

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏
စိတ်အေးစရာ သာသနာ



တိပိဋက ဓမ္မလက်ဆောင် (၄၇)

ပထမအကြိမ် ဓမ္မဒါန
အုပ်ရေ (၂၀၀၀၀)

(တိပိဋကယောဆရာတော်၏ ရဟန်းသက် ၄၅-နှစ်ပြည့်
နှင့် မန္တလေးမြို့ မစိုးရိမ်ကျောင်းတိုက်ကြီး၏
နှစ်-၁၀၀ပြည့် အထူးလက်ဆောင်)

သာသနာ ကောဇာ ၁၇၆
၂၅၅၁ ၁၃၆၉ - ၃နှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလ ၂၀၀၇ - ၃နှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ

မာတိကာ



၁။	ငါကားလူသား ငါလူသား (လှပဲလှပဲရင် ဖြစ်ရမှာပေါ့)	၅
၂။	မကောင်းပဲ မများချင်နဲ့	၁၄
၃။	စိတ်အေးစရာ သာသနာ	၂၅
၄။	အသိထူးခြား မြတ်တရား	၃၇
၅။	လိမ္မာယဉ်ကျေး ကြက်တူရွေး	၄၄
၆။	စာသိ ကျင့်သိ ၂-မျိုးညှိ	၅၂
၇။	အဆိုးဖြင့်စမ်း တရားစွမ်း	၅၉
၈။	လိမ္မာယဉ်ကျေး မျောက်ကလေး	၇၁
၉။	အရိုင်းကင်းပျောက် အယဉ်ရောက်	၈၅

၁၀။	လိမ္မာယဉ်ကျေး ဖားကလေး	၉၄
၁၁။	ဘဝဇာတ်နဲ့ ပုံစံစုံ	၁၀၁
၁၂။	အမှားပြင်က နောက်မကျ	၁၂၂
၁၃။	ချိန်သီးလက်တံ စွမ်းအားမှန်	၁၃၅



တိပိဋကယောဆရာတော်၏

စိတ်အေးစရာ သာသနာ

တိပိဋက ဓမ္မလင်္ကာစောင် (၄၇)



နမော သန္တုဗ္ဗေဒေသကဿ

သုဝေါ ဝဒတိ ဝါစမ္ပိ၊
မက္ကဇောပိစ နစ္စကော။
မနုဿေဟိ သုသိက္ခိတော၊
ကော အဒန္တော မဟာမုနိ။



၁။ ငါကားလူသား၊ ငါလူသား
(လှပဲလှပဲရင် ဖြစ်ရမှာပေါ့)

🔹 ကြက်တူရွေးပင်၊ စကားသင်ငြား၊
လူစကား၊ ပြောကြားတတ်ပေ၏။
🔹 မျောက်ကလေးပင်၊ လူတို့သင်ငြား၊
လူအလား၊ ထူးခြားက-တတ်၏။
🔹 ကောင်းစွာလေ့လာ၊ ကောင်းစွာကျင့်ငြား၊
ငါလူသားမှာ၊ မစွမ်းရာ၊

မနုဿေဟိ - စကားကျွမ်းကျင်၊ စွမ်းအင်
ထူးခြား၊ လူအများတို့က၊ သုသိက္ခိတော -
ကောင်းစွာမချွတ်၊ သင်ပေးအပ်ပါပေသော၊
သုဝေါပိ - အသိကင်းဝေး၊ တောထဲက ကြက်
တူရွေးငှက်ပင်သော်လည်း၊ ဝါစံ-သင်ပြအပ်
ငြား၊ လူစကားကို၊ ဝဒတိ-အများတကာ၊ နား
လည်လာအောင်၊ ကောင်းစွာမချွတ်၊ ပြောပြ
တတ်ပါသေး၏။

မနုဿေဟိ - အကကျွမ်းကျင်၊ စွမ်းအင်
ထူးခြား၊ လူအများတို့က၊ သုသိက္ခိတော-
ကောင်း စွာမချွတ်၊ သင်ပေးအပ်ပါပေသော၊
မက္ကဇောပိ - အသိထုံထိုင်း၊ တောထဲက

ဘယ်ဟာ -ဘာမရှိ။
🔹 **လိမ္မာယဉ်ကျေး၊ အစဉ်အေးကာ၊**
စိတ်ချမ်းသာ၊ ကောင်းစွာရနိုင်၏။
🔹 **စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာကြောင့်၊**
ကောင်းစွာကျင့်ရန်၊ အကျင့်မှန်၊
ကေန်အကုန်ရှိ။
ကိုယ့်အောက်ယုတ်နိမ့်တဲ့ တိရစ္ဆာန်
သတ္တဝါလေးတွေကိုကြည့်ပြီး ကိုယ့်ဟာကိုယ်
အားပေးတဲ့ ဂါထာလေးတစ်ခုပါ။
ယုတ်ညံ့အောက်တန်းကျတဲ့ တိရစ္ဆာန်
သတ္တဝါလေးတွေတောင် လမ်းညွှန်ကောင်း
ရရင် လိမ္မာယဉ်ကျေးပြီး အဖိုးတန်တွေဖြစ်
သွားနိုင်ကြသေးတယ်ဆိုရင် ဗုဒ္ဓအဆုံးအမကို

မျောက်ရိုင်းပင်သော်လည်း၊ နစ္စကော-လူ
အများက၊ သဘောကျအောင်၊ ကပြတတ်
ပါသေး၏။

မနုဿေဟိ - အကျင့်လည်းရှိ၊ စွမ်းအား
ပြည့်၍၊ အသိထူးခြား၊ ပညာရှိလူအများတို့က၊
သုသိက္ခိတော - နည်းမှန်လမ်းမှန်၊ စနစ်မှန်
အောင်၊ စွမ်းအားဆောင်ကာ၊ ကောင်းစွာ
မချွတ်၊ သင်ပေးအပ်ပါပေသော။ မဟာမုနိ -
အသိထူးလှ၊ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏၊ ဆုံးမနာယူ၊ လုံ့လ
ကူငြား၊ ငါကဲ့သို့သော လူသားသည်ကား၊
ကော အဒန္တော - အဘယ်မှာလျှင် မလိမ္မာ
မယဉ်ကျေးဘဲ ရှိရာအံ့နည်း။ ဒန္တော ဝေ -

နာယူမှတ်သား ဖြည့်ကျင့်ခွင့်ရနေတဲ့ ငါလို
လူသားတစ်ယောက် ဘာလို့ မလိမ္မာမယဉ်
ကျေးပဲ နေရမှာလဲ၊ ကေန် လိမ္မာယဉ်ကျေး
အေးချမ်းရမယ်၊ ဘာလို့ အဖိုးမတန်ပဲ နေရ
မှာလဲ၊ ကေန် အဖိုးတန်ရမှာပေါ့လို့ ကိုယ့်
ဟာကိုယ် အားပေးတာပါ။
အသိထူးခြားတဲ့လူတွေက စကားပြော
တတ်အောင်သင်ပေးရင် အသိကင်းဝေးတဲ့
တောထဲကကြက်တူရွေးငှက်တောင်မှ အများ
နားလည်အောင် စကားပြောတတ်ပါသေး
တယ်။ ပြောတော့လဲ သင်ပြပေးသူက “ရွှေခဲ”
တို့ “တိုက်ကျော်” တို့လောက် သင်ပြပေးရင်
ကြက်တူရွေးကလဲ ဒီလောက်ပဲ ပြောတတ်မှာ

စိတ်အစဉ်အေး၊ ယဉ်ကျေးရမည်သာလျှင်၊
ဟောတိ - စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာကြောင့်၊
ကောင်းစွာမသွေ့၊ ဖြစ်ရပါပေသတည်း။

ပေါ့။ ရတနာ ၃-ပါးနှင့် ဆက်စပ်တဲ့ တရား
စကားကို သင်ပေးရင်တော့ ရတနာ ၃-ပါးနှင့်
ဆက်စပ်တဲ့ တရားစကားကိုလဲ ကြက်တူရွေး
က ပြောတတ်မှာပါ။
ပြီးတော့ အသိထူးခြားတဲ့လူတွေက က၊
တတ်အောင်သင်ပေးရင် အသိထုံထိုင်းတဲ့
တောထဲကမျောက်ရိုင်းတောင် အများသဘော
ကျအောင် ကပြတတ်ပါသေးတယ်။
တစ်နည်းပြောရင်တော့ သာသနာနှင့်တွေ
ကြုံခွင့်ရရင် ကြက်တူရွေးတို့မျောက်တို့တောင်
စိတ်အေးရတတ်ပါတယ်။ လူဆိုတာတော့
မပြောနဲ့။ ကေန်စိတ်အေးရပြီးသား။ အပြန်အား
ဖြင့် သာသနာနှင့်တွေကြုံခွင့်မရရင် လူတောင်

စိတ်မအေးရဘူး။ တိရစ္ဆာန်ဆိုတာတော့ မပြောနဲ့တော့၊ ဒီလိုပြောရင်လဲ ဖြစ်တာပါပဲ။

ဦးပဉ္စင်းဟာ အသက် ၁၈-နှစ်အရွယ် ၁၃၂၂-ခု နယုန်လဆန်း ၈-ရက်နေ့က ဂန့်ဂေါ မြို့နယ် ကန်တောရကျောင်းတိုက်မှာ ပထမ ကန်တောရဆရာတော်ဘုရားကြီးကို ဥပဇ္ဈာယ် ပြုပြီး ဒုတိယအကြိမ် ရှင်သာမဏေပြုခဲ့ပါတယ်။ မိမိဟာ သက်တော် ၉၆-နှစ်ရှိ ပထမ ကန်တောရဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ နောက်ဆုံးတပည့်ပါ။ ဆရာဘုန်းကြီး ဦးနန္ဒိမာက “ရှင်သိရိန္ဒ” လို့ ဘွဲ့နာမည် ချီးမြှင့်ပေးပါတယ်။

အသက် ၁၄-နှစ်အရွယ် ၁၃၁၈-ခု နှောင်းတန်ခူးလဆန်း၁၄-ရက်နေ့က ဇာတိလက်ပန်

အများရဲ့ အားကိုးရာဖြစ်အောင်လဲ ကြိုးစား၊ ဒါမှ သင်္ကန်းဝတ်ရကျိုးနပ်မှာ၊ လူပဲ လုပ်ရင် ဖြစ်ရမှာပေါ့” တဲ့။

ဆရာတော်ကြီးတို့ရဲ့ မေတ္တာရိပ်အောက်မှာနေရတာဟာ ပြောမပြတ်တတ်လောက်အောင် အေးချမ်းလှပါတယ်။ နေ့စဉ် ပဲပြုတ်နှင့်ချဉ်ဟင်းလောက် ပင်တိုင်ထားစားနေရပေမယ့် ဆရာ့မေတ္တာရိပ်က မခွါချင်လောက်အောင် အလွန်ပျော်တယ်။ နောက်လဲ မကြာမကြာ ခေါ်ပြီး အားပေးဆုံးမပါတယ်။

ရွာကျောင်းမှာ လက်ပန်ဆရာတော် ဦးတိဿကို ဥပဇ္ဈာယ်ပြုပြီး ပထမအကြိမ် ကိုရင်ဝတ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီတုန်းက ခဏဝတ်တာပဲဆိုပြီး ဆရာဘုန်းကြီးက ဘွဲ့နာမည်မပေးခဲ့ပါဘူး။

ကန်တောရမှာ ဒုတိယအကြိမ် ကိုရင်ဝတ်တဲ့နေ့ ညဘုရားဝတ်တက်ပြီးတဲ့အချိန် တိုက်အုပ်ဆရာတော် ဦးဝိသုတက “လက်ပန်ကိုရင် လာခဲ့ဦး” လို့ခေါ်တာနဲ့ ဆရာတော်ထံ တစ်ပါးတည်း ရောက်သွားပါတယ်။ ယခုနှစ်အစိုးရစစ် သတ္တမတန်းစာမေးပွဲမှာ ကန်တစ်ကျောင်းလုံး တစ်ယောက်တည်းသာအောင်တဲ့ လက်ပန်သား ကျောင်းသားတစ်ယောက် ကန်တောရမှာ အမြဲတမ်းကိုရင်လာဝတ်တယ်



၂။ မကောင်းပဲ မချားချင်နို့

- 🔹 အကောင်းမပါ၊ များရုံသာ၊ ရှိလာသမျှ ဆင်းရဲသည်။
- 🔹 အကောင်းပါမှ၊ များလာကာ၊ မုချချမ်းသာမည်။
- 🔹 များလာဖို့ထက်၊ ကောင်းဖို့တွက်သော်၊ စွမ်းအားပေါ်၊ ရွှင်ပျော်အားတက်သည်။

ကြားလို့ ခေါ်တာပါတဲ့။

မေတ္တာ ကရုဏာ မုဒိတာ အလွန်အားကြီးလှတဲ့ ကန်တောရတိုက်အုပ်ဆရာတော်ကြီးဟာ မိမိကို ဝမ်းသာအားရ လှိုက်လှိုက်လဲ့လဲ့ ချီးမွမ်းအားပေးတဲ့စကားတွေ တော်တော်ကြာအောင် မိန့်ကြားပေးပါတယ်။ စပ်ရာစပ်ရာ ဆုံးမစကားတွေလဲ ပြောပေးတယ်။ ဆရာတော်ကြီးစကားတွေ ကြားရတော့ “ငါတော့ နေရာကောင်းရောက်ပြီဟဲ့” လို့ စိတ်ထဲမှာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကြုံးဝါးမိလောက်အောင် သိပ်ပြီးအားတက်သွားတာပေါ့။

နောက်တော့ ဆရာတော်ကြီးက အထက်မှာ ဖော်ပြခဲ့တဲ့ဂါထာကလေးကို ရွတ်

- 🔹 လောကအရာ၊ ဝေစုမှာ၊ ရှိတာရနိုင်သည်။
- 🔹 တရားအရာ၊ ဝေစုမှာ၊ သိတာရနိုင်သည်။
- 🔹 အရှိကိုနိုင်၊ အသိပိုင်၊ ကြံ့ခိုင်စွမ်းအားပြည့်ဝသည်။

ကိုရင်ဝတ်ပြီးလို့ နောက် ၁-ပတ်လောက်ရှိပြီဆိုရင်ပဲ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်ဖြစ်တဲ့ သက်တော်ရှည် ပထမကန်တောရဆရာတော်ကြီးက “လက်ပန်ကိုရင်ကို လွှတ်လိုက်စမ်း” လို့ ကိုရင်တစ်ပါးကို အခေါ်ခိုင်းလိုက်တယ်။ ဆရာတော်ကြီးက ဥပဓိရုပ်ခန့်ခန့်ကြီး၊ သက်တော်ရွယ်တော်ကြီးသလောက် ဣန္ဒြေသိက္ခာ

ရွတ်ပြီး အားပေးဆုံးမပါတယ်။ “ကြက်တူရွေးတောင် လူတွေက စကားသင်ပေးရင် စကားပြောတတ်သေးတာကွဲ့၊ တောထဲက မျောက်ရိုင်းတောင် လူတွေ အကသင်ပေးရင် အများသဘောကျအောင် ကတတ်သေးတယ်။ တိရစ္ဆာန်တောင် နည်းမှန်လမ်းမှန် သင်ပေးရင် တတ်သေးတာ လူဆိုတာတော့မပြောနဲ့၊ ဆရာသမားကောင်းတွေက သင်ပေးရင် တကယ်တတ်ပါတယ်။ ကြိုးစား၊ ဘာမှအားမငယ်နဲ့၊ ဘာမဆို လိုတာပြော၊ အနာဂတ်သာသနာက ကိုရင်တို့လက်ထဲမှာပဲ ရှိတယ်။ စာတတ်အောင်လဲ လုပ်၊ အကျင့်ကောင်းအောင်လဲ နေ၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် အားကိုးရအောင်လဲ နေ၊

ကြီးမား ရင့်ကျက်တော်မူတယ်။ တပည့်များကို ဆိုဆုံးမတဲ့အခါ ဖေါ်ဖေါ်ရွေရွေ ရွှင်ရွှင်လန်းလန်းနဲ့ စိတ်ဝင်စားအောင်၊ နားထဲပစ်သွင်းလိုက်သလို အသိစွဲသွားအောင် ပြောတတ်တယ်။ အဝေးကကြည့်ရင် အနားမကပ်ရဲလောက်အောင် ဥပဓိဣန္ဒြေ ရင့်ကျက်ကြီးမားသလောက် အနားရောက်သွားရင် အနားက မခွါချင်လောက်အောင် မေတ္တာ ကရုဏာ ဆွဲအား သိပ်ကြီးပါတယ်။ အေးအေးလေးနဲ့ နားဝင်အောင် ပြောတတ်တယ်။

ဆရာတော်ကြီးအနား ရောက်သွားတော့ “လက်ပန်ကိုရင် ပျော်ရဲ့လားကွဲ့” “မှန်ပါ၊ ပျော်ပါတယ်ဘုရား” “အေး--အေး၊ ပျော်

အောင်နေ၊ ပျော်အောင်နေတယ်ဆိုပေမယ့် အကုသိုလ်နဲ့ ပျော်တာတော့ မကောင်းဘူး၊ ကုသိုလ်နဲ့ ပျော်မှပဲ အကျိုးရှိမယ်၊ ဒါကြောင့် ကုသိုလ်နဲ့ ပျော်အောင်နေနော် ကိုရင်”

“မှန်ပါဘုရား”

“လက်ပန်ကိုရင်! မကောင်းတာ ၁၀၀ နဲ့ ကောင်းတာတစ်ခုဆိုရင် ဘယ်ဟာကို ယူမလဲ၊ ဘယ်ဟာကို ပိုကြိုက်သလဲ”

“ကောင်းတာတစ်ခုကိုပဲ ယူမှာပါဘုရား၊ ကောင်းတာကိုပဲ လိုချင်ပါတယ်၊ မကောင်းတာတော့ ဘယ်လောက်များများ မလိုချင်ပါဘုရား”

