

အရှင်ဣန္ဒာပုဇာဘိဝံသ

(ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ)

မိုးကုတ်ဝိပဿနာ ဇေတဝန်ကျောင်းတိုက်

ထူးကြီးမြို့

ရေးသားပြုစုအပ်သော

ယောဂီအသစ်များအတွက်

ဉာဏပရိညာအခြေခံများ

(ပညာဒီပ စီစဉ်ပူဇော်ပါသည်။)

ယောဂီအသစ်များအတွက် ဉာဏပရိညာ အခြေခံများ

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	တရားအားမထုတ်မီ ပြုလုပ်ရန် ပုဗ္ဗကိစ္စ(၅)ပါး	၁
၂။	ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်းရန်	၁
၃။	ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့အား ပူဇော်ရန်	၂
၄။	တရားအားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်း	၂
၅။	ဝိပဿနာယာနိက	၂
၆။	သိပုံသိနည်း	၂
၇။	ရှုပွားရမည်	၃
၈။	အသိမှာ လမ်းဆုံးရမည်	၃
၉။	စိတ္တာနုပဿနာ ရှုပွားနည်း	၄
၁၀။	ဒွါရခြောက်ပေါက်က စောင့်ဖမ်းပါ	၄
၁၁။	ရှုပွားပုံ ရှုပွားနည်း	၄
၁၂။	စိတ္တာနုပဿနာသို့ ပြောင်းပုံ	၄
၁၃။	ဒီလို ရှုပါ	၅
၁၄။	စိတ္တာနုပဿနာ	၅
၁၅။	သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ	၅
၁၆။	လွတ်အောင်ရှုပွားနည်း	၆
၁၇။	မဂ္ဂင်(၅)ပါး	၆
၁၈။	သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ	၆
၁၉။	စိတ္တာနုပဿနာ ရှုပွားနည်း	၇
၂၀။	စိတ္တာနုပဿနာ ဝိပဿနာ	၇
၂၁။	စိတ္တာနုပဿနာကို ဥပမာဖြင့် ပြခြင်း	၈
၂၂။	စောင့်ကြည့်ရမည်	၈
၂၃။	ပညာပါလာမည်	၈
၂၄။	မဂ္ဂင်(၅)ပါး	၈
၂၅။	ခန္ဓာအကြောင်း သိသည်	၉
၂၆။	သမာဓိက ချုံ ဉာဏ်က ကျား	၉
၂၇။	ပင့်ကူပမာ တရားရှာ	၉
၂၈။	အရှင် အသေ	၉
၂၉။	ဉာဏ်စဉ်များ	၁၀

၃၀။	ဝိပဿနာဉာဏ် (၁၀)ပါး	၁၀
၃၁။	ဉာဏ်စဉ် (၁၆)ပါး	၁၁
၃၂။	ပရိညာ(၃)ပါး	၁၁
၃၃။	ပရိညာနှင့် ဉာဏ်စဉ်	၁၂
၃၄။	ဒိဋ္ဌိဖြုတ်နည်း (၃)နည်း	၁၂
၃၅။	အစဉ်ကို မကျော်စေရပါ	၁၂
၃၆။	အကြောင်း အကျိုး	၁၂
၃၇။	ဒိဋ္ဌိ သုံးမျိုး	၁၃
၃၈။	လင်္ကာများ	၁၃
၃၉။	ရှေ့ ရေးမျှော်ပါ၊ လက်ရှိဖြင့် ကျေနပ် မနေသင့်- တိုက်တွန်းခြင်း	၁၃
၄၀။	မှာတမ်းတော်လင်္ကာ	၁၃
၄၁။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် လည်ပုံ-ဖြတ်ပုံ ဒေသနာ	၁၄
၄၂။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၊ ဒိဋ္ဌိဖြုတ် လင်္ကာ	၁၄
၄၃။	အသွယ်ရှစ်သွယ်ပြု လင်္ကာ	၁၄
၄၄။	သစ္စာလေးပါး လင်္ကာ	၁၄
၄၅။	ခန္ဓာငါးပါး	၁၄
၄၆။	အာယတန (၁၂)ပါး	၁၅
၄၇။	ဓာတ် (၁၈)ပါး	၁၅
၄၈။	ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ဓာတ်	၁၅
၄၉။	သစ္စာလေးပါး	၁၅
၅၀။	လောကီမဂ္ဂင် (၅)ပါး	၁၆
၅၁။	လောကုတ္တရာမဂ္ဂင် (၈)ပါး	၁၆
၅၂။	မဂ္ဂင်ငါးပါး၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး	၁၆
၅၃။	ဝိပဿနာမဂ်	၁၆
၅၄။	စိတ္တာနုပဿနာ ရှုပွားနည်း	၁၆
၅၅။	ဝေဒနာနုပဿနာ ရှုပွားနည်း	၁၇
၅၆။	မှာထားချက်	၁၇
၅၇။	ဝေဒနာမှတ်တမ်း	၁၇
၅၈။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အနုလောမပါဠိ	၁၈
၅၉။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပဋိလောမပါဠိ	၁၈
၆၀။	ဒိဋ္ဌိဖြုတ်	၁၈
၆၁။	နည်းလေးပါးဖြင့် ဝေဖန်ပုံ	၁၈

၆၂။	ဧကတ္တနည်း	၁၈
၆၃။	နာနတ္တနည်း	၁၉
၆၄။	အဗျာပါရနည်း	၁၉
၆၅။	ဧဝံဓမ္မတာနည်း	၁၉
၆၆။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် ဒိဋ္ဌိဖြုတ်နည်း	၁၉
၆၇။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အရ ဒိဋ္ဌိဖြုတ်	၁၉
၆၈။	တစ်နည်း - ဒိဋ္ဌိဖြုတ်နည်း	၂၀
၆၉။	မူလနှစ်ဖြာ လင်္ကာ ရှင်းတမ်း	၂၀
၇၀။	ဝိပဿနာ ရှုပုံရှုနည်း	၂၁
၇၁။	အသေကို အရှင်နဲ့ ကြည့်တာ ဝိပဿနာ	၂၁
၇၂။	ဝိပဿနာညစ်ညူးကြောင်းတရား ဆယ်ပါး	၂၁
၇၃။	မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အဆုံးအမများ	၂၂
၇၄။	အန္တနှင့် ကလျာဏ	၂၂
၇၅။	စူဠသောတာပန်	၂၂
၇၆။	မဟာသောတာပန်	၂၂
၇၇။	အကြည်ဓာတ်(၆)ပါး ဝိညာဏဓာတ်(၆)ပါး အခြေခံထား၍ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများပုံ	၂၃
၇၈။	နောက်ဆက်တွဲ	၂၃
၇၉။	စက်ရဟတ် ပြတ်ကိန်း	၂၃
၈၀။	အဝိဇ္ဇာ၏ အကြောင်း	၂၄
၈၁။	အာသဝတို့ ၏ အကြောင်း	၂၅
၈၂။	အဝိဇ္ဇာကို အစထား၍ ဟောရခြင်း အကြောင်း	၂၅
၈၃။	နည်းလေးပါးဖြင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ရဟတ်ကို ဆင်ခြင်ပုံ	၂၅
၈၄။	ဧကတ္တနည်း	၂၆
၈၅။	နာနတ္တနည်း	၂၆
၈၆။	အဗျာပါရနည်း	၂၆
၈၇။	ဧဝံဓမ္မတာနည်း	၂၆
၈၈။	နိဂုံး	၂၇
၈၉။	စီစဉ်သူ၏ တိုက်တွန်းချက်	၂၇

တရားအားမထုတ်မီ ပြုလုပ်ရန် ပုဗ္ဗကိစ္စ(၅)ပါး

ခန္ဓာကိုယ်ကို မြတ်စွာဘုရားအား လှူဒါန်းရန်

တပည့်တော်တို့၏ ခန္ဓာငါးပါး၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို မြတ်စွာဘုရားအား လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဝန်ချတောင်းပန် ကန်တော့ရန်

တပည့်တော်တို့သည် မိုက်မဲ တွေဝေခဲ့သည့်အလျောက် ရတနာမြတ်သုံးပါးနှင့်တကွ မိဘ ဆရာ ပုဂ္ဂိုလ် သူမြတ်တို့အား ကံသုံးပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးဖြင့် ပြစ်မှားမိခဲ့သည်ရှိသော် ထိုအပြစ်တို့ကို ပျောက်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ တောင်းပန်ဝန်ချ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

မေတ္တာပွားရန်

ကိုယ်စောင့်နတ်၊ အိမ်စောင့်နတ်၊ ကျောင်းစောင့်နတ်၊ မွှာရုံစောင့်နတ်၊ ရွာစောင့်နတ်၊ မြို့စောင့်နတ်၊ သာသနာတော်စောင့်နတ်၊ ကမ္ဘာစောင့်နတ်များနှင့်တကွ ရိရှိသမျှ သတ္တဝါဟူသမျှတို့သည် အသက်ထက်ဆုံး ဘေးမသီ ရန်မခ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။

အဓိဋ္ဌာန် မနောပဏီမိ ဆုတောင်းရန်

ရှေးရှေးဘဝ၊ ယခုဘဝ ပြုပြုသမျှ တပည့်တော်တို့၏ ဒါန၊ သီလ စသော ကုသိုလ်တို့သည် တပည့်တော်တို့ အလိုရှိအပ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ရခြင်းရောက်ခြင်း အကျိုးငှာ လျင်မြန်စွာ ကျေးဇူးပြုပါစေသတည်း။

သေခြင်းကို ဆင်ခြင်ရန်

ငါသည် မုချသေရမည်။ အချိန်ပိုင်းသာ လိုတော့သည်။ အသေမဦးခင် ဉာဏ်ဦးအောင် အားထုတ်ပါတော့မည် အရှင်ဘုရား။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်းရန်

ကမ္မဋ္ဌာန် မေ ဘန္တေ ဒေဝ။ သံသာရပဋ္ဌဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ။

ဘန္တေ=အရှင်မြတ်တို့ဘုရား၊ မေ-အမှကံ=တပည့်တော်တို့အား၊ သံသာရပဋ္ဌဒုက္ခတော=သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲ မှ၊ မောစနတ္ထာယ=ထွက်မြောက်ပါရခြင်း အကျိုးငှာ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်=မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ပေါက် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကောင်းဆုံး ဖြစ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို၊ ဒေဝ=ကရုဏာထား ပေးသနားတော်မူပါကုန်အရှင်ဘုရား။

ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့အား ပူဇော်ရန်

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ။

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ။

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။

- ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ = လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား အလျော်ဖြစ်သော ဤအကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့်၊ ဗုဒ္ဓံ = မြတ်စွာဘုရားကို၊ ပူဇေမိ = ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။
- ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မ ပဋိပတ္တိယာ = လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား အလျော်ဖြစ်သော ဤအကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့်၊ ဓမ္မံ = တရားတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ = ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။
- ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မ ပဋိပတ္တိယာ = လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား အလျော်ဖြစ်သော ဤအကျင့်မြတ် ပဋိပတ်ဖြင့်၊ သံဃံ = သံဃာတော်အပေါင်းကို၊ ပူဇေမိ = ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

တရားအားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်း

တင်ပလ္လင်ခွေထိုင် ကျုံ့ကျုံ့ထိုင်ပါ။ ကျောကိုဆန့် ခါးကိုဆန့်၊ ခေါင်းကို မတ်မတ်ထား၊ လက်ဖဝါးနှစ်ဖက် တံတောင်ဆစ်မှ ကွေး၊ ဘယ်ဘက်လက်ဖဝါးကို ဖြန့်၍ တင်ပလ္လင်ခွေပေါ် တင်၊ ညာဘက်လက်ဖဝါးကိုလည်း ဖြန့်၊ ဘယ်ဘက် လက်ဖဝါးပေါ် ဖြန့်၍ ထပ်တင်၊ ကံမျက်လုံးဟု ဆိုအပ်သော မျက်လုံးနှစ်လုံးကို မှိတ်လိုက်ပါ။ အသက်ကို မှန်မှန် ရှူလိုက်ပါ။ ဖြေးဖြေးလေးလေး မှန်မှန်ရှူ။ အသက်ကို အောင့်မထားရ။ နှစ်ကြိမ်သုံးကြိမ်ခန့် ရှူမိလျှင် စိတ်က ရှူလိုက်တိုင်း သိနေလိမ့်မည်။ ထိုအခါတွင် မိမိစိတ်ကလေးကို ဝင်လာသောလေ၊ ထွက်သွားသောလေတို့၏ ထိရာ၊ နှာသီးဖျားနေရာလေးကို စိတ်ဖြင့် ကြည့်ပါ။ ဝင်လေထိတိုင်း ထွက်လေထိတိုင်း သိပေးနေပါ။ အသက်ကို မှန်မှန် ရှူပါ။ မှန်မှန် သိပေးနေပါ။

ထိုအခါ မိမိစိတ်သည် ဝင်လေ၊ ထွက်လေတို့၏ ထိရာ နေရာလေးကို သိနေပေလိမ့်မည်။ ထိုနေရာလေးပေါ်၌ ရှိပြီး ထိတိုင်း သိနေသော ထိုအသိကို သမာဓိအသိ၊ ထိုစိတ်ကို သမာဓိနှင့် ယှဉ်သောစိတ်-သမာဓိစိတ်ဟု ဆိုရပေသည်။ ဤသမာဓိစိတ် ဖြစ်ပေါ်နေအောင် ဝင်လေ ထွက်လေတို့ဖြင့် ထူထောင်၍ရသော သမာဓိ ဖြစ်သောကြောင့် အာနာပါနသမာဓိ ဖြစ်၏။ ထိုသမာဓိစိတ် ဖြစ်ဖို့ရန် သတိထား၍ ရှုပွားရသောကြောင့်လည်း အာနာပါနသသတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းဟု ဆိုရပေသည်။ ထိုသမာဓိကို ပွားများပေးရပေသည်။ သမာဓိတည်ကြည်လာသည့်အခါမှ မျက်စေ့၊ နှာ၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်ဟု ဆိုအပ်သော ခြောက်ဌာန၌ ပေါ်လာသောတရားတို့ကို ဆက်လက် ရှုပွားရပါသည်။ ဤအပိုင်းကို သမာဓိ ထူထောင်ရသော အပိုင်းဟု ဆိုရပေသည်။

ဝိပဿနာယာနိက

ဤကဲ့သို့ နှာသီးဖျားအရပ်တွင် ဝင်လေ ထွက်လေ ထိသွားသောအခိုက်တွင် ဝိပဿနာယာနိက ဖြစ်သည့် အားလျော်စွာ ထိလိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ထိမှန်း သိရပါမည်။

သိပုံသိနည်း

သိဆိုသည်မှာလည်း အောက်ပါ အင်္ဂါ (၄)ရပ်နှင့် ကိုက်ညီရပါမည်။

- (၁) ကြည့်လည်း ကြည့်ရမည်၊
- (၂) တွေ့လည်း တွေ့ရမည်၊

(၃) မြင်လည်း မြင်ရပါမည်။

(၄) သိလည်း သိရပါမည်။

ကြည့်သည့်အခါတွင် နှာသီးဖျားအရပ်တွင် ထိချက်ပေါ်လိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ထိရာအရပ်ကိုသာ နောက် သိစိတ်ဖြင့် ကြည့်ရပါမည်။ ကြိုတင်၍လည်း မကြည့်ရ။ နောက်ကျပြီးမှလည်း မကြည့်ရ။ **ခုထိလျှင် ခုကြည့်။ ခဏချင်းထိလျှင် ခဏချင်း ကြည့်ရပါမည်။ တွေ့လည်း တွေ့ရမည်ဆိုရာ၌ မြင်၍ တွေ့ခြင်းကို ဆိုလိုပေသည်။** တွေ့ခြင်းသဘောသည် ဖဿသဘော ဖြစ်၏။

မြင်လည်း မြင်ရမည်ဟုဆိုရာ၌ ပကတိမျက်စေ့ဖြင့် မြင်ရသည်မျိုး မဟုတ်ဘဲ စိတ်နှင့် သိနေသော မြင်ခြင်း မျိုးသာ ဖြစ်သည်။ သိမြင်သည်ဟူသော စကားအရ သိသောမြင်ခြင်းမျိုး ဖြစ်သည်။ ဤသိသော မြင်ခြင်းမျိုးသည် ပညာအရာ ဖြစ်သဖြင့် ဝင်လာ၊ ထွက်သွားသော “လေခါတ်”၊ နှာသီးဖျားဟူသော “ကိုယ်အကြည်”၊ လေနှင့် ကိုယ် အကြည် ပေါင်းဆုံမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော “ထိသည့် နာမ်သဘော” ဤသုံးခုကို မြင်ရပါမည်။ **သိလည်း သိရမည်**ဟု ဆိုရာ၌ ကြည့်၍ တွေ့မြင်ပြီးသည့်အခါ ရှေ့သဘော နှစ်ခုကား “**ရှပ်**”တရား၊ နောက်သဘောတခုက “**နာမ်**”တရားဟု သိရပါမည်။

ရှုပွားရမည်

ဤကဲ့သို့ နှာသီးဖျား အရပ်ကစ၍ သမာဓိကို ထူထောင်ပြီး၊ နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်အရ ရုပ်နှင့်နာမ်ဟု သိလာသည့်အခါ တစ်ကိုယ်လုံးရှိ ရုပ်နှင့်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ရာဌာန ခြောက်ခုဟု ဆိုအပ်သော မျက်စေ့၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ် ဟူသော ခြောက်ဌာနပေါ်၌ အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ တွေ့ထိစရာ အာရုံခြောက်ပါး တရားတို့က လာရောက်ထိခိုက်သည့် အခိုက်အတန့်တွင်လည်း ဖြစ်ပေါ်လာသော ရုပ်နှင့် နာမ်ကို ရုပ်မှန်း နာမ်မှန်း သိအောင် ရှုရပါမည်။

