

ထိုင်ကြည့်တဲ့သဘော

=====

ပင်ပင်ပန်းပန်းကြီး မဟုတ်ပါ။ ဥပမာ လူတစ်ယောက်က သူ့အလုပ် သူလုပ်နေတာကို လူတစ်ယောက်က သူ  
ဘာများ လုပ်နေသလဲလို့ ဆိုပြီးတော့ အနားသွားပြီး ထိုင်ကြည့်တဲ့သဘောပဲ။ အဲဒီလို ထိုင်ကြည့်တဲ့အခါ  
မပင်ပန်းပါဘူး။ အသက်လည်း တစ်မျိုးတစ်မည် ပြောင်းမရှူရပါ။ ဒီလူဘာများလုပ်နေသလဲလို့  
ထိုင်ကြည့်နေသလိုလေး ရှုကြည့်ရမှာပါ။ အဲဒီလို ရှုကြည့်တော့ ရုပ်ရဲ့အလုပ်က အေးတဲ့အလုပ်၊ ပူတဲ့အလုပ်၊  
တိုးတဲ့အလုပ်၊ တိုက်တဲ့အလုပ်၊ တွန်းတဲ့အလုပ်၊ ကန်တဲ့အလုပ်၊ လှုပ်တဲ့အလုပ် စသည်တွေပါ။ အဲဒီ  
ရုပ်အလုပ်တွေကိုသတိ၊ ဝီရိယ၊ ပညာနဲ့ စောင့်ကြည့်တဲ့အခါ ပူတဲ့အခိုက် ရုပ်တရားပါလား၊ အေးတဲ့ အခိုက်  
ရုပ်တရားပါလားလို့ အမြဲသိနေတာကို ဝိပဿနာရှုတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်-“ဝိပဿနာဆိုတာ ခန္ဓာမှာ ပညာရှေ့သွား ရှုရမည်၊ ပညာရှေ့သွား ရှုသူအား နှစ်ပါး  
ရုပ်နာမ်တွေ့ရမည်” လို့ မှတ်ထားကြပါ။ ရှုခါစမှာ ပထမတော့ ဆရာသမားပြောတဲ့အတိုင်း အေး နွေး တိုက်  
တွန်း ထိသဘောက ရုပ်တရားပဲ။ “ရုပ်-ရုပ်” လို့ ရှုနေတာက နာမ်တရားပဲလို့ အနုမာနနည်းနဲ့ မှန်းဆ  
ရှုနေတာပါ။

လုပ်ယူလို့ မရပါ

=====

ဆရာသမားပြောတဲ့အတိုင်း “ရုပ်-ရုပ်” နဲ့ ရှုနေရာမှ နောက်ပိုင်းမှာ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာ  
ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးပဲရှိပါလားလို့ရုပ်နာမ်ကို ပိုင်းခြားသိလာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုသိရင် နာမ်ရုပ်ပိုင်းခြားသိတယ်လို့  
ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီအသိကို လုပ်ယူလို့ မရပါ။ စာကျက်ယူလို့လည်း မရပါ။ “ရုပ်နာမ် မှန်စွာ၊ မြင်တွေ့လာ၊  
ဉာဏ်ဟာ တက်လာသည်။” “ရုပ်နာမ် ခြင်းရာ၊ သိဖို့ရာ၊ ဆက်ကာ ကြိုးစားရှုရမည်။” ဆိုတဲ့အတိုင်း  
ရုပ်အမှန်ကို နာမ်အမှန်ကို မြင်တွေ့လာတယ်ဆိုကတည်းက နဂိုအနေထက် ဉာဏ်တက်သွားပါပြီ။  
အသိအမြင်ထူးသွားပါပြီ။ အဲဒီ အသိဟာ သာမန်အသိမဟုတ်ပါ။ ဒိဋ္ဌိပြုတ်တဲ့ အသိပါ။  
အဲဒီအသိကိုရဖို့အင်မတန် အရေးကြီးပါတယ်။ တရားအားထုတ်တဲ့အခါ အဲဒီ အသိကို တစ်နံပါတ် ရရမှာပါ။  
နောက် ဘာဆက်လုပ်မလဲဆိုရင် အဲဒီအသိသည် ဘယ်လိုသဘော ရှိသလဲ၊ အဲဒီ နာမ်သည် ဘယ်လိုသဘော  
ရှိသလဲလို့ ရုပ်နာမ်သဘောကို သိအောင် ဆက်ပြီး “ရုပ်-ရုပ်” “နာမ်-နာမ်” နဲ့ ရှုရမှာပါ။ ဥပမာ  
အရာဝတ္ထုတစ်ခုကိုကြည့်နေရင် သူ့ဘယ်လို သဘောရှိသလဲဆိုတာ သိလာသလို စုံထောက်တစ်ယောက်က  
လူတစ်ယောက်ကို စုံစမ်းထောက်လှမ်းသလို အလိုက်သင့်ကလေး ရုပ်၊ နာမ်အရှိကို စောင့်ကြည့်  
စောင့်ရှုရမှာပါ။

