိုယ့်မှာ အကြောင်းကြောင်းနဲ့ မကိုင်လို့ မဖြစ်ဘူးထား၊ ရဲရဲတင်းတင်း မကိုင်ရဲဘူး၊ ပမာဆို အမိန့် တစ်ခုအရ ပေါ့နော်။ ခင်ဗျား မကိုင်လို့ရှိရင် သတ်မယ်ပေါ့။ နောက်က ဓားထောက်ပြီးတော့ ခိုင်းမယ်ပေါ့။ အဲဒီတော့ ကိုယ်က လည်း အင်း-မကိုင် လို့ကလည်းမဖြစ်ဘူး။ ဒီလို ကိုင်တဲ့ အခါမှာ ရဲရဲတင်းတင်း ဘယ်ကိုင်ရဲပါ့မလဲ၊ ကြောက် ကြောက် ရွံရွံ ကိုင်ရမှာပေါ့။ အမိပျိုယ်ကနော်။ ဒါ ဥပမာ ဆောင်ဟောတာ။ ဒီဥပမာဆိုတော့ ယောဂီတို့ ဥပမေယျ ကိုယ့်ဘဝနဲ့ ကိုယ်ဟပ်။ အခုရနေတဲ့ ခန္ဓာကြီးက ဘာသစ္စာ၊ ဝိပါကဝဋ် ဒုက္ခသစ္စာ၊ မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း ကြားတိုင်း ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်က ပစ္စုပ္ပန်

တည့်တည့် ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဖြစ်ပျက် ဒုက္ခသစ္စာ။

ဒီလိုဖြင့် ဝိပါကဝဋ်ဒုက္ခသစ္စာက တစ်မျိုး၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခ သစ္စာက တစ်မျိုးဆိုတော့ ဘာပဲကြည့်နေနေ ဒုက္ခသစ္စာပါပဲ။ အဲဒီတော့ ခန္ဓာကိုယ် အတ္တဘောကြီး ကြည့်နေပြန်တော့လည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ နံတယ်၊ စားတယ် စသည်ဖြင့် ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အလောင်းပျောက်သွားတဲ့ ဉာဏ်အမြင်၊ ခန္ဓာကြည့်တော့လည်း ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဒုက္ခသစ္စာကို ဒုက္ခသစ္စာမှန်းသိရင် ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ကဲ-သူကို ကြည့်ရဲပါဦးမလား၊ မကြည့်ရဲသော်လည်းပဲ မျက်စိဖွင့်ထားတော့ မြင်မယ်ပေါ့။ ကိုင်လည်း မကိုင်ရဲ ကြည့်လည်း မကြည့်ရဲဘူးပေါ့။ အဲဒီလို မကိုင်ရဲ မကြည့်ရဲတာသည် နိဗ္ဗိန္ဒ့ဉာဏ်၊ မုန်းဉာဏ် ခေါ်တယ်။ ဒုက္ခသစ္စာကို ဒုက္ခသစ္စာမှန်း သိလိုက်ရင် ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ကြည့်လည်း မကြည့်ရဲ၊ ကိုင်လည်း မကိုင်ရဲဘူး။

၇၀၇၅။ အဲဒီတော့ဒီကနေ့ဘုန်းကြီးတို့ ယောဂီ ဒကာ၊ ဒကာမတွေ အဲဒီလိုမသိသေးတဲ့အတွက် ဒါကိုပဲ သဘောကျပြီးတော့ ခင်မင်တွယ်တာနေတာပဲ။ ဒါဆိုတာတခြား ပြောတာမဟုတ်ဘူး၊ ခန္ဓာကိုပြောတာ။ အဲဒီတော့ ဆိုလိုချင်တာက အနုပဿနာ ၄-ပါးတွင် ဘာပဲရှုရှု နောက်ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဒုက္ခသစ္စာကို ရှုတာက အကုန်အကျုံးဝင်

တယ်။ သို့သော် အကျုံးဝင်တယ်။ သိပ်ကောင်းတာပဲ ဆိုပြီးတော့ သွားရှုလို့မလွယ်ဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ကိုယ်နဲ့မအပ်ရင်လည်းပဲ တယ်လို့မှ ဉာဏ်မပေါက်နိုင်ဘူး။ ကိုယ့်ဉာဏ်ကလည်းပဲ အင်မတန်လျင်ဦးမှ သစ္စာရှုတယ် ဆိုတာ။ ကိလေသာကလည်း နည်းဦးမှနော်။ အဲတော့ ကိလေသာကလည်း နည်းမယ်၊ ဉာဏ်ကလည်း လျင် မယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သစ္စာရှုရင် ကိစ္စပြီးတယ်။ အဲဒီတော့ ဘုန်းကြီးတို့ ယောဂီတို့ဟာ အဲလောက်ထိ အောင် ဉာဏ်ကလျင်တာမဟုတ်ဘူး။ သာသနာနှစ်ထောင့် ငါးရာ ဒီဘက်ပိုင်းဖြစ်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဉာဏ်ထိုင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ များတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့တွေ၊ ယောဂီတို့တွေ ဉာဏ်လျင်သလား၊ ထိုင်းသလားဆိုတာ ကိုယ့် အကြောင်း ကိုယ်သိတယ်။ ထိုင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က ဒါသွားရှုတော့ ရှုနည်း ကတော့ မှန်တယ်။ မရှုနိုင်ဘူး။ ဉာဏ်မမီဘူး။ ရှုနိုင် လောက်တဲ့ဉာဏ်အရည်အသွေးကိုယ့်မှာမရှိဘူး။ ဒါကြောင့် မို့ ဆရာတော်ဘုန်းကြီးက ဒါကိုသိထား၊ နားလည် သဘောပေါက်ထား တဲ့အခါကျတော့ ပရိယတ်၊ ပဋိပတ် စွယ်စုံ မှန်သောက် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် ဖြစ်သောကြောင့် “ဟေ့ စိတ္တာနုပဿနာ ရွေးရှုဟေ့” ။ တစ်ခါတည်း တည့် တည့်တန်းပေးလိုက်တယ် ယောဂီတို့။ စိတ္တာ နုပဿနာ တစ်မျိုးတည်းရှု။ ဆရာတော်က သွယ်ဝိုက်မနေဘူး။ တည့်တည့်တစ်လုံးတည်း ပြောချလိုက်တာ။ ယောဂီတို့ရဲ့

ယေဘုယျသဘောကို သိတော်မူနေလို့။ ကဲ-ဒကာ၊ ဒကာမတွေ စဉ်းစားနေဖို့မလိုတော့ဘူး။ ဆရာတော်က စိတ္တနာပဿနာကို ရှုကွ-တဲ့။ ဟာ-စိတ်ရှုလို့ရှိရင် ဝေဒနာပါ ပါပြီးသားတဲ့။ သဟဇာတတဲ့ - ဟော။ စိတ်ရှုရင် ဝေဒနာပါပြီးသား၊ ပဋ္ဌာန်းဆက်၊ ပဋ္ဌာန်းဆက်၊ ဝေဒနာရှုရင် စိတ်ပါတယ်။ ဒီလိုဖြင့် စိတ်ဆိုတာလည်းပဲ တစ်ခုတည်း ဖြစ်ကောင်းတာမှ မဟုတ်ဘဲ။ ဒီလိုဖြင့် စိတ်ဖြစ်တာလည်း တခြားကြောင့်ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး။ ရုပ်ကြောင့်ဖြစ်တာ။ ဒါကြောင့် စိတ္တဇရုပ်တွေလည်း တခြားကြောင့်ဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူး။ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တာ။ အညမညပစ္စယော၊ သဟဇာတပစ္စယောနော်။ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာတော့ ပါးစပ်ကရွတ်နေတာပဲ။ သို့သော် ရွတ်နေတဲ့ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာ ကိုယ့်ဖြစ်နေတာ။ အညမညပစ္စယောဆိုတာ အပြန်အလှန် ကျေးဇူးပြုတာ။ ရုပ်၊ ရုပ်ချင်း၊ နာမ်၊ နာမ်ချင်း ကျေးဇူးပြုနေတာ။ ဒါ အညမညပစ္စည်း။ ဒါ ဘုန်းကြီးတို့ အန္တရာယ်ကင်းရွတ်နေတာ၊ ရွတ်ဆိုနေရုံနဲ့တော့ အတွင်းအန္တရာယ်မကင်းဘူး။ အပြင်အန္တရာယ်တော့ ကင်းမယ်။ ရှင်းပြီနော်။

အဲဒီတော့ သဟဇာတပစ္စယော ဆိုတာလည်း တစ်ပစ္စည်းရွတ်နေရုံနဲ့ အန္တရာယ်ကင်းပါတယ်။ အပြင်ရန်၊ အပြင်ရန်၊ အတွင်းရန်ကျတော့ ကင်းပါမလော။ သဟဇာတ

ပစ္စယောဆိုတာဖြစ်အတူ ပျက်အတူကိုး။ လက်စသတ်
 တော့ ရုပ်တွေ နာမ်တွေ ပျက်တယ်ဆိုတာ တခြားရှာ
 ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ခန္ဓာထဲ ရှာရမှာ။ အဲဒီလို ဖြစ်ပျက်ကို
 မြင်တဲ့အခါကျတော့ ဖြစ်အတူ ပျက်အတူဆိုတဲ့ ပဋ္ဌာန်း
 ခန္ဓာကိုလည်း မြင်ရတော့တာကိုး။ အဲဒီလိုမျိုး သူ့ဟာနဲ့သူ
 ကွင်းဆက်ကလေးတွေ ဖြစ်ဖို့အတွက် ဆရာတော်
 ဘုရားက “စိတ္တာနုပဿနာ ရှုဟေ့” ဆိုပြီးတော့ တိုက်
 တွန်းတော်မူခဲ့တယ်။ ကောင်းပြီ။ စိတ္တာနုပဿနာကို ရှုဖို့
 တိုက်တွန်းတဲ့အခါကျတော့ အရှင်ကို ထပ်ပြီးတော့
 သင်ပြန်တယ်။ အရှင်ကို သင်ချင်တယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ၊
 ဒါဘုန်းကြီးတို့ သင်တန်းမှာ ဒါ မသင်လို့ကို မဖြစ်ဘူး။
 သင်ရတော့မှာပေါ့နော်။ အဲဒီတော့ စိတ္တာ နုပဿနာရှုတဲ့
 အခါမှာ ဆရာတော်က စိတ္တာနုပဿနာဆိုတော့ စာသံပါ
 အားကြီးတယ်။ ဒီတော့ တတ်နိုင်သလောက် ဆရာတော်
 က ဒီပါဠိတော်တွေကို မွှေနှောက်ပြီးတော့ ပါဠိတော်ကို
 လက်ညှိုးထိုး ထိုးပြီးတော့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေကို မြန်မာ
 လို ပြောတာကိုး။ ပါဠိတော်ရဲ့ အာဘော်ကို မလွတ်အောင်
 ကိုယ့် ရေ မြေ တော တောင် သဘာဝနဲ့ လိုက်လျော
 ညီထွေတဲ့ စကားလုံးသာ ရွေးပြောသွားတာ။ ကိုယ့်အမိ
 မြန်မာ ဘာသာနဲ့ လျော်ညီတဲ့စကားလုံးပေါ့။ အဲဒီတော့
 စိတ္တာနုပဿနာကို သင်တဲ့အခါမှာ ကိုယ့်အမိမြန်မာ
 စကားလုံးနဲ့ ပြောသွားတာက “ညွှန်သည်” ဆိုတဲ့စကား

