

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

**၄၅-နှစ် ရဟန်းသက်**

(ရဟန်းဘဝ ခုလွှဲဘဝ)



**တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၄၆)**

သာသနာ ကောဇာ ၁၈၈  
၂၅၅၁ ၁၃၆၉-ခုနှစ်၊ ကဆုန်လ ၂၀၀၇-ခုနှစ်၊ မေလ

(ရဟန်းသက် ၄၅-နှစ်ပြည့် အထူးလက်ဆောင်)

**မာတိကာ**

၁။	နှစ်လေးဆယ့်ငါး အသွားခဲခက် ရဟန်းသက်	၁
၂။	လူ့သဘာဝ မြတ်ဗုဒ္ဓမှာ လိုက်ရပါ	၁၇
၃။	ဤသာသနာ ကောင်းစွာ တွေ့ကြုံ ဘဝဂုဏ်	၂၆
၄။	အသိထူးချွန် လမ်းကောင်းမှန် ကော်ကောင်းတာရ	၄၃
၅။	ကောင်းမှုထုံမွှမ်း မြတ်ရဟန်း အစွမ်းပြနိုင်စေ	၅၂
၆။	ကိုယ်လဲဘုန်းကြီး သူဘုန်းကြီး အကြီးမှန်ပါစေ	၆၂

၇။	တရားကျင့်ကာ ကောင်းတာ လုပ်တတ် ရဟန်းမြတ်	၆၇
၈။	ကျရာတာဝန် စိတ်အားသန် ကော်ကောင်းဆောင်ရ	၈၃
၉။	စွမ်းနိုင်သမျှ ထမ်းဆောင်ရ ဘဝကိုယ့်တာဝန်	၉၁



**၄၅-နှစ် တရားသင်တန်း**

- ☸ အများအတွက်၊ ဘုရားဖြစ်ရန်၊ စိတ်ရည်သန်၍၊ ခန္ဓာအသက်၊ မငဲ့ကွက်ပါ။ စွန့်လွှတ်ကာ၊ နှစ်နာခံခဲ့၏။
- ☸ ပြည့်စုံတိကျ၊ မြတ်ဓမ္မ၊ ဗုဒ္ဓဟောခဲ့၏။
- ☸ သင်ယူပို့ချ၊ ဟောပြောပေးကာ၊ ကျင့်သုံးကာ၊ သံဃာစောင့်ရှောက်၏။
- ☸ စောင့်ရှောက်နိုင်ရေး၊ စိတ်ဖြူဖွေး၊ ကူပေး လူတွေရှိ။
- ☸ စည်းစိမ်ဥစ္စာ၊ စွန့်လွှတ်ကာ၊ ကောင်းစွာ ချီးမြှောက်၏။

- ☸ ငါတို့မြန်မာ၊ သာသနာ၊ ရှည်တည်တံ့၏။
- ☸ မြန်မာ့လူအား၊ မြတ်တရား၊ ထူးခြားမြင့်တတ်၏။
- ☸ ၄၅-နှစ်၊ တရားသက်၏၊ အနှစ်ချုပ်မှာ၊ သတိသာ၊ ကောင်းစွာ တိုးအောင်ဖြည့်။

**တိပိဋကယောဆရာတော်**

တိပိဋက ယောဆရာတော်၏

**၄၅-နှစ် ရဟန်းသက်**

( ရဟန်းဘဝ ဒုဋ္ဌဘဝ )

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၄၆)



နဗေဒ ဒုဋ္ဌဘဝရတနသံဃာ

**၁။ နှစ်လေးဆယ်ငါး အသွားခဲခက် ရဟန်းသက်**

အပ္ပမာဒေန ဘိက္ခဝေ သမ္ပဒေထ-ဒုလ္လဘော ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒေါ လောကသိ၊ ဒုလ္လဘော

သိပ်ကောင်းလွန်းလို့ ယနေ့အထိ မမှောင်သေးပါဘူး။ နှစ်ပေါင်းထောင်ချီပြီး ခေတ်တွေ စနစ်တွေ အမျိုးမျိုးပြောင်းလဲခဲ့ပေမယ့် မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ တရားအလင်းရောင်ကတော့ အပြောင်းအလဲမရှိပဲ တရားနှင့်ထိုက်တန်သူတွေရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ ယနေ့ထိလင်းထိန်ထောက်ပနေဆဲ အအေးဓာတ်ပေးနေဆဲပါ။ အတည်ငြိမ် အမှန်ကန်ဆုံး ကျင့်စဉ်ဖြစ်နေတာကိုး။

မြတ်ဗုဒ္ဓဟာ ဘုရားအဖြစ်နဲ့ ၄၅-နှစ်တည်း နေခွင့်ရတာဖြစ်လို့ အချိန်သိပ်နည်းလွန်းတော့ ဝီရိယများစွာစိုက်ထုတ်ပြီး အချိန်ပိုအလုပ်လုပ်ခဲ့တဲ့ကြောင့် ဗုဒ္ဓကိစ္စအားလုံး အချိန်မီပြီးခဲ့ပါတယ်။ ၄၅-နှစ်တည်းနဲ့ပဲ အချိန်ပြည့်စုံလုံ

မနုဿတ္တပဋိလာဘော၊ ဒုလ္လဘာ သမ္ပတ္တိ (သံဝ-ဋ္ဌနှင့် သုတ္တနိ-ဋ္ဌ-တို့၌ သဒ္ဓါသမ္ပတ္တိ ဟု ရှိ၏။ အံ ဝ-ဋ္ဌ၌ ခဏသမ္ပတ္တိဟု ရှိ၏။) ဒုလ္လဘာ ပဗ္ဗဇ္ဇာ၊ ဒုလ္လဘံ သဒ္ဓမ္မဿဝနံ။ (ဒီ ဝ-ဋ္ဌ-၄၇၊ သံ ဝ-ဋ္ဌ-၂၂၅၊ အံ ဝ-ဋ္ဌ-၄၉၊) (သုတ္တနိ-ဋ္ဌ-၁၂၀-၌ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒေါ ဒုလ္လဘော လောကသိ၊ မနုဿ ပဋိလာဘော ဒုလ္လဘော၊ သဒ္ဓါသမ္ပတ္တိ ဒုလ္လဘာ၊ ပဗ္ဗဇ္ဇာ ဒုလ္လဘာ၊ သဒ္ဓမ္မဿဝနံ ဒုလ္လဘံ လောကသိ-ဟု ရှိ၏။) (မိမိတို့ နှုတ်တက်ရထားသော ဒုလ္လဘာ ၅-ပါး ပါဠိနှင့် တစ်ချို့ မတူတတ်လှ။)

လောက်ပါတယ်။ အချိန်နဲ့အလုပ်ဟာ အပိုအလိုမရှိ ကွက်တိပဲ။ အချိန်နည်းပြီး အလုပ်ကိစ္စများတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် အတုယူစရာနည်းပေးခဲ့တယ်။ ဓာတ်ကောင်းတွေလဲ ကူးပေးခဲ့ပါတယ်။ ပါရမီဖြည့်စဉ်ကသာ ကိုယ်ကျိုးစွန့်အနစ်နာခံခဲ့တာမဟုတ်ပဲ ပါရမီဖြည့်ပြီးလို့ ဘုရားဖြစ်တော့လဲ ကိုယ်ကျိုးစွန့်အနစ်နာခံကြိုးစားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ အများအတွက်ပဲ ဘုရားဖြစ်အောင် ကြိုးစားခဲ့တာကိုး။

အဝိဇ္ဇာမှောင်ထုပိတ်ဖုံးနေလို့ အသိဉာဏ်အလင်းမရပဲ မှောင်ကျနေတဲ့လောကအတွင်းမှာ ဗုဒ္ဓအဖြစ်နဲ့ ၄၅-နှစ်ပတ်လုံး မနေမနား တရားအလင်းရောင် ညှိထွန်းပေးတော်မူခဲ့တယ်။

- ၁။ ဘုရားပွင့်ရာ၊ ချိန်အခါ၊ လွန်စွာကြုံခဲ့သည်။
- ၂။ အတိတ်အကြောင်း၊ ပြည်စုံရောင်း၍၊ ကံကောင်းထောက်မ၊ လူ့ဘဝ၊ မုချရခဲ့သည်။
- ၃။ ဂုဏ်ရည်လွမ်းခြုံ၊ စွမ်းအားထုံ၊ ပြည်စုံရခဲ့သည်။
- ၄။ ကောင်းမှု များ - မြန်၊ ကောင်းမွန်ထူးဆန်း၊ စိတ်အေးချမ်းသည့်၊ ရဟန်းအဖြစ်၊ ရှင်အဖြစ်၊ စင်စစ်ရခဲ့သည်။
- ၅။ အမှားကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်၍၊ အမြင်ထူးခြား၊ အသိပွားဖို့၊

မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ ၄၅-နှစ် ဘုရားသက် = ၄၅-နှစ် တရားသက်ကို အာရုံပြုပူဇော်ဖို့ မိမိရဲ့တစ်သက်တာအတွင်း တရားနဲ့ဆက်စပ်တဲ့ ၄၅-ဂဏန်းကို နှစ်မခြားပဲ ၃-နှစ်ဆက်တိုက် ထူးထူးခြားခြား ရေတွက်ခွင့်ရလိုက်ပါတယ်။ ကုသိုလ်ကံထူးတယ်ဆိုရမှာပေါ့။ ၃-မျိုးလုံးမှာပဲ ကြုံကြိုက်တိုက်ဆိုင်မှုတွေ တွဲပါနေတာဖြစ်လို့ ကုသိုလ်ပိုတိုးရပါတယ်။ ကောင်းမှုကုသိုလ်ဆိုတာ လူ့ဘဝရဲ့ အဓိကလုပ်ခ ရလဒ်ပဲမဟုတ်လား။

(၁) မိမိဟာ ၁၃၂၂-ခုနှစ်၊ နယုန်လမှာ ဒုတိယအကြိမ် ရင်သာမဏေပြုခဲ့တာဖြစ်လို့ ၁၃၆၇-ခုနှစ်၊ နယုန်လမှာ သင်္ကန်းသက် ၄၅-

တရားကိုနာ၊ ကျင့်သုံးတာ၊ မှန်စွာရခဲ့သည်။  
**၉။ အခွင့်၅-ထွေ၊ ရရှိနေ၍၊ သတိရှေ့ထား၊ စွမ်းအားကိုဖြည့်၊ ကြိုးစားကြည့်သော်၊ အသိစင်ကြယ်၊ စွမ်းရည်ကြွယ်ကာ၊ ထူးခြားလာ၊ သိက္ခာပြည့်နိုင်သည်။**  
**၉။ နှစ်လေးဆယ်ငါး၊ အသွားခဲခက်၊ ရဟန်းသက်၊ အားတက်စရာ ကြုံရသည်။**  
 မြတ်ဗုဒ္ဓဟာ ဘုရားအဖြစ်နဲ့ ၄၅-နှစ်ပတ်လုံး မနေမနား တရားအလင်းရောင် ညှိထွန်းဆောင်ပေးတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ညှိထွန်းအား

နှစ် ပြည့်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါက ၄၅ ဂဏန်း ၁-လုံးပါ။ ကောင်းမှုများစွာ ပြုခွင့်ရပါတယ်။ အဲဒီနှစ်မှာ မိမိအတွက် ကိုရင်ဘဝက ပရိယတ္တိပညာ အခြေခံခိုင်မာအောင် အတတ်မြစ်ချပေးတော်မူခဲ့တဲ့ ကျေးဇူးရှင်ဆရာရင်း ရွာကန်လှဆရာတော် ဦးသာကိန္နရဲ့ သက်တော် ၇၅-နှစ်ပြည့် စိန်ရတုမွေးနေ့နှင့် ကြုံကြိုက်တိုက်ဆိုင်လာပါတယ်။ ဆရာတော်စိန်ရတုမွေးနေ့အတွက်လဲ မိမိက သိန်း-၁၀၀ကျော်စွန့်ကြဲပြီး ကောင်းမှုပြုခွင့်ရလို့ ကုသိုလ်များစွာ ရရှိတိုးပွားရပါတယ်။ ထူးတဲ့ ၄၅ - ပေါ့။  
 (၂) ပြီးတော့ ၁၃၂၄-ခုနှစ်မှာ ရဟန်းခံခဲ့တာ ဖြစ်လို့ အသက် ၂၀-မှာ တစ်ဝါရတဲ့

သက်စေ့ဝါရဖြစ်တဲ့ကြောင့် ၁၃၆၈-ခုနှစ်မှာ ရဟန်း ၄၅-ဝါရပါတယ်။ ဒါက ၄၅-ဂဏန်း ၁-လုံးပေါ့။ ကောင်းမှုများစွာ ပြုရပါတယ်။ အဲဒီနှစ်မှာ မိမိကို ရဟန်းငယ်ဘဝကစ ယနေ့ အထိ အစစအရာရာ ကူညီစောင့်ရှောက်ပေး ခဲ့တဲ့ ကျေးဇူးရှင် သံတော်ဆင့်ဆရာတော် ဦးတိလောကရဲ့ သက်တော် ၈၀-ပြည့် ပတ္တမြား ရတုမွေးနေ့နှင့် ကြံ့ကြိုက်တိုက်ဆိုင်လာပါ တယ်။ ဆရာတော် ပတ္တမြားရတုအတွက်လဲ မိမိက သိန်းပေါင်းများစွာတန်တဲ့ ပစ္စည်းများစွာ စွန့်ကြဲပြီး ကောင်းမှုပြုခွင့်ရခဲ့ပြန်တယ်။ ကုသိုလ် ထပ်တိုးရတာဖြစ်လို့ ထူးတဲ့ ၄၅ - ပါပဲ။

(၃) နောက်ပြီးတော့ ၁၃၂၄-ခုနှစ်၊ ကဆုန်

- (၁) ကြံ့ကြိုက်ခဲလှတဲ့ ဘုရားသာသနာနှင့် တွေ့ဆုံခွင့်ရတယ်။
- (၂) ကံကောင်းထောက်မလို့ သာသနာတွင်းမှာ ရခဲလှတဲ့လူ့ဘဝကို ရထားတယ်။
- (၃) တရားရှိတဲ့နေရာကောင်းမှာလဲ နေခွင့်ရ တယ်။ တရားအသိဖြည့်သွင်းနိုင်အောင် မျက်စိ နားလဲပြည့်စုံ၊ တရားကို ကျကျ နပ်နပ် လက်ခံနိုင်လောက်အောင် သဒ္ဓါ တရားလဲ အထိုက်အလျောက်ရှိ၊ တရား လမ်းညွှန်ပေးတတ်တဲ့ ပညာရှိများနှင့်လဲ တွေ့ခွင့်ရတဲ့ဂုဏ်ရည် အခွင့်အရေးများ ကိုပါ ဆက်ရထားပြန်တယ်။
- (၄) ဘဝအနှစ်ကောင်းမှုတွေ များလဲများ၊