ရှုရာ၌ ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း အင်္ဂါလေးချက်နှင့် ညီအောင် ရှုရမည်။ ဤကဲ့သို့ နှာသီးဖျားအရပ်ကို အစထား၍ မျက်စေ့၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်တို့၌ ယခုဖြစ်ပေါ်လာဆဲ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို ရုပ်မှန်းနာမ်မှန်း သိအောင် အထပ်ထပ် ရှုနေခြင်းကို ပွားများသည်ဟု ဆိုရပေသည်။

အသိမှာ လမ်းဆုံးရမည်

အထူးသဖြင့် ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်ရာ၌ ဝိပဿနာဟူသည် သိသောဉာဏ်ကို ဆိုလိုသဖြင့် ရုပ်ကို ရုပ်မှန်း၊ နာမ်ကို နာမ်မှန်း သိသော အသိမှာ လမ်းဆုံးမှသာလျှင် မှန်ကန်သည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။

အောက်ပါအသိများတွင် လမ်းဆုံးသည့် တိုင်အောင် ဆက်လက်ပြီး ပွားများပေးရပါမည်။

- (၁) ရုပ်နှင့်နာမ်မှာ လမ်းဆုံးရမည်။
- (၂) အကြောင်းနှင့် အကျိုးမှာ လမ်းဆုံးရမည်။
- (၃) ခန္ဓာငါးပါးဟူသော အသိမှာ လမ်းဆုံးရမည်။
- (၄) သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးဖြင့် ဝေဖန်လျက် စိတ်၊ ဝေဒနာ စသည်မှာ လမ်းဆုံးရမည်။
- (၅) သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာအားလျော်စွာ စိတ်၊ ဝေဒနာ စသည်တို့၏ ဖြစ်ပျက်ခြင်းမှာ လမ်းဆုံးရမည်။
- (၆) ဆက်လက်ပြီး ဖြစ်ပျက်ကို မှန်းသည့်တိုင်အောင် ရှုပွားရမည်။
- (၇) ဖြစ်ပျက်ဆုံးအောင် ရှုပွားရပါမည်။

စိတ္တနုပဿနာ ဂျပွားနည်း

စိတ္တနုပဿနာဂျပွားနည်းအရ ဂျပွားတော့မည်ဆိုလျှင် ပထမဦးဆုံး ဝင်လေသိ၊ ထွက်လေသိမှ စ၍ သမာဓိကို ထူထောင်လိုက်ပါ။ အရှုခံနှင့် အရှုဉာဏ် တသားတည်းကျသည်အထိ တည်သည်ထက် တည်၊ ကြည်သည်ထက် ကြည်နေအောင် ထပ်တလဲလဲ သမာဓိကို ပွားများပေးပါ။ သမာဓိ အားကောင်း၍ တည်ကြည်လာပြီ ဆိုသည့်အခါမှ ထို ဝင်လေ၊ထွက်လေကို ဖြစ်ပေါ်စေသော မနောမှာ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် လေကိုထုတ်သောစိတ်နှင့် လေကိုသွင်းသော စိတ်ဟူသော နှစ်စိတ်ကို မှန်မှန်၊ လေးလေး၊ ဖြည်းဖြည်း ဂျပေးပါ။

ရှုနည်း

ဝင်လေထွက်လေကို ရှုရှိုက်နေရာမှ လေကိုမရှုခင် ရှုချင်သည့်စိတ် မနောမှာ ပေါ်ပါသည်။ ထိုစိတ်က ပြုပြင်ပေး၍ ရှုရှိုက်သောရုပ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ကို ရှုမည် ဖြစ်သဖြင့် ဝင်လေထွက်လေကို မရှုရပါ။ လေကို ထုတ်ချင်သောစိတ်နှင့် လေကို ပြန်မသွင်းခင် သွင်းချင်သော စိတ်များကိုသာ ဖြည်းဖြည်း၊ လေးလေး မှန်မှန် လေး ဂျပွားပေးပါ။ ဤကဲ့သို့ ရှုပွားခြင်းသည် အိမ်သည်စိတ်နှစ်ပါးကို ပင်တိုင်ထား၍ ရှုပွားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဒွါရခြောက်ပေါက်က စောင့်ဖမ်းပါ

အိမ်သည်စိတ်နှစ်ပါးကို ရှုပွား၍ အရှုဉာဏ်စိတ် တည်ကြည်လာပြီဆိုလျှင်၊ တရားထိုင်နေသော မိမိသဏ္ဌာန် မျက်စေ့၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်ဟူသော စိတ်တို့၏ ဖြစ်ရာဌာန ခြောက်ခုတွင် ပြင်ပလောကရှိ အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ တွေ့ထိစရာ၊ ကြံတွေးစရာဟူသော အာရုံခြောက်ပါး တရားများက လာတိုက်သောအခါ ရုတ်တရက် ဖြစ်ပေါ်လာကြသော မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ နံတယ်၊ စားတယ်၊ ယားတယ်၊ နာတယ်၊ နေလို၊ ထိုင်လို၊ ကောင်းတယ်၊ တွေးနေတယ်၊ အိပ်ချင်နေတယ် စသည့်အရာများသည် အရှုခံရမည့် တရားများ ဖြစ်ကြပါသည်။ ယင်းတရားများကို စိတ်ဟု သိအောင် ဂျပွားပေးရပါမည်။

ရှုပွားပုံ ဂျပွားနည်း

လေကိုထုတ်သောစိတ်နှင့် သွင်းသောစိတ်များကို ရှုပွားကြ၍ စိတ်တည်လာပြီ၊ ကြည်လာပြီဆိုလျှင် မျက်စေ့ကို မှိတ်ထား၍ မမြင်ရပါသော်လည်း အသံက လာတိုက်သည့်အခါဝယ် ကြားလိုက်သည်နဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ခုကြားလျှင် ခုချက်ခြင်း စောင့်ကြည့်နေသောစိတ်ဖြင့် ချက်ခြင်း ကြည့်လိုက်ပါ။ ကြည့်လျှင် တွေ့ရမည်၊ မြင်ရမည်၊ သိရမည်ဟု ဆိုသောကြောင့် နားနှင့် အသံ ဆုံသည့်အချက်ကို တွေ့ပြီး၊ ဉာတပရိညာ အခြေခံက သင်ကြားထားသည့်အတိုင်း နား၊ အသံ၊ ကြားတယ် ဆိုသည့်သဘော သုံးခုကို ဉာဏ်ဖြင့် သိသောအားဖြင့် မြင်ပြီးမှ နားနှင့် အသံက ရုပ်တရား၊ ကြားတယ် ဆိုတာက နာမ်တရား၊ ရုပ်နှင့်နာမ်ဟု လည်းကောင်း၊ နားနှင့် အသံက အကြောင်းတရား၊ ကြားတယ် ဆိုတာက အကျိုးတရားဟု လည်းကောင်း၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ တည်ကြည်လာသည့်အထိ ဂျပွားပါ။

စိတ္တနုပဿနာသို့ ပြောင်းပုံ

တည်ကြည်လာသည့်အခါ ရှုပွားနေသည့် ရှုကွင်း ရှုကွက်ထဲမှာပင် ခန္ဓာငါးပါးသဘောကို ကိုယ်တိုင် ဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုနည်းအတူပင် မျက်စေ့၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်တို့တွင် အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ တွေ့ထိစရာ၊ အာရုံတရားများ လာရောက် ထိခိုက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာကြသော မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ နံတယ်၊ စားတယ်၊ ယားတယ်၊ နာတယ်၊ ကောင်းတယ်၊ တွေးနေတယ်၊ အိပ်ချင်နေတယ် စသော အရှုခံ တရားများ

ကိုလည်း ခုဖြစ်တာနှင့် ခုကြည့်ပေးပြီး ပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း ပွားများပေးပါ။ ထိုခန္ဓာငါးပါးလုံးကို မရှုတော့ဘဲ စိတ်တည်း ဟူသော ဝိညာဏက္ခန္ဓာ တစ်ပါးတည်းကိုသာ ရှုပွားရသော သတိပဋ္ဌာန်ကို စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ဟု ဆိုရသည်။

ဒီလို ရှုပါ

သတိထားပြီး စောင့်ကြည့်နေသည့်အခိုက်တွင်

- မျက်စေ့ကို အဆင်းကလာတိုက်လျှင် မြင်တယ်ဟု ဆိုရာ၌ ခုမြင်လျှင် ခုချက်ခြင်း ကြည့်လိုက်ပြီး မျက်စေ့၊ အဆင်း၊ ဆုံချက် သဘောတို့ကို ဉာတပရိညာ၊ တိရဏပရိညာ အသိတို့ဖြင့် သိပြီး မြင်တယ်ဆိုတာ မြင်စိတ်ပဲလို့ ရှုပြီး သိလိုက်ပါ။
- နားကို အသံ လာတိုက်လျှင်လည်း ကြားလိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ခုကြားလျှင် ခုချက်ခြင်း ကြည့်လိုက်ပြီး၊ နား၊ အသံ၊ ဆုံချက်၊ ကြားသည့် သဘောတို့ကို သိပြီး ကြားစိတ်ပဲဟု ရှုပြီး သိလိုက်ပါ။
- နှာခေါင်းကို အနံ့က လာတိုက်လျှင်လည်း ခုနံ့လျှင် ခုချက်ခြင်း ကြည့်လိုက်ပြီး၊ နှာခေါင်း၊ အနံ့၊ နံသည့်သဘော၊ ဆုံချက်သဘောတို့ကို သိပြီး နံစိတ်ဟု ရှုလိုက်ပါ။
- လျှာကို အရသာက လာတိုက်လျှင်လည်း၊ ခုစားလျှင် ခုချက်ခြင်း ကြည့်လိုက်ပြီး လျှာ၊ အရသာ၊ စားသည့်သဘော၊ ဆုံချက်သဘောတို့ကို သိပြီး စားစိတ်ဟု ရှုပါ။
- ကိုယ်နှင့် ကြမ်းခင်း ထိနေသည့်နေရာတွင် လည်းကောင်း၊ အဝတ်အစား စသည်ကို ဝတ်ဆင်သည့်အခါများတွင် လည်းကောင်း၊ ကိုယ်၊ တွေ့ထိစရာ၊ တွေ့ထိသည့်သဘော၊ ဆုံချက်ကို သိပြီး ယားစိတ်၊ နာစိတ်၊ နေလို့ထိုင်လို့ ကောင်းတဲ့စိတ်ဟု ကိုယ်ပေါ်တွင် ဖြစ်ပေါ်နေသော စိတ်ကို ရှုလိုက်ပါ။
- မနောဖြင့် တွေးကြံစည်နေသည့်အခါတွင်လည်း ဆုံချက်ကိုကြည့်ပြီး မနော၊ တွေးစရာအာရုံ၊ တွေးနေသည့် သဘောများကို သိပြီး တွေးစိတ်ဟု ရှုလိုက်ပါ။
- ညောင်းညာ ကိုက်ခဲနေသည့်အခါတွင်လည်း ဖြစ်ပေါ်နေသော နေရာရှိ နာစိတ်၊ ကျင်စိတ်ကို ရှုပေးလိုက်ပါ။

စိတ္တာနုပဿနာ

ဤကဲ့သို့ ရှုပွား အားထုတ်လာသည့်အခါတွင် အရှုခံကား တစ်ကိုယ်လုံးတွင် စိတ်တွေချည်းသာဖြစ်ပြီး၊ စိတ်တွေ ချည်းသာဟု သိနေသည်ကား ခုဖြစ်လျှင် ခုချက်ခြင်း သိနေခြင်းက သတိ၊ ချက်ခြင်းကြည့်ခြင်း သဘောကား ဝီရိယ၊ ကြည့်ခြင်းကား သမာဓိဖြစ်သဖြင့် ထိုတရားသုံးပါးကို သမာဓိမဂ္ဂင်ဟု ဆိုရသဖြင့် မြင်စိတ်၊ ကြားစိတ် စသည်ဖြင့် သိနေသော အသိသည် သမာဓိမဂ္ဂင်အသိ ဖြစ်၏။ (အရှုခံအာရုံ၌ ရှုကြည့်ဖို့ရာ အောက်မေ့အမှတ်ရမှု = သတိ၊ ကြောင့်ကြစိုက်ကာ ရှုကြည့်ခြင်း = ဝီရိယ၊ အရှုခံ အာရုံ၌ ရှုကြည့်စိတ် တည်နေခြင်း = သမာဓိ)

အရှုခံစိတ်က စိတ္တ + အရှုဉာဏ် သမာဓိမဂ္ဂင်ကား အနုပဿနာ ဖြစ်သဖြင့် ဤကဲ့သို့သော ရှုပွားနည်းကို စိတ္တာနုပဿနာရှုပွားနည်းဟု ဆိုရပေသည်။

သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ

သတိပဋ္ဌာန်ဆိုလျှင် သမာဓိမဂ္ဂင်မျှသာ ဖြစ်သောကြောင့် သမထမျှသာ ဖြစ်၏။ ဝိပဿနာ ဖြစ်စေရန် သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ ဖြစ်ရန် အရေးကြီးပေသည်။ ကျေးဇူးတော်ရှင် မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးကလည်း စိတ်၊ ဝေဒနာတို့ကိုသာ မြင်နေလျှင် သတိပဋ္ဌာန်၊ စိတ်၊ ဝေဒနာတို့၏ အပျက်ကို မြင်မှသာ သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာဟု မိန့်ကြားတော်မူလေသည်။ ထို့ကြောင့် သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ ဖြစ်စေရန် စိတ် ဝေဒနာတို့၏ အပျက်ကို မြင်အောင် ရှုပွားကြရပါမည်။ အပျက်ကို မြင်အောင် ရှုပွားပုံ ရှုပွားနည်းကို အောက်ပါအတိုင်း သတ်မှတ်နိုင်ပေသည်။

ဖြစ်ပျက်တစ်ချက်ကို မြင်အောင် ရှုပွားရာ၌ -

(၁) နိစ္စဒိဋ္ဌိက လွတ်ရမည်၊

(၂) အဘာဝပညတ် မဖြစ်စေရ။

ခိုင်တယ်၊ မြဲတယ်ဟု သိနေသော အသိသည် နိစ္စဒိဋ္ဌိ ဖြစ်၏။ စိတ် ဝေဒနာတို့၏ ဖြစ်ပေါ်လာဆဲ ခဏဝယ် ရှုပွားရာ၌ စိတ် ဝေဒနာ၏ တည်နေသောကာလဟု သိနေပြီး ဖြစ်ပျက်ဟု ရှုလျှင် နိစ္စဒိဋ္ဌိ ဖြစ်နေပါမည်။ ဖြစ်ပြီးလျှင် ပျက်သည်ဟု နှလုံးသွင်းပြီး ရှုပွားရပါမည်။

အဘာဝပညတ်ဆိုသည်မှာ အာရုံဒွါရ တိုက်ဆိုင်မှုကြောင့် ဘာမှဖြစ်မလာသည်ကို မရှိတော့ဘူးဟု ရှုပွားခြင်းမျိုး ဖြစ်၏။ တစ်နည်းအားဖြင့်လည်း အာရုံဒွါရ တိုက်ဆိုင်မှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အပွင့်ဓာတ်၏ ချုပ်ပျောက်သွားပြီး အတော်ကြာမှ သတိရကာ မရှိတော့ဘူးဟု လည်းကောင်း ရှုပွားခြင်းမျိုး ဖြစ်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် စိတ်ကိုဖြစ်စေ၊ ရုပ် ဝေဒနာ မေ့များကို ဖြစ်စေ၊ ရှုပွားသည့်နေရာမှာ နိစ္စဒိဋ္ဌိနှင့် အဘာဝပညတ်များမှ လွတ်အောင် ရှုပွားရပါမည်။

လွတ်အောင် ရှုပွားနည်း

အာရုံ ဒွါရ တိုက်ဆိုင်မှုကြောင့် စိတ်၊ ဝေဒနာများ ဖြစ်ပေါ်လာသည့်အခါမှာ ခုဖြစ်ရင် ခုချက်ခြင်းကြည့်၊ ခုပေါ်ရင် ခုချက်ခြင်းကြည့်၊ ခဏချင်းဖြစ်လျှင် ခဏချင်း ကြည့်ပေးရပါမည်။ ခဏချင်းဆိုသည်မှာလည်း အာရုံဒွါရ တိုက်ဆိုင်ခြင်းနှင့် အပွင့်ဓာတ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းမှာ အင်မတန်မှ လျင်မြန်လွန်းသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ပစ္စုပ္ပန် တည်ရမည်ဟူသော ရှုကွင်း ရှုကွက်ကြောင့်လည်းကောင်း အရှုခံလည်း ပစ္စုပ္ပန်၊ အရှုဉာဏ်လည်း ပစ္စုပ္ပန် ဖြစ်ရမည် ဖြစ်သောကြောင့် ခဏချင်း ရှုရပါမည်။ ဖြစ်တယ်ဆို၍ ကြည့်လိုက်ရာ အရှုခံ၏အဖြစ်နှင့် မတည့်ဘဲ အရှုခံ၏အပျက်နှင့် အရှုဉာဏ်၏အမြင်သည် တည့်နေကြောင်း သိရသဖြင့် အရှုဉာဏ် အနေဖြင့် မရှိတော့ဘူးဟု ရှုရပေသည်။

