



ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့် ဝိပဿနာပြန့်ပွားရေးအသင်း



NEW APPROACH TO BUDDHA DESANA

ဗုဒ္ဓဒေသနာကို စနစ်သစ်နည်းဖြင့် လေ့လာခြင်း

စာစဉ်(၁၉)

ဝိညာဏကုဋ္ဌနာနှင့်ဝေဒနာကုဋ္ဌာ

၂၀၁၀ - ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၃ - ရက်
အကြိမ်(၃၀)မြောက်၊ ဗုဒ္ဓဒေသနာသင်တန်း
ရှင်သာမဏေဝိမာန်၊ အာဇာနည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့တွင်
ဟောကြားသောတရားတော်

ဦးဌေးအောင်

(မဟာသဒ္ဓမ္မဏေတိကဓမ္မ)

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

ဗုဒ္ဓဒေသနာကို စနစ်သစ်ဖြင့်လေ့လာခြင်း

စာစဉ် - ၁၉

ဝိညာဏက္ခန္ဓာနှင့် ဝေဒနာက္ခန္ဓာ

၂၀၁၀ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ (၃)ရက်
ရန်ကုန်မြို့၊ အာဇာနည်လမ်း၊ ရှင်သာမဏေဗိမာန်
အကြိမ် (၃၀)မြောက် ဗုဒ္ဓဒေသနာသင်တန်းတွင်
ဟောကြားသောတရားတော်

ဦးဌေးအောင်

(မဟာသဒ္ဓမ္မဏေတိကဓဇ)

ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဒေသနာနှင့်ဝိပဿနာပြန့်ပွားရေးအသင်း
တွဲဖက်ဌာနမှူး၊ နိုင်ငံတော်ပရိယတ္တိသာသနာ့တက္ကသိုလ်(မန္တလေး)

ဝိညာဏက္ခန္ဓာနှင့် ဝေဒနာက္ခန္ဓာ

အခု လေ့လာနေတဲ့ ဓမ္မဒေသနာ၊ ဘုရားရှင် သင်ကြားပေးတဲ့ သဘာဝပညာ။ ဒီပညာတွေမှာ အခု ကြားတာကို သိတဲ့စိတ်၊ မြင်တာကို သိတဲ့စိတ်။ အဲဒီ ကြားသိစိတ်၊ မြင်သိစိတ်များအကြောင်း အထိုက်အသင့် လေ့လာပါတယ်။ ဒီမှာ သဘောပေါက်ဖို့အချက်က ကြားကိစ္စ၊ မြင်ကိစ္စ များဟာ လူတိုင်းလူတိုင်း အပြင်အပက ဝင်ရောက်လာတဲ့ အာရုံတွေ ပါ။ အဆင်းအာရုံနဲ့ အသံအာရုံ။ ဒီအာရုံများက အပြင်လောက၏ အကြောင်းအရာများကို ဖော်ပြနေတဲ့ သဘာဝနှစ်ပါးပါ။

အတွေ့ဆိုတဲ့ ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာရှိနေတဲ့ ကိုယ်အကြည်ရုပ်က ပြောပြ တဲ့ ကာယဝိညာဏ်စိတ်၊ အတွေ့ကို သိတဲ့စိတ်။ ဒါက တစ်မျိုးပါ။ ပြီးတော့ နှာခေါင်းအကြည်ရုပ်မှာဖြစ်ပေါ်တဲ့ အနံ့ကိုသိတဲ့စိတ်။ ထို့အတူပဲ လျှာမှာ ဖြစ်သော အရသာကိုသိတဲ့စိတ်။ အဲဒီစိတ် (၃)မျိုးပါ။ အဲဒီ အတွေ့ကို သိတဲ့စိတ်၊ အနံ့ကို သိတဲ့စိတ်၊ အရသာကို သိတဲ့စိတ်။ အဲဒီစိတ်(၃)မျိုး ရဲ့အလုပ်က မြင်စိတ်၊ ကြားစိတ်နဲ့ မတူကွဲပြားတဲ့အချက်ကို နှလုံးသွင်းရပါ မယ်။

မြင်စိတ်နှင့် ကြားစိတ်တို့သည် မိမိပတ်ဝန်းကျင်က ဖော်ပြနေတဲ့ အဆင်းအာရုံ၊ အသံအာရုံများကိုပေးလို့ ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့အကြောင်းကို သိတာ။ အခု ပြောနေတဲ့ (၃)မျိုးသော စိတ်၊ အတွေ့ကို သိသောစိတ်၊ အနံ့ကို သိသောစိတ်၊ အရသာကို သိသောစိတ်။ အဲဒီ (၃)ပါး၊ ဒီ (၃)မျိုး စလုံးဟာ မိမိတို့ရဲ့ ရူပက္ခန္ဓာဆိုတဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကြီးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့အကြောင်း

အရာများကိုသိနိုင်ဖို့ သူတို့က ဖော်ပြနေတာပါ။

အဲဒီမှာ ကွဲကွဲပြားပြား နှလုံးသွင်းရမယ့်အချက်က ဟောဒီ အတွေ့ကို သိသောစိတ်၊ အနံ့ကို သိသောစိတ်၊ အရသာကို သိသောစိတ်၊ ဒီစိတ် (၃)မျိုးစလုံးဟာ ဟောဒီ ရူပက္ခန္ဓာကြီးကို ထောက်ပံ့ပြီးတော့ စောင့်ရှောက်နေတဲ့ကိစ္စများကို ဦးတည်ရည်စူးပြီးတော့ ဖြစ်ပေါ်လာကြရတာ။ အဲဒီအချက်ကို နှလုံးသွင်းပါ။ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဘဝခရီးကို လျှောက်နေတဲ့ နေရာမှာ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး လျှောက်နိုင်ဖို့အတွက် အထောက်အပံ့တွေ ပေးရတယ်။ အဲဒီ ပေးနေတဲ့ အထောက်အပံ့တွေဟာ သိတဲ့အတိုင်းပါ။ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ စားသောက်နေတဲ့ အစာအာဟာရ၊ အလုတ်အလွေးနဲ့ စားရတဲ့ ကဗဠိကာရအာဟာရ။ နောက်တစ်ခါ ကျွန်တော်တို့ သောက်နေရတဲ့ အရည်အမျိုးမျိုး၊ ကော်ဖီ၊ လက်ဖက်ရည်၊ ဖျော်ရည်၊ ရေ။ အဲဒီ အရည်ဓာတ်။ ပြီးတော့ ရှူသွင်းရှူထုတ်လုပ်နေရတဲ့ လေဓာတ်။ အဲဒီတော့ အဲဒီ (၃)မျိုးကို ကြည့်လိုက်လို့ရှိလျှင် အခဲသဘောနဲ့ အထောက်အပံ့ပေးတဲ့ သဘာဝ၊ အရည်သဘောနဲ့ အထောက်အပံ့ပေးတဲ့ သဘာဝ၊ ပြီးတော့ လေသဘောနဲ့ အထောက်အပံ့ပေးသော သဘာဝ။ အဲဒီ သဘာဝတွေ၊ အဲဒီပစ္စည်းတွေ ခန္ဓာကိုယ်ကရမှ ဒီခန္ဓာကိုယ်က အသက်ရှင်တာပါ။

သေသေချာချာ သိရမယ့်အချက်က မြင်သိ၊ ကြားသိတို့ရဲ့ လုပ်ငန်းသဘောမှ မြင်သောစိတ်ကလေး ဖြစ်ပေါ်လာအောင် မျက်စိထဲကို ဝင်လာတဲ့ ရူပါရုံက၊ အလင်းဓာတ်က ဝင်လာတာပါ။ အဲဒီ အလင်းဓာတ်ဆိုတဲ့ သဘောလေးက အခဲလည်းမပါဘူး၊ အရည်လည်း မပါဘူး၊ အငွေ့လည်းမပါဘူး။ အလင်းဓာတ်က စွမ်းအားသက်သက်။ ထို့အတူပဲ နားထဲ

