အရှင်အာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရ
သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ
ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ
GRAPHIC NAY WIN AUNG

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ

ဓမ္မကထိက

အရှင်အာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရ

သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ

ပရိယတ္တိသာသနဟိတ သာသနာလင်္ကာရသာမဏေကျော်

ဝိနယဝိဒူ၊ အင်္ဂုတ္တရနိကာယဝိဒူ

၏

ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ

အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ

အရေတော်သောလူ

ဒေါ်စောထွဋ်စန္ဒာ စီစဉ်ပူဇော်သည်။

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

သာသနာရေးခွင့်ပြုချက်	၂၆/ ၂၀၀၂(၁)
အတွင်းစာသားခွင့်ပြုချက်	၁၁၂/ ၂၀၀၂(၂)
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်	၁၂၄/ ၂၀၀၂(၃)
အုပ်ရေ	၁၀၀၀
မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း	နေဝင်းအောင်
ကွန်ပျူတာစာစီ	ရွှေမမှာဓိပတိ
ထုတ်ဝေသူ	ဦးကျော်ဟင်း - ဝ၉၁ဝ (ယုံကြည်ချက်စာပေ) ၁၁၁၊ ၃-ထပ်(ယာ) ၃၃-လမ်း။
မျက်နှာဖုံးနှင့်အတွင်းပုံနှိပ်	ဒေါ်ခင်အေးမြင့် - ဝ၅၉ဝ၁ ရာပြည့်အော့ဖ်ဆက် အမှတ်-၁၉၉၊ လမ်း-၅ဝ၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
တန်ဖိုး	(၂၅ဝ) ကျပ်

ဓမ္မဒါန အလှူရှင်

~~~~~

ကျေးဇူးရှင် သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ

ဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့်

မိဘနှစ်ပါးတို့အား ဦးထိပ်ထား၍

ဆရာတော် "ဦးအာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရ" ၏

ခွင့်ပြုချက်ဖြင့်

ဒေါ်စောထွန်းမြိုင်နွဲ

သား-မောင်ရဲစစ်မှူး၊ မောင်ဗိုလ်စစ်မှူး

မိသားတစ်စု ကောင်းမှု

တိုက်(B)၊ အခန်း(107)

ကျိုက္ကစံအဆင့်မြင့်အိမ်ရာ

တာမွေမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း-၅၄၅၈၁၈
~~~~~

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် တိပိဋကဓရ(ယော)ဆရာတော်ဘုရား၊ ဓမ္မဘေရီ အရှင်ဝီရိယ(တောင်စွန်း) ဆရာတော်ဘုရားတို့၏ ဟောနည်း ပြောနည်းတို့ကို အခြေခံကာ နည်းမှီ၍-

အဆိုပါ အနန္တကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော် ဘုရားတို့အား ပြန်လည်ပူဇော်သောအားဖြင့် ဟောကြား ထားသော "ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ" တရားတော်ကို-

အရှင်ဝိလာသ (ညောင်လေးပင်)က တည်းဖြတ် သုတ်သင်၍ ဒေါ်စောထွဋ်စန္ဒာက စိစဉ် ပူဇော်သော အားဖြင့် ထုတ်ဝေလိုက်ရပါသည်။

အရှင်အာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရ
သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ
ဖုန်း-၆၆၁၅၉၇

မာတိကာ

စဉ်။	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	အမှာစာ	က
၂။	လူတိုင်းလူတိုင်းမှတ်သားလိုက်နာ	င
၃။	မဟာကရုဏာဂုဏ် ပွါးများထုံ	၁
၄။	တရားပွဲအဖွင့်	၄
၅။	ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ အမိပွါယ်ရှိသောလူ အရတော်သောလူ	၅
၆။	ပထမ အဆောင်ကောင်း	၁၀
၇။	ဒုတိယ အဆောင်ကောင်း	၁၆
၈။	တတိယ အဆောင်ကောင်း	၂၄
၉။	ဝေဒနာရှုမှတ်နည်း (၃)မျိုး	၂၇
၁၀။	ပစ္စုပ္ပန်ချမ်းသာဖို့သာ အမိကပါ	၄၀
၁၁။	ကောင်းတဲ့အင်အားနဲ့ လှအောင်ဆင်ထားရမယ်	၄၃
၁၂။	အတုယူစရာ ဓာတ်လမ်းလေးတစ်ပုဒ်	၄၈
၁၃။	သမိုင်းကြောင်းကောင်းတဲ့ ကျောင်းနေရာ	၅၁
၁၄။	နေရာကောင်းလိုချင်သူ	၅၇

၁၅။ အမြင့်ဆုံးစိတ်ဓာတ်
ထားတတ်ဖို့လိုပါတယ်။ ၆၀
၁၆။ သဘာဝဆန်တဲ့ ပကာသနဟန်
ဖြစ်ဖို့လိုတယ် ၆၄
၁၇။ အပူဝေးလို့စိတ်အေးနိုင်ရမယ် ၆၈
၁၈။ (၃)နံပါတ်အင်္ဂါနဲ့ ပြည့်စုံလိုလျှင် ၇၁
၁၉။ အကျဉ်းချုပ် မှတ်သားရန် ၇၄
၂၀။ သူကလေးကို အတုယူပေးကြပါ။ ၇၅
၂၁။ မွေခံထိုက်စေ ဆိုပေမယ့် ၇၇
၂၂။ စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ထားရမယ် ၈၁
၂၃။ မိန်းမတို့ဘုန်း ဆံထုံး ၈၅
၂၄။ ထိုက်တန်သူသာ ပန်ရတာပါ ၈၇
၂၅။ ရောင်းသူနဲ့ ဝယ်သူ ၉၁
၂၆။ အလှူအကျိုး ချက်ချင်းပေး ၉၄
၂၇။ ချက်ချင်းအကျိုးပေးဖို့ဆိုတာ ၉၈
၂၈။ အောက်ခြေမလွတ်ဖို့ အရေးကြီးတယ် ၁၀၁
၂၉။ လူ့ရဲ့စွမ်းရည် ၁၀၂
၃၀။ အရေးကြီးတဲ့ ခံနိုင်ရည် ၁၀၄
၃၁။ အင်္ဂါ(၃)ပါးလုံးနဲ့ ပြည့်စုံသူ ၁၀၆
၃၂။ ဆုတောင်းပတ္တနာ အာသီသဂါထာ ၁၁၁

အမှာစာ

စာအုပ်အမည်ကိုကြည့်၍ ရုပ်ရှင်မင်းသား တစ်ယောက်၏ သီချင်းကို နောက်ယောင်လိုက် ရေးထားသော စာအုပ်ဖြစ်မည်ဟု ပေါ့တန်စွာ တွေးထင်မိလျှင် တွေးထင် သူအတွက် ရသင့်ရထိုက်သော အခွင့်အကျိုး ထူးတို့ ဆုံးရှုံးသွားချေပြီ။

အကြောင်းသော် အမည်တူရုံနှင့် အနှစ်သာရ မတူနိုင်သည်ကို ပမာမပြုဘဲ ရှောင်လွှဲသူအတွက် ဤစာအုပ်ကပေးသော လက်တွေ့အသုံးချ လူ့တန်ဖိုး မြှင့်နည်း စသည်တို့ကို ထိတွေ့ သုံးဆောင်လိုက်ရတော့ မည် မဟုတ်သောကြောင့်ပင်။

ယခုစာဖတ်သူ၏ လက်ဝယ်ရောက်ရှိနေသော "ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ၊ အရေတော်သောလူ" ဆိုသည့် စာအုပ်သည် အရှင်အာဒိစ္စဝံသာ လင်္ကာရ၏ ဒုတိယမြောက် အားထုတ်မှုဖြစ်သည်။

ဤစာအုပ်တွင် အမှာစာရေးပေးရန်ကို ထိုအရှင်က ဆိုလာသောအခါ သေချာစွာ ဖတ်ကြည့်ပါရစေဦးဟု စကားပြန်မိသည်။ မိမိရေးသော အမှာစာသည် ရှေးဆရာတော်ကြီးတစ်ပါး အမိန့်ရှိသလို "အပန်းစာ" မဖြစ် စေလိုသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ (မိမိပစ္စည်းတစ်စုံတစ်ခု ရောင်းထွက်ရန် စွဲရန် ရှေးက ပန်း၍ ပြောပေးရသလို တစ်ချို့စာအုပ်တွင် ကိုယ်ရည်သွေးပေးရသော စာတစ်မျိုးကို အဆိုပါဆရာတော်ကြီးက "အပန်းစာ"ဟုခေါ်သည် တဲ့)

ထိုကြောင့် အရှင်အာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရ၏ စာအုပ်ကို ဃ၊ ဏစွာ ဖတ်ကြည့်မိသောအခါ လူ့တန်ဖိုးကို အလေးထားမြှင့်တင်နေသော ယနေ့ ကမ္ဘာကြီးတွင် အတိုင်းအတာတစ်ခုထိ ကျေးဇူးပြုနေသည်ကတော့ အမှန်ဖြစ်သည်။

စာရေးသူ အရှင်အာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရ၏ အမြင် (ဒိဋ္ဌ)၊ အကြား (သုတ)၊ အတွေ့အကြုံ (မုတ) တို့မှ စစ်ထုတ်လိုက်သော အနှစ်သာရတို့ဖြစ်သည်က တစ်ကြောင်း၊ လူ့တန်ဖိုး ဘဝဂုဏ်ကို မြှင့်လိုသူတို့ အတွက် စေတနာ မေတ္တာအရင်းဖြင့် ခင်းကျင်းပြသည်က တစ်ကြောင်းတို့ကြောင့် ဖတ်မိသူတိုင်းက

ဆောင်ထားလိုသော စာအုပ်ငယ်တစ်ဆူလည်း ဖြစ်နေမည်မှာ ဧကန်ဖြစ်သည်။ စာမူအဆင့်မှာပင် ဖတ်ရှုမိသူစေတနာရှင်တစ်ဦးက သူပင်ဓမ္မဒါနပြုပါရစေဟု တောင်းပန်ကာ ယခုလို စာအုပ်အဖြစ် ထွက်ပေါ်လာသည်က ထင်ရှားသော သက်သေတစ်ခုပင်။

လူသည် မည်မျှ တန်ဖိုးကြီးမြတ်သော အရာဖြစ်ပါစေ... မိမိအတွက် အသုံးပြုရန် အလှမ်းဝေးနေလျှင် စိတ်မဝင်စားတတ်၊ ထိုသဘောကို သဘောပေါက်သော စာရေးသူ အရှင်အာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရက အဖဗုဒ္ဓရှင်တော်၏ နက်နဲ သိမ်မွေ့လှစွာသော အမြိုက်ဓမ္မတို့ကို လူသာမန်တို့ နားလည်နိုင်သည်တိုင် ရေးသားထားသော စာအုပ်လည်း ဖြစ်ပေသည်။

* လူနှင့် လောကဓံတို့ တည်ငြိမ်စွာဆက်ဆံနိုင်ရေး
* စိတ်နှင့် အာရုံအဆင်ပြေရေး
* ဝေဒနာကို ဇာတ်သတ်နိုင်ရေး စသည် စသည် အကြောင်းကြီး အကြောင်းငယ်တို့ ဝေဆာစွာ တင်ပြထား၍ ဖတ်ချင်ဖွယ်လည်း ရှိလှသည်။

အချုပ်ဆိုရလျှင်...

ဤစာအုပ်သည် မိမိကိုယ်ကိုယ်လည်းကောင်း၊ မိမိဝန်းကျင်ကလည်းကောင်း၊ မိမိနိုင်ငံကလည်းကောင်း၊

မိမိလောကကလည်းကောင်း၊ အလိုရှိအပ်သော (အမိပွါယ်ရှိသော၊ ဂုဏ်ယူထိုက်သော၊ အရတော်သော) တန်ဖိုးမြှင့် လူသားဖြစ်ရန် အသိအကျင့်ကိုပေး၍ သိအောင် ကျင့်အောင်လည်း ဖေးမ လမ်းပြပေးသော စာအုပ်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုလိုက်ချင်ပါသည်။

ကံထွန်းသစ်

6.1. 2002

လူတိုင်းလူတိုင်း မှတ်သားလိုက်နာ

ညီဦးဇင်းလို ရင်းနှီးခင်မင်သော ဦးစက္က ပင့်လာ၍ အရှင်အာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရနှင့် သိကျွမ်းခဲ့ရပြီး ကြည်ညိုရပါသည်။ အလင်္ကာရဘွဲ့ရ ဦးဇင်းဟု သိရကတည်းက ပရိယတ္တိစာပေအရာ၌ အတိုင်းအတာ တစ်ခုအထိ ထက်မြက်ခဲ့ကြောင်း လေးစားမိပါသည်။

ဦးဇင်း၏ ရွှေဓမ္မာမိပတိစာစဉ်(၁)အဖြစ် ထုတ်ဝေသော လူဆိုသည်မှာ စာအုပ်ကို ဓမ္မဒါန ပေးသည့်အတွက် တလေးတစား ဖတ်ရှုလေ့လာကြည့်မိ၏။

လူဆိုတာ အသိဉာဏ်ပညာနဲ့ ပြည့်စုံနေလို့ ထူးခြားတဲ့ သတ္တဝါတစ်မျိုးပါလို့ အစချီပြီး တင်ပြထားသော ဟောစဉ်တရားဖြစ်၏။

လူ့အစစ်ဖြစ်ဖို့ ရှိသင့်သော လူ့အရည်အသွေး (၃)ရပ်ကို လင်္ကာလေးများဖြင့် မှတ်သားမိအောင် ဟောပြထား၏။

ထိုအပြင် ရတောင့်ရခဲ ရရှိထားကြသော လူ့ဘဝကြီး၏ ကျေနပ်ဝမ်းမြောက်ဖွယ်ရာ လူ့ဘဝ ဂုဏ်ရည် (၆)မျိုးကိုလည်း လင်္ကာလေးများဖြင့်ပင် ဟောပြပြန်ပါသည်။

ထိုသို့ လူ့အရည်အသွေးနှင့် ပြည့်စုံနေခိုက် လူ့ဘဝဂုဏ်ရည်တွေနှင့်လည်း တန်ဆာဆင်ထားနိုင်ခိုက်မှာ ပြည့်စုံသောလူ့ဘဝ ဖြစ်ဖို့ သန္တိ=နိဗ္ဗာန်ကို ရှာဖွေပါ။ ဘဝငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ပါဟုလည်း တိုက်တွန်းထား၏။

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ နည်းအတိုင်း သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒနှင့်အညီ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာရှုမှတ်မှု အလုပ်ပေးတရား၊ ရှုမှတ်ပုံအဆင့်ဆင့်နှင့် ဝိပဿနာ ဉာဏ်စဉ်တို့ကို လက်တွေ့ကျကျ အသေးစိတ် ဟောကြားထားလေသည်။

ထိုကြောင့် လူဆိုသည်မှာ ဟောစဉ်တရား

စာအုပ်သည် လူ့စာရင်းဝင်များ ဖတ်မှတ်သင့်သော စာအုပ်အဖြစ် အသိအမှတ်ပြု လက်ခံမိ၏။

ဦးဇင်းကလည်း **လူဆိုသည်မှာ** စာအုပ် ဖြန့်ချိရေးအတွက် အခက်အခဲရှိနေကြောင်း ပြောလာပြန်သဖြင့် ဖတ်မှတ်သင့်သောစာအုပ်ကလေး ပြန့်ပွားစေရေးအတွက် **ရောင်နီသစ်စာပေမှတစ်ဆင့်** ဓမ္မဒါနအဖြစ် ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ဖူးပါသည်။

ထိုစဉ်ကပင် ဦးဇင်းက **ရွှေဓမ္မာဓိပတိစာစဉ်(၂)** အဖြစ် ထုတ်ဝေမည့် **ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ** တရားခွေကို ဓမ္မဒါနပေးခဲ့ပါသည်။ တရားနာကြည့်သောအခါ ဗဟုသုတများစွာရပြီး သိတဲ့အတိုင်း လိုက်ကျင့်ရင်– ကျင့်တဲ့အတိုင်း အကျိုးရှိမှာပဲဟု ယုံကြည်စိတ်များ တိုးပွားနေမိ၏။

ယခုလည်း ဦးဇင်းက **ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ** စာမူကိုပေးပြီး အမှာစာရေးပေးဖို့ ပြောလာသည့်အတွက် ကြည်ညိုစိတ်အရင်းခံကာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဆောင်ရွက်ပေးလိုစိတ်များ ပေါ်ပေါက်လာပါသည်။

လူဘဝဆိုတာ အဖိုးမဖြတ်နိုင်တဲ့ဘဝ... အတိတ်ကုသိုလ်ကံ အရင်းအနှီးတွေ အများကြီး ကောင်း

ခဲ့မှ ရနိုင်တဲ့ဘဝဖြစ်လို့ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်အောင် **ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ** ဖြစ်အောင် ကြိုးစားအားထုတ် သင့်ကြောင်း အစချီပြီး တင်ပြထားသော ဟောစဉ်တရား ဖြစ်ပါသည်။

ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ ဖြစ်ဖို့အတွက် လင်္ကာလေးများနှင့် မှတ်သားမိအောင် ဟောထား၏။

အဆောင်တရားများကိုလည်း–

- ♦ ပထမအဆောင် – နှလုံးသွင်းတတ်ခြင်း။ (အကောင်းမြင်ဝါဒရှိခြင်း)
- ♦ ဒုတိယအဆောင် – ဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင်ထား ပွားများခြင်း။
- ♦ တတိယအဆောင် – အမှတ်သတိ၊ အသိသတိ ရှိခြင်း။

...စသည်ဖြင့် ရှင်းလင်းဟောကြားပြ၏။

ဗလသုံးတန်ဖြင့် လောကကို အလှဆင်ပုံ တင်ပြရာတွင်လည်း ဇေတမင်းသား၏ အတ္တစိတ်နှင့် အနာထပိဏ်သူဌေး၏ သဒ္ဓါတရားစိတ်ဓာတ်၊ အများကောင်းစားရေးစိတ်ဓာတ်၊ အလုပ်ဖြစ်ရေးစိတ်ဓာတ် တို့ကို နှိုင်းယှဉ်ပြ၏။

မုခ်ဦးမှူသာလှူပြီး ကျောင်းအမည်ကို ဧတဝန် ကျောင်း အမည်တပ်စေသော **ဧတမင်းသား** နှင့်...

ကျောင်းမြေနေရာကို ရွှေဒင်္ဂါးအစွန်းချင်း ထိစပ်အောင်ခင်း၍ ဝယ်လှူသော... အသပြာ ၅၄ ကုဋေ အကုန်အကျခံ၍ လှူသော်လည်း မုခ်ဦးနှင့် ကျောင်း အမည်ကို အမည်ပေါ်လွင်လိုသူအား လိုက်လျောပြီး မည့်ခေါ်စေသော... ငါ့အလှူဖြစ်ရေးဟု ပကာသန မဖက်ဘဲ ကျောင်းဖြစ်ရေး သာသနာ ထွန်းကားရေး တို့ကိုသာ ရှေ့ရှုလျှက် အမြင့်ဆုံး စိတ်ဓာတ် ပါရမီ စိတ်ဓာတ်ထားခဲ့သော **အနာထပိဏ်သူဌေး** တို့ကို နှိုင်း ယှဉ်ပြလျှက် ထင်ရှားအောင် ဟောပြထားလေသည်။

ထိုပြင် ယခုဘဝ သံသရာစိတ်အေးရအောင် မိမိကိုယ်သာ မိမိအားကိုးပြီး ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်အားထုတ်ဖို့ တိုက်တွန်းထားပါသည်။ ဂေါပါလသူဌေးသမီးကို ပမာပြုလျှက်–

* တရားရှိလျှင် လောကဓံကို ခံနိုင်ပုံ၊
* တရားရှိလျှင် ဆုံးဖြတ်ချက် မှန်ကန်ပုံ၊
* တရားရှိလျှင် ချက်ချင်းအကျိုးပေးသော အလှူကို လှူတတ်ပုံ... စသည်တို့ကိုလည်း ဝေဝေဆာဆာ

ဟောကြားထားပါသည်။

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့် လောကစံကို ရင်ဆိုင်ဖို့အတွက် စိတ်ကောင်းရှိဖို့သာ အဓိက၊ စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်ဖို့သာ အဓိကဖြစ်ကြောင်းနှင့် ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ အရတော်သောလူဖြစ်အောင် ကြိုးစားပွါးများ အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကြောင်း ဆန္ဒပြု ထားသော ဤဟောစဉ်တရားသည်

❖ လူတိုင်းလူတိုင်း လေ့လာမှတ်သားသင့်သော

❖ လူတိုင်း လူတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံ့သင့်သော

တရားစာအုပ်ပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။

စာပဒေသာ မောင်လှထွေး

မဟာကရုဏာဂုဏ် ပွားများထုံ

ယော ကပ္ပကောဋီဟိပိ အပ္ပမေယျံ၊
ကာလံ ကရောန္တော အတိဒုက္ကရာနိ။
ခေဒံ ဂတော လောကဟိတာယ နာထော၊
နမာမိ မဟာကာရုဏိကံ တမဂ္ဂံ။

ယောနာထော - ဝေနေယျများစွာ သတ္တဝါ၏ ချမ်းသာစီးပွါး လိုလားတောင့်တ ဂုဏ်ပေါင်းခသဖြင့် နာထမည်ငြား အကြွင်းမဲ့ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည်၊ **ကပ္ပကောဋီဟိပိ** - ကမ္ဘာကုဋေ အရေအတွက်သင်္ချာ တို့ဖြင့်သော်မှလည်း၊ **အပ္ပမေယျံ** - ရေတွက်တိုင်းတာ ဖော်ပြခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်ပါထသော၊ **ကာလံ** - လေး အသင်္ချေ သိန်းနေကမ္ဘာ ရှည်ကြာသော ကာလပတ်လုံး၊ **လောကဟိတာယ** - သတ္တလောကကြီး၏ အစီးအပွါး အလို့ငှာ၊ **အတိဒုက္ကရာနိ** - ဥစ္စာအသက် ခြေလက်အင်္ဂါ မေတ္တာကြီးမား သမီးသားနှင့် သက်ထားဇနီး စွန့်ခြင်း ကြီးဟု ကြက်သီးထဖွယ် ငါးစွယ်အစ အလှန်ခဲယဉ်း သောအမှုတို့ကို၊ **ကရောန္တော** - ဘုရားဖြစ်ရန် ရည်သန် ကြိုးကုတ် အားထုတ်တော်မူရသည်ဖြစ်၍၊ **ခေဒံ**-

လက်ခြေ မျက်လုံး အသက်ဆုံးလျက် နှလုံးစိတ်ဝမ်း ကိုယ်တော်၏ ပင်ပန်းခြင်းသို့၊ **ဂတော**–ဘာဝအတန်တန် ကြိမ်ဖန်များစွာ ရောက်ခဲ့ရရှာလေပြီ။ **မဟာကာရုဏိကဿ** – သတ္တဝါများ ရင်ဝယ်သားသို့ သနားချစ်ခင် မဟာကရုဏာရှင် ဖြစ်တော်မူပေထသော၊ **တဿ** – **နာထဿ**– ဝေနေယျများစွာ သတ္တဝါ၏ ချမ်းသာစီးပွါး လိုလားတောင့်တ ဂုဏ်ပေါင်းခသဖြင့် နာထမည်ကြား ထိုရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား....

မေ– မြန်မာနှင့် ကမ္ဘာကသိကြသည့် သာသနာ့ အာဇာနည် ကမ္ဘာတလွှားမှာဖြင့် သဒ္ဓမ္မရံသီ ရိပ်သာ ဆရာတော်ဘုရားရယ်လို့ ကျော်ကြားပါသည့် ရွှေကျင် နိကာယရတ္တညူမဟာ နာယကဘွဲ့တံဆိပ်တော်၊ ပြည် တွင်းပြည်ပ မဟာစည်ရိပ်သာများနာယက၊ (မဟာစည်) မဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဘွဲ့တံဆိပ်တော်၊ သဒ္ဓမ္မရံသီ ရိပ်သာ ပဓာန နာယက၊ အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာ စရိယဘွဲ့ တံဆိပ်တော် တို့ကို နိုင်ငံတော်အစိုးရမင်း စသည်တို့က ခပ်နိပ်ကာ ချီးကျူးပူဇော်ခြင်းကို ခံယူတော် မူရပါပေ သော မြန်မာတွင်မက ကမ္ဘာတွင် ကျော်ကြား ပါသည့် သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ ထံတော် ပါး၌ တရားပြည့်ဝ အရိပ်ရတော်မူသည့် ထိုသဒ္ဓမ္မရံသီ

ရိပ်သာ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဟော နည်း ပြောနည်း နေနည်း ထိုင်နည်း ကျင့်ကြံ ပွါးများ အားထုတ်နည်း တို့ကို အခြေခံကာ နည်းမှီ၍ ကျင့်ကြံ ပွါးများနေထိုင် ဟောပြောလျက် ရှိပါသော **အာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရ** နာမ မည်တွင် ဘုရားတပည့်ရှင်၏၊ **နမော**– ရှိသေပျောင်း ပျော့ မာန်ကိုလျော့၍ ကန်တော့ ရိုကျိုး ရှိခိုးခြင်းသည်၊ **အတ္ထု ဘဝတု** – စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ပါစေသတည်း။ **တုမှေပိ** – ရိပ်သာစခန်းဝင် တရားဖြင့် ပျော်ရွှင်နေကြ ကုန်သော သင် ဓမ္မယောဂီ သူတော်စင် ပရိသတ် အပေါင်းနှင့် တရားဓမ္မ တို့ကို လိုလားကြ သဖြင့်နာကြား ကြရန် ကြွရောက်လာ ကြကုန်သော ဓမ္မမာမက – တရား ချစ်ခင် သာသနာ့ ဆွေတော် မျိုးတော် သင်သူတော်စင် ပရိသတ်အပေါင်း များစွာတို့သည်လည်းပဲ၊ **နမော**– ရှိသေပြောင်းပျော့ မာန်ကိုလျော့၍ ကန်တော့ရိုကျိုး ရှိခိုးခြင်းကို၊ **ကရောထ**– ရွှင်မော နှစ်ခြိုက် မနော ပိုက်လျှက် ဖောစိုက်ကာ ပြုလိုက်ကြလေ ကုန်ရာ သတည်း။

သာဓု…သာဓု…သာဓုပါဘုရား။

တရားပွဲအဖွင့်

အားလုံး.........တရားအာရုံပြုကြရအောင်–

ဒီနေ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ သာသနာတော်နှစ် ၂၅၄၄–ခု လူတို့ဝေါဟာ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၆၂–ခု နယုန်လပြည့်ကျော်(၈)ရက်၊ ခရာဇ်–၂၀၀၀ပြည့်နှစ် ဇွန်လ (၂၄)ရက်၊ ရန်ကုန်တိုင်း ရှစ်မိုင် မရမ်းကုန်းမြို့နယ် အမှတ် (၆)ရပ်ကွက် ဓေယျာခေမာလမ်း၊ အမှတ်(၇) သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ သဒ္ဓမ္မဝေပုလ္လသိမ်တော်ကြီး အတွင်း၌ ရိပ်သာ စခန်းဝင် တရားဖြင့်ပျော်ရွှင်နေကြကုန်သော ဓမ္မယောဂီ သူတော်စင် ပရိသတ်အပေါင်းနှင့် တရားဓမ္မတို့ကို လိုလားကြသဖြင့် နာကြားကြရန် ကြွရောက်လာကြကုန်သော ဓမ္မမာမက တရားချစ်ခင် သာသနာ့ဆွေတော်မျိုးတော် သူတော်စင် ပရိသတ်အပေါင်းများစွာတို့အား ဦးဇင်းတို့ ဓမ္မဒါန ဓမ္မလက်ဆောင်အဖြစ်ဖြင့် ဟောကြားပေးမယ့် တရားဒေသနာတော်က ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ ဆိုတဲ့ တရားဒေသနာတော် ....

ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ
အခွင့်ပွါယ်ရှိသောလူ
အရေတော်သောလူ

လူ့ဘဝဆိုတာတန်ဖိုးနဲ့ ဆုံးဖြတ်လို့မရနိုင်လောက်အောင် အဖိုးတန်လှတဲ့ ဘဝမျိုးဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလူ့ဘဝကို ရရှိဖို့အတွက် အတိတ်ဘဝတွေက ကုသိုလ်ကံ အရင်းအနှီးတွေ မြောက်မြားစွာ စိုက်ထုတ်ခဲ့ရပါတယ်။

လောကမှာ လူဖြစ်ချင်တဲ့ သတ္တဝါတွေ အများကြီးနေမှာပါ၊ ကြောင်ကလေးတွေ ခွေးကလေးတွေ ငှက်ကလေးတွေ တိရစ္ဆာန်လေးတွေလည်း လူဖြစ်ချင်ကြမှာပါပဲ။ ဒါပေမယ့် သူတို့မှာ လူဖြစ်နိုင်လောက်တဲ့ အတိတ်ကုသိုလ်ကံ အရင်းအနှီးတွေ နည်းပါးခဲ့တဲ့အတွက် လူဖြစ်ချင်ပေမယ့် လူမဖြစ်ရရှာပါဘူး။

ယခုတရားနာပရိသတ်ကတော့ လူ့ဘဝခန္ဓာကိုယ်ကိုဖြစ်ပေါ်စေနိုင်တဲ့ အတိတ်ကုသိုလ်ကံ ကောင်းတွေ အများကြီး လုပ်ခဲ့တဲ့အတွက်ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်မှာ

လူလာဖြစ်ရတယ်။ လူဖြစ်လာပြန်တော့လည်း လူဖြစ်ရုံနဲ့ မပြီးပြန်ပါဘူး၊ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ဖို့ လိုလာ ပြန်တယ်။ လူဖြစ်ဆဲ အခိုက်လေးမှာ ဂုဏ်ယူထိုက်တဲ့လူ၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိတဲ့လူ၊ အရတော်တဲ့လူ ဖြစ်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ရပါသေးတယ်၊ ဒီလို အားထုတ်ထားမှ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်နိုင်ပါတယ်။

ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူဖြစ်ဖို့ အင်္ဂါ (၃)ပါးနဲ့ ပြည့်စုံရပါတယ်။ ဒီနေ့မှာတော့ အဲဒီ အင်္ဂါသုံးပါးနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ရှင်းလင်း ပြောကြားသွားပါ့မယ်။

ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူဖြစ်ဖို့ ပြည့်စုံရမယ့် (၁) နံပါတ်အင်္ဂါက--

(၁) ပစ္စုပ္ပန်မှာ၊ စိတ်ချမ်းသာအောင်၊ တရားဆောင်၊ အမှောင်ကင်းရမည်။(ယော)

ဒါကတော့ နံပါတ်(၁) အနေနဲ့ ပြည့်စုံရမယ့် အင်္ဂါပါပဲ။ ပစ္စုပ္ပန်မှာ ဘယ်အာရုံနဲ့ပဲ တွေ့တွေ့၊ တွေ့ကြုံသမျှအာရုံနဲ့ အဆင်ပြေအောင်၊ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်၊ တရားအဆောင်ကောင်းတွေကို ဆောင်ထားရမယ်။

တရားနဲ့ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ရမယ်။ ပစ္စုပ္ပန်မှာ စိတ်ချမ်းသာအောင် နေထိုင်ရမယ်၊ စိတ်ချမ်းသာမှ ကိုယ်ကျန်းမာမယ်၊ ကိုယ်ကျန်းမာဖို့ဆိုတာ စိတ်ချမ်းသာမှုနဲ့ များစွာပဲ ဆက်စပ်နေပါတယ်။ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ ဦးဇင်းတို့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ အဘိဓမ္မာ ဒေသနာတော်အရ ရုပ်ကိုဖြစ်စေတတ်တဲ့ အကြောင်း တရားတွေထဲမှာ "စိတ်" ဆိုတာပါနေလို့ပါပဲ။ ဒါကြောင့် ရုပ်ကျန်းမာဖို့ဆိုတာ စိတ်ချမ်းသာမှ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ စိတ်ချမ်းသာဖို့ အရေးကြီးတယ်။

စိတ်ချမ်းသာဖို့ အရေးကြီးတယ်ဆိုတော့ စိတ်ချမ်းသာအောင် ဘယ်လိုလုပ်ကြမလဲ-?။ ဘယ်လို အဆောင်ကောင်းတွေကို ဆောင်ထားကြမလဲ?။

လောကလူသားတွေကတော့ လောကီစည်းစိမ်ချမ်းသာတွေနဲ့ ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်လို့ စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေနဲ့ ပြည့်စုံစွာ နေထိုင်ရပြီဆိုရင် စိတ်ချမ်းသာမှာပဲလို့ ထင်ကြမှာပဲနော်။ တရားသဘောနဲ့ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင်တော့ လောကီချမ်းသာတွေဆိုတာ ရန်သူမျိုးငါးပါးနဲ့ ဆက်စပ်နေတာဖြစ်လို့ စစ်မှန်တဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှုမျိုးကို မဖြစ်စေနိုင်ပါဘူး။ လောကီ ချမ်းသာတွေအပေါ် အမြဲတမ်း ကြောင့်ကြနေရ၊ ပူပန်နေရတာပါ။ ပူပန်

ကြောင့်ကြနေရတယ်ဆိုတာ ဟုတ်မဟုတ် လောကီ စည်းစိမ်တွေကို ကိုယ့်အတိုင်းအတာနဲ့ကိုယ် ပိုင်ဆိုင် ထားကြတဲ့ ဦးဇင်းတို့ တရားနာပရိသတ် စဉ်းစား ကြည့်နိုင်ပါတယ်နော်။ လောကီစည်းစိမ်ကို နည်းနည်း ပိုင်ဆိုင်ထားရင် နည်းနည်း ပူပန်ရတယ်။ ကြောင့်ကြ စိုက်ရတယ်။ များများပိုင်ဆိုင်ထားသူ ဖြစ်ရင်တော့ များများ ပူပန်ရမယ်။ များများ ကြောင့်ကြစိုက်ရမယ်။

ဒါကြောင့် လောကီချမ်းသာတွေဆိုတာ ပုထုဇဉ် လူသားများ ထင်နေသလို အမှန်တကယ် စစ်မှန်တဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှုမျိုးကို မပေးနိုင်ကြပါဘူး။ ဆောင်ထားသင့်တဲ့ စစ်မှန်တဲ့ အဆောင်ကောင်း တွေလည်း မဟုတ်ကြပါဘူး။

အမှန်တကယ် စစ်မှန်တဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှုမျိုးကို ပေးနိုင်မယ့် အဆောင်ကောင်းကတော့ **"စိတ်ချမ်း သာအောင်၊ တရားဆောင်"** ဆိုတဲ့အတိုင်း မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတဲ့ တရားတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား တရားတော်သည်သာ စစ်မှန်တဲ့ အဆောင်ကောင်း တွေဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ တရားတော်တွေကို ဆောင်ထား မှသာ စစ်မှန်တဲ့ အဆောင်ကောင်းကို ဆောင်တယ်လို့ ခေါ်နိုင်တယ်။

ဘယ်လိုတရားမျိုးတွေကို ဆောင်ထားရမှာလဲ–ဆိုတော့–

ပစ္စုပ္ပန်တွေ့သမျှ အာရုံတိုင်းမှာ အဆင်ပြေအောင်၊ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်၊ စိတ်ချမ်းသာအောင် ဆောင်ထားရမယ့် တရားအဆောင်တွေကတော့ များစွာရှိနေပါတယ်။ အဲဒီ အဆောင်ပေါင်းများစွာထဲက ဦးဇင်းပြောချင်တဲ့ အဆောင်ကောင်းတွေကတော့––

(၁) ယောနိသောမနသိကာရ–နှလုံးသွင်း တတ်ခြင်းဆိုတဲ့ တရားအဆောင်ကောင်း။

(၂) ဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင်ထား ပွားများခြင်းဆိုတဲ့ တရားအဆောင်ကောင်း။

(၃) ရှုမှတ်မှု အမှတ်သတိ အသိသတိဆိုတဲ့ တရားအဆောင်ကောင်း။

ပေါင်းတော့ သုံးမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီသုံးခုဟာ စစ်မှန်တဲ့ တရားအဆောင်ကောင်းတွေပါပဲ။

ဒီသုံးခုကို နည်းနည်းလေး ရှင်းလင်းပြချင်ပါတယ်။

ပထမ အဆောင်ကောင်း

အဆောင်ကောင်းသုံးမျိုးထဲမှာ ပထမဆုံး အဆောင်ကောင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီးပြောရမယ်ဆိုရင်–

"ယောနိသောမနသိကာရ"ဆိုတာ အလိုရှိအပ်တဲ့ စီးပွါးချမ်းသာကိုရခြင်းရဲ့ အကြောင်းဖြစ်တဲ့ နှလုံးသွင်းမှု–လို့ သံယုတ္တဋီကာမှာ ဗျတိရေက (အပြန်နည်း၊ ဆန့်ကျင်ဘက်နည်း)နဲ့ ယူဖို့ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ သင့်လျော်အောင်၊ အဆင်ပြေအောင်၊ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်၊ စိတ်ချမ်းသာအောင် နှလုံးသွင်းမှုကို ဆိုလိုတာပါပဲ။

ပစ္စုပ္ပန်မှာ မိမိတို့ တွေ့ကြုံနိုင်တဲ့ အာရုံတွေက အမျိုးမျိုးပါပဲ။ လောဘဖြစ်စရာ၊ ကောင်းမြတ်တယ်လို့ ထင်မှတ်စရာဖြစ်တဲ့ ဣဋ္ဌာရုံတွေ။ အလွန်ကောင်းမြတ်တဲ့ အတိဣဋ္ဌာရုံတွေ။ ဒေါသဖြစ်စရာ မကောင်းတဲ့၊ အလိုမရှိအပ်တဲ့ အနိဋ္ဌာရုံတွေ– စတဲ့ အာရုံအမျိုးမျိုးတွေနဲ့ ကြုံတွေ့နိုင်ပါတယ်။

လောဘဖြစ်စရာ ကောင်းမြတ်တဲ့ အလွန်ကောင်းမြတ်တဲ့ အာရုံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရတဲ့အခါမှာ–

"ဒီ ကောင်းမြတ်တဲ့ အလွန်ကောင်းမြတ်တဲ့ နှစ်သက်ဖွယ်၊ သာယာဖွယ်အာရုံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရ

တာဟာ မိမိတို့ အတိတ် အတိတ် ဘဝါဘဝတွေတုန်းက ကောင်းမှု ကုသိုလ်ကံတွေကို ပြုလုပ်ခဲ့လို့သာ တွေ့ကြုံနေရတာ ဖြစ်တယ်။ နောက်နောင်ဘဝတွေမှာလည်း ကောင်းမြတ်တဲ့၊ အလွန်ကောင်းမြတ်တဲ့၊ အာရုံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံဖို့ရာ၊ အကောင်းမြတ်ဆုံးဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန် အာရုံကို တွေ့ကြုံဖို့ရာ၊ ကောင်းမှု ကုသိုလ်ပဲပြုမှ တော်မယ်” လို့ လမ်းမှန်အတိုင်း နှလုံးသွင်း လိုက်မယ်ဆိုရင် လောဘစတဲ့ အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်ပါဘဲ စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေလို့ ယောနိသော မနသိကာရ ပြဋ္ဌာန်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်ပြီးတော့၊ စိတ်ချမ်းချမ်း သာသာနဲ့ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။

ဒေါသဖြစ်စရာ မကောင်းတဲ့ အနိဋ္ဌာရုံတွေနဲ့ ကြုံတွေ့ရတဲ့ အခါမှာလည်းပဲ “ ဒီ မကောင်းတဲ့ အာရုံဆိုး နိမိတ်ဆိုးတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရခြင်းသည် မိမိတို့ အတိတ် အတိတ် ဘဝါ ဘဝတွေတုန်းက မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံတွေ ပြုလုပ်ခဲ့လို့သာ တွေ့ကြုံရခြင်း ဖြစ်တယ်၊ ဒီမကောင်းတဲ့ အာရုံဆိုး နိမိတ်ဆိုးတွေရဲ့ အကျိုးပေးတွေကို ကျော်လွန်နိုင်တာကတော့ ကောင်းမှု ကုသိုလ်သာ ဖြစ်တယ်၊ ဒါကြောင့်မို့ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ခါတိုင်းထက်ပိုပြီးတော့ ပြုလုပ်မှတော်မယ်” လို့ အဲဒီလို

လမ်းမှန်အတိုင်း နှလုံးသွင်းလိုက်မယ်ဆိုရင် ဒေါသ စတဲ့ အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်ပါဘဲနဲ့ စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေလို့ ယောနိသောမနသိကာရပြဋ္ဌာန်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေဖြစ်ပြီး တော့ စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။

ဒီလို နည်းလမ်းတွေနဲ့ မိမိတို့ရဲ့ သန္တာန်မှာ ယောနိသောမနသိကာရ တရားအဆောင်ကောင်းကို ဆောင်ထားရမယ်။ မိမိတို့ရဲ့ စိတ်ဆိုတာ တရား မပါရင် ဘယ်အာရုံနဲ့မှ အဆင်မပြေပါဘူး။ တွေ့သမျှ အာရုံတိုင်း အာရုံတိုင်းနဲ့ ရန်ဖြစ် နေမှာပါ။ ဥပမာ ဆိုကြပါစို့ - ယခုလို ပူပြင်းတဲ့ နွေရာသီမှာ ပူအိုက်တဲ့ ရာသီဥတု အာရုံနဲ့ တွေ့ကြုံတဲ့အခါ "ပူလိုက်တာ-အိုက်လိုက်တာ- ဆိုးလိုက်တာ" စသည်ဖြင့် အတွင်း စိတ်က မသိမသာ မသိမသာ ဒေါသလေးတွေ၊ ဒေါမနဿလေးတွေ ဖြစ်နေ တတ်တယ်။

အဲဒါ စိတ်နဲ့ရာသီဥတုအာရုံ အဆင်မပြေပဲ ရန်ဖြစ်နေတာပါ။

"ပူတာဟဲ့-အိုက်တာဟဲ့-ဆိုးတာဟဲ့" နဲ့ စိတ်နဲ့ ရာသီဥတုအာရုံ အဆင်မပြေ ရန်ဖြစ်နေတော့ ဘယ် ချမ်းသာရာရမလဲ။ ချမ်းသာရာမရဘူး။ အဲဒီလို စသည်

ဖြင့် နေပူလွန်းခြင်း၊ မိုးမရွာခြင်း၊ မိုးရွာလွန်းခြင်း၊ ခလုပ်တိုက်မိခြင်း–စသည်တွေကြောင့် အရာမဟုတ်ဘဲစိတ်ဆိုးစိတ်တို အမျက်ထွက်ခြင်းမျိုးကို **"အဋ္ဌာနကောပ"** လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီလို စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်မပြေ ရန်ဖြစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရှုံ့မဲ့ပြီး စိတ်ဓာတ်တွေ ကျဆင်းသွားတတ်ပါတယ်။

ပူအိုက်တဲ့ ရာသီဥတုအာရုံနဲ့ တွေ့ကြုံတဲ့အခါမှာ "ပူရမယ့်အချိန် ပူမှာပေ့ါ။ အိုက်ရမယ့်အချိန် အိုက်မှာပေ့ါ။ အရေးကြီးတာက ဗဟိဒ္ဓအပြင် ရာသီဥတု အပူကြောင့် အဇ္ဈတ္တ အတွင်းစိတ် အပူမကူးဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒီထက်ပူတဲ့ ငရဲကို မရောက်ဖို့က ပိုအရေးကြီးသေးတယ်။ ဆင်းရဲကြီးကြီးကို ကြောက်ရင် ဆင်းရဲသေးသေးကို သည်းခံမှ ဖြစ်မယ်–လို့ အဲဒီလို စသည်ဖြင့် လမ်းမှန်အတိုင်း နှလုံးသွင်းလိုက်မယ်ဆိုရင် စိတ်နဲ့ ပူတဲ့ အိုက်တဲ့ အာရုံ အဆင်ပြေလို့ ယောနိသော မနသိကာရ ပြဋ္ဌာန်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်ပြီးတော့ စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။

မိမိတို့က ပုထုဇဉ်အများစုနဲ့ လောကကြီးထဲမှာ

နေကြရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လောကထဲမှာ နေရတာဆို တော့ လောကဓံဆိုတာ အချိန်မရွေး တွေ့နိုင်ပါတယ်။

မိမိမှာ အပြစ်မရှိဘဲနဲ့ ကဲ့ရဲ့ခံရတဲ့ လောကဓံ အာရုံနဲ့ တွေ့ကြုံတယ်ဆိုပါတော့-ဒီအခါ ဘယ်လို နှလုံးသွင်းရမလဲ?။

"အော်- သူမသိရှာလို့ ကဲ့ရဲ့တာပဲ။ ထင်တိုင်း ပြောဆိုတတ်တာဟာ မစောင့်စည်းသူတို့ရဲ့ ဓမ္မတာပဲ။ အကယ်၍သာ အမှန်အတိုင်း သိမြင်သွားပါက ကဲ့ရဲ့ မှားမိတဲ့အတွက် သူ့မှာ အများကြီး စိတ်မကောင်း ဖြစ်ရှာ လိမ့်မယ်။ ငါ ယခု အကဲ့ရဲ့ခံရတာလည်း အပြစ်မရှိတဲ့သူ ကို အတိတ်က ကဲ့ရဲ့ခဲ့ဖူးလို့ ဖြစ်လိမ့်မယ်။ ငါ့မှာ ဝဋ်ကြွေးရှိခဲ့လို့ ခံရတာဟာ စိတ်နာဖွယ် မဟုတ်ပါဘူး" လို့ အဲဒီလို စသည် လမ်းမှန်အတိုင်း နှလုံးသွင်းလိုက် မယ်ဆိုရင် ဒေါသ-စတဲ့ အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်ပါဘဲနဲ့ စိတ်နဲ့လောကဓံအာရုံ အဆင်ပြေလို့ ယောနိသော မနသိ ကာရပြဋ္ဌာန်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်ပြီးတော့ စိတ်ချမ်းချမ်း သာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။

တနည်းအားဖြင့် ပြောရရင် "ကဲ့ရဲ့ခြင်းဆိုတာ လူတိုင်းနဲ့ သက်ဆိုင်တဲ့ လောကဓံတရားပဲ။ မြတ်စွာ

ဘုရားသော်မှ တွေ့ကြုံရသေးတာပဲ။ ငါ့မှာ အဘယ့်ကြောင့် မတွေ့ကြုံဘဲ ရှိမလဲ။ ဒီလို လောကဓံနဲ့ တွေ့ရလို့ စိတ်ဖောက်ပြန်ခြင်းဆိုတာလည်း လူတိုင်းနဲ့ သက်ဆိုင်တာပဲ။

သည်းခံခြင်းဟာ မြင့်မြတ်တဲ့ သူတော်ကောင်းတို့နဲ့သာဆိုင်တယ်။ ငါဟာ မြင့်မြတ်တဲ့ သူတော်ကောင်းတို့ရဲ့ လမ်းကိုသာလိုက်မယ်။ မြတ်စွာဘုရား ဆုံးမတော်မူတာက လူဆိုးများက မိမိကိုယ်ကို လွှနဲ့တိုက်ဖြတ်ရင်တောင်မှ အဲဒီလူဆိုးတွေအပေါ် စိတ်မဆိုးရဘူး–တဲ့။ စိတ်ဆိုးခဲ့ရင် ဘုရားအဆုံးအမကို နာခံသူ မဟုတ်ဘူး–တဲ့။

ဒီကဲ့ရဲ့မှုဆိုတာ လွှနဲ့တိုက်ဖြတ်တာထက် များစွာ ခံသာပါသေးတယ်။ ငါသည် အဘယ့်ကြောင့် ဘုရား အဆုံးအမကို မခံယူနိုင်ဘဲ ရှိရမလဲ” လို့ အဲဒီလို စသည်ဖြင့် လမ်းမှန်အတိုင်း နှလုံးသွင်းလိုက်မယ်ဆိုရင်လည်း ဒေါသစတဲ့ အကုသိုလ်တွေ မဖြစ်ပါဘဲနဲ့ စိတ်နဲ့လောကဓံအာရုံ အဆင်ပြေလို့ ယောနိသော မနသိကာရ ပြဋ္ဌာန်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်ပြီးတော့ စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။

ဒါက-- မိမိတို့ ယောနိသောမနသိကာရ တရားအဆောင်ကောင်း ဆောင်ထားမယ်ဆိုရင် ပစ္စုပ္ပန်မှာ စိတ်ချမ်းသာစွာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်-ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒုတိယ အဆောင်ကောင်း

နောက်တစ်ခါ ပြောချင်တာက စိတ်ချမ်းသာအောင် တရားအဆောင်ကောင်းတွေထဲက ဒုတိယဖြစ်တဲ့ ဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင်ထား ပွားများခြင်းဆိုတဲ့ တရားအဆောင်ကောင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဗြဟ္မစိုရ်တရားဆိုတာ မေတ္တာ ကရုဏာ မုဒိတာ ဥပေက္ခာဆိုတဲ့ တရားလေးပါးကို ခေါ်တာပါ။ ဒီလေးပါး ကို ပါဠိလိုတော့ ဗြဟ္မဝိဟာရ၊ မြန်မာလိုတော့ ဗြဟ္မစိုရ် တရား-လို့ ခေါ်ပါတယ်။ (ဗြဟ္မ-မြတ်သော၊ ဝိဟာရ-နေခြင်း။)

"သတ္တဝါတွေအပေါ်မှာ မေတ္တာပွါး၍ ဖြစ်စေ၊ ကရုဏာပွါး၍ဖြစ်စေ၊ မုဒိတာပွား၍ဖြစ်စေ၊ ဥပေက္ခာပွား၍ ဖြစ်စေ၊ ဒီတရားလေးပါး တစ်ပါးပါး ပွါးများပြီးနေတာကို" မြင့်မြတ်သောနေခြင်း-လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အဲဒီလို မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာပွါးများ ပြီးနေခြင်းသည် မာန်မာန တရားတွေ၊ ဒေါသတွေ၊ ဣဿာတွေ၊ သောကစိတ်တွေနဲ့ နေရသလို ခြောက်ခြောက်သွေ့သွေ့ မဟုတ်ဘဲ စိုစိုပြည်ပြည် ရှိနေတာကြောင့် "ဗြဟ္မစိုရ်"လို့ ခေါ်တာပါပဲ။

မိမိတို့ ပစ္စုပ္ပန်မှာ တွေ့ကြုံနေရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အာရုံတွေက အမျိုးမျိုးပါပဲ၊ အဲဒီအမျိုးမျိုးထဲမှာ–

(၁) မိမိတို့နဲ့ ကိုယ်ကျင့်သီလ, ရာထူး, စည်းစိမ်အားဖြင့် တန်းတူဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အာရုံတွေနဲ့လည်း တွေ့ကြုံနိုင်ပါတယ်။

(၂) မိမိတို့အောက် ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ရာထူး စည်းစိမ်အားဖြင့် နိမ့်ကျဆင်းရဲနွမ်းပါးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အာရုံတွေနဲ့လည်း တွေ့ကြုံနိုင်ပါတယ်။

(၃) မိမိတို့နဲ့ ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ရာထူး စည်းစိမ်အားဖြင့် သာလွန်မြင့်မားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအာရုံ တွေနဲ့လည်း တွေ့ကြုံနိုင်ပါတယ်။

(၄) မိမိတို့က ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ရာထူး စည်းစိမ်အားဖြင့် မကယ်နိုင်တဲ့ အလွန်မိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အာရုံတွေနဲ့လည်း တွေ့ကြုံနိုင်ပါတယ်။

ဒီတော့၊ (၁) မိမိတို့နဲ့ ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ရာထူး

စည်းစိမ်အားဖြင့် တန်းတူဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအာရုံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရတဲ့အခါမှာ "**အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဈာ ဟောန္တု၊ အနီဃာ ဟောန္တု၊ သုခီ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု**" "ဘေးရန် ကင်းကြပါစေ။ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ။ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာဖြင့် မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ"လို့ မေတ္တာ ဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင်ထား ပွါးများကြရမယ်။

အဲဒီလိုမေတ္တာပွါးများတဲ့အခါ- နည်းမှန်လမ်းမှန် စနစ်တကျ ဘယ်လိုပွါးများရမလဲဆိုရင်-

ပထမ = မိမိတို့နဲ့ ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ရာထူး စည်းစိမ်အားဖြင့် တန်းတူဖြစ်တဲ့ မေတ္တာခံပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါရဲ့ ပြုံးရွှင်ကြည်နူးဝမ်းသာနေတဲ့ အာရုံကို ပြတ်ပြတ်သားသား ပေါ်လာအောင် ပုံဖော်ပေးရမယ်။

ဒုတိယ = ပုံဖော်ထားတဲ့ မေတ္တာခံ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအာရုံနဲ့ သူ့ရဲ့အကျိုးစီးပွါးကို လိုလားတဲ့ မေတ္တာ စိတ်ကို ကပ်ပေးရပါမယ်။

တတိယ= မေတ္တာပွါးများတဲ့အလုပ် မပြီးသေးမီ မေတ္တာခံ အာရုံ မပျောက်ရအောင် ထိန်းထား

နိုင်ရမယ်။

စတုတ္ထ = မေတ္တာပွါးများတဲ့ အလုပ်လုပ်နေစဉ် အခြား မဆိုင်တဲ့ ဇနီးမယား သမီးသား စီးပွားရေး လူမှုရေးစတဲ့အာရုံတွေ မရောဝင်လာရ အောင်လည်းကာကွယ် စောင့်ရှောက်ထား နိုင်ရမယ်။

ပဉ္စမ = မေတ္တာပွါးများတဲ့အလုပ် မပြီးမချင်း ရှေ့နဲ့ နောက် အကျိုးစီးပွါးတွေကို လိုလားတဲ့ မေတ္တာစိတ်ချင်း ဆက်စပ်ထားနိုင်ရမယ်။

ဒီငါးချက်နဲ့အညီ ပွါးများနိုင်မှ နည်းမှန် လမ်းမှန် စနစ်တကျ မေတ္တာပွါးတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒါမှသာ လေးနက်စူးရှတဲ့ အရည်အသွေး ပြည့်ဝတဲ့ အကျိုးတရား ကို ထိုက်ထိုက် တန်တန် ပေးစွမ်းနိုင်တဲ့ မေတ္တာတရား များ ရရှိနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မိမိတို့နဲ့ ကိုယ်ကျင့်သီလ ရာထူး စည်းစိမ် အားဖြင့် တန်းတူဖြစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အာရုံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရတဲ့အခါ မေတ္တာဗြဟ္မစိုရ်တရား မပွားများနိုင် ဘူး ဆိုရင်ဘာတွေဖြစ်လာတတ် သလဲ-?။

အဲဒီ တန်းတူပုဂ္ဂိုလ်တွေအပေါ်မှာ ဂုဏ်တု ဂုဏ်ပြိုင်လုပ်ချင်လာတဲ့ မာန်မာန အကုသိုလ်

တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်တယ်။ အဲဒီ အကုသိုလ် တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာမယ့်အစား မေတ္တာဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင် ထား ပွါးများလိုက်မယ်ဆိုရင် မာန်မာန စတဲ့ အကုသိုလ် တရားတွေ မဖြစ်ဘဲ စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေလို့ မေတ္တာ ပြဋ္ဌာန်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်ပြီးတော့ စိတ်ချမ်းချမ်း သာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့်--

* တန်းတူတွေ့လျှင်၊ မေတ္တာဝင်၊
မဝင်နိုင်က ပြိုင်တတ်တယ်။
ပြိုင်မည့်အစား၊မေတ္တာပွါး၊
စိတ်ထားပြုပြင် ပြောင်းပါမယ်။

(၂) မိမိတို့အောက် ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ရာထူး စည်းစိမ်အားဖြင့် နိမ့်ကျဆင်းရဲ နွမ်းပါးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အာရုံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရတဲ့အခါမှာတော့ **"ဒုက္ခာ မုစ္စန္တု"** "ယခုရောက်ရှိနေတဲ့ ဒုက္ခတွေက လွတ်မြောက်ကြ ပါစေ" လို့ ကရုဏာဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင်ထား ပွားများကြရမယ်။ အဲဒီလို ကရုဏာ ဗြဟ္မစိုရ်တရား မပွားများနိုင်ဘူးဆိုရင် မိမိတို့အောက် နိမ့်ကျ ဆင်းရဲ

နှမ်းပါးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါတွေအပေါ်မှာ ဘာတွေ ဖြစ်လာတတ်သလဲ-?။

အနိုင်ကျင့်ချင်တဲ့၊ ညှင်းဆဲချင်တဲ့ ဒေါသ ဝိဟိံသ အကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်တယ်။

အဲဒီလို အနိုင်ကျင့်ချင်တဲ့၊ ညှင်းဆဲချင်တဲ့ ဒေါသ ဝိဟိံသဆိုတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာမယ့်အစား ကရုဏာဗြဟ္မစိုရ်တရားလက်ကိုင်ထားပွားများ လိုက်မယ်ဆိုရင် ဒေါသဝိဟိံသ အကုသိုလ်တရားတွေ မဖြစ်ပါဘဲနဲ့ စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေလို့ ကရုဏာ ပြဋ္ဌာန်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေဖြစ်ပြီးတော့ စိတ်ချမ်းချမ်း သာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်--

