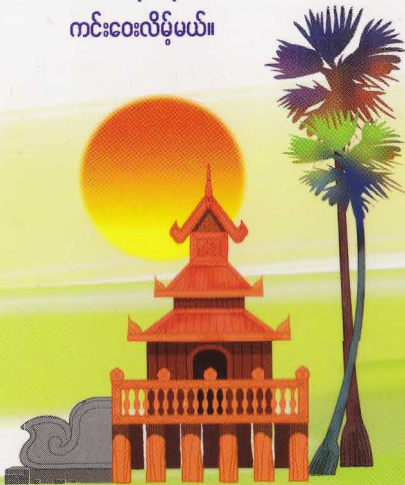


အမိုးကျနေတဲ့အိမ်
မိုးရေနှိပ်စက်မယ်။
အမှတ်ကျနေတဲ့စိတ်
ကိလေသာနှိပ်စက်မယ်။
ကိုယ့်ရဲ့စိတ်အိမ်ကို
သတိအမိုးစိပ်စိပ်မိုးမှ
ကိလေသာမိုးရေဘေး
ကင်းဝေးလိမ့်မယ်။





အရှင်ဆန္ဒာဓိက

ရွှေပါရမီစာစဉ်

ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲ



ဆဌမအကြိမ်

အရှင်ဆန္ဒာဓိက • ယဇ်မာရ်စာစဉ် • ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲ

ဓမ္မစကား၊ နေ့တိုင်းကြားကာ၊ ခိတ်ထားဖွေးလက်၊ သိဉာဏ်ထက်၏။

အရှင်ဆဒ္ဓါဓိက

ရွှေပါရမီတော်

ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲ



ရွှေပါရမီစာပေ (၇)

ရွှေပါရမီ ၂၀၀၀ အမှတ်(၃)

စာမူခွင့်ပြုချက်

၃၂၀၀၇၀၂၇၇

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်

၃၂၀၀၂၂၇၇

၂၀၀၇ ခုနှစ် ● မေလ ● ဆဋ္ဌမအကြိမ် ● အုပ်စု ၂၀၀၀၀

မျက်နှာဖုံးပန်းချီ

နေဝင်းအောင်

အတွင်းသရုပ်ဖော်

မောင်မောင်သိုက်

မျက်နှာဖုံးပုံနှိပ်သူ

ဦးတိုးဝင်း(၀၂၄၃၃)၊ နေလရောင်ပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်၉၆၊ ၁၁လမ်း၊ လမ်းမတော်မြို့နယ်။

အတွင်းပုံနှိပ်သူ

ဦးကြင်ရွှေ(၀၃၁၀၅)၊ မိသားစုပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်၉၀-အေ၊ အောက်ကြည့်မြင်တိုင်လမ်း၊ အလုံမြို့နယ်။

ထုတ်ဝေသူ

တက်လင်း ဦးရှိန်ဝင်း (၀၃၉၆၄)၊ ရွှေပါရမီဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့

အမှတ်(၁၉-အေ/၂)၊ ဗိုလ်ရာညွန့်လမ်း၊ ဒဂုံမြို့နယ်။

ဖြန့်ချိရေး

ရွှေပါရမီဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့

အမှတ်(၆၁)၊ စဉ့်အိုတန်းလမ်း၊ လသာမြို့နယ်။

(☎ ၂၁၀၄၆၂၊ ၂၂၆၅၀၀)

အရှင်ဆန္ဒာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)

- ၁၉၆၈ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ(၉)ရက်၊ အင်္ဂါနေ့တွင် ရေနံချောင်းမြို့၊ မြစ်မီးရောင် သူဌေးကုန်းရပ်ကွက်၌ ခမည်းတော် ဦးစိန်ဝင်း၊ မယ်တော် ဒေါ်သိန်းသိန်းတို့မှ ဖွားမြင်သည်။
- ၁၉၈၄ခုနှစ်တွင် ဆယ်တန်းစာမေးပွဲကို ရေနံချောင်းမြို့၊ အထက(၁)မှ ခြောက်ဘာသာ(ဘာသာစုံ)ဂုဏ်ထူးဖြင့် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံး ဒုတိယ ရလျက် အောင်မြင်သည်။ သုံးထပ်ကွမ်းလူရည်ချွန်အဖြစ် ၈တန်း၊ ၉တန်း၊ ၁၀တန်းတို့၌ သုံးနှစ်ဆက်တိုက် ရွေးချယ်ခံခဲ့ရသည်။
- ၁၉၈၄ခုနှစ်၊ ဆယ်တန်းအောင်မြင်ပြီးနောက် သာသနာ့ဘောင်သို့ ဝင်ရောက်ခဲ့ပြီး အမရပူရမြို့၊ မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်တွင် ပရိယတ္တိစာပေများလေ့လာဆည်းပူးခဲ့သည်။
- ၁၉၉၂ခုနှစ်တွင် ပထမကျော်ဘွဲ့ နှင့် ၁၉၉၅ခုနှစ်တွင် ဓမ္မာစရိယဘွဲ့ တို့ကို ရရှိခဲ့သည်။
- ၁၉၉၈ခုနှစ်တွင် အသက်(၃၀)ပြည့် ပုလဲရတုမွေးနေ့ အထိမ်းအမှတ် အဖြစ် တစ်ယောက်တည်းနေ တစ်စိတ်တည်းထားစာအုပ်ကို စတင် ထုတ်ဝေခဲ့သည်။
- ယခုအခါ သထုံမြို့၊ ကေလာသတောင်၊ ရွှေပါရမီတောရကျောင်း၌ တစ်ပါးတည်း ဧကစာရီတောရဆောက်တည်လျက် ပရိယတ်၊ ပဋိပတ်အလုပ် အားထုတ်လျက်ရှိသည်။ ။

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။

အလှူအားလုံးတို့တွင် တရားအလှူသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

ဤစာအုပ်အပါအဝင်
 ရွှေပါရမီစာစဉ်အားလုံးကို
 ဓမ္မဒါနအလှူရှင်အသီးသီးတို့မှ
 တရားအလှူ
 ပညာပါရမီအလှူ
 တိုက်ရိုက်သာသနာပြုအလှူအဖြစ်
 လှူဒါန်းထားသော
 ရွှေပါရမီဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးထာဝရအလှူတော်ငွေဖြင့်
 ထုတ်ဝေပါသည်။

ရွှေပါရမီဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့

တရားဖွင့်ဂုဏ်တော်ပွား

အရဟံ၊

ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်းမှုကို
ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား။



အပူပူသောရေထဲမှာ

အပူပူ

အပူပူ

အပူပူ

အပူပူ

အပူပူ



ရွှေပါရမီစခန်းဖြင့် ခေမာပြည်လှမ်းနိုင်ကြပါစေ။



မာတိကာ

၁။	■ သတိအိမ်သာငြိမ်းအေးရာ	၉
၂။	■ ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲ	၁၉
၃။	■ ပျော်နိုင်ခဲ့သောသာသနာ့ဘောင်	၂၂
၄။	■ မျက်ဝန်းမှာ သူ့ပုံရိပ်၊ နားစည်မှာ သူ့အသံ	၂၈
၅။	■ ဘာစိတ်ဖြစ်ဖြစ် ရှုမှတ်ပစ်	၃၂
၆။	■ ဘယ်သူ့မှ သူ့လောက်ကိုယ်မချစ်ဘူးဆို	၃၅
၇။	■ ကြေးစားယောဂီ	၄၀
၈။	■ ကြေးစားကောင်းမှု	၄၅
၉။	■ တစ်အိမ်ပြောင်းသူကောင်းမဖြစ်	၄၈
၁၀။	■ ဘာဝနာအမိုးကျတဲ့စိတ်ဟာ	
	■ မိုးမလုံတဲ့အိမ်ပါပဲ	၅၁
၁၁။	■ သတိအမိုးစပ်တဲ့စိတ်ဟာ	
	■ မိုးမလုံတဲ့အိမ်ပါပဲ	၅၅

၁၂။	■ အမှတ်မပါ၊ ကိလေသာ၊	
	■ ကောင်းစွာနှိပ်စက်သည်	၅၈
၁၃။	■ အမှတ်အမှတ်၊ တရစပ်၊	
	■ မပြတ်မှတ်ရမည်	၆၀
၁၄။	■ နေရာတိုင်းမှာ နိဗ္ဗာန်ရှိတယ်	၆၆
၁၅။	■ မြင်တော့ထမင်း၊ စားတော့နိဗ္ဗာန်	၆၉
၁၆။	■ လွတ်ချင်ဦးဟဲ့အမှတ်	၇၃
၁၇။	■ ဖြည်းဖြည်းလုပ်၊ စိပ်စိပ်မှတ်	၇၆
၁၈။	■ မြင်ပေမယ့်အကန်းလိုကျင့်	၇၉
၁၉။	■ အားရှိပေမယ့်ခါးချိုလိုကျင့်	၈၁
၂၀။	■ စကားသည်တရား၏ရန်သူ	၈၄
၂၁။	■ သူ့တာဝန်နဲ့သူ့ကိုယ့်တာဝန်နဲ့ကိုယ်	၈၆
၂၂။	■ ဘာပဲလုပ်လုပ်အမှတ်နဲ့လုပ်	၉၁
၂၃။	■ အသက်ရှူတတ်ရင်မိုးတားလို့ရတယ်	၉၄
၂၄။	■ မိုးရွာတိုင်းမိုးရေမချိုးတော့ပါ	၁၀၂
၂၅။	■ အပ္ပမာဒဒနသမ္မာဒေထ	၁၁၀
၂၆။	■ အားထုတ်ဖြစ်ဖို့အဓိက	၁၁၃
၂၇။	■ အရှင်ဆန္ဒာဓိကအတ္ထုပ္ပတ္တိ	၁၂၈





သတိအိမ်သာငြိမ်းအေးရာ

ဘုန်းဘုန်းဘုရား . . .

ဘုန်းဘုန်းရေးတဲ့ 'ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲ' စာအုပ်ကို တပည့်တော် အထူး နှစ်သက်လှပါတယ် ဘုရား။

အဲဒီစာအုပ်ထဲက . . . ကွမ်းကြိုက်သူဥပမာလိုပဲ တပည့်တော် တရားကြိုက်တဲ့သူ ဖြစ်နေပါပြီ ဘုရား။ တရားအလုပ်က အချိန်မရွေး၊ အလုပ်မရွေးလုပ်နိုင်တော့ တပည့်တော် ကြိုက်တဲ့အလုပ်ကို အချိန်တိုင်း လုပ်နိုင်လို့ ဒီတရားအလုပ်ကို ကြိုက်မိတဲ့အတွက်လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်ပါတယ်ဘုရား။

တပည့်တော် နောက်တစ်ချက် တွေ့ရှိရတာက

ကွမ်းကြိုက်သူက ကွမ်းစားရင်း အလုပ်လုပ်နိုင်လို့ သူကြိုက်
တဲ့ ကွမ်းစားရပေမယ့် သူမကြိုက်တဲ့ အလုပ် လုပ်နေရရင်
စိတ်ချမ်းသာမှာ မဟုတ်ဘူးဘုရား။ တရားကြိုက်သူကတော့
ကိုယ်မကြိုက်တဲ့ တခြားအလုပ် လုပ်နေရတာ ဖြစ်ပါစေ၊
တရားရှုမှတ်လိုက်ရင် အဲဒီ ကိုယ်မကြိုက်တဲ့အလုပ်ကနေ
ကိုယ်ကြိုက်တဲ့အလုပ် ဖြစ်သွားပါတယ်ဘုရား။

နောက်တစ်ချက်က တပည့်တော် အိမ်အလုပ်
ပတ်လည်ဝိုင်းပြီး ရှုပ်နေပေမယ့် ရှုမှတ်ပြီး လုပ်တဲ့အခါ
အလုပ်တွေ မြန်မြန်နဲ့ တစ်ခုပြီးတစ်ခု သပ်သပ်ရပ်ရပ်လည်း
ပြီးသွားပါတယ်ဘုရား။ အချိန်ကုန်လည်း သက်သာပြီး ရှု
မှတ်မှုပါနေလို့ ကိုယ်စိတ် ပင်ပန်းတင်းကျပ်မှုလည်း မရှုမှတ်
ဘဲ လုပ်တာနဲ့ ယှဉ်ရင် များစွာ သက်သာတာကို တွေ့ရပါ
ဇာယ်ဘုရား။

ဘုန်းဘုန်းရေးတဲ့ 'ငြိမ်းအေးသောဘဝပိုင်ရှင်'
စာအုပ်ကလည်း တပည့်တော်ရဲ့ စိတ်၊ တပည့်တော်ရဲ့ ဘဝ
ကို အများကြီး ငြိမ်းအေးစေပါတယ် ဘုရား။

ဒီမြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေဟာ အခုချက်
ချင်းကျင့်၊ အခုချက်ချင်း အကျိုးရပြီး သေမှငြိမ်းမယ့်တရား
မဟုတ်ကြောင်းကို ကိုယ်တွေ့အားထုတ်လို့ သိခဲ့ပေမယ့်

သိပ် သတိမမူမိခဲ့ပါဘူး ဘုရား။ ဒီစာလေးကို ဖတ်ပြီးမှ ကိုယ့်ကိုယ်တွေ့ကို သတိရပြီး တရားတော်ကို ပိုမိုမြတ်နိုး အားကိုးခဲ့ပါတယ်ဘုရား။

ဒီစာအုပ်မှာ ပါတဲ့ မိုးကြီးလို့ စပါးတွေ ပျက်စီးပြီး သောကရောက်နေတဲ့ ပုဏ္ဏားကြီးအကြောင်း ဖတ်ရတော့ တပည့်တော် အနာဂတ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး မျှော်လင့်တာတွေ သိပ်မရှိတော့ဘူး။ မစဉ်းစားချင်တော့ဘူးဆိုရင် ပိုမှန်ပါမယ် ဘုရား။

အနာဂတ်နဲ့ ပတ်သက်လို့ ထားရှိတဲ့ စိတ်ကတော့ နှစ်စဉ် တရားဝင်ဖြစ်ချင်ပါတယ်။ ဒါန စတဲ့ ကုသိုလ်တွေ အခွင့်ရှိသလို ဆည်းပူးသွားမယ်။ သာသနာအကျိုးကို တတ် နိုင်သလောက် ဆောင်ရွက်ချင်ပါတယ်။ ဘယ်လိုဆောင်ရွက် ဖြစ်မယ်ဆိုတာတော့ သေချာမသိသေးပါဘူးဘုရား။

စားဝတ်နေရေးနဲ့ ပတ်သက်လို့ကတော့ ဘာလုပ် ငန်းကြီး လုပ်ချင်လှတယ်လို့ မရှိဘူးဘုရား။ ကောင်းတာလုပ် ရင် ကောင်းကျိုးရပြီး ပေါ်လာတဲ့ အခွင့်အရေးကိုပဲ သမ္မာ အာဇီဝအလုပ်ဖြစ်ရင်ပြီးရော သူ့ဘာသာဖြစ်လာလိမ့်မယ်လို့ ခံယူထားပါတယ်။

အနာဂတ်စားဝတ်နေရေးအတွက် သိပ်မပူဘူး

ဘုရား။ သူများက ကျောင်းပြီးရင် ဘာလုပ်ချင်လဲ၊ ဘာလုပ်
မလဲမေးရင် ဖြေစရာမရှိဘူးဘုရား။

တပည့်တော်ရဲ့ နေ့စဉ်ရည်မှန်းချက်က တရားမှတ်
ဖြစ်ဖို့၊ နှစ်စဉ်ရည်မှန်းချက်က တစ်နှစ်တစ်ကြိမ် အနည်းဆုံး
တရားရိပ်သာဝင်ဖြစ်ဖို့ တစ်ဘဝလုံး ရည်မှန်းချက်က တရား
ထူးရဖို့နဲ့ နောက်ဆုံးရှုမှတ်ရင်းနဲ့ သေနိုင်ဖို့ပါပဲဘုရား။ မျှော်
ရင် လင့်သွားမှာ စိုးလို့ပါဘုရား။

အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အထိ၊ အတွေး၊
အာရုံခြောက်ပါးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ရှုမှတ်တဲ့အခါ သိတဲ့စိတ်
ရယ်၊ မှတ်တဲ့စိတ်ရယ်၊ အတွဲလိုက် လျင်မြန်စွာ ဖြစ်ပျက်တာ
ကို သိရပါတယ်ဘုရား။

ဒီလိုရှုမှတ်လို့ ထူးခြားတာတချို့ကို ဖော်ပြချင်ပါ
တယ်ဘုရား။ အသံနဲ့ ပတ်သက်လို့ သီချင်းသံတွေ ဆူညံနေ
တဲ့အခါ စိတ်ရှုပ်တတ်၊ စိတ်တိုတတ်၊ ခေါင်းကိုက်တတ်ပါ
တယ်ဘုရား။ ဒီလို ရှုမှတ်နိုင်တဲ့အခါကျတော့ အစကတည်း
က ခေါင်းကိုက်ရင်တောင် ဆူညံသံကြားတဲ့အခါ ခေါင်း
ကိုက်တာနဲ့ ဆူညံသံကို ထင်ရှားရာ တစ်လှည့်စီ မှတ်နိုင်လို့
စိတ်မတိုတော့ပါဘူးဘုရား။

အရသာနဲ့ ပတ်သက်လို့ တပည့်တော် ရေခဲမုန့်

ကြိုက်ပါတယ်ဘုရား။ ဒါပေမဲ့ မှတ်ပြီးစားရတဲ့အခါမှာ အေး
တာ၊ ချိုတာ၊ အရည်ပျော်သွားတာတွေပဲ သိပြီး ရေခဲမုန့်
ကြိုက်တဲ့စိတ်မရှိတော့ဘူးဘုရား။ တပည့်တော် ဆန်ပြုတ်ကျ
တော့ မကြိုက်ဘူးဘုရား။ ဆန်ပြုတ်မကြိုက်ခါမှ ချမ်းမြေ့မှာ
တရားဝင်နေတုန်း ဖျားတော့ ဆန်ပြုတ်ပဲ သောက်ရတယ်
ဘုရား။

အိမ်ကိုပြောရင် ပြန်ခေါ်မှာစိုးလို့ မပြောတော့ဘူး
ဘုရား။ ဆန်ပြုတ်ကို အမှတ်နဲ့သောက်တော့ ပူတာ၊ ထိတာ၊
မျိုချတော့ အီတာတွေ မှတ်ရင်း စားတော့ ဝင်သွားတာပဲ
ဘုရား။ အစာဝင်တော့ အားရှိပြီး တရားတွေလည်း တက်
သွားတယ်ဘုရား။ အဲဒီနောက်ပိုင်းမှာ အစာစားတဲ့အခါ အ
မှတ်မပါပေမယ့် အဆီများတဲ့အစာကလွဲရင် သိပ်ပြီး ကြိုက်
လှတယ်။ မကြိုက်ဘူးဆိုတာ မရှိတော့ဘူးဘုရား။

အတွေးနဲ့ ပတ်သက်လို့တော့ စိတ်ညစ်စရာတွေပဲ
တွေးတာ များပါတယ်ဘုရား။ တစ်ခါတလေ စိတ်ညစ်စရာ
မဟုတ်တဲ့အတွေးတွေတောင်မှ တွေးတာများရင် သတိထား
မိတဲ့အချိန်မှာ စိတ်က နောက်နေပြီး ခေါင်းလည်း မူးနေပါ
တယ်ဘုရား။ အဲဒါကို မှတ်လိုက်ရင်တော့ တဖြည်းဖြည်း
ကြည်လင်ပေါ့ပါးလာပါတယ်ဘုရား။

ဝန်တို့မှနဲ့ ပတ်သက်လို့ တခြားတစ်ယောက်က တပည့်တော်ကို ခင်ပြီး တခြားနောက်တစ်ယောက်ကို တပည့်တော်က ပြောဆိုဆက်ဆံတာကို မကြိုက်ရင် အဲဒီလူကို တပည့်တော် ခင်မင်မှုလျော့သွားတယ်။ တပည့်တော်ကို လွတ်လပ်ခွင့်ပေးပြီး တခြားတစ်ယောက်နဲ့ ပြောဆိုတာကို ဘယ်လိုမှ သဘောမထားရင် အဲဒီလူကို တပည့်တော် ပိုခင်တယ်။ စိတ်ကတော့ ဆန်းကြယ်သားဘုရား။

တပည့်တော်အနေနဲ့တော့ ဥပမာ စာမေးပွဲဖြေတဲ့ အခါ ကိုယ်လုပ်နိုင်သလောက် လုပ်ပြီး ဖြေပါတယ်ဘုရား။ သူများနဲ့ ယှဉ်ပြိုင်ချင်စိတ်၊ သာလိုစိတ် မရှိဘူးဘုရား။ စိတ်ပင်ပန်းလို့။ ဒါပေမဲ့ အမှတ်စာရင်းထွက်တဲ့အခါကျရင်တော့ ကိုယ့်သူငယ်ချင်းထက် အမှတ်သိပ်နိမ့်နေရင်တော့ စိတ်မကောင်းဘူးဘုရား။ သူ့ကို မရစေချင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်လည်း အမှတ်ကောင်းကောင်းရချင်တာပါဘုရား။

ဗေဒင်နဲ့ ပတ်သက်လို့ လူနှစ်ယောက်ရဲ့ အဖြစ်အပျက်ကို ဖော်ပြချင်ပါတယ်ဘုရား။ နှစ်ယောက်စလုံးက ယောက်ျားလေး၊ အသက်(၁၉)နှစ်ဝန်းကျင်၊ ကားစမောင်းကြပါပြီဘုရား။ နှစ်ယောက်စလုံးရဲ့ အမေက ဗေဒင်တွေယုံတယ်၊ မေးတယ်။

အဲဒီ နှစ်ယောက်ထဲမှာ ယောက်ျားလေးတစ်
ယောက်ကလည်း ဗေဒင်ယုံတယ်။ တစ်ယောက်က မယုံ
ဘူး။ ဗေဒင်မေးတဲ့အခါ အသက်ဘယ်လောက်အတွင်း
ကားမမောင်းနဲ့။ ယာဉ်တိုက်မှုဖြစ်မယ်လို့ ဟောပါတယ်
ဘုရား။

ဗေဒင်ယုံတဲ့ကောင်လေးက အဲဒါကို စိတ်စွဲပြီး
ကားမောင်းတော့ တကယ်ကားတိုက်တယ်ဘုရား။ ကြီးကြီး
ကျယ်ကျယ်တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ နောက်တစ်ယောက်က၊
မယုံတဲ့သူက စိတ်မစွဲတော့ ဘာမှမဖြစ်ဘူးဘုရား။ ဒါကို
ပြန်သုံးသပ်ကြည့်တော့ ဗေဒင်ယုံတဲ့သူက မကောင်းတာဖြစ်
မယ်ပြောတဲ့အခါ စိတ်စွဲပြီး ဖြစ်ဖို့တွန်းပို့သလို ဖြစ်နေတာကို
သတိထားမိပါတယ်ဘုရား။

‘ရချင်လို့ မလုပ်ပေမယ့် လုပ်ရင် ရပါတယ်။ ရချင်
ရင် မရပါဘူး။ မရချင်မှ ရတာပါ’

ဒီစာသားလိုမျိုး တပည့်တော်ဘဝမှာ ခဏခဏ
ဖြစ်တော့ သတိထားမိလာပါတယ်ဘုရား။ တပည့်တော်
မိဘတွေကို ပူဆာခဲ့ပါတယ်ဘုရား။ ဒါတောင်မှ ကိုယ်လိုချင်
တာ ငါးခုလောက်မှာ တစ်ခုလောက် တောင်းဆိုတာတောင်
မရပါဘူးဘုရား။ မိဘအရိပ်အခြေကြည့်ပြီး ဒီလိုတောင်းဆို

ရတာ အင်မတန် ပင်ပန်းအားကုန်ပါတယ်ဘုရား။ မပြန်
တော့လည်း အင်မတန် ဆင်းရဲခဲ့ရပါတယ်ဘုရား။

ဒါကြောင့် ရချင်စိတ်ဖြစ်ရတာကို စိတ်ကုန်ပြီး ပိုပြီး
မပူဆာဖြစ်တော့ပါဘူးဘုရား။ ဒါကတော့ တရားအား
မထုတ်ခင် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်တုန်းကပါဘုရား။

အခုတော့ အကယ်၍ တောင်းဆိုတာ မရတဲ့အခါ
ဖြစ်တတ်တဲ့ စိတ်ဆင်းရဲတတ်တာကို မတောင်းဆိုခင် စိတ်
မဆင်းရဲအောင် ကြိုပြင်ပြီးမှ တောင်းဆိုပါတယ်ဘုရား။ စိတ်
ကို သတိဦးပြီး ကြိုပြင်မိတဲ့အခါကျရင် စိတ်သက်သာရာရပါ
တယ်ဘုရား။

ဘုန်းဘုန်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာစွာဖြင့်
တရားစာအုပ်တွေ အများကြီး ဆက်လက်ရေးသားနိုင်ပါစေ
လို့ ဆုတောင်းမေတ္တာ ပို့သလျက် . . . ။

ကြည်ညိုလေးစားစွာဖြင့်

မကြည်ဖြာ

ကမာရွတ်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။



ဆိုးတဲ့အိမ်
မလှတဲ့အိမ်
တန်ဖိုးသေးတဲ့အိမ်
ယုတ်ညံ့တဲ့အိမ်မှာ
နေရတဲ့သူထက်
ကောင်းတဲ့အိမ်
လှတဲ့အိမ်
တန်ဖိုးကြီးတဲ့အိမ်
မြင့်မြတ်တဲ့အိမ်မှာ
နေရတဲ့သူက
ဘဝလုံခြုံမှုနဲ့
စိတ်ချမ်းမြေ့မှု
ပိုပြီး ရရှိနိုင်ပါတယ်။



00000
111
222
333
444
555
666



ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲ

လူရယ်လို့ဖြစ်လာရင် နေစရာအိမ်ဆိုတာ မရှိမဖြစ် လိုအပ်ပါတယ်။ နေစရာအိမ်မရှိတဲ့ လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝဟာ လုံခြုံမှု၊ ချမ်းမြေ့မှု လုံးဝ မရှိနိုင်ပါဘူး။ ပူပန်သောကတွေ၊ ဆင်းရဲပင်ပန်းမှုတွေနဲ့ပဲ တင်းကျမ်းပြည့်နေမှာပါ။ နေစရာအိမ် ရှိမယ်ဆိုရင်တော့ အိမ်ရဲ့ အရည်အသွေးပေါ်မူတည်ပြီး အိမ်နေသူရဲ့ ဘဝလုံခြုံမှု၊ ဘဝချမ်းမြေ့မှု ရရှိနိုင်ပါတယ်။

နေစရာအိမ် ရှိတိုင်းတော့ . . . လုံခြုံမှု၊ ချမ်းမြေ့မှု အပြည့်အဝ မရနိုင်သေးပါဘူး။ လုံခြုံလောက်တဲ့ အရည်အသွေး၊ ချမ်းမြေ့လောက်တဲ့ အရည်အသွေး ပြည့်စုံမှ လုံခြုံ

နိုင်၊ ချမ်းမြေ့နိုင်ပါတယ်။

ကောင်းတဲ့အိမ်၊ ဆိုးတဲ့အိမ်၊ လှတဲ့အိမ်၊ မလှတဲ့ အိမ်၊ တန်ဖိုးကြီးတဲ့အိမ်၊ တန်ဖိုးသေးတဲ့အိမ်၊ မြင့်မြတ်တဲ့ အိမ်၊ ယုတ်ညံ့တဲ့အိမ် စသည်ဖြင့် အိမ်အမျိုးအစား နှစ်မျိုးစီ ရှိတဲ့ အထဲမှာ ဆိုးတဲ့အိမ်၊ မလှတဲ့အိမ်၊ တန်ဖိုးသေးတဲ့အိမ်၊ ယုတ်ညံ့တဲ့အိမ်မှာ နေရတဲ့သူထက် ကောင်းတဲ့အိမ်၊ လှတဲ့ အိမ်၊ တန်ဖိုးကြီးတဲ့အိမ်၊ မြင့်မြတ်တဲ့အိမ်မှာ နေရတဲ့သူက ပိုပြီး ဘဝလုံခြုံမှုနဲ့ စိတ်ချမ်းမြေ့မှု ရရှိနိုင်တာပေါ့။

အခုလို မိုးတွေ တဖွဲဖွဲ၊ တသည်းသည်း ရွာနေတဲ့ မိုးတွင်းကာလအနေနဲ့ ပြောရမယ်ဆိုရင်တော့ မိုးမလုံအိမ် မှာ နေရတဲ့သူထက် မိုးလုံအိမ်မှာ နေရတဲ့သူက ပိုပြီး ဘဝ လုံခြုံမှုနဲ့ စိတ်ချမ်းမြေ့မှု ရရှိနိုင်ပါတယ်။

မိုးမလုံအိမ်မှာ နေရတဲ့သူကတော့ မိုးရေတွေရဲ့ နှိပ်စက်မှုကြောင့် အင်မတန် ပင်ပန်းဆင်းရဲရပါလိမ့်မယ်။ လူလည်း ဒုက္ခရောက်၊ ပစ္စည်းပစ္စယတွေလည်း ပျက်စီး၊ ဘယ်လိုမှ အဆင်မပြေပါဘူး။

မိုးလုံအိမ်မှာ နေရတဲ့သူကတော့ မိုးရေတွေရဲ့ နှိပ် စက်ခြင်း ကင်းနေတဲ့အတွက် အင်မတန် စိတ်ချမ်းသာ၊ ကိုယ်ချမ်းသာ ဖြစ်ရပါတယ်။ လူလည်း ဒုက္ခမရောက်၊

ပစ္စည်းပစ္စယတွေလည်း မပျက်စီး၊ သိပ်ကို အဆင်ပြေပါ
တယ်။

အိမ်မိုးမလုံတာ အမိုးကျနေလို့ပါ။ အမိုးတွေ တစ်ခု
နဲ့တစ်ခု မဆက်စပ်ဘဲ ကျနေလို့ပါ။ အိမ်မိုးလုံတာကတော့
အမိုးစိပ်လို့ပါ။ အမိုးတွေ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု မကျဘဲ ဆက်စပ်
နေလို့ပါ။

မိုးရေဒဏ် မခံချင်ဘူးဆိုရင် ကိုယ့် အိမ်အမိုးကို
စေ့စေ့စပ်စပ် မိုးရပါမယ်။ ကျိုးတိုးကျဲတဲ ဖြစ်မနေဘဲ တစ်
ဆက်တည်း၊ တစ်စပ်တည်း ဖြစ်နေအောင် မိုးရပါမယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က လူသားတိုင်း၊ လူသားတိုင်း
အမိုးဆက်စပ်တဲ့ မိုးလုံအိမ်မှာ ခန့်ခန့်ကြီး နေစေချင်ပါ
တယ်။ မိုးရေတွေရဲ့ နှိပ်စက်မှုကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ မရောက်
စေချင်လို့ပါ။