ကိုဝင်လာတဲ့ အသံဓာတ်က အသံလှိုင်း။ အဲဒီ အသံလှိုင်းက အခဲတွေ၊ အရည်တွေ၊ အငွေ့တွေ ဘာမှမပါဘူး။ အဲဒီ အသံဓာတ်လှိုင်းအဖြစ်နဲ့၊ စွမ်းအားအဖြစ်နဲ့ ဝင်ကြတာ။ ဝင်ကြတော့ သူတို့ကိစ္စကို သူတို့ ဆောင်ရွက် တဲ့နေရာမှာ အဲဒီဓာတ်တွေက ဒီအခဲ၊ အရည်၊ အငွေ့တို့ ဆောင်ရွက်ပုံနဲ့ မတူပါ။ သူတို့ကိုယ်တိုင်က စွမ်းအားဖြစ်တော့ ဖြစ်လာတဲ့သဘာဝလည်း မြန်တယ်။ အလုပ်လုပ်တဲ့အချိန်လည်း မြန်တယ်။ ပျက်သွားတဲ့ အချိန် လည်း မြန်ပါတယ်။

နောက်ထပ် (၃)ပါးက အတွေ့သဘော၊ ပြီးတော့ အနံ့သဘော၊ အရသာသဘော။ အဲဒီ သဘာဝ (၃)မျိုးကို ဒီခန္ဓာကလုပ်ရတဲ့ အခါကျ တော့ မြင်မှု၊ ကြားမှုတို့နဲ့ မတူဘူး။ ဒီအစာအာဟာရတွေကို စားတော့ အစိုင်အခဲအဖြစ် ရှိနေတဲ့ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတွေကို ခန္ဓာကိုယ်ထဲ သွင်းရ တာ။ နောက်ပြီးတော့ ရေသောက်ရတယ်၊ ကော်ဖီသောက်ရတယ်။ ဒီ အရည်ဓာတ်တွေကိုလည်း ခန္ဓာကိုယ်ထဲ သွင်းရတယ်။ အသက်ရှူတဲ့ လေဓာတ်ဟာလည်းပဲ လေတွေ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ ဝင်သွားတယ်။ အဲဒီ အခဲ၊ အရည်၊ အငွေ့ (၃)မျိုးသော ဓာတ်တွေဟာ အလင်းဓာတ်၊ အသံဓာတ်လို စွမ်းအားမဟုတ်ဘူး။ သူတို့ဟာ ခြပ်လို့ခေါ်တဲ့ ရုပ်တရား ထင်ရှားတယ်။ ခြပ်ဆိုတဲ့သဘာဝဟာ အခဲ၊ အရည်၊ အငွေ့ (၃)ခုစလုံးကို ဖော်ဆောင်နေ တဲ့ ပစ္စည်း။ Matter လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီ (၃)မျိုးက ခန္ဓာကိုယ်ထဲကို ဝင် သွားပြီးတော့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို (၃)မျိုးစလုံးက ထောက်ပံ့တယ်။ အစာ အာဟာရက ထောက်ပံ့တယ်။ အရည်က ထောက်ပံ့တယ်။ လေက ထောက်ပံ့တယ်။

ဒြပ်ရှိတဲ့ပစ္စည်းတွေ ဒီရူပက္ခန္ဓာထဲကို ဝင်တဲ့အခါ ဟောဒီပစ္စည်းတွေဟာ ဒီခန္ဓာကိုယ်နှင့် သင့်လျော်သည်၊ မသင့်လျော်သည်ကို စစ်ဆေးရပါတယ်။ စားတာ၊ သောက်တာ၊ ရှူတာအားလုံး ဤရူပက္ခန္ဓာနှင့် သင့်လျော်သည်၊ မသင့်လျော်သည်ကို စစ်ဆေးရပါတယ်။ အဲဒီ စစ်ဆေးတဲ့အခါမှာ ဟောဒီခန္ဓာကိုယ်မှာ တပ်ဆင်ထားတဲ့ အကြည်ရုပ်များက သူနည်းနဲ့သူ စစ်ဆေးရတယ်။ အဲဒီ သူနည်းနဲ့သူ စစ်ဆေးတဲ့နေရာမှာ (ဘယ်လိုစစ်ဆေးတာတုန်းဆိုတာ သေသေချာချာ နှလုံးသွင်း။) ဟောဒီ အာဟာရများ၊ အစာများ၊ ကော်ဖီများ၊ လက်ဖက်ရည်များ ဒီခန္ဓာကိုယ်ထဲကို သွင်းမယ်ဆိုလျှင် အရေးကြီးတဲ့အချက်က ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ သင့်လျော်လား၊ မသင့်လျော်ဘူးလားဆိုတာကို ရွေးချယ်ရ၊ စိစစ်ရတယ်။ အဲဒီ ရွေးချယ်ရ၊ စိစစ်ရတဲ့သဘာဝတွေကို ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာ တပ်ဆင်ပေးထားတဲ့ ကိရိယာ၊ လျှာဆိုတဲ့ ကိရိယာ၊ ပြီးတော့ နှာခေါင်းဆိုတဲ့ ကိရိယာ၊ နောက်ပြီးတော့ ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာ တပ်ဆင်ထားတဲ့ နှုတ်ခမ်းတို့၊ လျှာတို့၊ ပါးတို့မှာ၊ လက်တို့မှာ ပါဝင်နေတဲ့ ကိုယ်အကြည်ရုပ်ခေါ်တဲ့ ကာယပဿာဒ၊ သူတို့က အဲဒီခန္ဓာကိုယ်ထဲဝင်သွားတဲ့ ပစ္စည်းများသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွက် သင့်လျော်သည်၊ မသင့်လျော်သည်ကို စိစစ်တဲ့အလုပ် လုပ်ကြရတယ်။ အဲဒီလို အမြဲတမ်း စိစစ်ရတယ်။ အမြဲတမ်းစိစစ်မှ ဒီခန္ဓာကိုယ်နှင့်သင့်လျော်တဲ့ ဝတ္ထုပစ္စည်းများ၊ အခဲ၊ အရည်၊ အငွေ့တို့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ထဲကို ဝင်သွားကြတော့ ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ဒီကနေ့အထိ အသက်ရှင်နိုင်တာပါ။ အရေးကြီးတဲ့အချက်က ခန္ဓာကိုယ်ဟာ ဒီကနေ့အထိ အသက်ရှင်နေတာဟာ ဒီ စားသောက် ရှူနေတဲ့ ပစ္စည်းများ၊ အခဲ၊ အရည်၊ အငွေ့ (၃)ပါးစလုံးကို

ချက်မှန်မှန် စားတိုင်း၊ သောက်တိုင်း၊ ရှူတိုင်း စိစစ်ပါတယ်။ အဲဒီ စိစစ်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်နေတဲ့အလုပ်။ ဒီတော့ အဲဒီမှာ သေသေချာချာ နှလုံးသွင်းရမယ့်အချက်က ဒီအစာများကို စတင်ပြီးတော့ စားမယ်လို့ ဆိုတဲ့အခါ အာဟာရတွေကို စားပွဲမှာထိုင်ပြီးတော့ စားစရာတွေကို ဆင်ခြင်တယ်။ ဆင်ခြင်တယ်ဆိုတာ လူက ဆင်ခြင်မှန်းလည်း မသိပါဘူး။ သို့သော် ဒီထမင်းပွဲ၊ ဟင်းပွဲမှာပါနေတဲ့ အဆင်းရူပါရုံကို မြင်စိတ်က ကြည့်ရှုသုံးသပ်တယ်။ အစာအာဟာရရဲ့ အဆင်းရူပါရုံကို မျက်စိက ဆင်ခြင်တယ်၊ သုံးသပ်တယ်။ အဲဒီ ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပြီးတော့ ဒီအစာ အာဟာရတွေဟာ စားလျှင် သင့်တော်တဲ့ အစာအာဟာရတွေလို့ မြင်စိတ်ကလေးက အဆုံးအဖြတ်ပေးတယ်။ ဒါ ပထမ။