* နိမ့်သူတွေ့လျှင်၊ ကရုဏာဝင်၊
မဝင်နိုင်က၊ နိုင်တတ်တယ်။
နိုင်မည့်အစား၊ ကရုဏာပွါး၊
စိတ်ထားပြုပြင် ပြောင်းပါမယ်။

(၃)မိမိတို့ထက် ကိုယ်ကျင့်သီလ, ရာထူး စည်းစိမ်အားဖြင့် သာလွန် မြင့်မြတ် ပြည့်စုံ ကြွယ်ဝတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအာရုံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရတဲ့အခါမှာ-- "ယထာလဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော မာ ဝိဂစ္ဆန္တု" "ရရှိ ပြည့်စုံ

ကြွယ်ဝနေတဲ့ စည်းစိမ်တွေက လက်မလွတ်ကြပါစေနဲ့”လို့ မုဒိတာ ဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင်ထား ပွါးများကြရမယ်။ ဒီလို မုဒိတာ ဗြဟ္မစိုရ်တရား မပွါးများနိုင်ဘူးဆိုရင် ဘာတွေ ဖြစ်လာတတ်သလဲ–?။

အဲဒီမိမိထက် သာလွန် မြင့်မြတ် ပြည့်စုံကြွယ်ဝတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအပေါ်မှာ မနာလိုတဲ့၊ ရွှဲ့စောင်းတတ်တဲ့၊ ဣဿာစတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်တယ်။

အဲဒီ မနာလိုတဲ့၊ ရွှဲ့စောင်းတတ်တဲ့ ဣဿာ–စတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာမယ့်အစား မုဒိတာ ဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင်ထား ပွားများလိုက်မယ်ဆိုရင် ဣဿာ–စတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေ မဖြစ်ပါဘဲနဲ့ စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေလို့ မုဒိတာ ပြဋ္ဌာန်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေဖြစ်ပြီးတော့ စိတ်ချမ်းချမ်း သာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်––

***မြင့်သူတွေ့လျှင်၊ မုဒိတာဝင်၊**
မဝင်နိုင်ကရွဲ့တတ်တယ်။
ရွဲ့မည့်အစား၊ မုဒိတာပွါး၊
စိတ်ထားပြုပြင်ပြောင်းပါ့မယ်။

(၄)မိမိတို့က ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ရာထူး စည်းစိမ် အားဖြင့် မကယ်တင်နိုင်တဲ့ အလွန်မိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ အာရုံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရတဲ့အခါမှာတော့ "ကမ္မဿကာ" "ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိကြတယ်၊ ကောင်းလည်း သူ့ကံ၊ ဆိုးလည်း သူ့ကံ-ကမ္မဿကာ ပဲ"လို့ ဥပေက္ခာ ဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင်ထား ပွါးများ ကြရမယ်။ ဥပေက္ခာဗြဟ္မစိုရ်တရား မပွါးများနိုင်ဘူး ဆိုရင် ဘာတွေ ဖြစ်လာတတ်သလဲ-?။

အဲဒီ မိမိတို့က မကယ်တင်နိုင်တဲ့ အလွန်မိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အာရုံအပေါ်မှာ စိုးရိမ်သောက ကြောင့်ကြ ဗျာပါဒနဲ့ မုဲခြင်းလို့ဆိုတဲ့ ပရိဒေဝ-စတဲ့ အကုသိုလ် တရားတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်တယ်။

အဲဒီ သောက ပရိဒေဝ-စတဲ့ အကုသိုလ်တရား တွေ ဖြစ်ပေါ်လာမယ့်အစား ဥပေက္ခာဗြဟ္မစိုရ်တရား လက်ကိုင်ထား ပွါးများလိုက်မယ်ဆိုရင် သောက ပရိဒေဝ-စတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေ မဖြစ်ပါဘဲနဲ့ စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေလို့ ဥပေက္ခာ ပြဋ္ဌာန်းတဲ့ ကုသိုလ် တွေဖြစ်ပြီးတော့ စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက်အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်--

* မိုက်သူတွေ့လျှင်၊ ဥပေက္ခာဝင်၊
မဝင်နိုင်က မဲ့တတ်တယ်။
မဲ့မည့်အစား၊ ဥပေက္ခာပွား၊
စိတ်ထားပြုပြင် ပြောင်းပါ့မယ်။

ယခုပြောခဲ့တာတွေကတော့ မိမိတို့ ဗြဟ္မစိုရ် တရား အဆောင်ကောင်းကို ဆောင်ထားမယ်ဆိုရင် ပစ္စုပ္ပန်မှာ– စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်တယ်–ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ် ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒုတိယ အဆောင်ကောင်း

နောက်တစ်ခါ၊ ပြောချင်တာက စိတ်ချမ်းသာ အောင် တရားအဆောင်ကောင်းတွေထဲက ဒုတိယ ဖြစ်တဲ့ ရှုမှတ်မှု အမှတ်သတိ အသိသတိ တရား အဆောင်ကောင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

မိမိတို့ နေ့စဉ်တွေ့ကြုံနေရတဲ့ အာရုံတွေ ကတော့ အမျိုးမျိုးပါပဲ။

အဆင်းအမျိုးမျိုး၊ အသံအမျိုးမျိုး၊ အနံ့အမျိုးမျိုး၊ အရသာအမျိုးမျိုး၊ အတွေ့အထိ အမျိုးမျိုး၊ စိတ်ကူး ကြံစည်မှု အမျိုးမျိုးတွေနဲ့ နေ့စဉ်ကြုံတွေ့နေကြရ

ပါတယ်။

အဲဒီလို အာရုံမျိုးစုံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံနေရတဲ့ အခါမှာ– အာရုံအားလျော်စွာ၊ "မြင်တယ် မြင်တယ်" "ကြားတယ် ကြား တယ်" "နံတယ် နံတယ်" "စားတယ် စားတယ်" "ထိတယ် ထိတယ်" "စိတ်ကူးတယ် စိတ်ကူးတယ်" စသည်ဖြင့် အရှိန် အဟုန်ကောင်းတဲ့၊ အင်အားပါတဲ့၊ စွမ်းအားပြည့်ဝတဲ့ ရှုမှတ်မှု အမှတ်သတိ အသိသတိ တရားအဆောင် ကောင်းကို ဆောင်ထားလိုက်မယ်ဆိုရင် လောဘ–ဒေါသ–မောဟ–စတဲ့ အကုသိုလ်တရားတွေ မဖြစ်ပါ ဘဲနဲ့ စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေလို့ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်ပြီးတော့ စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။

မိမိတို့ရဲ့ စိတ်ဆိုတာ တရားမပါဘူးဆိုရင် ဘယ် အာရုံနဲ့မှ အဆင်မပြေပါဘူး၊ တွေ့သမျှ အာရုံတိုင်းနဲ့ ရန်ဖြစ်နေမှာပါ။ ဒီတော့ စိတ်နဲ့ တွေ့သမျှအာရုံ အဆင်ပြေအောင် ရှုမှတ်မှု အမှတ်သတိ အသိသတိ လေ့ကျင့်ခန်း များများလုပ်ထားကြရမယ်။

မိမိသန္တာန်မှာ ရောဂါဖြစ်လာတဲ့အခါ စိတ်နဲ့ရောဂါ အာရုံအဆင်ပြေအောင် ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်

နေတတ်ရမယ်။

စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေအောင် လေ့ကျင့်ခန်းတွေ များများလုပ်ထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကျတော့- "ရောဂါပဲ- နာမှာပေါ့၊ အနာပဲ- နာမှာပေါ့" လို့ အဲဒီလို မိမိဘက်က အသိဉာဏ်ပညာ အရင်းအနှီးလေး စိုက်လိုက်ရင် ရောဂါ ဝေဒနာအပေါ်မှာ သည်းခံနိုင်ပြီးတော့ ရောဂါဟာ မိတ်ဆွေသဖွယ် ဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်နည်းအားဖြင့် နာတဲ့ ဝေနာရဲ့ အတိုင်းအရှည်ပမာဏကို စိတ်နဲ့ စူးစိုက်ပြီးတော့ "နာတာဟာ ဘာလဲ-?၊ ဘယ်လို ဖြစ်နေတာကို နာတယ်ခေါ်တာလဲ-?" လို့ နာတဲ့ ဝေဒနာရဲ့ သဘောကိုသိအောင် "နာတယ် နာတယ်" လို့ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်လိုက်ရင် နာတဲ့ရောဂါ ဝေဒနာက သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာဘာဝနာ စွမ်းအားလေးတွေ ပေးသွားပါတယ်။ အနာရောဂါ သည်ပင်လျှင် တရားစွမ်းအား တိုးတက်ကြောင်း ဖြစ်သွားပါတယ်။

"ရောဂါ ဝေဒနာက နှိုးဆော်ပေးလို့သာ ငါက တရားကိုသတိရတာ၊ တရားမမေ့တာ၊ ရောဂါဝေဒနာ

က 'နာ' ပေးလို့သာ ငါက "နာတယ် နာတယ်"လို့ ရှုမှတ်မှု သတိရတာ" ဆိုပြီး ဖြစ်ခဲ့တဲ့ ရောဂါဝေဒနာကို ကျေးဇူးတောင် တင်နေမိဦးမယ်။ ဒါဟာ ရောဂါဝေဒနာက မိတ်ဆွေသဖွယ် ဖြစ်သွားတာပဲပေါ့။

ဒီနေရာမှာ ရောဂါဝေဒနာအပေါ် သတိပဋ္ဌာန် စွမ်းအားလေးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ရှုမှတ်ပုံကို နည်းနည်း ရှင်းလင်းပြပါဦးမယ်။

ဝေဒနာရှုမှတ်နည်း (၃)မျိုး

ရောဂါဝေဒနာကို ရှုမှတ်တဲ့အခါ ရှုမှတ်ပုံ ရှုမှတ်နည်း(၃)မျိုးရှိပါတယ်။

(၁) ဒီဝေဒနာလေး ပျောက်သွားရအောင်၊ ပျောက်သွားရအောင်–လို့ ရည်ရွယ်ပြီး ရှုမှတ်တာက တစ်မျိုး။

(၂) ဒီဝေဒနာကိုတော့ ဒီတစ်ထိုင်အတွင်းမှာ၊ ဒီတစ်နေ့အတွင်းမှာ အပြတ်တိုက်ထုတ်လိုက်မယ်–လို့ စိတ်ကြမ်းကြီး ထူထောင်ပြီး ရှုမှတ်တာကတစ်မျိုး။

(၃) ဝေဒနာရဲ့ သဘောကို သိအောင် ရှုမှတ်တာက တစ်မျိုး– ဆိုပြီး (၃)မျိုး ရှိပါတယ်။

(၁) ဒီဝေဒနာလေး ပျောက်သွားရအောင်၊ ပျောက်သွားရအောင်–လို့ ရည်ရွယ်ပြီး ရှုမှတ်တာက ဝေဒနာကို ပျောက်ချင်နေတဲ့ ချမ်းသာကို လိုချင်နေတဲ့ လောဘပဲ။ တရားရှုမှတ်တယ်ဆိုတာ လောဘကင်းအောင် ရှုမှတ်တာမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ အခုတော့ လောဘ ကိလေသာတွေ ကြားခိုနေတဲ့အတွက်ကြောင့် တရားတွေ တော်တော်နဲ့ မတွေ့၊ တော်တော်နဲ့ မတက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။

အဲဒီလို ကိုယ်ထဲက မခံသာမှု ရောဂါဝေဒနာတွေတွေ့ရင် သည်းခံစိတ်အားနည်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အဆိုးနဲ့တွေ့တော့ အကောင်းမျှော်တာပဲ။

ဝေဒနာကိုရှုတဲ့အခါ သက်သာချင်တဲ့ စိတ်ကလေးတွေ၊ ပျောက်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ တကယ်လို့ ရောဂါဝေဒနာကို ပျောက်စေချင်တဲ့စိတ်က ထင်ရှား အားရှိလာရင် အဲဒီ စိတ်ကို စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံ ပြုပြီးတော့ "ပျောက်ချင်တယ် ပျောက်ချင်တယ်"လို့ ရှုမှတ်လိုက်ရမယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်လိုက်ရင် ရောဂါဝေဒနာကို ပျောက်ချင်တဲ့ စိတ်က ပျောက်ပျက်ပြီးတော့ "မပျောက်ချင်နေပါစေတော့၊ ဒီဝေဒနာဟာ ဘာမှ မပြောပ

လောက်ပါဘူး၊ သေခါနီးဆိုရင် ဒီ့ထက် အဆပေါင်း များစွာပြင်းထန်တဲ့ ရောဂါ ဝေဒနာတွေနဲ့ တွေ့ဦးမှာပဲ၊ အဲဒီအခါ ငါဘယ်လိုလုပ် ရှုမှတ်မလဲ အခုကတည်းက ကြိုတင်ပြီးတော့ ဝေဒနာ ရှုမှတ်မှု အလေ့အကျင့် လုပ်ထားမှ တော်ရာကျမယ်”လို့ ဒုက္ခ ဝေဒနာအပေါ်မှာ လက်ခံနိုင်တဲ့ အနေအထား သည်းခံမှု အင်အားတွေ ကြီးထွားလာ တတ်ပါတယ်။

ဒီအခါမှာ ဝေဒနာရဲ့သဘောကိုသိအောင် သည်းခံမှုအများဆုံးထားပြီး အစွမ်းကုန်သည်းခံပြီး ရှုမှတ် ကြရပါမယ်။

(၂) ဒီ ဝေဒနာကိုတော့ ဒီတစ်ထိုင်အတွင်းမှာ ဒီတစ် နေ့အတွင်းမှာ အပြုတ်တိုက်ထုတ်လိုက်မယ်–လို့ စိတ် ကြမ်းကြီး ထူထောင်ပြီး ရှုမှတ်တဲ့နည်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ ပြောရမယ်ဆိုရင်–

စိတ်ကြမ်းကြီးဆိုတာ စိတ်နဲ့ အတူတကွဖြစ်တဲ့ ဒေါသ ဒေါမနဿတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ တရားရှုမှတ် တယ်ဆိုတာ ဒေါသ ဒေါမနဿတွေ ကင်းရှင်းအောင် ရှုမှတ်ရတာမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ အခုတော့ အဲဒီ ဒေါသ ဒေါမနဿတွေ ကြားခိုနေတဲ့အတွက်ကြောင့် တရား တွေ တော်တော်နဲ့ မတွေ့၊ တော်တော်နဲ့ မတက်ဘဲ

ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။

ကိုယ်ထဲက မခံသာမှု ရောဂါဝေဒနာတွေ့ရင် သည်းခံစိတ် အားနည်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ဝေဒနာကို မကြိုက်တဲ့၊ ဝေဒနာကို မနှစ်သက်တဲ့၊ ဝေဒနာကို အပြုတ်တိုက်ထုတ်ချင်တဲ့ စိတ်ကြမ်းကြီး ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ တကယ်လို့ ဝေဒနာကို အပြုတ်တိုက်ထုတ် ချင်တဲ့ စိတ်ကြမ်းကြီးက ထင်ရှားအားရှိလာရင် စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံပြုပြီးတော့ "စိတ်ကြမ်းတယ်၊ စိတ်ကြမ်းတယ်"လို့ ရှုမှတ်လိုက်ရမယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်လိုက်ရင် ဝေဒနာကို အပြုတ်တိုက်ထုတ်ချင်တဲ့ စိတ်ကြမ်းကြီးက ပျောက်ပျက်ပြီးတော့ ရောဂါဝေဒနာ အပေါ်မှာ လက်ခံနိုင်တဲ့အနေအထား သည်းခံမှုအင်အားတွေ ကြီးထွားလာတတ်ပါတယ်။

ဒီအခါမှာ ဝေဒနာရဲ့သဘောကိုသိအောင် သည်းခံမှုအများဆုံးထားပြီး အစွမ်းကုန်သည်းခံပြီး ရှုမှတ်ကြရပါမယ်။

(၃) ဝေဒနာရဲ့ သဘောကို သိအောင် ရှုမှတ်နိုင်ရပါမယ်။ သဘောကို သိအောင် ရှုမှတ်ရာမှာ မခံသာမှုဝေဒနာတွေ ပေါ်လာတဲ့အခါမှာ ယောဂီများက များသောအားဖြင့် ဝေဒနာ "နာ" တာနဲ့အမျှ စိတ်ကို

လည်းတင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း တင်းလိုက်မိ တတ်ပါ တယ်။ အဲဒီလိုလည်း မတင်းမိစေရပါဘူး။ စိတ်ကိုလည်း အနည်းငယ်လျှော့ထား၊ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း အနည်း ငယ် လျှော့ထားရမယ်။ ဒီဝေဒနာ "နာ"နေတာကို တစ်ချိန်လုံးပဲ၊ တစ်နေ့လုံးပဲ ခံနေရတော့မှာလား–လို့ ကြောင့်ကြ ပူပန်စိတ်ကလေးများလည်း ဖြစ်ပေါ်လာ တတ်ပါတယ်။ အကယ်၍ ကြောင့်ကြ ပူပန်စိတ်က ထင်ရှား အားရှိလာရင် အဲဒီစိတ်ကို စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံပြုပြီးတော့ "ကြောင့်ကြ ပူပန်တယ်၊ ကြောင့်ကြ ပူပန်တယ်" လို့ ရှုမှတ်လိုက်ရပါမယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်လိုက် ရင် ဝေဒနာအပေါ်မှာ ကြောင့်ကြပူပန်စိတ်က ပျောက် ပျက်ပြီးတော့ ဝေဒနာအပေါ်မှာ သည်းခံမှု အင်အားတွေ ကြီးထွားလာ တတ်ပါတယ်။

ဝေဒနာပေါ်လာလို့ရှိရင် သည်းခံဖို့က အဓိက အချက်ပါပဲ။ သည်းခံမယ်လို့ နှလုံးသွင်းပြီး ဝေဒနာ အပေါ်မှာ ရှုမှတ်စိတ် တည့်တည့်မတ်မတ် ချရပါတယ်။ တည့်တည့် မတ်မတ်ချပြီးတဲ့အခါ ဒီ ဝေဒနာ– 'နာ' နေတာ ဘယ်လောက်ထိအောင် နာနေသလဲ၊ အသား ပေါ် အရေပေါ်လောက်ပဲ နာတယ်။ အကြော ထိ အောင် နာတယ်–လို့ နာတဲ့ အတိုင်းအရှည် ပမာဏကို

စိတ်နဲ့ သိအောင် စူးစိုက်ပြီးတဲ့အခါကျမှ "နာတယ် နာတယ်"လို့ ပိုင်းခြား ပိုင်းခြားပြီး ရှုမှတ်ရပါတယ်။ "နာတယ် နာတယ်"လို့ အမြန်လည်း အပေါ်ယံရုပ်ပြီး မရှုမှတ်ရဘူး။ စူးစူးစိုက်စိုက် ပိုင်းခြား ပိုင်းခြားပြီး ရှုမှတ်ရပါတယ်။

အဲဒီလို ဝေဒနာရဲ့ သဘောကို သိအောင် ရှုမှတ်တဲ့နေရာမှာ ကြိုးစားပြီးတော့ စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှုမှတ်လေလေ ဒီဝေဒနာ အပေါ်မှာ ဖြောင့်ဖြောင့်တန်းတန်း စိုက်စိုက်မတ်မတ် ရှုမှတ်စိတ် ကျလေလေပါပဲ။ ရှုမှတ်မှု အားနည်းနေလို့ ရှုမှတ်မှုက မနိုင်သေးဘူး၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ် မပွင့်သေးဘူး ဆိုရင်တော့– "ဒူးက နာတယ်၊ ခြေထောက်က နာတယ်၊ ပေါင်က နာတယ်၊ တင်ပါးက နာတယ်" စသည်ဖြင့် အစွဲတွေဝင်ပြီး စိတ်ခံတတ်တွေ ပိုကျလာတတ်ပါတယ်။

ရုပ်နာမ်မကွဲသေး၊ ဝိပဿနာဉာဏ် မဖြစ်သေး ဘူးဆိုရင်တော့ ဝေဒနာက သူ့သဘောအတိုင်း သူနာနေ တာကိုပဲ ငါ့ဒူးက နာတယ်၊ ငါ့ခြေထောက်က နာတယ်၊ ငါ့ပေါင် က နာတယ်၊ ငါ့တင်ပါးက နာတယ်– စသည် ဖြင့် ဒူး, ခြေထောက်, ပေါင်, တင်ပါး ဆိုတဲ့ အစွဲတွေ ဝင်ပြီးတော့ စိတ်ခံတတ်တွေ ပိုကျလာ

တတ်ပါတယ်။ စိတ်ဆင်းရဲလာတတ်တယ်။ ရုပ်နာမ်မကွဲသေး၊ ဝိပဿနာဉာဏ် မဖြစ်သေးတော့ ရုပ်ကိုယ်နဲ့ စိတ်နာမ်ကို တပေါင်းတည်း သိမြင်ကာ 'ငါ'လို့ ထင်မြင်နေသူများမှာ ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်းနာ ဖြစ်ကြရပါတယ်။ ရုပ်ကိုယ်က နာတာနဲ့အမျှ စိတ်ကလည်း ဆင်းရဲကြရပါတယ်။ ဒါကြောင့်–

✱ ရုပ်နာမ်ကိုပင်၊ ငါကောင်ထင်၊ စွဲလျှင် ကိုယ်စိတ်နာ။

ပိဿာချိန် ၄၀–၅၀ လောက်ရှိတဲ့ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကြီးကို တစ်ပေါင်းထဲ ပေါင်းထမ်းရင် လေးလံတယ်။ မနိုင်ဘူး။ အဲဒီလိုပါပဲ။ မခံသာမှု 'နာ'တဲ့ ဝေဒနာအထဲ 'ငါ' ဆိုတာပါ ရောထည့်ပြီးတော့ တတန်းတည်း တပေါင်းတည်း ကြည့်နေမယ် ရှုမှတ်နေမယ်ဆိုရင် ငါ့ဒူးက နာလိုက်တာ၊ ငါ့ခြေ ထောက်က နာလိုက်တာ၊ ငါ့ပေါင်က နာလိုက်တာ၊ ငါ့တင်ပါးက နာလိုက်တာ–စသည်ဖြင့် ဝေဒနာအတွက် လေးလံနေတတ်ပါတယ်။ ဝေဒနာကို မနိုင်ဘူး၊ ငြီးညူ ငြီးတွားပြီး လူးလိမ့်အော်နေရတတ်ပါတယ်။ အဲဒါကို "ကိုယ်လည်းနာ၊ စိတ်လည်းနာ" လို့ ခေါ်တာပါပဲ။

ဒီတော့၊ နာတဲ့ ဝေဒနာတွေ လွန်မြောက်

သွားတဲ့ အထိ နိုင်နိုင်နင်းနင်းဖြစ်အောင်၊ ရုပ်နာမ်ကွဲပြား ခြားနား သွားအောင် ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်လာအောင်၊ နာတဲ့ ဝေဒနာအထဲမှာ ရှုမှတ်စိတ်အပြည့် ဖြောင့်ဖြောင့် တန်းတန်း စိုက်စိုက်မတ်မတ် ကျနေအောင်၊ စိတ်အား စိုက် ချိန်သားကိုက်အောင်၊ စွဲစွဲမြဲမြဲ ကြိုးစားပြီး ရှုမှတ်ကြရပါမယ်။

ကြိုးစားပြီး ရှုမှတ်တဲ့အခါ ဝေဒနာအပေါ်မှာ ရှုမှတ်သိစိတ်အပြည့် တည့်မတ်စွာချပြီး၊ နာတဲ့ဝေဒနာရဲ့ အတိုင်းအရှည်ပမာဏကို စိတ်နဲ့သိအောင် စူးစိုက်ပြီး ၄–၅ ချက်လောက် ဆင့်ကာဆင့်ကာ "နာတယ် နာတယ်" လို့ ပိုင်းခြား ပိုင်းခြားပြီး ရှုမှတ်လိုက်ရင် ပိုပိုနာလာတာ ထင်ထင်ရှားရှား တွေ့သိနိုင်ကြပါတယ်။ အထွဋ်အထိပ် သို့ရောက်အောင် နာပြီးတဲ့အခါ ဝေဒနာလည်း အကြောင်းအားလျော်စွာ ပြန်လျော့လာတတ်ပါတယ်။ ဝေဒနာလျော့တဲ့အခါမှာလည်း စူးစိုက်မှုကိုတော့ မလျှော့ လိုက်ရပါဘူး၊ "နာတယ် နာတယ်"လို့ စူးစူးစိုက်စိုက် ပိုင်းခြားပိုင်းခြားပြီး ဆက်လက်ရှုမှတ်ပါ။ ၄–၅ ချက် လောက် ဆင့်ကာဆင့်ကာ ရှုမှတ်လိုက်ရင် တစ်မျိုး သက်သာသွားတာ၊ တခြားနေရာသို့ ရွေ့ရွေ့သွားတာကို ယောဂီများကိုယ်တိုင် တွေ့သိနိုင်ကြပါတယ်။

အဲဒီလို မခံသာမှု နာတဲ့ ဝေဒနာဖြစ်တဲ့ အခါမှာ သည်းခံမှု အများဆုံးထားပြီးတော့ စိတ်အားစိုက် ချိန်သား ကိုက်ပြီး စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှုမှတ်လို့ အထူးအားဖြင့် ရှုမှတ်မှု အားကောင်းတဲ့ ယောဂီတွေဆိုရင် နာတဲ့ ဝေဒနာလေး သက်သက်နဲ့ အဲဒီဝေဒနာကို ရှုမှတ်သိနေတဲ့ ရှုမှတ် သိစိတ် ကလေး သက်သက်ကိုပဲ မြင်လာကြတယ်။ အဲဒီ မခံ သာမှု ဝေဒနာသက်သက်နဲ့ ရှုမှတ်သိစိတ်သက်သက် ဒါလေးနှစ်ခုချည်း ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း မြင်လာတဲ့အခါ "ဒူးက နာတာပဲ၊ ခြေထောက်က နာတာပဲ၊ ပေါင်က နာတာပဲ၊ တင်ပါးက နာတာပဲ" ဆိုတာတွေလည်း မရှိတော့ပါဘူး။ ဒူး, ခြေထောက်, ပေါင်, တင်ပါး ဆိုတဲ့ ပုံသဏ္ဌာန်တွေ ပျောက်သွားတော့တာပါပဲ။

ပုံသဏ္ဌာန်တွေ ပျောက်သွားရင် အဲဒီ ပုံသဏ္ဌာန် တွေကို အစွဲပြုပြီးတော့ဖြစ်တဲ့ "ငါ့ဒူးက နာတာပဲ၊ ငါ့ခြေထောက်က နာတာပဲ၊ ငါ့ပေါင်က နာတာပဲ၊ ငါ့တင်ပါးက နာတာပဲ" ဆိုတဲ့ ငါ, သူတစ်ပါး, ယောကျ်ား, မိန်းမ, ပုဂ္ဂိုလ်, သတ္တဝါဆိုတဲ့ အစွဲတွေ မရှိတော့ဘူး၊ ရုပ်နာမ်ကွဲပြား ခြားနားသွားပါပြီ။ ဒါဟာ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာတာပါပဲ။

အဲဒီလို ရုပ်နာမ် ကွဲပြား ခြားနားသွားအောင်၊

ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ရှုမှတ်နိုင်တဲ့အခါ ရုပ်ကိုယ်ကြီးက နာပါသော်လည်း စိတ်က မဆင်းရဲတော့ဘဲ ရှုမှတ်မြဲတိုင်း ရှုမှတ်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒီလို ရှုမှတ်နိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ–"ကိုယ်သာနာ၍ စိတ်မနာ"တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်ကြပါတယ်။

*** ရုပ်နာမ်ပေါ်ဆဲ၊ ရှုမှတ်ခွဲ၊ ကိုယ်ပဲနာပါ စိတ်မနာ။**

အဲဒီလို ကိုယ်ထဲက အနေဆိုး အခံရခက်တဲ့ မခံသာတဲ့ ဝေဒနာတွေကို ရှုမှတ်ရတဲ့အခါ ရှေ့ပိုင်းမှာတော့ အလွန်ဆင်းရဲပြီး မသက်သာမှုတွေ ဖြစ်လာပေမယ့် အခုလို ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ ရှုမှတ်မှုက နိုင်နိုင်နင်းနင်း ဖြစ်လာတဲ့အတွက် ဒုက္ခဝေဒနာလေးတွေကို ရှုမှတ်ရတာကိုပဲ တစ်မျိုး အားရလာတယ်၊ အားရှိလာတယ်။ အင်မတန်လည်း ထူးခြားလာတယ်။ ကိုယ်ထဲက မခံသာမှု ဝေဒနာ သက်သက်နဲ့ ရှုမှတ်သိစိတ်သက်သက် ဒါလေး (၂)ခုချည်း ကွက်ကွက် ကွင်းကွင်း မြင်လာတဲ့အခါကျရင် ဝေဒနာကို နိုင်လာပြီ၊ ရဲရင့်လာပြီ။

