

ရန်ကုန်မြို့၊ ဗဟန်းမြို့နယ် ၊ နန္ဒဝန်လမ်း။  
ပဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ၊ ပါဠိတက္ကသိုလ်

တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာင်္ဂါရိက အဂ္ဂပဟာပဏ္ဍိတ  
သ-စ-အ ပါဠိပါရဂူ အဂ္ဂပဟာအကျော်  
အရှင်သီရိန္ဒာ သိဝံသ (ထောဆရာတော်)

၏

လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား



တိပိဋကဓရ ဓမ္မလက်ဆောင် (၁၆)  
ပထမစာကြိမ် ဓမ္မဒါန



တိပိဋကဓရ-ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက  
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ  
ဘဒ္ဒန္တ သိရိန္ဒာဘိဝံသ

• စာတိုပစ္စည်း၊ ဦးဆောင်ထုတ်ဝေခြင်း (ပြည်ပြန်မာ)

ရန်ကုန်မြို့၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ နန္ဒဝန်လမ်း၊

မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ ပါဠိတက္ကသိုလ်

**တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ**

သ-စ-အ ပါဠိပါရဂူ အဂ္ဂမဟာအကျော်

**အရှင်သိရိန္ဒာဘိဝံသ (ယောဆရာတော်)**

၏

## **လူ၏စွမ်းအားမြတ်တရား**



**တိပိဋကဓရ ဓမ္မလက်ဆောင် (၁၆)**

ပထမအကြိမ် ဓမ္မဒါန

သာသနာ ၂၅၄၆၊ ကောဇော ၁၃၆၄ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လ

ခရစ် ၂၀၀၂ခုနှစ်၊ သြဂုတ်လ

(ရန်ကုန်မြို့၊ ဘုန်းကြီးလမ်း၊ ၉၁-နဝဂ်သုခဆေးတိုက်

ဒေါ်စန်းစန်းမေ ကောင်းမှု၊ အုပ်ရေ ၁၀၀၀၀)

သာသနာရေးဆိုင်ရာ စာမူပုံနှိပ်ခွင့်အမှတ်-၃၃၃/၂၀၀၂ (၆)

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၃၈၄ / ၂၀၀၂ (၇)

ပထမအကြိမ်

အုပ်ရေ (၁၀၀၀၀)

၂၀၀၂ - ခုနှစ်

အဖုံး+အတွင်းသား “မြစ်သာမိသားစု”

ဓမ္မဒါန

ဦးအောင်မြ (၀၉၁၀-မြ) “မြစ်သာပုံနှိပ်တိုက်”

အမှတ် (၁၄၀)၊ ၃၇-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ က ပုံနှိပ်၍

ဒေါ်မိုးကေခိုင် ချိုတေးသံစာပေတိုက်၊ ရေနံ့သာကျေးရွာ

ပုလဲမြို့ (၃)လမ်း၊ မင်္ဂလာဒုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့မှ

ထုတ်ဝေသည်။

တိပိဋကဓရ ယောဆရာတော် အရှင်သီရိန္ဒာဘိဝံသ

၏

လူ၏စွမ်းအားမြတ်တရား

တိပိဋကဓရ ဓမ္မလက်ဆောင် (၁၆)

\*

နမော မဟာရိဿ

ဣတ္ထိဘာဝေါ ကိယကိရာ၊ စိတ္တမှိသုသမာဟိတေ။

ဉာဏမှိ ဝတ္တမာနမှိ၊ သမ္ပံ ဝိပဿတော။

(သံ - ၁ - ၁၃၀)

\* သိက္ခာ (၃)ပါး၊ မြတ်တရား၊ ယောက်ျားမိန်းမ မခွဲပါ။

\* စိတ်ဓာတ်ကိုမြင့်၊ ကြိုးစားခွင့်၊ လမ်းဖွင့်ထားတဲ့  
သာသနာ။

\* ကြိုးစားလိုက်လျှင်၊ စွမ်းအားထင်၊ မျက်မြင်  
ကိုယ်တွေ့ပါ။

\* ယောက်ျားဖြစ်ရုံ၊ အားမစုံငြား၊ မကြိုးစားက၊  
စွမ်းအားကျ၊ ဘာမှမရပါ။

\* မိန်းမသော်လည်း၊ အားကုန်ခဲ့၍၊ စိတ်ဖွဲ့ထက်သန်၊  
ကြိုးစားပြန်၊ ဧကန်ထူးခြားလာ။

\* လူ၏စွမ်းအား၊ မြတ်တရား၊ စိတ်ထားကောင်းဖို့၊  
လိုရင်းပါ။

### အိုပွဲ လက်ဆောင်

ဒေါ်စန်းစန်းမေ (နဝင်္ဂသူခ ဆေးတိုက် ၉၁၊ ဘုန်းကြီး  
လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့) က သူ့ရဲ့ အသက် (၅၀) ပြည့် ရွှေရတု  
မွေးနေ့ အထိမ်းအမှတ်တရား ၁-ပုဒ် လိုချင်တယ်-လို့  
လျှောက်ထားတောင်းဆို လာပါတယ်။ ဒါကြောင့်  
“လူ၏စွမ်းအားမြတ်တရား” ဆိုတဲ့ တရား-၁ပုဒ်ကို  
မွေးနေ့လက်ဆောင် ပေးလိုက်ပါတယ်။

မွေးနေ့ဆိုတာ အရင်နှစ်တွေကထက် ယခုပိုပြီး  
အိုမင်းရင့်ရော်လာတာ ဖြစ်လို့ အိုပွဲပါပဲ။ နာတဲ့ပွဲ-သေတဲ့  
ပွဲတွေ ရဲသွားအောင်၊ နည်းသွားအောင်၊ စဲသွားအောင်လို့  
အိုတဲ့ပွဲကို မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ပေးကြရတာပါ။

အိုတဲ့နေ့မှာ အိုပွဲလက်ဆောင် ကောင်းမှုတရား ရဖို့  
လိုသလို နာတဲ့နေ့မှာ နာပွဲလက်ဆောင် ကောင်းကောင်း  
ရဖို့၊ သေတဲ့နေ့ရောက်တော့လည်း သေပွဲလက်ဆောင်  
လှလှပပရဖို့ တရားဘာဝနာ အလုပ်ကို သဲသဲ မဲမဲ စွဲစွဲမြဲမြဲ  
ပွားများအားထုတ် ထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ခန္ဓာဟာ သူက ကိုယ့်ကို မညှာမတာ နှိပ်စက် နေ တာဖြစ်လို့ ကိုယ်ကလည်း သူ့ကိုမညှာမတာ ခိုင်းပေးမှ ခန္ဓာက ဘဝ လက်ဆောင်ပြန်ပေးမှာပါ။

**တည်ငြိမ်အေးချမ်း လူ့အစွမ်း**

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်က သောမာ ဆိုတဲ့ ဘိက္ခုနီ (ရဟန်းမ) ၁-ပါးရှိပါတယ်။ လမင်းလိုပဲ လှပ တင့်တယ် အေးချမ်းလို့ မြန်မာလို “မလှအေး” လို့ ခေါ်ဆို ရမှာပါ။ တရားနဲ့ မနေရသူဟာ ပင်ကိုယ်ရုပ်လှတာတောင် မှ ခြောက်ကပ်ကပ် ပူလောင်လောင်ကြီးပါ။ တရားနဲ့ နေရပြန်တော့ အရုပ်ဆိုးတာတောင်မှ ထည်ဝါအေးချမ်း ပါတယ်။ သောမာကတော့ ပင်ကိုယ်ရုပ်လှရုံမျှမက တရားကြောင့်လည်း အလွန်ငြိမ်းချမ်းပါတယ်။

တစ်နေ့တော့ သောမာဟာ နေ့လည်ချိန် တောထဲ သွားပြီး ဆိတ်ငြိမ်ရာ သစ်ပင်အောက်မှာ တရားနဲ့ မွေ့လျော်ကာ သီတင်းသုံး နေပါတယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ မာရ်နတ်ဟာ (မာရ်နတ်အဖွဲ့ဝင် နတ်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်) ရုပ်အဆင်းကို ဖျောက်ထားပြီး (ရုပ်အဆင်း ကွယ်ပျောက်ပြီး) အသံနဲ့ ပြောပါတယ်။ “မြင့်မြတ်တဲ့ တရားအလုပ်ဟာ မြင့်မြတ်တဲ့ ယောက်ျား

တွေ့ရဲ့ အလုပ်သာဖြစ်တယ်။ အသိဉာဏ် လက် ၂ သစ် လောက်သာရှိတဲ့ မိန်းမတွေရဲ့ အလုပ်မဟုတ်ဘူး။ တရားနဲ့မိန်းမ မတန်ဘူး။ တရားဟာ မိန်းမနဲ့ ဘာမှမဆိုင်ဘူး” လို့ မိန်းမတွေကို ချိုးချိုးဖဲ့ဖဲ့ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချ ပြောဆိုတယ်။ ပြောသံသာကြားရတယ်၊ ပြောသူ့ကိုတော့ မမြင်ရပါဘူး။

ပြောသူ့ကို မမြင်ရပေမယ့် အသံကိုကြားတာနဲ့ “မာရ်နတ်” ဆိုတာ သောမာက သိလိုက်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် “သင်ဘယ်သူလဲ” လို့ မေးမနေတော့ဘဲ တိုက်ရိုက်ပဲ ပြောလိုက်ပါတယ်။ “ဒကာ မာရ်နတ် စိတ်ဓာတ်ငြိမ်သက် ငြိမ်းချမ်းပြီး အသိဉာဏ်ဖြစ်လာလို့ အမှန်တရားကို သိမြင်ရမယ်ဆိုရင် မိန်းမဆိုတဲ့ ဝေါဟာရ စကားဟာ ဘာလုပ်မှာတဲ့လဲ” ဒီလိုပြောလိုက်တော့ မာရ်နတ်ကွယ်ပျောက်သွားပါတယ်။

လူ့ဘဝရဲ့ တန်ဖိုးဆိုတာ သီလ သမာဓိ ပညာဆိုတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား သိက္ခာ ၃-ပါး ပါ။ စိတ်ဓာတ်ငြိမ်သက် အေးချမ်းတဲ့ သမာဓိကို ပြောလိုက်ရင် အရင်းခံသီလလည်း ပါဝင်သွားပါတယ်။ စိတ်ငြိမ်ရင် ကိုယ်နှုတ်သောင်း ကျန်းမှုကို ထိန်းချုပ်နိုင်လို့ သီလလုံခြုံပြည့်စုံသွားနိုင် လို့ပါ။



သိက္ခာ ၃-ပါး ကိုယ်ကျင့်တရားပြည့်စုံရင် မိန်းမဆိုတဲ့ ဝေါဟာရစကားဟာ လိုရင်းမဟုတ်ဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။

**စိတ်ထားကောင်းဖို့လိုရင်းပါ**

သိက္ခာ ၃ပါး တရားအလုပ်ကိစ္စမှာ ယောက်ျား မိန်းမခွဲခြား မထားပါဘူး။ ယောက်ျား မိန်းမဆိုတဲ့ ပညတ် စကားဟာ လိုရင်းမဟုတ်ပဲ သိက္ခာ ၃ပါး ကိုယ်ကျင့် တရားနဲ့ ထိုက်တန်လောက်အောင် စိတ်ကောင်းထား ဖို့သာ လိုရင်းပဓာနပါ။ ယောက်ျားပဲဖြစ်ဖြစ် မိန်းမ ပဲဖြစ်ဖြစ် ဘယ်သူမဆို စိတ်ကောင်းထားရင် သိက္ခာ ၃ပါး ဖြည့်ကျင့်ခွင့်ကို သာသနာက အမြဲလမ်းဖွင့် ထားပါတယ်။ တကယ်ကြိုးစား အားထုတ်လို့ တကယ်စွမ်းအား ထင်ရှားသူတွေ မျက်မြင်ကိုယ်တွေ တကယ်ရှိနေကြ တာပဲ။

ယခုအခါ ဘိက္ခုနီသာသနာ အဆက်ပြတ်သွားတော့ လို့ မိန်းမများ ဘိက္ခုနီ (ရဟန်းမ) ပြုလုပ်ခွင့် မရနိုင်တော့ ပေမယ့် သာသနာနွယ်ဝင် သီလရှင်ဝတ်ပြီးတော့လည်း ကိုယ့်ဘဝနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ သိက္ခာ၃-ပါးကို ဖြည့်ကျင့်နိုင် ပါတယ်။ လူဝတ်ကြောင်ဘဝနဲ့လည်း ကိုယ်နဲ့တန်တဲ့ သိက္ခာ ၃ပါးကို ဖြည့်ကျင့်နိုင်တာပါပဲ။ တချို့နေရာတွေမှာ တရား

အလုပ်အားထုတ်နေကြတာတွေဟာ မိန်းမပရိသတ်က  
ယောက်ျားပရိသတ်ထက် ပိုပြီး များပြားနေကြတာကို  
တွေ့မြင်နေရပါတယ်။

ကာယဗလပြည့်ဝတဲ့ ယောက်ျားဖြစ်ပေမယ့် သဒ္ဓါ  
ဝီရိယစတဲ့ စိတ်စွမ်းအားမစုံလို့ မကြိုးစားဖြစ်ရင် စွမ်းအား  
ကျဆင်းပြီး ဘာမှမရဘဲ တစ်ဘဝလုံး ဗလာဖြစ်သွားတတ်  
ပါတယ်။ မိန်းမသားဖြစ်ပေမယ့် စိတ်ဓာတ်ကိုမြှင့်ပြီး ဇွဲသန်  
သန်ကြိုးစားရင် ဧကန်ထူးခြားလာရမြဲပါ။ အလုပ်နဲ့  
ထိုက်တန်တဲ့ ခံစားခွင့် ဆုလာဘ်ကို အံ့ဩဖွယ် ရရှိလာရ  
စမြဲပါ။