လမှာ ရဟန်းခံခဲ့တာဖြစ်လို့ ၁၃၆၉-ခုနှစ်၊ ကဆုန်လမှာ မိမိရဲ့ရဟန်းသက် ၄၅-နှစ် ပြည့်ပါတယ်။ ဒါလဲ ၄၅-ဂဏန်း ၁-လုံးပဲ။ ကောင်းမှုများစွာ ပြုရပါတယ်။ အဲဒီနှစ်မှာလဲ ကြံ့ကြိုက်တိုက်ဆိုင်မှု ၂-ခုတွေ့ရတယ်။ တစ်ခု က ရဟန်းငယ်ဘဝကစ ယနေ့ထိ ဆရာသမား အရင်းလို ချစ်ခင်ကြည်ညို လေးစားခဲ့ရတဲ့ စုဒ္ဓသမ (၁၄-ပါးမြောက်) ရွှေကျင်သာသနာပိုင် ကျေးဇူးတော်ရှင် မန္တလေး မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ ဇယမေဒနီ ဝါဆိုဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တအတ္ထိယ မဟာထေရ်မြတ်ကြီးရဲ့ သက်တော် ၉၀-ပြည့် နဝရတ်ရတုမွေးနေ့နှင့် ကြံ့ကြိုက်တိုက်ဆိုင် ခွင့်ရခြင်းပါ။ ဆရာတော်နဝရတ်ရတုအတွက်

- မြန်လဲမြန်, ကောင်းလဲကောင်း, ရှင်းလဲရှင်း အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ခွင့်ရနိုင်တဲ့ သာ သနာ့တာဝန်ကို အနီးကပ်ထမ်းဆောင်ရ တဲ့ ရှင်ရဟန်းဘဝကိုပါ ရလိုက်ပြန်တယ်။
- (၅) အမှားကင်းစင် အမှန်မြင်ကြောင်း တရား ကောင်းများကို သင်ယူနာကြား လေ့လာ ခွင့်ပါရထားလိုက်ပြန်တော့ ခန္ဓာနှင့်ဉာဏ်, လူနှင့်တရား ဆက်သွယ်မိသွားတယ်။ ရှင်ရဟန်းများမှာ ဒုလ္လဘအခွင့်အရေး ၅-မျိုးလုံးရနိုင်ပြီး လူဝတ်ကြောင်များမှာတော့ စတုတ္ထကလွဲရင် ကျန် ၄-မျိုးကို ရနိုင်ပါတယ်။ အချုပ်ကတော့ လူသာ တရားနှင့်အထိုက်တန် ဆုံးဖြစ်လို့ -

မိမိက သိန်းပေါင်းများစွာတန်တဲ့ ပစ္စည်းများ စွန့်ကြဲပြီး ကုသိုလ်ပြုခွင့်ရလို့ ကောင်းမှုများ စွာ ထပ်တိုးရပါတယ်။

နောက်တစ်ခုက မိမိရဟန်းငယ်ဘဝက ၅-နှစ်ပတ်လုံး ပရိယတ္တိပညာသင်ကြားခဲ့ရတဲ့ ကျေးဇူးရှင် မန္တလေးမစိုးရိမ်ကျောင်းတိုက်ကြီးရဲ့ နှစ် ၁၀၀-ပြည့်အထိမ်းအမှတ်နှင့် ကြံ့ကြိုက် တိုက်ဆိုင်ခွင့်ရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ မစိုးရိမ် ကျောင်းတိုက်မှာ မိမိမနေခဲ့ဘူးပေမယ့် မိမိ နေရာ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက်သစ်နှင့် မစိုးရိမ် ကျောင်းတိုက်ဟာ လမ်းလေးပဲခြားတာဆိုတော့ ဝိသုဒ္ဓါရုံကနေ မစိုးရိမ်ကိုသွားပြီး စာပေသင် ကြားခွင့်ရခဲ့တာပါ။ မိမိရဲ့ပညာ ဖွံ့ဖြိုးအောင်

- (၁) လူဖြစ်ဖို့ခက်ခဲတယ်။
- (၂) သုံးလိုဖြစ်တဲ့လူဖြစ်ဖို့ ပိုခက်ခဲတယ်။
- (၃) သုံးတတ်တဲ့လူဖြစ်ဖို့ ဒီထက်ပိုခက်ခဲတယ်။
- (၄) သုံးနိုင်တဲ့လူဖြစ်ဖို့က ဒါထက်ပိုခက်ခဲပြန် တယ်။
- (၅) “ငါတော့ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပြီ” လို့ ကြုံးဝါး ကျူးရင့်ရဲလောက်အောင် တကယ်သုံးဖြစ် တဲ့လူဖြစ်ဖို့ကတော့ အခက်ခဲဆုံးပါ။ တကယ်သုံးဖြစ်မှပဲ လူစွမ်းအား လက်ငင်း ပေါ်မှာကိုး။ ရဟန်းဖြစ်ကျိုးနပ်ဖို့က ပိုပြီး အလွန်အလွန် ခက်ခဲလှပါတယ်။ “၄၅-နှစ် ရဟန်းသက်” ခရီးကို မိမိဟာ ပုထုဇဉ်ပီပီ ခက်ခက်ခဲခဲ ဖြတ်

စွမ်းဆောင်ပေးခဲ့တဲ့ မစိုးရိမ်ကျောင်းတိုက်ကြီးရဲ့ နှစ်၁၀၀-ပြည့်မှာလဲ မိမိက သိန်း ၁၀၀-ကျော် စွန့်ကြဲပြီး ကောင်းမှုပြုခွင့်ရပြီးမှာဖြစ်လို့ ကုသိုလ် အများကြီးတိုးဦးမှာဖြစ်တယ်။ လာမည့် တန်ဆောင်မုန်းလမှာ နှစ် ၁၀၀-ပြည့်မှာပါ။ ပိုထူးတဲ့ ၄၅-ပေါ့။ ၃-နှစ်ဆက်တိုက် ရေတွက်ခွင့်ရတဲ့ ၄၅-ဂဏန်း ၃-လုံးစလုံးမှာပဲ ကျေးဇူးရှင်တွေရဲ့ စိန်ရတု၊ ပတ္တမြားရတု၊ နဝရတ်ရတု၊ ရာပြည့် တွေနှင့် ကြံ့ကြိုက်တော့ ပိုကြည်နူးရတာပေါ့။

ယခုလို ဝမ်းမြောက်ကြည်နူး ကုသိုလ်ထူး ကို ရရှိတိုးပွားစေနိုင်တဲ့ ၄၅-ဂဏန်းများကို ဝမ်း သာအားရ ရေတွက်ခွင့်ရနေခြင်းဟာ ဒုလ္လဘ အခွင့်အရေး ၅-မျိုးကို ရရှိထားတဲ့ကြောင့်ပါ။

ကျော်ခဲ့ရပါတယ်။ ခရီးကြမ်းလို့တော့ မဟုတ် ပါဘူး။ မြင့်မားလွန်းလို့ ခက်ခဲတာပါ။ ရဟန်းဖြစ် နေမှတော့ ခက်ခဲပေမယ့် သတိအမြဲထားပြီး သိက္ခာပြည့်အောင် ဖြည့်ကျင့်ကြိုးစားရုံပေါ့။



### ၂။ လူ့သဘာဝ မြတ်ပုဒ်မှာ လိုက်ရပါ

**ဘုရားအဖြစ်၊ နှစ်အသင်္ချေ၊ နေနိုင်ပေ၊ ကံတွေများလှပါ။**

**လူ့သဘာဝ၊ လိုက်လျောရငြား၊ လေးဆယ့်ငါး၊ နည်းပါးကျန်ရစ်ပါ။**

ဘုရားရှင်တိုင်း ပါရမီကံတော် အနန္တကို ပြည့်ဝပိုင်လှုံ့နေအောင် ဖြည့်ကျင့်ခဲ့ပြီးမှ ဘုရားဖြစ် တော်မူခဲ့ကြတာချည်းပါ။ ဘုရားရှင်အားလုံး

လောကသတ္တဝါများ အကျိုးရှိဖို့သာပွင့်တာ ဖြစ်လို့ အကျိုးရှိတဲ့အချိန်ပွင့်မှပဲ အကျိုးရှိ မှာဖြစ်ပါတယ်။

ပြီးတော့ အသက်တစ်ရာတမ်း အောက် မှာလဲ ဘုရားမပွင့်ပါဘူး။ ကိလေသာ အလွန် အလွန်ထူပြောလွန်းလို့ တရားဟောရတာ မလွယ်လို့ပါပဲ။ ဒီလိုဆိုတော့ ဘုရားရှင်ဟာ အသက်နှစ်ပေါင်း အသင်္ချေမနေရတော့ပဲ အသက် ၁-သိန်းတမ်းတင် ဖြတ်တောက်ခံ လိုက်ရပါတယ်။ ဒါဟာ သဘာဝပါ။

(၂) ဒုတိယက = မျက်မှောက်လက်ရှိ ရောက်နေဆဲ လူ့သက်တမ်းကို ကျော်လွန်ရိုး ထုံးစံမရှိပါ။ ရောက်ရှိဆဲ လူ့သက်တမ်းကိုသာ

သက်တော်နှစ်ပေါင်း အသင်္ချေရည်ရည်နေနိုင် လောက်အောင် ကံတော်အနန္တရှိခဲ့ကြပါတယ်။ သက်တော်အသင်္ချေရည်အောင် အကျိုးပေးနိုင် တဲ့ ကံပါခဲ့ကြပါတယ်။ ကံတော်အနန္တဖြစ်လို့ သက်တော်အသင်္ချေ အနန္တရည်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဘုရားဆိုတာ ဘုရားအစွမ်းနှင့်တရား အစွမ်းပြဖို့ ဘုရားဖြစ်ခဲ့တာဖြစ်လို့ လူ့လောက လူ့သဘာဝနောက်ကိုသာ လိုက်လျောခဲ့ကြရ ပါတယ်။

လူ့အဖြစ်ထင်ရှားအောင် လူ့အဖြစ်ထင် ရှားမှ သတ္တဝါများက တရားကိုလေးစားလာ အောင် လူ့သဘာဝကိုထင်ရှားအောင် ပြပေးရ ပါတယ်။ ခမည်းတော်၊ မယ်တော်၊ မိဖုရား။

လက်ခံရပါတယ်။ ယခု ဂေါတမဘုရားကို ကြည့်ပါ။ လူတွေရဲ့အသက် ၁၀၀-တမ်းမှာ ပါရမီပြည့်လာတာဆိုတော့ ၁-သိန်းတမ်းကို လက်မခံရတော့ပဲ ရောက်ရှိဆဲ ၁၀၀-တမ်းကို သာ လက်ခံရလိုက်ပါတော့တယ်။ ဒါက သဘာဝအားဖြင့် ဒုတိယဖြတ်တောက်ခံခြင်း ပါ။

(၃) တတိယက = ရောက်ရှိဆဲ လူ့သက် တမ်းကို လက်ခံလိုက်ရသော်လဲ သက်တမ်း ပြည့်အောင် မနေရပါဘူး။ သဘာဝအားဖြင့် ရောက်ဆဲလူ့သက်တမ်းရဲ့ ၅-ပုံ ၁-ပုံကို နှုတ်လိုက်ပြန်တယ်။ ဒါကြောင့် ယခု ဂေါတမ ဘုရားရှင်ဟာ ၁၀၀-တမ်းမှာပွင့်တော်မူသော်

သားတော်၊ ဖွားရာနေရာအရပ်၊ ထီးနန်းစတဲ့ ဆွေမျိုးနှင့်အသုံးအဆောင်အမျိုးမျိုးတွေဟာ နောက်ဆုံးဘဝ ဘုရားအလောင်းရဲ့ လူ့သဘာဝ ထင်ရှားအောင် သက်သေထူပြပေးကြတာပါ။

တကယ်လို့ နတ်ကဘုရားဖြစ်ခဲ့ရင် ထူး ဆန်းတာတွေတွေ့ရတိုင်း “စွမ်းတာပေါ့ နတ်ပဲ” လို့ဆိုပြီး “နတ်ပဲ နတ်ပဲ” ကချည်း ဖုံးလွှမ်းသွား တော့မှာပါ။ ဘုရားအစွမ်း၊ တရားအစွမ်းက ပေါ်လွင်လာမှာမဟုတ်တော့ပါဘူး။ လူ့သဘာဝ ကို လိုက်လျောရတဲ့ ထင်ရှားတဲ့သက်သေခံ အထောက်အထားတွေရှိနေတော့ “လူမှဟုတ် ရဲ့လား” လို့ ဘာမှယုံမှားသံသယ ဖြစ်စရာမလို တော့ဘူးပေါ့။

လဲ ၅-ပုံ ၁-ပုံနှုတ်လိုက်ပြန်တော့ ၁၀၀-ပြည့် အောင်မနေရပဲ သက်တော် ၈၀-ပြည့်ရုံသာ နေရပါတော့တယ်။ တာဝတိံသာနတ် ၁-ရက် တောင် မပြည့်တော့ပါဘူး။ လူ့ပြည်မှာ နှစ် ပေါင်း-၁၀၀ရှိမှ တာဝတိံသာနတ်သက် ၁-ရက် ပဲ ရှိသေးတာကိုး။

သက်တော် ၃၅-နှစ်မှာ ဘုရားဖြစ်လို့ သက်တော် ၈၀-မှာ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူတာဆို တော့ ဘုရားအဖြစ်နဲ့ ၄၅-နှစ်သာ နေရပါ တော့တယ်။ စတုမဟာရာဇ်နတ် ၁-ရက်တောင် မပြည့်တော့ပါဘူး။ လူ့ပြည်မှာ နှစ် ၅၀-ရှိမှ စာတုမဟာရာဇ်နတ်သက် ၁-ရက်ပဲရှိသေး တာကိုး။

ကံတော်အနန္တကြောင့် အသက်နှစ်ပေါင်း အသင်္ချေနေနိုင်တဲ့ ဘုရားရှင်ရဲ့သက်တော်ကို လူ့လောက လူ့သဘာဝက ၃-ကြိမ်ဖြတ်ယူထား လိုက်ပါတယ်။ တကယ်ဖြတ်ယူတာမဟုတ်ပေ မယ့် သဘာဝအားဖြင့် ဖြတ်ယူသလိုဖြစ်သွား ရတာပါ။

(၁) ပထမက = ဘုရားဆိုတာ လူတွေရဲ့ အသက် ၁-သိန်းတမ်းအထက်မှာ ပွင့်ရိုးထုံးစံ မရှိပါ။ အိုတာ နာတာ သေတာကို တော်တော် နှင့်မမြင်ရအောင် အသက်ရှည်လွန်းတော့ တရားဟောရတာ မလွယ်လို့ပါ။ သစ္စာ ၄-ပါး ဝိပဿနာတရားပြရတာ ခက်ခဲလွန်းလို့ပါ။ ဘုရားဆိုတာ အလှပြဖို့ ပွင့်တာမဟုတ်ပဲ

