



နေဝီသီ အရှင်ဝီသေဋ္ဌာဘိဝံသ ၏

မြေငြိုး ကျမ်းစာအုပ်များ

- ၁။ ဓမ္မချမ်းသာတွေ့အောင်ရှာ
- ၂။ နိဗ္ဗာန်နှင့် နီးလိုလျှင်
- ၃။ တွေ့တုန်းဆုံတုန်း မမုန်းစေချင်
- ၄။ ဓမ္မရေးရာ ရှုစရာ
- ၅။ လိပ်ကိုပုံပြု ခန္ဓာရှု
- ၆။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ မြန်မြန်ရှာ
- ၇။ ဓမ္မဩဇာ သုံးဆောင်ပါ
- ၈။ အပူထဲမှာ အအေးရှာ
- ၉။ အပူကင်းစင် မြတ်ကျင့်စဉ်
- ၁၀။ ဓမ္မရေးရာ ပြဿနာများ ပထမတွဲ
- ၁၁။ ဓမ္မရေးရာ ပြဿနာများ ဒုတိယတွဲ

၁၇။ အသိအလိမ္မာ ရင့်ကျက်ပါ	၆၉
၁၈။ ယဉ်ကျေးရမည် မြတ်ယောဂီ	၇၅
၁၉။ ကပ်ငြိတွယ်တာ ပယ်စရာ	၇၈
၂၀။ ကဲ့ရဲ့စရာ ရှောင်ရှားပါ	၈၆
၂၁။ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ	၉၀
၂၂။ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ ပွားမေတ္တာ	၉၄
၂၃။ နယ်စည်းမထား မေတ္တာပွား	၉၈
၂၄။ မေတ္တာနယ် ကျယ်ပါစေ	၁၀၃
၂၅။ ရန်ကိုပယ်ရှား မေတ္တာပွား	၁၀၉
၂၆။ မေတ္တာမှ ဝိပဿနာသို့	၁၁၅
၂၇။ ဒိဋ္ဌိပြုတ်အောင် သတိဆောင်	၁၁၂
၂၈။ သန္ဓေသားကို စောင့်ရှောက်ပါ	၁၃၁
၂၉။ အစွမ်းထက်မြတ် မေတ္တာဓာတ်	၁၃၅
၃၀။ မေတ္တာစစ်လျှင် မျက်နှာမလိုက်	၁၄၁
၃၁။ အာသီသ ဂါထာ	၁၄၅
၃၂။ မေတ္တာသုတ်အနက်	၁၄၈



“ နိဒါန်း ”

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့သော တရားတော်များကား အနှစ်သာရ ပြည့်ဝနေသဖြင့် တစ်စုံတစ်ယောက်က ထပ်မံဖြည့်စွက်ပေးရန် မလိုချေ။ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးသော ကောင်းခြင်းနှင့် ပြည့်စုံပေသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် တရားတော်ကို နာယူစဉ်မှာလည်း နာကြားရသူတို့အဖို့ စိတ်ကို ငြိမ်သက်စေသဖြင့် ပူဆွေးမှုသောက၊ ငိုကြွေးမှု ပရိဒေဝ၊ စိတ်ဆင်းရဲမှု ဒေါမနဿများကို ကင်းရှင်းစေသည်။

လက်တွေ့ကျကျ ကျင့်သုံးနေစဉ်မှာလည်း သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာတရားများ ဆင့်ကာဆင့်ကာ တိုးပွားလာသဖြင့် နှစ်သက်အားရကျေနပ်စရာပီတိ၊ နှလုံးစိတ်ဝမ်းအေးချမ်းမှု ပဿဒ္ဓိတရားများကို ရရှိနိုင်ပေသည်။ အကျင့်လမ်းစဉ် ပြီးဆုံးသောအခါမှာလည်း မဂ်ပေါက် ဖိုလ်ဝင်

- ၁၂။ ဓမ္မရေးရာ ပြဿနာများ တတိယတွဲ
- ၁၃။ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ ကိုယ့်နောက်ပါ
- ၁၄။ ဘုန်းကျက်သရေ ထိုက်ရာနေ
- ၁၅။ နောက်ဆုံးနေ့မှသည်
- ၁၆။ ချွေးမ အလိမ္မာ- ဝိသာခါ
- ၁၇။ ရှေ့ဆက်၍သာ
- ၁၈။ ချမ်းသာရေး လမ်းညွှန်
- ၁၉။ ကုသိုလ်ဖြင့်သာ ကယ်တင်ပါ
- ၂၀။ ပြန်လမ်းမကြို ငရဲဘုံ
- ၂၁။ ပြန်လည် ဆုံတွေ့ပါရစေ
- ၂၂။ အဆင့်မြင့်စွာ နေစရာ
- ၂၃။ သစ်ပင်ကိုရှု ရဟန်းပြု
- ၂၄။ ခရီးမဝေး အနီးကလေးပါ
- ၂၅။ ဗောဇ္ဈင်တရား နေ့စဉ်ပွား
- ၂၆။ မျှော်လင့်စောင့်စားလို့သာ
- ၂၇။ အစကပင် ကောင်းစေချင်
- ၂၈။ စိတ်ထားခိုင်စွာ ကုသိုလ်ရှာ
- ၂၉။ သဘောခန္ဓာ ရှုစရာ
- ၃၀။ မေတ္တာတရား စိတ်ဝယ်ထား



ဓမ္မဝါန ထောင်းရှုရှင်များ



- ဦးချစ်ဝင်း + ငါးကားကားမိန့် - မိသားစု
မွန်ထရိုပိုင်း၊ ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ် - U.S.A
- ငါးကားကားမိန့် + ငါးကားမိန့် - သမီးချစ်မိန့်
စန်ဂေးဘရီးယား၊ ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ် - U.S.A
- Jeffery Chen & Monia Yea
Denial Chen, Susanna Chen
C.A - U.S.A
- ဓမ္မဓမ္မဇာတိများ
ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ် - (U.S.A)
- ကိုဝင်းထိန် + ဓမ္မဇာတိများ
ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ် - (U.S.A)
- ဦးကားသန်း + ငါးကားမိန့် - မိသားစု
ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ် - (U.S.A)



ဓာတိယာ

- ၁။ နိဒါန်း (က)
၂။ ဗုဒ္ဓပဏာမ (င)
၃။ မေတ္တာဆိုတာ ၁
၄။ လက်တွေ့ပွားလျှင် အပူစင် ၅
၅။ ဘာကြောင့် မေတ္တာဟောရရှာ ၁၁
၆။ မေတ္တာအကျိုး (၁၁) မျိုး ၁၅
၇။ လက်တွေ့ကျင့်မှ နိဗ္ဗာန်ရ ၁၉
၈။ ဖြောင့်ဖြောင့်မှန်မှန် ကျင့်သုံးရန် ၂၆
၉။ အဆုံးအမ လိုက်နာကြ ၂၉
၁၀။ မာကျောခက်ထန် ပယ်ရှားရန် ၃၃
၁၁။ မာန်ထောင်လွှားမှု သတိပြု ၃၆
၁၂။ ရောင့်ရဲတင်းတိမ် မြတ်စည်းစိမ် ၄၀
၁၃။ အမွေအမြူ လွယ်ကူပါစေ ၄၄
၁၄။ ကိစ္စနည်းစွာ အားထုတ်ပါ ၄၈
၁၅။ ငှက်များပမာ ပေါ့ပါးစွာ ၅၄
၁၆။ ခြောက်ပါးကုန္တ ငြိမ်ပါစေ ၆၂

နိဗ္ဗာန်မြင်သဖြင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရပေတော့သည်။

ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များကား အထင်နှင့် တွေးတော ကြံဆ၍ ဟောကြားသော တရားများမဟုတ်၊ အကြောင်း အကျိုးစပ်ယှဉ်ကာ လက်တွေ့ပြသနိုင်သော တရားများ ပေတည်း။ ကိုယ်တိုင်ကျင့်သုံးလျှင် ကိုယ်တိုင် လက်တွေ့ အကျိုးခံစားရသော တရားဖြစ်ပေသည်။ မစဉ်းမစား ဇွတ် မှိတ်ယုံကြည်ခိုင်းသောတရားလည်း မဟုတ်ချေ။ ကိုယ် တွေ့ဉာဏ်မြင် ကျင့်ကြံ အားထုတ်သဖြင့် ကောင်းကျိုး ချမ်းသာ ရရှိပြီးသော သူတော်ကောင်းတို့ကား 'ဒီတရား ထက်ကောင်းတဲ့တရား မရှိတော့၊ ဒါ အကောင်းဆုံး တရားပဲ' ဟု ဆုံးဖြတ်နိုင်ပြီး တရားတော်အပေါ် ယုံမှား သံသယ ကင်းရှင်းသွားပေသည်။

တရားပိုင်ရှင် ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား အပေါ်၌လည်း ယုံမှားသံသယ ကင်းသွားကြပေသည်။ တရားအသိ ရင်ဝယ်ရှိသော သံဃာတော်အပေါ်၌လည်း ယုံမှားသံသယ ကင်းရှင်းသွားပေသည်။ ထိုသို့ ဓမ္မမြတ် သော တရားတော်ကို မြတ်နိုးချစ်ခင်ကြကုန်သော သူ တော်စင်တို့အဖို့ ဘယ်နေရာ၊ ဘယ်ဒေသသို့ပဲရောက် နေနေ တရားနာကြားရ၊ အားထုတ်ရသည်ကို မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်ကြပေ။

ယခုအချိန်ဝယ် တရားစစ် တရားမှန်ကို မြတ်နိုး ခဲ့မင်ကြကုန်သော သူတော်ကောင်းတို့ကား ပြည်တွင်း၌ သာမက ပြည်ပနိုင်ငံအသီးသီးတွင်လည်း ရောက်ရှိနေ ထိုင်လျက် ရှိကြပေသည်။ ထိုသူတော်ကောင်းတို့၏ ပင့် ဖိတ်မှုကြောင့် ဤအရှင်သည် (၂၀၀၉) ခုနှစ်က အမေရိကန် ပြည်ထောင်စု၊ ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ်၊ ရေဗားဆိုင် ကောင်တီ၊ ရေဗားဆိုင်မြို့၊ သန္တိသစ္စာ ဓမ္မရိပ်သာ (T.T.V.M.C) ၌ ဝါဆိုခဲ့ပါသည်။

(T.T.V.M.C) ၌ ဝါဆိုခဲ့သော်လည်း အခွင့်သင့် လျှင် သင့်သလို နယူးယောက်ခံ၊ နယူးဂျာစီ၊ ဝါရှင်တန်ဒီစီ၊ အရီဇိုးနား၊ နေဗားဒါ၊ မန်စာချူးဆက်စ်၊ ဗားဂျီးနီးယား အစရှိသော ပြည်နယ်များသို့လည်း ဓမ္မဒေသနာခရီး ကြွ ချီခဲ့ပါသည်။ အထူးသဖြင့် (T.T.V.M.C) ၌ တရားဟော တရားပြလုပ်ငန်းကို နေ့စဉ်လိုလို ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။

ဤအရှင် ယခုရေးသားထားသော 'မေတ္တာတရား စိတ်ဝယ်ထား' ဟူသော စာအုပ်မှာ (T.T.V.M.C) ၌ မေတ္တာသုတ်ကို အခြေခံ ကျောရိုးပြုကာ ဟောကြားထား သော တရားတော်ကို ယောဂီသူတော်စင်တို့က စာအုပ် အဖြစ် ချီးမြှင့် ရေးသားပေးပါဟု လျှောက်ထား တောင်း ပန်လာကြသဖြင့် ပြန်လည် တည်းဖြတ်ကာ ထုတ်ဝေလိုက်

(ဃ)

ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

စိတ်တိုင်းကျ ဖတ်ရှုနိုင်ကြပါစေ၊ ကောင်းကျိုးသူခ
ပြည့်ဝကြပါစေ။

ဝနဝါသီ အရှင်ဝါသေဋ္ဌာဘိဝံသ

(င)



“ ဗုဒ္ဓပဏာမ ”

အတိတ်သာသနာတော်နှစ် ၂၅၅၃-ခုနှစ်၊ လူတို့
ဝေါဟာ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၃၇၁-ခုနှစ်၊ ဥတုဝဿာန
မိုးလရာသီ၊ ဝါခေါင်လပြည့်နေ့၊ ခရစ်နှစ် (၂၀၀၉) ခုနှစ်၊
ဩဂုတ်လ (၅)ရက် ညချမ်းကာလ အမေရိကန်ပြည်
ထောင်စု၊ ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ်၊ ရေးဗားဆိုးဒ်
ကောင်တီ၊ ရေးဗားဆိုးဒ်မြို့၊ မွန်ရိုးလမ်း၊ ‘သန္တိသစ္စာ’
ဓမ္မရိပ်သာ၌ တရားလိုလား တရားချစ်ခင် တရားမြတ်နိုး
ကြကုန်သော ယောဂီသူတော်စင်တို့အတွက် မေတ္တာ
ရှေ့ထား ဟောကြားအပ်သော -

“ မေတ္တာတရား စိတ်ဝယ်ထား ”

❶ တရားတော် ❶

ဒီတရားတော်ကို မဟောမိ မနာမိ ရှေးဦးစွာ တရား
ပိုင်ရှင်ဖြစ်တော်မူတဲ့ အစိန္တေယျ သုံးလောကထွတ်ထား
သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို အာရုံပြုကာ ရှိခိုး ကြည်ညိုကြ

ပါစို့။ တရားနာပရိသတ်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့
အားလုံး လက်အုပ်ချီပြီး အာရုံပြုထားကြပါ။

တောရဏဋီတ သင်္ကာသော၊

လောကဂ္ဂေါ ရတနာယဓေ၊

တောသေသီ ဇနံ ခံသီဟိ၊

သဃာရာဟံ နမာမိ တံ။

တောရဏဋီတသင်္ကာသော - ပြုံးပြုံးပြက်ပြက် ရောင်စုံ
ယှက်၍ ထိန်လက်ဝင်းပြောင် ရတနာတောင်ဝယ် လွှား
ထောင်မတ်မတ် စိုက်ထူအပ်သော ရွှေတံတိုင်းကဲ့သို့
မယိုင်မယိမ်း မတိမ်းမညွတ် ပြောင့်မတ်သော ကိုယ်တော်
လည်း ရှိတော်မူသော။

လောကဂ္ဂေါ - သုံးပါး လောက ဘုံဌာနဝယ် တူမျှသသူ
ထွက်မပြုဘဲ တစ်ဆူဥက္ကဋ္ဌ ကြီးမြတ်တော်မူသော။

ယောနာထော - အားထားရာသခင် အကြင်ဘုရားရှင်
ကိုယ်တော်မြတ်သည်။

ရတနာယဓေ - ဗောဓိအောက်မှ အနောက်မြောက်စွန်း
စဉ်းငယ်ယွန်းသည့် ကျယ်ဝန်းသာယာ ရတနာရောင်ထိန်
ထိန်ပြောင်၍ တောက်လောင်ယှက်သန်း ရွှေအိမ်နန်း၌။

နိသီဒိတွာ - အဘိဓမ္မာ ဒေသနာနက်ဝှမ်း ပဌာန်းကျမ်း
ကို စီးဖြန်းထပ်ထပ် သုံးသပ်ရှုမျှော် နေတော်မူ၍။

ခံသီဟိ - မြင်သမျှငေး ရင်ဝအေးလောက်သည့် နီတွေး
ဖြူဝါ အစပြာသား လွန်စွာထူးဆန်း ရောင်ခြည်ပန်းတို့ဖြင့်

ဇနံ - များစွာသောင်းသောင်း နတ်လူ အပေါင်းကို၊

တောသေသီ - ဝါဂွမ်းနုများ ဆီထိလားသို့ ရွှင်အား
ငြိမ့်ငြိမ့် ပီတိစိမ့်အောင် နှစ်သိမ့်စေတော်မူလေပြီ။

သဃာရံ - အဘိဓမ္မာ ဒေသနာမြတ် အဆုံးသတ်အောင်
သုံးသပ်တော်မူရာ ရတနာရွှေအိမ်တော်နှင့်တကွသော။

တံနာထံ - ထိုရွှေအိမ်နန်းထက် စံမြန်းပျော်ရွှင် ဘုရား
သခင်ကို။

အဟံ - ဘုရားဂုဏ်ကို ကြည်ယုံကော်ရော် တပည့်တော်
သည်။

နမာမိ - ဆယ်ချောင်းလက်စုံ ကြာဖူးငုံသို့ ပွင့်မုံရွှေ သီသ
အပြင် ချီမတင်၍ ကြည်လင်သဒ္ဓါ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏
မြတ်စွာဘုရား။

မယံ - တရားဟောပုဂ္ဂိုလ် တရားနာပုဂ္ဂိုလ် ခေါ်ဆို
သမုတ် အကျွန်ုပ်တို့သည်။

နမာမ - ကာယ ဝစီ မနသီ ညွတ်ကျိုး လက်စုံမိုး၍
အကြိမ်ကြိမ် ရှိခိုးကန်တော့ကြပါကုန်၏ မြတ်စွာဘုရား။

“ သာဓု . . . သာဓု . . . သာဓု . . . ”



“ မေတ္တာဆိုတာ ”

အားလုံး သက်သောင့်သက်သာထိုင်ပြီး နာကြားကြပါ သူတော်ကောင်းတို့။ ဒီနေ့ ဘုန်းကြီးဟောမည့်တရားက - ‘ မေတ္တာတရား စိတ်ဝယ်ထား ’ ဆိုတော့ မေတ္တာဆိုတာ ဘာလဲလို့ သိဖို့လိုပါတယ်။ မေတ္တာစိတ်ကို ဘယ်လိုထားရမလဲ၊ ဘယ်လိုပွားရမလဲ၊ မေတ္တာတရားရဲ့ အကျိုးက ဘယ်လိုပါလဲဆိုတာကိုလည်း သိဖို့လိုပါတယ်။

တိုတိုနဲ့လိုရင်းပြောရရင် ‘ မေတ္တာ ’ ဆိုတာ သူတစ်ပါးရဲ့ ကောင်းကျိုးကို လိုလားတဲ့ သဘောပါပဲ။ သူတစ်ဖက်သားကို ပညာတတ်စေချင်တယ်၊ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ရှိစေချင်တယ်၊ ကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်စေချင်တယ်၊ ဂုဏ်သိက္ခာ ရှိစေချင်တယ်၊ သူတစ်ပါးရဲ့

အိမ်ထောင်ရေး သာယာစေချင်တယ်။ ကျန်းမာရေးတွေ ကောင်းစေချင်တယ်။ အသက်ရှည်စေချင်တယ်။ စိတ်ရဲ့ ချမ်းသာခြင်း၊ ကိုယ်ရဲ့ချမ်းသာခြင်းနဲ့ ပြည့်စုံစေချင်တယ် ဆိုတာတွေဟာ မေတ္တာတရားရဲ့ သဘောတွေပါပဲ။

မေတ္တာဆိုတာ မွန်မြတ်တဲ့တရားပါပဲ။ စိတ်ဓာတ် မွန်မြတ်တဲ့ သူတွေဟာ မိမိကို သူတစ်ပါးတွေက ဘယ်လိုပဲ နှိပ်စက်နေသည်ဖြစ်စေ၊ ရက်စက်နေသည်ဖြစ်စေ၊ အဲဒီ နှိပ်စက်သူ ရက်စက်သူတွေကို ပြန်လည်ချေပဖို့ စိတ်မကူး ဘဲ၊ မကျေမနပ် စိတ်ထားမျိုးလည်း မဖြစ်စေဘဲ အရေးကြုံ လာရင် ကြုံလာသလို သူ့ကိုစွဲကို လိုလိုလားလား ဆောင် ရွက် ပေးတတ်ပါတယ်။

အဲဒီမေတ္တာဟာ 'ဩဒိဿမေတ္တာ'နဲ့ 'အနောဒိဿ မေတ္တာ'ဆိုပြီး နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ တစ်ဦးတစ်ယောက် ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရည်စူးပြီးတော့ အကျိုးလိုလားတဲ့စိတ် ပွားများ နေတာကိုတော့ 'ဩဒိဿ'မေတ္တာလို့ခေါ်ပါတယ်။ သတ္တဝါ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို မရည်ရွယ်ဘဲ သတ္တဝါအား လုံးကို အာရုံပြု ပွားများနေတဲ့မေတ္တာမျိုးကိုတော့ 'အနောဒိ သမေတ္တာ'လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဩဒိဿမေတ္တာပဲ ဖြစ်စေ၊ အနောဒိဿမေတ္တာပဲ ဖြစ်စေ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို လိုလားမှုက အဓိကပါပဲ။

မေတ္တာတရားဟာစည်းလုံးမှု ညီညွတ်မှုကိုဖြစ်စေ တတ်ပါတယ်။ ဘယ်သူမဆို၊ ဘယ်လူမျိုးမဆို၊ ဘယ် ဘာသာကိုးကွယ်သူမဆို မေတ္တာတရားကို လိုလားကြပါ တယ်။ ဒေါသကြီးတယ်ဆိုတာ နှလုံးသားမှာ မေတ္တာ တရား ခန်းခြောက်နေလို့ပါ။ အဲဒီလို ဒေါသကြီးမားတဲ့သူ တွေမှာတောင် သူတစ်ပါး ထံကနေ ကိုယ့်ဆီပို့လွှတ်တဲ့ မေတ္တာတရားကို လိုလားကြပါတယ်။ မေတ္တာတရား နှလုံး သားမှာ ကိုယ်စီကိုယ်စီ ရှိနေကြရင် လောကကြီးဟာ ပျော် ရွှင်စရာ ဖြစ်လာမှာပါ။

ယောဂီတို့အိမ်မှာရှိတဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုခုကို ရန်သူ တစ်ယောက်က အတင်းအဓမ္မ အင်အားသုံးပြီး ယူသွားရင် စိတ်ထဲမှာ ပျော်ရွှင်နိုင်ပါ့မလား၊ မကျေမနပ်နဲ့ ကျန်ရစ် နေကြမှာပါ။ အချို့ဆိုရင် ကိုယ့်မကျေနပ်ချက်ကို နှုတ်က နေ ထုတ်ဖော်ပြီး လာသမျှလူကို ပြောပြနေကြသေးတယ်။ ဒီပစ္စည်းကို ပြန်ယူဖို့ နည်းမျိုးစုံနဲ့ ကြိုးစားနေကြပါတယ်။ အဲဒါ နှလုံးသားမှာ မေတ္တာမထားနိုင်လို့ပါ။

ကိုယ့်အိမ်မှာ ကြည်ညိုတဲ့ ဆရာတော်တွေကို ပင့် ပြီး ဆွမ်းကပ်တဲ့အခါမှာလည်း ကိုယ့်ပစ္စည်းကို ဆရာ တော်တွေထံ အလကား အခကြေးငွေ မယူဘဲ ပေးကမ်း လှူဒါန်းလိုက်ရတာပါပဲ။ အဲဒီလို ပေးရတဲ့ အခါမှာတော့

မကျေမနပ် မဖြစ်ကြပါဘူး။ ပျော်လို့ ရွှင်လို့ပါပဲ။ အဲဒါ နှလုံးသားမှာ မေတ္တာတရား ကိန်းနေလို့ပေါ့။ အခကြေးငွေ မယူဘဲ သံဃာတော်တွေရဲ့ ဝေယျာဝစ္စ အမှုကြီးငယ်တို့ ဆောင်ရွက်ရတဲ့အခါမှာလည်း ပျော်လို့ ရွှင်လို့ပါပဲ။

မေတ္တာတရား ပွားများနေတဲ့သူဟာ ဒေါသအပူ ဓာတ်တွေ ကင်းနေတာကြောင့် ပေါ့ပေါ့ပါးပါး နိုးနိုးကြား ကြား တက်တက်ကြွကြွ ကြည်ကြည်လင်လင် အေးအေး ချမ်းချမ်းရှိတာကို တွေ့ရပါတယ်။ အဲဒီလို စိတ်ဓာတ်တွေ ကြည်လင် သန့်ရှင်းနေတာကြောင့်ပဲ ချမ်းသာသုခ ရနေ တာပါ။ ဒါကြောင့် ချမ်းချမ်းသာသာ နေချင်ပါတယ်ဆိုရင် မေတ္တာစိတ်ကို မွေးကြပါ။ မေတ္တာတရားကို ပွားများကြပါ။ အချို့သူတွေဟာ မိမိကိုယ်တိုင်က မေတ္တာမပွားများသော် လည်း သူတစ်ပါးတွေရဲ့ မေတ္တာကိုတော့ လိုချင်ကြပါ တယ်။



“ လက်တွေ့ပွားလျှင် အပူစင် ”

ဘုန်းကြီးဆီကို စိတ်တိုတဲ့သူတွေ၊ ဒေါသကြီးတဲ့သူ တွေ ရောက်လာကြပြီး ‘တပည့်တော်တို့ကို မေတ္တာများ များ ပို့ပေးတော်မူပါဘုရား’လို့ ခဏခဏ လျှောက်ထား ကြပါတယ်။ အသိဉာဏ် အဆင့်အတန်း နိမ့်ကျတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေမှာတောင် မေတ္တာတရားကို လိုလားကြ ပါတယ်။ အိမ်မှာမွေးထားတဲ့ ကြောင်ကလေးတွေကိုပဲ ကြည့်ပေါ့။ သူတို့ကို ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ကျွေးမွေး တယ်ဆိုရင်၊ သူတို့ကို ပွတ်သပ် ယုယပေးတယ်ဆိုရင် အဲဒီသူအနားက မခွါချင်တော့ဘူး၊ ပေါင်ပေါ်တက်ပြီး တော့တောင် အိပ်ကြသေးတယ်။

ယောဂီတို့အနေနဲ့ စိတ်ထဲမှာ ဒေါသအဖြစ်မခံဘဲ

မေတ္တာတရားကို များများပွားကြည့်ပါ။ တဖြည်းဖြည်း စိတ်ဓာတ်တွေ အေးချမ်းလာပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ့်မှာ မေတ္တာ တရားတွေရှိနေတော့ ကိုယ့်ပစ္စည်းကို အဖိုးအခ မယူဘဲ သူတစ်ပါးကို ပေးလိုက်ရတာတောင် ကျေနပ်ကြပါတယ်။ ပျော်ရွှင် ချမ်းမြေ့ကြပါတယ်။ အခမယူဘဲ သူတစ်ပါးကိစ္စကို လိုက်လံ ကူညီ ဆောင်ရွက် ပေးရတာကိုလည်း ကျေနပ် အားရ နှစ်သက်နေတတ်ကြပါတယ်။

အဲဒီမေတ္တာတရားကြောင့်ပဲ မိမိရဲ့စိတ်ဓာတ်တွေ ဟာ ညစ်နွမ်းမှုတွေ ကင်းရှင်းသွားပါလိမ့်မယ်။ တစ်နေ့ တခြား သိသိသာသာ ကြည်လင် သန့်ရှင်းလာပါလိမ့်မယ်။ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်တဲ့ စိတ်ဓာတ်နဲ့ ပတ်ဝန်းကျင် လောက ကြီးကို အလှဆင်နိုင်လာပါလိမ့်မယ်။ မိမိရဲ့ဂုဏ်သတင်း တွေလည်း မွေးကြိုင် ပျံ့နှံ့လာပါလိမ့်မယ်။ ထင်ပေါ်ကျော် ကြားမှုတွေကိုလည်း ရရှိလာပါလိမ့်မယ်။ မေတ္တာစိတ် အရင်းခံပြီး ပြောဆိုမှုတွေ ပြုလုပ်မှုတွေဟာ တန်ဖိုးဖြတ် မရနိုင်ကြောင်း သိလာပါလိမ့်မယ်။

မေတ္တာစိတ်နဲ့နေတဲ့သူကို ပညာရှိသူတော်ကောင်း များကလည်း ‘တော်တော်စိတ်ကောင်းရှိတဲ့သူပဲ၊ ကူညီ ရိုင်းပင်းတတ်တဲ့သူပဲ’ လို့ ပြောဆို ချီးမွမ်းလာကြပါတယ်။ စိတ်ဓာတ် သန့်ရှင်း စင်ကြယ်မှု မရှိတဲ့သူဟာ နေ့စဉ်နေ့စဉ်

ဝင်ငွေ သိန်းပေါင်းများစွာ ရှိပင်ရှိသော်လည်း အဲဒီဝင်ငွေ တွေက ကိုယ့်ကို ပြန်ပြီး ပူပန်ကြောင့်ကြမှုကို ဖြစ်စေတတ် ပါတယ်။ မေတ္တာတရားကတော့ ဘယ်သူ့ကိုမှ ပူပန်အောင် ထိတ်လန့်အောင် မလုပ်ပါဘူး။ မိမိသူတစ်ပါး နှစ်ဦးသားကို တည်ငြိမ် အေးချမ်းစွာနဲ့ အလှဆင်ပေးမှာပါ။

ဒီလို မေတ္တာတရားကို လက်ကိုင်ထားနိုင်လို့ပဲ ဘုန်းကြီးတို့က အခုလို ဝေးလံလှတဲ့ အရပ်ကိုလာပြီး ဟောပြော သွန်သင် ဆုံးမနိုင်တာပါ။ ဒကာ ဒကာမအ ပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့ကလည်း နားလည်မှု အပြည့် အဝရှိပြီး စွန့်ကြဲပေးကမ်း လှူဒါန်းနေကြတာပါ။ အကုန် အကျများလိုက်တာဆိုပြီး ညည်းတွားမှုတွေလည်း မရှိကြ တော့ပါဘူး။ အဲဒီလို မေတ္တာတရားတွေနဲ့ နေနိုင်လို့ပဲ ဘုန်းကြီးတို့ ချမ်းသာနေကြတာပါ။

ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ဖောချင်းသောချင်း သုံးမကုန် စွဲမ ကုန်ရှိနေလို့ ချမ်းသာနေကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ခေတ်ပေါ် အဖိုးတန်ပစ္စည်းတွေ ဘယ်လောက်ပဲရှိနေပါစေ၊ စိတ် ဓာတ် စင်ကြယ်မှုမရှိရင် မချမ်းသာပါဘူး။ အဲဒီပစ္စည်း တွေက ကိုယ့်ကို ကြောက်ရွံ့ပူပန်မှု၊ စိုးရိမ်မှုတွေကို ဖြစ် ပေါ်စေတတ်ပါတယ်။ အခုပဲပျော်ကြ၊ အခုပဲပူပန်ကြ၊ အခုပဲငိုကြွေးကြ၊ အခုပဲပြဿနာတွေရှုပ်ကြတာဟာ

စိတ်ဓာတ် မစင်ကြယ်ကြလို့ပါ။

ယောဂီတို့တစ်တွေ အချမ်းသာဆုံးလူ ဖြစ်ချင်ရင် စိတ်ဓာတ်ကိုသာ စင်ကြယ်အောင်၊ အေးချမ်းအောင် လုပ်ကြပါ။ လောကီ ဂုဏ်ပကာသနတွေ၊ ရာထူးဌာနန္တရ တွေ ဘယ်လောက်ပဲ ကြီးမား များပြားနေနေ စိတ်ဓာတ် မစင်ကြယ်ရင် မချမ်းသာပါဘူး။ တစ်နေ့တခြား ပူပန် မှုတွေ ပိုလာပါလိမ့်မယ်။ အခုလောလောဆယ် ပစ္စုပ္ပန် အချိန်မှာ ဘယ်လိုအခြေအနေပဲ ရောက်နေနေ၊ ဘယ်လို အာရုံမျိုးနဲ့ပဲတွေ့တွေ့၊ ဘယ်နေရာပဲရောက်ရောက်၊ အချိန် မရွေး အာရုံမရွေး၊ နေရာမရွေး အဆင်ပြေအောင် နေ တတ်ဖို့ အေးအေးချမ်းချမ်း ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေတတ်ဖို့ လိုပါတယ်။

နောက်ရက် နောက်လ နောက်နှစ်တွေမှာ ချမ်း ချမ်းသာသာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေရဖို့ထက် ဒီနေ့ ဒီရက် ဒီလ ဒီနှစ်မှာ ချမ်းချမ်းသာသာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေရဖို့ ပိုပြီးတော့ အရေးကြီးပါတယ်။ မေတ္တာစိတ်၊ ကရုဏာစိတ် တွေနဲ့သာ နေတတ်ကြမယ်ဆိုရင် နေတဲ့အခိုက်မှာကို အေး ချမ်းမှု၊ ပျော်ရွှင်မှုတွေ ရလာမှာပါ။ အချိန်တိုင်း အချိန် တိုင်းမှာကို အေးချမ်းပျော်ရွှင်သွားမှာပါ။

ဘုန်းကြီးတို့ ယောဂီများဟာ အမိဝမ်းကကျွတ်ပြီး

လူဘုံကို စပြီးရောက်တော့ အငိုနဲ့စခဲ့ရတာပါ။ လူ့ဘဝရဲ့ နောက်ဆုံးအချိန် သေရပြန်တော့လည်း အားကိုး အား ထားတရားတွေ ဘာမှမရှိ၊ နှလုံးသွင်းလည်း မမှန်ဘူး ဆိုရင် အငိုနဲ့ပဲ အဆုံးသတ်ရမှာပါ။ မွေးတဲ့နေ့နဲ့ သေတဲ့ နေ့အကြားမှာလည်း ပူဆွေးမှု၊ ငိုကြွေးမှု၊ စိတ်ဆင်းရဲမှု၊ ကိုယ်ဆင်းရဲမှုတွေနဲ့ပဲ နေသွားကြမယ်ဆိုရင် လူ့ဘဝ ရောက်လာတာ ဘာမှအဓိပ္ပာယ်မရှိပါဘူး။

ဘယ်လောက်ပဲ ရာထူးကြီးတယ်၊ ဘယ်လောက်ပဲ အာဏာရှိတယ်၊ အထက်တန်းကျတယ်၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာပေါ များတယ်ပြောပြော လက်ရှိအချိန်မှာ အေးအေးချမ်းချမ်း တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်မရှိဘဲ ပူလောင်မှုများစွာနဲ့နေရတဲ့သူ တွေဟာ ချမ်းသာသူတွေ မဟုတ်ပါဘူး။ စင်ကြယ်သန့် ရှင်းတဲ့စိတ် မရှိရင် ကိုယ့်မှာရှိနေတဲ့ ရာထူး အာဏာ စည်းစိမ်ဥစ္စာ အရှိန်အဝါ အခြွေအရံတွေဟာ ကိုယ့်ကို ပြန်ပြီး ဒုက္ခပေးတတ်ပါတယ်။

စိတ်ဓာတ်တွေ သန့်ရှင်းစေချင်ရင် သန့်ရှင်း အောင်လုပ်တဲ့နည်းတွေရှိပါတယ်။ အချင်းချင်း အာယာတ ထားတာတွေ၊ သည်းမခံနိုင်တာတွေ၊ နားလည်မှု လွဲမှား တာတွေ ကင်းရှင်းဖို့လိုပါတယ်။ ကိုယ့်နှလုံးသားမှာ ကိန်းနေတဲ့ မေတ္တာတရား၊ ကရုဏာတရားတွေကို ပကတိ

မျက်စိနဲ့ကြည့်လို့တော့ မရပါဘူး၊ အဲဒီလိုမမြင်ရသော်လည်း တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်တဲ့တရားတွေဆိုတာ မိမိကိုယ်တိုင် တကယ်စင်ကြယ်တဲ့ မေတ္တာစိတ်နဲ့ နေလာရင် သိလာမှာပါ။

စင်ကြယ် သန့်ရှင်းတဲ့စိတ် ရှိသူဟာ မိမိဘဝကိုလည်း လှပ စိုပြည်စေပါတယ်၊ ပတ်ဝန်းကျင် လောကကြီးကိုလည်း လှပစိုပြည်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးတတ်ပါတယ်၊ ဘဝမှာ တွေ့ကြုံနေရတဲ့ အခက်အခဲတွေကိုလည်း ပြေလည်သွားစေတတ်ပါတယ်။ စိတ်ရဲ့ပူလောင်မှုတွေကိုလည်း အေးမြသွားစေတတ်ပါတယ်။ သူ့အတွက် အနေလည်းကောင်း အသေလည်းကောင်းသွားမှာပါ။



“ ဘာကြောင့်မေတ္တာ ဟောရဉှာ ”

စင်ကြယ်တဲ့စိတ်ဓာတ်တွေက ဒီဘဝမှာရော နောက်နောင်သံသရာမှာရော အထက်တန်းရောက်အောင် တင်ပို့ပေးမှာပါ။ ဒါကြောင့် ဖြူစင်တဲ့မေတ္တာစိတ်ကို မွေးမြူကြပါလို့ တိုက်တွန်းပါတယ်။ ကိုယ်က တစ်ဖက်သားကို ကောင်းကျိုး လိုလားတဲ့စိတ်တွေ ပွားနေတော့ တစ်ဖက်သားကလည်း ကိုယ့်အပေါ် ကောင်းကျိုးလိုလားတဲ့ စိတ်တွေ ပြန်လည် ပွားများလာတာပေါ့။ စေတနာဟာ တန်ပြန်တူညီတဲ့အကျိုးတရားကို ပေးတတ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများတဲ့သူကို နတ်ဆိုးနတ်ဝါးတွေက ခြောက်လှန့်မှု မပြုနိုင်ဘူးလို့ ရှေးပညာရှိဆရာတော်များ မိန့်ခဲ့တာပေါ့။ မေတ္တာသုတ်အမွှန်းဂါထာမှာ-

‘ ယဿာနဘာဝတော ယက္ခာ၊ နေဝ ဒဿေန္တိ ဘိ သနံ ’ စသည်ဖြင့် ရေးသားထားခဲ့ပါတယ်။ ဒီဂါထာရဲ့ ဆိုလိုရင်း အဓိပ္ပာယ်ကတော့ -