ယောက်ျားဖြစ်ပေမယ့် စိတ်ထားညံ့နေရင် မြင့်မြတ်  
တယ်လို့ မဆိုနိုင်သလို မိန်းမဖြစ်နေပေမယ့် စိတ်ထား  
ကောင်းရင် ယုတ်ညံ့တယ်လို့ မဆိုနိုင်ပါဘူး။ ဘယ်သူပဲ  
ဖြစ်ဖြစ် စိတ်ထားကောင်းမှပဲ တရားနဲ့ထိုက်တန်မှာပါ။  
တရားနဲ့ထိုက်တန်လို့ တရားကို တကယ်ကျင့်သုံးမှပဲ  
မြင့်မြတ်တယ်လို့ ဆိုနိုင်မှာဖြစ်တယ်။ လူ့ဘဝရဲ့ အနှစ်ချုပ်  
ဟာ တရားပါ။

**ပူ နှင့် လူ**

- \* စွမ်းအားမပါ၊ အသိကွာ၊ နစ်နာ “ပူ” ဟုမှတ်။
- \* မရှိလည်းပူ၊ ရှိလည်းပူ၊ အပူတိုး၍ အနေကျပ်။
- \* စွမ်းအားပြည့်ကာ၊ အသိပါ၊ မြတ်တာ “လူ” ဟုမှတ်။
- \* မရှိလည်းအေး၊ ရှိလည်းအေး၊ အအေးစုံ၍ အနေမြတ်။
- \* အညွန့်ကိုထူ၊ တလူလူ၊ အပူငြိမ်း၍ ဒုက္ခလွတ်။
- \* စိတ်ကောင်းထားကာ၊ လူ့ဘဝ၊ မုချရကျိုးနပ်။

ပင်လယ်ထဲက ရေတွေဟာ အလွန်များပြားကြပေမယ့် သူချည်းသက်သက် မဟုတ်ဘူး။ ရေရှိသလောက် ဆားရှိတယ်။ ရေနဲ့ထပ်တူ ဆားပါဝင်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ငန်လွန်းလို့ သောက်သုံးမဖြစ်ပါဘူး။

ဒါမျိုးလိုပဲ လူမှာရှိနေတဲ့ သက်မဲ့ သက်ရှိအားလုံးဟာ သူတို့ချည်း သက်သက်ရှိနေကြတာမဟုတ်ဘူး။ သူတို့ ရှိသလောက် အပူရှိနေတယ်။ အရှိနဲ့ထပ်တူ အပူပါဝင်နေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘာပဲရှိရှိ ရှိရုံနဲ့တော့ မငြိမ်းချမ်းပါဘူး။ အသိက မှီအောင်လိုက်ပေးမှပဲ ငြိမ်းချမ်းပျော်ရွှင်နိုင်ကြမှာပါ။

ရေပေါ်တွဲပင်လယ်ထဲ သင်္ဘောနဲ့ခရီးသွားကြတဲ့အခါ

သောက်သုံးဖို့ ရေချိုရေကောင်း ယူဆောင်သွားရသလို လောကထဲမှာ ပစ္စည်းရှာရင်း စားဝတ်နေရေး စီးပွားရေး လူမှုရေးတွေ လုပ်ကြတော့လည်း ငြိမ်းချမ်းစွာ သောက်သုံးဖို့ တရားရေကို ယူဆောင်ကြရပါတယ်။

လူ့အပူအားလုံးကို စုပ်ထုတ်ပစ်နိုင်တာက တရား ဝ-မျိုးထဲရှိတာဖြစ်လို့ ဒုက္ခထုပ်ဖြစ်တဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကို ချမ်းသာအဖြစ် စစ်ထုတ်ပေးဖို့ တရားဆိုတာရှိအောင် လုပ်ရပါတယ်။

ပင်လယ်ရေကို စနစ်တကျခပ်ယူပြီး ဆားချက်ရင် အဖိုးတန် လူသုံးဆားရရှိနိုင်သလို လူ့ပစ္စည်းတွေကိုလည်း အဖိုးတန်တရားတွေ ဖြစ်သွားအောင် ချက်ပေးဖို့ လိုမှာ ပါပဲ။

တရားမပါရင် အပူနဲ့ချည်း နေရမှာဖြစ်လို့ “လူ” မဖြစ်တော့ဘဲ “ပူ” ပဲဖြစ်နေတော့မှာပါ။ တရားနဲ့ အညွန့် တလူလူ လွှင့်ထူနိုင်မှ “လူ” ဖြစ်ခွင့်ရမှာဖြစ်တယ်။

**“လူ” ရေးတဲ့ ငအေး**

ပညာသင်ကြားကာစဖြစ်တဲ့ ကျောင်းသားကလေး ငအေးကို သူ့ဆရာက ကျောက်သင်ပုန်းထဲမှာ “လူ” လို့

ပီပီသသအရေးခိုင်းတယ်။ ငအေးက လကို အလယ်တည့် တည့်က မကွင်းပဲ ဘယ်ဖက် (လက်ဝဲဖက်) အပေါ်နားမှာ သေးသေးကလေး ကွင်းပြီးတော့ အောက်ကိုဝိုက်ချ ပြီးတော့ ၂-ချောင်း ငင်လိုက်ပါတယ်။ (လ ၂-ချောင်းငင် လူမဖြစ်တော့ဘဲ ပရေမှုတ် ၂-ချောင်းငင် ပူဖြစ်သွား ပါတယ်)

သူ့ဆရာကိုပြတော့ ဆရာက “ဟဲ့ငအေး အဲဒါလူ မဟုတ်ဘူးကွ၊ ပရေမှုတ် ၂-ချောင်းငင် ပူကွ၊ ပူဆိုရင် လူနဲ့ အလွန်ဝေးသွားပြီ။ ကြည့်စမ်း အကွင်းကလေးက သေး သေးလေး။ အဲဒါ ပရေမှုတ်ကွ လ မဟုတ်ဘူး။ ပြန်ပြင်ရေး ပါဦး” လို့ ခိုင်းလိုက်တယ်။

ငအေးက ဘယ်ဖက် အကွင်းကလေးကို ဖြုတ်၊ အောက်ကိုဝိုက်ချပြီး ၂-ချောင်းငင်လိုက်တယ်။ ငအေး အပြင်မှားသွားတယ်။ အကွင်းသေးသေးကို ကြီးအောင် လုပ်ရမှာကို မလုပ်ဘဲ ဖြုတ်ပစ်လိုက်တော့ ပ-စောက် ၂-ချောင်းငင်ပူ ဖြစ်သွားပါတော့တယ်။

ဆရာကိုပြတော့ ဆရာက “ဟဲ့ငအေး ခုမှပိုဆိုးရော့ ဟ၊ စောစောကရေးတဲ့ ပူ-တုန်းကလူနဲ့ နည်းနည်းနီး အောင် လုပ်လို့ရနိုင်သေးတယ်။ ခုတော့ ပူ-ဖြစ်သွားပြီ။

ပူဆိုတာ လူရဲ့ ဆန့်ကျင်ဖက်ကွ။ ဒီမှငအေး လကို  
ဟောဒီလို အလည်တည့်တည့်က ကွင်းပြီး ဟောဒီလို ၂-  
ချောင်းငင်မှ လူဖြစ်မှာပေါ့ကွ” လို့ လူဖြစ်အောင် ရေးနည်း  
ကို သင်ပြပေးပါတယ်။

အဲဒါမျိုးလိုပဲ တရားလုံးစုံ အကုန်သိမြင်တော်မူတဲ့  
မြတ်စွာဘုရားကလည်း “မနုဿတ္တ ဒုလ္လဘ” လို့ ဂုဏ်တင်  
ခံရတဲ့ လူ့ဘဝမှာ လူ့အစစ်ဖြစ်အောင် နေနည်း၊ လူ့ဘဝ  
အနှစ်ထုတ်နည်း၊ လူလိုချမ်းသာအောင်နေနည်း၊ လူ့ဘဝ  
အလှဆင်နည်း၊ လူစွမ်းကောင်းလုပ်နည်းတွေကို တရား  
လမ်းကြောင်းခင်းပေးတော် မူခဲ့ပါတယ်။

### ရပ်မနေတဲ့ အရွယ်

- \* မရပ်မနား၊ ယုတ်လျော့ငြား၊ ကုန်သွားလူ့အရွယ်။
- \* စွမ်းရည်မြင့်မား၊ ထူးခြားလေးနက်၊ ကြီးပွား  
ကတ်သော်၊ နှစ်သက်ဖွယ်ရာ၊ ဝမ်းမြောက်တာ၊  
ခေါ်ပါ လူ့အရွယ်။
- \* ငြီးငွေ့စရာ၊ အိုသောအခါ၊ ခေါ်တာလူ့အရွယ်။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ မွေးနေ့အစစ်ဆိုတာ “အူဝဲ အူဝဲ” နဲ့ ကယောက်ကတမ်း အော်ဟစ်ငိုကြွေးရင်း အမိဝမ်း က ကျွတ်ထွက် ဖွားမြင်ခဲ့ရတဲ့ တစ်နေ့တည်းပါ။ မွေးနေ့ အစစ်လုပ်ချင်ရင် အဲဒီဖွားမြင်တဲ့နေ့မှာပဲ လုပ်ပေးရမှာပါ။ ဒါပေမယ့် အဲဒီမွေးနေ့မှာ အရေအတွက်မျှသာရှိသေးပြီး အရည်အသွေးအားဖြင့် ဘယ်လို လူတန်းစားဆိုတာ သရုပ်မကွဲသေးလို့ မွေးနေ့လုပ်ပေးရင်လည်း အားတက် သရော ရှိလှမယ်မဟုတ်ပါဘူး။

လူတစ်ဘဝရဲ့ ဇာတိဆိုတာ ဒုက္ခအဝယ်ဒိုင်ဖွင့်လှစ် လိုက်တာပါပဲ။ ဇာတိရှိလို့ ဒုက္ခမျိုးစုံစုပြုံနေကြတာပါ။ ဇာတိ အဝယ်ဒိုင်မှာ လာရောင်းသမျှ ဒုက္ခအားလုံး အကုန်ဝယ် ယူပါတယ်။

ဇာတိရယ်လို့ရလာပြီး ဖွားမြင်လာတော့ အရွယ်ဆို ဆာရပ်နေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကြိုးချည်ထားလို့လည်း မရပါဘူး။ ခေတ်မီ စက်ကိရိယာတွေနဲ့ ထိန်းချုပ်ပြီး ရပ်ထားလို့လည်း မရပါဘူး။ အရွယ်ဆိုတာ မရပ်မနားသွား နေပါတယ်။ ဇရာသဘောကြောင့် ရင့်ကျက်နေတယ်။ အနိစ္စသဘောကြောင့်လည်း အဆက်မပြတ် ပြောင်းလဲ နေပါတယ်။

အရွယ်ဟာ ဒီဘက်ကကြည့်ရင် ကြီးလာပေမယ့်  
 ဟိုဘက်ကကြည့်ရင် ငယ်သွားပါတယ်။ အသက်အရွယ်  
 ကြီးလာလေ နောက်ထပ်နေရမယ့် အချိန်နည်းလာလေပါ။  
 ၁-မိနစ်ကုန်သွားတိုင်း နောက်ထပ်တစ်ဘဝမှာ နေရမယ့်  
 အချိန် ၁-မိနစ် လျော့လျော့သွားပါတယ်။ ၁-နှစ်ကြီး  
 လာတော့ နောက်ထပ်နေရမယ့်အချိန် ၁-နှစ်ကုန်ဆုံး  
 ယုတ်လျော့သွားပါတယ်။

အရွယ်ငယ်ငယ်ကလေးကနေ ကြီးလာတော့ စွမ်းရည်  
 မြင့်မားထူးခြားလာတော့ အရွယ်ကမိဘစတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များရဲ့  
 နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်မှုကို ခေါ်တတ်တယ်။ မိဘစသူတို့က  
 လည်း ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ကြိုဆိုကြတယ်။ “သားလေး  
 သမီးလေးက ကြီးလာပြီကွဲ့၊ စကားပြောတတ်လာပြီကွဲ့၊  
 ကျောင်းထားရတော့မှာကွဲ့၊ သားလေးရှင်ပြုရတော့မှာကွဲ့၊  
 သားတို့သမီးတို့ ပညာတတ်လာကြပြီကွဲ့၊ အဖေအမေတို့  
 ကတောင် သားတို့ သမီးတို့ကို အားကိုးရတော့မှာကွဲ့” လို့  
 ဝမ်းသာအားရ အရွယ်ကို ကြိုဆိုကြတယ်။ အသက်အရွယ်  
 ကြီးလာရင်တောင်မှ အကျင့်သိက္ခာကောင်းရင် အများက  
 ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ ကြိုဆိုနေကြတုန်းပါ။ ချစ်ခင်မြတ်နိုး  
 အားကိုး လေးစားနေကြတုန်းပါ။



