

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏  
မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး



တိပိဋကဓမ္မလက်ဆောင် (၃၉)

ဒုတိယအကြိမ် ဓမ္မဒါန  
အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

သာသနာ ကောဇာ ခရစ်  
၂၅၅၁ ၁၃၃၀-ခုနှစ်၊ တပေါင်းလ ၂၀၀၈-ခုနှစ်၊ မတ်လ  
(မင်္ဂလာဗျူဟာ နှစ်၅၀-ပြည့် အထူးလက်ဆောင်)

မာတိကာ



၁။ မေတ္တာအစွမ်း စိတ်အေးချမ်း	၁
၂။ မင်္ဂလာ မီးသွေးခဲရတု	၁၂
၃။ မေတ္တာပေါင်းစု ရွှေရတု	၂၁
၄။ မင်းမလို့ ပွားနိုင်တာ	၃၂
၅။ လက်ဖျောက်တစ်ချက်	၄၅
စွမ်းအားတက်	

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်	- ၃၂၀၅၀၂၀၆၀၄
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်	- ၃၂၀၄၄၅၀၆၀၄
ပုံနှိပ်သူ	- ဒေါ်ခင်အေးမော် (၀၆၀၂၄) ဂုဏ်သီရိပုံနှိပ်တိုက် ရတ၊ ပတ္တမြားလမ်းသွယ်(၁)၊ ရတနာအိမ်ရာ၊ သာကေတ။ ဖုံး - ၀၉၅၀၀၂၅၅၅
ထုတ်ဝေသူ	- ဦးကျော်ဟင်း ယုံကြည်ချက်စာပေ အမှတ် (၁၁၁)၊ ၃၃လမ်း၊ ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
အုပ်ရေ	- ၁၀၀၀၀
တန်ဖိုး	- ဓမ္မဒါန
အကြိမ်	- ဒုတိယအကြိမ်

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏

မေတ္တာကျေးဇူး ခွဲမီးရည်ထူး

တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၃၉)

(မင်္ဂလာဗျူဟာ ရွှေရတုအထူးလက်ဆောင်)



နမော ခန္တိမေတ္တာဗလဿ

၁။ မေတ္တာအစွမ်း စိတ်အေးချမ်း

မေတ္တာပိဟာရီ ယော ဘိက္ခု။ ပဿန္နော ပုဒ္ဓသာသနော။  
အဓိဂစ္ဆေ ပဒံ သန္တံ။ သင်္ခါရူပသမံ သုခံ။

(ဓမ္မပဒ - ၅ ဒု ၃၇၃)

ဖြည့်ကျင့်နိုင်သူ အလွန်ရှားတာကိုး။ ပါရမီ ဖြည့်နိုင်သူရှိပြန်တော့လဲ ကမ္ဘာပေါင်းများစွာ ဇွဲရှိရှိ စွဲစွဲမြဲမြဲ ဖြည့်ကျင့်ရတာဖြစ်လို့ အကြာ ကြီးစောင့်ရတာပါ။ ဒါကြောင့် ပုဒ္ဓသာသနာနှင့် တစ်ကြိမ်တစ်ခါတွေ့ဖို့ဆိုတာ အလွန်ခက်ခဲ တဲ့အခွင့်အရေးပဲ။ ဘဝတစ်သိန်း၊ ကမ္ဘာတစ် သိန်းကြာလို့တောင် တစ်ခါတွေ့ဖို့ လွယ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ပုဒ္ဓသာသနာနှင့် တွေ့ခွင့်ရသူ ဟာ ကံအကောင်းဆုံးပေါ့။ ပုဒ္ဓပွင့်လာလို့ ပုဒ္ဓ သာသနာပေါ်လာရင် ကိုယ်ကလဲ ကံကောင်းဖို့ တော့ လိုလိမ့်မယ်ပေါ့။

ပုဒ္ဓ၊ ပုဒ္ဓသာသနာနှင့်တွေ့ဖို့ ခက်ခဲလွန်း လှသလို ယုံကြည်လက်ခံနိုင်ဖို့ကလဲ သိပ်

- ✽ ပုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ သာသနာ၊  
ကောင်းစွာလက်ခံမှ။
- ✽ ကောင်းစွာလက်ခံ၊ စွမ်းအားမှန်၊  
ကေနိရိလာရ။
- ✽ စွမ်းအားရှိလာ၊ ငြိမ်းချမ်းစွာ၊  
မေတ္တာပွားနိုင်ကြ။
- ✽ မေတ္တာအစွမ်း၊ စိတ်အေးချမ်း၊  
ရွှင်လန်းတည်ငြိမ်လှ။
- ✽ စိတ်တည်ငြိမ်ဘိ၊ အမှန်သိ၊  
အရှိအတိုင်းသိမြင်ကြ။
- ✽ ဆင်းရဲအားလုံး၊ ချုပ်ပျောက်သွင်း၊  
ကုန်ဆုံးအေးချမ်းရ။

ခက်ခဲလှပါတယ်။ တွေ့နေပါရက်သားနဲ့ လက် မခံနိုင်သူတွေ အများကြီး၊ လူထဲမှာတောင် လူတစ်သိန်း တစ်ယောက် လက်ခံနိုင်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကလဲ အခက်အခဲတစ်ခုပဲ။ အကောင်းနှင့်ကြုံရင် ကြိုက်တတ်ဖို့က သဒ္ဓါ အစစ်လိုတယ်။

ပုဒ္ဓဟာ သတ္တဝါတွေလိုတာ အကုန်ဝေ ပေးဖို့ ဓမ္မကိုဖော်ထုတ်ခဲ့တယ်။ ကောင်းတာ လိုချင်တဲ့ သတ္တဝါတွေမှာ ထည့်စရာရှိမှ ဝေစု ရကြမယ်။ ထည့်စရာဆိုတာ သဒ္ဓါတရားကို ပြောတာ၊ သဒ္ဓါတရား ထည့်စရာမရှိဘဲနဲ့ ကောင်းတာတွေလိုချင်လို့ ရမှာမဟုတ်ဘူး။ ထည့်စရာမလုံရင်လဲ ဝေစုရမှာမဟုတ်ဘူး။

- ✽ မေတ္တာကျေးဇူး၊ စွမ်းရည်ထူး၊  
ချီးကျူးထိုက်ပေစွ။  
ဒေါ်စန်းစန်းမေ (နဝင်္ဂ်သုခဆေးတိုက်၊  
ဘုန်းကြီးလမ်း) က မင်္ဂလာဗျူဟာ ရွှေရတု  
အထိမ်းအမှတ် တရား ၁-ပုဒ် လိုချင်တယ်  
လို့ လျှောက်ထားတောင်းဆိုလာပါတယ်။  
ဒါ့ကြောင့် “မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး” ဆို  
တဲ့ ရွှေရတုလက်ဆောင် တရား ၁-ပုဒ်ပေး  
လိုက်ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၄-နှစ်လောက်တုန်း  
ကလဲ သူ့ရဲ့အသက် ၅၀ ပြည့်အထိမ်းအမှတ်  
တရား ၁-ပုဒ် တောင်းခဲ့လို့ “လူ၏စွမ်းအား  
မြတ်တရား” ဆိုတဲ့ ရွှေရတုလက်ဆောင်  
တရား ၁-ပုဒ် ပေးခဲ့ဖူးပါသေးတယ်။

ထည့်စရာ မသန့်ရှင်းရင်လဲ အကောင်းတွေ ရဖို့မလွယ်ဘူး။

ကုသိုလ်တရားလောက်ကောင်းတာ လောကမှာ ဘာမှမရှိဘူး။ ကောင်းမှုလို့လဲ ခေါ်တယ်။ စွမ်းအားတန်ခိုး အရှိန်အဝါလို့လဲ ခေါ်တယ်။ ကုသိုလ်ဟာ လိုတာအကုန်ပေး နိုင်တဲ့ကြောင့် လူ့တန်ခိုးပဲ။ ကုသိုလ်ဆိုတာ ပိုက်ဆံပေးဝယ်လို့ ရနိုင်တာမဟုတ်ဘူး။

ခေတ်မှီစက်ကိရိယာယန္တရားတွေနဲ့ ထည့် သွင်းလို့လဲ မရနိုင်ဘူး။ ဘေးလူတွေ ဝိုင်းထည့် ပေးလို့လဲ ရနိုင်တာမဟုတ်ဘူး။ “လာကြ လာကြ” လို့ လက်ယပ်ခေါ်လို့လဲ လာနိုင်တာ မဟုတ်ဘူး။ သဒ္ဓါတရား တံခါးဖွင့်ပေးမှ ရနိုင်

တရားလက်ဆောင်ဟာ တောင်းသူ အတွက်ရော၊ ပေးသူအတွက်ရော၊ ယူသူ အတွက်ရော နှစ်သက်မြတ်နိုးဖွယ်၊ အားတက် ကြည်နူးဖွယ် အကောင်းဆုံးပါ။ တောင်းသူ မရှိပဲတောင် ကိုယ်က အလိုက်သိသိနဲ့ ပေး ရမယ့်အရာပါ။ လောကမှာ တရားလောက် ကောင်းတဲ့လက်ဆောင် ရှိတာမှမဟုတ်ပဲ။

ပုဒ္ဓဟာသတ္တဝါများအတွက် အကောင်း ဆုံး ဓမ္မလက်ဆောင် ဝေငှပေးဖို့ လောကထဲ ပေါ်ပေါက်လာရတာပါ။ လောကထဲ ပုဒ္ဓတစ် ဆူပွင့်လာဖို့ အလွန်ခက်ခဲပါတယ်။ ပုဒ္ဓဆိုတာ ခွဲတမ်းနဲ့ပွင့်တာမှ မဟုတ်ပဲ။ အလွန်ခက်ခဲတဲ့ ပါရမီကို ရဲရဲရင့်ရင့် စွန့်စွန့်စားစား အနှစ်နာခံ