ဒီလို မြင်စိတ်ကလေးက ဆုံးဖြတ်ပေးတော့ ဒီထမင်းတွေ၊ ဟင်းတွေထဲက ထွက်ပေါ်လာတဲ့ အနံ့တွေ။ ဟင်းနဲ့၊ ထမင်းနဲ့တွေ။ အဲဒီ အနံ့ဓာတ်တွေ နှာခေါင်းထဲ ဝင်သွားတော့ ဒီအနံ့ဓာတ်တွေနဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အနံ့သိစိတ်။ ဒီ အနံ့သိစိတ်ကလေးက ဒီ အစာအာဟာရများသည် သင့်တော်သည်၊ မသင့်တော်သည်ကို အနံ့သိစိတ်ကလေးကလည်း စိစစ်ဆုံးဖြတ်ပေးပါတယ်။ အဲဒီလို အနံ့သိစိတ်ကလေးက စိစစ်ဆုံးဖြတ်ပေးပြီးတော့ ဒီအာဟာရ ထမင်းများ၊ ဟင်းများကို လက်ကလေးနဲ့ ယူပါတယ်။ အဲဒီ လက်ကလေးနဲ့ ယူတယ်ဆိုကတည်းက လက်ချောင်းကလေးတွေနဲ့ ထမင်းနဲ့၊ ဟင်းနဲ့ကို ထိတွေ့မှု ဖောဠုပ္ပအာရုံ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီ ထိမှု၊ တွေ့မှုလေးဟာ ဒီစားမယ့်အစာ၏ ပျော့ခြင်း၊ မာခြင်းကိုလည်း ပြောတယ်။ ပြီးတော့ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် သင့်လျော်သော အပူချိန်ဟုတ်ရဲ့လား၊ မြင့်သလား၊

ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ သင့်လျော်လားလို့ အပူချိန်ကိုလည်းပဲ လက်မှာရှိသော အရေပြားမှာ တပ်ဆင်ထားတဲ့ ကာယပဿာဒခေါ်တဲ့ ကိုယ်အကြည်ရုပ်ကလေးတွေက စိစစ်ပါတယ်။ စိစစ်ပြီး သင့်လျော်တယ်ဆိုမှ ပါးစပ်ထဲရောက်အောင် လက်ကလေးနဲ့ သွင်းတယ်။ သွင်းတော့လည်းပဲ အဲဒီအစာလေးဟာ လက်က စိစစ်ရုံတင် မကဘူး။ နှုတ်ခမ်းလေးတွေကပါ စစ်ဆေးတယ်။ အပူအအေး သင့်လား၊ မသင့်ဘူးလားလို့ စစ်ဆေးတာပါ။ ဒီလို စစ်ဆေးပြီးတော့ သင့်တော်တဲ့ အပူချိန်လေးရမှ ဥပမာ-ကော်ဖီသောက်မယ်ဆိုလျှင် အဲဒီကော်ဖီလေး နှုတ်ခမ်းနားရောက်လာလို့ နှုတ်ခမ်းနဲ့ ထိလိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် အပူချိန်ကမြင့်နေတယ်ဆိုလျှင် ရပ်ထားတယ်။ မသောက်သေးဘူး။ ပါးစပ်ကလေးနဲ့ လေနဲ့မှုတ်ပြီးတော့ အေးအောင် လုပ်ပါတယ်။ ဒါတွေက ရူပက္ခန္ဓာကို ဘေးရန်ပေးမယ့် ကိစ္စအားလုံးကို ကာကွယ်တဲ့နည်းပါ။

ဒီကာကွယ်တဲ့နည်းတွေဟာ အခုပြောတဲ့အတိုင်း အမြင်နဲ့လည်း စစ်ဆေးတယ်၊ အနံ့နဲ့လည်း စစ်ဆေးတယ်၊ ပြီးတော့ အတွေ့နဲ့လည်း စစ်ဆေးတယ်။ နောက်ဆုံးပိတ် ဒီအစာလေးတွေကို ဝါးတယ်။ အစာလေးတွေကို ဝါးလိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ပါးစောင်နှစ်ဖက်မှာရှိနေတဲ့ လျှာအရည်လေးတွေက စီးထွက်လာတယ်။ စီးထွက်လာတော့ အဲဒီ အခဲဖြစ်တဲ့ အစာနဲ့ လျှာရည်လေးတွေနဲ့ ရောပြီးတော့ ပျော်ရည်ခေါ်တယ်။ Solution။ အစာလေးတွေ အရည်ပျော်သွားတယ်။ အဲဒီ အရည်ပျော်တဲ့ အရည်ဓာတ်ကလေးတွေက ဒီလျှာမှာရှိနေတဲ့ ဇီဝဗေဒသိပ္ပံခေါ်တဲ့ အကြည်ရုပ်ကလေးတွေနဲ့ ထိတယ်။ အဲဒီ အကြည်ရုပ်ကလေးတွေရဲ့

စွမ်းအားက အစာထဲမှာပါသော အရသာဓာတ်များကို သူတို့က ထုတ်နိုင်တယ်။ အဲဒီ ထွက်ပေါ်လာသော အရသာဓာတ်များကို ချိုတာ၊ ချဉ်တာ၊ ငန်တာတွေကို ဒီပသာဒရုပ်ခေါ်တဲ့ ဇိဝှာပသာဒက ထုတ်ဖော်ပြောပါတယ်။ ဒါဟာ ဒီအရသာတွေနဲ့ အာဟာရ စားမယ့်အစာတို့ ဟောဒီခန္ဓာကိုယ်အတွက် သင့်လျော်သောအစာ ဖြစ်သည်။ မဖြစ်သည်ကို စိစစ်တာပါ။ အရသာဓာတ်နဲ့ စိစစ်တာပါ။

စိစစ်ပုံ၊ စိစစ်နည်းတွေကို သေသေချာချာ စဉ်းစား။ ပထမဦးဆုံးက မျက်စိက အဆင်းကို စိစစ်တယ်။ ပြီးတော့ အနံ့ကို စိစစ်တယ်။ ပြီးတော့ အတွေ့နဲ့ စိစစ်တယ်။ ပြီးတော့ အခု အရသာဓာတ်နဲ့ စိစစ်တယ်။ အဲဒီလို စိစစ်တော့ အဲဒီလို စိစစ်လိုက်တဲ့ အချက်အလက်တွေ အားလုံးက ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ သင့်လျော်ပါတယ်ဆိုမှ ဝမ်းဗိုက်ကလေးထဲကို မြို့ချရတာပါ။ အဲဒီလို မြို့မချခင်အတောအတွင်း အဆင့်ဆင့် အလုပ်တွေလုပ်နေတာပါ။ အဲဒီ လုပ်တဲ့အလုပ်တွေက ရူပက္ခန္ဓာအတွက် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သမျှသော အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်ရေးအတွက် စိစစ်တဲ့အလုပ်များကို လုပ်တာပါ။

ဒီ စိစစ်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်တဲ့အခါ စိစစ်မှုကိုလုပ်တဲ့အခါ အမြင်က ပြောတဲ့ သဘောမှာ ရူပါရုံလေးကပြောတော့ ဒီဟင်း၊ ထမင်းတို့ရဲ့ အဆင်းဟာ သင့်လျော်ပါတယ်လို့ ပြောတာပါ။ ရူပါရုံက သင့်လျော်တယ်လို့ ပြောတာ။ အဲဒီလိုပဲ အနံ့လေးတွေရတော့ ဒီအနံ့လေးတွေဟာ ဒီခန္ဓာကိုယ်နဲ့ သင့်လျော်တယ်လို့ ပြောတာ။ ထို့အတူပဲ အတွေ့ဓာတ်ကလေးကလည်း ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ သင့်လျော်တယ်လို့ပြောတာ။ နောက်ဆုံးပိတ် စိစစ်တာ အရသာဓာတ်။ အဲဒီ အရသာဓာတ်ကလည်း ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ သင့်လျော်

တယ်လို့ ပြောတာပါ။

ဒီမှာ သေသေချာချာ နှလုံးသွင်းရမယ့်အချက်က ဟောဒီ အခဲ၊ အရည်၊ အငွေ့ (၃)မျိုးစလုံးနှင့် ထိတွေ့ပြီးတော့ အလုပ်လုပ်တဲ့ အကြည် ရုပ်က (၃)မျိုး။ အနံ့ကို စိစစ်တဲ့ နှာခေါင်းအကြည်ရုပ်၊ ပြီးတော့ အတွေ့ကို စိစစ်တဲ့ အရေပြားမှာတပ်ဆင်ထားတဲ့ ကိုယ်အကြည်ရုပ်၊ ပြီးတော့ အရသာကို စိစစ်တဲ့ လျှာမှာတပ်ဆင်ထားတဲ့ လျှာအကြည်ရုပ်၊ ဒီ(၃)မျိုးတို့ သည် စိစစ်ရေးကိစ္စကိုဆောင်ရွက်၍ သူတို့က သတင်းပို့နေပုံလေးကို သေသေချာချာ စဉ်းစားပါ။ အနံ့ရလျှင် အနံ့ကိုသိသောစိတ် ဖြစ်ပါတယ်။ အတွေ့ဖြစ်လျှင် အတွေ့ကိုသိသောစိတ်၊ အရသာဖြစ်လျှင် အရသာကို သိသော စိတ်။ အဲဒီမှာ သေသေချာချာ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ကွဲပြားအောင် ပြောရမယ့်အချက်က သိတယ်ဆိုတဲ့ သဘာဝလေးဟာ နာမ်ဓာတ်ထဲမှာ ပါတဲ့ သဘာဝ။ သိတဲ့သဘောဟာ နာမ်ဓာတ်ထဲမှာပါတဲ့ သဘာဝစွမ်းအား၊ သိစွမ်းအား။ ဒီသိစွမ်းအားလေးဟာ စိတ်ဆိုတဲ့ နာမ်ဓာတ်ထဲမှာ ပါတာပါ။

