

“ဝိပါက ဝေဒနာ”

ဒီကနေ့ ၂၀၀၇ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ (၇) ရက်၊ စနေနေ့ . . . ရန်ကုန်မြို့၊ အာဇာနည်လမ်း၊ သာမဏေဝိမာန်တော်မှာ . . . (၂၅) ကြိမ်မြောက် ဗုဒ္ဓဒေသနာသင်တန်းရဲ့ (၇) ရက်မြောက်နေ့ ဖြစ်ပါတယ်။

အခုလေ့လာနေတဲ့အကြောင်းအရာဟာ “ဝဋ်သုံးပါး” လည်တဲ့အကြောင်းအရာဖြစ်ပါတယ်။ ပထမဦးဆုံးဖြစ်တဲ့ “ဝိပါကဝဋ်” အကြောင်းကို လေ့လာခဲ့ပါတယ်။ ဒီအကြောင်းအရာတွေဟာ . . . ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရုပ်၊ နာမ် နှစ်ပါးမှာ . . . ဖြစ်နေတဲ့ သဘာဝတရားတွေပါပဲ။

ဒီသဘာဝတရားတွေကို သဘောပေါက်နားလည်ဖို့အတွက် . . . အခု သင်ယူနေကြရပါတယ်။ “ဝိပါကစက်” လည်ပုံအကြောင်းကို မနေ့ကထိုက်သင့်သည့်အားလျော်စွာ . . . လေ့လာခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီမှာ . . .

“ဝဋ်” ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားရဲ့ မြန်မာအဓိပ္ပါယ်က . . . “လည်ခြင်း” ဟု အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။ “ဝဋ်” ကို မြန်မာအသံထွက်ဖြင့် “ဝဋ်” လို့ပြောပါတယ်။ အဲဒီမှာ . . . “ဝဋ်” နဲ့ “လည်ခြင်း” သဘောကိုတွဲပြီး “ဝဋ်လည်တယ်” လို့ပြောပါတယ်။

“ဝဋ်လည်” တယ်ဆိုရင် ဗမာတို့၏အယူအဆသည် . . . မူလစကားနဲ့မတူတော့ပဲ . . . ကွဲပြားသွားပါတယ်။

“ဝဋ်” . . . ဆိုတာဟာ . . . သဘာဝအတိုင်းလည်နေတာပါ။ အဲဒါကိုပဲ “ဝဋ်လည်” တယ်လို့ပြောတော့ . . . “မကောင်းမှုအကုသိုလ်၏အကျိုးပြန်၍ပေးတာ” ကို . . . “ဝဋ်လည်” တယ်လို့မှတ်ယူ နေပါတယ်။

အဲဒီမှာ . . . နားလည်ရမယ့်အချက်က . . . “ရုပ်-နာမ်” သဘာဝတို့သည် “ဝဋ်” ဆိုတဲ့ . . . “လည်ပြီးတော့အလုပ်တွေလုပ်နေတယ်” . . . ဆိုတဲ့သဘောကို သေသေချာချာ ပိုင်းပိုင်း ခြားခြား သိထားရပါမယ်။

ပါဠိစကားမှာ . . . “လည်တယ်” ဆိုတဲ့စကားကို သုံးပါတယ်။

“နေ” က လည်နေတယ်။ “လ” တွေလည်း . . . လည်နေတယ်။ “ကမ္ဘာ” ကလည်း လည်နေတယ် . . . ဒီလိုဖြစ်ပုံစံရှိတဲ့ ပစ္စည်းတွေ “လည်” နေရပါ တယ်။

“စက္က” . . . ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားကို . . . “စက်” . . . ဆိုပြီး မြန်မာလိုခေါ်လိုက်ပါတယ်။

အဲဒီမှာ . . . စက်လည်တယ်ဆိုတာကို . . . ပါဠိလို . . . “ဝါဠ” လို့ခေါ်ပါတယ်။

နေ-လ-ကမ္ဘာ တို့လည်နေတာကို . . . “စက္ကဝါဠ” လို့ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒါကို မြန်မာက “စကြဝဠာ” လို့ . . . ခေါ်လိုက်ပါ တယ်။

အဲဒီလို . . . ပါဠိစကားက မြန်မာအသံထွက်သို့ ပြောင်းသွားတော့ . . . အဲဒီဖြစ်နဲ့ တကွ လည်နေတဲ့သဘာဝတွေကို . . . “ဝါဠ” လို့ခေါ်ပါတယ်။

ခြပ်ထင်ရှားမရှိသော်လည်းပဲ . . . “သဘာဝဓါတ်” တွေလည်နေတာဖြစ်ပါတယ်။

အခု . . . လူတွေသုံးနေသော လျှပ်စစ်ပစ္စည်းတို့သည် . . . တပ်ဆင်ထားတဲ့ ဝိုင်ယာကြိုးထဲမှာ လည်ပတ်စီးဆင်းနေပါတယ်။ အဲဒီလိုလည်နေတာကို မျက်စိနဲ့တော့ မမြင်ရပါဘူး။ သို့သော် စွမ်းအားတွေအဟုတ်တကယ်လည်နေပါတယ်။

လျှပ်စစ်စွမ်းအားတွေဟာ လျှပ်စစ်ဓါတ်ကြိုးထဲမှာလည်နေပါတယ်။ အဲဒီလို သဘာဝ တရားတွေလည်နေတဲ့သဘောကိုတော့ ပါဠိလို . . . “ဝဋ်” လို့ခေါ်ပြီး . . . မြန်မာကတော့ “ဝဋ်” . . . လို့ပြောပါတယ်။

လမ်းလျှောက်တဲ့အခါ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ခြေဖဝါးနဲ့ကြမ်းပြင်ထိပြီဆိုရင် . . . ကာယပသာဒက . . . အဒုက္ခမသုခဝေဒနာနဲ့ သူပြန်ပြီး သတင်းပို့ပါတယ်။ အဲဒီအခါကျမှ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့အလေးချိန်လေးကို အဲဒီခြေဖဝါးပေါ်မှာ ချပေးလိုက်ပါတယ်။ ပြီးတော့မှ . . . လွတ်လာတဲ့ဘက်က . . . ကြွတယ် . . . လှမ်းတယ် . . . ချပါတယ်။

ဒီသဘောတွေကို နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ရပါမယ်။ ဒီလိုစနစ်တကျအလုပ်လုပ်နိုင်အောင် ဒီပညာများကို သင်ယူကြပါတယ်။

ဒီဝိပါကဝဋ်ထဲမှာ အခုပါဝင်နေတဲ့ “စိတ်အလုပ်” ရှိပါတယ်။ ဒီ “စိတ်အလုပ်” ထဲမှာ “ဝိညာဉ်” ၏ “သိအလုပ်” . . . နဲ့ “ဝေဒနာ” ၏ “ခံစားအလုပ်” . . . တို့ ပါဝင်နေပါတယ်။

သိအလုပ်နဲ့ ခံစားအလုပ်ကို လုပ်တဲ့နေရာမှာ . . . ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက ဘယ်သူ့ကို အားကိုးပြီး အလုပ်လုပ်နေတာလဲ . . .

“ဝေဒနာ” နဲ့ အလုပ်လုပ်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ “ဝေဒနက္ခန္ဓာ” ၏ သဘာဝတရားများ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတော့ . . . ဝိပါကဝဋ်ထဲမှာပါတဲ့ ဝေဒနာပါ။ ဒီဝေဒနာဟာ အကျိုးအဖြစ် ပေါ်ထွက်လာတဲ့ . . . ဝေဒနာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပါကဝေဒနာခေါ်ပါတယ်။

အကျိုးအဖြစ်ပေါ်ထွက်လာသောခံစားမှုများကို . . . ဝိပါကဝေဒနာလို့ခေါ်ပါတယ်။ ဒါဟာ အရေးကြီးပါတယ် . . .

ကျွန်တော်တို့ဟာ ဒီပညာတွေကို စုဆောင်းပြီးတော့ ဘုရားရှင်၏ အဆုံးအမအတိုင်း သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ . . . လွတ်ကင်းထွက်မြောက်အောင် အားထုတ်နိုင်ကြပါစေ . . .

သာဓု . . . သာဓု . . . သာဓု

ဒါကြောင့်မို့လို့ ဒါတွေကို ယခုကတည်းက ကြိုတင်ပြီးတော့ သင်ယူနေရပါတယ်။
ဝိပါကဝဋ်သင်ပြီး . . . ဆက်၍ . . . ကိလေသဝဋ် . . . ကမ္မဝဋ် . . . အကြောင်းလည်း သင်ပါ
အုံးမယ် . . . ။ အခုကိလေသဝဋ်၊ ကမ္မဝဋ် အကြောင်းမတတ်ခင် . . . ဝိပါကဝဋ်လည်ပုံ
အကြောင်းကို နားလည်အောင် စဉ်းစားကြပါ။

ဒီပညာများဟာ . . . မိမိတို့ ဘဝခရီးလျှောက်ရာမှာ . . . ရုပ်နာမ်တို့အဟုတ် အလုပ်
လုပ်နေတာကို တိတိကျကျ ပိုင်းပိုင်းခြားခြားသိဖို့ ဒီပညာများကို သင်ယူရပါတယ်။

ဒီပညာများကို သင်ယူရခြင်းအကြောင်းက ဘာလဲဆိုတော့ . . . အရာရာမှာ . . .
လမ်းလျှောက်ရင်လည်း . . . ငါလျှောက်တယ်၊ ကိုင်ရင်လည်း . . . ငါကိုင်တယ်လို့ . . .
စွဲမှတ်နေတဲ့ . . . “အတ္တဒိဋ္ဌိဥပါဒါနိ” . . . က အလွန်ကြီးမားနေကြပါတယ်။ အဲဒီအစွဲလျှော့နိုင်
ဖို့အတွက် အခု . . . သဘာဝတရားတွေကို လေ့လာနေတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီပညာများတတ်လာ
ရင် . . . ဒီပညာတွေအားကောင်းသလောက် အစွဲဥပါဒါနိတွေလည်း လျော့လာမှာဖြစ်ပါတယ်။