“အေး--အဲဒါမှန်သကဲ့! မကောင်းတာ

ပစ္စည်းအရှိန်တော့ သတိဉာဏ်နဲ့ပဲ ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာစွမ်းအား ကျန်နေခဲ့ အောင် အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးနိုင်ရမယ်။ ပစ္စည်း အရှိအပေါ် ကိုယ်က သတိဉာဏ်နဲ့ အနိုင် မယူနိုင်ရင် ကြောင့်ကြရ၊ ပူပန်ရ၊ စောင့်ရှောက်ရ၊ ခိုက်ရန်ဖြစ်ရ၊ လက်နက်ကိုင်ရ၊ စိုးရိမ်ကြေကွဲဝမ်းနည်းရ၊ ငိုကြွေးရဆိုတဲ့ အပူတွေနဲ့ ညှပ်ဖိနှိပ်စက်တာ ခံနေရမယ်။ သတိဉာဏ်ကင်းမဲ့ရင် ရှိချင်တာလဲ ကိုယ်ပဲ၊ အရှိကို မနိုင်တာလဲ ကိုယ်ပဲ၊ အရှိကြောင့် ဆင်းရဲပူလောင်နေရတာလဲ ကိုယ်ပဲ ဆိုတာမျိုးဖြစ်သွားမယ်။ ရှိဒုက္ခဟာ မရှိဒုက္ခထက် အခံရခက်တတ်တယ်။ သာသနာဆိုတာ အရှိကို

၁၀၀ဆိုတာအရေအတွက်များပေမယ့် အရည်အသွေးမပါတော့ ကိုယ့်မှာရှိလာသလောက် ကြောက်ရတယ်၊ အကောင်းတစ်ခုက နည်းပေမယ့် အရည်အသွေးပါတော့ ရှိရင် စိတ်အေးရတယ်၊ အဆိုးတွေ တိုးလာသလောက် ဆင်းရဲရမယ်၊ အကောင်းတွေ တိုးလာသလောက်ပဲ ချမ်းသာရမယ်၊ များဖို့ထက် ကောင်းဖို့ ဦးစားပေးကြိုးစား၊ မကောင်းပဲ မများချင်နဲ့ အရေအတွက်များဖို့ထက် အရည်အသွေးရှိအောင် ကြိုးစားနော်” လို့ ဆုံးမတော်မူတယ်။

နောက်တစ်ခါ ဆရာတော်ကြီးက “လက်ပန်ကိုရင်! ဘာလုပ်ဖို့ ပညာသင်ရတာလဲ” လို့

အနိုင်ယူတတ်ဖို့ လောကထဲမှာ ပေါ်လာတာပါ။ ဒါကြောင့် စိတ်အေးစရာဖြစ်ရတာပါ။

ဒုတိယအကြိမ် ကိုရင်ဝတ်စက သက်တော်ရှည် ပထမကန်တော့ဆရာတော်ကြီး မိန့်ကြားခဲ့တဲ့ -

(၁) “များဖို့ထက် ကောင်းဖို့ အရေးကြီးတယ်” ဆိုတဲ့ လမ်းညွှန်ချက်နဲ့

(၂) “အရှိကို အသိက အနိုင်ယူရမယ်” ဆိုတဲ့ ဘဝအသုံးချ နည်းဗျူဟာစကားများဟာ ရိုးစင်းနေပေမယ့် ဘဝအမြင်ရှင်းသွားစေပါတယ်။ နောက်လဲ မကြာမကြာ အနားခေါ်ဆုံးမပါတယ်။ ကိုရင်ဝတ်ခါစက ဆရာတော်ကြီး ၂-ပါးနှင့် တွေ့ခွင့်ရတာဟာ မိမိအတွက် တန်ဖိုး

ကိုယ့်ဟာကိုယ် မေးခွန်းထုတ်ပြီး “ ပညာသင်တယ်ဆိုတာ အရှိကို အသိက အနိုင်ယူဖို့ သင်ရတာ၊ အရှိကိုနိုင်တဲ့ အသိကမှ ပညာအစစ်ဖြစ်တယ်၊ အရှိကို အသိက မနိုင်ရင် အရှိနှိပ်စက်တာ ခံနေရတယ်၊ ကိုယ့်မှာ ရှိလာသမျှ အသိကနိုင်နေအောင် ပညာတကယ် တော်အောင်ကြိုးစား၊ ဒါမှ သင်္ကန်းဝတ်တာ အကျိုးရှိမယ်” လို့ ကိုယ်တိုင်ဖြေကြားဆုံးမခဲ့ပါတယ်။ မိမိစိတ်ထဲမှာ အသိစွဲသွားပါတယ်။

အရှိဆိုတာ ကံက အကန့်အသတ်နဲ့ပေးထားလို့ နေ့စဉ် ပြုပြင်စောင့်ရှောက်နေရတဲ့ ခန္ဓာအရှိရယ်၊ ခန္ဓာကိုအရင်းတည်ပြီး ကံအား၊ ဉာဏ်အား၊ လုံ့လအားနဲ့ ရှာဖွေစုဆောင်းထား

မဖြတ်နိုင်တဲ့ ဆုလာဘ်ကြီးများပါ။ ပညာရှိသူတော်ကောင်းကြီးတွေဟာ တစ်ခဏလေးတွေဆုံခွင့်ရရင်တောင် နိဗ္ဗာန်မရောက်မချင်း တစ်သံသရာလုံး အစောင့်အရှောက်ပေးနိုင်တာကိုး။

လောကဝေစုဆိုတာ အရှိအတိုင်း ယူရတာ။ ရှိတာကိုယူရတော့ ရှိတဲ့အတိုင်းပဲ ရမှာပဲ။ တကယ်ရှိနေတာက ဒုက္ခအပူတွေပဲဆိုတော့ ဒုက္ခအပူတွေကိုပဲ အမြဲရနေတော့မှာပါ။ တရားဝေစုကတော့ အရှိထဲက အသိနဲ့နှိုက်ယူသလောက်ပဲ ရနိုင်ပါတယ်။ ရှိသလောက်မရဘဲ သိသလောက်ပဲ ရနိုင်တယ်။ အရှိကို အသိက နိုင်နေမှလဲ အရှိထဲ စေ့စေ့စပ်စပ်

တဲ့ စီးပွားဥစ္စာအရှိရယ်၊ ကိုယ်နှင့်ဆက်စပ်ပြီး ပေါ်ပေါက်လာတဲ့ ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေအရှိတွေ၊ လူဆိုရင် သားသမီးအရှိတွေ၊ ရဟန်းဆိုရင် တပည့်တပန်း သီတင်းသုံးဖော်အရှိတွေ အားလုံးပေါ့။ အတွင်းရှိ အပြင်ရှိလို့ အကျဉ်းချုံးပြောရင်လဲ ရတာပါပဲ။

ခန္ဓာအရှိရဲ့ သဘာဝအမှန်ကို ဉာဏ်အသိက နိုင်နင်းလွှမ်းမိုးထားနိုင်ရင် ခန္ဓာနှိပ်စက်သမျှ လူးလိုမ့်ခံနေရမယ်။ ဉာဏ်အမြင်ကန်းတဲ့ ခန္ဓာဝန်ထမ်းဟာ အလွန်ပင်ပန်းလှပါတယ်။ ခန္ဓာအရှိကို သတိဉာဏ်နဲ့သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာပေါ်အောင် အနိုင်ယူ လွှမ်းမိုးထားရမယ်။

နှိုက်ယူတတ်မယ်။ ဒါမှ စိတ်အေးစရာ တရားဝေစု ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရနိုင်မယ်။



၃။ စိတ်အေးစရာ သာသနာ

မိတ်ကောင်းကိုရှာ၊ တရားနာ၊
ကောင်းစွာစိတ်ကိုထား။

အသိအကျင့်၊ ဘက်စုံမြင့်၊
ဆင့်ဆင့်ပညာပွား။

စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာကြောင့်၊
ကောင်းစွာကျင့်ကြံ၊ အကျင့်မှန်၊
ကော်နအားရှိသွား။

ရင် “ညီမက ဘာတရားအားထုတ်သလဲ”
“အစ်မက ဘယ်တရားလက်ကိုင်ထားလဲ”
“မ-ဘယ်သူက ဘယ်တရားနဲ့ ဘဝကိုအသုံးချ
နေသလဲ” လို့ မေးကြတာတဲ့။

တကယ်လို့များ တစ်ယောက်ယောက်က
အဖြေပေးတယ်ဆိုပါတော့။ “စားဝတ်နေရေး၊
စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးတွေနဲ့ ဖပ်ဖပ်မော လုံး
လည်ချာလည်လိုက်လို့၊ အချိန်မရတော့ ဘယ်
တရားမှ အားမထုတ်နိုင်ပါဘူး” လို့ ပြောလိုက်
မိရင် အားမနာတမ်း ဝိုင်းပြီး အပြစ်တင်စကား
ပြောကြတာတဲ့။

“မိရတ္တု တဝ ဇီဝတံ - သင့်အသက်ရှင်
ခြင်းဟာ သိပ်စက်ဆုပ်စရာကောင်းတယ်။

သာသနာဆိုတာ လူ့လုပ်ငန်းအစီအစဉ်၊
လူသွားလမ်းကြောင်း၊ လူ့ဦးတည်ချက်၃-မျိုး
ကိုသတ်မှတ်ပေးတာပါ။ သာသနာဆိုတဲ့တရား
ဟာ လောကကို အနိုင်ယူဖို့ ပေါ်လာတာဖြစ်
တယ်။ လူ့ရဲ့အဓိကအင်အားကလဲ တရားပဲ။
တရားစွမ်းအားရဖို့ လက်တွေ့ကျင့်ရမယ်။
ကျင့်တတ်တဲ့အသိ သိုမှီးထားရမယ်။ တရား
နှင့် အဆက်အသွယ်ရထားရမယ်။ ဆက်သွယ်
ပေးသူရှိရမယ်။ ဒါဆိုရင်စိတ်အေးစရာ တရား
စွမ်းအားရမှာ သေချာပေါက်ပါ။

တရားနှင့်ဆက်သွယ်ပေးတဲ့ ပညာရှိသူ
တော်ကောင်းတွေနှင့်တွေ့ရမှ တရားနာယူရ
တဲ့ အဆက်အသွယ်ရမယ်။ လူ့တစ်ကိုယ်လုံး

ကိုယ်ကလဲ လိုသမျှ ပေးထားရ ကျွေးထားရ
သေး၊ ကိုယ့်ကိုလဲ အမြဲနှိပ်စက်ခြိမ်းခြောက်နေ
သေး၊ ကိုယ့်ရန်သူ ကိုယ်ပြန်ကျွေးနေရတာ
ရှုံးတယ်” တဲ့။ ဟုတ်ပါတယ်။ ကိုယ်ကသာ
ပေးပြီး သူ့ဆီက ဘာမှပြန်မရရင် တကယ်
ရှုံးတာပါ။ ဆိုကြပါစို့၊ ၁၀-သိန်းပေးဝယ်ထား
ရတဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုကို ၁-သိန်းနဲ့ ပြန်ရောင်း
ရရင် ရှုံးတယ်ပဲ ပြောကြမှာပါ။ ရှုံးပေမယ့်
၁၀-ပုံ ပုံ ၁-ပုံတော့ ပြန်ရပါသေးတယ်။ ကိုယ့်
ခန္ဓာကို နေ့စဉ် ထောင်ကုန် သောင်းကုန်ခံ
ကျွေးနေရတော့ ကိုယ့်ခန္ဓာက ကိုယ့်ကို ဘာ
တွေများပြန်ပေးလို့လဲ။ အညစ်အကြေးတွေ
ပြန်ပေးလိုက်၊ အပူ အရှုပ် အညစ်တွေ ပြန်

တရားသွင်းစရာ မျက်စိ နား ၂-ပေါက်ပဲရှိတာ။
တရားနာကြားတယ်လို့ပြောလိုက်ရင် တရား
စာဖတ်တာလဲ ပါသွားတာပဲ။ တရားဆက်
သွယ်ရေးရမှ စိတ်ကို နည်းမှန်လမ်းမှန်ကောင်း
မွန်အောင် ထိန်းသိမ်းတတ်၊ ထားတတ်တယ်။
စိတ်ထားတတ်တယ်ပေါ့။ ဒါမှလက်တွေ့အသုံး
ချပြီး ကျင့်တတ်တယ်။ ကျင့်တတ်သလောက်
ကျင့်နိုင်သလောက် စိတ်အေးစရာစွမ်းအား
တွေ ရောက်လာမှာသေချာပေါက်ပါ။ ရအောင်
ယူတဲ့ပညာ၊ ထိန်းသိမ်းတဲ့ပညာ၊ အသုံးချတဲ့
ပညာကနေပြီး ထိုးထွင်းသိတဲ့ပညာထိ တက်
နိုင်လို့ လုံးဝစိတ်အေးရမှာဖြစ်တယ်။

ဘုရားလက်ထက်တုန်းက ကုရတိုင်းဆို

ပေးလိုက်၊ အို နာ သေ ဒုက္ခတွေပြန်ပေးလိုက်
နဲ့ ကိုယ်မလိုချင်တာတွေချည်း ပြန်ပေးနေ
တယ်။ ကိုယ်က သူ့ကို ကျွေးထားရပေမယ့်
သူ့ဆီက အပုံ ၁၀၀၀-ပုံလို့ ၁-ပုံတောင် ပြန်
ပေးရဲ့လား။ ဒါက ပိုမရှုံးဘူးလား။ ဟုတ်
တယ်။ သိပ်ရှုံးတာပေါ့။

ပြီးတော့ “ဇီဝမာနာပိ တွံ မတသဒိသာ
= သင်ဟာအသက်ရှင်တယ် ဆိုရပေမယ့်
အသေကောင်ကြီးနှင့် အတူတူပဲ။ စိတ်အေး
စရာ ဘာတစ်ခုမှရအောင် မယူနိုင်ရင် အသေ
ကောင်နှင့် ဘာထူးသေးသလဲ” လို့ ကဲ့ရဲ့ကြ
တာတဲ့။

ဟုတ်တယ်။ တရားအကုန်လုံးကို သတိ

တာရှိတယ်။ သတိပဋ္ဌာန်အလုပ် အလွန်ခေတ်
စားနေတဲ့နေရာပေါ့။ အိမ်ရှင်မတွေ အချင်းချင်း
တွေ့ကြတဲ့အခါ သားသမီးစကား၊ စီးပွားရေး
စကားတွေ မပြောကြဘူး။ ဒါတွေက တစ်သံ
သရာလုံး ပြောခဲ့တဲ့စကားတွေပဲ။

တရားလမ်းညွှန်ပေးတတ်တဲ့ ပညာရှိ သူ
တော်ကောင်းတွေထံက ဘဝအသုံးချ သတိ
ပဋ္ဌာန်တရားတွေ နာကြားခွင့်ရကြတာဖြစ်လို့
တရားအသိ ထူးထူးခြားခြားရရှိထားကြတယ်။
စကားပြောတော့လဲ တရားစကားပဲ ပြောကြ
သတဲ့။ လူ့ဘဝမှာ တကယ်စကားတစ်ခုလုပ်
ပြီး ပြောစရာက တရားပဲရှိတာ။ အိမ်ရှင်မ
တွေ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် တွေ့ကြ

က ချုပ်ကိုင်ထားတာဆိုတော့ သတိမရှိရင်
အသိတွေသေကုန်ပြီပဲ။ ပကတိအသေကောင်
ကြီးဟာ ဘာတစ်ခုမှ မစွမ်းဆောင်နိုင်တော့
သလို သတိကင်းလို့ အသိသေနေသူဟာလဲ
အားကိုးစရာတရားစွမ်းအားရဖို့ ဘာမှမစွမ်း
ဆောင်နိုင်ဘူး။ သတိဆိုတာ အသိထဲအသက်
သွင်းပေးတာ။

“တရားအလုပ် ဘာမှမလုပ်နိုင်ဘူး” လို့
သာ အဖြေပေးမယ်ဆိုရင်“သူများတွေမှာလက်
ထဲမှာ ကိုင်ထားတာ ကုသိုလ်ထုပ်ဖြစ်ရမယ်
ဆိုပြီး တည်ငြိမ်ရင့်ကျက်အေးချမ်းစွာနဲ့ စွမ်း
အားတွေရအောင် ယူနိုင်ပါရက်သားနဲ့ သင်
တစ်ယောက် တယ်ညွှံဖျင်းပါလား။ သင့်သန္တာန်



မှာ သာသနာကွယ်နေပြီ” ဆိုပြီး ဝိုင်းကဲ့ရဲ့ကြ တယ်ဆိုပါ။

ဒီလို မေးလိုက်လို့ တစ်ယောက်ယောက် က ဖြေတယ်ဆိုပါတော့။ “ကာယာနုပဿနာ ကိုင်နေရတာပေါ့။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ လှုပ်တိုင်း လှုပ်တိုင်း ဘယ်ဟာမှ အလွတ်မခံနိုင်ဘူး။ ဘယ်ပစ္စုပ္ပန်မှ အလွတ်မခံနိုင်ဘူး။ အား အောင်လဲ မစောင့်နိုင်ဘူး။ အို နာ သေထက် ကိုယ်က လက်ဦးထားမှ ဖြစ်မှာ”

“ခန္ဓာကရှိနေတော့ ခန္ဓာအလုပ်လဲ လွှတ် ထားလို့ ဖြစ်တာမှမဟုတ်ပါ။ ခန္ဓာအလုပ်ထဲ ဉာဏ်လေးထည့်ပြီးတော့ ကာယာနုပဿနာ ဖြစ်အောင် လုပ်ရတာပဲ။ ဝေဒနာနုပဿနာ




၄။ အသိထူးခြားခြင်း ခြုံငုံတရား

-  ပစ္စည်းခန္ဓာ၊ ကိုယ့်မှာအရှိ၊ အမှားကြည့်လတ်၊ မသိတတ်ကာ သုံးမရ၊ ဒုက္ခရောက်တတ်သည်။
-  ပစ္စည်းခန္ဓာ၊ ကိုယ့်မှာအရှိ၊ အမှန်ကြည့်ကာ၊ အသိထူးခြား၊ မြတ်တရား၊ ထင်ရှားပေါ်လာသည်။