“ အို... သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့၊ မေတ္တ သုတ်ပရိတ်တော်၏ အာနုဘော်ကြောင့် နတ်၊ ဘီလူးတို့ သည် ကြောက်မက်ဖွယ်အဆင်းကို မပြဝံ့ကြကုန်။ မေတ္တ သုတ်ပရိတ်တော်ကို နေရောညဉ့်ပါ စွဲစွဲမြဲမြဲ ရွတ်ဆို ပွား များသည်ရှိသော် ချမ်းချမ်းသာသာ အိပ်စက်ရ၏။ အိပ် ပျော်သည်ရှိသော် အိပ်မက်ဆိုးများကို မမြင်မက် အစရှိ သည့် အကျိုးအာနိသင်နှင့်ပြည့်စုံသော ဤမေတ္တသုတ်ကို တို့တစ်တွေ ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်ကြပါကုန်စို့ ” လို့ ဖော်ပြ ထားပါတယ်။

ပညာရှိတွေက အခုလို မေတ္တသုတ်ကို အမွှမ်းတင် နေရတာကလည်း ခိုင်လုံတဲ့အကြောင်း ရှိနေလို့ပါ။ အကြောင်းအတ္ထုပ္ပတ္တိကို ပြောရမယ်ဆိုရင် -

မြတ်စွာဘုရား သက်တော်ထင်ရှား ရှိတော်မူစဉ် ကာလတုန်းက ရဟန်းတော်ငါးရာလောက်ဟာ မြတ်စွာ ဘုရားထံတော်မှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားနာယူပြီး ဟိမဝန္တာ တောင်ရဲ့အနီး တောအုပ်တစ်ခုထဲမှာ ဝင်ရောက်ပြီး သစ် ပင်ရင်းမှာ ကိုယ်စီကိုယ်စီ တရားအားထုတ်နေကြပါတယ်။

ရဟန်းတော်များရဲ့ သီလတန်ခိုးကြောင့် ရုက္ခစိုးနတ်များ ဟာ သစ်ပင်ပေါ်မှာ မနေရဲကြတော့ဘဲ ကလေးငယ်များကို လက်ဆွဲပြီး အောက်ဆင်းနေကြရပါတယ်။

နတ်တွေဟာ ‘ဒီရဟန်းတွေ မကြာမီ ပြန်ကြမှာပါ’လို့ ထင်နေကြတယ်။ ရက်တွေသာ ကြာညောင်းခဲ့တယ်။ ကိုယ်တော်တွေ ပြန်မကြွဘူးဆိုတော့ နတ်တွေအနေနဲ့ တာ ရှည်လာတော့ သည်းမခံနိုင်ကြတော့ဘူးပေါ့။ အဲဒါကြောင့် ကိုယ်တော်တွေ မနေရဲအောင် ကြောက်လန့်ဖွယ် ရုပ်အ ဆင်းတွေပြပြီး ခြောက်လှန့်ကြတယ်။ ကြောက်မက်ဖွယ် အသံတွေပေးပြီးတော့ ခြောက်လှန့်ကြတယ်။ ရဟန်းတွေ ထိတ်လန့်ပြီး သမာဓိယျက်ကုန်ကြတယ်။

စားမဝင် အိပ်မပျော်နဲ့ ရောဂါစွဲကပ်လာကြတယ်။ ကိုယ်တော်တွေလည်း ပုထုဇဉ်အဆင့်ပဲရှိသေးတာကိုး။ အဲဒီ လို အခက်အခဲတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတော့ ရဟန်းတွေဟာ ‘ဒီနေရာမှာ နေဖို့မသင့်တော့ဘူး’ လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး မြတ်စွာ ဘုရားရှိရာ သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ရွှေကျောင်းတော်ကို ပြန်ကြွကြတယ်။ မြတ်စွာဘုရားထံတော်မှာ ပြန်လာရခြင်း ရဲ့အကြောင်းကို လျှောက်ထားတော့ မြတ်စွာဘုရားက-

“သင်တို့တစ်တွေ အဲဒီအရပ်ကိုပဲ ပြန်ကြွကြ”လို့ မိန့်ကြားတော်မူလိုက်ပါတယ်။ ‘ သူတို့အတွက် အဲဒီ

အရပ်မှာ နေပြီး အားထုတ်မှသာ မဂ်ဉာဏ်ဖိုဉာဏ် ရနိုင်တယ် 'လို့ မြင်တော်မူတာကြောင့် အဲဒီအရပ်ကို ပြန်လွှတ်တော်မူတာပါ။ ရဟန်းတော်များက ပြန်မသွားရဲတဲ့ အကြောင်း လျှောက်ထားတော့-

“ သင်တို့တစ်တွေ ပထမအကြိမ်သွားတုန်းက လက်နက် ယူမသွားခဲ့လို့ အခုလိုဖြစ်ရတာ၊ ဒီတစ်ခါ မေတ္တာလက်နက်ကို ယူသွားကြ ”လို့ မိန့်တော်မူပြီး မေတ္တာပွားပုံကို အစထားလို့ အဆင့်ဆင့် နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်အထိ အားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်းကို ဟောပြတော်မူလိုက်ပါတယ်။ မေတ္တာတရားဟာ တကယ်အကျိုးရှိ၊ တကယ်အစွမ်းသတ္တိရှိလို့ပဲ မေတ္တာတရားကို ပွားများခိုင်းတာပါ။ အင်္ဂုတ္တိုရ် ပါဠိတော် ဧကာဒသကနိပါတ်မှာ ဆိုရင်မေတ္တာ အကျိုး (၁၁) မျိုး ဟောပြထားပါတယ်။



“ မေတ္တာအကျိုး (၁၁) မျိုး ”

အဲဒီအကျိုး (၁၁) မျိုးကတော့

- (၁) သုခံ သုပတိ = ချမ်းချမ်းသာသာ အိပ်စက်ရတယ်။
- (၂) သုခံ ဗုဇ္ဈတိ = ချမ်းချမ်းသာသာ အိပ်ရာမှ နိုးတယ်။
- (၃) န ပါပကံ သုပိနံ ပဿတိ = ကြောက်မက်ဖွယ် အိပ်မက်ဆိုးများ မမြင်မက်။
- (၄) မနုဿာနံ ပိယော ဟောတိ = မြင်မြင်သမျှ လူအပေါင်းရဲ့ ချစ်ခင်မှုကို ခံယူရတယ်။
- (၅) အမနုဿာနံ ပိယော ဟောတိ = နတ်အပေါင်းတို့ရဲ့ ချစ်ခင်မှုကို ခံရတယ်။
- (၆) ဒေဝတာ ရက္ခန္တိ = နတ်များက စောင့်ရှောက်ကြတယ်။

- (၇) နာဿ အဝိဝါ ဝိသံဝါ သတ္တဝါ ကမတိ = မေတ္တာ
တရားပွားနေသူကို မီးမလောင်၊ အဆိပ်မသင့်
နိုင်၊ လှံမားအစရှိတဲ့ လက်နက်များ မစူးဝင်နိုင်။
- (၈) တုဝဋ် စိတ္တံ သမာဓိယတိ = စိတ်တည်ငြိမ်မှု
လျင်မြန်စွာရတယ်။
- (၉) မုခဝဏ္ဏံ ပသီဒတိ = မျက်နှာအဆင်းကြည်လင်
သန့်ရှင်းတယ်။
- (၁၀) အသမ္ပုဋ္ဌော ကာလံ ကရောတိ = မတွေမဝေဘဲ
သေရတယ်။
- (၁၁) ဥတ္တရိမပ္ပဋိဝိဇ္ဇန္တော ဗြဟ္မလောကုပဂေါ ဟောတိ-
အထက်မဂ်ဖိုလ်ကိုမရသေးလျှင် ဗြဟ္မာ့ပြည်လားရ
တယ်။

အဲဒီ အကျိုး(၁၁)ပါးမှာ မကောင်းတာတစ်ခုမှမပါ
ပါဘူး။ ဒီအကျိုးတွေကို လိုလားရင် မေတ္တာတရားပွားများ
ပေးကြပေါ့။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းပဲဖြစ်စေ၊ အခြားအခြား
ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပဲဖြစ်စေ၊ ပွားများအားထုတ်သူမှာ ရှိသင့်
ရှိထိုက်တဲ့ အရည်အသွေး ဂုဏ်အင်္ဂါတွေ ရှိရပါမယ်။ အဲဒီ
အရည်အသွေး ဂုဏ်အင်္ဂါတွေ မရှိရင် ကိုယ့်ရဲ့ပွားများ
အားထုတ်မှုဟာ ပြည့်စုံလာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီအရည်
အသွေး ဂုဏ်အင်္ဂါတွေကတော့-

- (၁) သက္ကောစ = လုံ့လပြောစည်စွမ်းရည်နှင့်ပြည့်စုံသည်
လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏။
- (၂) ဥဇ္ဇေ = ဖြောင့်မတ်သည်လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏
- (၃) သုဟုဇ္ဇေ = အလွန်ဖြောင့်မတ်သည်လည်း၊ အဿ-
ဖြစ်ရာ၏။
- (၄) သုဝစောစ = အပြောအဆို အဆုံးအမလွယ်ကူသူ
လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏။
- (၅) မုဒုစ = နူးညံ့ပျော့ပျောင်းသည်လည်း၊ အဿ =
ဖြစ်ရာ၏။
- (၆) အနတိမာနီစ = မာန်မာနမရှိသူသည်လည်း၊
အဿ = ဖြစ်ရာ၏။
- (၇) သန္တုဿကောစ = တင်းတိမ်ရောင့်ရဲတတ်သူသည်
လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏။
- (၈) သုဘရောစ = အမွေးအမြူလွယ်သူသည်လည်း၊
အဿ = ဖြစ်ရာ၏။
- (၉) အပ္ပကိစ္စောစ = ပြုဖွယ်ကိစ္စနည်းပါးသူသည်လည်း၊
အဿ = ဖြစ်ရာ၏။
- (၁၀) သလ္လဟုကဝုတ္တိစ = ပေါ့ပါးသောအသက်မွေးမှုရှိ
သူသည်လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏။
- (၁၁) သန္တိန္ဒြိယောစ = ငြိမ်သက်သောဣန္ဒြေရှိသူသည်

လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏။

(၁၂) နိပကောစ = အသိအလိမ္မာဉာဏ်ပညာရင့်ကျက်သူသည်လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏။

(၁၃) အပ္ပဂဗ္ဘောစ = မိုက်ရိုင်းကြမ်းတမ်းခြင်းမရှိသူသည်လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏။

(၁၄) ကုလေသ္မနနုဂိဒ္ဓေါစ = အိမ်သားအိမ်သူလူတို့၌ တွယ်တာမက်မောခြင်းကင်းသူသည်လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏။



“ လက်တွေ့ကျင့်မှ နိဗ္ဗာန်ရ ”

အဲဒီ(၁၄)ချက်ကတော့ မေတ္တသုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားတာတွေပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ရဲ့ စကားတော်ကို သုံးသပ်ကြည့်ရင် ချမ်းသာအစစ် နိဗ္ဗာန်ကိုပဲ ပေးချင်တယ်ဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက လမ်းညွှန်ပြီးပေးတာပါ။ နိဗ္ဗာန်ကို လိုလားသူမှန်သမျှ သီလ သမာဓိ ပညာဆိုတဲ့ သိက္ခာ သုံးရပ် အကျင့်မြတ်ကို ကျင့်ရမှာပါ။

သိက္ခာသုံးရပ် အကျင့်မြတ်မှတစ်ပါး ကျင့်စရာမရှိဘူးလို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ရဖို့ ဆုတောင်းရုံသာတောင်းပြီး လက်တွေ့ကျကျ ကျင့်သုံးမှုမရှိရင် နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဘယ်လိုမှ မနီးစပ်နိုင်ဘူးဆိုတာကို နားလည်ကြပါ။

“ နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ် ရလိုကြောင်းနဲ့၊
ဆုတောင်းတာလည်း မောလုပ်ပါပြီ။
အကျင့်မပါ ဗလာတောင်းတော့၊
အာပောင်းရုံပဲ ရှိကြပေမည်။ ”

သီလအကျင့်၊ သမာဓိအကျင့်၊ ပညာအကျင့်နဲ့ ဆန့်ကျင်တဲ့အကျင့်တွေ၊ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ ပျက်စီးတဲ့ အကျင့်တွေဟာ မကျင့်သင့် မကျင့်ကောင်းတဲ့အကျင့်တွေပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့လမ်းညွှန်ချက်ထဲမှာ-

‘သက္ကောစ = လုံ့လပြောစည် စွမ်းရည်နှင့်ပြည့်စုံသည်လည်း၊ အဿ = ဖြစ်ရာ၏’ လို့ ဆိုထားပါတယ်။ လုံ့လပြောစည် စွမ်းရည်နှင့် ပြည့်စုံသူဆိုတာ ဘယ်သူလဲ၊ စွမ်းရည်နှင့် မပြည့်စုံသူဆိုတာ ဘယ်သူလဲလို့ ဆိုတာ ယောဂီတို့ သိထားဖို့ လိုပါတယ်။

ယောဂီတို့ အခု နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရဖို့ အားထုတ်နေတယ်ဆိုတာ ဉာဏ်အလုပ် လုပ်နေတာပါ။ ဉာဏ်မပါဘဲ ကံသက်သက်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မရနိုင် မရောက်နိုင်ပါဘူး။ ဉာဏ်နဲ့လုပ်ရမည့်အလုပ် ဖြစ်တာကြောင့်-

- (၁) ဒီအလုပ်ဟာ ဒီလိုအကျိုးပေးလိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည်မှု မရှိတဲ့သူ၊
- (၂) ကျန်းမာရေးချို့တဲ့လွန်းသူ၊

- (၃) မိမိရဲ့လုပ်ငန်းမှာ စိတ်မပါဘဲ ပျင်းရိနေသူ၊
- (၄) အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာမပါဘဲ ထုံထိုင်းနေတဲ့သူတွေဟာ အခုလို ဉာဏ်နဲ့လုပ်ရတဲ့ အလုပ်မျိုးကို လုပ်နိုင်ကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

သူများတွေ လုပ်တာတွေလို့ ရောယောင်ပြီး လိုက်လုပ်တဲ့သူ၊ ပတ်ဝန်းကျင်က အတင်းအဓမ္မတိုက်တွန်းလို့ လုပ်ရတဲ့သူ၊ ဘုန်းကြီးက ခဏခဏခေါ်လို့ အားနာပါးနာနဲ့ လာအားထုတ်ရတဲ့ သူတွေဟာ အချိန်တန်လို့ အားထုတ်သော်လည်း ဝတ်ကျေတမ်းကျေပါပဲ၊ တကယ်အကျိုးရှိအောင်၊ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ရအောင် အားထုတ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

- (၁) အကျင့်တရားအပေါ်မှာ တကယ်ယုံကြည်ချက်ရှိသူ၊
- (၂) ကျန်းကျန်းမာမာရှိသူ၊
- (၃) လိမ်လည် လှည့်စား ကောက်ကျစ်မှု မရှိသူ၊
- (၄) မပျင်းမရိ လုံ့လဝီရိယရှိသူ၊
- (၅) အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာရှိ သူများသာ အခုလို တရားဘာဝနာ ပွားများ အားထုတ်မှုကို ဖြစ်ဖြစ် မြောက်မြောက် လုပ်နိုင်မှာပါ။

ရှင်တော်ဗုဒ္ဓ သက်တော်ထင်ရှား ရှိတော်မူစဉ် အခါ က ဗောဓိမင်းသားက မြတ်စွာဘုရားကို “အရှင်ဘုရား

အရှင်ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမ လမ်းညွှန်မှုကို ရယူပြီးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်ကို ဘယ်လောက် ကြာမှ ရနိုင်ပါသလဲဘုရား ” လို့ မေးလျှောက် ဖူးပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက- “ ဗောဓိမင်းသား... ဒီကိစ္စ မှာ သင့်ကိုပဲ ပြန်မေးရလိမ့်မယ်၊ တစ်ယောက်သောသူ ဟာ သင့်ထံမှာ ဆင်စီးတဲ့အတတ်၊ ချွန်းကိုင်တဲ့အတတ်ကို သင်ယူဖို့လာတယ်ဆိုပါတော့။

- (၁) အဲဒီသူဟာ သင့်အပေါ်မှာ ယုံကြည်မှုလည်း မရှိသူ၊
- (၂) ကျန်းမာရေးချို့တဲ့နေတာကြောင့် အချိန်မှန်မှန် လည်း မသင်ယူနိုင်သူ၊
- (၃) လိမ်လည် လှည့်စား ကောက်ကျစ်မှုလည်းရှိသူ၊
- (၄) ပညာသင်ဖို့ရာ စိတ်မပါဘဲ ပျင်းရိနေသူ၊
- (၅) အသိဉာဏ်လည်း ကင်းနေတဲ့သူ ဖြစ်နေရင် အဲဒီ လူမျိုးဟာ တတ်ကျွမ်းအောင် သင်ယူနိုင်ပါ့မလား” လို့ ပြန်လည် မေးမြန်းတော်မူပါတယ်။

ဗောဓိမင်းသားက - “ အရှင်ဘုရား... အရှင် ဘုရား မိန့်တော်မူတဲ့ အင်္ဂါရပ်တွေ တစ်ပါးပါးရှိနေရင် တောင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ သင်ယူလို့ တတ်မြောက်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ အင်္ဂါငါးပါးလုံး ရှိနေရင်တော့ ပြောဖွယ်မရှိ ပါဘူးမြတ်စွာဘုရား ” လို့ လျှောက်ထားလိုက်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက ဆက်လက်ပြီး “ ဒကာတော် ဗောဓိမင်းသား၊

- (၁) သင့်အပေါ်မှာ ယုံကြည်မှုရှိသူ၊
- (၂) ကျန်းမာရေးလည်း ကောင်းမွန်သူ၊
- (၃) ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်သူ၊
- (၄) မပျင်းမရိ လုံ့လဝီရိယနဲ့ ကြိုးစားသူ၊
- (၅) အသိဉာဏ်လည်းရှိသူ ဖြစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင် သင်ယူလို့ တတ်မြောက်နိုင်ပါသလား ” လို့ မေးတော့ -

“ မြတ်စွာဘုရား... အဲဒီအင်္ဂါရပ် တစ်ပါးပါးနဲ့ ပြည့်စုံရင်တောင် သင်ယူလို့ တတ်မြောက်နိုင်ပါတယ် မြတ် စွာဘုရား၊ အင်္ဂါငါးပါးလုံးနဲ့ ပြည့်စုံရင်တော့ ဘယ်ပြော ဖွယ်ရှိတော့မှာလဲဘုရား” လို့ လျှောက်ထားလိုက်ပါတယ်။

အဲဒီအခါ မြတ်စွာဘုရားက ဆက်လက်ပြီး “ဒကာတော် ဗောဓိမင်းသား၊ အဲဒီလိုပဲ တရားအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ-

- (၁) ငါဘုရားအပေါ်မှာ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရား လည်းရှိမယ်၊ (၂) အားထုတ်နိုင်လောက်အောင် ကျန်းမာ ရေးကလည်းကောင်းမယ်၊ (၃) မိမိရဲ့လုပ်ငန်းစဉ်မှာ ဖြစ် ပေါ် ကြုံတွေ့သမျှကို ဆရာသမားထံမှာ၊ သီတင်းသုံးဖော် တို့ထံမှာ ဟုတ်မှန်တဲ့အတိုင်း ပြောကြားရဲမယ်၊ စဉ်းလဲ

လှည့်ပတ် လိမ်ညှာမှုကင်းမယ်၊ (၄) ရုပ်သဘော၊ နာမ် သဘောကို သိတတ်တဲ့ပညာလည်း ရှိမယ်၊ (၅) မပျင်းမရိ စိတ်ဝင်စားစွာ အားထုတ်မှုလည်းရှိမယ်၊ အဲဒီလို အင်္ဂါ ငါးရပ်နဲ့ ပြည့်စုံရင် အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်ကို လျင်လျင်မြန်မြန် ရနိုင်ပါတယ်” လို့ ဖြေကြားတော်မူလိုက် ပါတယ်။

အဲဒီအင်္ဂါ(၅)ပါးနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူကို ‘သက္ကောစ-လုံ့လ ပြောစည် စွမ်းရည်နှင့်ပြည့်စုံသူ’လို့ ခေါ်ပါတယ်၊ မေတ္တာ သုတ်မှာ ဟောကြားထားတဲ့စကားတော်ပါ။

မေတ္တာဘာဝနာအစရှိတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပွား များ အားထုတ်သူရဲ့ နောက်ထပ်အရည်အသွေးတစ်ခုက- ဥဇ္ဇေ- ကိုယ်နှုတ်နှစ်ပါး ဖြောင့်မတ်ရမယ်လို့ ညွှန်ပြတော် မူထားပါတယ်။ သုဟုဇ္ဇေ = အလွန်ဖြောင့်မတ်ရမယ် (ဝါ) စိတ်ထားကလည်း ဖြောင့်စင်းရမယ်လို့လည်း ထပ်ပြီး ညွှန် ပြတော်မူလိုက်ပါသေးတယ်။

ဖြောင့်မတ်တယ်ဆိုတာ လှည့်ပတ် ဖြားယောင်းမှု၊ စဉ်းလဲ ကောက်ကျစ်မှု ကင်းရှင်းတာကိုပြောတာပါ။ မိမိရဲ့ ဖြစ်စဉ်အမှန်ကို ဆရာသမားထံ၊ သီတင်းသုံးဖော် အတူ နေသူတွေထံမှာ တင်ပြ ပြောဆိုရဲရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ လှည့်ပတ် ဖြားယောင်းတတ်တဲ့သူ၊ ကောက်ကျစ် စဉ်းလဲ

တဲ့သူဟာ သူတစ်ဖက်သားရဲ့အပေါ်မှာ ဖြူစင်တဲ့မေတ္တာ တရားကို မထားနိုင်ပါဘူး၊ လှည့်ပတ် ဖြားယောင်းတတ်သူ ဟာ ရိုးသားမှု ကင်းနေပါတယ်။

ရိုးသားမှု မရှိသူရဲ့သန္တာန်မှာ အကျင့်ကောင်း အကျင့်မြတ်တွေ၊ တရားကောင်းတရားမြတ်တွေ ဘယ်လိုမှ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ မည်းညစ် ပေရေနေတဲ့ ပိတ်စကို အစိမ်းရောင်၊ အညိုရောင်၊ အနီရောင် အစရှိတဲ့ ဆေးရောင်ဆိုးပေးရင် အရောင် ပီပီပြင်ပြင် မပေါ်လွင် မထင်ရှားပါဘူး၊ စင်ကြယ်သန့်ရှင်းတဲ့ ပိတ်ကားချပ်ပေါ် မှာသာ ဆေးရောင် ပီပီပြင်ပြင် ပေါ်လွင်ထင်ရှားနိုင်ပါ တယ်၊ ထို့အတူပဲ၊ စိတ်ဓာတ် မစင်ကြယ်သူရဲ့သန္တာန်မှာ မေတ္တာအစရှိတဲ့ ကောင်းမြတ်တဲ့တရားတွေ မတည်တဲ့ နိုင်ပါဘူး။



“ ဖြောင့်ဖြောင့်မှန်မှန် ကျင့်သုံးရန် ”

ငယ်ရွယ်စဉ်ကစပြီး ကြီးသည့်တိုင်အောင် မသေမချင်း ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုရှိလေ ကောင်းလေပါပဲ။ တစ်ကြိမ်တစ်ခါတည်း ရိုးသားဖြောင့်မတ်ရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အမြဲတမ်း ရိုးသား ဖြောင့်မတ် စင်ကြယ်နေရပါမယ်။ အဲဒါကြောင့် ‘ဥဇ္ဇေ သုဟုဇ္ဇေ’ လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရရင် ကိုယ်နဲ့နှုတ်ကတော့ ကောင်းကြပါတယ်။ ဖြောင့်မတ်ကြတယ်။ စိတ်ထားက ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲနေကြတယ်။ အဲဒီလိုမဖြစ်စေဘဲ ကိုယ်ရော နှုတ်ရော စိတ်ရော ဖြောင့်မတ် စင်ကြယ်နေရပါမယ်။ ယောဂီတို့လည်း မိမိကိုယ်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစား ကျင့်သုံးကြပါ။ အခုပစ္စုပ္ပန်မှာ မိမိကိုယ်ကို

ယုံကြည်ရအောင်၊ စိတ်ချရအောင် အချိန်ရှိခိုက် ကြိုးစား ကျင့်ကြံ သွားကြပါ။

ပစ္စုပ္ပန်မှာ ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် နေတတ်တဲ့သူ၊ စင်စင်ကြယ်ကြယ် နေတတ်တဲ့သူဟာ နောင်တမလွန်ဘဝ အတွက် အားကိုးအားထားတရားကို လိုက်ရှာစရာ မလိုတော့ပါဘူး။ ပစ္စုပ္ပန်အချိန်မှာ မေတ္တာစွမ်းအားတွေ ကောင်းအောင်နေလိုက်ရင် ကျန်တဲ့ ဓမ္မစွမ်းအားတွေလည်း တဖြည်းဖြည်း ကောင်းလာမှာပါ။ နောက်နောင်ဘဝ လှပစိုပြည်အောင်လည်း အားလုံးကို ပြင်ဆင်ပြီးသား ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

ကိုင်ပိုင် ဓမ္မစွမ်းအား ရှိနေတဲ့သူဟာ ကိုယ့်အကြောင်း ကိုယ်သိနေတာကြောင့် သေပြီး တမလွန်ဘဝ ပြောင်းဖို့ရာလည်း အထူးအဆန်း မဟုတ်တော့ပါဘူး။ တမလွန်ဘဝ ပြောင်းတယ်ဆိုတာ ဘဝဟောင်းကိုစွန့်ပြီး ဘဝသစ်ကို ယူလိုက်တာပဲလို့ သိမြင်လာပါတယ်။ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ သူ့ရဲ့ ဓမ္မစွမ်းအားတွေက နိဗ္ဗာန်ရောက်အောင် တွန်းပို့ပေးမှာပါ။

တကယ် လက်တွေ့ကျကျ ကျင့်သုံးကြည့်ကြစမ်းပါ။ ယောဂီတို့ရဲ့လက်ရှိစည်းစိမ်၊ လက်ရှိဘဝ၊ လက်ရှိအခြေအနေဆိုတာ တစ်သမတ်တည်းရှိနေအောင် ထိန်း

ချုပ်ထားလို့ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ အရာရာဟာ ပြောင်းလဲနေပါတယ်။ ပေါ့တော့တော့ မတွေးလိုက်ကြပါနဲ့၊ တရားသဘောနဲ့ သေသေချာချာ ကြည့်ကြပါ။

ယောဂီတို့ရဲ့သန္တာန်မှာ ကိလေသာကုန်အောင် မပယ်သတ်နိုင်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး ဘဝတွေ အလီလီပြောင်းလဲပြီး သံသရာခရီး သွားကြရဦးမှာပါ။ စင်ကြယ်သန့်ရှင်းတဲ့ ဓမ္မစွမ်းအားကလေးတွေ ပါမသွားရင် တစ်ဘဝကနေ တစ်ဘဝအပြောင်းမှာ ကြီးမားတဲ့အခက်အခဲနဲ့ ရင်ဆိုင်ကြရမှာပါ။

ဘယ်လောက်ပဲ အခက်အခဲနဲ့ ကြုံတွေ့နေနေ ဓမ္မစွမ်းအား ရှိနေသူအတွက်မှာတော့ တဖြည်းဖြည်း ပြေလည်သွားမှာပါ။ ဖြောင့်မတ် စင်ကြယ်တဲ့ တရားတွေဟာ ယောဂီတို့ဘဝအတွက် အာမခံချက် ကောင်းကောင်းကြီး ပေးသွားမှာပါ။ ဘဝသံသရာအဆက်ဆက်မှာ ဆူးငြောင့်ခလုတ် မရှိရလေအောင် ရှင်းလင်းပေးသွားပါလိမ့်မယ်။ နိဗ္ဗာန်ရောက်သည့်တိုင်အောင် အေးချမ်းမှုကို ပေးသွားမှာပါ။ အဲဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် နေထိုင် ကျင့်သုံးဖို့ရာ ‘ဥဇ္ဇေ သုဟုဇ္ဇေ’လို့ ဟောကြား ဆုံးမတော်မူခဲ့ပါတယ်။



“ အဆုံးအမ လိုက်နာကြ ”

နောက်ထပ် ရှင်တော်ဗုဒ္ဓရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်တစ်ခုကတော့- ‘သုဝစောစ - အပြောအဆို အဆုံးအမလွယ်သူ ဖြစ်ရမယ်’တဲ့။ အပြောအဆို အဆုံးအမ ခက်ခဲတဲ့သူကို ‘ဥဗ္ဗေ’ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ ဆရာကောင်းသမားကောင်း၊ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း အစရှိတဲ့ ကောင်းကျိုးလိုလားတဲ့သူတွေက ‘ဒီလိုမလုပ်သင့်ဘူး၊ ဒီလိုမပြောသင့်ဘူး၊ ဒီလိုမကျင့်သင့်ဘူး’ လို့ ဓမ္မနည်းလမ်း ကျကျ ပြောဆို ဆုံးမတဲ့အခါမှာ- ‘ငါ ဒီလိုလုပ်တာ သင်တို့ မြင်သလား၊ ကြားသလား၊ ဘယ်တုန်းက ငါလုပ်တာ တွေ သလဲ၊ ဘယ်တုန်းက ငါပြောတာ ကြားသလဲ၊ ဘယ်သူက ပြောလို့ သင်တို့ သိတာလဲ’ စသည်ဖြင့် ပြန်ပြီးတော့

ပြဿနာ ရှာတတ်ပါတယ်။

ပြန်မပြော နားမထောင်လည်း လုပ်တတ်ပါတယ်။ ရှေ့မှာတော့ ‘ ဆုံးမပါ၊ နားထောင်ပါမယ်၊ လိုက်နာပါမယ်၊ ပြုပြင်ပါမယ်’ လို့ပြောပြီး တကယ် လက်တွေ့ကျကျ မှာတော့ မပြုမပြင်ဘဲ ပင်ကိုယ်အတိုင်း ထင်မိထင်ရာ လုပ်နေတတ်ပြန်ပါတယ်။ အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ တရားကောင်းတရားမြတ်ရဖို့ မလွယ်ပါဘူး၊ ဒါတွေကတော့ တကယ်ရှောင်ကြဉ်ရမည့် အင်္ဂါတွေပါ။

အချို့အချို့ယောဂီတွေဟာ- ‘ငါတို့က တရားအားထုတ်တာ နှစ်ပေါင်း ဘယ်လောက်ကြာသွားပြီ၊ ဘယ်လို နာမည်ကြီးတဲ့ဆရာတော်ဆီမှာ အားထုတ်ခဲ့တာ၊ တရားကို ဘယ်လိုသိထားတာ’ စသည်ဖြင့် ဂုဏ်ယူပြီးနေတတ်ကြပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးပြီးတော့ ဆရာကောင်း သမားကောင်းတွေရဲ့ အဆုံးအမကို မနာခံဘဲ ဦးတည်ရာ လုပ်နေတတ်ကြတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာလည်း အဆုံးအမ လွယ်သူမဟုတ်ပါဘူး၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကို ရဖို့ ဝေးပါသေးတယ်။

အပြောအဆို အဆုံးအမ လွယ်ကူတဲ့သူကတော့ မေတ္တာရှေ့ထား ပြောဆို ဆုံးမလာရင် ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ လက်ခံတတ်ပါတယ်။ အချိန်မရွေး ဆုံးမပါလို့လည်း

ပန်ကြား ပြောဆိုတတ်ပါတယ်။ အဆုံးအမကိုလည်း လိုလို လားလားရှိပါတယ်။ ဆုံးမ သွန်သင်တဲ့အတိုင်းလည်း တကယ်လက်တွေ့ကျကျ ကျင့်သုံးတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ တဖြည်းဖြည်း တရားအဆင့်အတန်းတွေ မြင့်တက်လာမှာပါ။

ယောဂီတို့အနေနဲ့ ဒီလိုအကြောင်းအင်္ဂါရပ်တွေ ကိုယ့်မှာ ရှိမရှိ ပြန်လည် ဆန်းစစ်ကြည့်ကြပါ။ မရှိသေးရင် ရှိအောင် ကြိုးစားကြရပါမယ်။ အဆုံးအမ အပြောအဆို ခက်တဲ့သူများဟာ- ‘ ငါ့ကို ကောင်းဖို့ ပြောနေတာပဲ၊ သူတို့ ပြောတဲ့အတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးရင် ငါ့မှာ အကျိုးရှိမှာပဲ’ လို့ မသိတတ်ပါဘူး။ ‘ ဒီကောင်က ငါ့ကို သက်သက်မဲ့ ဆရာလွှာလုပ်တယ်’ လို့လည်း ယူဆ ထင်မြင်တတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ခက်ထန်တင်းမာတဲ့ စိတ်ထားရှိသူများဟာ စင်ကြယ်တဲ့ မေတ္တာတရား မထားနိုင်ကြပါဘူး။ မေတ္တာမှ တစ်ပါး အခြား စင်ကြယ် မွန်မြတ်တဲ့ တရားတွေလည်း သူ့သန္တာန်မှာ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

အပြောအဆို အဆုံးအမ လွယ်ကူသူမှာတော့ ပြောဆိုဆုံးမ သွန်သင် ညွှန်ပြတဲ့သူကို အလေးထား ရိုသေတတ်ပါတယ်။ ဆုံးမတဲ့အတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးဖို့ စိတ်အားထက်ထက်သန်သန် ရှိကြပါတယ်။ အဲဒီလိုစိတ်မျိုး ရှိတဲ့

သူမှာ စိတ်ထား နူးညံ့ ပျော့ပျောင်းနေတာကြောင့် မေတ္တာ ဘာဝနာပွားများမှု တမင်သက်သက် မပြုရဘဲတောင် မေတ္တာတရားတွေ စိတ်အစဉ်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေလျက်ပါပဲ။ တကယ်ပွားများမှုပြုရင်တော့ ပြောဖွယ်မရှိဘူးပေါ့။ ဒါကြောင့် မေတ္တသုတ်ပါဠိတော်မှာ ‘မုဒုအနတိမာနီ’- ‘နူးညံ့ ပျော့ပြောင်းရမယ်၊ မာန်ထောင်လွှားမှု ကင်းရမယ်’ လို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။



“ မာကျောခက်ထန် ပယ်ရှားရန် ”

နူးညံ့တယ်ဆိုတာ စိတ်ဓာတ်ခက်ထန်ခြင်း၊ တင်းမာခြင်းရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်သဘော ရှိရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ ခက်ထန်မှု တင်းမာမှုမရှိအောင် ကျင့်ပါလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ စင်စစ်တော့ အခုလို မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် ရဖို့အတွက် ပျင်းရိ ဆုတ်နစ်နေတဲ့သူတွေ၊ အကျင့်တရားအပေါ်မှာ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရား အားနည်းနေတဲ့သူတွေဟာ ခက်ထန်နေတဲ့ သူတွေပါပဲ။ တင်းမာနေတဲ့သူတွေပါပဲ။

အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွေဟာ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကို ဘယ်လိုလုပ်ပြီးတော့ ရနိုင်တော့မှာလဲ၊ အကျင့်ကောင်း အကျင့်မြတ်ကို ကျင့်သုံးဖို့ စိတ်အားထက်သန်နေသူတွေ၊ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရား ရှိတဲ့သူတွေဟာ နူးညံ့ပျော့ပျောင်း

တဲ့သူတွေပါပဲ။ အဲဒီလို အကြောင်းအင်္ဂါရပ်တွေ ကိုယ့် သန္တာန်မှာ ရှိသလား၊ မရှိသလားလို့ ယောဂီတို့ ပြန်လည် ဆန်းစစ်ကြည့်ပါ။ မရှိသေးရင် ရှိအောင် လုပ်ရပါမယ်။

အပူပေးမှုနှင့် မပြုပြင်ရသေးတဲ့ ရွှေတုံး၊ ရွှေခဲ၊ ရွှေချောင်းများဟာ မာကျော ခက်ထန်နေတဲ့အတွက်ကြောင့် လက်စွပ်တို့၊ ဆွဲကြိုးတို့၊ လက်ပတ်ကြိုးတို့ အစရှိတဲ့ လှပတဲ့ လက်ဝတ်တန်ဆာတွေ ပြုလုပ်ဖို့ရာ ခဲယဉ်းသလို၊ ခက်ထန် တင်းမာတဲ့စိတ်ရှိသူ၊ နူးညံ့ပျော့ပျောင်းမှု မရှိသူများဟာ မေတ္တာကရုဏာ အစရှိတဲ့ မွန်မြတ်တဲ့တရားတွေ စိတ် အစဉ်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ ခဲယဉ်းပါတယ်။

ပြုပြင် စီမံထားလို့ နူးညံ့ ပျော့ပျောင်းနေတဲ့ ရွှေစင် သည်သာ လက်ဝတ်တန်ဆာတွေကို လိုရာ ပုံစံသွင်းပြီး ပြုလုပ်နိုင်သလို၊ စိတ်ထား နူးညံ့ပျော့ပျောင်းတဲ့ ယောဂီဟာ မွန်မြတ်တဲ့တရားကို ပွားများ အားထုတ်တဲ့အခါမှာ ကိုယ့် စိတ်ကို လိုအပ်သလို ပြုပြင်နိုင်ပါတယ်။ စိတ်ထား နူးညံ့ သိမ်မွေ့ရုံသာမဟုတ်ဘဲ ကိုယ်နဲ့နှုတ်ပါ နူးညံ့ သိမ်မွေ့တဲ့ သူဟာ ပတ်ဝန်းကျင်က ဆက်ဆံလာတဲ့သူတွေကိုလည်း စိတ်ချမ်းသာမှုကို ဖြစ်စေပါတယ်။