အခုလို မိုးတွင်းကာလမှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့
မိုးလုံအိမ်တရားလေး နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ပြီး ကိုယ့်အိမ်ကိုယ်
မိုးလုံအိမ်ဖြစ်အောင် တည်ဆောက်သွားကြဖို့ အထူးလိုအပ်
လှပါတယ်။



နေပြီးတော့ မြတ်သောအကျင့်ကို ဆက်ပြီး ကျင့်ခြင်းငှာ တပည့်တော် မစွမ်းနိုင်တော့ပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် ရဟန်း သိက္ခာ ပယ်စွန့်ပြီးတော့ တပည့်တော် လူထွက်တော့မယ် ဘုရား’

မြင်မြင်သမျှသော ရဟန်းတော်များကို အရှင်နန္ဒက သူ သာသနာ့ဘောင်မှာ မပျော်တော့တဲ့အကြောင်း၊ သိက္ခာချပြီးတော့ လူထွက်တော့မယ်ဆိုတဲ့အကြောင်း တဖွဖွ လိုက်ပြီးတော့ ပြောနေပါတယ်။

တကယ်တော့ သာသနာ့ဘောင်ဆိုတာ မွေ့လျော်ပျော်ပိုက်ဖို့ အလွန်ခဲယဉ်းပါတယ်။ မွေ့လျော်ပျော်ပိုက်ဖို့ဆိုတာ အသာထား၊ သာသနာ့ဘောင် ဝင်ရောက်ဖြစ်ဖို့ကို အင်မတန် ခဲယဉ်းပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က ‘ဒုပ္ပဗ္ဗန္ဓံ ဒုရဘိရမံ’ လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

ဒုပ္ပဗ္ဗန္ဓံ = ကိုယ်ပိုင်အသိ၊ ကိုယ်ပိုင်သဒ္ဓါတရားနဲ့ သာသနာ့ဘောင် ဝင်ရောက်ဖြစ်ဖို့ဆိုတာလည်း အင်မတန် ခဲယဉ်းတယ်။

ဒုရဘိရမံ = ကိုယ်ပိုင်အသိ၊ ကိုယ်ပိုင်သဒ္ဓါတရားနဲ့ သာသနာ့ဘောင် ဝင်ရောက်လာပြန်တော့လည်း အဲဒီ သာသနာ့ဘောင်မှာ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ . . . သိက္ခာသုံးရပ်

အကျင့်မြတ်ကို မွေ့မွေ့လျော်လျော် ပျော်ပျော်ပိုက်ပိုက်နဲ့
နှစ်ခြိုက်စွာ ကျင့်သုံးနိုင်ဖို့ အင်မတန် ခဲယဉ်းတယ်။

ကိုယ်ပိုင်အသိ၊ ကိုယ်ပိုင်သဒ္ဓါတရားနဲ့ သာသနာ့
ဘောင် ဝင်ရောက်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တောင်မှ သာသနာ့ဘောင်
မှာ မွေ့လျော်ပျော်ပိုက်ဖို့ ခဲယဉ်းသေးရင် ကိုယ်ပိုင်အသိ၊
ကိုယ်ပိုင်သဒ္ဓါတရားနဲ့ မဟုတ်ဘဲ တစ်စုံတစ်ယောက်ရဲ့
တိုက်တွန်းမှု၊ သို့မဟုတ် တစ်စုံတစ်ခုသော အခြေအနေရဲ့
တိုက်တွန်းမှုကြောင့် သာသနာ့ဘောင် ဝင်ရောက်လာရတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင်တော့ ပိုပြီးတော့ ခဲယဉ်းမှာပါပဲ။

အခု အရှင်နန္ဒ သာသနာ့ဘောင် ရောက်လာတာ
က ကိုယ်ပိုင်အသိ၊ ကိုယ်ပိုင်သဒ္ဓါတရားနဲ့ ဝင်ရောက်လာ
တာ မဟုတ်ဘူး။ တစ်စုံတစ်ယောက်ရဲ့ တိုက်တွန်းမှုကြောင့်
သာသနာ့ဘောင် ဝင်ရောက်လာခြင်းဖြစ်တယ်။ တစ်စုံတစ်
ယောက်ဆိုတဲ့နေရာမှာလည်း တခြားပုဂ္ဂိုလ် မဟုတ်ဘူး၊
မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင်ပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားရှင်နဲ့ အရှင်နန္ဒဆိုတာကလည်း သူ
စိမ်းတွေ မဟုတ်ကြဘူး၊ အဖေတူ အမေကွဲ ညီအစ်ကိုများ
ဖြစ်ကြပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီးနဲ့ မဟာ

မာယာဒေဝီက မွေးဖွားတဲ့သားဖြစ်တယ်။ အရှင်နန္ဒက သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီးနဲ့ မဟာပဇာပတိဂေါတမီက မွေးဖွားတဲ့ သားဖြစ်တယ်။

မဟာမာယာဒေဝီနဲ့ မဟာပဇာပတိဂေါတမီက ညီအစ်မအရင်းများ ဖြစ်ကြပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို မွေးဖွားပြီးနောက် သုံးရက်မြောက်နေ့မှာ မိထွေးတော် မဟာ ပဇာပတိဂေါတမီက နန္ဒမင်းသားကို မွေးဖွားခြင်းပါ။ ဒီတော့ နန္ဒမင်းသားဟာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ထက် သုံးရက်ပဲ အသက် ငယ်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား ဘုရားဖြစ်ပြီးတဲ့နောက် ကပိလဝတ် နေပြည်တော်ကို ပထမဆုံး ပြန်ကြွတဲ့ခရီးမှာ ကပိလဝတ် နေပြည်တော်ကို ရောက်ပြီး သုံးရက်မြောက်နေ့မှာ နန္ဒ မင်းသားရဲ့ နန်းတက်မင်္ဂလာနဲ့ ထိမ်းမြားမင်္ဂလာ၊ မင်္ဂလာ နှစ်ခု ကျင်းပပါတယ်။

ထိမ်းမြားမင်္ဂလာကတော့ ဇနပဒကလျာဏီနဲ့ ထိမ်း မြားတဲ့ မင်္ဂလာပါပဲ။ အဲဒီ နန်းတက်မင်္ဂလာနှင့် ထိမ်းမြား မင်္ဂလာပွဲအတွက် မြတ်စွာဘုရားရှင် နန်းတော်ကို ကြွရောက် ပြီးတော့ မင်္ဂလာအခမ်းအနားမှာ မင်္ဂလာစကားများပြော၊ ဆွမ်းများဘုဉ်းပေး၊ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီးတဲ့နောက် သပိတ်ကို

နန္ဒမင်းသားရဲ့ လက်ထဲထည့်ပြီးတော့ နန်းတော်ကနေ ပြန်
ကြွပါတယ်။

နန္ဒမင်းသားကလည်းပဲ ‘အရှင်ဘုရားသပိတ် ပြန်
ယူပါ’ လို့ မပြောဘူး။ မြတ်စွာဘုရားရှင်အပေါ်မှာ ချစ်ခင်
လေးစားမှု အားကြီးတဲ့အတွက်ကြောင့် ဟိုနားရောက်ရင်
ပြန်ယူနိုးနိုး၊ ဒီနားရောက်ရင် ပြန်ယူနိုးနိုး မြတ်စွာဘုရားရှင်
နောက်တော်ပါးကနေ သပိတ်ပိုက်ပြီးတော့ လိုက်ပါသွား
တယ်။

ဒီလိုနဲ့ နောက်ဆုံး . . . ကျောင်းတော်ထိ ရောက်၊
ကျောင်းတော်ရောက်တော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က နန္ဒကို မေး
တယ်။

‘ညီတော်နန္ဒ၊ သင်ရဟန်းပြုမလား’

နန္ဒမင်းသားအနေနဲ့ကတော့ ရဟန်းပြုလိုစိတ်
လုံးဝမရှိပါဘူး။ ဒီနေ့မှ ထိမ်းမြားမင်္ဂလာပွဲ စတင်ကျင်းပတဲ့
နေ့၊ နောင်တော်ကြီးဘုရား ပြောရက်လေခြင်းပေါ့။ ဒါပေမဲ့
လည်း မြတ်စွာဘုရားရှင်အပေါ်မှာ လေးစားမှုက အားကြီး
တော့ မဝတ်ချင်ပါဘူးလို့ ဆန့်ကျင်ဘက် မပြောဘူး။

‘မှန်လှပါ။ တပည့်တော် ရဟန်းဝတ်ပါ့မယ် ဘုရား’
သာကီဝင်မင်းတို့ရဲ့ ထုံးစံကိုကလည်း ကြီးသူကို

ငယ်သူက လေးစားရတဲ့ ထုံးစံရှိပါတယ်။ သာကီဝင်မင်းသား တစ်ပါးဖြစ်တဲ့ နန္ဒဟာလည်း သာကီဝင်မင်းတို့ရဲ့ ထုံးစံအရ လည်း မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို လေးစားတယ်။

ညီအစ်ကိုအရင်း ဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့်လည်းပဲ ချစ်ခင်တယ်။ ချစ်ခင်မှုနဲ့ လေးစားမှု အားကြီးတဲ့အတွက် ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းပြုမလားမေးတော့ 'ပြုပါ မယ်ဘုရား'။ အဲဒီလိုနဲ့ နန္ဒမင်းသား သာသနာ့ဘောင်ရောက် လာခဲ့ပါတယ်။





မျက်ဝန်းမှာ သူ့ပုံရိပ်၊ နားစည်မှာ သူ့အသံ

အရှင်နန္ဒ သာသနာ့ဘောင်ရောက်လာပြီးနောက် မြတ်စွာဘုရားနည်းပေးတဲ့ သတိပဋ္ဌာန်အလုပ်ကို အားထုတ်တယ်။ တရားအလုပ် အားထုတ်နေပေမယ့် အရှင်နန္ဒရဲ့ စိတ်က ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံပေါ် မရောက်ဘူး။ ဇနပဒကလျာဏီ ဆီမှာပဲ စိတ်ရောက်နေတယ်။ အရှင်နန္ဒရဲ့ နှလုံးသားမှာ ဇနပဒကလျာဏီကပဲ လွှမ်းမိုးပြီးတော့နေတယ်။

အရှင်နန္ဒရဲ့ မျက်ဝန်းထဲမှာ ဇနပဒကလျာဏီကိုပဲ မြင်ယောင်နေတယ်။ အထူးသဖြင့် အရှင်နန္ဒရဲ့ စိတ်အစဉ်ကို အလွှမ်းမိုးဆုံးကတော့ ဇနပဒကလျာဏီ ပြောလိုက်တဲ့ စကားလေးတစ်ခွန်းပါပဲ။

‘အရှင်သား၊ မြန်မြန်ပြန်လာခဲ့ပါ’

နန္ဒမင်းသား သပိတ်ပိုက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရား ရှင်ရဲ့ နောက်တော်ပါးက လိုက်သွားတာကို ဇနပဒကလျာဏီ သိတော့ တစ်ဝက်ပဲ ပြီးရသေးတဲ့ဆံပင်၊ ရေစိုနေတဲ့ ဆံပင်၊ ဖားလျားချထားတဲ့ဆံပင်နဲ့ ပြတင်းပေါက်ကနေ အပြေးထွက်လာပြီးတော့ နန္ဒမင်းသားကို လှမ်းမှာလိုက် တယ်။

‘မြန်မြန်ပြန်လာခဲ့ပါ’

အဲဒီ ဇနပဒကလျာဏီရဲ့ မြန်မြန်ပြန်လာခဲ့ပါ ဆိုတဲ့ စကားသံဟာ အရှင်နန္ဒရဲ့ နားထဲက မထွက်တော့ဘူး။ နားထဲမှာ တရစ်ဝဲဝဲ ကြားယောင်နေတယ်။

တကယ်တော့ အရှင်နန္ဒရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ လွမ်းမိုးနေတဲ့ ဇနပဒကလျာဏီရဲ့ ပုံရိပ်နဲ့ ဇနပဒကလျာဏီရဲ့ အသံဟာ ဝိပဿနာရှုရမယ့် အရှင်အာရုံ ဖြစ်ပါတယ်။ ဝိပဿနာရဲ့ ရှုကွင်း၊ ရှုကွက် ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်ပြီဆိုရင်တော့ စိတ် ယုံ့လွင့်မှု ဖြစ်တတ်တာ သဘာဝပါပဲ။ အဲဒီ ယုံ့လွင့်တဲ့စိတ်ကို ယုံ့လွင့်တယ်၊ ယုံ့လွင့်တယ်၊ စဉ်းစားတယ်၊ စဉ်းစားတယ်၊ တွေးတယ်၊ တွေးတယ် စသည်အားဖြင့် ရှုမှတ်ပစ်ရမှာပါပဲ။

ဒီတော့ စိတ်ယုံလွင့်တဲ့နေရာမှာ တချို့က တစ်စုံတစ်ယောက်၊ သို့မဟုတ် တစ်စုံတစ်ရာကို စိတ်ထဲမှာ မြင်နေတတ်တယ်။ တချို့ကလည်း တစ်စုံတစ်ယောက်ရဲ့ အသံ၊ သို့မဟုတ် တစ်စုံတစ်ရာရဲ့ အသံကို နားထဲမှာ ကြားနေတတ်တယ်။

စိတ်ထဲမှာ တစ်စုံတစ်ယောက်၊ သို့မဟုတ် တစ်စုံတစ်ရာကို မြင်လို့ရှိရင် အဲဒီ မြင်တဲ့အရာကို ငေးပြီးတော့ ကြည့်မနေဘဲနဲ့ မြင်တယ်၊ မြင်တယ်လို့ အဲဒီမြင်တဲ့အရာ ပျောက်သွားတဲ့အထိအောင် စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ရမှာပါ။

အဲဒီလို မရှုမှတ်ဘူးဆိုရင်တော့ မြင်တဲ့အရာက၊ မြင်ရတဲ့ အာရုံက ပျောက်မသွားတဲ့အပြင် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ပီသ ပီသပြီးတော့ ထင်ရှားလာတတ်တယ်။

ထင်ရှားရုံမကဘူး။ စိတ်ထဲမှာ မြင်ရတဲ့အရာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို အကျယ်ချဲ့ပြီးတော့ တစ်မျှော်တစ်ခေါ်ကြီး၊ အရှည်ကြီး စဉ်းစားပြီးတော့နေတတ်တယ်။

တချို့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်က အဲဒီလို စဉ်းစားပြီးတော့ နေပေမယ့်လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စဉ်းစားလို့ စဉ်းစားနေမှန်း မသိဘူး။ ဝင်တယ်၊ ထွက်တယ်၊ ဝင်တယ်၊ ထွက်တယ်၊

ဒါပဲ မှတ်နေတယ်လို့ ထင်တယ်။ အပေါ်ယံစိတ်ကတော့ ဆိုနေမှာပဲ။ ဝင်တယ်၊ ထွက်တယ်၊ ဝင်တယ်၊ ထွက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ တကယ့်အတွင်းစိတ်ကတော့ စိတ်ကူးထဲမှာ မြင်ရတဲ့ အကြောင်းအရာတစ်ခုနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ အကျယ်ချဲ့ပြီး စဉ်းစားနေတယ်။

အဲဒီတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စဉ်းစားလို့ စဉ်းစားနေမှန်း၊ ပျံ့လွင့်လို့ ပျံ့လွင့်နေမှန်း မသိဘူးဆိုရင်တော့ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ မရနိုင်ဘူး။ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိမှ မရနိုင်ရင် ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်ဖို့ဆိုတာ မျှော်လင့်ချက် မရှိတော့ဘူး။

ဒါ့ကြောင့် စိတ်ကူးထဲမှာ တစ်စုံတစ်ယောက်၊ သို့မဟုတ် တစ်စုံတစ်ရာကို မြင်လို့ရှိရင် မြင်တယ် မြင်တယ်လို့ မြင်တဲ့အရာ ပျောက်သွားတဲ့အထိ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ဖို့ အထူးသတိထားရမယ်။

မြင်တယ်၊ မြင်တယ်လို့ မရှုမှတ်ချင်ဘူးဆိုရင်လည်း ပဲ စိတ်ကူးထဲမှာ မြင်ရတဲ့အရာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ သာယာနှစ်သက် တပ်မက်သွားတဲ့စိတ်ကို သာယာတယ်၊ နှစ်သက်တယ်၊ တပ်မက်တယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်သွားရမှာပါပဲ။





ဘာစိတ်ဖြစ်ဖြစ် ရှုမှတ်ပစ်

ဝိပဿနာဆိုတာက စိတ်ရဲ့အလုပ် ဖြစ်ပါတယ်။
ကိုယ်နဲ့ လုပ်ရတဲ့အလုပ်လည်း မဟုတ်ဘူး၊ နှုတ်နဲ့ လုပ်ရတဲ့
အလုပ်လည်း မဟုတ်ဘူး။ စိတ်နဲ့ လုပ်ရတဲ့အလုပ် ဖြစ်
တယ်။

စိတ်အလုပ်ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာလုပ်ငန်းမှာ စိတ်ကို
ရှုရတဲ့ စိတ္တာနုပဿနာလုပ်ငန်းဟာ အလွန်အရေးကြီးပါ
တယ်။ ဒါ့ကြောင့် မိမိရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ ဖြစ်နေတဲ့သဘော
တရားမှန်သမျှကို ကောင်းကောင်း၊ ဆိုးဆိုး ရှုမှတ်ပစ်ရမယ်။

နောက်ဆုံး ပျင်းတဲ့စိတ် ဖြစ်ရင်တောင် အဲဒီပျင်း
တဲ့ စိတ်ကို ပျင်းတယ်၊ ပျင်းတယ် ရှုမှတ်ရမယ်။ တကယ်

တော့ သတိပဋ္ဌာန်အလုပ် လုပ်ရတယ်ဆိုတာ အင်မတန် ပျော်စရာကောင်းပါတယ်။ တရားအားထုတ်လို့ ပျင်းနေတာ တောင်မှ အဲဒီ ပျင်းတဲ့စိတ်ကလေးကို ပျင်းတယ်၊ ပျင်းတယ် လို့ မှတ်လိုက်ရုံပါပဲ။ ရှုမှတ်ရတဲ့နည်းက ဘာမှမခက်ဘူး။

မကောင်းတဲ့စိတ်တွေချည်းပဲ မှတ်နေရမှာလား ဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး။ ပျော်တဲ့စိတ်ဖြစ်ရင်လည်း အဲဒီစိတ် ကို မှတ်ရမှာ၊ ဝမ်းသာတဲ့စိတ်၊ ကြည်ညိုတဲ့စိတ်၊ ကြည်နူး တဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်ရင်လည်း ဝမ်းသာတယ်၊ ကြည်ညိုတယ်၊ ကြည်နူးတယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ရမယ်။

တရားအရသာတွေ တွေ့လို့ လှူချင်တန်းချင်တဲ့ စိတ်တွေ ဖြစ်နေတယ်။ ဥပုသ်စောင့်ချင်တဲ့ စိတ်တွေ ဖြစ် နေတယ်။ တရားနာချင်တဲ့စိတ်တွေဖြစ်နေတယ်၊ သာသနာ ပြုချင်တဲ့ စိတ်တွေ ဖြစ်နေတယ် စသည်အားဖြင့် အဲဒီလို ကောင်းတဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်နေရင်လည်း အဲဒီ ကောင်းတဲ့စိတ် တွေကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်းပဲ ရှုမှတ်သွားရမှာပါပဲ။

ကောင်းတဲ့စိတ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဆိုးတဲ့စိတ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဖြစ်လာသမျှ စိတ်တိုင်းကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ရမယ့် တာဝန်က ယောဂီတို့ရဲ့ တာဝန်ပါ။

အခု အရှင်နန္ဒရဲ့ ဖြစ်စဉ်ကို ကြည့်မယ်ဆိုရင်

အရှင်နန္ဒရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ တရစ်ဝဲဝဲ ကျရောက်နေတဲ့ ဇနပ ဒကလျာဏီရဲ့ အသံဟာ ဝိပဿနာရှုရမယ့်အာရုံပါ။

အဲဒီအသံကို ကြားတယ်၊ ကြားတယ်လို့ ရှုမှတ်ရမယ်။ အဲဒီလိုမှ မရှုမှတ်ချင်ဘူးဆိုရင်လည်း ကြားရတဲ့ အသံနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ သာယာနှစ်သက် တပ်မက်သွားတဲ့စိတ်ကို သာယာတယ်၊ နှစ်သက်တယ်၊ တပ်မက်တယ် စသည်အားဖြင့် အဲဒီစိတ်ကို သေချာစူးစိုက်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ရမှာပါ။

ဒါ့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ်တော်မှာ ‘သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ’ လို့ ဟောကြားတော်မူထားပါတယ်။ ရာဂစိတ် ဖြစ်ရင် ရာဂစိတ်ဖြစ်မှန်း သိရမယ်တဲ့။ သာယာရင် သာယာတယ်၊ နှစ်သက်ရင် နှစ်သက်တယ်၊ တပ်မက်ရင် တပ်မက်တယ်လို့ ရှုမှတ်ရမယ်တဲ့။





ဘယ်သူမှ သူ့လောက် ကိုယ်မချစ်ဘူးဆို

အရှင်နန္ဒကတော့ ‘သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ’ ဆိုတဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်ကို ပြည့်ပြည့်ဝဝ လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းမရှိတော့ သာသနာတော် မှာ ပျော်ပိုက်တဲ့စိတ် မဖြစ်တော့ဘူး။ သတိပဋ္ဌာန်အလုပ် လုပ်ရတာလည်း စိတ်ဝင်စားမှု မရှိတော့ဘူး။ သိက္ခာချ လူ ထွက်တော့မယ်ဆိုတဲ့ စကားကိုပဲ ရဟန်းတော်များကို တဖွဖွ ပြောနေတယ်။

အဲဒါကို မြတ်စွာဘုရားရှင်က သိသွားတော့ အရှင် နန္ဒကို ခေါ်ပြီး မေးတယ်။

‘ချစ်သားနန္ဒ၊ သာသနာ့ဘောင်မှာ မပျော်တော့

ဘူး၊ လူထွက်တော့မယ်ဆိုတာ ဟုတ်လား’

‘မှန်ပါ။ ဟုတ်ကြောင်းပါ’

‘ဘာကြောင့် သာသနာ့ဘောင်မှာ မပျော်မွေ့ရတာလဲ’

‘မှန်လှပါဘုရား၊ ဇနပဒကလျာဏီ ပြောလိုက်တဲ့ မြန်မြန်ပြန်လာပါ ဆိုတဲ့အသံလေး တပည့်တော်နားထဲက မထွက်တဲ့အတွက်ကြောင့် သာသနာ့ဘောင်မှာ မပျော်ရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်ဘုရား’

‘ဒါဖြင့်နန္ဒ၊ ငါနဲ့လိုက်ခဲ့’ ဆိုပြီးတော့ အရှင်နန္ဒရဲ့ လက်မောင်းကို ကိုင်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က တန်ခိုးတော်နဲ့ အရှင်နန္ဒကို တာဝတိံသာနတ်ပြည်ကို ခေါ်သွားတယ်။

လမ်းခရီးမှာ မီးလောင်ထားတဲ့ လယ်ကွင်းပြင်ထဲက မီးလောင်ထားတဲ့ သစ်ငုတ်တို့ပေါ်မှာ ထိုင်နေတဲ့ မျောက်အိုမကြီးတစ်ကောင်ကို မြင်အောင်ပြခဲ့တယ်။ နားရွက်တွေ၊ နှာခေါင်းတွေ၊ အမြီးတွေ ပြတ်၊ မီးလောင်ဒဏ်ရာတွေနဲ့ အရေပြားတွေ စုတ်ပြတ်ပေါက်ပြဲ၊ သွေးတွေ ယိုစီးနေတဲ့ အင်မတန် ရုပ်ဆိုးတဲ့ မျောက်အိုမကြီးတစ်ကောင်ကို မြင်အောင်ပြခဲ့တယ်။

တာဝတိံသာနတ်ပြည်ရောက်တော့ သိကြားမင်းကို ဆည်းကပ်ခစားနေတဲ့ နတ်သမီးငါးရာကို အရှင်နန္ဒ မြင်ရ တယ်။ အဲဒီအခါ မြတ်စွာဘုရားရှင်က မေးတယ်။

‘ချစ်သားနန္ဒ၊ ဒီနတ်သမီးတွေနဲ့ သင့်ရဲ့ ဇနပဒ ကလျာဏီနဲ့ ဘယ်သူက ပိုချောသလဲ’

‘မြတ်စွာဘုရား မေးမှမေးရက်လေခြင်း၊ ဟောဒီ နတ်သမီးငါးရာနဲ့ နှိုင်းယှဉ်လိုက်ရင်တော့ ဇနပဒကလျာဏီ ဟာ လမ်းခရီးက မီးလောင်ငုတ်တိုပေါ်မှာ ထိုင်နေတဲ့ မျောက်အိုမကြီးနဲ့သာ တူပါတော့တယ် ဘုရား။ ဒီနတ်သမီး ငါးရာနဲ့ နှိုင်းယှဉ်လိုက်ရင် ဇနပဒကလျာဏီဟာ မိန်းမဆို တဲ့ အရေအတွက်ထဲတောင် မဝင်တော့ပါဘူး။ မိန်းမစာရင်း ထဲတောင် ထည့်လို့မဖြစ်တော့ပါဘူး’

‘ဇနပဒကလျာဏီထက် ဟောဒီနတ်သမီးငါးရာ ကသာ အဆပေါင်းများစွာ သာလွန်ပြီးတော့ လှပပါတယ်။ ရှုချင်စဖွယ် တင့်တယ်ပါတယ်။ စိတ်ရဲ့ ကြည်လင်ခြင်းကို ဖြစ်စေပါတယ်ဘုရား’

‘ဒါဖြင့် ချစ်သားနန္ဒ၊ အဲဒီ နတ်သမီးငါးရာကို မလို ချင်ဘူးလား’

‘မှန်ပါ လိုချင်ကြောင်းပါ’

ဒီတော့ ဒီနေရာမှာ မေးခွန်းတစ်ခု ပေါ်လာတယ်။
လောကကြီးမှာ ချစ်ခြင်းဆိုတာ ဘယ်မှာလဲ။ တစ်နည်းပြော
ရရင် စစ်မှန်တဲ့ ချစ်ခြင်းဆိုတာ ဘယ်မှာလဲလို့ မေးခွန်းထုတ်
စရာ ပေါ်လာပါတယ်။

နဂိုတုန်းကတော့ အရှင်နန္ဒရဲ့ အချစ်ဆုံးဟာ တစ်
လောကလုံးမှာ ဇနပဒကလျာဏီတစ်ယောက်ပဲ ရှိပါတယ်။
ဇနပဒကလျာဏီကလွဲရင် ဘယ်သူ့ကိုမှ အရှင်နန္ဒ မချစ်ပါ
ဘူး။ အခုတော့လည်း အရှင်နန္ဒ စိတ်ပြောင်းသွားပါပြီ။ ဇနပ
ဒကလျာဏီထက် အဆပေါင်းများစွာ ချောမောလှပတဲ့
နတ်သမီးလေးတွေအပေါ် အချစ်စိတ် ပိုသွားခဲ့ပါပြီ။

အဲဒီတော့ ‘နတ်သမီးငါးရာ တပည့်တော် လိုချင်ပါ
တယ်ဘုရား’ ဆိုတော့ ‘ဒါဖြင့် ချစ်သားနန္ဒ၊ သင် ဘာမှ
စိတ်မပူနဲ့၊ သာသနာ့ဘောင်မှာသာ ပျော်အောင်နေ၊ သာသ
နာ့ဘောင်မှာ ပျော်ပျော်မွေ့မွေ့ နေပြီးတော့ သတိပဋ္ဌာန်
အလုပ်ကိုသာ သင်အားထုတ်၊ သင်နတ်သမီးငါးရာ ရစေရ
မယ်။ ဒီနတ်သမီးငါးရာ ရဖို့အတွက် ငါဘုရား အာမခံတယ်။
ငါဘုရား တာဝန်ယူပါတယ်’

‘မြတ်စွာဘုရား၊ အရှင်ဘုရားက နတ်သမီးငါးရာ
ရဖို့ တာဝန်ယူတယ်ဆိုရင် တပည့်တော် သာသနာ့ဘောင်မှာ

ပျော်ပါတော့မယ်ဘုရား။ တရားအားထုတ်ပါတော့မယ်’
ကတိပေးလိုက်တယ်။

အရှင်နန္ဒဆီက တရားအားထုတ်မယ်ဆိုတဲ့ ကတိ
ရတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် မြတ်စွာဘုရားရှင်က အရှင်နန္ဒရဲ့
လက်မောင်းကို ကိုင်ပြီးတော့ တာဝတိံသာနတ်ပြည်ကနေ
ဇေတဝန်ကျောင်းကို တန်ခိုးတော်နဲ့ ပြန်ကြွလာခဲ့တယ်။

ဇေတဝန်ကျောင်းရောက်တဲ့အခါကျတော့ အရှင်
နန္ဒက နတ်သမီးငါးရာ ရဖို့ဆိုတဲ့ မျှော်လင့်ချက်နဲ့ သတိ
ပဋ္ဌာန်အလုပ်ကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်နေတယ်။





ကြေးစားယောဂီ

အရှင်နန္ဒ တရားထိုင်နေတဲ့နေရာနဲ့ မနီးမဝေးမှာ ရဟန်းတော်များက စုစု စုစုနဲ့ အရှင်နန္ဒကြားအောင် စကား ပြောကြတယ်။ ကဲ့ရဲ့စကားပြောကြတယ်။

‘အရှင်နန္ဒဟာ အခစားပုဂ္ဂိုလ်ကြီးပါလား၊ အရှင် နန္ဒဟာ ကြေးစားပုဂ္ဂိုလ်ကြီးပါလား’

‘အရှင်နန္ဒဟာ ကြေးစားပုဂ္ဂိုလ်ကြီးပဲ၊ နတ်သမီး တည်းဟူသော အဖိုးအခအတွက် သတိပဋ္ဌာန်အလုပ်ကို အားထုတ်နေတဲ့ ကြေးစားယောဂီကြီးပဲ’

