

# တိပိဋကယောဆရာတော် ၏ အကုန်အရ လူ့ဘဝ



တိပိဋက ဓမ္မဗဟိဒ္ဓါ (၃၇)

(၆၃-နှစ်ပြည့် အထူးလက်ဆောင်)

ဒုတိယအကြိမ်ဓမ္မဒါန  
အုပ်စု(၁၀၀၀၀)

သာသနာ ကောဇာ ခရစ်  
၂၅၅၀ ၁၃၆၉ ခုနှစ်၊ သီတင်းကျွတ်လ ၂၀၀ ရ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ

## မာတိကာ

၁။ အကုန်အရ လူ့ဘဝ	၁
၂။ ပိုက်ဆံက စကားပြောနေတယ်	၁၀
၃။ ကုသိုလ်ရတာကမှ တကယ့်လူ့အရပါ	၂၂
၄။ အရှိကိုနိုင်မှ တကယ့်အသိပါ	၃၃
၅။ တရားကျင့်တာဟာ ယောနယ်က	၄၄
မြစ်သာမြစ်လိုလုပ်တာ	

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်	- ၃၂၀၂၅၀၀၆၀၄
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်	- ၃၂၀၂၃၂၀၆၀၄
ပုံနှိပ်သူ	- ဒေါ်ခင်အေးမော် (၀၆၀၂၄) ဂုဏ်သီရိပုံနှိပ်တိုက် ရတနာအိမ်ရာ၊ သာကေတ။ ဖုန်း - ၀၉၅၀၀၂၅၇၅
ထုတ်ဝေသူ	- ဦးကျော်ဟင်း ယုံကြည်ချက်စာပေ အမှတ် (၁၁၁)၊ ၃၃လမ်း၊ ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
အုပ်စု	- ၁၀၀၀၀
တန်ဖိုး	- ဓမ္မဒါန
အကြိမ်	- ဒုတိယအကြိမ်

တိပိဋက ယောဆရာတော် ၏

# “ အကုန်အရ လူ့ဘဝ ”

တိပိဋကဓမ္မလင်္ကာဆောင် (၃၇)



“ နမော အာသဝက္ခယဉာဏဿ ”

## ၁။ အကုန်အရ လူ့ဘဝ

ဝယဓမ္မာသင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။

[ဒီ-၂-၁၂၀]

အပျော်ဆုံးပေါ့။ ကုန်တဲ့နောက်က ကောင်း တဲ့အဖိုးအခ အမြတ်အစွန်းများများရတာကိုး။ ကုန်သည်ဆိုတော့ ကုန်သွားတော့လဲ ရှိတဲ့ နေရာက ပြန်သယ်ယူပြီး ဆက်ရောင်းမှာပဲ။

တကယ်လို့ ရောင်းကုန်ပစ္စည်း ၄-၅ သိန်းဖိုးလောက် သူ့ခိုးခိုးခံရလို့ ကုန်သွားရင် တော့ ဈေးရောင်းသူဟာ သိပ်ပြီး စိတ်ဆင်း ရဲသွားမှာပဲ။ ကုန်တဲ့နောက်က ကောင်းတာ မရပဲ မကောင်းတဲ့ဆုံးရှုံးမှုကို ရသွားတာကိုး။

လူ့ဘဝမှာလဲ ဒီလိုပါပဲ။ လူမှာရှိနေသမျှ အားလုံးကုန်မှာချည်းပါ။ အချိန်တွေကုန်မယ်။ အရွယ်တွေကုန်မယ်။ သက်မဲ့သက်ရှိ ပစ္စည်း

ရလာသမျှ၊ တစ်ခဏ၊

မှချကုန်ရမည်။

သူကုန်သွားလျှင်၊ သတိဝင်၊

စွမ်းအင်ဖြည့်ရမည်။

အကုန်အရ၊ လူ့ဘဝ၊

အရနိုင်မှ ချမ်းသာမည်။

လူ့တစ်ဘဝလုံး တူရာပေါင်းပြီး အကျဉ်း ချိုးလိုက်ရင် ကုန်တာနှင့်ရတာ ၂-ခုတည်းပါပဲ။ ကုန်တာနှင့်ရတာ ၂-ခုမှာ ဘယ်ဟာပိုကြိုက် သလဲလို့ သူများကမေးခဲ့ရင် မကောင်းတာဆို ကုန်တာကြိုက်တယ်။ ကောင်းတာဆိုကုန်တာ မကြိုက်ဘူး။ ကောင်းတာဆို ရတာကြိုက်

အားလုံးကုန်မယ်။ ဘာမဆို အားလုံးကုန်မယ်။ ကုန်သွားတဲ့နောက်က ကောင်းတာရလိုက်မှ ပဲ ပျော်ရွှင်အားတက်ရမှာပါ။ အကုန်နောက် က အကောင်းမရပဲ အရှုံးရရင်တော့ ပူရ၊ အားငယ်ရမှာပဲ။ အရှုံးများသလောက် အပူလဲ ကြီးမှာပါ။

တစ်နှစ်ပြည့်တိုင်း စကားအနေနဲ့ ပြော နေကြတဲ့မွေးနေ့ဆိုတာလဲ အကုန်နဲ့အရပါပဲ။ ကံက ကန့်သတ်ထားတဲ့ ဒီဘဝမှာနေရမယ့် အသက်ရှင်ခွင့်တွေထဲက နောက်ထပ် ၁-နှစ် ကုန်သွားတယ်။ နောက်ထပ်အသက်ရှင်ခွင့် ၁-နှစ်လျော့နည်းသွားတယ်ပေါ့။ နောက်ထပ်

တယ်။ မကောင်းတာဆို ရတာမကြိုက်ဘူးလို့ သာမန်အားဖြင့် ပြောချင်ပြောလိမ့်မယ်။

တရားသဘောကတော့ ကြိုက်ကြိုက် မ ကြိုက်ကြိုက်၊ ကောင်းကောင်း မကောင်း ကောင်း အချိန်စေ့ရင်ကုန်သွားမယ်။ အချိန် မစေ့သေးပေမယ့် ကုန်အောင်လုပ်ပစ်လိုက် ရင်လဲ အချိန်မရွေးကုန်သွားမှာပဲ။ ကြိုက် ကြိုက် မကြိုက်ကြိုက်၊ ကောင်းကောင်း မကောင်းကောင်း၊ အကြောင်းပြည့်စုံလုံ လောက်ရင်ရမယ်။ အကြောင်း ၁-ခု၊ ၂-ခုရှိ ရုံနဲ့ ရချင်မှရမယ်။ အကြောင်းစုံမှ ရမှာပဲ။

ဒီလိုဆို ရလာရင် ကုန်သွားမှာသေချာ

၁-နှစ်ဆိုတဲ့ ဂဏန်း ၁-လုံးတိုးပြီးရလာတယ်။ မနှစ်က ၆၂-နှစ်ဆိုရင် ဒီနှစ် ၆၃-နှစ် ဖြစ် သွားမယ်ပေါ့။

အဲဒီ နောက်ထပ်ရလာတဲ့ဂဏန်း ၁-လုံး ကို ဉာဏ်နဲ့ သေချာခွဲကြည့်ဖို့လိုမယ်။ အခွဲ ချည်းပဲလား။ အနှစ်အဆံကောပါရဲ့လား။ သိဖို့လိုမယ်။ ၁-နှစ်လုံးအခွဲချည်းသာဆိုရင် ဒီဂဏန်း ဘာအသုံးကျမှာလဲ။ ကိုယ့်ကို ပြန် ခြိမ်းခြောက်နေတဲ့ ကြောက်စရာဂဏန်းပဲဖြစ် နေမှာပေါ့။ ခုနက ကုန်ပစ္စည်း သူ့ခိုးခိုးခံရတဲ့ ဈေးသည်လိုပဲ ပူရတော့မှာပေါ့။ အကုန်နှင့် အရမှာ အကုန်ကပဲ နိုင်သွားပြီပေါ့။ ကိုယ့်