သာယာလှပ ငြိမ်းချမ်းတဲ့ နေရာဒေသဟာ အများ သူငါ လွယ်ကူစွာ ဝင်ရောက် ခိုနားနိုင်သလို မြတ်နိုးဖွယ်

ကိုယ်အမှုအရာ၊ နှုတ်အမှုအရာနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့သူဟာလည်း ကြည်လင်ရွှင်ပျတဲ့မျက်နှာထား၊ ပျားသကာလို ချိုသာတဲ့ စကားတွေရှိတာကြောင့် မေတ္တာသဘောတရားတွေ ကိန်း အောင်း ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိပါတယ်။ မေတ္တာသာမဟုတ်သေး ပါဘူး၊ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေလည်း လွယ်လင့်တကူ ဖြစ် ပေါ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ယောဂီတို့ နူးညံ့သိမ်မွေ့မှုရှိဖို့ လိုပါတယ်။



“ မာန်ထောင်လွှားမှု သတိပြု ”

မိမိစိတ်အစဉ်မှာ မေတ္တာတရား တကယ် ကိန်းအောင်းလာရင် မာန်ထောင်လွှားမှုတွေလည်း တင်းလာပါတယ်။ အချို့သူတွေဟာ မိမိရဲ့ ရာထူးအာဏာကို မှီပြီး မာန်ထောင်လွှား နေတတ်ကြပါတယ်။ အချို့က မိမိရဲ့ ပညာအရည်အချင်းကို မှီပြီး မာန်ထောင်လွှားကြတယ်။ အချို့က အမျိုးအနွယ် မြင့်မြတ်တယ်ဆိုပြီး မာန်ထောင်လွှားကြတယ်။

အချို့သူတွေကျတော့ ပစ္စည်းဥစ္စာ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ရှိတာကို အမှီပြုပြီး မာန်ထောင်လွှားကြတယ်။ တရားအား ထုတ်နေတဲ့ ယောဂီတွေထဲမှာတောင် အချို့ဆိုရင်- ‘ ငါတို့က သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်မဟုတ်ဘူး၊ တရားသမားတွေ၊ သီလ

စင်ကြယ်တဲ့သူတွေ’ ဆိုပြီး ထောင်လွှားနေကြပြန်တယ်။ ‘ငါက ဘယ်ဆရာတော်ရဲ့တပည့်’ ဆိုပြီး ထောင်လွှားနေတာလည်းရှိတယ်။ မာနတရားဟာ မိမိကိုယ်ကို အထင်ကြီးတဲ့သဘော ရှိပါတယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးလာရင် သူတစ်ပါးကို နှိမ်ချင်လာတာဟာ သဘာဝပါပဲ။ သူတစ်ဖက်သားကို မိမိနဲ့ မတူမတန်သလို သဘောထားတတ်တယ်။ အဖက်မလုပ် အရေးမစိုက်ဘဲလည်း နေတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို စိတ်ထားရှိသူဟာ မေတ္တာတရား ခေါင်းပါးနေပါတယ်။ မာနကင်းတဲ့သူမှာတော့ အသက်သိက္ခာ ဂုဏ်ဝါကြီးမြတ်သူတွေကို လေးစား မြတ်နိုးတတ်ပါတယ်။ ခယရိုကျိုးပြီး နေတတ်ပါတယ်။

မိမိအောက် အသက်သိက္ခာ ဂုဏ်ဝါ နိမ့်ကျသူတွေကို သနားခဲ့ညာတတ်ပါတယ်။ ကူညီ ရှိင်းပင်းတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို စိတ်ထားရှိတဲ့သူဟာ မေတ္တာဘာဝနာကို တမင်သက်သက် မပွားရဘဲတောင် မေတ္တာစိတ်တွေ ကိန်းအောင်းဖြစ်ပေါ်နေတတ်ပါတယ်။ မာနတရား စိတ်အစဉ်မှာ ကိန်းအောင်းလာရင် သူတစ်ပါးအပေါ် မောက်မောက် မာမာ ပြောဆို ဆက်ဆံတတ်လာပါတယ်။ ဂုဏ်တုဂုဏ်ပြိုင်တွေ လုပ်ချင်လာတယ်။ တစ်ဖက်သားကို ရှုတ်ချချင်လာတယ်။

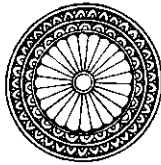
အဲဒီလို ဆိုးညစ်တဲ့တရားတွေ စိတ်အစဉ်မှာ ကိန်း အောင်းလာရင်- 'တရားအားထုတ်နေပါတယ်၊ တရားသိ ပါတယ်၊ တရားစခန်းဝင်ပါတယ်၊ တရားလိုက်စားနေတာ နှစ်ပေါင်း ဘယ်လောက်ကြာသွားပါပြီ ' လို့ ဂုဏ်ယူ ဝင့် ကြွား ပြောဆိုနေသော်လည်း ပြိုင်ဆိုင်လိုစိတ်၊ ဝါကြွားလို စိတ်၊ မောက်မာ ထောင်လွှားလိုစိတ်တွေနဲ့ ပြုလုပ်နေတာ ကြောင့် မွန်မြတ်တဲ့တရားတွေ စိတ်အစဉ်မှာ ဖြစ်ပေါ်လာ မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

သိမ်သိမ်မွေမွေကလေးနဲ့ ဖြစ်နေတဲ့ မာနအနုစား ကလေးကတောင် တရားအဆင့်အတန်းတွေ ရှေ့မတက် နိုင်အောင် ဟန့်တားပေးတတ်ပါတယ်။ အရှင်အနုရုဒ္ဓါ ကိုယ်တော်မြတ်ဟာ ရဟန်းဖြစ်ပြီးခါစ ပထမတစ်ဝါမှာ ဘုရားမြတ်စွာ ဆုံးမတော်မူတဲ့အတိုင်း ကျင့်သုံးပြီးနေ လိုက်တာ ဒိဗ္ဗစက္ခုအဘိညာဉ်ကို သူတစ်ပါးတွေနဲ့မတူဘဲ ထူးခြားစွာ ရရှိလာခဲ့ပါတယ်။

တစ်ခဏကလေး၊ တစ်ချိန်ကလေးအတွင်းမှာ လော ကဓာတ်ပေါင်း တစ်ထောင်လောက်ကို မြင်စွမ်းနိုင်ပါ တယ်။ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်တော့ မရသေးပါဘူး။ 'ငါဟာ ဒိဗ္ဗ စက္ခုအဘိညာဉ်အရာမှာ သူတစ်ပါးတွေနဲ့ မတူဘူး၊ ထူးထူး ချွန်ချွန် ရရှိထားတယ်၊ ဝိပဿနာတရားတွေ

အားထုတ်ရင် တစ်ခဏကလေးအတွင်းမှာပဲ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရမှာ ကေနပ်ပဲ'လို့ မိမိကိုယ်ကို အထင် ကြီးသွားပါတယ်။ အဲဒါ မာနတရားပါပဲ၊ သိမ်သိမ်မွေမွေနဲ့ ဖြစ်နေတာကို သူကိုယ်တိုင် မသိဘူး၊ သတိမထားလို့ မသိ တာပါ။

အရှင်အနုရုဒ္ဓါဟာ ဝိပဿနာတရားတွေကို ကြိုး စားပမ်းစား အားထုတ်ပင်အားထုတ်သော်လည်း မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရခါနီးမှာ ဉာဏ်တွေက ရှေ့မတက် ဖြစ်နေ တယ်။ အချိန်တွေ ကြာပင်ကြာခဲ့သော်လည်း ဘာမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်မှ မရတာကြောင့် အရှင်သာရိပုတ္တရာ ထံမှာ တရား အစစ်ခံလိုက်တယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာက သေသေ ချာချာ စစ်ဆေးပြီး သိမ်မွေ့စွာ ဖြစ်ရှိနေတဲ့ မာနကလေး ကို ပယ်စွန့်ပြီး အားထုတ်ဖို့ ညွှန်ကြားလိုက်မှ ညွှန်ပြတဲ့ အတိုင်း အားထုတ်လိုက်တာ မကြာမီ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် တွေ ရသွားပါတယ်။ ယောဂီများ သတိထားကြပါ။



“ရောင့်ရဲတင်းတိမ် မြတ်စည်းစိမ်”

မွန်မြတ်တဲ့တရားတွေကို လိုလားတဲ့ သူတော်ကောင်းဟာ ရတတ်သမျှ၊ ရှိသမျှ၊ ဖြစ်လာသမျှနဲ့ ကျေနပ်ရောင့်ရဲ တင်းတိမ်နိုင်ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက- ‘သန္တုဿကောစ’လို့ ဟောတော်မူထားပါတယ်။ ရသမျှစားစရာ၊ ဝတ်စရာ၊ နေစရာတွေနဲ့ မရောင့်ရဲ မကျေနပ်နိုင်တဲ့သူဟာ ရှာရ ဖွေရ ကြောင့်ကြစိုက်နေရတဲ့အတွက် ကြောင့် ရှာဖွေလို့မရတဲ့အခါ စိတ်ဆင်းရဲရပါတယ်။ ရပြန်တော့လည်း ဒီထက်ပိုရအောင် ရှာဖွေပြန်သေးတယ်။

ရှာဖွေတဲ့အခါ ထင်သလိုမရတော့ စိတ်ဆင်းရဲပင်ပန်းရတဲ့သူဟာ မေတ္တာစိတ် ဘယ်လိုလုပ်ပြီး ဖြစ်တော့မှာလဲ၊ ရသမျှနဲ့ ရောင့်ရဲ၊ ရှိတာနဲ့ တင်းတိမ်တဲ့သူဟာ

ပစ္စည်းဥစ္စာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ဖြစ်စေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်စုံတစ်ယောက်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ဖြစ်စေ စိတ်ဆင်းရဲမှု၊ စိတ်ဆိုးစိတ်ပျက်မှုတွေ ဖြစ်စရာ မရှိတော့ဘူးပေါ့။ နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းနေတာကြောင့် မေတ္တာတရား အလွယ်တကူ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါတယ်။

နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းမှုမရှိတဲ့သူဟာ မေတ္တာမပွားများနိုင်ရုံသာ မဟုတ်သေးပါဘူး။ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေလည်း ဖြစ်ပေါ်ဖို့ ခဲယဉ်းပါတယ်။ ရဟန်းတော်များအတွက်ဆိုရင် ရဟန်းဖြစ်စမှာပဲ သိမ်ထဲကနေမထွက်မီ- ‘သလုံးမြင်းခေါင်း ခြေနှစ်ချောင်းကို အားကိုးသမှု အမှီပြု၍ရရှိတဲ့၊ အိမ်စဉ်လှည့်လည် ခံယူလို့ရတဲ့ ဆွမ်း၊ အိမ်ကြိုအိမ်ကြား၊ လမ်းကြိုလမ်းကြား၊ အမှိုက်ပုံ၊ သုသာန်အစရှိတဲ့နေရာမှာ ပစ်ထားတဲ့ အဝတ်စုတ်တွေကို ကောက်ယူဖာထား စပ်ချုပ်ပြီး လုပ်ထားတဲ့ အဝတ်၊ သင်္ကန်း၊ သစ်ပင်ရင်းတည်းဟူသော ကျောင်း၊ နွားကျင်ငယ်နဲ့ စိမ်ပြီးထားတဲ့ ဆီးဖြူဖန်ခါးသီး ဟူသောဆေး- အဲဒီလိုပစ္စည်းလေးပါးကို အမှီပြုပြီး ရဟန်းဘဝနဲ့နေရမယ်။

‘ဘုန်းကံကြီးမား လာဘ်လာဘပေါများလို့ အခြားအခြား ဆွမ်းကောင်းကောင်း၊ သင်္ကန်းကောင်းကောင်း၊ ကျောင်းကောင်းကောင်း၊ ဆေးကောင်းကောင်းတို့ ရရှိ

ရင်လည်း သုံးဆောင်မှီဝဲနိုင်တယ်'လို့ ဆရာသမားတွေက ညွှန်ကြား ဆုံးမခဲ့ပါတယ်။ မိမိကိုယ်တိုင်ကလည်း 'အာမ ဘန္တေ'လို့ လျှောက်ထားပြီး အဆုံးအမစကားကို ကျေနပ် စွာ လက်ခံခဲ့ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆွမ်း သင်္ကန်း ကျောင်း ဆေးပစ္စည်းလေးပါးနဲ့ပတ်သက်ပြီး ကောင်းကောင်း ဆိုးဆိုး ရသမျှနဲ့ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်နေရပါတယ်။

ရသမျှ ပစ္စည်းလေးပါးအပေါ်မှာ နှစ်သက် ကပ်ငြိ မှု၊ မနှစ်သက် စိတ်ပျက်မှုတွေ ကင်းရှင်းပြီး ကျေကျေနပ်နပ် သုံးဆောင်ရပါတယ်။ အဲဒီလိုစိတ်မျိုး ထားတတ်သူဟာ ဘယ်နေရာပဲရောက်နေနေ တရားအားထုတ်ရတာ အဆင် ပြေပါတယ်။ ယောဂီတို့အနေနဲ့ အဲဒီလိုစိတ်ထားမျိုး ကိုယ့် သန္တာန်မှာ ရှိမရှိ ပြန်လည် ဆန်းစစ်ပြီး မရှိလျှင် ရှိအောင် ကြိုးစား ပြုပြင်သွားကြပါ။ တရားသမားလို့ အမည်ခံပြီး "ဒီလိုထမင်းမျိုး၊ ဒီလိုဟင်းမျိုး မစားနိုင်ဘူး၊ ဒီလိုအဆောင် မျိုးမှာ မနေနိုင်ဘူး၊ ငါ့အတွက် ဘယ်လိုဟင်းမျိုး ချက်ပေး စမ်း" စသည်ဖြင့် ကချီကချောင်လုပ်နေရင် တရားရဖို့ ဝေးပါသေးတယ်။

ကချီကချောင်လုပ်တတ်တဲ့ စိတ်ရှိသူဟာ မေတ္တာ တရား ဘယ်လိုလုပ်ပြီးတော့ ပွားများနိုင်မှာလဲ၊ ဒါကြောင့် ယောဂီတို့ ဆွမ်းစားတဲ့အခါ ဟင်းထဲမှာ ဆားများသွားရင်

ဒီဟင်းမျိုးစားရတာ အစာကျေတယ်လို့နှလုံးသွင်းပြီး စားကြပါ။ ဆားပေါသွားရင်လည်း ရေဇတ်သက်သာတယ် လို့သာ နှလုံးသွင်းပါ။ နှလုံးသွင်းတတ်မှ ကုသိုလ်ဖြစ်မှာပါ။ "သန္တုဋ္ဌိ ပရမံ ဓနံ" ရရသမျှ ပစ္စည်းဥစ္စာနဲ့ တင်းတိမ် ရောင့်ရဲခြင်းသည် အမြတ်ဆုံးချမ်းသာ'လို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။



“ အမွေးအမြူ လွယ်ကူပါစေ ” -

ကိုယ့်နှလုံးသားမှာ မွန်မြတ်တဲ့တရားတွေ ကိန်းစေချင်ရင် အမွေးအမြူ လွယ်ကူသူဖြစ်ရပါမယ်။ မေတ္တာသုတ်ပါဠိတော်မှာတော့ ‘သုဘရောစ’လို့ ဟောကြားတော်မူထားပါတယ်။ ကိုယ်တိုင်က သူတစ်ပါးကို မှီခိုနေရပါလျက်နဲ့ သူတစ်ပါးကျွေးသမျှ မွေးသမျှနဲ့ မကျေနပ်နိုင်ဘူးဆိုရင် အဲဒီသူကို အမွေးအမြူခက်ခဲသူ ‘ဒုဗ္ဘရ’ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ကျွေးမွေးသမျှနဲ့ ကျေနပ်နိုင်သူကိုတော့ အမွေးအမြူလွယ်သူ ‘သုဘရ’ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီစကားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး -

- (၁) မိမိကိုယ်ကို မိမိ အမွေးအမြူခက်ခဲသူ၊
- (၂) မိမိကိုယ်ကို မိမိ အမွေးအမြူလွယ်သူ၊
- (၃) မိမိကိုယ်ကို သူတစ်ပါးတို့က အမွေးအမြူခက်သူ၊
- (၄) မိမိကိုယ်ကို သူတစ်ပါးတို့က အမွေးအမြူလွယ်သူ-ဆိုပြီး (၄) မျိုးရှိတာကို သိထားကြစေချင်ပါတယ်။

အပူရလျှင် အအေးရှာ၊ အချိုရလျှင် အချဉ်ရှာ၊ အချဉ်ရလျှင် အချိုရှာ၊ အနီရလျှင် အဖြူရှာ၊ အဖြူရလျှင် အနီရှာ စသည်ဖြင့် ရသမျှနဲ့ မရောင့်ရဲနိုင်ဘဲ အလိုရမ္မက်ကြီးတဲ့သူဟာ မိမိကိုယ်ကို မိမိ အမွေးအမြူခက်သူပါပဲ။

ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး ဘာပဲရရ ကျေကျေနပ်နပ် စားနိုင်၊ ဝတ်နိုင်၊ နေနိုင်ပြီး မိမိရဲ့ သီလ သမာဓိ ပညာ သိက္ခာသုံးရပ် အကျင့်မြတ်ကိုပဲ ကျင့်သုံးမြဲ ကျင့်သုံးတဲ့သူကို မိမိကိုယ်ကို မိမိ အမွေးအမြူ လွယ်ကူသူလို့ ခေါ်ပါတယ်။

အချို့ အချို့ ရဟန်းတွေဟာ သူတို့ကို ဘယ်လောက် ကောင်းတဲ့ ဆွမ်းတွေ သင်္ကန်းတွေ လှူနေနေ မကျေနပ်နိုင်ကြပါဘူး၊ မကြိုက်မနှစ်သက်တဲ့ အမူအရာကိုလည်း ပြုကြပါတယ်။ လူယောဂီတွေဆိုရင်လည်း ဘယ်လောက်ပဲ အဆင်ပြေအောင် ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့က ဆောင်ရွက်ပေးနေနေ မကျေနပ်နိုင်ကြပါဘူး၊ မျက်နှာမကြည်မသာနဲ့

မကျေနပ်တဲ့ပုံစံကို လုပ်ပြတတ်ကြတယ်။

‘ငါတို့ကို ဘယ်လိုအစာတွေ လာကျွေးနေတာလဲ၊ ဒါ လူစာတွေမဟုတ်ဘူး၊ ငါတို့က ဒါမျိုးတွေ စားတာမဟုတ်ဘူး၊ ဒီလိုနေရာမျိုးမှာနေတဲ့ အစားထဲကမဟုတ်ဘူး’ လို့ နှုတ်ကနေ ထုတ်ပြီးတော့တောင် ပြောတတ် ဆိုတတ် ကြသေးတယ်။ ကိုယ့်ဆီလာပေးတဲ့ပစ္စည်းကို သူတစ်ပါးတွေထံ သွားပေးပစ်တတ်ကြသေးတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ လူပဲဖြစ်စေ၊ ရှင်ရဟန်းပဲဖြစ်စေ သူတစ်ပါးတွေအတွက် မွေးမြူခက်ခဲတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပါပဲ။

ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ညံ့သည်ဖြစ်စေ၊ ပေးသမျှ ကျွေးသမျှနဲ့ ကျေကျေနပ်နပ် လက်ခံ သုံးစွဲတတ်တဲ့သူဟာ သူတစ်ပါးတွေအတွက် အမွေးအမြူ လွယ်ကူတဲ့သူပါ။ အမွေးအမြူ လွယ်ကူတဲ့သူရဲ့ သန္တာန်မှာသာ မေတ္တာအစရှိတဲ့ မွန်မြတ်တဲ့ တရားတွေ ကိန်းမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အမွေးအမြူခက်ခဲတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ရှိသမျှ ရသမျှနဲ့ ကျေနပ်မှုမရှိတာကြောင့် စိတ်ဆိုးစိတ်ပျက်မှု တရားတွေက စိတ်အစဉ်မှာ နေရာယူထားလေတော့ မေတ္တာအစရှိတဲ့ မွန်မြတ်တဲ့တရားတွေ ဖြစ်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

‘ငါ့ကို မလှူမရှိကြပါစေနဲ့၊ လှူကြပါစေ၊ နည်းနည်း မလှူကြပါစေနဲ့၊ များများလှူကြပါစေ၊ အညံ့စားတွေ

မလှူကြပါစေနဲ့၊ အကောင်းစားတွေ လှူကြပါစေ၊ ဖြည်းဖြည်း မလှူကြပါစေနဲ့၊ မြန်မြန်လှူကြပါစေ၊ ဖြစ်ကတတ်ဆန်း မလှူကြပါစေနဲ့၊ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်ပြုလုပ်ပြီး လှူကြပါစေ’ ဆိုတဲ့ စိတ်ထားမျိုးနဲ့ ဒကာ၊ ဒကာမတွေရဲ့ အိမ်ကို ချဉ်းကပ်တက်တဲ့ရဟန်းဟာ မိမိတောင့်တသလို မရရင် စိတ်ထိခိုက် စိတ်ဆင်းရဲရတတ်ပါတယ်။

‘ငါဟာ ဘယ်လိုဟာတွေကိုပဲ တောင့်တနေနေ ဆွေမတော်မျိုးမစပ် သူစိမ်းပြင်ပအိမ်တွေမှာ ငါတောင့်တတဲ့အတိုင်း ဘယ်လိုရနိုင်ပါမလဲ’ လို့ နှလုံးသွင်းနဲ့ ချဉ်းကပ်သင့်ပါတယ်။ အဲဒီလို စိတ်ထားမျိုးရှိနေရင် ရမူ၊ မရမူကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ စိတ်ထိခိုက်မှု၊ စိတ်ဆင်းရဲမှု မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး ‘လို့ နိဒါနဝဂ္ဂ ကဿပသံယုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။



“ ကိစ္စနည်းစွာ အားထုတ်ပါ ”

ယောဂီတို့အနေနဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ တစ်ဆင့် ထက်တစ်ဆင့် ရင့်သန်စေချင်ပါတယ်။ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ် ဉာဏ်ကို လိုချင်ပါတယ်ဆိုရင် အလုပ်ကိစ္စ နည်းပါးရပါ မယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက - ‘ အပ္ပကိစ္စောစ ’ လို့ ဟောတော်မူတာပေါ့။ ကိုယ်လုပ်ရမည့် သီလကိစ္စ၊ သမာဓိ ကိစ္စ၊ ပညာကိစ္စမှတစ်ပါး အခြားအခြား ကိုယ်နဲ့မဆိုင်တဲ့ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး၊ အိမ်ထောင်ရေး၊ ရပ်ရေးရွာရေး တွေမှာ ဝင်ပြီး ကြောင့်ကြစိုက် ဆောင်ရွက်နေတဲ့သူကို အလုပ်ကိစ္စများတဲ့သူလို့ ခေါ်ပါတယ်။

အရပ်ထဲမှာ မိမိတို့နဲ့ နီးစပ်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို တစေ့တစောင်း လေ့လာကြည့်ပါ။ တဏှာကျွန်ခံပြီး ခန္ဓာ

ဝန်ထမ်းနေရတဲ့ အလုပ်တွေနဲ့ ရှုပ်ပွေနေတာ များပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင် ဒဏ္ဍာ၊ ဒကာမ တွေကို ကောင်းစေချင်လို့ ‘ ကျန်းမာရေးအဆင်ပြေနေ တုန်း တရားကြိုးစားအားထုတ်ပါ ’ လို့ တိုက်တွန်းလိုက် ရင် - ‘ တပည့်တော်တို့က လုပ်ပြီး အားထုတ်ပြီဆိုရင် နောက်ပိုင်းကို ပြန်မကြည့်တော့ဘူး၊ တကယ်အပြတ်လုပ် မှာပါဘုရား၊ အခုတော့ အလုပ်ကလေးတွေ မအားသေး လို့ပါဘုရား ’ လို့ ပြောနေကြတယ်။

အချို့ကျပြန်တော့ ‘ တပည့်တော်တို့ အခုခေတ်မှာ အလုပ်တွေကများတယ်၊ မအားဘူး ဖြစ်နေတယ်ဘုရား၊ အခုခေတ် အခြေအနေတွေကို အရှင်ဘုရားတို့ ဘာမှ မသိဘူးဘုရား ’ လို့တောင် ပြန်ပြီး တရားဟောလိုက် သေးတယ်။ သူတို့မအားတာတော့ဟုတ်ပါတယ်။ ဘယ် အလုပ်တွေနဲ့ မအားတာလဲဆိုတော့ သူများနဲ့တန်းတူ ဝတ်နိုင်၊ စားနိုင်၊ နေထိုင်နိုင်အောင်လို့၊ လက်ရှိဘဝမှာ အဆင့်အတန်းမြင့်မြင့် နေထိုင်နိုင်ဖို့၊ အသက်ရှည်ရှည်နဲ့ ရပ်တည်နေထိုင်နိုင်ဖို့ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်တွေနဲ့ အလုပ် ရှုပ်နေတာပါပဲ။

အချို့ကျပြန်တော့ ရှာဖွေလို့ရတာတွေ လောကီ စည်းစိမ်တွေကို ခံစားရတဲ့အလုပ်၊ လက်ရှိ အသုဘ ကိုယ်

ကောင်ကြီးကို လှပအောင် ပြုပြင် မွမ်းမံနေရတဲ့အလုပ်၊ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့နေရတော့ သူတို့ဖိတ်တဲ့ ဧည့်ခံပွဲတွေကို မသွားရင် မကောင်းဘူးဆိုတဲ့အနေနဲ့ သွားရောက် စားသောက်နေတဲ့အလုပ်၊ 'ဒွိကိစ္စတုန်းက သူတို့က လာရှာတယ်၊ သူတို့ကိစ္စမှာလည်း ငါတို့က မသွားရင်မကောင်းဘူး၊ ဝိုင်းဝန်းပြီး ဆောင်ရွက်ပေးရဦးမယ်' ဆိုပြီး ဟိုစပ်စပ် ဒီစပ်စပ် အလုပ်ကလေးတွေနဲ့ အချိန်ဖြုန်းနေကြတယ်။

ခန္ဓာနဲ့စပ်နေတဲ့ အလုပ်တွေဟာ ခန္ဓာရှိနေသေးသရွေ့ ကြုံကို ကြုံကြရဦးမှာပါ။ ဘယ်တော့မှ မပြီးပြတ်နိုင်ပါဘူး။ ဘယ်တော့မှလည်း အားလပ်ခွင့်ရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အလုပ်ကိစ္စတွေ မပြီးပြတ်သေးလို့ပါလို့ ဆင်ခြေပေးနေကြသော်လည်း သေခြင်းတရားနဲ့ တကယ် ရင်ဆိုင်လာရတဲ့ အချိန်ကျရင်တော့ အလုပ်နည်းနည်း များနေသေးလို့ ခဏလေးလောက်ဆိုင်းပါဦးလို့ တောင်းပန်ခယ်လို့တောင် မရဘူးဆိုတာ နားလည်ထားကြပါ။

နေ့စဉ် နေ့စဉ် သေသွားကြတဲ့သူတွေ အများကြီးပါ။ ပထမအရွယ်ရော၊ ဒုတိယအရွယ်ရော၊ တတိယအရွယ်ရော အရွယ်ပေါင်းစုံပါပဲ။ အဲဒီ သေသွားတဲ့လူတိုင်းဟာ အားလို့ သေသွားကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ မအားဘဲ

သေသွားကြရတာပါပဲ။ သေမင်းကတော့ ဂုဏ်ကြီး ဂုဏ်ငယ် မရွေးချယ်ပါဘူး။ မျက်နှာကြီး မျက်နှာငယ်လည်း မလိုက်ပါဘူး။ အရင်းတွေ အဖျားတွေလည်း မကြည့်ပါဘူး။ အချိန်တန်ရင်တော့ ပါအောင် ခေါ်သွားတာပါပဲ။

ဘယ်တော့ မိမိတို့အလှည့် ရောက်မယ်ဆိုတာကိုတော့ ယောဂီတို့ကို ကြိုတင်ပြီးတော့ အသိပေး မထားပါဘူး။ ဒါကြောင့် အချိန်မရွေး သေခြင်းတရားနဲ့ ရင်ဆိုင်နိုင်အောင် ကြိုတင် ပြင်ဆင်ထားကြပါ။ တရားအလုပ်ဆိုတာ ဘာမှ အလုပ်မရှိတဲ့သူတွေပဲ လုပ်ရတယ်လို့ မထင်လိုက်ကြပါနဲ့။ လူတိုင်းလူတိုင်း လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ပါ။

နေ့စဉ် လုပ်နေရတဲ့ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ပညာရေး၊ သားရေး သမီးရေး ကိစ္စတွေထဲမှာလည်း တရားအသိနဲ့ ပြုလုပ် ဆောင်ရွက်ကြရင် အမှားနည်းသွားပါလိမ့်မယ်။ သတိရှိရှိနဲ့ ဆောင်ရွက်သွားရင် အလုပ်ထဲမှာ တရားပါသွားမှာပါ။ အလုပ်အားမှ တရားအားထုတ်တော့မယ်ဆိုတာ လူပျင်းတွေရဲ့ ဆင်ခြေစကားပါ။ စကားပြောတဲ့အခါမှာလည်း သတိရှိ၊ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့်တဲ့နေရာမှာလည်း သတိရှိ၊ ဘယ်နေရာမှာမဆို သတိရှိလာရင် တရားနဲ့နေတတ်တဲ့သူ ဖြစ်သွားမှာပါ။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးအတွက် ဘယ်လိုအလုပ်ကိုပဲ လုပ်နေနေ ကိစ္စနည်းပါး



“ ငှက်များပမာ ပေါ့ပါးစွာ ”

မေတ္တာအစရှိတဲ့ ဘာဝနာလုပ်ငန်းကို ပွားများအားထုတ်တဲ့ သူတော်ကောင်းမှာ ပြည့်စုံရမည့် နောက်အင်္ဂါတစ်ခုက ‘သလ္လဟုကဝုတ္တိ’ ပေါ့ပါးတဲ့ အသက်မွေးမှု ရှိရပါမယ်။ မိမိမှာ ရှိသင့်ရှိထိုက်တဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေဟာ ရှိသင့်ရှိထိုက်တာထက် ပိုပြီးများနေရင် များသလောက် အဲဒီပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို စောင့်ရှောက်ရ၊ သိမ်းဆည်းရ၊ ချွတ်ယွင်းပျက်စီးသွားရင် ပြုပြင်ရ၊ စီမံခန့်ခွဲရတဲ့ အတွက် ကြောင့် သိပ်ပြီး အလုပ်ရှုပ်လာပါတယ်။

အပိုပစ္စည်းပစ္စယ အသုံးအဆောင်တွေအတွက်နဲ့ ဝန်လေးနေတတ်ပါတယ်။ တရား ပွားများ ကျင့်ကြံနေတဲ့ ယောဂီအတွက် ဝန်ပိုနေတာ ဝန်လေးနေတာဟာ တရား

အသိဉာဏ် ရရေးအတွက် အခက်အခဲတစ်ခုပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားက တရားအားထုတ်တဲ့ ရဟန်းများအတွက် မိမိရဲ့ ပရိက္ခရာရှစ်ပါးကိုသာ ဆောင်ထားဖို့၊ ခရီးသွားတဲ့အခါမှာ လည်း အပိုပစ္စည်းတွေ ဘာမှ မသယ်ဆောင်ဘဲ ငှက်များဟာ မိမိအတောင်ပံနဲ့သာ လိုရာခရီးသွားသလို မိမိရဲ့ ပရိက္ခရာရှစ်ပါးနဲ့သာ ဝန်ပေါ့ပေါ့နဲ့ သွားလာရမည့်အဖြစ်ကို ညွှန်ပြတော်မူထားပါတယ်။

စားဖို့သောက်ဖို့ ဝတ်စားဆင်ယင်ဖို့ ခေတ်မီမီ နေထိုင်နိုင်ဖို့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပစ္စည်းဝတ္ထုတွေ ဖောချင်းသော ချင်းရှိတဲ့သူကို လူချမ်းသာလို့ အများသူငါက ထင်နေတတ်ကြပါတယ်။ တရားအသိဉာဏ်ရှိရင်တော့ သူတို့ထင်သလို ချမ်းသာတာမှန်ပါတယ်။ တရားအသိဉာဏ်မရှိရင် စိတ်ငြိမ်းချမ်းအောင် မနေတတ်တာကြောင့် ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ဖောချင်းသောချင်း ရှိနေတာကြောင့်ပဲ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု၊ ငိုကြွေးမှုတွေ ဖြစ်ကြရပါတယ်။

မရှိပြန်တော့လည်း ပူပန်တောင့်တရပြန်တယ်။ ရှိပြန်တော့လည်း ရှိတာကိုအမှီပြုပြီး စကားများရ၊ ရန်ဖြစ်ရ၊ ပြဿနာတွေ ရှုပ်ရဆိုတော့ ဘယ်မှာချမ်းသာမှာလဲ၊ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေအတွက် ဝန်ပို ဝန်လေးနေတာကြောင့် စိတ်နေစိတ်ထား မဖြူစင်ဘဲ မေတ္တာဘာဝနာပွားတော့

ပြောဆိုမိမိစင်ကြယ်တဲ့ မေတ္တာစိတ် တဖန်သွားဖြစ်တော့
 မှာလဲ။ ဝိပဿနာ သာဝနာ ပွားများရင်လည်း စိတ်ထူး
 တည်ငြိမ်အနိစ္စရင်းမှ မရှိတာမို့ ရပ်နာမိ အရှင်တရားရဲ့
 လက္ခဏာကို ထိုးထွင်း သိမြင်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါ
 မြှောက်ပေးရမိလည်း ဖစ္စည်းဥစ္စာတွေအတွက်နဲ့ ဝန်ပိ
 မိမိကြွယ်ဝမှု အိမ်ကိုလည်း ပြီး အာပစ္စည်းဖို့ စေ့စပ်
 ညာပစ္စည်းပို့ပေးစမ်းနဲ့ မှာမနေကြပါနဲ့။ ဝမ်းပိုးတဲအသက်
 မွေးဖို့ ကိုယ်စီ ချီကြပါစေ။

သီဟိုဠ်မှာ သောသန္တရာထွန်းကားစဉ်က နေပါဝါးတဲ့
 အသက်မွေးမှုနဲ့ ကျွန်ုပ်သွားကြတဲ့ သူတော်ကောင်းများ
 ကို ဝိပဿနာ နေထိုင်ပုံကို သိရှိကြရန် အနုရာဇ
 မြို့နယ် သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက်ဟာ သွားတရားပွဲကိုပြီး
 ထွက်ရုံတော့ ကြီးကြီးမှ ရဟန်းသွားတစ်ကြွေပါလိမ့်။
 ထိုသို့တော်တော် ဆရာသမားတွေရဲ့ အနီးမှာနေပြီး
 ဝိနည်းသိကွာပုဒ်တော်ကို သိပ်စွဲလေ့ကျင့်ပြီး ခြေကြပါ
 ဆေးတို့ပါ။

နိမ္မိတ်တော်တစ်ကြွေတီးပါးပါးပြည့်ပြီး ကပ်နေမှ
 အနုရာဇမြို့ အရှေ့ဘက် တောအုပ်ထဲ ကြွေတော်ပြီး
 သီတင်းသုံးနေပါတယ်။ တစ်ပါးကတော့ ထွက်ရုံတော့
 မှာပဲနေခဲ့ပါတယ်။ ဧည့်မှာ သီတင်းသုံးတဲ့ ကိုယ်တော်က

ဆယ်ဝါရပြီး တစ်နေ့မှာ “ ငါအခုနေတဲ့ အရပ်ဟာ
 တစ်ပါးတည်း စာရေးနဲ့ မွေ့လျော်ဖို့ကောင်းတယ်။ ငါ့မိတ်
 ဆွေကိုလည်း အသိပေးရဦးမယ်။ ” လို့ ကြံစည်ပြီး စာမရ
 ကျောင်းတိုက်ကို သွားပါတယ်။

ထူပါရုံက ကိုယ်တော်ကလည်း မိတ်ဆွေရဟန်း
 လာတယ်ဆိုတော့ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ကြိုဆိုပါတယ်။
 တော်ကျောင်းကိုယ်တော်ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ငါ့မိတ်ဆွေ ထူပါရုံ
 ကိုယ်တော်ဟာ မြို့မှာနေတာ ကြာလှပြီ သူ့ဒကာ ဒကာမ
 တွေက ထောပတ် တင်လဲ အဖျော်ယမကာတွေ လာပြီး
 ကပ်လှူကြမယ်နဲ့တယ် ဆိုပြီး မျှော်လင့်နေပါတယ်။
 ညဉ့်ကျိန်းရက်ချိန်အထိ ဘယ်သူတစ်စုံတစ်ယောက်မှ လာ
 တာမတွေ့ရဘူး။ ခရီးကလည်း ပန်းနေတာကြောင့် ဝမ်း
 ထဲမှာ ဆာဆာနဲ့ပဲ အိပ်ပျော်သွားပါတယ်။

