

လောကပါလမိသားစုအကျိုးပြုစာစဉ်

ကုသိုလ်အကုသိုလ် ဖောင်ဒရှင်း

DEMOCRACY 2014

ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး

- ပြည်ထောင်စုမပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး
- တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုမပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး
- အချုပ်အခြာအာဏာတည်တံ့ခိုင်မြဲရေး ဒို့အရေး

ပြည်သူ့သဘောထား

- ပြည်ပအားကိုး ပုဆိန်ရိုး အဆိုးမြင်ဝါဒီများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကို နှောင့်ယှက် ဖျက်ဆီးသူများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- နိုင်ငံတော်၏ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ဖက် နှောင့်ယှက်သော ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
- ပြည်တွင်းပြည်ပ အဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ် ချေမှုန်းကြ။

နိုင်ငံရေးဦးတည်ချက်(၄)ရပ်

- နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်ရေး၊ ရပ်ရွာအေးချမ်းသာယာရေးနှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး
- အမျိုးသားပြန်လည်စည်းလုံးညီညွတ်ရေး
- ခိုင်မာသည့် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေသစ် ဖြစ်ပေါ်လာရေး
- ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေသစ်နှင့်အညီ ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် သော နိုင်ငံတော်သစ်တစ်ရပ် တည်ဆောက်ရေး

စီးပွားရေးဦးတည်ချက်(၄)ရပ်

- စိုက်ပျိုးရေးကိုအခြေခံ၍ အခြားစီးပွားရေးကဏ္ဍများကိုလည်း ဘက်စုံ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး
- ဈေးကွက်စီးပွားရေးစနစ် ပီပြင်စွာဖြစ်ပေါ်လာရေး
- ပြည်တွင်းပြည်ပမှ အတတ်ပညာနှင့်အရင်းအနှီးများ စိတ်ချော်၍ စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး
- နိုင်ငံတော်စီးပွားရေးတစ်ရပ်လုံးကို ဖန်တီးနိုင်မှုစွမ်းအားသည် နိုင်ငံတော်နှင့် တိုင်းရင်းသား ပြည်သူတို့၏ လက်ဝယ်တွင်ရှိရေး

လူမှုရေးဦးတည်ချက်(၄)ရပ်

- တစ်မျိုးသားလုံး စိတ်ဓာတ်နှင့် အကျင့်စာရိတ္တမြင့်မားရေး
- အမျိုးဂုဏ် ဇာတိဂုဏ်မြင့်မားရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ်များ၊ အမျိုးသားရေးလက္ခဏာများ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး
- မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ် ရှင်သန်ထက်မြက်ရေး
- တစ်မျိုးသားလုံး ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးနှင့် ပညာရည်မြင့်မားရေး

လောကပါလမိသားစုအကျိုးပြုစာစဉ် မှ ဖြန့်ချိသော ပညာပေးစာအုပ်များ

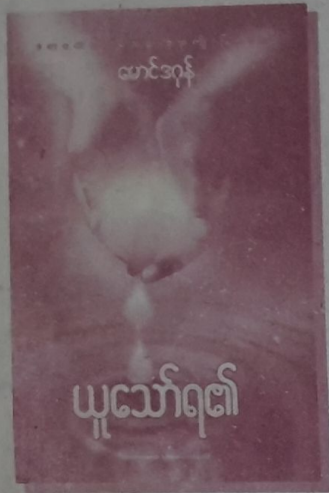
ပညာပေးစာအုပ်မျိုးစုံ ဆက်တိုက်ထွက်နေပါပြီ။ စာအုပ်ဆိုင် တိုင်းမှာ မှာယူအားပေးနိုင်ပါသည်။ ဝယ်ယူ၍မရခဲ့ပါလျှင် လောကပါလစာစဉ်၊ အမှတ်-၁၇၅၊ သိမ်ဖြူလမ်း၊ ကန်တော် ကလေးစာတိုက်၊ (မြန်မာ့ဂုဏ်ရည်လမ်းနှင့် သိမ်ဖြူလမ်းထောင့်) ရန်ကုန်မြို့၊ လိပ်စာတွင် မှာယူပါ။ တစ်အုပ်လျှင် ၁၅၀ ကျပ်ဖြင့် ပေးပို့နေပါသည်။ ဝေငှ၊ လှူတမ်း၊ ဖြန့်ချိလိုသူများကို အထူးနှုန်း ဖြင့်ပေးပို့ပါသည်။