တယ်ပေါ့။ ကုန်တာချင်းတူရင် ဘယ်လိုကုန် တာကြိုက်သလဲ၊ ဘယ်လိုကုန်တာ မကြိုက် ဘူးလဲလို့ ထပ်ခွဲကြည့်ဦးပေါ့။ ကုန်သွားလို့ ကောင်းတာရမယ်ဆိုရင် ကြိုက်တယ်။ ကုန် သွားလို့ ကောင်းတာမရပဲ မကောင်းတာရမယ် ဆိုရင် မကြိုက်ဘူးလို့ ခွဲပြောမိလိမ့်မယ်ထင် ပါတယ်။

ဈေးရောင်းတဲ့လူလိုပဲ ဖြစ်မှာပေါ့။ ဈေး ရောင်းတဲ့လူဟာ ရောင်းကုန်ပစ္စည်းတွေ ကုန် လေ ကြိုက်လေ၊ ကုန်လေ သဘောကျလေ ဖြစ်မှာပါ။ ရောင်းကုန်ပစ္စည်း ၁-ခုမှ မကျန် အောင်ကုန်သွားရင်တော့ ဈေးရောင်းသူ

ဂဏန်း ထောင်းထုနိုင်စက်တာကို ကိုယ့်ဟာ ကိုယ် လူးလိုမ့်ခံရပဲပေါ့။

ရလာတဲ့ဂဏန်း ၁-လုံးထဲမှာ ကောင်းမှု တရားအနှစ်အဆံတွေ အပြည့်ပါလာမှ ပျော် ရွှင်အားတက်ကြည်နူးဖွယ်ဖြစ်မယ်။ ဒီလိုဆို ရင် မွေးနေ့ကောင်းမှုဟာ နေ့စဉ်မပြတ် လုပ် နေရမှာဆိုတာ ပေါ်လာပြီပေါ့။ ဒါမှ ၁-နှစ်ပြည့် တိုင်း အနှစ်အဆံတွေပြည့်ပြီးပါလာမှာကိုး။ ၁-နှစ်ခါ လုပ်နေရင်တော့ အနှစ်အဆံပြည့် မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။ ၁-နှစ်ပြည့်ရင် နှစ်ချုပ် ပြန်ပေါင်းတာမျိုးပဲ ဖြစ်သင့်တယ်။

ကုန်သွားတိုင်း အားတွေဖြည့်ပေးဖို့ အချိန်၊

အာရုံ၊ စိတ်ကို ထိန်းပေးတဲ့သတိကို အထူးလိုအပ်မယ်။ သတိရှိမှ အပူငြိမ်းပြီး စိတ်ငြိမ်မယ်။ စိတ်ငြိမ်မှ ဉာဏ်ပွင့်မယ်။ ဉာဏ်ပွင့်မှ လာဘ်မြင်ပြီး အရများအောင်ယူဖြစ်မယ်။ အကုန်နှင့်အရမှာ အရနိုင်သွားမယ်။ ဒါမှ ယခုလဲ အားရှိလို့ချမ်းသာမယ်။ နောင်လဲ ချမ်းသာမယ်ပေါ့။



ဝိ- လို့ ထည့်ရင်ဖြစ်သလို သိန်း ၁၀၀-လို့ ထည့်လိုက်ရင်လဲ ဖြစ်မှာပဲ။ ဂဏန်းကိုကြည့်ပြီး ကျုပ်ရဲတန်ဖိုးကို ဆုံးဖြတ်လို့မဖြစ်ပါဘူး ဗျာ” လို့ ပြန်ပြောတယ်။ တရားသဘောနဲ့ပဲ ပြောတာပါ။

“ဟဲ့ -- ပိုက်ဆံ ဒီလိုဆို နင့်အပေါ်ထည့်ထားတဲ့ဂဏန်းက ဘာလုပ်ဖို့လဲ”

“ကျုပ်အပေါ် ထည့်ထားတဲ့ဂဏန်းက လူတွေ စကားပြောဖြစ်ရုံလေးပါဗျာ၊ ဂဏန်းမပါရင် စကားပြောလို့မှမဖြစ်ပဲ၊ ဘယ်လောက်ပေးဝယ်ရတယ်၊ ဘယ်လောက်ယူတယ်၊ ဘယ်လောက်လှူတယ်လို့ပြောဖို့က ဂဏန်း



### ၂။ ပိုက်ဆံက စကားပြောနေတယ်

🌀 အသိမမှန်၊ ကုန်ကျပြန်၊

ပိုက်ဆံတန်ဖိုးမရှိပါ။

🌀 ဉာဏ်မရှိက၊ ကုန်၍ကျ၊

ဒုက္ခအပူပွားတတ်ပါ။

🌀 အသိမှန်ကန်၊ ကုန်ရပြန်၊

ပိုက်ဆံတန်ဖိုးများလှပါ။

ပါမှဖြစ်တာ၊ ကျုပ်အပေါ်က ဂဏန်းက စကားပြောဖြစ်ရုံပဲဗျာ၊ ကျုပ်ရဲတန်ဖိုးကို မပြဘူး”

“ဟဲ့--ပိုက်ဆံ နင့်တန်ဖိုးကို ငါတို့ဘယ်လိုလုပ် သိရတော့မှာလဲ”

“ကျုပ်ကို သုံးစွဲသူရဲ့ အသိဉာဏ်ကိုကြည့်ပြီး ကျုပ်ရဲတန်ဖိုးကို သတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်ရမှာပါဗျာ”

“ကျုပ်ကို သုံးစွဲသူက ဘာဉာဏ်မှမရှိရင် အရက်သောက်၊ ဖဲရိုက်၊ လောင်းကစား၊ မူးယစ်ဆေးဝါးမှီဝဲလိုက်ရင် ကျုပ်အပေါ် ရေးထည့်ထားတဲ့ ၁၀၀၀-ဟာ တန်ဖိုးမဲ့ဂဏန်းပါ ခင်ဗျာ။ သူ့အတွက် ကျုပ်ဟာ လုံးဝတန်ဖိုးမရှိ

🌀 ဉာဏ်ရှိပြန်က၊ ကုန်၍ရ၊

သုခစွမ်းရည်တိုးပွားလာ။

🌀 ဂဏန်းမှာကား၊ လူအများ၊

စကားပြောရုံသာ။

ကိုယ့်လက်ထဲ ၁၀၀၀/-တန် ငွေစက္ကူ ၁-ရွက်ရောက်လာတယ်ဆိုပါတော့။ ဒီစက္ကူကို ၁၀၀၀-တန်ငွေ၊ ၁၀၀၀-တန်ပိုက်ဆံလို့ အတည်ပြုစကားပြောနေရင် ဒီငွေစက္ကူက ကန့်ကွက်တယ်ဆိုပဲ။ တရားသဘောနဲ့ ကန့်ကွက်တာပါ။

ကန့်ကွက်ပုံက “ကျုပ်ကို ဘာဖြစ်လို့ ၁၀၀၀ - တန် ငွေစက္ကူလို့ ပြောရတာလဲဗျာ၊

တော့ပါဘူးခင်ဗျာ။ တန်ဖိုးမရှိရုံသာမက ကျုပ်ကြောင့် သူဟာ အကြီးအကျယ်ဒုက္ခရောက်သွားနိုင်ပါတယ်ခင်ဗျာ။ ၁၀၀၀-တန်ကြောင့် ထောင်ဒဏ်လဲ ရသွားနိုင်ပါတယ်ဗျာ။ နံပါတ်ဂဏန်းကိုကြည့်ပြီး တန်ဖိုးသတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်လို့ မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူးဗျာ။ အကုန်နှင့်အရမှာ အကုန်က နိုင်သွားပါပြီဗျာ”

