



ပြည်ထောင်စု  
ပညာရေးနှင့်  
ကစားရုံကွပ်ကဲရေး  
ဝန်ကြီးဌာန

၄၄

အသေးလူတို့အတွက်  
အသုံးပြုရန်  
အထောက်အကူပြုရန်

အတ္ထုပ္ပတ္တိ  
၀၁၀၉ (၄၄)

အရှင်သေဇ္ဇာမိတ်  
အတ္ထုပ္ပတ္တိ

အသေးလူတို့အတွက်



၁၆

- ပြတ်သောအကျင့် ၊ ပြတ်အောင်ကျင့်ပု
- ပြတ်ရှင်သာသနာ ၊ ပြတ်အောင်သာတည်း။
- ပြတ်စွာပုဒ္ဓိ ၊ စောမိန်တသည့်
- လွှေဒေသနာ ၊ အပြုပြောကို
- လိုက်နာကျင့်ပု ၊ ချုပ်သာရမ်း။
- ချုပ်သာလိုငြား ၊ သူငါများတို့
- ဘုရားသာသနာ ၊ ကြံကြိုက်ပါဝယ်
- ဒါနသီလာ ၊ ဘာဝနာတို့
- ကောင်းစွာကြိုးစာတတ် ၊ ကျင့်အားထုတ်လော့။

လှူဒါန်း(၁) ဦးစောင်ကျင်းဒား ၀၉-၅၀၀၇၃၃၃

အိမ်ထောင်တို့တွင် ရွေးချယ်ထားသော နှင့် အလှူပေးခြင်းတို့  
 သီလ သမာဓိ ဝဉ္စာ တည်တံ့စေသော နှင့် ကျင့်စဉ်တို့ကို  
 အနှစ်ရသမှာ နှင့် အလှူပေးခြင်းတို့  
 အစာရသလေးစားစိတ်ဖြင့် ဖြစ်မြောက်စေရန် ဝန်တို



မွေ့စကား။  
နေ့တိုင်းကြားကာ၊  
စိတ်ထားမွေးလက်၊  
သိဉာဏ်ထက်၏။

# အရှင်သဒ္ဓါဝိပဿနာ

ရွှေပါရမီစာပေ

## အသေရမ့်သူ



ရွှေပါရမီစာပေ(၄၄)

[www.shweparami.net](http://www.shweparami.net)



# မာတိကာ

၁။	■	နေရပ်မသေချာပေမယ့် အနေရပ်သေချာပါတယ်	၉
၂။	■	အသေအရဆုံးမှ အသေအလှဆုံး	၁၅
၃။	■	အနေလှရာ ရေရာရင် အသေလှတာ သေချာတယ်	၁၉
၄။	■	အချစ်သန်ရင် အခြစ်ခံရမယ်	၂၅
၅။	■	အစွဲသန်ရင် အဆွဲခံရမယ်	၃၃
၆။	■	အမှန်းသန်ရင် အမှန်းခံရမယ်	၄၁
၇။	■	နလုံးသားအနှစ်ဓာတ်မှာ အမှန်းတရားရစ်ပတ်ခဲ့ပြီ	၄၉
၈။	■	အမှန်းမိုးစဲမှ အပြုံးမိုးသည်းမယ်	၅၇
၉။	■	အစွဲပြတ်မှ အဆွဲရပ်မယ်	၆၇
၁၀။	■	အဆွဲမြတ်ရင် အစွဲပြတ်မယ်	၇၉
၁၁။	■	အစွဲလွန်ရင် အလွဲကျွံမယ်	၈၅
၁၂။	■	တစ်ဖက်သတ်ဆိုတာ တစ်ဖက်ကို သတ်ပေမယ့်	
	■	နှစ်ဖက်လုံး သေပါတယ်	၉၃

၁၃။ ■	ယတြာကုသိုလ်ဟာ ရတနာကုသိုလ် မဖြစ်နိုင်ပါ	၉၉
၁၄။ ■	လာဘ်ပေးလာဘ်ယူကုသိုလ်ဟာ	
	■ လာဘ်ရရုံနဲ့ အကျိုးကုန်ပါပြီ	၁၀၇
၁၅။ ■	ကိုယ့်အကျိုးဆောင် အများအကျိုးအောင်	၁၁၃
၁၆။ ■	တောင်းဆုအမြတ်စခန်းအတွက်	
	■ ကောင်းမှုမှတ်တမ်း	၁၂၅
၁၇။ ■	အမြတ်ယူစိတ်ကောင်းမွေးအိရင်	
	■ ထပ်တူအတိတ်ကောင်းတွေ့မိပါတယ်	၁၃၉
၁၈။ ■	အကောင်းဆက်မှ အဆက်ကောင်းမယ်	၁၄၇
၁၉။ ■	စိတ်ထားမှန်မှ စိတ်အားသန်မယ်	၁၅၃
၂၀။ ■	လမ်းမှန်လျှောက်မှ စခန်းမှန်ရောက်မယ်	၁၆၃
၂၁။ ■	အကြောင်းအကျိုးပိုင်မှ အကောင်းအဆိုးနိုင်မယ်	၁၆၉
၂၂။ ■	အကောင်းအဆိုးကြည့်မှ	
	■ အကြောင်းအကျိုးသိမယ်	၁၇၉
၂၃။ ■	ကုသိုလ်ပူဇွေးဖို့ အဓိက၊ ကုသိုလ်ပူဇွေးဖို့ အဓိက	၁၈၉



ရွှေပါရမီစခန်း : မြင့်  
 မော့ပြည်လှမ်းနိုင်ကြပါစေ။



နေချိန်လေးတွေ

ဆက်တိုက်ဖြစ်နေရက

ရပ်တန့်သွားတာကိုပဲ

သေတယ်လို့ ခေါ်တာပါ . . .

အနေဆက်ချိန်တိုင်းမှာ

ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ ဆက်နေရင်

အနေရပ်ချိန်မှာလည်း

ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ ရပ်မှာပဲပေါ့ . . .

ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ အနေရပ်တာ

အသေလုတာပဲ မဟုတ်လား . . .

အသေလုဖို့အတွက်

အနေလုဖို့က

အဓိကပဓာနပါပဲ . . .

ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ အနေဆက်ရင် . . .

ကိုယ့်တာဝန်ကျေပြီလေ . . . ■

# အသေလှတဲ့သူ



နေရပ်မသေချာပေမယ့်

## အနေရပ်သေချာပါတယ်

တစ်ခုခုက၊ သို့မဟုတ် တစ်ယောက်ယောက်က သိပ်  
 ကောင်းတယ်ဆိုရင် အသေကောင်းတယ်။ တစ်ခုခုက၊ သို့မဟုတ်  
 တစ်ယောက်ယောက်က သိပ်ဆိုးတယ်ဆိုရင် အသေဆိုးတယ်။  
 တစ်ခုခုကို၊ သို့မဟုတ် တစ်ယောက်ယောက်ကို သိပ်ကြိုက်တယ်  
 ဆိုရင် အသေကြိုက်တယ်။ တစ်ခုခုကို၊ သို့မဟုတ် တစ်ယောက်  
 ယောက်ကို သိပ်ရှုံ့တယ်ဆိုရင် အသေရှုံ့တယ်။ တစ်ခုခုက၊ သို့မဟုတ်  
 တစ်ယောက်ယောက်က အရမ်းမိုက်တယ်ဆိုရင် အသေမိုက်တယ်။  
 တစ်ယောက်ယောက်ကို အရမ်းချစ်တယ်ဆိုရင် အသေချစ်တယ်။  
 တစ်ယောက်ယောက်ကို အရမ်းမုန်းတယ်ဆိုရင် အသေမုန်းတယ်။

အရပ်ထဲမှာ အဲဒီလို ပြောလေ့ရှိတယ်။

အသေလှတဲ့သူ ဆိုတော့ အရမ်းလှတဲ့သူလို့ ထင်နေမှာ



စိုးလို့နော်။ အသေလှတဲ့သူဆိုတာ အရမ်းလှတဲ့သူ၊ သိပ်လှတဲ့သူ၊  
အင်မတန်လှတဲ့သူလို့ ဆိုလိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။

အသေလှတဲ့သူ ဆိုတာ လှလှပပ သေတဲ့သူ၊ ကောင်း  
ကောင်းမွန်မွန် သေတဲ့သူ၊ မြင့်မြင့်မြတ်မြတ် သေတဲ့သူ၊ ထူးထူးခြား  
ခြား သေတဲ့သူလို့ ဆိုလိုပါတယ်။

မွေးဖွားလာတဲ့သူတိုင်း တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန်မှာ ဧကန်မုချ  
သေကြရမှာဖြစ်လို့ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ သတ္တဝါတွေ သေနေကြပါတယ်။  
နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ဆိုတဲ့နေရာမှာ နာရီနဲ့အမျှ၊ မိနစ်နဲ့ အမျှ၊ စက္ကန့်နဲ့အမျှ  
ပါပဲ။ စက္ကန့်တိုင်း စက္ကန့်တိုင်း သတ္တဝါတွေ သေနေကြပါတယ်။  
ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ်ဆိုတဲ့ အပါယ်ဘုံသားသတ္တဝါ  
တွေ၊ နတ်ဗြဟ္မာဆိုတဲ့ အဆင့်မြင့် သုဂတိဘုံသားသတ္တဝါတွေဆိုတာ  
အသာထားလိုက်ဦး။ ကိုယ်နဲ့ ဇာတ်ချင်းတူတဲ့ လူသတ္တဝါတွေကိုပဲ  
စက္ကန့်တိုင်း သေနေကြတာပဲ။

နိုင်ငံအနှံ့ ဖြန့်ပြီးတော့ ကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် စက္ကန့်တိုင်း  
စက္ကန့်တိုင်း လူသားတွေ သေနေကြတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံတစ်ခုတည်းနဲ့  
တွင် ကြည့်မယ်ဆိုရင်တော့ စက္ကန့်တိုင်းတော့ သေချင်မှ သေမယ်။  
ဒါပေမဲ့ နေ့တိုင်းတော့ သေနေကြတယ်။

တခြားမြို့တွေဆိုတာ အသာထားလိုက်ဦး။ ရန်ကုန်မြို့  
တစ်မြို့တည်းမှာကိုပဲ နေ့တိုင်း သေမနေကြဘူးလား။ သေနေကြ  
တာပဲ။ တစ်နေ့တစ်ယောက်တောင် မကဘူး။ အယောက် သုံးလေး  
ငါးဆယ်၊ တစ်ရာကျော်လောက်အထိကို နေ့တိုင်း သေနေကြတာ။

အခု ဒီစင်္ကာပူနိုင်ငံမှာလည်း နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း လူတွေ

သေနေကြမှာပါ။ စင်္ကာပူတစ်နိုင်ငံလုံးပေါင်းမှ ရန်ကုန်တစ်မြို့စာ  
လောက်ပဲရှိတယ်ဆိုပေမယ့် ရန်ကုန်မှာ နေ့တိုင်း လူတွေ သေရင်  
စင်္ကာပူမှာလည်း နေ့တိုင်း လူတွေ သေရမှာပေါ့။ အနည်းနဲ့ အများပဲ  
ကွာမှာပါ။

ဘယ်မြို့၊ ဘယ်ရွာ၊ ဘယ်နိုင်ငံလို့ မရည်ရွယ်ဘဲ အကြမ်း  
ဖျင်းလေးပဲ ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ပြောမယ်ဆိုရင် နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း လူသား  
တွေ သေနေကြပါတယ်။

‘နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း လူသားတွေ သေနေကြတယ်’ ဆိုတဲ့  
စကားလေးကို သေချာဉာဏ်သွင်းပြီးတော့ နာယူနေတယ်ဆိုရင် ဒီ  
စကားလုံးတစ်လုံးတည်းနဲ့တွင်ကို သံဝေဂဉာဏ် ရင့်သန်လာမှာပဲ။  
စကားလုံးခံစားမှု အားကောင်းရင်ပေါ့။

‘နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း သတ္တဝါတွေ သေနေကြတယ်။ စက္ကန့်  
တိုင်း သတ္တဝါတွေ သေနေကြတယ်။ မိနစ်တိုင်း သတ္တဝါတွေ  
သေနေကြတယ်။ နာရီတိုင်း သတ္တဝါတွေ သေနေကြတယ်’

‘နေ့တိုင်း နေ့တိုင်း လူသားတွေ သေနေကြတယ်။ နေ့တိုင်း  
နေ့တိုင်း ရန်ကုန်မြို့မှာ လူတွေ သေနေကြတယ်။ နေ့တိုင်း နေ့တိုင်း  
စင်္ကာပူမှာ လူတွေ သေနေကြတယ်’

ဒီစကားလုံးလေး ကြားလိုက်တာနဲ့ ဟိုက်ကနဲဆို စိတ်  
ကလေးက သံဝေဂလေးနဲ့ နှမ်းလျသွားမှာပဲ။ နှမ်းလျသွားတယ်  
ဆိုတာ တည်ငြိမ်လေးနက်သွားတာပါ။

တချို့က အရပ်ထဲမှာ ပြောလေ့ရှိကြတယ်။ ‘သေစကား  
မပြောနဲ့’ လို့။ ‘သေ’ ဆိုတဲ့ စကားလုံးပြောတာ မကြိုက်ကြဘူး။

‘သေ’ စကားပြောရမှာ ကြောက်ကြတယ်။

‘ငါတော့ သေသာ သေလိုက်ချင်တော့တာပဲ။ သေသွားရင် ကောင်းမှာပဲ။ သေသာ သေလိုက်ပါတော့။ သေမှပဲ ဝဋ်ကျွတ်တော့ မယ် ထင်ပါရဲ့’။ အဲဒီလိုပြောတဲ့ သေစကားမျိုးဆိုရင်တော့ နိမိတ်မရှိ၊ နမာမရှိ၊ ကျက်သရေမကံလာမရှိလို့ ပြောလို့ရတာပေါ့။

သူများကို ‘ငါသေတာပဲကောင်းတယ်၊ ငါသေမှ နင်တို့သိမယ်။ နင်သေလိုက်ပါလား။ နင်သေချင်လို့လား။ နင်သေမှ အေးမယ်။ သေချင်းဆို’ ဘာညာနဲ့ အဲဒီလို ‘သေ’ ဆိုတဲ့ စကားလုံးပြောမယ်ဆို ရင်တော့လည်း ကျက်သရေမရှိဘူးပေါ့။ မကံလာမရှိဘူးပေါ့။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကျေနပ်လို့၊ သို့မဟုတ် သူတစ်ပါးကို မကျေနပ်လို့ ဒေါသ၊ ဒေါမနုဿကို အခြေခံပြီး ပြောရင်သာ သေဆိုတဲ့ စကားလုံး မသုံးသင့်တာ၊ သေ ဆိုတဲ့စကား မပြောသင့်တာပါ။ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘဲနဲ့ ... ‘နေ့စဉ်နဲ့အမျှ သတ္တဝါတွေ သေနေကြတယ်။ တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန်မှာ သေကြရမယ်။ အချိန်မရွေး သေသွားနိုင်တယ်။ ကိုယ်ချစ်ခင်နှစ်သက်မြတ်နိုးတဲ့ ဘယ်သူဘယ်ဝါတွေလည်း သေသွားနိုင်တယ်။ တစ်နေ့ကျရင် သူအရင် သေရင်သေ၊ ကိုယ်အရင် သေရင်သေပြီးတော့ လမ်းခွဲကြရမှာပဲ’

... စသည်အားဖြင့်ပေါ့လေ။ သေခြင်းတရားရဲ့ သဘော သဘာဝကို သံဝေဂဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းတာ၊ သံဝေဂဉာဏ် အခြေခံပြီးတော့ သံဝေဂစိတ်ကလေးနဲ့ သေခြင်းတရားအကြောင်း ပြောတာဆိုရင်တော့ ‘သေ’ ဆိုတဲ့ စကားပြောတာ ကျက်သရေ မရှိဘူးလို့ ပြောလို့မရဘူး။ သံဝေဂဉာဏ်နဲ့ ပြောတဲ့ ‘သေ’ စကား

ဟာ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်လောက်အောင် အင်မတန် ကျက်သရေမင်္ဂလာ ရှိပါတယ်။

သေခြင်းတရားအကြောင်း ဆင်ခြင်တာလောက် သံဝေဂ ဉာဏ် ထက်သန်စေတဲ့တရား မရှိတော့ဘူး။ သံဝေဂဉာဏ်ဖြစ်အောင် တွန်းအားအပေးဆုံးတရားကတော့ သေခြင်းတရားပဲ။ သေခြင်းတရား ကို ဆင်ခြင်လို့ရှိရင် သံဝေဂဉာဏ်တွေ ထက်ထက်သန်သန် ဖြစ်နိုင် တယ်။ ထက်သန်တဲ့ သံဝေဂဉာဏ်က ဝိပဿနာဉာဏ်ကို မဂ်ဉာဏ် အထိ ဆိုက်သွားအောင် ကျေးဇူးပြုနိုင်တယ်။

ဒီနေ့ကတော့ သေခြင်းတရားအကြောင်း ဆင်ခြင်ဖို့ ဟောမှာ တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ‘နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း လူသားတွေ သေနေကြ တယ်’ ဆိုတဲ့ စကားလုံး ပြောနေရင်းနဲ့ စိတ်ထဲမှာ သံဝေဂသဘော လေး ခံစားရလို့ ဒီစကားလုံးလေးပေါ်မှာ ဉာဏ်လေးစိုက်ပြီးတော့ သံဝေဂဉာဏ် ယူစေချင်လို့ နည်းနည်း နမူနာ ပြောလိုက်တာပါ။

လူတိုင်းလူတိုင်း သေမှာကတော့ သေချာပါတယ်။ ‘နေရပ်’ သာ မသေချာရင် ရှိမယ်။ ‘အနေရပ်’ ကတော့ သေချာပါတယ်။

နေရပ်ကတော့ မသေချာဘူး။ အခုတရားနာပရိသတ်တွေ အခုလောလောဆယ် စင်္ကာပူမှာ နေနေပေမယ့် တစ်သက်လုံး စင်္ကာပူ မှာ နေဖြစ်မယ်။ မနေဖြစ်ဘူးဆိုတာ မသေချာဘူး။ တချို့ မြန်မာပြည် ပြန်မယ်။ တချို့ အမေရိကားသွားမယ်။ တချို့ ဥရောပနိုင်ငံတွေ သွားမယ်။ တချို့ အာဖရိကနိုင်ငံတွေ သွားမယ်။ အခြေအနေ၊ အချိန် အခါပေါ် မူတည်ပြီး နေရပ်က အမျိုးမျိုး ပြောင်းလဲသွားနိုင်တယ်။

စင်္ကာပူနိုင်ငံသားအဖြစ် ခံယူပြီး စင်္ကာပူမှာပဲ တစ်သက်လုံး

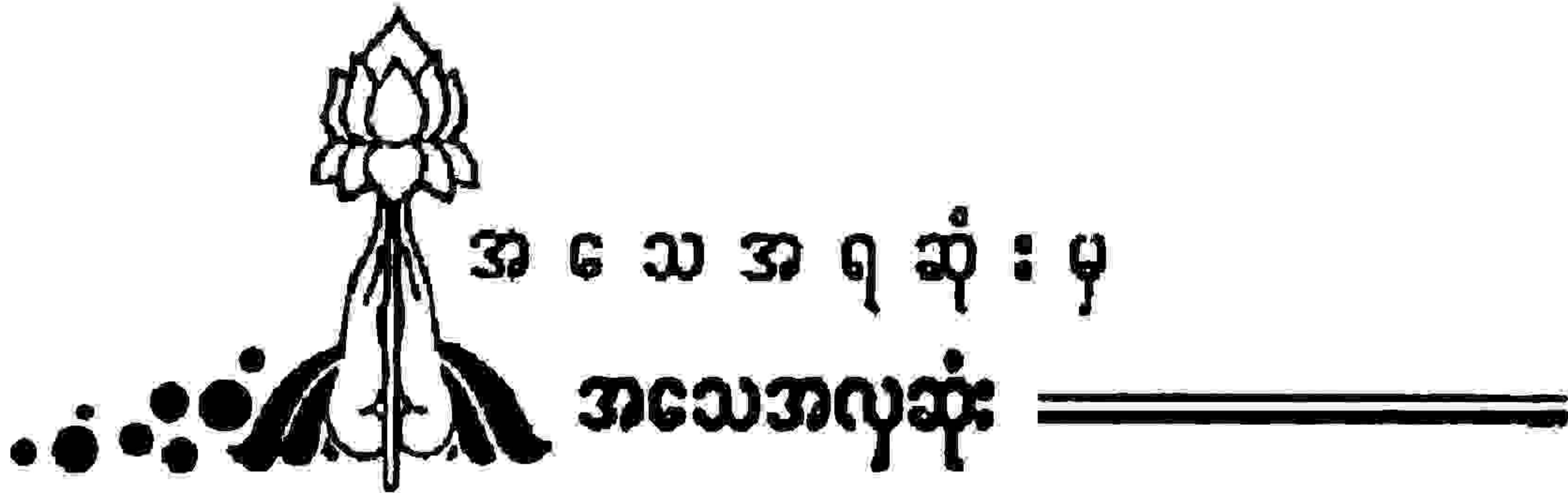
နေမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားတဲ့သူတွေတောင်မှ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့်  
နေရပ်ပြောင်းသွားနိုင်တာပဲ။ မြန်မာပြည်မှာ ပြန်နေဖြစ်သွားတာ ရှိမယ်၊  
တခြားနိုင်ငံတစ်ခုကို ပြောင်းနေဖြစ်သွားတာ ရှိမယ်။ နေရပ်က မသေ  
ချာဘူး။

နေရပ်က ဘယ်သူမှ မသေချာပေမယ့် အနေရပ်ကတော့  
လူတိုင်း သေချာပါတယ်။ အနေရပ်ဆိုတာ သေတာကို ပြောတာပါ။  
သေတယ်ဆိုတာ အနေရပ်သွားတာပဲလေ။ ဆက်တိုက်ဆက်တိုက်  
နေနေရာကနေ ဆက်မနေရတော့ဘဲ အနေရပ်သွားတာကိုပဲ သေတယ်  
လို့ ခေါ်တာပါ။

သေတယ်ဆိုတာ ဘာမှ အထူးအဆန်း မဟုတ်ပါဘူး။  
မနေရတော့တာကိုပဲ သေတယ်လို့ ခေါ်တာပါ။ သေတာကိုပဲ အသက်  
ရှူရပ်သွားတယ်လို့ ပြောကြသလိုမျိုး အနေရပ်သွားတယ်လို့လည်း  
ပြောလို့ရပါတယ်။ လူတိုင်းလူတိုင်း တစ်နေ့တစ်ချိန်ချိန်မှာ အနေ  
ရပ်သွားမှာကတော့ သေချာတယ်နော်။

‘နေခြင်းမမြဲ၊ သေခြင်းမြဲ’ ဆိုတာလိုပဲ နေရပ်မသေချာပေ  
မယ့် အနေရပ်သေချာပါတယ်။ ဒါလေးကိုလည်း သံဝေဂအဖြစ်နဲ့  
အမြဲသတိရပါ။ စိတ်ဓာတ်အင်အား ဖြစ်စေပါတယ်။ စိတ်ခွန်အား  
တိုးပွားစေပါတယ်။ အလုပ်များများပြီးဖို့ တွန်းအားကောင်းကောင်း  
ရစေပါတယ်။

သေခြင်းတရားကို သတိရတဲ့အလုပ်ဟာ စိတ်ဓာတ်ကျ  
စေတဲ့အလုပ် မဟုတ်ပါဘူး။ စိတ်ဓာတ်တက်စေတဲ့အလုပ်ပါ။ အလုပ်  
နှေးစေတဲ့အလုပ် မဟုတ်ပါဘူး။ အလုပ်သွက်စေတဲ့ အလုပ်ပါ။



နေ့စဉ်အမျှ လူသားတွေ ဆေးကြောတာ ... မရေမတွက် နိုင်အောင် များပြားလှပါတယ်။ ဘယ်လောက်ပဲများများ၊ သေသွား တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ရှုထောင့်တစ်ခုကနေ တူရာတူရာ ပေါင်းစုလိုက် မယ်ဆိုရင်တော့ အသေလှတဲ့သူရယ်၊ အသေမလှတဲ့သူရယ်လို့ နှစ်မျိုးပဲ ရှိပါတယ်။

အံ့သေလှတဲ့သူကို အသေးစိတ် ထပ်ပြီးတော့ ခွဲမယ်ဆိုရင် တော့ ... သေပြီးနောက် ဘဝအသစ် ထပ်မဖြစ်တော့မယ့်သူရယ်၊ သေပြီးနောက် ကောင်းရာသုဂတိ လားရောက်ရမယ့်သူရယ်လို့ နှစ်မျိုး ရှိပါတယ်။ သေပြီးနောက် ဘဝအသစ် ထပ်မဖြစ်တော့မယ့်သူက တော့ အသေအလှဆုံးပုဂ္ဂိုလ်၊ ပထမတန်းစား အသေလှတဲ့သူပါပဲ။

သေပြီးတဲ့နောက် ဘဝအသစ် ထပ်ဖြစ်ရဦးမယ်ဆိုရင် ခန္ဓာ

အသစ် ထပ်ရဦးမယ်။ ခန္ဓာအသစ် ထပ်ရမယ်ဆိုရင် ... အိုရခြင်း  
ဆင်းရဲ၊ နာရခြင်းဆင်းရဲ၊ သေရခြင်းဆင်းရဲ၊ ချစ်သူနဲ့ ကွဲရခြင်းဆင်းရဲ၊  
မုန်းသူနဲ့ တွဲရခြင်းဆင်းရဲ၊ ရုတာမလိုခြင်းဆင်းရဲ၊ လိုတာမရခြင်းဆင်းရဲ၊  
ပရိယေသန ဝမ်းစာရှာမှီးရခြင်းဆင်းရဲ၊ အသက်မွေးဝမ်းကြောင်း  
အတွက် ရုန်းကန်လှုပ်ရှား ပြေးလွှားသွားလာရခြင်းဆင်းရဲ အစရှိတဲ့  
ဆင်းရဲဒုက္ခမျိုးစုံ တွေကြိုခံစားရဦးမယ်။ ဒါဆိုရင် ဘဝအသစ် ထပ်  
ဖြစ်သေးခြင်းနဲ့ သေသွားတာဟာ အသေမလှပါဘူး။

ဘဝအသစ် ထပ်မဖြစ်မှ အသေလှတာ။ ဘဝအသစ် ထပ်  
မဖြစ်တော့ ခန္ဓာအသစ် ထပ်မရတော့ဘူးပေါ့။ ခန္ဓာအသစ် ထပ်မရ  
တော့ အို၊ နာ၊ သေ၊ ချစ်သူကွဲ၊ မုန်းသူတွဲ၊ ရုတာမလို၊ လိုတာမရ၊  
ဝမ်းစာရှာ၊ ရုန်းကန်လှုပ်ရှား ပြေးလွှားသွားလာ အစရှိတဲ့ ဆင်းရဲ  
ဒုက္ခမျိုးစုံ မတွေ့ကြုံ မခံစားရတော့ဘူးပေါ့။ ဒါ့ကြောင့် ဘဝအသစ်  
ထပ်မဖြစ်တော့ခြင်းနဲ့ သေသွားမှ အသေလှပါတယ်။

အဲဒီရူထောင့်က ကြည့်မယ်ဆိုရင်တော့ အသေလှတဲ့သူ  
ဆိုတာ ဘယ်သူပဲရှိလဲ။ ဘဝအသစ် ထပ်မဖြစ်မယ့်သူဆိုတော့  
ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ပဲရှိတယ်။

လူဝတ်ကြောင်ရဟန္တာ၊ ရဟန်းသာမဏေရဟန္တာ၊ အမျိုး  
သားရဟန္တာ၊ အမျိုးသမီးရဟန္တာ၊ ဘယ်ရဟန္တာပဲ သေသေ၊ 'သေ'  
ဆိုတာ အများနဲ့ဆိုင်အောင် ပြောလိုက်တာ။ ဘယ်ရဟန္တာပဲ သေသေ  
ဘဝခန္ဓာအသစ် ထပ်မဖြစ်တော့တဲ့အတွက် ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ ချုပ်ငြိမ်း  
သွားတာမို့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည်သာလျှင် အသေလှတဲ့သူ။

ဒါဆိုရင် ရဟန္တာမဖြစ်သေးဘဲနဲ့ သေသွားတဲ့သူမှန်သမျှ

အသေမလှတဲ့သူတွေချည်းပဲပေါ့။ ဆန့်ကျင်ဘက်ကို တွဲပြီးတော့  
မှတ်ရုံပါပဲ။

အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်သေလည်း အသေလှတဲ့သူလို့ မပြောနိုင်  
သေးဘူး။ ဘဝခန္ဓာအသစ် ထပ်ဖြစ်ရဦးမှာကိုး။ အနာဂါမ်သေရင်  
တော့ ဘာဖြစ်မှာတဲ့တုံး။ ဗြဟ္မာ့ပြည်မှာ သွားဖြစ်မှာ။ ဗြဟ္မာ့ပြည်  
ဖြစ်တော့လည်း မသေရဘူးလား။ သေရမှာပဲ။ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရား  
လေး ရှိနေတယ်ဆိုရင်ကိုပဲ ရုပ်နာမ်ရဲ့ အဆက်မပြတ် နှိပ်စက်မှုဒုက္ခကို  
ခံနေရဦးမှာပဲ။

သကဒါဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်သေလည်း ဘဝခန္ဓာအသစ် ထပ်ဖြစ်ရ  
ဦးမယ်။ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သေလည်း ဘဝခန္ဓာအသစ် ထပ်ဖြစ်ရ  
ဦးမယ်။ သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်လို့ခေါ်တဲ့ အောက်  
အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေသည်ပင်လျှင် သေပြီးတဲ့နောက် ဘဝခန္ဓာအသစ်  
ထပ်ဖြစ်ရဦးမှာဖြစ်လို့ အသေလှတဲ့သူတွေ မဟုတ်ကြပါဘူး။  
အသေမလှတဲ့သူတွေပါ။

အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တောင်မှ ဘဝခန္ဓာအသစ် ထပ်ဖြစ်တဲ့ သေ  
ခြင်းမျိုးနဲ့ သေမယ်ဆိုရင် အသေမလှဘူးဆိုမှတော့ ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်  
သေရင် အသေမလှဘူးဆိုတာ အထူးတောင် ပြောစရာမလိုတော့  
ပါဘူး။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်သေရင် သေချာပေါက်  
ဘဝခန္ဓာအသစ် ထပ်ဖြစ်ရဦးမှာကိုး။

ကိုယ်က ဒီဘဝမှာကို အမြင့်ဆုံးစံချိန်အထိ ရည်မှန်းထားတဲ့  
သူတော်ကောင်းပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင် 'ရဟန္တာဖြစ်မှ တကယ်အသေလှ  
တယ်လို့ ခေါ်တယ်။ ရဟန္တာမဖြစ်မချင်း ဘဝခန္ဓာအသစ်တွေ ထပ်

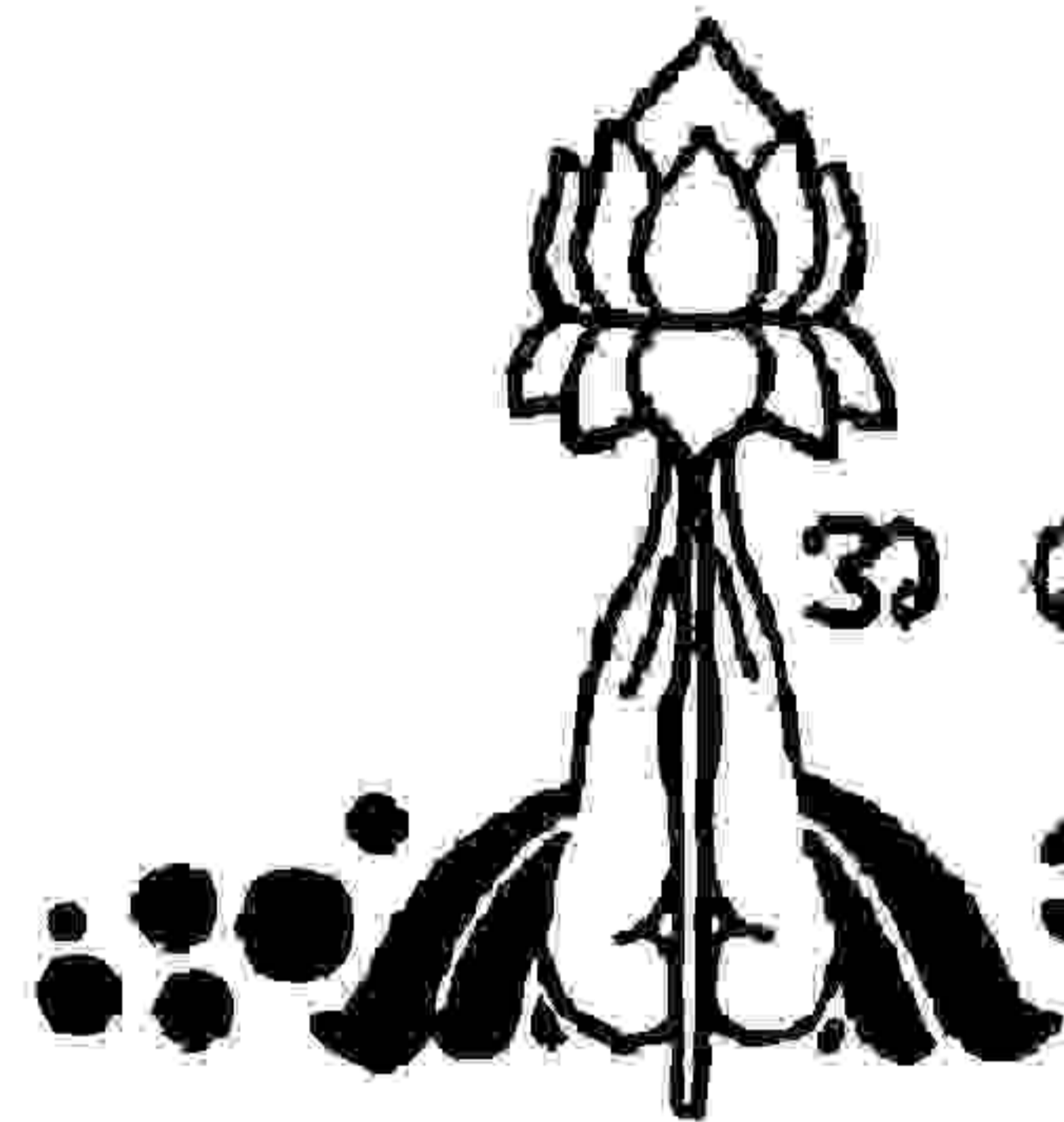


ဖြစ်ဦးမှာမို့လို့ အသေမလှဘူး။ ရဟန္တာမဖြစ်မချင်း ငါဟာ အသေလှ တဲ့သူ ဘယ်တော့မှ မဖြစ်နိုင်ဘူး' လို့ နှလုံးသွင်းပြီး ရဟန္တာဖြစ် အောင်၊ ဒီဘဝ ဒီခန္ဓာနဲ့ ပြီးပြတ်အောင် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်အား ထုတ်ရုံပါပဲ။

အဲဒီလို နှလုံးသွင်းထားမှ 'ဒူးလောက်တင်မှ ရင်လောက် ကျ' ဆိုတာလို အနာဂါမ်လောက် ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ သကဒါဂါမ် လောက် ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ သောတာပန်လောက် ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်၊ ကလျာဏပုထုဇဉ်လောက် ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။

ကိုယ်က အမြင့်ဆုံးစံချိန်အထိကို ရည်မှန်းထားရမှာနော်။ 'ရဟန္တာမဖြစ်မချင်း အသေမလှဘူး' လို့သာ မှတ်ထားလိုက်တော့။ ဒါမှ ကိုယ့်ရဲ့ စိတ်ဓာတ်နဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားကို အရည်အသွေး အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် မြှင့်တင်နိုင်မှာ။





အနေလှရာရေရေရင်  
အသေလှတာသေချာတယ်

---

အဲဒီလောက်ထိ မတတ်နိုင်ဘူးဆိုရင်တော့ တစ်ဆင့်ထပ် လျှော့လိုက်ပေါ့။ ရဟန္တာဖြစ်ဖို့ချည်းပဲ မှန်းနေရ၊ ကိုယ်ကလည်း ရဟန္တာမဖြစ်သေးတော့ စိတ်ပင်ပန်းနေမှာစိုးလို့၊ စိတ်အားငယ်နေ မှာစိုးလို့ နည်းနည်းလေး လျှော့လိုက်တဲ့အခါကျတော့ သေပြီးတဲ့ နောက် ကောင်းရာသုဂတိ လားရောက်ရမယ့်သူဟာလည်း အသေ လှတဲ့သူပါ။

ဘဝအသစ် ထပ်တော့ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကောင်းရာ သုဂတိ လားရောက်ရတယ်ဆိုရင် အသေလှတဲ့သူပါပဲ။ ဒုတိယ အဆင့်ပေါ့နော်။ သေပြီးတဲ့နောက် လူဘုံ၊ နတ်ဘုံ၊ ဗြဟ္မာ့ဘုံ၊ ကောင်းရာသုဂတိတွေ ရောက်သွားတယ်ဆိုရင် အသေလှတဲ့သူပါပဲ။

သောတာပန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ သေ

ပြီးတဲ့နောက် ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်မှရောက်ပါ့မလားလို့ တွေး  
ပူစရာ မလိုတော့ဘူး။ အောက်ထစ်ဆုံး သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်  
သွားတယ်ဆိုရင်ကိုပဲ အပါယ်လေးဘုံ လုံးဝ မရောက်တော့ပါဘူး။  
ကောင်းရာသုဂတိပဲ ရောက်ရပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် ‘ဘဝပြတ်ရွှထောင့်’ က ကြည့်ရင်သာ အသေ  
လှတဲ့သူ မဖြစ်ပေမယ့် ‘သုဂတိရောက်ရွှထောင့်’ က ကြည့်ရင်တော့  
အောက်အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ အသေလှတဲ့သူတွေပါပဲ။

သေပြီးတဲ့နောက် သုဂတိရောက်မလား၊ ဒုဂ္ဂတိရောက်  
မလား နှစ်မျိုးကွဲပြားနိုင်တာကတော့ ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးပဲရှိတယ်။  
ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ သေပြီးတဲ့နောက် သုဂတိလည်း ရောက်နိုင်  
တယ်၊ ဒုဂ္ဂတိလည်း ရောက်နိုင်တယ်။

အရိယာတွေမှာကတော့ သေပြီးတဲ့နောက် ဘယ်အရိယာ  
ကတော့ သုဂတိရောက်တယ်၊ ဘယ်အရိယာကတော့ ဒုဂ္ဂတိရောက်  
တယ်လို့ မရှိပါဘူး။ ပုထုဇဉ်မှာပဲ သုဂတိရောက်တဲ့သူ၊ ဒုဂ္ဂတိ  
ရောက်တဲ့သူ နှစ်မျိုးကွဲနေပါတယ်။

ဒါ့ကြောင့် အများနဲ့ဆိုင်အောင် ပုထုဇဉ်အနေနဲ့ပဲ ပြောမယ်  
ဆိုရင်တော့ သေပြီးတဲ့နောက် ကောင်းရာသုဂတိလားရောက်ရတဲ့  
သူဟာ အသေလှတဲ့သူပါ။

သေပြီးတဲ့နောက် ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်အောင်ဆိုရင်  
တော့ ဘယ်လိုသေမှ ရောက်မှာတုံး။ ဘယ်လိုသေမှ ကောင်းရာ  
သုဂတိရောက်မှာတုံး။ လိုရင်းကတော့ ကုသိုလ်အာရုံလေးနဲ့ သေသွား  
ရင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်မှာပေါ့။ ကုသိုလ်စိတ်လေးနဲ့ သေသွား

ရင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်မှာပေါ့။

ဘဝတစ်လျှောက်လုံး အကုသိုလ်တွေ လုပ်ချင်သလောက် လုပ်ခဲ့ပေမယ့် သေခါနီးကျမှ ကုသိုလ်တစ်ခုခု လုပ်လိုက်မိသွားလို့ အဲဒီ အနီးကပ်ကုသိုလ်လေးကို အာရုံပြုပြီး ကုသိုလ်အာရုံ၊ ကုသိုလ်စိတ်လေးနဲ့ သေသွားရင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်သွားမှာပဲ။ သေခါနီးအာရုံ၊ သေခါနီးစိတ်က အဓိကပဲ။

တချို့ဆို တစ်ဘဝလုံး ဘာကုသိုလ်မှ မရှိဘူး။ သေခါနီးကျမှ လွန်ခဲ့တဲ့ ဘဝပေါင်းတစ်ရာ၊ ဘဝပေါင်းတစ်ထောင်လောက်က ပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတစ်ခုခု ဖျတ်ကနဲပေါ်လာလို့ ကုသိုလ်အာရုံလေးထင်ပြီး အဲဒီကုသိုလ်ကို အာရုံပြုတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ သေသွားတယ်။ အဲဒီလူ ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်သွားမှာပဲ။

တချို့ကျတော့လည်း ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကုသိုလ်တွေ လုပ်လိုက်တာမှ လွန်ပါရော။ ဒါပေမဲ့ သေခါနီးကျမှ လွန်ခဲ့တဲ့ ဘဝပေါင်းတစ်ရာ၊ ဘဝပေါင်းတစ်ထောင်လောက်က ပြုခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်မကောင်းမှုတစ်ခုခုက ဖျတ်ကနဲ ပေါ်လာတော့ အကုသိုလ်အာရုံလေးထင်ပြီး အဲဒီအကုသိုလ်ကို အာရုံပြုတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်နဲ့ သေသွားတယ်။ အဲဒီလူ မကောင်းရာဒုဂတိ ရောက်သွားမှာပဲ။ အပါယ်လေးဘုံ တစ်ဘုံဘုံ ရောက်သွားမယ်။

ပုထုဇဉ်လူတစ်ယောက်အနေနဲ့ သေရင် ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်မလား။ ဆိုးရာဒုဂတိရောက်မလားဆိုတာကို ရှင်စဉ်ကိုကြည့်ပြီး ဆုံးဖြတ်လို့ မရသေးဘူးနော်။ သေခါနီးဆဲဆဲ စိတ်ရဲ့ အာရုံကို ကြည့်ပြီးတော့ ဆုံးဖြတ်ရမှာပဲ။ အာရုံကို ကြည့်တယ်ဆိုရင် စိတ်

ကိုလည်း ကြည့်ပြီးသားပဲပေါ့။

စိတ်ကတော့ အဓိကပါ။ ကုသိုလ်အာရုံပေါ်နေပေမယ့် ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်မနေရင်လည်း ကောင်းရာသူဂတိ မရောက်နိုင်ပါဘူး။ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်မနေဘူးဆိုတာကလည်း အဲဒီ အခိုက်အတန့်မှာ ကုသိုလ်ကို အာရုံပြုမနေလို့ပါ။ ကုသိုလ်စိတ်ဟာ ကုသိုလ်ကိုပဲ အာရုံပြုနေတာမို့ ကုသိုလ်အာရုံနဲ့ သေတယ်လို့ ပြောလိုက်ရင် ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ သေတယ်လို့ပဲ သဘောပေါက်လိုက်ပါ ... နော်။

ဒါ့ကြောင့် ကောင်းရာသူဂတိရောက်ဖို့အတွက် လိုရင်းကတော့ ကုသိုလ်အာရုံလေးနဲ့ သေဖို့ပါပဲ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုနဲ့ သေဖို့ပါပဲ၊ ကုသိုလ်စိတ်နဲ့ သေဖို့ပါပဲ။

အဲဒီလို ပြောလိုက်လို့ အသက်ရှင်နေစဉ် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကုသိုလ်တွေ အမြဲမပြတ် ထပ်ခါထပ်ခါ အများကြီး လုပ်နေလို့ ဘာမှမထူးပါဘူးလို့လည်း မတွေးလိုက်ပါနဲ့။ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကုသိုလ်အလုပ်တွေချည်း ထပ်တလဲလဲ အမြဲမပြတ် လုပ်နေတယ်ဆိုရင် ...။ ကုသိုလ်အလုပ်လို့ နာမည်တပ်မထားတဲ့ လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် နေ့စဉ်အလုပ်တွေကိုလည်း ကုသိုလ်စိတ်လေးနဲ့ ကုသိုလ်ကံမြောက်အောင် လုပ်နေတယ်ဆိုရင်တော့ သေခါနီးမှာ ကုသိုလ်အာရုံထင်ဖို့ ပိုများတာပေါ့၊ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ဖို့ ပိုနီးစပ်တာပေါ့၊ ကုသိုလ်နဲ့သေဖို့ ပိုကျိန်းသေတာပေါ့။ ဒီဘဝမှာ လုပ်ထားတဲ့ ကုသိုလ်တွေထဲက တစ်ခုခုပဲ ဒီဘဝ သေခါနီးမှာ ပေါ်လာဖို့ များပါတယ်။

ခုနဟာမျိုးကတော့ ရှားရှားပါးပါးပါပဲ။ သေခါနီးမှာ ဒီဘဝ လုပ်ခဲ့တဲ့အလုပ်တွေ တစ်ခုမှ မပေါ်ဘဲ အတိတ်ဘဝတွေက လုပ်ခဲ့တဲ့

အလုပ်တွေ ပေါ်လာပြီး အတိတ်ဘဝတစ်ခုခုက အလုပ်တစ်ခုခုကို သတိရတဲ့စိတ်နဲ့ သေသွားတဲ့သူမျိုးက ရှားတော့ရှားပါတယ်။ ရှားပေမယ့် ရှိတော့ ရှိပါတယ်။ ရှိတော့ ရှိတယ် ရှားတယ်၊ ရှားတော့ ရှားတယ် ရှိတယ်။

ဘဝတစ်လျှောက်လုံး အကုသိုလ်တွေ လုပ်။ သေခါနီးကျမှ အတိတ်က ကုသိုလ်အာရုံထင်။ သေတော့ ကောင်းရာသူဂတိရောက်၊ ကောင်းကျိုးတွေပေး ...။ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကုသိုလ်တွေ လုပ်။ သေခါနီးကျမှ အတိတ်က အကုသိုလ်အာရုံထင်။ သေတော့ မကောင်းရာဒုဂတိဘဝရောက်၊ မကောင်းကျိုးတွေပေး ...။ ဒီလိုမျိုးတွေ ရှားရှားပါးပါး ရှိပါတယ်။

လိုရင်းကတော့ ကုသိုလ်အာရုံနဲ့ သေရင် ကောင်းရာသူဂတိရောက်မှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလို ကုသိုလ်အာရုံနဲ့ သေတဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ရဲ့ ကုသိုလ်စိတ်ကလေးက ဘယ်လိုအရည်အသွေးမျိုးနဲ့ ပြည့်စုံရမလဲ ဆိုတာတော့ လိုအပ်ပါသေးတယ်။

ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်၊ စတုတ္ထ-နိပါတ်၊ အာယသုတ္တန်နဲ့ ကြည့်မယ်ဆိုရင် အသေလှတဲ့သူဖြစ်ဖို့ အတွက် အရည်အသွေးလေးမျိုးနဲ့ ပြည့်စုံရပါမယ်။

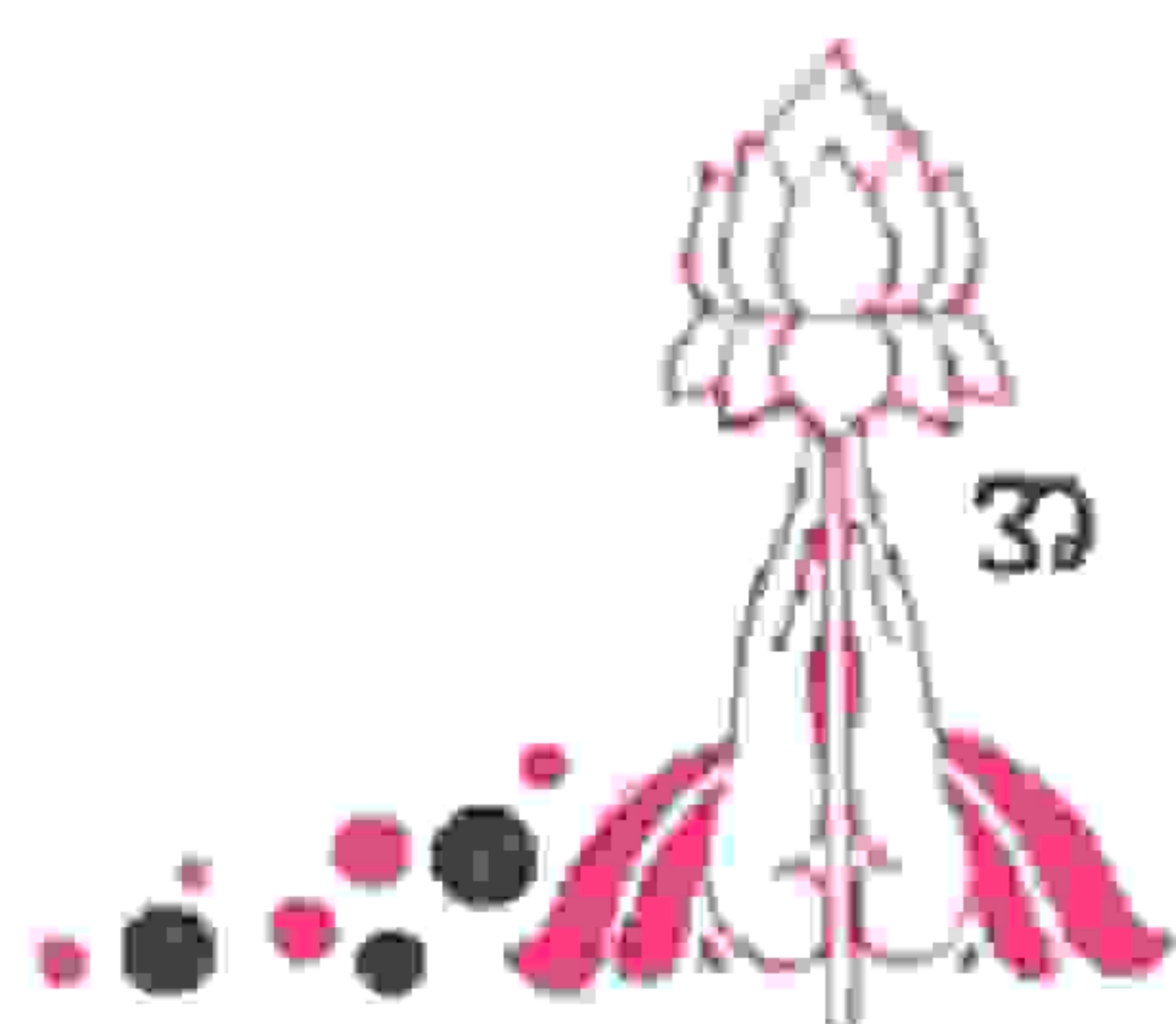
အသေလှတဲ့သူဖြစ်ဖို့အတွက် ...

