



ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ဝိပဿနာပြန့်ပွားရေးအသင်း



NEW APPROACH TO BUDDHA DESANA

ဗုဒ္ဓဒေသနာကို စနစ်သစ်နည်းဖြင့် လေ့လာခြင်း

စာစဉ်(၁၂)

သတိပဋ္ဌာန်တရား (၄) ပါး

၂၀၀၇-ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ ၂၃-ရက်
မန္တလေးမြို့၊ နေအိမ်တွင် ဟောကြားသောတရားတော်

ဦးဌေးအောင်

(မဟာသဒ္ဓမ္မဏေတိကဓဇ)

ပဓာနနာယက၊ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ဝိပဿနာပြန့်ပွားရေးအသင်း
တွဲဖက်ဌာနမှူး (ငြိမ်း)၊ နိုင်ငံတော်ပရိယတ္တိသာသနာ့တက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး

ပုဗ္ဗဒေသနာကို စနစ်သစ်ဖြင့်လေ့လာခြင်း

စာစဉ် - ၁၂

သတိပဋ္ဌာန်တရား(၄)ပါး

၂၀၀၇ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ ၂၃ ရက်
မန္တလေးမြို့၊ နေအိမ်တွင် ဟောကြားသောတရားတော်

ဦးဌေးအောင်

(မဟာသဒ္ဓမ္မဏေတိကဓရ)

ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့်ဝိပဿနာပြန့်ပွားရေးအသင်း
တွဲဖက်ဌာနမှူး၊ နိုင်ငံတော်ပရိယတ္တိသာသနာ့တက္ကသိုလ်(မန္တလေး)

သတိပဋ္ဌာန်တရား(၄)ပါး

အခု ဆွေးနွေးနေကြတဲ့ တရား-သတိပဋ္ဌာန်။ မဟာသတိပဋ္ဌာန် သုတ်တော်မှာပါတဲ့ အကြောင်းအရာတွေ ဆွေးနွေးမှာပါ။

ဒီတော့ ကာယာနုပဿနာ ဆွေးနွေးတယ်။ ဝေဒနာနုပဿနာ ဆွေးနွေးတယ်။ စိတ္တာနုပဿနာလည်း ဆွေးနွေးတယ်။ ဓမ္မာနုပဿနာ ဆိုတာကို ဆက်ပြီးတော့ဆွေးနွေးလျှင် ပိုပြီးပြည့်စုံသွားပါမယ်။

ဒီအကြောင်းအရာတွေထဲမှာပါတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်ဆိုတဲ့ စကားလုံး ကိုယ်တိုင်က သတိနှင့် အမြဲတမ်းရှေ့ပြေးတော့ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေ ဖို့ပါ။ သတိဆိုသောသတိ၊ သတိဖြစ်အောင်လုပ်တယ်ဆိုတာဟာ သတိ တစ်ခုတည်း ဖြစ်နေလို့ မရပါ။ စိတ် အလုပ်လုပ်မှပါ။ ဒီ အလုပ်လုပ်တဲ့ စိတ်ထဲမှာ သတိပါဖို့ပါ။ ဒီသတိဆိုတဲ့ အလုပ်၊ သတိဆိုတဲ့ သဘာဝစွမ်း အား။ နာမ်ဓာတ်မှာပါတဲ့ သတိဆိုတဲ့စွမ်းအား တိုးတက်လာအောင် လုပ် ပါတယ်။ စိတ်နဲ့ အလုပ်လုပ်တယ်ဆိုတဲ့အခါကျတော့ စိတ်ဟာ အလုပ် လုပ်တယ်ဆိုရင် အာရုံနဲ့မှတွဲပြီး အလုပ်လုပ်လို့ ရတာပါ။ ဒီစိတ်၏ အာရုံ တွေကို ခွဲခြမ်းလိုက်တဲ့အခါ ရုပ်ခန္ဓာကို အာရုံအဖြစ်နဲ့ယူပြီးတော့ ရှုမှတ်တဲ့ အလုပ်၊ သတိအလုပ်ကိုလုပ်လျှင် ကာယာနုပဿနာ။ ခံစားမှု သဘာဝ တရားတွေ၊ ခံစားနေရတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို ပွားများအားထုတ် တဲ့အခါ သတိက ခံစားရတဲ့ ခံစားမှုတွေအပေါ်မှာ ‘သတိ’နဲ့ ရှုမှတ်ခြင်း - ဝေဒနာနုပဿနာ။ ထို့အတူပဲ သိမှုသဘောတွေကို အာရုံအဖြစ်နဲ့ ယူပြီး တော့ ရှုမှတ်တယ်၊ ပွားများတယ်ဆိုလျှင် အဲဒီမှာ သတိကပ်ပြီး ရှုမှတ်ပွား

များတာကို စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်။ နောက်တစ်မျိုး အခု ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်။ စကားလုံးလေးတွေ သေသေချာချာနားလည်အောင် စဉ်းစားပါ။

ရုပ်ဆိုတဲ့သဘောသည် ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီး ရှိနေတဲ့ဟာကို ရုပ်လို့ ခေါ်တာလို့ ရိုးရိုးသိပါတယ်။ ထို့အတူပဲ ခံစားမှုဆိုတဲ့သဘော၊ ဝေဒနာဆိုတာဟာ လွယ်လွယ်နဲ့သိတယ်။ ပြီးတော့ စိတ်အကြောင်းလည်းပဲ လွယ်လွယ်နဲ့ သိပါတယ်။ သို့သော် ‘ဓမ္မ’ဆိုတဲ့ဟာကျတော့ ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ စိတ်တို့နှင့် သူ စကားလုံးခြင်း မတူ၊ ကွဲပြားတယ်။ အဲဒီ ဓမ္မ-ဓမ္မလို့ပြောတဲ့ သဘာဝတရား။ ဒီသဘာဝတရားလို့ ပြောတဲ့အခါကျတော့ ဘယ်လိုပြောတာတုန်း။

ပါဠိလို သုံးတဲ့အသုံးမှာ ဓမ္မနဲ့ဓာတု တွဲသုံးပါတယ်။ ‘ဓမ္မဓာတု’။ ‘ဓာတု’ဆိုတဲ့ ဓာတ်နဲ့တွဲတယ်။ အဲဒီ ‘ဓမ္မ’ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ‘ဝိဂြိုဟ်’ပြုတော့ ‘အတ္တနော သဘာဝံ ဓာရေတီတိ ဓမ္မော’။ မိမိသဘောကို မိမိဆောင်လို့။ ဘာတဲ့တုန်း၊ ဓမ္မလို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီအတိုင်းပဲ ‘အတ္တနော သဘာဝံ ဓာရေတီတိ ဓာတု’ ဓာတုကိုလည်းပဲ ဒီလို ‘ဝိဂြိုဟ်’ပြုတယ်။ ဓမ္မကိုလည်းပဲ ဒီလို ‘ဝိဂြိုဟ်’ပြုတယ်။ ပြီးတော့ ဓမ္မရဲ့သဘာဝနဲ့ ဓာတုရဲ့သဘာဝ (၂)ခု တူညီတဲ့သဘောရှိတယ်။ ဒီတော့ ဒီလို တူညီတဲ့သဘောရှိတဲ့ဓမ္မနဲ့ ဓာတုကို အာရုံပြု၊ အာရုံပြုပြီးတော့ ရှုမှတ်ပွားများတဲ့အလုပ်ကို လုပ်လျှင် ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ဖြစ်တယ်။

အဲဒီကျတော့ နည်းနည်းလေး ဉာဏ်ကိုသုံး၊ ဉာဏ်ကိုသုံးဆိုတာ စဉ်းစားဖို့ပါ။ စဉ်းစားတဲ့အခါကျတော့ ဒီဓမ္မဆိုတဲ့အကြောင်းကို စဉ်းစား

လျှင် အခုသုံးတဲ့ ဓာတုဆိုတဲ့အကြောင်းကို သုံးကြည့်။ ဓာတုဆိုတဲ့ စကားလုံးကို သေသေချာချာ ခွဲလိုက်လို့ရှိလျှင် ရုပ်ကို ‘ရူပဓာတု’၊ စိတ်ကို ‘နာမဓာတု’။ ‘ဓာတု’ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို မြန်မာလိုကျတော့ ‘ဓာတ်’။ ဒီ စကားလုံးပြောင်းသွားတာလေးကို သေသေချာချာ ဉာဏ်ကရောက်အောင် စဉ်းစားကြည့်။ အခု ဓာတ်အကြောင်း။ ဒီဓာတ်ဆိုသောဓာတ်ဟာ ရုပ်မှာလည်းပဲ ဓာတ်နဲ့၊ ရုပ်ဓာတ်နဲ့။ စိတ်မှာလည်းပဲ စိတ်ဓာတ်နဲ့၊ နာမ်ဓာတ်။ ဒီတော့ ဓာတ်လို့ သုံးလိုက်တဲ့ မြန်မာစကားအကြောင်းကို နားလည်အောင် စဉ်းစား။ ဓာတုကို ‘ဓာတ်’လို့ ပြောင်းသုံးတာပါ။ မြန်မာတို့ရဲ့ စကားလုံးထဲမှာကိုက ဓာတ်လို့သုံးတဲ့ အကြောင်းအရာတွေဟာ ပြန့်ပြန့်ပြူးပြူး ရှိနေတယ်။ ဓာတ်-ဓာတ်လို့ မြန်မာတို့သုံးနေတာ။ ဒီမှာ ရုပ်တရားများနဲ့ ပတ်သက်၍ သုံးတဲ့ဓာတ်၊ နာမ်တရားနဲ့ ပတ်သက်လို့လည်း သုံးတာက ‘ဓာတ်’။