နောက်တစ်ခု ခံစားမှုဆိုတဲ့ ဝေဒနာ။ ဒီ ဝေဒနာဆိုတာလည်း နာမ်ဓာတ်ထဲမှာ ပါတာပါ။ ခံစားမှုဆိုတဲ့ ဝေဒနာကလည်း နာမ်ဓာတ်ထဲမှာ ပါတာပါ။ အဲဒီ ခံစားမှုက (၃)မျိုးစလုံးမှာ အဓိက အတွေ့နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ခံစားမှု၊ အနံ့နှင့်ပတ်သက်တဲ့ ခံစားမှု၊ အရသာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ခံစားမှု။ အဲဒီခံစားမှုဆိုတဲ့ ဝေဒနာ(၃)မျိုးဟာ ဒီစိစစ်ရေးကိစ္စမှာ သူတို့ ဦးဆောင် ပြီးတော့ အလုပ်လုပ်တာပါ။ အဲဒါကို သေသေချာချာ နှလုံးသွင်းပါ။ နာမ်ဓာတ်ထဲမှာပါသော ခံစားမှုခေါ်သည့် ဝေဒနာက ဟောဒီ စိစစ်ရေး လုပ်

ငန်းများကို လုပ်တာပါ။

ဒီလို အလုပ်လုပ်တော့ သေသေချာချာ ပြန်စဉ်းစား။ အဲဒီ ဝေဒနာဆိုတဲ့ ဝေဒနာက သူ့နေရာနဲ့သူ အတွေ့ကို ဖော်ပြနေတဲ့ ပူမှု၊ အေးမှု၊ ပျော့မှု၊ မာမှုဆိုတဲ့ ခံစားမှုသဘော။ အနံ့ကိုပြောနေတဲ့ မွှေးမှု၊ နံ့မှုတွေသဘော၊ အရသာကို ပြောနေတဲ့ ချိုမှု၊ ချဉ်မှုတွေသဘော၊ အဲဒီမှာ ဝေဒနာလို့ခေါ်တဲ့ ခံစားမှုသည် တစ်နေရာနှင့်တစ်နေရာ၊ တံခါးတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဝေဒနာချင်း မတူပါ။ ခံစားမှုဝေဒနာချင်း မတူဘူး။ အဲဒီအချက်ကို သေသေချာချာ စဉ်းစား။ ခံစားမှုဆိုသော ဝေဒနာလေးက အဲဒီ ခံစားတာကိုပဲ သူက လုပ်ပါတယ်။ သို့သော် အဲဒီ ခံစားမှုလေး၏ ပူခြင်း၊ အေးခြင်းကို သိတဲ့သဘော၊ မာခြင်း၊ ပျော့ခြင်းကို သိတဲ့သဘော၊ မွှေးခြင်း၊ နံ့ခြင်းကို သိတဲ့သဘော၊ ချိုခြင်း၊ ချဉ်ခြင်းကို သိတဲ့သဘော၊ အဲဒီဟာလေးတွေထဲမှာ သိတယ်ဆိုတဲ့ အလုပ်ကလေးကို လုပ်တာက ဝိညာဏဓာတုခေါ်တဲ့ သိသောနာမ်ဓာတ်ကလေးက အလုပ်လုပ်တာ။ ဒီနှစ်ခု ကွဲရမယ်။

ခံစားမှုက ဝေဒနာခေါ်တဲ့ဓာတ်က အလုပ်လုပ်တာ။ သိမှုကို ဝိညာဏခေါ်တဲ့ဓာတ်က အလုပ်လုပ်တာ။ အဲဒီမှာ သိရုံနဲ့မပြီးဘူး။ ခံစားမှုကိုပါ ပိုင်းခြားနိုင်မှ။ အဲဒီအချက်နှစ်ခုကို သေသေချာချာ နားလည်အောင် ရှင်းပြရမယ်။ အဲဒီတော့ အခု အထင်ရှားဆုံး အနံ့နဲ့အရသာ။ အဲဒီ အနံ့နဲ့ အရသာနှစ်ခုဟာ ဒီအစာနဲ့ပတ်သက်လို့ အနံ့ကရော၊ အရသာက ရောသူတို့က သင့်လျော်ပါတယ်လို့ ပြောတယ်။ သင့်လျော်ပါတယ်လို့ ပြောတာ ခံစားမှုဝေဒနာနဲ့ ပြောတာပါ။ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ သင့်လျော်ပါတယ်ဆိုတာကို ခံစားမှုဝေဒနာနဲ့ ပြောပါတယ်။ အနံ့နဲ့အရသာ၊ အနံ့ကလည်း သင့်လျော်

တယ်ပြောတယ်၊ အရသာကလည်း သင့်လျော်တယ်ပြောတယ်။ အဲဒီလို သင့်လျော်တယ်ဆိုတဲ့ အနံ့၊ သင့်လျော်တယ်ဆိုတဲ့ အရသာကို ကောင်းတယ်လို့ ပြောတာပါ။ အဲဒီတော့ ကောင်းတယ်လို့ပြောတာကို ပါဠိလို သုခဝေဒနာ။ သုခဝေဒနာရဲ့ အဓိပ္ပာယ်အရင်းက ကောင်းတယ်လို့ ပြောပေမယ့်လို့ အဓိပ္ပာယ်အရင်းက ခန္ဓာကိုယ်နှင့် သင့်လျော်ပါသည်လို့ ပြောတဲ့အဓိပ္ပာယ်ပါ။ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် သင့်လျော်ပါသည်လို့ ပြောတဲ့ အဓိပ္ပာယ်။ အဲဒါကို ကောင်းတဲ့အရသာ၊ ကောင်းတဲ့အနံ့လို့ ပြန်ဆိုတာ။ နှစ်ခု ကွဲပြားပြီး သဘောပေါက်ရမယ်။

လူက ကောင်းတဲ့အရသာ၊ ကောင်းတဲ့အနံ့လို့ သိတာ။ အဲဒါဟာ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် သင့်လျော်တဲ့ အနံ့၊ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် သင့်လျော်တဲ့ အရသာလို့ အဓိပ္ပာယ်ဖော်နေတာပါ။ ဒီအနံ့နဲ့ ဒီအရသာရှိသော အစာအာဟာရပါလို့ နှာခေါင်းနဲ့ လျှာက ပြောတာပါ။

အဲဒီအချက်ကလေးကို သေသေချာချာ သဘောပေါက်အောင် စဉ်းစားပါ။ သုခဝေဒနာဆိုတာ သင့်လျော်သည်။ ရူပက္ခန္ဓာနှင့် သင့်လျော်သည်။ အဲဒါကို သေသေချာချာ စဉ်းစား။ အဲဒီတော့ ရူပက္ခန္ဓာနှင့် သင့်လျော်သည်ဆိုတာ အတွေ့မှလည်း အပူ-အအေး တော်တယ်လို့ ပြောတယ်။ အချို-အချဉ်လည်းပဲ တော်တယ်လို့ ပြောတယ်။ အနံ့လည်းပဲ တော်တယ်လို့ ပြောတယ်။ သင့်လျော်တယ်လို့ ပြောတယ်။ အဲဒီလို သင့်လျော်တယ်လို့ ပြောတာမှန်သမျှကို သုခဝေဒနာနှင့် ဖော်ပြပါတယ်။ အဲဒီ သုခဝေဒနာကို ကောင်းခံစားမှုလို့ စိတ်က အဓိပ္ပာယ်ဖော်တာပါ။ အဲဒီတော့ တစ်ခါ ပြန်စဉ်းစား။ မသင့်လျော်ဘူးဆိုလျှင် သူက ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့