ဤကဲ့သို့ ရှုပွားရာ၌ မရှိတော့ဘူးဟု ရှုပွားသည့်အတွက်ကြောင့် ဖြစ်တည်နေသည်ဟူသော နိစ္စဒိဋ္ဌိမှလည်း လွတ်နေ၏။ တည်ရှိပြီးမှ ပျက်သွားသော အညထာဘာဝလက္ခဏာ ရှိနေသောကြောင့်လည်း ဘာမှမရှိတာ မဟုတ်ဘဲ ရှိပြီးမှ မရှိတော့တာ ဖြစ်သဖြင့် အဘာဝပညတ်မှလည်း လွတ်နေပေသည်။

ထို့ကြောင့် နိစ္စဒိဋ္ဌိနှင့် အဘာဝပညတ် လွတ်စေရန် ဖြစ်တည်လာသောတရားများကို ဖြစ်ဖြစ်ချင်း ဉာဏ် မျက်လုံးဖြင့် ကြည့်ကာ အပျက်ကိုမြင် လက္ခဏာကို သိပြီးမှ မရှိတော့ဘူးဟု ရှုလိုက်ရမှာ ဖြစ်ပါသည်။

မဂ္ဂင်(၅)ပါး

အပျက်ကိုမြင် လက္ခဏာကိုသိပြီး ရှိရာကနေ မရှိရာသို့ ရောက်ရှိသွားသော စိတ် ဝေဒနာ စသော ရုပ်ခန္ဓာကို မရှိတော့ဘူးဟု ရှုပွားရာ၌ မဂ္ဂင်ငါးပါး ဖြစ်ပေါ်လာပုံကိုလည်း သိသင့်လှပေသည်။

မရှိတော့ဘူးဟု ရှုပွားရာ၌ စိတ် ဝေဒနာတို့ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို ဖြစ်ဖြစ်ချင်း သိလိုက်ခြင်းသည် သတိဖြစ်၏။ ချက်ချင်း ကြည့်နိုင်ခြင်းသည် ဝီရိယ ဖြစ်၏။ ကြည့်လိုက်ခြင်းကား သမာဓိ ဖြစ်၏။ အပျက်ကို မြင်ခြင်းသည် သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဖြစ်၏။ လက္ခဏာကို သိခြင်းသည် သမ္မာသင်္ကပ္ပ ဖြစ်သဖြင့် မရှိတော့ဘူးဟု ဖြစ်ပျက်တစ်ချက် ရှုပွားသည့်အခါ မဂ္ဂင်ငါးပါး တစ်ပြိုင်နက် ပါဝင်လာရပေသည်။ သီလမဂ္ဂင်သုံးပါးကား (တစ်ပါးစီသာ ပါဝင်လာသဖြင့် မပြောပလောက်သောကြောင့်) ထည့်သွင်း ရေတွက်မှု မပြုရပေ။

သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ

ဤကဲ့သို့ အပျက်ကိုမြင်၊ လက္ခဏာကိုသိပြီး မရှိတော့ဘူးဟု ထပ်ခါတလဲလဲ ရှုပွားပေးရပါမည်။ ပွားများပါ များလာသည့်အခါမှ ကိလေသာ တဖြည်းဖြည်းပါး၊ ဉာဏ်ကလည်း တဖြည်းဖြည်းထက်လာပြီး မရှိတော့တာသည်

အစကတည်းက မရှိတာမဟုတ်၊ အစက ရှိသည်။ ရှိ၍သာ ကြည့်ခြင်းဖြစ်၏။ ကြည့်လိုက်မှ မရှိတော့ခြင်း ဖြစ်သဖြင့် စိတ်၊ ဝေဒနာ၊ ရုပ်၊ ဓမ္မတို့သည် ရှိရာကနေ မရှိရာသို့ ရောက်ကုန်ခြင်းသာ ဖြစ်သဖြင့် ရှိရာကနေဆိုတာက ဖြစ်တာ၊ မရှိရာသို့ ရောက်ရှိသွားခြင်းကား ပျက်တာ၊ ဒါကြောင့် စိတ်ဝေဒနာ၊ ရုပ်ဓမ္မတို့သည် ဖြစ်ပျက်ဟု ဉာဏ်က ဆုံးဖြတ်ချက် ချနိုင်သည့်တိုင်အောင် ရှုပွားပေးရပါမည်။ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းကို မြင်မှသာ သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ ဖြစ်ပါမည်။

စိတ္တာနုပဿနာ ရှုပွားနည်း

- အပြင်ဧည့်သည် (၅) ယောက်
- အတွင်းဧည့်သည် (၆) ယောက်
- အိမ်သည် (၂) ယောက် - ပေါင်း အရှုခံ (၁၃)ယောက်

အပြင်ဧည့်သည် (၅) ယောက်

- မျက်စေ့တံခါးပေါက်မှ မြင်စိတ်၊
- နားတံခါးပေါက်မှ ကြားစိတ်၊
- နှာခေါင်းတံခါးပေါက်မှ နံစိတ်၊
- လျှာတံခါးပေါက်မှ စားစိတ်၊
- ကိုယ်တံခါးပေါက်မှ ယားစိတ်၊ နာစိတ်၊ ကောင်းစိတ်- ဤ(၅)စိတ် ဝင်လာတတ်ပါသည်။

အတွင်းဧည့်သည် (၆) ယောက်

မနှောတံခါးပေါက်မှ လောဘစိတ်၊ ဒေါသစိတ်၊ မောဟစိတ်၊ အလောဘစိတ်၊ အဒေါသစိတ်၊ တွေးတောကြံစည်စိတ်- ဤ(၆)စိတ် ဝင်လာတတ်ပါသည်။

အိမ်သည် (၂)ယောက်

လေကို ထုတ်သောစိတ်၊ လေကို သွင်းသောစိတ်၊ ဤနှစ်စိတ် ဝင်လာတတ်ပါသည်။

မနှောတံခါးပေါက်မှပင် သတိထား၊ ဝိရိယစိုက် ပညာဖြင့် ရှုလျှင် မဂ်(လောကီ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ်)ဉာဏ်ဟု ဆိုအပ်သော အရှုဉာဏ်လည်း ဝင်လာတတ်ပါသည်။

စိတ္တာနုပဿနာ ဝိပဿနာ

- ကိုယ့်စိတ်ကို ကိုယ် ရှုတာ ဝိပဿနာ။
- ကိုယ့်စိတ်ကို ကိုယ် အကဲခတ်တာ ဝိပဿနာ။
- ကိုယ့်စိတ်ကို ကိုယ် သိနေတာ ဝိပဿနာ။
- ရှေ့စိတ်ကို နောက်စိတ်နဲ့ ကြည့်တာ ဝိပဿနာ။
- တစ်စိတ်ကို နှစ်စိတ်နဲ့ ကြည့်တာ ဝိပဿနာ။
- အသေကို အရှင်နဲ့ ကြည့်တာ ဝိပဿနာ။

စိတ္တာနုပဿနာကို ဥပမာဖြင့် ပြခြင်း

ဤစိတ္တာနုပဿနာ ရှုပွားပုံကို လွယ်လွယ်ကူကူ သဘောပေါက် နားလည်ပါစေခြင်းငှာ ဥပမာပြု၍ နည်းပေးလမ်းပြကြပါသည်။

ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို တံခါးခြောက်ပေါက် တပ်ဆင်ထားသော အိမ်ကြီးတစ်လုံးသဖွယ် သဘောထားပါ။ ဤအိမ်ကြီး အတွင်းသို့ မျက်စေ့တံခါးပေါက်မှ မြင်စိတ်၊ နားတံခါးပေါက်မှ ကြားစိတ်၊ နှာခေါင်းတံခါးပေါက်မှ နံစိတ်၊ လျှာတံခါးပေါက်မှ စားစိတ်၊ ကိုယ်တံခါးပေါက်မှ ယားစိတ်၊ နှာစိတ်၊ ကောင်းစိတ်များ၊ မနောတံခါးပေါက်မှ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ အလောဘ၊ အဒေါသစိတ်နှင့် တွေးတောကြံစည်စိတ် ဆိုသော အတွင်း အပြင်မှ ဧည့်သည်များ အမြဲမပြတ် ရောက်လာတတ်ပါသည်။ ထိုအပြင်လည်း လေကိုထုတ်သောစိတ်၊ လေကိုသွင်းသောစိတ် ဟူသော အိမ်သည်များလည်း အမြဲမပြတ် ဝင်လာတတ်ကြပါသည်။

စောင့်ကြည့်ရမည်

ထိုဝင်လာကြသော အိမ်သည်များအကြောင်းကို သိနိုင်ဖို့ရန် စောင့်ကြည့်ရသော အလုပ်သည် ဝိပဿနာအလုပ် ဖြစ်ပါသည်။

စောင့်ကြည့်သည့်တရားကား **အမောဟ** ခေါ်သည့် **ပညာ** ဖြစ်ပါသည်။ အမောဟခေါ် ပညာတရားက ခန္ဓာအိမ်အတွင်းသို့ မနောတံခါးပေါက်က ဝင်ပြီး ခန္ဓာအကြောင်း သိနိုင်ဖို့ရန် သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိတရားများ အကူအညီဖြင့် ဝင်ရောက် ကြည့်ရှုရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် အသက်မှန်မှန် ရှုလိုက်ပြီး သတိ ကပ်လိုက်သော် သတိသည် မနောမှာ ကပ်မိသဖြင့် ခုဖြစ်လျှင် ခုချက်ခြင်း သိနိုင်သောစိတ် ပေါ်လာပေသည်။ သတိက သိပေးလိုက်သည်နှင့် ဝီရိယက ချက်ခြင်းကြည့်နိုင်ဖို့ရန် အားထုတ်သည်။ သမာဓိက စူးစိုက်၍ ကြည့်သည့် အလုပ်ကို လုပ်သည်။

ဤကဲ့သို့ ကြည့်နေခြင်းသည် သမာဓိဖြင့် ကြည့်ခြင်းဖြစ်သဖြင့် သမာဓိမဂ္ဂင်မျှသာ ဖြစ်သေးသဖြင့် သတိပဋ္ဌာန်မျှသာ ဖြစ်ပါသေးသည်။ ပညာ မပါသေးပါ။ သို့သော် အရှိကို အရှိအတိုင်း၊ အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း သိနေသဖြင့် ထိုအသိကို ယထာဘူတဉာဏ်ဟု ခေါ်ဆိုရပေသည်။

ပညာပါလာမည်

ဤကဲ့သို့ ကြည့်ပါများသောအားဖြင့် ပွားများပါ များလာသောအခါ ပညာ ပါလာပါမည်။ ပညာ ပါလာသောအခါ ပညာနှင့် အပေါင်းအသင်းဖြစ်သော ဝိတက် ခေါ် သမ္မာသင်္ကပ္ပမဂ္ဂင် ပါလာပါသည်။ ထိုပညာမဂ္ဂင်နှစ်ပါး စုံသောအခါ သမ္မာဒိဋ္ဌိက အပျက်ကို မြင်ပြီး၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပက လက္ခဏာကို သိလာပါမည်။

မဂ္ဂင်(၅)ပါး

ဤကဲ့သို့ မဂ္ဂင်(၅)ပါး ပေါင်းမိသွားသောအခါမှ ပွားများသည့်အလုပ်ကို လုပ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုမဂ္ဂင်(၅)ပါးကို ကာရကမဂ္ဂင် = အလုပ်လုပ်သောမဂ္ဂင်များဟု ဆိုရပေသည်။ ပွားများသည့်အလုပ်ကို လုပ်ပါများမှ ပညာက ဦးဆောင်လာကာ ပေါ်လာသမျှသော စိတ်၊ ဝေဒနာ၊ ရုပ်၊ ဓမ္မများသည် ဖြစ်ပြီး ပျက်သည်ဟု ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်ပါသည်။ ဖြစ်ပျက်ဟု ဆုံးဖြတ်ချက် ချနိုင်ခြင်းသည် ပညာဦးဆောင်သော မဂ္ဂင်(၅)ပါးတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက် ဖြစ်ပါသည်။

ခန္ဓာအကြောင်း သိသည်

ထိုကဲ့သို့ ပညာ ဝင်ရောက်လာသည့်အခါမှ ခန္ဓာအိမ်သည် အသုဘ၊ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာသည် အနိစ္စဟု လည်းကောင်း၊ ဒုက္ခဟု လည်းကောင်း သိသော သစ္စဉာဏ်၊ ကိစ္စဉာဏ်တို့ကို အဆင့်ဆင့် ရရှိနိုင်ပေသည်။

သမာဓိက ချုံ ဉာဏ်က ကျား

ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ၏ ဖြစ်ပျက်ကို ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုရာ၌ သမာဓိက ချုံ ဉာဏ်က ကျား၊ သမာဓိချုံထဲမှ စောင့်ပြီး သားသမင်များကို ဉာဏ်တည်းဟူသော ကျားက စောင့်ဖမ်းရမည်ဟု ကျန်းဂန်လာအတိုင်း ကျေးဇူးတော်ရှင် မိုးကုတ် ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဟောပြ ဆုံးမတော်မူခဲ့လေသည်။

ဤစကားရပ်၏ ဆိုလိုရင်း အဓိပ္ပါယ်ကို နားမလည်ပါက သဿတဒိဋ္ဌိဘက်သို့ ယိုင်သွားနိုင်ပါသည်။ ဆိုလိုရင်းမှာ သမ္မာသတိက စောင့်သဖြင့် ခုဖြစ်ရင် ခုသိသည်။ ဝီရိယက ချက်ခြင်းကြည့်ဖို့ကို အားထုတ်သည်။ သမာဓိက အရှုခံ ရှိရာသို့ စူးစိုက်ပေးသည့်အလုပ်ကို မိမိတို့ ကိစ္စအားလျော်စွာ အသီးသီး လုပ်ကြရသဖြင့် သမာဓိမဂ္ဂင် အခိုက်အတန့်၌ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကို သိပေ၏။

သမာဓိမဂ္ဂင်ဖြင့် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကို သိပြီးသည်နှင့် ထိုရုပ်နာမ်ခန္ဓာ၏ အပျက်ကို သမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်က မြင်၏။ အပျက်၏ လက္ခဏာကို သမ္မာသင်္ကပ္ပမဂ္ဂင်က မြင်သဖြင့် သမာဓိမဂ္ဂင်က စောင့်ကြည့်ပေးပြီး ဉာဏ်တည်းဟူသော ပညာမဂ္ဂင်က ဖမ်းသည်နှင့် တူပါသည်။

ထို့အပြင်လည်း အသေကို မိရမည်ဟူသော စကားအရလည်း အသေနှင့်တူသော အပျက်ကိုသာ မြင်၊ အပျက်၏ လက္ခဏာကိုသာ သိရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ပင့်ကူပမာ တရားရှု

ဤစကားအရလည်း စိတ္တာနုပဿနာ စသည် ရှုကွင်းရှုကွက်တို့၌ မနောတွင် ရှိနေသော အရှုဉာဏ်ပညာကို ပင့်ကူသဖွယ် အိမ်အလယ်တွင် ရပ်တည်ပြီး မျက်စေ့၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်ဟူသော ဒွါရခြောက်ပေါက်ကို မိမိယက်လုပ်ထားသော ပင့်ကူအိမ်ရှိ ကြိုးခြောက်ချောင်းသဖွယ် ခိုင်းနှိုင်းထားလေသည်။ ဝိပဿနာဉာဏ်တည်းဟူသော ပင့်ကူကြီးက ရှုလိုက်တိုင်း ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတည်းဟူသော သားကောင်ကို ဖမ်းနေသည်နှင့် တူပေသည်။ အသေကို မိရမည် ဆိုသဖြင့် ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း အဖြစ်တည်းဟူသော အရှင်ကို မမိရဘဲ အပျက်တည်းဟူသော အသေကိုသာ မိရမည်ဟု မိလိန္ဒပုဂ္ဂိုလ်တွင် လာရှိသော ဥပမာအတိုင်း ဟောကြားထားခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

အရှင် အသေ

အရှင်နှင့် အသေဆိုသော စကားရပ်မှာလည်း= ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ၏ဖြစ်ခြင်းကို ဇာတိဟု ဆိုရသဖြင့် ဇာတိ = မွေးဖွားခြင်း၊ အရှင်ဟု လည်းကောင်း၊ အပျက်သည် ဇရာ၊မရဏ ဖြစ်သဖြင့် မရဏ = သေခြင်း၊ အသေ ဟု ဟောကြားထားပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဇာတိ၊ ဇရာမရဏကို အရှင် အသေဟု ဝိပဿနာအရာမှာ သုံးထားခြင်းသည် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ တစ်ယောက်၏ သန္တာန်ဝယ် ဘဝနှင့်ခန္ဓာ နှစ်မျိုးရှိနေရာ ဘဝကို ရည်ညွှန်း၍ အရှင်အသေဟု သုံးထားခြင်း ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကို ရည်ညွှန်းလျှင် ဖြစ်ပျက်ဟု သုံးနှုံးပေသည်။

တစ်နည်းအားဖြင့် အသုဘလက္ခဏာကို မြင်နိုင်ရန် အရှင်အသေဟု လည်းကောင်း၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာကို သိနိုင်ဖို့ရန် ဖြစ်ပျက်ဟု လည်းကောင်း၊ ဉာဏ်၏ အမြင်ကို ဟောကြားသဖြင့် ရှုပွားသော ပုဂ္ဂိုလ်အနေ ဖြင့် ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်ဖို့ အရေးကြီးပေသည်။

ထို့ကြောင့် ကိုယ့်အသေကို ကိုယ်တိုင် ဉာဏ်ဖြင့် မြင်သဖြင့် ငြီးငွေ့လာပြီး ထိတ်လန့် ကြောက်ရွံ့၊ ရွံ့မှန်းလာ စေရန် ရှုကွင်း ရှုကွက်ကို