ရုပ်တရားနဲ့ ပတ်သက်လို့ သုံးတဲ့ဓာတ်ကို ပြန်စဉ်းစားလျှင် ဒီရုပ်တရားနဲ့ပတ်သက်လို့ သုံးတဲ့ဓာတ်တွေဟာ အခုရှိနေတဲ့ အခဲသဘော၊ အရည်သဘော၊ အငွေ့သဘော။ အဲဒီမှာ ဓာတ်ခဲလို့ သုံးတယ်။ ဓာတ်ရည်လို့လည်း သုံးတယ်။ ဓာတ်ငွေ့လို့လည်း သုံးတယ်။ ပြီးတော့ ဘာတဲ့တုန်း၊ ဓာတ်အားလို့လည်း သုံးတယ်။ အဲဒီတော့ ဓာတ်ဆိုတဲ့သဘောကို စဉ်းစားကြည့်လျှင် ဓာတ်ခဲလို့သုံးတဲ့ စကားလုံးထဲမှာလည်းပဲ အခဲထဲက အားထွက်လာတယ်။ အဲဒီတော့ အဓိကက ဓာတ်လို့သုံးရင် အားရှိမှပါ။ ဒါကို သေသေချာချာ နားလည်အောင်စဉ်းစား။ အခု ရိုးရိုးသုံးနေတဲ့ ဓာတ်ခဲတွေဟာ သူတို့ကို ဓာတ်ခဲလို့ခေါ်လိုက်တာ သူတို့အထဲက လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ထွက်လို့၊ အဲဒီလိုပဲ လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ထွက်လာအောင် လုပ်နေတဲ့

ဓာတ်ရည်တွေ၊ ဘက်ထရီအိုးထဲမှာရှိနေတဲ့ အက်စစ်ဓာတ်ရည်တွေ၊ ပြီး
တော့မှတစ်ခါ ဓာတ်ငွေ့တွေဟာလည်း သူ့အားနဲ့သူပဲ။ ဓာတ်အားလို့
ခေါ်တဲ့ဟာက အပူလည်းပဲ ဓာတ်အား၊ အလင်းလည်းပဲ ဓာတ်အား၊ လျှပ်
စစ်လည်း ဓာတ်အား။ အဲဒီဓာတ်အားတွေ သုံးလိုက်တော့ အဲဒီအားတွေ
ဟာ အားလို့ပြောလျှင် အစွမ်းရှိတယ်။ အားဆိုတာမှာ အစွမ်းရှိတယ်။
အလင်းစွမ်းအား၊ အလင်းစွမ်းအားဟာ မြင်ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်တဲ့
စွမ်းအားတစ်မျိုး။ ထို့အတူပဲ အပူစွမ်းအားက အပူကိစ္စကို ဆောင်ရွက်ပေး
တယ်။ ထို့အတူပဲ အခု ပေါပေါများများသုံးနေတဲ့ လျှပ်စစ်စွမ်းအား၊ လျှပ်
စစ်စွမ်းအား ရှိနေတယ်ဆိုတဲ့အကြောင်းကိုတော့ အခုလို သုံးစွဲနေကြတဲ့
လူတိုင်း သိပါတယ်။

အပြင်မှရှိသော ရုပ်တရားတို့၊ အလင်းတို့၊ အပူတို့၊ လျှပ်စစ်တို့၊
အဲဒီသဘောတွေထဲမှာ ဒီ ရူပက္ခန္ဓာခေါ်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထဲမှာလည်း
အခုပြောတဲ့ အပူစွမ်းအားတွေရှိတယ်။ အပူစွမ်းအားရှိကြောင်းကို ပြ
ဒါးတိုင်နဲ့ တိုင်းကြည့်ရင် ခန္ဓာကိုယ် ဘယ်လောက်ပူတယ်ဆိုတာ သိပါ
တယ်။ အဲဒီ အပူစွမ်းအားရှိသလို လျှပ်စစ်စွမ်းအားလည်း ရှိတယ်။ အပြင်
မှာရှိတဲ့လျှပ်စစ်ဟာ အရာအလွန် တွင်ကျယ်ပါတယ်။

ထို့အတူပဲ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းကရှိတဲ့ လျှပ်စစ်အားဟာလည်းပဲ
အလွန် အရာကျယ်ပါတယ်။ သိဖို့၊ နှလုံးသွင်းဖို့အချက်က အားဆိုတဲ့
သဘာဝ အလုပ်လုပ်နေတဲ့ အားဟာ ရုပ်အား၊ အခုပြောနေတဲ့ ရုပ်စွမ်း
အားတွေက အပူက အပူအလိုက်၊ လျှပ်စစ်က လျှပ်စစ်အလိုက်၊ သူ့ဟာနဲ့
သူ အလုပ်လုပ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုပဲ သူနဲ့တွဲဖက်နေတဲ့ နာမ်အား၊ နာမ်ဆိုတဲ့

စိတ်မှာလည်း ‘အား’ရှိပါတယ်။ အဲဒီမှာလည်း ‘အား’ဆိုတာကို သဘောပေါက်အောင် စဉ်းစားပါ။

ရုပ်အားမှာ အပူအားက အပူအားပဲ။ လျှပ်စစ်အားက လျှပ်စစ်အားပဲ။ တစ်မျိုးနဲ့တစ်မျိုး သဘာဝချင်း မတူဘူး။ ဆက်သွယ်မှုတော့ ရှိတယ်။ သို့သော် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မတူပါ။ အဲဒီလိုပဲ ‘အား’ဆိုတဲ့ စကားလုံးထဲမှာ နာမ်ဓာတ်အကုန် ပေါင်းခေါ်လိုက်တော့ ‘စိတ်’၊ စိတ်မှာလည်း ‘အား’ရှိတယ်။ စိတ်ထဲမှာပါတဲ့ အားထဲမှာ ခံစားမှုအား ရှိတယ်။ နာမ်ဓာတ်ထဲမှာ ခံစားမှုအားတွေ ထင်ရှားရှိလို့ ပထမဦးဆုံး သူ့ကို ရှုမှတ်ပွားများတဲ့အထဲမှာ ရှုမှတ်ပွားများဖို့ ‘အား’။ ဒီ‘အား’ဆိုတဲ့ သဘောကို နားလည်အောင် စဉ်းစားပါ။ ခံစားမှုဟာ အား။

နောက်တစ်ဆင့် တက်လိုက်တော့ ‘စိတ္တာနုပဿနာ’။ သိမှုကလည်း အား။ အားဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေကို အဓိပ္ပာယ်ပေါက်အောင် စဉ်းစားရမယ်။ အဲဒီတော့ ရုပ်မှာလည်း အားတွေနဲ့၊ နာမ်မှာလည်း အားတွေနဲ့၊ အားမှာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု မတူတာကို ကွဲအောင် အခုပြောပြပါတယ်။

ခံစားမှုသည် နာမ်အား၊ သိမှုသည် နာမ်အား၊ ဒီ (၂)ပါးစလုံး တစ်မျိုးစီကို ရှုမှတ်ပါ။ ပွားများပါ။ အဲဒီဟာတွေကို ဝေဒနာနုပဿနာ၊ စိတ္တာနုပဿနာရယ်လို့ ပြောပါတယ်။ ဓမ္မာနုပဿနာကို ရှုမှတ်ပါလို့ ပြောတာ၊ ဒီ ရှုမှတ်ပါလို့ ပြောတဲ့အခါ အာရုံအဖြစ်နဲ့ ရှုမှတ်ရပါတယ်။

ဓမ္မဆိုတဲ့သဘာဝဟာ ဓာတုနဲ့ဆက်သွယ်နေတယ်။ ဒီတော့ ဓမ္မဓာတုလို့ဆိုတဲ့ ဓမ္မဓာတ်၊ ဓာတုဆိုတဲ့ဓာတ်ဟာ အခု ရုပ်ဘက်က အပူဓာတ်၊ လျှပ်စစ်ဓာတ်၊ နာမ်ဘက်က သိတဲ့ဓာတ်၊ ခံစားတဲ့ ဓာတ်။ ဓာတ်ဆို