နောက်နေ့နံနက် အရှက်တက်ချိန်မှာတော့ ‘ဒကာ
 ဒကာမတွေ ယာလွှာတွေ ခဲဖွယ်တွေ လာကပ်လှူကြလိမ့်မယ်
 ဆင်တယ်လို့ တွေးနေပြန်တယ်။ အချိန်သာကုန်သွားတယ်။
 ဘယ်သူကမှ ဘာမှ လာမလှူကြပါဘူး။ ရွာထဲ ဆွမ်းခံဝင်
 ချိန်မှာတော့ တို့နှစ်ပါးကို ဒကာ ဒကာမတွေက ဝိုင်းဝန်းပြီး
 အပ်ပါးတင် ဖွယ်ဖွယ်ရာရာတွေ လှူကြပါလိမ့်မယ် ’ လို့
 တွေးပြီး မျှော်လင့်နေပြန်ပါတယ်။ အရှက်တက်ပြီး နှစ်ပါး

အတူတူဆွမ်းခံကြတဲ့အခါ အိမ်တစ်အိမ်ကနေပြီးတော့ ယာဂုတစ်မှုတ်စီ လောင်းလိုက်ပါတယ်။ အဲဒီယာဂုကို ဆွမ်းစားရပ်ပေါ်မှာ ဘုဉ်းပေး သုံးဆောင်လိုက်ကြရပါတယ်။

အဲဒါနဲ့ တောနေကိုယ်တော်က 'အော်-ဒီမှာ ယာဂုဝတ် အမြဲလောင်းလျှတဲ့ဒကာ ရှိပုံမရဘူး၊ နေ့လယ် ဆွမ်းစားချိန်မှာတော့ လာရောက် လှူဒါန်း ဆက်ကပ်ကြလိမ့်မယ် ထင်တယ်'လို့ တွေးနေပြန်တယ်။ နေ့ဆွမ်း အချိန်တန်တော့ အရပ်ထဲ နှစ်ပါးအတူတူ ဆွမ်းခံကြပြန်တယ်။ အရေးတယူ လောင်းလျှတဲ့သူတော့မရှိဘူး၊ တစ်အိမ် တစ်ဇွန်း နှစ်ဇွန်းစီလောက် လောင်းလျှကြလို့ တစ်ပါးစာ မျှတရုံ လောက်ပဲရပါတယ်။ အဲဒီအခါ တောကျောင်းကိုယ်တော်က ထူပါရုံကိုယ်တော်အပေါ် အထင်နဲ့အမြင် ကွာခြားနေတာကို အံ့သြတာကြောင့် -

“ကိုယ်တော် အရင်နေ့တွေမှာလည်း ဒီလိုပဲ ရသမျှ ကလေးနဲ့ ရောင့်ရဲမျှတနေပါသလား ” လို့မေးတော့ -

“ဟုတ်တယ်ငါ့ရှင်၊ အခုလိုပဲ နေ့တိုင်း ရသမျှနဲ့ ရောင့်ရဲနေရပါတယ် ” ဆိုတော့၊ “ဒါဖြင့်ရင် တပည့်တော်နေတဲ့ အရှေ့တောင် တောတန်းအရပ်ဟာ ချမ်းသာပါတယ်။ အဲဒီကို လိုက်ကြခဲ့ပါ ”လို့ ပင့်ခေါ်တော့ ထူပါရုံကိုယ်တော်ဟာ မြို့တောင်ဘက်တံခါးကနေထွက်ပြီး အိုးထိန်းသည် ရွာလမ်းအတိုင်း ရှေ့ကနေကြွဖို့ ဟန်ပြင်ပါတယ်။

တောကျောင်းနေကိုယ်တော်က “အရှင်ဘုရား ဘယ်ကိုကြွမလို့လဲဘုရား”လို့ မေးတော့ -

“အရှင်ဘုရားပြောတဲ့ အရှေ့တောင်တောတန်း အရပ်ကို ကြွမယ်လေ”လို့ ဆိုတော့ တောကျောင်းကိုယ်တော်က အံ့အားသင့်ပြီး -

“အရှင်ဘုရား ဒီမြို့မှာ သီတင်းသုံးတာကြာလှပြီ၊ သည့်ပြင်အပိုပစ္စည်း ဘာမှမရှိတော့ဘူးလား။”

“မရှိဘူးလေ၊ ခုတင်နဲ့ထိုင်ခုံကလေးတော့ရှိပါရဲ့၊ အဲဒါကလည်း ကျောင်းပိုင်သံယံကပစ္စည်းဆိုတော့ ခရီးသွားခါနီးမှာ ထုံးစံအတိုင်းပဲ သိမ်းဆည်းထားပြီးပါပြီ။”

“အရှင်ဘုရားရယ်၊ တပည့်တော်တောင်မှ ဒီကို အလာမှာ တောင်ငွေ့ရယ်၊ ဆီကျည်တောက်ရယ်၊ ဖိနပ်အိပ်ရယ်၊ အရှင်ဘုရားကျောင်းမှာ ထားရစ်ခဲ့တယ်၊ ပြန်ယူရဦးမယ်”ဆိုတော့ -

ထူပါရုံကိုယ်တော်က “အော်-အရှင်ဘုရားရယ် ဖြစ်မှ ဖြစ်ရလေ၊ တစ်ရက်ကလေး လာတာတောင်မှ ဒီလောက်များတဲ့ အပိုပစ္စည်းတွေကို ယူလာသေးတယ်နော်”လို့ မိန့်ကြားလိုက်ပါတယ်။

တောကျောင်းနေကိုယ်တော်ဟာ ထူပါရုံကျောင်းကိုယ်တော်ကို အတော်ကလေးပဲ လေးစား ကြည်ညိုသွားပါတယ်။ အရှေ့တောင်တောတန်းကိုရောက်ပြီး နောက်

တစ်နေ့မှာ တောနေကိုယ်တော်က ထူပါရုံကိုယ်တော်ကို လက်အုပ်ချီပြီး--

“အရှင်ဘုရားတို့လို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ ဘယ်အရပ် ဒေသမှာမဆို တောရကျောင်းမှာ နေသလိုပါပဲဘုရား၊ ထူပါရုံစေတီတော်ကြီးဟာလည်း အုရားလေးဆူရဲ့ ခါးပန်းကြိုး၊ ရေစစ်၊ ရေသနပ်၊ ညပ်နွဲ့တော်များကို ဌာပနာပြီး တည်ထားတဲ့ စေတီတော်ကြီးပါပဲ။ လောကပါသားအခေါ်တဲ့ ကြေးပြာသားကြီးမှာဆိုရင်လည်း တရားတော်များ နာခွင့်ရပါတယ်၊ မဟာစေတီကြီးနဲ့ ထေရ်ကြီးဝါကြီးများကိုလည်း အမြဲ ဖူးမြော်ခွင့်ရပါတယ်။”

“မြတ်စွာဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ် ဖွင့်တော်မူတဲ့ အခါကြီးလိုပါပဲ၊ တစ်ညတော်ကတော့ အနုရာဇမြို့ကိုပဲ ပြန်တော့မယ်၊ အရှင်ဘုရားပဲ ဒီအရှေ့တောင်တောတန်းမှာ ချမ်းချမ်းသာသာ သီတင်းသုံးပါတော့ဘုရား”လို့ ပြောဆိုပြီး တောနေမိတ်ဆွေရဟန်းဟာ အရှေ့တောင်တောတန်းအရပ်မှာ တစ်ညညီနေပြီး နောက်တစ်ရက်နံနက်မှာ သစ်တံကိုလွယ်လို့ အနုရာဇမြို့အတိုက် ထွက်ခွာသွားပါတယ်။

ဘုန်းကြီးပြောလိုရင်းကတော့ ယောဂီတို့လည်း ထူပါရုံကိုယ်တော်ကို အတုယူ အားကျပြီး ကျင့်ကြံဖို့ပါပဲ၊ ထူပါရုံကိုယ်တော်ကတော့ ဘယ်အရပ်ဒေသမှာပဲနေနေ၊

ကျောင်းတိုက်တာ အဆောက်အအုံတွေနဲ့ စပ်လျဉ်းပြီးတော့ ကျောင်းကန်ပြင်ဆင်မှု၊ စည်ပင်တိုးတက်အောင် ပြုလုပ်မှု၊ အသုံးအဆောင်စီစဉ်တာတွေပြုလုပ်မှု၊ ဒကာဒကာမတွေအတွက် ကြေးငွေစိုက်ရမှု၊ ဒကာချင်းမတဲ့လို့ ပြဿနာဖြေရှင်းပေးရမှု၊ အခုအလှူပစ္စည်းတွေ ပျောက်ရှုလို့ စိတ်ဆင်းရဲရမှု၊ အလှူပစ္စည်းတွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရမှု၊ ပတ်ဝန်းကျင် နီဟန့်ရှင်လူတွေနဲ့ မှားသည်ဖြစ်စေ မှန်သည်ဖြစ်စေ၊ ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ဆိုးသည်ဖြစ်စေ အလိုက်သင့် ဆက်ဆံနေရမှု စသည်ဖြင့် ကြောင့်ကြဖွယ် ဘာမှမရှိပါဘူး၊ ကိုယ့်တရားအလုပ်ကို အေးအေးဆေးဆေး အားထုတ်လို့ရပါတယ်။

ထူပါရုံကိုယ်တော်အဖို့ အသက်မွေးမှုကလည်း ပေါ့ပါး သွက်လက်နေပါတယ်၊ အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးအတွက် စိတ်ဓာတ်ပူလောင်မှုတွေ ကင်းရှင်းနေတာကြောင့် မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများဖို့ရာလည်း လွယ်ကူသလို၊ အခြားအခြားဘာဝနာတရားတွေ ပွားများဖို့ရာလည်း ဘာမှအခက်အခဲရှိမှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဒါကြောင့် ယောဂီတို့လည်း ထူပါရုံကိုယ်တော်နဲ့ ပေါ့ပါးတဲ့အသက်မွေးမှုရှိသူ ‘သုဏ္ဏဟုကဇုတ္တိ’ ဖြစ်အောင် ကြိုးစားကျင့်ကြံစမ်းပါ။

တောနေမိတ်ဆွေရဟန်းကတော့ ဘယ်အရပ်ဒေသမှာပဲနေနေ၊



“ခြောက်ပါးကုန္တ ငြိမ်သက်စေ”

မွန်မြတ်တဲ့တရားကို လိုလားသူဟာ ငြိမ်သက်တဲ့ ကုန္တလည်း ရှိရပါမယ်။ ဒါကြောင့် မေတ္တသုတ်မှာ ‘သန္တိန္တိ ယောစ’ လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ကုန္တဆိုတာ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာတရားတွေကို ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး။ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်ဆိုတဲ့ ဒွါရခြောက်ပါးကို ပြောနေတာပါ။

ကုန္တ ငြိမ်သက်ရမယ်ဆိုတော့ ယောဂီတို့ကို မလှုပ်မယှက်ဘဲထိုင်နေဖို့၊ ယားတာတောင်မကုပ်ဘဲ အောင့်အည်းပြီးနေဖို့ ပြောနေတာမဟုတ်ပါဘူး။ လောကမှာ အများသူငါ မြတ်နိုး နှစ်သက်နေကြတဲ့ အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အတွေ့အထိ အာရုံတွေနဲ့ ကြုံတွေ့ရတဲ့ အခါမှာ တပ်မက်မှု၊ ကပ်ငြိသာယာစွဲလမ်းမှု မဖြစ်ရလေအောင်၊ ရွံ့မုန်း စက်ဆုပ်ဖွယ်လို့ထင်ရတဲ့ အဆင်းအသံအစ

ရှိတဲ့ အာရုံတွေနဲ့ ကြုံတွေ့လာရရင် စိတ်ဆိုး စိတ်ညစ် စိတ်ပျက်တဲ့ ဒေါသ မဖြစ်ရအောင် ကျင့်သုံး နေထိုင်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

မြင်တဲ့အခါ၊ ကြားတဲ့အခါ၊ နမ်းတဲ့အခါ၊ စားသောက်တဲ့အခါ၊ တွေ့ထိတဲ့အခါ၊ တွေးကြံတဲ့အခါတွေမှာ လောဘ၊ ဒေါသ အစရှိတဲ့ ကိလေသာတွေ ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် အဲဒီသူဟာ ကုန္တမငြိမ်သက်တဲ့သူပါပဲ။ ယောဂီတို့ဟာ ကုန္တကိုသာ မိမိရဲ့အလိုပါအောင် ကျင့်သုံးရမှာပါ။ မိမိတို့က ကုန္တရဲ့အလိုကို ပါမသွားစေရပါဘူး။ ကုန္တရဲ့အလိုကိုသာလိုက်ပြီး ကြည့်ချင်ရာကိုကြည့်၊ နားထောင်ချင်တဲ့ အသံကိုလိုက်ပြီးနားထောင် စသည်ဖြင့် အာရုံတွေနဲ့ ကြုံတိုင်းဆုံတိုင်း လောဘဖြစ်လိုက်၊ ဒေါသဖြစ်လိုက်ဆိုရင် တရားအားထုတ်တဲ့ လုပ်ငန်းမှာတောင် စိတ်မပါတော့ပါဘူး။ ပျင်းရိ ငြီးငွေ့လာတတ်ပါတယ်။

စိတ်မပါဘဲ တရားအားထုတ်နေရင် ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်လည်း ရမှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။ ကုန္တကို မိမိအလိုပါအောင် ကျင့်တတ်တဲ့သူ၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ကုန္တငြိမ်သက်တဲ့သူသာ အကျင့်လမ်းစဉ်ကို ဆုံးခန်းတိုင်အောင် ဖြောင့်ဖြောင့်ကျင့်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကုန္တ ငြိမ်သက်မှု

ရှိအောင်လည်း ဘာဝနာတရား ပွားများမှုရှိရပါမယ်။
ဘာဝနာ ပွားများမှုမရှိရင် ကုန္တေ နှစ်သက်နိုင်ပါဘူး။
ဒါကြောင့် ယောဂီတို့အနေနဲ့ ကုန္တေ ငြိမ်သက်စေချင်ပါ
တယ်ဆိုရင် ကုရိယာပုတ်လေးပါးလုံးမှာ ဘာဝနာစိတ်နဲ့
ကင်းပြီး မနေကြပါနဲ့။

ယောဂီတို့ အခုအားထုတ်နေတဲ့ ဓမ္မာနုပဿနာ
သတိပဋ္ဌာန်အကျင့်ဟာ အချိန်မရွေး၊ အလုပ်မရွေး၊ ကုရိ
ယာပုတ်မရွေး ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်လို့ရပါတယ်။
ဖြစ်စဖြစ်ခိုက် ထင်ရှားရာ ရုပ် (သို့မဟုတ်) ထင်ရှားရာ
နာမ်တရားကို အသိကပ်ပြီး ရှုရပါတယ်။ အရှုခံရုပ်တရား
နာမ်တရားဟာလည်း ဖြစ်ပြီးသွားတဲ့ အတိတ်ရုပ်နာမ်
လည်း မဟုတ်ပါဘူး။ အတိတ်ရုပ်နာမ် တရားတွေဟာ အခု
ထင်ရှားရှိတာမှ မဟုတ်ဘဲ။

အနာဂတ် ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေဟာလည်း
အခုဖြစ်နေတာ မဟုတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ရှုဖို့မလိုပါဘူး။
ထင်ရှားမရှိတဲ့ ရုပ်တရား နာမ်တရားကို ရှုနေရင် ဝိပဿနာ
ဉာဏ်အစစ် မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ မှန်းဆပြီးတော့ ရှုနေခြင်း
သာလျှင် ဖြစ်ပါတယ်။ အခု ထင်ရှားရှိနေတဲ့ ပစ္စုပ္ပန် ရုပ်
တရား နာမ်တရားကို ရှုမှသာ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် ဖြစ်
ပါတယ်။ ကိုယ်အမူအရာ၊ စိတ်အမူအရာတွေ ဖြစ်တိုင်း

ဖြစ်တိုင်းမှာ သတိထားပြီး အသိရှိနေဖို့သာ လိုရင်းပါပဲ။

ချက်ပြုတ်နေရင်း၊ လျှော်ဖွပ်နေရင်း၊ စားသောက်
နေရင်း၊ ဝတ်စားဆင်ယင်နေရင်း၊ ထမ်းပိုးသယ်ဆောင်
နေရင်း၊ ကိုင်တွယ်ထုနှက်နေရင်း၊ ရောင်းရင်းဝယ်ရင်း၊
ဘယ်အလုပ်မဆို လုပ်နေရင်း ပစ္စုပ္ပန်အခိုက်မှာ သတိ
ထည့်ပေးထားလိုက်ရင် ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်လာမှာပါ။
ဒီ တရား ရှုပွားမှုဟာ အိမ်သာထဲမှာလည်း ရှုပွားလို့ရပါ
တယ်။ ကားလမ်းပေါ်မှာ၊ ဈေးဆိုင်ပေါ်မှာ၊ မီးဖိုချောင်
ထဲမှာ၊ ရုံးခန်းထဲမှာ၊ ဧည့်ခန်းထဲမှာ စသည်ဖြင့် ဘယ်နေရာ
ရောက်ရောက် သတိထားပြီး ရှုပွားလို့ရပါတယ်။

လျှောင်း ထိုင် ရပ် သွား ဘယ်ကုရိယာပုတ်နဲ့မဆို
ရှုမှတ် ပွားများမှု သတိရှိနေရပါမယ်။ အိပ်ရာဝင်တဲ့အချိန်
အိပ်ရာမှ ထတဲ့အချိန်တွေမှာလည်း ပွားများရှုမှတ်မှု
ရှိနေရပါမယ်။ အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်းမှာ သတိရှိနေရင်
ကုန္တေတွေ ရင့်ကျက်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မျက်စိကုန္တေတည်ငြိမ်စွာ စောင့်စည်းခဲ့တဲ့ ဆရာ
တော်တစ်ပါးအကြောင်းကို ယောဂီတို့ အတုယူစေချင်လို့
ပြောပြပါဦးမယ်။ သီဟိုဠ်ကျွန်း မဟာဂါမမြို့တော်အနီးမှာ
'ကုရုဏ္ဏက' ဆိုတဲ့ လိုဏ်ဂူထဲမှာ စိတ္တဂုတ္တထေရ်အရှင်
မြတ် သီတင်းသုံးစဉ်က ဖြစ်ပါတယ်။ လိုဏ်ဂူကြီးရဲ့ နံရံနဲ့

အမိုးမှာ ဝိပဿီ၊ သိဒ္ဓိ အစရှိတဲ့ ရှင်တော်ဘုရားများရဲ့ တောထွက်ခန်း ပန်းချီဆေးရေးရုပ်တွေ ဆန်းဆန်းကြယ်ကြယ် လှလှပပ ရေးခြယ်ထားတာ ရှိပါတယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ ရဟန်းငယ်တစ်စုဟာ စေတီတော်၊ ပုထိုးတော်တွေကို လှည့်လည်ဖူးမြော်ရင်း ကုရုဏ္ဏက လိုဏ်ဂူကို ရောက်ရှိလာကြပါတယ်။ ရဟန်းငယ်များဟာ ပန်းချီဆေးရေးရုပ်တွေရဲ့ လက်ရာမြောက်ပုံ အကြောင်းကိုလည်း ပြောဆိုနေကြပါတယ်။ စိတ္တဂုတ္တထေရ်ကြီးကိုလည်း ဝင်ရောက်ရှိခိုးရင်း - “ အရှင်ဘုရား၊ ဒီလိုဏ်ဂူထဲက ပန်းချီဆေးရေးရုပ်တွေဟာ တယ်ပြီးတော့ ဆန်းကြယ်လှပါလားဘုရား ” လို့ လျှောက်ထားတော့ စိတ္တဂုတ္တထေရ်ကြီးက -

“ အော် - ဟုတ်ပါလိမ့်မယ်၊ ဒို့များ ဒီလိုဏ်ဂူထဲမှာ နေလာတာ နှစ်ပေါင်းခြောက်ဆယ်ကျော်သွားပြီ၊ ဒီပန်းချီဆေးရေးရုပ်တွေ ရှိနေတာကို သတိမထားမိဘူး၊ အခုမှပဲ မျက်စိကောင်းတဲ့ ကိုယ်တော်တို့ပြောလို့သာ ရှိနေတယ်ဆိုတာ သိရတယ် ” လို့ မိန့်တော်မူလိုက်ပါသတဲ့၊ နှစ်ပေါင်းခြောက်ဆယ်ကျော်နေလာတာ နံရံနဲ့ အမိုးတွေကို တစ်ခါမှ မကြည့်ဖူးဘူး၊ ဘယ်လောက် ကုန္တတည်ငြိမ်သလဲဆိုတာ စဉ်းစားကြည့်ပေတော့။

လိုဏ်ဂူကြီးရဲ့ အဝင်ဝမှာလည်း ကြီးမားလှတဲ့ ကံ့ကော်ပင်ကြီးတစ်ပင်ရှိနေပါတယ်၊ ကံ့ကော်ပင်ကြီးကိုလည်း တစ်ခါမှ မော်မကြည့်ဖူးဘူး၊ ကံ့ကော်ပင်ပွင့်လို့ ပွင့်ချပ်တွေ ဝတ်ဆံတွေ မြေပေါ်ကြွေကျတဲ့အခါမှသာ ကံ့ကော်ပင်ရှိနေတယ်ဆိုတာ သိရတယ်၊ စိတ္တဂုတ္တထေရ်ကြီးရဲ့ ကုန္တငြိမ်သက်ပုံ ဂုဏ်သတင်းက ကြီးမားလှတဲ့ အတွက်ကြောင့် ကာကဝဏ္ဏတိဿ မင်းကြီးက ဖူးမြော်ချင်လွန်းလို့ နန်းတော်ထဲပင့်လာဖို့ အမတ်တွေကို စေခိုင်းလိုက်ပါတယ်၊ ထေရ်ရှင်မြတ်ကြီးက ကြွမလာပါဘူး။

သုံးကြိမ်တိုင်တိုင်ပင့်လည်း ကြွတော်မမူတဲ့အတွက် ကြောင့် မင်းကြီးက အကျပ်ကိုင်ပါတော့တယ်၊ မဟာဂါမ မြို့တော်အတွင်းမှာရှိတဲ့ သားငယ်ရှိတဲ့ မိခင်များရဲ့ သားမြတ်ကို အဝတ်နဲ့စည်းပြီး မင်းတံဆိပ် ခပ်နှိပ်ထားလိုက်ပါတယ်။ “ စိတ္တဂုတ္တထေရ်ကြီး နန်းတော်ကို မကြွမချင်း ကလေးငယ်တွေကို လုံးဝ နှိမ့်တိုက်ရ ” လို့ အမိန့်ထုတ်ပြန်ထားလိုက်ပါတယ်၊ မြို့တော်တစ်ခုလုံး ကလေးငိုသံတွေနဲ့ ဆူညံသွားတော့တာပေါ့။

ထေရ်ရှင်မြတ်ကြီးဟာ ကလေးငယ်တွေကို သနားသွားတာကြောင့် နောက်လိုက်တပည့် ရဟန်းငယ်တွေနဲ့ အတူ နန်းတော်ထဲ ကြွတော်မူသွားပါတယ်၊ မင်းကြီးလာ

ရောက်ရှိခဲ့တဲ့အခါ ' သုခိ ဟောတု မဟာရာဇ - မင်းကြီး
ချမ်းသာပါစေလို့ ဆုပေးတော်မူပါတယ်။ မိဖုရားကြီး
ရှိခိုးတဲ့အခါမှာလည်း ' သုခိ ဟောတု မဟာရာဇ - မင်း
ကြီးချမ်းသာပါစေ ' လို့ ဆုပေးပါတယ်။

နောက်ပါတပည့်ရဟန်းငယ်တွေက “ ဆရာတော်
ဘုရား၊ မိဖုရားကြီးရှိခိုးတဲ့အခါမှာ ဘာကြောင့် မင်းကြီး
ချမ်းသာပါစေလို့ ဆုပေးတော်မူတာပါလဲဘုရား ”လို့
မေးလျှောက်တော့ -

“ ငါ့ရှင်တို့... ငါ့မှာတော့ 'မင်းကြီးပဲ၊ မိဖုရားပဲ'
ရယ်လို့ ကြည့်ရှု ခွဲခြားပြီး မနေပါဘူး ” လို့ မိန့်ကြားတော်မူ
ပါသတဲ့၊ ကုရုဏ္ဏက လိုဏ်ဂူမှာ သီတင်းသုံးရင်း မကြာမီ
အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာအဖြစ် ရောက်တော်မူခဲ့ပါ
တယ်၊ ယောဂီတို့ အတုယူ ကျင့်ကြံစေချင်ပါတယ်။



“ အသိအလိမ္မာ ရင့်ကျက်ပါ ”

တရားကို မြတ်နိုးရင် မိမိကျင့်သုံးနေတဲ့ အကျင့်
ပဋိပတ်မှာ နားလည် တတ်ကျွမ်းတဲ့ ပညာလည်းရှိရပါမယ်၊
လောကရေးဆိုင်ရာ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ပညာရေးတွေ
မှာလည်း ဆိုင်ရာလုပ်ငန်းကို နားလည် ကျွမ်းကျင်မှုရှိသူ၊
လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ အချိန် ဟုတ် မဟုတ်ကို သိတတ်သူ၊
ကာလဒေသကို နှိုင်းချိန်ပြီး ပြုလုပ်တတ်သူ၊ ဒီလိုလုပ်ရင်
ဒီလိုအကျိုးရမယ်လို့ မြော်မြင်ဉာဏ်ရှိတဲ့သူများသာ မိမိရဲ့
လုပ်ငန်းကို ဖြစ်ဖြစ်မြောက်မြောက် ပီပီပြင်ပြင် ဆောင်ရွက်
နိုင်ကြပါတယ်။

လုပ်ငန်းပိုင်းဆိုင်ရာ လိမ္မာပါးနပ်မှု၊ အကျိုးတရား
ကို မြော်မြင်တတ်မှု မရှိသူများဟာ ဆိုင်ရာလုပ်ငန်းကို

လုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ မလွဲသာ မရှောင်သာလို့ လုပ်ရသော်လည်း တကယ်အကျိုးရှိအောင်၊ ပြီးမြောက်အောင် ပြုလုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ထိုနည်းတူ တရားကျင့်သုံးနေကြတဲ့ ယောဂီများဟာလည်း မိမိတို့ရဲ့အကျင့်တရားမှာ သိနားလည်မှုရှိသူ၊ လုပ်ငန်းစဉ် မှန်မမှန်ကို ဝေဖန်ထောက်ရှုတတ်သူ၊ အကျိုးတရားကို ကြိုတင် မြော်မြင်တတ်သူဖြစ်မှသာ တကယ် လက်တွေ့ကျကျ ကျင့်သုံးနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တတ်သိနားလည်တဲ့ ပညာမရှိရင် အချိန်တန်လို့သာ သူများတွေအားထုတ်လို့သာ အားထုတ်လိုက်ရတာ၊ တကယ်တမ်းကျတော့ ဆန္ဒအား၊ ဝီရိယအား၊ သဒ္ဓါအားတွေ သိပ်နည်းနေတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို နည်းနေလို့ပဲ အကျိုးရှိတန်သလောက် မရှိ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာဉာဏ်အားတွေ ထက်သန်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ဆိုတာ ဝေးရောပေါ့၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက 'နိပကောစ - အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာ ရင့်ကျက်သူဖြစ်ရမယ်' လို့ ဟောတော်မူထားတာပေါ့။

မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများတာဟာလည်း ပဋိပတ္တိကျင့်စဉ်တစ်ခုဖြစ်တာကြောင့် မေတ္တာဘာဝနာနဲ့ဆိုင်ရာ သိသင့်သိထိုက်တာတွေကို သိထားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဘုန်း

ကြီး အခုဟောနေတဲ့တရားနဲ့ ယောဂီတို့ တိုက်ဆိုင်ကြည့်ကြပါ။ လိုအပ်မှုရှိရင် ဖြည့်စွက်ပေးကြပါ။ ဒါမှ ပြည့်စုံသူ ဖြစ်လာမှာပါ။ ရှိသင့်ရှိထိုက်တဲ့ အရည်အချင်း မရှိသူတွေဟာ ကိုယ်ကြည်ညိုလာပြီဆိုရင် ဘာတရားမှ မရှိသေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုတောင် ရဟန္တာလို့ ထင်မှတ်ပြီး နေတတ်ကြပါတယ်။

အချို့အချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အလိုဆိုးရမ္မက်တွေ အားကြီးလွန်းတဲ့အတွက်ကြောင့် မိမိကို အထင်ကြီးလာအောင် ဝါဒအဆန်းထွင်ပြီး ကိုယ်နဲ့မတန်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်ပြတတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ မိမိတစ်ဦးတည်းသာမဟုတ်ဘဲ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်၊ ကိုယ့်ကို ကြည်ညိုပြီး တပည့်ခံနေသူတွေကိုပါ အကြီးအကျယ် နစ်နာစေတတ်ပါတယ်။

ရှေးတုန်းက ဝါဒအဆန်းထွင်ပြီး တရားပြနေတဲ့ ဆရာတော်တစ်ပါးရှိတယ်။ အဲဒီဆရာတော်ဟာ မိမိထံတရားအားထုတ်ဖို့ ရောက်လာတဲ့သူတွေကို - 'ငါပြောတဲ့အတိုင်းသာ အားထုတ်၊ မင်းတို့တစ်တွေ တစ်ထိုင်တည်းနဲ့ ရဟန္တာဖြစ်သွားစေရမယ်' လို့ ပြောပြီး တရားထိုင်ခိုင်းပါတယ်။

တရားထိုင်သူတွေရဲ့ ရှေ့နားကနေပြီး ဒီလိုဒီပုံနဲ့လုံး

သွင်းကြကွ၊ ဒါက မူလကမ္မဋ္ဌာန်းပဲ၊ ဒီလိုသာ နှလုံးသွင်း
နေရင် မကြာမီ အလင်းရောင်တွေ ထွက်ပေါ်လာလိမ့်မယ်၊
အဲဒီလို ပထမအကြိမ် အလင်းရောင်ပေါ်လာရင် အဲဒါ
ပထမမဂ်ရပြီကွ၊ အဲဒီလိုပဲ ဆက်နှလုံးသွင်းရင် အလင်း
ရောင်စု ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ အသိဉာဏ်ကလေး ပေါ်လာလိမ့်
မယ်၊ အဲဒါ ဒုတိယမဂ်ပဲကွ၊ တတိယမဂ်၊ စတုတ္ထမဂ်တို့
ဟာလည်း ဒီအတိုင်း ဆက်နှလုံးသွင်းရင်းနဲ့ အလင်းရောင်
ဓာတ်တွေ ဆက်လက်ပေါ်ထွက်လာရင် ရပြီပေါ့ကွာလို့
ပြောပြလိုက်တယ်။

သူထံ တပည့်ခံပြီး နေကြတဲ့ ရဟန်းရှင်လူတွေက-
“ အင်း... ရဟန္တာမဟုတ်ဘဲနဲ့တော့ ဒီလိုတရားမျိုးကို
ဟောပြနိုင်ဖို့ မလွယ်လှဘူး၊ ဒီဆရာတော်ဟာ တကယ်
ရဟန္တာအစစ်ပဲဖြစ်ရမယ် ” လို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီး ကိုးကွယ်
ကြတယ်၊ အဲဒီဆရာတော် ပျံလွန်တော်မူတဲ့အခါကျတော့
ဒကာ ဒကာမတွေက ကျောင်းကို ရောက်လာကြပြီး -

“ အရှင်ဘုရားတို့၊ တပည့်တော်တို့ ဆရာတော်
ပျံလွန်တော်မူခါနီးမှာ ဘာစကားတွေများ မိန့်ခဲ့ပါသေး
သလဲဘုရား ” လို့ ကျောင်းရှိကိုယ်တော်တွေကို မေး
လျှောက်တော့ -

“ ဘာမိန့်စရာလိုသေးလဲကွ၊ အရင်ကတည်းက

ငါတို့ကို အတိအလင်းကြီး ဟောထားခဲ့ပြီးပြီပဲ ” လို့ ပြော
လိုက်ကြတယ်။

ဒကာ ဒကာမတွေကလည်း ဒီကိုယ်တော်တွေ
စကား အဟုတ်ထင်ပြီး ပန်းမဏ္ဍပ်၊ ပန်းထွက်တပ် စံကျောင်း
တော်တွေ ပြုလုပ်ပြီး အမွှေးနံ့သာတွေနဲ့ ပူဇော်လို့ (၇)ရက်
တိုင်တိုင် သာဓုကိဋ္ဌနသဘင်ပွဲ အကြီးအကျယ် ဆင်နွှဲကြ
တယ်၊ မီးသဏ္ဌိဟ်ပြီးတဲ့အခါ အရိုးတွေကို ကောက်ပြီးတော့
စေတီ တည်ထား ကိုးကွယ်ကြပါတယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ ရပ်ဝေးက အာဂန္တုဆရာတော်
တွေ ရောက်လာပြီး ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်ကို ဖူးချင်ပါ
တယ်လို့ဆိုတော့ လက်ရှိ ကျောင်းနေကိုယ်တော်များက
ဆရာတော် ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူသွားပြီလို့ ပြောကြပါ
တယ်။

အာဂန္တုကိုယ်တော်များက ပရိယတ္တိတတ်ကျွမ်း
တယ်ဆိုတော့ သေသေချာချာ စူးစမ်း ဝေဖန်ပြီး ပျံတော်မူ
သွားတဲ့ဆရာတော်ဟာ ရဟန္တာမဟုတ်ကြောင်း၊ ဘာမဂ်
ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်မှလည်း မရသေးကြောင်း၊ သူပြသနေတဲ့
ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကလည်း မှားယွင်းနေကြောင်း ပြောပြလိုက်
တော့ ကျောင်းမှ လက်ရှိကိုယ်တော်များက - “ ကိုယ်
တော်တို့ဟာ ဘာမှ မသိနားမလည်ဘဲ ရမ်းပြောနေကြ

တယ်။ ရပ်ရွာက ဒကာ ဒကာမတွေရော၊ ဒီကျောင်းက ကိုယ်တော်တွေရော ဘာမှ မသိဘူးထင်နေသလား၊ ကိုယ်တော်တို့ပဲ တတ်သိ နားလည်နေတယ်လို့ ထင်နေကြသလား၊ ကိုယ်တော်တို့ ကျောင်းတိုက်ထဲဝင်လာတော့ ကျောင်းပေါက်မှာ ဓာတ်တော်စေတီကို မမြင်ဘူးလား” စသည်ဖြင့် ပြောဆို ငြင်းခုံနေကြပါတယ်။

ကိုယ့်မှာ ရှိသင့်ရှိထိုက်တဲ့ ပညာမရှိတော့ ထင်ရာတွေလုပ်ပြီး ဆိုးကျိုးတွေနဲ့ပဲ ရင်ဆိုင်ရတော့တာပေါ့။ ဒါကြောင့် မေတ္တာအစရှိတဲ့ ဘာဝနာတရား ပွားများအားထုတ်တဲ့ သူတော်ကောင်းတို့ဟာ အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာရင့်ကျက်သူ ဖြစ်ရမယ်လို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူပါတယ်။



“ယဉ်ကျေးရမည် မြတ်ယောဂီ”

ကိုယ်နှုတ်စိတ် သုံးပါးလုံးမှာလည်း ရိုင်းစိုင်းမှုမရှိဘဲ ယဉ်ကျေးတဲ့သူ ဖြစ်ရပါမယ်။ ရဟန်းတော်များအဖို့တော့ သံဃာ့ပရိသတ်အလယ်မှာ ဂုဏ်ဝါကြီးမားတဲ့ ဆရာတော်များရဲ့ ရှေ့မှာ ခူးထောင်ပေါင်ကားနေထိုင်တာ၊ ဂုဏ်ဝါသိက္ခာငယ်တဲ့ ရဟန်းတော်များကို နေရာမရအောင် တားမြစ်တာ၊ နေရာကောင်းကောင်း ဆွမ်းကောင်းကောင်း ရဖို့ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ထေရ်ကြီးဝါကြီးများရဲ့ရှေ့ကနေ ကျော်တတ်ပြီး တိုးဝင်တာ၊ ငယ်ရွယ်တဲ့ ရဟန်းသာမဏေများနဲ့ လက်ခြေတို့ဆိတ် ဆော့ကစားနေတာ၊ ထိပ်ပုတ်ခေါင်းပုတ်နဲ့နေတာ အစရှိတဲ့ အမူအရာများဟာ ကိုယ်အမူအရာရဲ့ ရိုင်းစိုင်းခြင်းပါပဲ။

တရားဟောဖို့ အခွင့်ကြုံလာတဲ့အခါ ထေရ်ကြီး ဝါကြီး ဆရာတော်များကို ခွင့်မပန်ဘဲ တရားဟောတာ၊ အမေးပုစ္ဆာ ပြဿနာတွေကို ထေရ်ကြီးဝါကြီး ဆရာတော် များကို မပန်ကြားဘဲ ဖြေဆိုတာ၊ အရပ်ထဲမှာ ရဟန်း တော်များနဲ့ မလျော်တဲ့စကားကို ပြောဆိုတာတွေဟာ နှုတ်ရဲ့ ရိုင်းစိုင်းမှုတွေပါပဲ။ သံဃာတွေ ညီညွတ်စွာ စည်း ဝေးနေတဲ့နေရာမှာ ကျယ်ကျယ်လောင်လောင် ပြောဆို နေတာတွေဟာ နှုတ်ရဲ့ ကြမ်းတမ်းခြင်းပါပဲ။