- (၁) အစွဲကင်းရမယ်။
- (၂) တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်ရဘူး။
- (၃) ကုသိုလ်ပူဇွေးရမယ်။
- (၄) အသိအမြင် မှန်ကန်ရမယ်။

ဒီအရည်အသွေး လေးမျိုးနဲ့ ပြည့်စုံရင် အသေလှတဲ့သူ  
ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ကုသိုလ်ရှိရင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်မယ်ဆိုတာ ထင်  
ရှားပြီးသားပါ။ ကုသိုလ်ရှိနေရုံနဲ့ မပြီးသေးဘူး။ အဲဒီကုသိုလ်ပိုင်ရှင်  
ဟာ ဒီလိုဒီလို အရည်အသွေးတွေနဲ့လည်း ပြည့်စုံရဦးမယ်။ အရည်  
အသွေးလေးမျိုးပေါ့။ အရည်အသွေးလေးမျိုးနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ ကုသိုလ်  
ပိုင်ရှင်ဖြစ်မှ ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်မှာ။





အချစ်သန်ရင်  
အခြစ်ခံရမယ်

နံပါတ်တစ်အရည်အသွေးက အစွဲကင်းရမယ်တဲ့။ အစွဲ  
ကင်းရမယ်ဆိုတဲ့ လိုရင်းတိုရှင်းသဘောတရားကို တဖြည်းဖြည်းချင်း  
ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ဉာဏ်နဲ့ချဲ့ထွင်ပြီး သဘောပေါက်ရမှာ။ ဦးစင်း  
တို့က နည်းနည်းလေး ချဲ့ပြီးတော့ စဉ်းစားပေးမှာပေါ့။ တရားနာ  
ပရိသတ်များက ကိုယ့်ဘဝ၊ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပြီး ဆင်  
ခြင်စဉ်းစား ထပ်ချဲ့သွားရုံပါပဲ။

အစွဲဆိုတာကတော့ ကိလေသာမှန်သမျှ အစွဲတွေချည်း  
ပါပဲ။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိတို့၊ သဿတဒိဋ္ဌိတို့၊ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိတို့၊ ဒိဋ္ဌိတွေက  
လည်း အစွဲတွေချည်းပါပဲနော်။ ဝိပဿနာအလုပ်ခွင်အကြောင်း  
ပြောမယ်ဆိုရင်တော့ သက္ကာယစွဲ၊ ဒိဋ္ဌိစွဲ၊ ငါစွဲ၊ အတ္တစွဲတွေကို  
အဓိကထားပြီး ရုပ်နာမ်ကွဲအောင် ပြောရမှာပေါ့။



အခုက သေပုံသေနည်းအကြောင်းပြောမှာဆိုတော့ သေခါနီးမှာ ထင်ထင်ရှားရှား စွဲတတ်တဲ့ အစွဲတွေကိုပဲ အဓိကထားပြီး ပြောရမှာပါ။ သေခါနီးမှာ ထင်ရှားတဲ့ အစွဲတွေ ဆိုတာကလည်း အသက်ထင်ရှားရှိနေစဉ်မှာ ထင်ရှားတဲ့ အစွဲတွေပါပဲ။

နေ့စဉ်ဘဝထဲမှာ ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်နေတဲ့ အစွဲတွေပဲ သေခါနီးမှာ သိသိသာသာ ထင်ရှားလာတာပါ။ ရှင်နေ့စဉ်အစွဲနဲ့ သေခါနီးအစွဲက ခွဲမရပါဘူး။ အတူတူပါပဲ။

သေတယ် ဆိုတာကလည်း ဘာမှ အထူးအဆန်းမဟုတ်ဘူးလေ။ မရှင်တော့တာကိုပဲ သေတယ်ခေါ်တာကိုး။ ရှင်နေတာလေး ရုတ်တရက် ပြတ်သွားတာကိုပဲ သေတယ်ခေါ်တာဆိုတော့ ရှင်နေစဉ် ဖြစ်တတ်တဲ့အစွဲတွေကို ပြောလိုက်ရင် သေခါနီးဖြစ်နိုင်တဲ့ အစွဲတွေကိုလည်း ပြောပြီးသား ဖြစ်သွားတာပါပဲ။

အစွဲတွေ အများကြီးရှိပေမယ့် လက်တွေ့ဘဝထဲမှာ သိသာမြင်သာ ထင်ရှားနေတာကတော့ ချစ်စွဲရယ်၊ မုန်းစွဲရယ်။ အစွဲနှစ်မျိုးပါပဲ။

လက်တွေ့ဘဝထဲမှာ ထင်ရှားနေတာ ဘာစွဲနဲ့ ဘာစွဲလဲ။ ချစ်စွဲနဲ့ မုန်းစွဲ။ ချစ်စွဲနဲ့ သေရင်လည်း အသေလှတဲ့သူ မဖြစ်နိုင်ဘူး။ မုန်းစွဲနဲ့ သေရင်လည်း အသေလှတဲ့သူ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

ချစ်စွဲနဲ့ သေရင် လောဘနဲ့ သေတာမို့ ပြိတ္တာဖြစ်မယ်။ မုန်းစွဲနဲ့ သေရင် ဒေါသနဲ့ သေတာမို့ ငရဲပြည်ရောက်မယ်။ ‘လောဘနဲ့သေ ပြိတ္တာပြည်’ ဆိုတဲ့ ဆောင်ပုဒ်လေးတွေ ရှိတယ် မဟုတ်လား။

‘လောဘနဲ့သေ ပြိတ္တာပြည်၊ ဒေါသနဲ့သေ ငရဲပြည်၊ မောဟ

နဲ့သေ တိရစ္ဆာန်ပြည်'။ ဒါ ထင်ရှားရာအနေနဲ့ ပြောတာပေါ့နော်။  
ချစ်စွဲနဲ့သေလို့ ပြိတ္တာပဲဖြစ်မယ်လို့ မူသေပြောလို့ မရဘူး။ ချစ်စွဲနဲ့  
သေပြီးတော့ ငရဲကျချင်လည်း ကျမှာပဲ။ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်ချင်လည်း  
ဖြစ်မှာပဲ။

ဖြစ်ခဲ့တဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေလည်း ရှိတယ် မဟုတ်လား။  
မယားကြီးစွဲပြီးတော့ မယားကြီးအိမ်မှာပဲ ခွေးဖြစ်တာတို့၊ နွားဖြစ်  
တာတို့၊ မြွေဖြစ်တာတို့ ရှိတယ်မဟုတ်လား။ ချစ်စွဲနဲ့သေပြီး  
တိရစ္ဆာန်ဖြစ်သွားတာတွေလေ။ ချစ်စွဲနဲ့သေရင် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊  
အသူရကာယ် ဘယ်ဘုံမဆို ရောက်နိုင်တာပဲနော်။

မုန်းစွဲနဲ့ သေလို့ ငရဲပဲကျမယ်လို့ မူသေပြောလို့မရဘူး။  
ပြိတ္တာဖြစ်ချင်လည်း ဖြစ်မှာပဲ။ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်ချင်လည်း ဖြစ်မှာပဲ။  
ဒါပေမဲ့ အကြောင်းအကျိုးသဘောတရားအရ ထင်ရှားရာလေး ပြော  
မယ်ဆိုရင်တော့ ချစ်စွဲနဲ့သေရင် ပြိတ္တာဖြစ်မယ်။ မုန်းစွဲနဲ့ သေရင်  
ငရဲကျမယ်။

ဒါက သေခါနီးမှာ ချစ်စွဲလေးလည်း ရှိတယ်။ မုန်းစွဲလေး  
လည်း ရှိတယ်။ အစွဲတစ်ခုခုပေါ့လေ။ နှစ်ခုစလုံး တစ်ပြိုင်တည်း  
တော့ မဖြစ်ဘူးပေါ့။ ချစ်စွဲဖြစ်ရင်ဖြစ်၊ မဖြစ်ရင် မုန်းစွဲဖြစ်ပေါ့။  
သေခါနီးမှာ ချစ်စွဲ၊ သို့မဟုတ် မုန်းစွဲတစ်ခုခုကလည်း ထင်ရှားတယ်၊  
အဲဒီအစွဲလေးနဲ့အတူ အကုသိုလ်ကံကလည်း ထင်လာတယ်ဆိုရင်  
တော့ အပါယ်လေးဘုံရောက်မှာပါပဲ။

အစွဲနဲ့သေလို့ အပါယ်လေးဘုံရောက်တာ အသေမလှဘူး  
ဆိုတာကတော့ အထူးပြောစရာမလိုလို့ ချဲ့မပြောတော့ဘူး။

ချစ်စွဲ၊ သို့မဟုတ် မုန်းစွဲ အစွဲတစ်ခုခုလည်း သေခါနီးမှာ ထင်ရှားတယ်။ အဲဒီအစွဲ စွဲနေရင်းနဲ့ တစ်ဖက်ကလည်း ကုသိုလ် အာရုံလေး တွဲပြီးတော့ ထင်တယ်ဆိုရင်တော့ အပါယ်လေးဘုံ မရောက်ဘဲနဲ့ လူပြန်ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အသေလှတဲ့သူမဖြစ် နိုင်ဘူး။ မဖြစ်နိုင်ဘူးဆိုတာက အဆင့်နိမ့်တဲ့ဘဝကို ရောက်သွားနိုင် လို့။

လောကမှာ သေပြီးတဲ့နောက် ဘဝအသစ် ထပ်ဖြစ်ကြ တယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ တဏှာပေးတဲ့ဘဝကို ရတာရယ်၊ ကံပေးတဲ့ ဘဝကို ရတာရယ်လို့ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

အဲဒါကိုပဲ ဥပမာအနေနဲ့ အလွယ်ဆုံးရှင်းပြရမယ်ဆိုရင် ...ကိုယ့်ကံက သိန်းတစ်ထောင်ချမ်းသာတဲ့မိဘရဲ့ သားသမီးဖြစ် ထိုက်တဲ့ကံ ရှိတယ်။ တကယ်လည်းပဲ သေပြီးတဲ့နောက် သိန်းတစ် ထောင်ချမ်းသာတဲ့မိဘရဲ့ သားသမီး ဖြစ်ရတယ်ဆိုရင် ကံပေးတဲ့ ဘဝကို ရတာ။

ကိုယ့်ကံက သိန်းတစ်ထောင်ချမ်းသာတဲ့မိဘရဲ့ သားသမီး ဖြစ်ထိုက်တဲ့ကံ ရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်က တစ်သိန်းပဲချမ်းသာ မယ့် မိဘကို သွားပြီးတော့ ချစ်စွဲလေးနဲ့ စွဲနေတဲ့အတွက် သေပြီး တဲ့နောက် တစ်သိန်းပဲချမ်းသာတဲ့ မိဘရဲ့ သားသမီးဖြစ်ရတယ်ဆို ရင် တဏှာပေးတဲ့ဘဝကို ရတာ။ ကံပေးတဲ့ဘဝကို ရတာနဲ့ တဏှာ ပေးတဲ့ ဘဝကို ရတာကို သဘောပေါက်ပါတယ်နော်။

ကံပေးတဲ့ဘဝကို ရတာရယ်၊ တဏှာပေးတဲ့ဘဝကို ရ တာရယ်။ အဲဒီလိုဆိုတော့ ကိုယ့်ကံက တစ်သိန်းပဲချမ်းသာတဲ့မိဘရဲ့

သားသမီးဖြစ်ထိုက်တဲ့ကံ ရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်က သိန်းတစ်ထောင် ချမ်းသာမယ့်မိဘကို ချစ်စွဲလေးနဲ့ စွဲနေတယ်ဆိုရင် ဘယ်သူ့သား သမီးဖြစ်မလဲ။

‘သိန်းတစ်ထောင်ချမ်းသာတဲ့ မိဘရဲ့ သားသမီး ဖြစ်ပါမယ် ဘုရား’

ဟုတ်လား။ ဒါဆိုရင် သိပ်ဟန်ကျတာပေါ့။ ကုသိုလ်တွေ သိပ်မလုပ်တော့ဘဲနဲ့ စွဲချည်းနေတော့မှာပဲနော်။ ကိုယ်က ကုသိုလ် နည်းနည်းလေးပဲ လုပ်ပြီး ကုသိုလ်အများကြီးလုပ်ထားတဲ့သူကို သံယောဇဉ်တွယ်ပြီး ချစ်စွဲ စွဲထားလိုက်တော့မှာပေါ့။

ကိုယ့်ကံက တစ်သိန်းပဲ ချမ်းသာတဲ့မိဘရဲ့ သားသမီး ဖြစ်ထိုက်တဲ့ကံ ရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်က သိန်းတစ်ထောင်ချမ်းသာ မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ကို သံယောဇဉ်တွယ်ပြီးတော့ ချစ်စွဲလေးနဲ့ စွဲနေတယ် ဆိုရင် တစ်သိန်းပဲချမ်းသာတဲ့မိဘရဲ့ သားသမီးပဲ ဖြစ်မှာပါ။ စွဲတိုင်း မဖြစ်ဘူးနော်။ စွဲတိုင်းသာ ဖြစ်တယ်ဆိုရင်တော့ ဘာကုသိုလ်မှ မလုပ်ဘဲ ကုသိုလ်ရှင်သူဌေးတွေကိုချည်း လိုက်စွဲတော့မှာပဲ။

ကံက မြင့်ပြီး တဏှာက နိမ့်နေရင်သာ တဏှာပေးတဲ့ ဘဝကို ရတာပါ။ တဏှာက မြင့်ပြီး ကံက နိမ့်နေရင်တော့ ကံပေး တဲ့ဘဝပဲ ရပါလိမ့်မယ်။ အခြေခံအရင်းအမြစ်အနေနဲ့ကတော့ ကံပေးတဲ့ဘဝ ရတာချည်းပါပဲ။ ကံတွေ အများကြီးရှိတဲ့အထဲကမှ လောလောဆယ်အကျိုးပေးရမယ့် ကံကို တဏှာက ရွေးချယ်လိုက် တာပါ။

ဒါကလည်း ဘာမှ မခက်ပါဘူး။ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ လက်ရှိ

ပညာရေးစနစ်နဲ့ ကြည့်လိုက်ပေါ့။ ဆယ်တန်းအောင်ပြီးဆိုရင် အမှတ်  
အများဆုံးက ဘယ်လိုင်းသွားမလဲ။ ဆရာဝန်လိုင်း သွားမယ်။

ကိုယ့်အမှတ်က ဆေးအမှတ်မီတယ်ဆိုရင် ဆေးလိုင်းသွား  
လည်း ရတယ်။ ကိုယ်က ဆေးလိုင်းဝါသနာမပါလို့ စက်မှုပဲ တက်  
မယ်ဆိုရင်လည်း ရတာပဲ။ ကွန်ပျူတာပဲ တက်မယ်ဆိုရင်လည်း  
ရတာပဲ။ စီးပွားရေးပဲ တက်မယ်ဆိုရင်လည်း ရတာပဲ။ မေဂျာပဲ  
တက်မယ်ဆိုရင်လည်း ရတာပဲ။ အမြင့်ဆုံးအမှတ်ကို ရထားရင်  
ဘယ်လိုင်းသွားသွား ရတယ်။

ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်အမှတ်က မေဂျာအမှတ်လေးပဲ ရထား  
တယ်။ ဆေးတက္ကသိုလ်တက်ချင်လို့ ရပါ့မလား။ မရဘူး။ စက်မှု  
တက္ကသိုလ်တက်ချင်လို့လည်း မရဘူး။ ကွန်ပျူတာတက်ချင်လို့  
လည်း မရဘူး။ စီးပွားရေးတက်ချင်လို့လည်း မရဘူး။ အနိမ့်ဆုံး  
အမှတ်ပဲ ရထားရင် အနိမ့်ဆုံးလိုင်းပဲ သွားလို့ရတယ်။ အမှတ်မြင့်  
တဲ့လိုင်းတွေ သွားလို့ လုံးဝ မရဘူး။

အမှတ်အနည်းအများဆိုတာ ကံပဲ။ ဘယ်လိုင်းလိုက်ချင်  
တယ်ဆိုတာ တဏှာပဲ။ ကိုယ့်ကံက တစ်သိန်းပဲချမ်းသာတဲ့မိဘရဲ့  
သားသမီးဖြစ်ထိုက်တဲ့ကံ ရှိတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်အမှတ်က မေဂျာ  
အမှတ်ပဲ ရတာနဲ့ တူပါတယ်။ သိန်းတစ်ထောင်ချမ်းသာတဲ့မိဘရဲ့  
သားသမီးဖြစ်ချင်နေတယ်ဆိုတာ ဆေးကျောင်းတက်ချင်နေတာနဲ့  
တူပါတယ်။ တက်ခွင့်မရှိပါဘူး။ ကိုယ့်အမှတ်ရှိသလောက်ပဲ တက်  
ခွင့်ရမှာပါ။

အဲဒီလိုပါပဲ၊ တဏှာစွဲလမ်းရာဘဝ ဖြစ်တယ်ဆိုပေမယ့်

စွဲလမ်းတိုင်း ဖြစ်ခွင့်မရှိပါဘူး။ ကိုယ့်ကံရှိသလောက်ပဲ ဖြစ်ခွင့်ရှိ ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ဒီလိုတော့လည်း ဖြစ်နိုင်တာပေါ့လေ။ ကိုယ့်ကံက သိန်းတစ်ထောင်ချမ်းသာတဲ့မိဘရဲ့ ဝမ်းထဲ ရောက်ထိုက်တဲ့ကံ မရှိ ဘူး။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ကိုပဲ စွဲလမ်းနေတယ်၊ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ပဲ ဘဝ တိုင်း ဆုံတွေ့ချင်တယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီသိန်းတစ်ထောင်ချမ်းသာ တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဖြစ်တော့ဖြစ်မယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့ရဲ့ သားသမီးအရင်းတော့ ဖြစ်မှာမဟုတ်ဘူး။ သူ့ရဲ့ အလုပ်သမားသော် လည်းကောင်း၊ အစေအပါးသော်လည်းကောင်း တစ်ခုခုတော့ ဖြစ် မှာပေါ့နော်။

ဒါ အလုပ်သမားတို့၊ အစေအပါးတို့ကို နှိမ့်ချပြီးတော့ ပြောတာမဟုတ်ဘူးနော်။ သံဝေဂဖြစ်အောင်လို့ ပြောတာ။ ချစ်စွဲလေး စွဲရင်တော့ ကိုယ်စွဲလိုက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဖြစ်တော့ ဖြစ်မှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာက သားသမီး။ တကယ်ဖြစ်နေ တာက အလုပ်သမား၊ အစေအပါး။

ချစ်စွဲစွဲပြီး သေရင် ချစ်တဲ့သူအနား ဖြစ်တော့ဖြစ်မှာပဲ။ ကိုယ်ချစ်တဲ့သူကို တွေ့နေမြင်နေရ၊ ကိုယ်ချစ်တဲ့သူရဲ့ အသံလေး အမြဲတမ်းကြားနေရတဲ့ ဘဝမျိုး ဖြစ်တော့ဖြစ်မယ်။ ဒါပေမဲ့ အဆင့် မြင့်မြင့်ဘဝတော့ ဖြစ်မှာမဟုတ်ဘူး။ အဆင့်နိမ့်နိမ့်ဘဝမှာပဲ သွား ဖြစ်မှာပဲ။

ပိဋကတ်တော်ထဲက ဝတ္ထုတွေမှာ ဆုတောင်းတာတွေ ဘာ တွေ ရှိတယ်မဟုတ်လား။ ဒီသခင်နဲ့ပဲ ဆုံစည်းပါရစေ ဆိုတာတွေ

လေ။ ကိုယ့်ကံက အဆင့်မြင့်မြင့် ဖြစ်နိုင်ရက်သားနဲ့ ဒီသခင်နဲ့ ဒီ  
သခင်မရဲ့ ကျေးကျွန်လေးပဲ ဖြစ်ပါရစေ။ ဒီသခင်ရဲ့ အရိပ်အာဝါသ  
အောက်မှာပဲ နေပါရစေ ... သွားဆုတောင်းလိုက်တော့ ကံပေးတဲ့  
ဘဝ ရလား။ တဏှာပေးတဲ့ဘဝ ရလား။ တဏှာပေးတဲ့ဘဝ ရတာ။  
သူဖြစ်ချင်တဲ့ကျေးကျွန်ဖြစ်တာပဲ။



 အ စွဲ သ န် ရ င်  
အဆွဲခံရမယ်

---

ဒါ့ကြောင့် ချစ်စွဲနဲ့ သေရင် အသေမလှဘူးဆိုတာက အကုသိုလ်ကံ တွဲထင်လို့ အပါယ်လေးဘုံရောက်တာ အသာထားလိုက်။ လူပြန်ဖြစ်တယ်ဆိုရင်တောင်မှ ကိုယ့်ကံက ပေးတဲ့ အဆင့်မြင့်ဘဝကို မရဘဲနဲ့ ကိုယ့်တဏှာက ပေးတဲ့ အဆင့်နိမ့်ဘဝကို ရသွားတတ်တယ်။

ရိုးရိုးပုထုဇဉ်ဆိုတာ အသာထားပါလေ။ ဝေဠုဝန်ကျောင်း ဒကာကြီး ဗိဗ္ဗိသာရမင်းဆိုတာ သောတာပန်ကျောင်းဒကာကြီးပါ။ သောတာပန်လည်း ဖြစ်တယ်။ ကျောင်းတွေလည်း ဆောက်လှူထားတယ်။ သာသနာတော်ကိုလည်း ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း၊ ကျောင်း၊ ဆေး ပစ္စည်းလေးပါးနဲ့ အမြဲတမ်း လှူဒါန်းထောက်ပံ့နေတယ်။ ရတနာသုံးပါးအာရုံ၊ ကုသိုလ်အာရုံ၊ နိဗ္ဗာန်အာရုံ၊ အာရုံကောင်းတွေနဲ့ အမြဲတမ်းနေတဲ့ သောတာပန်ကျောင်းဒကာကြီးဆိုတော့ သေလို့ရှိရင်



ဘယ်ဘုံလောက်တော့ ရောက်သင့်တုံး။ တုသိတာနတ်ဘုံကို ရောက်  
သင့်တာ။

တုသိတာ ဆိုတဲ့ ပါဠိစကားလုံးလေးက နှစ်သက်စရာ  
ကောင်းတယ်။ မွေ့လျော်စရာကောင်းတယ်။ ကြည်နူးစရာကောင်း  
တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ နတ်ပြည်ခြောက်ထပ်ထဲမှာ နှစ်သက်စရာ  
အကောင်းဆုံး၊ နေချင်စရာအကောင်းဆုံးဟာ တုသိတာနတ်ဘုံပဲ။  
ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဘုရားအလောင်း စတဲ့ သူတော်ကောင်းကြီး  
တွေနေတဲ့ နတ်ပြည်ဖြစ်လို့။

ဘုရားလောင်း၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါလောင်း၊ အဂ္ဂသာဝကလောင်း၊  
မဟာသာဝကလောင်း၊ ပကတိသာဝကလောင်း၊ ရဟန္တာဖြစ်မယ့်၊  
အရိယာဖြစ်မယ့် ပညာရှိသူတော်ကောင်းနတ်တွေနေတဲ့ နတ်ပြည်မို့လို့  
တုသိတာနတ်ပြည်ဟာ နှစ်သက်စရာ အကောင်းဆုံး နတ်ပြည်၊  
နေချင်စရာအကောင်းဆုံး နတ်ပြည်။

စတုမဟာရာဇ်၊ တာဝတိံသာ၊ ယာမာ၊ တုသိတာ၊ နိမ္မာ  
-နရတီ၊ ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တိ လို့ နတ်ပြည်ခြောက်ထပ် အဆင့်ဆင့်  
ရှိတဲ့အထဲမှာ တုသိတာနတ်ပြည်ဟာ လေးထပ်မြောက်နတ်ပြည်ဖြစ်  
ပေမယ့် နှစ်သက်စရာအကောင်းဆုံး၊ နေချင်စရာအကောင်းဆုံး  
နတ်ပြည် ဖြစ်ပါတယ်။ အထက်နှစ်ထပ်ထက်တောင် ပိုပြီး ပျော်ဖို့  
ကောင်းပါတယ်။

ကန်ထရိုက်တိုက်တွေမှာ အောက်ဆုံးအထပ်၊ အပေါ်ဆုံး  
အထပ်တွေထက် အလယ်အထပ်တွေက ပိုပြီး နေလို့ ကောင်းသလို  
ပေါ့။ အောက်ဆုံးအထပ်တွေဆိုရင် လူသံ ကားသံ ဆူညံမယ်၊ လူ

တွေ ကားတွေ မြင်တွေ့နေရမယ်၊ မျက်စိရှုပ် နားရှုပ် ဖြစ်ရတယ်။  
အပေါ်ဆုံးအထပ်တွေကျတော့ မိုးယိုတာတို့၊ လေတိုက်တာတို့၊ ဆင်း  
ရောက်ရခက်တာတို့၊ ပြဿနာမျိုးစုံ၊ ဒုက္ခမျိုးစုံကြုံရတယ်။

အလယ်အထပ်တွေကတော့ မျက်စိအေး နားအေး၊ ပြဿ-  
နာရှင်း ဒုက္ခရှင်း၊ နေရထိုင်ရတာ ပေါ့ပေါ့ပါးပါးနဲ့ သက်သောင့်သက်  
သာ ရှိပါတယ်။ လူအများစုအတွက် အလယ်အထပ်တွေက နေလို့  
ထိုင်လို့ အဆင်အပြေဆုံးပါပဲ။

နတ်ပြည်မှာလည်း ဒီလိုပဲပေါ့။ အောက်နတ်ပြည်တွေကျ  
တော့ ဒုက္ခသုက္ခတွေ၊ အပျော်အပါးတွေနဲ့ ရှုပ်ယှက်ခတ်နေတယ်။  
အထက်နတ်ပြည်တွေကျတော့ တန်ခိုးဩဇာတွေ၊ အာဏာပါဝါတွေနဲ့  
ယောက်ယက်ခတ်နေတယ်။ (မာရ်နတ်က အထက်ဆုံးနတ်ဘုံက။)

အလယ်အထပ်တွေကတော့ အပျော်အပါးတွေ၊ တန်ခိုး  
ဩဇာတွေ သူကံနဲ့သူ ရှိကြပေမယ့် တရားဓမ္မလေးတွေနဲ့လည်း အေး  
အေးချမ်းချမ်းရှိတယ်။ သူတော်ကောင်းတွေ၊ သူမြတ်လောင်းတွေနဲ့  
လည်း ပျော်ရွှင်စရာ၊ ကြည်နူးစရာကောင်းတယ်။ အလောင်းအလျာ  
အရင့်အမာကြီးတွေကို မြင်တွေ့နေရတော့ စိတ်ဓာတ်အင်အားက  
လည်း အမြဲပြည့်ဝနေတယ်။ (အရိမေတ္တေယျဘုရားအလောင်းလည်း  
တုသိတာနတ်ပြည်မှာ။)

လောကအပျော်နဲ့ ဓမ္မအပျော် မျှတမှုရှိတဲ့အတွက် အလယ်  
အထပ်နတ်ပြည်တွေဟာ နေချင်စရာအကောင်းဆုံးပါပဲ။ အထူးသဖြင့်  
တုသိတာနတ်ပြည်ဟာ နေချင်စရာအကောင်းဆုံးနတ်ပြည်၊ အမြင့်  
မြတ်ဆုံးနတ်ပြည် ဖြစ်ပါတယ်။ နေချင်စရာအကောင်းဆုံးနဲ့ အမြင့်

မြတ်ဆုံးဖြစ်လို့လည်း ဘုရားဖြစ်ခါနီးဘဝ ဘုရားအလောင်းတော်  
တိုင်း တုသိတာနတ်ပြည်မှာပဲ ခေတ္တခဏ နားနေရင်း ဘုရားဖြစ်ရ  
မယ့်ဘဝကို အေးချမ်းစွာ စောင့်ဆိုင်းတော်မူကြပါတယ်။

ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးက သောတာပန်လည်းဖြစ်သေး၊ ကျောင်း  
ဒကာလည်းဖြစ်သေးဆိုတော့ တုသိတာနတ်ပြည် ရောက်ကိုရောက်  
သင့်တယ်။ တုသိတာ မရောက်တောင် အနည်းဆုံးတော့ ဒုတိယ  
အထပ်ဖြစ်တဲ့ တာဝတိံသာနတ်ပြည်လောက်ကို ရောက်ဖို့ကောင်း  
တာပေါ့။ တာဝတိံသာမှာလည်း သူတော်ကောင်းတွေ အများကြီး  
ရှိတယ်လေ။

ဒါပေမဲ့လို့ ဘယ်ရောက်သွားသတဲ့တုံး။ နတ်ပြည်ခြောက်  
ထပ်ထဲက အောက်ဆုံးအထပ်၊ အနိမ့်ဆုံးအထပ်ဖြစ်တဲ့ စတုမဟာ-  
ရာဇ်နတ်ပြည် ရောက်သွားတယ်။

စတုမဟာရာဇ်နတ်ပြည် ရောက်သွားတာတောင် အဆင့်မြင့်  
တဲ့ နတ်မျိုးနွယ်ထဲ မရောက်ဘူး။ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်မျိုးနွယ်ထဲ ရောက်သွား  
တယ်။ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်မျိုးမှာ ဖြစ်တာဆိုတော့ ဖျော်ဖြေရေးမျိုးရိုးထဲကို  
ရောက်သွားတာပေါ့။ ဖျော်ဖြေရေးနတ်သား ဖြစ်သွားတာပေါ့။

နတ်သား နတ်သမီးချင်းအတူတူ သူတစ်ပါးကို ကပြဖျော်  
ဖြေရ၊ သီဆိုဖျော်ဖြေရ၊ တီးမှုတ်ဖျော်ဖြေရတဲ့ ဖျော်ဖြေရေးနတ်သား  
သွားဖြစ်တာ ဘယ်လောက်ဝမ်းနည်းဖို့ ကောင်းထားလဲ။ နတ်သား  
နတ်သမီးချင်းအတူတူ သူတစ်ပါးရဲ့ အသုံးတော်ခံ၊ သူတစ်ပါးရဲ့  
ဖျော်တော်ဆက် ဖျော်ဖြေရေးနတ်သား သွားဖြစ်ရတာ ဘယ်လောက်  
များ ရင်နာဖို့ ကောင်းထားလဲ။

လှူပြည်မှာသာ ဖျော်ဖြေရေးသမားဖြစ်ရတာ နာမည်တွေ ကြီး၊ ဝင်ငွေတွေရနဲ့ ကောင်းသလိုလို ရှိပေမယ့် နတ်ပြည်မှာ ဖျော်ဖြေရေးသမားသွားဖြစ်ပြီး သူများကို ဖျော်ဖြေနေရတာကတော့ လုံးဝ မကောင်းပါဘူး။ နတ်ဖြစ်ရတာ လုံးဝ မတန်ဘူး၊ လုံးဝ မမှိုက်ဘူးလို့ ပြောရမှာပေါ့။

ဒီလိုပြောလိုက်လို့ ဖျော်ဖြေရေးသမားတွေကို နှိမ့်ချပြော တယ်လို့ မထင်လိုက်နဲ့နော်။ အများသဘော၊ တရားသဘောအရ လောကသတ်မှတ်ချက်၊ ပကတိသတ်မှတ်ချက်ကိုသာ သံဝေဂဖြစ် အောင် ပြောပြတာပါ။ ဘယ်ဘဝမဆို သူတန်ဖိုးနဲ့သူ ရှိကြတာ ချည်းပါပဲ။ ကိုယ်က တန်ဖိုးရှိအောင်နေဖို့သာ အဓိကပါ။

ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီး တုသိတာနတ်ပြည် မရောက်ဘဲ စတု -မဟာရာဇ်နတ်ပြည်၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်ရုပ်ကွက် - ဖျော်ဖြေရေးနတ်ရုပ်ကွက် ရောက်သွားရတာ ကံပေးတဲ့ဘဝကို ရတာလား၊ တဏှာပေးတဲ့ဘဝကို ရတာလားဆိုရင် တဏှာပေးတဲ့ဘဝကို ရတာပါ။ ကံက တုသိတာ အထိ ပေးနိုင်တယ်၊ တဏှာက စတုမဟာရာဇ်လောက်ပဲ ရောက်ချင် တယ်။ ဒါ့ကြောင့် စတုမဟာရာဇ်လောက်ပဲ ရောက်သွားရတာပါပဲ။

ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးက ဟိုး လွန်ခဲ့တဲ့ဘဝတွေတုန်းက အဲဒီ စတုမဟာရာဇ်နတ်ပြည်က ဂန္ဓဗ္ဗနတ်ရုပ်ကွက်မှာ ဖျော်ဖြေရေးနတ် သားအဖြစ် ဘဝပေါင်းတော်တော်များများ ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။ နီးနီးကပ် ကပ်ဆိုရင်တော့ ခုနစ်ဘဝ ဆက်တိုက်ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။

သေခါနီးမှာ ဖျတ်ကနဲ့ဆို စတုမဟာရာဇ်နတ်ပြည်၊ ဂန္ဓဗ္ဗ နတ်ရုပ်ကွက်က အာရုံမှာ ထင်ထင်ရှားရှားပေါ်လာတယ်။ ခုနစ်ဘဝ

ဆက်တိုက်နေခဲ့တဲ့ နတ်ပြည်၊ နတ်ရပ်ကွက်ဆိုတော့ အဲဒီနေရာဌာန  
ကိုလည်း သဘောကျသာယာပြီးတော့ ချစ်စွဲစွဲသွားတယ်။ ဟိုတုန်း  
က အတူကပြဖော်ကပြဖက်၊ သီဆိုဖော်သီဆိုဖက်၊ တီးမှုတ်ဖော်  
တီးမှုတ်ဖက် အနုပညာမောင်နှမ နတ်သား၊ နတ်သမီးတွေကိုလည်း  
သံယောဇဉ်တွယ်ပြီးတော့ ချစ်စွဲစွဲသွားတယ်။

'ဟာ ...၊ ဟိုနတ်သားက ဟိုအက ကတုန်းပါပဲလား'

'ဟာ ... ဒီနတ်သမီးက ဒီသီချင်း ဆိုတုန်းပါပဲလား'

'ဟာ ... ဟိုကောင်ကြီး အခုထက်ထိ သရုပ်ဆောင်  
ကောင်းတုန်းပဲ'

'ဟာ ... ဒီကောင်မလေး အခုထက်ထိ သီချင်းဆို ပိုင်  
တုန်းပဲ'

... စသည်အားဖြင့်ပေါ့။ နေရာဌာနကိုလည်း ချစ်စွဲစွဲ  
တယ်။ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း ချစ်စွဲစွဲတယ်။ ချစ်စွဲဆိုတာက သက်ရှိ  
သတ္တဝါပုဂ္ဂိုလ်ကို စွဲမှ မဟုတ်ဘူးနော်။ သက်မဲ့ဘုံဌာန နေရာဒေသ  
တွေကို စွဲတာလည်း ချစ်စွဲပဲ။ ဒါ့ကြောင့် သူချစ်စွဲစွဲတဲ့ စတုမဟာ  
-ရာဇ်နတ်ပြည်၊ ဖျော်ဖြေရေးနတ်ရပ်ကွက်မှာပဲ သူချစ်တဲ့ အနုပညာ  
မောင်နှမ နတ်သားနတ်သမီးတွေနဲ့အတူ နတ်သား သွားဖြစ်ရပါ  
တယ်။

ဒါတောင် သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးနော်။ ပုထုဇဉ်ဆိုရင်တော့  
တွေးတောင် မတွေးဝံ့ဘူး။ ချစ်စွဲများ သိပ်ကြောက်စရာကောင်းပါ  
တယ်။ သောတာပန်အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကြီးကိုတောင် ချမ်းသာမပေးပါ  
ဘူး။ ကံအရှိအတိုင်း အပြည့်အဝ အကျိုးပေးခွင့်မရဘဲ တဏှာစီမံ

သလောက်ပဲ အကျိုးပေးခွင့်ရတာဟာ ချစ်စွဲကြောင့်ပါ။ အင်မတန် သံဝေဂရဖို့ ကောင်းပါတယ်နော်။

ဒါ့ကြောင့် တဏှာကို 'ကံရဲ့ကတော်' လို့ ဦးဇင်းက တင်စားပြီး ပြောချင်တယ်။ ကံရဲ့လုပ်ပိုင်ခွင့်ကို တဏှာက ဝင်ဝင်ပြီး စီမံခန့်ခွဲသွားတတ်လို့ပါ။

လောကီနယ်ပယ်က တချို့ကိစ္စတွေမှာ သက်ဆိုင်ရာကာယကံရှင်ရဲ့ ဆန္ဒအတိုင်းမဖြစ်ဘဲ ကာယကံရှင်ကတော်ရဲ့ ဆန္ဒအတိုင်း ဖြစ်သွားရတာလေးတွေ ရှိတတ်တယ်လေ။ သက်ဆိုင်ရာကာယကံရှင်ရဲ့ လုပ်ပိုင်ခွင့်အတွင်းတော့ လုပ်ပိုင်ခွင့်အတွင်းပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကာယကံရှင်ရဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်အတိုင်း မဖြစ်ဘဲ ကာယကံရှင်ကတော်ရဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်အတိုင်း ဖြစ်သွားတယ်။ တချို့ကိစ္စတွေမှာ ကာယကံရှင်ထက် ကာယကံရှင်ကတော်က ပိုပြီး ပါဝါရှိတယ်။

အဲဒီလိုပါပဲ။ ကံရဲ့ အကျိုးပေးနိုင်ခွင့်ဘောင်အတွင်းမှာပဲ ကံရှိသလောက် အပြည့်အဝ အကျိုးမပေးလိုက်ရဘဲ တဏှာရှိသလောက် မပြည့်မဝ အကျိုးပေးလိုက်ရတာမျိုးတွေ အများကြီး ရှိတယ်။ ကံကို တဏှာက ဝင်ဝင်ပြီး ခြယ်လှယ်တာပေါ့။ တစ်ခါ တစ်ရံမှာ တဏှာခြယ်လှယ်သမျှ ကံက ငဲ့ခံနေရတယ်။ ဒါ့ကြောင့် တဏှာဟာ ကံရဲ့ ကတော်ပဲ။

ဒါ့ကြောင့် ချစ်စွဲနဲ့သေရင်လည်း အသေလှတဲ့သူမဖြစ်နိုင်ဘူး။ ကံရှိသလောက် အကျိုးမပေးဘဲ တဏှာရှိသလောက်ပဲ အကျိုးပေးနိုင်လို့။ ကံရှိသလောက် အဆင့်မြင့်မားဘဲ တဏှာရှိသလောက်ပဲ အဆင့်နိမ့်ပါးသွားနိုင်လို့။

မြန်မာ့

မှန်းမဝရင်တော့

ပြုံးအာလှနဲ့ ဝေးနေပါလိမ့်မယ် . . .

မှန်းစိတ်ကို မဖျောက်နိုင်

မှန်းခွဲကို ဆုပ်ကိုင်ထားရင်တော့

အမှန်းဝန်းကျင်မှာ လှူဖြစ်

အမှန်းနွဲ့မှာ ကျွန်ုပ်ပြုံး

ချစ်ခြင်းမေတ္တာနဲ့ဝေး

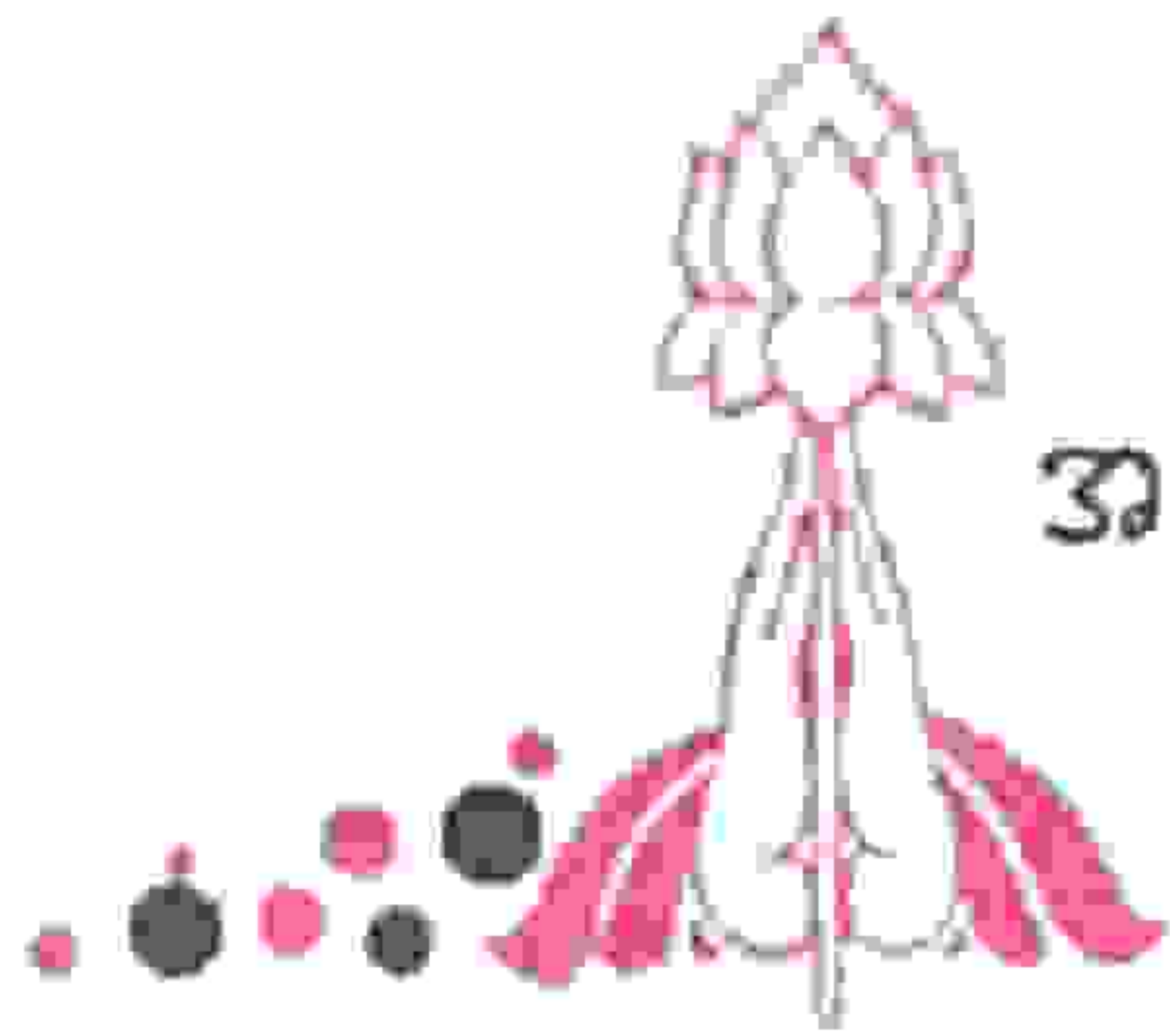
စိတ်အေးချမ်းမှုနဲ့မဆုံ

နိလုံးရာရင်ခွင်ပဲ

စိတ်အားတွေ ချည်နဲ့သွားနိုင်ပါတယ် . . .

ဘုရားရှင် ဘုန်းရိပ်ရောက်မှတော့

တရားမြင် မှန်းစိတ်ပျောက်သင့်ပါပြီ . . . ။



အ မု န်း ၊ သ န် ရ င်

အမှန်းခံရမယ်

မုန်းစွဲနဲ့ သေရင်လည်း အသေလှတဲ့သူမဖြစ်နိုင်ဘူး။ သူက ပိုဆိုးတယ်။ မုန်းစွဲနဲ့ သေလို့ရှိရင်လည်း အပါယ်လေးဘုံ ရောက်တာကတော့ အသေမလှဘူးဆိုတာ အထူးပြောစရာ မလိုတော့ဘူး။

သေခါနီးလေးမှာ မုန်းစွဲလည်း စွဲတော့ စွဲတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကုသိုလ်ကံအာရုံလေးကလည်း တွဲပြီးတော့ ထင်လာတယ်ဆိုရင်...

စိတ်ဆိုတာက အင်မတန် အဖြစ်အပျက်မြန်တာကိုး။ လက်ဖျောက်တစ်ချက်တီး ကုဋေတစ်သိန်းတောင်ဖြစ်တယ်။ စွဲစိတ်နဲ့ ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ကလည်း တစ်လှည့်စီ ဖြစ်နေကြတာ။ စွဲတဲ့စိတ်ကလေး ပေါ်လိုက်၊ ကုသိုလ်အာရုံလေး ပေါ်လိုက်။ စွဲတဲ့စိတ်ကလေး ပေါ်လိုက်၊ အကုသိုလ်အာရုံလေး ပေါ်လိုက်နဲ့ ဒီလို တစ်လှည့်စီ ပေါ်နေတာနော်။



စွဲစိတ်ဖြစ်တဲ့အချိန် ကုသိုလ်စိတ်၊ အကုသိုလ်စိတ် မဖြစ်ဘူး။ ကုသိုလ်စိတ်၊ အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်တဲ့အချိန် စွဲစိတ် မဖြစ်ဘူး။ တစ်လှည့်စီ ဖြစ်နေကြတာ။ ဒါပေမဲ့ အပြောင်းအလဲက မြန်လွန်းတဲ့အတွက် တစ်ပြိုင်တည်းဖြစ်နေသလို ထင်ရတာပေါ့။

စွဲစိတ်နဲ့ အကုသိုလ်စိတ် တစ်လှည့်စီ ပူးတွဲဖြစ်နေတဲ့အချိန် သေသွားရင် အပါယ်လေးဘုံ မကောင်းရာဒုဂ္ဂတိ ရောက်မယ်။ စွဲစိတ်နဲ့ ကုသိုလ်စိတ် တစ်လှည့်စီ ပူးတွဲဖြစ်နေတဲ့အချိန် သေသွားရင် လှူပြည်၊ နတ်ပြည် ကောင်းရာသုဂတိ ရောက်မယ်။

လားရာဂတိကို အဓိက ဆုံးဖြတ်တာက ကုသိုလ်၊ သို့မဟုတ် အကုသိုလ်ပါ။ လိုရင်းပြောရင်တော့ ကံပေါ့လေ။ အဲဒီကံရဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ကိုမှ စွဲစိတ်က အနိမ့်အမြင့် ခွဲခြားပေးလိုက်တာပါ။ စွဲစိတ်တစ်ခုတည်းသက်သက်နဲ့တော့ လားရာဂတိကို ဆုံးဖြတ်လို့ မရပါဘူး။

စွဲတယ်ဆိုလို့ အစွဲလေးတစ်ခုတည်း ပေါ်နေတာ မဟုတ်ဘူး။ ကံအာရုံလည်း တွဲပေါ်နေတယ်။

အဲဒီတော့ မုန်းစွဲလေးနဲ့လည်း စွဲနေတယ်၊ ကုသိုလ်ကံ အာရုံလေးကလည်း တွဲပြီးတော့ ပေါ်ပေါ်နေတယ်။ မုန်းစွဲနဲ့ ကုသိုလ် အာရုံနဲ့ တွဲပေါ်နေတုန်း သေသွားတော့ လှူပြည်ရောက်၊ လူတော့ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်မုန်းတဲ့သူရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လူဖြစ်ရတယ်။

ကိုယ်မုန်းတဲ့သူကိုမှ အဖေအမေတော်ရတယ်။ ကိုယ်မုန်းတဲ့သူကိုမှ ညီအစ်ကိုမောင်နှမတော်ရတယ်။ ကိုယ်မုန်းပါတယ်ဆိုတဲ့သူကိုမှ ဆရာသမားတော်ရတယ်၊ မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း

တော်ရတယ်ဆိုတော့ စိတ်ချမ်းသာစရာကောင်းပါဦးမလား။ မကောင်း  
တော့ဘူး။

အဆိုးဆုံးကတော့ ကိုယ်မုန်းတဲ့သူကို မိဘပြန်တော်ရတာ  
ပဲ။ ကိုယ်မုန်းပါတယ်ဆိုတဲ့သူကိုမှ မိဘတော်ရတာလောက် စိတ်  
ဆင်းရဲစရာကောင်းတာ မရှိတော့ဘူး။ မုန်းစွဲလေးနဲ့ စွဲတော့ ကိုယ်က  
လည်း ကိုယ့်မိဘကို မုန်းတယ်။ မိဘကလည်း ကိုယ့်ကို မုန်းတယ်။  
အဲဒီလို အပြန်အလှန် မုန်းနေတယ်ဆိုရင် အဲဒီဘဝ ဘယ်မှာသာယာမှု  
ရှိပါတော့မလဲ။

ဒါက ဘာသာရေးမဂ္ဂဇင်းတွေဘာတွေ ဖတ်ဖူးတယ်ဆိုရင်  
တော့ သိမှာပါ။ လူဝင်စားနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဖြစ်ရပ်မှန်ဆောင်းပါးတွေ၊  
ဖြစ်ရပ်မှန်ဝတ္ထုတွေမှာ ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ကောက်ချက်ချ  
စရာအကြောင်းအရာလေးတွေ အမြဲလိုလို ပါတတ်ပါတယ်။ ကုသိုလ်  
-ကံ၊ အကုသိုလ်ကံရဲ့ အကျိုးပေးတွေလည်း ပါတာပေါ့နော်။

မုန်းစွဲနဲ့ သေလို့ ကိုယ်မုန်းတယ်ဆိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို မိဘတော်  
ရတယ်ဆိုတာလေး ကြားလိုက်တာနဲ့ ကိုယ်ဖတ်ဖူးတဲ့ ကိုယ်တွေ့  
အဖြစ်အပျက်ဝတ္ထုလေးတွေ ပေါ်လာကြမှာပဲ။ ပေါ်လာရဲ့လား။  
ပေါ်လာရင် ပြောရမှာနော်။ အဲတော့ ဦးဇင်းတို့ ဟိုးငယ်ငယ်တုန်းက  
ကိုရင်ကတည်းက ဖတ်ဖူးတဲ့ဝတ္ထုလေးတွေ တော်တော်များများပါပဲ။

အဖြစ်အပျက်လေးတစ်ခုဆိုရင် ကြောင်ကလေးတစ်ကောင်  
အကြောင်းပေါ့လေ။ ကြောင်ကလေးရဲ့သခင် အမျိုးသားက ဒေါသ  
သိပ်ကြီးတယ်။ တစ်နေ့တော့ သူက ငါးကြော်လေးခိုးစားမိလိုက်တော့  
သခင်က ရေဇွေးပူနဲ့ လောင်းချလိုက်တာ။ တစ်ခါတည်း သေသွား

တာပေါ့။

သေခါနီးမှာ သွေသခင်ကို စူးစိုက်ကြည့်ပြီးတော့ မကျေ  
နပ်တဲ့စိတ်တွေ၊ မုန်းတီးတဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီလိုဖြစ်  
နေတဲ့အချိန်မှာပဲ အတိတ်ဘဝတုန်းက ပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်အာရုံ  
တစ်ခုခုကလည်း ထင်လာမှာပေါ့။ ဘာကုသိုလ်ရယ်လို့တော့  
ပြောလို့မရဘူး။

မုန်းစိတ်နဲ့ ကုသိုလ်စိတ် တွဲဖြစ်နေတုန်း သေသွားတော့  
လူဖြစ်၊ သူ့ကို ရေခွေးပူနဲ့ လောင်းလိုက်တဲ့ သခင်ကိုပဲ အဖေပြန်  
တော်ရတယ်။ အဲဒီအိမ်မှာပဲ သားပြန်ဖြစ်တာကိုး။ မွေးလည်းလာရော  
ဒီအဖေကို မုန်းလိုက်တာ လွန်ပါရော။ အဖေထိလိုက်တာနဲ့ ငိုတော့  
တာပဲ။ အဖေရဲ့အထိ လုံးဝ မခံဘူး။

ကြီးတဲ့အထိ ဒီအဖေကို နာကြည်းမုန်းတီးနေတယ်။ အရင်  
ဘဝကို ပြန်ပြီး မှတ်မိနေတော့ မုန်းစိတ်က မပျောက်တော့ဘူးပေါ့။  
ကြောင်ဘဝက ရေခွေးပူလောင်းခံခဲ့ရတဲ့ ဒဏ်ရာတွေလည်း ဒီဘဝ  
မွေးလာတော့ ပါလာသေးတယ်။ ဒဏ်ရာကို စိတ်စွဲသွားလို့ပေါ့။  
ဒါ ကိုယ်တွေ့အဖြစ်အပျက်တွေပါပဲ။

ကြက်သားကြော် ခိုးစားမိတဲ့ ကြောင်ကလေးတစ်ကောင်  
ကျတော့ လက်နှစ်ဖက်၊ ခြေနှစ်ဖက်ကို ဓားနဲ့ ခုတ်ဖြတ်ခံရပြီး သေ  
သွားတာ၊ အဲဒီအိမ်မှာပဲ လူပြန်ဖြစ်၊ သူ့ကို လက်ခြေဖြတ်ခဲ့တဲ့သခင်  
အိမ်ရှင်ယောက်ျားကိုပဲ အဖေပြန်တော်ရ၊ မွေးကတည်းက လက်နှစ်  
ဖက်၊ ခြေနှစ်ဖက် ပါမလာဘူး၊ ဒီအဖေကို သိပ်မုန်းတာပဲ။ အဖေနဲ့  
ဘယ်တော့မှ မျက်နှာချင်းမဆိုင်ဘူး။ အဖေနဲ့ ဘယ်တော့မှ စကား



ပစ်ပြီးကတည်းက ငုံးလေးကို အမြဲတမ်း သတိရတယ်။ သတိရတိုင်း  
စိတ်မကောင်းဖြစ်ပြီးတော့ အပျော်တမ်း ငှက်ပစ်တဲ့အလုပ်ကို လုံးဝ  
စွန့်လွှတ်လိုက်ပါတယ်။ လုံးဝ ငှက်မပစ်တော့ပါဘူး။

အဲဒီကလေးလေး မွေးလာတော့ ဒီအဖေရဲ့ ကိုင်တွယ်မှုကို  
လုံးဝ မခံဘူး။ ကလေးကို အဖေက ထိလိုက်ပြီဆိုတာနဲ့ အော်ငို  
တော့တာပဲ။ နည်းနည်းလေး အသက်အရွယ်ရလာတဲ့အခါကျတော့  
လည်း သူ့ကို ထိမယ်ဆိုရင် ခင်ဗျားကျုပ်ကို မထိနဲ့ ဘာညာနဲ့  
ပြောလွှတ်တာ။

တစ်နေ့ကျတော့ မိုးတွေရွာနေတဲ့အချိန် ပြတင်းပေါက်  
အပြင်ဘက် ကြည့်ပြီးတော့ မျက်ရည်တွေ တွေတွေကျနေတယ်။  
ရိုက်ကြီးတင်နဲ့ ငိုနေတာပေါ့။ အဲဒီမှာတွင် အဖေက 'သားလေး  
ဘာဖြစ်လို့ ငိုနေတာလဲ'။ မိုးရွာတာကို ကြည့်ပြီးတော့ ငိုနေတာကို  
မြင်လို့ မေးလိုက်တာပေါ့။ သူ့စိတ်ထဲမှာလည်း နဂိုကတည်းက  
သံသယက ဖြစ်ပြီးသားပါ။ 'ဒီငုံးလေးများ ဝင်စားတာလား မသိ  
ဘူး'။

အဲဒါနဲ့ 'သားလေးဘာလို့ငိုနေတာလဲ' လည်း မေးရော  
အဖေမျက်နှာကို စိန်းစိန်းကြီး စူးစိုက်ကြည့်ပြီးတော့ ...

'ငါ့ရဲ့ အဖေ အမေနဲ့ ကွဲအောင်လုပ်တာလည်း မင်းပဲ။  
ငါ့ရဲ့ သူငယ်ချင်း အပေါင်းအသင်းတွေနဲ့ ညီအစ်ကိုမောင်နှမတွေနဲ့  
ကွဲအောင်လုပ်တာလည်း မင်းပဲ။ ငါ့ကို လုံးဝ မထိနဲ့။ မင်းကိုအရမ်း  
မုန်းတယ်။ သိပ်မုန်းတယ်'

ဆိုပြီးတော့ တစ်ခါတည်း အော်ဟစ်တော့တာပဲ။



တစ်ယောက်ကျ အလိုမလိုက်ဘူး။ ဟိုတစ်ယောက်ကျ ချိုချိုသာသာ  
ပြောတယ်။ ဒီတစ်ယောက်ကျ ချိုချိုသာသာ မပြောဘူး။ ဒီလို မိဘ  
မျိုးတွေ ရှိတယ်။ ဒါဟာ အတိတ်ဘဝက မုန်းစွဲတွေကြောင့်ပဲ။

ရုပ်လည်း ချော၊ စိတ်ကောင်းလည်း ရှိ၊ ပညာလည်း  
တတ်၊ ယဉ်လည်း ယဉ်ကျေး၊ ဘာသာရေးလည်း လိုက်စား၊ မိဘ  
ကျေးဇူးလည်း သိတတ်၊ အဖက်ဖက်က ပြည့်စုံတဲ့ သားလိမ္မာ၊  
သမီးလိမ္မာဖြစ်နေပါလျက် ဒီသား၊ ဒီသမီးကို လုံးဝကြည့်လို့မရ  
အောင် အရမ်းမုန်းတီးနေတဲ့မိဘတွေ ဦးစင်းတို့နဲ့ သိကျွမ်းတဲ့ဒကာ၊  
ဒကာမတွေထဲမှာတောင် တကယ်လက်တွေ့ တွေ့နေရတယ်။ အံ့ဩ  
စရာပါပဲ။





န လုံ ။ သ ဝ ။ အ န စ ဝ တ် မှာ

**အမုန်းတရားရစ်ပတ်ခဲ့ပြီ**

မုန်းစွဲကြောင့် ကိုယ့်အဖေအမေကလည်း ကိုယ့်ကို မုန်းတားနဲ့ ပတ်သက်လို့ တကယ့်လက်ရှိ အဖြစ်အပျက်ပေါ့လေ။ အမြွှာညီအစ်ကို သုံးယောက်ရဲ့ အဖြစ်အပျက်။ ညီအစ်ကို သုံးယောက်လုံး သာသနာပြုနေတဲ့ ဆရာတော် သံဃာတော်တွေ ဖြစ်နေကြပြီ။ အခုချိန်မှာ သက်တော်လေးဆယ်ကျော် ဆရာတော်တွေပေါ့။ တစ်ပါးက ရှမ်းပြည်ဘက်မှာ၊ နှစ်ပါးက အညာဒေသမှာ သာသနာပြုနေပါတယ်။

အဲဒီအမြွှာပူး ညီအစ်ကိုသုံးယောက် မီးနေခန်းထဲမှာ မွေးလည်း မွေးရော၊ အထဲထဲက သားဖွားဆရာမက 'ယောက်ျားလေးတော့ - ယောက်ျားလေး၊ တစ်ယောက်တောင်မကဘူး။ သုံးယောက်တောင်။ သုံးမြွှာပူးလေး' လို့လည်း အော်လိုက်ရော၊ မီးနေခန်း အပြင်ဘက်ကနေ 'သားလေး မွေးမလား၊ သမီးလေး မွေးမလား'



စောင့်နေတဲ့ အဖေက ငှက်ကြီးတောင်စား ထဆွဲတယ်။

‘ဒီကလေး သုံးယောက်ကို သတ်မယ်။ ဒီကလေး သုံးယောက်ကို ဝမ်းနဲ့ လွယ်ပြီးမွေးတဲ့ အမေကိုလည်း သတ်မယ်’

ကိုယ့်ဇနီးကိုရော၊ ကိုယ့်သားသုံးယောက်ကိုရော ချက်ချင်း သတ်တော့မလို့တဲ့။ မီးနေခန်းထဲဝင်မယ် တာကဲကဲလုပ်တယ်။ ဘေးက လူတွေက ဝိုင်းပြီးတော့ ဆွဲထားရတယ်။

‘မလုပ်ပါနဲ့။ ကိုယ့်သားတွေကိုယ် သတ်ပစ်တယ်လို့ ကြားလို့တောင် မကောင်းပါဘူး’

ဘယ်လိုမှ တားလို့မရဘူး။ အဲဒါနဲ့ ရွာဦးကျောင်းက ဆရာတော်ကို ပြေးလျှောက်တော့ ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်ကလည်း သင်္ကန်းကြီး ဖိုသီဖတ်သီ၊ ဖိုးရိုးဖားရားနဲ့ တစ်ခါတည်း မီးနေခန်းရှေ့ ပြေးပြီးတော့ ရောက်လာ၊ ဖျောင်းဖျတာပေါ့လေ။

‘မောင်ဘယ်သူရယ်၊ သူတို့တွေ အရင်ဘဝတုန်းက မင်းအပေါ်မှာ ကြွေးရှိခဲ့လို့ ဒီဘဝ ကြွေးဆပ်ဖို့လာတာဖြစ်မှာပေါ့။ မင်းကို တစ်လှည့် ကြွေးပြန်ဆပ်ဖို့လာတာဖြစ်မှာပေါ့။ သူတို့ရဲ့ အပြစ်တွေ အတွက် အပြစ်ချေဖို့လာတာ ဖြစ်မှာပေါ့။ ဘာဖြစ်လို့ စိတ်ဆိုးနေရတာလဲ’

‘အရင်ဘဝက ဘာတွေပဲ ဖြစ်ခဲ့ဖြစ်ခဲ့၊ အခု ဒီဘဝမှာ ကိုယ့်ရဲ့ရင်သွေး ဖြစ်လာခဲ့ပြီပဲ။ ကိုယ့်အသွေးအသားက ဖြစ်လာတဲ့ ကိုယ့်သားသမီးအပေါ် မိဘမေတ္တာ ပေးရမှာပေါ့။ ကိုယ့်ရင်သွေး သားသုံးယောက်အပေါ် ဖခင်မေတ္တာ ပေးရမှာပေါ့’

‘အခုမှ လူ့လောကထဲ ရောက်လာခါစ ဘာမှ မသိနား

မလည်တဲ့၊ အပြစ်ကင်းစင်တဲ့ ကိုယ့်ရင်သွေး မွေးကင်းစလေးတွေကို အဖေကိုယ်တိုင်က သတ်ပစ်တယ်ဆိုတာ လူကြားလို့မှ မကောင်းပါဘူးကွယ်၊ မလုပ်သင့်ပါဘူး၊ မလုပ်လိုက်ပါနဲ့နော်'

စသည်အားဖြင့်ပေါ့လေ။ သူဝမ်းပါးရဲ့ အသက်ကို သတ်ခြင်းရဲ့ အပြစ်တွေရော၊ ဝဋ်ကြွေးရဲ့ သဘောတရားတွေရော၊ သံသရာလည်ပုံ သဘောတရားလေးတွေရော အမျိုးစုံ ရှင်းပြတော့မှ အဖေဖြစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က သဘောပေါက်သွားတယ်။

'အရှင်ဘုရား ကိုယ့်ကျောင်းကို အေးအေးချမ်းချမ်း ပြန်တော်မူပါ။ တပည့်တော် အခု သူတို့ကို မသတ်သေးပါဘူးဘုရား။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ နည်းနည်းကြီးလာရင်တော့ သတ်မယ်ဘုရား။ ဒီကောင်တွေကို လူ့ပြည်မှာ လုံးဝ အရှင်မထားနိုင်ဘူး'

'နောက်တော့မှ သတ်တာ၊ မသတ်တာ မင်းအပိုင်း။ အခုတော့ ငါ့ကို မသတ်ပါဘူး ကတိပေး' ဆိုပြီးတော့ ကတိတောင်းပြီးတော့ ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်ကလည်း ကျောင်းပြန်ကြွသွားတယ်။ အဲဒီနေ့တော့ မသတ်ဖြစ်တော့ပါဘူး။

မသတ်ဖြစ်ပေမယ့် အဲဒီကလေးသုံးယောက်ကို အဖေက အရမ်းမုန်းတယ်။ အဖေတွင်လားဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး။ ဝမ်းနဲ့လွယ်ပြီး မွေးခဲ့တဲ့အမေကလည်း အရမ်းမုန်းတယ်။ မွေးကတည်းက နို့တစ်စက်ကလေးမှ မတိုက်ဘူး။

'ဒီသုံးကောင်ကိုတော့ ငါ လုံးဝ နို့မတိုက်နိုင်ဘူး'  
အဲဒါနဲ့ အဲဒီဒကာမရဲ့ အစ်ကိုဖြစ်သူက နို့ဘူးတိုက်ပြီးတော့ မွေးထားရတယ်။

ဒီကလေးသုံးယောက် သုံးနှစ်သားအရွယ်လောက်ရောက်  
တော့ အဖေက သတ်ဖို့ လာချောင်းတယ်။

‘ဒီကောင်တွေ သုံးနှစ်သားရောက်ပြီ။ ဒီထက်ကြီးလာလို့  
မဖြစ်တော့ဘူး။ ဒီအရွယ်မှာကို သတ်ပစ်မှ ဖြစ်မယ်’

အဲဒါနဲ့ အဒေါ်တွေ ဦးလေးတွေက ‘တို့အိမ်မှာ ထားလို့  
မဖြစ်တော့ဘူး။ တို့အိမ်မှာ ထားရင်တော့ ဟိုကောင် လာပြီးတော့  
သတ်မှာ။ ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်ကိုပဲ လှူလိုက်တော့မယ်’  
ဆိုပြီးတော့ ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်ကို လှူလိုက်တယ်။ ရွာဦး  
ကျောင်းဆရာတော်က ကျောင်းမှာ မွေးစားထားရတာပေါ့။

ခုနှစ်နှစ်သားလောက် ရောက်တဲ့အခါကျတော့ ဒီကလေး  
တွေက အရွယ်လေးလည်း ရလာပြီဆိုတော့ ဒေါသတွေ ပိုပြီး ပြင်း  
ထန်လာတယ်။ ကျောင်းတိုင်ကို လက်သီးနဲ့ တခိုင်းခိုင်း ထိုးလိုက်၊  
ကျောင်းကြမ်းပြင်ကို လက်ဝါးနဲ့ တဖြန်းဖြန်း ရိုက်လိုက်၊ ခြေထောက်နဲ့  
တခုန်းခုန်း ဆောင့်လိုက်။

ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်က တွေ့တော့ ...