အရွယ်က ဆွေးမြေ့ယိုယွင်း အိုမင်းလာတော့ အများရဲ့ ငြီးငွေ့မှုကို ခေါ်နေတတ်တယ်။ နာရင်လည်း ခေါ်တတ်တာပါပဲ။ “အဖွား ငယ်ငယ်ကနဲ့လည်း မတူတော့ ပါလား။ ဟိုနံရံမှာ ချိတ်ဆွဲထားတဲ့ အဖွားငယ်ငယ်တုန်းက ရိုက်ကူးထားခဲ့တဲ့ ဓာတ်ပုံက သိပ်ကြည့်ကောင်းတာပဲ။ ခုဆို ဘာမှကြည့်မကောင်းတော့ဘူး။ ဆံပင်တွေကလည်း ဖြူလို့ နားကလည်း ထိုင်း၊ မျက်စိကလည်း မွဲ၊ အရေတွေက တွန့်လိပ်ကုန်ပြီ။ မှည့်မည်းတွေက ဟို ၁-ကွက် ဒီ ၁-ကွက်နဲ့ သွားကျိုးတော့ ပါးကလည်း ခွက်ခွက်ကြီး၊ ခါးကလည်း ကုန်း၊ သူများကတွဲထူပေးမှ ထိုင်နိုင်ထိုင် သွားနိုင်တော့ တယ်။ အဖွားကိုကြည့်ရတာ ဘာမှမသက်သာတော့ဘူး” လို့ အများကလည်း ငြီးငွေ့စွာနဲ့ ကြိုဆိုကြတယ်။ ပျိုမျစ်နု နယ် ရှုချင်ဖွယ်ကောင်းတဲ့ အရွယ်ကို ဇရာက မညှာမတာ လောင်မြိုက် ရိုက်ချိုး ဖျက်စီးပစ်တာ ပါပဲလားလို့ သံဝေဂ ဉာဏ် ဖြစ်စရာတွေ ပေါ်လာတတ်တယ်။ ကုန်ဆုံးယုတ် လျော့သွားတဲ့နေရာမှာ တရားကလွဲလို့ ဘာမှ အစားထိုး စရာမရှိပါဘူး။

**မောင်ပန်းစိန် မွေးနေ့**

မကြာသေးမီက မောင်ပန်းစိန်ရဲ့ မိဘတွေက သား  
 မောင်ပန်းစိန်ရဲ့ မွေးနေ့အလှူလုပ်တော့ တရားဟောမယ့်  
 ဘုန်းကြီးထံလာပြီး ကြိုတင်လျှောက်ထားကြတယ်။  
 “အရှင်ဘုရား သားမောင်ပန်းစိန်ရဲ့ မွေးနေ့မှာ အမှတ်တရ  
 တရားရှည်ရှည်ဟောပေးပါ ဘုရား။ ဒါမှ လိမ္မာယဉ်ကျေး  
 မယ်။ တစ်ဘဝလုံး နေတတ် ထိုင်တတ်မယ်။ လူကြီးမှန်း  
 သိမယ်။ ဘဝတန်ဖိုး နားလည်သွားမယ် ဘုရား” လို့  
 တရားရှည်ရှည် ဟောပေးဖို့ တောင်းပန်ကြတယ်။

အဲဒါကို မောင်ပန်းစိန် ကြားသွားတော့ တရားရှည်  
 မှာကို ကြောက်လှတဲ့ မောင်ပန်းစိန်က ဘုန်းကြီးထံ ချဉ်း  
 ကပ်ပြီး လာဘ်ငွေ (၁၀၀၀၀) ထိုးလိုက်တယ်။ “ဘုန်းဘုန်း  
 ဘုရား အဖေအမေတို့ပြောသလို တရားရှည်ရှည်မဟော  
 ပါနဲ့ဘုရား၊ တပည့်တော် သူငယ်ချင်းတွေလာရင် ဧည့်ခံ  
 ရဦးမှာဘုရား။ တရားရှည်ရှည်ဟောရင်လည်း မနာနိုင်ပါဘူး  
 တရားဟာ တိုတိုပဲကောင်းပါတယ်။ ဟောဒီငွေ (၁၀၀၀၀)  
 လည်း ဘုန်းဘုန်းယူပါ။ တရားလည်း အတိုဆုံးဟောပါ”  
 လို့လာဘ်ထိုးပြီး တရားအလျော့ခိုင်းပါတယ်။ ဘုန်းကြီးကလည်း  
 “ကဲ မောင်ပန်းစိန် လာဘ်တော့မထိုးပါနဲ့ ပြန်ယူသွားပါ။

မင်းစိတ်တိုင်းကျဖြစ်စေရပါမယ်” လို့ ပြောပြီး သူ့လာဘ်  
ငွေကို အတင်းပြန်ပေးလိုက်ရတယ်။ အကောင်းရဲ့ တန်ဖိုး  
ကို သူကမသိရှာတော့ အကောင်းကို အဖိုးအခပေးပြီး  
တောင်မှ အလျော့ခိုင်း နေရှာတယ်။

တရားဟောတဲ့ ဘုန်းကြီးကတော့ ကာလဒေသ  
ပုဂ္ဂလကို ချင့်ချိန်ပြီး နှစ်ဖက်လုံး အဆင်ပြေအောင်  
မတိုမရှည် လိုရင်း ထိမိရုံကလေးပဲ ဟောပေးလိုက်  
ပါတယ်။ တိုတာ ရှည်တာလိုရင်းမဟုတ်ပဲ ပစ်လိုက်ရင်  
မှန်သွားဖို့ပဲ မဟုတ်လား။ မှန်သွားတော့လည်း နှစ်ဖက်စ  
လုံး ပြုံးပြုံးပြုံးပြုံးနဲ့ပါ။

အသိမစင်ကြယ်သေးတဲ့ ပုထုဇဉ် လူဆိုတာ  
အကြောင်းအကျိုးနှစ်ခုယှဉ်ပြိုင်လာရင် အကြောင်းတရား  
ကို ဈေးဆစ်မိတတ်တယ်။ အလျော့ခိုင်းတတ်တယ်။  
အချိန်ဆွဲ နောက်ချန်နေတတ်တယ်။ လေးလံတဲ့ ဝန်ထုပ်  
ဝန်ပိုးကြီးလို့ ထင်နေမိတတ်တယ်။ အကောင်းရဲ့ တန်ဖိုး  
ကြီးမားပုံကို နားမလည်တော့ မောင်ပန်းစိန်လိုပဲ တကယ်  
အားကိုးရမယ့် အကောင်းတရားကို အဖိုးအခပေးပြီး  
အလျော့ခိုင်းမိတတ်တယ်။ ကောင်းကျိုးတရားကျတော့  
များများလည်း လိုချင်တယ်၊ မြန်မြန်လည်း လိုချင်တယ်။

များလေ ကြိုက်လေမြန်လေ သဘောကျလေပဲ၊ အရှိ  
အတိုင်းပေးတာကိုတောင်မှ နည်းတယ်ထင်ပြီး အတိုး  
အမြှင့်ခိုင်းချင်လာတတ်တယ်။

အကြောင်းနဲ့အကျိုး ကွင်းချင်းဆက်မိအောင် နှိုင်း  
ယှဉ်တိုင်းတာနိုင်တဲ့ အသိဉာဏ် အထူးလိုအပ်ပါတယ်။  
တရားများများ နာယူပေးမှ တရားစာများများ ဖတ်ရှု  
လေ့လာပေးမှ အသိဉာဏ်စင်ကြယ် တတ်ပါတယ်။  
လူ့ခန္ဓာမှာ အသိဉာဏ်ထည့်သွင်း ပေးစရာက နားနဲ့ မျက်စိ  
နှစ်ပေါက်ပဲ ရှိတာပါ။

အကြောင်းနဲ့အကျိုးကို အဖိုးအခပိုက်ဆံနဲ့ ပစ္စည်းလို  
ပဲ နားလည်သဘောပေါက်သင့်ပါတယ်။ ပစ္စည်းမျိုးစုံ  
ရောင်းချတဲ့ ကုန်စုံဆိုင်ထဲသွားပြီး ဈေးဝယ်တဲ့အခါ ကိုယ့်  
လက်ထဲရှိတဲ့ (၅၀၀) တန် စက္ကူလေး တစ်ရွက်ကိုင်ပြီး  
သောင်းတန်၊ သိန်းတန်ပစ္စည်းတွေကို ဈေးဆစ်ဝယ်  
နေရင် အရူးပဲအပြောခံရမယ်။ ဆိုင်ရှင်ကြိမ်းမောင်းတာ  
လည်း ခံရမယ်။ ငွေ ၁၀သိန်း လောက်ပါသွားရင် ဒီဈေး  
ထဲရှိတဲ့ ပစ္စည်းကြိုက်တာ ရွေးဝယ်ရုံပဲ မဟုတ်လား။

ကောင်းကျိုးများများလိုချင်ရင် ကောင်းတာများများ  
လုပ်ပေးရမယ်။ မြန်မြန်လိုချင်ရင် လျှင်မြန်ဖျတ်လတ် နိုး

ကြားစွာနဲ့ လက်ဦးအောင် ခပ်သုတ်သုတ်လုပ်ပေး ရမှာပါ။  
ကောင်းမှုဟာ ကောင်းမှုမှန်းသိတုန်းလေး ကြိုးစားပေးမှ  
တွင်မှာဖြစ်တယ်။

“ကုသလ” ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားကို “ကုသိုလ်” လို့  
ပါဠိပျက်ခေါ်နေကြတာပါ။ တရားနဲ့ထိုက်တန်အောင် စိတ်  
ကောင်းမှသာ ရနိုင်တာဖြစ်လို့ “ကောင်းမှု” လို့လည်း ခေါ်  
ပါတယ်။ တိုက်ရိုက်နားလည်အောင် ပြောရရင်တော့ လူ့  
စွမ်းအား လူ့တန်ဖိုး၊ လူ့အရှိန်အဝါလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ပုထုဇဉ်ရဲ့ စိတ်ဟာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ  
အောက်မှာ အများဆုံး ပြားပြားဝပ်နေရတာဖြစ်လို့ ကိုယ်  
ပိုင်စွမ်းအား တန်ခိုးအရှိန်အဝါ အလွန်နည်းပါး နေတတ်  
ပါတယ်။ ကိုယ့်စိတ်ကို နေရာတကျ မသုံးဖြစ်ပဲ အလွဲသုံး  
စားလုပ်မိလို့ ပေါက်ကွဲသွားပြီး မရှုမလှဆင်းရဲသွား တတ်  
ပါတယ်။ သတိဉာဏ်အထိန်းကောင်းမှပဲ စွမ်းအားကို  
ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရမှာပါ။

**အရေအတွက် အားဖြည့်စွက်**

- \* လောကတွင်းမှာ၊ အရာရာ၊ ရပ်တာဘာမှ မရှိကြ။
- \* စိတ်မပါလည်း၊ မရပ်ဘဲ၊ အမြဲရေတွက်ရ။
- \* စွမ်းအားမပါ၊ ရေစရာ၊ လွန်စွာကြောက်လန့်ရ။

- \* စွမ်းအားပြည့်ကာ၊ ရေစရာ၊ ကောင်းစွာအားရှိလှ။
- \* စိတ်ကိုသန့်ကာ၊ ကောင်းစွာလုံစေ၊ အားတက်စေ၍၊ အရေအတွက်၊ အားဖြည့်စွက်၊ ဟာကွက်ပြည့်နိုင်ကြ။

လောကမှာ ဘာတစ်ခုမှရပ်မနေကြတော့ အရေအတွက်ဆိုတာ အမြဲရှိနေမှာပဲ။ စိတ်ပါပါ မပါပါ နေ့တိုင်း အမြဲရေတွက် နေရမှာပါ။ နေလတွေကလည်းမရပ်၊ အချိန်နာရီတွေကလည်းမရပ်၊ ခန္ဓာကလည်းမရပ်၊ ပြုပြင်ကျွေးမွေးနေတာကလည်းမရပ်၊ မရပ်ပဲ လှုပ်ရှားနေရသလောက် အရေအတွက်ကလည်း တိုးနေမှာပါ။

လူ့ဘဝတစ်သက်တာဟာ ဂဏန်းပေါင်းစက်နဲ့ တွက်ရလောက်အောင် မများပေမယ့် လူရဲ့အမျိုးစုံလှတဲ့ အရေအတွက်တွေကတော့ ဂဏန်းပေါင်းစက်နဲ့ လိုက်တွက်လို့မမီနိုင်လောက်အောင် များပြားလှပါတယ်။ အဲဒီများပြားလှတဲ့ လူ့အရေအတွက်တွေကို တရားစွမ်းအားပုံစံနဲ့ အကန့်လိုက် သိုမှီးသိမ်းဆည်းပေးနိုင်ဖို့ သတိဉာဏ်ဆိုတဲ့ အချိန်ထိန်း၊ အာရုံထိန်း၊ စိတ်ထိန်း ကိရိယာလိုအပ်ပါတယ်။

လူ့အရေအတွက်ဟာ အရည်အသွေးမပါတဲ့ အရေအတွက်၊ အရည်အသွေးပါတဲ့ အရေအတွက်လို့ (၂)မျိုးရှိပါတယ်။ သဒ္ဓါသတိအသိမပါသူတွေရဲ့ ကြိုးစားလှုပ်ရှားမှုအားလုံး အရည်အသွေးမပါတဲ့ အရေအတွက်ချည်းပဲ။ အရည်အသွေးမပါတဲ့ အရေအတွက်က ကိုယ့်ကိုပြန်ခြိမ်းခြောက်တာဖြစ်လို့ ရှိသလောက်၊ တိုးလာသလောက်၊ ကြောက်ရတယ်။ စိတ်သန့် စိတ်လုံကို မသုံးနိုင်ရင် အရည်အသွေးမပါတဲ့ အရေအတွက်တွေချည်း ဖြစ်နေတယ်။ သူ့အတွက် တာဝန်ကျေအောင် အရေအတွက်ဖြည့်ပေးနိုင်ပေမယ့် ကိုယ့်ဖက်ကတော့ တာဝန်မကျေပဲ အခွံချည်း ရေနေရမှာပါ။