ရဟန်းတော်များက အရှင်နန္ဒကို ကြေးစားယောဂီ ပဲလို့ ကဲ့ရဲ့ကြတာကလည်း မြတ်စွာဘုရားရှင်က ကဲ့ရဲ့ခိုင်းလို့

ကဲ့ရဲ့ကြတာပါပဲ။

‘အရှင်နန္ဒ ကြားလောက်တဲ့နေရာကနေ ဒီအတိုင်း ဒီအတိုင်း ကဲ့ရဲ့ကြ’ လို့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ခိုင်းလို့ ရဟန်း တော်များက ကဲ့ရဲ့ကြခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဒီကဲ့ရဲ့ စကားဟာ ရဟန်းတော်များက ကဲ့ရဲ့သော်လည်းပဲ မြတ်စွာ ဘုရားရှင်က ကဲ့ရဲ့တာနဲ့ အတူတူပါပဲ။

‘အရှင်နန္ဒဟာ ကြေးစားယောဂီကြီးပါလား’ . . . တဲ့။

ဒီနေရာမှာ စဉ်းစားစရာက ခုခေတ်မှာရော ကြေး စားယောဂီ မရှိဘူးလား။ စိစစ်ကြည့်စရာပါပဲ။

ဦးပဉ္စင်းတို့ ပြီးခဲ့တဲ့ နွေရာသီတုန်းက ယောဂီများ ကို တရားစစ်ရတယ်။ အဲဒီတရားစစ်တဲ့အထဲက ယောဂီ ကျောင်းသားလေးတစ်ယောက် တရားအားထုတ်ပြီးလို့ ပြန် ခါနီးမှာ ဦးပဉ္စင်းက သူ့ကို မေးခွန်းတစ်ခု မေးကြည့်တယ်။

ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ တရားလာအားထုတ်တော့ ဘယ်လိုရည်ရွယ်ချက်နဲ့များ တရားလာအားထုတ်သလဲ လို့ စိတ်လည်း ဝင်စားတယ်။

‘ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့ တရားလာအားထုတ်ပါသလဲ’
‘မှန်ပါ့ဘုရား၊ တပည့်တော် ဒီနှစ် စာမေးပွဲ သိပ်

မဖြေနိုင်ဘူး။ စာမေးပွဲမှာ နှစ်ဘာသာ သိပ်ပြီးတော့ အားရ
အောင် မဖြေနိုင်ဘူး’

‘တပည့်တော်က အတန်းတိုင်း အတန်းတိုင်း သူ
ငယ်တန်းကနေ စပြီးတော့ အတန်းတိုင်း အတန်းတိုင်း(အေ)
တန်းမှာပဲ နေခဲ့ရတာ။ အခု ဒီနှစ် နှစ်ဘာသာဖြေလို့ အား
မရတဲ့အတွက် (အေ)ခန်း ရချင်မှရမှာ’

‘ဒါကြောင့် ဝိပဿနာအားထုတ်ရင် (အေ)ခန်း
ရနိုင်ရဲ့ ဆိုပြီးတော့ (အေ)ခန်းရအောင်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်
နဲ့ တပည့်တော် တရားလာအားထုတ်တာပါဘုရား’

သူ့ရဲ့ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ မဆိုးပါဘူးနော်။

စာမေးပွဲမှာ အမှတ်ကောင်းကောင်းနဲ့ အောင်ပြီး
တော့ (အေ)ခန်းရောက်အောင်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ တရား
လာအားထုတ်တာ။ အရှင်နန္ဒကို ကဲ့ရဲ့ထားတဲ့ စကားနဲ့
ကြည့်ရင်တော့ ကြေးစားယောဂီပါပဲ။

အဲဒီလိုပါပဲ။ စီးပွားတက်ချင်လို့၊ ရာထူးတိုးချင်လို့
ဆိုပြီး တရားလာအားထုတ်ကြတာလည်း ရှိတယ်။ အလုပ်
ကောင်းရအောင်လို့၊ နိုင်ငံခြားသွားရအောင်လို့ဆိုပြီး တရား
လာအားထုတ်ကြတာလည်း ရှိတယ်။ ကိုယ်ထုတ်ထားတဲ့
သီချင်းခွေလေး ပေါက်အောင်၊ ရောင်းကောင်းအောင်လို့၊

ကိုယ်ရိုက်ထားတဲ့ ရုပ်ရှင်ကားမှာ အကယ်ဒမီ ရအောင်လို့
ဆိုပြီး အဲဒီလို ရည်ရွယ်ချက်မျိုးနဲ့ တရားလာအားထုတ်ကြ
တာလည်းရှိတယ်။

လိုရင်းအချုပ်ကတော့ လောကီအကျိုးစီးပွားကို
မျှော်လင့်ပြီးတော့ တရားအားထုတ်ကြတာပဲ။ အရှင်နန္ဒကို
မြတ်စွာဘုရားပြောတဲ့ စကားအတိုင်းဆိုရင်တော့ ကြေးစား
ယောဂီတွေပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ အဲဒီလိုရည်ရွယ်ချက်တွေနဲ့ လာအားထုတ်
တဲ့အတွက်ကြောင့် အကျိုးမရှိဘူးလားလို့ မေးရင်တော့
အကျိုးရှိပါတယ်။ အစ ပထမပိုင်းမှာ မိမိရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က
မွန်မြတ်သန့်စင်မှု မရှိပေမယ့် တရားအားထုတ်ရင်းနဲ့ တရား
အသိဉာဏ်တွေ ရင့်ကျက်လာတဲ့အခါမှာတော့ ရည်ရွယ်
ချက်တွေလည်း တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလဲသွားမှာပါ။ မွန်
မြတ်သန့်စင်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်တွေ ကိန်းဝပ်ခိုင်မာလာမှာပါ။

ရည်ရွယ်ချက်တွေ တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလဲသွား
တာနဲ့အမျှ တရားအဆင့်အတန်းဟာလည်း အံ့ဩဖွယ်
ကောင်းလောက်အောင် တိုးတက်သွားမှာပါပဲ။ ဒီအချက်ကို
အရှင်နန္ဒရဲ့ နောက်ပိုင်းဖြစ်ရပ်ကို ဆက်ပြီး လေ့လာကြည့်
ရင် သိနိုင်ပါတယ်။

သို့သော်လည်းပဲ တကယ်တမ်း အဖြစ်သင့်ဆုံးနဲ့
အမှန်ကန်ဆုံးကတော့ . . . နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်ပြီး ကုသိုလ်
ကောင်းမှု ပြုခြင်းပါပဲ။





ကြေးစားကောင်းမှု

နိဗ္ဗာန်ကို ဦးမတည်ဘဲနဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ကြီးပွားရေးနဲ့ တမလွန်ချမ်းသာရေးကို ဦးတည်ပြီးပြုတဲ့ ဒါနကောင်းမှု၊ သီလကောင်းမှု၊ ဘာဝနာကောင်းမှုတွေဟာ ကြေးစားကောင်းမှုတွေပါပဲ။ အဲဒီ ကောင်းမှုပြုထားတဲ့ ကောင်းမှုရှင်တွေဟာ လည်း ကြေးစားကောင်းမှုရှင်တွေပါပဲ။

ပစ္စုပ္ပန်ကြီးပွားရေးအတွက် ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုတယ်ဆိုတာ တကယ်စဉ်းစားကြည့်ရင် ပစ္စုပ္ပန်စားဝတ်နေရေးအလုပ် လုပ်နေတာပါပဲ။ တမလွန်ချမ်းသာရေးအတွက် ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုနေတယ် ဆိုတာလည်း ပစ္စုပ္ပန်စားဝတ်နေရေးအလုပ် လုပ်ရတာ အားမရလို့ တမလွန် စားဝတ်နေ

ရေးအလုပ်ကို ခုကတည်းက ကြိုပြီး လုပ်နေတာနဲ့ အတူတူ ပါပဲ။

ဘာကုသိုလ်ကောင်းမှုပဲ ပြုပြု၊ နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည် ပြီးတော့ပဲ ပြုသင့်တယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်ပြီးတော့ ပြုတဲ့ ကောင်းမှု တစ်နည်းပြောရရင် မိမိအလိုရှိသော ဗောဓိ ဉာဏ်နဲ့တကွသော နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်ပြီးတော့ပြုတဲ့ ကုသိုလ် ကောင်းမှုသည်သာလျှင် ကြေးစားကောင်းမှုက လွတ်တဲ့ ကောင်းမှုဖြစ်မယ်။

ပြီးတော့ ‘အရှင်နန္ဒဟာ အဝယ်တော်ကြီးပါလား’ တဲ့။

‘အရှင်နန္ဒဟာ . . . အဝယ်တော်ကြီးပဲ။ နတ်သမီး တည်းဟူသော ကုန်ပစ္စည်းကို သတိပဋ္ဌာန်တည်းဟူသော ငွေကြေးပိုက်ဆံဖြင့် ဝယ်ယူနေတဲ့ အဝယ်တော်ကြီးပဲ’

အဲဒီလိုအားဖြင့် ရဟန်းတော်များက ကြေးစား ဆို တဲ့ စကားလုံး၊ အဝယ်တော်ဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ အရှင်နန္ဒနား ကနေ အရှင်နန္ဒ မကြားကြားအောင် ပြောဆိုပြီး ကဲ့ရဲ့နေကြ တယ်။

အဲဒီလို ကြေးစား ဆိုတဲ့စကားလုံး၊ အဝယ်တော် ဆိုတဲ့ စကားလုံးနဲ့ ပြောဆိုဖန်များလာတော့၊ ကဲ့ရဲ့ဖန်များ

လာတော့ အရှင်နန္ဒ အလွန်ရှက်လာတယ်။

ရှက်လာတဲ့ အတွက်ကြောင့် ဒီနတ်သမီးငါးရာ တည်းဟူသော အဖိုးအခကို ရဖို့အတွက်၊ ဒီနတ်သမီးငါးရာ တည်းဟူသော ကုန်ပစ္စည်းကို ရဖို့အတွက် တရားအားထုတ် ချင်တဲ့စိတ်မျိုး လုံးဝမရှိတော့ဘဲ တကယ့်ကို ဆင်းရဲဒုက္ခ အပေါင်းက လွတ်မြောက်အောင် တရားအားထုတ်ချင်တဲ့ စိတ်တွေ တဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်ထက်သန်လာတယ်။

အပေါင်းအဖော်ကို စွန့်ခွာ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ် ချဉ်း ကပ်ပြီး တစ်ပါးတည်း သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများအား ထုတ်လိုက်တာ မကြာခင်မှာပဲ ရဟန္တာဖြစ်သွားပါတယ်။





တစ်အိမ်မပြောင်း သူကောင်းမဖြစ်

အရှင်နန္ဒ ရဟန္တာဖြစ်သွားပြီးတဲ့နောက် အရှင်နန္ဒ ရဟန္တာဖြစ်တာကို မသိကြတဲ့ ရဟန်းတော်များက အရှင်နန္ဒ ကိုမေးကြတယ်။

‘ငါ့ရှင် နန္ဒ၊ သင် လူထွက်ချင်စိတ်ရှိသေးလား’
အဲဒီလို မေးတော့ အရှင်နန္ဒက . . .

‘ငါ့ရှင်တို့ ငါလူထွက်ချင်တဲ့စိတ် မရှိတော့ပါဘူး။
လူဝတ်ကြောင်ဘဝရဲ့ အပေါ်မှာ . . . ကပ်ငြိတွယ်တာစိတ်
လုံးဝ မရှိတော့ပါဘူး’ လို့ ဖြေကြားလိုက်ပါတယ်။

အဲဒီလို ဖြေတော့ ရဟန်းတော်များက အရှင်နန္ဒ
ဟာ အရင်နေ့တွေက နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း အချိန်တိုင်း အချိန်

တိုင်း သာသနာ့ဘောင်မှာ မပျော်တဲ့အကြောင်း၊ လူထွက်ချင်
တဲ့အကြောင်း တဖွဖွပြောပြီးတော့ အခုကျတော့ လူဝတ်
ကြောင်ဘဝမှာ လုံးဝ ကပ်ငြိခြင်း မရှိတော့ပါဘူးလို့ ပြော
တယ်။ အရှင်နန္ဒဟာ သူ့ကိုယ်သူ ရဟန္တာဖြစ်တယ်လို့ ပြော
နေတာပဲ။ သူ့ကိုယ်သူ အရဟတ္တဖိုလ် ရပြီလို့ ကြွေးကြော်
နေတာပဲ ဆိုပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားထံ သွားလျှောက်ကြ
တယ်။

‘မြတ်စွာဘုရား၊ အရှင်နန္ဒဟာ အရင်နေ့တွေက
လူထွက်ချင်ကြောင်း တဖွဖွပြောပြီးတော့ အခုကျတော့
လူထွက်ချင်တဲ့စိတ် လုံးဝ မရှိတော့ဘူးလို့ ပြောနေတာဟာ
အရဟတ္တဖိုလ်ကို ဖြေဆိုနေတာပါ ဘုရား။ တပည့်တော်တို့
ဘယ်လို နားလည်ရပါမလဲဘုရား’

အဲဒီလို လျှောက်ထားကြတော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်
က . . .

‘ချစ်သားတို့ အရှင်နန္ဒရဲ့ စိတ်ဟာ ယခင်ယခင်နေ့
များက အမိုးမလုံတဲ့အိမ်နဲ့ တူနေခဲ့တယ်။ အရှင်နန္ဒဟာ
အမိုးမလုံတဲ့အိမ်မှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် ဖြစ်နေခဲ့
တယ်’

အိမ်တစ်အိမ်မှာ အိမ်တစ်အိမ်ရဲ့ လုံခြုံမှုနဲ့ ချမ်း

သာမူအတွက် အမိုးဟာ အရေးအကြီးဆုံးပါပဲ။

အမိုးတစ်ခုနဲ့တစ်ခု ဆက်စပ်ပြီးတော့ မနေဘူး၊ ကျိုးတိုးကျဲတဲ့ ဖြစ်နေမယ်၊ အမိုးတစ်ချပ်တစ်ချပ်မှာလည်း အပေါက်အပြုံတွေ ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် မိုးရွာတဲ့အခါ အဲဒီ ကျဲနေတဲ့နေရာ၊ ပေါက်နေတဲ့နေရာက မိုးရေတွေ ဝင်လိမ့် မယ်။ မိုးရေတွေ ဝင်ပြီဆိုရင် အဲဒီအိမ်ဟာ မိုးရေတွေရဲ့ နှိပ်စက်မှုကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခဖြစ်ရမယ်။

အဲဒီလိုပဲ၊ စိတ်တည်းဟူသောအိမ်မှာ သမထ၊ ဝိပ- သာနာဘာဝနာတည်းဟူသော အမိုးလုံခြုံအောင် မိုးမထား ဘူးဆိုရင်၊ သမထ၊ ဝိပသာနာဆိုတဲ့အမိုး ဆက်စပ်မှုမရှိဘဲ ကျိုးတိုးကျဲတဲ့လေး မိုးထားမယ်၊ ပေါက်ပြီနေအောင် မိုးထား မယ်ဆိုရင် အဲဒီကျဲနေ ပေါက်နေတဲ့နေရာကနေ ကိလေသာ တည်းဟူသော မိုးရေတွေ ဝင်ရောက်လာနိုင်တယ်။

မိမိရဲ့ စိတ်အိမ်ကို သမထ၊ ဝိပသာနာဆိုတဲ့ အမိုး လုံခြုံအောင် မိုးမထားဘူးဆိုရင် ကိလေသာဆိုတဲ့ မိုးရေ တွေရဲ့ နှိပ်စက်မှုကို ခံရမယ်။





ဘာဝနာအမိုးကျဲတဲစိတ်ဟာ မိုးမလုံတဲအိမ်ပါပဲ

ပကတိသော မိုးသည်ပင်လျှင် အိမ်မိုးပေါက်နေတဲ့ နေရာ၊ အိမ်မိုးကျဲနေတဲ့ နေရာက ဝင်လာပြီဆိုရင် အဲဒီ မိုးရေတွေက အိမ်ကို၊ အိမ်မှာရှိတဲ့ ပစ္စည်းပစ္စယ လူတွေ အားလုံးကို နှိပ်စက်တတ်တဲ့သဘောရှိတယ်။ ပကတိသော မိုးသည်ပင်လျှင် နှိပ်စက်တတ်တဲ့သဘော ရှိတယ်ဆိုရင် ကိလေသာဆိုတဲ့ မိုးက ပိုပြီးတော့ နှိပ်စက်မှာပဲ။

ကိလေသာဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကိုက စိတ်ကို ညှဉ်းဆဲတတ်တဲ့သဘော၊ စိတ်ကို ပူလောင်စေတတ် တဲ့သဘော၊ စိတ်ကို ပင်ပန်းစေတတ်တဲ့သဘော ဖြစ်ပါတယ်။

အခု အရှင်နန္ဒရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာဖြစ်နေတဲ့ ကိလေ
သာကတော့ တဏှာရာဂလို့ နာမည်တပ်ရတဲ့ လောဘ
ကိလေသာပါပဲ။

ကိလေသာ လို့ ဆိုလိုက်ရင် အများစုက တဏှာ
ရာဂ တစ်ခုကိုပဲ သွားပြီး မြင်တတ်ကြတယ်။ အမှန်ကတော့
ကိလေသာက ဆယ်မျိုးရှိတယ်။ အပြည့်အစုံပြောရရင်
ဆယ့်လေးမျိုးရှိတယ်။

လောဘ၊ လိုချင်၊ နှစ်သက်၊ တပ်မက်၊ တွယ်တာ
တဲ့ သဘော။

ဒေါသ၊ စိတ်ဆိုး၊ စိတ်ပျက်၊ အမျက်ထွက်တတ်တဲ့
သဘော။

မောဟ၊ အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း မသိတဲ့သဘော၊
အမှန်ကို အမှားလို့ သိတဲ့သဘော၊ အမှားကို အမှန်လို့ သိတဲ့
သဘော။

မာန၊ ထောင်လွှားတက်ကြွတဲ့သဘော။

ဒိဋ္ဌိ၊ အယူမှားတဲ့သဘော။

ဝိစိကိစ္ဆာ၊ ယုံမှားတွေးတောတဲ့ သဘော။

ထိန၊ ထိုင်းမှိုင်းတဲ့သဘော၊ ပျင်းရိတဲ့သဘော၊

လေးလံတဲ့ သဘော။

ဥဒ္ဒစ္စ၊ ယုံလွင့်တဲ့သဘော။

အဟိရိက၊ မကောင်းမှုပြုရမှာ မရှက်တဲ့သဘော။

အနောက္ကပ္ပ၊ မကောင်းမှုပြုရမှာ မကြောက်တဲ့
သဘောလို့ ကိလေသာ ဆယ်ပါးရှိပါတယ်။

အဲဒီကိလေသာ ဆယ်ပါးမှာ ဒေါသကိလေသာနဲ့
အုပ်စုချင်းတူတဲ့ ကိလေသာ သုံးမျိုးရှိတယ်။ အဲဒါကတော့
ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယနဲ့ ကုက္ကုစ္စပါပဲ။

ဣဿာဆိုတာက သူတစ်ပါး ကြီးပွားတိုးတက်တာ
ကို မနာလိုတဲ့သဘော၊ ငြူစူစောင်းမြောင်းတဲ့သဘော။

မစ္ဆရိယဆိုတာက မိမိပြည့်စုံသလို သူတစ်ပါး
မပြည့်စုံစေချင်တဲ့သဘော။

ကုက္ကုစ္စဆိုတာက ပြုလိုက်မိတဲ့ မကောင်းမှု
အတွက်၊ မပြုလိုက်မိတဲ့ ကောင်းမှုအတွက် နောင်တတစ်ဖန်
ပူပန်တဲ့သဘော။

ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ၊ ကုက္ကုစ္စသည် ဒေါသနဲ့ တစ်အုပ်
စုတည်း ဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကိလေသာဆယ်ပါးထဲမှာ
ထည့်မပြောတော့ဘူး။ မပြောသော်လည်းပဲ ဒေါသနဲ့အတူ
အဲဒီကိလေသာသုံးပါးကို တွဲပြီးတော့ မှတ်ကြရမယ်။

တစ်ခါ မိဒ္ဒလို့ခေါ်တဲ့ ကိလေသာကလည်း ထိနနဲ့

အုပ်စုချင်း တူတဲ့အတွက်ကြောင့် ထည့်မထားဘူး။ သို့သော် အဲဒီ မိဒ္ဓကို တွဲပြီး မှတ်ကြရမယ်။ ထိနဆိုတာက စိတ်ရဲ့ ထိုင်းမှိုင်းတဲ့သဘော၊ လေးလံတဲ့သဘော၊ မိဒ္ဓ ဆိုတာက စိတ်မှတစ်ပါးသော စေတသိက်တွေရဲ့ ထိုင်းမှိုင်းတဲ့သဘော၊ လေးလံတဲ့သဘော။

အဲဒီလိုအားဖြင့် ခုနကပြောတဲ့ ကိလေသာ ဆယ် ပါးနဲ့ ကုဿာ၊ မစ္ဆရိယ၊ ကုက္ကုစ္စ၊ မိဒ္ဓ အဲဒီလေးမျိုးထည့် လိုက်ရင် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ကိလေသာ ဆယ်လေးမျိုး ရှိပါတယ်။

ဒီတော့ မိမိရဲ့ စိတ်တည်းဟူသောအိမ်ကို သမထ၊ ဝိပဿနာ၊ ဘာဝနာဆိုတဲ့ အမိုးစိပ်စိပ်ကလေး မိုးမထားဘူး ဆိုရင်၊ ကျဲနေမယ် ပေါက်နေမယ်ဆိုရင် အဲဒီ ကျဲနေ ပေါက် နေတဲ့နေရာကနေ ခုနကိလေသာ ဆယ်လေးမျိုးထဲက တစ် မျိုးမျိုး၊ သို့မဟုတ် တစ်မျိုးထက်များတဲ့ ကိလေသာတွေ ဝင် ရောက်နှိပ်စက်ကြလိမ့်မယ်။

‘ချစ်သားတို့၊ အရှင်နန္ဒရဲ့ စိတ်ဟာ ယခင်ယခင် နေ့များက အမိုးမလုံတဲ့အိမ်နဲ့ တူတဲ့အတွက်ကြောင့် မလုံတဲ့ နေရာကနေ ကိလေသာတွေ ဝင်ရောက်နှိပ်စက်တဲ့အတွက် လူထွက်ချင်တဲ့အကြောင်း၊ သာသနာ့ဘောင်မှာ မပျော်တဲ့ အကြောင်း တဖွဖွပြောနေခြင်း ဖြစ်ပါတယ်’



သတိအမိုးစပ်တဲ့စိတ်ဟာ မိုးလုံတဲ့အိမ်ပါပဲ

‘အခုတော့ အရှင်နန္ဒရဲ့ စိတ်ဟာ အမိုးလုံတဲ့ အိမ်နဲ့ တူသွားပြီ။ အရှင်နန္ဒဟာ မိုးလုံအိမ်မှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် ဖြစ်သွားပြီ’

အိမ်တစ်အိမ်မှာ အမိုးလုံနေပြီဆိုရင်တော့၊ ကျဲနေပေါက်နေခြင်းမရှိဘူး ဆိုရင်တော့ အပြင်ဘက်က မိုးတွေရွာချင်သလောက် ရွာပါစေ၊ မိုးရေဝင်ရောက်ခြင်း လုံးဝ မရှိ၊ မိုးရေရဲ့ နှိပ်စက်မှု လုံးဝ မခံရတဲ့အတွက်ကြောင့် အဲဒီအိမ် ချမ်းသာတယ်။

ယထာ အဂါရံ ဒုတ္တန္တံ၊ ဝုဋ္ဌိ သမတိဝိဇ္ဇတိ။
ဧဝံ အဘာဝိတံ စိတ္တံ၊ ရာဂေါ သမတိဝိဇ္ဇတိ။

ယထာ အဂါရံ သုစ္ဆန္တံ၊ ဝုဋ္ဌိ န သမတိဝိဇ္ဇတိ။
 ဧဝံ သုဘာဝိတံ စိတ္တံ၊ ရာဂေါ န သမတိဝိဇ္ဇတိ။
 တရားနာပရိသတ်များရဲ့ စိတ်သည် အိမ်နဲ့တူ
 တယ်။ သမထ၊ ဝိပဿနာ ဘာဝနာသည် အမိုးနဲ့ တူတယ်။
 ကိလေသာတရားများသည် မိုးရေနဲ့ တူတယ်။ မိမိရဲ့ စိတ်
 တည်းဟူသောအိမ်ကို သမထ၊ ဝိပဿနာ၊ ဘာဝနာ လို့ခေါ်
 တဲ့ အမိုး စေ့စေ့စပ်စပ် လုံခြုံအောင် မိုးမထားဘူးဆိုရင်
 ကိလေသာဆိုတဲ့ မိုးရေတွေ ဝင်ရောက် နှိပ်စက်ကြမယ်။

မိမိရဲ့ စိတ်တည်းဟူသောအိမ်ကို သမထ၊ ဝိပဿ
 နာဘာဝနာ လို့ခေါ်တဲ့အမိုး စေ့စေ့စပ်စပ် လုံလုံခြုံခြုံ မိုး
 ထားရင်တော့ ကိလေသာ မိုးရေတွေ ဝင်ရောက် နှိပ်စက်နိုင်
 ခြင်း မရှိဘူး။

ကိလေသာမိုးရေတွေရဲ့ နှိပ်စက်ခြင်းမရှိမှ မိမိ လို
 လားတောင့်တတဲ့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်
 မှောက်ပြုနိုင်မှာပါ။ ဒါကတော့ အကြမ်းဖျင်းအနေနဲ့ ပြော
 တာပါ။

ဝိပဿနာအလုပ်ခွင်ဝင်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်
 အသေးစိတ်ပြီးတော့ ပြောရရင်တော့ မိမိရဲ့ စိတ်တည်း
 ဟူသော အိမ်ကို သတိတည်းဟူသော အမိုးလေး စေ့စေ့

စပ်စပ် လုံလုံခြုံခြုံ မိုးထားရမယ်။ သမထ၊ ဝိပဿနာ၊ ဘာဝ
နာ လို့ ဆိုလိုက်တာက အားလုံးနဲ့ ဆိုင်အောင် ခြုံငုံပြီး ပြော
လိုက်တာပါ။

ဝိပဿနာအလုပ်ကို တကယ်တမ်း မဂ်ရောက်
ဖို့လ်ရောက် အားထုတ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်တော့ သတိ
တည်းဟူသော အမိုးလေး စေ့စေ့စပ်စပ် လုံလုံခြုံခြုံလေး
မိုးထားရမယ်။

သတိအမိုးကျသွားတာနဲ့၊ သတိအမိုး ပေါက်သွား
တာနဲ့ သတိကျသွား၊ ပေါက်သွားတဲ့နေရာကနေ ကိလေသာ
တွေ ဝင်ရောက်လာလိမ့်မယ်။ ကိလေသာ ဝင်ရောက်လာပြီ
ဆိုရင် စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ မဖြစ်တော့ဘူး။ စိတ်တည်
ငြိမ်မှု သမာဓိမှ မဖြစ်ရင်တော့ ဝိပဿနာဉာဏ်နဲ့တကွ မဂ်
ဉာဏ်၊ ဖို့လ်ဉာဏ်တွေ မဖြစ်တော့ဘူး။





အမှတ်မပါ၊ ကိလေသာ၊ ကောင်းစွာနိပ်စက်သည်

ဒီတော့ မိမိရဲ့ စိတ်အိမ်မှာ သတိတည်းဟူသော အမိုးလေး အဆက်မပြတ် စေ့စေ့စပ်စပ် လုံ့လုံ့ခြုံခြုံ ဖြစ်နေဖို့ အတွက်ဆိုရင် ထိုင်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ရုံ၊ စင်္ကြံရှုမှတ်ရုံနှင့် မလုံလောက်ဘူး။ အထွေထွေ အသေးစိတ် ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတွေကို လေးလေးစားစား တန်ဖိုးထားပြီး ရှုမှတ်မှသာလျှင် မိမိရဲ့ စိတ်အိမ်ဟာ သတိတည်းဟူသော အမိုးလေး ဆက်စပ်ပြီး တော့နေမယ်။

သတိပဋ္ဌာန်ရဲ့ ပင်ကိုသဘောကိုက အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်းမှာ ခဏမစဲ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ရုပ်တရား နာမ်တရားတွေရဲ့ သဘာဝကို အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်း စက္ကန့်

မလပ်၊ မိနစ်မလပ် အဆက်မပြတ် တရစပ် သိနေအောင် လုပ်ရတဲ့ အလုပ်ပဲ။

သတိလွတ်သွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်၊ စက္ကန့်ပိုင်း၊ မိနစ်ပိုင်း၊ အချိန်ပိုင်းလေး သတိလွတ်သွားလို့ မမှတ်လိုက် တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အဲဒီ မမှတ်လိုက်မိတဲ့ အချိန်ပိုင်းလေး အတွင်းမှာ မမှတ်လိုက်မိတဲ့ ရုပ်နာမ်အာရုံနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တော့ ကိလေသာတွေ ဝင်ရောက်လာတော့တာပါပဲ။

ဒီတော့ သတိအမိုးလုံခြုံတဲ့ စိတ်အိမ်ဖြစ်ချင်တယ် ဆိုရင်၊ မိမိဟာ မိုးလုံတဲ့အိမ်မှာနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ချင်တယ် ဆိုရင် ထိုင်အမှတ်နဲ့ စင်္ကြံအမှတ်ကိုချည်းပဲ အားမကိုးဘဲ အထွေထွေ အသေးစိတ်အမှတ်တွေကိုလည်း လေးလေးစား စား တန်ဖိုးထားပြီးတော့ အားထုတ်ကြရမယ်။





အမှတ် အမှတ်၊ တရစပ်၊ မပြတ်မှတ်ရမည်

သမ္မဇညအမှတ်တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ မဟာ
သတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်မှာ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဟောထားတာပဲ။

ရှေ့သွားတဲ့အခါ၊ နောက်ဆုတ်တဲ့အခါမှာလည်း
သတိမလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ရှေ့တိုးရမယ်၊ နောက်
ဆုတ်ရမယ်။

ရှေ့တည့်တည့်ကြည့်တဲ့အခါ၊ စောင်းငဲ့ကြည့်တဲ့
အခါမှာလည်း သတိမလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ကြည့်
ရမယ်။

လက်ခြေတို့ကို ကွေးတဲ့ ဆန့်တဲ့အခါမှာလည်း
သတိမလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ကွေးရ၊ ဆန့်ရမယ်။

