

# ဘဒ္ဒန္တကုသလ

(အဂ္ဂမဟာဂုဏ္ဍဝါစကပဏ္ဍိတာ၊ သာသနဓဇေဓမ္မာစရိယ)

မင်းဖူးပရိယတ္တိစာသင်တိုက်၊ ပြည်မြို့။

## ဟောကြားတော်မူပြီး

### အရှင်ဥတ္တမသာရ

[ သာသနတက္ကသီလဓမ္မာစရိယ - B.A(Buddhism) ]

တက္ကသိုလ်ဂုဏ်ရည်ကျောင်းတိုက်၊ မအူခုန်ကျေးရွာ၊

သာယာဝတီမြို့နယ်၊ သုံးဆယ်မြို့။

စီစဉ်ရေးသား ပူဇော်အပ်သော

# ကံကောင်းအောင် ဘယ်လို လုပ်မလဲ

## ဓမ္မသုတရသစာစုများ

**ကံကောင်းအောင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ**

အချို့က မျှော်လင့်မထားသော ဆိုးကျိုးများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ကြရသည့်အခါတိုင်း မိမိကိုယ်ကိုမိမိ 'ငါ့ရဲ့ကံက ညံ့လိုက်တာ၊ ငါ့ကံကိုက ဆိုးပါတယ်၊ တို့များ ဘာလုပ်လုပ် အကျိုးကိုမပေးဘူး' စသည်ဖြင့် စိတ်ပျက်လက်ပျက် ညည်းတွား တတ်ကြသည်။

ထိုသူများသည် ၎င်းတို့၏ 'အသုံးမကျပုံ၊ ပျင်းရိပုံ၊ ဖြစ်မြောက် အောင်မြင်အောင် မပြုလုပ်ချင်ပုံ၊ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို မပြုလုပ်နိုင်ပုံ'တို့ကို ထုတ်ဖော်ပြသနေသည်နှင့်ပင် တူနေလေတော့သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့်ဆိုလျှင် မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ကံ၏သဘောသဘာဝကို ကောင်းမွန်စွာ မသိနားမလည်သူဖြစ်ကြောင်း ဝန်ခံနေသည်နှင့် တူနေလေသည်။

မည်သူမဆို ကံကောင်းချင်သည်မှာ အမှန်ပင်ဖြစ်သည်။ အသင်စာရှုသူကော အမှန်တကယ် ကံကောင်းချင်ပါသလား၊ ကန့်သတ်အကုသိုလ်အလုပ်များမှ လွဲ၍ ကောင်းမွန်မှန်ကန်သော ကုသိုလ်အလုပ်တို့ကို-

- ယုံကြည်ချက်အပြည့်ဖြင့်-
- မဆုတ်မနစ်သော ဇွဲလုံ့လစီရိယဖြင့်-
- သတိတရားဖြင့်-
- တည်ကြည်မှု၊ တည်ငြိမ်မှုဖြင့်-
- ဆင်ခြင်တုံ့ဉာဏ်ပညာဖြင့်-

ကြိုးစားအားထုတ် ပြုလုပ်ကြပါလျှင်-----  
-----

သည်စာအုပ်ကလေးကို ပြီးဆုံးအောင် ဆက်ဖတ်ကြည့်ပါ။

# J

## ကံကောင်းဖို့ဆို ဒါတွေလိုသည်

- ၁။ အလုပ်နှစ်မျိုးသုံးမျိုးပြိုင်လာလျှင် မိမိ မပြုလုပ်ချင်ဆုံး (ပထမပြုလုပ်ရန် သင့်လျော်သော) အလုပ်ကို ရွေးချယ်ပြီး စတင်ပြုလုပ်ပါ။
- ၂။ မိမိရွေးချယ်ထားသောအလုပ်ကို စတင်ဖြစ်အောင် စတင်ပြုလုပ်ပါ။
- ၃။ လုပ်လက်စအလုပ်ကို စိတ်ပါလက်ပါ ပြုလုပ်ပါ။
- ၄။ လုပ်လက်စအလုပ်ကို မပျင်းမရိ ပြုလုပ်ပါ။
- ၅။ လုပ်လက်စအလုပ်ကို ပျော်ပျော်ပါးပါး ပြုလုပ်ပါ။
- ၆။ လုပ်လက်စအလုပ်ကို လေးလေးနက်နက် ပြုလုပ်ပါ။
- ၇။ လုပ်လက်စအလုပ်ကို သပ်သပ်ရပ်ရပ် ပြုလုပ်ပါ။
- ၈။ လုပ်လက်စအလုပ်ကို အချိန်မှန်မှန် ပြုလုပ်ပါ။
- ၉။ လုပ်လက်စအလုပ်ကို စွဲစွဲမြဲမြဲ ပြုလုပ်ပါ။
- ၁၀။ လုပ်လက်စအလုပ်ကို ပြီးဆုံးအောင်မြင်အောင် ပြုလုပ်ပါ။

## လင်္ကာ

မလုပ်ချင်လုပ်၊ စ,ကာလုပ်၊ အလုပ်စိတ်ပါစေ။  
 မပျင်း,ပျော်လျက်၊ အလေးနက်၊ သပ်လျက်မှန်ပါစေ။  
 စွဲမြဲ,ပြီးဆုံး၊ အကျဉ်းရုံး၊ မရှုံးအောင်မြင်လေ။

# O

# မာတိကာ

စဉ်။	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	တိုက်တွန်းစကား	၁
၂။	ကြိုတင် သိစေချင်ပါသည်	၁
၃။	ကံဆိုသည်မှာ	၂
၄။	စိတ်ရှင်းအောင်လုပ်မှ ဘဝအရှုပ်ကရှင်းမည်	၂
၅။	လူတိုင်းအတွက် အရေးအပါဆုံးအရာ	၅
၆။	စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းပါသည်	၅
၇။	အဘိဏှသုတ်တော်လာ ဆင်ခြင်ဖွယ် ကံတရား	၇
၈။	ကံဆိုတာ အကြောင်းတရား	၇
၉။	အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်	၈
၁၀။	သဗ္ဗေသတ္တာ ကမ္မဿကာ	၈
၁၁။	မတူညီသောကံတရား	၉
၁၂။	အဘိဓမ္မာကျမ်းလာ ကံတရားနှင့် ပတ်သက်သော မှတ်သားဖွယ်	၉
၁၃။	တစ်သံသရာလုံး အကျိုးပေးသောကံ	၁၁
၁၄။	ပထမဇောစေတနာ၏ အကျိုးပေး နှစ်ပိုင်း	၁၁
၁၅။	မဃဒေဝကျမ်းလာ ကံတရားနှင့် ပတ်သက်သော မှတ်သားဖွယ်ရာ	၁၂
၁၆။	ပုဗ္ဗေ စ ကတပုညတာ	၁၄
၁၇။	သံသရာနှင့် ကံတရား	၁၅
၁၈။	ယနေ့သူယုတ်မာ၊ နောက်နေ့မှာ သူတော်ကောင်း	၁၆
၁၉။	လူမိုက်ဆိုတာ	၁၆
၂၀။	မုဆိုးနားနီး မုဆိုး၊ တံငါနားနီး တံငါ	၁၇
၂၁။	ကုသိုလ်ကံ ပြုလုပ်ဖြစ်စေရန် အခြေခံကုသိုလ်စိတ် လိုသည်	၁၈
၂၂။	သံဝေဂရချိန်	၁၉
၂၃။	အခွင့်အရေးကို လက်မလွတ်စေနဲ့	၂၀
၂၄။	ခေတ္တဆိုင်းငံ့ထားလိုက်ပါ	၂၀
၂၅။	မကောင်းမှုကို မထီမဲ့မြင် မပြုရာ	၂၁

၂၆။	နောက်ပြောင် ကျီစယ်မိခဲ့လို့	၂၁
၂၇။	မကောင်းကျိုးမပေးမိ... မကောင်းမှုက ပျားရည်လိုချို	၂၂
၂၈။	ဘဝဆက်တိုင်း ပြည့်တန်ဆာ ဖြစ်ရသည့်ကံ	၂၂
၂၉။	ပုတီးပတ္တတိဿထေရ်	၂၃
၃၀။	တစ်ကိုယ်လုံး အဖုအပိမ့်များ ပေါက်လာခြင်း	၂၃
၃၁။	သွေးများ၊ပြည်များကြားက မထေရ်ကြီး	၂၃
၃၂။	မြတ်စွာဘုရား သူနာပြုအလုပ်ကို ပြုလုပ်ခြင်း	၂၄
၃၃။	မြတ်စွာဘုရား တရားဟောတော်မူခြင်း	၂၅
၃၄။	အသုံးမကျသော 'လူသားတို့၏ ရုပ်ကိုယ်ကောင်'	၂၆
၃၅။	သမသီသိရဟန္တာ	၂၇
၃၆။	စေတီတည်ထားခြင်း	၂၇
၃၇။	တိဿမထေရ်၏ လားရာဂတိကို မေးမြန်းခြင်း	၂၇
၃၈။	ရောဂါဝေဒနာဖြစ်ခြင်းနှင့် ရဟန္တာဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းကံများ မတူကြ	၂၇
၃၉။	ရဟန်းတော်များက မြတ်စွာဘုရားအား 'တိဿမထေရ်၏အတိတ်အကြောင်းကံကို ပြန်ပြောင်းဟောကြားပေးတော်မူပါရန်' တောင်းပန် လျှောက်ထားခြင်း	၂၈
၄၀။	တိဿမထေရ်၏ အတိတ်အကြောင်း	၂၉
၄၁။	ဒေသနာတော် နိဂုံးအဆုံး၌	၃၀
၄၂။	'သည်ဘဝ သည်ကိုယ်စံ၊ နောင်ဘဝ နောင်ကိုယ်ခံ'ဟု ဆိုကြသော်လည်း	၃၀
၄၃။	ကံသုံးပါး စင်ကြယ်အောင် လုပ်ပါ	၃၁
၄၄။	ရှေးကကောင်းလို့ အခုကောင်း..	၃၂
၄၅။	ရှေးကဆိုးလို့ အခုဆိုးပါသည်	၃၂
၄၆။	ရှေးကကောင်းလို့ အခုကောင်းပါသည်... စသော လင်္ကာ၏ သမိုင်းကြောင်း	၃၂
၄၇။	ရှေးကကောင်းလို့ အခုကောင်းပါသည်၊ အခုဆိုး နောင်ဆိုးပါလိမ့်မည်	၃၃
၄၈။	ရှေးကဆိုးလို့ အခုဆိုးပါသည်၊ အခုကောင်း နောင်ကောင်းပါလိမ့်မည်	၃၃
၄၉။	ကိုယ်ပြုသည့်ကံ ကိုယ့်ထံပြန်	၃၅
၅၀။	ကျမ်းကိုးစာရင်း	၃၆
၅၁။	ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ၏ လင်္ကာ	၃၈

## တိုက်တွန်းစကား

မိမိသည် ဗုဒ္ဓဘာသာရဟန်းတော်တစ်ပါး ဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ ကံနှင့်ကံ၏အကျိုးကို အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်ပြီး ဖြစ်လင့်ကစား သာမန်ကာလျှံကာသာ မှတ်ထင်နေထိုင်လာခဲ့မိ၏။ မိမိ၏ သိက္ခာဝါတော် (၂၀)သို့ ရောက်လာသောအခါ 'ပူတိယတ္တတိဿမထေရ်'၏ အကြောင်းကို ဟောရင်းပြောရင်း ကံနှင့်ကံ၏အကျိုးပေးတို့ကို ထူးထူးခြားခြား လေးလေးနက်နက် ရိပ်စားမိလာ၏။ စဉ်းစားမိလာ၏။

မိမိနည်းတူ အခြားသူများအားလည်း ကံနှင့်ကံ၏ အကျိုးပေးတို့ကို လေးလေးနက်နက် သဘောပေါက် နားလည် စေလိုရန်နှင့် ရှောင်ရန်ဆောင်ရန်တို့ကို နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်စေလိုရန် ရည်ရွယ်လျက် မိမိ၏ ဟောတရားကို ရေးသားစီစဉ်စာအုပ်ပြုလုပ်၍ လူအများအား မျှဝေပေးရန် တပည့်ဥတ္တမသာရအား တာဝန်ပေးအပ်ကာ တိုက်တွန်းသမှု ပြုလိုက်ရပေသတည်း။

ဘဒ္ဒန္တကုသလ

(အဂ္ဂမဟာဂုဏ္ဍဝါစကပဏ္ဍိတ၊ သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ)

မင်းဖူးပရိယတ္တိစာသင်တိုက်၊ ပြည်မြို့။

## ကြိုတင် သိစေချင်ပါသည်

ဤ 'ကံကောင်းအောင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ' ဓမ္မသုတရသ စာစုများသည် ပြည်မြို့၊ မင်းဖူးပရိယတ္တိ စာသင်တိုက်ကြီး၏ ဦးစီးပဓာနနာယကဆရာတော် ဖြစ်တော်မူသော ဘဒ္ဒန္တကုသလ (အဂ္ဂမဟာဂုဏ္ဍဝါစကပဏ္ဍိတ၊ သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ) ၏ နတ်တလင်းမြို့နယ်၊ ဂျင်းယားကုန်းကျေးရွာ၊ ဘုန်းတော်ကြီး ကျောင်းတိုက်၌ ဟောကြားသည့် ဟောတရားကို (ဆရာတော်၏ မူရင်းအာဘော်ကို မထိခိုက်စေဘဲ) အနည်းငယ်ပြင်ဆင်၊ ဖြည့်စွက်ရေးသားထားသော စာစုများ ဖြစ်ပါသည်။

အမှန်စင်စစ်မူ မိမိ၏ ပရိယတ်အခြေခံ မပြည့်စုံမှုကြောင့် တစ်စုံတစ်ရာ မှားယွင်းသွားမည်စိုး၍ ဤစာစုများကို ရေးသားရန် ကြီးလေးသော တာဝန်ကြီးတစ်ရပ်ဟု မှတ်ယူကာ လက်မဝံ့ဘဲ ကြောက်ရွံ့၊ နောက်တွန့် နေမိပါသည်။

သို့သော် ဆရာတော်သည် မိမိအား ပိဋကတ်ဆိုင်ရာ အခြေခံစာပေများမှစ၍ ပါဠိတော်၊ အဋ္ဌကထာ၊ ဋီကာစသော စာပေများကို သင်ကြားပို့ချပေးခဲ့သော ငယ်ဆရာရင်းဖြစ်၍ ဆရာအပေါ်တွင် ချစ်ကြောက်ရိုသေစိတ်ဖြင့် ဆရာသမား၏ တာဝန်ပေးချက်ကို မငြင်းဆန်ဝံ့သည်ကတစ်ကြောင်း၊ 'ဆရာသမား၏ ကျေးဇူးကို တုံ့ဆပ်ဖို့ အခွင့်အရေးရပြီ' ဟု ဝမ်းမြောက်စိတ် ဖြစ်နေသည်က တစ်ကြောင်းကြောင့် 'ရေးပါမည်' ဟု တာဝန်ခံကာ အရဲစွန့်ပြီး ရေးသားလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ ဤစာစုများထဲတွင် တစ်စုံတစ်ရာ ချွတ်ချော်တိမ်းပါး၊ မှားယွင်းမှုများ၊ လိုအပ်ချက်များ၊ အပိုအလွန်များ ပါရှိခဲ့သော် စီစဉ်ရေးသားသူ မိမိ၏ အားနည်းချက်ဟုသာ မှတ်ယူစေလိုကြောင်း ကြိုတင်အသိပေးပါသည်။

(ဆရာတော်) အရှင်ဥတ္တမသာရ [ သာသနတက္ကသိုလ်ဓမ္မာစရိယ - B.A(Buddhism) ] တက္ကသိုလ်ဂုဏ်ရည်ကျောင်းတိုက်၊ မအူရန်ကျေးရွာ၊ သာယာဝတီမြို့နယ်၊ သုံးဆယ်မြို့။

**ကံဆိုသည်မှာ .....**

ကံဟူသောဝေါဟာရသည် မြန်မာဝေါဟာရ စစ်စစ်မဟုတ်။ ပါဠိ'ကမ္မ'သဒ္ဒါမှ ဆင်းသက်လာသော ပါဠိသက် မြန်မာဝေါဟာရ ဖြစ်သည်။ အဓိပ္ပါယ်မှာ 'အလုပ်'ဟူ၍ ဖြစ်၏။

ထို့အပြင် 'စေတနာဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ' ဟူသော ဘုရားရှင်၏ ဒေသနာတော်အရ ကံကို 'စေတနာ'ဟုလည်း မှတ်ယူရမည် ဖြစ်သည်။

(ဤ၌ စေတနာသည် ကံဖြစ်အောင်လှုံ့ဆော်ပေး သောအရာသာတည်း။ စေတနာနှင့်ကံကို အကြောင်းအကျိုး အဖြစ်ဖြင့် ခွဲခြားကြည့်လျှင် စေတနာသည် **အကြောင်း**၊ ကံသည် **အကျိုး**ဟုလည်း မှတ်ယူ၍ရနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း စေတနာဖြစ်မှ ကံမြောက်၍ ကံနှင့် စေတနာသည် မကွဲမပြား တသားတည်း ဖြစ်၍သွားရခြင်း ဖြစ်သည်။)

ဦးဟုတ်စိန်၏ ပါဠိ-မြန်မာ အဘိဓာန်၌ 'ကမ္မ'သဒ္ဒါကို 'ပြုခြင်း၊ အမှု၊ အမှုသစ်၊ ကြိယာ၊ ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံ'ဟု ဖွင့်ပြထားပါသည်။

**စိတ်ရှင်းအောင် လုပ်မှ ဘဝအရှုပ်က ရှင်းမည်**

လူသားတို့၏ နေ့စဉ်အသက်ရှင်ရပ်တည်ရင်း မျှော်လင့်တောင့်တသော အပြင်းပြဆုံးဆန္ဒတစ်ခုမှာ ချမ်းသာ သုခပင်ဖြစ်သည်။ ချမ်းသာသုခဟုဆိုရာဝယ် သာမန်လူသားတို့ လက်လှမ်းမမီနိုင်သေးသော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ (သန္တိသုခ)မှတစ်ပါး ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာခြင်းက အစပြု၍ တန်ခိုး အရှိန်အဝါ၊ ဩဇာအာဏာ၊ အတတ်ပညာ၊ ရွှေငွေရတနာ၊ ဥစ္စာပစ္စည်းစသည်တို့နှင့် အခွင့်ကောင်းအခါကောင်း၊ အခြေအနေကောင်း စသည်တို့တိုင်အောင် မပြီးနိုင်မစီးနိုင် လိုက်၍မဆုံး နိုင်သော အရာများဖြစ်လိမ့်မည်ဟု ထင်ပါသည်။ ထိုအရာများနှင့် ပြည့်စုံသူတွေ့ရော မပြည့်စုံသူတွေ့ပါ အမှန်တကယ် ချမ်းသာကြပါပြီလား၊ သို့တည်းမဟုတ် ချမ်းသာကို ရှာဖွေမျှော်လင့်ရင်း ဆင်းရဲတွင်းတွင် နစ်မြဲနစ်လျက် ရုံးမထွက်နိုင်ကြသေးဘူးလား၊ မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်နည်း။

အခါတစ်ပါး သိကြားမင်းက မြတ်စွာဘုရားအား လောကလူသားများ မချမ်းမသာဖြစ်ရခြင်း၏ အကြောင်းရင်းကို မေးမြန်းလျှောက်ထားသည့်အခါ မြတ်စွာဘုရားက လောကလူသားများ မချမ်းမသာဖြစ်ရခြင်း၏ အကြောင်းရင်းမှာ မနာလိုမှု=ဣဿာနှင့် ဝန်တိုမှု=မစ္ဆရိယဆိုသော တရားဆိုး နှစ်မျိုးကြောင့် ဖြစ်ကြောင်း ဖြေကြားတော်မူခဲ့ဖူးပါသည်။

ဤသည်ကိုထောက်ဆကြည့်ပါက တစ်စုံတစ်ယောက်သည် အထက်ပါ ချမ်းသာသုခဟု ထင်ရသော (အထင်မျှသာဖြစ်သော) အရာများနှင့် မည်မျှပင် ပြည့်စုံကြွယ်ဝစေကာမူ ၎င်း၏စိတ်ထဲတွင် ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ တရားနှစ်ပါးကို သိုမှီးသိမ်းဆည်းထားပါလျှင် ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်ကို ချမ်းသာသူဟု မဆိုနိုင်ပါပေ။ သို့ဆိုလျှင် ချမ်းသာကို မျှော်လင့်တောင့်တသူတိုင်း ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ တရားနှစ်ပါး မိမိသန္တာန်တွင် ကိန်းအောင်းတည်ရှိမလာအောင် ကာကွယ် တားဆီးရမည်ဖြစ်ပြီး ကိန်းအောင်းတည်ရှိလာပါကလည်း စိတ်ထဲမှ ဖယ်ထုတ်ရှင်းလင်းပစ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ထိုတရားဆိုးနှစ်မျိုးကို "မင်းတို့ကို လက်ခံထားရတာ မကောင်းဘူး၊ သွားတော့"ဟု အလွယ်တကူတော့ မောင်းထုတ်ပစ်၍ ရလိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။ ဤသို့ဆိုလိုက်၍ 'ဖယ်ရှားပစ်၍ မရစေကောင်း' ဟုတော့ မဆိုလိုပါ။ ရနိုင်သည့် နည်းလမ်းများလည်း ရှိနေပါသေးသည်။

လူသားတိုင်း အသက်ရှင်ရပ်တည်နေသမျှ မသေမချင်း ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရမည့် အရာသည် လူသားတစ်ဦးချင်းစီ၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ပင် ဖြစ်သည်။ ထိုစိတ်သည် တစ်သမတ်တည်း တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ရှိမနေပါ။ အိပ်နေစဉ်ကလွဲ၍ (အိပ်နေစဉ်တွင်ပင် ဘဝင်စိတ်က ရှိနေသေးသည်) လူက အားနေသည်ဖြစ်စေ၊ မအားသည်ဖြစ်စေ မရပ်မနား မအားလပ်ရ လောက်အောင်ပင် ဟိုတွေးသည်ကြံဖြင့် အချိန်တိုင်း အလုပ်များလျက် ရှိနေပေသည်။ မိမိနှင့် တစ်သက်လုံး ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရမည့် မိမိ၏ကိုယ်ပိုင်စိတ်သည် အခါခပ်သိမ်း မိမိအလိုကျ ကောင်းစိတ်ချည်း ဖြစ်နေသည်မဟုတ်။ အကောင်းနှင့် အဆိုး တစ်လှည့်စီ ဖြစ်၍နေလေသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာစိတ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ဝမ်းနည်းစိတ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ပျော်ရွှင်စိတ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ပျင်းရိငြီးငွေ့စိတ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ကျေနပ်နှစ်သက်စိတ်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ဒေါသစိတ်စသည်ဖြင့် အတွင်းအပြင် အာရုံများနှင့် ကြုံခွင့်ဆုံခွင့်၊ တိုက်ဆိုင်ခွင့်များ အားလျော်စွာ အမျိုးမျိုး လှည့်ပြီး အလှည့်ကျ အစားထိုး ပြောင်းလဲကာ မပြတ်မလပ် ယောက်ယက်ခတ်လျက် ရှိနေပါသည်။ ပြင်ပက အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ တွေ့ထိစရာ အာရုံများကလည်း နည်းပေါင်းမျိုးစုံဖြင့် ဆွဲဆောင် လှုံ့ဆော် စိန်ခေါ်လျက် ရှိနေပါသည်။ လူသားတို့သည် ၎င်းအာရုံမျိုးစုံ၏ ဆွဲဆောင်ရာနောက်သို့ တပ်မက်တွယ်တာရင်း၊ တုံ့ပြန် ငြင်းဆန်ရင်းဖြင့်ပင် ဒရွတ်တိုက် လိုက်ပါရှာကြရလေသည်။ ဤသည်ကား ဆင်းရဲစေကြောင်း ကုသော၊ မစ္ဆရိယ အပါအဝင် တည်ငြိမ်မှုကင်းမဲ့သော၊ ထိန်းချုပ်ရန်ခက်ခဲသော စိတ်မျိုးစုံ ဖြစ်ပေါ်လာစေသည့် အဓိကအကြောင်းရင်း တရားခံပေတည်း။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က စိတ်ကို ထိန်းချုပ်ရန် ခက်ခဲပုံနှင့် ပတ်သက်၍ 'နိပိက္ကမ္ပိယောရန္တံ ခဲယဉ်းသောစိတ်၊ အဖြစ်အပျက် လျင်မြန်သောစိတ်၊ သင့်မသင့် မချင့်ချိန်ဘဲ မိမိအလိုရှိရာ အာရုံသို့ ကျရောက်တတ်သောစိတ်'ဟု ဝိသေသန အမျိုးမျိုးဖြင့် ဟောပြထားသည်ဖြစ်ရာ ထိန်းချုပ်ရန် မလွယ်ကူကြောင်း မှန်းဆသိနိုင်ပါသည်။ သို့သော် '၎င်းစိတ်ကို ဆုံးမထားနိုင်လျှင် သိပ်ကောင်းပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဆုံးမထား၍ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့နေသောစိတ်သည် ချမ်းသာအမျိုးမျိုးကို ဆောင်ကြဉ်းပေးနိုင်ပါသည်' ဟု မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဆက်၍ ဟောကြားထားသောကြောင့် ထိန်းချုပ်ရန် မလွယ်ကူသော်လည်း နည်းမှန်လမ်းမှန်ဖြင့် စနစ်တကျ ထိန်းချုပ်ထား၍လည်း ရနိုင်ပါသေးသည်။

**နိမိန့်ခဲစွ၊ လျင်မြန်လှ၍၊ သူကျလိုရာ၊ ကျတတ်ပါသည်၊ ဝိညာဏသွမ်း၊ စိတ်သရမ်းကို၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး၊ ဆုံးမပေး၍၊ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ၊ သူဖြစ်လာသော်၊ ချမ်းသာ ဆောင်ပေးတတ်သတည်း။ (မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး)**

ချမ်းသာအမျိုးမျိုးကို အလိုရှိနေသူတိုင်းသည် မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ထိန်းချုပ်ပြီးလျှင် ယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့အောင် လေ့ကျင့်နေထိုင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့နေသော စိတ်ထဲတွင် ကုသော၊ မစ္ဆရိယ တရားဆိုးများ လည်း ဝင်ရောက်လာနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ အခြားသော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ စသောတရားများလည်း နည်းပါး သွားနိုင်ပါသည်။

ထိန်းချုပ်မထားသော စိတ်ရိုင်းထဲတွင် ကုသော၊ မစ္ဆရိယစသော တရားများက နေရာယူ စိုးမိုးထားပါလိမ့်မည်။ သို့ဆိုလျှင် ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သောစိတ်ဖြစ်အောင် မည်သို့ပြုမူ နေထိုင်ရမည်နည်း။ ကုသော၊ မစ္ဆရိယ စသောတရားများ မိမိသန္တာန်တွင် ဝင်ရောက်မလာအောင် မည်သို့ပြုမူ နေထိုင်ရမည်နည်း။ ကုသော၊ မစ္ဆရိယ စသော တရားများ မိမိသန္တာန်တွင် ဝင်ရောက် မလာအောင် မည်သို့ ကာကွယ် တားဆီးရမည်နည်း။ ဝင်ရောက်လာပါကလည်း မည်သို့ ဖယ်ထုတ်ရှင်းလင်းပစ်ရမည်နည်း။ ဖြေရှင်းရန် နည်းစနစ် ရှိပါသည်။