တဲ့သဘောကို တွဲသုံးလိုက်ခြင်းအားဖြင့် အားပါလာပါတယ်။ ဒီ အဓိပ္ပာယ်လေး၊ ဓာတ်လို့ သုံးလိုက်ခြင်းအားဖြင့် အားဆိုသောစကားလုံး ပါလာပါတယ်။ သိအား၊ မှတ်အား၊ ခံစားအား၊ အားထုတ်အား၊ ဒါ နာမ်ဓာတ်ထဲက ရှိတာတွေပါ။

ဒီမှာ အခု ဓမ္မဓာတုဆိုတဲ့ သဘာဝဓာတ်၊ သဘာဝမှာ (Law) ရှိတယ်။ Law ဆိုတာကို ပါဠိလိုခေါ်တော့ နိယာမ၊ နိယာမဆိုတာ သူ့ရဲ့ ပုံစံလမ်းစဉ်။ အဲဒီနိယာမဆိုတဲ့ Law က သဘာဝအဟုတ်ရှိတဲ့ ပစ္စည်းတွေမှာသာ ရှိတာပါ။ ဒီမှာ နည်းနည်းလေးကွဲအောင် ပြောရလျှင် ပါဠိစကားမှာ သဘာဝ အဟုတ်ရှိနေတဲ့ ပစ္စည်းများ၊ စိတ်ဟာ အဟုတ်တကယ်ရှိတာ၊ ရုပ်ဟာလည်းပဲ ရုပ်အဟုတ်ရှိတာ။ အဲဒီတော့ သူတို့နဲ့တွဲပြီး ထင်ရှားအောင် သုံးတဲ့စကားလုံးလေးတွေက ရုပ်မှာရှိသော နိယာမ၊ ရူပနိယာမ။ နာမ်မှာရှိသော နိယာမ၊ စိတ္တနိယာမ။ သဘာဝတရားမှာ သဘာဝဥပဒေသ ရှိလို့ပါ။ အဟုတ်တကယ်ရှိမှု နိယာမ ရှိတာပါ။

သို့သော် လူတို့နေတဲ့နေရာမှာ လူတို့သုံးစွဲနေကြတဲ့ အသုံးအနှုန်းတွေနဲ့ အသိတွေထဲမှာ အဟုတ်ရှိတာတွေလည်းပါတယ်။ အဟုတ်မရှိတာကိုလည်းပဲ ထည့်သွင်းပြီးတော့ အသုံးပြုရပါတယ်။ အဟုတ်မရှိသော်လည်းပဲ အဟုတ်ရှိသကဲ့သို့ သုံးရတဲ့စကားလုံးတွေ အများကြီး ရှိတယ်။ အဲဒီစကားလုံးတွေက အဟုတ်မရှိတော့ အဟုတ်ရှိသလို သူ့မှာ နိယာမ မရှိပါ။ သို့သော် သူက အချင်းချင်းပြောဆိုတဲ့နေရာမှာ ဆက်သွယ်တဲ့နေရာမှာ နားလည်အောင် သတ်မှတ်ချက်တွေ ရှိပါတယ်။ အဲဒီသတ်မှတ်ချက်တွေဟာ သဘာဝအစစ် မရှိသော်လည်းဘဲ တစ်ယောက်

နှင့် တစ်ယောက် ပြောဆိုသောအခါ နားလည်အောင်ပြောရတဲ့ သတ်မှတ်ချက်တွေ ရှိပါတယ်။ ဒါကို ‘ပညတ္တိ’။ ‘ပညတ္တိ’ဆိုတာ သိအောင်သုံးရတဲ့ စကားလုံး၊ သမ္မုတိသစ္စာဆိုတာဟာ ပညတ်များမှာရှိတဲ့ အမှန်တရား၊ သူတို့လည်း အမှန်တရားထဲ ထည့်ရတယ်။ အမှန်တရားထဲ ထည့်တဲ့အခါ ကျတော့မှ အများက လက်သင့်ခံပြီး နားလည်တာ။

ဒီတော့ ဆိုပါတော့၊ ဒီကနေ့ ဘာနေ့တုန်း၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့။ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ဆိုရင် တရားဆွေးနွေးပွဲရှိတယ်ဆိုရင် လာလို့ဖြစ်တယ်။ သို့သော် အဲဒီ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ဟာ ဒီခုနှစ်ရက် သတ်မှတ်ထားတဲ့ ဒီလူတို့ရဲ့ သတ်မှတ်ချက်ထဲမှာ ဒီဗုဒ္ဓဟူးနေ့ မပါရင်လည်း မဖြစ်၊ တနင်္ဂနွေ၊ တနင်္လာ မပါရင်လည်း ဘဲ မဖြစ်ပါ။ အလုပ်လုပ်လို့ မရပါ။ သို့ပေမယ့် သူက တကယ်ရှိတဲ့အရာတော့ မဟုတ်ပါ။ ဒါကို နားလည်အောင် စဉ်းစားပါ။ အဟုတ်တကယ် မရှိသော်လည်းဘဲ လူတို့ရဲ့ နေ့စဉ်ဆက်သွယ်ရေးမှာ အလုပ်လုပ်လို့ ဖြစ်အောင် သတ်မှတ်ထားတာတွေဟူသမျှ အများကြီးပါ။ အခု နေ့ရက်ကို ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ဆိုတာလည်းပဲ သေသေချာချာပြောတော့ အမှတ်အဖြစ်နဲ့ လုပ်ထားရတာ။ သူဟာ ပညတ်။ ပညတ်ဆိုတာ မပါဘဲနဲ့လည်းပဲ အလုပ်လုပ်လို့ မရပါ။ သို့သော် ပညတ်ဟာ သဘာဝအရှိတရား မဟုတ်ခြင်းကြောင့် သူ့မှာ Natural Law ခေါ်တဲ့ ဥပဒေသ မရှိပါ။ ဒါကို နားလည်အောင် စဉ်းစားပါ။

အခု ‘ဓမ္မဓာတု’၊ ‘ဓမ္မဓာတု’လို့ဆိုတဲ့ စကားလုံးက အဟုတ်ရှိတဲ့ သဘာဝ၊ ရုပ်သဘာဝ၊ နာမ်သဘာဝ။ အဲဒီမှာ ရုပ်စွမ်းအား၊ နာမ်စွမ်းအား၊ သူတို့ဟာ သဘာဝအားဖြင့် အဟုတ်ရှိသော ဓာတ်များ။ သူတို့မှ အဟုတ်ရှိ

ခြင်းကြောင့် နိယာမရှိပါတယ်။ သူ့နိယာမနဲ့သူ သဘာဝတရားတွေ အလုပ်လုပ်နေတာပါ။ ဒီအချက်ကလေးကို သေသေချာချာ တွဲမိအောင်လုပ်ပါ။

သဘာဝတရား အဟုတ်ရှိတဲ့နေရာမှာ နိယာမရှိတယ်။ ဒီနိယာမဆိုတာက သူ့ရဲ့သဘောပါ။ ဓာတ်မှာ သူ့ရဲ့နိယာမနဲ့သူ အလုပ်လုပ်တာပါ။ ဒီ အလုပ်လုပ်တဲ့ နိယာမတွေက သူ့သဘောနဲ့သူ၊ စိတ်ကလည်းပဲ စိတ်ရဲ့နိယာမနဲ့ အလုပ်လုပ်တာ။ ကိုယ်ကလည်းပဲ ကိုယ်ရဲ့နိယာမနဲ့ အလုပ်လုပ်တာပါ။ ဒီ သဘောလေးတွေကို နှလုံးသွင်းဖို့ အခု ပညတ်နဲ့ ပရမတ္ထတရားကို ခွဲလိုက်ပါတယ်။

ပရမတ္ထတရားများကို အခု နှလုံးသွင်းပါ။ ပညတ်ဆိုတာတွေက နှလုံးသွင်းလို့ မကုန်နိုင်ပါ။ ပြီးတော့ သူ့မှာ တိကျသော ဥပဒေသ မရှိပါ။ ပရမတ္ထတရားများမှာ တိကျတဲ့ ဥပဒေသ ရှိတယ်။ ဒီ ရှိနေတဲ့ ဥပဒေသကို သဘောပေါက်ဖို့ နားလည်ဖို့ပါ။ ဒါကို စိတ်က သဘောပေါက် နားလည်ရမှာပါ။ စိတ်က ဥပဒေသကို၊ သဘာဝတရား၏ ဥပဒေသကို သဘောပေါက်အောင်၊ နားလည်အောင် အလုပ်လုပ်ရတယ်။ အလုပ်လုပ်ရပါတယ်။