ပြောရတယ်။

အဲဒီမှာ ထင်ရှားတဲ့အဓိပ္ပာယ်က ဟောဒီ သောက်လိုက်တဲ့ ကော်ဖီလေးက ပူနေသေးလျှင် မသင့်လျော်ဘူး၊ ပူလိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဝေဒနာက ဒုက္ခဝေဒနာ။ နှုတ်ခမ်းမှာ ကော်ဖီပန်းကန်လေးနဲ့ထိလို့ ကော်ဖီရဲ့အပူလေးနဲ့ တွေ့လိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ မသင့်တော်အောင် အရှိန်က၊ အပူချိန်က မြင့်နေပြီ။ မြင့်နေပြီဆိုလျှင် မသင့်တော်ဘူးဆိုတာကို ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့ ပြောပါတယ်။ သေသေချာချာ နားလည်အောင် စဉ်းစား။ မသင့်ဘူးဆိုလျှင် ဘာနဲ့ပြောတုန်း၊ ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့။ သင့်တယ်ဆိုလျှင် ဘာနဲ့ပြောတုန်း၊ သုခဝေဒနာနဲ့။

အဲဒီမှာ စကားလုံးလေးတွေကို လူတို့ သတ်မှတ်နေတာက သုခနဲ့ ဒုက္ခကိုပဲ သတ်မှတ်ပြီးတော့ ပြောတယ်။ သိတာကလည်း သုခ၊ ဒုက္ခကိုပဲ သိတယ်။ ကောင်း-မကောင်းကိုပဲ သိတယ်။ သို့ပေမယ့် ခန္ဓာကိုယ်က ပြောနေတာ သင့်လျော်သည်-မသင့်လျော်သည်ကို ခန္ဓာကိုယ်က စိစစ်ပြီး ပြောတဲ့ အလုပ်။ ခန္ဓာကိုယ်က လုပ်တဲ့အလုပ်နဲ့ မိမိတို့ ဘာသာပြန်တာနဲ့ မတူဘူး။ အဲဒီမှာ ခံစားမှုဝေဒနာလို့ဆိုတဲ့ ခံစားမှုသဘောကို မိမိတို့ နားလည်နေတာက ကောင်းခံစားမှု၊ မကောင်းခံစားမှု၊ အနံ့ကောင်းတယ်၊ အရသာကောင်းတယ်။ ဒီလို သတ်မှတ်ပြီးတော့ ပြောတာ။ ခန္ဓာကိုယ်က ကောင်းတဲ့ဆိုတဲ့ သဘောလေးက ခန္ဓာကိုယ်ထဲ သွင်းလိုက်လျှင် မပျက်စီးနိုင်ဘူး။ အထောက်အပံ့ပေးတဲ့ပစ္စည်း မှန်ကန်တယ်၊ သင့်တော်တယ်လို့ ပြောတာ။ မှန်ကန်တယ်၊ သင့်တော်တယ်လို့ ပြောတာဟာ သုခဝေဒနာနဲ့ ပြောတယ်။ မသင့်တော်ဘူးဆိုလျှင် ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့ပေါ်တယ်။ အဲဒီအချက်

ကလေးတွေဟာ ဉာဏ်နှင့်ပိုင်းခြားနိုင်ဖို့ သဘာဝတရားတွေ ခွဲခြမ်းပြီးတော့ ဒေသနာက ပြောပြတာပါ။ အဲဒီအကြောင်းအရာတွေသည် အရေးကြီးတဲ့ အကြောင်းအရာတွေပါ။

အဲဒီမှာ အလုပ်လုပ်တဲ့ဟာက သိမှုနဲ့ခံစားမှု နှစ်ခုပူးပေါင်းပြီး တော့ စားတဲ့အစာပေါ်မှာ ကောင်းတဲ့အရာလို့ သိတယ်၊ ကောင်းတဲ့အနံ့ လို့ သိတယ်။ အဲဒီ ကောင်းတယ်၊ ကောင်းတယ်ဆိုတာလေးတွေဟာ ဝေဒနာက္ခန္ဓာခေါ်တဲ့ ခံစားမှုက ကောင်း-မကောင်း၊ အရသာ ရှိ-မရှိတွေ ပြောတာ။ အဲဒီ အရသာကိုသိတာက ဘယ်သူကသိတာတုန်း၊ ဝိညာဏ ဓာတ်ခေါ်တဲ့ သိမှုက ဆောင်ရွက်ပေးတာ။ နှစ်ခု၊ ကိစ္စက တစ်မျိုးစီ။ သို့သော်လည်းပဲ လူ့ရဲ့အသိမှာတော့ တစ်ပူးတစ်ပေါင်းထဲ ကောင်းတယ်၊ ကောင်းတယ်ပဲ သိတာ။ အဲဒီမှာ ပိုင်းခြားနိုင်ရမယ်။

ကောင်းတယ်ဆိုတာ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ သင့်လျော်ပါတယ်။ မကောင်း ဘူးဆိုတာ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ မသင့်လျော်ဘူး။ သုခဝေဒနာဆိုတာ သင့်လျော် တယ်။ ဒုက္ခဝေဒနာက မသင့်လျော်ဘူး။ အဲဒီလို ထပ်တလဲလဲ တွေနေတဲ့ အတွေ့တွေ။ အဲဒီ (၃)ပါး ဖောဠဗ္ဗအာရုံ၊ ရသာရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ အဲဒီ (၃)ပါး။ အဲဒီ (၃)ပါးစလုံးကို ဒေသနာက၊ ဘုရားရှင်က ပေါင်းပြီးတော့ တစ်ခု တည်း ပြောလိုက်တယ်။ အတွေ့အာရုံ (၃)ပါး။ ‘မုတ’။ ဘယ်လိုခေါ်တုန်း၊ မုတ။ အဲဒီတော့ အဲဒီဟာလေး နည်းနည်းပြောပြမယ်။ ခုနက ပြောတဲ့ အထဲမှာ မြင်တာကလေးကိုတော့ ဒိဋ္ဌ၊ ကြားတာကလေးကိုတော့ သုတ။ အဲဒီမှာ အခုပြောတဲ့ဟာက မုတ။ ဒိဋ္ဌရယ်၊ သုတရယ်၊ မုတရယ်။ မုတကို ပြန်လိုက်တော့ အတွေ့လို့ ပြောတာ။ အတွေ့ဆိုတဲ့စကားလုံးက ဒီ လျှာဆို

တဲ့ ဇိတ္တပသာဒနဲ့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရသာရုံကလည်းပဲ အတွေ့အာရုံ။ ခန္ဓာ ကိုယ်၏ အရေပြားနဲ့ အစာနဲ့ထိတဲ့ ဖောဋ္ဌဗ္ဗအာရုံကလည်း အတွေ့အာရုံ။ အနံ့ဓာတ်က၊ ဓာတ်ငွေ့လေးတွေက ဒီနှာခေါင်းအကြည်ရုပ်နဲ့ တွေ့တာ။ သုံးမျိုးစလုံးက တကယ်ကို ထိတာ။ ဘာနဲ့ထိတာတုန်း၊ ရုပ်နဲ့ထိတာ။ အငွေ့အဖြစ်နဲ့၊ လေအဖြစ်နဲ့ ထိတယ်။ အရည်အဖြစ်နဲ့ ထိတယ်။ အခဲ အဖြစ်နဲ့ ထိတယ်။ (၃)ပါးစလုံးက အဟုတ်ထိလို့ သူတို့ကို ဘာခေါ်တာ တုန်း၊ မှတ။

အဲဒီသဘာဝတွေဟာ အဟုတ်တကယ် လူနှင့်တကွ သတ္တဝါ အားလုံး ဒီအလုပ်တွေနဲ့ပဲ လုပ်ကိုင်နေကြရတာ။ အဲဒီတော့ အဲဒီထဲမှာ သေသေချာချာ ပြန်စဉ်းစား။ အဲဒီမှာ အခု ခန္ဓာကိုယ်မှာ တွေ့နေတဲ့ အတွေ့အထိ၊ အမာအပျော့၊ အကြမ်းအချော၊ အပူအအေးဆိုတဲ့ အတွေ့ ဓာတ်၊ နှာခေါင်းမှာတွေ့နေတဲ့ မွှေးတယ်၊ နံတယ်ဆိုတဲ့ အနံ့ဓာတ်၊ လျှာမှာ တွေ့နေတဲ့ ချိုတယ်၊ ချဉ်တယ်၊ ပူတယ်၊ စပ်တယ်ဆိုတဲ့ အရသာဓာတ်။ အဲဒီဟာတွေမှာ သေသေချာချာ စဉ်းစား။ ဒီရိုနေတဲ့ နာမ်ဓာတ်ကလေး တစ်ခု တစ်ကြိမ်ဖြစ်လာလျှင် ‘သိ’တဲ့အလုပ်ကိုလည်း လုပ်တယ်။ နာမ် ဓာတ်ကလေးက ‘ခံစား’တဲ့အလုပ်ကိုလည်း လုပ်တယ်။ အလုပ်နှစ်ခု။ နာမ်ဓာတ်ကလေးက တံခါးငါးပေါက်စလုံးမှာ သိမှုကိစ္စကိုလည်း လုပ် တယ်။ ခံစားမှုကိစ္စကိုလည်း လုပ်တယ်။