စိတ်ထဲကနေ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ကို ခံစားဖို့ ကြံစည်နေတာ၊ သူတစ်ပါးတွေ စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲ ဖြစ်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲလို့ ကြံစည်နေတာ၊ သူတစ် ပါးတွေ အသက်အိုးအိမ် စည်းစိမ် ပျက်စီးသွားအောင် လုပ်ဖို့ ကြံစည်နေတာတွေဟာ စိတ်ရဲ့ ရိုင်းစိုင်းခြင်းပါပဲ။ မနာလိုစိတ်၊ ဝန်တိုစိတ်၊ ထောင်လွှားလိုစိတ်၊ သူတစ်ပါးကို နှိမ်လိုစိတ်၊ သတ်ဖြတ် ညှဉ်းဆဲလိုစိတ်တွေဟာလည်း စိတ်ရဲ့ ရိုင်းစိုင်းခြင်းပါပဲ။

မေတ္တာတရားဟာ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့တဲ့ သဘောရှိ ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရိုင်းစိုင်းတဲ့သူရဲ့ သန္တာန်မှာ မေတ္တာ တရား မတည်နိုင်ပါဘူး။ အဲဒါကြောင့် မေတ္တာတရား ပွား များမည့်သူဟာ ကိုယ်အမူအရာ၊ နှုတ်အမူအရာ၊ စိတ်

အမူအရာတွေ ယဉ်ကျေးသူသာ ဖြစ်သင့်တာကြောင့် ‘အပ္ပဂစ္ဆော - ဗိုက်ရိုင်းကြမ်းတမ်းခြင်းမရှိဘဲ ယဉ်ကျေး သူဖြစ်ရမယ်’ လို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူပါ တယ်။



“ ကပ်ငြိတွယ်တာ ပယ်စရာ ”

တရားကို တကယ်မြတ်နိုးလာတဲ့ သူတော်ကောင်းဟာ ကိုယ့်ရဲ့ မိဘ ဆွေမျိုးအရင်းအချာတွေ အပေါ်မှာတောင် ကပ်ငြိမှုမရှိပါဘူး။ သီဟိုဠ်ကျွန်း (သီရိလင်္ကာ) ကောရုဏ္ဏက ကျောင်းတိုက်က ဆရာတော်ကြီးရဲ့ တူတော်မောင်ရဟန်းလိုပေါ့။ အဲဒီရဟန်းဟာ ရောဟဏဇနပုဒ်ကို စာပေသင်ကြားဖို့ဆိုပြီး ထွက်သွားခဲ့ပါတယ်။ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာညောင်းခဲ့ပေမယ့်လို့ မိဘဆွေမျိုးတွေရဲ့ထံ ပြန်မလာပါဘူး။

ဝါကျွတ်တဲ့ တစ်နေ့မှာတော့ ဦးရိုးတော် ကောရုဏ္ဏကထေရ်အရှင်မြတ်က ရောဟဏဇနပုဒ်ကို သွားတော့ နှမ ဖြစ်သူ ပဉ္စင်းငယ်ရဲ့မိခင်က သားတော်ကို ဖူးတွေ့

လိုကြောင်း လျှောက်ထားပါတယ်။ သားတော်ရဟန်းကလည်း ဝါကျွတ်တော့ ဦးရိုးတော်ဆရာတော်ထံ အဖူးအမြော်သွားမယ်၊ မိဘတွေရဲ့ အဖူးအမြော်ကိုလည်း ခံယူမယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ရောဟဏဇနပုဒ်ကနေ ထွက်အလာ လမ်းခရီး မြစ်ကမ်းနားက သစ်ပင်ရင်းမှာ တူဝရီးနှစ်ပါး ဆုံမိကြတယ်။

ဦးရိုးတော်က ‘ မောင်ပဉ္စင်းရဲ့ မိခင် ဖခင်တွေက မောင်ပဉ္စင်းကို ဖူးတွေ့ချင်နေကြတယ် ’ လို့ မိန့်ကြားလိုက်ပါတယ်။ ပဉ္စင်းငယ်လည်း ဝါဆိုတဲ့နေ့မှာပဲ မွေးရပ်မြေကို ပြန်ရောက်ပါတယ်။ မိဘများ ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းထားတဲ့ကျောင်းမှာပဲ ဝါဆိုဝါကပ်ပါတယ်။ မိဘတွေကလည်း သားပဉ္စင်းကို မမှတ်မိ၊ သားပဉ္စင်းကလည်း မိဘတွေကို ပြောမပြပါဘူး။ နေ့စဉ် နေ့တိုင်း မိဘအိမ်ကိုပဲ ဆွမ်းခံကြွတယ်။ ဆွမ်းခံပြီးတာနဲ့ ဘာစကားမှ မပြောဘဲ ကျောင်းပြန်ကြွလေ့ရှိပါတယ်။

ဝါကျွတ်တဲ့အခါ မိဘတွေက သင်္ကန်းနဲ့ တင်လဲခဲကြီးကို ဆက်ကပ် လှူဒါန်းလိုက်ပါတယ်။ ပဉ္စင်းငယ်လည်း ရောဟဏဇနပုဒ်ကို ပြန်ကြွတော်မူပါတယ်။ လမ်းခရီးအရင်ဆုံခဲ့ဖူးတဲ့နေရာမှာ ဦးရိုးတော် မထေရ်မြတ်နဲ့ ပြန်ဆုံကြပါတယ်။ မထေရ်မြတ်ကလည်း ဝါကျွတ်တော့

ရောဟဏဇနပုဒ်ကနေ ပြန်ကြွလာတာကိုး၊ ကောရဏ္ဍက မထေရ်ရှင်မြတ်ကြီးနဲ့ အကျိုးစုံအကြောင်းစုံ ပြောဆိုကြပြီး တော့ ပဉ္စင်းငယ်က ဦးရီးတော်ကို တင်လဲခဲရေဖျော်ပြီး ဆက်ကပ်လိုက်ပါသေးတယ်၊ မိဘတွေ လျှို့ဝှက်တဲ့ သင်္ကန်း ကိုလည်း ဆက်ကပ်လျှို့ဝှက်ပြီး ရောဟဏဇနပုဒ်ကို ဆက်လက် ကြွသွားပါတယ်။

ကောရဏ္ဍက ထေရ်မြတ်တစ်ပါးတည်း ပြန်ကြွလာ တာကိုတွေ့ရတော့ နှမဖြစ်သူက ‘ ငါသားပဉ္စင်းတော့ သေပြီထင်ပါရဲ့၊ ဒါကြောင့် ကောရဏ္ဍကထေရ်တစ်ပါး တည်း ပြန်ကြွလာတာပဲ ’ လို့ ပြောပြီး ပဋ္ဌာမြေလူး ငိုတော့ တာပဲ၊ အဲဒီအခါ ထေရ်မြတ်ကြီးက နှမဖြစ်သူကို - ဝါဆို တုန်းက ပြန်ကြွလာတာသူသားပဲဖြစ်ကြောင်း၊ အခုသူသား တော်က မိမိကို သင်္ကန်းတောင်လျှို့ဝှက်သေးတဲ့အကြောင်း ပြောပြမှ မိခင်ဖြစ်သူဟာ ကျေနပ်သွားပြီး သားရှိရာ အရပ်မျက်နှာဆီကို မှန်းဆပြီး ရှိခိုးပါတော့တယ်၊ အဲဒီလို ကိုယ်တော်မျိုးဟာ မိဘ ဆွေမျိုးတွေမှာတောင် ကပ်ငြိမှု မရှိဘူးဆိုတော့ အခြားသူတွေအပေါ် ဘာပြောဖွယ်ရှိတော့ မှာလဲ၊ ယောဂီတို့လည်း အတုယူပြီး ကျင့်သုံးသင့်ပါတယ်။

လောကီဆိုင်ရာ စီးပွားရေး၊ ပညာရေး အစရှိတဲ့ ကိစ္စတွေမှာ အချို့အချို့လူတွေဟာ ဆွေမျိုးသားချင်းတွေ

ကို သိပ်ပြီးတော့ ခင်မင်မှုတွေကြောင့်ပဲ ရသင့်ရထိုက်တဲ့ အခွင့်အရေးတွေ ဆုံးရှုံးသွားကြရတယ်၊ အချို့က အပေါင်း အသင်း ရောင်းရင်းတွေကို တပ်ငြိ တွယ်တာကြတယ်၊ ကိုယ့်လင်သား ကိုယ့်မယားအပေါ်မှာ ခင်တွယ်လွန်းကြ တယ်၊ အချင်းချင်း မခွဲနိုင် မခွာနိုင်ဘူး၊ အဲဒါကြောင့် တစ်မြို့တစ်ရွာ၊ တစ်နယ်တစ်ကျေးကို စီးပွားရေးကိစ္စ၊ ပညာရေးကိစ္စ၊ ရာထူးဌာနနဲ့ရတိုးဖို့ ကိစ္စတွေအတွက် မလွဲမသွေသွားရမည့် ကိစ္စတွေမှာ ခွဲပြီးမသွားနိုင်ကြတာ ကြောင့် ကိုယ့်ရဲ့ အခြေအနေဟာ မတိုးတက်ဘဲ ဆုတ်ယုတ် ပြီးတော့တောင် သွားပါသေးတယ်။

တရား ကျင့်ကြံ ပွားများနေတဲ့ ရဟန်းရှင်လူတွေ ဟာလည်း ကိုယ်နဲ့ပတ်သက်ရာ ပတ်သက်ရာ သက်ရှိသက် မဲ့တွေရဲ့အပေါ်မှာ တွယ်တာမက်မောမှု အားကြီးနေကြ ရင် တရားအသိဉာဏ် မတိုးတက်တဲ့အပြင် ဆုတ်ယုတ် သွားတတ်ပါသေးတယ်၊ ရာထူးဌာနနဲ့ရ မက်မောတဲ့သူ ဟာလည်း ဒီ ရာထူးဌာနနဲ့ရ တည်မြဲဖို့ တိုးတက်ဖို့ ပြုလုပ် ပေးတဲ့သူအပေါ်မှာ မက်မော တွယ်တာနေတတ်ပါတယ်၊ မက်မောတွယ်တာမှုကြောင့်ပဲ ရောရောနှောနှော ဆက်ဆံ တတ်လာပါတယ်၊ လူတွေသာမဟုတ်၊ ရှင်ရဟန်းတွေ လည်း ဒီပုံဒီနည်းပါပဲ။

ကိုယ်ဆက်ဆံနေရတဲ့သူက ဝမ်းနည်းပူဆွေးစရာ အကြောင်းပေါ်လာရင် ကိုယ်ကပါ လိုက်ပြီးတော့ ဝမ်းနည်းပူဆွေးရတတ်ပါတယ်။ ကိုယ်နဲ့ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင် ချစ်ခင် ဆက်ဆံနေရသူက ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာမှုတွေ ဖြစ်လာရင် ကိုယ်ကပါ လိုက်ပြီး ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်လာပါတယ်။ ကိုယ်နဲ့ဆက်ဆံတဲ့သူက စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ချမ်းသာဖြစ်လာရင် ကိုယ်ကလည်း စိတ်ချမ်းသာ ကိုယ်ချမ်းသာ ဖြစ်လာပါတယ်။ ကိုယ်နဲ့ဆက်ဆံနေတဲ့သူက စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲဖြစ်လာရင် ကိုယ်ကပါလိုက်ပြီးတော့ စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲ ဖြစ်လာရပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက လမင်းလိုကျင့်ဖို့ ဟောတော်မူထားပါတယ်။ လမင်းဟာ ထက်ကောင်းကင်မှာ သွားတဲ့ အခါ ဘယ်သူနဲ့မှ ပေါင်းသင်းခြင်းကိုလည်း မပြု၊ တွယ်တာ ချစ်ခင်မှုကိုလည်း မပြုဘဲ ကိုယ့်လမ်းကို ကိုယ်သွားနေပါတယ်။ အဲဒီလို ကိုယ့်လမ်းကို ကိုယ်သွားနေခြင်းကြောင့် လူအများက လမင်းကို စက်ဆုပ်တယ်။ ရွံ့မုန်းတယ်လို့ မရှိပါဘူး။ အဲဒီ လမင်းကို ပုံစံထားပြီး ရှင်ရဟန်းများဟာ အများသူငါရဲ့ ချစ်ခင် မြတ်နိုးမှုကို ခံယူပြီး ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ်လုပ်နေရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ရှင်ရဟန်းများဟာ အိမ်သား အိမ်သူ လူတွေနဲ့

ဆက်ဆံတဲ့အခါ မိမိကိုယ်ကို ဧည့်သည်လိုသဘောထားပြီး ကိုယ်လည်းခွာ စိတ်လည်းခွာပြီး ဆက်ဆံရမယ်လို့လည်း ဟောမိန့်တော်မူပါတယ်။ ဧည့်သည်တို့မည်သည် အိမ်ရှင်က ဧည့်ခံ ကျွေးမွေးတဲ့အခါ စားသောက်ပြီး အိမ်ရှင်တွေနဲ့ ရောနှော ပေါင်းသင်းမှု၊ အိမ်ရှင်တွေရဲ့ ဆောင်ရွက်ဖွယ် ကိစ္စတွေမှာ ဝင်ရောက်စွက်ဖက်မှုမရှိဘဲ ထွက်ခွာသွားသလို သလုံးမြင်းခေါင်း ခြေနှစ်ချောင်းကို အားကိုးပြီး အိမ်စဉ် လှည့်လည်လို့ ဒကာ ဒကာမတွေနဲ့ ရောနှော ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံမှုမပြုဘဲ သားရေး သမီးရေး စီးပွားရေး လူမှုရေး ကိစ္စတွေမှာလည်း ဝင်ရောက်စွက်ဖက်မှုမရှိဘဲ နေထိုင် ကျင့်သုံးရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

မြတ်စွာဘုရား သက်တော်ထင်ရှား ရှိတော်မူစဉ် အခါတစ်ပါးမှာ ရဟန်းတော်တွေကို- “ ချစ်သားရဟန်းတို့၊ ဘယ်လိုရဟန်းမျိုးဟာ လူဒကာ ဒကာမများထံ ကပ်ရောက်သင့် ကပ်ရောက်ထိုက်ပါသလဲ ” လို့ မေးတော်မူတဲ့အခါ ရဟန်းတော်များက “မြတ်စွာဘုရားကသာ ဟောကြားတော်မူပါဘုရား” လို့ လျှောက်ထားကြပါတယ်။ အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက လက်တော်ကို အပေါ်မြှောက်ပြီး လှုပ်ပြတော်မူလိုက်ပါတယ်။

ဒီလက်ဟာ ကောင်းကင်မှာ တွယ်တာကပ်ငြိမှု မရှိ

သလို ရဟန်းတို့မည်သည် ဒကာ ဒကာမများထံ ချဉ်းကပ်တဲ့အခါ ဒကာ ဒကာမတွေရဲ့အပေါ်မှာ ကပ်ငြိမှုမရှိစေပဲ 'ပစ္စည်းဥစ္စာ အလိုရှိသူများလည်း ပစ္စည်းဥစ္စာရကြပါစေ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု အလိုရှိသူများလည်း အလှူဒါန ပြုနိုင်ကြပါစေ' လို့ သဘောထားရတယ်။ မိမိ လိုတာရလို့ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်သလို အခြားသူတွေ လိုတာရရင်လည်း ဝမ်းမြောက်ရတယ်။ အဲဒီလိုရဟန်းမျိုးဟာ ဒကာ ဒကာမတွေထံ ချဉ်းကပ်သင့် ချဉ်းကပ်ထိုက်တယ်။ ငါ့သားတော် မဟာကဿပဟာ ဒီဂုဏ်အင်္ဂါတွေရှိတယ်။ သင်တို့လည်းပဲ မဟာကဿပလို ကျင့်ကြံကြပါ' လို့ အရှင်မဟာကဿပထေရ်ကို စံနမူနာထားပြီး ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

ရာထူးအာဏာရှိတဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေ၊ စီးပွားဥစ္စာပြည့်စုံတဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေ၊ အချိန်အဝါရှိတဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေကို မက်မောတွယ်တာတဲ့ ရဟန်းများဟာ များသောအားဖြင့် ပစ္စည်းဥစ္စာကိုပဲ အလေးအမြတ် ပြုတတ်ပါတယ်။ သူတော်ကောင်းတရား ကျင့်သုံးဖို့ စိတ်မဝင်စားကြပါဘူး။ လာဘ်လာဘ ပေါများအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရပါမလဲလို့သာ ကြံစည်နေတတ်ကြပါတယ်။ အဲဒီလိုကိုယ်တော်မျိုးဟာ ဘယ်မှာ တရားရှိတော့မှာလဲ။

ကိုယ် လာဘ်လာဘရဖို့လောက်ပဲ အလေးထားတဲ့သူဟာ သူတစ်ပါးအပေါ်မှာ အကျိုးလိုလားတဲ့ မေတ္တာစိတ်မထားနိုင်ပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် မေတ္တာဘာဝနာရဲ့ ရှေ့ပြေးအကျင့်များမှာ 'ဒကာ ဒကာမတွေအပေါ် တွယ်တာမှုကင်းသူ ဖြစ်ရမယ်' လို့ မိန့်ကြားချင်တာကြောင့် 'ကုလေ သွနနုဂိဒ္ဓေါ 'လို့ ဟောကြားတော်မူခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အခြားဘာဝနာတွေ ပွားများသူဟာလည်း တွယ်တာကပ်ငြိမှုတွေ များနေရင် ဘာဝနာလုပ်ငန်းစဉ် ဆုတ်ယုတ်တတ်ပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် ငြိတွယ်မှုကင်းအောင် ကြိုးစား ကျင့်သုံးကြပါ။



“ ကဲ့ရဲ့စရာ ရှောင်ရှားပါ ”

ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေ ကဲ့ရဲ့ ပြစ်တင် ရှုတ်ချတဲ့ ယုတ်ညံ့ သိမ်နုတ်တဲ့ အမှုမျိုးကို ကြီးကြီးမားမားမဆိုထားနဲ့ အနည်းငယ် အသေးအဖွဲ့ကလေးကိုတောင် မပြုလိုက်ပါနဲ့၊ မပြောလိုက်ပါနဲ့၊ မတွေးလိုက်ပါနဲ့လို့ ဟောကြား မိန့်တော်မူလိုက်ပါသေးတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက ရှေ့ပိုင်းမှာ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများမည့်သူရဲ့ ပြုကျင့်ရမည့် ရှိသင့်ရှိထိုက်တဲ့ ဂုဏ်အင်္ဂါတွေကို ဟောကြားပြီးသော်လည်း သတ္တဝါတွေရဲ့သဘောဟာ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကျင့်နေတယ်၊ ပြုလုပ်နေတယ်ဆိုပေမယ့်လို့- ‘ဒီလောက်အများကလေးကတော့ ကိစ္စမရှိပါဘူး၊ မပြောပလောက်ပါဘူး’လို့ ထင်မြင် ယူဆပြီး ဒုစရိုက်အမှုကလေး

တွေကို ပြုလုပ်တတ်သေးတဲ့အတွက်ကြောင့် အဲဒီလို အများကလေးတွေကို မပြုကျင့်မိလေအောင် သတိပေးလိုက်တာပါ။

မြတ်စွာဘုရား သက်တော်ထင်ရှား ရှိတော်မူစဉ်က သာဝတ္ထိမြို့ ဇေတဝန်ကျောင်းတိုက်မှာ ရဟန်းတစ်ပါးဟာ သံယံက သေနာသနအသုံးအဆောင်ဖြစ်တဲ့ ညောင်စောင်းအင်းယျဉ်တွေကို ဟင်းလင်းပြင်မှာ သုံးစွဲပြီး ပြန်မသိမ်းဆည်းဘဲ ပစ်ထားခဲ့ပါတယ်။ မိုးရွာရင်လည်း စိုရွှဲကုန်တယ်၊ နေပူလျှင်လည်း ပျဉ်ချပ်တွေ ကျဲကုန် သံမှိုတွေ ကြွကုန်တယ်၊ ခြွေတွေလည်း ခဲစားကုန်တယ်။

ရဟန်းတော်များက- “ ငါ့ရှင်၊ သံယံကအသုံးအဆောင်ကိုသုံးပြီးရင် ပြန်လည်သိမ်းဆည်းရတယ်”လို့ ပြောဆိုကြတော့- “ငါ့ရှင်တို့ဘုရား၊ တပည့်တော်ရဲ့အပြစ်ဟာ မပြောပလောက်ပါဘူး၊ ဒါလောက်ကလေးကို ပုံကြီးချဲ့မနေကြပါနဲ့ဘုရား” စသည်ဖြင့် ပြန်လှန် ဆင်ခြေကန်တာကြောင့် ရဟန်းတွေက မြတ်စွာဘုရားထံ အကြောင်းစုံကို လျှောက်ထားကြပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားက အဲဒီကိုယ်တော်ကို ခေါ်ယူ မေးမြန်း စစ်ဆေးပြီး- “ချစ်သား မကောင်းမှုဒုစရိုက်ကို အသေးအမွှားကလေးပဲဆိုပြီး ပေါ့ပေါ့တန်တန် မယူဆလိုက်ပါနဲ့၊ ဟင်းလင်းပြင်မှာ အဖုံးဖွင့်ထားတဲ့ အိုးဟာ

ရေပေါက်ရေစက် ကျန်များလာတဲ့အခါ ပြည့်သွားသလို ဒုစရိုက်အမှုကလေးဟာလည်း နည်းနည်းချင်း ပြုစုနုများ လာရင် ကိုယ့်ရဲ့စိတ်အစဉ်မှာ မကောင်းမှုဒုစရိုက်တွေနဲ့ ပြည့်ဝ သွားလိမ့်မယ် ” လို့ ဟောကြားတော်မူလိုက်ပါတယ်။

ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်တယ်ဆိုတဲ့ နေရာမှာလည်း ပညာ ကင်းမဲ့သူတွေ၊ ဘာမှ ဗဟုသုတမရှိတဲ့သူတွေအနေနဲ့က တော့ ကိုယ့်စိတ်နဲ့မတည့်ရင် ကြံဖန်ပြီး ကဲ့ရဲ့ ပြစ်တင်တတ် ကြပါတယ်။ ဘယ်လောက်ပဲ ကောင်းတာတွေ လုပ်နေနေ၊ ကြံဖန်အပြစ်ရှာပြီး ပြောဆိုတတ်ကြပါတယ်။ ပညာရှိသူ တော်ကောင်းတွေကတော့ အကျိုးအကြောင်းကို ဉာဏ်နဲ့ သေသေချာချာ စိစစ် သုံးသပ်ပြီး တကယ်ကဲ့ရဲ့ထိုက်တဲ့သူ ကို တကယ် ကဲ့ရဲ့ကြပါတယ်။ ချီးမွမ်းထိုက်သူကိုလည်း တကယ် ချီးမွမ်းကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပညာရှိသူတော် ကောင်းတွေ ကဲ့ရဲ့စရာကိုစွဲကို အနည်းငယ်ကလေး၊ အ သေးအမွှားကလေးကိုတောင် မပြုမီ၊ မပြောမိစေဖို့ သတိ ပေး ဟောကြားတော်မူထားပါတယ်။

အသေးအမွှားကလေးပဲဆိုပြီး ဂရုမစိုက်ဘဲ ဒုစ ရိုက်အမှုတစ်ခုခုကို ပြုမိလိုက်ပြီဆိုရင် တရားဘာဝနာ ကျင့်ကြံ ပွားများတဲ့အခါမှာ ကိုယ်ပြုခဲ့ပြီးတဲ့ အမှားကလေး ဟာ စိတ်ထဲမှာ ပြန်ပေါ်လာတတ်တယ်။ အဲဒီအခါ နောင် တ ပူပန်မှုတွေ ဖြစ်ရတယ်။ ဒီလို စိတ်တွေ ပူပန်နေရတာ

ကို ‘ ကုကုစွ ’ လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကုကုစွဟာ ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေ၊ ဈာန်တရားတွေ၊ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်တွေကို ဖြစ်ပေါ်ခွင့်မရအောင် ပိတ်ပင်တတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပိတ် ပင်မှုတွေ မဖြစ်စေလိုတဲ့အတွက်ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက- ‘ပညာရှိသူတော်ကောင်းများ ကဲ့ရဲ့ဖွယ်အမှုကို အနည်း ငယ်ကလေး၊ အသေးအမွှားကလေးကိုတောင်မှ မပြုပါနဲ့’ လို့ မေတ္တာဘာဝနာ မပွားများမီ ပြုကျင့်ရမည့် ရှေ့ပြေး အကျင့်အနေနဲ့ ဟောကြားတော်မူထားပါတယ်။

အဲဒီလို မေတ္တာဘာဝနာရဲ့ ပုဗ္ဗဘာဝပဋိပဒါ (မေတ္တာ မပွားများမီ ရှေ့ပြေးအကျင့်တရား) ကို ဟောကြားပြီးတဲ့ နောက် မြတ်စွာဘုရားဟာ ရုက္ခစိုးနတ်၊ ဘုမ္မစိုးနတ်၊ တော စောင့်နတ်၊ တောင်စောင့်နတ်တွေရဲ့ နှောင့်ယှက်မှုဘေး ရန်ကို ပယ်ရှားဖို့ အရံအတားပြုလုပ်ဖို့၊ လက်ရှိ ပွားများ နေတဲ့ ဝိပဿနာတရားရဲ့ အခြေခံဖြစ်ဖို့ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများပုံကို ပြလိုတော်မူတဲ့အတွက်ကြောင့် ‘ သုခိနောဝါ ခေမိနော ဟောန္တူ၊ သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တူ သုခိတတ္တာ ’ လို့ ဆက်လက်ပြီးတော့ ဟောပြတော်မူလိုက်ပါတယ်။



“ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ ”

‘ သဗ္ဗသတ္တာ - ယုတ်မြတ်မဟူ သူငါကစ သတ္တဝါ အနန္တ မှန်သမျှတို့သည်၊ သုခိနော - ကိုယ်၏ ချမ်းသာခြင်း ရှိကြကုန်သည်၊ ဟောန္တု-ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ သုခိ တတ္တာ-စိတ်ချမ်းသာခြင်းရှိကြကုန်သည်၊ ဟောန္တု-ဖြစ် ကြပါစေကုန်သတည်း။ ဘုန်းကြီးတို့ကတော့ လွယ်လွယ် ကူကူနဲ့ အဓိပ္ပာယ်နားလည်အောင် ‘လုံးစုံများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ’ လို့ တပည့်ဒကာ ဒကာမတွေ ကို ပို့ချ သင်ကြားပေးပါတယ်။

ဘာဝနာတရား မပွားများမီ ရှေ့အဖို့က ပြည့်စုံရ မည့် အကျင့်လမ်းစဉ်ကို ဟောကြားပြီးပြီဖြစ်လို့ အလုံးစုံ သော သတ္တဝါတွေ စိတ်ရော ကိုယ်ပါ ချမ်းသာကြပါစေလို့

မေတ္တာပီလိက်တာပါ။ ယနေ့ လောကမှာလည်း တစ် ယောက်နဲ့တစ်ယောက် အကြောင်းကိစ္စရှိလို့ ဖုန်းဆက် စကားပြောပြီးရင် (သို့မဟုတ်) စာရေး အကြောင်းကြား ပြီးရင် - ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေလို့ အချို့သူတွေ မေတ္တာပို့ကြတာ တွေ့ဖူး ကြုံဖူးမှာပေါ့။

အချို့ကျတော့ ဖုန်းဆက်ပြီးရင် ဂွတ်ဘိုင်တို့၊ ဂွတ် နိုက်တို့၊ ဘိုင်ဘိုင်တို့ လုပ်ကြပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားက လည်း မေတ္တာဘာဝနာရဲ့ ရှေ့ပြေးကျင့်စဉ်တွေကို ပြည့် ပြည့်စုံစုံ ဟောပြောပြီးသွားတာကြောင့် မေတ္တာပို့လိုက်တာ ပါပဲ။ သတ္တဝါတွေ အားလုံးကိုပေါင်းပြီး မေတ္တာပို့ပုံကို ဟောတော်မူပြီးနောက် အဲဒီသတ္တဝါအားလုံးကို အမျိုးမျိုး အဖုံဖုံ ခွဲခြားပြီး မေတ္တာပွားများပုံ အကျယ်ကို ပြတော်မူ လိုတဲ့အတွက် “ ကြွင်းမဲ့ဥဿုံ အလုံးစုံကုန်သော ပုထုဇဉ် သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်မှု ကင်းကုန်သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များ။

ရှည်လျားသော ခန္ဓာကိုယ်ရှိသော သတ္တဝါများ၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမားသော သတ္တဝါများ၊ မကြီးမငယ် အလယ် အလတ်စား သတ္တဝါများ၊ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သော ခန္ဓာကိုယ်ရှိ သော သတ္တဝါများ၊ သေးငယ်သော ခန္ဓာကိုယ်ရှိသော သတ္တဝါများ၊ ဆူဖြိုးဝတုတ် လုံးဝန်းသော ခန္ဓာကိုယ်ရှိသော

သတ္တဝါများ၊ မြင်ဖူးသော သတ္တဝါများ၊ မမြင်ဘူးသော သတ္တဝါများ၊ ဝေးလံသော အရပ်မှာနေကြတဲ့ သတ္တဝါများ၊ အနီးအရပ်မှာနေကြတဲ့ သတ္တဝါများ၊ နောင်ဘဝသစ် ဖြစ်စရာမရှိသော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များ၊ နောင်ဘဝသစ် ဖြစ်ခွင့် ရှိသေးသော သေက္ခပုဂ္ဂိုလ် ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ လောကမှာရှိသမျှ ယခုဆိုအပ်ပြီးသော သတ္တဝါများ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ချမ်းသာကြပါစေ ” လို့ ဟောပြတော်မူလိုက်ပါတယ်။

အဲဒီစကားရပ်ထဲမှာ ခန္ဓာကိုယ်ရှည်လျားတဲ့ သတ္တဝါဆိုတာ မြွေတို့၊ နဂါးတို့လို သတ္တဝါတွေပေါ့၊ ကြီးမားတဲ့ခန္ဓာကိုယ်ရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေဆိုတာ ရေထဲမှာဆိုရင် ဝေလငါးလိုသတ္တဝါပေါ့၊ ကုန်းသတ္တဝါထဲမှာဆိုရင် ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွားတို့လို သတ္တဝါတွေပေါ့၊ သေးငယ်တဲ့သတ္တဝါတွေဆိုတာ သန်းတို့၊ ကြမ်းပိုးတို့၊ ရွှေတို့၊ ဖြူတ်တို့လို သတ္တဝါတွေ ပေါ့၊ ဆူဖြိုးဝိုင်းဝန်းတဲ့ သတ္တဝါဆိုတာ ခရုတို့၊ လိပ်တို့လို သတ္တဝါတွေပေါ့၊ မေတ္တသုတ်တော်လာ မေတ္တာပွားပုံကို လွယ်လွယ်ကူကူ မှတ်သား ပွားများဖို့ လွယ်ကူအောင် ဘုန်းကြီးချပေးတဲ့အတိုင်း လိုက်ဆိုကြည့်ကြပါ။

ဘုံသုံးဆယ်တစ် ဖြစ်ဖြစ်များစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ကြောက်တတ် မကြောက်တတ် နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

မြင်ဖူး မမြင်ဘူး နှစ်ဦးများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ဝေးနေ နီးနေ နှစ်ထွေများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ဘဝဇာတ်သိမ်း မသိမ်းများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ရှည်တိုအလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ကြီးငယ်အလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ဆူကြုံအလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။



“ ခွဲခြားစိတ်ဖြာ ပွားမေတ္တာ ”

သတ္တဝါအားလုံးကို ပေါင်းပြီး မေတ္တာပို့ပုံကို ဟောပြောပြီးမှ ဘာကြောင့် ကြောက်တတ် မကြောက်တတ် စသည်ဖြင့် သတ္တဝါတွေကို ခွဲခြားပြီး မေတ္တာပွားပုံကို ထပ်မံ ဟောနေရတာလဲဆိုတော့... သတ္တဝါတွေရဲ့ စိတ်ဟာ အာရုံအမျိုးမျိုးမှာ ကျင်လည် ကျက်စားပြီးနေတဲ့အချိန်က များတာကြောင့် အစပထမမှာ တစ်ခုခုသောအာရုံမှာ မေတ္တာစိတ်ကိုထားရင် ကောင်းကောင်းမတည်တဲ့နိုင်သေးပါဘူး။

အဲဒါကြောင့် အလီလီခွဲခြားပြီး မေတ္တာပို့ပုံကို ဟောကြားပေးတော်မူရပါတယ်။ များပြားလှတဲ့အာရုံမှာ မေတ္တာစိတ် လိုက်ပြီး ပွားများနေရာက တဖြည်းဖြည်းနဲ့

ကိုယ်ပို့လိုရာ အာရုံတစ်ခုခုမှာ စွဲမြဲ တည်တံ့သွားပါတယ်။ နောက်တစ်နည်းပြောရရင် စိတ်တို့မည်သည် ထင်ရှား ပေါ်လွင်တဲ့ အာရုံမှာသာ အလွယ်တကူနဲ့ တည်တံ့နိုင်ပါတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့လို့ ဘုရားကိုယ်တော်မြတ်ထံမှာ တရားတော်ကို နာယူနေကြတဲ့ ရဟန်းတော်များအတွက် ထင်ရှားတဲ့အာရုံမှာ စိတ်တည်တည်တံ့တံ့ရှိအောင် ထားနိုင်ဖို့ရန် ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်တတ်တဲ့ သတ္တဝါ၊ မကြောက်ရွံ့ မထိတ်လန့်တတ်တဲ့ သတ္တဝါ စသည်ဖြင့် မေတ္တာတရားရဲ့ အာရုံကို အမျိုးမျိုးပြပြီးတော့ ဟောကြားတော်မူရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

မေတ္တာဘာဝနာဆိုတာ သတ္တဝါတွေရဲ့ ကျန်းမာ ချမ်းသာရေး တစ်ခုတည်းကိုသာ လိုလားတောင့်တ ပွားများနေရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဆင်းရဲဒုက္ခကနေ လွတ်ကင်းဖို့၊ အကျိုးစီးပွားမဲ့မှုကို ပယ်ရှားဖို့အတွက်လည်း လိုလားတောင့်တပြီး ပွားများရပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက--

“တစ်ယောက်သောသူက အခြားတစ်ယောက်သောသူကို ကော်က်ကျစ်လှည့်ပတ် စဉ်းလဲမှုမပြုပါစေနဲ့၊ ဘယ်နေရာ ဘယ်ဒေသမှာမဆို ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ် တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုမျှ ပမာမခန့် မထိမဲ့မြင် မပြုပါစေနဲ့၊ ကိုယ်အမူ

အရာနဲ့ဖြစ်စေ၊ နှုတ်အမှုအရာနဲ့ဖြစ်စေ ထိပါးပုတ်ခတ်မှု မရှိပါစေနဲ့၊ ဒေါသစိတ်တွေလည်း ကင်းနိုင်ကြပါစေ၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်လိုတဲ့ စိတ်တွေ ကင်းကြပါစေ” လို့လည်း ပွားများပေးရမယ်လို့ ဟောကြား တော်မူပါတယ်။

အဲဒီလို မေတ္တာစိတ်နဲ့ တောင့်တ ပွားများပုံကို အလွယ်တကူ မှတ်သား ကျင့်သုံးနိုင်အောင်လိုက်ဆိုကြ-

တစ်ယောက်သူကား တစ်ယောက်အား လှည့်စားအပြု ကင်းပါစေ၊

တစ်ရပ်ရပ်တွင် တစ်ယောက်မြင် မာန်ဝင်ထိမဲ့ ကင်းပါစေ၊

ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထင် ဒေါသဖြင့် ပြုကျင့်ခြင်း လည်း ကင်းပါစေ၊

ဆင်းရဲလိုခြင်း အချင်းချင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ၊

တစ်ဦးတစ်ယောက်အပေါ်မှာ မေတ္တာ တကယ်ရှိ နေပြီဆိုရင် ကိုယ်မေတ္တာရှိတဲ့သူကို လှည့်စားတာ၊ ကောက် ကျစ်စဉ်းလဲမှုပြုတာမျိုး မလုပ်ရက်တော့ပါဘူး၊ မေတ္တာစိတ် မရှိကြလို့သာ လှည့်ပတ် စဉ်းလဲ ကောက်ကျစ်နေကြတာပါ။ အလှည့်စား အစဉ်းလဲ ခံရတဲ့သူကလည်း ဘယ်လိုလုပ်ပြီး တော့ စိတ်ချမ်းသာနိုင်တော့မှာလဲ၊ နှစ်ဦးနှစ်ဝ မကောင်း

ကျိုးတွေ မဖြစ်စေလိုတာကြောင့် လှည့်ပတ်ကောက်ကျစ် စဉ်းလဲမှု ကင်းပါစေလို့ တောင့်တပြီး မေတ္တာပွားများရတာ ပါ။

မိမိမေတ္တာရှိတဲ့သူအပေါ်မှာ မာန်ထောင်လွှားမှု လည်း မပြုရပါဘူး၊ မာနဟာ ထောင်လွှားခြင်း၊ မိမိကိုယ် ကို အထင်ကြီးခြင်းသဘော ရှိပါတယ်။ မိမိကိုယ်ကို အထင် ကြီးလာရင် သူတစ်ပါးကို အထင်သေးလာတတ်တာဟာ သဘာဝပါပဲ၊ တကယ် ချစ်ခင်မြတ်နိုးတဲ့စိတ် ပေါ်ပေါက် နေရင် အဲဒီ ချစ်ခင်မြတ်နိုးရသူကို အာရုံပြုပြီး စိတ်ထား ဟာ နူးညံ့ သိမ်မွေ့သွားပါတယ်။ မာနထောင်လွှား နေတာ ဟာ မေတ္တာစိတ် ကင်းနေလို့ပါ။

