

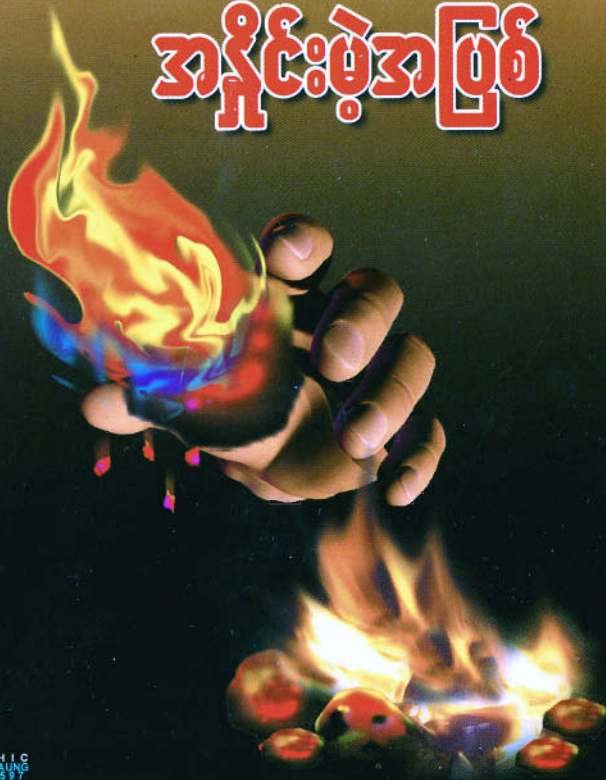


ရွှေပါရမီ

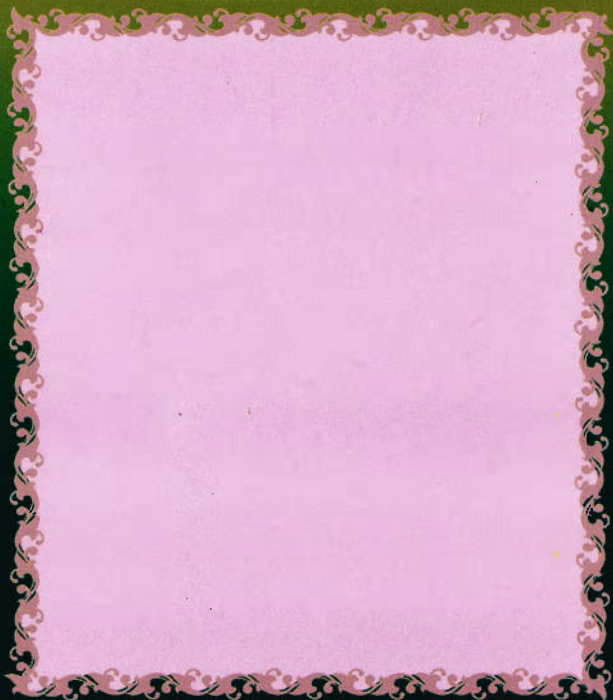
အရှင်ဆန္ဒာမိက

ရွှေပါရမီ တော်

အနှိုင်းမဲ့အပြစ်



ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်



ဓမ္မစကား၊ နေ့တိုင်းကြားကာ၊ စိတ်ထားဖွေးလက်၊ သိဉာဏ်ထက်၏။

.....သို့

အမှတ်တရဓမ္မဒါန

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။

အလှူအားလုံးတို့တွင် တရားအလှူသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

အရဟံဂုဏ်တော်

အရဟံ၊

ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်းမှုကို
ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား။

စာမူခွင့်ပြုချက် - ၃၂၀၄၄၂၀၇၀၇

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် - ၃၂၀၃၆၇၀၇၀၇

မျက်နှာဖုံးပန်းချီ - နေဝင်းအောင်

မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းပုံနှိပ်သူ

ဦးကြင်ရွှေ (၀၃၁၀၅)၊ မိသားစုပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်၉၀-အေ၊ အောက်ကြည့်မြင်တိုင်လမ်း။ အလုံမြို့၊ နယ်။

ထုတ်ဝေသူ

တက်လမ်း ဦးရှိန်ဝင်း (၀၃၉၆၄)၊ ရွှေပါရမီဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့

အမှတ်(၁၉-အေ/၂)၊ ဗိုလ်ရာညွန့်လမ်း။ ဒဂုံမြို့၊ နယ်။



အနှိုင်းမဲ့အပြစ်

လောကမှာ ရှိရှိသမျှ အပြစ်အားလုံးထဲမှာ ဒေါသ အပြစ်ဟာ အနှိုင်းမဲ့အပြစ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ဒေါသအပြစ်ထက် ပိုပြီး ကိုယ့်စိတ်၊ ကိုယ့်ဘဝကို ပျက်စီးစေ တတ်ပါတယ်။ ဖျက်ဆီးတတ်ပါတယ်လို့ နှိုင်းယှဉ်စရာ၊ အ စားထိုးစရာ၊ ထပ်တူပြုစရာ တခြားအပြစ် မရှိတော့လို့ပါ ပဲ။

ဒေါသအပြစ်နဲ့ လဲလှယ်သင့်၊ လဲလှယ်ထိုက်တဲ့ တခြားအပြစ် လောကမှာ မရှိတော့တဲ့အတွက် ဒေါသ အပြစ်ဟာ အနှိုင်းမဲ့အပြစ် ဖြစ်ရပါတယ်။

ကျူးလွန်သူကို ပျက်စီးစေတတ်တဲ့သဘော၊ ဖျက်ဆီးတတ်တဲ့သဘောကို အပြစ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အပြစ်မှန်သမျှ အပြစ်ကျူးလွန်သူကို ဆိုးကျိုးအမျိုးမျိုး၊ ဆင်းရဲဒုက္ခအမျိုးမျိုးနဲ့ ပျက်စီးအောင် ဖျက်ဆီးတတ်ပါတယ်။

အပြစ်တစ်ခုခု ကျူးလွန်လိုက်လို့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ ရရှိသွားတယ်၊ စိတ်ဓာတ်နဲ့ ဘဝပြည့်စုံသွားတယ် ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ ဆိုးကျိုးဆင်းရဲတွေ၊ စိတ်ဓာတ်နဲ့ ဘဝပျက်စီးမှုတွေကိုသာ တွေ့ကြုံရင်ဆိုင်ရမှာပါ။