သဒ္ဓါနဲ့သန့် သတိနဲ့သိုမှီးသိမ်းဆည်းထားတဲ့ စိတ်သန့် စိတ်လုံကို ဝီရိယနဲ့တွဲပြီး သုံးနိုင်ရင်တော့ အရည်အသွေးပါတဲ့ အရေအတွက်ချည်း ဖြစ်နေမယ်။ ဘဝအနှစ်တွေချည်း တိုးနေမှာ ဖြစ်တယ်။ ကုသိုလ်လုပ်တယ်ဆိုတာ အခွံချည်းရေတွက်နေမယ့်အစား အရေအတွက်တွေထဲမှာ အရည်အသွေးထည့်သွင်း ပေးရတဲ့ အလုပ်ပါ။ ကုန်ဆုံးယုတ်လျော့သွားတဲ့ အရေအတွက်ထဲမှာ ဟာကွက်ပြည့်အောင် အားဖြည့်စွက်ပေးခြင်းလည်း ဖြစ်ပါ

တယ်။ ကုန်သွားတဲ့နေရာမှာ အားဖြည့်စွက်ပေးနိုင်တာက တရားကလွဲလို့ ဘာမှမရှိပါဘူး။ ယောက်ျားပဲဖြစ်ဖြစ် မိန်းမပဲ ဖြစ်ဖြစ် စိတ်သန့်စိတ်လုံကို သုံးနိုင်မှပဲ ဟာကွက်ပြည့်မှာပါ။ တရားစုဆောင်းရေး အပိုင်းမှာ စိတ်ခွန်အားသာပဓာနပါ။ အရည်အသွေးပါတဲ့ အရေအတွက်ကတော့ ရှိသလောက် ကိုယ့်ကို အာမခံ တာဝန်ယူသွားကြစမြဲပါ။

**ဖိုးစံနှင့်ဖွားစံ**

ဖိုးစံနှင့်ဖွားစံဆိုတဲ့ ဇနီးမောင်နှံ နှစ်ယောက်ရှိတယ်။ နှစ်ယောက်လုံးရဲ့ နာမည်မှာ “စံ” ပါတဲ့ကြောင့် ဖိုးစံ ဖွားစံ လို့ခေါ်တာပါ။ နာမည်အပြည့်အစုံကတော့ “ဦးစံဖြိုး” နဲ့ “ဒေါ်စံနှောင်း” ပါ။ ငယ်ငယ်ကစ အများက “မောင်စံ” “မစံ” လို့ခေါ်ခဲ့ကြတယ်။ ငယ်ငယ်ကစ အသက်(၆၀)ထိ ဝန်ထမ်းအလုပ်လုပ်ခဲ့ကြတယ်။ တရားကို လုံးဝစိတ်မဝင်စားကြဘူး။ အများက “ဟဲ့မောင်စံတို့မစံတို့၊ ကိုစံတို့မစံတို့၊ ဦးစံတို့ ဒေါ်စံတို့ တရားမနာကြသေးဘူးလား၊ ကုသိုလ် မလုပ်ကြသေးဘူးလား” လို့မေးတော့ “အသက် ၆၀ ပြည့်လို့ အငြိမ်းစားယူခါ လုပ်မှာပါ” လို့ဖြေကြတယ်။ အချိန်တိုင်း အခွံတွေချည်း ရေတွက်နေရတယ်။



၆၀ပြည့်လို့ အငြိမ်းစားယူကြတော့လည်း ဘာကုသိုလ်မှ မလုပ်ဖြစ်ကြပါဘူး။ ဘယ်တရားကိုမှ စိတ်မဝင်စားကြလို့ အသက်ကြီးလို့ အပူတိုးတာကလွဲပြီး ဘာအရည်အသွေး မှ ပေါ်မလာတော့ပါ။

အသက် (၇၀)လောက်ရောက်တော့ နှစ်ယောက်လုံး သတိလွတ်ပြီး သူငယ်ပြန်လာကြပြီ၊ မြေးတွေရဲ့ အိမ်မှာ နှစ်ယောက်အတူနေကြတော့ ဖိုးစံက ရန်စလိုက် ဖွားစံက ရန်စလိုက်နဲ့ ပူပူလောင်လောင်နဲ့ အချိန်ကုန်နေကြတယ်။ တရားဘာဝနာပွားများရမယ့် အရွယ်မှာ ဘဝနာကုန်ကြ ပါတယ်။

တစ်ချိန်မှာဖွားစံက ဖိုးစံကို **“နင်ဘာမှ မသိတတ် ဘူး”** လို့ ပြောလိုက်မိတော့ ဖိုးစံစိတ်ဆိုးပြီး **“ဟဲ့ဖွားစံ ဒီမှာ တောင်ငွေးမြင်ရဲ့လား၊ တောင်ငွေးနဲ့ ချလိုက် ရမလား”** လို့ တောင်ငွေးကို ချိန်ဖို့လိုက်တယ်။ ဖွားစံက **“ဟဲ့ဖိုးစံ နင့်မှာသာတောင်ငွေးရှိတာ မဟုတ်ဘူး၊ ငါ့မှာလည်း တောင်ငွေးနဲ့ဟဲ့၊ ငါ့ကိုဘာမှတ်တုံး”** လို့ တောင်ငွေးနဲ့ချိန်ဖို့ ပြန်လိုက်တော့ ဖိုးစံက အိမ်အပေါ် ထပ် လှေကားက အောက်ကိုဆင်းပြေးတယ်။ လှေကား ပေါ်က ဒလိမ့်ခေါက်ကွေးလိမ့်ကျတော့ ခြေလက်တွေ

ကျိုးပဲ့ ခေါင်းကွဲ ဒဏ်ရာတွေပြင်းပြင်း ထန်ထန်ရသွားရှာ  
 တယ်။ မြေးတွေပြေးလာပြီး “အဖိုးတို့ အဖွားတို့ ဘာလို့  
 ဒီအရွယ်ရောက်မှ ဒီလောက်ဒေါသကြီးနေကြရတာလဲ”  
 လို့ပြောတော့ ဖိုးစံ နဲ့ ဖွားစံတို့က “သူကစတာ”  
 “သူကစတာ”နဲ့ ဒေါသနဲ့ တစ်လှည့်စီ ဖြေနေကြတယ်။  
 ၇၀ ကျော် ဖိုးစံဟာ ဒီဒဏ်ရာတွေနဲ့ပဲ မကြာခင် ကွယ်လွန်  
 ခဲ့ရရှာတယ်။ ဖွားစံကတော့ ၉၀ ကျော်ထိ ဆက်အသက်  
 ရှည်နေတယ်။ ဒါပေမယ့် အရေအတွက်ပဲ ရှိပါတယ်။  
 ဘာအရည်အသွေးမှ မရှိပါဘူး။ သတိလွတ်လို့ အသိသေ  
 နေရင် အရူးပါပဲ။

အသက်ရှည်တဲ့ အဖွားဆိုပြီး တချို့ကလက်ဆောင်  
 လာပေးကြတယ်။ တချို့က လက်ဆောင်ပေးရုံမကဘူး  
 မေးသေးတယ် “အဖွားဘာလို့သေးလဲ” ဆိုတော့ “နား  
 ဆွဲကလေး ဆွဲကြိုးကလေး မိတ်ကပ်ပေါင်ဒါလေး  
 ဝယ်ပေးကြပါကွယ်” လို့ဆိုပြီး ဟက်ဟက်ပက်ပက်  
 ရယ်တယ်။ ရယ်ရာက ချိုးချင်တယ်။ ဝိုင်းကြည့်နေရသူ  
 တွေက အဖွားကြီး သူငယ်ပြန်နေမှန်း သိသွားကြပြီ။  
 သူငယ်ပြန်ဆိုတာ စကားယဉ်အောင်သုံးတာ။ တိုက်ရိုက်  
 ကတော့ “အဖွားကြီးရူးနေပြီ” လို့ ပြောလိုတာ။ ရုပ်အိုရင်

တုတ်တောင်ဝှေး ကိုင်ရသလို စိတ်အိုလာတော့လည်း သတိတောင်ဝှေး မြဲမြဲကိုင်ထားမှ မယိမ်းမယိုင် စိတ်ကြံ့ခိုင် ပြီး ခုရော နောင်ပါစိတ်အေးရမှာပါ။

**ရုပ်အိုပေမယ့် စိတ်မအိုစေနဲ့**

တစ်ခါတုန်းက ဒေါ်မြဆိုတဲ့ ဒကာမကြီး တစ်ယောက် ရဲ့ အသက် ၉၀ပြည့် မွေးနေ့ အလှူလုပ်တယ်။ အသက်ကြီး ပေမယ့် သတိကောင်းနေသေးလို့ အလှူကို စိတ်အား ထက်သန်စွာနဲ့ လုပ်နေတာကို အားရဖွယ်တွေ့ရပါတယ်။

သူ့ကို “ဒကာမကြီး ဒီအရွယ်ရောက်လာတော့ ဒကာမကြီးရဲ့ ခန္ဓာမှာ ကောင်းတာဆိုလို့ ဘာတွေများ ကျန်သေးသလဲ” လို့ မေးကြည့်တော့ “တပည့်တော် ခန္ဓာမှာ ယခုကောင်းတာ ဘာတစ်ခုမှမကျန် မရှိတော့ပါ ဘူး ဘုရား။ နားလည်းမကောင်း၊ မျက်စိလည်းမကောင်း၊ စားရသောက်ရ၊ သွားရလာရ၊ ထိုင်ရထရတာ ဘာတစ်ခုမှ မကောင်းတော့ဘူး ဘုရား။ အိုရတာ ဆင်းရဲလှချည်လား ဘုရား” လို့ ညည်းတွားပြီး ဖြေရှာတယ်။ “ဒကာမကြီး ကောင်းတာ တစ်ခုတော့ ချန်ထားပါဦး” “အရှင်ဘုရား ဘာမှကို မကောင်းတော့တာဘုရား” “စိတ်ကောင်းတစ်

ခုတော့ချန်ထားပါဦးလေ။ စိတ်ကောင်းမှ တရားအဖော်နဲ့ ပျော်ပျော်ကြီးအတူနေရမှာပေါ့။ ဒေါ်မြဆိုတာ အေးမြတဲ့ သဘော၊ အဖိုးတန်တဲ့သဘောကို ဆောင်တာဖြစ်လို့ နာမည်နဲ့ လိုက်လျောအောင် သဒ္ဓါနဲ့ စိတ်ကောင်းအောင် သန့်ရှင်း၊ သတိနဲ့ထိန်း၊ ဝီရိယနဲ့ ထောက်ကန်ကြိုးစားပါ။ တရားဆိုတာ စိတ်ခွန်အား အဓိကပါ” လို့ အားပေးစကား ပြောပေးတော့ စိတ်အား တက်ကြွလာတာတွေ့ရတယ်။ တရားထက်သာတဲ့ စိတ်ခွန်အားဆိုတာမရှိပဲကိုး။ “တပည့် တော်မရဲ့ ရုပ်ခန္ဓာကြီး အိုချင်သလို အိုပစေတော့ဘုရား၊ အိုရုံမက ပြုလဲချင် လဲပစေတော့ဘုရား၊ စိတ်တော့ အလဲ မခံဘူး ဘုရား။ သတိနဲ့ထိန်း၊ ဝီရိယနဲ့ ထောက်ကန်ထား တော့မယ် ဘုရား။ သူငယ်မပြန်ရအောင် ရှုမှတ်နေ မယ်ဘုရား” “ကောင်းတယ် ကောင်းတယ်၊ အဲဒါမျိုးကို **“လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား”** လို့ခေါ်ပါတယ်။

### လူ့ဘဝဂုဏ်ရည်

ယောက်ျားပဲဖြစ်ဖြစ် မိန်းမပဲဖြစ်ဖြစ် ဘယ်သူမဆို လူ့ဘဝဂုဏ်ရည် ၆ချက်နဲ့ ပြည့်စုံမှပဲ ဒေါင်ဒေါင်မြည် အဖိုးတန်လူသားတစ်ယောက် ဖြစ်လာနိုင်မှာပါ။

(၁) တရားရတနာကြောနှင့်တွေ့ရမှ လူ့ရဲ့လုပ်ပိုင်ခွင့်ကို စိတ်ကြိုက်သုံးခွင့်ရပြီး လူ့ရဲ့ခံစားခွင့်ကိုလည်း အဆင့်မြင့်မြင့် ရယူနိုင်ခွင့်ရှိတာဖြစ်လို့ ဘုရားသာသနာနဲ့ တွေ့ရတာဟာ တကယ်စိတ်အေးစရာ ကောင်းလှတဲ့ လူ့ဘဝ ဂုဏ်ရည်ပါ။ သာသနာရှိတဲ့ ခေတ်အခါမှာ လူဖြစ်ရတာဟာ သက်တမ်းဘယ်လောက် တိုတယ်ပဲပြောပြော လူ့စွမ်းရည်ကို အကုန်ညှစ်ထုတ်ပြီး သုံးနိုင်တာဖြစ်လို့ အားရှိစရာ အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါတယ်။

(၂) ပုထုဇဉ်ဆိုတာ အဝိဇ္ဇာတဏှာကြီး ၂ချောင်းနဲ့ လာခဲ့တာလည်းဖြစ်၊ ဆင်းရဲမျိုးစုံနဲ့ လုံးထွေးခဲ့ရတာလည်းဖြစ်လို့ တရားနဲ့ဆက်သွယ်ရေးပြတ်သွားတတ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်အပေါ်ကိုလည်း မကက်နိုင်၊ ရှေ့ကိုလည်း မသွားတတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ကြောင်းကျိုးပြုပြီး တရားနဲ့ ဆက်သွယ်ပေးတတ်တဲ့ မိဘဆရာသမားကောင်းစတဲ့ ဆက်သွယ်ရေးတာဝန်ခံတွေနဲ့ တွေ့ကြုံခွင့်ရဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ပုထုဇဉ်ဟာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် မနိုင်သေးသမျှ ကိုယ့်အပေါ် ဩဇာငြောင်းတဲ့အထိန်း၊ တွန်းအား၊ လမ်းညွှန်အမြဲ ရှိနေရပါတယ်။ အမှီကောင်းရရင် လမ်းဖြောင့်သွားတတ်တာမို့ အမှီကောင်းကို ရရှိခြင်းဟာလည်း တကယ်အားရှိစ