- ကိုယ့်အသေ ကိုယ်မြင်တာ ဝိပဿနာ
- အသေကို အရှင်က မြင်တာ ဝိပဿနာ ဟု နိဗ္ဗိန္ဒညဏ် ရှုကွင်း ရှုကွက်ကို ဟောကြားရလေသည်။

ဉာဏ်စဉ်များ

ဉာဏ်(၂)ပါး

- (၁) ဝိပဿနာဉာဏ်၊ (၂) မဂ်ဉာဏ် ။
(သုသိမသုတ္တန်တွင် ဟောသည်။)

ဉာဏ် (၃)ပါး

- (၁) သစ္စဉာဏ်၊ (၂) ကိစ္စဉာဏ်၊ (၃) ကတဉာဏ် ။
(ဓမ္မစက္ကပဝတ္ထနသုတ်တွင် ဟောသည်။)

တစ်နည်း - ဉာဏ် (၃)ပါး

- (၁) ယထာဘူတဉာဏ် = ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ၊ အကြောင်းအကျိုးနှင့် ခန္ဓာ၏ ဖြစ်ပျက်ကို မြင်သောဉာဏ်၊
- (၂) နိဗ္ဗိန္ဒညဏ် = ရုပ်နာမ်ခန္ဓာဖြစ်ပျက်ကို မှန်းသောဉာဏ်၊
- (၃) မဂ်ဉာဏ် = ဖြစ်ပျက်အဆုံးကို မြင်သောဉာဏ် ။
(အနတ္တလက္ခဏသုတ်တွင် ဟောကြားသည်။)

ဝိပဿနာဉာဏ် (၁၀)ပါး

- (၁) သမ္မသနဉာဏ် = ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တအားဖြင့် သုံးသပ်သောဉာဏ်။
- (၂) ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် = ခန္ဓာ၏ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းကို မြင်သောဉာဏ်။
- (၃) ဘင်္ဂဉာဏ် = ခန္ဓာ၏ အပျက်ကိုသာ ရှုမြင်သောဉာဏ်။
- (၄) ဘယဉာဏ် = အပျက်အသေကိုသာ မြင်သဖြင့် ဘေးသင့်နေခြင်းဟု ရှုမြင်သောဉာဏ်။
- (၅) အာဒိနဝဉာဏ် = အပြစ်သင့်နေခြင်းဟု ရှုမြင်သောဉာဏ်။
- (၆) နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် = ဘေးအားဖြင့် လည်းကောင်း၊ အပြစ်သင့်ခြင်းဟု လည်းကောင်း၊ သိမြင်သဖြင့် ရွံ့မှန်း၊ ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်၊ ငြီးငွေ့သောဉာဏ်။
- (၇) မုစ္ဆိတုကမျတာဉာဏ် = အပြစ်ရှိ ဘေးသင့်နေသော ခန္ဓာမှ လွတ်မြောက်လိုသောဉာဏ်။
- (၈) သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် = ညီညွတ်မျှတ အသင့်ကျသော ဉာဏ်အမြင်ဖြင့် ရှုပွားရာ သင်္ခါရတရားများကို လျစ်လျူ ရှုမိနေသော ဉာဏ်အမြင်။
- (၉) အနုလောမဉာဏ် = ထိုလျစ်လျူရှုမိနေခြင်းသည်ပင် မဂ်ဉာဏ်သို့ ဝင်ရောက်နိုင်ဖို့ရန် လမ်းမှန်နေသဖြင့် မဂ်ဉာဏ်အား လျော်သော ဉာဏ်အမြင်။
- (၁၀) မဂ်ဉာဏ် = ကမ်းကြည့်ငှက်ပမာ သောင်ကမ်းကို ကြည့်သည်။ မမြင်သေးလျှင် ဘေးဘျမ်းရှိသော သမုဒ္ဒရာထဲမှာပင် ပျံဝဲရသကဲ့သို့ ဘေးဘျမ်းရှိသော ခန္ဓာမှ လွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်

သောင်ကမ်းကို မတွေ့သေးလျှင် ခန္ဓာကိုသာ ပြန်လည်ရှုပွားပြီး၊ သောင်ကမ်းကို တွေ့လျှင် ဘေးရှိရာအရပ်သို့ တစ်ဖန်ပြန်မလာသောအားဖြင့် ထွက်မြောက်သောဉာဏ်။

(ဤဉာဏ်စဉ် (၁၀)ပါးမှာ အဘိဓမ္မာကျမ်းများတွင် ဟောကြားပါသည်။)

ဉာဏ်စဉ် (၁၆)ပါး

- (၁) နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် = နာမ်ကိုနာမ်မှန်း၊ ရုပ်ကိုရုပ်မှန်း ပိုင်းခြား၍ သိသောဉာဏ်။
 - (၂) ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် = အကျိုးရုပ်နာမ်ကို ရှုပွားနေရာမှ အကြောင်းကိုပါ သိမ်းဆည်းရှုပွားသောဉာဏ်။
 - (၃) သမ္မသနဉာဏ် = ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးရုပ်နာမ်ကို ခန္ဓာငါးပါးအနေဖြင့် ရှုပွားနေရာမှ အတိတ်၊ အနာဂတ် စသည်ဖြင့်လည်း သုံးသပ် ရှုပွားသောဉာဏ်။ (ရုပ်နာမ်ခန္ဓာကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တအားဖြင့် သုံးသပ်သောဉာဏ်။)
 - (၄) ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် = ခန္ဓာတို့၏ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းကိုသာ ရှုပွားသောဉာဏ်။
 - (၅) ဘင်္ဂဉာဏ် = အဖြစ်ကိုလွတ်၍ အပျက်ကိုသာ ရှုပွားသောဉာဏ်။
 - (၆) ဘယဉာဏ် = အပျက်ကိုသာရှုပွားသိမြင်ပြီး ဘေးသင့်ခြင်းဟု ဘေးအားဖြင့် ရှုပွားသောဉာဏ်။
 - (၇) အာဒိနဝဉာဏ် = အပြစ်သင့်နေခြင်းဟု အပြစ်အားဖြင့် ရှုပွားသောဉာဏ်။
 - (၈) နိဗ္ဗိဒါဉာဏ် = ဘေးသင့် အပြစ်ရှိနေသော အသုဘခန္ဓာကို ရွံ့မှန်း၊ ထိတ်လန့်၊ ကြောက်ရွံ့ ငြီးငွေ့လာသောဉာဏ်။
 - (၉) မုဇ္ဈိတုကမျတာဉာဏ် = ငြီးငွေ့လာသည့်အလျောက် ထိုခန္ဓာမှ လွတ်မြောက်လိုသောဉာဏ်။
 - (၁၀) ပဋိသင်္ခါဉာဏ် (ဉာဏ်စဉ်(၁၀)ပါးက ရေးခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း)
 - (၁၁) သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် (ရေးခဲ့ပြီး)
 - (၁၂) အနုလောမဉာဏ် (ရေးခဲ့ပြီး)
 - (၁၃) ဂေါတြဘူဉာဏ် = ပုထုဇဉ်အနွယ်၊ အရိယာအနွယ် ပိုင်းခြားထားသောဉာဏ်။
 - (၁၄) မင်္ဂဉာဏ် (ရေးခဲ့ပြီး)
 - (၁၅) ဖိုလ်ဉာဏ် = မင်္ဂဉာဏ်ဖြင့်ဆိုင်ရာ ကိလေသာများကို ပယ်သတ်ပြီးသော်လည်း ကိလေသာ အရှိန်အဟုန်၊ အဆိုးအငွေ့ကို တစ်ဖန် ငြိမ်းစေပြန်သောဉာဏ်။
 - (၁၆) ပစ္စဝေက္ခကာဉာဏ် = ဖြတ်ကျော်လာခဲ့သော မင်္ဂဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ ပယ်သတ်နိုင်ခဲ့သော ကိလေသာ၊ ကြွင်းကျန်နေသေးသော ကိလေသာ၊ တွေ့ခဲ့ရသော နိဗ္ဗာန်ကို ဆင်ခြင်သောဉာဏ်။
- မှတ်ချက်။ ။ ဤဉာဏ်စဉ်(၁၆)ပါးသည် အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မြတ် ဟောသော ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်ပါဠိတော်တွင် လာရှိပါသည်။

ပရိညာ(၃)ပါး

- ၁။ ဉာတပရိညာ
= ရုပ်နာမ်ပိုင်းခြား၊ သိငြားအကြောင်း၊ နှစ်ခုပေါင်း မှတ်ကြောင်း ဉာတပရိညာတည်း။
- ၂။ တိရဏပရိညာ
= ဆုံးဖြတ်ပိုင်းခြား၊ ရှုငြားဖြစ်ပျက်၊ ဤ နှစ်ချက်၊ မှတ်ချက် တိရဏပရိညာတည်း။
- ၃။ ပဟာနပရိညာ
= အပျက်ကိုရှု၊ အထက်စု၊ မှတ်မှု ပဟာနတည်း။

- နိစ္စသည်၊ ပယ်စွန့်ကာသွား၊ ဉာဏ်များ အထက်၊ အဆက်ဆက်၊ မှတ်ချက် ပဟာနုပရိညာ။
- ပရိညာကင်း၊ မဂ်ဖိုလ်ရှင်း၊ ရခြင်းနိဗ္ဗာန် မရှိတည်း။

ပရိညာနှင့် ဉာဏ်စဉ်

- ၁။ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ် နှင့် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် နှစ်ပါးသည် ဉာတပရိညာတည်း။
- ၂။ သမ္မသနဉာဏ်နှင့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်နှစ်ပါး သည် တိရဏပရိညာဖြစ်၏။
- ၃။ ဘင်္ဂဉာဏ်မှစ၍ အထက်ဉာဏ်များသည် ပဟာနုပရိညာ ဖြစ်ပါသည်။

ဒိဋ္ဌိဖြုတ်နည်း(၃)နည်း

- ၁။ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် နှစ်ဉာဏ်သည် ဉာတပရိညာ ဖြစ်သဖြင့် နာမ်နှင့်ရုပ်ကို ပိုင်းခြား၍ သိနေသည့်အခါ၊ အကြောင်းကို သိမ်းဆည်းနိုင်သည့်အခါတွင် ဒိဋ္ဌိဖြုတ်နေမှုကို အသိပြုတ်ဟု ဆိုရပါသည်။
- ၂။ သမ္မသနဉာဏ်နှင့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် နှစ်ပါးသည် တိရဏပရိညာ ဖြစ်သဖြင့် ဖြစ်ပျက်ကို သိမြင်နေသည့်အခါတွင် ဒိဋ္ဌိ ဖြုတ်နေမှုကို အပွားပြုတ်ဟု ဆိုရပါသည်။
- ၃။ ဘင်္ဂဉာဏ်မှ အထက်ဖြစ်သော ဉာဏ်စဉ်များမှာ ပဟာနုပရိညာဖြစ်သဖြင့် အပျက်ကို မြင်ပြီး ဒုက္ခသစ္စာအား ပိုင်းခြားနိုင်ဖို့ရန် ပွားများနေသော အခိုက်အတန့် ဖြစ်သောကြောင့် ထိုအချိန်၌ ပြုတ်နေသော ဒိဋ္ဌိကို အပယ်ပြုတ်ဟု ဆိုရပါသဖြင့် ပရိညာသုံးပါးကို ထောက်ဆ၍ ဒိဋ္ဌိဖြုတ်နည်း(၃)နည်းဟု သတ်မှတ်ထားပါသည်။

အစဉ်ကို မကျော်စေရပါ

မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဥပနိဿယမှာ အစဉ်ကို မကျော်စေရသော အဆုံးအမ ရှိပါသည်။ အစဉ်ကို မကျော်စေရသော အဆုံးအမအရ ဝိပဿနာ ရှုပွားတော့မည်ဆိုလျှင် ပထမဦးဆုံး အရိယာ၊ သောတာပန်စခန်းသို့ တက်လှမ်းမည် ဖြစ်ပါသဖြင့် သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဒိဋ္ဌိနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာကို ပဟာနုပရိညာအားဖြင့် အပယ်ဖြုတ် အမြစ်ပြုတ် ဖြုတ်၍ သောတာပန် ဖြစ်ရသဖြင့် သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ရန် အားထုတ်ရာ၌ ပထမဦးဆုံး အသိပြုတ်နှင့် ဖြုတ်ပြီးမှသာ အပွားပြုတ်နှင့် ဒုတိယဖြုတ်၊ နောက်ဆုံးမှသာ အပယ်ပြုတ်ဖြင့် ဖြုတ်ပြီး သောတာပန် ဖြစ်နိုင်သောကြောင့် "အစဉ်ကို မကျော်စေနဲ့၊ အစဉ်အတိုင်း အလုပ် လုပ်ပါ" ဟု မိန့်ကြားတော်မူပါသည်။

တစ်နည်းအားဖြင့်လည်း ဒိဋ္ဌိကို အသိဖြင့် ဖြုတ်ပြီး အားထုတ်မှသာလျှင် အားကြီးသော ဝိပဿနာ ဖြစ်ပြီး အပွားပြုတ်ဖြင့် လျင်မြန်စွာ ဖြုတ်နိုင်၍ အပယ်ပြုတ်ဖြင့် ဖြုတ်နိုင်ကာ သောတာပန် အမြန်ဖြစ်၊ နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြမှာ ဖြစ်ပါသည်။

အကြောင်း အကျိုး

- ရုပ်တရားများ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသည် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ ဟူသော အကြောင်းတရားများက ပြုပြင်ပေးသောကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။
- နာမ်တရားများ ဖြစ်ပေါ်လာကြခြင်းသည် မျက်စေ့၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ် ဟူသော ဒွါရများနှင့် အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ တွေ့ထိစရာ၊ ကြံတွေးစရာဟူသော အာရုံခြောက်ပါးတို့ ပေါင်းဆုံ ပြုပြင်ပေးမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။
- စိတ် ဝေဒနာတို့ကို ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုပွားရာ၌
 - စိတ် ဝေဒနာတို့ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကို သိလျှင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကွာပါသည်။
 - ပျက်တာကို သိလျှင် သဿတဒိဋ္ဌိ စင်ပါသည်။

- အစားထိုးတာကိုသိလျှင် ဥစ္စေ ဒဒိဋ္ဌိ စင်ပါသည်။
- အကြောင်းတရားပေါ်မှာ အသိဉာဏ်ရှင်းလျှင် ဝိစိက္ခိတ္တာ သေပါသည်။

ဒိဋ္ဌိသုံးမျိုး

- ၁။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိဆိုသည်မှာ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ငါ၊ သူတစ်ပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ လူနတ်ဗြဟ္မာဟု အယူမှားခြင်းသဘော ဖြစ်ပါသည်။
- ၂။ သတ္တဝါသေလျှင် ဖြစ်သေးသည်၊ ဘဝကူးသည်၊ တမလွန်ဘဝ ပြောင်းသွားသည်၊ အသက် ထွက်သွားသည်၊ လိပ်ပြာ လွင့်သွားသည်ဟု ဆိုလျှင် သဿတဒိဋ္ဌိ ဖြစ်ပါသည်။
- ၃။ တစ်ဘဝ တစ်ခါသေပဲ၊ နောင်ဘဝ မရှိဘူး၊ သေပြီးလျှင် ပြန်မဖြစ်တော့ဘူး၊ သေပြီး ပြီးတာပဲ စသည်ဖြင့် ပြောဆိုခြင်းသည် ဥစ္စေ ဒဒိဋ္ဌိ ဖြစ်ပါသည်။

လင်္ကာများ

- ယုံကြည် ကျန်းမာ၊ စိတ်ဖြောင့်စွာဖြင့်၊ လွန်စွာအားထုတ်၊ နာမ်နှင့်ရုပ်ကို၊ ဖြစ်ချုပ်ဉာဏ်မြင်၊ ဤငါးအင်၊ မှန်ပင် မဂ်ရကြောင်း။
- မစွန့်ကာမ၊ ဆရာမရှိ၊ ဝိရိယလျော့၊ အားအင်ပျော့ကာ၊ လွန်စွာယူမှား၊ ဤငါးပါး၊ တရား မဂ်ဖိုလ်ဝေးသတည်း။
- ဖြစ်ပျက်မြင်ကာ၊ ဝမ်းသာနှစ်သက်၊ ကိုယ်ရောင်ထွက်၍၊ ကြက်သီးထလာ၊ ကြုံတွေ့ပါ၊ မဂ္ဂါမဝေးမှတ်။
- ရှေ့ ဝိပဿနာ၊ နောက်မဂ္ဂါ၊ မိန့်မှာ သံယုတ္တံ၊ ဝိပဿနာခွင်၊ လုပ်ငန်းဝင်၊ အလျင် ဒိဋ္ဌိသတ်။ ဒိဋ္ဌိသတ်ရန်၊ ငါးခန္ဓာ မြင်ဉာဏ်ပဋိစ္စ။ ဒိဋ္ဌိကွာစင်၊ လုပ်ငန်းဝင်၊ ဉာဏ်လျှင် ရမဂ္ဂ။

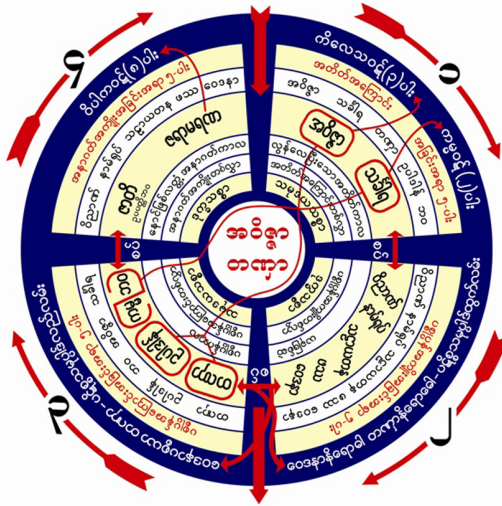
ရှေ့ရေး မျှော်ပါ။ လက်ရှိဖြင့် ကျေနပ်မနေသင့် - တိုက်တွန်းခြင်း