သပိတ်သင်္ကန်းကို ကိုင်တဲ့အခါ၊ ယူတဲ့အခါ၊ အသုံးပြုတဲ့အခါမှာလည်းပဲ သတိမလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ကိုင်ရ၊ ယူရ၊ အသုံးပြုရမယ်။

စားတဲ့အခါ၊ သောက်တဲ့အခါ၊ ကိုက်တဲ့အခါ၊ လျက်တဲ့အခါမှာလည်းပဲ သတိမလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ စားရ၊ သောက်ရ၊ ကိုက်ရ၊ လျက်ရမယ်။

ကျင်ကြီးကျင်ငယ် စွန့်တဲ့အခါမှာလည်းပဲ သတိမလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ စွန့်ရမယ်။

သွားတဲ့အခါ၊ ရပ်တဲ့အခါ၊ ထိုင်တဲ့အခါမှာလည်းပဲ သတိမလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ သွားရ၊ ရပ်ရ၊ ထိုင်ရမယ်။ အိပ်တဲ့အခါ၊ နိုးတဲ့အခါ၊ စကားပြောတဲ့အခါ၊ စကားမပြောဘဲ ငြိမ်နေတဲ့အခါတွေမှာလည်းပဲ . . . သတိမလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ အိပ်ရမယ်၊ နိုးရမယ်၊ စကားပြောရမယ်၊ ငြိမ်ငြိမ်နေရမယ် ဆိုပြီးတော့ အကျယ်တဝင့် ဟောကြားထားတယ်။

အဲဒီသမ္ပဇေသပိုင်းမှာ ဟောထားတဲ့အချက်တွေကို ကြည့်ရင်တော့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအပြုအမူတွေမှာပဲ သတိအမြဲကပ်ထားရမယ်လို့ ထင်စရာပါပဲ။ အမှန်ကတော့ အဲဒီအထွေထွေအသေးစိတ် ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတွေ ပြုလုပ်နေတဲ့

အချိန်မှာပဲ ပြုနေတဲ့စိတ်ရဲ့ သဘာဝ၊ ပြုနေတဲ့ စိတ်ရဲ့ အခြေ
အနေတွေကိုလည်း သိအောင် သတိကပ်ပြီး ရှုမှတ်ရမှာပါ။

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုက ပိုပြီး ထင်ရှားရင်
အဲဒီရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုကို သတိမလွတ်အောင်
ရှုမှတ်ရမယ်။ ပြုမူလှုပ်ရှားမှု ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမှုအရာက
စိတ်ထဲမှာ မထင်ရှားဘဲနဲ့ အဲဒီပြုမူလှုပ်ရှားမှုကို သိနေတဲ့
စိတ်ကလေးက ထင်ရှားနေရင်လည်း အဲဒီသိနေတဲ့ စိတ်
ကလေးကိုပဲ သတိကပ်ပြီးတော့ ရှုမှတ်ရမယ်။

ဒါမှမဟုတ် အဲဒီအထွေထွေ အသေးစိတ် ပြုမူလှုပ်
ရှားမှုကို ပြုလုပ်နေတဲ့အချိန်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ မိမိစိတ်ရဲ့ အခြေ
အနေ။ ဆိုကြပါစို့၊ တပ်မက်တဲ့စိတ်၊ စိတ်ဆိုးတဲ့စိတ်၊ နှစ်
သက်တဲ့စိတ်၊ ပျံ့လွင့်တဲ့စိတ်၊ စိတ်ပျက်တဲ့စိတ်၊ တွေးတော
တဲ့စိတ် စသည်အားဖြင့် အထွေထွေပြုမူလှုပ်ရှားမှု ပြုမူနေ
တဲ့အချိန်မှာ စိတ်ရဲ့ အခြေအနေက အမျိုးမျိုး ဖြစ်နေနိုင်ပါ
တယ်။ အဲဒီစိတ်အခြေအနေတွေအားလုံးကို သတိကပ်ပြီး
ရှုမှတ်ရမယ်။

ဒီတော့ အထွေထွေအသေးစိတ် အမှတ်ကို မှတ်လို့
ဆိုတဲ့နေရာမှာ ကိုယ်ကာယဆိုင်ရာ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုချည်းပဲ
မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီ ကိုယ်ကာယဆိုင်ရာ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတွေ

ပြုလုပ်နေတဲ့အချိန်မှာ ဖြစ်နေတဲ့စိတ်ရဲ့ အခြေအနေ၊ စိတ်ရဲ့ သဘာဝလေးတွေကိုပါ သိအောင် ရှုမှတ်သွားကြရမှာပါ။

ဆိုကြပါစို့ မျက်နှာသစ်နေတဲ့အချိန်မှာဆိုရင်လည်း ပဲ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြုအမူက မျက်နှာသစ်နေပေမယ့် အများအားဖြင့်ကတော့ မျက်နှာသစ်နေရင်းနဲ့ စိတ်က တစ် ခုခုတွေးရင် တွေးနေတတ်တာပါပဲ။ အဲဒီအချိန်မှာ မျက်နှာ သစ်နေတဲ့အခါမှာ ဖြစ်နေတဲ့ လှုပ်ရှားမှု၊ ထိတွေ့မှု အစရှိတဲ့ အမှုအရာလေးတွေကိုလည်း ရှုမှတ်လို့ ရတယ်။

အဲဒီပေါ်မှာ စိတ်က မကပ်ဘဲနဲ့ မျက်နှာသစ်နေ ရင်းနဲ့ စိတ်ထဲ အတွေးတစ်ခုခုက ထင်ရှားတယ်ဆိုရင်လည်း မျက်နှာသစ်နေရင်းနဲ့ပဲ စိတ်ထဲမှာဖြစ်နေတဲ့ အတွေး၊ စိတ် ထဲမှာဖြစ်နေတဲ့ အခြေအနေကို စူးစိုက်ပြီး သတိကပ် ရှုမှတ် ကြရမှာပါ။

ဒီတော့ အထွေထွေအသေးစိတ်လို့ ဆိုလိုက်တာနဲ့ ရုပ်ရော၊ နာမ်ရော၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ခုလုံးမှာဖြစ်နေတဲ့ အမှုအရာ တွေကို ရှုမှတ်ကြရမယ် ဆိုတာကို မှတ်သားကြရမယ်။

အမှန်ကတော့ အထွေထွေ အသေးစိတ်အပြုအမူ ဟာ ထိုင်မှတ်တဲ့အချိန်မှာရော၊ စကြိုမှတ်တဲ့အချိန်မှာရော ရှိနေတာပါပဲ။ ထိုင်နေတဲ့ အချိန်မှာရော၊ စကြိုလျှောက်နေ

တဲ့ အချိန်မှာရော ခုနက ပြောခဲ့တဲ့ အထွေထွေအမှုအရာတွေ အကုန်လုံး ရှိနေပါတယ်။ အဲဒီတော့ ထိုင်ချိန်၊ စင်္ကြံချိန် များမှာလည်း ဒီအထွေထွေအမှုအရာတွေ ထင်ရှားရင် ထည့်မှတ်နိုင်တာပါပဲ။

ထိုင်ချိန်၊ စင်္ကြံချိန်မှ တစ်ပါးသော အချိန်တွေမှာ ဆိုရင်တော့ တစ်ခုပြီးတစ်ခု မဆုံးနိုင်အောင်၊ မကုန်နိုင်အောင် များပြားပါတယ်။ များပြားသလောက် ရှုမှတ်နိုင်မှလည်း ကိလေသာဝင်ရောက်ခွင့် မရတဲ့အတွက်ကြောင့်၊ ကိလေသာ ကြားခိုခွင့် မရတဲ့အတွက်ကြောင့် သမာဓိအားကောင်းလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ရှုမှတ်ခါစ၊ လေ့ကျင့်ခါစမှာတော့ အထွေထွေအသေးစိတ် အမှုအရာတွေကို အကုန်လုံးမိအောင် လိုက်မှတ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ မမှတ်မိလိုက်ဘဲ လွတ်သွားတာများမှာပါပဲ။

သို့သော်လည်းပဲ အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်းမှာ ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်အမှုအရာရော၊ နာမ်အမှုအရာရောဟာ ငါ့ရှုမှတ်ရမယ့် အရှုခံအာရုံတွေပဲလို့ အခိုင်အမာ ဆုံးဖြတ်ချက် ချပြီးတော့ ဒါတွေကို မလွတ်အောင် သတိကပ်ပြီး ရှုမှတ်မယ်လို့ အဓိဋ္ဌာန်ထားရင် တဖြည်းဖြည်း ရှုမှတ်နိုင်မှု များလာမှာပါ။

အလေ့အကျင့် အားကောင်းလာပြီဆိုရင်တော့ မရှု
မှတ်မိလိုက်တာက နည်းပါတယ်။ ရှုမှတ်မိလိုက်တာချည်းပဲ
များပါတယ်။ နည်းနည်းလေး လှုပ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်
သတိက ကပ်ပြီး ရှုမှတ်ပြီးသား ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဒီတော့
အလေ့အကျင့် လုပ်ပေးဖို့ပဲ လိုအပ်ပါတယ်။





နေရာတိုင်းမှာ နိဗ္ဗာန်ရှိတယ်

အဲဒီတော့ . . . အထွေထွေ အသေးစိတ်အမှတ်
ကလေး ကို တန်ဖိုးထားပြီးတော့ လေးလေးစားစား ရှုမှတ်
သွားမယ်ဆိုရင် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် မဆိုက်နိုင်တဲ့အချိန်
ဟာ တစ်ချိန်မှ မရှိဘူး။

အစာစားနေရင်းနဲ့လည်း . . မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်
ဆိုက်နိုင်တယ်။ ရေသောက်နေရင်းနဲ့လည်း မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်
ဉာဏ် ဆိုက်နိုင်တယ်။ မျက်နှာသစ်နေရင်း၊ ရေချိုးနေရင်း၊
ကျင်ကြီးကျင်ငယ် စွန့်နေရင်း အချိန်မရွေး မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်
ဉာဏ် ဆိုက်နိုင်တယ်။

ပြုမူလှုပ်ရှားမှုအနေနဲ့ ဘယ်အပြုအမူ၊ ဘယ်လှုပ်

ရှားမှုမျိုးမှာမဆို မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် ဆိုက်ရောက်နိုင်
တာပဲ။ ဖိနပ်ကို စီးလိုက်တဲ့အချိန်၊ စီးပြီးတဲ့ဖိနပ်ကို ချွတ်
လိုက်တဲ့အချိန်၊ မျက်မှန်လေး ချွတ်လိုက်တဲ့အချိန်၊ ချွတ်ထား
တဲ့ မျက်မှန်ကို ပြန်တပ်လိုက်တဲ့အချိန်၊ အိပ်ကပ်ထဲ လက်
နှိုက်တဲ့အချိန်၊ အဝတ်အစားလဲနေတဲ့အချိန်၊ လုံချည် ပြင်
ဝတ်တဲ့အချိန် စသည်အားဖြင့် ဘယ်အချိန်မှာမဆို၊ ဘယ်ပြု
မှုလှုပ်ရှားမှုမှာမဆို မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် ဆိုက်နိုင်တယ်။

အထွေထွေအသေးစိတ်အမူအရာတွေဆိုတာ ဘာ
လဲဆိုရင် ပြောလို့မကုန်နိုင်အောင် အင်မတန်များပါတယ်။
အမျိုးသမီးများဆိုရင်တော့ ခေါင်းဖြီးတဲ့အချိန်၊ သနပ်ခါး
လိမ်းတဲ့အချိန်၊ မိတ်ကပ်ရိုက်တဲ့အချိန်၊ နှုတ်ခမ်းနီဆိုးတဲ့
အချိန်၊ ထမင်းချက်တဲ့အချိန်၊ အဝတ်လျှော်တဲ့အချိန် စသည်
အားဖြင့် အထွေထွေ အသေးစိတ် အမူအရာတွေ အများ
ကြီးပါပဲ။

အဲဒီလို မိမိရဲ့ တစ်နေ့တာ ပြုမှုလှုပ်ရှားနေသမျှ
အပြုအမူတိုင်း အပြုအမူတိုင်းမှာ သတိကပ်ပြီးတော့ သတိနဲ့
အတူ ပညာပါပါအောင် ကြိုးစားနိုင်မယ်ဆိုရင် ဘယ်အချိန်
မျိုးမှာမဆို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ဆိုက်ရောက်နိုင်တာပါပဲ။

ဒီတော့ မိမိအနေနဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ ရင့်ကျက်

ပြီးတော့ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ကို အမြန်ဆုံး ဆိုက်ရောက်ချင်
တယ်ဆိုရင်တော့ အထွေထွေအသေးစိတ် အမှတ်ကို လေး
လေးစားစား တန်ဖိုးထားပြီး ရှုမှတ်ရမယ်။





မြင်တွေ့ထမင်း၊ စားတွေ့နိဗ္ဗာန်

အချိန်မရွေး မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် ဆိုက်ရောက် နိုင်တာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ . . . အားကျစရာကောင်းတဲ့ အချက်က သတိပဋ္ဌာန်သာသနာ ထွန်းကားခဲ့တဲ့ သီဟိုဠ် ကျွန်း(သီရိလင်္ကာ)မှာ ရဟန္တာ မဖြစ်ဖူးတဲ့ ဆွမ်းစားဇရပ် ဆိုတာ မရှိဘူးတဲ့။ သီဟိုဠ်ကျွန်း(သီရိလင်္ကာ)မှာရှိတဲ့ ဆွမ်း စားဇရပ်တိုင်းဟာ ရဟန္တာဖြစ်ဖူးကြတာချည်းပဲတဲ့။

ဟိုးရှေးခေတ်တုန်းကတော့ ရွာတိုင်းရွာတိုင်းရဲ့ အထွက်တိုင်းမှာ ရဟန်းတော်များ တည်းခိုပြီးတော့ ဆွမ်း စားဖို့အတွက် ဆွမ်းစားဇရပ်လေးတွေ ဆောက်ထားကြ တယ်။ ရဟန်းတော်များ ဆွမ်းခံပြီး ပြန်လာပြီဆိုရင် ရွာပြင်

မှာ ရှိတဲ့ ဆွမ်းစားဇရပ်မှာပဲ ဆွမ်းစား၊ သပိတ်တွေ ဘာတွေ ဆေးကြောပြီးမှ သပိတ်ချည်းသက်သက်နဲ့ ကျောင်းကို ပြန် ကြပါတယ်။

အဲဒီရဟန်းတော်များက ဆွမ်းခံထွက်တဲ့ နေရာမှာ လည်းပဲ ‘ဂတပစ္စာဂတ’ လို့ခေါ်တဲ့ ကျင့်ဝတ်ကို အထူး ဖြည့် ကျင့်ပြီးတော့ ဆွမ်းခံထွက်ကြတယ်။

‘ဂတပစ္စာဂတဝတ်’ ဆိုတာ ဆွမ်းခံအသွားရော၊ ဆွမ်းခံအပြန်ပါ ကမ္မဋ္ဌာန်းပါအောင် ကြိုးစားတဲ့ ကျင့်စဉ် ကြီးပါ။ ကျောင်းကနေ ထွက်တဲ့အချိန်ကစပြီး ကျောင်းပြန် ရောက်တဲ့အချိန်ထိ တစ်ချက်မှ အမှတ်မလွတ်အောင် ကြိုး စားတဲ့ကျင့်စဉ်ကို ‘ဂတပစ္စာဂတကျင့်ဝတ်’ လို့ခေါ်တယ်။

ဆွမ်းခံကြွတဲ့ ခြေလှမ်းတိုင်း ခြေလှမ်းတိုင်းမှာ အမှတ်ပါအောင် ကြိုးစားရတယ်။ အမှတ်မပါတဲ့ ခြေလှမ်း ဆိုတာ မရှိရဘူး။ တကယ်လို့ အမှတ်မပါဘဲနဲ့ လှမ်းလိုက်မိ ရင် သတိရတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်တည်း အမှတ် စလွတ်သွား တဲ့ နေရာကို နောက်ကြောင်း ပြန်လှည့်ပြီးတော့မှ အမှတ်နဲ့ ပြန်လျှောက်ရတယ်။

ဥပမာဆိုပါတော့၊ ခြေလှမ်း ငါးလှမ်းလောက် အမှတ်မပါဘဲ လှမ်းလိုက်တယ်ဆိုရင် နောက်ကို ငါးလှမ်း

ပြန်ဆုတ်၊ ပြန်ဆုတ်ပြီးမှ တစ်ခါ အမှတ်နဲ့ ငါးလှမ်းပြန်လှမ်းရ
တယ်။ ဆယ်လှမ်းလောက် အမှတ်လွတ်သွားတယ် ဆိုရင်
စလွတ်တဲ့နေရာအထိ ဆယ်လှမ်းလောက် နောက်ပြန်ဆုတ်၊
နောက်ပြန်ဆုတ်ပြီးမှ အမှတ်ကလေးနဲ့ ဆယ်လှမ်းဆက်ပြီး
လှမ်းရတယ်။ အဲဒီလို ကျင့်တဲ့ ကျင့်ဝတ်ကို 'ဂတပစ္စာဂတ
ကျင့်ဝတ်' လို့ ခေါ်တယ်။

ခြေလှမ်း တစ်ခုတည်း မှတ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။
ဆွမ်းခံထွက်တော့ ဆွမ်းခံအိမ်ရှေ့ မတ်တတ်ရပ်လိုက်ပြီ
ဆိုရင်လည်း ရပ်တဲ့အမူအရာကို အာရုံပြုပြီးတော့ ရပ်တယ်၊
ရပ်တယ်၊ ဆွမ်းလာလောင်းလို့ သပိတ်ကို ဖွင့်လိုက်တော့
ဖွင့်တယ်၊ ဖွင့်တယ်၊ လောင်းလိုက်တဲ့ဆွမ်းကို မြင်တော့
မြင်တယ်၊ မြင်တယ်၊ ဆွမ်းရဲ့ အနံ့ကိုရတော့ နံတယ်၊ နံတယ်၊
သို့မဟုတ် မွှေးတယ်၊ မွှေးတယ်၊ သပိတ်ကို ပြန်ပိတ်တော့
ပိတ်တယ်၊ ပိတ်တယ် စသည်အားဖြင့် . . .

ခြေလှမ်းတွေကို မှတ်သလို တခြားတခြားသော
သပိတ်ဖွင့်ခြင်း၊ ပိတ်ခြင်း စတဲ့ အပြုအမူတွေကိုလည်း သတိ
မလွတ်အောင် ရှုမှတ်ပြီးတော့ ဆွမ်းခံသွားတဲ့အကျင့်ကို
ဂတပစ္စာဂတအကျင့်လို့ ခေါ်တယ်။ သမ္မဇည အသိဉာဏ်
တွေ အားကောင်းအောင် ပံ့ပိုးပေးတဲ့ ကျင့်စဉ်ကြီးပါပဲ။

အဲဒီလိုနဲ့ ဆွမ်းခံပြန်လာ၊ ရွာအပြင်ရောက်တော့ ဆွမ်းစားဖရပ်မှာ ထိုင်ပြီးတော့ ဆွမ်းဘုဉ်းပေး၊ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတော့လည်းပဲ အမှတ်မလွတ်အောင် ဆွမ်းလုတ်တိုင်း ဆွမ်းလုတ်တိုင်း သတိကပ်ပြီးတော့ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတော်မူကြတယ်။

ဒါကြောင့် သတိပဋ္ဌာန်သာသနာ ထွန်းကားစဉ် တုန်းက သီဟိုဠ်ကျွန်းက ဆွမ်းစားဖရပ်တိုင်း၊ ဆွမ်းစားဖရပ်တိုင်းမှာ ရဟန္တာဖြစ်ဖူးကြတယ်။ ရဟန္တာမဖြစ်ဖူးတဲ့ ဆွမ်းစားဖရပ် တစ်ခုမှ မရှိဘူး။ ဖရပ် တစ်ခုတစ်ခုရဲ့ နေရာတိုင်း၊ နေရာတိုင်းဟာလည်း ရဟန္တာမဖြစ်ဖူးတဲ့နေရာ တစ်နေရာမှ မရှိဘူး။

မိမိရဲ့ စိတ်တည်းဟူသော အိမ်ကို အမှတ်သတိတည်းဟူသော အမိုး ကျိုးတိုးကျဲတဲ့မဖြစ်ဘဲ စေ့နေအောင်၊ စပ်နေအောင်၊ ဆက်စပ်နေအောင် မိုးနိုင်ကြတဲ့အတွက် ကြောင့် ကိလေသာမိုးရေတွေရဲ့ နှိပ်စက်မှုဒဏ်ကနေ လွတ်မြောက်သွားကြတာပါပဲ။





လွတ်ချင်ဦးဟဲ့ အမှတ်

စိတ်အိမ်မှာ . . သတိအမိုး ဆက်စပ်ရေးအတွက် သမ္မဇညအမှတ်တွေကို ကြိုးကြိုးစားစား ရှုမှတ်တာနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း အမြဲမပြတ် သတိ ရနေသင့်တဲ့ မထေရ်ကြီးရဲ့အကြောင်း တရားနာပရိသတ် များ အများစု ကြားဖူးပြီးသား၊ သိဖူးပြီးသားပါပဲ။

သီဟိုဠ်ကျွန်း(သီရိလင်္ကာ)က မထေရ်ကြီးတစ်ပါး နေ့လယ်နေ့ခင်း တပည့်ရဟန်းတော်များနဲ့ စကားပြောနေ တဲ့ အချိန်၊ လက်ကို အမှတ်မပါဘဲနဲ့ မြန်မြန်ကွေးလိုက်မိပြီး ကာမှ အမှတ်မပါဘဲ ကွေးလိုက်မိပါလားလို့ သတိရပြီးတော့ ကွေးပြီးသားလက်ကို မူလနေရာမှာ ပြန်ထားလိုက်တယ်။

ပြန်ထားပြီးတော့မှ ဖြည်းဖြည်းလေး ပြန်ကွေးတယ်။

ခုနက ဂတပစ္စာဂတကျင့်ဝတ်ကို ဖြည့်ကျင့်ကြတဲ့ ရဟန်းတော်များ ငါးလှမ်းလောက် အမှတ်လွတ်သွားရင် ငါးလှမ်းလောက် နောက်ပြန်ဆုတ်ပြီးတော့ ဖြည်းဖြည်းချင်း အမှတ်နဲ့ ပြန်လှမ်းသလိုပဲပေါ့။

အဲဒီလို လက်ကို မူလနေရာ ပြန်ထားပြီးတော့ ဖြည်းဖြည်းချင်း ပြန်ကွေးတာကို တပည့်ရဟန်းတော်များက မြင်တော့ . . .

‘အရှင်ဘုရား၊ ခုန လက်ကို အမြန်ကွေးလိုက်ပြီးမှ ဘာဖြစ်လို့ မူလနေရာမှာ ပြန်ထားပြီးတော့ ဖြည်းဖြည်းလေး ပြန်ကွေးရတာပါလဲ ဘုရား’

‘ငါ့ရှင်တို့၊ ငါသည် သတိပဋ္ဌာန်အလုပ် စတင် အားထုတ်တဲ့အချိန်က စပြီးတော့ ဘယ်အပြုအမူ၊ ဘယ်လှုပ်ရှားမှုမျိုးကိုမဆို အမှတ်မပါဘဲနဲ့ မပြုမူ မလှုပ်ရှားခဲ့ဖူးဘူး။ အပြုအမူတိုင်း၊ လှုပ်ရှားမှုတိုင်းကို အမှတ်သတိနဲ့ပဲ ပြုမူခဲ့၊ လှုပ်ရှားခဲ့ပါတယ်။

‘လက်၊ ခြေ ကွေးတဲ့၊ ဆန့်တဲ့နေရာမှာလည်း အမှတ် မပါဘဲ ကွေးခဲ့၊ ဆန့်ခဲ့တယ်ဆိုတာ မရှိဘူး။ အခုတော့ သင်တို့နဲ့ စကားပြောနေရတဲ့အတွက်ကြောင့် အမှတ်လွတ်

ပြီးတော့ လက်ကို ကွေးလိုက်မိတယ်။ ကွေးလိုက်မိပြီးမှ ပြန်
သတိရလို့ မူလနေရာမှာ ပြန်ထားပြီးတော့ အမှတ်ကလေးနဲ့
ဖြည်းဖြည်းလေး ကွေးခြင်းဖြစ်ပါတယ်’

အဲဒီလို မိန့်ကြားပါတယ်။

အဲဒီတော့မှ တပည့်ရဟန်းတော်များက ‘ရဟန်း
ဆိုတာ ဒီလိုဖြစ်ရမယ်၊ ယောဂီဆိုတာ ဒီလိုဖြစ်ရမယ်’လို့
ကောင်းချီးနှုတ်မော် သာဓုခေါ်လိုက်ကြပါတယ်။

‘ယောဂီဆိုတာ ဒီလိုဖြစ်ရမယ်’ တဲ့။

‘ဒီလိုဖြစ်ရမယ်’ ဆိုတာ ဘယ်အပြုအမူ၊ ဘယ်
လှုပ်ရှားမှုမျိုးကိုမဆို အမှတ်သတိ မပါဘဲနဲ့ ပြုမူလှုပ်ရှား
တာမျိုး မဖြစ်စေရဘူး။ အမှတ်သတိကပ်ပြီးတော့မှ ပြုမူ
လှုပ်ရှားရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

တစ်နည်းအားဖြင့် ‘ဒီလိုဖြစ်ရမယ်’ ဆိုတာ ဘယ်
အပြုအမူ၊ ဘယ်လှုပ်ရှားမှုမျိုးကိုမဆို မြန်မြန်ထက်ထက်
သွက်သွက်လက်လက်ကြီး မပြုမူ၊ မလှုပ်ရှားဘဲ ဖြည်းဖြည်း
သာသာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ ပြုမူ၊ လှုပ်ရှားရမယ် လို့ ဆိုလိုပါ
တယ်။





ဖြည်းဖြည်းလုပ်၊ စိပ်စိပ်မှတ်

ဦးပဉ္စင်းတို့ ဒီမထေရ်ကြီးရဲ့ အကြောင်းအရာ အဖြစ်အပျက်ကနေ ကောက်ချက်ချစရာ နှစ်ခု ရှိလာပါတယ်။ တစ်ခုက ဘာလဲဆိုတော့ မထေရ်ကြီး အမှတ်မပါဘဲ လက်ကို ကွေးပြီးမှ မူလနေရာမှာ ပြန်ထားပြီး အမှတ်သတိ နဲ့ ပြန်ကွေးလိုက်တာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တပည့်ရဟန်းတော် များ မေးခွန်းကို မထေရ်ကြီး ပြန်ဖြေတော့ . . .

သဟသာ ဟတ္ထံ သမိဇ္ဇေတွာ ပုန ယထာဌာနေ ဌပေတွာ သဏိကံ သမိဇ္ဇေသိ။ (သီလက္ခန် အဋ္ဌကထာ၊ ၁၇၆။)

အမှတ်သတိမပါဘဲ အဆောတလျှင် မြန်မြန်ကြီး

ကွေးလိုက်မိပြီးမှ မူလနေရာမှာ ပြန်ထားပြီး မထေရ်ကြီး အမှတ်သတိနဲ့ ကွေးလိုက်တဲ့နေရာမှာ စာက ဘယ်လိုပြ ထားလဲဆိုတော့ 'သဏီကံ သမိဇ္ဇေသိ' ဖြည်းဖြည်းလေး ကွေးလိုက်ပါတယ်တဲ့။

ဒီစကားရပ်ကို ထောက်ရှုခြင်းအားဖြင့် ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ ကိုယ်ပြုမှုလှုပ်ရှားမှုများကို ပြုမှုလှုပ်ရှားကြ တဲ့အခါမှာ မူလပြုလုပ်နေကျ ခါတိုင်းပြုမှုနေကျ နှုန်းထား အတိုင်း မြန်မြန်ထက်ထက် သွက်သွက်လက်လက်ကြီး ပြုမှု လှုပ်ရှားကြမယ်ဆိုရင် သတိထားဖို့၊ သတိ မလွတ်အောင် ရှုမှတ်နိုင်ဖို့ ခက်ခဲသွားပြီ။

အထွေထွေ ပြုမှုလှုပ်ရှားမှုတိုင်းမှာ သတိပါဖို့ ဆို ရင် ပြုမှုလှုပ်ရှားမှုတွေကို မူလနှုန်းထားအတိုင်း မပြုလုပ်ဘဲ နဲ့ ဖြည်းဖြည်းလုပ်ရမယ် ဆိုတဲ့အချက်ကို သတိထားကြရမှာ ဖြစ်တယ်။

ပြုမှုလှုပ်ရှားမှုတွေကို မြန်မြန်ထက်ထက် သွက် သွက်လက်လက် ပြုမှုလှုပ်ရှားနေမယ်ဆိုရင် ပစ္စုပ္ပန်ကျ အောင်၊ ပရမတ်ဆိုက်အောင် ရှုမှတ်ဖို့ ခက်ခဲသွားတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အာရုံက မထင်ရှားတော့လို့ပါ။ သတိ ဆိုတာက အာရုံကို ထင်ရှားအောင် ပုံဖော်ပေးရတဲ့ အလုပ်

ကို လုပ်ပါတယ်။ သတိက ထင်ရှားအောင် ပုံဖော်ပေးလိုက်
တဲ့ အာရုံကိုမှ သမာဓိက စူးစိုက်ပြီးတော့ ကပ်ထားတယ်။
သမာဓိက ကပ်ထားတဲ့ အာရုံကိုမှ ပညာက အဲဒီအာရုံရဲ့
သဘောသဘာဝကို သိအောင် စူးစမ်းစစ်ဆေးတဲ့အလုပ်ကို
လုပ်ရပါတယ်။

ဒီတော့ သတိက အာရုံကို ထင်ရှားအောင် ပုံဖော်
ပေးနိုင်ဖို့အတွက် မိမိရဲ့ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတွေကို ဖြည်းဖြည်းပဲ
ပြုမူလှုပ်ရှားကြရမယ်။ ဒီအချက်ကို မှတ်သားကြဖို့ပါ။ ဘယ်
အပြုအမူ၊ ဘယ်လှုပ်ရှားမှုမျိုးကိုမဆို ဖြည်းဖြည်းပဲ ပြုမူလှုပ်
ရှားကြဖို့ပါ။





မြင်ပေမယ့် အကန်းလိုကျင့်

တရားနာပရိသတ်များ မနက်တိုင်း မနက်တိုင်း ရွတ်နေကြတဲ့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ လိုက်နာရမယ့် ဥပမာ လေး ချက်ကို ပြန်နှလုံးသွင်းကြည့်လိုက်ပေါ့။

အဲဒီ ဥပမာလေးချက်ထဲက ပထမဆုံးဥပမာက ‘မျက်စိအမြင်၊ ကောင်းသူပင်၊ မမြင်ကန်းပမာ’ တဲ့။ မျက်စိ အမြင်ကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပေမယ့် မျက်စိကန်းနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို ကျင့်ရမယ်။

မျက်စိကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ သွားစရာလာ စရာရှိလည်း မြန်မြန်ထက်ထက် သွက်သွက်လက်လက်၊ လုပ် စရာ ကိုင်စရာရှိလည်း မြန်မြန်ထက်ထက် သွက်သွက်လက်

လက်၊ မျက်စိကောင်းသူရဲ့ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတိုင်းဟာ သွက်
သွက်လက်လက် မြန်မြန်ဆန်ဆန်ချည်းပဲ ဖြစ်နေတယ်။

မျက်စိကန်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်၊ မျက်စိမမြင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က
တော့ သွားတဲ့လာတဲ့အခါလည်း စမ်းစမ်း စမ်းစမ်းနဲ့ ဖြည်း
ဖြည်းလေးပဲ။ လုပ်တဲ့ကိုင်တဲ့အခါလည်း စမ်းစမ်း စမ်းစမ်းနဲ့
ဖြည်းဖြည်းလေးပဲ။ မျက်စိကန်းသူရဲ့ ပြုမူလှုပ်ရှားမှု အားလုံး
ဟာ ဖြည်းဖြည်းကလေးပဲ ဖြစ်နေပါတယ်။

ဒါကြောင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မျက်စိအမြင် အား
ကောင်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လို မြန်မြန်ထက်ထက် သွက်သွက်လက်
လက်ကြီး မပြုလုပ်ဘဲနဲ့ မျက်စိကန်းနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လို ဖြည်း
ဖြည်းသာသာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့လေး ပြုလုပ်ရမယ်။





အားရှိပေမယ့် ခါးချိုလိုကျင့်

စတုတ္ထမြောက်ဥပမာက 'ပြည့်ဝအားအင်၊ ရှိသူပင်၊ အားအင်နည်းပမာ' တဲ့။ အင်အားပြည့်ဝတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ပေမယ့် အင်အားနည်းနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လို ကျင့်ရမယ်။

အင်အားပြည့်ဝတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ သွားစရာ လာစရာရှိလည်း မြန်မြန်ထက်ထက် သွက်သွက်လက်လက်၊ လုပ်စရာ ကိုင်စရာရှိလည်း မြန်မြန်ထက်ထက် သွက်သွက်လက်လက်၊ အင်အားပြည့်ဝသူရဲ့ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတိုင်းဟာ သွက်သွက်လက်လက် မြန်မြန်ဆန်ဆန်ချည်းပဲ ဖြစ်နေတယ်။

အင်အားမရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ အင်အားမရှိတဲ့ လူမမာများကတော့ သွားတဲ့လာတဲ့အခါလည်း စမ်းစမ်း စမ်းစမ်းနဲ့

ဖြည်းဖြည်းလေးပဲ။ လုပ်တဲ့ကိုင်တဲ့အခါလည်း စမ်းစမ်း စမ်းစမ်းနဲ့ ဖြည်းဖြည်းလေးပဲ။ အင်အားမရှိသူ လူမမာရဲ့ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုအားလုံးဟာ ဖြည်းဖြည်းကလေးပဲ ဖြစ်နေပါတယ်။

ဒါကြောင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အင်အားပြည့်ဝတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို မြန်မြန်ထက်ထက် သွက်သွက်လက်လက်ကြီး မပြုလုပ်ဘဲနဲ့ အင်အားမရှိတဲ့ လူမမာလို ဖြည်းဖြည်းသာသာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့လေး ပြုလုပ်ရမယ်။

အထူးသဖြင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့ စံပြုလူမမာကတော့ ခါးနာနေတဲ့ လူမမာပါပဲ။ ခါးနာနေတဲ့ လူမမာဟာ ခါးမျက်သွားမှာစိုးလို့၊ ခါးနာသွားမှာစိုးလို့၊ ခါးအောင့်သွားမှာစိုးလို့ဆိုပြီးတော့ . . .