ထိုကုသော၊ မစ္ဆရိယ တရားဆိုးနှစ်မျိုးသည် စိတ်ထဲတွင်သာ တည်ရှိကိန်းအောင်းနေသော တရားသာဖြစ်၍ စိတ်နှင့် အထူးပင် ပတ်သက်ဆက်စပ်နေပေသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်ကိုအခြေခံ၍သာ ပြုကျင့်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ နည်းလမ်း လိုရင်းကို



ပြောပါဆိုလျှင် သမထနှင့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်ကို ညွှန်ပြရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဦးစွာပထမ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်နေရပါမည်။ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်နေခိုက်ကို ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သောစိတ်ဟု ခေါ်ဆို၍ ရနိုင်ပါသည်။ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်ရန် အခြေခံ အကြောင်းရင်းမှာ အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ခြင်းဟုဆိုသော **ယောနိသောမနသိကာရ**ပင်ဖြစ်သည်။ ထို့နောက် စိတ်တည်ငြိမ်အောင် ထိန်းကျောင်းပေးရပါသည်။ ၎င်းနည်းကို သမထနည်းဟု ခေါ်ဆိုပါသည်။ အတော်အတန် စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ ရရှိပြီးသည့်အခါ သဘာဝအရှိတရားများကို အရှိကို အရှိအတိုင်း အမှန်ကို အမှန်အတိုင်း မြင်အောင် ကြည့်ပေးရပါမည်။ ၎င်းနည်းကို ဝိပဿနာနည်းဟု ခေါ်ဆိုပါသည်။ (ဤသည်မှာ သမထနှင့် ဝိပဿနာ၏ အဓိပ္ပါယ် အကျဉ်းမျှ တင်ပြခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။)

ဣဿာဆိုသော မနာလိုမှု တရားဆိုးတစ်မျိုး မိမိသန္တာန်တွင် ဝင်ရောက်မလာအောင် ပြုကျင့်ရမည့် နည်းလမ်းမှာ သူတစ်ပါးတို့၏ ပြည့်စုံအဆင်ပြေနေမှုကို မိမိက ဝမ်းမြောက်မှု မုဒိတာစိတ်ကလေးထားပြီး နေပေးလိုက်ရုံဖြင့်ပင် အလိုလို ကာကွယ်တားဆီးပြီး ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ အကယ်၍ မုဒိတာ မထားနိုင်၍ ဣဿာ တရားဆိုးက နေရာယူနှင့်နေပြီး ဖြစ်နေ လျှင်လည်း 'ထိုဣဿာဆိုသော မနာလိုမှု သဘောလေးသည် ကြာရှည် တည်တံ့မနေဘဲ ဖျတ်ခနဲပေါ်လာလိုက် ဖျတ်ခနဲ ပျောက်သွားလိုက်နှင့် တစ်ခုပေါ်တစ်ခုပျောက်၊ အစားထိုးပြီး အလားတူစိတ်မျိုး အသစ်ရောက်လာတတ်သည့် သဘောလေး မျှပါကလား'ဟု မိမိစိတ်ဖြင့်ပင် ၎င်းစိတ်ကို မြင်အောင် ကြည့်ပေးရပါမည်။ ဖြစ်နေဆဲ အခိုက်အတန့် စိတ်ကို ပစ္စုပ္ပန်စိတ်ဖြင့် တည့်တည့်စိုက်ကြည့်ရမည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

၎င်းစိတ်မျိုးအပါအဝင် အခြားမည်သည့်စိတ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါစေ ဖြစ်ပေါ်လာခိုက်စိတ်၏ သဘောသဘာဝ လက္ခဏာအမှန်ကို ပရမတ်ကျကျ တည့်တည့်မတ်မတ် ကြည့်ပေးရပါမည်။ ယခု ဣဿာ၏ မနာလိုမှု သဘောလေးကိုလည်း တည့်တည့်ကြည့် မိသောအခါ လူတစ်ယောက်ကို တည့်တည့်စေ့စေ့ကြည့်ပါက အကြည့်မခံ မျက်နှာလွှဲသွားသကဲ့သို့ ၎င်းစိတ်သည်လည်း လွှဲဖယ်ပျောက်ကွယ်သွားမည်မှာ အမှန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤနည်းဖြင့် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုမူလေ့ကျင့်ပါများလာလျှင် ဣဿာစသော တရားဆိုးများကို မိမိစိတ်ထဲမှ အလိုလို ဖယ်ထုတ်ရှင်းလင်းပြီး ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ အရည်မရ အဖတ်မရ စားသောက်သုံးဆောင်၍လည်း မရသော ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ စသည်တို့ကို စိတ်တွင်းမှ ဖယ်ရှားပစ်ရန် အချိန်တန်ပါပြီ။

ထိုသို့ နေရင်းထိုင်ရင်း၊ စားရင်းသောက်ရင်း၊ လုပ်ရင်းကိုင်ရင်း၊ အနေအထိုင်မပျက်၊ အစားအသောက်မပျက်၊ အလုပ်အကိုင်မပျက် အချိန်တိုင်းအခါတိုင်း နေ့တိုင်းညတိုင်း လေ့ကျင့်နေထိုင်သွားခြင်းဖြင့် လူသားတို့ မျှော်လင့်တောင့်တနေ သည့် လောကီချမ်းသာ အမျိုးမျိုးအပြင် လောကုတ္တရာ ချမ်းသာဖြစ်သည့် သန္တိသုခကိုပါ ရရှိနိုင်မည်ဖြစ်၍ လူသားတိုင်း လက်တွေ့ လိုက်နာကျင့်သုံးသင့်ကြပေသည်။

လောကလူသားတို့၏ ဘဝကိုရှုပ်ထွေးစေသော၊ စိတ်ကိုရှုပ်ထွေးစေသော (ဝါ) ဆင်းရဲစေသော ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ စသည့်တရားဆိုးတို့သည် တန်ဖိုးမဲ့သော စိတ်တွင်းအမှိုက် သရိုက်များသာ ဖြစ်၍နေသောကြောင့် ၎င်းတို့ကို စိတ်တွင်းမှ မလွဲမသွေ ဖယ်ထုတ်ရှင်းလင်းပစ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ မည်သည့်အချိန်တွင် ဖယ်ထုတ်ရှင်းလင်းပစ်ရပါမည်နည်း ဆိုပါမူ ယခု ချက်ချင်း (သေသည့်တိုင်အောင် မကုန်ဆုံးနိုင်သော ပစ္စုပ္ပန်အချိန်တိုင်း)ပင် ဖယ်ထုတ်ရှင်းလင်းပစ်နေရမည် ဖြစ်ပါသည်။

**မနာလိုကင်း၊ ဝန်တိုရှင်း၊ လက်ငင်း ချမ်းသာကြရမည်။ (မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး)**



## လူတိုင်းအတွက် အရေးအပါဆုံးအရာ

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီတွင် တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် မတူညီသော လိုအပ်ချက်များ ရှိကြ၏။ မရှိမဖြစ် အရေးအကြီးဆုံးအရာများလည်း လူတိုင်းလူတိုင်း လိုအပ်မြဲ ဖြစ်၏။ မည်မျှအရေးကြီးသော လိုအပ်ချက်များ ဖြစ်နေပါစေ သေဆုံးသွားကြသောအခါ ထိုအရေးပါသောအရာများသည် မည်သို့မျှ အသုံးမကျတော့ပါပေ။

ယခုဘဝတွင်မက သံသရာအဆက်ဆက်တိုင်အောင် အရေးပါပြီး အကျိုးများစေသော အရာတစ်ခုရှိ၏။ ထိုအရာမှာ သတိပင် ဖြစ်သည်။ သတိသည် လူသားတိုင်းနှင့် ဆိုင်၏။ မည်သူတစ်ဦးယောက်နှင့်မျှ မသက်ဆိုင်ချင်၍ မရ၊ သတိလက်လွတ် နေထိုင်သူသည် အကျိုးနည်းဖို့သာ ရှိသည်။ သတိရှိသူသည် လောကီလောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာစလုံး အကျိုးများလှသည်။

မြတ်စွာဘုရားကလည်း သတိသည်လွန်စွာ အရေးကြီးလှ၍ အချိန်တိုင်းအခါတိုင်း သတိရှိနေဖို့ နေ့စဉ် ဟောကြားပေးတော်မူသည့်အပြင် နောက်ဆုံးပရိနိဗ္ဗာန် စံခါနီးမှာပင် 'အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ = သတိနှင့် ပြည့်စုံအောင် နေရစ်ကြ'ဟု ဆုံးမ မှာကြားခဲ့သည်။ ထို့အပြင် -

'သတိရှိနေခြင်းသည် မသေခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သည်။ သတိမရှိခြင်း(မေ့မေ့လျော့လျော့နေခြင်း)သည် (အဖန်ဖန်)သေခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သည်။ သတိရှိသူသည် မည်သည့်အခါမျှ မသေပါပေ(ဝါ) လူသေသော်လည်း သေသည် မမည်ပါပေ။ သတိမရှိသူသည် အသက်ရှင်နေပါသော်လည်း သေသည်မည်ပေတော့၏' ဟုလည်း ဟောကြားထားသည်ဖြစ်ရာ သတိသည် မည်မျှထိ အရေးပါကြောင်းကို ရိပ်စားမိလောက်ကြပေလိမ့်မည်။

သတိရှိနေခြင်း၏ တန်ဖိုးကိုလည်း မြတ်စွာဘုရားက အောက်ပါအတိုင်း ဟောကြားထားပါသေးသည်။

'အပ္ပမတ္တဿ ဘိက္ခဝေ အနုပန္နာ စေဝ ကုသလဓမ္မာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ ဥပ္ပန္နာ စ အကုသလာဓမ္မာ ပရိဟာယန္တိ။'

အဓိပ္ပါယ်မှာ - 'သတိရှိသူသည် မဖြစ်ပေါ်သေးသော ကုသိုလ်တရားများကိုလည်း ပြုလုပ်ဖြစ်သွားသည်။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးသော အကုသိုလ်တရားများကိုလည်း ပယ်မြစ်ပြီး ဖြစ်သွား၏' ဟူ၍ဖြစ်သည်။

ဤဟောကြားချက်သည် လူသားတို့အတွက် လွန်စွာ အားရစရာ၊ အားတက်စရာကောင်းလှသည်။ သတိရှိနေခြင်းဖြင့် မဖြစ်ပေါ်သေးသော ကုသိုလ်အလုပ်ကိုလည်း လုပ်ဖြစ်ဖို့ အခွင့်အရေး ရရှိတွင်မက၊ ကုသိုလ်အလုပ်ကို လုပ်ဖြစ်ရုံတွင်သာမက ဖြစ်ပြီးအကုသိုလ်အပြစ်များကိုပင် ပယ်ဖျောက်နိုင်၊ ပယ်သတ်နိုင်သည်ဟု ဟောကြားထားသောကြောင့် ဤမျှလောက် ကောင်းမွန်ပြီး အရေးပါလှသောသတိကို အချိန်တိုင်း၊အခါတိုင်း နေရာတိုင်း၊လူသားတိုင်း ကိုယ်နှင့်မကွာ စိတ်နှင့်မကွာ ဆောင်ထားသင့်ပါသည်။



## စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းပါသည်

စေတယတီတိ စေတနာ = မိမိနှင့်အတူတကွ ယှဉ်ဖော်ယှဉ်ဖက်ဖြစ်ကုန်သော ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်အာရုံ၌ စေတနာကောင်းသော သဘောတရားကို စေတနာဟု ခေါ်သည်။

စေတယိတလက္ခဏာ စေတနာ၊

အာယုဟန ရသာ၊  
သံဝိဒဟန ပစ္စုပဋ္ဌာနာ၊  
ဝိညာဏ ပဒဋ္ဌာနာ။

- စေတနာ = စေတနာသည်၊
- စေတယိတလက္ခဏာ = စေတနာဆိုင်ရာလက္ခဏာ ရှိ၏။
- အာယုဟန ရသာ = သမ္ပယုတ်တရားတို့ကို မိမိကိစ္စ၌ ဖရိဖရဲ မရှိစေမူ၍ စည်းဝေးစုရုံး စေတနာဆိုင်ရာလက္ခဏာ ရှိ၏။
- သံဝိဒဟနပစ္စုပဋ္ဌာနာ = စီရင်တတ်သော အခြင်းအရာအား ဖြင့် ဉာဏ်အားရေးရှု ထင်တတ်၏။
- ဝိညာဏ ပဒဋ္ဌာနာ = ဝိညာဏ်လျှင် နီးစွာသော အကြောင်း ရှိ၏။ (အဋ္ဌသာလိနီ)

စေတနာဟု ဆိုလိုက်သည်နှင့် များသောအားဖြင့် ကောင်းသောအရာများတွင်သာ စေတနာနှင့် သက်ဆိုင်သည်ဟု ထင်ကြလိမ့်မည်။ အမှန်တွင်မူ စေတနာသည် ကောင်းသောအရာများပါမက မကောင်းသော နေရာများတွင်လည်း သက်ဆိုင်သည်။ စေတနာကောင်း ရှိသကဲ့သို့ စေတနာဆိုးလည်း ရှိပါသည်။

မည်သူ့ကို 'စေတနာ ရှိသည်' မည်သူ့ကိုတော့ 'စေတနာကို မရှိဘူး' စသည်ဖြင့် ပြောကြရာ တစ်စုံတစ်ယောက်အား တစ်ခုခု ရစေချင်၊ အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေချင်၊ အခွင့်အရေး ရစေချင်၊ ကောင်းစေချင်သော အခါများတွင် ထိုသူအပေါ်၌ 'စေတနာ ရှိသည်'ဟု ဆိုကြသည်။ မည်သည့်အကျိုး တစ်စုံတရာကိုမျှ မရစေချင်သောသူ အပေါ်၌မူကား ထိုသူအား 'စေတနာကို မရှိဘူး'ဟု ဆိုကြသည်။

စေတနာဟူသည် တစ်စုံတစ်ခုကို ပြုလုပ်ဖြစ်အောင် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်၊ လှုံ့ဆော်ပေးသော ရှေ့ပြေးနိမိတ်ဟုဆိုလျှင် ဆို၍ ရနိုင်ပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် စေတနာမပါလျှင် မည်သည့်အလုပ်ကိုမျှ ပြုလုပ်ဖြစ်လိမ့်မည် မဟုတ်သောကြောင့် ပေတည်း။

ကုသိုလ်အလုပ်တွင် ဖြစ်စေ၊ အကုသိုလ်အလုပ်တွင် ဖြစ်စေ ရှေ့ပြေးအနေဖြင့် ပြုလုပ်မည့် အလုပ်အပေါ် စိတ်ကူး ဉာဏ်ညွှတ်၍ ပြုလုပ်ချင်စိတ်က ပြင်းထန်နေမှသာလျှင် ထိုအလုပ်သည် အောင်မြင် အထမြောက်နိုင်မည်ဖြစ်ပြီး ပြုလုပ်လည်း ပြုလုပ်ဖြစ်ပါတော့သည်။ ထို့ကြောင့် စေတနာနှင့် အလုပ်သည် မကွဲမပြား တစ်သားတည်းဖြစ်၍ နေလေတော့သည်။ စေတနာမပါလျှင် အလုပ်မဖြစ်သကဲ့သို့ အလုပ်ဖြစ်ခြင်းသည်လည်း စေတနာကြောင့်ပင်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုရပါမည်။

အလုပ်တစ်ခုကို ပြုလုပ်တော့မည်ဆိုပါလျှင် စေတနာသည် လွန်စွာ အရေးပါပါသည်။ စေတနာကောင်းမှ အလုပ် ကောင်းမည်ဖြစ်ပြီး စေတနာမကောင်းလျှင် အလုပ်ကလည်း ညံ့သွားတတ်ပါသည်။

စေတနာနှင့် အလုပ်သည် ကံပင်ဖြစ်သည်။ ၎င်းကံသည် အကြောင်းသတ္တိအစွမ်းမျှသာ ရှိသေး၍ အကျိုးမပေးသေး။ အကျိုးပေးခွင့်ကြုံသည့်အခါမှသာ အကျိုးပေးမည်ဖြစ်သည်။ စေတနာကောင်း စေတနာဆိုးကို လိုက်၍ အလုပ်ကောင်း၊ အလုပ်ဆိုး ကွဲပြားသွားမည်ဖြစ်ပြီး အကောင်း၊ အဆိုး အလုပ်နှင့်လျော်ညီစွာ ကံကောင်း၊ ကံဆိုး ခွဲခြားနိုင်ပါသည်။

**စေတနာကောင်းလျှင် ကံကောင်းမည်ဖြစ်ပြီး ကံကောင်းမှ အကျိုးပေးကောင်းမည် ဖြစ်ပါသည်။**



## အဘိဏ္ဍာသုတ်တော်လာ ဆင်ခြင်ဖွယ်ရာကံတရား

မြတ်စွာဘုရားသည် အဘိဏ္ဍာသုတ်တော်တွင် အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်နေရမည့် တရားငါးပါးကို ဟောကြားထားပါသည်။  
ထိုငါးပါးမှာ -

- ၁။ အိုခြင်းသဘောကို နေ့ညဉ့်မပြတ် ဆင်ခြင်ရန်၊
- ၂။ နာခြင်းသဘောကို နေ့ညဉ့်မပြတ် ဆင်ခြင်ရန်၊
- ၃။ သေခြင်းသဘောကို နေ့ညဉ့်မပြတ် ဆင်ခြင်ရန်
- ၄။ ရှင်ကွဲ၊ သေကွဲ ခွဲခွဲခြင်းသဘောကို နေ့ညဉ့်မပြတ် ဆင်ခြင်ရန် နှင့် ထို့အပြင်
- ၅။ ကံတရားနှင့် ပတ်သက်၍ ဆင်ခြင်ဖွယ်ရာ တရားတစ်ပါး အဖြစ်လည်း အောက်ပါအတိုင်း ထည့်သွင်းဟောကြားထားပါသည်။

ကမ္မဿကောမိ ကမ္မဒါယာဒေါ ကမ္မယောနိ ကမ္မဗန္ဓု ကမ္မပ္ပဋိဿရဏော၊ ယံ ကမ္မံ ကရိဿာမိ ကလျာဏံ ဝါ၊ ပါပကံ ဝါ၊ တဿ ဒါယာဒေါ ဘဝိဿာမိတိ အဘိဏ္ဍာပစ္စကောတံ။

'ငါသည် ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ ရှိ၏။ ကံသာလျှင် အမွေခံ ရှိ၏။ ကံသာလျှင် အကြောင်းရင်း ရှိ၏။ ကံသာလျှင် အတွေ့အမျိုး ရှိ၏။ ကံသာလျှင် ကိုးကွယ်လဲလျောင်းရာ ရှိ၏။ ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ဆိုးသည်ဖြစ်စေ အကြင်ကံကို ပြုအံ့။ ထိုကောင်းမှု၊ မကောင်းမှုကံ၏ ကောင်းမွေ၊ ဆိုးမွေခံသည် ဖြစ်ရအံ့။ ဤသို့ နေ့ညဉ့်မပြတ် ဆင်ခြင်အပ်၏'ဟု ဟောကြားထားပါသည်။



## ကံဆိုတာ အကြောင်းတရား

ကံကို အများစုက အကျိုးတရားအဖြစ် မှတ်ထင် နေကြသည်။ အကျိုးပေးကောင်းသူများကို 'သူကသိပ် ကံကောင်းတာပဲ၊ သူတို့က ဘာပဲလုပ်လုပ် ကံကောင်းတော့ လုပ်သမျှအောင်မြင်တာပဲ' စသည်ဖြင့် အကျိုးပေးပီပီကို အကြောင်းကံအဖြစ်ဖြင့် ပြောဆိုသုံးနှုန်းနေကြသည်။ အကြောင်းကံနှင့် အကျိုးပီပီကို ရောထွေးကာ အတူတူဟု မှတ်ထင်နေကြသည်။

အကြောင်းကြောင့် အကျိုးဖြစ်သည်ကို ရုတ်တရက် မသိမြင်မိကြပေ။ အမှန်စစ်စစ် ကံဆိုသည်မှာ အကြောင်းတရား စစ်စစ်ပင် ဖြစ်သည်။ အကျိုးတရား မဟုတ်ပါပေ။ အကြောင်းကံကို အကျိုးတရားအပေါ် တင်စားခေါ်ဝေါ်နေကြခြင်း- ဖလူပစာနည်းသာ ဖြစ်သည်။

ဤလောက၌ မည်သည့်အခါမျှ အကြောင်းကံနှင့် ကင်းပြီး အကျိုးဖြစ်ထွန်းသည်ဟူ၍ မရှိပေ။ အကျိုးတရားမှန်သမျှ အကြောင်းကံနှင့် ဆက်စပ်သော အကျိုးဆက်များသာ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကံဟူသည် အကျိုးကို ဖြစ်စေသော (အကျိုးတရား၏) အကြောင်းတရားပေတည်း။

## အကြောင်းကံကြောင့် အကျိုးဖြစ်သည်

### ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာတော်အရ -

သင်္ခါရ ပစ္စယာ ဝိညာဏံ = သင်္ခါရကြောင့် ဝိညာဏ် ဖြစ်ရသည်။ ဤနေရာ၌ သင်္ခါရသည် အကြောင်းကံပင်တည်း။ ကာယသင်္ခါရ၊ ဝစီသင်္ခါရ၊ စိတ္တသင်္ခါရဟု သင်္ခါရသုံးမျိုး ကွဲပြားပါသည်။ ကံသုံးပါးနှင့် အတူတူပင်ဖြစ်သည်။

ကံတည်းဟူသော ၎င်းသင်္ခါရကြောင့် ဝိညာဏ်စသော ခန္ဓာငါးပါး အကျိုးတရားများ ကြောင်းကျိုးဆက်အဖြစ်ဖြင့် ပေါ်ပေါက်လာရပါသည်။ အကြောင်းကံကြောင့် ပစ္စုပ္ပန် အကျိုးခန္ဓာ ပေါ်ပေါက်လာခြင်း ဖြစ်သည်။

ကမ္မဘဝပစ္စယာ ဇာတိ = ကမ္မဘဝကြောင့် ဇာတိဖြစ်ရသည်။ ကမ္မဘဝဟူသည် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံဟူသော ကံသုံးပါးပင်တည်း။ ၎င်း ကံသုံးပါးကြောင့် ဇာတိစသော အနာဂတ်ခန္ဓာငါးပါး အကျိုးတရားများ ပေါ်ပေါက်လာခြင်း ဖြစ်သည်။

ဤနေရာတွင် သင်္ခါရနှင့် ကမ္မဘဝတို့၏ တရားကိုယ်အရ 'စေတနာ'ကို ကောက်ရ၏။ စေတနာဟူသော အကြောင်း ကံကြောင့် ခန္ဓာငါးပါးဟူသော အကျိုးတရားများ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



## သဗ္ဗေသတ္တာ ကမ္မဿကာ

"သဗ္ဗေသတ္တာ ကမ္မဿကာ = သတ္တဝါအားလုံးတို့သည် ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိကြကုန်၏"ဟူသော ဒေသနာတော်အရ ကြည့်လျှင် အများနှင့်မဆိုင် တစ်ဦးချင်းစီတွင် ကိုယ်ပိုင်ကံများ ကိုယ်စီရှိကြသည်။ သူတစ်ပါး၏ ကံကို မိမိက ပိုင်ဆိုင်ချင်၍ မရသကဲ့သို့ မိမိ၏ ကံကိုလည်း သူတစ်ပါးအား ပေးချင်၍ မရပါပေ။

မြန်မာမှုနယ်ပယ်တွင် 'ကံစီမံသလို ဖြစ်ကြရသည်'ဟူသော ဝေါဟာရရှိသည်။ အပေါ်ယံအနေဖြင့် တွေးကြည့်လျှင် 'ကံတရား၏အလိုကျ သူစီမံချင်သလို စီမံလိမ့်မည်၊ ကံစီမံသလိုသာ ခံကြရ၊ စံကြရလိမ့်မည်' စသည်ဖြင့် ကံတရားကပင် သူထင်သလို ၎င်း၏စိတ်ကြိုက် စီမံဖန်တီးနေသည်ဟု ထင်မှတ်ဖွယ်ဖြစ်နေသည်။

အချို့ကလည်း 'ဘဝဇာတ်ခုံပေါ်တွင် ကံဇာတ်ဆရာ အလိုကျ ဆင်းရဲတစ်ခါ ချမ်းသာတစ်လှည့်၊ ရယ်တစ်လှည့် ငိုတစ်ဖုံ အမျိုးမျိုးစုံလင်အောင် ကပြကြရသည်'ဟုလည်း ကံတရားကို တင်စား၍ ပြောကြဆိုကြ ရေးသားကြသေးသည်။

အမှန်စင်စစ်မူ ကံတရားသည် ထိုသို့မဟုတ်၊ သတ္တဝါ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီ၏ မိမိပြုလုပ်ခဲ့၊ ပြုလုပ်ဆဲ၊ ပြုလုပ်လတံ့သော ကံများကသာလျှင် မိမိတို့ပြုလုပ်အားထုတ်သည့် လုံ့လပယောဂနှင့် လျော်ညီစွာ စီမံဖန်တီးခြင်း ခံရမည် ဖြစ်သည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီ၏ ကိုယ်ပိုင်ကံသည်သာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ ပဓာနဖြစ်သည်ကို သတိချပ်အပ်ပါသည်။



## မတူညီသော ကံတရား

ကမ္မံ သတ္တေ ဝိဘဇ္ဇတိ ယဒိဒံ ဟိန ပဏီတတာယ = တစ်ယောက်က ညံ့၍ တစ်ယောက်က သာလွန်မြင့်မြတ်သည် ဆိုသော သဘောတရားများကို ကံတရားက ဝေဘန်ခွဲခြားပြီး ပေးနေပါသည်။

ဤနေရာ၌ ကံတရားက ဝေဘန်ခွဲခြားပေးသည် ဆိုရာဝယ် မိုးကျရွှေကိုယ်သဘောမျိုးဖြင့် အလိုလို ဘွားခနဲ အကြောင်းမဲ့ စီမံဖန်တီးပေးခြင်းမျိုး မဟုတ်၊ ပြုလုပ်အား ထုတ်သည့်လုံ့လနှင့် လျော်ညီစွာ (အကြောင်းအားလျော်စွာ) အကျိုးဖြစ်ထွန်းခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် အကျိုးပေးပုံချင်းလည်း မတူညီကြချေ။

မိဘနှစ်ပါးက ပေါက်ဖွားလာသော သားသမီးများတွင်ပင် တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် အကျိုးပေးပုံချင်း မတူညီကြ ပါပေ။ တစ်ယောက်ကချမ်းသာ၍ တစ်ယောက်က ဆင်းရဲ၏။ တစ်ယောက်က ရုပ်ချောရုပ်လှ၍ တစ်ယောက်က ရုပ်ဆိုး၏။ တစ်ယောက်က အသံကောင်းပြီး တစ်ယောက်က အသံညံ့၏ စသည်ဖြင့် တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် ကံတရားချင်း ကွဲပြား ခြားနားကြ၏။ အကျိုးပေးချင်း ကွဲပြားခြားနားကြ၏။