တာမျိုးဖြစ်တယ်။ သဒ္ဓါတရားဆိုတာ ကုသိုလ် ဝင်ပေါက်ပဲ။

ပြီးတော့ သဒ္ဓါတရားဟာ ကုသိုလ်စာရင်း ကိုင်ပါ။ ကုသိုလ်လုပ်ချင်ရင် သဒ္ဓါတရားထံ စာရင်းပေးသွင်းရတယ်။ စာရင်းထဲမပါရင် ဘာ လုပ်လုပ် ကုသိုလ်မဖြစ်နိုင်ဘူး။ သဒ္ဓါတရားရှိမှ စိတ်အားပြည့်ပြီး ကျန်းမာတယ်။ ဓါတ်ဖောက် ပြန်ပြီးရပ်မကျန်းမာရင် ဘယ်လောက်ကောင်း တဲ့အစာကိုပဲစားစား ခံတွင်းပျက်နေလို့ ကောင်း တဲ့အရသာမတွေ့နိုင်သလို ဇွတ်အတင်းစား ရင်လဲ အန်ပစ်တတ်သလို သဒ္ဓါဓါတ်ဖောက် ပြန်လို့ စိတ်မကျန်းမာရင်လဲ ဘယ်ကုသိုလ် လုပ်လို့မှ တရားအရသာမတွေ့နိုင်ဘူး။ ဘာ

လုပ်လုပ် ကုသိုလ်ဆို အန်ထုတ်ပစ်နေမှာပဲ။ သဒ္ဓါစစ်စစ်ရှိရင် ကုသိုလ်ကို သိပ်ချစ်တတ်ပြီပဲ။ အကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာ (ဓမ္မ)ကို ကျကျနပ်နပ် လက်ခံနိုင်ပြီပေါ့။ သဒ္ဓါရှိရင် ပညာတွဲမှ အမြဲကောင်းနိုင်တယ်။ လမ်းလဲ ဖြောင့်နိုင်တယ်။ ပညာရှိမှ ကောင်းမကောင်း စိစစ်ရွေးချယ်တတ်တယ်။ သဒ္ဓါပညာတွဲမိရင် တော်လဲတော်၊ ကောင်းလဲကောင်းနိုင်တဲ့ကြောင့် စိတ်ခွန်အားကောင်းနေပြီပဲ။ ဒါဆို မေတ္တာစိတ်ဖော်ထုတ်ဖို့ မခက်ခဲနိုင်တော့ပါဘူး။ မေတ္တာတကယ်ပွားမယ်ဆို ဖြစ်နိုင်ပါပြီ။

ဗုဒ္ဓသာသနာကို သဒ္ဓါနဲ့ လက်ခံနိုင်စွမ်း

တဲ့ အလုပ်လုပ်သူတို့ရဲ့ ဂုဏ်ယူမြတ်နိုးအားတက်ဖွယ် စကားမျိုးတွေပါ။ အလုပ်သဘောမပါပဲ သူ့ဟာသူကြီးနေတဲ့အကြီးမျိုးကို ဘယ်သူမှ တန်ဖိုးမထားကြပါဘူး။ မေတ္တာလဲမရှိသတိလဲမထား စွမ်းအားလဲမပါသူတို့ရဲ့ အရေအတွက်ဟာ စွမ်းရည်တန်ခိုးတွေလဲ ပဲ့ကျိုးချမ်းသာတွေလဲ ညှိုးနွမ်းခန်းခြောက်နေလို့ ဘာမှတန်ဖိုးမတက်ပါဘူး။ တိုးလာသမျှ အရေအတွက်ဟာ ကြောက်စရာ မျက်နှာငယ်စရာတွေချည်းဖြစ်နေမှာပါ။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရေတွက်ရတာမှ အားမရှိတဲ့ ဒီလိုအရေအတွက်မျိုးကို သူများတွေကလဲ တန်ဖိုးထားကြမှာမဟုတ်ပါဘူး။

ရှိလို့ စိတ်ခွန်အားကောင်းသူဟာ မေတ္တာနဲ့ နေနိုင်ရင် မေတ္တာပွားများကျင့်သုံးတတ်ရင်၊ စိတ်ငြိမ်သက်ငြိမ်းချမ်းတယ်။ မေတ္တာအစွမ်းကြောင့် စိတ်အေးချမ်းပြီး သမာဓိရလွယ်တယ်။ မေတ္တာစွမ်းအားရှင်ဟာ စိတ်ထဲမှာ အလုံးအကြိတ်အခဲတွေ ကင်းနေတာဖြစ်လို့ ဘယ်ဟာပဲရှုရ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖော်ထုတ်ရတာလွယ်ကူတယ်။ စိတ်ငြိမ်သက် ငြိမ်းချမ်းလွယ်တော့ ဝိပဿနာရူပတ်ပွားများလို့ သိပ်ကောင်းတယ်။ ဉာဏ်ပွင့်လွယ်တယ်။

မဆုတ်မနစ် စွဲစွဲမြဲမြဲဆက်ပွားရင် ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် အဆင့်ဆင့် ရင့်ကျက်မြင့်တက်ပြီး နိဗ္ဗာန်

စကားစပ်မိလို့ ပြောရဦးမယ်။ ရွာတစ်ရွာမှာ ဦးတုတ်နှင့်ဒေါ်ပုတ်ဆိုတဲ့ ဇနီးမောင်နှံ ၂-ယောက်ရှိတယ်။ ဦးတုတ်ကလဲ နာမည်နှင့်လိုက်အောင် မဲမဲပုပ်ပုပ်ဝတုတ်ကြီး၊ ဝသလောက် ဒေါသသိပ်ကြီးတယ်။ ဒေါ်ပုတ်ကလဲ ပုတ်ကြီးလိုပဲ ဝတုတ်ကြီး၊ တစ်နေ့မှ တည့်အောင်မနေနိုင်ကြဘူး။ နေ့တိုင်းရန်ဖြစ်နေကြတယ်။

အိမ်ထဲ တစ်နေ့မှ ဘုရားသံ တရားသံ မကြားရ၊ ဆဲဆိုကြိမ်းမောင်းသံတွေချည်းပဲ ပွက်ညံ့ပြီး အပူအခိုးတွေမွန်နေတယ်။ သားသမီးတွေတောင် အပူဓါတ်တွေကူးစက်ပြီး စိတ်ဓါတ်ပူလောင်ချောက်ချား စိတ်ပျက်နေ

ကော်ရဖို့ သေချာပြီးသားပါ။ လမ်းကြောင်းက မှန်နေပြီပဲ။ နိဗ္ဗာန်မရခင်လဲ အပူဝေးလို့အေးချမ်းပါတယ်။



ကြတယ်။ တစ်နေ့တော့ သား မောင်ဦးရဲ့မင်္ဂလာပွဲအတွက် ဦးတုတ်တစ်ယောက် အလုပ်ရှုပ်နေတယ်။ အပေါင်းအသင်းများက “ကိုတုတ် အလုပ်ရှုပ်လှချည်လား၊ ဘာတွေလုပ်နေတာလဲ” လို့ မေးကြတော့ “သားနှင့်ချွေးမ ရန်တိုက်ပွဲလုပ်ပေးနေတာဗျ” လို့ ဦးတုတ်ကဖြေတယ်။ “ငါ့သားလဲ ငါ့လိုပဲ ရန်ဖြစ်ဦးမှာပါ” လို့ ဦးတုတ်က တွက်ဆထားပုံပေါ်ပါတယ်။ သား မောင်ဦး ရှေ့တင်ပဲ ပြောတာပါ။ ဒီစကားကြားတော့ သားမောင်ဦးခမျာ စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်နေရှာတယ်။ “အဖေနှယ် မင်္ဂလာဆောင်တာကို မင်္ဂလာဆောင်တာလိုပဲ ပြောပါတော့၊ ဘယ်



၂။ မင်္ဂလာ မီးသွေးခဲရတု

- မေတ္တာမရှိ၊ သတိမထား၊ စွမ်းအားမပါ၊ ရေစရာ၊ လွန်စွာကြောက်လန့်ရ။
- စွမ်းရည်ပဲ့ကျိုး၊ ချမ်းသာညှိုး၊ တန်ဖိုးမတက်ကြ။

လောကမှာ “ငွေရတု၊ ပုလဲရတု၊ ရွှေရတု၊ စိန်ရတု” စတဲ့စကားတွေဟာ အလုပ်သဘောနဲ့ အရည်အသွေးဖြည့်သွင်း ကြိုးစားနေကြ

နယ် ရန်တိုက်ပွဲလုပ်တယ်လို့ပဲ၊ မင်္ဂလာမရှိလိုက်တာ” လို့ စိတ်ထဲ အောင်သက်သက် အခံရခက်နေရှာတယ်။ အဖေဆိုတော့လဲ နှုတ်နဲ့တော့ပြန်မပြောရဲပါဘူး။ ဒါပေမယ့် စိတ်ထဲမှာ “ဘယ်တော့များ ပြန်ပြောလိုက်ရမလဲ” ဆိုတဲ့ အခဲမကြေစိတ်ကတော့ ပျောက်မသွားဘူး။

တကယ်ပဲ မောင်ဦးတို့ဇနီးမောင်နှံလဲ နေ့တိုင်းလောက်နီးပါး ရန်ဖြစ်လာကြတယ်။ တစ်ခါတစ်ရံ အိမ်ထဲမှာ ရန်ပွဲ ၂-ပွဲ ဆုံနေတတ်တယ်။ ဦးတုတ် - ဒေါ်ပုတ်ရန်ပွဲနှင့် မောင်ဦး - မပြူးရန်ပွဲပေါ့။ မောင်ဦးက သူ့အဖေရဲ့ မင်္ဂလာမရှိတဲ့စကားကြောင့် သူတို့

ဇနီးမောင်နှံ ရန်ဖြစ်နေရတယ်လို့ ထင်နေတယ်။ အမှန်တော့ သူ့အဖေရဲ့စကားကြောင့် ရန်ဖြစ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူးတွေမရှိလို့ အပူတွေကြွပြီး မီးထတောက်တာပါ။