သွားတဲ့လာတဲ့အခါမှာလည်း ဖြည်းဖြည်းသာသာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့၊ လုပ်တဲ့ကိုင်တဲ့အခါမှာလည်း ဖြည်းဖြည်းသာသာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့၊ ထတဲ့အခါ၊ ထိုင်တဲ့အခါ၊ စားတဲ့အခါ၊ သောက်တဲ့အခါ၊ တပိုတပါးသွားတဲ့အခါ၊ ဘာအပြုအမူကိုပဲ ပြုပြု၊ ခါးနာနေတဲ့ လူမမာဟာ ဖြည်းဖြည်းသာသာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ပဲ ပြုပါတယ်။

ဒီတော့ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတွေနဲ့ လုံးဝမကင်းနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်၊ ရိပ်သာမှာပဲ နေနေ၊ အိမ်မှာပဲနေနေ

ပေါ့၊ ပြုမူလှုပ်ရှားမှု မကင်းနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် အိပ်ရာ
ထဲ ဗုန်းဗုန်းလဲပြီးတော့ လုံးဝမလှုပ်နိုင်တဲ့ လူမမာကို သွားပြီး
တော့ အတုခိုးလို့မဖြစ်ဘူး။

ဒီတော့ လှုပ်ရှားမှုလည်း မကင်းတဲ့ ခါးနာနေတဲ့
လူမမာကို မိမိရဲ့ စံပြုအဖြစ်နဲ့ထားပြီးတော့ ပြုမူလှုပ်ရှားမှု
အားလုံးကို ဖြည်းဖြည်းသာသာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ ပြုလုပ်ကြ
ရမယ်။





စကားသည် တရား၏ ရန်သူ

နောက်တစ်ခု ကောက်ချက်ချစရာရှိတာက စိတ် အိမ်မှာ သတိအမိုး ဆက်စပ်ဖို့အတွက် အင်မတန်အရေးကြီးတဲ့ အချက်တစ်ခုပါ။

မထေရ်ကြီး အမှတ်လွတ်ပြီး ကွေးလိုက်တာ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ . . .

တုမေ့ဟိံ သဒ္ဓိံ ကထယမာနေန

ကမ္မဋ္ဌာနံ မုဉ္ဇိတွာ သမိဉ္ဇိတော။

(သီလက္ခန်အဋ္ဌကထာ၊ ၁၇၆။)

‘သင်တို့နဲ့ စကားပြောဆိုနေရလို့ အမှတ်လွတ်သွားတာ’ တဲ့။ ဒီစကားကို ထောက်ရှုခြင်းအားဖြင့် အမှတ်

သတိ လွတ်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းတစ်ခုဟာ စကားပြောခြင်းပဲ ဆိုတာ ကောက်ချက်ချလို့ရပါတယ်။

စကားပြောခြင်းဟာ သတိအမှတ် ဆက်စပ်ခြင်းရဲ့ အကြီးမားဆုံးရန်သူပါပဲ။ မိမိရဲ့ စိတ်တည်းဟူသော အိမ်ကို သတိတည်းဟူသော အမိုးဆက်စပ်လုံခြုံအောင် မိုးနေတဲ့ ကိစ္စမှာ စကားပြောခြင်းဟာ အကြီးမားဆုံးသော အနှောင့်အယှက်ပဲ။

စကားပြောခြင်းရဲ့ အပြစ်တွေကို 'တစ်ယောက်တည်းနေ တစ်စိတ်တည်းထား' တရားမှာ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဟောခဲ့ပြီးသားပါ။ အဲဒီမှာ ပြန်ရှာပြီး နှလုံးသွင်းကြည့်ပါ။

ယောဂီတို့၊ မိမိတို့အနေနဲ့ အမိုးလုံခြုံတဲ့အိမ်မှာ နေချင်ကြတယ်ဆိုရင် စကားပြောခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်နိုင်ရမယ်။

စကားပြောခြင်းကိုလည်း ရှောင်ကြဉ်နိုင်မယ်။ မထေရ်ကြီးကဲ့သို့ အထွေထွေ ပြုမူလှုပ်ရှားမှုတွေကို ဖြည်းဖြည်းသာသာ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့လေး ပြုမူလှုပ်ရှားပြီးတော့ အမြဲတမ်း သတိကပ်နိုင်မယ်ဆိုရင်တော့ ယောဂီတို့ရဲ့ စိတ်အိမ်ဟာ သတိအမိုး လုံခြုံသွားတဲ့အတွက် ကိလေသာမိုးရေ ဝင်ရောက်နှိပ်စက်နိုင်ခြင်းရှိမှာ မဟုတ်တော့ပါဘူး။



သူ့တာဝန်နဲ့သူ၊ ကိုယ့်တာဝန်နဲ့ကိုယ်

တစ်ခါတုန်းက သီဟိုဠ်ကျွန်း(သီရိလင်္ကာ)မှာ အဘယမထေရ် လို့ခေါ်တဲ့ မထေရ်တစ်ပါး ညတရားပွဲ တစ်ခု သွားဟောတယ်။ တရားပွဲတစ်ခု ဟောတော့ ရွာနီးချုပ်စပ် မှာရှိတဲ့ လူတွေကလည်း လာပြီးတော့ တရားနာယူကြတယ်။ အရှင်မြတ်က တရားဟောသိပ်ကောင်းတော့ ပစ္စည်းလာဘ် လာဘ်မျိုးစုံနဲ့ ပူဇော်သက္ကာရ ပြုကြတယ်။

ပရိသတ်များခြင်း၊ ပူဇော်သက္ကာရများခြင်းဆိုတဲ့ အချက်နှစ်ချက်ကို မနာလို မရှုဆိတ်ဖြစ်တဲ့ ပရိသတ်ထဲက မထေရ်ကြီးတစ်ပါးက အဘယမထေရ်ကို အမျိုးမျိုး ဆဲဆို ကြိမ်းမောင်းနေတယ်။

‘အဘယမထေရ်က မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားဟော
မယ်ဆိုပြီး ဘာတွေ လျှောက်ပြောနေတာလဲ၊ သူ့စိတ်ထဲ
ထင်တာ လျှောက်ပြောနေတယ်၊ မဟုတ်တမ်းတရားတွေ
လျှောက်ဟောနေတာပဲ’ စသည်အားဖြင့် အမျိုးမျိုး ဆဲဆို
ကြိမ်းမောင်းပြီးနေတယ်။

တရားပွဲပြီးတော့လည်း အဘယမထေရ် ပြန်ရတဲ့
ခရီးလမ်းက အဲဒီ မိမိကို ဆဲဆိုတဲ့မထေရ်ကြီးနဲ့ တစ်လမ်း
တည်းဖြစ်နေတယ်။ တစ်လမ်းတည်းဆိုတော့ . . . နှစ်မိုင်
လောက် အတူတူသွားရတဲ့လမ်း၊ နှစ်မိုင်လောက် ရောက်
တော့မှ လမ်းခွဲပြီးတော့ သွားကြရတယ်။

အဲဒီတော့ တရားပွဲပြီးလို့ ပြန်လာရတဲ့အခါမှာ
လည်းပဲ အဲဒီ မထေရ်ကြီးက အဘယမထေရ် ရှေ့နားက
ကပ်လိုက်ပြီး အဘယမထေရ်ကို အမျိုးမျိုး ဆဲဆိုပြီး လိုက်
သွားတယ်။ နှစ်မိုင်လုံးလုံး ဆဲသွားတာ ဆိုတော့ စဉ်းစား
ကြည့်ပါနော်။ အဆဲဖွဲ ဘယ်လောက်များ ကောင်းလိုက်
သလဲလို့။ အဲဒါ နှစ်မိုင်လုံးလုံး အဘယမထေရ်ကို အမျိုးမျိုး
ဆဲဆိုရေရွတ်ပြီးတော့ လျှောက်သွားတယ်။

နှစ်မိုင်လောက် လမ်းဆုံနားလည်း ရောက်ရော
အဘယမထေရ်က လက်အုပ်ကလေးချီ ရှိခိုးပြီးတော့ ‘အရှင်

ဘုရား၊ အရှင်ဘုရား ကြွရမယ့်လမ်းက ဒီလမ်းပါ ဘုရား’
ဆိုပြီး ဆဲဆိုတဲ့ မထေရ်ကြီး သွားရမယ့်လမ်းကို လက်ညှိုး
ညွှန်ပြလိုက်ပါတယ်။

အဲဒီတော့ ဆဲတဲ့မထေရ်က အဘယမထေရ်ကို
လှည့်တောင် မကြည့်ဘူး။ မသိကျိုးကျွံပြုပြီးတော့ ဆောင့်
ဆောင့် အောင့်အောင့်နဲ့ သူ့လမ်းသူ ထွက်သွားတယ်။

အဘယမထေရ်လည်းပဲ လမ်းခွဲပြီးတော့ ကိုယ့်
ကျောင်းကိုယ် ပြန်လာခဲ့တယ်။ ကျောင်းပြန်ရောက်တော့
ခြေထောက်ဆေး၊ ကွပ်ပျစ်လေးပေါ် ထိုင်ပြီးတော့ အနား
ယူနေတဲ့အချိန်မှာ တရားပွဲမှာ ပါလာတဲ့ တပည့်ရဟန်း
တစ်ပါးက အဘယမထေရ်ကို လျှောက်တယ်။

‘အရှင်ဘုရား၊ အရှင်ဘုရားကို ခုနက ကိုယ်တော်
ကြီးက တစ်လမ်းလုံး ဆဲဆိုရေရွတ်ပြီးတော့လာတာ၊ မဟုတ်
တမ်းတရားတွေ ပြောပြီးတော့ လာတာ၊ အရှင်ဘုရားကို
အမနာပတွေ ပြောပြီးတော့ လာတာ၊ အရှင်ဘုရားက ဘာမှ
ခွန်းတုံ့မပြန်ဘဲကိုး။ အရှင်ဘုရားက ဘာမှပြန်မပြောတော့
ကိုယ်က တကယ် ဟုတ်နေလို့ ငြိမ်ခံနေတယ် လို့ သူက
ထင်သွားပါဦးမယ်’

အဲဒီလို ပြောတော့ အဘယမထေရ်က . . .

‘ငါ့ရှင်၊ ဆဲတဲ့အလုပ်က သူ့ရဲ့ အလုပ်၊ သည်းခံတဲ့ အလုပ်က ငါ့ရဲ့အလုပ်၊ ဆဲဖို့တာဝန်က သူ့ရဲ့ တာဝန်၊ သည်းခံဖို့ တာဝန်က ငါ့ရဲ့တာဝန်’

‘သည်းမခံနိုင်ဘူးဆိုတာလည်း မရှိပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ တရားပွဲက ပြန်လာတဲ့ လမ်းခရီးတစ်လျှောက်လုံးမှာ ခြေလှမ်းတိုင်း ခြေလှမ်းတိုင်း အမှတ်ပါနေတယ်။ အမှတ်မပါတဲ့ ခြေလှမ်း၊ အမှတ်လွတ်နေတဲ့ ခြေလှမ်း တစ်လှမ်းမှ မရှိဘူး’

‘ခြေလှမ်းတိုင်း ခြေလှမ်းတိုင်း အမှတ်သတိ ကပ်ပြီးတော့ သွားနေတဲ့အတွက်ကြောင့် မထေရ်ကြီး ဆဲချင်တိုင်း ဆဲ ငါ့အတွက် ဘာမှ တုန်လှုပ်မှု မရှိဘူး’

အဘယမထေရ်ရဲ့ စိတ်တည်းဟူသော အိမ်ကို သတိတည်း ဟူသောအမိုး စေ့စေ့စပ်စပ်၊ လုံလုံခြုံခြုံဖြစ်နေအောင် မိုးထားတဲ့အတွက်ကြောင့် ဆန့်ကျင်ဘက် မထေရ်ကြီးရဲ့ ဆဲဆိုကြိမ်းမောင်းခြင်း ဟူသောအကြောင်းကြောင့် ဒေါသတည်းဟူသော မိုးရေတွေ ဝင်မလာနိုင်ဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အဘယမထေရ်ကြီး တရားပွဲက ပြန်လာတဲ့ ခြေလှမ်းလေးတွေတောင်မှ တစ်လှမ်းမှ အမှတ်မလွတ်ဘူး ဆို

ရင် ကျန်တဲ့အချိန်တွေမှာလည်း အဘယမထေရ်ကြီး အမှတ်
များလွတ်လေမလားလို့ သံသယ ဖြစ်စရာ မရှိဘူး။

တရားပွဲက ပြန်လာတဲ့အချိန် ဆိုတာက အများ
အားဖြင့် အမှတ်လွတ်တဲ့အချိန်ပေါ့။ အခု ဒီက တရားပွဲပြီး
လို့ တရားနာပရိသတ်များ အောက်ပြန်ဆင်းသွားရင် ဘယ်
လိုများ နေမလဲနော်။ တဝုန်းဝုန်း ထပြန်ပြီး တအုန်းအုန်း
စကားမပြောရင် ကြိုက်သလိုပြော။

အဲဒီတော့ တရားပွဲသိမ်းတဲ့အချိန်ဆိုတာ အမှတ်
လွတ်တတ်တဲ့အချိန်ပါပဲ။ ဒီလို အမှတ်လွတ်တတ်တဲ့ အချိန်
မျိုးမှာတောင်မှ ခြေလှမ်းတိုင်း ခြေလှမ်းတိုင်း အမှတ်ပါနေ
တယ်ဆိုရင် အဘယမထေရ်ကြီးဟာ အချိန်တိုင်း အချိန်
တိုင်း သမ္မဇည အမှတ်ကလေးနဲ့ သီတင်းသုံးတော်မူမယ်
ဆိုတာ ကြည်ညိုလို့ ရပါတယ်။

ဧကပဒုဒ္ဓါရေပိ ကမ္မဋ္ဌာနဝိယောဂံ န ပဿာမိ။
(မူလပဏ္ဏာသအဋ္ဌကထာ၊ ပ၊ ၈၂။)





ဘာပဲလုပ်လုပ် အမှတ်နဲ့လုပ်

ဒီတော့ တင်စားပြီးတော့ ပြောတဲ့စကားကို လိုရင်း ပြောရရင်တော့ အချိန်တိုင်းအချိန်တိုင်း သတိကပ်ထားဖို့ပါ။ ရိပ်သာမှာပဲနေနေ၊ အိမ်မှာပဲနေနေ အမြဲတမ်း သတိကပ် ပြီးတော့ ဝိပဿနာအလုပ် ကြိုးစားအားထုတ်ကြပါ။

နွားမတစ်ကောင် မြက်ခင်းပြင်ထဲမှာ သူ့ရဲ့ နွား သားငယ်လေးတစ်ကောင်နဲ့အတူ မြက်စားနေတယ်။ မိမိရဲ့ နွားသားငယ်လေးကို ဘေးရန်အန္တရာယ်မဖြစ်အောင် စောင့်ရှောက်ရင်းနဲ့ မိမိကလည်း မြက်ကို စားနေတယ်။

မိမိရဲ့ မြက်စားခြင်း တည်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် သားငယ်လေးကို စောင့်ရှောက်တဲ့ အလုပ်လည်း

မပျက်ဘူး။ သားငယ်လေးကို လှမ်းကြည့် လှမ်းကြည့်ပြီး
စောင့်ရှောက်နေရတဲ့အတွက်ကြောင့် မိမိရဲ့ မြက်စားခြင်း
လည်း မပျက်ဘူး။

မြက်စားရင်း သားလေးကို ကြည့်လိုက်၊ သားလေး
ကို ကြည့်ရင်း မြက်စားလိုက်၊ မြက်စားတဲ့ အလုပ်ရော သား
လေးကို ကြည့်တဲ့အလုပ်ရော တစ်ချိန်တည်းမှာ အလုပ်နှစ်ခု
ပြီးသွားတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ။ တရားကို တကယ်လိုလားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
ဟာလည်း ရိပ်သာမှာပဲနေနေ၊ အိမ်မှာပဲနေနေ ပြုမူလှုပ်
ရှားမှုတိုင်း သတိကပ်ပြီးတော့ထားမယ်ဆိုရင် အလုပ်လည်း
မပျက်၊ တရားလည်း ရှုမှတ်ပြီးသား ဖြစ်သွားပါတယ်။

ကွမ်းကြိုက်တတ်တဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ ဘယ်
လောက်ပဲ အလုပ်ရှုပ်ရှုပ် ကွမ်းစားပြတ်တယ်လို့ မရှိဘူး။
ကွမ်းစားရင်း အလုပ်လုပ်၊ အလုပ်လုပ်ရင်း ကွမ်းစား၊ တစ်
ချိန်တည်း အလုပ်နှစ်ခု လုပ်လို့ ရတယ်။ တစ်ချိန်တည်း
အလုပ်နှစ်ခု လုပ်လို့ ပြီးတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ။ တရားကြိုက်တဲ့ သူတော်ကောင်းဟာ
လည်း အလုပ်လုပ်ရင်း တရားရှု၊ တရားရှုရင်း အလုပ်လုပ်၊
အမြဲတမ်း သတိကပ်ပြီး လုပ်သွားမယ်ဆိုရင် ရှုမှတ်နေခိုက်

ရှုမှတ်နေခိုက်မှာလည်း စိတ်ရဲ့ အေးချမ်းမှုကိုရမယ်။ မိမိရဲ့
ဝိပဿနာဉာဏ်တွေလည်း အဆင့်ဆင့် ရင့်ကျက်ပြီးတော့
မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်သို့ ဆိုက်ရောက်၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်
ပြုနိုင်မယ်။

ဒီတော့ ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲဆိုတဲ့ မေးခွန်းနဲ့
ပတ်သက်ပြီးတော့ အိမ်က နှစ်မျိုးရှိတယ်။ မိုးလုံတဲ့အိမ်နဲ့
မိုးမလုံတဲ့အိမ်။

မိုးလုံတဲ့အိမ်ဆိုတာ သတိအမိုးတွေ ဆက်စပ်နေ
တဲ့စိတ်၊ အမိုးမလုံတဲ့အိမ်ဆိုတာ သတိအမိုးတွေ ဆက်စပ်
မနေတဲ့စိတ်။ သတိအမိုး မလုံတဲ့ စိတ်အိမ်မှာ နေမလား၊
သတိအမိုး လုံတဲ့ စိတ်အိမ်မှာ နေမလား ဆိုတာကတော့
မိမိကိုယ်တိုင်ပဲ ဆုံးဖြတ်ကြရမှာပါ။

သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲက လျင်မြန်စွာ လွတ်မြောက်
ပြီး နိဗ္ဗာန်ကို အမြန်ဆုံး မျက်မှောက်ပြုချင်တယ်ဆိုရင်တော့
သတိအမိုး လုံခြုံတဲ့ စိတ်အိမ်မှာ နေကြရမယ်။





အသက်ရှူတတ်ရင် မိုးတားလို့ရတယ်

မိမိရဲ့ စိတ်အိမ်မှာ ကိလေသာမိုးရေ မဝင်ရောက် နိုင်ဖို့အတွက် သတိအမိုး စိပ်စိပ်မိုးတဲ့နေရာမှာ ဝင်လေ ထွက်လေကို အာရုံပြု ရှုပွားရတဲ့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ အလွန်တရာ ထိရောက်လှပါတယ်။ အရှုခံ ရုပ်တရား၊ နာမ် တရားအားလုံးရဲ့ အချုပ်၊ အညှာအဖြစ်နဲ့ ဝင်လေထွက်လေ ကို အပိုင်ကိုင်လိုက်ရင် မိမိရဲ့ စိတ်အိမ်မှာ သတိအမိုး လုံခြုံ ရေးအတွက် အများကြီး စိတ်ချသွားရနိုင်ပါတယ်။

ဝင်လေကို အာနာ၊ ထွက်လေကို အပါနလို့ ခေါ် တာမို့ ဝင်လေထွက်လေကို ရှုမှတ်ရတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အာနာ ပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဝင်လေထွက်လေဟာ ကိုယ်သတိပြုသည်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်သတိမပြုသည်ဖြစ်စေ (ကိုယ်သိသည်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်မသိသည်ဖြစ်စေ) အပြုထင်ရှားရှိနေပါတယ်။ အသက်ရှင်နေတဲ့ လူတစ်ယောက်အတွက် ဝင်လေထွက်လေ ရပ်ဆိုင်းနေတဲ့အချိန်ရယ်လို့ မရှိပါဘူး။ အိပ်ပျော်နေတဲ့အချိန်မှာ တောင် အဆက်မပြတ် ရှိနေပါတယ်။

အသက်မရှူတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ခုနစ်ဦး ရှိပါတယ်။ အမိဝမ်းမှာ ပဋိသန္ဓေနေသူ၊ ရေနစ်နေသူ၊ မေ့မော့နေသူ၊ သေသူ၊ စတုတ္ထဈာန်ဝင်စားနေသူ၊ ရူပဘဝ၊ အရူပဘဝ ရောက်နေသူ၊ နိရောဓသမာပတ် ဝင်စားနေသူ၊ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ခုနစ်ဦးက တော့ ဝင်လေထွက်လေ မရှိပါဘူး။ သူတို့ကိုတော့ ခြွင်းချက် အနေနဲ့ ချန်လှပ်ထားလိုက်ပါ။

ဝင်လေ ပြန်မထွက်တော့တဲ့အချိန်၊ ထွက်လေ ပြန်မဝင်တော့တဲ့ အချိန်ဟာ သေတဲ့ အချိန်ပါပဲ။ ဒါ့ကြောင့် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ အဆက်မပြတ် ရှင်သန်နေမှုမှာ ဝင်လေထွက်လေက အဓိက ပဓာနကျပါတယ်။

ဝင်သက်ထွက်သက်ဆိုတဲ့အတိုင်း ဘဝတစ်ခုရဲ့ အသက်ဟာ ဝင်လေထွက်လေဖြစ်လို့ ဝင်လေထွက်လေကို သတိကပ်ရှုမှတ်ရတဲ့ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာလည်း ဝိပ-

သနာယောဂီတိုင်းရဲ့ ‘အသက်သွေးကြောကမ္မဋ္ဌာန်းကြီး’
ဖြစ်ပါတယ်။

ဝင်လေထွက်လေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ရုပ်နာမ်ရဲ့
သဘောသဘာဝတွေကို ပိုင်နိုင်သွားရင် ကျန်တဲ့ ရုပ်နာမ်
အားလုံးရဲ့ သဘောသဘာဝတွေကိုပါ ပိုင်နိုင်သွားတာမို့
အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ‘အညှာကိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်း’ လို့လည်း
ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

အိပ်ချိန်၊ နိုးချိန်၊ အချိန်တိုင်းမှာ ထင်ရှားရှိနေတဲ့
အတွက် ရှုမှတ်ရတာလည်း လွယ်ကူ၊ မရပ်မနားလည်း
အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်နိုင်တာကြောင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း
ကို ပင်တိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး အားထုတ်တာ
ဟာ လူအများစုအတွက် အသင့်တော်ဆုံးပါပဲ။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို မသိနားမလည်သူတွေက
သမထကမ္မဋ္ဌာန်းလို့ ထင်မှတ်စွပ်စွဲကြပါတယ်။ သူတို့
ထင်မှတ်စွပ်စွဲသလို မဟုတ်ပါဘူး။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ
သမထ၊ ဝိပဿနာ စွယ်စုံရတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကြီးပါ။ သမထလို
ရှုရင် သမထဖြစ်ပြီး၊ ဝိပဿနာလို ရှုရင် ဝိပဿနာ ဖြစ်ပါ
တယ်။

ဝင်လေထွက်လေ လေကြောင်းနောက်ကို လိုက်ပြီး

ပုံသဏ္ဌာန်နိမိတ်၊ အရိပ်အယောင်တွေကို ရှုနေရင် သမထ
ဖြစ်ပါတယ်။ လေနောက်ကို မလိုက်ဘဲ နှာသီးဝ လေထိရာ
တစ်နေရာတည်းကနေ ထိမှုသဘော၊ လှုပ်ရှားတွန်းကန်မှု
သဘောကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာရေးသုံးပါး ထင်
ရှားလာအောင် ရှုနေရင် ဝိပဿနာဖြစ်ပါတယ်။

အာနာပါနဿတိသုတ္တန်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က
'အာနာပါနကို ရှုပွားရင် သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးလုံးကို ရှုပွား
ပြီးသားဖြစ်တယ်။ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး ရှုပွားရင် ဗောဇ္ဈင်
ခုနစ်ပါးကိုလည်း ပွားများပြီးသား ဖြစ်တယ်။ ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်
ပါး ပွားများရင် အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ကို ဆိုက်
ရောက်နိုင်တယ်' လို့ မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ရဟန္တာအထိ ဖြစ်နိုင်တယ်
လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သုတ္တန်တစ်ခုမှာဆိုရင် အာနာပါန ရှုပွား
တဲ့သူဟာ တစ်ထိုင်တည်းနဲ့တောင် ရဟန္တာအထိ ဖြစ်နိုင်
တယ် လို့ မိန့်ကြားတော်မူထားပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့
ဖြတ်လမ်း၊ နိဗ္ဗာန်သွားတဲ့ လမ်းတို့လို့ ရှေးသူဟောင်းတွေက
မိန့်ဆိုတော်မူကြပါတယ်။ ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးကဆို
အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို 'သက်ဦးဆံပိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်း' လို့တောင်

တခမ်းတနား ချီးမွမ်းဂုဏ်တင်တော်မူခဲ့ပါတယ်။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် တိုင်းရဲ့ လက်သုံးကမ္မဋ္ဌာန်းကြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားရှင်တိုင်း၊ ဘုရားရှင်တိုင်းဟာ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပဲ ပင်တိုင် ကမ္မဋ္ဌာန်းအဖြစ် ရှုပွားရင်းနဲ့ ဘုရားဖြစ်တော်မူကြပါတယ်။ တခြားပင်တိုင်ကမ္မဋ္ဌာန်းနဲ့ ဘုရားဖြစ်တဲ့ ဘုရားရယ်လို့ တစ် ဆူမှ မရှိပါဘူး။

ရှေးကလည်း ဘယ်တုန်းကမှ မရှိခဲ့ပါဘူး။ အခု လည်း လုံးဝ မရှိပါဘူး။ နောင်လည်း ဘယ်တော့မှ ရှိမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီအချက်ကိုက အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ဘယ်လောက်ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်တယ်၊ ဘယ်လောက် ထိပ် တန်းအကျဆုံးဖြစ်တယ်ဆိုတာကို ဖော်ပြနေပါတယ်။

ရှုမှတ်နည်းကတော့ နှာသီးဝ လေထိတဲ့နေရာမှာ သတိကို (စိတ်ကို) ကပ်ထားပြီး လေဝင်ရင် 'ဝင်တယ်'၊ လေ ထွက်ရင် 'ထွက်တယ်' လို့ ရှုမှတ်ရုံပါပဲ။

