

အသုံးချကျင့်လမ်း မြတ်ပဋ္ဌာန်း

❖ အပိုင်း (၂) ❖



🙏 ဥပနိဿယပစ္စယော 🙏

“ဥပနိဿယပစ္စည်း”သည် အင်မတန် ကျယ်ဝန်း၏။

လောက၌ လူသားတို့ ပြောဆိုသုံးနှုန်း နေသော အကြောင်းအကျိုးများသည် အဘယ်ကြောင့်ဖြစ်
၏။ ဘယ်အလှူသည် အဘယ်ကြောင့်ဖြစ်၏။ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အဘယ်အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်၏...
စသည်များကို ပဋ္ဌာန်းပစ္စည်းဖြင့် ပြောရလျှင် “ဥပနိဿယပစ္စည်း”ကိုပဲ ပြောရခြင်းများ၏။

လူတို့ပြုလုပ်ကြသော ကုသိုလ်ကံ၊ အကုသိုလ်ကံ အကြောင်းတို့သည်...

၁။ အားကြီးသော အကြောင်းတရား

၂။ အားနည်းသော အကြောင်းတရား ဟု နှစ်မျိုးရှိ၏။

“ဥပနိဿယပစ္စည်း”သည် သာမည (အားနည်းသောအကြောင်းတရား) မဟုတ်၊ **အားကြီးသော
အကြောင်းတရား** ဖြစ်၏။

🌸 ဥပနိဿယ (၃) မျိုး 🌸

(၁) အာရမ္မဏူပနိဿယ

စိတ်များဖြစ်ပေါ်လာရာ၌ ထက်သန်အားကောင်းသော အာရုံတို့သည် အားကြီးသော မှီရာဖြစ်၏။ သာမန်အာရုံမဟုတ်ဘဲ အလွန်စွဲမက်လောက်သော အာရုံ၊ လွန်စွာ ကြည်နူးဖွယ်ကောင်းသော အာရုံ ဖြစ်၏။ ထိုအာရုံတို့သည် မိမိတို့ကို အလေးအနက် အာရုံပြုကြသောပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သန္တာန်၌ စိတ်၊ စေတသိက်တရားတို့အား လျင်သောအဟုန်ဖြင့်ဖြစ်စေရန် လွန်စွာကြိုးမားသည့်အကြောင်းများ ဖြစ်ကြ၏။

“အာရမ္မဏူပနိဿယပစ္စည်း”သည် “အာရမ္မဏာဓိပတိ” နှင့် တူ၏။

(၂) အနန္တရူပနိဿယ

အာရုံတစ်ခုကို အာရုံပြု၍ စိတ်၊ စေတသိက်တို့ အဆက်မပြတ်ဖြစ်ကြရာဝယ် နောက်နောက်သော စိတ်တို့သည် ရှေးရှေးသောစိတ်တို့၏ ပြင်းထန်သော တွန်းအားကြောင့်သာ လျင်စွာ ဆက်လက်ဖြစ်ကြ ၏။

“အနန္တရူပနိဿယပစ္စည်း”သည် “အနန္တရ” နှင့် တူ၏။

(၃) ပကတူပနိဿယ

စိတ်၊ စေတသိက်တို့ တလစပ်ဖြစ်စေရန် အားကြီးသော မှီရာအဖြစ်ဖြင့် ကျေးဇူးပြုရာဝယ် ဖော်ပြခဲ့သောအာရုံများနှင့် ရှေးရှေးသောစိတ်တို့မှ ကြွင်းကုန်သော ပင်ကိုယ်အားဖြင့် အားကြီးသော မှီရာဖြစ်ကြသည့် အခြားသော အကြောင်းတရားတို့သည် “ပကတူပနိဿယ” မည်၏။

ဤ “ပကတူပနိဿယ”သည် အလွန်ကျယ်၏။

အဇ္ဈတ္တဖြစ်စေ၊ ဗဟိဒ္ဓဖြစ်စေ... ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်၊ ဝိပါက်၊ ကြိယာစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်စေရန် အားကြီးသော မှီရာအကြောင်းတရားသည် “ပကတူပနိဿယပစ္စည်း” ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ဤ “ပကတူပနိဿယ”ကို ပစ္စည်းပဒေသာပင်ကြီး (မဟာပစ္စည်းကြီး) ဟု ကျမ်းဂန်တို့၌ ဆိုထားကြ၏။

- သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ ဟု ဆိုအပ်သော ကုသိုလ်တရားတို့သည်၎င်း၊
- ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ပတ္တနာ (တောင့်တသောတဏှာ) ဟု ဆိုအပ်သော အကုသိုလ်တရားတို့သည်၎င်း၊
- ကာယိကသုခ၊ ကာယိကဒုက္ခ သည်၎င်း၊
- ကလျာဏမိတ္တစသောပုဂ္ဂိုလ် သည်၎င်း၊
- လျောက်ပတ်သော ဘောဇဉ်၊ ဥတု၊ ကျောင်းအိပ်ရာနေရာ သည်၎င်း၊
- အဇ္ဈတ္တ၊ ဗဟိဒ္ဓသန္တာန်၌ ၎င်း ...