“တကယ်လို့ သုံးစွဲသူဉာဏ်ရှိရင်၊ လောကအသိဉာဏ်သာမက တရားအသိဉာဏ်ပါရှိနေခဲ့ရင်၊ ဒီလိုလူအတွက် ကျုပ်မှာ ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာစွမ်းအားတွေနဲ့ ကူညီပေးနိုင်တဲ့သတ္တိတွေ ပါနေပါတယ်။ ကျုပ်ဟာ

ဒီလောက်ပဲ အရည်အချင်းညံ့ကြရသလားဗျာ၊ ကျုပ်ဟာ ၁၀၀၀-တန် မဟုတ်ပါဘူး ခင်ဗျာ” တဲ့။

လူက “ဟဲ့--ပိုက်ဆံ၊ နင့်အပေါ် ရေးထည့်ရိုက်နှိပ်ထားတဲ့ဂဏန်းက ၁၀၀၀-ဟဲ့၊ ဒါကိုကြည့်ပြီး နင့်ကို ၁၀၀၀-တန်လို့ ငါတို့က ပြောနေတာ” လို့ ပြောတော့ ပိုက်ဆံက “ကျုပ်အပေါ်ရေးထည့်ရိုက်နှိပ်ထားတဲ့ ဂဏန်းက မိုးပေါ်က သူ့ဟာသူကျလာတဲ့ဂဏန်း မဟုတ်ပါခင်ဗျာ၊ လူတွေက ရေးထည့်ရိုက်နှိပ်ထားတာပါ။ ကျုပ်က စက္ကူပဲဗျာ၊ စက္ကူဆိုတာထည့်လိုတဲ့ ဂဏန်းထည့်လို့ရမှာပေါ့။

လူတွေရဲ့ ပါရမီဖြည့်ဖက် အပေါ်ကောင်းပါ။ ကျုပ်ပါမှ လူအလုပ်ဖြစ်ပါတယ်”

“ဟဲ့--ပိုက်ဆံ၊ နင့်မှာ ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာနဲ့ ကူညီပေးနိုင်တဲ့သတ္တိရှိနေတယ်ဆိုတော့ ဒီသတ္တိတွေက နင့်မှာ ဘယ်လောက်စီ ပါဝင်တာလဲဟဲ့”

“ဟုတ်ကဲ့ခင်ဗျာ၊ ဒီပါဝင်တဲ့ သတ္တိတွေကို လောကနည်းနဲ့ ခွဲကြည့်လို့မသိနိုင်ပါဘူးခင်ဗျာ။ ဓါတ်ခွဲခန်းထဲထည့်ခွဲလို့လဲ အဖြေမပေါ်နိုင်ဘူး။ လောကီခေတ်မီနည်းစနစ် အသစ်အဆန်းတွေနဲ့ စမ်းသပ်ကြည့်လို့လဲ ဘာအဖြေမှ မပေါ်နိုင်ပါဘူး။ တရားအသိဉာဏ်နဲ့ခွဲကြည့်

မှပဲ အဖြေမှန်ပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။ တကယ်တော့ နည်းမှန်လမ်းမှန်အသိဉာဏ်နဲ့ သုံးတတ်သူအတွက် ကျုပ် ၁-ရွက်လုံး ဒါနချည်း ပါပဲခင်ဗျာ၊ ကျုပ် ၁-ရွက်လုံး သီလဆိုလဲ ဟုတ်တယ်၊ သမာဓိဆိုလဲမှန်တယ်၊ ဝိပဿနာလဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အားလုံးဖြစ်နိုင်တာချည်း ပါပဲဗျာ”

“ဉာဏ်ရှိသူက ကျုပ်ကိုသုံးစွဲရင် ကိုယ့်အတွက်သုံးတာတောင်မှ သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာပညာတွေ ပြန်ရနိုင်ပါတယ်၊ ကုန်ကျ မဖြစ်စေဘူး၊ ကုန်ရပဲ ဖြစ်စေရမယ်၊ အကုန် နှင့်အရမှာ အရကသာ နိုင်ရမယ်၊ သီလဖြည့်

တွေပါ။ တရားသဘောနဲ့ပြောတာဆိုတော့ တရားအသိဉာဏ်ရှိတဲ့လူတွေသာ ပိုက်ဆံ ပြောတဲ့စကားကိုကြားသိရမှာပါ။ ပိုက်ဆံဟော တဲ့တရားကို နာကြားရသူတွေ ပိုက်ဆံတွေ အပေါ် အမြင်ရှင်းပြီး ပိုက်ဆံကြောင့်မောပန်း ပူလောင်မှုတွေ လျော့သွားကြလိမ့်မယ်ထင်ပါ တယ်။ ပိုက်ဆံကြောင့် အမောပြေ ပျော်ရွှင် အားတက်သွားနိုင်ပါတယ်။ အကုန်နှင့်စာရင် အရကများတော့မှာကိုး။



ဖို့သုံးရင် သီလပေါ့၊ သတိ ဝီရိယတွဲသုံးနိုင် ရင် သမာဓိပေါ်မယ်၊ ကုန်သွားတာကို ဉာဏ်နဲ့ ကြည့်နိုင်ရင် ဝိပဿနာလဲ ရလာမှာပေါ့၊ လိုချင်သမျှ အားလုံးပြီးအောင် ဆောင်ရွက်ပေး နိုင်လို့ ကျုပ်ကို ပိုက်ဆံခေါ်တာပဲဗျာ”

“ဉာဏ်နဲ့အပေးတတ်ရင် ကိုယ့်မိသားစု ပေးတာတောင် ဒါနဖြစ်ရမယ်၊ ဈေးဝယ်လို့ အဖိုးအခပေးတာတို့၊ ကားငှားစီးလို့ အဖိုးအခ ပေးတာတို့၊ အခွန်အခပေးဆောင်တာတို့၊ အားလုံး ဒါနချည်းပဲကျန်ရမယ်၊ ဒီထက်နက် အောင် ဉာဏ်နဲ့နိုက်ယူတတ်ရင် သီလ သမာ ဓိ ဝိပဿနာတွေပါ နောက်ကဆက်ပါလာ



**၃။ ကုသိုလ်ရတနာမှ တကယ်လူ့အရပါ (ကုသိုလ်လုပ်သား)**

- 🌀 **လူ၏ဘဝ၊ ရောက်လာကြလဲ၊ ကုသိုလ်ဘဲ၊ မလွဲပါခဲ့ပါ။**
- 🌀 **မပြန်သေးခင်၊ ရောက်နေစဉ်လဲ၊ ကုသိုလ်ဘဲ၊ အမြဲကိုင်ရမှာ။**
- 🌀 **အချိန်စေ့က၊ ပြန်သွားရလဲ၊ ကုသိုလ်ဘဲ၊ ရဲရဲယူသွားရာ။**

မယ်၊ သတိဉာဏ်လွတ်လို့သာ ကုန်ကျဖြစ် ကုန်တာပါ။ သတိဉာဏ်ရှိသူအတွက် အားလုံး ကုန်ရချည်းပါ”

“ဉာဏ်ရှိသူမှာ ကုန်ရင်ကျသွားတာမျိုး မဖြစ်စေသင့်ဘူး၊ ကုန်သွားတိုင်း စွမ်းအားတစ် ခုခုရလာတာမျိုးပဲ ဖြစ်စေသင့်တယ်၊ ရတော့ လဲ တစ်ထောင်ကုန်ရင် တစ်ထောင်တန်ပြန် ရတဲ့ တန်ဖိုးညီရတာမျိုး မဖြစ်စေသင့်ဘူး၊ တန်ဖိုးမမှီတဲ့ သိန်း သန်း ကုဋေ ဂဏန်းနဲ့ တန်ဖိုးမဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့ ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာတရား စွမ်းအားရတာမျိုးပဲဖြစ်စေ သင့်တယ်”