လေဝင်သွားတဲ့အခါမှာ နှာသီးဝကို ထိပြီး ဝင်သွား ပါတယ်။ ထိတဲ့နေရာလေးမှာ သတိကို (စိတ်ကို) ကပ်ထား ပြီး 'ဝင်တယ်' လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ အတွင်းဝင်သွားတဲ့ လေ ကြောင်းနောက် စိတ်မလိုက်ရပါဘူး။ လိုက်ရင် အတွင်းပျံ့

လွင့်မှု ဖြစ်ပါတယ်။

လေထွက်သွားတဲ့အခါမှာ နှာသီးဝကို ထိပြီး ထွက် သွားပါတယ်။ ထိတဲ့နေရာလေးမှာ သတိကို (စိတ်ကို) ကပ် ထားပြီး 'ထွက်တယ်' လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ အပြင်ထွက်သွားတဲ့ လေကြောင်းနောက် စိတ်မလိုက်ရပါဘူး။ လိုက်ရင် အပြင် ပျံ့လွင့်မှု ဖြစ်ပါတယ်။

'ဝင်လေဝင်တိုင်းထိ၊ ထိတိုင်းသိ၊ ထွက်လေ ထွက် တိုင်းထိ၊ ထွက်တိုင်းသိ၊ ဒါဆိုရင် အကုန်လုံးကိစ္စပြီးပါတယ်' ဆိုတဲ့ ဝေဘူဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ မိန့်ကြားတော်မူချက် ကို ဦးထိပ်ပန်ဆင်ပြီး အမြဲတမ်း တထိတည်းထိနေတာကို တသိတည်း သိနေအောင် ရှုမှတ်ကြရပါမယ်။

ဝင်ထိ၊ ထွက်ထိ ထိသဘောလေးကို (၂၄)နာရီ တစ်စပ်တည်းရအောင်များ အားထုတ်နိုင်ခဲ့ရင်တော့ သိသိ သာသာ ထူးခြားလာပါလိမ့်မယ်။ ရိပ်သာပြင်ပမှာနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များအနေနဲ့ အဲဒီလောက်အထိ မစွမ်းနိုင်ရင်တောင် ငါးမိနစ်ရရင် ငါးမိနစ်၊ ဆယ်မိနစ်ရရင် ဆယ်မိနစ် တစ်စပ် တည်း ရအောင် လုပ်ကြည့်ရင် သိသာလာပါလိမ့်မယ်။

ထူးခြားတဲ့ စိတ်တည်ငြိမ်အေးချမ်းမှု၊ စိတ်ဓာတ် ခိုင်မာမှု၊ စိတ်နေစိတ်ထား ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုများနဲ့ အကူ

မရေမတွက်နိုင်တဲ့ လောကီ၊ လောကုတ္တရာ ကောင်းကျိုး
ချမ်းသာတွေကို အံ့ဩဖွယ်ရာ ကိုယ်တိုင်တွေ့ကြုံခံစားလာ
ရပါလိမ့်မယ်။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ အခုရှု၊ အခုချမ်းသာ၊
အခုငြိမ်းအေး၊ အမြန်ဆုံး သိသာတဲ့ကမ္မဋ္ဌာန်းပါ။ ထိခြင်း
သဘော ရှုမှတ်ရာကနေ သတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ်အားကောင်း
လာတဲ့အခါ ရုပ်နာမ်ကွဲ၊ ကြောင်းကျိုးသိ၊ ဖြစ်ပျက်မြင်၊
လက္ခဏာထင်ပြီး နောက်ဆုံးမှာ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့
နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားပါလိမ့်မယ်။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ ထိုင်ချိန်မှာသာ အား
ထုတ်နိုင်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ သွားရင်း၊ လာရင်း၊ လုပ်ရင်း၊
ကိုင်ရင်း၊ ပြောရင်းဆိုရင်း၊ စားရင်းသောက်ရင်းလည်း အား
ထုတ်နိုင်ပါတယ်။ တစ်ချိန်တည်း အလုပ်နှစ်ခုပြီးတဲ့ ကမ္မ-
ဋ္ဌာန်းပါ။ အချိန်လည်း မကုန်၊ လူလည်း မပန်း၊ ငွေလည်း
မထွက်၊ အင်မတန် တွက်ခြေကိုက်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းပါ။

ဝိပဿနာကုသိုလ်ကို အလွယ်တကူ ရယူနိုင်ပြီး
မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို အလွယ်တကူ ဆိုက်ရောက်စေနိုင်တာဟာ
အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းပါပဲ။

မိမိရဲ့ စိတ်အိမ်မှာ သတိအမိုးလုံခြုံချင်ရင် အသက်

ရှုတတ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ မသေမချင်း ထင်ရှားရှိနေတဲ့ ဝင်လေထွက်လေကို သတိ၊ ပညာအပြည့်နဲ့ ရှုတတ်၊ ရှုက် တတ်မယ်ဆိုရင် သတိအမိုး လုံခြုံတဲ့ စိတ်အိမ်မှာ နေခွင့်ရတဲ့ အတွက် ကိလေသာမိုးရေတွေရဲ့ နှိပ်စက်မှုဒဏ်ကို မခံရ တော့ပါဘူး။ အသက်ရှုတတ်ရင် မိုးတားလို့ ရပါတယ်။





မိုးရွာတိုင်း မိုးရေမချိုးတော့ပါ

တရားဓမ္မဆိုတဲ့ မိုးရေက ချိုးသူကို အေးမြစေတဲ့ အတွက် ချိုးသင့်ပေမယ့် ကိလေသာဆိုတဲ့ မိုးရေကတော့ ချိုးသူကို ပူလောင်စေတဲ့အတွက် လုံးဝ မချိုးသင့်ပါဘူး။ ‘မိုးရွာရင် မိုးရေချိုးမယ်’ ဆိုတဲ့စကားဟာ တရားဓမ္မမိုးရေ အတွက် မှန်ပေမယ့် ကိလေသာမိုးရေအတွက်တော့ မှားပါတယ်။

ပူလောင်တဲ့ ကိလေသာမိုးရေကို ဘယ်သူမှ ချိုးချင် မှာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ စိတ်အိမ်မှာ သတိအမိုး မလုံခြုံရင်တော့ မချိုးချင်လည်း ချိုးရမှာပါပဲ။ ကိလေသာ မိုးရေ မချိုးချင်ဘူးဆိုရင်တော့ ကိုယ့်ရဲ့ စိတ်အိမ်ကို မရွေး

လေးပါး လက်ကိုင်ထားပြီး သတိအမိုး ဆက်စပ်စေပိတ်နေ
အောင် မိုးရပါမယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဝိပဿနာလမ်းစဉ်ဟာ သတိ
ပြဋ္ဌာန်းပြီး၊ သတိဦးဆောင်ပြီး လုပ်ရတဲ့အလုပ်ဖြစ်လို့ သတိ
ပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ်လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်တရား
ဟာ အလုပ်မရွေး၊ နေရာမရွေး၊ ဣရိယာပုတ်မရွေး၊ အချိန်
မရွေး ကျင့်ကြံအားထုတ်လို့ ရပါတယ်။ ဝိပဿနာ ရှုရမယ့်
တရား၊ ရှုပုံရှုနည်းနဲ့ ရှုရမယ့်အချိန်၊ နေရာတွေကို အတို
ဆုံးနဲ့ အပြည့်စုံဆုံး ဖော်ပြနိုင်အောင် ခုလို ဆောင်ပုဒ်နှစ်ခုစီ
ထားပါတယ်။

ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်၊
ဖြစ်တိုင်းဟန်၊
ဧကန်မှတ်သိမှု။
အလုပ်၊ နေရာ၊
ဣရိယာ၊
ချိန်ခါမရွေးရှု။

‘ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်’ ဆိုတဲ့စကားနဲ့ ဝိပဿနာရှုရ
မယ့်တရားကို ဖော်ပြပါတယ်။ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရား (ကိုယ်
အမှုအရာနဲ့ စိတ်အမှုအရာ) ကို ဝိပဿနာရှုကြရပါမယ်။

ရုပ်ထင်ရှားရင် ရုပ်၊ နာမ်ထင်ရှားရင် နာမ်၊ အထင်ရှားဆုံး တစ်ခုကို ရှုကြရပါမယ်။

ရုပ်သက်သက်ပဲ ရှုမယ်လို့ နှလုံးသွင်းပြီး ရုပ်ကို ချည်း မရှုရပါဘူး။ နာမ်သက်သက်ပဲ ရှုမယ်လို့ နှလုံးသွင်းပြီး နာမ်ကိုချည်း မရှုရပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ရုပ်သက်သက် ရှုရုံ၊ နာမ်သက်သက်ရှုရုံနဲ့ တရားမရနိုင်(မဂ်မကျနိုင်)လို့ပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ ရုပ်နှစ်ခုသုံးခု၊ နာမ်နှစ်ခုသုံးခု စသည်တို့ ကို တစ်ပြိုင်နက်၊ တစ်ပေါင်းတည်း ရှုဖို့တော့ မလိုပါဘူး။ ထင်ရှားတဲ့ ရုပ်နာမ်တစ်ခုခုကို ရှုမှတ်ပြီးသိရင် တစ်ပြိုင်နက် ဖြစ်တဲ့ ရုပ်နာမ်တွေကို ရှုခြင်းကိစ္စ၊ သိခြင်းကိစ္စလည်း အလို လို့ ပြီးစီးသွားပါတယ်။

ရှုတဲ့ ရုပ်နာမ်ကလည်း ဖြစ်ပြီးခဲ့တဲ့ အတိတ်ရုပ် နာမ်၊ မဖြစ်သေးတဲ့ အနာဂတ်ရုပ်နာမ် မဟုတ်ရပါဘူး။ ‘ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်’ ဆိုတဲ့အတိုင်း လောလောဆယ်ဖြစ်နေဆဲ ပစ္စုပ္ပန်ရုပ်နာမ်ကိုသာ ရှုရပါမယ်။

အတိတ်ရုပ်နာမ်ကလည်း ဖြစ်ပြီးသွားလို့ မရှိတော့ ပါဘူး။ အနာဂတ်ရုပ်နာမ်ကလည်း မဖြစ်သေးလို့ မရှိသေး ပါဘူး။ မရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်ကို ရှုနေလို့ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ‘ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိ’ ဆိုတဲ့အတိုင်း

လောလောဆယ် ထင်ရှားရှိနေဆဲ ဖြစ်ခိုက်ရုပ်နာမ်၊ ပစ္စုပ္ပန် ရုပ်နာမ်ကို ရှုမှသာ ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

‘ဖြစ်တိုင်းဟန်’ ဆိုတဲ့စကားနဲ့ ဝိပဿနာရှုပုံ ရှုနည်းကို ဖော်ပြပါတယ်။ ဝိပဿနာရှုတယ်ဆိုတာ ပါဠိစကားလုံးတွေ၊ အဘိဓမ္မာ စကားလုံးတွေ၊ စိတ်စေတသိက်သရုပ်တွေ၊ ရုပ်သရုပ်တွေကို အထူးအထွေ ကျက်မှတ်ပြီး အဲဒီအတိုင်း လိုက်ရှုရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီလို ကျက်မှတ်ပြီး ရှုနေရင် သုတမယဉာဏ် (တစ်ဆင့်ကြားအသိ)၊ စိန္တာမယဉာဏ် (ကြံတွေးအသိ)ပဲ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဘာဝနာမယဉာဏ် (ကိုယ်တွေ့အသိ၊ မျက်မှောက်အသိ) မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

လောလောဆယ်ဖြစ်နေတဲ့ ကိုယ်အမူအရာ(ရုပ်)၊ စိတ်အမူအရာ(နာမ်)ကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်းလေး ရိုးရိုးရှင်းရှင်း ရှုမှတ်ရပါမယ်။

ဥပမာ - ကိုယ်အမူအရာ (ရုပ်) အနေနဲ့ သွားရင် ‘သွားတယ်’၊ ရပ်ရင် ‘ရပ်တယ်’၊ ထိုင်ရင် ‘ထိုင်တယ်’၊ လျောင်းရင် ‘လျောင်းတယ်’၊ ကွေးရင် ‘ကွေးတယ်’၊ ဆန့်ရင် ‘ဆန့်တယ်’ လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ ‘ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိ’ စသည်အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား တိုက်ရိုက်ဟောကြားထားတဲ့ ရှုမှတ်နည်းပါပဲ။

စိတ်အမှုအရာ (နာမ်) အနေနဲ့ လိုချင်ရင် 'လိုချင်
တယ်'၊ တပ်မက်ရင် 'တပ်မက်တယ်'၊ စိတ်ဆိုးရင် 'စိတ်
ဆိုးတယ်'၊ တွေးရင် 'တွေးတယ်'၊ ပျင်းရင် 'ပျင်းတယ်' လို့
ရှုမှတ်ရပါမယ်။ 'သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ'
စသည်အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား တိုက်ရိုက်ဟောကြားထား
တဲ့ ရှုမှတ်နည်းပါပဲ။ နေ့စဉ်သုံးစွဲနေကျ၊ အမြဲခေါ်ဝေါ်နေ
ကျ စကားလုံးအတိုင်း ရှုမှတ်ရပါမယ်။

ဆောင်ပုဒ်ထဲမှာပါတဲ့ 'အလုပ်' ဆိုတာ အလုပ်
မရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ
တရားဟာ အလုပ်မရွေး ရှုမှတ်လို့ရတဲ့ တရားပါ။ ဘယ်
အလုပ် လုပ်နေရလို့ ဝိပဿနာမရှုနိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရ
ပါဘူး။

ချက်ပြုတ်တဲ့ စားသောက်တဲ့အလုပ်၊ ဖွပ်လျှော်တဲ့
ဝတ်ဆင်တဲ့အလုပ်၊ ပြောဆိုတဲ့ နားထောင်တဲ့အလုပ်၊ ဈေး
ရောင်းတဲ့ ကားမောင်းတဲ့ အလုပ်၊ ကိုင်တွယ်တဲ့ ထုနှက်တဲ့
အလုပ်၊ ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ် သတိထည့်ပြီး လုပ်ရင် ဝိပ-
ဿနာဖြစ်ပါတယ်။

သတိထည့်ပုံကလည်း မခက်ပါဘူး။ 'ဖြစ်တိုင်း
ဟန်' ဆိုတဲ့အတိုင်း ကိုယ်လုပ်နေတဲ့ အလုပ်ကို လုပ်နေတဲ့

အတိုင်းလေး မှတ်လိုက်၊ သိလိုက်ဖို့ပါပဲ။ ဥပမာ- ထမင်း
လုတ်ဝါးရင် 'ဝါးတယ်'၊ ရေသောက်ရင် 'သောက်တယ်'၊
လုံချည်ပြင်ဝတ်ရင် 'ဝတ်တယ်' စသည်အားဖြင့်ပေါ့။

'နေရာ' ဆိုတာက နေရာမရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့
ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားဟာ နေရာ
မရွေး ရှုမှတ်လို့ရတဲ့ တရားပါ။ ဘယ်နေရာ ရောက်နေလို့
ဝိပဿနာမရှုနိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။

ဘတ်စ်ကားပေါ်မှာ၊ လမ်းဘေး ပလက်ဖောင်း
ပေါ်မှာ၊ ရုံးခန်းထဲမှာ၊ ဈေးထဲမှာ၊ ဧည့်ခံပွဲ ပရိသတ်ထဲမှာ
ဘယ်နေရာမှာပဲဖြစ်ဖြစ် သတိထည့်ပြီး နေရင် ဝိပဿနာ
ဖြစ်ပါတယ်။

ဝိပဿနာတရားဆိုတာ ဘုရားခန်းလို တင့်တယ်
တဲ့ နေရာမျိုးမှာမှ ရှုမှတ်လို့ရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အိမ်သာလို
မတင့်တယ်တဲ့၊ ညစ်ပတ်နံ့စေ့တဲ့ နေရာမျိုးမှာလည်း ရှု
မှတ်လို့ရပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်တိုင် 'ဥစ္စာရပ
ဿာဝကမ္မေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ= ကျင်ကြီးကျင်ငယ်
စွန့်ရင်းလည်း သတိ၊ ပညာနဲ့ စွန့်ပါ' လို့ တိုက်ရိုက် ဟော
တော်မူပြီးသားပါ။

အိမ်သာတက်တတ်ရင် အိမ်သာတက်ရင်းကုသိုလ်

ရပါတယ်။ စွန့်ချင်ရင် ‘စွန့်ချင်တယ်’၊ စွန့်ရင် ‘စွန့်တယ်’၊ နံရင် ‘နံတယ်’၊ ဗိုက်နာရင် ‘နာတယ်’လို့ မှတ်သိနေရုံပါပဲ။

လွယ်သလောက် ခရီးရောက်တာ သတိပဋ္ဌာန်ပါ။ ယူတတ်ရင် ကုသိုလ်က နေရာတိုင်းမှာ ရနိုင်ပါတယ်။ အိမ် သာတက်ရင်းနဲ့တောင် ဝိပဿနာကုသိုလ် ယူနိုင်တယ်ဆိုမှ တော့ တခြားနေရာဆို မပြောပါနဲ့တော့။

‘ဣရိယာ’ ဆိုတာ ဣရိယာပုတ်မရွေး ရှုမှတ်ရ မယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားဟာ ဣရိယာပုတ်မရွေး ရှုမှတ်လို့ရတဲ့ တရားပါ။ ဘယ်ဣရိယာ ပုတ်ဖြစ်နေလို့ ဝိပဿနာမရှုနိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရပါဘူး။

သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ လျောင်းခြင်း လို့ ဣရိယာပုတ် လေးပါးရှိတယ်ဆိုတော့ သွားရင် ‘သွားတယ်’၊ ရပ်ရင် ‘ရပ်တယ်’၊ ထိုင်ရင် ‘ထိုင်တယ်’၊ လျောင်းရင် ‘လျောင်း တယ်’ လို့ ရှုမှတ်နေရုံပါပဲ။ လွယ်လိုက်တာ မပြောပါနဲ့တော့။ ခွံပေးတဲ့ ထမင်းလုတ် ဝါးရတာလောက်တောင် မခက်ပါ ဘူး။

‘ချိန်ခါမရွေးရှု’ ဆိုတာကတော့ . . . ရှင်းပါတယ်။ အချိန်မရွေး ရှုမှတ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားဟာ အချိန်မရွေး ရှုမှတ်လို့ရတဲ့တရားပါ။

ဘယ်အချိန်ဖြစ်နေလို့ ဝိပဿနာမဂ္ဂနိုင်ဘူးဆိုတာ မရှိစေရ
ပါဘူး။ မနက်အိပ်ရာနိုးတဲ့ အချိန်ကစပြီး ညအိပ်ရာဝင် အိပ်
ပျော်သွားတဲ့အချိန်အထိ အချိန်တိုင်းမှာ သတိကပ်ထားရင်
ဝိပဿနာ ဖြစ်ပါတယ်။

အိပ်ရာနိုးတဲ့အချိန်မှာ 'နိုးတယ်' လို့ရှုမှတ်ပြီး တစ်
နေ့တာအချိန်ကို စတင်လိုက်ပါ။ အဲဒီနောက် တစ်နေ့တာ
လုံး မြင်တဲ့အချိန်မှာ 'မြင်တယ်'၊ ကြားတဲ့အချိန်မှာ 'ကြား
တယ်'၊ နံတဲ့အချိန်မှာ 'နံတယ်'၊ မွှေးတဲ့အချိန်မှာ 'မွှေးတယ်'၊
စားတဲ့အချိန်မှာ 'စားတယ်'၊ ထိတဲ့အချိန်မှာ 'ထိတယ်'၊ သိတဲ့
အချိန်မှာ 'သိတယ်' လို့ ရှုမှတ်ပြီး တစ်နေ့တာအချိန်တွေကို
ဖြတ်သန်းလွန်မြောက်ပါ။ ညအိပ်ရာဝင်တဲ့အချိန်ကျတော့
'အိပ်တယ်' လို့ ရှုမှတ်ရင်း တစ်နေ့တာအချိန်ကို အဆုံးသတ်
လိုက်ပါ။

အဲဒီလိုအားဖြင့် အလုပ်မရွေး၊ နေရာမရွေး၊ ဣရိ
ယာပုတ်မရွေး၊ အချိန်မရွေး သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားကို
ရနိုင်သမျှ၊ စွမ်းနိုင်သမျှ ပွားများအားထုတ်သွားကြမယ် ဆို
ရင် မိမိတို့ဟာ သတိအမိုးလုံခြုံတဲ့ စိတ်အိမ်မှာ နေထိုင်သူ
တွေ ဖြစ်သွားပါပြီ။ ကိလေသာမိုးရေတွေရဲ့ နှိပ်စက်မှုဘေး
မှလည်း ကင်းဝေးသွားပါပြီ။



အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ

တရားနာပရိသတ်များအားလုံး သတိအမိုး လုံတုံ
စိတ်အိမ်မှာ ထာဝရ နေနိုင်ကြပါစေ။

နေနိုင်ကြတဲ့အတိုင်းလည်းပဲ ဝိပဿနာဉာဏ်တွေ
အဆင့်ဆင့်တက်၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တွေ အဆင့်ဆင့်
တက်ပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဒီဘဝ ဒီခန္ဓာ နောက်ဆုံး
အဖြစ်နဲ့ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေလို့ ဆုတောင်းရင်းနဲ့
ဦးဇင်းတို့ရဲ့ တရားကို ဒီနေရာမှာပဲ နိဂုံးချုပ်ပါတော့မယ်။

တရားနာပရိသတ်များအားလုံး လက်အုပ်ချီထား
ကြပါ။

အရေးကြီးဆုံးစကားတစ်ခွန်းနဲ့ တရားနိဂုံးချုပ်ပါ

တော့မယ်။

အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။

အပ္ပမာဒေန၊ မမေ့မလျော့ မပေါ့မဆ ပြင်းပြ
ထက်သန် မှန်ကန်သော သတိတရားဖြင့်။

သမ္မာဒေထ၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ဟုဆိုအပ်
သော သိက္ခာသုံးပါးတို့ကို ကိုယ်စီကိုယ်င ပြည့်စုံအောင်
ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ။

သာဓု သာဓု သာဓုပါဘုရား။



၁၉၉၇ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ (၁၁) ရက်၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ရှစ်မိုင်
သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပံသာ၌ ဟောကြားအပ်သော တရားတော်ကို
ပြုပြင်ဖြည့်စွက်ရေးသားထားပါသည်။

အရှင်သန္တာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)

တရားသိမ်းပေတ္တာပို့

အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌

ရှိကြသော

နတ်လူသတ္တဝါအားလုံးတို့သည်

ဘေးရန်ရောဂါ

ကင်းစင်ကွာ၍

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။





အားထုတ်ဖြစ်ပို့အဓိက

၈. ၉. ၉၈ ရက်နေ့ထုတ် ပေါ်ပြူလာဂျာနယ်ထဲ က ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်မှာ ဆောင်းပါးရှင်က ‘ရောဂါပျောက် ချင်လို့ တရားအားထုတ်တာ မကောင်းကြောင်း၊ ရောဂါ ပျောက်ချင်လို့ တရားအားထုတ်တာဟာ တရားကို ခုတုံးလုပ် အသုံးချတာဖြစ်ကြောင်း၊ ရိပ်သာတွေမှာ ရောဂါပျောက်ချင် ရင် တရားအားထုတ်ပါ လို့ မှားယွင်းစွာ မြှူဆွယ်နေကြ ကြောင်း’ ရေးသားထားတာကို ဖတ်ရှုလိုက်ရပါတယ်။

အဲဒီရေးသားချက်ကို ဖတ်ရှုလိုက်ရတော့ အတိတ် က ဖတ်ခဲ့၊ မှတ်ခဲ့၊ ကြားနာခဲ့ဖူးတဲ့ အကြောင်းအရာလေး တွေဟာ စာရေးသူရဲ့ အတွေးအာရုံထဲကို တစ်ခုပြီးတစ်ခု

စိကာစဉ်ကာ ဝင်ရောက်လာပါတယ်။

ပထမဆုံး ဝင်ရောက်လာတဲ့ အကြောင်းအရာက တော့ နန္ဒမင်းသားတစ်ဖြစ်လဲ အရှင်နန္ဒရဲ့ အကြောင်းပါ။

အရှင်နန္ဒဟာ သာသနာ့ဘောင်ကို သံသရာလွတ်ဖို့၊ နိဗ္ဗာန်ရဖို့ ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ဝင်ရောက်လာသူ မဟုတ်ပါဘူး။ ဇနပဒကလျာဏီနဲ့ လက်ထပ်ပွဲ ဆင်နွှဲတဲ့နေ့မှာ မြတ်စွာဘုရားက တိုက်တွန်းလို့ မြတ်စွာဘုရားကို ရိုသေညွတ်ကိုင်းတဲ့စိတ်နဲ့ ဝင်ရောက်လာရသူပါ။

သဒ္ဓါတရား အစစ်အမှန်နဲ့ သင်္ကန်းဝတ်လာသူ မဟုတ်တော့ သာသနာ့ဘောင်မှာ မပျော်ပါဘူး။ ဇနပဒကလျာဏီကိုပဲ တမ်းတမ်းတတ သတိရနေပါတယ်။ သာသနာ့ဘောင်မှာ မပျော်မွေ့ဘဲ ငြီးငွေ့စိတ်ပျက်နေတဲ့ အရှင်နန္ဒကို မြတ်စွာဘုရားက တာဝတိံသာနတ်ပြည် ခေါ်သွားခဲ့ပါတယ်။ ဇနပဒကလျာဏီထက် အဆပေါင်းများစွာ မနှိုင်းယှဉ်သာအောင် လှပတဲ့ နတ်သမီးလေးတွေကို မြင်တွေ့ရတော့ အရှင်နန္ဒဟာ နတ်သမီးလေးတွေကို လိုချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်လာပါတယ်။

နတ်သမီးလေးတွေ လိုချင်ရင် တရားအားထုတ်ပါ။ တရားအားထုတ်ရင် နတ်သမီးလေးတွေ ရရစေ့မယ် လို့

မြတ်စွာဘုရားက အာမခံ တိုက်တွန်းလိုက်တော့ အရှင်နန္ဒ
လည်း ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်သွားပြီး နတ်သမီး လိုချင်တဲ့
စိတ်နဲ့ တရားအားထုတ်တော်မူပါတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာ
တခြား ရဟန်းတော်များက ကဲ့ရဲ့ကြတဲ့အတွက် ရည်ရွယ်
ချက် ပြောင်းသွားပြီး အားထုတ်လိုက်တာ မကြာခင်မှာပဲ
အရှင်နန္ဒ ရဟန္တာဖြစ်တော်မူသွားပါတယ်။

အရှင်နန္ဒ တရားအားထုတ်ခြင်းရဲ့ မူလရည်ရွယ်
ချက်က နတ်သမီးရဖို့ပါ။ နိဗ္ဗာန်ရဖို့ မဟုတ်ပါဘူး။ နတ်
သမီးရလိမ့်မယ်ဆိုတဲ့ မျှော်လင့်ချက်သာမရှိရင် တရားအား
ထုတ်ဖြစ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အစကတည်းကမှ တရားအား
မထုတ်ဖြစ်ရင် ရည်ရွယ်ချက်လည်း ပြောင်းစရာမရှိ၊ ရဟန္တာ
လည်း ဖြစ်စရာမရှိပါဘူး။

မူလရည်ရွယ်ချက်က အဆင့်နိမ့်ပေမယ့် တရား
အားထုတ်ရင်းနဲ့ တရားအသိဉာဏ် ရင့်ကျက်သွားရင် ရည်
ရွယ်ချက်လည်း အဆင့်မြင့်သွားနိုင်ပါတယ်။ လမ်းဆုံးရင်
ရွာတွေ့ရစမြဲ ဖြစ်သလို တရားကို နည်းမှန်လမ်းမှန် အား
ထုတ်နေရင်လည်း ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့ပဲ အားထုတ် အား
ထုတ် နောက်ဆုံးမှာ တရားရဲ့ အဓိကပန်းတိုင်ကို မလွဲမသွေ
ဆိုက်ရောက်သွားမှာပါပဲ။ တရားအားထုတ်ဖြစ်ဖို့နဲ့ တရား

အားထုတ်ပုံ နည်းလမ်းမှန်ဖို့သာ အရေးကြီးပါတယ်။

ရောဂါပျောက်ချင်ရင် တရားအားထုတ်ပါ ဆိုတဲ့ တိုက်တွန်းချက်ကို မှားယွင်းတဲ့ မြူဆွယ်မှုလို့ စွပ်စွဲခဲ့ရင် နတ်သမီး လိုချင်ရင် တရားအားထုတ်ပါ လို့ တိုက်တွန်းခဲ့တဲ့ မြတ်စွာဘုရားကိုလည်း အမှားမြူသမားကြီးလို့ လက်ညှိုးထိုး ရှုတ်ချရာရောက်ပါတယ်။

အတွေးအာရုံထဲ ဝင်ရောက်လာတဲ့ . . . နောက်အကြောင်းအရာတစ်ခုက အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးရဲ့ သားကောဠအကြောင်းပါ။

အဖေက သောတာပန်ကျောင်းဒကာကြီး ဖြစ်ပေမယ့် သား ကောဠကတော့ ဘုရားကျောင်းလည်း မသွား၊ တရားလည်း မနာ သာမန်လူတစ်ယောက်လိုပဲ မေ့မေ့လျော့လျော့ နေနေပါတယ်။

တစ်နေ့တော့ ဘုရားကျောင်းသွားပြီး ဥပုသ်စောင့်၊ တရားနာရင် အသပြာတစ်ရာပေးမယ်လို့ ဖခင်သူဌေးကြီးက ပြောတဲ့အတွက် အသပြာတစ်ရာ လိုချင်တဲ့စိတ်နဲ့ ဘုရားကျောင်းသွား၊ ဥပုသ်စောင့်ခဲ့ပါတယ်။ တရားတော့ မနာခဲ့ပါဘူး။ တော်ရာမှာ အိပ်ပြီး ပြန်လာခဲ့ပါတယ်။

နောက်တစ်နေ့မှာ တရားတစ်ပုဒ် မှတ်မိအောင်

နာပြီး ပြန်ပြောပြနိုင်ရင် အသပြာတစ်ထောင် ပေးမယ်လို့ ပြောပြန်တဲ့အတွက် အသပြာတစ်ထောင် ရလိုတဲ့ စိတ်နဲ့ တရားကို သေချာအာရုံစိုက်ပြီး နာပါတယ်။ တရားနာရင်း တရားနာရင်း တရားအဓိပ္ပာယ်ကို ထိုးထွင်း သိမြင်သွား ရာက တရားနာရင်း တရားအားထုတ်လိုက်တာ သောတာ ပန် တည်သွားခဲ့ပါတယ်။