သက်တော်တိုလွန်းလို့ အများအတွက် အချိန်ပိုအများကြီးပေးပြီး အလုပ်လုပ်ရပါတယ်။ ကိုယ်တော့အတွက် နေ့စဉ် ကျိန်းစက်အနားယူ ချိန် ၁-နာရီ မိနစ် ၂၀-ခန့်သာ ရှိပါလိမ့်မယ်။ လောကအတွက် အချိန်ပြည့်အလုပ်လုပ်သွား တဲ့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဝေနေယျသတ္တဝါလဲ တစ် ယောက်မှ မကျန်ခဲ့ပါဘူး။ ဟောရမယ့်တရားလဲ တစ်လုံးမှ မကျန်ခဲ့ပါဘူး။ အားလုံးပြီးပြည့်စုံ သွားပါတယ်။

အချိန်တိုလွန်းပေမယ့် တရားကို အပြည့် အစုံဟောခဲ့တာဆိုတော့ ယနေ့ထိ သုံးလို့မကုန် နိုင်လောက်အောင် စွမ်းအားကအနန္တပါ။ ဘုရား ကိုယ်စား ပရိယတ္တိတရားတွေ ထားခဲ့တာဖြစ်

လို့ တရားရှိနေသေးသမျှ ဘုရားရှိနေသေး တယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓသာသနာနှင့်တွေ့ ကြုံခိုက် ဆင်းရဲအပူအားလုံးကို အချိန်မရွေး ငြိမ်းအေးချမ်းသာကြောင်း တရားစွမ်းအား ကောင်းဖြစ်အောင် ပြောင်းလဲအသုံးချခွင့်ရ နိုင်ပါတယ်။ အဆိုးမှန်သမျှကို အနိုင်ယူဖို့ပဲ သာသနာပေါ်ပေါက်လာတာကိုး။



သတ်မိသည်အထိ အမှားကြီးမှားခဲ့ပါတယ်။ နောက်ပိုင်းရောက်မှ ဘုရားနှင့်တွေ့ရလို့ အဝီစိ ငရဲမှလွတ်လောက်အောင် ပြစ်ဒဏ်သက်သာခဲ့ သော်လဲ ခြေလွန်လက်လွန်အမှားကြီးက လက်ဦးသွားမိခဲ့လို့ လောဟကုမ္ဘီငရဲငယ်မှာ ယနေ့ထိပူလောင်တဲ့ဆင်းရဲကို ခံနေရတုန်းပါ။ နှစ်ပေါင်း-၆၀၀၀၀ (ခြောက်သောင်း)ကြာအောင် ခံနေရမှာပါ။ အကောင်းဆိုတာ လက်ဦးလေ စိတ်အေးရလေ၊ ကြိုတင်လေ စိတ်ချရလေပဲ။

ဘုရင်အဇာတသတ်ရဲ့ အမတ်ချုပ်ကြီးဖြစ် တဲ့ ဝဿကာရဟာလဲ ဘုရားသာသနာနှင့်ကြုံ ရပေမယ့် မကြိုက်ခဲ့ပါဘူး။ အရှင်မဟာကစ္ဆည်း ရဟန္တာကို “မျောက်ကြီး” လို့ နှုတ်နဲ့ပြောဆို

**၃။ ဤသာသနာ ကောင်းစွာတွေ့ကြုံ ဘဝဂုဏ်**

- 🕯 **ပညာနည်းပါး၊ သဒ္ဓါရှား၊ စွမ်းအားမစုံက။**
- 🕯 **ကောင်းတာမြင်လဲ၊ မတွေ့ပဲ၊ ချွတ်လွဲတတ်ကြရ။ (ကောင်းတာကြုံလဲ၊ မကြိုက်ပဲ၊ ချွတ်လွဲတတ်ကြရ။)**

ပြစ်မှားမိခဲ့တာကြောင့် သေတော့ မျောက်ကြီး ဖြစ်သွားရရှာတယ်။ ကိုယ့်တရားခံအစစ်ဟာ ကိုယ်ပါပဲ။

သိန်း-၈၇၀၀ ကြွယ်ဝတဲ့ တောဒေယျ သူဌေးကြီးဟာလဲ ဘုရားကိုမြင်ရုံသာမြင်ရပြီး အသိစိတ်ထဲ ဘုရားမရောက်တော့ မတွေ့လိုက် ရဘူး။ တရားဝေးခဲ့ရတယ်။ ပစ္စည်းစွဲလမ်းမှု လောဘကကြီး၊ နှမြောမှု မစ္ဆေရကထူ၊ ဒေါသ အပူက အလွန်များလွန်းလို့ သေတော့ သူ့အိမ် ထဲ ခွေးကြီးဖြစ်ရတယ်။ လူ့ချမ်းသာကို အထုပ် နဲ့မတိုင်းတာပါဘူး။ အထုပ်ကိုနိုင်တဲ့ အလုပ်နဲ့ သာ တိုင်းတာသတ်မှတ် ဘောင်ခတ်ထားပါ တယ်။ အသိမရှိသလောက် အထုပ်ပိပြီး ဒုက္ခ

- 🕯 **ပညာပေါများ၊ သဒ္ဓါပွား၊ စွမ်းအားပြည့်စုံက။**
- 🕯 **ဤသာသနာ၊ ကောင်းစွာတွေ့ကြုံ၊ ဘဝဂုဏ်၊ ပြည့်စုံအေးချမ်းရ။**

ကံကောင်းလို့ ဘုရား တရားရှိတဲ့နေရာမှာ နေရပေမယ့် သဒ္ဓါနဲ့စိတ်ကို မသန်ရှင်းနိုင်ရင် ပညာနဲ့ အမြင်ရှင်းအောင်မကြည့်နိုင်ရင် ဘုရား ကိုမြင်ရပါရက်နဲ့ မတွေ့ရဘူး။ သာသနာနှင့်ကြုံ ရပါရက်နဲ့ မကြိုက်နိုင်ဘူး။ နှလုံးသားထဲ အသိ စိတ်ထဲ တရားစွမ်းအားမရောက်ပဲ ဆုံးရှုံးနှစ်နာ တတ်ပါတယ်။ ကံကောင်းကို ဉာဏ်ကောင်း စိတ်ကောင်းနဲ့ ကြိုဆိုနိုင်မှ စည်ပင်ဖွံ့ဖြိုးတိုး တက်နိုင်ပါတယ်။

ရောက်တတ်စမြဲပါ။

ဘုရားရှင်ရဲ့ ဦးရီးတော် သုပ္ပဗုဒ္ဓဟာလဲ ဘုရားရှင်ရဲ့ ဆွေမျိုးရင်းဖြစ်ခဲ့ရပေမယ့် အသိ စိတ်ထဲ ဘုရားမရောက်ခဲ့တော့ မြင်ရက်သားနဲ့ မတွေ့ခဲ့ရဘူး။ ဘုရားကို ရန်လုပ်မိလို့ မြေမျို ခံရရှာတယ်။ နောက်ဆုံးတော့ ကိုယ့်တရားက လွဲလို့ ဘယ်သူမှ ကိုယ့်ကို ကယ်တင်နိုင်ကြ မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ကဿပဘုရား သာသနာတုန်းက ပိဋက အမော် စာချအကျော်ဆရာတော် အရှင်ကပိလ ဟာ ပိဋက ၃-ပုံ တစ်ဖက်ကမ်းခတ် ပါရဂူ မြောက်တတ်ကျွမ်းပြီး နှစ်ပေါင်းများစွာ စာပေ ပို့ချနေခဲ့သော်လဲ အသိစိတ်ထဲ ဘုရားနှင့်တရား

အရှင်ဒေဝဒတ်ဟာ ဘုရားရဲ့ဆွေမျိုးဖြစ်ရုံ သာမက တန်ခိုးရှင်ရဟန်းတောင် ခဏဖြစ်ခဲ့ရ ပါသေးတယ်။ ဒါပေမယ့် သဒ္ဓါ ပညာနှုမ်းပါးခဲ့ လို့ ဘုရားကိုမြင်ရုံသာမြင်ရပြီး တကယ်မတွေ့ ခဲ့ရပါဘူး။ အသိစိတ်ထဲ ဘုရားရော တရားပါ မရောက်ခဲ့ပါဘူး။ ဘုရားကိုတော်လှန်၊ တရားကို အဆိပ်ပမာ ထွေးအံ့မိခဲ့လို့ ယနေ့အထိ အဝီစိ ငရဲမှာ ပူလောင်စပ်ခါးတဲ့ဆင်းရဲကို ခံနေရတုန်း ပါ။ တကယ်တော့ မရှိတာထက် မသိတာက ပိုခက်ပါတယ်။

ဘုရင်အဇာတသတ်ဟာလဲ တိဟိတ် ဉာဏ်ကြီးရှင်ဖြစ်ပေမယ့် ဘုရားကိုမြင်ရုံသာ မြင်ရပြီး အတွေ့နောက်ကျသွားခဲ့လို့ ဖခင်ကို

လေးလေးနက်နက် မရောက်ခဲ့လို့ ကြုံရုံသာ ကြုံပြီး မကြိုက်လိုက်ရဘူး။ စာပေနှင့်ဘဝကို အလွဲသုံးစားလုပ်မိလို့ သေတော့ငရဲကျရရှာ တယ်။ ပျံတော်မမူရပဲ လျှိုးတော်မူရရှာတယ်။ အကျင့်မပါတဲ့အသိဟာ အသိသေနေတာဖြစ် တဲ့ကြောင့် တကယ်အရေးမှာ ကိုယ့်ကိုမကယ် နိုင်သေးပါဘူး။

ကဿပဘုရား သာသနာတုန်းကပဲ ဒု-သ-န-သော လို့ နာမည်ကြီးတဲ့ သူဌေးသား ၄-ယောက်ဟာလဲ သာသနာနှင့်ကြုံခဲ့ရပေမယ့် မကြိုက်ခဲ့ကြပါဘူး။ အသိထဲ တရားမရောက်ပဲ ဘဝနှင့်ပစ္စည်း ကုဋေ-၄၀ (သိန်း-၄၀၀၀)ကို အလွဲသုံးစားလုပ်ပြီး မကောင်းမှုကိုသာ တစ်ဘဝ

လုံးလွန်ကျူးနေမိခဲ့လို့ သေတော့ လောဟ ကုမ္ဘာ့ရဲကို ရောက်ကြရတယ်။ ယနေ့ထိ ပူ လောင်လှတဲ့ရဲဒုက္ခကို ခံနေကြရတုန်းပဲ။ ငရဲ ရောက်တော့မှ လူ့ဘဝတန်ဖိုးကို သိကြတယ် ဆိုပဲ။ နောင်တဆိုတာ နောင်မှတရတာဖြစ်လို့ ပူရုံကလွဲလို့ ဘာမှ အကျိုးမရှိတော့ပါဘူး။

ယခု ဘုရားလက်ထက်မှာ ဗာရာဏသီမြို့ က ကြိုကြွယ်ပေါ်နှင့်မကြွယ်ဋ္ဌေးတို့ ဇနီးမောင်နှံ ဟာ မိဘအမွေကုဋေ-၁၆၀ (သိန်း-၁၆၀၀၀) ရခဲ့ကြတယ်။ အရိယာဖြစ်နိုင်လောက်အောင် လဲ အတိတ်ကံအမွေပါခဲ့ကြတယ်။ ဒါပေမယ့် တရားဆက်သွယ်ရေးမရှိတော့ ဘဝအသိမဲ့ခဲ့ ကြတယ်။ အသိထဲ တရားမရောက်ပဲ လူညံ့

ကိုယ့်မိသားစုကို ဘာတစ်ခုမှ စီမံခန့်ခွဲပိုင်ခွင့် မရှိတော့ဘူး။ ရာဇကြီးဟာ အလိုက်မသိတတ် တဲ့မိသားစုနှင့် အတူနေရမှာကို ရွံမုန်းစက်ဆုပ် ငြီးငွေ့သွားတယ်။ သူတို့ကလဲ ကိုယ့်ကို မခင် တွယ်ကြတော့၊ ကိုယ်ကလဲ သူတို့ကို လုံးဝ မခင်တွယ်တော့ဘူး။ တရားကျင့်လိုသူအတွက် ဒါဟာ အခွင့်အရေး အောင်ပွဲတစ်ခုပဲ။ ဘာမှ ထူးဖြတ်ဖို့ မလိုတော့ဘူး။ အလိုလိုပြတ်နေပြီး သား၊ လောကဖက်ကဆိုးပြရင် တရားဖက်က ကောင်းပြရုံပဲ မဟုတ်လား။ သာသနာနှင့်တွေ့ ဖို့ မိသားစုတွေက သံယောဇဉ်ပြတ်လောက် အောင် စိမ်းကားပြုပြီး ကူညီလိုက်ကြတယ်။ တရားအတွက် ကျေးဇူးတင်စရာကြီးပဲ။

လူဖျင်းတွေသာ ဖြစ်သွားကြတယ်။ အမွေလဲ အကုန်ဆုံး အိမ် ၂-လုံးလဲလက်လွတ်ပြီး ဗလာ သုညတွေ ဖြစ်သွားကြပါတယ်။ အရိယာလဲ မဖြစ် သူဋ္ဌေးလဲမဖြစ်ကြရတော့ပဲ ကျက်သရေ မဲ့တဲ့ သူတောင်းစားဘဝနဲ့ ဘဝနိဂုံးချုပ်ခဲ့ကြ ရတယ်။ သာသနာနှင့်ကြုံပေမယ့် မတွေ့လိုက် ရပါဘူး။ သဒ္ဓါကြွယ်ပေမယ့် ပညာငယ်နေရင်လဲ သာသနာနှင့်ကြုံရက်သားနဲ့ လွဲတတ်ပါတယ်။ ယခု ဘုရားလက်ထက်က တစ်ဦးတည်းသော သူဋ္ဌေးသားအရှင်သုဒိန်ဟာ သဒ္ဓါတရားကောင်း လွန်းလို့ အသက်နှင့်လဲလှယ်ပြီး ရဟန်းပြုခဲ့သူ ဖြစ်ပေမယ့် ချင့်ချိန်နိုင်တဲ့ပညာ နည်းပါးတော့ အမှားကိုကျူးလွန်မိပြီး တစ်ဘဝလုံး ပူလောင်

