နေနည်း၊ သေနည်း
နှင့်
ဝိပဿနာ

ရောင်းရန်မဟုတ် / မိသားစုဖတ်ရန်သာ

၁

မြင့်ရွှေ (ပေါင်းတည်)

အမှတ် ၂၉၃၁၂
ရက်စွဲ ၂၃.၄.၁၅

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်စစ်စစ်

ဘုရားရှင်သည် ရတနာသုံးပါးအပေါ် ကြည်ညိုသဒ္ဓါတရားအနည်းအများအပေါ် "အထက်တန်းစား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်" နှင့် အညံ့စား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဟူ၍ နှစ်မျိုးကွဲပြားကြောင်းနှင့် ယင်းတို့၏လက္ခဏာများကို ညွှန်ပြတော်မူသည်။
(အင်္ဂုတ္တရ ပါဠိတော်၊ တတိယ စာမျက်နှာ -၁၈၁)

အထက်တန်းစား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်

၁။ ရတနာသုံးပါးအပေါ် နှစ်နှစ်ကာကာယုံကြည်ခြင်း

၂။ ကိုယ်ကျင့်သီလနှင့် ပြည့်စုံခြင်း

၃။ ကောတုဟလ မင်္ဂလာကိုမယုံကြည်ခြင်း

၄။ လောကီမင်္ဂလာတို့ကို မယုံကြည်ဘဲ ကံကိုသာအနှစ်သာရအားဖြင့် ယုံကြည်ခြင်း

၅။ ဗုဒ္ဓသာသနာအတွင်း၌သာ မြတ်သောအလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ရွေးချယ်စိစစ်၍ ဦးစွာပေးလှူကြည်ဖြူ မြတ်နိုးခြင်းတို့ဖြစ်၏။

ဤလက္ခဏာနှင့် ပြည့်စုံသူကို ဘုရားရှင်က "ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ရတနာ "ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပဒုမာ" ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပုဏ္ဍရိတ်" ဟု ဂုဏ်ပြုတော်မူ၏။

အညံ့စား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်

၁။ ရတနာသုံးပါးအပေါ် နှစ်နှစ်ကာကာယုံကြည်မှုမရှိခြင်း

၂။ ကိုယ်ကျင့်သီလ မရှိခြင်း

၃။ ကောတုဟလ မင်္ဂလာကိုယုံကြည်ခြင်း

၄။ ကံကိုမယုံကြည်ဘဲ ၊ လောကီမင်္ဂလာကိုသာ အနှစ်သာရအားဖြင့် ယုံကြည်ခြင်း

၅။ အခြားဘာသာ၌ မြတ်သောအလှူခံပုဂ္ဂိုလ် ရှိနိုး မျှော်ကိုးရှာမှီး လျက် ဦးစားပေးလှူကြည်ဖြူမြတ်နိုးခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

ယင်းလက္ခဏာနှင့် ပြည့်စုံသော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မျိုးကို "ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အောက်တန်းစား "ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အညစ်အကြေး" "ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဒွန်းစဏ္ဍား" ဟု ဘုရားရှင်က မိန့်ဆိုတော်မူသည်။

-ဗိုလ်ကြီးသိန်းလွင်(ငြိမ်း)၊ဆရာမဒေါ်လှလှသန်း(ငြိမ်း)။ မန္တလေး။ ၅၀၀၀ကျပ်
-ဗိုလ်မှူးဝင်းမောင်(ငြိမ်း)၊ဆရာမဒေါ်သန်းသန်းလှိုင်(ငြိမ်း)။ တောင်ငူ။ ၁၃၀၀၀ကျပ်
-ဗိုလ်ကြီးခင်မောင်ဝင်း(ငြိမ်း)၊ဒေါ်ကျင်အေး။ ပေါင်းတည်။ ၅၀၀၀ကျပ်
-ဦးအောင်ထွတ်+ဒေါ်သစ်ဦး။ မြို့နယ်တရားရုံး။ ပေါင်းတည်။ ၅၀၀၀ကျပ်
-ဒေါ်အုန်းရင်မိသားစု။ ရွှေဘောင်လမ်း။ ပေါင်းတည်။ ၁၀၀၀၀ကျပ်
-ဦးထွန်းနိုင်၊ဒေါ်ပြုံးကြည်(သား)နိုင်လင်းကျော်(သမီး)လဲ့ဟန်ဝင်း။ ပေါင်းတည်။ ၂၀၀၀၀ကျပ်
-ဦးဘင်ဝင်း၊ဒေါ်ခင်စန်းတင့်(ခြမ်း)မသီတာဝင်း၊ ဘုရားလမ်း၊ပေါင်းတည်။ ၁၀၀၀၀ကျပ်
-ဦးကိုလေး၊ဒေါ်မှုံသဲဥ။ ကျောက်မြောင်း၊ရန်ကုန်။ ၁၀၀၀၀ကျပ်

ကျေးဇူးတင်လွှာ

* ဤစာအုပ်များဖြစ်ပေါ်လာရေးအတွက် အကူအညီပေးခဲ့ကြသော ဘပညာရှင်များဖြစ်ကြသော ကောက်ရိုးနွယ်ကုဋ္ဌာန်မှ ဦးခင်မောင်သန်း၊ ဦးဝင်းကို၊ ဦးဟင်မောင်မောင်၊ ဦးဇော်ဝင်း တို့အားလည်းကောင်း ဝင်းမိသားစုအောက်ဆက်မှ ဦးဝင်းသက်နိုင်အား လည်းကောင်း၊

* စာအုပ်များအိမ်တိုင်ရာရောက်ပို့ပေးကြစေသောပေါင်းတည်မှ ဦးဝင်းတင်၊ ဦးလှထွဏ်းညွှန့်တို့အား လည်းကောင်း၊

* ဈေးနှုန်းအထူးချိုသာစွာဖြင့်ကူညီသော စိန်ရတနာမိတ္တူ (၇၆/၃၂လမ်း။ ရန်ကုန်။) ၁၉-၅၁၁- ၂၇၅၁ အားလည်းကောင်း၊

* မိမိတို့အစ်အစဉ်ဖြင့်စာအုပ်များအား မိတ္တူပွားရန်လှူဒါန်းကြသော(သိရသလောက်) အခုံ(၃၀၀)/ အုပ်ရေ(၂၄၀၀) လှူသော ဦးလှသောင်း၊ဒေါ်ယဉ်ယဉ်မျိုး အားလည်းကောင်း၊ အခု(၁၀ မှ ၂၀၀)ထိပေးလှူကြသော ဒေါ်ဝင်းပင်းမျိုး(ရန်ကုန်)၊ စိန်ရတနာမိတ္တူ(ရန်ကုန်)၊ ဒေါ်နီလာသူ(မော်လမြိုင်)၊ ဒေါ်ခင်ခင်ညိုဝင်း(ရွှေဆိုင်မော်ကျွန်း)၊ ဦးသာအေး(ကျိုက်ထီးရိုး)၊ ဦးအောင်လှသိန်း (MPPE အင်မ/ပေါင်းတည်)၊ ဦးသောင်းရွှေ(ပေါင်းတည်)၊ ဦးအေးမြင့်(ရန်ကုန်) နှင့် အခြားအမည်မသိ လှူဒါန်ကြသော အလှူရှင်များအား လည်းကောင်း၊

* စာအုပ်များ မျှော်မှန်းသည်ထက် ပို၍လှူဒါန်းနိုင်အောင် ငွေအားဖြင့် လှူဒါန်းကြသူများ အားလည်းကောင်း၊

* အထူးသဖြင့် ဤစာအုပ်များဖတ်ရှုခြင်းအားဖြင့် ဓမ္မလမ်းကြောင်းဖြောင့်ဖြူးစွာ ကျင့်ကြံအားထုတ်နေ ကြပြီးဖြစ်သော ဓမ္မဖတ်ပရိတ်သတ်များအား အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း မေတ္တာဖြင့် အသိအမှတ် ပြုအပ်ပါသည်။

စာရေးသူ

ဓမ္မဒါနအလှူရှင်

* ဦးကျော်စိုး- ဒုဝန်ကြီး၊ သိပ္ပံနည်းပညာ (၁၂၀၀၀ိ/-)
* ကိုစင်မောင်သန်း+မသက်သက်ခိုင်-ကောက်ရိုးနွယ်ကုမ္ပဏီ (၃၀၀၀၀၀ိ/-)
* ကိုဝင်းကို+မစပါယ်အောင် -ကောက်ရိုးနွယ်ကုမ္ပဏီ (၁၀၀၀၀၀ိ/-)
* ဒေါ်ကြည်ကြည်ထွန်း (၁၀၀၀၀ိ/-)
* (ဦးသိန်းအောင်)+ဒေါ်ခင်ကြည်-ရန်ကုန်/တောင်ငူ (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ဦးမြင့်ဆွေ -ဦးမှန်လမ်း၊ တောင်ငူ (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ဒေါ်ခင်ခင်စိန်+ဒေါ်သင်းသင်းခိုင်-ဦးမှန်လမ်း၊ တောင်ငူ (၁၅၀၀၀ိ/-)
* ဒေါ်မြမြကြည် -ကျောင်းအုပ်၊ ပညာရေးကောလိပ် (၅၀၀၀ိ/-)
* ဒေါ်နီနီဦး -မြ့မေယံ့ဦး၊ တောင်ငူ (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ဒေါ်စန်းစန်း-ဆန်းသစ်အောင်ပလတ်စတစ်လုပ်ငန်း၊ တောင်ငူ (၅၀၀၀ိ/-)
* ဒေါ်သန်းသန်းအေးမိသားစု -ရန်ကုန် (၄၀၀၀၀ိ/-)
* ဆရာဦးထွန်းရှိန်+ဆရာမဒေါ်ခင်သစ်လှိုင်-တောင်ငူ (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ကိုခင်မောင်လေး -ခည်ဗဟိုသံဆိုင်၊ တောင်ငူ (၂၀၀၀၀ိ/-)
* ဦးပါလေး+ဒေါ်ဘောဘီ -တောင်ငူ (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ဦးစိန်ဝင်း၊ ဦးမောင်မောင်၊ ဦးတင်ဦး-ရွှေမြေဆီ (၁၅၀၀၀ိ/-)
* ဦးဂင်းဟာ၊ ဦးထွန်းညို -ပေါင်းတည် (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ဦးဟင်မောင်မောင်+ဒေါ်သီတာထွေး-တောင်ငူ (၃၀၀၀၀ိ/-)
* ဦးဝင်းသက်ခိုင်+ဒေါ်နီနီဝင်း-ဝင်းမိသားစု အောင်ဆက် (၁၀၀၀၀၀ိ/-)
* ဆရာမကြီးဒေါ်ရီရီ၊ ဦးသန်းထွန်း၊ ဒေါ်အေးသန်းကြူမိသားစု ၊ မြို့လှ (၃၀၀၀၀ိ/-)
* ဦးအောင်လှသိန်း(မန်နေဂျာMPPE)+ဒေါ်ခင်နု-ပေါင်းတည် (၃၀၀၀၀ိ/-)
* ကိုသန်းထွန်း+မတင်တင်ဝင်း- အရှေ့လမ်း၊ ပေါင်းတည် (၅၀၀၀ိ/-)
* ကိုချစ်+မတင်တင်- (၈)လမ်း၊ ပေါင်းတည် (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ဒေါ်စုစုဝေ-အထပြ၊ အထက(၁)တောင်ငူ (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ဦးတင်ဝင်း+ဒေါ်လှသိန်း- တာပွန်လမ်း၊ ပေါင်းတည် (၅၀၀၀ိ/-)
* ဦးတင်စိုး+ဒေါ်သန်းအိ-ပေါင်းတည်(၁၇)လမ်း/ရန်ကုန် (၁၅၀၀၀ိ/-)
* ဒေါ်ချို ၊သမီးမခင်မျိုးမြင့်-၁၁၊ သိပ္ပံလမ်း၊ အလုံ (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ဆရာဦးအောင်မွန်+ဒေါ်စိုးစိုးခိုင်-ဘုရားလမ်း၊ တောင်ငူ (၅၀၀၀၀ိ/-)
* ဒေါ်ခင်အေးနွဲ့-အထပြ(ငြိမ်း) ရွှေတောင်လမ်း၊ ပေါင်းတည် (၁၀၀၀၀ိ/-)
* ဦးသောင်းရွှေ+ဒေါ်ခင်စိန်-၂၄လမ်း၊ ပေါင်းတည် (၂၀၀၀၀ိ/-)

နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

စာရေးသူ၏အမှာစာ

တံတားဆောက်သူနှင့် တံတားလျှောက်သူ

လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ဖြည့်ကျင့်လေမှ ဘုရားဖြစ်၍ တရားတော်ကို သိခွင့်ရ၏။ ဘုရား၏တရားတော်(အဆုံးအမ)ကို သံဃာတော်အရှင်မြတ်များက ခက်ခဲပင်ပန်းစွာဖြင့် လက်ဆင့်ကမ်းလာကြသည်။ ယခုအခါ ဆရာတော်ကြီးများနှင့် လူပညာရှိများက တရားတော်များကို ကျမ်းစာအဖြစ် ရေးသားလက်ဆင့်ကမ်းပြန်ပါသည်။ တံတာဆောက်သူအဖို့ ပင်ပန်းကြမ်းတမ်းမည်။ လေးဖင့်ကြာရှည်မည်။ ဒုက္ခစုံဖြင့်အနာခံရမည်။ တံတားကြီးပြီး၍ ဖြတ်လျှောက်ရသူအဖို့ကား အဘယ်မှာပင် ကြမ်းဖို့လိုတော့ပါသနည်း။ မြတ်ဗုဒ္ဓနှင့်သံဃာတော်များက တံတားဆောက်ပေးထားခဲ့သည်။

ဆရာတော်ကြီးများနှင့် လူပညာရှိများက လမ်းပြခဲ့ကြသည်။ ကျွန်ုပ်သည်လည်း ဆရာတော်ကြီးများ လူပညာရှိကြီးများပြုစုပြီး ကျမ်းစာအုပ်များထဲမှ တံတားပေါ်လျှောက်နည်းကို ပုထုဇဉ်များနှင့်သင့်တော်ရာများစုဆောင်းပြီး တံတားပေါ်သို့ကျွန်ုပ်နှင့်အတူ ပါတ်သက်သူများ (ဘဝအဆက်ဆက်က ဆက်နွယ်ခဲ့ကြသူများ)အား လက်တွဲခေါ်ယူခြင်းအမှုကိုပြုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ တံတားဆိုသည်ကား သံသရာကမ်းတဖက်သို့ ပို့ဆောင်ရာ တရားဓမ္မ၊ တံတားပေါ်လျှောက်သူများက ဝေနေယျအပေါင်း (ဝေနေယျ=ကျွတ်ထိုက်သူ)

ယခုလိုအခြေပေးပါလျက် တံတားပေါ်ကောင်းစွာမလျှောက်လှမ်းကြသူများ၊ လုံးလုံးမလျှောက်ကြသူများ၊ တံတားထိပ်ရောက်မှ လှည့်ပြန်သွားသူများအဖြစ် ကျွန်တော်တို့ စာဖတ်သူတို့ မဖြစ်ကြစေလိုသောဆန္ဒရှိပါသည်။

မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ကြီးက "လူတွေထမင်းဆာသလောက် တရားမဆာသေး- စီးပွားရှာသလောက် တရားမရှာသေး"လို့ မကြာခဏမိန့်မှာခဲ့ဖူးပါသည်။

ထမင်းတပွဲရှေ့ရောက်လာဖို့ အဆင့်ဆင့်ဖြတ်သန်းကျော်လွှားခဲ့ရတဲ့ ဒုက္ခတွေအများကြီး၊ လယ်သမား မိုးဦးကျပျိုးထောင်ချိန်ကစပြီး ဆောင်းအကုန်စပါးပုံကတဆင့် ဆန်ဖြစ်တဲ့အထိ မဇနမနား ကြိုးစားခဲ့ရတာတွေ ဒီနှစ် တပေါင်းလ စားရမဲ့ထမင်းတဆုပ် ယခင်နှစ် တပေါင်းလကစပြီး နှစ်ပတ်လည်အားထုတ်လုပ်ကိုင်ခဲ့တာတွေ မိဘတို့ ရှာဖွေ ကျွေးမွေးလို့ ထမင်းပွဲရှေ့ရောက်လက်ဆေးစားရုံအဆင့်မှာ သားသမီးတို့က ထမင်းတဆုပ်ရဲ့တန်ဘိုး နားမလည်ပုံမျိုးဖြစ်နေတယ်။

တရားမှာကျတော့- ထမင်းအဖြစ်သို့ရောက်အောင် လုပ်ရတာလောက်လည်းမခက်ခဲ မကြမ်းတမ်း၊ အမှတ်သတိရှိယုံမျှဖြင့် သိစရာလည်းသိပြီးသား၊ ပယ်စရာရှိတဲ့ ကိလေသာလဲ ပယ်ပြီးသား၊ ထမင်းစားရတာလောက်မှ နယ်ရဖတ်ရဆုပ်ကိုင်ရ မြှောက်သွားဝါးမျိုရနဲ့ အဆင့်တွေများ

လွန်းလှပါတယ်။ တရားသဘောကား တချက်မှတ်ရုံမျှနဲ့ ကောင်ကျိုးမုတ်ချရနိုင်ပါလျှက် လူတွေဟာတရားမရှာဘဲ ကယ်တင်ရှင်ကိုသာရှာကြတယ်လို့ ဆရာတော်ကြီးကထောက်ပြသွားတယ်။

မိမိသာလျှင်ကယ်တင်ရှင်ဖြစ်သည်။

သင်၏ သဘာဝမှတ္တာ တရားလက္ခဏာကို သင်ကိုယ်တိုင်ပိုပြင်နိုင်မှသာဖြစ်ချေသည်။ သင် ဆိုးသွမ်းသဖြင့် အောက်တန်းသို့နိမ့်ကျခြင်း၊ မကျွတ်မလွတ်ခြင်းတို့ကို သင်မှလွဲ၍ မည်သူမျှ မကယ်တင်နိုင် ဘုရားကလည်းမကယ်နိုင် သိကြားလဲမကယ်နိုင်၊ အကယ်၍ဘုရားရှင်ကသာ ကယ်တင်နိုင်စွမ်းရှိလျှင် ယောက္ခမတော်သူ သုပ္ပဗုဒ္ဓမင်းနှင့် ယောက်ဖတော်ဒေဝဒတ်ရဟန်းတို့ကို မြေမျိုခြင်း၊ အဝီစိလားခြင်း အလျဉ်းမရှိစေနိုင်ရာ။

သင်၏ ကောင်းမွန်သဖြင့် အထက်တန်းသို့တက်လှမ်းခွင့်ရခြင်း အကျွတ်အလွတ်သို့ ရောက်ခြင်းသည်လည်း သင်သာလျှင်တတ်နိုင်စွမ်း၏ ဘုရားရှင်ကသာချီးမြှောက်နိုင်စွမ်းရှိလျှင်၊ ယသော်ခရာ၊ ရာဟုလာတို့သည်လည်း သဗ္ဗညုတဉာဏ်ရှင်တို့ချည်း ဖြစ်လောက်ရာ၏။ (ပဋ္ဌိဘာနဉာဏဒဿနကထာစာ-၈၁၀)

ဒါကြောင့် သင့်ဘဝအဆင့်မြင့်ရေးအတွက် ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားပါ။

လူ့ဘဝတွင်နေရေးထက်သေရေးကပိုအရေးကြီးပါသည်။ သေဘေးအဆင်ပြေစေရန် အတွက်လည်း နေရေးကအထောက်အပံ့ဖြစ်ပြန်သည်။ သို့ပါ၍ သေရေးအရေးကြီးသလို နေရေးကလည်း အရေးကြီးပြန်ပါသည်။ ဘဝတလျှောက်လုံး အဝိဇ္ဇာဘဏ္ဍာဦးစီးပြီးနေလာခဲ့ပြီးပြီ၊ အဝိဇ္ဇာတဏှာကြောင့် အကုသိုလ်မျိုးစုံခဲ့ပါသည်။ ပြီးပြီးသားကိစ္စပြင်လို့မရတော့ပါ။ တရားတွေ့ သိလာရင်တော့သ သံဝေဂယူပြီးနေရေးကိုလဲ ကောင်းတဲ့ဘက်ဦးတည် သံသရာကို လျှောက်လမ်းဖို့ ပြင်ဆင်ရပါမယ်။ သို့မှသာ ဒီဘဝမှတဆင့် သံသရာအတွက် စိတ်ချရပါမယ်။ နေရေးထိုင်ရေး သေရေး ပြင်ဆင်ဖို့ ဆောက်ပြီးသားတံတားပေါ် လက်တွဲလျှောက်လိုကြ၍ ဒီ-

- ❋ ဘယ်လိုနေခဲ့ကြသလဲ
- ❋ ဘယ်လိုနေကြမလဲ
- ❋ ဘယ်လိုသေကြမလဲ နှင့်
- ❋ ဝိပဿနာသိကောင်းစရာစာအုပ်ကို အမှတ်စဉ်(၅)အဖြစ် လက်ဆင့်ကမ်း ဒါနပြုလိုက် ရပါသည်

မေတ္တာစေတနာများစွာဖြင့်

စာရေးသူ

(မြင့်ရွှေ)

B.Sc, B.Ed.H.G.P,R.L

တရားရုံးချုပ်ရှေ့နေ ၄၄၃၉)

၁၃/၂၉၆၊ဆရာခြေလမ်း၊တောင်ငူ

Ph-095351410.054 24707 25707

ဤစာရေးရင်း မန်လည်ဆရာတော်ဘုရာကြီး၏ ကဗျာလေးကိုသတိရမိပါသည်။ စာရေးသူနှင့်စာဖတ်သူတို့အား စောင်းမြောင်းရေးထားသလား တည့်တည့်ကြီးဘဲရေးထားသလား-

အနတ္တသို့အပြန်ခရီး

ဓမ္မသဘော၊ဘယ်သို့ပြောလည်း
လိပ်ကျောကြောင်ကော်၊ပြောင်ချော်ချော်နှင့်
ပျော်တပြုံးပြုံး၊မော်မဆုံးဘဲ
နှလုံးမယှဉ်၊ဉာဏ်မယှဉ်တည်း
ငယ်စဉ်ယုတ်မာ၊အိုခါဆိုးပါး
ဤသို့အားလျှင်-
ယောကျ်ားမိန်းမ၊သမုတ်ကျလျှက်
သူဘထင်၍၊လွန်စွာပျော်မွေ့၏
အတွေ့ခံစား၊အောက်အရပ်သားတို့
ကျွဲနွားသိုးဆိတ်၊အဟိတ်ပမာ
ကာမစာရ၊လေ့လာကြလျှက်
ကာမသတ္တဝါ၊ကာမရွာ၌
ကာမသဘော၊မိုက်မောဟစိတ်
ဆိတ်မျှမသိ၊ညှစ်နှမ်းဘိ၏။
(ဆိတ်=တဆိတ်)

အတွက် ဓမ္မဒါန

ဘယ်လိုနေခဲ့ကြသလဲ

လူ့ဘဝကိုတော့ရခဲ့ပြီ၊ လူ့ဘဝရဲ့ အဓိပ္ပါယ်-ပန်းတိုင်-လူ့ဘဝရဲ့အနှစ်သာရကိုတောင် မြင်သိခဲ့ကြရဲ့လား၊ စမ်းတဝါးဝါးနဲ့ လမ်းလျှောက်လာခဲ့တာ ဒီအသက်အရွယ်ရှိခဲ့ပြီ၊ ပုထုဇဉ်ပြီ ပြီ ဘဝကိုအဝိဇ္ဇာတဏှာနဲ့စခဲ့တော့ တဏှာခိုင်းစေရာကို အဝိဇ္ဇာအမှန်မသိဘဲ လုပ်ခဲ့ကြလို့ လမ်းမှားမှာ စမ်းတဝါးဝါးနေခဲ့ရပြီးပြီ၊ အကန်းနဲ့တူခဲ့တာမို့ အဲ့ဒီလိုဆက်သွားနေရင်တော့ လူဖြစ်ရှုံးပြီး အပါယ်တလမ်းသွားနဲ့ နိဂုံးချုပ်ရဦးမယ်။ အမှောင်ထဲကလာပြီး အမှောင်ထဲ ပြန်သွားရမယ့် အရှုံးတစ်ယောက်ဖြစ်နေရင်တော့ တဘဝမက တသံသရာတခုလုံးရှုံးတော့မယ်။ အမှောင်မှအမှောင်သို့သွားနေသူကို အမှောင်မှအလင်းသို့သွားတတ်အောင် သစ္စာတရားတွေက လမ်းပြနေပါတယ်။

လူဖြစ်ရတာခြင်းတူပါလျှက် သစ္စာတရားကို သိသူသည်သာ လူဖြစ်ကျိုးနပ်သူ၊ အသိဉာဏ်ရှိသူ ဖြစ်လာပေမည်။ သစ္စာဉာဏ်မရှိသူသည် သူရထားသောခန္ဓာအကြောင်းကို ကောင်းကောင်းမသိ- ဓါတ်အကြောင်း အာယာတနအကြောင်း၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အကြောင်း ကောင်းကောင်းမသိ-မလေ့လာ။

ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ တိုက်တာအိမ်ရာ၊ အာဏာဂုဏ်ရှိန်၊ ထိန်ထိန်ညီးညီး ပြီးပြည့်စုံလျှင် ဘဝတွင် ကိစ္စအဝဝဆုံးခန်းသို့ ရောက်ပြီထင်ကာ ရွှင်ရွှင်ပြုံးပြုံး ကြွားကြွားမော်မော် ပျော်ပျော်ပါးပါး အားရ ဝမ်းသာလျှက် ရှိနေရှာသည်။ ဂင်္ဂါမြစ်မှ မျောပါလာသော ဆင်သေကောင်ပေါ်မှာ နားနေသော ကျီးမိုက်ပမာ သမုဒ္ဒရာရောက်၍ ဆင်သေကောင်နှစ်မြုပ်ပြောက်ကွယ်မှ ဘဝဆောက်တည်ရာမဲ့ ဖြစ်ရပါလိမ့်မယ်။

ဇာတိပဋိသန္ဓေနေရသော သတ္တဝါတိုင်းမှာ မွေးကတည်းက သေမိန့်ကျပြီးသူကဲ့သို့ (ဝိပရိနာမဘေး-အိုဘေး-နာဘေး-သေဘေးကြီး)ဝိပရိနာမဘေးကလဲတခါတည်းပါလာသည်။ သစ္စာမသိခဲ့ရင်လည်း ဝိနိပါတဘေး (ဝိနိပါတဘေး-သေရင် အပါယ်လေးပါးသို့ ထန်းသီးအုန်းသီး ကြွေသလို လွင့်စင်သွားရမယ့်ဘေး)ကလဲရှိသေးတယ်။ သင်နှင့်ကျွန်ုပ်တို့သည် သေခြင်းကိုမုချ ရင်ဆိုင်ရမယ် သို့သော်သေခြင်းသည် ဘဝ၏အဆုံးမဟုတ်သေး သံသရာအပါယ်ဘဝများ၌ တဖန် ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းဆိုသော ဝိနိပါတဘေးဆိုးကြီးကလဲရှိသေးတယ်။ သေမိန့်ကျထားသောခန္ဓာ များစွာ သံသရာ၌တဖန်တလဲလဲကျင်လည်ရခြင်း၊ ဝဋ်ဆင်းရဲမှလုံးဝလွတ်မြောက်ခြင်းသာ လူ့ဘဝ ဖန်းတိုင်ဖြစ်သည်။

ဝိနိပါတဘေးကြီးက တော်တော်ကြောက်စရာကောင်းပါတယ်- သင်တို့ကျွန်ုပ်တို့လောက် မပြောနဲ့- မာလိကာမိဖုရားကြီးလောက် ဘုရားတရားကိုင်ရှိုင်း အလှူအတန်းတွေပြောမကုန် လောက်အောင်လုပ်ပေမယ့် သစ္စာမသိတော့ သေတော့ငရဲကျတာဘဲ၊ အာသောကမင်းကြီးလောက် သာသနာပြုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ရှိမယ်တောင်မထင်ရဘူး၊ ကုက္ကုစ္စဖြစ်ပြီး အပါယ်ကျခဲ့ရတာဘဲ၊ ဒါတွေက ဘုရားလက်ထက်ကပါ။

ကိုယ်တွေတခုပြောပါမယ်။ ကျနော်ဘုရားတွေတည်နေတုံးက အမြဲအကူအညီပေးပြီး အတူတကွ ကုသိုလ်ပြုခဲ့တဲ့တစ်ယောက်ရှိပါတယ်။ အမည်ကိုတော့မပြောလိုပါ။ ဒါပေမယ့်အဖွဲ့သားအားလုံးသိပြီးသားပါ။ ဦးမောင်(ဆိုပါစို့) ဘုရားတည်နေစဉ်ကာလမှာ ရောဂါတခုနဲ့ ဆေးရုံချက်ခြင်းတက်၊ ဆေးရုံသွားကြည့်တော့ ရေသောက်ခြင်တယ်ပြောတာ ဆရာဝန်တွေကမတိုက်ရဘူးဆိုတော့ ရေမတိုက်ဖြစ်ဘူး စိတ်ဆိုးတာပေါ့ ဒီလိုလူတွေကရေလေးတစ်ခွက်တောင် တိုက်ဖေါ်မရဘူးပေါ့၊ ညကျတော့သေသွားတယ်၊ နောက်တနေ့တော့ နတ်/ပြိတ္တာဝင်ပူးလို့ရတဲ့ အဖွားကြီးကိုခေါ်ပြီး ဝင်ပူးခိုင်းလိုက်တယ်။ ဘာကြောင့်သေ ဘယ်လိုဖြစ်သလဲသိရအောင်ပေါ့၊ သူပြိတ္တာဖြစ်နေကြောင်း၊ အဝတ်မရှိ၊ နေစရာမရှိကြောင်း၊ ဆရာတို့ကိုပြစ်မှားစိတ်ဆိုးမိလို့ဖြစ်ကြောင်း၊ ရေသောက်မလားမေးတော့ သောက်မယ်ဆိုလို့ ရေတိုက်တာ ခွက်ကြီးနဲ့(၉)ခွက်လောက်သောက်တယ်၊ သူလုပ်ခိုင်းတာတွေလုပ်ပေးလို့(လှူပေးလို့) အဝတ်အစားဝတ်ရတယ်၊ ဘုရားနားမှာနေခွင့်ရတယ်။ သူတို့ဘဝဟာလဲ အထက်ကခိုင်းထားလို့ မအားဘူး၊ ဘုရားတောင်ဖူးခွင့်မရဘူးတဲ့၊ သူကပြောပါသေးတယ်၊ (မသေခင်ကလဲ ဝိပဿနာသမားပါ) ဝိပဿနာကိုသာလုပ်ဖို့ သတိပေး သေးတယ် မသေခင်ကသူပြောတဲ့စကားတစ်ခုက သေရင်အေးတာဘဲ၊ အခုတော့သူကပြောတယ်၊ သေလဲမအေးပါဘူးတဲ့။ အဲဒီလောက်ကောင်းတာတွေ လုပ်နေခဲ့ပေမယ့် စိတ်မချရသေးဘူး၊ ဝဋ်နိပါတ်ဘေးက မလွတ်ဘူး။

လူ့ဘဝကြီးဟာအင်မတန်မှ တိုတောင်းပါတယ်။ ဒီခေတ်ထဲမှာ အသက်(၆၀)အထက်ရှားသွားပါပြီ၊ သတင်းစာနာရေးမှာ ဖတ်ကြည့်ရင်သိနိုင်ပါတယ်။ အင်မတန်တိုကောင်းပါတယ်။

တာဝတိံသာမှာ(၁)ရက်ဟာ လူ့ပြည်မှာအနှစ်(၁၀၀)ပါတဲ့ (၇၅)နှစ်သက်တန်းနေရင် ကာဝတိံသာမှာ ၃/၄ ရက်လောက်ဘဲရှိမယ်၊ တရက်တောင်မရှိကော့ဘူး၊ ဘာဝတိံသာနတ်သားများရဲ့ရှုထောင့်ကကြည့်ရင် လျှပ်တပျက်သာရှိတယ်တဲ့။

ဒီလိုလျှပ်တပျက်အချိန်တွင်မှာတောင် လူတွေဟာ အချင်းချင်းညီညွတ် ချမ်းသာစွာမနေနိုင်စွာ မနေနိုင်ကြဘူး၊ ပျော်မိရင်လဲတရားလက်လွတ်ပျော်ကြ၊ ကာမဘောထဲမှာ မေ့မျောနေကြတယ်။ အသေကင်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကိုတောင် ရည်ရွယ်ပြီးကုသိုလ်ကောင်းမှုမပြုနိုင်ကြဘူး။ လူတွေဟာသတ်ဖို့သယ်သွားတဲ့ ကြက်ခြင်းထဲက ကြက်တွေနဲ့တူတယ်။ အိပ်စားကာမ ဒီသုံးဝနဲ့အချိန်ကုန်တဲ့လူတွေကများကြတယ်။ ဒါကြောင့် ကဲဘောက်ဘောက်ဲ့ သံသရာထဲက မလွတ်နိုင်ကြတာဘဲ။ ကြောက်စရာကောင်းတယ်။ သူတော်ကောင်းအရိယာတွေရဲ့ ရှုထောင့်ကကြည့်ရင် အင်မတန်သံဝေဂဖြစ်စရာပါ။

(ခမ္မပဋ္ဌ၊၁၊၂၂၉) ဝတ္ထုကြောင်းကိုပြောရရင် တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ မာလာဘာရီနတ်သားဟာ နတ်သမီးတစ်ထောင်ခြံရန်လျှက် ဥယျာဉ်ထဲမှာ ပျော်ပါးနေတယ်၊ နတ်သမီးငါးရာက ပန်းပင်တက်ပန်းခူးတယ်၊ ငါးရာကကောက်တယ်။ နတ်သားကိုပန်ပေးနေကြတယ်။

အဲ့ဒီအချိန်မှာ နတ်သမီးတပါးက ကုသိုလ်အရှိန်ကုန်ပြီး စုတေသွားတယ်။ လူ့ပြည်မှာ ဝင်စားတယ်။ ဇာတိဿရဉာဏ်ရတော့ သူနတ်သမီးဖြစ်ကြောင်းသိပြီး နတ်သားကိုဘဲစွဲလမ်းနေ

တယ်။ သူအမျိုးသားတယောက်နဲ့ အိမ်ထောင်ကျ၊ ကလေး(၄)ယောက်မွေး၊ အသက်(၇၀)လောက် ထင်ပါတယ် သေပြန်ရော သူနတ်သမီးဖြစ်ပြီး မူလနေရာပြန်ရောက်သွားတယ်။

နတ်သားကအသင်နတ်သမီး သင်ပန်းခူးရင်း ဘယ်ပျောက်သွာသလဲတဲ့၊ တမနက်လောက် ပျောက်သွားတာကိုး၊ နတ်သမီးကအဖြစ်မှန်ကိုပြောပြတယ်။ လူ့သက်တန်းကလဲ နှစ်၁၀၀ဘဲရှိတယ် ဆိုတော့ နတ်သားကလဲ အံ့ဩသွားတယ်။

နတ်သားမေး- ဧတ္တကံ အာယုံ ဂဟေတွာ ဒါလောက်သက်တန်းလေးကို ယူပြီးတော့ နိဗ္ဗတ္တမနုဿ ဖြစ်ကြတဲ့လူများဟာ သုတ္တကမတ္တာ အိပ်မောကျ၍ မေ့လျော့ကာ၊ ကာလံအတိက္ကာ မေန္တိကိံ နုခေါ-အချိန်ကုန်ကြသလား၊ ဥဒါဟု-ဒါမှမဟုတ်၊ ဒါနဒိနိ ပုညာနိ-ဒါနစသား ကောင်းမှု များကို၊ ကရောန္တိကိံ နုစောပြုကြကုန်သလား။

နတ်သမီးဖြေ- ဘယ်လိုမေးလိုက်တာလဲ အရှင်နတ်သား လူများဟာမရေမတွက်နိုင်တဲ့ အသက်တန်းမှာ နေကြရသလို၊ ဘယ်တော့မှမအိုနိုင်တော့သလို မသေနိုင် တော့သလိုနဲ့ အမြဲတန်း မေ့လျော့နေကြတာပါပဲ၊ သူတို့ဇနီးမယား၊ သားသမီး ပစ္စည်းဥစ္စာတွေနဲ့ လုံးထွေးရစ်ပတ်ရင်း နေ့ည ရက်လ နှစ်တွေကုန်ကြရ တာပါပဲ။

<u>လျှပ်ပြည်သတင်းကြောင့် နတ်သလင်း တုန်လှုပ် ထိတ်လန့်ကုန်ကြပြီ။</u>

နတ်သမီး(ပတိပူဇိကာ)ရဲ့ အဖြေကိုကြားလိုက်ရတော့ မာလာဘာရီနတ်သားမှ ဒီလို သံဝေဂဖြစ်ပါသတဲ့။ "ဝဿသတမတ္တံ အာယုံဂဟေတွာ နိဗ္ဗတ္တမနုဿကိရ ပမတ္တာ နိပ္ပဇ္ဇိတွာ နိဒ္ဒါယန္တိ ကဒါနုခေါ၊ ဒုက္ခာ မုစ္စိဿန္တိ"

(အနှစ်တရာမျှလောက်သော အသက်ကိုယူ၍ဖြစ်ကုန်သောသူတို့သည် မေ့လျော့ ကုန်သည်ဖြစ်၍ ကိုယ်လက်ဆန့်ပြောင်း လျောင်းလဲကုန်သည်ဖြစ်၍ အိပ်ကုန်သတဲ့။ အဘယ် အချိန်အခါ၌ ဒုက္ခဆင်းရဲမှုမှ လွတ်နိုင်အံ့နည်း)

"ဒီလိုပင် လူများရဲ့ ရင်နင့်ဖွယ်သတင်းကိုကြားတဲ့ မာလာဘာရီနတ်သားမှာ ပြင်းစွာ ထိတ်လန့်ခြင်းသံဝေဂ ဖြစ်ရပါသကဲ့။ (လူတွေကတော့ထင်မယ် ငါတို့တောင် ဘာမှပတုန်လှုပ်တာ နတ်တွေကအနေသာကြီးလို့ထင်မှာပဲ။ အပိဖွားနဲ့တဖျောကလှည့်စားထားတော့ သံဝေဂ မရနိုင်ပါဘူး။)

"အင်း တရားနာရင်းအိပ်နေတဲ့ အမျိုးသားကိုမြင်ရတဲ့ ဘေးလူများက ကဲ့ရဲ့ကြတဲ့အခါ "မိန်းမတွေဟာ ငိုက်လိုက်တာ ကျွန်တော့်ထက်တောင် သာတယ်ဆိုသလိုဖြစ်နေတယ် "နှုပ်ခမ်း ပွဲချင်းမီးမှုတ်တယ်လို့ မထင်ကြပါနဲ့၊ နတ်သားနတ်သမီးတွေလဲ ကာမဂုဏ်ပျော်ပွဲနဲ့ မေ့လျော့နေ ကြတာချင်းအတူတူပဲ ဒီနတ်သားက လူတွေများသနားရသေးတယ်၊ အရှူးတမူးသာသေးတယ်လို့ မထင်လိုက်ပါနဲ့ နတ်သားကထိတ်လန့်နေမယ်ဆိုရင်လဲ ထိတ်လန့် စရာပဲ။

တာဝတိံသာနတ်များရဲ့ တနေ့တညတာရက်ဟာ လူရဲ့သက်တန်းနဲ့ နှစ်တရာရှိတယ်။ တာဝတိံသာနတ်သက်တန်း(၁၀၀၀)မှာ လူသက်တန်းနဲ့ သုံးကုဋေခြောက်သန်းနှစ်ရှိတယ်တဲ့။ (၃၆၀၀၀၀၀၀)

ဒီလောက်တိုတောင်းတဲ့ကာလမှာ ကျွန်ုပ်တို့သင်တို့ဟာ မတွက်မိဘဲ မေ့မေ့လျော့လျော့ နေခဲ့ကြတယ်၊ ငယ်ငယ်ထဲကမိုက်လာခဲ့တာ ကြီးတော့လဲမိုက်တုန်းဘဲ၊ ဘယ်တော့များမှ အမိုက်ဆုံး ကြမှာလဲ။

မွေးကတဲက ဒေါသ၊တဏှာ(လောဘ)နဲ့စလာတဲ့ ဗိုက်ထဲကထွက်လာကတည်းက ဒေါသနဲ့ ငိုထွက်လာတယ်၊ လောဘနဲ့ငို ချိုစို့ချင်တယ်၊ ဒါကမသိသေးဘူးဘဲထားပါ။ ကျောင်းသားအရွယ် ရောက်ဘော့ ဖားသတ်၊ ငါးသတ်၊ ပစ္စက်ဆိတ်သတ်၊ ခြင်သတ်နဲ့ အဖေအမေအိပ်ထဲကပိုက်ဆံခိုး၊ မုန့်ဝယ်စား၊ ရိုက်မှာစိုးတော့လိမ်ပြောနဲ့ အကုသိုလ်တွေ လုပ်လာလိုက်တာ အများကြီးဘဲ။

အသက်ကြီးလာလို့ စီးပွါးရှာ အိမ်ထောင်ပြုတော့ကော သားအတွက် သမီးအတွက် ဇနီးမယားအတွက် စီးပွါးကောင်းကောင်းရှာရဲ့လား၊ သူတပါးချွေးနည်းစာကို အတင်းအဓမ္မ နှိုက်ကောယူသေးသလား၊ ရုံးမှာစာရွက်ဖိုးဆိုပြီး စာရွက်တရွက်ကို တစ်ထောင် တောင်းမိသလား၊ လဘက်ရည်ဖိုးဆိုပြီး ငါးသောင်းကောကောင်းမိသလား၊ ခါတ်ဆီတဂါလံကို ၅-ပုလင်းနှုန်းနဲ့ကော ရောင်းလိုက်သေးသလား၊ ဝယ်တော့တင်းတောင်းအကြီး၊ ရောင်းတော့တင်းတောင်းအသေးနဲ့ ရောင်းလိုက်သေးသလား၊ ပိတ်စကိုကော ကိုက်တံနဲ့ဆွဲပြီး တိုင်းထွာရောင်းလိုက်သေးသလား၊ တစ်ပိဿာဝယ်ရင် ကိုးဆယ်သားဘဲချိန်ပေးလိုက်သေးသလား၊ အမလေးတွေပါးအောင်သွေးထား သလား၊ ဆန်ပြည်တောင်းအောက်ကဖင်ကိုထုထားသလား၊ ဒီအကုသိုလ်တွေနဲ့ရတဲ့ငွေကိုကလည်း မယားစိန်နကပ်ပန်ဖို့မဟုတ်လား စိတ်ချအပယ်သွားမှာဘဲ။

လုပ်ငန်းကြီးများလုပ်လာရင် တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး လိမ်ကောက်ဖိနင်း ငါ့ဝါကောကော ဘယ်သူသေသေငတေမာပြီးရော၊ စီးပွါးရှာကြတာအများစု၊ ဒီခေတ်စီးပွါးရှာရတာ အကုသိုလ်များ ပါတယ်၊ စီးပွါးရေးလောကရဲ့ ပုံပြင်တစ်ပုဒ်နားထောင်ကြည့်ပါ။

အောင်မြင်နေတဲ့စီးပွါးရေးလုပ်ငန်းရှင်ကြီးတစ်ဦးမှာ အရွယ်ရောက်နေတဲ့သားတစ်ဦး ရှိတယ် သူကအဖေလိုစီးပွါးရေးလုပ်ငန်းလုပ်တက်ချင်တယ်၊ တခါတော့ သားအဖနှစ်ယောက် လမ်းလျှောက်နေတုန်း သားကအဖေကို စီးပွါးရေးလုပ်ငန်းအကြောင်းသင်ပေးဖို့ လူတွေနဲ့ဘယ်လို ဆက်ဆံရမလဲပေါ့၊ ဒီတော့အဖေကပြောတယ်၊ ကဲ ငါ့သားကို ဒီနေ့သင်ခန်းစာတစ်ခုစသင်ပေး မယ်ပေါ့၊ အခြေခံသင်တန်းပေါ့လေ။

ကဲ ငါ့သား ဟိုရှေ့ကသစ်ပင်ပေါ်တက်လိုက်စမ်းဆိုတော့ သားကလဲအံ့ဩနေတယ် အဖေကလဲလုပ်ငန်းအကြောင်းသင်ပေးပါဆိုတာ သစ်ပင်ပေါ်တက်ခိုင်းရမလားပေါ့၊ ဒီတော့ လုပ်ငန်းရှင်အဖေကြီးက ငါ့စကားနားထောင် ဟိုအကိုင်းပေါ်မှာနေ (၁၅ပေလောက်မြင့်တဲ့အကိုင်း ပေါ့) သားကလဲကြောက်ကြောက်နဲ့ အဖေခိုင်းတဲ့အတိုင်း လုပ်ရတာပေါ့။

ကဲ ငါ့သား အဲဒီအကိုင်းကနေ မြေကြီးပေါ်ခုန်ချလိုက်စမ်းဆိုတော့ သားကဘယ်ခုန်ချ

ရဲမလဲ၊ အဖေ အမြင့်ကြီး လက်ကျိုးခြေကျိုးသွားမှာပေါ့တဲ့၊ အဖေက မကြောက်နဲ့ အောက်ကအဖေ ဖမ်းပေးထားမယ် ဘာမှမဖြစ်စေရဘူးပေါ့၊ သားကလဲ အဖေ့ကိုလဲကြောက် ခုန်ချရမှာလဲ ကြောက်ပေါ့ မရဲတရဲဖြစ်နေတာပေါ့၊ အဖေက "ငါ့သားငါ့ဟာမင်းအဖေပါကွာ မင်းကငါ့ကိုတောင် မယုံဘူလား စိတ်ချလက်ချသာခုန်ချကွ အဖေဖမ်းနိုင်ပါတယ် ဘာမှမကြောက်နဲ့ငါ့သား အောက်မှာ မင်းအဖေတစ်ယောက်လုံးရှိနေတာ ခုန်သာခုန်ချပါ"

ဒီတော့သားကလဲ အဖေဆိုတော့ယုံလဲယုံ အားလဲကိုးတာပေါ့ စိတ်ချလက်ချနဲ့ မျက်စိစုံမှိတ်ပြီး ခုန်ချလိုက်တာ အဖေကလဲပြောတဲ့အတိုင်း မဖမ်းဘဲရှောင်ပေးလိုက်တာ သားလဲဂွမ်းထိုး မှောက်ခုံကျပြီး လက်ကျိုးသွားတော့တာပေါ့ အဖေကတော့ အဟားဟားနဲ့ပေါ့ သားကတော့ တအားစိတ်ဆိုးတာပေါ့ အဖေဟာသားအဖချင်းတောင်မညှာရကောင်းမှန်းမသိဘူး ပေးထားတဲ့ကတိ လဲမတည်ဘူး သားလက်ကျိုးတာတောင် အဖေ့အရိုးမပျက်ဘူး ဘယ်လိုဘဲပြောပြော အဖေ သားသင်ချင်တာက လုပ်ငန်းခွင်ဝင်ဖို့ ခုဟာကလက်ကျိုးတာ အဖတ်တင်တာဘဲပေါ့။

အဲဒီတော့မှ အဖေလုပ်သူက "ငါ့သားမင်းကို စီးပွါးရေးလုပ်ငန်းကြီးလုပ်ဖို့ ပထမဆုံး သင်ခန်းစာပေးလိုက်တာဘဲ၊ မင်းဟာမင်းစဉ်းစား သဘောပေါက်ရင် ဒုတိယသင်ခန်းစာတက်ပေးမယ်" တဲ့၊(အဖေတောင်မယုံနဲ့ပေါ့ သားအဖတောင်မညှာဘူးပေါ့)