မူလရည်ရွယ်ချက်က အသပြာတစ်ထောင် ရဖို့ ပိုက်ဆံတစ်ထောင်ရဖို့ပါ။ ဒါပေမဲ့ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသွားနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

မူလရည်ရွယ်ချက်က မမှန်ပေမယ့် အလုပ်က မှန် နေရင် အလုပ်ရဲ့အကျိုးတရားကို ထိုက်ထိုက်တန်တန် အမှန် အတိုင်း ခံစားရမှာ မလွဲပါဘူး။

ကလေးဘဝမှာ မိဘက ပိုက်ဆံပေးမယ်ဆိုလို့ ပိုက် ဆံလိုချင်စိတ်နဲ့ ဥပုသ်စောင့်၊ တရားထိုင်ရာက တဖြည်းဖြည်း နဲ့ ဘာသာရေးအသိဉာဏ် ရင့်ကျက်ပြီး အမှန်အကန် တရား သမားဖြစ်လာတဲ့ လူငယ်၊ လူရွယ်၊ လူကြီးတွေ မျက်မှောက် ခေတ်မှာ မရေမတွက်နိုင်အောင် အများကြီး ရှိပါတယ်။

တချို့ နာမည်ကျော် ဆရာတော်ကြီး၊ ဆရာတော် ငယ်တွေ၊ နာမည်ကျော်လူပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း အထင်အရှား

ရှိပါတယ်။ နာမည်ထုတ်ပြီး ရေးရင် ကာယကံရှင်တွေ မကြိုက်မှာစိုးလို့ နာမည်တော့ ထုတ်ဖော်မရေးတော့ပါဘူး။

ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါးဆို ဆရာသမား မဖြေစေချင်တဲ့ အဘိဝံသစာမေးပွဲကို ဖြေဆိုအောင်မြင်ပြီးမှ ဆရာသမား မကြိုက်တာ လုပ်ခဲ့မိတဲ့အတွက် နောင်တရပြီး စိတ်ညစ်လွန်းလို့ စိတ်ညစ်တာ ပျောက်အောင်ဆိုပြီး ရိပ်သာကြီး တစ်ခုမှာ ဝင်ရောက်တရားအားထုတ်ရာက တရားတွေ့သွားပြီး ရည်ရွယ်ချက်တွေ မှန်သွားလိုက်တာ ခုဆို ပြည်တွင်း ပြည်ပ သာသနာပြု ရိပ်သာဆရာတော်ကြီးတစ်ပါး ဖြစ်လို့ နေပါပြီ။

နာမည်ကြီးကာစ ဆရာတော်တစ်ပါးဆိုရင်လည်း လူ့ဘဝတုန်းက အိပ်မပျော်တဲ့အတွက် အိပ်ပျော်အောင်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ တရားအားထုတ်ခဲ့ရာက တရားအရသာတွေ့သွားပြီး နိဗ္ဗာန်ကိုလည်း လိုချင်ရမှန်း သိလာ၊ ဘာသာမဲ့ဘဝကနေလည်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်လာတဲ့အပြင် ဇနီး၊ သမီးတို့ကို စွန့်ပြီး ရဟန်းဘဝကိုပါ တက်လှမ်းနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

ကမ္ဘာကျော် ဝိပဿနာဆရာကြီး တစ်ယောက်ဆိုရင်လည်း ခေါင်းတစ်ခြမ်းကိုက်တဲ့ရောဂါ ပျောက်ချင်လို့ တရားအားထုတ်ရာက တရားလမ်းမှန် ရောက်သွားလိုက်

တာ ခုဆို ရုပ်နာမ်ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရေး၊ နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက်ပြု
ရေး တရားတွေကို ကမ္ဘာအနှံ့ တွင်တွင်ကျယ်ကျယ်ကြီး
ဟောပြောလို့နေပါပြီ။

ဒီလို ရည်ရွယ်ချက် ပြောင်းလဲမှန်ကန်သွားသူတွေ
အကြောင်းကို ပြောပြ၊ ရေးပြလို့တောင် ကုန်နိုင်ဖွယ် မရှိပါ
ဘူး။ ရောဂါပျောက်ချင်လို့ တရားအားထုတ်ရာကနေ တရား
အရသာတွေ့သွားပြီး မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ဦးတည်ချက်နဲ့ စွဲစွဲမြဲမြဲ
တရားအားထုတ်နေသူတွေ ဒုနဲ့ဒေးပါ။

ဘာဖြစ်ချင်လို့၊ ညာဖြစ်ချင်လို့ ဆိုတဲ့ လောကီ
အကျိုးကို မျှော်ကိုးပြီး တရားအားထုတ်တာကို မဆိုထားနဲ့၊
ဘာအကျိုးကိုမှ မလိုချင်ဘဲ၊ အကျိုးရလိမ့်မယ်လို့လည်း မယုံ
ကြည်ဘဲ လူမှုရေးအရ မလုပ်ရင်မကောင်းတတ်လို့ အားနာ
ပါးနာနဲ့ လုပ်လိုက်မိတဲ့ ဘာသာရေးအလုပ်ကတောင် မျှော်
လင့်မထားတဲ့ အကျိုးတရားကြီးကို ဖြစ်ပွားစေခဲ့တဲ့ သာဓက
ပိဋကတ်တော်မှာ အထင်အရှား ရှိခဲ့ပါတယ်။

သာဝတ္ထိမြို့က သူရမ္မဋ္ဌဆိုတဲ့ သူဌေးတစ်ယောက်
ဟာ သာသနာပတိတ္ထိတွေကို အလုပ်အကျွေးပြုနေတဲ့ မိစ္ဆာ
ဒိဋ္ဌိတစ်ယောက် ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်နေ့တော့ သူ့ရဲ့ အိမ်တံခါး
ဝမှာ မြတ်စွာဘုရား ဆွမ်းခံလာရပ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်

မဟုတ်တဲ့အတွက် ကန်တော့ဆွမ်း လောင်းလိုက်ရင် ရပေမယ့် သူ့ရမ္မဋ္ဌက အဲဒီလို မလုပ်ပါဘူး။

ရဟန်းဂေါတမဟာ မင်းမျိုးမင်းနွယ်က ဆင်းသက်လာသူမို့ အမျိုးမြတ်သူဖြစ်တယ်။ လောကမှာလည်း ဘုရားရယ်လို့ အလွန်ထင်ရှားကျော်ကြားသူဖြစ်တယ်။ ဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ကို သွားမတွေ့လို့ မသင့်တော်ပါဘူးလေ လို့ စဉ်းစားတွေးတောပြီး သူ့ရမ္မဋ္ဌဟာ မြတ်စွာဘုရားကို သွားတွေ့ရှိခိုးရုံမက အိမ်ထဲ ပင့်ပြီး ဆွမ်းဆက်ကပ် လုပ်ကျွေးပါတယ်။

ဆွမ်းစားအပြီး မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတဲ့ တရားကို နာရတဲ့အခါ တရားအဆုံးမှာ သောတာပန်ဖြစ်သွားခဲ့ပါတယ်။ နောက်တော့ သာသနာတော်ကို ဉာဏ်သက်ဝင်ပြီး မတုန်မလှုပ် ကြည်ညိုတဲ့နေရာမှာ အသာဆုံး၊ အမြတ်ဆုံး၊ ဧတဒဂ်ရာထူးကိုတောင် ဆွတ်ခူးရရှိခဲ့ပါတယ်။

လူမှုရေးဝတ္တရား ကျေပွန်အောင်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ လုပ်လိုက်တဲ့ တရားအလုပ်က သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်သည်အထိ ကျေးဇူးပြုသွားခဲ့တာဟာ အံ့ဩစရာမကောင်းဘူးလား။ ဒါဟာ မှန်ကန်တဲ့ တရားတော်ရဲ့ သဘာဝစွမ်းရည်သတ္တိပါ။ တရားက မှန်နေ

ရင် ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့ပဲ လုပ်လုပ် အကျိုးတရားမှန်မှာပါပဲ။

တရားအားထုတ်တဲ့နေရာမှာ . . . ရောဂါပျောက်ရုံ၊ စိတ်ချမ်းသာရုံလေးနဲ့ ကျေနပ်မနေကြနဲ့၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရသည်အထိ၊ ရဟန္တာဖြစ်သည်အထိ အားထုတ်ပါလို့ ရိုးရိုးလေး တိုက်တွန်းလိုက်ရင် မှန်လည်း မှန်ပါတယ်။ အပြစ်လည်း ကင်းပါတယ်။ ခုတော့ တရားအားထုတ်ဖို့ တိုက်တွန်းသူတွေကို ‘မှားယွင်း’ ဆိုတဲ့ စကားလုံး၊ ‘မြူဆွယ်’ ဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေနဲ့ စွပ်စွဲပုတ်ခတ်လာလို့ ဒီစာလေးနဲ့ အကျဉ်းချုပ် ဖြေရှင်းပြလိုက်ရပါတယ်။

ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်ချင်သူတွေကိုရော၊ တရားအားထုတ်နေသူတွေကိုပါ ‘ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့ပဲ တရားအားထုတ်အားထုတ်၊ တရားကို အားထုတ်ပါ၊ အားထုတ်ဖြစ်ဖို့နဲ့ အားထုတ်နည်း မှန်ကန်ဖို့သာ အဓိကပါ’ လို့ လေးလေးနက်နက် ပြောချင်ပါတယ်။

တကယ်တော့လည်း ရောဂါပျောက်အောင် တရားအားထုတ်ပါဆိုတဲ့ တိုက်တွန်းချက်ဟာ မြတ်စွာဘုရား စကားတော်နဲ့ မဆန့်ကျင်ပါဘူး။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ္တန်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အကျိုးတရားခုနစ်ပါးရဖို့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ပါလို့ တိုက်တွန်းတော်မူ

ပါတယ်။

အကျိုးတရားခုနစ်ပါးက မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် သက်သက် မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်စင်ကြယ်ဖို့၊ စိုးရိမ်ပူဆွေးမှု၊ ငိုကြွေးမှု လွန်မြောက်ဖို့နဲ့ ကိုယ်ဆင်းရဲမှု၊ စိတ်ဆင်းရဲမှု ချုပ်ငြိမ်းဖို့လည်း ပါပါတယ်။ ရောဂါပျောက်အောင် တရားအားထုတ်ပါ ဆိုတဲ့စကားဟာ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ချုပ်ငြိမ်းအောင် တရားအားထုတ်ပါ (ဒုက္ခဒေါမနဿာနံ အတ္ထင်္ဂမာယ) ဆိုတဲ့ မြတ်စွာဘုရားစကားတော်နဲ့ တစ်ထပ်တည်းပါပဲ။

ဒါကြောင့် ရောဂါပျောက်အောင် တရားအားထုတ်ပါ ဆိုတဲ့ တိုက်တွန်းချက်ကို မှားယွင်းစွာ မြူဆွယ်မှုလို့ စွပ်စွဲခဲ့ရင် မြတ်စွာဘုရားကိုလည်း မှားယွင်းစွာ မြူဆွယ်သူလို့ စွပ်စွဲရာရောက်ပါတယ်။

ရောဂါပျောက်ချင်လို့ တရားအားထုတ်တာ . . . မကောင်းဘူးလို့ ဆိုလိုက်တာဟာ ရောဂါပျောက်ဖို့ ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုတည်းနဲ့ တရားအားထုတ်ချင်သူ၊ တရားအားထုတ်နေသူကို အားမထုတ်နဲ့လို့ တားမြစ်ပိတ်ပင်လိုက်တာပါပဲ။ ဒါဟာ ဓမ္မန္တရာယ်ဖြစ်ပါတယ်။

လောကအလုပ်တွေထဲမှာ တရားအားထုတ်တဲ့ အလုပ်ဟာ အကောင်းဆုံးအလုပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ရောဂါ

ပျောက်ဖို့ လုပ်ရမယ့်အလုပ်တွေ အများကြီးရှိတဲ့အထဲက အကောင်းဆုံးအလုပ်ဖြစ်တဲ့ တရားအားထုတ်ခြင်းကို ရွေးချယ်လိုက်တာဟာ ကြိုဆိုစရာ အပြုသဘောတစ်ခုပါပဲ။

ထမင်းဟာ ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့ပဲ စားစား၊ စားသူကို ဗိုက်ပြည့်စေ၊ အားရှိစေမှာဖြစ်သလို တရားဟာလည်း ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့ပဲ အားထုတ်အားထုတ်၊ အားထုတ်သူကို ငြိမ်းအေးစေ၊ လွတ်မြောက်စေမှာ သေချာပါတယ်။

တရားကို တရားနဲ့တူအောင် အားထုတ်ဖို့တော့ လိုတာပေါ့။ ဘေးလူ အထင်ကြီးအောင် ဆိုပြီး တရားသဘော နှလုံးမသွင်းဘဲနဲ့ ငုတ်တုတ်ထိုင်နေရုံသက်သက်နဲ့ တော့ ဘာမှ အကျိုးမထူးနိုင်ဘူးပေါ့။ ဒါတောင် ကာယကံထိန်းချုပ်မှုရဲ့ အသီးအပွင့်ကို အနည်းနဲ့အများ ခံစားနိုင်ပါသေးတယ်။

ရောဂါပျောက်ချင်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နိဗ္ဗာန်လိုချင်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ် တရားအားထုတ်ပြီဆိုရင်တော့ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အစရှိတဲ့ ဗောဇ္ဈင်တရားတွေ၊ ဗောဓိပက္ခိယတရားတွေဟာ အားထုတ်မှုအလိုက်၊ ပါရမီအလိုက် ဖြစ်ပေါ်လာတော့တာပါပဲ။

ရောဂါပျောက်တယ် ဆိုတာကလည်း အဲဒီတရား

တွေ့ရဲ့ အစွမ်းသတ္တိကြောင့် ပျောက်တာပါ။ ရောဂါပျောက်
ချင်တယ်ဆိုတာဟာ အဲဒီ ဗောဇ္ဈင်တရား၊ ဗောဓိပက္ခိယ
တရားတွေ ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ပါပဲ။

ထန်းလျက်ဟာ ချိုချင်လို့ စားသူတွေအတွက်
လည်း ချိုသလို အစာကြေချင်လို့ စားသူတွေအတွက်လည်း
ချိုပါတယ်။

ရောဂါပျောက်ချင်လို့ တရားအားထုတ်တာကို
တရားကို ခုတုံးလုပ် အသုံးချတယ်လို့ ကဲ့ရဲ့လိုက်တာဟာ
ဗောဇ္ဈင်သုတ်သမိုင်းကြောင်းထဲက မြတ်စွာဘုရားနဲ့ ရဟန္တာ
အရှင်မြတ်ကြီးတွေကိုလည်း ကဲ့ရဲ့လိုက်တာပါပဲ။

အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်နဲ့ အရှင်မဟာကဿပ
မကျန်းမမာ ရောဂါစွဲကပ်နေတုန်းက မြတ်စွာဘုရားကိုယ်
တော်တိုင် ရောဂါပျောက်အောင် ဗောဇ္ဈင်သုတ်ရွတ်ပေးခဲ့
လို့ ရောဂါပျောက်သွားခဲ့ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တော်
တိုင် မကျန်းမမာ ရောဂါပြင်းထန်တုန်းကလည်း အရှင်စုန္ဒကို
မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင် ရောဂါပျောက်အောင် ဗော
ဇ္ဈင်သုတ် ရွတ်ပေးဖို့ မိန့်တော်မူခဲ့ပါတယ်။ အရှင်စုန္ဒက ရွတ်
ပေးလို့ မြတ်စွာဘုရား ရောဂါပျောက်တော်မူခဲ့ပါတယ်။

ဗောဇ္ဈင်သုတ် နာယူတယ် ဆိုတာဟာ ဗောဇ္ဈင်

တရားတွေ ဖြစ်ပွားလာအောင် တရားအားထုတ်တာပါပဲ။
မြတ်စွာဘုရားထုံး နှလုံးမူပြီး ရောဂါပျောက်ချင်လို့ တရား
အားထုတ်တာဟာ မြတ်စွာဘုရားလမ်းစဉ် လိုက်တာပါပဲ။
ဒီလမ်းစဉ်ကို ကဲ့ရဲ့လိုက်တာဟာ မြတ်စွာဘုရားကိုလည်း
တရားကို ခုတုံးလုပ် အသုံးချတယ်လို့ ကဲ့ရဲ့လိုက်တာပါပဲ။

ရောဂါပျောက်ချင်လို့ တရားအားထုတ်တာ . . .
မကောင်းဘူးလို့ ဆိုလိုက်ခြင်းအားဖြင့် မြတ်စွာဘုရားဟာ
မကောင်းတဲ့အလုပ်၊ ညံ့ဖျင်းသေးသိမ်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်
တယ်လို့ ဆိုလိုက်ရာရောက်ပါတယ်။

ရောဂါပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ထစ်ကနဲရှိ ဗေဒင်၊
ယတြာ၊ ဓာတ်ရိုက်ဓာတ်ဆင်ကိုပဲ လွဲမှားစွာ အားကိုးနေကြ
တဲ့ ဒီခေတ်ကြီးထဲမှာ တရားအားထုတ်ခြင်းကို အားကိုးလာ
တာဟာ မုဒိတာပွားသင့်တဲ့ ကိစ္စရပ်ကြီးတစ်ခုပါ။

အမျိုးသမီးအဆိုတော်တစ်ဦးက ရိပ်သာဆရာ
တော်ကြီးတစ်ပါးကို သူမ အောင်မြင်ကျော်ကြားအောင် ဘာ
လုပ်ရမလဲလို့ မေးလျှောက်တော့ ဆရာတော်ကြီးက ဝိပ-
ဿနာတရား အားထုတ်ပါလို့ မိန့်တော်မူလိုက်ပါတယ်။

အနုပညာလောကမှာ အောင်မြင်ကျော်ကြား
အောင် ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့များ အနုပညာသမားအားလုံး

တရားအားထုတ်ကြမယ်ဆိုရင် စာရေးသူကတော့ တရား
အားထုတ်သူဦးရေ တိုးပွားလာတာကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ
ကြိုဆိုနေမှာပါပဲ။ မုဆိုးစိုင့်သင်ဆိုတာလို တရားက လူကို
သင်သွားမှာမို့ ဒီလိုရည်ရွယ်ချက်နဲ့ တရားအားထုတ်တာကို
မကောင်းဘူးလို့ စာရေးသူကတော့ ဘယ်တော့မှ မကန့်
ကွက်ပါဘူး။

ဒါ့ကြောင့် ထပ်ပြီးပြောချင်တာက . . . ‘ဘာရည်
ရွယ်ချက်နဲ့ပဲ အားထုတ် အားထုတ်၊ တရားအားထုတ်တာ
ကောင်းပါတယ်၊ အားထုတ်ပါ၊ အဟုတ်တကယ် အားထုတ်
ဖြစ်ဖို့နဲ့ အားထုတ်ပုံ နည်းလမ်းမှန်ဖို့သာ အရေးကြီးပါတယ်’

‘ရောဂါပျောက်ချင်လို့ တရားအားထုတ်တာလည်း
ကောင်းပါတယ်။ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး အဆင်ပြေ တိုးတက်
ချင်လို့ တရားအားထုတ်တာလည်း ကောင်းပါတယ်။ စိတ်
ဓာတ်ခိုင်မာ ငြိမ်းချမ်းပြီး စိတ်နေသဘောထား ကြီးကျယ်
မြင့်မြတ်ချင်လို့ တရားအားထုတ်တာလည်း ကောင်းပါ
တယ်။ ခန္ဓာဇာတ်သိမ်း ဒုက္ခငြိမ်းချင်လို့ တရားအားထုတ်တာ
ကတော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ’

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေထဲက ဘာသာရေးအသိဉာဏ်
နုနယ်သေးသူတွေကို တဖြည်းဖြည်း ရင့်ကျက်လာအောင်

ဆွဲခေါ်ရမယ့်အစား အသိဉာဏ်ရှုပ်ထွေးပြီး ဇေဝေဇဝါ ထင်
ယောင်ထင်မှားဖြစ်အောင် အာယာတနဲ့ ပွဲလှန့်နေတာက
တော့ လုံးဝ မသင့်တော်ဘူးလို့ ထင်ပါတယ်။

ဆရာတော်၊ သမားတော်တွေကလည်း ရည်ရွယ်
ချက် နိမ့်နေသူတွေကို မြင့်လာအောင် မေတ္တာ၊ ကရုဏာနဲ့
တဖြည်းဖြည်းချင်း ဆွဲခေါ် မြှင့်တင်နေကြတာပါ။

ဣဿာမစ္ဆရိယအမြင်နဲ့ အမြဲကြည့်တတ်သူတွေ
အတွက် အရာရာတိုင်းဟာ အဆိုးတွေ၊ အပြစ်တွေချည်း
ဖြစ်နေမှာပါ။ အရာရာကို ယောနိသော မနသိကာရအမြင်
နဲ့ မှန်မှန်ကန်ကန် နားလည် နှလုံးသွင်းတတ်ခြင်းကသာ
တကယ့် သူတော်ကောင်းစိတ်ထား ဖြစ်ပါတယ်။ ။

အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)



[၁၀-၁၁-၉၈ ရက်နေ့ထုတ် ပေါ်ပြူလာဂျာနယ်မှ]

ရောဂါပျောက်ချင်လို့
တရားအားထုတ်တာလည်း
ကောင်းပါတယ်။

စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး
အဆင်ပြေတိုးတက်ချင်လို့
တရားအားထုတ်တာလည်း
ကောင်းပါတယ်။

စိတ်ဓာတ်ခိုင်မာငြိမ်းချမ်းပြီး
စိတ်နေသဘောထား
ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်ချင်လို့
တရားအားထုတ်တာလည်း
ကောင်းပါတယ်။

ခန္ဓာဇာတ်သိမ်း ဒုက္ခငြိမ်းချင်လို့
တရားအားထုတ်တာကတော့
အကောင်းဆုံးပါပဲ။

[မြန်မာ့အလင်းစာတိုက်၊ ရန်ကင်းမြို့၊ ၁၉-၁၁-၈၈]



အရှင်ဆန္ဒာဓိကအတ္ထုပ္ပတ္တိ

၂၃-၂-၉၇ နေ့က ကျွန်တော် ရန်ကုန်မြို့၊ ရှစ်မိုင်၊ သဒ္ဓမ္မရံသီရိပိသာသို့ ရောက်ရှိခဲ့ပါသည်။ ကျွန်တော် သိကျွမ်းခင်မင်ကြည်ညိုခဲ့ရသော ပထမကျော် အရှင်ဆန္ဒာဓိကအား ဖူးမြော်ရန် သွားရောက်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဖူးမြော်ခွင့်ရရုံသာမက အရှင်နှင့်ကျွန်တော် တရားဓမ္မများကို သုံးနာရီကျော်ခန့်ပင် ဆွေးနွေးခဲ့ရပါသည်။ အရှင်၏ထူးခြားသော ကိုယ်ရေးရာဇဝင်နှင့် မြင့်မြတ်သော အတွေးအခေါ်တို့ကို တိကျသေချာစွာ ကြားနာမှတ်သားခဲ့ရပါသည်။

ထိုအကြောင်းအရာများကို စာရှုသူများ ဖတ်မှတ်သိရှိ ကြည်ညိုခွင့်ရရန် ကျွန်တော် ရေးသားတင်ပြလိုပါ

သည်။

ပထမကျော် အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် မြန်မာနိုင်ငံ သာသနာ့သမိုင်း၌ ထူးခြားသော သာသနာ့အာဇာနည် တစ်ပါးဖြစ်ပါသည်။

၁၉၆၈-ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ၊ (၉)ရက်၊ အင်္ဂါနေ့တွင် ရေနံချောင်းမြို့၊ သူဌေးကုန်းရပ်ကွက်၌ မွေးဖွားခဲ့ပါသည်။ မိဘနှစ်ပါးမှာ ဦးစိန်ဝင်း (အင်းစိန် G.T.I နည်းပြ၊ အငြိမ်းစား)နှင့် ဒေါ်သိန်းသိန်း(အထက်တန်းပြ၊ အငြိမ်းစား) ဖြစ်ပါသည်။ ယခုအခါ ရန်ကုန်မြို့၊ စမ်းချောင်း၊ မင်္ဂလာလမ်း၌ နေထိုင်လျက်ရှိပါသည်။

လူအမည်မှာ မောင်ဇော်သိန်းဖြစ်၍ မွေးချင်း ညီအစ်ကိုလေးယောက်တွင် ဒုတိယမြောက်သားရတနာ ဖြစ်ပါသည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် လောကီအတန်းကျောင်း သား ဘဝတွင် သူငယ်တန်းမှ ဒသမတန်းထိ ပထမဆုများဖြင့် အောင်မြင်ခဲ့သည်။ ၁၉၈၄-ခုနှစ်၊ အခြေခံပညာ အထက်တန်း (ဒသမတန်း) စာမေးပွဲတွင် ရေနံချောင်းမြို့၊ အမှတ်(၁) အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်းမှ (၆)ဘာသာဂုဏ်ထူးဖြင့် ထူးချွန်စွာ အောင်မြင်ခဲ့၍ ဘာသာစုံ

အမှတ်ပေါင်း(၅၁၀)မှတ်ဖြင့် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံးတွင် ဒုတိယဆု ရရှိခဲ့ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ အောင်မြင်မှုများ၌ ထူးခြားချက်တစ်ခုမှာ ကျူးရှင်လုံးဝမယူခဲ့ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

ထို့အပြင် အဋ္ဌမတန်း၊ နဝမတန်း၊ ဒသမတန်း တို့တွင် လူရည်ချွန်ဆုများ ဆက်တိုက်ရရှိခဲ့သဖြင့် သုံးထပ်ကွမ်း လူရည်ချွန်တစ်ဦးလည်း ဖြစ်ခဲ့သည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက၏ ကျန်ညီအစ်ကိုများမှာလည်း ထူးချွန်ကြပါသည်။ နောင်တော်ဖြစ်သူမှာ လေးထပ်ကွမ်း လူရည်ချွန် ကိုဌေးဝင်း B.E (Mechanical)ဖြစ်သည်။ ညီနှစ်ယောက်မှာ မောင်ညိုဝင်း B.E (Electronic) နှင့် နှစ်ထပ်ကွမ်း လူရည်ချွန် . . . ဒေါက်တာ မောင်နိုင်ဝင်း M.B.B.S(Ygn) တို့ ဖြစ်ကြသည်။

ညီအစ်ကိုလေးယောက်တွင် အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် အထူးချွန်ဆုံး၊ အထူးခြားဆုံး ဖြစ်သည်။ လောကီကျောင်းသားဘဝ အောင်မြင်မှုများကို စွန့်လွှတ်ကာ သာသနာ့ဘောင်သို့ အပြီးတိုင် ဝင်ရောက် ခိုလှုံခဲ့သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် ဒသမတန်း စာမေးပွဲ အောင်စာရင်းထွက်ပြီး မကြာမီ (၁၉၈၄)ခုနှစ်၊ ဇွန်လ(၂၄)

ရက်၌ . . . အမရပူရမြို့၊ မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်တွင် သာသနာ့ဘောင်သို့ ဝင်ရောက်ခဲ့သည်။ ထိုကျောင်းတိုက်မှာ ပင် ပရိယတ္တိစာပေများကို သင်ယူလေ့လာခဲ့သည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် ထူးချွန်သူပီပီ သာသနာ့ဘောင်တွင်လည်း ပရိယတ္တိစာမေးပွဲများကို ထိပ်တန်းကပင် အောင်မြင်ခဲ့ပါသည်။ (၁၉၈၆)ခုနှစ်၊ အခြေပြုမူလတန်းတွင် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံး ပထမဆု၊ (၁၉၈၉)ခုနှစ်၊ ပထမငယ်တန်းတွင် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံး ပထမဆု၊ (၁၉၉၂)ခုနှစ်၊ ပထမကြီးတန်းတွင် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံးပထမဆု (ပထမကျော်ဘွဲ့)၊ (၁၉၉၅)ခုနှစ်တွင် သာသနာ့ဓဇေဗ္ဗာစရိယဘွဲ့များကို ရရှိခဲ့ပါသည်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် ပရိယတ္တိသင်ယူစဉ်ကာလ အတွင်း၌လည်း ပဋိပတ္တိကို အချိန်ရသလောက် ယူကာ အားထုတ်ခဲ့ပါသည်။ အရှင်သည် မော်လမြိုင်၊ ဖားအောက် တောရတွင် တစ်ဝါတရားအားထုတ်ခဲ့ပါသည်။ တောင်စွန်း၊ စည်တော်ကုန်းတောင်ပေါ်တွင်လည်း တစ်ပါးတည်း ဧကစာရီ တောရဆောက်တည်၍ တစ်ဝါ တရားအားထုတ်ခဲ့ပါသည်။ ယခုနှစ်တွင်မူ ရန်ကုန်မြို့၊ ရှစ်မိုင်၊ သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပံသာတွင် သတိပဋ္ဌာန်တရား ပွားများအားထုတ်ကာ

ဝိပဿနာဓုရ တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်လျက်ရှိပါသည်။

ကျွန်တော်သည် အရှင်ဆန္ဒာဓိက၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိကို မေးမြန်းလျှောက်ထားပြီးနောက် အရှင်၏ ထူးခြားသော အတွေးအခေါ်တို့ကိုလည်း သိလိုသောကြောင့် သိလိုချင် သည်များကို ဆက်လက်လျှောက်ထားကာ မှတ်သားခဲ့ရ ပါသည်။

‘အရှင်ဘုရား၊ လောကီကျောင်းသားဘဝ အောင် မြင်မှုတွေကို စွန့်လွှတ်ပြီးတော့ သာသနာ့ဘောင်ကို ဘယ် လိုအတွေးအခေါ်တွေနဲ့ အပြီးတိုင် ဝင်ရောက်ခိုလှုံခဲ့တာ လဲဘုရား’

‘ဦးဇင်း နဝမတန်းမှာ မင်းကွန်း မိုးမိတ်ကုန်းမြေ၊ တိပိဋက နိကာယ သာသနာပြု ပထမသုံးနှစ်ခရီး စာအုပ်ကို အမှတ်မထင် ဖတ်ခဲ့ရတယ်။ ဖတ်ပြီးပြီးချင်း ရဟန်းဝတ်နဲ့ ပိဋကတ်တော်တွေကို ကျက်မှတ်ချင်တဲ့စိတ်တွေ တဖွားဖွား ပေါ်လာတယ်။