မိသားစုနှင့် အတူမနေလိုတော့ပဲ ရဟန်းပြု လိုတဲ့ဆန္ဒနဲ့ ဘုရားသီတင်းသုံးရာကျောင်းကို သွားပြီး ဝေယျာဝစ္စပြုနေတယ်။ ရာဇကြီး လမ်းတစ်ဝက်မက အောင်သွားပြီပေါ့။ ရဟန်း တော်တစ်ပါးချင်းထံသွားပြီး ရဟန်းပြုခွင့်တောင်း ပေမယ့် “လူအိုကြီး” ဆိုပြီး ဘယ်ရဟန်းကမှ လက်မခံကြဘူး။ ခွင့်လဲမပြုကြဘူး။ တစ်နေ့ တော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာရဲ့ ချီးမြှောက်မှုနဲ့ ရဟန်းအဖြစ် ရသွားတယ်။ ရာဇကြီးက ဟိုတစ် ချိန်တုန်းက အရှင်သာရိပုတ္တရာအတွက် ဆွမ်း တစ်ဇွန်း လောင်းလှူခဲ့ဖူးတယ်ဆိုပဲ။ အဲဒီ ဆွမ်းတစ်ဇွန်းကျေးဇူးကြောင့် အရှင်သာရိ ပုတ္တရာက ရာဇကို သပိတ်သင်္ကန်းပေးစွန့်ပြီး

မှုနဲ့ပဲ အဆုံးသတ်ခဲ့ရတယ်။ သာသနာတွင်း ရောက်တာတောင် သာသနာနှင့် မတွေ့လိုက် ရဘူး။ နစ်နာလိုက်တာ။

အသိမရှိရင် သူများအိမ် ဝင်ရောက်တည်း ခိုရဖို့ဆိုတာ အသာထား။ ကိုယ့်ခန္ဓာမှာတောင် တည်းခိုလို့မရပါဘူး။ ဘယ်အာရုံမှာမှ လုံလုံ ခြုံခြုံတည်းခိုခွင့်ရမှာလဲ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘဝ အသိဆိုတာ လူ့မျက်လုံးပဲ။ လူ့မျက်လုံးမရှိရင် ဒုက္ခထွက်ပေါက်တရားကို မသိမြင်နိုင်အောင် အဝိဇ္ဇာက ဘဝကို မှောင်ချထားလိုက်တယ်။ ဒီတော့ တဏှာက အရုပ်အပူထဲ ပိတ်လှောင် ထားပြီး ဆင်းရဲမျိုးစုံ ဒုတ်တွေနဲ့ အချိန်ပြည့်ရိုက် နက်နေတော့တာပဲ။

ရဟန်းပြုပေးလိုက်တာတဲ့။ ချီးကျူးစရာပဲ။

တစ်သက်လုံး ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက် ကူညီထားခဲ့ရတဲ့ ကိုယ့်သွေးသားအရင်းဖြစ်တဲ့ မိသားစုတွေက ဘာကျေးဇူးမှမသိပဲ မိုက်ရိုင်းစွာ စိမ်းကားလိုက်ကြပေမယ့် ဆွမ်းတစ်ဇွန်းကို တစ်ကြိမ်မျှသာ လောင်းလှူကူညီခံခဲ့ရဖူးတဲ့ အရှင်သာရိပုတ္တရာက ကျေးဇူးသိပြီး ဥပဇ္ဈာယ် ပြု ရဟန်းခံပေးလိုက်တယ်ဆိုတော့ ကြက်သီး ထစရာကောင်းလောက်အောင် အံ့ဩချီးကျူး စရာကြီးပဲ။

အရှင်သာရိပုတ္တရာက အသက်အရွယ် ကြီးမှ ရဟန်းပြုခွင့်ရတဲ့ အရှင်ရာဇ မျက်နှာ မငယ်ရ အားမငယ်ရအောင် စားရေး နေရေး

ကံကောင်းလို့ ဘုရားတရားရှိတဲ့နေရာမှာ နေရသူဟာ သဒ္ဓါနဲ့စိတ်ကို သန့်ရှင်းလို့ ပညာနဲ့ အမြင်ရှင်းအောင်ကြည့်နိုင်ရင် ဘုရားကိုမြင်တိုင်း တွေ့နိုင်တယ်။ သာသနာနှင့်ကြုံတော့လဲ ကြိုက်နိုင်တယ်။

ယခု ဘုရားလက်ထက်မှာ ရာဇဆိုတဲ့ အမျိုးသားကြီးတစ်ယောက် ရှိခဲ့ဖူးတယ်။ အသက်အရွယ်ကြီးလာတော့ မိသားစုတွေက သူ့ကို တန်ဖိုးမထားကြတော့ဘူးတဲ့။ လူအို ကြီးမလို့ အိမ်မှာပိုတယ် ရှုပ်တယ်လို့ ထင်လာ ကြတယ်။ မထေမဲ့မြင် အပေါ်စီးဆက်ဆံချင် ကြတယ်။ ပြက်ရယ်ပြု ပြောင်လှောင်ချင်ကြ တယ်။ ကိုယ်က အိမ်ထောင်ဦးစီးဖြစ်ပေမယ့်

ပါမကျန် အကုန်တာဝန်ယူလိုက်တယ်။ ချီးမြှင့် ပေးကမ်းထားတယ်။ နေ့တိုင်း အနားခေါ်လို့ ဟောပြောဆုံးမပေးပြီး တရားနဲ့လဲ ချီးမြှောက် ပေးပါတယ်။ အရှင်ရာဇဟာ ပြောဆိုဆုံးမလို့ သိပ်ကောင်းတယ်ဆိုပဲ။ ဆရာသမားစကားကို သိပ်ပြီး တန်ဖိုးထားလေးစားသတဲ့။ ဆုံးမတဲ့ အတိုင်း တကယ်ကျင့်သုံးအားထုတ်သတဲ့။ “မွန်းတိမ်းမှ လုန်းတဲ့စပါးဟာ နာနာမွေ့ပေးမှ အချိန်မို ခြောက်တော့မယ်” လို့ သဘောထား ပြီး သဲသဲမဲမဲ စွဲစွဲမြဲမြဲ တရားအလုပ်အားထုတ် လိုက်တာ မကြာမီ ရဟန္တာဖြစ်သွားသတဲ့။ သာသနာနှင့် တကယ်တွေ့သွားပြီပဲ။ အခါ နှောင်းပေမယ့် အလာကောင်းပါတယ်။

ကမ္ဘာကျော်လူဆိုးကြီး အင်္ဂုလိမာလဟာ လူ-၁၀၀၀ နီးပါးကို မဆင်မခြင် မိုက်မိုက်ကန်းကန်း သတ်ဖြတ်ခဲ့သူဖြစ်ပေမယ့် ကံကြီးမထိုက်သေးတော့ ဘုရားနှင့်တွေ့ရတဲ့အခါ တရားနာရလို့ သဒ္ဓါ ပညာတွေ ရရှိတိုးပွားခဲ့တယ်။ ရဟန်းအဖြစ်နဲ့ တရားအားထုတ်လိုက်တာ ရဟန္တာဖြစ်သွားခဲ့တယ်။ ဘုရားကိုမြင်တော့ တွေ့ရတယ်။ သာသနာနှင့်ကြုံတော့ ကြိုက်နိုင်တယ်။ သဒ္ဓါ ပညာပြည့်စုံတဲ့အတွက် သာသနာနှင့်တွေ့ရလို့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာရသွားသူတွေ အများကြီးပဲ။ နာဠာဂီရိဆင်တို့၊ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးတို့၊ လင်းနီသား ၅၀၀-တို့၊ ဖားတို့ စတဲ့တိရစ္ဆာန်တွေတောင် သာသနာ

နည်းလမ်းမမှန်ရင် ကောင်းတာလိုချင်ပေမယ့် ရနိုင်မှာမဟုတ်ပါဘူး။ ဒုက္ခအပူလွတ်ချင်လွန်းလို့ ပင်ပန်းကြီးစွာ အဆင်းရဲခံကျင့်နေတတ်ကြတဲ့ သာသနာပအယူရှိသူ တစ်ချို့အကြောင်း စာထဲမှာတွေ့ရဖူးတယ်။ သူတို့ ရဟန်းပြုကြတော့ -  
(၁) အဝတ်မဝတ်ပဲ ဗလာကိုယ်ထီး ကိုယ်တုံးလုံးချွတ်နေတယ်။ ခြိုးခြံလိုက်တာ အဝတ်တောင် မဝတ်တော့ဘူးတဲ့။  
(၂) အဝတ်မဝတ်တော့ ကြမ်းပေါ် မြေကြီးပေါ် ထိုင်ပြီး ထိုင်ရာမှထတိုင်း တင်ပါးဖုံးပေလို့ ဖုံခါထရတယ်တဲ့။  
(၃) ကတုံးတုံးလိုတဲ့အခါ သင်ခန်းခါနဲ့မရိတ်

နှင့်တွေ့ခွင့်ရလို့ တိရစ္ဆာန်အလျောက် ကောင်းကျိုးရသွားကြသေးတာပဲ။ လူဆိုတော့ ဘာပြောစရာလိုတော့မှာလဲ။ သာသနာဟာ သတ္တဝါတွေအတွက်ပဲ ပေါ်ပေါက်လာတာဖြစ်လို့ တကယ့်အားကိုးစရာကြီးပါ။



ဖြတ်ပဲ ထန်းစေ့မှုတ်နဲ့ညှပ်ပြီး ဆံပင်ဆွဲနှုတ်တာတဲ့။  
တစ်ချို့များ ပခုံးလောက်နက်တဲ့တွင်းကိုတူး၊ တွင်းထဲမှာ လူကိုမတ်တတ်ချ၊ ပခုံး ၂-ဖက်ပေါ် ပျဉ်ချပ် ၁-ချပ်စီတင်၊ ပျဉ် ၁-ချပ်စီပေါ် လူ ၂-ယောက်စီ ဝိုင်းနင်း၊ မလှုပ်မရုန်းနိုင်အောင် ဖိညှပ်ချုပ်ထားပြီးမှ ခေါင်းကဆံပင်ကို ဆွဲနှုတ်တာတဲ့။ ဒါမှ ကိလေသာတွေထွက်ပြေးပြီး ဆင်းရဲလွတ်ငြိမ်းမယ်လို့ ယူဆကြတယ်ဆိုပဲ။ ဒုက္ခတွေတိုး ပိုဆိုးပြီး မချိမဆန့် ဆင်းရဲပင်ပန်းရှာမှာပါ။  
ဘုရားရှင်က “ဒီလိုအလွဲအမှားတွေ ထင်ရာလျှောက်လုပ်နေတာထက် ဘာမှမလုပ်

၄။ အသိထူးချွန် လမ်းကောင်းမှန် ကော်ကောင်းတာရ

- ❶ အဝတ်မပါ၊ ရှက်စရာ၊ ဗလာကိုယ်ထီးနေ။
- ❷ ထိုင်ရာမှထ၊ ဖုံခါရ၊ ရှုပ်လှအလုပ်တွေ။
- ❸ ဆံပင်များကို၊ ရိတ်လိုသောခါ၊ ညှပ်ဖြင့်သာ၊ ဆွဲကာနှုတ်ရချေ။

ပဲ အပျင်းထူပြီး ငြိမ်နေတာကပဲ ချမ်းသာခွင့်ရနိုင်သေးတဲ့အကြောင်း” မိန့်ကြားထားတာရှိပါတယ်။ ဒုက္ခရောက်မယ့်အလုပ်ကို ထင်ရာလျှောက်လုပ်နေသူထက် အပျင်းထူနေသူက သက်သာခွင့် ရနိုင်သေးတယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ လူပျင်းချမ်းသာဆိုတာလဲ ဒါပါပဲ။  
အလုပ်မှန်အရာမှာ မလုပ်ပဲအပျင်းထူရင် ဆင်းရဲတယ်။ ကြိုးစားအားထုတ် အလုပ်လုပ်မှ ချမ်းသာမယ်။ အလုပ်မှားအရာမှာတော့ မလုပ်ပဲအပျင်းထူရင် ချမ်းသာတယ်။ သက်သာခွင့်ရတယ်။ ကြိုးစားအားထုတ် အလုပ်လုပ်ရင် ဆင်းရဲမယ်။ လှုပ်လေမြုပ်လေ နှုတ်လေမြုပ်လေနဲ့ ဒုက္ခတွင်းထဲပဲ နစ်မြုပ်သွားမယ်။

- ❶ တိတ္ထိညစ်နွမ်း၊ ရှင်ရဟန်း၊ ပင်ပန်းလွန်းလှချေ။
- ❷ အဆိုးကိုပင်၊ အကောင်းထင်၊ အမြင်လွဲလှပေ။
- ❸ သဲကိုညှစ်ကာ၊ ဆီမရသို့၊ ဒုက္ခတွေသာ၊ တိုး၍လာ၊ လူညာအလုပ်တွေ။
- ❹ လမ်းကြောင်းမရှိ၊ နည်းမသိကာ၊ လုပ်သမျှမှာ၊ ဒုက္ခသာ၊ ကြီးစွာဆင်းရဲပင်ပန်းချေ။
- ❺ လမ်းကြောင်းလည်းရှိ၊ နည်းကိုသိကာ၊ လုပ်သမျှမှာ၊ စွမ်းအားပါ၊ ကောင်းရာရောက်၍ ချမ်းသာပေ။

မောဟမကင်းသေးသမျှ အမှားဆိုတာ တွေ့ရစမြဲပါပဲ။ အမှားဆိုတာ “လွဲမှား” “စွဲမှား” လို့ ၂-မျိုးရှိတယ်လို့ ဆိုရမယ်။ ဒိဋ္ဌိမပါတဲ့ မောဟအမှားက လွဲမှား၊ ဒိဋ္ဌိပါလာရင် စွဲမှားပေါ့။ လွဲမှားက အမှန်ပြင်ပေးနိုင်သူနှင့်တွေ့လို့ ပြင်ပေးလိုက်ရင် အမှန်ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။ စွဲမှားမျိုးကတော့ ဘုရားရှင်တောင် ပြင်ပေးလို့ မရလောက်အောင် စွဲနေတာဖြစ်လို့ ပြင်မရတဲ့အမှားမျိုးပါ။  
ဘုရားရှင်လက်ထက်က အရှင်ဗာကုလရဲ့ ငယ်သူငယ်ချင်း အစေလကသပဟာ စောစောက အညတိတ္ထိတို့ထံမှာ ပြဆိုခဲ့ပြီးတဲ့နည်းအတိုင်း ရဟန်းပြုနေသူဖြစ်တယ်။ အချိန်

ကြာမြင့်စွာ အပင်ပန်းခံကျင့်နေပေမယ့် သဲကို ဆီညှစ် ဆီမထွက်သလို ဘာမှကောင်းကျိုး မရှိတဲ့အလုပ် မှားမှန်းသိလို့ အရှင်ဗာကုလထံ ပြေးလာတယ်။ အလုပ်မှန်ကိုနည်းခံပြီး ရဟန်း ပြုအားထုတ်လိုက်တာ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်လို့ ဆိုတယ်။ သူ့အမှားက ပြုပြင်လို့ရတဲ့ လွဲမှား မျိုးပါ။ အစေလကသပဟာ အရှင်ဗာကုလ ဟောတဲ့တရားကိုနာရလို့ သဒ္ဓါပညာဖြစ်ပေါ် တိုးပွားပြီး သာသနာနှင့် တကယ်တွေ့သွားရ တယ်ပေါ့။