အရေးအကြီးဆုံးအချက်က အစွဲဥပါဒါနိများလျော့ဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ဟာ . . . ဒီပညာများကို အခွင့်အရေးရလို့ သင်ယူပြီးပြီဆိုရင် . . .
ဒီအကြောင်းအရာတွေကို အမြဲတန်းနှလုံးသွင်းရမယ်၊ ဆင်ခြင်ရပါမယ်။

ဒီလို နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ရမယ့်တရားများ . . . မိမိရပြီဆိုရင် . . . အချိန်အားရှိတိုင်း
ဆင်ခြင်ရမယ် . . . စဉ်းစားရမယ် . . . ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လမ်းလျှောက်တယ်ဆိုရင် . . .
ယခုပြောတဲ့ကိစ္စတွေပါသလား . . . မပါဘူးလားလို့ . . . ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်ပြီး လျှောက်တတ်
ရပါမယ်။

အခု . . . သင်ကြားပေးနေတာဟာ “ဝိပါကဝဋ်” ဆိုတဲ့ သဘာဝတရားထဲမှာ . . .
ရုပ်စွမ်းအားတွေလည်း လည်ပတ်နေပါတယ်။ နာမ်စွမ်းအားတွေလည်း လည်ပတ်နေပါတယ်။
လည်ပတ်ခြင်းအားဖြင့် အလုပ်တွေလုပ်ရပါတယ်။

ရုပ်စွမ်းအားတွေကလည်း လည်ပတ်နေပါတယ်။ လည်ပတ်ခြင်းအားဖြင့် အလုပ်တွေ
လုပ်တယ်။ နာမ်စွမ်းအားတွေလည်း လည်ပတ်နေတယ်။ လည်ပတ်ခြင်းအားဖြင့် အလုပ်တွေ
လုပ်ပါ တယ်။

အလုပ်တွေလုပ်တာကိုတော့ - “ကမ္မ” လို့ခေါ်ပါတယ်။ “ကမ္မ” ဆိုသောအလုပ်တွေ
လုပ်တိုင်း “ကမ္မသတ္တိ” ခေါ်သော “ကံစွမ်းအား” များထွက်ပေါ်ပါတယ်။ အဲဒီစွမ်းအားတွေဟာ
တကယ်အလုပ်လုပ် ပါတယ်။

“ကံစွမ်းအား” တွေကလည်း အလုပ်လုပ်တယ်။

“ရုပ်စွမ်းအား” တွေကလည်း အလုပ်လုပ်တယ်။

“နာမ်စွမ်းအား” တွေလည်း အလုပ်လုပ်ပါတယ်။

ဒီလိုအလုပ်လုပ်နေသော သဘာဝစွမ်းအားများအကြောင်းကို သေသေချာချာ နားလည်
အောင်၊ သဘောပေါက်အောင် . . . အခုလို သင်ယူရပါတယ်။

မနေ့က “ဝိပါကဝဋ်” ကို သင်ကြားခဲ့ပါတယ်။ “ဝိပါကဝဋ်” လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။
“ဝိပါကဝဋ်” ဆိုတာဟာ . . . “အကျိုးသဘာဝအဖြစ်နှင့်လည်ပတ်ခြင်း” . . . လို့
အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။

“ဝိပါက” ဆိုတာ . . . “အကျိုး” “ဝဋ်” ဆိုတာ . . . “လည်ပတ်ခြင်း” . . . ဖြစ်ပါ
တယ်။ “အကျိုးတရားများအဖြစ်နှင့်လည်ပတ်တာ . . . ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတော့ . . .

“အကြောင်းတရား” . . . က . . . “ကမ္မ” ပါ။

ကမ္မဆိုသော “အကြောင်းတရား” က ဆောင်ရွက်ပေးလို့ အကျိုးဖြစ်သော “ဝိပါက” တွေထွက်ပေါ်လာရပါတယ်။ အဲဒီလို “အကျိုး”နှင့် “အကြောင်း” တို့ဆက်၍ . . . အလုပ်သဘောအားဖြင့် လည်ပတ်နေခြင်းကို “ဝဇ္ဇ” လို့ခေါ်ပါတယ်။

ဒီလိုလည်ပတ်နေတဲ့သဘာဝကို သဘောပေါက်နားလည်အောင် လေ့လာရပါမယ်။

အကျိုးအဖြစ် ထွက်ပေါ်လာတဲ့သဘာဝတွေဟာ . . . နားမှာအသံလှိုင်းများ လာရောက် ရိုက်ခတ်သောအခါ . . . “ကြားသိစိတ်” ဖြစ်ပါတယ်။ ထို့အတူ ဒီ " White Board" ပေါ်မှာ . . . “စာလုံးများ” ကို ရေးပြသောအခါ . . . “မြင်ပါတယ်” . . . “မြင်သိစိတ်” ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ မြင်ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်သောစိတ်ဖြစ်ပါတယ်။

မြင်နေတာတွေဟာ “စက္ခုဝိညာဉ်စိတ်” ဖြစ်ပါတယ်။ ကြားနေတာတွေဟာ “သောတ ဝိညာဉ်စိတ်” ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီသဘာဝတရားတွေ အလုပ်လုပ်ပုံသဘောကို နားလည်အောင် အခုသင်ယူနေကြပါတယ်။

မိမိတို့မှာရှိတဲ့နားက “ကြားကိစ္စ” ကို ဆောင်ရွက်ပေးနေပါတယ်။ ထို့အတူ မျက်စိက “မြင်ကိစ္စ” ကို ဆောင်ရွက်ပေးတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်မှာရှိနေတဲ့အရေပြားမှာ ကိုယ်အကြည်ရုပ်တွေ တပ်ဆင်ထားပါတယ်။ ကိုယ်အကြည့်ရုပ်က “အတွေ့ကိစ္စ” ကို ဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။ အတွေ့ ကိုသိသော “ကာယဝိညာဉ်စိတ်” ဟာ . . . ကိုယ်အကြည်ရုပ်မှာ ဖြစ်ရပါတယ်။

ထို့အတူ . . . နှာခေါင်းမှာအနံ့ကိုသိသော “ဃာနဝိညာဉ်စိတ်” ဖြစ်ပါတယ်။ လျှာမှာ တော့ အရသာကိုသိသော “ဇိဝှာဝိညာဉ်စိတ်”ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီစိတ်တွေအားလုံးဟာ . . . “အကျိုး” အဖြစ် ထွက်ပေါ်လာသော စိတ်များဖြစ်ပါ တယ်။ အဲဒါကြောင့် “ဝိပါကဝိညာဉ်စိတ်” လို့ခေါ်ပါတယ်။

ဝေဒနာက . . . ဝေဒနာအလုပ်လုပ်တယ် . . .

စိတ်က . . . စိတ်အလုပ်လုပ်တယ် . . .

ကိုယ်က . . . ကိုယ်အလုပ်လုပ်တယ် . . .

ဒီအလုပ်တွေလုပ်နေတာကို စနစ်တကျဝေဖန်သုံးသပ်တတ်ဖို့ ဒီပညာကို သင်ယူနေ ရပါတယ်။

ဒီ . . . “ဝိပါကဝဋ်” လည်တယ်ဆိုတဲ့ကိစ္စမှာ အကျိုးတရားတွေ ဖြစ်ပေါ်နေပုံအကြောင်း . . .

မျက်စိမှာဖြစ်သော မြင်စိတ်သည် ဝိပါကဝိညာဉ်

နားမှာဖြစ်တာလည်း . . . ဝိပါကဝိညာဉ်

ကိုယ်မှာဖြစ်တာလည်း . . . ဝိပါကဝိညာဉ် . . .

အဲဒီအကျိုးဝိညာဉ်တွေ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါမှာ . . .

ဝိညာဉ်ခေါ်တဲ့ “အသိ” နဲ့လည်း အလုပ်လုပ်ရတယ်။ ဝေဒနာ ခေါ်တဲ့ “ခံစားမှု” နဲ့ လည်း အလုပ်လုပ်ရပါတယ်။ ဒီသဘာဝတွေကို သိနားလည်ထားမှ မိမိခန္ဓာကိုယ်နဲ့ မိမိစိတ် . . . ဘယ်လိုပူးပေါင်းပြီး ဆောင်ရွက်နေတယ်ဆိုတာကို သိမှာပါ။ ဒါကြောင့်မို့လို့ . . . ဒါတွေက သင်ရပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့တွေ . . . ဒီကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ဘာဝနာများကို . . . အလုပ်လုပ်မယ် ဆိုရင် အခြေခံဖြစ်သော ဒီအကြောင်းအရာတွေကို သိထားမှ မိမိအားထုတ်တဲ့တရားကို . . . စနစ်တကျ ရှုမှတ်ပွားများနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

. . . အလုပ်လုပ်ဖို့ ထပ်ပြီး ခိုင်းပြန်ပါတယ် . . . ။

အဲဒီအချက်အလက်များအရ . . . ဘာကို နှလုံးသွင်းရမှာလဲ . . . ?