ထိုက်သည့်အားလျော်စွာ ကုသိုလ်စိတ် (၂၁)၊ အကုသိုလ်စိတ် (၁၂)၊ ဝိပါက်စိတ် (၃၆)၊ ကြိယာစိတ် (၂၀) ပေါင်း စိတ် (၈၉)၊ စေတသိက် (၅၂) → ‘နာမက္ခန္ဓာ’ တို့အား “ပကတူပနိဿယသတ္တိ”ဖြင့် ကျေးဇူးပြုကြ၏။

“ဥပနိဿယပစ္စည်း”ကို မိုးတွင်းကာလမှာ ထစ်ချုန်းရှာသွန်းသော မိုးကြီးနှင့်တူသည်ဟု ဥပမာပေးကြ၏။

အကြောင်း (ပစ္စည်း) တရား	သင်္ချာ (၉)		အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) တရား
အားကြီးသော ကု (၂၁)၊ စေ (၃၈)	ကု	ကု	ကု (၂၁)၊ စေ (၃၈)
အားကြီးသော အကု (၁၂)၊ စေ (၂၇)	အကု	အကု	အကု (၁၂)၊ စေ (၂၇)
အားကြီးသော ဝိ (၃၆)၊ ကြိ (၂၀)၊ စေ (၃၈)၊ ရုပ် (၂၈)	အဗျာ	အဗျာ	ဝိ (၃၆)၊ ကြိ (၂၀)၊ စေ (၃၈)

အကြောင်း (ပစ္စည်း) (ကုသိုလ်) တရား	အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) (ကုသိုလ်) တရား
သဒ္ဓါ (ပြဓာန်းသော မဟာကု စိတ္တုပ္ပါဒ်) သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ အားကောင်းသော အရ-မဂ် ကြံ့ ကု (၂၀)	ဒါန၊ သီလ၊ ဥပုသ်၊ ဈာန်၊ ဝိပဿနာ၊ မဂ်၊ အဘိညာဉ်၊ သမာပတ် ကု (၂၁) စေ (၃၈)

အကြောင်း (ပစ္စည်း) (ကုသိုလ်) တရား	အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) (အကုသိုလ်) တရား
သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ ပြဓာန်းသော မဟာကုသိုလ်စိတ္တပြုဒ် အားကောင်းသော လောကီကု (၁၇)	မာန၊ ဒိဋ္ဌိ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ ပတ္တနာ အကု (၁၂)၊ စေ (၂၇)

အကြောင်း (ပစ္စည်း) (ကုသိုလ်) တရား	အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) (အဗျာကတ) တရား
သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ ပြဓာန်းသော ကုသိုလ်စိတ္တပြုဒ် အားကောင်းသော ကု (၂၁)	ကိုယ်ကို ပူပန်ခြင်း၊ ရှာဖွေမှု အရင်းခံရှိသော ဆင်းရဲ၊ ကာယိကသုခ၊ ကာယိကဒုက္ခ၊ ဝိပါက်၊ ဖလသမာပတ်၊ ကြိယာသမာပတ်၊ ဝိ (၃၆)၊ ကြံ (၂၀)

အကြောင်း (ပစ္စည်း) (အကုသိုလ်) တရား	အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) (အကုသိုလ်) တရား
ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ပတ္တနာ အကုသိုလ်စိတ္တပြုဒ် အားကောင်းသော အကု (၁၂)၊ စေ (၂၇)	သတ်ခြင်း၊ ခိုးခြင်း၊ လိမ်ခြင်း၊ ကာမေသုပြုခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးသုံးခြင်း၊ ဒုစရိုက်မှုပြုခြင်း၊ ပဉ္စာနန္တရိယကံ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊ အကု (၁၂)၊ စေ (၂၇)

အကြောင်း (ပစ္စည်း) (အကုသိုလ်) တရား	အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) (ကုသိုလ်) တရား
သတ်ခြင်း၊ ခိုးခြင်း၊ လိမ်ခြင်း၊ ကာမေသုပြုခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးသုံးခြင်း၊ ဒုစရိုက်မှုပြုခြင်း၊ ပဉ္စာနန္တရိယကံ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ပတ္တနာ အကု (၁၂)၊ စေ (၂၇)	ဒါန၊ သီလ၊ ဥပုသ်၊ ဈာန်၊ ဝိပဿနာ၊ မဂ်၊ အဘိညာဉ်၊ သမာပတ်၊ သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ ကု (၂၁)၊ စေ (၃၈)