အခု ပြောနေတဲ့ စကားတွေ၊ ကြားကိစ္စကို ဆောင်ရွက်နေတာ သုတဆိုတဲ့ ကြားတဲ့ကိစ္စ။ ကြားတဲ့ကိစ္စမှာ ဘယ်သူ အလုပ်လုပ်နေတာ တုန်း၊ သိသော ဝိညာဏဓာတ် လုပ်နေတာ။ အဲဒီထဲမှာ ခံစားမှုဆိုသော

ဝေဒနာလည်း ပါတယ်။ ကြားကိစ္စမှာပါတဲ့ အခုပြောသမျှကို ကြားနေတဲ့ အသံထဲက သုခခေါ်တဲ့ ချမ်းသာတဲ့သဘော၊ ဒုက္ခခေါ်တဲ့ ဆင်းရဲတဲ့ သဘော၊ ဆင်းရဲလည်းမဟုတ်၊ ချမ်းသာတဲ့ဟာလည်း မဟုတ်ဘဲနဲ့ ကြား ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်နေတာ။ အဲဒီတော့ ကြားကိစ္စထဲမှာ ပါဝင်နေသော ခံစားမှုသည် သုခလည်းမဟုတ်၊ ဒုက္ခလည်းမဟုတ်တဲ့ အဒုက္ခမသုခဝေဒ နာနဲ့ အလုပ်လုပ်တာ။ အဲဒီဟာလေးကို သေသေချာချာ သဘောပေါက် အောင်လုပ်။

အခု စာလုံးလေးတွေကို ဖတ်လိုက်တော့ မြင်ကိစ္စ၊ မြင်တာလေး ကို သိတာ။ မြင်တာလေးကို သိတဲ့ကိစ္စက ဘယ်သူက သိတာတုန်း၊ ဝိ ညာဏ်က သိတာ။ အဲဒီထဲမှာရော၊ မြင်နေတဲ့ထဲမှာရော ခံစားမှုပါပါတယ်။ သို့သော် အဲဒီ မြင်တဲ့အထဲမှာပါတဲ့ ခံစားမှုက သုခလည်းမဟုတ်ပါ။ ဒုက္ခ လည်း မဟုတ်ပါ။ အဒုက္ခမသုခ။ အဲဒီသဘာဝလေးတွေ သေသေချာ ချာ ကွဲပြားအောင် ပြောမယ်။ အခု အဲဒီမြင်ခြင်း၊ ကြားခြင်းနှစ်ခုအပြင် အခု မူတခေါ်တဲ့ အတွေ့ကိုသိသောစိတ်၊ အရသာကို သိသောစိတ်၊ အနံ့ကို သိသောစိတ်၊ (၃)မျိုးစလုံးကို မူတ။ အဲဒီမူတခေါ်တဲ့ (၃)ပါးမှာ အတွေ့ဆိုသော အတွေ့ထဲမှာလည်းပဲ ပူတယ်၊ အေးတယ်ဆိုတာကိုလည်း သိတယ်။ ကြမ်းတယ်၊ ချောတယ်ဆိုတာကိုလည်း သိတယ်။ မာတယ်၊ ပျော့တယ်ဆိုတာကိုလည်း သိတယ်။ အဲဒီနေရာမှာ အတွေ့ဆိုတဲ့အထဲမှာ အဲဒီအတွေ့က ခုနကပြောတဲ့ သင့်တော်သည်၊ မသင့်တော်သည်ကို ပြော တယ်။ သင့်တော်တာကို သုခနဲ့ပြောတယ်။ မသင့်တော်တာကို ဒုက္ခနဲ့ ပြောတယ်။ အဲဒီတော့ အတွေ့အာရုံမှာ ဘာက ထင်ရှားတုန်း၊ သုခလည်း

ထင်ရှားတယ်။ ဒုက္ခလည်း ထင်ရှားတယ်။ သုခမှန်း၊ ဒုက္ခမှန်းသိအောင်
ဝိညာဏခေါ်တဲ့ သိစိတ်က ပြောတာပါ။ အဲဒါလေးတွေ သေသေချာချာ
ကွဲကွဲပြားပြား သိဖို့။ အဲဒီတော့ အတွေ့မှာ ဘယ်သူတွေက ပိုပြီးတော့
ထင်ရှားလာတုန်း၊ ခံစားမှုဆိုသောဝေဒနာက အတွေ့ကိစ္စမှာ ပို၍ထင်ရှား
တယ်။ သုခလည်း ပေါ်တယ်။ ဒုက္ခလည်း ပေါ်တယ်။

အဲဒီလိုပဲ အနံ့ကိုကြည့်။ အနံ့မှာလည်းပဲ သုခလည်းပါတယ်။
ဒုက္ခလည်းပါတယ်။ သင့်တော်တာလည်းပါတယ်၊ မသင့်တော်တာလည်း
ပါတယ်။ နှစ်ခုစလုံးကို ဝေဒနာ။ အနံ့မှာလည်း သုခဝေဒနာ ထင်ရှား
တယ်။ သို့မဟုတ် ဒုက္ခဝေဒနာ ထင်ရှားတယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒီကိစ္စမှာ
ဝိညာဏက သိအောင်လုပ်တဲ့ကိစ္စအပြင် ဝေဒနာတို့က သုခနဲ့ ပြောတဲ့အ
ခါ ပြောတယ်။ ဒုက္ခနဲ့ပြောတဲ့အခါ ပြောတယ်။ အဲဒီတော့ ခံစားမှုဝေဒနာ
ရဲ့ အလုပ်ဟာ ကာယမှာဖြစ်တဲ့ ကာယဝိညာဏ်စိတ်မှာ သုခ၊ ဒုက္ခ နှစ်ပါးစုံ
ထင်ရှားတယ်။ အဲဒီအနံ့ခေါ်တဲ့ ဂန္ဓာရုံမှာ ဝိညာဏကလည်း အလုပ်လုပ်
တယ်။ ပြီးတော့ သုခဝေဒနာလည်း အလုပ်လုပ်တယ်။ ဒုက္ခဝေဒနာလည်း
အလုပ်လုပ်တယ်။ ထို့အတူပဲ ရသာရုံမှာလည်း ဝေဒနာသည် သုခလည်း
ထင်ရှားတယ်၊ ဒုက္ခလည်း ထင်ရှားတယ်။

အဲဒီတော့ သိရမယ့်အချက်က မြင်စိတ်နဲ့ ကြားစိတ်နှစ်ခုမှာ ရိုးရိုး
အားဖြင့် အဒုက္ခမသုခဝေဒနာနဲ့ မြင်ကိစ္စ၊ ကြားကိစ္စကို အလုပ်လုပ်တာ။
အဲဒီမှာ အတွေ့ကိစ္စ၊ အနံ့ကိစ္စ၊ အရသာကိစ္စတွေမှာကျတော့ ခံစားမှုဖြစ်
တဲ့ သုခ ထင်ရှားတယ်။ ခံစားမှုဖြစ်တဲ့ ဒုက္ခလည်း ထင်ရှားတယ်။ အဲဒီမှာ
နာမ်ဓာတ်ဆိုတဲ့ နာမ်ဓာတ်ထဲမှာ ပါနေတဲ့ သဘာဝနှစ်မျိုး။ သိမှုသဘော