နဲ့သုံးသွားတယ်။

ဝိပဿနာရှုတဲ့ထဲမှာ ဧည့်သည်ဆိုတာက မပါ၊ ပါဘူး။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား လေးဆယ်မှာ ဧည့်သည်ဆိုတာ မပါဘူး။ ဘယ်စာအုပ်၊ ဘယ်ကျမ်းဂန် လှန်ကြည့်ကြည့် ပါကိုမပါဘူး။ သို့သော် ကျေးဇူးရှင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး သည် အဲဒါကို ဥပမာပေးတင်စားပြီးတော့ ဒကာ၊ ဒကာမ တွေ သင်သွားတာ။ ဒီလိုဖြင့် လောကသဘာဝမှာ ဧည့်သည်ရှိရင် အိမ်ရှင်ရှိရမှာပေါ့။ ဒီတော့ ဧည့်သည် သည် အိမ်ရှင်မဟုတ်၊ အိမ်ရှင်သည် ဧည့်သည်မဟုတ်။ ဒီလိုဖြင့် ဧည့်သည်ဆိုတဲ့ စကားလုံးက၊ အားလုံး မြန်မာ တွေက ဧည့်သည်လို့ ပြောလိုက်တာနဲ့ ဒီစကားအဓိပ္ပါယ် နားလည်သွားပြီ။ ဩော်-ဧည့်သည်ဆိုတာအကြောင်းကြီး အကြောင်းငယ် ရှိရင်လာတယ်။ သူ့ကိစ္စ ပြီးရင်ပြန်တယ်။ သို့သော် ဧည့်သည်မှာတောင် ဆရာတော်ကြီးက အတွင်း ဧည့်သည်၊ အပြင်ဧည့်သည် နှစ်မျိုးထပ်ပြီးတော့ ပြော လိုက်သေးတယ်။

ဥပမာ - အပြင်ဧည့်သည်ဆိုတာကတော့ တစ်လမှာတစ်ခါလာချင်လာမယ်၊ တစ်ပတ်တစ်ခါ လာချင် လာမယ်။ သိပ်တော့ ရင်းရင်းနှီးနှီးတော့ မရှိဘူးပေါ့နော်။ ရင်းတော့ ရင်းနှီးတယ်။ တအားရင်းနှီးတာတော့ မဟုတ် ဘူး။ အဝင်အထွက်ကျဲတယ်။ အတွင်းဧည့်သည်ဆိုတာ

ကတော့ တစ်ခါတည်းမိသားစုလိုပေါ့။ ဒီမှာလာချင် လာမယ်၊ စားချင် စားမယ်၊ အိပ်ချင် အိပ်မယ်ပေါ့။ သို့သော် ဒီမှာတော့ အမြဲမနေဘူး။ (၁)

ပဲခူးမှာ အဲဒါ အတွင်းညွှန်သည်ရဲ့ သဘာဝ၊ အပြင်ညွှန်သည်ရဲ့သဘာဝကိုကိုယ့်အမြဲမြန်မာစကားနဲ့ပြောလိုက်တော့ နားလည်သွားပြီ။ အဲဒီတော့ ဒီအင်မတန်နက်နဲ၊ ခက်ခဲတဲ့ တရားတော်တွေကို နားလည်တဲ့စကားနဲ့ရွေးပြီးတော့ သင်တဲ့ဆရာကျေးဇူး ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ဆပ်လို့မကုန် နိုင်ပေဘူးပေါ့။ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မျှ မကုန်နိုင်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ကျေးဇူး ဘုန်းကြီးတို့ ဆပ်လို့မကုန်နိုင်ဘူးဆိုတာနော်။ကဲ -ဒီတော့ယခုသင်ရမှာကဘာကိုသင်မလဲဆိုတော့ စိတ္တာနုပဿနာ။

စိတ္တာနုပဿနာကို သင်တဲ့အခါမှာ (-)

(၁) ပဲခူး အပြင်ညွှန်သည်။

ပဲခူးမှာ (၂) ပဲခူး အတွင်းညွှန်သည်။ (၃)

ပဲခူးမှာ (၃) ကွတ် အိမ်သည်။ (၄) ပဲခူးမှာ

ဆိုပြီး ဒီ ၃-မျိုးနဲ့ သင်ထားပါတယ်။ နည်းနည်းခပ်စိမ်းစိမ်းပေါ့။ အိမ်ကို ဝင်တယ်၊ ထွက်တယ်၊ သွားတယ်၊ လာတယ်၊ ပြောတယ်၊ ဆိုတယ်၊ တိုင်ပင်တယ်။ သို့သော် ခပ်ကျဲကျဲလေ။ အဲဒါကို ဥပမာပေးလိုက်တဲ့အခါကျတော့

အပြင်ညော်သည်က ၅-ယောက်ရှိသတဲ့ ယောက်တို့။ အဲဒီ ၅-ယောက်ဆိုတာ တခြားမဟုတ်ဘူးတဲ့။ ဟော -

(၁) မြင်တဲ့စိတ်
မြင်စိတ် ဘယ်မှာပေါ်၊ မျက်စိမှာပေါ်၊
နောက်တစ်ခါ

(၂) ကြားတဲ့စိတ်
ကြားတဲ့စိတ် ဘယ်မှာပေါ်၊ နားမှာပေါ်၊
နောက်တစ်ခါ

(၃) မွှေးစိတ်၊ နံစိတ်
မွှေး/နံတဲ့စိတ် ဘယ်မှာပေါ်၊ နှာခေါင်းမှာ
ပေါ်၊

(၄) စားစိတ်
ဘယ်မှာပေါ်၊ လျှာမှာပေါ်၊

(၅) ယားနာ၊ ကောင်းစိတ် ကိုယ်မှာပေါ်တယ်။

ဒီလိုဖြင့် စိတ်ပေါ်တဲ့နေရာတွေကို ပြောလိုက်ရင် သိသွားပြီ။ အဲဒီလို စိတ်ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်းမှာ ယောက်တို့ သင်ပြီးပြီနော်။ စိတ်တစ်စိတ်ပေါ်ရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး။ ဥပမာ - စားစိတ် ဆိုကြပါစို့။ စားစိတ်မှာ ယောက်တို့ နေ့တိုင်း သင်နေတယ်နော်။ ဇွန်းလေးကိုင်လိုက်တာနဲ့

ကိုင်တဲ့စိတ် ပေါ်လာပြီ။ ခန္ဓာ ၅-ပါးပဲ။ ကဲ - ဒီလိုဖြင့် ပါးစပ်ထဲထည့်လိုက်တော့ ထည့်တဲ့ စိတ်ကလေးပေါ်လာ တယ်။ ခန္ဓာ ၅-ပါး။ ဒီလိုဖြင့် စိတ်တစ်စိတ်ပေါ်ရင် ခန္ဓာ ၅-ပါးပဲ။ ဒီလိုဖြင့် တစ်ချက်ဝါးရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ နှစ်ချက် ဝါးရင်လည်း ခန္ဓာ ၅-ပါး။ ဒီလိုဖြင့် ၁-ဝါးတဲ့ ခန္ဓာ ၅- ပါး၊ ဝါးပြီးပျက်၊ နောက်တစ်ခါ ၂-အစားထိုးပျက်၊ ၃- အစားထိုးပျက်၊ အဲဒီတော့ ဆွမ်းတစ်လုတ် ဝမ်းထဲ ရောက်အောင်ဝါးရတဲ့အကြိမ်တွေများစွာရှိတယ်။ အဲတော့ တစ်ချက် ဝါးတိုင်း၊ ဝါးတိုင်း၊ ခန္ဓာ ၅-ပါး။ နောက် တစ်ချက် ဝါးလိုက်တော့လည်း ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ နောက် တစ်ခါ ဝါးတုန်းအချိန်မှာ ပထမခန္ဓာမရှိတော့ဘူး။ သင်္ချာ နည်းအတိုင်း မတွက်နဲ့နော်။ သင်္ချာနည်းက တစ်ချက်ဝါး ရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး ဆိုရင် နှစ်ချက်ဝါးတော့ ၁၀-ပါး။ ၃- ချက်ဝါးတော့ ၁၅-ပါး။ သင်္ချာကဒီလိုမဟုတ်လား။ ဒီမှာ က ဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ နောက်တစ်ချက် ဝါးတဲ့အချိန်မှာ ပထမဝါးတုန်းကဖြစ်တဲ့ ခန္ဓာမရှိတော့ဘူး။ တတိယ တစ်ချက်ဝါးတော့လည်း ဒုတိယခန္ဓာ မရှိတော့ဘူး။ ပျက် ပြီးနေပြီဆိုတော့ သင်္ချာနည်းနဲ့ မမှတ်နဲ့နော်။ ဝိပဿနာမှာ ဖြစ်ပြီးရင် အပျက် တောက်လျှောက်လိုက်တာကိုး။

ဒီမှာ သင်္ချာဆိုတာက ပုစ္ဆာတစ်ခုအရ တွက် လို့အဖြေထုတ်လို့ရပေမယ့် လက်တွေ့အသုံးချဝန်းကျင်မှာ အလုပ်ဖြစ်ချင်မှဖြစ်တာ။ ဥပမာ-အဝ ၆ လက်မ၊ အကျယ်

အနက် ၁-လက်မရှိတဲ့ တွင်းတစ်တွင်းကို လူတစ်ယောက်
 ဟာ ၁၅-မိနစ် တူးရတယ်ဆိုပါတော့။ လူ ၅-ယောက်
 တူးရင် ၁-မိနစ်နဲ့ ပြီးရမယ်။ ဒါ သင်္ချာနည်း။ ဒါပေမယ့်
 တကယ်လုပ်ကြည့်တဲ့အခါကျတော့ ဒီ ၆လက်မ အကျယ်
 တွင်းကလေးကိုလူ ၅-ယောက်ဘယ်လိုဝိုင်းတူးမလဲ။ ဒါက
 သင်္ချာသဘောနဲ့ လက်တွေ့ အသုံးချမှု ကွာတာပြောတာ။

ဒီမှာလည်းပဲ တစ်ချက်ဝါး ၅-ခန္ဓာနှုန်းနဲ့
 ဝါးတဲ့အချက်တိုင်းကို မြှောက်လို့မရဘူးနော်။ ၂-ချက်
 ဝါးလိုက်တော့ ၁-ခန္ဓာ မရှိတော့ဘူး။ ပထမတစ်ချက်
 ဝါးတဲ့ ခန္ဓာမရှိတော့ဘူး။ ဒါက အကျဲအမြင်နော်။ တကယ်
 ဝိပဿနာရှုတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီလောက် အကျဲမြင်ရုံ
 လေးနဲ့ တရားမရနိုင်သေးဘူး။ သံယောဇဉ်ပဲရှိတယ်။
 တစ်ခါတည်းမှကို တကယ်တမ်းနဲ့ကို ပါးစပ်နဲ့ပြောတာက
 နှေးတယ်။ အဲဒီလိုကို မြင်နေရမှာ။