သည်မိသည်ဖက ပေါက်ဖွားလာတာချင်းအတူတူ အကျိုးပေးချင်း တူညီကြပါတော့လား။ ဤသို့ကား မဟုတ်။ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် အကျိုးပေးချင်း ကွာခြားလွန်းလှ၏။ ကံတရားသည် ဆန်းကြယ်၏။ အဘယ့်ကြောင့် ဤသို့ဆန်း ကြယ်ရသနည်းဟူမူ ကံပြုလုပ်ခဲ့ပုံချင်း မတူညီကြသောကြောင့်ဟု အဖြေထွက်လာမည် ဖြစ်သည်။



## အဘိဓမ္မာကျမ်းလာ ကံတရားနှင့် ပတ်သက်သော မှတ်သားဖွယ်

အဘိဓမ္မာကျမ်းများ၌ ကံ လေးပါးလေးလီ ရှိကြောင်း ဖော်ပြထား၏။ ၎င်းကံများကို အကျဉ်းချုပ်ပြီး စာရင်းလုပ်ကြည့် သောအခါ အောက်ပါအတိုင်း တွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။

### ကိစ္စအားဖြင့်

၁။ ဇနကကံ = ပဋိသန္ဓေအခါဖြစ်စေ၊ ပဝတ္တိအခါဖြစ်စေ ဝိပါက်၊ စိတ်၊ စေတသိက်တို့နှင့် ကမ္မဇရုပ်၊ ဥတုဇရုပ်တို့ကို အခါအခွင့်သင့်လျှင် မိမိကိုယ်တိုင် ဖြစ်စေနိုင်သောကံ။

၂။ ဥပထမ္ဘကကံ = ဇနကကံကိုလည်းကောင်း၊ ဇနကကံ၏အကျိုးကိုလည်းကောင်း ပဝတ္တိအခါ၌သာ မြဲမြံနိုင်ခံ တည်တံ့အောင် ထောက်ပံ့ကူညီတတ်သောကံ။

၃။ ဥပပိဋကကံ = ဇနကကံ၏ အကျိုးကို အားနည်း ချိနဲ့သွားအောင် ကပ်၍ နှိပ်စက်တတ်သောကံ။

၄။ ဥပယာတကကံ = အားနည်းသော ဇနကကံ အစွမ်းသတ္တိ၏ အကျိုးကို ကပ်၍ သတ်တတ်သောကံ - ဟူ၍ ကံလေးမျိုး ဖြစ်သည်။

**ပါကဒါနပရိယာယ (အကျိုးပေးသောအစဉ်)ဖြင့်**

၁။ ဂရုကကံ = တစ်ပါးသောကံများက မတားမြစ်နိုင်ဘဲ စုတိပြီး အခြားမဲ့၌ အကျိုးပေးမြဲဖြစ်သော အလွန်အပြစ်ကြီးသည့် အကုသိုလ်ကံ သို့မဟုတ် အလွန်အာနုဘော်ကြီးသော ကုသိုလ်ကံ၊ [ အကုသိုလ်အရာ၌ ပဉ္စန္ဒရိယကံများ၊ ကုသိုလ်အရာ၌ မဟဂ္ဂုတ်(ဈာန်)ကုသိုလ်ကံများနှင့် လောကုတ္တရာကုသိုလ်ကံများ။ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကံကိုလည်း အချို့က ဂရုကကံ၌ ထည့်သွင်းကြသေး၏။]

၂။ အာသန္နကံ = သေခါနီးကာလ၌ အောက်မေ့အပ်-ပြုအပ်သော ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ကံ၊

၃။ အာစိဏ္ဏကံ = အမြဲမပြတ်လေ့ကျက် ပြုလုပ်အပ်သော ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ကံ၊

၄။ ကဋတ္တာကံ = အထက်ပါ ကံသုံးပါးအဖြစ်သို့ မရောက်တတ်ဘဲ ဤဘဝ၌ သာမန်ပြုအပ်သောကံများနှင့် ရှေးရှေးဘဝက ပြုအပ်ခဲ့သောကံများ - ဟူ၍ ကံလေးမျိုး ဖြစ်သည်။

**ပါကကာလ(အကျိုးပေးရာကာလ)၏ အစွမ်းဖြင့်**

၁။ ဒိဋ္ဌမေဓဝေဒနိယကံ = ယခု မျက်မှောက် ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ အကျိုးပေးသောကံ (ပထမဇောစေတနာ)၊

၂။ ဥပပေဇ္ဇဝေဒနိယကံ = အခြားမဲ့ဖြစ်သော ဒုတိယဘဝ၌ အကျိုးပေးသောကံ (သတ္တမဇော စေတနာ)၊

၃။ အပရာပရိယဝေဒနိယကံ = တတိယဘဝမှစ၍ နိဗ္ဗာန်တံခါးဝအထိ အခွင့်ရသည်ရှိသော် ပဋိသန္ဓေကျိုး၊ ပဝတ္တိကျိုးကို ပေးသောကံ (အလယ်ဇောငါးချက် စေတနာ)၊

၄။ အဟောသိကံ = ထိုဆိုခဲ့ပြီးသောကံတို့သည် အကြောင်းမသင့် အခွင့်မသာလျှင် မိမိတို့ ဆိုင်ရာကာလ အားလျော်စွာ အကျိုးမပေးဘဲ အလိုလို ဆိတ်သုဉ်း ပျက်ပြယ်သွားသောကံ (လုံးဝ အကျိုးမပေးသောကံ)- ဟူ၍ ကံလေးမျိုး ဖြစ်သည်။

(ဤနေရာ၌ အဟောသိကံဟု ပြီးစလွယ် ပြောကြသော်လည်း ထိုသို့ပြောဆိုကြခြင်းသည် မပြည့်စုံပေ။ အပြည့်အစုံဆိုလျှင် 'အဟောသိ ကမ္မံ ကမ္မဝိပါကော နာဟောသိ' ဟုပြောရပါမည်။ မပြည့်စုံသော်လည်း အဟောသိကံဟု ဆိုလိုက်သည်နှင့် အများက နားရည်ဝ၊ နားလည်ကြပြီး ဖြစ်ပါသည်။

ပထမဇောစေတနာသည် ကံသာလျှင် ဖြစ်ပြီး ကမ္မဝိပါက မဖြစ်တော့ဘူးဆိုလျှင် -  
အဟောသိ ကမ္မံ ကမ္မဝိပါကော နာဟောသိ။

ကမ္မံ = ကံသည်

အဟောသိ = ဖြစ်ခဲ့လေပြီ၊

ပန = သို့သော်

ကမ္မဝိပါကော = ကမ္မဝိပါကံသည်

နာဟောသိ = မဖြစ်တော့ပေ။)

**ပါကဌာန(အကျိုးပေးရာဌာန)၏ အစွမ်းဖြင့်**

၁။ အကုသိုလ်ကံ၊

၂။ ကာမကုသိုလ်ကံ၊

၃။ ရူပါဝစရကံ၊

၄။ အရူပါဝစရကံ-ဟူ၍ လေးမျိုးဖြစ်သည်။

### တစ်သံသရာလုံး အကျိုးပေးသော ကံ

ဇောရုနစ်ကြိမ်၊ စေတနာရုနစ်တန် ရှိရာတွင် အလယ်ဇောငါးချက်၏ စေတနာသည် တစ်သံသရာလုံး အကျိုးမပေးဘဲ မနေ၊ သေချာပေါက် အကျိုးပေးမည်သာ ဖြစ်သည်။ ဘဝ တစ်ခုမဟုတ်တစ်ခု အရှိန်ကောင်း၊ အခွင့်သာလျှင် သူဝင်လာပြီး အကျိုးပေးပါတော့သည်။

ကမ္မဝိဘင်္ဂကျမ်းများတွင်လည်း 'အပရာ ပရိယကမ္မ ရဟိတော သတ္တောနာမ နတ္ထိ = အပရာပရိယကံမှ ကင်းသော သတ္တဝါမည်သည် မရှိနိုင်' ဟုပြဆိုထားသောကြောင့် ဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနိယကံမှ ကင်းသော သတ္တဝါနှင့် ဥပပေဇ္ဇဝေဒနိယကံမှ ကင်းသောသတ္တဝါ ရှိနိုင်သော်လည်း အပရာပရိယဆိုသော အလယ်ဇော ငါးချက်စေတနာ၏ အကျိုးပေးခြင်းမှ ကင်းသောသတ္တဝါ မရှိပါ။ ထို့ကြောင့် အလယ်ဇောငါးချက်စေတနာသည် တစ်သံသရာလုံး အကျိုးပေးသောကံဟု ဆိုရမည်ဖြစ်ပါသည်။



### ပထမဇောစေတနာ၏ အကျိုးပေး နှစ်ပိုင်း

ပထမဇောစေတနာက ယခုဘဝ အကျိုးပေးရမည်ဟု ဆိုရာဝယ် အကျိုးပေးပုံ နှစ်ပိုင်း ကွဲပြားသွားခြင်းကို ခွဲခြားပြီး နားလည်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

ထိုနှစ်ပိုင်းမှာ -

၁။ ခုနစ်ရက်အတွင်း အကျိုးပေးခြင်း နှင့်

၂။ ခုနစ်ရက်မှနောက်ပိုင်း မသေမချင်း တစ်သက်လုံး အကျိုးပေးခြင်း ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

ခုနစ်ရက်အတွင်း အကျိုးပေးခြင်းသည် ဆိုင်ရာ အင်္ဂါရပ်များဖြင့် ပြည့်စုံမှသာ အကျိုးပေးနိုင်ပါသည်။

၎င်းအင်္ဂါရပ်များမှာ -

- စေတနာသုံးတန် လွန်စွာထက်မြက်ခြင်း၊
- လှူဖွယ်ပစ္စည်းဝတ္ထု၏ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သော ဓမ္မိယလဒ္ဓ ဖြစ်ခြင်း၊
- အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်သည် အဘိညာဉ်ခြောက်ပါးရ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပြီး နိရောဓသမာပတ်မှ ထလာခါစ ဖြစ်ခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

ပထမဇောစေတနာသည် ခုနစ်ရက်အတွင်း အကျိုးပေးလျှင် ထိုစေတနာကို ကမ္မဝိဘင်္ဂသုတ္တန် (ကံဝေဒနိယကံ)တွင် ပရိပတ္တဝေဒနိယကံ- အလွန်ရင့်ကျက်၍ အရှိန်ကောင်းသော ကံဟု ဆိုပါသည်။

၎င်းခုနစ်ရက်အတွင်း အကျိုးပေးနိုင်သော အင်္ဂါရပ်များဖြင့် မပြည့်စုံလျှင် ရိရိဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနိယကံပင် ဖြစ်သည်။



**မယဒေဝလင်္ကာကျမ်းလာ ကံတရားနှင့် ပတ်သက်သော မှတ်သားဖွယ်ရာများ**

ကျေးဇူးတော်ရှင် မန်လည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ၎င်း၏နာမည်ကျော် 'မဟာသုတကာရီ မယဒေဝလင်္ကာသစ်'ကျမ်းကြီး၌ ကံတရားနှင့် ပတ်သက်သော မှတ်သားဖွယ်ရာ၊ လက်တွေ့ လိုက်နာကျင့်သုံးစရာ အဆိုအမိန့်များကို ဘုရားဟောဒေသနာတော်များမှ ထုတ်နုတ်ကိုးကား၍ နောင်လာနောက်သားများ မှတ်သားလွယ်ကူစေရန် ကဗျာလင်္ကာများဖြင့် အောက်ပါအတိုင်း ရေးသားဖွဲ့ဆို ချီးမြှင့်ပေးထားပါသည်။

ဘုရားရှင်တိုင်းသည် ကံတရားကို လွန်စွာအရေးပါသော အရင်းအမြစ်တရားအဖြစ် ဟောကြားထားသည်ဖြစ်ရာ ၎င်း၏နောက်မှ ဉာဏ်နှင့် ဝီရိယလည်း ပူးတွဲ၍လိုက်ပါမှ လူသားတို့မျှော်လင့်တောင့်တသော လောကီရေးရာ ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ အသုံးအဆောင် ပရိဘောဂ၊ သက်ရှည်ကျန်းမာ၊ ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာစသော ကောင်းကျိုးသုခ အမျိုးမျိုးတို့ကို ရရှိနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်းကို -

'ကံဟုမူလ၊ သမ္မုဒ္ဓတို့၊  
ဟောပြုသည်မှာ၊ အရင်းသာရှင့်။  
ဥစ္စာ ဘောဂ၊ ဇီဝိတနှင့်၊  
သုခပွားရန်၊ ဤလူဌာန်၌၊  
ဉာဏ်ဝီရိယ၊ ပယောဂတည့်...ဟူ၍ လည်းကောင်း၊

အချိန်ကာလ၊ နေရာဒေသ၊ ပုဂ္ဂိုလ်စရိုက် အမျိုးမျိုးတို့၏ အခြေအနေအရပ်ရပ်သို့လိုက်၍ သင့်မသင့်နှိုင်းဆချင့်တွက်ကာ ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ပြီး ကံတစ်ကြောင်းတည်းသာ ယုံကြည်ချက်ဖြင့် မီးပုံအတွင်းသို့ မဆင်းထိုက်ကြောင်း၊ နေရာတကာတွင် ကံတစ်ခုတည်းကိုသာ ယိုးမယ်ဖွဲ့၍ မနေသင့်ကြောင်းကို ရှေးက သူတော်ကောင်းများက ဆိုဆုံးမထားကြောင်းကို -

'ကာလ ဒေသ၊ ပုဂ္ဂလကို၊  
နှိုင်းဆအပ်တုံ၊ ကံကိုယုံ၍၊  
မီးပုံအတွင်း၊ မဆင်းထိုက်စွာ၊  
ကျားရဲရာလည်း၊ ကြမ္မာအကြောင်း၊  
မယိုးကောင်းတည့်။  
သူဟောင်းရေးက၊ ဆိုကုန်ကြ၏...! ဟူ၍ လည်းကောင်း၊

'ကောင်းတော့လည်းကံပေါ့၊ မကောင်းတော့လည်း ကံပေါ့' ဟူ၍ လုံ့လဝီရိယနှင့် ဉာဏ် မပါဘဲ တစ်ယူသန်စိတ်ဖြင့် ကံတစ်ခုတည်းကိုသာ မကိုးစားသင့်ကြောင်း၊ သင့်မသင့်ကို ဉာဏ်ဖြင့်သာ ချင့်ချိန်၍ ပြုလုပ်ရမည် ဖြစ်ကြောင်းကို -

'လုံ့လမထူ၊ ဉာဏ်မကူဘဲ၊  
အယူတစ်ချောင်း၊ ကံတစ်ကြောင်းမျှ၊  
မကောင်းလည်းကံ၊ ကောင်းလည်းကံဟု၊  
ကံကိုချည်းသာ၊ မကိုးရာဘူး။

ပညာဉာဏ်ဖြင့်၊ သင့်မသင့်ကို၊  
အခွင့်ရရှိ၍ အပြုလုံ့လ၊ ရှိအပ်စွာတည့်... 'ဟူ၍ လည်းကောင်း၊

ကြိုးစားအားထုတ်မှု လုံ့လဝီရိယ မရှိဘဲ ပယောဂစက် ပျက်ကွက်ပါမူကား လူများ၊ နတ်များကလည်း မ-လိမ့်မည်  
မဟုတ်သည့်အပြင် ထိုသူများအား ဘုရားသော်မှ ကယ်မရနိုင်ကြောင်းကို -

'မကြိုးမကုတ်၊ အားမထုတ်မှု၊  
လူမလုံ့လ၊ နတ် မ-မတည့်၊  
ပယောဂစက်၊ ပျက်သည့်သူအား၊  
လူကိုထား၍၊ ဘုရားသော်မှ၊  
ကယ်မရဘူး...' ဟူ၍ လည်းကောင်း၊

ပြုလုပ်အားထုတ်မှု အကြောင်းရင်းကံ မပါလျှင် ကြံစည်သမျှ အချည်းနှီးဖြစ်ကာ မချွတ်ဇကန် ပျက်စီးတတ်လိမ့်မည်  
ဖြစ်ပြီး ဂုဏ်ရောင်မလှမဖြင့် မထွန်းပနိုင်ဘဲ လူ့ဘဝတွင် အကြီးအကျယ် ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်နိုင်ကြောင်းနှင့် ကုသိုလ်ကံနှင့်  
အကုသိုလ်ကံ တရားနှစ်ပါးတို့သည် မယားပြုရာတွင် လင်ယောက်ျားက သဘောမတူလျှင် မယားသည်သာ ထို၏အကျိုးများကို  
ရရှိခံစားရမည်ဖြစ်ပြီး၊ ထို့အတူ လင်ယောက်ျားက ပြုလုပ်သည့်အခါတွင်လည်း မယားက သဘောမတူလျှင် မယားသည်  
လင်ယောက်ျား ပြုလုပ်သည့် ကံ၏အကျိုးကို ရရှိခံစားရလိမ့်မည် မဟုတ်ဘဲ လင်မယားပင် ဖြစ်နေပါစေ 'ဘယ်သူမပြု မိမိမှု'  
ဆိုသည့်အတိုင်း ပြုလုပ်သူ ကိုယ်တိုင်သာလျှင် ပဓာနဖြစ်ကြောင်းကို -

'ကြောင်းရင်းကြမ္မာ၊ ကံမပါလျှင်၊  
ကြံရာမပြီး၊ အချည်းနှီးဖြင့်၊  
ပျက်စီးတတ်စွာ၊ မချွတ်ရာတည့်၊  
ကံမွဲမပြောင်၊ ကံမဆောင်လျှင်၊  
ဂုဏ်ရောင်မလှ၊ မထွန်းပဘူး။  
ဒုက္ခလူ့ဘောင်၊ ဆင်းရဲခေါင်လိမ့်၊  
အကုသိုလ်နှင့်၊ ကုသိုလ်နှစ်ပါး၊  
ကံတရားကား၊  
မယားပြုရာ၊ စိတ်မပါလျှင်၊  
လင်မှာမရ။  
လင်ပြုကလည်း၊  
မိန်းမအိမ်သူ၊ စိတ်မတူသော်၊  
မှတ်ယူမှန်စွာ၊ မရရာဘူး... 'ဟူ၍ လည်းကောင်း - စသည်ဖြင့် ရေးဖွဲ့ဆုံးမထားပါသည်။



**ပုဗ္ဗေ စ ကတပုညတာ**

အရာရာကို အောင်မြင်တိုးတက်ရန်အတွက် ပစ္စုပ္ပန်ကံသည် အရေးပါသကဲ့သို့ အတိတ်ကံသည်လည်း လွန်စွာအရေးပါ ပါသည်။

ထို့ကြောင့်လည်း မြတ်စွာဘုရားက စက္ကသုတ္တန်၌ -

'ယေဟိ သမန္နာဂတာ၊ ဒေဝမနုဿာ၊ န စိရသေဝ မဟန္တတ္တံ ဝေပုလ္လတ္တံ ပါပုဏန္တိ၊ ဘောဂေသု = အကြင်သမ္ပတ္တိစက် လေးပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံကုန်သော နတ်လူတို့သည် မကြာမြင့်မီပင်လျှင် စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာတို့သည် များပြားသည်၏အဖြစ်သို့၊ ပြန်ပြောသည်၏အဖြစ်သို့ ရောက်ကုန်၏' ဟု ဟောကြားထားပါသည်။

**သမ္ပတ္တိစက်လေးပါးဟူသည် -**

- ၁။ သင့်တင့်လျောက်ပတ် ကောင်းမြတ်သောအရပ်၌ နေခြင်း (ပဋိရူပဒေသဝါသ)
- ၂။ သူတော်ကောင်းကို မှီဝဲဆည်းကပ်ခြင်း (သပ္ပရိသာဝဿယ)
- ၃။ မိမိ၏ ကိုယ်စိတ်ကို ကောင်းစွာထားခြင်း (အတ္တသမ္မာပဏိမိ)
- ၄။ ရှေးဘဝကပြုခဲ့ဖူးသော ကောင်းမှုရှိခြင်း (ပုဗ္ဗေ စ ကတပုညတာ)တို့ ဖြစ်သည်။

ထိုသမ္ပတ္တိစက်လေးမျိုးတို့တွင် ပုဗ္ဗေ စ ကတပုညတာစက်ဟူသည် အတိတ်ကံပင်တည်း။ ကျန်စက်သုံးပါးသာ ပြည့်စုံပြီး ပုဗ္ဗေ စ ကတပုညတာဟူသော အတိတ်ကံ မပါလာလျှင် ထိုက်သင့်သလောက် အကျိုးပေး အောင်မြင်လိမ့်မည် မဟုတ်သလို အတိတ်ကံကိုချည်း အားကိုးကာ ပစ္စုပ္ပန်ကံတည်းဟူသော ကျန်စက်သုံးပါးနှင့် မပြည့်စုံလျှင်လည်း ထိုက်သင့်သလောက် အကျိုးပေး အောင်မြင်လိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။

အတိတ်ကံသည် ဖြစ်ခဲ့ပြီးဖြစ်၍ မည်သို့မျှ ပြုပြင်ရန် မတတ်နိုင်တော့သောကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်ကံနှင့် အတိတ်ကံတို့ တွဲဖက်ချိတ်ဆက်မိစေရန် ပစ္စုပ္ပန်ကံကိုသာ အထူးအားပြု ကြိုးစားအားထုတ်ရမည် ဖြစ်သည်။

ပစ္စုပ္ပန်ကံကို အကောင်အထည်ဖော်လေလေ အတိတ်ကံ (ပုဗ္ဗေ စ ကတပုညတာ)က ရုပ်လုံးပေါ်လေလေ ဖြစ်လာမည် ဖြစ်ပြီး ပစ္စုပ္ပန်ကံက ချို့တဲ့လေလေ အတိတ်ကံက တိမ်မြုပ်လေလေ ဖြစ်နေမည် ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ပုဗ္ဗေ စ ကတပုညတာဟူသော အတိတ်ကံများကို ပစ္စုပ္ပန်ကံတို့ဖြင့် တူးဖော်လိုက်လျှင် သမ္ပတ္တိစက် လေးပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံလာမည်ဖြစ်ပြီး အတိတ်ကံနှင့် ပစ္စုပ္ပန်ကံတို့ ပေါင်းစပ်ချိတ်ဆက်မိကာ လောကီ၊ လောကုတ္တရာ အရာရာကို အောင်မြင်လွှမ်းမိုးနိုင်မည်ဖြစ်ပါကြောင်း...။



## သံသရာနှင့် ကံတရား

လူသားအပါအဝင် သတ္တဝါအားလုံးတို့သည် နိဗ္ဗာန်သို့ မျက်မှောက်မပြုမီ သံသရာတွင် ကျင်လည်ကြရသည်။ အတိတ်ကလည်း ဘဝပေါင်းမည်မျှ ကျင်လည်ခဲ့ကြရသည် မသိခဲ့။ နောင်လည်း မည်မျှကြာအောင် ကျင်လည်ကြရဦးမည်ဆိုသည်ကို ကြိုတင်တွက်ဆ၍ မရပါပေ။

ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက -

အဝိဇ္ဇာနိဝရဏာနံ ဘိက္ခဝေ သတ္တာနန္တရံ အယောဂန္တာနံ ဘဝတံ၊ ပုဗ္ဗကောဋိ န သညာယတိ။

ဟု ဟောတော်မူခဲ့၏။

ဘိက္ခဝေ = ပရိသတ်လေးပါးချစ်သား ချစ်သမီးတို့၊

နိဝရဏာနံ = နိဝရဏတရားများ ဖိစီးကာခံ၍ နေကြလေကုန်သော၊

နိဝရဏာနံ = နိဝရဏတရားတို့ ရှိ၍ နေကြကုန်သော၊

တဏှာကာယော = တဏှာရာဂ တဏှာသံယောဇဉ်ကြီး တန်းလန်း ရှိ၍ နေကြကုန်သော၊

သတ္တာနံ = သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား၊

ဣသံသာရံ = ဤသံသရာဘေးကြီးသည်ကား၊

စိရံ = ကြာမြင့်စွာ၊

ဘဝတံ = ဖြစ်ခဲ့လေပြီ။

ပုဗ္ဗကောဋိ = မည်သည့်အခါက စခဲ့သည်ဆိုသော အခါကာလ ရက်အစွန်းဆိုတာသည်လည်း၊

နသညာယတိ = မထင်လောက်အောင် ကြာခဲ့လှ၏။

အဓိပ္ပါယ်မှာ 'တဏှာသံယောဇဉ် ရှိနေသမျှ ကာလပတ်လုံး၊ နိဝရဏတရားများ ရှိနေသမျှ ကာလပတ်လုံး သံသရာတွင် ကျင်လည်ကြရဦးမည်။ ရှေးကလည်း ကျင်လည်ခဲ့ဖူးပြီ။ မည်မျှ ကြာခဲ့သည်ဆိုသည်ကို မမှန်းဆနိုင်ခဲ့' ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

သံသရာတွင် ကျင်လည်ခဲ့သည်မှာ ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ရှေးဘဝများစွာက ကုသိုလ်ကံ အမျိုးမျိုးနှင့် အကုသိုလ်ကံ အမျိုးမျိုးတို့ကို မြောက်များစွာ ပြုလုပ်ခဲ့ကြဖူးပြီ။ ၎င်းအတိတ်ကံများနှင့် လျော်စွာပင် ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးပြစ်များက အကျိုးပေး ဝိပါကအနေအားဖြင့် အကျိုးပေးလိမ့်ဦးမည် ဆိုသည်မှာလည်း မြေကြီးလက်ခတ် မလွဲပေ။

မည်သည့်ဘဝ မည်သည့်အချိန်က မည်သို့သော ကောင်းကံဆိုးကံများကို မည်သို့မည်ပုံ ပြုလုပ်ခဲ့သည် ဆိုသည်မှာလည်း မည်သူမျှ တိတိကျကျ မသိခဲ့ကြ၍ အကျိုးပေးကိုလည်း 'ကောင်းမည်လား၊ ဆိုးမည်လား' ဆိုသည်ကို ကြိုတင်မှန်းဆ မသိနိုင်ကြပါပေ။

များသောအားဖြင့် လူသားတို့သည် ကောင်းကျိုးကိုသာ မျှော်လင့်တောင့်တကြသည်။ ချမ်းသာချင်ကြသည်။ ကောင်းစားချင်ကြသည်။ မကောင်းကျိုးကို မည်သူမျှ မလိုလား၊ မတောင့်တကြပေ။

သို့သော် ကံပြုလုပ်ခဲ့စဉ်က ကောင်းကံနှင့် ဆိုးကံကို ဒွန်တွဲ၍ ပြုလုပ်ခဲ့ကြသောကြောင့် ကောင်းကျိုးသက်သက်ချည်း မျှော်လင့်ကြသော်လည်း မျှော်လင့်သည့်အတိုင်း ဖြစ်လာလိမ့်မည် မဟုတ်ဘဲ ဆိုးကျိုးများကလည်း ဒွန်တွဲ၍ အကျိုး ပေးဦးမည်သာ။

ဘဝတစ်ခုခု သို့မဟုတ် တစ်ချိန်ချိန်က ကောင်းကံများကို ပြုလုပ်ခဲ့သည်မှာ မှန်သော်လည်း မကောင်းကံများကိုလည်း ပြုလုပ်ခဲ့ကြဖူးပေလိမ့်မည်ဆိုသည်ကိုလည်း ထည့်တွက်ရပေဦးမည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် သံသရာသည် လွန်စွာ ရှည်လျား လှသောကြောင့်ပေတည်း။