ကိုစာဖတ်သူ ဘာမေကော ဒီလိုလုပ်ငန်းရှင်တွေကြားမှာဝင်ပါနေသေးသလား ဒီလောကမှာ အဲဒီလိုလုပ်ငန်းရှင်ကြီးတွေက ခတ်များများဆိုတော့ မမှကြည့်တာပါ။ မကောင်းမရှောင်းမဟောင်းပယ် စီးပွါးရေးလုပ်ကြရင် ဘယ်လောက်ကြည်ညှိစရာကောင်းမလဲ ဘယ်လောက်သမိုင်းကြောင်းကောင်း ကြမလဲ။

တက္ကသိုလ်တုန်းက အခန်းချင်းကပ်လျှက်သူငယ်ချင်တစ်ယောက်ရှိခဲ့တယ် ဘွဲ့ရနိုင်ငံခြား သွား ဒီမှာစီးပွါးရှာလိုက်တာ အင်မတန်ချမ်းသာတဲ့လူတစ်ယောက်ဖြစ်လာတယ်။ ချမ်းသာပြန်တော့ လည်း အိမ်ထောင်အဆင်မပြေ လင်မယားကွဲ နောက်တစ်ယောက်ယူ စီးပွါးရှာ အသက် ၆၀ မှာ အင်မတန်ပဲတဲ့ လူတစ်ယောက်ဖြစ်လာပြီး ငွေကျေးချမ်းသာမှုကလည်း သိန်းပေါင်း ငါးသောင်းနဲ့ တစ်သိန်းလောက်မှန်းရပါတယ်၊ ကျန်တာဘာမှမလုပ်၊ စီးပွါးရေးဘဲလုပ်နေတာ၊ အိမ်ကမိန်းကလေးကသတင်းစာဖွက်ထားရတယ် လေလံနဲ့ အခြားအလုပ်တွေလုပ်မှာစိုးလို့ ဘာသာရေး သာသနာရေးကတော့လှူတန်းတာလောက်ပဲရှိတယ်။ စီးပွါးရေးသောင်းကျန်းလာ လိုက်တာ ၆၄-နှစ်လောက်မှာ(မနှစ်က)သေသွားပြီ သူ့မှာဘာမှပါမသွားဘူး တိုက်တွေ၊ ကားတွေ၊ ခြံတွေ ကုမ္ပဏီကြီးတွေ ကျန်ခဲ့တယ်။ နောက်လူတွေက အမွေဖြစ်ကျန်ရစ်ခဲ့တာပေါ့။ စီးပွါးကို လောဘနဲ့၊ ပေဟနဲ့၊ တဏှာဒိုင်းတဲ့အတိုင်းလုပ်တာ ဘာမှပါမသွားဘူး သံဝေဂယူစရာပါ။

စီးပွါးကတော့ရှာရမှာပါ။ လောဘဆိုဟာတော့ရှိကြစမြဲပါ။ လူ့လောဘနဲ့ကတော့ ဘယ်တော့မှ မပြည့်စုံပါဘူး ဆရာတော်ကြီးတပါးဟောသလို မလိုချင်တော့ဘူးဆိုမှ ပြည့်စုံတာတဲ့၊ လိုချင်စိတ်ရှိရင် မပြည့်စုံလို့ တောင့်တတယ်။ ပြည့်စုံတော့ကြောင့်ကျတယ်၊ တောင့်တတာနဲ့ ကြောင့်ကျတာနဲ့ လူ့ဘဝအသက်တွေ ရှည်လာခဲ့ပြီ။

ကျွန်ုပ်တို့ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် အလှူအတန်းရက်ရောကြပါသည် တောရွာကလူတွေ ဆိုလျှင်သဒ္ဓါအားကြီးပြီး၊ လယ်ပေါင်နွားရောင်းနဲ့ ကလေးရှင်ပြုကြသည်၊ တစ်ရွာလုံးမီးခိုးတိတ် အလှူကြီးလုပ်ကြသည်။ မြို့မှာလည်းတခန်းတနားလုပ်ကြသည်။ ပကာသနကိုအရေးပေး လာကြသည်။ သဒ္ဓါကောင်းပေမယ့် သစ္စာမသိဘဲလှူကြတာကြောင့် အကျိုးနည်းကြသည်။ ရှေးလူကြီးများဆိုလျှင် ဥပုသ်စောင့် ပုတီးစိတ်လုပ်ကြသည်။ ဆုတောင်းတော့ နိဗ္ဗာန်ဆုတောင်း ကြပါသည်။ သို့သော် လုပ်တဲ့အလုပ်က ကံအလုပ်ဦးစားပေးနေသည်။ ဉာဏ်အလုပ်လဲလုပ်ဖို့ လိုပါသည်။

<u>ကျွန်ုပ်တို့ စာဖတ်သူတို့သည် အကုသိုလ်ဟု မထင်မှတ်ဘဲ အလွယ်တကူ ပြုလုပ် နေသော အလေ့အကျင့်ကို ဖော်ပြလိုပါသည်။</u>

ဇာတ်ရုပ်ရှင် စတိတ်ရှိုးကြည့်ခြင်း

၈ ပါးသီလတွင် နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ - ဝိသုက . . . သိက္ခာပုဒ်ကို ဆည့်သွင်းထားသည် ကို တွေ့ရမည်။ ကခြင်း၊ သီဆိုခြင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်း၊ ကြည့်ရှုနားထောင်ခြင်း . . . ကို ထည့်သွင်းခြင်းသည် အကြောင်းမဲ့မဟုတ်၊ ကိလေသာကို အားပေးခြင်းအမှုကို ဖြစ်စေသဖြင့် တားမြစ်ထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ (ကောင်းသော အလုပ်မဟုတ်ကြောင်း သိသာပါသည်)

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးကလဲ - ဇာတ်မင်းသားကြီး ဦးဖိုးစိန်လာရောက်ကန်တော့ သည့်အခါ - " ခြောက် လက်သေပ်တော့ မြန်မာပြည်ကို လိုက်ပြီး မီးရှို့နေတာ မင်းကိုး" မိန့်ကြား ခဲ့ဘူးပါသည်။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးကလည်း "တစ်နှစ်တစ်ခါ ငရဲရွာလူ့ရွာဘုရားပွဲ"ဟု မိန့်ကြားခြင်း သည်။ ဘုရားပွဲအကြောင်းပြုပြီး ဇာတ်သဘင်အငြိမ့်တို့ ထည့်သွင်းခြင်းကြောင့် မိန့်ဆိုခြင်းသာ ဖြစ်သည်။

တဖန် အကုသိုလ်အပြစ်များအကြောင်းပြောဆိုရာတွင်လည်း "မုဆိုးတစ်သက်-လယ်က ကွက်-သဘင် သည်တစ်ရက်"ဟု နှိုင်းယှဉ်ဖော်ပြထားပါသည်။ မုဆိုးတသက်လုံးလုပ်ပြီး သတ္တဝါ ကလေးတွေကို သတ်ဖြတ်တဲ့အပြစ်ရယ်။ လယ်တကွက် မီးရှို့ခြင်းဖြင့် သတ္တဝါကလေးများ သေကြေပျက်စီးစေတဲ့အပြစ်ရယ် ဇာတ်သဘင်တညကပြတဲ့အပွဲက ကြည့်ရှုတဲ့ပူပေပွဲမှာ အပြစ် တွေရယ် အားလုံးတူသလောက်ပဲတဲ့။

ရှေးတုံးက ဇာတ်သဘင်ဖြေဖျော်မှု ရုပ်ရှင်ကြည့်မှုဟာ မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ဇာတ်ရုံတွေ သွားကြည့်မှုဖြစ်တာ ယခုတော့ နည်းပညာတွေထွန်းကားတဲ့အတွက် ကိလေသာတွေဟာ အလုံး အရင်းနဲ့ အိမ်ထဲဝင်လာတာ တွေ့ရတယ်။ ယခုလူတွေအကုသိုလ်များကြတာလဲ မပြောနဲ့တော့ ဒါတွေကို သိလာရင် ဆင်ချင်စရာတွေ ဖြစ်လာပါတယ်။

မိစ္ဆာဒါနကြီး (၅)ပါးတွင်

(၁) မဇ္ဇဒါန - သေရည်သေရက် ပေးလှူခြင်း (သူများကို အကျက်တိုက်ခြင်း)

(၂) သမဏ္ဍဒါန * = ပွဲလမ်းသဘင်လှူခြင်း
(၃) ဣတ္ထိဒါန = ကာမဂုဏ်ခံစားရန် မိန်းမလှူခြင်း (မိန်းမဖြင့် ဧည့်ခံခြင်းမျိုး)
(၄) ဥသဘဒါန = နွားမကို နွားလား ဥသဘပေးလှူခြင်း
(၅) စိတ္တကမ္မဒါန = ကိလေသာပွားရန် ဆေးရေးအရုပ်လှူခြင်း (VCD အခွေလည်းပါ)

ဒီဒါန ၅မျိုးတွင် အမှတ် (၂)ပွဲလမ်းသဘင်ကို ထည့်ထားပါသည်။ ပွဲကြည့်ခြင်း၊ စတိတ်ရှိုးကြည့်ခြင်း၊ TV မှ ပွဲလမ်းကြည့်ခြင်းများကို သတိပြုသင့်ပါသည်။

အစားအသောက်စားခြင်း

အစားအသောက်စားခြင်းသည် အသက်ရှင်အောင်စားခြင်းဖြစ်သည်။ ဒါပေမဲ့ စားရင်းလဲ သေတာပါပဲ၊ အစားအသောက် ဗိုက်ထဲဖြည့်တော့လဲ မကြာခင်ပြန်စွန့်ရတာပဲ၊ စွန့်ပြီးတော့လဲ ပြန်စားတာပဲ၊ စားလိုက်၊ စွန့်လိုက်နဲ့ပဲ တဘဝလုံးလုံး လုပ်နေရတာ ဒီလိုဖြစ်နေတာတောင် ဘာလေးစားချင်လိုက်တာဆိုတဲ့ ဟာကျတော့လဲ ဟွန်းအားပေး၊ အပိဇ္ဈာကလဲ ကူညီလိုက်လို့ မတည့်တာတွေစားမိ ရောဂါတွေဖြစ်နေကြတာ၊ အုန်းနို့ခေါက်ဆွဲစားလို့ ဒံပေါက်စားမိလို့ဆိုပြီး ကိစ္စတုံးသွားတာတွေ မနည်းပါဘူး။ ဒါကတော့ အစားမရှောင်နိုင်ဘူး စားပြီးရင် ဆေးသောက်မယ် ဆိုတာကလဲ ရှိသေးတယ်။

ကောင်းစားရင် ကိုယ့်ကလေးပါမှ ကြိုက်ကြီးစိမ်းမပါလို့ စိတ်ဆိုးပြီး ကြိုက်ကျည်ရှေ့နဲ့ဂြိုဟ်ကို မေသွားတဲ့ မသာကလဲ တကယ်ဖြစ်ရပ်မှာ ရှိပါတယ်၊ ထမင်းစားပွဲမှာ အလိုမကျလို့ လင်မယားစကားများကြတာလဲ မနဲတော့ဘူး (တိုက်ဆိုင်ရင်တော့ သတိပြုဆင်ခြင်လိုက်ပါ)။

ဝကျာနဲ့ကြိုက်ပြီး လောဘနဲ့ စားနေတော့ ထမင်းစားရင် အကုသိုလ်ဖြစ်နေတာ ဒီကြားထဲ ဒေါသကလဲ ထပ်ဆောင်းယိုက်သေးတယ်။ ဘုရားဟောအတိုင်း လောဘ၊ ဒေါသနဲ့ မစားရင် လင်မယားရန်မဖြစ်တော့ဘူးပေါ့။ ဘုရားစကားနားထောင်ရင် စိတ်ချမ်းသာမယ်၊ လင်မယားတွေ ပိုပိုချစ်လာမယ်။ ရန်မဖြစ်တော့ဘူးပေါ့။

လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ စက်ရုံတစ်ခုနဲ့တူပါတယ်။ စက်ရုံလည်ပတ်ဖို့ ပါးစပ်ပေါက်ကနေ အစာတွေထည့်ပေးတယ်။ အထဲမှာ အစာချက်လိုအပ်တာတွေယူပြီး အပိုတွေစွန့်ပစ်ကြရတယ်။ စပါးကြိတ်တဲ့ စက်ကိုကြည့်ပါ။ ကုန်ကြမ်းစပါး (အဘိုးနဲ)ကို ထည့်ပေးတယ်။ စက်လည်ပြီး ပြန်ထုတ်ပေးတာက ဆန် (တန်ဘိုးကြီးတာ)ကို ထုတ်ပေးတယ်။ မြေပဲကို ထည့်ပေးထားတယ်။ စက်က ဆောင်ရွက်ပြီး တန်ဘိုးကြီးတဲ့ ဆီကိုထုတ်ပေးတယ်။ လူကြတော့ တန်ဘိုးကြီးတဲ့ ပစ္စည်းတွေ ထည့်ပေးတာ ထုတ်ပေးကြတော့ မမြင်ရက် မကိုက်ရက် မကြည့်ရက်တဲ့ ပစ္စည်း ဒါဆိုရင် ထည့်တဲ့ ပစ္စည်းအပေါ် ဘာတွေ မက်မောနေသလဲ။ အလိုမကျဖြစ်နေမလဲ (အကုသိုလ်အလုပ်တွေ) ဘာ ထည့်ထည့် ဇောကြာရင် ချေးပဲထုတ်ပေးတာ၊ အဲဒါတွေမဆင်ခြင်ဘဲ လူတွေဟာ အကုသိုလ်တွေ နဲ့ စားသောက်နေကြတာ။ (ဘာမဟုတ်တဲ့ ကိစ္စအတွက် အကုသိုလ်အလုပ်တွေ လုပ်နေကြတာ)

ပေါ့ပေါ့ဆဆနဲ့ နက်တွေကိုးကွယ်နေကြတယ်

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ယောက်ဖြစ်ချင်ရင်တော့ ဘုရား၏အဆုံးအမကို လိုက်နာပြီး ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ရပါမယ်။ ကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းတာဖြစ်မှာဘဲ အကိုက်ကံဆိုတာ မြှုပြင်လို့မရပါဘူး။ အတိတ်ကအလှူအတန်းလုပ်ခဲ့ရင် အဲဒီအကြောင်းတရားကြောင့် ယခုဘဝ ဘွင် ချမ်းသာခြင်းအကျိုးကို ပေးမှာပဲ၊ အကုသိုလ်တစ်ခုခုလုပ်ခဲ့ရင်လဲ အကျိုးပေးချိန်ရောက်လာရင် ဘယ်သူမှ တားလို့မရပါဘူး။ မကောင်းကျိုးပေးရမှာပဲ။

မိမိ၏ကောင်းကျိုးဆိုးကျိုးကို မြတ်စွာဘုရားကလဲ ဘာမှလုပ်မပေးပါဘူး။ ဆုတောင်းလဲ မရပါဘူး။ ဘယ်သိကြားငြဟ္မာကလဲ ကုလုပ်ပေးလို့မရပါဘူး။ ဒါတွေကို နားလည်ကြကားရှုဘူး၊ ခုတော့ ချမ်းသာချင်လို့ ရာထူးတိုးချင်လို့ ဒုက္ခမှ လွတ်အောင်လို့ဆိုပြီး အသတ်ခံရလို့သေတဲ့ အစိမ်းသေ/ အကျက်သေတွေကို နတ်ဆိုတဲ့ နာမည်ကောင်းလေးတပ်ပြီး (ပြဲဘုရာတွေပါ) ဘုရား ခင်ထဲ တင်ထား ကိုးကွယ်ခဲ့ကြတယ်။ အရက်သမားကလဲ ဘုရားခင်ပေါ် ရောက်နေတယ် (မြိမ် လင်း မိုးသား၊ အရက်သောက်တာတော့ မကြိုက်၊ ကိုအရက်သမားကျတော့ ကိုးကွယ်ချင်တယ်)

မောပြည်ဖြစ် နတ်တင်မကဘူး၊ FRC အန်းကုံးဘိုးတော်၊ သူရဿတီ၊ မင်းကြီးမင်းကလေး ဆိုပါ ခေါ်ပြီး ကိုးကွယ်ကြတယ်။ ကံ၏အကျိုးကို ဘုရားကတောင် မလုပ်ပေးနိုင်တာ၊ ဘယ်နတ် ကလာပြီး လုပ်ပေးမှာလဲ၊ ဆင်ခြင်တုံတရားလေး မထားမိတော့ သူများကောင်းတယ်လို့ ပြော တာကို လိုက်ကောင်းနေကြတာ၊ ဒါ့ကြောင့်တွင်းနတ်ဆိုတာကို ဘောက်လမ်းဆရာကတောင် ခေါ် ခိုင်းလို့ရတယ်။ (ကစ်ခါတရဲ ဘိုးတော်ဝင်တယ်ဆိုတာ မသိကြလို့ပါ၊ အနီးအနားက ဘာရဲတွေကလဲ ကြုံရင် ဝင်တက်ပါတယ်။)

အဲဒီတော့ ဘာမှမဖြစ်လောက်ပါဘူးဆိုပြီး လုပ်ခဲ့တာတွေဟာ မိမိတို့ရဲ့ သံသရာအတွက် အကျိုးပြုမဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်သွားပါတယ်။ (စာအုပ်အမှတ် ၁ တွင် အကျယ်ကြည့်ပါ)

ဘယ်လိုနေကြမလဲ

(၁) ဘကျာနည်းအောင်နေ

လူဘဝဖြစ်လာကတည်းက အဝိဇ္ဇာနဲ့ ဘဏှာက ချုပ်လှယ်ခဲ့တော့ ဘဏှာခိုင်းတာလုပ် နေကြရတယ် အဝိဇ္ဇာ (မောဟ)က လူတွေကို မျက်မှန်စိမ်းတပ်ပေးတယ်၊ မြင်းများကို မြက်မကျွေး တဲ့အခါ မျက်မှန်စိမ်းတပ်ပေးတော့ မြက်ခြောက်တွေကို အစိုထင်ပြီး စားသလိုပဲ၊ မောဟက အကုသိုလ် ဒုစရိုက်ကို မသိအောင်ဖုန်းပေးတယ်၊ ကုသိုလ်အကျိုးပေးတွေကိုလည်း ဒုက္ခလို့ မမြင် အောင် ဖုန်းပေးတယ်၊ နိဗ္ဗာန် (သို့) သစ္စာလေးပါးကို မမြင်အောင်နည်းအမျိုးမျိုး အထပ်ထပ် ဖုန်းကွယ်ပေးထားတယ်၊

အဲဒီလို ဖုန်းပေးတော့ ဘဏှာက အာရုံငါးပါး၊ ကာမဂုဏ်တရားတပ်မက်မှုအပြင် ကိုယ့် ငါ်ကိုယ်နဲ့ကိုယ် တွေးပြီး သာယာလိုက် အကောင်အယည်ဖော်လိုက်လုပ်နေတာ ဘဏှာပေါ် နေတာဖြစ်မှာ ဘဏှာကို လုံးဝမကောင်းတော့ နည်းနိုင်သမျှ နည်းအောင်ကြိုးစား [illegible]

(၂) ဒေါသကို ထိန်းပါ။

မသေခင် ကိုယ့်စိတ်ကိုယ့်ဒေါသမီး မလောင်မြိုက်အောင် ထိန်းသိမ်းရပါမယ်။ ထစ်ကနဲရှိ ဒေါသထွက်တာမျိုး၊ ကိုယ်မကျေနပ်တဲ့လူကို ရန်ငြိုးဖွဲ့ကလဲ့စားချေဖို့ ကြံစည်တာမျိုး မလုပ်သင့်ဘူး၊ သူလဲ တနေ့သေမှာပဲ၊ ငါလဲ တစ်နေ့သေမှာပဲ၊ ဘာပြုလို့များ ဒေါသထွက်ချင်နေသလဲ။

(၃) စကားနည်းအောင်နေ (နှုတ်စောင့်စည်းပါ)။

အပိုစကားတွေ အကျိုးမဲ့စကားတွေကို စိတ်ထင်တိုင်းဘရိတ်မထား၊ ခရားရေလွှတ် တတွတ်တွတ်ပြောတက်သူများ ဆင်ခြင်ပါ။ စိတ်ထင်တိုင်း လျှောက်ပြောနေလို့ ကိုယ့်ပါးစပ်လည်း ကျက်သရေမရှိဖြစ်တက်တယ်။ ကိုယ့်ဘဝလဲ ကျက်သရေမရှိဖြစ်တတ်တယ်။ အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးများက အတင်းအဖျင်းပြောတတ်တယ်။ (တချို့ အနည်းစု ယောကျ်ားအတင်းသမားတွေလဲ ရှိပါကယ်)။ ဈေးသွားဈေးလာလည်း လမ်းမှာရပ်ပြော၊ တွေ့တဲ့နေရာမှာ ဟဲ့ကောင်မ ကြားပြီးပြီ လား၊ သနားပါတယ်အေဆိုပြီး . . . ပြောတော့တာပါပဲ၊ သတိလေးထားလိုက်ပါ။

(၄) မနာလိုတဲ့ဣဿမရှိအောင်နေ

လောကမှာ အဆိုးရွားဆုံး၊ အယုတ်ညံ့ဆုံးလို့ ယူဆရတဲ့ ဆင်းရဲစိတ်၊ ကိလေသာစိတ် ဟာ မနာလိုတဲ့ ဣဿပါပဲ၊ သူတပါး ကိုယ့်ထက် ရုပ်ချောတာ မနာလိုဘူး၊ ကိုယ့်ထက်ပညာတတ် တာ မနာလိုဘူး၊ ကိုယ့်ထက်နာမည်ကြီးတာ၊ ကိုယ့်ထက် လူချစ်လူခင်ပေါတာ၊ ကိုယ့်ထက်လူကြည် ညိုသူပေါတာ၊ ကိုယ့်ထက် စီးပွားရေးအောင်မြင်နေတာ၊ ချမ်းသာနေတာ ကားကြီးစီးလာကာဆို ရင် မြင်ရက်သားနဲ့ မမြင်ချင်ယောင်ဆောင်သွားတာ ယုတ်စွအဆုံး တရားတိုင်ရင်တောင် - သူက သမာဓိစောရသွားပါ၊ ဖြစ်ပျက်မြင်တာကိုပေါ့ မနာလိုဖြစ်ကြတာပဲ။

ဘဝတူ လူသားတစ်ယောက် ချမ်းသာတယ်ဆိုရင် ကောင်းစားတယ်ဆိုရင် ဝမ်းသာရမှာ မဟုတ်လား၊ ဝမ်းမသာဘဲ သက်သက်သွားပြီးကော့ သူများကောင်းစားတာကို စိတ်ထဲမှာမကြည့် ရက် မရှုရက်ဖြစ်ပြီး စိတ်မချမ်းမသာဖြစ်နေရတာ။

သူများကို မနာလိုလို့ ကိုယ်လဲဘာမှရတာလဲမဟုတ်ဘဲနဲ့၊ မပါက်သက်ဘဲနဲ့ စိတ်မထား တက်တော့ အလကား သက်သက်စိတ်ဆင်းရဲကို ရှာယူနေကြတာ ဒီလိုစိတ်ရှိတဲ့ လူမှာဘာအမြတ် ရမှာလဲ၊ ဘာမှမရသေးဘဲနဲ့ အခြောက်တိုက် စိတ်အဆင်းရဲခံနေရတာ၊ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး မတည့် ကြတာတွေဟာ ဒီဣဿဟာ သတိပဋ္ဌာန်တရား၏ ရန်သူကိလေသာဖြစ်တယ်။

(၅) ဂုဏ်ပြိုင်မှု (မာန)ကိုရှောင်ပါ။

မိမိမှာရှိတဲ့ဂုဏ် (ပညာ-စီးပွား. . .)ပဲဖြစ်ဖြစ် မရှိတဲ့ ဂုဏ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ကြွားတတ်ပါတတ် ဂုဏ်ပြိုင်တတ်တာမျိုးကိုလည်း ရှောင်ပါ။ ကိုယ်တော်တာ၊ ကိုယ်ပိုင်တာ၊ လူတကာ လှည့်ကြွား နေတဲ့ အရသာက သေရင် ကိုယ့်အတွက်ဘာများ အကျိုးပြုနိုင်မှာလဲ၊ ကိုယ့်မှာမရှိတာတောင် ငှားပြီးပြိုင်ကြတယ်။ (အမျိုးသမီးများ လက်ဝတ်လက်စား ငှားဝတ်တာတို့ ထမီအကျႌ ငှားဝတ်တာ တို့ ဘာထူးသေးလဲ၊ သူများလဲသိတာပဲ၊ တွေ့ပြီးပျောက်သွားကြတာ အထင်ကြီးတာလဲ

မကျန်ခဲ့ပါဘူး) ယုတ်စွ အဆုံး တရားထိုင်တာတောင် ငါတို့ဘယ်နှစ်နာရီထိုင်နိုင်တယ်၊ ငါတို့ တရားစခန်း ဘယ်နှစ်ကြိမ် ဝင်ပြီးပြီ-စသည်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ရောဂါချင်းတောင် ငါ့ရောဂါ ကုတာ ဘယ်နိုင်ငံကဆေးမှ အဆင်ပြေတာ၊ ငွေဘယ်နှစ်သိန်းကုန်ခဲ့တာဆိုပြီး ငြီးကြွားလေးတွေ လုပ်နေကြတယ် . . . လေနဲနဲ လျှော့ကြပါ။

(၆) ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ကျေနပ်ပါ။

ကိုယ့်ရဲ့ လက်ရှိဘဝကို မကျေနပ်ဘဲ မရေမရာ မသေချာတဲ့အနာဂတ်ဘဝကို မျှော်တွေးပြီး တပ်မက်နေတာ မကောင်းပါဘူး၊ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် မကျေနပ်တော့ အရာရှိချင်းအတူတူ ဟို အရာရှိကတော်က ဘာကားစီးနေတာ ဘယ်အလှူမှာ ဘယ်လိုစိန်နားကပ်ပန်တာ စသည်ဖြင့် သူများကိုကြည့်ပြီး ကိုယ်လိုချင်လာတော့ ကိုယ့်အိမ်ထောင်ရှင်ဘဲ အပြစ်ပြော၊ ငတုံးငအလို့ ထင် ယောကျာ်းဆိုတာကလဲ အဖေအမေအတွက်သား လာဘ်မစားတာ အိမ်ကမယားကြီး ရွှေချရန် အတွက်တော့ လုပ်မိလုပ်ရာလုပ်ကုန်တော့ ဘဝပျက်ကိန်းဖြစ်တော့တာပေါ့၊ မဟုတ်တာ လုပ်ခိုင်းတာ၊ လာဘ်စားခိုင်းတာ (ခိုးခိုင်းတာ)ဆိုရင် အဲဒီမိန်းမက တကယ်မချစ်လို့ဘဲမှတ်၊ အားလုံးက မိမိနဲ့ထိုက်တန်လို့ရတဲ့ဘဝမှာ နေတတ်အောင်နေပါ၊ အန္တရာယ်ကင်းပါတယ်။

(၇) ကံ ကံ၏အကျိုးကိုယုံပါ၊

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပြီးရင် ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ရပါတယ်၊ ရှေးဘဝမရှိ၊ နောက်ဘဝမရှိ၊ အစရှိတဲ့ အယူမှားတွေ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိတွေလည်း ကင်းရှင်းအောင်နေရမယ်။ အယူမှား အလုပ်မှားရင် တသံသရာလုံးဆင်းရဲဒုက္ခပင်လယ်ဝေပါလိမ့်မယ်။ မိမိနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ ဒီလင် ဒီမယားကို မကျေမနပ်မဖြစ်ပါနဲ့၊ မိမိရဲ့ ချမ်းသာဆင်းရဲမှုဟာလဲ မိမိတို့ရဲ့ အတိတ်အကြောင်းကံပါလို့ ဆိုတာ နားလည်ရမယ်။

(၈) ဒိဋ္ဌိကို အရင်ဖြုတ်

ဒိဋ္ဌိဆိုတာ တဏှာထက် ကြောက်ဖို့ကောင်းတယ်၊ ဒိဋ္ဌိရှိနေရင် တရားဘယ်လိုမှ မရဘူး၊ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဒါနနောက်ထား၊ သီလနောက်ထား၊ ဝိပဿနာနောက်ထား၊ ဒိဋ္ဌိကို အသိနဲ့အရင်ဖြုတ်ရမယ်လို့ ဆိုတယ်၊ ဒိဋ္ဌိမရှိမှ သောတာပန်ဖြစ်တာ၊ တဏှာက သောတာပန် ဖြစ်ရေးကို အနှောင့်အယှက်မပေးဘူး။ ဒါကြောင့် နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နဲ့ (ရုပ်နာမ်ပိုင်းခြား သိတာ) ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် (အကြောင်းအကျိုးသိတာ)ကို နားလည် သဘောပေါက်အောင် လုပ်ရပါမယ်။

(၉) ကောင်းမှုလုပ်တာ အကျိုးမမျှော်နဲ့။

ဒါန သီလ သမထကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်တဲ့အခါမှာလည်း လူမှုရေးထင်ပေါ်မှု နံမည်ကြီးမှု စီးပွားတိုးတက်မှု နောက်ဘဝ လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာဖြစ်ရလိုမှုဆိုပြီး ကောင်းမှု တွေအပေါ် အကျိုးမမျှော်ပါနဲ့၊ သံသရာ ကောင်းစားမှုတွေကို လုံးဝမမျှော်ကိုးဘဲ သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်လိုတဲ့စိတ် သတ္တဝါများကောင်းစားစေလိုတဲ့ စိတ်နဲ့ပြုလုပ်ကြရပါမယ်။

(၁၀) အထက်တန်းဗုဒ္ဓဘာသာ

အထက်တန်းစား ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုတာ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာရတနာမြတ်သုံးပါးကိုပဲ ဆည်းကပ်ပူဇော်ရပါမယ်။ သရဏဂုံမြဲရပါမယ်။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဖြစ်စေတဲ့ ၃၇-မင်းတို့၊ ဦးရှင်ကြီးတို့၊ ဘိုးတော်ဘွားတော်၊ အရက်သမား ဦးမင်းကျော် FRC တွေဖြစ်တဲ့ မင်းကြီး-မင်းလေး၊ သူရဿတီ၊ မဟာပိန္နဲ၊ အန်းကုန်းဘိုးတော်တွေလည်း အားမကိုးနဲ့ သရဏဂုံပျက်ရင် ဗုဒ္ဓဘာသာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။

(၁၁) အချောင်မလိုက်နဲ့။

ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုတာ ကံ ကံ၏အကျိုးယုံကြည်ပြီးသားပဲ၊ မိမိရဲ့ အတိတ်ကံအပေါ်မှာပဲ အားကိုးပါ။ အချောင်လိုချင်တဲ့ တစ်လုံး၊ နှစ်လုံး၊ သုံးလုံးနောက်ကို မလိုက်ကြပါနဲ့၊ ကံချင်းမပြိုင်ပါနဲ့၊ ဒိုင်ဟာ (ကံကောင်းလို့ချမ်းသာတာ) ကိုယ်က ကံမကောင်းလို့ဆင်းရဲတာ သူ့ကိုသွားမပြိုင်ပါနဲ့၊ အချောင်မလိုက်ချင်ပါနဲ့။

(၁၂) ဆုတောင်းနေယုံနဲ့ ဘာမှမရနိုင်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဟာ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးရတဲ့ ဘာသာဖြစ်တယ်၊ ဘုရားကလည်း ဘန်ခိုးနဲ့ ဘယ်သူ့ကိုမှ ဘာဖြစ်စေသတည်း လုပ်မပေးပါဘူး။ ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမကို လိုက်နာရင် လိုက်နာသလောက် အကျိုးရှိမှာပဲ၊ ကြက်မကြီးတွေက မိမိရဲ့ ကြက်ဥတွေကိုကြည့်ပြီး မဝပ်ဘဲအကောင်ပေါက်စေချင်ပြီး မေတ္တာပို့နေလို့ကတော့ ဥတွေပုပ်သွားမှာပဲ၊ အကောင်ကော့ မပေါက်နိုင်ပါ။ ဘုရားမင်ရှေ့သွားသွားပြီး ထန်းလျှက်တခဲတင်ပြီး ဘုရားကိုနပူနဆာနဲ့ ဆုတောင်းဘာတင် မလုပ်ဘဲ ဆုတောင်းတာတွေဟာ လုပ်ယူမှရမယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်ပြီး အလုပ်လုပ်ကြပါ။ ဘုရားက လမ်းပြရုံပဲ ပြတာပါ။ ဘာမှလုပ်မပေးပါ။ သူ့သား ရာဟုလာတောင် ဘုရားကတရားပဲ ဟောတာ၊ ဘာမှလုပ်မပေးပါဘူး။ သင်က ဆုတောင်းနေလဲ ဘုရားကဘာမှမပေးပါဘူး။

(၁၃) သမ္မာအာဇီဝ (ကောင်းစွာစီးပွားရှာပါ)

ထိုက်သင့်သောလောဘဖြင့် စီးပွားရှာကြတာ အဖြစ်မပြောလိုကြပါဘူး။ အလေးတင်းတောင်း ခိုးဝှက်ခြင်း၊ ဘယ်သူသေသေ ငတေမာပြီးရောဆိုပြီး ဝိသမလောဘဖြင့် ရှာရင်တော့ မိစ္ဆာအာဇီဝဖြစ်သွားပါတယ်။ သူတစ်ပါးကို လိမ်ညာခြင်း၊ လှည့်ဖြားခြင်း၊ အတိုးနှုန်းကြီးစွာဖြင့် ငွေချေးခြင်း၊ အသားသတ်၍ ရောင်းခြင်း၊ အရက်သေစာရောင်းခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါးရောင်းခြင်း စသည့် အကုသိုလ်အလုပ်များကို ရှောင်သင့်ပါတယ်။ ရိုးရိုးသားသား စီးပွားရှာရင်လဲ လူယုံကြည်မှု ရှိ၍ စီးပွားပိုပြီး တိုးတက်ပါတယ်။ ယခုခေတ်တွင် အင်မတန်ချမ်းသာသူများပင် လက်တလုံးခြား လှည့်ပတ် မတရားစီးပွားရှာတဲ့အတွက် အဖမ်းခံရသူများ၊ ထွက်ပြေးနေရသူများ၊ သီတင်းစာထဲတွင် ဖတ်ရပါလိမ့်မယ်။ အားလုံးသိပြီးဖြစ်၍ ရှောင်ကြဉ်ကြပါ။

(၁၄) အရက်သေစာသောက်စားမူးယစ်ခြင်း မလုပ်ပါရန်

အရက်သေစာသည် အထူးပြောဖွယ်မလိုပါ။ မှုခင်းဂျာနယ်တွင် ကြည့်ပါ။ အရက်ကြောင့်

လူသတ်၊ မဒိန်းမှု၊ ခိုးမှုများဖြစ်နေကြသည်။ အရက်သည် အသိဉာဏ်ကို ပျက်စီးသည်။ အရက်သောက်ပြီးလျှင် စဉ်းစားဆင်ခြင်မှုကင်းလာသည်။ မလုပ်ရဲတာ မရှိတော့ပါ။ မိဘဆရာသမားလုံးဝမရှိသေတော့ပါ။ အရက်သောက်ပြီး အမေကိုဓါးနဲ့လိုက်လို့ မြေမျိုသွားတဲ့ တကယ့်ဖြစ်ရပ်ရှိပါတယ်။ (၁၉၅၂၊ မေလ-၂၅)ရက်၊ ဧရာဝတီတိုင်း၊ ကျိုက်လတ်မြို့နယ်၊ ကျိုက်ပိကျေးရွာ၊ သားဖြစ်သူ ချစ်ဖေ (လူပေလူတေအရက်သမား)၊ အမေ ဒေါ်သာလိကို မိုးမွန်အောင်ဆဲပြီး ဓါးနဲ့လိုက်ခုတ်ရာ ကျိုက်ပိရွာနှင့် မစိုးရိမ်ရွာအကြား သားကိုမြေမျိုတော့သည်၊ ဇွန်လ (၂)နေ့ထိ (၈)ရက်ရာ တဖြည်းဖြည်း မျိုးသွားတော့သည်။ ဒါဟာ သားကသတ်တာမဟုတ်၊ အရက်က သတ်လိုက်တာ၊ အမေတောင်သတ်ရဲရင် ပြန်အော်တာ၊ ပြန်ဆဲတာ၊ ပြစ်မှားမှုကတော့ အလွယ်ကလေးပါ (လူစိတ်မှမရှိတော့တာ) အရက်ကြောင့်ဆိုပေမဲ့ အပြစ်အကုသိုလ်တော့ မနေပါဘူး။ လူ့လောကတွင် လူမကြည်ညို၊ အပေါင်းအသင်းမပေါင်းလည်းမရှုပ်၊ စီးပွားရေးလဲလုပ်ဖို့ခက် တဖြည်းဖြည်းအရက်သောကကန်ပြီး အိပ်ယာထဲကမထနိုင်၊ သေခါနီးအရက်တစ်စက် ဟစ်စက်ချပေးရပြီး သေသွားတာပဲ၊ တခါအပျော်ဖြစ်ကြမှာ၊ ဒီခေတ် အရက်ကို မစကြပါနဲ့၊ သောက်တတ်ရင်လဲဖြတ်ကြပါ။ (ဖြတ်လို့မရဘူးဆိုတာ ဟုတ်ကို်မဟုတ်ဘူး၊ အလကားလျှည့်စားနေကြတာ၊ ခဏလေးဒုက္ခကို မခံချင်လို့ဆိုရင် တသံသရာလုံးဒုက္ခကို ခံရမှာပဲ) လူကိုင်းမှာ ဘောရုံ့ရက် (ဘောရက်) ရှိတယ်၊ အရက်က သေမဲ့ရက်ကို ရှေ့ပိုးမပေးတာကြောင့် သေရည်သေရက်လို့တောင် ခေါ်ပါတယ်။ အရက်အကြောင်းပြောရရင် အများကြီးပါ။ စာဖတ်သူသည်ပို၍ သိနိုင်ပါသေးသည်။ ဗြိတိန်ဘော်ဝင် မင်းသမီး၊ ဗြိတိန်တော်ဝင်ပင်းသမီး ပြည်သူ့အချစ်တော် ဒိုင်ယာနာသည် ကားဒရိုင်ဘာမူးပြီးကား မောင်းလို့ သေဆုံးခဲ့ရသည်။ သီတင်းမုဆိုးတွေလိုက်တာက တစ်ကဏ္ဍဖြစ်သည်။ ဒရိုင်ဘာ မမူးလျှင် သေလောက်သည့်အထိ မဖြစ်နိုင်ပါ။

အရက်မူးသူသည် သင့်မသင့်စဉ်းစားနိုင်သော အသိတရားသေဆုံးသွားသည်။ မေ့လျော့တတ်သည်၊ အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို ထပ်ခါထပ်ခါ ပြောတတ်သည်။ အရှက်အကြောက်တွေကင်းလွတ်နေတတ်သည်။ အရက်မူးလို့ အဖေ အမေတောင် သတ်ကြသေးတာပဲ။ (အရက်သာမမူးရင် ဘယ်သူမှမသတ်ကြပါ)။ ယခုဘဝ အမူးသမားတွေ နောင်ဘဝ ရူးမှာသေချာသည်။ ယခုဘဝ အရူးတွေသည် ဟိုဘဝကအမူးသမားတွေဖြစ်ကြသည်။ အရက်သည် လူကိုသေစေသည့်နေရာမှာ သောက်သူကိုလည်း သေစေသည်။ သောက်သုံး ယားသူနှင့် နီးစပ်သူတွေကိုလည်း သေစေတတ်သည်။

ဘုရားက ဘာကြောင့်အရက်ကို ပညတ်ရသလဲ

ဘုရားရှင်၏ တပည့်အရှင်သာဂတသည် တန်ခိုးအဘိညာဉ်ရ ပုထုဇဉ်ရဟန်းတပါးဖြစ်သည်။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော နဂါးကြီးအား တန်ခိုးဖြင့် အနိုင်ရသဖြင့် တနယ်လုံးကျေးကျော်ကြပြီး သူ့ကိုလူတွေက အထင်ကြီးကုန်သည်။ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားလာသည်။ လူတွေကလဲ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားရင် ဝိုင်းအုံလိုက်ကြတာ ဓမ္မတာပဲ (ယခုခေတ်လည်း ထင်ရှားတဲ့ ဆရာတော်တွေနောက် ဝိုင်းအုံနေကြ နောက်ကလိုက်နေကြတာတွေ မျက်မြင်ပါ)

ဘုရားထက် အရှင်သာဂတက ပိုကျော်ကြားလာသောကြောင့် ဘုရားကိုပစ်ပယ်ပြီး ရှင်သာဂတနောက်လိုက်ကြပြီး ကောင်းပေ့ဆိုတာ လှူကြတယ်။ ဘာတွေလှူသင့်သလဲလို့ လူတွေက မေးတော့ ဆဗ္ဗဂ္ဂိရဟန်းတွေက “ ဒကာတို့ ဒါဆိုရင် ခိုခြေအဆင်းလို နီနီရဲရဲအရက်ဟာ ရဟန်းတို့မှာ ရခဲတယ်၊ နှစ်ခြိုက်ဖွယ်လည်းဖြစ်တယ် အဲဒါကိုလှူပါ”ဟု ပြောကြသည်။

အဲဒီအချိန်က အရက်မသောက်ရဟူသော သိက္ခာပုဒ်ကို မပညတ်ရသေးတော့ အိမ်တိုင်း၊ အိမ်တိုင်း အရက်တွေကပ်လိုက်ကြသည်။ ဈာန်အဘိညာဉ်ရ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးဈာန်လျောပြီး မြို့တံခါးဝမှာ လူမှန်းသူမှန်းမသိ မူးလဲကျပါတော့သည်။ အသိတွေ၊ သတိတွေအားလုံး သေကုန်တော့သည်။

ဘုရားရှင်နှင့်သံဃာတော်များ မြို့အထွက် အရက်မူးလဲနေသော အရှင်သာဂတကို တွေ့လို့ တွဲခေါ်လာကြသည်။ ကျောင်းရောက်သောအခါ ဘုရားရှင်ဘက်ခေါင်းပြုပြီးကော့ လှည့်ပေးထားသည်။ သူကမဟုတ် ဘုရားရှင်ဘက် ခြေထောက်ပြန်ထားသည်။ ပြုပြင်ပေးလည်းမရ၊ ဘုရားဘက်ကိုပဲ ခြေထောက်ပြန်ထားသည်။ ထိုအရှင်သာဂတ အဘိညာဉ်ရပေမဲ့လဲ အရက်သောက်ထားတော့ ဘုရားရှင်ကိုတောင် လေးစားရမှန်းမသိတော့။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက “ရဟန်းတော်များ အသိဉာဏ်ပျောက်ဆုံးစေတဲ့ အရက်မသောက်ရ” ဟု သိက္ခာပုဒ်ပညာတ်တော်မူခဲ့ပါသည်။

အရက်သည် အသိဉာဏ်ကိုသေစေခြင်း၊ မူးနေလျှင်ဘာမှမသိ၊ လုပ်ချင်ဟာလုပ်မဲ့ပေါ့သည်။ ကျနော့်မြို့တစ်မြို့မှာ ကြားခဲ့ဖူးသည်။ အလွန်ချစ်တဲ့ သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက် အတူတကွအရက်သောက်ကြရင်း မူးမူးရူးရူးနဲ့စကားပြောနေတာ၊ တစ်ယောက်က စိတ်ညစ်ပါတယ်ကွာ၊ သေတောင်သေချင်တယ်လို့ ညီးတွားလိုက်ဟာ၊ နောက်တစ်ယောက်က ဒီလိုဆိုလဲ လွယ်ပါတယ်ဆိုပြီး အနားမှာရှိတဲ့ပေါက်ပြားနဲ့ ထခုတ်သတ်လိုက်တာသေရော၊ဘာမှပြဿနာမရှိရန်လဲမဖြစ်ဘဲ အရက်ကြောင့် အသ်ဉာဏ်မဲ့မှားလုပ်လိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဘယ်လောက်ကြောက်စရာကောင်းသလဲ။

အရက်သမားမယား၊ အရက်သမားအဖေအမေတွေလဲ စိတ်ဆင်းရဲကြတာပါပဲ၊ ဒါပေမဲ့ ဝဋ်ရှိနေသရွေ့ ခံကြရဘာမို့ မိမိကြောင့် မိမိဘဝပတ်သက်ရာ လူတွေရဲ့ဘဝကို အရောင်မဆိုးကြပါနဲ့ တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

(၁၇) မိဘဆရာကို ရိုသေပါ

မိဘ

မိဘဆရာဆိုတာ အနန္တော အနန္တငါးပါးမှာ ပါပါတယ်၊ ကျေးဇူးရှင်တွေပါ၊ အတတ်နိုင်ဆုံး စောင့်ရှောက်ကြပါ။ မိဘဆိုတာ အတူနေကြတော့ ပိုပြီးပတ်သက်ပါတယ်။ အသက်အရွယ်တွေကလဲ ကြီးလာတော့ စိတ်တွေကလဲ မမှန်ကြတော့ဘူး၊ ခွင့်လွှတ်ပြီး ဆက်ဆံကြပါ။ တချက်ကလေးတောင် မငြိုငြင်ကြပါနဲ့၊ မိမိတက်နိုင်သလောက် ထောက်ပံ့ပါ။ ပိုမှပေးမယ်ဆိုရင် ဘယ်တော့မှ ပေးရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ မိဘဆိုတာ အသက်ရှင်နေတဲ့ သားသမီးတွေရဲ့ဘုရားတွေပါ။ ချမ်းသာတဲ့မိဘကိုလဲ သားသမီးက အစားအသောက်ဆေးဝါးကအစ လှူကြပါ။

မိဘမေတ္တာအကြောင်းပြောရရင် မိဘဖြစ်ဖူးတဲ့လူတိုင်း သိကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မဘက်လိုက် မိုက်ဖက်ပါကြတာတွေ၊ မူးရူးပြီး မိဘမှန်းမသိတာတွေ ရှိတတ်ကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် မိဘရဲ့ ကျေးဇူးကိုဆပ်ရမှန်းမသိကြပါဘူး။ တချို့ဆိုရင် မူးပြီး မိခင်ကိုပါးရိုက်၊ ဓါးနဲ့လိုက်ခုတ်လို့ မြေမျိုခဲ့တာတွေ၊ အရက်မူးပြီး ဖခင်ကိုသတ်ခဲ့လို့ ထောင်ကျသွားသူတစ်ဦးဟာ ထောင်ထဲမှာ ဆံပြုတ်အိုးထဲမှာ မှောက်ရက်ကျလို့ အသေဆိုးခဲ့ရတာတွေက လက်တွေ့ဖြစ်ရပ်မှန်တွေပါ။

တခြားလူတွေမပြောနဲ့၊ တန်ခိုးအရာမှာ ဧကဒဂ်ရတဲ့ ရှင်မောဂ္ဂလာန် ရဟန္တာကြီး နူစဉ်ဘဝတစ်ခုမှာ မိန်းမအလိုကြောင့် မိဘကိုသတ်ခဲ့တာ ရဟန္တာဖြစ်လို့ ငရဲ လွတ်ပေမဲ့ ဝဋ်ကတော့ ရဟန္တာကို ချမ်းသာမပေးဘူး။ ရဟန္တာဖြစ်မှ ခိုးသားငါးရာ ဝိုင်းရိုက်ခံရလို့ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုခဲ့ရတာပါ။ မိဘစော်ကားရင် အပါယ်ငရဲကျရုံမျှမက မင်္ဂလာဖိုလ်တားလဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်တိုင်း မိဘဆရာ (ခင်ပွန်းကြီး ၁၀ပါး)ကို ဝန်ချ တောင်းပန်ရပါတယ်။