အရပ်ထဲမှာလည်း ကြည့်ကြပေါ့၊ ထောင်ထောင် လွှားလွှားနေတဲ့သူ၊ သူတစ်ပါးကို မထိမဲ့မြင် ပြုတတ်သူကို ပတ်ဝန်းကျင်က မုန်းတီးလာကြပါတယ်။ အမြင်ကပ်လာ ကြပါတယ်။ မထိမဲ့မြင်အပြုခံရရင် တရားအသိဉာဏ် နည်း တဲ့သူအဖို့ စိတ်မဆိုးဘဲ ဘယ်မှာ နေနိုင်တော့မှာလဲ၊ ထောင် လွှားမောက်မာပြီး မထိမဲ့မြင်ပြုတတ်သူရော၊ မထိမဲ့မြင် အပြုခံရတဲ့သူရော နှစ်ဦးစလုံးအဖို့ မကောင်းကျိုးတွေသာ ဖြစ်ပေါ်လာစေတတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် သတ္တဝါတိုင်း သတ္တဝါတိုင်းရဲ့အပေါ်မှာ မထိမဲ့မြင်ပြုမှု ကင်းပါစေဆို တဲ့ တောင့်တစိတ်နဲ့ မေတ္တာပွားရပါတယ်။



“နယ်စည်းမထား မေတ္တာပွား”

ဒေါသဖြစ်ပေါ်လာရင် မိမိအဖို့မှာလည်းပုံပျက် ပန်းပျက်ဖြစ်၊ စကားပြောတွေ ချွတ်ချော်၊ အသားတွေ တဆတ်ဆတ်တုန်လို့ သိပ်ကြာလာရင် နှလုံးရောဂါတွေ စိတ်ရောဂါတွေတောင် ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ ကိုယ်က ဒေါသထွက်ပြီး ကိုယ်နဲ့ဖြစ်စေ၊ နှုတ်နဲ့ဖြစ်စေ ပြုလုပ် ပြောဆိုလိုက်ရင် ခံလိုက်ရတဲ့သူအဖို့မှာလည်း စိတ်ရောကိုယ်ပါ ဆင်းရဲတတ်ပါတယ်။ နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အကျိုး ဆုတ်ယုတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သတ္တဝါတိုင်း၊ သတ္တဝါတိုင်းအပေါ် ကောင်းကျိုး လိုလားသူတိုင်းဟာ ဒေါသစိတ်ကင်းရှင်းဖို့ လိုပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် အချင်းချင်း ဆင်းရဲအောင်ပြုလိုမှု ကင်းရှင်း ပါစေလို့ မေတ္တာစိတ်ပွားများဖို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

မေတ္တသုတ်တော်မှာ နောက်ထပ် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာရဲ့ ညွှန်ကြားပုံက- “မွေးသည့်မိခင် ကျေးဇူးရှင်ဟာ မိမိရင်နှစ် သည်းချာ တစ်ဦးတည်းသားရတနာကို အသက်နှင့်လဲပြီး စောင့်ရှောက် ကယ်တင်သလို အားလုံးသော သတ္တဝါတွေ ရဲ့အပေါ်မှာ အတိုင်းအတာပမာဏ ကန့်သက်ချက်မရှိတဲ့ မေတ္တာစိတ်ကို ပွားများပါ” လို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများတဲ့အခါမှာ မေတ္တာစိတ် ကို အကောင်းဆုံး အစွဲအမြဲဆုံးထားပြီး ပွားများရပါတယ်။ ‘မိခင်ဖြစ်သူဟာ မိမိသားသမီးတွေရဲ့အပေါ်မှာထားရှိတဲ့ မေတ္တာမျိုးလို အကြီးမားဆုံးမေတ္တာမျိုး ဖြစ်စေရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ မိမိကိုယ်တိုင် ဝမ်းနဲ့လွယ်ပြီး မွေးခဲ့ရတဲ့မိခင် ဟာ အမြဲသာဝရ နီးနီးကပ်ကပ် ယုယုယယနဲ့ နို့ချိုတိုက် ကျွေးပြီး ပြုစုခဲ့ရတဲ့အတွက်ကြောင့် မိခင်ရဲ့မေတ္တာစိတ် ဟာ များသောအားဖြင့် ဖခင်ရဲ့မေတ္တာစိတ်ထက် သာလွန် ပါပါတယ်။

သတ္တဝါတွေရဲ့အပေါ်မှာ အကြီးမားဆုံး အကောင်း ဆုံး မေတ္တာစိတ်တွေ ထားစေချင်တာကြောင့် မိခင်ရဲ့ မေတ္တာကို ပုံစံထားပြီး မြတ်စွာဘုရားက ဟောကြားတော်မူ တာပါ။ သူတစ်ပါးရဲ့သားသမီးကို ခေါ်ယူ မွေးစားတဲ့ မိခင် တွေလည်း မွေးစားသားသမီးအပေါ်မှာ မေတ္တာရှိကြ

တာပါပဲ၊ ဒါပေမယ့်လို့ မိမိကိုယ်တိုင် ဝမ်းနဲ့လွယ်ပြီး မွေးပေးခဲ့ရတဲ့ သားအရင်းထက်တော့ ပိုပြီး မေတ္တာမထားနိုင်ကြပါဘူး။

သတ္တဝါတိုင်း၊ သတ္တဝါတိုင်းရဲ့အပေါ်မှာ မိခင်က သားအရင်းခေါက်ခေါက်အပေါ် ထားတဲ့မေတ္တာမျိုးနဲ့ ပွားများပေးပါလို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။ သားအရင်းဖြစ်ပင်ဖြစ်သော်လည်း သားသမီးများတဲ့မိခင်ဟာ မေတ္တာထားရမည့်သူ များနေတော့ ဘယ်သူ့အပေါ်မှာ မေတ္တာအကြီးမားဆုံးလဲဆိုတာ ပြောရခက်တယ်။ သားတစ်ယောက်တည်းရှိတဲ့ မိခင်ကတော့ တစ်ယောက်တည်းသော သားရဲ့အပေါ်မှာ မေတ္တာစိတ်ရှိသမျှ စုပုံပြီးထားတတ်ပါတယ်။

အဲဒါကြောင့် တစ်ဦးတည်းသောသားရဲ့အပေါ်မှာ မိခင်ကထားရှိတဲ့ မေတ္တာမျိုးနဲ့ ပွားများပေးဖို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။ အဲဒီ တစ်ဦးတည်းသောသားအတွက် မိခင်ဟာ အသက်ကိုတောင် စွန့်ပြီး စောင့်ရှောက်ကြပါတယ်။ အခြား ကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ်တို့ အပြင်အပ ပစ္စည်းဥစ္စာတို့ကတော့ ဘာမှ မစွန့်နိုင်တာရယ်လို့ မရှိဘူးပေါ့၊ မိမိရဲ့အသက်ထက်တောင် ပိုပြီး ချစ်ကြပါတယ်။ သတ္တဝါတွေအပေါ်မှာ တစ်ဦးတည်းသော မိမိရဲ့ရင်သွေးရတနာကို အသက်နဲ့

လဲပြီး ကာကွယ် စောင့်ရှောက်တဲ့ မေတ္တာမျိုးထားပြီး ပွားများပါလို့ ဆိုလိုပါတယ်။

မေတ္တာပွားတဲ့အခါမှာလည်း ကိုယ်ပွားချင်တဲ့သူကို ပွားပြီး မပွားချင်တဲ့သူကို ချန်ထားခဲ့တာမျိုး မလုပ်ပါနဲ့၊ သတ္တဝါအားလုံးရဲ့အပေါ်မှာ အတိုင်းအတာ ကန့်သတ်ချက်မထားဘဲ ပွားများပါလို့ ညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ငယ်ငယ်တုန်းက- ‘အားလုံးသတ္တဝါ ဘေးရန်ကွာချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ’လို့ မေတ္တာပို့နေတော့ ဒကာကြီးတစ်ယောက်က- ‘ငါ့တူ၊ မေတ္တာမပို့ကောင်းတဲ့သူတွေ ရှိသေးတယ်ကွ၊ အဲဒါကြောင့် အားလုံးသတ္တဝါလို့ မဆိုနဲ့’ လို့ ပြောတယ်။

‘မေတ္တာမပို့ကောင်းတာ ဘယ်သူတွေလဲ’လို့ မေးတော့- ‘ကျီးနှင့် ကြွက် ခြင် ကြမ်းပိုး ဤလေးမျိုး မေတ္တာပို့ထဲမပါကွ’လို့ ပြောတယ်။ သူ့အကြောင်းပြချက်ကတော့ ကျီးကလည်း သူမွေးထားတဲ့ ကြွက်ပေါက်စကလေးတွေ၊ ဘဲပေါက်စကလေးတွေကို လာလာပြီး ချီသွားတယ်။

ကြွက်ကလည်း သူ့အဝတ်အစား အသစ်စက်စက်တွေကို ကိုက်ပစ်တာ တစ်ထည်မှ အကောင်းမရှိတော့ဘူးဆိုပဲ၊ ခြင်ကလည်း ကိုက်ထားလိုက်တာ တစ်ကိုယ်လုံး အဖုအပိမ့်တွေ ရစရာကို မရှိဖြစ်နေတယ်။ ကြမ်းပိုးက

လည်း ညတိုင်း၊ ညတိုင်း ကိုက်လွန်းလို့ အိပ်ပျက်တာ ကြာလှပါပြီတဲ့။

အဲဒီ ဒကာကြီးကတော့ သူ့ခံစားချက်နဲ့သူ ပြောနေတာပါ။ မေတ္တာတရား တကယ်ပွားလာပြီဆိုရင် ရန်သူဆိုတာကို မရှိတော့ပါဘူး။ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ အပေါ်မှာတောင် ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ ဦးခေါင်းပိုင်းကို ပွားမယ်၊ ရင်ဘတ်ပိုင်းကိုပွားမယ်၊ ခြေထောက်ပိုင်းကို ပွားမယ်၊ ရှေ့ပိုင်းကိုပွားမယ်၊ နောက်ပိုင်းကိုပွားမယ် စသည်ဖြင့် အပိုင်းအခြား အကန့်အသတ်မထားဘဲ ပွားများရပါတယ်။

အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်မရှိဘဲ တစ်လောကလုံး နှစ်ပဲအောင် ပွားများစေချင်တာကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက- “အထက် အရူပဘဝ၊ အောက် ကာမဘဝ၊ အလယ် ရူပဘဝဆိုတဲ့ အလုံးစုံသောလောကမှာ ကန့်သတ်မှု ပိုင်းခြားမှုမရှိတဲ့ မေတ္တာစိတ်ကို ပွားရမယ်၊ ပိုင်းခြားကန့်သတ်မှု ကင်းပြီး ကျဉ်းမြောင်းခြင်းမရှိတဲ့ မေတ္တာစိတ်ဖြစ်အောင် ဒေါသဆိုတဲ့ အတွင်းရန်လည်းမရှိအောင်၊ နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းသူ အပြင်ရန်သူလည်းမရှိအောင် ပွားများပါ”လို့ လမ်းညွှန်ချက် ပေးထားတော်မူပါတယ်။



“ မေတ္တာနယ် ကျယ်ပါစေ ”

မေတ္တာပွားတဲ့အခါမှာ ဒီဟာကတော့ငါ့ရန်သူပဲဆိုပြီး မေတ္တာမပွား ချန်ထားခဲ့ရင် ပိုင်းခြားကန့်သတ်ချက်ရှိတဲ့ အတွက်ကြောင့် အဲဒီသူရဲ့စိတ်ဟာ ကျဉ်းမြောင်းနေပါတယ်။ အပိုင်းအခြား အကန့်အသတ်မရှိအောင် ရန်လာပြုသူကိုတောင် ချန်မထားဘဲ မေတ္တာစိတ် ပျံ့နှံ့အောင် ပွားများမှသာ ကျဉ်းမြောင်းမှုမရှိတဲ့စိတ်ပါ။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ မေတ္တာနယ်ဟာ ကျယ်သွားပါတယ်။ တကယ်တမ်း ပွားများအားထုတ်လို့ မေတ္တာဘာဝနာ အရှိန်ကောင်းလာရင် (သို့မဟုတ်) ဥပစာရဈာန်၊ အပ္ပနာဈာန်ရအောင် ပွားများထားရင် ကျဉ်းမြောင်းမှုမရှိတဲ့စိတ် ဖြစ်ပြီပေါ့။

မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများမှုနှင့်ပတ်သက်ပြီးတော့

မေတ္တာကို ဦးဦးဖျားဖျား မပွားအပ်တဲ့သူရယ်၊ လုံးဝ မေတ္တာ မပွားအပ်တဲ့သူရယ်ဆိုပြီးတော့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာမှာ ဖော်ပြထားတဲ့စကား ရှိပါသေးတယ်။

ကိုယ် လုံးဝမချစ်တဲ့သူ၊ လုံးဝ မုန်းတီးနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် တွေကို ဦးဦးဖျားဖျားစပြီး မေတ္တာမပွားရပါဘူး။ မေတ္တာ ဘာဝနာဆိုတာ သတ္တဝါပညတ်ကို အာရုံပြုပြီး ပွားများ ရတာပါ။ ကိုယ်မုန်းတီးနေတဲ့သူကို မေတ္တာစပြီး ပို့မယ်ဆို တဲ့အကြံနဲ့ အာရုံပြုလိုက်တာနဲ့ ဒေါသဖြစ်ပေါ်လာတတ် ပါတယ်။ မေတ္တာစိတ်ဖြစ်ဖို့ ခက်ခဲပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် မုန်းတီးရတဲ့သူကို မေတ္တာစပြီး မပို့ရပါဘူး။

ကိုယ် အလွန်ချစ်ရတဲ့သူဆိုတာလည်း သူ့ကို အာရုံ ပြုလိုက်တာနဲ့ တဏှာပေမ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ တဏှာပေမတရားနဲ့ အာရုံပြုမိရင် ကိုယ်ချစ်ရတဲ့သူက သိပ်ပြီး ပျော်ရွှင်နေရင် ကိုယ်ကလည်း လောဘနဲ့လိုက်ပြီး ပျော်ရွှင် လာတတ်ပါတယ်။ ကိုယ်ချစ်ရတဲ့သူက စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲမူနဲ့ကြုံနေရင် ကိုယ်ကပါလိုက်ပြီး စိတ်ဆင်း ရဲခြင်း ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ မေတ္တာပွား ဖို့ အခက်အခဲနဲ့ ကြုံရပြန်တယ်။ အဲဒါကြောင့် သိပ်ချစ်ရ လွန်းသူကိုလည်း ဦးဦးဖျားဖျား မေတ္တာမပွားသင့်ဘူး။

မမုန်းမချစ် အလယ်အလတ်စားပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့

မိမိက ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှု မရှိတာကြောင့် ချစ်မြတ်နိုးသူ အရာမှာထားဖို့ ခက်ခဲပြန်တယ်။ အဲဒါကြောင့် မေတ္တာ စပြီးပွားများဖို့ ခက်ခဲပြန်တယ်။ သူ့ကိုလည်း မေတ္တာစပြီး မပို့ရပါဘူး။

ကိုယ့်ကို အမြဲတမ်း ရန်ရှာနေတဲ့သူကျတော့ သူ့ကို အာရုံပြုလိုက်တာနဲ့ ဒေါသတရား ဝင်လာတတ်တာကြောင့် မေတ္တာစပြီး ပွားများဖို့ မလွယ်ပါဘူး။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်လေး ယောက်ဟာ အဦးအစ မေတ္တာမပွားသင့်တဲ့သူတွေပါပဲ။

ဝိသဘာဝပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ သေပြီးတဲ့သူတွေကတော့ မေတ္တာ လုံးဝ မပွားများသင့်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဝိသဘာဝဆိုတာ လိင်သဘောမတူတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ပြောတာ ပါ။ ယောက်ျားတွေအတွက် မိန်းမ၊ မိန်းမတွေအတွက် ယောက်ျားပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဝိသဘာဝပါပဲ။ အဲဒီလို ဝိသဘာဝ ပုဂ္ဂိုလ်ကို အာရုံပြုလိုက်တာနဲ့ ရာဂစိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ် တတ်လွန်းလို့ မေတ္တာမပွားအပ်ဘူးလို့ မိန့်ဆိုတာပါ။ ပွားများနေရင်း ရာဂစိတ်တွေ တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်လာ တတ်ပါတယ်။ သေပြီးတဲ့သူကို အာရုံပြုပြီး ပွားများရင် အပ္ပနာဈာန်တို့ ဥပစာရဈာန်တို့ မရနိုင်ပါဘူး။ အဲဒါ ကြောင့် သေပြီးသူကို လုံးဝ မေတ္တာမပွားသင့်ကြောင်း မိန့်တော်မူပါတယ်။

မေတ္တာပွားများမည့်သူဟာ- “ငါသည် ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ကျန်းမာချမ်းသာပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်းကင်းပါစေ”-စသည်ဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ရှေးဦးစွာ မေတ္တာပို့ရပါတယ်။ မိမိကိုယ်ကို မေတ္တာပွားနေရုံသက်သက်နဲ့တော့ ဥပစာရဈာန် အပ္ပနာဈာန်တွေ မဖြစ်ပေါ်နိုင်သေးပါဘူး။ သို့သော် ‘ငါဟာ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ချမ်းသာချင်တယ်၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲကင်းလိုတယ်’လို့ မိမိကိုယ်ကို သက်သေအဖြစ်ထားပြီး အခြားသတ္တဝါတွေအပေါ်မှာ ကောင်းကျိုးလိုလားမှု၊ ဆင်းရဲဒုက္ခပယ်ရှားလိုမှု ဖြစ်လာတတ်တာကြောင့် မိမိကိုယ်ကို ရှေးဦးစွာ မေတ္တာပို့ရတာပါ။

မိမိကိုယ်ကို မေတ္တာပို့ပြီးတဲ့နောက်မှာ မိမိ လေးစားချစ်ခင်ရတဲ့ အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာပေးတဲ့ ဆရာသမားတွေ၊ ဆုံးမပြုပြင် သွန်သင်ပေးတဲ့ ဆရာသမားတွေရဲ့ အကျင့်သီလဂုဏ်၊ ဗဟုသုတဂုဏ်၊ ချစ်ခင်လေးစားဖွယ် ပြုမူပြောဆိုပုံ အစရှိတဲ့ ကြည်ညိုဖွယ်ဂုဏ်တွေကို အောက်မေ့ အမှတ်ရပြီး မေတ္တာပွားရပါတယ်။ အဲဒီလို ပွားများဖန် များလာတဲ့အခါ မိမိ အလွန်အကဲ ချစ်ခင်ရတဲ့သူတွေကို အာရုံပြုပြီး ပွားများရတယ်။

အဲဒီနောက်မှာ မချစ်မမုန်း အလယ်အလတ်

သဘောမှာ တည်တဲ့သူတွေကို အာရုံပြုပြီးပို့ရတယ်။ အဲဒီနောက် ရန်သူပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ပွားများပေးရတယ်။ ပွားများမှု အလေ့အကျင့် အားကောင်းလာရင် ရန်သူကို ရန်သူလို့ တောင် မမြင်တော့ဘဲ ချစ်ခင်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် မြင်လာပါတယ်။

နည်းလမ်း မှန်မှန်ကန်ကန်နဲ့ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများ အားထုတ်နေတဲ့ သူတော်ကောင်းဟာ-

- (၁) မိမိကိုယ်ရယ်၊
- (၂) မိမိချစ်မြတ်နိုးရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရယ်၊
- (၃) မချစ်မမုန်း အလယ်အလတ်သဘောရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရယ်၊
- (၄) ရန်သူရယ်၊ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုးရဲ့ အပေါ်မှာ မေတ္တာစိတ် ညီမျှသွားစေရပါမယ်။ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုးရဲ့ အပေါ်မှာ မေတ္တာစိတ် မညီမျှသေးရင် သီမာသမ္ဘေဒ (အပိုင်းအခြားပျက်တယ်) လို့ မခေါ်သေးပါဘူး။

လေးဦးလုံးရဲ့အပေါ်မှာအကျိုးလိုလားတဲ့ မေတ္တာစိတ် ညီမျှနေမှသာ သီမာသမ္ဘေဒ ဖြစ်တယ်။ (အပိုင်းအခြား ပျက်တယ်)။ မြို့တွေရွာတွေမှာရှိတဲ့ စည်းရုံးနယ်နိမိတ်ဆိုတာဟာ တစ်မြို့နဲ့တစ်မြို့၊ တစ်ရွာနဲ့တစ်ရွာ မရောယှက်စေဘဲ သီးသီးခြားခြား ကန့်သတ်ပိုင်းခြားပြီး တည်နေ

သလို၊ ခုနကပြောခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လေးဦးအပေါ်မှာ မေတ္တာ
ဘာဝနာရဲ့ ရှေ့အဖို့က၊ မေတ္တာဘာဝနာမပွားများမီက
မရောယှတ်ဘဲ သီးသီးခြားခြား ကန့်သတ်ထားမှု ရှိနေ
ပါတယ်။ အဲဒီလို ပိုင်းခြားမှုကို 'သီမာ' လို့ ခေါ်ပါတယ်။
'သမ္ဘေဒ' ဆိုတာ ပျက်စီးတာပါ။



“ ရန်ကိုပယ်ရှား မေတ္တာပွား ”

ဘာဝနာအရှိန် အားကောင်းလာတော့ ပုဂ္ဂိုလ်လေး
ဦးမှာ တူညီတဲ့ မေတ္တာစိတ်တစ်မျိုးတည်း ဖြစ်လာတယ်။
အဲဒီအခါ ခွဲခြားကန့်သတ်မှု မရှိတော့တာကြောင့် 'အပိုင်း
အခြားပျက်တယ်၊ သီမာသမ္ဘေဒဖြစ်တယ်'လို့ ဆိုပါတယ်။

(၁) ကိုယ်ချစ်ရတဲ့သူရယ်၊

(၂) ရန်သူရယ်၊

(၃) မချစ်မမုန်း အလယ်အလတ်သဘောရှိသူရယ်

(၄) မိမိရယ် အဲဒီလေးဦး တစ်နေရာတည်းမှာရှိ

နေစဉ် ခိုးသားဓားပြတွေက လာရောက်ပြီး- “သင်တို့ထဲက
တစ်ယောက်ယောက်ရဲ့ လည်ချောင်းသွေးနဲ့ ယဇ်နတ်ပူ
ဇော်စရာ ရှိတယ်၊ အဲဒါကြောင့် တစ်ယောက်ယောက်အခု

လိုက်ခဲ့ပါ ” လို့ ဆိုရင် “ ဘယ်သူ့ကို ခေါ်သွားလို့ ပြောလိုက်ရင် (သို့မဟုတ်) တစ်ယောက်ယောက်ကို လိုက်သွားစေချင်ရင် (သို့မဟုတ်) ငါ့ရဲ့လည်ချောင်းသွေးနဲ့ပဲ ပူဇော်၊ ငါလိုက်ခဲ့မယ် ” လို့ ဆိုရင်၊ “ ကျန်တဲ့သူသုံးယောက်ကိုထားခဲ့ပါ ’ လို့ စိတ်ထဲကနေကြံစည်မိရင် သီမာသမ္ဘေဒ မဖြစ်သေးပါဘူး။

တစ်ယောက်ယောက်ကို ခိုးသားဓားပြလက်ထဲ ထည့်လိုက်မယ်ဆိုကတည်းက အဲဒီစိတ်ဟာ တစ်ယောက်ယောက်ရဲ့ကောင်းကျိုးကို မလိုလားတဲ့သဘော သက်ရောက်နေပါပြီ။ လေးယောက်ရှိတဲ့နေရာမှာ ဘယ်သူ့ကိုမှ မပေးနိုင်ဘူး၊ ပေးစရာ မမြင်မတွေ့ဘူး၊ လေးဦးစလုံး အပေါ်မှာမေတ္တာစိတ် အညီအမျှဖြစ်နေရင် သီမာသမ္ဘေဒ ဖြစ်ပြီ၊ ပိုင်းခြားကန့်သတ်ထားမှု ပျက်သွားပြီပေါ့။

သီမာသမ္ဘေဒဖြစ်ရင် မေတ္တာဘာဝနာရဲ့နိမိတ် ရတာပါပဲ၊ အဲဒီအချိန်မှာ ဥပစာရသမာဓိကိုလည်း ကောင်းကောင်းကြီးရလိုက်ပါပြီ။ မေတ္တာဘာဝနာကြောင့်ရတဲ့ နိမိတ်ဟာ ကသိုဏ်းရှုပြီး ရတဲ့နိမိတ်နဲ့ မတူပါဘူး၊ ကသိုဏ်းပွားများသူရတဲ့နိမိတ်ဟာ ကသိုဏ်းဝန်းနဲ့ ပုံတူ အရိပ်နိမိတ် ထင်ရှားပေါ်လာတာပါ။ မေတ္တာဘာဝနာမှာတော့ သီမာသမ္ဘေဒ ဖြစ်တာကိုပဲ နီဝရဏကင်းကြောင်း၊ ဥပစာ

ရဈာန်ရကြောင်းဖြစ်လို့ နိမိတ်လို့ခေါ်တာပါ။ အဲဒီနိမိတ်ကို အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် ပွားများလေ့လာမှု အားကောင်းလာရင် မကြာမီ အပ္ပနာဈာန် ရရှိလာပါတယ်။

မေတ္တာတရား ပွားများတဲ့အခါ ဘာဝနာလုပ်ငန်း အတွင်းမှာ ဒေါသစိတ် မဝင်လာနိုင်အောင် ပွားများရပါတယ်။ ဒေါသဆိုတာ မေတ္တာတရားရဲ့ အတွင်းရန်သူပါပဲ။ ဘယ်လိုဘာဝနာမျိုးပဲ ပွားများနေနေ သတိအား သမာဓိအား မကောင်းသေးခင်မှာ ရှေးကာလတုန်းက ကိုယ်တွေ့ကြုံဖူး ပြုခဲ့ဖူးတာတွေဟာ စိတ်ထဲမှာ လာလာပြီး ပေါ်နေတတ်ပါတယ်။

အချို့ယောဂီတွေဆိုရင် တရားထိုင်နေရင်း အိမ်ပြန် အဝတ်လျှော်တာတွေ၊ ဈေးရောင်းနေတာတွေ၊ ဝိုင်းဖွဲ့ပြီး အရက်သောက်နေတာတွေ၊ ဖဲကစားနေကြတာတွေ၊ ကိုယ်မကျေနပ်တဲ့သူနဲ့ ရန်ဖြစ်နေတာတွေ၊ ကိုယ့်သားသမီး မြေးမြစ်တွေနဲ့ စကားပြောနေတာတွေ လာပြီးပေါ်နေတတ်တယ်။ အချို့ဆိုရင် အပျိုဘဝ လူပျိုဘဝက အကြောင်းအရာတွေကို တွေးမိပြီး ပြုံးနေကြသေးတယ်။

သတိသိပ်အားနည်းတဲ့ ယောဂီတွေဆိုရင် ကိုယ့်ကိုတစ်ဦးတစ်ယောက်က စော်ကားခဲ့ဖူးတာ၊ အကျိုးစီးပွားမဲ့အောင် ပြုခဲ့ဖူးတာတွေဟာ အခုလောလောဆယ် စော်

ကားနေသလို၊ ပြုလုပ်နေသလို ထင်ပြီးနေတတ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုအခါမျိုးမှာ ဒေါသစိတ်တွေ ထိန်းမနိုင်သိမ်းမရတဲ့ အခြေအနေအထိ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများနေစဉ်မှာလည်း သတိအား သမာဓိအား နည်းနေသေးရင် လုပ်ငန်းစဉ်အတွင်းမှာ ဒေါသစိတ်ကလေးတွေ ပေါ်ပေါက်လာတတ်ပါတယ်။ အဲဒါကို ဒေါသရန်ရှိတဲ့ မေတ္တာစိတ် (သဝေရမေတ္တာစိတ်)လို့ ခေါ်ပါတယ်။

မေတ္တာစိတ် တစ်စိတ်နဲ့တစ်စိတ်အကြား ဒေါသတရား ဖြစ်ပေါ်မလာရအောင် ပွားများနိုင်မှ ဒေါသရန်သူ မရှိတဲ့မေတ္တာစိတ် (အဝေရစိတ်)လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ‘သဝေရစိတ်’ဟာ သတိသမာဓိအား မကောင်းသေးမီမှာ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်တယ်။ သတိသမာဓိအား ကောင်းလာရင်တော့ ‘အဝေရစိတ်’ ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။ ‘ဒေါသဆိုတဲ့အတွင်း ရန်မရှိအောင် ပွားများပါ’ဆိုတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရဲ့လမ်းညွှန်ချက်ဟာ သတိအား သမာဓိအားတွေ အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့အထိ ပွားများပါလို့ ဆိုလိုတာပါ။

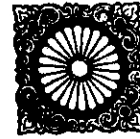
တစ်နည်းအားဖြင့် အဲဒီလမ်းညွှန်ချက်နဲ့ ဥပစာရဈာန်၊ အပ္ပနာဈာန်အထိ ပေါက်ရောက်အောင် ပွားများပါလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတ္တဝါတိုင်း သတ္တဝါတိုင်းရဲ့အပေါ်မှာ ဒေါသစိတ်ကင်းနေရင် မေတ္တာစိတ်တွေ အားကောင်း

လာပြီပေါ့။ အဲဒီလို မေတ္တာစိတ် အားကောင်းလာရင် လူတွေကလည်းချစ်ခင်၊ နတ်တွေ၊ ဘီလူးတွေကလည်း ချစ်ခင်လာပြီဆိုတော့ အပြင်ရန်လည်း မရှိတော့ဘူးပေါ့။ ဒါကြောင့် ‘အပြင်ရန်သူလည်း မရှိရလေအောင် ပွားများပါ’ လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။ အတွင်းရန်ရော အပြင်ရန်ရော ကင်းရှင်းအောင် ပွားများစေချင်တာကြောင့် မေတ္တသုတ်တော်မှာ “အသမ္မာဓံ အဝေရမသပတ္တံ”လို့ ဟောတော်မူထားပါတယ်။

မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများတဲ့ ယောဂီအတွက် နောက်ထပ်ပြီး မြတ်စွာဘုရား လမ်းညွှန်ဟောကြားတော်မူပုံကတော့- “ ရပ်လျက်နေတုန်းဖြစ်စေ၊ သွားနေတုန်းဖြစ်စေ၊ ထိုင်နေတုန်းဖြစ်စေ၊ အိပ်နေတုန်းဖြစ်စေ၊ ငိုက်မျဉ်းမှုကင်းနေတဲ့အချိန်မှာ မေတ္တာစိတ်ဈာန်သတိကို စွဲစွဲမြဲမြဲတည်ရှိအောင် ဆောက်တည်ထားရမယ်။ ဤဘုရား မြတ်စွာ သာသနာတော်မှာ မေတ္တာဈာန်သတိနဲ့နေခြင်းကို မြတ်သောနေခြင်း (ဗြဟ္မဝိဟာရ)လို့ ဘုရားရှင်များက ဟောကြားတော်မူခဲ့တယ်”လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

အဲဒီစကားရပ်ကတော့ မေတ္တာဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ဘယ်လိုကုန်ရိယာပုတ်နဲ့မဆို ပွားများအားထုတ်လို့ရကြောင်း ညွှန်ပြတော်မူလိုက်ခြင်းပါပဲ။ အာနာပါန (ဝင်လေ

ထွက်လေ) ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာဆိုရင် တင်ပျဉ်ခွေထိုင်ဖို့ အထက် ပိုင်းခန္ဓာကိုယ်ကို ပြောင့်ပြောင့်မတ်မတ်ထားဖို့ မျက်နှာကို ရှေ့တည့်တည့်လှည့်ထားဖို့ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ အဲဒီလိုအနေအထားကို သတ်မှတ် ပေးထားပါဘူး။



“ မေတ္တာမှ ဝိပဿနာသို့ ”

လျောင်းထိုင်ရပ်သွား ကုရိယာပုတ်လေးပါးမှာ ကိုယ်ကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ ကုရိယာပုတ်နဲ့ ပွားများနိုင်တယ်၊ ချမ်းသာသလိုနေပြီး ပွားများလို့ရတယ်၊ မတ်တက်ရပ်ပြီး ပွားများနေရာက ညောင်းညာလာရင် ထိုင်ပြီးပွား (သို့မဟုတ်) စင်္ကြံလျှောက်ရင်းပွား (သို့မဟုတ်) လျောင်းပြီးပွား လို့ပြောလိုရင်းပါ။ ဘယ်လိုအနေအထားနဲ့ပဲ ရှိနေနေ ငိုက်မျဉ်းမှုကင်းပြီး စိတ်ဓာတ်ကြည်နေတဲ့အခါမျိုးမှာ မေတ္တာနဲ့ ယှဉ်တဲ့သတိ ရှိပါစေလို့လည်း ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

ဘယ်လိုအနေအထားနဲ့ပဲနေနေ အိပ်ချင်ငိုက်မျဉ်း မှုတွေရှိနေရင် သတိအား သမာဓိအားတွေကျဆင်းနေ တတ်ပါတယ်။ ယောဂီတို့လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတိထား

ကြည့်ကြပေါ့၊ တရားကို ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်တဲ့အခါ မှာ သတိအားတွေ သမာဓိအားတွေ နည်းနေသေးရင် အိပ်ချင်မှု ငိုက်မျဉ်းမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်နေတတ်ပါတယ်။ ဘာဝနာလုပ်ငန်းမှာလည်း ပျင်းရိငြီးငွေ့နေတတ်ပါတယ်။

လုပ်ငန်းစဉ်မှာ စိတ်ဝင်စားပြီး တကယ်အားထုတ်လို့ သတိအား သမာဓိအား ဝီရိယအား သဒ္ဓါအားတွေ ကောင်းမွန်လာတဲ့အခါမှာ စိတ်တွေလည်း ကြည်လင်ပြီး အိပ်ချင်မှု ငိုက်မျဉ်းမှုတွေ ကင်းသွားပါတယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရရင် မေတ္တာဘာဝနာကို နိုင်နိုင်နင်းနင်း ပွားများထားသူအဖို့ ဘယ်ကုရိယာပုတ်နဲ့ပဲ ပွားနေနေ အိပ်ချင်ငိုက်မျဉ်းမှုတွေ ကင်းပြီးနေတယ်လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။

မေတ္တာပွားများပြီးနေတာကို မြင့်မြတ်သော နေခြင်း (ဗြဟ္မဝိဟာရ) လို့ နှုတ်တော်က ထုတ်ဖော်ပြီး ဟောကြားတော်မူတာကို သတိပြုပါ။ အခြားအခြား ကမ္မဋ္ဌာန်းတွေမှာတော့ ပွားများသူအတွက် ပူပန်မှုသောက၊ ငိုကြွေးမှုပရိဒေဝ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲမှုဒုက္ခ၊ စိတ်ဆင်းရဲမှု ဒေါမနဿတွေ ချုပ်ငြိမ်းဖို့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ရဖို့၊ ချမ်းသာအစစ်အမှန်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုဖို့ ကျင့်သုံးအားထုတ်ရတာပါ။ မေတ္တာဘာဝနာမှာတော့ သတ္တဝါအများ ကျန်းမာ

ပါစေ။ ချမ်းသာပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲကင်းပါစေဆိုတဲ့ဆန္ဒနဲ့ ပွားများနေရပါတယ်။ ကိုယ်ကျိုးအတွက်မပါ။ သူတစ်ပါးအကျိုးကိုသာ မျှော်ကိုးပြီး ပွားများနေရတာကြောင့် မေတ္တာစိတ်နဲ့နေတာကို ဗြဟ္မဝိဟာရ (မြတ်သောနေခြင်း) လို့ ချီးကျူး ထုတ်ဖော် ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

‘ဗြဟ္မ’ဆိုတာမြင့်မြတ်တယ်လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။ ‘ဝိဟာရ’ဆိုတာက နေခြင်းပါ။ ဝိဟာရကလည်း(၄)မျိုး ရှိပါတယ်။

- (၁) လျောင်းထိုင်ရပ်သွားအနေမျိုးကို ဣရိယာပထဝိဟာရလို့ ခေါ်ပါတယ်။
- (၂) ဈာန်သမာပတ်နဲ့နေတာ (ဈာန်ဝင်စားနေတာ)ကို ဒိဗ္ဗဝိဟာရလို့ခေါ်ပါတယ်။
- (၃) မေတ္တာတရား ပွားများပြီး နေတာကိုတော့ ဗြဟ္မဝိဟာရလို့ ခေါ်ပါတယ်။
- (၄) ဖလသမာပတ် ဝင်စားပြီးတော့ နေတာကို အရိယဝိဟာရလို့ ခေါ်ပါတယ်။

နောက်ထပ် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူလိုက်ပုံက-“မေတ္တာဈာန်ရရှိပြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အတ္တဒိဋ္ဌိကင်းအောင်ပြုပြီး လောကုတ္တရာသီလလည်း ရှိရမယ်၊ သောတာ

ပတ္တိ မဂ်ဉာဏ်နှင့်ပြည့်စုံသူဖြစ်အောင် ကျင့်ပြီး ဝတ္ထု အာရုံ ကာမဂုဏ်တွေမှာ ကိလေသာကာမဖြင့် တွယ်တာမှု မရှိအောင်ကျင့်လျှင် နောက်ထပ်တစ်ဖန် ပဋိသန္ဓေနေရမှု ဒုက္ခမရှိတော့ဘူး”လို့ ဟောကြားပြန်ပါတယ်။