### ယနေ့သူယုတ်မာ နောက်နေ့မှာ သူတော်ကောင်း

လူအမျိုးမျိုး ရှိကြ၏။ အချို့က မိုက်မဲ၏။ ယုတ်မာတတ်၏။ အချို့က လိမ္မာ၏။ ပညာရှိ၏။ မိုက်သောသူသည်လည်း အမြဲတစေ မိုက်၍ချည်း မနေဘဲ တစ်ချိန်ချိန်တွင် လိမ္မာနိုင်သကဲ့သို့ လိမ္မာသောသူသည်လည်း ထိုအတူ အမြဲ မလိမ္မာနိုင်။ လိမ္မာနေရာမှ မိုက်ချင် မိုက်တတ်ကြ၏။ အဘယ့်ကြောင့် ထိုသို့ ဖြစ်နေရသနည်း။

၎င်းမေးခွန်းကို အဖြေထုတ်ကြည့်လျှင် ပတ်ဝန်းကျင် အာရုံမျိုးစုံတို့၏ မတူညီသော အခြေအနေများအလျောက် အာရုံပြောင်းလျှင် စိတ်ပါလိုက်၍ ပြောင်းနိုင်သောကြောင့် လိမ္မာသူ၊ မိုက်မဲသူ စသည်ဖြင့် ပြောင်းလဲ၍ ဖြစ်နေရသည်ဟု ဖြေရမည် ဖြစ်သည်။ (ပင်ကိုယ်ပီဇာတ်ခံ အကောင်းအဆိုးပေါ်တွင်လည်း မူတည်နိုင်ပါသည်။)

ဥပမာဆိုရသော် ဘုရားဆင်းတုတော်၊ စေတီပုထိုး၊ ရဟန်းသံဃာစသော အကောင်းအာရုံများနှင့် တွေ့ဆုံ ဖူးတွေ့ ရသည့်အခါ ချက်ချင်းပင် ကြည်ညိုစိတ်၊ ကုသိုလ်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။ ထိုစိတ်သည်လည်း အမြဲတည်တံ့မနေဘဲ အခြားနေရာသို့ရောက်၍ မိမိကို စော်ကားမော်ကား ရန်စကားပြောလာသူများ၊ မိမိကို ရန်မူသူများကို တွေ့ရ၊ မြင်ရ၊ ကြုံရသည့်အခါတွင်မူ ဒေါသစိတ်က ဘယ်က ဘယ်လိုရောက်လာသည်မသိဘဲ ဝန်းခနဲ ထလာမည်မှာ အမှန်ပင် ဖြစ်သည်။ ဤသည်မှာ မတူညီသောအာရုံများကြောင့် (ဝါ) အကောင်းအာရုံနှင့် အဆိုးအာရုံတို့ကြောင့် ၎င်းအာရုံတို့နှင့် လျော်စွာပင် ကောင်းစိတ်၊ မကောင်းစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာပုံ၊ လိမ္မာသူ၊ မိုက်မဲသူ ဖြစ်ပေါ်လာပုံ သာဓကပင်တည်း။

ထို့ကြောင့် ယနေ့သူတော်ကောင်း ဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ နောက်နေ့တွင် သူယုတ်မာ ဖြစ်နိုင်သည်။ ယနေ့ သူယုတ်မာ ဖြစ်နေသော်လည်း နောက်နေ့တွင် သူတော်ကောင်းလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသေးသည်။

### လူမိုက်ဆိုတာ

ယော ဗာလော မညတိ ဗာလုံ၊  
ပဏ္ဍိတောဝါ ပိ တေနသော။  
ဗာလောဝ ပဏ္ဍိတမာနိ၊  
သ ဝေ ဗာလောတိ ဝုစ္စတိ။ (ဓမ္မပဒ၊ ဂါထာ-၆၃)

အကြင်လူမိုက်သည် မိမိမိုက်သော အဖြစ်ကို သိ၏။ ထိုသို့သိခြင်းကြောင့် (ထိုသို့ မိုက်သောသူ ဖြစ်လျက်လည်း ပညာရှိ မည်၏) ပညာရှိ ဖြစ်နိုင်သေး၏။ အကြင်လူမိုက်သည်ကား မိုက်လျက်လျှင် မိမိကိုယ်ကို ပညာရှိဟု ထင်၏။ ထိုသူကိုသာလျှင် စင်စစ် လူမိုက်ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

ပုထုဇဉ်လူသားတို့၏သဘောအရ မသိမှု (အဝိဇ္ဇာ)က စခဲ့သည်ဖြစ်၍ တစ်ရံတစ်ခါ မိုက်တတ်ကြသေး၏။ ဤ၌ သာမညမိုက်မဲခြင်းနှင့် ကမ်းကုန်အောင်မိုက်မဲခြင်းဟူ၍ နှစ်မျိုးခွဲခြားပြီး မှတ်ယူနိုင်ပါသည်။

သာမညမိုက်မဲခြင်းဟူသည် အများတကာနည်းတူ သာမညနေထိုင်ကာ မိမိသူတစ်ပါး နှစ်ဦးသားတို့အတွက် ထိခိုက်နစ်နာစရာ အကျိုးတစ်စုံတရာ ပျက်စီးဆုံးရှုံးလောက်အောင် မိုက်မဲခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ မိုက်မဲလိုက်၊ သိသည်နှင့် ချက်ချင်း ပြင်ဆင်လိုက်၊ ထို့နောက် ထပ်မိုက်လိုက်ဖြင့်ပင် အဆိုးအကောင်း သံသရာလည်နေခြင်းမျိုးကို ဆိုလိုပါသည်။

ဤသူမျိုးသည် မိမိမိုက်သည်ကို မိုက်မှန်း သိနေနိုင်သည်ဖြစ်၍ အသိတစ်ချက် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ဝင်လိုက်လျှင်မူကား ထိုအသိဖြင့်ပင် မိမိမိုက်မဲသည်၏အဖြစ်ကို လုံးဝ စွန့်လွှတ်သွားနိုင်ပါသည်။

ကမ်းကုန်အောင်မိုက်မဲခြင်းဟူသည် မိမိ သူတစ်ပါး နှစ်ဦးသားတို့၏အကျိုးစီးပွားကို ထိခိုက်အောင် ပြုလုပ်တတ်သည့် အပြင် မိမိကိုယ်ကိုမိမိ မိုက်မဲသည်၏အဖြစ်ကို သတိပင်မရဘဲ ပြင်ဆင်နိုင်ရန်ဆိုသည်မှာလည်း ပို၍ပင်ဝေးလျက် မိုက်တွင်းနက်သထက် နက်၍နေခြင်းမျိုးကို ဆိုလိုပါသည်။ ဤသူမျိုးသည် မည်သည့်အခါမျှ အသိတရားဖြင့် သတိမထားမိနိုင်ဘဲ မိမိမိုက်မဲသည်၏အဖြစ်ကို မစွန့်လွှတ်နိုင်သည်ဖြစ်၍ မိုက်မဲခြင်းဖြင့်ပင် ဘဝကိုအဆုံးသတ်သွားကြရရာလေသည်။

လူသည် မသိမှုကိုအခြေခံထားသည်ဖြစ်၍ သိလျက်နှင့် မိုက်၍သော်လည်းကောင်း၊ မသိဘဲ မိုက်၍သော်လည်းကောင်း မိုက်မဲတတ်ကြသည်မှာ ဓမ္မတာပါပေ။

သို့သော် မိမိမိုက်သည်၏အဖြစ်ကို သိနေလျှင် 'လူမိုက်' အမည်မတွင်သေး၊ ပညာရှိပင်မည်နိုင်သေး၍ မိုက်မှန်း သိအောင် အသိဖြင့် ဆင်ခြင်နိုင်ရန်နှင့် အချိန်မီ ထိန်းချုပ် ပြုပြင်နိုင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

မိုက်လည်း မိုက်၍နေ၏။ မိမိကိုယ်ကို မိုက်မှန်းလည်း မသိသည့်အပြင် ပညာရှိဟူ၍ပင် ထင်နေပါမူကား ထိုသူမျိုးကို 'လူမိုက်'ဟူ၍ တိတိကျကျ အမည်တပ်ရမည် ဖြစ်ပါတော့သည်။

[ ကိုယ်မိုက် မိုက်မှန်းသိ၊ လိမ္မာလာဖို့ရှိ၊ မိုက်ပါလျက်ပင် လိမ္မာတယ်ထင်၊ မိုက်မြဲ မိုက်မည်ပင်။ ]

**မုဆိုးနားနီး မုဆိုး၊ တံငါနားနီး တံငါ**

ကောင်းကံနှင့်ဆိုးကံ နှစ်မျိုးကို ခွဲခြားနားလည်ပြီး မကောင်းကံကို ရှောင်ဖြစ်ရန်နှင့် ကောင်းကံကို ဆောင်ဖြစ်၊ လုပ်ဖြစ်ရန်မှာ ဗီဇနှင့် ပတ်ဝန်းကျင် နှစ်မျိုးစလုံးပင် အရေးကြီးသည်ဟု ဆိုရပါမည်။

ဤနေရာ၌ အချို့က ဗီဇသာ အရေးအကြီးဆုံးဟု ဆိုကြသူများရှိသကဲ့သို့ အချို့ကလည်း ပတ်ဝန်းကျင်သာ ပဓာနဖြစ်ကြောင်း ပြောကြသူများလည်း ရှိပါသည်။

ယေဘုယျသဘောဖြင့် မှတ်ချက်ပြုရလျှင် 'ဗီဇရော ပတ်ဝန်းကျင်ပါ နှစ်မျိုးစလုံး ကောင်းမွန်မှ ကောင်းကံ ပြုလုပ်ရန် အခွင့်သာနိုင်မည်'ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

ဗီဇကမည်မျှပင်ကောင်းနေပါစေ ပတ်ဝန်းကျင် မကောင်းလျှင် မဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ ပတ်ဝန်းကျင် မည်မျှပင် ကောင်းနေစေကာမူ ဗီဇမကောင်းလျှင်လည်း ပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းကံ မည်သို့မျှ ကောင်းကံဖြစ်အောင် မဆောင်ကြဉ်း ပေးနိုင်ပါပေ။

သို့သော် ပတ်ဝန်းကျင် မကောင်းသည့်ကြားမှပင် ဗီဇကောင်းသူတို့ ပင်ကိုယ်အသိစိတ်ဓာတ်ဖြင့် ရုန်းထွက်သွား နိုင်ကြပြီး ကောင်းကံဖြင့် လွတ်မြောက်သူများ ရှိနိုင်ပါသော်လည်း ပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းအတွင်းက ဗီဇညံ့သူသည်ကား

ကောင်းကံ ပြုလုပ်ဖြစ်စေရန် အလားအလာ အခွင့်အလမ်းများ နည်းပါးသည်ဖြစ်၍ မကောင်းကံ ပြုလုပ်ဖြစ်ရန်သာ အတွင်းဗီဇက တွန်းအားပေးနေမည်မှာ သေချာပါသည်။

အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဗီဇဟူသည် ပဋိသန္ဓေစိတ်နှင့် အတူတကွ မွေးဖွားလာခဲ့သည်ဖြစ်၍ ပြုပြင်ရန် ခဲယဉ်းသော ကြောင့်ပေတည်း။

'မုဆိုးနားနီးမုဆိုး၊ တံငါနားနီးတံငါ'ဟူသော မြန်မာစကား တစ်ခုရှိ၏။ ၎င်းစကားသည် 'ဗီဇကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ညံ့သည်ဖြစ်စေ ပတ်ဝန်းကျင် အကောင်းအဆိုးအပေါ်မူတည်၍ အတုမြင် အတတ်သင် သဘောဖြင့်သာ ကောင်းကံဆိုးကံများ ခွဲခြားပြုလုပ်ဖြစ်ကြသည်'ဟု ဆိုလိုချင်ဟန် တူပါသည်။



### ကုသိုလ်ကံ ပြုလုပ်ဖြစ်စေရန် အခြေခံကုသိုလ်စိတ် လိုသည်

လူသားတို့သည် ချမ်းသာအမျိုးမျိုးကို နေ့စဉ် မျှော်လင့်တောင့်တနေရင်းဖြင့်ပင် အချိန်တွေ ကုန်မှန်းမသိ ကုန်ကြ ရသည်။ ဤသည်ကို 'မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် အသက်ရှင်ကြသည်' ဟုလည်း ဆိုကြသည်။

လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို ဆောင်ရွက်ကြရာတွင် စားဝတ်နေရေးအတွက် (ဝါ) အသက်ရှင်ရပ်တည် နေနိုင်ရေးအတွက် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်ကို အဓိကထား ဆောင်ရွက်ကြရသည့်အပြင် ၎င်းအတွက်မဟုတ်သော အခြား အလုပ်များက လည်း အကျိုးရှိသော/မရှိသော မရေမတွက်နိုင်အောင်ပင် လွန်စွာမှ များပြားလွန်းလှပါသည်။

ဤမျှများပြားလှသောအလုပ်များကြားက လူသားတို့သည် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ကိုယ်ရောနှုတ်ပါ မအားရ မနားရ လောက်အောင် ရှုပ်ယှက်ခတ်၊ ယောက်ယက်ခတ်လျက် မအားမလပ်ရှိနေသော ကြားမှပင် အဇ္ဈတ္တသန္တာန်က စိတ်သည်လည်း ကိုယ်နှုတ်တို့ထက်ပင် သာ၍ အလုပ်များလျက် ရှိနေကြပါသည်။

ထိုအလုပ်များထဲတွင် တစ်နေ့တစ်နေ့ ကုသိုလ် ဖြစ်စေမည့် အလုပ်နှင့် အကုသိုလ်ဖြစ်စေမည့် အလုပ်တို့ကို ချိန်ခွင်တွင်(ချိန်တွယ်စရာ ကိရိယာတစ်ခုခုတွင်) ထည့်၍ ချိန်စက်ကြည့်ပါလျှင် မည်သည့်အလုပ်က သာလေမည်နည်း။

များသောအားဖြင့် အကုသိုလ်ဖြစ်စေမည့်အလုပ် (အကုသိုလ်အလုပ်)ကသာ သာ၍ များလေမည်မှာ သေချာပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် လောဘ၊ ဒေါသစသော ကိလေသာတို့ မိုးမွှန်အောင် များပြားလျက်ရှိနေသော ပုထုဇဉ်လူသားတို့သည် မကောင်းသော အာရုံများဘက်သို့သာ အလေးသာ အားပြုနေသောကြောင့် (ပါပသ္မိ ရမတိ မနော) ကုသိုလ်အလုပ် လုပ်ဖြစ်စေရန် အခြေခံကုသိုလ်စိတ် မွေးမြူတတ်မှု နည်းပါးသောကြောင့်ဟု ဖြေရမည် ဖြစ်သည်။

မည်မျှပင်အလုပ်များနေသည်ဖြစ်စေ နေ့စဉ် ကုသိုလ်အလုပ်ကို လုပ်ဖြစ်အောင် အထူး ဝါယာမစိုက်ထုတ်ရမည်မှာ လူသားအားလုံးတို့၏ မွေးရာပါတာဝန် တစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ ထိုတာဝန်ကို မကျေပွန်ဘဲ လူ့လောကမှ ထွက်ခွါသွားရလျှင် လူမပီသသောလူ ဖြစ်ရချေတော့မည်။ ထိုသို့မဖြစ်စေရန် ကုသိုလ်စိတ်ကို မဖြစ်မနေ မွေးမြူရမည်ဖြစ်သည်။

ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ချင်သော်လည်း နေရိုးနေစဉ် အလိုလို နေရင်းဖြင့်တော့ ကုသိုလ်စိတ်က ဖြစ်လာလိမ့်မည် မဟုတ်၊ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်စေမည့် အခြေခံအကြောင်းကို သိမြင်ကာ လက်တွေ့ကျင့်သုံးပါမှ ကုသိုလ်စိတ်က ဖြစ်လာမည်ဖြစ်သည်။

ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်စေမည့် နီးကပ်သော အခြေခံအကြောင်းဟူသည် တွေ့ကြုံလာသမျှ အာရုံအမျိုးမျိုးတို့ အပေါ်၌ အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ခြင်းဟူသော **ယောနိသောမနသိကာ**ရပင်တည်း။

ယောနိသောမနသိကာရ ရှိမှ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်မည်၊ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်မှ ကုသိုလ်အလုပ်ကို လုပ်ဖြစ်မည်၊ လုပ်နိုင်မည်။ ကုသိုလ်အလုပ်ကို လုပ်ဖြစ်၊ လုပ်နိုင်မှ အကုသိုလ် အလုပ်မှ ဝေးကွာသွားလိမ့်မည် ဖြစ်သည်။ သို့မှသာ လူပီသသော လူအဖြစ်ဖြင့် လူသား၏တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်ရာ ရောက်မည်ဖြစ်ပြီး တာဝန်ကျေပွန်စွာဖြင့် လူ့လောကမှ ထွက်ခွါသူအဖြစ် မိမိကိုယ်ကို မိမိ မှတ်တမ်းတင်နိုင်မည့်အပြင် အများကလည်း အပြစ်ကင်းစင် ဖြူစင်မြင့်မြတ်သူအဖြစ် အသိအမှတ်ပြု ကျန်ရစ်ခဲ့ကြမည် ဖြစ်သည်။



### သံဝေဂရချိန်

လိမ္မာသူ (ဝါ) ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့သည် လိမ္မာနေရာမှ မိုက်မဲ မသွားရလေအောင်၊ သူတော်ကောင်းဘဝမှ သူယုတ်မာဘဝသို့ ပြန်မရောက်ရလေအောင် မိမိ၏ သတိဉာဏ်တို့ဖြင့် ထိန်းချုပ်ကာ နေထိုင်လေ့ရှိကြ၏။ ထိုသူများအဖို့ လိမ္မာရာမှ မိုက်မဲမသွားနိုင်ပါပေ။ သူတော်ကောင်းဘဝမှ သူယုတ်မာဘဝသို့ ပြန်ပြောင်းမသွားနိုင်ပါပေ။ တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်မြတ်သောဘဝများသို့သာ တက်လှမ်းရမည် ဖြစ်သည်။ ထိုမှ နိဗ္ဗာန်သို့တိုင်အောင်ပါပေ။

အထူးသတိပြုရန်မှာ ပညာရှိသူတော်ကောင်းပင် ဖြစ်လင့်ကစား တစ်ရံတစ်ခါတွင် သတိ၊ ဉာဏ်ကင်းမဲ့သွားပါလျှင် 'ပညာရှိလူမိုက်၊ စရိုက်ကျင့်ဆိုး၊ ထိုသူမျိုးကား၊ ပြစ်ကျိုးမသိ၊ ပြုမိပြုရာ၊ ပြုတတ်စွာ၏' ဆိုသည့်အတိုင်း ကမ်းကုန်အောင် မိုက်တတ်ကြလေသည်။

မိုက်မဲသူ၊ သူယုတ်မာတို့သည်လည်း ၎င်းတို့၏ မကောင်းသော အပြုအမူများကို သတိထားမိလာပါလျှင် အချိန်မီ ပြင်ဆင်ပါက လူလိမ္မာ၊ သူတော်ကောင်းအဖြစ်သို့ တက်လှမ်းနိုင်ပါသော်လည်း မိုက်မဲသည်၏အဖြစ်ကို မသိ၍ သော်လည်းကောင်း၊ သိလျက်နှင့် ဆက်မိုက်နေလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ သတိမပြုမိလျှင်သော်လည်းကောင်း မိုက်တွင်း နက်ရင်းဖြင့်ပင် မိုက်မြဲ မိုက်၍နေလျှင် မိုက်၍ပင် ဆုံးနိုင်တော့မည်မဟုတ်ပေ။

သို့သော် ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါတို့မည်သည် တစ်ချိန်ချိန်တွင် သံဝေဂရချိန်ဆိုတာ ရှိပါသည်။ ထိုအချိန်သည် သတိပြုဆင်ခြင်၍ ပြင်ဆင်မိသောအချိန်ပင် ဖြစ်သည်။

သတိမပြုမိပါက သံဝေဂမည်မျှပင်ရစေကာမူ ဆင်ခြင်မိရန်၊ ပြင်ဆင်မိရန် လွန်စွာခက်ခဲပေလိမ့်မည်။ သတိထားမိ၍ အသိဉာဏ် ဝင်လာသောအခါမှသာ ကုသိုလ်စိတ် အခြေခံဖြင့် ကောင်းစိတ်ဝင်လာကာ လှူချင် တန်းချင်စိတ်များ ပေါက်လာခြင်း၊ သီလ ဆောက်တည်ချင်စိတ်များ ပေါ်ပေါက်လာခြင်း၊ တရားထိုင်ချင်စိတ်၊ တရား ဘာဝနာ ပွားများချင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း စသော သူတော်ကောင်းဖြစ်ရန် လမ်းစများ ပေါ်လာမည်ဖြစ်သည်။ ဤသည်ကို သံဝေဂရချိန်ဟု ဆို၍ရနိုင်ပါသည်။





## အခွင့်အရေးကို လက်မလွတ်စေနှင့်

သံဝေဂရချိန်နှင့်ကြုံလာ၍ ကောင်းစိတ်ဝင်လာလျှင် ကံကောင်းသည်ဟု မှတ်ယူရမည် ဖြစ်သည်။ ၎င်းကောင်းကံကို အထမြောက်အောင်မြင်စေရန်နှင့် မကောင်းကံဟူသော နောက်ကြောင်းသို့ ပြန်ပြောင်းမလှည့်မိစေရန် သတိထား ပြုလုပ်ရ မည်ဖြစ်သည်။

လှူချင်တန်းချင်စိတ်ပေါက်လာလျှင် 'ငါ ကံကောင်းလာပြီ၊ ဒီကံလေး အထမြောက်အောင် ငါ လှူပေးဦးမှ'၊ သီလဆောက်တည်ချင်စိတ် ပေါက်လာလျှင် 'ငါ ကံကောင်း လာပြီ၊ သီလလေး ဆောက်တည်ပြီး နေဦးမှ'၊ ဘုရားရှိခိုးချင်စိတ် ပေါက်လာလျှင် 'ငါ ကံကောင်းလာပြီ၊ ဘုရားရှိခိုးပြီးတော့ ပူဇော်လိုက်ဦးမှ'၊ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း ပွားများချင်စိတ်၊ တရားအားထုတ်ချင်စိတ် ပေါက်လာလျှင် 'ငါ ကံကောင်းလာပြီ၊ ပွားများဖြစ်အောင် ပွားများလိုက်ဦးမှ၊ အားထုတ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်လိုက်ဦးမှ' စသည်ဖြင့် ကောင်းကံများ အထမြောက် အောင်မြင်စေရန် ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ရမည် ဖြစ်သည်။ ကောင်းစိတ်များပေါ်လာပြီး ကောင်းကံများကို ပြုလုပ်အားထုတ် ဖြစ်လျှင် အခွင့်အရေးကောင်း၊ အခြေအနေကောင်းများ ရလာပြီဟု မှတ်ယူရမည်ဖြစ်ပြီး ၎င်းအခွင့်ကောင်း၊ အခြေအနေကောင်းများကို လက်မလွတ်စေရန် လွန်စွာ အရေးကြီးပါသည်။



## ရွှေ့ဆိုင်းထားလိုက်ပါ

ကောင်းစိတ်ဝင်လာချိန်တွင် ကောင်းကံများကို ပြုလုပ်နိုင်သည့် အခွင့်အရေးများ ရရှိသကဲ့သို့ မကောင်းစိတ် ဝင်လာချိန်တွင် မကောင်းကံများကို ပြုလုပ်နိုင်သည့် အခွင့်အရေးများလည်း ရရှိနိုင်သေးသည်ကို သတိချပ်သင့်ပါသည်။

ကောင်းကံပြုလုပ်ရန် အခွင့်အရေးရရှိချိန်တွင် ကောင်းကံကို ချက်ချင်းပင် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရန် သင့်လျော်သော်လည်း မကောင်းကံပြုလုပ်ရန် အခွင့်အရေး ရရှိချိန်တွင်မူ မကောင်းကံကို ချက်ချင်းအကောင်အထည် ဖော်ဆောင်ရန် မသင့်လျော်ပါပေ။ ၎င်းမကောင်းကံကို မပြုလုပ်မိစေရန် မိမိကိုယ်ကို မိမိ စည်းကမ်းချမှတ်ပြီး ပြင်းပြင်းထန်ထန် ပိတ်ပင်တားမြစ်ထားရမည်သာ ဖြစ်သည်။

မကောင်းကံများပြုလုပ်ရန် အခွင့်အရေးကြုံလာလျှင် 'အခုပြုလုပ်ဖို့ အချိန်မရသေးဘူး၊ နောက်ထပ် ငါးမိနစ်နေမှ ပြုလုပ်မယ်၊ တစ်နာရီ၊ တစ်ရက်၊ တစ်လ၊ တစ်နှစ်နေမှ ပြုလုပ်မယ်' စသည်ဖြင့် အချိန်ကို နောက်ဆုတ် ရွှေ့ဆိုင်းထားလိုက်လျှင် ပြုလုပ်ဖြစ်လိမ့်မည်လည်း မဟုတ်၊ အလိုလို တားမြစ်ပြီးလည်း ဖြစ်နေပါလိမ့်မည်။

'သူ့အသက်သတ်ဖြတ်ချင်စိတ် ပေါက်လာလျှင် အချိန်ကို ရွှေ့ (သို့မဟုတ်) အချိန်အကန့်အသတ်မရှိ နောက်သို့ ရွှေ့ဆိုင်းထားလိုက်ပါ။ သူ့ဥစ္စာခိုးယူချင်စိတ် ပေါက်လာလျှင် အချိန်ကို ရွှေ့ဆိုင်းထားလိုက်ပါ။ သတ်ဖို့၊ ခိုးဖို့ အချိန်မရသေးဘူး၊ မအားသေးဘူး' စသည်ဖြင့် အလေ့အကျင့်များလာလျှင် မကောင်းကံများပြုလုပ်ရန် အခွင့်မသာနိုင်တော့ဘဲ ကောင်းကံဘက်သို့ သာ ဦးတည်လာနိုင်ပါသည်။



## မကောင်းမှုကို မထိမဲ့မြင်မပြုရာ

မကောင်းမှုကို အနည်းငယ်ပင်ဖြစ်ပါစေ 'ဘာမှမဖြစ် လောက်ပါဘူး'ဟုဆိုကာ မထိမဲ့မြင် မပြုလုပ်သင့်ပေ။

ရေအိုးထဲသို့ မိုးရေပေါက်များ ကျဖန်များလာသောအခါ ရေများပြည့်လာသကဲ့သို့ ထို့အတူ လူမိုက်သည် မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံများကို နည်းနည်းချင်းပြု၍ ကြာလာသော် ၎င်းအကုသိုလ်ကံများကလည်း ပြည့်လာ၊ များလာပါလိမ့်မည်။ အနည်းငယ်ပင် ပြုလုပ်သော်လည်း အကျိုးမပေးဟု မထင်မှတ်သင့်ပေ။ အကျိုးပေးနိုင်ပါသည်။ အကျိုးပေးသောအခါ သက်သာလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။