မိဘသည် ဘယ်ဘဝရောက်နေရောက်နေ မိဘသည် ကျေးဇူးတရား ကြီးမားပါ၏။ အနန္တေအနန္တငါးပါးတွင် ပါဝင်ပါကယ် -

" အမေ "

(၁) ဧမ္ဗူတိုင်းမှာ အမြေညီပြီရင်
အပူလှိုင်းပြာ ဝေဒနာကတွေနဲ့
လူပိုင်းဟာ အမေရှိကြတယ်
မရေမရာ ပဟေဠိတွေကြောင့်
အသေအချာ အမေမသိတောင်မှ
အမေရှိတယ်။

(၂) ချစ်သဒ္ဒါဝေကဲ
ပြည့်တန်ဆာအမေလည်း အမေ
အကြေးကြွယ်လှဘဲ
ဈေးသည်မ အမေလည်း အမေ
အကြောင်းတရား အခြေပြဲ
သူတောင်းစားအမေလည်း အမေ

(၃) သားသမီးတွေကြီးထွားစေရေးသို့
စီးပွားအမေထွေထွေ
စိန်ရွှေပတ္တမြား အိမ်မြေကားနဲ့
ငွေသားအမေ
ပေးနိုင်မှ အမေမပယ်

(၄) ယိုင်နဲ့နဲ့တဲအတွင်း
လဲ့ခင်းအိပ်နေစရာ တိုးဖယ်ပေးခဲ့
အရိုးဟင်းတစ်ဖွဲ့စီဝေ
ကမင်းရည် အကူသောက်
ပိုက်မှောက်ပေး အပူပူ
ခြင်ထောင်မရှိ ခြုံစောင်မရှိ
ခင်းစရာ ဖျာလည်းမရှိလို့

(၅) ခြင်ကိုသွေးလှူအတူတူ
ကြမ်းပိုးသွေးလှူအတူတူ
အပူကိုမျှဝေ
ဒုက္ခကို ပိုမိုလေးနက်စေ
ပညာအမွေရွှေအိုး

ရိုးသားမှု ဂုဏ်သိက္ခာ
မေတ္တာအကြင်နာမှ ဟပါး
အခြားပေးစရာ အထွေထွေမဲ့သော်လည်း
အမေဟာ အမေပဲလေ (အောင်လှိုင်ထွန်း)

" အမေ့မေတ္တာဟူသည် "

အမေ့မှာ သားသမီးဆယ်ယောက်ရှိသည်
ဒီလောက်များတဲ့ ကလေးတွေအတွက်
မေတ္တာကို ဘယ်လိုပိုင်းခြားခွဲဝေပေးမလဲဟု
မိတ်ဆွေတစ်ယောက်က မေးပါသည်
မေတ္တာဆိုတာ ပိုင်းခြားခွဲဝေတဲ့
အစားလက္ခဏာမဟုတ်ပါဘူး၊ တိုးပွားအောင်လုပ်ရတဲ့
အမြှောက်လက္ခဏာပါဟု အမေက ပြန်ပြောလိုက်ပါသည်။

(မစွန်ဘဒရောင်း)

နောက် အမေ့ရဲ့ မေတ္တာရည်ညွှန်းတာကတော့

၁၃၃၃ ခုနှစ်ကတည်းက ရန်ကုန်-ဒလကူး "တိုးအေး "သင်္ဘောနစ်မြုပ်ခဲ့ပါသည်။ သင်္ဘောတစီးလုံးနီးပါး သေကျေပျက်စီးကြသည်။ (၁၅)ရက်လောက်ကြာတော့ တိုးအေးကို ရေအောက်ပြန်ဖော်ရာ ထူးဆန်းသောမြင်ကွင်းတစ်ခုကို မြင်ရပါသည်။ ယိုမြင်ကွင်းကား အရိုးစုကြီးတစ်စုက အရိုးစုကလေးတစ်ခုကို ဖက်လျက်တွေ့ရသည်။ မိခင်နှင့် သူ၏သားကလေးပင် သင်္ဘောနစ်စဉ် မိခင်က သားကိုစွန့်လွှတ်ပြီး ကူးခပ်နိုင်ပါသေးသည်။ ကံကောင်းလျှင် အသက်ရှင်နိုင်ပါသည်။ မိခင်ရဲ့ ကြီးမားသော မေတ္တာကား သားကိုမစွန့်လွှတ် အသက်အသေခံပြီး သားကိုဖက်လျက် မိဘမေတ္တာကို ပြသွားတာပါ။

မိခင်ရဲ့ မေတ္တာကြီးမားသလို ဖခင်ရဲ့ မေတ္တာကိုလည်း အထင်သေးစရာမလိုပါ။ ဖခင်သည် မိသားစုအားလုံး၏ စားဝတ်နေရေးလုံခြုံရေး၊ တာဝန်များကို ရယူခဲ့ရသည်။ သားသမီးများ လူတလုံးသူတစ်လုံးဖြစ်စေဖို့ ဇနီးမယားမျက်နှာမငယ်ရဖို့ လုံးပန်းခဲ့ရသည်။ ဖခင်သည် မိခင်ကဲ့သို့ ပျော့ပြောင်းမှုမရှိဟာ အမှန်ပါ။ ဒါမှလဲ သားသမီးများကို ပြုပြင်ထိန်းသိမ်း ရာမှာ ကြောက်ချစ်မှုဖြစ်ပြီး သားသမီးများ မပျက်စီးဝံ့ဖြစ်ရပါသည်။ ဒါကြောင့် သားသမီး များသည် ဖခင်ကိုကြောက်ပြီး မိခင်ကို ပိုချစ်ကြတာများပါသည်။

ဘုရားလက်ထက်ကအဇာတသတ်မင်းသားကို မွေးကာနီးတွင် မမွေးရန်ဝိုင်းဝန်းပြောဆိုသည်။ ဖခင်ကိုသတ်မည့်သားဖြစ်ကြောင်း ဖခင်ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးသိပါသည်။ မိမိအသက်ကို ချစ်မည်ဆိုပါက ဖခင်သတ်မည့်သားကို မွေးမှာမဟုတ်ပါ။ သို့သော် ဖခင်ရဲ့မေတ္တာကို ပြသည့်အနေဖြင့်သားကိုမွေးခဲ့ပါသည်။ ပြောသည့်အတိုင်းပင် အရွယ်ရောက်တော့ ဖခင်ကို သတ်ခဲ့ပါသည်။ ဖခင်သည် မိမိအသက်နှင့်လဲပြီး သားကိုချစ်ကြောင်းပြသသွားပါသည်။

သို့ပါ၍ မိမိတို့သည် သက်ရှိမိဘများကို မငြိုမငြင်လုပ်ကျွေးပြုစုကြပါ။ ပြုစုရာတွင်လည်း အိုမင်းမစွမ်းဖြစ်မှုကြောင့် ဂျီဂျောင်လုပ်တာကိုလဲ သည်းခံရပါမည်။ ဘာပဲပြောပြော၊ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် သည်းခံရပါမည်။ မနေတတ်ရင် ကုသိုလ်မရဘဲ အပါယ်လားနိုင်ပါသည်။ သတိပြုကြပါ။

သားသမီးများသည် မိဘအိုမင်းမစွမ်းဖြစ်လာတဲ့အခါ အောက်ပါသံဝေဂတရားလေးကို မမေ့ကြပါနဲ့။

" ငါအိုသွားသောအခါ "

✱ ငါအိုသွားသောအခါ ငါဟာ အရင်က ငါမဟုတ်တော့ဘူး၊ ငါ့ကိုနားလည်ပေးပါ၊ စိတ်ရှည်ရှည်ထားဆက်ဆံပေးပါ။

✱ ချည့်နဲ့နဲ့လက်တွေနဲ့ ထမင်းဟင်းတွေ အကျႌပေါ် ဖိတ်စင်သွားတဲ့အခါ အကျႌလုံချည်ဖိုသီဖတ်သီဖြစ်နေတဲ့အခါ ငါ့ကိုမရွံ့ပါနဲ့၊ ငယ်ငယ်တုန်းက ငါသုတ်သင်ပေးခဲ့တာတွေကို ကျေးဇူးပြုပြီးသတိရပေးပါ။

✱ အပ်ကြောင်းထပ်မက ပြောဖူးတဲ့စကားတွေ ပြန်ပြောမိတဲ့အခါ စကားမဖြတ်ဘဲ ကျေးဇူးပြုပြီး နားထောင်ပေးပါ။ ငယ်ငယ်တုန်းက အိပ်ရာဝင်တိုင်း တစ်ထောင့်တစ်ညပုံပြင်တွေ ငါးရာငါးဆယ်နိပါတ်တော်တွေ အတ်ကြီးဆယ်ဘွဲ့တွေ စတဲ့ပုံပြင်တွေကို မရိုးအောင်ပြောရင်း ငါချော့သိပ်ခဲ့တာတွေကို သတိရပေးပါ။

✱ မလှုပ်ရှားနိုင်လို့ ရေချိုးဖို့ အကူအညီလိုတဲ့အခါ ငါ့ကိုမငြိုငြင်ပါနဲ့၊ ငယ်ငယ်တုန်းက ချော့တလှည့် ခြောက်တစ်လှည့် ရေချိုးပေးခဲ့ဖူးတဲ့ ပုံရိပ်လေးကို မြင်ယောင်ပေးပါ။

✱ ခေတ်သစ်နည်းပညာတွေကို မသိနားမလည်ခဲ့ရင် မလှောင်ပါနဲ့၊ ငယ်ငယ်တုန်းက "ဘာကြောင့်ဆိုတဲ့" မေးခွန်းတိုင်းကို စိတ်ရှည်စွာ ငါပြန်ဖြေခဲ့တာကို သတိရပေးပါ။

✱ စိတ်သွားတိုင်း ကိုယ်မပါ၊ နွမ်းလျပြီး လမ်းမလျှောက်နိုင်တဲ့အခါ ခွန်အားပါတဲ့ လက်တစ်စုံနဲ့ ငါ့ကိုကူတွဲပေးကြပါ။ လမ်းလျှောက်သင်စအရွယ်တုန်းက တစ်လှမ်းချင်းလျှောက် လေ့လာပေးခဲ့တာတွေကို သတိရပေးပါ။

✱ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ အိုစာသွားတဲ့ငါ့ကိုကြည့်ပြီး ဝမ်းမနည်းပါနှင့်၊ နားလည်ပေးပါ၊ အရင်တုန်းက လူ့ဘဝတက်လမ်းအတွက် ငါလမ်းညွှန်ခဲ့သလို အခုချိန်မှာ ငါ့ဘဝနောက်ဆုံးအချိန်အတွက် အဖော်ပြုပေးပါ။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနဲ့ အေးမြမှုတွေကို ငါပြုံးပြုံးလေး လက်ခံမှာပါ။ အဲဒီအပြုံးတွေထဲမှာ မဆုံးတဲ့ ငါ့မေတ္တာတွေ တွေ့ရမှာပါ။

သားပို့ သမီးပို့ရေ . . . ယာဝရပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ကြပါစေကွယ် . . . ။

ဆရာတွေဟာ မူလတန်းဆရာကအစ မိမိတစ်သက်တာ သင်ပေးခဲ့တဲ့ ဆရာတွေကိုလဲ မိမိတို့တတ်နိုင်သလောက် ပူဇော်ကန်တော့ရပါမယ်။ ဆရာဆိုတာ ဆူချင်ဆူမယ်၊ ရိုက်ချင် ရိုက်မယ် (အိုးကောင်းရချင်ရင် များများ ထုရိုက်ပေးရပါတယ်)၊ ပညာတတ်စေချင်တယ်၊ လိမ္မာစေချင် ကောင်းစားစေချင်ကြတယ်။ ဆရာဟာ မိမိတပည့်များရဲ့ ကြီးပွားတိုးတက်တာကို ပီတိဖြစ်ရပါတယ်။ ကြွားလဲကြွားချင်ကြပါတယ်။ ငါတပည့်က ဗိုလ်ချုပ်ကွ၊ သူဌေးကြီးကွ၊ ဝန်ကြီးကွ၊ ညွှန်ကြားရေးမှူးကွ၊ ဥက္ကဋ္ဌကြီးကွ၊ အရာရှိကွနဲ့ မစားရဝခမန်းပီတိဖြစ်စွာနဲ့ ကြွားနေကြတာပါ။

ယခုခေတ်တွင် သက်ကြီး ပူဇော်ပွဲများ အာစရိယ ပူဇော်ပွဲများ၊ မြို့တိုင်းနီးပါးပြုလုပ်လာတာဟာ ဝမ်းသာပီတိဖြစ်ရပြီး မုဒိတာပွားကြရပါတယ်။

တောင်ငူ အထက(၁)မှာဆိုလျှင် ပင်စင်စားဆရာများအား ထောက်ပံ့မှုပေးကြပါတယ်။ အသက် (၇၅)နှစ်နှင့် အထက်ဆရာကြီး ဆရာမကြီးများအား တစ်လ (တစ်သောင်း) (၇၀)နှစ်နှင့် အထက်အား တစ်လ(ငါးထောင်) နာတာရှည်များအား တစ်လ(တစ်သောင်း)ဆေးရုံးတက်သူ (ဟစ်သောင်း) ခွဲစိတ်ခံရသူ (နှစ်သောင်း) နာရေး (ငါးသောင်း) ကျန်းမာရေးအခမဲ့ဆေးကုပေးသည်။ အင်မတန်မှ ဝမ်းမြောက်ပီတိဖြစ်ရပါတယ်။ နေရာတိုင်းလုပ်ပေးနိုင်ရင် ဘယ်လောက်ကောင်းကြမလဲ ဆရာတို့ရဲ့ ကျေးဇူးကို သိတတ်ခြင်းပါ၊ သာဓုအနုမောဒနာခေါ်ထိုက်ပါသည်။ ဒါကြောင့် မိဘဆရာများကို ရိုသေကြပါ။ ပြစ်မှားရင် အခြားသူများကို ပြစ်မှားတာနဲ့ မတူပါဘူး၊ အခြားသူများကို ပြစ်မှားတာက အကုသိုလ်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ မိဘဆရာဆိုဟာ ခင်ပွန်းကြီး ၁၀ပါးမှာပါလို့ မဂ်ကားဖိုလ်ဘားဖြစ်ရပါတယ်။ သတိပြုကြပါ။ ဆရာကတော့ပွဲများ လုပ်ကြတာ ဝမ်းသာစရာကောင်းသော်လည်း လူနည်းစုဖြစ်နေတာကတော့ စိတ်မကောင်းစရာပါ။ ဆရာတွေဟာ သက်ဆိုင်ရာမြို့မှာ နေကြတာနဲပါတယ်။ ရပ်ဝေးကလာကြရတာများပါတယ်။ အသက်အရွယ် အိုမင်းရင့်ရော်လာပေမဲ့ တွဲမသူအကူအညီနဲ့ တပည့်တွေရဲ့ ပါရမီကို လာဖြည့်တာပါ။ ဆရာဟာ (၁၀၀)ရှိရင် (၇၅)လောက်တော့ မဖြစ်မနေလာကြပါတယ်။ တပည့်တွေ ဘယ်နှစ်ယောက်လာကန်တော့ကြသလဲ။ ဆရာတစ်ယောက်ရဲ့ ဆရာသက်တမ်းတစ်ခုမှာ တပည့်ပေါင်း လေးငါးသောင်းလောက်သင်ခဲ့ကြတာ လာကန်တော့တာ မိမိသင်ခဲ့တဲ့ တပည့်က ၂၅/၃၀ထက် မပိုပါဘူး။ အားလုံးပေါင်းမှ ၂၀၀/၃၀၀ လောက်ပဲ ရှိကြတာပါ။ ကန်တော့စင်မြင့်ပေါ် ဆရာတွေသင်ပေးခဲ့တာအားလုံးပေါင်း ၄/၅သိန်းလောက်ရှိမယ်။

ဆရာတွေက ဘာရသလဲ၊ အလှူငွေရသည်။ တပည့်တွေက ဘာရသလဲ၊ ကုသိုလ်ရပါတယ်။ အိုမင်းမစွမ်းရှိတဲ့ ဆရာတွေဟာ ဒီနှစ်လာပေမဲ့ နောက်နှစ်သေကုန်လို့ မလာကြတာ တစ်နှစ်၊ ၄/၅ယောက်ရှိပါတယ်။ ၂၀၀၉ ဇန်နဝါရီလကပင် ဘားအံဘက်က အသက်(၈၂)နှစ် ဆရာမကြီး တစ်ဦး ဆရာကန်တော့ပွဲလာဖို့ စီစဉ်တုံး ကွယ်လွန်သွားပါတယ်။ ဆရာကြီး၊ ဆရာမကြီးတွေရဲ့ တပည့်ပေါ်ထားတဲ့ မေတ္တာကိုသိနိုင်ပါတယ်။ ဒီဆရာတွေ ငွေမက်လို့ ကန်တော့ခံငွေကို လိုချင်လို့ လာကြတာလား။ စီးပွားရေးတွက်ရင် ဟစ်ပေမှာ စားဖို့မရှိပါဘူး။ တပည့်တွေကိုချစ်ဖို့ တပည့်တွေရဲ့ စေတနာကို အသိအမှတ်ပြုဖို့။ ဒါတောင် (တချို့မြို့တွေမှာ ဆရာမလာရင် ကန်တော့ငွေမပေးဘူးတဲ့၊ ကြားလို့မှကောင်းကြသေးရဲ့လား)။ အိုလို့ မလာနိုင်တာ ဆေးဘိုးလေးပို့ပေးရင် ဘယ်လောက်များ ကောင်းမလဲ။ မလာလို့ မပေးဘူးဆိုတာကတော့ တပည့်တွေရဲ့ မေတ္တာပဲပေါ့။ မိမိတို့ ဘယ်လောက် စွမ်းဆောင်နေသလဲ ပြန်လည် စစ်ဆေးကြည့်ပါ။ မြို့ထဲမှာ ခြေလျှင်၊ စက်ဘီး၊ ဆိုက်ကားနဲ့ လာနိုင်တဲ့ သောင်းချီတဲ့လူတွေကိုကော ဘာသာရေးအသိနဲ့ လှုံ့ဆော်မိရဲ့လား၊ တပည့်တွေကလဲ ငါငွေထည့်လိုက်မယ်ဆိုတဲ့ အသိကလေးနဲ့တော့ မမွန်မြတ်သေးပါဘူး။

အချစ်ခံနေရုံနှင့် ဆရာကောင်းမပီသ၊ အမုန်းခံပြီး ဆုံးမရဲမှလည်း ဆည်းကပ်သင့်သော

သုတေသနစာကြည့်တိုက်

ဘဆန္ဒတော်ထွန်းကျော် ပြန့်ပွားရေးဦးစိုးမြ

ဆရာကောင်းပီသ၏။

ဆရာမှာ ဈေး ၊ ရှန်ကွန်း

" နာနာကျင်ကျင်၊ အဖြစ်မြင်တိုင်း၊ ဝမ်းတွင်းမသို၊ ဟုတ်တိုင်းဆို၏"

" ကျိုးလိုစိတ်က၊ ဆုံးမတတ်သူ ဆရာဟူလော " လင်္ကာဒလေးက တပည့်၏ အမုန်းကိုခံယူပြီး ဆုံးမရဲမှလည်း ဆရာပီသပေသည်။ သို့သော် တပည့်များ၏ အမြင်ကား ငါ့တို့ကို တမင်မုန်းလို့ အပြစ်ရှာနေတာပဲ ထင်တတ်သည်။ အမှားများကို ဝန်ချကန်တော့ပြပါစို့။

ဆရာတွေအပေါ် ဘယ်လောက်တန်ဘိုးထားသလဲ

မြတ်စွာဘုရားသခင်ဟာ ဘုရားဖြစ်ဖြစ်ချင်း တရားဟောဖို့ တောထွက်စက ဆရာတင်ခဲ့ရတဲ့ ရသေ့၂ပါး (ဥဒကရသေ့၊ အဠာဒရသေ့)ကို တရားဟောဖို့ ကြည့်ပါသေးတယ်၊ လူ့လောကမှာ မရှိတော့မှ ပဥ္စဝဂ္ဂီငါးဦးကို တရားဟောတာပါ။ ကျွန်တော်တို့ အလေးအမြတ်ကိုးကွယ်ခဲ့တဲ့ မြတ်စွာဘုရားကတောင် ဆရာကို နံပါတ်(၁)ထားတာတွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ ဘုရားပြီးရင် နံပါတ် (၂)ဖြစ်တဲ့ အရှင်သာရိပုတ္တရာသည် အရှင်အဿဇိ၏တရားဖြင့် သောတပန်ဖြစ်ရသည့်အခါမှစ၍ မိမိ၏ ဆရာအရှင်အဿဇိရှိရာအရပ်သို့ ဦးခေါင်းထားကာ အိပ်လေ့ရှိပါသည်။ ကြည်ညိုစရာ ကောင်းလိုက်ပါ၏။ ဆရာကို ဦးထိပ်ပန်ဆင်ခြင်းရဲ့ သာဓကပါ။

တရားမသိသူများက ဂါရဝမှုကို အောက်ကျသည်ဟု အထင်မှားနေကြသော်လည်း ဂါရဝသည် အလွန်မွန်မြတ်သော တရားကစ်ခုဖြစ်လေရာ တရားကိုပို၍ သိသာလေလေ ဂါရဝတရား ရှိလာလေလေဖြစ်ပေသည်။ ကျေးဇူးရှင် ဆရာကိုလေးစားရိုသေသည့်အရာတွင် စံနမူနာယပ်ယှဉ်သော ထိပ်တန်းပညာရှင် အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ ထုံးကိုနှလုံးမူကာ တပည့်ဖြစ်သူကို အတုယူကျင့်သုံးသင့်လှပါပေသည်။ (သာမနေကျော်၏ ရှင်သာရိပုတ္တရာမှ)

တပည့်တွေ အထင်မှားအယူမှားနေဘာတွေ တွေ့ရပါတယ်။ ကန်တော့ရမဲ့ ဆရာဘွေယံမှာ ငါ့သူငယ်ချင်းတွေ ငါ့ထက်ငယ်တဲ့ဆရာတွေပါတယ်။ ကန်တော့ရဘာ သဘာဝမကျပါဘူးဟု မပြောလေ့ပြောထရှိပါတယ်။ အင်မတန်မှားယွင်းနေတာပါ။ ကျွန်တော်တို့ ဘာကို ကန်တော့ပါသလဲ (လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ကန်တော့တာမဟုတ်ပါဘူး၊ ဆရာဆိုတဲ့ ဂုဏ်ကိုကန်တော့တာပါ) ပေါင်းတည် အ. ထ. ကတွင် ဆရာ/တပည့်ဖြစ်ခဲ့တဲ့ကျွန်တော်ဟာ အာစရိယပူဇော်ကန်တော့ပွဲတွင် စကား ပြောရတိုင်း စင်မြင့်ပေါ်တွင်ရှိသော ပင်ခင်ဘား ဆရာများ (ကျွန်တော်၏ ဆရာများ၊ လုပ်ဖော် ကိုင်ဖက်ဆရာများ - တပည့်ဆရာများ)ကို ကန်တော့ပြီးမှသာလျှင် စကားပြောလေ့ ရှိပါသည်။ ဘယ်သူဘယ်ဝါမပါ မိမိရဲ့ဆရာဆိုတဲ့ ဂုဏ်ကို ကန်တော့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မှတ်မှတ်ရရ ကျွန်တော် ပေါင်းတည်တွင် အလုပ်လုပ်စဉ် လူငယ်ရေးရာ ညကျောင်းတွင် ၁၀-တန်းစာသင်ရာ (ကျွန်တော်အသက် ၂၀ကျော်) ကျွန်တော်၏ဆရာဖြစ်ခဲ့သူ (အသက်-၄၀) ဆရာက ၁၀-တန်းဝင်ဖြေရန် ညကျောင်းတက်၍ ကျွန်တော်က ဆရာအဖြစ် စာသင်ပေးခဲ့ရသည်။ နှစ်ကုန်ခါနီး ကျွန်တော်တောင်ငူသို့ပြောင်းရွှေ့ရ၍ ကျောင်းသားအားလုံး ကန်တော့ရာ အဲဒီအထဲ မှာ ကျွန်တော်၏ဆရာကို သွားတွေ့လိုက်သည်။ ကျွန်တော်မှ မသင့်တော်ကြောင်းပြောရာ မင်းက ငါ့ဆရာပဲကွာ၊ ငါကန်တော့တာ မမှားပါဘူးတဲ့။ ကျွန်တော်ကလက်မခံနိုင်လို့ ဆရာက ကျွန်တော့်

ဆရာ၊ မင်းက ငါ့ဆရာနဲ့ အခြေအတင်ဖြစ်ခဲ့ရာ ဆရာကန်တော့မယ်ဆိုရင် မထိုင်ပေးဘူးလို့ပြောမှ ဆရာထွက်ပေးပါတယ်။ ကျွန်တော်ကို ကန်တော့ပွဲအပြီးမှာ ကျွန်တော်က လက်ရှိ တပည့်တော်သူ ဆရာကို ပြန်လည်ကတော့နှုတ်ဆက်ခဲ့ပါသည်။ ယနေ့အထိ မမေ့နိုင်သော ဆရာကန်တော့ပွဲ တစ်ခုပါ။

အလဇ္ဇီရဟန်း (သီလမရှိသောရဟန်း)ကို သံဃာလို့ရည်မှန်းပြီး လှူရင် ကန်တော့ရင် ဘုရား၊ သာဝက၊ ရဟန္တာများကို ကန်တော့သည်နှင့်တူကြောင်း ဘုရားဟောရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မာန ခံနေသူများ လက်နက်ချ အလင်းဝင်ခဲ့ကြပါလို့ မိတ်ဆွေကောင်း ဓမ္မမိတ်ဆွေအဖြစ် တိုက်တွန်း လိုက်ပါတယ်။

(၁၉) သူများအသက် မသတ်နဲ့

ပိဋကမှာလည်း အသက်နဲ့၊ သင်္ဂဟတိုင်းမှာလည်း အသက်နဲ့ မိမိသေမှာကြောက်သလို သတ္တဝါတိုင်းလဲ သေမှာကြောက်ကာပဲ ဒီလိုဆိုရင် ဘာပြုလို့သူများ အသက်သတ်ချင်တာလဲ၊ အသားချိုချိုလေး စားချင်တယ်ဆိုပြီး ကြက်အရှင်၊ ငါးအရှင်၊ ပုဇွန်အရှင်ဝယ်တယ် (အချို့ အမျိုး သမီးများက ပြောလိုက်သေးတယ်၊ ရောင်းသူကို ဒီအရှင်တွေကိစ္စတုံးအောင်လုပ်ပေး၊ အိမ်ကျမှ ငါလုပ်နေရရင် အကုသိုလ်မဖြစ်ချင်ဘူးတဲ့) တော်တော်လေးတရားရှိတယ်၊ ကိုယ်တိုင်သတ်မှ အပြစ် ဖြစ်တယ်ထင်နေသလားမသိဘူး၊ ကြက်သားချိုတာ တို့စားဖို့ချိုကာမဟုတ်ဘူး၊ သူ့အကျိုးပေး သူ့သတ္တိနဲ့ ချိုတာ၊ ချိုတာကြိုက်တော့ အကောင်းထင် အခွဲနဲ့စားတော့ အကုသိုလ်ဖြစ်တာပေါ့။

ခြင်လေးတစ်ကောင်လာသွေးစုပ်ရင် ရိုက်သတ်လိုက်ကြတာ၊ သူ့အသက်ကလေးရှည်ဖို့ သွေးတစ်စက်လောက် လာသောက်တာပါ၊ ဆေးရုံမှာ သွေးပုလင်းလိုက်လှူနေကြတာ ဘယ် လောက်ကောင်းသလဲ၊ ဒီ့က တစ်စက်ကလေးလာအလှူခံတာတောင်မှ နှမြောပြီး ပြီးစလွယ်ရိုက် သတ်လိုက်တယ်၊ ခြင်သွေးလာစုပ်ရင် တဖြည်းဖြည်းကြည့်ပါ၊ ဗိုက်မှာသွေးကလေးတွေ ပြည့်လာ တယ်။ သေချာကြည့်ပြီး ငါတော့ ဒီသတ္တဝါလေး အသက်ရှင်ရေးအတွက် သွေးလှူနေရတာ ဘယ် လောက် ကုသိုလ်ရမလဲဆိုတဲ့ ကောင်းတဲ့စေတနာလေးထားလိုက်ပါ၊ ကိုယ့်မှာသွေးတစ်စက်ကြောင့် ဘာမှမထိခိုက်ပါဘူး။ (ခြင်ကလေးတစ်ကောင် လာကိုက်ရင်တောင် စိတ်ထားတတ်ရင် ကုသိုလ် ဖြစ်ပြီး မထားတတ်ရင် အကုသိုလ်ဖြစ်ကော့ကာပဲ၊ ကုသိုလ်ဆိုတာ ယူတတ်ရင် အလွယ်ကလေးပါ) တရားအားထုတ်မို့သာပဲ ၆၅-နှစ်လောက်အဖွားက ယယ်ယယ်ယဲပဲ ခြင်မသယ်ပါဘူးပဲ "သည်းခံနိုင်ပါတယ်" - ၆-နှစ်လောက် မြေးကလေးကို ခြင်ကိုက်လိုက်တာတော့ မကြည့်ရက် မမြင်ရက်ဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့် မြေးကလေးကို ကိုက်တဲ့ခြင်တော့ သတ်မိပါတယ်တဲ့ (တော်လိုက်တဲ့ အဖွားရယ်လို့ပဲ မပြောလိုက်ချင်ဘူး)

ဒါကြောင့် ခြင်၊ ယင်၊ ပုရွက်ဆိတ်ကအစ မသတ်ပါနဲ့၊ မလာစေချင်ရင် မောင်းပစ်လိုက် ပေါ့၊ အကုသိုလ်မကြောက်တဲ့လူကျတော့ ကိုယ့်မကိုက်ဘဲ သူများကိုက်တာတောင် စေတနာ ဝန်ထမ်း၊ အခမဲ့ရိုက်သတ်ပေးလိုက်သေးတယ်၊ ဒါတင်ဘယ်ကမလဲ အနားမှာ သူ့ဟာသူပျံနေတဲ့ ခြင်တောင်လိုက်ပြီး လက်ဝါးနှစ်ဖက်နဲ့ ရိုက်သတ်လိုက်သေးတယ်၊ ကျပိုးကျတော့ ဖိချေပြီး ကြွေမွ

သွားအောင်လုပ်တယ်၊ နောက်ပြီး နမ်းကြည့်သေးတယ်၊ တော်တော်ဆိုးတဲ့လူတွေပဲ၊ ဒီနေ့က စပြီး ဒီအလုပ်တွေ မလုပ်ကြပါနဲ့တော့။

(၁၇) မိမိကိုယ်ကို ပြန်စစ်ဆေးပါ (သူများကို မစစ်နဲ့)

ယခုခေတ်တွင် လူတို့သည် စကားပြောရင်သူများအကြောင်းများသည် မိမိ ကိုယ်ကိုတော့ ဘယ်တော့မှ မစစ်ဆေးကြဘူး။

ပုထုစဉ်တွေဟာ- သူတပါးအပြစ် ဖီးစေ့လောက်ကို မြင့်မိုရ်တောင်လောက် မြင်တတ်တယ်၊ ကိုယ့်အပြစ်မြင့်မိုရ်တောင်လောက်ကျတော့ ဖီးစေ့လောက်တောင် မပြော ချင်ဘူး၊ ဖုန်းကွယ်ထား တတ်ကြတယ်။

သူယုတ်မာတွေဟာ - သူတပါးမကောင်းကြောင်းကို မမေးဘဲ ပြောတတ်ကြတယ်၊ မေးခဲ့ရင်လဲ ချဲ့ကားပြောတတ်ကြတယ်၊ ကောင်းကြောင်းကျတော့ မမေးရင် မပြောဘူး၊ သူများကမေးရင်တော့ သိတာကိုလျှော့ပြောတတ်ကြတယ်။

သူတော်ကောင်းဖြစ်ချင်ရင် သူတပါးမကောင်းကြောင်း မပြောပါနဲ့၊ ကိုယ်တော်ကြောင်း ကောင်းကြောင်းလဲ သူ့ဘာသူသိပါစေ၊ မိမိကပြောစရာမလိုပါဘူး၊ ဒါတွေဟာ တကယ်တော့ အလကားပါပဲ။

လောကမှာရှာလို့အလွယ်ဆုံးက သူများအပြစ်
လောမာရှာလို့အခက်ဆုံးက ကိုယ့်အပြစ်

မိမိကိုယ်မှာကရားရှာမှ မိမိခန္ဓာကိုရှုမှသာလျှင် တရားရနိုင်သည်။ တခြားနေရာတွေမှာ ရှာမနေပါနဲ့။

(၁၈) ဝိပဿနာနဲ့နေပါ၊

ခန္ဓာချုပ်ငြိမ်းရာအလုပ်သည် ဝိပဿနာမှတပါး အခြားမရှိပါ။ ဝိပဿနာအလုပ်သည် မျက်မှောက်ဘဝတွင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ လျော့ပါးပြီး စိတ်ကြည်လင်ချမ်းသာရုံ၊ လောကမံ တရားများကို ကြံ့ကြံ့ခိုင်နိုင်ရုံမျှမက အပါယ်ကျနိုင်မဲ့ ဘေးမှလွတ်ရာဖြစ်ပြီး ကောင်းရာသုဂတိသို့ ရောက်နိုင်သည့် အကျိုးကိုပေးပါသည်။ ဝိပဿနာအလုပ်ဆိုတာ နေရာတိုင်းအချိန်တိုင်းလုပ်လို့ ရပါတယ်။ ငွေလဲပကုန်၊ လူလဲမပင်ပန်း၊ နေ့စဉ်အချိန်မရွေးလုပ်နိုင်ပါသည်။ အဆင်ပြေ အခြေ အနေပေးရင်ဖြင့် တရားစခန်းများတွင် သွားရောက်အားယူပါကလည်း ပို၍ကောင်းပါသည်။

ငါဟာ ကောင်းကောင်းနေတာပဲ၊ ဘာမှလုပ်စရာမလိုဘူးဆိုတဲ့ လူတွေလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။ အဲဒါကတော့ အမျိုးသားများပါတယ်။ (တကယ်ကော ဘယ်လောက်ကောင်းနေပြီလဲ) ဘယ် လောက်ပဲကောင်းပါစေ၊ ဘုရားတောင်သစ္စာသိမှသာလျှင် ဘုရားဖြစ်တယ်၊သစ္စာမသိရင် ဘဝကူး ကောင်းဖို့ဆိုတာ စိတ်မချရပါဘူး။

ဒီဘဝမှာ အောင်ထစ်စုဠသောတာပန်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။

ကချေသည်မလေး ရုတ်တရက်သေဆုံးလို့ အရှုးအမူးငိုပွဲဆင်ခဲ့ရတဲ့အရက်သမား သန္တတိ

အမတ်ကြီး မျက်ရည်သိမ်း ရဟန္တာဖြစ်သွားရတာ ဝိပဿနာအကျိုးပါ။

သားရော လင်ပါဆုံးရှုံးသွားရုံမျှမက မိဘများပါသေဆုံးလို့ အရူးမလေးဖြစ်သွားတဲ့ ပဋာစာရီ အရူးပျောက်ပြီး ကျွတ်တန်းဝင်သွားတာ ဒီဝိပဿနပါပဲ။

သားသေကိုပိုက်ပြီး အိမ်စဉ်လှည့်ကာ "မသေဆေး"ရှာတဲ့ ကိသာဂေါတမီအမြင်မှန်ရပြီး ကျွတ်တန်းဝင်တာ ဒီဝိပဿနာပါ။

ဒါကြောင့်ယနေ့မှစပြီး ဝိပဿနာကို အားထုတ်သွားကြပါ။

(၁၉) အဖော်မမှီး တကိုယ်တည်းနေတာ အကောင်းဆုံး

လူတို့သည် အများနှင့်နေချင်ကြသည်။ ပျော်စရာကောင်းသည်ဟု ယူဆကြသည်၊ စကားတပြောပြောနဲ့ပေါ့၊ တစ်ယောက်တည်းနေတော့ တရား၊ နှစ်ယောက်နေတော့ စကား၊ သုံးယောက်နေတော့ အလကားပဲ။

သာဓကတစ်ခု ပြောပြပါရစေ၊ တရားဏသိမင်းတစ်ပါးသည် အပျိုတော်ဝဏ္ဏဒါသီ၏ လက်တစ်ဖက်၌ လက်ကောက်တစ်ကွင်း၊ ကျန်လက်တစ်ဖက်၌ လက်ကောက်နှစ်ကွင်းဝတ်လျက် ကျောက်ပျဉ်တွင် စန္ဒကူးကို သွေးရာဝယ် ယင်းလက်ကောက်နှစ်ကွင်းရှိသောလက်၌ လက်ကောက်အချင်းချင်းတိုက်ခိုက်၍ တဘက်သောလက်တွင် တစ်ကွင်းတည်းသော လက်ကောက်မှာ ပိုက်ခိုက်မှုမရှိခြင်းကို မြင်ရသောအခါ တစ်ကွင်းတည်းသော လက်ကောက်သည် တိုက်ခိုက်ခြင်းမရှိပါတကား၊ အဖော်ရှိသော လက်ကောက်သည် အချင်းချင်း တိုက်ခိုက်ကြပါတကား၊ ဤအတူ အဖော်မမှီတစ်ယောက်တည်းနေရခြင်းသည် ချမ်းသာခြင်းပါတကား၊ အဖော်မရှိခြင်းသည် သောကမကင်းရပါတကားဟု အောက်မေ့စဉ်းစားလျက်နေစဉ်တွင် ၎င်း၏မိဘုရားကြီးကိုယ်တိုင်ဝင်၍ သွေးသောအခါ လက်ကောက်တွေကများသဖြင့် အချင်းချင်း တိုက်ခိုက်သောလက်ကောက်သံတို့ ပို၍ကျယ်လောင်ဆူညံစွာမြည်ကြကုန်၏။

ထိုအခါပို၍ ငြီးငွေ့ခြင်းဖြစ်သဖြင့် သံဝေဂတရားတိုးပွားပြီးလျှင် ဝိပဿနာဉာဏ်ကို ကောင်းစွာမြင်ပြီး ပစ္စေကဗောဓိဉာဏ်ကို ရသွားတော်မူသည်။

မိမိသည်လည်း တက်နိုင်သလောက် အပေါင်းအသင်းရှောင်ပြီး တစ်ဦးတည်း တရားစာအုပ်ဖတ်၊ တရားခွေနားထောင် သမ္မသနုဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်သုံးသပ်နေကြရင် ဘယ်လောက်များအကျိုးရှိလိမ့်မလဲ၊ အလုပ်လုပ်ရတာ ဆက်ဆံရတာတော့ လောကီသားတွေပဲရှိကြမှာပါ။ မိသားစုနဲ့လဲ ကြောခိုင်းဖို့ ပြောတာမဟုတ်ပါ။ အချိန်ပိုတွေကို အကျိုးရှိစွာ အသုံးချရန် တိုက်တွန်းခြင်းသာဖြစ်ပါသည်။

(၂၀) သူတပါးပစ္စည်းမခိုးပါနဲ့

လူတွေဟာ အနည်းနဲ့အများ ခိုးဖူးကြမှာပေါ့။ ကြီးမှ မခိုးတော့မပြောနိုင်ဘူး၊ ငယ်ငယ်က အမေအမေပိုက်ဆံအိတ်ထဲက မသိအောင် တိတ်တိတ်နှိုက်ယူတာ၊ ကြီးတော့ မိန်းမအိတ်ထဲက နှိုက်တာ၊ မိန်းမတွေကလဲ ဘတ်ထားတဲ့(ဘတ်ငွေ)တွေရှိသလို ယောကျ်ားတွေကလဲ ရမ်းဖို့

(ယမ်းငွေ)တွေ ရှိကြတာပါပဲ၊ ကျောင်းသွားရင်း ဈေးရုံထဲကဖြတ်၊ ပဲလှော် နှိုက်စားတာလဲ ခိုးတာပဲ (ကိုယ်တွေ့)၊ အဲ ကြီးတော့လည်း မပြောတတ်ပါဘူးလေ၊ မိမိ မသိလို့ ခိုးနေတာလဲရှိတယ်၊ ခိုမျိုး (၂၅)ပါးထဲမှာ လာဘ်စားတာလဲပါတယ်၊ အဲဒါလဲ သူခိုးပါပဲ၊ မတောင်းနဲ့၊ စေတနာရှိသလောက် ပေးသွားတော့ ယူကောင်းပါတယ်။ ဒီလောက်နဲ့ မကိုက်သေးဘူးဆိုတာတော့မလုပ်နဲ့ (စီးပွားရေး ရှုထောင့်ကပြောတာမဟုတ်၊ ဘာသာ သာသနာရေးရှုဒေါင့်ကသာ ပြောနေတာ)၊ လုပ်တာမလုပ်တာ၊ ရှောင်တာမရှောင်တာ လူကြီးမင်းတို့အလုပ်ပါ၊ တရားသူကြီး ပြိတ္တာ အကြောင်း ရေးထားတာ ဖတ်လိုက်ရပါတယ်။ (ဟိုးရှေးတုန်းကတဲ့) တရားသူကြီး မှန်မှန်ကန်ကန် မဆုံးဖြတ်ဘဲ အမှုသည် တွေထံက တောင်းရမ်းပြီး မသထာရေစာတွေစားပြီး သေခါနီး အစာမမျိုနိုင်၊ ရေမသောက်နိုင် ဖြစ်ရတယ်၊ သေပြီးပြိတ္တာဖြစ်တော့လဲ ကိုယ်လုံးတီးဝဂကြီးပေါ့၊ လက်သည်းတွေ အရှည်ကြီးနဲ့ မိမိရဲ့ကျောပြင်ကို လှမ်းရိုက်ပြီး အသားဖတ်တွေကုတ်ခြစ်၊ သွေးရဲရဲနဲ့ နာတယ်ကျင်တယ်အော်ပြီး အသားတွေငါးစားရတယ်တဲ့၊ အကုသိုလ်ဟာ တယ်ကြောက်စရာကောင်းပါလားနော်။

(၂၁) လူလဲ မှတင်ဆောက်တည်လို့ရတယ်

ပုံမှန်ထမင်းစားသောအခါ ထမင်းတစ်ပန်းကန် ဟင်းလေးပန်းကန် စုစုပေါင်း ငါးပန်းကန် ဖြစ်နေ၏။ မယောဘသည်လည်း ငါးမျိုးဖြစ်နေ၏။ ပဉ္စပိုဏ်မှတင် ဆောက်တည်လိုက်သောအခါ တစ်ပန်းကန်ထဲမှာပင် ထမင်းကောဟင်းကော ရောပေါင်းပြီး ရောထည့်စားလိုက်သောအခါ လောဘတစ်မျိုးသားကျန်တော့ပြီ လောဘလေးမျိုး လျော့သွား၏။ ထို့ကြောင့် မှုတင်ဆောက်တည် နိုင်ခြင်းသည် လောဘကိုသတ်ခြင်းတစ်မျိုးဖြစ်၏။ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက မှုတင်တည် ဆောက်ဖူးမှ မဂ်ရသည်။ ယခုဘဝဂ်ဖိုလ် ရသူများသည် "ဘဝတစ်ခုခုက မှုတင်ဆောက်တည်ဖူး သောကြောင့်သာဖြစ်၏"ဟူ၍ ရေးသားတော်မူခဲ့၏။ ထို့ကြောင့် ရဟန်းများသာမက <u>လူပုဂ္ဂိုလ်</u>များ သည်လည်း မှုတင်အကျင့်ကို မိမိကိုနိုင်သလောက် ရက်-လ-ပိုင်း၍ ဆောက်တည်သင့်ကြသည်။

(၂၂) ထမင်းစားတတ်ပြီလား

မြန်မာဓလေ့ထုံးတမ်းအရ - မင်္ဂလာ ၁၂ ပါးရှိသည့်အနက် (အဟာရ ပရိဘောဂမင်္ဂလာ) ဟူဆိုသော ဘူငယ်ကို ထမင်းခွံ့သော မင်္ဂလာကို ပြုလုပ်လေ့ရှိသည့် ထမင်းမစားတတ်၍ မင်္ဂလာယူ သင်ပေးခြင်းဖြစ်၏။

ကြီးလာတော့ ထမင်းစားတတ်ပြီလားမေးရင် - စိတ်တောင်ဆိုးအုံးမယ်။ နေ့တိုင်းထမင်း ဝိုင်းထိုင်စားနေတာ၊ ဘာခက်တာမှတ်လို့လဲလို့ ပြောအုန်းမှာ ဘာတွေများဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းပြီးမှ ထမင်းစားသလဲ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ ဖြေကြည့်ပါ။

ကျွန်ုပ်တို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မဟုတ်သူများကို မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဟု စွပ်စွဲတတ်ကြသည်။ အထင်သေးကြသည်။ မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ပြောရလျှင် သူတို့ကမှ ထမင်းစားပွဲထိုင်တာနဲ့ ဘုရားသခင်ကို ကျေးဇူးတင်စွာဖြင့် ရွတ်ဆိုပြီးမှစားကြတယ်။ ဒို့ကတော့ဘာတွေရွတ်သလဲ ဒီနေ့ဟင်း ကတော့ သိပ်ကောင်းမှာဘဲ မြင်ရုံနဲ့ သရေတောင်ကျလာပြီဆိုပြီး အားရပါးရ ဘာမှ မဆင်ခြင်ဘဲ

တဏှာဖြင့်စားတော့တာပါဘဲ။ မကွာပါလား - ပြင်ကြရင်ကောင်းမယ်ထင်ပါတယ်။

စားတဲ့အခါမှာပဲ မစားခင် ဗုဒ္ဓသရဏံ ဂစ္ဆာမိ - ဓမ္မံသရဏံဂစ္ဆာမိ - သံဃံသရဏံဂစ္ဆာမိ ဆိုပြီးရွတ်ပြီးမှ စားရင်မကောင်းဘူးလား- ပြီးတော့ အစားစားတာဟာ တဏှာဖြစ်ကြောင်းစားတာ မဟုတ်ဘဲ ဒီလိုဆင်ခြင်လိုက်ပါလား။

" ဤသည့်စားဖွယ် အမယ်မယ်ကို မြူးရယ်မန်ကြွ၊ လှပရေဆင်းပြည့်ဖြိုးချင်းငှာ မသုံးပါဘူး။ လေးဖြာဓါတ်ဆောင် ဤကိုယ်ကောင်သည် ရှည်အောင်တည်လျက်၊ အသက်မျှတန်း မမောပန်းရ၊ ဘုရားသာသနာ ကျင့်နှစ်ဖြာကို ကျင့်နိုင်ပါစေ၊ ဝေဒနာဟောင်းသစ်မဖြစ်စေရ၊ ရာပိုက်မျှလှစ်ခပ်သိမ်းပြစ်ကို မဖြစ်စေအောင် ချမ်းမြေ့အောင်ဟု သုံးဆောင်မှီဝဲပါသတည်း"