စကြိုန်လျှောက်တယ်ဆိုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဒီသဘာဝများကို သိရှိထားရပါမယ်။ ဒီရူပက္ခန္ဓာကြီးကို မြေကြီးက အမြဲတန်းဆွဲနေပါတယ်။ ဆွဲနေတဲ့အားကြောင့် လဲနိုင် . . . ပြိုနိုင်ပါတယ်။ လဲနိုင် ပြိုနိုင်တဲ့သဘောကို မလဲမပြိုအောင် . . . အခုပြောတဲ့အတိုင်း “ခံစားမှု ဝေဒနာ” ကဆောင်ရွက်ပေးလို့ . . . ကောင်စွာ မွန်စွာ . . . ကြွနိုင်တယ် . . . လှမ်းနိုင်တယ် . . . ချနိုင်တယ် . . . ထိမှန်းသိတယ် . . . အဲဒါတွေဟာ . . . ဒီစကြိုန်လျှောက်သော ကမ္မဋ္ဌာန်း အလုပ်ကို လုပ်မယ့်ယောဂီဟာ . . . အခြေခံသဘာဝများကို သိရှိနားလည်ထားမှ . . . မိမိ၏အလုပ်ကို မိမိသိတာပါ။

ကနေ့ပြောနေတာတွေကတော့ . . . ဝိပါကဝဋ်နဲ့ ကမ္မဝဋ် (၂) ခု . . . ဆက်သွယ်ပြီး အလုပ်လုပ်ပုံအကြောင်း၊ ပြီးတော့ . . . “ဝေဒနက္ခန္ဓာ” ထဲက “ကာယိကဝေဒနာ” အကြောင်း . . . တွေဖြစ်ပါတယ် . . . ။

ကာယိကဝေဒနာမှာ (၃)မျိုးရှိပါတယ် . . .

သုခဝေဒနာ . . .

ဒုက္ခဝေဒနာ . . .

အဒုက္ခ မသုခဝေဒနာ . . . တို့ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဝေဒနာသုံးပါးတို့ဟာ . . .

ရူပက္ခန္ဓာနှင့် နာမက္ခန္ဓာ တို့၏ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုမှာ အခြေကျပြီး . . . အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ အလုပ်လုပ်နိုင်အောင် . . .

“စိတ်” ကို “ဝိညာဉ်” လို့ခေါ်ပါတယ်။

“အကျိုး” ကို “ဝိပါက” လို့ခေါ်ပါတယ်။

တွဲပြီးရေးလိုက်တဲ့အခါ . . . “ဝိပါကဝိညာဏ” ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ “အကျိုးအဖြစ် ထွက်ပေါ်လာသောစိတ်” ဖြစ်ပါတယ်။ အကြောင်းတရားက “ကမ္မ” ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီသဘာဝတရားတွေဟာ စက်လည်သလိုလည်ပတ်နေပါတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့ “ဝဋ်” လို့ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ “ဝိပါကဝဋ်” နဲ့ပတ်သက်၍ သိသင့်သိထိုက်သော အကြောင်းအရာတွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ သို့သော်လည်းပဲ လိုရင်းလောက်ကိုတော့ နားလည်အောင် အတိုချုပ်ပြီး လေ့လာရပါမယ်။

မနေ့ကရှင်းပြခဲ့ပြီးပါပြီ . . . ။ မျက်စိမှာလုပ်တော့ “မြင်ကိစ္စ”၊ နားမှာအလုပ်လုပ်တော့ “ကြားကိစ္စ” . . . ဖြစ်ပါတယ်။ မြင်ကိစ္စနဲ့ ကြားကိစ္စ (၂)ပါး သည် ပတ်ဝန်းကျင်လောကနှင့် ဆက်သွယ်၍ မိမိ၏နေ့စဉ်လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်နေရပါတယ်။

ဒါ့အပြင် ကိုယ်နဲ့ထိတွေ့တာကိုသိသော . . . “အတွေ့စိတ်” . . . ။ နှာခေါင်းမှာဖြစ်လာ သော “အနံ့ သိစိတ်” . . . ။ လျှာက “အရသာသိတဲ့စိတ်” တွေဖြစ်ပေါ်ပြီး . . . လုပ်ငန်း အသီးသီးကို ဆောင်ရွက်နေကြခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီမှာ . . . မြင်စိတ်၊ ကြားစိတ်၊ အတွေ့စိတ်၊ အနံ့စိတ်၊ အရသာစိတ် . . . ဆိုတဲ့ ဒီငါးမျိုးဟာ အလုပ်အမှန်တကယ်လုပ်နေ ကြပါတယ်။

စိတ်ဆိုသောစိတ်မှာ . . . သိအား

မှတ်အား

ခံစားအား

အားထုတ်အား . . . ဆိုပြီး (၄)မျိုး ရှိပါတယ်။

“သိအား” ကို ဆောင်ရွက်တာဟာ “ဝိညာဉ်”
 “မှတ်အား” ကို ဆောင်ရွက်တာဟာ “သညာ”
 “ခံစားအား” ကို ဆောင်ရွက်တာဟာ “ဝေဒနာ”
 “အားထုတ်အား” . . . ဆိုတာက . . . “စေတနာ” ဖြစ်ပါတယ်။

“စိတ်” တစ်ခုပေါ်လာတိုင်း ဒီအလုပ် (၄)မျိုးစလုံးပါဝင်ရပါတယ်။ အဲဒါတွေဟာ . . . နာမ်ဝါတ်၏စွမ်းအား (၄)မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

ဆောင်ရွက်တဲ့လုပ်ငန်းပေါ်မှာမူတည်ပြီး . . . “မြင်စိတ်” တစ်ခုဖြစ်လာရင် ဒီမြင်စိတ် ထဲမှာ . . .

“သိအား” လည်းပါတယ်။ . . . “ဝိညာဉ်” ပါတယ်
 “မှတ်အား” လည်းပါတယ်။ . . . “သညာ” ပါတယ်
 “ခံစားအား” လည်းပါတယ်။ . . . “ဝေဒနာ” ပါတယ်
 “အားထုတ်အား”လည်းပါပါတယ်။ . . . “စေတနာ” ပါတယ် . . . ။

လေးမျိုးစလုံးပူးပေါင်းပါဝင်ပြီး အလုပ်လုပ်ကြရပါတယ်။

အလုပ်လုပ်တဲ့နေရာမှာ . . . မြင်ကိစ္စကိုဆောင်ရွက်သောစိတ်ဟာ . . . ဘယ်လို အလုပ်လုပ်သလဲ . . . ဆိုရင် . . .

အခု ရေးထားတဲ့“စာလုံး” တွေကို မြင်နေပါတယ်။ “မြင်တဲ့အလုပ်” ကို “စိတ်” က လုပ်နေပါတယ်။ “စိတ်” ကမြင်တာကို “သိ” ပါတယ်။ မြင်တာကို “မှတ်မိ” နေပါတယ်။အဲဒီလိုမြင် တဲ့ မြင်ကိစ္စထဲမှာလည်းပဲ “ခံစားမှု” “ဝေဒနာ” ပါပါတယ်။

ဘယ်အခါမှ ပြောင်းနိုင်တာလဲဆိုရင် . . . ခြေဖဝါးက ကြမ်းပြင်နဲ့ကောင်းစွာ ထိထားပြီလို့ သတင်းပို့မှ . . . ပြောင်းလိုက်ပါတယ်။

ပြောင်းလိုက်တော့ . . . ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်ဟာ . . . ဘယ်ဘက်ခြမ်းကို ရောက်သွား ပါတယ်။ ဘယ်ဘက်ခြမ်းရောက်သွားပြီဆိုမှ . . . ညာဘက်ခြမ်းကလွတ်လပ်သွား ပါတယ်။ အဲဒီလို လွတ်လပ်သွားတော့မှ- စိတ် . . . ကညာဘက်ခြေထောက်ကို . . .

ကြွ . . . လှမ်း . . . ချ . . . ဆိုပြီး ခိုင်းလိုက်ပါတယ်။ ခိုင်းလိုက်တဲ့အတိုင်း လုပ်ပြီးတော့ . . . ညာဘက် ခြေဖဝါးက ကြမ်းပြင်နဲ့ကောင်းစွာ မွန်စွာထိပါပြီလို့ ပြန်ပြော ပါတယ်။ ကောင်းစွာ မွန်စွာ မထိဘဲနဲ့လုပ်ရင် . . . ယိုင်လဲသွားပါမယ်။

အဲဒီလို . . . ညာဘက်ခြေဖဝါးက ကောင်းစွာ . . . မွန်စွာ ထိပါပြီလို့ပြောတဲ့အခါ ကျတော့မှ . . . ခန္ဓာကိုယ်၏အလေးချိန်တစ်ခုလုံးကို ညာဘက်ခြမ်းပြောင်းလိုက်ပါတယ်။ ညာဘက်ခြမ်းပြောင်းတော့ ဘယ်ဘက်ခြေထောက်ကလွတ်လပ်သွားပါပြီ။ လွတ်လပ် တဲ့အခါကျတော့မှ စိတ်ကတစ်ဖန် . . . ကြွ . . . လှမ်း . . . ချ . . . လို့အမိန့်ပေးပြန်ပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ . . . အမိန့်ပေးနေတာက . . . “စိတ်” . . . ဖြစ်ပါတယ်။ အမိန့်ပေးတဲ့ အလိုင်း နာခံဆောင်ရွက်နေတာက “ခြေထောက်” . . . ဖြစ်ပါတယ်။

သို့သော် . . . ခြေထောက်ဟာ သူလုပ်နေတဲ့အလုပ် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ လုပ်ပါတယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းကို “အခုကွ မသုခဝေဒနာ” နဲ့ စိတ်ကို ပြန်ပြောရပါတယ်။

အဲဒီလို ကောင်းစွာထိပါပြီလို့ပြောတော့မှ စိတ်က . . . တစ်ဖန်ခိုင်းပြန်ပါတယ် . . . ။ အဲဒီလိုကောင်းစွာထိထားသောခြေပေါ်သို့ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး၏ အလေးချိန်ကို ပြောင်းပေး ပါလို့ . . . ခိုင်းလိုက်ပါတယ်။ ခိုင်းလို့ပြောင်းပြီးပါပြီလို့ . . . ဆိုတော့မှ လွတ်တဲ့ခြေထောက်ကို

. . . ရူပက္ခန္ဓာနဲ့ နာမက္ခန္ဓာ တို့ အပြည့်အဝ အလုပ်လုပ်နေတဲ့ သဘောကို မသိပါဘူး။ ရူပက္ခန္ဓာနှင့် နာမက္ခန္ဓာတို့ ပူးတွဲ၍ အပြည့်အဝ အလုပ်လုပ်မှ . . . လမ်းလျှောက်ခြင်း ဆိုသော အလုပ်ဖြစ်တာ . . . ဆိုတာကို သိဖို့လိုပါတယ်။

အဲဒီတော့ . . . သေချာစဉ်းစားပါ . . .