‘ဟဲ့ ... ကလေးတို့ ဘာဖြစ်နေကြတာတုံး’

‘တပည့်တော်တို့ ဒီကောင်တွေကို သတ်မယ်ဘုရား’

‘ဟဲ့ ... မင်းတို့က ဘယ်ကောင်တွေကို သတ်မှာတုံး’

‘တပည့်တော်တို့ရဲ့ အဖေကိုလည်း သတ်မယ်ဘုရား။

တပည့်တော်တို့ကို သတ်ခဲ့တဲ့ကောင်တွေကိုလည်း သတ်မယ်ဘုရား။

တပည့်တော်တို့ကို သတ်တဲ့ကိစ္စမှာ ပါဝင်ကူညီခဲ့တဲ့ကောင်တွေကို  
လည်း သတ်မယ်ဘုရား’

‘ဟဲ့ ...မင်းတို့က ဘာနဲ့သတ်မှာတုံး’

‘တပည့်တော်တို့ သေနတ်နဲ့ သတ်မယ်ဘုရား’

‘မင်းတို့မှာ သေနတ်ရှိလို့လား’

‘ရှိတယ်ဘုရား၊ အရင်ဘဝတုန်းက သိမ်းထားတဲ့ သေနတ်တွေ။ ရွာရဲ့ အပြင်ဘက်က မန်ကျည်းပင်အောက်မှာ ရှိပါတယ်’

အဲဒီလိုပြောတော့ ရွာသူရွာသားတွေနဲ့ ရဲတွေ ခေါ်ပြီးတော့ တူးကြတာပေါ့။ ရွာအပြင်ဘက် မန်ကျည်းပင်အောက် တူးလည်း တူးလိုက်ရော အဲဒီမှာ သေနတ်တွေ ထွက်လာတယ်။ အရင်ဘဝတုန်းက သိမ်းထားခဲ့တဲ့ သေနတ်တွေ။

ရဲတွေက သေနတ်တွေသိမ်း၊ ဒီညီအစ်ကိုသုံးယောက်ကို မှတ်တမ်းတွေ ယူထားလိုက်တာပေါ့လေ။

အဲဒါနဲ့ ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်က ‘ဒီကလေးတွေကို ဒီအတိုင်းထားလို့တော့ မဖြစ်တော့ဘူး။ ဒီအတိုင်းဆိုရင်တော့ ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်းနဲ့ ကိုယ့်အဖေကိုယ်လည်း သတ်တော့မှာပဲ။ လူသတ်မှုတွေလည်း အများကြီးဖြစ်တော့မှာပဲ။ ကိုရင်ဝတ်ပေးလိုက်မှဖြစ်တော့မယ်’ ဆိုပြီးတော့ သုံးယောက်လုံးကို ကိုရင်ဝတ်ပေးလိုက်တယ်။

ကိုရင်ဝတ်ပေးပြီးတော့လည်း ‘အတူတူထားလို့ မဖြစ်ဘူး။ အတူတူထားရင် အဖေကို သတ်ဖို့နဲ့ တခြားသူတွေကို သတ်ဖို့ပဲ တိုင်ပင်နေကြလိမ့်မယ်’ ဆိုပြီးတော့ မြို့သုံးမြို့က စာသင်တိုက် တစ်တိုက်စီကို တစ်ပါးစီ ခွဲပို့လိုက်ပါတယ်။

ကိုရင်သုံးပါး တစ်မြို့စီ စာသင်တိုက်တွေရောက်။ ဘုရားဟော ပိဋကတ်တော်တွေ လေ့လာ။ ဘုရားတရားတော်တွေ၊ ဘုရား

အဆုံးအမတွေနဲ့ အမြဲမပြတ် ထိတွေ့ရတော့ စိတ်နှလုံးတွေ နူးညံ့ ပျော့ပျောင်းလာတယ်။ စိတ်နေစိတ်ထားတွေ ပြောင်းလဲလာတယ်။

ဟိုတုန်းကလို ကလဲ့စားချေချင်တဲ့စိတ်တွေ၊ သတ်ချင်တဲ့ စိတ်တွေ မရှိတော့ဘူး။ ရန်ငြိုးတွေ၊ အာဇာတတွေ ပျောက်သွား တယ်။ အတုံ့အလှည့်သံသရာရဲ့ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းပုံကို နားလည် သဘောပေါက်ပြီး အရာရာကိုလည်း သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်လာတယ်။ ဖခင်ကျေးဇူး၊ မိခင်ကျေးဇူး ဆိုတာတွေလည်း နားလည်လာတယ်။

မိဘကျေးဇူးဆိုတာက မွေးပြီးတဲ့နောက် ကိုယ့်ကို ပြုစု စောင့်ရှောက်မှု၊ နို့ချိုတိုက်ကျွေးမှု၊ အစာရေစာတွေ ပေးမှု၊ အဝတ် အစားတွေ ဆင်ယင်ပေးမှု မဟုတ်ဘူး။ မွေးလိုက်တာနဲ့ကိုပဲ ကျေးဇူး က ရှိနေပြီးသား။

'မွေးပြီးတဲ့နောက် သားသမီးကို နို့လည်း တစ်စက်မှမတိုက် ဘဲနဲ့ ပစ်ထားတဲ့အမေ ကျေးဇူးရှိသလား၊ အဲဒီအမေကို ကျေးဇူးဆပ်ဖို့ လိုသလား' ဆိုတဲ့ မေးခွန်းတစ်ခု မေးထားတာ ရှိတယ်။ ဝမ်းနဲ့ လွယ်ပြီးတော့ မွေးပေးလိုက်တာကိုက အဲဒီ အမေရဲ့ ကျေးဇူးပဲ။ အမေ့ကျေးဇူး ရှိတယ်နော်။

ကိုယ့်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အသွေးအသားတွေက အဖေအမေရဲ့ သွေးသားတွေနဲ့ ပေါင်းစပ်တည်ဆောက်ထားတာဆိုတော့ အဖေ အမေရဲ့သွေးနဲ့ တည်ဆောက်ထားတဲ့ ဒီခန္ဓာကိုယ်ကြီး ရနေတာကိုက အဖေအမေရဲ့ကျေးဇူး ရှိနေတော့တာ။ ကိုယ့်ကို ဘာမှ ပေးဖူးဖူး မပေးဖူးဖူး၊ ဘာမှ ကျွေးဖူးဖူး မကျွေးဖူးဖူး မိဘရဲ့ ကျေးဇူးရှိတယ် နော်။ မိဘကျေးဇူး ဆပ်ကိုဆပ်ရမယ်။

ဘုရားအဆုံးအမတွေကို လေ့လာရတော့ မိဘကျေးဇူးကို လည်း နားလည်လာတယ်။ မိဘကို သတ်ချင်တဲ့စိတ်လည်း မရှိ တော့ဘူး။ မိဘကျေးဇူးဆပ်ချင်တဲ့စိတ်တွေပဲ ဖြစ်နေကြတယ်။

ဒါပေမဲ့ ဟိုအဖေနဲ့ အမေကလည်း ဒီသားသုံးယောက် ကို မုန်းနေလိုက်တာ သင်္ကန်းဝတ်သွားတာလည်း ပစ္စည်းလေးပါး လုံးဝ မထောက်ပံ့ဘူး။ ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း၊ ကျောင်း၊ ဆေး ဘာမှ မထောက်ပံ့ဘူး။ စာအုပ်စာတမ်းတွေလည်း လုံးဝ မလှူဘူး။ နဝကမ္မတွေလည်း တစ်ပြားတစ်ချပ်မှ မလှူဘူး။

စာသင်တိုက်ကနေ စာတွေ့ဘာတွေ တတ်ပြီးတော့ တရား တွေ့ဘာတွေ ဟောလို့၊ တရားတွေ့ဘာတွေ ပြလို့၊ သာသနာ့အကျိုး ရွက်ဆောင်နေပြန်တော့လည်း လုံးဝ သွားမတွေ့ဘူး။ လုံးဝ သွားမဖူး ဘူး။ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ ဆရာတော်တွေ ဖြစ်လာ တဲ့အထိတောင် မုန်းလို့ကောင်းတုန်း။ အသေမုန်းတယ်ဆိုတာ အဲဒါ ကို ပြောတာဖြစ်မှာပေါ့။

တစ်ခါတော့ အငယ်ဆုံးဆရာတော်တစ်ပါးက မယ်တော် ကြီးနဲ့ စကားပြောချင်တာနဲ့ မယ်တော်ကြီး အိမ်ရှေ့ တံမြက်စည်း လှည်းနေတုန်း သွားမေးတယ်။

‘ဒကာမကြီး နေကောင်းလား’

မယ်တော်ကြီးလို့လည်း မခေါ်ရဲဘူးလေ။ ဟိုက ကိုယ့်ကို မုန်းနေတာကိုး။ ‘ဒကာမကြီး နေကောင်းရဲ့လား’ လို့ မေးလိုက်တော့ တစ်ချက်လှည့်ကြည့်ပြီး သားရဟန်းမှန်း သိတာနဲ့ မျက်နှာချက်ချင်း လွှဲသွားတယ်။ မျက်နှာတစ်ဖက် လှည့်ပြီး ...

‘ကိုယ်တော်၊ နေကောင်းလို့ တံမြက်စည်းလှည်းနေတာ ပေါ့။ နေမကောင်းရင် အိပ်ရာထဲ လှဲနေမှာပေါ့။ နေကောင်းလို့ တံမြက်စည်းလှည်းနေတာ မြင်ရက်သားနဲ့ နေကောင်းလား မေးတာ ကိုယ်တော် မုသာဝါဒပြောတာပဲ။ ဘုန်းကြီးဆိုတာ ဒီလို မုသာဝါဒ မပြောသင့်ဘူး။ ကိုယ့်ကျောင်းကိုယ်ပြန်၊ ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ်လုပ်’

မယ်တော်ကြီးက သားရဟန်းကို လှည့်ကို မကြည့်ဘူး နော်။ ခမည်းတော်ကြီးကတော့ အခုအချိန်မှာ ဆုံးသွားပါပြီ။ မယ် တော်ကြီးကတော့ ရှိသေးတယ်။ ခမည်းတော်ကြီးကလည်း ဆုံးခါနီး ဆေးရုံမှာတက်တော့ ညီတော်နောင်တော်သုံးပါး သွားပြီးတော့ လူနာ မေးကြတာပေါ့လေ။ ရှေ့မှာ တခြား လူနာမေးတဲ့သူတွေနဲ့ စကား ပြောနေတာ အဟုတ်ပါပဲ။ သားရဟန်းသုံးပါးလည်း မြင်လိုက်ရော ခမည်းတော်ကြီးက ဟိုဘက်ကို လှည့်သွားတယ်။ သားရဟန်းသုံးပါး ကို လုံးဝ လှည့်မကြည့်ဘူးနော်။

ဆရာတော်သုံးပါး ခုတင်နားလည်းရောက်ရော ‘ဒကာကြီး ဘယ်လိုလဲ။ သက်သာရဲ့လား’ မေးတာပေါ့။ သက်သာတယ်လည်း မပြောဘူး။ မသက်သာဘူးလည်း မပြောဘူး။

‘ကိုယ်တော်တို့ ကိုယ့်အလုပ်ကို လုပ်ကြပါ။ ရဟန်းဆိုတာ ရဟန်းအလုပ် လုပ်ရတယ်။ ဘုန်းကြီးဆိုတာ ဘုန်းကြီးအလုပ် လုပ်ရတယ်။ ဘုန်းကြီးဖြစ်နေပြီးတော့ လူနာလာမေးတာ လုံးဝ မသင့်တော်ပါဘူး။ ကိုယ့်ကျောင်းကိုယ်ပြန်၊ ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ်လုပ်’

သားရဟန်းသုံးပါးကို လှည့်မကြည့်ဘဲနဲ့ အဲဒီလိုပဲ ပြော လွှတ်လိုက်တယ်။ အခုတော့ ဆုံးပါးသွားပါပြီ။



အ မု န် ။ ပို ။ စဲ မု  
**အပြုံးမိုးသည်းမယ်**

---

အဖေရော အမေရော သားရဟန်းသုံးပါးအပေါ် ဘာဖြစ်  
လို့ အဲဒီလောက်အထိအောင် မုန်းတီးနေရတာလဲဆိုတော့ အတိတ်  
ဘဝတုန်းက ဒီညီအစ်ကိုသုံးယောက်က မုန်းစွဲစွဲပြီး သေခဲ့ကြလို့။  
မုန်းစွဲနဲ့ သေရင် အသေမလှဘူးဆိုတာ ပြောချင်လို့ ဒီအဖြစ်အပျက်  
လေး ပြောပြနေတာနော်။

အရင်ဘဝတုန်းကလည်း ဒီညီအစ်ကိုသုံးယောက်က  
ညီအစ်ကိုသုံးယောက်ပဲ။ အဲဒီတုန်းကတော့ အမြွှာမဟုတ်ဘူးပေါ့။  
တစ်နှစ်ကြီး တစ်နှစ်ငယ်တွေ။ ညီအစ်ကိုသုံးယောက်က ဒီရွာမှာပဲ  
ညီအစ်ကိုတွေ ဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။ လိမ်လိမ်မာမာတွေလား ဆိုတော့  
မဟုတ်ဘူး။ သိပ်ကို ဆိုးကြမိုက်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ။ လူလည်းပဲ  
သတ်တာပဲ။ ဓားပြလည်းပဲ တိုက်တာပဲ။ လူယက်မှုတွေလည်း  
လုပ်တာပဲ။ မုဒိမ်းမှုတွေလည်း ကျူးလွန်တာပဲ။



သူတို့မလုပ်ဖူးတဲ့ မကောင်းမှုဆိုလို့ မရှိတော့ဘူး။ ညီ  
အစ်ကိုသုံးယောက်ပေါင်းပြီးတော့ မကောင်းမှုဒုစရိုက်တွေ ကျူးလွန်  
ကြတယ်။ သူတို့မှာလည်း ဓားပြီး၊ တုတ်ပြီး၊ သေနတ်ပြီးဆေးတွေ  
ထိုးထားသေးတယ်တဲ့။ သူတို့ကို ဘယ်သူကမှ မလှန်ရဲကြဘူး။  
သူတို့နဲ့ ရန်ဖြစ်ရင်တော့ ဖြစ်တဲ့သူတွေပဲ ရှုံးကြတာပဲ။

အဲဒါနဲ့ ရွာထဲမှာ မဟုတ်တာတွေ လုပ်နေပေမယ့် ပြန်  
မလုပ်ရဲကြဘူး၊ ပြန်မပြောရဲကြဘူး။ ငြိမ်ပြီးတော့ ခံနေကြရတယ်။  
ညီအစ်ကိုသုံးယောက် ရွာမှာ ဗိုလ်ကျချင်တိုင်း ကျနေကြတာပေါ့။

တစ်ခါတော့ အဲဒီရွာထဲက ချစ်သူစုံတွဲ တစ်တွဲထဲက မိန်း  
ကလေးကို အစ်ကိုအကြီးဆုံးဖြစ်တဲ့သူက ရည်းစားစကားလိုက်ပြော  
တယ်။ သူတို့မှာလည်း ဇနီးမယားတွေ ရှိကြတယ်။ သုံးယောက်လုံး  
အိမ်ထောင်သည်တွေကိုး။ သူတို့ကလည်း ယူထားလိုက်တာ ဘယ်  
လောက်မိုက်လဲဆိုတော့ သူတို့ယူထားတဲ့ မိန်းမသုံးယောက်ကလည်း  
ညီအစ်မတွေချည်းပဲတဲ့။ ညီအစ်မအရင်း သုံးယောက်ကို ယူထား  
ကြတာနော်။

အိမ်ထောင်ရှိလျက်သားနဲ့၊ သားသမီးတွေရှိလျက်သားနဲ့  
မိန်းမပျိုလေးတစ်ယောက်ကို စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်အောင်  
ရည်းစားစကားသွားပြောတယ်။ ပြောတော့ ချစ်သူယောက်ျားလေးက  
စိတ်တိုတာပေါ့။ စိတ်တိုပေမယ့် ပြန်လည်း မပြောရဲဘူး။ ပြန်လည်း  
မလုပ်ရဲဘူး။ ပြန်ပြော၊ ပြန်လုပ်ရင် ကိုယ်ပဲ ခံရမှာကိုး။

သူတို့က ညီညီညွတ်ညွတ်လည်း ရှိတယ်။ လက်နက်က  
လည်း ပြီးနေသေးတယ်။ အထိုးအခုတ်၊ အသတ်အပုတ်တွေက



သူတို့ကလည်း အချိန်မဆိုင်းတော့ပါဘူး။ မိတဲ့ ညနေခင်း မှာပဲ တစ်ရွာလုံးကို လှည့်ပြီးတော့ မောင်းခတ်ကြေညာတယ်။ 'မနက်ဖြန်မနက် ကိုးနာရီမှာ ဒီညီအစ်ကိုသုံးယောက်ကို ရွာလူထုရဲ့ ရှေ့မှာ အရှင်လတ်လတ် သတ်ပြပါမယ်။ အားလုံးလာပြီးတော့ ကြည့်ရှုကြပါ'။

အဲဒီတော့ လူတွေကလည်း ပျော်လွန်းလို့ ညအိပ်လို့တောင် မပျော်ဘူးတဲ့။ ဒီညီအစ်ကိုသုံးယောက်ကို ရွာသားတွေက 'ရွာချဉ် ဖတ်' အဖြစ်နဲ့ မုန်းနေတာကြာပြီကိုး။ ဘယ်လိုမှ ပြန်လုပ်လို့မရလို့ သာ အသာလေးငြိမ်နေတာ။

နောက်တစ်နေ့လည်းကျရော ရွာဦးဘုန်းကြီးကျောင်းရှေ့က မန်ကျည်းပင်အောက်မှာ သူတို့ကို သတ်ဖို့ တွင်းတူးကြတယ်။ ရွာသူ ရွာသားတွေက ဝမ်းသာအားရနဲ့ တူးပေးကြတယ်။ သူတို့ကို လက်ပြန် ကြိုးတုပ်ထားတယ်။ ညီအစ်ကိုသုံးယောက်လုံးကို တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် လက်မောင်းချင်း ချိတ်ပြီးတော့ ကြိုးတုပ်ထားတယ်။

ကိုးနာရီလောက်ရောက်တော့ သတ်တော့မှာပေါ့။ သူတို့ရဲ့ အမှုတွေကို စစ်တော့လည်း သူတို့က ဝန်မခံဘူး။ သေကာမှ သေ ရော တင်းပြီးတော့ နေကြတယ်။ ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်က ဘုရား သားတော်ဆိုတော့ မနေသာဘူးလေ။ လူလူချင်းသာ ဆိုးတဲ့သူ၊ မိုက်တဲ့သူဆိုရင် မခေါ်မပြောချင်ကြတာ။ ဘုရားသားတော်ကျတော့ ဟိုလိုကြီး မခေါ်တောင်မှ မေတ္တာကရုဏာနဲ့ စောင့်ရှောက်ချင်တယ်။

ကွန်မြူနစ်တွေရဲ့လက်က လွတ်မြောက်အောင် ကယ်တင် လို့မရတော့ ညီအစ်ကိုသုံးယောက် လက်ပြန်ကြိုးတုပ်ထားတဲ့ တွင်း

နှုတ်ခမ်းနားလေး သွားပြီးတော့ ‘ကဲ ... ဒကာလေးတို့သုံးယောက် သရဏဂုံ ဆောက်တည်ကြ။ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ’ ဆိုပြီးတော့ သုံးကြိမ် တိုင်ပေးလိုက် တာပေါ့။ သရဏဂုံ တင်ပေးလိုက်တာပေါ့။

သရဏဂုံတင်တယ်ဆိုတာက သေတဲ့သူကို တင်ရတာ လား၊ ရှင်တဲ့သူကို တင်ရတာလား။ ရှင်တဲ့သူကို တင်ရတာ။ ဒါဖြင့် အသုဘအခမ်းအနားတွေမှာ သရဏဂုံတင်ကြတယ်ဆိုတာက သေ သွားတဲ့သူကို တင်တာလား၊ ကျန်ရစ်တဲ့သူတွေကို တင်တာလား။ ကျန်ရစ်တဲ့သူတွေ၊ အသုဘလာပို့ကြတဲ့သူတွေကို တင်တာနော်။ ဒါဖြင့် အသုဘတွေ သွားပြီးတော့ သရဏဂုံ တင်ခံနေရတာပေါ့။

လူတွေထင်တာကျတော့ ဘယ်လိုထင်တုံး။ သေတဲ့သူကို သရဏဂုံတင်တယ် ထင်နေတာနော်။ ‘အလောင်းထုတ်၊ သရဏဂုံ တင်ရအောင်’ လို့ မပြောကြဘူးလား။ အလောင်းကို သရဏဂုံတင် လို့ မရဘူးနော်။ သေသွားပြီးပြီပဲ။ ဘယ်လိုလုပ်တင်မလဲ။ သေသွား တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က အနီးအနား ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ပြိတ္တာဖြစ်နေတယ်ဆိုရင် တော့ သရဏဂုံ ယူနိုင်အောင် ခေါ်လိုက်တာပေါ့လေ။

ခေါ်ပြီးတော့ လူပရိသတ်နဲ့အတူ ရောပြီးတော့ သရဏဂုံ ဆောက်တည်ဆိုတဲ့သဘောမျိုးဆိုရင်တော့လည်း သေသွားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် သရဏဂုံတင်တယ်ဆိုရင် မှန်တာပေါ့။ အလောင်းကို တင်တာတော့ မဟုတ်ဘူးနော်။ သေပြီးတဲ့နောက် မကျွတ်မလွတ်ဖြစ်နေတဲ့ပြိတ္တာ ကို တင်တာ။ ကျန်ရစ်သူမိသားစုတွေနဲ့ ဧည့်ပရိသတ်တွေကလည်း အကူအညီ အပံ့အပိုးအနေနဲ့ သရဏဂုံယူလိုက်ကြတာပေါ့။

တစ်နည်းအားဖြင့်ပြောမယ်ဆိုရင်လည်း သရဏဂုံဆောက်တည်ပြီးတော့မှ ပြုလိုက်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေနဲ့ သေသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို အမျှအတန်းပေးဝေဖို့ သရဏဂုံတင်ရတာ။ သရဏဂုံအခြေခံတဲ့ကုသိုလ်က ပိုအကျိုးကြီးတာကိုး။

အဲတော့ တွင်းနှုတ်ခမ်းဝမှာ ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်က သရဏဂုံ တင်ပေးလိုက်တယ်။ ဒီဘဝမှာ သူတို့ကို မွေးစားတာလည်း ဒီရွာဦးကျောင်းဆရာတော်ကြီးပါပဲ။ ဆရာတော်ကြီးကျေးဇူးကြောင့် ညီအစ်ကိုသုံးယောက်မှာ သရဏဂုံဆောက်တည်တဲ့ကုသိုလ်လေး ရှိနေတာပေါ့။

အဲဒီအချိန်မှာပဲ ဆရာတော်ကြီးက 'မင်းတို့လိုရာဆုတောင်းကြ' ဆိုတော့ အစ်ကိုအကြီးဆုံးက 'ဒီကောင်တွေကို လက်စားချေပြမယ်' လို့ အော်လိုက်တယ်။ အဲဒီမှာတွင် ကွန်မြူနစ်ခေါင်းဆောင်က ဒီကောင် ဇွာလှချည်လား ဆိုပြီးတော့ ညာဘက်ကျောကနေ ဆေနတ်နဲ့ လှမ်းပစ်လိုက်တယ်။ ထုတ်ချင်းပေါက်မှန်ပြီးတော့ အစ်ကိုကြီးက တွင်းထဲကို ကျသွားတယ်။

လက်မောင်းချင်းချိတ်ထားတာဆိုတော့ အစ်ကိုအကြီးဆုံးတွင်းထဲကျတယ်ဆိုရင်ပဲ ညီအစ်ကိုသုံးယောက်စလုံး တွင်းထဲကျသွားတယ်။ အဲဒီမှာတွင် ရွာသူရွာသားတွေက တစ်ယောက်တစ်လက် တွင်းကို မြေဖို့ပြီးတော့ ညီအစ်ကိုသုံးယောက်ကို အရှင်လတ်လတ် မြေမြုပ်သတ်လိုက်ကြပါတယ်။

ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတော့ ဘာကုသိုလ်မှ လုပ်ထားတာ မရှိဘူးနော်။ သေခါနီးလေးမှာ ရွာဦးကျောင်းဆရာတော်တိုင်ပေးတဲ့

သရဏဂုံကို ဆိုပြီးတော့ သရဏဂုံဆောက်တည်လိုက်တော့ သေခါနီး  
ဆဲဆဲလေးမှာ ကုသိုလ်အာရုံလေးက ရှိနေတယ်။ သရဏဂုံအာရုံပေါ့။

ကုသိုလ်အာရုံလေးကလည်း တစ်ဖက်က ရှိတယ်၊ တစ်  
ဖက်ကလည်း ကွန်မြူနစ်တွေ၊ ကွန်မြူနစ်တွေကို သတင်းပို့တဲ့  
အမျိုးသား၊ သူတို့အတွက် တွင်းတူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ လက်ပြန်ကြီး  
တုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို လှည့်ပတ်ပြီးတော့ မကျေမနပ်နဲ့ မုန်းတီးတဲ့  
စိတ်တွေ ဖြစ်နေတယ်။ နာကျည်းတဲ့စိတ်တွေ ဖြစ်နေတယ်။ မုန်းစွဲ  
စွဲနေတယ်ပေါ့။

အဲဒီလို မုန်းစွဲစွဲရင်း ကုသိုလ်အာရုံလေးနဲ့ တွဲပြီးတော့  
သေသွားတဲ့အတွက် ကုသိုလ်ကြောင့် လူပြန်ဖြစ်ပေမယ့် မုန်းစွဲကြောင့်  
သူတို့ကို ကွန်မြူနစ်တွေဆီ သတင်းပို့တဲ့အမျိုးသားလေးကို ဒီဘဝမှာ  
အမေလာတော်ရတယ်။ အရင်ဘဝတုန်းက ရည်းစားစကားလိုက်ပြော  
တဲ့ မိန်းကလေးက ဒီဘဝ အမေလာဖြစ်တယ်။

ဇနီးမယား သမီးသားတွေ ရှိလျက်သားနဲ့ သူ့ကို ရည်းစား  
စကားလာပြောကတည်းက အဲဒီမိန်းကလေးက သူတို့သုံးယောက်ကို  
စိတ်နာနေတယ်။ အဲဒီစိတ်နာတဲ့အရှိန်လေးနဲ့ဆိုတော့ ဒီဘဝ သူတို့  
မှာ ဝင်လည်း ဝင်စားလာရော သားအရင်းဖြစ်ပေမယ့် မေတ္တာမထား  
နိုင်တော့ဘူး။

မိဘတိုင်းကတော့ သားသမီးအပေါ်မှာ မေတ္တာရှိကြတာ  
ချည်းပါပဲ။ ဘယ်မိဘမဆို သားသမီးအပေါ်မှာ မေတ္တာရှိတယ်လို့  
မပြောကြဘူးလား။ ယေဘုယျအားဖြင့် ပြောတာပေါ့။ ယေဘုယျ  
ဆိုပေမယ့် ကိုးဆယ့်ကိုးဒဿမကိုးကိုးပါပဲ။ မပြောပလောက်တဲ့

အနည်းစုကတော့လည်း မေတ္တာတရား ခေါင်းပါးတာမျိုးရှိတယ်။  
မေတ္တာတရား ကင်းမဲ့နေတာမျိုး ရှိတယ်။

ဒါပေမဲ့လို့ လုံးဝကြီး ကင်းမဲ့နေတာတော့ မဟုတ်ဘူး။  
အခု ဒီအမြာညီအစ်ကိုသုံးယောက်ကိုဆိုရင်လည်း မမွေးခင်တုန်းက  
မိဘမေတ္တာတွေ မရှိဘူးလား။ ရှိတယ်။ မွေးပြီးတော့မှ အရင်ဘဝ  
တုန်းက ငါတို့ကို ဒုက္ခပေးခဲ့တဲ့ကောင်ပဲ ဆိုပြီးတော့ ဒေါသလေးက  
ဖုံးလွှမ်းသွားလို့ မေတ္တာက ငုပ်ကွယ်သွားရတာ။ လုံးဝ မရှိတာ  
တော့လည်း မဟုတ်ပါဘူး။

ဒီအဖေနဲ့ ဒီအမေမှာ အတွင်းမှာ မေတ္တာဓာတ်လေးတော့  
ရှိမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီမေတ္တာဓာတ်ကို ဒေါသက လွှမ်းမိုးအနိုင်ယူ  
သွားတယ်။ ဒီတော့ မိဘမေတ္တာ ဖော်ထုတ်ပြသခွင့် မရှိတော့ဘူး။  
မိဘမေတ္တာဆိုတဲ့ နှလုံးသားအနှစ်ဓာတ်ကို အမုန်းတရားရစ်ပတ်သွား  
ခဲ့တာပေါ့။

အဲဒီတော့ ကိုယ်မုန်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အဖေအမေတော်ရ  
တယ်။ တော်ရတဲ့ အဖေအမေကလည်း ကိုယ့်ကို မုန်းနေတယ်ဆို  
တော့ အဲဒီဘဝ စိတ်ချမ်းသာစရာကောင်းပါဦးမလား။ မကောင်း  
တော့ဘူး။

ဒါပေမဲ့လည်း သူတို့သုံးယောက်ကတော့ ဘုရားအဆုံး  
အမတွေနဲ့ ထိတွေ့ခွင့်ရလို့ ကုသိုလ်တရား တိုးပွားအောင်တော့  
ကြိုးစားနိုင်ကြတာပေါ့လေ။

လောကကြီးမှာ 'အဆိုးတွေဟာ ကောင်းဖို့ ဖြစ်လာတာ'  
ဆိုသလိုပါပဲ။ ကြည့်တတ်မယ်ဆိုရင် အကောင်းဘက်ကို ယူလို့ရ

တာချည်းပါပဲ။ တကယ်လို့သာ အဖေ့နဲ့ အမေက သူတို့ကို ချစ်နေ  
မယ်ဆိုရင်တော့ သင်္ကန်းဝတ်ဖြစ်ပါဦးမလား။ မဝတ်ဖြစ်လောက်  
ဘူးနော်။

အဖေ့နဲ့ အမေကလည်း သူတို့ကို နာနာကြည်းကြည်း  
မုန်းတီးနေတယ်။ သူတို့ကလည်း အဖေ့နဲ့အမေကို ငယ်ငယ်တုန်းက  
နာနာကြည်းကြည်း မုန်းတီးနေတယ်။ ဒီအမုန်းလေးတွေကြောင့်ပဲ  
သာသနာ့ဘောင်ရောက်၊ ဘုရားအဆုံးအမတွေနဲ့ ထိတွေ့၊ သူတော်  
ကောင်းဖြစ်ရတာဆိုတော့ မုန်းစွဲနဲ့စွဲပြီး ဒီမိဘဝမ်းထဲ ဝင်မိတာကိုက  
ကျေးဇူးတင်စရာလိုတောင် ဖြစ်နေသေးတယ်နော်။

ကြံဖန်ပြီး ကျေးဇူးတင်တတ်ရင် သူတို့ကို အသေမုန်းတဲ့  
မိဘနှစ်ပါးဟာ သူတို့ကို သာသနာ့ဘောင်ရောက်အောင်၊ တရားဓမ္မနဲ့  
ထိတွေ့အောင်၊ တရားအရသာ ခံစားနိုင်အောင်၊ သာသနာပြုခွင့်ရ  
အောင်၊ အများအကျိုး ဆောင်ရွက်ခွင့်ရအောင် တစ်နည်းတစ်လမ်းနဲ့၊  
အမုန်းနည်းလမ်းနဲ့ သွယ်ဝိုက်ပြီး ကျေးဇူးပြုလိုက်တဲ့ ကျေးဇူးရှင်တွေ  
မို့ ဒီမိဘနှစ်ပါးကို 'အမုန်းကျေးဇူး' အတွက် ကျေးဇူးအရမ်းတင်ဖို့  
ကောင်းတယ်နော်။

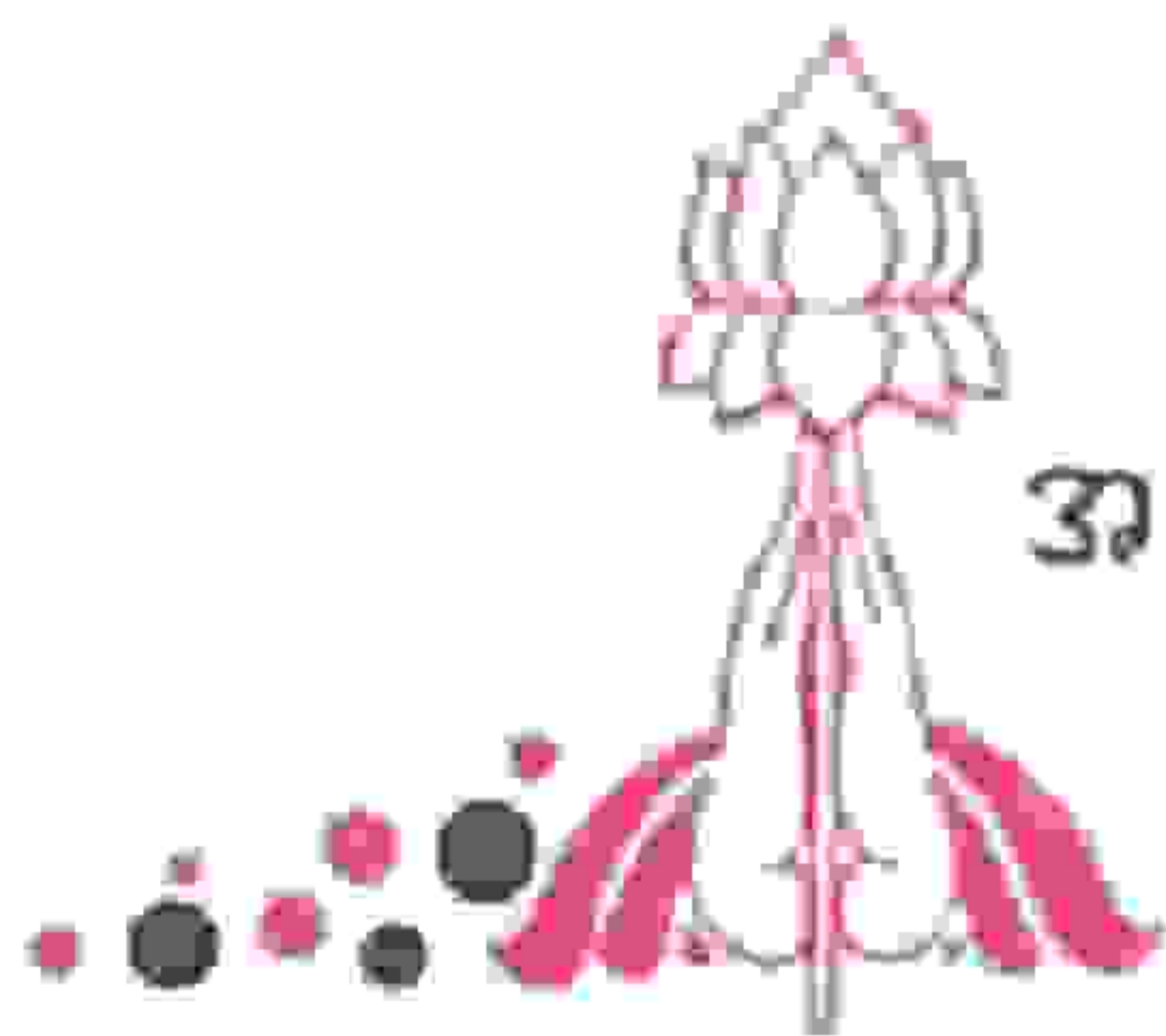
ဒါ့ကြောင့် ဆိုလိုက်ပါ။

အစွဲကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်၊ သေလျှင်လှပသည်။

အစွဲကင်းရင် အသက်ရှင်နေစဉ်မှာလည်း စိတ်ကြည်လင်  
ပါတယ်။ စိတ်အေးချမ်းပါတယ်။ သေပြီးရင်လည်း ကောင်းရာ  
သုဂတိရောက်တဲ့အတွက် အသေလှပါတယ်။ ရဟန္တာအဆင့်ထိ အစွဲ  
ကင်းရင်တော့ နိဗ္ဗာန်အပြီးရောက်ပြီး အသေလှပါတယ်။



ခန္ဓာကိုယ်အရှိတရား  
သတိထားပြီး ပြုပြင်သင့်ပေမယ့်  
ရှုမြင်လိုမဝ  
ငေးမောလိုအားမရနိုင်လောက်အောင်  
တစ်ချိန်လုံး တာသသဖြစ်နေရင်တော့  
အလှအပမှာ ရစ်စဲ  
ကိုယ့်ခန္ဓာ ကိုယ်စွဲနေပါပြီ . . .  
အနာအဆာ အပြစ်ရှိခဲ့ရင်  
မကြာမကြာ စိတ်ညစ်နေပြန်ရော . . .  
အလှအစွဲ သိပ်လွန်ရင်  
ဘဝအလွဲ နစ်ကျွံတတ်လို့  
တမလွန်ဘဝ ဘယ်လှပါတော့မလဲ . . .  
မကောင်းရာဘဝ လားရောက်  
ကိုယ့်ခန္ဓာ ပြန်စောင့်ရှောက်နေရမှာပေါ့ . . .။



အ စွဲ ပြ တ် မှ  
အဆွဲရုပ်မယ်



‘ကုသိုလ်နဲ့သေရင် ကောင်းရာသုဂတိရောက်တယ်’ ဆိုပေမယ့်လို့ တကယ်ကောင်းမကောင်းကတော့ ပြောလို့မရသေးဘူးနော်။ ကုသိုလ်အာရုံလေးနဲ့၊ ကုသိုလ်စိတ်လေးနဲ့ သေတော့ သေပါရဲ့။ ဒါပေမဲ့ ချစ်စွဲလေးနဲ့ စွဲသေမယ်၊ မုန်းစွဲလေးနဲ့ စွဲသေမယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ကံနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ အဆင့်မြင့်တဲ့ဘဝကို မရဘဲ ချစ်စွဲက ပေးတဲ့ဘဝ၊ မုန်းစွဲက ပေးတဲ့ဘဝကိုပဲ ရသွားပါလိမ့်မယ်။ တကယ်ကောင်းမကောင်း မသေချာတော့ဘူး။

ချစ်စွဲအကြောင်း ပြောတုန်းက ကံပေးတဲ့ဘဝရယ်၊ တဏှာပေးတဲ့ဘဝရယ်လို့ နှစ်ခုပဲ ပြောခဲ့တာပေါ့။ အခုကျတော့ ဒေါသက ပေးတဲ့ ဘဝကိုပါ ထပ်ထည့်ရမလို့ ဖြစ်နေတာပေါ့နော်။ ဒါပေမဲ့ ဘဝတစ်ခုကို ရတယ်၊ ရောက်တယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ အဓိကကတော့

တဏှာပါပဲ။ ဒီလူကို မုန်းတယ်ဆိုပေမယ့် မုန်းရုံသက်သက်နဲ့တော့ ဘဝအသစ်တစ်ခု မဖြစ်နိုင်ဘူးနော်။

စွဲတယ်ဆိုတာ ချစ်မှ စွဲတာ မဟုတ်ဘူး၊ မုန်းရင်လည်း စွဲတာပဲ။ 'သူ့မျက်နှာ လုံးဝ မကြည့်ချင်ဘူး၊ သူနဲ့ လုံးဝ မပတ်သက် ချင်ဘူး၊ ဖြစ်လေရာဘဝ သူနဲ့ ဘယ်တော့မှ မဆုံတွေ့ပါရစေနဲ့၊ ဒီဘဝ ဒီမျှနဲ့ ပြီးပါရစေ' ... စသည်အားဖြင့် ကိုယ်မုန်းတဲ့သူ တစ်ယောက်ကို အာရုံပြုပြီး ထပ်တလဲလဲ ဆန့်ကျင်တုံ့ပြန်နေတာ ဟာ မုန်းတဲ့သူအပေါ် စွဲလမ်းတွယ်တာနေတာပါပဲ။

မုန်းစိတ်လွန်ကဲလာတဲ့အခါ မုန်းသူကိုလည်း တဏှာနဲ့ စွဲ သွားတယ်၊ မုန်းစိတ်ကိုလည်း တဏှာနဲ့ စွဲသွားတယ်။ မုန်းစိတ်နဲ့ တွဲပြီး တဏှာဖြစ်နေတာပေါ့။

'ဒီလူနဲ့ မပတ်သက်ချင်ဘူး၊ မပတ်သက်ချင်ဘူး' ဆိုပြီး မပတ်သက်ချင်တဲ့စိတ်နဲ့ ခဏခဏ သတိရနေတာကိုက အဲဒီလူနဲ့ ပတ်သက်ချင်နေတာပါပဲ။ လူတစ်ယောက်ကို မပတ်သက်ချင်ဘူး ဆိုရင် အဲဒီလူကို ခေါင်းထဲကို မထည့်နဲ့တော့။ အဲဒီလူအကြောင်း လုံးဝကို မစဉ်းစားနဲ့တော့။ လုံးဝမမှတ်လိုက်။ အဲဒါ အကောင်းဆုံးပဲ။

ကိုယ်မုန်းတဲ့လူ၊ ကိုယ်မပတ်သက်ချင်တဲ့လူကို ခဏခဏ သတိရနေရင် မုန်းစွဲစွဲနေပြီ။ မပတ်သက်ချင်ပေမယ့် ပတ်သက်ရ တော့မှာပဲ။ မပတ်သက်ချင်ပါဘူးဆိုတဲ့သူနဲ့မှ ဘယ်လိုမှ မလွဲသာ မရှောင်သာအောင် ပတ်သက်လာရရင် ဘယ်လောက်စိတ်ဆင်းရဲစရာ ကောင်းထားလဲ။

အကောင်းဆုံးကတော့ ကိုယ့်ဘဝမှာ ကိုယ်က မုန်းတဲ့သူ

တစ်ယောက်မှ မရှိအောင် နေနိုင်ရင် အကောင်းဆုံးပါပဲ။ သူက မုန်းနေရုံနဲ့ ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ ကိုယ်က မုန်းမှ ပြဿနာဖြစ်မှာ။ ကိုယ့် အမုန်းကပဲ ကိုယ့်ကို ဒုက္ခပေးမှာလေ။

သူက ကိုယ့်ကို မုန်းနေရုံနဲ့ သူနဲ့ကိုယ် ရေစက်ဆုံစရာ အကြောင်းမရှိဘူး။ ကိုယ်က သူ့ကို မုန်းမှ ကိုယ်နဲ့သူ ရေစက်ဆုံမှာ။ သူကလည်း ကိုယ့်ကို မုန်း၊ ကိုယ်ကလည်း သူ့ကို မုန်း၊ အပြန်အလှန် မုန်းနေရင်တော့ အထူးပြောစရာကို မလိုတော့ဘူး။ သေချာပေါက် ရေစက်ဆုံတော့မှာပဲ။ အဲဒီကျမှ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်လုံး စိတ်ဆင်းရဲကြရ မှာပဲ။

ကိုယ်က သူ့ကို မမုန်းဘဲ သူက ကိုယ့်ကို မုန်းရုံနဲ့ ရေစက် ဆုံတာလည်း တစ်ခါတစ်ရံ ခြွင်းချက်အနေနဲ့ ရှိတော့ရှိတာပေါ့လေ။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်မှာ အမုန်းဓာတ်ခံမရှိတဲ့အတွက် သူ့ကြောင့် ကိုယ် စိတ်မဆင်းရဲရဘဲ ကုသိုလ်ပါရမီပဲ တိုးပွားရပါတယ်။

ဘုရားအလောင်းနဲ့ အရှင်ဒေဝဒတ်အလောင်းတို့ ရွဲကုန် သည်ဘဝနောက်ပိုင်း ဆုံစည်းခဲ့ကြပုံတွေကို ပြန်ကြည့်လိုက်ပေါ့။ ကိုယ့်ကို မုန်းတဲ့ အရှင်ဒေဝဒတ်အလောင်းကြောင့် ဘုရားအလောင်း မှာ ခန္တီပါရမီတွေသာ တိုးပွားခဲ့ရတာပဲမဟုတ်လား။ ကိုယ့်ဘက်က မုန်းစွဲ မစွဲဖို့ အဓိကပါ။

သေခါနီးမှာ ဘဝနိကန္တိတဏှာလို့ခေါ်တဲ့ ဘဝသစ်တစ်ခု ကို တပ်မက်တဲ့ တဏှာလည်း သေချာပေါက် ဖြစ်ကိုဖြစ်တယ်။ တဏှာရဲ့သဘောက မုန်းပါတယ် ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အပေါ်မှာလည်း စွဲတယ်။ မုန်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့ ပတ်သက်ချင်တဲ့ တဏှာလေးကလည်း

ရှိနေတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မုန်းစွဲနဲ့ သေရင် မုန်းစွဲနဲ့တွဲနေတဲ့ တဏှာက ပေးတဲ့ဘဝကို ရသွားတာ။ ချစ်စွဲနဲ့ သေတယ်ဆိုရင်လည်း ချစ်စွဲနဲ့ တွဲနေတဲ့ တဏှာကပေးတဲ့ဘဝကို ရသွားတာပေါ့။

ဒီတော့ အသေလှတဲ့သူ ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုရင် အစွဲကင်းရ မယ်။ ဘာအစွဲလဲဆိုရင် ချစ်စွဲနဲ့ မုန်းစွဲ။ ဒါ သေခြင်းတရားနဲ့ ပတ် သက်လို့ ထင်ရှားရာကို ပြောတာပေါ့။ ဝိပဿနာရှုနည်း၊ မှတ်နည်း တွေအကြောင်း ပြောမယ်ဆိုရင်တော့လည်း ဒိဋ္ဌိစွဲတွေဘာတွေ ရှင်း ရမှာပေါ့။ သူ့နေရာနဲ့သူပါပဲ။

ဒီတော့ ချစ်စွဲနဲ့ မုန်းစွဲ အစွဲကင်းရမယ်ဆိုတော့ တစ်ဖက် က ရှောင်သင့်တာကို ရှောင်သလို တစ်ဖက်ကလည်း ဆောင်သင့်တာ ကို ဆောင်ရဦးမှာဆိုတော့ အစွဲကင်းနေရုံနဲ့ မပြီးသေးဘူး။ တစ်ဖက် ကလည်း ဘာလုပ်ရဦးမလဲဆိုရင် ကိုယ့်ရဲ့ကုသိုလ်ကံကိုပဲ အကောင်း ဆုံးဖြစ်အောင် မြှင့်တင်ထားရမယ်။

ကိုယ့်ကံကိုသာ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ထားလို့ရှိရင် ကံပေးတဲ့ဘဝကို ထိုက်ထိုက်တန်တန် လှလှပပ ရမှာပေါ့။ ဘယ်ဘဝမျိုးကိုမှ ကြံစွဲပြီး တောင့်တထားစရာမလိုဘူး။

ငယ်ငယ်တုန်းကဆိုရင် သူသူကိုယ်ကိုယ်ပေါ့လေ ဦးစင်းတို့ လည်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးတာပေါ့။ နောင်ဘဝ ဒီအဖေကိုပဲ အဖေတော်ချင် တယ်။ ဒီအမေကိုပဲ အမေတော်ချင်တယ်။ ဒီညီအစ်ကိုမောင်နှမတွေ နဲ့ပဲ ပြန်ဆုံချင်တယ်။ မရှိဘူးလား။ ရှိတယ်နော်။

အခုရော ရှိသေးလား။ မရှိဘူး။ ဟုတ်လား။ ဒါဆိုရင် ပြန်မဆုံချင်တော့ဘူးပေါ့။ စိတ်မှာနေပြီလား။ ဒီအဖေ ဒီအမေနဲ့ ပြန်

မဆုံချင်တော့ဘူးလား။ ဘာလို့တုံး။

ကိုယ့်ကံကိုသာ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ထား။ ဒီမိဘကိုပဲ စွဲလို့ နောင်ဘဝ ဒီမိဘပဲပြန်ဖြစ်ချင်ဖြစ်မှာ ပေါ့။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်ကံက အဆင့်မြင့်ဘဝ ဖြစ်နိုင်ရက်သားနဲ့ ကိုယ့် မိဘရဲ့ကံက ကိုယ့်ကံလောက်မမြင့်ဘူးဆိုရင် ကိုယ်လည်းပဲ ဘယ်ကို ပဲရောက်မှာလဲ။ အဆင့်နိမ့်တဲ့ဘဝကိုပဲ ရောက်မှာ။

ကိုယ့်ကံကိုသာ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ထားမယ်ဆိုရင် ကံနဲ့ထိုက်တန်တဲ့ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံး မိဘ ကိုယ်ရမှာပဲ။ ကိုယ်က လူတိုင်းအပေါ် ကြင်နာနွေးထွေးရင် ကြင်နာနွေးထွေးတဲ့မိဘမျိုး ရမှာပေါ့။ ကိုယ်က သူတစ်ပါးအပေါ် နားလည်စာနာတတ်ရင် နားလည်စာနာတတ်တဲ့မိဘမျိုး ရမှာပေါ့။

ကိုယ့်သားသမီး၊ သို့မဟုတ် သားသမီးလိုသဘောထားရ တဲ့သူတွေအပေါ် အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးမိဘမေတ္တာမျိုး အပြည့် အဝပေးမယ်ဆိုရင် အဲဒီကံ အကျိုးပေးတဲ့ဘဝတိုင်း အရည်အသွေး အကောင်းဆုံး မိဘမေတ္တာမျိုး အပြည့်အဝပေးတဲ့ မိဘတွေနဲ့ပဲ ဆုံ စည်းရပါလိမ့်မယ်။ ကြင်နာနွေးထွေးမှု၊ နားလည်စာနာမှု အပြည့် အဝရှိတဲ့ မိဘမျိုးပေါ့နော်။

မိဘတွင် မဟုတ်ပါဘူး။ သားသမီး၊ ဆွေမျိုး၊ ဆရာ၊ တပည့်၊ အလုပ်ရှင်၊ အလုပ်သမား၊ မိတ်ဆွေ၊ အပေါင်းအသင်း၊ ဇနီး၊ ခင်ပွန်း ... အားလုံး နည်းတူပါပဲ။ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ကိုယ့်ကံ ကသာ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်နေရင် ကံနဲ့ထိုက်တန်တဲ့ သားသမီး၊ ဆွေမျိုး၊ ဆရာ၊ တပည့်၊ အလုပ်ရှင်၊ အလုပ်သမား၊

မိတ်ဆွေ၊ အပေါင်းအသင်း၊ ဇနီး၊ ခင်ပွန်းကို အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးတွေချည်းပဲ ကိုယ်ရမှာပါ။

လူပုဂ္ဂိုလ်တွင် မကပါဘူး။ နေရာဒေသ၊ ပတ်ဝန်းကျင်လည်း အတူတူပါပဲ။ ကိုယ်နေတဲ့ နေရာဒေသ၊ ကိုယ်ဖြစ်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကိုယ်စွမ်းနိုင်သမျှ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ပေးနေရင် အဲဒီကံ အကျိုးပေးတဲ့ဘဝတိုင်း အရည်အသွေးအကောင်းဆုံး နေရာဒေသ၊ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံး ပတ်ဝန်းကျင်ကိုပဲ ရောက်သွားပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ့်ကံက ကိုယ့်ကို ကိုယ့်ကံနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့နေရာဆီ ပစ်ချပေးလိုက်မှာပေါ့။ ဒါ့ကြောင့် 'လူဆိုတာ ကံပစ်ချတဲ့နေရာမှာ နေရတယ်' လို့ ပြောတာ။

ဒီတော့ ကိုယ့်ကံကို အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်၊ အဆင့်အတန်းအမြင့်ဆုံးဖြစ်အောင်၊ အထက်တန်းအကျဆုံးဖြစ်အောင် ထူထောင်ထားမယ်ဆိုရင် ကံပေးတဲ့ဘဝကို အဆင့်အတန်းမြင့်မြင့်၊ အထက်တန်းကျကျ အကောင်းဆုံးရမှာပါပဲ။

လူ့ဘဝမှရယ်လို့ရော စိတ်က စွဲနေဦးမှာလား။ ရန်ကုန်မှာ၊ မန္တလေးမှလို့ရော စွဲတာမရှိဘူးလား။ တချို့က စင်္ကာပူမှ စင်္ကာပူလို့ရော စွဲတာမရှိဘူးလား။

အခု စင်္ကာပူကလူတွေ နောင်ဘဝ လူဖြစ်မယ်ဆိုရင် ဘယ်မှာဖြစ်ချင်တာတုံး။ စင်္ကာပူသွားမှာပဲလား။

'စင်္ကာပူမှာပါပဲဘုရား'

'ဪ... ချစ်စွဲ မစွဲပါနဲ့ လို့ ဟောနေတဲ့ကြားက စင်္ကာပူသွားမှာပါပဲ ...တဲ့၊ ချစ်စွဲ စွဲကြမလို့ပေါ့ ? နောင်ဘဝ မြန်မာပြည်နဲ့

စင်္ကာပူ ဘယ်မှာလူဖြစ်ချင်တုံး

‘စင်္ကာပူမှာပါဘုရား’

‘ဪ... မြန်မာပြည်ကို စိတ်နာနေပြီပေါ့လေ။ မြန်မာပြည်မှာ မနေချင်တော့ဘူးပေါ့? မြန်မာပြည်မှာ ဘာတွေ မပြည့်စုံလို့လဲ။ မြန်မာပြည်ကို မုန်းနေပြီလား။ မုန်းနေရင် မုန်းစွဲ ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်နော်’

သက်ရှိလည်း မစွဲရဘူး။ သက်မဲ့လည်း မစွဲရဘူး။ ကိုယ့်ကံကိုသာ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် မြှင့်တင်ထား။ ဒါပေမဲ့လို့ နောင်ဘဝ လူပဲဖြစ်ချင်တယ်လို့တော့ မပြောကြဘူးလား။ ပြောကြတယ်။ ဘာလို့ လူပဲဖြစ်ချင်တာတုံး။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုတဲ့အခါမှာ ‘နိဗ္ဗာနပစ္စယော ဟောတု’။ ဒါက ပြောပေါင်းလည်းများလှပါပြီ။ ဆရာတော် သံဃာတော်တွေလည်း ပြောနေကျပါ။ ဘာကုသိုလ်ပဲပြုပြု နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါစေ။ လမ်းဆုံးပန်းတိုင်ကိုပဲ ဆုတောင်းပေါ့။ ကိုယ်က ဘုရားဆုပန်တယ်ဆိုရင်လည်း ‘သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ရဲ့ အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါစေ’။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါဆုပန်တယ်ဆိုရင်လည်း ‘ပစ္စေကဗောဓိဉာဏ်ရဲ့ အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါစေ’။ အဂ္ဂသာဝက၊ မဟာသာဝက နည်းတူပဲပေါ့။

မိမိအလိုရှိတဲ့ ဗောဓိဉာဏ်နဲ့တကွ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာရဲ့ အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါစေလို့ပဲ ဆုတောင်းပါ။ လူဖြစ်ပါစေ၊ နတ်ဖြစ်ပါစေ ဆိုပြီးတော့ ဆုတောင်းမနေနဲ့တော့။ လူ့ဘဝဆိုတာကလည်း ဘုရားလောင်းသူတော်ကောင်းတွေ၊ ဘုရားဆုပန်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ



ပါရမီဖြည့်ဖို့ဆိုရင်သာ အကောင်းဆုံးလို့ ပြောတာ။

လူ့ဘဝအကောင်းဆုံးဆိုတာက ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုတဲ့ ရှုထောင့်က ကြည့်ရင်သာ အကောင်းဆုံးပေါ့။ တရားထူးတရားမြတ်ရတဲ့ ရှုထောင့်က ကြည့်မယ်ဆိုရင်တော့ ဘယ်ဟာက အကောင်းဆုံးတုံး။ ဘုရားတစ်ဆူတစ်ဆူရဲ့ လက်ထက်မှာ ကျွတ်တန်းဝင်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ လူနဲ့နတ်ရယ်ပဲ ဆိုကြပါစို့။ လူနဲ့နတ် ဘယ်ဟာက ပိုများတုံး။

နတ်က ပိုများတယ်?