လူသားတွေရဲ့စိတ်ဓာတ်နဲ့ဘဝကို ပျက်စီးအောင် ဖျက်ဆီးတတ်တဲ့ အပြစ်တွေအားလုံးထဲမှာ ဒေါသအပြစ်ဟာ အဆိုးဝါးဆုံးအပြစ်၊ ကြောက်မက်ဖွယ်အကောင်းဆုံးအပြစ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ 'ဒေါသ' ဆိုတဲ့ စကားလုံးကိုယ်တိုင်ကိုက 'အပြစ်' ဖြစ်နေလို့ပါပဲ။

ဒေါသ ဆိုတဲ့ စကားလုံးက မြန်မာစကားလုံးမဟုတ်ပါဘူး။ ပါဠိစကားလုံးပါ။ 'ဒေါသ' ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားလုံးကထွက်တဲ့ အဓိပ္ပာယ်တွေထဲက တစ်ခုကတော့ 'အပြစ်' ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ပါပဲ။

ခန္ဓာကိုယ်မှာ သည်းခြေတို့၊ သလိပ်တို့၊ လေတို့ ပုံမှန်ထက် လွန်ကဲဖောက်ပြန်လာပြီဆိုရင် သည်းခြေဒေါသ ထူပြောတယ်။ သလိပ်ဒေါသ များတယ်။ လေဒေါသ သင့်တယ်လို့ ပြောလေ့ရှိကြပါတယ်။ သည်းခြေ၊ သလိပ်၊ လေတွေဟာ အပြစ်ဖြစ်နေတယ်၊ ပျက်စီးနေတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အပြစ်ဆိုတာ ပျက်စီးခြင်းကို ပြောတာပါပဲ။

ကိလေသာစာရင်းဝင်တဲ့ ဒေါသဟာလည်း သူ့ကို လက်ခံသိမ်းပိုက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို အပြစ်ပေးပါတယ်။ ပျက်စီးစေပါတယ်။ ဒေါသကြီးရင် ကြီးသလောက် ဒေါသပိုင်ရှင်မှာ အပြစ်ကြီးရ၊ ပျက်စီးရပါတယ်။

ဒေါသဆိုတဲ့နေရာမှာ စိတ်တိုတာ၊ စိတ်ဆိုးတာ၊ စိတ်ပျက်တာ၊ စိတ်ညစ်တာ၊ စိတ်ကောက်တာ၊ အမျက်ထွက်တာ၊ ရန်ငြိုးဖွဲ့တာ၊ ကလဲ့စားချေတာ၊ ဝမ်းနည်းတာ၊ ပူဆွေးတာ၊ လွမ်းဆွတ်တာ၊ စိုးရိမ်တာ၊ ကြောက်ရွံ့တာ၊ ငိုကြွေးတာ . . . အားလုံး ပါဝင်ပါတယ်။ ဒါတွေအားလုံးဟာ ဒေါသသဘော၊ ဒေါသလက္ခဏာတွေချည်းပါပဲ။

ကိလေသာတစ်ခုအဖြစ် ဒီသဘောတွေကို ရည်

ညွှန်းတဲ့ဒေါသရဲ့ မူရင်းအဓိပ္ပာယ်ကတော့- ဖျက်စီးခြင်း၊
ဖျက်ဆီးခြင်းပါပဲ။ ပျက်စီးစေတတ်တဲ့သဘော၊ ဖျက်ဆီး
တတ်တဲ့သဘောကို ဒေါသလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒေါသက ဘာတွေကို ပျက်စီးစေတတ်တာလဲ၊
ဘာတွေကို ဖျက်ဆီးတတ်တာလဲဆိုရင်တော့ . . . နှစ်ဖက်၊
နှစ်ဖက်ကို ပျက်စီးစေတတ်ပါတယ်။ နှစ်ဖက်၊ နှစ်ဖက်ကို
ဖျက်ဆီးတတ်ပါတယ်။ ဒေါသကြောင့် နှစ်ဖက်၊ နှစ်ဖက်
ပျက်စီးရပါတယ်။

ကိုယ်နဲ့စိတ် ဆိုတဲ့ နှစ်ဖက်၊ မိမိအကျိုးနဲ့ သူတစ်
ပါးအကျိုး ဆိုတဲ့ နှစ်ဖက်၊ ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးနဲ့ တမလွန်အကျိုး
ဆိုတဲ့နှစ်ဖက်၊ အဲဒီလိုအားဖြင့် ဒေါသကြောင့် နှစ်ဖက်၊
နှစ်ဖက် ပျက်စီးရပါတယ်။

နဂိုက ရုပ်ရည် ဘယ်လောက်ပဲချောမောလှပပါ
စေ၊ ဒေါသဝင်လာပြီဆိုရင် အရုပ်ဆိုး အကျည်းတန်သွားပါ
တယ်။ ဒေါသဟာ လူရဲ့ ပင်ကိုရုပ်အဆင်းကို ဖောက်ပြန်
ပျက်စီးသွားစေပါတယ်။ ကိုယ်အမူအရာ၊ နှုတ်အမူအရာ
တွေ ကြမ်းတမ်းရိုင်းပျ မဲ့ရွဲ့စုတ်ပြတ်ပြီး ကျက်သရေယုတ်

သွားစေပါတယ်။

အသားဖြူတဲ့လူ ဒေါသဖြစ်ရင် အသားနီသွားမယ်၊ အသားနီတဲ့လူ ဒေါသဖြစ်ရင် အသားညိုသွားမယ်၊ အသားညိုတဲ့လူ ဒေါသဖြစ်ရင် အသားပြာသွားမယ်၊ အသားပြာတဲ့လူ ဒေါသဖြစ်ရင် အသားမည်းသွားမယ်၊ အသားမည်းတဲ့လူ ဒေါသဖြစ်ရင် အသားမှောင်သွားမယ်၊ မှောင်ပြီးရင်တော့ ဘာမှမကျန်တော့ဘူး၊ လဲသေဖို့ပဲရှိတော့တယ်။ ဒါက ဒေါသကြောင့် ကိုယ်ပျက်စီးပုံ နမူနာပါ။