အခုလို . . . သတိနဲ့လမ်းလျှောက်တယ်ဆိုရင် “စိတ်” က . . . ဘယ်ဘက် ခြေထောက်ကိုခိုင်းလိုက်ပါတယ် . . . ကြွလိုက် . . . ဆိုရင် . . . ကြွတယ် . . . လှမ်းလိုက် . . . ဆိုရင် . . . လှမ်းတယ် . . . ချလိုက် . . . ဆိုရင် . . . ချတယ် . . . ဒီလို . . . ချပြီးရင် . . . စိတ်ကခိုင်းတဲ့အတိုင်း ဘယ်ဘက်ခြေထောက်က အလုပ် လုပ်ပြီးပါတယ်။ အဲဒါပြီးရင် . . . ပြီးသွားပြီလား . . . မပြီးသေးပါဘူး။

ချထားတဲ့ဘယ်ဘက်ခြေထောက်ဟာ ကြမ်းပြင်နဲ့ ခြေဖဝါးနဲ့ထိပြီ . . . ။ ထိတာနဲ့ တပြိုင်နက် ခြေဖဝါးမှာ တပ်ဆင်ထားတဲ့ အကြည်ရုပ်တွေက . . . ဘယ်လိုပြောသလဲ ဆိုရင် . . . “ခြေဖဝါးနဲ့ကြမ်းပြင် ကောင်းစွာထိပါပြီ” လို့ . . . “အခုကွ မသုခဝေဒနာ” နဲ့ ပြောနေ ပါတယ်။ ပြောမှ . . . ခြေဖဝါးနဲ့ကြမ်းပြင်ထိပြီဆိုတာကို သိပါတယ်။ ကောင်းစွာမွန်စွာ ထိတာကို သိတာပါ။

“ကောင်စွာ မွန်စွာ” ဆိုတဲ့စကားကို . . . ဘာကြောင့် ပြောရတာလဲ . . . ဆိုရင် . . . အဲဒီဘယ်ဘက်ခြေဖဝါးနဲ့ ကြမ်းပြင်နဲ့ထိပါပြီလို့ပြောလိုက်တဲ့အခါကျမှ . . . ကောင်းစွာ မွန်စွာနင်းထားတဲ့ ဘယ်ဘက်ခြေထောက်အပေါ်မှာ . . . ခန္ဓာကိုယ်၏ ဘယ်ဘက် ခြမ်းသို့ ခန္ဓာကိုယ်၏အလေးချိန်တစ်ခုလုံးကို ပြောင်းပေးလိုက်ပါတယ်။

အခုမြင်နေပါတယ်၊ မြင်နေတဲ့ကိစ္စတွေကို မြင်အောင်လုပ်နေတဲ့အထဲမှာ - ခံစားတဲ့ သဘောဟာ . . . ဘယ်လိုခံစားရသလဲ . . . ဆိုတော့ . . . ၊ မြင်တဲ့အထဲမှာ . . . နာကျင် ကိုက်ခဲမှုပါသလား . . . မပါပါဘူး။ ဒီစာလုံးတွေကိုမြင်တဲ့အထဲမှာ . . . သာယာတပ်မက်မှု ရောပါသလားဆိုတော့ . . . မပါပါဘူး။

အခုမြင်နေတဲ့စာလုံးတွေမှာ . . . သာယာစရာလည်းမပါသလို . . . မသာယာ စရာလည်းမပါပါဘူး။ သာယာစရာကို . . . သုခ၊ မသာယာစရာကို . . . ဒုက္ခ . . . လို့ ခေါ်ပါတယ်။

သုခလည်းမဟုတ်၊ ဒုက္ခလည်းမဟုတ်တဲ့ ခံစားမှုဝေဒနာနဲ့ “မြင်ကိစ္စ” ကို ဆောင်ရွက် ပါတယ်။

မြင်နေတဲ့အခါ . . . သုခလည်း မဟုတ်ပါဘူး . . . ဒုက္ခလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီလို . . . သုခလည်းမဟုတ်၊ ဒုက္ခလည်းမဟုတ်တဲ့ ခံစားမှုနဲ့ မြင်ကိစ္စကို လုပ်ကြပါတယ်။

သုခမဟုတ်ဒုက္ခမဟုတ်သော ကြားခံစားမှုကို ပါဠိလို . . . “အခုကွ မသုခဝေဒနာ” လို့ခေါ်ပါတယ်။

မြင်ကိစ္စက . . . ဘာကိုအဓိကထားပြီး အလုပ်လုပ်တာလဲ . . . ?

“ရူပါရုံ” ဆိုတဲ့အဆင်းကိုသိအောင် “ဝိညာဏ” ဆိုတဲ့သိစိတ်က ဦးဆောင်ပြီးအလုပ် လုပ်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ “ခံစားမှုက” ဦးဆောင်ပါဘူး။ “သိမှု” က ဦးဆောင်ပါတယ်။

“မြင်ကိစ္စ” မှာ “သိမှု” ဦးဆောင်ပြီးလုပ်ပါတယ်။ “ဝေဒနာ” ပါသော်လည်း . . . ဝေဒနာက “ခံစားမှု” အဖြစ်နဲ့ ဦးဆောင်ခြင်းမရှိပါဘူး။ အဲဒီသဘာဝကို မိမိဉာဏ်နဲ့စဉ်းစားပေး ရပါမယ် . . . ။

အခုပြောနေတဲ့စကားတွေကို ကြားပါတယ်။ ကြားတော့ . . . “ကြားသိစိတ်” တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ကြားသိစိတ်က ကြားကိစ္စတွေကို လုပ်ပါတယ်။ အဲဒီလုပ်တဲ့အခါ . . . သူ့မှာ . . .

“သိအား” လည်းပါတယ်။

“မှတ်အား” လည်းပါတယ်။

“ခံစားအား” လည်းပါတယ်။

“အားထုတ်အား”လည်းပါပါတယ်။

သို့သော် . . . ခံစားမှုဆိုတဲ့ “ဝေဒနာ” ဟာ . . . ကြားကိစ္စမှာ “သုခဝေဒနာ” နဲ့လည်း မဆောင်ရွက်ဘူး၊ ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့လည်းမဆောင်ရွက်ပါဘူး။ “အဒုက္ခ မသုခ” ဝေဒနာနဲ့ပဲ ဆောင်ရွက်ပါတယ်။ အဓိက ကတော့ . . . “ဝိညာဏ” ၏ “သိခြင်းအလုပ်” သာလျှင် “အဓိက” ဖြစ်ပါတယ်။

ကြားတဲ့စိတ်ထဲမှာ “ဝိညာဏ” ဆိုသော “သိခြင်းအလုပ်” က အဓိက ဦးဆောင်ပြီး လုပ်ပါတယ်။

ဒီတော့ . . . “ကြားမှုကိစ္စ” နဲ့ “မြင်မှုကိစ္စ” တို့တွင် “ဝေဒနာ” ဟာ “ရှေ့ဆောင်သူ” မဟုတ်ပါဘူး။ “ဝိညာဏ” ခေါ်သော “သိမှု” ကသာရှေ့ဆောင်ပါတယ်။

နောက်တစ်ခု “အတွေ့စိတ်” ကိုပြောပါမယ် . . . ။ “အတွေ့” ဆိုတာ . . . ဒီခန္ဓာ ကိုယ်မှာ ဖုံးအုပ်ထားတဲ့ “အရေပြား” ကြီးရှိပါတယ်။ ဒီအရေပြားကြီးတစ်ခုလုံးမှာ တပ်ဆင် ထားတဲ့ ကာယပဿာဒ လို့ခေါ်တဲ့ “ကိုယ်အကြည်ရုပ်” တွေရှိပါတယ်။ “ကိုယ်အကြည်ရုပ်” ကို "SKIN SENSORY CELL" လို့ခေါ်ပါတယ်။ သူတို့ဟာ အလုပ်လုပ်ကြရပါတယ်။

ထို့အတူပဲ . . . စိတ်ကလေးက “ထိုက်လိုက်” လို့ အမိန့်ပေးလိုက်တော့ . . . ထိုင်ပြန်ပါတယ်။ ထိုင်တော့လည်း ထိုင်တဲ့ ဣရိယာပုတ်လေးဖြစ်နေပါပြီလို့ . . . ဆိုတာကို “ကာယပဿာဒ” များက သတင်းပို့ပါတယ်။ အဲဒါဟာလည်း . . . ဘာနဲ့သတင်းပို့တာလဲ . . . ဆိုရင် . . . “အဒုက္ခမသုခဝေဒနာ” နဲ့ပဲ သတင်းပို့ပါတယ်။

ထို့အတူပဲ . . . စိတ်က . . . မတ်တပ်ရပ်နေပါလို့ခိုင်းတဲ့အခါ . . . စိတ်ခိုင်းတဲ့ အတိုင်း မတ်တပ်ရပ်နေပါပြီ . . . ဆိုတာကို . . . ခန္ဓာကိုယ်မှာ တပ်ဆင်ထားသော ကိုယ် အကြည်ရုပ်များက . . . “အဒုက္ခမသုခဝေဒနာ” နဲ့ သတင်းပို့ပါတယ်။

အဲဒီထက်ပိုလာတာက . . . အခုလို လမ်းလျှောက်တယ် . . . လမ်းလျှောက်တာကို . . . (စရန္တ) လို့ခေါ်ပါတယ်။

စရန္တောဝါ စရောပီတိ ပဇာနာတိ

လမ်းလျှောက်ရင် . . . လျှောက်မှန်းသိအောင် ရှုမှတ်ပွားများရပါမယ်။ ဒီ “ဣရိယာပထ” ဆိုတာကို ရှုမှတ်ပွားများတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ကို ရှုမှတ်ပွားများသော ယောဂီဟာ . . .