- 🌀 **ကုသိုလ်လုပ်သား၊ ကုသိုလ်များ၊ ယူသွားရမှာပါ။**
- 🌀 **ကုသိုလ်ဓမ္မ၊ လူ့ဘဝ၊ လုပ်ခရလဒ်ပါ။**
- 🌀 **စိတ်ဓါတ်တွေပေါ့၊ ကုသိုလ်လျော့၊ အားပျော့လဲတတ်ပါ။**
- 🌀 **ကုသိုလ်ဂုဏ်သိရုံ၊ လူ့အရှိန်၊ တည်ငြိမ်အေးချမ်းပါ။**

လူဆိုတာ ကုသိုလ်အရှိန်နဲ့လာခဲ့တာ၊ လူ ဖြစ်နိုင်လောက်အောင် အကြောင်းပြည့်စုံလုံ လောက်လို့ လူ့ဘဝရောက်လာခဲ့တာပါ။ လာ တုန်းက အရှိန်ကောင်းခဲ့ပေမယ့် သံသရာခရီး

“ဒီလိုဆို ၁၀၀၀-အကုန်ခံလိုက်ပေမယ့် နိဗ္ဗာန် မဂ် ဖိုလ်ထိ ကျေးဇူးပြုနိုင်တဲ့ ဂဏန်းနဲ့ ရေတွက်လို့မရနိုင်အောင် များလှတဲ့ တရား စွမ်းအားတွေကို ရတာဆိုတော့ ရတာက အများကြီးပဲ။ အကုန်နှင့်အရမှာ အရက နိုင် သွားရပါတယ်။ နိုင်တာမှ အကြီးအကျယ်နိုင် သွားတာပါ။ ဒါဆို ကျုပ်အပေါ် ရေးထည့်ရိုက် နှိပ်ထားတဲ့၁၀၀၀-ဆိုတဲ့ဂဏန်းဟာ လူ့အသိ ဉာဏ်အစွမ်းကြောင့် တိုင်းတာကန့်သတ်ဆုံး ဖြတ်လို့မရနိုင်အောင် အများကြီးတန်ဖိုးရှိ တယ်ပေါ့၊ ဉာဏ်ရှိတဲ့လူ ဒီလိုပဲလက်ခံမှာပါ”

ဒါတွေဟာ ပိုက်ဆံက ပြောနေတဲ့စကား

ကြမ်းကို ဖြတ်သန်းခဲ့ရတာလဲတစ်ကြောင်း၊ ဆင်းရဲမျိုးစုံနဲ့လုံးထွေးပြီး အရုံးပေးခဲ့ရတာ ကလဲတစ်ကြောင်းတို့ကြောင့် ဖွားမြင်လာတာ နဲ့ အရှိန်တွေရပ်သွားရတယ်။ မိဘဆရာ စသူ တို့ ဝိုင်းကူကြပေလို့သာ အရှိန်ပြန်တက်လာ ရတာဖြစ်တယ်။

မိမိတို့အားလုံး ဒီလူ့ဘဝကို ခဏပဲရောက် လာကြတာပါ။ အမြဲနေချင်လို့လဲ အမြဲနေခွင့် မရှိပါဘူး။ ဘူတာတစ်ခုမှာ အတင်အချလုပ် ရုံလေး မီးရထားတွဲရပ်နေသလိုပါပဲ။ ဒီရပ်ခန္ဓာ အဟောင်းရယ်၊ ကိုယ်နှင့်ဆိုင်သမျှ ပစ္စည်း အားလုံးရယ်၊ ကံဆုံပေးလို့တွေ့ရတဲ့ ဆွေမျိုး

အားလုံးရယ်၊ ဒါတွေအားလုံး ဒီဘူတာမှာချထားခဲ့ရမယ်။ မီးရထားထွက်တော့ ကုသိုလ်တစ်ခုပဲ တင်သွားရမှာဖြစ်တယ်။

ဘဝခန္ဓာမီးရထားတွဲ ဒီဘူတာကမထွက်သေးလို့ မပြန်သေးခင်လဲ လူဆိုတာ ကုသိုလ်အရှိန်နဲ့ပဲနေနိုင်အောင် သတိထား အမြဲကြိုးစားနေရမယ်။ ပုထုဇဉ်ဆိုတာ ဆေးအရှိန်ဆေးအထိန်းနဲ့ အသက်ရှင်နေရတဲ့လူမမာလိုပဲ။ နာကျင်ကိုက်ခဲ ရောဂါသည်းနေတဲ့ လူမမာဟာ ဆေးသောက် ဆေးစား ဆေးထိုး ဆေးလိမ်းပေးလိုက်ရင် ရောဂါသက်သာပြီး နေသာထိုင်သာ ရှိသွားသလိုပေါ့။

အရှိန်နဲ့ ပြန်သွားနိုင်မယ်။ ဒါမှ မျက်နှာမငယ်ရမှာပေါ့။

တရားထဲမှာ အရှိန်အဝါအကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့ သတိဉာဏ်က လူကို ကုသိုလ်လုပ်သားအဖြစ် တာဝန်ပေးပါတယ်။ ကုသိုလ်လုပ်သားရဲ့လုပ်ခက ကုသိုလ်ပဲပေါ့။ ကုသိုလ်လုပ်သားအဖြစ် တာဝန်မယူနိုင်တဲ့လူကို အဝိဇ္ဇာ တဏှာက ဇရာလုပ်သား၊ ဗျာဓိလုပ်သား၊ ကိလေသာလုပ်သား၊ ဒုက္ခလုပ်သားဖြစ်အောင် တာဝန်ပေးတော့မှာပဲ။

ကုသိုလ်လုပ်သားဖြစ်နေသူမှာ ဇရာ၊ ဗျာဓိ၊ ကိလေသာ၊ ဒုက္ခတွေရှိနေပေမယ့် တစ်

ဘဝများစွာ အထုံစွဲခဲ့လို့ မွေးကတည်းက ပါလာခဲ့တဲ့ကိလေသာရောဂါတွေကြောင့် စိတ်နာကျင်ကိုက်ခဲ ရောဂါသည်းနေတဲ့ ပုထုဇဉ်လူမမာဟာ ကောင်းမှုတရား ဆေးဝါးအရှိန်နဲ့ ထိန်းပေးနိုင်မှ စိတ်နာသက်သာပြီး နေသာထိုင်သာရှိတာပါ။

လူမမာဟာ ဆေးအရှိန် ဆေးအထိန်းကို လျော့လိုက်ရပ်လိုက်တာနဲ့ ရောဂါပြန်သည်းပြီး အနေခက်တတ်သလို ပုထုဇဉ်လဲ နေ့စဉ်လုပ်နေကျ ကောင်းမှုတရား ဆေးဝါးအထိန်းကို လျော့လိုက် ရပ်လိုက်တာနဲ့ ကိလေသာရောဂါပြန်သည်းပြီး စိတ်ညစ်စိတ်ရှုပ်စိတ်ပျက်

ဖက်က ကောင်းမှုစွမ်းအားတရားနဲ့ အားပြိုင်အနိုင်ယူမှုကရှိနေတဲ့ကြောင့် ဇရာ၊ ဗျာဓိ၊ ကိလေသာ၊ ဒုက္ခလုပ်သားလို့မခေါ်ရပါဘူး။ ကုသိုလ်လုပ်သားပါပဲ။ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ ပူလောင်ဆင်းရဲခြင်းတို့ဟာ အသိဉာဏ်ရှိနေသူအတွက်ကုသိုလ်ရဖို့ တွန်းအားကောင်းတွေပါ။

- လူဆိုတာ-
  - (၁) အတိတ်ကုသိုလ်ကံကောင်း ပါခဲ့ရမယ်။
  - (၂) နေရာကောင်းမှာ နေခွင့်ရရမယ်။
  - (၃) အမှီကောင်းကို ရရမယ်။
  - (၄) စိတ်ကောင်းထားတတ်ရမယ်။
- ဒီဘီး ၄-ခု အဆက်မပြတ် လည်ပတ်နေ