ဒေါသကြောင့် စိတ်ပျက်စီးပုံကတော့ နဂိုက စိတ်သဘောထား ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်း၊ ဒေါသဝင်လာရင် စိတ်သဘောထား ဆိုးသွားပါတယ်။ နဂိုက စိတ်နေဘယ်လောက်နူးညံ့နူးညံ့၊ ဒေါသဝင်လာရင် စိတ်နေကြမ်းတမ်းသွားပါတယ်။ နဂိုက စိတ်ဓာတ် ဘယ်လောက်မြင့်မြတ်မြင့်မြတ်၊ ဒေါသဝင်လာရင် စိတ်ဓာတ် ယုတ်ညံ့သွားပါတယ်။ စိတ်ဓာတ် အောက်တန်းကျသွားပါတယ်။

သာမန် ပုထုဇဉ်ဆိုတာ အသာထားလိုက်ပါဦး။ ဘုရားဖြစ်ဖို့ တစ်ဘဝခြားသာ လိုတော့တဲ့ ဘုရားလောင်း

အရင့်အမာ ဝေဿန္တရာမင်းကြီးတောင်မှ သားတော် ဇာ-
လီနဲ့ သမီးတော် ကဏှာဇိန်ကို မိမိရှေ့မှာတွင် ဆူးကြိမ်လုံး
နဲ့ ရိုက်နေတဲ့ ဇူဇကာပုဏ္ဏားကြီးကို ကိုယ်တော်တိုင် သတ်
ဖြတ်ဖို့ ကြံစည်စိတ်ကူးမိတဲ့အထိ ဒေါသရဲ့ စိတ်ဓာတ်ဖျက်
ဆီးမှုကို ခံခဲ့ရပါသေးတယ်။

ဘုရားလောင်း အရင့်အမာပုဂ္ဂိုလ်ကြီးကိုတောင်
မှ လူသတ်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ဖျက်ဆီးနိုင်တဲ့
တရားဟာ 'အပြစ်' လို့နာမည်ရတဲ့ ဒေါသတရားပါ။ သာ
မန်လူတွေအပေါ် ဒေါသရဲ့ စိတ်ဓာတ်ဖျက်ဆီးရေး လုပ်နေ
ပုံကတော့ မတွေးရဲ့အောင် ကြောက်မက်ဖွယ် ကောင်းလှ
ပါတယ်။

အဲဒီလိုအားဖြင့် ကိုယ်နဲ့စိတ် ဆိုတဲ့ နှစ်ဖက်ကို
ပျက်စီးအောင် ဖျက်ဆီးတတ်လို့လည်း ဒေါသကို ဒေါသလို့
ခေါ်ပါတယ်။

ဒေါသဝင်လာရင် ဒေါသပိုင်ရှင်မှာ အနည်းဆုံး
စိတ်ပူလောင်မှု၊ စိတ်ပင်ပန်းမှု၊ စိတ်ဆင်းရဲမှုကို ခံစားရပါ
တယ်။ စိတ်ထဲမှာ ဒေါသဖြစ်ရုံနဲ့ မကျေနပ်ဘဲ အော်ဟစ်

ဆဲဆိုကြိမ်းမောင်း ရိုက်ပုတ်ဦးမယ်ဆိုရင်တော့ နှုတ်လည်း
ပင်ပန်းဆင်းရဲ၊ ကိုယ်လည်း ပင်ပန်းဆင်းရဲပါတယ်။

ဒေါသအထွက်ခံရတဲ့သူမှာလည်း ပြန်မပြောသာ၊
ပြန်မလုပ်သာလို့ ခေါင်းငုံ့ခံနေရရင်တောင် စိတ်ထဲမှာတော့
ပူလောင် ပင်ပန်းဆင်းရဲနေရပါတယ်။ ပြန်ပြောသာ၊ ပြန်
လုပ်သာလို့ ပြန်ပြော၊ ပြန်လုပ်ခဲ့မယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ်
ရော နှုတ်ပါ ပူလောင် ပင်ပန်း ဆင်းရဲရတော့မှာပါပဲ။

အပြန်အလှန် ဒေါသအလိုလိုက်ပြီး တုံ့ပြန်နေရ
တဲ့အတွက် နှစ်ဦးနှစ်ဖက်လုံး အကျိုးမဲ့ အချိန်ကုန်ရပါ
တယ်။ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့အလုပ်တွေ မလုပ်ဖြစ်တော့ဘဲ
အလုပ်ပျက်သွားတဲ့အတွက် ရသင့်ရထိုက်တဲ့ ကောင်းကျိုး
ချမ်းသာတွေ ဆုံးရှုံးရပါတယ်။ အဲဒီလိုအားဖြင့် မိမိအကျိုးနဲ့
သူတစ်ပါးအကျိုးဆိုတဲ့ နှစ်ဖက်ကို ပျက်စီးအောင် ဖျက်ဆီး
တတ်လို့လည်း ဒေါသကို ဒေါသလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒေါသလွှမ်းမိုးနေတဲ့သူအတွက် . . . မပြောရဲတဲ့
စကား၊ မပြုရဲတဲ့အလုပ်ဆိုတာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဘာမဆို
ပြောရဲ၊ ဘာမဆို ပြုရဲပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒေါသလွှမ်းမိုးနေ

ကိုယ်ကိုလည်း သတ်ရဲပါတယ်။

အထွတ်အထိပ်တွေကိုတောင် လက်ရဲဇက်ရဲ သတ်ဖြတ်ရဲနေမှတော့ ဒေါသသမား မမှားရဲတဲ့ အမှားဆို တာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဒေါသဘီလူး မပူးရဲတဲ့ မကောင်းမှု ဆိုတာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဒေါသငမူး မကျူးရဲတဲ့ ဒုစရိုက်ဆို တာ မရှိတော့ပါဘူး။ မှားရဲ၊ ပူးရဲ၊ ကျူးလွန်ရဲတဲ့ ဒေါသ နောက်လိုက် လူ့ငမိုက်အတွက် တမလွန်သွားရာလမ်းက တော့ အပါယ်လေးဘုံကလွဲပြီး ဘယ်ဘုံများ ရှိဦးမှာတဲ့လဲ။