တစ်ချိန်တော့ ဦးတုတ်နှင့်ဒေါ်ပုတ်တို့ရဲ့ မင်္ဂလာအထိမ်းအမှတ်က ၂၅-နှစ်ပြည့်လာသတဲ့။ ဦးတုတ်က ၂၅-နှစ်ဆိုတာ ငွေရတုလို့ ကြားဖူးတော့ မင်္ဂလာငွေရတုအထိမ်းအမှတ်လုပ်ချင်တဲ့ဆန္ဒတွေ ပြင်းပြနေတယ်ဆိုပဲ။ တိုင်ပင်စရာအဖော်ကလဲ သား မောင်ဦးကလွဲရင် ဘယ်သူမှမရှိ။ ရန်ဖြစ်ဖက်ဆိုတော့ ဇနီးနှင့်လဲမတိုင်ပင်ချင်၊ ဒီတော့ သား မောင်ဦး



**၃။ မေတ္တာပေါင်းစု ရွှေရတု**

- ❖ စိတ်ကိုသန့်ကာ၊ ကောင်းစွာလုံစေ၊ အားတက်စေ၍၊ အရေအတွက်၊ အားဖြည့်စွက်၊ ဟာကွက်ပြည့်နိုင်ကြ။
- ❖ ခံယူချက်ပြည့်၊ စည်းကမ်းရှိကာ၊ ပေးကမ်းကာ၊ ပညာပြည့်စုံရ။
- ❖ နောက်နည်းတစ်တန်၊ သည်းခံသနား၊ ဝမ်းမြောက်ငြား၊ ပွားများမေတ္တာခြံတတ်ရ။

နှင့်ပဲ တိုင်ပင်လိုက်ရတယ်။ “သားရယ်-- အဖေတို့လဲ မင်္ဂလာ ၂၅-နှစ်ပြည့်ပြီကွယ်၊ ငွေရတုလုပ်ချင်တယ်၊ ဘယ်လိုလုပ်ရင် ကောင်းမယ်ဆိုတာ သား အကြံဉာဏ်လေး ဘာလေး ပေးပါဦးကွယ်”

ဦးတုတ်က သားမောင်ဦးထံ အားကိုးတကြီးနဲ့ အကြံဉာဏ်တောင်းခံပေမယ့် သားဖြစ်သူက အဖေအပေါ် အခဲမကြေနိုင်သေးဘူး။ မင်္ဂလာဆောင်တာကို ရန်တိုက်ပွဲလို့ပြောခဲ့တဲ့အဖေကို ဘယ်အခါ ဘယ်လိုတုန့်ပြန်ရမလဲဆိုတာ အကွက်ချောင်းစောင့်နေခဲ့တာ၊ ဒီတစ်ခါ အကွက်တိုက်ဆိုင်လာပြီပေါ့။ အဖေတောင်းတဲ့အကြံဉာဏ်ကိုမပေးတော့ပဲ ကလဲ့

- ❖ **၄-မျိုးရှိလျှင်၊ စွမ်းအားရှင်၊ အောင်မြင်တိုးတက်ရ။**
  - ❖ **မေတ္တာပေါင်းစု၊ ရွှေရတု၊ ကောင်းမှုတိုး၍၊ အောင်မြင်ကြ။**
- မင်္ဂလာဗျူဟာရွှေရတုဆိုတာ မေတ္တာနဲ့ စုပေါင်းအလုပ်လုပ်သူတို့ရဲ့ မြတ်နိုးဖွယ်စကားလုံးပဲဖြစ်မှာပါ။ စုပေါင်းအလုပ်လုပ်လာခဲ့တာ နှစ်ပေါင်း - ၅၀ ရှိပြီပေါ့။ ရတနာ ၃-ပါးနှင့် ဆက်စပ်တဲ့ သာသနာအလုပ်လုပ်ရင်း တိုးလာတဲ့အရေအတွက်တွေ ဖြစ်နေတဲ့ကြောင့် ဂုဏ်ယူအားတက်ဖွယ် ကောင်းလှပါတယ်။ ဘယ်တော့မှ မမေ့စကောင်းတဲ့ သာသနာ့သမိုင်းဝင် မြန်မာ့သမိုင်းဝင် ဆဋ္ဌသံဂါယနာအောင်ပွဲကြီး

စားချေတဲ့စကားကိုသာ ပြောပစ်လိုက်တယ်။ ပြောပုံက “အဖေရယ် --- အဖေတို့ဟာ ငွေရတုနဲ့မတန်ပါဘူး၊ နေ့တိုင်းပူပူလောင်လောင်နဲ့ ရန်ဖြစ်နေကြတာပဲ၊ နေ့တိုင်း ရန်ပွဲတွေနဲ့ချည်း အချိန်ကုန်နေတာ၊ ဘာမှတန်ဖိုးမရှိပါဘူး၊ လောကမှာ မီးခဲကိုကြည့်ပေါ့အဖေရာ၊ မီးရှိတော့လဲ ရဲလို့၊ ပူပူနန်းလို့ မကိုင်နိုင်ဘူး၊ မီးမရှိတော့လဲ မဲလို့၊ လက်ပေကျမှာစိုးလို့ မကိုင်ချင်ဘူး၊ ကိုင်လို့မကောင်းဘူး၊ အဖေတို့လဲဒီအတိုင်းပါပဲ၊ မီးရှိတော့လဲ ရဲလို့၊ မီးမရှိတော့လဲ မဲလို့ ဘာကျက်သရေမင်္ဂလာမှမရှိ၊ ဒီတော့ အဖေဒီလိုလုပ်ပါလား၊ မင်္ဂလာငွေရတုလုပ်မယ့်အစား မင်္ဂလာမီးသွေးခဲရတု

တောင် နှစ်ပေါင်း - ၅၀ ရှိလာပြီပဲ။ လောကထဲမှာ သက်မဲ့သက်ရှိအားလုံး ဘာတစ်ခုမှ ရပ်နေတာမဟုတ်တော့ အရေအတွက်ဆိုတာ အမြဲတိုးနေမှာပဲ။ စွမ်းအားမပါပဲရေတွက်နေရင် အရေအတွက်တိုးတိုင်းရေတွက်သူကို ခြိမ်းခြောက်နေတတ်တယ်။ အလုပ်မလုပ်ပဲ အချိန်ဖြုန်းနေသူဟာ အချိန်နှင့်အရေအတွက်တိုးနေသလောက် ကြောက်လန့်တုန်လှုပ်အားငယ်နေရမှာပဲ။ အားကိုးစရာမပါတဲ့ အခွံချည်းဖြစ်နေတာကိုး။

စိတ်ကို သဒ္ဓါနဲ့သန့်၊ သတိနဲ့လုံအောင် ထိန်း၊ ဉာဏ်နဲ့အကွက်စေ့အောင်သုံးနေရင် အရေအတွက်တိုးတိုင်း ရေတွက်သူကို အား

လုပ်လိုက်ပါလား” တဲ့။ ဒီတစ်ခါတော့ သူ့အဖေကို နိုင်ငံပြီဆိုပြီး ပြောချလိုက်တယ်။ ဦးတုတ်က သူ့သားမောင်ဦးပြောတဲ့စကားကို လုံးဝသဘောမကျပေမယ့် သူ့သားကလဲ့စားချေပြောတဲ့စကားဆိုတာ နားလည်ထားလို့ ဘာမှပြန်မပြောပါဘူး။ ကိုယ်က သူ့ကို မဆင်မခြင်ပြောမိထားခဲ့တာကိုး။ အရည်မသွေးမပါတဲ့အရေအတွက်ကို ဘယ်သူမှ တန်ဖိုးမထားကြပါဘူး။



တက်ပျော်ရွှင်စေတတ်တယ်။ အချိန်မဖြုန်းပဲ အလုပ်လုပ်နေသူဟာ အချိန်နှင့်အရေအတွက်တိုးတိုင်း အားတက်နေရတယ်။ အလုပ်အမြဲလုပ်နေသူကို အချိန်တိုင်းက စွမ်းအားဖြည့်သွင်းပေးဖို့ ကြိုဆိုနေကြပါတယ်။ အချိန်ကို တန်ဖိုးထားသူအတွက် အချိန်ဟာပဲ စွမ်းအားမဟုတ်လား။

လူဆိုတာ စွမ်းအားပိုင်ရှင်ပါ။ စွမ်းအားကို ဖျက်ဆီးပစ်နေတတ်တဲ့ လောဘ ဒေါသ မောဟတွေနှင့် စိတ်ကိုခွါပေးနိုင်သလောက် စွမ်းအားထုတ်ယူနိုင်ပါတယ်။ ထုတ်ယူတတ်သလောက်လဲ ရနိုင်ပါတယ်။ တစ်ကိုယ်ရေ တစ်ယောက်အားကို သတိဉာဏ်နဲ့တည်

ဆောက် ရတယ်။ စုပေါင်းအားကိုတော့ ခန္တီ မေတ္တာနဲ့တည်ဆောက်ရပါတယ်။ တစ်ယောက် ကောင်းမှလဲ အများနှင့်ပေါင်းလို့ရနိုင်တယ်။

ကောင်းကျိုးပြုအလုပ်တစ်ခုခု စုပေါင်း လုပ်ဖို့ ဖွဲ့စည်းမယ်ဆိုရင် -

- (၁) အမျိုးဘာသာ သာသနာအတွက် ခံယူ ဦးတည်ချက်ရှိရမယ်။ အမျိုးနှင့်သာသနာ ကို နည်းမှန်လမ်းမှန် ချစ်တတ်ရမယ်။
- (၂) စည်းကမ်းနည်းလမ်းရှိရမယ်။ အချင်းချင်း သစ္စာရှိရမယ်။ အများယုံကြည်စိတ်ချရ လောက်အောင် စည်းကမ်းကို မြတ်မြတ် နိုးနိုးလိုက်နာရမယ်။
- (၃) ခွဲဝေအသုံးချ အနစ်နာခံ စွန့်လွှတ်နိုင်