စိတ်ဆင်းရဲစရာတွေချည်းပဲ အဆက်မပြတ် တွေ့ကြုံနေရတော့မယ်။ ကိုယ့်အရှိအားလုံး ကိလေသာနဲ့ပေါင်းပြီး ကိုယ့်ကိုပြန်နှိပ်စက်ကြတော့မယ်။ ဒါကြောင့် နေ့စဉ်လုပ်နေကျ ကုသိုလ်အရှိန်ကိုလုံးဝအလျော့ပေးသင့်ပါဘူး။

လူ့အရှိတွေထဲမှာ ကုသိုလ်ရှိတာကမှ တကယ်အရှိပါ။ လူ့အရတွေထဲမှာ ကုသိုလ်ရတာကမှတကယ်အရပါ။ ကိုယ်နှင့်ဘယ်တော့မှ မခွဲရတော့ပဲကိုး။ ပြီးတော့ လူ့အသိတွေထဲမှာ ကုသိုလ်ရအောင်ယူနိုင်တဲ့ ကုသိုလ်လားမြင်တဲ့အသိကမှ တကယ်အသိပါ။ စားဖြစ်ရုံ သောက်ဖြစ်ရုံလောက် သိတဲ့အသိမျိုး

ရင် ကုသိုလ်ရခွင့်တွေ များသွားမယ်။ မြန်သွားမယ်။ အရှိန်ကောင်းသွားမယ်။ စင်ကြယ်သွားမယ်။ အကုန်နောက်က အရများသွားမယ်။ ကုသိုလ်ဆိုတာ ချမ်းသာရဲ့နာမည်ပဲ။

လောကမှာ ၄-ဘီးနဲ့ လည်ပတ်မောင်းနှင်နေရတဲ့ မော်တော်ကားဟာ ၁-ဘီးပေါက်သွားရင် မောင်းလို့မရတော့ဘူး။ ရပ်သွားတယ်။ လူ့ဘဝဘီး ၄-ခုလဲဒီလိုပဲ။ ၁-ဘီးပေါက်ရင် မောင်းလို့မရချင်တော့ဘူး။ ကုသိုလ်လည်ပတ်မှုတွေ ရပ်တန့်သွားတတ်တယ်။ ဘီးမပေါက်ရအောင် သတိဉာဏ်နဲ့ အမြဲစောင့်ရှောက်တတ်ဖို့ လိုမှာပါပဲ။

ဟာ လူ့အသိအစစ် မဟုတ်သေးပါ။ စားဖြစ်ရုံ သောက်ဖြစ်ရုံလောက်တော့ တိရစ္ဆာန်တွေလဲ အထိုက်အလျောက်သိသားပဲ။

လူ့ရဲ့အဓိကအင်အားက ကုသိုလ်ပဲဆိုတော့ နေ့စဉ်လူတွေ မလွတ်တမ်းကိုင်ထားရမှာက ကုသိုလ်ပဲ။ သတိမြဲအောင် လေ့ကျင့်ပေးရမယ်ပေါ့။ ဒါမှ ဉာဏ်ပေါ်လို့ ကုသိုလ်လားမြင်မှာကိုး။ နေ့စဉ်ဘာတွေပဲကုန်ကုန်၊ အကုန်နောက်က အခြားဘာမှမရချင်နေ၊ ကုသိုလ်တစ်ခုတော့ မဖြစ်မနေရအောင် ယူတတ်ရမယ်။ ပစ္စုပ္ပန်မှာ ကုသိုလ်မှီရာဆွဲကိုင်ထားမှ အချိန်စေ့လို့ ပြန်သွားတော့ ကုသိုလ်

သတိကင်းလွတ်လို့ စိတ်ဓါတ်တွေပေါ့လျော့သွားရင် လူ့အရှိန်အဝါဖြစ်တဲ့ ကုသိုလ်ရခွင့်တွေ လျော့နည်းသွားတော့မှာပဲ။ ကုသိုလ်လျော့ရင် အားပျော့ပြီး လဲသွားတတ်ပါတယ်။ ဒီဘဝမှာလဲ လဲမှာပဲ။ ဘဝကူးတော့လဲ လဲမှာပဲ။ နောင်သံသရာလဲ ဆက်ပြီးလဲနေဦးမှာပဲ။ ကုသိုလ်ဟာ လူ့ရဲ့ဂုဏ်ပါ။ လူ့အရှိန်အဝါလဲဟုတ်တယ်။ မိဘဆွေမျိုးအရင်းလဲ ကုသိုလ်ပဲပေါ့။ ကုသိုလ်ရှိမှ တည်ငြိမ်အေးချမ်းမယ်။ သတိဉာဏ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ထိဦးတည်ဖို့တော့ လိုမယ်ပေါ့။







### ၄။ အချိန်ကို နိုင်မှ တကယ်အသိပါ

- 🌀 အသိမပါ၊ အရှိမှာ၊  
ဖိကာနှိပ်စက်ကြ။
- 🌀 အရှိအတွင်း၊ အသိသွင်း၊  
လက်ငင်းစွမ်းအားရ။
- 🌀 အမှန်ကိုကြည့်၊ ဉာဏ်အသိ၊  
သတိကောင်းမှ ရနိုင်ကြ။

တိုက်ပြီး ချော်လဲလို့ ဒုက္ခရောက်ကုန်တာပေါ့။ လူ့အရှိအားလုံး ကုသိုလ်တရားရဲ့အထောက်အကူပစ္စည်းတွေသာ ဖြစ်သင့်တယ်။ ဖြစ်အောင်လဲ သတိဉာဏ်ကူရမှာပဲ။

ဘာမဆို ကုန်တိုင်း ကုန်တိုင်း ကုန်ကျမဖြစ်စေပဲ ကုန်ရပုံစံနဲ့ အရပေါ်စေချင်ရင်-

(၁) ဘာမဆို ဘယ်အလုပ်မဆို အေးအေးဆေးဆေးလုပ်တတ်ရမယ်။ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် စူးစူးစိုက်စိုက်လုပ်တတ်ရမယ်။ စိတ်ပါလက်ပါ လုပ်ရမယ်။ အထူးစိတ်ဝင်စားဖို့ လိုမယ်။ စိတ်ပေါက်ကိုဖာ၊ စိတ်စုတ်ကိုချုပ်၊ စိတ်ညစ်ကို ဆေးကြောရမယ်လို့ ဆိုလို

လူ့ရဲ့အဓိကစွမ်းအားဆိုတာ အရှိကို အသိနဲ့ အနိုင်ယူနိုင်မှုပါ။ အရှိကို ကောင်းမှုပုံစံနဲ့ ထိုးဖောက်နိုင်မှ လူ့ရဲ့တကယ်အသိပါ။ လူ့အရှိတွေဟာ အသိမပါရင် ရှိသမျှလူကို ဖိစီးနှိပ်စက်နေတတ်ပါတယ်။ အာရုံဖိစီးမှု ဒုက္ခအောက်မှာ လူဟာ ပြားပြားဝပ် မွမ်းကျပ်နေရမယ်။ အသိကင်းသလောက် အရှိကြောင့် ဒုက္ခရောက်ရမှာပဲ။

အရှိမွဲတဲ့လူဆင်းရဲ၊ အသိမွဲတဲ့လူဆင်းရဲလို့ ဒုက္ခသည် ၂-မျိုးရှိတယ်။ ရှိသင့်တာတွေ မပြည့်စုံ မလုံလောက်ရင် အရှိမွဲတဲ့လူဆင်းရဲပေါ့။ ရှိသင့်တာတွေ ပြည့်စုံလုံလောက်နေ

တယ်။ သတိ သမာဓိကောင်းဖို့ ပြောတာပါ။ သတိ သမာဓိ အားနည်းနေရင် ပုံးအပေါက်ကိုလဲ လုံအောင်မဖာ၊ ဆီဂျီးတွေကိုလဲ စင်ကြယ်အောင်မဆေးပဲ ရေခပ်ထည့်နေသူရဲ့ အလုပ်လို ဖြစ်နေမှာပဲ။ အပင်ပန်းခံလုပ်ပေမယ့် နည်းလမ်းမမှန်တော့ ပုံးထဲထည့်သမျှ ရေတွေလဲ အပေါက်ကယိုကျ၊ ကျန်နေတဲ့ ရေတွေကလဲ ဆီဂျီးတွေပေကျလို့ သုံးမရ၊ အချိန်ကုန်လှပန်း အလကားအလုပ်ဖြစ်သွားမှာပေါ့။ သတိသမာဓိအားနည်းရင် လူ့အလုပ်အားလုံး ဒီလိုပဲဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။