- ဓနမူသာ၊ ပြည့်စုံပါလည်း၊ အိုနာသေရေး မလွတ်သေးသော်၊ ရှေ့ရေးမျှော်၊ ပြုံးပျော်၍လည်း မနေသင့်။
- ဒါနမူသာ၊ ပြည့်စုံပါလည်း၊ အိုနာသေရေး မလွတ်သေးသော်၊ ရှေ့ရေးမျှော်၊ ပြုံးပျော်၍လည်း မနေသင့်။
- သီလမူသာ၊ ပြည့်စုံပါလည်း၊ အိုနာသေရေး မလွတ်သေးသော်၊ ရှေ့ရေးမျှော်၊ ပြုံးပျော်၍လည်း မနေသင့်။
- ဗဟုသုတမူသာ၊ ပြည့်စုံပါလည်း၊ အိုနာသေရေး မလွတ်သေးသော်၊ ရှေ့ရေးမျှော်၊ ပြုံးပျော်၍လည်း မနေသင့်။
- သမာဓိမူသာ၊ ပြည့်စုံပါလည်း၊ အိုနာသေရေး မလွတ်သေး သော်၊ ရှေ့ရေးမျှော်၊ ပြုံးပျော်၍လည်း မနေသင့်။
- ဆိတ်ငြိမ်ရာမှာ၊ နေနိုင်ပါလည်း၊ အိုနာသေရေး မလွတ်သေးသော်၊ ရှေ့ရေးမျှော်၊ ပြုံးပျော်၍လည်း မနေသင့်။
- အနာဂါမ်သာ၊ တည်နေပါလည်း၊ အိုနာသေရေး မလွတ်သေးသော်၊ ရှေ့ရေးမျှော်၊ ပြုံးပျော်၍လည်း မနေသင့်။

မှာတမ်းတော်လင်္ကာ

- လက်ရှိခန္ဓာ၊ မတွယ်တာနှင့်။ နောင်လာဘဝ၊ မတောင့်တဘဲ၊ ကြောင့်ကြံ့ဖြင့်၊ အမြဲမပြတ် ဝိပဿနာ၊ လေ့လာ ကြိမ်ကြိမ်၊ အာစိဏ္ဍကံ၊ ဖြစ်ကြောင်းဖန်မူ၊ ထိုသည့်သူအား၊ အယူမလွဲ၊ ဂတိမြဲ၏။ မီးစွဲလောင်မှ၊ ရေကိုတသော်၊ မရ ဖြစ်အင်၊ ပုံနှိုင်းယှဉ်၍၊ မဂ္ဂင်သန္ဓေ၊ တည်မြဲနေအောင်၊ မသေခင်ကာ၊ ပြင်ဆင်တောက်လျှောက်၊ မေ့မပျောက်နှင့်။ ချွေးပေါက်ယိုစီး၊ သေခါနီးဝယ်၊ အပြီးမှချ၊ မဂ္ဂင်ရလိမ့်။ ကိစ္စမလျော်၊ အကြောင်းပေါ်၍၊ မတော်တဆ၊ မဂ်မရဦး၊ ဘဝ အစွန့်၊ တမလွန်တွင်၊ ထူးချွန်အံ့လောက်၊ နတ်ပြည်ရောက်၍၊ မဖောက်မပြန်၊ သောတာပန်စစ်၊ ဧကန်ဖြစ်မည်၊ မလစ် ဝိပဿနာ အကျိုးတည်း။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် လည်ပုံ-ဖြတ်ပုံ ဒေသနာ



ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အခြေခံ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၊ ဒိဋ္ဌိဖြတ်လင်္ကာ

အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာရင်းခံ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံကြောင့် ရုပ်နာမ်ပေါ်။ အပင်မှမျိုး၊ မျိုးမှအပင်၊ အမျှင်မပြတ်၊ ဆက်စပ်သည့်ဟန်၊ ကံကြောင့် နာမ်ရုပ်၊ နာမ်ရုပ်ကြောင့် ကံ၊ အဖန်ဖန်၊ ဖြစ်ပြန်နည်းအလျော်၊ ဗြဟ္မာသိကြား၊ စသည်များက၊ ထင်ရှားပြုပြင်၊ စီရင် ဖန်ဆင်း၊ အကြောင်းရင်းကြောင့်၊ လူနတ်များစွာ၊ သတ္တဝါတို့၊ ဖြစ်လာရမှု၊ မဟုတ်ဟု၊ ဉာဏ်ဖြင့် ရှု၍မျှော်။

အသွယ်ရှစ်သွယ်ပြု လင်္ကာ

မူလနှစ်ဖြာ၊ သစ္စာနှစ်ခု၊ လေးခုအလွှာ၊ အင်္ဂါတစ်ဆယ့်နှစ်ပါး၊ တရားကိုယ်များနှင့်၊ သုံးပါးအစပ်၊ နှစ်ရပ်မူလ၊ ပဋိသုံးဝနှင့်၊ ကာလသုံးဖြာ၊ ခြင်းရာနှစ်ဆယ်၊ ဤရှစ်သွယ်ကို၊ အလွယ်ကျက်မှတ်၊ သိစေအပ်သည်၊ သံသရာမှ လွတ်ကြောင်းတည်း။

သစ္စာလေးပါး လင်္ကာ

- ဖြစ်ပျက်သမျှ၊ သင်္ခါရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ မှတ်။
- ဖြစ်ပျက်မှုတွင်၊ ငါကောင်ထင်၊ ခင်မင်သမုဒယ မှတ်။
- ရုပ်နာမ်အားလုံး၊ ဖြစ်ပျက်သုဉ်း၊ ချုပ်ဆုံး နိဗ္ဗာန် မှတ် ။
- ချုပ်ဆုံးမှုတွင်၊ ဉာဏ်သက်ဝင်၊ သိမြင် မဂ်ဟု မှတ်။

ခန္ဓာငါးပါး

- (၁) ရူပက္ခန္ဓာ = ဖောက်ပြန်တတ်သောသဘောအစု ဖြစ်ပျက်မှု၊ ရုပ်(၂၈)ပါး။
- (၂) ဝေဒနာက္ခန္ဓာ = ခံစားတတ်သော သဘောအစု ဖြစ်ပျက်မှု၊ ဝေဒနာစေတသိက်။
- (၃) သညာက္ခန္ဓာ = မှတ်သားတတ်သောသဘောအစု ဖြစ်ပျက်မှု၊ သညာစေတသိက်။
- (၄) သင်္ခါရက္ခန္ဓာ = ပြုပြင် စေ့ဆော်တတ်သော သဘောအစု ဖြစ်ပျက်မှု၊ ဝေဒနာ သညာမှတစ်ပါး စေတသိက် (၅၀)။
- (၅) ဝိညာဏက္ခန္ဓာ = သိကြံတတ်သောသဘောအစု ဖြစ်ပျက်မှု၊ စိတ် (၈၉) ပါး။

အာယတန(၁၂)ပါး

(အတွင်းအာယတန ၆-ပါး)

(အခံဓာတ် ၆-ပါး)

- (၁) စက္ခု = မျက်စေ့အကြည်
- (၂) သောတ = နားအကြည်
- (၃) ယာန = နှာခေါင်းအကြည်
- (၄) ဇိဟာ = လျှာအကြည်
- (၅) ကာယ = ကိုယ်အကြည်
- (၆) မန = စိတ်(ဘဝင်စိတ်)

(အပြင်အာယတန ၆-ပါး)

(အတိုက်ဓာတ် ၆-ပါး)

- (၇) ရူပ = အဆင်း
- (၈) သဒ္ဓ = အသံ
- (၉) ဂန္ဓ = အနံ့
- (၁၀) ရသ = အရသာ
- (၁၁) ဗောဠဗ္ဗ = တွေ့ထိစရာ
- (၁၂) ဓမ္မ = ကြံတွေးစရာ

ဓာတ်(၁၈)ပါး

အခံဓာတ် ၆-ပါး+အတိုက်ဓာတ် ၆-ပါး +အပွင့်ဓာတ် ၆-ပါး= ဓာတ် ၁၈-ပါး

အပွင့်ဓာတ် (၆)ပါး

- (၁၃) စက္ခုဂိညာဏ် = မြင်စိတ်
- (၁၄) သောတဂိညာဏ် = ကြားစိတ်
- (၁၅) ယာနဂိညာဏ် = နံစိတ်
- (၁၆) ဇိဟာဂိညာဏ် = စားစိတ်
- (၁၇) ကာယဂိညာဏ် = ယား,နာ,ကောင်းစိတ်
- (၁၈) မနောဂိညာဏ် = တွေးတောကြံစည်စိတ်

ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ ဓာတ်

ခန္ဓာဟူသည် အစုသဘော ဖြစ်ပါသည်။

အာယတနဟူသည် သံသရာကို ရှည်လျားအောင် ဆွဲဆန့်တတ်သော တရား၊ တစ်နည်းအားဖြင့် စိတ်တို့၏ တည်ရာဖြစ်ပါသည်။

ဓာတ်ဟူသည် မိမိသဘောတူမှသာ ပွင့်တတ်သော သဘောတရားများ ဖြစ်ပါသည်။

သစ္စာလေးပါး

- (၁) ဒုက္ခသစ္စာ = ဆင်းရဲခြင်း အမှန်တရား (ဖြစ်ဒုက္ခ၊ပျက်ဒုက္ခ)၊ ပိုင်းခြားသိရမည့်တရား။
- (၂) သမုဒယသစ္စာ = ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်း အမှန်တရား (တဏှာ-လောဘ)၊ ပယ်ရမည့်တရား။
- (၃) နိရောဓသစ္စာ = ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာ အမှန်တရား(နိဗ္ဗာန်)၊ မျက်မှောက်ပြုရမည့်တရား။
- (၄) မဂ္ဂသစ္စာ = ဒုက္ခသစ္စာ၏ ချုပ်ကြောင်း, သမုဒယသစ္စာကို ပယ်ကြောင်း, နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုကြောင်း အကျင့်မှန်တရား (မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး)၊ ပွားများရမည့်တရား။

လောကီမဂ္ဂင်(၅)ပါး

- သမ္မာဒိဋ္ဌိ + သမ္မာသင်္ကပ္ပ = ပညာမဂ္ဂင် (၂)ပါး
- သမ္မာဂါယာမ+သမ္မာသတိ+သမ္မာသမာဓိ = သမ္မာမိမဂ္ဂင် (၃)ပါး

လောကုတ္တရာမဂ္ဂင် (၈)ပါး

- သမ္မာဒိဋ္ဌိ + သမ္မာသင်္ကပ္ပ = ပညာမဂ္ဂင် (၂)ပါး
- သမ္မာဝါယာမ + သမ္မာသတိ + သမ္မာသမာဓိ = သမာဓိမဂ္ဂင်(၃)ပါး
- သမ္မာဝါစာ + သမ္မာကမ္မန္တ + သမ္မာအာဇီဝ = သီလမဂ္ဂင်(၃)ပါး။

မဂ္ဂင်ငါးပါး၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး

လောကီမဂ္ဂင်(၅)ပါးကို ရှုပွားသောအားဖြင့် ကိလေသာကို ပယ်သတ်သောအလုပ်ကို လုပ်တတ်သောကြောင့် ကာရကမဂ္ဂင် (အလုပ်လုပ်သောမဂ္ဂင်)ဟု ဆိုရသည်။ သီလမဂ္ဂင်သုံးပါးမှာ မဂ္ဂင်(၅)ပါးအား ပွားများသည့်အလုပ်ကို လုပ်စေရန် စေခိုင်းတတ်သောသဘော ရှိသောကြောင့် ကာရာပယမဂ္ဂင်ဟု အဘိဓမ္မာကျမ်းများ၌ ပြဆိုကြလေသည်။

ဝိပဿနာမဂ်

ဝိပဿနာမဂ်ဖြင့် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ၏ ဖြစ်ပျက်တစ်ချက် ရှုပွားသည့်အခါ ဖြစ်ပျက်တစ်ချက် မြင်တိုင်း ပရိယုဋ္ဌာန ကိလေသာ၊ ဝိတိတ္တမကိလေသာ တစ်ချက် ပေါ်လာခွင့် မရ။ အနုဿယကိလေသာ တစ်ချက်ပါး၊ အဝိဇ္ဇာ တစ်ချက် ပါးပြီး ဝိဇ္ဇာဉာဏ် တစ်ချက် ပေါ်လာလျက် ဒုက္ခသစ္စာ တစ်ချက် ပိုင်းခြားသိသည်။ ဤသို့ အလုပ်လုပ်သော ဝိပဿနာ ဉာဏ်ဖြင့် ပွားများပြီးမှ အရိယမဂ်ဉာဏ်က တစ်ချက်တည်း မဂ်ကိစ္စလေးချက်ကို တစ်ပြိုင်နက် နောက်ဆုံး လုပ်ကာ မဂ်ဉာဏ်သို့ ပန်းဝင်ရပေသည်။

စိတ္တာနုပဿနာ ရှုပွားနည်း

၁။ မြင်စိတ်	
၂။ ကြားစိတ်	
၃။ နံစိတ်	အပြင်ဧည့်သည်စိတ် (၅)ခု
၄။ စားစိတ်	
၅။ ယားနာကောင်းစိတ်	
၆။ လောဘစိတ်	
၇။ ဒေါသစိတ်	
၈။ မောဟစိတ်	အတွင်းဧည့်သည်စိတ်(၆)ခု
၉။ အလောဘစိတ်	
၁၀။ အဒေါသစိတ်	
၁၁။ တွေးတောကြံစည်စိတ်	
၁၂။ လေကို ထုတ်သောစိတ်	အိမ်သည်စိတ်(၂)ခု
၁၃။ လေကို သွင်းသောစိတ်	

ရှုပွားပုံရှုပွားနည်းမှာ ရှေ့ပိုင်းတွင် ပြဆိုခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း ရှုပွားကြရပါမည်။ အထူးသဖြင့် အိမ်သည်စိတ် (၂)ခုကို အရင်းခံထား၍ မည်သည့်စိတ် ပေါ်ပေါ်၊ ပေါ်တိုင်း ပေါ်တိုင်း ဖြစ်ပျက်မလွတ်အောင် ရှုရမည် ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ကို မြင်နေပါက သတိပဋ္ဌာန် ၊ စိတ်၏ အပျက်ကို မြင်မှသာ သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ ဖြစ်သည်ကိုလည်း ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းပြီး စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာနဘာဝနာ ဖြစ်အောင် ရှုပွားကြရပါမည်။

ဝေဒနာနုပဿနာ ရှုပွားနည်း

အပြင်စဉ်သည်ဝေဒနာ(၆)ခု

- ၁။ ဥပေက္ခာဝေဒနာသည် မျက်လုံးမှာ ပေါ်သည်။
- ၂။ ဥပေက္ခာဝေဒနာသည် နားမှာ ပေါ်သည်။
- ၃။ ဥပေက္ခာဝေဒနာသည် နှာခေါင်းမှာ ပေါ်သည်။
- ၄။ ဥပေက္ခာဝေဒနာသည် လျှာမှာ ပေါ်သည်။
- ၅။ သုခဝေဒနာသည် ကိုယ်ပေါ်မှာ ပေါ်သည်။
- ၆။ ဒုက္ခဝေဒနာသည် ကိုယ်ပေါ်မှာ ပေါ်သည်။

အတွင်းစဉ်သည်ဝေဒနာ(၃)ခု

- ၁။ သောမနဿဝေဒနာသည် စိတ်မှာ ပေါ်သည်။
- ၂။ ဒေါမနဿဝေဒနာသည် စိတ်မှာ ပေါ်သည်။
- ၃။ ဥပေက္ခာဝေဒနာသည် စိတ်မှာ ပေါ်သည်။

အိမ်သည်ဝေဒနာ (၃)ခု

- ၁။ သားရေးသမီးရေး စီးပွားရေးမှစ၍ အရပ်ရပ် အဆင်ပြေနေသောအခါ ဝင်လေထွက်လေကို သောမနဿဝေဒနာဖြင့် ရှုရှိုက်နေသည်။
- ၂။ သားရေးသမီးရေး စီးပွားရေးမှစ၍ အရပ်ရပ် အဆင်မပြေသည့်အခါ ဝင်လေထွက်လေကို ဒေါမနဿဝေဒနာဖြင့် ရှုရှိုက်နေသည်။
- ၃။ တစ်ခါတစ်ရံ ဝင်လေထွက်လေကို သောမနဿလည်းမဟုတ်၊ ဒေါမနဿလည်းမဟုတ်၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာဖြင့် အမှတ်မထင် ရှုရှိုက်နေသည်။

မှာထားချက်

ဝေဒနာနုပဿနာ ရှုပွားရာ၌ ပေါ်သည့်အချိန် ပေါ်သည့်နေရာကို စောင့်၍ ရှုရမည် ဖြစ်သည်။ ဝေဒနာသည် ဒွါရ ခြောက်ပေါက်၌ အမြဲ ဖြစ်နေသည်။ မဖြစ်သည့်အခါ မရှိ၊ ဖဿဖြစ်တိုင်း ဝေဒနာဖြစ်သည်။ ဝေဒနာကို ရှုရာ၌ နာကျင်မှ ဝေဒနာ မဟုတ်ပါ။ နာမှု၊ ကျင်မှု မခံသာသည့် ဝေဒနာရှိသလို၊ နာမှု၊ ကျင်မှု ပျောက်ကင်းပြီး ခံသာသည့် ဝေဒနာလည်း ရှိသည်။ ခံသာသည်လည်း မဟုတ်၊ မခံသာသည်လည်း မဟုတ်၊ အလယ်အလတ် အမှတ်မဲ့ ခံစားမှု ဝေဒနာမျိုးလည်း ရှိသည်။ စိတ်နှင့် ဝေဒနာသည် သဟဇာတတရားဖြစ်၍ စိတ်ဖြစ်တိုင်း ဝေဒနာဖြစ်သည်။ ဝေဒနာသည် ပေါ်လည်းပေါ်သည်၊ ပျက်လည်းပျက်သည်။ **ဝေဒနာနှင့် ငါ မရောစေနှင့်၊ ဝေဒနာကို ခွာ၍ အနိစ္စ မြင်အောင် ကြည့်၊ အနိစ္စတွေ့မှ လမ်းမှန်ကျမည်။**