ဝေဒနာတွေပျောက်ကွယ် ပျောက်ကွယ်သွားမှုကိုလည်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိလာတယ်။

စောစောက မပျောက်ဘူးလို့ ထင်နေတာ အခုတော့ ပျောက်သွားပြီ။ ဒီ ဝေဒနာတွေ ရှုမှတ်ရတာ "တယ်ဟုတ်ပါလား၊ တယ်နေရာကျပါလား" ဆိုပြီးတော့ အားရလာပါတယ်။ အားတက်လာပါတယ်။ ရှုမှတ် လိုက်လို့ရှိရင်လည်း မခံသာမှု ဝေဒနာတွေက တစ်ခုပြီး တစ်ခု၊ တစ်ပိုင်းပြီးတစ်ပိုင်း ပြတ်ပြတ်သွားတာကို မြင်လို့ရှိရင် "အို--သိပ်ကောင်းတာပဲ၊ နာလည်း နာတယ်၊ ကောင်းလည်း ကောင်းတယ်။ မခံသာမှု ဝေဒနာလည်း ရှိတယ်၊ ရှုမှတ်ရတာလည်း ကောင်း တယ်"လို့တောင် ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

စောစောကပြောခဲ့တဲ့ ဥပမာထဲမှာ ပိဿာချိန် ၄၀-၅၀လောက်ရှိတဲ့ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကြီးကို တပေါင်း တည်း ပေါင်းပြီးမထမ်းဘဲ ၄-ပိဿာလောက်၊ ၅-ပိဿာ လောက်စီ ခွဲခွဲထမ်းရင်၊ ခွဲခွဲ သယ်ဆောင်ရင် ပေါ့ပြီးတော့ ထမ်းနိုင်တယ်၊ သယ်ဆောင်နိုင်တယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ နာတဲ့ ဝေဒနာရဲ့အထဲ 'ငါ'ဆိုတာ ကိုပါ ရောထည့်ပြီး တစ်တန်းတည်း တစ်ပေါင်းတည်း ကြည့်မနေဘဲ= ရှုမှတ်မနေဘဲ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ကိုသာ အမှတ်သတိ ဉာဏ်စိုက်ပြီး တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ ခွဲခွဲ ရှုမှတ် နေရင် "အကြောင်းရှိလို့ တစ်ခုဖြစ်လိုက်၊ အချိန်စေ့တော့

အဲဒီတစ်ခု ပျက်သွားလိုက်၊ အဲဒီ တစ်ခု ပျက်သွားပြီး တော့ အကြောင်းရှိလို့ နောက်တစ်ခု ပြန်ဖြစ်ပေါ် လာလိုက်၊ အချိန်စေ့တော့ အဲဒီ နောက်တစ်ခုလည်း ပျက်သွား လိုက်” အဲဒီလို စသည်ဖြင့် ဝေဒနာကို အကန့်လိုက် အကန့်လိုက်သာ မြင်နေရတဲ့အတွက် ဝေဒနာကို နိုင်သွားတယ်။

ဝေဒနာကို နိုင်တော့ ပျော်ကြရပါတယ်။ နာတာလည်း အရမ်းနာတာပဲ၊ ဒါပေမယ့် စိုးရိမ်စိတ်တွေ ကြောက်စိတ်တွေ မရှိတော့ဘူး၊ သည်းမခံနိုင်တာလည်း မရှိတော့ဘူး၊ အဆိုးတွေ့လို့ အကောင်းမျှော်တာလည်း မရှိတော့ဘူး။ နာတာလေးနဲ့ မှတ်သိနေတာလေးပဲ ရှိတော့တယ်၊ နာတာလေးကလည်း သဘောသက်သက် ပဲ၊ မှတ်သိနေတာလေးကလည်း သဘောသက်သက်ပဲ၊ ဒါလေး(၂) ခုထဲပဲ ရှုမှတ်နေရတာ သမာဓိတွေရလို့ နေပါလိမ့်မယ်။

သမာဓိရဲ့ စွမ်းအားကြောင့် နှစ်သိမ့်အားရတဲ့ ပီတိတွေ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ ပီတိတွေဖြစ်တော့ ရုပ်ကိုယ်ကြီးက နာနေသော်လည်း ပြုံးနိုင် ပျော်နိုင် ပါတယ်။

အဲဒီလို စိတ်နဲ့အာရုံ အဆင်ပြေအောင် နေတတ်

တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ အနာရောဂါကို ကြည့်ပြီး ပြုံးပြုံး ပြုံးပြုံးနဲ့ နေနိုင်တယ်။ အနာရောဂါလည်း ရှိသေးတယ်၊ ပြုံးလည်း ပြုံးနိုင်သေးတယ်နော်။

ဒါက အနာရောဂါရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည်ပင်လျှင် ရှုမှတ်မှု အမှတ်သတိ အသိသတိ တရားအဆောင် ကောင်းကို ဆောင်ထားမယ်ဆိုရင် ပစ္စုပ္ပန်မှာ စိတ်ချမ်းသာစွာနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်-ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

တရားအဆောင် မပါဘဲနဲ့တော့ စိတ်နဲ့ပစ္စုပ္ပန် တွေ့ကြုံ သမျှ အာရုံ အဆင်ပြေမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကုသိုလ် ဖြစ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ စိတ်နဲ့ပစ္စုပ္ပန် တွေ့ကြုံသမျှ အာရုံ အဆင်ပြေအောင် ကုသိုလ်ဖြစ် အောင် တရားအဆောင်ကောင်း တစ်ခုခု အမြဲတမ်း ဆောင် ထားကြရပါမယ်။ ဒီ တရားအဆောင်ကောင်း တစ်ခုခု အမြဲတမ်းဆောင်ထားနိုင်ကြမယ် ဆိုရင်တော့ ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း စိတ်ချမ်းသာကြပါလိမ့်မယ်။

ပစ္စုပ္ပန်ချမ်းသာဖို့သာ အဓိကပါ

ပစ္စုပ္ပန် စိတ်ချမ်းသာအောင် နေထိုင်နိုင်ရပါမယ်။ ပစ္စုပ္ပန်မှာ ဘယ်အာရုံနဲ့ပဲတွေ့တွေ့ တွေ့သမျှအာရုံနဲ့ အဆင်ပြေအောင်၊ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် တရားအဆောင်ကောင်း တစ်ခုခု အမြဲထားရှိပြီး တရားနဲ့တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ရမယ်။

မနက်ဖြန် ချမ်းသာဖို့ထက် ယခုချမ်းသာဖို့က ပိုပြီး အရေးကြီးပါတယ်။ နောက်ဘဝချမ်းသာဖို့ထက် ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ချမ်းသာဖို့က ပိုအရေးကြီးပါတယ်။ "ချမ်းသာ ချမ်းသာ"ဆိုတာ စိတ်ချမ်းသာတာကို ပြောတာပါ။ ဒီတော့ ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း စိတ်ချမ်းသာစေရမယ်။ ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း စိတ်ပျော်ရွှင်စေရမယ်။ ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း ပစ္စုပ္ပန်တိုင်း စိတ်ကြည်နူးစေရမယ်–လို့ တရားက အကုန်အာမခံ တာဝန်ယူပါတယ်။

စဉ်းစားကြည့်ပါလား။ လူ့ဘဝဆိုတာ လာတုန်းကလည်း ငိုပြီးတော့ လာခဲ့ကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ မွေးဖွားစဉ် ကာလတုန်းက ကယောင်ကတမ်းနဲ့ အော်ဟစ်ငို ကြွေးပြီးမှ မွေးဖွားလာခဲ့ကြတာ။ အပြန်

ခရီးကျတော့လည်း ကိုယ်ပိုင်အားကိုးစရာ တရားမပါ သွားဘူးဆိုလို့ရှိရင် ငိုပြီးတော့ပဲ ပြန်ကြရပါလိမ့်မယ်။ မပြန်သေးခင်လည်းဘဲ ကိုယ်ပိုင် အားကိုးစရာ တရား လက်လွတ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်နေခဲ့ရင်တော့ စိတ်ထဲ က ငိုလိုက် နှုတ်က ငိုလိုက်နဲ့ ငိုနေကြရမှာပါပဲ။

ဒီတော့ လာတုန်းကလည်း ငို၊ ပြန်တော့လည်း ငို၊ မပြန်သေးခင်လည်း ငိုဆိုရင် လူ့ဘဝဟာ ဘာမှ ဂုဏ်မယူထိုက်တော့ပါဘူး။ ဘာမှ အဓိပ္ပါယ် မရှိတော့ ပါဘူး။ ဘာမှအရ မတော်တော့ပါဘူး။

စာထဲမှာပါတဲ့ လူ့ချမ်းသာဆိုတာ ဘာကို ခေါ်တာတဲ့လဲ။ ဒီလိုသာ လာတုန်းကလည်း ငို၊ ပြန်တော့လည်း ငို၊ မပြန်သေးခင်လည်းငို ဆိုရင် လူ့ဘဝဟာ ဘာတစ်ခုမှ ဂုဏ်မယူထိုက်တော့ဘူးပေါ့။ ဘာတစ်ခုမှ အဓိပ္ပါယ် မရှိတော့ဘူးပေါ့။ ဘာတစ်ခုမှ အရမတော်တော့ဘူးပေါ့နော်။ ရွှေရှိတယ် ပြောပြော၊ ငွေရှိတယ် ပြောပြော ပစ္စည်းပွန်မှာ တရားနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ မနေတတ်ဘူး ဆိုရင်တော့ လူ့ဘဝဟာ ဘာကိုမှ ဂုဏ်ယူထိုက်တယ်လို့ ပြောလို့ မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။

ဒါကြောင့် ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ ဖြစ်အောင်၊

အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ ဖြစ်အောင်၊ အရတော်သောလူ ဖြစ်အောင်၊ ပစ္စုပ္ပန်စိတ်ချမ်းသာအောင် နေထိုင်နိုင် ရမယ်–ဆိုတဲ့ (၁)နံပါတ်အင်္ဂါနဲ့ ပြည့်စုံနေဖို့ လိုအပ်ပါ တယ်။

ပစ္စုပ္ပန် ဘယ်အာရုံနဲ့ပဲတွေ့တွေ့ တွေ့သမျှ အာရုံနဲ့ အဆင်ပြေအောင်၊ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် ယခုပြော ခဲ့တဲ့ တရားအဆောင်ကောင်း တစ်ခုခု အမြဲ ထားရှိပြီး တရားနဲ့ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြဖို့ ဦးဇင်းအနေ နဲ့ တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

ကောင်းတဲ့အင်အားနဲ့ လှအောင်ဆင်ထားရမယ်

ဂုဏ်ယူထိုက်သော လူဖြစ်အောင်၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိသောလူဖြစ်အောင်၊ အရတော်သော လူဖြစ်အောင်ပြည့် စုံရမယ့် (၂)နံပါတ် အင်္ဂါက--

(၂) ကိုယ်အားဉာဏ်အား၊ ပစ္စည်းအား၊ အများလှအောင် ဆင်ရမည်။ (ယော)

ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေနဲ့ အများအတွက် အလုပ်လုပ်ရမယ်၊ "**အများလှအောင် ဆင်ရမည်**" ဆိုတာ အများအတွက် အလုပ်လုပ်ရမှာကို ဆိုလိုတာပါ။

မိမိစွမ်းနိုင်တဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းဥစ္စာအားဆိုတဲ့ အင်အားတွေနဲ့ မိမိသူတစ်ပါး၊ လောကသာသနာ၊ စွမ်းနိုင်ရာဘက်မှာ သဒ္ဓါ ပညာ မေတ္တာစေတနာ အင်အားလေးတွေနဲ့ လှပအောင်၊ တင့်တယ်အောင်၊ ထည်ဝါခန့်ညားး ကျက်သရေရှိအောင် အလှတန်

ဆာ ဆင်ပေးနိုင်ရပါမယ်။ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူနိုင်ရမယ်။ နာမည်ကောင်းရအောင် ယူနိုင်ရမယ်။ နာမည်ကောင်းကျန်ရစ်အောင် ဆောင်ရွက်ကြရပါလိမ့်မယ်။

လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ဆိုတာ တကယ်တော့ လွယ်ကူလှတယ် မဟုတ်ပါဘူး။ အချိန်အများကြီးယူပြီး ကြိုးစားရပါတယ်။

မကောင်းတဲ့ လူတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ကျတော့ လွယ်လွယ်လေးရယ်ပါ။ အခုချက်ချင်း မဟုတ်တဲ့အလုပ် ထလုပ်ကြည့်ပါလား၊ နာမည်ချက်ချင်းပျက်သွား လိမ့်မယ်။ နာမည်ပျက်ဖို့ လွယ်လွယ်လေးပါ။ ဒါကြောင့် ဂုဏ်ယူထိုက်တဲ့လူဖြစ်အောင်၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိတဲ့လူဖြစ်အောင်၊ အရတော်တဲ့လူ ဖြစ်အောင် (၂)နံပါတ်ဖြစ်တဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေနဲ့ မိမိသူတစ်ပါး ကောင်းကျိုးများမယ့် အလုပ်တွေကို လောကအတွက်၊ သာသနာအတွက် ရှေ့တမ်းတင် ဆောင်ရွက် လုပ်ကိုင်ကြရမယ်။

လောကမှာ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ကြည့်လိုက်ရင် လူတော့ မသေသေးဘူး။ နာမည်က အရင်သေနေပြီ။ အဲဒီ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဘယ်နေရာမှာမှ အသုံးမဝင်တော့

ဘူး။ ဘယ်သူကမှလည်း သူ့အပေါ် အယုံအကြည် မရှိတော့ဘူး။ အားကိုး အားထား မလုပ်ကြတော့ဘူး။

ဒီလိုဖြစ်ရတာ ဘာကြောင့်လဲ–?။ နာမည်သေသွားလို့ပဲ။ သူ့မှာရှိတဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေကို လောကအတွက် သာသနာအတွက် ကောင်းကျိုးဖြစ်အောင် အသုံးမချဘဲ မကောင်းကျိုးတွေ ဖြစ်အောင် အသုံးချမိလို့ပဲ။

တချို့ကျတော့ လူသာ မရှိတော့ပေမယ့် နာမည်ကတော့ ကျန်ရစ်ခဲ့ကြတယ်။ ကောင်းသတင်း မွှေးကျန်ရစ်ခဲ့ကြတယ်။ နာမည်ကောင်းတွေ ကျန်ရစ်ခဲ့ကြတယ်။

ဒီလို နာမည်ကောင်းတွေ ကျန်ရစ်ခဲ့ရတာ ဘာကြောင့်လဲ–?။ မိမိရဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေနဲ့ မိမိအတွက် သူတစ်ပါးအတွက် လောကအတွက် သာသနာအတွက် လှုပတင့်တယ် ထည်ဝါခန့်ညား ကျက်သရေရှိအောင် ကောင်းကျိုးတွေပြုပြီး ဘဝမှတ်တိုင်ကို စိုက်ထူနိုင်ခဲ့လို့ပါပဲ။

ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူနိုင်ခဲ့တော့ နောင်လာ နောက်သား သားစဉ်မြေးဆက်တွေလည်း ဂုဏ်တက်စရာ၊ ဂုဏ်ယူစရာဖြစ်ပါတယ်။ "ဒါ–ဒို့အဖိုး

ဒို့အဖွားလက်ထက်က၊ ဒို့အဖေ ဒို့အမေလက်ထက်က၊ ဒို့အစ်ကို ဒို့အစ်မလက်ထက်က၊ ဒို့ဆွေမျိုးတွေ လက်ထက်က လုပ်ခဲ့ ဆောက်ရွက်ခဲ့တဲ့၊ စတင် တည်ထောင် ဆောက်လုပ်ခဲ့တဲ့ ဘုရားပုထိုးစေတီပဲ၊ စတင် တည်ဆောက် လှူဒါန်းခဲ့တဲ့ အဆောက်အဦးပဲ၊ လမ်းတံတားပဲ" စသည်ဖြင့် ဂုဏ် တက်စရာ ဂုဏ်ယူစရာ ဖြစ်ရပါတယ်။ "ဟောဒီရဟန်း၊ ဟောဒီ ဘုန်းတော်ကြီး၊ ဟောဒီဆရာ တော်ကြီးဟာ ဒို့အဖိုးအဖွား၊ ဒို့အဖေအမေ၊ ဒို့အစ်ကိုအစ်မ၊ ဒို့ဆွေမျိုးလက်ထက်က ချီးမြှောက် ထောက်ပံ့ခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ" စသည်ဖြင့် နောင်လာနောက် သား သားစဉ်မြေးဆက်တွေ ဂုဏ်ယူစရာ ဖြစ်ကြရပါတယ်။

ယခုလို ဂုဏ်ယူစရာကောင်းတဲ့ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင်ကြီးတွေ မကျန်ရစ်ခဲ့ဘူးလား–?။ ကျန်ရစ်ခဲ့ တယ်နော်။ နာမည်ကောင်းတွေ မကျန်ပါဘူးလား–?။ ကျန်ခဲ့တယ်နော်။ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင်ကြီးတွေ စိုက်ထူခွင့်ရလို့၊ နာမည်ကောင်း တွေရလို့၊ ကြည်နူးမှုတွေ ဂုဏ်ယူဖွယ်တွေ ဖြစ်ရပါတယ်။

ဒီတော့ မိမိက ကာယဗလ–ခန္ဓာကိုယ် အင်အားဖြင့် စွမ်းနိုင်တယ်ဆိုရင် ကာယဗလ–ခန္ဓာ

ကိုယ် အင်အားဖြင့် အများအတွက် အလုပ်လုပ်ရမယ်။ ကာယ ဗလ–ခန္ဓာကိုယ်အင်အားနဲ့ မစွမ်းနိုင်ဘူး။ ဉာဏဗလ–ဉာဏ်အင်အားဖြင့် စွမ်းနိုင်တယ်ဆိုရင်လည်း ဉာဏ ဗလ–ဉာဏ်အင်အားဖြင့် အများအတွက် အလုပ်လုပ်ရမယ်။ ကာယဗလ–ခန္ဓာကိုယ် အင်အားနဲ့လည်း မစွမ်းနိုင်ဘူး။ ဉာဏဗလ–ဉာဏ်အင်အားနဲ့လည်း မစွမ်းနိုင်ဘူး။ မိမိက ဓနဗလ–ပစ္စည်းအင်အားဖြင့် စွမ်းနိုင်တယ်ဆိုရင်လည်း ဓနဗလ– ပစ္စည်းအင်အားဖြင့် အများအတွက် အလုပ်လုပ်ရမယ်။

မိမိရဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေနဲ့ မိမိရော သူတစ်ပါးပါ လောကအတွက်ရော သာသနာအတွက်ပါ စွမ်းနိုင်ရာဘက်က လုပတင့်တယ် ထည်ဝါခန့်ညား ကျက်သရေရှိအောင် အလှတန်ဆာ ဆင်ပေးနိုင်ရမယ်။ ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူနိုင်ရမယ်။ နာမည်ကောင်းရအောင် ယူနိုင်ရမယ်–။

ဒီလို ကောင်းကျိုးပြုဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူတဲ့နေရာမှာ နာမည်ကောင်းရအောင် ယူတဲ့နေရာမှာ ကောက်ရိုးကုန်သည်၊ ပုတ်ကုန်သည်တို့လို လူသာမြင်ပြီး အတွင်းအနှစ်က အရာမရောက်တဲ့၊ စွမ်းအားမပြည့်တဲ့ ပုံစံမျိုး မဟုတ်စေပဲ လောကပကာသနသက်သက်

မဟုတ်စေပဲ။ စိန်ကုန်သည် ရွှေကုန်သည် ကျောက်ကုန်သည်တို့လို အပြင်က လူမမြင်ရသော်လည်း အတွင်းအနှစ်က အရာရောက်တဲ့၊ စွမ်းအားပြည့်ပြီး စိတ်ကျေနပ်မှုရရှိတဲ့ ဓမ္မပကာသနဆိုတဲ့ သဒ္ဓါ ပညာ မေတ္တာ စေတနာတွေ ပေါင်းဖက်ပြီး အမြင့်ဆုံးစိတ်ဓာတ် ပါရမီစိတ်ဓာတ်တွေနဲ့ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူကြရပါမယ်။ နာမည်ကောင်းရအောင် ယူကြရပါမယ်။

အတုယူစရာ ဓာတ်လမ်းလေးတစ်ပုဒ်

အမြင့်ဆုံးစိတ်၊ ပါရမီစိတ်နဲ့ ပတ်သက်လို့ ဦးဇင်းတို့ ဒကာဒကာမများ စံပြုဖို့ အတုယူဖို့ ဇာတ်ကြောင်းလေး တစ်ခုပြောပြပါမယ်။

သာဝတ္ထိပြည်၌ အနာထပိဏ်သူဌေးဆိုတာ ရှိပါတယ်။ သူ့ရဲ့ငယ်နာမည်က သုဒတ္တ၊ သူ့ရဲ့ဇနီးက ပုညလက္ခဏာဒေဝီတဲ့။ မဟာသုဘဒ္ဒါ၊ စူဠသုဘဒ္ဒါ၊ သုမနဒေဝီ လို့ သမီးက သုံးယောက်၊ မောင်ကာလဆိုတဲ့ သားကလေးက တစ်ယောက် ပေါင်းလိုက်တော့ မိသားစုအားလုံး (၆)ယောက်ရှိပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ သီတင်းသုံးတော်မူရာ ဇေတဝန်ကျောင်းကြီးကို ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းတဲ့ အဲဒီ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးရဲ့ စိတ်ဓာတ်ကို ဦးဇင်းတို့ လေ့လာ အတုယူကြည့်ရအောင်–

သာဝတ္ထိပြည်က ဒီအနာထပိဏ်သူဌေးဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားရှင်နဲ့ တွေ့ပြီးတော့ ဘုရားရဲ့အရိပ် ခိုလှုံရတာ အေးမြလွန်းလို့၊ မိမိကိုယ်တိုင် သာသနာတော် ရဲ့ အမွေအနှစ်ဖြစ်တဲ့ သောတာပန် အဆင့်အထိ ရောက်ခဲ့လို့ မိမိနဲ့ထပ်တူ၊ မိမိရဲ့ဒေသ၊ သာဝတ္ထိ မြို့သူမြို့သားတွေလည်းပဲ ဘုရားရှင်ရဲ့ သာသနာ= အဆုံးအမ ခံယူနိုင်ပါစေ–ဆိုတဲ့ မေတ္တာစေတနာ ရှေ့ထားပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားကို သာဝတ္ထိပြည်ကို ပင့်ပါတယ်။

သာဝတ္ထိပြည် ရောက်တဲ့အခါ ဘုရားရှင် သာဝတ္ထိမှာ အမြဲသီတင်းသုံးဖို့ လျှောက်ထားပြီးတော့ သာဝတ္ထိမြို့အနီးမှာ ဘုရားရှင်နဲ့ သင့်လျော် လျောက် ပတ်တဲ့ ကျောင်းတိုက်ကြီး တစ်တိုက် တည်ဆောက်ဖို့ နေရာ ရှာပါတယ်။

အနာထပိဏ်သူဌေးရဲ့ အကြောင်းအရာနဲ့ ပတ်သက်လာရင် ဒီလောက်အထိတော့ ဦးဇင်းတို့

ပရိသတ်အားလုံး ကြားဖူးကြပြီး ဖြစ်မှာပါနော်။ ဒါကြောင့် လူသိနည်းတဲ့ အကြောင်းအချက်လေးတွေကို အလေးထားပြီး ပြောပြသွားပါ့မယ်။

သင့်လျော်လျောက်ပတ်တဲ့ ကျောင်းနေရာဆိုတာ–

(၁) မြို့ရွာတွေနဲ့ မဝေးလွန်းတဲ့ နေရာမျိုး ဖြစ်ရမယ်။

(၂) မြို့ရွာတွေနဲ့ မနီးလွန်းတဲ့ နေရာမျိုး ဖြစ်ရမယ်။

(၃) လမ်းပန်းဆက်သွယ်မှု ကောင်းမွန်ရမယ်။

(၄) ကျောင်းကန်ဘုရားကို သွားလို၊ လာလိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း လွယ်လွယ်ကူကူ သွားလာနိုင်ရမယ်။

(၅) အာရုံငါးတန်၊ မြို့သံ၊ ရွာသံ၊ လူသံတွေလည်း ကင်းဆိတ်ရမယ်။

အဲဒီလို နေရာမျိုးဖြစ်ရမယ်။ အဲဒီလို နေရာမျိုးကို ရှာလိုက်တော့ ဘယ်နေရာ သွားတွေ့သလဲဆိုရင် ဇေတမင်းသားပိုင်တဲ့ ဥယျာဉ်မြေနေရာကို သွားတွေ့တယ်။

သမိုင်းကြောင်းကောင်းခဲ့တဲ့ ကျောင်းနေရာ

ဒီမြေနေရာကလည်း နှယ်နှယ်ရရမဟုတ်ဘူး၊ ဘုရားရှင် အဆက်ဆက်က ကျောင်းတော်ရာ ဖြစ်ခဲ့ဖူးတဲ့ နေရာဖြစ်ပါတယ်။

(၁) ဝိပဿီမြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်က ဆိုရင် ဒီမြေနေရာကို "ပုနဗ္ဗသုမိတ္တ"ဆိုတဲ့ သူဌေးကြီးက ရွှေအုဋ္ဌချပ် အစွန်းချင်း ထိစပ်အောင်ခင်းပြီး ဝယ်ယူကာ တစ်ယူဇနာ ကျယ်ဝန်းတဲ့ သံဃာ့အာရာမ် ကျောင်းတိုက်ကြီးကို ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းခဲ့တဲ့ နေရာဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။

(၂) နောက်တစ်ခါ၊ သိခီမြတ်စွာဘုရား လက်ထက်က "သိရိဝဍ္ဎ"ဆိုတဲ့ သူဌေးကြီးက ရွှေတောင်ဝှေး=ရွှေချောင်း အစွန်းချင်း ထိစပ်အောင် ခင်းပြီး ဝယ်ယူကာ သုံးဂါဝုတ် ကျယ်ဝန်းတဲ့ သံဃာ့အာရာမ် ကျောင်းတိုက်ကြီး ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းခဲ့တဲ့ နေရာလည်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။

(၃)နောက်ပြီး ဝေဿဘူ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါကဆိုရင် "သောတ္ထိဇ"အမည်ရှိတဲ့ သူဌေးကြီးတစ်ယောက်က ရွှေထွန်သွားတုံးများ

အစွန်းချင်း ထိစပ်အောင်ခင်းပြီး ဝယ်ယူကာ ယူဇနာဝက် ကျယ်ဝန်းတဲ့ သံဃာ့အာရာမ် ကျောင်းတိုက်ကြီး ဆောက် လုပ် လှူဒါန်းခဲ့တဲ့နေရာလည်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။

(၄)ကကုသန် မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်မှာ တော့ "အစ္စုတ"လို့ ခေါ်တဲ့ သူဌေးကြီးက ဆင်ခြေ သဏ္ဍာန် သွန်းလုပ်ထားတဲ့ ရွှေတုံးကြီးတွေ အစွန်းချင်း ထိစပ်အောင်ခင်းပြီး ဝယ်ယူကာ တစ်ဂါဝုတ် ကျယ်ဝန်း တဲ့ သံဃာ့အာရာမ်ကျောင်းတိုက်ကြီး ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းခဲ့တဲ့နေရာလည်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။

(၅) ကောဏာဂုံ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက် တော်မှာတော့ "ဥဂ္ဂ"အမည်ရှိတဲ့ သူဌေး တစ်ယောက်က ရွှေအုဋ္ဌချပ် အစွန်းချင်း ထိစပ်အောင် ခင်းပြီး ဝယ်ယူကာ ဂါဝုတ်ဝက် လောက်ကျယ်ဝန်းတဲ့ သံဃာ့ အာရာမ် ကျောင်းတိုက်ကြီး ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းခဲ့တဲ့ နေရာလည်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။

(၆) ကဿပမြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် မှာတော့ "သုမင်္ဂလ"အမည်ရှိတဲ့ သူဌေးတစ်ယောက်က ရွှေလိပ်ရုပ်တွေ အစွန်းချင်းထိစပ်အောင် ခင်းပြီးတော့ ဝယ်ယူပြီး ဥသဘနှစ်ဆယ်ကျယ်ဝန်းတဲ့ သံဃာ့အာရာမ် ကျောင်းတိုက်ကြီးကို ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းတဲ့

နေရာလည်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။

(၇) ယခုလို ဘုရားရှင်တို့ရဲ့ အမိကရ ကျောင်းတိုက်ကြီးတွေ ဖြစ်ခဲ့တဲ့နေရာဟာ ယခု ဂေါတမ ဘုရားရှင်လက်ထက်မှာလည်း သာသနာတော်မှာ ထင်ရှားတဲ့ ကျောင်းတိုက်ကြီး ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီလို ဘုရားရှင်(၇)ဆူတို့ရဲ့ ကျောင်းတိုက်ကြီးတွေဖြစ်ခဲ့ဖူးတဲ့နေရာ–တဲ့။ ဒါကြောင့် ဒီ ဇေတမင်းသားရဲ့ ဥယျာဉ်နေရာဟာ နယ်နယ်ရရ နေရာမဟုတ်ဘူး။