ဒါကတော့ ကြိုပြောထားသလို ဖြစ်နေ
 မယ်နော်။ ပထမတော့ အကျဲမြင်ရမယ်၊ တစ်ချက် ဝါးရင်
 တစ်ချက်မြင်၊ နှစ်ချက် ဝါးရင် နှစ်ချက်မြင်ပေါ့။ အဲတော့
 ကိုယ့်ဆွမ်းတစ်လုတ် ဝမ်းထဲရောက်အောင် ယောဂီတို့
 မှတ်ပါ။ ရှုပါလို့ဘုန်းကြီးတို့နေ့တိုင်း သတိပေးနေရတယ်။
 အဲတော့ ကိုယ့်ဆွမ်း ဝါးတိုင်း ဝါးတိုင်း မှတ်ကြရမယ်။
 အမှတ်မလွတ်စေနဲ့။ မကြာ စနဲ့၊ ဝါးတိုင်းဝါးတိုင်း မှတ်ကြ

တယ်ဆိုရင် ဆွမ်းတစ်လုတ်မှာ မျိုချတဲ့အဆင့်ထိ ရောက်
 အောင် ဘယ်နှချက်လို့ မပြောတော့ဘူး၊ မိသွားပြီ။ အဲဒါ
 သတိပဋ္ဌာန်။ နောက် ဘယ်နှချက်လို့ မပြောတော့ဘူး။
 ကဲ - ဒီနေ့ ကိုယ့်ဟာ ကိုယ်မှတ်။ နောက် ဟိုမှာ
 အထူးစခန်း မှီတယ်နော်။ အထူးစခန်း ကျတော့မှ
 သေသေချာချာ တစ်ယောက်ချင်းကို စစ်ကြည့်ပြီးတော့မှ
 ကို ဒီလို ကျေးဇူးပြုမှာ။ အဲတော့ ဒီနေ့ကစ လေ့ကျင့်ပြီး
 တော့ ဆွမ်းတစ်လုတ် ဝမ်းထဲရောက်အောင် ဝါးတာက
 ဘယ် နှချက်၊ မျိုတာက ဘယ်နှချက်။ အဲလို ဒီ ဇွန်းလေး
 ကို စကိုင်တဲ့အချိန်က စပြီးတော့ ဝမ်းထဲကို ဆွမ်းရောက်
 သွားတဲ့အချိန်အတွင်း ဘယ်နှချက် မှတ်မိတယ်ဆိုတာ
 မှတ်တမ်းတင်ထားလေ။ အဲဒီလို ကိုယ့်မှတ်တမ်းလေးနဲ့
 ကိုယ့်ဟာကိုယ် မှတ်တမ်းတင်ထားလိုက်မှာပေါ့ စိတ်ထဲ
 က။ ဒီလို အတင်းခိုင်းတာက တခြားကြောင့်မဟုတ်ဘူး၊
 သတိအားကောင်းစေချင်လို့။ သတိဆိုတာ ပိုတယ်လို့
 မရှိဘူး။

အဲဒီလိုမျိုး တစ်ဆင့်ချင်း တစ်ဆင့်ချင်း မှတ်နေ
 တဲ့ အခါကျတော့ ကိုင်တော့ ကိုင်တဲ့စိတ်၊ ယူတော့
 ယူတဲ့စိတ်၊ ထမင်းလုတ်ကိုင်တော့ ကိုင်တဲ့စိတ်၊ မွှေတော့
 မွှေတဲ့စိတ်၊ ဝါးတော့ ဝါးတဲ့စိတ်၊ မျိုတော့ မျိုတဲ့စိတ်၊
 တစ်ဆင့်ချင်းစီ တစ်ဆင့်ချင်းစီ လာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုမျိုး

ဖြစ်ပေါ်တဲ့ စိတ်တွေကို ဒီအတိုင်း အလွတ်မဲ့ထားရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ရှုရမယ်။ ဒီလိုဖြင့် စားစိတ် ရှုဆိုတာ ဒါကို ရှုနိုင်တာ။ အချို့ယောဂီတွေက ဒီကြားထဲ နောက်တောက် တောက် ယောဂီတွေက ရှိသေးတယ်၊ ဆွမ်းစားတော့ မှတ်ဆိုတော့ “မှတ်တာတော့ မှတ်ပါတယ် ဘုရား” တဲ့၊ “ဟာ - ဘယ်လိုမှတ်တုံး” ဆိုတော့ “တစ်ပန်းကန်၊ နှစ်ပန်းကန်၊ သူ့စားတာ တစ်ပန်း ကန် ကုန်သွားပြီ၊ နှစ်ပန်းကန် ကုန်သွားပြီ၊ သုံးပန်းကန် ကုန်သွားပြီ၊ ဒါ - မှတ်တယ်” ဆိုတော့ “ဪ - ခက်ရချည်ရဲ့” သူပြောတဲ့ စကားမှားတော့ မမှားဘူး။ အမှတ်ကျဲလွန်းနေတယ်။ တစ်လုတ်ချင်း မမှတ်ဘဲ တစ်ပန်းကန်ချင်းမှတ်တော့ အမှတ်ကျဲ တော့တာပေါ့။ ဒါမျိုးယောဂီ ကျွေးရရင်တော့ ဝေယျာဝစ္စသမား သက်သာမှာမဟုတ်ဘူး။ မှတ်ဖို့ အရေး ကြီးတဲ့အကြောင်းနော်။ အဲဒါက စားရင် စားစိတ်ကို မှတ်၊ ဥပမာဆိုကြပါစို့၊ ယားနာကောင်းစိတ်။

ယားနာ ကောင်းစိတ်ဆိုတော့ ဒီနေရာ မယ် မရှင်းရသေးလို့ ထပ်ရှင်းဦးမယ်။ ဘာစိတ် ပြောမှန်း မသိဘူး။ အဲဒီတော့ ယားနာကောင်းစိတ်ဆိုတော့ ဥပမာ - ခန္ဓာကိုယ်မှာ အဝတ်ဝတ်တော့ ဝတ်တဲ့စိတ် ဖြစ်လာမယ်။ ဆိုကြပါစို့၊ နူးနူးညံ့ညံ့ အဝတ်ကလေး ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို တင်လိုက်တော့ နူးနူးညံ့ညံ့အတွေ့လေးတွေ့တာပေါ့။

နူးနူးညံ့ညံ့လေး တွေ့ရင်တွေ့တာကို မှတ်ရမှာ။
 အဲဒီလို မမှတ်လိုက်တာနဲ့ ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာဆိုတာ
 လာရော။ ဟော - အဝတ်ဝတ် နေရင်းက ဟိုမှာ တဏှာ
 ဖြစ်နေတာ။ တဏှာဆိုတာ တခြားမဟုတ်ဘူး လောဘ။
 တဏှာဖြစ်တာနဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်က ဥပါဒါန်ဆက်ကရော။
 ဥပါဒါန်ဖြစ် ပြီဆိုတော့ ဟိုဘက်က ကံပါလာလေရော။
 ကံဆိုတာဒီအဝတ်ဝတ်တာကို ပြောတာ။ အဲဒီတော့
 အဝတ်က ကံနဲ့ဝတ်နေတာ။ ဒီတော့ ဒီကံမြောက်သွား
 တာ တခြားနဲ့ မြောက်သွားတာမဟုတ်ဘူး။ တဏှာနဲ့
 မြောက်တာ။

တရားကောက်တော့ လောဘ။ လောဘနဲ့ ကံ
 မြောက်သွားတော့ အဝတ်ဝတ်တာကို သဘောကျပြီး
 ဝတ်တဲ့အဓိပ္ပါယ်ပဲ။ အရပ်ပြောပြောတော့ ဩဇာ - ဒီ
 အဝတ်ကလေးသဘောကျလိုက်တာလို့ ဝတ်တယ်ဆိုတာ
 က တဏှာ၊ ဥပါဒါန်ကံ ဖြစ်နေတယ်။ ဒီလိုဖြင့် ဒီပုဂ္ဂိုလ်
 အဝတ်ဝတ်တာက သစ္စာနဲ့ပြောတော့ သမုဒယသစ္စာနဲ့
 ဝတ်နေတယ်။ နံပါတ်၃-အကွက်မှာ၊ ဒီအဝတ်ကလေးကို
 ကိုယ် ပေါ်တင်လိုက်လို့ ဒကာ၊ဒကာမတွေ အမယ်လေး-
 နူးနူး ညံ့ညံ့လေး ခံစားနေတာက ဝေဒနာ၊ ခန္ဓာကိုယ်မှာ
 တင်လိုက်လို့ တွေ့ထိတာက ဖဿ၊ သဘောကျပြီး ခံစား
 နေတာကဝေဒနာ၊ ဒီအဝတ်ကလေးအပေါ်မှာတွယ်တာက

တဏှာ။ ဒီအဝတ်ကို စွဲစွဲလမ်းလမ်း ဖြစ်တာက ဥပါဒါန်။ ဒါနဲ့ပဲ ဝတ်နေတာက ကမ္မဘဝ၊ ကမ္မဘဝပစ္စယာဇာတိ။ ဒီလိုဖြင့် အဝတ်ဝတ်တိုင်း ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ဟိုမှာ ဒယ်အိုး လှမ်းလှမ်းကြည့်တယ်။

အဝတ် မဝတ်တတ်တော့

ဘာဖြစ်လို့ ဒယ်အိုးလှမ်းကြည့်လဲဆိုတော့ လောဘနဲ့ဝတ်တော့ ပြိတ္တာဇာတိ။ ဒီလိုဖြင့်ရင် ဒကာ၊ ဒကာမတွေ အဝတ်ဝတ်တာလည်းမသင်လို့မဖြစ်ဘူး။ အဲဒီတော့ မိဘတွေ သင်လိုက်တဲ့ အဝတ်၊ ဝတ်နည်းက “ဟ-ဒီ အပေါ်အောက် ဝမ်းဆက်ကလေးဝတ်လိုက်၊ သားသမီး ဘယ်လောက် ကြည့်ကောင်းမလဲ၊ အဲဒီလို လေး ဝတ်ဟ” ဘယ်သူက သင်တာလဲဆိုတော့ မိဘတွေ က။ ဒီလို ဝတ်လိုက်တော့ “ဟာ-ဟုတ်ပ၊ ကြည့်လို့ ကောင်းလိုက်တာ။ မှန်း-ဟိုလှည့်ကြည့် သည်လှည့်ကြည့်နဲ့ သဘောကို ကျနေတာပဲ။ ဒါအပြစ်တင်တာမဟုတ်ဘူး။ သဘာဝအတိုင်း ပြောပြနေတာ။ ပုထုဇဉ်သဘာဝ ဒီ အတိုင်းရှိတယ်။ သို့သော် မိဘကလည်း ကိုယ့်သား သမီးလေး ကြော့မော့နေတာ ကြည့်နေရရင် စိတ်ချမ်းသာ နေတာ။ ဘယ်မိဘမှကိုယ့်သားသမီး လှပပြီးဝနေတာကို