၃၀၆/၂၀၀၃(၅)



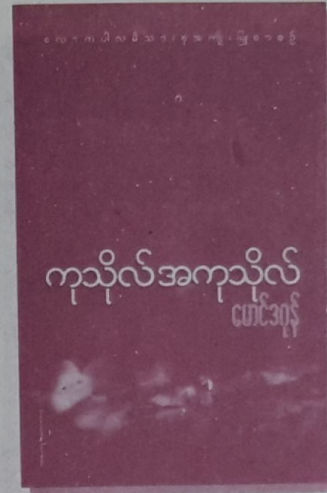
၃၀၅/၂၀၀၃(၅)



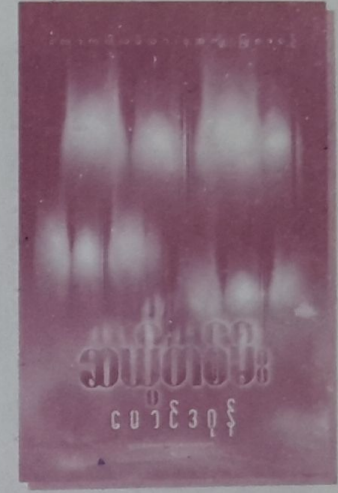
၄၅၂/၂၀၀၃(၅)



၄၇၄/၂၀၀၃(၅)



၃၀၃/၂၀၀၃(၅)



၃၈၂/၂၀၀၃(၆)



၅၄၁/၂၀၀၃(၆)



၅၁၅/၂၀၀၃(၆)



၄၁၉/၂၀၀၃(၇)



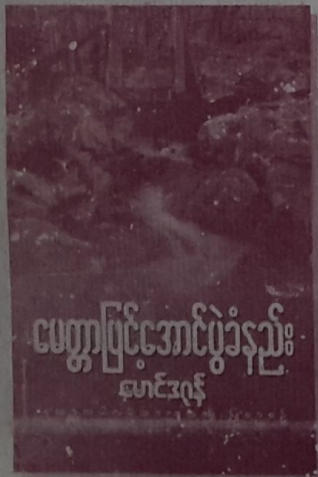
၅၄၀/၂၀၀၃(၆)



၅၁၇/၂၀၀၃(၆)



၅၁၀/၂၀၀၃(၆)



၆၃၁/၂၀၀၃(၇)



၄၇၅/၂၀၀၃(၅)

လောကဏိယသားစုအကျိုးပြုစာစဉ်

ကုသိုလ်-အကုသိုလ်

ဟောင်ဒဂုန်

စာပေဆိုင်ရုံအမှတ် (၃၀၇ / ၂၀၀၃ / ၅)၊ အင်းစိန်မြို့နယ်အမှတ် (၃၃၉ / ၂၀၀၃ (၆))

ဤစာအုပ်ကို သားထွေးကိုသက် (ကေတီအမ်)က စီစဉ်ပြီး၊ ဒေါ်ခင်သဇင် (၀၃၇၄၂) သမီးဇော်တီကစာပေ၊ အမှတ် ၁၇၅/၃၊ သိမ်ဖြူလမ်း၊ ကန်တော်ကလေး၊ ရန်ကုန်မြို့က ထုတ်ဝေပါသည်။ ဦးကံအောင် (ခ) ဦးအောင်အောင် (၀၆၁၂၃)၊ ၁၁၇၃၊ သုဓမ္မာ ၂လမ်း၊ ၂ ရပ်ကွက်၊ မြောက်ဥက္ကလာပ၊ ရန်ကုန်မြို့က ပုံနှိပ်ပါသည်။ ဦးကျော်စိန် (၂၉၀၉)၊ ကျောက်စိမ်း ပုံနှိပ်တိုက်၊ ၁၇၁၊ ၃၃လမ်း၊ ရန်ကုန်က မျက်နှာပုံးကို ပုံနှိပ်ပါသည်။