မေတ္တာဒယော တယော စတုတ္ထဇ္ဈာနိကာ-မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာတရားတို့ဟာ စတုတ္ထဈာန်အထိ ရစေနိုင် တယ်။ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကိုတော့ မရစေနိုင်ပါဘူး။ မဂ် ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မရနိုင်သေးရင် အိုနာသေကင်းရာ နိဗ္ဗာန် ကို ဘယ်လိုမှမရနိုင်ပါဘူး။ မြတ်စွာဘုရားက သတ္တဝါတွေ ကို နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသောကိုသာ ပေးချင်တာပါ။ ဒါကြောင့် မေတ္တာဈာန်ကနေ တစ်ဆင့်တက်ပြီး မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ရ လို့ အရိယာအဖြစ် ရောက်စေလိုတာကြောင့် အတ္တဒိဋ္ဌိ ကင်းစင်အောင်ကျင့်ဖို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

အတ္တဒိဋ္ဌိကလည်း သောတာပန်ဖြစ်မှသာ လုံးဝ ကင်းစင်တော်မူပါတယ်။ အတ္တဒိဋ္ဌိဟာ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဟူသမျှရဲ့ အရင်းခံ အခြေအမြစ်တရားပါပဲ။ အတ္တဒိဋ္ဌိရှိနေရင် ဘယ် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိမျိုးမဆို ဖြစ်ခွင့်ရှိတာပါပဲ။ အတ္တဒိဋ္ဌိ ပယ်နုတ်ပြီး ရင် ဘယ်ဒိဋ္ဌိမှ ဖြစ်ခွင့်မရတော့ပါဘူး။ မေတ္တာဘာဝနာ ဟာ သတ္တဝါပညတ်ကို အာရုံပြုပြီး ပွားများနေရတာဖြစ် တဲ့အတွက်ကြောင့် အတ္တဒိဋ္ဌိဖြစ်ဖို့ သိပ်ပြီးနီးစပ်ပါတယ်။

အဲဒါကြောင့် မေတ္တာဘာဝနာပွားများပြီး ရပ်တန့်မနေဘဲ အတ္တဒိဋ္ဌိကိုလည်း ပယ်စွန့်ဖို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော် မူပါတယ်။

မေတ္တာဈာန် ရရှိပြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ပထမဈာန်၊ ဒုတိ ယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန်ကနေစပြီး ဈာန်စိတ် မှာယှဉ်နေတဲ့ ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ဝီတိ၊ ဝေဒနာ၊ ဧကဂ္ဂတာလို့ ခေါ်တဲ့ နာမ်တရားတွေကိုရော၊ နာမ်တရားတို့ရဲ့မှီရာ ဟဒယဝတ္ထုအစရှိတဲ့ ရုပ်တရားတွေကိုရော သတိကြီးစွာ ထားပြီး ရှုရပါတယ်။ အဲဒီလိုရှုပြီး ရုပ်သဘာဝ နာမ်သဘာ ဝကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်မှုအားကြီးလာရင် မိမိရဲ့ ခန္ဓာမှာ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါဆိုတာ လုံးဝ မတွေ့ရတော့ဘဲ ရုပ်သင်္ခါရ နာမ်သင်္ခါရ အစုအဝေး မျှပ်လို့ ကေနံ ပိုင်ပိုင် သိမြင်နိုင်တာကြောင့် အတ္တဒိဋ္ဌိ လုံးဝ ကင်း စင်သွားပါတယ်။

ဝိပဿနာ ပွားပုံပွားနည်းက ဈာန်ကိုအခြေခံပြီး ဝိပဿနာ ရှုပွားနည်းရယ်၊ ဈာန်မပါဘဲ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာသ ဘောကို ဝိပဿနာရှုပွားနည်းရယ် ဆိုပြီးတော့ (၂)မျိုးရှိပါ တယ်။ အဋ္ဌကထာမှာတော့ ဈာန်ကိုအခြေခံပြီး ဝိပဿနာ ရှုပွားနည်းကိုသာ ပြထားပါတယ်။ မေတ္တာဘာဝနာကို အပ္ပနာဈာန်အထိရောက်အောင် မပွားဘဲ ဥပစာရဈာန်

အထိလောက်ပဲ ပွားပြီးတော့ဖြစ်စေ၊ ဥပစာရဈာန်တောင် မရဘဲ ပရိတ်အရံအတားအတွက် ပွားများရုံမျှဖြစ်စေ၊ ရုပ်သဘော နာမ်သဘောကို ပေါ်စပေါ်ခိုက် ပစ္စုပ္ပန်တည်တည် ရှုပွားခြင်းဖြင့်လည်း အတ္တဒိဋ္ဌိကို ပယ်စွန့်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလိုပယ်စွန့်တာကို တဒင်္ဂပဟာန် ခေါ်ပါတယ်။

အတ္တဒိဋ္ဌိကို သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ကသာ လုံးဝ ပယ်စွန့်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလိုလုံးဝပယ်စွန့်တာ၊ နောက်ပြန် မဖြစ်နိုင်အောင်ပယ်တာကို သမုစ္ဆေဒပဟာန်လို့ခေါ်ပါတယ်။ သောတာပန်ဖြစ်ပြီးတဲ့သူဟာ ဝိပဿနာဘာဝနာကို ဆက်လက် ပွားများခြင်းဖြင့် သကဒါဂါမိမဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရရှိစေပါတယ်။ သကဒါဂါမိမဂ် ဆိုက်ရောက်တဲ့အခါမှာ သောတာပတ္တိမဂ်က မပယ်နိုင်သေးတဲ့ ကာမတဏှာကို ခေါင်းပါးသွားစေပါတယ်။ သကဒါဂါမိပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဝိပဿနာ ဆက်လက်ပွားများရင် အနာဂါမိမဂ်ကို ရစေ နိုင်ပါတယ်။ အနာဂါမိမဂ်အခိုက်မှာ ကာမရာဂကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်စွန့်သွားနိုင်ပါတယ်။

အနာဂါမိဖြစ်ပြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကာမရာဂကို ပယ်စွန့်ပြီးဖြစ်တာကြောင့် ကာမ(၁၁)ဘုံမှာ ပဋိသန္ဓေနေခွင့် လုံးဝမရှိတော့ပါဘူး။ ကာမဘုံမှာ မဖြစ်ရတော့တာကြောင့် 'နောက်ထပ်တစ်ဖန် အမိဝမ်းထဲမှာ ပဋိသန္ဓေ မနေရ

တော့ဘူး'လို့ ဘုရားဟောတာပေါ့။ အမိဝမ်းမှာ ပဋိသန္ဓေ မနေရတော့ဘူးဆိုတော့ လူ့ဘုံကနေ စုတေမနေ သေလွန်ပြီးခဲ့ရင် သုဒ္ဓါဝါသဗြဟ္မာဘုံမှာ ဖြစ်ရလိမ့်မယ်။

သုဒ္ဓါဝါသဗြဟ္မာဘုံမှာ အနာဂါမိပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ပဲ ရှိပါတယ်။ ပုထုဇဉ်၊ သောတာပန်၊ သကဒါဂါမိပုဂ္ဂိုလ်တွေ မရှိပါဘူး။ သုဒ္ဓါဝါသဘုံမှာ ဖြစ်ရတဲ့ အနာဂါမိပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အဲဒီသုဒ္ဓါဝါသဘုံမှာပဲ အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်ရပြီး ရဟန္တာဖြစ်မှာပါ။ မြတ်စွာဘုရားကတော့ ဝေနေယျသတ္တဝါတွေကို အရဟတ္တဖိုလ်အထိ ရစေချင်တာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ကရုဏာကြီးမားစွာနဲ့ ဓမ္မနည်းလမ်းကို ညွှန်ပြနေတာပါ။ အရဟတ္တဖိုလ်ရချင်ရင် အတ္တဒိဋ္ဌိကင်းအောင် ပထမစပြီး ကျင့်ရမယ်ပေါ့။



“ ဒိဋ္ဌိပြုတ်အောင် သတိဆောင် ”

အတ္တဒိဋ္ဌိကင်းအောင် လက်ရှိ ရုပ်ခန္ဓာ နာမ်ခန္ဓာ ကို ဝိပဿနာရှုရပါမယ်။ ခန္ဓာဟာ -

- (၁) ရူပက္ခန္ဓာ = ရုပ်တရားအစု
- (၂) ဝေဒနာက္ခန္ဓာ = ခံစားမှု ဝေဒနာအစု
- (၃) သညာ က္ခန္ဓာ = မှတ်သားမှုသဘောအစု
- (၄) သင်္ခါရက္ခန္ဓာ = ကာယကံအပြု၊ ဝစီကံအပြော၊
မနောကံကြံစည်မှုကို ဖြစ်စေတဲ့ စေ့ဆော်တိုက်
တွန်းမှုသဘောအစု
- (၅) ဝိညာဏက္ခန္ဓာ = အာရုံကို သိမှုသဘောအစု။
အဲဒီ ခန္ဓာငါးပါးမှာ ဝိပဿနာဉာဏ်ဆိုက်အောင်
ရှုရင် အနတ္တဉာဏ်ပေါက်ပြီး အတ္တဒိဋ္ဌိ ပြုတ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာရှုတယ်ဆိုတာ ခန္ဓာ(၅)ပါးရဲ့ သဘောလက္ခဏာ ကို သိအောင် သတိထားပြီး ကြည့်ရတဲ့အလုပ်ပါ။

ယောဂီတို့အနေနဲ့ ရူပက္ခန္ဓာကို ရှုတယ်ဆိုပါစို့။ ထင်ရှားပေါ်ရာပေါ်ရာ ရုပ်တရားရဲ့လက္ခဏာကို မြင် အောင်ရှုရပါတယ်။ ယောဂီတို့ရဲ့ ကိုယ်ပေါ်မှာ တစ်နေရာရာကနေ ကြမ်းတမ်းတဲ့ သဘောကလေးတွေ၊ နူးညံ့ချောမွေ့တဲ့ သဘောကလေးတွေ တစ်ခုခု တွေ့တယ်ဆိုပါစို့။ တွေ့မြင်ရတဲ့ အဲဒီသဘောကလေးမှာ အသိကပ်ပြီးတော့ ရှုရပါတယ်။ လက်ခြေ ခေါင်းခါး အစရှိတဲ့ ပုံသဏ္ဌာန်၊ အကောင်အထည်၊ နိမိတ်တွေအပေါ်မှာ အသိစိတ်ကို တင်မနေစေဘဲ၊ ပေါ်နေတဲ့သဘောကလေးမှာသာ ပေါ်ဆဲပေါ်ခိုက် ပစ္စုပ္ပန်တည်တည် ရှုရပါတယ်။

ကိုယ်ပေါ်မှာ ပူမှုအေးမှုသဘောကလေးတွေလည်း ပေါ်နေတတ်ပါတယ်။ ပေါ်ရာသဘောမှာသာ အသိကပ်ပြီးရှုပါ။ ခေါင်းကပူတယ်ဆိုရင် ခေါင်းဆိုတဲ့ ပုံသဏ္ဌာန်အထည်ခြပ်မှာ စိတ်ကိုမထားဘဲ ပူသဘောကလေးသက်သက်ကို စိတ်နဲ့တွေ့အောင် သတိထားပြီး ရှုပါ။ လေးနေတာ၊ တင်းနေတာ၊ တွန်းကန်တာ၊ ထုံနေတာ၊ ကျင်နေတာ၊ ကိုက်နေတာ၊ နာနေတာ၊ စပ်ဖျင်းဖျင်းဖြစ်နေတာ၊ စေးကပ်ကပ်ဖြစ်နေတာတွေလည်း ပေါ်နေတတ်ပါတယ်။

အဲဒါတွေဟာ ရုပ်သဘော ရုပ်ခန္ဓာကလေးတွေပါပဲ။ သဘောသက်သက်မှာ စိတ်နဲ့တွေ့အောင် ရှုပါ။

ရှုခါစမှာတော့ အကောင်အထည် ပုံသဏ္ဌာန်တွေ ပေါ်နေတတ်ပါသေးတယ်။ ရှုဖန်များလာရင် ပုံသဏ္ဌာန် နိမိတ်တွေ ပျောက်ပြီး သဘောတရားကလေး သက်သက် ကိုပဲ မြင်ရပါတော့တယ်။ မြင်ရတဲ့သဘောကလေးမှာ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် အသိကပ်ပြီး ရှုနေရင် အဲဒီသဘော တရားကလေးတွေဟာ ပိုပြီး ထင်ရှားလာလိုက်၊ မထင် မရှားဖြစ်သွားလိုက်၊ ပူသဘောကနေ အေးသဘောအဖြစ် ပြောင်းလဲပြီး ပေါ်လာလိုက်၊ လုံးဝပျောက်သွားလိုက် စသည်ဖြင့် မတည်မမြဲ ပြောင်းလဲနေတာကို ကိုယ်တိုင် သိလာပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီလို မတည်မမြဲသဘောကို တွေ့လာတာဟာ အနိစ္စလက္ခဏာကို မြင်တာပါပဲ။ မတည်မမြဲ ပျက်စီးတဲ့ သဘောကို သုခလို့ ယူဆထားရင် မှားပြီပေါ့။ စင်စစ်တော့ ဒုက္ခတရားပါပဲ။ ကိုယ်ဖြစ်စေချင်တာက သုခ၊ ဖြစ်နေတာ က ဒုက္ခဆိုတော့ ကိုယ့်အလိုမပါဘူးပေါ့။ ကိုယ့်အလိုမပါ တာဟာ အနတ္တသဘောပါပဲ။ အဲဒီ အနတ္တလက္ခဏာကို သိတဲ့ ယောဂီဟာ ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့ကိုယ်၊ ငါ့စိတ်ဆိုတဲ့ အတ္တ အယူဝါဒ (အတ္တဒိဋ္ဌိ) ကင်းစင်သွားပါတယ်။ အတ္တဒိဋ္ဌိ

ကင်းစင်အောင် ယောဂီတို့ ကျင့်ရမှာပါ။

ဒါကြောင့် မေတ္တသုတ်ပါဠိတော်မှာ ‘ ဒိဋ္ဌိဉ္စ အနု ပဂ္ဂမ္မ ’ (အတ္တဒိဋ္ဌိ မကပ်ရောက်အောင် ကျင့်ရမယ်) လို့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူပါတယ်။ ပစ္စုပ္ပန်အခိုက် ထင်ရှားရှိနေတဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောရှိသလို အတိတ်က ဖြစ်ခဲ့ပြီးတဲ့ ရုပ်တရားတွေ၊ နောင်အနာဂတ် ကာလမှာ ဖြစ်လတ္တံ့ ရုပ်တရားတွေဟာလည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘော ရှိနေတာပဲလို့ သိလာမှာပါ။ ကိုယ့်သန္တာန် မှာရှိတဲ့ ရုပ်တရားတွေဟာလည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောရှိသလို သူတစ်ပါးတွေရဲ့ သန္တာန်မှာရှိတဲ့ ရုပ် တရားတွေဟာလည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောရှိ တာကို သိလာပါတယ်။

အထက်တန်းစားလို့ သတ်မှတ်ထားတဲ့ သတ္တဝါ တွေရဲ့ သန္တာန်မှာရှိတဲ့ ရုပ်တရားတွေဟာလည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တပါပဲ။ အောက်တန်းစားလို့ ခေါ်ဝေါ်သမုတ်ခံ ရတဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့ သန္တာန်မှာရှိတဲ့ ရုပ်တရားတွေဟာ လည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတွေပါပဲ။ မိမိရဲ့ အနီးအနား ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ရှိနေတဲ့ ဇနီးမယား သမီးသားအစရှိ သူတို့ရဲ့ ရုပ်တရားတွေဟာလည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ တွေပါပဲ။ မိမိနဲ့ အနေဝေးနေသူတို့ရဲ့ သန္တာန်မှာရှိတဲ့ ရုပ်

တရားတွေ၊ ဆွေမတော် မျိုးမစပ်သူတွေရဲ့ ရုပ်တရားတွေ ဟာလည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘော ရှိနေတာပါပဲ။

ကိုယ့်ဉာဏ်ထဲမှာ ထင်ရှားတွေ့မြင်နေရတဲ့ ရုပ် တရားတွေရော၊ ဉာဏ်ထဲမှာ မထင်ရှားတဲ့ ရုပ်တရားတွေ ရော အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ တွေပါပဲ။ အဆင်း အသံ အနံ့ အရသာ အတွေ့အထိ အကုန်လုံး အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ တရားတွေပါ။ ရုပ်သဘောရုပ်ခန္ဓာဟာ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သဘောရှိသလို အာရုံရဲ့ အရသာကို ခံစားမှု ဝေဒနာကွ န္ဓာဟာလည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောရှိတာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ယောဂီတို့အနေနဲ့ ဝမ်းသာတဲ့ ခံစားမှု ဝမ်းနည်း တဲ့ စိတ်ခံစားမှုမှာဖြစ်စေ၊ ဝမ်းသာဝမ်းနည်းမဟုတ်တဲ့ ခံစားမှု ဥပက္ခာဝေဒနာမှာပဲဖြစ်စေ ပေါ်စဲပေါ်ခိုက်မှာ သတိထားပြီးတော့ ရှုပါ။ သေသေချာချာရှုရင် သူ့သဘော မှန်ကို သိလာမှာပါ။

အရှုဉာဏ် ရင့်သန်လာရင် ပေါ်စဲခံစားမှု ဝေဒနာ သဘောကလေးတွေကို အသိကပ်လိုက်တာနဲ့ အရှုဉာဏ် အောက်မှာ မတွေ့တော့ပါဘူး။ အဲဒီလို မတွေ့တော့တာ ဟာ ချုပ်ပျောက်သွားတဲ့ လက္ခဏာ၊ တစ်နည်းပြောရရင် အနိစ္စလက္ခဏာပါပဲ။ ဘယ်အချိန်မှာ မဆို၊ ဘယ်နေရာမှာ မဆို ဘယ်သူ့သန္တာန်မှာမဆို ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ခံစားမှု

ဝေဒနာကလေးတွေဟာ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာရှိ နေတာကို ကိုယ်တိုင်ရှုပွားရင်း သိလာပါလိမ့်မယ်။

ထိုနည်းတူစွာ မှတ်သားမှုသညာတရားဟာလည်း အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာရှိတာကို သိလာပါလိမ့်မယ်။ သညာဆိုတာ ရောင်းမှု ဝယ်မှု ကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ လိမ္မာပါးနပ် ကျွမ်းကျင်တာ၊ စက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းတွေမှာ ကျွမ်းကျင်တာ၊ အားကစားကိစ္စမှာ ကျွမ်းကျင်တာ စသည် ဖြင့် လောကရေးရာ လိမ္မာပါးနပ် ကျွမ်းကျင်တာဟာ သညာပါပဲ။ အချို့က အဲဒီလို လိမ္မာပါးနပ် ကျွမ်းကျင်တာ ကို ပညာတတ်တယ်လို့ ပြောဆိုနေကြပါတယ်။ တကယ် တော့ ပညာတတ်တာမဟုတ်ဘူး၊ သညာရှိတာပါ။

နတ်တွေလည်း နတ်အလျောက်၊ ဗြဟ္မာတွေလည်း ဗြဟ္မာအလျောက် လိမ္မာပါးနပ်ကြပါတယ်။ အပါယ်ဘုံသား ဖြစ်တဲ့ ကျွဲ၊ နွား၊ ခွေး၊ ဝက်၊ ဆင် အစရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေ ဟာလည်း သူတို့ဘာသာဘာဝ ထိုက်သင့်သလို လိမ္မာပါး နပ်မှု ရှိကြပါတယ်။ မုဆိုးတံငါတွေလည်းပဲ တောတောင် ထဲမှာ၊ မြစ်ချောင်းအင်းအိုင်ထဲမှာ သွားလာ လှုပ်ရှားလုပ် ကိုင်မှုနဲ့ ပတ်သက်ပြီး လိမ္မာပါးနပ်ကြတယ်။ မုဆိုးဟာ တောထဲမှာ အနံ့တစ်ခုခုရလိုက်တာနဲ့ ဒီနေရာမှာ ကျားရှိ တယ်၊ ခြင်္သေ့ရှိတယ် စသည်ဖြင့် သိပါတယ်။

တံငါတွေဆိုရင်လည်း ရေပွက်ကို မြင်လိုက်တာနဲ့ ဒါ ဘာငါးပဲဆိုတာ သိပါတယ်။ သညာရဲ့ သဘောဟာ အရာကျယ်ပါတယ်။ အဆင်းရူပါရုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ လိမ္မာပါးနပ်မှု၊ အသံအာရုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ လိမ္မာပါးနပ်မှု၊ အနံ့အာရုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဒါဟာ စပယ်ပန်းနဲ့၊ ဒါဟာ ဆေးလိပ်နဲ့၊ ဒါဟာ ရေမွှေးနဲ့၊ ဒါဟာ နှင်းဆီပန်းနဲ့လို့ သေချာစွာသိတာ၊ အရသာအာရုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဒါဟာ ဘာအရသာပဲလို့သိတာ၊ အထွေအထိအာရုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ဆေးဆရာတွေ လူနာရဲ့လက်ကို ကိုင်ကြည့်တာနဲ့ အပူချိန်တစ်ရာလောက်ရှိတယ်၊ တစ်ရာသုံးလောက်ရှိတယ် စသည်ဖြင့် သိတာတွေဟာ သညာရဲ့သဘောတွေပါ။

သညာသဘော - သညာက္ခန္ဓာဟာလည်း အတိတ်အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန် ဘယ်အချိန်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် ဖြစ်ပြီးတာနဲ့ ပျက်စီးတတ်တဲ့သဘောရှိပါတယ်။ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းနဲ့ အနှိပ်စက်ခံနေရတဲ့အတွက်ကြောင့် ဒုက္ခတရားပါ။ ကိုယ်က သုခဖြစ်စေချင်သော်လည်း သူက ဒုက္ခသဘောသာဖြစ်နေတဲ့အတွက်ကြောင့် အတ္တမဟုတ်၊ အနတ္တတရားပါ။ အဲဒီလို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောရှိတဲ့ တရားတွေမှာ ဘယ်မှာ ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာ ငါပိုင်တဲ့အရာလို့ မှတ်ယူလို့

ရတော့မှာလဲ၊ စာသိနဲ့မဟုတ်ဘဲ လက်တွေ့ကျကျ ခန္ဓာအရှိကို ပွားများပြီးတော့ ကိုယ်တိုင်သိအောင် လုပ်ရပါမယ်။ အဲဒါမှသာ အတ္တဒိဋ္ဌိပြုတ်မှာပါ။

သင်္ခါရက္ခန္ဓာဆိုတာကတော့ ကာယကံအမှု၊ ဝစီကံ ပြောဆိုမှု၊ မနောကံ တွေးကြံမှုတွေပါပဲ။ အဲဒီ သင်္ခါရက္ခန္ဓာဟာလည်း ဘယ်အချိန်မှာပဲဖြစ်နေနေ၊ ဘယ်သူသန္တာန်မှာပဲဖြစ်နေနေ၊ ဘယ်နေရာမှာပဲ ဖြစ်နေနေ၊ အကုန်လုံး အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘော ရှိနေတာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ငါမဟုတ်၊ ငါ့ဥစ္စာမဟုတ်ဘူးဆိုတာ ရှင်းနေတာပါပဲ။ ဖြစ်စဲဖြစ်ခိုက်မှာ သေသေချာချာ သဘောသိအောင် နှလုံးသွင်းရပါမယ်။

ဝိညာဏက္ခန္ဓာဆိုတာကတော့ အာရုံကို သိရုံသိတတ်တဲ့သဘောပါပဲ။ အဲဒီဝိညာဏက္ခန္ဓာဟာ -

- (၁) မြင်သိစိတ် • စက္ခုဝိညာဉ်
- (၂) ကြားသိစိတ် • သောတဝိညာဉ်
- (၃) နံသိစိတ် • ယာနဝိညာဉ်
- (၄) စားသိစိတ် • ဇိဌာဝိညာဉ်
- (၅) ထိသိစိတ် • ကာယဝိညာဉ်
- (၆) တွေးသိစိတ် • မနောဝိညာဉ်...အားဖြင့်
 (၆) မျိုးရှိပါတယ်။

အဲဒီ ဝိညာဉ် (၆) မျိုးဟာ သိတတ်တဲ့သဘောမျှပဲ ရှိပါတယ်။ အကောင်အထည်၊ ပုံသဏ္ဌာန်၊ အထီးအမ ဆိုတာ ဘာမှ ပြစရာမရှိပါဘူး။ ဒီသဘောကို သိပါစေ၊ သိအောင်လည်း ယောဂီတို့ ရှုကြပါ။ သူ့ရဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာကို မြင်အောင်ရှုရင် ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာ မဟုတ် ပါလားဆိုတာ ကိုယ်တိုင်သိလာမှာပါ။ အဲဒီလို ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင်သိလာတော့ မိမိစိတ်အစဉ်မှာ အတ္တဒိဋ္ဌိ မကပ် ရောက်နိုင်တော့ဘူးပေါ့။ တဒင်္ဂပဟာန်သာ မဟုတ်ဘဲ နောင်တစ်ဖန် လုံးဝပြန်ဖြစ်ခွင့်မရတဲ့အထိ ချုပ်ငြိမ်း သွား ပါတယ်။ အဲဒါကို သမုစ္ဆေဒပဟာန်နဲ့ ပယ်တယ်လို့ ခေါ် ပါတယ်။ အဲဒီအခါ ‘သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်’ ဆိုက်တော့ တာပါပဲ၊မဂ်ဉာဏ်ဆိုက်သွားတာနဲ့ ‘လောကုတ္တရာ သီလ’ လည်း ပူးတွဲပြီး တည်တံ့လာပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာ ဘုရားက ‘သီလဝါ ဒဿနေန သမ္ပန္နော’ လို့ ဟောကြား တော် မူပါတယ်။



“ သန္ဓေသားကို စောင့်ရှောက်ပါ ”

မဂ်ဉာဏ်ဆိုက်တာ ဝိပဿနာဉာဏ်အား ကောင်းလို့ပါ။ ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာဟာ ‘ကလလ ရေ ကြည်’ သားငယ်နဲ့တူပါတယ်။ တရားကျင့်သုံးတဲ့ ယောဂီ တို့ကတော့ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်နဲ့ တူပါတယ်။ ကိုယ်ဝန် ဆောင် မိခင်ဟာ ကိုယ့်ဝမ်းထဲ ရောက်ရှိနေတဲ့ ကလလ ရေကြည် သားငယ်ကို ခုနစ်ရက်၊ တစ်လ စသည်ဖြင့် ကိုယ်လိုချင်တဲ့ အချိန်မှာ သားဖွားမြင်ချင်လို့ မရပါဘူး။ ဖွားမြင်ချိန်တန်မှသာ ဖွားမြင်မှာပါ။

မိခင်ရဲ့ဝမ်းထဲမှာ ရှိနေတဲ့ ကလလရေကြည် သန္ဓေ သားငယ်ဟာ ပိုးတွေ ဖျက်ဆီးရင်လည်း ပျက်စီးသွား တတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မပျက်စီးသွားရလေအောင် ဆေးဝါး

နဲ့တစ်ဖုံ၊ အစားအသောက်နဲ့တစ်မျိုး စောင့်ရှောက်ပေးရပါတယ်။ ကိုးလလွန်မြောက်ဆယ်လရောက်မှ ဖွားချိန်တန်ပြီမို့ ဝမ်းကြာတိုက်ကနေ ဖွားမြင်လာရပါတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ ယောဂီတို့အဖို့ အရိယမဂ်ဉာဏ်ဆိုတဲ့ သားကောင်းရတနာ ဖွားစေချင်ရင် ရှေးဦးစွာ ဝိပဿနာဉာဏ်ဆိုတဲ့ ကလလရေကြည် သန္ဓေသားတည်ရပါတယ်။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဟာလည်း ကလလရေကြည်ဆိုတဲ့ သန္ဓေသားငယ်ကို လောဘဆိုတဲ့ ပိုးစားမသွားရလေအောင်၊ ဒေါသဆိုတဲ့ ပိုးစားမသွားရလေအောင်၊ မောဟဆိုတဲ့ ပိုးစားမသွားရလေအောင် သတိကြီးကြီးထားပြီး စောင့်ရှောက်ပေးရပါတယ်။

အခု ယောဂီတို့ တရားနာနေတာ၊ တရားအားထုတ်နေတာဟာ ဝိပဿနာဉာဏ် သန္ဓေသားငယ်ကို စောင့်ရှောက်နေတာပါ။ တရားနာမှု၊ တရားအားထုတ်မှုကြောင့် ဝိပဿနာဉာဏ်ဆိုတဲ့ သန္ဓေသား ရင့်ပြီး သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာဆိုတဲ့ ခက်မင်းဖြာထွက်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်လာတော့ မဂ်ဉာဏ်ဆိုတဲ့ သားကောင်းရတနာ ဖွားမြင်လာတာပေါ့။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် မိခင်အစောင့် အရှောက်ကောင်းတော့ ကလလရေကြည် သန္ဓေသားရင့်ပြီး ခေါင်း၊ ခြေနှစ်ဖက်၊ လက်နှစ်ဖက်ဆိုတဲ့

ခက်မင်းဖြာ ထွက်လာပြီး အချိန်တန်တော့ ကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ်ပြည့်စုံတဲ့ သားကောင်းရတနာ ဖွားမြင်လာသလိုပေါ့။

ယောဂီတို့က အနတ္တဉာဏ်ဆိုက်အောင်၊ အတ္တဒိဋ္ဌိပြုတ်အောင် ပွားများ အားထုတ်လို့ လောကုတ္တရာသီလပြည့်စုံပြီး သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ဆိုက်တော့တာပေါ့။ သောတာပန်ဖြစ်ပြီးတော့လည်း ရုပ်သင်္ခါရ၊ နာမ်သင်္ခါရတရားတွေကို သတိပညာနဲ့ ရှုပွားနေရင် ဉာဏ်တွေရင့်လာပြီး ကြမ်းတမ်းတဲ့ ရုန့်ရင်းတဲ့ ကာမတဏှာကို သကဒါဂါမိမဂ်ဉာဏ်နဲ့ ပယ်ဖျောက်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။

သကဒါဂါမိဖြစ်ပြီးတဲ့ ယောဂီဟာ ဒီရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတွေကိုပဲ သတိပညာနဲ့ ဆက်လက် ရှုပွားရပါတယ်။ အဲဒီလို ရှုပွားနေရင် သိမ်မွေ့တဲ့ ကာမတဏှာကို တောင် အကြွင်းအကျန်မထားဘဲ ပယ်ဖျောက်လိုက်ပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ အနာဂါမိမဂ်ဉာဏ် ဆိုက်ပြီပေါ့။ အနာဂါမိမဂ်ဉာဏ်ဆိုက်ပြီးလို့ မဂ်စိတ်ချုပ်တာနဲ့ အနာဂါမိဖိုလ်စိတ်ဖြစ်ပြီး အနာဂါမိပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ရောက်တယ်ပေါ့။

အဲဒီအခါ အမိဝမ်းမှာ ပဋိသန္ဓေ နေရမှုကင်းပြီပေါ့။ အနာဂါမိပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အမိဝမ်းတွင်းမှာ ကိန်းအောင်းနေရတဲ့ ကာမဘုံကို ပဋိသန္ဓေတည်နေသောအားဖြင့် မလာရောက်ရတော့ပါဘူး။ ကိလေသာအကြွင်းအကျန် ရှိနေ

သေးတာကြောင့် ကာမဘုံမှာ ပဋိသန္ဓေမနေရသော်လည်း သုဒ္ဓါဝါသဗြဟ္မာဘုံမှာ ပဋိသန္ဓေတည်နေရပြီး အဲဒီသုဒ္ဓါဝါသဗြဟ္မာဘုံမှာပဲ ကိလေသာကုန်ခန်းလို့ ရဟန္တာအဖြစ် ရောက်ရပါတယ်။ အဲဒီဘုံမှာပဲ ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူပြီး ဒုက္ခဇာတ်သိမ်းပါတယ်။ အဲဒါကိုအကြောင်းပြုပြီး မြတ်စွာဘုရားက - “ ကာမေသု ဝိနေယျ ဂေမံ၊ န ဟိ ဇာတု ဂစ္ဆသေယျ ပုန ရေတိ ” လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

(ကာမေသု - ဝတ္ထုအာရုံ ကာမဂုဏ်တရားတို့၌၊ ဂေမံ-တပ်မက်ခုံမင်မှု ကာမတဏှာကို၊ ဝိနေယျ-ပယ်ဖျောက်ပြီး၍၊ ဇာတု-စင်စစ်ဧကန်အမှန်မလွဲသဖြင့်၊ သော- ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဂစ္ဆသေယျ- အမိဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေတည်နေရခြင်းသို့၊ ပုန - နောက်ထပ်တစ်ဖန်၊ နဇေတိ - မရောက်ရတော့ချေ)



“ အစွမ်းထက်မြတ် မေတ္တာဓာတ် ”

အဲဒီလို မေတ္တာဈာန်ကို အခြေခံပြီး ရဟန္တာဖြစ်အောင် အားထုတ်ပုံကို ဟောပြုပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းတော်များကို -

“ ရဟန်းတို့၊ သင်တို့တစ်တွေ မူလနေရာ ပြန်သွားကြ၊ အဲဒီတောထဲမှာပဲ ဝါကျွတ်တဲ့အထိ ပြန်နေကြ၊ ဒီမေတ္တသုတ် ပရိတ်တရားတော်ကိုပဲ လတိုင်း လတိုင်း ရှစ်ရက်မြောက်နေ့မှာ ရွတ်ဆိုပေးကြ ” လို့ မိန့်တော်မူလိုက်ပါတယ်။ “ ဒီမေတ္တသုတ် ပရိတ်တော်လာရှိတဲ့ အတိုင်း မေတ္တာဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပဲ မှီဝဲကြ၊ ပွားများကြ၊ အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် လေ့လာပေးကြပါ။ အဲဒီလို ပွားများ အားထုတ် အလေ့အလာပြုကြမယ်ဆိုရင် တောထဲမှာ

နေကြတဲ့ မြေဖုတ်ဘီလူး၊ ရွက္ခစိုး၊ ဘုမ္မစိုး နတ်တွေက လည်းပဲ သင်ချစ်သားတို့ကို ကြောက်စရာ လန့်စရာ အာရုံ တွေကို ပြကြတော့မှာမဟုတ်ဘူး။ တကယ်အားဖြင့် သင် တို့ရဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကိုသာ လိုလားတောင့်တကြမှာ ပါ။ ရဲရဲသာ ပြန်သွားကြ ” လို့ လည်း ထပ်မံ မိန့်ကြားတော် မူလိုက်ပါသေးတယ်။

ရဟန်းတော်များလည်း မူလနေထိုင်ခဲ့ရာ တော အုပ်ကိုပဲ ပြန်ကြွကြွပြီး မေတ္တာဘာဝနာကို အဖန်ဖန်ပွား များပြီး နေကြပါတယ်။ မေတ္တာဈာန်ကို အခြေခံပြီး ဝိပဿ နာ ဘာဝနာကို ဆက်လက် ပွားများ အားထုတ်ကြပါတယ်။ ရဟန်းတော်အားလုံးပဲ အဲဒီဝါတွင်းမှာ ချမ်းချမ်းသာသာ နေကြရပါတယ်။ မေတ္တသုတ်တော်မှာ ရှင်တော်ဗုဒ္ဓ ဟော တော်မူတဲ့အတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးခဲ့တာ အားလုံးပဲ အရဟတ္တမဂ် အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက်ပြီး ရဟန္တာအဖြစ် ရောက်တော်မူခဲ့ကြပါတယ်။

သီတင်းဝါလကျွတ်တဲ့အခါမှာတော့ ဝိသုဒ္ဓိပဝါရဏာ ကို ပြုတော်မူကြပါတယ်။ ကိလေသာ လုံးဝ စင်ကြယ်တော် မူကြတဲ့ ရဟန္တာအရှင်မြတ်တွေပြုတဲ့ ပဝါရဏာကို ဝိသုဒ္ဓိ ပဝါရဏာလို့ခေါ်ပါတယ်။ ပဝါရဏာဆိုတာ ဖိတ်ကြား တယ်လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။ ကိုယ့်မှာ အပြစ်တစ်စုံတစ်ခု

ရှိရင် အကျိုးလိုလားတဲ့စိတ်နဲ့ ပြောပြကြဖို့ ဖိတ်မံတာပါပဲ။ ကိလေသာတွေ စင်ကြယ်လို့ ဝိသုဒ္ဓိလို့ခေါ်ပါတယ်။

ကိလေသာစင်ကြယ်တော်မူကြတဲ့ ရဟန္တာအရှင် မြတ်တွေ အချင်းချင်း အပြန်အလှန် ဖိတ်ကြားကြတာပါ။ ဖိတ်ကြားပုံကတော့ - “ တပည့်တော်အနေနဲ့ သံဃာတော် များကို ဖိတ်ကြား လျှောက်ထားပါတယ်ဘုရား၊ သံဃာ တော်များအနေနဲ့ တပည့်တော်အပေါ်မှာ မြင်လို့သော် လည်းကောင်း၊ ကြားလို့သော်လည်းကောင်း၊ ယုံမှား သံသယရှိခဲ့လို့သော်လည်းကောင်း၊ အပြစ်တစ်ခုခုတွေ့ ခဲ့ရင် မေတ္တာရှေ့ထား သနားသောအားဖြင့် ပြောကြား ဆုံးမတော်မူပါဘုရား၊ တပည့်တော်အနေနဲ့ ကိုယ့်အပြစ် ကို သေသေချာချာစိစစ်ပြီး ကုစားပါမယ်ဘုရား ” လို့ လျှောက်ထားကြတာပါ။