ရာကောင်းတဲ့ လူ့ဘဝဂုဏ်ရည်ပါ။

(၃) တရားရှိတဲ့နေရာ ဘယ်ကုသိုလ်မဆိုအချိန်မရွေး လုပ်ခွင့်ရှိတဲ့နေရာမှာ နေရာတာလည်း ဂုဏ်ယူဖို့ကောင်းတဲ့ လူ့ဘဝဂုဏ်ရည်ပါ။ ကမ္ဘာ့အလယ်မှာ မြန်မာပြည်နေဖို့ ပျော်ဖို့ကောင်းတယ်ဆိုတာ အဲဒီတတိယလူ့ဘဝ ဂုဏ်ရည်ကြောင့်ပါ။ ဘဝအသုံးချပညာ ဘဝနေနည်းပညာများကို သင်ယူနာကြား လေ့လာခွင့်ရတယ်။ လူ့အသိကို တစ်ဘဝနဲ့ ဘောင်မခတ်ထားပဲ သံသရာနောင်ရေး ဘဝလွတ်မြောက်ရေးအတွက်ပါ တွက်ချက် မျှော်ခေါ်တတ်အောင် မြှင့်တင်ပေးတတ်တယ်။

(၄) မျက်စိ နားစတဲ့ အင်္ဂါကြီးငယ်ပြည့်စုံတဲ့ ကျန်းမာသန်စွမ်းတဲ့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခန္ဓာတည်ဆောက်မှုနဲ့လည်း ပြည့်စုံရမယ်။ ပုထုဇဉ်ဟာ သုတမပါဘဲ အသိထူးကို မရနိုင်တာဖြစ်လို့ အထူးအားဖြင့် သုတဆက်သွယ်ရေး တပ်ဆင်ဖို့ မျက်စိ နား ကောင်းမွန်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

(၅) တရားကိုအပြည့် လက်ခံနိုင်လောက်အောင် လိမ္မာသွက်လက် ထက်မြက်ထူးချွန်တဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခန္ဓာတည်ဆောက်မှု ပြည့်စုံဖို့လည်း အထူးလိုအပ်ပါတယ်။ သဒ္ဓါသတိ ဝီရိယပညာစတဲ့ စွမ်းအားများနဲ့ ပြည့်စုံမှလည်း

စိတ်စွမ်းအားကို မြင့်တင်အသုံးချခွင့် ရနိုင်မှာပါ။ စိတ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ စွမ်းအားနဲ့ ထိန်းမပေးနိုင်ရင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခန္ဓာတည်ဆောက်မှုနဲ့ ရုပ်ဝတ္ထု ပြည့်စုံမှု အားလုံးဟာ ပျော်ရွှင်ချမ်းသာအောင် အာမခံနိုင်စွမ်းမရှိတော့ပဲ အချိန် မရွေး မီးထတောက် ပေါက်ကွဲ ပြာကျသွားနိုင်ပါတယ်။

(၆) လူဆိုတာ ကုသိုလ်ကံ အရင်းခံ စွမ်းအားနဲ့ လာခဲ့ရတာဖြစ်လို့ ကုသိုလ်နဲ့ အဆက်မပြတ် ခံလို့မရပါ။ ကုသိုလ်ဆိုတာ ကိုယ့်စိတ်ကိုနိုင်မှ ရနိုင်တဲ့ လူတန်ခိုး အစစ်ပါ။ လူဖြစ်လျက်နဲ့ ကုသိုလ်စိတ်မဝင်စားရင် လူနေ ရာ လူလမ်းကြောင်းပေါ်က ပြန်ဆင်းရမှာ ဧကန်ပါ။

အပူထုပ်ကြီးများဖြစ်တဲ့ စားဝတ်နေရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးကိစ္စ အားလုံးဟာ ကုသိုလ်တန်ခိုးနဲ့ ထိန်းပေးနိုင် မှ ငြိမ်းအေးမှာပါ။ ကံထောက်ပေးမှလည်း ကြံ့ခိုင်မှာပါ။ အာရုံ ဖိစီးမှု ဒုက္ခသက်သာပြီး ခုရော့နောင်ပါ စိတ်အေးရ မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ လူ့ဘဝဂုဏ်ရည် ၆ ချက်ပါ။

လူရဲ့တကယ့်စွမ်းအား အစစ်ဆိုတာ တရားပါ။ အရေး ကြုံလာရင် ကိုယ့်ဘက်က မယိမ်းမယိုင် ရပ်တည်မှာက လည်း တရားတစ်ခုတည်းပါ။ လူကိုနိုင်တာက လောက၊ လောကကိုနိုင်တာက တရား၊ တရားကိုနိုင်တာက သတိ

ပညာပါ။ ဒါ့ကြောင့် တရားကိုနိုင်တဲ့ သတိပညာကို အမြဲ ကိုင်ထားနိုင်ရင် လောကကိုလည်း နိုင်ပြီဖြစ်လို့ လောကထဲ မှာ နေရာတကာ အဝင်ဆံ့သွားပါတယ်။ လောကနဲ့ပြေ လည်အောင် ညှိနှိုင်းပြီး ငြိမ်းချမ်းစွာ နေတတ်ပါတယ်။

ခွေးဆိုး၊ မြွေဆိုးစတဲ့ အန္တရာယ်ပြုတတ်တဲ့ သတ္တဝါ ကောင်တွေကို ခြောက်တာတောင်မှ တုတ်တို့ ခဲတို့ ကိုင် ခြောက်ရသေးတယ်ဆိုရင် လောက အန္တရာယ်အပူမျိုးစုံ ကို ခြောက်ရင်လည်း တရားခဲတုတ် လက်နက်ကို သတိ ပညာနဲ့ လက်ဦးအောင် ကိုင်ထားမှ စိတ်ချရမှာပါ။

### ဒေါ်သာလူ

ဒေါ်သာလူဆိုတဲ့ အဖွားတစ်ဦးရှိပါတယ်။ နာမည်ရင်း ကတော့ ဒေါ်စာဖြူပါ။ သာလွန်တဲ့လူဖြစ်အောင် စိတ်ဓာတ် မြှင့်တင် ကြိုးစားတတ်လို့ ဒေါ်သာလူလို့ပဲ တွင်နေပါတယ်။

တရားဖြည့်ပေးမှ လူ့စွမ်းအားဖွံ့ဖြိုးနိုင်တယ်။ တရား ဝေးရင်လူ့စွမ်းအား ကြုံလှီသေးငယ် ပိန်ကျသွားတတ် တယ်။ တရားလွတ်ရင် ပုထုဇဉ်ရဲ့စိတ်ဟာ ကိလေသာ ပြန်ပေးဆွဲတာကို ခဏခဏခံနေရတယ်။ ကုသိုလ်နဲ့မရွေး သမျှ အကုသိုလ်မျိုးစုံနဲ့ နှိပ်စက်သမျှ ခံနေရတယ်။ သတိ



ဝီရိယပညာနဲ့ ကိလေသာလက်ထဲရောက်နေတဲ့ စိတ်ကို မြန်မြန်ရွေးယူပြီး မြန်မြန်အဖိုးတန်အောင် သုံးပေးရမယ်။ ပုထုဇဉ်ဖြစ်လို့ စိတ်တိုင်းမကျရင် စိတ်ဆင်းရဲတတ်ပေမယ့် သတိဉာဏ်လက်ဦးရင် စွမ်းအားမြင့်သွားနိုင်တယ်။ စိတ်ထားမှန်အောင် လေ့ကျင့်ပေးဖို့လိုတယ်။

ဒေါ်သာလူက တရားနာကြားလေ့လာဖူးတဲ့ အချိန်ကစ လူ့ဒုက္ခတွေကို စိန်ခေါ်တတ်လာတယ်။ ဒုက္ခတွေ့ရင် ကောင်းမှုကို ပိုကြိုးစားတယ်။ အလွန်ပူအိုက်လှတဲ့ နွေရာ သီရောက်လာရင် “လူ့ပြည်မှာ နေတစ်စင်းထွက်ရုံနဲ့ပဲ ဒီလောက်ပူနေရင် ငရဲမှာတော့ ဒီထက်အဆပေါင်း သိန်းသန်းကုဋေမက ပူမှာပဲ။ ငရဲပူထဲမှာ လုပ်ပိုင်ခွင့်လည်း လုံးဝမရှိ။ ခံစားခွင့်လည်း ဗလာနတ္ထိ၊ လူ့ပြည်မှာ ပူအိုက်ပေ မယ့် လုပ်ပိုင်ခွင့်နဲ့ ခံစားခွင့်မရှိ။ ငါငရဲမရောက်ဖို့ အရေး ကြီးတယ်။ ဒုက္ခမြန်မြန်လွတ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်” လို့ စိတ်ကိုမြှင့်ပြီး ဒါနကို ပိုလုပ်တယ်။ သီလကို တိုးမြှင့်ပေး တယ်။ ဘုရားအတွက် ရေခဏခဏလှူတယ်။ ခါတိုင်း ထက် ဘုရားပိုရှိခိုးတယ်။ မေတ္တာပိုပွားတယ်။ အပူဒဏ် ကြောင့် ဖောက်ပြန်တဲ့ ရုပ်သဘောကို ဉာဏ်နဲ့ရှုတယ်။ ဝိပဿနာပိုပွားတယ်။

အေးတဲ့အခါ၊ နာတဲ့အခါ၊ ဆာတဲ့အခါမှာလည်း  
 အဲဒီလိုပဲ ပိုကြိုးစားတတ်ပါတယ်။ နေမကောင်းတဲ့အခါ  
 “ကျွန်မ တစ်ကိုယ်လုံး ကုသိုလ်ထုပ်ကြီး ဖြစ်နေတယ်” လို့  
 တောင် ကျုံးဝါး ကျူးရင့်တတ်ပါသေးတယ်။ ဒုက္ခတွန်း  
 တော့ အလဲမခံ၊ စိတ်မနိုင်တိုင်း အစုန်မှာ မျှောမချ။ သတိ  
 ဝီရိယဉာဏ်နဲ့ အဆန်လမ်းမှာ အစွမ်းပြ တက်ရောက်နိုင်  
 တယ်ဆိုတာ **“လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား”** ရဲ့ အစွမ်းပါ။

**မလေးလုံ**

ဘုရားလက်ထက်က ကပိလဝတ်မြို့မှာ သဒ္ဓါတရား  
 အလွန်ကောင်းလို့ သရဏဂုံသီလလုံခြုံပြီး ကောင်းမှု  
 မွေ့လျော်လှတဲ့ မလေးလုံဆိုတဲ့ သာကီဝင်မင်းသမီး  
 တစ်ဦးရှိခဲ့တယ်။ ပါဠိလိုတော့ဂေါပိကာတဲ့။ သတိဉာဏ်ကံ  
 ထိန်းခလုတ် တပ်ထားတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို ပန်းတိုင်ထားပြီး  
 ယောက်ျားဆုကိုလည်း တောင်းတယ်။ ကောင်းမှုကို  
 စနစ်ကကျလုပ်တယ်။

ရဟန်းတော် ၃ပါးကို အိမ်မှာပင့်ပြီးနေ့စဉ် ဆွမ်း  
 လောင်းလှူပါတယ်။ ရဟန်း ၃ပါးဟာ သီလပြည့်စုံရုံသာ  
 မက ဈာန်ရအောင်လည်း အားထုတ်ထားတယ်။ သက်တမ်း

စေ့လို့ကွယ်လွန်တော့ သတိဉာဏ်ကံထိန်း ခလုတ်  
ကောင်းတဲ့ မလေးလုံက တာဝတိံသာနတ်ပြည်မှာ  
သကြားမင်းရဲ့သား ဉာဏ်ကြီးလို့ ရုပ်ချောတဲ့ ကိုဖိုးလုံ  
(ဂေါပက) နတ်သား သွားဖြစ်တယ်။ မိန်းမက အဆင့်မြင့်  
ယောက်ျားဖြစ်သွားပါတယ်။

ရဟန်းတော် ၃ပါးကတော့ ကံထိန်းခလုတ် သတိ  
ဉာဏ်လွတ်သွားလို့ ကွယ်လွန်တော့ ဘဝများစွာ အဖြစ်  
များခဲ့တဲ့ စာတုမဟာရာဇ်နတ်ပြည်မှာ စိတ်ညွတ်သွားကြ  
တယ်။ ဘဝနိကန္တိကြောင့် ဈာန်လျှောပြီး အညံ့စားသဘင်  
သည် နတ်သားတွေ ဖြစ်သွားကြတယ်။

ဆွမ်းအစ်မက အထက်တန်းစားနတ်ဖြစ်၊ ဆွမ်းခံ  
ရဟန်း ၃ပါးက အောက်တန်းစားနတ်တွေ ဖြစ်သွားကြ  
တော့ ဆွမ်းအစ်မနဲ့ ရဟန်း ၃ပါး အထက်အောက်ပြောင်း  
ပြန်ဖြစ်သွားပါတယ်။ ပုထုဇဉ်စိတ်ဟာ တစ်ခါတစ်ရံမယုံ  
နိုင်လောက်အောင် ပြောင်းပြန်ကြီးဖြစ်တတ်တာမို့ ဘဝ  
သံသရာမှာလည်း အံ့ဩစရာကောင်းလောက်အောင်  
ပြောင်းပြန်ကြီးတွေ ဖြစ်တတ်စမြဲပါ။

စိတ်နောက်ကို လူကလိုက်နေရသူနဲ့ လူ့နောက်ကို  
စိတ်ကိုပါအောင် ဆွဲနေသူတို့ရဲ့ စွမ်းအားဟာ ဘယ်နည်း