ပထမအကြိမ်၊ ၂၀၀၄၊ ဧပြီလ ၊ အုပ်ရေ ၅၀၀၊ တန်ဖိုး ၁၅၀ကျပ်။

ကုသိုလ် အကုသိုလ်

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	အာသီသ	၁
၂။	ကုသိုလ်ဆိုတာဘာလဲ	၃
၃။	ကုသိုလ်လုပ်မှကုသိုလ်ဖြစ်	၃
၄။	အကုသိုလ်ဆိုတာဘာလဲ	၄
၅။	ကိုယ်မကြိုက်တာမလုပ်နဲ့	၄
၆။	ဒွန်တွဲနေတဲ့ စိတ်နှစ်ခု	၅
၇။	အကုသိုလ်ရဲ့ ရေသောက်မြစ်	၇
၈။	အကုသိုလ်ပယ်ဖျောက်နည်း	၈
၉။	အကုသိုလ်ကို လှုံ့ဆော်ခြင်း	၉
၁၀။	ကုသိုလ်ကိုဖြစ်စေတဲ့ (၁၄)စိတ်	၂၀

ကုသိုလ် အကုသိုလ်

မောင်ဒဂုန်

အာသီသ

ကုသိုလ်အကုသိုလ်တရားဆိုတာ လူ့ဘဝကို ရလာတဲ့ လူတိုင်းနားလည်ထားသင့်တဲ့ တရားနှစ်ပါးလို့ ယူဆပါတယ်။

ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ လူတွေဟာ လူမှန်းသိတတ်စ ကတည်းကပဲ အသိတရားကလေးတွေကိုယ်စီရှိလာကြတယ်။ အဲဒီအသိတရား ရှိလာတာနဲ့ တပြိုင်နက် ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်တွေဟာ စတင်ပေါ်ပေါက်တော့ တာပဲ။

ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆိုအဆုံးမကို နာယူကျင့်သုံးပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအဖြစ် ခံယူထားတဲ့သူတိုင်းဟာ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရားရဲ့ အလိုကျကျင့်ကြံအားထုတ်ရပါလိမ့်မယ်။

လောကပါလစာစဉ်

ဒီလိုမကျင့်ကြံရင်၊ ကျင့်ကြံဘို့လဲ မသိဘူးဆိုယင်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အဖြစ်ခံယူတဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေပါလိုသာ ပါးစပ်ကဘယ်လောက်ပဲ အာပေါက် အောင်အော်နေနေ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာတစ်ဦး မဟုတ်နိုင်ပါဘူး။

ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရားရဲ့ အလိုကျကဘာလဲ၊ ဗုဒ္ဓဟောကြားဆုံးမခဲ့တဲ့ တရားတွေ ရဲ့အဆီအနှစ်ဟာဘာလဲဆိုရင် မိမိရဲ့စိတ်ကို ဆုံးမဖို့ပါပဲ။ မိမိရဲ့စိတ်ကိုဘာကြောင့် ဆုံးမရသလဲဆိုရင်၊ မိမိတို့ရဲ့ စိတ်ဟာ အမြဲအကုသိုလ်တရားဘက်ကို လှနေလို့ပဲ။ မကောင်းမှုမှန်သမျှ အကုသိုလ်ဖြစ်စေမဲ့ အလုပ်မှန်သမျှကိုမှ ရွေးပြီး လုပ်ချင်တဲ့ သဘာဝနိယာမတရားကြောင့်ပဲ။