ရခဲလှတဲ့လူ့ဘဝကို ရတဲ့အခိုက်မှာ ကြုံခဲ့တဲ့ သာသ နာတော်ကြီးနဲ့ တွေ့ကြုံနေပါလျက် ရဟန်းဘဝကို မခံယူ လိုက်ရဘူး၊ ပိဋကတ်သုံးပုံကို အာဂုံမဆောင်လိုက်ရဘူးဆိုရင် ငါဟာ လူဖြစ်ရကျိုး မနပ်ဘူး လို့ ဆင်ခြင်မိတယ်။

ပြီးတော့ ဦးပဉ္စင်းရဲ့ စိတ်ထားက စာမေးပွဲဖြေရင် အဆင့်အမြင့်ဆုံး ပထမနေရာကိုပဲ ရချင်တယ်။ အဲဒီ . . . စာမေးပွဲကိစ္စမှာ ထားရှိတဲ့ သဘောထားကို ဘဝကိစ္စမှာ အသုံးချလိုက်တယ်။

လူ့ဖြစ်စဉ်မှာ ဘဝအမျိုးမျိုးရှိတဲ့အထဲက အဆင့် အမြင့်ဆုံးဘဝကိုပဲ ကိုယ်ပိုင်ချင်တယ်။ လူ့ဖြစ်စဉ်မှာ ဆရာဝန်ဘဝ၊ အင်ဂျင်နီယာဘဝ၊ ကုန်သည်ဘဝ စသည်ဖြင့် ဘဝတွေ အမျိုးမျိုး ရှိတဲ့အထဲမှာ ရဟန်းဘဝဟာ အဆင့် အမြင့်ဆုံး၊ အမြတ်ဆုံးဆိုတာ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ သိလာတော့ ရဟန်းဘဝကိုပဲ ကိုယ့်ဘဝအဖြစ် တည်ဆောက်ချင်လာ တယ်။

လူ့ဖြစ်စဉ်ထဲက ဘဝတွေအားလုံးထဲမှာ ရဟန်း ဘဝဟာ အမြင့်ဆုံး၊ အမြတ်ဆုံးဆိုတာ သိနေပါရက်နဲ့ ရဟန်းဘဝကို မခံယူဘူးဆိုရင် ကိုယ့်လောက်ညံ့ဖျင်းတဲ့လူ၊ ကိုယ့်လောက်မိုက်မဲတဲ့လူ လောကမှာ မရှိတော့ဘူးလို့ ယူဆ တယ်။

ရဟန်းဘဝမှ တစ်ပါးသော ဘဝတွေနဲ့ ကိုယ့်ဘဝ ဖြစ်တည်ရမှာကို ရှက်လာတယ်။ ဒါကြောင့် ဆရာဝန်ဘွဲ့ရပြီး ရင် ရဟန်းပြုပြီး တိပိဋကဓရဘွဲ့ ရအောင်ကြိုးစားမယ် လို့

ဆုံးဖြတ်ခဲ့တယ်။

နောက်တော့ အမရပူရ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် ဘုရားကြီးရဲ့ ဓမ္မစကြာတရားတော်စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရတယ်။ အဲဒီစာအုပ် ဖတ်ပြီးတဲ့အခါမှာတော့ ဆရာဝန်ဖြစ်ပြီးမှ ရဟန်းဝတ်မယ်ဆိုတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက် လုံးဝ ပျက်သွားတယ်။ မိဘက အခုခွင့်ပြုရင် အခုချက်ချင်းပဲ သင်္ကန်းဝတ်တော့ မယ်။ အဲဒီလောက်ထိ ဆန္ဒပြင်းပြလာတယ်။

တိပိဋကဓရဖြစ်ချင်တဲ့ စိတ်လည်း မရှိတော့ဘူး။ ဒီဘဝ၊ ဒီခန္ဓာ နောက်ဆုံးဖြစ်စေရမယ်။ နောက်ဘဝအသစ် ထပ်မဖြစ်စေရဘူး။ ရဟန်းဖြစ်တာနဲ့ တောထွက်ပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပဲ ဇောက်ချအားထုတ်တော့မယ်။ အဲဒီလို အခိုင်အမာဆုံးဖြတ်ခဲ့တယ်။

ဦးဇင်းကို ရဟန်းဘဝ အမြန်ဆုံးရောက်အောင် ပို့ပေးလိုက်တဲ့ တွန်းအားကတော့ အဲဒီ ဓမ္မစကြာတရား တော်ထဲက 'မာဂဏ္ဍိယသုတ္တန်'ပါပဲ။ အဲဒီ သုတ္တန်မှာ ကိလေသာတွေဟာ နူနာရောဂါနဲ့ တူတယ်။ ကာမဂုဏ် အာရုံတွေဟာ မီးပုံကြီးနဲ့တူတယ်။ ပုထုဇဉ်တွေကတော့ နူနာရောဂါသည်နဲ့ တူတယ်။ ကာမဂုဏ်ခံစားနေတာဟာ နူနာရောဂါ ထလာလို့ ယားလွန်းတဲ့အတွက် မီးကင်ပြီး

အယားဖျောက်တာနဲ့ တူတယ်လို့ ဟောထားတယ်။

အဲဒီတရားက စိတ်ထဲမှာစွဲပြီး ဘာလုပ်လုပ် အမြဲ
တမ်း ဆင်ခြင်မိရက်သားဖြစ်နေတယ်။ သီချင်းနားထောင်
လည်း ဪ ငါမီးကင်နေတာ။ ထမင်းစားလည်း ဪ ငါ
မီးကင်နေတာ။ စာကျက်ရင်လည်း ဪ ငါ မီးကင်နေတာ။
ကိုယ်ဘာပဲလုပ်လုပ် 'မီးကင်နေတာ၊ အယားဖျောက်နေ
တာ' လို့ ဆင်ခြင်မိသလို သူတစ်ပါးတွေ ပျော်နေ၊ ပါးနေ၊
လုပ်နေ၊ ကိုင်နေတာတွေကိုတွေ့တိုင်းလည်း မီးကင်နေတာ၊
အယားဖျောက်နေတာလို့ပဲ ဆင်ခြင်နေမိတယ်။

ကြာလာတော့ မီးကင်နေရ၊ အယားဖျောက်နေရ
တဲ့ နှုနာသည်ဘဝကို ရှက်လာတယ်။ ဒီဘဝက လွတ်
မြောက်ချင်လာတယ်။ လူဝတ်ကြောင်ဘဝမှာ ဘယ်လိုမှကို
ပျော်လို့မရတော့အောင် ငြီးငွေ့နေမိတယ်။

မိဘကို ခွင့်တောင်းတော့ မိဘစိတ်ချမ်းသာအောင်
ဆယ်တန်းလေးတော့ဖြေပါဦးလို့ ငိုယိုဖျောင်းဖျ နားချတာနဲ့
လောကီအတန်းစာတွေကို ကျက်ချင်စိတ် လုံးဝ မရှိဘဲ
ကြိတ်မှိတ်ကျက်ခဲ့ရတယ်။

ဆယ်တန်းအောင်စာရင်း ထွက်တော့မှပဲ ကြည်
ကြည်ဖြူဖြူနဲ့ ခွင့်ပြုလို့ အမရပူရ၊ မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်

မှာ သာသနာ့ဘောင် ဝင်ရောက်ခဲ့ပါတယ်။

ဦးဇင်းသင်္ကန်းဝတ်ခြင်းရဲ့ အကြောင်းကို အတို ချုပ်ပြောရရင်တော့

- (၁) လောကမှာ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာနဲ့ တရားဓမ္မ ချမ်းသာလို့ ချမ်းသာနှစ်မျိုး ရှိတဲ့အထဲက တရားဓမ္မချမ်းသာနဲ့ပဲ ပျော်မွေ့ချင်လို့။
- (၂) လူ့ဘဝထက် ရဟန်းဘဝက အများအကျိုး ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဖြူဖြူစင်စင် ဆောင် ရွက်နိုင်လို့။
- (၃) မိဘကျေးဇူးကို အမြတ်ဆုံးနည်းနဲ့ ဆပ်ချင် လို့။ ဒါပါပဲ’

‘အရှင်ဘုရား၊ ရဟန်းပြုပြီးတော့ ပရိယတ္တိစာပေ တွေကို လေ့လာသင်ယူတဲ့အခါမှာရော ဘယ်လိုတွေ့ကြုံ ခံစားရပါသလဲဘုရား’

‘ဘုရားဟောပါဠိတော်တွေ သင်ရတာ စိတ်ထဲမှာ အရမ်းကြည်နူးတယ်။ အရမ်းပီတိဖြစ်မိတယ်။ ဘယ်စာဖတ် ရတာနဲ့မှ မတူတဲ့ ငြိမ်းအေးချမ်းသာခြင်းမျိုးကို ရရှိတဲ့ အတွက် လူ့ဖြစ်ရကျိုးနပ်ပြီလို့လည်း ယုံကြည်မိတယ်။

စာတတ်ရုံလေ့လာသင်ယူပြီးရင် တောထွက်တရား

အားထုတ်ဖို့ပဲ စိတ်က အားသန်နေတော့ စာမေးပွဲ ဖြေချင်
စိတ် လုံးဝမရှိဘူး။ ဒါပေမယ့် မော်လမြိုင် ကျော်လေးကျော်
တောင်လေးလုံးဆရာတော်ဘုရားကြီးက မျက်ရည်တွေကျ
ပြီး ဓမ္မာစရိယဘွဲ့တော့ အနည်းဆုံးရအောင် ဖြေပါလို့ တိုက်
တွန်းလို့ စာမေးပွဲတွေ ဖြေဖြစ်သွားတာပါ။

စာမေးပွဲအတွက် စာလုပ်တော့လည်း စာမေးပွဲဖြေ
ဖို့ စာမေးပွဲ အောင်ချင်လို့ စာကျက်တဲ့သဘောမျိုး စိတ်ထဲက
မထားဘဲ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို ပူဇော်တဲ့သဘောမျိုး၊ တရား
နာယူလိုကြတဲ့ နတ်တွေကို တရားဟောတဲ့ သဘောမျိုး
စိတ်ထဲထားပြီး စာကျက်ပါတယ်’

‘အရှင်ဘုရား၊ အခု အင်္ဂလိပ်စာရော လေ့လာနေ
ပါသလား ဘုရား’

‘ဘုရားဟောပိဋကတ် ပါဠိစာပေတွေ လေ့လာလို့
မကုန်နိုင်သေးတဲ့အတွက်၊ လေ့လာလို့ အားမရနိုင်သေးတဲ့
အတွက် အင်္ဂလိပ်စာ လေ့လာဖို့ အချိန်မပေးနိုင်သေးပါဘူး။

ပါဠိစာလုပ်နေရတာနဲ့ အင်္ဂလိပ်စာလုပ်နေရတာ
အရသာချင်းလည်း တခြားစီပါပဲ။ ပါဠိစာပေ ကြည့်နေတဲ့
အချိန်ထဲက အင်္ဂလိပ်စာအတွက် အချိန်ပေးရမှာကို အရမ်း
နှမြောနေမိတယ်။

မင်းကွန်းတိပိဋကဓရ ဆရာတော်ဘုရားကြီး မိန့်
သလို ရွှေလက်ကောက် ဝတ်နေရမှတော့ ကြေးလက်
ကောက် မဝတ်ချင်တော့ဘူးလေ။ ဘုရားဟော ပိဋကတ်
စာပေတွေက ရိုးရိုးရွှေလက်ကောက်တောင် မဟုတ်ပါဘူး။
စိန်အပြည့်စီထားတဲ့ ရွှေလက်ကောက်ပါ’

‘ဒါဆိုရင် နိုင်ငံခြားမှာ သာသနာပြုဖို့အတွက်က
ရောဘုရား’

‘လောလောဆယ်မှာတော့ ဗဟိဒ္ဓသာသနာပြုဖို့
ထက် အဇ္ဈတ္တသာသနာပြုဖို့က ပိုအရေးကြီးနေပါတယ်။
ကိုယ့်အတွင်းသန္တာန်မှာ သာသနာ မပြည့်စုံသေးဘဲနဲ့ သူ
တစ်ပါးကို သာသနာပြုရမှာ သဘာဝမကျဘူးလေ။ ဒါပေ
မယ့်လည်း အခြေအနေ အားလျော်စွာ အဇ္ဈတ္တ သာသနာ
ပြုရင်းနဲ့ပဲ ဗဟိဒ္ဓသာသနာကိုလည်း တတ်စွမ်းသမျှ ပြုနေရ
တာပါပဲ။

အင်္ဂလိပ်စကားလုံးတွေ ရွတ်ဆိုပြီး သာသနာပြုရ
တာထက် ပါဠိစကားလုံးတွေ၊ မြန်မာစကားလုံးတွေ ရွတ်
ဆိုပြီး သာသနာပြုရတာကို ပိုပြီးစိတ်ဝင်စားပါတယ်။ ပိုပြီး
လည်း ပီတိဖြစ်ရပါတယ်’

‘အရှင်ဘုရားရဲ့ ဘဝအမြင်လေးလည်း သိပါရစေ

ဘုရား'

'ဘဝဆိုတာ အလုပ်လုပ်ခြင်း၊ ဘဝဆိုတာ သေဆုံးခြင်းလို့ပဲ ဘဝကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချင်ပါတယ်။ လုပ်ချင်တဲ့ အလုပ်ကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မလုပ်ချင်တဲ့ အလုပ်ကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လုပ်နေရတာဟာ ဘဝပါပဲ။

အလုပ် ဆိုတဲ့စကားထဲမှာ အကျိုးခံစားတဲ့ အလုပ်ရော၊ အကြောင်းဖန်တီးတဲ့ အလုပ်ရော ပါဝင်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ တကယ်တမ်းကျတော့ ဘဝဆိုတာ အကျိုးခံစားတဲ့အလုပ် လုပ်နေရတဲ့အချိန်ထက် အကြောင်းဖန်တီးတဲ့အလုပ်ကို ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာ လုပ်ရင်း ပေးဆပ်နေရတဲ့ အချိန်က ပိုများပါတယ်။

ပြီးတော့ သေဆုံးခြင်းဟာ ဘဝပါပဲ။ လူ့ဘဝရဲ့ နောက်ဆုံး ပန်းတိုင်ဟာ သေဆုံးခြင်းလို့ ပြောကြပေမယ့် တကယ်တော့ အသက်ရှင်နေတဲ့ အချိန်တိုင်း၊ အချိန်တိုင်းမှာလည်း ဘဝဟာ သေဆုံးနေပါတယ်။ ဘဝတစ်ခု သေဆုံးပြီးမှ ဘဝတစ်ခု ဖြစ်နေကြရတာပါ။

ဥပမာ၊ ကျောင်းသားဘဝ သေဆုံးပြီးမှ ဆရာဝန်ဘဝ၊ ဆရာဝန်ဘဝ သေဆုံးပြီးမှ တရားသမားဘဝ စသည်ဖြင့်ပေါ့လေ၊ ကျောင်းသားဘဝမှာလည်း မူလတန်းကျောင်း

သားဘဝ သေဆုံးပြီးမှ အလယ်တန်းကျောင်းသားဘဝ၊
အလယ်တန်းကျောင်းသားဘဝ သေဆုံးပြီးမှ အထက်တန်း
ကျောင်းသားဘဝ စသည်ဖြင့် အဆင့်ဆင့် သေဆုံးခဲ့ရတာပါ
ပဲ။

ဒါအကြမ်းအားဖြင့် ပြောတာပါ။ ဒီလောက်ဖြေရင်
ဒီထက် အသေးစိတ်ပြီး ဆင်ခြင်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။

မနေ့ကဘဝ သေဆုံးပြီးမှ ဒီနေ့ဘဝ၊ ပြီးခဲ့တဲ့ နာရီ၊
မိနစ်၊ စက္ကန့်ဘဝ သေဆုံးပြီးမှ အခုနာရီ၊ မိနစ်၊ စက္ကန့်ဘဝ
ဖြစ်ရတာပါ။

လူတစ်ယောက်ဟာ အချိန်မရွေး သေဆုံးသွားနိုင်
တဲ့အတွက်၊ အသက်ရှင်သန်မှုဟာ သေခြင်းတရားနဲ့ အမြဲ
ဆက်ဆံနေတဲ့အတွက် ဘဝသည်ပင်လျှင် သေဆုံးခြင်းပါပဲ။

ဘဝဆိုတာ အလုပ်လုပ်ခြင်းနဲ့ ဘဝဆိုတာ သေဆုံး
ခြင်း ဆိုတဲ့ စကားနှစ်ရပ်ကို ဆက်စပ်ကြည့်လိုက်ရင် သေ
ခြင်းတရားက လွတ်မြောက်နိုင်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်နေတာ
ဟာ အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ဘဝကို တည်ဆောက်နေတာပါ’

‘လူငယ်တွေရဲ့ ကြီးပွားတိုးတက်မှုအတွက် အရှင်
ဘုရားရဲ့ ဘာသာရေးလမ်းညွှန်ချက်ကို ခံယူပါရစေဘုရား’
‘လူငယ်တွေရော၊ လူကြီးတွေပါ ရေလိုက်လွဲနေ

ကြတဲ့အချက်က ဘဝရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရေးအတွက်
ဗေဒင်၊ ယတြာ၊ ဓာတ်ရိုက်၊ ဓာတ်ဆင်တွေ၊ ဂါထာမန္တန်၊
အဆောင်လက်ဖွဲ့တွေကို စွဲလမ်းစွာ လိုက်စားမှု မှားနေခြင်း
ပါပဲ။

ကိုယ့်ဘဝရဲ့ တိုးတက်မှု၊ ဆုတ်ယုတ်မှုဟာ ကိုယ့်ရဲ့
အတိတ်-ပစ္စုပ္ပန်၊ ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယကြောင့် ဆိုတာကို
သဘောမပေါက်နိုင်ဘဲ ဗေဒင်၊ ယတြာ၊ ဓာတ်ရိုက် ဓာတ်
ဆင်ကသာ ကိုယ့်ဘဝကို အဆုံးအဖြတ် ပေးနိုင်တယ်လို့
ယုံကြည်နေတာဟာ အယူလွဲမှားစွာ ရူးသွပ်နေခြင်းကလွဲလို့
တခြားဘာမှ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

မြတ်စွာဘုရားအလောင်းတော်ကိုတောင် ပုဏ္ဏား
တွေ ဗေဒင်ဟောခဲ့သေးတာပဲ လို့ ပြောလာခဲ့ရင် ဟောခဲ့
တာတော့ ဟုတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲ့ဒီ ဗေဒင်ဆရာတွေက
ဘာဖြစ်မယ်၊ ဘာမဖြစ်ဘူး ဆိုတာကိုသာ ကြိုတင်ဟောကိန်း
ထုတ်နိုင်ခဲ့တာပါ။ ဖြစ်မယ့်ဟာကို မဖြစ်အောင်၊ မဖြစ်မယ့်
ဟာကို ဖြစ်အောင် သူတို့ပညာနဲ့ ဘာမှ စွမ်းဆောင်ဖန်တီး
မပေးနိုင်ခဲ့ပါဘူး။

အသိဉာဏ်နည်းသူတွေရဲ့ လုပ်ရပ်ဖြစ်တဲ့ ဗေဒင်၊
ယတြာ၊ ဓာတ်ရိုက်ဓာတ်ဆင်၊ အဆောင်လက်ဖွဲ့တွေကို

လုံးဝ စိတ်မဝင်စားဘဲ ရတနာသုံးပါးနဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ အတွင်းစွမ်းအားတွေကိုပဲ ယုံကြည်အားကိုး စေချင်ပါတယ်။

အဆောင်ဓာတ်ထက် အအောင်ဓာတ်က ပိုပြီး စိတ်ချရ၊ ပိုပြီး အားကိုးရပါတယ်။ အအောင်ဓာတ်ဆိုတာ ဒါန၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ပါရမီကုသိုလ်အလုပ်တွေကို အောင်မြင်ပြည့်စုံအောင်၊ အစမ်းသပ်ခံနိုင်တဲ့အဆင့်အထိ ပြီးစီးအောင် လုပ်ယူ စုဆောင်းထားတာကို ပြောတာပါ။

ဂါထာမန္တာန်နဲ့ ပတ်သက်လို့ကတော့ ဘုရားဟော ပရိတ်တော် ဂါထာတော်တွေကို ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ ရွတ် ဆိုတာဟာ အပြစ်မရှိပေမယ့် အရွတ်ဘက်မှာချည်းပဲ အား သန်လွန်းသွားရင်တော့ မကောင်းပါဘူး။ အရွတ်ဟာ အသားလောက် အရသာမရှိ၊ အနှစ်မပြည့်တဲ့အတွက် အရွတ်မှာပဲ လမ်းဆုံးနေတာမျိုးကိုတော့ ရှောင်ရှားစေချင်ပါ တယ်။

ဘုရားဟောတရားတော်တွေကို ကြည်ညိုလွန်းလို့ အမြဲမပြတ် ရွတ်ဆိုနေတာ ကောင်းပါတယ်လေလို့ ပြောနိုင် ပေမယ့် ဘုရားဟောမဟုတ်တဲ့ ဥုံခံ၊ ဩောင်းခံ သာသနာပ ဂါထာမန္တာန်တွေ၊ ပါဠိပျက်ဂါထာမန္တာန်တွေကိုတော့ လုံးဝ

မရွတ်ဆိုသင့်ပါဘူး။ ဘုရားဟောဂါထာတွေ ရွတ်တာနဲ့ ပြင်ဆင်ဂါထာတွေ ရွတ်တာ အကျိုးပေးချင်းလည်း လုံးဝ ကွာခြားလွန်းလှပါတယ်။

ရွတ်လို့ မကုန်နိုင်တဲ့ ဘုရားဟောပါဠိတော်၊ ဂါထာ တော်တွေ အများကြီးရှိပါလျက်နဲ့ အမေကျော် ဒွေးတော် လွမ်းပြီး . . . ၊ ဂါထာမန္တာန် အသစ်အဆန်းတွေနောက် တကောက်ကောက်လိုက်နေတာကို ရပ်တန့်သင့်ပြီလို့ ထင် ပါတယ်။ ရွတ်တာ၊ ဖတ်တာ ဝါသနာပါတယ်ဆိုရင် ဘုရား ဟောစစ်စစ် သုတ်တော်၊ ဂါထာတော်တွေကိုပဲ ရွတ်ပါ။

ဘာဂန္ဓာရီ၊ ညာဂန္ဓာရီ၊ ဘာဝိဇ္ဇာ၊ ညာဝိဇ္ဇာဆိုပြီး မဆုံးနိုင်တဲ့ ဂါထာမန္တာန်တွေ၊ မဆုံးနိုင်တဲ့ အဓိဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ် တွေနောက် လိုက်မနေဘဲ ဘာသာရေးကြောင့် လောကီရေး မှာ ကြီးပွားတိုးတက်ချင်တယ်ဆိုရင် မေတ္တာများများ ပွားပါ။ သစ္စာများများဆိုပါလို့ပဲ တိုက်တွန်းချင်ပါတယ်။

တရားထိုင်သလို ထိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သွားရင်း၊ လာရင်း၊ လုပ်ရင်း၊ ကိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်ထဲက ‘သတ္တဝါ အားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ’ လို့ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများ သလို လက်တွေ့လည်း ကိုယ်နဲ့၊ နှုတ်နဲ့ မေတ္တာထားပါ။ သူတစ်ပါး စိတ်ချမ်းသာမယ့်၊ ကောင်းကျိုးဖြစ်မယ့် အပြုအမူ

အပြောအဆိုကိုပဲ ပြုမူပြောဆိုပါ။

‘ပွားမေတ္တာ’ လို့ ခေါ်တဲ့ မနောက်မေတ္တာနဲ့ ‘ထားမေတ္တာ’ လို့ခေါ်တဲ့ ကာယကံမေတ္တာ၊ ဝစီကံမေတ္တာ တို့ကို လက်ကိုင်ထားမယ်ဆိုရင် ဘဝမှာ အစစအရာရာ အဆင်ပြေလာမှာပါ။

ပြီးတော့ အရေးကိစ္စ ကြိုတိုင်း ကိုယ်အားထုတ်ထားခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ၊ အပြုသဘောဆောင်တဲ့ လုပ်ရပ်တွေကို သစ္စာဆိုပြီး ဆုတောင်းပါ။ လိုအင်ဆန္ဒအားလုံး ပြည့်ဝပါလိမ့်မယ်။

ထေရဝါဒနဲ့ ဆန့်ကျင်တဲ့ မက်လုံးပေးကျင့်စဉ်တွေကို နားမယောင်ပါနဲ့လို့ ပြောပါရစေ’

‘မြတ်မင်္ဂလာစာဖတ်ပရိသတ်အတွက် စကားလက်ဆောင်လေးတစ်ခု ချီးမြှင့်ပေးစေချင်ပါတယ်ဘုရား’

‘အမြဲမပြတ် တရားရှုမှတ်နေဖို့ပဲ တိုက်တွန်းချင်ပါတယ်။ မြက်ခင်းကျယ်ကြီးထဲက မိခင်နွားမကြီးဟာ ကိုယ်စားရမယ့် မြက်ကို အဆက်မပြတ် စားနေရင်းနဲ့ ခပ်လှမ်းလှမ်းမှာ မြက်စားနေတဲ့ နွားသားငယ်လေးကိုလည်း မကြာမကြာ လှမ်းကြည့်ပြီး စောင့်ရှောက်နေသလို၊ လူတိုင်းလူတိုင်း ဟာလည်း မိမိတို့ရဲ့ ပြုဖွယ်ကိစ္စတွေကို ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်

နေရင်းနဲ့ တရားဘာဝနာအလုပ်ကို တွဲပြီး လုပ်သွားဖို့ တိုက်
တွန်းချင်ပါတယ်။ အလေ့အကျင့်လည်း လုပ်သွားမယ်၊
သတိလည်း ထားမယ်ဆိုရင် လုပ်လို့ဖြစ်ပါတယ်။

ကွမ်းကြိုက်တဲ့လူဟာ ကွမ်းစားရင်း အလုပ်လုပ်၊
အလုပ်လုပ်ရင်း ကွမ်းစား၊ မအားတဲ့ကြားထဲက၊ အလုပ်များ
တဲ့ကြားထဲက ကွမ်းစားမပျက်သလို၊ တရားကြိုက်တဲ့ သူ
တော်ကောင်းဟာလည်း အလုပ်လုပ်ရင်း တရားရှု၊ တရားရှု
ရင်း အလုပ်လုပ်သွားမယ်ဆိုရင် လောလောဆယ်မှာလည်း
စိတ်အေးချမ်းသာမှုနဲ့ ပြည့်စုံနိုင်သလို ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့ နိဗ္ဗာန်
ကိုလည်း အမြန်ဆုံး ဆိုက်ရောက်သွားမှာပါ’

‘အရှင်ဘုရား၊ အခုအချိန်မှာ အချိန်ကို ဘယ်လို
အသုံးပြုနေပါသလဲဘုရား’

‘ခုချိန်မှာ ဦးပဉ္စင်း သဒ္ဓမ္မရံသီရိပိသာ ဆရာတော်
ဘုရားကြီးရဲ့ ဩဝါဒကို ခံယူပြီးတော့ ကိုယ်တိုင်လည်း
တရားအားထုတ်နေပါတယ်။ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက
တာဝန်ပေးရင် ပေးသလို တရားပြုလည်း လုပ်နေပါတယ်။
အထူးသဖြင့်တော့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ‘နေ့
ပရိယတ်၊ ညပဋိပတ်’ ဆိုတဲ့ လမ်းညွှန်ချက်အတိုင်း နေ့ပိုင်း
မှာ ပိဋကတ်စာပေများ ဖတ်ရှုလေ့လာမှုကို အဓိကထား

ဆောင်ရွက်ပါတယ်။ ညပိုင်းမှာတော့ ဝိပဿနာတရားကို အဓိကထား အားထုတ်ပါတယ်။

ဝင်လေတစ်ရှူ၊ ထွက်လေတစ်ရှိုက် အတွင်းမှာ အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တာမို့ ဘာအလုပ်ပဲလုပ်လုပ် အမြဲ သတိကပ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ် ပါနိုင်အောင် အတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးစားနေပါတယ်’

ကျွန်တော်သိလိုသော အချက်များကို အရှင်ဆန္ဒာ ဓိကအား အချိန်အတော်ကြာ မေးမြန်းလျှောက်ထားရာ အရှင်ကလည်း စိတ်ရှည်လက်ရှည် အချိန်ပေး ဖြေဆိုပါ သည်။ ကျွန်တော့်အတွက် မိမိ၏ ပဓာနအလုပ်မှ အချိန်ဖွဲ ပေးလိုက်ရသော အရှင်ကို ထိခြင်းငါးပါးဖြင့် ရှိသေစွာ ရှိခိုးကန်တော့ပြီးနောက် သဒ္ဓမ္မရံသီရိပိသာမှ ကျွန်တော် ပြန်လည်ထွက်ခွာလာခဲ့ပါသည်။

ပြန်လမ်းတလျှောက်လုံး ‘ပထမကျော် အရှင်ဆန္ဒာ ဓိက ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာပါစေ၊ သက်တော်ရာ ကျော်ရှည်ပြီး မိမိအကျိုး၊ သူတစ်ပါးအကျိုး၊ လောကအကျိုး၊ သာသနာအကျိုးကို စွမ်းစွမ်းတမံ ထိထိရောက်ရောက် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါစေ’ ဟု ဆုတောင်းမေတ္တာ ပို့သနေမိပါ သည်။ ။

မှတ်ချက်။ ။ အရှင်ဆန္ဒာဓိကသည် သဒ္ဓမ္မရုံသီရိဝသာ၌ (၂)နှစ် သီတင်းသုံးပြီးနောက် ယခုအခါ မွန်ပြည်နယ်၊ သထုံမြို့၊ ကေလာသတောင်ပေါ်ရှိ ရွှေပါရမီတောရကျောင်း၌ တစ်ပါးတည်း တောရဆောက်တည်လျက် ပရိယတ်၊ ပဋိပတ်အလုပ် အားထုတ်လျက် ရှိပါသည်။ စီစဉ်သူ

မောင်ကျော်သန်း(ရွှေတောင်အင်း)



[၁၉၉၇ ခုနှစ်၊ မေလ၊ ဇွန်လ၊ မြတ်မင်္ဂလာစာစောင်မှ။]

[မှတ်ချက် ။ ။ မောင်ကျော်သန်း၏ မေးခွန်းများကို အရှင်ဆန္ဒာဓိက ကိုယ်တိုင် ရေးသားဖြေဆိုပေးထားပါသည်။]