ဒီတရားတွေကို နှလုံးသွင်းပြီးတော့ တရားအားထုတ်တဲ့နေရာမှာ တရားအာရုံအဖြစ်နဲ့ယူ၍ ရှုမှတ်ပွားများတဲ့နေရာမှာ ပညတ်ကိုလည်းပဲ အာရုံအဖြစ်နဲ့ယူပြီး ပွားများတာ ရှိပါတယ်။ သို့သော် ဒီ ပညတ်ဟာ သဘာဝတရား မဟုတ်ခြင်းကြောင့် သူ့မှာ ဥပဒေသမရှိပါ။ အဲဒီမှာ သေချာစဉ်းစား။ အခု စဉ်းစားတာက (၂)ပါးရှိတယ်လေ။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားများမှာ အားထုတ်လျှင် သမထဘာဝနာ၊ ဝိပဿနာဘာဝနာ။ သမထဘာဝ

နာများကို ပွားများအားထုတ်တဲ့အခါမှာ ပညတ်အာရုံကိုလည်းပဲ အာရုံပြု၍ အားထုတ်ပါတယ်။ ဥပမာပြောမယ်ဆိုလို့ရှိရင် အာကာသပညတ်ကို အာရုံပြုတဲ့အခါကျတော့ အာကာသပညတ်သည် ခြပ်ထင်ရှားမဟုတ်သော်လည်းဘဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံအဖြစ်နဲ့ ယူပြီးတော့ အားထုတ်လို့ အထက်ပိုင်းထိအောင် သူက တက်လှမ်းနိုင်ပါတယ်။

သို့သော် အခုပြောတဲ့ ဒီဝိပဿနာဘာဝနာကို ပွားများသော ကမ္မဋ္ဌာန်းကျတော့ အဲဒီလို ပညတ်အာရုံကိုယူ၍ ပွားများသော တရားမျိုးမဟုတ်ပါ။ အဟုတ်တကယ်ရှိနေတဲ့ သဘာဝတရားတွေကိုပဲ အာရုံယူတာပါ။ အခုဟာ ပညတ်နဲ့ပရမတ်ကို ခွဲတဲ့နေရာမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံအဖြစ်နဲ့ တရားထိုင်ကြတဲ့အခါကျတော့ သမထဘာဝနာသည် ပရမတ်ကိုလည်း အာရုံယူပြီးတော့ တက်လို့ရတယ်။ ပညတ်ကိုယူပြီးတော့ တက်လို့လည်း ရတယ်။ သို့သော် ဝိပဿနာကျတော့ သမထနှင့် မတူသည့်အပိုင်းက ပညတ်မပါ။ သဘာဝ အဟုတ်ရှိသောတရားများကို အာရုံယူမှ ဒီတရားတွေက ပွားများလို့ရပါတယ်။

ဒီမှာ သေသေချာချာ နှလုံးသွင်းရမယ့်အချက်က ဟောဒီ ပရမတ္ထတရားတွေနဲ့ယှဉ်၍ ဆင်ခြင်နိုင်၊ ပွားများနိုင်အောင် ဝိပဿနာပညာရယ်လို့ ထွန်းပေါ်လာရတာဟာ ‘သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ’များ ပွင့်မှပါ။ ကိုယ်တိုင်က ဒီပရမတ္ထတရားတွေဟာ အဟုတ်တကယ် နှလုံးသွင်းရ၊ ဆင်ခြင်ရ၊ ပွားများရမယ့် တရား။ သူတို့ဟာ အဟုတ်တကယ် ရှိနေတဲ့ တရားတွေ၊ ဓာတ်သဘာဝတွေ။ အဲဒီ အဟုတ်တကယ် ရှိနေတဲ့ ဓာတ်သဘာဝတွေကို ရှုမှတ်ပွားများတဲ့အလုပ်ကို ‘ဝိပဿနာဘာဝနာ’။

အဲဒီတော့ ဒီ‘ဝိပဿနာဘာဝနာ’ကို ရှုမှတ်ပွားများဖို့ကို ပထမ ဦးဆုံးက ကာယာနုပဿနာ သင်ပေးပါတယ်။ ကာယာနုပဿနာကို ကျေ ကျေလည်လည် ရှုမှတ်ပွားများတတ်ပြီဆိုမှ နောက်တစ်ဆင့် ဝေဒနာ နုပဿနာကို ရှုမှတ်ပွားများတယ်။ ဝေဒနာကို ပွားများတဲ့အလုပ် ကျေ လည်ရှိမှ စိတ္တာနုပဿနာကို ရှုမှတ်ပွားများတယ်။ ကာယရယ်၊ ဝေဒနာ ရယ်၊ စိတ္တရယ် (၃)ပါးစလုံးကို အခြေကျကျ ပွားများတတ်ပြီဆိုမှ ဓမ္မာ နုပဿနာကို တက်ရပါတယ်။

ဓမ္မာနုပဿနာကျတော့ ဓမ္မဓာတုတို့ကို နှလုံးသွင်းရတော့တာ ပါ။ ဒီဓမ္မဓာတုဆိုတာဟာ ရုပ်ကလည်း ဓမ္မဓာတုပဲ၊ နာမ်ကလည်း ဓမ္မ ဓာတုပဲ။ ရုပ်နာမ်(၂)ပါးစလုံးဟာ ဓမ္မဓာတု။ ဒါကို ဉာဏ်ထဲက ရောက် အောင် စဉ်းစားပါ။ ရုပ်ကို ရှုမှတ်ပွားများနေတာလည်းပဲ ‘ဓမ္မဓာတု’ ပဲ။ နာမ်ကို ရှုမှတ်ပွားများနေတာလည်းပဲ ‘ဓမ္မဓာတု’။ အဲဒီ ‘ဓမ္မဓာတု’တွေ ဟာ အဟုတ်တကယ်ရှိတဲ့ သဘာဝတရားတွေ။ အဟုတ်တကယ်ရှိတဲ့ သဘာဝတရားများမှာ နိယာမရှိတယ်။ အဲဒီ အချက်ကလေးတွေကို နား လည်အောင်စဉ်းစား။ အရေးကြီးနေတာက နိယာမရှိတယ်။ ဒီ သဘာဝ၏ နိယာမ သူဥပဒေသကို သဘောပေါက်အောင် စဉ်းစားရမယ်။

ရုပ်တရားများ၊ နာမ်တရားများ (၂)ခုစလုံး ‘ဓမ္မဓာတု’တွေ၊ ဓာတ် တွေ။ ဓာတ်တွေတင်မကဘူး။ သူတို့က ဓာတ်အားတွေ။ ဓာတ်အားတွေ မှာ အစွမ်းရှိတယ်။ အဲဒီအစွမ်းဟာ အလုပ်လုပ်တဲ့အချိန်မှာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီအချက်ကလေး ကိုယ့်ဟာကိုယ်စဉ်းစား။ အစွမ်းဆိုတာတွေက ‘အ လုပ်လုပ်မှု’ ထွက်လာတာပါ။ ရုပ်လည်း ရုပ်အလုပ်ကို လုပ်တယ်။ ဒါ

ကြောင့် စွမ်းအားတွေထွက်တယ်။ စိတ်လည်း စိတ်အလုပ်ကို လုပ်တယ်။ လုပ်လို့ စွမ်းအားတွေထွက်တယ်။ အဲဒီစွမ်းအားတွေဟာလည်းပဲ အဟုတ်တကယ်ရှိသော ရုပ်တရား၊ အဟုတ်တကယ်ရှိသော နာမ်တရားတို့က ထွက်ပေါ်လာသော စွမ်းအား၊ အဲဒီစွမ်းအားမှာလည်း နိယာမရှိတယ်။ အဲဒီအချက်ကို နားလည်အောင်လုပ်ပါ။ စွမ်းအားမှာလည်းပဲ နိယာမရှိတယ်။

အခု နာမ်တရားနဲ့ အလုပ်လုပ်လိုက်တဲ့အခါ အဲဒီအလုပ်လုပ်တာတွေကို ‘ကမ္မ’။ ရုပ်နာမ်(၂)ပါးတို့ ပူးတွဲ၍ အလုပ်တွေလုပ်တာသည် ‘ကမ္မ’။ ကမ္မတွေလုပ်တော့ ကံစွမ်းအားတွေ ထွက်လာပါတယ်။ ကံစွမ်းအားလို့ ပြောလျှင် အဟုတ်ရှိတဲ့ ‘အား’လို့ဆိုတာကို သိရပါမယ်။ အဟုတ်ရှိတဲ့ ‘အား’ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် သူ့မှာ ‘နိယာမ’ဆိုတဲ့ ‘ဥပဒေသ’ရှိပါတယ်။ အဲဒီအချက်တွေဟာ ဉာဏ်နဲ့စဉ်းစားရမယ့် အချက်တွေပါ။