ကိုင်ထားရတာပဲ။ စိတ်ကလေးကို ဘယ်အချိန် မှ အလွတ်မခံဘဲ သတိဉာဏ်နဲ့ စောင့်ကြည့် ပြီး ရှုနေရတာပဲ” လို့ ပြောလိုက်ရင် ဝိုင်းပြီး ချီးမွမ်းစကားပြောကြတာတဲ့။

“တဝ ဇီဝိတံ သုဇီဝိတံ = သင်ရဲ့ အသက်ရှင်ခြင်းဟာ ကိုယ့်ကို ပြန်ကယ်မယ့် အသက် ဖြစ်နေလို့ ကောင်းတဲ့အသက်ရှင်ခြင်း ပဲ။ ကိုယ့်ကို ငြိမ်းအေးချမ်းသာအောင် ဒုက္ခ အကုန်လွတ်အောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ အားကိုးစရာ အသက်ကလေးဖြစ်နေတယ်။ သင့်ရဲ့ အသက်ရှင်ခြင်းဟာ အလွန်စွမ်းအား ကောင်းတယ်။ အသက်ရှင်ရကျိုးနပ်တယ်” တဲ့။ ဟုတ်ပါတယ်။ လူဆိုတာ တရားနှင့်

 အရှိကိုနိုင်၊ အသိပိုင်၍၊ ကြံ့ခိုင်ထူးခြား၊ တရားရှိမှ၊ စွမ်းအားရ၊ မုချချမ်းသာမည်။

သတိပဋ္ဌာန်တရား အလွန်ခေတ်စားနေ တဲ့ အဲဒီအချိန်တုန်းက ကုရတိုင်းမှာ ဘိက္ခုနီ အမြောက်အမြား စုပေါင်းသီတင်းသုံးနေထိုင်တဲ့ ကျောင်းတိုက်တစ်တိုက်ရှိတယ်။ ဘိက္ခုနီရှိရင် သိက္ခမာန် သာမဏေရီတို့လဲ ရှိရမှာပါပဲ။ အချိန်နှင့်ဘဝကိုမဖြုန်းတီးပဲ ပရိယတ် ပဋိပတ် ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း ၂-ရပ်ကို အစွမ်းကုန် ကြိုးစား အားထုတ်နေကြပါတယ်။

သာသနာနှင့် တကယ်တွေ့နေရသူဟာ အချိန်၊ ဘဝ၊ ပစ္စည်းကို လုံးဝမဖြုန်းတီးကြ

အတန်ဆုံးဖြစ်လို့ သတိဉာဏ်နဲ့ အသိထဲ အသက်သွင်းပေးမှ ဘဝအနှစ်တရား စွမ်းအား ရနိုင်မယ်။ ဒါမှလဲ အသက်ရှင်ရတာ တန်ဖိုး ရှိမယ်။ တရားဆိုတာ အဆိုးအားလုံးကို အနိုင် ယူနိုင်တာဖြစ်လို့ လူ့အရိန်အဝါပါပဲ။ လူ့စွမ်း အားတန်ခိုးလို့ ပြောရင်လဲ မှန်တာပါပဲ။

ပြီးတော့ “တဝတ္ထာယ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဥပ္ပန္နော = မြတ်စွာဘုရားဟာ သင်လို သူတော် ကောင်းအတွက် ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်တော်မူ ခဲ့တာ။ သင်ဟာ သိပ်ကောင်းမြတ်တဲ့ ဘဝ ကောင်းကို ရတာပဲ” လို့လဲ ချီးမွမ်းစကား ပြောကြားကြပါသတဲ့။ ဟုတ်ပါတယ်။ ဘုရား သာသနာနှင့် တွေ့ရသူဟာ ရတနာကြောပေါ်

ပါဘူး။ သာသနာနှင့် မတွေ့ရသူတွေသာ ရသမျှ ရှိသမျှ အကုန်ဖြုန်းပစ်နေကြတာပါ။ ဖြုန်းတယ်ဆိုတာ အလကားကုန်သွားတာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကို လောင်မြိုက်မယ့်အပူ တွေကို စုနေတာဖြစ်တယ်။

ဉာဏ်ပညာအသိဆိုတာ၊ အထူးအားဖြင့် တရားပိုင်းဆိုင်ရာ ဉာဏ်ပညာအသိဆိုတာ ကိုယ့်အရိတွေကို အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးဖို့၊ အဖိုး တန်အောင်အသုံးချဖို့သာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရိ ကို တကယ်နိုင်မှလဲ ပညာအစစ်ပါ။

တရားအသိမရှိရင် ကိုယ့်ရဲ့ ခန္ဓာနှင့် ပစ္စည်းအရိကို နည်းမှန်လမ်းမှန် မကြည့်တတ် လို့ အသိလွဲချော်နေတတ်တယ်။ အရိနှင့်

ရောက်နေပြီပဲ။ ကိုယ့်ခန္ဓာ၊ ကိုယ့်ပစ္စည်းထဲက လိုရာတရားကို လိုသလောက် ဉာဏ်နဲ့ဖော် ထုတ်ယူရုံပါ။



အသိ အံ့ကိုက်မဖြစ်တော့ အရိအောက်မှာ အသိရောက်ပြီး အရိရဲ့ဖိစီးမှုကြောင့် မွန်းကျပ် ပူလောင်နေရတတ်တယ်။ အရိကို အဖိုးတန် အောင် မသုံးနိုင်ပဲ အရိဆိုတဲ့အထုပ်ကို ထမ်း ပြီး ဆင်းရဲပင်ပန်းနေတတ်ပါတယ်။ အရိတွေ ရှုပ်ပွပြီး ဒုက္ခရောက်တတ်ပါတယ်။ အထုပ် ကို ထမ်းလို့မနိုင်တော့ အရိတွေနဲ့ရမ်းကားပြီး အထမ်းသမားကနေ အရမ်းသမားလဲ ဖြစ်သွား တတ်ပါတယ်။ အသိမရှိရင် ရှိဒုက္ခဟာ မရှိ ဒုက္ခထက် ပိုအခံရခက်တတ်ပါတယ်။

တရားအသိလက်ဦးနေမှပဲ အသိအောက် မှာ ခန္ဓာနှင့်ပစ္စည်းအရိတွေ ရောက်သွားပြီး အရိကို အသိနဲ့ အဖိုးတန်အောင် အသုံးချနိုင်

မှာပါ။ ကိုယ့်ကို အာမခံတာဝန်ယူမယ့် တရားစွမ်းအားပေါ်အောင် ဖော်ပေးနိုင်မှ အသုံးချတယ်လို့ ခေါ်တာပါ။ အရှိတွေကုန်သွားရင် ကျမသွားဘဲ စွမ်းအားပြန်ရလာမှ စိတ်အေးရမယ်။ ကုန်ကျဖြစ်ရင် စိတ်အေးငယ်ရမယ်။ ကုန်ရဖြစ်မှ စိတ်အေးရှိမှာဖြစ်တယ်။ အရှိကို အသိကနိုင်မှ အစွမ်းသမားဖြစ်နိုင်မယ်။

စိတ်အေးရဖို့အတွက် ကိုယ့်အရှိတွေကို နိုင်ရုံနဲ့ မပြီးသေးဘူး။ ကိလေသာအပူကို နိုင်ဖို့လဲ လိုသေးတယ်။ ပုထုဠ်အနေနဲ့ ကိလေသာအပူကို လုံးဝ အနိုင်မယူနိုင်သေးပေမယ့် စိတ်နှင့်အပူ ခွါပေးရုံ ကန့်ပေးရုံ သန့်ပေးရုံ ထိန်းပေးရုံလောက်တော့ စွမ်းနိုင်ပါတယ်။

လိမ္မာယဉ်ကျေး၊ ကြက်တူရွေး၊ စိတ်အေးရပေ၏။

ဟောသူရှိမှ၊ နာယူရ၊ ဘဝအမြင်ရှင်းနိုင်၏။

တစ်ချိန်မှာ ကချေသည် ဇာတ်သမားတစ်ယောက်ဟာ တောထဲက ကြက်တူရွေးငှက်ကလေးတစ်ကောင်ကို ဖမ်းယူမွေးစားထားပြီး လူစကား သင်ပေးထားတယ်။ ဇာတ်သမားဆိုတော့ ဇာတ်သမားစကားလောက်ပဲ သင်ပေးတတ်မှာပေါ့။ တရားစကားတော့ ဘယ်သင်ပေးတတ်မလဲ။ ဇာတ်သမားက စကားသင်ပေးထားတဲ့ ကြက်တူရွေးဟာ တော်တော်ကြာလာတော့ လူ့စကားပြောတတ်တယ်။ သူများ

ဘုရားအား၊ တရားအားကို အကူအညီယူရမှာပေါ့။ အထူးအားဖြင့် သာသနာမှာ အားအကောင်းဆုံးဖြစ်တဲ့ သတိကို အကြိမ်များများ ကိုင်နိုင်အောင် စိတ်နှင့်သတိ အတွဲများအောင် လေ့ကျင့်ပေးနေရမယ်ပေါ့။ သတိနှင့် ကိလေသာ တွဲဖြစ်နိုင်တာမဟုတ်တော့ သတိဖြစ်တိုင်း ကိလေသာအပူကင်းပါတယ်။

အဲဒီ ကျောင်းတိုက်ထဲမှာ နေထိုင်ကြတဲ့ ဘိက္ခုနီ သိက္ခမာန် သာမဏေရီတွေဟာ အရှိတွေကိုလဲ အသိနဲ့ အနိုင်ယူနိုင်ဖို့၊ အပူတွေကိုလဲ သတိနဲ့ လွှမ်းမိုးနိုင်ဖို့၊ မမေ့မလျော့လေ့ကျင့်နေကြတယ်။ ပရိယတ်ကို ပဋိပတ်နဲ့ အသက်သွင်းလို့၊ ပဋိပတ်ကို ပရိယတ်နဲ့

တွေ ပြောတာလဲ နားလည်တယ်။ ဇာတ်သမားဟာ စကားအတော်ပြောတတ်နေတဲ့ကြက်တူရွေးကို သွားလေရာ ခေါ်သွားတတ်တယ်။ သွားရင်းသွားရင်းနဲ့ ခုနက ဘိက္ခုနီတွေ သီတင်းသုံးနေထိုင်တဲ့ ကျောင်းဝင်းထဲ ရောက်သွားတော့ အရိပ်ကောင်းတဲ့ သစ်ပင်တစ်ပင်အောက်မှာ အပန်းဖြေ အနားယူနေတယ်။ သူပြန်သွားတော့ ကြက်တူရွေးငှက်ကလေးကို ဘိက္ခုနီကျောင်းတိုက်ထဲမှာပဲ ချန်ထားခဲ့တယ်။ ကျန်နေခဲ့တာလဲ ဖြစ်နိုင်တယ်ပေါ့။

ကြက်တူရွေးကလေး ကျန်နေခဲ့တာ ကံကောင်းတယ်ဆိုရမယ်။ သာသနာနှင့်တွေ့ဖို့




မတိမ်းစောင်းအောင် ထိန်းကျောင်းလို့ နေ့ညမစဲ သဲသဲမဲမဲကြိုးစားနေကြပါတယ်။ သာသနာအတွက် အားတက်စရာလဲကောင်း၊ ကြည်ညိုစရာလဲ ကောင်းပေါ့။

အကြောင်းဖြစ်သွားလို့ပါ။ ဘိက္ခုနီတွေက ကြက်တူရွေးငှက်ကလေးကို မြင်ကြတော့ ကောက်ယူမွေးစား စောင့်ရှောက်ထားလိုက်ကြတယ်။ “ဗုဒ္ဓရက္ခိတ”လို့လဲ နာမည်ပေးထားလိုက်တယ်။ ဘုရားစောင့်ပေါ့။ ဘုရားရဲ့ အစောင့်အရှောက်ကို ရပြီပေါ့။ ဘုရားရဲ့ အစောင့်အရှောက်ရရင် ရတနာ ၃-ပါးလုံးရဲ့ အစောင့်အရှောက်၊ သာသနာရဲ့ အစောင့်အရှောက်ကိုလဲ ရပြီပေါ့။ စိတ်အေးစရာပဲ။

ဇာတ်သမားလက်ထဲကစ စကားပြောတတ်နေတဲ့ ကြက်တူရွေးငှက်ကို ဘိက္ခုနီ သိက္ခမာန် သာမဏေရီတွေက တရားစကားပါ သင်ပေးကြတယ်။



၅။ လိမ္မာယဉ်ကျေး၊ ကြက်တူရွေး

-  **လူတို့သင်ငြား၊ လူ့စကား၊ ပြောကြားတတ်ပေ၏။**
-  **လူတို့သင်ငြား၊ လူ့တရားလဲ၊ ပြောတတ်မြဲ၊ စိတ်ရွဲထက်သန်၏။**
-  **အကျင့်အမှန်၊ သင်ပေးပြန်လဲ၊ ကျင့်တတ်မြဲ၊ ထူးကဲအမှန်သိ။**

“ဟေ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! မင်းအခု ရောက်နေတဲ့နေရာဟာ အချိန်ဖြုန်းနေသူ၊ အပူစနေသူတို့ရဲ့ နေရာမဟုတ်ဘူး။ အချိန်နှင့်ဘဝကို အဖိုးတန်အောင် အသုံးချနေသူ၊ တရားစွမ်းအားစုဆောင်းနေသူတို့ရဲ့ နေရာသာဖြစ်တယ်။ သူတော်ကောင်းတွေထံ ရောက်နေသူဟာ ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်အတိုင်းအတာနှင့်ကိုယ်၊ ကိုယ့်အင်အားရှိသလောက် ဘဝကို အသုံးချနေမှာပဲ။ ဒါကြောင့် မင်းလဲ အလကားနေလို့ မဖြစ်ဖူး။ တရားအလုပ် လုပ်ရမယ်”

ပရိယတ်ဆိုတာ လမ်းတို၊ လမ်းရှည် ၂-မျိုးရှိတယ်။ ရိပ်သာတွေမှာ ယောဂီတွေ ရှုမှတ်တတ်ရုံ ဖြတ်လမ်းနည်းနဲ့ သင်ပြပေးတာ

က လမ်းတိုနည်းပေါ့။ လူတွေ လိုက်နာကျင့် သုံးတတ်အောင် ကောက်နှုတ်ချက်တွေ ဟော ပြောရေးသား လမ်းညွှန်ပေးရတာတွေဟာလဲ လမ်းတိုနည်းတွေပါပဲ။

ပရိယတ္တိစာသင်တိုက်ကြီးတွေမှာ အခြေခံကျမ်းစာတွေကစလို့ ပိဋက ၃-ပုံထိ ပို့ချ သင်ယူ ကြိုးစားနေကြရတာက လမ်းရှည်နည်း ပါ။ သာသနာ ကြာကြာတည်ဖို့အတွက် လမ်း ရှည်နည်းကိုပဲ အားကိုးနေရပါတယ်။

ဘိက္ခုနီတွေက ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေး လေးကို လမ်းတိုနည်းနဲ့ စာသင်ပေးကြတယ်။ သင်ပေးတဲ့တရားစာက တစ်ခွန်းတည်းရယ်။ “အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု” တဲ့။

ပရိယတ်ဆိုတဲ့ စာသိကို ပဋိပတ်ဆိုတဲ့ ကျင့်သိနှင့် တွဲပေးရမှာဖြစ်တယ်။ စာသိသာ ရှိပြီး ကျင့်သိမပါရင် စိတ်အားမပြည့်ပါဘူး။ အသိဟာ မရှင်သန်ဘဲ သေနေတတ်ပါတယ်။ စာသိမပါဘဲ ကျင့်ပြန်တော့ လမ်းမှားချွတ်ချော် တတ်တယ်။ စာသိနှင့်ကျင့်သိ တွဲမိမှပဲ အသိ တွေ့ရှင်သန်ပြီး စိတ်စွမ်းအားပြည့်ဝလာနိုင် ပါတယ်။

ဘိက္ခုနီတွေက ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေး လေးရဲ့ စာသိကို ကျင့်သိနှင့်ပေါင်းစပ်ပေးကြ တယ်။

“ကဲ- ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! လာဟေ့၊ အဲဒီ အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု ဆိုတာကို မြင်အောင်

“ကဲ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ၊ ဒါလေးကိုပဲ မင်းခဏခဏ ရွတ်ကွာ” လို့ သင်ပေးပြီး အဆိုခိုင်းကြတယ်။ ကြက်တူရွေးကလဲ သင်ယူပြီး နှုတ်တက်နေ အောင် မကြာမကြာ ရွတ်ဆိုနေတယ်။

သစ်ပင်ပေါ်ပျံသွားတော့လဲ “အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု” ၊ ဟိုနားဒီနားသွားတော့လဲ “အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု” ဒါချည်း ရွတ်နေတယ်။ ကိုယ့်နေရာ ကိုယ်နေတော့လဲ ဒါကိုပဲ ရွတ်ဆိုနေတယ်။ ကြက်တူရွေးလေး ဟာ နာမည်နှင့်လိုက်အောင် ပြောစကားကို တော်တော်နားထောင်တတ်သားပဲ။

ရက်တော်တော်များလာတော့ တော် တော် အထုံရလာတယ်။ နှုတ်ကျိုးလို့ ကျေ

အလုပ်ပေးမယ်ကွာ”

သူတို့ကျောင်းဝင်းထဲမှာ တရားပြတဲ့အခါ လက်တွေ့အသုံးချဖို့ စုဆောင်းထားတဲ့ ကြက် ရိုးတို့ ငှက်ရိုးတို့ စတဲ့အရိုးတွေရှိတယ်။ အဲဒီ အရိုးတွေကို ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးအနား ကို ယူလာပြီး ပြကြတယ်။

“ဟေ့---ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! မင်းနှုတ်က တစ် တွတ်တွတ်ရွတ်ဆိုနေတဲ့ အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု ဆိုတာ ဟောဒီအရိုးတွေကိုပြောတာ၊ သေသေချာချာ မြင်အောင်ကြည့်စမ်း”

“အဲဒီအရိုးဆိုတာ မင်းခန္ဓာထဲမှာလဲ ရှိ တာပဲကွ၊ မင်းက တင့်တယ်တယ် လှတယ် လို့ထင်နေတဲ့ အပေါ်ကအမွှေးတွေကို နှုတ်