" ယနေ့ကျွန်ုပ်အား ချက်ပြုတ်ကျွေးသော ဇနီးနှင့်တကွ သားသမီးများ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်းကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာစွာဖြင့် မိမိတို့ခန္ဓာဝန်ကို ဆောင်ရွက်နိုင်ပါစေ၊ ကောင်းကျိုးလိုရာဆန္ဒ အလုံးစုံတည်းပြည့်ပါစေ"ဆိုပြီး အစားကိုဆင်ခြင်ပြီး မေတ္တာပို့ စားသောက်ပါက ဘယ်လောက်များကို ကုသိုလ်ဖြစ်မလဲ။

ဒီလိုစားသောက်ခြင်းဖြင့် ဟင်းအတွက် ကိုးမများရတော့ဘူး ပေါ့တယ်၊ ငံတယ်၊ ဘာလေးစားချင်တယ်ဆိုတာ မရှိတော့တဲ့အတွက် ချက်ပြုတ်ကျွေးမွေးတဲ့ သားမယားလည်း စိတ်ချမ်းသာပြီး ကိုယ်လဲစိတ်ချမ်းသာပါတယ်။ အဲဒီလိုထမင်းစားတတ်အောင် လေ့ကျင့်ပါ။

(၂၃)အစားတဏှာကို လျှော့အောင်လုပ်ပါ။

အစားစားတာ ဘာပြုလို့လဲဆိုရင် ဒါဘာမေးရောလဲ၊ လူတိုင်းသိတာပေါ့လို့ ဖြေမှာပဲ၊ လွယ်လွယ်ပြောရင် မသေအောင်လို့ပေါ့၊ မသေအောင်စားတယ်၊ စားတော့ကော မသေတော့ဘူးလား၊ ဒီလိုဆိုရင် မသေအောင်စားတာမဟုတ်ဘူး၊ သေဖို့စားနေရတာ ဖြစ်မနေဘူးလား၊ အရသာကလည်း လျှာတစ်ခုလုံးက ခံစားနိုင်တာမဟုတ်ဘူး၊ ချို၊ ချဉ်၊ ငံ၊ စပ်အရသာဖုကလေးတွေက လျှာမှာရှိတယ်။ (တစ်လက်မလောက် ဒရိယာပဲ) အဲဒါလေးဖြတ်မှ အရသာရှိတာ (အရသာခံတာ တစ်လက်မပါ) အကောင်းဆုံးအစား ပါးစပ်နားထားကြည့်၊ ကောင်းပြီလား၊ မကောင်းသေးဘူး၊ စားတုန်းခဏကောင်း၊ မျိုချ၊ အဲဒီတစ်လက်မကျော်လိုက်တာနဲ့ အရသာမရှိတော့ဘူး၊ အစာအိမ်ရောက်၊ စွန့်ပစ်တာပဲ မဟုတ်လား။

အဲဒီလို ဘိရက်နဲ့ပေါ့ကယ်၊ ငံကယ်၊ ကိုဟာ စားချင်ကယ်၊ ဒီဟာစားချင်တယ်၊ ခွေးများနေပြီး လင်မယားပြဿနာဖြစ်ရတယ်၊ အဖြစ်မှန်ကြားဖူးတယ်၊ အထက်မြို့တစ်မြို့မှာ အဖိုးကြီးက ထမင်းစားရင်း ငြုပ်သီးစိမ်းအမြဲပါရတယ်၊ တစ်နေ့မပါတော့ မယားကိုစိတ်ဆိုးရန်ဖြစ်ပြီး အနားမှာရှိတဲ့ ငြုပ်ကျည်ပွေ့နဲ့ လှမ်းပြစ်တာ မှန်ပြီးသေရော၊ သူလဲထောင်ကျရော။

တရားအသိလေးနဲ့လေ့ကျင့်သွားရင် လောဘ၊ဒေါသ၊မောဟ စသည်များလျော့ပါးသွားပြီး စားသောက်ရာမှာပဲဖြစ်ဖြစ် နေထိုင်ရာမှာပဲဖြစ်ဖြစ် အားလုံးနဲ့အဆင်ပြေ၊ စိတ်ချမ်းသာမှု ရသွားမှာပါ၊ ဟင်းခွက်(၁၀)ခွက်လောက်ချပေးတာကို ငါ ၂-ခွက်လောက်နဲ့ပဲ ကျေနပ်မယ်ဆိုပြီး ဟိုဘက်ဟင်းခွက်တွေ မနှိုက်နဲ့တော့ပေါ့။ ဟင်းချိုက ဆားပေါ့နေတာ။ စားပွဲပေါ်က ဆားခွက်ထဲက

ဆားကိုခပ်မထည့်ဘဲ ဒီအတိုင်း ပေါ့ပေါ့ပဲသောက်ကြည့်ပါ။ အဲဒါတွေဟာ တဏှာသတ်နေတာပါ။ ဖြစ်သွားပါတယ်၊ မလုပ်လို့ မဖြစ်တာပါ။

၂၃။ မလိမ်နဲ့ မုသားမပြောနဲ့။

မြတ်စွာဘုရားက သားတော်ရာဟုလာကို ဒီလိုဆုံးမတယ်၊ ချစ်သား မုသားဆိုရင် ရီစရာ တောင်မပြောနဲ့တဲ့။ လူတွေက စီးပွားရေးမှာလဲလိမ်တာပဲ၊ ဟန်ဆောင်မှုတွေဖြစ်အောင်လဲ လိမ်ညာကြတာပဲ၊ အကာအကွယ်ယူပြီး မုသားမပါလက်ာမချောတဲ့၊ ဈေးသည်များ ရိုးရိုးပြော ရောင်းရင် ကောမရဘူးလား၊ ဈေးဆစ်ရမယ်ဆိုပြီး ပိုပြောပြီးတော့ အရင်းအတိုင်းပါဆိုပြီး ညာပြော၊ ဒီလိုနဲ့ လှည့်ပတ်လိမ်နေတာပါပဲ။ စတိုးဆိုင်ကြီးတွေ၊ ကုန်တိုက်ကြီးတွေမှာ ကခွန်းဈေးပါပဲ။ ဈေးနှုန်း ကပ်ထားတော့ ရောင်းသူဝယ်သူအဆင်ပြေပါတယ်။ မလိမ်မညာဘဲဖြစ်သွားကြတာ မဟုတ်လား။ နောက်ဆုံး မညာရင် မနေနိုင်တာက သီတင်းစာ နာရေးဝမ်းနည်းကြောင်း ကြော်ငြာမှာကြည့်ပါ။ "မိသားစုနှင့်ဆက်တူ ထပ်မျှဝမ်းနဲပါသည်"တဲ့။ တကယ်ထပ်ပဲ ဝမ်းနည်း နိုင်ပါ့မလား။ မဟုတ်တာ ဟုတ်ကပြောနေကြတာပဲ၊ အဲဒီတော့ မလိမ်ညာကြပါနဲ့၊ မနေနိုင်ရင်တော့ သဘောပါပဲ၊ အကုသိုလ်ကတော့ ဘယ်သူမှမျက်နှာမလိုက်ဘူးဆိုတာ သတိရပါ။

(၂၄) မေတ္တာပွားပါ။

မေတ္တာသည် ဘယ်လောက်အစွမ်းထက်သည်ကို အကျယ်ချဲ့ပြောစရာမလိုပါ။ စာဖတ်သူတိုင်းသိပါသည်။ အချိန်ရတိုင်း သတိရတိုင်း (အားလပ်တိုင်း) မေတ္တာပို့ပေးပါ။ မေတ္တာဖြင့် သွမ်းခြုံခြင်းသည် အရာရာကိုအောင်မြင်သည်။ ထမင်းအိုးဟင်းအိုးတစ်ရာဖြင့် ဆွမ်းချက်ဒါနပြုသည်ထက် မေတ္တာဖြင့် လက်တဖျစ်တီး (ခဏ)နေထိုင်ခြင်းကသာသည်ဟု အဆိုရှိပါသည်။ မေတ္တာကို မိမိပို့တတ်သလိုပို့ပါ၊ ဆရာတော်ကြီး ဦးဥတ္တမသာရရဲ့ မေတ္တာပို့နည်းက-

အနန္တစကြာဝဠာတွင် ရှိကြကုန်သောသတ်လူ သတ္တဝါအပေါင်း ဘေးရန်ကြောင့်ကြဆင်းရဲ

ကင်း၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ -

ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒပြည့်ဝပါစေ -

မင်းကွန်းဆရာတော်ကြီး၏ မေတ္တာပို့နည်းပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အခြားနည်းပဲဖြစ်ဖြစ် အားလုံးဟာ အတူတူပါပဲ။ အခါအားလျော်စွာ လမ်းလျှောက်ရင်း ကားစီးရင်း စက်ဘီးစီးရင်းတောင် အရဟံဖြစ်စေ၊ ဗုဒ္ဓံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ-ပဲဖြစ်စေ ရွတ်ဖတ်နေပါ။ လွယ်လွယ်နဲ့ ကုသိုလ်ဖြစ်နေပါတယ်။

(ကုသိုလ်ဆိုတာ အချိန်တိုင်း နေရာတိုင်းမှာရှိပါတယ်၊ ယူတတ်ရင်ရပါတယ်)

အခု ရေးပြနေတာကတော့ စာရေးသူကော စာဖတ်သူကော လုပ်သင့်တာတွေဖြစ်ပါတယ်၊ ကောင်းတာတွေဆိုတော့ လုပ်သလောက် အကျိုးရှိမှာပါ၊ ယခင်က ဘယ်လိုပဲနေခဲ့ နေခဲ့၊ တဖြည်းဖြည်းတော့ ပြောင်းလဲရမှာပဲ။

နေတတ်တာဟာ သေခြင်းကို အထောက်အကူဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် နေတတ်အောင် အားလုံးကြိုးစားရမှာပါ။

(၂၅) ဒီဘဝအပြတ်လုပ်ပါ-နောက်ဘဝအတွက် ကြိုစဉ်းစားပါ။

ဒီဘဝနဲ့တင် ဒီခန္ဓာမချုပ်နိုင်သေးပေမဲ့ အနည်းဆုံးအဆင့် သောတာပန်လောက်တော့ ဖြစ်အောင်အပြတ်လုပ်လိုက်ကြပါ။ တကယ်လို့ သောတာပန်ဖြစ်ရင်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘာမှမဖြစ်ရင်ပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကံကောင်းထောက်မစွာ လူဘဝပြန်ရောက်မယ်လို့ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သောတာပန်ဖြစ်ပြီးတဲ့ လူကတော့ နောက်ဘဝဘယ်လိုနေရနေရ သူဟာတဆင့်ပြီးတဆင့် တက်သွားမှာပဲ၊ ပျော်ချင်သလို ပျော်လို့ရတယ်။

ဝိသာခါကျောင်းအမကြီးဆိုတာ သောတာပန်ဘဝနဲ့ သားသမီးမြေးမြစ်များစွာနဲ့ ပျော်နေတာပဲ၊ ဘုံစဉ်စံဘဝရောက်နေတာ သူ့အတွက်လောဘဖြစ်ဖြစ်၊ ဒေါသဖြစ်ဖြစ် ဒိဋ္ဌိခွာလိုက် ပြီးဟဲ့အတွက် အပါယ်မကျတော့ဘူး စိတ်ချသွားပြီပေါ့၊ နိဗ္ဗာန်ကူးလက်မှတ်ရသွားပြီ။

ကျွန်တော်တို့ စာဖတ်သူကို့ သောတာပန်မဖြစ်လို့ ကံကောင်းထောက်မလို့ လူ့ဘဝပြန် မရောက်ဘယ်ပဲထား၊ ဘယ်လို ဖြစ်မေ၊ အဲမေနဲ့ပင်စားမလဲ၊ ပြန်စဉ်းစားရင် ရင်လေးစရာပဲ၊ ယခု တောင် ခေတ်လူငယ်တွေ ဘာသာရေးဘက်မှာ အားနည်းပြီး ပျော်ရွှင်မှုဘက်မှာ အားများနေ ကြတော့ ကျွန်တော်တို့ဝင်စားရမဲ့ ခေတ်ဆိုရင် ဒီထက်များဆိုးလိမ့်မလား၊ အရင်က ရုပ်ရှင်ကြည့်ရင် ရုပ်ရှင်ရုံသွားကြည့်ရတယ်။ ဇာတ်ရုံမှာသွားကြည့်ရတယ်။ ခုတော့ ကိုယ်သောဒတ္တက အလုံးအရင်း နဲ့ အိမ်ထဲရောက်နေကြပြီ။

နဲနဲစဉ်းစားကြည့်ရအောင် ယနေ့လူငယ်တွေ ဘယ်လိုနေကြသလဲ၊ ကိုးရီးယားဇာတ်ကား တွေကြည့်၊ ကိုးရီးယား လွှမ်းမိုးမှုတွေရောက်လာကြပြီ ကိုးရီးယားလူမျိုးတွေမှာ အတုခိုးစရာ ကောင်းတာတွေရှိသလို ဗုဒ္ဓဘာသာရှုထောင့်ကကြည့်ရင် အဆင်မပြေတာတွေလဲရှိပါတယ်၊ အတုခိုးတယ်ဆိုတာ ကောင်းတာကို အတုခိုးရမှာပေါ့၊ မကောင်းတာကိုရှောင်ရမှာပဲ။

ကိုးရီးယားတွေဟာ ဇာတ်ကားတွေမှာပဲကြည့် မိဘဘိုးဘွားကိုအလွန်ရိုသေတယ်၊ ယောက်ခမ ဩဇာလည်းလွှမ်းမိုးတယ်၊ အလုပ်လုပ်ရင် ရုံးတက်ရင် အကုန်ခိုးစရား၊ ပြေးကာလွှားကာ နဲ့ အားကြိုးမာန်တက်လုပ်ကြတယ် (ဒါကြောင့် တိုးတက်တာပါ) စျေးဆိုင်ကြီးတွေ ဟော်တယ်တွေ ကိုကြည့်ပါ၊ လာတဲ့လူကို ခါးကျိုးမတတ် အရိုအသေပေးလိုက်တာ၊ ရုံးမှာလဲ အထက်အရာရှိကို ရိုသေရတယ်၊ ကြီးတဲ့လူတွေကိုလဲ ဦးညွတ်ရတယ်၊ မြန်မာဓလေ့နဲ့မကိုက်တာကတော့ အမျိုးသမီး တွေကို ထမင်းကျွေးအရက်တိုက်လို့ရတယ်၊ အမျိုးသမီးတွေကဘဲ စပြောတတ်ကြတယ်၊ မူးတော့လဲ လိုက်အိပ်လို့ရတယ်၊ အမျိုးသမီးတွေက ရီးစားစကား စပြောကြတာပဲ။

ဒီတော့ ခေတ်လူငယ်တွေ အတုခိုးတာက အလုပ်နဲ့ပါတ်သက်ပြီး အတုမခိုးကြဘူး၊ လူကြီးသူမ ရိုသေရမှာကို အတုမခိုးကြဘူး၊ "အိုပ့်" ဆိုပြီး အရက်လိုက်တိုက်ခိုင်း၊ ထမင်းလိုက် ကျွေးခိုင်းတာတွေ အတုခိုးလာကြတယ်၊ အမျိုးသမီးတွေ မြို့သူမတွေက တောသူတွေပင် အရက် သောက်တတ်လာကြပြီ၊ ရီးစားစကား စပြောလာကြပြီ "အိုပ့်" ကိုပဲအတုခိုးလာကြတယ်၊ မကြာခင် အင်းလျားကန်ဘောင်လိုဟာမျိုးမှာ ကန်တော်ကြီးလိုဟာမျိုးမှာ ကုန်းပိုးလာကြလိမ့်မယ်၊ မြန်မာပြည်မှာကလဲ ကမ္ဘာမှာ မြန်မာရဲ့ အရက်ဟာ ရွှေတံဆိပ်ရတယ်၊ ဂုဏ်ယူစရာဆိုင်းဘုတ်

ကြီးတွေကလဲ မှိုလိုပေါက်နေပြီ။

ဝတ်စားဆင်ယင်မှုမှာကလဲ အတုခိုးလာလိုက်တာ ထမီရင်လျှားနဲ့ဖြစ်နေကြပြီ၊ အပေါ်ပိုင်း တော်တော်လေးဖော်လာကြပြီ။ (တောရွာကအဖွားကြီးတွေ ထမီရင်လျားဝတ်တာကိုပဲ ကြည့်ကောင်းလို့ အတုခိုးသလားတော့ မပြောတတ်ဘူး) ယိုသူမရှက် မြင်သူရှက်ဖြစ်လာကြပြီ။

ယခုခေတ်အမျိုးသမီးတွေက ကာအိန္ဒြေကအစ မထိန်းတော့ဘူး၊ ပြောရမှာတောင်ရှက်စရာပါ။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ သူတို့ကို အပြစ်မတင်ချင်တော့ဘူး။ ဖြစ်ရာဘဝအတိုင်းပေါ့၊ ဘာပြုလို့လဲဆိုတော့ ကျွန်တော်တို့စာဖတ်သူတို့က သူတို့ရဲ့ ဝိုက်ယံပဲဝင်စားရမယ်လေ၊ အဖေလောင်း အမေလောင်းလေးတွေပဲ၊ ကျွန်တော်တို့လူပြန်ဖြစ်လို့ သူတို့အရွယ်ရောက်ရင် သူတို့ထက်ပိုဆိုးမယ်ထင်ပါတယ်၊ ဘာပြုလို့လဲဆိုတော့ သူတို့က ကိုယ့်ကိုအုပ်ချုပ်မှာလေ ပညာတွေလဲ သင်ပေးမှာပဲ၊ ခေတ်ကလဲ ပိုပြီးမိုလာမယ်လေ။

ဘာသာရေးကတော့ ဒါတွေမစဉ်းစားနိုင်ဘူး၊ ကုသိုလ် အကုသိုလ်ဟာ အကျိုးပေးမယ်၊ ခေတ်စနစ်နဲ့မဆိုင်ဘူး၊ အဲဒီခေတ်ရောက်သွားရင် ကျွန်တော်တို့စာဖတ်သူတို့လဲ ကလေးသဘာဝ ခေတ်အလျောက် ဘာသာရေးအဆုံးအမတွေနဲ့လာမယ်၊ ကရေးကျင့်ဖို့ဆိုတာ ဖိတ်ကူးတောင်ရမှာမဟုတ်ဘူး (ဖနဲ့စု ပါရမီပါတဲ့လူကတော့ ဖောက်ထွက်သွားမှာပဲ) ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အဖေလောင်း၊ အမေလောင်းလေးတွေကိုကြည့်ရှုံနဲ့ ကျွန်တော်တို့ ဒီခေတ်မှာ ကျွတ်တန်းဝင်ဖို့ ပင်ပွယ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီဘဝမှာ ကျွတ်တန်းဝင်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြရပါမယ်။ တသံသရာလုံး ဘုရားသာသနာနဲ့ အလွဲကြီးလွဲခဲ့ရပေမဲ့ ခုတစ်ခါတော့ လူလာဖြစ်တဲ့အချိန်မှာ ဗုဒ္ဓသာသနာကြီးနဲ့လဲ ပက်ပင်းကြုံပြီး ဆရာကောင်းတွေ အခြေအနေကောင်းတွေ ရှိပါလျက်နဲ့ . . .

<u>ဦးပုညကတော့</u>

ယခုအခါ လူလည်းဖြစ်လာ
သာသနာလည်းထွန်းခိုက်
အမြိုက်ဟောကြားမည့်သူလည်းမရှား
ရှိပါလျက်သားနဲ့၊ တရားမကြိုက်
အမှားလိုက်ကြလျှင် အမိုက်တကာ့ဗိုလ်မင်း
အမိုက်တကာ့ ဗိုလ်ချုပ်
အပါယ်လေးလီ မြစ်နဒီမှာ
ပလုံစီမြုပ်ကြလိမ့်မည်တဲ့။

ဆန္ဒဝတော ကိံ နာမ ကမ္မံ သိဇ္ဈတိ

ဆန္ဒကြီးမားရင် ဘာကိစ္စဆို မဖြစ်ပဲရှိရမလဲ မအောင်မြင်ဘဲ ရှိရမလဲ။

ဘယ်လိုသေကြမလဲ

ကွေးသောလက် မဆန့်မီ၊ ဆန့်သောလက် မကွေးမီ တွေ့မြင်ကြုံရတတ်သည့် သေခြင်းကို ကျွန်တော်တို့တတွေ မကြာခဏတွေ့ရသော်လည်း ကြားရသော်လည်း မြင်ရသော်လည်း စိတ်ထဲက ငါနှင့်မဆိုင်ပါဘူးဟု မသိမသာ ငြင်းပယ်တတ်ကြလေသည်။ သံဝေဂမယူတတ်ကြပါပေ။ မိမိခန္ဓာနဲ့ယှဉ်ပြီး မတွေးတတ်ပါလေ၊ အချို့သောသေခြင်းအကြောင်းပြောရင် အမင်္ဂလာဟု ယူဆတတ်ကြသည်။ သေခြင်းအကြောင်းပြောတာလောက် မင်္ဂလာရှိတာ - မရှိတော့ဘူး။

ဘယ်လိုပဲပြောပြော အမှန်တကယ်တော့ တစ်နေ့သေရမှာပဲ အချိန်ပိုင်းသာလိုတော့သည်။ ဘယ်လိုသေရမလဲဆိုတာ သိရှိပြီး ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုပြုလုပ်ရပါမယ်။

ဘယ်လိုသေရမလဲဆိုသည်ကို မရေးခင် သေခြင်းအမျိုးမျိုးကို ဗုဒ္ဓဘာသာရှုဒေါင့်မှာ သိသင့်သည်ထင်၍ ရေးသားဖော်ပြပါသည်။

(၁) သက်တမ်းစေ့သဖြင့်သေခြင်း (အာယုက္ခယမရဏ)
ပဋိသန္ဓေကပါလာသော ဇနကကံ၏အစွမ်းသတ္တိမကုန်သေးသော်လည်း လူနတ်စသည် ကိုယ်၏ ကတိတို့၌ ခေတ်ကာလအလိုက် ပိုင်းခြားအပ်သော အာယုကပ်ကုန်၍ သက်တန်းစေ့သဖြင့် သေရခြင်း။

(၂) သက်တမ်းမစေ့ဘဲ သေခြင်း (ကမ္မက္ခယမရဏ)
အာယုကပ်ဖြင့် ပိုင်းခြားအပ်သော အသက်ကြွင်းလည်းရှိသေး၏။ ဥပစ္ဆေဒကကံ၏ အကြောင်းလည်းကင်း၏။ သို့သော် ဇနကကံအဟုတ်ကုန်သဖြင့် သက်တမ်းမစေ့ဘဲ သေရခြင်း။

(၃) သက်တမ်းလည်းကုန်၊ ဇနကကံလည်းကုန်၍ သေရခြင်း (ဉာဘက္ခယမရဏ)

(၄) ရှေးကပြုခဲ့သော ကံဟောင်းကိုကံတွင်းနှိုးဆော်သောအစွမ်းဖြင့် ဓား၊ လက်နက်၊ အဆိပ်ဖြင့် သေရခြင်း (ဥပစ္ဆေဒမရဏ)
ယခုခေတ်တွင် လူသတ်ခံရခြင်း၊ ကားတိုက်၊ လေယာဉ်ပျံပျက်၊ တိုက်ပြို၊ ရထားမှောက်၍သေရခြင်း။

(၅) အာဟာရ ရက္ခယမရဏနတ်များ၊ နတ်စည်းစိမ်ခံစားပျော်ပါးမှုလွန်ကဲခြင်းကြောင့် စားသောက်ချိန် သတိမရခဲ့သော် အဟာရပြတ်၍ နေပူ၌ ပစ်ချအပ်သောပန်းများကဲ့သို့ ညှိုးနွမ်းစုတေခြင်းဖြစ်သည်။

(၆) ပြင်းထန်စွာအမျက်ထွက်ပြီး ဒေါသမီးကြောင့် သေရခြင်း (ကောပမရဏ)
နတ်များတွင် အဖြစ်များသည်၊ လူမှာလည်းရင်ကွဲနာကျ၍ ရှူးသွပ်၍ သေဆုံးခြင်း၊ အမျက်ဒေါသကြောင့် သေဆုံးရခြင်းဖြစ်သည်။

ဤကား၊ သေခြင်းများ၏ သဘောအကျဉ်းဖြစ်၍ အကျယ်ကို အဘိဓမ္မတ္တသင်္ဂဟကျမ်း၊ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာတွင် ကြည့်နိုင်ပါသည်။

သေချိန်ကိုကြိုသိစေနိုင်ပါသလား

အာနာပါန သတိပဋ္ဌာန် တရားပွားများအားထုတ်လို့ ရဟန်းကိစ္စပြီးမြောက်သွားတဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များဟာ မိမိတို့ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုရမဲ့အချိန်ကို မိနစ်၊စက္ကန့်မလွဲ အတိအကျသိနိုင်ပါသည်။

အာနာပါနသတိပဋ္ဌာန်အထိုက်အလျောက် ပေါက်မြောက်အောင်အားထုတ်ထားတဲ့ ပုထုစဉ်ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တွေတောင် ကိုယ်သေရမဲ့အချိန်ကို ကြိုတင်ပြီး အတိအကျသိနိုင်ကြပါတယ်။ တချို့လဲ အနီးစပ်ဆုံးသိနိုင်ကြပါတယ်။

ကြိုတင်သိကြတဲ့အတွက် ကိုယ့်အလောင်းကိုယ် ကြိုတင်ပြင်ဆင်သွားသူတွေ ကြိုတင်စီမံပြောကြားသွားသူတွေ မရေမတွက်နိုင်အောင် ရှိပါတယ်။ သေခါနီးမှာ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ရေမိုးချိုး အဝတ်အစားအသစ်လဲ၊ အသင့်မှာ လှဲခါနီးမှာမှာကြားပြီး ပြုံးပြုံးလေးသေသွားသူတွေ အများကြီးပါပဲ၊ သေမယ့်အချိန်ကို ကြိုသိပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြင်ဆင်သေသွားနိုင်တာဟာ အာနာပါနဘာဝနာ၊ အာနာပါန သတိပဋ္ဌာန်ရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးပါ။

သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်၊ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များကတော့ ကောင်းရာသုဂတိရောက်ဖို့ သေချာပြီးသားပါ။ အနောက်ဆုံးသောတာပန်ဖြစ်ကော အပါယ်လေးပါးဆိုတဲ့ မကောင်းတဲ့ဒုဂ္ဂတိကို လုံးဝရောက်နိုင်တော့ပါဘူး။ သောတာပန်အဆင့်က သေခါနီး အပါယ်လေးပါးကျရောက်စေနိုင်တဲ့အာရုံဆိုး နိမိတ်ဆိုးတွေထင်မြင်မလာနိုင်တော့ပါဘူး။ သောတာပန်မဖြစ်သေးရင် ဘယ်လောက်ကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဘယ်လောက်အဆင့်အတန်းမြင့်တဲ့ဘုန်းတော်ကြီးပဲဖြစ်ဖြစ် ကျောင်းဒကာ ဘုရားဒကာ ရဟန်းဒကာ သိမ်ဒကာ ဘယ်လောက်ပဲလုပ်လုပ် အကြောင်းမတော်ရင် အာရုံဆိုး နိမိတ်ဆိုးတွေ ထင်မြင်လာပြီး အပါယ်လေးပါးကျရောက်သွားနိုင်ပါတယ်။ သေခါနီးနိမိတ်ဆိုးတွေ ထင်မြင်မလာဖို့ မသေခင်ကတည်းက ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရပါမယ်။

ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

၁။ အာစိန္နကံဖြစ်အောင် နေ့စဉ်လုပ်နိုင်သလောက် စွမ်းနိုင်သလောက် ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလုပ်ရပါမယ်။ အကုသိုလ်အလုပ်တွေ ဖက်နိုင်သလောက် ရှောင်ရပါမယ်။ နေ့စဉ် ဘုရားဆွမ်းတော်ကပ်ခြင်း၊ သောက်တော်ရေကပ်ခြင်း (အနဲဆုံး နေ့ညအချိန်သယ်မှုပ်၍ ပြမ်မေ၊ မသတ်မှတ်ဘဲဖြစ်စေ၊ နေ့စဉ်-နေစဉ် သမထဝိပဿနာတရားအားထုတ်ပါ။ အခါအားလျော်စွာ ဥပုသ်သီလဆောက်တည်ပါ။ အနဲဆုံး ငါးပါးသီလမြဲအောင်နေပါ။ မိမိစွမ်းနိုင်သလောက် ဒါနပြုပါ။ (ဒါနအမျိုးမျိုး (ငွေကုန်/မကုန်)ရှိပါသည်။ ဒါန/သီလစာအုပ်တွင် အကျယ်ကြည့်ပါ) ပုထုဇဉ်ဆိုတော့ ပျက်ကွက်တာလည်းရှိပါတယ်။ မစောင့်ထိန်းတာလဲ ရှိပါတယ်။ ကုက္ကုစ္စမဖြစ်ပါနဲ့ ရသလောက်နေ့စဉ် ကြိုးစားသွားပါ။

၂။ ညအိပ်ယာထဲဝင်တာနဲ့တပြိုင်နက် မိမိအရေး၊ သားသမီးအရေး၊ လုပ်ငန်းအရေး အရေးအားလုံးကို လုံးဝမစဉ်းစားပါနဲ့တော့။ ကောင်းသောနိမိတ်များတင်လာအောင် ညစဉ်ပြင်ဆင်ရပါမည်။ တာဝန်သိပ်မကြီးပါ။ ဖြစ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။

ကုသိုလ်အာရုံလေးမျိုးရှိပါတယ်။ ဒါန-သီလ-သမထ-ဝိပဿနာ အာရုံများဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်သေခါနီးအချိန်မှာ ဘယ်ကုသိုလ် အာရုံထင်လာမယ် မပြောနိုင်ဘူး။ အိပ်ယာဝင် ခါနီးတိုင်း (တညတာ သေခါနီးတိုင်း) တကယ်သေခါနီးအချိန်လို့ သဘောထားလိုက်ပါ။

(၁) ဒါနအာရုံအတွက်

မိမိဘဝတသက်တာ ဒီနေ့ ဒီအချိန်အထိ ပြုခဲ့တဲ့ ဒါနကောင်းမှုတွေထဲက အနှစ်သက်ဆုံး ပီတိအဖြစ်ရဆုံး ကောင်းမှုတစ်ခုခု (သို့) အများကို အာရုံပြုရပါမယ်။ ငွေကြေးကုန်တာ မကုန်တာနဲ့ မဆိုင်ပါ။ မကုန်ပဲပြုတဲ့ဒါနလဲရှိနိုင်ပါတယ်။ ငွေကြေးအဓိကမဟုတ်ပါ။ ကိုယ်တကယ် ဝမ်းမြောက်ပီတိဖြစ်ဖို့က အဓိကပါ။ ပီတိအားကောင်းမှ အကျိုးပေးသန်တာပါ။

အိပ်ယာဝင်ခါနီး ဘုရားသောက်တော်ရေလဲဖြစ်အောင်လဲလိုက်တဲ့ ဒါနကိုစွဲစွဲမြဲမြဲလုပ်ပေးပါ။

(၂) သီလကုသိုလ်အာရုံ

သီလကုသိုလ်အနေနဲ့ အနဲဆုံးငါးပါးသီလကို မနက်ဘုရားဝတ်တတ်တဲ့အချိန်မှာ ခံယူပါ။ အိပ်ယာဝင်ခါနီးမှာ ဆင်ချင်ပါ။ ပိုကောင်းတာက အိပ်ယာဝင်ခါနီး သီလဆောက်တည် ပါ။ အိပ်တော့မဲ့အချိန်ဖြစ်လို့ သီလကျိုးပေါက်စရာ အကြောင်းမရှိပါ။ ဒါဆိုရင် ငါလည်းငါးပါး သီလ လုံခြုံနေသူတစ်ယောက်ဖြစ်ပြီဆိုတာကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစွာဖြင့် ခံယူနိုင်ပါတယ်။

(၃) သမထအာရုံ

သမထကုသိုလ်အနေနဲ့ ကိုယ်အနှစ်သက်ဆုံး၊ အကြည်ညိုဆုံးဘုရားဂုဏ်တော်တစ်ခုခု ကိုသော်လည်းကောင်း၊ ဂုဏ်တော်အားလုံးကိုသော်လည်းကောင်း ပွားများပါ။ ဂုဏ်တော်ကိုးပါး လုံးကို အဓိပ္ပါယ်သိသိပွားနိုင်ဖို့အတွက် မြန်မာလို အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်တွေကို သိထားရပါမယ်။ ကျက်စရာရှိရင်လဲ ကျက်ထားပါ။ သမထအနေဖြင့် မေတ္တာလဲ ပွားများပါ။ ဆရာတော် ဦးဥတ္တမ သာရရဲ့ မေတ္တာပို့က -

အနန္တစကြာဝဠာအတွင်းရှိကြကုန်သော နတ်လူသတ္တဝါအပေါင်း
ဘေးရန်ကြောင့်ကျ ဆင်းရဲကင်း၍ ကျမ်းမာချမ်းသာကြပါစေ
ကောင်းသောလိုအင်ဆန္ဒများလဲ ပြည့်ဝပါစေ . . . လို့ပွားရင်လဲ ရပါတယ်။

ဒါမှမဟုတ် မိမိနှစ်သက်ရာဖြင့်လည်း မေတ္တာပွားပါ။ ဒါန-သီလ-သမထကုသိုလ်များကို အာရုံပြုဝမ်းမြောက်ပြီး ဝိပဿနာကုသိုလ်ပြုရင်း အိပ်စက်နိုင်ပါပြီ။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းရှုမှတ်နည်းအတိုင်း ရှုပါ။ ဝင်လေထွက်လေကို သတိကလေးဖြင့် မှတ်ပါ။ (ရှုမှတ်နည်းဂိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းစာအုပ်တွင် အသေးစိပ်ရေးပြီးပြီ)

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်နေစဉ် ကိလေသာ (လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ)တွေ မဝင်နိုင်တော့ပါဘူး။ သမထအားကောင်းသူများ မဂ်ကျနိုင်ပါသည်။ အာနာပါန ရှုမှတ်ရင်း မကြာခင်အိပ်ပျော်သွားပါလိမ့်မည်။

ညစဉ်အိပ်ယာဝင်တိုင်း ကုသိုလ်အာရုံများနှင့် အိပ်စက်သွားမယ်ဆိုရင် သေခါနီးမှာ

လည်း အဲဒီအာရုံလေးမျိုး တစ်မျိုးမျိုးနဲ့ သေလွန်ရမှာသေချာပါသည်။ ကုသိုလ်အာရုံနဲ့သေလွန်သွားသူသည် ကောင်းရာသုဂတိဘုံသို့ ရောက်မည်သေချာသည်။ မသေခင်လုပ်ရမဲ့ အလုပ်တွေထဲမှာ သေနည်းလေ့ကျင့်တဲ့အလုပ်ကို နေ့စဉ်ထည့်သွင်းထားပါ။

သေခါနီး ဝေဒနာခံစားရရင်လဲ ဝေဒနာကို ဘယ်လိုရှုမှတ်မယ်ဆိုတာလဲ (ဂိလာနသုတ် စာအုပ်တွင် ကြည့်ပါ) ဒါလောက်ဆိုရင် သေတတ်လောက်ပါပြီ။

အပိုင်း (၁) ဘယ်လိုနေခဲ့သလဲဆိုတာ

အတိတ်က ဖြစ်ခဲ့တာတွေ လက်လွတ်စပယ် အသိကင်းမဲ့စွာဖြင့် အဝိဇ္ဇာနှင့် တဏှာဦးစီးပြီး အမှားများကို ပြုလုပ်ခဲ့တာတွေကို ပြန်လည်သတိရအောင် ဖော်ပြခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအမှားတွေကို ကုက္ကုစ္စဖြစ်နေစရာမလိုဘူး။ ပုထုဇဉ်တိုင်းပေ့ါလို့ ဖြစ်တတ်ကြတာပဲ။ အဆိုးထဲက အကောင်းခြင်းစားကြည့်ရင် ကိုယ့်အမှားတွေသိပြီး သံဝေဂရကာ ပြင်ဆင်နိုင်ဖို့ အထောက်အကူဖြစ်ပါတယ်။

အပိုင်း (၂) ဘယ်လိုနေကြမလဲဆိုတာ

ဤအပိုင်းသည် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ ရှုပွားမှာ ယုပ်ရမည့်အပိုင်းဖြစ်ပါသည်။ အားလုံးကို လိုက်နာနိုင်ရင် အကောင်းဆုံးပေါ့။ ပုထုဇဉ်ဆိုတာလေးအကြောင်းပြပြီး လျော့လျော့ပေါ့ပေါ့လေးတော့ လိုက်နာပါ။ အဝိဇ္ဇာနဲ့ တဏှာဦးစီးရင်တော့ ဒီလိုလျော့လျော့ပေါ့ပေါ့လုပ်ဖြစ်မှာပါ။ သတိထားလိုက်ပါ။ နေ့စဉ်အာစိဏ္ဏကံ ကနေပြီး သေခါနီးအာသန္နကံအဖြစ် အထောက်အကူဖြစ်မှာပါ။

မိမိလုပ်ဆောင်ချက် ဆုံးဖြတ်ချက်များ အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ပြီဆိုရင် ပီတိတွေသာ ပွားပွားနဲ့ လောကုတ္တရာ ကောင်းကျိုးအတွက် အဆင်ပြေလာပါလိမ့်မယ်။ ဥပမာ - ဒီနေ့ တစ်နေ့လုံး ငါဘယ်သူ့အတင်းအဖျင်း (မကောင်းကြောင်း) မပြောမိအောင်ထိမ်းမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး ထိန်းကြည့်ပါ။ အချိန်နဲ့စေ့လို့ အောင်မြင်ရင် သိပ်ကိုဝမ်းသာမှာပဲ၊ နောက်ဆိုတဖြည်းဖြည်း မပြောတော့ဘူး။ တခြားသီလကိုလဲ မိမိကြိုက်သလိုဆုံးဖြတ်ချပြီး စောင့်ထိန်းကြည့်ပါ။ အောင်မြင်လာရင် သိပ်ကိုပီတိဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် ဒီအပိုင်းဟာ သေခါနီးအတွက် အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။

အပိုင်း (၃) ဘယ်လိုသေမလဲဆိုတာ

ဒီအပိုင်းကတော့ ညစဉ်ကောင်းမှုကုသိုလ်-သီလ-သမထ-ဝိပဿနာတွေကို ဆောင်ရွက်ရမှာမို့ တိုက်ရိုက်အကျိုးဖြစ်မှာပါ။ အကောင်းဆုံးကတော့ အိပ်ယာဝင်တိုင်းအာနာပါနနဲ့ အိပ်ပျော်အောင် ကြိုးစားလိုက်စမ်းပါ။ တခါတရံတရားစခန်းဝင်ပြီးကျင့်လည်း အထောက်အပံ့အများကြီးရပါတယ်။ စူဠသောတာပန်၊ နောက်သောတာပန်ကြီးဖြစ်အောင် ကြိုးစားလိုက်ပါ။ မခက်ပါဘူး။ အလုပ်ကသင်သွားပါလိမ့်မယ်။

ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအကြောင်း သိကောင်းစရာ

မဂ်ဖိုလ်မရနိုင်သောအန္တရာယ်များ

ဝိပဿနာကို ဘယ်လောက်ပင်အားထုတ်ထုတ် အန္တရာယ်များရှိနေပါက တရားမရနိုင်ပါ။အချို့အန္တရယ်များမှာ ကုစားရနိုင်ပေမယ့် အချို့ကား ကုစား၍မရပါ။အဲဒီ မဂ်ဖိုလ်အန္တရာယ်တွေကတော့-

၁။ ကမ္မန္တရာယ် -

အမိအဘကို သတ်တဲ့သူ

ဘိက္ခုနီ (ရဟန်းမ)ကို မိစ္ဆာစာရ ကျူးလွန်သူ (ယခုမရှိနိုင်)

၂။ ကိလေသန္တရာယ် -

မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိခံနေလျှင် ချာန်မဂ်ဖိုလ်မရနိုင်ပါဘူး

(ဒိဋ္ဌိကိုပယ်ပြီး အားထုတ်လျှင် ရနိုင်ပါသည်)

၃။ ဝိပါကန္တရာယ် -

ပင်ကိုယ်ပဋိသန္ဓေညံ့ဖျင်းမှုကြောင့် မရနိုင်ပါ

(က) ဒုဂ္ဂတိအဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်

(ခ) သုဂတိ အဟိတ် ပုဂ္ဂိုလ်

(ဂ) ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်

၄။ အရိယူပဝါဒန္တရာယ် -

အရိယာပုဂ္ဂိုလ်မှန်း သိလျက်ဖြစ်စေ၊ မသိသည်ဖြစ်စေ ယုတ်မာတဲ့ စိတ်ထားနဲ့ စွပ်စွဲကဲ့ရဲ့ကာဟာ အရိယူပဝါဒန္တရာယ်ဖြစ်လို့ မဂ် မရနိုင်ပါ။ (ဝန်ချတောင်းပန်လျှင် ပပျောက်နိုင်ပါသည်)

၅။ အာဏာဝီတိက္ကမန္တရာယ်-

ဘုရားပညတ်ထားတဲ့ သိက္ခာပုဒ်(စည်းကမ်း)တွေ ချိုးဖောက်တဲ့ အာပတ်(အပြစ်)ဖြစ်မယ်ဆိုတာကို သိလျက်နှင့် ကျူးလွန်တဲ့ ရဟန်းဟာ မဂ်မရနိုင်ပါ။ (အာပတ်ဖြေပြီးလျှင် ရနိုင်ပါသည်)

၆။ ခင်ပွန်းကြီး (၁၀)ပါး

ခင်ပွန်းကြီး (၁၀)ပါးကို ပြစ်မှားမိသူများ တရားမရနိုင်ပါ။ (ဝန်ချ တောင်းပန်လျှင် ရနိုင်ပါသည်)

ဒါ့ကြောင့် တရားအားထုတ်မည့်သူများသည် မိမိနှင့်ဆက်ဆံရသူများ၏ အဆင့်ကို မသိနိုင်သဖြင့် စော်ကားပြစ်မှားခြင်းမျိုး မပြုလုပ်သင့်ပါ။ တရားအားထုတ်လျှင် ဝန်ချတောင်းပန်ပြီးမှ အားထုတ်သင့်ပါသည်။

တရား ရနိုင်/မရနိုင် သည့် ပုဂ္ဂိုလ်(၄)မျိုး

(၁) ဥဂ္ဃဋိတညူပုဂ္ဂိုလ်

ဘုရားအသက်ရှိစဉ်ကာလဖြစ်ရမည်။

- တရားအကျဉ်းကို နာရုံမျှဖြင့် အဆုံးတွင် မဂ်ဖိုလ်ရသူ
- ပါရမီဖြည့်ကာလ တသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း
- အဂ္ဂသာဝက
- သစ္စာတရားကိုနာရမည်

အရှင်သာရိပုတ္တရာနှင့် အရှင်မောဂ္ဂလာန်

(အရှင်သာရိပုတ္တရာကို အရှင်အဿဇိမထေရ်မှ သစ္စာတရားဟော ကျွတ်တန်းဝင်- ရှင်မောဂ္ဂလာန်မှအား အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မှ ပြန်ဟော - ကျွတ်တန်းဝင်)

(၂) ဝိပဉ္စိတညူပုဂ္ဂိုလ်

- ဘုရားအသက်ရှိစဉ်ကာလ ဖြစ်ရမည်။
- အကျဉ်းဥပဒေသဖြင့် မရ၊ အကျယ်ဟောမှရသည်၊
- ကမ္ဘာတစ်သိန်း ပါရမီဖြည့်ခဲ့ရသည်၊
- မဟာသာဝက
- သစ္စာတရားဟော
- ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦး - ယသ သတို့သား - ပဋာစာရီ - စိတ္တသူကြွယ် - သန္တတိအမတ်
- ကိသာဂေါတမီ။

(၃) နေယျပုဂ္ဂိုလ်

-အကျဉ်းအကျယ် နာရမည်၊ မဂ်မရနိုင်သေး
- နေ့ ရက် ကြာရှည်စွာ ကျင့်ကြံအားထုတ်ရမည်
- သစ္စာကိုသိ - တရားကျင့်မှ မဂ်ဖိုလ်ရနိုင်သည်။

(၄) ပဒပရမပုဂ္ဂိုလ်

သစ္စာတရားကို အကြိမ်ကြိမ်နာ၊ ကျင့်ကြံကြိုးစားအားထုတ် သော်လည်း ဒီဘဝတွင် မဂ်ဖိုလ်မရ၊ မဂ်ဖိုလ်မျိုးစေ့ဗီဇမျှသာရမည့် ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည်။

- သစ္စာတရားမသိသူများ
- ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်များ
- ဘုရားနှင့်အတူ - နတ်ရုပ်များကို ကိုးကွယ်သူများ (ဒိဋ္ဌိအယူရှိနေ၍ တရားမရနိုင်) မိမိတို့သည် အမှတ်စဉ်(၁) နှင့် (၂) တို့တွင် လုံးဝ မပါနိုင်၊ (၃) နှင့်(၄) သာ ဖြစ်နိုင်သည်။ ဒါ့ကြောင့် တရားရနိုင်ရန် ဒိဋ္ဌိအယူများကို အသိနှင့်ပယ်ပြီးမှ အားထုတ်ကြပါရန် တိုက်တွန်း အပ်ပါသည်။

သစ္စာဉာဏ်

ဝိပဿနာတရားအားလုတ်တုတ်၊ ဒါန သီလဘဲ လုပ်လုပ်၊ သစ္စာသိပြီးမှ လုပ်ပါဆိုတာ ခဏခဏပြောခဲ့တာ သစ္စာဆိုတာဘာလဲ သိဖို့လိုလာပြီ၊ သစ္စာ (၄)ပါးလို့ ပြောလိုက်ရင်တော့ နည်းလည်လွယ်ပါတယ်၊ ရှင်းပြပါမည်-

သစ္စာသိဖို့ အရေးကြီးဆုံး

မိုးကုတ်အလုပ်စဉ်တရား အမှတ်စဉ် ၁၂-စာအုပ်သည် ဆရာတော်ကြီး၏ သစ္စာတရားနှင့် ပတ်သက်သော ဟောကြားချက်များကို ရွေး၍ တင်ပြသော ကျမ်းဖြစ်သည်။ ထိုစာအုပ် နိဒါန်းတွင် ဆရာကြီး ဦးသံဒိုင်က ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသော သစ္စာတရားနှင့် ပတ်သက်သော အမြင်များကို ပေါ်လွင်အောင် အောက်ပါစကားဖြင့် မီးမောင်းထိုးပြထားတယ်-

- ✱ သစ္စာလေးပါးတရားသည် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာတော်၌ အရေးပါဆုံး အဓိကအကျဆုံး တရားဖြစ်သည်။
- ✱ သစ္စာလေးပါးတရားကို ထိုးထွင်းသိမြင်တော်မူကာမှ ဗုဒ္ဓသည် ဘုရားအဖြစ်ကို ဝန်ခံတော်မူခဲ့သည်။
- ✱ (၄၅)ဝါအတွင်း မြတ်စွာဘုရားဟောကြားသမျှ တရားများကို နောက်ဆုံး၌ သစ္စာအမြင် ဖြင့်သာ အဆုံးသပ်တော်မူပြီး သစ္စာသိလိုက်အောင် ဟောတော်မူသည်ချည်းပင်။
- ✱ သစ္စာတရားသည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော်၏ လမ်းဆုံတရားဖြစ်သည်။
- ✱ သစ္စာကိုမသိဘဲ သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာဖြစ်သည်ဆိုလျှင် ယုံနိုင်ဖွယ်မရှိ၊ မယုံကြည်နှင့်ဟု ဟောတော်မူသည်။
- ✱ ဒုက္ခသစ္စာကို သိအောင် ဤစာအုပ်၏ သစ္စာပိုင်း၌ အကျယ်ပိုင်းခြားဖော်ပြထားသည်။
- ✱ ခန္ဓာသည် သစ္စာဖြစ်ကြောင်းကို "သစ္စာဆိုတာ ခန္ဓာမှာဘဲရှိတယ်"ဟု တိတိကျကျ ဖော်ပြထားသည်။
- ✱ သစ္စာကို သိချင်လျှင် ဝိပဿနာကို ရှုရမည်။