(၂) အရှိကို အရှိအတိုင်း ကြည့်ရှုသုံး

ပေမယ့် ကိုယ့်အရှိကို လွှမ်းမိုးအနိုင်ယူနိုင်တဲ့ အသိမရှိရင် အရှိနှိပ်စက်တာခံနေရတဲ့ အသိမွဲတဲ့လူဆင်းရဲပါ။ ရှိလို့ဆင်းရဲတာက မရှိလို့ဆင်းရဲတာထက် ပိုပြီးအခံရခက်တတ်ပါတယ်။

လူဆိုတာ ကိုယ့်အရှိကို အသိနဲ့အနိုင်ယူနိုင်ဖို့ ကြိုးစားနေရပါတယ်။ ကိုယ့်အရှိကို ထိန်းသိမ်းထားသိုမှ မှန်ကန်အောင်လဲ အသိနဲ့ အနိုင်ယူရတတ်ရမယ်။ နည်းမှန်လမ်းမှန် သုံးစွဲတတ်အောင်လဲ အသိနဲ့ပဲ အနိုင်ယူတတ်ရမယ်။

အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် ကိုယ့်အရှိတွေ

သပ် ဆုံးဖြတ်တတ်ရမယ်။ ဉာဏ်ကိုပြောတာပါ။ စိတ်ဝါတ်အေးချမ်းငြိမ်သက်ရင် ဉာဏ်ပွင့်ပါတယ်။ အရှိကို ထိုးဖောက်အနိုင်ယူနိုင်မှ လက်တွေ့နှင့်ပေါင်းစပ်ပြီး သဘောပေါက်နားလည်မှ ဉာဏ်ပညာအစစ်ပါ။ အရှိအတိုင်း သိမြင်နားလည်သွားရင် ကုသိုလ်ရယူခွင့် လမ်းပွင့်သွားပြီပဲ။ ဉာဏ်ရှိသူဟာ ကိုယ့်အရှိတွေထဲမှာ နှိုက်ပြီး ကုသိုလ်ယူတတ်တယ်။ ကုသိုလ်ရရင် လူဖြစ်ကျိုးနပ်ပြီပေါ့။

(၃) ဘာပဲကုန်ကုန် အရှိတွေကုန်သွားတိုင်း အသိကျန်နေခဲ့ရမယ်။ ကုန်သွားရင်

ကုန်သွားတော့လဲ အကုန်နောက်က အရတစ်ခုခုမိအောင်ယူနိုင်ဖို့ အသိနဲ့ပဲ အနိုင်ယူတတ်ရမယ်။ သတိအားကောင်းဖို့တော့ လိုမယ်ပေါ့။ အရှိတွေရှိနေတုန်း အသိနဲ့အနိုင်ယူတတ်ဖို့လိုသလို အရှိတွေပျောက်ကွယ်သွားလို့ မရှိတော့လဲ အဲဒီမရှိကိုပဲ အသိနဲ့အနိုင်ယူနိုင်မှ ငြိမ်းအေးမှာပါ။

လူတွေဟာ နေ့စဉ်အရှိနှင့်အသိ အားပြိုင်နေကြပါတယ်။ လူအများစုဟာ အရှိကိုပဲ အနိုင်ပေးထားကြတာကို တွေ့ရမယ်။ သိဖို့ထက် ရှိဖို့ကိုပဲ အားသန်နေကြလို့ပါ။ အသိမပါပဲ ရှိချင်ကြတော့ အရှိတွေကို ဝင်ခလုတ်

စွမ်းအားရနေခဲ့ရမယ်ပေါ့။ သတိဉာဏ်ဦးစီးတဲ့ သာသနာ့နည်းလမ်းကတော့ ကုန်သွားတာဟာ အားပဲ။ ကိုယ့်မှာရှိတာတွေအားလုံး ကုန်မှာတွေချည်းပဲဖြစ်နေတော့ ဘယ်အရာတွေ ဘယ်လိုနည်းနဲ့ပဲကုန်ကုန် သတိဉာဏ်နဲ့ (သတိဦးစီးတဲ့ဉာဏ်နဲ့) စွမ်းအားတစ်ခုခုရအောင် ယူထားလိုက်နိုင်ရမယ်။ အကုန်နှင့် အရမှာ အရကပဲနိုင်ရမယ်ပေါ့။ ရှိတုန်းသာ အသိနဲ့ နိုင်ရမှာမဟုတ်ဘူး။ မရှိတော့လဲ အသိနဲ့ပဲ နိုင်ရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

အရှိတွေ ကုန်နေပုံ ၃-မျိုးရှိတယ်။  
(၁) တားမရနိုင်လို့ ကုန်ရတာရယ်၊ ရုပ်နာမ်

တွေဖြစ်လာပြီး ပျက်သွားတာမျိုးပေါ့။

(၂) လိုအပ်လို့ ကုန်ရတာရယ်၊ ပစ္စည်းရှာဖွေ စုဆောင်းထားပြီး စားဝတ်နေရေးအတွက် သုံးလို့ ကုန်ရတာမျိုးပေါ့။

(၃) မလိုအပ်တာနဲ့ ဖယ်ရှားပစ်လိုက်လို့ ကုန် ရတာရယ်၊ စိတ်ထဲက ကိလေသာကို သိက္ခာ ၃-ပါး စွမ်းအားနဲ့ ဖယ်ရှားပစ်တာမျိုး၊ ခန္ဓာထဲ က အညစ်အကြေးကိုစွန့်ပစ်တာမျိုး၊ ကျောင်း ထဲ အိမ်ထဲက အမှိုက်တွေ စွန့်ပစ်တာမျိုးတွေ ပေါ့။ ဘယ်အရာတွေ ဘယ်လိုပဲကုန်ကုန် လူ့ လက်ထဲ ကျန်နေခဲ့ရမှာကတော့ တရားစွမ်း အားရလဒ်ပဲ။ လူ့စွမ်းအားတရားရဖို့အတွက်

- 🌀 စိတ်ဓါတ်ခိုင်မာ၊ ကိလေသာ၊ ငုံ့ကာလျော့ကျသွား။
- 🌀 စိတ်ဓါတ်ကိုမြှင့်၊ ဉာဏ်ကိုဖွင့်၊ ဖြည့်ကျင့်မြတ်တရား။

ဦးပဉ္စင်းတို့ယောနယ်မှာ မြစ်သာမြစ်ဆို တာရှိပါတယ်။ မြစ်သာလို့ဆိုရလောက်အောင် ပေါ်လွင်တဲ့ထူးခြားချက် ၂-မျိုးရှိတယ်။ ပထမ ထူးခြားချက်က မြန်မာပြည်မှာရှိတဲ့ အခြား မြစ်တွေအားလုံးလောက်နီးပါး မြောက်ကနေ တောင်ကို စီးဆင်းကြပေမယ့် မြစ်သာမြစ် ကတော့ တောင်ကနေမြောက်ကို ပြောင်းပြန် စီးဆင်းတယ်။ အဲဒါက ထူးခြားချက်တစ်ခုပေါ့။

အားဖို့မလိုပါဘူး။ သိဖို့ပဲလိုတာပါ။ ရလာရင် အားလုံးကုန်မယ်။ ကုန်သွားတိုင်း တရားစွမ်း အားအသိရအောင် ယူထားလိုက်ရမယ်ပေါ့။