တစ်ခါတစ်ရံ နောက်ပြောင်ကျီစယ်သော စကားကလည်း နောက်ပြောင်ကျီစယ်သည် ဖြစ်သော်လည်း မျက်နှာသာ မပေး၊ အကျိုးမပေးဘဲ မနေ၊ အကျိုးပေးမည်သာ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် နောက်ပြောင်ကျီစယ်၍လည်း မပြောသင့်၊ မစသင့်ပေ။

## နောက်ပြောင်ကျီစယ်မိခဲ့လို့

ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးသခင် ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး သက်တော်ထင်ရှား ရှိတော်မူစဉ်က လိစ္ဆာမင်းတို့၏ တိုင်းပြည်၌ သူဌေးတစ်ယောက် ရှိခဲ့ဖူး၏။ ၎င်းသူဌေးသည် စိတ်ထားနုလုံးထား ကောင်းမွန်၏။ ငါးပါးသီလ မြဲ၏။

သူ၏အိမ်ရှေ့က လမ်းကလေးသည် လူသွားလူလာ များလှ၏။ ထိုလမ်းကလေးသည် ချိုင့်ခွက်များဖြင့် ပြည့်နှက်၍ နေ၏။ ထိုချိုင့်ခွက်များကြောင့် လမ်းသွားလမ်းလာ၊ ခရီးသွား ခရီးလာများအတွက် စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်ကြရရာ၏။ ထိုလိုအပ်ချက်ကို သူဌေးက တောမှ ယူလာသော နွားဦးခေါင်းရိုးဖြင့် တံတားခင်းကာ ဖြည့်ဆည်းပေးလိုက်၍ လမ်းသွားလမ်းလာ၊ ခရီးသွား၊ ခရီးလာများအတွက် စိတ်ချမ်းသာစွာ လျှောက်လှမ်းကြရသည်။

သို့သော် ဤမျှစိတ်ကောင်းနုလုံးကောင်းရှိ၍ အများကို ကူညီလိုစိတ်ရှိသော သူဌေးတွင် မကောင်းသော အမှုအကျင့် တစ်ခုလည်း ရှိနေ၏။ ထိုအမှုအကျင့်မှာ သူတစ်ပါးကို နောက်ပြောင်ကျီစယ်တတ်သော အကျင့်ပင်ဖြစ်သည်။

တစ်နေ့တွင် သူဌေးသည် သူ၏သူငယ်ချင်းများနှင့်အတူ မြစ်ဆိပ်သို့ ရေချိုးသွားကြ၏။ သူ၏သူငယ်ချင်းများ ရေကန်ထဲတွင် ရေဆင်းချိုးနေခိုက် သူတို့၏ အင်္ကျီ အဝတ်အစားများကို သူဌေးက ဝှက်ထားလိုက်၏။ နောက်ပြောင်ကျီစယ် လိုသောစိတ်ဖြင့် ရယ်စရာဖြစ်အောင် ဝှက်ထားခြင်း ဖြစ်သည်။ သူ၏သူငယ်ချင်းများသည် ရေချိုးပြီးကြ၍ အင်္ကျီ အဝတ်အစား များကို လဲမည်ပြုရာ အဝတ်များကို ရှာမတွေ့၍ မလဲရဘဲ ချမ်းတုန်၍ နေကြကုန်၏။ ချမ်းတုန်နေသော သူငယ်ချင်းများ၏ အမူအရာကိုကြည့်ပြီး သူဌေးက သဘောကျမိ၏။ ရယ်စရာဟု မှတ်ထင်ကာ ရယ်မော၍ နေလေ၏။

၎င်းအကုသိုလ်ကံသည် ရယ်စရာအဖြစ် ကျီစယ်နောက်ပြောင်ပြီး ပြုလုပ်သောကြောင့် ဤဘဝကစုတေ သေလွန် သွားသော် ပုဆိုးအဝတ် မဝတ်ရသော၊ ပုဆိုးအဝတ်မပါသော ရုက္ခစိုးနတ်ဘဝသို့ ရောက်ရလေသည်။

စိတ်ထားကောင်းပြီး ငါးပါးသီလ မြဲခဲ့သောကြောင့် ရုက္ခစိုးနတ်ဖြစ်ပြီး ဆွတ်ဆွတ်ဖြူသော မနောဇီဝမြင်းကြီး တစ်ကောင်ကို စီးရသော်လည်း သူတစ်ပါးကို နောက်ပြောင်ကျီစယ်မိခဲ့သော အကုသိုလ်ကံကြောင့် ရုက္ခစိုးနတ်ဖြစ်တာတောင် အဝတ်ပုဆိုး မဝတ်ရဘဲ ဖြစ်နေလေသည်။



## မကောင်းကျိုးမပေးမီ မကောင်းမှုက ပျားရည်လို ချို

မခုဝါ မညတိ ဗာလော၊ ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။  
ယဒါ စ ပစ္စတိ ပါပံ၊ အထ ဒုက္ခံ နိဂစ္ဆတိ။ (ဓမ္မပဒ၊ ဂါထာ-၆၉)

သူမိုက်သည် အကြင်မျှလောက် မိမိပြုသော မကောင်းမှုသည် အကျိုးမပေးသေး၊ ထိုမျှလောက် ပျားရည်ကဲ့သို့ အောက်မေ့မှတ်ထင်တတ်၏။ အကြင်အချိန်ကား မိမိပြုသော မကောင်းမှုသည် အကျိုးပေး၏။ ထိုအချိန် ခင်းရဲခြင်းသို့ ရောက်ရလေတော့၏။

## ဘဝဆက်တိုင်း ပြည့်တန်ဆာ ဖြစ်ရသည့် ကံ

သုံးလောကထွတ်ထား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားရှင် လက်ထက်တော်အခါက အမွှပါလီဆိုသော ပြည့်တန်ဆာမ တစ်ယောက် ရှိခဲ့ဖူး၏။ သူသည် ဘဝတိုင်း ဘဝတိုင်း ပြည့်တန်ဆာမဘဝချည်း ဖြစ်ခဲ့ရလေသည်။ အဘယ့်ကြောင့် ဤကဲ့သို့ မကောင်းသောဘဝဖြင့်ချည်း ကျင်လည်ခဲ့ရပါသနည်း။ အတိတ်ဘဝတစ်ခုက ပြောမှားခဲ့မိသော ဝစီကံ မကောင်းမှု တစ်ခု ကြောင့်ဟု အဖြေပေးရမည် ဖြစ်ပါသည်။

မှန်ပါသည်။ သူသည် ရှေးအတိတ်ကာလ ကဿပမြတ်စွာဘုရားရှင်လက်ထက်က ဘိက္ခုနီမ ဝတ်ခဲ့ဖူးသည်။ ကဿပမြတ်စွာဘုရားရှင် ပရိနိဗ္ဗာန် စံဝင်တော်မူသောအခါ ဘုရားစေတီတော်ကြီး တည်ထားပြီး နောက်တစ်ကြိမ် ဘုရားဖူး သွား၏။ ဘိက္ခုနီမတွေတန်းစီကာ စေတီတော်ကြီးကို လက်ယာ ရစ်ပြီး ပူဇော်ကြ၏။ ထိုဘိက္ခုနီမအများစုထဲတွင် အချို့က ရဟန္တာ၊ အချို့ကအနာဂါမ်၊ အချို့က သကဒါဂါမ်၊ အချို့က သောတာပန်၊ အချို့က ပုထုဇဉ် စသည်ဖြင့် အသီးသီး ပါကြ၏။

ရဟန္တာထေရီမကြီးတစ်ပါးက 'ဟတ်ချိုး'ဟု ချေလိုက်မိ၍ တံတွေးသလိပ်များ စေတီသို့ စင်ပြီး ကပ်ငြိပေကျံသွား၏။ ထိုရဟန္တာထေရီမကြီးသည် တံတွေးထွေးစဉ်က 'စင်ပါစေ၊ ကပ်ငြိပေကျံပါစေ' ဟူသော စေတနာ မပါပါပေ။ မတော်တဆ ချေလိုက်မိ၍ မတော်တဆ ပေကျံသွားခြင်းဖြစ်သည်။

၎င်းတံတွေး၊ သလိပ်များကို အမွှပါလီလောင်း ဘိက္ခုနီမက မြင်၍ ရုတ်တရက် 'အလို...ဟယ် ဘုရားစေတီတော်မှာ တံတွေး၊ သလိပ်တွေပေနေတာ ဘယ်ပြည့်တန်ဆာမကများ ထွေးသွားတယ်မသိဘူး'ဟု ပြောလိုက်မိ၏။ **ဝစီဘောဒ ထိတိုင်းရှု** ဆိုသကဲ့သို့ ၎င်းအကုသိုလ်ကံကြောင့် အမွှပါလီ အမျိုးသမီးလောင်းသည် ဖြစ်လေရာဘဝတိုင်း၊ ဘဝတိုင်းတွင် ပြည့်တန်ဆာမချည်း ဖြစ်ခဲ့ရလေသည်။ ပြောလိုက်ရစဉ်က ကံသည် အနည်းငယ်မျှပင်ဖြစ်သော်လည်း ဘဝတိုင်း ပြည့်တန်ဆာမ ဖြစ်ရသည့်အကျိုးက များပြားလွန်းလှပါသည်။

နောင်အခါတွင် ဘုရားရှင်၏သာသနာတော်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်ပြီး တရားအားထုတ်လိုက်ကာမှ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ရကာ နိဗ္ဗာန်ဝင်သွား၍ တော်သေးသည်။ သို့မဟုတ်ပါက ၎င်းအကုသိုလ်ကံက မည်မျှကြာအောင် အကျိုးပေး နေလေဦးမည် မသိပါပေ။



## ပုတီးယတ္တတိဿထေရ်

မကောင်းကံကြောင့် မကောင်းကျိုးပေးပုံ အခြားသာမက ဇာတ်လမ်းတစ်ခုလည်း ရှိသေးသည်။ ၎င်းမှာ ပုတီးယတ္တတိဿ ထေရ်အကြောင်းပင်ဖြစ်၏။

ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားရှင် သက်တော်ထင်ရှား ရှိတော်မူစဉ်အခါက သာဝတ္ထိမြို့၌ တိဿအမည်ရှိသော သူငယ် တစ်ယောက် ရှိခဲ့ဖူးလေ၏။ သူသည် အရွယ်ရောက်လာသောအခါ ဘုရားရှင်၏ သာသနာတော်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာ၏။ စာပေပရိယတ္တိ တတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်လှ၍ အဟောအပြောကောင်းသည်သာမက စာချဘက်တွင်ပါ ထူးချွန်ပြောင်မြောက်စွာ အပို့အချ အသင်အပြ ကောင်းမွန်လှပါသည်။

အသက်လေးဆယ်အရွယ်သို့ ရောက်လာသောအခါ ကျန်းမာရေးက တစ်စတစ်စဖောက်ပြန် ချို့ယွင်းလာ၏။ ကျန်းမာရေးညံ့စတွင် ဆိုးဆိုးရွားရွား မဖြစ်သေး၍ စာပေများကို ပို့ချပေးနေဆဲ၊ ပဋိပတ္တိ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းများကိုလည်း အခါအားလျော်စွာ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် ပွားများအားထုတ်နေဆဲပင် ရှိနေပါသည်။

## တစ်ကိုယ်လုံး အဖုအပိမ့်များ ပေါက်လာခြင်း

သို့နှင့် အသက်လေးဆယ် ကျော်လာသောအခါ ခန္ဓာကိုယ်က သိသိသာသာ ပြုလာပေပြီ။ တဖြည်းဖြည်းနှင့် ဟိုနေရာက ယားလာလိုက်၊ သည်နေရာက နာလာလိုက်နှင့် မည်သည့်ဆေးနှင့်မျှ သက်သာပျောက်ကင်းအောင် ကုသ၍ မရသည့်အပြင် ရောဂါက ကြီးထွား၍ ကြီးထွား၍သာ လာလေ၏။

နောက်ဆုံးတွင် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး အပ်ချစရာ နေရာလွတ် မရှိလောက်အောင်ပင် နေရာမလပ် အဖုအပိမ့်များ ပေါ်ထွက်လာလေတော့သည်။ အဖုအပိမ့်များက ငယ်ရာမှ ကြီးလာလိုက်သည်မှာ ဥသျှစ်သီးလုံးမျှပင် ဖြစ်၍လာလေသည်။

ကြာလာသောအခါ ထိုအဖုအပိမ့်များသည် ပြည်များ အောင်းလာပြီး ပေါက်ထွက်ကုန်၏။ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး သွေးများ ပြည်များဖြင့် ကပ်ငြိပေကျနေသည်မှာ ရွံစရာကောင်းလောက်အောင် ဖြစ်နေ၏။ ဝတ်ထားသည့် သင်္ကန်းများသည်လည်း သွေးများပြည်များဖြင့် စိုရွှဲ၍သာ နေလေတော့သည်။

## သွေးများပြည်များကြားက မထေရ်ကြီး

အိပ်ရာထဲသို့ လဲသည့်နေ့မှစ၍ မထေရ်သည် သူ၏ အညစ်အကြေးများကို သူကိုယ်တိုင် မသုတ်သင် မဆေးကြောနိုင် ရှာတော့ပေ။ သွေးများပြည်များ စိုရွှဲနေသည့် ကြားထဲမှာပင် အလိမ်းလိမ်း ကပ်ငြိလူးလို့မိနေရရှာလေသည်။

ရောဂါက မပျောက်သည့်အပြင် တဖြည်းဖြည်း ဆိုးရွား၍ဆိုးရွား၍သာ လာနေသောကြောင့် ခြေသလုံးရိုး၊ ပေါင်ရိုး၊ ခါးရိုး၊ လက်ရိုးများပင် အားလုံး ကျိုးကြေကုန်၏။ နာကျင်မှုဒုက္ခဝေဒနာတို့သည်လည်း မခံမရပ်နိုင်လောက်အောင်ပင် ပြင်းပြင်းထန်ထန် နှိပ်စက်ကြလေကုန်၏။ အလွန်အမင်း နာကျင်လွန်းလှ၍ အံကြိတ်၍သာ ခံနေရရှာလေသည်။

တိဿထေရ်ကြီးသည် ယခုတော့ အိုလည်း အိုခဲ့ပြီ၊ နာလည်း နာခဲ့ပြီ၊ ကျိုးလည်း ကျိုးခဲ့ပြီ။ အိုနာကျိုးကန်း အဖြစ်မျိုးသို့ ပင် ရောက်၍နေလေ၏။ မထေရ်၏ အနာများက ကြာလာသော် အပုပ်နံ့များပင် ထွက်၍လာလေ၏။ အပုပ်နံ့များကလည်း

မထေရ်နေသည့် တစ်ကျောင်းလုံး လှိုင်၍ သာနေလေ၏။ တစ်ကိုယ်လုံး ပုပ်စော်များ နံနေ၍ 'ပုပ်စော်နံတဲ့ တိဿမထေရ်ကြီး'ဟု အများကခေါ်ဝေါ်ကြ၏။ ပါဠိလို 'ပူတိယတ္တတိဿမထေရ်'ဟူ၍ ဖြစ်၏။

ကြာလာသောအခါ တပည့်များကလည်း မည်သူမျှ အနားသို့ မကပ်ချင်ကြတော့ပေ။ မပြုစုချင်ကြတော့ပေ။ မထေရ်သည် မိမိအနားသို့ မည်သူမျှ မကပ်ချင်လောက်အောင် ရွံရှာဖွယ်ဖြစ်နေသည့် မိမိ၏အဖြစ်ကို မည်သို့မျှ မတတ်နိုင်သည့် အဆုံး ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားများချည်း ပေ၍ ရှုမှတ်နေလေတော့သည်။



### မြတ်စွာဘုရား သူနာပြုအလုပ်ကို ပြုလုပ်ခြင်း

မြတ်စွာဘုရားရှင်က ကျွတ်သင့်ကျွတ်ထိုက်သော ဝေနေယျသတ္တဝါများကို ရွှေဉာဏ်တော်စက္ခုဖြင့် ကြည့်ရှုလိုက် သောအခါ တိဿမထေရ်၏ ကျွတ်တမ်းဝင်မည့် အရေးကို မြင်တော်မူလေ၏။

ထို့ကြောင့် နံနက်မိုးသောက် အလင်းရောက်သောအခါ ဇေတဝန်ကျောင်းတွင်းရှိ ကျောင်းဆောင်များကို လှည့်လည် ကြည့်ရှုလာရာ တိဿမထေရ်၏ ကျောင်းဆောင်သို့ ရောက်လာတော်မူ၏။

တိဿမထေရ်ကို တွေ့သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် တိဿမထေရ်၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေကို မေးမြန်းတော်မူ၏။ တိဿမထေရ်ကလည်း မိမိ၏ ဝေဒနာဖြစ်အင်ကို ကုန်စင်အောင် လျှောက်တင်လိုက်လေသည်။

ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက တိဿမထေရ်၏ ရောဂါဝေဒနာအခြေအနေကို ကောင်းမွန်စွာ မြင်တွေ့သိရှိလိုက် ရပြီဖြစ်၍ မီးတင်းကုပ်သို့ ကြွသွားပြီး ကိုယ်တော်တိုင် ရေနွေးကြိုတော်မူပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားက တိဿမထေရ်၏ အနာများကို ရေနွေးဖြင့် ကိုယ်တော်တိုင် ဆေးကြောသုတ်သင်ပေးတော်မူလို၍ တိဿမထေရ်၏ ခုတင်ကို မီးတင်းကုပ်ရှိရာသို့ ဆွဲ၍ ရွှေ့တော်မူ၏။

ထိုအခါကျမှ သံဃာတော်များကလည်း မနေသာတော့ဘဲ 'မြတ်စွာဘုရား၊ ဖယ်တော်မူပါဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ ထမ်းပို့မယ်ဘုရား၊ မပို့မယ်ဘုရား၊ သယ်ပို့မယ်ဘုရား'ဟုဆိုကာ တိဿမထေရ် ကျန်းစက်သော ခုတင်ကို ဝိုင်း၍ မကြ လေသည်။ ရေနွေးအိုးတည်ရာ မီးတင်းကုပ်ရှိရာအရပ်သို့ တိဿမထေရ်ကို ထမ်းလာကြ၏။

မီးတင်းကုပ်ထဲသို့ ရောက်လာသောအခါ မြတ်စွာဘုရားက အနီးအပါးတွင်ရှိနေသော သရက်ပင်မှ သရက်အခေါက်များ ကို အခွါခိုင်းပြီး ၎င်းသရက်ခေါက်များကို ရေနွေးအိုးထဲသို့ ထည့်လိုက်၏။ ဖန်ရည် ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုဖန်ရည်ဖြင့် မထေရ်၏ အနာများကို ဖန်ဆေးပေးမည် ဖြစ်သည်။

'ချစ်သားတို့ . . .

ဒီပူတိယတ္တမထေရ်ကြီးရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်က ဧကသီကို ခွါချကြစမ်း'ဟု မိန့်တော်မူ၏။ သံဃာတော်များက မြတ်စွာဘုရား မိန့်တော်မူသည့်အတိုင်း မထေရ်ကြီး၏ကိုယ်ပေါ်မှ ဧကသီသင်္ကန်းကို ခွါချလိုက်ကြ၏။ ဧကသီသည် ပြည်များသွေးများဖြင့် စေးကပ်နေ၍ မနည်းခွါချကြရသည်။

စေးကပ်နေသော ဧကသီကြီးကို မြတ်စွာဘုရားက ရေလောင်းပေးပြီး ရဟန်းများက လျှော်ပေးကြ၏။ လျှော်ပြီးသည်နှင့် ထိုဧကသီကြီးကို နေလှမ်းထားလိုက်၏။

မြတ်စွာဘုရားနှင့် သံဃာတော်များသည် တိဿမထေရ်၏ ကိုယ်ပေါ်မှ အနာများကို ဖန်ရည်ဖြင့်ဆေးကြော သုတ်သင် ပေးတော်မူကြပါသည်။ ပွတ်သည့်ကိုယ်တော်က ပွတ်ချနှင့်မို့ အရိုးများက တဂျောင်းဂျောင်းမြည်နေ၏။ အရိုးများ ကျိုးကြေနေ သောကြောင့် ဤကဲ့သို့ မြည်နေခြင်းဖြစ်သည်။

အနာများကို ဖန်ရည်ဆေးပြီး သန့်ရှင်းသွားသည်နှင့် နေလှမ်းထားသော ဧကသီသင်္ကန်းလည်း ခြောက်သွေ့သွားပြီမို့ ပြန်ဝတ်ပေးလိုက်၏။

ရဟန်းတော်များသည် ဧကသီကို လွှမ်းပေးပြီးနောက် အောက်ကသင်းပိုင်ကိုလည်း ဧကသီနည်းတူ လျှော်ဖွတ်ကြ ပြန်၏။ အောက်ပိုင်းခြေထောက်၊ ခြေသလုံးက ပြည်များသွေးများကိုလည်း မြတ်စွာဘုရားက ရေလောင်းပေးပြီး ရဟန်းတော် များက ပွတ်တိုက်ပေးကြသည်။

ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်း စင်ကြယ်သွားသောအခါ ခြောက်သွေ့နေပြီဖြစ်သော သင်းပိုင်ကိုလည်း မထေရ်အား ပြန်လည်၍ ဖုံးလွှမ်း၊ ဝတ်ဆင်ပေးလိုက်ကြပြန်၏။

ထိုအခါကျမှ တိဿမထေရ်ကြီးလည်း ခန္ဓာကိုယ် သန့်ရှင်းသွား၍ နေသာထိုင်သာရှိကာ စိတ်လက်များလည်း ကြည်လင်ရွှင်ပျံ့ ပေါ့ပါးသွားလေတော့သည်။

**မြတ်စွာဘုရား တရားဟောတော်မူခြင်း**

တိဿမထေရ်သည် မြတ်စွာဘုရားနှင့် ရဟန်းတော်များ၏ ပြုစုကုသမှုကြောင့် အတော်အသင့် သက်သောင့် သက်သာ ရှိလာသောအခါ စိတ်လက်များလည်း ကြည်လင်လာပြီဖြစ်၍ မြတ်စွာဘုရားသည် တိဿမထေရ်၏ ခုတင် ခေါင်းရင်းမှ နေကာ မတ်တတ်ရပ်ပြီး တရားဟောတော်မူပါသည်။

- အစီရ ဝတ ယံ ကာယော၊
- ပထဝီ အဓိသေဿတိ။
- ဆုဒ္ဓေါ အပေတ ဝိညာဏော၊
- နိရတ္ထံ ကလိင်္ဂရံ။
- ဘိက္ခု = သံသရာထွက်လမ်း ရည်မျှော်မှန်းသည့် အို . . . တိဿရဟန်း၊
- အယံကာယော = ကျေးဇူးမများ ပိုးလောက်စားမို့ ဤခန္ဓာကိုယ်သည်၊
- ဝတ = စင်စစ်ဧကန် အမှန်အားဖြင့်၊
- အစီရံ = အချိန်တွက်ချင့် မကြာမြင့်မီ၌၊
- အပေတဝိညာဏော = ဝိညာဏ်ချုပ်ကင်း ခန္ဓာထင်း ဖြစ်သည်ဖြစ်၍၊
- ဆုဒ္ဓေါ = မခင်မုန်းကာ စွန့်ပစ်ခွါသည်ရှိသော်၊
- နိရတ္ထံ = ကျေးဇူးမပွား ကျိုးမများသော၊
- ကလိင်္ဂရံက္ကဝ = အနှစ်သာရ မုချမရှိလျှင်း ဖွဲ့ထင်းကဲ့သို့၊
- ပထဝီ = လူသေမြုပ်နှံ မြေသုသာန်၌၊

အဓိသေသတိ = အဖော်မစိုး တစ်ကိုယ်တည်းသာ ငိုငြီးသံတိတ် အိပ်လည်း အိပ်ရပေတော့အံ့။

မြတ်စွာဘုရားက ဤကဲ့သို့ ခန္ဓာကိုယ်ကောင် အတ္တဘောကြီး၏ အသုံးမကျပုံနှင့် နောက်ဆုံးတွင် သုသာန်မြေ၌သာ မြှုပ်နှံလွှတ်ပစ်ရပုံတို့ကို ဟောပြောသောအခါ တိဿမထေရ်သည် မြတ်စွာဘုရား၏ သတိပေးချက်ကို ဖျပ်ခနဲရိပ်မိပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားကို အားခဲ၍သာ ရှုမှတ်ပွားပါတော့သည်။



### အသုံးမကျသော 'လူသားတို့၏ ရုပ်ကိုယ်ကောင်'

လူသားတို့၏ရုပ်ကိုယ်ကောင်ကြီးသည် ရုပ်နှင့်နာမ် တွဲစပ်နေသမျှ အခိုက်အတုံ့ကာလလေးတွင်သာ တန်ဖိုး ရှိနေကြသည်။ အသက်ရှင်နေသမျှ ကာလလေးတွင်သာ အဖိုးတန်နေကြသည်။ ရုပ်နှင့်နာမ် အိုးစားကွဲသွားလျှင် (ဝါ) သေသွားလျှင် တန်ဖိုးမရှိ၊ အသုံးမကျတော့ပေ။

အဘယ်မျှ တန်ဖိုးမရှိ အသုံးမကျသနည်းဟူမူ ကြက်သေကောင်၊ ငှက်သေကောင်လောက်မျှပင် တန်ဖိုးမရှိ အသုံးမကျ တော့ပေ။ ကြက်သေကောင်၊ ငှက်သေကောင်များကို ချက်စား၍ရသောကြောင့် ရောင်းလျှင်လည်း ဝယ်သည်။ အလကား ပေးလျှင်လည်း ယူသည်။ လူသေကောင်ကိုကျတော့ ဝယ်ယူဖို့နေနေသာသာ အလကားပေးလျှင်ပင် ယူမည့်သူ မရှိပေ။ ထို့ကြောင့် လူသေကောင်သည် ကြက်သေကောင် ငှက်သေကောင်ထက်ပင် သာ၍ ဆိုးသေး၊ တန်ဖိုး မဲ့သေး၏။

ထို့အပြင် ခရီးသွားခိုက်၊ လမ်းသွားခိုက် ရုတ်တရက် ဖိနပ်ပြတ်သွားလျှင် အနီးအနားရှိ အိမ်တစ်အိမ်၌ 'ဖိနပ်ပြတ်လေး ခဏထားခဲ့ပါရစေ၊ ခေတ္တခဏ သိမ်းထားပေးပါ၊ အပြန်ကျမှဝင်ယူပါမယ်'ဟု ပြောကာအပ်နှံထားခဲ့လျှင် မည်သည့်အိမ်ကမဆို ဖိနပ်ပြတ်လေးကို အအပ်ခံပါသည်။ လက်ခံပေးနိုင်ပါသည်။ သိမ်းထားပေးနိုင်ပါသည်။ မပျောက်မရှုရအောင် အသေအချာပင် စောင့်ရှောက်ပေးနိုင်ပါသေးသည်။

သို့သော် လူသေကောင်ကိုကျတော့ တစ်အိမ်အိမ်၌ အပ်နှံထားခဲ့၍ မရ။ မည်သည့်အိမ်ကမှလည်း လက်ခံသိမ်းဆည်း ပေးထားလိမ့်မည်မဟုတ်။ ခွင့်မပြုသည့်အပြင် ဆဲဆို ကြိမ်းမောင်းခြင်းကိုပင် ခံရမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်လည်း လူသေကောင်သည် ဖိနပ်ပြတ်လေးမျှပင် အဖိုးမတန်တော့ပါပေ။ ဪလူသားတို့၏ ကိုယ်ကောင် အတ္တဘောကြီးသည်ကား သေသည်၏ အခြားမဲ့၌ ဖိနပ်ပြတ်လေးလောက်မျှ တန်ဖိုးမရှိတော့ချေသည်တကား။