၄-ချက်မရှိရင် ယင်ကောင်နှင့်တူတဲ့ ပိုလျှံလူ ဖြစ်သွားမှာပဲ။

ဖွဲ့စည်းပုံစနစ် ၄-ချက်အတိုင်း မေတ္တာ တရားနဲ့စုပေါင်းနေထိုင်တတ်သူများမှာ ကောင်း မှုတရားအလွန်တိုးပွားရပါတယ်။ ကိုယ့်ကြောင့် သူများတွေမှာလဲ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတိုးပွားရရှိ ကြပါတယ်။ ကိုယ်နှင့် ဆက်စပ်သမျှအားလုံး ကုသိုလ်ချည်းပဲ။ ကုသိုလ်ဟာ လူ့ဘဝအနှစ် ဆိုတော့ ကုသိုလ်ရအောင်စွမ်းဆောင်နိုင်ရင် လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပြီပေါ့။

ဘုရားလက်ထက်က မြန်မာနာမည်နဲ့ ဦးချစ် - ဒေါ်ခင်ဆိုတဲ့ဇနီးမောင်နှံ ၂-ယောက် ရှိတယ်။ “ချစ်”ဆိုတာလဲ မေတ္တာ, “ခင်”ဆို

ရမယ်။ ကိုယ့်မှာရှိ သူပေး, သူမှာရှိ ကိုယ့် ပေး, ကိုယ်သိ သူပြော, သူသိ ကိုယ့်ပြော, ကိုယ်တတ်နိုင် သူ့ကူညီ, သူတတ်နိုင် ကိုယ့်ကူညီ အဲဒီလို အချင်းချင်း အပြန် အလှန် ကျေးဇူးပြုနေရမယ်။

- (၄) စဉ်းစားဝေဖန် ဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့ အသိဉာဏ် ရှိရမယ်။ အရှိကိုအနိုင်ယူနိုင်တဲ့ အသိ ဉာဏ်ထက်မြက်အောင် လေ့ကျင့်နေရ မယ်။
- နောက်တစ်နည်းပြောရရင် -
- (၁) အချင်းချင်းနှင့်အများအပေါ် သည်းခံ တတ်ရမယ်။
- (၂) သနားကြင်နာ ကိုယ်ချင်းစာတတ်ရမယ်။

တာလဲ မေတ္တာဆိုတော့ မေတ္တာရှင်ဇနီးမောင်နှံ ပေါ့။ ဒီဖွဲ့စည်းပုံစနစ် ၄-ချက်အတိုင်းပဲ မေတ္တာတရားနဲ့ စုပေါင်းနေထိုင်ကြတာဖြစ်လို့ မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူးပိုင်ရင်တွေပါ။ သူ တို့ ၂-ယောက် အလွန်ချစ်ခင် ညီညွတ်ကြ တယ်ဆိုပဲ။ ကိုယ်နဲ့ နှုတ်နဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက်ဖြစ် ဖို့ဆိုတာ အဝေးကြီး၊ စိတ်နဲ့တောင် ဆန့်ကျင် ဖက် မဖြစ်ကြဘူးတဲ့။ စံပြဇနီးမောင်နှံပေါ့။

မိဘအနေအထိုင်မှန်တော့ သားသမီး အပေါ် ဆုံးမရတာလွယ်ကူတတ်တယ်။ ကိုယ့် ရဲ့ အနေအထိုင်သိက္ခာရှိမှုကြောင့် မိဘကို အတုယူပြီး သားသမီးတွေ နေထိုင်ပြောဆို တတ်ကြလို့ လိမ္မာနေတတ်ကြတယ်။ တပည့်

(၃) သူကြီးပွားတိုးတက်ရင် ဝမ်းသာတတ်ရ မယ်။

(၄) အချင်းချင်းနှင့်အများအပေါ် မေတ္တာထား တတ်ရမယ်။

ဒီစနစ် ၄-ချက်နဲ့ ဖွဲ့စည်းပေါင်းစုနေထိုင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ကြရင် ဖွံ့ဖြိုးစည်ပင်တိုး တက်တယ်။ ကြာရှည်ခံတယ်။ အများလေးစား မြတ်နိုးထိုက်တယ်။ စွမ်းအားတွေ အမြဲတိုး ပွားတယ်။ ၂-ယောက်တည်းကစ, ဘယ် လောက်ပဲများများ စွမ်းအားပဲ တိုးတက်နေ မယ်။

ဒီလိုစည်းကမ်းရှိတဲ့ အဖွဲ့အစည်းမျိုးကို ပျားကောင်နှင့်တူတယ်လို့ ဆိုနိုင်တယ်။ ပျား

ကိုဆုံးမရတဲ့ဆရာလဲ ဒီအတိုင်းပါပဲ။ သိက္ခာ ဆိုတာ အရှိန်အဝါပဲ မဟုတ်လား။ မေတ္တာ ရှင် ဦးချစ်-ဒေါ်ခင်တို့ဟာ အိမ်တွင်းအပူတွေ ကင်းရှင်းလို့ စိတ်အမြဲ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ကြ တယ်။ လောကနှင့်လဲ အဆင်ပြေအောင်နေ တတ်တယ်။ ဒါကြောင့် မဂ်ဖိုလ်ရတော့လဲ အတူတူပဲ ရကြတယ်ဆိုပဲ။



ကောင်တွေဟာ ဒီ ၄-ချက်အတိုင်းပဲ စုပေါင်း နေထိုင်ကြတာဖြစ်တယ်။ ပျားကောင်တွေ မြင်ရတာဟာ အားတက်စရာပဲ။ ပျားအုံကြီး ဆိုတာ ပျားကောင်တွေရဲ့ မိသားစုစိတ်ဓါတ် ပြည့်ဝတဲ့ ညီညွတ်ရေးကို သက်သေပြတာတဲ့။ အလွန်ချိုမြိန်ကောင်းမြတ်တဲ့ ဆေးဖက်ဝင်တဲ့ ပျားရေဆိုတာ ပျားကောင်တွေရဲ့မျိုးချစ်စိတ် ကို သက်သေပြတာတဲ့။ ဒါဆိုရင် မင်္ဂလာ ဗျူဟာအဖွဲ့ဆိုတဲ့ ပျားအုံဟာ ညီညွတ်ရေးကို ပြတာပဲဖြစ်ရမယ်။ တိုးတက်အောင်မြင်နေတဲ့ ဓမ္မကိစ္စပျားရေကလဲ အဖွဲ့ရဲ့ မျိုးချစ်စိတ်ကို သက်သေခံတာပဲ ဖြစ်သင့်တယ်။ အခြားအဖွဲ့ အားလုံးလဲ ဒီနည်းပဲဖြစ်ရမယ်ပေါ့။ ဒီစနစ်



၄။ မင်းမလို့ ပွားနိုင်တာ

- ဖြစ်လာပြီးက၊ တားမရ၊ ပျက်ရဏ်ခနား၊
- ပျက်မင်း-သေမင်း၊ အကုန်နင်း၊ ယိုယွင်းချုပ်ပျောက်ပါ။
- သတိမမူ၊ ဉာဏ်မကူ၊ အပူကြီးစိုးပါ။

❖ သတိအားသွင်း၊ တရားမင်း၊  
လမ်းခင်းဆယ်ယူတာ။

❖ အဆိုးကိုနိုင်၊ အကောင်းပိုင်၊  
ကြံ့ခိုင်အေးချမ်းပါ။

❖ မေတ္တာကျေးဇူး၊ စွမ်းရည်ထူး၊  
ကြည်နူးအားတက်ပါ။

မြတ်စွာဘုရား နောက်ဆုံးဟောတဲ့ “ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ” ဆိုတဲ့ စကား၂-ခွန်းမှာ “ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ” က ပျက်မင်း၊ သေမင်းကို ပြတယ်။ သေမင်းဆို တာတော့ နှုတ်ကျိုးနေပြီးသားပါ။ သေမင်းဆိုတာ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါကို ပြောတာမဟုတ်ဘူး။ မရဏတရားကိုပဲပြောတာ၊ သူက အားလုံးကို

တယ်။ သတိကို အသိဉာဏ်ရဲ့မင်းဖြစ်လို့ သိမင်းလို့လဲ ခေါ်နိုင်တယ်။ သတိရှိမှ ဉာဏ်ပွင့်ပြီး အဆင့်မြင့်လူ ဖြစ်နိုင်တဲ့ကြောင့် သတိကို လူမင်းလို့လဲ ခေါ်ရင်ဖြစ်ပါတယ်။ လူရဲ့မင်းပေါ့။

သတိဟာ ပျက်မင်းကို မပျက်အောင် မတားနိုင်ပေမယ့် တရားလက်ဦးအောင်ဆွဲယူပေးနိုင်တယ်။ မပျက်တန် မပျက်ရအောင် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးတယ်။ တားမရတဲ့ အပျက်တွေ တွေ့ရတော့လဲ ထိန်းသိမ်းပေးတယ်။ အဖိုးတန်စွမ်းအားကို ရအောင်ယူပေးတယ်။ လောကမှာ မပြုပြင်ရသေးတဲ့ မှန်ပြားတွေဟာ ကိုင်ထားတဲ့လက်ထဲက

လွှမ်းမိုးအနိုင်ယူတယ်။ ဘယ်သူ့မျက်နှာကိုမှ မငဲ့ဘူး။ ဖြစ်လာပြီးမှတော့ ဘယ်နည်းနဲ့မှတားလို့မရဘူး။ ဘုရားကိုတောင် ချန်ထားတာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် သူကချည်း အနိုင်ယူတတ်လွန်းလို့ စကားနဲ့တင်စားပြီး မရဏကို သေမင်းခေါ်တာပါ။