ဪ - ဒါဖြင့် ဘယ်ဟာက အကောင်းဆုံးတုံး။

တခြားမကြည့်နဲ့လေ။ ဓမ္မစကြာတရားဟောတော့ ဗြဟ္မာတွေ ဘယ်လောက်ကျွတ်တန်းဝင်သတဲ့တုံး။ ဗြဟ္မာကပဲ တစ်ဆယ့်ရှစ်ကုဋေ၊ နတ်ကတော့ မရေမတွက်နိုင်အောင် အသင်္ချေအနန္တ၊ လူကတော့ ဘယ်နှယောက်တုံး။ ငါးယောက် ဟုတ်ရဲ့လား? ဓမ္မစကြာတရား စ, ဟောတဲ့နေ့လေ။ ဘယ်သူတုံး။ အရှင်ကောဏ္ဍည။

ငါးရက်ပြည့်မှသာ ငါးယောက်ဖြစ်တာနော်။ ပထမနေ့မှာက တစ်ယောက်ပဲ။ ပထမနေ့မှာကိုက ဗြဟ္မာတွေချည်း တစ်ဆယ့်ရှစ်ကုဋေ။ အဲတော့ ဘုရားတစ်ဆူတစ်ဆူလက်ထက်မှာ ကျွတ်တန်းဝင်ကြတာ နတ်တွေ ဗြဟ္မာတွေက အများဆုံး။ နတ်ကတော့ အများဆုံးပေါ့လေ။ နတ်ပြီးရင် ဗြဟ္မာအများဆုံး။ ဒါမှမဟုတ် ဗြဟ္မာက အများဆုံး၊ ဗြဟ္မာပြီးရင် နတ်အများဆုံး။ နတ်ဗြဟ္မာပြီးတော့မှ လူ။

နတ်ဗြဟ္မာတွေဆိုတော့ လူတွေလို သည်းခြေ၊ သလိပ်၊ ပြည်၊ သွေး၊ ရွေးတွေဘာတွေလည်း မရှိ။ ရာသီဥတုကလည်း ပူ

တယ်အေးတယ်ဆိုတာလည်း မရှိဘူး။ မျှတနေတော့ ဉာဏ်တွေက အရမ်းထက်နေတယ်။ ဉာဏ်တွေက အရမ်းထက်နေတော့ မြတ်စွာ ဘုရားဟောတဲ့တရား တစ်ပုဒ်တစ်ဂါထာပဲ နာလိုက်ရတယ်ဆိုရင်ကို ပဲ ဉာဏ်တွေ ထက်ထက်မြက်မြက်နဲ့ ဝိပဿနာရှုပြီးတော့ တရား ထူးတရားမြတ်တွေ မြန်မြန်ရကြပါတယ်။

ဘုရားပွင့်တဲ့အချိန်မှာ နတ်ဗြဟ္မာတွေက ပိုပြီးတော့ ကျွတ် တန်းဝင်ဖို့ လွယ်ပါတယ်။ လူတွေက ကျွတ်တန်းဝင်ဖို့ ခက်ပါတယ်။ ဘုရားသာသနာမှာ ကျွတ်တန်းဝင်သူ အများစုက နတ်ဗြဟ္မာတွေပါ။ လူတွေကတော့ အနည်းစုပဲ ကျွတ်တန်းဝင်နိုင်ပါတယ်။

သေပြီးတဲ့နောက် နတ်ပြည်တက်ရင်တော့ အပျော်အပါး တွေနဲ့ မေ့တာပေါ့လို့ အကြောင်းပြကြတာပေါ့။ ဒါကတော့ လူ့ဘဝ မှာ ကိုယ်ဘယ်လိုနေထိုင်သွားသလဲဆိုတာပေါ် မူတည်ပါတယ်။ လူ့ဘဝမှာ အပျော်အပါးတွေနဲ့ပဲ အချိန်ကုန်ခဲ့တယ်ဆိုရင်တော့ နတ် ဖြစ်တော့လည်း အပျော်အပါးနတ်တွေရဲ့ အသိုင်းအဝိုင်းမှာပဲ ဖြစ် ပြီးတော့ အပျော်အပါးတွေနဲ့ အချိန်ကုန်တာပေါ့။

လူ့ဘဝတုန်းက ဘုရားသွားလိုက်၊ ကျောင်းတက်လိုက်၊ သီလတွေ ဆောက်တည်လိုက်၊ ဥပုသ်တွေ စောင့်သုံးလိုက်၊ တရား တွေ နာလိုက်၊ တရားတွေ အားထုတ်လိုက်၊ ဝေယျာဝစ္စပြုလိုက်နဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေနဲ့ပဲ မွေ့လျော်နေတယ်ဆိုရင် သေသွားလို့ နတ် ဖြစ်တော့လည်း သူတော်ကောင်းနတ်တွေရဲ့ အသိုင်းအဝိုင်းမှာပဲ ဖြစ် တာပေါ့။

သုဓမ္မာနတ်မျိုးဆိုတာ ရှိတယ် မဟုတ်လား။ သုဓမ္မာ

နတ်ရပ်ကွက်မှာ ရောက်တယ်ဆိုရင် နေ့တိုင်းကို ဓမ္မသဘင်တွေက ရှိနေတာနော်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပြုဖို့၊ ပါရမီတွေ ဖြည့်ဖို့ဆိုရင်တော့ လူ့ဘဝက အကောင်းဆုံး။ တရားထူးတရားမြတ် မြန်မြန်ရဖို့ဆိုရင် တော့ နတ်ဘဝက အကောင်းဆုံး။

ဒါပေမဲ့ ကိုယ်က နတ်ဘဝပဲ ရောက်ချင်တယ်၊ လူ့ဘဝပဲ ကောင်းတယ်နဲ့ နတ်ဘဝကို၊ သို့မဟုတ် လူ့ဘဝကို ဆုတောင်း နေစရာ မလိုပါဘူး။ နိဗ္ဗာန်ကိုသာ ဦးတည်ပြီးတော့ ဆုတောင်း ထားလိုက်ရင် လူ့ဘဝရောက်မှ နိဗ္ဗာန်ရဖို့ အခြေအနေပေးတယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ကံက လူ့ဘဝကို ပို့ပေးလိမ့်မယ်။ နတ်ဘဝ၊ ဗြဟ္မာဘဝနဲ့ကျမှ ဘုရားနဲ့တွေ့ပြီးတော့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ အခြေအနေ ကြိုတယ်ဆိုရင် လည်း နတ်ဘဝ၊ ဗြဟ္မာဘဝကို အဲဒီကံက ပို့ပေးလိမ့်မယ်။

ကံကိုသာ နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အထောက်အပံ့အဖြစ်နဲ့ ပြုလုပ်ထား လိုက်စမ်းပါ။ လူ့ဘဝရောက်မှ ဘုရားနဲ့ တွေ့ရမယ့်ကံပါရင် လူ့ဘဝ ကို ပို့ပေးလိမ့်မယ်။ နတ်ဘဝရောက်မှ ဘုရားနဲ့ တွေ့ရမယ့်ကံပါရင် နတ်ဘဝကို ပို့ပေးလိမ့်မယ်။ ဗြဟ္မာဘဝရောက်မှ ဘုရားနဲ့ တွေ့ရမယ့် ကံပါရင် ဗြဟ္မာဘဝကို ပို့ပေးလိမ့်မယ်။ နိဗ္ဗာန်မြန်မြန်ရောက်ဖို့ ကိုယ် ဘယ်ဘဝရောက်သင့်တယ် ဆိုတာကို ကိုယ့်ကံက သူ့ဘာသာသူ ဆုံးဖြတ်ပါလိမ့်မယ်။

ကံအလုပ်ကို ကိုယ်က ဝင်ရှုပ်စရာ မလိုဘူး။ ကံအလုပ်၊ ကိုယ့်အလုပ်လို့ အလုပ်က နှစ်မျိုးရှိတယ်။ ကိုယ့်အလုပ်က ကံကိုပဲ လုပ်ရမှာ၊ အကျိုးကို လုပ်စရာမလိုဘူး။ အကျိုးက ကံအလုပ်ပဲ။



ပေါ့လေ။

ဒါနကောင်းမှုပဲပြုပြု၊ ဝေယျာဝစ္စကောင်းမှုပဲပြုပြု ဘာ  
ကုသိုလ်ကောင်းမှုပဲပြုပြု အဆင့်အတန်းအမြင့်ဆုံးဖြစ်အောင်၊ အရည်  
အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ပြုထားပါ။ ဒါဆိုရင် အဆင့်အတန်း  
မြင့်တဲ့ဘဝ၊ အရည်အသွေးကောင်းတဲ့ဘဝကို လားရောက်ပြီးတော့  
အသေလှတဲ့သူတွေ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။





ကိုယ့်စိတ်ကို အမြဲတမ်း စစ်ဆေးကြည့်နေရမယ်။ ကိုယ့် စိတ်မှာ ချစ်တဲ့သူတစ်စုံတစ်ယောက်က အမြဲတမ်း ပုံရိပ်ထင်ပြီးတော့ လွမ်းမိုးနေသလား။ မုန်းတဲ့သူတစ်စုံတစ်ယောက်က အမြဲတမ်း ပုံရိပ် ထင်ပြီးတော့ လွမ်းမိုးနေသလား။ ချစ်တဲ့သူတစ်စုံတစ်ယောက်ကို မကြာခဏ သတိရနေသလား။ မုန်းတဲ့သူတစ်စုံတစ်ယောက်ကို မကြာခဏ သတိရနေသလားဆိုတာကို စစ်ဆေးကြည့်ရမယ်။

တကယ်လို့ သတိရနေတာရှိတယ်။ ချစ်တဲ့ပုံရိပ်၊ မုန်းတဲ့ ပုံရိပ်က ကိုယ့်စိတ်ကို လွမ်းမိုးနေတာရှိတယ်ဆိုရင် အဲဒီအာရုံကို ဖျောက်ဖျက်ပစ်နိုင်အောင် ကြိုးစားရမယ်။ ချစ်တဲ့သူပေါ်လာ ဘယ်လို ဖျောက်ဖျက်ပစ်မတုံး။ ‘မလာနဲ့၊ မလာနဲ့၊ သွားသွား’ ပေါ့နော်။

အဲဒီလိုကြီး မျက်စိမှိတ်ခေါင်းခါ ဖျောက်ပစ်ရမှာမဟုတ်



ယာတဲ့စိတ်မဖြစ်အောင် 'ကျန်းမာချမ်းသာပါစေ၊ အစစအရာရာ အဆင်ပြေပါစေ' စသည်အားဖြင့် မေတ္တာလေးပို့လိုက်ပေါ့။

မေတ္တာဘာဝနာပွားမယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ မေတ္တာပို့ရမယ့်သူရဲ့ ပုံရိပ်ကို မပေါ်ပေါ်အောင်တောင် တမင်ဖော်ယူရသေးတာပဲ။ အခု တော့ ကိုယ်သိပ်ချစ်ရတဲ့သူရဲ့ ပုံရိပ်က တမင်ဖော်စရာ မလိုဘဲ အလိုလိုပေါ်နေတာဆိုတော့ ပိုအဆင်ပြေတာပေါ့။ အသာလေးဖမ်းပြီး မေတ္တာဓာတ်တွေ လွှမ်းခြုံပေးလိုက်ရုံပါပဲ။

မေတ္တာပို့လျက်သားနဲ့ကို ကိလေသာတဏှာက ဖြစ်နေ သေးတယ်ဆိုရင်လည်း မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ပုံတော်၊ မျက်နှာတော် လေးကို အာရုံပြုပြီးတော့ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ပွားများလိုက်ပေါ့။ ချစ်တဲ့ သူရဲ့ အာရုံနေရာမှာ တခြားကောင်းမြတ်တဲ့ အာရုံတစ်ခု အစားထိုး လိုက်ပေါ့။

မုန်းတဲ့သူ စိတ်ထဲမှာ ပေါ်နေတယ်ဆိုရင်လည်း သူရဲ့ ကောင်းကွက်ကလေးကို ရနိုင်သမျှရအောင် ရှာပြီးတော့ မေတ္တာပို့။ ဘယ်လိုမှ မေတ္တာပို့လို့ မရဘူးဆိုရင်လည်း မုန်းတဲ့အာရုံလေး ပျောက်သွားအောင် တခြားချစ်တဲ့သူ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို အစား ထိုးပြီးတော့ တွေးလိုက်ပေါ့။ ကိုယ်မေတ္တာထားနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို အစားထိုးတွေးလိုက်ပြီးတော့ ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။ မေတ္တာ လေးပို့ပေါ့။

အဲဒီလိုမှမဟုတ်ရင်လည်း မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ပုံတော်၊ မျက် နှာတော်ကို အာရုံပြုပြီးတော့ ဘုရားဂုဏ်တော်တွေ ပွားများလိုက်ပေါ့။ ဒါမှမဟုတ်ရင်လည်း သူ့ကို မုန်းရခြင်းရဲ့ အကြောင်းတွေကို သေချာ



စဉ်းစားပြီး သဘောတရား၊ အတွေးအခေါ်၊ အယူအဆတွေ ကောက်  
ချက်ချ၊ အသိဉာဏ်တိုးအောင် လုပ်လိုက်ပေါ့။

ဒါမှမဟုတ်ရင်လည်း သတိပဋ္ဌာန်နည်းအတိုင်း 'မြင်တယ်၊  
မြင်တယ်' လို့ ရှုမှတ်လိုက်ပေါ့။ ချစ်တဲ့စိတ်ပေါ်ရင်လည်း 'ချစ်တယ်၊  
ချစ်တယ်'။ မုန်းတဲ့စိတ်ပေါ်ရင်လည်း 'မုန်းတယ်၊ မုန်းတယ်'။  
တဏှာစိတ်နဲ့၊ ဒေါသစိတ်နဲ့ မှတ်ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဉာဏ်လေးသွင်း  
ပြီးတော့ သဘောသိအောင် မှတ်ရမှာ။

ချစ်နေတဲ့သဘောက ဘယ်လိုလဲ၊ မုန်းနေတဲ့သဘောက  
ဘယ်လိုလဲ။ ချစ်တဲ့ပုံရိပ်လေး ပေါ်နေတာက ဘယ်လိုလဲ။ မုန်းတဲ့  
ပုံရိပ်လေး ပေါ်နေတာက ဘယ်လိုလဲ။ ဘယ်လိုလေး ဖြစ်နေတာကို  
ချစ်တယ်ခေါ်တာလဲ၊ ဘယ်လိုလေး ဖြစ်နေတာကို မုန်းတယ်ခေါ်တာ  
လဲ။ ဖြစ်နေတဲ့သဘောကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း သိအောင် စူးစူးစိုက်စိုက်  
ကြည့်ဖို့ ပြောတာပါပဲ။

အဲဒီလိုအားဖြင့်ပေါ့လေ။ အသက်ရှင်နေစဉ်မှာကို ချစ်စွဲ၊  
မုန်းစွဲကင်းအောင် ကြိုးစားရမယ်။ သေခါနီးကျမှ ချစ်စွဲလေး၊ မုန်းစွဲ  
လေး ကင်းအောင် ကြိုးစားလို့ မရပါဘူး။ အသက်ရှင်နေစဉ် တစ်  
လျှောက်လုံးမှာ ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲ တစ်စွဲစွဲနဲ့ အသက်ရှင်နေပြီးတော့  
သေခါနီးလေးကျမှ ချစ်စွဲလေး ဖယ်လိုက်မယ်၊ မုန်းစွဲလေး ဖယ်လိုက်  
မယ် လုပ်လို့မရပါဘူး။

စိတ်ဓာတ်အင်အားပြည့်ဝနေတဲ့အချိန်၊ ခန္ဓာကိုယ်အင်အား  
ပြည့်ဝနေတဲ့အချိန်မှာတောင်မှ ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲကို မတွန်းလှန်နိုင်မှတော့  
သေခါနီး ကိုယ်အားလည်း ဆုတ်ယုတ်နေတဲ့အချိန်၊ စိတ်အားလည်း

ဆုတ်ယုတ်နေတဲ့အချိန်၊ အဘက်ဘက်က အင်အားနည်းပါးနေတဲ့ အချိန်ကျမှ တွန်းလှန်လို့ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် အသက်ရှင်နေစဉ်မှာကတည်းကိုက သွားရင်းလာရင်း လုပ်ရင်းကိုင် ရင်းနဲ့ ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲတွေ မရှိအောင် ကြိုးစားရမှာ။

သေတယ်၊ သေတယ်ဆိုတာ တကယ်တော့ ဘာမှမဆန်း ပါဘူး။ နေတာလေး ပြတ်တောက်သွားတာကိုပဲ သေတယ်လို့ ခေါ် တာ။ နောက်ထပ် ဆက်ပြီးတော့ မနေရတော့တာကိုပဲ သေတယ်လို့ ခေါ်တာ။ နေတာလေး ဆက်တိုက် ဆက်တိုက် ဖြစ်နေရာကနေ ရုတ်ခနဲ ရပ်ပြီးတော့ နေတာလေး ပြတ်သွားတာကိုပဲ သေတယ် လို့ခေါ်တာ။

‘မနေရလို့ သေရသောခါ’ ဆိုတဲ့ စကားအတိုင်းပေါ့။ မနေရတော့တာကိုပဲ သေတယ်ပြောတာ။ နေတာရပ်သွားရင် သေ တာပဲပေါ့။ သေသွားတယ်ဆိုတာ ဘာမှ ထူးဆန်းတာမဟုတ်ဘူး။ အိပ်ပျော်နေတဲ့အချိန် အသိစိတ်ရပ်သွားသလိုမျိုး။

အဲဒီတော့ နေနေတုန်းမှာ ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲကင်းတဲ့စိတ်ကလေးနဲ့ နေသွားမယ်ဆိုရင် နေတာလေး ပြတ်သွားတဲ့အချိန်ကျတော့လည်း ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲကင်းတဲ့စိတ်ကလေးနဲ့ ပြတ်သွားမှာပေါ့။ ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲ ကင်းတဲ့စိတ်ကလေးနဲ့ အနေပြတ်သွားတယ်ဆိုတာ ချစ်စွဲမုန်းစွဲကင်း တဲ့စိတ်ကလေးနဲ့ သေသွားတာပဲပေါ့။ ဒါဆိုရင် အသေလှတဲ့သူ ဖြစ်သွားပါပြီ။

ဒီတော့ သေစဉ်မှာ ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲကင်းဖို့အတွက် နေစဉ်မှာ ကတည်းက ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲကင်းအောင် ကြိုးစားကြရမယ်။ ကြိုးစား

နည်းတွေကတော့ ဒီပရိသတ် သိပြီးသားပါပဲ။ လိုရင်းကတော့ ဒါန၊ သီလ၊ သမထ၊ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်အာရုံတစ်ခုခုနဲ့နေရင် ဒီအစွဲက ကင်းသွားတာပါပဲ။

နာသီးဝ လေထိရာအရပ် သတိကပ်ပြီး ဝင်လေထွက်လေ ရဲ့ တိုးသဘော၊ ထိသဘောနဲ့ ပတ်သက်ဆက်စပ်လာသမျှ ရုပ် သဘော၊ နာမ်သဘော၊ ဖြစ်ပျက်သဘောတွေကို ဉာဏ်အဆင့် အားလျော်စွာ သိသိနေမယ်ဆိုရင်ကိုပဲ ဘာချစ်စွဲ၊ ဘာမုန်းစွဲမှ မစွဲနိုင် တော့ပါဘူး။

အစွဲကင်းစေတဲ့ နည်းလမ်းတွေ အားလုံးထဲမှာ ဝင်လေ ထွက်လေ ရှုမှတ်မှု (အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း) ဟာ အားအကိုးရဆုံး ပါပဲ။ ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါမပါ၊ သဘောသက်သက်မျှကိုသာ အာရုံပြု ရလို့ပါ။ ဝင်လေထွက်လေရဲ့ တိုးသဘော၊ ထိသဘော၊ အေး သဘော၊ နွေးသဘောဟာ ဘာမှစွဲလမ်းစရာ အကြောင်းမရှိပါဘူး။ ဖြစ်ပျက်သဘောပါမြင်ရင်တော့ ပိုတောင် အစွဲကင်းပါသေးတယ်။

ကိုယ့်စိတ်က ဘာဝနာအာရုံတစ်ခုခုကို အမြဲဆွဲထားရမယ်။ ဒါဆိုရင် အဆွဲမြတ်တာပေါ့။ တစ်နည်းအားဖြင့် ကိုယ့်စိတ်မှာ ဘာ အာရုံပေါ်လာပေါ်လာ ဘာဝနာတစ်ခုခုဖြစ်သွားအောင် ဆွဲယူပစ် လိုက်ရမယ်။ ဒါဆိုရင်လည်း အဆွဲမြတ်တာပဲ။ ဆွဲထားနဲ့ ဆွဲယူ။

အဆွဲမြတ်ရင် အစွဲပြတ်ပါတယ်။ ဘာဝနာအဆွဲမြတ်ရင် ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အာရုံအဆွဲမြတ်ရင်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ချစ်စွဲ၊ မုန်းစွဲ အစွဲပြတ်ပါ တယ်။ မြတ်တဲ့အာရုံကို ဆွဲလို့ပဲ အဆွဲမြတ်မြတ်၊ အာရုံကို မြတ်အောင် ဆွဲလို့ပဲ အဆွဲမြတ်မြတ်၊ အဆွဲမြတ်ရင်တော့ အစွဲပြတ်မှာပါပဲ။



အသေလှတဲ့သူ ဖြစ်ဖို့အတွက် နောက်အရည်အသွေး တစ်ခုက တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်ရဘူး။ ခုန အစွဲကင်းရမယ်ဆိုတာ ကို ချစ်စွဲရယ်၊ မုန်းစွဲရယ်လို့ နှစ်မျိုးခွဲခွဲသလိုပါပဲ။ တစ်ကိုယ် ကောင်းမဆန်ရဘူးဆိုတာကိုလည်း နှစ်မျိုးခွဲလိုက်မယ်။ အလှအပ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တာရယ်၊ အကျိုးစီးပွားတစ်ကိုယ်ကောင်းဆန် တာရယ်လို့ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်း နှစ်မျိုး ရှိပါတယ်။

အလှအပတစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တယ်ဆိုတာက ကိုယ့်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ကာယ အလှအပလေးကိုပဲ အမြဲတမ်း အရိပ်တကြည့် ကြည့်နဲ့ ဂရုစိုက်လွန်းနေတာ၊ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်လေးကိုပဲ အမြဲတမ်း သတိတရရှိနေတာပေါ့။

ဧည့်ခံပွဲတို့၊ အခမ်းအနားတို့၊ အပြင်ကိစ္စ သွားခါနီးလာခါ

နီး အလှပြင်ဆင်နေတဲ့အချိန် ခေတ္တခဏ အလှပြင်တာမျိုး၊ ကိုယ့်  
 ခန္ဓာကိုယ်ကို ဂရုတစိုက် ကြည့်တာမျိုး၊ ကျန်းမာရေးအတွက် တစ်  
 ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်အောင် ပြုပြင်တာမျိုး မဟုတ်ဘဲနဲ့ သွား  
 ရင်းလာရင်း လုပ်ရင်းကိုင်ရင်းနဲ့ရော၊ စားရင်းသောက်ရင်း နေရင်း  
 ထိုင်ရင်းနဲ့ရော အမြဲတမ်းလိုလို ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကိုပဲ စိတ်က ရောက်  
 နေတယ်။

မှန်ကြည့်တုန်း ကိုယ့်မျက်နှာလေး အာရုံပြုတာမျိုး မဟုတ်  
 ဘဲနဲ့ သွားရင်းလာရင်းနဲ့လည်း ကိုယ့်မျက်နှာလေးက ဘယ်လိုလေး  
 ဖြစ်နေတယ်။ ပြည့်ဖြူးနေတယ်၊ ချောင်ကျနေတယ်။ ဒီမျက်နှာလေး  
 ကိုပဲ အမြဲတမ်း သတိရနေတယ်၊ အာရုံပြုနေတယ်။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ် အလှအပလေးဆီမှာပဲ အချိန်ရှိသမျှ စိတ်  
 ရောက်နေတယ်။ လက်မောင်းလေး ကြည့်ကြည့်ပြီးတော့ ပိန်သွား  
 ပြန်ပြီ၊ ဝလာပြန်ပြီ။ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကာယကိုပဲ အမြဲတမ်း စိတ်  
 ဝင်စားနေတယ်။ ပိန်သွားတယ်၊ ဝလာပြီ၊ စစ်သွားတယ်၊ ပြည့်လာပြီ၊  
 ညှိသွားတယ်၊ ဖြူလာပြီ စသည်အားဖြင့်ပေါ့။ အမြဲတမ်း ဒါလေးကိုပဲ  
 အရိပ်တကြည့်ကြည့်နဲ့ စွဲလမ်းနေတယ်။

ဘဝအတွက် အရေးကြီးတဲ့အလုပ်တစ်ခုခု လုပ်နေရင်း၊  
 စီးပွားရေးအလုပ်၊ ပညာရေးအလုပ်၊ ဒါမှမဟုတ် ကုသိုလ်အလုပ်  
 တစ်ခုခု လုပ်နေရင်းနဲ့တောင်မှ အလုပ်ထဲမှာ စိတ်အာရုံ အပြည့်အဝ  
 မဝင်စားနိုင်ဘဲနဲ့ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ် အလှအပလေးမှာပဲ စိတ်က ရောက်  
 နေတယ်။

အလှအပဆိုလို့ လှတဲ့သူ၊ ချောတဲ့သူမှရယ်လို့ မဟုတ်ဘူး။

လှသည်ဖြစ်စေ၊ မလှသည်ဖြစ်စေ ကိုယ့်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ် ကာယမှာပဲ စိတ်က ရောက်နေတယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ် အလှအပမှာ စိတ် ရောက်နေတာပေါ့။ အမှန်ကတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လှတယ်ထင် ကြတာချည်းပါပဲ။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ် အလှအပလေးမှာပဲ စိတ်ရောက်နေတယ် ဆိုတာ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို ကိုယ်စွဲနေတယ်လို့ ပြောတာပါ။ လှတဲ့ သူပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မလှတဲ့သူပဲဖြစ်ဖြစ်ပေါ့။

လှတဲ့သူကလည်း ‘ငါ ဘယ်လိုလှတယ်’ ဆိုပြီးတော့ ကိုယ့်အလှလေးကို မှန်မကြည့်သော်လည်း အာရုံပြုနေတယ်။ ကိုယ့် ရဲ့ လှတဲ့အစိတ်အပိုင်းလေးတွေကို အာရုံခံစားပြီးတော့ သဘောကျ ကျေနပ်နေတယ်။ သာယာကြည်နူးနေတယ်။ ‘ငါက လှတဲ့သူ’ ဆိုတဲ့ အတွေးလေး အမြဲရှိနေတယ်။

မလှတဲ့သူကလည်း ‘ငါ့မှာတော့ အကျိုးပေးညံ့လေခြင်း၊ သူများတွေများ လှလိုက်တာ။ မျက်တွင်းလေးကို ပြည့်လို့။ ငါ့မှာ တော့ မျက်တွင်းလေးက ချိုင့်လို့။ သူများတွေများ နားထင်လေးတွေ ပြည့်လို့။ ငါ့မှာတော့ နားထင်လေးက ချိုင့်လို့။ သူများတွေများ ပါးလေးက မို့မို့နဲ့။ ငါ့မှာတော့ ပါးလေးက ခွက်လို့’။ ကိုယ်မလှတာ ကိုလည်း တွေးတွေးပြီးတော့ အချိန်ကုန်တယ်။ ‘ငါက မလှတဲ့သူ’ ဆိုတဲ့ အတွေးလေး အမြဲရှိနေတယ်။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ် အလှအပကိုပဲ အမြဲတမ်း အရိပ်တကြည့် ကြည့်နဲ့ အချိန်ကုန်ခံပြီးတော့ စိတ်ဝင်တစား ဖြစ်နေတာ၊ ကိုယ့်ခန္ဓာ ကိုယ်ကိုပဲ တတပ်မက်မက်နဲ့ စွဲလမ်းနေတာကို အလှအပတစ်ကိုယ်

ကောင်းဆန်တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အရပ်ထဲပြောနေကျ သူတစ်ပါး  
အကျိုးစီးပွား ထိခိုက်အောင်လုပ်တဲ့ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်းကို  
မဆိုလိုဘူး။ တစ်ကိုယ်ရေ တစ်ကာယ ကောင်းတာ၊ လှတာလေး  
ကိုပဲ အမြဲတမ်း စွဲလမ်းနေတာကို ဆိုလိုပါတယ်။

ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ် လှပဖို့အတွက် သူတစ်ပါးကို ထိခိုက်  
အောင်လုပ်တယ် ဆိုရင်တော့ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တယ်ဆိုတာ  
အထူးပြောစရာတောင် မလိုဘူးပေါ့။ ကိုယ့်အလှအတွက် သူတစ်ပါး  
အလှကို ဖျက်ဆီးတာဟာ အလှအပတစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ရုံမက  
ဘူး၊ အကျိုးစီးပွားတစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တာပါ ဖြစ်သွားတယ်။

ငယ်ငယ်တုန်းက ကြားဖူးပါတယ်။ တစ်ရို့ လှတဲ့သူကို  
မနာလိုလို့ ဆိုပြီးတော့ မျက်နှာကို အက်ဆစ်နဲ့ပက်တယ်ဆိုတာ  
တွေလေ။ အဲဒီလိုဆိုရင်တော့ အရပ်ထဲပြောတဲ့ တစ်ကိုယ်ကောင်း  
ဆန်ခြင်းမျိုးပါ ဖြစ်သွားတာပေါ့။

ကိုယ့်ခန္ဓာ ကိုယ်ကာယလေးမှာပဲ အမြဲတမ်း အရိပ်တကြည့်  
ကြည့်နဲ့ စိတ်ဝင်တစား အချိန်ဖြုန်းနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာလည်း အသေလှ  
တဲ့သူ မဖြစ်နိုင်ဘူး။

ခန္ဓာကိုယ်တွင်မကဘူး။ ကိုယ်မှာ ဆင်မြန်းထားတာတွေ  
အားလုံး ပါတာပေါ့။ အင်္ကျီဝတ်တယ်၊ လုံချည်ဝတ်တယ်။ စဝတ်တုန်း  
ခဏလေး သေချာလှည့်ပတ်ပြီး ငုံ့ကြည့်တာမျိုးတွင်မကဘဲနဲ့ သွား  
ရင်းလာရင်းနဲ့ကို ကိုယ်သွားနေတဲ့အာရုံဆီ စိတ်က မရောက်ဘဲနဲ့  
ခေါင်းငုံ့ပြီးတော့ ကိုယ်ဝတ်ထားတဲ့ အင်္ကျီ၊ ကိုယ်ဝတ်ထားတဲ့  
လုံချည်လေးပဲ ငုံ့ငုံ့ကြည့်နေတယ်။





သရဲတွေ။ သီချင်းတွေမှာ ခြောက်တဲ့သရဲတွေက ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို  
ခွဲပြီး သေသွားတဲ့သရဲတွေ။

တချို့ကျတော့လည်း ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်အလောင်းပဲ စွဲနေ  
တော့ ကိုယ့်အလောင်းက အသွေးတွေ၊ အသားတွေ၊ အကြောတွေကို  
စားရတဲ့ အလောင်းစားပြိတ္တာ ဖြစ်ရတာပေါ့။ ကိုယ့်အလောင်းကိုပဲ  
ပြန်စားရတဲ့ လောက်ကောင်လေးတွေ၊ ပိုးမွှားလေးတွေ ဖြစ်ရတယ်  
ဆိုတာလည်း ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို သိပ်စွဲနေလို့ပဲ။

အလောင်းစားပြိတ္တာ၊ အလောင်းစောင့်ပြိတ္တာတွေနဲ့ ပတ်  
သက်တဲ့ နမူနာသာခကတစ်ချို့ ‘သေခြင်းတရားသည် သူတော်  
ကောင်းတို့၏မိတ်ဆွေ’ ဆိုတဲ့ တရားထဲမှာ ပါပါတယ်။ အဲဒီမှာပဲ  
ပြန်ရှာဖတ်ကြည့်လိုက်ပါ။

အဲလိုဆိုတော့ စွဲစရာမကျန်အောင် သေလို့ရှိရင် မီးရှိပြာချ  
လိုက်တာ မကောင်းဘူးလား။ ပြာကို ရေထဲမျှောလိုက်တော့ ကိုယ့်  
အလောင်းရှာလို့ ရသေးရဲ့လား။ စွဲစရာ ကိုယ့်ရုပ်အလောင်း မရှိ  
တော့ဘူးနော်။ မီးရှိပြာချလိုက်တာက မြေမြှုပ်တာ၊ ဝူသွင်းတာထက်  
ပိုကောင်းတယ်။

ဦးဇင်းသေရင်တော့ ...မျက်ကြည်လွှာတို့၊ နှလုံး၊ အသည်း၊  
ကျောက်ကပ် စတဲ့ အတွင်းကလီစာတို့၊ တခြား အစားထိုးကုသလို့  
ရတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းတို့၊ သုံးလို့ရတာတွေကို လိုအပ်နေတဲ့  
လူနာတွေအတွက် ခွဲဝေပြီး အသုံးပြုလိုက်ပါ။ လက်ဆစ်တစ်ဆစ်  
လိုလည်း လက်ဆစ်တစ်ဆစ်၊ အကြောတစ်မျှင်လိုလည်း အကြော  
တစ်မျှင် လိုရာဖြတ်တောက်ယူပြီး သုံးကြပေါ့။

လူနာတွေအတွက် သုံးလို့ရသမျှ ဖြတ်တောက်ယူပြီးပြီ ဆိုရင်တော့ ကျန်နေတဲ့ရုပ်အလောင်းကို ဂုန်နီအိတ်ထဲထည့်၊ ကျောက် တုံးတွေပါ ထည့်ပြီး ပင်လယ်ထဲ သင်္ဘောနဲ့ သယ်သွား၊ ခပ်ဝေးဝေး ရောက်တာနဲ့ ရေထဲပစ်ချပြီး ငါးစာကျွေးလိုက်ပါလို့ ဒကာရင်းတွေ၊ တပည့်ရင်း ကလေးတွေကို သေချာမှာထားပါတယ်။ ဘဝတစ်သက် တာမှာ ကိုယ်စားခဲ့တဲ့ ငါးတွေ တော်တော်များခဲ့ပြီ။ ကိုယ့်ကိုလည်း ငါးတွေ တစ်လှည့်ပြန်စားပါစေဦး။

မီးရှို့၊ ပြာချပြီး အလကား ပျောက်သွားမယ့်အတူတူ ပင် လယ်ထဲက ငါးတွေ စားရတော့ ငါးတွေအတွက် အကျိုးရှိတာပေါ့။ ကိုယ်ကုသိုလ်ရဖို့ ရည်ရွယ်လုပ်တာ မဟုတ်ပေမယ့် ကိုယ်လည်း ကုသိုလ်ရသွားတာပဲ။ ဒါနကုသိုလ်။

ကိုယ်သေသွားရင် ကိုယ်မှာထားတဲ့အတိုင်း ကျန်ရစ်သူ တွေ လုပ်မလုပ် မသေချာပေမယ့် ကိုယ့်စေတနာ၊ ကိုယ့်မေတ္တာက တော့ ဒီအတိုင်းပဲ တစ်သမတ်တည်းရှိတဲ့အတွက် ဒီကိစ္စကို သတိရ လိုက်တိုင်း ကိုယ်ကတော့ မသေခင်ကတည်းက ပုဗ္ဗစေတနာနဲ့ (ရှေးဦးစေတနာ၊ တင်ကြိုစေတနာနဲ့) ကုသိုလ်ရနေတာပါပဲ။

ဂုန်နီအိတ်က အပေါက်ပါတဲ့ ဂုန်နီအိတ်တော့ ဖြစ်ရမယ်။ ကြက်သွန်ထည့်တဲ့ ဂုန်နီအိတ်မျိုးပေါ့။ ဒါမှ ငါးတွေ စားလို့ အဆင် ပြေမှာလေ။ ဆာလာအိတ်တို့၊ ပလပ်စတစ်အိတ်တို့ဆို ငါးတွေ စား လို့မရဘဲ ဖြစ်နေမယ်။ အနံ့ရလို့ ထိုးရင်လည်း ပါးစပ်တွေ နှာနေမယ်။

ဒါ ဦးဇင်းရဲ့ 'သေတမ်းစာ' ထဲက အချက်အလက်တစ် ခုပေါ့နော် ...။

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့သူဟာ

ကိုယ့်အတွက်လည်း

အပြုပူလောင်နေပါတယ် . . .

ကိုယ့်ပတ်သက်ရာအတွက်လည်း

အပြုစိုးရိမ်နေပါတယ် . . .

သူလုပ်လိုက်သမျှ

သူပြောလိုက်သမျှဟာ

အလိုမပြည့်မှုတွေ

အလိုမကျမှုတွေနဲ့

ရှုပ်ပွေ့မည်းညစ်နေလို့

အနှစ်မရှိသလောက်ပါပဲ . . .

အတ္တစိတ်ကြီးမားနေသရွေ့တော့

တရားတွေ အားထုတ်လည်း

တရားထူးရဖို့ ဝေးလို့

ဘဝကျွေးကောင်းဖို့တောင်

လုံးဝ စိတ်မချရပါဘူး . . . ။



တစ်ဖက်သတ်ဆိုတာ

တစ်ဖက်ကိုသတ်ပေမယ့်

နှစ်ဖက်လုံးသေပါတယ်



နောက်တစ်ခု ... အကျိုးစီးပွားတစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တယ် ဆိုတာကတော့ အရပ်ထဲမှာ ပြောနေကျအတိုင်းပဲပေါ့။ ကိုယ့်ရဲ့ အကျိုးစီးပွားအတွက် သူတစ်ပါးအကျိုးစီးပွား ထိခိုက်နှစ်နာအောင်၊ ပျက်စီးဆုံးရှုံးအောင် လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အကျိုးစီးပွားတစ်ကိုယ် ကောင်းဆန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပါပဲ။

ဘယ်သူသေသေ ငတောမာပြီးရော။ ကိုယ်အဆင်ပြေရင် ပြီးရော၊ ကိုယ်ချမ်းသာရင်ပြီးရော၊ ကိုယ်ပြည့်စုံရင်ပြီးရော။ သူများတွေ ဘာဖြစ်ဖြစ်။

ကိုယ့်ရဲ့ အကျိုးစီးပွား ပြည့်စုံဖို့အတွက် သူတစ်ပါး စိတ် ဆင်းရဲရင် ဆင်းရဲပါစေ။ မျက်ရည်ပေါက်ကြီးငယ်ကျရင် ကျပါစေ။ မျက်ရည်ပေါက်ကြီးငယ်ကျရုံမကလို့ သေရင် သေပါစေ။ ကိုယ်နဲ့

ဘာမှမဆိုင်ဘူး။ ကိုယ်အဆင်ပြေရင် ပြီးရော။

အဲဒီလို ကိုယ့်ရဲ့ အကျိုးစီးပွားအတွက် သူတစ်ပါးအကျိုးစီးပွား ထိခိုက်နစ်နာအောင်၊ ပျက်စီးဆုံးရှုံးအောင် လုပ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အကျိုးစီးပွားတစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဟာ လည်း အသေလှတဲ့သူ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။

ကိုယ်အဆင်ပြေရင်ပြီးရော၊ ကိုယ်ချမ်းသာရင်ပြီးရောဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ ကိလေသာတွေပဲ လွှမ်းမိုးနေမှာပဲ။ ဘာ ကိလေသာ အများဆုံးလွှမ်းမိုးမလဲ။ လောဘကိလေသာပေါ့။ ဝိသမ-လောဘပေါ့။ မမျှတတဲ့လောဘပေါ့။ မတရားတဲ့ လောဘပေါ့။ လွန်ကဲတဲ့ လောဘပေါ့။ လောဘကိလေသာ အမြဲတမ်း လွှမ်းမိုးနေ တာ။

ဘယ်သူ့ဆီက ဘာရမလဲ။ ဘယ်သူ့ဆီက ဘာခံစားရမလဲ။ ဒါပဲ သူအမြဲတမ်း စဉ်းစားနေမှာပဲ။ ဘယ်သူနဲ့ တွေ့လိုက်တွေ့လိုက် ကိုယ်ရဖို့၊ ဘာအဖြစ်အပျက်နဲ့ ကြုံလိုက်ကြုံလိုက် ကိုယ်ကောင်းဖို့၊ ဒါပဲ သူအမြဲတမ်း စဉ်းစားနေမှာပဲ။

ကိုယ်ရဖို့၊ ကိုယ်ကောင်းဖို့ဆိုတာပဲ အမြဲတမ်း စဉ်းစားနေ တော့ ကိုယ်ရဖို့၊ ကိုယ်ကောင်းဖို့အတွက်ဆိုရင် ဘာအကုသိုလ်မဆို လုပ်ရဲတယ်။ ကိုယ့်လုပ်ရပ်ကြောင့် ဘယ်သူတွေ ဘယ်လိုပဲ ဒုက္ခ ရောက်ရောက် ဂရုမစိုက်ဘူး။

ဦးဇင်းတို့ ၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ ဝါတွင်းတုန်းက သတင်းတစ်ပုဒ် ဖတ်လိုက်ရပါတယ်။ ပါရာဂွေးနိုင်ငံမှာ ကုန်တိုက်ကြီးတစ်ခု မီး လောင်တော့ ကုန်တိုက်ပိုင်ရှင်က ကုန်တိုက်ရဲ့ အပြင်ထွက်တဲ့ ထွက်

ပေါက်ခြောက်ပေါက်ကို အကုန်လုံး ပိတ်ထားလိုက်တယ်။ ဈေးဝယ်  
နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ငွေမရှင်းဘဲ ထွက်သွားမှာစိုးလို့တဲ့။ ငွေမရှင်းဘဲ  
ထွက်သွားလို့မရအောင်ဆိုပြီးတော့ ကုန်တိုက်ရဲ့ထွက်ပေါက် အကြီး  
ရော၊ အသေးရော အကုန်ပိတ်ပစ်လိုက်တယ်။

ကုန်တိုက်ရဲ့ ထွက်ပေါက်မှန်သမျှ အကုန်ပိတ်ပစ်လိုက်  
တော့ လူပေါင်းများစွာ မီးလောင်ပြီး သေကြတာပေါ့။ လူပေါင်း  
နှစ်ရာကျော် သေသွားတယ် ထင်တယ်နော်။ ဘယ်လောက်  
တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ထားလဲ။ ဘယ်လောက် အသိဉာဏ်မဲ့ထားလဲ။

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့  
လောဘတရား လွှမ်းမိုးလာပြီဆိုရင် လုပ်သင့် မလုပ်သင့် ဆိုတာ  
ဘာမှ မသိတော့ဘူး။ ဈေးဝယ်သူတွေ မီးလောင်သွားတော့ရော  
သူတို့ဆီက ပိုက်ဆံရပါဦးမလား။ မရတော့ဘူး။ ဈေးဝယ်တဲ့လူတွေ  
လည်း သေတဲ့အပြင် ကုန်တိုက်က ပစ္စည်းဥစ္စာတွေလည်း ဆုံးရှုံး  
သွားတာပဲ။

အပေါက်တွေ ပိတ်ထားတော့ အပြင်က မီးသတ်မယ့်  
ပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ဝင်ပြီးတော့ မီးသတ်လို့ မရတော့ဘူးလေ။ ဒီတော့  
ကိုယ့်ကုန်တိုက်က ပစ္စည်းဥစ္စာတွေလည်း မီးလောင်ဆုံးရှုံးကုန်တာ  
ပေါ့။

အပေါက်တွေ ပိတ်ထားလည်း ပိုက်ဆံပြန်မရ၊ ဖွင့်ထား  
လည်း ပိုက်ဆံပြန်မရမယ့်အတူတူ ဖွင့်ထားရင် လူတွေ မသေတော့  
ဘူးပေါ့။ မီးသတ်သမားတွေ အထဲဝင် ငြိမ်းသတ်နိုင်တဲ့အတွက်  
ကိုယ့်ပစ္စည်းတွေလည်း ဒီလောက်ကြီး မဆုံးရှုံးတော့ဘူးပေါ့။ တစ်

ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့လောဘက လွမ်းမိုးနေတော့ ကိုယ့်လုပ်ရပ်  
ကြောင့် ကိုယ်ရော၊ သူတစ်ပါးရော နှစ်ဦးနှစ်ဖက်လုံး ဘာမှ အကျိုး  
မရှိဘူးဆိုတာ လုံးဝ မသိတော့ဘူးလေ။

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့အတွက် သူတစ်ပါးအကျိုးကို  
လည်း ပျက်စီးအောင် လုပ်ရာရောက်သွားတယ်။ ကိုယ့်အကျိုးကို  
လည်း ပျက်စီးအောင် လုပ်ရာရောက်သွားတယ်။

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ပြီဟောဆိုရင် လုပ်သင့် မလုပ်သင့်၊  
အကောင်းအဆိုး၊ အကြောင်းအကျိုး ဘာမှ နားမလည်တော့ဘူး။  
သူတို့လည်းပဲ တရားစွဲမခံရဘူးလား။ လူသတ်မှု၊ လူသေမှုနဲ့ တရား  
စွဲခံရတာပေါ့။ ကိုယ့်အကျိုးလည်း ပျက်စီးသွားတာပဲ။ ဈေးဝယ်သူ  
တွေလည်း ဒုက္ခရောက်၊ ကိုယ်လည်း ဒုက္ခရောက်၊ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်လုံး  
ဒုက္ခရောက်ပါတယ်။

‘တစ်ဖက်သတ်’ ဆိုတာ တစ်ဖက်ကို သတ်လိုက်တာ၊  
ဒါပေမဲ့ တစ်ဖက်လည်း သေ၊ ကိုယ်လည်း သေ၊ နှစ်ဖက်လုံး  
သေတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ တစ်ဖက်သတ်လုပ်ရပ်ကြောင့် တစ်ဖက်လည်း  
ဒုက္ခရောက်တယ်၊ ကိုယ်လည်း ဒုက္ခရောက်တယ်။ တစ်ဖက်လည်း  
ပျက်စီးဆုံးရှုံးတယ်၊ ကိုယ်လည်း ပျက်စီးဆုံးရှုံးတယ်။ တစ်ဖက်လည်း  
အကျိုးမရှိဘူး၊ ကိုယ်လည်း အကျိုးမရှိဘူး။

ကိုယ်လည်း အကျိုးမရှိဘူး ဆိုတာက အခုလို ပျက်စီး  
ဆုံးရှုံးတဲ့ကိစ္စမျိုးမှာတော့ သိသာထင်ရှားတာပေါ့လေ။ ပုံမှန်အခြေ  
အနေမျိုးတွေမှာတော့ ကိုယ့်အတွက် အကျိုးရှိသလို ဖြစ်နေတယ်။  
ရှိသင့်သလောက်လည်း ရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ ခိုင်မာတဲ့အကျိုး၊ ရေရှည်ခံ

တဲ့အကျိုး မဟုတ်ဘူး။ ကံကောင်းလွန်းလို့ ဒီတစ်ဘဝအကျိုးရှိလည်း  
နောင်ဘဝတွေမှာတော့ အကျိုးမရှိနိုင်ဘူး။ အကုသိုလ်ရဲ့ အကျိုး  
ဆင်းရဲဒုက္ခခံရမှာပဲ။ အကုသိုလ်အကျိုး ခံရတာဟာ ကိုယ့်ဘက်က  
သေတာပဲပေါ့။ နှစ်ဖက်သေတယ်ဆိုတာ အဲဒါပြောတာ၊ အဲဒီအထိ  
ရည်ရွယ်ပြီး ပြောတာ။

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ကိုယ်ကောင်းစားဖို့၊  
ကိုယ်အဆင်ပြေဖို့ဆိုရင် အကုသိုလ်မှန်သမျှ ဘာမဆို ပြုလုပ်ရဲတယ်။  
ဒုစရိုက်မှန်သမျှ ဘာမဆို ကျူးလွန်ရဲတယ်။

သူများအသက်သတ်မှ ကိုယ့်ဘဝ အဆင်ပြေမယ်ဆိုရင်  
သတ်ဖို့ လုံးဝ ဝန်မလေးဘူး၊ သတ်ရဲတယ်။ သူများပစ္စည်းခိုးမှ  
ကိုယ့်ဘဝ အဆင်ပြေမယ်ဆိုရင် ခိုးဖို့ လုံးဝဝန်မလေးဘူး၊ ခိုးရဲတယ်။  
လိမ်မှ၊ ညာမှ ကိုယ့်ဘဝ အဆင်ပြေမယ်ဆိုရင် လိမ်ဖို့၊ ညာဖို့  
လုံးဝ ဝန်မလေးဘူး၊ လိမ်ရဲ၊ ညာရဲပါတယ်။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်  
တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် မလုပ်ရဲတဲ့ မကောင်းမှု၊ မပြုရဲတဲ့ ဒုစရိုက် ဆိုတာ ရှိကို  
မရှိတော့ဘူး။

ပြီးတော့ စိတ်အစဉ်မှာ ဘယ်သူ့ဆီက ဘာရမလဲဆိုတာ  
စဉ်းစားနေတဲ့စိတ်က အမြဲတမ်း လွှမ်းမိုးနေတဲ့အတွက်ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်  
အသက်ရှင်စဉ်မှာလည်း စိတ်အေးချမ်းမှုဆိုတာ မရှိပါဘူး။ မအေး  
ချမ်းတဲ့စိတ်နဲ့ သေမယ်ဆိုရင် အပါယ်လေးဘုံပဲ ရောက်မှာပေါ့။

ကိလေသာဖြစ်ရုံလေးတွင်မကဘူး၊ အကုသိုလ်တွေက  
လည်း ကျူးလွန်သေးတာဆိုတော့ သေခါနီးမှာ ဒီအကုသိုလ်အာရုံ  
တွေ ထင်လာပြီးတော့ အပါယ်လေးဘုံ ရောက်နိုင်ပါတယ်။ တစ်







သူများအသက်သတ်လို့ ရထားတဲ့ပစ္စည်းဥစ္စာနဲ့ လှူတယ် တန်းတယ်ဆိုရင် ဒါနကောင်းမှုကြောင့်တော့ အကျိုးပေးတဲ့ဘဝမှာ ချမ်းသာမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ သူများအသက်သတ်ခဲ့မှုကြောင့် အနာရောဂါ များမယ်။ အသက်တိုမယ်။ ဆိုးကျိုးတွေလည်း တွဲနေတယ်။

သူများပစ္စည်း ခိုးပြီးတော့မှ ရထားတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာနဲ့ လှူ မယ်ဆိုရင်လည်း ချမ်းသာတဲ့အကျိုးတော့ ရမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်ရတဲ့ အကျိုးစီးပွားတွေ ရေကြောင့် ပျက်စီးတာနဲ့၊ မီးကြောင့် ပျက်စီးတာ နဲ့၊ သားသမီးတွေက ဖြုန်းတီးပစ်တာနဲ့၊ သူများခိုးသွားတာနဲ့၊ မင်း ဘဏ္ဍာသိမ်းသွားတာနဲ့ စသည်အားဖြင့် အကြောင်းအမျိုးမျိုးနဲ့ ခဏ ခဏ ပျက်စီးဆုံးရှုံးတယ်။

လိမ်ညာလို့ ရလာတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာနဲ့ လှူမယ်ဆိုရင်လည်း လှူတဲ့အတွက်ကြောင့်တော့ ချမ်းသာမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့လို့ လိမ်တဲ့ညာ တဲ့သူတွေနဲ့ချည်းပဲ တွေ့ပြီး စိတ်ဆင်းရဲရမယ်။ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ဆုံးရှုံးမယ်။

အကုသိုလ်တွေ အများကြီးပြုလုပ်၊ အကုသိုလ်တွေမြဲရံပြီး တော့မှ တစ်ခါတစ်ရံ ကြီးကြားကြီးကြား ကုသိုလ်ပြုတယ်ဆိုရင် ကုသိုလ်အကျိုး ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ရတော့ရမှာပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဆိုးကျိုး ပေါင်းများစွာနဲ့ ပူးတွဲပြီးတော့ ခံစားရပါလိမ့်မယ်။

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ပြုလုပ်တဲ့ကုသိုလ်ဟာ လည်း အများအားဖြင့်တော့ ယတြာကုသိုလ်နဲ့ လာဘ်ပေးလာဘ်ယူ ကုသိုလ်လောက်ပဲ ဖြစ်မှာပါပဲ။

ယတြာကုသိုလ်ဆိုတာတော့ သိတယ်မဟုတ်လား။ ဘယ်

လိုကုသိုလ်တုံး။ တချို့ရှိတယ် မဟုတ်လား။ တနင်္လာသား ကြီးပွား  
ချမ်းသာချင်လို့ရှိရင် တနင်္လာသားဘုန်းကြီး ကိုးကွယ်ရမယ်တဲ့။  
တနင်္လာသားဘုန်းကြီးကိုသာ တနင်္လာနေ့တိုင်း ဆွမ်းသွားပို့တဲ့။ စီး  
ပွားရေးတွေ အဆင်ပြေလိမ့်မယ်လို့ ပြောတာလည်း မရှိဘူးလား။

ပြောတာတွင် မကဘူးပေါ့လေ။ အဲဒီလို လိုက်လုပ်နေ  
တဲ့သူတွေလည်း မရှိဘူးလား။ ကိုယ်က အင်္ဂါသား ကြီးပွားချမ်း  
သာချင်တယ်ဆိုရင် အင်္ဂါသားဘုန်းကြီးကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်  
ရမယ်။ အင်္ဂါသားဘုန်းကြီးကို ရွေးပြီးတော့ လှူဒါန်းရမယ်။ အဲဒီလို  
ကုသိုလ်မျိုးကျတော့ ကုသိုလ်စစ်စစ်လား၊ ယတြာကုသိုလ်လား။  
ယတြာကုသိုလ်။

ယတြာကုသိုလ်ကော အကျိုးပေးမလား။ ပေးတော့ ပေး  
မှာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ နည်းနည်းပါးပါးလေးပဲ ပေးမှာ။ တစ်နည်းပြော  
ရင်တော့ ပါးပါးလေးပဲ ပေးမှာပေါ့နော်။

ဘုရားပန်းလှူတာပဲ ကိုယ်နှစ်သက်မြတ်နိုးတဲ့ပန်း လှူပေါ့။  
မဟုတ်ဘူး၊ မွေးနံနဲကိုက်တဲ့ပန်းမှ၊ ဗေဒင်ဆရာညွှန်ကြားတဲ့ပန်းမှ၊  
အရေအတွက်က ဘယ်လောက်မှ၊ ပန်းအိုးကလည်း ဘယ်နှအိုးမှ၊  
နှစ်အိုး၊ လေးအိုး စသည် စုံဂဏန်း ပန်းအိုး မတင်ကောင်းဘူး၊  
မဂဏန်းပဲ တင်ရမယ်နဲ့ ... အို ... ရွပ်ရှက်ကို ခတ်နေတာပဲ။  
ဘုရားကို ပန်းလှူတာတောင် ကုသိုလ်စစ်စစ် မလုပ်ဘူး၊ ယတြာ  
ကုသိုလ် လုပ်တယ်။

ဘုရားကို ပန်းလှူတယ်ဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ ဘုရားအပေါ်  
ထားရှိတဲ့ သဒ္ဓါတရားကို သက်သေပြလိုက်တာပါပဲ။ ဘုရားကို

လှူတဲ့ပန်းဟာ ကိုယ့်သဒ္ဓါတရားရဲ့ သင်္ကေတပါ။ ဘုရားအပေါ် ထားရှိတဲ့ ကိုယ့်ရဲ့ မြတ်နိုးစိတ်ကို ကိုယ်လှူတဲ့ပန်းက ကိုယ်စား ပြုပါတယ်။

ဆိုပါတော့။ ကောင်လေးတစ်ယောက်က ကောင်မလေး တစ်ယောက်ကို ချစ်တယ်ဆိုရင်လည်း ပန်းမပေးဘူးလား။ ဘာလို့ ပေးတာတုံး။ ချစ်လို့ ဟုတ်လား။ ကိုယ့်ရင်ထဲက ချစ်ခြင်းမေတ္တာရဲ့ သင်္ကေတအဖြစ်နဲ့ ပန်းလေးပေးတာ။ သူ့ကိုချစ်တယ်၊ သူ့ကို မြတ်နိုး တယ်၊ သူ့ကို နှစ်သက်တယ်ဆိုတာ သက်သေပြတဲ့အနေနဲ့ ပန်းလေး ပေးလိုက်တာပဲ။

အဲဒီလိုပါပဲ။ မြတ်စွာဘုရားကို ပန်းလှူတယ်ဆိုတာလည်း ကိုယ်ချစ်တဲ့သူကို ပန်းပေးတာနဲ့ ဥပမာတူတယ်။ ထပ်တူထပ်မျှ အဆင့်နိမ့်နိမ့် နှိုင်းပြောတာ မဟုတ်ဘူးနော်။ 'အတွင်းစိတ်ကို ထုတ် ဖော်ခြင်း' ဆိုတဲ့သဘောကိုပဲ နားလည်လွယ်အောင် နှိုင်းယှဉ်ပြတာ။

မြတ်စွာဘုရားကို ကိုယ်က သိပ်ပြီးတော့ ကြည်ညိုတယ်။ သိပ်ပြီးတော့ ချစ်တယ်။ သိပ်ပြီးတော့ မြတ်နိုးတယ်။ မြတ်စွာဘုရား အပေါ်မှာ ချစ်ခင်မြတ်နိုးကြည်ညိုလေးစားပါတယ်ဆိုတာကို သက် သေပြတဲ့အနေနဲ့ ပန်းတွေ ပူဇော်တာပဲ။

နားရှင်းအောင် အလွယ်တကူ ပြောလိုက်ရင်တော့ ပန်းပေး တာပဲ။ ဘုရားကို ပန်းလှူတယ်ဆိုတာလည်း ပန်းပေးတာပဲမဟုတ် ဘူးလား။ ဒါနဆိုတာ ပေးတယ်လို့ အဓိပ္ပာယ်ထွက်တာကိုး။ မြတ်စွာ ဘုရားကို ပန်းလှူတယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားကို ပန်းပေးတာပဲ။ ဘာလို့ ပန်းပေးတာလဲဆိုရင် မြတ်စွာဘုရားကို ကြည်ညိုလွန်းလို့၊

မြတ်နိုးလွန်းလို့၊ ချစ်လွန်းလို့။

ဘုရားအပေါ် ကိုယ့်ရဲ့ ကြည်ညိုမှု၊ မြတ်နိုးမှု၊ ချစ်မှုကို သက်သေပြတဲ့အနေနဲ့ ဘုရားကို ပန်းပေး၊ ပန်းလှူတာပါပဲ။ စိတ်ထဲမှာပဲ ကြည်ညိုနေတယ်ဆိုရင် ကြည်ညိုမှန်း မသိနိုင်ဘူးလေ။ ဒါ့ကြောင့် စိတ်ထဲကကြည်ညိုမှုကို ထုတ်ဖော်ပြသတဲ့အနေနဲ့ မြတ်စွာဘုရားကို ပန်းလှူလိုက်တာပါပဲ။

နှစ်သက်မြတ်နိုးမှုရဲ့ သင်္ကေတအဖြစ်နဲ့ ပန်းလှူတာဆိုရင် ကိုယ်နှစ်သက်မြတ်နိုးတဲ့ပန်းလေး လှူလိုက်ပေါ့။ နှင်းဆီပန်း နှစ်သက်ရင် နှင်းဆီပန်း လှူပေါ့။ စံပယ်ပန်း နှစ်သက်ရင် စံပယ်ပန်း လှူပေါ့။ ကံ့ကော်ပန်း နှစ်သက်ရင် ကံ့ကော်ပန်း လှူပေါ့။

ခုတော့ အဲဒီလို မဟုတ်ဘူး။

ဗေဒင်ဆရာက ကံ့ကော်ညွန့်ဆို ကံ့ကော်ညွန့် ထိုးလိုက်တယ်။ ခရေညွန့်ဆို ခရေညွန့်၊ ဒန်းညွန့်ဆို ဒန်းညွန့်။ သပြေခက်ဆို သပြေခက်။ ဒီကံ့ကော်ညွန့်တွေ၊ သပြေခက်တွေ ကိုယ်က နှစ်သက်ရဲ့လား။ ပန်းအနေနဲ့ နှစ်သက်တာ မဟုတ်ဘူးနော်။ ဒါထိုးရင် ဘယ်လို အဆင်ပြေမယ်တဲ့စိတ်နဲ့သာ နှစ်သက်သလိုလို ဖြစ်နေတာ။