ထို့ကြောင့် ဘုရားရှင်က တိဿမထေရ်ကြီးကို "သင့်ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ မကြာတော့ပါဘူး၊ သေတော့မယ်၊ အသက် ဝိညာဏ် ကင်းပျောက်သွားလို့ရှိရင် သင်ချစ်သားရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို မီးရှို့ပစ်ကြလိမ့်မယ်၊ သုသာန်မြေမှာ မြှုပ်နှံပစ်ကြလိမ့်မယ်။ ထင်းဖွဲလောက်တောင်မှ အသုံးမကျတဲ့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ချစ်သား မြင်အောင်ရှုပါ"ဟု ဟောကြားတော်မူပါသည်။

ပင်ကိုဓာတ်ခံက ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ခဲ့ဖူးသည့် အထောက်အပံ့ကောင်းများ ရှိခဲ့သည်ဖြစ်၍ တရားတော်၏ အဆုံးတွင် တိဿမထေရ်သည် ရဟန္တာဖြစ်သွားတော်မူပါသည်။



## သမသိသိရဟန္တာ

တိဿမထေရ်ကြီးသည် ရဟန္တာဖြစ်ပြီးသည်နှင့် ပရိနိဗ္ဗာန် စံဝင်တော်မူပါသည်။ ရဟန္တာလည်းဖြစ်၊ ပရိနိဗ္ဗာန်လည်း စံသည့် ရဟန္တာမျိုးကို သမသိသိရဟန္တာဟု ခေါ်သည်။ အဝိဇ္ဇာဦးဆောင်သည့် တရားဆိုးများလည်း ပြတ်၊ စုတိစိတ်လည်း ကျ(အသက်လည်း ထွက်)သည်ဟု ဆိုလိုသည်။

## စေတီတည်ထားခြင်း

ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်တော်မူသွားသော တိဿမထေရ်ကြီး၏ ရုပ်ကလာပ်တော်ကို မီးရှို့ပစ်ကြသည်။ မြတ်စွာဘုရားက ကျလာသော ဓာတ်တော်များကို ဌာပနာသွင်း၍ စေတီငယ် တစ်ဆူ တည်ထားခိုင်းတော်မူပါသည်။

## တိဿမထေရ်၏ လားရာဂတိကို မေးမြန်းခြင်း

တိဿမထေရ်၏ဓာတ်တော်များဖြင့် ဌာပနာသွင်း၍ စေတီငယ်တစ်ဆူ တည်ထားပြီးသောအခါ ရဟန်းတော်များက မြတ်စွာဘုရားအား 'ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား ယခုအခါ တိဿမထေရ်သည် ဘယ်ဘဝသို့ ရောက်သွား ပါပြီလဲဘုရား'ဟု မေးမြန်းတော်မူကြသည်။ တိဿမထေရ် ရဟန္တာဖြစ်သွားသည်ကို ရဟန်းတော်များက မသိလိုက်ကြ၍ ဤကဲ့သို့ မေးမြန်းနေကြခြင်း ဖြစ်သည်။

မြတ်စွာဘုရားက -

'ပရိနိဗ္ဗာန်တော် ဘိက္ခုဝေ တိဿော ဘိက္ခု = ချစ်သားတို့ တိဿမထေရ်ဟာ ရဟန္တာဖြစ်ပြီးတာနဲ့ ပရိနိဗ္ဗာန် စံသွားခြင်း ဖြစ်တယ်'ဟု ရဟန်းတော်များအား ဖြေကြားတော်မူပါသည်။



## ရောဂါဝေဒနာဖြစ်ခြင်းနှင့် ရဟန္တာဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းကံများ မတူကြ

ရဟန်းတော်များသည် တိဿမထေရ်၏ မယုံနိုင်စရာ ဤအဖြစ်သနစ် အလှည့်အပြောင်းကို မျက်စိလည် အံ့ဩသွား ကြရသည်။ နားမလည်နိုင်ဘဲ ရှိနေကြသည်။ ကံတရား၏ ဆန်းကြယ်ပုံကိုလည်း အံ့အားသင့်စေကြရသည်။

ရဟန္တာဖြစ်စေမည့် ကံတရားများ ပါရှိလာပါလျက်နှင့် ဤကဲ့သို့သော ဆိုးရွားလွန်းလှသည့် ရောဂါဝေဒနာများဖြင့် နှိပ်စက်ရကောင်းလားဟုပင် ရဟန်းတော်များ၏ စိတ်ထဲတွင် ကျေနပ်ဟန် မတူကြချေ။

ထို့ကြောင့်လည်း ရဟန်းတော်များက 'ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား တိဿမထေရ်သည် ရဟန္တာဖြစ်မည့် ကံတရားများ ပါပါလျက်သားနဲ့ ဘာကြောင့်များ သူ့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ အဖုအပိမ့်ယားနာ၊ အနာစိမ်းများပေါက်ပြီး အရိုးတွေ ကျိုးကြေတဲ့အထိ ဒုက္ခဝေဒနာတွေ ခံစားရပါသလဲဘုရား'ဟု မေးမြန်းကြပြန်သည်။



ဤနေရာတွင် ကံနှစ်မျိုးတို့ မတူညီကြပါချေ။ ယားနာများပေါက်ပြီး အရိုးများကျိုးကြေသည့်တိုင်အောင် နှိပ်စက်သည့် အကြောင်းကံက တစ်မျိုး၊ ရဟန္တာဖြစ်စေမည့် အကြောင်းကံက တခြား၊ ကံနှစ်မျိုး ကွဲပြားခြားနားပါသည်။

ဤအကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရားက -

- 'ဘိက္ခဝေ = ပရိသတ်လေးပါး ချစ်သား ချစ်သမီးတို့၊
- တိဿောဘိက္ခု = တိဿရဟန်းသည်၊
- အတ္တနော = မိမိသည်၊
- ကထေန = ပြုအပ်သော၊
- ကမ္မေနေဝ = ကံသည်သာလျှင်၊
- ဝေရူပံ = ဤကဲ့သို့ ဆန်းကြယ်သော အကျိုးတရားများကို၊
- လဒ္ဓံ = ရခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

ချစ်သားတို့ တိဿမထေရ် ဒီလိုဖြစ်ခဲ့တာက ဘယ်သူမပြု မိမိမူ ဆိုတဲ့ သဘောတရားအတိုင်းပါပဲ။ သူများလုပ်လို့ ဖြစ်တာမဟုတ်။ ကိုယ်၊ကိုယ်တိုင်လုပ်လို့ ဖြစ်တာ၊ ကိုယ်ပြုတဲ့ကံ ကိုယ့်ထံပြန်တဲ့ သဘောအရ တိဿမထေရ် ခံစား စံစားရတာပါ ချစ်သားတို့'ဟု ပြန်လည်ဖြေကြားတော်မူပါသည်။

တိဿမထေရ်၏ ယားနာများပေါက်ပြီး အရိုးများ ကျိုးကြေသည့် ဒုက္ခဝေဒနာများ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းသည် သူ့ကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်ခဲ့သည့် ကံကြောင့် ဖြစ်သည်။ ရဟန္တာဖြစ်ခြင်းသည်လည်း သူ့ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားအားထုတ် ပြုလုပ် ဆည်းပူးခဲ့သည့် ကံကြောင့်ပင် ဖြစ်သည်။

ဥပမာအားဖြင့် တောနက်ကြီးထဲတွင် ဟစ်သံအော်သံ ပေးလိုက်လျှင် မိမိပေးလိုက်သည့် ဟစ်အော်သံနှင့် ထပ်တူ တူညီသော အသံများကို ပြန်ကြားရမည် ဖြစ်သည်။ ၎င်းကို ပဲ့တင်သံဟု ခေါ်သည်။ ထို့အတူ မိမိပြုလုပ်ထားသော ကံတရား၏ ပဲ့တင်သံသည်လည်း မိမိထံသို့သာ ပြန်လာတတ်သည်မှာ သဘာဝနိယာမတရားပင်တည်း။

[ ကိုယ်ပြုသောကံ၊ ပဲ့တင်သံ၊ ကိုယ့်ထံ ပြန်လာမည်။ ]



**ရဟန်းတော်များက မြတ်စွာဘုရားအား**

**'တိဿမထေရ်၏ အတိတ်ကံအကြောင်းကို ပြန်ပြောင်း ဟောကြားပေးတော်မူပါရန်'**

**တောင်းပန်လျှောက်ထားခြင်း**

"ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသောမြတ်စွာဘုရား၊ တိဿမထေရ်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ အရိုးတွေကျိုးပြီး ပုပ်ဆွေးနံ့စေ့ရတဲ့ အကြောင်းကံက ဘာပါလဲဘုရား"ဟု ရဟန်းတော်များက မေးမြန်းလျှောက်ထားသောကြောင့် မြတ်စွာဘုရားသည် တိဿမထေရ်၏ အတိတ်ကံအကြောင်းကို ပြန်ပြောင်း၍ ဟောကြားတော်မူပါသည်။

**တိဿမထေရ်၏ အတိတ်အကြောင်းကံ**

အတိတ်ဝေးကွာ ရှေးအခါက ဗာရာဏသီပြည်၌ ဗြဟ္မဒတ်မင်း မင်းပြုစဉ်အခါ ယခုလက်ရှိဘဝတွင် ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ဒုက္ခဇာတ်သိမ်း ခန္ဓာဝန် ချုပ်ငြိမ်းသွားတော်မူသော တိဿမထေရ်ကြီးသည် မုဆိုးဘဝဖြင့် အသက်မွေးခဲ့ရ၏။

မုဆိုးဘဝတွင် မုဆိုးတို့၏ထုံးစံအတိုင်း ပိုက်ကွန် အမျိုးမျိုးဖြင့် ငှက်များကို ထောင်ဖမ်းရသည့်အလုပ်ကို တစ်သက်လုံး စွဲစွဲမြဲမြဲ လုပ်ကိုင်ရလေသည်။

မုဆိုးသည် ဖမ်းဆီး၍ရရှိသော ငှက်များကို အထူးသဖြင့် ဗာရာဏသီမင်းထံသို့ ဆက်သရသည်။ ငှက်သားဆက်သ ရသောအမှုကို ထမ်းရွက်ရသည့်အတွက် မင်းမှုထမ်းပင် ဖြစ်သော်လည်း သူ့ရာထူးက ပါဏာတိပါတရာထူး ဖြစ်နေ၏။ အခြားမင်းမှုထမ်း ရာထူးရာခံများကဲ့သို့ ကုသိုလ်လည်းရ ဝမ်းလည်းဝသည့် ရာထူးရာခံမျိုး မဟုတ်ပေ။ ဝမ်းတော့ ဝပါ၏။ သို့သော် ကုသိုလ်ကား မရချေ။ ကုသိုလ်မရသည့်အပြင် အကုသိုလ်တောင် ရသည့် ရာထူး ဖြစ်နေသည်။

မည်သို့ပင်ဆိုစေ ဗာရာဏသီမင်းထံသို့ ငှက်သားများ နေ့စဉ် ရောက်ရှိရေးသည်သာ အစဉ်ဦးစိုက် လုပ်ဆောင်ရမည့် သူ၏ နေ့စဉ်အလုပ် ဖြစ်၍နေသည်။ ဗာရာဏသီမင်းထံသို့ ပို့ပြီး၍ ပိုလှုံသော ငှက်များကိုသာ အခြားသူများအား ရောင်းချရ၏။

ဤသို့ဖြင့် နေ့စဉ်ပင် ငှက်သားများကို ဗာရာဏသီမင်းထံသို့ ပို့တန် ပို့၊ ပိုလှုံသည်ကို ရောင်းတန် ရောင်း၊ စားတန် စား၍မှ ပိုနေသေးသော ငှက်အရှင်များကို သတ်ပစ်လျှင်လည်း ပုပ်ကုန်မှာစိုး၊ ဒီအတိုင်းထားလျှင်လည်း ထွက်ပြေး၊ ပျံပြေးမည် စိုးသောကြောင့် ကြာရှည်စွာ အထားခံနိုင်စေရန် ငှက်ကလေးများ၏ အတောင်များ၊ ခြေထောက်များကို ရိုက်ချိုးပြီး ထားလိုက်၏။

ဤနည်းဖြင့် ငှက်ကလေးများကို မသေ၊ မပုပ်အောင် စီမံထားရသည့် အတောင်ကျိုး၊ ခြေကျိုးငှက်များသည် နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာမြင့်လာသည်နှင့်အမျှ မရေမတွက်နိုင်အောင်ပင် များပြားလွန်းလှသည်။

(ထိုအကုသိုလ်ကံကြောင့် တိဿမထေရ်ဘဝတွင် ခန္ဓာကိုယ် ပုပ်ဆွေးနံ့စော်ရသည်အထိ အရိုးများ ကျိုးကြေ ပုပ်ပွရသည့် ရောဂါဝေဒနာမျိုးကို နာကျင်ပင်ပန်းကြီးစွာ ဆင်းဆင်းရဲရဲ ခံစားရခြင်း ဖြစ်သည်။ သူပြုခဲ့သည့်ကံသည် ပဲ့တင်သံပမာ သူထံသို့ ပြန်သည့်သဘောပင် ဖြစ်၏။)

သို့နှင့် ဗာရာဏသီမင်းလက်ထက်တွင် မုဆိုးဘဝဖြင့် ဘုရင်မင်းထံသို့ ငှက်သားများဆက်သရင်း ကျင်လည်လာရာမှ တစ်နေ့သောအခါ ငှက်သားဟင်းများကို အကျအန ချက်ပြုတ်ပြီး ထမင်းစားမည်ဟု ထမင်းခိုင်းတွင် ထိုင်လိုက်စဉ် ကံကောင်း ချင်၍ ဖြစ်မည်၊ ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီးတစ်ပါးသည် မုဆိုး၏ အိမ်ရှေ့၌ ဆွမ်းရပ်တော်မူလာ၏။

အရှင်မြတ်ကြီးကို မုဆိုးကမြင်လေသော် မုဆိုးကြီး၏ စိတ်ထဲတွင် ရုတ်တရက် သံဝေဂရသွား၏။ "ဪ-ရဟန္တာ အရှင်မြတ်ကြီးတစ်ပါး ငါ့အိမ်ရှေ့မှာ ဆွမ်းခံကြွတော်မူလာတယ်၊ ဆွမ်း လာရပ်နေတယ်။ ငါဟာ မုဆိုးဘဝနဲ့ ကျင်လည်လာ ခဲ့ရတာ အချိန်အခါကာလတွေ နှစ်တွေတောင် မနည်းတော့ပါလား၊ ဒါနကုသိုလ်ကောင်းမှု ဘာတစ်ခုမှလည်း မပြုလုပ်မိခဲ့ဖူးဘူး။ ကျောင်းကန်ဘုရား သွားပြီးတော့လည်း ဘာသီလမှ မဆောက်တည်ဖြစ်ခဲ့ဘူး။ တရားပွဲတွေကိုလည်း တစ်ခါမှ သွားပြီး တရားမနာမိခဲ့ဖူးဘူး။ တရားလည်း တစ်ခါမှ အားမထုတ်ဖြစ်ခဲ့ဖူးဘူး။ ငါ့မှာ အကုသိုလ်ကံတွေသာ သိပ်များလွန်းနေတယ်။ အခုတော့ ငါတစ်ခါမှ မပြုလုပ်ဖြစ်ခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်ဖြစ်ဖို့ အကြောင်းဖန်လာပြီ အခွင့်အခါတော့ ကြုံပြီ၊ ငါစားဖို့ အသင့်ချက်ပြုတ်စီမံထားတဲ့ ငှက်သားဟင်းကလည်း အဆင်သင့်ရှိနေတုန်း အရှင်မြတ်ကို ဆွမ်းတွေ၊ ဟင်းတွေ လောင်းလှူမှ ဖြစ်မယ်"ဟု တွေးကာ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းများကို ခူးခပ်ပြီး ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီး၏ သပိတ်ထဲသို့ ရှိသမျှဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းများ အားလုံးကို စေတနာသဒ္ဓါတရားထက်သန်စွာ လောင်းလှူလိုက်လေသည်။

ဆွမ်းလောင်းပြီးလျှင် မုဆိုးသည် အရှင်မြတ်ကြီးအား ထိခြင်းငါးပါးဖြင့် ရှိခိုးကာ "အရှင်မြတ်ဘုရား၊ ဘုရားတပည့် တော်သည် ဤကဲ့သို့ ဆွမ်းနှင့်ငှက်သားဟင်းများကို လောင်းလှူရတဲ့ ကုသိုလ်ကံအစွမ်းကြောင့် အရှင်ဘုရားတို့ သိတဲ့

တရားထူးတရားမြတ်ကို သိရပါလို၏ဘုရား"ဟု ဆုတောင်းလေသည်။ ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီးကလည်း "ဒကာတော် တောင်းသည့်ဆုနှင့် ပြည့်စုံစေ"ဟု ဆုပေးပြီး ရှေ့ဆက် ကြွသွားတော်မူပါသည်။

(ထိုကုသိုလ်ကံ၏ အထောက်အပံ့နှင့် အခြားများစွာသော ကုသိုလ်ကံများ၏ အထောက်အပံ့တို့ အပါအဝင် ယခုလက်ရှိဘဝ၏ ဝိပဿနာလုပ်ငန်းရပ်တို့ကြောင့် တိဿမထေရ်ဘဝတွင် ရဟန္တာဖြစ်ရခြင်းဟူသော အကျိုးကို ရရှိပါသည်။)

### ဒေသနာတော် နိဂုံးအဆုံး၌

မြတ်စွာဘုရားက ထိုကဲ့သို့ တိဿမထေရ်၏ အတိတ်အကြောင်းကို ဟောပြလိုက်ရာ ရဟန်းတော်များသည်လည်း တိဿမထေရ်၏ မတူညီသော ကံအကျိုးပေး နှစ်မျိုးအကြောင်းကို ကောင်းစွာ သဘောပေါက် နားလည်သွားကြလေသည်။

ဒေသနာတော် နိဂုံးအဆုံး၌ ဤတရားဒေသနာတော်ကို နာကြားကြရကုန်သော ရဟန်းသံဃာတော်များနှင့် ဒါယကာ၊ ဒါယိကာမများတို့တွင် အချို့မှာ အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာဖြစ်ကြ၍ အချို့မှာ အနာဂါမ်၊ အချို့မှာ သကဒါဂါမ်၊ အချို့မှာ သောတာပန် စသည်ဖြင့် အသီးသီး တည်သွားကြကုန်၏။

မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် မရရှိကြသော တရားနာပရိတ်သတ်၏ အကျိုးရလဒ်ကိုလည်း အဋ္ဌကထာက - "အချို့မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် မရသော်လည်း တရားပွဲသို့ လာပြီး တရားနာရခြင်းကြောင့် အလကားမဖြစ်ဘဲ အကျိုးရှိသွားကြကုန်၏။" ဟု ဆိုထားပါသည်။



### သည်ဘဝ သည်ကိုယ်စံ၊ နောင်ဘဝ နောင်ကိုယ်ခံ'ဟု ဆိုကြသော်လည်း....

အချို့က အကုသိုလ်ကံကို မြိန်ရည်ရှက်ရည် ပြုလုပ်တတ်ကြသည့်အပြင် ၎င်းတို့၏ နှုတ်မှလည်း 'ဒီဘဝ ဒီကိုယ်စံ၊ နောင်ဘဝ နောင်ကိုယ်ခံ'ဟုပင် ပြောဆိုတတ်ကြသေးသည်။

၎င်းတို့၏ အဆိုအရ ယခုဘဝက ဆိုးပြစ် ဆိုးကံများ၏ ဆိုးကျိုးများကို နောင်ဘဝရောက်သောအခါ ယခုဘဝ၏ ခန္ဓာကိုယ် မဟုတ်တော့သည့်အတွက် မိမိနှင့် မသက်ဆိုင်တော့၍ မိမိက ခံစရာမလိုဘဲ နောက်ထပ်ရသည့် ခန္ဓာကိုယ်ကသာ ခံပေလိမ့်မည်။ ခန္ဓာကိုယ်အသစ်က ခံရခြင်းသည် ယခုဘဝ ခန္ဓာကိုယ်က ခံရခြင်းမဟုတ်၍ မိမိက ခံရာမရောက်ဟု ဆိုလိုချင်ဟန် တူပါသည်။

၎င်းတို့၏ထင်မြင်ယူဆချက်သည် မိမိပြုလုပ်နေသည့် အကုသိုလ်ကံကို မသိကျိုးကျွံပြုလိုသည့် (ဝါ) မိမိ၏အပြစ်ကို မျက်စိမှိတ် ဖုံးကွယ်လိုသည့် ရှောင်လွှဲစကားသာ ဖြစ်သည်။

၎င်းတို့၏ထင်မြင်ယူဆချက် မှန်/မမှန် အောက်ပါ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရား၏ ကံပိုင်းဆိုင်ရာ မှတ်ချက်စကားရပ်ဖြင့် နှိုင်းယှဉ်ချိန်ထိုး ကြည့်ပါက သိသာလှ၍ ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း၊ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း အဖြေပေါ်လာမည် ဖြစ်သည်။

ဆရာတော်က -

"သတ္တဝါတို့ တစ်ဘဝမှတစ်ဘဝ ပြောင်းကြရသော်လည်း ရှေးဘဝက မိမိ၏အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာကံစွမ်းအတွက် နောက်ဘဝအသစ်၌ ဖြစ်ရသောကြောင့် နောက်ဘဝဖြစ်သူသည် သူများမဟုတ် မိမိပင်တည်း။ ပြုခဲ့သမျှသော စေတနာ ကံတရားတို့သည် ချုပ်ပျောက်သွားသော်လည်း ထိုကံ၏ အရှိန်သတ္တိတွေ အကျိုးမပေးရသေးသမျှ မပျောက်မပျက် လိုက်ပါလျက် ရှိသောကြောင့် မိမိပြုသောကုသိုလ်ကံ၏ သတ္တိသည် မိမိသန္တာန်မှာ (လူသွားရာသို့ လူရိပ် လိုက်ပါသလို) မိမိကို စောင့်ရှောက်

ဖို့ရန် အမြဲလိုက်ပါနေ၏။ မိမိပြုအပ်သော အကုသိုလ်ကံ၏ သတ္တိများလည်း (လှည်း၌ တပ်အပ်သော နွား၏ နောက်သို့ လှည်းဘီး လိုက်ပါသကဲ့သို့) မိမိကို နှိပ်စက်ဖို့ရန် အမြဲ လိုက်ပါနေ၏။ မိမိပြုအပ်သော အကုသိုလ်ကံ၏ အကျိုးကို မိမိသာ တိုက်ရိုက်ရ သောကြောင့် "ဒီဘဝဒီကိုယ်စံ၊ နောက်ဘဝ နောက်ကိုယ်ခံလိမ့်မည်"ဟု အချို့ကပြောသော်လည်း နောင်ဘဝ နောင်ကိုယ်မှာ သူများမဟုတ်၊ မိမိပင်ဖြစ်ကြောင်း ကောင်းကောင်းကြီး နားလည်ကြပါကုန်"ဟု မိန့်ဆို ရေးသားထားပါသည်။

(အမရပူရ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် အရှင်ဇနကာဘိဝံသ ၏ ကိုယ်ကျင့်အဘိဓမ္မာ-မှ)

## ကံသုံးပါး စင်ကြယ်အောင် လုပ်ပါ

ကံသုံးပါးရှိ၏။ ၎င်းတို့မှာ-

၁။ ကာယကံ၊

၂။ ဝစီကံ ၊

၃။ မနောကံ - ဟူ၍ ဖြစ်သည်။ ထိုတွင် ကာယကံ သုံးပါး၊ ဝစီကံ လေးပါး၊ မနောကံ သုံးပါး- ဟူ၍ အားလုံးပေါင်း ဆယ်ပါး ရှိပါသည်။

### ကာယကံ သုံးပါး

၁။ ပါဏာတိပါတ = သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

၂။ အဒိန္နာဒါန = ပိုင်ရှင်က ကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့် မပေးသည့် ပစ္စည်းဥစ္စာကို ပိုင်ရှင် မသိအောင် ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ = သူ့သားမယားကို ကျူးလွန် စော်ကားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။ -- ဤသုံးပါးကို ကာယကံသုံးပါးဟု ခေါ်သည်။

### ဝစီကံ လေးပါး

၁။ မုသာဝါဒ = မဟုတ်မမှန်သောစကားကို လိမ်ညာ၍ ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

၂။ ပိသုဏဝါစာ = သူနှစ်ဦးတို့ ညီညွတ်ချစ် ခင်နေသည်ကို ကွဲကွာ ပျက်ပြားသွားအောင် ကုန်းတိုက်သည့် စကားများ ကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

၃။ ဖရုသဝါစာ = ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းသော စကား များကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ် ရပါမည်။

၄။ သမ္ပပ္ပလာပဝါစာ = စပါးပိန် စပါးဖျင်းကဲ့သို့သော အနှစ်မရှိ၊ အကျိုးမဲ့သော စကားများကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါ မည်။ -- ဤလေးပါးကို ဝစီကံလေးပါးဟု ခေါ်သည်။

### မနောကံ သုံးပါး

၁။ အဘိဇ္ဈာ = သူတစ်ပါးတို့၏ စည်းစိမ်ဥစ္စာများကို မတရားလိုချင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။ (ဝါ) တဏှာလောဘ မဖြစ် အောင် နေထိုင်ရပါမည်။

၂။ ဗျာပါဒ = သူတစ်ပါးတို့၏ စည်းစိမ်ဥစ္စာများကို ပျက်စီးအောင်ကြံဆောင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။ (ဝါ) ဒေါသမဖြစ်အောင် နေထိုင်ရပါမည်။

၃။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ = ရတနာသုံးတန်း၊ ကံနှင့် ကံ၏အကျိုးပေးကို ယုံကြည်ရမည် ဖြစ်ပြီး မှားယွင်းသော အယူအဆများကို လက်ခံ၊ ယုံကြည်၊ ကျင့်သုံးခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။ -- ဤသုံးပါးကို မနောကံသုံးပါးဟု ခေါ်သည်။

၎င်းဆယ်ပါးကို (မကောင်းသော အမူအကျင့်များ ဖြစ်၍ ) ဒုစရိုက်ဆယ်ပါးဟု ခေါ်သည်။ ၎င်းဒုစရိုက်ဆယ်ပါးကို ရှောင်ကြဉ်လိုက်လျှင် ကံသုံးပါး စင်ကြယ်နေပါသည်။ ၎င်းဆယ်ပါးနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော သုစရိုက်တရား ဆယ်ပါးကို ကျင့်သုံးပြီး ဖြစ်သွားပါသည်။