စောစောက ပြောခဲ့တဲ့ ကျောင်းတိုက်တည်ရန် ပြည့်စုံရမယ့် အင်္ဂါရပ်(၅)မျိုးဟာ ဇေတမင်းသားပိုင်တဲ့ ဥယျာဉ်နေရာ ဖြစ်နေတာကြောင့် အနာထပိဏ်သူဌေးက ဇေတမင်းသားထံမှာ ဝယ်ယူရမှာပေါ့။

ဒါကြောင့် အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးဟာ ဇေတမင်းသားထံသွားပြီးတော့ ဥယျာဉ်ကိုရောင်းဖို့ ပြောပါတယ်။

အဲဒီလို သွားပြောတော့ ဇေတမင်းသားက ဘာပြောလိုက်လဲဆိုတော့–“ဒီခြံမြေနေရာနဲ့ အပြည့်ရွှေဒင်္ဂါးတွေခင်းပြီး ပေးဝယ်ရင်တောင်မှ မရောင်းနိုင်ဘူး”လို့ ပြောလိုက်တယ်တဲ့။

ရိုးရိုး မရောင်းနိုင်ဘူးလို့ ပြောလိုက်တာ မဟုတ်ဘူးနော်။ သူ့စကားထဲမှာ တန်ဖိုးတစ်ခုကို သူကိုယ်တိုင်ဆုံးဖြတ်ပြီး ဖြစ်နေတာတော့ သူသိလိုက်ပုံ မပေါ်ဘူး။ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးကလည်း သူ့စကားထဲမှာပါတဲ့ တန်ဖိုးဖြတ်တဲ့ ပြောဆိုချက်ကို အရအမိဆုပ်ကိုင်ပြီးတော့ ဇေတမင်းသားကို ဘယ်လိုပြောလဲဆိုတော့–

"အရှင်မင်းသား– ဈေးစကားနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ပြောဆိုပြီးဖြစ်တဲ့အတွက် ဒီကိစ္စဟာ အရောင်းအဝယ် ဖြစ်သွားပါပြီ"လို့ ပြောလိုက်တယ်။

ဒီတော့မှ ဇေတမင်းသားက "ငါ ရောင်းဝယ်ဖို့ ကိစ္စမပြောပါဘူး"လို့ ပြန်ပြောပါတယ်။ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက "သင်ကိုယ်တိုင် တန်ဖိုးဖြတ်ပြီးပါပြီ" ပြန်ပြောတယ်။

ဒါနဲ့ အငြင်းအခုံတွေ ဖြစ်ကုန်ကြတော့ နောက်ဆုံး တရားရုံးကို ရောက်ကြပါတယ်။

ရုံးရောက်တဲ့အခါ၊ "ဟုတ်ပါတယ်၊ မတန်မရာ တန်ဖိုးကို သင့်နှုတ်က ဆိုလိုက်လို့ ဈေးဖြတ်ပြီးပြီ ဖြစ်တဲ့အတွက် အရောင်းအဝယ်ကိစ္စ ဖြစ်တယ်"လို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဇေတမင်းသားဟာ သူ့ဥယျာဉ်ကို ရောင်းလိုက်ရပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ နည်းနည်း နားရှုပ်သွားမလား မသိပါဘူး။ ဒါက အလင်္ကာသဘောနဲ့ကြည့်မှ နားလည်မှာပါ။ အလင်္ကာဆိုတာ– ဦးဇင်းတို့ တရားနာပရိသတ်ယောဂီတွေနဲ့လည်း သိပ်မစိမ်းလှပါဘူး။ မြန်မာစာမှာ သင်ဖူးကြမှာပါ။ ဒါကြောင့် အလင်္ကာသဘော နည်းနည်း ရှင်းပြပါဦးမယ်။

ဧတမင်းသားက "ဒီခြံမြေနေရာနဲ့အပြည့် ရွှေဒင်္ဂါးတွေခင်းပြီး ပေးဝယ်ရင်တောင်မှ မရောင်းနိုင်ဘူး" လို့ ပြောတဲ့စကားကို အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက "အရှင်မင်းသား–ဈေးစကားနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ပြောဆိုပြီး ဖြစ်တဲ့အတွက် ဒီကိစ္စဟာ အရောင်းအဝယ်ဖြစ်သွား ပါပြီ"လို့ ဒီလိုအဓိပ္ပါယ်ကောက်ယူတဲ့ စကားဟာ အတိသယဝုတ္တိ အလင်္ကာသဘောနဲ့ ပြောတာပါ။

ဥပမာ–လူတစ်ယောက်က သူ့ဝါသနာတစ်ခုခုကို "သေတောင်မစွန့်ဘူး"လို့ ပြောဆိုရာမှာ အတိသယဝုတ္တိအလင်္ကာမြောက်အောင်သာ ပြောဆိုလိုက်တာပါ။ တကယ်တော့ မသေခင်အထိသာ မစွန့်ဘဲ နေလို့ရမှာ။ သေပြီဆိုရင်တော့ အလိုလိုစွန့်ပြီး ဖြစ်သွားရစမြဲပါ။

အခုလည်း "ဒီခြံမြေနေရာနဲ့အပြည့် ရွှေဒင်္ဂါး

တွေခင်းပြီး ပေးဝယ်ရင်တောင်မှ မရောင်းနိုင်ဘူး” လို့ ဇေတမင်းသားက ပြောလိုက်တဲ့ စကားမှာ သူ့မြေနေရာကို သူဘယ်လောက် တန်ဖိုးထားတယ်ဆိုတာ ပေါ်လွင်အောင် အတိသယဝုတ္တိအလင်္ကာ မြောက်အောင်သာ ပြောဆိုလိုက်တာပါ။ ဒီလို မပေးနိုင်ခင် အထိသာ သူ့စကားက အခိုင်အမာဖြစ်ပြီး ပေးနိုင်သူတွေ့ရင်တော့ သူ့စကားက အလိုလို စွန့်ပြီး ဖြစ်သွားလို့ “ဈေးစကားနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ပြောဆိုပြီး ဖြစ်တဲ့အတွက် ဒီကိစ္စဟာ အရောင်းအဝယ် ဖြစ်သွား ပါပြီ”ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ရောက်သွားပါတယ်။

အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးကလည်း ဆိုတဲ့ဈေးကို မဆစ်နေဘူးနော်။ ရွှေဒင်္ဂါးတွေ ဥယျာဉ်ခြံမြေအပြည့်ခင်းပြီး ဝယ်ပါတယ်။

ဒီလို ဝယ်ဖို့အတွက် ဘဏ်တိုက်ထဲက ရွှေဒင်္ဂါးတွေ ထုတ်ပြီး အသပြာအစွန်းချင်းထိစပ်အောင် အပြည့်ခင်းပါတယ်။ ရွှေဒင်္ဂါးတွေ ခင်းလို့မရတဲ့ သစ်ပင်တို့-ရေကန်တို့ နေရာတွေမှာတော့ အဲဒီနေရာနဲ့ အကျယ်အဝန်းကို တိုင်းပြီး အပြင်က ဆက်ခင်းပေးပါတယ်။

အဲဒီလို ရွှေဒင်္ဂါးတွေ ခင်းနေတာကို ဇေတမင်းသားက ကြည့်နေတယ်။

ဒီ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးဟာ လှည်းတွေ တစ်စီးပြီးတစ်စီး တိုက်တိုက်ထုတ်ပြီးတော့ လှူနေရတာ တစ်စီးပြီးတိုင်းပြီးတိုင်း သူ့စိတ်ထဲမှာ တွန့်ဆုတ်သွားတယ်ဆိုတာမရှိဘူး။ အမြဲတမ်း အားတက်သရော စိတ်ပါလက်ပါ တက်တက်ကြွကြွ ထက်ထက်သန်သန်နဲ့ ပြုံးပျော်လို့ နေတယ်တဲ့။

ဒါကိုမြင်တော့ "ဧကန္တ ဒီအလှူဟာ သေးသိမ်တဲ့ အလှူမျိုး မဖြစ်နိုင်ဘူး"လို့ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ဇေတမင်းသားရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်လင်သန့်ရှင်းတဲ့ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရားတွေ တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်ပြီးတော့ လာပါတယ်။

အဲဒီလိုနဲ့ ပထမတစ်ကြိမ် တိုက်ထုတ်လိုက်တဲ့ ရွှေဒင်္ဂါးတွေ ခင်းလိုက်တာ ကျောင်းမြေနေရာကြီးအပြည့်ပါပဲ။ နောက်ဆုံး မုခ်ဦးနေရာလေး တစ်နေရာပဲ ကျန်တော့တယ်။

နေရာကောင်း လိုချင်သူ

အဲဒီ နောက်ဆုံး မုခ်ဦးနေရာလေး တစ်နေရာ ကျန်တော့ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက "သွားကြ-ကျန်တဲ့ဘဏ္ဍာတွေ ဘဏ္ဍာတိုက်ထဲက ရှိတဲ့ရွှေတွေကို

တိုက်ထုတ်ချေဦး”လို့ ဆိုတဲ့အခါကျတော့မှ ဇေတမင်းသားက တားတယ်။

“တော်ပါတော့–ဒီနေရာလေးကိုတော့ဖြင့် ရွှေဒင်္ဂါးတွေ ဆက်လက် မခင်းပါနဲ့တော့”လို့ တားမြစ်လိုက်ပါတယ်။

ဒီနေရာလေး–ဆိုတာက ကျောင်းရဲ့ အဓိကကျတဲ့ ဝင်ပေါက်နေရာ ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်လို့များ ဒီနေရာကို မရောင်းဘူးဆိုရင် ဒီဥယျာဉ်ကြီး၊ ဒီကျောင်းတိုက်ကြီး တစ်ခုလုံးဟာ ကျောင်းရဲ့ အင်္ဂါရပ်ထဲမှာပါတဲ့ သွားရေး လာရေးလွယ်ကူခြင်း–ဆိုတဲ့ အင်္ဂါရပ် မရှိနိုင်တော့ပါဘူး။

ဒီလို ဇေတမင်းသားက တားမြစ်တဲ့အခါ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးဘက်က နဲနဲတွေးမိမှာပေါ့နော်၊ “အခုမှ စိတ်ပြောင်းပြီး မရောင်းတော့ဘူး၊ ငါ ရုံးပြင်ကနား ထပ်ပြီးတော့ စကားဆိုရဦးမှာလား”လို့ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက ထင်ချင် ထင်နေမှာပေါ့နော်။

ဒီလို မဟုတ်ပါဘူး၊ “ဇေတမင်းသားက၊ ဒီနေရာလေးကိုတော့ သူ့ကုသိုလ်ဖြစ်ပါရစေ၊ သူ့ကုသိုလ်အဖြစ်ပါဝင်ပါရစေ၊ အဲဒီနေရာလေးကို သူကုသိုလ်ယူပါ့မယ်” လို့ ပြောတာပါ။

မြေပြင်နဲ့ အပြည့် အသပြာတွေ ခင်းပြီးတော့ မြေနေရာကို ဝယ်လိုက်ရတဲ့ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးဟာ အသပြာပေါင်း (၁၈)ကုဋေ ကုန်သွားပြီနော်။ ဒီတန်ဖိုးဟာ မြေနေရာ တန်ဖိုးပဲ ရှိသေးတယ်။

နောက်ဆုံး ကျောင်းတိုက်ရဲ့ အဓိကကျတဲ့ ဝင်ပေါက်နေရာလေးကျတော့ ဇေတမင်းသားက သူ့ကုသိုလ်အဖြစ် ပါဝင်မယ်–တဲ့။ နေရာက မုခ်ဦးနေရာ ဖြစ်နေတယ်။ ကျောင်းနာမည်ကိုလည်း သူ့နာမည် တပ်ရမယ်–တဲ့။

ကျောင်းဒကာက အနာထပိဏ်သူဌေး၊ ကျောင်းအမည်ကျတော့ ဘယ်လိုခေါ်သလဲ–?၊ "ဇေတဝန်ကျောင်း"တဲ့။ ဇေတဝန်ဆိုတာ "ဇေတဝန"ဆိုတဲ့ ပါဠိကို မြန်မာပြန်ပြီးခေါ်တဲ့ နာမည်။ "ဇေတဝန"ဆိုတာ "ဇေတမင်းသားရဲ့ ဥယျာဉ်ကျောင်း"လို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။ ပါဠိတော်တွေမှာလဲ "**ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ သာဝတ္ထိယံ ဝိဟရတိ ဇေတဝနေ အနာထ ပိဏ္ဍိကဿ အာရာမေ**"လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။ ဒီပါဠိတော်ကို အမြဲလိုလို ကြားဖူးနေကြမှာပါ။

ဒီပါဠိတော်မှာ ကျောင်းဒကာ အနာထပိဏ်ရဲ့ နာမည်က နောက်ဆွယ်လေးပဲ ပါပါတယ်။ အနာထ

ပိဏ္ဍသူဌေးကြီး သဘောကျတဲ့ နာမ်ပုဒ် မဟုတ်ဘူး။ နာမ ဝိသေသန–ကွက်လပ်ဖြည့်ပုဒ်လေးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အမြင့်ဆုံးစိတ်ဓာတ် ထားတတ်ဖို့လိုပါတယ်

ဦးဇင်းတို့ ပရိသတ်တွေ နည်းနည်းလေး ကိုယ်ချင်းစာပြီး စဉ်းစားကြည့်ပါလား။

ဆိုကြပါစို့–၊ ကျောင်းကြီးတစ်လုံးကို ငွေကြေးတွေ မြောက်များစွာ အကုန်ကျခံပြီးတော့မှ တံခါးရွက်ကလေး တစ်ရွက်လောက် လှူချင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က “ဒီနေရာလေးကို ကျွန်တော်တို့ ကျွန်မတို့လှူမယ်၊ ကျောင်းနာမည်ကိုလည်း ကျွန်တော်တို့ ကျွန်မတို့နာမည်ပဲ တတ်မယ်”လို့ ခွင့်တောင်းခဲ့ရင် အလွန်တရာ ထက်သန်တဲ့ အမြင့်ဆုံးစိတ် ပါရမီစိတ် မရှိတဲ့လူဆိုရင် ပေးပါ့မလား.?။ ဘယ်ပေးပါ့မလဲနော်။

ဇေတဝန်ကျောင်းဒကာဖြစ်တဲ့ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးကတော့– “ငါ ဒီနေရာကို ကျောင်းဆောက်ဖို့ လှူဒါန်းတာဟာ ဘုရားရှင် ဒီနေရာကို အမြဲ သီတင်းသုံးစေချင်လို့၊ ဘုရားရှင် သီတင်းသုံးဖို့ အဆင်ပြေစေချင်လို့” ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ လှူဒါန်းတာဖြစ်တယ်။

ဘုရားရှင် ဒီနေရာကို သီတင်းသုံးစေချင်တာက

လည်း ဒီအရပ်သူ ဒီအရပ်သား ဝေနေယျသတ္တဝါ အားလုံး ဘုရားရှင်ရဲ့ သာသနာကို ယုံကြည်သက်ဝင်စေချင်လို့၊ ဘုရားရှင်ရဲ့ အဆုံးအမတွေကို လိုက်နာ ကျင့်သုံးစေချင်လို့။ အတိုချုပ် ပြောရရင်တော့ ဒီနေရာမှာ သာသနာ ပြုစေချင်လို့၊ ဒီနေရာကို အမှီပြုပြီး ဘုရားရှင်သာသနာတော်ကြီး တစ်ရပ်လုံး ထွန်းလင်းတောက်ပြောင်စေဖို့ဆိုတဲ့ နှလုံးသွင်း ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ဒီနေရာကို ဒီလောက်အဖိုးတွေပေးပြီး ဝယ်ယူတာဖြစ်တယ်။

သာသနာပြုချင်လို့ လုပ်တဲ့အလုပ်ဟာ ဦးဦးဖျားဖျား ဇေတမင်းသားလို ထင်ရှားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်က ဘုရားရှင်နဲ့ မတွေ့ရသေးပေမယ့် ဘုရားကို ကြည်ညိုမလို့။ ဘုရားရှင်အတွက် ဆောက်တဲ့ ကျောင်းကြီးမှာ သူလည်း တတတ်တအား ပါဝင်မလို့တဲ့။ ဇေတမင်းသားမှာ ကြည်လင်တဲ့ ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားတဖွားဖွား ပေါက်လာတာဟာ “လာဘ်ဦး” ပေါ့နော်။ သာသနာပြုမယ့် ပုဂ္ဂိုလ်အတွက် ဘုရားရှင်ကို မမြင်သေးခင်က သာသနာ ကြည်ညိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် ရလာတာဟာ လာဘ်ဦးပဲ–တဲ့နော်။ ဒါဟာ ကောင်းသောပုဗ္ဗမင်္ဂလာပဲပေါ့။

အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက ဇေတမင်းသား

ကျောင်းမှန်ဦးလှူတာ၊ ကျောင်းအမည်ကိုလည်း သူ့နာမည်တတ်တာ ကန့်ကွက်မှု မပြုဘူးနော်။ ခွင့်ပြုပါတယ်။ ယနေ့ခေတ် အလှူဒါန ပြုလုပ်နေကြသူများ အတုယူသင့်တဲ့ အချက်ပဲ။ အတုယူဖို့ ကောင်းတဲ့ အချက်ပါပဲ။

အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးဟာ နောက်ထပ်ကျောင်း အဆောက်အဦးတွေ ဆောက်ဖို့အတွက် အသပြာ(၁၈)ကုဋေ ကုန်ဦးမယ်။ နောက်ပြီး ကျောင်းလွှတ်ပူဇော်ပွဲ ကျောင်းရေစက်ချ လှူဒါန်းပွဲမှာလည်း အသပြာ(၁၈)ကုဋေ အကုန်ခံပြီး လှူဒါန်းဦး မယ်။ အခုကျောင်းမြေနေရာကို ဝယ်တာကလည်း (၁၈)ကုဋေ ကုန်သွားပြီ။ ပေါင်းလိုက်ရင် အသပြာပေါင်း (၅၄)ကုဋေ ကုန်မယ်။ ဟောဒီ ဇေတဝန်ကျောင်းတိုက်ကြီးဟာ အသပြာပေါင်း (၅၄)ကုဋေ အကုန်ကျခံ လှူဒါန်းထားတဲ့ ကျောင်းတိုက်ကြီး။

ဒီလောက် အကုန်ကျခံပြီး လှူဒါန်းထားရတဲ့ ကျောင်းတိုက်ကြီးရဲ့ အမည်ကို ကျောင်းဒကာ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက သူ့နာမည်မတပ်ဘဲ မှန်ဦးလေး တစ်နေရာကိုသာ ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းတဲ့ ဇေတမင်းသားရဲ့ နာမည်ကို တပ်ခွင့်ပေးခဲ့တယ်နော်။

ဒီလို ကျောင်းဒကာ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးရဲ့

စိတ်ဓာတ်မျိုးကို ကျမ်းဂန်တွေမှာ "ပါရမီစိတ်ဓာတ်" လို့ခေါ်ပါတယ်။ မြန်မာလိုတော့ "အမြင့်ဆုံး စိတ်ဓာတ်" လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ပါရမီဆိုတာ မြင့်မြတ်သူတို့ရဲ့အဖြစ်ကို ရောက်စေတတ်တဲ့ အမြင့်ဆုံး စိတ်ထားပါပဲ။

အဲဒီလို ကျောင်းဒကာ အနာထပိဏ် သူဌေးကြီးက အမြင့်ဆုံးစိတ်ထားကို ထားလိုက်တဲ့အတွက် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်ကြီးဟာ အနှောင့်အယှက်မရှိဘဲ ပေါ်ပေါက် လာခဲ့ရပါတယ်။ သာဝတ္ထိပြည်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ် အကြာဆုံး နေထိုင် သီတင်းသုံးတော်မူပြီးတော့ သာဝတ္ထိတစ်နယ်လုံး သာသနာ ထွန်းကားသွားခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးရဲ့ စိတ်ဓာတ်ကို ဦးဇင်းတို့ ပရိသတ် အသေးစိတ် လေ့လာကြည့်ကြရမယ်။ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီး အတွက် ဒီလောက် အကုန်အကျခံလိုက်ရလို့ အနည်းဆုံး နာမည်လေးတစ်ခုတော့ ထင်ရှားချင်မှာပေါ့နော်။ ဒါပေမယ့် အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးရဲ့ နာမည်ပါခဲ့ရဲ့လားဆိုတော့။ မပါခဲ့ဘူးနော်။

ကြည့်စမ်း၊အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက၊ သူ့နာ

မည် ပျောက်လိုက ပျောက်ပါစေ။ သူ ထွန်းကားစေချင်–
တဲ့ သာသနာတော်ကြီး ထွန်းကားရေး အတွက်
ဘုရားရှင်ကို တစ်ခါမျှ မမြင်ဖူးသေးတဲ့ ဧတမင်းသားလို
ထင် ရှားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် သာသနာတော်ကို
ကြည်ညိုသွားတယ်ဆိုရင်ပဲ သူ့ရဲ့ သာသနာပြု
လုပ်ငန်းဟာ အစကောင်းပြီလို့ နှလုံးသွင်း နိုင်ခဲ့တယ်။
အစကောင်း တယ်ဆိုတဲ့ အမြင်နဲ့ လက်ခံခဲ့တယ်။

သဘာဝဆန်တဲ့ ပကာသနဟာန် ဖြစ်ဖို့လိုတယ်

ဒီနေရာမှာ ပြောစရာရှိလာတယ်။ ထင်ရှားမှုကို ပါဠိလို "**ပကာသန**"လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဦးဇင်းတို့ ဗမာပရိသတ် က "**ထင်ရှားမှု**"လို့ ဗမာလို ပြောရင်တော့ နားလည်ဖို့ ခက်နေဦးမယ်။ **ပကာသန**–လို့ ပြောလိုက်ရင်တော့ အားလုံး နားလည်ပါလိမ့်မယ်။

ဧတမင်းသားနဲ့ အနာထပိဏ်တို့နှစ်ဦးရဲ့ ဖြစ်ပျက်နေပုံကို ကြည့်လိုက်ရင် ပကာသန(၂)မျိုး ကွဲပြားနေတာကို ဦးဇင်းတို့ပရိသတ် တွေ့ရလိမ့်မယ်။ ပကာသန (၂)မျိုး ဆိုတာက–

(၁)**လောကပကာသန**= လောကရဲ့ အမြင်ထင်ရှားမှုနဲ့–

(၂)ဓမ္မပကာသန = ဓမ္မရဲ့အမြင် ထင်ရှားမှုတို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဇေတမင်းသားဟာ မုခ်ဦးလေးတစ်နေရာကိုပဲ လှူဒါန်းတယ်။ သူ့နာမည်ကြီးကို လာလာသမျှလူတွေ အကုန်မြင်အောင်ဆိုပြီး ကျောင်းနာမည်အဖြစ်နဲ့ အကယ်၍ တပ်လိုက်တယ်ဆိုရင် လောကအမြင်အားဖြင့် "ဇေတမင်းသားရဲ့ ဥယျာဉ်ကျောင်းကြီး၊ ဇေတမင်းသားရဲ့ ဥယျာဉ်ကျောင်းကြီး" ဆိုပြီး မထင်ရှားနေဘူးလား-?။ ထင်ရှား နေတယ်နော်။ ဒါမျိုးကို "လောက ပကာသန-လောကအမြင်ထင်ရှားမှု" လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ဓမ္မပကာသန=ဓမ္မအမြင်မှာတော့ ဘယ်သူ့စိတ်ထားက ထင်ရှားနေသလဲ-?။ အနာထပိဏ် သူဌေးကြီးရဲ့ စိတ်ထားဟာ သာသနာတော်ကြီးသာ ဒီနေရာမှာ ထွန်းကားမယ်ဆိုလို့ရှိရင်.. သဒ္ဓါကြည်ညိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ သဒ္ဓါတရား ထက်သန်မယ် ဆိုရင် သူ့နာမည်ဟာ ဘယ်ချောင်ကြားထဲ ရောက်ရောက်ဆိုတဲ့ စိတ်ထားနဲ့ ဇေတမင်းသားကို နေရာကောင်း ပေးခဲ့တယ်။"ငါက ဘယ်လောက် အကုန်ခံထားရတာ၊ မင်းက ဘယ်လောက်ပဲ ကုန်တာ" စသည်ဖြင့်

တွက်ကပ်မှု မရှိခဲ့ဘူးနော်။ အဲဒီလို စိတ်ထားမျိုး ရှိသူကို **ဓမ္မပကာသန**= ဓမ္မအားဖြင့် ထင်ရှားတဲ့ စိတ်ရှိသူလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီလို စိတ်ဓာတ်မျိုးကို ပါရမီစိတ်ဓာတ်၊ အမြင့်ဆုံး စိတ်ဓာတ်၊ အမြတ်ဆုံး စိတ်ထား–လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် မိမိရဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်း အားတွေနဲ့ နာမည်ကောင်းရအောင် ယူတဲ့နေရာမှာ စောစောကပြောခဲ့တဲ့ ကောက်ရိုးကုန်သည်၊ ပုတ်ကုန် သည်တို့လို လူသာမြင်ပြီး အတွင်းအနှစ်က အရာ မရောက်တဲ့၊ စွမ်းအားမပြည့်တဲ့ ပုံစံမျိုး မဟုတ်စေဘဲနဲ့၊ လောကပကာသနသက်သက် မဟုတ်စေပဲနဲ့၊ စိန်ကုန် သည်၊ ရွှေကုန်သည်၊ ကျောက်ကုန်သည်တို့လို အပြင်က လူမမြင်ရသော်လည်း အတွင်းအနှစ်က အရာရောက်တဲ့၊ စွမ်းအားပြည့်ဝတဲ့၊ စိတ်ကျေနပ်မှု ရရှိတဲ့ ဓမ္မပကာသန– ဆိုတဲ့ သဒ္ဓါ-ပညာ မေတ္တာ စေတနာတွေ ပေါင်းဖက်ပြီး အမြင့်ဆုံးစိတ်ဓာတ်၊ ပါရမီစိတ်ဓာတ်တို့ဖြင့် ကောင်း ကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူကြရမယ်။ နာမည်ကောင်း ရအောင် ယူရမယ်။ အရာရာမှာ အနာထပိဏ် သူဌေး ကြီးရဲ့ စိတ်ဓာတ်မျိုး ဖြစ်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်သူ ဖြစ် ရမယ်။

ဒါကြောင့် ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူဖြစ်အောင်၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောလူ ဖြစ်အောင်၊ အရတော်သောလူဖြစ်အောင် (၂)နံပါတ်အင်္ဂါနဲ့ ပြည့်စုံရန်–

မိမိရဲ့ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေနဲ့ အများအတွက် အလုပ်လုပ်ရမယ်။ မိမိရဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေနဲ့ မိမိရော သူတစ်ပါးပါ၊ လောကရော သာသနာပါ မိမိစွမ်းနိုင်ရာဘက်မှာ သဒ္ဓါ ပညာ မေတ္တာ စေတနာတွေနဲ့ လှပတင့်တယ်ထည်ဝါ ခန့်ညား ကျက်သရေရှိအောင် အလှတန်ဆာ ဆင်ပေးနိုင်ရမယ်။ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူနိုင်ရမယ်။ နာမည်ကောင်းရအောင် ယူနိုင်ရမယ်။ နာမည်ကောင်း ကျန်ရစ်အောင် အားထုတ်ကြရပါမယ်။

အပူဝေးလို့ စိတ်အေးနိုင်ရမယ်

ဂုဏ်ယူထိုက်သောသူ ဖြစ်အောင်၊ အဓိပ္ပါယ်ရှိသောသူ ဖြစ်အောင်၊ အရတော်သောသူ ဖြစ်အောင် ပြည့်စုံရမယ့် (၃)နံပါတ် အင်္ဂါက--

(၃) ဘဝကူးရေး၊ အပူဝေး၊ စိတ်အေးနိုင်ရမည်။(ယော)

ဘဝကူး စိတ်အေးစေရမယ်-တဲ့၊ ဘဝကူး စိတ်အေးရအောင် ကိုယ်ပိုင်ကောင်းမှု ကုသိုလ်တရားတွေကို အချိန်မီ စုဆောင်းထားနိုင်ရမယ်။ ဘဝခန္ဓာလွတ်မြောက်ရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ပန်းတိုင်ရောက်တဲ့အထိ တိကျ လေးနက် ပြတ်သားတဲ့ ဦးတည်ချက်ရှိထားရမယ်။ ဘဝဆိုတာ ဘယ်ဘဝမှ အမြဲဆုပ်ကိုင်ထားလို့ မရပါဘူး။ ဘဝဆိုတာ ရပ်ထားလို့လည်း မရပါဘူး။ မိမိတို့ ရရှိထားတဲ့ဘဝကို မအို မနာ မသေအောင် ရပ်တန့်ထားလို့ ရပါရဲ့လား-?။ မရပါဘူးနော်။