ဖြစ်လာပြီးရင် ဘယ်လိုမှ တားမရဘူး။ အားလုံးပျက်တာချည်းပဲ။ ပျက်တာက အပျက်ကြီး၊ အပျက်ကလေးလို့ ၂-မျိုးပါ။ တစ်ဘဝကနဲ့သတ်ချိန်စေ့လို့ သေရတာက အပျက်ကြီး၊ မရဏဆိုတဲ့ သေမင်းပေါ့။ စက္ကနဲ့ မိနစ်မလပ် ဒလစပ် အဆက်မပြတ် ဖြစ်ပြီးတိုင်း ပျက်နေတာက အပျက်ကလေး၊ သူလဲ

လွတ်ကျလို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အမြင့်တစ်နေရာရာက လိမ့်ကျလို့ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဖရိဖရဲကျကွဲတဲ့အခါ မှန်စတွေ ဘာမှသုံးမရအောင် အစိတ်စိတ် အမြွှာမြွှာလဲ ကြေမှုပျက်စီးသွားတတ်တယ်။ အနားမှာရှိနေတဲ့ လူကိုလဲ မှန်စတွေထိမှန်ပြီး သွေးထွက်သံယို ပွန်းပဲ့ထိရ ဒုက္ခရောက်သွားစေတတ်တယ်။

ဒါမျိုးလိုပဲ။ သတိဉာဏ်အထိန်းမပါပဲ ဖရိဖရဲပျက်သွားရတဲ့ရုပ်နာမ်တွေဟာ အဖိုးတန် တရားတစ်ခုမှ ချန်မထားခဲ့ကြဘူး။ အကုန်အလကားဖြစ်သွားကြတယ်။ လူကိုလဲသောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿ စတဲ့ အပူမှန်စတွေ ထိမှန်ပြီး ဒုက္ခအပူပွားစေတတ်တယ်။

ဘာကိုမှမငဲ့ပဲ ယိုယွင်းချုပ်ပျောက် ပျက်စီးသွားအောင် အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးပြီး အကုန်နင်းချေ ဖျက်ဆီးပစ်တတ်လို့ ပျက်မင်းပဲ။ သေမင်းပျက်မင်းလို့ ပြောလိုက်ရင် အိုမင်း-နာမင်းလဲ ပါသွားပြီပေါ့။

“အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ” က တရားမင်းကိုပြတယ်။ သာသနာမှာ နံပါတ်-၁ အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့ သတိပေါ့။ လောက၊က လူကိုနိုင်တယ်။ တရားက လောကကိုနိုင်တယ်။ သတိက တရားကိုနိုင်တယ်။ အဖိုးအတန်ဆုံး ဉာဏ်ကိုလဲ သတိက ဖော်ထုတ်ပေးနိုင်တယ်။ လောကနှင့်ဒုက္ခအပေါ် ဩဇာပြောင်းတယ်။ ဒါကြောင့် တရားမင်းပါ။

မှန်ဖြတ်ကိရိယာ၊ မှန်ဖြတ်စက်နဲ့ စနစ်တကျတိုင်းတာထိန်းသိမ်းပြီး မှန်ဖြတ်တဲ့အခါ မှန်တွေကွဲသွားပေမယ့် ညီညီညာညာ အချိုးကျကျ လှလှပပ ပေါ်လာတယ်။ လိုသလို သုံးလိုရတဲ့ အဖိုးတန်မှန်ပြားတွေ ဖြစ်လာကြတယ်။ အကိုင်အတွယ် အထိန်းအသိမ်းကောင်းလို့ မှန်စတွေထိမှန် ဒုက္ခရောက်ရတာလဲ မရှိဘူး။

သတိဉာဏ်ရှုကွက်အစီအစဉ်နဲ့ ပျက်ရတဲ့ရုပ်နာမ်တွေကြောင့် အဖိုးတန်ဝိပဿနာ ဉာဏ်တွေကျန်နေခဲ့တယ်။ ရသလောက်ပြောရင် သီလ သမာဓိ ပညာစွမ်းအားကို လှလှပပ ရလိုက်ပါတယ်။ အပူမှန်စတွေလဲ ဘာမှမထိ

လောဘ ဒေါသ မောဟဦးစီးတဲ့ ကိလေသာတွေက ကိလေသာမကင်းသေးသူ အားလုံး ဘယ်သူ့ကိုမှ မညှာတာပဲ လောင်မြိုက်တတ်တဲ့ကြောင့် “ပူ” မင်းတွေပဲ။ ကိလေသာအပူဟာ မီးပူရှိန် နေပူရှိန်ထက် အဆများစွာ ပြင်းထန်ပါတယ်။ အပူတွေထဲမှာ အဆိုးဆုံး အပူဆုံးပေါ့။

တရားမင်းဖြစ်တဲ့သတိဟာ သေမင်းကို မသေအောင် မတားနိုင်ပေမယ့် ဘဝအနှစ်တရားကို သေမင်းထက်လက်ဦးအောင် ဆွဲယူပေးနိုင်တယ်။ အချိန်မတန်သေးပဲ မသေရအောင်လဲ ကွပ်ကဲစောင့်ရှောက်ပေးတယ်။ အသေတတ် အသေရဲအောင် အားဖြည့်ပေး

လိုက်ပါဘူး။ ပျက်မင်းကို သတိမင်းက နိုင်သွားလို့ပါ။ “မင်းမလို့ ပွားနိုင်တာ” လို့ ဆိုနိုင်တယ်ပေါ့။ “မင်းမလို့” ဆိုတာ ခန္ဓာနှင့်ကိလေသာအပေါ် အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးနိုင်တဲ့ အလွန်အားကောင်းတဲ့ သတိဉာဏ်မင်းစိုးရာဇာအစွမ်းကြောင့် ပွားများအားထုတ်နိုင်တယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

ခန္ဓာပေါ် သတိဉာဏ်နဲ့ လွှမ်းမိုးအနိုင်ယူမထားနိုင်ရင် ကိလေသာဆိုတဲ့ပူမင်းက ကြီးစိုးသွားမယ်။ ဖြစ်ပျက် ၂-တန် နိပ်စက်ခံနေရတဲ့ ခန္ဓာမှာ အဖြစ်ကိုမမြင်ပဲ အပျက်ကိုသာမြင်နေရင် ဒေါသဝင်လာတတ်တယ်။ အပျက်ကို မမြင်ရပဲ အဖြစ်ကိုချည်းမြင်နေရင်လဲ တဏှာ

ဆိုတဲ့ လောဘကြီးစိုးတတ်တယ်။ အကောင်း ထင်လိုက်လောဘဝင်လိုက်၊ အဆိုးထင်လိုက် ဒေါသဝင်လိုက်နဲ့ ပူရှုပ်နေရမှာပဲ။ လောဘ ဒေါသဖြစ်ရင် မောဟလဲပါပြီးသားပါ။ ပူမင်းကြီး စိုးရင် လူဖျင်းဖြစ်ရမှာပဲ။

သတိဟာ ပူမင်းဖြစ်တဲ့ကိလေသာကိုလဲ အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးနိုင်တယ်။ သတိဖြစ်တာနဲ့ ကိလေသာ ကင်းစင်သွားရတာဖြစ်လို့ သတိမြဲ အောင် လေ့ကျင့်ရင်း ကိလေသာပူမင်း မဝင် နိုင်အောင်လဲ ကြိုးစားပေးနေရမယ်။ ကိလေ သာဝင်လာရင် ရှေ့ကဖြစ်သွားတဲ့ ကိလေသာ ကို နောက်က သတိဉာဏ်နဲ့ရှုမှတ်ရင်း ဖယ် ရှားပြီး တရားအမြတ်ပေါ်အောင်လဲ ကြိုးစား



**၅။ လက်ဖျောက်တစ်ချက် စွမ်းအားတက်**

- ✦ လက်ဖျောက်တစ်ချက်၊ လျှပ်တစ်ပြက်၊ မျက်စိတစ်မှိတ်တွင် ။
- ✦ အက္ခရာတစ်လုံး၊ ရွတ်နေတုန်း၊ မဆုံးသေးမီတွင် ။
- ✦ မေတ္တာစိတ်မြတ်၊ အအေးခါတ်၊ ပို့လွှတ်ပေးလိုက်လျှင် ။

ပေးနေရမယ်။ ကိလေသာအပူကို ဖယ်ရှားပြီး ကောင်းမှုတရားနဲ့ အစားသွင်းပေးနေရမယ်။

သိမင်းဖြစ်တဲ့သတိဟာ ပူမင်းဖြစ်တဲ့ ကိလေသာကို ဉာဏ်ထုတ်ရှုမှတ်ရင်း အပူကို အအေးပြောင်းပေးနိုင်တယ်။ လောကပန်ကာ တို့၊ လေအေးစက်တို့၊ ရေအေးစက်တို့၊ ရေခဲ သေတ္တာတို့လိုပေါ့။ ပူတဲ့အချိန်မှာ ပန်ကာ ဖွင့်ထားရင် အေးလာလို့ နေရတာကောင်း သွားတယ်။ ပန်ကာဟာ ပူတဲ့လျှပ်စစ်မီးရှိနေ မှ ခလုတ်နှိပ်ဖွင့်လိုက်ရင် ပန်ကာလည်ပတ် ပြီး လေအအေးခါတ်ပေးနိုင်ပါတယ်။ ပူမှ အအေးရမယ်ပေါ့။

လေကို အေးအောင်လုပ်ပေးတဲ့ လေ

- ✦ **ဈာန်မဆိတ်သုဉ်း၊ ဘုရားဆုံးမ၊ ကျနလိုက်နာ၊ ကျိုးရှိစွာ၊ ရိက္ခာသုံးသူပင် ။**
- ✦ **လက်ဖျောက်တစ်ချက်၊ လျှပ်တစ်ပြက်၊ မျက်စိတစ်မှိတ်တွင် ။**
- ✦ **အက္ခရာတစ်လုံး၊ ရွတ်နေတုန်း၊ မဆုံးသေးမီတွင် ။**
- ✦ **ရုပ်နာမ်အစု၊ ပြောင်းလဲမှု၊ မှတ်ရှုပေးလိုက်လျှင် ။**
- ✦ **ကောင်းမှုအားလုံး၊ လွှမ်း၍ပုံး၊ ထိပ်ဆုံးရောက်သူပင် ။**
- ✦ **မေတ္တာကျေးဇူး၊ စွမ်းရည်ထူး၊ ချီးကျူးထိုက်တဲ့ လူ့စွမ်းအင် ။**