က ဓာတ်တစ်မျိုး၊ ခံစားမှုဆိုတဲ့ ဝေဒနာက ဓာတ်တစ်မျိုး။ ဒီဝေဒနာနဲ့ ဒီဝိညာဏ်တို့ နှစ်ခုဟာ မြင်ကိစ္စမှာ မြင်သိလေးပဲ လုပ်တယ်။ ကြားကိစ္စမှာ ကြားသိလေးပဲ လုပ်တယ်။ ခံစားမှုကို အထူးပြု၍ မပြောတော့ အဒုက္ခ မသုခနဲ့ မြင်ကိစ္စ၊ ကြားကိစ္စကို အလုပ်လုပ်သွားတယ်။ အခု အတွေ့ကိစ္စ၊ အနံ့ကိစ္စ၊ အရသာကိစ္စတွေကျတော့ ကောင်း-မကောင်း သုခလည်း ပါတယ်၊ ဒုက္ခလည်း ပါတယ်။

ခံစားမှုဝေဒနာတွေဟာ ဒီ (၃)ပါးသော အတွေ့၊ အနံ့၊ အရသာတို့ ကို ပြောနေတယ်။ အဲဒီ ပြောနေတဲ့ သဘောလေးဟာ ဝေဒနာ၏အလုပ်။ အဲဒီမှာ ဒီဝေဒနာ၏ အလုပ်၊ သုခဝေဒနာနဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ။ အဲဒီအတွေ့၊ အဲဒီအနံ့၊ အဲဒီအရသာတွေဟာ ဒီရူပက္ခန္ဓာနဲ့ သင့်တော်ပါသည်လို့ ပြောတာသည် သုခဝေဒနာက သင့်တော်တယ်၊ ရူပက္ခန္ဓာနှင့် သင့်တော်တယ် လို့ သူက ပြောတာ။ ဒုက္ခဝေဒနာက မသင့်တော်ဘူးလို့ ပြောတာ။ အဲဒီ အဓိပ္ပာယ်ကိုသိမှ ဒီဝေဒနာတွေက သင့်တော်တယ်ဆိုလျှင် ခန္ဓာကိုယ် ထဲကို သွင်း၊ မသင့်တော်ဘူးဆိုလျှင် မသွင်းနဲ့။ အဲဒါသည် ရွေးချယ်စီစစ်ခြင်း၊ Selection။ ဘာနဲ့ စီစစ်နေတာတုန်း၊ ဝေဒနာ။ ဝေဒနာဆိုတာ ဘာပြောနေတာတုန်း၊ ရူပက္ခန္ဓာအတွက် သင့်တော်သည်၊ မသင့်တော်သည်ဆိုတဲ့ ကိစ္စနှစ်ပါးကို သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့ ပြောနေတာပါ။ အဲဒီတော့ အဲဒီဝေဒနာက္ခန္ဓာဆိုတဲ့ခံစားမှုဟာ စိတ်ဖြစ်တိုင်း ဝေဒနာက္ခန္ဓာ ပါတယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒီမှာ ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၏အလုပ်ဟာ အရသာမှာ ဝေဒနာက္ခန္ဓာ ထင်ရှားတယ်။ အနံ့မှာ ဝေဒနာက္ခန္ဓာ ထင်ရှားတယ်။ အတွေ့မှာ ဝေဒနာက္ခန္ဓာ ထင်ရှားတယ်။ သင့်တော်တယ်၊ မသင့်တော်ဘူး

ကို ဝေဒနာက္ခန္ဓာနဲ့ ပြောတာ။

အဲဒီတော့ စိတ်ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း သုခဝေဒနာလည်း ဖြစ်တယ်။ ဒုက္ခဝေဒနာလည်း ဖြစ်တယ်။ ပြီးတော့ အဒုက္ခမသုခဝေဒနာလည်း ဖြစ်တယ်။ အဒုက္ခမသုခဝေဒနာက ဘယ်မှာထင်ရှားတာတုန်း၊ မြင်ကိစ္စ၊ ကြားကိစ္စ၊ ရိုးရိုးမြင်၊ ရိုးရိုးကြားနေတဲ့ထဲမှာ သုခလို့လည်း မပြော၊ ဒုက္ခလို့လည်း မပြော၊ အဒုက္ခမသုခနဲ့ ပြောပါတယ်။

အဲဒီတော့ သိရမယ့်အချက်က ဒီနာမ်ခန္ဓာများ အလုပ်လုပ်နေတဲ့အထဲမှာ သိသောသဘောဖြစ်သည့် ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၊ ဝိညာဏဓာတ်ကလည်း အမြဲတမ်းပါတယ်။ ခံစားမှုခေါ်တဲ့ ဝေဒနာလည်းပဲ အမြဲတမ်းပါတယ်။ အဲဒါကို သိရမယ်။ နာမ်ဓာတ်ဖြစ်လျှင် သိမှု ဝိညာဏဓာတ်လည်းပါတယ်။ ခံစားမှု ဝေဒနာဓာတ်လည်းပါတယ်။ သူတို့အကုန်လုံး အာရုံတိုင်း အာရုံတိုင်းမှာ စိစစ်ပြီးတော့ ပြောနေတယ်။ အဲဒီတော့ ဝေဒနာဆိုတဲ့ ခံစားမှုသဘောဟာလည်းပဲ အမြဲတမ်း သူကပါဝင်တယ်။ သူက သိတာ သုခဖြစ်မှ သိတယ်။ ဒုက္ခဖြစ်မှ သိတယ်။ အဒုက္ခမသုခကို မသိဘူး။ သို့သော် အဒုက္ခမသုခဆိုတဲ့ ကြားခံစားမှုဟာလည်းပဲ သူ့ကိစ္စနဲ့သူ ပါဝင်ပြီးတော့ ဆောင်ရွက်နေပါတယ်။ အဲဒီတော့ အဲဒီအကြောင်းအရာများကို အခုသိဖို့ဟာ စိတ်ကလေးတစ်ခုဖြစ်လျှင် သဘာဝနာမ်ဓာတ် (၂)ခု။ သိမှု နာမ်ဓာတ်တစ်မျိုး၊ ခံစားမှု နာမ်ဓာတ်တစ်မျိုး၊ နှစ်မျိုးစလုံး ပူးတွဲ၍ ကိစ္စအသီးသီးကို ဆောင်ရွက်နေပါတယ်။ အဲဒါကို သိဖို့ပါ။ ဝိညာဏက္ခန္ဓာနှင့် ဝေဒနာက္ခန္ဓာတို့ အစဉ်အမြဲပူးတွဲ၍ နာမ်ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်နေကြပါတယ်။ အဲဒီ သဘာဝတွေဟာ မိမိတို့ဉာဏ်မှာ ထင်ရှားပေါ်လာအောင်

သတိနှင့်ကြည့်ရှုမှတ်သား စဉ်းစားရမယ့်အချက်များ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒါကို သိမှ၊ ဝေဒနာဆိုသော ခံစားမှု၏ သဘာဝအဓိပ္ပာယ်ကို ထိထိမိမိသိမှ ဝေဒနာဟာ ဘယ်ပုံဘယ်နည်း ခန္ဓာကိုယ်ကို အထောက်အကူ ပြုနေ တယ်ဆိုတာကို သဘောပေါက်ပါမယ်။ ခန္ဓာကိုယ်၏လိုအပ်ချက်၊ သင့် တော်သည်၊ မသင့်တော်သည်ဆိုတာကို သိဖို့ လိုအပ်ချက်။ သင့်တော် သည်ဆိုလျှင် သုခဝေဒနာနဲ့ ပြောတယ်။ မသင့်တော်ဘူးဆိုလျှင် ဒုက္ခဝေဒ နာနဲ့။ အဲဒီတော့ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာလို့ ပြောနေတာဟာ အခံခက် တယ်လို့ ပြောတာပဲသိတယ်။ အဓိပ္ပာယ်က သူက ရူပက္ခန္ဓာနှင့် မသင့်တော် သောဓာတ်တွေ ခန္ဓာထဲကို ဝင်လိမ့်မယ်လို့ ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့ ပြောတာ။ ပြောလာတဲ့ဟာက မသင့်တော်လျှင် ကာကွယ်ဖို့ပါ။ အဲဒီတော့ ဒုက္ခဝေ ဒနာဟာ ကာကွယ်ရေးကိစ္စ ဆောင်ရွက်ဖို့အတွက် ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့ ခန္ဓာက ပြောနေပါတယ်။