ဒါလည်း မိမိတို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်အသိဉာဏ်နဲ့ ပိုင်းကြည့်မှ သိမြင်နိုင်ပါတယ်။ အချိန်တန်တော့ ဘဝပြောင်းကြရ လေဦးမယ်။

အဝိဇ္ဇာ တဏှာ–ဆိုတဲ့ သံသရာကြိုးနှစ်ချောင်း မပြတ်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး ဘဝဆိုတာ ကူးပြောင်း နေမှာပဲဆိုတာ သေချာတဲ့ နိယာမတစ်ခုပါပဲ။

အဲဒီလို ဘဝကူးပြောင်းတဲ့နေရာမှာ စိတ်အေး အေးနဲ့ ကူးပြောင်းနိုင်ဖို့ အရေးကြီးလှပါတယ်။ ဒီလို ကူးပြောင်းနိုင်ဖို့ ဆိုတာလည်း ကိုယ့်သန္တာန်မှာ"တရား" ရှိနေဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ နောက်ဆုံး ကိုယ့်ဘဝ အခက် အခဲတွေကို ဖြေရှင်းပေးနိုင်တာ "တရား"ပါပဲ။ ကိုယ့်ဘဝ ရဲ့ အကူးအပြောင်း ကောင်းဖို့ဆိုတဲ့ ကိစ္စကို တရားကပဲ ဆောင်ကြဉ်းပေးနိုင်ပါတယ်။

ဦးဇင်းတို့ပရိသတ် စဉ်းစားကြည့်ပါလား။ နောက်ဆုံး ငါ့ဘာကို အားကိုးမလဲ?။ မိမိရဲ့ ရာထူး စည်းစိမ်တွေကိုပဲ အားကိုးမလား?။ ဒါတွေကတော့ အားကိုးလို့ မဖြစ်ပါဘူးနော်။ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝအတွက် အဆင်ပြေဖို့ လောကသာ အားကိုးရတာပါ။ ဘဝကူး အတွက်ကတော့ အားကိုးရဖို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ အားမကိုး ရတဲ့အပြင် ရာထူး ပစ္စည်း ဥစ္စာတွေက နှလုံးသွင်း

မကောင်းခဲ့ရင် အဆိုးဘဝကိုတောင် ပို့ဆောင်ပေးတတ်ပါသေးတယ်။

ဒါကြောင့် မျက်တောင်တစ်ဆုံးလောက် မကြည့်ဘဲ မျက်စိတစ်ဆုံးလှမ်းမျှော်ပြီး ကြည့်တတ်ဖို့လိုတယ်။ အဲဒီလို ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် တကယ့်အားကိုးရာ အစစ်ဆိုတာ “တရား”ပဲလို့ တွေ့မြင်ကြရမှာပါ။ ‘တရား’ သည်သာ မိမိဘဝအတွက်၊ ဘဝကူးပြောင်းရေးအတွက် ထောက်တည်ရာအစစ်၊ အားကိုးအားထားပြုစရာ အစစ်ဖြစ်တယ်။

✱ နောက်ဆုံးမှာကား၊ မြတ်တရားသာ၊ ထောက်တည်ရာ၊ လူမှာစွမ်းအား ဖြစ်လေသည်။

နောက်ဆုံး ငါဘယ်သူ့ကို အားကိုးမလဲ ဇနီးခင်ပွန်းတွေကို အားကိုးမလား?။ သားသမီးတွေကို အားကိုး မလား?။ ဆွေမျိုးမိဘတွေကို အားကိုးမလား?။ ဆရာသမားတွေကို အားကိုးမလား?။ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေကို အားကိုးမလား?။ နောက်ဆုံး ငါ ဘယ်သူ့ကို အားကိုးမလဲ?–ဆိုတာကို ရှာဖွေကြည့်လိုက်ရင် ကိုယ့်ကိုကိုယ်ပဲ နောက်ဆုံးအားကိုးရမယ်ဆိုတာကို မြင်လာပါလိမ့်မယ်။

ပညာရှိသူတော်ကောင်း စသည့်တွေကတော့ လမ်းညွှန်ချက်လောက်ပဲ ပေးနိုင်ကြပါတယ်။ တကယ့်အရေးတွေကျတော့ ဘယ်သူမှလာပြီး လက်ဆွဲ ကယ်နိုင်ကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ နောက်ဆုံး သေခါနီး အချိန်ကာလမှာ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းစတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက လာပြီးလက်ဆွဲ ကယ်တင်နိုင်ပါ့မလား?။ မကယ်နိုင်ဘူးနော်။

ဒါကြောင့် နောက်ဆုံး ကယ်တင်ရှင်ကို ရှာလိုက်တဲ့အခါ မိမိတစ်ယောက်တည်း ဖြစ်နေတာကိုသာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ပညာရှိ သူတော်ကောင်းကြီးများရဲ့ အထံက လမ်းညွှန်ချက်တွေကို အတိအကျ အပြည့်အဝ ရယူထားတဲ့ မိမိတစ်ယောက်တည်းသာလျှင် နောက်ဆုံး ကယ်တင်ရှင်အနေနဲ့ တွေ့ရတော့တာပါပဲ။

(၃)နံပါတ်အင်္ဂါနဲ့ ပြည့်စုံလို့လျှင်

ကောင်းပါပြီ။ ဒါဖြင့် ဘာကို အားကိုမှာလဲလို့ ရှာလိုက်ပြန်တော့ စောစောက ပြောခဲ့တဲ့ "တရား"ကိုပဲ တွေ့ရလိမ့်မယ်။ "တရား"ဆိုတာ မိမိကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်ထားတဲ့ ကောင်းမှု ကုသိုလ်တရားတွေပေါ့။ ဒီတရားတွေကိုသာ ယခုပစ္စုပ္ပန်မှာ ပြည့်ပြည့်ဝဝ ဖြည့်ဆည်းထား

မယ်၊ အားထုတ်ဆည်းပူးထားမယ်ဆိုရင် ပစ္စုပ္ပန်မှာ စိတ်အေးနေရပါလိမ့်မယ်။

ဒီတော့ ပစ္စုပ္ပန် စိတ်အေးနေရသူ တစ်ယောက် အနေနဲ့ နောင်ရေးအတွက် ဘာမှ ပူစရာမလိုတော့ဘူး။ ပစ္စုပ္ပန်သည် အတိတ်က ဟာကွက်တွေကိုလည်း ဖာထေးပေးနိုင်ပါတယ်။ နောင်လာမယ့် အနာဂတ် ကိုလည်း အကုန်တာဝန်ယူပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒီလို ဖြစ်နေဖို့ ရန်အတွက် အမှတ်(၁) အင်္ဂါတုန်းက ပြောခဲ့တဲ့ ပစ္စုပ္ပန် စိတ်ချမ်းသာအောင် နေနိုင်ရမယ်။

ပစ္စုပ္ပန်မှာ ဘယ်အာရုံနဲ့ပဲ တွေ့တွေ့၊ တွေ့သမျှ အာရုံတွေနဲ့ အဆင်ပြေအောင်၊ ကုသိုလ်ဖြစ်အောင် တရားဆိုတဲ့ အဆောင်ကောင်းတွေ အမြဲတမ်း ဆောင် ထားပြီးတော့ တရားနဲ့ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေတတ်ထိုင်တတ်၊ တရားစွမ်းအားကို ရအောင် ယူသွားတတ်ပြီဆိုရင်–

အမှတ်(၂) အင်္ဂါအရ မိမိရဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေနဲ့ အများအတွက် အလုပ်လုပ် နိုင်ပြီး၊ မိမိရော သူတစ်ပါးပါ၊ လောကရော သာသနာပါ မိမိစွမ်းနိုင်ရာဘက်က သဒ္ဓါ ပညာ မေတ္တာ စေတနာ တရားတွေနဲ့ လုပ တင့်တယ် ထည်ဝါ ခန့်ညား ကျက်သ

ရေရှိအောင် အလှ တန်ဆာ ဆင်တတ်ပြီဆိုရင်၊ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူနိုင်ပြီဆိုရင်၊ နာမည်ကောင်း ရအောင် ယူနိုင်ပြီဆိုရင်–

အမှတ်(၃) အင်္ဂါဖြစ်တဲ့ ဘဝကူး စိတ်အေးခြင်း၊ ဘဝကူး စိတ်အေးအောင် ကိုယ်ပိုင်ကောင်းမှု ကုသိုလ် တရားတွေကို အချိန်မီ စုဆောင်းထားနိုင်ခြင်း၊ ဘဝလွတ် မြောက်ရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ပန်းတိုင် ရောက်တဲ့ အထိ တိကျ လေးနက် ပြတ်သားတဲ့ ဦးတည်ချက် ရှိရခြင်းဆိုတဲ့ အင်္ဂါလည်း အလိုအလျောက် ပြည့်စုံသွားပါတယ်။

ကိုယ်ပိုင် ကောင်းမှု တရားစွမ်းအားရှိသူတွေဟာ ဘဝတစ်ခုနဲ့ တစ်ခု ကူးပြောင်းဖို့ဆိုတာ ပူစရာလို့ မမြင်တော့ပါဘူး၊ အဟောင်းနဲ့ အသစ်လဲလိုက်တာပဲ–လို့ မြင်ကြပါတယ်။ တရားစွမ်းအား ယူထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒီဘဝနဲ့ နောက်ဘဝ ကူးဖို့ဆိုတာ ဘာမှ အခက်အခဲ မရှိတော့ဘူး။ သံသရာ တစ်လျောက်လုံး စိတ်အေးရအောင် အကုန်လုံး လမ်းရှင်းထားပြီးသား ဖြစ်နေပါတယ်။ နောက်ဆုံး ဘဝလွတ်မြောက်ရာဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ပန်းတိုင် ရောက်တဲ့အထိ လမ်းရှင်းထားပြီးသား ဖြစ်ပါတယ်။

အကျဉ်းချုပ် မှတ်သားရန်

ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ ဖြစ်အောင်၊ အဓိပ္ပါယ် ရှိသောလူ ဖြစ်အောင်၊ အရတော်သောလူ ဖြစ်အောင် ပြည့်စုံရမယ့် အင်္ဂါ(၃)ချက်ကို အကျဉ်းချုပ် ပြန်ပြော ရမယ်ဆိုရင်–

၁။ ပစ္စုပ္ပန် စိတ်ချမ်းသာအောင် နေထိုင်နိုင်ရမယ်။

၂။ မိမိရဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေနဲ့ အများအတွက် အလုပ်လုပ်နိုင်ရမယ်။

၃။ ဘဝကူး စိတ်အေးစေရမယ်။

ဒီအင်္ဂါ(၃)ချက်နဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူဟာ ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ ဖြစ်ပါပြီ။

*** အင်္ဂါသုံးဆူ၊ ပြည့်စုံမူ၊ ထိုလူ ဂုဏ်ယူထိုက်ပေသည်။**

*** အင်္ဂါသုံးဆူ၊ ပြည့်စုံမူ၊ ထိုလူ အဓိပ္ပါယ်ရှိပေသည်။**

*** အင်္ဂါသုံးဆူ၊ ပြည့်စုံမူ၊ ထိုလူ အရတော်ပေသည်။**

ဒီအင်္ဂါ(၃)ချက် လူ့စွမ်းအားများကို ပြည့်စုံ အောင် မယူနိုင်ဘဲ ရှာလိုက် ဖွေလိုက် စားလိုက်

သောက်လိုက်နဲ့ အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းတရားတွေနဲ့ အပြိုင်ပြေးနေကြမယ်ဆိုရင် လူ့ဘဝကို ရယူထားခြင်းဟာ ဘာမျှဂုဏ်ယူထိုက်တော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အရတော်သော လူ့ဘဝ မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။ အဓိပ္ပါယ် မရှိတဲ့ လူ့ဘဝကြီး ဖြစ်နေမှာပါ။

ဒါကြောင့် ဒီလိုမျိုး မဖြစ်ရလေအောင် ဦးဇင်းတို့ ပရိသတ်အနေနဲ့ ယခု ပြောခဲ့တဲ့ အင်္ဂါ(၃)ချက်နဲ့ ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ထားကြဖို့ လိုပါတယ်။ ဒီအင်္ဂါ(၃)ရပ်နဲ့ ပြည့်စုံနေမှသာ ဂုဏ်ယူထိုက် သောလူ၊ အဓိပ္ပါယ် ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ–လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

သူကလေးကို အတုယူပေးကြပါ

ဒီနေရာမှာ ဘုရားရှင်လက်ထက်က ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ ဖြစ်အောင် အားထုတ်သွားတဲ့ အမျိုးသမီးလေး တစ်ယောက်အကြောင်းကို ဦးဇင်းတို့ ပရိတ်သတ်ကြီး အားကျဖို့ အတုယူဖို့ ကောင်းလှတဲ့အတွက် ထုတ်ပြပါဦးမယ်။

မြတ်စွာဘုရား သက်တော်ထင်ရှားရှိစဉ်အခါက "တေလပနာဠိ" နိဂုံးရွာကြီးမှာ ဂေါပါလသူဌေးတို့

ဇနီးမောင်နှံ မိသားစု ရှိကြပါတယ်။ ပစ္စည်းဥစ္စာ အလွန် ကြွယ်ဝချမ်းသာတဲ့ သူဌေးကြီးတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဂေါပါလသူဌေးတို့ ဇနီးမောင်နှံမှာ သမီးကလေး တစ်ယောက် ရှိပါတယ်။ ဂေါပါလသူဌေးရဲ့ သမီးဆိုတော့ ဂေါပါလသူဌေးသမီးလို့ပဲ ခေါ်ရပါမယ်။ ရုပ်အဆင်းကလည်း အင်မတန် ချောမောလှပတယ်။ ပင်ကိုယ်ရုပ်ရည်က ချောမောလှပသူလေး ဖြစ်တဲ့အပြင် အပြောအဆို ကိုယ်အမူအရာ စိတ်နေစိတ်ထားတွေပါ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သူလေးလည်းဖြစ်တယ်။ အထူးသဖြင့် ဆံပင်ကောင်းတယ်။

မိဘဆိုတာ သားသမီးကို ပစ္စည်းအမွေပေးရုံနဲ့ တာဝန်မကျေသေးဘူး။ တရားအမွေပါပေးနိုင်မှ တာဝန်ကျေမှာပါ။ ဒါကြောင့် ဂေါပါလသူဌေးတို့ ဇနီးမောင်နှံက သူတို့ရဲ့ သမီးလေးကို ကလေးဘဝ ငယ်ငယ်လေးကတည်းက တရားအမွေအနှစ် ကောင်းကောင်းရအောင် ပေးခဲ့ပါတယ်။ ဂေါပါလ သူဌေးသမီးက မိဘနှစ်ပါးထံမှ တရားအမွေအနှစ် ကောင်းကောင်းရခဲ့သူလေး ဖြစ်တဲ့ အတွက်ကြောင့် ဘုရားရှင်ရဲ့တရားနဲ့ စိမ်းနေသူလေး မဟုတ်ဘူးပေါ့။

ဘုရားရှင်ရဲ့တရားနဲ့ မစိမ်းသူလေးဖြစ်လို့

အသိဉာဏ်ပညာလည်း အင်မတန်မှ ကြီးမားနေပါတယ်။ စိတ်နေသဘောထားလည်း မြင့်မြတ်တယ်။ သဒ္ဓါတရားလည်း အင်မတန်မှ ကောင်းမွန်တယ်။ သူဌေးကြီးဇနီး မောင်နှံရဲ့ ရှုမငြီးတဲ့ တစ်ဦးတည်းသော ချစ်သမီးလေးပါပဲ။

အဲဒီ သမီးလေး အပျိုစင် အပျိုဖော်ဝင်အရွယ် ရောက်တဲ့အခါ မိဘနှစ်ပါးဟာ ရှေ့ဆင့် နောက်ဆင့်ဆို သလို ရောဂါတစ်ခုနဲ့ ကွယ်လွန်ကုန်ကြပါတယ်။

မိဘနှစ်ပါး ကွယ်လွန်သွားတဲ့အခါ နဂိုကမှ သမီးလေးတစ်ယောက်ထဲဆိုတော့ မိဘနှစ်ပါး ပိုင်ဆိုင်ခဲ့တဲ့ မြောက်များစွာသော ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို ခွဲဝေပေးနေစရာ မလိုတော့ဘူး။ အကုန်လုံး ဂေါပါလသူဌေး သမီးလေး တစ်ယောက်တည်း ရလိုက်ပါတယ်။

မွေခံထိုက်စေ ဆိုပေမယ့်

ဒါပေမယ့် ဂေါပါလသူဌေးသမီးလေးက ပိုင်ဆိုင် လိုက်တဲ့ အမွေနဲ့ထိုက်တန်အောင် အတိတ်က ကုသိုလ်ကို လေးလေးနက်နက် ထိုက်ထိုက်တန်တန် လုပ်ခဲ့ပုံ မပေါ်ပါဘူး။ အမွေဆိုတာကလည်း ထိုက်တန်မှ ရတာ။ ပေးတိုင်းရတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဂေါပါလ

သူဌေးသမီးလေးနဲ့ အမွေနဲ့ မထိုက်တန်ရှာတော့၊ အမွေနဲ့ထိုက်တန်အောင် အတိတ်ကုသိုလ်ကံတွေ မရှိခဲ့ ရှာလေတော့ သူ့လက်ထဲ အမွေပစ္စည်းတွေ ရောက်ပြီ ဆိုရင်ပဲ များပြားလှတဲ့ အမွေပစ္စည်းတွေဟာ ကြက် ပျောက် ငှက်ပျောက်ဆိုသလို နည်းမျိုးစုံနဲ့ ပျောက်ကွယ် သွားလိုက်တာ။ အကြမ်းနည်းနဲ့ လုယူခံရတာက တစ်မျိုး၊ အနုနည်းနဲ့ လိမ်လည်ခံရတာက တစ်ဖုံ၊ အမျိုးမျိုးကို စုံလို့နေမှာပေါ့နော်။

မိန်းမသားဆိုတော့လည်း ယောကျ်ားသား တွေလို မခန့်ညား မထည်ဝါတော့ ဟိုလူကယူ။ ဒီလူက လု။ ကြွေးတောင်းသလိုလို ဘာလိုလိုနဲ့ အမျိုးမျိုး အဖုံဖုံ လှည့်ပတ် လိမ်လည်ပြီး ယူကုန်ကြတာ နေမှာပေါ့နော်။

ဒါနဲ့ လပိုင်းတောင် ကြာပုံမပေါ်ပါဘူး။ ရက် ပိုင်းအတွင်းမှာပဲ မိဘနှစ်ပါးထံကရခဲ့တဲ့ များပြားလှတဲ့ အမွေ ပစ္စည်းတွေဟာ တစ်ပြားတစ်ချပ်မှ မကျန်တော့ ဘူး။ အကုန်လုံး ကုန်ဆုံးပျောက်ကွယ်သွားပါတယ်။ ဆင်းရဲသမဘဝ ချက်ချင်းရောက်သွားခဲ့တယ်။ သူဌေးသမီးဆိုတာ နာမည်ပဲ ကျန်တော့တယ်။ ဘာပစ္စည်းမှ မယ်မယ်ရရ မရှိတော့ဘူး။

မိဘတွေရှိစဉ်က ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကြွယ်ဝနေစဉ်

ကတော့ သူဌေးသမီး သူဌေးသမီးနဲ့ အင်မတန်မှ မျက်နှာ ပန်း လှခဲ့တယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကလည်း လေးစားကြ တယ်။ အခုတော့ သူ့လက်ထဲက အမွေပစ္စည်းတွေ ကြက်ပျောက် ငှက်ပျောက် ပျောက်ကုန်တော့ သူ့ခမျာ လူလုံးမလှ ဖြစ်သွားရှာတယ်။

မိဘတွေရှိစဉ်က သူ့ကို ထိန်းခဲ့တဲ့ အထိန်း တော် အိမ်ဖော် အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ကို အမှီပြုပြီး ပင်ပင် ပန်းပန်း ဆင်းဆင်းရဲရဲ နေနေရှာပါတယ်။

ဒါကြောင့် သတ္တဝါတွေဟာ အတိတ်အတိတ် ဘဝါဘဝတွေတုန်းက ကောင်းတာတွေရော၊ ဆိုးတာ တွေပါ အကုန်ပြုလုပ်ခဲ့ကြတာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဘဝတစ် ခုမှာ အတက်အကျ၊ အနိမ့်အမြင့် ဆိုတာတွေ ဖြစ်နေကြ ရတယ်။ အတက်အကျ၊ အနိမ့်အမြင့် မရှိဘဲ တစ်သမတ် တည်းသွားတဲ့ လူဆိုတာ မရှိသလောက် ရှားပါးပါတယ်။ တော်တော်ပဲ တွေ့ရခဲပါတယ်။

ဂေါပါလသူဌေးသမီး ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာ နေထိုင် ရတယ်ဆိုတာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပစ္စည်းဝတ္ထု မပြည့်စုံလို့ ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာ နေထိုင်ရတယ်လို့ ပြောတာပါ။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တရားစွမ်းအားတွေကတော့ အား ကောင်းနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်မှာတော့ ဆင်းရဲ

ပင်ပန်းမှုမျိုး မဖြစ်ပါဘူး။ ပစ္စုပ္ပန် စိတ်ချမ်းသာအောင်တော့ နေတတ်ပါတယ်။ တစ်ခါတစ်ခါ စိတ်မနိုင်လို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ကိလေသာတွေကိုတောင်မှ ရှုမှတ်လို့ ဘာဝနာပုံစံဖြင့် ပြောင်းလဲပြီး နေထိုင်တတ်ပါတယ်။ ရောဂါဝေဒနာဖြစ်တဲ့ အခါမှာလည်း ငြီးညူမနေဘဲ ရှုမှတ်ပြီး အသုံးချလို့ နေထိုင်တတ်ပါတယ်။ ပစ္စုပ္ပန် တွေ့သမျှ အာရုံတိုင်းမှာ တရားအဆောင်ကောင်း တစ်ခုခု အမြဲတမ်းထားရှိပြီး တရားနဲ့ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။

ဂေါပါလသူဌေးသမီးလေးမှာ သဒ္ဓါတရား ရှိတယ်။ တရားနာလည်း ဝါသနာပါတယ်။ တရားပွဲ ဆိုရင် ဂေါပါလသူဌေးသမီး မနာကြားတဲ့ တရားပွဲဆိုတာ မရှိသလောက်ပဲတဲ့။ အဲဒီလို တရားကို မကြာမကြာ နာကြားဖူးနေလို့ တရားဗဟုသုတလည်း အင်မတန်မှ ကြွယ်ဝနေပါတယ်။ ဘဝကို တရားအသိနဲ့ အကြောင်း အကျိုး ဆက်သွယ်ကြည့်တတ်လို့ စိတ်မပျက်အောင် တရားဖြင့် တည်ငြိမ်စွာ ထိန်းထားနိုင်ပါတယ်။

ပစ္စည်းဥစ္စာများ ပျက်သွားတဲ့နောက်ကို စိတ် ပျက်တာနဲ့ အကျင့်ပျက်တာ ပါမသွားရအောင် သတ္တိရှိရှိနဲ့ ထိန်းထားနိုင်ပါတယ်။ စိတ်ဓာတ် သိပ်ကြံ့ခိုင်တယ်။

ခန္ဓာကိုယ် ဆင်းရဲပေမယ့် စိတ်မဆင်းရဲအောင် နေတတ်တယ်။ စိတ်မပျက်ဘူးတဲ့။ အဲဒါတစ်ခု တော်တော်အံ့ဩစရာပဲနော်။

စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ထားရမယ်

ပစ္စည်းဥစ္စာတွေပျက်သွားသော်လည်း ငါ့စိတ်တော့ အပျက်မခံနိုင်ဘူး။ ငါ့အကျင့်တော့ အပျက်မခံနိုင်ဘူး–လို့ စိတ်ကို အားတင်းထားလိုက်တယ်။ စည်းစိမ်ဥစ္စာဆိုတာ အငှါးတွေ၊ ဘုံဆိုင်တွေ၊ ဒါကြောင့် စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ ပျက်ချင် ပျက်ပါစေ၊ ငါ့စိတ်တော့ ငါ့အကျင့်တော့ အပျက်မခံနိုင်ဘူး–ဆိုပြီး စိတ်ဓာတ်စွမ်းအားကို အားပေး မြှင့်တင်ပြီးတော့ နေထိုင်ပါတယ်။

လောလောဆယ် အလှူဒါန မလုပ်နိုင်ပေမယ့် သရဏဂုံသီလ, မေတ္တာ, သမာဓိ, ဝိပဿနာတရားများကိုတော့ ရနိုင်တဲ့နေရာက ရနိုင်တဲ့နည်းလမ်းနဲ့ ဖြည့်ကျင့်ကြိုးစား ပွားများအားထုတ်ပါတယ်။ သူများတွေလို အဖိုးတန်အမျိုးမျိုး စိန်တွေ ရွှေတွေ ရတနာကောင်းတွေ၊ မဝတ်ဆင်နိုင်ပေမယ့် ငါ့ခေါင်းပေါ်မှာ လောကအဖိုးအတန်ဆုံး ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါး ရှိနေတယ်လို့ စိတ်ဓာတ်ကို မြှင့်တင်ပါတယ်။

စိတ်အားတင်းပုံလေးနော် ဦးဇင်းတို့ ပရိသတ် နမူနာ ယူစရာကောင်းလှတယ်။

ငါ့ခေါင်းပေါ်မှာ စိန်ရွှေတွေထက် သာလွန်တဲ့ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးရှိတယ်။ ရတနာ သုံးပါးကို နှလုံးသားထဲမှာ ထည့်ထားနိုင်ပါတယ်။ ငါဟာ ဘာမှ အားငယ်နေစရာ မလိုဘူး။ သူများတွေလို ပိုးဖဲ ကတ္တီပါ အမျိုးမျိုး အလှတန်ဆာတွေ မဝတ်ဆင်နိုင် ပေမယ့်လည်း ငါ့မှာ ငါးပါးသီလ အလှတန်ဆာရှိတယ်။ ငါ့ကိုယ်မှာ ခန့်ညားတဲ့၊ ထည်ဝါတဲ့၊ လုံခြုံတဲ့၊ လှပတဲ့ သီလ မေတ္တာ အဝတ်တန်ဆာကို ဝတ်ဆင် နေရတယ်။ ဘာမှ အားငယ်နေစရာ မလိုပါဘူးလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လည်း အားပေးလို့ နေတတ်သတဲ့။

မေတ္တာတရား ပွါးများလို့ လောကကြီး အပေါ်မှာလည်း မေတ္တာဓာတ်တွေ လွှမ်းခြုံလို့၊ သူများ တွေကိုလည်း တတ်နိုင်တဲ့ဘက်က ကူညီလို့၊ ဆောင်ရွက် လို့၊ စိတ်ကောင်းလေးထားလို့ နေတတ်ပါတယ်။

ငါ့မိဘတွေပေးတဲ့ အမွေတွေ အကုန်လုံး လက်လွှတ်လိုက်ရပြီဆိုပြီး စိတ်ဓာတ်ကျလို့လည်း မနေဘူးတဲ့။ ငါ့ကိုနောက်ထပ် အမွေပေးမှာက ငါ့နှလုံး သားထဲက ထွက်လာတဲ့ ကိုယ်ပိုင် စိတ်ကောင်း အင်အား

လေးတွေပဲ ဖြစ်တယ်။ ငါ့ဘက်က ရပ်တည်မှာက ငါ့နှလုံးသားထဲက ထွက်လာတဲ့ ကိုယ်ပိုင် စိတ်ကောင်း အင်အားလေးတွေသာ ဖြစ်တယ်။ ဘယ်သူ့ကိုမှ အားကိုး နေလို့ ရမှာမဟုတ်ဘူး။ အားကိုးစရာ ရှာကြည့်ပါတယ်။ တစ်ခြား အားကိုးစရာတွေကို မမြင်ဘူးတဲ့။

ရတနာသုံးပါး အားကိုးစရာ ဆိုတာကလည်း ကိုယ်မှ မယုံကြည်ရင် ဘာတတ်နိုင်မှာမို့လဲ။ ကိုယ့် သန္တာန်မှာ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရားရှိမှ ရတနာသုံးပါက အားကိုးလို့ ရမှာဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် ငါ့ဘက်က ရပ်တည်မယ့် အရာဟာ ငါ့နှလုံးသားထဲက စိတ်ကောင်း လေးပဲလို့ အဲဒီလို အမြင်ရှင်းရှင်းနဲ့ စိတ်ကောင်းလေး ထားပြီးတော့ ရဲရဲရင့်ရင့်နဲ့ အကွက်စေ့အောင် ကြည့်ပြီး နေထိုင်တတ်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် ရတနာသုံးပါး စွဲစွဲမြဲမြဲ ဦးထိပ်ထားပြီး စိတ်ကိုအားပေးမြှင့်တင်ပြီး နေထိုင်တတ်ပါတယ်။ စိတ်ဓာတ် ခွန်အား ရှိပေလို့သာ ပေါ့နော်၊ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားသာ မရှိဘူးဆိုရင် ဂေါပါလသူဌေးသမီးဘဝဟာ ရှုံးနိုင်လောက်တယ်။