မိမိခန္ဓာကိုယ်အပေါ်၊ မိမိရှာထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေအပေါ်၊ မိမိကျွေးမွေးစောင့်ရှောက် ထားတဲ့ မိသားစုဆွေမျိုးအပေါ်၊ မိမိကြုံ တွေ့နေရသမျှ အာရုံတွေအပေါ်၊ အားကိုးစရာ တရားတွေအောင် သတိဉာဏ်နဲ့ပုံစံချရာရ မယ်။ ပုံစံချရာတတ်ရင် ကေန်တွေ့ပါတယ်။ ကိုယ့်အရှိအားလုံး အသိကူလိုက်ရင် တရား စွမ်းအား ဖော်ထုတ်ပေးနိုင်တာတွေချည်းပါပဲ။

သတိဉာဏ်အားကောင်းအောင် လေ့ကျင့်

နောက်ထူးခြားချက်တစ်ခုက မြစ်သာမြစ် ဟာ အထက်ကစီးလာတုန်းကတော့ ရိုးရိုးမြေ ပျော့တွေကို ဖြတ်သန်းစီးဆင်းခဲ့တာဖြစ်လို့ မြစ်ရဲ့ပဲယာကမ်းတွေကို ဖြိုချတိုက်စား နယ် ချဲ့လာခဲ့တယ်။ စွာကျယ်စွာကျယ်နဲ့ လာခဲ့ တယ်ဆိုပါတော့။ မြစ်သာမြစ်ရေ ဖြိုချတိုက် စားခံရလို့ မြစ်ရေထဲ လယ်ယာတွေ ပါသွား တာလဲ မနည်းလှတော့ဘူး။ အိမ်တွေ ရွာတွေ ပါပါသွားလို့ တချို့ရွာတွေ မြစ်နှင့်ဝေးတဲ့နေ ရာကိုပြောင်းရွှေ့ပြီး အသစ်ပြန်တည်ဆောက် ကြရတယ်။ မြစ်ရေက လူတွေအတွက် ကောင်းကျိုးပြုတန်သင့်သလောက် ပြုပေး

ထားသူအတွက် ကိလေသာကတောင် တရား စွမ်းအားရအောင် လုပ်ပေးနိုင်တယ်။ လောက မှာ မီးဟာပူပေမယ့် နေရာတကျသုံးတတ်သူ အတွက် မလောင်ပါဘူး။ ကောင်းကျိုးတောင် ပြုပေးနိုင်ပါသေးတယ်။ ပုထုဇဉ်လဲ ကိလေ သာမကင်းသေးပေမယ့် သတိဉာဏ်နဲ့စိတ်ကို နေရာတကျထားတတ်ရင် ကိလေသာမီး မလောင်ပါဘူး။ ကိလေသာကို ဝိပဿနာရှုလို့ တောင် ရနိုင်ပါသေးတယ်။ မြေဆိပ်ကို ဆေး ဖော်လို့ ရသလိုပေါ့။



ပေမယ့် ကမ်းတွေဖြိုချမှုကြောင့် လူတွေ တော်တော်သောကရောက်ရပါတယ်။ အချို့ ရွာတွေ အခုထိ မြစ်သာမြစ်ရေခြိမ်းခြောက် တာခံနေရလို့ ကြောက်လန့်နေကြတုန်းပဲ။ မြစ်ရေက မြေပျော့ကိုတော့ ဖြိုချင်သလိုဖြို တိုက်ချင်သလိုတိုက်၊ စားချင်သလိုစား၊ ချဲ့ချင် သလိုချဲ့ပေါ့။

ဟိုအောက်က ချင်းတွင်းမြစ်ထဲဝင်ခါနီး ကလေးဝမြို့နားအရောက် ကျောက်တောင် တွေကြား ဖြတ်စီးသွားရတဲ့အခါမှာတော့ မြစ်သာရေဟာ ချဲ့ချင်တိုင်းချဲ့လို့မရတော့ ဘူး။ ကျောက်တောင်ကြားထဲ ကျဉ်းကျဉ်း



### ၅။ တရားကျင့်တာဟာ ယောနယ်က မြစ်သာမြစ်လိုလုပ်တာ

- 🌀 ကိလေသာရေ၊ မျှောချပေ၊ ရောက်လေဒုက္ခပွား။
- 🌀 ကိလေသာမြစ်၊ ဆန်ကာတက်၊ ရင့်ကျက်လူ့စွမ်းအား။
- 🌀 စိတ်ပျော့ညံ့က၊ ပြို၍ကျ၊ ဘဝရှုံး၍ အပူပွား။

ကျပ်ကျပ် ကပ်ကပ်သပ်သပ် ဖြတ်စီးရလို့ ရေစီးတဲ့ဧရိယာနယ်ပယ် ကျဉ်းမြောင်းသွား တယ်။ မြစ်ဆိုတဲ့နာမည်ပျောက်ပြီး ချောင်း ကျဉ်းဆိုတဲ့နာမည် ပြောင်းလဲသွားရတယ်။ ချောင်းတောင်မှ ရိုးရိုးချောင်းမဟုတ်တော့ဘူး။ ကျဉ်းမြောင်းတဲ့ချောင်းကျဉ်း ဖြစ်သွားတယ်။ ဒီဘက်ကမ်းကနေ ဟိုဘက်ကမ်းကို စကား ခပ်တိုးတိုးလှမ်းပြောရင်တောင် ကြားရတယ်။ ခဲလေးနဲ့အသာလှမ်းပစ်ရင်တောင် ရောက် တယ်။

ကျောက်တောင်တွေကလဲ “ဟဲ့— မြစ်ရေ တွေ တို့ကိုဖြိုချမယ်တော့ မကြံနဲ့ဟေ့၊ နည်း

နည်းမှ အလျော့မပေးနိုင်ဘူး။ မင်းတို့ စီးလို့ ရတဲ့နေရာကသာ စီးသွားကြ” လို့ မြစ်သာ မြစ်ရေကိုပြောနေသလိုပဲ။ မြစ်သာမြစ်ရေ တွေကလဲ “ကောင်းပါပြီခင်ဗျာ၊ ကျုပ်တို့ ခင်ဗျားကို ဖြိုချတိုက်စားနိုင်စွမ်းမရှိတော့လို့ စီးလို့ရတဲ့နေရာကပဲ ကုတ်ကုတ်ကပ်ကပ် ဖြတ်စီးပါတော့မယ်ခင်ဗျာ” လို့ ပြောနေ သယောင်ယောင်ပဲ။ မာန်ကိုလျော့ချခေါင်းငုံ့ ပြီး ကျပ်တည်းကျဉ်းမြောင်းစွာ စီးဆင်းသွား ရရှာတယ်။

တရားကျင့်တယ်ဆိုတာလဲ ဒီသဘောပဲ။ လွယ်တယ်ဆိုပြီး ကိလေသာရေစုန်အတိုင်း

ခင်ဗျ” လို့ ပြောနေသယောင်ယောင်ပဲ။ ပုထုဇဉ်ဟာ ကိလေသာမကင်းသေးပေ မယ့် ကိလေသာအပေါ်က လူ့အသိနေနိုင် အောင်တော့ သတိရှေ့ထား အထူးကြိုးစားနေ ရမှာပါ။ အိမ်မှာမွေးထားတဲ့ခွေးလေး၊ ကြောင် လေးများဟာ အလိုလိုက်မှန်းသိရင် ရောင် တက်ပြီး လူတွေစားဖို့ပြင်ထားတဲ့ ထမင်းဝိုင်း၊ ဟင်းဝိုင်းတွေကို ဦးဦးဖျားဖျား ဝင်နှိုက်စား တတ်သလို ကိလေသာတွေလဲ အလိုလိုက် လွန်းရင် လူတကယ်အားကိုးရမယ့် တရား တွေကို ဝင်နှိုက်စားပစ်တတ်ပါတယ်။

