# အတ္တုက္ကံသနနှင့် ပရဝမ္ဘန

**အတ္တုက္ကံသန** = အတ္တ + ဥက္ကံသန

- မိမိကိုယ်ကို အမွှန်းတင် ဂုဏ်ဖော်၍ပြောဆိုရေးသားခြင်းဖြစ်၏။ ထိုသို့ပြုလုပ်လျှင် မိမိဂုဏ်ကို သာယာသော လောဘနှင့် အထင်ကြီးသော မာနများ ဖြစ်တတ်၏။

**ပရဝမ္ဘန** = ပရ + ဝမ္ဘန

- သူတပါးကို အပြစ်ရှာ၍ ပြောဆိုရေးသားခြင်းဖြစ်၏။ ထိုသို့ပြုလုပ်လျှင် ဣဿာနှင့် ဒေါသသဘောများ ဖြစ်တတ်၏။

**ရှေးပညာရှိများအဆို**

ဂုဏ်မလုပ်နှင့် ဂုဏ်လုပ်လျှင် ဂုဏ်ပုပ်တတ်သည်။

ဂုဏ်မမောက်နှင့် ဂုဏ်မောက်လျှင် ဂုဏ်ပျောက်တတ်သည်။

ဂုဏ်မမော်နှင့် ဂုဏ်မော်လျှင် ဂုဏ်ချော်တတ်သည်။

**မစ္ဆရိယ (၂) မျိုး**

- ရရှိပြီး စည်းစိမ်ကိုစွဲ၍ဖြစ်တတ်သော မစ္ဆရိယ၊
- ရလတ္တံ့သော စည်းစိမ်ကိုစွဲ၍ဖြစ်တတ်သော မစ္ဆရိယ။

**မစ္ဆရိယ နှင့် ကဒရိယ**

- နူးညံ့သိမ်မွေ့သော ဝန်တိုမှုသည် **မစ္ဆရိယ**
- ကြမ်းတမ်းသော ဝန်တိုမှုသည် **ကဒရိယ**
  - ကြမ်းတမ်းသော ဝန်တိုမှုရှိသူသည် ကိုယ်တိုင်မပေးလှူသည့်အပြင် သူတပါးပေးလှူခြင်းကိုလည်း အလှူမထမြောက်အောင် တားမြစ်ပိတ်ပင်တတ်၏။

**မစ္ဆရိယ (၅) မျိုး**

၁။ အာဝါသမစ္ဆရိယ = မိမိအိပ်ရာနေရာ၌ ဝန်တိုမှု၊

၂။ ကုလမစ္ဆရိယ = မိမိဆွေမျိုး မိတ်ဆွေများ၌ ဝန်တိုမှု၊

၃။ လာဘမစ္ဆရိယ = စည်းစိမ်ချမ်းသာ၌ ဝန်တိုမှု၊

၄။ ဝဏ္ဏမစ္ဆရိယ = ရုပ်အဆင်း ဂုဏ်သတင်းတို့၌ ဝန်တိုမှု၊

၅။ ဓမ္မမစ္ဆရိယ = အသိပညာ အတတ်ပညာ၌ ဝန်တိုမှု။

**မစ္ဆရိယ၏ အရင်းခံမူလတရား (၂) ခု**

- လောဘဓာတ်
- ဒေါသဓာတ် အရင်းခံ၍ "မစ္ဆရိယ" ဖြစ်ပေါ်၏။

**မစ္ဆရိယကြောင့်ဖြစ်သော ကိလေသာ (၇) မျိုး**

၁။ ကလဟ = ကိုယ်ထိလက်ရောက် ရန်ဖြစ်ခြင်း၊
၂။ ဝိဝါဒ = နှုတ်ဖြင့် ငြင်းခုန်ခြင်း၊
၃။ ပရိဒေဝ = ငိုကြွေးခြင်း၊
၄။ သောက = စိုးရိမ်ခြင်း၊
၅။ မာန = မာန်ရှိခြင်း၊
၆။ အတိမာန = အလွန်မာန်ကြီးခြင်း၊
၇။ ပေသုည = ကုန်းတိုက်ခြင်း။