ပစ္စည်းဥစ္စာတွေက မျက်လှည့်ပြသွားပုံဟာ ဂေါပါလသူဌေးသမီးအတွက် ရှုံးလောက်စရာပါပဲ။ ဒါပေမယ့် သူဘယ်အရှုံးခံလိမ့်မလဲ။ဂုဏ်ယူထိုက်

သောလူ၊ အမိပွါးယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူရဲ့ စွမ်းအားကို ပြနေပါတယ်။ ရုပ်ပစ္စည်းတွေ ဆင်းရဲသွားပေမယ့်လည်း စိတ်ပိုင်းကတော့ ရတနာသုံးပါးတို့ရဲ့ စွမ်းအားကြောင့် ချမ်းသာအောင် နေတတ်တယ်။ ကိုယ်ကျင့် သီလကိုလည်း အထိခိုက်မခံဘူး။ တည်ငြိမ်စွာ ထိန်းသိမ်းထားနိုင်တယ်။ စိတ်ကိုအားတင်းပြီး ကုသိုလ်ကိုလည်း လက်လှမ်းမှီသမျှ လက်လှမ်းမှီတဲ့ နေရာကနေပြီးတော့ ကြိုးစားပြုလုပ် အားထုတ်နေထိုင်နိုင်ပါတယ်။

ဂေါပါလသူဌေးသမီးကလေးဟာ အခြေအနေအရသာ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ဆင်းရဲသွားရတာဖြစ်တယ်။ ပစ္စည်းဆင်းရဲသွားပေမယ့်လည်း သူ့စိတ်ကို ထိန်းတတ်တယ်။ "အမွေဆိုတာ ထိုက်တန်မှရတာပဲ။ ငါကိုက အမွေနဲ့ ထိုက်တန်အောင် အတိတ်က ကုသိုလ်ကို လေးလေးနက်နက် ထိုက်ထိုက်တန်တန် လုပ်ခဲ့ပုံမပေါ်ဘူး။ လူမြင်ကောင်းအောင် ဟန်လောက်ပဲ လုပ်ခဲ့ပုံ ပေါ်ပါတယ်။ ဒါဟာ သူများအပြစ်မဟုတ်ဘူး၊ ငါ့အပြစ်ပဲ" ဆိုပြီးတော့ အမြင်ရှင်းရှင်းနဲ့ လက်ခံနိုင်ပါသတဲ့။

ဂေါပါလသူဌေးသမီးကလေးဟာ အခြေအနေ

အရသာပစ္စည်းတွေ ဆင်းရဲသွားရတာ၊ ရုပ်ရည်အဆင်းကလေးက သိပ်ချောမောလှပတယ်။ စိတ်နေစိတ်ထားကလည်း မြင့်မြတ်တယ်။ လိမ္မာကလည်း လိမ္မာတယ်။ အထူးသဖြင့် ဆံပင်ကောင်းတယ်။ မိန်းမကောင်း မိန်းမမြတ်တို့ရဲ့ အင်္ဂါလက္ခဏာနဲ့ ပြည့်စုံတယ်လို့ ဆိုရပါမယ်။

မိန်းမတို့ဘုန်း ဆံထုံး

အဲဒီ ဂေါပါလသူဌေးသမီးလေးမှာ သူငယ်ချင်း သူဌေးသမီးတစ်ယောက်ရှိတယ်။ အဲဒီ သူငယ်ချင်း သူဌေးသမီးက လှကလှပေမယ့် ဆံပင်က မလှဘူး။ ဆံပင် မကောင်းဘူး။ ဆံပင်က တိုတိုလေး ဖြစ်နေတယ်တဲ့။

တစ်ချိန်သောအခါမှာ အဲဒီ သူငယ်ချင်း သူဌေးသမီးက ဂေါပါလသူဌေးသမီး ဆင်းရဲမွန်းသိတော့ သူ့ထံလာပြီးတော့ "ညီမရယ်၊ ငွေကြေးအခက်အခဲ ဖြစ်နေရင်၊ ငွေကြေး အဆင်မပြေရင် ညီမရဲ့ဆံပင်ကို မမကို တစ်ထောင်နဲ့ ရောင်းပါလား"လို့ပြောပြီး ဆံပင်လာဝယ်ပါသတဲ့။ အဲဒီခေတ်က တစ်ထောင်ဆိုတာ အလွန်အဖိုးတန်တဲ့ ခေတ်ပေါ့နော်။

ဒီတော့ ဂေါပါလသူဌေးသမီးကလည်း "အမရယ်–ဆင်းရဲတာက ဆင်းရဲတာ တစ်ကဏ္ဍပါ၊ 'မိန်းမတို့ဘုန်း ဆံထုံးပါ'တဲ့၊ ဆင်းရဲတာနဲ့ မိန်းမတို့ ဘုန်းကျက်သရေကိုတော့ အရှုံးမခံနိုင်ပါဘူး အမရယ်။ ဆံပင်ကိုရောင်းစားရတဲ့ အဆင့်အထိလည်း အရောက်မခံနိုင် ပါဘူး။ ရုပ်ပစ္စည်းဝတ္ထုမရှိတာနဲ့တော့ သူတော့ မွဲနေပြီ၊ ဆင်းရဲနေပြီ–လို့ ဒီလိုလည်း အထင်မသေးပါနဲ့ အမရယ်။ တရားစွမ်းအားရှိရင်၊ စိတ်နဲ့ ပစ္စုပ္ပန်တွေ့ကြုံသမျှအာရုံ အဆင်ပြေအောင် နေတတ်ရင် ချမ်းသာတာ ပါပဲ။ ဒါကြောင့် တစ်ထောင်မက တစ်သောင်းပေးလည်း မရောင်းပါဘူး။ တစ်သောင်းမက တစ်သိန်းပေးလည်း မရောင်းပါဘူး" လို့ ဆိုပြီး ငြင်းပယ်လိုက်တယ်တဲ့။

စိတ်ဓာတ်သိပ်ကြံ့ခိုင်တယ်နော်။ ယနေ့ခေတ်အမျိုးသမီးတွေ အတုယူစရာ သိပ်ကောင်းလှပါတယ်။

အဲဒါနဲ့ ဟိုက ဝယ်လို့မရတော့ လက်လျှော့ပြီး ပြန်သွားခဲ့ရတယ်။

အဲဒီနေ့မှာပဲ အရှင်မဟာကစ္စည်းမထေရ် အမှူးရှိသော ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီး(၈)ပါးဟာ သာဝတ္ထိမြို့ကနေ ဥဇ္ဇေနီမြို့တော်သို့အပြန် မနက်ပိုင်း 'တေလ ပနာဠိ' နိဂုံးရွာကြီးမှာ ရွာကိုဖြတ်ပြီး ဆွမ်းခံ

ကြွချီလို့ ဝင်လာတော်မူတယ်။ ဂေါပါလသူဌေး သမီးရဲ့ အိမ်ရှေ့က ဖြတ်ပြီး ကြွလာတော့ သူဌေးသမီးက မြင်လိုက်ပါတယ်။

လမ်းပေါ်မှာ သင်္ကန်းကိုရုံ၊ သပိတ်ကိုပိုက်ပြီး ဣန္ဒြေ သိက္ခာ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက်စွာဖြင့် တန်းစီလို့ ဆွမ်းခံကြွချီ တော်မူလာတဲ့ ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီး (၈)ပါးကို မြင်လိုက်ရတယ်ဆိုရင်ပဲ ဂေါပါလသူဌေး သမီးရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ကြည်ညိုလိုက်တာ၊ အားရလိုက်တာ၊ ကျေနပ်မှုတွေ ဖြစ်လိုက်တာ။ စိတ်ထဲမှာ သဒ္ဓါတရား တွေ တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်ပြီးတော့ လာလိုက်တာ။

ထိုက်တန်သူသာ ပန်ရတာပါ

ရတနာနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ မျက်လုံး ဆိုတာ ရတနာတွေ့ရင် ရွှင်ပြုံးစမြဲပါ။ လောက တချို့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက ဘုရား တရား သံဃာဆိုတာ မျက်စိရှိရင် ဖူးလို့ဖြစ်တာပဲ ပြောတတ်ကြတယ်။ အဲဒါ သူတို့ ပြောတာက ပါးစပ်ထဲရှိလို့ ပြောတာပါ။ တကယ်တန်း ကျတော့ ရတနာနဲ့ မထိုက်တန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဘုရားနဲ့ ဘယ် လောက်တွေ့တွေ့ ကုသိုလ်မဖြစ်ပါဘူး။ သံဃာနဲ့ ဘယ်လောက်တွေ့တွေ့ ကုသိုလ် မဖြစ်ပါဘူး။ ထိုက်

တန်မှ ကုသိုလ်ဖြစ်တာပါ။ ထိုက်တန်မှလည်း တွေ့ဆုံနိုင်ကြတာပါ။

ဂေါပါလသူဌေးသမီးရဲ့ အသိစိတ်မှာ ရတနာနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ သဒ္ဓါတရားတွေ ရှိနေတယ်။ သတိ ပညာ မေတ္တာ စေတနာတရားတွေ ရှိနေတယ်။ ဒီအချိန်မှာ လမ်းဘက်ကို လှည့်ပြီးတော့ကြည့်နေတုန်း လမ်းပေါ်မှာ သင်္ကန်းကိုရုံ၊ သပိတ်ကိုယ်စီပိုက်ပြီးတော့ ဣန္ဒြေသိက္ခာ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက်စွာနဲ့ တန်းစီပြီး ဆွမ်းခံကြွလာတော်မူတဲ့ ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီး (၈)ပါးကို ဂေါပါလ သူဌေးသမီးက လှမ်းမြင်လို့ သူ့အိမ်ပေါ်ကိုကြွဖို့ ပင့်ပါတယ်။

ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီးတွေနဲ့ တွေ့လိုက်ရပါရဲ့သားနဲ့ ငါကုသိုလ်ကောင်းမှု မလုပ်လိုက်ရဘူးဆိုရင် ငါ့လောက်ညံ့သူ လောကမှာ ဘယ်သူရှိတော့မလဲ။ ကုသိုလ်ပြုခွင့် ကြုံနေလို့ ငါရဲ့မျက်လုံး ရတနာနဲ့ လာထိတွေ့တာဖြစ်တယ်။ ဒီလိုဆိုရင် ငါကုသိုလ် ကောင်းမှု အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်မှဖြစ်မယ်လို့ သဒ္ဓါတရားတွေ တဖွားဖွားဖြစ်ပြီးတော့ အိမ်ကိုကြွဖို့ ပင့်လျှောက်မိတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရဟန္တာ အရှင်မြတ်ကြီးတွေကလည်း အိမ်ပေါ်ကိုကြွပြီး ခင်းထားတဲ့နေရာမှာ သီတင်းသုံးလို့

နေကြပါတယ်။

တကယ်တော့ ဂေါပါလသူဌေးသမီးဟာ ရဟန္တာ အရှင်မြတ်ကြီးတွေကို အိမ်ပေါ်ကို ပင့်ပေမယ့် လှူစရာရှိလို့ ပင့်တာမှ မဟုတ်ဘဲ ကြည်ညိုလွန်း လို့ပင့်လျှောက်မိတာပါ။ သူ့လက်ထဲမှာ လှူစရာဆိုလို့ အဆင်သင့် ဘာမှ မရှိဘူး။ အဆင့်သင့် ချက်ပြုတ်ထားတဲ့ ဆွမ်းတို့ ဆွမ်းဟင်းတို့လည်း မရှိသေးဘူး။ ချက်ပြုတ်စရာ မလိုတဲ့ သစ်သီးဝလံ စသည်တွေလည်း မရှိဘူးတဲ့။ လှူစရာ ဘာများရှိလေသလဲလို့ ကြံဖန်စဉ်းစားလိုက်တော့လည်း ဘာမှမပေါ်လာဘူး။

လူတောင် မသေရုံ စားနေရတဲ့အဆင့်၊ လှူစရာ တန်းစရာ သစ်သီးစသည်ဆိုတာတော့ ဝေလာဝေးပေါ့နော်။

ငါတော့ ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီးတွေကို အိမ်ပေါ်ပင့်ထားပြီ။ လှူစရာရယ်လို့ ငါ့မှာ ဘာမှမရှိ။ ငါဘယ်လိုလုပ်ရပ့ါ။ စသည်ဖြင့် ဟိုကြံ ဒီကြံနဲ့ ကြံလိုက်တာ နောက်ဆုံး သူ့ခေါင်းပေါ်က ဆံပင်ကို သွားသတိရလိုက် တယ်တဲ့။ စောစောက သူငယ်ချင်းဖြစ်သူ ဆံပင်လာဝယ်ဖူးတယ်။ အဲဒါကို သွားပြီး သတိရလိုက်တယ်။

ဒီအချိန်မှာ ဆံပင်ကိုရောင်းပြီး ဆွမ်းလောင်းလှူရုံကလွဲလို့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်နိုင်တဲ့ တစ်ခြားနည်းလမ်းငါ့မှာ မရှိတော့ဘူး၊ 'မိန်းမတို့ဘုန်း ဆံထုံး' လို့ဆိုတာထက် ကုသိုလ် ဘုန်းကျက်သရေ တိုးဖို့က ပိုအရေးကြီးတယ်–ဆိုပြီး အမျိုး သမီးတို့ အမြတ်နိုးဆုံး တန်ဖိုးအထားဆုံးဖြစ်တဲ့ ဆံပင်ကို ဖြတ်ရောင်းဖို့ ရဲရင့်ပြတ်သားတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ချလိုက်ပါတော့တယ်။

အဲဒါနဲ့ အထိန်းတော် အိမ်ဖော်အမျိုးသမီးကို ခေါ်ပြီး သူ့ခေါင်းပေါ်က ဆံပင်ကို ဖြတ်ခိုင်းလိုက်ပါတယ်။ ဖြတ်ခိုင်းပြီး သူ့သူငယ်ချင်း သူဌေးသမီးထံမှာ ရောင်းခိုင်းလိုက်တယ်။ ရောင်းဈေးကိုလည်း ဘာမှ မပြောဖို့၊ သူပေးသလောက်သာ ယူခဲ့ဖို့ မှာကြားလိုက်ပါသေးတယ်။ ဒီလိုမှာ ကြားရတာကလည်း ကိုယ်က သွားရောင်းတဲ့အခါ ကိုယ့်စိတ်ကြိုက် ကြိုက်ဈေးမရရင် ကုသိုလ်မလုပ်ခင် စိတ်ထဲမှာ အနှောင့်အယှက်ကလေးတွေ ဖြစ်သွားမှာစိုးလို့ပါပဲ။

သူဟာ အမွေပစ္စည်းတွေကို ရလိုက်ပါသော်လည်း သူနဲ့ မထိုက်တန်လို့ လက်လွှတ်လိုက်ရတာဟာ အတိတ်က ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ ကံကြောင့်ဆိုတာ နားလည်ထားသူဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို နားလည်ထားတာကြောင့်

"နောက်ထပ် ငါကုသိုလ်သာ လုပ်ပြီဆိုရင် အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်၊ အကွက်စေ့အောင်၊ ရည်မှန်းချက် ကောင်းကောင်း၊ လမ်းကြောင်းဖြောင့်ဖြောင့်၊ လုပ်ငန်း သပ်သပ်ရပ်ရပ် စနစ်တကျ လေးလေးနက်နက် ထိုက်ထိုက်တန်တန် လုပ်တော့မယ်၊ ဘယ်တော့မှ ကုသိုလ် ပြုလုပ်စဉ်မှာ ပေါ့ပေါ့တန်တန် ငါမလုပ်တော့ဘူး"ဆိုပြီး ကုသိုလ်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ချင်လွန်းလို့၊ ကုသိုလ်ကို အကောင်းဆုံးရအောင် လုပ်ချင်လွန်းလို့၊ ကုသိုလ်မလုပ်ခင်ကြားထဲမှာ စိတ်အနှောင့် အယှက်ဝင်သွားမှာစိုးလို့ အခုလို မှာကြားလိုက်ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါနဲ့ အထိန်းတော် အိမ်ဖော်အမျိုးသမီးကလည်း ဆံပင်ကို ဖြတ်ယူပြီး တစ်ချိန်က လာဝယ်ဖူးတဲ့ သူဌေးသမီးထံ သွားရောက် ရောင်းချပါတယ်။

ရောင်းသူနဲ့ ဝယ်သူ

လောကမှာ ရောင်းကုန်ပစ္စည်းဆိုတာ ဝယ်သူကြိုက်နေတုန်း စိတ်ဝင်စားနေတုန်းမှာသာ ကြိုက်ဈေးကို ပြောလို့ရတာပါ။ ပစ္စည်းပိုင်ရှင် ဥစ္စာရှင်ကိုယ်တိုင်က သွားရောင်းရင် ဈေးနှိမ်တာ ခံရစမြဲပါ။ ယခု ဂေါပါလ

သူဌေးသမီးလည်း ဒီပုံစံအတိုင်း ဖြစ်ခဲ့ပါပြီ။ ဈေးကောင်း ပေးပြီး လာဝယ်တုန်းကတော့ မရောင်းဘူး။ ယခု ကိုယ်က သွားရောင်း နေရပါပြီ။ ကိုယ်က သွားရောင်းရပြီ ဆိုထဲက ဈေးနှိမ်ခံရပြီပေ့ါ။

သူဌေးသမီးက နှုတ်ကဗျစ်တောက် ဗျစ်တောက် နဲ့ ပြောနေပါပြီ။ "မယ်မင်းကြီးမက စောစောက သွား ဝယ် တုန်းကတော့ မိန်းမတို့ဘုန်း ဆံထုံးလေး ဘာလေး ညာလေးနဲ့၊ တစ်ထောင်မက တစ်သောင်းပေးလည်း မရောင်းဘူးလေး ဘာလေးညာလေးနဲ့၊ တစ်သောင်း မက တစ်သိန်းပေးလည်း မရောင်းဘူးလေး ဘာလေးညာ လေးနဲ့ အခုတော့ ဘယ်မလဲ။ ငတ်ပြီဆိုတော့ ရောင်းရပြီ မဟုတ်လား" စသည်ဖြင့်ပေ့ါလေ... မိန်းမတို့ထုံးစံ အတိုင်း ပြောဆိုပါတော့တယ်။ အထိန်းတော် အိမ်ဖော် အမျိုးသမီးကလည်း ဘာမှ ပြန်မပြောရှာပါဘူး။

ဒါနဲ့ သူငယ်ချင်း သူဌေးသမီးက "ကဲ–ဈေး ကြိုက်ရင်လည်း ဆံပင်ကိုထားခဲ့။ ဈေးမကြိုက်ရင်လည်း ပြန်သာ ယူသွားပေတော့။ ဒီဆံပင်ကို ရှစ်ကျပ်ပဲ ပေးနိုင် တယ်"လို့ ခပ်တင်းတင်း ခပ်မာမာ ပြောပါတယ်။

အထိန်းတော် အိမ်ဖော်အမျိုးသမီးဟာ သူတော် ကောင်းနဲ့ အတူတကွ နေနေရတဲ့ အမျိုးသမီးပဲ။ သူတော်

ကောင်းနဲ့ ပေါင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ သူတော်ကောင်းဓာတ်တွေ ကူးစက်နေတတ်ပါတယ်။ အထိန်းတော်အိမ်ဖော် အမျိုးသမီးလည်း သူတော်ကောင်းဓာတ် ကူးစက်နေသူပါ။ ဒါကြောင့် သူဌေးသမီး ပြောလိုက်တဲ့ ရင့်သီးတဲ့၊ နိမ့်ချတဲ့စကားတွေကို ပြန်ပြီး တုံ့ပြန် မပြောဆိုနေတော့ပါဘူး။

"ရှစ်ကျပ်ဆိုလည်း ရှစ်ကျပ်ပဲပေါ့၊ သခင်မကလည်း မှာလိုက်ပါတယ်။ ဈေးမပြောနဲ့ ပေးသလောက်သာယူခဲ့ပါ–လို့ မှာလိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူဌေးသမီး ပေးတဲ့အတိုင်း ရှစ်ကျပ်ကိုပဲ ယူသွားပါ့မယ်၊ ဆံပင်ကို ယူထားလိုက်ပါတော့"လို့ ပြန်ပြောပြီး ငွေရှစ်ကျပ်ကို ယူလို့ ပြန်လာခဲ့ပါတယ်။

အိမ်ရောက်တဲ့အခါ အထိန်းတော်အိမ်ဖော် အမျိုးသမီးက အကြောင်းစုံကို ပြန်ပြောပြပါတယ်။ ဂေါပါလသူဌေးသမီးက ဘာမှ အပြစ်တင်စကား ပြန်မပြောပါဘူး။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်မှာဆိုတော့ ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင်နဲ့ပဲ လက်ခံလိုက်ပါတယ်။ သွားရောင်းခိုင်းထဲကလည်း ပေးသလောက်သာ ယူခဲ့ဖို့ မှာလိုက်တာပဲ။ ဒါကြောင့် စိတ်အနှောင့်အယှက်တွေ အဖြစ်မခံနေပါဘူး။

ရလာတဲ့ ရှစ်ကျပ်ကို တစ်ပါးတစ်ကျပ်စီ ခွဲတန်း

ချပြီး လှူဖို့ ပြင်ဆင်ကြပါတယ်။ တစ်ကျပ်တန်စီ ကောင်းမွန်စွာ ဆွမ်းစီမံကြပါတယ်။ စီမံပြီး တစ်ပါးတစ်ကျပ်တန်စီ ဆွမ်းလောင်းလှူပါတယ်။ စေတနာသုံးတန် ပြဋ္ဌာန်းပြီး သဒ္ဓါတရား ထက်ထက် သန်သန်နဲ့ လောင်းလှူပါတယ်။

အလှူ့အကျိုး ချက်ချင်းပေး

ဂေါပါလသူဌေးသမီးက အခုလို ဆွမ်းတွေလောင်းလှူဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီး လောင်းလှူမယ့် ဆဲဆဲမှာ ရဟန္တာ အရှင်မြတ်ကြီးတွေရဲ့ သံဃာ့ဂုဏ်ကို ရည်ရော်မှန်းဆ အာရုံပြုပြီးတော့ စေတနာ သဒ္ဓါတရားတွေ အပြည့်နဲ့ ဦးသုံးကြိမ်ချလိုက်ပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ ဂေါပါလ သူဌေးသမီးရဲ့ ဦးခေါင်းက ဆံပင်တွေ မူလပကတိအတိုင်း ချက်ချင်း ပြန်ပေါက်လာခဲ့ပါတယ်။

သန့်ရှင်းစင်ကြယ်တဲ့ ကုသိုလ်စေတနာက ချက်ချင်း အကျိုးပေးပြီနော်။ သူ့ရဲ့ ကုသိုလ်စေတနာတွေက လေးနက် စူးရှမှု အားကြီးတော့ ချက်ချင်း အကျိုးပြန်ပေးတာ ဖြစ်တယ်။

စေတနာဆိုတာ သန့်ရှင်း စင်ကြယ်ရင်၊ အားကောင်း ထက်သန်ရင် အခုလိုပဲ ချက်ချင်း အကျိုး

ပေးတတ်ပါတယ်။

ဒီလိုဖြစ်ရတာဟာ လှူဒါန်းတဲ့နေရာမှာ အသိဉာဏ်နဲ့ ယှဉ်ပြီး လှူဒါန်းလို့ပါပဲ။ "အသိဉာဏ်ကင်း အလှူဖျင်း"မျိုးမဟုတ်ဘဲ "မေတ္တာ ဉာဏ်ကူ ဆွမ်းအလှူ" မျိုး ဖြစ်အောင် လှူဒါန်းလို့ပါပဲ။

"အရှင်ဘုရားတို့ ဘုရားတပည့်တော် ဒီဆွမ်းတစ်ထပ်ကို လှူဒါန်းရခြင်းသည် ရှိလို့ လှူတာ မဟုတ်ပါဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော် ဆွမ်းလှူချင်လွန်းလို့၊ ဘုရားတပည့်တော် အ့လွန်မြတ်နိုးတဲ့ ခေါင်းက ဆံပင်ကို မတန်မရာဈေးနဲ့ ရောင်းလိုက်ရတာပါဘုရား။ အလှူခံလည်း ရှိပါရဲ့သားနဲ့၊ လှူချင်တဲ့ သဒ္ဓါ စေတနာ မေတ္တာတရားလည်း ရှိပါရဲ့သားနဲ့၊ လှူရန်ပစ္စည်း မရှိလို့ မလှူလိုက်ရဘူးဆိုရင် ငါ့လောက်ညံ့သူ ငါ့လောက် နစ်နာသူ လောကမှာ ဘယ်သူရှိမှာတုံး–လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားပေးမြှင့်တင်ပြီးတော့ လောင်းလှူတဲ့ ဆွမ်းပါဘုရား။

ဘုရားတပည့်တော် အသိဉာဏ်တရားဖြင့် လှူတာဖြစ်လို့ ဤဆွမ်းကို လှူရတဲ့ကုသိုလ်ကြောင့် အရှင်ဘုရားတို့ ဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်းသိမြင်တဲ့ သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို သိမြင်ပါရစေဘုရား"လို့ အသိဉာဏ်တရား ဦးဆောင် ဆုတောင်းပြီး အလှူဒါန လုပ်ပါတယ်။

သီလစွမ်းအား အခြံအရံ၊ သမာဓိစွမ်းအား အခြံအရံ၊ ဝိပဿနာ ပညာစွမ်းအား အခြံအရံများနှင့် တကွ မွမ်းထုံပြီးတော့ အလှူဒါနကို ဝမ်းသာအားရ ပြုလုပ်ပါတယ်။

အရှင်မဟာကဿပ ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီးကလည်း ဆွမ်းအနုမောဒနာ တရားများ ဟောကြားပါတယ်။ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးခြင်းကိစ္စပြီးတော့ ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီး(၈)ပါးလည်း 'တေလပနာဠိ'နိဂုံးမှ ဥဇ္ဇေနီပြည်ရှိ စဏ္ဍပဇ္ဇောတမင်းရဲ့ ကဥ္စနဝန ဥယျာဉ်ထဲသို့ ကောင်းကင်ခရီးဖြင့် ပြန်ကြွတော်မူကြ ပါတယ်။ ဥယျာဉ်မှူးကတစ်ဆင့် ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီး တွေကြွလာတယ်ဆိုတဲ့ သတင်းကို ဘုရင်မြတ်ကြီးက ကြားသိရလို့ လာရောက်ပြီး ဖူးတွေ့ပါတယ်။

ဒီအခါမှာ "အရှင်ဘုရားတို့ ဒီနေ့ အဘယ်မှာ ဆွမ်းကိစ္စပြီးခဲ့ပါသလဲဘုရား" လို့ ဘုရင်မင်းမြတ်ရဲ့ လျှောက်ထားတဲ့စကားနဲ့ စပ်လျဉ်းပြီးတော့ အရှင်မဟာကဿပ မထေရ်မြတ်ကြီးထံက ဂေါပါလ သူဌေးသမီးရဲ့ အိမ်မှာ ဆွမ်းကိစ္စပြီးခဲ့တဲ့ အကြောင်းနှင့် သူဌေးသမီးရဲ့ သဒ္ဓါတရားကောင်းပုံတွေ မြတ်နိုးဖွယ် စိတ်နေသဘောထားရှိပုံတွေကို ဥဇ္ဇေနီပြည်မှာ အုပ်ချုပ်နေတဲ့ စဏ္ဍပဇ္ဇောတမင်းကြီး ကြားသိရလို့ ချစ်ခင် လေးစား မြတ်နိုး

တန်ဖိုးထားကာ အဂ္ဂမဟောသီမိဖုရားကြီးအဖြစ် တင်မြှောက်လိုက် ပါတယ်။ ဂေါပါလသူဌေးသမီးဟာ စဏ္ဍာပဇ္ဇောတ မင်းကြီးရဲ့ ချစ်လှစွာသော မိဖုရားကြီး ဖြစ်သွားခဲ့ပါတယ်။

ဆွမ်းဦးလှူရတဲ့ ကုသိုလ်စေတနာဟာ ဒီဘဝမှာပဲ ချက်ချင်း အကျိုးပေးတော့တယ်နော်။ ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာလည်း ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ပေါများကြွယ်ဝခဲ့ပါတယ်။ မိဖုရားအဆင့်အထိ ဘဝအဆင့်အတန်း မြင့်မား သွားခဲ့ပါတယ်။ မွန်မြတ်တဲ့ ဆွမ်းအလှူကို လှူဒါန်းရတဲ့ ကောင်းကျိုးဟာ အင်မတန်မှ မြန်ဆန်တယ်။ ကြီးမားတယ်။ ထက်သန်လှတယ်နော်။