မကြည့် ချင်တဲ့မိဘရယ်လို့မရှိဘူး။ သားသမီးကလည်း
 ကြော့ကြော့မော့မော့ လှလှပပလေးဖြစ်အောင် ဒကာ၊
 ဒကာမတွေ ပုထုဇဉ်သဘာဝ ဆောင်ရွက်ကြပါတယ်။
 သို့သော် အဲဒီလိုဆောင်ရွက်တာ ဘုန်းကြီးက မကျေနပ်
 လို့ပြောတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ အင်း-မနာလိုလို့ ပြောတာ
 မဟုတ်ဘူး။ကိုယ့် ဒကာ၊ ဒကာမတွေ လှပကြွယ်ဝနေရင်၊
 စိတ်ကိုချမ်းသာနေတာ။ သို့သော် အဲဒါက အရေးမကြီး
 ဘူး။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့ကြည့်တော့ ကမ္မဘဝပစ္စယာ ဇာတိ
 တဲ့။အဲဒီလိုကံမြောက်တော့ တခြားဇာတိရမှာ မဟုတ်ဘူး။
 ပြိတ္တာဇာတိရမှာ။ အဲဒီတော့ မဝတ်တတ်တော့ ပြိတ္တာ
 ဖြစ်တယ်။ ယားနာကောင်းစိတ်ကကြည့်စမ်း၊ မဝတ်တတ်
 တော့ ပြိတ္တာဖြစ်တယ်။

အဲဒီတော့ စဉ်းစားကြည့်၊ ကိုယ့်ရှိလို့ ကိုယ်
 ဝတ်တာပဲ၊ ဘယ်သူ့မျက်နှာ ကြည့်ရမလဲ။ မှန်ပါတယ်။
 ကြည့်စရာလည်းမလိုပါဘူး။ဝတ်ပါ။ သို့သော် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်
 နဲ့ကြည့်တော့ ကိုယ့်ရှိလို့ ဝတ်တာလည်း တခြားဇာတိ
 မဟုတ်ဘူး။ပြိတ္တာဇာတိပဲ။ သိပ်ကြောက်စရာကောင်းပါ
 တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မယ်တော်ကြီးတွေ ဈေးထဲ ဘာထဲ
 သွားရင်တော့ သတိထား ဒကာ၊ ဒကာမတွေ။ ဈေးထဲ
 သွားတဲ့အခါ ကြည့်ပြီးလေ၊ မျက်စိက ဟိုကြည့် ဒီကြည့်၊
 ကြည့်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ ဟိုအဝတ်တန်းရောက်တော့

အဝတ်တန်းကြည့်၊ ရွှေဆိုင်တန်း ရောက်တော့ ရွှေ၊ ငွေ၊ လက်ဝတ်ရတနာကြည့်ပေါ့။ ဟော - မြင်လိုက်ပြီဆိုတာ နဲ့ "အမယ်လေး - ငါ ဒီအဆင်လေးသဘောကျ လိုက်တာ၊ သဘောကျတယ်ဆိုတော့ အဲဒီ အဆင်လေး ဈေးတွေ ဘာတွေ မေးစမ်းပြီးတော့ ကိုယ်က သဘောကတော့ ကျနေပြီ၊ ဝယ်ချင်နေပြီလေ။ ဒါပေမယ့် ဟိုက ဈေးက အခန့်မသင့်တဲ့အခါကျတော့ ဟော - အိုက်တင်လေးခံလို့ နေပါစေဦး၊ ဟော - အမယ်၊ ဒါပေမယ့် နေလို့မရဘူး၊ ဟိုမှာ ဥပါဒါန်က တော်ကြာ သူများဝယ်သွားမယ်၊ တိုက် တွန်းနေတယ်။ သူများဝယ်သွားလို့ မရလိုက်ပြန် ဖြစ်တော့ မယ်။ အဲတော့၊ နေလို့မရ၊ နောက်တစ်ခါ ပြန်လှည့် အမယ်၊ ဈေးထဲမှာ၊ ဈေးထဲမှာဖြစ်နေတာ။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဆက်နေတာနော်တစ်ယောက်တည်း၊ တစ်ယောက် တည်း။ အဲဒါနဲ့ ဥပါဒါန်က အစွဲနဲ့ ကဲ - မြန်မြန်ပြန်ဝယ် ဆိုတော့ သူတောင်းတဲ့ဈေးပေးဝယ်ရရော။

ဝယ်လိုက်တော့ ကံမြောက်သွားရော။ အဲဒီကံ မြောက်တာက တခြားက စ၊ မြောက်တာ မဟုတ်ဘူးနော်၊ မျက်စိက စ၊ မြောက်တာ။ မြင်တာကနေ ဝယ်တဲ့အထိ ရောက်သွားရော။ ဒါက မျက်စိကနေ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နော်။ ကမ္ဘာဝပစ္စယာ ဇာတိ ဆိုတော့ ဩဝါ - ဒီမျက်စိ ကလည်းပဲ အပါယ်ပို့တာပဲ။ ဒါ ယောဂီကို အပါယ်ပို့တာ။

အဲဒါနဲ့ပဲ ကဲ-အိမ်ရောက်တဲ့အခါကျတော့ ချုပ်ပြီးတော့ ဝတ်ရော၊ ဝတ်လိုက်တဲ့ကိုယ်ပေါ်တင်လိုက်တော့ “ကာယဉ္စ ပဋိစ္စ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဉ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ကာယဝိညာဏံ” ဆိုတော့ ကိုယ်ပေါ်တင်လိုက်တဲ့အခါ တွေ့တာက ဖဿ၊ နူးနူး ညံ့ညံ့ အဝတ်ကလေးကို သဘောကျပြီး ခံစားနေတာက ဝေဒနာ၊ အဝတ်ကလေးကို ခင်မင်နေတာက တဏှာ၊ အဝတ်ကို စွဲလမ်းနေတာက ဥပါဒါန်၊ စွဲလမ်းလို့ သဘော ကျလို့ဝတ်တာ၊ သဘောမကျရင် ခါးပေါ်တောင် မတင် ဘူး။ ဒီ အဝတ်မျိုးဝတ်တာမဟုတ်ဘူး။ အမယ်လေး - ခြေထောက်နဲ့တောင် ကန်ချင် ကန်ပြစ်ဦးမှာ။ သဘော ကျလို့ ဝတ်နေတာ၊ အဖိုးတန်လို့ ဝတ်နေတာ။ ဂုဏ်ယူ ဝံ့ကြွားစရာတွေဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီတော့ အဲဒီလို ဝတ်နေလိုက်၊ မြောက်သွား တော့ ကမ္မဘဝပစ္စယာ ဇာတိဆိုတော့ တခြားဇာတိ မဟုတ်ဘူး။ ပြိတ္တာဇာတိ၊ အဲဒီတော့ ဒီအဝတ်မျိုးကို ဒီ ရပ်ကွက်ထဲ ငါမို့လို့ဝတ်နိုင်တာဆိုတော့ အမယ်-မြောက် ကြွ မြောက်ကြွပေါ့ဗျာ။ မာန်ဝင်သွားပြီ။ မာန်ဆိုတာလည်း ဟိုက ဒေါသရဲ့ အဆွယ်အပွားပါပဲ။ အသင်းအပင်းတွေ ပေါ့။ အဲဒီလို ဖြစ်ပြန်တော့လည်း ငရဲဇာတိ ဖြစ်ပြန်ရော။ ဒကာ၊ ဒကာမတွေ စဉ်းစားကြည့်။ ဈေးထဲ တစ်ခါသွား လိုက်ပါတယ်။ ငရဲပြည်ကို သွားတဲ့ လမ်းကမနည်းဘူး။

လက်မှတ်တွေကို တန်းပုံသွားတာပဲ။ အဲဒါ သတိပဋ္ဌာန်
မဝင်လို့။ အဲဒီတော့ ဆိုလိုတာက အခု ဟောနေတာက
စိတ္တာနုပဿနာဟောနေတာနော်။ ငြောက် - ကိုယ့် ဒကာ၊
ဒကာမတွေ ဈေးထဲသွားဝယ်တာ၊ ခြမ်းတာ၊ စားတာ၊
သောက်တာ မကြည့်ရက်လို့ ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။
အပါယ်ကျမှစိုးလို့။ အဲဒါကြောင့်မို့ ငြောက် - ဒီလို သွား
လိုက်ရင် ဒီလမ်းက တည့်နေတာပဲဆိုတော့ အဲဒါတခြား
လမ်းမဟုတ်ဘူး။ အပါယ်လမ်း။ ဒါကြောင့် မျက်စိက
မြင်ရင် အပါယ်မရောက်အောင် မြင်စိတ်ကိုရှု။

နားက ကြားရင် ကြားစိတ်ကိုရှု။

လျှာက စားရင် စားစိတ်ကိုရှု။

ခန္ဓာကိုယ်မှာဝတ်ရင် ဝတ်တဲ့စိတ်ကိုရှု။

ထိုင်တဲ့အခါကျရင် ထိုင်စိတ်ကိုရှု။

စိတ်ကိုရှုစဉ်က - ဆိုကြပါစို့ ဆိုဖာကုလားထိုင် ထိုင်လိုက်
တယ်။ ငြောက် - ငြိမ်ငြိမ်သိမ်သိမ်လေး၊ ချောချောမွေ့မွေ့
လေး၊ ထိုင်တဲ့အခါ သဘောကိုကျလို့၊ ကြမ်းပေါ်ထိုင်တဲ့
အခါကျတော့ အမယ်လေး - ထိုင်ရတာကလည်း နာ
လိုက်တာ၊ ဟော - စသည်ဖြင့်။ ဆိုတော့ နာလိုက်တာ
ဆိုကတည်းကသဘောမကျတော့ဘူး။ သဘောမကျတော့
ဒေါသ၊ ဒေါမနုဿဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာလို့

ယူလိုက်။ ဟိုက ဥပါဒါန် ကံလာရော။ ကံမ္မဘဝပစ္စယာ
ဇာတိဆိုတော့ သဘောမကျလို့ ဒေါသနဲ့ ကံမြောက်ပြန်
တော့ တခြားဇာတိမဟုတ်ဘူး။ ငရဲဇာတိ၊ သိပ်အရေးကြီး
ပါတယ် ယောဂီတို့။ အဲဒါကြောင့် ဒီလိုဖြစ်မှာစိုးလို့ ဆရာ
တော် ဘုရားကြီးက အပြင်ညော်သည် ရှ-ယောက်ဆိုတာ
ဒါကို ခေါ်တယ်ဆိုတာ ယောဂီတို့ သိသွားပြီ။

မျက်စိက မြင်စိတ်ပေါ်၊

နားက ကြားစိတ်ပေါ်၊

နှာခေါင်းက နံစိတ်ပေါ်၊

လျှာက စားစိတ်ပေါ်၊

ကိုယ်က ယားနာ ကောင်းစိတ်၊ တွေ့ထိတဲ့
စိတ်၊ ပူပူတဲ့စိတ်၊ အေးရင် အေးတဲ့စိတ်နော်။

ယားနာ ကောင်းစိတ် ခေါင်းစဉ်တစ်ခုအနေနဲ့
ယောဂီတို့နားလည်အောင်သင်လိုက်တာပါ။ အသေးစိတ်
သွားလိုက်တဲ့အခါကျတော့ အေးတဲ့အခါမှာ အေးတဲ့စိတ်ရှိ
တယ်။ ချောချောမွေ့မွေ့ဆိုတော့ ချောမွေ့တဲ့စိတ်၊ ကြမ်း
တမ်းတော့ ကြမ်းတမ်းတဲ့စိတ်။ အဲတော့ ဆိုကြပါစို့၊
အိပ်လိုက်တယ် ဟော-အိပ်ရာ ခုတင်၊ မွေ့ရာ စသည်ဖြင့်
သွားတွေ့ လိုက်ပြီဆိုကတည်းက ဒီအတွေ့လေးက ရှိလာ
ပြီ။ အဲဒီ စိတ် တစ်နေ့ကို ဒီအတိုင်းမထားနဲ့။ ရှုရမယ်။