**မစ္ဆရိယ (၃) မျိုး**

၁။ ခန္ဓမစ္ဆရိယ = မိမိပိုင်ဆိုင်ရရှိထားသည့် ခန္ဓာငါးပါးဟူသော ဥပပတ္တိဘဝကို သူတပါးတို့နှင့် မဆက်ဆံစေဘဲ ဤအံ့ဖွယ်သည် ငါ့အားသာဖြစ်ပါစေ၊ အခြားသူတို့အား မဖြစ်ပါစေနဲ့ဟု ဖြစ်သော ဝန်တိုမှု၊

၂။ အာယတနမစ္ဆရိယ = စက္ခုစသော အာယတနများသည် ငါ့အားသာ စုံစုံလင်လင်ဖြစ်ပါစေ၊ အခြားသူများအား မဖြစ်ပါစေနဲ့ဟု ဖြစ်သော ဝန်တိုမှု၊

၃။ ဓာတုမစ္ဆရိယ = စက္ခုစသောဓာတ်များသည် ငါ့အားသာ စုံစုံလင်လင်ဖြစ်ပါစေ၊ အခြားသူများအား မဖြစ်ပါစေနဲ့ဟု ဖြစ်သော ဝန်တိုမှု။

(မဟာနိဒ္ဒေသ၊၂၈၊နှ၊၉၇)

နံနက်မစ္ဆေ ညနေဣဿာ ညဥ့်မှာရာဂ ဤသုံးဝဖြင့်
ကာလကုန်စေ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ သေလျှင်ငရဲ ဖြစ်ရမြဲ။

(တီဟိဓမ္မသုတ်၊သဠာယတနသံ၊၂၊၄၃၇)

လူဖြောင့်စိတ်တို လူချိုစိတ်ကောက် ထိုနှစ်ယောက်မှာ
ချိုကောက်ကိုသာ ရှောင်လေရာ။

**❁ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဣဿာ မစ္ဆရိယ ပယ်/မပယ် ❁**

## “ကုက္ကုစ္စ” နှင့် “မစ္ဆရိယ” ထူးခြားချက်

➢ တစ်ဦးတစ်ယောက် ရသင့်ရထိုက်သော စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရနေသည်ကိုင်း၊ ရလတ္တံ့ဖြစ်သည်ကိုင်း ကြံစည်ကြားသိရလျှင် စိတ်ပင်ပန်းနေခြင်းသဘောသည် **ဣဿာ**

➢ မိမိအလိုရှိသော စည်းစိမ်ဥစ္စာကို မိမိရမှ ရပါမည်လားဟု, မိမိမရမှာကို ကြံစည်စိတ်ပင်ပန်းနေခြင်း သဘောသည် **မစ္ဆရိယ**

“ဣဿာ” နှင့် “မစ္ဆရိယ” သည် အတူတူဖြစ်လေ့ မရှိကြ။

## ကုက္ကုစ္စ (၃) မျိုး

၁။ **ကုက္ကုစ္စစေတသိက်**

➢ ပြုအပ်ပြီး ပြုခဲ့ဖူးသော ဒုစရိုက်၊ မပြုရသေးသော သုစရိုက်များကို နောင်တတဖန် ပူပန်ရခြင်းသဘော။

၂။ **ဝိနယ ကုက္ကုစ္စ**

➢ ဝိနည်း သိက္ခာပုဒ်နှင့် ပတ်သက်ပြီး ဉာဏ်မမှီသဖြင့် သံသယဖြစ်ခြင်း။

၃။ **အသံ့ယတကုက္ကုစ္စ**

➢ စောင့်စည်းမှုမရှိဘဲ လက်ခြေလှုပ်ရှားမှု၊ ဆော့ကစားနေမှုများ။

ထေရဝါဒ ကမ္မဋ္ဌာန်းလမ်းစဉ် - ၃၀/၁၀/၂၀၂၁
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ မေတ္တာနန္ဒဆရာတော် ဦးဃောသိတာဘိဝံသ (USA)
https://winmetta.org