ဒီစိတ်ကိုမနိုင်ရင်၊ ထိုသူဟာ ကောင်းရာမွန်ရာဘဝကို ဘယ်မှာရနိုင် ပါတော့မလဲ။ ဒုက္ခတို့ရဲ့ ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာနဲ့လဲဝေးတယ်။

ဒါကြောင့် လူတိုင်း အကုသိုလ်ကို ပယ်ပြီး ကုသိုလ်ဖြစ်စေမဲ့၊ နေမှု၊ စားမှု၊ ပြောမှု၊ ကြံမှု၊ ဆောင်ရွက်မှုတွေကို အားထုတ်ကျင့်ကြံနိုင်ရအောင် ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့တဲ့ ဓမ္မကျမ်းဂန်အစောင်စောင်မှ ထုတ်နုတ် မှီငြမ်းပြီး ဤ“ကုသိုလ်- အကုသိုလ်”ဆိုတဲ့ စာအုပ်ငယ်ကို ရေးသားထုတ်ဝေ အပ်ပါတယ်။

ကုသိုလ်ဆိုတာဘာလဲ

လူတိုင်းနေ့စဉ်လှုပ်ရှား ဆောင်ရွက်နေသမျှကြံစည်နေသမျှ ကိစ္စတွေဟာ သံသရာရဲ့ကောင်းကျိုး၊ နိဗ္ဗာန်ကို အထောက်အပံ့ဖြစ်စေတဲ့ ပါရမီမျိုး၊ ဒုစရိုက် လုပ်ငန်းတို့မှ ကင်းလွတ်တဲ့အလုပ်မျိုးတွေဆိုရင်၊ ကုသိုလ်အလုပ်လို့ ဆိုပါတယ်။ မိမိပြုမူချက်ဟာ ကုသိုလ်ဖြစ်တယ်လို့ဆိုနိုင်ပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ အကုသိုလ်မလုပ်ရင် ကုသိုလ်ဖြစ်သလားလို့မေးစရာ ရှိပါတယ်။

အမှန်တော့ အကုသိုလ်ကင်းတိုင်း ကုသိုလ်ဟာ နေရာတကာမှာ မဖြစ် ပါဘူး ဒါပေမဲ့ ကုသိုလ်ဖြစ်ဘို့ကိုတော့ကောင်းစွာ အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါတယ်။

ကုသိုလ်လုပ်မှ ကုသိုလ်ဖြစ်

ဒီတော့ ကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့က၊ အကုသိုလ်ကင်းအောင်နေရုံနဲ့ မပြီးပါဘူး။ ကုသိုလ်အလုပ်ကိုလဲ တစ်ဖက်ကလုပ်ပေးရပါတယ်။

ဥပမာ - သူတစ်ပါး အသက်ကိုသတ်ရင် အကုသိုလ်ဖြစ်တယ်ဆိုတာ လူတိုင်းသိကြမှာပါ။ ဒီတော့ သူတစ်ပါးအသက်ကို မသတ်ဘဲ ငုတ်တုတ်ထိုင်နေရင် ကုသိုလ်ရသလားဆိုတော့ မရပါဘူး။ အကုသိုလ်တော့ကင်းတာ မှန်ပါတယ်။

ကုသိုလ်ရချင်ရင် စောစောကပြောခဲ့သလို ကုသိုလ်အလုပ်ကို ထပ်လုပ် မှာဖြစ်ပါတယ်။ အသက်တွေကို မသတ်ပဲနေတဲ့အချိန်မှာ၊ အာနာပါနုဂ္ဂဟတ်နေမယ်။ နုဿတိတစ်ခုခုကို ပွားများနေမယ်။ တရားဓမ္မကို လေ့လာဆွေးနွေးနေမယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့ ဝေယျာဝစ္စတစ်ခုခုကို ဆောင်ရွက်နေမယ်။ တရားဓမ္မတစ်ခုခုကို နှလုံးသွင်း နေမယ်ဆိုမှ ကုသိုလ်ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။