အဲတော့ ကိုယ်တကယ်နှစ်သက်တဲ့ပန်းကိုသာ လှူပေါ့။ နှင်းဆီပန်း ကိုယ်က နှစ်သက်ရဲ့သားနဲ့ ဆူးပါလို့ မလှူဘူးဆိုရင်၊ တခြားပန်းတွေကတော့ ဗေဒင်ဆရာက ဘာနေသားမို့ ဘာပန်းလှူဆိုလို့ လှူတယ်ဆိုရင် အဲဒီ ပန်းလှူတဲ့ ကုသိုလ်ကလည်း ယတြာကုသိုလ်ပဲ ဖြစ်မှာပဲ။

ယတြာကုသိုလ်ပဲဆိုတော့ စိတ်က ဘုရားဂုဏ်တော်တွေကို

ကြည်ညိုမြတ်နိုးတဲ့စိတ်လည်း မပါတော့ဘူး။ ပါတောင်မှ အရမ်းကို အားနည်းသွားတယ်။ သဒ္ဒါစိတ်ထက် တဏှာစိတ်က ပိုရှေ့တန်း ရောက်သွားတယ်။

ပန်းလှူတယ်ဆိုတာက နှစ်သက်မြတ်နိုးတဲ့သင်္ကေတလည်း ဖြစ်တယ်။ ဂုဏ်ပြုခြင်းရဲ့ သင်္ကေတလည်း ဖြစ်တယ်။

ကိုယ့်နိုင်ငံမှာ တခြားနိုင်ငံက သမ္မတတို့၊ ဝန်ကြီးချုပ်တို့ လာကြတာ တီဗီတွေ၊ သတင်းစာတွေမှာလည်း တွေ့မှာပါ။ နိုင်ငံ တော်အကြီးအကဲတွေ တွေ့ဆုံကြတဲ့အခါကျတော့ စားပွဲပေါ်မှာ ပန်းတွေဘာတွေ တင်မထားဘူးလား။ ဒါ တခြားနိုင်ငံကလာတဲ့ ဧည့်သည် နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲတွေကို ဂုဏ်ပြုတဲ့သဘောပဲ။

အဲဒီလိုပဲ၊ မြတ်စွာဘုရားကို ပန်းလှူတယ်ဆိုတာလည်း မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တုန့်ခိုင်းမဲ့တဲ့ဂုဏ်တော်တွေကို ဂုဏ်ပြုတဲ့အနေနဲ့ လှူတာပါ။ တစ်လောကလုံးမှာ ဂုဏ်အပြုထိုက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ မြတ်စွာ ဘုရားကို ဂုဏ်ပြုပူဇော်တဲ့အနေနဲ့ ကိုယ်က ပန်းနဲ့ ပူဇော်တာ။

အဲဒီလိုဆိုတော့ တကယ့်ပန်းအစစ်နဲ့ ထိုက်ထိုက်တန်တန် ဂုဏ်ပြုမှာလား။ အရွက်အခက်တွေနဲ့ ပြောင်ချော်ချော် လုပ်မှာလား။ သူများနိုင်ငံက နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲ၊ ဝန်ကြီးချုပ်တွေ လာတယ်ဆို ရင် သပြေခက်နဲ့၊ ခရေညွန့်နဲ့၊ ကံ့ကော်ညွန့်နဲ့ ပန်းအိုးထိုးပြီးတော့ ဂုဏ်ပြုရဲ့လား။ ဂုဏ်မပြုဘူးနော်။

လူလူချင်း ကိုယ်အထွတ်အမြတ်ထားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ သပြေညွန့်၊ ကံ့ကော်ညွန့်နဲ့ ဂုဏ်မပြုဘဲနဲ့ တကယ့်အထွတ်အမြတ် ဆုံး၊ တစ်လောကလုံးရဲ့ ဂုဏ်အပြုထိုက်ဆုံးဖြစ်တဲ့ ဘုရားကျမှ ကံ့

ကော်ညွန့်၊ ခရေညွန့်၊ ဒန်းညွန့်၊ ဘာညွန့်၊ ညာညွန့်၊ ဟိုအညွန့် ဒီ  
အညွန့်၊ ဟိုအခက် ဒီအခက်တွေနဲ့ ထိုးပြီး ဂုဏ်ပြုတာ သဘာဝ  
ကျပါ့မလား။ ဂုဏ်ပြုရာ မရောက်ဘူး၊ လှောင်ပြောင်ရာ ရောက်  
တယ်။ ဒါက စကားစပ်လို့ ကြားညှပ်ပြီး ပြောလိုက်တာပါနော်။  
ယတြာကုသိုလ် မဖြစ်ဖို့အတွက်။

ယတြာကုသိုလ်ဖြစ်နေရင် ရတနာကုသိုလ် မဖြစ်နိုင်ဘူး။  
ရတနာဆိုတာ စိတ်ကို နှစ်သက်ကြည်နူးစေနိုင်တဲ့အရာ လို့ အဓိ-  
ပ္ပာယ်ရတယ်။ ကိုယ်လုပ်လိုက်တဲ့ကုသိုလ်က ကိုယ့်ရဲ့ စိတ်ကို နှစ်  
သက်ကြည်နူးစေနိုင်မှ အဲဒီကုသိုလ်ဟာ ရတနာကုသိုလ်ဖြစ်တာပါ။

ယတြာကုသိုလ်လုပ်နေတဲ့အချိန်မှာ ယတြာစိတ်ပဲ ဖြစ်နေ  
တယ်။ ယတြာကိစ္စကိုပဲ အာရုံပြုနေတယ်။ ကုသိုလ်စိတ် မဖြစ်ဘူး။  
ကုသိုလ်ကိစ္စကို အာရုံမပြုဘူး။ ကုသိုလ်ကိစ္စကို အာရုံပြုတယ်ထား၊  
ယတြာကိစ္စ အဆင်ပြေစေချင်တဲ့ဆန္ဒက လွမ်းခြုံပျံ့နှံ့နေတဲ့အတွက်  
ကုသိုလ်စိတ်စစ်စစ် မဖြစ်တော့ဘူး။

ကုသိုလ်စိတ် စစ်စစ်မဖြစ်မှတော့ အဲဒီကုသိုလ် ပြုနေတဲ့  
အချိန်မှာ စိတ်ကြည်လင်မှု၊ စိတ်အေးချမ်းမှု မရနိုင်ပါဘူး။ စိတ်ကြည်  
လင်မှု၊ စိတ်အေးချမ်းမှု မရနိုင်မှတော့ အဲဒီကုသိုလ်ဟာ ကိုယ့်စိတ်ရဲ့  
နှစ်သက်မြတ်နိုးစရာ မဖြစ်တော့ဘူးပေါ့။ နှစ်သက်မြတ်နိုးမှ ရတနာ  
လို့ ခေါ်တာဆိုတော့ ယတြာကုသိုလ်ဟာ ရတနာကုသိုလ် ဘယ်ဖြစ်  
ပါတော့မလဲ။

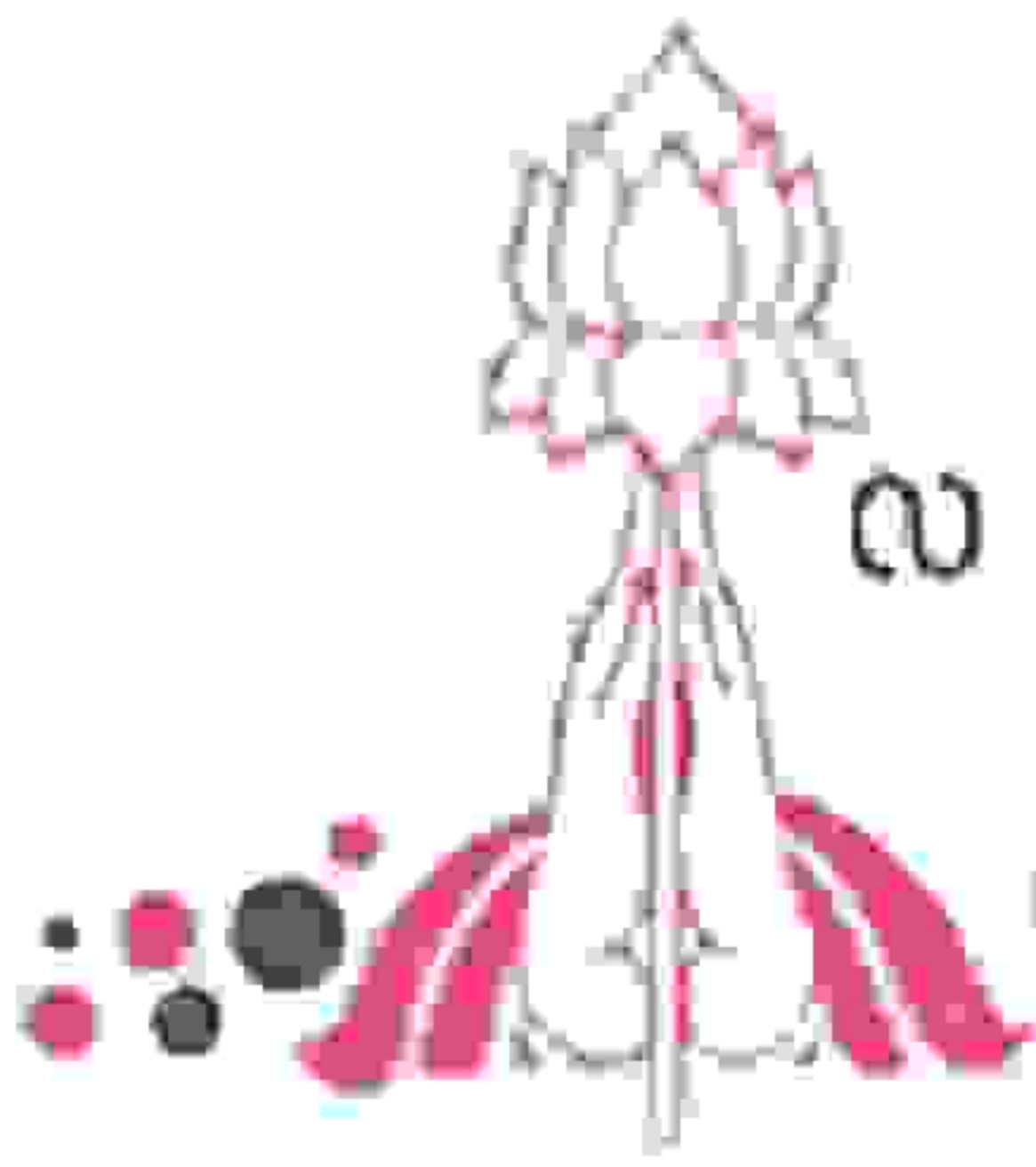
ယတြာမချေရဘူးလို့ မဆိုလိုပါဘူး။ ဝါသနာပါရင် ချေ  
ပေါ့။ ဒါပေမဲ့ ယတြာလုပ်နေတာကို ကုသိုလ်လုပ်နေတယ်လို့တော့



မထင်လိုက်နဲ့။ ယတြာချေနေရတာကိုပဲ ကုသိုလ်တွေ အကြီးအကျယ်  
ရနေတယ်လို့တော့ မသတ်မှတ်လိုက်နဲ့ပေါ့။

ယတြာကို အခြေခံပေမယ့် သေချာအာရုံပြုတတ်ရင်တော့  
ကြိုးကြားကြိုးကြား ကုသိုလ်ရနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အပေးအယူ  
သဘော လွှမ်းမိုးနေတဲ့အတွက် ကုသိုလ်စိတ် ညစ်နွမ်းနေလို့ သန့်စင်  
တဲ့ကုသိုလ်၊ အားကောင်းတဲ့ကုသိုလ်တော့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။





လ ဘ ဘ် ပ ဝး လ ဘ ဘ် ယူ ကု သို လ် ဟ ဘ

လာဘ်ရရုံနဲ့ အကျိုးကုန်ပါပြီ

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ပြုတဲ့ကုသိုလ်ဟာ ယတြာ ကုသိုလ်ရင်လည်း ဖြစ်မယ်။ ဒါမှမဟုတ် လာဘ်ပေးလာဘ်ယူ ကုသိုလ်ရင်လည်း ဖြစ်မယ်။

ဒီလူကို ဒါပေးလိုက်ရင်တော့ ဒီလူဆီက ဟိုအခွင့်အရေးလေး ရမှာပဲဆိုပြီးတော့ ပေးတဲ့ကုသိုလ်မျိုးကျတော့ လာဘ်ပေးလာဘ်ယူကုသိုလ်။ အဲဒါတွေလည်း မရှိဘူးလား။

သူ့ကို သို့မဟုတ် သူနဲ့ပတ်သက်ရာကို သိန်းတစ်ရာ လျှုလိုက်လို့ရှိရင်တော့ သူ့ဆီက သို့မဟုတ် သူနဲ့ ပတ်သက်ရာဆီက သိန်းတစ်ထောင်အခွင့်အရေးရမှာပဲဆိုပြီး လျှုတာဟာ ဒါနကုသိုလ်စစ်စစ် မဟုတ်ပါဘူး။ လာဘ်ပေးလာဘ်ယူကုသိုလ်ပါ။ ပြောရိုးဆိုစဉ်မှ 'ကုသိုလ်' လို့ တွဲပြောလိုက်တာပါ။ ကုသိုလ်တောင်

မဟုတ်ပါဘူး၊ လာဘ်ပေးလာဘ်ယူအလုပ်ပါ။

အဲဒီလို လာဘ်ပေးလာဘ်ယူကုသိုလ် လုပ်ရင် အဲဒီ  
ကုသိုလ်က အကျိုးမပေးဘူးလားလို့တော့ မေးစရာရှိတာပေါ့။ အကျိုး  
ပေးပါ့မလား။ ကောင်းတဲ့အလုပ်မှန်သမျှ အကျိုးကတော့ ပေးမှာပဲ။  
ဒါပေမဲ့ အလုပ်ညံ့ရင် အကျိုးလည်း ညံ့မယ်။ အလုပ်သေးသိမ်ရင်  
အကျိုးလည်း သေးသိမ်မယ်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုနဲ့ ပတ်သက်လို့ ကုသိုလ်အမျိုးအစား  
သုံးမျိုးရှိပါတယ်။ ပစ္စုပ္ပန်လာဘ်လာဘရချင်လို့ ပြုတဲ့ကုသိုလ်ရယ်၊  
ကုသိုလ်ရချင်လို့ ပြုတဲ့ကုသိုလ်ရယ်၊ နိဗ္ဗာန်ရချင်လို့ ပြုတဲ့ကုသိုလ်  
ရယ်လို့ ကုသိုလ်အဆင့် သုံးဆင့်ရှိပါတယ်။ အကျိုးပေးပုံကလည်း  
သုံးမျိုးပါပဲ။

စီးပွားတက်၊ ရာထူးတိုး၊ ဈေးရောင်းကောင်း၊ နာမည်ကြီး  
စတဲ့ ပစ္စုပ္ပန်လာဘ်လာဘ ရချင်လို့ ပြုတဲ့ကုသိုလ်ကြောင့် ကိုယ်  
လိုချင်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်လာဘ်လာဘတွေတော့ ရပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့  
ကုသိုလ်မရပါဘူး။ နိဗ္ဗာန် မရပါဘူး။

‘ကုသိုလ်မရပါဘူး’ ဆိုတာက သူရည်မှန်းတဲ့ကောင်းကျိုး  
ကလွဲရင် တခြားပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုး၊ သံသရာကောင်းကျိုးတွေ ဒီ  
အလုပ်ကြောင့် မရနိုင်တော့ဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သူလုပ်တဲ့ကုသိုလ်  
က ကုသိုလ်လို့ လူကြားကောင်းရုံ အမည်ခံထားတဲ့ ယတြာချေ  
အလုပ်၊ ဓာတ်ရိုက်ဓာတ်ဆင်အလုပ် ဖြစ်နေလို့ပါပဲ။ တကယ့်  
ကုသိုလ်အစစ်မဟုတ်လို့ပါ။ နာမည်ခံကုသိုလ် ဖြစ်နေလို့ပါ။ ယတြာ  
ကုသိုလ် ဖြစ်နေလို့ပါ။

စီးပွားတက်ဖို့၊ ရာထူးတိုးဖို့ ဆိုပြီးတော့ ယတြာချေတဲ့ အနေနဲ့ လှူတဲ့ကုသိုလ်တွေ ရှိတယ်။ ယတြာဆရာက တကယ်ကို ပညာကျွမ်းကျင်လို့ ယတြာစွမ်းတယ်ဆိုရင် ကိုယ်လုပ်လိုက်တဲ့ ယတြာကြောင့် စီးပွားတက်တာတို့၊ ရာထူးတိုးတာတို့၊ အစစအရာရာ အဆင်ပြေတာတို့၊ လိုအင်ဆန္ဒပြည့်ဝတာတို့၊ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ကောင်း ကျိုးတော့ ရချင်ရပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ နောင်ဘဝပြည့်စုံဖို့၊ နောင်ဘဝ ချမ်းသာဖို့တော့ မစဉ်းစားပါနဲ့တော့။

ကိုယ်က စီးပွားတက်ချင်လို့ ယတြာကုသိုလ် လုပ်တယ် ဆိုရင် စီးပွားတက်တဲ့အကျိုး ရပြီးတာနဲ့ပဲ အဲဒီကုသိုလ်ရဲ့ အစွမ်း သတ္တိတွေ ကုန်ပါပြီ။ နောင်ဘဝအတွက် အစွမ်းသတ္တိ မရှိတော့ပါ ဘူး။ ‘စီးပွားတက်ဖို့ ကုသိုလ်လုပ်ရင် စီးပွားတော့ တက်မယ်၊ ကုသိုလ် မရဘူး၊ နိဗ္ဗာန် မရဘူး’ လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ကုသိုလ်ရချင်လို့ ပြုတဲ့ကုသိုလ်ကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်လာဘ် လာဘလည်း ရမယ်၊ ကုသိုလ်လည်း ရမယ်၊ ဒါပေမဲ့ နိဗ္ဗာန်တော့ မရပါဘူး။ ‘ကုသိုလ်ရဖို့ ကုသိုလ်လုပ်ရင် စီးပွားလည်း တက်မယ်၊ ကုသိုလ်လည်း ရမယ်၊ ဒါပေမဲ့ နိဗ္ဗာန်တော့ မရနိုင်ဘူး’ လို့ ဆိုလို ပါတယ်။

ကုသိုလ်ကံရဲ့ အစွမ်းသတ္တိကို ယုံကြည်တဲ့စိတ်နဲ့ ကုသိုလ် ပြုရင် ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုးတွေကို တောင့်တပေမယ့် ကုသိုလ်ရပါတယ်။ ကုသိုလ်ပြုသူတိုင်း ဘာပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုးမှ မတောင့်တရဘူးလို့ မဆိုလိုပါဘူး။ ခုနပြောခဲ့တဲ့ ‘ပစ္စုပ္ပန်လာဘ် လာဘရချင်လို့ ပြုတဲ့ကုသိုလ်’ ဆိုတာက ယတြာကုသိုလ်၊ ဓာတ်

ရိုက်ခတ်ဆင်ကုသိုလ်ကိုသာ ရည်ရွယ်ပါတယ်။ ခုနကုသိုလ်က ယတြာကုသိုလ်၊ အခုကုသိုလ်က သဒ္ဓါကုသိုလ်ပေါ့။

ကုသိုလ်ရချင်လို့ ပြုတဲ့ကုသိုလ်က စီးပွားလာဘ်လာဘ၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားမှု စတဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုးတွေကိုလည်း ကိုယ်မတောင့်တပေမယ့် ပေးပါတယ်။ ကုသိုလ်လည်း ရပါတယ်။ ကုသိုလ်ရတဲ့အတွက် ပစ္စုပ္ပန်မှာရော၊ သံသရာမှာပါ ကောင်းကျိုး ပေးမယ်ပေါ့။ ဒါပေမဲ့ နိဗ္ဗာန်တော့ မရနိုင်ဘူး။ နိဗ္ဗာန်အထိ ရည်မှန်းပြီးပြုတဲ့ကုသိုလ်မဟုတ်တဲ့အတွက် နိဗ္ဗာန်ကို ယူပေးနိုင်လောက် တဲ့အထိ အဲဒီကုသိုလ်မှာ အရှိန်အဝါ မရှိပါဘူး။

နိဗ္ဗာန်ရချင်လို့ ပြုတဲ့ကုသိုလ်ကြောင့်၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ပါရမီကုသိုလ်ကြောင့် စီးပွားတက်၊ ရာထူးတိုး၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြား၊ လိုအင်ဆန္ဒပြည့် စတဲ့ ပစ္စုပ္ပန်လာဘ်လာဘတွေလည်း မလိုချင်အဆုံး အလျှံပယ် ရရှိပါတယ်။ ကုသိုလ်လည်း ရပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်လည်း ရပါတယ်။ ကုသိုလ်အဆင့်သုံးမျိုး သဘောပေါက်ပါတယ်နော်။

အဲဒီတော့ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကျတော့ နိဗ္ဗာန်လည်း ရည်မှန်းပြီးတော့ ကုသိုလ်မပြုတတ်ဘူး။ ကုသိုလ်ရချင်တဲ့ စိတ်နဲ့ ကုသိုလ်ရဲ့သဘောကို နားလည်ပြီးတော့၊ ကုသိုလ်ရဲ့ အစွမ်းသတ္တိ အာနိသင်တွေကို ယုံကြည်ပြီးတော့ ကုသိုလ်ရချင်လို့ လုပ်တာ မျိုးလည်း မဟုတ်တော့ဘူး။ ပစ္စုပ္ပန် ဆန်ပေးလို့ ဆီရအောင်ဆိုတဲ့ သဘောမျိုးပဲ ရှိတယ်။ ဆန်ပေးလိုက်တော့ ဆီမရဘူးလား။ ရတော့ ရမယ်။ ဒါပေမဲ့ ဆီရတာနဲ့တော့ မပြီးသင့်ဘူး။

ကိုယ့်မိတ်ဆွေကို ဆန်ပေးတာ သူ့ဆီက ဆီလိုချင်လို့ဆိုတဲ့

ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုတည်းနဲ့ ပေးတာဆိုရင် သူ့ဆီက ဆီရတဲ့အကျိုး  
နဲ့တွင် အဲဒီဆန်ပေးရတဲ့ အလုပ်ကြီးရဲ့သတ္တိ ကုန်သွားမှာပဲ။

ကိုယ်ပေးလိုက်တဲ့ဆန်လေး အသုံးပြုပြီးတော့ ကျန်းမာ  
ပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ။ သူ့ရဲ့ ဆန်လိုအပ်ချက်လေး ပြည့်စုံပါစေဆို  
တဲ့ မေတ္တာစေတနာလေးနဲ့ ဆန်ကုသိုလ်ပြုတဲ့သဘောမျိုး ပေးတာ  
ဆိုရင်တော့ ခုန ပစ္စုပ္ပန် သူ့ဘက်ကကျေးဇူးတင်လို့ ဆီပေးတာလည်း  
ရမယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလည်း ရမယ်။ နိဗ္ဗာန်အထိသာ ရည်  
မှန်းပြီးတော့ ပေးမယ်ဆိုရင်တော့ နိဗ္ဗာန်လည်း ရမယ်ပေါ့။

ဆောင်ပုဒ်လေး ဆိုလိုက်ပါဦး။

ကိုယ်ကျိုးမဖက်၊ လှမမက်၊ လှမ်းတက် နတ်တို့ပြည်။



ကိုယ့်အကျိုး ကိုယ့်စီးပွား

တရားတဲ့နည်းနဲ့ရှာ

ရိုးသားတဲ့နည်းနဲ့လုပ်

အဲဒါကိုက ကုသိုလ်ပဲ . . .

ကိုယ့်ရဲ့အသက်မွေးအလုပ်

စိတ်ပုပ် လုံးဝမပွေး

မေတ္တာဓာတ်ပွေးပွေးနဲ့

အရည်အသွေးအကောင်းစား

သားနားအောင်သာလုပ်

အများကောင်းကျိုး

ရွက်ဆောင်ပြီးသားပဲ . . .

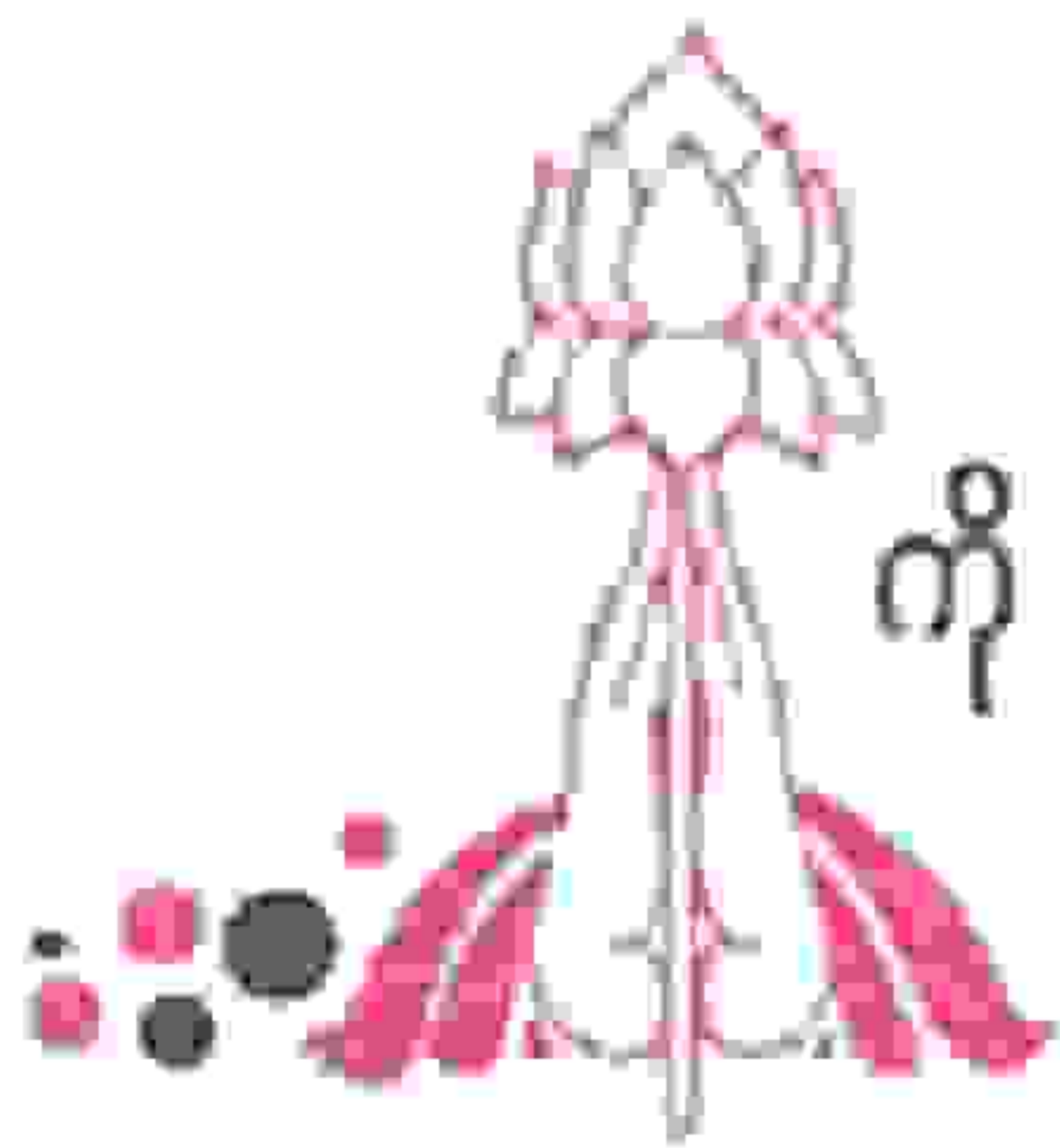
ကိုယ့်ကံကြမ္မာ ကိုယ်ကောင်းဖို့ပဲ

ကုသိုလ်အလုပ် လုပ်ခဲ့ရင်တောင်

ကိုယ့်ကုသိုလ်နဲ့ ပတ်သက်သမျှ

ကောင်းကျိုးတွေ ရသွားကြတာမို့

ပရဟိတလုပ်နေခြင်းပါပဲ . . . ■



# ကိုယ့်အကျိုးဆောင် အများအကျိုးအောင်

ကိုယ်ကျိုး ကိုယ့်စီးပွားပဲ ကြည့်ပြီးတော့ ကိုယ်ကျိုးမဖက် နဲ့။ တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်ရုံသက်သက်နဲ့လည်း မပြီးသေးဘူး။ ဘာလုပ်ရဦးမှာတုံး။ နှစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ရမှာပေါ့နော်။ နှစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တယ် ဆိုတာလည်း အမှန်ကတော့ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တာပါပဲ။ ငါ့အတွက်၊ ငါ့ဇနီးခင်ပွန်းအတွက်၊ ငါ့သားသမီးအတွက်၊ ငါ့မိဘဆွေမျိုးအတွက်။ အဲဒီ 'ငါ' လေးလုံး (င၊ လေးလုံး) ကတော့ အမှန်ကတော့ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တာချည်းပါပဲ။

တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်ဘူးဆိုတော့ သူ့ရဲ့ဆန့်ကျင်ဘက် ပရဟိတအလုပ်တွေ ကိုယ်စွမ်းနိုင်သမျှ ကြိုးစားပြုလုပ်ရမယ်။ ပရဟိတကလည်း နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ အလိုအလျောက်ပရဟိတရယ်၊ တကူးတကပရဟိတရယ်။



‘အလိုအလျောက်ပရဟိတ’ ဆိုတာက ... ကိုယ့်ရဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်ကို တစ်ဖက်သားအပေါ် စေတနာ မေတ္တာထားပြီး အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ပြုလုပ်တာ။ အဲဒါကို အလိုအလျောက်ပရဟိတလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဈေးရောင်းတယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ရဲ့ အကျိုးအမြတ်တစ်ခု အတွက် ဈေးရောင်းတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဝယ်သူအပေါ်မှာ စေတနာ မေတ္တာထားပြီးတော့ ကိုယ့်ရဲ့ ကုန်ပစ္စည်းကိုလည်း အရည်အသွေး အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်တယ်။ အလေးချိန်၊ အတိုင်းအတာ ကိုလည်း ပမာဏပြည့်မီအောင် လုပ်တယ်။ ဈေးနှုန်းကိုလည်း မှန်ကန် အောင်၊ ချိုသာအောင် ရောင်းတယ်။ ဝယ်သူအားလုံးအပေါ်မှာလည်း ဝယ်သည်ဖြစ်စေ၊ မဝယ်သည်ဖြစ်စေ မေတ္တာစေတနာအပြည့်အဝနဲ့ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ နွေးနွေးထွေးထွေး ပြောဆိုဆက်ဆံတယ်ဆိုရင် အလိုအလျောက် ပရဟိတ ဖြစ်သွားပါတယ်။

အလိုအလျောက်ပရဟိတ ဖြစ်တယ် မဖြစ်ဘူးဆိုတာကို ကောင်းကောင်းမွန်မွန် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမလုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်မှ သိနိုင်တယ်။

အလေးခိုးတဲ့ဆိုင်မှာ ဝယ်ခဲ့ရတာနဲ့ အလေးမခိုးတဲ့ဆိုင်မှာ ဝယ်ခဲ့ရတာ ဘယ်ဟာက ပိုစိတ်ချမ်းသာတုံး။ အလေးမခိုးတဲ့ဆိုင်မှာ ဝယ်ခဲ့ရတာ ပိုစိတ်ချမ်းသာတယ်။ အလေးခိုးခံလိုက်ရတယ်ဆိုတာ သိရင် စိတ်ချမ်းသာပါ့မလား။ စိတ်မချမ်းသာဘူး။ အဲဒီ စိတ်မချမ်း သာတာနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်လိုက်တော့မှ အလေးမခိုးဘဲနဲ့ မှန်မှန်ကန်ကန် ရောင်းလိုက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တစ်ဖက်သား စိတ်ချမ်းသာအောင် လုပ်

ရာရောက်တယ်၊ သူလည်း ကုသိုလ်ရသွားတယ်ဆိုတာ ထင်ရှား  
တယ်။ အလေးခိုးတာ အကုသိုလ်ဆိုတော့ အလေးမခိုးတာ ကုသိုလ်  
ပေါ့။

ပန်းရန်ဆရာတစ်ယောက် ပန်းရန်စီတယ်ပဲ ဆိုကြပါစို့။  
ဒီလုပ်ကွက်ကလေး ပြီးသွားရင် ပြီးရောပဲ ဆိုပြီးတော့ စေတနာ  
မေတ္တာမပါဘဲ ဖြစ်သလိုစီသွား။ အုတ်တွေ စီတာကလည်း ရွဲတံ  
ရွဲစောင်း။ အင်္ဂတေချောတာကလည်း ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း မညီ  
မညာနဲ့။ အလုပ်ကို ပြီး-ပြီးရော ဖြစ်ကတတ်ဆန်း လုပ်တယ်။  
ဝတ်ကျောတန်းကျော လုပ်တယ်။

တခြား တစ်ယောက်ကျတော့ နေ့စားယူတာက ယူတာပဲ။  
ကန်ထရိုက်ဆိုရင်လည်း သူ့လုပ်ကွက်နဲ့သူ တန်ရာတန်ကြေး ယူ  
တာက ယူတာပဲ။ ဒါပေမဲ့ စေတနာမေတ္တာထားပြီးတော့ အုတ်  
ကလေးတွေကိုလည်း ညီညီညာညာ စီစီရီရီဖြစ်အောင် စီတယ်။  
အင်္ဂတေချောတော့လည်း အဖုအထစ်တွေ ဖြစ်မနေအောင်၊ ချောညက်  
နေအောင်၊ သပ်သပ်ရပ်ရပ်ကလေး ချောတယ်။ စီတယ်။

အဲဒီလိုဆိုရင် ဘယ်သူစီထားတဲ့ တိုက်အိမ်မှာ နေရတာ  
စိတ်ချမ်းသာမလဲ။ စေတနာမေတ္တာအပြည့်နဲ့ အရည်အသွေး  
အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်လုပ်တဲ့ ပန်းရန်ဆရာ ချောညက်နေအောင်  
ကောင်းကောင်းမွန်မွန် စီထားတဲ့ တိုက်အိမ်မှာ နေရတာ ပိုပြီးတော့  
စိတ်ချမ်းသာမှာပေါ့။

ဒါဆိုရင် လက်ရာမကောင်းတဲ့ အဆောက်အအုံမှာ နေရ  
တဲ့အခါမှာ စိတ်ဆင်းရဲတာနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်လိုက်တော့မှ လက်ရာ

ကောင်းကောင်း စေတနာမေတ္တာထားပြီး ဆောက်ထားတဲ့ အဆောက် အအုံမှာ နေရတာက စိတ်ချမ်းသာတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားသွားတယ်။

စိတ်ကို ချမ်းသာလို့။ လက်သမားတွေကို မေတ္တာပို့လို့၊ ပန်းရန်ဆရာတွေကို မေတ္တာပို့လို့၊ အင်ဂျင်နီယာတွေကို မေတ္တာပို့လို့၊ ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းရှင်ကို မေတ္တာပို့လို့။ နေရတဲ့သူမှာ သိပ်ကို စိတ်ချမ်းသာတာပဲ။

တကယ်လို့သာ အုတ်တွေက မညီမညာ၊ အင်္ဂါတွေကလည်း ဖရိုဖရဲ၊ တံခါးတွေ ပြတင်းပေါက်တွေကလည်း ယိုင်တိယိုင်နဲ့၊ အစိုး ကလည်း မိုးယိုလို့ဆိုရင် စိတ်မဆင်းရဲဘူးလား။ စိတ်ဆင်းရဲရတယ်။

အဲဒီကျတော့မှ လက်သမားဆရာ၊ ပန်းရန်ဆရာ၊ အင် ဂျင်နီယာ၊ တာဝန်ခံ၊ လုပ်ငန်းရှင်စတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ကိုယ့်ရဲ့အသက် မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်ကို လုပ်နေရင်းနဲ့ ကောင်းကောင်းလုပ်ရင် ကုသိုလ်ရတယ်၊ ကောင်းကောင်း မလုပ်ရင် အကုသိုလ်ဖြစ်တယ် ဆိုတာ ထင်ရှားသွားပါတယ်။

ကောင်းကောင်းမွန်မွန် လုပ်ပေးလိုက်တော့ ဟိုဘက်က အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်း ပိုက်ဆံယူပြီးတော့ လုပ်ပေမယ့် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ ကုသိုလ်စိတ်တွေ ဖြစ်နေတာပဲဆိုတာ ခန့်မှန်းလို့ရတယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်ရဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း အလုပ်ကို သူတစ်ပါးစိတ်ချမ်းသာစေချင်တဲ့စိတ်၊ သူတစ်ပါးကောင်း ကျိုးရစေချင်တဲ့စိတ်နဲ့ လုပ်တာလေးနဲ့ နှိုင်းယှဉ်လိုက်ရင် သိနိုင်တာ ပေါ့။

စီးပွားရေးလုပ်ငန်း လုပ်တာပဲ။ အကုသိုလ်အလုပ်နဲ့ ဘာမှ

မဆိုင်ဘူးပြောလို့ မရဘူးနော်။ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်း၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းဖြစ်နေပေမယ့် စေတနာမပါဘဲ လုပ်ရင် အကုသိုလ်က ဖြစ်နေတာပဲ။ သူများပစ္စည်းခိုးမှ အကုသိုလ်ဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူး။

ကိုယ့်ဆီ ဈေးလာဝယ်တဲ့သူဆီက ခိုးလိုက်မှ အကုသိုလ်ဖြစ်တာ မဟုတ်ဘူး။ စေတနာမပါဘူးဆိုရင် အလေးမခိုးဘဲ ရောင်းဦးတော့ ကိုယ်ရောင်းလိုက်တဲ့ပစ္စည်း အရည်အသွေးကောင်းအောင် လုပ်ထားဘူးဆိုရင် အကုသိုလ်ဖြစ်မှာပဲ။ အလေးလည်း မခိုးပါဘူး၊ အရည်အသွေးလည်း ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လာဝယ်တဲ့သူ အပေါ်မှာ မချေမငံနဲ့ မောက်မောက်မာမာ ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်း ဆက်ဆံတယ်ဆိုရင်လည်း ဈေးရောင်းနေရင်းနဲ့ အကုသိုလ်ဖြစ်နေတာနော်။

ပစ္စည်းလည်း အရည်အသွေးကောင်းအောင်လုပ်၊ အတိုင်းအတာလည်း ပမာဏပြည့်အောင်လုပ်၊ ဈေးနှုန်းလည်း မှန်ကန်အောင်လုပ်၊ ဝယ်သူအပေါ်မှာလည်း ချိုချိုသာသာပြော။ ဒါဆိုရင် ဈေးရောင်းရင်း ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ဖြစ်နေတာပဲ။ ကိုယ့်ရဲ့ အတ္တဟိတလုပ်ရင်း အလိုအလျောက် ပရဟိတဖြစ်နေတာပဲ။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့စိတ် မရှိရင် ပရဟိတက အလိုလိုဖြစ်ပါတယ်။

ခုန ပန်းရန်ဆရာနှစ်ယောက်ကိုပဲ ကြည့်ပေါ့လေ။ အုတ်ကို ဖြစ်သလိုစီနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လည်း တစ်နေ့ကို အုတ်အချပ်တစ်ရာပဲ စီတယ်ဆိုပါစို့။ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်စီတဲ့သူကလည်း တစ်နေ့ကို အုတ်အချပ်တစ်ရာပဲ စီဖြစ်တယ်။

ဒါပေမဲ့ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် မစီတဲ့ ပန်းရန်ဆရာက

စီနေရင်းနဲ့ကို အကုသိုလ်တွေ ဖြစ်နေတာ။ စေတနာမှ မပါပဲ။ ပြီးပြီး ရော ဆိုတဲ့စိတ် ဖြစ်နေတော့ အဲဒီစိတ်က အကုသိုလ်စိတ်ပဲ။ ကိုယ့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်ကို လုပ်နေရင်းနဲ့ကို အကုသိုလ်က ဖြစ်နေတာနော်။

အကုသိုလ်ဆိုတာ ဟိုလိုကြီးမှ အကုသိုလ်မဟုတ်ဘူး၊ ဒီလိုလေးလည်း အကုသိုလ်ပဲ။ ကုသိုလ်ဆိုတာ ဟိုလိုကြီးမှ ကုသိုလ် မဟုတ်ဘူး၊ ဒီလိုလေးလည်း ကုသိုလ်ပဲ။

ဒီအိမ်မှာနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဒီအဆောက်အအုံကို အသုံးပြုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် စိတ်ချမ်းသာပါစေ။ အဆောက်အအုံလေး အရည်အသွေး ကောင်းပါစေ။ ရေကန်ဖြစ်ရင်လည်း ရေကန်။ အိမ်ဖြစ်ရင်လည်း အိမ်ပေါ့လေ။ အရည်အသွေးလေး ကောင်းပါစေဆိုတဲ့ စေတနာနဲ့ သပ်သပ်ရပ်ရပ်လေးဖြစ်အောင် ကြောင့်ကြစိုက်ပြီးတော့ စီနေတယ် ဆိုရင် စီနေရင်းနဲ့ကို ကုသိုလ်တွေ ဖြစ်နေပါတယ်။

ကောင်းကောင်းမွန်မွန် သပ်သပ်ရပ်ရပ်ဖြစ်အောင် ကြောင့် ကြစိုက်နေတဲ့ ဓာတ်ကလေးကိုက ကုသိုလ်ကံ။

ကြောင့်ကြစိုက်နေတဲ့သဘောလေးကို စေတနာလို့ ခေါ်တာ ပေါ့။ ကံဆိုတာ စေတနာကိုပြောတာပဲ မဟုတ်လား။ ပါဠိလေး ရွတ်ကြည့်ပါဦး။ ဘာတဲ့တုံး။ ‘စေတနာဟံ ဘိက္ခဝေ ကမ္မံ ဝဒါမိ’ ဆိုတာ ဘုရားဟောထားတာ ရှိတယ်လေ။

ကိုယ့်ရဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်ကို စိတ်စေတနာ မွန်မွန်မြတ်မြတ် သန့်သန့်စင်စင်လေးနဲ့ လုပ်နေတယ်ဆိုရင် အလို အလျောက်ပရဟိတဖြစ်ပါတယ်။ ကုသိုလ်လည်း ရပါတယ်။ တစ်

ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့စိတ် မရှိဖို့သာ အဓိကပါ။

‘တကူးတကပရဟိတ’ ဆိုတာကတော့ ကိုယ့်ရဲ့ အသက် မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်နဲ့ လုံးဝ မပတ်သက်တဲ့၊ မလုပ်ဘဲနေရင် လည်းဖြစ်တဲ့ သူတစ်ပါးအကျိုးရှိရာရှိကြောင်းအလုပ်တွေကို အချိန် ကုန်ခံ၊ အပင်ယန်းခံ၊ ငွေကုန်ခံ၊ အလုပ်ပျက်ခံပြီးတော့ တမင်တကာ တကူးတက လုပ်ပေးနေတာ။ အဲဒါကိုတော့ တကူးတကပရဟိတလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဒါကတော့ အများသိနေတဲ့ ပရဟိတပေါ့။ လူမှုရေးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ပရဟိတတွေလည်း ရှိမယ်။ သာသနာရေးနဲ့ ပတ် သက်တဲ့ ပရဟိတတွေလည်း ရှိမယ်။

စားဝတ်နေရေး၊ ကျန်းမာရေးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ကူညီတာ၊ ပညာရေး၊ စီးပွားရေးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ထောက်ပံ့တာတွေက ‘လူမှုရေး ပရဟိတ’ တွေပါ။

ဘုရားကျောင်းကန်၊ စာသင်တိုက်၊ ရိပ်သာ၊ ပရိယတ္တိ စာမေးပွဲ၊ ပဋိပတ္တိတရားစခန်းတွေမှာ လှူဒါန်းတာ၊ တရားပွဲတွေ ကျင်းပ၊ တရားစာအုပ်၊ တရားတိပ်ခွေတွေ လှူဒါန်း၊ ငှားရမ်း၊ တရားဓမ္မပြန့်ပွားရေး၊ သာသနာတိုးတက်ရေးဆောင်ရွက်တာတွေ က ‘သာသနာရေးပရဟိတ’ တွေပါ။

လူမှုရေးပရဟိတ အားသန်ရင် လူမှုရေးပရဟိတကို အဓိက ထားလုပ်၊ သာသနာရေးပရဟိတ အားသန်ရင် သာသနာရေး ပရဟိတကို အဓိကထားလုပ်၊ နှစ်ခုလုံး အားသန်ရင် နှစ်ခုလုံးကို တစ်ပြိုင်တည်းတွဲပြီး သူ့အချိန်နဲ့သူ စနစ်တကျလုပ်။ အနည်းအများ

သာ ကွာရင်ကွာမယ် ... နှစ်ခုလုံးကိုတော့ လုပ်ရမှာပဲ။ ကိုယ့်စိတ်  
ဓာတ်၊ ကိုယ့်ဘဝအနေအထားနဲ့ လိုက်လျောညီထွေအောင် ချိန်ဆပြီး  
လုပ်ပေါ့။

ဒီနေ့ တရားပွဲကျင်းပတယ် ဆိုတာက အလိုအလျောက်  
ပရဟိတလား၊ တကူးတက ပရဟိတလား။

တရားပွဲမလုပ်ဘဲနဲ့ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အေးအေးဆေးဆေး  
ထိုင်နေရင်လည်း မရဘူးလား။ ရတာပဲ။ တရားသိချင်ရင်၊ တရားနာ  
တဲ့ကုသိုလ် ရချင်ရင် ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် တရားတိပ်ခွေလေး နား  
ထောင်ပေါ့။ သူများကို ဓမ္မဒါနတရား အလှူပေးချင်တယ်ဆိုရင်လည်း  
တရားတိပ်ခွေဝေ၊ တရားစာအုပ်ဝေလည်း ရတာပဲ။

ဒါပေမဲ့ အရှင်လတ်လတ် နာစေချင်တဲ့ မေတ္တာစေတနာ  
လေးနဲ့ အခုလို တရားပွဲလုပ်လိုက်တော့လည်း တကူးတကပရဟိတ  
ဖြစ်သွားတယ်။ တမင်တကာကို အချိန်ကုန်ခံ၊ ငွေကုန်ခံပြီးတော့  
တကူးတက လုပ်လိုက်တာလေ။

တရားနာဖြစ်စေချင်လို့ တရားပွဲကျင်းပပေးတာကို တကူး  
တကပရဟိတလို့လည်း ပြောလို့ရသလို အလိုအလျောက်ပရဟိတလို့  
ပြောမယ်ဆိုရင်လည်း ရတာပါပဲ။

တရားပွဲကျင်းပပြီး တရားအလှူပေးလှူတဲ့ ဓမ္မဒါနကုသိုလ်  
ကြီး ကိုယ်ရချင်လို့၊ ဒီလို ကြီးကျယ်တဲ့ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ကြီးကြောင့်  
ပစ္စုပ္ပန်မှာရော သံသရာမှာပါ ဉာဏ်ပညာကြီးကျယ်ချင်လို့ တရားထူး  
တရားမြတ် မြန်မြန်ရချင်လို့ ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ တရားပွဲကျင်းပ  
တာဆိုရင် ကိုယ့်အကျိုးအတွက် လုပ်တာပါပဲ။





ဒါပေမဲ့ အဲဒီကုသိုလ်ပြုခံရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် သူတစ်ပါးမှာ ချမ်းသာမသွားဘူးလား။ ချမ်းသာသွားတယ်။ ကိုယ် ဒါနကုသိုလ်ရချင်လို့ လုပ်တဲ့ အလှူပေးပုဂ္ဂိုလ်ကြောင့် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်မှာ အကျိုးရှိသွားတယ်၊ ကောင်းကျိုးချမ်းသာရသွားတယ်။

ဘုန်းကြီးတစ်ပါးကို ဆွမ်းကပ်တယ်ဆိုရင် ဖြစ်လေရာဘဝမှာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာတွေရအောင်ဆိုတဲ့သဘောနဲ့၊ သံသရာရိက္ခာစုတဲ့သဘောနဲ့ ကိုယ့်အကျိုးအတွက် ဒါနပြုလိုက်တာပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတဲ့သံဃာတော်မှာ ချမ်းသာမသွားဘူးလား။ ချမ်းသာသွားတယ်။ တစ်ဖက်သား အကျိုးရှိသွားတယ်။ ကိုယ့်အကျိုးအောင်၊ အများအကျိုးအောင်။

သီလကောင်းမှုလည်း ဒီအတိုင်းပဲပေါ့။ ခြင်လေးတစ်ကောင် ရိုက်ချင်တယ်။ မရိုက်ဘဲနဲ့ သီလကို လုံအောင်ထိန်းလိုက်တယ်။ ဖြစ်လေရာဘဝ အသက်လည်း မတို့အောင်၊ အနာရောဂါတွေလည်း မများအောင်၊ သီလကုသိုလ်တွေ ရပြီးတော့ ဒီသီလကုသိုလ်ကနေတစ်ဆင့် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တွေလည်း ရအောင်ဆိုပြီးတော့ ကိုယ့်အကျိုးအတွက် သီလစောင့်လိုက်တာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီခြင်လေးမှာ ချမ်းသာမသွားဘူးလား။ ချမ်းသာသွားတယ်။ ကိုယ့်အကျိုးအောင်၊ အများအကျိုးအောင်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုနဲ့ ကိုယ့်အကျိုးအောင်တယ်ဆိုရင် အများအကျိုးက အလိုလို အောင်ပြီးသားပါပဲ။ ‘သတ္တဝါအားလုံး ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ’။ မေတ္တာဘာဝနာကုသိုလ် လိုချင်လို့၊ ဒါမှမဟုတ်လည်း လူချစ်လူခင်ပေါများချင်လို့၊ စိတ်ကလေး ကြည်

လင်အေးချမ်းချင်လို့၊ မေတ္တာပါရမီဖြည့်ချင်လို့၊ မင်္ဂိုလ်နိဗ္ဗာန်ရချင်လို့  
မေတ္တာပို့တယ်။ မေတ္တာအပို့ခံရသူမှာလည်း ချမ်းသာသွားဘူးလား။  
ချမ်းသာသွားတယ်။ ကိုယ့်အကျိုးဆောင်၊ အများအကျိုးအောင်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် ဝေဘူဆရာတော်ဘုရားကြီးက မိန့်တော်  
မူဖူးတယ်။ နှာသီးဝလေး သတိကပ်ပြီးတော့ ဝင်လေ ထွက်လေ  
ရွမှတ်နေမယ်ဆိုရင် ‘မိမိ အာနာပါနုရွမှတ်ခြင်းကို အကြောင်းပြု၍  
မိမိပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ သတ္တဝါတွေနဲ့တကွ တစ်လောကလုံး ချမ်း  
သာသွားပါတယ်’ တဲ့။

ဝိပဿနာအလုပ် အားထုတ်ကြတယ်ဆိုရင်လည်း ကိုယ့်  
အတွက်ကောင်းဖို့ လုပ်နေပေမယ့် ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာလည်း  
သူတော်ကောင်းဓာတ်၊ ဓမ္မဓာတ်တွေ ရိုက်ခတ်ပြီးတော့ ချမ်းသာ  
သွားတာပါပဲ။ ကိုယ့်အကျိုးဆောင်၊ အများအကျိုးအောင်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုဆိုတာ ကိုယ့်အကျိုးဆောင်ရင်းနဲ့ အများ  
အကျိုးအောင်အောင် လုပ်နေတာပဲနော်။ ဒါ့ကြောင့် ဒီနေ့တရားပွဲက  
အလိုအလျောက်ပရဟိတလို့ ပြောမယ်ဆိုရင်လည်း ရတာပါပဲ။  
ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ကြီး ကိုယ်ရအောင်ဆိုပြီးတော့ တရားပွဲကျင်းပတာ  
တရားနာတဲ့ ပရိသတ်မှာလည်း အကျိုးတွေ များသွားကြတာပါပဲ။

ဘယ်အလုပ်ကိုပဲဖြစ်ဖြစ် ကုသိုလ်ပုံစံလေးနဲ့ ကုသိုလ်  
ဘောင်ဝင်အောင်၊ ကုသိုလ်ဖြစ်သွားအောင် လုပ်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်  
အကျိုးအတွက် လုပ်နေရင်းနဲ့ အများအကျိုးဆောင်ပြီးသား ဖြစ်သွား  
ပါတယ်။ ကိုယ့်အတွက် မျှော်လင့်ပြီးလုပ်ပေမယ့် အများအတွက်  
အကျိုးရှိနေရင် အဲဒီအလုပ်ကို လုံးဝ အပြစ်မတင်သင့်ပါဘူး။ အဲဒီ

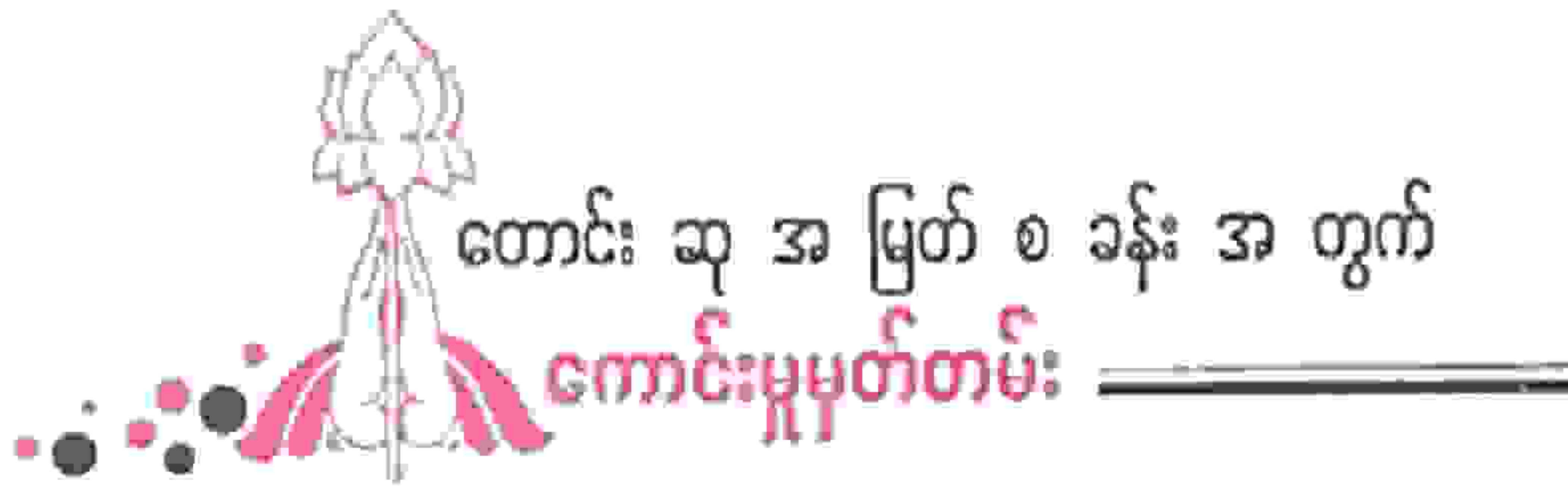
အလုပ် လုပ်နေတဲ့လူကိုလည်း လုံးဝ အပြစ်မမြင်သင့်ပါဘူး။

‘ပရဟိတ’ လို့ ခေါင်းစဉ်တပ်ထားတဲ့အလုပ်ကို လုပ်မှ ပရဟိတအလုပ် လုပ်နေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ‘အတ္တဟိတ’ လို့ ခေါင်းစဉ်တပ်ထားတဲ့အလုပ်ကိုလည်း အများအကျိုးရှိအောင် အရည် အသွေးအကောင်းဆုံးလုပ်ရင် ပရဟိတအလုပ် လုပ်နေတာပါပဲ။ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းတဲ့အလုပ်သည်ပင်လျှင် တစ်ကိုယ်ကောင်း ဆန်တဲ့စိတ် မထားဘဲ အများအဆင်ပြေစေချင်တဲ့ မေတ္တာစိတ်နဲ့ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးလုပ်ရင် ပရဟိတအလုပ် လုပ်နေတာပါပဲ။

ကိုယ့်အကျိုးဆောင်တဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်ကို အဲဒီအလုပ်နဲ့ ပတ်သက်ဆက်စပ်သူတွေအပေါ် မေတ္တာစေတနာထား ပြီး အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးလုပ်ရင် အများအကျိုးဆောင်ရာ ရောက်ပါတယ်။ ကိုယ့်အကျိုးဆောင်၊ အများအကျိုးအောင်။ မေတ္တာ စိတ်နဲ့ အရည်အသွေးကြောင့် ကိုယ့်အလုပ်လည်း ပိုအောင်မြင်တဲ့ အတွက် ကိုယ့်အကျိုးလည်း ပိုရှိသွားပါတယ်။

အသေလှတဲ့သူဖြစ်ဖို့ နံပါတ်နှစ် အရည်အသွေးက တစ် ကိုယ်ကောင်းမဆန်ရဘူးတဲ့။ အလှအပလည်း တစ်ကိုယ်ကောင်း မဆန်နဲ့၊ အကျိုးစီးပွားလည်း တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်နဲ့။ အလို အလျောက် ပရဟိတရယ်၊ တကူးတက ပရဟိတရယ် ပရဟိတ အလုပ်တွေကို ကိုယ်စွမ်းနိုင်သမျှ လုပ်ပါ။

ပရဟိတနဲ့ ပတ်သက်လို့ကတော့ ‘ပရဟိတစိတ်ဓာတ်’ တရားမှာ အကျယ်တဝင့် ဟောပေးထားပါတယ်။ အဲဒီမှာ နာယူ လိုက်ပါ။ စာအုပ်ထွက်လာရင်လည်း အဲဒီမှာပဲ ဖတ်ရှုလိုက်ပါ။



အသေလှတဲ့သူ ဖြစ်ဖို့အတွက် တတိယမြောက်အရည်  
 အသွေးက ကုသိုလ်ပူဇွန်းရမယ်။ ကုသိုလ်တွေ ရေဇွေးကရားထဲ  
 ထည့်ပြီးတော့ မီးနဲ့တိုက်၊ အပူပေးရမှာကို ပြောတာ မဟုတ်ဘူး  
 နော်။ ကုသိုလ်ပူဇွန်းအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမှာတုံး။

နောက်လှည့်ကြည့်လိုက်တော့လည်း ကုသိုလ်နဲ့၊ ရှေ့မျှော်  
 ကြည့်လိုက်တော့လည်း ကုသိုလ်နဲ့၊ ခုပစ္စုပ္ပန် လောလောဆယ်  
 ငုံ့ကြည့်လိုက်တော့လည်း ကုသိုလ်နဲ့။