ဒီလို အမှားမျိုးတွေနဲ့ အချိန်ကုန်နေသူ အတွက် “၄၅” နှစ် စတဲ့ ဂုဏ်ယူစရာအရေ အတွက်တွေ ပေါ်မလာနိုင်ပါဘူး။ တိုးလာသမျှ

- 🕯 **လူလောက်မလှ၊ ရှင်းလှသော်လဲ၊ အကျင့်စွဲ၊ အမြဲတွင်အောင်ရန်းနိုင်ကြ။**
- 🕯 **ည သ်-ကမ္ပဝါ၊ သိမ်-သံဃာဟု၊ ပေါင်းကာစု၊ ဝတ္ထု ၅-ပါး ပြည့်စုံရာ။**
- 🕯 **နှစ်ရာနှစ်ဆယ်၊ ခုနစ်သွယ်ကို၊ ကိုယ်ဝယ်ဆင်မြန်း၊ မြတ်ရဟန်း၊ အစွမ်းပြနိုင်ကြ။**
- 🕯 **ကောင်းမှုထုံမွှမ်း၊ မြတ်ရဟန်း၊ အစွမ်းပြနိုင်ရာ။**

“ရှင်ရဟန်း” ဆိုတဲ့စကား “ရှင်ပြု ရဟန်းခံ” ဆိုတဲ့စကားဟာ ထေရဝါဒသာသနာရှိတဲ့ နေရာ အခါမျိုးမှာမှ ပြောနိုင် ကြားနိုင်တဲ့စကားမျိုးပါ။ ဗုဒ္ဓသာသနာရှိတဲ့ နေရာ၊ အခါမှပဲ လုပ်လို့

အရေအတွက်တွေက ကြောက်စရာ စိတ်ပျက် အားငယ်စရာတွေချည်း ဖြစ်နေမှာပါ။

ယခုလောကထဲမှာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမ တရားလမ်းကြောင်းအမှန် ရှိနေပါတယ်။ လမ်း ကြောင်းရှိပေမယ့် ဆက်သွယ်ပေးသူမရှိရင် နည်းလမ်းသိရမှာမဟုတ်လို့ နှမြောစရာအချိန် တွေ အလကားကုန်နေဦးမှာပဲ။ ဆက်သွယ်ပေး သူတွေရှိမှပဲ နည်းလမ်းကိုအမှန်သိပြီး အချိန်နှင့် ဘဝကို အဖိုးတန်အောင် အချိန်မီ အသုံးချနိုင် မှာပါ။ ဒါမှ ရေတွက်နေရသမျှ အားတက် ကြည်နူးစရာတွေချည်း ဖြစ်နိုင်မှာသေချာတယ်။

မိမိတို့ဟာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ တရားလမ်းကြောင်း အမှန်လဲရှိနေလို့ လမ်းကြောင်းအရှိကို သိခွင့်ရ

ဖြစ်နိုင်တာမျိုးပါ။  
နေ့စဉ် မြတ်မြတ်နိုးနိုး ရေတွက်ယူနေရ မယ့် လူ့ဘဝရဲ့အနှစ်ချုပ်က ကုသိုလ်တစ်မျိုး တည်းပါ။ စိတ်ကောင်းမှ ရနိုင်တဲ့ကြောင့် ကောင်းမှုလဲ ဟုတ်တယ်။ အဆိုးကိုနိုင်လို့ အကောင်းကိုပိုင်ဖို့ တာဝန်ယူတဲ့ကြောင့် အရှိန် အဝါ၊ စွမ်းအား၊ တန်ခိုးလို့လဲ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။ လူဟာ အရှိန်အဝါနဲ့နေနိုင်ဖို့ အရေးကြီးပါ တယ်။

လူဆိုတာ ကုသိုလ်အရှိန်နဲ့လာခဲ့တာ၊ လူဖြစ်နိုင်လောက်အောင် အတိတ်ကုသိုလ်ကံ လုံလောက်လို့ လူဖြစ်ခဲ့တာ။ နေတော့လဲ ကုသိုလ်အရှိန်နဲ့ပဲ နေနိုင်အောင် ကြိုးစားနေရ

အောင် ဆရာတော် သံဃာတော်များကလဲ ဆက်သွယ်ပေးကြပေလို့ “၄၅” နှစ်စတဲ့ အရည် အသွေးပါတဲ့ ဂုဏ်ယူစရာ အရေအတွက်တွေ ကို ရဲရဲရေတွက်နိုင်ကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။



မယ်။ လူ့ဘဝရဲ့ အဓိကတာဝန်က ကုသိုလ်ရရှိ တိုးပွားရေးပါ။  
ကုသိုလ်ရဲ့ သဘောက အပြစ်မရှိဘူး။ ကောင်းကျိုးကိုပဲ ပေးတယ်။ ကုသိုလ်အရှိန်နဲ့ လူဖြစ်ရသူဟာလဲ အပြစ်ကင်းအောင်နေနိုင် ရမယ်။ မိမိ သူတစ်ပါး ကောင်းကျိုးဆောင်ပေး နိုင်ရမယ်။ စားဝတ်နေရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး ဘာပဲလုပ်လုပ် အပြစ်ကင်းအောင် လုပ်နိုင်ဖို့ လိုမယ်။ ကိုယ့်ကို အာမခံတာဝန်ယူနိုင်မယ်၊ ကောင်းကျိုးပြု ကောင်းမှုစွမ်းအားပေါ်အောင်လဲ သတိဉာဏ်နဲ့ ဖော်ထုတ်ယူရမယ်ပေါ့။ ဒါမှ အပြန်လဲ ကုသိုလ်အရှိန်နဲ့ပဲ ပြန်နိုင်မှာပါ။  
ဘဝအနှစ်ကောင်းမှုကို ယူတဲ့အခါ လူ

### ၅။ ကောင်းမှုထုံမွှမ်း မြတ်ရဟန်း အစွမ်းပြနိုင်စေ

- 🕯 **ဥဒေါင်းပမာ၊ ဝတ်ကြောင်မှာ၊ တူကာ အဆင်းလှ။**
- 🕯 **လှစေကာမူ၊ အကျင့်ဟု၊ အပူများ၍ မတွင်ကြ။**
- 🕯 **ရှင်ရဟန်းမှာ၊ သန့်ရှင်းကာ၊ ဟင်္သာပုံသို့ပြ။**

ဝတ်ကြောင်ဘဝထက် ရှင်ရဟန်းဘဝနဲ့ယူရ တာက များများလဲရနိုင်တယ်။ မြန်မြန်လဲ ရနိုင်တယ်။ ပိုလဲ စင်ကြယ်ကောင်းမွန်နိုင် တယ်။ ဒါပေမယ့် တစ်ခုတော့ရှိတယ်။ သစ်ပင် တက်တဲ့လူလိုပေါ့။ အသီးမှည့်ရှိတဲ့ သစ်ပင် ပေါ်တက်ဆွတ်ခူးတဲ့အခါ သစ်ပင်ခေါင်ဖျား ရောက်အောင် တက်ခူးတဲ့လူဟာ များများ မြန်မြန်ရအောင် ကောင်းတာကိုရွေးပြီး ဆွတ်ခူး နိုင်ပေမယ့် ခြေချော်လက်ချော်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သစ် ကိုင်းဖျားကျိုးပဲ့သွားလို့ပဲဖြစ်ဖြစ် အောက်ကို လိမ့်ကျရင်တော့ မသေဘူးဆိုရင် ကံကောင်း လို့ပဲ။ ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက် မချိမဆန့် ကျိုးပဲ့ကျပြ ကုန်မှာတော့ သေချာပေါက်ပါ။

အောက်ဆုံး သစ်ပင်ခွကြားလောက် တက်ပြီး ဝါးရှည်ရှည်နဲ့ အဝေးက လှမ်းဆွတ်ခူး သူကတော့ အရနည်းလို့ နှေးနှေးပေမယ့် မတော်တဆ ခြေချော်လက်ချော်ကျသွားရင် ပွန်းပဲ့ရုံလောက်ပါပဲ။ သစ်ပင်ခေါင်ဖျားက လိမ့် ကျသူလောက် အကျမနာတတ်ပါဘူး။

ရှင်ရဟန်းဘဝလဲ အမြင့်ကြီးတက်ရတာ ဖြစ်လို့ သဒ္ဓါ ဝီရိယ သတိ ဉာဏ်အားနည်းရင် လူဝတ်ကြောင်ဘဝထက် အကျနာတတ်ပါ တယ်။ ပရိယတ် ပဋိပတ်ကို လွှတ်ထားလိုက် ရင် အားလပ်ချိန်သိပ်များသွားတော့ အထိန်း အကွပ်မရှိ တွေးချင်ရာလျှောက်တော့၊ အတွေး လွန်သွားတော့ ထိန်းမရ သိမ်းမရ ပြောချင်ရာ

၁၀-ပါး ရှိရမယ်။

(၅) သတ်မှတ်ထားမြစ်ထားတဲ့ အပြစ်လုံးဝ ကင်းစင်တဲ့ အသက်-၂၀ ပြည့်သူ လူသား စစ်စစ် ရဟန်းလောင်းလဲ ဖြစ်ရမယ်။

ဒီ ၅-ပါး ပြည့်စုံမှ ရဟန်းလောင်းဟာ အကျဉ်း-၂၂၇ သွယ်၊ အကျယ် ကုဋေ-၉၀၀၀ ကျော်ရှိတဲ့ သိက္ခာပုဒ်ကျင့်ဝတ်သီလကို လိုက် နာကျင့်သုံးရတဲ့ အဆင့်မြင့်ရဟန်းဖြစ်သွားနိုင် ပါတယ်။ ပရမတ္ထအရိယာသံဃာဆိုတာ သမ္မု တိပုထုဇဉ်သံဃာကနေပြီး သိက္ခာ-၃ပါး လမ်းစဉ်နဲ့ အဆင့်ဆင့် တက်သွားရတာမျိုးပါ။



လျှောက်ပြော၊ စည်းဘောင်ကျော်ပြီး လုပ်ချင်ရာ လုပ်မိသွားရင် လူဝတ်ကြောင်တွေထက်ပိုပြီး အကုသိုလ်များတတ်၊ မြန်တတ်တာကိုလဲ အထူးသတိထားဖို့လိုမှာပါ။ ပရိယတ် ပဋိပတ် ကြိုးစားနေသူအတွက် အားလပ်ချိန်မရှိ သလောက်နည်းနေတော့ အကုသိုလ်ဖြစ်ချိန် သိပ်နည်းနေတတ်ပါတယ်။

ဘုရားရှင်က “လူဝတ်ကြောင်ဟာ ဒေါင်း နှင့် တူတယ်။ ရှင်ရဟန်းဟာ ဟင်္သာနှင့်တူ တယ်”လို့ ဥပမာပေးထားတယ်။ ဒေါင်းဟာ လှပေမယ့် အမြီး အမောက် အတောင် ကိုးရိုး ကားရားနဲ့ ဟိုတိုးဒီတိုက် အငြိအတွယ်များလွန်း လို့ ပျံသွားရတာမတွင်ဘူး။ လေးလဲ လေးတယ်

**၆။ ကိုယ်လဲဘုန်းကြီး သူဘုန်းကြီး အကြီးမှန်ပါစေ**

- 🕉 **ကောင်းဆိုး ၂-တန်၊ လောကဓံကို၊ သည်းခံ အောင်အညံ့၊ ချုပ်တည်းတတ်ပါ၊ ခန္တိမှာ၊ မှတ်ပါ အားအစွမ်း။**
- 🕉 **ငြိမ်ငြိမ်နေကာ၊ ငြိမ်းအေးစွာ၊ ကျင့်ပါ ကိုယ့်လုပ်ငန်း။**

တဲ့။ ဟင်္သာဟာ ဒေါင်းလောက် မလှပေမယ့် ငြိစရာမရှိလို့ ပျံရတာတွင်တယ်။ အရိန်ကောင်း လို့ မြန်တယ် တဲ့။ ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ရှိတယ်တဲ့။

လူဝတ်ကြောင်ဘဝဟာလဲ စိတ်တိုင်းကျ ဝတ်စားဆင်ယင် ပြုပြင်နေကြတာဖြစ်လို့ ရှင်ရဟန်းဘဝထက်လှပေမယ့် အာရုံအငြိ အတွယ်များလွန်းတော့ နှေးတယ်၊ လေးတယ် တဲ့။ ကုသိုလ်လုပ်ရတာ မတွင်ဘူးတဲ့။ ရှင် ရဟန်းဘဝကတော့ ကတုံးလဲတုံး၊ ဖန်ရည်စွန်း တဲ့အဝတ်ကို ပုံစံဖျက်ချုပ်ဝတ်ထားရတာလဲ ဖြစ်လို့ လူဝတ်ကြောင်လောက်မလှပေမယ့် ငြိတွယ်စရာမရှိတော့ ရှင်းရှင်းသွားနိုင်တယ်။ သီလအရိန်ကောင်းတော့ မြန်တယ်တဲ့။

🕉 **သိက္ခာဏုန္ဒြေ၊ ကျက်သရေ၊ မှတ်လေ မြတ်ရဟန်း။**

🕉 **ဘုန်းကံလဲကြီး၊ ဉာဏ်လဲကြီး၊ ဘုန်းကြီး စိတ်အေးချမ်း။**

သံဃာဟာ လောကလူအများ ကောင်းမှု မျိုးစေ့ ကြံ့ချစ်စိုက်ပျိုးဖို့ ကောင်းမှုဖြစ်ပေါ်တိုးပွား ဖို့ ပေါ်ပေါက်လာတာပါ။ သမ္မုတိသံဃာထဲမှာ ပါတဲ့ ရဟန်းကို “ဘုန်းကြီး”လို့ ခေါ်ကြတယ်။ လူတွေထက် သီလဘုန်း သမာဓိဘုန်း ပညာ ဘုန်းကြီးအောင် ကြိုးစားနေသူဖြစ်လို့ပါ။ မိမိနှင့် ဆက်စပ်ခွင့်ရသူတွေ ကောင်းမှုဘုန်းကံဖြစ်ပေါ် တိုးပွားအောင် ကျင့်ဆောင်ပေးနေရတာဖြစ် လို့လဲ “ဘုန်းကြီး” လို့ခေါ်နိုင်တယ်။ လူတွေ