လမ်းလျှောက်တယ်ဆိုရင် . . . “လျှောက်မှန်းသိရပါမယ်” လို့ . . . ပြောပါတယ် . . . ။

သင်ပေးတဲ့ဆရာများက . . .

ဒီဘယ်ဘက်ခြေထောက်ကလေးက - ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်၊ ပြီးတော့ ညာဘက်ခြေထောက်ကလေးက . . . ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ် . . . အဲဒီလို ရှုမှတ်ပွား များရင် . . . စင်္ကြန်လျှောက်တာကို ရှုမှတ်ပွားများတယ်လို့ . . . မှတ်ယူထားပါတယ်။ အဲဒါ ဟာ . . . မမှန်ဘူးလားဆိုတော့ . . . အခြေခံအားဖြင့်တော့ . . . မှန်ပါတယ်။ သို့သော်

ကာယပသာဒခေါ်သော ကိုယ်အကြည်ရုပ်၏ လုပ်ငန်းသည် . . . ဒုက္ခနဲ့လည်း သတင်းပို့ပါတယ်။ သုခနဲ့လည်း သတင်းပို့ပါတယ်။ အဒုက္ခ မသုခနဲ့လည်း သတင်းပို့ပါတယ်။ ဒီလိုသတင်းပို့နေတာတွေဟာ တကယ်အရေးကြီးပါတယ်။

ခန္ဓာကိုယ်ကို စိတ်ကခိုင်းနေပါတယ် . . . စိတ်ကခိုင်းတဲ့အတွက် ခန္ဓာကိုယ်ကလုပ်ရတာ။ ဒီတော့ “ကာယကမ္မ” တွေဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်ကခိုင်းလို့ ကိုယ်ကလုပ်သော်လည်း လုပ်တဲ့အလုပ်တွေဟာ . . . စိတ်ကခိုင်းတဲ့ အတိုင်း ရုပ်ကတိတိကျကျ မှန်မှန်ကန်ကန် လုပ်ဆောင်နေပါတယ်ဆိုတာကို ပြန်ပြီး သတင်းပို့ရပါတယ်။

ကိုယ်အကြည်ရုပ်များက သတင်းပို့ရတာဖြစ်ပါတယ်။ သတင်းပို့ရာမှာ သုခနဲ့လည်း ပို့ရသလို . . . ဒုက္ခနဲ့လည်း သတင်းပို့ရပါတယ်။ ပြီးတော့ . . . “အဒုက္ခ မသုခ” နဲ့လည်း သတင်းပို့ပါတယ်။

အခုပြောမှာက ဘုရားရှင်ပြောခဲ့တဲ့ ဒေသနာမှာပါတဲ့အကြောင်းပါပဲ . . . အခုပြောခဲ့ဖို့လိုပါတယ် . . . ကျန်တဲ့အချိန်မှာ ပြန်ပြောဖို့ . . . မလွယ်ပါဘူး . . .

ဒီကိုယ်ကာယကြီးရဲ့အလုပ်တွေကို ရှုမှတ်ပွားများတဲ့ အလုပ်တွေလုပ်နေပါတယ်။ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးရဲ့အလုပ်တွေမှာ ဣရိယာပထ (၄)ပါးရှိပါတယ်။ လျောင်းခြင်း . . . ထိုင်ခြင်း ရပ်ခြင်း . . . သွားခြင်း . . . တို့ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလို ဣရိယာပုတ်လေးပါးထဲမှာ . . . လျောင်းတယ်ဆိုတာကို . . . လဲလျောင်းနေမှန်း သိအောင် . . . “ကာယပသာဒ” က သတင်းပို့ရပါတယ်။ အိပ်ရာနဲ့ ကာယပသာဒတို့ ထိနေသောအခါ . . . ထွက်ပေါ်လာသောခံစားမှုကို . . . “အဒုက္ခ မသုခ” နဲ့ သတင်းပို့ရပါတယ်။

သူတို့ရဲ့အလုပ်တွေကဘာတွေလဲ . . . ဆိုရင် . . . ဒီခန္ဓာကိုယ်ပေါ်ကို ကျရောက်လာတဲ့ “အတွေ့အထိ” များကို . . . ကိုယ်အကြည်ရုပ် က ထုတ်ဖော်ပြောပါတယ်။

အတွေ့အထိကို ထုတ်ဖော်ပြတဲ့စိတ်ဟာ . . . “ကိုယ်မှာဖြစ်သောစိတ်” ဖြစ်၍ . . . သူ့ကို . . . “ကာယဝိညာဉ်စိတ်” . . . လို့ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီစိတ်ကတော့ . . .

စက္ခုဝိညာဉ် . . . သောတဝိညာဉ် . . . တို့လို . . . “သိမှု” ကို အဓိကထားပြီး ပြောတာမဟုတ်ပါ။ “ခံစားမှု” ကို အဓိကထား၍ ပြောပါတယ်။ ဒါကြောင့် . . . ကိုယ်အကြည်ရုပ်တွေက “ခံစားမှု” ကို အဓိကထားပြီး . . . အလုပ်လုပ်တာကို သိရပါမယ်။

“ခံစားမှု” နဲ့ ပြောရာမှာ . . . ချမ်းသာတယ်ဆိုတဲ့ “သုခဝေဒနာ” နဲ့လည်းပြောပါတယ်။ ဆင်းရဲတယ်ဆိုတဲ့ . . . “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့လည်းပြောပါတယ်။

အဲဒီတော့ . . . “ကာယဝိညာဉ်စိတ်” တို့သည် ဘယ်သူနဲ့တွဲပြီးအလုပ်လုပ်တာလဲ ဆိုရင် “ဝေဒနာ” ဦးဆောင်ပြီးအလုပ်လုပ်ပါတယ်။ ဒီကိုယ်အကြည်ရုပ်ကလေးတွေက . . . “သုခ” နဲ့လည်းပြောတယ်။ “ဒုက္ခ” နဲ့လည်းပြောပါတယ်။

ဒီရူပက္ခန္ဓာတစ်ခုလုံးကို အရေပြားကြီးနဲ့ ဖုံးအုပ်ထားပါတယ်။ ဒီအရေပြားကြီးမှာ “ကာယပသာဒ” ခေါ်သော “ကိုယ်အကြည်ရုပ်” များ တပ်ဆင်ထားပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး အပြည့်တပ်ဆင်ပေးထားပါတယ်။ ဒီကာယပသာဒများက ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သို့ ကျရောက်လာသော “အတွေ့-အထိ” များကို “ခံစားမှု-ဝေဒနာ” ဦးဆောင်ပြီးသတင်းပို့ပါတယ်။ ကောင်းသော ခံစားမှု “သုခဝေဒနာ” နဲ့ သတင်းပို့သလို မကောင်းသောခံစားမှု “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့လည်း သတင်းပို့ပါတယ်။ ဒီကြောင်းတွေကို သဘာဝကျကျ သေသေချာချာဆင်ခြင်စဉ်းစားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

ဒီခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သို့ “မီးပွား”လေးကျရင် . . . “ပူ” ပါတယ်။ “ပူတယ်” ဆိုတာကို ဘယ်သူကပြောပါသလဲ . . . အရေပြားမှာ . . . တပ်ဆင် ထားသော “ကာယပသာဒ” က “ပူတယ်” လို့ပြောရတာပါ။ “ပူ” တာဟာ . . . “ဝေဒနာ” ဖြစ် ပါတယ်။ ဘာဝေဒနာလဲ . . . ဆိုတော့ . . . “ပူ” ခြင်းဟာ . . . “ဒုက္ခဝေဒနာ” . . . ပါ။

ကာယပသာဒခေါ်သော ကိုယ်အကြည်ရုပ်လေးတွေက . . . ပူတယ် . . . လောင် တယ်. . . လို့ပြောပါတယ်။ သူတို့ကပြောမှသာ “စိတ်” က ပူမှန်း . . . လောင်မှန်း . . . သိရပါတယ်။ အဲဒီအချက်ကိုသေသေချာချာစဉ်းစားပါ။ . . . “ပူ” ကြောင်းကို . . . အရေပြား ပေါ်မှာ ရှိသောကိုယ်အကြည်ရုပ်ကပြောရပါတယ်။

ပြောသူက . . . “ ရုပ်တရား ” ပါ။ “ရုပ်တရား” ကပြောမှ “နာမ်တရား” ကပူမှန်းသိရ ပါတယ်။ ပူတာကို နာမ်တရားက “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့သိသွားရပါတယ်။ ဒီသဘောတွေမှာ အဓိပ္ပါယ်ပေါက်အောင် သေသေချာချာစဉ်းစားဖို့လိုပါတယ်။

ပူတာလည်း သိတယ် . . . ။ နာတာလည်း သိတယ် . . . ။ ဒီ . . . ပူခြင်း . . . နာခြင်း . . . တွေဟာ . . . ဘာဝေဒနာအဖြစ်နဲ့ ပြောနေ ကြတာလဲ . . . ?