မနက်အိပ်ရာကထလာတာနဲ့ ဘာကိစ္စပဲ

စုန်ဆင်းသွားရင် ဟိုတိုးဒီတိုက်နဲ့ ဒုက္ခရောက် မှာပဲ။ မြစ်သာမြစ်ရေဟာ ဒီပြင်မြစ်တွေနှင့် မတူပဲ ပြောင်းပြန်စီးသွားသလို တရားကျင့်သူ ဟာလဲ ကိလေသာမြစ်ရေကို သိက္ခာ ၃-ပါး လမ်းစဉ်နဲ့ ပြောင်းပြန်ဆန်တက်ရတာပါ။ ဒါမှ စွမ်းအားတိုးတက် ရင့်ကျက်လာမှာဖြစ်တယ်။

တရားမကျင့်မီ စိတ်ဓါတ်ပျော့ညံ့နေစဉ် က ကိလေသာရေတွေဟာ သီလ သမာဓိ ပညာကမ်းတွေကို တိုက်စားဖြိုချပစ်လို့ ကမ်း တွေပြိုကျပြီး လူ့စွမ်းအားတွေ ကိလေသာ ရေတွေထဲပါသွားတော့ သောကအပူတွေ ပွားကြရတယ်။ စိတ်ပျော့ညံ့နေရင် ဖြိုချသမျှ

ရှိရှိ ရတနာ ၃-ပါးကိုပဲ ရှေ့ဆုံးမှာထားရမယ်။ ကိလေသာအမြစ်ရင်းဖြစ်တဲ့ လောဘ ခေါသ မောဟနှင့် မကင်းနိုင်သေးလို့ ရှိနေပေမယ့် ရှေ့ကတော့ မဝင်စေနဲ့၊ မိသားစုစာရင်းထဲထည့် ပြီး နောက်ဆုံးကပဲထားရမယ်။ နောက်ဆုံးက ထားတယ်ဆိုတာ လောဘ၊ ခေါသ၊ မောဟ အပေါ်က လူကနေနိုင်တဲ့သဘောကိုပဲ ပြော တာပါ။

အိမ်တစ်အိမ်မှာ ဦးဘ-ဒေါ်မြ-သား မောင်လုလို့ မိသားစုသုံးယောက်ရှိတယ်ဆို ပါတော့။ လောဘ ခေါသ မောဟကိုထည့် လိုက်ရင် မိသား စု ၆-ယောက်ဖြစ်မယ်ပေါ့။

ခံနေရမှာပဲ။ ကျောက်တောင်ကြားဖြတ်စီးသွား ရတဲ့ မြစ်သာမြစ်ရေဟာ ကမ်းကိုမဖြိုနိုင်တော့ ပဲ ကျပ်ကျပ်တည်းတည်း ချောင်းကျဉ်းထဲ ဖြတ်စီးရသလို သတိ ဝီရိယ သမာဓိဉာဏ် အရှိန်ကောင်းလာလို့ သိက္ခာ၃-ပါးအားနဲ့ စိတ်ဓါတ်ကြံ့ခိုင်လာတဲ့အခါ ကိလေသာရေ ဟာ သိက္ခာ ၃-ပါးကမ်းကို မဖြိုနိုင်တော့ဘူး။ ပုထုဇဉ်မလိုသာ ကိလေသာဖြစ်နေရပေမယ့် ကိလေသာရေဟာ သိက္ခာ ၃-ပါး ကျောက် တောင်ကြားက ကျပ်ကျပ်တည်းတည်းစီးဆင်း နေရတယ်။ ကိလေသာနယ် ကျဉ်းမြောင်း သွားတယ်ပေါ့။ ရှေးကဖြစ်သွားတဲ့ကိလေသာ

ပုံစံချကြည့်ရင် -  
(၁) ဦးဘ (၂) ဒေါ်မြ (၃) မောင်လု (၄)မောင်လောဘ (၅) မောင်ခေါသ (၆) မောင်မောဟ လို့ ဖြစ်လာမယ်ပေါ့။ လောဘ ခေါသ မောဟကို ကိုယ်ကပဲ နိုင်နေတတ်တဲ့ သဘောပါ။

တကယ်လို့ မနက်အိပ်ရာကထလာတာ နဲ့ အကြောင်းမျိုးစုံပြုပြီး ရတနာ ၃-ပါးကိစ္စကို နောက်ကိုပို့လိုက်မယ်ဆိုရင် မိသားစုပုံစံ ပြောင်းသွားမယ်။ (၁)ဦးလောဘ (၂) ဦးခေါသ (၃)ဦးမောဟ၊ ကိလေသာတွေက အိမ်ထောင် ဦးစီးဖြစ်သွားမယ်။ (၄) မောင်ဘ (၅) မမြ

တွေကို နောက်ကသတိဉာဏ်နဲ့ ဝိပဿနာ ရှုလို့တောင် လွယ်လွယ်ကူကူရလာတယ်။

ကျောက်တောင်နှင့်တူတဲ့ သိက္ခာ ၃-ပါး ကမ်းကလဲ “ဟဲ့--ကိလေသာတွေ ကမ်းတော့ ဖြိုချမယ်မကြံနဲ့၊ ကိလေသာမကင်းသေးတဲ့ ပုထုဇဉ်ဖြစ်လို့ သင်တို့ဖြစ်လို့ရတဲ့နေရာက ကုတ်ကုတ်ကပ်ကပ်ဖြတ်စီးပြီး ဖြစ်ချင်ဖြစ် ကြ၊ ငါတို့တော့ လုံးဝလျော့မပေးနိုင်ဘူး” လို့ ကိလေသာကို အားပြိုင်စိန်ခေါ်လာတယ်။ ကိလေသာကလဲ “ကမ်းကို ကျုပ်တို့ဖြိုမချ တော့ပါဘူးခင်ဗျာ၊ ရတဲ့နေရာကပဲ အရှိန် လျော့ခေါင်းငုံ့ပြီး ဖြတ်စီးသွားပါတော့မယ်

(၆) မောင်လု လို့ ဖြစ်သွားမယ်။ အိမ်ထောင် ဦးစီးမဟုတ်တော့လို့ ဦးဘ-ဒေါ်မြလို့ မခေါ် နိုင်တော့ဘူး။ အသက်ဘယ်လောက်ပဲကြီးကြီး လောဘ ခေါသ မောဟခိုင်းတာပဲ လုပ်နေရ တော့မယ်။ ဒါကြောင့် မောင်ဘ-မမြ လို့ ဖြစ် သွားမယ်။ ကိလေသာအပေါ်က အသိနေနိုင် အောင်ကြိုးစားနေမှ ကိလေသာအရှိန် တစ်စ တစ်စလျော့ပါးပြီး ကုန်သွားမှာဖြစ်တယ်။ ဒါမှ တရားစွမ်းအားရမှာပေါ့။ နောက်တော့ မဂ်နဲ့ ကိလေသာတွေကို ကုန်အောင်ပယ်၊ ဖိုလ်နဲ့ တရားစွမ်းအားတွေ အရယူရမယ်ပေါ့။ နောက် ဆုံးတော့ ဒုက္ခတွေ အားလုံးကုန်၊ အချမ်းသာ



အကုန်အရ လူ့ဘဝ ၅၇ တီပီဇွန်ယောဆရာတော် ၏ အကုန်အရ လူ့ဘဝ ၅၉ ၆၀ တီပီဇွန်ယောဆရာတော် ၏

ဆုံးနိဗ္ဗာန်ကို ရ၊ ရမှာပဲပေါ့။ ဒါမှ အကုန်အရ လူ့ဘဝအစစ်ပါ။

**အားလုံးချမ်းသာကြပါစေ**

တိပိဋကပေဓာနရာဇတော်  
မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ ပါဠိတက္ကသိုလ်  
နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၆၇ ခု၊ တပို့တွဲလ (၂၀၀၆ ခု၊ ဖေဖော်ဝါရီလ)



အကုန်အရ လူ့ဘဝ ၆၁ တီပီဇွန်ယောဆရာတော် ၏ အကုန်အရ လူ့ဘဝ ၆၃ ၆၄ တီပီဇွန်ယောဆရာတော် ၏