ရုပ်စွမ်းအား၊ နာမ်စွမ်းအားအပြင် အလုပ်စွမ်းအား၊ အလုပ်စွမ်းအား ‘ကံစွမ်းအား’။ စွမ်းအားဆိုတာ ရှိခြင်းကြောင့် ကံစွမ်းအားမှာ နိယာမရှိတယ်။ ဒီဟာတွေဟာ ပညာရပ်အဖြစ်နဲ့ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် တက်၍ ကိုယ့်ဉာဏ်ကိုသုံးပြီးတော့ ကံအကြောင်းကို နှလုံးသွင်းသောအခါ အဟုတ်တကယ်ရှိတာမှန်း သိမှပါ။ အဟုတ်တကယ်ရှိမှ နိယာမရှိတာပါ။

ကမ္မနိယာမဟာ ရူပနိယာမ၊ စိတ္တနိယာမတို့လိုပဲ သူလည်းပဲ နိယာမနဲ့၊ ဥပဒေသနဲ့ အဟုတ်တကယ် ရှိနေပါတယ်။ ဒီလို တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် မိမိရဲ့ဉာဏ်ကိုသုံးနိုင်ဖို့ ဒီပညာရပ်တွေကို အခြေခံအားဖြင့် သင်ယူပါတယ်။ ဒီတော့ ကမ္မဆိုတဲ့ သဘာဝတာ ‘စွမ်းအား’။ ဘာစွမ်းအား

တုန်း။ အလုပ်လုပ်လို့ ထွက်ပေါ်လာတဲ့ ‘စွမ်းအား’။ စွမ်းအားသည် အဟုတ်
တကယ် ရှိခြင်းကြောင့် သူ့မှာ နိယာမရှိတယ်။ ဒီနိယာမမှာ သူ့အားနဲ့
သူ့ အလုပ်တွေ လုပ်ကြတာ။ သူ့အားနဲ့ သူ့အလုပ်တွေ လုပ်နေတဲ့အခါမှာ
အားတွေ အလုပ်လုပ်ပုံကို စဉ်းစားပါ။

ကြားတဲ့ စကားလုံးတွေဟာ အသံစွမ်းအား။ အသံစွမ်းအားဆိုတဲ့
အသံဓာတ်လှိုင်းတွေ၊ ဒီအသံဓာတ်ရဲ့ လှိုင်းတွေကို နားကဖမ်းယူ၍ ကြား
တာ။ ဒီမှာ သေသေချာချာ စဉ်းစားပါ။ အသံဆိုတဲ့သဘောထဲမှာ အခု
မော်တော်ကားသံတွေ ကြားတယ်။ ဒီလိုအသံကို noise ခေါ်တယ်။ noise
ဆိုတာ ဆူညံသံ။ ဆူညံသံ ရှိပါတယ်။ ထို့အတူပဲ ဂီတသံ ရှိပါတယ်။ အဲ
ဒီ(၂)ခုဟာ အသံချင်းတူသော်လည်းပဲ ခံစားရပုံချင်း မတူပါ။

ဒီအသံလှိုင်းတွေ သောတပသာဒကို လာပြီးရိုက်ခတ်လို့ ကြားသိ
တဲ့သဘောလေးတွေဖြစ်တာ။ ဒီဆူညံသံကြောင့်ရတဲ့ ကြားသိလည်း ဖြစ်
ပါတယ်။ ဂီတသံကြားလို့ဖြစ်တဲ့ ကြားသိလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ ဂီတသံ၊
ဆူညံသံတွေနှင့်မတူသော စကားလုံးတွေကျတော့လည်းပဲ စကားလုံးအ
လိုက် သိပါတယ်။ သိပုံတွေ မတူပါ။ ဒီမှာ သေသေချာချာ ကွဲအောင်
ကြည့်။ ဆူညံသံဆိုတဲ့ဟာနဲ့ ဂီတသံ။ အသံလှိုင်းချင်း မတူပါ။ ဘယ်လို
မတူတာတုန်းဆိုတော့ ခံစားမှုနဲ့ပြောရင် ဆူညံသံနှင့် ဂီတသံ (၂)ခုမှာ
ဂီတသံမှာ ‘သံစဉ်’လေးနဲ့၊ ညီညွတ်တဲ့ ဓာတ်လှိုင်းလေး ပါပါတယ်။ လှိုင်း
လေးတွေဟာ ညီညွတ်တယ်။ noise ဆိုတဲ့ ဆူညံသံကျတော့ အဲဒီလို
မပါဘူး။ အဲဒီ(၂)ခု ကွဲပြားသွားရင် ဂီတသံက သာယာပါတယ်။ noise
က မသာယာဘူး။ ဒီသဘောလေးကိုတွေ့လျှင် ဂီတသံက ထွက်ပေါ်

လာသော ခံစားမှု၊ ဆူညံသံက ထွက်ပေါ်လာသော ခံစားမှု၊ (၂)ခု မတူပါ။ မတူတာ အသံလှိုင်းချင်း မတူလို့။ အသံလှိုင်းမှာ အရည်အသွေးပါတယ်။ ဂီတမှာပါတဲ့ အရည်အသွေးနှင့် ဆူညံသံမှာပါသော အရည်အသွေး (၂)ခု မတူပါ။ အဲဒါကို နားက ပြောပါတယ်။ သာယာဖွယ်၊ မသာယာဖွယ်၊ ကောင်း၊ မကောင်းကို ပြောတယ်။ ဒါဟာ စွမ်းအားတို့၏ အဓိပ္ပာယ်ကို နားလည်ဖို့၊ စွမ်းအားတို့၏အဓိပ္ပာယ်မှာ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မတူပါ။ ဆူညံသံ မှာပါသော သဘောနှင့် ဂီတသံမှာပါသောသဘော (၂)ခု မတူပါ။

(၂)ခု မတူပုံလေးကိုပဲ စဉ်းစား။ ထို့အတူပဲ ကမ္မမှာ စွမ်းအားရှိ တယ်။ ကမ္မကထွက်ပေါ်လာတဲ့ စွမ်းအားတွေမှာ ခုနကပြောတဲ့ ဆူညံသံ လို့ ထွက်ပေါ်လာတဲ့ စွမ်းအားမျိုးလည်းရှိတယ်။ ညီညွတ်ငြိမ့်ညောင်းတဲ့ စွမ်းအားလည်း ရှိတယ်။ အဲဒီသဘောလေးကို တွဲကြည့်ပါ။ ဘာနဲ့တုန်း၊ အသံမှာဖြစ်ပေါ်တဲ့ ဆူညံတဲ့သဘော၊ ဂီတသဘော (၂)ခုလုံးပဲ ကမ္မလို့ခေါ် တဲ့ အလုပ်ကြောင့် ထွက်ပေါ်လာတဲ့ ကံစွမ်းအားမှာလည်းပဲ noise လို့ခေါ် တဲ့ ဆူညံသံမျိုးလို ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဘာတဲ့တုန်း၊ စွမ်းအား၊ ညီညွတ်တဲ့ စွမ်းအား။ ဒီမှာ လှိုင်း၊ ဒီအသံကပြောတော့ အသံလှိုင်းလေးပါ။ အသံလှိုင်း တွေမှာ လှိုင်းချင်းမတူပါ။ ထို့အတူ ကမ္မမှာလည်းပဲ အဲဒီလို ဆူညံသံလို ဖြစ်နေတဲ့ ဓာတ်လှိုင်းတွေ၊ ကမ္မဓာတ်လှိုင်းတွေ၊ ဂီတသံလိုဖြစ်တဲ့ ကမ္မ ဓာတ်လှိုင်းတွေ။ အဲဒီ(၂)မျိုးကို ကွဲအောင် ဉာဏ်ကစဉ်းစားပါ။ ကမ္မမှာ လည်းပဲ ဒီအသံမှာဖြစ်တဲ့ လှိုင်းသဘောကဲ့သို့ ညီညွတ်တဲ့ဟာ၊ မညီညွတ် တာ ရှိပါမယ်။ မညီညွတ်တဲ့ သဘောကို ‘အကုသလ’လို့ နာမည်ပေး။ ညီညွတ်တဲ့ဟာကို ‘ကုသလ’လို့ နာမည်ပေး။ အဲဒီတော့ ကံစွမ်းအားမှာ

လည်းပဲ အခုပြောသလို သဘောချင်းမတူတာ ရှိတယ်။ ကံစွမ်းအားမှာ လည်းပဲ မညီမညွတ်နဲ့ဖြစ်နေတာကို ‘အကုသလ’၊ ညီညီညွတ်ညွတ်နဲ့ ဖြစ်တဲ့ဟာကို ‘ကုသလ’။