စုံထောက်တာပါ

=====

ယခုလည်း တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ရုပ်နာမ်ကို စုံထောက်တာပါ။ ရုပ်ဟာ ဘယ်လိုသဘောရှိသလဲ၊  
နာမ်ဟာ ဘယ်လိုသဘောရှိသလဲလို့ စောင့်ကြည့်တဲ့အခါ ဖောက်ပြန်သဘောသည် ရုပ်တရား၊ သိတဲ့

ညွတ်တဲ့သဘောသည် နာမ်တရားလို့ သိလာပါလိမ့်မယ်။ ရုပ်က ဘယ်လိုသဘော ရှိသလဲဆိုရင် ဖောက်ပြန်တဲ့သဘော၊ ဖောက်ပြန်တယ်ဆိုတာ နာလိုက်၊ ကျင်လိုက် စသည်ဖြစ်နေတာကိုခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ နာသဘော စသည်ကို သိတာက နာမ်ပါ။ ဖောက်ပြန်တာက ရုပ်အလုပ်၊ သိတာက နာမ်အလုပ်၊ ဉာဏ်အလုပ်ပါ။ ရုပ်တရားက ဖောက်ပြန်ပြီးရင် ပျက်သွားပါတယ်။ နာမ်တရားကလည်း သိပြီးရင် ပျက်သွားပါတယ်။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်က “ဪ၊ ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာ ရုပ်နဲ့နာမ်ပဲ ရှိတယ်။ ရုပ်ကလည်း ဖောက်ပြန်ပြီးတော့ ပျက်သွားပါတယ်။ နာမ်ကလည်း သိပြီးတော့၊ ညွတ်ပြီးတော့ ပျက်သွားတယ်။ ဒီခန္ဓာကိုယ်မှာ ခိုင်တာမြဲတာ မရှိပါလားလို့ သိလာပါလိမ့်မယ်။”