ဆရာတော်ကြီးက ယောဂီဉာဏ်အဆင့်ဆင့်အလိုက် ရင့်ကျက်သွားပုံကို သဘောပေါက် အောင် နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် နမူနာထုတ်ပြထားသည်။

"စိတ်မချမ်းသာ. . . ဒေါမနဿစိတ်တွေဖြစ်နေလို့ ဝိပဿနာရှုမရဘူးဆိုလျှင် ထိုမချမ်းသာသောစိတ်၊ မကျေနပ်သော စိတ်ကိုပင် ဝိပဿနာရှုလိုက်ပါ"ဟု ဆရာတော်ကြီးက ဆိုသည်။

အဲဒါကြောင့် စိတ်ပျက်လည်းရှု - ပျော်လည်းရှု - ပျင်းလျှင်လည်း ပျင်းတဲ့စိတ်ရှု. . .၊ ပျင်းတာ အလိုမကျလို့ ပျင်းတာ၊ (စိတ်ဝင်စားလို့ ပျင်းတာ)၊ ဒေါသ အနုစားလို့မှတ်။

သစ္စာဉာဏ်

ခန္ဓာငါးပါးအပေါင်းကြီးကို ဒုက္ခလို့သိတာက သစ္စာဉာဏ်၊ ခန္ဓာငါးပါးအပေါင်းကြီးထဲမှာ ဝေဒနာကလေးတွေ၊ ဒုက္ခ၊ သုခ၊ သောမနဿ၊ ဒေါမနဿ တွေလာတယ်။ စိတ်ကလေးတွေ လာတယ်။ အဲဒါလေးတွေကို ဉာဏ်နဲ့တည့်မိတာ သစ္စာဉာဏ်။

ခန္ဓာကြီးက ပူလိုက်၊ အေးလိုက်၊ စိတ်ချမ်းသာလိုက်၊ စိတ်ဆင်းရဲလိုက်နေတာ ခန္ဓာကြီးက ဒုက္ခသစ္စာမို့ - ဒုက္ခသစ္စာလို့ပြောတာ။

"ခန္ဓာက ဒုက္ခလို့ပြောတာကို ကျုပ်တို့က ဒုက္ခလို့ သိနေလျှင် ဒုက္ခက-ဒုက္ခသစ္စာ၊ သိတာက ဉာဏ်၊ သစ္စာသိတဲ့ဉာဏ်၊ သစ္စာဉာဏ်"လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ခန္ဓာ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်

(ပစ္စုပ္ပန်ခန္ဓာကို နားလည်ခြင်း)

မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက တရားအားထုတ်မည့် ယောဂီများ၏ အကျိုးငှာ ဤခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်ကို ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။ ဤ ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို ယောဂီများအတွက် ဝိပဿနာတရားအားထုတ်သောအခါ ဖြတ်လမ်းဖြစ်သည်ဟု ဆိုနိုင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဤတရားသည် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်၏ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်ပေါ်ပုံကို သင်ကြားပြသသောကြောင့်ဖြစ်၏။ တနည်းအားဖြင့် ဤတရားသည် ယောဂီအား ခန္ဓာငါးပါး၏ ဇာတ်ဖြစ်ပေါ်ပုံ၊ ၎င်းတို့၏အကြောင်းနှင့် ချုပ်ဆုံးပုံသဘောတို့ကို သိမြင်နားလည်စေပါသည်။

စက္ခု (မျက်စိ)နှင့် အဆင်း တိုက်ဆိုင်သောအခါ မြင်သိစိတ် (စက္ခုဝိညာဏ်) ပေါ်ပေါက်လာရသည်။ ဤကိစ္စတွင် မျက်စိနှင့်အဆင်းတိုက်၍ ပေါ်ပေါက်လာသောအရာသည် မြင်သိစိတ်သာလျှင် ဖြစ်သည်။ မြင်သူ ငါမဟုတ်၊ သူမဟုတ်၊ ယောက်ျားမဟုတ်၊ မိန်းမမဟုတ်၊ မျက်စိ၌ ပေါ်သော မြင်သိစိတ်သည် မြင်သိစိတ်သာလျှင် ဖြစ်သည်။ မြင်သိစိတ်အပြင် ဘာမျှ မပါချေ။ ဤမြင်သိစိတ်ကို ငါ၊ သူတစ်ပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမနှင့် မရောသင့်ပေ။ မြင်သိစိတ်ကို ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအဖြစ် မယူသင့်ပေ။

မျက်စိ၊ အဆင်းနှင့် မြင်သိစိတ်တို့သည် ထိတွေ့မှု(ဖဿ)ကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။ ဤထိတွေ့မှုဖဿကို အကြောင်းပြု၍ ဝေဒနာဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ ထိုဝေဒနာထဲမှာလည်း ငါ၊ သူတစ်ပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ မပါဝင်ချေ။

ဝေဒနာကြောင့် တဏှာဖြစ်ပေါ်လာရပြန်သည်။ တဖန် တဏှာကြောင့် ဥပါဒါန် (စွဲလမ်းမှု) ဖြစ်ပေါ်လာရလေသည်။ တဖန် ဥပါဒါန်ကိုအကြောင်းပြု၍ ကာယကံ၊ ဝစီကံနှင့် မနောကံတို့ဖြစ်ပေါ်လာကြရသည်။ ဤကာမဘဝကို အကြောင်း(အမှီ)ပြု၍ ဇာတိ (ပဋိသန္ဓေနေခြင်း)ဖြစ်ရသည်။ ဤတွင် ဇာတိ ပဋိသန္ဓေနေခြင်းသည် အပါယ်ဇာတိကို ဆိုလို ပေသည်။

ဇာတိကိုအကြောင်းပြု၍ (မှီ၍)အိုခြင်း (ဇရာ)၊ သေခြင်း (မရဏ)၊ ဝမ်းနည်းခြင်း၊ ပူဆွေးခြင်းဒုက္ခ၊ ပရိဒေဝ၊ ဥပါယာသ တရားတို့ဖြစ်ကြရသည်။ ဤသို့လျှင် အလုံးစုံသော

ဒုက္ခတရားတို့သည် ဖြစ်ပေါ်လာကြရပေသည်။

"သောတဉ္စ ပဋိစ္စ သဒ္ဒေစ ဥပ္ပဇ္ဇတိ"ဆိုသော ပါဠိ၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ နားအကြည်နှင့် အသံတို့ တိုက်ဆိုင်သောအကြောင်းကြောင့် ကြားသိစိတ် (သောတဝိညာဏ်) ဖြစ်ပေါ်လာရသည် ဟူ၍ ဖြစ်၏။ အလားတူစွာ "ဃာနဉ္စပဋိစ္စ၊ ဇိဝှါစ ပဋိစ္စ၊ ကာယဉ္စ ပဋိစ္စ၊ မနဉ္စ ပဋိစ္စ"စသည် တို့ကိုလည်း ၎င်းတို့၏ သက်ဆိုင်ရာ အာရုံ ဒွါရနှင့် အာရုံတို့ ထိတွေ့မှုအရ ဆိုင်ရာ ဝိညာဏ်စိတ် များ ဖြစ်ပေါ်လာရကြောင်းကို နားလည်သဘောပေါက်သင့်သည်။

ဆိုအပ်ပြီးသော တရားသည်ကား ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ပင်ဖြစ်ကြောင်းကို မိုးကုတ် ဆရာတော် ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။

ဤခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို လွယ်ကူရှင်းလင်း ဉာဏ်အမြင်ရှင်းစေခြင်း အကျိုးငှာ သမားရိုးကျ နေ့စဉ်အတွေ့အကြုံဖြင့် ရှင်းပြခြင်းသည် ပို၍ ထင်ရှားပါလိမ့်မည်။

A က တစ်စုံတစ်ခုသော လှပသော အရာဝတ္ထုကိုမြင်သောအခါ သူသည် ထိုအရာ ဝတ္ထုကို နှစ်သက်၍ လိုချင်သည် (လောဘ)၊ လိုချင်၍ စွဲလမ်းသည်(ဥပါဒါန်)၊ ထိုအခါ သူသည် ထိုအရာကို မရမနေရအောင် ကြိုးပမ်းလုပ်ဆောင်ပေတော့သည် (ကမ္မဘဝ)။ ဥပမာ သူသည် လှပသော အရာဝတ္ထုတစ်ခုကိုမြင်သည်၊ ထိုအရာကို သူလိုချင်လာသည်၊ ဤကား တဏှာ ဖြစ်သည်။ အဘယ့်ကြောင့်နည်းဆိုသော် သူသည် ထိုအရာကို လိုချင်တပ်မက်သော ပိုင်လိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာသောကြောင့်ဖြစ်၏။ ထို ရချင် ပိုင်ချင် ဆိုင်ချင်သောစိတ်၏ လွှမ်းမိုးမှုကြောင့် သူသည် မရမနေ စွဲလမ်းမှုဖြစ်ပေါ်လာတော့သည်။ ဤကား ဥပါဒါန်ဖြစ်၏။ ထို့နောက် ထိုအရာဝတ္ထုကို ရအောင် သူသည် အမျိုးမျိုးသောကြိုးပမ်းမှုများကို ပြုလုပ်လာတော့သည်။ မနောကံဖြင့် ကြံစည် သည်။ ဝစီကံဖြင့် ပြောဆိုသည်။ ကာယကံဖြင့် ရအောင် ပြုလုပ်သည်။ ဤကား ကမ္မဘဝဖြစ်၏။

[ဤစာဖတ်သူနှင့် တရားအားထုတ်သူ ယောဂီသည် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် စက်ဝိုင်းပုံကို အညွှန်းလား၍ ပါဠိလို ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားစဉ်ကို မှတ်ဖတ်နိုင်အောင် အားထုတ်သင့်ပေသည်]

"ကမ္မဘဝ ပစ္စယာ ဇာတိ"၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ ကမ္မဘဝကို အကြောင်းပြု၍ ဇာတိဖြစ်ပေါ် လာရသည်ဟု ဆိုလိုသည်။ "ဇာတိ ပစ္စယာ ဇရာ၊ မရဏ၊ သောက၊ ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ၊ ဒေါမနဿ၊ ဥပါယာသာ သမ္ဘဝန္တိ"အဓိပ္ပါယ်မှာ ဇာတိကြောင့် ဇရာ (အို)ရသည်၊ သေရသည်၊ ဝမ်းနည်းရသည်၊ ပူဆွေးရသည်၊ နာကြည်းဒုက္ခရောက်ရသည်၊ ဒေါမနဿ (နှလုံးမသာ)ဖြစ်ရသည်။ ခြေကွဲရသည် ဟူ၍ ဖြစ်သည်။ ဤသို့လျှင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားအစဉ်အတန်းကြီး ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဤဖြစ်စဉ်တန်းကြီး ပဋိသစ္စသမုပ္ပါဒ်သည် တခြားမဟုတ်၊ ခန္ဓာတို့၏ တစ်ခုတည်းသော ဖြစ်မှု ပျက်မှု အစဉ်တန်းကြီးပင်ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြသည်။ ထို့ပြင် ဤခန္ဓာတို့ မှာလည်း တခြားမဟုတ်၊ ဒုက္ခအတိသာဖြစ်ကြသည်။ သို့မဟုတ် ဒုက္ခအစဉ်ကြီးပင် ဖြစ်တော့၏။

အသိဉာဏ်ရှိသော စာဖတ်သူ (ယောဂီ)အနေနှင့် မိမိ၏ နေ့စဉ်ဘဝ အတွေ့အကြုံထဲ တွင် တစ်နေ့လျှင် ဘယ်နှစ်ကြိမ်လောက် ဤအတောမသတ်ဖြစ်ပေါ်နေသော တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကမ္မဘဝဖြစ်စဉ်ကြီးဖြစ်နေသည်ကို သိသာထင်ရှားပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ မြင်သည်၊ မြင်သောအခါ

လိုချင်သည်။ လိုချင်သောစိတ်က လွှမ်းမိုးလာသောအခါ စွဲလမ်းသည်၊ ထိုသို့ စွဲလမ်းမှုကြောင့် ကံသုံးပါး (မနောကံ၊ ဝစီကံ၊ ကာယကံ)တို့ဖြင့် ကျူးလွန်မှုများကို ပြုလုပ်တော့ သည်။ ထို့အတူပင် ကြားသောအခါ ထိုအသံကို ခံစားလိုပြန်သည်။ ဤကား တဏှာဖြစ်၏။ ထိုတဏှာက လွှမ်းမိုးလာသောအခါ စွဲလမ်းခြင်း ဥပါဒါန်ဖြစ်၏။ ထိုသို့ စွဲလမ်းခြင်းဥပါဒါန်ဖြစ်မှုကြောင့် ကမ္မဘဝဆိုသော ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံမှုတို့ကိုပြုကြပြန်သည်။ ဤဥပမာအတိုင်းပင် နံမှု၊ စားမှု၊ ထိတွေ့မှု၊ ကြံတွေးမှုများမှလည်း သဘောတူဖြစ်နေကြရပေသည်။

သိ၍ဖြစ်စေ၊ မသိဘဲနှင့်ဖြစ်စေ ကျွန်ုပ်တို့သည် နေထွက်က နေဝင်မိုးချုပ်သည်အထိ ဤဖြစ်စဉ်ထဲသို့ ကြရောက်နေကြရပေသည်။

စာဖတ်သူ တရားအားထုတ်သူယောဂီအနေနှင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားဆိုသည်ကား မိမိ၏ ခန္ဓာဖြစ်စဉ်ဖြစ်သည်ဆိုသော အချက်ကို သတိပြုဆင်ခြင်မိသင့်၏။ မိမိ၏ ပြုမှု ဆောင်ရွက်နေမှု မှန်သမျှသည် ဤအခြေကြောင်းကျိုးဆက် နိယာမအတိုင်း ဖြစ်နေရသည်ကို ဆင်ခြင်မိသင့်ပေသည်။ ဤသည်ပင်လျှင် ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဖြစ်တော့သည်။

အကြင်ယောဂီသည် ဤမိမိ၏ ခန္ဓာဖြစ်စဉ်ဖြစ်သော ကြောင်းကျိုးဆက်ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အစဉ်ကြီးကို ဖြတ်၍ ရပ်နားအောင် ပြုလုပ်ဖို့ အချိန်ကျရောက်ပြီဟု စဉ်းစားမိပါက သံသရာမှ ထွက်မြောက်နိုင်သော နည်းလမ်းရှိပါသည်။

နည်းလမ်းမှာ မျက်လုံးနှင့် အဆင်း(ရူပါရုံ)နှင့် တိုက်သောအခါ မြင်သိစိတ်ပေါ်လာပါသည်။ ယောဂီသည် ထိုမြင်သိစိတ်ကို ဝိပဿနာ၏ အရှုခံအာရုံကား၍ ရှုရန် တိုက်တွန်းပါသည်။ ထိုမြင်သိစိတ်သည် ဖြစ်ပေါ်လာပြီးနောက် ကြာရှည်တည်နေသလား၊ ပျောက်ကွယ်သွားသလား ပျက်သွားသလားဆိုသည်ကို မြင်အောင် ရှုရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ ရှုဉာဏ်ဖြင့် ရှုလိုက်သော အခါ ထိုအရှုခံအာရုံမြင်သိစိတ်သည် ရှုဉာဏ်ပေါ်လာပြီး ရှုလိုက်သည်နှင့် တပြိုင်နက် ပျောက်ကွယ်သွားကြောင်း ထင်ရှားစွာ တွေ့ရပေမည်။ ရှုဉာဏ်ထဲတွင် အရှုခံမြင် သိစိတ် မရှိတော့ကြောင်း ထင်ရှားစွာ တွေ့မြင်ရပေမည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် မြင်သိစိတ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းမှာ တစ်ခဏမျှသာဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုနည်းအတိုင်းပင်မြင်သိစိတ်၊ ကြားသိစိတ်၊ နံသိစိတ်၊ စားသိစိတ်၊ ထိသိစိတ်၊ ကြံသိစိတ်တို့၏ ဖြစ်ပေါ်ပုံကို ရှုရပါမည်။ ထိုပေါ်စိတ်များကို ရှုသောအခါ အခြားသော ရှုစိတ်(ရှုဉာဏ်)တစ်ခုဖြင့် ရှုရပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ ရှုဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ မြင်စိတ်ဖြစ်ဖြစ်၊ အခြားဘယ်စိတ်ပဲဖြစ်ဖြစ် အရှုခံ စိတ်မှန်သမျှ ချုပ်ပျောက်သွားပြီဆိုသည်ကို သဘောပေါက်သင့်၏။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် တစ်ချိန်တည်း တွင် စိတ်နှစ်စိတ်ပြိုင်၍ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်းမရှိသောကြောင့် ဖြစ်၏။

" အညံ ဥပ္ပဇ္ဇတေ စိတ္တံ၊ အညံ စိတ္တံ နိရုဇ္ဈတိ" ဤပါဠိ၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ တစ်ချိန်တွင် သိစိတ်တစ်ခုသာဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်ဟူ၍ ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ယောဂီအား ပေါ်ပေါက်လာသမျှသော ရူပက္ခန္ဓာကိုဖြစ်စေ၊ ဝေဒနာက္ခန္ဓာကိုဖြစ်စေ၊ သညာက္ခန္ဓာကိုဖြစ်စေ၊ သင်္ခါရက္ခန္ဓာကိုဖြစ်စေ၊ ဝိညာဏက္ခန္ဓာကိုဖြစ်စေ ပေါ်ပေါက်လာသမျှ ခန္ဓာတို့သည် ခဏသာဖြစ်ပြီး ချက်ခြင်းပ

ပျောက် ပျက်စီးသွားကြရသည်ဆိုသောအချက်ကို မြင်အောင်ရှုရန် တိုက်တွန်းရပေသည်။

ဤကား လူတိုင်း၏ခန္ဓာဖြစ်စဉ်ဖြစ်၏။ ဖြစ်စဉ်တိုင်းသည် ခဏသာဖြစ်၏၊ အဟောင်းအဟောင်းသော ခန္ဓာတို့သည် အသစ်အသစ်သော ခန္ဓာများနောက်ထပ် ဖြစ်ပေါ်လာကြရန်အတွက် ပပျောက်သွားကြရသည်။ဤဖြစ်စဉ်သည်ကား မဆုံးတမ်းဖြစ်နေသော ဖြစ်စဉ်ကြီးပေတည်း။

ယောဂီသည် မြင်စိတ်ပေါ်လျှင် မြင်စိတ်၏ ဖြစ်ပျက်ကို ရှုရမည်။ ထိုကဲ့သို့ မရှုလိုက်နိုင်ပါကတဏှာ ဖြစ်ပေါ်လာပေတော့မည်။ ထိုတဏှာ၏ ဖြစ်ပျက်ကို ရှုရန်ပျက်ကွက်ပါက တဏှာကြောင့် ဥပါဒါန်သည်မလွဲမသွေ ပေါ်ပေါက်လာပေမည်။ ယောဂီသည် ထိုဥပါဒါန်၏ ဖြစ်ပျက်ကိုလည်း မြင်အောင် ဂိပဿနာရှုရမည်။ မရှုလိုက်မိလျှင် ထိုဥပါဒါန်ကြောင့် ကမ္မဘဝသည် ဖြစ်ပေးလာချပြန်ပေဦးတော့မည်။ ယိုကမ္မဘပဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ခန္ဓာဖြစ်စဉ်သည် အဆုံးမရှိဖြစ်ပေါ်နေပေတော့မည်။

သင်နှင့်ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤကမ္ဘာတွင်လူအတူတူဖြစ်လာကြသည့် မိသားစုအဖြစ်လည်းကောင်း၊ ဆရာတပည့်အဖြစ်လည်းကောင်း၊ သူငယ်ချင်းအဖြစ်လည်းကောင်း၊ မိတ်ဆွေအဖြစ်လည်းကောင်း ဆက်သွယ်ချက်ရှိကြသည်၊ အားလုံးဟာ ဆွေမျိုးမတော်စပ်ခဲ့သူတွေမရှိဘူးလို့ ဘုရားကဟောပါတယ်။ အားလုံးဟာ ဆွေမျိုးတွေဘဲပေါ့။ ဒါပေမယ့် သိခဲ့၊ ဆုံခဲ့ ကြုံခဲ့တာတွေကတော့ နီးစွာသော ဘဝတွေမှာ ဆက်စပ်နေကြသူတွေပါ။ အဖေတော်လိုက်၊ သားတော်လိုက်၊ သူငယ်ချင်းတော်လိုက် ဆုံခဲ့ကြတော့ ဒီဘဝမှာ ပိုပြီးနီးစပ်ကြတာပေါ့။ မိသားစုအတွင်းမှာဘဲ လူညွှန့်တိုပြီး (လူပြန်ဖြစ်သူများ) လူပြန်ဖြစ်လာကြတာတွေ တွေ့ရတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကောင်းမှုတွေအဘူတူ လုပ်ရုံမျှမကသေး၊ အပွဲအလန်းနဲ့သေကြတော့ စွဲလန်းတဲ့စိတ်ကြောင့် နီးစပ်ရာဘဝတွေမှာ ဖြစ်ကြရတယ်။

တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် သိကြတာ၊ တွေ့ကြတာ တော်စပ်ကြတာတွေဟာ အကြောင်းမဲ့ဖြစ်ကြတာမဟုတ်ဘူး၊ အကြောင်းအကျိုးရှိလို့ ဖြစ်လာတာပါ။ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် ခင်မင်တွယ်တာကြတာ၊ ဆက်ဆံကြတာတွေဟာ အတိတ်ဘဝတွေရဲ့ အကျိုးဆက်တွေပါ။ ဒီလိုအကျိုးဆက်ရှိသူတွေဟာ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် ဖေးမချင်တဲ့စိတ်၊ ကူညီချင်တဲ့စိတ် ရန်သူဖြစ်ခဲ့ရင်လည်း ကြည့်မရတဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်တတ်ကြပါတယ်။

ဒါကြောင့် အကြောင်းဆက်ရှိသူတွေကို မိမိသိသလောက်၊ ကြားဘူးသလောက်လက်ဆင့်ကမ်းပေးချင်တာပါ။ ဆရာတစ်ယောက်လို သွန်သင်နေတာ မဟုတ်ပါ။ ဘာသာရေးမှာ ဆရာတစ်ယောက်လို အရည်အချင်းမရှိသေးပါ။ စေတနာသာ အပြည့်အဝရှိတာ တစ်ခုတည်းပါ။

သင်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် လူ့ဘဝဆုံးကြပြီးမှ သေတော့အပါယ်ရောက်ကြမှာကို မလိုလားပါ။ ဘုရားက ဟောပါတယ် (ပမတ္တဿ စတ္တာသ စတ္တာရော အပါယာသက ဂေဟာဿဒိသာ)တဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကတော့ **အပါယ်လေးပါးသည်သာ သတ္တဝါတို့၏ အမြဲနေအိမ် ဖြစ်သည်** တဲ့။

လူ့ဘဝဟာ အင်မတန်ရခဲပါတယ်၊ သံသရာကြီးထဲမှာမပြောနဲ့ ဒီကမ္ဘာအတွင်းမှာတောင်

သင်တို့ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဘဝတွေမှာ သေပြီး အရိုးတွေမဆွေးသေးလျှင် မြန်မာပြည်က အမြင့်ဆုံး ခါကာဘိုရာဇီတောင်လောက် မြင့်သတဲ့။ ဒါက တစ်ကမ္ဘာတောင်မကုန်သေးဘူး၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘုရားပင်လျှင် ဗျာဒိတ်ရပြီး လေးအသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်း ကျင့်ခဲ့ရတယ်ဆိုတော့ (တစ်အသင်္ချေ ဆိုတာ ၁ နောက်မှာ သုညပေါင်း တစ်ရာ့လေးဆယ်ရှိတယ်) ဂင်္ဂါဝါဠူ သဲစုမက ပွင့်ခဲ့တဲ့ ဘုရားများ လက်ထက်တွေပါ စဉ်းစားရင် ကျွန်ုပ်တို့ဘဝဟာ ဘယ်လောက်ကြောက်စရာ ကောင်းသလဲ၊ ကျွတ်တန်းမဝင်ခဲ့ကြဘူး။

ဘုရားက လိပ်ကန်း တံပိုးပေါက်စွပ်ဖို့အရေးက လွယ်ချင်လွယ်မယ်၊ အပါယ်လေးပါး တစ်ခါကျသွားပြီးတဲ့ သတ္တဝါအဖို့ သုဂတိကို နောက်တစ်ခေါက်ပြန်ရဖို့ကတော့ ဒီထက် အဆပေါင်းများစွာ ခက်ခဲမယ်လို့ ဟောပါတယ်။

ဒုလ္လဘငါးပါးမှာလဲ (၁) ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒဒုလ္လဘ = ဘုရားအဖြစ်ရခဲခြင်း။ (၂) မနုဿတ္တဘာဝ ဒုလ္လဘ = လူ့အဖြစ်ရခဲခြင်း။ (၃) သဒ္ဓါသမ္ပတ္တိဒုလ္လဘ = သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံသည် အဖြစ်ရခဲခြင်း။ (၄) ပဗ္ဗဇ္ဇိတဘာဝ ဒုလ္လဘ = ရဟန်းအဖြစ် ရခဲခြင်း။ (၅) သဒ္ဓမ္မသဝနအတိ ဒုလ္လဘ = သူတော်ကောင်းတရားနာကြားရခြင်းကို အလွန်ရခဲခြင်း။

ဒီလိုရခဲတဲ့ ဒုလ္လဘတရားတွေထဲက လူလဲဖြစ်လာပြီ၊ သဒ္ဓါကောင်းအောင်လဲ ကြိုးစားလျှင် ရနိုင်ပြီ။ သူတော်ကောင်းတရားလဲ နာဖို့ လွယ်နေပြီ၊ ဒီလောက်ကောင်းတဲ့ အနေအထားမှာ သင်တို့ကျွန်ုပ်တို့ ဒီအခွင့်အရေးကို အသုံးပြုနိုင်မယ့်ဉာဏ် ရှိသင့်ပါပြီ။

ဉာဏ်စဉ် နှင့် ပယ်သော တရား

အဟေတုက ဒိဋ္ဌိ

အဟေတုကဒိဋ္ဌိ ဆိုတာ ဒီရုပ်၊ ဒီခန္ဓာ ဘာအကြောင်းကြောင့်မှမဟုတ်ဘဲနဲ့ အကြောင်းမဲ့ သက်သက်ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ ဒိဋ္ဌိကိုခေါ်တယ်။ အဲဒီလို အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ကံ တည်းဟူသော အကြောင်းတရားတွေမပါဘူး၊ နိဿယ၊ ဥပနိဿယ၊ သဟဇာတ၊ အညမည ဆိုတဲ့ ပဋ္ဌာန်းပစ္စည်း ဆက်သွယ်နည်း၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဆက်သွယ်နည်းတို့ဖြင့် အကြောင်းအကျိုး ဘာမှ မဆက်ဘဲနဲ့ အကြောင်းမဲ့ဖြစ်ချင်သလိုဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ ဝါဒမျိုးကို အဟေတုက ဒိဋ္ဌိလို့ခေါ်တယ်။

အခြေခံဉာဏ် ၂-ပါး၏ သတ္တိ

အဲဒီ အဟေတုက ဒိဋ္ဌိကို ဘာကပယ်သလဲဆိုလျှင် ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်က ပယ်သွားတယ်။ (ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ် ဆိုတာက ယခုပေါ်ဆဲ ရုပ်နာမ်သည် အတိတ် အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရတည်းဟူသော တရားနှစ်ပါးကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးတရားဟု ရုပ်နာမ်အပေါ် ဖြစ်ကြောင်း ဓမ္မ သိမ်းဆည်းတတ်သော ဉာဏ်ကိုခေါ်သည်၊ တစ်နည်း အကြောင်းအကျိုး နှစ်ပါးကို ပိုင်းခြားသိသော ဉာဏ်ကို ခေါ်သည်)

သက္ကာယဒိဋ္ဌိ

ခန္ဓာငါးပါးကို ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ၊ ငါ၊ သူတစ်ပါး၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမ ဟု ထင်မှတ်မှားသော အယူ။

သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ဘယ်သူကပယ်သလဲဆိုတော့ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်က ပယ်တယ်။ (နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်ဆိုတာ ဤကားရုပ်၊ ဤကားနာမ်ဟု ပိုင်းခြားသိတာကို ခေါ်ပါတယ်။ ရုပ်နှင့် နာမ်သာရှိတယ် ဆိုတာကို သိသောဉာဏ်)

အဲဒီ နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟ ဉာဏ်သည် ဝိပဿနာထဲကို မရောက်သေးဘူး၊ ဝိပဿနာလုပ်မလို့သာ အခြေခံထားတာ။

အဲဒီလို ဝိပဿနာမလုပ်ရသေးဘဲနဲ့ ဝိပဿနာလုပ်မယ်လို့ အခြေခံထားတဲ့ ဉာဏ်နှစ်ပါးက ဤမျှ ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကြီးနဲ့ အပေဟာတုက ဒိဋ္ဌိကြီးကို ပယ်လိုက်ပြီဆိုလျှင် စာသင်ခြင်း၊ တရားဟောခြင်း၊ တရားနာခြင်း (စာဖတ်ခြင်း၊ ကက်ဆက်ခွေ နားထောင်ခြြင်း) ဆိုတာက ဘယ်လောက် အကျိုးများတယ်ဆိုတာ သိလောက်ပါတယ်။

အဲဒီလို အသိဉာဏ်ဖြင့် (ဉာတပရိညာဖြင့်) ဒိဋ္ဌိကိုပယ်ပြီးတော့မှ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို စတင်အားထုတ်ရပါတယ်၊ ဒိဋ္ဌိတန်းလန်းနှင့် အားထုတ်လျှင် တရားမရနိုင်ပါဘူး၊ ကုသိုလ်ကံရ ပါမယ်လို့ မိုးကုတ်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက မိန့်ကြားခဲ့ပါတယ်၊ (ဝိပဿနာကိုနောက်ထား ဒိဋ္ဌိကို အရင်ပယ်ဦးတဲ့)

ဒါကြောင့် ယောဂီတွေဟာ (စာအုပ်ဖတ်ခြင်း) တရားနာခြင်း (ကက်ဆက် VCD အပါအဝင်)ဖြင့် ဦးစွာ ဒိဋ္ဌိကိုပယ်ပြီးမှ ဝိပဿနာကို အားထုတ်ပါ။

သမ္မသန ဉာဏ်

ဝိပဿနာ အားထုတ်ဆင်ခြင်သုံးသပ် သမ္မသနလုပ်ပြီး အနိစ္စအချက်ကိုမြင်သွားလျှင် နိစ္စဆိုတဲ့ ဂါဟ (ဂါဟ - ယူခြင်း၊ စွဲလမ်းခြင်း)တရားကင်းပါတယ်။ (နိစ္စကို ပယ်လိုက်ပါတယ်) ဒုက္ခအချက်ကိုမြင် (ဉာဏ်ဖြင့်) သွားရင် သုခလို့စွဲထားတဲ့ ဂါဟ ကင်းပါတယ်၊ အနတ္တအချက်ကို မြင်သွားလျှင် အတ္တလို့ စွဲထားတဲ့ ဂါဟ ကင်းပါတယ်။ (ပျက်ခြင်းဆိုတဲ့ မမြဲတဲ့ အနိစ္စကိုမြင်ရင် နိစ္စကိုပယ်တယ်၊ ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်းဆိုတဲ့ ဆင်းရဲခြင်းကိုမြင်လျှင် သုခကိုပယ်တယ်၊ သူ့သဘော သူဆောင်ဖြစ်နေတာ၊ ငါလုပ်တာတစ်ခုမှ မဟုတ်ဘူးဆိုတဲ့အမြင်ကိုမြင်လျှင် အတ္တမဟုတ်ဘဲ အနတ္တဆိုတာကိုမြင်တယ်) (လက္ခဏာရေးသုံးပါးကို မြင်လာတယ်)

ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ်ရဲ့ သတ္တိ

ဥဒယ ဉာဏ်ဆိုတဲ့ အဖြစ်ကိုမြင်တဲ့ဉာဏ်၊ အပျက်ကိုမြင်တဲ့ဉာဏ်ကြတော့ ဝယဉာဏ် လို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ ဥဒယ နဲ့ ဝယ ဖြစ်လာတာကိုလည်း မြင်တယ်။ ပျက်စီးသွားတာကိုလည်း မြင်တယ်။ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး၊ အဆင့်ဆင့်ပွားလို့ ကြည်လင်အေးချမ်းပြီးနေတဲ့ စိတ်ကလေးရဲ့ ဖျတ်ကနဲ ဖျတ်ကနဲနဲ့ ဖြစ်လာတာကို မြင်တဲ့ဉာဏ်ကို ဥဒယ ဉာဏ်လို့ခေါ်တယ်။ ထိုကြည်လင်

အေးချမ်းနေတဲ့ စိတ်ကလေးဖြစ်ပြီးတော့ တစ်ဆင့်တက်ဉာဏ်ကလေးနဲ့ စဉ်းစားနေတုန်း 'ဖျတ်'ဆိုသူက ကုန်သွားပြီ၊ အဲဒီလို ပျောက်ကုန်သွားတဲ့ ဉာဏ်ကြတော့ ဝယဉာဏ်လို့ခေါ်တယ်။ အဲဒီ နှစ်ရပ် ဥဒယ နဲ့ ဝယကို ပေါင်းစပ်လိုက်တဲ့အခါကြတော့ ဥဒယဗ္ဗယလို့ ခေါ်တယ်။

အဖြစ်မြင်ရင် ဥစ္ဆေဒဉာဏ်စင်

အဲဒီ ဥဒယဗ္ဗယအဖြစ်နဲ့ အပျက်ကိုမြင်တဲ့အခိုက်မှာလဲ ဘယ်လောက်အားရစရာကောင်းသလဲဆိုရင်၊ နာမ်တွေရုပ်တွေရဲ့ ဖြစ်တာတွေချည့် မြင်နေတဲ့ ဥဒယဉာဏ်သန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ သန္တန်မှာ - ဒီနာမ် ဒီရုပ်တွေ ဘယ်တော့မျှမဖြစ်တော့ဘူးဆိုတဲ့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိကြီးကို ပယ်လိုက်တယ်။

အပျက်မြင်ရင် သဿတစင်

အပျက်ကိုပင် ဒလစပ်မြင်သွားပြန်တော့ ဘာဖြစ်သလဲ၊ ဒီရုပ်ဒီနာမ်တွေ ဒီခန္ဓာတွေ မပျက်တော့ဘူးလို့ စွဲထားတဲ့ အယူကြီးဖြစ်တဲ့ သဿတဒိဋ္ဌိကို ကင်းစင်စေတယ်။

ဒါကြောင့် ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သည် ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိနဲ့ သဿတဒိဋ္ဌိကို ပယ်သွားတယ်။

အပျက်ကိုချည့်ရှုလျှင်

ဖြစ်တာကကြောက်စရာကောင်းသလား၊ ပျက်တာက ကြောက်စရာကောင်းသလား ဆိုတော့ ပျက်စီးတာက ကြောက်စရာကောင်းပါတယ်။ ပျက်စီးတာက ကြောက်စရာကောင်းတော ရေးအားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ပျော်လို့အားထုတ်သလား၊ ကြောက်လို့ အားထုတ်သလား ဆိုတော့ ကြောက်လို့အားထုတ်တာပါ။

ဤသခါရတရားမဲ့ ပျက်စီးနေတာကို ကြောက်လို့အားထုတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ရှုယင်း ရှုယင်းနဲ့ ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ဘက်ကို တဖြည်းဖြည်းစူးစိုက်သွားတဲ့အချိန်မှာ အဖြစ်နဲ့ အပျက်ကို ယောဂီရဲ့ ဉာဏ်သည် ဘယ်ဘက်စူးစိုက်သွားသလဲဆိုရင် တော်တော်ကြာ ရှုယင်း ရှုယင်းနဲ့ ပျက်စီးတဲ့ဘက်ကို ဉာဏ်ဟာစိုက်သွားတယ်။

ဘင်္ဂသမ္မသနဉာဏ်

ဖြစ်လာတာကို အလေးပေးမရှုမိတော့ဘဲ ပျက်စီးတဲ့ဘက်ကို ဒလစပ်စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုသွားတဲ့ အချိန်ကတော့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ သန္တာန်မှာ ဥဒယဝယဆိုတဲ့ စကားနှစ်ခုကို တမျိုးပြောင်း ပြီးတော့ ဘင်္ဂလို့ခေါ်တဲ့ အပျက်ကိုချည်း ဒလစပ်သုံးသပ်နေတဲ့ သမ္မသနဉာဏ်ကို ဘင်္ဂဉာဏ် (အပျက်ကိုသာသုံးသပ်တဲ့ ဉာဏ်)လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ခုလို အပျက်ကိုချည်း ဒလစပ်မြင်နေတဲ့ အတွက်ကြောင့် သဿတဒိဋ္ဌိလုံးလုံးမကျန်တော့ဘူး။

အပျက်မြင်ကြောက်စိတ်ဝင်

ကြည်လင်အေးချမ်းမက်မောဖွယ်ရာကောင်းတဲ့ စိတ်ကလေးဘဲ၊ ဘောင်ကမ်းပါးကြီး ရေနှင့်တိုက်သကဲ့သို့ ဆားတုံးဆားခဲကြီးကို ရေနဲ့လောင်းသကဲ့သို့ ရှဲကနဲ ရှဲကနဲ ပျော်ကျသွားသလို

အဲဒီလို ပျက်စီးသွားနေတာကို မြင်တဲ့အခါကျတော့ ခုနက သဲသောင်ကမ်းပါးကြီး (ပေါ်မှာ) ရပ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အောက်က ရေလှိုင်းက ဝုန်းကနဲ ပုတ်ခတ်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ ကမ်းပါးကြီးက ဝုန်းကနဲ ပြိုကျသွားတော့ ဒိန်းကနဲဆိုပြီး ရင်ထဲလန့်ပြီးကြောက်သွားတာပေါ့၊ အဲဒီလိုကမ်းပါးစပ် ရပ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရင်ထဲမှာ ကမ်းပါးကြီး ပြိုကျသွားတဲ့အခါ ကြောက်လန့်သွားသကဲ့သို့ ဤနာမ် ဤခန္ဓာဒလစပ်ပျက်စီးမှုကို မြင်နေတဲ့ ယောဂီဟာလည်းဘဲ ကြောက်လာတယ်။ ထိတ်လန့်လာတယ်။ အဲဒီဉာဏ်ကို <u>ဘယဉာဏ်</u> လို့ ခေါ်တယ်။

ဘယဉာဏ်သည် အဘယသညာကိုပယ်

ကြောက်စရာကောင်းတာတွေ ချည့်မြင်လာတဲ့အခါကျတော့ အဲဒီလိုပေါ်နေတဲ့ဉာဏ်ကို ဘယဉာဏ်လို့ ခေါ်ပြီး၊ အဲဒီဘယဉာဏ်မပေါ်ခင်တုံးက ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ကြောက်စရာ ဒီလောက်ကောင်းတယ်ဆိုတာအထိ မထင်ခဲ့ပါဘူး၊ သံသရာတခွင်လုံးက နှံကျွမ်းလာခဲ့တဲ့ အသိကြီးက ဖျက်ခနဲပေါ်လာပြီးတော့ ဒီလောက်ကြောက်စရာကောင်းပါလားလို့ သိလဲသိလိုက် ရော ဟိုတုန်းကကြောက်စရာ ဘာမှမရှိဘူးလို့ မှတ်ထင်သွားတဲ့ အမှတ်သညာတွေဟာ ထိုအချိန်မှာ မကျန်တော့ပါဘူး၊ အဘယသညာဖြစ်တဲ့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးဟာ ဘာမှကြောက်စရာ မကောင်းဘူးလို့ မှတ်တဲ့ အမှတ်သညာလေးကို ဘယဉာဏ်ကပယ်ပြစ်လိုက်တယ်၊ (ခုစစရာ ကောင်းတဲ့ ဒီခန္ဓာကို ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ ခန္ဓာအဖြစ် ဘယဉာဏ်ဖြင့် မြင်လာတယ်)။

ယောဂီပရိသတ်များက အကယ်၍များ ဘယဉာဏ်ရောက်ပြီးတော့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းထဲက ထွက်လာခဲ့ရင် ကိုယ့်အိမ်ပြန်ရောက်တော့လည်းဘဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်တာ မပျက်ပေမဲ့၊ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ပြန်ပြီးတော့ နှလုံးသွင်းလိုက်တိုင်း ဆင်ခြင်လိုက်တိုင်း ကြောက်တဲ့ စိတ်ကလေးတွေပေါ်ပြီးနေရမှာ။

ဘယဉာဏ်

ဘယဉာဏ်ရဲ့ သတ္တိဟာ အရှိန်မသေဘဲ ကျန်နေရာမှာ ဒီလိုမဟုတ်ဘဲနဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာ မက်မောကွယ်တာပြီးတော့ ကိုယ့်အိမ်နဲ့ကိုယ်ပျော်၊ သားသမီးနဲ့ပျော်၊ ဇနီးနဲ့ပျော်၊ စီးပွားဥစ္စာနဲ့ပျော် ခန္ဓာကြီးပြင်ဆင်ဖီးလိမ်းပသနေရတာတွေပျော်နေခဲ့ရင် ဘယဉာဏ်မပါလာဘူးလို့မှတ်ပါ။

ထင်ရှားတဲ့ ဥပမာတစ်ခုပြပါမယ်၊ ရေနစ်သူ ခွေးသေကောင်ပုပ် ဖက်ရယပိုပင်၊ ပင်လယ်ကြီးထဲ သင်္ဘောပျက်လို့ ရေနစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ကိုကြည့်ပါ- ပယ်လယ်ကြီးထဲ ရေနစ်တော့ အားကိုးစရာမရှိ၊ အူယားဖားယားနဲ့ ကူးရင်းသန်းရင်း ဘာသွားတွေ့သလဲဆိုရင် ခွေးသေကောင်ပုတ်ကြီးတစ်ခု ပေါလောမျောလာတာတွေ့တော့ အားကိုးရာရပြီဟ ဆိုတော့ တအားကို လက်နဲ့တင်းတင်းကြပ်ကြပ်ဆုတ်ပြီး ဖက်ထားလိုက်တယ်။

ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် ရေနစ်မှာကြောက်လို့ စောစောက ခွေးသေကောင်ပုတ်လို့ မသိဘူး ဖမ်းဖက်လိုက်တာ သေသေချာချာကြည့်လိုက်တော့ ပုတ်စော်တွေနံနေတဲ့ ခွေးသေကောင်ပုတ်လို့ သိလိုကရော -

အဲဒီလို သိလိုက်တဲ့ အချိန်ကျတော့ ဘယ်လိုဖြစ်သလဲဆိုရင် ပင်လယ်ကြီးရဲ့ အလယ်ကောင်လည်း ရောက်နေပြီ၊ ခွေးသေကောင်ပုတ်ကို လွှတ်လိုက်ရင် သူရေနစ်တော့မယ်၊ ခွေးသေကောင်ပုတ် လွှတ်လိုက်မလား၊ လက်ပစ်ကူးမလား စဉ်းစား၊ ခွေးသေကောင်ပုတ်ကြီးဘဲ ဖက်ထားမလား -

အဲဒီ ခွေးသေကောင်ပုတ်ကြီးကိုဘဲ ဖက်ထားရလိမ့်မယ်၊ လွှတ်လိုက်ရင် ရေနစ်သေမယ်၊ ဒီတော့ ယောဂီအပေါင်း သံသရာကြီးထဲမှာ မြုပ်တစ်ခါ ပေါ်တလှည့် ကူးပြီးနေကြစဉ် ဤမျှ ရွံရှာစက်ဆုတ်ကြောက်လန့်ဖွယ်ကောင်းပါတယ်ဆိုတဲ့ ခွေးသေကောင်ပုတ်ကြီးနဲ့ တူတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးရဲ့ အနိစ္စအချက် ဒုက္ခအချက်တွေကို မြင်လာကြတဲ့ အချိန်မှာ အဲဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို လွှတ်ပြီးတော့ မပြစ်ပါနဲ့၊ ရှုနေတဲ့ စိတ်ကလေးကို တခြားဖယ်ပြီး မျက်လွှာလွှဲရင် ရေထဲ နစ်သွားမယ်။

အာဒီနဝဉာဏ်

ပုတ်စော်နံနေတဲ့ ရွံဂရာခွေးသေကောင်ပုတ်ကို လွှတ်ပစ်လိုက်ရင် ရေနစ်သေသွားမှာ ဖြစ်သလို ယောဂီကလည်း မိမိနဲ့ ရွံစရာ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကိုဘဲ ဆက်ရှုနေ နေရမယ်။ အဲဒီက တဆင့် တက်ရှုမှတ်ပွားများရင်း သုံးသပ်ရင်း - သုံးသပ်ရင်း (သမ္မသနဉာဏ်)နဲ့ တဆင့်တက်လိုက်တော့ အာဒီနဝဉာဏ်ဖြစ်သွားတယ်။ အာဒီနဝဆိုတာက အဲဒီလို ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ ဘေးတွေပါလား၊ အလွန်တရာ နှိပ်စက်နေတဲ့ ဘေးကြီး၊ ဒုက္ခဆိုတဲ့ဘေးကြီး ဝိပရိဏာမဆိုတဲ့ ဘေးကြီးတို့ဖြင့် ဘေးပေါင်းများစွာတို့ဖြင့် နှိပ်စက်နေတဲ့ ဘယဒုက္ခစင်စစ်ဖြစ်နေတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးပါတကားလို့ ဤခန္ဓာနာရုပ်တို့ရဲ့ <u>အပြစ်တွေကိုသာလျှင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ နေတဲ့ ဉာဏ်မျိုးကို အာဒီနဝဉာဏ်လို့ ကျမ်းဂန်မှာ ဆိုပါတယ်။</u>

အာဒီနဝဉာဏ်က ဘာပယ်သလဲဆိုလို့ရှိရင် အဿာဒသညာကိုပယ်တယ်၊ အဿာဒ သညာဆိုတာ သာယာဖွယ်ကောင်းတယ်လို့ မှတ်ထားတဲ့ အမှတ်သညာကိုခေါ်တယ်၊

အသင်ယောဂီတို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မသာယာဘူးလား သာယာသလားဆိုတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထပ်ထပ်မေးပြီးတော့ အထပ်ထပ်ဖြေကြည့်ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သာယာနေလို့သာလျှင် ဒီလိုနေ၊ ဒီလိုဝတ်၊ ဒီလိုစားပြီးတော့ နေကြတာဘဲ၊ အဿာဒသညာမရှိခဲ့ရင် သာယာဖွယ်ကောင်းတယ်လို့ မထင်ခဲ့ရင် ဒီလိုမလုပ်ကြဘူး၊ အဲဒီလို သာယာဖွယ်ကောင်းတယ်လို့ ယင်ယားတဲ့ အမှတ်သညာ တွေသည် ယခုကဲ့သို့ ခွေးသေကောင်ပုတ်ကြီးရဲ့ အပုတ်နံ့တလှိုင်လှိုင် ထလာတာကို မြင်သလိုဘဲ ယောဂီတို့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးက အနိစ္စ ဒုက္ခ ဝိပရိဏာမဆိုတဲ့ အပုတ်နံ့တွေလှိုင်လာတာ မြင်တဲ့ အချိန်ကြရင် သာယာဖွယ်မရှိတော့ဘူး၊ သာယာဖွယ်ဆိုတဲ့ အမှတ်သညာကို အာဒီနဝဉာဏ်က ပယ်သွားတယ်။