ဒီသဘာဝတရားများ မိမိဉာဏ်နှင့် စဉ်းစားတတ်မှ ပထမ ကမ္မ ဆိုတဲ့အလုပ်၊ အလုပ်က ထွက်ပေါ်လာတာက ကံစွမ်းအား။ ကံစွမ်းအား ဆိုတာ အဟုတ်ရှိတဲ့အတွက် သူ့မှာ ဥပဒေသနဲ့သူ အလုပ်လုပ်တယ်။ နိယာမနဲ့။ အဲဒီနိယာမမှ အခု နှစ်ခုကွဲသွားတာက ညီညွတ်တာနဲ့ မညီညွတ်တာ။ ညီညွတ်တာကို ကုသလလို့ခေါ်၊ မညီညွတ်တာကို အကုသလ လို့ခေါ်။ အဲဒီသဘာဝတွေဟာ အဟုတ်တကယ်ရှိ၍ အဟုတ်တကယ် အလုပ်လုပ်နေတာ။ အဲဒီ အဟုတ်တကယ် အလုပ်လုပ်နေတဲ့ စွမ်းအား အလွန်ကြီးပါတယ်။ ကံစွမ်းအားဟာ အလွန်ကြီးတယ်။ ဒီတော့ နည်းနည်း လေး ဉာဏ်ကိုသုံးပြီးတော့ တစ်ဆင့်တစ်ဆင့် တက်ကြည့်။ အဲဒီမှာ မညီ မညွတ်ဖြစ်နေတဲ့ အကုသလစွမ်းအားကလည်း သူမညီမညွတ်တဲ့အတိုင်း အလုပ်လုပ်တယ်။ ညီညွတ်တဲ့စွမ်းအားကလည်း ညီညွတ်တဲ့အတိုင်း အ လုပ်လုပ်တယ်။ အဲဒီသဘောလေးကို သေသေချာချာစဉ်းစားပါ။

ဒါ အလွန်အရေးကြီးနေတာ။ ဒီပြင်တရားတွေမှာ ဒီအကြောင်း အရာတွေကို ဒီလိုအသေးစိတ် မပြောပါ။ သိလည်းမသိပါ။ အခု အရေး ကြီးဆုံးအချက်က ဘဝတစ်ခုတစ်ခုကို အသစ်အသစ် တည်ပေးလိုက်တဲ့ ဟာက ဒီစွမ်းအား၊ ‘ကံစွမ်းအား’။ ကံစွမ်းအားမှာ အကုသလစွမ်းအား တွေလည်း ရှိတယ်။ ကုသလစွမ်းအားတွေလည်း ရှိတယ်။ အကုသလအား က တည်ပေးလိုက်ရင် အဲဒီဘဝဟာ မညီမညွတ်နဲ့ဖြစ်နေတဲ့ ကံစွမ်းအား

က တည်လိုက်တော့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးကလည်းပဲ မညီညွတ်ဘူး။ ကုသလစွမ်းအားနဲ့ တည်ပေးလိုက်တဲ့ ဘဝဆိုရင် ကံစွမ်းအားကိုက ညီညွတ်လို့ ဘဝအကျိုးဖြစ်သော ‘ဝိပါက’ကလည်း ညီညီညွတ်ညွတ် ဖြစ်တယ်။ အဲဒါလေးတွေဟာ ကံအကြောင်းကိုသိဖို့ ကံမှာ ကောင်းကံရှိသလို မကောင်းကံရှိတယ်။ ကောင်းကံ၊ မကောင်းကံတို့က တည်ပေးတဲ့ ဘဝတွေဟာလည်းပဲ ကောင်းကျိုး၊ မကောင်းကျိုးတွေ ရှိတယ်။ ဒါကို မိမိကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားတာ။ ဘုရားဟောကြားသော ဒေသနာက ပေးတဲ့ပညာကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်သုံး၍ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် တက်ပြီးတော့ နားလည်အောင် သုံးနေတာ။

ဒါဟာ ဒီဒေသနာမှာပါတဲ့ နက်နဲသိမ်မွေ့သော သဘာဝတွေ။ သဘာဝဟာ အဟုတ်ရှိရင် သူ့မှာ ဥပဒေသရှိတယ်။ အဲဒီ ဥပဒေသတွေက၊ ကောင်းစွမ်းအားတွေက ကောင်းကျိုးတွေပေးသလို မကောင်းကံစွမ်းအားတွေက မကောင်းကျိုးတွေပေးတယ်။ ကောင်းကျိုး၊ မကောင်းကျိုးတို့ရဲ့သဘောကို အဓိပ္ပာယ်နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ရင် ဆူညံသံနဲ့ ဂီတသံတို့သည် ကောင်းကိစ္စ၊ မကောင်းကိစ္စ (၂)ခု။ ဒီသဘောလိုပဲ မိမိတို့ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ပြုလုပ်နေသော ကမ္မတွေ။ ကမ္မတွေထဲမှာ ပါနေတဲ့ သဘာဝတွေ၊ သူတို့က ထုတ်လုပ်လိုက်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေ၊ အဲဒီမှာ သေသေချာချာ စဉ်းစား။ ထုတ်လုပ်ပုံချင်း မတူပါ။ ဂီတသံထွက်ပေါ်လာဖို့ဟာ ပညာလည်းပါမှ၊ လေ့ကျင့်မှုလည်း ပါမှ။ ပညာမပါ၊ လေ့ကျင့်မှုမပါရင် ဂီတသံ မထွက်လာဘူး။ ဆူညံသံက မလိုဘူး။ အဲဒီအချက်ကလေးကိုက အရေးကြီးနေတာ။ ကောင်းစွမ်းအား ထွက်ဖို့ကျတော့ အလေ့အကျင့်လည်း ပါတယ်။

ပညာလည်း ပါတယ်။ မကောင်းစွမ်းအားများကတော့ ဘာမှမပါဘဲနဲ့ သူက ထွက်တယ်။ ဒီလို ညီညီညွတ်ညွတ် ဂီတသံမျိုး ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ကံစွမ်းအားတွေ ညီညီညွတ်ညွတ်နဲ့ ထွက်ပေါ်လာအောင်ကျတော့ အလေ့ အကျင့်လည်း လိုတယ်။ ပညာလည်း လိုတယ်။ ပညာဆိုတဲ့နေရာမှာ ဒီအားတွေနဲ့ ဒီသဘာဝတွေအကြောင်းကို လေ့လာတဲ့ ထူးသောဉာဏ်၊ ထိုးထွင်း၍ ကြည့်တတ်သောဉာဏ်၊ ‘ဝိပဿနာဉာဏ်’၊ ဝိပဿနာဉာဏ်၊ ဝိပဿနာဉာဏ်လို့ နှုတ်ကရွတ်နေပေမယ့် သဘာဝကိုသိဖို့ စဉ်းစားရ မယ်။ စဉ်းစားတဲ့အခါ ဝိပဿနာဉာဏ်လို့ ဆိုတာဟာ အခုပြောတဲ့အ ကြောင်းအရာများကို ဆင်ခြင်တတ်၊ စဉ်းစားတတ်မှ။ စဉ်းစားတတ်မှ ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာကို ရတာပါ။ အဲဒီ ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာနဲ့ သဘာဝ အားတွေ အလုပ်လုပ်နေတာကို သိအောင်လေ့လာတော့ အကုသလ တွေလုပ်လို့ ထွက်ပေါ်လာတဲ့ အကုသလစွမ်းအားတွေ၊ ကုသလတွေလုပ် လို့ ကုသလကံထွက်ပေါ်လာတဲ့ စွမ်းအားတွေ မတူပါလားဆိုတာ တွေ့ လာပါတယ်။

အကုသလက လေ့ကျင့်ခန်းလည်းမလို၊ ပညာလည်းမလို ထွက် တယ်။ ကုသလကျတော့ လေ့ကျင့်ခန်းလည်း လိုတယ်။ ပညာလည်း လို တယ်။ ဒီတော့ လိုချင်တာက ကုသသဆိုတာမျိုးကို လိုချင်ပါတယ်။ လို ချင်ရင် ပညာလည်းသင်ပါ။ လေ့ကျင့်ခန်းလည်း လုပ်ပါ။ ဒီပညာနဲ့ လေ့ ကျင့်ခန်းကို လုပ်တဲ့အခါကျရင် အခု သဘာဝတရားတွေကို စဉ်းစားတော့ အခုတကယ် အလုပ်လုပ်နေတာတွေက ဓာတ်တွေ။ ဓာတ်တွေက ထွက် ပေါ်လာတဲ့ စွမ်းအားတွေ။ ဒီလို ဓာတ်တွေက အလုပ်လုပ်နေတာပါလို့