ဝေဒနာမှတ်တမ်း

- သုခဝေဒနာကို မရှုမိပါက နောက်က တဏှာ လိုက်၍ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အလယ်မှ ပတ်သည်။
- ဒုက္ခဝေဒနာကို မရှုမိပါက နောက်က ဒေါသ လိုက်၍ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အဆုံးက ပတ်သည်။
- ဥပေက္ခာဝေဒနာကို မရှုမိပါက နောက်က မောဟလိုက်၍ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အစက ပတ်ပါသည်။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အနုလောမ ပါဠိ

အင်္ဂါဇာပစ္စယာသင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ၊ ဝိညာဏပစ္စယာ နာမရူပံ၊ နာမရူပပစ္စယာ သဠာယတနံ၊ သဠာယတနပစ္စယာ ဖဿော၊ ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာ၊ တဏှာပစ္စယာ ဥပါဒါနံ၊ ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ၊ ဘဝပစ္စယာ ဇာတိ၊ ဇာတိပစ္စယာ ဇရာမရဏံ၊ သောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနသုပါယာသာ သမ္ဘဝန္တိ၊ ဧဝ မေတဿ ကေဝလဿ ဒုက္ခက္ခန္ဓဿ သမုဒယော ဟောတိ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပဋိလောမ ပါဠိ

အင်္ဂါဇာယတွေဝ အသေသင်္ဂါရာဂ နိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓော၊ သင်္ခါရနိရောဓာ ဝိညာဏနိရောဓော၊ ဝိညာဏ နိရောဓာ နာမရူပနိရောဓော၊ နာမရူပနိရောဓာ သဠာယတနနိရောဓော၊ သဠာယတနနိရောဓာ ဖဿနိရောဓော၊ ဖဿနိရောဓာ ဝေဒနာနိရောဓော၊ ဝေဒနာနိရောဓာ တဏှာနိရောဓော၊ တဏှာနိရောဓာ ဥပါဒါနနိရောဓော၊ ဥပါဒါန နိရောဓာ ဘဝနိရောဓော၊ ဘဝနိရောဓာ ဇာတိနိရောဓော၊ ဇာတိနိရောဓာ ဇရာမရဏံ၊ သောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနသုပါယာသာ နိရုဇ္ဈန္တိ။ ဧဝ မေတဿ ကေဝလဿ ဒုက္ခက္ခန္ဓဿ နိရောဓော ဟောတိ။

ဒိဋ္ဌိဖြတ်

- ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အနုလောမဖြစ်စဉ်ကို သိသဖြင့် အကြောင်းဖြစ်၍သာ အကျိုးဖြစ်သည်ဟု သိရသဖြင့် ဥစ္စေဒဒိဋ္ဌိ စင်ပါသည်။
- ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပဋိလောမဖြစ်စဉ်ကို သိသဖြင့် အကြောင်းချုပ်လိုသာ အကျိုးချုပ်သည်ဟု သိရသောကြောင့် သဿတဒိဋ္ဌိ စင်ပါသည်။
- ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အကြောင်းနှင့် အကျိုးကို သိရသဖြင့် အကျိုးတရား အပေါ်မှာ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ၊ ငါသူတစ်ပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ မဟုတ်၊ ဓမ္မသဘော သက်သက်မျှသာဟု သိသောကြောင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကွာပါသည်။
- အကြောင်းတရားသည်ကား ဖန်ဆင်းရှင် ထာဝရဘုရား၊ သိကြား ပြဗ္ဗာ မဟုတ်။ ဓမ္မ အကြောင်း သက်သက်မျှသာဟု အကြောင်း တရားအပေါ်၌ အသိဉာဏ် ရှင်းပြန်သဖြင့်လည်း ဝိစိကိစ္ဆာ သေပါသည်။

နည်းလေးပါးဖြင့် ဝေဖန်ပုံ

- ၁။ ဧကတ္တနည်း
- ၂။ နာနတ္တနည်း
- ၃။ အဗျာပါရနည်း
- ၄။ ဧဝံဓမ္မတာနည်း

၁။ ဧကတ္တနည်း

ဧကတ္တနည်းဟူသည်မှာ မျိုးစေ့မှ အညွန့် အညောင့် စသည်ဖြင့် သစ်ပင်တစ်ပင် အဖြစ်သို့ ရောက်သကဲ့သို့ အင်္ဂါဇာ စသော အကြောင်းကြောင့် သင်္ခါရစသော အကျိုးဖြစ်၍ အကြောင်းနှင့် အကျိုး၏ အစဉ်မပြတ် စပ်ခြင်းသာဟု သိရသောနည်းသည် ဧကတ္တနည်းဖြစ်၏။

ဤဧကတ္တနည်းကို သိရခြင်းသည် အကြောင်းအကျိုး အစဉ်မပြတ်စပ်ခြင်းကို သိသောကြောင့် ဥစ္စေဒဒိဋ္ဌိစင်၏။ အမြင်မှား၊ အသိမှားပြန်သော် အကြောင်းအကျိုးအားဖြင့် အစဉ်မပြတ် စပ်နေခြင်းကို တစ်ခုတည်း၊ တစ်ပေါင်းတည်း အဖြစ်ဖြင့် ယူမှားခြင်းကြောင့် သဿတဒိဋ္ဌိ ဖြစ်၏။

၂။ နာနတ္ထနည်း

နာနတ္ထနည်းဆိုသည်မှာ အဝိဇ္ဇာ အစရှိသော အကြောင်း၊ သင်္ခါရ အစရှိသော အကျိုးတရားတို့၏ မိမိတို့၏ သဘောလက္ခဏာကို အသီးသီး မှတ်သား ပိုင်းခြားခြင်းတည်း။

ဤနာနတ္ထနည်းကို သိရသောကြောင့် အမြင်အသိ မှန်ကန်သော် သဿတဒိဋ္ဌိ စင်ပါသည်။ အမြင်မှားသော် ဥဇ္ဈဒိဋ္ဌိ ဖြစ်ပါသည်။

၃။ အဗျာပါရနည်း

သင်္ခါရစသော အကျိုးကိုဖြစ်စေအံ့ဟု အဝိဇ္ဇာ စသော အကြောင်းတရား၏ အားထုတ်ခြင်း၊ လုလ္လဗျာပါရ ကင်းသည်ဟု သိသောနည်းသည် အဗျာပါရနည်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤအဗျာပါရနည်းကို ကောင်းစွာ သိလျှင် ပြုတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ ယောက်ျား မိန်းမ မရှိတော့သော ကြောင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကွာပါသည်။

မှားသောအားဖြင့် မြင်၊ မှားသောအားဖြင့် သိသော် ဗျာပါရ ကင်းငြားသော်လည်း အဝိဇ္ဇာ အစရှိသော အကြောင်းတရားတို့သည် သဘာဝနိယာမအားဖြင့် ပြီးသော အကြောင်းတရားပေတည်းဟု မယူသောကြောင့် အင်္ဂါရိယဒိဋ္ဌိ ဖြစ်ပါသည်။

၄။ ဧဝံဓမ္မတာနည်း

အဝိဇ္ဇာစသော အကြောင်းတရားတို့သည် သင်္ခါရစသော အကျိုးတရားတို့ကို ဖြစ်စေခြင်းသည် နိ.ရည်မှ နိ.ခမ်း ဖြစ်သကဲ့သို့ အဝိဇ္ဇာစသော အကြောင်းမှ သင်္ခါရစသော အကျိုး ဖြစ်ခြင်းသာတည်းဟု သိသောနည်းသည် ဧဝံဓမ္မတာနည်း ဖြစ်၏။

ဤနည်းကို ကောင်းစွာသိသော် အကြောင်းအားလျော်စွာ အကျိုးကို သိသောကြောင့် အဟောတုကဒိဋ္ဌိ အင်္ဂါရိယဒိဋ္ဌိ ကင်းစင်ပါသည်။

မှားသောအားဖြင့်မြင်သော် အကြောင်းအားလျော်စွာ အကျိုးဖြစ်ခြင်းကို မယူမှု၍ တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်း ကြောင့် တစ်စုံတစ်ခုသော အကျိုးတရားမဖြစ်ဟု ယူခြင်းကြောင့် အဟောတုကဒိဋ္ဌိ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

(နည်းလေးနည်းကို ပိုမိုသဘောပေါက် နားလည်နိုင်ရန် ဤစာအုပ်၏ နောက်ဆက်တွဲ ကိုလည်း ဖတ်ပါ။)

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် ဒိဋ္ဌိဖြုတ်နည်း

အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ

အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်၏။ အဝိဇ္ဇာက အကြောင်း၊ သင်္ခါရက အကျိုး၊ အကြောင်းအကျိုး။ အကြောင်းအကျိုး စပ်တာ သိတော့ ဥဇ္ဈဒိဋ္ဌိ စင်သည်။ (ရုပ်/နာမ်)ဖြစ်တာကိုသိတော့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကွာသည်။ ပျက်တာကို သိတော့ သဿတဒိဋ္ဌိ စင်သည်။ အကြောင်းတရားပေါ်မှာ အသိဉာဏ် ရှင်းတော့ ဝိစိကိစ္ဆာ သေသည်။

(ကျန်သော အင်္ဂါတစ်ဆယ့်နှစ်ပါးကိုလည်း အထက်ပါနည်းအတိုင်း ဆက်ဆိုပါ။)

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အရ ဒိဋ္ဌိဖြုတ်

- ခန္ဓာဖြစ်ကြောင်းကို သိလျှင် ဝိစိကိစ္ဆာ သေသည်၊
- ဖြစ်ပေါ်လာသော အကျိုးခန္ဓာထဲမှာ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ သူတစ်ပါး ယောက်ျား မိန်းမ မပါဘဲ ဓမ္မသက်သက်သာဟု သိလျှင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပြုတ်ပါသည်။

- အကြောင်းဖြစ်လိုသော အကျိုးဖြစ်တာပဲဟု သိခြင်းသည် ဥစ္စေဒဒိဋ္ဌိ စင်ပါသည်။
- အကြောင်းချုပ်လိုသော အကျိုးချုပ်ရသည်ဟု သိပြန်သောအခါ သဿတဒိဋ္ဌိ စင်ပါသည်။

တစ်နည်း ဒိဋ္ဌိဖြတ်နည်း

- အကြောင်းပြုပြင်၍ အကျိုးသင်္ခါရတရားများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ဖြစ်လာသည်မဟုတ်၊ ဓမ္မသက်သက် သာဟု သိလျှင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ကွာသည်။
- ဖြစ်တာကိုသိလျှင် ဥစ္စေဒ ဒိဋ္ဌိ စင်သည်။
- ပျက်တာကိုသိလျှင် သဿတဒိဋ္ဌိ စင်သည်။

မူလနှစ်ဖြာ လင်္ကာ ရှင်းတမ်း

- ၁။ မူလနှစ်ဖြာ = အဝိဇ္ဇာနှင့်တဏှာ။
- ၂။ သစ္စာနှစ်ခု = သမုဒယသစ္စာ၊ ဒုက္ခသစ္စာ။
- ၃။ လေးခုအလွှာ = အတိတ်အကြောင်းတစ်လွှာ၊ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး တစ်လွှာ၊ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်း တစ်လွှာ၊ အနာဂတ်အကျိုး တစ်လွှာ။
- ၄။ အင်္ဂါတစ်ဆယ့်နှစ်ပါး = အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ဘဝ၊ ဇာတိ၊ ဇရာ မရဏ။
- ၅။ သုံးပါးအစပ် = သင်္ခါရနှင့် ဝိညာဏ် တစ်စပ်၊ ဝေဒနာနှင့် တဏှာ တစ်စပ်၊ ကမ္မဘဝနှင့် ဇာတိ တစ်စပ်။
- တစ်နည်း = အတိတ်အကြောင်းနှင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုး တစ်စပ်၊ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးနှင့် ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်း တစ်စပ်၊ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းနှင့် အနာဂတ်အကျိုး တစ်စပ်။
- ၆။ ဝဋ်သုံးဝ = ကိလေသဝဋ်၊ ကမ္မဝဋ်၊ ဝိပါကဝဋ်။
- ကိလေသဝဋ်သုံးပါး = အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်။
- ကမ္မဝဋ်နှစ်ပါး = သင်္ခါရနှင့် ကမ္မဘဝ။
- ဝိပါကဝဋ်ရှစ်ပါး = ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ၊ ဥပပတ္တိဘဝ၊ ဇာတိ၊ ဇရာ မရဏ။
- ၇။ ကာလသုံးဖြာ = လွန်လေပြီးသော အတိတ်ကာလ၊ ယခုဖြစ်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန်ကာလ၊ နောင် ဖြစ်လတ္တံ့ အနာဂတ်ကာလ။
- ၈။ ခြင်းရာနှစ်ဆယ် = အတိတ်အကြောင်းခြင်းရာ ငါးပါး (အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ဘဝ)၊ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးခြင်းရာ ငါးပါး (ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ)၊ ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းခြင်းရာ ငါးပါး (တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ဘဝ၊ အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ)၊ အနာဂတ်အကျိုးခြင်းရာ ငါးပါး (ဝိညာဏ်၊ နာမ်ရုပ်၊ သဠာယတန၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ)။
- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဆိုတာသည် စာထဲမှာ ရှိတာ မဟုတ်ဘူး။ ခန္ဓာထဲမှာ ရှိတာ။ မိမိခန္ဓာထဲမှာ ရှိတဲ့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို မိမိညွှန်ရှင်းအောင် လုပ်ပါ။
- စာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် သိတာသည် သညာသိ၊ ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် သိတာကမှ ပညာသိ။ သညာသိနှင့် နိဗ္ဗာန် မရောက် နိုင်ပါ။ ပညာသိနှင့်မှ နိဗ္ဗာန် ရောက်မယ်။

- တရားအားထုတ်လိုလျှင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဖြစ်စဉ်ကို သိအောင် ကြိုးစားပါ။
- ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဖြစ်ပုံ နားလည်မှသာလျှင် ဒုက္ခသစ္စာကို နားလည်တယ်။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပျက်ပုံကို နားလည်မှ မဂ္ဂသစ္စာ နားလည်တယ်။

ဝိပဿနာ ရှုပုံရှုနည်း

ထပ်ပြောဦးမယ်။ စိတ်ကို အရှုခိုင်းတာ မဟုတ်။ စိတ်၏ မရှိမှုကို အရှုခိုင်းတာ။ (မှန်ပုံ၊ ဘုရား) ရှုတဲ့အချိန်မှာ မရှိတာပဲ တွေ့ရမယ်။ (မှန်ပုံ) ရှိပြီးမှ မရှိဘဲ ဖြစ်သွားတဲ့သဘောကို တွေ့ရမှာ။ (မှန်ပုံ၊ ဘုရား)

ရှိတာ ရှုနေလို့ ရှိရင် ခိုင်တာမြဲတာ ရှုနေသောကြောင့် သဿတဒိဋ္ဌိဖြစ်တယ်။ (မှန်ပုံ) မရှိတာ ရှုမှသာလျှင် သဿတဒိဋ္ဌိက လွတ်တယ်။ (မှန်ပုံ၊ ဘုရား)

ဒါဖြင့်ဒကာဒကာမတို့ အသေကို အရှင်နဲ့ ရှုပါဆိုတာ အမှန်ဆုံးပဲ။ (မှန်ပုံ) ဘာပြုလို့ လဲဆိုတော့ တစ်ခုသေပြီးမှ တစ်ခု ဖြစ်ရမှာကိုး။ (မှန်ပုံ)

ခင်ဗျားတို့က စိတ်ကို ရှုခိုင်းတယ်ဆိုပြီး ကျုပ်ကတော့ စိတ်တွေလာတိုင်း ရှုနေတာပဲ ဆိုရင် ဒါ ဝိပဿနာ မဟုတ်ဘူး။ ဝိပဿနာ အပါး မဝသေးဘူး။ ဆရာကရင် လိုနေမယ်။ (မှန်ပုံ၊ ဘုရား)

စိတ်ကတစ်ချိန်တည်းမှာ နှစ်ခုပြိုင်၍ ပေါ်ကောင်းရဲ့လား။ (မပေါ်ကောင်းပါ) ဒါကြောင့် ရှေ့စိတ်ကို နောက် စိတ်နဲ့ မြင်လို့ မရနိုင်ဘူး။ (မှန်ပုံ) ရှေ့စိတ်အပျက်ကိုသာ နောက်စိတ်နဲ့ မြင်လို့ ရနိုင်မယ်။ (မှန်ပုံ၊ ဘုရား)

ရှေ့က ပထမစိတ်ပျက်ပြီးမှ ဒုတိယစိတ် ပေါ်နိုင်မယ်။ (မှန်ပုံ) ပထမစိတ်က အသေ၊ ဒုတိယစိတ်က ရှင်ဆဲပါ။ (မှန်ပုံ) အသေကို ရှင်တဲ့ စိတ်နဲ့ ရှု။ ရှင်တဲ့ စိတ်ထဲမှာ ဉာဏ်ပါတယ်။ (မှန်ပုံ) အသေကို ဘာနဲ့ ရှုရမယ်။ (အရှင်နဲ့ ရှုရ ပါမယ်)