အပါယ်လေးဘုံက လွတ်လာပြန်တော့လည်း ဝဋ် လည်ခြင်း၊ တုံ့ပြန်ဒဏ်ခံရခြင်း အစရှိတဲ့ ဆိုးကျိုးဆင်းရဲ တွေကို တနင့်တပိုး ခံစားရပါဦးမယ်။ အဲဒီလိုအားဖြင့် ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုး၊ တမလွန်ကောင်းကျိုးဆိုတဲ့ နှစ်ဖက်ကို ပျက်စီးအောင် ဖျက်ဆီးတတ်လို့လည်း ဒေါသကို ဒေါသလို့ ခေါ်ပါတယ်။

တစ်ချိန်တုန်းက သာဝတ္ထိမြို့မှာ “နူးညံ့သိမ်မွေ့ တယ်၊ နှိမ့်ချတတ်တယ်၊ ငြိမ်းအေးမှုရှိတယ်” လို့ ဂုဏ် သတင်းကျော်စောတဲ့ ဝေဒေဟိကာဆိုတဲ့ အိမ်ရှင်မတစ်ဦး

ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။ “ဝေဒေဟိကာတို့ကတော့ သိပ်ကို ဒေါသ ကင်းစင်တာပဲ” လို့ သူမကို လူတကာက ချီးမွမ်းကြပါတယ်။

သူမမှာ ဒေါသ တကယ်ရှိ မရှိ စမ်းသပ်ကြည့်ချင် တဲ့ သူမရဲ့ အိမ်ဖော်မလေး ကာဠိဟာ တစ်နေ့တော့ နေ မြင့်မှ အိပ်ရာက ထပါတယ်။ ခါတိုင်းလို နံနက်စောစော အိပ်ရာမထတဲ့ ကာဠိကို သူမက အကြောင်းအကျိုး မေး ကြည့်ပါတယ်။

“ဟဲ့ . . . ကာဠိ၊ ညည်း ဘာလို့ ဒီနေ့ အိပ်ရာထ နောက်ကျရတာလဲ”

“အကြောင်းထူးရယ်လို့တော့ ဘာမှမရှိပါဘူး၊ မ ထချင်သေးတာနဲ့ တမင် မထဘဲ နေတာပါ။”

“ဟဲ့ . . . ကောင်မရဲ့၊ ကျွန်မရဲ့ . . . ဘာ အကြောင်းမှ မရှိဘဲ နေမြင့်မှ ထရသလားဟဲ့”

အဲဒီလို စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုး ပြောဆိုပြီး မျက်မှောင် ကုတ်၊ မျက်စောင်းထိုး ထွက်သွားတဲ့ သူမကို ပြုံးကြည့်ရင်း ကာဠိက “ဪ . . . ငါ့သခင်မမှာ ဒေါသရှိသားပဲ၊ ခါ တိုင်း ငါကောင်းနေလို့သာ သူဒေါသ မထွက်တာပါလား”

လို့ နှလုံးသွင်းလိုက်မိပါတယ်။

နောက်တစ်နေ့ . . . ဆက်ပြီး စမ်းသပ်တဲ့အခါမှာ တော့ မျက်မှောင်ကုတ်၊ မျက်စောင်းထိုးရုံတွင်မကတော့ ပါဘူး။ ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းတဲ့စကားတွေ၊ အယုတ္တ အနုတ္တ စကားတွေနဲ့ မကြားဝံ့မနာသာ ပျစ်ပျစ်နှစ်နှစ် ဆဲဆိုကြိမ်း မောင်းတော့တာပါပဲ။

တတိယနေ့ ဆက်ပြီးစမ်းသပ်တဲ့အခါမှာတော့ ဆဲ ဆိုကြိမ်းမောင်းရုံတွင်မကတော့ဘဲ ဒေါသထွက်ထွက်နဲ့ တံခါးမင်းတုပ်တစ်ခု ဆွဲယူပြီး အားရပါးရ ခေါင်းကို ရိုက် ထည့်လိုက်တာ ကာဠိအိမ်ဖော်မ ခေါင်းကွဲပါလေရော လား။

ဒေါသဖြစ်စရာ ဘာမှ မရှိလို့ ဒေါသမထွက်တာ ဘာမှ မထူးဆန်းပါဘူး။ ဒါ့မှလွဲလျှင် စရာလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ဒေါသဖြစ်လောက်တဲ့ အကြောင်းတရားတွေ၊ အဖြစ်အပျက်တွေနဲ့ မတွေ့ကြုံရသေးလို့ ဒေါသမထွက်တဲ့သူကို ဒေါသကင်းသူလို့ မဆိုနိုင်ပါဘူး။ ဒေါသဖြစ်လောက်တဲ့ အကြောင်းတရားတွေ၊ အဖြစ်အပျက်တွေနဲ့ ပက်ပင်းတွေ

ကြံ့နေပါရက်နဲ့ ဒေါသမထွက်တဲ့သူကိုမှ ဒေါသကင်းသူလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ချီးမွမ်းစရာလည်း ကောင်းပါတယ်။

ဒေါသဖြစ်စရာ မကြုံရသေးလို့ ဒေါသမထွက်တဲ့ အလုပ်ကို လူတိုင်း လုပ်နိုင်ပါတယ်။ တိရစ္ဆာန်တွေလည်း လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒေါသဖြစ်စရာ ကြံ့နေပါရက်နဲ့ ဒေါသ မထွက်တဲ့အလုပ်ကိုတော့ လူတိုင်း မလုပ်နိုင်ပါဘူး။ ဒေါသ ဓာတ်ခံ ခေါင်းပါးတဲ့သူ၊ ဒေါသဓာတ် လုံးဝကင်းနေတဲ့သူ တွေပဲ လုပ်နိုင်ပါတယ်။

ဒေါသကိလေသာကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်သတ်ပြီးဖြစ် တဲ့ အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာ၊ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေကတော့ ဘယ်လိုအကြောင်းတရား၊ ဘယ်လိုအခြေအနေမျိုးကြောင့် မှ ဒေါသမထွက်တော့ပါဘူး။

အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာ မဖြစ်သေးပေမယ့် ကိုယ့်စိတ် ကိုယ် အမြဲမပြတ် ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ဆင်ခြင်ပြုပြင်နေတဲ့ သတိပိုင်းရှင် သူတော်ကောင်း၊ သူမြတ်လောင်းတွေဟာ လည်း အကြောင်းအားလျော်စွာ စိတ်ထဲမှာ ရုတ်တရက် ဒေါသဖြစ်လာရင်တောင်မှ အဲဒီဒေါသကို ကိုယ်ပေါ်၊ နှုတ်

ပေါ် မရောက်အောင် ထိန်းသိမ်း စောင့်စည်းနိုင်ကြပါ
တယ်။ စိတ်ထဲမှာလည်း အချိန်ကြာကြာ မဖြစ်၊ အရှိန်ပြင်း
ပြင်း မဖြစ်ဘဲ အမြန်ဆုံး ကင်းပျောက်သွားအောင် သတိ
ပညာနဲ့ ဖယ်ထုတ်သန့်စင်ပစ်နိုင်ကြပါတယ်။

သွေးစိမ်းရှင်ရှင် ယိုစီးကျနေတဲ့ ခေါင်းကွဲကြီးကို
ပြုပြင်ပြီး ကာဠိအိမ်ဖော်မ အရပ်ထဲ လှည့်ကြော်ငြာလိုက်တဲ့
အတွက် ဝေဒေဟိကာ ဒေါသရှိမှန်း၊ ဒေါသကြီးမှန်း အား
လုံးက သိသွားကြပါတယ်။

ဒီတော့လည်း လူတွေရဲ့ ထုံးစံအတိုင်းပေါ့။ ဟို
တုန်းက ဝေဒေဟိကာကို တသသ ချီးမွမ်းခဲ့တဲ့သူတွေက
အခုတော့ တဟဟ ကဲ့ရဲ့ကုန်ကြပါတယ်။ များများချီးမွမ်းခဲ့
တဲ့သူတွေက များများကဲ့ရဲ့ကြတာပေါ့။ ချီးမွမ်းတုန်းက
တစ်ဆချီးမွမ်းရင် ကဲ့ရဲ့ချိန်မှာ ဆယ်ဆမက ကဲ့ရဲ့တတ်ကြ
တာဟာ ပုထုဇဉ်လူသားအများစုရဲ့ စရိုက်ဝါသနာ ဓမ္မတာ
ပါပဲ။

စိတ်ချမ်းသာမှုနဲ့ ချီးမွမ်းဖွယ်ဂုဏ်သတင်းတွေကို
ပြုလဲ ပျက်သုဉ်းသွားစေနိုင်တဲ့ လက်နက်ဟာ ဒေါသတရား

ပါ။ ဒေါသတရား နှလုံးသားမှာ ဝင်လာပြီဆိုရင် စိတ်ချမ်းသာမှုတွေ ပျောက်ပျက်သွားပြီး စိတ်ဆင်းရဲရပါတယ်။ စိတ်အေးချမ်းမှုတွေ လွင့်စဉ်သွားပြီး စိတ်ပူလောင်မှုတွေ နေရာယူလာပါတယ်။ ဒေါသအခြေခံတဲ့ အပြောများ၊ အပြုများတွေကြောင့် မိမိရဲ့ ချီးမွမ်းဖွယ်ဂုဏ်သတင်းတွေ ပျက်စီးဆုံးရှုံးသွားပြီး ကဲ့ရဲ့ဖွယ်အပြစ်တွေ အဆမတန် ဖြစ်ပေါ်တိုးပွားလာပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒေါသတရားဟာ ဓားနဲ့ တူပါတယ်။ ဓားဆိုတာ အရာဝတ္ထုတွေကို ဆက်စပ်ပေးတဲ့အရာ၊ ပေါင်းစည်းပေးတဲ့အရာ မဟုတ်ပါဘူး။ အရာဝတ္ထုတွေကို ပြတ်တောက်စေတဲ့အရာ၊ ပျက်စီးစေတဲ့အရာသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒေါသတရားဟာလည်း . . . အကောင်းမှန်သမျှကို ပြတ်တောက်ပျက်စီးစေပါတယ်။

ဒေါသ ဆိုတဲ့ဓားဟာ စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်တွေကိုလည်း ပြတ်တောက်ပျက်စီးသွားစေနိုင်ပါတယ်။ ကာယကံအပြုအမူကောင်း၊ ဝစီကံအပြောအဆိုကောင်းတွေကိုလည်း ပြတ်တောက်ပျက်စီးသွားစေနိုင်ပါတယ်။ မိမိကို

ကောင်းကျိုးပြုနေတဲ့ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းတွေကို
လည်း ပြတ်တောက်ပျက်စီးသွားစေနိုင်ပါတယ်။ မိမိကို
မြတ်နိုးကြင်နာနေတဲ့ ချစ်သူခင်သူတွေကိုလည်း ပြတ်
တောက် ပျက်စီးသွားစေနိုင်ပါတယ်။ မိမိပိုင်ဆိုင်တဲ့ စည်း
စိမ်ဥစ္စာ၊ ရာထူးအာဏာ စတဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေ
ကိုလည်း ပြတ်တောက်ပျက်စီးသွားစေနိုင်ပါတယ်။

ဒေါသကို လက်ခံသိမ်းပိုက်ထားသူက အစပထမ
တော့ သူတစ်ပါး ပျက်စီးအောင်၊ သူတစ်ပါး ဒုက္ခရောက်
အောင် လုပ်လိုက်တာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ သူတစ်ပါး မပျက်စီးခင်
ကိုယ် အရင်ပျက်စီးပါတယ်။ သူတစ်ပါး ဒုက္ခမရောက်ခင်
ကိုယ် အရင်ဒုက္ခရောက်ပါတယ်။

သူတစ်ပါးကို မီးခဲနဲ့ ပေါက်ဖို့ မီးခဲကောက်ကိုင်တဲ့
သူဟာ သူတစ်ပါး မပူလောင်ခင် ကိုယ်အရင် ပူလောင်ရ
သလိုပါပဲ။ သူတစ်ပါးကို မစင်နဲ့ထွေးဖို့ မစင်ကို ပါးစပ်နဲ့ငုံ
တဲ့သူဟာ သူတစ်ပါး မညစ်ပတ် မနံ့စော်ခင် ကိုယ်အရင်
ညစ်ပတ်နံ့စော်ရသလိုပါပဲ။