“ဒုက္ခဝေဒနာ” . . . အဖြစ်နဲ့ပြောနေတာပါ။

“ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ ဘယ်သူကပြောတာလဲ . . . ?

“အကြည်ရုပ်” များက ပြောနေတာပါ။

အကြည်ရုပ်တွေက . . . ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့ ဘာကြောင့်ပြောနေရတာလဲ . . . ဆိုရင်. . .

မီးပွားကျနေတယ်ဆိုကတည်းက ဒီအရေပြားမှာလောင်ကျွမ်းနေပါတယ် . . . ။

“လောင်ကျွမ်းတယ်ဆိုတာဟာ . . . “ဘေးအန္တရာယ်” ကျရောက်ပြီလို့ပြောတာပါ။

ဒါဟာ . . . သဘာဝတရားတွေအလုပ်လုပ်နေတာပါ။ အခု . . . “စိတ်”က ဟောဒီ “မှင်တံ” လေးကို ကိုင်လိုက်လို့ ခိုင်းလိုက်ပါတယ်။ စိတ်-ကခိုင်းတဲ့အတိုင်း ဒီလက်ချောင်းလေး တွေက “ကိုင်ထား” ပါတယ်။ အမိန့်ပေးတဲ့ အတိုင်း ကိုင်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ . . . ဒီလက်ချောင်းလေးတွေကကိုင်ပြီးတဲ့နောက် . . . စိတ်ကို ဘာပြန်ပြောရသလဲဆိုရင် . . .

“ကိုင်ထားပါပြီ၊ မှင်တံလေးလက်ချောင်းထဲမှာ စွဲစွဲမြဲမြဲ ကိုင်မိပါပြီ” လို့ ပြန်ပြောရပါ တယ် . . . ။

ဒီလိုပြောတာဟာ “ခံစားမှု” နဲ့ ပြန်ပြောရတာပါ။ အဲဒီ “ခံစားမှု” ထဲမှာ “ဒုက္ခ” မပါပါ။ အဲဒီ “ခံစားမှု” ထဲမှာ “သုခ” လည်း မပါပါ။ သို့သော် . . . ကိုင်မှန်းသိတာဟာ . . . ဘာကြောင့်သိနေရတာပါလဲ . . . ? ဒီပသာဒရုပ်တွေက “အဒုက္ခမသုခဝေဒနာ” နဲ့ ပြန်သတင်းပို့နေလို့ “ကိုင်မှန်း” သိရတာပါ။

“ကိုင်မှန်းသိတာ” ဟာ အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။

“ကိုင်မှန်းမသိရင်” . . . ဒီ “မှင်တံ” ကို မြဲအောင် မလုပ်နိုင်ပါဘူး။ ဒါဟာ “အဒုက္ခ မသုခဝေဒနာ” ၏ အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒါကို သေချာစဉ်းစားကြည့်ပါ။ အချိန်ကာလနဲ့စဉ်းစားပါ။

သုခ ဖြစ်တဲ့အချိန် . . . ဒုက္ခ ဖြစ်တဲ့အချိန် . . . အဒုက္ခ မသုခဖြစ်တဲ့အချိန် . . . ဆိုပြီးရှိနေကြရာမှာ . . . ဘယ်ဟာက အချိန်ပို များပါသလဲ . . . ?

“အဒုက္ခ မသုခ” နဲ့ သတင်းပို့တဲ့အချိန်က များပါတယ်။ သူဟာ အလွန်တရာကျယ်ပါ တယ်။ သူလုပ်နေတဲ့အလုပ်တွေဟာလည်း အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။

အဲဒါဟာ သဘာဝတရားတွေအလုပ်လုပ်နေတာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ခံယူနေသော “ကာယပသာဒ”နဲ့ အပြင်က ကျရောက်လာသောစွမ်းအားတို့ ဆက်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းမှာ “ကာယပသာဒ”က ကောင်းမွန်စွာခံယူနိုင်တယ် . . . သင့်တော်ပါတယ်ဆိုရင် . . . “သုခဝေဒနာ” . . . နဲ့ပြောရပါတယ်။ မခံနိုင်တော့ဘူးဆိုရင် . . . “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ပြောရပါတယ်။

ဒီတော့ . . . “သုခဝေဒနာ”လည်း တကယ်အဟုတ်အဓိပ္ပာယ်ရှိပါတယ်။
“ဒုက္ခဝေဒနာ”လည်း တကယ်အဟုတ်အဓိပ္ပာယ်ရှိပါတယ်။

အခု . . . သုခအကြောင်းလည်းသဘောပေါက်ပါပြီ။ ဒုက္ခအကြောင်းလည်း သဘောပေါက်ပါပြီ။ “သုခဝေဒနာ” နဲ့လည်း အကြည်ရုပ်လေးတွေကပြောပါတယ်။ “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့လည်း အကြည်ရုပ်လေးတွေကပြောပါတယ်။

ပြောတဲ့အခါမှာ . . . ကိုယ်အကြည်ရုပ်က “သုခဝေဒနာ” နဲ့ ပြောတာလည်း ထင်ရှားပါတယ်။ “ဒုက္ခဝေဒနာ”နဲ့ ပြောတာလည်း ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ . . . သုခလည်း မဟုတ်၊ ဒုက္ခလည်းမဟုတ်၊ “အဒုက္ခ မသုခဝေဒနာ” နဲ့လည်း ပြောပါသေးတယ်။

ကာယပသာဒများက . . . “အဒုက္ခ မသုခဝေဒနာ” နဲ့ ပြောနေတာလည်းရှိပါတယ်။ ဘယ်လိုပြောနေတယ်ဆိုတာကို . . . သိကြပါသလား။ သိဘို့အတွက် သေသေချာချာ စဉ်းစားရပါမယ်။

အဒုက္ခမသုခဝေဒနာလို့ခေါ်တဲ့ သုခလည်းမဟုတ်၊ ဒုက္ခလည်းမဟုတ် . . . ခံစားမှု သက်သက်ကလေးနဲ့ပြောနေတဲ့သဘောတွေရှိပါသေးတယ်။ အဲဒီလိုပြောနေတာတွေ . . . ဘယ်လောက်အရေးကြီးတယ်ဆိုတာကို . . . စဉ်းစားမိပါသလား?

ကာယပသာဒက ဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်နေပြီဆိုတာကို “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့သတင်းပို့ရပါတယ်။ ဒီလိုသတင်းပို့နိုင်တာကလည်း . . . ကာယပသာဒခေါ်တဲ့ ကိုယ်အကြည်ရုပ်က ကောင်းနေလို့ . . . သတင်းပို့နိုင်တာပါ။ ကိုယ်အကြည်ရုပ်မကောင်းလို့ . . . ဒီကိုယ်အရေပြားက ရောဂါဝေဒနာကြောင့် ပျက်စီးနေလို့ရှိရင် . . . အခုလို “မီးပွား” ကျပြီးလောင်နေပေမယ့်လို့ သတင်းပို့နိုင်ခြင်း မရှိတော့ပါဘူး . . . ။ သတင်းမပို့နိုင်ရင် . . . မီးပွားကဆက်ပြီး လောင်အောင်လုပ်ပါလိမ့်မယ် . . . ။ အန္တရာယ်မှ . . . ကာကွယ်တဲ့ . . . ကာကွယ်ရေးအလုပ်ကို မလုပ်နိုင်တော့ပါဘူး။

အရေးကြီးနေတာကတော့ . . . ကျရောက်လာသော “ဘေးရန်” ကို “ကာကွယ်ဖို့” သည် . . . “အဓိကအလုပ်” ဖြစ်ပါတယ် . . . ။ အဲဒီ . . . အလုပ်ကို “ပသာဒ” ခေါ်သော “ကိုယ်အကြည်ရုပ်”က လုပ်ပါတယ်။

ကိုယ်အကြည်ရုပ်က . . . သတင်းပို့ရတယ်။ “ဝေဒနာ” နဲ့ . . . သတင်းပို့ပါတယ်။ “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ . . . သတင်းပို့ပါတယ်။ “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ “စိတ်” ကို သတင်းပို့နေပါတယ်။

ဘာလုပ်ဖို့ သတင်းပို့နေတာလဲ . . . ဆိုရင် . . . ချက်ချင်းအရေးယူဆောင်ရွက်ဖို့ သတင်းပို့နေတာပါ။

“ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ သတင်းပို့မှသာ၊ “ချက်ချင်းအရေးယူဆောင်ရွက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လို့ . . . “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ သတင်းပို့နေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

ကာယပသာဒက “စိတ်” ကို သတင်းပို့ရပါတယ်။ ကျရောက်လာသော ဘေးရန်ကို ကာကွယ်နိုင်ရန် စိတ်ကို ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့ သတင်းပို့ရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ်ရေပြားရောဂါဖြစ်နေလို့ သတင်းမပို့နိုင်ဘူးဆိုရင် . . . ဒုက္ခဝေဒနာ . . .
ဖြစ်နေမှန်းမသိပါဘူး . . . ။ ဒုက္ခဝေဒနာ မပေါ်တော့ . . . လောင်နေမှန်းလည်းမသိပါဘူး။
မသိရင်လည်း . . . ကာကွယ်ရေးကို မလုပ်နိုင်ပါဘူး . . . ဒီတော့ ဆက်ပြီးပျက်စီးသွားပါ
လိမ့်မယ် . . . မပျက်စီးဘို့အတွက် သတင်းပို့ပေးရပါတယ်။ . . .