မိမိ၏ဘဝခရီးကို ဒီလောက်ထိအောင် အသက်ရှည်ရှည် လျှောက်နိုင်တယ်ဆိုတာဟာ သိမှုဖြစ်သော ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၏ အလုပ်၊ ခံစားမှုဖြစ်သော ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၏ အလုပ်၊ သူတို့ စဉ်ဆက်မပြတ် အလုပ် လုပ်ပြီးတော့ ဘဝကိစ္စကို ဆောင်ရွက်ပေးနေလို့ ဒီကနေ့အထိ ခန္ဓာတွေ ဟာ ရှင်သန်၍ ဘဝခရီးကို လျှောက်နေနိုင်တာ။ ဘဝခရီးကို လျှောက်နိုင် တာ သိအား၊ ခံစားအား၊ အား(၂)ခုနဲ့ ဘဝခရီးကို လျှောက်နိုင်အောင် ထောက်ပံ့ပေးပါတယ်။ အဲဒီ သဘာဝတွေကို နှလုံးသွင်းနိုင်၊ ဆင်ခြင်နိုင်မှ ဒီ ဝေဒနာ၏ သဘောသဘာဝကို အမှန် နှလုံးသွင်းတတ်မယ်။ အဲဒီလို အမှန်ကို နှလုံးသွင်းတတ်မှ ဘဝ၏အဓိပ္ပာယ်ကို သဘာဝကျကျ စိစစ်

တတ်မယ်။ ဝိညာဏက္ခန္ဓာခေါ်သော သိအဖွဲ့က တစ်ဖွဲ့၊ ဝေဒနာက္ခန္ဓာ
ခေါ်တဲ့ ခံစားမှုအဖွဲ့က တစ်ဖွဲ့။ အဲဒီ ခန္ဓာ(၂)ပါးဟာ သူနည်းနဲ့သူ ဘဝကိစ္စ
ကို ဆောင်ရွက်နေကြတာ။ အဲဒီအဓိပ္ပာယ်ကို သေသေချာချာ သဘော
ပေါက် နားလည်ဖို့အတွက် အခု သဘာဝပညာကို လေ့လာတာပါ။ အဲဒီ
တော့ ဒီသဘာဝပညာတွေဟာ ဒီလိုလေ့လာမှ မိမိကိုယ်မှာရှိနေတဲ့ သဘာ
ဝ၊ ရုပ်သဘာဝ၊ နာမ်သဘာဝတွေကို သေသေချာချာ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား
သိမှာ၊ နားလည်မှာ။ သေသေချာချာ ရုပ်သဘာဝ၊ နာမ်သဘာဝကို ပိုင်း
ပိုင်းခြားခြားသိမှ ဘဝအဓိပ္ပာယ်ကို သိမှာ။ ဘဝအဓိပ္ပာယ်ကိုသိမှ ဘဝကိစ္စ
အဝဝကို သေသေချာချာ ဆင်ခြင်နိုင်၊ သုံးသပ်နိုင်မှာ။ အခု သေသေချာ
ချာ နှလုံးသွင်းရ၊ ဆင်ခြင်ရမယ့်အချက်တွေကို အခြေခံကျကျ စဉ်းစား
နိုင်အောင် ဗဟုသုတအဖြစ်နဲ့တော့ ရပါပြီ။ သို့သော် အဲဒီ ဗဟုသုတ
တွေက ဘယ်လောက်အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ သဘာဝတွေ အဟုတ်ရှိ၊ အဟုတ်ဖြစ်
နေတာလား၊ စာစကားအဖြစ်နဲ့ ပြောနေတာလား၊ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိဖို့
လိုတယ်။ ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိဖို့ကျတော့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ် ပါမှပါ။ ကိုယ်ပိုင်
ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားရမယ်၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားပြီးတော့ ဘဝအဓိပ္ပာယ်
တွေ ပေါက်ရောက်သိမြင်လာမှ ဘဝရဲ့အဓိပ္ပာယ်အမှန်ကို သိတာပါ။

ရိုးရိုးလေးတော့ သိပါတယ်။ ဘဝမှာ ခံစားမှုတွေလည်း ပါတယ်။
သိမှုတွေလည်း ပါတယ်။ ခံစားမှု၊ သိမှုတွေနဲ့ ဘဝခရီးကို လျှောက်နေတာ
လည်း သိပါတယ်။ သို့သော် အဲဒီ ခံစားမှုသဘော၊ သိမှုသဘောတွေက
ဘဝကိစ္စကို ဘယ်ပုံဘယ်နည်း ကူညီနေတယ်၊ ထောက်ပံ့နေတယ်ဆိုတာ
ကို သိမှာပါ။ အခုရထားတဲ့ ဗဟုသုတတွေကို အသုံးပြုပြီးတော့ ထပ်တ

လဲလဲ မိမိမှာဖြစ်နေတဲ့ မြင်ခြင်းအကြောင်း၊ ကြားခြင်းအကြောင်း၊ အတွေ့အကြောင်း၊ အနံ့အကြောင်း၊ အရသာအကြောင်းများကို ဆင်ခြင်ဖို့၊ စဉ်းစားဖို့ ပညာတွေ စုဆောင်းပါတယ်။ ဒီပညာများဟာ ဘုရားရှင် သင်ကြားပေးခဲ့လို့သာ ဆက်လက်ပြီး သင်ယူနိုင်တာ။ ဒီပညာတွေတတ်မှ ဘဝ၏ အဓိပ္ပာယ်အမှန်ကို မိမိကိုယ်တိုင် ပိုင်းပိုင်းခြားခြား သိမှာပါ။ ဒီလိုသိမှ ပညာဉာဏ်တွေ ထက်မယ်။ လူရဲ့ခန္ဓာဟာ ဒီပညာတွေမရှိလို့ ပညာဉာဏ်တွေ မထက်မြက်ဘူး။ အာရုံအကြောင်းကို မသိဘူး။ ဝေဒနာအကြောင်းကို မသိဘူး။ ဝိညာဏ်အကြောင်းကို မသိဘူး။ မသိဘူးဆိုတာ ပညာဉာဏ် မထက်မြက်တာ၊ ပညာဉာဏ် တုံးနေတာပါ။ သွေးမှ မသွေး ဖူးပဲနဲ့ စားတွေက ခုတ်သာခုတ်နေတယ်၊ အလုပ်သာ လုပ်နေတယ်၊ သွေးတယ်ဆိုတဲ့ ဉာဏ်ပညာ ထက်မြက်ဖို့အတွက် ဒီလိုပညာမျိုးကို မသင်ဖူး၊ မကြားဖူးတော့ ပညာဉာဏ်တွေကလည်း မထက်မြက်ဘူး။ အာရုံတွေ ခေါ်ရာနောက်ကိုလိုက်၍ အာရုံတွေခေါ်ရာနောက်သာ လိုက်နေရတော့ ဉာဏ်ပညာတွေက တုံးသထက်တုံးပါတယ်။ ကြိုက်တာတွေ လုပ်နေရလို့၊ မကြိုက်တာတွေကို မကြိုက်သလို တုံ့ပြန်နေရလို့ အလုပ်တွေက ရှုပ်နေတော့ ပညာဉာဏ်ကို ထက်သန်လာအောင် မလုပ်နိုင်ဘူး။ အဲဒီလို လူတွေကို ပုထုဇဉ် ခေါ်ပါတယ်။ ကြိုက်တာ၊ မကြိုက်တာတွေနဲ့ လုံးထွေးပြီး ဘဝခရီးကို လျှောက်နေရတော့ အခုလို သဘာဝကျကျ ပညာတွေကို ဆည်းပူးနိုင်တဲ့အဆင့်ကို မရောက်၊ စဉ်းစားနိုင်တဲ့အဆင့်ကို မရောက်တော့ ပညာအားတွေက လျော့သထက်လျော့တယ်၊ နည်းသထက် နည်းတယ်။ အဲဒါတွေကို ဘာခေါ်တုန်း၊ ဉာဏ်တုံးတယ်။

အဲဒီ ဉာဏ်တုံးနေတာတွေကို ထက်မြက်အောင် အခုလို ဗဟုသုတတွေ စုဆောင်းတယ်။ ပြီးတော့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားတယ်။ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားတယ်ဆိုတာ ဉာဏ်တွေ ထက်လာအောင် ဝိပဿနာဉာဏ်လို့ခေါ်တဲ့ သဘာဝဉာဏ်တွေ တိုးတက်လာအောင် လုပ်ရပါတယ်။ ဒါဟာ ဘုရားရှင်က သင်ပေးခဲ့တဲ့ ပညာတွေပါ။

အဲဒီတော့ ဝိပဿနာပညာဉာဏ်အားတွေ တိုးပွားပြီးတော့ ဘဝအဆင့် မြင့်သည့်ထက်မြင့်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြပါစေ။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။