ဒါဆိုရင် ကုသိုလ်ဟာ လုပ်ယူမှရတယ်ဆိုတာ ရှင်းလောက်ပါပြီ။ နောက်ပြီး အကုသိုလ်ကင်းအောင်နေတာဟာလဲ၊ ကုသိုလ်ရဘို့ရဲ့ အခြေခံ အကြောင်းတရားသာဖြစ်တယ်ဆိုတာလဲ သဘောပေါက်လောက်ပါပြီ။

အကုသိုလ်ဆိုတာဘာလဲ

ကုသိုလ်ဆိုတာပါဠိဝေါဟာရ“ကုသလ” ကဆင်းသက်တဲ့ ပါဠိပျက် စကားဖြစ်ပါတယ်။ “ကုသလ”ရဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကတော့ “ကောင်းမှု”ဖြစ်ပါတယ်။ အကုသိုလ်ဆိုရင်၊ မကောင်းမှုလို့ အဓိပ္ပါယ်ရှင်းပါလိမ့်မယ်။

မကောင်းမှုဆိုတာဘာလဲ။ မိမိမကြိုက်တာမှန်သမျှဟာ မကောင်းမှုတွေ ပါပဲ။ မိမိမကြိုက်တာတွေကဘာလဲလို့ ထင်မြင်ကြည့်ရင် မိမိကသူတစ်ပါးကို သတ်တိုကြီးစားတယ်၊ သတ်လဲသတ်တယ်၊ ဒီအချိန်မှာ မိမိကြိုက်တဲ့အလုပ်လား၊ မကြိုက်တဲ့ အလုပ်လားဆိုတာ၊ ပြန်ပြီးစဉ်းစားရင် အဖြေပေါ်ချင်မှ ပေါ်လိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ မိမိကိုယ်ကိုပြန်ပြီး အပ်သွားကလေးတစ်ခုနဲ့ထိုးဆွကြည့်လိုက်တဲ့အခါ မှာတော့ အဖြေပေါ်လာပါပြီ။ ကိုယ်အသားကိုအပ်နဲ့ဆွလိုက်တော့နာလိုက် တာမပြောပါနဲ့။ ဒီတော့ကြိုက်ရဲ့လား မကြိုက်ဘူးလားဆိုတာမေးစရာတောင် မလိုတော့ဘူး။

မိမိမကြိုက်တဲ့အလုပ် မိမိမခံချင်တဲ့အလုပ် မိမိစိတ်မချမ်းသာတဲ့အလုပ် တွေဟာ ကိုယ်မကြိုက်တဲ့အလုပ်တွေချည်းပါပဲ။

ကိုယ်မကြိုက်တာမလုပ်နဲ့

ကိုယ်မှမကြိုက်တဲ့အလုပ်ဟာသူတစ်ပါးလဲ ဘယ်ကြိုက်ပါ့မလဲ၊ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်၊ဆင်ခြင်တဲ့စိတ်နဲ့ မိမိကိုယ်ကိုထိန်းချုပ်ဖို့လိုပါတယ်။

မိမိမကြိုက်တာမှန်သမျှ သူတစ်ပါးအပေါ်သွားပြီးလုပ်မိတဲ့ အလုပ်မျိုး အပြောမျိုး၊ အကြံမျိုးဟာအားလုံး အကုသိုလ်တွေချည်းပါပဲ။ သူတစ်ပါးက မိမိကို ချိုချိုသာသာ ဆက်ဆံတာကိုယ်ကြိုက်ရင် သူတစ်ပါးပေါ်ကိုလဲ ဒီလိုပဲ ဆက်ဆံပေါ့။ သူတစ်ပါး စိတ်ချမ်းမြေ့သွားတော့ ကိုယ့်မှာကုသိုလ်ရတာပေါ့။