အပျက်မပါဘဲနဲ့ စိတ်သက်သက်ကိုသာ ရှုနေရင် ဝိပဿနာအစစ် မဟုတ်သေးဘူး။ ဖြစ်လည်း မဖြစ်နိုင်ဘူး။ (မှန်ပုံ)။ ဘာဖြစ်လို့ လဲဆိုတော့ နောက်ကရှုတဲ့စိတ် ပေါ်တဲ့အချိန်မှာ ရှေ့ကစိတ်က ရှိမှ မရှိနိုင်ဘဲ။ (မှန်ပုံ၊ ဘုရား) ပျက်သွားရပြီ။ ပျက်သွားပြီးမှသာ နောက်ကစိတ် ပေါ်ခွင့်ရတာကိုး။ (မှန်ပုံ၊ ဘုရား)။

အသေကို အရှင်နဲ့ ကြည့်တာ ဝိပဿနာ

ဝိပဿနာဆိုတာ ဘာပါလိမ့်။ (အသေကို အရှင်နဲ့ ရှုတာပါဘုရား)။ အရှင်-အရှင်ချင်း ကြည့်လို့ ဖြစ်မလား။ (မဖြစ်ပါဘုရား) အသေ မတွေ့သေးလို့ ရှိရင်လည်း အနိစ္စမတွေ့သေးဘူး။ (မှန်ပုံ)။

စိတ္တာနုပဿနာဆိုတာ တခြားလား။ အသေကို အရှင်နဲ့ ကြည့်တာလား။ (အသေကို အရှင်နဲ့ ကြည့်တာပါ ဘုရား) ဒါမှ လမ်းမှန်ကျတယ်။ (မှန်ပုံ၊ ဘုရား)။

ဝိပဿနာညစ်ညူးကြောင်းတရား ဆယ်ပါး

- ၁။ သြဘာသ = အရောင်အလင်းများ ထွက်ပေါ်လာခြင်း။
- ၂။ ပီတိ = နှစ်သက်နေခြင်း၊ ကြက်သီး မွေးညှင်းများ ထလာခြင်း။
- ၃။ ပဿဒ္ဓိ = ကိုယ်စိတ်တို့ ငြိမ်းအေးသဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းပေါ်၌ မွေ့လျော်နေခြင်း။
- ၄။ အဓိမောက္ခ = သဒ္ဓါတရား အားကြီးလာခြင်း။
- ၅။ ပဂ္ဂဟ = ဝိပဿနာဉာဏ်ကို နောက်ဆုတ် မသွားအောင် ချီးမြှောက်သော ဝီရိယ တက်လာခြင်း။
- ၆။ သုခ = ကိုယ်စိတ်တို့ ပေါ့ပါး၍ ချမ်းသာမှုကို ခံစားနေခြင်း။
- ၇။ ဉာဏ = ရှုတိုင်းရှုတိုင်း ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အပျက်များကို မြင်သဖြင့် ဝိပဿနာဉာဏ် အမြင်သန်နေခြင်း။

- ၈။ ဥပဋ္ဌာန = အရှုခံတရားအပေါ်၌သာ တည်တံ့သော သတိတရား ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း။
- ၉။ ဥပေက္ခာ = ဖြစ်ပျက်များ ထင်ရှားနေသဖြင့် အလွယ်တကူ ရှုပွားနိုင်ခြင်း။ ရှုပွားသည့် အဖြစ်အပျက်များကို အလွန် လျင်မြန်စွာ ဆင်ခြင်နိုင်ခြင်း။
- ၁၀။ နိကန္တိ = အထက်ပါ ကိုးပါးသော သဘောများ ဖြစ်ပေါ်နေမှု၌ သာယာနှစ်သက်နေသည့် သိမ်မွေ့သော တဏှာ။

အထက်ပါ သဘောတရားများ ဖြစ်ပေါ်နေပါက မဂ်အစစ်အမှန် မဟုတ်ဘဲ မဂ်အတုမျှသာ ဖြစ်သဖြင့် သာယာမနေဘဲ ရှုမြဲအတိုင်း ဖြစ်ပျက်ကိုသာ တွင်တွင် ရှုပွားနေရပါမည်။

ငါသည် ရှေ့က အရောင်အလင်းများ ထွက်ပေါ်ခြင်းမရှိ၊ ဤသို့သော ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ စသည်တို့လည်း မဖြစ်ဖူးချေ။ ယခုမူကား အရောင်အလင်းများ ထွက်ပေါ်နေပြီ၊ ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ စသည်တို့ ဖြစ်ပေါ်၍ နေပြီ။ ငါသည် မဂ်ဖိုလ်ကို ရချေပြီဟု အထင်မှားကာ သာယာနှစ်သက်နေပါက ဝိပဿနာ လမ်းလွဲသွားပါပြီ။

မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အဆုံးအမများ

- အပြေးမရပ်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်၊ သုသာန်မရောက်ခင် မဂ္ဂင်အလုပ် မြန်မြန်လုပ်ပါ။
- ဝိပဿနာဆိုတာ ခန္ဓာ မလိုချင်အောင် ရှုတာ။
- ဒါနသီလသည် ကိလေသာရောဂါ သက်သာရုံသာ သက်သာမယ်။ ဝိပဿနာအလုပ် လုပ်မှသာ ရောဂါပျောက်မယ်။
- ဝိပဿနာ အားထုတ်တဲ့နှင့် နေ့ည ရွှေ့နေတာသည် ဉာဏ်က မဦးဘဲ အသေက ဦးသွားရင် ကိုယ့်အတွက် နာမယ်။
- ဝိပဿနာ အားထုတ်တဲ့အခါမှာ ကိလေသာ ကြား မခိုစေနဲ့၊ ဝိပဿနာလုပ်ရင် ဗျာမများနဲ့၊ ဗျာများရင် အချိန်ကြာမယ်။

အန္ဓနှင့် ကလျာဏ

- ခန္ဓာ အာယတန ဓာတ် သစ္စာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ဉာတရိညာအားဖြင့် သိနေသူဟာ ကလျာဏ ပုထုဇဉ်။

စူဠသောတာပန်

- ဒီတရားတွေကို သဘောပေါက်ဉာဏ်ရောက်ပြီး ဝိပဿနာတရားကို တိရဏပရိညာအားဖြင့် ရှုပွားအားထုတ်နေတဲ့ သူဟာ စူဠသောတာပန်လို့ မှတ်ပါ။

မဟာသောတာပန်

- ဒီကမှတစ်ဆင့် ဖြစ်ပျက်တွေကို မြင်၊ ဖြစ်ပျက်တွေကို မုန်းပြီး ပဟာနပရိညာအားဖြင့် ဖြစ်ပျက်တွေ ဆုံးသွားတဲ့သူကို မဟာသောတာပန်လို့ မှတ်ပါ။
- အသက်ကြီးလာလေလေ ကံဉာဏ် မွဲလေလေလို့ မှတ်ပါ။ ကံမွဲတာ အရေးမကြီး၊ ဉာဏ်မွဲရင် နိဗ္ဗာန်မရောက်။ ကံကို ဉာဏ်က ဖြတ်မှ နိဗ္ဗာန်ရောက်မှာ။ ဉာဏ်မပါရင် ကံက ခြယ်လှယ် သွားလိမ့်မယ်။
- နိဗ္ဗာန်သည် ကံ၏ အကျိုး မဟုတ်၊ ဉာဏ်၏ အကျိုး။
- တဏှာကို အဖော် မလုပ်နဲ့၊ ဉာဏ်ကိုသာ အဖော် လုပ်ပါ။
- ဒကာ၊ ဒကာမတွေဟာ တဏှာခိုင်းတိုင်း၊ တဏှာခိုင်းရာကို ကျွန်သဘောကံပီပီ လုပ်နေကြတယ်။

အကြည်ဓာတ်(၆)ပါး ရိညာဏဓာတ်(၆)ပါး အခြေခံထား၍ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများပုံ

ငါ၏ မျက်စေ့အကြည်၊ မျက်စေ့ရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာချင်သလို သတ္တဝါအနန္တတို့၏ မျက်စေ့အကြည်၊ မျက်စေ့ရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြ ပါစေ။

ငါ၏နားအကြည်၊ နားရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာချင်သလို သတ္တဝါ အနန္တတို့၏ နားအကြည်၊ နားရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။

ငါ၏နှာခေါင်းအကြည်၊ နှာခေါင်း ရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာချင် သလို သတ္တဝါအနန္တတို့၏ နှာခေါင်းအကြည်၊ နှာခေါင်းရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။

ငါ၏လျှာအကြည်၊ လျှာရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာချင်သလို သတ္တဝါ အနန္တတို့၏ လျှာအကြည်၊ လျှာရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။

ငါ၏ကိုယ်အကြည်၊ ကိုယ်ရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာချင်သလို သတ္တဝါအနန္တတို့၏ ကိုယ်အကြည်၊ ကိုယ်ရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါ စေ။

ငါ၏မနှောအကြည်၊ မနှောရိညာဏဓာတ် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာချင်သလို သတ္တဝါအနန္တတို့၏ မနှောအကြည်၊ မနှောရိညာဏဓာတ် ဘေးရန် ကင်းကွာ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ ချမ်းသာ ကြပါ စေ။

သတ္တဝါဟူသမျှ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ
ထာဝရ ကြည်လင်, အေးမြ, ချမ်းသာ, ပြည့်ဝ, စင်ကြယ်ကြပါစေ။

* * * *

(နောက်ဆက်တွဲ)

ဒေါက်တာမင်းတင်မွန်၏ `အဖိုးတန်ဆုံးဘဝပညာ၊ တက္ကသိုလ်အဘိဓမ္မာ ပေါင်းချုပ်' မှ ထုတ်နုတ် ဖော်ပြပါသည်။
(စီစဉ်သူ)

စက်ရဟတ် ပြတ်ကိန်း

သစ်ပင်တစ်ပင်၌ ရေသောက်မြစ် ပြတ်လျှင် တစ်ပင်လုံး ပျက်စီးရသကဲ့သို့ ထို့အတူ သံသရာတွင် စည်ပင်နေ သည့် သတ္တဝါဟု ခေါ်ဆိုအပ်သော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာသစ်ပင်ကြီး၌ အဝိဇ္ဇာ, တဏှာဟူသည့် ရေသောက်မြစ်နှစ်ခုကို အရဟတ္တမဂ် လက်နက်ဖြင့် ဖျက်ဆီးလိုက်သောအခါ ရုပ်နာမ်သံသရာကြီး အပြီးသတ် ချုပ်ငြိမ်းလေတော့၏။ ဤသည် ကို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ရဟတ် ပြတ်သည်၊ ဝဋ်ပြတ်သည်ဟု ခေါ်ပါသည်။

အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် အဝိဇ္ဇာကို ပယ်သတ်လိုက်သည့်အခါ အဝိဇ္ဇာ အကြွင်းမဲ့ ချုပ်ငြိမ်း၏။ အဝိဇ္ဇာ အကြွင်းမဲ့ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် သင်္ခါရတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသည် ဖြစ်၏။ သင်္ခါရတို့၏ အကြွင်းမဲ့ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ရိညာဏ်တို့၏ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသည် ဖြစ်၏။ ဝေ။ တဏှာ၏ အကြွင်းမဲ့ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကြောင့် ဥပါဒိန်တို့၏ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသည် ဖြစ်၏။ ဥပါဒိန်

တို့၏ အကြွင်းမဲ့ ချုပ်ခြင်းကြောင့် ဘဝချုပ်ခြင်းသည် ဖြစ်၏။ ဘဝချုပ်ခြင်းကြောင့် ဇာတိချုပ်ခြင်းသည် ဖြစ်၏။ ဇာတိချုပ်ခြင်းကြောင့် အိုမင်း ရင့်ရော်ခြင်း=ဇရာ၊ သေဆုံးခြင်း=မရကတို့ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသည် ဖြစ်၏။

အဝိဇ္ဇာ၏ အကြောင်း

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်တွင် 'အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်၏။ သင်္ခါရကြောင့် ဝိညာဏ်ဖြစ်၏။ ပေ။ ဇာတိကြောင့် ဇရာ၊ မရက၊ သောက၊ ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ၊ ဒေါသနဿ၊ ဥပါယာသတို့ဖြစ်ကြ၏။' ဟု ဟောတော်မူ၏။ သို့ဖြစ်လျှင် 'အဘယ် အကြောင်းကြောင့် အဝိဇ္ဇာဖြစ်သနည်း' ဟု မေးဖွယ်ရာရှိ၏။

'အာသဝါနံ သမုပ္ပါဒါ၊ အဝိဇ္ဇာ စ ပဝဗ္ဗတိ' သင်္ဂြိုဟ်အရလည်းကောင်း၊ 'အာသာဝသမုဒယာ အဝိဇ္ဇာသမုဒယော' ဟူသော ပါဠိတော်အရလည်းကောင်း၊ အဝိဇ္ဇာ၏အကြောင်းသည် အာသဝေါတရားလေးပါး ဖြစ်သည်ဟု သိအပ်၏။

အာသဝေါတရားလေးပါးကား ကာမာသဝ၊ ဘဝါသဝ၊ ဒိဋ္ဌာသဝနှင့် အဝိဇ္ဇာသဝတို့တည်း။

'ဇာတိပစ္စယာ ဇရာ မရကံ သောကရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿုပါယာသာ ဘဒ္ဒမ္ပဝန္တိ' ဟု ဇာတိကြောင့် သောက ပရိဒေဝ စသည်တို့ ဖြစ်ကြ၏ဟု ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်၌ ပြထားသော်လည်း ဇာတိသည် ဖြစ်ဖို့ရန် မကင်းစကောင်းသော အကြောင်းဝေးသာ ဖြစ်၏။ သောက စသည်တို့ ဖြစ်ဖို့ရာ အနီးဆုံးအကြောင်းမှာ အာသဝေါတရားများပင် ဖြစ်၏။

'ကာမတော ဇယတေ သောကော' စသည်နှင့်အညီ ချစ်ခင်စုံမက် နှစ်သက်တတ်သော ကာမာသဝကြောင့် သောက စသည် ဖြစ်ရ၏။ နေ့စဉ် လူအများ သေဆုံးနေသည်ကို ကြားသိရသော်လည်း သောက ပရိဒေဝတို့ မဖြစ်မိ။ မိမိ အလွန်ချစ်ခင်သောသူတစ်ယောက် သေလျှင် သောက ပရိဒေဝတို့ အလွန်အမင်း ဖြစ်လေတော့၏။ ဤသည်ကို ထောက်ချင့်လျှင် ကာမာသဝ-တဏှာလောဘကြောင့် သောက ပရိဒေဝစသည်တို့ ဖြစ်ကြောင်းကို ကောင်းစွာ သဘောပေါက်နိုင်၏။

ဒိဋ္ဌာသဝကြောင့် သောကစသည်ဖြစ်ပုံမှာ 'ရုပ်ဟူသည် ငါတည်း၊ ငါ၏ရုပ်တည်း' ဟု ဒိဋ္ဌာသဝဖြင့် စွဲလန်းနေသူသည် ရုပ်တရား ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲသောအခါ သောက စသည် ဖြစ်ရ၏။

ဘဝါသဝကြောင့် သောကစသည်ဖြစ်ပုံမှာ အလွန်ခမ်းနားကြီးကျယ်သော ဘုံဗိမာန်များဝယ် ကာလရှည်ကြာစွာ စံနေကြရသည့် နတ်ဗြဟ္မာများသည် ဘဝါသဝဖြင့် အားရနှစ်သက်နေကြ၏။ ဘုရားရှင်၏ ဒုက္ခ၊ အနိစ္စ၊ အနတ္တနှင့် စပ်သော တရားစကားကို ကြားကြရသည့်အခါ ထိုနတ်ဗြဟ္မာများသည် မိမိတို့၏ ဘဝမြဲသည်ကို တွေးမိ၍ လွန်စွာ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့လျက် သောက၊ ဒေါသ၊ ဒေါမနဿတို့ ဖြစ်ကြရ၏။

အဝိဇ္ဇာသဝကြောင့် သောကစသည်ဖြစ်ပုံမှာ 'အဝိဇ္ဇာမကင်းသော လူဖျင်း၊ လူအ၊ လူဗာလတို့သည် အဝိဇ္ဇာသဝကြောင့် သောက၊ ဒုက္ခ၊ ဒေါမနဿတို့ကို ခံစားကြရ၏' ဟု ဗုဒ္ဓရှင်တော် ဟောမြှောက်ထားပေ၏။

ဤသို့လျှင် အာသဝေါတရားလေးပါးကြောင့် သောကစသည်တို့ ဖြစ်ကြ၏။ သောကစသည်ဖြစ်လျှင် အဝိဇ္ဇာလည်း ပါဝင်လေတော့၏။ သောက၊ ဒေါမနဿ၊ ဥပါယာသတို့သည် ဒေါသမူစိတ်နှစ်ပါး၌ ယှဉ်သော တရားများ ဖြစ်ကြ၏။ ထို့ကြောင့် သောက၊ ပရိဒေဝ၊ ဒေါမနဿတို့ ဖြစ်ပေါ်တိုင်း အဝိဇ္ဇာဟူသော မောဟသည်လည်း အမြဲ ယှဉ်လျက်ပါ၏။ (ဒေါသမူစိတ်၌ ဒေါသ၊ ဒေါမနဿ၊ မောဟ စသည်တို့ အတူတကွ ယှဉ်ကြသည်ကို ထောက်ပါ။)