ညက်လာတယ်။ ဘာမှတော့ သူနားမလည် သေးပါဘူး။ သင်ပေးလို့သာ ဆိုနေတာပါ။ ကြက်တူရွေးလေး လမ်းတိုနည်းနဲ့စာသင်နေ လိုက်တာ “အဋ္ဌိ အဋ္ဌိ = အရိုးစု အရိုးစု” လို့ နှုတ်နဲ့ ကျွမ်းကျင်စွာ ဆိုတတ်နေပြီ။







ပစ်လိုက်ရင်, အပေါ်က အရေခွံကို ခွဲချလိုက် ရင်, အသားတွေကို ခွဲချလိုက်ရင်, မင်းခန္ဓာ ထဲမှာလဲ အရိုးတွေ ပေါ်လာမှာပဲ” အဲဒီလို ထပ်တလဲလဲ ပြောပြကြတယ်။

တရားအလုပ်ဆိုတာ ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲသူ ရှိမှ ပိုအားထုတ်ဖြစ်တယ်။ ကိုယ့်သဘောနဲ့ ကိုယ်ဆို လုပ်ချင်မှလုပ်ဖြစ်တာ၊ မလုပ်ဖြစ် တာက များပါတယ်။ ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ ကြီးကြပ် ကွပ်ကဲသူပညာရှင် မေတ္တာ ကရုဏာရှင်တွေ ရှိနေတော့ ယောဂီ ဖြစ်မှန်းမသိဖြစ်သွားတယ်။

ဗုဒ္ဓရက္ခိတကြက်တူရွေးလေး တရားထိုင် နေရတယ်။ ဘေးနားမှာချထားတဲ့ ကြက်ရိုး ငှက်ရိုးတွေကို ပသာဒမျက်လုံးနဲ့ လှမ်းကြည့်



၆။ စာသိ ကျင့်သိ ။ - ချီးဋ္ဌိ

-  အကျင့်မပါ၊ သိရုံသာ၊
-  စိတ်မှာ အားမပြည့်။
-  အသိမတွဲ၊ ကျင့်ရုံလဲ၊
-  ချွတ်လွဲတတ်ချေ၏။
-  အသိတွဲကာ၊ အကျင့်ပါ၊
-  စိတ်မှာ စွမ်းအားပြည့်။

လိုက်ပြီး မျက်စိမှိတ်လိုက်တယ်။

“ငါ့ခန္ဓာထဲမှာလဲ ဒါတွေရှိတယ်နော်၊ ဟောဒီ အမွှေးတွေ, အရေတွေ, အသားတွေ ကို အကုန်ဖယ်ရှားလိုက်မယ်ဆိုရင် အရိုးတွေ စုနေတဲ့ အရိုးစုကြီးပါလား” မျက်စိလေးမှိတ် ပြီး ခန္ဓာထဲက အရိုးတွေကို အာရုံပြုလိုက် တယ်။ ရုတ်တရက်ကြည့်လိုက်တော့ အိပ် ငိုက်နေတယ်ထင်ရတယ်။ ဘယ်ဟုတ်မလဲ၊ ယောဂီလေး တရားအားထုတ်နေတာ။

“ဘူတံ ဘူတတော ပဿတိ = အရိုကို အရိုအတိုင်း ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း မြင်အောင် ကြည့်တာဟာ တရားပဲ။ ဘေးနားမှာချထား တဲ့ ကြက်ရိုးငှက်ရိုးတွေကို ပသာဒမျက်လုံးနဲ့

ဖွင့်ကြည့်လိုက်၊ မျက်လုံးကိုမှိတ်ပြီး အသိစိတ် နဲ့ ခန္ဓာထဲက အရိုးတွေကို မှန်းကြည့်လိုက်နဲ့ ကြက်တူရွေးလေး တရားမှတ်နေတယ်။

အဲဒီလို နေ့စဉ်နေ့တိုင်း အနားပေးချိန် မှာ အနားပေးလိုက်၊ အလုပ်ချိန်မှာ ခေါင်း လောင်းထိုးအချက်ပေးခေါ်ပြီး တရားထိုင်ခိုင်း လိုက်နဲ့ ဘိက္ခုနီတွေက အချိန်မှန်ကြီးကြပ် စေခိုင်းပေးနေကြတယ်။ တကယ် ကံကောင်း လိုက်တဲ့ ကြက်တူရွေးလေးပေါ့။

“ကဲ- ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! လာခဲ၊ အလုပ်လုပ်ဖို့ အချိန်ရောက်ပြီ၊ ကဲ ကဲ တရားမှတ်နေတော့”

အရိုးတွေ ချထားတဲ့နေရာမှာ ကြက်တူ ရွေးကို တရားထိုင် တရားမှတ်ခိုင်းနေကြ

ကောင်းကင်ပေါ်မှာ အစာရှာရင်း ပျံဝဲနေ တဲ့ သိမ်းငှက်ကြီးတစ်ကောင်က တိုင်ထိပ်မှာ နေဆာလှုံနေတဲ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးကို မြင်ပါလေရော။ “ဟော - ဟိုမှာ ကြက်တူရွေး တစ်ကောင်၊ အနားမှာလဲ ဘယ်သူမှမရှိဘူး၊ အတော်ပဲ၊ ငါတော့ အစာရပြီဟဲ့” လို့ ကောင်း ကင်ပေါ်ပျံဝဲနေရာက ထိုးစိုက်ဆင်းလာပြီး ဗုဒ္ဓ ရက္ခိတကို ထိုးသုတ်ဖမ်းယူသွားပါလေရော။

ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ယောဂီလေး သိမ်းငှက်ကြီး ထိုးသုတ်လို့ ပါသွားပြီလေ။ တရားမှတ်လွတ် နေတဲ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ ရုတ်တရက် ထိတ်လန့် ပြီး ကြောက်အားလန့်အားနဲ့ စူးစူးဝါးဝါး အော်ချ လိုက်တယ်။

တယ်။ ရက်တွေ တော်တော်များလာတော့ အလေ့အကျင့် ထုံလာတယ်။ စောစောပိုင်းမှာ တော့ သညာသိပေါ့။ နောက်ပိုင်းမှာ အသိစိတ် ကလေးတွေ ဝင်လာတယ်။ တိရစ္ဆာန်ဆိုတော့ တိရစ္ဆာန်လောက်ပဲ သိနိုင်မှာပါ။ လူရဲ့အသိ ကိုတော့ မှီချင်မှလဲမှီမယ်ပေါ့။ အချိန်တွေ အကြိမ်တွေ များလာတော့ အထုံက တော် တော်များလာပါတယ်။ နေ့စဉ် အချိန်မှန် တရားထိုင်ခွင့်၊ တရားအလုပ် အားထုတ်ခွင့် ရနေတာကိုး။

* * *

သူ့အသံကို ခပ်လှမ်းလှမ်းမှာရှိနေတဲ့ ဘိက္ခုနီတွေ သိက္ခမာန်တွေ သာမဏေမတွေ ကြားကြလို့ ကောင်းကင်ပေါ်မော့ကြည့်လိုက် တော့ “ဟယ် ဗုဒ္ဓရက္ခိတလေးကို သိမ်းငှက် ကြီး ချီသွားပြီဟေ့” ဆိုပြီး လက်လှမ်းမီရာ ဒုတ်တွေ ခဲတွေ ကောက်ယူ အတင်းပြေး လိုက်ပြီး ချောက်ကြတယ်။ ပါးစပ်ကလဲအော်၊ ဒုတ်တွေ ခဲတွေနဲ့လဲ လိုက်ပစ်ကြတယ်။

“ဟဲ့-သိမ်းငှက်ကြီး၊ သူတော်ကောင်းကို မပြစ်မှားရဘူးဟဲ့၊ သူတော်ကောင်းကို မသတ် ကောင်းဘူးဟဲ့၊ လွှတ်ခဲ လွှတ်ခဲ” အဲဒီလို နောက်က အော်သံတွေပေး၊ ခဲတွေ ဒုတ်တွေ နဲ့ လိုက်ပစ်ကြတော့ ကံအားလျော်စွာ သိမ်း



၇။ အဆိုးမြင့်ခြင်း စမ်း တရားစွမ်း

🏠 အဆိုးကြောင့်သာ၊ အကောင်းမှာ၊ ကောင်းစွာပေါ်လွင်၏။

🏠 အဆိုးမြင့်စမ်း၊ တရားစွမ်း၊ တက်လှမ်းနိုင်ဟုသိ။

တရားရဲ့အကောင်းဂုဏ်ဟာ အဆိုး ကြောင့်သာ ပေါ်လွင်နေတာပါ။ အကောင်းရဲ့

ငှက်ကြီးက ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးလေးကို လွှတ်ချလိုက်တယ်။ ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ ကောင်း ကင်ကနေ မြေပေါ် တစ်စတစ်စ ရောက်လာ တော့ အကြီးဆုံး ဘိက္ခုနီမက ယုယုယယ ကောက်ယူပွေ့ချီပြီး ပြောတယ်။ တရားစစ်တဲ့ သဘောပါ။

“ဟဲ့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! မင်းကို သိမ်းငှက်ကြီး ချီသွားလိုက်တာကွယ်၊ ငါတော့ ဒီတစ်ခါ မင်းသေပြီလို့ အောက်မေ့တာ၊ သိမ်းငှက်အစာ ဖြစ်ပြီလို့ ထင်လိုက်တာ”

“ကဲ ပြောစမ်းပါဦး၊ သိမ်းငှက်ကြီးက မင်းကို ထိုးသုတ်ချီသွားတော့ မင်းစိတ်ထဲ ဘယ်လိုနေသလဲ၊ ပြောစမ်း” “ဘဝအခက်

ကြုံခိုင်းမှုကို အဆိုးနဲ့စမ်းသပ်ရတယ်။ အဆိုးနဲ့ နည်းမျိုးစုံအစမ်းခံနိုင်မှ အကောင်းလို့အတည် ပြုနိုင်တာပါ။ လောကအဆိုးအားလုံးဟာ အကောင်းရဲ့ တွန်းအားချည်းပါပဲ။

တစ်နေ့တော့ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ ကြက်တူရွေးရဲ့ တရားအကောင်းစွမ်းရည်ကို စမ်းသပ်စစ်ဆေး ပေးတဲ့ ကြောက်လန့်ဖွယ်အဆိုးတစ်ခု ပေါ် လာတယ်။ ဆောင်းရာသီ နံနက်ခင်းကာလ အရှေ့က နေထွက်ကာစအချိန်မှာ ချမ်းအေး တာနဲ့ ကျောင်းဝင်းထဲက တိုင်ထိပ်မှာနားပြီး ဗုဒ္ဓရက္ခိတ နေဆာလှုံနေတယ်။ နေဆာလှုံချင် တဲ့ စိတ်ဆန္ဒစောနေတာဖြစ်လို့ တရားအမှတ် လွတ်နေတယ်။

အဲဒါကြုံတဲ့အခါ အခက်အခဲကို မင်းဘယ်လို ဖြေရှင်းတယ်ဆိုတာ ငါ့ကို ပြောပြစမ်း” တရား စစ်တာပါ။

ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ ဇာတ်သမားတွေလက် ထဲမှာတုန်းက ရိုးရိုးအရပ်စကားပဲ ပြောတတ် တယ်။ ဘိက္ခုနီတွေ လက်ထဲရောက်တော့ တရားစကားတွေပါ ကောင်းကောင်းပြော တတ်နေပြီ။

“ရှင်မတို့! ကျွန်ုပ်ဟာ တိုင်ထိပ်မှာနေဆာ လှုံနေတုန်း နေဆာလှုံချင်တဲ့ ဆန္ဒစောနေတာ ဖြစ်လို့ တရားမှတ်လွတ်နေပါတယ်၊ ဒီအချိန် မှာ သိမ်းငှက်ကြီးက ကောင်းကင်က ထိုးစိုက် ဆင်းလာပြီးတော့ ကျွန်ုပ်ကို ထိုးသုတ်ဖမ်းဆီး

သွားပါတယ်။ အမှတ်တမဲ့နေတဲ့အချိန် တရား မှတ်လွတ်နေတဲ့အချိန်ဖြစ်လို့ ကြောက်အား လန့်အားနဲ့ ကယောင်ကတမ်း အော်မိပါတယ်။ ခဏကြာတော့ ရှင်မတို့ သင်ပြပေးတဲ့တရား တွေ အသိစိတ်ထဲမှာ ပေါ်လာတယ်”

“ပေါ်လာပုံက အော် - အရိုးစုကြီးတစ်ခု က အရိုးစုလေးတစ်ခုကို ချီသွားပြီ၊ ချီသွားတဲ့ သိမ်းငှက်ကြီးကိုလဲ အရိုးစုလိုမြင်လာတယ်။ အချီခံရတဲ့ ကျွန်ုပ်ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကိုလဲ အရိုးစု လို့ပဲ မြင်လာပြီး အော်--အရိုးစုကြီးတစ်ခုက အရိုးစုလေးတစ်ခုကို ချီသွားလိုက်တာ၊ အချီခံ ရတဲ့အရိုးစုလေး ဘယ်နေရာတင်များ ဖရိုဖရဲ ပြိုကျ ပျက်စီးသွားရမယ်မသိဘူး။ ခိုင်မြဲတာ

အားထုတ်ရုံပေါ့။ ခါတိုင်းထက် ပိုကြိုးစားရုံပဲ မဟုတ်လား”ဆိုပြီး ဗုဒ္ဓရက္ခိတကို ခါတိုင်း ထက်ပိုပြီး တရားထိုင်ခိုင်း အားထုတ်ခိုင်းကြ တယ်။

ဗုဒ္ဓရက္ခိတဟာ တရားစွမ်းမှန်းကိုလဲ လက်တွေ့သိရ၊ ကြီးကြပ်လမ်းညွှန်သူတွေ ကလဲ အလွန်ကောင်းကြတော့ ခါတိုင်းထက် ပိုကြိုးစားပါတယ်။ ကြည့်လိုက်တော့ တိရစ္ဆာန် ကလေး၊ အလုပ်လုပ်ရတာက ယောဂီအလုပ်၊ ဒီလိုဆိုတော့ လူတွေအတွက် အားတက်စရာ ပေါ်လာတယ်ပေါ့။

“ဟယ် ငါတိရစ္ဆာန်မှ မဟုတ်ပဲ၊ ငါ ကြက် တူရွေးငှက်မှ မဟုတ်ပဲ၊ ငါဟာ လူစစ်စစ်

မှ မဟုတ်ပဲ...လို့ အသိစိတ်တွေ ပေါ်လာ ပါတယ်”

“အဲဒီ အသိစိတ်တွေ ဝင်လာတဲ့အချိန် ကစပြီး ကြောက်လဲ မကြောက်တော့ဘူး၊ အော်လဲ မအော်တော့ဘူး၊ အဲဒီအချိန်မှာ ရှင်မတို့ ဝိုင်းချောက်လိုက်လို့ သိမ်းငှက်ကြီးက ကျွန်ုပ်ကို လွှတ်ချထားခဲ့ပါတယ်”လို့ ရေရေ လည်လည်ပြောပြတော့ ဘိက္ခုနီကြီးနှင့်တကွ ဘိက္ခုနီတွေ သိက္ခမာန်တွေ သာမဏေမတွေ အားလုံးဝိုင်းပြီး သာဓုခေါ်ကြ၊ ကောင်းချီးပေး ကြတယ်။ တရားစစ်တာ အောင်သွားတယ် ပေါ့။ သိမ်းငှက်ကြီး ထိုးသုတ်ဖမ်းဆီးခံရလို့ သာ ဗုဒ္ဓရက္ခိတရဲ့ တရားစွမ်းအားတက်နေမှန်း

တစ်ယောက်ပဲ၊ ငါလဲ ငါ့အတိုင်းအတာနှင့်ငါ အားထုတ်ရင် ဖြစ်ရမှာပေါ့”လို့ ချက်ချင်း အားမထုတ်ပဲ မနေနိုင်လောက်အောင် အား တက်စရာ ပေါ်လာရမှာပါ။ သာသနာနှင့် တကယ်တွေ့ရင် တိရစ္ဆာန်တောင် စိတ်အေး ရပါတယ်။



၈။ **လိမ္မာယဉ်ကျေးသော၊ မေတ္တာဇာတိဇာတိ၊ လမ်းညွှန်ကောင်းများ။ မရငြားသော်၊ လူသားတို့ပင်၊ စိတ်ရိုင်းဝင်း၊ အမြင်မှား၍ မိုက်တတ်သည်။ အသိပညာ၊ ကြင်နာသနား၊ မေတ္တာထားသည်၊ လမ်းညွှန်ရှိကာ၊ အသိထုံထိုင်။ တောမျောက်ရိုင်းပင်၊**

သိခွင့်ရသွားတာပါ။ တရားတက်မှန်းသိရ အောင် အဆိုးနဲ့ စမ်းသပ်ပေးလိုက်တာပါ။

“သာဓု သာဓု ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! မင်းတော် လိုက်တာကွယ်၊ မင်းဟာ ကိုယ့်ခန္ဓာအခက် အခဲကို တရားနဲ့ ဖြေရှင်းတတ်နေပါပြီကော၊ မင်းဟာ စိတ်အေးစရာ သာသနာနှင့်ကောင်း ကောင်းတွေနေပြီပဲ၊ လူဖြစ်ရက်သားနဲ့ မင်း လောက်တောင်မှ မသိသေးတဲ့ လူတွေ လောကထဲမှာ အများကြီးရှိနေသေးတယ်၊ မင်းလို ဘဝအခက်အခဲကို ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းနိုင်တဲ့ စွမ်းအားရှိသူတွေ အလွန်နည်း တယ်”

“မင်းဟာ သာသနာနှင့်တွေ့ရလို့ ပညာရှိ

သူတော်ကောင်းတွေနှင့် တွေ့ခွင့်ရလို့ လမ်း ညွှန်ချက်ကို ကောင်းကောင်းရတဲ့ကြောင့် တိရစ္ဆာန်ပင်ဖြစ်သော်လဲ စိတ်အေးစရာ စွမ်း အားကို ရနေပြီပဲ”