နဲ့မှ မတူနိုင်ပါဘူး။

တစ်ချိန်မှာ ရဟန်း ၃ပါးဘဝမှ ရောက်သွားကြတဲ့ နတ်သား ၃ ဦးတို့ ကပြဖျော်ဖြေနေချိန်မှာ ကိုဖိုးလုံ နတ်သား ပွဲကြည့်ရောက်သွားတယ်။ ကပြနေတဲ့ နတ်သား ၃ဦးဟာ မိမိဆွမ်းလောင်းလှူခဲ့တဲ့ ရဟန်းဘဝမှ ရောက်လာမှန်းသိသွားတော့ ချက်ချင်းအကရပ်ခိုင်း၊ လေးလေးနက်နက်သတိပေးပြီး တရားအမြန် အားထုတ်ခိုင်းလိုက်တယ်။ နတ်သား ၂ဦးက ဈာန်ပြန်ရလို့ ဝိပဿနာဆက်အား ထုတ်လိုက်တော့ အနာဂါမ်ဖြစ်ပြီး ဗြဟ္မာ့ပြည်တက်သွားတယ်။ ကျန် ၁ဦးကတော့ ဘဝနိကန္တိကြီးလွန်းလို့ ကျန်ရစ်ခဲ့ပါတယ်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လည်း တိုးတက်မြင့်မားအောင် ထိန်းပြီးကြိုးစားနိုင်တယ်။ သူများတွေကျဆင်းသွားတာကိုလည်း သတိပေးပြီး တိုးတက်အောင် ကူညီပေးနိုင်တယ်။ ဒီအစွမ်းတွေဟာ မလေးလုံဘဝက တိကျခိုင်မာသေချာစွာ ကြိုးစားခဲ့တဲ့ **“လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား”** ရဲ့ ထူးခြားတဲ့ အစွမ်းပါပဲ။

### ဂေါပါလ သူဌေးသမီး

ဘုရားလက်ထက်က တေလပနာဠိနိဂုံးရွာကြီးမှာ ရုပ်ချောဆံပင်ကောက်ပြီး ပစ္စည်းကြွယ်ဝတဲ့ ဂေါပါလ သူဌေးသမီး ရှိခဲ့တယ်။ ငယ်ငယ်ကစ တရားနဲ့ ဆက်သွယ် ရေး ရခဲ့ပါတယ်။

အရွယ်ရောက်လို့ မိဘနှစ်ပါး ကွယ်လွန်တဲ့အခါ ပစ္စည်းအားလုံးဆုံးရှုံးပြီး ဆင်းရဲမွဲတေသွားခဲ့တယ်။ အိမ်ဖော်အမျိုးသမီးကို အဖော်လုပ်ပြီး ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာ နေရရှာတယ်။ သူဌေးသမီးဆိုတဲ့ နာမည်ပဲကျန်တော့ တယ်။ ပစ္စည်းတော့ လုံးဝမရှိတော့ဘူး။ လူ့အရှိုတွေဟာ ကိုယ်ရှိချင်သလောက် ရှိနေကြတာ မဟုတ်ဘဲ သူတို့ရှိနိုင် သလောက်ရှိပြီး အချိန်စေ့ရင် ပျောက်ကွယ်သွားကြတာပါ။ အရှိုနောက်က အသိမို့အောင် လိုက်နိုင်မှ ချမ်းသာရနိုင် သလို မရှိနောက်က အသိမျက်ခြည်မပြတ် လိုက်နိုင်မှ လည်း ငြိမ်းချမ်းရပါတယ်။ လောကအမွဲတွေထဲမှာ သဒ္ဓါတ ရားမွဲတာဟာ အဆင်းရဲဆုံး အောက်တန်းအကျဆုံးပါ။ သဒ္ဓါတရားကြွယ်ဝရင် လုပ်သင့်တာကို ဧကန်လုပ်မှာဖြစ် လို့ ရှိသင့်တာတွေ ဧကန်ရှိလာမှာပါ။

ကိုယ့်မှာ တကယ်ရှိရမှာက သဒ္ဓါတရားစစ်စစ်ပါ။

လူတွေဟာ ပစ္စည်းဝယ်ယူကြတဲ့အခါ ပစ္စည်းအတုကို မလိုကြပေမယ့် ကိုယ့်ကို တာဝန်ယူမယ့် တရားကို ယူကြ တဲ့အခါ သဒ္ဓါတရားအတုကို သုံးမိတတ်ကြပါတယ်။ သဒ္ဓါ တရားပိုစစ်မှ ကုသိုလ်စစ်မှာပါ။ ကုသိုလ်စစ်မှာလည်း ကောင်းကျိုးရဖို့ သေချာမှာ။

ဂေါပါလသူဌေးသမီးက သဒ္ဓါတရားစစ်စစ် ရှိသူဖြစ် လို့ ပစ္စည်းမဲ့သွားပေမယ့် စိတ်မဆင်းရဲပါဘူး။ တရား အစွမ်းကြောင့် စိတ်နှလုံးကြံ့ခိုင်ပါတယ်။ သူဆင်းရဲမှန်း သိတော့ ပစ္စည်းရှိတဲ့ သူဌေးသမီးတစ်ဦးက သူ့ဆံပင်ကို တစ်ထောင်ပေးဝယ်ခဲ့ပေမယ့် မိန်းမတို့ရဲ့ဘုန်းကျက်သရေ အရှုံးမခံချင်လို့ မရောင်းခဲ့ပါဘူး။

အရှင်မဟာကစ္စည်း အမှူးရှိတဲ့ ရဟန္တာ (၈) ပါး အိမ်ရှေ့ကြွလာခိုက် ပင့်လျှောက်လို့ အိမ်ပေါ်ကြွလာကြ တယ်။ မိမိမြတ်နိုးလှတဲ့ ဆံပင်ကို (၈) ကျပ်နဲ့ ရောင်းပြီး (၈) ကျပ်တန်ဆွမ်း အမြန်စီမံ၊ ရဟန္တာ (၈)ပါးအား သံဃာ့ဂုဏ် အာရုံပြုလှူလိုက်ပါတယ်။

ဆံပင်ရောင်းရုံကလွဲလို့ ဆွမ်းလောင်းလှူနိုင်ရန် အခြားနည်းလမ်း မရှိတော့တဲ့အတွက် တစ်ထောင်ပေး လာဝယ်ဘူးတဲ့ ဆံပင်ကို (၈)ကျပ်နဲ့ရောင်းပြီး အလှူလုပ်

လိုက်ရတာပါ။ လောကအလှထက် ဓမ္မကျက်သရေကို တန်ဖိုးထားလို့ပါ။

စေတနာပြတ်သားလွန်းလို့ ဖြတ်ထားတဲ့ ဆံပင်ချက် ချင်းပြန်ပေါက်ပြီး ပင်ကိုယ်အတိုင်း ပြန်ဖြစ်သွားရုံမက စည်းစိမ်ဥစ္စာ တစ်ဟုန်ထိုး တိုးတက်ပြည့်စုံသွားခဲ့ပါတယ်။ သာသနာပြု “ကဉ္စနဝန” ကျောင်းအစ်မကြီးလည်း ဖြစ်သွားခဲ့ပါတယ်။

နိမ့်လိုက်မြင့်လိုက် မျက်လှည့်ပြနေတဲ့ လောကထဲမှာ တရားနဲ့ညှိနှိုင်းပြီး သက်သာငြိမ်းချမ်းအောင် နေတတ် တယ်ဆိုတာ **“လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား”** အစွမ်း ကြောင့်ပါ။

### တလထော်

လူကစိတ်နောက်ကို လိုက်နေရင် အစုန်စိတ်ပါ။ လူ့စွမ်းအားကို လက်လွှတ်အရှုံးပေးရသူပါပဲ။ လူနောက် ကို စိတ်ကိုပါအောင် ဆွဲနိုင်ရင် အဆန်စိတ်ပါ။ လူ့စွမ်းအား ကို တကယ်ရအောင် ယူနေသူပါပဲ။ ကောင်းမှုတရား ဆို တာ အဆန်စိတ်နဲ့ လုပ်ရမှရနိုင်တယ်။

မြန်မာရာဇဝင်မှာ ဟံသာဝတီ ပဲခူးခေတ်က

“တလထော်” ဆိုတဲ့ မွန်အမျိုးသမီးလေး ရှိခဲ့ဖူးတယ်။  
 ငယ်ရွယ်စဉ် သိတတ်တဲ့အရွယ်ကစပြီး ရတနာ ၃ပါး  
 ကြည်ညိုမြတ်နိုး ဆည်းကပ်တတ်တယ်။ နှလုံးသား  
 ဘုရားတည်တတ်တယ်။ မေတ္တာလည်းကောင်းကောင်း  
 ပို့တတ်တယ်။ အခက်အခဲကြုံလာခါမှ ဟိုပြေးဒီကပ်  
 ကယောင်ကတမ်း ထလုပ်တာမျိုးမဟုတ်ဘဲ နေ့စဉ်ဘုရား  
 တရားလက်ဦးအောင် ပုံမှန်လေ့ကျင့်နေခဲ့တာပါ။ တရား  
 ကို ကိုယ်ကလက်ဦးအောင် ကိုင်ထားမှ အပူပေါ်တဲ့  
 လူ့လောကထဲမှာ နေတတ် ထိုင်တတ်မှာပါ။ စိတ်ကို  
 လူ့နောက်ပါအောင် ဆွဲထားနိုင်ရင် စွမ်းအားတန်ခိုးရှင်ပဲ။

အရွယ်ရောက်ချိန်မှာ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ တိဿမင်းဟာ ဗုဒ္ဓ  
 ရုပ်ပွားဆင်းတုတွေကို ဖျက်ဆီးပစ်၊ ရေထဲလွှင့်ပစ်တယ်။  
 လွှင့်ပစ်တဲ့ ရုပ်ပွားဆင်းတုတွေကို တလထော်က  
 ကောက်ယူကိုးကွယ်ပူဇော်တယ်။ သဒ္ဓါတရားစစ်စစ်  
 ရှိတာဖြစ်လို့ ကိုယ့်အစွမ်းကိုယ် ယုံတော့ရဲရင့်ပါတယ်။

ဒီအကြောင်းကို တိဿမင်းကြီးကြားတော့ သူ့ကို  
 ဆန့်ကျင်ဖက်လုပ်တယ်ဆိုပြီး ဒေါသအမျက်ထွက်လွန်းလို့  
 တလထော်ကို ဖမ်း၊ ဖမ်းပြီးသေဒဏ်ပေးလိုက်တယ်။  
 ဆင်နှင့်နင်းသတ်ခိုင်းတော့ ဆင်နှင့်တာဝန်ရှိသူ အားလုံး



အပေါ်တလထော်က မေတ္တာလည်း စူးစူးစိုက်စိုက်ပို့တယ်။ နှလုံးသားမှာ ဘုရားတည်လိုက်တယ်။ ဆင်ကြီးတွေ လုံးဝ မနင်းရဲ။ အနားတောင်မကပ်ရဲ။ မီးရှို့အသတ်ခိုင်းပြန်တော့ လုံးဝမကူး။ တွင်းတူးပြီး တွင်းထဲမြှုပ်သတ်မယ် လုပ်ပြန်တော့ ဘယ်လိုမှ သတ်လို့မရ။ ဒါကြောင့် လွတ်ပေး လိုက်ရတယ်။ တရားကို တရားလို စိတ်မဝင်စားသူကို တရားကလည်း တရားလိုပဲ အံ့ဩဖွယ် ကောင်းလောက် အောင် ပြန်စောင့်ရှောက်တတ် စမြဲပါ။ တိဿမင်းကြီး တောင်မှ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကိုစွန့်ပြီး သမ္မာဒိဋ္ဌိ စစ်စစ်ဖြစ်သွား ရပါသတဲ့။

အသက်ကိုတောင် ရန်ရှာလာတဲ့ အလွန်ကြီးမားလှ တဲ့ ဘဝအခက်အခဲကို တရားစွမ်းနဲ့ အေးချမ်းစွာ ဖြေရှင်း နိုင်ရုံမက မိန်းကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ တရားစွမ်းကြောင့် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိရှင် ဘုရားကြီးတောင် သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်သွားရလောက် အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်တယ်ဆိုတာ တရားကို တရားလို စိတ်ဝင်စားတတ်တဲ့ အလွန်ထူးဆန်းလှတဲ့ အံ့ဩဖွယ် “**လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား**” ရဲ့ အစွမ်းကြောင့်ပါ။

**မလ္လိကာ**

တရားဆိုတာ အားချိန်၊ မအားချိန်နှင့်တိုင်းတာ တာ

မဟုတ်ဘဲ အသိတရားနဲ့သာ ဘောင်ခတ်ထားတာပါ။ အား-မအား ခွဲကြည့်မနေဘဲ ကိုယ့်စိတ်တရားနဲ့ တန်-မတန်သာခွဲကြည့်ပါ။ တရားနဲ့တန်တဲ့ စိတ်ကောင်းပေါ် ပေါက်နေရင် အံ့ဖွယ်တရားစွမ်းအားကို ရရှိနိုင်ပါတယ်။

ဘုရားလက်ထက်က ဗန္ဓုလစစ်သူကြီးကတော် မလ္လိကာဟာ ခင်ပွန်းနှင့်သား (၃၂) ယောက်လုံး မတရား လုပ်ကြံသတ်ဖြတ်ခံရတဲ့ (၃၃) လောင်းပြိုင် ဉာတိဗျသန ကြောင့် အပူမီး မလောင်ရအောင် ဣန္ဒြေမပျက် တရားနဲ့ ထိန်းနိုင်ခဲ့တယ်။ လုပ်လက်စအလှူကို အေးအေး ဆေး ဆေး ပိပိရိရိပြီးအောင် လုပ်ပြလိုက်ပါတယ်။ ဉာတိဗျသန ဒုက္ခရောက်နေမှန်း ဘေးကပ်ဘယ်သူ တစ်ယောက်မှမသိ လိုက်ကြပါ။