ဒါကြောင့် ယောက်တို့ အိပ်ခါနီးလည်း သတိပေးရတယ်။ စကားတွေ ပြောမနေနဲ့။ တောင်တွေ၊ မြောက်တွေ၊ တွေးမနေနဲ့။ အိမ်ရောက်၊ ကျောင်းရောက်၊ ဘယ်ရောက်ညာရောက် ရောက်မနေနဲ့။ ခန္ဓာထဲသာရောက်၊ ရောက်တဲ့ အခါကျတော့ အိပ်ရာဖျာသင်ဖြူးနဲ့ မွှေရာနဲ့ တွေ့လိုက်ရင် ထိလိုက်ရင်၊ ထိလိုက်တာနဲ့ကို ရှုရမှာ။

ထိပြီဆိုကတည်းက ထိစိတ်ပေါ်ပြီ။ ဒါကို ရှုရမှာ။ ရှင်းပြီနော်။ ဥပမာ - စောင်လေးခြုံ လိုက်မယ်၊ ကိုယ်ပေါ် ရောက်သွားတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီပေါ်တဲ့စိတ်ကို ရှုရမယ်။ ဒါ အိပ်ခါနီး ရှုနေတာနော်။ ဒီတော့မှ ငြိမ်သွားပြီ၊ အကုန်လုံး အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီ။ အိပ်ပြီဆိုတော့လည်း အသက်ရှူနေတော့လည်း ဝင်လေသိ၊ ထွက်လေသိ၊ ဒါ ရှုပေါ့။

အဲဒီအခါကျတော့ ဘယ်ညာတစောင်း ပြောင်း၊ ဘယ်ညာတစောင်းရှုပေါ့။ အဲဒီအချိန် အခါမှာ ပေါ်သမျှ စိတ်ကလေးကို ဒကာ၊ ဒကာမတွေရှုရမယ်။ ဘာပေါ်မလဲ ဆိုတာ ကိုကိုယ့်ဘာသာ ကိုယ်စောင့်ကြည့်။ အဲဒီလိုရှုရင် အဲဒါကို အပြင်ညွှန်သည်လို့ ပြောတာ။ ဒီလိုဖြင့် ဒီမှာ အပြင် ညွှန်သည် ၅-ယောက်ပေါ့။ ကဲ - ထားလိုက်။ ဒါနဲ့ အချိန်ကုန် သွားမယ်။

အပ္ပမာဒစာစဉ်

အတွင်းဧည့်သည် (၆)ယောက်

နောက်အတွင်း ဧည့်သည် ၆-ယောက်တဲ့။

လောဘစိတ်၊

ဒေါသစိတ်၊

မောဟစိတ်၊

အကုသိုလ်စိတ် ၃-ခု၊ ဒါကတော့ ရှင်းပါတယ်။
လောဘသည် ပြိတ္တာပြည်သွားမယ်။ ဒီလိုဖြင့် ပြိတ္တာ
ပြည်သွားမယ့် လောဘစိတ်ကိုလက်ခံရမလား၊ ရှုရမလား
ဆိုတော့ကာ ရှုရမယ်၊ လက်ခံထားလို့မရဘူး။ သူ့ကို
မိတ်ဆွေဖွဲ့လို့ မရဘူး။ ရန်သူကို မိတ်ဆွေဖွဲ့ရင် ကိုယ့်
အတွက် ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ကိုယ်ကျိုးနည်းလိမ့်မယ်။
အဲတော့ - လောဘသည် ရန်သူ၊ ဒီလိုဖြင့် မြင်တိုင်း
မြင်တိုင်းလိုချင်တာသည် လောဘ။ ဒီလိုဖြင့် ခု ပြောနေ
တဲ့လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟဆိုတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်တွေ
ဟာ အတွင်းဧည့်သည်လိုဆိုတယ်။ ဧည့်သည်ဆိုကတည်းက
ရင်းနှီးတယ်၊ ကျွမ်းဝင်တယ်၊ အကုန်လုံးနဲ့ ဟိုလူ ဒီလူနဲ့
စကားပြော၊ အဓိပ္ပါယ်ဆိုတာမျိုးလို့ဟော -

- မြင်ရင်လည်းပဲ လောဘ လာတယ်၊
- ကြားရင်လည်းပဲ လောဘ လာတယ်၊
- မွှေးရင်လည်းပဲ လောဘ လာတယ်၊

စားရင်လည်းပဲ လောဘာ လာတယ်။

ဝတ်ရင်လည်းပဲ လောဘာ လာတယ်။

အကုန်လုံး ပတ်သက်တယ်။ ဟောဒီ မြင်စိတ်သည် ကြားရင် သူ့နဲ့ မပတ်သက်ဘူး။ ဘယ်သူ့နဲ့ မပတ်သက်ဘူး။ တစ်ဦး တစ်ယောက်တည်း သီးသန့်ပဲ။ ဟောဒီ လောဘကျတော့ အကုန်လုံးရောတာ။ မြင်လည်းပဲ သူဝင်လိုက်တာပဲ။ နေရာတကာပါပေါ့နော်။ အရာရာတိုင်းမှာ ပါနိုင်တဲ့စိတ်။ လောဘစိတ်သည် အရာရာတိုင်းမှာ ပါသလို ဟော - ဒေါသစိတ်ကျလည်းပါတာပဲ။

မြင်တာကို သဘောမကျတော့ ဒေါသ၊

ကြားတာကို သဘောမကျတော့ ဒေါသ၊

နံ့တာကို သဘောမကျတော့ ဒေါသ၊

စားတာကို သဘောမကျတော့ ဒေါသ၊

ဝတ်တာ၊ အိပ်တာကို သဘောမကျတော့

ဒေါသ၊

ဒီလိုဖြင့် လောဘနဲ့သေ ပြိတ္တာ၊ ဒေါသ နဲ့သေ ငရဲ၊ အဲဒါကြောင့်မို့ ဟောဒီ မြင်တိုင်း၊ ကြားတိုင်း၊ စားတိုင်း၊ ဝတ်တိုင်း၊ တွေ့ထိတိုင်းမှာ လောဘ၊ ဒေါသ မဖြစ်အောင် ယောဂီတို့က ဝိပဿနာရှုရမှာ။ မရှုရင် တခြားမဟုတ်ဘူး၊ အပါယ်ငရဲသွားမှာ။ မောဟစိတ်ဆိုတာ

တရားကိုယ် ကောက်တော့အဝိဇ္ဇာ၊ မောဟက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် နဲ့ကျတော့ အဝိဇ္ဇာ၊ အဘိဓမ္မာဝေါဟာရက မောဟ၊ သုတ္တာန်နဲ့ကျတော့ အဝိဇ္ဇာ၊ အတူတူပဲ။ အဲတော့ အဝိဇ္ဇာနဲ့သေလည်း တိရစ္ဆာန်ပဲ။ အဲတော့ မောဟဆိုတဲ့ အဘိဓမ္မာ သဘောက လောဘဖြစ်ရင်လည်း သူပါတာပဲ။ ဒေါသဖြစ်ရင်လည်းသူပါတာပဲ။ သမ္မာကုသလသာ ဓာရဏ စေတသိက်ကိုး။ အကုသိုလ်စိတ်အားလုံးနဲ့ သူဆိုင်တယ်။ အာရုံရဲ့ သဘာဝမှန်မသိလို့ လောဘဖြစ်တယ်။ ဒေါသ ဖြစ်တယ်။

ဥပမာ - ပန်းကလေးတစ်ပွင့် သူ့သဘော သူ ဆောင်ထား၊ ကိုယ်က ကြိုက်စရာလည်းမလိုဘူး၊ မကြိုက် စရာလည်း မလိုဘူး။ ဓာတ် ၄-ပါး ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ အရာလေးပဲ။ ဒီပရမတ္ထ သဘာဝကို မောဟက ဖုံးထား လိုက်တော့ “လှလိုက်တာဟ” ဟော-လောဘ။ “မလှဘူး ဟ၊ အကြည့်တန်သဟ” ဆိုတော့ ဒေါသ၊ ဒါ သဘာဝ အမှန်ကို မောဟဖုံးထားလို့ လောဘ ဒေါသဝင်တာ။ အရှိုအတိုင်းမြင်လိုက်တော့စင်စရာမလိုတော့ဘူး။ သဘာဝ အရှိုကို မသိတော့ ဟော - မောဟ။ ဆိုတော့ မြင်တိုင်း၊ မြင်တိုင်း မသိရင် မောဟ။ သတိမမူတော့ ဂူမမြင်။ သတိမူတော့ မြူကိုတောင် မြင်တယ်။ အဲတော့ သတိ မထားမိတော့ လမ်းသွားတဲ့အခါကျတော့ဟာ - ဘယ်သူ အနားဖြတ်သွားလိုက်လဲ၊ သွားတော့ သွားတယ်။

ဘယ်သူမှန်း မသိဘူး။ သတိမမူတော့ပေါ့။ သတိရှိနေတဲ့ အခါကျတော့ ဘယ်သူ ဘယ်ဝါ သွားတယ်ဆိုတာ သိ တယ်။ သတိမရှိတော့ အင်မတန်ကြီးမားတဲ့ကိုယ်ကြီးဝင်တိုက် သွားတယ်ဆိုတာက သတိမမူလို့။ သတိရှိတဲ့အခါကျတော့ သေးသေးဖွဲဖွဲကိစ္စလေးတွေလည်း မြင်နိုင်တယ်ပေါ့။ တစ်ခါတလေ လမ်းခလုတ်တိုက်တယ်ဆိုတာက သတိ လွတ်လို့။ မြင်ရင်ဘယ်တိုက်မလဲ။ မမြင်လို့ တိုက်တာပေါ့။ မမြင်တာကလည်း တခြားကြောင့်မဟုတ်ဘူး။ အမှုမဲ့ အမှတ်မဲ့နေလို့။ အဲဒီလို တကယ်ရှိလျက်နဲ့ အရှိအတိုင်း မမြင်နိုင်တာသည် မောဟ။

- အဲဒီတော့ မြင်တာကို မသိရင် မောဟ။
- ကြားတာကို မသိရင် မောဟ။
- နံ့ မွှေးတာကို မသိရင် မောဟ။
- စားတာကို မသိရင် မောဟ။
- ဝတ်တာကို မသိရင် မောဟ။

အဲဒါကြောင့်မို့ ယောဂီတို့ မောဟဖြစ်ပြီး ဆိုရင် တိရစ္ဆာန်၊ တိရစ္ဆာန်မဖြစ်ရအောင် ကြည့်တိုင်း၊ ကြည့်တိုင်း မသိရင် မောဟနဲ့ ကြည့်တယ်၊ ကြားတိုင်း ကြားတိုင်း မသိရင် မောဟနဲ့။ ဒီလိုဖြင့် မောဟနဲ့ မြင်တယ်။