“ငါဟာ တိရစ္ဆာန်ပဲဟဲ့ဆိုပြီး အားမငယ် နဲ့နော်၊ ဒီဘဝမှာ မဂ်ဖိုလ်မရနိုင်ပေမယ့် ဒီဘဝ က ကွယ်လွန်သွားတဲ့အခါ သုဂတိဘဝရောက် ဖို့ သေချာပြီ၊ သုဂတိဘဝမှာ ဆက်အားထုတ် ရင် မဂ်ဖိုလ်ရဖို့ သေချာသွားပြီ ဗုဒ္ဓရက္ခိတ”လို့ အားပေးစကား ပြောကြတယ်။

“ကဲ--ဗုဒ္ဓရက္ခိတ! တရားဟာ ဘယ် လောက်စွမ်းတယ်ဆိုတာ မင်းလက်တွေ့သိရ ပြီပဲ၊ ဒီလောက်စွမ်းတဲ့တရားကို မင်းဆက်

စိတ်ကောင်းဝင်ကာ၊ ငြိမ်သက်ပါ၊ လိမ္မာယဉ်ကျေးသည်။

ပုထုဇဉ်ဆိုတာ အထိန်းတွန်းအား လမ်း ညွှန်ကောင်းကို အမြဲပဲလိုအပ်နေပါတယ်။ လမ်းညွှန်ကောင်းမရပဲ ရှေ့ကိုလဲ မသွားနိုင် ဘူး။ အပေါ်ကိုလဲ မတက်နိုင်ဘူး။ လူတောင် မှ လမ်းညွှန်ကောင်းကိုမရရင် စိတ်ရိုင်းတွေ ဝင်လို့ အမြင်မှားပြီး မိုက်တတ်သေးတာ၊ တိရစ္ဆာန်ဆိုတော့ ဘာပြောဖို့လိုမှာလဲ။

ပညာလဲရှိ မေတ္တာ ကရုဏာလဲ ပြည့်ဝ တဲ့ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းတွေရဲ့ လမ်းညွှန် ကောင်းကိုရရင် တောမျောက်ရိုင်းလို တိရစ္ဆာန် တွေတောင်မှ စိတ်ကောင်းဝင်ပြီး လိမ္မာယဉ်

ကျေးတတ်သေးတာ၊ လူဆိုတော့ ဘာပြောဖို့ လိုမှာလဲ။

လူတွေက သင်ပေးရင် တောထဲက မျောက်ရိုင်းတောင် က,တတ်တယ်ဆိုတာက သဘာဝကိုပြောတာပါ။ တရားနဲ့မြှင့်ပြောရရင် ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေရဲ့ လမ်းညွှန် ကောင်းကိုရရင် သာသနာနှင့်တွေ့ခွင့်ရရင် မျောက်တောင်စိတ်အေးရတယ်လို့ မြှင့်ပြော လို့ရတယ်။

တောရဆောက်တည်နေတဲ့ ဆရာတော် ကြီးတစ်ပါးရှိတယ်။ ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီတဲ့။ မေတ္တာ ကရုဏာတရားအလွန်အားကြီးတယ်။ သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်သိက္ခာ အလွန်

လည်နေကြတယ်။ တွေ့ပြန်တော့လဲ ခေါ်မရ ဘူး။ ကျွတ်ဆတ်ဆတ် မာကျောကျော ပေ ကပ်ကပ်လုပ်လာတယ်။ နောက်တော့ အရှင် သခင်ကိုအန်တုလာတယ်။ ရန်လုပ်လာတယ်။ တစ်ခါလဲမက နှစ်ခါလဲမက ခဏခဏဖြစ် လာတော့ ဇာတ်သမားတွေ စိတ်ပျက်လာကြ တယ်။

“မျောက်နှစ်ကောင်ကို တတ်ကျွမ်း အောင် သင်ထားပြီးသားဆိုတော့ သတ်ပစ်ရ မှာလဲ နှမြောဖို့ကောင်းတယ်။ မျောက်နှစ် ကောင်ကလဲ ပြောမရဆိုမရ ဖြစ်နေပြီ။ မနိုင် တော့ဘူး။ ကဲ--ဘယ်လိုလုပ်ကြမလဲ”

မျောက်နှစ်ကောင်အကြောင်း ဆွေးနွေး

အားကောင်းတယ်။ လူရဲ့ အဓိကအရှိန်အဝါ က သိက္ခာ ၃-ပါးပဲ။

ဆရာတော်ကြီးက စောစောပိုင်းမှာ တစ် ပါးတည်းပဲ သီတင်းသုံးတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာ ကျောင်းသားနှစ်ယောက် ရောက်လာတယ်။ တစ်ယောက်က အောင်ကောင်း၊ တစ်ယောက် က အောင်မောင်းတဲ့။ ဆရာတော်ကြီးက ကျောင်းသားနှစ်ယောက်ကို ငဆွေနှင့် ငပွေလို့ နာမည်ပြောင်းပေးထားတယ်။

ငဆွေနှင့် ငပွေဆိုတာ လူမဟုတ်ဘူး။ မျောက်နှစ်ကောင်၊ မျောက်နှစ်ကောင်က ဆရာတော်ကြီးထံ ဘယ်လိုရောက်လာသလဲ ဆိုတော့ ဇာတ်သမားတွေဟာ တောထဲက

တိုင်ပင်ကြတော့ တစ်ချို့က အကြံပေးတယ်။

“ဟိုနားကတော့ကျောင်းမှာ ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီဆိုတာရှိတယ်။ ဆရာတော်ဟာ မေတ္တာ ကရုဏာတရား အားကြီးတယ်။ သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်သိက္ခာလဲ အားကောင်း တယ်။ အရပ်ထဲမှာ မိဘတွေဆိုဆုံးမလို့မရ တဲ့ သားဆိုးတွေ ဆရာတော်ဆီ ရောက်သွား ရင် လိမ္မာတာချည်းပဲ။ မိဘတွေ လက်မြောက် အရုံးပေးရတဲ့ ကလေးဆိုးတွေ အရက်သမား ဘိန်းသမားတွေ ဆရာတော်ဆီပို့လိုက်ရင် လိမ္မာကြတာချည်းပဲ။ အဲဒီလောက် ဆရာတော် မှာ အရှိန်အဝါရှိတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီမျောက် နှစ်ကောင်ကိုလဲ ဆရာတော်ထံပို့လိုက်ကြစို့

မျောက်နှစ်ကောင်ကိုဖမ်းယူပြီး အမျိုးမျိုးအက သင်ပေးကြတယ်ဆိုပဲ။ အောင်ကောင်းနှင့် အောင်မောင်းလို့လဲ အမည်ပေးထားကြသတဲ့။ စည်းကိုက်ဝါးကိုက် က,တတ်အောင် သီချင်း နှင့်အက, အတီးအမှုတ်နှင့်အက ကိုက်ညီ အောင် ထပ်တလဲလဲ သင်ပေးကြသတဲ့။ သင် ပေးဖန်များတော့ မျောက်နှစ်ကောင် အက ကောင်းကောင်း တတ်လာကြသတဲ့။

အကကောင်းတဲ့ မျောက်နှစ်ကောင်ကို ဇာတ်သမားတွေက သွားလေရာ အမြဲခေါ်သွား ကြတယ်။ လူတွေကလဲ မျောက်နှစ်ကောင် က,တာကို သိပ်သဘောကျကြတယ်ဆိုပဲ။ ဘယ်မင်းသမီး ဘယ်မင်းသားတွေ ဘယ်

လားကွာ”

“ဟာ--ကောင်းသားပဲ” လို့ အများသဘော တူကြလို့အောင်ကောင်း အောင်မောင်းဆိုတဲ့ မျောက်နှစ်ကောင်ကိုခေါ်ပြီး တောရကျောင်း ဆရာတော် ဦးမေဓာဝီထံသွားကြတယ်။ မျောက်နှစ်ကောင် မကောင်းတော့ ကျောင်းကို ပို့ချင်ကြပြီပေါ့။ တောရကျောင်းကိုရောက် တော့ ဆရာတော်ကို လျှောက်ကြတယ်။

“ဆရာတော်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ လာ ရတဲ့အကြောင်းက ဟောဒီ မျောက်နှစ်ကောင် ကို ဆရာတော်ထံ အပ်မလို့ပါဘုရား၊ မျောက် နှစ်ကောင်ဟာ စကားမပြောတတ်ပေမယ့် လူ ပြောတဲ့ လူစကားကိုတော့ ကောင်းကောင်း

လောက် အကကောင်းတယ်ပြောပြော အောင် ကောင်းနှင့် အောင်မောင်းမပါရင် ပွဲမစည် တဲ့အဆင့် ရောက်သွားတော့တာ၊ ဒီလောက် ထိ သူတို့က အသုံးဝင်တွင်ကျယ်နေကြတာ။

တော်တော်လေးကြာတော့ မျောက်နှစ် ကောင်က ဘယ်နေရာမဆို သူတို့ပါမှပြီးမှန်း, အရေးပါမှန်းသိလာကြလို့ မာန်တက်လာကြ တယ်။ ကျွတ်ဆတ်ဆတ် မာကျောကျောလုပ် ချင်လာကြတယ်။ တိရစ္ဆာန်ပေမယ့် သညာသိ တော့ ရှိတာကိုး။

တစ်ခါတစ်ရံ ဇာတ်သမားတွေက တစ် နေရာက တစ်နေရာကို သွားတော့မယ်ဆိုတဲ့ အခါ မျောက်နှစ်ကောင်ကို ရှာမတွေ့တော့ဘူး။

နားလည်ပါတယ်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့က ဇာတ်သမားတွေဆိုတော့ အကသင်ပေးထား လို့ အကလဲ တတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်ပါတယ် ဘုရား၊ စောစောပိုင်းက တပည့်တော်တို့ ပြော ဆိုဆုံးမလို့ရပေမယ့် အခုတော့ ဆုံးမလို့မရ တော့ဘူးဘုရား၊ တပည့်တော်တို့ မျောက်နှစ် ကောင်ကို မနိုင်တော့ဘူးဘုရား”

“ဒီမျောက်နှစ်ကောင်ဟာ ဆရာတော် လက်ထဲရောက်လို့ ဆရာတော်ဘုရားရဲ့ သီလ သမာဓိ ပညာ မေတ္တာ ကရုဏာစွမ်းအားနဲ့ ဆုံးမသွန်သင်ပေးလိုက်မယ်ဆိုရင် လူလောက် တောင် အသုံးဝင်သွားနိုင်ပါတယ်ဘုရား၊ ဒါ ကြောင့် မျောက်နှစ်ကောင်ကို သနားသော

အားဖြင့် လက်ခံတော်မူပါဘုရား”

“အေး---အေး၊ ထားခဲ့ကြပေါ့ကွာ၊ မကောင်းကျောင်းပို့ဆိုတာ ဒါခေါ်တာပေါ့၊ ထားခဲ့ ထားခဲ့”

မျောက်ကလေးနှစ်ကောင်ကို ဆရာတော် ထံ အပ်ထားခဲ့ပြီး ဇာတ်သမားတွေ ပြန်သွားကြတယ်။

ဆရာတော်က မျောက်နှစ်ကောင်ကို တရားစကားလေးတွေ အမျိုးမျိုးပြောပြ၊ ဆုံးမ သွန်သင်ပေးတယ်။

မျောက်နှစ်ကောင်မှာ အောင်ကောင်းက ပြောလို ဆိုလိုကောင်းတယ်။ အောင်မောင်းကတော့ ပြောရတာ တယ်မကောင်းချင်လှ



၉။ အရိုင်းကင်းပျောက်
အယဉ်ရေးကင်း

🕯️ သနားကြင်နာ၊ ကိုယ်ချင်းစား၊
မေတ္တာစွမ်းအားပြည့်။

🕯️ သိက္ခာပြည့်ဝ၊ နှလုံးလှ၊
ဆုံးမလိုက်လျှင် လိုက်နာ၏။

🕯️ မျောက်ကလေးပင်၊ လိမ္မာယဉ်ကျေး၊
စိတ်ဖြူဖွေး၊ ငြိမ်းအေးရလေ၏။

ဘူး။ ဆရာတော် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတဲ့အခါ သူတို့ကို ကျောင်းသားလိုပဲ သဘောထားပြီး အနားကိုခေါ်တယ်။ “လာခဲ့ကြဟဲ့--မင်းတို့နှစ်ကောင်၊ ဒီနားမှာ ထိုင်နေကြ၊ ဘယ်မှမသွားကြနဲ့” အောင်ကောင်းက ပြောတဲ့အတိုင်း နားထောင်တာများတယ်။ အောင်မောင်းက တစ်ခါတစ်ရံ ဖောက်ဖောက်ပြီး ထထ, ကတယ်။

အောင်မောင်း ထကတဲ့အခါ ဆရာတော်က ပြောတယ်။ “ဟဲ့ အောင်မောင်း! လူတွေက ပွဲကြည့်ချင်တော့ လူတွေရေမှာ က,ရတာပေါ့ကွာ၊ သူတို့က ကြည့်ချင်တာကိုးကွ၊ ဘုန်းကြီးက ပွဲကြည့်တာမဟုတ်တော့ မင်းက,နေလဲ အလကားပါကွာ၊ ညောင်းရုံပဲရှိမှာ

ဆုံးမသွန်သင် အုပ်ချုပ်သူဟာ ဆုံးမခံရသူကို ဒုတ်ပြ ဒဏ်ပြ အော်ဟစ် ဆူပူငေါက်ငမ်းရုံနဲ့သာဆိုရင် ပင်ပန်းဆင်းရဲတာကလွဲရင် အရာမရောက်တတ်ပါဘူး။ မေတ္တာ ကရုဏာ လဲရှိမှ သိက္ခာလဲပြည့်ဝမှ ဆုံးမခံရသူအပေါ် အရှိန်အဝါ ဩဇာငြောင်းတတ်ပါတယ်။

ဆရာတော်ဦးမေဓာဝီဟာ သနားကြင်နာကိုယ်ချင်းစားတဲ့ ကရုဏာကလဲရှိ, မေတ္တာတရားကလဲ အားကောင်း, သီလ သမာဓိပညာ သိက္ခာကလဲ ပြည့်ဝတော့ မျောက်နှစ်ကောင်အပေါ် ဩဇာငြောင်းနေတယ်။ မပျင်းမရိ ထပ်တလဲလဲ အထုံရနေအောင်လဲ ဆုံးမသွန်သင်ဟောပြောပေးတယ်။ အရှိန်အဝါ

ပေါ့၊ က, မနေပါနဲ့ကွာ၊ ထိုင်သာနေစမ်းပါ” ဆရာတော်က မေတ္တာ ကရုဏာရှင်ဆိုတော့ မငေါက်ပါဘူး။ အကျိုးနဲ့ အကြောင်းနဲ့ ချိုချိုသာသာပဲ ပြောပေးပါတယ်။ ခဏပဲ ပြောလိုရတယ်။ တော်တော်ကြာတော့ ထဖောက်ပြီး က,ပြန်တာပဲ။ က, ပြန်တော့လဲ ဆရာတော်က စိတ်ရှည်လက်ရှည် ဆုံးမပေးပြန်တယ်။

အောင်ကောင်းက ပြောဆိုရတာ လွယ်တယ်။ “ဟဲ့ အောင်ကောင်း! သရက်သီးကြွေကျနေတယ်ကွ၊ မင်းတို့ ကောက်ယူပြီး ကပ်ပေးမှ ဘုန်းကြီးက စားလို့ ဖြစ်တာကွ”ဆိုတော့ မျောက်ကလေးအောင်ကောင်းက ကြွေ

ကောင်းတော့ မျောက်ကလေးတွေ တစ်စတစ်စ နားထောင်လိုက်နာလာကြတယ်။

ဆရာတော်က နေ့တိုင်း တရားစကားတွေ ပြောပြပေးတယ်။ တိရစ္ဆာန်ဆိုတော့ တိရစ္ဆာန်လောက်ပဲသိအောင် ပြောနိုင်မှာပေါ့။ လူလောက်တော့ သိအောင်မပြောနိုင်ဘူးပေါ့။ ဒါပေမယ့် အကြိမ်များတော့ အထုံရလာလို့ နားယဉ်လာကြတယ်။

တစ်စတစ်စ ယဉ်ကျေးလာတဲ့ မျောက်နှစ်ကောင်ကို ဆရာတော်က ကျောင်းသားတွေလိုပဲ ခိုင်းခိုင်းပေးပါတယ်။ “ကဲ သွားကြ၊ ရေထမ်းချေကြဟေ့၊ ဟောဟိုတွင်းထဲမှာ ရေသွားခပ်ကြ”

ကျတဲ့သရက်သီးကို သွားကောက်ယူ၊ ရေဆေးပြီးမှ လာကပ်တယ်။

အခြေအနေကို အကဲခတ်လိုက်တော့ အောင်ကောင်းက ပြောဆိုဆုံးမလို့ ကောင်းတယ်။ ဆွေမျိုးလိုပဲ အားကိုးရတာဖြစ်လို့ သူ့ကို “ငဆွေ”၊ အောင်မောင်းက ကျွတ်ဆတ်ဆတ်နိုင်ပြီး အလည်အပတ်များလွန်းလို့ “ငပွေ”၊ အဲဒီလို ဆရာတော်က နာမည်ပြောင်းပေးထားတယ်။

မျောက်ကလေးနှစ်ကောင်ဟာ ရေပုံးလေးတစ်ပုံးစီယူပြီး ရေတွင်းထဲက ရေကို တစ်ကောင်တစ်ပုံး ခပ်ယူလာခဲ့ကြတယ်။ အောင်မောင်းလဲ ခိုင်းလို့ တော်တော်ဟန်ကျနေပါတယ်။

အဲဒါနဲ့ နေ့တိုင်း ရေခပ်ခိုင်း, တံမြက်လှည်းခိုင်း, အမှိုက်ကျုံးခိုင်း, ကျောင်းဝေယျာဝစ္စတွေ ခိုင်းပေးနေတယ်။ ဒါတင်မကသေးဘူး။ တစ်စတစ်စ စည်းရုံးလာလိုက်တာ ညနေနေဝင်ခါနီးရောက်တော့ သံချောင်းလေးခေါက်ပြီး ခေါ်လိုက်တယ်။ “ကဲ--မင်းတို့ ဒီသံချောင်းခေါက်သံကြားရင် ကြားတဲ့အချိန်, ကြားတဲ့နေရာက ချက်ချင်း အမြန်ပြေးလာခဲ့နော်” လို့