ဒီနေရာမှာ မိမိပြုတဲ့ ကုသိုလ်စေတနာက ချက်ချင်း အကျိုးပေးတာနဲ့ ပတ်သက်လို့ သိမှတ်ဖွယ်ရာလေးတွေ ရှိလာပါတယ်၊ ဒါကို အတိုချုပ်ပြီး ရှင်းပြပါဦးမယ်။

ချက်ချင်းအကျိုးပေးဖို့ဆိုတာ

ဒါနကုသိုလ်တစ်ခုကို ပြုတဲ့သူဟာ–

(၁) **ပစ္စယဓမ္မိက**– လှူဒါန်းတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာဟာ သူတစ်ပါးတွေထံက ခိုးဝှက်တိုက်ခိုက် လိမ်လည် ပြီး မယူဘဲ တရားသဖြင့် ရှာမှီးလို့ရတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာ ဖြစ်နေရမယ်။ (ဝါ) စင်ကြယ်သော အလှူဝတ္ထု ပစ္စည်း ဖြစ်နေရမယ်။

(၂) **စေတနာမဟတ္တ**– စေတနာသုံးတန် လွန်ကဲ မွန်မြတ်နေရမယ်။

(၃) **ဂုဏာတိရေကတာ**– အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်က ဂုဏ်အား ဖြင့် လွန်ကဲမြင့်မြတ်နေတဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်နေ ရမယ်။

(၄) **ဝတ္ထုသမ္ပတ္တိ**– အဲဒီ ရဟန္တာအရှင်မြတ် နိရောဓ သမာပတ်က ထခိုက်နဲ့လည်း ကြုံကြိုက်နေရမယ်။

ဒီအင်္ဂါလေးချက်နဲ့ ညီညွတ်နေရပါတယ်။ ဒီလို ညီညွတ်နေခဲ့မယ်ဆိုရင် ပြုလုပ်တဲ့ အလှူဒါနဟာ ချက် ချင်းပဲ အကျိုးပေးပါတယ်။

ဒါက ဓမ္မပဒ၊ သုခသာမဏောဝတ္ထုမှာ လာတဲ့

အင်္ဂါရပ်တွေပဲဖြစ်ပါတယ်။ နောက် အဘိဓမ္မာဒေသနာ ရှုထောင့်က ကြည့်မယ်ဆိုရင်–

ပြုလုပ်တဲ့ အလှူဒါနက ချက်ချင်းအကျိုးပေးတဲ့ ကံမျိုးကို "ဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနီယကံ"လို့ ခေါ်ပါတယ်။

'ကံ' ဆိုတာ စေတနာကိုပြောတာပါပဲ။ အဲဒီ စေတနာဟာ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုနေစဉ်အတွင်းမှာ အားကောင်းကောင်းနဲ့ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်မှာ ယှဉ်တဲ့ စေတနာမျိုးပါ။

ကုသိုလ်ပြုနေစဉ်မှာ ကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်လေ့ ရှိပါတယ်။ အဲဒီကုသိုလ်စိတ်မှာ ဇောစေတနာ (၇)ကြိမ် ပါဝင်နေပါတယ်။ ဇော(၇)ကြိမ်ထဲမှာ အစဆုံး ဖြစ်ပေါ် လာတဲ့ "ပထမဇောစေတနာ"ကို ဒိဋ္ဌဓမ္မ ဝေဒနီယကံ– လို့ ခေါ်တာပါ။

အဲဒီ ပထမဇောစေတနာဟာ–

(၁) ကုသိုလ်ရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တဲ့ အကုသိုလ် တရားတွေ လွှမ်းမိုးနှိပ်စက် နှောက်ယှက်မှု မခံ ရဘူး။

(၂) ဂတိ–ကာလ–ဥပဓိ–ပယောဂ လေးချက်နဲ့လည်း ပြည့်စုံနေရမယ်။

(၃) ဆန္ဒ–ဝီရိယ–စိတ္တ–ဝီမံသ–ဆိုတဲ့ နောက်နောက်

စိတ်တွေကို ထက်သန်အားကောင်းစေတဲ့ အဓိပတိ လေးပါး အင်အားကလည်း ကောင်းမွန်နေရမယ်– ဒါဆိုရင် ဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနီယကံအတွက် အားကောင်းတဲ့ အထောက်အကူတွေ ရနိုင်ပါတယ်။ ယခုလို ဒိဋ္ဌဓမ္မ ဝေဒနီယကံက အားကောင်းတဲ့ အထောက်အကူ တွေ ရရှိခဲ့ပြီဆိုရင် မိမိပြုလုပ်လိုက်တဲ့ ဒါနကုသိုလ်ဟာ ချက်ချင်း အကျိုးပေးတော့တာပါပဲ။ ချက်ချင်း အကျိုးပေး တယ်ဆိုတာ လှူဒါန်းမှု ပြုလုပ်ချိန်ကစပြီး (၇)ရက် အတွင်း အကျိုးပေးတာကို ပြောတာပါပဲ။

ဒါက ချက်ချင်းအကျိုးပေးတာနဲ့ ပတ်သက်လို့ ကျမ်းဂန်တွေမှာ လာရှိတဲ့ အင်္ဂါရပ်တွေကို ထုတ်ပြ လိုက်တာပါ။

ဂေါပါလသူဌေးသမီးလေးရဲ့ အလှူဒါနကို ပြန်ကြည့်လိုက်ရင် အဘိဓမ္မာဆိုင်ရာ အင်္ဂါရပ်များနဲ့ ပြည့်စုံ ညီညွတ်နေတာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ဒီလို ညီညွတ်နေခြင်းကြောင့်လည်း ဂေါပါလ သူဌေးသမီးရဲ့ ကုသိုလ်ဟာ ယခုချက်ချင်းပဲ အကျိုးပေး ခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆံပင်တွေလည်း ချက်ချင်း ပြန်ပေါက် ကုန်တယ်။ စဏ္ဍပဇ္ဇောတ မင်းကြီးရဲ့ မိဖုရားကြီး ချက်ချင်း ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါတွေဟာ

ဒါနစေတနာရဲ့ ထက်သန် အားကောင်းမှုတွေကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒိဋ္ဌဓမ္မ ဝေဒနီယ ကံမြောက်ခဲ့လို့ ချက်ချင်း အကျိုး ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။

အောက်ခြေမလွတ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်

ဂေါပါလသူဌေးသမီး ရှင်ဘုရင်ရဲ့ မိဖုရားကြီး ဖြစ်လို့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ပြန့်ပြီး ကြွယ်ဝချမ်းသာလာ ပေမယ့် အောက်ခြေကတက်လာတဲ့ သူဌေးသမီးဖြစ်လို့ အောက်ခြေမလွတ်ဘူး–တဲ့။ "ငါ့ဘဝ ဒီလို ကြီးကျယ်တဲ့ အဖြစ်သို့ ရောက်ရတာ သာသနာတော်ရဲ့ ကျေးဇူး ကြောင့်၊ ရတနာသုံးပါးတို့ရဲ့ ကျေးဇူးကြောင့်၊ ကုသိုလ် တရားတွေကြောင့်" ဆိုတဲ့ အသိတရားဟာ အမြဲတမ်း စွဲထင်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို ခါတိုင်းထက် ပိုပြီးပြုလုပ်ပါတယ်။ မိမိကိုယ်ကိုလည်း မူလစိတ်ထားလေးတွေ မပျောက်သွားအောင် သတိ အမြဲတမ်းထားပြီး ဒါန သီလ ဘာဝနာ ကောင်းမှုတွေကို ကြိုးစားပြီး ပြုလုပ်ပါတယ်။

မကြာခင် နောက်ပိုင်းမှာ စဏ္ဍပဇ္ဇောတ မင်း မြတ်ရဲ့ ကဥ္စနဝနမင်းဥယျာဉ်ကို ကဥ္စနဝန ကျောင်းကြီး အဖြစ် စတင်တည်ထောင် ဆောက်လုပ်ပြီး အရှင်မဟာ

ကစ္စည်း ရဟန္တာအရှင်မြတ်အား ရေစက်ချလှူဒါန်း ပါတယ်။

သာသနာတော်အတွက် ပစ္စည်းလေးပါးကို လည်း လိုလေသေးမရှိရအောင် ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့ လှူဒါန်းသွားပါတယ်။ "ကစ္စနဝန ကျောင်းအမကြီး၊ ကစ္စနဝန ကျောင်းအမကြီး" ဆိုတဲ့ နာမည်ကောင်းတွေ ရလို့ တကယ့် သာသနာပြု အမျိုးသမီးကြီး ဖြစ်သွား ပါတယ်။ ဒါတွင် မကသေးပါဘူး။ နာမည်ကောင်း ရယူသောအားဖြင့် ကောင်းကျိုးပြုဘ၀မှတ်တိုင်တွေ စိုက်ထူလို့ သာသနာပြု ကောင်းမှုတွေ မြောက်များစွာ ကြိုးစားပြုလုပ်အားထုတ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် စိတ်ကောင်းသာ အဓိကဖြစ်ပါ တယ်။ စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်မှုသာ အဓိက ဖြစ်ပါတယ်။

လူ့ရဲ့စွမ်းရည်

လူ့ရဲ့စွမ်းရည် ဆိုတာ

(၁) ရှာဖွေမှုစွမ်းရည်

(၂) အသုံးချမှုစွမ်းရည်။

(၃) ထိန်းသိမ်းမှုစွမ်းရည်။

(၄) ခံနိုင်မှုစွမ်းရည် လို့ လေးမျိုးရှိပါတယ်။

(၁) ဒက္ခ ဂဟပတိ သာဓု=စီးပွားဥစ္စာ ရှာဖွေ စုဆောင်းမှု၌ လိမ္မာကျွမ်းကျင်ခြင်း–လို့ဆိုတဲ့ ရှာဖွေစုဆောင်းနိုင်တဲ့ ရှာဖွေမှုစွမ်းရည်လည်း ရှိထားကြရမယ်။

(၂) သံဝိဘဇ္ဇ ဘောဇနံ= ရလာတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာကို ခွဲခြမ်းဝေဖန်သုံးဆောင်မှု၌ လိမ္မာ ကျွမ်းကျင်ခြင်း–ဆိုတဲ့ သုံးစွဲတတ်တဲ့ အသုံးချမှုစွမ်းရည်လည်း ရှိထားကြရမယ်။

(၃) အဟာသော အတ္ထလာဘေသု= အကြောင်းအားလျော်စွာ စီးပွား ဥစ္စာ ရာထူး ဂုဏ်သိရ်အရှိန်အဝါများ ရရှိကြီးပွား တိုးတက်လာ တဲ့အခါ မမော်မကြွား မထောင်လွှား ခြေဖျားမထောက်ဘဲ၊ မဖြုန်းတီးဘဲ၊ အလွဲသုံးစားမပြုဘဲ၊ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ဣန္ဒြေရရ ထိန်းသိမ်းထားတတ်တဲ့ ထိန်းသိမ်းမှု စွမ်းရည်လည်း ရှိထားကြရမယ်။

(၄) အတ္ထဗျာပတ္တိ အဗျထော= ရရှိထားတဲ့ စီးပွားဥစ္စာရာထူးဂုဏ်သိရ် အရှိန်အဝါများ အကြောင်းအားလျော်စွာ ကုန်ဆုံး ပျက်စီး လျောကျသွားတဲ့အခါ စိတ်မညှိုးနွမ်း မပင်ပန်းရအောင် ကြည်လင်အေးမြတည်ငြိမ်စွာ စိတ်ကိုထိန်းထားနိုင်တဲ့ ခံနိုင်မှုစွမ်းရည်လည်း ရှိထားကြရမယ်။

အရေးကြီးတဲ့ ခံနိုင်ရည်

အဲဒီ စွမ်းရည်(၄)ချက်ထဲမှာ ခံနိုင်မှုစွမ်းရည်ဟာ အရေးအကြီးဆုံးပါပဲ။ အကောင်းလောကဓံကိုလည်း ခံနိုင်ရမယ်။ အဆိုးလောကဓံကိုလည်း ခံနိုင်ရမယ်။ များသောအားဖြင့် ကောင်းလည်းမခံနိုင်ဘူး။ မကောင်းတာဆို ပိုပြီးတော့ကို မခံနိုင်ကြဘူး။ ဒီလို ဖြစ်နေတတ်ကြပါတယ်။

အဲဒီ အခံဓာတ်၊ ခံနိုင်ရည်စွမ်းအားတွေ ရအောင်လို့ သတိအရင်းခံတဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားများကို ကြိုးစားအားထုတ်ထားကြရမယ်။

မိမိတို့ဟာ ပုထုဇဉ်အများစုနဲ့ လောကကြီးထဲမှာ နေနေကြရတာဆိုတော့ လောကဓံဆိုတာ အချိန်မရွေး တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ရှောင်လို့ ရတာလည်း ရှိရင်ရှိမယ်။ ရှောင်လို့ မရတာလည်း ရှိရင်ရှိမယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် မိမိတို့ဘက်ကတော့ ယခုပြောခဲ့တဲ့ ဂေါပါလသူဌေး သမီးလေးလို ခံနိုင်မှုစွမ်းရည်တွေ ပြည့်ဝအောင် ကြိုးစား လေ့ကျင့်ထားရမယ်။

လူ့ဘဝမှာ အကြောင်းအားလျော်စွာ ရရှိထားတာတွေ ပျောက်ကွယ်ကုန်ဆုံးသွားရင် စိတ်ဓာတ် မကျဆင်းရအောင်၊ အကျင့်စာရိတ္တ မပျက်စီးရအောင် တရား

စွမ်းရည်ဖြင့် ထိန်းထားနိုင်ရမယ်။ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပျက်တဲ့ နောက်ကို စိတ်ပျက်တာနဲ့ အကျင့်ပျက်တာ ပါမသွားစေရဘူး။

အဲဒီလို မတည်ငြိမ်တဲ့ ဘဝပေးအခြေအနေ အပေါ်မှာ တရားနဲ့ တည်ငြိမ် ရှင်သန်စွာ နေထိုင်နိုင်ခြင်း ဟာ လူသားတို့ရဲ့ ကျေနပ်ဖွယ် ဂုဏ်သတ္တိတစ်ခုဖြစ် တယ်။

တရားကို တရားလို စိတ်ဝင်စားရင် တရား ကျင့်သူကို တရားကလည်း တရားလို သစ္စာရှိရှိပဲ ပြန်လည် စောင့်ရှောက်တတ်စမြဲပါ။ ဒါကြောင့် စိတ် ကောင်းသာ အဓိကပါ။ စိတ်ဓာတ် ကြံ့ခိုင်မှုသာ အဓိ ကပါ။ ဂေါပါလ သူဌေးသမီးလေး အခုလို ကျောင်း အမကြီးဖြစ်အောင် အမွေပေးလိုက်တာက မိဘအရင်း တွေ မဟုတ်ကြပါဘူး။ ကိုယ့်နှလုံးသားထဲက ထွက်ပေါ် လာတဲ့ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကောင်း အင်အားလို့ ဆိုအပ်တဲ့ ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာပညာ ကုသိုလ်တွေက အမွေပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ မွေးဖွားပေးတဲ့ အမေအဖေ တွေက မရှိကြတော့ဘူး။ ကွယ်လွန် သွားကြပြီ။ ဂေါပါလသူဌေး သမီးလေးကို အမွေဆက် ပေးတာက နှလုံးသားထဲက ပေါ်ထွက်လာတဲ့ ကိုယ်ပိုင် စိတ်ကောင်း

နဲ့ ကောင်းမှု ကုသိုလ်တွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒါနဲ့ အဲဒီအချိန်က စပြီးတော့ ကုသိုလ်တွေကို စိတ်ပါလက်ပါ တက်တက် ကြွကြွ ထက်ထက်သန်သန် အားရဝမ်းသာ ပြုလုပ်သွားပါတယ်။

အင်္ဂါ(၃)ပါးလုံးနဲ့ ပြည့်စုံသူ

ဒီဝတ္ထုမှာ ဆိုလိုရင်းက–

ဂေါပါလသူဌေးသမီးလေးဟာ ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိသောလူ၊ အရေတော်သောလူ ဖြစ်အောင် ပြည့်စုံရမယ့် "ပစ္စုပ္ပန်စိတ်ချမ်းသာအောင် နေနိုင်ရမယ်" ဆိုတဲ့ (၁)နံပါတ်အင်္ဂါလည်း ပြည့်စုံအောင် ရယူသွားနိုင်တယ်။

ဂေါပါလသူဌေးသမီးလေးဟာ ဉာတိဗျသန – မိဘနှစ်ပါး ကွယ်လွန်ပျက်စီးခြင်း၊ ဘောဂဗျသန– အမွေပစ္စည်း စည်းစိမ် ဥစ္စာတွေ ပျက်စီးခြင်း ဆိုတဲ့ လောကဓံအာရုံဆိုးတွေနဲ့ တွေ့ကြုံတဲ့အခါမှာလည်း တရားဖြင့် မိမိစိတ်ကို ထိန်းလို့ တည်ငြိမ် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ခဲ့တယ်။

နောက်ပိုင်းမှာ စည်းစိမ်ဥစ္စာတွေ ကြွယ်ဝပြည့်စုံ၊ မိဖုရားခေါင်ကြီးထိအောင် ဘဝအဆင့်အတန်း

တွေ မြင့်မားသွားတဲ့အခါမှာလည်း အောက်ခြေမလွတ်ဘဲ၊ မမော်မကြွား မရူးမမိုက်ဘဲ တရားဖြင့် မိမိစိတ်ကို ထိန်းပြီး တည်ငြိမ်အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။

တစ်ခါ "မိမိရဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတို့ဖြင့် မိမိရော သူတစ်ပါးပါ၊ လောကရော သာသနာပါ စွမ်းနိုင် ရာဘက်မှာ လှုပတင့်တယ် ထည်ဝါခန့်ညား ကျက်သရေရှိအောင် အလှတန်ဆာ ဆင်ပေးနိုင်ရမယ်။ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူနိုင်ရမယ်။ နာမည်ကောင်းရအောင် ယူနိုင်ရမယ်"ဆိုတဲ့ (၂)နံပါတ်အင်္ဂါနဲ့လည်း ပြည့်စုံအောင် ရယူသွားနိုင်ခဲ့တယ်။

ဂေါပါလသူဌေးသမီးလေးဟာ ကဥ္စနဝန ကျောင်းတိုက်ကြီးကို တည်ထောင်လို့ သာသနာအတွက် လှုပတင့်တယ် ထည်ဝါခန့်ညား ကျက်သရေရှိအောင် ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူသွားနိုင်ခဲ့တယ်။

အဲဒီလို ပစ္စုပ္ပန်စိတ်ချမ်းသာအောင် နေထိုင်တတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ပစ္စုပ္ပန်သေချာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပါတယ်။ ပစ္စုပ္ပန်(စိတ်ချမ်းသာမှု) သေချာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ နောင်ရေး ဘာမှပူစရာ မလိုတော့ပါဘူး။

ပစ္စုပ္ပန်စိတ်ချမ်းသာအောင် နေထိုင်တတ်ပြီး

တရားစွမ်းအားကို ရအောင်ယူတတ်ပြီဆိုရင်၊ မိမိရဲ့ ကိုယ်အား ဉာဏ်အား ပစ္စည်းအားတွေနဲ့ မိမိရော သူတစ်ပါးပါ လောကရော သာသနာပါ ကောင်းကျိုးပြု ဘဝမှတ်တိုင် စိုက်ထူလို့ နာမည်ကောင်းရအောင် ယူနိုင်ပြီဆိုရင် "ဘဝကူး စိတ်အေးခြင်း၊ ဘဝကူး စိတ်အေးရအောင် ကိုယ်ပိုင်ကောင်းမှုကုသိုလ် တရားကို အချိန်မီ စုဆောင်းထားနိုင်ခြင်း၊ ဘဝလွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ပန်းတိုင်ရောက်သည်အထိ တိကျ လေးနက် ပြတ်သားတဲ့ ဦးတည်ချက်ရှိရမယ်" ဆိုတဲ့ (၃)နံပါတ် အင်္ဂါနဲ့လည်း အလိုအလျောက် ပြည့်စုံသွားတော့ တာပါပဲ။

ဒါကြောင့် ဂေါပါလသူဌေးသမီးလေးဟာ အမိပွါယ်ရှိသောလူ၊ ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အရတော် သောလူ ဖြစ်သွားပါပြီ။

အားလုံးသော တရားနာပရိသတ် အပေါင်း လည်း ယခု ဦးဇင်းတင်ပြခဲ့တဲ့ ဂေါပါလသူဌေးသမီး လေးလို ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အမိပွါယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သောလူ ဖြစ်အောင် ကြိုးစားပွားများ အား ထုတ်နိုင်ကြပါစေ–လို့ နိဂုံးချုပ်အနေနဲ့ ဆန္ဒပြုလိုက် ပါတယ်။

ဤကဲ့သို့လျှင် ယနေ့ ယခုအခါ၌ ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ၊ အမိဖွာယ်ရှိသောလူ၊ အရတော်သာလူ တရားဒေသနာတော်ကို နာကြားရတဲ့ ဓမ္မသဝန မင်္ဂလာ ကောင်းမှု ကုသိုလ်ကံစေတနာနှင့်တကွ မိမိတို့သည် ငယ်စဉ်ကစ ယနေ့တိုင်အောင် ပြုလုပ်လာခဲ့ကြကုန်သော ဒါန သီလ ဘာဝနာ ကောင်းမှု ကုသိုလ်ကံ စေတနာအဖြာဖြာ တို့ကြောင့် အတွင်းအပ ဘေးရန် အန္တရာယ် အနှောင့် အယှက် အတားအဆီး အချုပ်အချယ် အရှုတ်အထွေး အပူခပ်သိမ်း ရောဂါခပ်သိမ်း ထိတ်လန့် တုန်လှုပ်ဖွယ် ခပ်သိမ်းတို့မှ လွတ်ငြိမ်းကြ၍ လောကီ လောကုတ္တရာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ကျက်သရေ မင်္ဂလာ အကြံအစည် ကောင်းများ ပြီးစီးထမြောက် အောင်မြင်ကြကုန်ပြီးလျှင် ကျန်းကျန်းမာမာ ချမ်းချမ်း သာသာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် အားကိုးစရာ ကိုယ်ပိုင် ကောင်းမှုကုသိုလ်တရားများ ကြိုးစားနိုင်ကြ၍ ဘဝ တစ်ခုလုံး၏ အနှစ်ချုပ်ဖြစ် သော သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ တရားအလုပ်ကို စိတ်ပါ လက်ပါ တက်တက်ကြွကြွ ထက်ထက်သန်သန် သဲသဲမဲမဲ စွဲစွဲမြဲမြဲ အရှိန် အဟုန် ကောင်းကောင်း အင်အားပါပါ စွမ်းအား ပြည့်ပြည့် ပွားများ အားထုတ်နိုင် ကြကုန်လျက် ဘဝသံသ

ရာ၌ တွေ့ကြုံရစမြဲဖြစ်သော ခန္ဓာဒုက္ခနှင့် အကြောင်း အားလျော်စွာ တွေ့ကြုံလာတတ်သော ကောင်းဆိုးနှစ်တန် လောကဓံအာရုံအတွက် မတုန်မလှုပ် အေးအေးမြမြ ကြည်ကြည်လင်လင် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း တည်တည် ငြိမ်ငြိမ် ဣန္ဒြေရရ တရားဖြင့် မိမိစိတ်ကို မိမိဘဝကို အဖိုးတန်အောင် အသုံးချ၍ နေထိုင်တတ်သော ပညာရှိ သူတော်ကောင်း များ ဖြစ်ကြကုန်ပြီးလျှင် တစ်ဘဝလုံး တရားဖြင့် တည်ငြိမ် ရင့်ကျက် အေးချမ်း ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ကြလျက် ဘဝခန္ဓာ လောင်စာ ခပ်သိမ်း လွတ်ငြိမ်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို... ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာ ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်တရား တော်မြတ်ကို... သုခါပဋိပဒါ ခိပ္ပါဘိညာ ဟု ဆိုအပ် သော လွယ်ကူသောအကျင့် လျင်မြန်သော အသိဉာဏ် တို့ဖြင့် လွယ်လွယ်ကူကူ လျင်လျင်မြန်မြန် မျက်မှောက် ပြုလွယ် ရရှိနိုင်လွယ်ကြကုန်သည် ဖြစ်ကြပါစေကုန်သော်.... ဟူ၍ ပတ္ထနာအောင်ဆု ပြုလိုက်ကြကုန်ရာသတည်း။

သာဓု...သာဓု...သာဓုပါဘုရား

၁၃၂၆

ဆုတောင်းပတ္ထနာ အာသိသဂါထာ

မမ္မောသမံ ပိဝိတွာန၊ ဝိသာ သဗ္ဗေ သမူဟတာ။
အဇရာမရံ သီတိဘာဝံ၊ နိဗ္ဗာနျံ ယန္တု သာဓဝေါ။

မမ္မောသမံ – လောဘ ဒေါသ မောဟ ဆိပ်တောက် ကင်းပျောက်ကြည်အေး တရားဆေးကို ပိဝိတွာန– ဝမ်းသာရွှင်ပြ သောက်ကြရ နာကြရကုန် သောကြောင့်၊ ဝိသာ သဗ္ဗေ–ပူဆာညစ်နှောက် ကိလေသာ အဆိပ် အတောက်ဟူသမျှတို့သည်၊ သမူဟတာ– ပိန်းကြာဖက်တွင် ရေမတင်သကဲ့သို့ ကင်းစင်လွှ်ပျောက် ဘေးမရောက်အောင် ပယ်ဖျောက်အပ်ကုန်သည်၊ ဟောန္တု – မုချမသွေ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

အဇရာမရံ –အိုခြင်းလည်းကွာ နာခြင်းလည်း ကင်း သေခြင်းလည်း ရှင်းထသော၊ သီတိဘာဝံ– ကိလေသာဟူ အပူခပ်သိမ်း အေးငြိမ်းရာအစစ် ဖြစ်ပေ ထသော၊ နိဗ္ဗာနံ– နိဗ္ဗာန်ဟုခေါ် အေးမြို့တော်သို့၊ သာဓဝေါ–တရားချစ်ခင် သာသနာ့ ဆွေတော်မျိုးတော် သူတော်စင် ပရိသတ် အပေါင်းတို့သည်၊ ယန္တု–ပါရမီ အဆင့်ဆင့် မြင့်သထက်မြင့်၍ မလင့်ပုံသေ ဆိုက်ရောက် နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု...သာဓု...သာဓုပါဘုရား။

သုတေသနစာကြည့်တိုက်
သာသနာတော်ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးဦးစီးဌာန
ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်။

ရွှေမော်ဓိပတိစာစဉ် အလှူရှင်

၁။	Dr ဦးမြအောင် + Dr ဒေါ်ခင်အေးသီ	၁၀၀၀၀
၂။	ဖခင်ဦးရှန်လှိုင် + မိခင်ဒေါ်ကြူးငွေ တို့အား ရည်စူး၍ "ကင်းမုန့်တိုက်" မှ ဒေါ်မြမြ၊ ဒေါ်လှလှ၊ မနီနီလှိုင် မိသားစု	၁၀၀၀၀
၃။	ဦးငွေအောင်အား ရည်စူး၍ ဒေါ်ကြွအင်း သမီး မတင်ငွေဝင်း၊ မစမ်းမာဝင်း၊ မယဉ်ယဉ်ကြည် မိသားစု	၅၀၀၀
၄။	ဦးသန်းစိန် + ဒေါ်ရီရီဝင်း သမီး လဲ့ဝင်းသန်း မိသားစု	၅၀၀၀
၅။	ဒေါ်သန်းသန်းမြ (မြိတ်)	၂၀၀၀
၆။	ဦးငွေထွန်း + ဒေါ်စိန်မြိုင် မိသားစု	၂၀၀၀
၇။	မမိုးမိုး (ည.လ.ပ)	၁၀၀၀
၈။	Dr အေးအေးသန့်၊ Dr ဝါဝါ	၁၀၀၀
၉။	Dr ကေမြရီ	၁၀၀၀
၁၀။	အဖွားသန့်	၁၀၀၀

အရှင်အာဒိစ္စဝံသာလင်္ကာရ

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ

ဂုဏ်ယူထိုက်သောလူ

လူနှင့်လောကခံတို့ တည်ငြိမ်စွာဆက်ဆံနိုင်လိုပါသလား ...

စိတ်နှင့်အာရုံ အဆင်ပြေလိုပါသလား ...

ဝေဒနာကို ဇာတ်သတ်နိုင်လိုပါသလား ...