ကြည့်တယ်၊ ကြားတယ်၊ စား တယ်၊ ဝတ်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် အမှုအရာတိုင်း၊ အမှုအရာတိုင်းဟာ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်မယ်လို့ ပြောနေတာ။ ဒကာ၊ ဒကာမတို့ ဒယ်အိုးနှုတ်ခမ်းကတော့ နင်းမိလျက်သားတော့ ဖြစ်တယ်ဗျ။ သီသီလေးလိုတော့ တာ။ ဥပမာ - ဒယ်အိုး နှုတ်ခမ်းတော့ နင်းမိလျက်သားပဲ၊ နည်းနည်းလေး တိမ်းလိုက်တာနဲ့ ကျပြီးသားပဲ။ အဲဒီ နင်းတဲ့အချိန်ကို ခြေ-ဆရာကောင်း၊ သမားကောင်းနဲ့ တွေ့တဲ့အခါကျတော့ “ဟာ- မဆင်းနဲ့၊ မဆင်းနဲ့” မြန်မြန်ဆန်ဆန်၊ နှေးနှေးမဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဆရာ တော်ကြီးက ဒီလို တွန်းတွန်း တိုက်တိုက်ဟောတာနော်။ နည်းနည်းလေး အတိမ်းမခံဘူး ယောဂီတို့။ တိမ်းလိုက် တာနဲ့ကျ၊ ယောဂီတို့နော်။ ဒီလိုဖြင့် တိမ်းလိုက်တာနဲ့ ကျဆိုတာ စကားက ကြီးကျယ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဖြစ်စဉ် ကိုက်၊ ယောဂီတို့ ဖြစ်စဉ်ကိုက်။ အခုကြည့်လေ၊ မြင်လို့ မရှုရင် တခြားဟုတ်ဘူး လောဘ။ မကြိုက်တော့ ဒေါသ၊ မရှုမိတော့ မောဟ။ ကဲ - တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုဖြစ်ပြီ ဆိုကတည်းကတခြားမဟုတ်ဘူးဒယ်အိုးပဲ။ လောဘက ပြီတ္တာဖြစ်မယ်၊ ဒေါသက ငရဲဖြစ်မယ်၊ မောဟက တိရစ္ဆာန်ဖြစ်မယ်။ တစ်ချက်မျှ မလွတ်ဘူးယောဂီတို့။

နာမရူပစက္ခုစိတ်မိတ်တို့
 ကောသလကောသလမ ကောသလကောသလကောသလ
 ဒိဋ္ဌိနာမကောသလ ဒိဋ္ဌိနာမကောသလ ဂုဏ်ခရီးဆ

အပ္ပမာဒစာစဉ်

အအားနေရင် အလကားနေတာပဲ

ဒီမှာ အာရုံ ၆-ပါး၊ ဒွါရ ၆-ပေါက် ရှိတဲ့ အနက်မှာ မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ် ဒီ ၅-ခုဟာ နေ့စဉ် လှုပ်ရှားနေတယ်။ တွေ့ထိနေတယ် ဆိုကတည်းက ဒီလောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟတွေ မပေါ်ဘဲ ရှိပါ့မလား။ အမြဲတမ်း ဒီစိတ်တွေ ရှိနေတယ်။ ရှိနေပါ လျက်နဲ့ ဒကာ၊ဒကာမတွေ မရှုမိရင်တော့ မောဟဖြစ်မယ်။

ဒါကြောင့်မို့ ဖြစ်ပေါ်သော စိတ်တိုင်း၊ စိတ် တိုင်းကို သတိထားပြီးတော့ ဝီရိယစိုက်ရှုပါ။ မရှုလို့ အအားနေပြီဆိုရင် ဒါ အလကားနေတာပဲ။ မရှုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် အလုပ်မရှိတာ၊ မရှုရင် အားနေပြီ။ အလုပ် မရှိလို့ အားနေရင် အအားနေခြင်းသည် အလကား နေခြင်းပဲ။ ဟာ - အားနေတယ် ဘုရား။ ဘာမှတောင် အလုပ်မရှိဘူးဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ် မတရားဖြစ်နေတာပဲ။ မတရားဖြစ်ရင် သေရင်တခြားမသွားဘူး၊ အပါယ်။ အအားနေလို့၊ အလကားနေလို့။ အဲဒီတော့ ခု ယောဂီ တို့မှာ အားတဲ့အချိန်ဆိုတာ ရှိရဲ့လား။ ဒါကြောင့်မို့ အား ချိန်၊ နားချိန်မရှိ၊ စပ်ကြားမရှိ အားထုတ် ရမယ် ဆိုတာ ဒါကြောင့်ပြောတာ။ ခုမှ အဓိပ္ပါယ်ပေါ်တယ်နော်။ အားနေ တယ်၊ နားနေတယ်ဆိုတာ မတရားနေနေတာ။

အဲဒီတော့ အအားနေခြင်း၊ အလကားနေခြင်း

အပ္ပမာဒစာစဉ်

သည် မတရားနေခြင်းဖြစ်တယ်ဆိုတော့ အင်း - ဒီနေ့
 တော့ ငါအားတယ်ဆိုရင်တော့ ငါတော့ မတရားဖြစ်ပြီ။
 သွားတော့မယ်၊ ဘယ်ကိုလဲ၊ အပါယ်။ အဲဒါ ကိုယ့်လမ်း
 ကိုယ်သိရမယ်။ ဒီလို အအားနေရင်း သေရင် အပါယ်ပဲ။
 ကိုယ်သွားမယ့်လမ်း ဒကာ၊ ဒကာမတွေတန်းလို့။
 အဲဒီတော့ ကောင်းတဲ့လမ်းဆို အကြောင်းမဟုတ်ဘူး။
 မကောင်းတဲ့လမ်းဆို ရှောင်ရမယ်။ အခု ဒါရှောင်ဖို့
 အချက်တွေနော်။ ကဲ - ဒီတော့ထား။ ခု ပြောနေတာက
 လောဘစိတ်၊ ဒေါသစိတ်၊ မောဟစိတ်။ ဗျတ်ပြီ၊ ၃-
 စိတ်နော်။ နောက်တစ်ခုက -

- အလောဘစိတ်၊
- အဒေါသစိတ်၊
- အမောဟစိတ်။
- အဲဒီတော့ ဘုန်းကြီးရဲ့ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာတော်
 အတိုင်း သွားရင်တော့ အမောဟစိတ်ပဲ ပြောမှာပဲ။ ဒီ
 နေရာမှာ အယူတွေ သိပ်အရေးကြီးတယ်နော်။ ဘာလိုလဲ
 ဆိုတော့ ဟိတ် ၆-ပါးတွင် -
- လောဘဟိတ်
- ဒေါသဟိတ်
- မောဟဟိတ်

၃၁၆ - အလောဘဟိတ်
 အဒေါသဟိတ်
 အမောဟဟိတ်

ဒီလို သွားတာကိုး။ ဒီနေရာမှာ ဘုန်းကြီး ယောဂီတို့ကို ကျေးဇူးပြုနေတာက အရှုခံ၊ စိတ္တာနုပဿနာကို သင်နေတာ။ စိတ္တာနုပဿာသည် အရှုခံ။ ပိဋကတ်သုံးပုံကို အဆီထုတ်တဲ့အခါကျတော့ နောက်ဆုံး-

၁။ အရှုခံ

၂။ အရှုဉာဏ်

အရှုဉာဏ်က မဂ္ဂင် ၅-ပါး၊ အရှုခံက ခန္ဓာ ၅-ပါး။ အဲဒီ အရှုခံ ခန္ဓာ ၅-ပါးမှာ ကြားရင်၊ ကြားတိုင်း ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ နံရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ မြင်ရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ ဝတ်ရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ စားရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ လောဘဖြစ်ရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ ဒေါသဖြစ်ရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး၊ မောဟဖြစ်ရင် ခန္ဓာ ၅-ပါး။ ဒါ အရှုခံ တွေချည်းပဲ။

အဲဒီတော့ အလောဘဆိုတာက ဒါ စာလို ပြောတာ။ လောဘက လိုချင်တာ၊ အပိုင်သိမ်းချင်တာ၊ မောင်ပိုင်စီးချင်တာ၊ အလောဘက စွန့်လွှတ်တာ၊ မလိုချင်တာ၊ စွန့်လွှတ်တာပေါ့။ လှူဒါန်း ပေးကမ်းစွန့်ကြဲ ချင်တဲ့စိတ်သည် အလောဘစိတ်။ ဒီလိုဖြင့် ခုရိပ်သာ

ရောက်လာတဲ့အခါကျတော့ လှူချင်တဲ့စိတ်တွေ၊ ဘုရား
 တည်ချင်တယ်၊ ကျောင်းဆောက်ချင်တယ်။ ဟာ - ဘာ
 လုပ်ချင်တယ်၊ ညှာလုပ်ချင်တယ်၊ ဆွမ်းကပ်ချင်တယ်
 စသည် ပေါ်လာတဲ့စိတ်သည် ကုသိုလ်စိတ်။ အကုသိုလ်
 စိတ် မဟုတ်ဘူး။ ဒီတော့ အခြေခံဗုဒ္ဓဘာသာ မိရိုးဖလာ
 ဗုဒ္ဓဘာသာက အဲဒီစိတ်ကို သိမ်းပိုက်ထားတာ။ သို့သော်
 သိမ်းပိုက်ထားမှာပေါ့။ အစပိုင်း သင်တာကင် သင်ထား
 တာကိုး။ မိရိုးဖလာဆရာတွေကလည်း ကံပိုင်း သင်ထား
 တာကိုး။ ကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းတာဖြစ်မယ်။
 မကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းတာဖြစ်မယ်။ စ၊ စချင်း
 ဘုန်းကြီးတို့ အပိုဒ်က ဒါ ဖွင့်ပြနေတာ။ သို့သော်
 အဲဒါ နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဝေးသေးတယ်။ အရင်စာရင်တော့ နီး
 လာပြီ။ မလုပ်တဲ့လူနဲ့ စာရင်တော့ နီးလာပြီ။ နိဗ္ဗာန်ရဖို့
 အထောက်အပံ့ကောင်းတစ်ခုတော့ ဖြစ်လာပြီပေါ့။
 “ဣဒံမေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု” ကိုး။
 သို့သော်လည်း ဝေးသေးတယ်နော်။ အလယ်ကောင်မှာ
 ၄-ဆင့်တောင် တက်ရဦးမှာ။ ၄-ဖုံးလောက် ဖွင့်ရဦးမယ်။
 အားလုံး ၅-ဖုံးဖွင့်မှ နိဗ္ဗာန် ပေါ်မှာ။ အဲဒီတော့ ယောဂီတို့
 ပထမဦးဆုံး ဖွင့်ပြ တာက ၁-က နိပါတ် ၁-က ကမ္မသေကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ။ အဲ
 တော့ မိရိုးဖလာဗုဒ္ဓဘာသာက ဒါ သိမ်းပိုက်ထားတာ။
 ၃-မြားစီနိဗ္ဗာန် ၄-ထပ်စီ ၅-ထပ်စီမြားစီနိဗ္ဗာန် နိဗ္ဗာန်မဒိဋ္ဌိ