မနေ့ကလည်း ကုသိုလ်နဲ့၊ ဒီနေ့လည်း ကုသိုလ်နဲ့၊ မနက်  
 ဖြန်လည်း ကုသိုလ်နဲ့။ အရင်အပတ်ကလည်း ကုသိုလ်နဲ့၊ ဒီအပတ်  
 လည်း ကုသိုလ်နဲ့၊ နောက်အပတ်လည်း ကုသိုလ်နဲ့။

အရင်လကလည်း ကုသိုလ်နဲ့၊ ဒီလလည်း ကုသိုလ်နဲ့၊

နောက်လလည်း ကုသိုလ်နဲ့။ မနှစ်ကလည်း ကုသိုလ်နဲ့၊ ဒီနှစ်လည်း ကုသိုလ်နဲ့၊ နောက်နှစ်လည်း ကုသိုလ်နဲ့။

အတိတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်၊ အနာဂတ် ကာလသုံးပါးလုံးမှာ ကုသိုလ် တွေ ရှေ့နောက်မပြတ် ဆက်စပ်နေတယ်ဆိုရင် ကုသိုလ်ပူဇွေးတယ် လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ အဆက်မပြတ် တရစပ် ပြုလုပ်နေတာကိုပဲ ကုသိုလ်ပူဇွေးတယ်လို့ ပြောလိုက်တာပါ။

သာသာရေး မမေ့ပါဘူး။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုပါတယ် ပြောပြီး တစ်နှစ်မှတစ်ခါ ကုသိုလ်ပြုတာမျိုး၊ အခါကြီးရက်ကြီး ကျမှ ကုသိုလ်ပြုတာမျိုး၊ မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ် စတဲ့ အထိမ်းအမှတ် တစ်ခုခုရှိမှ ကုသိုလ်ပြုတာမျိုးကို ကုသိုလ်ပူဇွေးတယ်လို့ မခေါ်ပါဘူး။

တစ်ခါတစ်ရံ အကြောင်းကိစ္စရှိမှ ကုသိုလ်ထပြုတဲ့သူရဲ့ စိတ်အစဉ်မှာ ကုသိုလ်ပြုနေဆဲရက်ပိုင်းမှာတော့ သူ့ကုသိုလ်ကို အာရုံပြုပြီး ကုသိုလ်ပူဇွေးနေပေမယ့် ရက်အနည်းငယ်ကြာသွားတဲ့ အခါမှာတော့ ပြုပြီးသားကုသိုလ်ကိုလည်း မေ့သွား၊ မပြုရသေးတဲ့ ကုသိုလ်ကိုလည်း သတိမရတော့တဲ့အတွက် စိတ်အစဉ်မှာ ကုသိုလ် ဓာတ်တွေ ဖြစ်မနေတော့ဘဲ ကုသိုလ်အေးစက်သွားပါတယ်။

အနီးကပ်အတိတ်နေ့ရက်တွေမှာလည်း ကုသိုလ်ကောင်းမှု တွေ လောလောလတ်လတ် ပြုထားတယ်၊ အနီးကပ် အနာဂတ် နေ့ရက်တွေမှာလည်း ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုဖို့ စီစဉ်ထားတာ အဆင် သင့်ရှိနေတယ်ဆိုရင် ပြုခဲ့တဲ့ကုသိုလ်ကိုလည်း သတိရ၊ ပြုဦးမယ့် ကုသိုလ်ကိုလည်း သတိရနေတဲ့အတွက် စိတ်အစဉ်မှာ ကုသိုလ်ဓာတ် တွေ လွှမ်းခြုံပြီး ကုသိုလ်ပူဇွေးနေပါတယ်။

‘ကောင်းမှုတစ်ခု နေ့စဉ်ပြု’ ဆိုတဲ့အတိုင်း နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုနေမယ်ဆိုရင် နောက်ကကုသိုလ်လည်း သတိရ၊ ရှေ့ကကုသိုလ်လည်း သတိရနေတဲ့အတွက် ကုသိုလ်စိတ်တွေ အမြဲ တမ်း ပူပူနွေးနွေး ဖြစ်နေတော့မှာပါပဲ။

အဲဒီလိုကို ကုသိုလ်က အမြဲပူနွေးနေရမှာပါ။ တစ်ခါတစ်ရံမှ ကုသိုလ်လုပ်ရင် ကုသိုလ်မပူနွေးပါဘူး။ အမြဲတမ်း ကုသိုလ်လုပ်နေ မှ ကုသိုလ်ပူနွေးပါတယ်။

ဒါနကုသိုလ်နဲ့ ကုသိုလ်ပူနွေးချင်ရင် ဒါနကုသိုလ် နေ့တိုင်း ပြုပေါ့။ နည်းတာ၊ များတာ အဓိက မဟုတ်ပါဘူး၊ လှူဖြစ်ဖို့သာ အဓိကပါ။ ထူးထူးခြားခြား များများစားစား ဒါနကုသိုလ်နဲ့ ကုသိုလ် ပူနွေးချင်ရင် ထူးထူးခြားခြား များများစားစား ဒါနကုသိုလ်တွေ မကြာခဏပြုပေါ့။

ပါဠိတော် တိုက်ရိုက်ကတော့ ‘ကတကလျာဏော - ပြုအပ်သောကောင်းမှုရှိသည်’ ပဲပေါ့။ ‘ကုသိုလ်ရှိရမယ်’ ဆိုတာ ကိုပဲ တရားနာပရိသတ်များ လက်တွေ့ဘဝထဲမှာ လိုက်နာကျင့် ကြံလို့ရအောင်၊ စိတ်ဓာတ်အင်အားတွေ၊ သဒ္ဓါတရားအင်အားတွေ တိုးတက်လာအောင် ‘ကုသိုလ်ပူနွေးရမယ်’ လို့ ဦးဇင်းက မြန်မာလို ပြောပေးလိုက်တာပါပဲ။

‘ကုသိုလ်ရှိရမယ်’ လို့ပဲ သာမန်ပြောလိုက်ရင် ကုသိုလ် တစ်ခုလောက် ရှိရုံနဲ့ ကျေနပ်နေလိမ့်မယ်။ ကုသိုလ်က တစ်ခုတည်း ရှိနေရမှာ မဟုတ်ဘူး။ အများကြီး ရှိနေရမှာ။ အများကြီးရှိဖို့ ဆိုတာကလည်း အမြဲပြုလုပ်နေမှ။ ဒါ့ကြောင့် ‘ကုသိုလ်ပူနွေးရမယ်’

လို့ ပြောတာ။

ကုသိုလ်ပူဇွေးရမယ် ဆိုတဲ့နေရာမှာလည်း ပြုပြီးအဟောင်းနဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးတာရယ်၊ ပြုဆဲအသစ်နဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးတာရယ် ဆိုပြီးတော့ နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

ပြုပြီးအဟောင်းနဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးတယ်ဆိုတာက အရင်က ပြုပြီးသားကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို ထပ်တလဲလဲ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်၊ သတိရအောက်မေ့နေတာပါပဲ။ ဟိုတုန်းကပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို အခုပြန်ပြီးတော့ ဆင်ခြင်စဉ်းစားနေတော့ ကုသိုလ်တွေ ပူဇွေးသွားတာပေါ့။ မေ့ထားမယ်ဆိုရင် ကုသိုလ်တွေ အေးစက်နေမှာပဲ။

လွန်ခဲ့တဲ့ တစ်လလောက်က ငွေတစ်သိန်း လှူခဲ့ဖူးတယ်။ အခုတစ်ကြိမ် စဉ်းစားလိုက်တော့ နောက်ထပ်တစ်သိန်း လှူပြီးသား ဖြစ်သွားတယ်။ ကုသိုလ်အသစ် ထပ်တိုးတယ်။ ဆယ်ကြိမ်စဉ်းစားတော့ ဆယ်သိန်းလှူရာရောက်တယ်။ အကြိမ်တစ်ရာ စဉ်းစားတော့ သိန်းတစ်ရာ လှူရာရောက်တယ်။ အကြိမ်ပေါင်းတစ်ထောင် ထပ်စဉ်းစားလိုက်တယ်ဆိုရင် သိန်းတစ်ထောင်လှူရာတောင် ရောက်သွားတယ်။ တစ်ခေါက်ပြန်စဉ်းစားတိုင်း တစ်ခေါက်ထပ်လှူပြီးသား ဖြစ်သွားတာပေါ့။

ကုသိုလ်တွေလည်း တစ်ထပ်ပြီးတစ်ထပ် တိုးသွားပါတယ်။ ပြန်ပြန်ပြီးတော့ စဉ်းစားနေတဲ့အတွက် ကုသိုလ်လေးကလည်း ပူဇွေးနေပါတယ်။ ကိုယ့်စိတ်အစဉ်မှာ ကုသိုလ်ဓာတ်တွေ ပူဇွေးနေတာပေါ့။

ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုပြီးအဟောင်းတွေဆိုတာ မေ့ပစ်ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ထပ်တလဲလဲ ပြန်ပြီးတော့ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်နေရမှာ။

မကြာခဏ ပြန်ပြီးတော့ သတိရအောက်မေ့နေရမှာ။ အဲဒီလို ထပ်  
တလဲလဲ နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်နေမယ်၊ မကြာခဏ သတိရအောက်  
မေ့နေမယ်ဆိုရင် ကုသိုလ်တွေ အမြဲပူဇွန်းနေမှာပေါ့။

ကုသိုလ်ပူဇွန်းအောင်ဆိုရင်တော့ ကိုယ်ပြုထားတဲ့ ကုသိုလ်  
ကောင်းမှုတွေကို စာအုပ်ထဲမှာ မှတ်တမ်းတင်ထားဖို့ လိုပါတယ်။  
ဘာမှ မှတ်တမ်းတင်မထားဘူးဆိုရင်တော့ ရုတ်တရက် ပြန်စဉ်းစား  
တဲ့အခါ ကိုယ်ပြုထားတဲ့ကုသိုလ်တွေက ပေါ်မလာဘူး။ သိပ်ထင်ရှား  
လွန်းတဲ့ ကုသိုလ်တွေလောက်တော့ နည်းနည်းပါးပါး ပေါ်ချင်ပေါ်  
လာမယ်။ တစ်ခုမကျန် အကုန်တော့ မပေါ်နိုင်ဘူး။

ဒါ့ကြောင့် 'ပုညပေါ်ထွက်' လို့ခေါ်တဲ့ 'ကုသိုလ်မှတ်  
တမ်း' စာအုပ်ကိုလည်း ပြုလုပ်ထားသင့်တယ်။ ဘာလေးလှူလှူ  
မှတ်ထားပေါ့။ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း သမားရိုးကျလှူနေတာတွေဆိုရင်တော့  
နေ့တိုင်းမမှတ်ချင်နေပေါ့လေ။

နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ဘုရားကို ဆွမ်း၊ ပန်း၊ ရေချမ်း၊ မီးအလင်း  
လှူတာမျိုးတွေ၊ တန်းဆွမ်း၊ ပင့်ဆွမ်း ဘုန်းကြီးဆွမ်းလောင်းတာ  
မျိုးတွေ၊ နေ့စဉ်ဝတ်မပျက် လုပ်နေကျကုသိုလ်တွေကိုတော့ နေ့တိုင်း  
မမှတ်လည်း ရပါတယ်။ 'ကုသိုလ်မှတ်တမ်း' စာအုပ်ရဲ့ ရှေ့ဆုံး  
ထိပ်မှာ 'နေ့စဉ် နေ့တိုင်း ပုံမှန်လုပ်နေကျ ကုသိုလ်တွေကတော့  
ဘာတွေပါ' ဆိုတာ ရေးထားလိုက်ရင် ပြီးတာပါပဲ။

နေ့စဉ်ပြုသမျှ ကုသိုလ်အားလုံးကို ဒိုင်ယာရီသဘောနဲ့  
နေ့တိုင်း မှတ်မယ်ဆိုရင်လည်းပဲ ကောင်းတာပါပဲ။ နေ့စဉ်ကုသိုလ်  
ကတော့ ဘာတွေပြုတယ် အရင်ဆုံး အကြမ်းဖျင်းလေး မှတ်လိုက်



ပေါ့။ ပြီးတော့မှ ဒီနေ့ ဘာထူးထူးခြားခြား လှူဖြစ်တယ်ဆိုတာလေး သီးသန့် မှတ်တမ်းတင်ထား။

ဦးဇင်းတို့ ရဟန်းဒကာမတစ်ယောက်ဆိုရင် ကုသိုလ်မှတ်တမ်းမှတ်ထားတာ တော်တော်ကောင်းတယ်။ ရတနာသုံးပါးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို မှတ်ထားတဲ့ ကုသိုလ်မှတ်တမ်းစာအုပ်က တစ်အုပ်သတ်သတ်ထားတယ်။ လူမှုရေးပရဟိတနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို မှတ်ထားတဲ့ ကုသိုလ်မှတ်တမ်းစာအုပ်က တစ်အုပ်သတ်သတ်ထားတယ်။-မိဘနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေကို မှတ်ထားတဲ့ ကုသိုလ်မှတ်တမ်းစာအုပ်က တစ်အုပ်သတ်သတ်ထားတယ်။

ကုသိုလ်မှတ်တမ်းစာအုပ် သုံးမျိုး ဖြစ်သွားတာပေါ့။ ရတနာသုံးပါးကုသိုလ်မှတ်တမ်း၊ လူမှုပရဟိတကုသိုလ်မှတ်တမ်း၊ မိဘကျေးဇူးဆပ်ကုသိုလ်မှတ်တမ်း ဆိုပြီးတော့ ကုသိုလ်မှတ်တမ်း (၃)မျိုး။ သူ့အပိုင်းနဲ့သူပဲ၊ ရောမပစ်ဘူး။

မိဘကျေးဇူးဆပ်ကုသိုလ်မှတ်တမ်းဆိုရင် ဟိုဘက်က ရတနာသုံးပါးနဲ့ဆိုင်တဲ့ကုသိုလ်တွေ၊ တခြား လူမှုရေးပရဟိတကုသိုလ်တွေနဲ့ ရောပြီးတော့ မထားဘူး။ တောင်းပြီး ကြည့်လိုက်တော့ နေ့တိုင်းလိုလို သူ့မှတ်တမ်းကလည်း ရှိနေတယ်။

ဒီနေ့ ညနေ အပြင်ကနေ အိမ်အပြန်မှာ ဖေဖေနဲ့ မေမေအတွက် ကော်ပြန်ကြော် ဝယ်လာတယ်။ ဘယ်လောက်ဖိုး။ ဒီနေ့ကျတော့ စမူဆာဝယ်လာတယ်။ ဘယ်လောက်ဖိုး။ ဘယ်နေ့ကကျတော့ ကြေးအိုးလေး ဝယ်လာတယ်။ ဘယ်လောက်ဖိုးနဲ့ သူက မုန့်တန်ဖိုး



လှူလည်း ကုသိုလ်ပဲ။

လောကသဘာဝ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် လက်ဆောင် ပေးတယ်ဆိုတာ ရှိတာပဲ။ ကိုယ့်အကျိုးမမျှော်ဘဲ သူ့အကျိုးအတွက် ဆိုတဲ့ စေတနာမေတ္တာသန့်သန့်လေးနဲ့ ပေးရင် လက်ဆောင်ပေးတာ လည်း ဒါနကုသိုလ် ဖြစ်သွားတာပဲ။

'အမှတ်တရလက်ဆောင်' ဆိုတာ ယူသူအတွက်သာ အမှတ်တရဖြစ်ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ပေးသူအတွက်လည်း အမှတ် တရ ဖြစ်ရမှာ။ ယူသူအတွက် မေတ္တာအမှတ်တရပေါ့။ ပေးသူ အတွက် ကုသိုလ်အမှတ်တရပေါ့။

အဲဒါ သူကလည်း အဆင့်မြင့်တဲ့ အရာရှိကတော်ပဲပေါ့ လေ။ သူ့လက်အောက်ငယ်သား၊ သူ့အလုပ်သမား၊ သူ့ရဲ့ ဝန်ထမ်းပေါ့လေ။ ဘယ်သူ့ကိုတော့ ဘယ်နေ့ကဖြင့် ဘာပုဆိုးလေး လက်ဆောင်ပေးလိုက်တယ်။ အစိမ်းရောင် အကွက်ကလေး။ အဲဒါ ကိုပါ သူက အကုန်လုံး မှတ်ထားတာနော်။ ဘယ်နေ့ ဘယ်သူ့ကို တော့ အင်္ကျီလေးတစ်ထည် လက်ဆောင်ပေးလိုက်တယ်။ အပြာ ရောင်လေး။

လူအချင်းချင်း လက်ဆောင်ပေးနေတဲ့ဟာကိုပဲ ကုသိုလ် ပုံစံလေးနဲ့ ပေးတယ်။ ကိုယ့်လက်အောက်ငယ်သား ကိုယ့်အပေါ် ဂရုစိုက်အောင်၊ ကိုယ့်စကား နားထောင်အောင် စည်းရုံးသိမ်းသွင်း တဲ့သဘောမျိုး မထားဘဲနဲ့ လူကို လူလိုပဲ သဘောထားပြီးတော့၊ သံသရာခရီးသွား ဇရပ်တစ်ခုမှာ ဆုံကြတဲ့ ဧည့်သည်တွေလိုပဲ သဘောထားပြီးတော့ ခရီးသွားရင်း တွေ့တဲ့ ဧည့်သည်ကို အကူ

အညီပေးတဲ့သဘောမျိုး မေတ္တာစိတ်လေးနဲ့ ပေးတော့ ကုသိုလ်ဖြစ်  
တာပေါ့။

လိုရင်းကတော့ မြင်မြင်သမျှပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အလှူခံတွေလို့  
သဘောထားပြီးတော့ အလှူပေးတဲ့သဘောနဲ့ လက်ဆောင်ပေး  
တာဆိုတော့ ကုသိုလ်အရည်အသွေးကလည်း မမြင့်ဘူးလား။ မြင့်  
တယ်နော်။ ကိုယ့်စကားနားထောင်အောင်၊ ကိုယ့်ကို ဂရုစိုက်  
အောင်ဆိုတဲ့ စိတ်ကြီးနဲ့ လာဘ်ထိုးတဲ့သဘောမျိုး ပေးတာဆိုရင်တော့  
ကုသိုလ်သိပ်ရပါ့မလား။ မရဘူးနော်။ ဝန်ထမ်းကို လခပေးတဲ့  
သဘောပဲ ဖြစ်မှာပဲ။

ဒါကြောင့် ကိုယ့်အောက်ငယ်တဲ့သူကိုပဲ လက်ဆောင်ပေး  
ပေး၊ ကိုယ့်ထက်ကြီးတဲ့သူကိုပဲ လက်ဆောင်ပေးပေး လာဘ်ပေး  
လာဘ်ယူသဘောမျိုး မဖြစ်စေဘဲနဲ့ ကုသိုလ်စစ်စစ်ဖြစ်အောင် ပေး  
တတ်ရတယ်။ သဒ္ဓါတရားလေးထည့်၊ မေတ္တာတရားလေးထည့်ပြီး  
တော့ ပေးမယ်ဆိုရင် ဘာလက်ဆောင်ပဲပေးပေး ကုသိုလ်ဖြစ်နေမှာ  
ပါပဲ။ အဲဒီလို ကုသိုလ်ပုံစံဝင်အောင် မေတ္တာစစ်စစ်နဲ့ လက်ဆောင်ပေး  
တာတွေကိုလည်း ကုသိုလ်မှတ်တမ်းစာအုပ်လေးထဲမှာ ရေးထားသင့်  
တယ်။

ဒါပေမဲ့လို့ အများစုကတော့ မရေးဖြစ်တာ များတာပေါ့  
နော်။ ရေးဖြစ်ကြရဲ့လား။ ကလေးတရားပွဲလို ကုသိုလ်မှတ်တမ်း  
ရေးတဲ့သူ လက်ညှိုးထောင်ဆိုရင် ထောင်တဲ့သူ ရှိပါဦးမလား။ ကဲ  
- ကုသိုလ်မှတ်တမ်းရေးတဲ့သူ လက်ညှိုးထောင်ကြည့်ပါဦး။ ကဲ  
- တစ်ယောက်မှကို မရှိတော့ဘူးနော်။

ဒီ ‘အသေလှတဲ့သူ’ တရား စ, ဟောတုန်းက ဦးဇင်းလည်း မှန်မှန် မရေးဖြစ်သေးပါဘူး။ ကိုရင်ဘဝတုန်းက မှန်မှန်ရေး ဖြစ်သေးတယ်။ ရဟန်းဖြစ်စကလည်း ရေးဖြစ်သေးတယ်။ နောက်ပိုင်း မရေးဖြစ်တာ တော်တော်ကြာသွားပြီ။

ဒါကြောင့် ဒီတရား စ, ဟောတုန်းက ပရိသတ်နဲ့ အဖော်ရ ပြီး ပရိသတ်ထဲ အခုလို ဝန်ခံခဲ့ပါတယ်။

‘ဟောနေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်လည်းပဲ မရေးထားဘူး။ ဟောတဲ့သူက မရေးထားမှတော့ နာတဲ့သူကလည်း ဘယ်ရေးတော့မလဲ။ အရှင် ဘုရားမှ မရေးတာ၊ တပည့်တော်တို့လည်း မရေးဘူးပေါ့။ ဒါဦးဇင်း မရေးဖြစ်သေးတဲ့အကြောင်းလေး ပရိသတ်ကြားမှာ ရိုးသားစွာ ဝန်ခံ သောအားဖြင့် ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောပြတာပါ။ နောက်ကို ရေးနိုင် အောင်တော့ ကြိုးစားပါမယ်။ ရေးမယ် ရေးမယ်နဲ့ကို မရေးဖြစ်တာ နော်’

အဲဒီလို ဝန်ခံခဲ့ပါတယ်။

အခုတော့ ဦးဇင်း ‘ကုသိုလ်မှတ်တမ်း’ ရေးဖြစ်နေပါပြီ။ ‘အသေလှတဲ့သူ’ တရားက နေရာအနှံ့ ဟောပေးနေတာဆိုတော့ ကိုယ်ဟောတဲ့အတိုင်း ကိုယ်ကျင့်မှ ဖြစ်မှာကိုး။ အရှင်တုန်းကတော့ ကျင့်ခဲ့ဖူးပြီးသားပါ။ ကိုယ်ကျင့်ခဲ့ဖူးလို့လည်း အရသာသိလို့ သူများ ကို ဟောပေးနေတာပေါ့။ ကုသိုလ်မှတ်တမ်းရေးတဲ့အကျင့် ကျင့်တာ ကို ပြောတာနော်။

သီဟိုဠ်ခေတ်က ဒုဋ္ဌဂါမဏိမင်းကြီးဆိုတာ ကုသိုလ်မှတ် တမ်း မှန်မှန်ရေးခဲ့တဲ့သူပါ။ သေးငယ်တဲ့ဒါနလည်း ကုသိုလ်မှတ်တမ်း

ထဲ ရေးထည့်ထားတယ်။ ကြီးကျယ်တဲ့ဒါနလည်း ကုသိုလ်မှတ်တမ်း  
ထဲ ရေးထည့်ထားတယ်။ အခါအားလျော်စွာ ကုသိုလ်မှတ်တမ်း  
ပြန်ပြန်ဖတ်တယ်ပေါ့။

သေခါနီးမှာ စာတော်ဖတ်က ကုသိုလ်မှတ်တမ်း ဖတ်ပြ  
တော့ ကုသိုလ်စာရင်း တစ်ခုပြီးတစ်ခု နားထောင်နေရင်း တစ်နေရာ  
အရောက်မှာ ဆက်မဖတ်တော့ဖို့ လက်ကာပြလိုက်တယ်။ အဲဒီ  
ကုသိုလ်ကို အနှစ်သက်ဆုံး၊ ပီတိအဖြစ်ဆုံးမို့လို့တဲ့ ...။ ဘာကုသိုလ်  
လဲဆိုတော့ ကိုယ်စားမယ့်ထမင်း ကိုယ်မစားတော့ဘဲ ရဟန်းတော်  
တစ်ပါးကို လှူဒါန်းခဲ့တဲ့ကုသိုလ်ပါ။

တစ်ခါတော့ စစ်တိုက်ထွက်ရင်း လူစုကွဲပြီး မင်းကြီးရယ်၊  
မြင်းသည်တော်ရယ်ပဲ မြင်းနဲ့အတူ တောကြီးတစ်ခုထဲ ရောက်သွား  
တယ်။ နေ့လယ်စာ စားချိန်ရောက်တော့ မြင်းသည်တော်က သူယူ  
လာခဲ့တဲ့ တစ်ခုတည်းသော ထမင်းထုပ်ကို ဆက်သတယ်။ တစ်  
ယောက်စာ ထမင်းတစ်ထုပ်ကို လေးပုံပုံ၊ တစ်ပုံက သံဃာအတွက်၊  
တစ်ပုံက သူ့အတွက်၊ တစ်ပုံက မြင်းသည်တော်အတွက်၊ တစ်ပုံက  
မြင်းအတွက်။ အဲဒီမင်းကြီးက စားဦးစားဖျားကို သံဃာမလှူဘဲ  
ဘယ်တော့မှ စားလေ့စားထ မရှိဘူး။

ကြားသိတဲ့ သံဃာတော်တစ်ပါး ဆွမ်းခံကြွဖို့ ကောင်းကင်  
မော့၊ လက်အုပ်ချီပြီး ပင့်လိုက်တယ်။ ဒီဗွေသောတာ(နတ်နား)  
အဘိညာဉ်ရတဲ့ ရဟန္တာတစ်ပါး ကြားသိလို့ ကြွလာတော့ သံဃာ  
ဝေစုတစ်ပုံလည်း လှူလိုက်တယ်။ သူ့စားမယ့်ဝေစုတစ်ပုံလည်း  
လှူလိုက်တယ်။ မြင်းသည်တော်ကလည်း သူ့ဝေစု လှူလိုက်တယ်။

မြင်းကလည်း သူ့ဝေစု လှူပေးဖို့ အမှုအရာ လုပ်ပြလို့ မြင်းရဲ့ ဝေစုကိုလည်း လှူလိုက်တယ်။

ထမင်းတစ်ထုပ်လုံး ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကိုပဲ လှူလိုက်ကြ တယ်။ အရှင်မြတ်က ကိုယ်တိုင်လည်း ဘုဉ်းပေးတယ်။ တန်ခိုးတော် နဲ့ တခြားရဟန်းတော်တွေကိုလည်း ဆက်ကပ်တယ်။ ပိုလျှံနေသေး လို့ သုံးယောက်စာ ပြန်ပို့ပေးလိုက်တဲ့အတွက် မင်းကြီး၊ မြင်းသည် တော်နဲ့ မြင်းလည်း ဝဝလင်လင် စားလိုက်ရသေးတယ်။

လှူတုန်းက တန်ခိုးနဲ့ ပွားပြီး ပိုတာ ပြန်စွန့်ဖို့ မရည်ရွယ် ခဲ့ပါဘူး။ 'ကိုယ်လုံးဝမစားဘဲ အငတ်ခံလိုက်တော့မယ်' ဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်နဲ့ပဲ ပြတ်ပြတ်သားသား စွန့်လွှတ်ပြီး သဒ္ဓါတရား အပြည့် အဝနဲ့ လှူဒါန်းလိုက်တာပါ။

တစ်ယောက်စာထမင်းရဲ့ လေးပုံတစ်ပုံဆိုတော့ အရေ အတွက်အားဖြင့် မများပေမယ့် စွန့်လွှတ်နိုင်စွမ်းအင်အားက ကြီးမား လွန်းတဲ့အတွက် သိသိသာသာ မှတ်မှတ်ရရကြီးကို ပီတိဖြစ်ရတယ်။ အလှူခံရဟန္တာရဲ့ တန်ခိုးတော်ကြောင့် ဆွမ်းတွေ ပွားသွားပြီး ရဟန်း တော်ပေါင်း မြောက်မြားစွာ ဘုဉ်းပေးနေကြတာကို အံ့မခန်း မြင်တွေ့ ရတဲ့အတွက်လည်း ပီတိဖြစ်ရတာပေါ့လေ။ စွန့်လွှတ်ပီတိရယ်၊ ကြည်ညိုပီတိရယ်၊ ပီတိနှစ်မျိုး။

ဒုဋ္ဌဂါမဏိမင်းကြီးရဲ့ ဘဝတစ်သက်တာမှာ အသပြာငွေ ကုဋေပေါင်း ထောင်ချီလှူဒါန်းခဲ့ဖူးပေမယ့် တခြားတခြား အကုန်အကျ များတဲ့ ကုသိုလ်တွေထက် အကုန်အကျမများတဲ့ ဒီဆွမ်းကုသိုလ် လေးကို အနှစ်သက်ဆုံး၊ ပီတိအဖြစ်ဆုံးပဲ။ အဲဒီ ကုသိုလ်လေးကို

အာရုံပြုပြီးတော့ပဲ တုသိတာနတ်ပြည် တက်သွားပါတယ်။ အသေလှ သွားတာပေါ့။

ကုသိုလ်မှတ်တမ်းရဲ့ တန်ခိုး အင်မတန်ကြီးမားပါတယ်။ အဲဒီ တောတွင်းဆွမ်းကုသိုလ်လေးကိုသာ ကုသိုလ်မှတ်တမ်းထဲ ရေး ထည့်မထားရင် သေခါနီး မှတ်မိချင်မှ မှတ်မိမှာနော်။

ဒါ့ကြောင့် နည်းတာများတာ အဓိကမထားဘဲ ကုသိုလ် မှတ်တမ်းထဲ ရေးထည့်ထားပါ။ ကိုယ်မစားဘဲ သူများကို လှူတဲ့ ငှက်ပျောသီးတစ်လုံး ကုသိုလ်တောင် ချန်မထားနဲ့နော်။ သိန်းတစ် ထောင်ကုသိုလ်ထက် ငှက်ပျောသီးတစ်လုံးကုသိုလ်က ပိုပီတိဖြစ် ချင်ဖြစ်နေမှာ။

ကိုယ်မသုံးစွဲဘဲ စွန့်လွှတ်လှူဒါန်းလေ၊ ပီတိစွမ်းအား ပိုကောင်းလေပါ။ စွန့်လွှတ်မှုထင်ရှားတဲ့ ကုသိုလ်မှန်သမျှ အသေး အမွှားမကျန် အကုန်မှတ်ထားပါ။ သေခါနီးမှ မဟုတ်ပါဘူး။ ရှင်နေ စဉ်မှာ ပြန်ဖတ်လည်း ဖတ်တိုင်းဖတ်တိုင်း အရသာရှိနေပါလိမ့်မယ်။ ထူးထူးခြားခြားကြီးကို အရသာရှိနေမှာပါ။

ဒါနကုသိုလ်ကို နမူနာပြောလိုက်ရင် သီလကုသိုလ်၊ ဝေ - ယျာဝစ္စကုသိုလ်၊ တရားဟောကုသိုလ်၊ တရားနာကုသိုလ်၊ ဂုဏ်တော် ပွားကုသိုလ်၊ မေတ္တာပို့ကုသိုလ်၊ ဝိပဿနာရှုကုသိုလ်၊ ပရိတ်ပဋ္ဌာန်း ရွတ်ကုသိုလ် စတဲ့ တခြားကုသိုလ်တွေမှာလည်း ချဲ့ထွင်သဘော ပေါက်လိုက်ပါ။





မှတ်တမ်းရှိတော့

ဇာတ်လမ်းကြည့်နေရသလို

အသိအာရုံထင်ရှား

ပီတိအဟုန် ပိုတိုးသွားတာမို့

ကုသိုလ်မှတ်တမ်းရေးထားသင့်တယ် . . .

အဟောင်းရဲ့စွမ်းအားက

အသစ်အတွက် တွန်းအားဖြစ်လို့

ကုသိုလ်အဟောင်း ပြန်ဖတ်မိတိုင်း

ကုသိုလ်အသစ် ထပ်လုပ်ဖြစ်ပြန်ရော . . .

ကောင်းမှုမှတ်တမ်းရဲ့

တောင်းဆိုအမြတ်စခန်းက

နိဗ္ဗာန်နန်း ဖြစ်နေလေတော့

ကောင်းမှုကုသိုလ် ကဲလျှံလေ

နိဗ္ဗာန်စခန်း အမြန်ရောက်လေပေါ့ . . . ။



အ မြတ် ယူ စိတ် ကောင်း ပွေး အိ ရင်  
**ထပ်တူအတိတ်ကောင်းတွေ့မိပါတယ် =**

အကြောင်းမညီညွတ်လို့ ကုသိုလ်မှတ်တမ်းစာအုပ် မရေး  
 ဖြစ်ဘူးဆိုရင်လည်း ပြုပြီးအဟောင်းတွေနဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွန်အောင်  
 ဆင်ခြင်စဉ်းစားတဲ့နည်းတော့ ရှိပါတယ်။ တရားနာပရိသတ်များ  
 အဲဒီနည်း မလိုချင်ဘူးလား။

လိုချင်တယ်။ စာအုပ်နဲ့ မှတ်ရမှာ ပျင်းလို့ ထင်တယ်နော်။  
 စာအုပ်နဲ့ ရေးမှတ်ပြီးတော့ ပြန်ဖတ်တာကလည်း ကောင်းပါတယ်။  
 ပိုတိကျတာပေါ့။ ပိုသေချာတာပေါ့။ ပိုများများ မှတ်မိတာပေါ့။  
 ပီတိတွေ ပိုများများ တိုးပွားတာပေါ့။

အခြေအနေမပေးလို့ စာအုပ်နဲ့ မမှတ်ဖြစ်ဘူးဆိုရင်လည်း  
 ကိုယ်ဘာပဲတွေ့တွေ့၊ တွေ့တဲ့ အရာဝတ္ထုနဲ့ အလားတူပစ္စည်းဝတ္ထု  
 အရင်တုန်းက လှူခဲ့ဖူးတာလေး ပြန်စဉ်းစားလိုက်။ ကိုယ်ဘာပစ္စည်းပဲ

သုံးစွဲသုံးစွဲ၊ ကိုယ်သုံးစွဲနေတဲ့ ပစ္စည်းနဲ့ အလားတူပစ္စည်းဝတ္ထုလေး  
အတိတ်တုန်းက လှူဒါန်းခဲ့ဖူးတာလေး ပြန်စဉ်းစားလိုက်။ မလှူရ  
သေးဘူးဆိုရင်လည်း လှူဦးမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်လေး မွေးမြူလိုက်။  
အဲဒါဆိုရင် ကုသိုလ်ပူဇွေးသွားပါလိမ့်မယ်။

ကိုယ်ကိုယ်တိုင် လောလောဆယ် ထိတွေ့သုံးစွဲနေတာ  
မဟုတ်ဘဲနဲ့ ကိုယ့်မျက်စိနဲ့ မြင်တွေ့နေရတဲ့ ပစ္စည်းဝတ္ထုတွေကို  
အကြောင်းပြုပြီးတော့လည်း ကုသိုလ်ပူဇွေးအောင် လုပ်ရမယ်။

ညဘက် အပြင်ဘက်ထွက်တယ်ဆိုရင် လမ်းဘေးမီးတိုင်၊  
တွေ မီးလင်းနေတာ မတွေ့ရဘူးလား။ လမ်းဘေးမီးတိုင် မီးလင်းနေ  
တာ ကြည့်ပြီးတော့ ဓာတ်တိုင်လှူခဲ့ဖူးတဲ့ကုသိုလ်၊ ဓာတ်ကြိုးလှူခဲ့ဖူး  
တဲ့ကုသိုလ်၊ မီးလုံးလှူခဲ့ဖူးတဲ့ကုသိုလ်တွေ ပြန်စဉ်းစားလိုက်မယ်၊  
ပြန်သတိရလိုက်မယ်ဆိုရင် ကုသိုလ်ပူဇွေးသွားတာပါပဲ။

လမ်းသွားတယ်ဆိုရင် သစ်ပင်တွေလည်း တွေတာပဲ။ မြက်  
ခင်းတွေလည်း တွေတာပဲ။ သစ်ပင်အလှူ လှူခဲ့ဖူးတာလေးတွေ၊  
မြက်ခင်းအလှူ လှူခဲ့ဖူးတာလေးတွေ ပြန်စဉ်းစားပြီးတော့ သတိရ  
လိုက်မယ်ဆိုရင် သွားရင်းလာရင်းနဲ့ကို ကုသိုလ်ပူဇွေးနေတာ။ သဘော  
ပေါက်ပါတယ်နော်။

ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ထိတွေ့သုံးစွဲနေတဲ့ ပစ္စည်းဝတ္ထုနဲ့ ပတ်  
သက်လို့လည်း ဒီအတိုင်းပဲပေါ့။ မနက်အိပ်ရာထ မျက်နှာသစ်တယ်။  
မျက်နှာသစ်ပြီးတော့ မျက်နှာသုတ်တော့ မျက်နှာသုတ်ပဝါလေး သုံး  
ရတယ်လေ။ အဲတော့ မျက်နှာသုတ်ပဝါ လှူခဲ့ဖူးတဲ့ ကုသိုလ်လေး  
စဉ်းစားလိုက်ပေါ့။ ကုသိုလ်ပူဇွေးသွားတာပဲ။



နီးနီးကပ်ကပ် အတိတ်မှာ အစားအသောက်လှူခဲ့ဖူးတဲ့ ကုသိုလ် ရှိနေမှလည်း အလွယ်တကူ ရုတ်တရက် ပြန်စဉ်းစားလို့ ရမှာနော်။ ဒါ့ကြောင့် အနီးကပ်ကုသိုလ် အမြဲရှိနေဖို့ အရေးကြီး ပါတယ်။

နေ့တိုင်း အဝတ်အစား အင်္ကျီလုံချည်တွေ လဲလှယ်နေရ တာပဲ။ ဝတ်ဆင်နေရတာပဲ။ အင်္ကျီဝတ်တိုင်း အင်္ကျီလှူဖူးတဲ့ကုသိုလ် တွေ သတိရလိုက်ပေါ့။ လုံချည်ဝတ်တိုင်း လုံချည်လှူဖူးတဲ့ကုသိုလ် တွေ ပြန်သတိရလိုက်ပေါ့။ အကုန်လုံး သတိမရတောင် တစ်ခုနှစ်ခု လောက် သတိရလိုက်ရင်ကို မဆိုးပါဘူးနော်။ ဒါဆိုရင် အင်္ကျီ၊ လုံချည်ဝတ်တိုင်း၊ လဲတိုင်း ကုသိုလ်ပူဇွန်နေတာပေါ့။

တစ်ပတ်တစ်ခါဆိုသလို လက်သည်းညှပ်တော့လည်း လက်သည်းညှပ်လှူဖူးတဲ့ ကုသိုလ်လေး ပြန်စဉ်းစားလိုက်ပေါ့။ ထမင်းစားပြီးလို့ သွားကြားညှပ်ပြီး သွားကြားထိုးတော့လည်း သွား ကြားထိုးတံလှူဖူးတဲ့ကုသိုလ်လေး ပြန်စဉ်းစားလိုက်ပေါ့။ သွားပွတ် ကြိုးဆွဲတော့လည်း သွားပွတ်ကြိုးလှူဖူးတဲ့ကုသိုလ်လေး ပြန်စဉ်း စားလိုက်ပေါ့။

မျက်နှာသစ်တဲ့အခါ၊ ရေချိုးတဲ့အခါ ရေနဲ့ ထိတွေ့ရတာပဲ။ ရေတွင်းရေကန်လှူခဲ့ဖူးတဲ့ကုသိုလ်တွေ၊ ရေအလှူ လှူခဲ့ဖူးတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ပြန်စဉ်းစားလိုက်ပေါ့။ နေ့တိုင်း ရေချိုးနေတာ ရေချိုးနေ ရင်း ရေကုသိုလ်တော့ မစဉ်းစားမိလောက်ဘူးထင်တယ်နော်။ စဉ်းစား ရမှာ။ စဉ်းစားတိုင်း ရေအလှူ ထပ်လှူနေရသလို ဖြစ်သွားပါတယ်။

နေ့တိုင်း ရေ ခဏခဏ သောက်နေတာပဲ။ ရေသောက်

တိုင်း ရေသောက်တိုင်း သောက်ရေလှူခဲ့ဖူးတဲ့ ကုသိုလ်၊ သောက်  
ရေအိုး၊ သောက်ရေအိုးစင်လှူခဲ့ဖူးတဲ့ ကုသိုလ်၊ သောက်ရေခွက်၊  
သောက်ရေသန့်စက်လှူခဲ့ဖူးတဲ့ ကုသိုလ်တွေ ပြန်စဉ်းစားလိုက်ပေါ့။  
ရေသောက်နေရင်း ကုသိုလ်စိတ်တွေဖြစ်ပြီး ကုသိုလ်အသစ်အသစ်  
တွေ တိုးနေတော့တာပါပဲ။ ရေသောက်ခြင်းရဲ့ အကျိုးကို ကိုယ်ကိုယ်  
တိုင် ခံစားနေရတော့ သောက်ရေလှူခဲ့ဖူးတဲ့ ကုသိုလ်အပေါ်လည်း  
ပိုပိုတိဖြစ်တာပေါ့။

ရေသောက်နေရင်း ခံတွင်းအေး၊ ရင်အေးသွားတာကို အာရုံ  
ပြုပြီး ‘ကျွန်ုပ်လှူထားတဲ့ သောက်ရေကို သောက်သုံးကြသူတိုင်း  
ကိုယ်ရောစိတ်ပါ အေးချမ်းကြပါစေ’ လို့ မေတ္တာပို့နေမယ်ဆိုရင်  
မေတ္တာဘာဝနာလည်း ထပ်တိုးသွားသလို လှူခဲ့ဖူးတဲ့ သောက်ရေ  
အလှူဟာလည်း အရည်အသွေး ပိုမြင့်မားပြီး အစွမ်းသတ္တိ ပိုထက်  
မြက်သွားပါတယ်။ အကျိုးပိုကြီးသွားတယ်၊ အကျိုးပိုများသွားတယ်  
လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အဲဒီလိုဆိုတော့ အချိန်အထူးပေးရရဲ့လား။ မပေးရဘူး။  
အချိန်အထူးမပေးရဘဲနဲ့ ကုသိုလ်တွေ ပူဇွန်းနေတာ။ ကုသိုလ်တွေ  
ဖြစ်နေတာ။ ကုသိုလ်တွေကလည်း တရိပ်ရိပ်နဲ့ တက်နေတော့တာ  
ပဲ။ ကုသိုလ်ထူထည် ပိုပိုပြီး ကြီးမားလာတယ်။

အဲဒီလို မြင်သမျှ ပစ္စည်းဝတ္ထု၊ သုံးသမျှ ပစ္စည်းဝတ္ထုကို  
အကြောင်းပြုပြီးတော့ ကုသိုလ်ပူဇွန်းဖို့အတွက် ကိုယ်မလှူဖူးတာ  
မရှိအောင်လည်း လှူထားပေါ့။ မီးတိုင်တွေတာ မီးသီးမှ မလှူဖူးဘဲနဲ့  
ကုသိုလ်ပူဇွန်းအောင် လုပ်လို့ရပါ့မလား။ မရဘူး။ အဲဒီတော့ ကိုယ်



မလှူဖူးတာ ဘာမှကို မရှိစေနဲ့။

ပစ္စည်းတစ်ခု ကိုယ်သုံးစွဲနေရင်းနဲ့ ဒါလှူဖူးသလား ရုတ်တရက် စဉ်းစားကြည့်လိုက်ပေါ့။ မလှူဖူးသေးဘူးဆိုရင်တော့ 'ဪ - လှူဦးမှ လှူဦးမှ' လို့ တေးထားလိုက်ပေါ့။ ပြီးရင် တကယ်လည်း လှူလိုက်ပေါ့။ ဒါဆို နောင် ဒီပစ္စည်း ကိုယ်သုံးစွဲတိုင်း လှူခဲ့ဖူးတာ ပြန်စဉ်းစားလို့ ရသွားပါပြီ။

နေ့တိုင်း မီးဖိုချောင်ထဲ ချက်ပြုတ်ကြော်လှော်နေကြတာပဲ။ ဒန်အိုးဒန်ခွက်၊ ဒယ်အိုးတွေ လှူခဲ့ဖူးတာ ပြန်စဉ်းစားလို့ မရဘူးလား။ ငရုတ်ဆုံ၊ ငရုတ်ကျည်ပွေ့ လှူခဲ့ဖူးတဲ့ကုသိုလ်တွေ၊ ပန်းကန်ခွက် ယောက်၊ ဇွန်းခက်ရင်း လှူခဲ့ဖူးတဲ့ကုသိုလ်တွေ စဉ်းစားလို့ကို မကုန်နိုင်ပါဘူးနော်။

ဒါနကုသိုလ်တွေ မပြုဖူးတာမရှိ ခုံအောင်ပြုထားရင် ဘာ မြင်မြင်၊ ဘာသုံးသုံး၊ ဘာခံစားခံစား အဲဒီဒါနကုသိုလ်ကို ပြန်တွေးပြီး ကုသိုလ်အသစ် ထပ်ပွားလို့ ရတယ်။ ကုသိုလ်ပီတိ ထပ်ပွားလို့ ရတယ်။

နောက်ဆုံး ညအိပ်ရာဝင်တော့လည်းပဲ အိပ်ရာခင်းနဲ့ ဓမ္မာ ကိုယ်နဲ့ ထိရတော့ အိပ်ရာခင်းလှူဖူးတဲ့ကုသိုလ် စဉ်းစားလို့ မရဘူးလား။ ခုတင်လှူဖူးတဲ့ကုသိုလ် စဉ်းစားလို့ မရဘူးလား။ ခုတင်ပေါ် တက်ခါနီး ခြေထောက်သုတ်ရတော့ ခြေသုတ်အခင်း၊ ခြေသုတ် ကော်စောလှူဖူးတဲ့ကုသိုလ် စဉ်းစားလို့ မရဘူးလား။ ရတယ်နော်။ မြင်သမျှ၊ သုံးသမျှ ပစ္စည်းဝတ္ထုနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဒါနကုသိုလ်တွေ စဉ်းစားလို့ကို မကုန်နိုင်ပါဘူး။

အဲဒီလိုဆိုတော့ ဘယ်လောက်များ ပျော်စရာကောင်းထား  
တုံးနော်။ ရှေ့ဆက်ပြီးတော့ ကုသိုလ်အသစ်အသစ်တွေ ပြုချင်တဲ့  
စိတ်လည်း ထပ်ပေါ်လာမှာပဲ။

မနေ့ကရော၊ ဒီနေ့ရော တရားပွဲနှစ်ရက်လုံး အင်တာနက်  
ကနေ တိုက်ရိုက်ထုတ်လွှင့်ပေးတယ်။ အခုဟောနေတာကို အခုလော  
လောဆယ်မှာကိုပဲ တစ်ကမ္ဘာလုံးက ပရိသတ်တွေ တစ်ချိန်တည်းမှာ  
နာယူနိုင်တယ်။ ဓမ္မဒေါင်းလုပ်(ဒ်)၊ လိုးတပ် (စ်)၊ ဗုဒ္ဓအလင်းရောင်၊  
အဖြူရောင်သံစဉ် ဆိုတဲ့ ဝက်(ဘ်)ဆိုက် (၄)ခုက ရိုက်ကူးထုတ်လွှင့်  
တာပါ။ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဓမ္မဒါနပြုတာပေါ့။

ဒါဆိုရင် ဒီဝက်(ဘ်)ဆိုက်(၄)ခုက ရိုက်ကူးထုတ်လွှင့်ကြ  
သူတွေ၊ အကျိုးဆောင်ကြသူတွေအနေနဲ့ ကင်မရာ၊ ကွန်ပျူတာ၊  
လက်တော့(ပ်)မြင်တိုင်း၊ အင်တာနက်သုံးတိုင်း ဒီဓမ္မဒါနကုသိုလ်  
ပြန်သတိရပြီး ကုသိုလ်ပူဇွန်နိုင်ပါတယ်။





ကုသိုလ်အသစ်နဲ့ နီးကပ်နေလေ

ကုသိုလ်စိတ်ဓာတ် ပူဇွေးနေလေပါပဲ . . .

ကုသိုလ်အသစ်မှာပဲ

စိတ်အမြဲရောက်နေလို့ပါ . . .

စိစဉ်ဆောင်ရွက်နေရလို့လည်း

နီးကြားတက်ကြွမှုနဲ့

ကုသိုလ်ပူဇွေးနေပါတယ် . . .

ကောင်းကျိုးရကြစေဖို့

မေတ္တာပို့သနေရလို့လည်း

ပျော်ရွှင်ကြည်နူးမှုနဲ့

ကုသိုလ်ပူဇွေးနေပါတယ် . . .

တစ်ဖက်သားအဆင်ပြေတာ

တွေ့မြင်နေရလို့လည်း

ဝမ်းသာကျေနပ်မှုနဲ့

ကုသိုလ်ပူဇွေးနေပါတယ် . . .။



အ က ဝ ဝ ဝ : ဆ က် မှ  
အဆက်ကောင်းမယ်

နောက်တစ်ခုက ပြုဆဲအသစ်နဲ့လည်း ကုသိုလ်ပူဇွေးရမယ်။ အဲဒါကတော့ အထူးပြောစရာမလိုဘူးပေါ့။ အမြဲတမ်းကို ကုသိုလ်အသစ်တွေ ပြုနေရမယ်။ အခုလောလောဆယ်မှာကို ကုသိုလ်အသစ်တွေ ပြုနေရမယ်။ အချိန်တိုင်း ကုသိုလ်ပြုနေရင် ကုသိုလ်အသစ်အသစ်တွေနဲ့ ကုသိုလ်စိတ် ပူဇွေးနေတာပေါ့။

အခုလောလောဆယ်ဆိုရင် တရားနာပရိသတ်ကလည်း တရားနာတဲ့ကုသိုလ်နဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးနေတယ်။ တရားဟောပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း တရားဟောတဲ့ကုသိုလ်နဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးနေတယ်။ ဟောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ကိုယ့်တရားကိုယ် ပြန်နာနေတာဆိုတော့ ဟောတဲ့ကုသိုလ်ရော၊ နာတဲ့ကုသိုလ်ရော ကုသိုလ်နှစ်မျိုးလုံးနဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးတာပေါ့။



အမှန်ကတော့ ... နောက်ရက်၊ နောက်လမှာ ပြုဖို့ ရည်ရွယ်ထားတဲ့ ကုသိုလ်တစ်ခုခု အဆင်သင့်ရှိနေတာ ပိုကောင်းပါတယ်။ ရည်ရွယ်ထားတဲ့ ကုသိုလ်အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်နေတဲ့ အချိန်မှာ ကုသိုလ်စိတ်ရဲ့ အရှိန်တွေ အရမ်းကောင်းနေပါတယ်။ အလှူနေ့အတွက် ကြိုတင်စုဆောင်းထားတဲ့ လှူဖွယ်ပစ္စည်းတွေကို ကြည့်ကြည့်ပြီးတော့လည်း ကုသိုလ်ပီတိတွေ အကြိမ်ကြိမ်အခါခါ ဖြစ်ခွင့်ရတဲ့အတွက် ကုသိုလ်ပူဇွေးမှုအား ကြီးမားချင်တိုင်း ကြီးမားနေပါတယ်။

အလှူဒါနနဲ့ ပတ်သက်ရင် မလှူခင် ကြိုတင်ပြင်ဆင်နေတဲ့ နေ့ရက်တွေမှာ ပိုပြီးတော့တောင် ကုသိုလ်ပူဇွေးသလိုပါပဲ။ ကိုယ်လှူမယ့် အလှူအပေါ်မှာ စိတ်ရောက်တဲ့အချိန် ပိုများတဲ့အတွက် ကုသိုလ်ပီရိယတွေ၊ ကုသိုလ်ပီတိတွေက နိုးနိုးကြားကြား တက်တက်ကြွကြွ ဖြစ်နေပါတယ်။ ကိုယ်လှူရတော့မယ့်အလှူကို တွေးတွေးပြီး ပျော်ရွှင်ကြည်နူးနေတော့ ကုသိုလ်ဓာတ်တွေ ပူဇွေးချင်တိုင်း ပူဇွေးနေတော့တာပါပဲ။

မလှူခင်နေ့ရက်တွေမှာ ပုဗ္ဗစေတနာ (တင်ကြိုစေတနာ) နဲ့ ကုသိုလ်တွေ ပူဇွေးချင်တိုင်း ပူဇွေးလာခဲ့တဲ့ အလှူရှင်ရဲ့ ကုသိုလ်ဓာတ်တွေဟာ မုဉ္ဇူစေတနာ (အပြတ်စွန့်စေတနာ)နဲ့ လွတ်လွတ်ကျွတ်ကျွတ် စွန့်လွတ်လှူဒါန်းဆဲ အခိုက်အတန့်မှာတော့ အထွတ်အထိပ်ရောက်အောင် ပူဇွေးသွားပါတယ်။ တကယ်လှူဒါန်းနေဆဲ အခိုက်အတန့်ဟာ ကုသိုလ်ဓာတ်အရှိန် အမြင့်မားဆုံးအချိန်ပါပဲ။

လှူပြီးနေ့ရက်တွေမှာတော့ အပရစေတနာ (နောက်ပိုင်း

စေတနာ)နဲ့ ကိုယ်လှူခဲ့တာလေးတွေ ပြန်ပြန်သတိရပြီး ဝမ်းမြောက်  
ဝမ်းသာ ပီတိဖြူနေတဲ့အတွက် သတိရတိုင်း သတိရတိုင်း ကုသိုလ်  
ပူဇွေးသွားပြန်ပါတယ်။

လှူပြီး ရက်သိပ်မကြာခင်မှာ လှူခဲ့တာတွေကို တမင်  
တွေးနေစရာမလိုဘဲ အလိုလို သတိရနေပေမယ့် ရက်နည်းနည်းကြာ  
သွားရင်တော့ မေ့မေ့ပျောက်ပျောက် ဖြစ်သွားတတ်ပါတယ်။ မှတ်  
တမ်းမှတ်ရာ ပြန်ကြည့်ပြီး တမင်တွေးတောင်မှ သတိရမှုအရှိန်က  
အားနည်းသွားပါတယ်။ ကုသိုလ်အာရုံတွေ၊ ကုသိုလ်စိတ်တွေက  
ထင်ထင်ရှားရှားကြီး သိပ်မဖြစ်တော့ပါဘူး။ ဝိုးတိုးဝါးတား ခပ်ပါး  
ပါးလေး ဖြစ်သွားပါတယ်။ ကုသိုလ် သိပ်မပူဇွေးတော့ဘူး ဆိုပါ  
တော့။

ဒါကြောင့် ကုသိုလ်တစ်ခုနဲ့တစ်ခုကြားမှာ အချိန်ကာလ  
သိပ်မခြားပါစေနဲ့။ ကုသိုလ်တစ်ခုပြီးတစ်ခု အမြဲမပြတ်ပြုနေပါ။  
အရေအတွက် နည်းတာ၊ များတာ အဓိကမဟုတ်ပါဘူး။ ကုသိုလ်  
တစ်ခုမဟုတ်တစ်ခု ပြုဖြစ်နေဖို့သာ အဓိကပါ။

အမြဲမပြတ် ကုသိုလ်ပြုနေမယ်ဆိုရင် ပြုပြီးကုသိုလ်ကိုလည်း  
အလိုလို သတိရ၊ ပြုဆဲကုသိုလ်ကိုလည်း အလိုလို သတိရ၊ ပြုရန်  
ကုသိုလ်ကိုလည်း အလိုလို သတိရနေတဲ့အတွက် စေတနာဓာတ်၊  
မေတ္တာဓာတ်၊ ပီတိဓာတ် စတဲ့ ကုသိုလ်ဓာတ်တွေ အရှိန်အဟုန်  
ကောင်းကောင်းနဲ့ ပူဇွေးနေပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီတော့ အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်း ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ  
ပြုနေရမှာနော်။ ဒါနကောင်းမှုကတော့ စက္ကန့်တိုင်း စက္ကန့်တိုင်း

ပြုဖို့ဆိုတာ မလွယ်ဘူး။ ပြုဖို့လည်း မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ သီလကောင်းမှု ဆိုတာကလည်း ရှောင်စရာအာရုံနဲ့ ကြိုတဲ့အခါကျမှ ရှောင်ရတာ ဆိုတော့၊ ရှောင်စရာကလည်း စက္ကန့်တိုင်း ကြုံနေတာမဟုတ်တော့ သူ့အတွက်ကလည်း တကူးတကနဲ့ အချိန်ကုန်ခံပြီး လုပ်နေစရာ မလိုပြန်ဘူး။

တကယ်အချိန်ပေးပြီးတော့ လုပ်ရမှာက ဘာဝနာကုသိုလ်။ ဘာဝနာကုသိုလ်ကတော့ စက္ကန့်တိုင်းလုပ်ဖို့ လိုပါတယ်။ ကိုယ်က တမင်လုပ်မှကို ဘာဝနာကုသိုလ်ရတာနော်။ အလိုလို ရတာမဟုတ် ဘူး။ သီလကတော့ ဆောက်တည်ထားပြီး မကျူးလွန်ဘူးဆိုရင် အလိုလို ကုသိုလ်ရပြီးသားပဲ။

ဘာဝနာကျတော့ တမင်ကို လုပ်မှရမှာ။ ဒီတော့ ကုသိုလ် ပူဇွေးဖို့အတွက် ဒါန၊ သီလ၊ ဝေယျာဝစ္စ၊ တရားနာ၊ တရားဟော အစရှိတဲ့ တခြားကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလည်း ပြုသလို အမြဲတမ်း အချိန်တိုင်းစက္ကန့်တိုင်း လုပ်နိုင်တဲ့ ဘာဝနာကုသိုလ်ကိုလည်း အမြဲ တမ်း လုပ်နေရမယ်။

နာသီးဝလေး သတိကပ်ပြီးတော့ ဝင်လေထွက်လေလေး ရှုလို့။ ဘုရားဂုဏ်တော်လေးပွားများလို့။ မေတ္တာလေးပို့လို့။ ထင်ရှား ရာအာရုံကို ထင်ရှားတဲ့အတိုင်းလေး သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာရှုပွားလို့။ သွားရင်း လာရင်း၊ လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်း၊ စားရင်း သောက်ရင်း၊ ပြောရင်း ဆိုရင်းနဲ့ အမြဲတမ်း ကုသိုလ်ပူဇွေးနေအောင် လုပ်လို့ရပါ တယ်။