ရုပ်နာမ် ခြင်းရာ

=====

“ရုပ်နာမ် ခြင်းရာ၊ သိဖို့ရာ၊ ဆက်ကာ ကြိုးစား ရှုရမည်” ဆိုတဲ့အတိုင်း ဆက်ပြီးတော့ ရှုတော့ ရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါးရဲ့ သဘောတရားကို ပိုင်းပိုင်းခြားခြား ပြတ်ပြတ်သားသား ဘယ်လိုသိလာနိသင်လဲဆိုရင်-“အခိုင်းသမား၊ နာမ်တရား၊ လုပ်သား ရုပ်ဖြစ်သည်။” -လို့ သိလာပါလိမ့်မယ်။ ပထမ ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးပဲ ပိုင်းခြားသိပါတယ်။ ရုပ်နာမ်သဘောကို ဆက်ရှုတော့ နာမ်တရားက အခိုင်းသမားပဲလို့ သိလာပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ သိရမှာပါ။ အဲဒီလို သိဖို့ရာ စတီရှုရသည်။ စိတ်အေးအေးနဲ့ အချိန်များများယူပြီး ရှုကြည့်မှ သိနိုင်မှာပါ။ ခဏကလေးနဲ့တော့ မသိနိုင်သေးပါ။ နာမ်က အခိုင်းသမား၊ ရုပ်က အလုပ်သမားဖြစ်သည့် အလျောက်၊ အခိုင်းသမား နာမ်ကလည်း ခိုင်းစရာရှိရင် ခိုင်းလိုက်၊ အလုပ်သမားဖြစ်တဲ့ ရုပ်ကလည်း နာမ်ခိုင်းသမျှ လုပ်ပါတယ်။

မျက်စိကနေပြောရင်

=====

ဘုန်းကြီးတို့ မျက်စိကနေ တစ်ခုချင်း တစ်ခုချင်း ကြည့်ပြီးတော့ ပြောကြည့်ရအောင်ပီ။ ကြည့်ချင်တာက နာမ်၊ တကယ်ကြည့်တာက ရုပ်ပါ။ ကြည့်ခိုင်းတာက နာမ်၊ ကြည့်တာက ရုပ်ပါ။ မျက်စိထဲမြင်ခိုက်မှာ နာမ်နဲ့ရုပ်ပဲ ရှိပါတယ်။ နားထောင်ချင်တာက နာမ်၊ နားထောင်တာက ရုပ်၊ ရှုချင်တာက နာမ်၊ ရှုတာက ရုပ်၊ စားချင်တာက နာမ်၊ စားတာက ရုပ်၊ ထိချင်တာက နာမ်၊ ထိတာက ရုပ်၊ ကြံချင်တာက နာမ်၊ ကြံတာလည်း နာမ်ပါ။

အလိုက်သင့်ရှုပါ

=====

အဲဒီသဘောတွေကို လိုက်ပြီးတော့ အလိုက်သင့် ရှုကြည့်နေတော့ တော်တော်ကြာလာရင် ရုပ်ပဲ နာမ်ပဲ ကွဲလာမယ်။ အခိုင်းသမား၊ အလုပ်သမား ကွဲလာမယ်။ အဲဒီလို အလိုက်သင့်ကလေး လိုက်ရှုကြည့်တော့ မပင်ပန်းပါ။ ဝိပဿနာတရားဆိုတာ အထူးအဆန်း မဟုတ်ပါ။ နဂိုပကတိအတိုင်းလေးမှာ သတိလေး ပြောင်းထားလိုက်တာပါပဲ။ အသိလေးပြောင်းထားလိုက်တာပါပဲ။ နဂိုတုန်းက ငါပဲ၊ သူပဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ သတ္တဝါပဲဆိုတဲ့ ငါ၊ သူသတိ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါသတိကနေ ရုပ်နာမ်ပေါ် သတိပြောင်းထားလိုက်တာပဲ။ နဂိုက

ခေါင်း၊ ကိုယ်၊ ခြေ၊ လက်တွေပေါ်မှာ သတိထားရာကနေ ရုပ်နာမ်အပေါ် သတိပြောင်းထားလိုက်တာပဲ။  
ရုပ်နာမ်သဘော သိအောင်ပြောရရင်အသက်ရှူသွင်းချင်တာကနာမ်၊ အသက်ရှူသွင်းတာက ရုပ်ပါ။  
မျက်စိဖွင့်ချင်တာက နာမ်၊ မျက်စိဖွင့်တာက ရုပ်ပါ။ ရှူသွင်းတဲ့အခါမှာ အလိုက်သင့်ကလေး စောင့်ကြည့်တော့  
သိသွားပါတယ်။