ပုထုဇဉ် မိန်းမသားတစ်ယောက် ဤမျှပြင်းထန်လှတဲ့ ဆွေမျိုးပျက်စီးမှု ဒုက္ခကြောင့် သောက ပရိဒေဝမီး အလောင်မခံဘဲ သတိဉာဏ်နဲ့ ပိပိရိရိ ထိန်းထားနိုင်တဲ့ အစွမ်းဟာ တရားအစွမ်းနဲ့ တွဲနေတဲ့ တကယ်ချီးကျူး ထိုက်တဲ့ **“လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား”** အစွမ်းပါ။ တကယ်တော့ မလ္လိကာရဲ့ အစွမ်းမဟုတ်ဘဲ တရားနဲ့ ထိုက်တန်လှတဲ့ နှလုံးအိမ်မှာ လာကိန်းတဲ့ ထူးခြားလှတဲ့

တရားရဲ့ အစွမ်းဖြစ်ပါတယ်။

### မကြည်အေး

ရှေးတုန်းက ကဠမ္မရရွာသူ မကြည်အေးဆိုတာ ရှိခဲ့ဘူးတယ်။ ကလေးထိန်းတာတောင်မှ တရားလမ်းကြောင်းပေါ် စိတ်ကိုတင်းပြီး နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားကောင်းအဖြစ် ပြောင်းယူတတ်လောက်အောင် သတိဉာဏ်စွဲမြဲသူဖြစ်ပါတယ်။ တရားနဲ့ထိုက်တန်အောင် အသိစိတ်ကို သဒ္ဓါတရားစစ်စစ်နဲ့ သန့်စင်ထားတာဖြစ်လို့ ကြည်လင်အေးချမ်းစွာနေတတ်တဲ့ အိမ်ရှင်မဖြစ်တယ်။ တရားအသိလက်ဦးထားရင် လူဟာ တစ်ပန်းသာပြီးသားပါ။

တစ်နေ့တော့ တရားပွဲရှိလို့ သားငယ်ကိုပါခေါ် အနားမှာသိပ်ပြီး တရားနာနေတယ်။ ခန္ဓာမှာ ဉာဏ်စိုက်ပြီး စိတ်ပါလက်ပါ အကျင့်နှင့်ပေါင်း စပ်ထားတယ်။ သားငယ်အပေါ် မြွေဆိုးတက်ကိုက်ပြီး သားငယ်မြွေဆိပ်တက်လို့ မေ့မျောနေတာတောင်မှ သတိမလွတ်ရှုမှတ်ရင်း တရားနာနေလိုက်တာ သောတာပန်ဖြစ်သွားတယ်။ မေ့မျောနေတဲ့ သားငယ်ကိုလည်း သစ္စာဆိုပြီး အဆိပ်ပြေပျောက်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးလိုက်တယ်။ သားအမိနှစ်ယောက်လုံး

ဘေးရန်အပူငြိမ်းပြီး ချမ်းသာသွားကြပါတယ်။ ပူလောင်  
 ရှုပ်ထွေးလှတဲ့ လူ့ကိစ္စအာရုံတွေကို တရားအသိနဲ့ ကန့်  
 သတ်ထားပြီး အပူမထိ ရန်မငြိအောင် အစွမ်းပြနိုင်တာဖြစ်  
 လို့ တကယ်လေးစားထိုက်တဲ့ **“လူ၏စွမ်းအား မြတ်  
 တရား”** စွမ်းအားပါ။

### မပြည့်စုံ

ပြီးတော့ ဘုရားလက်ထက်က ရာဇဂြိုဟ်သူဌေးအိမ်  
 မှာ မပြည့်စုံ (ပုဏ္ဏား)ဆိုတဲ့ ကျွန်မကလေး ဝယောက်ရှိ  
 တယ်။ နာမည်က မပြည့်စုံဆိုပေမယ့် ဘာမှမပြည့်စုံရာလို့  
 သူများအိမ်မှာ ကျွန်အလုပ် လုပ်နေရတာပါ။ ပြည့်စုံတာ  
 ဝခုတော့ရှိပါတယ်။ သဒ္ဓါတရားပါ။ သဒ္ဓါတရားရှိရင်  
 ပစ္စည်းမရှိပေမယ့် လူမွဲမဟုတ်ပါဘူး။ လုပ်သင့်တာ လုပ်  
 လိုက်ရင် ဖြစ်သင့်တာဖြစ်ပြီး ရှိသင့်တာရှိလာမှာ ဧကန်ပါ။

ရုပ်က ကံမကောင်းအကြောင်းမလှလို့ ကျွန်ဖြစ်နေ  
 ရပေမယ့် စိတ်ကိုတော့ ကျွန်စိတ်အဖြစ် မခံပါဘူး။ အိမ်  
 မှာလုပ်ရတဲ့ ကောင်းမှုကိစ္စ ရတနာသုံးပါး ကိစ္စတွေကို  
 ကိုယ့်ကိစ္စလို့ပဲ သဘောထားပြီး သဒ္ဓါတရားစစ်စစ်နဲ့ စိတ်  
 အားထက်သန်စွာ လုပ်ပေးတတ်ပါတယ်။ ဘာမဆို ကိုယ့်

အလုပ်လို့ သဘောထားပြီး စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်နဲ့ ဆောင်ရွက်ပေးတာဖြစ်လို့ မိသားစုကလည်း သူ့အပေါ် သမီးလိုသဘောထား စောင့်ရှောက်ပေးကြတယ်။ လူတစ် ကိုယ်လုံးမှာ စိတ်ကောင်းဟာ အဖိုးအတန်ဆုံး အရှိန်အဝါ အကြီးဆုံးဖြစ်တာမို့ ကိုယ်ကစိတ်ကောင်းထားရင် အဲဒီ စိတ်ကောင်းနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ အစောင့်အရှောက်ကို ရရှိ စမြဲပါ။ “ကိုယ့်စေတနာဟာ ကိုယ့်လုပ်ခပဲ” မဟုတ် လား။

တစ်နေ့တော့ ကိုယ့်အတွက် ဝေစုရတဲ့ ဆန်ကြမ်း မုန့်ကလေးကို ရေခပ်ဆိပ်ရောက်တော့မှ စားဖို့ယူ သွားတယ်။ ဘုရားက သူ့ကို ချီးမြှောက်ဖို့ ခရီးရင်ဆိုင် ကြသွားတော့ မပြည့်စုံက ဘုရားကိုမြင်တယ်ဆိုရင်ပဲ သဒ္ဓါတရား တစ်ဖွားဖွား ဖြစ်ပေါ်တိုးပွားပြီး ကိုယ်စားဖို့ ယူခဲ့တဲ့ မုန့်ကို မစားတော့ဘဲ ဘုရားသပိတ်ထဲ လောင်းလှူ လိုက်ပါတယ်။ ဘုရားရှင်က မုန့်ကို အလှူခံပြီး တရား ဟောတော့ ခန္ဓာဉာဏ်စိုက်ပွားများရင်း တရားနာလိုက် တာ ကျွန် မလေး မပြည့်စုံ သောတာပန်ဖြစ်သွားပါတယ်။ မကြာခင် နာမည်နဲ့လိုက်လျှောအောင် အစစအရာရာ ပြည့်စုံသွားခဲ့ပါတယ်။

ရုပ်ခန္ဓာ ကျွန်ဖြစ်ရပေမယ့် စိတ်ခန္ဓာ ကျွန်ဖြစ်မခံပဲ  
ဘုရားနဲ့ + သူဌေး မိသားစုချီးမြှင့်ခံရလောက်အောင်  
စိတ်ကောင်းထားတာဖြစ်လို့ တကယ်အတုယူ လေးစား  
ထိုက်တဲ့ **“လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား”** ရဲ့ အစွမ်းပါ။

### မမြတ်မွန်

ဘုရားလက်ထက်က မမြတ်မွန်(ဥတ္တရာ) ဆိုတဲ့  
အမျိုးသမီးဟာ မေတ္တာသမာဓိ အလေ့အကျင့်များသူ ဖြစ်  
ပါတယ်။ အခက်အခဲကြုံလာမှ ကောက်ရိုးမီး ဟုန်းကနဲ  
ထတောက်သလို ကယောင်ကတမ်း ထလုပ်တာမျိုး  
မဟုတ်ဘဲ နေ့စဉ်ပုံမှန် လူနှင့်တရား တစ်သားတည်း ပေါင်း  
စပ်ပြီး ထုံနေအောင် လေ့ကျင့်ထားတာပါ။

ဟုတ်ပါတယ်။ တရားနဲ့လူဟာ ပေါင်းထားမှ ငြိမ်းချမ်း  
ပါတယ်။ သားအမိသားအဖ ညီအစ်ကို ညီအစ်မ မောင်နှမ  
ဇနီးမောင်နှံတွေဟာ တစ်ခါတစ်ရံ အကြောင်းအားလျော်  
စွာ ခွဲထားလို့ ဖြစ်နိုင်ပေမယ့် လူနဲ့တရားကတော့ ဘယ်လို  
အကြောင်းကြောင့်မှ ခွဲထားလို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ တစ်နေ့မှ  
လည်း ခွဲမထားသင့်ပါဘူး။ တရားနဲ့ လူကွဲတာနဲ့ လောက  
က လူကို ရန်စလာတတ်ပါတယ်။

တစ်နေ့တော့ သီရိမာက မမြတ်မွန်ကို ရန်ငြိုးဖွဲ့ပြီး ထောပတ်ဆီပူနဲ့ ခေါင်းကိုလောင်းချတဲ့အခါ သီရိမာကို စူးစူးစိုက်စိုက် မေတ္တာပို့တယ်။ ထုံနေအောင် လေ့ကျင့်ထားခဲ့တဲ့ မေတ္တာဟာ အာရုံနဲ့ လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်သွားလို့ ကျိုက်ကျိုက်ဆူတဲ့ ထောပတ်ဆီပူဟာ ရေအေးလိုပဲ အလိုလိုအေးမြသွားတယ်။ ရန်လုပ်တဲ့ သီရိမာကို မမြတ်မွန်က သောတာပန်ဖြစ်သည်ထိ မေတ္တာစစ်စစ်နဲ့ ဆက်ပြီး ကူညီပေးလိုက်ပါသေးတယ်။ သူ့ကိုယ်တိုင်ကလည်း သောတာပန်ဖြစ်နေပြီပဲ။ သီရိမာက ချစ်လိုက်တာ မမြတ်မွန်မှ မမြတ်မွန်ပဲ။

ရန်သူကိုတောင် ချစ်ခင်ရင်းနှီး အကျွမ်းဝင်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်တဲ့ မိမိသူတပါး အများအကျိုးကို ပြီးစေနိုင်တဲ့ မမြတ်မွန်ရဲ့အစွမ်းဟာ တကယ်အားထားထိုက်တဲ့ **“လူ၏စွမ်းအား မြတ်တရား”** အစွမ်းဖြစ်ပါတယ်။

### သာမာဝတီ

ဘုရားလက်ထက်ကပဲ ဥတေနမင်းမှာ သာမာဝတီဆိုတဲ့ သဒ္ဓါကောင်းပြီး မေတ္တာအားကြီးတဲ့ မိဖုရား တစ်ပါးရှိတယ်။ သဒ္ဓါတရားဟာ လူ့အဖော်အစစ်ဖြစ်လို့

သူရှိရင် လူဟာ အားရှိပြီး ရဲရင့်တယ်။ ကောင်းတာ အားလုံး လုပ်ရဲပါတယ်။ သူ့ရဲ့သဒ္ဓါနဲ့ပေါင်းစပ်မိတဲ့ မေတ္တာ စွမ်းအားဟာ အထူးနိုးကြားတက်ကြွ ထက်သန်ရင့်ကျက် လှပါတယ်။

စစ်သားရဲ့ အစွမ်းဟာ ဆန့်ကျင်ဖက်ရန်သူရှိမှ ပေါ် လွင်ထင်ရှားလာရသလို ဆေးနဲ့ဆေးဆရာရဲ့ အစွမ်းကို ရောဂါရှိမှ သိရသလို သူတော်ကောင်းတို့ရဲ့ ဓမ္မစွမ်းအား ကို ဆန့်ကျင်ဖက် အတိုက်ခတ်တွေပေါ်လာမှ အံ့ဩဖွယ် ကောင်းလောက်အောင် သိမြင်ခွင့် ရနိုင်ပါတယ်။

တစ်နေ့တော့ ဥတေနမင်းဟာ မာဂဏ္ဍီကုန်းတိုက်မှု ကြောင့် အမျက်ထွက်ပြီး မေတ္တာအားကြီးတဲ့ သာမာဝတီနဲ့ အခြံအရံတွေကို တန်းစီခိုင်းပြီး အဆိပ်လူးတဲ့ မြားနဲ့ (လေးပေါ်တင်) ပစ်သတ်တယ်။ တရားမပါရင် အသက်ကို တောင်ရန်ရှာလာတဲ့ လောကရဲ့ မတရားခြိမ်းခြောက်မှု ဟာ အလွန်ကြောက်လန့် တုန်လှုပ်ဖွယ် ကောင်းလှပါတယ်။ တရားမကူရင် ခံရသူဟာ တကယ်ပဲ မုန့်မုန့်ညက်ညက် ကျေမွသွားလောက်ပါတယ်။

သာမာဝတီတို့က မေတ္တာပို့လွှတ်နေတယ်။ ယခုမှ ကယောင်ကတမ်း စ တာမဟုတ်ဘဲ ကာလရှည်ကြာ



လေ့ကျင့်နေခဲ့တဲ့ အလေ့အကျင့်အထုံ ဖြစ်တယ်။ ဘယ်လို မှ ပစ်လို့မရဘဲ မြားက ဥတေနမင်းဖက်ကိုသာ ပြန်လှည့် လာတယ်။ တရားက လောကကိုနိုင်တာ ဆိုတော့ လောက သဘာဝကို ပြောင်းပြန် ပြန်ပစ်နိုင်တဲ့ အံ့ဖွယ်စွမ်းအားပါ။