အကြောင်း (ပစ္စည်း) (အကုသိုလ်) တရား	အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) (အဗျာကတ) တရား
ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ပတ္တနာ အကု (၁၂)၊ စေ (၂၇)	ကိုယ်ကိုပူပန်ခြင်း၊ ရှာဖွေခြင်း အရင်းခံရှိသောဆင်းရဲ ကာယိကသုခ၊ ကာယိကဒုက္ခ၊ ဖလသမာပတ်၊ ဝိပါက် ဝိ (၃၆)၊ ကြံ (၂၀)၊ စေ (၃၈)

ကုသိုလ်က အကုသိုလ်ကို ကျေးဇူးပြုခြင်း၊ အကုသိုလ်က ကုသိုလ်ကို ကျေးဇူးပြုခြင်းတို့၌ “အနန္တရူပနိဿယ” ဖြင့် ကျေးဇူးမပြုဘဲ “အာရမ္မဏူပနိဿယ၊ ပကတူပနိဿယ” တို့ဖြင့် ကျေးဇူးပြု၏။ ထို့ကြောင့် “ကေသဉ္စိ” ဟု ဟောတော်မူ၏။

စိတ်ဖြစ်စဉ် (ဝီထိ) များကိုကြည့်လျှင် ကုသိုလ်ဇောများ နောက်မှာ “တဒါရုံ” သို့မဟုတ် “ဘဝင်” ဖြစ်၏။ အကုသိုလ်ဇောဖြစ်လျှင် နောက်စိတ်ဖြစ်စဉ် တစ်ခုဖြစ်မှ ဖြစ်၏။ စိတ်ဖြစ်စဉ် ‘ဝီထိ’ ခြားသွားသောစိတ်ကို “အနန္တရပစ္စည်း” မဖြစ်ပါ။

အကြောင်း (ပစ္စည်း) (အဗျာကတ) တရား	အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) (အဗျာကတ) တရား
ကာယိကသုခ၊ ဒုက္ခ၊ ဥတု ဘောဇန၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သေနာသန၊ ဖလသမာပတ် ရဟန္တာ ဝိ (၃၆)၊ ကြံ (၂၀)၊ စေ (၃၈)၊ ရုပ် (၂၈)	ကာယိကသုခ၊ ဒုက္ခ၊ ဥတု ဘောဇန၊ သေနာသန၊ ဖလသမာပတ် ကိရိယာသမာပတ်၊ သင်္ခါရတရားတို့ကို ဝိပဿနာရှု။ ဝိ (၃၆)၊ ကြံ (၂၀)၊ စေ (၃၈)၊ ရုပ် (၂၈)

အကြောင်း (ပစ္စည်း) (အဗျာကတ) တရား	အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) (ကုသိုလ်) တရား
ကာယိကသုခ၊ ဒုက္ခ၊ ဥတု ဘောဇန၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သေနာသန အရ-ဖိုလ် ကြည့် ဝိ၊ ကြံ၊ ရုပ်	ဒါန၊ သီလ၊ ဥပုသ်၊ ဈာန်၊ ဝိပဿနာ၊ မဂ်၊ အဘိညာဉ်၊ သမာပတ်၊ သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ ကု (၂၁)၊ စေ (၃၈)

အကြောင်း (ပစ္စည်း) (အများကတ) တရား	အကျိုး (ပစ္စယုပ္ပန်) (အကုသိုလ်) တရား
ကာယိကသုခ၊ ဒုက္ခ၊ ဥတု ဘောဇန၊ သေနာသန လောကီဝိ (၃၂)၊ ကြံ (၂၀)၊ စေ (၃၈)၊ ရုပ် (၂၈)	သတ်ခြင်း၊ ခိုးခြင်း၊ ကာမေသုပြုခြင်း၊ လိမ်ခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးသုံးခြင်း၊ ပဉ္စနန္တရိယကံ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ပတ္တနာ အကု (၁၂)၊ စေ (၂၇)

🌸 သမ္ပတ္တိစက် (၄) ပါး 🌸

- ၁။ ပတိရူပဒေသဝါသ = သင့်လျော်သောအရပ်၌ နေရခြင်း။
- ၂။ သပ္ပုရိသုပဿယ = သူတော်ကောင်း (မိတ်ဆွေကောင်း) ကို အမှီအခိုရခြင်း။
- ၃။ အတ္တသမ္မာပဏိဓိ = စိတ်ကိုကောင်းအောင် ထားခြင်း။
- ၄။ ပုဗ္ဗေ ကတပုညတာ = ကြိုတင်ပြုဖူးသော ကောင်းမှုရှိခြင်း။