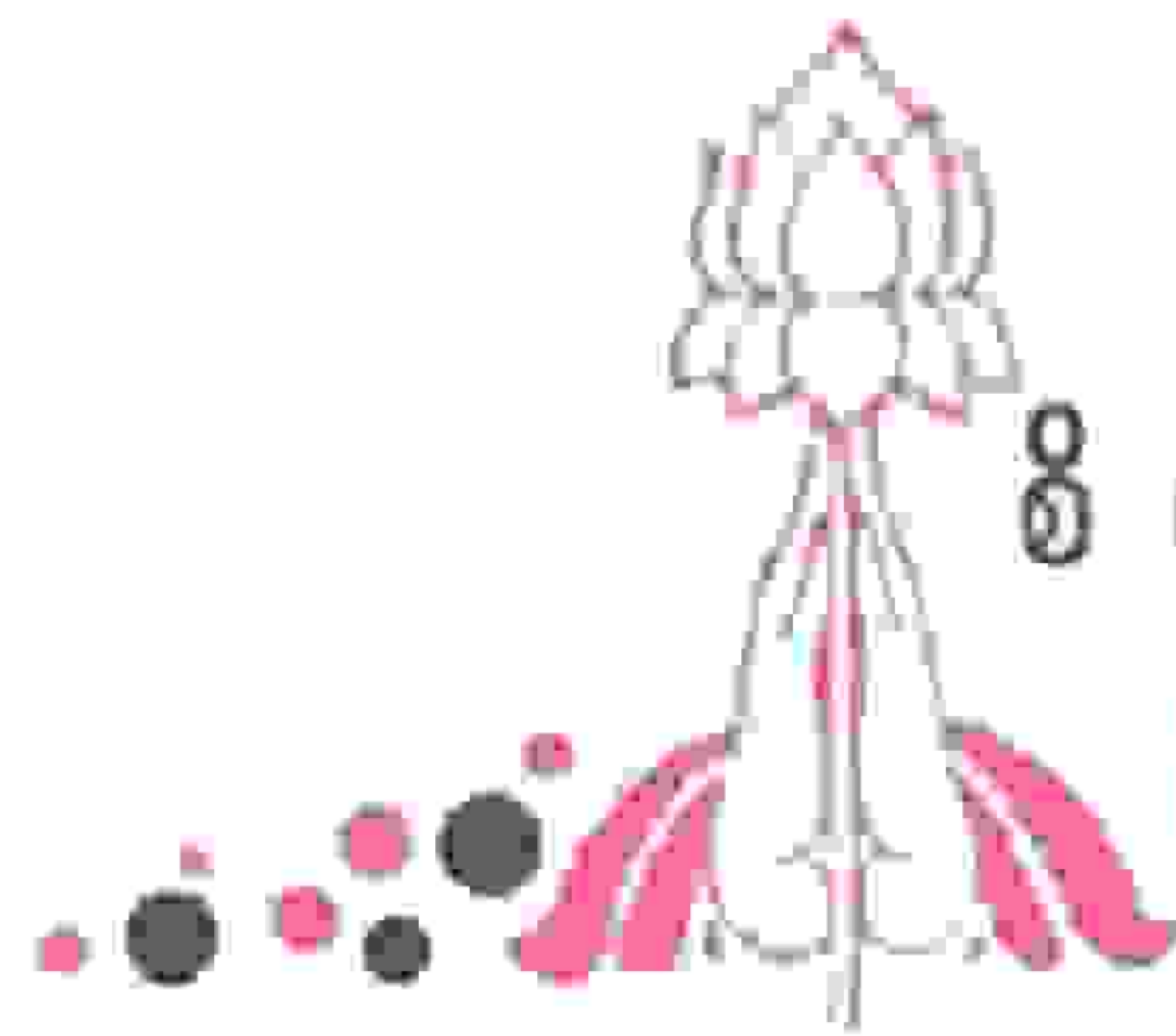
ဘုရားသာသနာနဲ့ ကြိုတုန်းမှ ရွတ်ဖတ်ခွင့်ရတာမို့လို့

ဘုရားဂုဏ်တော်နဲ့ ပတ်သက်တာလေးတွေလည်း တစ်ခေါက်ရ  
တစ်ခေါက်၊ သုံးခေါက်ရ သုံးခေါက်၊ ကိုးခေါက်ရ ကိုးခေါက်  
ကြီးကြားကြီးကြား မကြာမကြာ ရွတ်ဖတ်ပွားများနေသင့်ပါတယ်။  
အဓိပ္ပာယ်သိသိနဲ့ ရွတ်ဖတ်နေရင် ပီတိဖြစ်စရာပါ။ နမောတဿ၊  
ဣတိပိသော၊ ဒိဝါတပတိ၊ အဋ္ဌာနမေတံ ... ကြိုက်ရာရွတ်၊ လှည့်  
ပတ်ရွတ်ပေါ့။

အဲဒီလိုအားဖြင့် ‘ကုသိုလ်ပူဇွေးတယ်’ ဆိုတာ ကုသိုလ်  
ကောင်းမှုတွေ အဆက်မပြတ် ပြုလုပ်နေတာ၊ အမြဲတမ်းပြုလုပ်နေ  
တာကို ခေါ်ပါတယ်။

ကုသိုလ်ဆိုတဲ့ ‘အကောင်း’ ဆက်နေရင် ပဋိသန္ဓေဆိုတဲ့  
‘အဆက်’ ကောင်းမှာပါပဲ။ ‘ပဋိသန္ဓေ’ ဆိုတာ ‘အဆက်’ လို့  
အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။ ဘဝတစ်ခုနဲ့တစ်ခု ဆက်စပ်ပေးတဲ့ အဆက်  
ကလေးကိုပဲ ပဋိသန္ဓေလို့ ခေါ်တာပါ။ အကောင်းဆက်ရင် အဆက်  
ကောင်းပါတယ်။ ကုသိုလ်ဆက်နေရင် ဘဝကောင်း ရောက်ပါတယ်။





စိတ်ထူးမှန်မှ  
စိတ်အားသန်မယ်

---

---

နောက်တစ်နည်းအားဖြင့်လည်းပဲ ... ကိုယ်လုပ်နေတဲ့ ကုသိုလ်ကို လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ နွေးနွေးထွေးထွေး၊ တက်တက်ကြွကြွ ထက်ထက်သန်သန်၊ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ကြည်ကြည်နူးနူး၊ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ အားရပါးရနဲ့ လုပ်တာကိုလည်း ကုသိုလ်ပူဇွေးတယ်လို့ ခေါ်နိုင်တာပါပဲ။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ လုပ်နေပါရဲ့။ စိတ်မပါလက်မပါ လုပ်နေတယ်။ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ နွေးနွေးထွေးထွေး မရှိဘူးဆိုရင် ကုသိုလ်ပြုနေပေမယ့် ကုသိုလ်ပူဇွေးတယ်လို့ ခေါ်မလား၊ ကုသိုလ် အေးစက်တယ်လို့ ခေါ်မလား။ ကုသိုလ်အေးစက်တယ်လို့ ခေါ်မှာပဲ။ လှိုက်လှဲမှု၊ နွေးထွေးမှုမှ မရှိတာ။

အရပ်ထဲမှာ ပြောလေ့ရှိတဲ့ စကားတစ်ခုကို နမူနာအနေနဲ့



ယူကြည့်လိုက်ပေါ့။ ‘မောင့်အချစ်က သိပ်အေးစက်တာပဲ’ ဆိုရင် ဘယ်လိုလဲ။ ကိုယ့်ဇနီးအပေါ်မှာ၊ ကိုယ့်ချစ်သူအပေါ်မှာ၊ လှိုက်လှိုက် လှဲလှဲ နွေးနွေးထွေးထွေး မရှိ၊ ဝတ္တရားအရ မထုံတက်သေးနဲ့၊ ဝတ္တရားကျေရင်ပြီးရော၊ သူ့အတွက် လုပ်စရာရှိတာ လုပ်ပေးလိုက် မယ်၊ သူပြောရင်လည်း ငြိမ်ပြီးတော့ နားထောင်လိုက်မယ်၊ ပြောစရာ ရှိ ပြောရုံ၊ လုပ်ပေးစရာရှိ လုပ်ပေးရုံ၊ ဒီလို လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ နွေး နွေးထွေးထွေး မရှိဘဲ အေးအေးစက်စက် ဆက်ဆံတဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ မျိုးကျတော့ ဘယ်လိုပြောကြတုံး။ သိပ်အေးစက်တာပဲတဲ့။

ဇနီးခင်ပွန်း၊ ချစ်သူရည်းစားမှ မဟုတ်ဘူး။ တချို့ မိဘ တွေလည်း သားသမီးအပေါ် ချစ်တော့ချစ်တယ်။ နွေးနွေးထွေးထွေး မဟုတ်ဘူး။ အေးအေးစက်စက်။ သားသမီးကို စားစရာ ပေးလိုက် တယ်။ ပညာသင်ပေးလိုက်တယ်။ သားသမီးအပေါ်မှာ ဝတ္တရားကျေ အောင်တော့ ဆောင်ရွက်ပေးလိုက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကြင်ကြင်နာနာ နွေးနွေးထွေးထွေး လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ယုယုယယ မရှိဘူး။ ‘အမေ့ မေတ္တာက သိပ်အေးစက်တာပဲ၊ အမေ့မေတ္တာက သိပ်အေးစက်တာပဲ’ လို့ ပြောရမှာပေါ့။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အများကြီးရှိပါတယ်။

သူငယ်ချင်း အချင်းချင်းလည်းပဲ ဒီလိုပဲပေါ့လေ။ အတူတူ တွဲကြ၊ သွားကြလာကြဆိုရင် သွားတာလာတာတော့ ရှိတယ်။ သူများပြောတဲ့စကား နားထောင်တာတော့ ရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ လှိုက် လှိုက်လှဲလှဲ နွေးနွေးထွေးထွေးနဲ့ ပြောဆိုဆွေးနွေးလေ့မရှိဘူး။ ပြော ရင် ထိုင်နားထောင်လိုက်တာပဲ။ အေးအေးစက်စက်ပေါ့။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ ပြုလုပ်တဲ့အခါမှာလည်းပဲ ကုသိုလ်

တွေ အဆက်မပြတ်ဖြစ်နေအောင်ဆိုပြီးတော့ လုပ်တော့လုပ်တယ်။ တစ်ခါတစ်ရံကျတော့ လုပ်သာလုပ်ရတယ် စိတ်သိပ်မပါဘူးဆိုတော့ ကုသိုလ်က အေးစက်နေတယ်။

သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာတွေ အပြည့်နဲ့ လှိုက်လှိုက်လဲ့လဲ့ ထက်ထက်သန်သန်၊ မေတ္တာကရဏာတွေ အပြည့်နဲ့ နွေးနွေးထွေးထွေး ကြင်ကြင်နာနာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုတယ် ဆိုရင်တော့ ကုသိုလ်ပူဇွေးတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သဘောပေါက် ပါတယ်နော်။

ဒါ့ကြောင့် ဘာကုသိုလ်ကောင်းမှုပဲပြုပြု အေးအေးစက်စက် မဖြစ်ပါစေနဲ့။ ပူပူနွေးနွေး ဖြစ်ပါစေ။ သူတော်ကောင်းဓာတ် အား နည်းရင် ကုသိုလ်အေးစက်မယ်၊ သူတော်ကောင်းဓာတ် အားကောင်း ရင် ကုသိုလ်ပူဇွေးမယ်။ သူ့ကုသိုလ်နဲ့သူ့ အားကောင်းရမယ့် သူတော် ကောင်းဓာတ်ချင်းတော့ မတူဘူးပေါ့။ ဒါနဆို ဒါနနဲ့ ဆိုင်တဲ့ သူတော်ကောင်းဓာတ်၊ သီလဆို သီလနဲ့ဆိုင်တဲ့သူတော်ကောင်းဓာတ်၊ ဘာဝနာဆို ဘာဝနာနဲ့ ဆိုင်တဲ့ သူတော်ကောင်းဓာတ် အားကောင်း ရမှာပေါ့။

ဥပမာ - ဒါနပဲ ဆိုပါတော့ ...။ ဒါနကောင်းမှုပြုနေ တဲ့အချိန်မှာ စိတ်က အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဂုဏ်ကို အာရုံပြုနေရမယ်။ ဒါမှမဟုတ် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်အပေါ် မေတ္တာဓာတ် ပို့လွှတ်နေရမယ်။ ဒါမှမဟုတ် ဂုဏ်လည်း အာရုံပြု၊ မေတ္တာလည်း ပို့။ မေတ္တာပို့ရင်း အပို့ခံပုဂ္ဂိုလ်ကို ဂုဏ်နဲ့တွဲပြီး နာမဝိသေသနသဘောမျိုး ထည့်ဆို လိုက်ရင် နှစ်ခုလုံး ပါသွားတာပါပဲ။ အဲဒါမှ ဒါနနဲ့ဆိုင်တဲ့ သူတော်

ကောင်းဓာတ်တွေ အားကောင်းပြီး ဒါနကုသိုလ်ပူဇွန်နိုင်ပါတယ်။

ရတနာသုံးပါးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ဒါန ပြုနေတာဆိုရင် ရတနာ သုံးပါးရဲ့ဂုဏ်ကို အာရုံပြုရမှာပေါ့။ ဘုရားနဲ့ပတ်သက်တဲ့အလှူဆိုရင် ဘုရားဂုဏ် အဓိကအာရုံပြု၊ တရားနဲ့ ပတ်သက်တဲ့အလှူဆိုရင် တရားဂုဏ် အဓိကအာရုံပြု၊ သံဃာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့အလှူဆိုရင် သံဃာဂုဏ် အဓိကအာရုံပြုနေရပါပဲ။

လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို လှူတာဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ် ရဲ့ စိတ်နေစိတ်ထားကောင်းတဲ့ဂုဏ်၊ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းတဲ့ ဂုဏ်၊ မေတ္တာတရားကြီးမားတဲ့ဂုဏ်၊ အများအကျိုး သယ်ပိုးရွက် ဆောင်တဲ့ဂုဏ်၊ အလုပ်ကြိုးစားတဲ့ဂုဏ်၊ ရိုးသားတဲ့ဂုဏ်၊ မိဘ ကျေးဇူးဆပ်တဲ့ဂုဏ်၊ ကိုယ့်အပေါ် ကျေးဇူးကြီးမားတဲ့ဂုဏ် စသည် အားဖြင့် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ကောင်းဂုဏ်တစ်ခုခုကို အာရုံပြုရပါမယ်။ တစ်ခုထက် ပိုများတော့လည်း ပိုကောင်းတာပေါ့။ ဘာကောင်းဂုဏ်မှ အာရုံပြုစရာမရှိတဲ့သူရယ်လို့ တစ်ယောက်မှ မရှိပါဘူး။ ကိုယ်က မြင်အောင်ကြည့်တတ်ဖို့ပဲ လိုတာပါ။

အများအကျိုးဆောင်နေတဲ့ အစုအဖွဲ့တစ်ခုခုကို လှူတာ ဆိုရင် အဲဒီအစုအဖွဲ့ရဲ့ အများအကျိုးဆောင်နေတဲ့ဂုဏ်၊ အစုအဖွဲ့ဝင် တွေရဲ့ မေတ္တာဓာတ်၊ ပညာဓာတ်၊ သဒ္ဓါဝီရိယဓာတ်၊ အဲဒီအစုအဖွဲ့ ရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်ကြောင့် လူအများရရှိသွားတဲ့ အကျိုးသက်ရောက် မှု ...စတာတွေကို အာရုံပြုဖို့ လိုပါတယ်။

အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဂုဏ်ကို လေးလေးနက်နက် အာရုံပြု တတ်လေ၊ အလှူစေတနာ ပိုပြီး ထက်သန်လေပါပဲ။ အလှူခံ

ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဂုဏ်ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် စဉ်းစားတတ်လေ၊ အလှူ  
စေတနာ ပိုပြီး အားကောင်းလေပါပဲ။ အလှူအကျိုးပေးတယ်ဆိုတာ  
အလှူစေတနာက အကျိုးပေးတာ ဆိုတော့ အလှူစေတနာ ထက်  
သန်အားကောင်းလေ၊ အလှူအကျိုး ကြီးမားများပြားလေပဲပေါ့။

နောက်တစ်ခုက ...ဘာဒါနပဲပြုပြု အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်အပေါ်  
မေတ္တာဓာတ် ပို့လွှတ်နေဖို့ပါ။ ဘာပဲလှူလှူ ...ကိုယ်လှူလိုက်တဲ့  
လှူဖွယ်ဝတ္ထုကို အသုံးပြုပြီး အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် ကောင်းကျိုးရသွားပါစေ၊  
အဆင်ပြေသွားပါစေဆိုတဲ့ မေတ္တာဓာတ် ထပ်တလဲလဲ ပို့လွှတ်နေရ  
ပါမယ်။

လှူကတည်းက မေတ္တာဓာတ်ကတော့ ရှိနေပြီးသားပါပဲ။  
လှူတယ်ဆိုမှတော့ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် ကောင်းကျိုးရစေချင်လို့၊ အလှူခံ  
ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ လိုအပ်ချက် ပြည့်စုံသွားစေချင်လို့ လှူတာပဲလေ။ ဒါပေမဲ့  
လှူနေဆဲ အခိုက်အတန့်မှာလည်း အဲဒီစိတ် ထပ်တလဲလဲ ဖြစ်နေရ  
မယ်။ အဲဒီစိတ် သိသိသာသာ ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်နေရမယ်။  
အလွယ်ပြောတော့ မေတ္တာပို့နေရမယ်ပေါ့နော်။

မေတ္တာဓာတ်တွေ လွမ်းခြံ့မွမ်းထုံပြီး ပြုတဲ့ဒါနဟာ အရည်  
အသွေးမြင့်မားတဲ့ဒါနပဲ။ ဒါနအကျိုး ကိုယ်ရချင်လို့ လှူတာမဟုတ်  
ဘူး၊ ဒါနအကျိုး သူရစေချင်လို့ လှူတာဆိုတဲ့သဘော ပေါ်လွင်  
သွားတယ်။ ကိုယ့်အတွက် လှူတာ မဟုတ်ဘူး၊ သူ့အတွက် လှူတာ  
ဆိုတဲ့သဘော ထင်ရှားသွားတယ်။ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာပဲ ပေါ်လွင်  
ထင်ရှားနေတာကို ပြောတာနော်။ သူများသိစရာ မလိုပါဘူး။

သူ့အကျိုးသက်သက်ပဲကြည့်တဲ့ မေတ္တာဓာတ်အားကောင်း

လော၊ အဲဒီဒါနက ပိုပြီးတော့ အကျိုးပေးထက်သန်လေပါပဲ။ ကိုယ့်  
အကျိုး မမျှော်လော ... ကိုယ့်အကျိုး ပိုရလေလို့ ပြောရမှာပေါ့။  
ကိုယ့်အကျိုး ပိုရချင်လို့ ကိုယ့်အကျိုး မမျှော်တာမျိုးတော့ မဖြစ်ရ  
ဘူးပေါ့နော်။ တကယ်ကို ကိုယ့်အကျိုးမမျှော်တာ၊ တကယ်ကို သူ  
တစ်ပါးအကျိုးရစေချင်တာပဲ ဖြစ်ရမယ်။

အဲဒီလိုအားဖြင့် ... အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ဂုဏ်ကိုလည်း အာရုံပြု  
မယ်၊ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်း မေတ္တာပို့နေမယ်ဆိုရင် ... အဲဒီဒါန  
ဟာ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ဆိုတဲ့ သူတော်  
ကောင်းဓာတ်တွေ၊ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာ ဆိုတဲ့  
သူတော်ကောင်းဓာတ်တွေ၊ ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိ၊ သုခစတဲ့ သူတော်ကောင်း  
ဓာတ်တွေ အားကောင်းချင်တိုင်း အားကောင်းနေတဲ့အတွက် အထူး  
အရည်အသွေးပြည့်ဝတဲ့ဒါန ဖြစ်သွားပါတယ်။

အရည်အသွေးအထူးပြည့်ဝတဲ့ဒါနဟာ အကျိုးအထူးကြီး  
မားတဲ့ဒါနပါပဲ။ ဒါနရဲ့ အကျိုးကြီးမားတယ်ဆိုတာ ဒါနရဲ့ အရည်  
အသွေး ပြည့်ဝလို့ပါ။ ဒါနကို ဒါနနဲ့တူအောင် လုပ်တယ်၊ ဒါနကို  
အကျိုးကြီးအောင် လုပ်တယ်ဆိုတာ ဒါနကို အရည်အသွေးပြည့်ဝ  
အောင်လုပ်တာ၊ ဒါနကို အရည်အသွေး ကောင်းသထက်ကောင်း  
အောင် လုပ်တာပါပဲ။

ဒါနကို ဒါနစိတ်ထားနဲ့ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံးဖြစ်  
အောင် လုပ်မှ ကုသိုလ်ဓာတ်ပူဇွေးတဲ့ဒါန၊ သူတော်ကောင်းဓာတ်  
ပူဇွေးတဲ့ဒါန ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အေးစက်တဲ့ဒါန မဖြစ်ဘဲ ပူဇွေးတဲ့  
ဒါနဖြစ်ဖို့ဆိုတာ ဒါနဆိုင်ရာ ကုသိုလ်ဓာတ်၊ ဒါနဆိုင်ရာ သူတော်

ကောင်းဓာတ်တွေ အားကောင်းနေဖို့ ပြောတာပါ။

အလှူပေးပုဂ္ဂိုလ်လည်း ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်၊ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်လည်း ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်၊ လှူဖွယ်ဝတ္ထုလည်း ရုပ်ဖြစ်ပျက်လို့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ၊ အရာဝတ္ထု ပညတ်အကောင်အထည်လိုက်ကြီးကိုပဲ မျက်စိထဲမြင်ပြီး ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် လုပ်လှူရုံနဲ့ ဒါနဆိုင်ရာသူတော်ကောင်းဓာတ်တွေ အားကောင်းမလာနိုင်ဘူးနော်။ ဒါနကို အကြောင်းပြုပြီး ဝိပဿနာဆက်ရှုတာက တစ်ပိုင်းတစ်ကဏ္ဍပါ။ ဒါနကုသိုလ်ပူဇွန်ခြင်းနဲ့ လုံးဝ မဆိုင်ပါဘူး။

သီလစောင့်ရင်လည်း မေတ္တာစိတ်၊ ကရုဏာစိတ်နဲ့ ကိုယ်ချင်းစာတရား အဓိကထားပြီး စောင့်ရင် မေတ္တာဓာတ်၊ ကရုဏာဓာတ်တွေနဲ့ သီလကုသိုလ်ပူဇွန်သွားတာပါပဲ။ ဒါက ပုံမှန်ငါးပါးသီလပေါ့။

ဥပုသ်သီလစောင့်တဲ့အခါမျိုးမှာလည်း ကိလေသာကင်းစင်ရေးကို ဦးတည်ပြီး စောင့်လို့။ တရားတွေ နာ၊ တရားစာအုပ်တွေဖတ်၊ တရားဘာဝနာတွေ ပွားများ။ သတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ်တွေ ထုံမွမ်းပြီး စောင့်ရင် ဥပုသ်သီလကုသိုလ် ပူဇွန်သွားပါတယ်။

သမထဘာဝနာအနေနဲ့ ဂုဏ်တော်ပွားရင်လည်း ပါဠိသက်သက် မပွားဘဲ မြန်မာလို အဓိပ္ပာယ်လေးနဲ့ တွဲဆင်ခြင်ပြီး ပွားမယ်ဆိုရင် ဘုရားကိုလည်း ပိုကြည်ညို၊ ဘုရားရဲ့ဓာတ်တွေလည်း ကူးစက်ပြီးတော့ ပီတိသောမနဿဓာတ်တွေ၊ သမာဓိပညာဓာတ်တွေနဲ့ ဂုဏ်တော်ကုသိုလ် ပူဇွန်သွားပါတယ်။

မေတ္တာပို့တော့လည်း အပို့ခံပုဂ္ဂိုလ် အမှန်တကယ် ချမ်းသာစေချင်တဲ့ မေတ္တာစိတ်နဲ့ လေးလေးနက်နက် ပို့လို့၊ အပို့ခံပုဂ္ဂိုလ်

ကို သေချာအာရုံပြုပြီး စိတ်မပျံ့လွင့်ဘဲ စူးစူးစိုက်စိုက် ပို့လို့။ အပို့ခံ ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ ဂုဏ်၊ သို့မဟုတ် ကျေးဇူးတရား ဆင်ခြင်လိုက်၊ မေတ္တာလေး ပို့လိုက်။ မေတ္တာကြီးမားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေအကြောင်း စဉ်းစားလိုက်၊ မေတ္တာလေး ပို့လိုက်။ မေတ္တာဆိုင်ရာ တရားတော်တွေ နှလုံးသွင်း လိုက်၊ မေတ္တာလေးပို့လိုက်။ သူ့အားနည်းချက် တွေးပြီး သနားလိုက်၊ မေတ္တာလေးပို့လိုက်။ ကရုဏာမေတ္တာ။ သူ့အားသာချက် တွေးပြီး ဝမ်းသာလိုက်၊ မေတ္တာလေးပို့လိုက်။ မုဒိတာမေတ္တာ။ သူ့အပြစ် တွေးမိတော့လည်း နားလည်ပြီး ခွင့်လွှတ်လိုက်၊ မေတ္တာလေးပို့လိုက်။ ဥပေက္ခာမေတ္တာ။ အဲဒီလိုဆိုရင် ဗြဟ္မစိုရ်ဓာတ်၊ ဉာဏ်ပညာဓာတ် တွေနဲ့ မေတ္တာကုသိုလ် ပူဇွေးသွားပါလိမ့်မယ်။

ဝိပဿနာရှုပွားတော့လည်း အရှုခံအာရုံပေါ်မှာ ရှုစိတ်လေး တည့်တည့်မတ်မတ်ကျလို့၊ အရှုခံနဲ့ ရှုဉာဏ် ထပ်ကနဲ ထပ်ကနဲ ကပ်မိလို့၊ စိတ်အဆိုသက်သက် ဆိုနေ၊ ရွတ်နေတာမျိုး မဖြစ်ဘဲ သဘောသဘာဝလေးကို သေသေချာချာ သိလို့၊ ‘ရုပ်နဲ့ နာမ်ပဲ ရှိ တယ်၊ ဖြစ်ပြီး ပျက်နေတယ်’ ဆိုတာလေးကိုလည်း ကြိုးကြား ကြိုးကြား ဆင်ခြင်လို့၊ ဝိပဿနာဆိုင်ရာ တရားတော်တွေကိုလည်း လိုအပ်သလို နှလုံးသွင်းလို့၊ အခြေအနေအားလျော်စွာ ဂုဏ်တော်၊ မေတ္တာ စတဲ့ သမထဘာဝနာလေး တွဲစပ်ပုံပိုးလို့။ အဲဒီလိုဆိုရင် သတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ်ဓာတ်တွေ၊ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယဓာတ်တွေနဲ့ ဝိပဿနာ ကုသိုလ် ပူဇွေးနေပါလိမ့်မယ်။

ဒါ့ကြောင့် ဆိုလိုက်ပါ။

ကောင်းမှုဇွေးပျ၊ စိတ်သန့်ဖြူ၊ ကမ်းယူလက်လှမည်။

ကိုယ့်ကို ကမ်းယူနေတဲ့ လက်ကလေးက လှလိမ့်မယ်တဲ့။  
‘ကောင်းမှုပြုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို တမလွန်ဘဝမှာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ  
တွေက လက်ကမ်းပြီးတော့ ကြိုဆိုနေကြပါတယ်’ ဆိုတဲ့ ဘုရား  
အဆုံးအမကို ကြည့်ပြီးတော့ ပြောတာ။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေ အမြဲတမ်း ပူဇွေးနေမယ်၊ စိတ်  
ကလေး ဖြူစင်သန့်ရှင်းနေမယ် ...။ စိတ်ဖြူစင်သန့်ရှင်းနေတာကို  
က ကုသိုလ်ပါပဲ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု အဆက်မပြတ်ပြု၊ လှိုက်လှိုက်  
လှဲလှဲပြုလို့ ကုသိုလ်ပူဇွေးနေမယ်၊ စိတ်ကလေး ဖြူစင်သန့်ရှင်း  
နေမယ်ဆိုရင် တမလွန်ဘဝက ကိုယ့်ကို ကမ်းယူနေတဲ့ လက်ကလေး  
က လှလှပပလေး ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။





သိပ်ချစ်ရင်လည်း

သိပ်ချစ်လို့ ကုသိုလ်လုပ် . . .

စိတ်ညစ်ရင်လည်း

စိတ်ညစ်လို့ ကုသိုလ်လုပ်၊

သိပ်မုန်းရင်လည်း

သိပ်မုန်းလို့ ကုသိုလ်လုပ် . . .

စိတ်ပြုံးရင်လည်း

စိတ်ပြုံးလို့ ကုသိုလ်လုပ်၊

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကုသိုလ်လုပ် . . .

ဘယ်ပဲရောက်ရောက် ကုသိုလ်လုပ်၊

ကုသိုလ်သည်သာ

စိတ်ရဲ့ အေးငြိမ်းရာ . . .

ကုသိုလ်သည်သာ

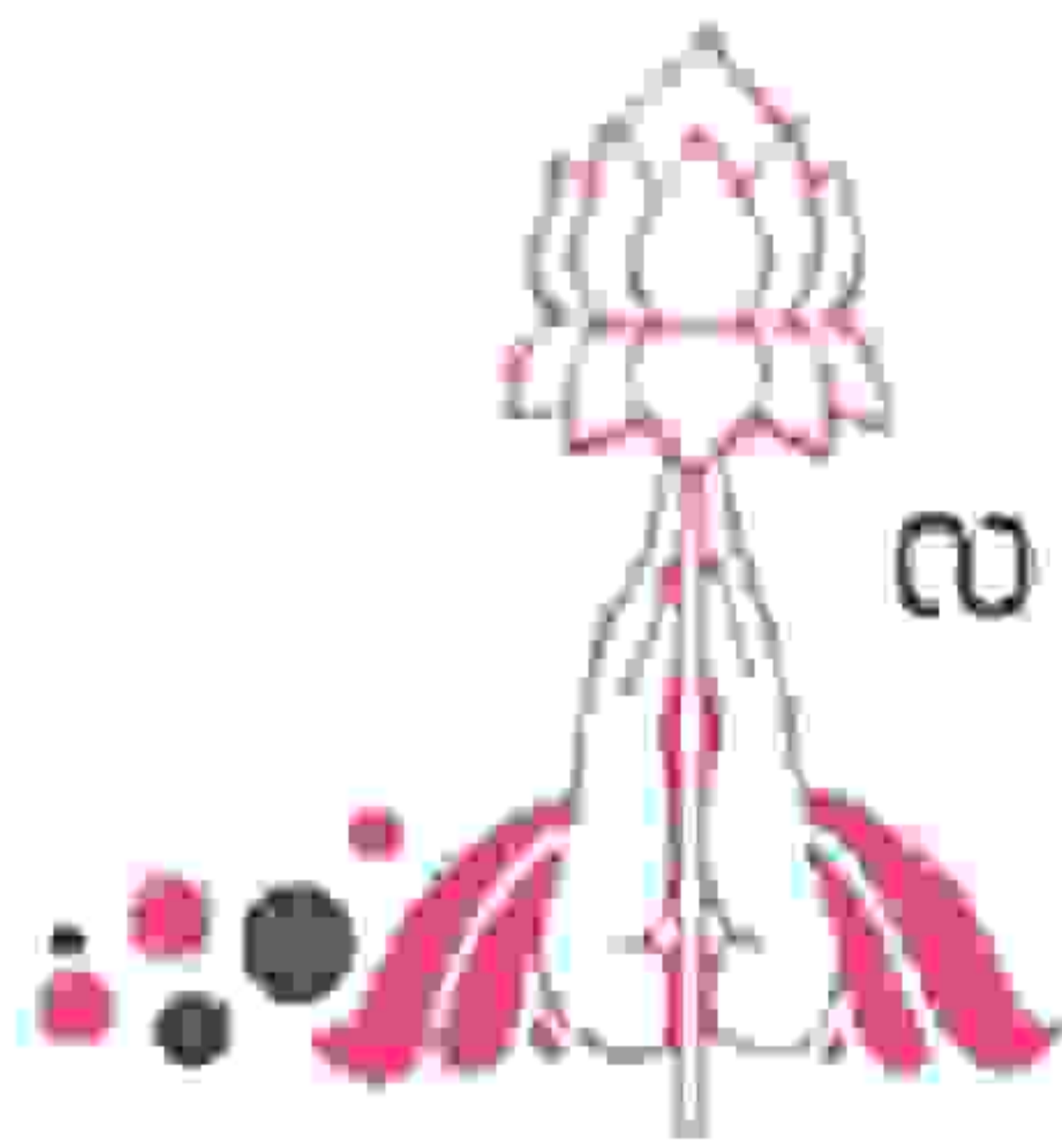
ဘဝရဲ့ လွတ်မြောက်ရာ . . . ၊

ကုသိုလ်သည်သာ

ကိုယ့်ရဲ့ နွေးထွေးရာ . . .

ကုသိုလ်သည်သာ

ကိုယ့်ရဲ့ ကိုးကွယ်ရာ . . . ။



လမ်းမှန်လျှောက်မှ  
စခန်းမှန်ရောက်မယ်

နောက်အရည်အသွေးတစ်ခုက အသိအမြင် မှန်ကန်ရမယ်။  
ရတနာသုံးပါးနဲ့ ပတ်သက်လို့လည်း အသိအမြင် မှန်ကန်ရမယ်။  
ကံ-ကံရဲ့ အကျိုးနဲ့ ပတ်သက်လို့လည်း အသိအမြင် မှန်ကန်ရမယ်။  
ရှေးဘဝနောက်ဘဝနဲ့ပတ်သက်လို့လည်း အသိအမြင် မှန်ကန်ရမယ်။  
ရှုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးနဲ့ပတ်သက်လို့လည်း အသိအမြင် မှန်ကန်ရမယ်။  
အသိအမြင် မှန်ကန်စရာ ဘယ်နှမျိုးတဲ့တဲ့။ လေးမျိုး ...။

စာမှာကတော့ ရှစ်မျိုးလို့ ခွဲထားပါတယ်။ ဒါကို တရားမှာ  
ပရိသတ်များ နားလည်လွယ်အောင် တူရာစုပြောလိုက်တော့ လေး  
မျိုးပေါ့။

ရှစ်မျိုးခွဲတာက ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာဆိုတာကို သုံးမျိုးလို့  
ယူထားတယ်။ ကံ-ကံရဲ့အကျိုးက တစ်မျိုး၊ ရှေးဘဝက တစ်မျိုး၊

နောက်ဘဝက တစ်မျိုး၊ ရှေးဘဝနဲ့နောက်ဘဝ နှစ်ခုပေါင်းက တစ်မျိုး၊  
ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးက တစ်မျိုး၊ ပေါင်းလိုက်တော့ ရှစ်မျိုး ...။

အဲဒီရှစ်မျိုးကိုပဲ ဒီမှာတော့ တူရာစုပြီး လေးမျိုးလို့ ပြော  
လိုက်ပါတယ်။ ပါဝင်တဲ့အရေအတွက်ချင်း အတူတူပါပဲ။ ခွဲပြော  
တာနဲ့ ပေါင်းပြောတာပဲ ကွာပါတယ်။ အနှစ်ချုပ်က လေးမျိုးပဲ  
ရှိတာပါ။ ရတနာသုံးပါးက တစ်မျိုး၊ ကံ-ကံရဲ့အကျိုးက တစ်မျိုး၊  
ရှေးဘဝနောက်ဘဝက တစ်မျိုး၊ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးက တစ်မျိုး၊  
...လေးမျိုး။

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးရယ်၊ ကံ-ကံရဲ့  
အကျိုးရယ်၊ ရှေးဘဝ နောက်ဘဝရယ်၊ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးရယ်။  
ဒီလေးမျိုး၊ ဒီလေးဌာနမှာ အသိအမြင် မှန်ကန်ရမယ်။ ယုံမှား  
သံသယ ကင်းရှင်းရမယ်။

အဲဒီမှာလည်း နှစ်ခုခွဲလိုက်မယ်ဆိုရင် စဉ်းစားဉာဏ်နဲ့  
အသိအမြင် မှန်ကန်တာရယ်၊ လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင်  
မှန်ကန်တာရယ်လို့ အသိအမြင်မှန်ကန်နည်းကလည်း နှစ်မျိုး ရှိပါ  
တယ်။ နည်းနှစ်မျိုးလုံးနဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်ရမှာပါ။

စဉ်းစားဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်တယ်ဆိုတာက နာ  
ကြားထားလို့၊ ဖတ်ရှုထားလို့ရတဲ့ ဗဟုသုတကို အခြေခံပြီးတော့ပဲ  
ဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ်ပိုင်အတွေ့အကြုံကို အခြေခံပြီးတော့ပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ်ပိုင်  
ဉာဏ်နဲ့ ဆင်ခြင်စဉ်းစား ဝေဖန်သုံးသပ်လို့ ရလာတဲ့ အသိဉာဏ်နဲ့  
ယုံမှားသံသယကင်းပြီး အသိအမြင် မှန်ကန်သွားတာ။

လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်တယ်ဆိုတာက

ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံကြိုးစား ပွားများအားထုတ်လို့ ခံစားလာရတဲ့ အတွေ့အကြုံ၊ သိမြင်လာရတဲ့ အသိဉာဏ်နဲ့ မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ အမှန်တကယ် နားလည်သဘောပေါက်ပြီး အသိအမြင် မှန်ကန်သွားတာ၊ ယုံမှားသံသယ လုံးဝ ကင်းရှင်းစွာနဲ့ကို အသိအမြင် မှန်ကန်သွားတာ။

ပထမဆုံး အသိအမြင် မှန်ကန်ရမှာက 'ရတနာသုံးပါး' ပေါ့လေ။ ရတနာသုံးပါးနဲ့ ပတ်သက်လို့ရှိရင် စဉ်းစားဉာဏ်နဲ့လည်း အသိအမြင် မှန်ကန်ရမယ်။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ် သုံးပါးဆိုတာ လောကမှာ အထွတ်မြတ်ဆုံးပဲ။ ဘာကြောင့် အထွတ်မြတ်ဆုံး ဖြစ်ရတာလဲ။ ရတနာသုံးပါးကို ဘာကြောင့်ကိုးကွယ်အားထားနေရတာလဲ၊ ဘယ်လိုကိုးကွယ်အားထားရမှာလဲ၊ ကိုးကွယ်အားထားရင် ဘာအကျိုးတွေရမှာလဲ ... စသည်အားဖြင့် ဗဟုသုတကို အခြေခံပြီး ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နဲ့ စဉ်းစားဆင်ခြင်တတ်ရမယ်၊ သုံးသပ်ဆုံးဖြတ်တတ်ရမယ်။

ရတနာသုံးပါးကို အားကိုးတယ်ဆိုတဲ့နေရာမှာ ဘုရားကို 'လမ်းညွှန်ပုဂ္ဂိုလ်' အဖြစ်နဲ့ အားကိုးတာ၊ တရားကို 'လမ်း' အဖြစ်နဲ့ အားကိုးတာ၊ သံဃာကို 'လမ်းသွားဖော်' အဖြစ်နဲ့ အားကိုးတာ ...။ ရတနာသုံးပါးကို အားကိုးလိုက်ရင် ရတနာသုံးပါးရဲ့ တန်ခိုးနဲ့ ကိုယ့်ဘဝ အလိုလိုပြည့်စုံသွားလိမ့်မယ်၊ ကိုယ့်ဆန္ဒ အလိုလိုပြည့်စုံ သွားလိမ့်မယ်ဆိုတဲ့ 'ကယ်တင်ရှင်' အဖြစ်နဲ့ အားကိုးတာ မဟုတ်ဘူး။

ဘုရားဆိုတာ လမ်းညွှန်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်၊ တရားဆိုတာ လျှောက်ရ

တာပါပဲ။

တရားဓမ္မကို တကယ်လက်တွေ့ ကျင့်သုံးကြည့်ရင် တစ်နေ့ ထက်တစ်နေ့ စိတ်ဓာတ်နဲ့ အသိဉာဏ် ရင့်ကျက်အေးချမ်းလာပြီး တရားရဲ့ အရသာ၊ တရားရဲ့ ကောင်းကျိုးကို သိသာထူးခြားစွာ ခံစားလာရပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီအခါ စိတ်အေးချမ်းမှုအတွက်ရော၊ ဘဝလွတ်မြောက်မှုအတွက်ပါ 'ဒါမှ တကယ့်လမ်းမှန်' လို့ နားလည်သဘောပေါက်လာပါလိမ့်မယ်။

လမ်းမှန်လျှောက်မှ စခန်းမှန်ရောက်မှာပါ။ တရားဓမ္မဆိုတဲ့ လမ်းမှန်အတိုင်းလျှောက်မှ စိတ်အေးချမ်းမှုဆိုတဲ့ စခန်းမှန်၊ ဘဝလွတ်မြောက်မှုဆိုတဲ့ စခန်းမှန်ကို ရောက်နိုင်ပါတယ်။



ပစ္စုပ္ပန်တစ်ခုတည်း ကြည့်ပြီး

အလုပ်လုပ်တဲ့သူထက်

အတိတ်၊ အနာဂတ်ပါ ကြည့်ပြီး

အလုပ်လုပ်တဲ့သူက

အလုပ်ပမာဏရော

အလုပ်အရှည်အသွေးရော

ပိုအားကောင်းနိုင်ပါတယ် . . .

အတိတ်က ပစ္စုပ္ပန်အလုပ်ကို

သင်ခန်းစာနဲ့ အကူညီပေးသလို

အနာဂတ်က ပစ္စုပ္ပန်အလုပ်ကို

မျှော်လင့်ချက်နဲ့ အားဖြည့်ပေးပါတယ် . . .

ကိုယ့်ခရီးအရှည် ကိုယ်သိတဲ့သူဟာ

ရိက္ခာလုံလောက်အောင်ရော

ရိက္ခာပိုကောင်းအောင်ပါ

အထူးကရုဏိက်သလိုပါပဲ . . . ။



အကြောင်းအကျိုးပိုင်မှ

**အကောင်းအဆိုးနိုင်မယ်**

ဒုတိယအနေနဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်ရမှာက 'ကံ-ကံရဲ့ အကျိုး' ပေါ့လေ။ ကံ-ကံရဲ့ အကျိုးဆိုတာ 'ကံ' နဲ့ 'ကံရဲ့အကျိုး' လို့ ပြောတာနော်။ လူတွေ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် အကျိုးပေး မတူတာကို ကြည့်လိုက်ရင်ကိုပဲ ကံ-ကံရဲ့အကျိုး ရှိတယ်ဆိုတာ ယုံကြည်ဖို့ ဘာမှမခက်ပါဘူး။

လူချင်းတူပါလျက် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် အကျိုးပေး မတူတာကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ...

'ကံ-ကံရဲ့ အကျိုးတရားဆိုတာ ရှိတယ်။ မျိုးစေ့လေး တစ်ခု စိုက်လိုက်တယ်ဆိုရင် မြေ၊ ရေ၊ လေ စတဲ့ အကြောင်း တရားတွေ ဆုံရင် အပင်ပေါက်လာတာပဲ။ ကောင်းတဲ့အလုပ်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဆိုးတဲ့အလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အလုပ်တစ်ခုလုပ်လိုက်တယ်ဆိုရင်

အဲဒီအလုပ်က အကြောင်းတရားတွေ ညီညွတ်တဲ့အခါ၊ အကြောင်း တိုက်ဆိုင်တဲ့အခါ အကျိုးပေါ်ထွက်လာမှာပဲ’

‘အချို့စေ့စိုက်ရင် အချို့ပင်ပေါက်ပြီး အချို့သီး သီးမယ်၊ အခါးစေ့စိုက်ရင် အခါးပင်ပေါက်ပြီး အခါးသီး သီးမယ်။ ကောင်း တာလုပ်ရင် ကောင်းကံဖြစ်ပြီး ကောင်းကျိုးရမယ်၊ မကောင်းတာ လုပ်ရင် မကောင်းကံဖြစ်ပြီး မကောင်းကျိုးရမယ်’

‘အချို့စေ့စိုက်ရင် အခါးပင် မပေါက်၊ မခါးသီး မသီးသလို၊ အခါးစေ့စိုက်ရင် အချို့ပင် မပေါက်၊ အချို့သီး မသီးသလိုပဲ ... ကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းကံဖြစ်ပြီး မကောင်းကျိုးမရနိုင်သလို မကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းကံဖြစ်ပြီး ကောင်းကျိုးမရနိုင်ဘူး။ သူ့ အကြောင်းနဲ့ သူ့အကျိုးပဲ၊ ကိုယ်စိုက်တဲ့မျိုးစေ့နဲ့ လိုက်လျောညီထွေ တဲ့အပင်ပေါက်ပြီး ပေါက်တဲ့အပင်နဲ့ လိုက်လျောညီထွေတဲ့အသီးပဲ သီးမယ်၊ ကိုယ်စိုက်လို့ပေါက်တဲ့ အပင်က အသီးကိုပဲ စားရမယ်’

အဲဒီလို စဉ်းစားဉာဏ်လေးနဲ့လည်း ကံ-ကံရဲ့ အကျိုးကို ယုံကြည်ရပါတယ်။ အသိအမြင် မှန်ကန်ရပါတယ်။

လက်တွေ့ဉာဏ်အနေနဲ့ကျတော့လည်း ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကောင်းတာလုပ်လို့ ကောင်းကျိုးရတာတွေ၊ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဆိုးတာ လုပ်လို့ ဆိုးကျိုးရတာတွေနဲ့ နှိုင်းချိန်ပြီးတော့ သိနိုင်ပါတယ်။

ကောင်းတာပဲ လုပ်လုပ်၊ ဆိုးတာပဲ လုပ်လုပ်၊ တစ်ကြိမ် တစ်ခါ လုပ်ကြည့်ရုံနဲ့တော့ အကျိုးတရားကို ထင်ထင်ရှားရှား တွေ့ ချင်မှ တွေ့ရမယ်။ အကြိမ်ကြိမ်အခါခါ လုပ်ကြည့်ရင်တော့ အကျိုး တရားက ထင်ရှားလာပါတယ်။ ပဋ္ဌာန်းလိုပြောတော့ အာသေဝန



ပစ္စည်းပေါ့လေ။

ကောင်းတဲ့အလုပ်ကို စေတနာပါပါနဲ့ အကြိမ်ကြိမ်အခါခါ လုပ်၊ ထပ်ခါထပ်ခါလုပ်၊ အဆက်မပြတ်လုပ်၊ အမြဲမပြတ်လုပ်၊ ကောင်းတဲ့ဓာတ်တွေ ပြည့်ဝ၊ ကောင်းတဲ့စွမ်းရည်တွေ ထွက်ပေါ်ပြီး တော့ ကောင်းကျိုးတွေ မတွေ့ချင်အဆုံး တွေ့လာပါလိမ့်မယ်။ ကောင်းကံနဲ့ ကောင်းကံရဲ့အကျိုး = ကံ-ကံရဲ့ အကျိုးပေါ့။

မကောင်းတဲ့အလုပ်ကို စေတနာပါပါနဲ့ အကြိမ်ကြိမ် အခါခါလုပ်၊ ထပ်ခါထပ်ခါလုပ်၊ အဆက်မပြတ်လုပ်၊ အမြဲမပြတ် လုပ်၊ မကောင်းတဲ့ဓာတ်တွေ ပြည့်ဝ၊ မကောင်းတဲ့စွမ်းရည်တွေ ထွက် ပေါ်ပြီးတော့ မကောင်းကျိုးတွေ မတွေ့ချင်အဆုံး တွေ့လာပါလိမ့် မယ်။ မကောင်းကံနဲ့ မကောင်းကံရဲ့အကျိုး = ကံ-ကံရဲ့အကျိုးပေါ့။

ကောင်းတဲ့အလုပ်ကလည်း လုပ်ပါများလေ၊ ကောင်းကျိုး ပေးလေ။ မကောင်းတဲ့အလုပ်ကလည်း လုပ်ပါများလေ၊ မကောင်း ကျိုးပေးလေ။

အလုပ်တိုင်းရဲ့ နောက်ကွယ်က စေတနာအားထုတ်မှု စေတနာဓာတ်လေးက ကံပဲ။ အတိအကျပြောရရင် အဲဒီ စေတနာ ဓာတ်လေးထဲမှာရှိတဲ့ အကျိုးပေးနိုင်စွမ်း ဓာတ်သတ္တိလေးက ကံပဲ။ စေတနာဓာတ်လေးကောင်းရင် ကံကောင်းမယ်။ စေတနာဓာတ်လေး ဆိုးရင် ကံဆိုးမယ်။ ကံကောင်းရင် အကျိုးပေးကောင်းမယ်။ ကံဆိုး ရင် အကျိုးပေးဆိုးမယ်။

ဘဝအကျိုးပေး မထင်ရှားသေးတောင် စိတ်အကျိုးပေးက တော့ ထင်ရှားပါတယ်။ ကောင်းတာလုပ်ရင် ကောင်းတဲ့စိတ်တွေဖြစ်

ပြီး စိတ်ချမ်းသာတယ်၊ စိတ်အေးချမ်းတယ်၊ စိတ်ကြည်လင်တယ်၊ စိတ်ပျော်ရွှင်တယ်။ မကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းတဲ့စိတ်တွေဖြစ်ပြီး စိတ်ဆင်းရဲတယ်၊ စိတ်ပူလောင်တယ်၊ စိတ်နောက်ကျတယ်၊ စိတ်ညစ်ရတယ်။ ဒါ လက်တွေ့ခံစားရတဲ့ ကံ-ကံရဲ့ အကျိုးပဲ။ သတိထားကြည့်ရင် သိနိုင်ပါတယ်။

တတိယအနေနဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်ရမှာက 'ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝ' ပေါ့လေ။ ကံ-ကံရဲ့ အကျိုးကို ယုံပြီဆိုရင် ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝကိုလည်း ယုံတော့တာပါပဲ။ သူတို့နှစ်ခုက တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်နေပါတယ်။

တခြားအကျိုးပေးတွေ မတူတာ အသာထားလိုက်ဦး။ ရုပ်လက္ခဏာ မျက်နှာပုံစံအကျိုးပေးတောင် တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်လုံးမ မတူဘူး။

လူတိုင်းလူတိုင်း ဒီမျက်စိ၊ ဒီနှာခေါင်း၊ ဒီပါးပြင်၊ ဒီနှုတ်ခမ်းပါပဲ။ မျက်နှာပေါ်မှာ ဒီအစိတ်အပိုင်းတွေ ဒီနေရာမှာပဲ ရှိတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ လူတစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မျက်နှာချင်း ချွတ်စွပ်တူတာ မရှိဘူး။ မျက်နှာပုံစံချင်း ကွဲနေတယ်။ လူတစ်သန်းဆိုရင် မျက်နှာပုံစံတစ်သန်းပဲ။ လူသန်းခုနစ်ထောင်ဆိုရင် မျက်နှာပုံစံ သန်းခုနစ်ထောင်ပဲ။

ရုပ်ချင်းချွတ်စွပ်တူပါတယ်ဆိုတဲ့ အမြွှာညီအစ်ကို၊ အမြွှာညီအစ်မ၊ အမြွှာမောင်နှမတောင်မှ သေချာကြည့်ရင်တော့ မတူပါဘူး။ ကွဲပါတယ်။ လုံးဝကြီး တစ်ပုံစံတည်း မဟုတ်ပါဘူး။

မျက်နှာပုံစံတွင် လူတွေ မတူကြတာ မဟုတ်ဘူး။ ခန္ဓာ

ကိုယ်ပုံစံလည်း တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မတူကြဘူး။ ခန္ဓာကိုယ် ပုံစံ တစ်ထပ်တည်း ချွတ်စွပ်ဆိုတာ မရှိဘူး။

ဒီလက်၊ ဒီခြေ၊ ဒီခေါင်း၊ ဒီခါး၊ ဒီတင်ပါး၊ ခန္ဓာကိုယ် အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းတွေ သူ့နေရာနဲ့သူ ဒီနေရာတွေမှာပဲ ရှိနေကြ တာပါပဲ။ သူလည်း ဒီနေရာမှာ၊ ကိုယ်လည်း ဒီနေရာမှာ။ လူတိုင်း လူတိုင်း ဒီနေရာမှာ ဒီအင်္ဂါပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းတွေအားလုံး ပေါင်းထားတဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ပုံစံချင်း လူတစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် လုံးဝ မတူဘူး။ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း တစ်ခုချင်းလည်း လူတစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် လုံးဝ မတူဘူး။ လက်မတစ်ခုတည်း ယှဉ်ကြည့်ရင်တောင် လက်မ ချင်း ချွတ်စွပ်တူတာ လုံးဝ မရှိဘူး။ လူတစ်သန်းဆိုရင် လက်မပုံစံ၊ ခန္ဓာကိုယ်ပုံစံ တစ်သန်းပဲ။ လူသန်းခုနစ်ထောင်ဆိုရင် လက်မပုံစံ၊ ခန္ဓာကိုယ်ပုံစံ သန်းခုနစ်ထောင်ပဲ။

ကမ္ဘာလူဦးရေက သန်းခုနစ်ထောင်မို့လို့ သန်းခုနစ်ထောင် လို့ ပြောလိုက်တာပါ။ ၂၀၁၁၊ ဒီနှစ် အောက်တိုဘာ (၃၁)မှာ ကမ္ဘာလူဦးရေ သန်းခုနစ်ထောင်ပြည့်မယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

လူတွေ အဲဒီလို မျက်နှာပုံစံ၊ ခန္ဓာကိုယ်ပုံစံ မတူကြတာဟာ ဒီဘဝမွေးပြီးကာမှ မတူကြောင်းကံတွေ ထူထောင်ကြလို့ မတူကြ တာလားဆိုတော့ မဟုတ်ဘူး။ မွေးကတည်းကိုက မတူကြတာ ဆိုတော့ ဒီလိုမတူကြောင်း အကြောင်းကံဟာ နေရာတစ်ခုခုမှာတော့ လုပ်ခဲ့တာပဲ။ အဲဒီနေရာဟာ အတိတ်ဘဝပဲ။

မနေ့ကဆိုတာရှိရင် မနက်ဖြန်ဆိုတာရှိသလို အတိတ်

ဘဝဆိုတာရှိရင် အနာဂတ်ဘဝဆိုတာလည်း ရှိမှာပဲ စသည်အားဖြင့်  
စဉ်းစားဉာဏ်လေးနဲ့လည်း ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝကို ယုံတယ်။  
ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝအပေါ်မှာ အသိအမြင် မှန်ကန်တယ်။

ကိုယ့်ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လူဝင်စားပုဂ္ဂိုလ်တွေကို  
အထောက်အထား ခိုင်ခိုင်လုံလုံနဲ့ တွေ့ရတဲ့အခါမျိုး၊ လူဝင်စားပုဂ္ဂိုလ်  
တွေအကြောင်း ကိုယ်တွေ့အဖြစ်အပျက်တွေ ရေးသားထားတာ  
ဖတ်ရှုရတဲ့အခါမျိုး၊ တစ်ဆင့်စကားပြောပြတာ နားထောင်ရတဲ့အခါ  
မျိုးမှာ ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝကို ယုံတာကျတော့ လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့  
ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝအပေါ်မှာ အသိအမြင် မှန်ကန်သွားတာပေါ့။

လူဝင်စားပုဂ္ဂိုလ်တွေအကြောင်း ဖတ်ဖူး၊ ကြားဖူးတာတွေ  
အကုန်လုံးတော့ မှတ်မိချင်မှ မှတ်မိမယ်၊ ပြောတတ်ချင်မှ ပြောတတ်  
မယ်။ သိခဲ့ဖူးသမျှ အဖြစ်အပျက်တွေ အကုန်လုံးကို မမှတ်မိတော့  
ပေမယ့် ယုံကြည်လက်ခံတဲ့စိတ်၊ နားလည်သိမြင်တဲ့စိတ်ကတော့  
စွဲစွဲမြဲမြဲ ကျန်ခဲ့တာပါပဲ။ လူဝင်စား သက်သေသာဓက တစ်ခုမှ  
ပြန်မပြောနိုင်ရင်နော့ ...။ ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝကို ယုံကြည်တဲ့စိတ်  
ကတော့ အခိုင်အမာ ဖြစ်တည်သွားပါတယ်။

အကြောင်းတစ်ခုခုနဲ့ တိုက်ဆိုင်သွားလို့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်  
ဇာတိဿရဉာဏ် (ရှေးဘဝကို မှတ်မိတဲ့ဉာဏ်) ရသွားတဲ့အခါမျိုး  
မှာလည်း လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝ အသိအမြင်  
မှန်ကန်သွားနိုင်တယ်။ အိပ်မက်ထဲမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တရားအားထုတ်လို့  
သမာဓိအား သိပ်ကောင်းသွားတဲ့အခါမျိုးမှာပဲဖြစ်ဖြစ် တစ်ခါတစ်ရံ  
ဇာတိဿရဉာဏ်လိုလို ဘာလိုလိုလေးဖြစ်ပြီး အတိတ်ဘဝပုံရိပ်လေး

တွေ ဖျိုးကနဲ ဖျတ်ကနဲ ပေါ်တတ်တယ်။ တကယ်အစစ် ဟုတ်ချင်မှ လည်း ဟုတ်မှာပေါ့လေ။

သမထတရား ပွားများအားထုတ်လို့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ဈာန် အဘိညာဉ်တွေ ရသွားတယ်။ ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝတွေကို ကြည့် နိုင်တဲ့ အဘိညာဉ်တန်ခိုး (အထူးအသိဉာဏ်) ရသွားတယ်ဆိုရင် လည်း ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝအပေါ် လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်သွားတာပါပဲ။

လက်တွေ့မြင်ရမှ ယုံချင်သပဆိုရင်တော့ ရှေးရှေးဘဝ တွေကို ပြန်မြင်နိုင်တဲ့ အဘိညာဉ်တန်ခိုး (အထူးအသိဉာဏ်) ရအောင် သမထတရားကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ကြည့်ရုံပါပဲ။ ပုဗ္ဗေနိဝါသအဘိညာဉ်သာ ရလို့ကတော့ ကိုယ့်ရဲ့ အတိတ်ဘဝတွေ မမြင် ချင်အဆုံး တကယ်လက်တွေ့ မြင်သွားမှာပါနော်။

အဲဒီလိုအားဖြင့် ... ကံ-ကံရဲ့ အကျိုးနဲ့ ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝအပေါ်မှာ အသိအမြင် မှန်ကန်သွားပြီဆိုရင် မကောင်းတဲ့ အလုပ်တွေ မလုပ်ဖြစ်တော့ဘဲ ကောင်းတဲ့အလုပ်တွေပဲ လုပ်ဖြစ် သွားပါလိမ့်မယ်။