ကိလေသာ မကုန်သေးတဲ့ (ရဟန္တာမဖြစ်သေးတဲ့) ရဟန်းတွေရဲ့ ပဝါရဏာကိုတော့ ဝိသုဒ္ဓိပဝါရဏာလို့ မခေါ် ပါဘူး။ မေတ္တာတရား စိတ်ဝယ်ထားပြီး တရားအားထုတ် ကြတော့ အပြင်ရန်ဖြစ်တဲ့ နတ်ဆိုး နတ်ဝါး ရန်ကလည်း ငြိမ်းသွားတယ်။ အတွင်းသန္တာန်မှာရှိနေတဲ့ ကိလေသာရန် တွေကလည်း ငြိမ်းသွားကြပြီပေါ့။ ယောဂီတို့လည်း အတွင်း ဘေးအမျိုးမျိုး၊ အပြင်ဘေးအမျိုးမျိုး၊ အတွင်းရန်အမျိုးမျိုး၊

အပြင်ရန် အမျိုးမျိုးကနေ လွတ်ငြိမ်းပြီး တကယ်ချမ်းသာ အစစ်အမှန်ကို ရကြရလေအောင် မေတ္တာတရား စိတ်ဝယ်ထားပြီး ကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်နိုင်ကြပါစေ။

မေတ္တာတရားရဲ့ အကျိုးတရားတွေရတယ်ဆိုတာ ကိုယ်က သိလအား၊ သမာဓိအား၊ ပညာအားတွေရှိပြီး နေ့စဉ် ပွားများထားတဲ့ မေတ္တာမျိုးနဲ့ ပွားများလို့ပါ။ မေတ္တာ သုတ်မှာ ဟောတော်မူထားတဲ့ ကျင့်စဉ်တွေအတိုင်း ကျင့်ရ မယ်လို့ဆိုလိုတာပါ။ မိမိက ကိုယ်ကျင့်သီလလည်း ဘာ တစ်ခုမှမရှိဘဲ နေချင်သလိုနေ၊ ထိုင်ချင်သလို ထိုင်ပြီးတော့ အရေးကြုံလာ အခက်အခဲတွေ ဖြစ်လာမှ ပွားများတဲ့ အရေးပေါ် မေတ္တာမျိုးကတော့ အစွမ်းအာနိသင် ဘယ်သွား ရှိမှာလဲ၊ ဘုန်းကြီးငယ်ငယ်က ကြားဖူးထားတဲ့ ပုံပြင်ထဲက လိုပေါ့။

စကားစပ်မိလို့ ပြောလိုက်ရဦးမယ်၊ တောရွာတစ် ရွာမှာ စိတ်အရမ်းတိုတဲ့ ဘုန်းကြီးတစ်ပါးရှိတယ်၊ တစ်နေ့ တော့ အဲဒီဘုန်းကြီးဟာ ဖိုးသူတော်တစ်ယောက်ကို ခေါ် လာပြီး အလှူခံထွက်ပါရော၊ နေ့လယ်ခင်း နေကလည်းပူ တော့ ဘုန်းကြီးက ထီးဖွင့်ပြီးတော့ဆောင်းတယ်၊ တော အုပ်တစ်ခုနားရောက်တော့ ကျွဲတစ်အုပ်နဲ့ ရင်ဆိုင်တိုးမိပါ ရော၊ ကျွဲသိုးကြီးတစ်ကောင်က ခေါင်းမောပြီးတော့

ဘုန်းကြီးဆီကို တရုဏ်းရူး အသံပေးပြီး လာနေတယ်။

အဲဒီအခါ ဘုန်းကြီးက နှုတ်ကနေ- “ငါ့ဆီ လာနေတဲ့ ကျွဲသိုးကြီး ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ အသက်ရှည်ပါစေ”လို့ဆိုပြီး မေတ္တာပို့နေတယ်၊ ဘုန်းကြီး ကလည်း မေတ္တာ ပို့လို့သာ ပို့နေရတာ သူ့မေတ္တာကိုလည်း သူမယုံဘူး၊ ဒေါသကလည်းကြီး၊ မေတ္တာဆိုတာလည်း တစ်ခါမှ မပို့ဘူးဘဲကိုး၊ သူ့မေတ္တာက အင်အားမရှိတော့ ဘယ်မှာ စူးရှတော့မှာလဲ။

ကျွဲကြီးက တဖြည်းဖြည်း ပိုနီးလာတော့ ဘုန်းကြီး လည်း အသံတွေတုန် ခူးတွေတုန် ရင်တွေလည်းခုန်ပြီပေါ့၊ အဲဒီအခါ နောက်ကလိုက်လာတဲ့ ဖိုးသူတော်ကြီးက- “အင်း- ဘုန်းကြီးမေတ္တာကတော့ ဟန်မကျတော့ဘူး၊ ငါ မေတ္တာနဲ့မှ ဖြစ်တော့မယ်” ဆိုတဲ့အကြံနဲ့ အလှူခံတောင်း နှစ်လုံးကို ခဏချထားပြီး ထမ်းပိုးနဲ့ ကျွဲကြီးရဲ့ချို့ကို အားကုန် ရိုက်ထည့်လိုက်တာ ကျွဲကြီးလည်း ချို့ကျွတ်ပြီး ပြေးသွားတော့တာပဲ။

အဲဒီတော့မှ ဘုန်းကြီးက- “ အေး- သူတော်ရဲ့ မေတ္တာတရားက ငါ့မေတ္တာတရားထက်တောင် အား ကောင်းနေပါလား ” လို့ ပြောလိုက်တယ်၊ အဲဒီဘုန်းကြီး ဟာ အရင့်အရင့်တုန်းက မေတ္တာတစ်ခါမှ မပို့ဘူးဘဲ၊ ကျွဲ

ခတ်ခါနီးမှပို့တဲ့ မေတ္တာဆိုတော့ ဘယ်သွားပြီးတော့ အစွမ်း
ထက်မှာလဲ၊ စနစ်တကျ နည်းလမ်းမှန်မှန်ကန်ကန်နဲ့ ပွား
များထားတဲ့ မေတ္တာ၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာစွမ်းအားတွေနဲ့
ထုံမွှမ်းထားတဲ့ မေတ္တာမှသာ အစွမ်းထက်မြတ်တယ်လို့
ယောဂီတို့ နားလည်ထားကြစမ်းပါ။



“ မေတ္တာစစ်လျှင် မျက်နှာမလိုက် ”

အချို့သူတွေကျတော့ ကိုယ်နဲ့ရင်းနှီးတဲ့သူတွေကို
ရွေးပြီး ‘မေတ္တာပို့ကြပြန်တယ်၊ ကိုယ်ကြည့်မရတဲ့သူတွေ၊
ကိုယ်နဲ့မတဲ့သူတွေကို ချန်ထားကြတယ်၊ အဲဒီလိုမေတ္တာ
ဟာလည်း စွမ်းအားမရှိပါဘူး၊ ရှေးတုန်းက လူတစ်ယောက်
နေ့စဉ် နံနက်စောစော လမ်းမကြီးပေါ်မှာ တံမြက်စည်း
ထွက်လှည်းလေ့ရှိပါသတဲ့၊ တံမြက်လှည်းရင်း ‘အားလုံး
သတ္တဝါတွေ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ’
လို့ နှုတ်ကနေ တတွက်တွက် ရွက်ဆိုနေလေ့ရှိတယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ အမှိုက်တွေကများတော့ လှည်း
ပြီး လမ်းဘေးတစ်နေရာမှာ စုပုံပြီးတော့ထားလိုက်တယ်၊
နေနည်းနည်းပူလာတော့ နောက်နေ့ မနက်စောစောမှပဲ

အမှိုက်တွေ မီးရှို့တော့မယ်ဆိုပြီး ပြန်သွားတယ်။ နောက်
နေ့ မနက်စောစောမှာတော့ မီးရှို့ခါနီး အမှိုက်ပုံကို ဝါးလုံး
ရှည်ရှည်နဲ့ထိုးဆွပြီး “ ဒီအမှိုက်ပုံထဲမှာ ပိုးကောင်မွှား
ကောင်တွေရှိရင် ထွက်သွားကြပါ။ သင်တို့မီးဘေးသင့်မှာ
စိုးလို့ကွယ်၊ လွတ်ရာကျွတ်ရာကို ချမ်းချမ်းသာသာသွား
ကြကွယ်၊ သင်တို့တစ်တွေ ရောက်ရာအရပ်မှာ ချမ်းချမ်း
သာသာ ဘေးမသိရန်မခ နေနိုင်ကြပါစေ”လို့ အော်ပြော
လိုက်သေးတယ်။

အဲဒီလိုပြောဆိုနေတဲ့အခိုက် လိပ်ကြီးတစ်ကောင်
က အမှိုက်ပုံထဲကနေ ထွက်လာတယ်။ ညအချိန်ကတည်း
က လိပ်ကြီးက အမှိုက်ပုံထဲဝင်နေတာကိုး။ လိပ်ကြီးကို
လည်းမြင်လိုက်ရော-- “ ဟာ ဟာ လိပ်ကြီးပါလား၊ ငါလိပ်
သားမစားရတာကြာပြီ၊ ငါ တမင်တကာ လိပ်ကိုသတ်လို့
တော့ မသင့်တော်ဘူး၊ လူတွေမြင်ရင် ‘တရားသမားကြီး
လိပ်ကို သတ်တယ်’လို့ဆိုပြီး ကဲ့ရဲ့ကြလိမ့်မယ်’ လို့စဉ်းစား
မိပြီး အမှိုက်ပုံထဲက ပုရစ်ကလေးတွေ၊ ပုရွက်ဆိတ်ကလေး
တွေ၊ ခူကောင်ကလေးတွေကိုတော့ ခါထုတ်ပစ်လိုက်ပြီး
လိပ်ကြီးကိုတော့ဝါးလုံးနဲ့ထိုးပြီး အမှိုက်ပုံထဲ ပြန်သွင်းတယ်။

နှုတ်ကနေပြီးတော့လည်း- ‘ဟဲ့ ကိုရွှေလိပ်ရဲ့ ငါ
အပြင်ထုတ်တာ နင်မပါဘူးဟဲ့၊ ပြန်ဝင်ပြန်ဝင်’လို့ ဆိုသတဲ့။

လိပ်လည်း အမှိုက်ပုံထဲပြန်ရောက်ရော အမှိုက်ပုံကို မီးရှို့
တော့တာပဲ၊ ကဲ ယောဂီတို့ စဉ်းစားကြည့်ကြစမ်း၊ ဒီတံမြက်
စည်းလည်းသမားရဲ့မေတ္တာဟာ ဘယ်သွားအစွမ်းထက်ပါ
မလဲ၊ ကိုယ်လိုရာ ကိုယ်ဆွဲပြီး ပို့တဲ့မေတ္တာ ဖြစ်နေတယ်၊
မျက်နှာလိုက်ပြီးပို့တဲ့မေတ္တာ ဖြစ်နေတယ်၊ အဲဒီလိုမေတ္တာ
မျိုးလည်း မဖြစ်စေကြပါနဲ့။

မေတ္တာစစ်တို့မည်သည် ကိုယ့်အကျိုးကို မကြည့်ပါ
ဘူး၊ သူတစ်ပါးတွေကို ချမ်းသာစေလိုပါတယ်၊ ကြီးပွား
စေလိုပါတယ်၊ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စေလိုပါတယ်၊ တကယ်
မေတ္တာရှိလာတဲ့သူဟာ ကိုယ့်အပေါ်မှာ ရက်စက်ကြမ်း
ကြုတ် မတော်မတရား ပြုခဲ့တဲ့သူကိုတောင် ဒေါသနဲ့မတုံ့
ပြန်ပါဘူး၊ လက်စားချေလိုတဲ့စိတ် မမွေးပါဘူး၊ အခွင့်သာ
လျှင် သူ့ရဲ့ကောင်းကျိုးဖြစ်အောင်သာ ကူညီ ဆောင်ရွက်
ပေးကြပါတယ်။

အဲဒီလို စစ်မှန်တဲ့မေတ္တာတရားတွေ နှလုံးသားမှာ
ကိန်းနေအောင် နေ့တိုင်း နေ့စဉ် ပွားများ လေ့ကျင့်ထားတဲ့
သူအဖို့ ကြီးကျယ်တဲ့အခက်အခဲတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်တွေ့လာ
ရတဲ့အခါမှာ စောင့်ရှောက် ကူညီမည့်သူတွေ ပေါ်ပေါက်
လာပါတယ်။ ဒါဟာ တရားရဲ့သဘောပါ၊ ‘တရားမထောင့်
အမှန်စောင့်က စောင့်သည့်တရား ထိုသူအားကို မမှား

ဆက်ဆက် စောင့်သတတ်တည်း'လို့ မယဒေဝမှာ မိန့်မှာ တော်မူခဲ့ပါတယ်။

ယောဂီတို့ဟာ ပတ်ဝန်းကျင်လောကကြီးနဲ့ ဆက် ဆံနေကြရပါတယ်။ ကိုယ်တစ်ယောက်တည်း နေရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒါကြောင့် ဘယ်အချိန် ဘယ်နေရာမှာ မဆို တစ်ဦးတစ်ယောက်နဲ့ ဆုံမိပြီဆိုတာနဲ့ ကိုယ်ကအလျင် လက်ဦး မေတ္တာစိတ် ပို့လွှတ်ပေးလိုက်ပါ။ လက်တွေ့ကျကျ တကယ်ကျင့်သုံးကြည့်ပါ။ အခက်အခဲတွေမှန်သမျှ လွယ် ကူသွားပါလိမ့်မယ်။ မိမိရဲ့ဘဝမှာလည်း ချမ်းမြေ့ ပျော်ရွှင် စရာတွေ ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။ မေတ္တသုတ်တော်မှာ ညွှန် ပြတော်မူသလို- 'မေတ္တာတရား' စိတ်ဝယ်ထားနိုင်ကြရင် အို နာ သေ အစရှိတဲ့ ဒုက္ခတွေချုပ်ငြိမ်းရာ အမြတ်ဆုံး နိဗ္ဗာန်ကိုတောင် ရနိုင်ပါတယ်။

အဲဒါကြောင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်ကို မျက်မှောက် ပြုလိုကြတဲ့ ယောဂီသူတော်စင်များအနေနဲ့ 'မေတ္တာ တရား စိတ်ဝယ်ထား' ကာ ကျင့်သုံးနိုင်ကြသဖြင့် မိမိတို့ ရဲ့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်နိုင် ကြပါစေလို့ ဆန္ဒပြုရင်း တရားတော် နိဂုံးချုပ်ပါတယ်။

“ အာသီသ ဂါထာ ”

ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ။
သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန၊
သဒါ သုခီ ဘဝန္တုတေ။

ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ။
သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန၊
သဒါ သုခီ ဘဝန္တု တေ။

ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ။
သဗ္ဗသံဃာနုဘာဝေန၊
သဒါ သုခီ ဘဝန္တု တေ။

တေတုမ္မာကံ - ကောင်းကျိုးချမ်းသာ မင်္ဂလာဟု ကုဋ္ဌာရုံ မျိုး ဒီရေတိုးသို့ ဖွံ့ဖြိုးလို့ငြား သင်သူတော်ကောင်း အပေါင်းတို့အား။

သဗ္ဗမင်္ဂလံ - ဖြစ်လေရာရာ သံသရာတွင် ကြည်သာရွှင်ယူ အေးမြစေကြောင်း အကောင်းဆုံးသော မင်္ဂလာသည်။

ဘဝတု - မုချမသွေ ဖြစ်မြောက်ပါစေသတည်း။

သဗ္ဗဒေဝတာ - တန်ခိုးတေဇာ ဖြိုးဝေဆာလျက် တေဇာ ထန်ပြင်း အလုံးစုံသောနတ်မင်းတို့သည်။

ရက္ခန္တ - ကိုယ်၏ရင်နှစ် သားချစ်ပမာ ကရုဏာဖြင့် ရှုကာတွေးထောက် ဘေးမရောက်စေဘဲ စောင့်ရှောက်မစ ကြပါစေကုန်သတည်း။

ရက္ခန္တ - ကိုယ်၏ရင်နှစ် သားချစ်ပမာ ကရုဏာဖြင့် ရှုစာနာနှိုင်းဆ၍ မှိုင်းမစောင့်ရှောက် ကြပါစေကုန် သတည်း။

သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန - ဂင်္ဂါဝါဠု သဲစုမက ပွင့်ကြသီးသီး ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးတို့၏ တန်ခိုးရှိန်စော် မေတ္တာ တော် အာနုဘော်အဟုန်အားဖြင့်။

သဗ္ဗဓမ္မာနုဘာဝေန - မင်္ဂလိနိဗ္ဗာန် ဓမ္မက္ခန္ဓာနှင့် ဆယ် တယ်ပိုင်းဖြတ် တရားတော်မြတ်တို့၏ တန်ခိုးရှိန်စော် မေတ္တာတော်အာနုဘော်အဟုန်အားဖြင့်။

သဗ္ဗသံဃာနုဘာဝေန - မဂ္ဂဌာန် ဖလဌာန် ရှစ်တန် ထင်ပေါ် အရိယာသံဃာတော်တို့နှင့်တကွ ယခုမျက်မှောက် ၌ ကြွရောက်တော်မူကြကုန်သော သမ္မုတိထေရ်သံဃာ အရှင်မြတ်တို့၏ တန်ခိုးရှိန်စော် အာနုဘော်အဟုန်အား ဖြင့်။

သဒါ - နေ့ရောညဉ့်ပါ ဘယ်ခါမဆို ထိုထိုကာလ ရှိသမျှ မဆိုင်း အချိန်တိုင်း၌၊ **သုဒ္ဓိ** - ကိုယ်စိတ်နှစ်ဝ စန်းယုန်လ ကဲ့သို့ ချမ်းမြေ့အေးမြခြင်း ရှိကြကုန်သည်။ **ဘဝန္တ** - စင်စစ် မသွေ ဖြစ်ကြီးဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု . . . သာဓု . . . သာဓု . . .

“ မေတ္တသုတ် - အနက် ”

(၁) ယဿာနုဘာဝတော ယက္ခာ၊
နေဝ ဒဿေန္တိ ဘီသနံ၊
ယမိ ဝေဝါနယုဉ္ဇန္တော
ရတ္တိန္နိဝ မတန္တိတော။

(၂) သုခံ သုပတိ သုတ္တော၊
ပါပံ ကိဉ္စိ န ပဿတိ၊
ဝေမာဒိ ဂုဏူပေတံ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

ဟေ - ချမ်းသာလိုလား အိုသူတော်စင်များတို့၊
ယဿ ပရိတ္တဿ - အကြင်မေတ္တသုတ် ပရိတ်တော်၏
အာနုဘာဝတော - တန်ခိုးရှိန်စော် အာနုဘော်တော်
ကြောင့်၊
ယက္ခာ - နတ်အများတို့သည် (ဝါ) ဘီလူးတို့သည်၊
ဘီသနံ - ကြောက်ဖွယ်လန့်ဖွယ် အသွယ်သွယ်သော အာရုံကို၊
နေဝဒဿေန္တိ - မပြနိုင် မပြတ်ကြကုန်။

ယမိဝေဝ - အကြင်မေတ္တသုတ် ပရိတ်တော်မြတ်၌သာ
လျှင်၊

ရတ္တိန္နိဝံ - နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း၊

အတန္တိတော - မပျင်းမရိသည်ဖြစ်၍၊

အနယုဉ္ဇန္တော - အဖန်တလဲလဲ စွဲမြဲစွာရွတ်ဖတ်ပွားများ
အားထုတ်သော သူသည်၊

သုခံ - ချမ်းသာစွာ၊

သုပတိ - အိပ်စက်ရပေ၏၊

သုတ္တော - အိပ်ပျော်သည်ရှိသော်၊

ကိဉ္စိ - တစ်စုံ တစ်ခုသော၊

ပါပဝံ - ထိတ်လန့်ဖွယ်မျိုး အိပ်မက်ဆိုးကိုလည်း၊

နပဿတိ - မမြင်မက်ရပေ၊

ဝေမာဒိဂုဏူပေတံ - ဤသို့စွာ ဂုဏ်အင်္ဂါနှင့်ပြည့်စုံသော၊

တံ ပရိတ္တံ - ထို မေတ္တသုတ်ပရိတ်တော်ကို၊

မယံ - ကျွန်ုပ်တို့သည်၊

ဘဏာမ - ညီညာဖြဖြ ရွတ်ကြပါကုန်စို့။

(၃) ကရဏီယ မတ္တကုသလေန၊

ယန္တ သန္တံ ပဒံ အဘိသမေဓ။

သက္ကော ဥဇ္ဇေ သုဟုဇ္ဇေ၊

သုဝော စဿ မုဒု အနတိမာနိ။

သန္တံ - အေးမြငြိမ်သက်သော၊ ပဒံ - နိဗ္ဗာန်မြတ်ကို၊
 အဘိ သမေဓု - အာရုံယူကာ ဖောက်ထွင်းမြင်သိ၍၊ ဝိဟရိ
 တုကာမေန - နေလိုသော၊ အတ္တကုသလေန - အကျင့်
 အမျိုးမျိုး အကျိုးတရား၌ ပါးနပ်လိမ္မာသောသူသည်၊
 ယံကရကီယံ - အကြင်ပြုကျင့်အပ်သည့် သိက္ခာသုံးရပ်
 အကျင့်ပဋိပတ်သည်၊ အတ္ထိ - စင်စစ်မသွေရှိပါပေ၏၊ တံ
 - ထိုသိက္ခာသုံးရပ် အကျင့်ပဋိပတ်ကို၊ ကရကီယံ - ပြုကျင့်
 အပ် ပြုကျင့်ထိုက်ပါပေ၏၊ သက္ကောစ - ပြုကျင့်နိုင်စွမ်း
 သူသည်လည်း၊ အဿ - ဖြစ်ရာ၏၊ ဥဇ္ဇေ - ဖြောင့်မတ်
 သူသည်လည်း၊ အဿ - ဖြစ်ရာ၏၊ သုဟုဇ္ဇေ - အလွန်
 ဖြောင့်မတ်သူသည်လည်း၊ အဿ - ဖြစ်ရာ၏၊ သုဝစောစ
 - အဆိုအဆုံးမ လွယ်ကူသူသည်လည်း၊ အဿ - ဖြစ်ရာ
 ၏၊ မုဒုစ - နူးညံ့ပျော့ပျောင်းသူသည်လည်း၊ အဿ -
 ဖြစ်ရာ၏၊ အနတိမာနီစ - မာန်ထောင်လွှားခြင်းမရှိသူ
 သည်လည်း၊ အဿ - ဖြစ်ရာ၏။

- (၄) သန္တဿကော စ သုဘရော စ၊
 အပ္ပကိစ္စော စ သလ္လဟုကဝုတ္တိ၊
 သန္တိန္ဒြိယော စ နိပကော စ၊
 အပ္ပဂဗ္ဘော ကုလေသု နနုဂိဒ္ဓေါ။

သန္တဿကောစ - ရောင့်ရဲတင်းတိမ်လွယ်သူသည်လည်း၊
 အဿ - ဖြစ်ရာ၏၊ သုဘရောစ - မွေးမြူရလွယ်ကူသူ
 သည်လည်း၊ အဿ - ဖြစ်ရာ၏၊ အပ္ပကိစ္စောစ - ကိစ္စ
 နည်းပါးသူသည်လည်း၊ အဿ - ဖြစ်ရာ၏၊ သလ္လဟုက
 ဝုတ္တိစ - ပေါ့ပေါ့ပါးပါးအဖြစ်မျိုးရှိ သူသည်လည်း၊ အဿ
 - ဖြစ်ရာ၏၊ သန္တိန္ဒြိယောစ - ကုန်ကြွေးငြိမ်သက်သူသည်
 လည်း၊ အဿ - ဖြစ်ရာ၏၊ နိပကောစ - ဉာဏ်ပညာရင့်
 ကျက်သူသည်လည်း၊ အဿ - ဖြစ်ရာ၏၊ အပ္ပဂဗ္ဘောစ -
 ကိုယ်နှုတ်နှလုံး ရိုင်းစိုင်းမှုမရှိသူသည်လည်း၊ အဿ -
 ဖြစ်ရာ၏၊ ကုလေသု - အိမ်သူအိမ်သား လူအများ၌၊
 အနနုဂိဒ္ဓေါစ - မက်မောတွယ်တာခြင်း မရှိသူသည်လည်း၊
 အဿ - ဖြစ်ရာ၏။

(၅) န စ ခုဒ္ဒ မာစရေ ကိဉ္စိ၊

ယေန ဝိညု ပရေ ဥပဝဒေယျံ။

သုခိနောဝ ခေမိနော ဟောန္တု။

သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။

ယေန - အကြင်ယုတ်ညံ့သော ဒုစရိုက်အမှုကြောင့်၊ ဝိညု
 - ပညာရှိဖြစ်ကုန်သော၊ ပရေ - တစ်ပါးသူတို့သည်၊ ဥပဝေ
 ဒယျံ - ပြစ်တင်ကဲ့ရဲ့ကုန်ရာ၏၊ ခုဒ္ဒံ - ယုတ်ညံ့စွာသော ၊

တံ - ထိုဒုစရိုက်စု မကောင်းမှုကို၊ ကိဉ္စိ - သေးသေးဖွဲဖွဲ
 အနည်းငယ်ကလေးကိုပင်၊ နအာစရေ - မပြုမကျင့်ရာ၊
 သဗ္ဗသတ္တာ - ယုတ် မြတ်မဟူ မည်သူမဆို သတ္တဝါ အနန္တ
 မှန်သမျှတို့သည်၊ သုခိနောဝါ - ကိုယ်၏ ချမ်းသာခြင်းရှိ
 ကြကုန်သည်လည်းကောင်း၊ ခေမိနောဝါ - ဘေးရန်ကင်း
 ကွာ ချမ်းသာအေးမြခြင်း ရှိကြကုန်သည်လည်းကောင်း၊
 ဟောန္တု - အမှန်မုချ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း၊ သုခိ
 တတ္ထာဝါ - ရွှင်ပျချမ်းသာသော စိတ်ရှိကြကုန်သည်
 လည်းကောင်း၊ ဘဝန္တု - စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ကြပါစေကုန်
 သတည်း။

(၆) ယေကေစိ ပါဏဘူတတ္ထိ၊
 တသာ ဝါ ထာဝရာဝ နဝသေသာ၊
 ဒိယာ ဝါ ယေဝ မဟန္တာ၊
 မဇ္ဈိမာ ရဿကာ အဏုက ထူလာ။

(၇) ဒိဋ္ဌာ ဝါ ယေဝ အဒိဋ္ဌာ၊
 ယေဝ ဒုရေ ဝသန္တိ အဝိဒုရေ၊
 ဘူတာဝ သမ္ဘဝေသီဝ၊
 သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္ထာ။

အနဝသေသာ - ကြွင်းမဲ့ဥသုအလုံးစုံကုန်သော၊
 ယေတသာဝါ - အကြင် ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်တတ်ကုန်
 သော ပုထုဇဉ် သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်းကောင်း၊ ယေ
 ထာဝရာဝါ - အကြင် မထိတ်မလန့် ခိုင်ခံ့မြဲမြံတည်တံ့
 သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်းကောင်း၊ ယေဒိယာဝါ
 - အကြင် ရှည်လျားသော ခန္ဓာကိုယ်ရှိသော သတ္တဝါတို့
 သည်လည်း ကောင်း၊ ယေမဟန္တာဝါ - အကြင် ကြီးမား
 သော ခန္ဓာကိုယ်ရှိသော သတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊
 ယေမဇ္ဈိမာဝါ - အကြင် အလယ်အလတ်စား ခန္ဓာကိုယ်ရှိ
 သော သတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊ ယေရဿကာဝါ -
 အကြင် ခန္ဓာကိုယ် ပုကွန်နိမ့်တိုသော သတ္တဝါတို့သည်လည်း
 ကောင်း၊ ယေအဏုကာဝါ - အကြင် မှု့မွှားသေးငယ်သော
 သတ္တဝါတို့သည် လည်းကောင်း၊ ယေထူလာဝါ - အကြင်
 ပိုင်းစက်ဆူဖြိုးသော သတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊ ယေဒိ
 ဌာဝါ - အကြင် မြင်ဖူးကုန်သော သတ္တဝါတို့သည်လည်း
 ကောင်း၊ ယေအဒိဌာဝါ - အကြင် မမြင်ဘူးကုန်သော
 သတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊ ယေဒုရေဝသန္တိ - အကြင်
 အဝေးအရပ်၌ နေကြကုန်သော သတ္တဝါတို့သည်လည်း
 ကောင်း၊ ယေအဝိဒုရေ ဝသန္တိ - အကြင် အနီးအရပ်၌
 နေကြကုန်သော သတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊ ယေဘူ

ဝါ - အကြင် နောင်မဖြစ်ရတော့၊ ဖြစ်ပြီးသား ဖြစ်ကုန်သော ရဟန္တာတို့သည်လည်းကောင်း၊ ယေသန္တဝေသီဝါ - နောင်ဖြစ်ရမည့် ဘဝကို ရှာမှီးသော အကြင် ပုထုဇဉ်သေက္ခသတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊ ယေကေစီ - ကြွင်းမဲ့ဥသု အလုံးစုံကုန်သော၊ ပါဏဘူတာ - သတ္တဝါတို့သည်၊ အတ္ထိ-သန္တိ - ထင်ရှားပုံသေရှိကြပေကုန်၏၊ ဣမေပိသဗ္ဗသတ္တာ - ဤအလုံးစုံကုန်သော သတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊ သုခိတတ္တာ - အေးမြချမ်းသာသော ကိုယ်စိတ်ရှိကြကုန်သည်၊ ဘဝန္တု - စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ကြီး ဖြစ်ကြ ပါစေကုန်သတည်း။

- (ဂ) န ပရော ပရံ နိကုဗ္ဗေထ၊
 နာတိမညေထ ကတ္တစိ န ကိဉ္စိ၊
 ဗျာရောသနာ ပဋိယသည၊
 နာညမညဿ ဒုက္ခပိစ္ဆေယျ။

ပရော - တစ်ပါးသောသူသည်၊ ပရံ - အခြားတစ်ပါးသူ တစ်ယောက်ကို၊ နနိကုဗ္ဗေထ - လှည့်ပတ်စဉ်းလဲမှု မပြုပါစေလင့်၊ ကတ္တစိ - ဘယ်အရပ်ဒေသ၌မဆို၊ ကိဉ္စိ - တစ်စုံတစ်ယောက်သော၊ နံ - ထိုသူတစ်ပါးကို၊ နာတိမညေထ - မာန်ထောင်သမှု မထိမဲ့မြင် မပြုပါစေလင့်။

ဗျာရောသနာ - ဗျာရောသနာယ - ကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့် နှိပ်စက်စော်ကား ထိပါးခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပဋိယသည - ပဋိယသညာယ - ဒေါသရှေ့ထားပြစ်မှားသော စိတ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ အညမညဿ - အချင်းချင်း၏ (ဝါ) တစ်ယောက်သည် တစ်ယောက်၏ ဒုက္ခ - ဆင်းရဲမှုကို၊ နက္ခန္ဓေယျ - မလိုလားပါစေလင့်။

- (ဃ) မာတာ ယထာ နိယံပုတ္တ၊
 မာယုသာ ကေပုတ္တမနုရက္ခေ၊
 ဧဝံပိ သဗ္ဗဘူတေသု၊
 မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။

မာတာ - မွေးသမိခင် ကျေးဇူးရှင်သည်၊ နိယံပုတ္တံ - မိမိရင်နှစ် သားအရင်းဖြစ်သော၊ ကေပုတ္တံ - တစ်ဦးတည်းသောသားကို၊ အာယုသာ - မိမိ အသက်ဖြင့် သော်ပင်၊ အနုရက္ခေယထာ - သနားငဲ့ညှာ ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်သကဲ့သို့၊ ဧဝံပိ - ဤနည်းထားယူ အလားတူစွာလည်း၊ သဗ္ဗဘူတေသု - ခပ်သိမ်းများစွာ သတ္တဝါတို့အပေါ်၌၊ အပရိမာဏံ - နှိုင်းပြစရာ အတိုင်းအတာ ပမာဏမရှိသော၊ မာနသံ - မေတ္တာစိတ်ကို၊ ဘာဝယေ - ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများလေရာ၏။

(၁၀) မေတ္တဉ္စ သဗ္ဗလောကသ္မိ၊
မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ၊
ဥဒ္ဓံ အဓော စ တိရိယဉ္စ၊
အသမ္မာဓံ အဝေရ မသပတ္တံ။

ဥဒ္ဓံ - အထက်ဘုံဌာန အရူပဘဝ၌လည်းကောင်း၊
အဓော - အောက်ဘုံဌာန ကာမဘဝ၌လည်းကောင်း၊
တိရိယံ - အလယ်ဘုံဌာန ရူပဘဝ၌လည်းကောင်း၊ သဗ္ဗ
လောကသ္မိ - ခပင်းဥဿုံ အလုံးစုံသော လောက၌၊
အပရိမာဏံ - တိုင်းတာ နှိုင်းယှဉ်စရာ ပမာဏမရှိသော၊
မေတ္တံ - မေတ္တာ တရားနှင့် ယှဉ်သော၊ မာနသံ - စိတ်ကို၊
အသမ္မာဓံ - အပိုင်းအခြားကင်း ကျဉ်းမြောင်းခြင်းမရှိ
သည်ကို၊ အဝေရံ - ဒေါသဟူသော အတွင်းရန်များလည်း
မရှိသည်ကို၊ အသပတ္တံ - ညဉ့်ပန်း နှောင့်ယှက် နှိပ်စက်
လာမှု အပြင်ရန်သူလည်း မရှိသည်ကို၊ ကတွာ - ပြု၍၊
ဘာဝယေ - ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများလေရာ၏။

(၁၁) တိဋ္ဌံ စရံ နိသိန္နောဝ၊
သယာနော ယာဝတာဿ ဝိတမိဒ္ဓေါ၊
ဇေတံ သတိ အဓိဋ္ဌေယျ၊
ဗြဟ္မမေတံ ဝိဟာရ မိမေ မာဟု။

တိဋ္ဌဝါ - ရပ်တည်လျက်လည်းကောင်း၊ စရံဝါ - စကြို
သွားလျက်သော်လည်းကောင်း၊ နိသိန္နောဝါ - ထိုင်နေ
လျက်သော်လည်းကောင်း၊ သယာနောဝါ - အိပ်လျက်
သော်လည်းကောင်း၊ ယာဝတာ - အကြင်မျှလောက်၊ ဝိတ
မိဒ္ဓေါ - ကင်းရှင်းသော အိပ်ချင်ငိုက်မျဉ်းခြင်းရှိသည်၊
အဿ - ဖြစ်ရာ၏၊ အထ - ထိုင်ငိုက်မျဉ်းခြင်းကင်းရှင်း
သော အချိန်အတွင်း၌၊ ဇေတံသတိ - ထိုမေတ္တာတရားနှင့်
ယှဉ်သော ဈာန်သတိကို၊ အဓိဋ္ဌေယျ - စွဲစွဲမြဲမြဲ ခိုင်မြဲမကွာ
ဆောက်တည်ရာ၏၊ ဣမ - ဤဘုရားမြတ်စွာ သာသနာ
တော်၌၊ ဇေတံ - ဤမေတ္တာမကင်း ဈာန်ဖြင့်နေခြင်းကို၊
ဗြဟ္မံ - ထူးမြတ်လှစွာသော၊ ဝိဟာရံ - နေခြင်းဟူ၍၊
အာဟု - ဘုရားရှင်များ ဟောကြားတော်မူကြကုန်ပြီ။

(၁၂) ဒိဋ္ဌိဉ္စ အနုပဂ္ဂမ္ပ၊
သီလဝါ ဒဿနေန သမ္ပန္နော၊
ကာမေသု ဝိနေယျ ဂေဝံ၊
န ဟိ ဇာတု ဂ္ဂန္တသေယျ ပုန ခေတိ။

သော - ထိုမေတ္တာယှဉ်ဘိ ဈာန်သတိရှိပြီးသော သူတော်
စင်သည်၊ ဒိဋ္ဌိဉ္စ - အတ္တဒိဋ္ဌိသို့လည်း၊ အနုပဂ္ဂမ္ပ - စွဲယူ
ကပ်ရောက်မှု မရှိမူ၍၊ သီလဝါ - လောကုတ္တရာ သီလရှိ

သည်။ ဒဿနေန - သောတာပတ္တိ မဂ်ဉာဏ်နှင့်၊ သမ္ပန္နော
 - ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍၊ ကာမေသု - ရူပသဒ္ဓ စသည်အစုံ
 အာရုံငါးပါး ကာမဂုဏ်တရား၌၊ ဂေဓံ - ကိလေသာဖြင့်
 မက်မောတွယ်တာခြင်းကို၊ ဝိနေယျ - အကြွင်းအကျန်
 မထား ပယ်ရှားပြီးသော်၊ ဇာတု - စင်စစ်ဧကန် အမှန်
 အားဖြင့်၊ ပူန - နောက်ထပ် တစ်ဖန်၊ ဂစ္ဆသေယျံ - ပင်
 သန္ဓေတည်ခြင်းသို့၊ န ဇတိ - မရောက်ရတော့ပေ။

• || = || = || = || = || = || =