အေးစက်တို့၊ ရေကိုအေးအောင်လုပ်ပေးတဲ့ ရေအေးစက်တို့လဲ ပူတဲ့လျှပ်စစ်မီးရှိနေမှပဲ အအေးခါတ်ပေးနိုင်ကြတာပါ။ ခလုတ်တော့ နှိပ်ရ ဖွင့်ရမယ်ပေါ့။ ရေကို ခဲသည်အထိ အအေးခါတ်ပေးနိုင်တဲ့ ထည့်ထားသမျှ စား သောက်ဖွယ်မျိုးစုံကို မပုပ်မသိုးပဲ ကြာရှည်ခံ အောင် အအေးခါတ်ပေးစွမ်းနိုင်တဲ့ ရေခဲ သေတ္တာဟာလဲ ပူတဲ့မီးရှိနေမှပဲ အအေးခါတ် ကို လွှတ်ပေးနိုင်တယ်။ ခလုတ်တော့နှိပ်ပြီး ဖွင့်ပေးရမှာပေါ့။

အရှိန်သိပ်ပြင်းတဲ့ ကိလေသာပူမင်းတွေ ကိုလဲ ဉာဏ်ပွင့်အောင် သတိခလုတ်နှိပ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်အအေးခါတ်တွေ၊ သီလ

မြတ်စွာဘုရားက သာသနာတွင်းကာလ အချိန်တန်ဖိုးကြီးမားပုံကို လက်ဖျောက်တစ် ချက်တီးကာလနဲ့ ချိန်ထိုးနှိုင်းယှဉ်ပြတော် မူပါတယ်။ လက်ဖျောက်တစ်ချက်ကာလ ဆိုတာ လျှပ်တစ်ပြက်အချိန် မျက်တောင် တစ်ခါခတ်ဆိုတဲ့ မျက်စိတစ်မှိတ် အချိန် ကလေးမျှသာဖြစ်တယ်။ ပေါ်လွင်အောင် ပြောရရင် က-ခ စတဲ့ အက္ခရာတစ်လုံးရွတ် အချိန်ကလေးပါ။ စက္ကန့်ပိုင်း ကလေးပါပဲ။

လက်ဖျောက်တစ်ချက်တီး အချိန်တို လေးအတွင်းမှာပဲ မေတ္တာစိတ်မြတ် အအေး ခါတ်ကို ပို့လွှတ်ပေးနိုင်သူဟာ ဈာန်မဆိတ် သုဉ်းသူဖြစ်တယ်ဆိုပဲ။ ဘုရားအဆုံးအမကို

သမာဓိ ပညာအအေးခါတ်တွေ ပြောင်းလဲဖော် ထုတ်တတ်ရမယ်။ ပူမင်းဦးစီးတဲ့ လူ့အပူ အားလုံးကို လူမင်း အသိမင်းဖြစ်တဲ့ သတိနဲ့ လွှမ်းမိုးအနိုင်ယူရမယ်ပေါ့။ မင်းမလို အေးချမ်း တာပဲဖြစ်ရမယ်။ လူ့အပူတွေ အေးချင်ရင် သတိဉာဏ်ခလုတ်တော့ နှိပ်ဖွင့်ရမယ်။

မေတ္တာလဲ သမာဓိအလုပ်ပဲဆိုတော့ သတိမင်းကို အဆက်မပြတ်ထည့်သွင်းမှ စွမ်း အားတက်နိုင်မယ်။ “မင်းမလို ပွားနိုင်တာ” လို့ ပြောရလောက်အောင် သတိမင်းကို အမြဲကိုင် ထားရမှာပဲ။



ကျနသေချာ လိုက်နာတတ်တဲ့ သာသနာပြု ပုဂ္ဂိုလ်လဲ ဖြစ်ခွင့်ရသွားသတဲ့။ တိုင်းသား ပြည်သူတွေ ပေးလှူထောက်ပံ့ထားတဲ့ စား ဖွယ်ရိက္ခာကိုလဲ အကျိုးရှိရှိစားသုံးသူဖြစ် နိုင်တယ်ဆိုပဲ။ သူရောကိုယ်ရော သိပ်အကျိုး ကြီးတယ်ပေါ့။

လက်ဖျောက်တစ်ချက်တီး ကာလအတွင်း မေတ္တာပို့လွှတ်တော့ အက္ခရာတစ်လုံးရွတ် အချိန်ကလေးပဲရှိတာဖြစ်လို့ “ချမ်းသာပါစေ” လို့နှုတ်နဲ့အသံထုတ်ပို့ရင် ပြီးနိုင်မယ်မဟုတ် ဘူး။ နှုတ်နဲ့ပို့ရင် အက္ခရာ ၃-၄ လုံး အနည်း ဆုံးရွတ်ရမယ်။ စိတ်နဲ့ညွတ်ရုံလေးပို့လွှတ် မှပဲ ဒီအချိန်အတွင်း ပြီးနိုင်မှာပါ။ သိမင်း

လူမင်းဖြစ်တဲ့ အချိန်ထိန်းကိရိယာ သတိကို အစွမ်းကုန်သုံးရမှာပဲ။

လက်ဖျောက်တစ်ချက်တီး ကာလအတွင်း မှာပဲ ရုပ်နာမ်အစုတွေရဲ့ မခိုင်မြဲလို့ပြောင်းလဲ နေတဲ့သဘောကို ဉာဏ်နဲ့ စူးစိုက်ရှုမှတ်ပေး နိုင်ရင် ကောင်းမှုထဲမှာတော့ အမြတ်ဆုံးဆို ပဲ။ အချိန်ထိန်းကိရိယာ အာရုံထိန်းကိရိယာ စိတ်ထိန်းကိရိယာဖြစ်တဲ့ သတိကို အစွမ်း ကုန်သုံးမှပဲ ဖြစ်မှာပါ။ အနိစ္စမြင်ရင် ဒုက္ခနှင့် အနတ္တလဲ မြင်နိုင်ပြီးသားပဲ။

လက်ဖျောက်တစ်ချက်ကာလ စွမ်းအား ကို ဘုရားရှင်ကဟောပြောတော့ အံ့ဩဖွယ် အလွန်ကောင်းလှတဲ့ မိမိတို့ရဲ့ နာမ်စွမ်းသတ္တိ

လူတော်လဲ ဟုတ်တယ်။ သဒ္ဓါတရား သိပ် ထက်သန်တဲ့ကြောင့် လူကောင်းလဲ ဟုတ် တယ်။ လူတော်လူကောင်းဟာ စိတ်ထား လဲတတ်တယ်။ နေရာတကာမှာလဲ အဝင် ဆံ့တယ်။ ဘယ်သူ့အလုပ်ပဲလုပ်လုပ် ဘာပဲ လုပ်လုပ် ဖြူစင်တဲ့ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ အကောင်း ဆုံးဖြစ်အောင်လဲ လုပ်ပေးတတ်တယ်။

အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာဆို တဲ့ ခန္ဓာဝန်ထမ်းပညာလောက်နဲ့ လူ့အသိမလုံ လောက်သေးဘူး။ ခန္ဓာအစွမ်းပြ ဘဝအသုံးချ ပညာပါရှိမှ လူ့အသိပြည့်စုံလုံလောက်မယ်ဆို တာ နားလည်ထားလို့ အလုပ်တာဝန်အလွန် များတဲ့ကြားထဲက မဖြစ်မနေအချိန်လုပြီး

(စိတ်စွမ်းရည်)ကို အားတက်စရာကောင်း လောက်အောင် သိမြင်ခွင့်ရသွားတယ်။ မအားမလပ်လောက်အောင် ဘယ်လောက်ပဲ အလုပ်ကိစ္စတွေများပါစေ၊ သတိကောင်းရင် ဒီအချိန်လောက်တော့ လူတိုင်းရအောင် ယူ သုံးနိုင်တယ်ဆိုတာ အားတက်စရာအနေနဲ့ နားလည်ခွင့်ရသွားတယ်။

ပြီးတော့ မသိနားမလည်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ် သတိလွတ်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ် အဓိပ္ပါယ်ကင်းမဲ့စွာနဲ့ စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ ဖြန်းတီးမိခဲ့တဲ့ လက်ဖျောက် တစ်ချက်တီးကာလများစွာကိုလဲ အလွန် နှမြောသွားမိပါလိမ့်မယ်။ နှမြောပေမယ့် ကုန် သွားပြီးတဲ့အချိန်ကို ပြန်ရနိုင်တော့တာမှ

မကြာမကြာ ကျောင်းသွားတရားနာယူလိုက် သေးတယ်။ တရားနာတာဟာ အားဆေးပါပဲ။ လိမ္မာပါးနပ်ကျွမ်းကျင်သူအတွက် အချိန်ဟာ ယူတတ်ရင် ရနေတာပါပဲ။

တရားနာခွင့်ရထားသူဟာ အများထက် တစ်ပန်းသာပြီးသားပါ။ ဦးဉာဏ်ထူးဟာ တရားနှင့်နား ထိတွေ့ခွင့်များများရတဲ့ကြောင့် အများထက် အသိထူးခြားတယ်။

- (၁) ပစ္စည်း၊ တရား ၂-မျိုးလုံးရအောင် မရှာ တတ်လို့ ကုသိုလ်မရ ဝမ်းမဝတဲ့ အောက်တန်းစားလူမျိုး၊
- (၂) ပစ္စည်းသာရအောင် ရှာတတ်ပြီး တရားရ အောင်မရှာတတ်လို့ ကုသိုလ်မရ ဝမ်း