**ရှေးကကောင်းလို့ အခုကောင်းပါသည်၊ အခုကောင်း နောင်ကောင်းပါလိမ့်မည်**

လရလက်ရှိဘဝတွင် စားဝတ်နေရေး အဆင်ပြေပြီး ကျန်းမာရေးလည်း ကောင်း၊ ဉာဏ်ပညာလည်း ထက်မြက်၊ တန်ခိုးဩဇာအာဏာလည်း တက်၊ ရုပ်ရည်ရူပကာယကလည်း ချောမောလှပ၊ အသံကလည်း ကောင်း စသည်ဖြင့် အဘက်ဘက်မှ ပြည့်စုံနေလျှင် ရှေးအတိတ်က စေတနာကောင်းခဲ့၍၊ ကံကောင်းခဲ့၍ ဖြစ်သည်။ ယခုလက်ရှိဘဝတွင်လည်း စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်းထားပြီး ကံကောင်းကောင်းပြုလုပ်လျှင် နောင် အနာဂတ်ကာလ ဘဝများတွင် ကောင်းမွန် ပြည့်စုံလာပါလိမ့်မည်။ ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝသည် လွန်စွာအရေးကြီးသည်။ ရှေးအတိတ်ဘဝများစွာက ပြုလုပ်ခဲ့သောကံများသည် ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ဆိုးသည်ဖြစ်စေ ပြုပြင်မရတော့သည်ဖြစ်၍ မည်သို့မျှ မတတ်နိုင်တော့ပေ။ အရေးကြီးသည်မှာ ယခု ပစ္စုပ္ပန်ဘဝတွင် ကောင်းကံများကို များများ ပြုလုပ်ဖြစ်ဖို့သာ လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။

**ရှေးကဆိုးလို့ အခုဆိုးပါသည်၊ အခုဆိုး နောင်ဆိုးပါလိမ့်မည်**

လက်ရှိဘဝတွင် စားဝတ်နေရေး မပြည့်စုံသည့်အပြင် ကျန်းမာရေးကလည်း ချူချာ၊ ဉာဏ်ပညာကလည်း ထုံထိုင်း၊ တန်ခိုးဩဇာအာဏာကလည်း နည်းပါး၊ ရုပ်ရည်ရူပကာယကလည်း ဆိုးရွား၊ အသံကလည်း ညံ့ဖျင်း စသည်ဖြင့် အဘက်ဘက်မှ ချို့ယွင်းနံ့ချာနေလျှင် .... သေချာပါသည်။ ရှေးဘဝက မကောင်းကံများကို ပြုလုပ်ခဲ့၍သာ ဖြစ်သည်။ ရှေးက စေတနာ မကောင်း၊ ကံ မကောင်းခဲ့၍ ယခုဘဝတွင် အကျိုးပေး မကောင်းခြင်းဖြစ်သည်။ ရှေးက ဆိုးခဲ့၍ ယခုဘဝတွင် ညံ့ရ ဆိုးရပါသည်။ ယခု ဆိုးနေလျှင်ဖြင့် ယခုဘဝကဲ့သို့ နောင်ဘဝတွင်လည်း ဆိုးနေ ညံ့နေပေလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် ကံသုံးပါးကို ဖြူစင်အောင်၊ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်အောင် (ဝါ) ဒုစရိုက်ဆယ်ပါးကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး သုစရိုက်ဆယ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားပြုလုပ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

**'ရှေးကကောင်းလို့ အခုကောင်းပါသည်' စသော လင်္ကာ၏ သမိုင်းကြောင်း**

ရှေးအခါကာလက “ရှေးကကောင်းလို့ အခုကောင်းပါသည်” စသော လင်္ကာကို သူတောင်းစားများ မကြာခဏ ရွတ်ဆို

လေ့ ရှိပါသတတ်။ များသောအားဖြင့် နှမြောစေးနဲ့ အပေးအကမ်းနည်းသော ဘုန်းကြီးကျောင်းများ၌ အရွတ်အဆိုများကြသည် ဟု ဆိုပါသည်။

ရှေးအခါက ဘုန်းကြီးကျောင်းတစ်ကျောင်း၌ ဘုန်းကံလွန်စွာကြီးမားသော ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါး သီတင်းသုံး နေထိုင် လျက်ရှိ၏။ ထိုဆရာတော်ကြီးသည် ဘုန်းကံကြီးမားသည့်အလျောက် လှူဒါန်းသူများ လွန်စွာများပြားသောကြောင့် ပစ္စည်း လေးပါး အလှူပယ် ပေါများလှ၏။

တစ်နေ့သ၌ ဆရာတော်ကြီးသည် စားပွဲပေါ်တွင် ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းများ အပြည့်အလှူဖြင့် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးနေစဉ် သူတောင်းစားတစ်ယောက်သည် ဆရာတော်ကြီး ဆွမ်းဘုဉ်းပေးသောနေရာနှင့် မလှမ်းမကမ်း ခြေရင်းနေရာမှ ထိုင်ကာ ဆရာတော်ကြီး ဆွမ်းဘုဉ်းပေးအပြီး ဆွမ်းကျန်၊ ဟင်းကျန်များ ရလိုခြင်း မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် စောင့်နေလေ၏။

ဆရာတော်ကြီးက ၎င်းသူတောင်းစားအား "အောင်မာ ဘာလဲကွ၊ မင်းက ဆွမ်းကျန်၊ဟင်းကျန်လေးများရှိရင် စွန့်ပါ ဘုရား-လို့ တောင်းမလို့ စောင့်နေတာမဟုတ်လားကွ၊ ငါတောင် မစားရသေးဘူး၊ မင်းကရောက်နေတယ်။ တို့ဘုန်းကြီးတွေ တောင် သူများပေးမှ၊ လှူမှ စားရတာကွ၊ သွား သွား သွား"ဟု ငေါက်ငမ်းပြီး နှင်ထုတ်၊ နှင်ထုတ်လေ့ ရှိပါသတတ်။ သူတောင်းစားကလည်း မပေးမှန်းသိလျက်နှင့် နေ့စဉ်နေ့တိုင်း လာတောင်းလေ့ရှိပြီး ဆရာတော်ကြီးကလည်း ရှေးနည်းအတူ နှင်ထုတ်၊ နှင်ထုတ်၍သာ နေသဖြင့် သူတောင်းစားခမျာမှာ ဆရာတော်ကြီး၏ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲမှုကို တစ်နေ့မှ မရရှိဘဲ၊ မစားရဘဲ ဖြစ်နေလေသည်။

သူတောင်းစားသည် လက်မလျှော့ဘဲ ဇွဲကောင်းကောင်းဖြင့် နေ့စဉ် တောင်း၍တောင်း၍သာ နေသဖြင့် ဆရာတော်ကြီးသည် သည်းမခံနိုင်တော့ဘဲ စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုးဖြင့် ကြိမ်လုံးကိုဆွဲကာ "ဟေ့-သူတောင်းစား၊ ဟောဒီမှာ ကြိမ်လုံး တွေ့လား၊ မင်း-နှောင်ကို ငါ့ဆီလာပြီး ဘယ်တော့မှ မတောင်းပါနဲ့၊ နောက်နေ့ လာတောင်းရင် ဟောဒီကြိမ်လုံးစာ တွေ့သွား မယ်"ဟု ခြိမ်းခြောက်ပြီး ပြောဆို ငေါက်လွတ်လိုက်ပြန်သည်။

ထိုအခါ သူတောင်းစားက "မှန်ပါဘုရား၊ အရှင်ဘုရား မလာနဲ့ဆိုလည်း နောက်ဘယ်တော့မှ မလာတော့ပါဘူးဘုရား၊ ဒါပေမယ့် ဆရာတော်ဘုရားကိုတော့ တပည့်တော် ကဗျာလေး တစ်ပုဒ်နဲ့ ပူဇော်ခဲ့ပါရစေဘုရား"

"ကဲ-ကဲ-ဒီလိုဆိုလည်း မြန်မြန်ပူဇော်ပြီး မြန်မြန်ပြန်ကွာ"

"မှန်ပါ၊ မြန်မြန်ပူဇော်ပြီး မြန်မြန်ပြန်ပါမယ်ဘုရား"ဟု ပြောပြောဆိုဆိုပင် သူတောင်းစားက အောက်ပါကဗျာကို အသံကျယ်ကျယ်ဖြင့် ရွတ်ဆိုပူဇော်ပါလေတော့သည်။

**\* ရှေးကကောင်းလို့ အခုကောင်းပါသည်၊ အခုကောင်း နောင်ကောင်းပါလိမ့်မည်။**

**\* ရှေးကဆိုးလို့ အခုဆိုးပါသည်၊ အခုဆိုး နောင်ဆိုးပါလိမ့်မည်။**

ဤသို့ရွတ်ဆိုပြလိုက်သောအခါ ဆရာတော်ကြီးသည် သူတောင်းစားရွတ်ဆိုပြလိုက်သော ထိုကဗျာကို ဆွမ်းစားရင်း စဉ်းစားနေလေ၏။ စဉ်းစားရင်း ကဗျာ၏အဓိပ္ပါယ်ကို သဘောပေါက်သွားဟန်ဖြင့် - "အေး-ဟုတ်တယ်၊ မင်းဆိုတဲ့ ကဗျာက သိပ်မှန်တယ်ကွ"ဟု ပြောပြီး နောက်ထပ် ဘာစကားမှ မမိန့်ဆိုတော့ပေ။

သူတောင်းစားကလည်း "ငါ့ကဗျာတော့ နေရာကျပြီ၊ ဟန်ကျလိုက်တာ၊ ဒီနေ့တော့ ငါ့ကဗျာလေးက အကျိုးပေးပြီ ထင်ပါ ရဲ့"ဟု စိတ်ထဲမှ တွေးပြီး ကဗျာလေးကို နောက်တစ်ခေါက် ထပ်၍ ရွတ်ဆိုပြန်လေသည်။

ဤအကြိမ် ရွတ်ဆိုအပြီးတွင်လည်း ဆရာတော်ကြီးက သူတောင်းစား၏ ကဗျာကို ဟုတ်ကြောင်း၊ မှန်ကြောင်း၊ ကောင်းကြောင်း ချီးမွမ်းစကားဆိုကာ ထောက်ခံပြန်သည်။ သို့သော် ဆရာတော်ကြီးက ဘာစကားမျှ ထပ်မပြောသလို ဘာ အစားအစာမှလည်း မပေးသေးပေ။

သူတောင်းစားကလည်း ဇွဲမလျော့၊ လက်မလျော့ဘဲ ကဗျာကိုသာ သုံးကြိမ်မြောက် ထပ်၍ ရွတ်ဆိုပြန်သည်။

ဤတစ်ကြိမ်တွင်တော့ ဆရာတော်ကြီးက 'ကဲ-ကဲ- မင်းရဲ့ ခွက်ယူခဲ့' ဟုဆိုကာ သူတောင်းစား၏ခွက်ထဲသို့ များစွာသော ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းများကို အပြည့်အလှုံ့ ထည့်ပေးလိုက်လေသည်။

သူတောင်းစား၏ကဗျာအစွမ်းကြောင့် ဆရာတော်ကြီးလည်း ထိုနေ့မှစကာ နောက်နောင်တွင် မည်သည့်အခါမျှ မနုမြေတော့ဘဲ အပေးအကမ်း၊ အလှူအတန်း ရက်ရက်ရောရောဖြင့် အသက်ထက်ဆုံး သီတင်းသုံး နေထိုင်သွားတော်မူ လေ၏။



**ရှေးကကောင်းလို့ အခုကောင်းပါသည်၊ အခုဆိုး နောင်ဆိုးပါလိမ့်မည်**

ရှေးက ကောင်းကံများပြုခဲ့ပြီး ထိုကံများကလည်း အကျိုးပေးခွင့်သာနေကာ ကောင်းကျိုးများ ပေးနေစေကာမူ မိမိက ယခုဘဝ ပစ္စုပ္ပန်ကာလ၌ မကောင်းမှု အကုသိုလ် ဒုစရိုက်မှုများကို ပြု-ပြော-ကြံနေပါမူ ယခုဆိုးနေခြင်းကြောင့် နောက်နောင်တွင် ဆိုးကျိုးများ ခံရဦးမည်မှာ မုချမလွဲပါပေ။ သာဓကပြရသော် ဒု-သ-န-သောဝတ္ထု၌ သူဌေးသားလေးယောက်သည် ရှေးက ကောင်းခဲ့၍ သူဌေးသားဘဝ ရောက်ခဲ့ရခြင်း ဖြစ်သည်။ သို့သော် ပါပမိတ္တနှင့် ပေါင်းဖော်မိကြသဖြင့် ကာမဂုဏ်အပျော်အပါး လိုက်စားကာ ရှောင်ရှားအပ်သူများ၌ ပျော်ပါးမိခဲ့ကြသောကြောင့် ငရဲသို့ကျကာ ဝဋ်ဆင်းရဲကြီး ခံနေရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ နောင်အနာဂတ်ကာလ၌ ဆိုးကျိုးများကို အလိုမရှိပါမူ ယခုပစ္စုပ္ပန်တွင် ဒုစရိုက်ကိုရှောင်၊ သုစရိုက်ကို ဆောင်ကာ ကုသိုလ် ကောင်းမှုများ များနိုင်သမျှ များများပြုကြရပါမည်။

**ရှေးကဆိုးလို့ အခုဆိုးပါသည်၊ အခုကောင်း နောင်ကောင်းပါလိမ့်မည်**

ရှေးက ဆိုးခဲ့သဖြင့် ယခုအကျိုးပေးမကောင်းဖြစ်နေပါလျှင် 'ငါ့မှာ ကုသိုလ်ကောင်းမှု နည်းခဲ့လေခြင်း'ဟု စိတ်ဓါတ်ကျပြီး 'ဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်ပါစေတော့၊ လုပ်ချင်ရာ လုပ်တော့မည်'ဟု ဆိုကာ စိတ်အလိုလိုက် ထင်ရာစိုင်းခြင်းမျိုး မပြုသင့်ပေ။ ရှေးက ဆိုးခဲ့၍ ယခုဆိုးကျိုး ခံနေရသည်။ ယခုတစ်ဖန် ဆိုးနေပြန်လျှင် နောင် ယခုထက်ပင် ပို၍ ဆိုးကျိုးများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ ရပေဦးမည်။ ဆိုးကျိုးများမှ လွတ်မြောက်နိုင်သည့် တစ်ခုတည်းသောနည်းလမ်းမှာ ယခုပစ္စုပ္ပန်တွင် ကုသိုလ်ကောင်းမှုများ များများပြုဖို့ပင် ဖြစ်သည်။ သာဓကထုတ်ဆောင်ရသော် သုပုဗ္ဗသည် ရှေးဘဝတစ်ခု၌ တဂရသီဒီပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရှင်သူမြတ်အား ပြစ်မှားခဲ့သော အကုသိုလ်ကံကြောင့် ကာလကြာရှည်စွာ ငရဲ၌ ခံခဲ့ရပြီး ယင်းကံ၏ အကျိုးပေး အကြွင်းအကျန်နေဖြင့် ကိုယ်အရေပြားရောဂါ(နူနာ)သည်ကြီး ဖြစ်လာရသည်။ မြတ်စွာဘုရား ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ တရားဟောတော်မူစဉ် ပရိသတ် အစွန်မှ နေလျက် တရားတော်ကို ရိုရိုသေသေ နာယူ နှလုံးသွင်းမှုကြောင့် သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ၊ ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပ တည်းဟူသော သူတော်ကောင်းဥစ္စာ ခုနစ်ဖြာနှင့် ပြည့်စုံပြီး သောတာပန်အရိယာအဖြစ်သို့ရောက်၊ အပါယ်တံခါးပိတ်၊

နိဗ္ဗာန်တံခါးပွင့်ကာ ကွယ်လွန်ပြီးနောက် တာဝတိံသာနတ်ပြည်၌ ကောင်းကျိုးသုခများ စံစားနေရပြီဖြစ်လေသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ရှေးကဆိုးခဲ့သဖြင့် ယခု အကျိုးပေးညံ့နေစေကာမူ ယခု ပစ္စုပ္ပန်ကာလ၌ ကောင်းကံများ များများပြုခြင်းဖြင့် အဆိုးဆင်းရဲဒုက္ခများမှ လွတ်မြောက်ပြီး ချမ်းသာသုခ တစ်ဖန်စံကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

### ကိုယ်ပြုသည့်ကံ ကိုယ့်ထံပြန်

ယာဒိသံ ဝပ္ပတေ ဝီရံ၊ တာဒိသံ ဟရတေ ဖလံ။

ယာဒိသံ = အကြင်သို့သဘောရှိသော၊

ဝီရံ = မျိုးစေ့ကို၊

ဝပ္ပတေ = စိုက်ပျိုးလေ၏။

တာဒိသံ = ထိုသို့သဘောရှိသော၊

ဖလံ = အသီးကို၊

ဟရတေ = ပေါ်ပေါက်အောင်ဆောင်လာ၏။

အချို့ပင်ကို စိုက်ပျိုးလျှင် အချို့သီးစားရ၏။ အချုပ်ပင်၊ အခါးပင်ကို စိုက်ပျိုးလျှင် အချုပ်သီး၊ အခါးသီးကို စားရ၏။

သဒိသံ ပါကံ ဇနေတိ = တူသောအကျိုးကို ပေးပါသည်။

ကောင်းမှုတည်းဟူသော အကြောင်းကြောင့် မည်သည့်အခါမျှ မကောင်းကျိုးကို ပေးလိမ့်မည် မဟုတ်ဘဲ မကောင်းမှုကြောင့်လည်း မည်သည့်အခါမျှ ကောင်းကျိုးပေးလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။ ကံပြုလုပ်ခဲ့စဉ်က အကောင်းကံ၊ အဆိုးကံနှင့် လျော်ညီစွာပင် တူညီသောအကျိုးကို ပေးမည်မှာ အမှန်ပင် ဖြစ်သည်။

ကမ္မဿကတသမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ် အမြင်မှန်ရပြီးဖြစ်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်းကလည်း 'ကုသိုလ်ကံသည် ကောင်းကျိုးပေးမည်ဖြစ်ပြီး အကုသိုလ်ကံသည် မကောင်းကျိုးပေးလိမ့်မည်'ဟု ၎င်းတို့ယုံကြည် လက်ခံထားကြသည့်အတိုင်း အမှန်ပင် တူညီသော အကျိုးကို ပေးမည်ဖြစ်သည်။

ကမ္မာကျော်သိပ္ပံပညာရှင်ကြီး နျူတန်ကလည်း 'သက်ရောက်မှုတိုင်းတွင် တူညီသော တန်ပြန်သက်ရောက်မှု ရှိသည်'ဟု သဘာဝနိယာမ အမှန်တရားတစ်ခုကို တွေ့ရှိမိပါသတတ်။ ၎င်းတွေ့ရှိမှုသည်လည်း ကမ္မသတ္တိနှင့် ကမ္မဝိပါကတို့၏ တူညီမှု သဘောတရားကို အပြည့်အဝ ထောက်ခံချက် ပေးလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

သို့ဆိုလျှင် မိမိ ပြုလုပ်အားထုတ်သည့် ကောင်းကံ၊ ဆိုးကံသည်(ဝါ) ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးဖြစ်သည်(အဟောသိကံက လွဲ၍) အလဟဿ အချည်းနှီးဖြစ်သွားဘဲ တစ်ချိန်ချိန်တွင် (ကြောင်းကျိုး ဆက်စပ်မှုတို့ ကြုံဆုံတိုက်ဆိုင်မည့် အခွင့်အခါနှင့် ကြုံလာလျှင်) မိမိထံသို့ သေချာစေကန် အမှန်ပင် ပြန်လာမည်မှာ မှချမလွဲ အကျိုးပေးမြဲ ဓမ္မတာပါပေ။

သဗ္ဗေသတ္တာ ကမ္မဿကာ။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

ဘဒ္ဒန္တကုသလ(ပဓာနနာယကဆရာတော်)  
မင်းဖူးပရိယတ္တိစာသင်တိုက်၊ ပြည်မြို့။



## ကျမ်းကိုးစာရင်း

- ၁။ ဓမ္မပဒပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာ
- ၂။ အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟပါဠိ
- ၃။ အခြေပြုသင်္ဂြိုဟ်
- ၄။ ဋီကာကျော်ပါဠိ
- ၅။ အဋ္ဌသာလိနီအဋ္ဌကထာ
- ၆။ အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော်
- ၇။ မန်လည်ဆရာတော်၏ မဃဒေဝလင်္ကာကျမ်း
- ၈။ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်၏ ကိုယ်ကျင့်အဘိဓမ္မာ
- ၉။ သီတဂူဆရာတော်၏ ဟောတရားများ
- ၁၀။ ဦးဟုတ်စိန်၏ ပါဠိ-မြန်မာ အဘိဓာန်

❧ ❧ ❧

## ဆိတ်ကွယ်ရာ

မကောင်းမှုပြုသူ၏ ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်မည်သည်မရှိ၊  
မှားသည်လည်းဖြစ်စေ၊ မှန်သည်လည်းဖြစ်စေ  
အကြင်အမှုကို သင်ပြု၏၊  
ထိုသင်ပြုသောအမှုကို  
သင်ကိုယ်တိုင်ကပင် သိ၏။ ။ (အဓိပတေယျသုတ်)

❧ ❧ ❧

## လွတ်လမ်း

- \* တစ်စုံတစ်ရာကို မျှော်လင့်၍၊  
ဘုရားသခင်ထံမှာ ဆုတောင်း၊  
အဲဒါ...  
လူပျင်းတို့၏ မှားယွင်းသည့်လမ်းဟောင်း။
- \* အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော၊  
ကော ဟိ နာထော ပရော သိယာ၊  
ကျမ်းလာအရှိ ဆင်ခြင်ကြည့်၊  
သတိနှင့် ဉာဏ်ပညာ၊  
မြဲမြံစွာဆုပ်ကိုင်ထား၊  
အပြောသမားလည်း မဖြစ်စေနဲ့၊  
သဘောတရားလည်း မညစ်စေနဲ့၊  
ကိုယ်ဖြစ်ကိုယ်ခံ၊  
ကိုယ်စံချင်လျှင် ကိုယ်ကြိုးစား၊  
ဒါ...  
မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့အမှန်တရား။ ။ (တက္ကသိုလ်ဂုဏ်ရည် အရှင်ဥတ္တမသာရ)



## သူ မသာ, ကိုယ် မသာ

- \* ငါ ဆိုတာ တကယ်မရှိ၊  
ငါ ပိုင်တာ သာ၍မရှိ၊  
နှစ်ဖြာရုပ်နာမ်ကြည့်။
- \* မရှိသည့်ငါ၊  
မပိုင်တာ၊  
သေချာနေပါ၏။
- \* တန်ခိုး,အာဏာ၊  
တတ်ပညာ၊  
ဥစ္စာဘယ်မှာရှိ။

\* တဒင်္ဂသာ၊  
ဆိုင်ကြရှာ၊  
ပိုင်တာ ဘယ်မရှိ။

\* ငါ-ငါ့ဥစ္စာ၊  
စွဲ၍သာ၊  
နေတာဆင်းရဲ၏။

\* ငါ-ငါ့ဥစ္စာ၊  
မစွဲခါ၊  
အဲဒါ ချမ်းသာ၏။ ။ (တက္ကသိုလ်ဂုဏ်ရည် အရှင်ဥက္ကမသာရ)

n n n

### ပြင်တော်မူပါလေ

ကျရောက်မြူသွင်၊  
အပြစ်မြင်က၊  
တင်၍နှုတ်သာ၊  
ကဲ့ရဲ့ပါနှင့်၊  
လျင်စွာလှောက်ကူ၊  
ပြင်တော်မူရှင့် ။ ။ (ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ)

n n n

မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ “ကံကောင်းထောက်မခြင်း ဆိုင်ရာ စကား” စာအုပ်မှ ကောက်နုတ်ချက်ကိုလည်း  
နောက်ဆက်တွဲ အဖြစ် ဖော်ပြအပ်ပါသည်။ [ ပညာဒီပ - စီစဉ်သူ ]



**ပစ္စုပ္ပန်သည် ဘာမဆို လိုသလို ရသော အချိန်ကောင်း**

ပစ္စုပ္ပန်သည် တိုက်ရိုက်ထိ ဘဝကို ဆိုချေရာ ယခုလက်ရှိ မျက်မြင်ဘဝသည်လည်း ပစ္စုပ္ပန်အမည်ရ၏။ လက်ရှိဘဝ၏ ရောက်ဆဲ အချိန် အရွယ် အခိုက်ဟူသော ကာလဝယ် ခဏများသည်လည်း ပစ္စုပ္ပန်ပင် အမည်ရ၏။ တကယ်တိုက်ရိုက် ထိကား ဤ ရောက်ဆဲအခိုက်ပင်တည်း။

မျက်စိအားဖြင့် တစ်မှိတ်မျှသော ထိုအခိုက်...

စက္ကန့်အားဖြင့် တစ်ချက်မျှသော ထိုအခိုက်...

ထိုမျှ တိုတောင်းလှသော အခိုက်ကလေးများသည်...

ငါးပြားစေ့သည် သူ့ချည်းထား သူ့တန်ဖိုးထား နားမလည်သော်လည်း တစ်စေ့နှင့်တစ်စေ့ ထပ်၍ထပ်၍ ငါးစေ့၊ ဆယ်စေ့၊ အစေ့ နှစ်ဆယ်မှသည် နှစ်ရာ၊ နှစ်ထောင်၊ နှစ်သောင်း၊ နှစ်သိန်းမှ သိန်းနှစ်ဆယ်အထိ ထိုငါးပြားစေ့ တန်းစီတန်းစီ၊ စုမိသွားပါသော်ကား မတ်မှကျပ်၊ ကျပ်မှဆယ်၊ ဆယ်မှရာ၊ ရာမှထောင်၊ ထောင်မှသောင်း၊ နောက်ဆုံး သိန်းပေါင်းကြီး ဖြစ်သွားတော့ကာ တန်ဖိုး တက်တက်လာသည့်ပမာ . . .

ဤအခိုက်ကလေးများသည်လည်း တစ်ခုလျှင်တစ်ခု ထိစက်၊ အခိုက်ကလေးများ တွဲလျက်တွဲလျက် တိုးတက်လာကြ ပါမူကား ကြီးမားသော ကောင်းကံ အဆောက်အဦကြီးများလည်း ဖြစ်လာနိုင်၏။

ကျင်းပြည့်၊ ကံပြည့်၊ ပင်လယ်ပြည့်မိုး မရှိ။ စက်တန်းကျမှ ပြည့်စေခြင်းပင် မဟုတ်လော။ ထိုမျှ တန်ဖိုးကြီးလှသော အခိုက်ကလေးများအတွင်း သင်သည်လည်းကောင်း၊ ငါသည်လည်းကောင်း၊ အများသည်လည်းကောင်း၊ **အကောင်းကြံ အမှန်လုပ်၊ အဟုတ်ပြော** သုံးချက် ဇယ်ဆက်ဘိသို့ စက်တန်းကျ ချပေးနိုင်ကြမူကား . . .

ထိုကံများကပင် အတိတ်ကံကောင်းများကိုလည်း ပြောင်းပေးထားပြီး ဖြစ်ချေသည်။

ထိုကံများကပင် လက်ငင်းကံကောင်းကျိုး ကန်သင်းချိုး၍ တိုးယူပြီး ဖြစ်နေမည်။

ထိုကံများကပင် လက်ငင်းဝယ် အလှည့်မရ၊ နောင်မှ နောင်ကာလဖြင့် စောင့်ဆိုင်းနေကြမည်။ ကံသွင်းစေတနာသည် အဆိပ်တို့၏ အဆိပ်ထက် အဆများစွာ ထိပ်တက်နေတတ်ချေရာ...