ကိုယ်အကြည်ရုပ်ရဲ့တာဝန်က . . . ရုပ်ခန္ဓာပေါ်သို့ကျရောက်လာသော . . .
အန္တရာယ်များကို . . . အန္တရာယ်မှန်းသိအောင် စိတ်ကိုဝေဒနာနဲ့သတင်းပို့ရပါတယ်။
ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့ . . . သတင်းပို့ပါတယ်။ အဲဒီသဘောကိုသေသေချာချာ နားလည်အောင် စဉ်းစား
ရပါမယ်။

ဒီအရေပြားပေါ်မှာရှိသော ကိုယ်အကြည်ရုပ်ကလေးတွေဟာ . . . ဒီလို . . .
နာကျင်ခြင်း၊ ကိုက်ခဲခြင်း၊ ပူလောင်ခြင်း . . . ဆိုသော ဒုက္ခဝေဒနာများနဲ့ သတင်းပို့နေခြင်းဟာ
. . . ဘယ်အတွက်သတင်းပို့နေတာလဲဆိုရင် . . . “ခန္ဓာကိုယ်” ပေါ်သို့ ကျရောက်နေသော
“ဘေးရန်များ” ကို . . . “ကာကွယ်ရန်” . . . အတွက် “ဒုက္ခဝေဒနာ” . . . တွေနဲ့ . . .
သတင်းပို့နေရပါတယ်။ ဒီလိုသာ သတင်းမပို့ရင် . . . ပျက်စီးသွားမယ်၊ လောင်ကျွမ်းသွား
ပါမယ်။

ခန္ဓာကိုယ်ရှိ အရေပြားပေါ်မှာ . . . “အကြည်ရုပ်” တွေ နေရာအပြည့်တပ်ထား
ပါတယ်။ “ပဋိသန္ဓေ” တည်ကတည်းက . . . ခန္ဓာကိုယ်မှာ အရေပြားလေးတွေပေါ်လာရင်
. . . ကလေးလေးရဲ့အရေပြားထဲမှာ . . . ကိုယ်အကြည်ရုပ်တွေပါလာရပါတယ်။ အဲဒါကို
. . . “ကာယပသာဒရုပ်” လို့ခေါ်ပါတယ်။ ဒီ “ပသာဒရုပ်” ဟာ စွမ်းပါတယ် . . . ဖြစ်ပေါ်လာ
သောဘေးရန်ကို သတင်းပို့နိုင်သော ” အစွမ်းရှိပါတယ်။

“ဆောင်း” အခါမှာ ချမ်းပါတယ်၊ အေးပါတယ်။ ဒီအခါ . . . နေပူစာလှုံပါတယ်။
ဒီအခါ . . . နေကပေးနေသော “အပူစွမ်းအား” များ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သို့ ကျရောက်လာပါတယ်။
“အပူဓာတ်လှိုင်း” တွေ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်ကို ကျရောက်လာပါတယ်။ ဒီအပူဓာတ်လှိုင်းတွေကို
“ကာယပသာဒ” ခေါ်တဲ့ “ကိုယ်အကြည်ရုပ်” ကဖမ်းယူပြီးတော့ . . . “ခံစားမှု”နဲ့ ပြန်ပြော
ပါတယ်။

ဒီလိုနွေးနေသော နေရောင်ခြည်လေးက အေးတဲ့ဓာတ်ကို . . . ကာကွယ်ပေးပါတယ်။
ဒီအပူဓာတ်ကလေးဟာ . . . “ကာယပသာဒ” ခေါ်တဲ့ ကိုယ်အကြည်ရုပ်လေးခံနိုင်ရုံသာပေး
နေတယ်ဆိုရင် . . . ဒီအပူဓာတ်ဟာ သင့်တော်ပါတယ်လို့ . . . သိရပါတယ်။ အပူဓာတ်လေး
သင့်တော်ပါတယ်ဆိုတဲ့ သဘောကို . . . “သုခဝေဒနာ” နဲ့ ပြောပါတယ်။

အဲဒီလို ကိုယ်အကြည်ရုပ်ကလေးခံနိုင်တဲ့အဆင့်မှာရှိနေရင် . . . “သင့်တော်ပါတယ်”
. . . “သင့်တော်ပါတယ်” ဆိုတာဟာ ကောင်းပါတယ်လို့ပြောတာပါ။ ဒီလိုကောင်းပါတယ်ဆို
တာဟာ “သုခဝေဒနာ” နဲ့ပြောတာပါ။

ဒီလိုပဲ . . . နေပူထဲမှာ ကြာကြာထိုင်နေရင် . . . အပူကများများလာပါတယ်။ ဒီတော့
ပူလာပါတယ်။ ပူတဲ့သဘောက ဘာပြောတာလဲ . . . ဆိုရင် . . . “ပေးနေသောအပူစွမ်းအား
တို့သည် ခံယူနေသော ကိုယ်အကြည်ရုပ်တွေ ခံနိုင်တာ ထက် ပိုလာပြီ . . . များလာပြီ
. . . ဆိုတဲ့သဘောကို ပြောနေပါတယ်။ ပြောတော့လည်း “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ပြောရပါတယ်။
ဒီတော့မှ နေပူက ရှောင်ခွာပြီးပေးရပါတယ်။

ဒီ “အကြည်ရုပ်” တွေဟာ “သူ့နေရာ” နဲ့

“သူ့ကိစ္စ” . . . ကို . . . ဆောင်ရွက်ပေးနေကြတာပါ။

“စက္ခုပသာဒ” က “မြင်ကိစ္စ”

“သောတပသာဒ” က “ကြားကိစ္စ”

“ကာယပသာဒ” က “အတွေ့အထိကိစ္စ” တို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးနေကြပါတယ်။

ကာယပသာဒက . . . ရိုးရိုးဆောင်ရွက်ပေးတာမဟုတ်ပါဘူး . . . ။ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သို့ ကျရောက်လာသမျှသော ဘေးရန်များကို . . . “ကာယပသာဒ” က “ဝေဒနာ” နဲ့ သတင်းပို့ပေးရပါတယ်။ သတင်းပို့တော့လည်း . . . “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ပဲ သတင်းပို့ပါတယ်။ အဲဒီလို သတင်းပို့ပေးမှ “စိတ်” က အလျင်အမြန်အရေးယူဆောင်ရွက်နိုင်ပါတယ်။ ဒီသဘာဝတရားတွေက . . . ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို . . . ကရိယာအမျိုးမျိုးပြည့်ပြည့်စုံစုံ တပ်ဆင်ပေးထားတဲ့ အတွက် . . . ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးနဲ့ . . . ဒီဘဝခရီးကို . . . ယနေ့အထိ လျှောက်လှမ်းနိုင်တာပါ။ ဘေးရန်ပေါ်လာတယ်ဆိုရင် . . . ချက်ချင်းကာကွယ်နိုင်ပါတယ်။

အခုပြောနေတာတွေဟာ . . . “ဝိပါက” ခေါ်သော “အကျိုးဝိညာဉ်” တွေပါ . . . ။

“အတွေ့စိတ်” ဟာ “ဝိပါက” ပါ . . . သူ့ကို . . . “ကာယဝိညာဉ်စိတ်” လို့ခေါ်ပါတယ်။ ဒီ . . . ကာယဝိညာဉ်စိတ်ဟာ ဒီခန္ဓာကိုယ်နဲ့ပတ်သက်သော ကိစ္စအဝဝကို ပြောပြနေပါတယ်။ သူက ပြောပြမှသာလျှင် အလုပ်ကိုကောင်းမွန်စွာ လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒီအတွေ့လေးက . . . ဒုက္ခဝေဒနာနဲ့ပြောတာကိုသာ သိပါတယ်။ သို့သော် “သူ့ဝေဒနာ” နဲ့လည်း ပြောပါသေးတယ်။ “သူ့ဝေဒနာ” နဲ့ “ဒုက္ခဝေဒနာ” တို့ ကွဲပြားခြားနားအောင် . . . ဉာဏ်နဲ့ဆင်ခြင်ဖို့ လိုပါတယ်။

ဘာလုပ်ဖို့ . . . ဒီပသာဒရုပ်ကို ပဋိသန္ဓေကတည်းက ထည့်ပေးလိုက်တာလဲ . . . ?