ဒီကံကို သိမ်းပိုက်ထားတာ။ သို့သော် ကံကို သိမ်းပိုက်
 ထားရုံနဲ့ အသေမလွတ်ဘူး။ မကောင်းဘူးလို့ ပြောတာ
 မဟုတ်ဘူး။ အသေမလွတ်သေးတာကိုပြောတာ။ ဒီလိုဖြင့်
 အဲဒီကံပေါ်မှာပယ်ရမှာလား၊ ဉာဏ်အုပ်ရမှာလားဆိုတော့
 ဉာဏ်အုပ်ရမယ်။ ဒီလိုဖြစ်ရင် ယောဂီတို့ အရှင်မှာ ဒါနပြု
 ချင်တဲ့စိတ် ပေါ်လာပြီပေါ့။ ဝိပဿနာရှု။ ဟာ -လှူချင်
 လာတယ်၊ ပေးချင်လာတယ်၊ ကမ်းချင်လာတယ်ပေါ့
 နော်။ သို့သော် လှူပါ၊ တန်းပါ၊ ပေးပါ ကမ်းပါ၊ စွန့်ကြဲပါ။
 ဝိပဿနာရှုနေတဲ့ အချိန်မှာ ဒီစိတ်တွေ ဝင်တတ်တယ်။
 တစ်ခါတည်း သဒ္ဓါတရားတွေ ဖြစ်ပေါ်နော်။ အဲလိုဖြစ်
 နေတဲ့အခါကျတော့ သူသည် တခြားမဟုတ်ဘူး။ ကုသိုလ်
 စိတ်၊ ကံစိတ်။ ဒီလိုဖြင့် ကံစိတ်သည် တန်ဖိုးမရှိလို့
 ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ ဥပမာဆိုကြပါစို့၊ ကြေးနဲ့ ရွှေနဲ့ဟာ
 အရောင်ကတော့ခပ်ဆင်ဆင်ပဲ၊ တစ်ခါတလေ ကြေးက
 ရွှေထက်တောင် အရောင်တောက်သေးတယ်။ အဲတော့
 ရွှေကိုမသိတဲ့သူဟာ ကြေးကိုတွေ့လို့ရှိရင် ရွှေလို့
 ပြောလိုက်တာနဲ့ သူ့စိတ်ထဲမှာ တစ်ခါတည်း သိမ်းပိုက်
 တော့တာပဲ။ ရွှေကို မမြင်ဖူးတဲ့သူက ကြေးပဲ ရွှေထင်မှာ
 ကိုးဗျ။ ရွှေလည်းတွေ့ရော၊ ဟောဒါက ရွှေ၊ ဟောဒါက
 ကြေး၊ ကြေးကဘယ်ဈေးရှိတယ်၊ ရွှေက ဘယ်ဈေးရှိ
 တယ်ဆိုတော့ တန်ဖိုးချင်းမတူဘူး။ ရွှေဈေးသည်
 အင်မတန် တန်ဖိုးမြင့်တယ်။ ဒီတော့ တန်ဖိုးမြင့်

တာလည်း မြင်လည်း မြင်ရေးဟော-ကြေးတော့ ဘယ်ယူ
မလဲ၊ ရွှေကို ယူမှာပေါ့။ ဒါ ဥပမာဆောင် ဟောတာပါ။

အဲဒီတော့ ကံဆိုတာ ကြေးနဲ့တူပါတယ်။
ဉာဏ်ဆိုတာ ရွှေနဲ့တူတယ်။ ဒီတော့ ယောက်ီတို့ ရွှေယူ
မလား။ ကြေးယူမလား။ ရွှေယူရင် ကံနဲ့ တင်းတိမ်မနေနဲ့။
ကြေးကို ရွှေနဲ့လဲလိုက်။ လဲလိုက်တော့ ကြေးအစား
ရွှေဝင်လာပြီ။ ရွှေဝင်လာတော့ ချမ်းသာတာပေါ့။ အဲဒီ
ဥပမာလို ဟောဒီ အလောဘဆိုတဲ့ ဒါနပြုချင်တဲ့စိတ်
ပေါ်ရင် ဉာဏ်နဲ့ အုပ်လိုက်ပါ။ ဉာဏ်အုပ်လိုက်တော့
ဟောကံကို ဉာဏ်အုပ်တော့ကံချုပ်တာပေါ့။ ကဲ ပါဠိတော်
ရွတ်တော့ ကမ္မဘဝနိရောဓာ ဇာတိနိရောဓော ဆိုတော့
ကံချုပ်တော့ ဇာတိချုပ်တယ်။ ဇာတိချုပ် တယ်ဆိုတော့
ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ရွှေအိုးရတာနဲ့ အတူတူပါပဲ။

ဒီလိုဖြင့် ဇာတိချုပ်တဲ့ အကျိုးရတာက ဉာဏ်
ကြောင့်။ တကယ်လို့ ဇာတိရတာက ကံကြောင့်။ ဇာတိရ
ရင် နောက်က ဇရာ၊ မရဏ။ ဇရာ မရဏဆိုတော့ အို
နာ၊ သေဘေးကို ဒကာ၊ ဒကာမတွေကမလိုချင်ဘူး။ လွတ်ချင်
တာ၊ လွတ်ချင်ရင် ဇာတိမရအောင် လုပ်ရမယ်။ ဇာတိမရှိ
ဖို့ အတွက်က ကံဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ဉာဏ်အုပ်ရမယ်။
အဲဒါယောက်ီတို့ ရှုကွက်ပဲ။

အဲဒီတော့ လှူချင်ဒါန်းချင်၊ ပေးချင်တဲ့ စိတ်

ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်း တခြားလုပ်ရမှာမဟုတ်ဘူး။ ရှုရမှာ။ မဂ္ဂင် ၅-ပါးဉာဏ်နဲ့အုပ်လိုက်။ ဉာဏ်နဲ့အုပ်လိုက်ရင် အဲဒီ ကုသိုလ်ကောင်းမှုသည် ဇာတိချုပ်တဲ့ ကုသိုလ်ဖြစ်သွားပြီ။ ဉာဏ်ကုသိုလ် မှန်လို့။ အဲဒီတော့ ဒီနေရာမှာ ယောဂီတို့ ကိုယ့်မိတွေ့ ဒာတွေ ရင်းရင်းနှီးနှီး သတိပေးရမယ်။ အဲဒီလို ဉာဏ်နဲ့ကံကိုခွဲခြားပြီးဟောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း မဟောပြဘူးဆိုရင် “ဟာ - ဒီကိုယ်တော်က ဒါန ပယ် တယ်ဖြစ်ကရော။ အဲဒီတော့ မိုးကုတ်ကို အချို့က စွပ်စွဲတယ်။ ဟာကွာ - မိုးကုတ်က ဒါန ပယ်တယ်ပေါ့။ မိုးကုတ်က ဒါနကိုပယ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါနကို ချိုးမြှောက် နေတာပါ။ ယောဂီတို့လုပ်တဲ့ ဒါနက အသေ မလွတ်ဘူး။ အသေလွတ်အောင်အခုခိုင်းနေတာ။ ရှင်း ရောရှင်းရဲ့လား။

အဲဒီတော့ အသေလွတ်အောင် ခိုင်းတဲ့ အခါကျ တော့ ဒီလိုဉာဏ်ရပြီးရင် ခန္ဓာကိုယ်ပေါင်း လှူလိုက်။ ကဲ - ဒီတော့ ကောင်းပြီ။ နည်းနည်းလေး မြန်မြန်သွား လိုက်ကြရအောင်။ ပေးချင်၊ ကမ်းချင်၊ လှူချင်၊ ဒါန်းချင် တဲ့စိတ်ပေါ်လာရင် အဲဒီစိတ်ကို ဉာဏ်နဲ့အုပ်ရှု။

ဟော - အဒေါသဆိုတာ မေတ္တာဗွဲ့တဲ့စိတ်။ မေတ္တာဆိုတာကမ္မဋ္ဌာန်းတရား၄၀-ထဲမှာပါတယ်။ မေတ္တာ သည် သမထ။ သမထဆိုတော့ အာနတ္တာဘိသင်္ခါရ။

အာနန္ဒာဘိသင်္ခါရပစ္စယာ ဗြဟ္မာဝိညာဉ်။ ဒုက္ခမကုန်သေး
ဘူး။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ မကောင်းဘူးလား။ အကောင်း
မကုန်သေးတာလား။ အကောင်း မဆုံးသေးတာ။ အကောင်း
ကုန်သွားအောင် သူ့ကို ဉာဏ်အုပ်ရမှာ။ ဒီလိုဖြင့် မေတ္တာပို့
ချင်တဲ့ အဒေါသစိတ်ပေါ်တိုင်းပေါ်တိုင်း ဉာဏ်အုပ်ရမယ်။

ခုနု ဟိုက အမောဟစိတ် မဟုတ်ဘူး။ တွေး
တော ကြံစည်စိတ်၊ အမောဟစိတ်ဆိုရင် ဝိဇ္ဇာကိုး။
အမောဟဆိုတာက ဝိဇ္ဇာ၊ အဝိဇ္ဇာက သမုဒယသစ္စာ။ ဝိဇ္ဇာ
ကျတော့ မဂ္ဂသစ္စာ။ ဒီလိုဖြစ်ရင် အကယ်လို့များ ဒီနေရာ
မှာ ယောဂီတို့က အမောဟဆိုရင် ဝိဇ္ဇာစိတ်ဖြစ်မှာပေါ့။
အခုသင်တာက အရှုဉာဏ်ကို သင်နေတာမဟုတ်ဘူး။
အရှုခံကို သင်နေတာ။ ဒါကြောင့်မို့ ဆရာတော်ဘုရားကြီး
ဉာဏ် ဘယ်လောက်များ ကြည်ညိုစရာကောင်းလဲ ဆို
တော့ “ဟေ့ - ဒီနေရာမှာ တွေးတောကြံစည်စိတ်တဲ့။
စောစောက ဒီထဲမှာ တွေးတောကြံစည်စိတ်မပါဘူးနော်။
ဟောဒီမှာကြည့်၊ ဒါပိုသွားတယ်။” ဒီမှာက ဩော်-ယားနာ
ကောင်းစိတ်ပဲပါတယ်။ အခု တွေးတောကြံစည်စိတ်
ဆိုတော့ ကြံစည်တာနော်။ မနဉ္စ ပဋိစ္စ ဓမ္မေစ ဥပ္ပဇ္ဇတိ
မနောဝိညာဏံ ဆိုတော့ မနောဝိညာဉ်စိတ်ကို ဒီမှာ လာ
ထည့်လိုက်တာ။ ဆရာတော်ဘုရားဉာဏ်။ အဲဒီတော့
ယောဂီတို့ အခုသင်သွားတဲ့အထဲမှာ နားမလည်တာများ

မလောပိတကဏ္ဍ၊ နိကာယ၊ ဝိပဿနာ၊ ဝိပဿနာ၊ ဝိပဿနာ၊ ဝိပဿနာ၊ ဝိပဿနာ

ပါလား၊ မပါဘူး နော်။ ကဲ - ဒီတော့ထား။ အချိန်ကို မနည်းလုနေရတယ်။ စုံတော့ မစုံဘူးနော်။