ကောင်းမှုကို မြန်မြန်များများလိုချင်လို့ ရှင် ရဟန်းဝတ်တာပါ။ အမျိုးသမီးများ ဘိက္ခုနီ မရှိတဲ့နောက် သီလရှင်ဝတ်ကြတာဟာလဲ ကောင်းမှုတွေ မြန်ချင် များချင်လို့ပါ။

- ပြီးတော့ သမ္မုတိရဟန်းခံတဲ့အခါ -
- (၁) အသံမှန် နေရာမှန်နဲ့ ရှေးဦးစွာ ညတ်ကိုလဲ ၁-ကြိမ်ရွတ်ဆိုရမယ်။
- (၂) အသံမှန်နေရာမှန်နဲ့ ကမ္မဝါစာကိုလဲ ၃-ကြိမ်ရွတ်ဆိုရမယ်။
- (၃) အပြစ်ကင်းတဲ့သိမ်ကောင်းထဲမှာ ရဟန်းခံ တာလဲဖြစ်ရမယ်။
- (၄) သိမ်ဝင်ရဟန်းဖြစ်တဲ့သံဃာ အနည်းဆုံး ၅-ပါးရှိရမယ်။ မဇ္ဈိမဒေသမှာတော့

ဘုန်းကြီးကြောင်း (ကောင်းမှုကြီးကျယ် ကြောင်း) ပုဂ္ဂိုလ်ပေါ့။

ရဟန်းဆိုတာ ကောင်းဆိုး ၂-တန် လောကဓံကို သည်းခံအောင်အည်း ချုပ်တည်း နိုင်ရမယ်။ လူဝတ်ကြောင်တွေထက် ခံနိုင်မှု စွမ်းအား၊ ရင့်ကျက်မှုစွမ်းအား သာလွန်အောင် ခန္တိအားကိုသုံးပြီး လေ့ကျင့်နေရပါတယ်။ အကောင်းလောကဓံကြောင့် လောဘအစွန်း မထွက်ရအောင်၊ အဆိုးလောကဓံကြောင့် ဒေါသအစွန်းဖက်ရောက်မသွားအောင် ထိန်း သိမ်းလေ့ကျင့်ပေးနိုင်မှ သာမန်လူထက် ရင့် ကျက်မှာပေါ့။ ရဟန်းလို့ပြောရင် ရှင်လဲအတူ တူပဲ။ ခန္တိဆိုတာ ရှင်ရဟန်းရဲ့ခွန်အားပါ။

ပြီးတော့ ရဟန်းဟာ ကိုယ်နှုတ်ကို သီလနဲ့ စိတ်ကို သမာဓိနဲ့ငြိမ်အောင် ထိန်းရတယ်။ ဝိပဿနာနဲ့ အပူငြိမ်းအောင်ကျင့်ရတယ်။ သီလဆိုတာ ကိုယ်နှုတ်ရဲ့စည်းကမ်း၊ သမာဓိဆိုတာ စိတ်ရဲ့စည်းကမ်း၊ ဝိပဿနာဆိုတာ အသိရဲ့စည်းကမ်းပါ။ စကားပြောဖြစ်ရုံ သိတာမဟုတ်ပဲ အရှိကိုတကယ်သိမှ ပညာအစစ်ပါ။ အရှိကိုနိုင်ဖို့ပဲ အသိပညာကို ဖြစ်ပေါ်တိုးပွားအောင် လုပ်ရတာပါ။ ရဟန်းဆို ရှင်လဲ အတူတူပဲပေါ့။ သိက္ခာ ၃-ပါးဟာ ရှင်ရဟန်းရဲ့ အလုပ်ပါ။

ပြီးတော့ ရဟန်းဆိုတာ ဣန္ဒြေရရ သိက္ခာပြည့်ပြည့် ကျင့်သုံးနေထိုင်နိုင်အောင် ကြိုးစားလေ့ကျင့်နေရပါတယ်။ အသွင်သဏ္ဍာန်က

တွေရှိရက်သားနဲ့မမြင်ရအောင် အဝိဇ္ဇာကဖုံးထားတယ်။ ကလေးများ ဖုံထဲ ကစားနေတဲ့အခါ လူကြီးတွေလာလို့ မမြင်စေချင်တဲ့အရာရှိရင် ဖုံဖို့ပစ်သလို အဝိဇ္ဇာကလဲ ဉာဏ်ဆိုတဲ့လူကြီး မမြင်ရအောင် ဒုက္ခကို ဖုံဖို့ပစ်တတ်တယ်။ မကျန်းမာလို့ နေထိုင်မကောင်းဖြစ်တဲ့အခါ သတိထားကြည့်ရင် ဒုက္ခကို မြင်လာတတ်ပါတယ်။ “ဒီရောဂါပျောက်လို့ နေကောင်းလာရင်တော့ ကောင်းမှုတရားကို မနေမနား ပြင်းပြင်း ထန်ထန် ကြိုးစားတော့မယ်” လို့ ဆုံးဖြတ်မိတတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် တကယ်နေကောင်းလာပြန်တော့ အဝိဇ္ဇာက ဉာဏ်ဆိုတဲ့လူကြီး မမြင်ရအောင် ဒုက္ခကို ဖုံဖို့သလို ဖုံးပစ်လိုက်

လူဝတ်ကြောင်နှင့်မတူတော့ အရည်အသွေးလဲ လူဝတ်ကြောင်ထက်သာအောင် မြှင့်တင်ပေးနိုင်မှ အဆင့်မြင့်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပြီး ဘုန်းကံပါရမီကြီးမားနိုင်မယ်။ မိမိနှင့်ဆက်စပ်ခွင့်ရသူ လူတွေလဲ မိမိကိုအကြောင်းပြုပြီး ဘုန်းကံပါရမီကြီးမားခွင့် ရကြမယ်။ ဒါမှ “ဘုန်းကြီး” အစစ်ဖြစ်မှာပါ။ ရှင်လဲ အတူတူပေါ့။ ဣန္ဒြေ သိက္ခာဟာ ရှင်ရဟန်းရဲ့ အလှူကျက်သရေပါ။



တယ်။ နေကောင်းသွားရင် တရားမေ့သွားတတ်ပြန်ရော။

ရဟန်းဆိုတာ အဝိဇ္ဇာအဖုံးကို ဉာဏ်နဲ့ခွါပြီး သံသရာဝင်ဆင်းရဲဘေးကို စေ့စေ့စပ်စပ် ကြည့်ရှုသုံးသပ် ဆုံးဖြတ်တတ်တယ်။ ရဟန်းဆို ရှင်လဲပါရောပေါ့။ ဒီစကားက ရှင်ရဟန်းများရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နှင့်ပန်းတိုင်ကို ပြတယ်။ သံသရာဘေးကို ဉာဏ်နဲ့တွေးကြောက်လို့ သံသရာဘေးကလွတ်မြောက်ချင်လို့ ရှင်ရဟန်းပြုကြတာဖြစ်လို့ပါ။ ရည်မှန်းချက်မပျောက်အောင် သတိအမြဲရှိဖို့လိုမယ်။

ပြီးတော့ ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးနေတတ်လို့လဲ ရဟန်းလို့ခေါ်ပါတယ်။ ရှင်လဲ အတူတူ

### ၇။ တရားကျင့်ကာ ကောင်းတာလုပ်တတ် ရဟန်းမြတ်

- ❶ သံသရာဘေး။ ဉာဏ်ဖြင့်တွေး။ မနေ့ရုတတ်။ ရဟန်းမြတ်။
- ❷ ကိလေသာတွေ၊ ဖျက်ဆီးပေးမှတ်လေ ရဟန်းမြတ်။
- ❸ အလှူရှင်များ။ ကောင်းမှုပွားဖို့၊ တရားကျင့်ကာ၊ ခံယူပါ။ တောင်းတာ ရဟန်းမြတ်။

ပေါ့။ အဲဒါက ရှင်ရဟန်းရဲ့ အလုပ်ကိစ္စကိုပြတယ်။ သံသရာဝင်ဆင်းရဲဘေးတွေဟာ မိုးပေါ်က သူ့ဟာသူ ကျလာတာမဟုတ်ဘူး။ ကိလေသာတွေကြောင့် ပေါ်ပေါက်လာတာပါ။ ဆင်းရဲဒုက္ခပြဿနာအပူအအေးလုံး ကိလေသာက မြစ်ဖျားခံတာ။ ဆင်းရဲကြောက်ရင် ဆင်းရဲကြောင်း ကိလေသာတွေကို ဖျက်ဆီးဖို့ ကြိုးစားရမှာပဲ။

တန်ဖိုးမဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့ ရှင်ရဟန်းဘဝကို လာဘာသက္ကာရတွေနဲ့ တိုင်းတာဆုံးဖြတ်ခံနေရရင် အရမ်းနစ်နာဆုံးရှုံးတယ်။ ရှက်စရာလဲ ကောင်းတယ်။ လာဘာသက္ကာရအားလုံးကို တံတွေးပေါက်ပမာ စွန့်ပယ်တော်မူပြီးတဲ့ ဘုရားရှင်ကလဲ အပြင်းအထန် ကဲ့ရဲ့ရှုပ်ချတော်

### 🕯️ တရားကြောင့်သာ၊ မြင့်မြတ်ပါ။ မြဲစွာ သတိချပ်။

သတိရှေ့ထား ဉာဏ်တရားနဲ့ အလွန်ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းလှတဲ့ သံသရာဝင်ဆင်းရဲဘေးကို မြင်အောင်ကြည့်ရှု သုံးသပ်တတ်လို့ ရဟန်းခေါ်တာပါ။ လူတိုင်းဆင်းရဲကြောက်ကြပေမယ့် သတိဉာဏ်ကင်းနေရင် ဆင်းရဲကလူနှင့် ခွဲကိုမခွဲဘူး။ လူတိုင်း ချမ်းသာလိုချင်ကြပေမယ့် သတိဉာဏ်မရှိရင် ချမ်းသာက လူကို “နေခဲ့ဟဲ့ နေခဲ့ဟဲ့” လို့ ကျောပေးပြီး ပြေးနေတယ်။ ဆင်းရဲလွတ်ကြောင်း ကောင်းတာလုပ်မှ ဆင်းရဲလွတ်မှာပါ။

ဆင်းရဲတွေ ဘေးရန်တွေ ကြောက်စရာမူမှာပါ။

လမ်းလုပ်သားများဟာ လမ်းခင်းဖို့ ကျောက်ထုကြသလို တရားလုပ်သားရှင်ရဟန်းများလဲ သိက္ခာ ၃-ပါး မဂ္ဂင်လမ်းခင်းဖို့ စိတ်ဆိုတဲ့ကျောက်ကို ဒါမှမဟုတ် စိတ်နှင့် ယှဉ်တွဲနေတဲ့ ကိလေသာဆိုတဲ့ကျောက်ကို ဝီရိယတူနဲ့ နာနာထုကြရတယ်။ ကွဲအောင် ထုခွဲကြရတယ်။ ကျောက်က ထုရင်းထုရင်း ချော်ချော်သွားတတ်လို့ မချော်ရအောင် သတိလက်နဲ့ သေချာကိုင်ပြီး ထုရမှာပဲ။

ကိုယ့်လက်အင်အားနဲ့ ရွှေလိုမဖြစ်နိုင်တဲ့ အဆောက်အဦးကြီးကို လက်နဲ့တွန်းရွှေနေသူ့ကိုယ့်လက်အင်အားနဲ့ တွန်းလှဲလို့မဖြစ်နိုင်တဲ့

အလွန်ကြီးမားတဲ့သစ်ပင်ကြီးကို လက်နဲ့တွန်း လှဲနေသူဟာ တကယ်အလုပ်လုပ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဉာဏ်နဲ့မချင့်ချိန်ပဲ မတန်မရာလုပ်နေသူကို အလုပ်လုပ်တယ်လို့ မဆိုနိုင်ဘူး။

ကိုယ်နိုင်တဲ့ အလုပ်တာဝန်ကို ကျေပြန်အောင် လုပ်ဆောင်နေသူကိုသာ တကယ်အလုပ်လုပ်တယ်လို့ ဆိုနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် အပူကင်းဝေးချမ်းသာရေးအတွက် ကိုယ်နိုင်သလောက်စီ အကန့်လိုက် အကန့်လိုက် ပိုင်းပြီး တာဝန်ကျပြန်အောင် လုပ်နေရမှာဖြစ်တယ်။ မလုပ်ပဲနေလို့လဲ မဖြစ်ပါဘူး။

ကိလေသာနီဝရဏတွေဟာ ကောင်းမှုတရား လူ့စွမ်းအားတွေ နည်းနည်းကလေး

ကိုယ် လုပ်နေရတာပါပဲ။

ပြီးတော့ တောင်းတတ်တဲ့ကြောင့်လဲ ရဟန်းလို့ ခေါ်တယ်။ ရှင်လဲ အတူတူပေါ့။ တောင်းတယ်ဆိုပေမယ့် သူတောင်းစားလို ကုသိုလ်သိက္ခာမဲ့စွာ တောင်းတာကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ အလှူရှင်များ ကောင်းမှုပွားအောင် အရိယာတို့ရဲ့ တောင်းခြင်းလိုဆိုတဲ့ သိက္ခာရှိတဲ့ ကိုယ်အမူအရာနဲ့ လှူဖွယ်ပစ္စည်းအလှူခံတာကို ပြောတာပါ။ ရှင်ရဟန်းများရဲ့ အသက်ရှင်ရေးဟာ အလှူရှင် ဒကာ ဒကာမများရဲ့ သဒ္ဓါ မေတ္တာ စေတနာကို မှီခိုနေရတယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

ဒီစကားဟာ အလှူရှင် ဒကာ ဒကာမ

တောင် ဖြတ်သန်းခွင့်မရအောင် တရားလမ်းကြောင်း ပိတ်ထားတတ်တယ်။ မအားလို့ လူ့စွမ်းအား မတက်တာမဟုတ်ဘူး။ လမ်းပိတ်ထားလို့ ပိတ်ထားတဲ့လမ်းကို မဖွင့်တတ်လို့ မရတာပါ။ သတိ ဝီရိယ သမာဓိနဲ့ ဖွင့်ပေးရမှာဖြစ်တယ်။ ကိလေသာ ဖျက်ဆီးတယ်ဆိုတာ တရားလမ်းဖွင့်ပေးတာပါပဲ။

အိုးခွက်ပန်းကန်တွေဟာ စားသောက်သုံးစွဲပြီးတိုင်း မဆေးကြောပဲသုံးစွဲနေရင် အဆင်းအနံ့ အရသာတွေ ဖောက်ပြန်ပြီး ရွံစရာကြီးဖြစ်ကုန်တတ်သလို စိတ်လဲ သမာဓိနဲ့ မဆေးကြောရင် ညစ်ပတ်ပေကျိုးပြီး ရွံစရာကြီးဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။ စိတ်မသန့်ရှင်းရင် လူလဲ စက်