ကိုယ်ပေါ်သို့ ကျရောက်လာသောဘေးရန်များကို . . . ကျရောက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် သတင်းပို့နိုင်အောင် . . . ဒီအကြည်ရုပ်များကို ပဋိသန္ဓေတည်ကတည်းက ထည့်ပေးလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ်အကြည်ရုပ်သာမပါရင် . . . ဒီခန္ဓာကိုယ်ကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ဖို့အတွက် . . . မလုပ်နိုင်တော့ပါဘူး။ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှု မလုပ်နိုင်ဘူးဆိုရင်လည်း . . . မကြာခင် . . . ပျက်စီးသွားပါမယ်။

အခုလောက်ထိအောင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးအလုပ်လုပ်နိုင်တာဟာ . . . ကျရောက်လာသော ဘေးရန်များကို ကျရောက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် “ဘေးရန်ကျရောက်နေပါပြီ” လို့ . . . စိတ်ကသိတဲ့အတွက် . . . ဘေးရန်ကို ကာကွယ်နိုင်ခဲ့လို့ပါ။ ဒီလိုစိတ်ကသိအောင် . . . “အကြည်ရုပ်” က . . . “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ သတင်းပို့ပေးလို့ . . . ကာကွယ်နိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီတော့ . . . “ဒုက္ခဝေဒနာ” ဆိုတာကို . . . ကိုယ်ကမကြိုက်မနှစ်သက်သော်လည်း . . . ဒီ “ဒုက္ခဝေဒနာ” ဟာ ခန္ဓာကိုယ်ပျက်စီးမှုကို ကာကွယ်ပေးဖို့အတွက် လိုအပ်ချက်အဖြစ် နဲ့ အလုပ်လုပ်ပေးနေရပါတယ်။

“ဒုက္ခဝေဒနာ” သာမပါရင် . . . “ကာကွယ်ရေး” ကိစ္စကို မလုပ်နိုင်ပါဘူး။ ဒီတော့ . . . “ဒုက္ခဝေဒနာ” ဟာ . . . “လိုအပ်ချက်” . . . ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒါကို . . . သေသေချာချာသိရပါမယ် . . . ဒုက္ခဝေဒနာဆိုတာဟာ . . . ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သို့ကျရောက်လာသမျှသော ဘေးအန္တရာယ်များကို . . . ကာကွယ်ဖို့အတွက်

. . . သတင်းပို့နေတာဖြစ်ပါတယ် . . . ။ ဒီလိုသတင်းပို့နိုင်အောင် “ကာယပသာဒ” ခေါ်တဲ့ ကိုယ်အကြည်ရုပ်တွေ တပ်ပေးထားပါတယ်။ ပဋိသန္ဓေတည်ကတည်းက . . . တပ်ပေးခဲ့ ပါတယ်။

ဘယ်သူက . . . တည်ပေးခဲ့တာလဲ . . . ?

“ကံစွမ်းအား” ကတည်ပေးခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ ကံစွမ်းအားကြောင့် ဒီရူပက္ခန္ဓာဖြစ်လာ ရတယ်။ ဒီရူပက္ခန္ဓာထဲမှာ . . . ကိုယ်အကြည်ရုပ်ခေါ်တဲ့ SKIN SENSORY CELL လေးတွေ . . . ကို . . . ကံစွမ်းအားကပဲ ထည့်ပေးခဲ့ပါတယ်။

ဒီ “ကံစွမ်းအား” က ဘာဖြစ်လို့ ပသာဒရုပ်တွေကို ထည့်ပေးရတာလဲ . . . ?

ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သို့ ကျရောက်လာသော ဘေးအန္တရာယ်များကို ကာကွယ်ဖို့အတွက် သတိပေးပစ္စည်းအဖြစ် ကိုယ်အကြည်ရုပ်ကို ထည့်ပေးခဲ့ပါတယ် . . . ။

ဒါကြောင့် . . . သတိပေးပစ္စည်းဖြစ်သော ကိုယ်အကြည်ရုပ်က “ဒုက္ခဝေဒနာ” နဲ့ သတင်းပို့နေရပါတယ်။

ဒီတော့ . . . ဒီအကြောင်းအရာတွေကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံနားလည်မှ “ရူပက္ခန္ဓာ” မှာ ရှိနေ သော “ကာယိကဒုက္ခ” . . . တို့သည် . . . ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သို့ ကျရောက်လာသော ဘေးရန်များကို . . . ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် ဒီလို “ခံစားမှု” များနဲ့ သတင်းပို့ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို . . . ထည့်ပေးတဲ့အခါ . . . လူတိုင်းမှာ . . . ကိုယ်အကြည်ရုပ်များပါလာပြီးတော့ အလုပ်လုပ်ကြရပါတယ်။

အဲဒီမှာ . . . ပြန်ပြောရရင် . . . ပဋိသန္ဓေ တည်သောအခါ . . . “ပဋိသန္ဓေရုပ်” ဖြစ်လာတယ် . . .

အဲဒီ “ရုပ်ဗီဇ” နဲ့ “နာမ်ဗီဇ” . . . နှစ်ခုကို “ကံစွမ်းအား” ကတည်ပေးလိုက်ပါတယ်။ အခုလို တည်ပေးတဲ့ “ကံစွမ်းအား” က အားကောင်းဖို့လိုပါတယ်။ ဒီ “ကုသလကံစွမ်းအား” က အားကောင်းမှသာလျှင် . . . မျက်စိအကြည်ရုပ်၊ နား အကြည်ရုပ်၊ နှာခေါင်းအကြည်ရုပ်၊ လျှာအကြည်ရုပ်၊ ကိုယ်အကြည်ရုပ် . . . တို့ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြစ်ပေါ်လာတာပါ။

ပြည့်ပြည့်စုံစုံမပါခဲ့ရင် . . . ကံစွမ်းအားက အားနည်းခဲ့ရင် . . . ပဋိသန္ဓေတည်ကတည်း က . . . မျက်စိအကြည်ရုပ်မဖြစ်လာဘူးဆိုရင် သူဟာ မွေးကတည်းက မမြင်တော့ပါဘူး။ တို့အတူပဲ . . . ပဋိသန္ဓေတည်ကတည်းက နားအကြည်ရုပ်မပါရင် . . . မကြားပါဘူး။

ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် . . . သူ့ကိုတည်ပေးနေသော “ကံစွမ်းအား” က အားနည်း နေလို့ဖြစ်ပါတယ်။ မွေးကတည်းက မျက်စိမမြင်တဲ့ကလေးတွေ မွေးကတည်းက နားမကြားတဲ့ ကလေးတွေ ကို မြင်ဘူးကြပါတယ်။ အဲဒါဟာ စက္ခုပသာဒ ပျက်တဲ့ကလေး . . . သောက ပသာဒပျက်တဲ့ ကလေး . . . တွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုပဲ . . . ခန္ဓာကိုယ်အရေပြားပေါ်တွင် “ကာယပသာဒ” လို့ခေါ်တဲ့ ကိုယ်အကြည် ရုပ်မပါတဲ့ကလေးလည်းရှိသေးတယ်။ လူတစ်သန်းမှာ တစ်ယောက်လောက်တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုကိုယ်အကြည်ရုပ်မပါတဲ့ကလေးဟာ

“နာမုန်းလည်းမသိဘူး”၊ “ကျင်မုန်းလည်းမသိဘူး”၊ “ပူမုန်းလည်းမသိပါဘူး” . . . ဒီလို . . . မနာ . . . မကျင် . . . မပူ တာကို သက်သာတယ်လို့ထင်ရပေမယ်လို့ . . . သူဟာ “ကာကွယ်ရေးကိစ္စ” ကို မလုပ်နိုင်တော့ပါဘူး။

အဲဒီသဘာဝတရားတွေ “ရူပက္ခန္ဓာ” မှာ ရှိနေပါတယ်။ “ကံ” ကတည်ပေးတဲ့ “အကြည်ရုပ်”တွေဟာ . . . သူ့နေရာနဲ့ သူ့ကိစ္စ . . . ပြည့်စုံအောင် ဆောင်ရွက်ကြရပါတယ်။ အဲဒါကို သေသေချာချာ သဘောပေါက်အောင် စဉ်းစားနိုင်ဖို့ . . . လိုအပ်ပါတယ်။

အတ္တဒိဋ္ဌိ ... ရှိလျှင် ... အပါယ်ကျမည်

သဗ္ဗာနိ စ အပါယဂါမိနီကမ္မာနိ နာမ
 အတ္တဒိဋ္ဌိ ယာ သတိယာ ဧဝ အာပဇ္ဇတိ ၊
 အသတိယာ န အာပဇ္ဇတိ ။

သဗ္ဗာနိ စ အလုံးစုံလည်းဖြစ်ကုန်သော
 အပါယဂါမိနီကမ္မာနိ နာမ.....
 အပါယ်သို့လားစေသော
 ကံတို့မည်သည်ကား
 အတ္တဒိဋ္ဌိ ယာ
 အတ္တဒိဋ္ဌိသည် (ဝါ) မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသည်
 သတိယာ ဧဝ
 ရှိမှသာလျှင်
 အာပဇ္ဇတိ
 ရောက်ရ၏။
 အသတိယာ

L

ဗုဒ္ဓဒေသနာ နှင့် ဝိပဿနာ ပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ (ရန်ကုန်)

ဆရာကြီး ဦးဌေးအောင်
 (မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဇေ)

၏
 (၂၅) ကြိမ်မြောက် ဗုဒ္ဓဒေသနာသင်တန်း
 မှ
 ဟောပြောချက်များ

(၆) ဝိပါကဏ္ဍ . . . (၆ - ၄ - ၂၀၀၇)

(သင်တန်းသားများအတွက်သာ)
 ဗုဒ္ဓဒေသနာ နှင့် ဝိပဿနာပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ (ရန်ကုန်) မှ ဖြန့်ချိသည်။

ဓမ္မမိတ်ဆွေများ . . .

ဆရာကြီးဦးဌေးအောင်၏ ဟောကြားခဲ့သော တရားတိတ်ခွေများ၊ ဗြဟ္မီဒီများ၊ ဒီဗီဒီများ၊ အမ်ပီသရီးများ၊ စာအုပ်များကို အလွယ်တကူ ဝယ်ယူမှာကြားနိုင်ရန်အတွက် ရှင်သာမဏေ ဓမ္မဗိမာန်တွင် အပါတ်စဉ် စနေနေ့ နှင့် တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း နေ့လည် (၁၂:၀၀) နာရီမှ (၁၄:၀၀) နာရီ အထိ အလုပ်အမှုဆောင်အဖွဲ့မှ လာရောက်ဆောင်ရွက်ပေးနေပါကြောင်း အသိပေးအပ်ပါသည်။

အလုပ်အမှုဆောင်အဖွဲ့

ဗုဒ္ဓဒေသနာ နှင့် ဝိပဿနာ ပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ (ရန်ကုန်)