(အံ၊ ၁၊ ၃၄၁) စက္ကသုတ်၊ စတုတ္ထနိပါတ်

အတွင်းစိတ်ကောင်း ပြင်မိတ်ကောင်းနှင့်
ကောင်းမှုရှေးကံ နေရာမှန်
ကော်ကြီးပွားကြောင်း

🌸 “ဥပနိဿယ” နှင့် “နိဿယ” 🌸

“ဥပနိဿယသတ္တိ”သည် အရင်းအမြစ် အခြေခံဖြစ်သော မှီရာသတ္တိမျိုး ဖြစ်၏။

“နိဿယသတ္တိ”ကား အကျိုးတရားဖြစ်ပေါ်ချိန်မှ မကင်းရာ မကင်းကြောင်းဖြစ်သော မှီရာသတ္တိ မျိုး ဖြစ်၏။

“စက္ခုဝိညာဉ်ဝိပါက်စိတ်”ဖြစ်ဖို့ရာ၌...

- “ကံ”သည် အခြေခံ အားကြီးသော မှီရာအကြောင်း “ဥပနိဿယ” ဖြစ်၍
- “စက္ခုဝတ္ထု”မှာမူ စက္ခုဝိညာဉ် ဖြစ်ပေါ်ချိန်ကျမှ မကင်းရာ မကင်းကြောင်း မှီရာ “နိဿယ” ဖြစ်သည်။

ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏သန္တာန်၌ ကုသိုလ်စိတ်၊ အကုသိုလ်စိတ်၊ ဝိပါက်စိတ်၊ ကြိယာစိတ်တို့ တစ်မျိုးမျိုး ဖြစ်၏။ ထိုသို့ဖြစ်ရာ၌...

- ကောင်းသော အကြောင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏။ မကောင်းသော အကြောင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏။
- မိမိ၏စိတ်ကို မိမိဘာသာ ပြုပြင်၍လည်း ဖြစ်နိုင်၏။
- သူတစ်ပါးတို့က တိုက်တွန်း၍လည်း ဖြစ်နိုင်၏။
- သူတစ်ပါးတို့၏ ကောင်း၊ မကောင်းသော အပြုအမူ (ကံ)၊ အကျိုးခံစားရပုံကို ကြည့်၍ ‘အတုမြင် အတတ်သင်’ဟူသော အကြောင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏။
- ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ မိမိတွေ့ကြုံခံစားရသော သက်ရှိသက်မဲ့အရာများကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်၏။

ဤသို့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏သန္တာန်၌ ကုသိုလ်စိတ်၊ အကုသိုလ်စိတ်၊ ဝိပါက်စိတ်၊ ကြိယာစိတ်တို့ တစ်မျိုးမျိုးဖြစ်ရာ၌ ‘အဝေး-အနီး’၊ ‘အတွင်း-အပြင်’၊ ‘တိုက်ရိုက်-သွယ်ဝိုက်’ စသည်ဖြင့် မရေမတွက် နိုင်အောင် များစွာသော အကြောင်းတရားတို့သည် ရှိကြ၏။ ထိုအကြောင်းတရားဟူသမျှတို့သည် “ပကတူပနိဿယပစ္စည်း”သာ ဖြစ်၏။

🌸 “အနန္တရူပနိဿယ” နှင့် “ပကတူပနိဿယ” 🌸

“အနန္တရူပနိဿယပစ္စည်း”၏သတ္တိသည် အခြားမဲ့သောစိတ်၌သာ ကျရောက် ပျံ့နှံ့၏။

“ပကတူပနိဿယပစ္စည်း”၏သတ္တိကား အဝေး၌လည်း ပျံ့နှံ့၏။

အတိတ်အာရုံတစ်ခုကို ပြန်လည်အောက်မေ့၍ ‘မနောဒွါရ’၌ဖြစ်သော ‘စိတ်အစဉ်’အား
“ပကတူပနိဿယပစ္စယသတ္တိ”ဖြင့် ကျေးဇူးပြု၏ဟု မှတ်ရမည်။

ထေရဝါဒ ကမ္မဋ္ဌာန်းလမ်းစဉ် - ၂၀၂၂ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ (၁၇-) ရက်
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ မေတ္တာနန္ဒဆရာတော် ဦးယောသိတာဘိဝံသ (USA)
<https://winmetta.org>