အာဒီဝနဉာဏ်ရလာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးပေါ်ကနေ ရှုမှတ်ပွားများနေတဲ့ ဝိပဿနာစိတ် အစဉ်ကလေးကို လွှတ်မပစ်လိုက်နဲ့ ဖယ်မပစ်လိုက်နဲ့ ဒါကိုဘဲ ဆက်သုံးသပ်နေ

ရမယ် (ဉာဏ်စဉ်တွေမှာ သမ္မာသနဟာ ဘယ်နေရာမှ မလွတ်ရဘူး၊ ဘင်္ဂဉာဏ် သမ္မာသနဉာဏ် ဘယဉာဏ် သမ္မာသနဉာဏ် အာဒီနဝဉာဏ် သမ္မာသနဉာဏ် - ဒီလိုတခါထဲဆက်တိုက် ဆက်တိုက်ဒလစပ် အကြားကြားမှာ တခါထဲ သမ္မာသနဉာဏ်ဝင်ဝင်ပြီးတော့ သွားတယ်။ (သမ္မာသနဉာဏ် • ဆင်ခြင်သုံးသပ်သောဉာဏ် • အမြဲတမ်း ဉာဏ်စဉ်တိုင်း ရှုတိုင်းဆင်ခြင် သုံးသပ်နေရပါမယ်) ဒါကြောင့် ဝိပဿနာဆိုတာ ဉာဏ်အလုပ်ဖြစ်တာပေါ့။

နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်

အာဒီနဝဉာဏ်စဉ်အတိုင်း ဆက်လက်ရှုမှတ်နေပါက နောက်တဆင့်နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်ကို ရောက်ပါတယ်။ နိဗ္ဗိဒါဆိုတာ ငြီးငွေ့တဲ့သဘော၊ ရွံမုန်းတယ်ဆိုတဲ့ သဘောဖြစ်ပါတယ်၊ သာယာဖွယ်ကောင်းတယ်ဆိုတဲ့ အမှတ်သညာ ကင်းလဲသွားရော ဒီခန္ဓာကြီး ဘာမှသာယာစရာ မရှိတော့ဘူး၊ ခွေးသေကောင်ပုတ်သဖွယ် စွန့်ပစ်ရမှာပြီးပါပကောဆိုရော ဤခန္ဓာပေါ်မှာ ယောဂီများသည် သာယာမှုရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်သည် ငြီးငွေ့ခြင်းပါဘဲ၊ ငြီးငွေ့တယ်-ရွံရှာတယ် စက်ဆုတ်တယ်ဆိုတဲ့ သဘောတွေဟာ ဉာဏ်နဲ့ ယှဉ်ပြီးတော့ ပေါ်လာတဲ့ အတွက်ကြောင့် နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်လို့ခေါ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

လောကီကို့သန္တာန်မှာ ငြီးငွေ့ခြင်းဆိုတဲ့ နိဗ္ဗိဒါကနေပြီးတော့ ဘာကိုပယ်သလဲဆိုလို့ရှိရင် အဘိရတိသညာကို ပယ်ပါတယ်။ ပျော်မွေ့ဖွယ်ရာကောင်းတယ်ဆိုတဲ့ အမှတ်သညာ၊ ခန္ဓာငါးပါးနဲ့ နေရတာဟာ ပျော်စရာကောင်းတယ်လို့ မှတ်ထားတဲ့ အမှတ်သညာ (အဘိရတိ သညာ)ကို ပယ်လိုက်ပါတယ် (ကိုယ့်အိမ် ကိုယ့်ရပ် ကိုယ့်ရွာ ကိုယ့်သားကိုယ့်သမီး ကိုယ့်ဇနီး ခင်ပွန်း ကိုယ့်စည်းစိမ်နဲ့ပျော်မွေ့တာကိုလည်း အဘိရတိသညာလို့ဘဲ ခေါ်ပါတယ်) အဲဒါကိုဘဲ ဆက်ရှုမှတ်နေရပါမယ်။

မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ်

ငြီးငွေ့တယ်ဆိုရင် အဲဒီလို ငြီးငွေ့စရာကောင်းတဲ့ စက်ဆုတ်စရာကောင်းတဲ့ ရွံမုန်းစရာ ကောင်းတဲ့ ဘာမှ ပျော်မွေ့စရာမရှိတဲ့ ဘယ်လိုမှ သာယာဖွယ်ရာမရှိတဲ့ ဘယကြီးထဲက ဘာမှ ပျော်မွေ့ဖွယ်ရာမကောင်းတဲ့ ခန္ဓာကြီးထဲကနေပြီးတော့ ယောဂီသည်ထွက်ချင်တယ် ထွက်ပြေးချင်တယ် လွတ်မြောက်ချင်တယ် မနေချင်တော့ဘူး အဲဒီလို နေရတာကို မပျော်တော့ဘူး <u>လွတ်မြောက်ချင်တယ်ဆိုတဲ့ အသိဉာဏ်ကလေးဝင်လာတာကို</u> မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။

မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ်လွတ်ချင်တဲ့ စိတ်ကလေးပေါ်လာလို့ရှိရင် ဒီရုပ် ဒီနာမ် ဒီခန္ဓာငါးပါးတည်းဟူသော အိမ်ကြီးထဲက မထွက်ချင်ဘူးဆိုတဲ့ စိတ်ကလေးသည်၊ ထိုအချိန်မရှိတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် ကျမ်းဂန်ကတော့ မုစ္စိတုကမျတာသညာ မထွက်ချင်ဘူးဆိုတဲ့ အမှတ်သညာတွေကို ထိုအချိန်ပယ်လိုက်ပါတယ်။

ပဋိသင်္ခါဉာဏ်

လွတ်မြောက်ချင်တဲ့ အသိဉာဏ်ကလေး (မုစ္စိတုကမျတာဉာဏ်)ဝင်လာရင် ဒီခန္ဓာရဲ့ ဒုက္ခမှ လွတ်ချင်တယ် ဒီသင်္ခတနက္ခ သင်္ခါရဒုက္ခမှ လွတ်ချင်တယ်ဆိုရင် ဒီသင်္ခါရဒုက္ခကိုဘဲ စူးစူးစိုက်စိုက်ထပ်ရှုရမယ်၊ ဒါကြောင့် သင်္ခါရကိုဘဲ ဒလစပ်ထပ်ခါထပ်ခါ ရှုမှတ်ပွားများနေတဲ့ ဉာဏ်မျိုးကို ပဋိသင်္ခါဉာဏ်လို့ ခေါ်တယ်။ လွတ်မြောက်ချင်တယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ထိုအချိန်မှာ အပြင်းအထန်အားနဲ့ ဖိပြီးတော့ ဒလစပ်ရှုမှတ်ပြီး ဤသင်္ခါရတွေကို သုံးသပ်ရပါတယ်။

ထိုအချိန်သည် ကမ်းနားလည်းရောက်ခါနီးနေပြီ ခွေးသေကောင်ပုတ် ဖက်ထားပြီးတော့ တအားကုန်ခြေရောလက်ပါယက်ပြီးတော့ကူးတဲ့ ရေနစ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ကဲ့သို့ ဝီရိယစိုက်ပြီး အားတင်းကာ ရှုမှတ်နေရပါမယ်။

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်

ပဋိသင်္ခါဉာဏ်နဲ့ ဤသင်္ခတရုပ်နာမ် စိတ်စေတသိက် ရုပ်ကိုဘဲ လက္ခဏာရေးသုံးပါးနဲ့ ဆင်ချင်သုံးသပ်နေတဲ့အခါ ကမ်းပါးရောက်ခါနီးနေတဲ့ ရေနစ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကဲ့သို့ သုံးသပ်ရင်းနဲ့ မိမိတို့ရဲ့ စိတ်ကိုနည်းနည်းလေး စီစစ်လိုက်စမ်းပါ။ (သမ္မသနဉာဏ်) ချမ်းသာမှုကြောင့် ယောဂီများရဲ့ သန္တာန်မှာဖြစ်နေတဲ့ သုခ-သောမနဿဆိုတာလည်း မရှိဘူး၊ အဲဒီလို သုခ သောမနဿမရှိမဲ့ရင် ယိုသုခသောမနဿကို နှင်သက်တယ် တပ်မက်တယ်ဆိုတဲ့ နန္ဒီရာဂလဲ မရှိဘူးပေါ့။

ကာယိက ဒုက္ခ၊ စေတသိတ်ဒုက္ခကွေဖြစ်ပြီးကော့ စိတ်ထဲမှာ ဒေါသပဋိဃနဲ့ယှဉ်နေတဲ့ ဒေါမနဿကလည်း ထိုအချိန်တွင် မရှိပါဘူး ဒါကြောင့် ဒုက္ခဒေါမနဿဆိုတဲ့ အစွန်းလည်း မရှိဘူး၊ ကာယိကသုခသောမနဿအစွန်းဘက်လည်း မရှိဘူး၊ အစွန်းနှစ်ဘက်ကို လွန်သွားတယ်၊ ထိုအချိန်မှ ယောဂီရဲ့ သန္တာန်မှာ ဝေဒနာအားဖြင့် ကြည့်မယ်ဆိုရင် ဥပေက္ခာဝေဒနာဖြစ်နေတာ တွေ့ရတယ်။

အဲဒီ ဥပေက္ခာဝေဒနာသည် သင်္ခါရကို သုံးသပ်နေတဲ့ ဉာဏ်နဲ့ ယှဉ်ပြီးတော့ ဖြစ်ပေါ် လာတဲ့ ဥပေက္ခာဝေဒနာဖြစ်ခြင်းကြောင့် သင်္ခါရုပေက္ခာလို့ခေါ်တယ်။

(အဲဒါ သင်္ခါရုပေက္ခဆိုတာ ဤသင်္ခါရတရားတွေကို မျက်နှာလွှဲပစ်လိုက်တယ်လို့ မယင်မှတ်ပါနဲ့ တချို့က သင်္ခါရုပေက္ခာဆိုတာ သင်္ခါရတရားကို လုံးလုံးအာရုံမပြုတော့တာကို သင်္ခါရုပေက္ခာလို့ ထင်သွားတတ်ပါတယ်)

သုခသောမနဿကြောင့်ဖြစ်တဲ့ နန္ဒီရာဂအစွန်းသို့လည်း မရောက်မူ၍ ဒုက္ခဒေါမနဿကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ပဋိဃဆိုတဲ့အစွန်းသို့လည်းမရောက်မူ၍ အလယ်အလတ်သဘောနဲ့ ဤသင်္ခါရ ရုပ်နာမ်ကိုပင်လျှင် ဥပေက္ခာဝေဒနာနဲ့ယှဉ်ပြီးတော့ သမ္မသနဉာဏ်နဲ့ သုံးသပ်နေတဲ့ ဉာဏ်နဲ့ ယှဉ်နေတဲ့ ဥပေက္ခာကို သင်္ခါရုပေက္ခာဝေဒနာနဲ့ယှဉ်ပြီးတော့ သမ္မသနဉာဏ်နဲ့ သုံးသပ်နေတဲ့ ဉာဏ်နဲ့ ယှဉ်နေတဲ့ ဥပေက္ခာကို သင်္ခါရုပေက္ခာလို့ခေါ်တယ်။

(လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးကတော့ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ဖြစ်လာပြီဆိုတာကို ကြောင့်ကြတောင့်တပြေ၍ နေသာထိုင်သာရှိတဲ့ ဉာဏ်လို့ဆိုပါတယ်)

(ကြောင့်ကြမှုတွေလည်း ပြေပျောက်သွားပြီ၊ ကြောက်လွန်းတဲ့ စိတ်လည်းမရှိဘူး၊ တောင့်တမှုဆိုတဲ့ နိန္ဒိရာဂလည်းမရှိဘူး၊ အဲဒီလိုကြောင့်ကြမှုတွေ ပြေပျောက်သွားတယ်၊ တောင့်တမှုလည်း ပြေပျောက်သွားတယ်၊ ဘယ်လောက်သက်သာသွားသလဲ ဒါကြောင့် အရှုးပျောက်တဲ့တရား သောကပရိဒေဝတွေ ငြိမ်းတဲ့တရား ဒုက္ခဒေါမနဿ ဥပါယာသတွေ အဲဒီအချိန်မှာ ဘာမှမရှိတော့ဘူး။ ငြိမ်းလို့အေးလို့ သင်္ခါရုပေက္ခာဆိုတာ ဒါမျိုးကို ခေါ်တယ်လို့ အရှင်ဉာဏိဿရဆရာတော်ဘုရားကြီးကမိန့်ဆိုပါတယ်)

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သည် ဘာကိုပယ်သလဲဆိုတော့ နန္ဒိရာဂကိုပယ်တယ် ဒေါသ ပဋိဃကို ပယ်တယ် ထိုဉာဏ်အဆိုက်မှာ ပယ်သွားတာ။

အနုလောမဉာဏ်

သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်သုံးသပ်နေတဲ့ ယောဂီတစ်ယောက်အနေနဲ့ မဂ်ဉာဏ်နဲ့ အလွန်တရာ ဆီလျော်သွားပြီ၊ မဂ်နဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ရယ်လို့ဘာမှ မကျန်တော့တဲ့ အခြေအနေ ရောက်သွားတယ်၊ အဲဒီလို အဆင့်ဆင့် ပယ်ပြီးလာလိုက်တာ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်မဂ်နဲ့ ဆန့်ကျင်တဲ့ နန္ဒိရာဂရယ် ဒေါသပဋိဃရယ် ဒီနှစ်ပါးကိုပယ်တယ်။ အဲဒီတော့ ယောဂီရဲ့ စိတ်သည် ကြည်ပြီးတော့ မဂ်နဲ့ဆန့်ကျင်တာမှန်သမျှ ဘာမှမကျန်တော့ဘဲနဲ့ ဆီလျော်နေပြီ အဲဒီဆီလျော် သွားတဲ့ သဘောကို ကျမ်းဂန်က အနုလောမလို့ဆိုတယ်။ အဲဒီဟာ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့ ယှဉ်နေတာ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် သူ့ကို အနုလောမဉာဏ်လို့ခေါ်တယ်။

မဂ်နဲ့ ဆန့်ကျင်တဲ့ ပဋိပက္ခတွေအကုန်လုံး ဒီဉာဏ်ကပယ်လိုက်ပါသည်။

အနုလောမဉာဏ်ဖြင့် မဂ်ရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် ပဋိပက္ခ ပဋိလောမတရားတွေအားလုံး ပယ်လိုက်ပြီဆိုတော့ ရှေ့နား မဂ်ဝင်ဖို့ရန်အတွက် ကြားက ဂေါတြဘူဉာဏ်ဘဲရှိတော့တယ်။

ပုထုဇဉ်တို့ရဲ့ အငွေ့အသက်တွေ ပယ်ဖျင်းသွားတဲ့အချိန်မှာ အလွန်ရင့်သန်လာတဲ့ ဉာဏ်မျိုးကို ဂေါတြဘူလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဂေါတြဘူဉာဏ်သည် ပုထုဇဉ်အနွယ်ကို ဖြတ်ပြီဆိုသည် နှင့် တပြိုင်နက် သင်္ခတအာရုံမပြုတော့ဘဲ အသင်္ခတကိုလှမ်းပြီး မျှော်လိုက်တယ်။ ရန်ကုန်ကို ရထားစီးပြီးသွားတဲ့အခါ ပုဇွန်တောင် ဘူတာရောက်ပြီဆိုရင် ရထားပေါ်က လှမ်းပြီး မျှော်ပြီး ကြည့်သလိုပေါ့။ ရန်ကုန်မြို့ကြီးဟာ ဘယ်လို၊ ရွှေတိဂုံဘုရားကြီးက ဘယ်လို စသည်ဖြင့် လှမ်းမျှော်လိုက်သလို ဂေါတြဘူဉာဏ်ကလဲ နိဗ္ဗာန်ရွှေမြို့တော်ကြီးဝင်ခါနီး လှမ်းမျှော်တယ် ပုထုဇဉ်အနွယ်ကိုဖြတ်ပြီး ဟိုဘက်မဂ်ဉာဏ်က တစ်ခါထဲ နိဗ္ဗာန်ရွှေမြို့တော်ကြီးထဲသို့ ဝင်သွား တော့တာပါဘဲ။

ဉာဏ်စဉ်များနှင့် ပယ်သတ်သောတရားများ

စဉ်	ဉာဏ်စဉ်	ဖြစ်ပျက်မှု	ပယ်သတ်သောတရား
၁	နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်	ခန္ဓာငါးပါးသိ	သက္ကာယဒိဋ္ဌိပယ်
၂	ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်	ကြောင်းကျိုးသိ	အဟေတုကဒိဋ္ဌိပယ်
၃	သမ္မာသနဉာဏ်	လက္ခဏာရေး-၃ပါးသုံးသပ်	သုခ-အတ္တ-နိစ္စပယ်
၄	ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်	အဖြစ် အပျက်မြင်	သဿတ-ဥစ္ဆေဒပယ်
၅	ဘင်ဉာဏ်	အပျက်ကိုသာသိ	သဿတဒိဋ္ဌိပယ်
၆	ဘယဉာဏ်	အပျက်-ကြောက်ဖွယ်ဘေးကြီး	မက်မောတွယ်တာပယ်
၇	အာဒီနဝဉာဏ်	ခန္ဓာငါးပါးအပြစ်တွေမြင်	သာယာဖွယ်ကောင်းတယ် ဆိုတာပယ်
၈	နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်	ငြီးငွေ့စိတ်ပျက်သောဉာဏ်	ပျော်စရာကောင်းတယ်ဆိုတာပယ်
၉	ပုဗ္ဗဘုကပျော	ကျွတ်လွတ်ခြင်း အလိုရှိ	မကျွတ်လွတ်လိုတဲ့ သညာပယ်
၁၀	ပဋိသင်္ခါဉာဏ်	သင်္ခါရကိုဘဲ ဒလစပ်ရှုပွားဉာဏ်	
၁၁	သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်	မချစ်မမုန်း လင်လျှူရှု	သုခ-ဒေါမနဿပဖြစ်
၁၂	အနုလောမဉာဏ်	လက္ခဏာရေးသုံးပါးကိုသာရှု	မဂ်ဉာဏ်နဲ့ ဆန့်ကျင်တာတွေပယ်
၁၃	ဂေါ်တြဘုဉာဏ်	အရိယာအနွယ်သို့မျှော်	ပုထုဇဉ်အဆက်အနွယ်ဖြတ်
၁၄	မဂ်ဉာဏ်	အရိယာအနွယ်ဖြစ်	ဒိဋ္ဌိ-ဝိစိကိစ္ဆာပယ်သတ်

ဝိပဿနာဆိုင်ရာ အမေးအဖြေ

(၁) မေး - အဝိဇ္ဇာဆိုတာ ဘယ်တရားမျိုးလည်း ?

ဖြေ - သိသင့်တာကို မသိခြင်းနှင့် မသိသင့်တာကိုသိခြင်း။

သစ္စာလေးပါး၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတို့ကိုမသိခြင်း။

(၂) မေး - သင်္ခါရဆိုတာဘာလဲ?

ဖြေ - သင်္ခါရဆိုတာ အားထုတ်ခြင်းကိစ္စ၊ စေ့ဆော်တက်သော စေတနာကို ခေါ်သည်။

(၃) မေး - သင်္ခါရ ဘယ်နှစ်မျိုးရှိသလဲ၊ ရှင်းပြပေးပါ။

ဖြေ - သင်္ခါရသုံးမျိုးရှိပါကတယ်။

(၁) ကာယသင်္ခါရ (ကိုယ်ဖြင့် အားထုတ်ပြုလုပ်ခြင်း)

(၂) ဝစီသင်္ခါရ (နှုတ်ဖြင့် အားထုတ်ပြုလုပ်ခြင်း)

(၃) စိတ္တသင်္ခါရ (စိတ်အားဖြင့် တွေးတောကြံစည်ခြင်း)

(တနည်း)

(၁) ပုညာဘိသင်္ခါရ-အဝိဇ္ဇာတရားကိန်းသောပုဂ္ဂိုလ်သည် ပုညတည်းဟူသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့အား အဘိ-လွန်ကဲစွာ၊ သင်္ခရောတိ-ပြုလုပ်လေ့ရှိသည်၊ သစ္စာမသိဘဲနှင့် ပြုလုပ်သော ကောင်းမှုကို ဆိုလိုသည်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုလုပ်ရာတွင်-

(က)ဒိဋ္ဌိခွါ-ဝိပဿနာခြံရံသော ကုသိုလ်သာ နိဗ္ဗာန်ကို အကျိုးပေးနိုင်ပြီး
(ခ) ဒိဋ္ဌိမခွါ-ဝိပဿနာမခြံရံသော ကုသိုလ်၏ စွမ်းရည်မှာ သုဂတိ (ဒုက္ခသစ္စာ) ကိုသာ အကျိုးပေးမည်။
ထို့ကြောင့် ကုသိုလ်ဆိုလျှင် နည်းရောင်းများရောင်း(တောင်းပြည့်)ဟု မမှတ်ပါနှင့် ဝဋ်ဆက်သောကုသိုလ် ဝဋ်ပြတ်စေတတ်သောကုသိုလ် ဒုက္ခရောက်စေတတ်သော ကုသိုလ် သင်္ခါရနိဗ္ဗာန်ရောက်စေတတ်သော ကုသိုလ် သင်္ခါရတို့ကို သစ္စာသိသော ဉာဏ်ဖြင့် ဝေဖန်၍မှတ်ပါ။

(၂) အပုညာဘိသင်္ခါရ-အပုညာ အကုသိုလ်တရားအစုကို အဘိ-လွန်ကဲစွာ၊ သင်္ခါရ-ပြုလုပ်ခြင်း။ (မကောင်းမှုဒုစရိုက်များဖြစ်သည့် ဒုရာဇိဝ စသော- တံငါ၊ မုဆိုး၊ အမြတ်ကြီးစွာလုပ်ငန်းဖြင့် လွန်ကဲစွာ အသက်မွေးပမ်းကြောင်း ပြုလုပ်ခြင်း)

(၃) အနေဥ္စာဘိသင်္ခါရ = ဈာန်လမ်းဖြစ်တဲ့ သမထဘာဝနာပွားများခြင်းကို လွန်ကဲစွာ ပြုလုပ်ခြင်း။

"ခန္ဓာငါးပါး"

(၁)(က)မေး - ရူပက္ခန္ဓာ ဘယ်သဘောရှိပါသလဲ?
ဖြေ - ဖောက်ပြန်ပျက်စီးတတ်သည့် သဘောရှိသည်။

(ခ) မေး - ဝေဒနာက္ခန္ဓာ ဘယ်သဘောရှိသလဲ?
ဖြေ - ကောင်း၊ မကောင်းနှင့် ကောင်းမကောင်း အလတ်စားခံစားတယ်သော သဘောရှိ၏။

(ဂ) မေး - သညာက္ခန္ဓာ ဘယ်သဘောရှိသလဲ?
ဖြေ - ပုတယ်၊ အေးတယ်၊ လှပ်တယ်၊ ငြိမ်တယ် ဖြူတယ် နီတယ် အစရှိသော မှတ်သားတတ်သော သဘောရှိပါတယ်။

(ဃ) မေး - သင်္ခါရက္ခန္ဓာ ဘယ်သဘောရှိသလဲ?
ဖြေ - လှုပ်ချင်တယ်၊ တန်းချင်တယ်၊ ပေးချင်တယ် ကမ်းချင်တယ်၊ သွားချင် လာချင် ရွေ့ချင်ပြောင်းချင် အစရှိသည်တို့ကို ပြုပြင်စေတတ်သော သဘောရှိပါသည်။

(င) မေး - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ ဘယ်သဘောရှိသလဲ?
ဖြေ - သိတတ်သောသဘောရှိပါသည်။

(၅) မေး - ခန္ဓာငါးပါးဟာ အလိုလိုပေါ်လာတာလား?
ဖြေ - ခန္ဓာငါးပါးသည် အလိုလိုပေါ်တာမဟုတ်ပါ အတိတ်(အဝိဇ္ဇာ၊ သင်္ခါရ) သမုဒယသစ္စာလုပ်မိခဲ့လို့ ဖြစ်လာတာပါ။

(၆) မေး - အကြောင်းတရားကြောင့် အကျိုးတရားပေါ်ခွင့်ရရင် ဘယ် ဒိဋ္ဌိသေပါသလဲ?
ဖြေ - အကြောင်းကင်းဖြစ်တယ်လို့ ယူထားတဲ့ အဟေတုကဒိဋ္ဌိသေပါတယ်။

(၄) မေး - တဏှာဘယ်နှစ်ပါးရှိသလဲ?

ဖြေ - တဏှာသုံးပါးရှိပါတယ်။

(က) ကာမတဏှာ-ငါးပါးအာရုံကာမဂုဏ်ကို လိုချင်တပ်မက်ခြင်း၊ ကာမရာဂဖြင့် သာယာခြင်း။

(ခ) ဘဝတဏှာ - မိမိရောက်ရ ဘဝကို တပ်မက်သာယာခြင်း။ သဿတဒိဋ္ဌိနှင့် ယှဉ်တွဲသာယာခြင်း။

(ဂ) ဝိဘဝတဏှာ - ဘဝပြတ်မှုကို တပ်မက်နှစ်သက်ခြင်း၊ ဥစ္ဆေဒ ဒိဋ္ဌိနှင့် ယှဉ်၍ သာယာခြင်း။

ဒီနေရာမှာ ဘဝတဏှာအကြောင်း ပြောချင်ပါသေးတယ်။ အလွန်ပဲကြောက်စရာကောင်းပါသည်။ ရရာဘဝကို ခင်တွယ်ပြီး ဒီဘဝကနေ မထွက်ချင်ဘူး။ လူ့ဘဝရောက်နေသူ တွေဟာ နောက်ဘဝလူပြန်ဖြစ်ချင်ကြတာဘဲ။

ပုံပြင်ကလေးတစ်ခုရှိပါတယ်။ နတ်သား သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက်ဟာ နတ်ပြည်မှာ သူတို့စုတေခါနီးတော့ နောက်ဘဝ ဘာဖြစ်လာမလဲပေါ့ကွာ၊ နတ်သား တစ်ပါးက သူစုတေပြီးရင် ကျီးကန်းဖြစ်မယ်၊ သူငယ်ချင်းကတော့ အိမ်သာထဲကလောက်ဖြစ်မယ်ပေါ့။ အဲဒီတော့ လောက်ဘဝရောက်မယ့် သူငယ်ချင်းက ငါကတော့ အဖြစ်ဆိုးပါတယ်ကွာ၊ လူတွေစွန့်တဲ့ မစင်တွေထဲမှာ နေရပြီး မစင်စားရနဲ့ ဘဝတော့ မနှစ်မြို့ဘူး ရွံစရာကြီးပေါ့။

ဒီတော့လောက်ဖြစ်မဲ့ နတ်သားက သူငယ်ချင်းကို အကူအညီတောင်းတယ်၊ ငါတို့စုတေပြီးလို့ မင်းက ကျီးဖြစ်ပြီး၊ ငါက လောက်ဖြစ်တဲ့ အချိန်မှာ မင်းက အိမ်သာပေါ်ကနေ အား-အားလို့ အော်ပါ ငါကကြားတာနဲ့ မစင်ထဲကနေ ထွက်လာမယ်၊ မင်းက ငါ့ကိုနှုတ်သီးနဲ့ ပေါက်သတ်ပေးပါကွာ၊ ငါ့ကို ဒါလေးတစ်ခုတော့ ကူညီစမ်းပါ သူငယ်ချင်းရာဆိုတော့ ကျီးဖြစ်မဲ့ နတ်သားကလည်း စိတ်ချ မင်းတောင်းတဲ့ အကူအညီအတိုင်း ငါလုပ်ပေးပါမယ်လို့ ကတိပေးလိုက်တယ်။

နတ်သား(၂)ပါးလည်း စုတေပြီး ကျီးနဲ့လောက်ဖြစ်သွားကြတယ်။ ကျီးက ငါ့သူငယ်ချင်း ပြောထားတဲ့ အတိုင်း ငါလုပ်ပေးရအုန်းမှာဘဲဆိုပြီး အိမ်သာပေါ်ကနေ အား-အားနဲ့အော်တာ ဒီတော့ လောက်က မစင်ပုံပေါ်တက်လာပြီး နေအုန်းသူငယ်ချင်း မင်းခုလိုလာတာ ငါကျေးဇူးတင်တယ်ကွာတဲ့၊ ဒါပေမဲ့ ငါလောက်ဘဝမှာ ပျော်နေပြီ၊ ငါ့ဘဝမှာ နတ်ဘဝနဲ့ ယှဉ်ကြည့်ပါတယ် ဟိုမှာက နတ်သမီးတဖက် ငါးရာဘဲရှိတယ်၊ ခုဒီမှာတော့ လောက်တွေ အိမ်သာအပြည့်ဘဲ ပိုများလို့ ပိုပျော်ရတယ်ကွ နတ်တွေမှာ စားရေးသောက်ရေးကမှ ပူစရာရှိသေးတယ်၊ ဒီမှာကတော့ ဘာမှမလိုဘူးကြိုက်သလောက်စားလို့ရတယ်၊ ငါဒီဘဝမှာဘဲ ပျော်နေပြီကွာ မင်းကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ပြန်ပါတော့တဲ့။

ငယ်ငယ်တုံးက ကြားဘူးပါတယ် “ချေးထဲကလောက်၊ ချေးထဲမှာ ပျော်ဆိုတာ” တရားသဘောနဲ့ သိတာ မဟုတ်ဘူး ခုတော့ တရားသဘောနဲ့ ဘဝတဏှာဆိုတာ တကယ်ကြောက်စရာကောင်းပါလားဆိုတဲ့ တရားသဘောနဲ့ သိလာရတယ်။

ဒါကြောင့် လူတွေဟာ လူ့ဘဝမှာ အလွန်ပျော်ပါးပြီး လူ့ဘဝမှ လွတ်မြောက်ရာ လမ်းကြောင်းကို မလုပ်ချင်ကြဘူး၊ ဘဝတဏှာကို လျှော့ပြီး ဝိပဿနာကို ပွားများကြပါလို့။

(၈) မေး - ကမ္မဘဝကိုပြောပြပါ။

ဖြေ - ကမ္မဘဝဆိုသည်မှာ - (၁) ကာယကံ ကိုယ်ဖြင့်ပြုလုပ်ခြင်း
(၂) ဝစီကံ နှုတ်ဖြင့်ပြုလုပ်ခြင်း
(၃) မနောကံ စိတ်ဖြင့်ပြုလုပ်ခြင်း

(၉) မေး - ဒါနသီလကောင်းမှုများလုပ်ပြီး ဝိပဿနာမလုပ်ရင် အပါယ်ဘေး စိတ်ချရမလား?

ဖြေ - စိတ်မချရပါ၊ ဘုရားတည်၊ ကျောင်းဆောက်အလှူကြီးနေ့စဉ်ပေး၊ ဥပုသ်သီလ ဆောက်တည်မှုသည် အလွန်ကောင်းပါသည်။ ကောင်းရာသုဂတိရောက်နိုင်ပါသည်။ ကံအလုပ်ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ဝိပဿနာ(ဉာဏ်အလုပ်)ကို လုပ်မှသာ အရိယာဖြစ်နိုင်၍ အပါယ်ဘေးမှ လွတ်နိုင်ပါသည်။ ဘုရား လက်ထက်က အာဿဝဟမင်းကြီးဘို့၊ မာလိကာ မိဘုရားတို့လောက် ကုသိုလ်ကောင်းမှု လုပ်တာမရှိဘူး၊ ဒါပေမဲ့ အပါယ်ကိုတော့ မလွတ်ခဲ့ပါဘူး။

(၁၀) မေး · ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို နားမလည်ဘဲနဲ့ တရားအားထုတ်လို့ရမလား?

ဖြေ - မရပါ-ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နားလည်မှသာ ဒိဋ္ဌိကွာပါမည်။
ဘုရားနှင့်အတူ တောထွက်လာသော အန္နမကောရ်သည် နှစ်ပေါင်း(၄၀) တရားအားထုတ်ပြီးဖြစ်ပျက်မြင်သော်လည်း (ဘုရားပဋိနိဗ္ဗါန်စံသော်လည်း) တရားမရပေ။ ညီတော်အာနန္ဒာမှ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အကြောင်းအကျိုးကို ဟောပြောမှသာ ကျွတ်တန်းဝင် ရဟန္တာဖြစ်တော်မူသည်ကို ထောက်ရှု၍ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်မှာ အဘယ်မျှအရေးကြီးကြောင်း သိသာနိုင်ပါ သည်။

(၁၁) မေး - သတိပဋ္ဌာန်ပွားများလျှင် အဘယ်အကျိုးများရနိုင်သနည်း။

ဖြေ - သတိပဋ္ဌာန်သုတ္တန်ဒေသနာတော်ရဲ့ အစမှာ မြတ်စွာဘုရားက အောက်ပါအတိုင်း အာမခံချက်ပေးထားသည်ကို တွေ့ရသည်။

၁။ ကိလေသာပေ ယန့်ရှင်းသစင်ကြယ်ဘို့
၂။ စိုးရိမ်ခြင်း ချုပ်ငြိမ်းဘို့
၃။ ငိုကြွေးခြင်း ချုပ်ငြိမ်းဘို့
၄။ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ချုပ်ငြိမ်းဘို့
၅။ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ချုပ်ငြိမ်းဘို့
၆။ အသိဉာဏ်တွေရရှိဘို့
၇။ နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုဘို့

(၁၂) မေး - အာနာပါန ထွက်လေဝင်လေကို နှာသီးဝတွင် စိတ်ထားပြီး ရှုမှတ်နေသော် လည်း စိတ်တွေပျံ့လွင့်သွားတာဘဲ။ တပါတ်လောက်ကြာသော်လည်း ဘယ်လောက်ဘဲ

နှာသီးဝပြန်တင်တင် ထွက်သွားတာဘဲ၊ ဘာမှလည်း မထူးဘူး၊ အဲဒါ ဘယ်လိုလုပ်ရပါ့မလဲ?

ဖြေ - အားထုတ်ခါစမှာ စိတ်ဟာ ဝင်တာသိ ထွက်တာသိနေရတဲ့ (အာရုံ)မှာ မနေပဲ တခြား အာရုံကိုရောက်သွားမှာပဲ၊ ဒါမှမဟုတ် လေဝင်တာသိ ထွက်တာသိတဲ့ စိတ်မဖြစ်ဘဲတခြား (အတွေးစိတ်)တွေ ဖြစ်နေမှာပါပဲ၊ အာရုံဟာ အတွေးနဲ့ မျောပါနေမှာဘဲ၊ အာရုံဟာ ပျံ့လွင့်နေမှာပါပဲ။ အဲဒီအခါ ဘာသိလာသလဲ ဆိုတော့ အာရုံဟာ ထားတဲ့နေရာမနေပဲ တခြားကို ပျံ့လွင့်နေပါလားဆိုတဲ့ (သတိ)ကလေး တချက်ရလာပါမယ်၊ သိလာတာနဲ့ မူလအာရုံမှာ စိတ်ကို ပြန်ထားပါ။ ခဏနေရင် ထားရာမှာမရှိတော့ပါဘူး။ အသိ(သတိ)ကလေး ဝင်လာပြီး မူလနေရာပြန်ထားပါ။

အလေ့အကျင့်ပျိုးခါစမှာတော့ (စိတ်ကပျံ့လွင့်နေလို့ နည်းနည်း ကြာမှ ပျံ့လွင့်နေကြောင်း သတိ(သိ)လာတတ်ပါတယ်။ ပျံ့လွင့်နေတာကို သိလိုက်ရင်ပဲ ကရားအားထုတ်တာပါ (အဆင်ပြေတာပါ)၊ (၁၀)မိနစ် တရားထိုင်လို့ ၁၀ခါ ပျံ့လွင့်ရင် ၁၀ခါလုံးသိပေးပါ။ စိတ္တာနုပဿနာ ပါဠိတော် ကြီးမှာ ဒ်ကွဲတွက်ပါ - ပျံ့လွင့်သောစိတ်ဟူ၍ ပဇာနာတိ သိအပ်၏။

ပျံ့လွင့်မှန်းသိလို့ (သတိ)ရတဲ့အခါတိုင်း ကိုယ်ထားတဲ့အာရုံမှာ စိတ်ကိုပဲ ပြန်တင်ပေးပါ ဒါက (ပညာ)ပါပဲ၊ ကညာဝိတက်(သမ္မာသင်္ကပ္ပ)နဲ့ ဖြစ်မယ်ပေါ့ပါပဲ။

တခါတရံစိတ်သည် အတွေးထဲမှာ မျောပါနေတာကို တစ်မိနစ်ကြာမှ သိရင်သိမယ်၊ ပြန်ဟင်ပြန်မျောပါလိမ့်မယ်၊ စက္ကန့် ၅၁လောက်ဆို မျောနေမှန်း လွင့်နေမှန်း(သိ)လာပါလိမ့်မယ်၊ တဖြည်းဖြည်း စက္ကန့် ၄၀ ၃၀- ၂၀---စက္ကန့် အကြာသိလာပါလိမ့်မယ်။ ဒါဟာမဆန်းပါဘူး၊ လူတိုင်းဖြစ်တာပါပဲ ကိုယ်တစ်ယောက်ထည်း ဖြစ်တာမဟုတ်ဘူး၊ ဒါကလည်း မကောင်းတာ မဟုတ်၊ ကောင်းတာပါပဲ၊ တရားအားထုတ်တာပါ (၇-ရက် လောက်နဲ့ ဘာမှ မသိချင်ပါနဲ့အုန်း) လေ့ကျင့်တာများရင် တရားက ခေါ်သွားပါလိမ့်မယ်၊ လုပ်ရမှာ ကိုယ့်အလုပ်၊ ဖြစ်နေတာ သူ့အလုပ်၊ အနတ္တပါလို့ ဆိုထားပါတယ်။ ဆက်လုပ်ပါ။

(၁၃) မေး - စိတ်ပျံ့လွင့်တာဟာ သတိ၊ သမာဓိကိုလျော့နည်းစေပါသလား။

ဖြေ - စိတ်ပျံ့ လွင့်တာကိုသိ သိပြီး နဂိုအာရုံမှာ ပြန်ပြန်တင်နိုင်တာဟာ သတိ သမာဓိကို မထိခိုက်ပါဘူး။ သတိကိုပဲ ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့အတွက်(စိတ်) အားထားတဲ့ အာရုံမှာ မနေပဲ ပျံ့လွင့်တိုင်း ပျံ့လွင့်တိုင်း (စိတ်) ထွက်ထွက်ခြင်း (သိ)တာဟာ <u>တန်ဘိုး</u> ရှိတာပါ။

စိတ်မပြန့်လွင့်တော့ဘူးဆိုရင် (သတိ)ကောင်းလာပါပြီ၊ ကိုယ်ထားတဲ့ (အာရုံ)မှာ စွဲမြဲဖို့ပဲလိုပါတယ်၊ ဝီရိယစိုက်အားထုတ်သွားရင် ပိုပြီးတိုးတက် လာမှာပါ။

(ဘုရားဟာလေးသင်္ချေနဲ့ ကမ္ဘာတစ်သိန်းပြည့်အောင် ကျင့်လာခဲ့တာ တောင် ဘုရားတန်းမဖြစ်ဘူး၊ တောထွက်ကျင့်တာတောင် အမှားတွေတွေ့ပြီး ဒုက္ကရစရိယာ ၆-နှစ်ကျင့်ရသေးတယ်၊ သစ္စာသိမှ ဘုရားဖြစ်တာ၊ အသင် ယောဂီ ၇-ရက်လောက် စိတ်ပျံ့လွင့်တာ ဇွဲမလျှော့ပါနဲ့၊ ပျံ့တာ သိတာကောင်းတာပါ၊ တရားကျင့်နေတာလို့ ခေါ်ပါတယ်။

(သတိ သမာဓိကို လုံးဝ မထိခိုက်ပါဘူး)

နွားနို့အိုးတည်တာ မီးမွေးရုံရှိသေးတယ် မလိုင်တက်ချင်လို့တော့ မရဘူး၊ အချိန်တော့ စောင့်ရပါမယ်၊ (ကိုယ်တရားထိုင်တာကလည်း ၂၄-နာရီ အနက်(၁) နာရီဘဲလုပ်တာ၊ ၂၃-နာရီ လုံးလုံး သတိလက်လွတ်ဖြစ်နေ တာလဲ သတိပြုပါ။ (သမထအနေနဲ့ ပွားများစဉ်ကာလမှာ ဒီအတိုင်းဘဲ လုပ်သွားရပါမယ်)

(၁၄) မေး - (က) နာကျင်ကိုက်ခဲတာကို ဘယ်လိုရှုရမလဲ?

(ခ) မခံနိုင်ရင် နေရာပြင် ရှုလို့ ရပါသလား?

ဖြေ - (က) တရားထိုင်စဉ် နာကျင်ကိုက်ခဲမှုဆိုတဲ့ ရုပ်သဘာဝဖောက်ပြန်ပုံကို ရှုတဲ့အခါ လူစိမ်းတစ်ယောက်လို သဘောထားရှုပါလို့ ကျမ်းဂန်တွေမှာ ညွှန်ထားပါတယ်။ (ငါနာတာမဟုတ်၊ ရုပ်ဖောက်ပြန်တာဘဲ) သီးခံနိုင်တဲ့ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုကို ဒီလိုဘဲ ရှုရပါတယ်။

အကယ်၍ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုကို မခံနိုင်ဘူးဆိုရင် အဲဒီ နာကျင်မှုကို နှလုံးမသွင်းဘဲ ကိုယ်ရှုနေတဲ့ အာရုံကိုဘဲ ရှုမှတ်နေရပါတယ်။

(ခ) အဲဒီလို ရှုလို့မှ မခံသာအောင် ဖြစ်လာရင်တော့ ဘာဝနာအလုပ်ကို အနှောင့် အယှက်ဖြစ်လာရင်တော့ ကြိတ်မှိတ်ခံပြီးတော့ မဖြစ်နိုင်သော့လို့ ဒေါသဖြစ်လာ မယ်ဆိုရင်တော့ သတိလက်မလွတ်ဘဲ တဖြည်းဖြည်းပြောင်းလို့ ရပါတယ်၊ သီးခံပြီး ရှုမှတ်ရပါမယ်။ မဖြစ်နိုင်တဲ့ အဆုံးမှသာ သတိနဲ့ ပြောင်းပါ။

အဋ္ဌကထာများမှာက တညီတညွတ်တည်း မိန့်ထားတာကတော့ ခြေလက်တို့ကို ကြာမြင့်စွာကွေးထားလျှင်လည်းကောင်း၊ ဆန့်ထားလျှင် လည်းကောင်း၊ တစ်ချိန် ထက်တစ်ချိန်ဒေဒနာဖြစ်လာပြီး တည်ကြည်မှု သမာဓိကို မရနိုင်၊ မူလကမ္မဋ္ဌာန်း လျော့ကျမယ်၊ တရားထူးမရနိုင်လို့ နေရာ မပြင်ရင် ဖြစ်လာမဲ့ အပြစ်လေးချက် ပြထားပါတယ်။ နေရာမပြင်ဘဲ ထားရင် ဒေါမနဿဖြစ်ပြီး၊ အတ္တကိလမထာ နုယောဂ အစွန်းကိုရောက်သွားမှာ သေချာတယ်တဲ့ (မုန့်လေပွေကင်သလိုတော့ မလုပ်ပါနဲ့) ဒါကြောင့် ကိလေသာ မဖြစ်စေဘဲ သတိနဲ့ပြောင်းပေးနိုင်ပါတယ်။

(၁၅) မေး - ဥပုသ်(ရှစ်ပါးသီလ)မခံယူဘဲ တရားအားထုတ်လို့ရပါသလား? အစာအိမ်ကြောင့် ညစာမစားဘဲ မနေနိုင်ပါ။

ဖြေ - ဝိပဿနာအားထုတ်လျှင် သီလအရေးကြီးပါသည်။ အားထုတ်သည့် အချိန်

သီလမြဲရပါမည်။ တနေကုန် ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့်နေမည်ဆိုလျှင် 'အာဇီဝဋ္ဌမကသီလ' ဖြင့် နေလို့ရပါတယ်။

(၁) ပါဏာတိပါတာ (အသက်မသတ်)

(၂) အာဒိန္နာဒါနာ (မခိုး)

(၃) ကာမေသုမစ္ဆာစာရ (သူတပါးအိမ်ယာမဖျက်ဆီး)

(၄) မုသာဝါဒါ (လိမ်လည်မပြော)

(၅) ပိသုဏာဝါစာ (ချောပစ်ကုန်းတိုက်စကားမပြော)

(၆) ဖရုသာဝါစာ (ကြမ်းတမ်းစကားဆဲဆိုခြင်းမပြု)

(၇) သမ္ဖပ္ပလာပါစာ (အကျိုးမရှိ ပြိန်ဖျင်းစကားမပြော)

(၈) မိစ္ဆာဇီဝ (မတရားစီးပွားမရှာ)

ညှိချွင်ပါးဆောက်တည်ပုံကို (ဝိပဿနာစာအုပ်တွင် အကျယ်ကြည့်ပါ) ညစာ စားသောက်လို့ရပါတယ်။ (အစာပြေ မုန့် ငှက်ပျောသီးတို့ ဆိုလျှင် ကရိုကထမ များပါ)။

(၁၆) မေး - ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်ကို တားဆီးပိတ်ပင်နိုင်တဲ့ ညစ်ညူးကြောင်း တရား (၁၁)မျိုးကို ဖြေပါ။ ဒီတရားများပေါ်လာရင် မည်သို့ဆက်လုပ်ရပါ မည်နည်း။

ဖြေ - ဝိပဿနာဉာဏ်ကို တားဆီးပိတ်ပင်သော ညစ်ညူးကြောင်းတရား(၁၀)ပါး အကျယ်ကို (ဝိပဿနာစာအုပ်တွင်ကြည့်ပါ)

ဤတရားများသည် အသိဉာဏ်မရှိပါက မဂ်ရပြီဟု ထင်တတ်ပါ သည်။ အရှုအမှုးစွဲသမ်းခြင်း နှစ်သက်ခြင်းမဖြစ်ဘဲ တရားသူ တရားမြတ် မဟုတ် သေးဘူးဆိုပြီး ပယ်ဖြစ်ရပါမည်။ ဒီတရားတွေအပေါ် အထင်မကြီး ပါနဲ့ မာနမဝင် ရ၊ မစွဲလမ်းရ၊ တဏှာမဂင်ရ၊ ဒိဋ္ဌိဖြင့် ငါတရားရပြီ မသတ်မှတ်ရ၊ ပယ်ရမည့် တရားများသာ ဖြစ်ပါတယ်။

(၁၇) မေး - နာတာကျင်တာဆိုတာ "ဝေဒနာလား"?