ကံကောင်းစေတနာ တစ်ချက်ထိကလည်း ကာလသုံးစုံ အကုန် ပြည့်ဝစေနိုင်သည်။ ဘုရားရှင်၏ ဘုန်းတော်ကံတော်အနန္တ ထိုစေတနာ၏ ထိချက်မှ ထသည်ချည်းသာ။

ကံဆိုးစေတနာ တစ်ချက်ထိကလည်း ကာလသုံးစုံ အကုန်လျှင် ဆုတ်ယုတ်စေနိုင်သည်။ ဘုရားရှင်၏ ဝိပါက်တော်များ ထိုစေတနာ၏ ထိချက်များ အချခံရခြင်းသာ။

ကန်သည် ငါးမွေးသူတို့အတွက် မရှိမဖြစ်သော အရာတည်း။ **(မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်)**

## ကံကောင်းချင်လျှင် ကောင်းကံကို ဆယ်တင်ပေးရမည်

လူသားတိုင်း မောင်ကံကောင်း၊ မယ်ကံကောင်း ဖြစ်လိုသူချည်းသာ။ သို့စဉ်လျက် ကံမကောင်းကြသည်မှာ နောက်ကြောင်း ကောင်းကံကို လက်ရှိ ဆိုးကံဖြင့် ပိတ်ဖမ်း ဖမ်းမိနေကြသောကြောင့်တည်း။

နောက်ကြောင်းကောင်းစ လက်ရှိကောင်းပြတို့ဖြင့် မထောက်မကြသောကြောင့်တည်း။

ဓာတ်ကကူးသည်။ ဓာတ်မှန်သမျှ အရှိန်ဖြင့်နှူး ကူးသည်ချည်းသာ။

နတ်က ပူးသည်။ နတ်မှန်သမျှ ကတော်ဖြင့်နှူး ပူးသည်ချည်းသာ။

ဇာတ်က ရူးသည်။ ဇာတ်မှန်သမျှလည်း မဟုတ်က ဟုတ်ကဖြင့်မြူး အရူးချည်းသာ။

ထိုပညာရှိတို့ ဆိုစကားအရလျှင် အတိတ်က စုဆောင်းပြီးခဲ့သမျှသော ကောင်းဓာတ်များကိုလည်း ဤ ပစ္စုပ္ပန် ကောင်းဓာတ်များဖြင့် များကူးကူး မနူးမရှိပြီ။

အတိတ်ခေတ် ကံကောင်းပြုစဉ်က စိတ်ဝယ် တဏှာမသွင်း၊ ငါမသွင်းနှင့်၊ မသွင်းမာန၊ ပ-ပဉ္စနှင့်၊ သူမှထောက်ပွား၊ ဒေါသ မောဟ စသည် အယုတ်တရားတို့ မဝင်၊ ပကတိ စင်ကြယ်နေပါသည်။

ဤမှာခေတ် ကံကောင်းဖော်ထုတ်ရာ၌လည်း ငါ့ဖို့မဆို သူ့ကိုမချဉ်း အပြိုင်အဆိုင်လည်း ကင်းလျက်က စိတ်ရင်း သက်သက် စေတနာအလျင်စက်တို့ဖြင့် စိတ်သန့် သက်သက်ချည်း ဖြစ်၍ နေပါပြီ။

အတိတ်၏ စင်ကြယ်စိတ်ထားရာ အရိပ်နှင့် လက်ရှိ စင်ကြယ်စိတ် ထိပ်တိုက်ရှိနေစဉ်...

အတိတ်၏ စေတနာသန့် ကိန်းရာအရိပ်နှင့် လက်ရှိ စေတနာသန့်ကိန်းစိတ် ထိပ်တိုက်မိနေစဉ်...

တောင်ကျရေသည် တမင် တူးမြောင်းဖောက်ပေးစရာ မလို။ ကျရေ၏ ရှေ့သွားလမ်းတွေ့သည်နှင့် တခဏတွင်း လိုမှ်ဆင်း ဆင်းသည့်ပမာ . . .

အတိတ်ကံများသည်လည်း ကံကောင်းထောက်မရန် ယတြာချေခြင်း၊ ဓာတ်ရိုက်ခြင်း၊ ဗလိနတ်စာကျွေးခြင်း၊ ဘုရားကိုးဆူပင့်ခြင်း စသည်တို့ဖြင့် တမင် မျှော်စောင့်နေစရာ မလို။ ထိုမျှော်စောင့်ခြင်း၌ပင် ရလိုမှု=တဏှာရမ္မက် ကန့်လန့်ထွက်နေရကား ထောက်မမည့်ကံပင် ပြန်လည် ငုပ်စေနိုင်သည်။

**ဝေဘူဆရာတော်ဘုရားကြီး၏** ကံတော်များသည် ပစ္စုပ္ပန်စိတ် အထူးသန့်ပြန်စင်ကြယ်ရာမှ ထပွင့်သော အတိတ်စု ကံတော်ကောင်း အဟောင်းများချည်းတည်း။

**မိုးကုတ်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့၏** ကံတော်များသည်လည်း ပစ္စုပ္ပန်စိတ် အထူးသန့်ပြန် စင်ကြယ်ရာမှ ထပွင့်လာကြသော အတိတ်စု ဘုန်းကံများပင်တည်း။

ထိုထိုဆရာတော်ဘုရားကြီးများက လောကသားများကို ကံကောင်းချင်လျှင် ငါတို့လို လုပ်ရသည်။ ကြည့်ထားကြ လေကုန် ဟူ၍ နှုတ်တော် မထွက်။ ကာယရှေ့ လက်တွေ့ပြကွက်ဖြင့် ဟောကြားသွားကြလေကုန်ပြီ။

ထိုထိုဆရာတော်ဘုရားကြီးများသည်ကား အတိတ်မှစု ကောင်းကံထုကို ယခုပစ္စုပ္ပန် ကောင်းကံတို့တွင် ကိုယ်ကျင့်သန့်ရှင်း၊ နှုတ်သန့်ရှင်းလျက်၊ သန့်ရှင်းစိတ်ထား ကောင်းကံများဖြင့်...

အမှားတွေ့သော် သွားလမ်းရှင်း၊ လူစိတ်သက် မပျက်မယွင်း စေကြရာ၊ ...

အမှန်တွေ့သော် သွားလမ်းဖော်၊ သူတော်သက် လက်ယုက်သွင်းပေးထားကြရာ၊ ...

အတိတ်ကံကောင်း ထိုအကောင်း ပေါင်းစုဟုန်းထိုး တိုးခဲ့ပြီ။

ထိုထိုဆရာတော်ဘုရားကြီးများသည် ကံမဲ့နေသော နောက်လိုက်ဝေနေယျတို့က ၎င်းတို့ကိုအားကျ ၎င်းတို့လို ဖြစ်လိုနေကြသော် . . .

ငါလိုဖြစ်ချင် ငါလိုလုပ်ဟူ၍ လက်တွေ့သရုပ်က မိန့်ဟထုတ်ဖော်နေကြပြီ။ အကယ်တိတိ နောက်လိုက်တို့က ၎င်းတို့ ကံ မ,နေသည်ကို တစ်ဖက်ကြည့်၊ မိမိတို့ ကံမဲ့နေသည်ကို တစ်ဖက်ကြည့်ကာ စိတ်မသက်မသာ ဖြစ်နေကြပါသော်...

**ငါ့လို လုပ်လျှင် ငါ့လိုပင် ဖြစ်မည်**ဧကန်ပင်ဟူ၍ အသွင်ဘုတ်က နှုတ်ဟနေကြပြီ။ ကန်လုံလျှင် ရေမဝင်မရှိ၊ ကန်ပြည့်မက လျှံ၍ပင် ကျစေခဲ့ပြီ မဟုတ်လော။ သင့်၌လည်း ကံသာလုံစေ၊ ကံဟောင်းရှိက တောက်ထ,ထ၊ ကံကောင်းမိက ထောက်မ,မဖို့ သေချာသည်။ **(မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်)**



**ကံမကောင်းသည်ကို နတ်သံနှော၊ လူရှေ့ သွားမပြောမိစေနှင့်**

သင်သည် လူရှေ့သူရှေ့သွား၍ ကျုပ် **ကံမကောင်း**လိုက်တာဗျာများ သွားမညည်းတွားမိစေနှင့်။  
သင်သည် လူရှေ့သူရှေ့သွား၍ ကျုပ်**ကံကိုက ဆိုးလွန်းလှ**ပါသကောများ သွားမညည်းတွားမိစေနှင့်။  
ထိုနှယ်သော **ကံမကောင်းစကား** လူကြားသွား၍ ညည်းတွားပြနေခြင်းသည် ကိုယ်လုပ်တာ မကောင်းသေးကြောင်းဖြင့် ကိုယ့်ပေါင် ကိုယ်လှန်ထောင်း၍ ကိုယ်မကောင်းကြောင်း အပေါင်းသို့ သွားရောက်ကြွေးကြော်နေခြင်းပင်။  
**ကံမကောင်း**ဟူသောစကား မိမိလုပ်ရပ် မှားနေသေးကြောင်း၏ ဝန်ခံစကားတည်း။  
**ကံမကောင်း**ဟူသောစကား ကောင်းသောအလုပ် မလုပ်မိသေးခြင်း၏ ဝန်ခံစကားတည်း။  
လူသားတိုင်း၌ ရိက္ခာထုပ် နှစ်ထုပ် အမြဲပါနေကြ၏။  
တစ်ထုပ်ကား သူတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်း၍ ရှာမှီးခဲ့ကြသော ကောင်းထုပ်၊ ...  
တစ်ထုပ်ကား သူယုတ်မာများနှင့် ပေါင်း၍ စုဆောင်းခဲ့ကြသော မကောင်းထုပ်။  
တစ်ဖန် ထိုနှစ်ထုပ်ကို ဖွင့်ထုတ်ယူရန် ခလုတ်ကလည်း နှစ်ခုပင်။  
တစ်ခုကား သုစရိုက်တရား ဆယ်ပါး။ သဒ္ဓါ၊ သတိ ... စသည် သူတော်ကောင်းတရားတည်း။  
တစ်ခုကား ဒုစရိုက်တရား ဆယ်ပါး။ ကာမုစ္ဆန္ဒ၊ ဗျာပါဒ ... စသည် သူယုတ်မာတရားတည်း။  
ထိုသို့ သူ့အထုပ်နှင့် သူ့ခလုတ် အတည့်ထားရှိချေရာ...  
ကောင်းထုပ်ကို ကြိုက်စိတ်၊ မနောဒုစရိုက် စသည်တို့ဖြင့် ရိုက်ချိုးဖွင့်လှစ်၍ မပွင့်စေနိုင်။  
(ကောင်းထုပ်ကို ဒုစရိုက်တရားဆယ်ပါးဖြင့် ဖွင့်၍ မရနိုင်၊ ကောင်းထုပ်ကို သုစရိုက်တရား ဆယ်ပါးဖြင့် ဖွင့်ရမည် - ဟူလို။)  
မကောင်းထုပ်ကိုလည်း ဟိရိ သြတ္တပ္ပစသည် သုစရိုက်တို့ဖြင့် ထိုးဖွင့် ဖွင့်၍ မပွင့်စေနိုင်။  
ကုမ္မဏီမှ ထုတ်လုပ်ရောင်းချလိုက်သော အာမခံသော့သည် ထုတ်လုပ်ကတည်းက သော့တံနှင့် သော့အိမ် ချိန်တည့်၍ ထုတ်လုပ်ပေးထားရာ ထိုသော့အိမ်ကို ထိုသော့တံမှတစ်ပါး အခြားအခြားတို့ဖြင့် အစားထိုးဖွင့် ဖွင့်၍ မရချေ။  
ထိုသော့တံသည်လည်း ထိုသော့အိမ်မှတစ်ပါး အခြားအခြားတို့ အပေါက် သွားရောက်၍ မပွင့်စေချေ။  
သည့်ပမာလျှင်...  
ငါချမ်းသာသလို သူတို့လည်းပဲ ချမ်းသာရန် ငါ့သုခ တစ်ဝက်မျှပေးမည်ဟူသော မေတ္တာ၊ ကိုယ်ချင်းစာထား မေတ္တာပွားဖြင့် ဝေစားမျှစား ပြုကျင့်ခဲ့သော **ဒါနကံ**၊ ...

ငါမဆင်းရဲသလို ချောတို့လည်းပဲ မဆင်းရဲစေရ။ သူ့ဒုက္ခ တစ်ဝက်မျှယူမည် ဟူသော ကရုဏာ၊ ကိုယ်ချင်းစာထား မေတ္တာပွားဖြင့် ရှောင်လားတိမ်းလား စောင့်စည်းခဲ့သော သီလကံ၊ ...

ထိုကောင်းကံများမှ ရသော ဤလူ့ဘဝနှင့် လူ့ဘောဂတို့ကို ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယတို့အစား တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် ငါဖို့ ကြိုးစားမည် - ဒိဋ္ဌိ၊ ငါကောင်းစားစေရမည်- တဏှာ။ ငါကြံ ဘာခံနိုင်မှာလဲ-မာန။ ရှေ့တန်းချ၍ မရမက ဇ၊ပြနေပါသော်ကား ...

ကြက်တို့သည် အိပ်တန်းဆင်းမှ အိပ်တန်းတက်ထိ အစာထုပ်ကို ယက်ယက်၍ ကုတ်ထုတ်နေကြသော်မှလည်း ဇလုပ် မပြည့်တတ်။

ထိုကြက်တို့သည် ...

အစာကို ကောင်းစွာမရှာ။ မာန်စိတ်မွန်လျှင် တွန်၊ မ၊စိတ်မွန်လျှင် ကုပ်၊ ငါစိတ်မွန်လျှင် ရန်လုပ်ဖြင့် ယုတ်စိတ် ဝင်နေခြင်းကြောင့်တည်း။

လူသားများသည်လည်း ဟောင်းကံကို ကောင်းကံဖြင့် ဖော်ထုတ်နိုင်ရန် စိတ်ကို ပူပန်စေတတ်၊ နှိပ်စက်တတ်သော တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိစသည် ဒုစရိုက် အယုတ်တရားများအစား စိတ်ကို အေးစေတတ်သော သဒ္ဓါ၊ သတိတို့တွင် ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယ တန်ဆာဆင်၍ လွတ်ပေးတတ်ပါမူကား ...။

စမ်းရေမည်သည် ယမန်နှစ် မိုးတွင်းကြွင်း မြေအောင်းရေများပင်။ ထိုစမ်းရေသည် ပူလွန်းသောဒေသ၊ အရိပ်မဲ့သော ဒေသ၊ မာကြောသော ကြပ်တီးပြင် စသည်တို့၌ မစီးဆင်း။ တစ်စက်အောင်း၊ နှစ်စက်အောင်းဖြင့်လည်း မစီးဆင်း။

စင်စစ် စမ်းရေမှန်သမျှ အေးဆေးသော၊ အရိပ်ခိုခွင့်ရသော နူးညံ့သော နေရာဒေသတို့ရှိ များပြားသော မြေအောင်းရေမျိုးမှသာ စီးဆင်းရိုး ရှိချေသည်။ ရေခိုးကို နွေခိုးမှုတ်၊ ရေခိုး ရေခိုးချင်း လှုပ်ပေးမှ ဆင်းသောအမျိုးတည်း။

လူတိုင်းပင် ကံကောင်းချင်ကြ၏။ ကောင်းချင်ကြသဖြင့်လည်း ကောင်းမည်ထင်သောအလုပ် ရွေးလုပ်နေကြ၏။ သို့တစေလည်း ထိုလူသားတိုင်း ကောင်းသင့်သလောက် မကောင်း။

ထိုလူသားတိုင်း ဘုရားနှင့် မတွေ့ဖူးသော လူသား မရှိ။ သာသနာနှင့် မဆုံဖူးကြသော လူသားလည်း မရှိ။ မိမိတို့ ယုံကြည်မှု ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုမှု လုပ်၍ ထုပ်ထားခဲ့သော ကံရိက္ခာထုပ် မမြှုပ်ဖူးသူ မရှိ။

ထိုကံစုအားလုံး ပွင့်ပေါ်မည်ဆိုလျှင် ထားစရာပင် မရှိ၊ လုပ်စရာလည်း မလိုပြီ။ သို့သော် ထိုကောင်းကံစုများတို့သည် လူသားတို့၏ တစ်နေ့တာ၏ အချိန်ပြည့်ကို ငါ၊ ငါ့မယား၊ ငါပိုင်သည်မှပင် တဏှာထည်လဲ၊ မာနထည်လဲ၊ ဒိဋ္ဌိထည်လဲ တည်းဟူသော အမှိုက်၊ ခဲ၊ သလဲတို့ကချည်းသာ ဖုံးလွှမ်းထားလေ့ရှိကြရာ အပြုတ်ထုတ်ဖို့ကား ဟုတ်နိုင်လွန်းမှသာ။

တစ်ဖန် တစ်ချက်တစ်ကြိမ် တစ်ခါထိန်မျှ ပွင့်ခွင့်ရသော ထိုကံပွင့်များတို့သည် ထိုထိုကိလေသာ အမှိုက်တို့အကြား ခေါင်းထိုးလျက်က မြုပ်ဝင်သွားကြသည်ဖြစ်ရာ...

သဒ္ဓါ-သတိ-အသိတို့ သန်လွန်းမှ ပေါ်ဖို့ မြင်သည်။

ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယတို့ ထက်လွန်းမှ ထွက်ဖို့ ပြင်သည်။ လူသားတိုင်း ကံကောင်းချင်ကြ၏။ ကံကောင်းချင်ကြသဖြင့်လည်း ကောင်းမည်ထင်သည့် အလုပ် ရွေးလုပ်နေကြ၏။ သို့တစေလည်း ထိုလူသားတိုင်း ကောင်းလျက်က မကောင်း။ လူဆိုကတည်းက ကံကောင်းလွန်လွန်း၍ ဖြစ်ထွန်းလာခဲ့ခြင်း ဖြစ်၏။ သို့တစေလည်း လူဖြစ်လျက်နှင့် လူအလုပ် မလုပ်က ကောင်းကံ မဆက်လာတော့ပြီ။

တိရစ္ဆာန်သည် ကြိုက်လျှင် လိုက်၏။ မကြိုက်လျှင် တိုက်၏။ မသိလျှင်ကား အမှိုက်၌ မေ့၊ အတွေ့၌ မှေး၊ တွေးလျှင်လည်း ခပ်ရေးရေးသာ။

တိရစ္ဆာန်ကား အတွေ့၌ မှေး၊ ထိုရေးရေးမျှ မမြင်ကြောင့် အကျိုးရှိ (အပြစ်မဲ့)နှင့် (အပြစ်ရှိ) အကျိုးမဲ့ အတွဲ - ခွဲ၍ မသိတတ်။ ယူဖို့ကျ ဝေး။ ကြိုက်၍ကောင်းသော အကောင်းနှင့် ကောင်း၍ကြိုက်သော အကြိုက် နှိုက်မကြည့်တတ်။ သိဖို့ကျ ဝေး။

လူမှာမူကား ထိုသို့ မဟုတ်သင့်ကြပြီ။

အမှန်သိသည် လူ၌သာ နားသက်၏။

အမှန်သိသလောက် အမှန်လုပ်ပိုင်ခွင့်လည်း လူ၌သာ နားသက်၏။

ထိုလူသား ကောင်းသောအကြံ၊ မှန်သောအလုပ်၊ ဟုတ်သောအပြောတို့တွင် ကံအပေါ်၌ ယုံကြည်ခြင်း၊ မိမိသတ္တိ၌ ယုံကြည်ခြင်း၊ နည်းပေးလမ်းပြဆရာသမားများ၏ သိက္ခာ၌ ယုံကြည်ခြင်း - သဒ္ဓါသုံးချက်ဆင့်တို့နှင့်အတူ မိမိလက်ထဲသို့ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်ရှေ့ လာရောက်တွေ့ဆုံနေကြသော လူ့ဘဝနှင့် လူ့ဘောဂတို့ကို သတိတမာန် ဉာဏ်ဝယ်နောက်ပါး ဝီရိယတွန်းအားများဖြင့် ကံရိက္ခာထုပ် အတွင်းထား ဖော်စားတတ်မှသာ လူ့အရာ ဝင်ကြမည်။

ကံအတိုးပေး ကြွေးရှင်နေရာမှ နေ၊ လက်ခံစားတတ်မှ လူတွင်သည်။

ကံအတိုးပေး ကြွေးငှားနေရာမှ နေ၊ ချေးငှားသုံးနေက လူဖြစ်သော်မှ လူအရာ မဝင်။

သု ကမ္မေ လဘမာနေန၊ ဥပတ္ထဗ္ဗန္ဓန သာဓုနာ။

အတိတမ္ပိ မာဇပုတိ၊ အနာဂတမ္ပိ မာပတ္တိ။

တုမှသာ ဟတ္ထမုဋ္ဌိယာ၊ စေတနာယ ကာယကမ္မံ။

ဝစီ ဝါ မနော ကမ္မကံ၊ တီဏီမာနိ ကမ္မာနိဝေ။

သုဒ္ဓိယာ သုဒ္ဓ သုသုဒ္ဓိ၊ ပုနပ္ပန္နံ ဝိသောဇေဟိ။

အထခေါ တိတပုညောပိ၊ ပစ္စုပ္ပန္နောပိ ပုညော သော။

သုဠသန္နိ ဇိကာရကေန၊ အာဂမေယျာသိ ပစ္စက္ခံ။

သုကမ္မေ လဘမာနေန- ကံကောင်းကံမ ရလိုလှသော၊ သာဓုနာစ - သူတော်ကောင်းများသည် လည်းကောင်း၊ သု ကမ္မေ ဥပတ္ထဗ္ဗန္ဓန - ကံကောင်းကံစ ထောက်မလိုလှသော၊ သာဓုနာစ - သူတော်ကောင်းများသည်လည်းကောင်း၊ အတိတမ္ပိ မာဇပုတိ - အတိတ်မျှော်ကိုး ကံထိထိုးနေစရာ မလို၊ အနာဂတမ္ပိ မာပတ္တိ - အနာဂတ်ကောင်းရာ ဆုတောင်းပေးနေစရာ မလို။

ဝေ - စင်စစ်၊ တုမှသာ ဟတ္ထမုဋ္ဌိယာ - သင့်လက်ထဲ အမြဲဆုပ်ကိုင်ထားသော၊ စေတနာယ - စေတနာ၏၊ ကာယကမ္မံ ဝါ - ကိုယ်လျှင်လှုပ်ရှား အမှုအကျင့်များကိုလည်းကောင်း၊ ဝစီကမ္မံ - နှုတ်ဖွင့်ပြောကြား ဆိုစကားများကိုလည်းကောင်း၊ မနောကမ္မံ ဝါ - စိတ်ဖြင့်စဉ်းစား အကြံအစည်များကိုလည်းကောင်း၊ သုဒ္ဓိယာ - စင်ကြယ်နေရာမှ၊ သုဒ္ဓ သုသုဒ္ဓိ - စင်ကြယ်သည်ထက် စင်ကြယ်အောင်၊ ပုနပ္ပန္နံ - ထပ်ချည်းတလဲ တကဲကဲ၊ ဝိသောဇေဟိ - ဆေးကြော၍သာ နေပါလေတော့။

အထခေါ - ထိုသို့ ကံဟောင်းပြုပြင် ကံသစ်ကို တီထွင်နေပါသော်၊ သော ပုညော - ယခုပြုရ ထိုပုည်းကံ အထောက်အမသည် ၊ ဝါ - (ကြောင့်)၊ အတိတ ပုညောပိ - အတိတ်ကံဟောင်း ပုညဆောင်းများလည်း၊ သုဠသန္နိ ဇိကာရကေန - ကောင်းစွာစုစည်းပြီး အခြေအနေဖြင့်၊ ပစ္စက္ခံ - မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ သင့်လက်ဝယ်ရှေ့သို့၊ အာဂမေယျာသိ - ဆိုက်ရောက်လာပါအံ့။ ပစ္စုပ္ပန္နောပိ - ယခုလုပ်ရပ်ကောင်းမှုနှင့်စပ် ကောင်းကျိုးထပ် အမြတ်ရကလည်း၊ သုဠသန္နိ ဇိကာရကေန - ကောင်းစွာစုစည်းပြီး အခြေအနေဖြင့် (ဝါ) တစ်လုံးတစ်ခါတည်း၊ ပစ္စက္ခံ - မျက်မြင်တပ်အပ် ယုံကြည်နိုင်လောက်ရာ အမြတ်သို့(ဝါ)သည်၊ အာဂမေယျာသိ - ဆိုက်ရောက်၍သာ လာပါချေအံ့။ (မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်)



[ကံကောင်းကံမ ရလိုလှသော - ကံကောင်းကံစ ထောက်မခြင်းကို ရလိုလှသော သူတော်ကောင်းများသည် အတိတ်မျှော်ကိုး ကံထီထိုးနေစရာ မလိုပေ။ အနာဂတ်ကောင်းဖို့ရာ ဆုတောင်းပေးနေစရာလည်း မလိုပေ။ စင်စစ် သင့်လက်ထဲ တွင် အမြဲ ဆုပ်ကိုင်ထားသော စေတနာ၏ ကိုယ်အမူအကျင့်များကိုလည်းကောင်း၊ နှုတ်ဖွင့်ပြောကြား ဆိုစကားများကို လည်းကောင်း၊ စိတ်ဖြင့်စဉ်းစား စိတ်အကြံအစည်များကိုလည်းကောင်း စင်ကြယ်နေအောင်၊ **ကံသုံးပါး စင်ကြယ်သည်ထက် စင်ကြယ်အောင် ထပ်ခါတလဲလဲ ဆေးကြော၍သာ နေပါလေ။** ထိုသို့ ကံဟောင်းပြုပြင် ကောင်းကံသစ်ကို တီထွင်နေပါသော် ယခုပြုရ ထိုကုသိုလ်ကံ အထောက်အမကြောင့် အတိတ်ကုသိုလ်ကံဟောင်းများလည်း ကောင်းစွာစုစည်းပြီး အခြေအနေဖြင့် မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ သင့် လက်ဝယ်ရှေ့သို့ ဆိုက်ရောက်လာပါအံ့၊ ကောင်းကျိုးပေးပါအံ့။ ယခုလုပ်ရပ် ကောင်းမှုနှင့်စပ် ကောင်းကျိုးထပ် အမြတ်ရကလည်း ကောင်းစွာစုစည်းပြီး အခြေအနေဖြင့် တစ်လုံးတစ်ခဲတည်း မျက်မြင်တပ်အပ် မယုံကြည်နိုင်လောက်စရာ အမြတ်သို့ /အမြတ်သည် ဆိုက်ရောက်၍သာ လာပါချေအံ့။ ]

ဤတွင် ကံကောင်းထောက်မပုံစကား နားမည်။ **(မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်)**  
ဤတွင် နောက်ဆက်တွဲ ပြီး၏။

**ဖိုးကံကောင်း မယ်ကံကောင်းများ ဖြစ်ကြပါစေ။  
ကောင်းကျိုး လိုရာဆန္ဒ ပြည့်ဝကြပါစေ။  
ကျန်းမာ၊ ချမ်းသာ၊ ဝမ်းသာ ရွှင်ပျံ့ အစစ အဆင်ပြေကြပါစေ။  
(ပညာဒီပ)**