ပရိဒေဝဟူသည့် ငိုကြွေးခြင်းမှာလည်း အဝိဇ္ဇာမကင်းသည့်သူတို့၌သာ ဖြစ်လေ့ရှိ၏။ ဒုက္ခဖြစ်၍ ကိုယ်ဆင်းရဲသည့်အခါ စိတ်မသက်သာဘဲ ဒေါသမူစိတ် ဖြစ်သည့်အတွက် ဒေါမနဿနှင့် အဝိဇ္ဇာတို့ ဆက်လက်ဖြစ်ကြ၏။

ထို့ကြောင့် သောကစသည် ဖြစ်ပေါ်သောအခါ အဝိဇ္ဇာသည် အတူတကွဖြစ်စေ၊ ရှေ့နောက်ဖြစ်စေ ပါဝင်လေ၏။ 'အရင်းစစ် အမြစ်မြေက' ဆိုသလို၊ အာသဝေါတရားလေးပါးကြောင့် သောက ပရိဒေဝ စသည်တို့ ဖြစ်ပေါ်၍ သောက စသည် ဖြစ်ပေါ်သောအခါ အဝိဇ္ဇာသည်လည်း ပါဝင်လာတော့၏။ သို့ဖြစ်၍ အဝိဇ္ဇာ၏အကြောင်းသည် အာသဝေါတရားလေးပါး ဖြစ်ပါသတည်း။

အာသဝတို့၏ အကြောင်း

အာသဝကြောင့် အဝိဇ္ဇာဖြစ်သည်ဆိုလျှင် "အာသဝတို့ကား အဘယ်အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်သနည်း" ဟု ထပ်ဆင့် မေးဖွယ်ရာ ရှိ၏။

အာသဝတရားလေးပါးသည် ကာမာသဝ၊ သဝါသဝ၊ ဒိဋ္ဌာသဝ၊ အဝိဇ္ဇာသဝတို့ဖြစ်ကြရာ တဏှာ၊ ဥပါဒိန်နှင့် အကုသိုလ်ကမ္မဘဝတို့တွင် ထိုက်သည့်အားလျော်စွာ ပါဝင်ကြလေပြီ။ သို့အတွက်တဏှာ၊ ဥပါဒိန်၊ ကမ္မဘဝတို့၏ ဖြစ်ကြောင်းသည်ပင်လျှင် အာသဝတို့၏ ဖြစ်ကြောင်းဟု ဆိုနိုင်၏။

ထို့အပြင်အာသဝေါတရားလေးပါးကြောင့် သောက၊ ပရိဒေဝစသည်တို့ဖြစ်ပေါ်ရပြီး သောက၊ ပရိဒေဝ စသည်တို့ ဖြစ်ပေါ်သောအခါ အဝိဇ္ဇာသည်လည်း တွဲ၍ ဝင်လာ၏။ ထို့ကြောင့် ရှေးရှေးအဝိဇ္ဇာသဝကြောင့်လည်း သောက၊ ပရိဒေဝ စသည်တို့နှင့်တကွ နောက်နောက်အဝိဇ္ဇာ ဖြစ်ပေါ်ရ၏။

(မှတ်ချက် ။ ။ ကျေးဇူးတော်ရှင် အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက 'နလုံးသွင်းမှား၍ အာသဝတရားတို့ ဖြစ်ပေါ်သည်' ဟု ဟောတော်မူ၏။)

အဝိဇ္ဇာကို အစထား၍ ဟောရခြင်း အကြောင်း

အာသဝကြောင့် အဝိဇ္ဇာဖြစ်ရသည်ဆိုလျှင် 'အဘယ့်ကြောင့် အဝိဇ္ဇာကို အစထား၍ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို ဟောကြားရသနည်း' ဟု မေးသင့်ပြန်၏။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဝဋ်တရားအပေါင်းတွင် အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာတို့သည် ဝဋ်မြစ်နှစ်ပါးဖြစ်၍ ဦးခေါင်းပမာ လွန်စွာ အရေးကြီး၏။ ပုညာဘိသင်္ခါရ၊ အပုညာဘိသင်္ခါရတို့ကို ပြုစီမံရာ၌ သတ္တဝါတို့သည် အဝိဇ္ဇာဖြင့် လွှမ်းမိုး ဖုံးအုပ်ခံထားရသည် ဖြစ်၍ တဏှာဖြင့် မက်မောသည် ဖြစ်လျက် ပြုမိကြခြင်း ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ထိုဝဋ်မြစ်နှစ်ပါးတွင် အဝိဇ္ဇာက သာလွန်ပြဋ္ဌာန်း၏။ အဝိဇ္ဇာက အပြစ်များကို ဖုံးလွှမ်းထားသောကြောင့်သာ တဏှာက မက်မောမိ၏။

ဤသို့လျှင် ဝဋ်တရားအပေါင်း၌ ခေါင်ချုပ်ပမာ လွန်စွာအရေးကြီးသော အဝိဇ္ဇာကို ရှေးဦးအစထားလျက် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို ဗုဒ္ဓဟောမြွက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်၏။ အဝိဇ္ဇာကို အစထားသဖြင့် ဝဋ်တရားများဖြစ်စဉ်တွင် အဝိဇ္ဇာက အစဆုံး ဖြစ်သည်ကား မဟုတ်။ အဝိဇ္ဇာဖြစ်ဖို့ရာ အာသဝတရားလေးပါးဟူသော အကြောင်းများ ရှိကြပေသေး၏။

နည်းလေးပါးဖြင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ရဟတ်ကို ဆင်ခြင်ပုံ

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်သည် သတ္တဝါအပေါင်းတို့ သံသရာဝဋ်အတွင်း၌ ကျင်လည်နေရပုံကို ပရမတ္ထသဘောတရားများဖြင့် အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ကာ ရှင်းပြထားပေ၏။ ထိုအကြောင်းအကျိုး ဆက်နွယ်မှုတွင် ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါစသည်တို့ မပါရှိချေ။ ဣဿရန်မ္မာနဂါဒက အဆိုပြုသည့် အနန္တတန်ခိုးရှင်၊ ဖန်ဆင်းရှင် စသည်တို့လည်း မပါရှိချေ။ သဘာဝတရားများ၏ သဘာဝနည်းကျစွာ တစ်ခုကိုတစ်ခု အကြောင်းပြုကာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ ချောချောမွတ်မွတ် မရပ်မနား သံသရာလည်ပတ်နေခြင်းသာ ပါရှိ၏။ အကြောင်းအကျိုး ဆက်နွယ်ပုံကလည်း အလွန်ယုတ္တိရှိပြီး သိပ္ပံနည်းကျလှသည့်အတွက် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်သည် နှစ်-၂၅၅၀ကျော် သက်တမ်း

ရှိခဲ့လင့်ကစား အစဉ်ထာဝရ ခေတ်မီ ဆန်းသစ်၍ မှန်ကန်လျက် ရှိပေ၏။ ဤအကြောင်းကြောင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရား တော်ကြီးသည် ကမ္ဘာကျော်လျက် ရှိပေ၏။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ကို ဧကတ္တနည်း၊ နာနတ္တနည်း၊ အဗျာပါရနည်း၊ ဧဝံဓမ္မတာနည်းတို့ဖြင့် အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်လျှင် သဘောတရား လွန်စွာလေးနက်ပြီး အနှစ်သာရ လွန်စွာရှိသည်ကို မြင်သိလာနိုင်၏။

(၁) **ဧကတ္တနည်း** ... `သန္တာန်အစဉ်အမျှင်မပြတ်ဘဲ တစ်စပ်တည်း တစ်ဆက်တည်းဖြစ်သည်' ကို သိသော နည်းသည် ဧကတ္တနည်းမည်၏။

ဧကတ္တနည်းအရ `မျိုးစေ့မှအညောက်၊ အညောက်မှ အပင်ငယ်၊ အပင်ငယ်မှ အပင်လတ်၊ အပင်လတ်မှ အပင်ကြီး' အဖြစ်သို့ ရောက်အောင် သန္တာန်အစဉ် အမျှင်မပြတ်ဘဲ ပြောင်းလဲလာသကဲ့သို့ အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရ ဖြစ်၏။ ရှေးရှေး သင်္ခါရကြောင့် ယခုဘဝ ဝိညာဏ်ဖြစ်၏။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်မှုသည် အစဉ်မပြတ် ဘဲ ဆက်စပ်ကာ ဖြစ်ပေါ်နေ၏။

ဤသို့ဆင်ခြင်မိသောအခါ `ဤဘဝ၊ ဤသတ္တဝါ' ၊ `ဤခန္ဓာအစဉ်သည် ဤဘဝဆုံးလျှင် ပြတ်၏။ နောက် ဘဝ၊ နောက်သတ္တဝါ၊ နောက်ခန္ဓာအစဉ်သည် သီးခြားဖြစ်၏' ဟု ယူမှားသော ဥစ္စေဒဒိဋ္ဌိသည် အလိုအလျောက် ကင်းပျောက်သွား၏။

(၂) **နာနတ္တနည်း** ... `သန္တာန်အစဉ် အမျှင်မပြတ်သော်လည်း အဝိဇ္ဇာသဘောက တစ်မျိုး၊ သင်္ခါရ၏ သဘောက တစ်မျိုး၊ ဤသို့စသည်ဖြင့် သဘောလက္ခဏာ ကွဲလွဲကြ၏' ဟု သိသောနည်းသည် နာနတ္တနည်း မည်၏။

ဤနည်းအရ အဝိဇ္ဇာနှင့် သင်္ခါရတို့ကွဲပြားပုံ၊ သင်္ခါရနှင့် ဝိညာဏ်တို့ကွဲပြားပုံ၊ သင်္ခါရနှင့် ဝိညာဏ်တို့ ကွဲပြားပုံ၊ အသစ်သစ်သော အကျိုးတို့ တစ်မျိုးပြီးတစ်မျိုး ဖြစ်သည်ကို ဆင်ခြင်လိုက်သည့်အခါ `မပျက်မစီး၊ အမြဲတည်သည်' ဟု အယူလွဲမှားသော သဿတဒိဋ္ဌိသည် အလိုအလျောက် ပပျောက်သွား၏။

(၃) **အဗျာပါရနည်း** အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်ရာတွင် `ငါသည် သင်္ခါရကို ဖြစ်စေမည်' ဟု အဝိဇ္ဇာ၌ ကြောင့်ကြဗျာပါရ မရှိ။ သင်္ခါရကြောင့် ဝိညာဏ်ဖြစ်ရာတွင်လည်း `ငါသည် ဝိညာဏ်ကို ဖြစ်စေမည်' ဟု သင်္ခါရ၌ ကြောင့်ကြဗျာပါရ မရှိ။ ဤသို့လျှင် အကျိုးတရားကို ဖြစ်စေဖို့အတွက် အကြောင်းတရား၌ ကြောင့်ကြဗျာပါရ မရှိပုံကို သိရသောနည်းသည် အဗျာပါရနည်း မည်၏။

ဤနည်းဖြင့် ဆင်ခြင်လိုက်သည့်အခါ အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရားတို့သည် ဘာသိဘာသာဖြစ်နေပုံကို သိမြင်လာ၏။ သို့အတွက် `ဤလောကကြီးနှင့် သတ္တဝါတို့ကို ထာဝရဘုရား စသူတို့က ဖန်ဆင်းပေးနေသည်' ဟူသော ဣဿာရနိမ္မာနဝါဒသည်လည်းကောင်း၊ `မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ထိုထိုအမှုများကို ပြုလုပ်ခံစားတတ်သော အတ္တရှိ၏' ဟု စွဲလန်းတတ်သည့် အတ္တဝါဒသည်လည်းကောင်း အလိုအလျောက် ပပျောက်သွားလေတော့၏။

(၄) **ဧဝံဓမ္မတာနည်း** `အဝိဇ္ဇာ စသောအကြောင်းတို့ကြောင့် သင်္ခါရစသည့် အကျိုးများ ဖြစ်ရခြင်းသည် ထုံးစံဓမ္မတာပင်တည်း' ဟု သိရသောနည်းသည် ဧဝံဓမ္မတာနည်း မည်၏။

ဤနည်းအရ ဆင်ခြင်လိုက်သည့်အခါ ချိုဆိမ့်သော နို့ရည်ကြောင့် ချဉ်သည့် နို့ဓိမ်းဖြစ်ရခြင်း၊ နမ်းကြောင့် ဆီဖြစ်ရခြင်း၊ ကြံကြောင့် ကြံရည်ဖြစ်ရခြင်း စသည်တို့သည်လည်း ထုံးစံဓမ္မတာပင်တည်း။ သဲမှ ဆီမထွက်နိုင်ခြင်း၊ ကြံမှ နို့ရည်မထွက်နိုင်ခြင်း စသည်တို့သည်လည်း ထုံးစံဓမ္မတာပင်တည်း။ ထို့အတူ `အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရသာ ဖြစ်ခြင်း၊ သင်္ခါရသည်လည်း အဝိဇ္ဇာကြောင့်သာ ဖြစ်ခြင်း၊ တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်းမရှိဘဲ တစ်စုံတစ်ခုသောအကျိုးသည် ဘာသိဘာသာ မဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်း၊ မဆိုင်သောအကြောင်းကြောင့်လည်း မဆိုင်သည့်အကျိုး မဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်း စသည်တို့ သည် ထုံးစံ ဓမ္မတာပင်တကား' ဟု ထင်ထင်ရှားရှား သိမြင်လာတော့၏။

ထိုအခါ `အားလုံးသောတရားတို့၌ ဆိုင်ရာအကြောင်း မကင်း' ဟု သိမြင်သည့် သဟေတုကအယူ ရှင်သန် လာရကား `အကြောင်းမရှိဘဲ ဖြစ်တတ်သည်' ဟု ယူမှားသော အဟေတုကဒိဋ္ဌိသည် လည်းကောင်း၊ `ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ် အမှုများကို ပြုလုပ်သော်လည်း ပြုရာမရောက်၊ အကျိုးမရ' ဟု ယူမှားသော အကိရိယဒိဋ္ဌိသည် လည်း ကောင်း အလိုအလျောက် ပပျောက်သွားလေတော့၏။

နိဂုံး - ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စက်ရဟတ် လည်ပတ်နေပုံကို နည်းလေးဖြာဖြင့် ဖြန့်ခင်း၍ သန့်ရှင်းအောင် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ဆင်ခြင် သုံးသပ်လျှင် လောကအလုံးစုံ၌ အရာအားလုံးတို့၏ ဖြစ်ချည်ပျက်ချည် သံသရာ လည်နေသည်ကို ပြေပြေထင်ထင် သိမြင်လာလိမ့်မည်။

`အဝိဇ္ဇာကြောင့် သင်္ခါရဖြစ်၏။ ပေ။ ဇာတိကြောင့် ဇရာ၊ မရဏ၊ သောကစသည်တို့ ဖြစ်၏။ သောကစသည် ဖြစ်လျှင် မုချပင် အာဂေါမကင်းသေး။ အာသဂေါမကင်းသေးလျှင် အာသဝကြောင့် သောကစသည်နှင့်တကွ အဝိဇ္ဇာ လည်း ဖြစ်ပြန်၏။ ဤသို့ အဆက်မပြတ် စက်ရဟတ်ပမာ ချာချာလည်၍ ဘယ်တရားက စ၍ဖြစ်သည်၊ ဘယ်သော အခါက စ၍ ဖြစ်သည်ဟု အစမရှိသော ဝဋ်တရားကို `ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စက်' ဟု ဘုရားရှင် မိန့်မြွက်တော်မူခဲ့လေပြီ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၏ အကြောင်းအကျိုးဆက်နွယ်ပုံကို ရှင်းလင်းစွာ မထွင်းဖောက်နိုင်ဘဲလျက် သံသရာမှ ထွက် မြောက်နိုင်သူကား အိပ်မက်ထဲ၌မျှလည်း မရှိခဲ့ဖူးချေ။

သို့ဖြစ်၍ ဘဝသံသရာ ဝဲဂယက်မှ လျင်မြန်စွာ ထွက်မြောက်လိုသူတို့သည် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်စက်ဝိုင်းကို ကသိုဏ်း ရှုသလို အထပ်ထပ် ကြည့်ရှုဆင်ခြင်လျက် ဘာဝနာမယဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်း၍ သိမြင်နိုင်အောင် အားထုတ်သင့် ကြပါတော့သတည်း။

* * * *

သင့် တစ်သက်တာ ကျင့်စရာ

- ၁။ ကိုယ့် ကိုယ်နှင့် တစ်ကိုယ်ချင်း စာနာထောက်ထားတတ်ဖို့က- ပထမ။
- ၂။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တန်းတူထား ဆက်ဆံနိုင်ဖို့က- ဒုတိယ။
- ၃။ သူ့ဘဝပေး သူ့အခွင့်အရေးများကို စောင့်ရှောက်ပေးခြင်းက- တတိယ။

လူမှန်လျှင် သည်(ဒိ)စိတ်ထား ခါးဝတ်ပုဆိုးကဲ့သို့ မြဲမြံထား။
(မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး)

* * * *

စိစဉ်သူ၏ တိုက်တွန်းချက်

နေရေး သေရေး၊ နှစ်ထွေအေးဖို့၊ နေစဉ်လေးမှာ၊ သီလဖြူစေ၊ ပေါင်းလေ မိတ်ကောင်း၊ စိတ်ထားကောင်း၍၊ ကံကောင်းပြုပြန်၊ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို၊ ဖန်ဖန်ရှုကြည့်၊ ဖြစ်ပျက်မိလျက်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်-မုန်း၊ ဖြစ်ပျက်ဆုံးအောင်၊ တွင်တွင်ကြိုးကုတ်၊ အားထုတ် လိုက်ပါ၊ တိုက်တွန်းပါ၏။ (တို့များယောဂီ ကြိုးစားမည်။)