ဖြေ - ခါးကိုက်တယ်၊ ပေါင်ကိုက်တယ် ထုံတယ်၊ နာတယ်ဆိုတာဟာ ဝေဒနာလား၊ ရုပ်တရားဖောက်ပြန်တာလားဆိုရင် ရုပ်တရားတွေ ဖောက်ပြန်တာ ဝေဒနာ မဟုတ်ပါဘူး။

ခါးကိုက်တယ်ဆိုတာ ရုပ်တရားဖောက်ပြန်နှိပ်စက်ခြင်းသဘော၊ အတိအကျ ပြောရရင် ဓါတ်ကြီးလေးပါး ဖောက်ပြန်နှိပ်စက်တာကို ယောဂီ တွေက ဝေဒနာ လုပ်ပြီးတော့ ရှုနေကြတာ ဝေဒနာဆိုတာ ရုပ်လား၊ နာမ်လား ဆိုရင် "နာမ်တရား" ပါ။ ဝေဒနာဆိုတာ နာမ်စေတသိတ်၊ စိတ်နဲ့ယှဉ်ပြီး ဖြစ်တာ ရုပ်တို့ရဲ့ ဖောက်ပြန် နှိပ်စက်နေတဲ့ ဒါဏ်ရာဒါဏ်ချက်တွေကို စိတ်က သိပြီးတော့ အဲဒီအသိနဲ့ဟဲ့ပြီး ဝေဒနာလေးခံစားတာ။

ခါးဆိုတာက သမုတိသစ္စာ တနည်း ပညတ်တရား ပထဝီ အာပေါ တေဇော

ဒါဝေဒနာဆိုတဲ့ ခါတ်ကြီးလေးပါးက ရုပ်တရား ပရမတ္ထတရားတွေ၊ ခါးကို ရှုမလား ဓါတ်လေးပါးကိုရှုမလား၊ ဓါတ်လေးပါးကို ရှုရပါမယ်။ ရုပ်ဖောက်ပြန် တာကို ဝေဒနာလို့ ရှုရင် မှားပါတယ်။

နာကျင်ကိုက်ခဲတာကို ကုန်အောင်မရှုပါနဲ့ ကုန်အောင်ရှုလို့လည်း မရပါဘူး။ ကုန်လည်းမကုန်နိုင်ပါဘူး။ ရုပ်တရားက ကိုယ်မှာဖြစ်တာ၊ ဝေဒနာက စိတ်မှာ ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် နာကျင်တာကရုပ်တရား၊ ဝေဒနာက နာမ်တရားပါ စိတ်ရှိ သမျှ ခံစားမှုဝေဒနာတွေရှိနေပါတယ်၊ မကုန်ပါဘူး။

တောင့်တင်းတာ၊ ခူးတာအောင့်တာတွေ အအေးကြောင့် အပူကြောင့် အာဟာရမှုကုသိုလ်မှုကြောင့် ဖြစ်လာတဲ့ ကိုယ်မှာဖြစ်တာမှန် သမျှ ဝေဒနာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဝေဒနာလို့ရှုရင် မှားပါတယ်၊ တရားသဘောကို မသိနိုင်ပါဘူး၊ ကိုယ်မှာဖြစ်လာတဲ့ နာကျင်ကိုက်ခဲမှု တင်းတောင့်မှု ယားယံမှု တွေကို သိရှိခံစားတဲ့ သဘောတာက ဝေဒနာပါ၊ ဝေဒနာဟာ အသိစိတ်နဲ့ တွဲကပ်ဖြစ်ပါတယ်။ နာမ်တရားပါ။ (အရှင်ဥာဏိဿရ)

မြတ်စွာဘုရားတောင် တရားဟောရင်း ခါးကိုက်ခါးနာရောဂါတွေ ဖြစ်လာတဲ့အခါ ဒန္တာကိုယ်ကြီး သိပ်ကို ပင်ပန်းနွမ်းနယ်လာရင် လဲလျောင်း အနားယူရပါတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားတောင်မှ မကုန်တဲ့ ရောဂါတွေ ဝေဒနာ တွေကို တရားအားထုတ်သူတွေက ကုန်အောင်လုပ်မယ်ဆိုရင် မလုပ်နိုင်ပါဘူး၊ လုပ်လို့လည်းမရပါဘူး၊ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရောဂါတွေ ဝေဒနာတွေ ကုန်သွား အောင် ပျောက်သွားအောင် မကြိုးစားရပါဘူး၊ ဒုက္ခသဘောတွေ သိအောင် နားလည်အောင် ရှုမှတ်ရမှာပါ (အရှင်ပညိဿရ) ကြာကြာထိုင်လို့ ကိုယ်မှ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုတွေကို ဝေဒနာလို့ ထင်နေကြတယ်၊ အမှန်က နာတာဟာ ဝေဒနာမဟုတ်၊ ဝေဒနာဟာ ခံစားတတ်တဲ့ သဘော သက်သက် ပါ။

နာတာကရုပ်-နာ သဘောကို ခံစားတာကမှ ဝေဒနာပါ ကိုယ်ဖြစ်တဲ့ နာ သဘောကို စိတ်နဲ့ ဖြစ်ပေါ်ဖြစ်ဘက် ဝေဒနာကခံစားတာပါ။ အာရုံကို ဖမ်းယူတတ်တဲ့ စိတ်ကနာတဲ့ဆီကို အာရုံပြုတော့ ဝေဒနာက သိရှိခံစား လိုက်တာပါ။

ဝေဒနာဖြစ်လာအောင် တမင်တကာ ကြာကြာထိုင်ပြီးတော့လည်း လုပ်မယူပါနဲ့၊ ဖြစ်လာပြီးတာကိုလည်း ကုန်သွားအောင် ပျောက်သွားအောင် လုပ်မယူပါနဲ့ ၊ သူ့သဘောအတိုင်း ဖြစ်ပျက်တာကို တရားရှုသူက အလိုက်သင့် ရှုမှတ်ဖို့သာ အရေးကြီးပါတယ်၊ မှန်မှန်ကန်ကန်ရှုမြင်တတ် နှလုံးသွင်း တတ်ဖို့သာ အရေးကြီး ပါတယ် (ဓမ္မဒူတ-အရှင်ပညိဿရ)

စာဖတ်သူ အကျိုးရှိပါစေ

အမှတ်(၅)ဖြစ်တဲ့ နေနည်း-သေနည်း စာအုပ်ကို စာဖတ်သူလက်သို့ အရောက်ပို့လိုက်ပါပြီ၊ စာဖတ်သူ၏ အကျိုးကိုမျှော်၍ စေတနာဖြင့် ဒါနပြုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အမှတ်စဉ်(၁) နှင့် (၂)သည် ဖတ်ပြီး သိရန်ဖြစ်ပါသည်။ အမှတ်စဉ်(၃) ဝိပဿနာ။ (၄)စူဠသောတပန် (၅)နေနည်းသေနည်းစာအုပ်(၃)အုပ်သည် ဉာတပရိညာဖြင့် ဖတ်ပြီး သိရန်နှင့် သိပြီး ကျင့်ကြံအားထုတ်ရပါမည်။ ဒီဘဝအတွက်တွင်မက သံသရာတစ်ခုလုံးအတွက် ဖြစ်ပါ၍ ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြပါ။

အကယ်၍ မိမိသိပြီးရုံမျှမက ကျင့်ကြံအားထုတ်ပြီးလျှင်လည်း ဤဘာအုပ်များကို အခြားသူသို့ လှူဒါန်းလိုက်ပါ။ ကျွန်တော်သည် တော်၍ တတ်၍ ဆရာလုပ်နေခြင်း မဟုတ်ပါ။ နေ့သလောက်သာသိပါသည်။ အားထုတ်ရန်လိုပါသေးသည်။ မိမိနှင့်စပ်သူများကိုလည်း အပါယ်ဘေးမှလွတ်ပြီး နေ့ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်စေကြောင်း စေတနာမှန်ဖြင့် -

မြင့်ရွှေ (ပေါင်းတည်)

၀၉ ၅၃၅ ၁၄၁၀

ဓမ္မမိတ်ဆွေ

ဓမ္မမိတ်ဆွေသည် အင်မတန်ကံထူးသူ တစ်ယောက်ဖြစ်ပါတယ်။ သံသရာအဆက်ဆက်က ပြုခဲ့တဲ့ ဒါနကုသိုလ်ဆောက်တည်လာခဲ့တဲ့ သီလကုသိုလ်၊ ပွားများအားအားထုတ်ခဲ့တဲ့ ဘာဝနာကုသိုလ်တွေရဲ့ အကျိုးပေးချိန်တန်လို့ လူ့ဘဝမှာ လူလာဖြစ်ရပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ယောက်လည်း ဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာချင်းလည်း မတူပါဘူး။ ဘာသာ သာသနာ ဖွံ့ဖြိုးတဲ့ အရပ်မှာဖြစ်ရတာ သစ္စာဉာဏ်ကို နာရသူတစ်ယောက်ဖြစ်ပါတယ်။ (ဘုရား•သစ္စာလေးပါးမြတ်တရားကို ဆရာမကူ မိမိကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်းသိမြင်သူဖြစ်ပါတယ်) သစ္စာလေးပါးကို သိမှသာ ဘုရားဟု ခေါ်ပါသည်။ သစ္စာဉာဏ်မသိဘဲ သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာ၊ စကဲ့ အရိယာ ဖြစ်ဘူးသူ တစ်ဦးမှမရှိပါဘူး။ သစ္စာဉာဏ်နာရဖို့အောင် ဘယ်လောက်ကံထူးသလဲဆိုတာ ဘယ်ကျောင်း၊ ဘယ်ရိပ်သာမှ မသွားရဘဲ အိမ်နားက ဓမ္မာရုံမှာ ဘုန်းကြီးက သစ္စာဉာဏ် လာဟောရတာ။

ဓမ္မာရုံတောင်မသွားချင်ဘူးဆိုရင်တောင် အိမ်မှာဘင် ကက်ဆက်ခွေတို့ VCD တို့နဲ့ တရားနာနိုင်လောက်အောင် ထူးခြားပါတယ်။ တရားဟောတာအသံဆိုတာ မကြာခင် မေ့သွားမှာစိုးလို့ ဘုန်းဘုန်းဟောတဲ့ သစ္စာတရားတွေကို စာအုပ်တွေရေးပြီး အိမ်တိုင်ယာရောက်လာဖို့တဲ့ လူလည်းရှိနေပြီ။ ပက်လက်ကုလားထိုင်မှာ ဇိမ်နဲ့ သစ္စာဉာဏ်နာရတဲ့ ဘဝကို ကံထူးစွာနဲ့ ရရှိလာပါပြီ။ တစ်ခုဘဲ ရှိတော့တယ် သစ္စာဉာဏ်ကို သိပြီး <u>ကျင့်ဖို့တစ်ခုထဲပါ။</u>

တစ်ခုထပ်ပြောပါဦးမယ်။ တရားအားထုတ်တာတော့ ဟုတ်ပါရဲ့ ငါ တရားရဖို့ ပါရမီပါရဲ့လား တရားမရနိုင်တဲ့ ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် (ပညာအသိမပါသူ)များ ဖြစ်နေသလားလို့ သံသယ လုံးဝ မဝင်ပါနဲ့။

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ရဲ့ ဟောပြောချက်ဩဝါဒတွေရှိပြီးသား သစ္စာဉာဏ်နာရသူဖြစ်ပြီး (တနည်း) သစ္စာကို ဟောတဲ့တရားစာအုပ်တွေဖယ် (ယခုပို့ထားသော စာအုပ်များ)ကို လိုလိုချင်ချင်ဖတ်ပြီးပြီဆိုရင် (သစ္စာဉာဏ်နာပြီးသူဖြစ်ပြီ) ပါရမီကိုလည်း မစဉ်းစားနဲ့တော့ ယခုဘဝ တရားမရနိုင်တဲ့ ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်မဟုတ်မပေါ့ကြောင်း ရာနှုန်းပြည့်ယုံကြည်လိုက်ပါတော့ အားထုတ်မယ်ဆိုရင် ဒီဘဝတွင် တရားရနိုင်သူတစ်ယောက်ဖြစ်ကြောင်း ဆရာတော်ကြီးများက အာမခံထားပါသည်။

ဒါကြောင့် မနက်ဖန်တဘက်ခါ အားမှ ကလေးကငယ်သေးလို့ - ပင်စင်ယူမှ . . . ဆိုပြီးတော့ ရှောင်ဖယ် ရှောင်ဖယ်မလုပ်ပါနဲ့ အသေမဦးခင် ဉာဏ်ဦးအောင် တရားအားထုတ်ပါလေတော့လို့ အသိပေးလိုက်ပါတော့တယ်။

ကံထူးသူမှ ဉာဏ်ထူးသူဖြစ်အောင် အားထုတ်လိုက်ပါ

နေ့စဉ်အလုပ် နေ့စဉ်လုပ်ပါ

စာရေးသူ/စာဖတ်သူတို့သည် အောက်ပါကိစ္စများကို နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်သွားပါက ကြီးမားသော အကျိုးဖြစ်ထွန်းပါမည်။ အစိတ္တာဦးစီးပြီး တကျာနဲ့ တသံသရာလုံး နေလာကြတော့ အခက်အခဲဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကဖြည်းဖြည်းလွယ်ကူသွားပါလိမ့်မယ်။ လေးသချေ်နှင့် ကမ္ဘာ တစ်သိန်း ပါရမီဖြည့်လာတာတောင် မွေးမွေးချင်းဘုရားမဖြစ်ပါဘူး။ ကျင့်ရင်းနဲ့သာ ဘုရားဖြစ်သွား တာ ဒါကြောင့် ကျင့်ရင်လွယ်လာပါလိမ့်မည်။

(၁) အိပ်ယာနိုးနိုးခြင်း (မထသေးဘဲ) ဗုဒ္ဓံသရဏံ - နမောတဿ - မေတ္တာပို့ အဆင်ပြေရာ (၅မိနစ်)ခန့် ရွတ်ဖတ်ခြင်းဖြင့် အားထုတ်ပါ။

(၂) မျက်နှာသစ်၊ ရေချိုး၊ အိမ်သာတက်ငြေ ခန္ဓာဒုက္ခကို ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပါ။

(၃) အစားအသောက်စားလျှင် အဓိဋ္ဌာန်ပြု မေတ္တာပို့ပြီးမှ စားသောက်ပါ။

(၄) တခါတရံ (နေ့စဉ်)ပစ္စုပ္ပန်ခဏတွင် ဆောက်တည်ပါ။ (ထမင်းဟင်း ရောပြီး တခွက် တည်းဘွင် ထည့်၍ စားပါ။ လောဘသတ်နည်းဖြစ်ပါတယ်)

(၅) ထမင်းဟင်းကျန်များကို သတ္တဝါကလေးများအသက်ရှင်အောင် စိတ်ထားပြီး ဒါနပြုပါ။

(၆) ငါးပါးသီလကို တတ်နိုင်သလောက်မြဲအောင်နေပါ။ အခါအားလျော်စွာ ဥပုသ် စောင့်ပါ။ တစ်မိနစ် နှစ်မိနစ်လောက်ပြီး တန်ဖိုးကြီးပါတယ်။ စောင့်နိုင် သလောက် စောင့်ပါ။

(၇) ဂုဏ်ပုဒ်း ခြင်း (ပစ္စုပ္ပါန်အားသုံး) ပသတ်ပိဓာတ် ထိန်းပါ။

(၈) အရက်သေစာမသောက်ပါနဲ့ အရက်စွဲမနေသူများ တပတ်တစ်ရက် မွေးနေ့တွင် မသောက်ပါနဲ့ ကစ်လကြာလျှင် (၂)ရက် နောက်(၃)ရက် စသည်ဖြင့် ဖြတ်သွားပါ။ ဇောက်မုချ ပြတ်သွားပါတယ်။

(၉) ခိုးယူခြင်း၊ (ခိုးမျိုး ၂၅မျိုး)ဖြင့် စီးပွားမရှာပါနဲ့ ဘာမာအာဇီဝဖြစ်ပါစေ။

(၁၀) ဒီနေ့လိမ်ညာမပြောပါဟု အဓိဋ္ဌာန်ပြုပါ။

(၁၁) တစ်နေ့တာ သူများမကောင်းကြောင်း (အပေါင်း)မပြောပါဟု အဓိဋ္ဌာန်ပြုပါ။

(၁၂) မိုက်မှားသူကို အပြစ်တင်ခြင်းထက် ခွင့်လွှတ်ပေးပါ။

(၁၃) အားလပ်ချိန်များတွင် တရားမွေ့ဖြင့် တရားနာပါ။ တရားစာအုပ်ဖတ်ပါ။

(၁၄) သတ်မှတ်ချိန်တစ်ခုထားပြီး တရားအားထုတ်ပါ။ (တစ်မိနစ်ကစ တန်ဖိုး ရှိပါတယ်) တစ်နေ့ တစ်နာရီခန့် အားထုတ်ပါ။ ပိုတာပိုကောင်းပါတယ်။

(၁၅) သီချင်း ရုပ်ရှင်များ တဖြည်းဖြည်းလျှော့ကြည့်ပါ။

(၁၆) တောင်းရမ်းသူလာလျှင် တတ်နိုင်သလောက် လှူပါ။ မောင်းမထုတ်ပါနဲ့၊ ကုသိုလ်လာ ပေးတာပါ။ (နတ်ပြည်မှာတောင် ဒီလိုကုသိုလ်မျိုး မရနိုင်)

(၁၇) အနတ္တသဘောကို နားလည်ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်တောင် မပိုင်တာ သူများကို လည်း ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာတွေ မဖြစ်တာကို တရားနဲ့ နားလည်ပါ။

(၁၈) မိသားစုတွေဆိုတာ ရထားပေါ်မှာ တွေ့ကြတဲ့ အတူခရီးသွားတွေပါ။ ဘူတာရောက်

တော့ ဘုဟာသူလမ်းခွဲသွားကြမှာပါ (ဧည့်သည်တွေပါ) ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပါ။

(၁၉) နေ့စဉ်နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်၊ ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို နားလည် သဘော ပေါက်အောင် အဖန်တလဲလဲ ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပါ။

(၂၀) နေ့စဉ် အလုပ် (စားသောက်၊ ရေချိုး၊ စာရေး၊သွား) တိုင်းကို သတိလေးနဲ့ နေ့စဉ် လုပ်ဆောင်သွားပါ။ ရုပ်ရှင်ကြည့်ရင်း ဘာဝနာဖြစ်စေရန်

ကြည့်ကတ်ရင် ဘာဝနာ မကြည့်တတ်ရင် တဏှာတဲ့၊ မနေနိုင်လို့ ကြည့်မိရင်လည်း တစ်ခါတရံ ဘာဝနာရှုပါ။ ကိုရီးယားကြည့်ရင်း မင်းသား/မင်းသမီး (အဆင်းအာရုံ) မျက်စိ (ဒွါရ)နှင့် ဆုံလို့ မြင်သိစိတ်ပေါ်လို့ မြင်တယ် ခဏကြာပျောက်သွားတယ်။ (ပေါ်ပြီးပျောက်) အာရုံနှင့် ဒွါရ တိုက်ဆိုင်ပြီး မြင်သိစိတ်ပေါ်၍ မြင်တာဖြစ်တယ်။

မင်းသမီးက (အဆင်းက) (ရုပ်) မျက်စိက (ရုပ်)မြင်သိစိတ်က (နာမ်)ရုပ်နှင့် နာမ်တို့ အလုပ်လုပ်နေတာ (ငါမပါပါ) ခဏကြာပျက်သွားတော့၊ ဖြစ်ပျက် (အနိစ္စ) ရုပ်နှင့် နာမ်ကလည်း မမြဲပါ(ဖြစ်ပျက်ဘဲ) ကြည့်တတ်ရင် ဘာဝနာ(တရား)ဖြစ်ပါတယ်။ တခါတရံ ဆင်ခြင်သုံးသပ် ကြည့်ပါ။ တရားဖြစ်ပါတယ်။ (အသံလည်း ဒီအတိုင်းဘဲပေါ့)။

* သဗ္ဗေသတ္တာကမ္မသကာ *

ဗုဒ္ဓကတော့ ဆင်းရဲခြင်းကင်းဝေးရာလမ်းကိုသာ ပြသညွှန်ကြားပေးတာဖြစ်ပါတယ်၊ တကယ်ချမ်းသာသုခကို လိုချင်ရင်တော့ အဲဒီလမ်းကို သင်ကိုယ်တိုင် လျှောက်လှမ်းဖို့ တာဝန်ရှိပါ တယ်။

အနာလွတ်ဆေးကတော့ "ဝိပဿနာ" ရှုမှတ်လေ့ကျင့်တဲ့နည်းပါပဲ၊ ဒုက္ခပျောက်ဆေး ကိုတော့ သိလည်းသိ၊ လက်ဝယ်လည်းပို့ပေးပြီး ရောက်ရှိနေပါပြီ၊ စိတ်ရောဂါ ကိုယ်ရောဂါ တကယ်ပျောက်ကြောင်းလဲ တကမ္ဘာလုံးမှာ ထင်ရှားကျော်ကြားနေပါပြီ။

ဆေးကောင်းတော့ သန်းခေါင်၊ ဆေးစစ်တော့ ခါးတယ်ဆိုပေမဲ့ ဓမ္မဆေးကြီးကို လူယ် ကူသက်သာစွာ မှီဝဲသုံးဆောင်နိုင်အောင်လို့ အထူးကြံဆောင်ပြီး ဝိပဿနာဟာ ကြောက်စရာ လန့်စရာ မျှင်းရိစရာ ပင်ပမ်းပဲ့မအားပုပ်နည်းမပုပ်ကြောင်းကို အခါးပေါ်သကာလောင်းလို့ စားရမျိုရလွယ်ကူအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ပြီး လက်ဝယ်အရောက်ပို့ပေးထားပြီးဖြစ်ပါတယ်။

"ဝေဒနာပျောက်ဆေး"ကိုတော့ အထပ်ထပ်အာမခံပြီးပါပြီ၊ မစားကြည့်ရသေးဘဲနဲ့ မကြိုက်ဘူး၊ ခါးမယ် မစားချင်ဘူး ပါးစပ်ပျက်နေတယ်၊ နောက်မှပဲ စားမယ်လို့ အကြောင်းပြ ရှောင်ဖယ်ရင်တော့ ဆေးဆရာမှာ ပြောစရာစကားကုန်ပြီဆိုသလို စာရေးသူရဲ့စေတနာကတော့ ကြိုးစားကြည့်ပါဦးလို့ တိုက်တွန်းဦးမှာပါ။

လောကမှာ ဘယ်လိုမှကယ်တင်လို့မရတဲ့ လူမျိုးတွေလည်း ရှိတတ်တာသဘာဝမို့ "သဗ္ဗေ သတ္တာ ကမ္မသကာ" သဗ္ဗာငါတစ်ခု၊ ကံတစ်ခုရယ်လို့ ဥပေက္ခာပြုရပါတော့မယ်။ ကိုယ့်အကြောင်း နဲ့ကိုယ်ပါပဲ။

ပဌာန်းဆက်ပါတယ်လို့ပြောကြသလို အကြောင်းတိုက်ဆိုင်လို့ "ကံ"ပါလာတဲ့သူတွေ အတွက် "ဆေးပေးပါတယ်"အားပါးတရ စိတ်ချလက်ချမှီဝဲသုံးဆောင်တော်မူကြပါလို့ နိဗ္ဗာန် အကျိုးမျှော်၍ စိတ်စေတနာနဲ့ တိုက်တွန်းလိုက်ရပါတယ်။

နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

<u>ဥဒါန ကဗျာ</u>

ဘဝဖြစ်ပုံ
ဆင်ခြင်တုံတရား
ရှေ့မှာထား၍
ငဲ့စား နှိုင်းဆောက်
မိုးသောက်က နေဝင်
ပူပင် ကြောင့်ကြ
တောင့်တကြီးကုတ်
အလုပ်နှင့်လက်
ရက်ဆက်လများ
တဖားဖားနှင့်
စားဝတ်နေရေး
ပျော်ပူရှင်ခလေး
စိတ်မအေးဘဲ
ကျိတ်တွေးကြံဆ
လုပ်နေရလည်း
ဘာပြည့်စုံ
မဖူလုံခဲ့။
ပစ္စည်းမျိုးစုံ
ပုံ့နေလည်း
မသေအောင် စား
မအားအောင် ရှာ
ဤခန္ဓာကို
စားပါ သောက်ပါ
ဝတ်ဆင်ပါဟု
ပျာပျာသလဲ

ကျွန်မဲ့ကျွန်စုတ်
လုပ်ကျွေးပြုစု
ယုယချစ်ခင်
နှင်ကြိုင်နာ
နှံ့ခန္ဓာက
ပညာနည်းကို
အိုသိုက် နာလိုက်
သေမင်းကြိုက်အောင်
ရိုက်ချောင်းပုပ်ပေပ်
အသေသတ်လည်း
မပြတ်သံယောဇဉ်
အမှင်တန်းကာ
ငါ့ကိုယ် ငါ့ဟာ ငါ့ဥစ္စာဟု
သင့်မှ ဒိဋ္ဌိ ခံနေသည်။

ဤခန္ဓာမှာ
ဘာကိုသင်က ချစ်နေရသလဲ။
အထင်ကြီးရာ
ဤခန္ဓာမှာ
တန်ဘိုးဘာတွေ ရှိသလဲ။
ဖရိုဖရဲ
ပြိုကွဲဖောက်ပြန်
အလောင်းကျန်မှ
ရွာကလက်မခံ

သုသာန်ကို ထုတ်
မီးဖုတ် ဖျက်ဆီး
အချည်းနှီးဘဝ
သုံးမရဘဲ
ဆုံးရှုံးရပြီမဟုတ်လား
နောက်ဘဝမှာ
ပါယ်ရွာဇာတိ
ကျိုးမရှိဘူး
အတိဒုက္ခ
ရောက်ရတစ်ခါ
သံသရာလမ်း
ကံထမ်းသမား
လျှောက်သွားရပြန်ပြီ
မတ်စောက်ကြီးမား

ဘဝချောက်ကမ်းပါးမှာ
ဇောက်ထိုးမိုးမျှော်
ကျရင်းပျော်သည်
ဩော် အနန္တလူ့မိုက်
ဒုက္ခကြိုက်ရယ်။

နင့်ထက် မိုက်သူ
ဤဇမ္ဗူမှာတော့
ရှာလျှင် ရှားမည်ငါထင်သည်။

တရားကိုသိတော့
ဘဝကလက်ချည်းကျန် ဖြစ်တော့မည်။
အသေမဦးမီ
ညဏ်ဦးအောင် လုပ်မှပေါ့

သံဝေဂအသိနှင့်
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်ကြည့်မိတော့
ကိုယ့်အဖြစ်ကို သိပြီး
မနှစ်နာအောင်
ကြံဆောင်မည်ဆိုလျှင်
အချိန်မီသေးတာပဲ
ဖွဲမလျှော့ဘူး
စိန်နှင့် ဆန်ကွဲ
ဘာဖြစ်လို့ မလဲရမှာလဲ။

ညစ်မည်းနေတဲ့
အသည်းကို ပြောင်အောင်တိုက်
မည်းမှောင်နေတဲ့ ဘဝထဲက ထွက်
အသက်နှင့် သစ္စာ
ဒီတစ်ခါ လဲလိုက်မည်
ကြံစည်ပြီးသော သူပယ်ယောက်
ညဏ်လမ်းပေါ်မှာ လျှောက်မည်
ခရီး ရောက်သင့်သလောက်ဘော့
ရောက်ဦးမှာပေါ့။ ရောက်မှာပေါ့နော်။

(ဆန်လွင်)

တရားစခန်းဝင်ယောဂီများအတွက်မိတ်ဆက်

မိမိတို့ အဆင်ပြေရာ တရားစခန်းများတွင် ရက်ပိုင်းခြား၍ တရားအားထုတ်ကြပါ သည်။ အားမထုတ်ဘူးသေးသော ယောဂီများလည်း ယောဂီမိတ်ဆက်ကို သိထားပါက အကျိုးများပါသည်။ (တောင်ငူမြို့ ရွှေမင်းဝံ နိုင်ငံတကာဝိပဿနာ အလုပ်ပေးတရားစခန်းကို ဆရာတော် အရှင်အာဒိစ္စရံသီ (စာရေးဆရာဆန်းလွင်)သည် ကမ္မဋ္ဌာန စရိယာအဖြစ် ဦးဆောင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့ရာ ထိုတရားစခန်းဝင် ယောဂီများအား ကြိုတင်၍ သိသင့်သိထိုက်သော ကိစ္စများအနက် ယောဂီမိတ်ဆက်ကို ဟောပြောလေ့ရှိပါသည်။) ထိုဟောပြောချက်များကို ယောဂီများက (စာဖတ်သူများအား) လက်ဆင့်ကမ်းလိုက်ပါသည်။

ယောဂီ၊ ယောဂီဆိုတာ ဘာလဲ

- ဝိပဿနာ ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် ယှဉ်သော သဲ့လ ရှိသူ ဖြစ်သည်။ 'တရားအားထုတ်သူ' ဟု ယေဘုယျ နားလည်နိုင်သည်။ ဤတွင် 'အားထုတ်' ဆိုသော စကား၏ အနက်ကို လေးလေးနက်နက် သိထားသင့်သည်။ 'အား' ဆိုတာ စွမ်းအင်ဖြစ်သည်။ ဤတွင် ရုပ်(ကိုယ်)စွမ်းအင်၊နာမ်စွမ်းအင် (ဉာဏ်)နှစ်ခုစလုံးကို ဆိုလိုသည်။
  'ထုတ်'ဆိုတာ ပေါ်ထွက်လာအောင် ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဒါ့ကြောင့် ယောဂီသည် မိမိမှာ တရားနှင့်ယှဉ်သော ကိုယ်စွမ်း၊ ဉာဏ်စွမ်းတွေ ထွက်ပေါ်လာအောင် လုပ်နေခြင်းကို တရားအားထုတ်နေခြင်းဟု သိထားရမည်။
  'အားထုတ်ခြင်း'ဆိုရာ၌ ယောဂီမှာ အဓိကအားဖြင့် အားထုတ်လိုသော ဆန္ဒပြင်းပြမှု ရှိရမည်။ တရားရအောင် မဖြစ်မနေ လုပ်မည်၊ ဘာပဲ လုပ်ရ လုပ်ရ လုပ်မည်ဆိုသောစိတ် ဆုံးဖြတ်ချက် (အဓိဋ္ဌာန်) ခိုင်ခိုင်မာမာ ရှိရမည်။ ပြီးတော့ မဆုတ်မနစ်၊ အဓိုးကြဲကြဲ အရည်ခန်းခန်း လုပ်မည်ဆိုသော မချော့သော ပွဲ့လ ရှိရမည်။

ယောဂီ၏အင်္ဂါ

(၁) ဧကော - ယောဂီသည် အဖော်မမှီး တစ်ကိုယ်တည်း နေတတ်သူ ဖြစ်ရမည်။
(၂) ဝူပကဋ္ဌော - ဆိပ်ငြိမ်ရာ အရပ်သို့ ချဉ်းကပ်ရမည်။
(၃) အပ္ပမာဒေါ - မမေ့လျော့အောင် 'သတိ' အမြဲတမ်း ကပ်ထားရမည်။
(၄) အာတာပီ - သမ္မပ္ပဓာန်လုံ့လ (မလျှော့သောဇွဲ) ရှိရမည်။
(၅) ပဟိတတ္တော - ယောဂီစိတ်သည် နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ် ရဖို့ကိုသာ အမြဲတမ်း တစိုက်မတ်မတ် စေလွှတ်ထားရမည်။

(မှတ်ချက်။ တရားအားထုတ်ဖို့လာတာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကယ်တင်ဖို့လာတာ၊ စကားပြောဖို့ လာတာမဟုတ်၊ မိတ်ဆွေဖွဲ့ဖို့ လာတာမဟုတ်၊ စီးပွားရှာဖို့ လာတာမဟုတ်၊ ပျော်ဖို့ လာတာမဟုတ်ကြောင်း အမြဲ စိတ်မှာ စွဲထားမည်။)

တရားအားထုတ်သူ၏ ရည်မှန်းချက်

- တရားအားထုတ်သူမှာ ရည်မှန်းချက် ရှိရမည်။ ဆန္ဒ ရှိရမည်။ ဘဝပန်းတိုင်ရှိရမည်။
- အားထုတ်စမှာ ယောဂီသည် မိမိ၏ ဘဝဖြစ်တည်ပုံကို "အန္ဓပုထုဇဉ်" အဖြစ် နားလည်ထားရမည်။ ဉာဏ်မျက်စိ ကန်းနေသူကို ဆိုလိုသည်။ အန္ဓပုထုဇဉ်၊ ဉာဏ်မျက်စိကန်းနေသူသည် လူ့ဘဝ ဖြစ်တည်ပုံ အမှန်တရားကို မသိ နားမလည်သူ ဖြစ်သည်။ သူသည် ဘဝ၏ အမှန်တရားကို သိသော သစ္စာ ဉာဏ်မျက်စိကန်း ဘဝကို ဉာဏ်မျက်စိ ရှိသူ (သုတဝါ)အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲဖို့အတွက် ပထမရည်ရွယ်ချက် ထားရမည်။

ကလျာဏ ပုထုဇဉ် (စူဠသောတပန်)

- သံသရာမှာ အပါယ် တစ်လမ်းသွား အဖြစ်ဖြင့်သာ မျက်ကန်း တစ္ဆေမကြောက် ဖြစ်နေသော ပုထုဇဉ်သည် မိမိကိုယ်ကို ပထမဦးစွာ ဉာဏ်မျက်စိပွင့်သူ၊ ကလျာဏပုထုဇဉ် (စူဠသောတပန်) ဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမည်။ မူလတန်းမှ အလယ်တန်းသို့ ရောက်အောင် ကြိုးစား၍ ဉာဏ်အဆင့်မြင့်အောင် လုပ်သော စာသင်သားကဲ့သို့ပြုရမည် ဖြစ်သည်။ ထိုအဆင့်သို့ ရောက်အောင် အားထုတ်ရာမှာ ဆရာကောင်းကိုရှာ (သူတော်ကောင်းကို ဆည်းကပ်) ပြီး တရားနာခြင်းအားဖြင့် ကိစ္စပြီးနိုင်သည်။ တရားမနာဘဲ တရား အားထုတ်ခြင်းသည် အချည်းနှီး အချိန်ဖြုန်းခြင်းသာဖြစ်သည်။ ခန္ဓာအကြောင်း၊ ဓာတ်အကြောင်း၊ အာယတနအကြောင်း၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် မန္တာသံသရာလည်ပုံအကြောင်း၊ ဖြတ်ပုံအကြောင်း၊ သစ္စာအကြောင်းတွေကို သိလျှင် (နားလည် သဘောပေါက်ပြီဆိုလျှင်)၊ ပုထုဇဉ်သန္တာန်မှာ စွဲကပ်နေသော ငါစွဲ၊ အတ္တစွဲ အမြင်မှား ဒိဋ္ဌိကို ဉာတပရိညာ (သင်ကြားသိမြင်သော ဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြားခြင်း)အားဖြင့် ပယ်နိုင်ပြီ။ ရုပ်သဘော၊ နာမ်သဘော၊ ပညတ်သဘော၊ ပရမတ် သဘောကို ခွဲခြားသိပြီ။ ထိုရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတို့သည် အကြောင်းအားလျော်စွာသာ ဖြစ်ကြသည် ဆိုသောအကြောင်း ကျိုးဆက်တရားအမြင်ကို ဆင်ခြင်တတ်ပြီ၊ နားလည်ပြီဆိုလျှင် ထိုသူသည် အပါယ် တစ်လမ်းသွား ဘဝက လွတ်ပြီး အန္ဓပုထုဇဉ်အဖြစ်မှ ကလျာဏပုထုဇဉ် အဖြစ်ကို ရောက်ပြီ။ ဝိပဿနာ အောက်ဉာဏ် နှစ်ဉာဏ်ဖြစ်သော နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်နှင့် ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ကို ရပြီး စူဠသောတပန်(သောတပန်အငယ်စား) ဖြစ်ပြီ။တစ်ဘဝ အတွက်တော့ စိတ်ချရပြီ။ သေလျှင် အပါယ်တစ်လမ်း သွားအဖြစ်ကလွတ်ပြီ။

မဟာသောတပန်ဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးသည်

ယောဂီသည် ယခုဘဝ ရခဲလှစွာသော ဗုဒ္ဓ သာသနာတော်ကြီးနှင့် ကြုံကြိုက်တုန်း မှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အပယ်တစ်လမ်းသွားဘဝက တစ်ဘဝ လွတ်မြောက်သော ကလျာဏ ပုထုဇဉ် (စူဠသောတပန်) ဖြစ်ရုံဖြင့် အားရကျေနပ် မနေသင့်။ ဒီဘဝ ဒီသာသနာမှာပင် ငါသည်

အနည်းဆုံး **မဟာသောတာပန်အစစ်** ဖြစ်ရမည်ဟု ဒုံးဒုံးသန္နိဋ္ဌာန် အပြီးချထားရမည်၊

မြန်မာနိုင်ငံတွင် 'သောတာပန်'ဟု ပြောလျှင် အထိတ်တလန့် ဖြစ်သူများသည်။ ဘာကြောင့် အထိတ်တလန့် ဖြစ်ကြတာလဲဟု မေးလျှင် **'သောတာပန်'** ဆိုတာ ဖြစ်နိုင်ကောင်းသော အရာ မဟုတ်ဟု စွဲစွဲမြဲမြဲ ယုံကြည်နေကြသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထိုသူ များသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သောတာပန်နှင့် မထိုက်တန်သူများဟု အထင်ရောက်ရှိ နေအောင် ပြုလုပ်ခြင်းခံရသူများဖြစ်သည်။

သောတာပန်အလွယ်ကလေး

ဤတရားခခန်းသည် ဘဝပန်းတိုင်မဲ့ တရားစခန်းမျိုး မဟုတ်၊ လူတွေကို ခေါ်ပြီး အချိန်ကုန် လူပန်းအောင် လုပ်နေသောနေရာ မဖြစ်စေသင့်၊ ဤနေရာသို့ လာရောက်တရားအားကုတ်သော ယောဂီသည် မိမိကိုယ်ကို ငါသောတာပန် ဖြစ်အောင်လုပ်ဖို့ လာတာဟု ဘထစ်ချ ယုံကြည်စွဲမှတ်ထားရမည်။ သောတာပန် ဖြစ်ရေးကိစ္စသည် ခဲယဉ်းသော အလုပ်မဟုတ်ကြောင်းကို ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ကြီးများ၏ အဆိုအမိန့်များကို ထုတ်ပြမည်။

မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ကြီး အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏ အဆိုမှာ ဤသို့ ဖြစ်သည်။

ကြိုးစားလျှင် သောတာပန်ဖြစ်နိုင်

မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော်မှာ - **'တသ္မာတိဟာနန္ဒ ဓမ္မာဒါသံနာမ၊ ဓမ္မ ပရိယာယံ ဒေသဿာမိ'** အစချီတဲ့ ဤတရားမှန်ကြီးကို ကြည့်ရှုသောအခါ သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ အကြောင်းမှာ ရတနာသုံးပါး၏ ဂုဏ်တော်ကို လေးလေးနက်နက် ကြည်ညိုခြင်းနှင့် လူဝတ်ကြောင်းများမှာ ငါးပါးသီလ စင်ကြယ်ဖို့သာဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် လည်း ဝိသာခါ ကျောင်းအမသည် မြတ်ဗုဒ္ဓကို ပထမဖူးရစဉ် (၇)နှစ် အရွယ်ကပင် သောတာပန်တည်ခဲ့၏။ ဓမ္မာသောကမင်း၏ အသန္ဓိမိတ္တာဒေဝီသည် ဘုရားရှင်၏ အသံတော်နှင့် အထိုက်အလျောက် တူသော ကရဝိတ်ငှက်၏ အသံကိုကြားရ၍ ဘုရား ကို မဖူးလိုက်ရဘဲလျက် ကြည်ညိုသော အဝေစ္စပသာဒ(သဒ္ဓါ)ကြောင့် ခမောင်းမ ခုနစ်ရာနှင့်အတူ သောတာပန် ဖြစ်ကြ၏။

သောတာပန်စစ်တမ်း

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးကလည်း အထက်ပါတရားမှန် ကြီး (ဓမ္မာဒါသသုတ်)ကိုပင် ကိုးကား၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သောတာပန်ဖြစ်ကြောင်း သိနည်းကို ဟောကြားတော်မူထားသည်။ ရတနာသုံးပါး၌ မတုန်မလှုပ်ယုံကြည်သက် ဝင်သော 'အဝေစ္စပသာဒ(သဒ္ဓါ)တရားနှင့် ပြည့်စုံသည်ဆိုလျှင် မိမိကိုယ်၌ ငါးပါးသီလ ပြည့်စုံစင်ကြယ်ပြီ ဆိုလျှင် ငါသည် သောတာပန် ဖြစ်ပြီဟု ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်ကြောင်း ဟောတော်မူသည်။ သူတစ်ပါးထံ၌ အဆုံးအဖြတ်ခံရန် မလိုကြောင်း ပြထားသည်။ ထို့ပြင် သောတာပတ္တိယင်္ဂနှင့် ပြည့်စုံသည်ဟု

ယူဆသော အရိယာ သာဝကသည် ဘုရားရှင်လက်ထက်က ဝန်ခံပြောကြားသောအခါ အရှင်သာရိပုတြာက 'ဒါယကာ၊သင်သည် သောတာပတ္တိဖိုလ်ကို ဟောကြားအပ်ပေ၏' ဟု ချီးမွမ်းတော်မူကြောင်း ပြထားသည်။

(ဝိပဿနာရှုနည်းကျမ်း(၃-တွဲ၊ နှာ-၂၉)

ဖိုလ်ဝင်စားခြင်း

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ ဤသို့ရှင်းလင်းဆိုးဖြတ်သည်။ 'ပုထုဇဉ်ပင် ဖြစ်သော်လည်း မိမိရရှိ သော လောကီသမာပတ်ကို ဝင်စားနိုင်သေး၏။ အရိယာမှာ မိမိရပြီးသောဖိုလ်ကို မဝင်စားနိုင်ရန် အကြောင်းမရှိချေ။ **သောတာပတ္တိဖလ သမ္မာ ပဋ္ဌပ္ပဋ္ဌာယ၊ သကဒါ ဂါမိဖလ သမ္မာပဋ္ဌပ္ပဋ္ဌာယ ဥပ္ပာဒ်၊ အဘိဘုယျတီတိ ကာထြာဘု** ဤသို့ စသော ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော်ဖြင့် သောတာပတ္တိ ဖလသမာပတ်၊ သကဒါဂါမိဖလ သမာပတ်တို့လည်း ဖြစ်နိုင်ကြောင်းကို တိုက်ရိုက်ဖော်ပြသည်။ အရိယာ ဖြစ်ပါလျက် ဖိုလ်ကို မဝင်စား နိုင်သေးလျှင် သမာဓိနှင့်ဟက္ခ ကြွင်းသော ဣန္ဒြေတို့ အပြည့်အစုံမယက်သန်သေးသော ကြောင့် ဟူ၍သာ ယူဆရန်ရှိတော့၏။ ဖလသမာပတ်ကို အကြိမ်ကြိမ်ဝင်စားနိုင်ပါမှ လည်း စိတ်ချသင့်ပေသည်။

(ဝိပဿနာရှုနည်း(၃-တွဲ)၊ နှာ-၃၂၀)

ဖလသမာပတ်တည်တံ့ပုံ

ဖလသမာပတ်၌ တည်တံ့လိုသော အရိယာသည် ပဌမဦးစွာ (ရှေးအဖို့၌) "ဤမျှကာလ ပတ်လုံး (တစ်နာရီဖြစ်စေ၊ နာရီဝက်ဖြစ်စေ) ဖလသမာပတ်၌ တည်ပါစေ" ဟု ပိုင်းခြား၍ အဓိဋ္ဌာန် ပြုပြီး ဝိပဿနာ ရှုမှတ်အပ်၏။ ဖိုလ်ဝင်စားရန် ဖလသမာပတ် တည်တံ့ရန် ကြောင့်ကြမစိုက်ရ၊ မမျှော်လင့်အပ်၊ မတောင့်တအပ်၊ မှက်ရုံသာ ရှုမှတ်နေအပ်သည်။ ရှုမှတ်နေရင်းက အဓိဋ္ဌာန် ပြုထားသော ကာလပတ်လုံး သင်္ခါရနိမိတ် အလုံးစုံကို အာရုံမပြုဘဲ သင်္ခါရ ချုပ်ငြိမ်းကင်းဆိပ်သော နိဗ္ဗာန်ဓာတ်၌သာလျှင် စိတ်သည် သက်ဝင်လျက် တည်နေ လိမ့်မည်။

ဖိုလ်ဝင်စားခိုက် အာရုံပြုပုံ

ဣဓာနန္ဒ၊ ဘိက္ခုဇဂံသည်ဟောကို-အစချီသော ဂါထာ (ဧကာဒသကအင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်)၌ "အာနန္ဒာ၊ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည်၊ ဤသို့သော အမှတ်သညာရှိ၏။ သညာဖြစ်ပုံကား - အကြင်နိဗ္ဗာန်သည် သင်္ခါရ အားလုံးငြိမ်းရာလည်း ဟုတ်၏။ ဥပဓိ ခန္ဓာ အလုံးစုံကို စွန့်လွှတ်ရာလည်း ဟုတ်၏။ တဏှာ ကုန်ရာလည်း ဟုတ်၏။ တပ်မက် မှု ပြယ်ရာလည်း ဟုတ်၏။ သင်္ခါရချုပ်ငြိမ်း ကွယ်ပျောက်ရာလည်း ဟုတ်၏။ ဤချုပ် ငြိမ်းမှု နိဗ္ဗာန်သည် ငြိမ်သက်၏။ ကောင်းမွန်ပေ၏။ ဤသို့သော အမှတ် သညာရှိ၏။

(ဝိပဿနာရှုနည်း(၃-တွဲ)၊ နှာ-၃၂၈)

အချို့ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဖိုလ်ဝင်စားလျှင် ဖိုလ်သို့လည်း လျင်မြန်စွာ ရောက်တတ်၏။ ဖိုလ်မှလည်း လျင်မြန်စွာ ထတတ်၏။ ဖိုလ်ဖြစ်ချည်တစ်လှည့် ရှုမှတ်ဆင်ခြင်ချည် တစ်လှည့် အားဖြင့် အကြိမ်များစွာ ဖြစ်တတ်၏။ ဝင်စားမှု၌ မနိုင်နင်းသေး၍ ဖြစ်၏။ ဖိုလ်ဝင်စားနေစဉ်မှာ ထိုသို့ အာရုံ(အထူးသဖြင့်) အသံအာရုံကို ကြားသိတတ်၏။ ဥပမာ-ရှင်မောဂ္ဂလာန်သည် သိပ္ပိနီကာ မြစ်ကမ်း၌ သမာပတ်ဝင်စားနေစဉ် မြစ်ထဲသို့ ဆင်များ ဆင်းသက်ပြီး ပြန်တက်စဉ် ဆင်မြည်သံကို ကြားရကြောင်း ပြောသကဲ့သို့ ဖြစ်၏။ အရဟတ္တဖိုလ်သမာဓိ၊ အာနဉ္စသမာဓိကို ဝင်စားခိုက်မှာ မူကား မိုးကြိုးပစ်သည် ကိုပင် မကြားနိုင်ကောင်းချေ။

(ဝိပဿနာရှုနည်း၊ နှာ-၃၃၃)

သောတာပန်ဖြစ်လျှင်-

ငါးပါးသီလကို မကျူးလွန်ပြီ။

- မိစ္ဆာ အာဇီဝဖြင့် အသက်မမွေးတော့ပြီ။
- ဘဝဇာတိကို အလိုရှိသောအားဖြင့် မပြုတော့ပြီ။
- ရတနာသုံးပါးမှတစ်ပါး အခြား၌ ဆရာရှာမှု အညသတ္ထာရ ဥဒ္ဒိဿမှုကို မပြုတော့ပြီ။
- မိမိစိတ်၌ ဤသို့အားဖြင့် သိမြင်လျှင်လည်း မိမိမဂ်ရပြီဟု ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။