လူသားတွေရဲ့ လက်တွေ့ဘဝမှာ နေ့စဉ်လိုလို

အဖြစ်များတဲ့ ဒေါသရဲ့ သဘာဝတစ်ခုကတော့ သည်းမခံ နိုင်ခြင်း၊ ခွင့်မလွှတ်နိုင်ခြင်းပါပဲ။ မိမိနဲ့ အနီးကပ် ထိတွေ့ ဆက်ဆံနေရသူတွေရဲ့ အမှားအယွင်းတစ်ခု၊ အချွတ်အလွဲ တစ်ခုကို ဧရာမအပြစ်ကြီးတစ်ခုအဖြစ် ပုံကြီးချဲ့ စွဲတေး တတ်တဲ့သူတွေမှာ ဒီသဘာဝ ပိုပြီး အဖြစ်များပါတယ်။

အမှားဆိုတာ မောဟမကုန်သေးတဲ့ လူသားမှန် သမျှမှာ အနည်းနဲ့အများ ရှိတတ်စမြဲပါ။ တစ်ခါတစ်ရံ တမင်ရည်ရွယ်ပြီး မှားတာရှိသလို တစ်ခါတစ်ရံတော့လည်း လုံးဝ မရည်ရွယ်ဘဲ မတော်တဆ မှားသွားတတ်ပါတယ်။ ဘယ်လိုပဲမှားမှား၊ မှားတယ် ဆိုမှတော့ မသိလို့ မှားတာပါ။

မသိတဲ့သူရဲ့ အမှားကို သိတဲ့သူက သည်းခံခွင့် လွှတ်ရပါမယ်။ မသိလို့ မှားတာကို သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်စွမ်း မရှိဘူးဆိုရင် ကိုယ်လည်း မသိတဲ့သူစာရင်းထဲ ဝင်သွားပါ လိမ့်မယ်။ တကယ်တော့ မသိလို့ မှားသူထက် အမှားကို ခွင့်မလွှတ်နိုင်သူက ပိုပြီး မသိရာရောက်ပါတယ်။ အမှား ကျူးလွန်မိသူထက် အမှားခွင့်မလွှတ်နိုင်သူက အမှား ပိုပြီး ကြီးပါတယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စိတ်ကောင်းရှိတယ်၊ သဘော
 ထားကြီးတယ် လို့ ယူဆထားရင် ကြီးတဲ့အပြစ်သေးအောင်၊
 သေးတဲ့အပြစ် ပပျောက်အောင် ပြုလုပ်နိုင်စွမ်းရှိရပါမယ်။
 အဲဒီလိုမှ မဟုတ်ဘဲ မရှိတဲ့အပြစ် သေးအောင်၊ သေးတဲ့
 အပြစ်ကြီးအောင် ပြုလုပ်နေမယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်ကိုယ်
 ကိုယ် စိတ်ကောင်းရှိသူ၊ သဘောထားကြီးသူလို့ ယူဆ
 မနေပါနဲ့တော့။ ယူဆနေရင် အမှားတစ်ခု၊ အပြစ်တစ်ခု
 ထပ်ကျူးလွန်ရာ ရောက်နေပါဦးမယ်။

“ဒေါသ” ဆိုတဲ့ စကားလုံးကိုယ်တိုင်ကိုက “အ
 ပြစ်” လို့ အဓိပ္ပာယ် ထွက်နေတော့ ဒေါသသမားတစ်
 ယောက်က သူတစ်ပါးအပေါ် အရာရာအပြစ်မြင်တတ်
 တာဟာ သိပ်တော့ မဆန်းလှပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ သူတစ်ပါးရဲ့
 အမှား (ရံခါ အမှန်)ကို အပြစ်မြင်၊ အပြစ်တင်ပြီး စိတ်ဆိုး
 မယ်ကြံတိုင်း၊ ပြဿနာရှာမယ်ကြံတိုင်း “ငါကရော ဘယ်
 လောက် အမှားကင်းနေလို့လဲ၊ ငါ့မှာရော အမှား လုံးဝမရှိ
 ဘူးလား” လို့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းနိုင်မယ်ဆိုရင်တော့ သူ
 တစ်ပါးရဲ့ လုပ်ရပ်တွေအပေါ် သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်စွမ်း

တိုးပွားလာမှာ အမှန်ပါပဲ။

ဒေါသငြိမ်းကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းတွေ အများကြီးရှိတဲ့အထဲက အလွယ်ကူဆုံးနဲ့ အရှင်းလင်းဆုံး နည်းလမ်းနှစ်ခုကတော့ အကောင်းမြင်ဝါဒ လက်ကိုင်ထားခြင်းနဲ့ မေတ္တာဘာဝနာ၊ သတိပဋ္ဌာန်ဘာဝနာပွားများခြင်းတို့ပါပဲ။

သက်ရှိ၊ သက်မဲ့ အရာရာတိုင်းမှာ အကောင်းနဲ့ အဆိုး ဒွန်တွဲနေပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကလွဲရင် အကောင်းချည်း သက်သက်၊ အဆိုးချည်းသက်သက်ဆိုတာ မရှိပါဘူး။ ဘယ်အရာကိုမဆို ကောင်းကွက်ကိုသာ ကြည့်တတ်ရင်၊ ဆိုးကွက်ကိုလည်း အဆိုးဘက်က မကြည့်ဘဲ အကောင်းဘက်က ကြည့်တတ်ရင် အကောင်းမြင်ဝါဒသမားတစ်ယောက်ရဲ့ နှလုံးသားမှာ ဒေါသမီး လောင်မြိုက်ခွင့်ရမှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။

ဒူးရင်းသီးရဲ့ ဆူးနဲ့ အနံ့ဆိုတဲ့ အဆိုးကိုပဲ အပြစ်မြင်နေမယ်ဆိုရင်တော့ ဒူးရင်းသီးရဲ့ ချိုဆိမ့်တဲ့အရသာနဲ့ ခွန်အားပြည့်ဖြိုးမှုဆိုတဲ့ အကောင်းတွေကို လက်လွှတ် ဆုံး