သင်ပေးထားတယ်။

နေဝင်တော့ သံချောင်းလေးခေါက်လိုက်တယ်။ ကျောင်းသားလေးနှစ်ယောက်ကျောင်းပေါ် ပြေးတက်လာကြတယ်။ “ကဲ--လာကြ၊ ဒီနားမှာထိုင်ကြ၊ ဟောဟိုမှာ မြင်ရဲ့လား၊ အဲဒါ ဘုရားခေါ်တယ်ကွ၊ ဦးသုံးကြိမ်ချရိုခိုး၊ ကုသိုလ်ရတယ်ကွ” ပထမတော့ သညာသိနဲ့ သိရုံ သင်ပေးရတာပေါ့။

နောက်တော့ အသိစိတ်ကလေးတွေ တိုးလာအောင် သေသေချာချာပြောပြပြီး ဘုရားရိုခိုးခိုင်းတယ်။ မျောက်နှစ်ကောင် ဘုရားရိုခိုးတတ်လာတယ်။ အဲဒီလိုနဲ့ ဆရာတော်က စည်းရုံးသွားလိုက်တာ တရားထိုင်ခိုင်းတဲ့




သုဂတိဘဝမှာ ဆက်အားထုတ်လိုက်ရင် မင်းတို့ မဂ်ဖိုလ်ရဖို့ သေချာပါပြီကွာ” လို့ မကြာမကြာ အားပေးစကား ပြောပေးတယ်။ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေ လက်ထဲရောက်သွားလို့ သာသနာနှင့်တွေ့ခွင့်ရရင် လူမပြောနဲ့၊ တိရစ္ဆာန်တောင် စိတ်အေးရလို့ အားရှိဖို့ သိပ်ကောင်းပါတယ်။

အဆင့်တောင် ရောက်လာတယ်။ ကြည့်လိုက်တော့ မျောက်နှစ်ကောင်၊ အလုပ်လုပ်ရတာက ယောဂီအလုပ်၊ တရားစွမ်းအားပေါ်အောင် ထုတ်ယူရတဲ့ တရားအားထုတ်တဲ့အလုပ်။

“ကဲ မင်းတို့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဟောဒီလို လှုပ်နေတယ်နော်၊ အသိစိတ်စိုက်ထားနော်၊ ဘယ်မှ စိတ်မရောက်စေနဲ့၊ ဟောဒါလေး တစ်ခုတည်းမှာပဲ စိတ်စိုက်ထားနော်” လို့ လက်တွေ့သင်ပေးတယ်။ ကျွတ်ဆတ်ဆတ် မာကျောကျောဖြစ်နေတဲ့ အောင်မောင်းတောင် တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် လိမ္မာယဉ်ကျေးလာတယ်။ နောက်မကြာမီ နှစ်ကောင်လုံး လိမ္မာသွားကြတယ်။





၁၀။ ဝေဇ္ဇာယဉ်ကျေး ဖားကလေး

-  တရားမနာ၊ ကောင်းမှုမှာ၊ ဝေးကွာတတ်လေသည်။
-  တရားနာမှ၊ မြတ်ပညာ၊ တက်ကြွဝမ်းသာ ပြုနိုင်သည်။
-  တရားမနာ၊ မဂ်ဖိုလ်မှာ၊ ဝေးကွာတတ်လေသည်။

“ဆရာတော်ရဲ့ သီလ သမာဓိ ပညာ မေတ္တာစွမ်းအားနဲ့သာ ဆုံးမသွန်သင်ပေးလိုက်ရင်တော့ ဒီမျောက်နှစ်ကောင်ဟာ လူလောက်တောင် အသုံးကျမှာဘုရား” လို့ ဇာတ်သမားတွေလျှောက်သွားတဲ့အတိုင်း အခုတော့ လူလောက် အသုံးကျနေကြပါပြီ။

မျောက်နှစ်ကောင်ဟာ နေ့စဉ်အချိန်မှန်မှန်ရေခပ်ရတယ်။ တံမြက်လှည်းရဲ့ အမှုိုက်ကျိုးရတယ်။ ဘုန်းကြီးဆွမ်းကပ်ရတယ်။ ဝေယျာဝစ္စလုပ်ရတယ်။ ဘုရားရိုခိုးရတယ်။ တရားထိုင်ရတယ်။ သင်ပြပေးတဲ့ ဆရာတော်ကလဲ တကယ် စွဲစွဲမြဲမြဲရှိတာကိုး၊ တကယ်လဲ စိတ်ဝင်စားတာကိုး။

-  တရားနာငြား၊ မဂ်ဖိုလ်များ၊ စွမ်းအားဖြင့် တက်ရနိုင်သည်။
-  တရားနာပေး၊ စိတ်ဖြူဖွေး၊ ဖားလေးတောင်မှ စိတ်အေးသည်။

လောဘ ဒေါသ မောဟ မတရားမှုတွေကို အနိုင်ယူနိုင်မှ ဆင်းရဲအပူတွေကို လွှမ်းမိုးနိုင်မှ တရားလိုခေါ်တယ်။ အထူးအားဖြင့်တော့ သတိဉာဏ်ဦးစီးတဲ့ လက်တွေ့ကိုယ်ကျင့်တရားပေါ့။ တရားနာတယ်ဆိုတာ ဘဝအသုံးချပုံ နည်းစနစ်ကို လေ့လာသင်ယူတာဖြစ်တယ်။ သိပြီးရင် ကျင့်ရမှာပဲ။

တရားမနာရရင် စိတ်မှာကိလေသာပိတ်ဖုံးပြီး ကောင်းမှုလဲဝေး၊ မဂ်ဖိုလ်လဲဝေးနေ

မျောက်နှစ်ကောင် လိမ္မာယဉ်ကျေးလာပြီဆိုတော့ ဆရာတော်ကလဲ အားပေးစကားပြောရတာပေါ့။ “ဟေ့-အောင်ကောင်းတို့၊ အောင်မောင်းတို့! မင်းတို့ တော်တော်လိမ္မာနေကြပြီပဲကွာ၊ ဆက်ကြိုးစားကွ၊ မင်းတို့ဟာ ဒီပြင်မျောက်တွေနှင့်တော့ တခြားစီဖြစ်သွားပြီ၊ ပုံစံက မျောက်လိုဆိုရပေမယ့် အသိတရားက လူလိုဖြစ်ကုန်ကြပြီ”

“ငါ တိရစ္ဆာန်ပဲဆိုပြီး အားမငယ်ကြနဲ့နော်၊ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေနှင့် တွေ့ခွင့်ရလို့ သာသနာနှင့်တကယ်ကြုံရပြီဆိုရင် စိတ်အေးရပြီကွ၊ ဒီဘဝကွယ်လွန်လို့ နောက်ဘဝရောက်ရင် သုဂတိဘဝရမှာ သေချာသွားပြီ။

တတ်တယ်။ တရားစာဖတ်တာလဲ တရားနာတာပါပဲ။ တရားနာတာနှင့် အတူတူပါပဲ။ နည်းမှန်လမ်းမှန် ညွှန်ပြပေးသူရဲ့တရားကို နာကြားရရင် တိရစ္ဆာန်တောင် စိတ်အေးရတယ်။ လူဆိုတာတော့ ဘာပြောဖို့လိုမှာလဲ။




တစ်ချိန်တုန်းက မြတ်စွာဘုရား စမ္မာမြို့နားက ရေကန်အနီးမှာ စမ္မာမြို့သူမြို့သားတွေကို တရားဟောနေတုန်း ဖားလေးတစ်ကောင် ရေကန်ထဲက ခုန်တတ်လာတယ်။ တရားဟောတဲ့အနားရောက်တော့ တရားသံကြားရတယ်။ အကြောင်းအကျိုး အကောင်းအဆိုးကို ခွဲခြားမသိပေမယ့် အေးချမ်းတဲ့ တရားသံကို နားထောင်ကောင်းတာနဲ့ ရှေ့

မသွားပဲရပ်ပြီး ဖားလေး တရားနာနေတယ်။ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့အသံတော်က အရှိန်အဝါ သိပ်ကြီး မားတာကိုး။

အဲဒီအချိန်မှာ နွားကျောင်းသားတစ် ယောက်ဟာ လူစုစုဝေးဝေးမြင်တာနဲ့ ရောက် လာတယ်။ တရားနာဖို့မဟုတ်ဘူး။ လူစုလူဝေး ကိုကြည့်ဖို့လာတာ။ သံချွန်တပ်ထားတဲ့ ဒုတ် တစ်ချောင်းကိုင်လာတယ်။ သံချွန်တပ်တဲ့ဖက် ကို အောက်ကထားလို့ မြေကြီးပေါ်ဒုတ် ထောက်ပြီး လူတွေကို မော့ကြည့်နေတယ်။ လူဖြစ်တဲ့ နွားကျောင်းသားက တရားမနာဘူး။ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်တဲ့ ဖားက တရားနာနေတယ်။ ပြောင်းပြန်ကြီးပေါ့။






၁၁။ ဘဝအေဝီခို့ ဗိုဗိဗို

-  ဇာတ်ညွှန်းသမား၊ ကံတရား၊
- ညွှန်ကြားလိုက်သမျှ။
-  ဘဝဇာတ်ခုံ၊ ပုံစံစုံ၊
- ကခုန်လှုပ်ရှားရ။
-  စိတ်ကခြယ်လှယ်၊ အသွယ်သွယ်၊
- ဆက်နွယ်အစွမ်းပြ။

နွားကျောင်းသား ထောက်ထားတဲ့ဒုတ် က တရားနာနေတဲ့ ဖားကျောပေါ်အမှတ်တမဲ့ ထောက်မိသွားတယ်။ သံချွန်ထောက်ခံရတာ တောင် ဖားက ကြည်ကြည်လင်လင်နဲ့တရား နာနေတယ်။ ကြာတော့ဘယ်ခံနိုင်မလဲ၊ တရား နာနေတဲ့ဖားလေး သေသွားရှာတယ်။ တရား နာရတဲ့ကျေးဇူးကြောင့် ဖားလေးဟာ တာဝတိံ သာနတ်ပြည်မှာ ဉာဏ်ကြီးတဲ့တိပဟိတ်နတ် သား သွားဖြစ်တယ်။ ကောင်းဖို့လို့ ဆိုးပေး တယ်ဆိုရမှာပေါ့။

နတ်ပြည်ရောက်သွားပေမယ့် အောက် ခြေမလွတ်ဘူး။ တရားနာရလို့ ဉာဏ်ပွင့်နေ တာဆိုတော့ ဘဝအမြင်ရှင်းနေတယ်။ “ဘယ်

-  **အမှန်မကြည့်၊ အသိမကွဲ၊**
 - အမြင်လွဲ၊ ငိုပွဲရယ်ပွဲရ။**
 -  **အကြောင်းသိသူ၊ အမှန်ယူ၊**
 - စင်ဖြူအေးချမ်းရ။**
 -  **စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာကြောင့်၊**
 - သူငါအများ၊ ချမ်းသာပွား၊**
 - ထူးခြားမြင့်တက်ရ။**
- အတိတ်ကံဇာတ်ညွှန်းဆရာက ညွှန် ကြားလိုက်တဲ့အတိုင်း ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာ ပုံစံစုံနဲ့ ကခုန် လှုပ်ရှားနေကြရပါတယ်။ သဒ္ဓါ သတိ ဝီရိယ ပညာအားနည်းတဲ့စိတ်က ခြယ်လှယ် ပေးလိုက်ရင် ညှိုးပုပ်တဲ့ကံရပ်ကို ဆိုးယုတ်တဲ့ မမှန်အလုပ်တွေနဲ့ လွှမ်းခြုံပြီး ရပ်ပျက်ဆင်း

လောက် ကြီးကျယ်တဲ့ စည်းစိမ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဘာတစ်ခုမှ ကိုယ်မပိုင်ပုံ၊ ဘယ်အရာမှ မခိုင်မြဲပုံ၊ တရားကြောင့်သာ နိမ့်ရာမှမြင့်ရာ ရောက်လာပုံ၊ တရားလွတ်ရင် အပါယ်ပြန် ရောက်သွားနိုင်ပုံ၊ တိရစ္ဆာန်နားနဲ့ နာကြား ရတဲ့တရားတောင် ဤမျှလောက် အကျိုးကြီး နေသေးရင် နတ်နားနဲ့ဆက်နာရင် ဒီထက် အဆများစွာ အကျိုးကြီးသွားနိုင်ပုံ” တွေကို ဉာဏ်နဲ့စေ့စေ့စပ်စပ် ကြည့်ရှုဆင်ခြင်ပြီး တရား လက်ဦးအောင် ချက်ချင်းဘုရားထံသွား နာယူ လိုက်တယ်။ ခန္ဓာဉာဏ်စိုက်ပြီး လက်တွေ့ ပွားရင်း တရားနာတာဆိုတော့ ဖားနတ်သား သောတာပန်ဖြစ်သွားတယ်။ ဖားနတ်သား

ပျက် သရုပ်ဆောင်ရတတ်ပါတယ်။ ထိန်းမနိုင် သိမ်းမရ ဘီလူးကြမ်း ကြမ်းပြီး စက်ဆုပ်ရွံရှာ စရာ ကြောက်လန့်စရာပုံစံနဲ့လဲ ရမ်းကားနေမိ တတ်ပါတယ်။ နိမ့်လိုက် မြင့်လိုက် ငိုလိုက် ရယ်လိုက်နဲ့လဲ မတည်မငြိမ် တုန်လှုပ်ချောက် ချားနေတတ်ပါတယ်။

ပညာရှင် မေတ္တာရှင်တို့ရဲ့ လမ်းညွှန်ချက် ကိုရလို့ သဒ္ဓါ သတိ ဝီရိယ ပညာအားကောင်း လာရင် ခုံညားတဲ့ကံရပ်ကို စွန့်စားတဲ့ဉာဏ် အလုပ်နဲ့အလှဆင်ပြီး ထည်ထည်ဝါဝါ လှလှ ပပ ကျက်သရေရှိရှိ သရုပ်ဆောင်ရတတ်ပါ တယ်။ အထိန်းတွန်းအား လမ်းညွှန်ကောင်းနဲ့ အရာရာအကျိုးရှိအောင် စွမ်းဆောင်ပေးရင်

ဆိုတာ ဖားဘဝကရောက်လာတဲ့ နတ်သားကို ပြောတာပါ။

သောတာပန်ဖြစ်တော့ ဘဝအာမခံရသွား ပြီ။ တာဝတိံသာနတ်ပြည်ကိုပဲ ပြန်သွားပါ တယ်။ သာသနာနှင့် တွေ့ကြုံခွင့်ရရင် ဖား တောင် စိတ်အေးရတယ်ပေါ့။

တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် နေထိုင်တတ်တယ်။

တစ်ခါတုန်းက ရွာတစ်ရွာမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ ပြည့်စုံကြွယ်ဝတဲ့ ဦးပြားနဲ့ဒေါ်ဦးဆိုတဲ့ ရွာရဲ့ မျက်နှာဖုံး ဇနီးမောင်နှံနှစ်ဦး ရှိခဲ့ဖူးတယ်။ ပစ္စည်းပေါတဲ့ဇနီးမောင်နှံမှာ သားလေးတစ်ဦး တည်းသာရှိတယ်။ သားလေးက မျက်လုံးပြူး ပြူးနဲ့ အရုပ်ခပ်ဆိုးဆိုး၊ သားလေးရဲ့ရုပ်လုံး လဲပေါ်အောင် အဖေဦးပြားနှင့်အမေဒေါ်ဦး တို့ နာမည်နှစ်မျိုးလုံးလဲပါအောင် ပြားနှင့်ဦးကို ပေါင်းစပ်ပြီး “ငပြူး” လို့ နာမည်ပေးထားလိုက် တယ်။

အရုပ်ဆိုးပေမယ့် ချစ်စရာသားလေးတစ် ဦးတည်းသာရှိလို့ မိဘနှစ်ပါးက သိပ်အလို

လိုက်လွန်းတော့ ငပြူးဟာငယ်ငယ်ကတည်းကစ အလွန်ဆိုးတယ်။ အရွယ်ရောက်လို့ ပညာသင်ဖို့ကျောင်းထားတော့ ပညာမသင်ပဲ ခဏခဏ ကျောင်းပြေးတယ်။ ကျောင်းမပြေး တဲ့အခါလဲ ဟိုလူနှင့်ရန်ဖြစ် ဒီလူနှင့်ရန်ဖြစ်။

အိမ်မှာ ပစ္စည်းတွေပေါပေမယ့် ခိုးတာ ဝှက်တာ ဝါသနာပါတယ်။ ဟိုလူပစ္စည်း ယူ လာ၊ ဒီလူပစ္စည်းခိုးလာနဲ့ အကျင့်စာရိတ္တ မကောင်းဘူး။ မိဘက လိုသမျှအကုန်ပေးထား ပေမယ့် ခိုးချင်တဲ့ဝါသနာကို မဖျောက်နိုင် တော့ သူများပစ္စည်းခိုးလို့ ခဏခဏအရိုက် အနှက်ခံရတယ်။

မိဘကချစ်လွန်းလို့ အလိုလိုက်ထား

ခံကလဲရို သားဆိုးရဲရမ်းကားမှုကြောင့်လဲ စိတ်တွေ ထိခိုက်ပူလောင်ပြီး ဆင်းရဲနှင့်အပူ ကို ခံနိုင်စွမ်းမရှိတော့လို့ အရွယ်ကောင်းတုန်း မှာပဲ ကွယ်လွန်သွားရတာတယ်။

သားအမိနှစ်ယောက်သာ ကျန်တော့ပေ မယ့် သားငပြူးကတော့ ဆိုးမြဲဆိုးလျက်ပဲ။ မိခင်ဒေါ်ဦးမှာ သားဖြုန်းလို့ ပစ္စည်းတွေလဲ ကုန်ဆုံး၊ အားကိုးရတဲ့ခင်ပွန်းလဲ ကွယ်လွန် သွားတော့ ကိုယ်စိတ်တွေဆင်းရဲပင်ပန်းပြီး ကျန်းမာရေးပျက်လာလိုက်တာ လူရပ် တောင် မပေါ်ချင်တော့ဘူး။