မဟုတ်ပဲ။ တရားတန်ဖိုးနားလည်လို့ သတိ ဉာဏ်ရှိသူကတော့ ဒီလောက်အဖိုးတန်တဲ့ လက် ဖျောက် တစ် ချက် တီး ကာလတွေ နောက်ထပ်မလွတ်ရအောင် အမိဖမ်းယူ အသုံးချတော့မယ်လို့တောင် ဆုံးဖြတ်လိုက် မိလိမ့်မယ်လို့ ထင်ပါတယ်။

လက်ဖျောက်တစ်ချက်တီးကာလ ဖြစ်တဲ့ စက္ကန့်ပိုင်းအတွင်းမှာ သတိကောင်းရင် မေတ္တာစိတ်ညွတ် ပို့လွှတ်လို့လဲရနိုင်တယ်။ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာ မခိုင်မြဲလို့ ပြောင်းလဲနေတာကို ပညာစိတ်ညွတ်ရှုမှတ်လို့လဲ ရနိုင်တယ်ဆို တော့ အားတက်စရာကြီးပဲ။ ဒီပြင်ကုသိုလ် စိတ်တွေလဲ ဒီနည်းအတိုင်းဖော်ထုတ်ရင် ဖြစ်

သာဝတံ အလတ်တန်းစားလူမျိုး၊  
(၃) ပစ္စည်း၊ တရား ၂-မျိုးလုံး ရအောင်ရှာ တတ်လို့ ကုသိုလ်လဲရ ဝမ်းလဲဝတဲ့ အထက်တန်းစားလူမျိုး ဆိုတဲ့ ၃-မျိုးမှာ ဦးဉာဏ်ထူးဟာ အထက်တန်းစားလူ ဖြစ် နေတယ်။

- ပြီးတော့ -
- (၁) အရှင်သခင်ဖြစ်သူက လုပ်ရမယ်လို့ ခိုင်းလို့သာလုပ်တဲ့ အရှင်ဝန်ထမ်း၊
- (၂) လုပ်ရင်လုပ်ခရမယ်ထင်လို့ မျှော်လင့် ချက်နဲ့လုပ်တဲ့ အထင်ဝန်ထမ်း၊
- (၃) စေတနာကောင်းနဲ့လုပ်ရင် သူ့ရော ကိုယ်ရော ချမ်းသာမယ်လို့မြင်ပြီးလုပ်တဲ့

နိုင်တာချည်းပဲဆိုတာ သဘောပေါက်နား လည်ခွင့်ရသွားတယ်။ သိထားရင် လက်တွေ့ သုံးသွားရုံပဲမဟုတ်လား။

ဗုဒ္ဓသာသနာနှင့် တွေ့ကြုံခွင့်ရသူရဲ့ အချိန်တိုင်းဟာ လုံးဝမဖြုန်းရက်လောက် အောင် သိပ်တန်ဖိုးကြီးပါတယ်။ လက်တွေ့ တကယ်သုံးသွားသူတိုင်း အံ့ဖွယ်စွမ်းအား ကို ရသွားကြတာချည်းပါပဲ။

ဘုရားလက်ထက်က ပသေနဒီကောသ လမင်းကြီးမှာ မြန်မာနာမည်နဲ့ ဦးဉာဏ်ထူး ဆိုတဲ့ ဝန်ထမ်းကောင်းတစ်ယောက် ရှိခဲ့ဖူး တယ်။ လောကီအသိပညာသာမက ဘဝ အသုံးချတရား အသိပညာပါရှိတဲ့ကြောင့်

အမြင်ဝန်ထမ်းဆိုတဲ့ ဝန်ထမ်း ၃-မျိုးမှာ- ဦးဉာဏ်ထူးက အဆင့်မြင့် အမြင်ဝန်ထမ်းမျိုး ဖြစ်နေတယ်။

တရားအသိပါ ရထားတဲ့ ဦးဉာဏ်ထူး ဟာ “လူဆိုတာ ကုသိုလ်ကြောင့်လူဖြစ်တာ ဖြစ်လို့ လူနှင့်ကုသိုလ်ခွဲလို့မရဘူး။ လူဖြစ် ပါရက်နဲ့ ကုသိုလ်စိတ်မဝင်စားရင် လူ့လမ်း ကြောင်းပေါ်က ပြန်ဆင်းရမှာ၊ ဘာပဲလုပ် လုပ် ကုသိုလ်ရဖို့ အရေးအကြီးဆုံး” လို့ အခြားဝန်ထမ်းတွေထက် အမြင်ထူးနေ တယ်။ “ကံက လူဖြစ်ရုံလောက်သာ တာဝန် ယူတာ၊ လူစစ်ဖို့ကျတော့ ဉာဏ်လိုတယ်” လို့လဲ အသိရှင်းနေတယ်။ ဟုတ်ပါတယ်။

လူဖြစ်ဖို့ ကံက တာဝန်ယူတယ်။ လူစစ်ဖို့ တော့ ဉာဏ်ကတာဝန်ယူရပါတယ်။ ဉာဏ်ရှိ သလောက် လူအစစ်ဖြစ်ခွင့်ရတယ်။ အသိ ဉာဏ်ထူးလို့ လူအစစ်ဖြစ်ခွင့်ရတဲ့ကြောင့်ပဲ ဦးဉာဏ်ထူးလို့ ခေါ်နိုင်တာပါ။

တရားအသိဉာဏ်ထူးခြားတော့ မေတ္တာ လဲ ထူးထူးခြားခြားပွားများပို့လွှတ်တတ် တယ်။ ဒါကြောင့် မေတ္တာကျေးဇူးစွမ်းရည်ထူး ပိုင်ရင်လဲ ဖြစ်နေတယ်။ မေတ္တာရှင်များဟာ- (၁) ဘယ်နေရာရောက်ရောက် ကိုယ့်အရပ် လိုပဲ သဘောထားနေထိုင်တတ်တယ်။ (၂) ဘယ်သူနှင့်တွေ့တွေ့ ကိုယ့်ဆွေမျိုးလိုပဲ သဘောထား ဆက်ဆံတတ်တယ်။

ထူးဟာ မဖြစ်မနေအချိန်လုပြီး တရားအား ထုတ်နေရတာပါ။

ဒါတင်မကသေးဘူး။ ဦးဉာဏ်ထူးဟာ လက်ဖျောက်တစ်ချက် အခွင့်အရေးကိုလဲ အလွတ်မခံပဲ အလုပ်ကြားမှာ သွားလာလှုပ် ရှားရင်း မေတ္တာပို့လိုက်၊ အနိစ္စရှုလိုက်နဲ့ စိတ် ကို တရားအလုပ်နဲ့ ထုံထားတယ်။ ဒါကြောင့် အလုပ်တိုင်း တရားစွမ်းအားပါနေတယ်။ အသိရှင်းသူအတွက် မအားတာဟာ တရား အလုပ်ပဲကိုး။

ခိုင်းလိုက်ရင် ဘယ်တော့မှ နောက်ပြန် မကြည့်ရလောက်အောင် စိတ်ချရတဲ့ ဘာလုပ် လုပ်မေတ္တာနဲ့ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်

(၃) ဘာပဲလုပ်လုပ် ဘယ်သူ့အလုပ်ပဲ လုပ် လုပ် ကိုယ့်အလုပ်လိုပဲ သဘောထား ပြီး စိတ်အားထက်သန်စွာနဲ့ လုပ်ပေး တတ်တယ်။

မေတ္တာရှင်ဦးဉာဏ်ထူးဟာ ဒီလမ်းစဉ်မူ အတိုင်းပဲ ဆောင်ရွက်နေတာပါ။

ရှင်ဘုရင့်ကိစ္စ၊ နိုင်ငံကိစ္စ၊ အပေါင်း အသင်းရဲ့ကိစ္စ၊ မိသားစုကိစ္စအားလုံး ဘာပဲ လုပ်လုပ် “အလုပ်နှင့် သက်ဆိုင်သူအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ” လို့ မေတ္တာရှေ့ထားပြီး စေတနာကောင်းကောင်းနဲ့ အကောင်းဆုံး ဖြစ်အောင်သာ လုပ်ပေးတတ်တယ်။ ဘယ် သူ့ဆီကမှ ဘာအခွင့်အရေးရလဒ်ကိုမျှ မျှော်

တတ်တဲ့ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည် အေးဆေး လှတဲ့ ဦးဉာဏ်ထူးရဲ့ လုပ်ရည်ကိုင်ရည်ကို ရှင်ဘုရင်က သိပ်သဘောကျကျေနပ်တယ်။ တစ်နေ့တော့ ချီးမြှောက်ထိုက်တဲ့ ဦးဉာဏ်ထူး ကို ရှင်ဘုရင်က ထိုက်ထိုက်တန်တန် ချီး မြှောက်ပေးလိုက်တယ်။ ရာထူးတွေလဲတိုးမြှင့် ပေါ့။ နေစရာ ထိုင်စရာ အဆောင်အယောင် တွေလဲ အကုန်တိုးပေါ့။ ခံစားခွင့်တွေလဲ အများထက်ပို ပေးလိုက်တယ်ပေါ့။

ချီးမြှောက်တတ်သူကလဲ လုပ်သင့်လို့ လုပ်သင့်တာ လုပ်ပေးလိုက်တယ်။ ချီးမြှောက် ခံရသူကလဲ ချီးမြှောက်ခံထိုက်လို့ ရသင့်တာ တွေရလိုက်တယ်။ ဒါဆို ဝမ်းမြောက်စရာကြီး

လင့်ချက်မထားပါဘူး။ ကိုယ့်စေတနာဟာ ကိုယ့်ရဲ့ အထိုက်တန်ဆုံးလုပ်ခဲပဲဆိုတာ ဦးဉာဏ်ထူးအမြင်ရှင်းပြီးသားပါ။ ကိုယ့် ကုသိုလ်ကပေးတာထက်တော့ ဘယ်သူက မှ ပိုမပေးနိုင်ဘူးဆိုတာလဲ သဘောပေါက် ပြီးသားပါ။ ကိုယ်နှင့်တန်တာထက် ပိုရနေရင် မမှန်ကန်တဲ့နည်းလမ်းနဲ့ရတာ ဖြစ်နေတတ် ပါတယ်။