ရှုံးရမှာ သေချာပါတယ်။ အရသာနဲ့ ခွန်အားဆိုတဲ့ ကောင်းကွက်ကို မြင်တတ်တော့လည်း ဒူးရင်းသီးဟာ ဈေးကြီးပေးဝယ်စားရတဲ့ အမြတ်တန်းသစ်သီးအဖြစ် စားထိုက်သူတွေရဲ့ ချစ်ခြင်းကို ခံယူနေရတော့တာပါပဲ။

လောကမှာ ကိုယ်ပြုဆိုးပြီး နှုတ်ပြောကောင်းတဲ့သူ၊ ကိုယ်ပြုကောင်းပြီး နှုတ်ပြောဆိုးတဲ့သူ၊ ကိုယ်ပြု နှုတ်ပြောဆိုးပြီး စိတ်ထားကောင်းတဲ့သူ၊ ကိုယ်ပြုနှုတ်ပြော စိတ်ထားသုံးမျိုးလုံး ဆိုးတဲ့သူ၊ ကိုယ်ပြုနှုတ်ပြောစိတ်ထားသုံးမျိုးလုံးကောင်းတဲ့သူရယ်လို့ လူငါးမျိုးရှိပါတယ်။

မှော်ဖုံးနေတဲ့ ရေကန်ကို တွေ့ရင် မှော်တွေကို လက်နှစ်ဖက်နဲ့ အသာဘေးဖယ်ပြီး လက်ခုပ်နဲ့ ရေကို ယူသောက်ရသလိုပဲ အဆိုး၊ အကောင်းတွေနေတဲ့ လူတွေကို တွေ့ရင် အဆိုးကို လျစ်လျူရှုပြီး အကောင်းကို နှလုံးသွင်းနိုင်ရပါမယ်။

အဆိုးချည်းပဲ ထင်ရှားနေတဲ့ လူတွေကို တွေ့ရင် ရောဂါပြင်းထန်နေတဲ့ ကူရာမဲ့ ခရီးသွားဖော်တစ်ယောက်လို့ သဘောထားပြီး သနားကရုဏာစိတ် မွေးမြူနိုင်ရပါ

မယ်။ အဲဒီလိုဆိုရင် ဘယ်သူ့အပေါ်မှာမှ ဒေါသအပြစ် မဖြစ်တော့ဘဲ လူသားအားလုံးအပေါ် မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်နိုင်လာပါလိမ့်မယ်။

အကောင်းမြင်ဝါဒ . . . လက်ကိုင်ထားနိုင်တဲ့သူ အတွက် မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများဖို့ အခက်အခဲ မရှိပါဘူး။ “သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ” လို့ မေတ္တာဘာဝနာ အမြဲပွားနေသူရဲ့ သန္တာန်မှာ မေတ္တာဓာတ်အားကောင်း လာတာနဲ့အမျှ ဒေါသဓာတ်လည်း တဖြည်းဖြည်း လျော့ပါး လာရပါတယ်။ မေတ္တာပွားနေချိန်မှာ တကယ်ချမ်းသာစေ ချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်နေဖို့တော့ လိုတာပေါ့။

အကောင်းမြင်စိတ်၊ မေတ္တာစိတ် မွေးနေတဲ့ကြား ထဲက ဒေါသစိတ် ဖြစ်လာသေးတယ်ဆိုရင်တော့ ဒေါသရဲ့ အာရုံ၊ ဒေါသဖြစ်စရာ အကြောင်းအချက်တွေကို နှလုံး မသွင်းဘဲ ဖြစ်နေတဲ့ ဒေါသစိတ်ကိုပဲ တည့်တည့်စိုက်ကြည့် ပြီးတော့ “စိတ်တိုတယ်၊ စိတ်ဆိုးတယ်” စသည်အားဖြင့် သတိပဋ္ဌာန်နည်းလမ်းအတိုင်း ဝိပဿနာရှုပွားလိုက်ရပါ မယ်။

ဒေါသစိတ်ကို မတွေ့ဘဲ ဒေါသဖြစ်စရာ အကြောင်းအချက်တွေကသာ လွှမ်းမိုးနေမယ်ဆိုရင်လည်း မြင်-မြင်တယ်၊ ကြား-ကြားတယ်၊ သွား-သွားတယ်၊ ထိုင်-ထိုင်တယ် စသည်အားဖြင့် လက်ရှိ ထင်ရှားရာ တခြား အာရုံတစ်ခုခုကို ရှုပွားရပါမယ်။ နှာသီးဝ လေထိရာအရပ်မှာ သတိကပ်ပြီး ဝင်-ဝင်တယ်၊ ထွက်-ထွက်တယ်လို့ ရှုမှတ်မယ်ဆိုရင်လည်း ကောင်းပါတယ်။

မမိ-မိတဲ့အာရုံတစ်ခုခုကို သတိပဋ္ဌာန်နည်းကျ စူးစိုက်ရှုပွားနိုင်ပြီဆိုရင် ဒေါသစိတ်တွေ တဖြည်းဖြည်း လျော့ပါးပျောက်ကွယ်သွားပါလိမ့်မယ်။ ဒေါသစိတ်ရဲ့ ဖြစ်ပျက်သဘော၊ မမြဲ၊ မကောင်း၊ မပိုင်တဲ့သဘောတွေကိုပါ မြင်တွေ့လာပြီဆိုရင်တော့ ဉာဏ်ရင့်ကျက်တဲ့ တစ်နေ့မှာ ဒေါသစိတ်ကို အရှုခံထားပြီး မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်တောင် ဆိုက်ရောက်နိုင်ပါတယ်။

တချို့လူတွေရဲ့ ဒေါသက ကျောက်ဖျာပေါ် ရေးထားတဲ့စာနဲ့ တူပါတယ်။ ကျောက်ဖျာပေါ် ရေးထားတဲ့စာတို့၊ အစင်းကြောင်းတို့ဟာ ရေကြောင့်၊ လေကြောင့်

အလွယ်တကူ ပျောက်ပျက်မသွားဘဲ ကြာမြင့်စွာ တည်နေ
သလို တချို့လူတွေရဲ့ ဒေါသဟာလည်း အလွယ်တကူ
ပျောက်ပျက်မသွားဘဲ အငြိုးအတေး (အာယာတ)အဖြစ်နဲ့
စိတ်ထဲမှာ ကြာမြင့်စွာ စွဲတည်နေပါတယ်။