အိမ်ရှင်ပဲကျန်မယ်

အဲဒီတော့ အပြင်ညော်သည် ၅-ယောက်၊ အတွင်း ညော်သည် ၆-ယောက်။ ညော်သည်ဆိုတာ ကိစ္စ ရှိမှလာတယ်။ ကိစ္စမရှိရင် ပြန်သွားတယ်။ ပြန်ရင် ဒီအိမ်မှာ အိမ်ရှင်ပဲကျန်မယ်။ အိမ်ရှင် ဆိုတာက လေကို သွင်းချင်တဲ့စိတ်၊ လေကို ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်။ ညော်သည်တွေ ပြန်သွားရင် အိမ်ရှင်ပဲကျန်တော့မယ်။ လေကို ထုတ်ချင် တဲ့စိတ်၊ လေကို သွင်းချင်တဲ့စိတ်ဆိုတာ ဟဒယဝတ္ထုကို မှီပြီးတော့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီမှာဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူးနော်။ ဒီမှာကဝင်လေသိ၊ ထွက်လေသိ သိနေတာ။ အခု ယောဂီ တို့ကို ရှုခိုင်းတာက လေကိုထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ လေကို သွင်းချင်တဲ့စိတ်။ ဒါ ဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့နည်း အတိုင်းပဲ။ ဘုန်းကြီးတစ်ခွန်းမျှ ပိုဟောလို့မရဘူးနော်။ ကောင်းပြီ၊ လေကိုထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ လေကိုသွင်းချင်တဲ့ စိတ်ဆိုတာ ဟဒယဝတ္ထုကနေဖြစ်တာ။ အခု ဒီမှာ ဒီလို ရှုနေတဲ့ အခါကျတော့ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟရှုလို့ ပျက် သွားရင် ဝိပဿနာဉာဏ်ရတယ်။ အလောဘ၊ အဒေါသဆိုတဲ့ တွေးတောကြံစည်စိတ်တွေ ရှုပြန် တော့လည်း အပျက်တွေမြင်ရင် ဝိပဿနာဉာဏ်ရတာပဲ။

ဒီလိုဖြင့် လေကို ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ လေကို သွင်းချင်တဲ့ စိတ်ကိုလည်း ဆက်ရှုရင် ဒီအပျက်ကိုပဲ မြင်ရမယ်။ ဒီတော့ အဲဒီစိတ်ကို ပထမဆုံးတွေ့အောင် ရှာရမယ်။ လေကိုထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ လေကိုသွင်းချင်တဲ့ စိတ် ဟဒယဝတ္ထုကို မှီပြီး ဖြစ်တာကို လက်တွေ့စမ်းချင်ကြရင် ယောဂီဟိကဲ - လေကို ထုတ်ပြီးရင် မရှိက်ဘဲ ထားကြည့်လိုက်စမ်း။ လေကို ထုတ်ပြီးလို့ ပြန်မရှိက်ရင် ဘာစိတ်ပေါ်မလဲ။ ရှိုက်ချင်တဲ့စိတ် ပေါ်လာမယ်။ ဒီစိတ် ကလေးကို မိအောင်ဖမ်းလိုက်။ ရှိုက်ချင်တဲ့စိတ်သည် ဒကာ၊ ဒကာမတွေ ဟိုမှာ သည်နားမှာလို့ ပြောလို့ရလား၊ မရပါဘူး။ သို့သော် မရှိဘူးလား။ မသိဘူးလားဆိုတော့ ရှိလည်းရှိတယ်၊ သိလည်းသိတယ်။ တခြားအရာ မဟုတ်ဘူး။ ဉာဏ်အရာတွေ၊ လေကိုထုတ်ပြီး မရှိက်ဘဲနော့ ရှိုက်ချင်တဲ့စိတ်ပေါ်မယ်။ လေကိုသွင်းချင်တဲ့စိတ်ပေါ်မယ်ပေါ့။

ကဲ-လေကို ရှုသွင်းလိုက်၊ ရှိုက်လိုက်၊ ခဏလေး အသက်အောင့်ထားကြည့်၊ ဘာစိတ်ပေါ်မလဲ၊ ထုတ်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေးပေါ်မယ်။ ထုတ်ချင်တယ်၊ ထုတ်ချင်တယ်၊ ထုတ်ချင်တယ်။ မထုတ်ရမနေနိုင်၊ မနေနိုင်၊ တစ်စိတ် တစ်စိတ် မတူညီတာလေးတွေ တွေ့လာမယ်နော်။ ပထမတော့ လေကိုထုတ်ချင်တယ်။ ထုတ်ချင်တယ်၊ နောက်ကျတော့ထုတ်ချင်တယ်၊ ထုတ်ချင်

တယ်၊ ထုတ်ချင်တယ် မချီမဆုံဖြစ်လာရော။ ဟော -
 မနေနိုင်တော့ဘူးဆိုတဲ့ စိတ်ပေါ်လာပြီ။ ထုတ်လိုတဲ့စိတ်
 ပေါ်လာပြီ။ တစ်စိတ်၊ တစ်စိတ်၊ တစ်စိတ်နော်။ အဲဒီတော့
 တစ် စိတ်ချုပ်၊ တစ်စိတ်အစားထိုး။ အဲဒီကနေ လေကို
 ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ လေကိုသွင်းချင်တဲ့စိတ်သည် တစ်စိတ်
 လား၊ စိတ်ပေါင်း မြောက်မြားစွာလား ဆိုတော့ စိတ်ပေါင်း
 မြောက်မြားစွာ။ အဲဒါကို မြင်အောင်ရှုရမယ်။ သို့သော်
 ခုနကလို လေကိုအောင်ဖို့၊ မရှိဘဲထားဖို့ပြောတာ
 မဟုတ်ဘူးနော်။ ဒီ ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ သွင်းချင် တဲ့စိတ်ကို
 ဒီလို စမ်းသပ်ကြည့်ရင် မြင်နိုင်တယ်လို့ ဘုန်းကြီးက
 ယောဂီတို့ကို စမ်းသပ်ခိုင်းတာ။ တကယ်ရှုရတာကတော့
 သူ့အတိုင်း အသက်မှန်မှန်ရှုပါစေပေါ့။ အဲဒီတော့ လေကို
 ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ လေကိုသွင်းချင်တဲ့စိတ် သိပြီဆိုရင်၊
 မြင်ပြီဆိုရင် အဲဒီအတိုင်းတန်းကြည့်၊ ကြည့်လိုက်တဲ့
 အခါကျတော့စိတ်တွေ တစ်စိတ်နဲ့တစ်စိတ် မတူတာတွေ
 တွေ့ရမယ်။ အဲဒီစိတ်သည် အိမ်သည်စိတ်ဆိုတော့ အိမ်
 ပျော်နေတဲ့စိတ်၊ ဘဝင်စိတ်ကလွဲ၍ ကျန်တဲ့အချိန် ဒီစိတ်
 ရှိရတယ်။ အဲဒါကြောင့် ဒီလေကို ထုတ်ချင်တဲ့စိတ်၊ သွင်း
 ချင်တဲ့စိတ်သည် အိမ်ရှင်လို မဖြစ်မနေရှိနေသည့်အတွက်
 ဒါအိမ်သည်စိတ်။ အဲဒါ ဝိပဿနာအရှုခံပဲ။

အဲဒီ ခုနပြောသွားတဲ့ ၅+၆+၂ ဆိုတော့ ၁၃။

ဒီစိတ် ၁၃-ပါးသည် တခြားမဟုတ်ဘူး။ အရှုခံတရားပဲ။
 အဲဒါ စိတ္တာနုပဿနာ ရှာရှုတဲ့ အရှုခံလို့ မှတ်ပါ။ ဒီလိုဖြင့်
 အရှုခံက စိတ် ၁၃-မျိုး။ အရှုဉာဏ်က မဂ္ဂင် ၅-ပါး။
 စိတ် ၁၃-မျိုးလို့ ခွဲပြောသော်လည်း စိတ်တစ်စိတ်
 ပေါ်တိုင်း၊ ပေါ်တိုင်း ခန္ဓာ ၅-ပါး။ အဲတော့ အရှုခံက
 ခန္ဓာ ၅-ပါး။ ရှုတဲ့ဉာဏ်က မဂ္ဂင် ၅-ပါး။ အရှုခံက
 ဖြစ်ပျက်၊ ရှုတဲ့ဉာဏ်ကမဂ်၊ ဖြစ်ပျက်နဲ့ မဂ်ကို ကိုက်
 အောင် အားထုတ်ဖို့ ယောဂီတို့ရဲ့တာဝန်ပါ။

အလုပ်စခန်းဝင်ကြစို့

ကိုယ့်ဘဝကို အာမခံချက်ရှိဖို့ဆိုရင်တော့
 ဘုံဆိုင်အလုပ်တွေ ဘေးချမှဖြစ်မယ်။ ဇနီး၊ မယား၊ သမီး၊
 သားအတွက်လုပ်နေရသေးရင်တော့ဘယ်တော့မှအာမခံ
 ရမှာမဟုတ်ဘူး။ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ရမှ အာမခံချက်ရ
 မယ်ဆိုတော့ ဒီဉာဏ်ရဖို့ကလည်း အလုပ်စခန်းဝင်မှ၊
 ဘုံဆိုင်အလုပ်တွေဘေးချပြီး ကိုယ်ပိုင်အလုပ် စခန်း
 ဝင်ကြမှ။

ကဲ-တရားက တော်လိုက်ကြဦးစို့။ ခြောက်
 နာရီ ထိုးသွားပြီ။ ဆုတောင်းမေတ္တာ ပို့လိုက်ကြ ရအောင်။
 သတ္တလောကဓာတ် လူ နတ် ဗြဟ္မာတွေ

အပ္ပမာအာစဉ်

မြတ်ဘုရား၏ တရားစစ်တွေ
 ရှိသေလေးစား ကျင့်အားပို့စေ
 နိဗ္ဗာန်နန်း စံမြန်းနိုင်ပါစေ ...
 လောဘ ဒေါသ မောဟ ထိန်ဝေ
 ဤမီးသုံးပါး ကြီးမားပလေ
 နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း သူတော်ကောင်းတရားတွေ
 ကမ္ဘာတည်သမျှ ထွန်းပနိုင်ပါစေ ...

သာဓု ... သာဓု ... သာဓု။

ဣန္ဒြေပညာရှိ ဦးစွာ ဦးစွာ ဦးစွာ
 မိမိ၏ အာရုံစိုက်ရာတွင် အာရုံစိုက်ရာတွင်
 စိတ်နှလုံးတစ်ခုလုံး အာရုံစိုက်ရာတွင် အာရုံစိုက်ရာတွင်
 မှတ်တမ်းတင်ရာတွင် မှတ်တမ်းတင်ရာတွင်
 မှတ်တမ်းတင်ရာတွင် မှတ်တမ်းတင်ရာတွင်
 မှတ်တမ်းတင်ရာတွင် မှတ်တမ်းတင်ရာတွင်
 မှတ်တမ်းတင်ရာတွင် မှတ်တမ်းတင်ရာတွင်

ဦးစွာ ဦးစွာ ဦးစွာ
 မိမိ၏ အာရုံစိုက်ရာတွင် အာရုံစိုက်ရာတွင်
 စိတ်နှလုံးတစ်ခုလုံး အာရုံစိုက်ရာတွင် အာရုံစိုက်ရာတွင်
 မှတ်တမ်းတင်ရာတွင် မှတ်တမ်းတင်ရာတွင်
 မှတ်တမ်းတင်ရာတွင် မှတ်တမ်းတင်ရာတွင်
 မှတ်တမ်းတင်ရာတွင် မှတ်တမ်းတင်ရာတွင်
 မှတ်တမ်းတင်ရာတွင် မှတ်တမ်းတင်ရာတွင်

အပ္ပမာဒစာစဉ်