ဦးဉာဏ်ထူးဟာ သီးခြားအချိန်ယူပြီး တော့ မေတ္တာလဲအထူးပွားတယ်။ ခန္ဓာဉာဏ် စိုက်ပြီး ဝိပဿနာလဲအထူးပွားတယ်။ ဘာလို့ လဲဆိုတော့ အလုပ်တွေများလွန်းလို့တဲ့။ သူများတွေကတော့ အလုပ်များလွန်းလို့

ပေါ့။ ဒါပေမယ့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေက အမြင်မကြည်ကြတော့ဘူး။ “ဝန်ထမ်းချင်း တူရက်သားနဲ့ ချီးမြှောက်ပုံမညီမျှဘူး” လို့ အမြင်တိမ်းစောင်းကုန်တယ်။ မျက်မှူးစူး ကုန်တယ်။ မနာလို မုန်းတီးကုန်တယ်။ “ငါလဲ သူလို တော်အောင် ကောင်းအောင် ကြိုးစား မယ်” ဆိုတဲ့ အမြင်မှန်ဘယ်သူ့မှာမှ ပေါ်မလာ ကြဘူး။ ကိုယ်ကောင်းပြတာနဲ့ သူတို့စိတ် ဆင်းရဲကုန်ကြပြီပေါ့။

ပုထုဇဉ်လူသားဟာ ကိလေသာကိုနိုင်တဲ့ အခိုက် အံ့ဖွယ်စွမ်းအားရှိပေမယ့် ကိလေသာ ပိတ်ဖုံးခံရပြန်တော့ ကြောက်စရာဖြစ်သွား တတ်ပြန်တယ်။ မကောင်းတဲ့ လူကို လဲ

တရားအလုပ်မလုပ်နိုင်ဘူးလို့ ပြောကြတယ်။ ဦးဉာဏ်ထူးကတော့ အလုပ်များလွန်းလို့ တရားကို အချိန်လု အားထုတ်တာတဲ့။

နေ့စဉ်လုပ်နေရတဲ့ အလွန်များပြားတဲ့ အလုပ်တွေမရှုပ်ဖို့ မမှားဖို့၊ အကန့်လိုက် အချိန်မီပြီးဖို့၊ အလုပ်တိုင်း ကိုယ့်ကို အာမခံ တာဝန်ယူမယ့် တရားစွမ်းအား တစ်ပါတည်း ပါဝင်သွားဖို့၊ ကိုယ့်အလုပ်ကြောင့် အများ ကျေနပ်ဖို့၊ အလုပ်ရဲ့ အကျိုးသက်ရောက်မှု ထူးခြားလေးနက်ဖို့ အမြင်စူးရှ ထက်မြက်သန့် ရှင်းတဲ့ ဉာဏ်အမြင်ကို အထူးလိုအပ်ပါတယ်။ ထူးခြားတဲ့ ဉာဏ်အမြင်လိုချင်ရင် ဘာဝနာ အလုပ်တွဲပေးရမယ်။ ဒါကြောင့်လဲ ဦးဉာဏ်

“မကောင်းဘူး” ဆိုပြီးမကြိုက်။ ကောင်းတဲ့ လူကိုလဲ “ကောင်းတယ်၊ ငါနှင့်တူတယ်၊ ငါ့ထက်သာတယ်” ဆိုပြီးမကြိုက်။ မေတ္တာ ရှင်တို့ရဲ့စိတ်ထားနှင့် ဆန့်ကျင်ဖက်ပြောင်း ပြန်ကြီးပဲ။

အဲဒါနဲ့ ဦးဉာဏ်ထူးနှင့်ရှင်ဘုရင်ကွဲ အောင် ယုတ္တိမျိုးစုံပြုပြီး ကုန်းတိုက်ကြတော့ တာပဲ။ ကုန်းတိုက်တာဟာ လူညံ့တွေရဲ့ အလုပ်ပါ။ ကုန်းတိုက်ဖန်များတော့ ရှင်ဘုရင် ယုံတော့တာပေါ့။ ယုံတယ်ဆိုတာ ဆုံးဖြတ် မှု လွဲသွားတာပါ။ သဒ္ဓါတရားမဟုတ်ပါဘူး။ ရှင်ဘုရင်က စိတ်ဆိုးလွန်းလို့ စစ်ဆေးမေး မြန်းဖို့တောင် အချိန်မပေးနိုင်တော့ပဲ

ဦးဉာဏ်ထူးကို ရာထူးဖြုတ်ပစ်ပြီး အကျဉ်း ထောင်ထဲပို့ လိုက်ပါတယ်။ ဦးဉာဏ်ထူး အကျဉ်းသားဖြစ်သွားပါတယ်။

ဦးဉာဏ်ထူးဟာ “မှန်ကင်းတစ်လှည့် ထင်း တစ်လှည့်” , “သစ်ငုတ်မြင့်တုံ မြက်မြင့် တုံ” ဆိုတဲ့ တရားသဘောကို နားလည်ထား တာလဲတစ်ကြောင်း၊ ဘာပဲလုပ်လုပ် မေတ္တာ အရင်းခံစေတနာမှန်နဲ့ လုပ်ခဲ့တာဖြစ်လို့ “ကိုယ့်ဖက်မှာ ကိုယ့်စေတနာ အဖော်ရှိနေ တယ်” ဆိုတာကို ယုံကြည်ထားတာလဲ တစ် ကြောင်းကြောင့် အပြုံးမပျက် မျက်နှာမပျက် တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် အေးအေးဆေးဆေးပါပဲ။ ဒီလောကခံလောက်တော့ အသာလေးပဲဆို

ကောင်းတယ်။ သဒ္ဓါကောင်းတဲ့ မေတ္တာရှင်ဟာ ဉာဏ်ပွင့်ပြီး မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ကော်ရနိုင်တယ် ဆိုတာကိုလဲ ဦးဉာဏ်ထူးက အလုပ်နဲ့သက် သေပြသွားတယ်။

အဲဒါ“မေတ္တာကျေးဇူး စွမ်းရည်ထူး” ပေါ့။

**အားလုံးငြိမ်းချမ်းကြပါစေ**

ဝေဒိဒိန္ဒကဗေဒာဒေဝရဇတေဒိ  
မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်  
နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၆၈-ခု၊ နှစ်ဦးတန်ခူးလ (၂၀၀၆-ခု၊ ဧပြီလ)



တဲ့သဘောပေါ့။

“အကျဉ်းထောင်ထဲရောက်လို့ ငါ့အတွက် သာသနာကွယ်တာမှမဟုတ်ပဲ၊ သဒ္ဓါတရားရှိ ရင် သာသနာရှိနေတာပဲ၊ သာသနာနှင့်အတူ နေရတဲ့ ငါ့အတွက် ဘာမှအားငယ်စရာမလို၊ တရားအလုပ် ကုသိုလ်အလုပ် ပိုလုပ်ဖြစ်တာ ပေါ့” လို့ စိတ်အားတက်နေတယ်။ စိတ် ကောင်းရှိသူဟာ သူများတွန်းချလို့ လဲသွား တာမဟုတ်ဘူး။ အထက်ကိုသာ ထိုးတက် သွားတတ်တယ်။

ထောင်ကျနေတဲ့ ဦးဉာဏ်ထူးဟာ ရှင်ဘုရင်နှင့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေကို တစ် ဦးချင်းပုံဖော်၊ ကောင်းကွက် ကျေးဇူးပြုကွက်

တွေကိုမြင်အောင်ကြည့်ပြီး လှိုက်လှိုက်လဲ့လဲ့ စူးစူးစိုက်စိုက် စိတ်ပါလက်ပါ မေတ္တာပို့လွှတ် နေတယ်။ မေတ္တာကြောင့် သမာဓိရ၊ သမာဓိ အခြေခံနဲ့ ဉာဏ်ကိုဖော်ပြီး ခန္ဓာဉာဏ်စိုက် ဝိပဿနာရှုလိုက်တာ ဉာဏ်စဉ်အဆင့်ဆင့် တက်၊ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်ပေါ်လာလို့ အကျဉ်းသားဦးဉာဏ်ထူး ထောင်ထဲမှာပဲ သောတာပန်ဖြစ်သွားတယ်။ “ကဲ--မောင် ဉာဏ်ထူး အလုပ်များတော့ တရားအလုပ် မတွင်ဘူး၊ ရိပ်သာထဲသွားပြီး တရားအလုပ် တွင်အောင် အားထုတ်လိုက်ပါဦး” လို့ ခိုင်း လိုက်သလိုသာ ဖြစ်သွားတယ်။ ကံဆိုးလို့ ဉာဏ်တိုးတယ်ဆိုတာ ဒါမျိုးကိုပြောတာဖြစ်

မှာ။ အကျဉ်းထောင်ကို ရိပ်သာဖြစ်အောင် လုပ်ပြလိုက်တယ်။

စူးရှထက်မြက်လှတဲ့ မေတ္တာစွမ်းအား ကြောင့် ပသေနဒီကောသလမင်းကြီး မနေနိုင် တော့ဘူး။ ဦးဉာဏ်ထူးကို ချက်ချင်း ထောင် ထဲက အလွတ်ခိုင်းလိုက်တယ်။ အနားခေါ်ပြီး သည်းခံခွင့်လွှတ်ဖို့ တောင်းပန်ရုံသာမက ခါတိုင်းထက်ပိုပြီးတောင် ချီးမြှောက်ပေး လိုက်သေးတယ်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေလဲ တစ်ယောက်မကျန် အကုန်လာပြီး သည်းခံ ခွင့်လွှတ်ဖို့ တောင်းပန်ကြတယ်။ မေတ္တာရှင် ဦးဉာဏ်ထူးအစွမ်းကြောင့် အားလုံးပြေလည် ငြိမ်းအေးသွားလိုက်တာ ကြည့်နူးစရာ သိပ်