မကျန်းမာပေမယ့် သားဆိုးအတွက် ဆင်း ဆင်းရဲရဲအလုပ်လုပ်ပြီး ရှာကျွေးနေရတယ်။

တော့ ပညာကိုကောင်းကောင်းမသင်၊ ကျောင်း ပြေးလိုက် ရန်ဖြစ်လိုက်ဆိုတော့ အိမ်မှာပဲ ထားရတော့တယ်။ အိမ်မှာထားတော့လဲ ကောင်းကောင်းမနေ၊ ငယ်ငယ်လေးနဲ့ အရက် သောက်တတ် ဖဲရိုက်တတ်နေပြီ။ အရပ်ထဲက လူဆိုးမှန်သမျှ အကုန်ပေါင်းတယ်။ အိမ်မှာ ရှိတဲ့ပစ္စည်းတွေလဲ သားတစ်ယောက်တည်း ဖြုန်းတာနဲ့ လုံးပါးပါးလို့ တစ်စတစ်စ မွဲတေ လာပြီ။

တစ်နေ့ကုန် အပြင်မှာလည်ပတ်ပြီး အိမ် ပြန်ပြန်လာရင်လဲ မူးမူးရူးရူးနဲ့ တစ်ခါတစ်ရံ ရွာထဲက လမ်းပေါ်မှာ မူးလဲနေလို့ မိခင်ဖြစ်သူ သွားတွဲခေါ်လာရတယ်။ အမေလုပ်သူက

နောက်ဆုံးဈေးတောင်းကို ခေါင်းပေါ်ရွက်လို့ ရာသီပေါ်သီးနှံလေးတွေထည့်ပြီး အရပ်ထဲ လိုက်ရောင်းနေရတယ်။ ရရာ ကြုံရာ အလုပ် လုပ်ပြီး ရှာနေရတယ်။ ဒါလဲ ရသမျှ ငပြူးက ဖြုန်းတာပဲ။ ဘယ်လိုမှ မတတ်နိုင်တော့ဘူး။ သားဆိုးဆိုတော့ သားရတနာမဟုတ်ပဲ သား ရတာနာ ဖြစ်နေတယ်။

ပစ္စည်းပေါများတုန်းကတောင် အခိုး အဝှက်ဝါသနာပါခဲ့တဲ့ငပြူးဟာ ပစ္စည်းမရှိ ဆင်းရဲမွဲတေတဲ့ဘဝရောက်တော့ ပိုခိုးတော့ တာပေါ့။ တွေ့ရာကြုံရာပစ္စည်း အကုန်ခိုးပဲ။ ခိုးလို့ရသမျှ ပစ္စည်းကိုရောင်းချပြီး ရောင်းလို့ ရတဲ့ပိုက်ဆံနဲ့ အရက်သောက် ဖဲရိုက်ပစ်လိုက်

သားချစ်အတွက် ထမင်းဝိုင်းကျကျနုနုပြင်ပြီး စားကောင်းသောက်ဖွယ် ဟင်းလျာမျိုးစုံနဲ့ ခူးခပ်ကျွေးပေမယ့် စိတ်တိုင်းမကျရင် ထမင်း ပန်းကန်ကို လွှင့်ပစ်တယ်။ ဟင်းတွေအကုန် သွန်ပစ်တယ်။ ပန်းကန်တွေရိုက်ခွဲတယ်။ ထမင်းဝိုင်းကို ခြေနဲ့ကန်ပစ်တယ်။ မိခင်ဒေါ်ဦး တစ်ယောက် သားမိုက်ကြောင့် မျက်ရည် ပေါက်ပေါက်ကျရတယ်။ ဒါမျိုး ခဏခဏကြုံ ရတယ်။

မကြာမကြာ မအေကို ကြိမ်းလား မောင်း လားလုပ်တယ်။ မအေဖြစ်သူက “မဆဲရင် တော်ပြီ” ဆဲတော့လဲ “မရိုက်ရင်တော်ပြီ” ရိုက်တော့လဲ “မသတ်ရင်တော်ပြီ” လို့ သား

တာပဲ။

တစ်နေ့သောညမှာတော့ ငပြူးတစ် ယောက် ရွာထဲကလမ်းပေါ်မှာ ထိပ်ပေါက် ခေါင်းကွဲ သွေးရဲရဲနဲ့ မူးလဲနေတယ်။ သတိမရ ပဲ မေ့မြောနေတယ်။ စက်ဆုပ်ရွံ့မုန်းစရာ ရွာရဲ့ ချဉ်ဖတ်ဖြစ်နေလို့ မလိုမုန်းတီးသူ လူတစ်စု ကဝိုင်းရိုက်ပြီး ပစ်ထားခဲ့ကြတာပါ။ လက်တစ် ဖက်လဲ ကျိုးသွားတယ်။ မိဘစိတ်ဆင်းရဲ အောင်လုပ်တဲ့ သားဆိုးဆိုတာ ဒီလိုဒုက္ခမျိုး ရောက်ရမှာပဲ။ ရိုက်သူတွေကတော့ အသေ ရိုက်တာနှင့်တူတယ်။ မသေတာပဲ တော်ရ သေးတာပေါ့။

မိခင်ဒေါ်ဦး ဒီသတင်းကြားတော့ ငိုပြီး

ဆိုးကို ခွင့်လွှတ်ပြီး ချစ်ရှာတယ်။

မိခင်ဖြစ်သူက “အော် . . . ငါဟာ ငရုတ်သီးကြိုက်တဲ့လူလို ဖြစ်နေပြီ၊ ငရုတ်သီး ကြိုက်လွန်းလို့စားတော့ ပါးစပ်အငြိမ်မနေရ၊ တစ်ရွှီးရွှီး တဟားဟားနဲ့ ဘယ်လောက်စပ် စပ် ကြိုက်တော့စားတာပဲ”

“ဒါမျိုးလိုပဲ သားတစ်ယောက်တည်းဆို တော့ မချစ်ပဲလဲ မနေနိုင်၊ ချစ်တော့လဲ ချစ် မုန်းသိလို့ သားကဒုက္ခပေးတယ်၊ ဆိုးပေမယ့် အချစ်မလျော့နိုင်၊ ချစ်သလောက် အပူပွားရ၊ တယ်လဲ စိတ်ဆင်းရဲရပါလား” လို့ ညည်းတွား ရှာတယ်။

ဖခင်ဖြစ်သူ ဦးပြားမှာ ပင်ကိုယ်ရောဂါ

ရောက်လာ၊ နီးစပ်ရာဆွေမျိုးတွေ အကူအညီ နဲ့ အိမ်ကို ထမ်းပိုးသယ်ယူ၊ ရှိစုမဲ့စုလေးတွေ ထုခွဲရောင်းချလို့ ရတာလေးနဲ့ သားကိုဆေးကု ပေးတော့ မကြာမီ သက်သာပျောက်ကင်းသွား တယ်။ လက်တစ်ဖက်ကျိုးတာလဲ ကောင်း သွားတယ်။

တစ်နေ့တော့ ကမ်းကုန်အောင်ဆိုးပြီးတဲ့ ငပြူးဟာ အဖော်ကောင်းတာနဲ့ ရွာဦးဘုန်း ကြီးကျောင်းကို လိုက်သွားတယ်။ မေတ္တာ ကရုဏာပြည့်ဝတဲ့ ပညာရှိဆရာတော်ကြီး ဦးတိဿ သီတင်းသုံးနေတယ်။ ငပြူးရဲ့ ငယ်ဆရာပါ။ ရွာဦးကျောင်းဟာ ငပြူးငယ် ငယ်က ပညာမသင်ပဲ ခဏခဏကျောင်းပြေး

မကြာမကြာ ရန်ဖြစ်၊ မကြာခဏ ခိုးဝှက်နေ ခဲ့တဲ့နေရာပါ။

ဆရာတော်ကြီးဟာ ငပြူးရဲခိုးမှုတွေကို ငယ်စဉ်ကလဲ မြင်ခဲ့ရတယ်။ အရွယ်ရောက်လို့ တစ်ဆိုးတည်း ဆိုးပေနေတဲ့သတင်းကိုလဲ တစ်ဆင့်ကြားသိရပြီးသားပါ။ ပညာရှင် မေတ္တာ ရှင်ပီပီ ငပြူးရဲခိုးပြစ်တွေကို ပြီးပြီးသားတွေ ဖြစ်နေလို့ ခွင့်လွှတ်လိုက်ပါတယ်။ ကမ်းကုန် အောင်ဆိုးမိုက်ပြီးသူဟာ လမ်းကြောင်းပြောင်း ပေးသူရှိရင် ကမ်းကုန်အောင်ပြန်ကောင်း တတ်တာကိုလဲ ဆရာတော်ကြီးက မြော်မြင် ပြီးသားပါ။

ဆရာတော်ကြီးက ငပြူးကို သူရောက်လို့

မစွမ်းရမှာလဲ၊ အမှားကိုအမှားမှန်းသိလို့ ပြုပြင် တာဟာ ဘယ်တော့မှ နောက်မကျဘူးကွ” ဆရာတော်ကြီးက လူပြိုန်းနားလည်အောင် ချက်ချင်းအလုပ်လုပ်ချင်အောင် ဟောပြောပေး တယ်။

ရွာထဲမှာ မောင်ဘယ်သူတို့အနေအထိုင် အလုပ်အကိုင်မတတ်လို့ အစစအရာရာ အောက်ကျဆင်းရဲရပ်ပုံ၊ မောင်ဘယ်သူတို့က အနေအထိုင် အလုပ်အကိုင်ကောင်းလို့ ဘယ် ပုံ ဘယ်နည်း ကြီးပွားတိုးတက်ချမ်းသာနေ ကြပုံတွေကိုလဲ အနီးကပ်သက်သေအဖြစ် ထုတ်ပြဆိုပေးတယ်။ စာထဲပေထဲမှာပါတဲ့ အကြောင်းအရာ ဇာတ်လမ်းဝတ္ထုများကိုလဲ

ပါ ခုရောနှောင်ပါ စိတ်ချမ်းသာအောင် စွမ်း ဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ အဖိုးတန်လူဖြစ်ဖို့ လမ်းညွှန် သွန်သင်ပေးပါတယ်။ “ဟဲ့-မောင်ပြူး၊ လူဆို တာ -

(၁) ဘာနှင့်တွေ့တွေ့ တွေ့သမျှနှင့်အဆင် ပြေအောင် တရားအသိနှင့်ညှိပြီး တည်တည် ငြိမ်ငြိမ် ရင့်ရင့်ကျက်ကျက် အေးအေးချမ်းချမ်း နေနိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။ ပစ္စုပ္ပန်သေချာ မှ နောင်ရေးသေချာမယ်။ အခု ကောင်းလို့ရ တဲ့နေရာကစ ကောင်းလိုက်တာပဲ စိတ်အေး ရမယ်။

(၂) ကိုယ့်အင်အားနဲ့ ကိုယ်ရောသူပါ လောက ရော သာသနာပါ လှပထည်ဝါအောင် အလှ

ထုတ်နှုတ်ပြောပြပေးတယ်။

မေတ္တာပြည့်ဝတဲ့ ဆရာတော်ကြီးရဲ့ တရား လမ်းညွှန် သွန်သင်ဆုံးမစကားတွေကို ငပြူး သိပ်စိတ်ဝင်စားသွားတယ်။ မှန်ထောင်ကြည့် သလို ကိုယ့်ဟာကိုယ် အသိစိတ်နဲ့ပြန်ကြည့် လိုက်တယ်။

“အင်း...ငါလုပ်နေတာ မဟုတ်တော့ဘူး နော်၊ ငါ့ရဲ့နေထိုင်ပုံကလဲ ဘာတစ်ခုမှ အချိုး မကျတော့ဘူး။ ဖအေရီတုန်းကလဲ ငါဆိုခဲ့ ပေခဲ့တယ်။ ငါ့ကြောင့်ပဲ ငါ့ဖအေ စိတ်ထိခိုက် ပြီး အသက်တိုခဲ့ရတာ၊ မအေတစ်ယောက် တည်းကျန်တော့လဲ ငါဆိုတုန်း မိုက်တုန်း ဒုက္ခပေးတုန်းပဲ၊ မအေဟာ ကျန်းမာရေး

ဆင်ပေးနိုင်ရမယ်။ ကောင်းကျိုးပြုဘဝမှတ် တိုင် စိုက်ထူနိုင်ရမယ်။ နာမည်ကောင်းကျန် ရမယ်။

(၃) ဘဝကူး စိတ်အေးရမယ်၊ ဒါမှ လူဖြစ်ကျိုး နပ်သူဖြစ်ခွင့်ရမယ်”

“တရားနဲ့ အဖတ်ဆယ်နိုင်မှ အဆိုးကို ဖုံးဖိနိုင်မယ်။ ပိုက်ဆံမကုန်ပဲ ချက်ချင်းအကျိုး သက်ရောက်စေနိုင်တဲ့ ကုသိုလ်ရအောင်နေ နည်းက-

- (၁) သရဏံဂုံ ၃-ပါးမြဲဖို့
- (၂) ၅-ပါးသီလလုံဖို့
- (၃) မေတ္တာတရားထားဖို့၊ ပွားဖို့၊ ဒီ ၃-ခုကို မလွတ်တမ်းကိုင်ပြီး လက်တွေ့ကျင့်သုံးပါ”

ကောင်းတာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ မအေမုဆိုးမကြီး ဟာ ပစ္စည်းကမ္မေ၊ ကျန်းမာရေးကနည်း၊ စိတ် က ဆင်းရဲတဲ့ကြားထဲကပဲ ငါ့အတွက် မဖြစ် မနေ ခက်ခက်ခဲခဲ ဆင်းဆင်းရဲရဲ ပင်ပင် ပန်းပန်းနဲ့ ရအောင်ရှာပေးနေရတယ်။ ရသမျှ လဲ ငါ့အကုန်ဖြုန်းပစ်တာပဲ၊ စောစောက ငါတို့ အိမ်မှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ အလွန်ပြည့်စုံကြွယ်ဝ ပေါများခဲ့တယ်။ ငါ ဆိုးပေပြီး ဖြုန်းပစ်တာနဲ့ပဲ တစ်အိမ်လုံး မွဲပြာကျသွားရတာ၊ ဟဲ့-ငပြူး ဒီလောက် အသိခေါင်းပါးမိုက်ကန်းရင် လူ မဟုတ်တော့ဘူး။ အိမ်မှာမွေးထားတဲ့ ခွေး လောက် ကြောင်လောက်တောင် တန်ဖိုးမရှိ တော့ဘူး။ ငါ့သူငယ်ချင်း မောင်ခင်၊ မောင်ချစ်

“ကြက်တူရွေးတောင် စကားသင်ပေးရင် တတ်သေးတာ၊ စကားတင်မက တရားတောင် သင်ပေးလို့ရတယ်။ မင်းက လူပဲ၊ သင်ယူလေ့ လာရင် ဘာမတတ်ပဲ နေရမှာလဲ”

“မျောက်တောင် သင်ပေးရင် လူပြောတဲ့ စကားကို နားလည်တယ်။ စကားတင်မကဘူး၊ တရားသင်ပေးလို့တောင် တတ်တယ်။ မင်းက လူဆိုတော့ ပိုတတ်ရမှာပေါ့၊ တိရစ္ဆာန်ထက် သာတဲ့ လူ့အရည်အချင်းက ဉာဏ်ပဲ”

“ဖားတောင် တရားနာရလို့ သေတော့ နတ်ပြည်ရောက်၊ ဉာဏ်ကြီးတဲ့နတ်သားဖြစ်၊ နတ်သားဘဝနဲ့ တရားဆက်နာလိုက်တာ သောတာပန်ဖြစ်တယ်။ မင်းက လူပဲ ဘာလို့

တို့ကို ကြည့်စမ်း၊ မိဘစကားနားထောင်လိုက် ကြတာ နေပုံထိုင်ပုံ အချိုးကျလို့ လိမ္မာလို့ သူတို့မိဘတွေ စိတ်ချမ်းသာလိုက်ကြရတာ တွေ၊ တယ်တော် တယ်ကောင်း၊ အော်... ငါကတော့ တယ်ဆိုး တယ်မိုက်ပါလား။ အချိုး မပြောင်းရင်တော့ အပါယ်ငရဲသွားဖို့ပဲ ရှိတော့ တယ်။ အမြန်ပြင်လိုက်မှပဲ ဖြစ်တော့မယ်။ ဆရာတော်ကြီးက အမှားကိုပြုပြင်တာဟာ နောက်ကျတယ်မရှိဘူးတဲ့”

ငပြူးတစ်ယောက် တရားသွားနာလိုက် တာ ကိုယ့်တရားခံ ကိုယ်ရှာတတ်သွားတယ်။ သဒ္ဓါတရားတံခါး ဟင်းလင်းပွင့်သွားတယ်ပေါ့။ အဲဒီအချိန်ကစ မောင်ပြူးစိတ်ထဲမှာ မိခင်ကြီး

ကို သနားကြင်နာတဲ့ ကရုဏာစိတ်၊ ချစ်ခင် မြတ်နိုးတဲ့ မေတ္တာစိတ်တွေပေါ်လာပြီး အချိုး ပြောင်းလဲပြုပြင်ဖို့လဲ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။



၁၂။ အမှားပြင်ကာ နောက်မကျ

- 🕯️ **မောဟတရား၊ မကင်းငြား၊**
- မိုက်မှားတတ်လေပါ။**
- 🕯️ **အမှားပြင်ကာ၊ နောက်မကျ၊**
- သိကပြင်လိုက်ပါ။**
- 🕯️ **အမှားကိုပြင်၊ အမှန်မြင်၊**
- ကြည့်လင်စိတ်အေးပါ။**