သိရမယ်။

ဓာတ်တွေ အလုပ်လုပ်ခြင်းကြောင့် ထွက်ပေါ်လာတဲ့ စွမ်းအားတွေဆိုတာလည်း သိရမယ်။ အဲဒီဓာတ်တွေ အလုပ်လုပ်နေတာပါလားလို့ သိအောင်လုပ်တဲ့ ပညာ၊ ‘ဓမ္မာနုပဿနာပညာ’။ အဲဒီ ဓမ္မာနုပဿနာပညာ၏ အရေးကြီးတဲ့အချက်ကို အခု မြင်ပါပြီ။ ဓာတ်တွေ အလုပ်လုပ်နေတာ။ အဲဒီဓာတ်တွေဟာ အဟုတ်ရှိတဲ့ ဓာတ်တွေ။ အဟုတ်ရှိလို့ ဓာတ်တွေ အလုပ်လုပ်လို့ ထွက်ပေါ်လာတဲ့ စွမ်းအားတွေ။ အဲဒီ စွမ်းအားတွေ မှာလည်း နိယာမတွေရှိတယ်။ ဒီ နိယာမတွေကို သေသေချာချာ သိလာတော့ အကုသလရဲ့ အကြောင်းကိုလည်း သဘောပေါက်ပါတယ်။ ကုသလရဲ့ အကြောင်းကိုလည်း သဘောပေါက်ပါတယ်။ သဘောပေါက်ပုံ ပေါက်နည်းက ကုသလနဲ့ အကုသလဖြစ်ပုံချင်း၊ အလုပ်လုပ်ပုံချင်းကို မတူပါ။ အဲဒီ မတူတဲ့သဘာဝတွေကို မြင်လာမှ ဒီ noise နဲ့တူတဲ့ အသံဆိုး၊ အသံကြောင်တွေ မရှိမှ ‘ငြိမ်း’တယ်။ ငြိမ်တယ်၊ ငြိမ်းတယ်။’ ဒါတွေဟာ ကုသလတွေကြောင့်ပါ။ အကုသလနှိပ်စက်ရင် မငြိမ်းဘူး၊ မငြိမ်ဘူး။ အဲဒီ သဘာဝစကားလုံးတွေဟာ အဟုတ်အရေးကြီးလို့ ပြောနေတာ။ အရေးကြီးတယ်ဆိုတာ အလွန် သိမ်မွေ့နူးညံ့သောစိတ်။ စိတ်ဆိုသောစိတ်ဟာ အလွန် နူးညံ့သိမ်မွေ့တယ်။ အဲဒီ သိမ်မွေ့တဲ့စိတ်ကလေးဟာ ဒီလှိုင်းတွေ၊ ပြင်းထန်တဲ့ noise တွေနဲ့တွေ့နေရင် သူ့အမြဲတမ်း ပြင်းထန်တဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေ ခံနေရမှာ။ ညီညွတ်တဲ့လှိုင်းတွေနဲ့ တွေ့ရင်လည်းပဲ ညီညွတ်တဲ့ သဘာဝကို ရယူမယ်။ ခံစားမယ်။ ဒါတွေဟာ ဒေသနာကပေးတဲ့ ပညာတွေ။ အဲဒီပညာတွေဟာ အခု ‘ဓမ္မာနုပဿနာ’မှာ အခြေခံတယ်။ အဲဒီ

ဓမ္မသဘာဝဆိုတာတွေကို အခုလို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နှင့် စဉ်းစားတတ်ပါမှ ဓမ္မ၏နယ်ထဲကို ဝင်ရောက်နိုင်တယ်။ ဓမ္မ၏နယ်ထဲကို မဝင်ရောက်နိုင်ရင် အပေါ်ယံပဲ နေကြရတာပါ။

လူဆိုသောလူဟာ သတ္တဝါအားလုံးထဲမှာ စဉ်းစားနိုင်တဲ့ ပညာ ဉာဏ်အကြီးဆုံး၊ အကြီးဆုံးသတ္တဝါတွေ။ မြင်နေတဲ့သတ္တဝါတွေ ရှိပါတယ်။ အဲဒီလောက် စွမ်းအားထက်တဲ့ လူရဲ့စိတ်သည်ပင်လျှင် အဲဒီ ပတ်ဝန်းကျင်လှိုင်းအမျိုးမျိုးတို့၏ ရိုက်ခတ်မှုအတိုင်း ဖြစ်နေတာ။ ဒီဖြစ်နေတဲ့သဘော၊ လှုပ်ရှားနေတဲ့ သဘော။ ဒီလှုပ်ရှားနေတဲ့ အလုပ်တွေ လုပ်နေတာ။ အဲဒါ သေချာစဉ်းစား။ စိတ်လှုပ်ရှားတဲ့အလုပ်တွေကို လုပ်နေတာပါ။ စိတ်၏ လှုပ်ရှားခြင်းဆိုတဲ့သဘောကို - အင်္ဂလိပ်လိုပြောတော့ Emotion ။ ဒီ Emotion ဆိုတဲ့ လှုပ်ရှားမှုသဘောတွေက အမြဲတမ်းရှိနေတာ။ Emotion မှာ ဓာတ်လှိုင်းတွေကို ကြည့်လို့ရှိလျှင် လှိုင်းတွေဟာ ရေလှိုင်းကဲ့သို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ရေလှိုင်းတွေကိုကြည့်။ ရေလှိုင်းတွေဟာ အထက်ကိုကြွလာသလို အောက်ကိုနိမ့်သွားတယ်။ ကြွလာတဲ့အခါ သဘောတစ်မျိုး၊ နိမ့်သွားတဲ့အခါ သဘောတစ်မျိုး။ ကြွလာတဲ့အခါမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ခံစားမှုတွေ၊ နိမ့်ဆင်းသွားတဲ့အခါ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ ခံစားမှုတွေ ဝေဒနာချင်းမတူပါ။ စိတ်ဟာ လှိုင်းသဘောနဲ့ နိမ့်မှု၊ မြင့်မှုဖြစ်နေလို့ ခံစားမှုတွေကလည်း အမျိုးစုံပေါ်နေတာပါ။ မြင့်လာတဲ့အခါကျတော့ ကျေနပ်တယ်။ တက်ကြွတယ်။ နိမ့်ကျတဲ့အခါကျတော့ ဝမ်းနည်းတယ်၊ ကြေကွဲတယ်။ ဒီလိုဖြစ်နေတာဟာ စိတ်ရဲ့သဘာဝပါ။ မြင့်တက်တာကို ကောင်းတယ်လို့ဆိုတဲ့ သုခဝေဒနာ

ခေါ်တယ်။ နိမ့်ပြီးတော့ ဆင်းသွားတာကို ဆင်းရဲတယ်ဆိုတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ။ မြင့်တက်တာလည်း လှုပ်ရှားမှုသဘာဝ၊ နိမ့်တာလည်းပဲ လှုပ်ရှားမှု သဘာဝ။ အဲဒီ လှုပ်ရှားနေရတဲ့အဖြစ်။ တက်လိုက်ကျလိုက်နှင့် တက်နေတဲ့ အခါ သောမနဿ၊ ကျနေတဲ့အခါ ဒေါမနဿ။ ကြိုက်တာနဲ့ မကြိုက်တာ၊ ကျေနပ်တာနဲ့ မကျေနပ်တာ။ အဲဒီ ကျေနပ်တဲ့ဟာကိုတော့ တွယ်တာတယ်။ မကျေနပ်တာကို မုန်းတယ်။

သဘာဝအားဖြင့် လှိုင်းရဲ့သဘောမှာ အဲဒီလို တက်ခြင်းကျခြင်းနဲ့ အလုပ်လုပ်နေရတာ အမှန်ပဲ။ ထို့အတူ စိတ်မှာလည်းပဲ တက်ခြင်းကျခြင်းနဲ့ အလုပ်လုပ်နေရတာ အမှန်ပဲ။ အဲဒီ အမှန်တရားထဲမှာ တက်နေရတာရော၊ ကျနေတာရော (၂)မျိုးစလုံးဟာ စိတ်၏ လှုပ်ရှားမှု။ လှုပ်ရှားနေရသောစိတ်သည် ဆင်းရဲတယ်။ (လှုပ်ရှားနေရတဲ့အတွက် ဆင်းရဲတယ်) ဒီအဓိပ္ပာယ်ကို နားလည်အောင် စဉ်းစား။ စိတ်သည် လှုပ်ရှားနေရတဲ့အတွက် ဆင်းရဲတယ်။ သောမနဿနဲ့ နေရတဲ့ စိတ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဒေါမနဿနဲ့ နေရတဲ့ စိတ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ (၂)ခုစလုံး လှုပ်ရှားနေရတယ်။ လှုပ်ရှားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နေသော ဒုက္ခ။ ဒုက္ခဆိုတဲ့ သဘာဝတရားဟာ ဒီနိမ့်ကျသွားလို့ ဆင်းရဲတာကိုသာ ဒုက္ခပြောတာမဟုတ်။ တက်ကြွနေတဲ့စိတ်သည်လည်း ဒုက္ခဖြစ်ပါတယ်။ တက်ကြွတဲ့စိတ်ရော၊ နိမ့်ကျတဲ့စိတ်ရော (၂)ခုစလုံး ဘာလုပ်နေတာတုန်း၊ လှုပ်ရှားတဲ့အလုပ်ကို လုပ်နေရလို့ ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခ။ မြင်ပြီလား။ အဲဒီ သဘာဝကို နားလည်အောင် စဉ်းစားတတ်ဖို့။ ဒုက္ခ၊ ဒုက္ခလို့ ပြောတဲ့သဘောဟာ သောမနဿဖြစ်လိုက်၊ ဒေါမနဿဖြစ်လိုက်၊ တက်လိုက်-ကျလိုက်။ အဲဒီ စိတ်ကလေး အဲဒီလိုလုပ်နေရတာကိုက