(နှာ ၇၉)

ပထမမဂ်သည် သစ္စာသိလျှင်ပြီးသည်

ဤပထမ မဂ်(သောတာပတ္တိမဂ်)သည် ဒဿနပဟာဥ္ဇကိစ္စ ရှိသဖြင့် သစ္စာသိ မြင်ဖို့ အလွန် အရေးကြီးသည်။ အထက်မဂ်များမှာကား ပထမမဂ်ဖြင့် သစ္စာကို မြင်ပြီး ဖြစ်၍ ဘာဝနာ ပဟာသဗ္ဗကိစ္စမျှသာ ကျန်ရှိသည်။

မဂ်စိတ် တစ်ချက်၌ မဂ်ကိစ္စ လေးပါးပြီးသည်

မဂ်စိတ် တစ်ချက်တွင် -

(၁) ဒုက္ခ သစ္စာကို သိခြင်းကိစ္စ၊

(၂) သမုဒယ သစ္စာကို ပယ်ခြင်းကိစ္စ၊

(၃) နိရောဓ သစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းကိစ္စ၊

(၄) မဂ်သစ္စာကို ပွားခြင်းကိစ္စ (၄) ခု ပြီးသည်။ (ပြီးပုံကို ပဋိစ္စသမုပ္ပာဒ် ပဋိလောမပြခန်း၌ အခြေပြု ဝိပဿနာ သင်တန်းတွင် ပြပြီးပြီ)

သောတာပန် ဖြစ်ရကျိုး

၁။ သောတာပန်သည် သုဂတိမြဲ၏၊

၂။ အပါယ်ဘေးမှ အမြဲလွတ်၏၊

၃။ ခုနစ်ဘဝထက် ပို၍ ပဋိသန္ဓေ မနေရပြီ၊

၄။ ဖြစ်ရာဘဝတို့၌ သစ္စာကိုသိရန် ဆရာရှာဖို့ မလိုပြီ၊

၅။ သစ္စာဖြင့် သိမြင်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် အမြဲပါသွားသည်၊

၆။ သေသော်လည်း သရဏဂုံ မပျက်ဘဲ ဖြစ်ရာဘဝ၌ မိမိဘာသာ အရဟတ္တ မဂ်သို့ တက်နိုင်သည်။

(ဦးရေဝတ-စတုသစ္စာဒဋ္ဌိ ကမ္မကထာ၊ နှာ-၃၁၉)

သောတာပန်ဖြစ်ဖို့ ရသေ့ ရဟန်းပြုရန် မလို

၁။ သောတာပတ္တိမဂ်သည် ဒိဋ္ဌိနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာပယ်ရန် တာဝန်ရှိ၏။

၂။ ယင်းကိစ္စအတွက် ရသေ့ရဟန်းပြုရန် မလို၊ ခေါင်းပါးစွာ ကျင့်ရန် မလို။

၃။ ပညာရှိ (ကလျာဏမိတ္တ)ထံ ချဉ်းကပ်၍ ဗဟုသုတရှိအောင် ကြားနာမှတ်သား သင်ယူခြင်းဖြင့်လည်း ယုံမှားခြင်းကို ပယ်နိုင်သည်။

၄။ မိမိဆရာသည် သစ္စာလေးပါးကို ပြောဟောတတ်သော ဆရာဖြစ်ဖို့သာ လိုသည်။

၅။ ဘဲငါး မုဆိုး၊ ခါးပိုက်နှိုက်၊ ခိုးသား ငါးရာကွင်ဖြစ်စေ သစ္စာကို သိမြင်လျှင်သောတာပန် တည်နိုင်သည်။

အထူး။ တရားအားထုတ်ခြင်းသည် ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟကို့ကို ပယ်မှုပင်တည်း။ လူဥပါသကာတို့၌ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတွင် မောဟ(အဝိဇ္ဇာ)ကို ဦးစွာပယ် သင့်၏။ သစ္စာကို သိမြင်သော ဆရာထံမှာ လေ့လာမှတ်သားခြင်းဖြင့် သစ္စာကို သိနိုင်ပါသည်။

(ဦးရေဝတ-စတုသစ္စာဒဋ္ဌိ ကမ္မကထာ၊ နှာ-၃၁၁)

သောတာပန်ဖြစ်ကြောင်း အင်္ဂါ ၄ ပါး

၁။ သပ္ပုရိသသံသေဝေါ - သူတော်ကောင်း ဆရာကို ဆည်းကပ်ခြင်း။

၂။ သဒ္ဓမ္မသဝနံ သစ္စာတရားကို နာကြားခြင်း၊ လေ့လာခြင်း။

၃။ ယောနိသောမနသိကာရော - အသင့်အားဖြင့် နှလုံးသွင်း မှန်ခြြင်း။

၄။ ဓမ္မာနု ဓမ္မပဋိပတ္တိ - သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို ခွာ၍ နိဗ္ဗာန် မဂ်ဖိုလ်သို့ ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်း။

သူတော်ဆည်းကပ်
မြတ်တရားနာ
သင့်ရာစိတ်ထား
မဂ်အားလျော်ဘိ
အကျင့်ရှိလျှင်
စင်စစ်သောတာပန် ဖြစ်၏။

(ဦးရေဝတ-စတုသစ္စာဒဋ္ဌိ ကမ္မကထာ၊ နှာ-၃၁၁)

မဟူစေတီ ဆရာတော်၏ သောတာပန်လမ်း အလင်းကျမ်း

ဥဂ္ဂသေန သူဌေးသားက သားမယားကိုလည်း မစွန့်နိုင်ပါ။ ကျွန်ကျေးသင်းပင်း ကိုလည်း မစွန့်နိုင်ပါ။ ရတနာ ရွှေငွေကိုလည်း မစွန့်နိုင်ပါ။ ဆင်မြင်းကျွဲနွား လောကီ စည်းစိမ်ကိုပစ်ပြီး ရဟန်းလည်း မပြုနိုင်ပါ။ ဆင်းရဲသော ဘဝနှင့် အပါယ်သို့လည်း ဘယ်အခါမျှ မကျရောက်လိုပါ။ လောကီစည်းစိမ် ကာမဂုဏ်အာရုံကို ခံစားလျက်ပင် နိဗ္ဗာန် မဂ်ဖိုလ်ကိုလည်း ရောက်လို ရလိုပါသည်ဘုရားဟု မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက် ထားလေသည်။

ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက ကာမဂုဏ် တန်းလန်းဖြင့် အာသဝပုဂ္ဂိုလ် (အိမ်ထောင်ရှင်များ) နိဗ္ဗာန်သို့သွားသော သောတာပန်းလမ်း ဘုံစဉ်စံစခန်းကို ဟောပြတော်မူသည်။

သောတာပန် ဘုံစဉ်စံလမ်း

ဤလမ်းသည် ရှေးဦးစွာ ဉာဏပရိညာ စခန်းတည်းဟူသော ရုပ်နာမ်ခန္ဓာပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ခက်သစ္စာတရားတို့ကို သင်ကြားပြသပြီးလျှင် ဘက်မြောက်သောအခါ အိမ်ထောင်ကိစ္စကို မပယ်ဘဲလျက် ရုပ်ကောင် နာမ်ကောင် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ကောင်သာရှု သည်ဟု ထင်မြင်အောင် မိမိခန္ဓာ ပေါ်မှာ နေရင်းဆိုင်ရင်း ကာမဂုဏ် ခံစားပျော်ပါးရင်း ရှုနေပြီး ပုဂ္ဂိုလ် သက္ကာဝါ ငါ သူတစ်ပါး သေဘာ့အား မိန်းမ အတ္တ ပျောက်၍ အနတ္တဉာဏ် ပေါက်သူသည် သောတာပန် (စူဠသောတာပန်) ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

သောတာပန်ဖြစ်ကြောင်း အင်္ဂါလေးပါး

လင်္ကာ - သူတော်ဆည်းကပ်
မြတ်တရားနာ
သင့်ရာစိတ်ထား
မဂ်အားလျော်ဘိ
ဒိဋ္ဌိကိုခွာ
ဤလေးဖြာ
သောတာပန်စစ် ဖြစ်ကြောင်းတည်း။ (နှာ-၁၁)

အတက်တွင် ပါဠိတော်နှင့်တကွ ပြခဲ့ပြီ။

သောတာပန်၏ အဓိပ္ပာယ်ကော်ယူပုံ

သောတာပတ္တိမဂ်ဆိုသော စကားသည် မဂ္ဂေါ် သံသရာ နယ်စခန်းမှ ထွက်လမ်းတည်းဟူသော ခရီးအစ ရေအလျဉ်သို့ သောတော-စီးဝင်ခြင်းသည် ပတ္တိ ရောက် ကုန်၏။ မြန်မာစကား သက်သက်နှင့်ဆိုလျှင် နားမှာ ကြားရသော တရားတွင် ပယ်ရမည့် တရားကိုပယ် ကျင့်ရမည့်တရား ကို စွဲမြဲစွာ လက်ခံခြင်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်သို့သွားသော လမ်းစသို့ ရောက်သောသူဟုဆိုသည်။ (အင်္ဂလိပ်လို - The Stream Enterer or Winner ဟု ပြသည်။)

<u>တရားကို နာယူရုံဖြင့် သောတာပန် ဖြစ်ပါမည်လားဟု မေးလျှင် နာရုံဖြင့် မဖြစ်ပါ။ နာသောတရားတိုင်း ကျင့်ကြံ၍ နေတတ်မှသာ ဖြစ်ပါသည်။</u>

သစ္စာတရားကို နာကြားပြီး စိတ်မှာ ယုံကြည်စွဲမြဲသွားဖို့ အရေးမှာ ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် အမြင်ပေါက်ပြီး သိမှသာ ဖြစ်နိုင်သည်။ (ထိုသို့ ခန္ဓာဉာဏ်ရောက်သိစေရန် ဤတရားစခန်းမှာ လာရောက်ပြီး အချိန်တိုတိုအတွင်း မိမိ ခန္ဓာအကြောင်း မျက်ဝါး ထင်ထင်သိအောင် အားထုတ်ကြရခြင်း ဖြစ်သည်ကို နားလည်ပါ)။

ဘုရားလက်ထက်က ဥဂ္ဃဋိတညူ ဝိပဉ္စိတညူ ပုဂ္ဂိုလ်များ တရား အားမထုတ်ဘဲ တရားနာရုံဖြင့် သောတာပန် ဖြစ်ကြသည်။ ယခုခေတ်သည် နေယျပုဂ္ဂိုလ်ခေတ် ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာဉာဏ်ရောက် သိမှသာ တရားရနိုင်သည်။

မင်္ဂလာပါးတွင် သောတာပတ္တိမဂ်သည် ဝိဇ္ဇာသမ်မဟုတ်ပါ၊ ဒိဋ္ဌိသမ်ဖြစ် သည်။ ဒဿနေန ပဟာတဗ္ဗကိစ္စ သစ္စာတရားကို သိမြင်ခြင်းဖြင့် ဒိဋ္ဌိကို ပယ်ရမည့် ကိစ္စဖြစ်သည်။ (သို့သော် ဤသိပ္ပံခေတ်တွင် ခန္ဓာ၏ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခသစ္စာကို မိုက်ခရိုစကုတ် အောက်မှာ မြင်ရသလို ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း မမြင်သေးသမျှ ခန္ဓာ၏ ဒုက္ခသစ္စာကို မသိနိုင်သောကြောင့် အကျင့်နှင့် တွဲဖက်ပြီး ပြရသည်။ ခန္ဓာ၏ ဖြစ်ပျက်ကို မြင်မှသာ ဖြစ်ပျက်မုန်း ဖြစ်ပျက်ဆုံးသို့ ရောက်နိုင်သည်။

သံသရာထွက်လမ်း၊ စခန်းသုံးပေါက်

သံသရာမှ ထွက်လမ်းစခန်းသည် သုံးပေါက်ရှိသည်ဟု မှတ်ပါ။

၁။ ဉာတ ပရိညာစခန်း

၂။ တီရဏ ပရိညာစခန်း

၃။ ပဟာန ပရိညာစခန်း ဖြစ်သည်။

၁။ ဉာတ ပရိညာသည် ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ ဓာတ်သစ္စာ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကို သင်ကြားနာယူပြီး ဒိဋ္ဌိ (သက္ကာယဒိဋ္ဌိကို အသိနှင့် ပယ်ခြင်း ဖြစ်သည်။)

၂။ တီရဏ ပရိညာသည် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာကို ခန္ဓာမှာ အမြင်ပေါက်အောင် သင်ကြားအားထုတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

၃။ ပဟာနပရိညာသည် ဒိဋ္ဌိနှင့်ဝိစိကိစ္ဆာကို ပယ်ပြီးနောက် ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ် အဆင့်ဆင့် တက်ကာ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်သို့ ဆိုက်ရောက်သော စခန်း ဖြစ်သည်။

သောတာပန့်စစ်တမ်း

(ဝိပဿနာ ပါရဂူကျမ်း၊ (၄)စောင်တွဲ၊ နှာ-၉၉)

ဖြစ်ပျက်တွေကို ရှုနေရင်း ဖြစ်ပျက်နေသော အာရုံတရားများနှင့် ဖြစ်ပျက်ကို ရှုနေသော စိတ်ကလေးသည် ချုပ်ငြိမ်း၍ လောကီအာရုံတရားတို့ကို ဘာမျှမတွေ့ဘဲ ဖြစ်သွားခြင်းကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားခြင်းဟု ခေါ်သည်။ ဤအတိုင်းဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်ကို

မျက်မှောက်ပြုတာ မှန်လျှင် ဤယောဂီသည် သောတာပန် ဖြစ်ပြီဟု ကျမ်းဂန်မှာ ဆိုသည်။

သို့ရာတွင် ဝိပဿနာ ရှုနေသော ယောဂီအချို့သည် ဝိပဿနာ ရှုနေရင်း အရှုခံ အာရုံများရော၊ ရှုနေသော စိတ်ရော ပျောက်သွားသလို၊ ချုပ်သွားသလို ဘာမှမသိဘဲ ဖြစ်သွားသလို၊ သတိလစ်သွားသလို၊ အိပ်ငိုက်သွားသလို၊ အိပ်ပျော်သွားသလို အမျိုးမျိုး ဖြစ်တတ်သည်။ ဤသို့ ဖြစ်သွားသည်ကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် ပြုသွားပုံနှင့် များစွာတူသော ကြောင့် မိမိကိုယ်ကို တရားရပြီ၊ မဂ်ရပြီဟု မိမိကိုယ်တိုင် ဖြစ်စေ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းပြ ဆရာက ဖြစ်စေ၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မဟုတ်သည်ကို မဂ်ရပြီ၊ ဖိုလ်ရပြီ၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုတာပဲ၊သောတာပန် ဖြစ်ပြီဟု သုံးဖြတ်ချက် ချတတ်သည်။ ရွှေစစ် မစစ်ကို မှယ်တင်ပြီး ရေမီးစားကြည့်ပြီးမှ သိနိုင် သကဲ့သို့ မဂ်ဉာဏ် စစ်သည် မစစ်သည်ကို စမ်းသပ်ကြည့်ပြီးမှ သိနိုင်သည်။ ပုဂ္ဂလဋ္ဌာန် မဆုံးဖြတ် သင့်၊ ဓမ္မဋ္ဌာန် ဖြစ်သင့်သည်။ ရှေးပညာရှိကြီးများက 'မဂ်ကို သိလို၊ ဖိုလ်နှင့် စမ်းရမည်' ဟု ဆိုရိုးပြုထားချက်ရှိသည်။

မဂ်စစ်မစစ် ဖိုလ်နှင့် စစ်ပုံ

ဝိပဿနာရှုနေသော ယောဂီသည် မိမိက ဖြစ်ပျက်တွေ ချုပ်ဆုံးသွားသည်ကို တွေ့လိုက် ရပြီဆိုသောအခါ မဂ်ရတာ သေချာ မသေချာ စစ်သင့်သည်။ ဘုရားကို ရှိခိုး ဝတ်ပြုပြီးနောက် "မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရတာ ယင်းများမေဖြင့် ဟာစ်နာရီကြာ မျက်မှောက်ပြု၍ နေနိုင်ပါစေ သတည်း" ဟု နှုတ်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ စိတ်ဖြင့်ဖြစ်စေ ဓိဋ္ဌာန်ပြီးလျှင် ရှုမြဲတိုင်း ဖြစ်ပျက်ကိုပင် ရှုနေရမည်၊ စိတ်ကူး ကြံစည်၊ တွေးတော၊ မျှော်လင့်ခြင်း၊ ဝမ်းသာခြင်း စသည် မဖြစ်စေရ၊ မဂ်စစ်လျှင် ဓိဋ္ဌာန် ထားသည့်အတိုင်း တစ်နာရီတိတိ ဖြစ်စေ၊ ငါးမိနစ်ခန့်ပို၊ ငါးမိနစ်ခန့်လျော့၍ ဖြစ်စေ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုလျက် နေလိမ့်မည်။ သို့ရာတွင် ချက်ချင်း ဖိုလ်ဝင်စား၍ ရချင်မှရမည်။ ရသူလည်း ရှိသည်။ မရသူလည်း ရှိသည်။ အနည်းဆုံး ၄-၅ ကြိမ်အထိ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး စမ်းသပ် ကြည့်ရမည်။ အကြိမ်ကြိမ်ဝင်စား၍ မရပါက မိမိရသော တရားသည် မစစ်မှန်သေးဟု သိရမည်။

ဖိုလ်ဝင်စားသူသည် ဝသီဘော်နိုင်အောင် အကြိမ်ကြိမ် အားထုတ်ရသည်။ ခဏ ခဏ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပြီး တင်စားကြည့်ရမည်။

ဖလသမာပတ်စစ်ဟန်း

ဖလသမာပတ်ကို အရိယာ ဖြစ်သူများသာ ဝင်စားနိုင်သည်။ ပုထုဇဉ် မဝင်စားနိုင် ထို့ကြောင့် ဖလသမာပတ် ဝင်စားနိုင်လျှင် အရိယာဟူ၍သာ မှတ်ပေမတော့ဟု ဆိုသည်။

(ဝိပဿနာ ပါရဂူကျမ်း၊ (၄)စောင်တွဲ၊ နှာ-၁၁၇)

ဖိုလ်ဝင်စားပုံ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်းတွင် ဖလသမာပတ်ကို ဝင်စားရာတွင် ရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပျက်ပြင် ကစ၍ ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်အတိုင်း အားထုတ်ရသေးသည်ဟု ဆိုသော်လည်း၊ ဝသီဘော် နိုင်နင်းပြီး

ဝင်စားနေကျ အရိယာများမှာ သိပ်မကြာမီ (၁၀)မိနစ်၊ (၁၅)မိနစ်အတွင်း ဝင်စားနိုင်သည်၊ ဝသီဘော် ကောင်းစွာနိုင်သူ အရိယာများအတွက်မူ မျက်စိမှိတ်လိုက် သည်နှင့် ဝင်စားနိုင်သည်။

ဝသီဘော်မနိုင်သေးမီ အသံကြားရ

သက္ကပဉ္စသုတ်တွင် 'သမာန္နောနမ ဖလသမာပတ် မည်သည်ကား၊ အန္တော သမာပတ္တိယံ၊ ဖလသမာပတ် ဝင်စားနေစဉ်အတွင်း၌ ကဏ္ဏမူလေ နားဝ၌ ဓမနာနသ မှုတ်အပ်သော သခ်ယုဂဥ္ဇသပိ ခရုသင်း နှစ်ခု၏ သဒ္ဒါအသံကို နာသုဏာတိ မကြားရ၊ ထိုထက် ကြီးကျယ်သော မိုးကြိုးသံကိုပင် မကြားရဟု ဆိုသည်။ ပဌ္ဌဝိဉာဏ် မဖြစ်ဟု ဆိုသည်။

မှတ်ချက် ။ ။ ဖလသမာပတ် ဝင်စားနေစဉ် အသံကို မကြားရဟုဆိုခြင်းသည် မှန်၏ သို့ရာတွင် ဖလသမာပတ်ကို ကောင်းစွာ မနိုင်နင်း၍ တစ်ဆက်တည်းဖြစ်အောင် မဝင်စားနိုင်သေး သောအခါတွင် သမာပတ်ကို ဝင်စားသော စိတ်ဖြစ်လိုက်၊ သမာပတ်မှ လွတ်သွားလိုက်နှင့် ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်းဖြစ်၍ နေတတ်သည်။ သမာပတ်၌ စိတ်ကည်သောအခါ အသံကို မကြားရဘဲ၊ စိတ်လွတ်သောအခါ အသံကို ကြားရပြန်သည်။

ဤသို့ ဖြစ်ခြင်းကို ဝိပဿနာသမာဓိ အားနည်း၍ ဖြစ်သည်။ သမာဓိအား ကောင်းအောင် အားထုတ်ပြီး၊ အဓိဋ္ဌာန်တင်၍ စိတ်ထက်သန်စွာ ထပ်ပံအားထုတ်လျှင် သမာပတ်ကို အဆက် မပြတ် ဝင်စားနိုင်သည်။ (ရှင်မောဂ္ဂလန်ကိုယ်တော်ကြီး သိပ္ပိနီ မြစ်ကမ်းတွင် ဖလသမာပတ်ဝင်စဉ် ဆင်သံကြားရပုံ အထက်တွင် ပြခဲ့ပြီးပြီ)

(နှာ-၁၂၄/၁၂၅)

ဣရိယာပုထ် မှိုင်သွားခြင်း

"အပ္ပနံဇဝနံ ဣရိယာပထမ္ပိ၊ သန္နာမေတိ" ဟူသော အဘိဓမ္မာ စကားအရ ဖလသမာပတ် သို့ ရောက်သောအခါ ဖလသမာပတ်သည် အပ္ပနာဇောဖြစ်သောကြောင့်၊ ဣရိယာပုထ်သည် နိုင်ခံ၍ နေတတ်သည်။ သို့ရာတွင် တစ်စုံတစ်ယောက်က လက်ကို ဆွဲယူပြီး မြှောက်ပင့်ထားလိုက် ပါက ထိုလက်သည် အောက်သို့ ပြန်မကျဘဲ မြှောက်ပင့် လျက်ပင် တည်နေတတ်သည်။

(နှာ-၁၂၇)

သောတာပန်ဆိုလျှင် ကဲ့ရဲ့ချင်သူများ

ဤလောက၌ အရိယာ သူတော်ကောင်းတို့ ကဲ့ရဲ့တတ်သူတို့သည် ဤသူများ ဖြစ်ကြသည်။

(၁) မိမိကိုယ်တိုင် ကိုယ်တွေ့ ဗဟုသုတ မရှိသူ၊
(၂) ကျမ်းဂန်စာပေ မနှံ့စပ်ဘဲ သူများပါးစပ်ဖျား လမ်းဆုံးနေသူ၊
(၃) စာတိုပေစလောက်ဖတ်ပြီး ကိုယ့်ကိုကိုယ် ပညာတတ်ကြီးထင်ပြီး ဘဝင်မြင့်နေသူ၊ အထင်ကြီးခံလိုသူ၊
(၄) ကိုယ်တိုင် နားမလည်ဘဲ ကြံဖန်အားထုတ်ဖူးသည့်တိုင် ဌာန်ကရိုဏ်းမကျ၍ မဖြစ်မြောက် သူများ။

(၅) ကိုယ့်ထက်သာ မနာလိုသူများ။
ဤလိုလူစားမျိုးသည် ကဲ့ရဲ့တတ်သည်။

(နှာ-၁၀၈)

တရားလမ်းကြောင်း အသွားကောင်းမှ

မြတ်စွာဘုရားသည် အရှင်အာနန္ဒာအား ဟောကြားတော်မူသော "ဇတသာ အာနန္ဒ ဓမ္မာ အညာဏာ အန နုဗောဓာ အပဋိဝေဒါ" အစရှိသော ဂါထာနှင့် လျှော်စွာ သံသရာမှ ထွက်မြောက်လိုသော ရဟန်းရှင်လူတို့သည် ရှေးဦးပထမလိုရင်း အချက်ကို ပညာရှင် သူတော်ကောင်းဆရာကို မေးမြန်း၍ သံသရာထွက်ကြောင်းတရား ကိုသင်ကြားရမည်။ သင်ကြားသည့်အတိုင်း ကျကျနန တတ်မြောက်ပြီးမှ ကျင့်ကြံပွား များရမည်။

မိုးကုတ်ဆရာတော် - ဝိပဿနာအလုပ်စဉ် စာအုပ်အမှတ်(၁၇) မှ
သောတာပန် ဖြစ်ကြောင်း နှစ်ပါး

နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်ရခြင်းအကြောင်းကား - မိမိနဲ့လျော်ကပ်တဲ့ သစ္စာတရားကို နာကြားရလို့ (တစ်ကြောင်း)၊ အဲဒီသစ္စာကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိလို့ရှိရင် နှလုံးသွင်းမှန်ဖို့က (တစ်ကြောင်း)၊ အဲဒီသစ္စာကို သိပြီး နှလုံးသွင်းလည်း မှန်သွားလို့ရှိရင် ဒီဘဝမှာ (တရား)ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ မှတ်ပါ။

(နှာ-၂၉၇)

ဆရာဘုန်းကြီးက ရတဲ့ခန္ဓာဟာ ဒုက္ခသစ္စာကြီးပဲလို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်(၂)ကွက်ထဲမှာ ပြထားတယ်။ ခန္ဓာထဲမှာလည်း ဆရာဘုန်းကြီးက ဖြစ်ပျက်မြင်အောင် ရှုခိုင်းတယ်။ ကိုယ်က ကိုယ့်ခန္ဓာကို သေသေချာချာ ရှုမှတ်လိုက်တဲ့အခါ ဖြစ်ပျက်တာတွေဟာ ဒုက္ခ တွေချည်းပဲ၊ ဟုတ်တယ် - ဒုက္ခလွတ်တာ ဘာမှ မရှိဘူး ဟုတ်သားပဲလို့ ဆုံးဖြတ်ချက် ကျရင် အဲဒါ နှလုံးသွင်း မှန်သွားပြီ၊ သစ္စာသိတာက နှစ်မျိုး၊ ကြားနာပြီး သိတဲ့ ဒုက္ခသစ္စာ က တစ်မျိုး၊ ဖြစ်ပျက်မြင်ပြီး နှလုံးသွင်းမှန်ပြီး သစ္စာသိတာက တစ်မျိုး။

(အလုပ်စဉ်တရားအမှတ် (၁၄)၊ နှာ-၂၉၉)

အရှင်ကောဏ္ဍညပေးလို့ အရှင်သာရိပုတ္တရာမြေအာ သောတာပန်ဖြစ်ကြောင်း နှစ်ခုပဲရှိတယ်။ သစ္စာသိတဲ့ ဆရာထံမှာ သစ္စာတရားကို နားလည်အောင် သင်ကြားဖို့ နဲ့ သိထားတဲ့တရား မိမိကိုယ်မှာ တကယ်ပဲ ရှိသလားလို့ သိအောင် အားထုတ်ပြီး မြင်လို့ ခန္ဓာထဲမှာ သစ္စာတရား ဒုက္ခသစ္စာ အမှန်ပဲရှိပါလားလို့ ကိုယ်တိုင်သိလျှင် နှလုံးသွင်း မှန်တာပဲ။ နှလုံးသွင်း မှန်သွားလို့ရှိရင် အဲဒီ အချိန်မှာ သောတာပန် တည်တာပဲ။

(နှာ-၃၀၀)

မရဏာသတိ ဘာဝနာကိုပွါးများကြ

မရဏာသတိ ဘာဝနာ ပွါးနေရင်

သေခြင်းတရားကို ဆင်ခြင်ပွားများနှလုံးသွင်းထားရတယ်။ ဒီလိုနှလုံးသွင်းထားတော့ သေရမယ့်ဘေးနဲ့ ကြုံလာတော့ သေရမှာမကြောက်ရတော့ဘူး၊ တခါတုံးက မိသားစု (၆)ယောက် ရှိတယ်။ ဖအေဖြစ်သူနဲ့သားလုပ်သူက တောထဲယာလုပ်သွားရင်း သားလုပ်သူကို မြွေကိုက်လို့ သေပါရော၊ ဖအေလုပ်သူက လမ်းကလာသူ လူတစ်ယောက်ကို ထမင်းတစ်ယောက်စာပို့ဖို့ရန်နဲ့ အိမ်သားအားလုံး တောထဲလိုက်ခဲ့ကြရန် မှာလိုက်တယ်။ တစ်ယောက်မှ မငိုကြဘူး၊ လမ်းကလူတစ် ယောက်ကဝင်လာပြီးမေးတယ်။

ခရီးသွား ။ ။ ခင်ဗျားတို့ဘာတွေများဖုတ်စားနေတာလဲဗျာ၊ သားကောင်များ ဖုတ်စားရင်လဲ ကျုပ်လဲနည်းနည်းပေးကြပါဦးလို့ တောင်းတယ်။

မိသားစု ။ ။ မဟုတ်ပါဘူး၊ သားလေးသေလို့ မီးသဂြိုလ်နေတာပါလို့ပြောတယ်။

ခရီးသွား ။ ။ နို့ ဒီလိုဆို ခင်ဗျားတို့မျက်နှာတွေက ငိုလားဘာလား ပူဆွေးမှုလဲ တစ်ခုမှ မတွေ့ကြပါလား၊ သားကတော်တော်ဆိုးသလားလို့မေးတယ်။

ဖခင်ဖြစ်သူ ။ ။ ကျုပ်သားကိုချစ်တာမှပြောမပြလောက်အောင် ချစ်တာပါ။ ဒါပေမယ့် သေတယ်ဆိုတာ မြွေအရေလဲသလိုပါပဲ၊ ဒီဘက်ဘဝက ဟိုဘက်ဘဝ ပြောင်းသွားတာပါ။ လွမ်းစရာမရှိပါဘူး၊ ကျွန်တော်ငိုနေလဲ မြင်ရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ သားကလဲဒီလို ငိုနေတာကို သိမှာမဟုတ်ပါဘူး။

ခရီးသွား ။ ။ ကောင်းပါလေရဲ့ဗျာ၊ ဒါနဲ့ ဒီဘက်ကအဒေါ်ကကောဘာတော်ပါသလဲ ခင်ဗျာ။

မိခင်ဖြစ်သူ ။ ။ အဒေါ်ရဲ့သားပါဘဲ။

ခရီးသွား ။ ။ အဒေါ်ကလဲဗျာ၊ ကိုယ့်သားကိုများ ကိုးလလွယ်ဆယ်လလောက် မွေးဖွားထားရတဲ့ သားများ မချစ်လို့လားဗျာ။

မိခင်ဖြစ်သူ ။ ။ မဟုတ်ပါဘူး အဒေါ်လဲ ကိုယ့်သားကို ပြောမပြနိုင်လောက်အောင် ချစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဒေါ်က ဒီသားကိုလာခဲ့ပါလို့ မခေါ်ခဲ့ပါဘူး၊သေတော့လဲ သွားတော့လို့နှင်မချပါဘူး။ သူ့သဘောနဲ့သူလာပြီး သူ့သဘောနဲ့သူ ထွက်သွားတာပါ။

ခရီးသွား ။ ။ ဒီဘက်ကနှမလေးကကောဘာတော်သလဲ။

နှမဖြစ်သူ ။ ။ ကျွန်မရဲ့အကိုကြီးပါ။

ခရီးသွား ။ ။ ကိုယ့်အကိုကြီးဖြစ်သူ တစ်ယောက်လုံးသေတာတောက်မှ နှမလေးက ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင်နဲ့ မဆိုင်တဲ့သူလိုပဲ၊ ဘာမှစိတ်ပြက်ခြင်းမရှိတာ ဘာပြုလို့ပါလဲ။

နှမဖြစ်သူ ။ ။ ကျွန်မကလဲ ကျွန်မအစ်ကိုကြီးကိုလွမ်းပြီး ပူဆွေးနေမယ်ဆိုရင် ကျွန်မအလုပ်

တွေလဲမပြီး အချည်းနှီးဖြစ်ရပါမယ်။ ကျွန်မနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ချစ်ခင်နေသူတွေက ကျွန်မပူဆွေးပိန်ချုံးနေတာကို မြင်သွားရင်လဲ ချစ်ခင်သူတွေမှာ စိတ်ဆင်းရဲရမှာမို့ မတမ်းတပါဘူး၊ မငိုကြွေးပါဘူး။

ခရီးသွား ။ ။ ဒီဘက်ကနှမလေးကကောဘာတော်သလဲ။

မယားဖြစ်သူ ။ ။ ကျွန်မရဲ့ခင်ပွန်းသည်ပါရှင်။

ခရီးသွား ။ ။ နို့ နှမကကောဘာလို့ မငိုတာပါလိမ့်၊ ကိုယ့်ခင်ပွန်းသည်တစ်ယောက်ဆိုတာ အသက်မကချစ်ကြပါတယ်။ နှမကစိတ်ညစ်တဲ့ အမူအရာကောင်မှ မပေါ်တာများ အံ့ပါရဲ့ဗျာ။

မယားဖြစ်သူ ။ ။ ကျွန်မမချစ်လို့မဟုတ်ပါဘူး၊ ချစ်တာမှအသဲနှစ်လောက်အောင်ချစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကွယ်လွန်သူကို တမ်းတပြီးငိုကြွေးနေလို့ဘာမှအကျိုးမရှိပါဘူး။ မိုးပေါ်ကလလို လိုချင်လို့ တမ်းတပြီး နေရတာကမှ မြင်ရပါသေးတယ်။ သေသွားသူက မမြင်ရတော့ပါဘူး။

ခရီးသွား ။ ။ အင်း--- ကောင်းပါ့ဗျာ၊ ကောင်းပါ့၊ ဒါနဲ့ ဒီးဘက်က ကလေးနဲ့ကော ဘာတော်သလဲ။

အိမ်စေဖြစ်သူ ။ ။ ကျွန်မပဲ့ အရှင်သခင်ဖြစ်ပါတယ်။

ခရီးသွား ။ ။ မင်းသခင်က မင်းကိုတော်တော်နှိပ်စက်သလား၊ မင်းအပေါ်မှာတော်တော်ပဲ ဆိုးသလား။

အိမ်စေဖြစ်သူ ။ ။ ကျွန်မသခင်ဟာ ကျွန်မကိုမနှိပ်စက်တဲ့အပြင် ကိုယ့်အိမ်သားများရဲ့ အပေါ်မှာလို စေတနာမေတ္တာရှိပါတယ်။ကျွန်မကိုလဲ နှမလေးလို ချစ်ရှာပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်မတွေးပါတယ်။ သေသွားသူဆိုတာ ကွဲသွာတဲ့အိုးလို ပါပဲ၊ ပြန်ဆက်စပ်လို့ မရပါဘူး။

ခရီးသွား ။ ။ အင်း---အားလုံးတော်ကြပါရဲ့ဗျာ။ ဟဲ-ဟဲ--- သေသွားသူဟာအခြား မဟုတ်ပါဘူး၊ ကျုပ်ပါပဲ။ ခင်ဗျားတို့အားလုံး ဒီမရဏာဿတိ ဘာဝနာကို ဆက်လက်နှလုံး သွင်းပြီးသွားကြပါလို့ပြောပြီး လူယောင်ဖန်ဆင်းလာတဲ့ နတ်လဲ ကွယ်သွားတယ်။

မရဏာဿတိ ဘာဝနာ ပွါးနေရင်

ဒီမိသားစုအားလုံး မရဏာဿတိဘာဝနာပွါးနေလို့ ခံနိုင်ရည်ရှိကြတာ။ မရဏာဿတိက သာသနာပမှာလဲရှိပါတယ်။ ဝတ်စားဖြိုးလိမ်းနေသော်လဲ မရဏာဿတိသမား မပီပါဘူး။အကုသိုလ်ကိုရှောင်ပြီး ကုသိုလ်တရားကို တိုးပွါးကြပါစေ။ မင်္ဂဖိုလ်မရသော်လည်း လောကဓံနဲ့ တွေ့ရင် ခံနိုင်ရန် ဘာဝနာတစ်ခုခုရှိကြပါစေ။ သာသနာမှာနေရင် ဘုရားကိုကြည်ညိုပါ။ မျက်နှာလွှဲခဲပစ်မလုပ်ကြပါနဲ့၊ သေခြင်းတရားဆိုတာ အချိန်းအချက်မရှိဘူး။

မစ္စုနာ သက္ကာရော နတ္ထိ၊
လဇ္ဇဂ္ဂါဟော န ဝိဇ္ဇတိ။
ယုဒ္ဓံ နတ္ထိ ဇယော နတ္ထိ၊
သဗ္ဗေ မစ္စုပရာယဏာ။

သေမင်းကိုလက်ဆောင်ပေးပြီး မခေါ်ပါနဲ့လို့ ဆိုလို့ရမယ်မထင်ပါနဲ့ သေမင်းကို စစ်တပ်ကြီးနဲ့ ဝိုင်းတိုက်လို့လဲမရနိုင်ဘူး၊ နောက်ဆုံးသတ္တဝါတွေ သေမင်းလက်ထဲပါကြရတာပဲ၊ ဒါကြောင့် မသေခင်ကတည်းက ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို များများကြိုးစားထားကြပါ။

အားကိုးရာအစစ်

လောကကြီးမှာ နာမည်ကြီး ၊ ပစ္စည်းပေါကယ် ၊ ရာထူးကြီးတယ်ဆိုတာ အလကားပါ ၊ သေတော့ကိုယ့်ရဲ့သီလ ၊ သမာဓိ ပညာကိုပဲ အားကိုးရမှာ။

အကြောင်းကောင်းအောင်လုပ်ပါ။

အကျိုးကောင်းကောင်းလိုချင်ရင် အကြောင်းကောင်းကောင်းလုပ်ပါ ၊ လူတွေဟာ အကျိုးသာခံစားချင်ပြီး အကြောင်းကိုတော့ မလုပ်ကြဘူး။

စိတ်ကြီးဝင်ကြစမ်းပါ

စိတ်ကြီးဝင်ကြဆိုလို့ မျက်နှာထားတင်းပြီးမတော့ ဟိုလူ့ငေါက်ချ ၊ ဒီလူ့ငေါက်ချလုပ်ချင်တယ် ၊ တချို့ပိုက်ဆံချမ်းသာလို့ ၊ အာဏာရှိလို့ အဖက်မလုပ်ရင်လဲ စိတ်ကြီးဝင်တယ်လို့ ပြောကြတယ် ။ အဲ့ဒါစိတ်ကြီးဝင်တာမဟုတ်ဘူး ။ ဘဝသံသရာ အောက်ကျဖို့ စိတ်ကလေးဝင်တာ (စိတ်ကလေးမဝင်ကြနဲ့)

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသိပါ

ကိုယ့်အကျင့်ကိုသူတစ်ပါးမသိစေနဲ့ ၊ ကိုယ့်အကျင့်မှန် မမှန်ကိုသာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆင်ခြင်ပါ။

ဆုတောင်းနေရုံနဲ့ မပြီး

ထင်ရှားရှိတဲ့ နိဗ္ဗာန်လမ်းကိုတော့ မသွားကြဘဲ ဆုသာတောင်းနေကြတယ်။
ဆုတောင်းတိုင်းသာ ရစတမ်းဆိုရင် လောကမှာ "ဘုရား" ချည်းဘဲပေါ့။

(အရှင်ဇနကာဘိဝံသ)

လူဖြစ်တဲ့အခါ

လူဖြစ်တဲ့အခါ လောကီအာရုံတွေ မတောင့်တဘဲ နိဗ္ဗာန်ကိုသာ တောင့်ပြီး ဒါနပြု၊ သီလဆောက်တည် ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းပွားများ လုပ်သမျှကုသိုလ်ဟာ နိဗ္ဗာန်ကိုအာရုံပြု-တောင့်တ၊ နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဆက်သွယ်နိုင်မဲ့ ကုသိုလ်မျိုးကို ပြုရမယ်။

စိတ်နောက်မလိုက်နဲ့

စိတ်ကိုမစောင့်ရှောက်ခြင်းသည် ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲအပေါင်းတို့သည် ဖြစ်ကုန်၏။ စိတ်ကို ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက်ထားသူသည် သံသရာတည်းဟူသော ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်ကုန်၏။

ခွေးကိုက်မှာသောက်မှ

သံသရာကြောက်မှ သူတော်ကောင်းတရားကကမ္မဋ္ဌာန်းတရားများကို ကျင့်နိုင်အားထုတ် နိုင်မှ သံသရာကလွတ်နိုင်သည်။ သူတော်ကောင်းတရား ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားများကို မိမိတို့ ခံစားနေကြ ကာမဂုဏ်လောက်မှ မယုံကြည်မနှစ်သက်ကြ ခွေးကိုက်မှာလောက်မှ သံသရာကို မကြောက်ကြကုန် ဒါကြောင့် ကြပ်ကြပ် သတိထားကြပါ။ (အင်းမတောရ ဆရာတော်ကြီး)

ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမ

ခပ်သိမ်းသော မကောင်းမှုတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း ကောင်းမှုကို ဆည်းပူးခြင်း မိမိစိတ်ကို စင်ကြယ်ခြင်းဟူသည် ဘုရားရှင်၏ အဆုံးအမဖြစ်သည်။ (မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊ ဖြူအောင်စိတ်ကိုထား)

ရေနစ်နေလို့နှာခေါင်းသာပေါ်နေသူ

ရေနစ်နေလို့နှာခေါင်းသာပေါ်နေသူက ကုန်းပေါ်က လူတွေအတွက် စိုးရိမ်နေကြ တယ်- သင်သေခါနီးပြီ ဘယ်သူ့အတွက်မှ စိုးရိမ်မနေနဲ့ ကိုယ့်အတွက်ကိုယ် စိုးရိမ်ပါ။

ဓမ္မဒါနတရားအလှူတော်

သဒ္ဓါဒါန် ဓမ္မဒါန် ဗိနာ္ဒတိ

၂၉၅၁၂

ဦးထွန်းကြည်+ဒေါ်မြဝင်း/ တာမွန်လမ်းပေါင်းတည်	(၅၀၀၀)
ဒေါ်ဝင်းစိန်မိသားစု / ရွှေတောင်လမ်းပေါင်းတည် ၂၅.၄.၁၉	(၅၀၀၀)
ကိုမောင်မောင်မြင့်+မစိုးစိုးမင်း/ ရွှေလေးပွဲရုံ ပေါင်းတည်	(၃၀၀၀၀)
ဦးမောင်မောင်ဌေး+ဒေါ်သန်းသန်းမြင့်/ တာမွန်လမ်းပေါင်းတည်	(၁၀၀၀၀)
ဦးသောင်းမြတ်+ဒေါ်ညိုညို / သဖန်းကုန်းပေါင်းတည်	(၁၀၀၀၀)
ဦးအောင်သန်း+ဒေါ်မြင့်စိုး / ပေါင်းတည်	(၁၀၀၀၀)
ဦးအေးမြင့်၊ ဒေါ်ခင်နှင်းအေး / ရွှေဆိုင်(၉)လမ်းပေါင်းတည်	(၁၀၀၀၀)
ဒေါ်မူမူ / အထပြ၊ရွှေတောင်လမ်းပေါင်းတည်	(၅၀၀၀)
ဒေါ်စမ်းမြင့် / မင်းကွက်(၁)ပေါင်းတည်	(၅၀၀၀)
ဒေါ်အေးမြင့်/ မင်းကွက်(၃)ရွှေတောင်လမ်းပေါင်းတည်	(၅၀၀၀)
ဦးနိုင်ဦး-ဒေါ်ငွေကြည် / မှတ်တိုင်လမ်းပေါင်းတည်	(၅၀၀၀)
ဦးမောလွင်+ဒေါ်ခင်ဆွေ /(၅)လမ်းပေါင်းတည်	(၅၀၀၀)
ဒေါ်လှလှမြင့် / အထပြ(ငြိမ်း)၊(၁၃)လမ်းပေါင်းတည်	(၅၀၀၀)
ဦးထွန်းဝင်း+ဒေါ်နုနုမွှင် / မဟာမန်ယွန်းစတိုးအင်းမ	(၂၀၀၀၀)
ဦးထွန်းညို+ဒေါ်စန်းကြည် / ရွှေတောင်လမ်း ပေါင်းတည်	(၅၀၀၀)
ဦးလှသောင်း+ဒေါ်ယဉ်ယဉ်မျိုး / သီရိမင်္ဂလာလမ်းလှိုင်	(၁၀၀၀၀)
ဒေါ်ခင်ပြုံး / အထကကျောင်းအုပ်(ငြိမ်း)ရွှေတောင်(ရိုးမ)	(၁၀၀၀၀)
ဒေါ်ခင်မြညွန့်၊ဒေါ်နီနီဆွေ၊ဒေါ်ညိုညိုဆွေ / မန္တလေး	(၁၀၀၀၀)
ဦးမောင်မောင်ရှိန်+ဒေါ်တင်မြင့် / အရှေ့လမ်းပေါင်းတည်	(၇၀၀၀)
ဦးဝင်းမောင်သိန်း+ဒေါ်နန်းစန္ဒာဝင်းမိသားစု / ရန်ကုန်	(၅၀၀၀၀)
ဒေါ်ခင်ဌေး /(၁၁)လမ်း တောင်ငူ	(၂၀၀၀၀)
ဒေါ်ချစ်ချစ်၊ဒေါ်စိန်မြင့်၊ဒေါ်လှကြည် / ကံမေတ္တာမိသားစု၊တောင်ငူ။	(၅၀၀၀)
ဦးအောင်ကြည်+ဒေါ်ရီရီတင် / ရွှေလက်ကောက်၊တောင်ငူ	(၁၀၀၀၀)
(ဦးကျော်သိန်း)ဒေါ်အမာစိန်မိသားစုကြောင်နက်ဆေးလိပ်၊တောင်ငူ	(၁၀၀၀၀)
ဒေါက်တာခင်လေးရီ၊ညီမဒေါက်တာအေးအေးမြင့် /တောင်ငူ	(၁၀၀၀၀)
ဒေါ်သန်းနွဲ့၊ဒေါ်ပြင့်သန်းညီအစ်မတစ်စု / ရန်ကုန်လမ်းပေါင်းတည်	(၁၀၀၀၀)

စိန်ရတနာဝမိတ္တူနှင့် Riso /၁၁၆၊ ၂၉လမ်း၊ရန်ကုန်-စာအုပ်အဖုံး+ No(8) (၁၂၅)အုပ်
-(ဗိုလ်ကြီးသန်းညွန့်)+ဒေါ်မြသွင် မိသားစု။ ၂၉လမ်း၊ ရန်ကုန်၊ ၁၀၀၀၀ကျပ်
-ဦးလှသောင်း+ဒေါ်ယဉ်ယဉ်မျိုး(လှိုင်)။ စာအုပ်၆၀-စုံ၊ ၄၈၀အုပ်
-ဦးသာအေး၊ ကင်မွန်းစခန်း ကျိုက်ထို၊ စာအုပ်၂၀စုံ ၁၈၀အုပ်

စာရေးသူ

မြင့်ရွှေ (ပေါင်းတည်)

(B.Sc, B.Ed, H.G.P, R.L.) (ADVOCATE)

အထက်တန်းပြဆရာ(ငြိမ်း)၊ တောင်ငူ။

09 535 1410, 054 25707

ဆရာဦးမြင့်ရွှေ ရေးသားသော တရားစာအုပ်များကို

"စိန်ရတနာ"မိတ္တူ မှ အထူးဈေးနှုန်းဖြင့် ကူးပေးနေပါသည်။

"စိန်ရတနာ Riso, မိတ္တူ Computer"

အမှတ် ၇၆၊ ၃၂ လမ်း (အောက်)၊ ရန်ကုန်မြို့။

01 388115, 09 510 2750, 09 421 000512