များအတွက်လဲ အားပေးရာရောက်တယ်။ “ရှင်ရဟန်းတွေရဲ့ အသက်ရှင်ရေးဟာ သင်ဒကာ ဒကာမတွေနှင့် ဆက်စပ်နေတယ်။ သင်ဒကာ ဒကာမတွေရဲ့ လက်ထဲမှာရှိနေတယ်။ ရှင်ရဟန်းတွေဟာ သင်တို့ရဲ့ ဒါန သီလ ဘာဝနာ ကောင်းမှုတရား ရရှိတိုးပွားဖို့ အမှီကောင်းများဖြစ်တယ်။ ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်း ကောင်းမှုမျိုးစေ့ကြဲချစိုက်ပျိုးရာ လယ်ယာမြေကောင်းများ ဖြစ်ကြတယ်” လို့ အားပေးရာရောက်ပါတယ်။

ရှင်ရဟန်းတွေ အတွက်လဲ မာန်မာန်ကို ချိုးနှိမ်ရာ ရောက်တယ်။ “ငါ့မှာ ဘာတွေပဲရှိရှိ၊ သူများရဲ့ ပေးစာကမ်းစာတွေချည်းပဲ။ ဒါတွေ

ဆုပ်စရာကြီး ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။

စားသောက်သုံးစွဲပြီးတိုင်း အိုးခွက်ပန်းကန်ကို ပြောင်စင်အောင်ဆေးကြောရသလို စိတ်လဲ နေ့တိုင်း သမာဓိနဲ့ ဆေးကြောပစ်ရတယ်။ စိတ်ကို မဆေးပဲပစ်ထားကြလို့ ညစ်ပေကုန်တာပါ။ နေ့စဉ် အလုပ်ကိစ္စတိုင်း ဒီစိတ်ချည်း သုံးနေရတာဆိုတော့ စင်ကြယ်အောင်ဆေးကြောပေးမှပဲ သုံးလို့ အဆင်ပြေမှာပါ။

ပုထုဇဉ်ဆိုတော့ ကိလေသာဟာ ဖြစ်တော့ ဖြစ်မှာပဲ။ ဒါပေမယ့် ဘုရားအား တရားအားနဲ့ အနည်းဆုံး ခပ်ခါခါလေးတော့ ခွါပေးနေရမှာပဲ။ ဒါမှလဲ တရားဝင်ပေါက်ပွင့်သွားမယ်။ နေပူထဲမှာ ပစ်စလက်ခတ် ရေငတ်ခံထားတဲ့

ကြောင့် ဘာမှ ခြေဖျားထောက် မော်ကြွားစရာ မရှိ၊ ဒါတွေနှင့် ထိုက်တန်အောင် မနေထိုင်တတ်ရင် ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက် ထိုးကျသွားနိုင်တယ်။ ဘာပဲ ရှိလာ ရှိလာ၊ အရှိကို အသိနှင့် တွဲပြီး တရားစွမ်းအားပေါ်အောင်သာ အသုံးချမယ်” လို့ မာန်မာန်ကိုချိုးနှိမ်ပြီး တရားအတွက် တွန်းအားပေးရာရောက်တယ်။ ရှင်ရဟန်းတွေနှင့် ဒကာ ဒကာမတွေ အချင်းချင်းအမှီပြုနေကြတယ်ဆိုတာ ကောင်းမှုတရား အတွက်သာ ဖြစ်ရမှာပါ။ အပြန်ပြန် အလှန်လှန် ဝမ်းမြောက်ကြည်နူးဖွယ်သာ တိုးပွားနေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ထေရဝါဒသာသနာ ရှိနေတဲ့ကြောင့် သာသနာကိုမှီပြီး ကောင်းမှုတရားနဲ့ အစွမ်းပြနိုင်

ပန်းပင်နှင့် နေ့စဉ်ရေမှန်မှန်ဖြန်းထားတဲ့ ပန်းပင်ဟာ လန်းဆန်းပုံချင်း မတူနိုင်ကြသလို စိတ်နှင့်ကိလေသာ ပူးကပ်နေသူနှင့် ခပ်ခွာခွာထားနိုင်သူတို့ရဲ့အစွမ်းဟာ ဘယ်လိုမှ မတူနိုင်ပါဘူး။

ရှင်ရဟန်းများရဲ့ ကြည်လင်ရွှင်လန်း ချမ်းမြေ့တဲ့ အလှကျက်သရေကို ကိလေသာအပူနှင့်စိတ် ခွာထားနိုင်သလောက်သာ ရနိုင်ပါတယ်။ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာအားကို လက်တွေ့အသုံးချပြီး မျက်ခြည်မပြတ် ကိလေသာကို ဖြိုဖျက်နေရမှာပဲ။ ရှင်ရဟန်းရဲ့ အဓိကအလုပ်ကလဲ ဒါပဲ။ အတိုချုပ်ကတော့ သတိရှေ့ထား ဉာဏ်တရားနဲ့ အဆက်မပြတ် ကိုယ့်အလုပ်

ကြတာပါ။ ထေရဝါဒဆိုတာ ပရိယတ္တိသုတ၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ၄-မျိုးမြဲမြံ ခိုင်ခန့် တည်ငြိမ်တော်မူကြတဲ့ အရှင်မဟာကဿပ စတဲ့ ထေရ်အရှင်မြတ်ကြီးမှစပြီး ယနေ့လက်ရှိ ဆရာတော်တွေထိ အပြောင်းအရွှေ့မရှိ တစ်သမတ်တည်း ဟောပြောပို့ချ သင်ယူကြိုးစားခဲ့ကြရတဲ့လမ်းစဉ်ကို ပြောတာပါ။

တစ်သမတ်တည်း အပြောင်းအလဲမရှိ တည်ငြိမ်စွာ ကြိုးစားရတဲ့ ထေရဝါဒလမ်းစဉ်ဆိုတာ -

(၁) ဘုရားရှင်ရဲ့ စကားတွေထဲမှာ ဘုရားဟော မဟုတ်တဲ့ စကားတွေကို နောက်ထပ်မထည့်ရဘူး၊ မဖြည့်စွက်ရဘူး။

(၂) ဘုရားဟောထားတဲ့ စကားလုံးတွေထဲက ဘယ်စကားကိုမှ ဖြုတ်မပစ်ရဘူး။ ထုတ်ပယ် မပစ်ရဘူး။

(၃) ဘုရားရှင်ရဲ့စကားတွေကို ပုံစံပြောင်းပြီး မပြင်ရဘူး။ မူရင်းအတိုင်းပဲ ထားရမယ်။ ဒါဟာ ထေရဝါဒမူပဲ။ မူရင်းမပျောက်တော့ ကျင့်စဉ် လမ်းကြောင်း နည်းစနစ်တွေ ပျောက်မသွားဘူး။

မဟာယာနမူဆိုတာ ထေရဝါဒမူရဲ့ပြောင်း ပြန်ပဲ။ ဒါကြောင့် မူရင်း တစ်စတစ်စ ပျောက် တယ်။ မူရင်းပျောက်တော့ ကျင့်စဉ်လမ်းလဲ ပျောက်သွားတယ်။ မြန်မာပြည်မှာ ဆရာ ဒကာ ညီညာပေါင်းစုပြီး သာသနာကိုချီးမြှောက်နေ ကြတယ်ဆိုတာ ထေရဝါဒလမ်းစဉ် မပျောက်

ကြိုးစားနေရမယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်လက်လှမ်းမီ သလောက် သူ့ကိုလဲ ကုသိုလ်ရရှိတိုးပွားအောင် ကူညီပေးနေရမယ်။ သူ့ကြောင့်လဲ ကိုယ့်မှာ ကုသိုလ်ရရမယ်။ ကိုယ့်ကြောင့်လဲ သူ့မှာ ကုသိုလ်ရရမယ်။ ဒါမှ လူ့တာဝန်ကျေမယ်။

လူဆိုတာ ဘယ်တာဝန်တွေ ဘယ် လောက်ပဲကျေကျေ ကုသိုလ်တာဝန်မကျေရင် တော့ စိတ်အေးရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ ကုသိုလ် တာဝန်ကျေမှပဲ တကယ်စိတ်အေးရမှာပါ။

တာဝန်ကျေအောင် ထမ်းဆောင်နိုင်ဖို့ အသိဉာဏ် အရည်အချင်းရအောင် ဖတ်ရှုနာ ယူ သင်ကြားလေ့လာရတယ်။ သိအောင်လုပ် ရတယ်။ ရထားတဲ့အသိဉာဏ်ကို လက်တွေ့

အောင် လိုက်နာထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်နေ ကြတာပဲ။ ထေရဝါဒဆိုတာ ရဟန်းမြတ် လမ်းစဉ်ပါ။



လုပ်ငန်းခွင်ထဲမှာ အဝင်ခွင်ကျ ထည့်သွင်း အသုံးချတတ်ရတယ်။

“လူဆိုတာ ကုသိုလ်တာဝန်ထမ်းဆောင် ရမယ်” လို့ပြောရတာက တစ်ဖက်ကအကုသိုလ် ရှိနေလို့ပါ။ ပြီးတော့ ဆင်းရဲတွေလဲ ရှိနေလို့ပါ။ ချိုးပြောတော့ အပူနှင့်ဆင်းရဲပေါ့။ တစ်ဖက်က အကုသိုလ်နှင့် ဆင်းရဲရှိနေတာကို တကယ် သိရှိနားလည်ဖို့ အကုသိုလ်ကို ဖြတ်ကျော် အနိုင်ယူဖို့ ဆင်းရဲကို လွှမ်းမိုးနိုင်ဖို့ ကိုယ့်အရိ ထဲက ကုသိုလ်ကို နည်းမှန်လမ်းမှန်ဆွဲယူ တတ်ဖို့ ကျွမ်းကျင်တဲ့ တရားအသိဉာဏ်ကို အထူးလိုအပ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သိအောင် လုပ်နေရတာပါ။

### ဂ။ ကျရာတာဝန် စိတ်အားသန် ကော်ထမ်းဆောင်ရ

- ❶ သိအောင်လေ့လာ၊ သိတာကိုကျင့်၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်၊ တိုးမြှင့်ပေးရမှာ။
- ❷ ခန္ဓာ ၅-ရပ်၊ ဉာဏ်ခေါင်းတပ်၍၊ စားဝတ်နေရေး၊ ကျန်းမာရေးဟု၊ စုံအောင်ပြု၊ လူမှုတာဝန်ပါ။

လောကဘောလုံးပွဲဟာ တစ်သင်းတည်းနဲ့ ပွဲမဖြစ်ဘူး။ ၂-သင်းရှိမှ ပွဲဖြစ်တာ။ ၂-သင်းလုံးရဲ့ တာဝန်က တစ်ဖက်အသင်းကို အနိုင်ယူနိုင် ဖို့ပဲ။ အနိုင်ယူနည်းကို လေ့လာသင်ယူကြရ တယ်။ ကြိုတင်လေ့ကျင့်ကြရတယ်။ ဒါမျိုးလိုပဲ တစ်ဖက်မှာရှိနေတဲ့ အကုသိုလ်ကို အနိုင်ယူ နိုင်မှ လူ့တာဝန်ကျေမယ်။ နိုင်အောင် လေ့လာ ရတယ်။ လေ့ကျင့်ရတယ်။ အကုသိုလ်ကိုနိုင် ရင် ဆင်းရဲလဲ လွှမ်းမိုးနိုင်တော့တာပါ။

စားဝတ်နေရေး ကျန်းမာရေးတာဝန်ထမ်း ဆောင်တဲ့အခါ ရုပ်ရဲ့တာဝန်မျှသာမကပဲ စိတ် ပိုင်းဆိုင်ရာ ခန္ဓာ ၄-ပါးရဲ့ တာဝန်ကိုပါကျေပြန် အောင် ထမ်းဆောင်တတ်ရမယ်။ ရုပ်အစာ

- ❶ ကုသိုလ်အစု၊ ကောင်းမှုတာဝန်၊ ကော်ကျေမှု၊ လူ့ဘဝ၊ မုချအေးချမ်းပါ။
- ❷ နေတတ်-မြေတတ်၊ အသေတတ်၊ မြင့်မြတ်လူ့ခန္ဓာ၊
- ❸ ကျရာတာဝန်၊ စိတ်အားသန်၊ ကော်ထမ်းဆောင်ရာ။

လူဆိုတာ ကုသိုလ်အရှိန်နဲ့ လူ့ဘဝကို ရောက်လာလို့ ကုသိုလ်အရှိန်နဲ့နေပြီး ကုသိုလ် အရှိန်နဲ့ပဲ ရှေ့ဆက်သွားရမှာပါ။ လာတုန်းကလဲ ကုသိုလ်နဲ့ နေတော့လဲ ကုသိုလ်နဲ့ ပြန်တော့ လဲ ကုသိုလ်နဲ့ပေါ့။ ဒါကြောင့်လူ့ဘဝရဲ့ အဓိက တာဝန်က ကုသိုလ်ရရှိတိုးပွားရေးတစ်ခုတည်း ပါ။ ကိုယ်လဲ နေ့စဉ်ကုသိုလ်ရရှိတိုးပွားအောင်

သာကျွေးရမှာမဟုတ်ပဲ ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာ ကောင်းမှုများပြုလုပ်လို့လဲ စိတ်အစာ ပါ ကျွေးနေရမယ်။ ဒါမှ အားရှိမှာပေါ့။ ရုပ်အစာ ကျွေးရင်းနဲ့လဲ သတိဉာဏ်တွဲလို့ စိတ်အစာပါ တွဲကျွေးနိုင်တယ်။ သီးသန့်အချိန်ယူလို့လဲ စိတ်အစာကျွေးနိုင်တယ်။ သတိဉာဏ်ပါရင် ဘာလုပ်လုပ် စိတ်အစာမီဝဲနေရမှာပဲ။

ရုပ်အဝတ်ပေးရင် သီလ သမာဓိ ပညာ စိတ်အဝတ်လဲပေးရမယ်။ ရုပ်နေရာပေးရင် ဘုရားအာရုံ တရားအာရုံ ကုသိုလ်အာရုံ သတိ ပဋ္ဌာန်အာရုံဆိုတဲ့ စိတ်နေရာလဲပေးမှ လူ့တာဝန် ကျေမယ်။ ခုကာလ တစ်ချို့နိုင်ငံခြားကလူတွေ စိတ်ပူလောင်လာတဲ့အခါ တိုက်အမြင့်ကြီး

ပေါ်ကနေ ခုန်ခုန်ချကြတယ်ဆိုတာ စိတ်နေရာ မရှိလို့ပဲ။ ရုပ်နေရာရှိပေမယ့် စိတ်နေရာမရှိရင် ဘဝဟာ လုံးဝမလုံခြုံပါဘူး။