တယ်။ စီးပွားရှာတဲ့အလုပ်ကိုလဲ ဉာဏ်ယှဉ်ပြီး လုပ်တတ်လာတယ်။ ရွာဦးကျောင်းဘုန်းကြီး ထံလဲ မကြာမကြာသွားလို့ တရားနာယူတယ်။ အိမ်ပြန်ရောက်ပြီဆိုရင် မီးဖိုချောင်ဝင်ပြီး “အမေ အသာနေတော့၊ အသက်ကြီးပြီ၊ အေး အေးချမ်းချမ်းပဲနေတော့၊ သားပဲလုပ်တော့ မယ်” ပါးစပ်ကလဲပြော ကိုယ်တိုင်လဲချက် ပြုတ်လို့ မိခင်ကြီးကို ကျွေးမွေးတယ်။ စောင့်ရှောက်တယ်။ ညအိမ်ရာဝင်တဲ့အခါမှာလဲ မိခင်ကြီးကို ခြေဆုပ်လက်နယ် နင်းနှိပ်ပြုစု တယ်။ နေ့တိုင်းပဲ မိခင်ကြီးကုသိုလ်ပြုနိုင်အောင် တရားဘာဝနာ အားထုတ်နိုင်အောင် ကူညီပေးတယ်။

မိခင်ဒေါ်ဦးတစ်ယောက် ဝမ်းသာလိုက်ရတာ။ နောက်ထပ်သားလိမ္မာတစ်ယောက် မွေးဖွားလာတယ်လို့တောင် ထင်မိသွားတယ်။ “ငါ-- အခုမှ သားရတနာရတာ၊ ရတာနာ မဟုတ်တော့ဘူး၊ ငါ့သားလေး ရတနာဖြစ်နေချိန်မှာ ကိုပြားတစ်ယောက် မြင်စမ်းစေချင်တယ်။ သူ့အဖေ အသေစောလိုက်လေခြင်း” ဆိုပြီး မျက်ရည်တောင်ကျရတယ်။
 ငပြူးဟာ ရပ်ရွာကောင်းကျိုးပြုအလုပ်တွေကိုလဲ ဘယ်သူ့အသိအမှတ်ပြုပြု မပြုပြု စိတ်ပါလက်ပါလုပ်ပေးတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကလဲ ငပြူးအပေါ် သဘောထားအမြင်တွေ ပြောင်းလာကြတယ်။ ရိုက်ပုတ်စရာ လူယုတ်

ပုထုဇဉ်ဆိုတာ မောဟမကင်းသေးတော့ ဆင်ခြင်မှုကင်းသလောက် မှားတတ် မိုက်တတ်တာပဲ။ ဒိဋ္ဌိမပါတဲ့ မောဟအမှားက လွဲမှားတဲ့၊ ဒိဋ္ဌိပါလာရင်တော့ စွဲမှားတဲ့၊ စွဲမှားကို ပြင်လို့မရပေမယ့် လွဲမှားကိုတော့ ပြင်လို့ရပါတယ်။ မှားမှန်းသိတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ချက်ချင်းပြင်လိုက်ပါ။ အမှားကိုအမှန်ပြင်တာဟာ ဘယ်တော့မှ နောက်ကျတယ်မရှိပါဘူး။ မှားမှန်းသိတာနဲ့ ပြင်တတ်ရမယ်။ ပညာရှိတွေပြင်ပေးတာကိုလဲ မြတ်မြတ်နိုးနိုးခံယူတတ်ရမယ်။

ငပြူးဟာ အရက်ဝိုင်းကခေါ်တော့လဲ မသွားတော့ဘူး။ “အကျိုးမရှိတဲ့ အရူးအလုပ်

လို့ မမြင်ကြတော့ပဲ ချစ်စရာလူကောင်းလို့ မြင်လာကြတယ်။
 “ဟယ်... လူမိုက် ငပြူးတစ်ယောက် ဘယ်လိုဖြစ်သွားတာပါလိမ့်၊ မသေသေးပဲ ဘဝပြောင်းသွားလိုက်တာ” ဆိုပြီး သိပ်အံ့ဩနေကြတယ်။ ချစ်ခင်မြတ်နိုး တန်ဖိုးထားလာကြတယ်။ “ငပြူးရယ်... မင်းဟာ ဒီရွာထဲမှာ အဖိုးတန်လူတစ်ယောက် ဖြစ်လာပါပြီကော” လို့ ချီးမွမ်းစကား ပြောကြားကြတယ်။
 မိခင်ကြီးက သားလိမ္မာငပြူးကို အိမ်ထောင်ချပေးဖို့ နားချလာတယ်။ ငပြူးက လက်မခံဘူး၊ ငြင်းတယ်။ “ဟာ... အမေ မဖြစ်ပါဘူး၊ အမေနှင့်ကျွန်တော် မခွဲနိုင်ပါဘူး၊

တွေ၊ မူးရူးတော့ ကိုယ့်ကြောင့် သူလဲ စိတ်ဆင်းရဲရ၊ ကိုယ်လဲ အောက်ကျ နောက်ကျ ဖြစ်၊ ဘာမှ ကောင်းကျိုးမရှိ၊ တော်ပြီ၊ မသွားတော့ဘူး” တဲ့။ ဖဲဝိုင်းနားလဲ မသွားတော့ဘူး။ “ငါ ဖဲရိုက်လို့ ဘယ်လောက်ချမ်းသာဘူးလို့လဲ၊ နောက်ဆုံးမဲ့တာပဲ။ သူများတွေလဲ အထင်သေးခံရတယ်။ အလကားအလုပ် ငါမလုပ်တော့ဘူး” တဲ့။ ချင့်ချိန်တတ်တဲ့ဉာဏ်တွေ ပေါ်လာတယ်။

သဒ္ဓါ သတိ ဝီရိယ ပညာတွေ ဖြစ်ပေါ်တိုးတက်လာတော့ စင်ကြယ်မြင့်မြတ်တဲ့ လူ့စိတ်ဓါတ်တွေ ပေါ်လာတယ်။ သရဏဂုံ သီလလဲ မြဲလာတယ်။ မေတ္တာလဲ ပွားတတ်လာ

ကျွန်တော်မေတ္တာကို အမေတစ်ဦးတည်း အတွက်ပဲ အပြည့်အဝပေးချင်ပါတယ်။ အမေမရှိတဲ့နောက် ကျွန်တော်ရဟန်းပဲပြုပါရစေ” လို့ တောင်းပန်တယ်။ ဘယ်လိုမှ အိမ်ထောင်ချပေးလို့ မရဘူး။
 ငပြူးတစ်ယောက် မိခင်ကြီးကို ပြုစုလုပ်ကျွေးရင်း စီးပွားရေးအလုပ်လုပ်တယ်။ စီးပွားရေးတွေ အလွန်အောင်မြင်လို့ ပြန်လည်ကြွယ်ဝလာတယ်။ သားအမိနှစ်ယောက် အရင်လိုပဲ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ကျက်သရေရှိရှိ နေနိုင်လာတယ်။ ကြီးပွားတိုးတက်လာတော့ ငပြူး အောက်ခြေမလွတ်ဘူး။ “ငါ လိမ္မာတာဟာ ဘုရားရှင်ရဲ့သာသနာကြောင့်ပဲ” ဆိုပြီး

သာသနာရဲ့ကျေးဇူးကိုသိလို့ သာသနာတော်ကို အားပေးချီးမြှောက်တယ်။ ပကာသနမဖက် ဒါနစစ်စစ်ဖြစ်အောင် လုပ်တတ်တယ်။

ပစ္စည်းနှင့်ခန္ဓာကို မှန်မှန်ကန်ကန် အဖိုးတန်အောင် အသုံးချတတ်နေပြီ။ သရဏဂုံ သီလ မေတ္တာကြောင့် အရာရာမှာအောင်မြင်သူဖြစ်နေပြီ။ အောင်မြင်လေ ကုသိုလ်တိုးလုပ်လေ၊ ကုသိုလ်တိုးလုပ်လေ အောင်မြင်လေပဲ။

ဘယ်နေရာကြည့်ကြည့် “ဦးပြားကိုရည်စူး၍ ဒေါ်ဦးနှင့်သား-မောင်ပြူး ကောင်းမှု” ဆိုတဲ့ အလှူရှင်ဆိုင်းဘုတ်တွေချည်း တွေနေရတယ်။ လမ်းဘေးရေအိုးစင်မှာလဲ ဒီဆိုင်း

ကြီးပြူး၊ ဆရာတော်ပြူး” လို့ တရားနဲ့အရောင်ပြောင်းထားတဲ့ နာမည်ဖြစ်နေလို့ပါ။ အမိုက်ဘဝက ပျက်ခဲ့ရတဲ့ “ငပြူး”ဆိုတဲ့ အမည်းရောင်ကို အလိမ္မာရဟန်းဘဝမှာ တရားရောင်တောက်ပြောင်ပြီး တက်လာတဲ့ “ဦးပဉ္စင်းပြူး” ဆိုတဲ့ အဖြူရောင်နဲ့ ဖုံးအုပ်ပေးလိုက်တယ်ပေါ့။ နာမည်မပြောင်းပဲ အဟောင်းကိုဆေးရောင်ပြောင်း သုတ်လိုက်တာပါ။

အရွယ်တော်တော်ရလာတော့ ဆရာတော်ထံခွင့်ပန်ပြီး တောထဲတစ်ပါးတည်း သွားနေတယ်။ ဘာကိုမှ မငဲ့ကွက်တော့ပဲ တောထဲမှာ တရားတစ်ခုတည်းသာ သဲသဲမဲမဲ စွဲစွဲမြဲမြဲ အားထုတ်နေပါတော့တယ်။ အချိန်

ဘုတ်၊ ခရီးသည်တွေနားဖို့ လမ်းဘေးမှာ ဆောက်ထားတဲ့ ဇရပ်မှာလဲ သူတို့နာမည်၊ ဘုန်းကြီးကျောင်းမှာလဲ သူတို့ကောင်းမှုပဲ။ ရွာဦးကစေတီမှာလဲ သူတို့နာမည်မလွတ်ဘူး။

ကုသိုလ်လုပ်တိုင်း အသိဉာဏ်ဦးစီးတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို ရည်မှန်းချက်ထား လုပ်တယ်။ “ငါဟာ ဤကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို အမြန်ဆုံးရပါရစေ၊ စောစောတုန်းကလို အမိုက် အရူးအမူးတော့ ဘယ်တော့မှ မဖြစ်ပါရစေနဲ့၊ ကိုယ့်ကိုရော သူ့ကိုပါ အလင်းဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းပဲ ဖြစ်ပါရစေတော့၊ စိတ်ချမ်းသာကြောင်း တိုးတက်ကြောင်းဖြစ်တဲ့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေ

အားလုံး မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရရေးအတွက်သာ အသုံးချနေတယ်။ ခန္ဓာမှာ သတိဉာဏ်အမြဲချ ရှုမှတ်အားထုတ်နေပါတယ်။ တရားကလွဲရင် ဘာကိုမှ သူမလိုချင်တော့ဘူးတဲ့။ ဒီလိုဆို တကယ်စိတ်အေးရပြီပေါ့။

* * *




နှင့်ချည်းသာ တွေ့ပါရစေတော့” လို့ ဆုတောင်းတယ်။

ဘုရားဒကာ - ကျောင်းဒကာ - သာသနာ့ဒကာ မောင်ပြူးဟာ မိခင်ကြီးကွယ်လွန်သွားပြီးနောက် ရှိသမျှစည်းစိမ်ဥစ္စာအားလုံးကို သာသနာအတွက် အကုန်စွန့်ကြဲလှူဒါန်းလိုက်ပြီး ဆရာတော်ကြီးဦးတိဿထံမှာ ရဟန်းပြုလိုက်တယ်။ ဆရာတော်ကြီးရဲ့ လမ်းညွှန်မှုအောက်မှာနေရတော့ စာပေလဲတော်တော်တတ်ကျွမ်းတယ်။ အကျင့်သိက္ခာ ပြည့်ဝလို့ အနေအထိုင်လဲကောင်းတယ်။

ဦးပဉ္စင်းငပြူးဟာ ပြုပြင်ခွင့်ရတဲ့ ဘဝကောင်းတစ်ခုရခိုက် အမှန်ဆုံးနှင့်အမြန်ဆုံး




၁၃။ ချိန်သီးလက်တံ ခွမ်းအားဗွန်

-  သတိပညာ၊ ချိန်သီးမှာ၊ ကောင်းစွာတပ်ထားမှ။
-  လုံ့လသဒ္ဓါ၊ လက်တံမှာ၊ မှန်စွာလည်ပတ်ကြ။
-  လူ၏စွမ်းအား၊ မြတ်တရား၊ စိတ်ထားကောင်းမှ ရနိုင်ကြ။

ဖြစ်အောင် အစွမ်းကုန်ပြုပြင်ကြိုးစားနေတယ်။ တရားဟောတရားပြုလဲ အလွန်ကောင်းတယ်။ ဆရာသမားပေးထားတဲ့ ဘွဲ့နာမည်မတွင်ပဲ ငယ်နာမည်သာ တွင်နေတယ်။ “ဦးပဉ္စင်းမောင်ပြူး တရားဟောသိပ်ကောင်းတယ်” လို့ ကျော်ကြားလာတယ်။ “ဦးပဉ္စင်းပြူးက ဘုန်းကြီးပြူး၊ ဘုန်းကြီးပြူးက ဆရာတော်ပြူး” လို့သာ တွင်သွားတော့တယ်။

ဒီ “ပြူး” ဆိုတဲ့နာမည်ကိုပဲ သူကဂုဏ်ယူတယ်။ ငယ်စဉ် အမိုက်အရူးအမူးဘဝက ရစရာမရှိအောင် စက်ဆုပ်ရွံရှာစရာကောင်းလောက်အောင် ပျက်ခဲ့ရတဲ့ “ငပြူး” နာမည်ပျက်ကို နာမည်မပြောင်းပဲ “ဦးပဉ္စင်းပြူး၊ ဘုန်း

 **စိတ်အေးစရာ၊ သာသနာ၊ ကောင်းစွာတွေ့ဆုံရ။**

သာသနာ့ကျင့်စဉ်အချုပ်က ချိန်သီးနှင့် လက်တံပဲ။ အာရုံနှင့်စိတ်ကို ကိလေသာကြားမညှပ်ရအောင် ကပ်ပေးပြီး အသိချင်းစပ်ပေးတဲ့ သတိရယ်၊ အာရုံအရိုကို ကွဲကွဲပြားပြား ခွဲခြားသိတဲ့ပညာရယ်၊ ဒီနှစ်ပါးက စိတ်ရဲ့ချိန်သီးပါ။ အကောင်းမှန်သမျှကို စိတ်ချလက်ချ ကျေကျနပ်နပ် လက်ခံပေးတဲ့သဒ္ဓါရယ်၊ အတွင်းမှာ အားကိုးစရာစွမ်းအားပေါ်လာအောင် ရဲရဲရင့်ရင့် ဖော်ထုတ်ပေးတဲ့ဝီရိယရယ် ဒီနှစ်ပါးကတော့ စိတ်ရဲ့လက်တံပါ။

ချိန်သီးပြုတ်ရင် လက်တံပြုတ်တယ်။

ချိန်သီးရပ်ရင် လက်တံရပ်တယ်။ ချိန်သီး
စောင်းတော့ လက်တံစောင်းတယ်။ ချိန်သီး
သွားနေမှ လက်တံမှန်မှန်လည်ပတ်မယ်။ ဒါမှ
စိတ်အေးစရာ သာသနာနှင့် တကယ်တွေ့
ရမယ်။

ချိန်သီးပြုတ်နေ ရပ်နေရင် လက်တံပြုတ်
တယ်၊ ရပ်တယ်။ လက်တံ ၂-ချောင်းမှာ သဒ္ဓါ
လက်တံ ပြုတ်သွားရပ်သွားတယ်။ ဝီရိယ
လက်တံလည်ပတ်နေပေမယ့် အပူငြိမ်းအေး
ချမ်းသာတဲ့ဖက် ရှေ့တည့်တည့်ကို မလည်
ပတ်တော့ပဲ အပူတိုးလို့ ချမ်းသာညှိုးတဲ့
နောက်ဖက်ကို ပြောင်းပြန်လည်သွားတယ်။
နောက်ပြန် လည်နေတယ်ပေါ့။ အို နာ သေ

ဒုက္ခအပူဖက် ပြန်လည်နေတယ်။

သတိပညာ ချိန်သီးတပ်လို့ သွားနေမှ
သဒ္ဓါ ဝီရိယလက်တံဟာ အပူငြိမ်းအေး ချမ်း
သာတဲ့ဖက် ရှေ့တည့်တည့်ကို ပြောင်းပြောင်း
လည်ပတ်ပေးပါတယ်။ သဒ္ဓါကြောင့် စိတ်တွေ
လဲ သန့်ရှင်းကောင်းမွန်သွားတယ်။ စိတ်
ကောင်းဟာ ကောင်းမှုအားလုံးနှင့် ထိုက်တန်
တာဖြစ်လို့ ကောင်းမှုအားလုံးကို နိုင်နိုင်
နင်းနင်း ရဲရဲရင့်ရင့် လက်ခံနိုင်တယ်။ လက်ခံ
နိုင်ရင် တားမရတော့ဘူး။ ဧကန် ကောင်းတာ
လုပ်တော့မှာပါ။ ဘာပဲလုပ်လုပ် ချိန်သီးတပ်
ရင် လက်တံလည်ပတ်ပြီး အကောင်းချည်း
ရနေလို့ ဧကန်စိတ်အေးရမယ်။ ထမင်းစား

တော့ ထမင်းစားယောဂီ၊ လမ်းသွားတော့
လမ်းသွားယောဂီ၊ မအားအောင် အလုပ်လုပ်
တော့ အလုပ်ယောဂီဖြစ်သွားပြီ။ စွမ်းအားတွေ
ချည်းရမှာပါ။ အချုပ်က သတိပဲ။

အားလုံးငြိမ်းချမ်းကြပါစေ

ဝိပိဋကဗေဒဆရာတော်
မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံပါဠိတက္ကသိုလ်
နန္ဒဝန်လမ်း၊ ဗဟန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
(၁၃၆၉-ခု၊ ပထမဝါဆိုလ။ ၂၀၀၇-ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ)