ဖောက်ပြန်တယ်ဆိုတာ

ဖောက်ပြန်တယ်ဆိုတာ အသက်ရှူမသွင်းခင်က တစ်မျိုး၊ ရှူသွင်းလိုက်တော့ တစ်မျိုး၊ မျက်စိမဖွင့်ခင်  
ကတစ်မျိုး၊ မျက်စိဖွင့်လိုက်တော့ တစ်မျိုး၊ ပြောင်းသွားတာကို ဖောက်ပြန်တယ် ခေါ်ပါတယ်။  
ရုပ်လို့ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီ တစ်မျိုးဖြစ်သွားခိုက်မှာ ရုပ်လို့ ရှူပါ။ နဂိုအနေကနေ နောက်တစ်မျိုး  
ပြောင်းသွားတဲ့အခါ နဂိုအနေ မရှိတော့ပါ။ နဂိုအနေ မရှိတာကို ပျက်သွားတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။  
နောက်ထပ်အသစ် ဖြစ်လာတာကို အဖြစ်လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ အဖြစ်ကလည်း  
အမူအရာတစ်မျိုးပြောင်းသွားတော့ အဖြစ်မရှိတော့ပါ။ ပျက်သွားပါပြီ။

ရုပ်ဖောက်ပြန် နာမ်ကသိ

=====

အဲဒီသဘောတွေကို သတိထား၊ ဝီရိယစိုက်ပြီး ဉာဏ်နဲ့ကြည့်တော့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ရုပ်ကဖောက်ပြန်  
နာမ်ကသိနေပါလား။ ဖောက်ပြန်တဲ့ ရုပ်ကလည်း ဖောက်ပြန်ပြီး ပျက်သွားပါလား။ သိတဲ့နာမ်ကလည်း  
သိပြီးတော့ ပျက်သွားပါလားလို့ သိလာလိမ့်မယ်။ “ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ၊ ခိုင်းလုပ်တာ၊ ဆက်ကာရှုရမည်။” -  
ဆိုတဲ့အတိုင်း အခိုင်းသမား နာမ်တရားရဲ့သဘော၊ အလုပ်သမား ရုပ်တရားရဲ့သဘောကို သိအောင် ဆက်ရှုလို့  
သိတာပါ။ အလိုလို အမှတ်တမဲ့နေလို့သိတာမဟုတ်ပါ။ ပြီးတော့-“ခိုင်းသားနာမ်လည်း၊ ခိုင်းရင်းပဲ၊  
မမြဲပျက်ရသည်။” -ဆိုတဲ့အတိုင်း ခိုင်းသားနာမ်ကို ပြန်ကြည့်ရင် ခိုင်းသားနာမ်ကလည်း အလုပ်တစ်ခုကို  
နှစ်ခါပြန် မခိုင်းပါ။ တစ်ခါခိုင်းပြီး ပျက်သွားပါတယ်။ နောက်ထပ် ခိုင်းချင်တာက အသစ်နာမ်ပါ။

အသစ်အသစ်နာမ်

=====

အဲဒီလို အသစ်အသစ်နာမ်ကို မြင်အောင် ရှုရမှာပါ။ ပြီးတော့-“လုပ်သားရုပ်လည်း၊ လုပ်ရင်းပဲ၊ မမြဲပျက်ရသည်။” -  
ဆိုတဲ့အတိုင်း နာမ်ကခိုင်းလို့ လုပ်ရတဲ့ ရုပ်တရားကလည်း တစ်ခါလုပ်ပြီးရင် ပျက်သွားပါတယ်။ အလုပ်တစ်ခုကို  
နှစ်ခါပြန် မလုပ်နိုင်ပါ။ တစ်ခါလုပ်ပြီးရင် တစ်ခါပျက်ပါတယ်။