ဘာတဲ့တုန်း၊ ဆင်းရဲအမှန်။ အဲဒါကို ဆင်းရဲမှန်း မသိပါ။ ဆင်းရဲလို့ ပြောတဲ့ စကားလုံးဟာ မကြိုက်တဲ့ခံစားမှုမျိုး ရောက်လာလို့ ဆင်းရဲတယ်လို့သာ ပြောနေတာ။ ကြိုက်တဲ့ခံစားမှုနဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာလို့ စိတ်လှုပ်ရှားနေရတာ လည်း ဆင်းရဲခြင်း၏သဘာဝပဲလို့ မသိပါ။

အဲဒါ သေသေချာချာ နားလည်အောင် စဉ်းစား။ တက်နေတာ လည်းပဲ ဒုက္ခပဲ။ ကျနေတာလည်း ဒုက္ခပဲ။ တက်နေတာကို သောမနဿလို့ ပြောတယ်။ ကျနေတာကို ဒေါမနဿလို့ ပြောတယ်။ (၂)ခုစလုံး ဆင်းရဲ တယ်။ ဒါကို အခုမြင်ပါပြီ။

ဒီ တက်ခြင်း-ကျခြင်း (၂)ခုတို့မရှိလျှင် ချမ်းသာပါတယ်။ တက် ခြင်းလည်း မရှိဘူး။ ကျခြင်းလည်း မရှိဘူး။ အဲဒီမှာ သေချာစဉ်းစား။ ‘သောမနဿ’လည်း မရှိဘူး။ ‘ဒေါမနဿ’လည်း မရှိဘူး။ ‘သောမနဿ’၊ ‘ဒေါမနဿ’ (၂)ခုကြားထဲကဟာကို ‘ဥပေက္ခာ’။ အဲဒီ ‘ဥပေက္ခာ’ဟာ ချမ်းသာပါတယ်။ အတက်အကျမရှိလို့ အလွန်ခက်ပါတယ်။ ဒီဟာ အလွန် အရေးကြီးပါတယ်။ ‘မလှုပ်ရှား’တာကို ‘ဥပေက္ခာ’။

ဒီ ‘ဥပေက္ခာ’ဆိုတဲ့ထဲမှာ ‘ချမ်းသာ’ရှိတယ်။ အဲဒီချမ်းသာကို ဉာဏ် မျက်စိက ရောက်အောင်ကြည့်။ ဒီ ဥပေက္ခာဆိုတဲ့သဘော အလွန် အရေး ကြီးတယ်။ ဒီ ဥပေက္ခာသဘောကိုရောက်အောင် တက်လှမ်းတဲ့နေရာမှာ သမထဘာဝနာလမ်းကလည်း ဒီကို တက်ပါတယ်။ ဝိပဿနာကလည်း ဒီကို တက်ပါတယ်။ သို့သော် သဘောချင်း ကွာပါတယ်။ ‘သမထဘာဝနာ’ ကပေးတဲ့ အဆင့်တွေမှာ ဈာန်လမ်းခေါ်တယ်။ ပထမဈာန်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန်။ အဲဒီမှာ သူ့အဆင့်လေးနဲ့ ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊

ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ။ ဒါ ပထမဈာန်၊ နောက်တစ်ခါ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ။

နောက်တစ်ခါ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ။ အဲဒီတော့ ‘သုခ ဧကဂ္ဂတာ’။ သုခကို ဥပေက္ခာနဲ့ အစားထိုးတာ။ အဲဒီမှာ ဥပေက္ခာ၊ ဧကဂ္ဂတာ။ အလွန်ချမ်းသာတယ်။ တည်ငြိမ်တယ်။ ဒါဟာ သမထဘာဝနာကပေးတဲ့ သဘောပါ။

ဝိပဿနာက ပေးတဲ့ဟာကျတော့လည်းပဲ အလွန်သိမ်မွေ့ပါတယ်။ အလွန်ခက်ခဲပါတယ်။ ဒီ ဥပေက္ခာ၊ ဥပေက္ခာဆိုတဲ့ စကားလုံး၊ အဲဒီမှာ ဗောဇ္ဈင် (၇)ပါးတရား ခေါ်ပါတယ်။ ဗောဓိဉာဏ်၏ အထောက်အပံ့ဖြစ်သော တရားများ။

ပထမအစတုန်းက သတိသမ္ပောဇ္ဈင်၊ သတိအားနဲ့ တည်ယူရတာ။ ပြီးတော့ ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်၊ ပြီးတော့ ပီတိသမ္ပောဇ္ဈင်၊ ပြီးတော့ ပဿဒ္ဓိသမ္ပောဇ္ဈင်၊ ပြီးတော့ ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်၊ ပြီးတော့ သမာဓိသမ္ပောဇ္ဈင်၊ နောက်ဆုံးပိတ် ဥပေက္ခာသမ္ပောဇ္ဈင်။ နောက်ဆုံးပိတ်ကျတော့ ဥပေက္ခာသမ္ပောဇ္ဈင်။

ဒီ ဥပေက္ခာသမ္ပောဇ္ဈင်ရဲ့သဘောကို သေသေချာချာသိမှ၊ သေသေချာချာနားလည်မှ ဒီတရားဟာ တကယ်အဟုတ်ရှိသော နာမ်စွမ်းအား၊ တကယ်အဟုတ် တည်ဆောက်ရသော နာမ်စွမ်းအား။ အဲဒီ နာမ်စွမ်းအားမျိုးရအောင် ပွားများတဲ့ပညာတွေထဲမှာ ‘ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်’ဟာ ဒီဗောဇ္ဈင်(၇)ပါးကို ပွားများရတာလည်း တစ်ပါးပါတာပါ။ ဒီ(၇)ပါးကို ပွားများတဲ့နည်းဟာ ‘ဓမ္မာနုပဿနာ’၏ တစ်ခုသော နည်းလမ်း

ပါ။

အဲဒီတော့ ဆိုလိုတာက ဒီဝိပဿနာပညာ၏နယ်မှာ သိမ်မွေ့သောသဘာဝတွေ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ကွဲကွဲပြားပြား၊ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား မိမိဉာဏ်နှင့် ဆင်ခြင်တတ်၊ စဉ်းစားတတ်မှ ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။ မဆင်ခြင်နိုင်၊ မစဉ်းစားနိုင်ရင် ဝိပဿနာမဖြစ်ပါ။ အရေးကြီးနေတာက ဝိပဿနာဖြစ်ဖို့က စွမ်းအား။ ဒီ စွမ်းအားက အလွန်ထက်မြက်ဖို့ လိုပါတယ်။ သံသရာတစ်လျှောက်လုံး လွှမ်းမိုးလာတဲ့ ကိလေသာ။ အခု ဒီဘဝရလည်း တစ်ဘဝလုံး လွှမ်းမိုးနေတဲ့ ကိလေသာတွေ။ အဲဒီ ကိလေသာတွေကို ဒီထက်မြက်တဲ့စွမ်းအား ထက်မှ ဖြတ်နိုင်မယ်။ စွမ်းအားမထက်ရင် ဖြတ်လို့မရပါ။ အဲဒီမှာ ကိလေသာတွေက အခုပြောခဲ့တဲ့ အသံလှိုင်းထဲမှာပါတဲ့ noise တွေ၊ ဆူညံသံတွေနှင့် အဓိပ္ပာယ်ချင်း အတူတူပဲ။ သူတို့ အမြဲတမ်း လွှမ်းမိုးရုံတင်မက နှိပ်စက်နေတာပါ။ ကိလေသာတွေက လွှမ်းမိုးရုံတင်မက နှိပ်စက်နေတာ။ နှိပ်စက်နေတာ။ ဒီကိလေသာတွေကို ဖြတ်နိုင်ဖို့ အတွက် စွမ်းအားက အဟုတ်ထက်မှပါ။

စွမ်းအားထက်ထက်ဖြင့် ကိလေသာများကို ဖြတ်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်ထူးများ ဖြစ်ကြပါစေ။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။