‘မကောင်းတာလုပ်ရင် မကောင်းကျိုးရမယ်၊ ကောင်းတာ လုပ်ရင် ကောင်းကျိုးရမယ်၊ ကိုယ်လုပ်တဲ့အလုပ်ရဲ့ ကောင်းကျိုး၊ မကောင်းကျိုးကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ပဲ ခံစားရမယ်’ လို့ အသိအမြင် ရှင်းနေမှတော့ မကောင်းကျိုးဖြစ်စေမယ့် မကောင်းတဲ့အလုပ် ဘယ် လုပ်ဖြစ်ပါတော့မလဲ။ ကောင်းကျိုးဖြစ်စေမယ့် ကောင်းတဲ့အလုပ်တွေ ပဲ လုပ်ဖြစ်တော့မှာပေါ့။

‘ကိုယ်လုပ်သမျှအလုပ်ရဲ့ အကျိုးသက်ရောက်မှုက ဒီဘဝနဲ့ တွင် ပြီးသွားမှာမဟုတ်ဘူး၊ နောင်ဘဝအဆက်ဆက် အကျိုးသက် ရောက်နေဦးမှာ’ လို့ အသိအမြင်ရှင်းနေမှတော့ မကောင်းတဲ့အလုပ် တွေ ရှောင်ကြဉ်နေရတာလည်း ပျော်စရာကြီး၊ ကောင်းတဲ့အလုပ် တွေ လုပ်နေရတာလည်း ပျော်စရာကြီး ဖြစ်သွားတယ်။

အထူးသဖြင့် ကောင်းတဲ့အလုပ်တွေ လုပ်တဲ့နေရာမှာ နှေး ကွေးလေးလံနေမှု၊ အားရတင်းတိမ်နေမှုတွေ မဖြစ်တော့ဘဲ လုပ် သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ အလုပ်ကောင်းအလုပ်မြတ်မှန်သမျှကို သွက်သွက် လက်လက် မြန်မြန်ဆန်ဆန်နဲ့ များပြားသထက် များပြားအောင်၊ တိုးပွားသထက် တိုးပွားအောင် အားရပါးရကြီး အဆက်မပြတ် တရစပ် လုပ်ဖြစ်သွားပါတယ်။ ကုသိုလ်အလုပ် များများလုပ်ဖြစ်သွား တယ်၊ ပါရမီအကျင့် မြင့်မြင့်ဖြည့်ဖြစ်သွားတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

စိတ်ကောင်းရှိတဲ့သူမှန်သမျှ တမလွန်ဘဝကို မယုံလည်း အလုပ်ကောင်းတွေ လုပ်ဖြစ်မှာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ စိတ်ကောင်းရှိတာချင်း အတူတူ တမလွန်ဘဝကို ယုံတဲ့သူကတော့ မယုံတဲ့သူထက် အလုပ် ကောင်းတွေ ပိုလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။ လောလောဆယ်အရေးကိုပဲ စဉ်းစားတဲ့သူထက် နောင်ရေးကိုပါ ထည့်စဉ်းစားတဲ့သူက အလုပ်ကို ပိုအလေးအနက်ထားသလိုပေါ့။

နောင်ဘဝအဆက်ဆက်ကို လက်ခံတဲ့အတွက် အလုပ် ကောင်းတွေ လုပ်ရတာ ပိုအားရှိသွားပါတယ်။ ဘယ်လောက်ပဲ မဆုံးနိုင်အောင် လုပ်ရလုပ်ရ ငြီးငွေ့တယ်လို့ မရှိတော့ပါဘူး။ လုပ်သမျှ အလဟဿမဖြစ်ဘူးဆိုတာ သိနေမှတော့ အလုပ်လုပ်နေရတာ

ပျော်စရာကြီးပေါ့။ ဘဝရှေ့ရေး တွေးလိုက်တိုင်းလည်း ကျေနပ်အား ရစရာကြီးပါပဲ။

‘အကြောင်းအကျိုးပိုင်ရင် အကောင်းအဆိုးနိုင်တယ်’ လို့ ပြောလိုရပါတယ်။ ‘အကြောင်းကောင်းရင် အကျိုးကောင်းမယ်၊ အကြောင်းဆိုးရင် အကျိုးဆိုးမယ်’ လို့ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိနေရင် အကောင်းတွေ ပြည့်စုံနိုင်သမျှ ပြည့်စုံအောင်၊ အဆိုးတွေ ကင်းရှင်း နိုင်သမျှ ကင်းရှင်းအောင် ကြိုးစားဖြစ်သွားမှာ သေချာပါတယ်။

‘ပစ္စုပ္ပန်အကြောင်းကြောင့် တမလွန်အကျိုးဖြစ်တယ်’ ဆိုတာကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိနေရင် တမလွန်ဆိုးကျိုးဖြစ်မယ့် အလုပ် ဆိုးတွေကို ပစ္စုပ္ပန်မှာ မလုပ်ဖြစ်တော့ဘဲ တမလွန်ကောင်းကျိုးဖြစ် မယ့် အလုပ်ကောင်းတွေကိုပဲ ပစ္စုပ္ပန်မှာ လုပ်ဖြစ်သွားပါတယ်။

လုပ်စရာရှိတဲ့ အလုပ်တွေကို ပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာပဲ လုပ်ရတာ ပါ။ ဒါပေမဲ့ အနာဂတ်ဘဝယုံကြည်မှုက ပစ္စုပ္ပန်ဘဝလုပ်ရပ်တွေကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် အများကြီး အထောက်အကူပြုပါတယ်။ တချို့အလုပ်တွေက ပစ္စုပ္ပန်ဘဝသက်သက်အတွက်ဆို မလုပ်ဖြစ် ဘူး။ ‘အနာဂတ်ဘဝအတွက်’ ဆိုတဲ့ အတွေးလေး ဝင်လိုက်တော့မှ တွန်းအားရပြီး လုပ်ဖြစ်သွားတယ်။

အနာဂတ်ဘဝလို့ ပြောလိုက်ရင် အတိတ်ဘဝလည်း ပါပါ တယ်။ အတိတ်ဘဝယုံကြည်မှုက ပစ္စုပ္ပန်ဘဝလုပ်ရပ်တွေကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် အကူညီပေးသလို အနာဂတ်ဘဝယုံကြည်မှု ကလည်း ပစ္စုပ္ပန်ဘဝလုပ်ရပ်တွေကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် အထောက်အကူပြုပါတယ်။

ဒါကြောင့် ... အကြောင်းအကျိုးပိုင်မှ အကောင်းအဆိုး နိုင်ပါတယ်။ 'ကံ၊ ကံရဲ့အကျိုး' ဆိုတာလည်း အကြောင်းအကျိုး ပါပဲ။ 'ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝ' ဆိုတာလည်း အကြောင်းအကျိုးပါပဲ။ အဲဒီအကြောင်းအကျိုးနှစ်ခုကို ပိုင်မှ အကောင်းအဆိုးလုပ်ရပ်တွေကို နိုင်ပါတယ်။ အကောင်းကို နိုင်တယ်ဆိုတာ အကောင်းလုပ်ရပ်တွေကို လုပ်သောအားဖြင့် နိုင်တာ၊ အဆိုးကို နိုင်တယ်ဆိုတာ အဆိုး လုပ်ရပ်တွေကို မလုပ်သောအားဖြင့် နိုင်တာ။ အောင်နိုင်သွားတာပေါ့။

အကောင်းအလုပ်ကို နိုင်ရင် အကောင်းအကျိုးကိုလည်း နိုင်ပြီးသားပဲ။ အကောင်းအလုပ်ကြောင့် အကောင်းအကျိုးရမယ်ပေါ့။ အဆိုးအလုပ်ကို နိုင်ရင် အဆိုးအကျိုးကိုလည်း နိုင်ပြီးသားပဲ။ အဆိုး အလုပ် မလုပ်တဲ့အတွက်ကြောင့် အဆိုးအကျိုး မရတော့ဘူးပေါ့။

'အကောင်းအဆိုးနိုင်တယ်' ဆိုတဲ့နေရာမှာ အလုပ်ရော၊ အကျိုးရော နှစ်မျိုးလုံးကို နိုင်သွားတာနော်။ အလုပ်ကို နိုင်နင်း သွားတာ၊ အကျိုးကို ပိုင်နိုင်သွားတာလို့ 'နိုင်' ကိုပဲ နှစ်မျိုးခွဲပြောချင် ပြောလိုက်ပေါ့။ နိုင်နင်းနဲ့ ပိုင်နိုင်။

'နိုင်နင်း' တာက အလုပ်၊ 'ပိုင်နိုင်' တာက အကျိုး။ အကောင်းအလုပ်ကို လုပ်၊ အဆိုးအလုပ်ကို မလုပ်သောအားဖြင့် အကောင်းအဆိုးအလုပ်ကို နိုင်နင်းတယ်။ အကောင်းအကျိုးပြည့်စုံ၊ အဆိုးအကျိုးကင်းရှင်းသောအားဖြင့် အကောင်းအဆိုးအကျိုးကို ပိုင် နိုင်တယ်။







အ က ဝ ခ ဝ ည် ။ အ ဆို ။ ကြ ည့် မှ

# အကြောင်းအကျိုးသိမယ်

နောက်ဆုံး အသိအမြင် မှန်ကန်ရမှာက 'ရုပ်နာမ်ကြောင်း ကျိုး' ပေါ့လေ။ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတွေ အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်ချုပ်ပျက်နေတဲ့သဘောကို တရားတွေနာ၊ တရား စာအုပ်တွေ ဖတ်ပြီးတော့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်လေးနဲ့ ဉာဏ်မီသလောက် ဆင်ခြင်သုံးသပ်ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် စဉ်းစားဉာဏ်နဲ့လည်း အသိအမြင် မှန်ကန်ရမယ်။

ထိုင်နေရာကနေ မတ်တတ်ရပ်လိုက်တယ် ဆိုပါတော့။ ရုပ်ချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်တယ်၊ ဖြစ်တဲ့အတိုင်း ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း ရပ်လိုက် တယ်။ ရုပ်ချင်တဲ့စိတ်က အကြောင်း၊ ရပ်လိုက်တဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အမှု အရာက အကျိုး။ မတ်တတ်ရပ်လိုက်တဲ့ကိစ္စလေးမှာကိုပဲ အဲဒီလို စိတ်နဲ့ရုပ် အကြောင်းနဲ့အကျိုး ဆက်စပ်ပြီးတော့ ဖြစ်နေတာနော်။

ကန်တော့ပါရဲ့ ...၊ ကျင်ငယ်စွန့်တာလည်း ကြည့်  
လိုက်ပေါ့။ ကျင်ငယ်စွန့်ချင်တဲ့စိတ်လေး၊ ကျင်ငယ်စွန့်လိုက်မယ်  
ဆိုတဲ့စိတ်လေး ဖြစ်လိုက်တာနဲ့ ကျင်ငယ်တွေ မူလတည်နေရာကနေ  
ရွေ့ရွေ့ပြီး အပြင်ကို ထွက်ကျလာတယ်။ စွန့်ထုတ်မယ် ဆိုတဲ့စိတ်  
သာ မဖြစ်ရင် အလိုလို ထွက်မလာဘူးနော် (ရောဂါသည်မှအပ)။  
ဒါလည်း စိတ်နဲ့ရုပ် အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေတာပဲ။

လက်ညှိုးကွေးချင်ရင် လက်ညှိုးလေးပဲ ကွေးသွားတာ၊  
ညာခြေမြှောက်ချင်ရင် ညာခြေပဲ မြှောက်သွားတာ ... စသည်အားဖြင့်  
သူ့အကြောင်းနဲ့ သူ့အကျိုး ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေတာတွေ စဉ်းစား  
ကြည့်ရင် အလွယ်တကူ သိနိုင်ပါတယ်။ ဒါက စိတ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်  
တဲ့ အကြောင်းအကျိုးပေါ့။

ရုပ်ကြောင့် စိတ်ဖြစ်တဲ့ အကြောင်းအကျိုးတွေကလည်း  
ရှင်းပါတယ်။ ဥပမာ - ရှုခင်းလှလှလေး မြင်ရရင် စိတ်ချမ်းသာ  
သွားတာ၊ မြင်ကွင်းရှုပ်ရှုပ်ကြီး တွေ့ရရင် စိတ်နောက်ကျသွားတာ၊  
ကိုယ်ချစ်တဲ့သူကို မြင်ရရင် စိတ်ပျော်ရွှင်သွားတာ၊ ကိုယ်မုန်းတဲ့သူ  
ကို တွေ့ရရင် စိတ်ဆင်းရဲသွားတာ ... စသည်အားဖြင့်ပေါ့။ ဒါက  
ရုပ်ကြောင့် စိတ်ဖြစ်တဲ့ အကြောင်းအကျိုးပါ။

ခုနုပြောခဲ့တဲ့၊ စိတ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်တဲ့ အကြောင်းအကျိုး  
မတ်တတ်ရပ်တဲ့ကိစ္စမှာလည်း ရုပ်တဲ့ရုပ်ကြောင့် ရုပ်မှန်းသိတဲ့စိတ်၊  
အညောင်းအညာပြေပြီး နေလိုကောင်းသွားမှန်း သိတဲ့စိတ် ဖြစ်တာ  
ပဲနော်။ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရုပ်ကြောင့်လည်း စိတ်ပြန်ဖြစ်တာပဲ။  
ရုပ်ကြောင့် စိတ်ဖြစ်ပြန်တာပေါ့။

ရုပ်ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ စိတ်ကြောင့်လည်း ရုပ်ဖြစ်ပြန်တာပဲနော်။  
ခုနုပြောခဲ့တဲ့ ရှုခင်းတို့၊ ချစ်သူမုန်းသူတို့နဲ့ ပတ်သက်ပြီး စိတ်ကြောင့်  
လည်း ရုပ်ပြန်ဖြစ်တာကို ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ချဲ့စဉ်းစားလိုက်တော့။

အဲဒီလိုအားဖြင့် သတိလေးထားပြီး လေးလေးနက်နက်  
ဆင်ခြင်သုံးသပ်တတ်ရင် ‘ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါဆိုတာ အမှန်တာကယ်  
မရှိဘူး၊ ရုပ်တရားနဲ့ နာမ်တရားတွေပဲ အကြောင်းအကျိုး ဆက်  
စပ်ပြီး ဖြစ်နေကြတာ၊ သူ့သဘောသူဆောင်နေကြတာ’ လို့ စဉ်းစား  
ဉာဏ်လေးနဲ့ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးအပေါ်မှာ အသိအမြင် မှန်ကန်  
သွားနိုင်တယ်။

လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင်မှန်ကန်ချင်တယ်ဆိုရင်တော့  
သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာတရား ပွားများအားထုတ်နေရုံပါပဲ။ ပေါ်နေဆဲ  
ရုပ်နာမ်ကို ပေါ်နေတဲ့အတိုင်း သတိပဋ္ဌာန်နည်းကျ ဝိပဿနာပွား  
သွားရင် ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတွေ အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်ပြီး  
ဖြစ်ပျက်နေကြတာကို လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ သိမြင်သွားပါလိမ့်မယ်။

သွားချင်စိတ်၊ ရုပ်ချင်စိတ်၊ ထိုင်ချင်စိတ်၊ လျောင်းချင်စိတ်  
ပေါ်လာရင် ‘သွားချင်တယ်’၊ ‘ရုပ်ချင်တယ်’၊ ‘ထိုင်ချင်တယ်’၊  
‘လျောင်းချင်တယ်’ လို့ ပေါ်နေတဲ့စိတ်ကို ပေါ်နေတဲ့အတိုင်း၊ ဖြစ်နေ  
တဲ့အတိုင်း ရိုးရိုးလေး ရှုမှတ်လိုက်ရုံပါပဲ။

သွားနေ၊ ရုပ်နေ၊ ထိုင်နေ၊ လျောင်းနေတဲ့ ကိုယ်အမူအရာ  
ပေါ်လာရင်လည်း ‘သွားတယ်’၊ ‘ရုပ်တယ်’၊ ‘ထိုင်တယ်’၊ ‘လျောင်း  
တယ်’ လို့ ပေါ်နေတဲ့ရုပ်ကို ပေါ်နေတဲ့အတိုင်း၊ ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း  
ရိုးရိုးလေး ရှုမှတ်လိုက်ရုံပါပဲ။

အဲဒီလို ရုမုတ်နေရင် သွားချင်စိတ်နဲ့ သွားတဲ့ရုပ်၊ ရုပ်ချင် စိတ်နဲ့ ရုပ်တဲ့ရုပ်၊ ထိုင်ချင်စိတ်နဲ့ ထိုင်တဲ့ရုပ်၊ လျောင်းချင်စိတ်နဲ့ လျောင်းတဲ့ရုပ် အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေတာကို ဉာဏ် ထဲမှာ ရှင်းကနဲ လင်းကနဲ သိသွားပါလိမ့်မယ်။ ဒါကတော့ စိတ် ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်တဲ့သဘောပေါ့။

ရုမုတ်နေရင် သွားတဲ့ရုပ်ကြောင့် သွားမှန်းသိတဲ့စိတ်ဖြစ် တာ၊ ရုပ်တဲ့ရုပ်ကြောင့် ရုပ်မှန်းသိတဲ့စိတ်ဖြစ်တာ၊ ထိုင်တဲ့ရုပ်ကြောင့် ထိုင်မှန်းသိတဲ့စိတ်ဖြစ်တာ၊ လျောင်းတဲ့ရုပ်ကြောင့် လျောင်းမှန်းသိတဲ့ စိတ်ဖြစ်တာလည်း သိလာလိမ့်မယ်။ ဒါကတော့ ရုပ်ကြောင့် စိတ် ဖြစ်တဲ့သဘောပေါ့။

သတိပဋ္ဌာန်နည်းအတိုင်းသာ ဖြစ်ဆဲအာရုံကို ဖြစ်နေတဲ့ အတိုင်း ရုမုတ်သွားပါ။ ရုပ်ကြောင့် နာမ်ဖြစ်တာရော၊ နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်တာရော၊ ရုပ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်တာရော၊ နာမ်ကြောင့် နာမ်ဖြစ် တာရော၊ ရုပ်ကြောင့် ရုပ်နာမ်ဖြစ်တာရော၊ နာမ်ကြောင့် ရုပ်နာမ်ဖြစ် တာရော၊ ရုပ်နာမ်ကြောင့် ရုပ်နာမ်ဖြစ်တာရော၊ ရုပ်နာမ်တွေ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်ပြီး သူ့သဘောသူဆောင် အလိုအလျောက်ဖြစ်နေကြတာကို ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း ရှင်းရှင်း လင်းလင်းကြီး သိသွားပါတယ်။ ဒါ လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ ရုပ်နာမ် ကြောင်းကျိုးအပေါ်မှာ အသိအမြင် မှန်ကန်သွားတာပေါ့။

‘ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး သိရမယ်’ လို့ ပြောလိုက်ရင် ‘ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက် သိရမယ်’ ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်လည်း တစ်ခါတည်း တွဲပါပြီး သားပါပဲ။ ရုပ်နာမ်တွေက ဒီအတိုင်း တစ်သမတ်တည်း တည်မြဲနေ



မတူပါဘူး။ ဒါတွေကတော့ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အပေါ်မှာ စဉ်းစား ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်တာပါ။

သတိပဋ္ဌာန်နည်းအတိုင်း ဝိပဿနာရှုမှတ်သွားမယ်ဆို ရင်တော့ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အပေါ်မှာ လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်သွားပါလိမ့်မယ်။ ပေါ်ဆဲအာရုံကို ပေါ်နေတဲ့အတိုင်း၊ ဖြစ်ဆဲ အာရုံကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်းသာ ရိုးရိုးရှင်းရှင်းလေး အဆက်မပြတ် ရှုမှတ်သွားမယ်ဆိုရင် သတိ၊ သမာဓိ၊ ဉာဏ် အားကောင်းရင် အားကောင်းသလို ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်တွေကို ဖြစ်ပျက်နေဆဲ အနိုက် အတန်မှာကိုပဲ ဖြစ်ပျက်နေတဲ့အတိုင်း မျက်စိနဲ့ မြင်ရသလို မြင်သိ သွားပါလိမ့်မယ်။

ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးကိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်ကိုပဲ ဖြစ်ဖြစ် လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်ဖို့အတွက်ကတော့ မြင်ဆဲ၊ ကြားဆဲ၊ နံဆဲ၊ စားဆဲ၊ ထိဆဲ၊ သိဆဲ အနိုက်အတန်လေး တွေမှာ သတိပဋ္ဌာန်နည်းလမ်းအတိုင်း မြင်ရင် ‘မြင်တယ်’၊ ကြားရင် ‘ကြားတယ်’၊ နံရင် ‘နံတယ်’၊ စားရင် ‘စားတယ်’၊ ထိရင် ‘ထိတယ်’၊ သိရင် ‘သိတယ်’ လို့ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေး ရှုမှတ်ပွားများသွားရုံကလွဲလို့ တခြားနည်းလမ်း မရှိတော့ပါဘူး။ မရှုမှတ်ဘဲ လက်တွေ့သိချင်နေလို့ကတော့ မရဘူးနော်။

‘ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ ရေမြေတောတောင် ... အစရှိတဲ့ သက်ရှိ၊ သက်မဲ့အားလုံးဟာ တကယ်တမ်းကျတော့ မသိတတ်တဲ့ ရုပ်တရားနဲ့ သိတတ်တဲ့ နာမ်တရားမျှသာပဲ။ အဲဒီ ရုပ်တရား၊ နာမ် တရားတွေကလည်း အကြောင်းအကျိုးဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေကြတယ်။

အကြောင်းတရား၊ အကျိုးတရားနဲ့တကွ အဲဒီ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရား အားလုံးဟာ ဖြစ်ပြီး ပျက်နေကြတယ်။ ဖြစ်ပြီး ပျက်နေကြလို့ မမြဲတဲ့ အနိစ္စတရား၊ မကောင်းတဲ့ ဒုက္ခတရား၊ မပိုင်တဲ့ အနတ္တတရားတွေပဲ

လို့ စဉ်းစားဉာဏ်လေးနဲ့ လိုရင်းတိုရှင်း သိထားရင်ကိုပဲ တရားအားထုတ်ဖို့အတွက် အခြေခံအနေနဲ့ လုံလောက်ပါပြီ။ ရုပ် အမျိုးအစား၊ နာမ်အမျိုးအစားတွေကို အကျယ်တဝင့် သိထားရင် တော့ အကောင်းဆုံးပေါ့။ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လေ့လာလို့ အသေးစိတ် နားလည်သဘောပေါက်ထားတော့လည်း ပိုပြီးတော့ စဉ်းစား ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်သွားတာပေါ့။

လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင်မှန်ကန်ဖို့အတွက်ကတော့ သတိပဋ္ဌာန်နည်းလမ်းအတိုင်း ကြုံလာသမျှ အာရုံတိုင်းကို ရှုမှတ် သွားရုံပါပဲ။ ကောင်းတဲ့အာရုံကြုံလည်း ရှုမှတ်၊ ဆိုးတဲ့အာရုံကြုံ လည်း ရှုမှတ်။ ရုပ်နဲ့ပတ်သက်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စိတ်နဲ့ပတ်သက်လို့ပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကောင်းတာရော၊ မကောင်းတာရော အကုန်ရှုမှတ်သွား ရမှာပါပဲ။

အကောင်းအာရုံပဲကြုံကြုံ၊ အဆိုးအာရုံပဲကြုံကြုံ၊ ကြုံနေ တဲ့အာရုံကို ကြုံနေတဲ့အတိုင်းသာ ရှုမှတ်လိုက်ပါ။ ကောင်း-ကောင်း တယ်၊ ဆိုး-ဆိုးတယ် သိနေလိုက်ပေါ့။ ကောင်း-ကောင်းမှန်း၊ ဆိုး- ဆိုးမှန်း သိသိနေရင် အကောင်းရဲ့အကြောင်း၊ အဆိုးရဲ့ အကြောင်း လည်း သိလာမယ်၊ အကောင်းရဲ့ အကျိုး၊ အဆိုးရဲ့ အကျိုးလည်း သိလာမယ်။ အကောင်းအဆိုး နှစ်မျိုးလုံးရဲ့ အကြောင်း၊ အကျိုးကို သိလာပါလိမ့်မယ်။

‘အကောင်းအဆိုးကြည့်မှ အကြောင်းအကျိုးသိမယ်’ လို့ ပြောလို့ရပါတယ်။ အကောင်းလည်း ရှုမှတ်၊ အဆိုးလည်း ရှုမှတ်မှ အကြောင်းအကျိုးကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိမှာပါ။ အကောင်းကိုပဲ ရှုမှတ်ချင်တယ်၊ အဆိုးကိုတော့ မရှုမှတ်ချင်ဘူး ဆိုရင်တော့ အကြောင်းအကျိုးကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ သိမှာမဟုတ်ပါဘူး။ အကောင်းအဆိုးမှန်သမျှ အကုန်ရှုမှတ်ပစ်မှ အကြောင်းအကျိုးမှန် သမျှ အကုန်ကျွမ်းကျင်သွားပါလိမ့်မယ်။

ရှုမှတ်အားကောင်းလို့ ဉာဏ်ရင့်ကျက်သွားရင် အကောင်းလည်း ဖြစ်ပြီးပျက်၊ အဆိုးလည်း ဖြစ်ပြီးပျက်၊ အကောင်းရဲ့ အကြောင်းလည်း ဖြစ်ပြီးပျက်၊ အဆိုးရဲ့ အကြောင်းလည်း ဖြစ်ပြီးပျက်၊ အကောင်းရဲ့ အကျိုးလည်း ဖြစ်ပြီးပျက်၊ အဆိုးရဲ့ အကျိုးလည်း ဖြစ်ပြီးပျက်၊ ‘အကောင်းအဆိုးအားလုံး၊ အကြောင်းအကျိုးအားလုံး ဖြစ်ပြီးပျက်နေကြတဲ့ ဖြစ်ပျက်တွေချည်းပဲ’ လို့ သိလာပါလိမ့်မယ်။

ရှုမှတ်လို့ ကောင်းလည်း ဆက်ရှုမှတ်၊ ရှုမှတ်လို့ မကောင်းလည်း ဆက်ရှုမှတ်၊ ရှုမှတ်သမျှ ကောင်းကောင်း၊ ဆိုးဆိုး ဖြစ်ပျက် တွေချည်းပဲ၊ အကောင်းကို ရှုမှတ်တဲ့စိတ်၊ သိမြင်တဲ့ဉာဏ်လည်း ဖြစ်ပျက်၊ အဆိုးကို ရှုမှတ်တဲ့စိတ်၊ သိမြင်တဲ့ဉာဏ်လည်း ဖြစ်ပျက် ...။ အရှင်ရော၊ ရှုဉာဏ်ရော အားလုံး အားလုံး ဖြစ်ပျက်တွေချည်း ပဲလို့ တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန်၊ တစ်မှတ်ထက်တစ်မှတ် အသေးစိတ် ပိုပိုပြီး သိလာပါလိမ့်မယ်။

ဖြစ်ပျက်သိတဲ့ဉာဏ် အားကောင်းလို့ အထွတ်အထိပ် ရောက်သွားရင် မဖြစ်မပျက်သိတဲ့ဉာဏ် ပေါ်လာလိမ့်မယ်။ ‘မဖြစ်



မပျက် ဆိုတာ နိဗ္ဗာန်၊ 'မဖြစ်မပျက်သိတဲ့ဉာဏ်' ဆိုတာ မဂ်ဉာဏ်။

အောက်ထစ်ဆုံး သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်မြင်သွား  
ပြီ၊ သောတာပန်ဖြစ်သွားပြီ ဆိုရင်ကိုပဲ သေပြီးတဲ့နောက် အပါယ်  
လေးဘုံ လုံးဝ မလားရောက်ရတော့တဲ့အတွက် သုဂတိရွှေထောင့်က  
ကြည့်ရင် အသေလှတဲ့သူ ဖြစ်သွားပါပြီ။

ရှေ့ဆက်အားထုတ်သွားလို့ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်အဆင့်  
ကို ကျော်လွန်ပြီး ရဟန္တာအဆင့်ထိ ရောက်သွားရင်တော့ သေပြီး  
တဲ့နောက် ဘယ်ဘဝကိုမှ မလားရောက်ရတော့တဲ့အတွက် ဆင်းရဲ  
ဒုက္ခအားလုံး ချုပ်ဆုံးသွားလို့ တကယ့်ကို အသေလှတဲ့သူအစစ်  
ဖြစ်သွားပါပြီ။

တရားအစမှာ ပြောခဲ့တဲ့၊ ဘဝခန္ဓာအသစ် ထပ်မဖြစ်တော့  
တဲ့ အသေအလှဆုံးသူဆိုတာ တကယ်တော့ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး၊  
ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အပေါ်မှာ လက်တွေ့ဉာဏ်နဲ့ အသိအမြင် မှန်ကန်  
သွားတဲ့သူပါပဲ။ လက်တွေ့ဉာဏ်အရာမှာ အထွတ်အထိပ်ရောက်သွား  
တဲ့သူ၊ လမ်းဆုံးရောက်သွားတဲ့သူပေါ့။ အဲဒီအဆင့်ထိရောက်အောင်  
ကို အသိအမြင် မှန်ကန်ရမှာနော်။

ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး၊ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်အပေါ်မှာ အသိအမြင်  
မှန်ကန်သွားရင်လည်း ရတနာသုံးပါး၊ ကံ-ကံရဲ့ အကျိုး၊ ရှေးဘဝ-  
နောက်ဘဝတွေအပေါ်မှာလည်း အလိုအလျောက် အသိအမြင် မှန်  
ကန်သွားပါတယ်။ အထူးတလည် စဉ်းစားတွေးတောနေစရာတောင်  
မလိုတော့ပါဘူး။

ဒါကြောင့် ဆိုလိုက်ပါ။

အသိဉာဏ်ရှင်း၊ ယုံမှားကင်း၊ ဆေးခြင်းရဲရင့်ပြီး

ရတနာသုံးပါး၊ ကံ-ကံရဲ့ အကျိုး၊ ရှေးဘဝ-နောက်ဘဝနဲ့ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုး-ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်တွေအပေါ်မှာ အသိဉာဏ် ရှင်းလင်းပြီးတော့ ယုံမှားသံသယကင်းပျောက်သွားပြီဆိုရင် ဆေးခြင်း တရားကို ရဲရဲရင့်ရင့် ရင်ဆိုင်နိုင်ပါပြီ။ သေရမှာ လုံးဝ မကြောက် တော့ပါဘူး။

ကြောက်တယ်ဆိုတာ ဒေါသပါ။ သေရမှာ ကြောက်တာ လည်း ဒေါသပဲပေါ့။ အနာဂါမ်ဖြစ်သွားရင် ဒေါသလုံးဝ ကင်း သွားတဲ့အတွက် အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ သေရမှာ လုံးဝ မကြောက်တော့ပါဘူး။

အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာ မဖြစ်သေးပေမယ့်လည်း ပုထုဇဉ် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်အနေနဲ့ အခုပြောခဲ့တဲ့ အရည်အသွေးလေးမျိုးနဲ့ ပြည့်စုံမယ်ဆိုရင်တော့ အဲဒီအရည်အသွေးလေးမျိုးရဲ့ အစွမ်းသတ္တိ ကြောင့်ကိုပဲ အဲဒီအရည်အသွေးတွေ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အခိုက် အတန့်မှာ ဒေါသကင်းစင် စိတ်ကြည်လင်နေတဲ့အတွက် သေရမှာ လုံးဝ မကြောက်ဘဲ ဆေးခြင်းတရားကို ရဲရင့်စွာ၊ ပြုံးရွှင်စွာ၊ လွတ် လပ်ပေါ့ပါးစွာ ကျေနပ်ကျေနပ်၊ မြင့်မြင့်မြတ်မြတ် လက်ခံနိုင်သွားပါ လိမ့်မယ်။





‘ကုသိုလ်ပူဇွေးဖို့ အဓိက’ ဆိုတာကို အမြဲသတိရပြီးတော့ ဒါနကုသိုလ်တွေနဲ့လည်း ကုသိုလ်ပူဇွေးနေအောင် ကြိုးစားပါ။ သီလကုသိုလ်တွေနဲ့လည်း ကုသိုလ်ပူဇွေးနေအောင် ကြိုးစားပါ။ သမထကုသိုလ်တွေနဲ့လည်း ကုသိုလ်ပူဇွေးနေအောင် ကြိုးစားပါ။ ဝိပဿနာကုသိုလ်တွေနဲ့လည်း ကုသိုလ်ပူဇွေးနေအောင် ကြိုးစားပါ။

ဝိပဿနာကုသိုလ်နဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးနေမှတော့ အသိအမြင် မှန်ကန်တဲ့အကျိုး၊ တရားထူးတရားမြတ်ရတဲ့အကျိုး သေချာပေါက်ရမှာပဲနော်။

အခုလောလောဆယ် ဒီစင်္ကာပူမှာ နောက်ဆုံးပေါ်အနေနဲ့ နာမည်အကြီးဆုံးကတော့ အမိုးပေါ်မှာ သင်္ဘောကြီးတင်ထားတဲ့ အဆောက်အအုံပါပဲ။ အထပ်မြင့်တိုက်ကြီးသုံးခုရဲ့ ထိပ်ဆုံးမှာ သင်္ဘောပုံစံရေကူးကန်ကြီး ကန့်လန့်ဖြတ်တင်ထားတဲ့ အဆောက်အအုံ။ Marina Bay Sands ပေါ့နော်။

အဓိကကတော့ သင်္ဘောကြီးပါပဲ။ Sky Park လို့ခေါ်တဲ့ မိုးပျံသင်္ဘောကြီးက အဓိကပါ။ အဲဒီသင်္ဘောကြီးကြောင့်ပဲ အဆောက်အအုံက ထူးခြားထင်ရှားနေတာ။ အခုတော့ ဒီသင်္ဘောကြီးက စင်္ကာပူရဲ့ အမှတ်သင်္ကေတဖြစ်သွားတာပေါ့။

မြန်မာပြည်မှာ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးကို ရန်ကုန်မြို့နေရာ အနွဲ့အပြားကနေ မြင်တွေ့နိုင်သလို စင်္ကာပူမှာ စကိုင်းပတ်(ခ်) သင်္ဘောကြီးကို စင်္ကာပူမြို့နေရာအနွဲ့အပြားကနေ မြင်တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ဒီသင်္ဘောကြီးကို မြင်တွေ့တိုင်း မြင်တွေ့တိုင်း မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ‘မဂ္ဂင်သင်္ဘောကြီး’ ကို သတိရပြီး ကုသိုလ်ပူဇွေးအောင်

ကြီးစားကြရမယ်။ အဓိကကတော့ ဝိပဿနာကုသိုလ် ပူဇွေးအောင် ပေါ့။

ဒီသင်္ဘောကြီးက ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သူတော်စင်တွေကို ကုသိုလ်ပူဇွေးအောင်လုပ်ဖို့ သတိပေးနေတာပါ။

ဦးစင်းတို့ ဒီသင်္ဘောကြီးကို မြင်မြင်ချင်း ဘုရားလောင်း သုမေဓာရှင်ရသေ့ရဲ့ ခံယူချက် အတွေးတစ်စရယ်၊ ရှေးဆရာတော် ကြီးတွေရဲ့ တိုက်တွန်းချက် တရားတစ်ပုဒ်ရယ်ကို ချက်ချင်း သတိရ မိတယ်။

ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ခြေတော်ရင်းမှာ ခန္ဓာကိုယ် အလျားစင်းပြီး တံတားခင်းလှူခဲ့တဲ့ သုမေဓာရှင်ရသေ့က ဝမ်းလျား မှောက် လှူနေရင်းမှာပဲ ...

‘သံသရာပင်လယ်ကြီးကနေ လှေငယ်လေးနဲ့ တစ်ယောက် တည်း ကိုယ်လွတ်ရုန်းသွားလို့ ဘာအကျိုးရှိမှာလဲ ...။ ပါရမီတွေ ဖြည့်ပြီး သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးကို ရအောင်ယူ၊ ဧရာမမဂ္ဂင် သင်္ဘောကြီးတည်ဆောက်၊ သတ္တဝါဝေနေယျတွေကို အပြည့်တင်၊ သံသရာရေအလျဉ်ကနေ ထုတ်ဆယ်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကမ်းအရောက် ပို့ပေး ရမယ် ...။ ငါ သံသရာက လွတ်မြောက်တဲ့အချိန်မှာ ငါနဲ့အတူ သတ္တဝါဝေနေယျများစွာလည်း သံသရာက လွတ်မြောက်စေရမယ်’

လို့ အလေးအနက် တွေးခဲ့ဖူးပါတယ်။ အဲဒီအတွေး၊ အဲဒီ ခံယူချက်၊ အဲဒီဆုံးဖြတ်ချက်နဲ့ပဲ စက္ကန့်ပိုင်းအတွင်းရမယ့် အရဟတ္တမဂ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို လုံးဝ မယူတော့ဘဲ ဘုရားဆုပန်ဆင်ခဲ့တာပါ။

ဒါက စကိုင်းပတ်(ခ)သင်္ဘောကြီးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဦးဇင်းတို့ ပထမဆုံး သတိရမိတဲ့အကြောင်းအရာ။

ဒုတိယသတိရမိတဲ့ အကြောင်းအရာကတော့ 'ဖောင်တော်ကြီးငါးစင်း' တရား။ ရှေးတုန်းက နာမည်ကြီးခဲ့တဲ့ နှဲကြိုးဆရာတော်ကြီးရဲ့ တရားတစ်ပုဒ်ပါ။ တရားရဲ့ လိုရင်းအဓိပ္ပာယ်ကတော့ ...

'ဘဒ္ဒကမ္ဘာမှာ ဖောင်တော်ကြီးငါးစင်းရှိတယ်၊ လေးစင်းကတော့ လွန်သွားပြီ ... မမိတော့ဘူး၊ တစ်စင်းကျန်သေးတယ်၊ နောင်ဆိုက်ရောက်လာမယ့် အရိမေတ္တယုဖောင်တော်ကြီးမှာ စီးနင်းလိုက်ပါနိုင်ဖို့အတွက် ကုသိုလ်လက်မှတ်တွေ ခုကတည်းက ဖြတ်ထားကြ'

လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဘဒ္ဒကမ္ဘာမှာ ပွင့်တဲ့ ဘုရားငါးဆူကိုပဲ ဖောင်တော်ကြီးငါးစင်းလို့ တင်စားထားတာပါ။ နောင်ပွင့်မယ့် အရိမေတ္တယုဘုရားလက်ထက်မှာ ကျွတ်တန်းဝင်ဖို့အတွက် ကုသိုလ်ကောင်းမှု များများပြုကြဖို့ တိုက်တွန်းတဲ့တရားပါပဲ။

ဒီလိုပြောလိုက်လို့ ဒီဘုရားလက်ထက်မှာ ကျွတ်တန်းမဝင်နိုင်ဘူးလို့ မဆိုလိုပါဘူး။ သက်တော်ထင်ရှားဘုရားနဲ့ တိုက်ရိုက်ဖူးတွေ့ရပြီး ကျွတ်တန်းဝင်တဲ့အဖြစ်မျိုးကို တောင့်တတဲ့သူတွေအတွက် သီးသန့်ရည်ရွယ်ပြီး ဟောထားတာပါ။ ပါရမီပြည့်နေရင် ဒီဘုရားလက်ထက်မှာလည်း ဝိပဿနာအားထုတ်ပြီး ကျွတ်တန်းဝင်နိုင်တာပါပဲ။

မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို ဖောင်တော်ကြီး၊ သို့မဟုတ် သင်္ဘောကြီးနဲ့



အာရုံမရွေး ရှုမှတ်ပွားများနေရုံပါပဲ။

စကိုင်းပတ်(ခ)သင်္ဘောကြီးကို မြင်လိုက်တာနဲ့ မဂ္ဂင် သင်္ဘောကြီးဆိုတာကိုပဲ သတိရသွားပြီဆိုရင် ‘မဂ္ဂင်ယာဉ်ကြီး၊ အမြန် စီး၊ ခရီးထွက်တော့မည်။ ငါတော့ ဒီဘုရားရှင်ရဲ့ မဂ္ဂင်သင်္ဘောကြီးနဲ့ ပဲ နိဗ္ဗာန်ကမ်းကို လိုက်သွားတော့မယ်။ နိဗ္ဗာန်ကမ်းရောက်ဖို့ဆိုရင် တော့ ဝိပဿနာအားထုတ်မှဖြစ်မှာ။ ခုချက်ချင်းပဲ အားထုတ်လိုက်’ လို့ နှလုံးသွင်းပြီး ကိုယ်ရောက်နေတဲ့နေရာမှာပဲ ချက်ချင်းလက်ငင်း ဝိပဿနာရှုမှတ်လိုက်ရပါမယ်။ အချိန်မဆိုင်းလိုက်ပါနဲ့၊ အချိန်မရွေး လိုက်ပါနဲ့။

သီးခြားတရားထိုင်ချိန်ကျမှပဲ ရှုမှတ်မယ်ဆိုရင်တော့ မဂ္ဂင် သင်္ဘောကြီးပေါ် လောလောဆယ် တက်စီးနေရာမရောက်တော့ပါ ဘူး။ မဂ္ဂင်သင်္ဘောကြီးပေါ်ကနေ ခဏခုန်ဆင်းနေသလို ဖြစ်သွားပါ လိမ့်မယ်။ မဂ္ဂင်သင်္ဘောကြီးပေါ် ဆင်းလိုက်တက်လိုက်လုပ်နေရင် တော့ နိဗ္ဗာန်ကမ်းရောက်ဖို့ သိပ်မသေချာပါဘူး။

ဝိပဿနာဆိုတာ ဘာအလုပ်မှ မလုပ်ဘဲ သီးခြားငြိမ်ငြိမ် လေး ထိုင်နေတဲ့အခါမျိုးမှာမှ လုပ်လို့ရတဲ့အလုပ် မဟုတ်ပါဘူး။ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေးမှာ တခြားအလုပ်လုပ်နေရင်းနဲ့လည်း ကြိုး ကြားကြိုးကြား လုပ်လို့ရတဲ့အလုပ်ပါ။ စိတ်နဲ့ပဲ လုပ်ရတဲ့အလုပ်မို့ လို့ စိတ်ရှိတဲ့နေရာတိုင်းမှာ ဝိပဿနာရှုမှတ်လို့ ရပါတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေမှလည်း ဝိပဿနာကုသိုလ် ပူဇွေးနေမှာပါ။

သီးခြားတရားထိုင်ချိန်မှာတော့ လောဘ၊ ဒေါသဖြစ်လာရင် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်တယ်၊ တခြားအချိန်တွေမှာတော့ လောဘ၊ ဒေါသဖြစ်



လာရင် ရှုမှတ်ပြီး မပယ်ဘူး။ လောဘ၊ ဒေါသ အလိုလိုက်ပြီး လုပ်ချင်ရာ လျှောက်လုပ်တယ်။ ပြောချင်ရာ လျှောက်ပြောတယ်ဆို ရင် ဝိပဿနာသမားအစစ် မဖြစ်သေးပါဘူး။ တရားကို တကယ် အားထုတ်နေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သီးခြားတရားထိုင်ချိန်မှာလည်း ဘာတရားမှ နှလုံးသားထဲ မရောက်သေးပါဘူး။

သီးခြားတရားထိုင်ချိန်မှာလည်း ရှုမှတ်၊ တခြားအချိန်တွေ မှာလည်း ရှုမှတ်မှ ဒီဘုရားရှင်ရဲ့ မဂ္ဂင်သင်္ဘောကြီးပေါ် ကျကျနန ထိုင်ပြီး တက်စီးရာရောက်ပါတယ်။ ဒါကိုပဲ ဝိပဿနာကုသိုလ် ပူဇွေးတယ်လို့ ခေါ်တာပါ။ ဝိပဿနာကုသိုလ်ပူဇွေးမှ ပါရမီပြည့်ပြီး ဉာဏ်ရင့်တဲ့တစ်နေ့ နိဗ္ဗာန်ကမ်းရောက်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ဒီဘုရားရှင်လက်ထက်မှာ နိဗ္ဗာန်မရောက်ချင်သေးဘဲ နောက် ဘုရားရှင်လက်ထက်ကျမှ ဘုရားရှင်ကို တိုက်ရိုက်ဖူးတွေ့ပြီး နိဗ္ဗာန် ရောက်ချင်တယ်ဆိုရင်တော့ စကိုင်းပတ်(ခ)သင်္ဘောကြီးကို မြင်လိုက် တာနဲ့ ‘နောက်ဘုရားရှင်ရဲ့ မဂ္ဂင်သင်္ဘောကြီး’ လို့ အာရုံပြုပြီး ‘နောက်သင်္ဘောမှာ သေချာပေါက် လိုက်ပါနိုင်ဖို့အတွက် ခုကတည်း က ပိုက်ဆံများများစုထားမှ’ လို့ နှလုံးသွင်းလိုက်ပေါ့။ စုထားရမယ့် ပိုက်ဆံက ကုသိုလ်ပိုက်ဆံ၊ ပါရမီပိုက်ဆံပါပဲ။

ကုသိုလ်ပိုက်ဆံ၊ ပါရမီပိုက်ဆံ အလုံအလောက်ရှိမှ မဂ္ဂင် သင်္ဘောကြီး တက်စီးခွင့်ရမှာဆိုတော့ ကုသိုလ်တွေ အဆက်မပြတ် ပြု၊ ပါရမီတွေ အဆက်မပြတ် ဖြည့်နေရုံပါပဲ။ ဝိပဿနာကုသိုလ် အပါအဝင် ကုသိုလ်အစုံ ပြုနေရမှာပေါ့။ ဒါဆိုရင် ကုသိုလ်ပူဇွေးတဲ့ သူ ဖြစ်သွားပါပြီ။









ပြီး၊ သိသိပြီး ပြုပြင်အားထုတ်သွားရမှာ။

စိတ်ထားမျိုးစုံကိုလည်း တရားလမ်းကြောင်းအတိုင်းထား၊ ကုသိုလ်မျိုးစုံကိုလည်း တရားလမ်းကြောင်းအတိုင်းလုပ်၊ အာရုံမျိုးစုံကိုလည်း တရားလမ်းကြောင်းအတိုင်းရွှေ့မှတ်သွားမယ်ဆိုရင် တစ်ချိန်ချင်း တစ်ချိန်ချင်းမှာ ဘာမှမထူးဘူး ထင်ရပေမယ့် အချိန်ကြာလာတဲ့အခါ သေချာပေါက် ထူးလာပါလိမ့်မယ်။

တစ်ချိန်ထက်တစ်ချိန် တရွေ့ရွေ့နဲ့ ထူးထူးလာတာ ရဟန္တာဖြစ်တဲ့အထိ ထူးသွားပြီဆိုရင်တော့ ဘဝခန္ဓာအသစ် ထပ်မဖြစ်တော့တဲ့ အသေအလှဆုံးသူအဖြစ်နဲ့ အသေလှတဲ့သူ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။ အောက်ထစ်ဆုံး သောတာပန်ဖြစ်တဲ့အထိလောက် ထူးသွားတယ်ဆိုရင်ကိုပဲ ကောင်းရာသုဂတိ သေချာပေါက်ရောက်တဲ့ အသေလှတဲ့သူ ဖြစ်သွားမှာပါ။

နောက်ဆုံး ...ပုထုဇဉ်ဘဝနဲ့ပဲ ဘဝအဆုံးသတ်ရတယ်ထား ... ကုသိုလ်အာရုံ တစ်ခုမဟုတ်တစ်ခုနဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးနေလို့ စိတ်ဓာတ်ထူးနေတယ်ဆိုရင် နောက်ဘဝတစ်ခုကတော့ ကောင်းရာသုဂတိဘဝ သေချာတဲ့အတွက် အသေလှတဲ့သူ ဖြစ်ပါပြီ။

ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးကို မြင်တဲ့ စူဠသောတာပန်ဖြစ်မှ ကောင်းရာသုဂတိ သေချာတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကုသိုလ်တစ်ခုခုနဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးနေရင်လည်း ကောင်းရာသုဂတိ သေချာပါတယ်။

စူဠသောတာပန်(သောတာပန်အငယ်စား)လို့ ခေါ်နိုင်တယ်လို့ ပြောနေကြတဲ့ ရုပ်နာမ်ကြောင်းကျိုးမြင်သူတိုင်းလည်း ကောင်းရာသုဂတိ မသေချာပါဘူး။ အားထုတ်နေတဲ့ရက်ပိုင်းလေးမှာ မြင်ပေ



လှူ စသည်အားဖြင့် တစ်ဘဝလုံး ကုသိုလ်မျိုးစုံနဲ့ ကုသိုလ်ပူဇွေးနေ  
တာပဲ။ ဒါပေမဲ့ သေခါနီးမှာ ဟိုတုန်းက တစ်ကြိမ်တစ်ခါ ပြုခဲ့ဖူးတဲ့  
အကုသိုလ်အာရုံပေါ်၊ အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ပြီး သေသွားတော့ အဝီစိငရဲ  
ကျသွားတယ်။ အသေမလှဘူး ဖြစ်သွားတာပေါ့။

ဒါပေမဲ့ အဝီစိငရဲမှာ လူ့သက်တမ်းနဲ့ ခုနစ်ရက်ပဲ နေလိုက်  
ရပြီး တုသိတာနတ်ပြည် တက်သွားပါတယ်။ အသေလှသွားတာ  
ပေါ့။ တိုက်ရိုက်အသေမလှပေမယ့် တစ်ဆင့်အသေလှသွားတယ်။  
လူ့သက်တမ်းနဲ့ ခုနစ်ရက်ဆိုတော့ ငရဲသက်တမ်းနဲ့ဆိုရင် စက္ကန့်ပိုင်း  
လောက်ပဲ ရှိမယ်။ အဝီစိငရဲကို စက္ကန့်ပိုင်းလောက် အလည်သွားတဲ့  
သဘောပဲ။

မလ္လိကာမိဖုရားကြီး အဝီစိငရဲမှာ ခေတ္တခဏလေးပဲ နေ  
လိုက်ရတာ လူ့ဘဝတုန်းက ကုသိုလ်တွေ ပူဇွေးလွန်းအားကြီးခဲ့လို့  
ပါ။ ဘုရားအာရုံ၊ တရားအာရုံ၊ သံဃာ့အာရုံ၊ အာရုံကောင်း အာရုံ  
မြတ်တွေနဲ့ ထုံမွမ်းထားတဲ့ သာသနာတွင်းကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေနဲ့  
ကုသိုလ်ပူဇွေးချင်တိုင်းပူဇွေးနေတော့ တစ်ကြိမ်တစ်ခါ ပြုမှားမိတဲ့  
အကုသိုလ်က အချိန်ကြာကြာ အကျိုးပေးခွင့်မရတော့ဘူး ဖြစ်သွား  
ပါတယ်။

ပြုခဲ့မိတဲ့ အကုသိုလ်ကို ခဏခဏ ထပ်ခါထပ်ခါ သတိရ  
မနေဖို့၊ သတိရသွားရင်လည်း အမြန်ဆုံး ဖျောက်ဖျက်ပစ်ဖို့ အရေးကြီး  
ပါတယ်။ လိုအပ်တဲ့အခါ သင်ခန်းစာယူဖို့ ခဏတစ်ဖြုတ် သတိရ  
တာကလွဲလို့ ပြုမိခဲ့တဲ့အကုသိုလ်မှန်သမျှ အကုန်မေ့ပစ်လိုက်ပါ။  
ပြုခဲ့တဲ့ကုသိုလ်တွေ၊ ပြုနေဆဲကုသိုလ်တွေ၊ ပြုဦးမယ့်ကုသိုလ်တွေကို



ပဲ တစ်ခုပြီးတစ်ခု သတိရနေပါ။ ကုသိုလ်အလုပ်တစ်ခုခုနဲ့ပဲ ကိုယ့်  
စိတ်ကို အမြဲကပ်ထားပါ။

အကုသိုလ်ကို တွေးတွေးပြီး ကြောက်မနေပါနဲ့။ ကုသိုလ်  
ကို တွေးတွေးပြီးပဲ ဝမ်းမြောက်နေပါ။ 'ကုသိုလ်ပူဇွန်းဖို့ အဓိက၊  
ကုသိုလ်ပူဇွန်းဖို့ အဓိက' လို့ အမြဲနှလုံးသွင်းပြီး ကုသိုလ်ပူဇွန်းနေ  
အောင်သာ ကြိုးစားပါ။ အချိန်တိုင်းသာ ကုသိုလ်ပူဇွန်းနေလို့ကတော့  
သေမှာ ဘာမှကြောက်စရာမလိုပါဘူး။

ဒီ 'အသေလှတဲ့သူ' တရားက ၂၀၀၄ ခုနှစ်၊ အောက်  
တိုဘာလ(၁)ရက်၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ သက်ကြီးရွယ်အိုများနေ့  
အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် သထုံမြို့၊ သုဝဏ္ဏဘူမိဘိုးဘွားရိပ်သာက  
ကျင်းပတဲ့ သထုံညတရားပွဲမှာ အဘိုးအဘွားပရိသတ်တွေကို အဓိက  
ထားပြီး ပထမဆုံး၊ စဟောဖြစ်ခဲ့တဲ့တရားပါ။

ဒီစင်တုရားလည်း ၂၀၀၅ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတုန်းက ဦးဇင်း  
ရဲ့ နောင်တော်ကြီး ကိုဋ္ဌေးဝင်း၊ မမျိုးသီရိသိမ်း၊ သီရိဆံပင်အလှပြင်  
ခန်းမရဲ့ နေအိမ်မှာ တစ်ကြိမ်ဟောခဲ့ဖူးပါသေးတယ်။ အဲဒီတုန်းက  
တော့ နောင်တော်ကြီးရဲ့ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ဦးဇင်းရဲ့ ငယ်သူငယ်ချင်း  
တွေလောက်ကိုပဲ (၁၅)မိနစ်စာလောက် လိုရင်းအကျဉ်းချုပ် ဟော  
ပေးခဲ့တာပါ။ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်နာနိုင်တဲ့ ညတရားပွဲလုပ်ဖို့ ပင့်  
လျှောက်ကြပေမယ့် ဘယ်လိုမှ အချိန်မရလို့ မဟောဖြစ်ခဲ့ပါဘူး။

ဒီနှစ်တော့ အကြောင်းညီညွတ်သွားလို့ ညတရားပွဲ နှစ်ရက်  
ဟောဖြစ်သွားပါတယ်။ လာလိုက်ကြတဲ့တရားနာပရိသတ်တွေက  
လည်း များလွန်းအားကြီးလို့ မြန်မာပြည်မှာ ညတရားပွဲဟောနေရတဲ့

အတိုင်းပဲ ထပ်တူထပ်မျှ ခံစားရပါတယ်။ ပြည်ပတရားပွဲတွေအားလုံး ထဲမှာ ဒီစင်္ကာပူတရားပွဲကတော့ တရားနာပရိသတ်အများဆုံးပါပဲ။ မြန်မာပြည်၊ ရန်ကုန်ကို နမူနာယူပြီး တည်ဆောက်ထားတဲ့မြို့ဆိုတော့ မြန်မာပြည်နဲ့ ဘာမှ မကွာခြားဘူးပေါ့ ... နော။ ဦးဇင်းက ညတရားပွဲမှာမှ မြန်မာပြည်မှာလို ခံစားရတာ မဟုတ်ပါဘူး။ တခြား အချိန်တွေမှာလည်း ဘယ်နေရာသွားသွား ကိုယ့်မြန်မာပြည်မှာ နေနေရ သလိုပဲ ခံစားရပါတယ်။ ထူးပြီးလည်း မအံ့ဩသလို ထူးပြီးလည်း အားမငယ်ပါဘူး။ စင်္ကာပူကို ရန်ကုန်မြို့တော်ရဲ့ မြို့နယ်အခွဲတစ်ခု၊ မြို့နယ်အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုလို့ပဲ စိတ်ထဲခံစားရပါတယ်။ ဒါ ဦးဇင်းရဲ့ ခံစားချက်ကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောတာပါ။

‘အစွဲကင်း၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်၊ ကုသိုလ်ပူဇွေး၊ အသိအမြင်မှန်ကန်’ ဆိုတဲ့ အရည်အသွေးလေးမျိုးနဲ့ ပြည့်စုံကြတဲ့ အတွက် တရားနာပရိသတ်များအားလုံး အသေလှတဲ့သူတွေ ဖြစ်ကြ ပါစေ၊ မိမိတို့ ရည်မှန်းတောင့်တတဲ့ ဗောဓိဉာဏ်နဲ့တကွ နိဗ္ဗာန်ချမ်း သာကို လွင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေလို့ ဆုမွန်ကောင်း တောင်းရင်းနဲ့ ဦးဇင်းတို့ရဲ့ ‘အသေလှတဲ့သူ’ တရားတော်ကို ဒီနေရာ မှာပဲ နိဂုံးချုပ်ပါတော့မယ်။

တရားနာပရိသတ်များအားလုံး လက်အုပ်ချီထားကြပါ။ အရေးအကြီးဆုံးစကားတစ်ခွန်းနဲ့ တရားနိဂုံးချုပ်ပါတော့မယ်။

အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။

အပ္ပမာဒေန - မမေ့မလျော့ မပေါ့မဆ ပြင်းပြထက်သန် မှန်ကန်သော သတိတရားဖြင့်၊

သမ္မာဒေထ - သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဟုဆိုအပ်သော  
သိက္ခာသုံးပါးတို့ကို ...ကိုယ်စီကိုယ်င ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစား  
အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ။

သာဓု ...သာဓု ...သာဓုပါဘုရား။

| ၂၀၁၁ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ(၂၈)ရက်၊ စင်္ကာပူနိုင်ငံ၊ စင်္ကာပူမြို့၊ ဂူရောင်း  
လမ်း၊ အရိနာခန်းမအတွင်း၊ ဓမ္မဒေါင်းလုပ်ဒ်ဝက်ဘ်ဆိုက် ကိုးနှစ်ပြည့်တရားပွဲ၌  
ဟောကြားအပ်သော တရားတော်ကို ပြုပြင်ဖြည့်စွက် ရေးသားထားပါသည်။|

အရှင်ဆန္ဒာဝိက (ရွှေပါရမီတောရ)

# တရားသိမ်းမေတ္တာပို့

အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌

ရှိကြသော

နတ်လူသတ္တဝါအားလုံးတို့သည်

ဘေးရန်ရောဂါ

ကင်းစင်ကွာ၍

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။