တချို့လူတွေရဲ့ ဒေါသကတော့ မြေပြင်ပေါ် ရေး
ထားတဲ့စာနဲ့ တူပါတယ်။ ကြာမြင့်စွာ စွဲတည်မနေပါဘူး။
အလွယ်တကူ ပျောက်ပျက်သွားပါတယ်။

တချို့လူတွေရဲ့ ဒေါသကတော့ ရေပြင်ပေါ် ရေး
ထားတဲ့စာနဲ့ တူပါတယ်။ ရေပြင်ပေါ် စာရေးပေမယ့် စာ
လုံးဝ မထင်သလို တချို့လူတွေဟာ မိမိကို ဒေါသထွက်
အောင် ဘယ်လိုနည်းနဲ့ပဲလုပ်လုပ်၊ ဒေါသ လုံးဝ မထွက်
တော့ပါဘူး။ ကြမ်းတမ်းတဲ့စကားတွေ ဘယ်လိုပဲ ပြောပြော၊
ကြမ်းတမ်းတဲ့ လုပ်ရပ်တွေ ဘယ်လိုပဲ ပြုပြု၊ ဒေါသစိတ်
လုံးဝ မဖြစ်တော့ပါဘူး။ ဒေါသအပြစ် ဆင်ခြင်နေစရာ
လည်း မလိုသလို ဒေါသစိတ်ကို ရှုမှတ်နေစရာလည်း မလို
ပါဘူး။ ဒေါသဖြစ်အောင် ဖန်တီးနေသူအပေါ်လည်း မေ-
တ္တာ လုံးဝ မပျက်ပါဘူး။

စကားအရသာ ရေပြင်ပေါ်ကစား၊ ရေပြင်ပေါ်
 ကစားနဲ့တူတဲ့ ဒေါသလို့ ပြောရပေမယ့် စာလည်း မရှိပါဘူး။
 ဒေါသလည်း မရှိပါဘူး။ သတိပဋ္ဌာန်တရားရှုပွားလို့ အနာ-
 ဂါမ်၊ ရဟန္တာဖြစ်သွားရင်တော့ ဒီလိုအဆင့်မျိုးကို ရောက်ရှိ
 နိုင်ပါတယ်။ မရောက်သေးသမျှတော့ မေတ္တာနဲ့ သတိ-
 ပဋ္ဌာန် ဘာဝနာနှစ်မျိုးကို ကြိုးစားပမ်းစား ပွားများနေရဦး
 မှာပါပဲ။

တစ်လောကလုံးရဲ့ အနှိုင်းမဲ့ကျေးဇူးရှင်ဖြစ်တဲ့
 မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဒေါသအပြစ်ဟာ အနှိုင်းမဲ့အပြစ်ဖြစ်
 တယ်လို့ “နတ္ထိ ဒေါသသမော ကလိ” ဆိုတဲ့ စကားတော်နဲ့
 ဟောကြားညွှန်ပြထားတာမို့ လူသားတိုင်း လူသားတိုင်း
 ဒေါသအပြစ် ဆိုတဲ့ အနှိုင်းမဲ့အပြစ်ကို အကြွင်းမဲ့ ပျောက်
 ပျက်အောင် ဖျောက်ဖျက်နိုင်ကြပါစေလို့ ဆုမွန်ကောင်း
 တောင်းလိုက်ပါတယ်။ ။

■ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။

အရှင်သန္တာမိက(ရွှေပါရမီတောရ)

[အပ္ပမာဒမဂ္ဂဇင်း၊ ဇွန်လ၊ ၂၀၀၀။]

ပေတ္တာပို့

အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌

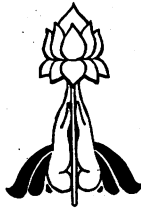
ရှိကြသော

နတ်လူသတ္တဝါအားလုံးတို့သည်

ဘေးရန်ရောဂါ

ကင်းစင်ကွာ၍

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။



အရှင်သန္တာမိက၏ထွက်ပြီးစာအုပ်များ



- ၁။ တစ်ယောက်တည်းနေ တစ်စိတ်တည်းထား
- ၂။ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်စစ်
- ၃။ မသေခင်ဘာလုပ်ကြမလဲ
- ၄။ ရဲရင့်သူတို့၏နေရာ
- ၅။ ငြိမ်းအေးသောဘဝပိုင်ရှင်
- ၆။ လောက၌အကောင်းဆုံးသောအရာ
- ၇။ ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲ
- ၈။ အိုဘယ့်အလှူရှင်
- ၉။ အနှိုင်းမဲ့ချမ်းသာ
- ၁၀။ ရဟန်းဘာကြောင့်ပြုရတယ်
- ၁၁။ ဆေးပေါင်းခတဲ့မျက်ရည်
- ၁၂။ မြင့်မြတ်သူတို့၏စံအိမ်
- ၁၃။ လမ်းခွဲတာဝမ်းနည်းစရာလား
- ၁၄။ အလင်းစေတမန်

ရွှေပါရမီလက်ကမ်းစာစဉ်

ဤစာအုပ်နှင့် ဤစာအုပ်ကဲ့သို့သော

လက်ကမ်းစာအုပ်ငယ်များကို

မွေဒါန ပြုလုပ်လိုပါက

အောက်ပါလိပ်စာအတိုင်း

ဆက်သွယ်စုံစမ်းနိုင်ပါသည်။

တက်လမ်းဆောက်လုပ်ရေးအဖွဲ့

အမှတ်(၆၁)၊ စဉ့်အိုးတန်းလမ်း(အောက်)၊

လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၂၁၀၄၆၂၊ ၂၂၆၅၀၀။

သင်းပျံမဒီရိုးရာရက်ကန်းထည်အမျိုးမျိုး

အမှတ်(N-၁၀)၊ ၂၇-လမ်း၊

မန်းမြန်မာဈေးချိုပလာဇာ၊ မန္တလေးမြို့။

ဖုန်း - ၀၂-၃၅၉၄၅၊ ၀၉-၅၃၁၃၀၁၆။

[ပြင်ပစာအုပ်ဆိုင်များတွင် လုံးဝ ရောင်းချခွင့် မပြုပါ။

မွေဒါနသက်သက်အတွက်သာ စီစဉ်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။]