ဥတေနမင်း ကြောက်လန့်လွန်းလို့ လေးကို ပစ်ချပြီး သာမာဝတီကို ဝန်ချတောင်းပန် ကန်တော့တယ်။ ချစ်ခင် ကြည်ညို လေးစားလိုက်တာ သာမာဝတီမှ သာမာဝတီပဲ၊ မိမိနှင့် အခြံအရံများစွာတို့ကို သေဘေးမှ လွတ်မြောက် အောင် လုပ်ပေးနိုင်ရုံမက ခက်ထန်ကြမ်းကြုတ်လှတဲ့ ဥတေနမင်းရဲ့ စိတ်နှလုံးကို သိမ်မွေ့နူးညံ့သွားအောင် စွမ်း ဆောင်နိုင်တဲ့ သာမာဝတီရဲ့အစွမ်းဟာလဲ တကယ်အတု ယူထိုက်တဲ့ **“လူ၏စွမ်းအားမြတ်တရား”** ရဲ့ စွမ်းအားပါ။

**မစန္ဒာ**

ဘုရားလက်ထက်က လ,လိပဲအမြဲ အေးချမ်းအောင် နေတတ်တဲ့ မစန္ဒာဆိုတဲ့ အမျိုးသမီးတစ်ဦးရှိခဲ့ဘူးတယ်။ သိတတ်တဲ့ အရွယ်ကစ လူနဲ့တရားပေါင်းမိသူပါ။ အရာရာ မျာ အသိသတိနဲ့ နိုးကြားစွာ နေထိုင်ကျင့်သုံးနေတတ် သူပါ။

သူများတွေက ပွဲရှိလို့ ပွဲကြည့်ခေါ်ကြပေမယ့်

“ဇာတ်ခုံပေါ်က ပွဲဆိုတာ အိမ်ထဲက အကြောင်းအရာ တွေကို ယူပြီး ပြတာပါ။ သူများပွဲတွေကြည့်မယ့်အစား ကိုယ့်ပွဲ ကိုယ်ကြည့်တာကပဲ ငြိမ်းအေးနိုင်ပါတယ်” လို့ အမြင်ရှင်းရှင်းနဲ့ ဘယ်တော့မှ ပွဲကြည့်မလိုက်ခဲ့ဘူး။

အရွယ်ရောက်တော့ မိဘများက သူဌေးသားတစ်ဦး နဲ့ နေရာချပေးလိုက်တယ်။ မကြာခင်ပဲ သူ့ခင်ပွန်း သူဌေး သားက မစန္ဒာကို အပြီးအပိုင် စွန့်ခွာသွားတယ်။ မရေ တွက်နိုင်အောင် များပြားလှတဲ့ လူ့အပူတွေကို ချမ်းသာ အဖြစ် သတိဉာဏ်နဲ့ စစ်ထုတ်တတ်တဲ့ ကိုယ့်ပွဲကို ကိုယ် ငြိမ်းအေးအောင် ကြည့်တတ်တဲ့ မစန္ဒာဟာ အပြုံးလဲ မပျက် ဣန္ဒြေလဲ မပျက်ပါ။

“ဘယ်သူ့ကိုမှ ကိုယ်ပိုင်တာမဟုတ်တော့ ဘယ်သူ ပဲ ခွဲခွာသွားသွား တရားအဖော်ကိုယ့်မှာ ကျန်ခဲ့ရင် ပြီးတာပဲ” လို့ အမြင်ရှင်းရှင်းနဲ့ သာသနာဝင်ပြီး တရား အားထုတ် လိုက်တာ ရတန္တာဖြစ်သွားတယ်။ ကိုယ့်ပွဲကိုယ် သတိဉာဏ်နဲ့ မျက်ခြည်မပြတ် ကြည့်တတ်တော့ ငြိမ်းသွား တာပဲ။ ရဟန္တာဖြစ်တော့ လောကနဲ့ လုံးဝ ပြေလည်သွား ပါပြီ။

ကိုယ့်ကိုအမြဲ ဆန့်ကျင်ဖက်လုပ် တွန်းချနေတဲ့

လောကကြီးနဲ့ ပြေလည်အောင် ညှိနှိုင်းနေထိုင်တတ်တဲ့ လ, ဟာ အားလုံးနဲ့ တည့်သလို အားလုံးနဲ့ တည့်အောင်နေ တတ်တဲ့ မစန္ဒာရဲ့အစွမ်းဟာလဲ တကယ် အတုယူလေးစား ထိုက်တဲ့ **“လူ၏စွမ်းအားမြတ်တရား”** ရဲ့ အစွမ်းပါ။

**မခိုင်ငြိမ်းအေး**

ဘုရားလက်ထက်ကပဲ တရားသုတပြည့်ဝတဲ့ ထေရီ ကာဆိုတဲ့ အိမ်ရှင်မ တစ်ဦးရှိခဲ့ဘူးတယ်။ စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင် ငြိမ်းအေးအောင် တရားနဲ့လောက ညှိနှိုင်းနေထိုင်တတ် တာဖြစ်လို့ မြန်မာလိုတော့ မခိုင်ငြိမ်းပေးလို့ ခေါ်ရမှာပါ။

သိတတ်တဲ့ အရွယ်ကစ တရားနဲ့ဆက်သွယ်ရေး ရထားတာဖြစ်လို့ အိမ်ထဲက အလုပ်အားလုံး တရား အလုပ်နဲ့ တစ်သားတည်း ပေါးထားတတ်တယ်။ အိမ်ထဲ မှာနေရင်းနဲ့ပဲ ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာ စွမ်းအားတွေ ကို အသိဉာဏ်နဲ့ အကန့်လိုက် အကန့်လိုက် ရအောင် ပြောင်မြောက်စွာ ယူတတ်သူပါ။ တစ်နေ့တော့ မီးဖိုချောင် ထဲ ထမင်းဟင်းချက်ရင်း မီးပူရေပူဒဏ်ကြောင့် ဆန်, ဟင်းသီးဟင်းရွက်, သားငါးတွေကျက်တာကို သတိ ဉာဏ်နဲ့ ကြည့်တော့ မခိုင်မြဲလို့ ပြောင်းလဲနေကြပုံတွေ ဉာဏ်ထဲ ပြတ်ပြတ်သားသား ပေါ်လာတယ်။ အဲဒါကို

သက်သေ အရာထားပြီး ခန္ဓာဉာဏ်စိုက် ဝိပဿနာ ပွားလိုက်တာ မီးဖိုချောင်ထဲမှာပဲ အနာဂါမ်ဖြစ်ပြီး သာသနာဝင် ဆက် အားထုတ်တော့ ရဟန္တာ ထေရီမ ဖြစ်သွားတယ်လို့ဆိုတယ်။

အများတကာ “မအားဘူး၊ အလုပ်ရှုပ်တယ်” လို့ ညည်းထွားပြီး အရှုံးပေးနေရတဲ့ အိမ်အလုပ်တွေကို “အားဖို့မလို သိဖို့လိုတယ်” လို့ တရားနဲ့ပေါင်းပြီး အား ထုတ်နိုင်လောက်အောင် သတိဉာဏ်ပြတ်သားရှင်းလင်း လှတဲ့ မခိုင်ငြိမ်းအေးရဲ့ အစွမ်းသတ္တိဟာလဲ တကယ်စံပြု ထိုက်တဲ့ **“လူ၏စွမ်းအားမြတ်တရား”** ရဲ့ အစွမ်းမျိုးပါ။

### ဒေါ်ပုတ်

ရွာတစ်ရွာမှာ ဦးတုတ်နဲ့ ဒေါ်ပုတ်ဆိုတဲ့ ဇနီးမောင်နှံ ၂-ယောက်ရှိတယ်။ ဦးတုတ်ကလဲ နာမည်နဲ့လိုက်အောင် မဲမဲပုပ်ပုပ် ဝတုတ်ကြီး၊ ဝသလောက် သိပ်ဒေါသကြီးတယ်။ ဒေါ်ပုတ်ကလဲ ပုတ်ကြီးလိပဲ ဝတုတ်ကြီး၊ တစ်နေ့မှ တည့် အောင် မနေနိုင်တဲ့ လူဝကြီး ဇနီးမောင်နှံပါ။

ဦးတုတ်က ဒေါ်ပုတ်ကို တုတ်ပြ ဓါးပြနေတိုင်း ခြိမ်း ခြောက်၊ အလုပ်သွား အလုပ်ပြန်ဆို ပိုပြီး ဆူပူကြိမ်းမောင်း၊ အိမ်ပေါ်က ခဏခဏနှင့်ချ၊ အိမ်က ဒေါ်ပုတ်ရဲ့ မိဘအမွေ

အိမ်ပါ။ တကယ်ဆို ကိုယ်ကသာ ဆင်းသွားရမှာ၊ အိမ်ထဲ ဘုရားသံ တရားသံ တစ်နေ့မှ မကြားရ၊ ဆဲဆို ကြိမ်းမောင်းသံပဲ ပွက်ညံ့ပြီး အပူအခိုးတွေ့မွန်နေတယ်။ ဒေါ်ပုတ်ကြီး သေချင်စိတ်ပေါက်လောက်အောင် ပူလောင်နေတယ်။ လူစင်စစ်က ဘီလူးတိုင်းပြည်ရောက် နေသလို ကြောက်လန့် ချောက်ချားပြီး မွန်းကြပ်နေရရှာတယ်။

တစ်နေ့တော့ ဦးတုတ်အလုပ်သွားနေတုန်း ဒေါ်ပုတ်က ရွာဦးကျောင်းဘုန်းကြီး ဦးတိဿထံ သွားပြီး စိတ်ရှုပ်စရာကောင်းလှတဲ့ အိမ်ထဲက အဖုအထစ် ဆူးငြောင့်ခလုတ် အပူထုပ်တွေကို အကုန်ဖွင့်ဖောက်ပြတယ်။ ဘုန်းကြီးထံ အားကိုးတကြီး စစ်ကူတောင်းရှာတယ်။ ဘုန်းကြီးကလဲ ကျည်ဆန်တွေကို ပစ်ပုံပစ်နည်းနှင့်တကွ ထုတ်ပေးလိုက်တယ် “ကဲ မိပုတ် ဘုရားဂုဏ်များများ ပွားပြီး မေတ္တာကိ ကြိုးကြိုးစားစား ပို့ကြည့်ပါ” လို့ လိုရင်းလမ်းညွှန်လိုက်တယ်။

ဒေါ်ပုတ်က အိမ်ပြန်၊ ဘုရားများများရှိခိုး၊ ဘုရားဂုဏ်ထုံအောင်ပွားပြီး ဦးတုတ်ကို သတိနဲ့ပုံဖော် ကောင်းကွက်ကိုရှာ၊ ပြုံးကွက်ကိုဖန်တီး၊ အကြိမ်များစွာ မရပ်မနား မေတ္တာပို့လွှတ်တယ်။ မေတ္တာကျည်ဆန်ကို အဆက်မပြတ်

ပစ်ခတ်လိုက်တော့ ဦးတုတ်ကို မေတ္တာကျည်ဆန်ထိ  
 သွားတယ်၊ ဦးတုတ် ကိုယ်ရော နှုတ်ရော စိတ်ပါမကျန်  
 အကုန် ဦးညွတ်ပြီး သိမ်မွေ့သွားတယ်။ ၂-ယောက်  
 ဘုရား၊ ကျောင်းသွားဖက် ကုသိုလ်ပြုဖက်ဖြစ်ပြီး ပျော်ရွှင်  
 ချမ်းမြေ့ဖွယ် ကောင်းသွားတယ်။ ဒါဟာလဲ အတုယူ  
 လေးစားထိုက်တဲ့ **“လူ၏စွမ်းအားမြတ်တရား”** အစွမ်း  
 ပါပဲ။



## ခန္ဓာကိုယ်ထဲဘောလုံးပွဲ

- \* ခန္ဓာကိုယ်ထဲ၊ ဘောလုံးပွဲ၊ ဆင်နွှဲတတ်ပါစေ။
- \* စိတ်ဘောလုံးမှာ၊ ကန်စရာ၊ ပတ်ချာလှည့်၍နေ။
- \* အဖြူအသင်း၊ အမည်းသင်း၊ နှစ်သင်းယှဉ်ပြိုင်နေ။
- \* အဖြူအသင်း၊ ပေါဆခြင်းကြောင့်၊ ညံ့ဖျင်းသွားကာ အမည်းသာ များစွာရိုးသွင်းနေ။
- \* ရိုးခွဲပြန်က အပူရ(အပါယ်ကျ)ခုကွပင်လယ်ဝေ။
- \* အဖြူအသင်း စိတ်အားတင်းသော် အနိုင်ပေါ် ခွင်ဖျော်အားတက်ပေ။
- \* အမည်းအသင်း ရိုးပြန်သွင်းက လုံ့လကိုတွန်း၊ သတိစွမ်း၊ ရိုးမမ်းတတ်ပါစေ။
- \* ဒါနတစ်ဖြာ၊ သိက္ခာသုံးပါး၊ စွမ်းအားကိုညှစ်၊ ကျွီးစားတက်ရင်း၊ သတိခင်း၊ ရိုးသွင်းလိုက်ပါလေ။
- \* စွမ်းရည်ခိုင်းဆု၊ ရအောင်လု၊ ကောင်းမှုပိုင်ပါစေ။

## တိပိဋက (ယောဆရာတော်)

ပေါ်စန်းစန်းမေ၊ (နဝဂ်သုခဆေးတိုက်)၊ (ဇွာ)၊  
ဘုန်းကြီးလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ကောင်းမှု။