ဖြစ် ပျက် မဆိုရပါ

=====

အဲဒီသဘောကို ရှုတဲ့အခါ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ “ဖြစ်-ပျက်” “ဖြစ်-ပျက်” လို့ မဆိုရပါ။ “ဖြစ်တယ်” “ပျက်တယ်”  
လို့လည်း မဆိုရပါ။ ဖြစ်မှန်း ပျက်မှန်း သိအောင် သတိထား ဝီရိယစိုက်ပြီး ဉာဏ်နဲ့ကြည့်နေရုံပါပဲ။ အဲဒီလို  
ဖြစ်မှန်း ပျက်မှန်းသိတဲ့အခါ ဖြစ်ပျက်သိပြီလို့ မတော်လိုက်နဲ့ဦး။ ရုပ်တရားကလည်း မမြဲပါလား။

နာမ်တရားကလည်း မမြဲပါလားလို့ သိတဲ့ဉာဏ်ကိုရအောင် ဆက်ရှုရပါဦးမယ်။ မမြဲပါလားလို့ သိတဲ့ ဉာဏ်ကလေးကို ရရမှာပါ။ ယခု အားထုတ်တာလည်း အဲဒီအသိဉာဏ်ကို လိုချင်လို့ အားထုတ်တာပါ။ ကြာကြာထိုင်နိုင်အောင် အားထုတ်တာမဟုတ်ပါ။ အထိုင်ကျင့်တာမဟုတ်ပါ။ ထိုင်ကောင်းအောင် အားထုတ်တာမဟုတ်ပါ။

အသိဉာဏ် ရအောင်

=====

ကြာကြာရပ်နိုင်အောင် အားထုတ်တာလည်း မဟုတ်ပါ။ ရပ်ကောင်းအောင် အားထုတ်တာလည်း မဟုတ်ပါ။ ရပ်နာမ်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အသိဉာဏ်ကို ရအောင် အားထုတ်တာပါ။ အဲဒီ အသိဉာဏ်ရတော့မှ လောဘ ဒေါသ မောဟ စတဲ့ ကိလေသာတွေကို ပယ်နိုင်တာပါ။ ဟုတ်ပါတယ်။ မကောင်းတာကို မကောင်းဘူးလို့ သိသွားရင် မကောင်းတာကို မလုပ်တော့ပါ။ အဲဒီလို မလုပ်တာကို ပယ်တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကောင်းတာကို ကောင်းတယ်လို့သိရင် ကောင်းတာကို ရအောင် ကြိုးစား အားထုတ်မှာပါ။

ဘာအရေးကြီးလဲ

=====

ဒါကြောင့် ဘာအရေးကြီးလဲဆိုရင် အသိ အလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာ အရေးကြီးပါတယ်။ အထူးမှတ်ထားရမှာက ကြာကြာထိုင်နိုင်ဖို့ မဟုတ်။ ကြာကြာရပ်နိုင်ဖို့ မဟုတ်။ အသိ အလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာ အထူးရဖို့ပါ။ အသိ အလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာထူး ရသွားရင် မေကောင်းတာကို မလုပ်ချင်၊ မပြောချင်၊ မကြံချင်တော့ပါ။ ပယ်လိုက်ပါပြီ။ ကောင်းတာကို ရအောင် ကြိုးစားပြီး ပြု ပြော ကြံစည်ပါလိမ့်မယ်။ ယခု ပြောခဲ့တဲ့ အကျိုးတရားတွေဟာ ဝိပဿနာရဲ့ အကျိုးတရားတွေပါ။ ယခု ပြောခဲ့တဲ့ အတိုင်းဆိုရင် ဝိပဿနာ အားထုတ်ရတာ မပင်ပန်းပါ။ ချမ်းချမ်းသာသာပါပဲ။

ကျေးဇူးတော်ရှင် တောင်စွန်း ဓမ္မဒူတဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ “ဝိပဿနာဆိုတာ ဘာလဲ” စာအုပ်မှ-