ရုပ်ကျွန်းမာရေးအတွက် ရုပ်ဆေးမှီဝဲပြုပြင် ပေးရသလို စိတ်ကျွန်းမာရေးအတွက် တရား ဆေးမှီဝဲ ပြုပြင်ပေးနေရမယ်။ ခန္ဓာ ၅-ပါးလုံးရဲ့ တာဝန်ကို ပြည့်စုံအောင်ထမ်းဆောင်ပေးနိုင်မှ ကုသိုလ်တာဝန်ပါ ထမ်းဆောင်ရာရောက်လို့ လူ့တာဝန်ကျေမှာဖြစ်တယ်။

ခန္ဓာ ၅-ပါးလုံး တာဝန်ကျေမှ အကောင်း အဆိုး ဘာနှင့်တွေ့တွေ့ တရားအသိနဲ့ညှိပြီး ငြိမ်းချမ်းစွာနေတတ်မယ်။ အမေးအမျိုးမျိုးကိုလဲ အမှန်အတိုင်းဖြေတတ်မယ်။ ဘဝအခက်အခဲ

ဓဇဓမ္မာစရိယာဘွဲ့ရတယ်။ စာချတန်း ၃-ကျမ်း မှာ တစ်နိုင်လုံးပထမရလို့ အဂ္ဂမဟာအကျော် ဘွဲ့ကိုပါ ပူးတွဲရခဲ့တယ်။ မြန်မာဂုဏ်ထူးအောင် လို့ သာသနဓဇသိရီပဝရဓမ္မာစရိယာဘွဲ့ကို ဆက် ရခဲ့တယ်။ ပါဠိလိုဖြေဆိုအောင်မြင်လို့ ဝိနယ ပါဠိပါရဂူ၊ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ္ဂပါဠိပါရဂူဆိုတဲ့ ပါဠိ ဂုဏ်ထူး ၂-ဘွဲ့ကိုလဲ ဆက်ရခဲ့ပြန်တယ်။

အများက ခက်လှတယ်လို့ ညည်းတွားနေ ရတဲ့ မန္တလေးသက္ကသီဟစာမေးပွဲကို စာသင် တန်းရော စာချတန်းပါ နံပတ်(၁)ကချည်းပဲ ဖြေဆိုအောင်မြင်ခဲ့တယ်။ စာချတန်းကို ၂-နှစ် တည်းနဲ့ ပြီးအောင်ဖြေနိုင်ခဲ့တယ်။ ပရိယတ္တိ သာသနဟိတဓမ္မာစရိယာဘွဲ့ကို ရခဲ့တယ်။

အရုပ်အထွေးအမျိုးမျိုးကိုလဲ တရားနဲ့ညှိပြီး ငြိမ်းချမ်းစွာ ပြေလည်ငြိမ်းအေးအောင် ဖြေရှင်း တတ်မယ်။ အနေတတ် အဖြေတတ်ရင် အသေတတ်ဖို့လဲ သေချာပြီးသားပါ။ ဒါဆို လူ့ဖြစ်ကျိုးနပ်ပြီပေါ့။



သက္ကသီဟာဘွဲ့လို့ ခေါ်ကြတယ်။

ရန်ကုန် စေတီယင်္ဂဏစာမေးပွဲမှာ စာသင် တန်းရော စာချတန်းပါအောင်ခဲ့လို့ စေတီယင်္ဂ ဏပရိယတ္တိဓမ္မာစရိယဂဏဝါစကဘွဲ့ကို ရခဲ့ တယ်။ စေတီယင်္ဂဏနှင့် သက္ကသီဟအောင်လို့ “အရှင်သိရိန္ဒ”ဆိုတဲ့ ဘွဲ့ရိုးရိုးကနေပြီး “အဘိ ဝံသ” ဘွဲ့ ထပ်တိုးလို့ “အရှင်သိရိန္ဒဘိဝံသ” ဖြစ်လာရတယ်။

နောက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ တိပိဋကရွေးချယ်ပွဲမှာ သင်ရိုးပိဋက ၃-ပုံကို ပြန်ဆိုရေးဖြေခဲ့တော့ အာဂုံ၊ ရေးဖြေ ၂-မျိုးလုံး ပြီးဆုံးအောင်မြင်ခဲ့လို့ “တိပိဋကဓရ တိပိဋကကောဝိဒ”ဘွဲ့ကို ရခဲ့ တယ်။ အဲဒီဘွဲ့ကို အကြောင်းပြုပြီး နိုင်ငံတော်

### ၉။ စွမ်းနိုင်သမျှ ထမ်းဆောင်ရ ဘဝကိုယ်တာဝန်

ဦးပဉ္စင်းဟာ အတိတ်အကြောင်းစုံများနှင့် ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းစုံများ ပေါင်းဆုံမိလို့ သာသနာ့ တာဝန်ကိုထမ်းဆောင်ဖို့ လက်ခံလိုက်ပါတယ်။ သာသနာ့တာဝန်ကိုလက်ခံလိုက်တာနဲ့ ကုသိုလ် တာဝန်ပါဝင်သွားပြီပဲ။ ၁၃၂၂-ခု၊ နယုန်လဆန်း ၈-ရက်နေ့မှာ ဒုတိယအကြိမ် ရှင်သာမဏေ

အစိုးရက “တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက” ဘွဲ့ကိုပါ ဆက်ကပ်ပေးခဲ့တယ်။

ကိုယ့်အောင်မြင်မှုကို ကိုယ့်ဟာကိုယ်ဖော် ပြရတာက ကြားလိုလို့မဟုတ်ပါဘူး။ ၄၅-နှစ် ရဟန်းသက်ဘဝကို မှတ်တမ်းတင်ပြတာပါ။ ဒါပါမှ မှတ်တမ်းပြည့်စုံမှာပဲ။ စာမဖွဲ့လောက် တဲ့ အခြားစာမေးပွဲတစ်ချို့ကို အောင်မြင်လို့ နိကာယ်ဆိုင်ရာဘွဲ့တစ်ချို့ကိုလဲ ရခဲ့ပါသေး တယ်။ တစ်ချို့က “ဒေါက်တာ” “ပီအိတ်ချီဒီ” စတဲ့ လောကီနှင့် ဆက်နွယ်တဲ့ဘွဲ့ကိုပါ ထပ် ယူဖို့ ကမ်းလှမ်းလာကြပါသေးတယ်။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်ရဲ့စွန့်စားမှုနဲ့ရထားတဲ့ “တိပိဋက”ဘွဲ့ကို ဝါးမျိုးလွှမ်းမိုးသွားတာ မခံလိုတဲ့ကြောင့် လက်

ဝတ်လိုက်ပါတယ်။ ၁၃၂၄-ခု၊ ကဆုန်လပြည့် ကျော် ၈-ရက်နေ့မှာ ရဟန်းအဖြစ်ရောက်ခဲ့ပါ တယ်။ ဒကာ ဒကာမတွေက အကြိမ် ၂၇၀- ခန့် သိက္ခာထပ်ခဲ့ကြတယ်။ ယခု ၄၅-နှစ်တိတိ ပြည့်ပါပြီ။ ဦးပဉ္စင်းရဲ့ ရဟန်း ၄၅-ဝါလုံး ဝိသုဒ္ဓါ ရုံတွေချည်းပဲ။ မန္တလေးမြို့၊ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက် မှာ ၅-ဝါနှင့် ရန်ကုန်မြို့၊ ဗဟန်း မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ တိုက်မှာ ၁-၄၀ တိတိပါ။

တာဝန်ထမ်းဆောင်နိုင်အောင် ပရိယတ္တိ ပညာကို သင်ယူခဲ့ပါတယ်။ သတ်မှတ်ထားတဲ့ ပရိယတ္တိစာမေးပွဲများကိုလဲ ဖြေဆိုခဲ့တယ်။ ရဟန်း ၁-ဝါရမှ ပထမငယ်ကို စ,ဖြေတယ်။ စာချတန်းထိ အဆင့်ဆင့်အောင်ခဲ့လို့ သာသန

မခံပဲ ငြင်းပယ်ခဲ့ပါတယ်။ ရခဲ့သမျှ စာမေးပွဲ ဂုဏ်အားလုံးကို “တိပိဋက”ဂုဏ်ထဲမှာ ပေါင်း ထည့်လိုက်ပြီး “တိပိဋကယောဆရာတော်”လို့ တစ်လုံးတည်း စုပေါင်းသုံးလိုက်ပါတယ်။ မြတ် ဗုဒ္ဓရဲ့ ၄၅-နှစ်ဟောထားတဲ့ ပိဋက၃-ပုံ စကားဖြစ်တဲ့ “တိပိဋက”ဆိုတဲ့ဂုဏ်ထက် ဘယ် ဂုဏ်ကိုမှ မြတ်နိုးစရာမရှိပါဘူး။ တိပိဋက ပရိယတ္တိ နောက်က တိပိဋကပဋိပတ္တိ ဆက် ရုံးပဲရှိတော့တာပါ။

ဦးပဉ္စင်းရဲ့ဘဝမှတ်တမ်းတစ်ချို့ကို ၄၅- နှစ်တရားသက် (ဓမ္မလက်ဆောင်-၂၉) စာအုပ် ထဲမှာ ဖော်ပြထားခဲ့ပြီးဖြစ်လို့ ဒီမှာတော့ နောက်ဆက်တွဲမှတ်တမ်း အတိုချုပ်လောက်ပဲ

ပြမှာပါ။

ဓမ္မတာဝန်ထမ်းဆောင်ဖို့ အသိဉာဏ် အရည်အချင်းဟာ ပြီးပြည့်စုံနိုင်တယ်လို့ မရှိ နိုင်တော့ ယနေ့ထိ လေ့လာရဆဲ၊ လေ့ကျင့် ရဆဲပါ။ စာမေးပွဲတွေအောင်လို့ ရထားတဲ့အသိ လောက်နဲ့လဲ လုံလောက်သေးတာမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်သိထားတဲ့ထဲက ကိုယ်လက်လှမ်းမီ သလောက် ယူပြီးတော့လဲ လက်တွေ့သုံးနိုင် သလောက် သုံးရတာပေါ့။ သူများအတွက်လဲ စွမ်းနိုင်သလောက် သင်ပြပို့ချပေးတယ်။ ဟော ပြော လမ်းညွှန်ပေးတယ်။ ဓမ္မလက်ဆောင် စာအုပ်ငယ် ၄၅-မျိုးကိုလဲ အခမဲ့ရေးသား ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းခဲ့တယ်။ ယခုလဲ ဖြန့်ဝေ

ငြင်းပယ်လို့ မရနိုင်တဲ့ကြောင့် နိုင်ငံတော် သံဃမဟာနာယကတာဝန်ကို ယူလိုက်ရပါ တယ်။ ကျရာတာဝန်ကို ကျေအောင်ထမ်းရုံ ပေါ့။ ၄၅-နှစ် တရားသက်ရဲ့ အနှစ်ချုပ်သတိကို ကိုင်ထားရုံပေါ့။

အားလုံးငြိမ်းချမ်းကြပါစေ

တိပိဋကပေဓာနဆရာတော်

မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်

နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

(၁၃၆၈-ခု၊ နှောင်းတန်ခူးလ၊ ၂၀၀၇-ခုနှစ်၊ ဧပြီလ)



လှူဒါန်းနေဆဲပါ။ သိန်းချီရိုက်နှိပ်ထားပါတယ်။

ဟောတရားခွေများကိုလဲ စာအုပ်အဖြစ် ပြောင်းပြီး စာအုပ်အမျိုးပေါင်း ၃၀-ကျော် ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ဝေခဲ့တယ်။ ဘုရား တရားတွေကို သာမန်လူနားလည်တဲ့ စကားအသုံးအနှုန်း များနဲ့ ဖြန့်ဝေပေးခဲ့လို့ ရဟန်းရှင်လူအများ အသိဉာဏ်တိုးပွားခွင့် ရကြပါတယ်။ ဟော တရားခွေမြောက်မြားစွာကိုလဲ ကူးပွားပြီး အခမဲ့ လှူပေးပါတယ်။ ဓမ္မာစရိယ စာသင်သားများ အတွက် ဓမ္မာစရိယလမ်းပြကျမ်းကိုလဲ ရေး သားရိုက်နှိပ် ဖြန့်ဝေပေးခဲ့တယ်။

ရန်ကုန်မြို့ ဗဟန်း မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက် သစ်နှင့် တိုက်ခွဲများဖြစ်တဲ့ ရန်ကုန်မြို့ မြောက်

ဒဂုံ ၄၂-ရပ်ကွက် ထေရဝါဒဓမ္မရောင်ခြည် စာသင်တိုက်၊ ကလေးမြို့ မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံတိုက် သစ်၊ ကလေးမြို့ တောင်ဖိလာတောရစာသင် တိုက် ၄-တိုက်တို့ရဲ့ ကြီးပွားတိုးတက် စည်ပင် ဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် အထူးကြောင့်ကြစိုက် စောင့် ရောက်ပေးတယ်။ ခန္တီမေတ္တာကို အများဆုံး သုံးပြီး သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ အုပ်ချုပ်တယ်။ ကုသိုလ် ဝန်ထမ်းဖြစ်တဲ့ကြောင့် ဗြဟ္မဝိဟာရလမ်းစဉ် ၄- ချက်၊ သင်္ဂဟဝတ္ထု ၄-ပါးကို လက်ကိုင်သုံးပြီး ကုသိုလ်ရအောင် အုပ်ချုပ်တယ်။

ဘာသာရေးအသင်းအဖွဲ့ပေါင်းစုံတို့ရဲ့ သြဝါဒါစရိယ ဦးဆောင်နာယကအဖြစ်နဲ့လဲ အမျိုးဘာသာ သာသနာအတွက် စိတ်ပါလက်

ပါ အားတက်သရော စွမ်းနိုင်သမျှ ဆောင်ရွက် ပေးပါတယ်။ စေတီတော်၊ ဓမ္မာရုံ၊ ဆေးရုံ၊ ဘုန်းကြီးကျောင်း၊ အထက်တန်းကျောင်း၊ အလယ်တန်းကျောင်း စတဲ့ ကုသိုလ်ရေး၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးစတဲ့ လိုအပ်တဲ့အရာ တွေကို သိန်းပေါင်းများစွာစွန့်ကြဲပြီး လှူဒါန်း ကူညီထောက်ပံ့ အားပေးခဲ့ပါတယ်။

နိုင်ငံတော်ဗဟိုသံဃာ့ဝန်ဆောင် တာဝန် ကို ၁၀-နှစ်၊ တိပိဋကဓရ ရွေးချယ်ရေးအဖွဲ့ သြဝါဒါစရိယတာဝန်ကို ၁၂-နှစ် ထမ်းဆောင် ပြီး သာသနာအတွက် အားတက်သရော ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့တယ်။ ယခု ဆဋ္ဌအကြိမ် သံဃာ့အဖွဲ့အစည်းမှာတော့ လုံးဝရှောင်လွှဲ