လောကပါလစာစဉ်

ကိုယ့်ပစ္စည်းဥစ္စာ သူများခိုးရင် မကြိုက်ဘူး၊ ဒီတော့သူများဟာလဲ ကိုယ်မယူနဲ့ မလိမ့်နဲ့ သူများကြိုက်မှာ မဟုတ်ဘူး၊ ကိုယ့်သားမယားကို သူများ စော်ကားကျူးလွန်ရင် အသည်းဆတ်ဆတ်ထိအောင်နာလိမ့်မယ်၊ ဒီတော့သူများ သား မယားကိုလဲ ဖောက်ပြန်ချင်တဲ့စိတ်၊ ကျူးလွန်ချင်တဲ့စိတ်မထားနဲ့ မကျူးလွန် မဖောက်ပြားနဲ့ သူတစ်ပါးလဲကိုယ့်လိုပဲ ခံစားရလိမ့်မယ်။

ဒါတွေကို မရှောင်နိုင်ရင်၊ အကုသိုလ်တွေချည်းပဲပေါ့။ ဒါတွေကိုမပြုမိ၊ မကြံအောင်နေနိုင်မှ အကုသိုလ်မှ လွတ်ပါလိမ့်မယ်။

ယခုရှင်းပြခဲ့တာဟာဆိုရင်၊ အကုသိုလ်စိတ်တွေ၊ ကုသိုလ်စိတ်တွေ ဆိုတာဘာလဲ ဆိုတဲ့ သာဓကဥပမာသဘောမျှသာရှိပါသေးတယ်၊ အများအလွယ် တကူသိသာရှင်းလင်းနိုင်အောင်သာ တင်ပြနေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားကတော့ လူ့သတ္တဝါတွေရဲ့ စိတ်သဘာဝအခြေအနေ တွေကို သဗ္ဗညုတရွှေဉာဏ်တော်နဲ့ အကုန်အစင်စိတ်ဖြာပြီး သိမြင်ထားတာတို့ ဆိုတာကို ဘုရားဟောခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်နဲ့ အကုသိုလ်စိတ်တွေနဲ့ အကြောင်းကို သူတော်ကောင်း သူတော်စင်ဖြစ်လိုသူတို့အတွက် လေ့လာမှတ်သားနိုင်ဖို့ ဆက်လက်ပြီး တင်ပြပါအုန်းမယ်။

ဒွန်တွဲနေတဲ့ စိတ်နှစ်ခု

လောကမှာ အဆင်းနဲ့အတက်၊ အသွားနဲ့အပြန်၊ အနိုင်နဲ့အရှုံး၊ စသဖြင့် ဒွန်တွဲနေသလို၊ ကုသိုလ်နဲ့အကုသိုလ်စိတ်ဟာလဲ ဒွန်တွဲနေတတ်ပါတယ်။

ဒီစိတ်နှစ်ခုဟာ၊ အမွှာသဖွယ်အမြဲ မိမိတို့ရဲ့စိတ်မှာ ပဋိသန္ဓေတည်စ အချိန်ကတည်းက ကိန်းအောင်းပါရှိပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

ဒါပေမဲ့ ပုထုဇဉ်တို့ဟာ၊ လောကမှာ မရှိတရားကို မရှိလို့ မမြင်တတ်ကြ ပါဘူး။ မရှိတဲ့တရားကို ရှိတဲ့တရားလိုမြင်တတ်တယ်။ အမှားတရားကိုလဲ အမှန် တရားရယ်လို့ မှတ်ယူတတ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်လဲ အမှန်ကို အမှန်လို့ မသိအောင်အရှိကို အရှိလို့မသိအောင် ဖုံးကွယ်ထားတတ်တဲ့ အဝိဇ္ဇာဆိုတဲ့အမှောင်တရားကြောင့် အမှားတွေကိုလုပ်တတ် ကြပါတယ်။

ဒါတွေဟာ အကုသိုလ်တွေပါပဲ။

လူတစ်ယောက်ကို၊ ရုပ်ရှင်ကြည့်မလား၊ တရားထိုင်မလားလို့မေးရင် များသောအားဖြင့်တော့ ရုပ်ရှင်ကြည့်ချင်ကြတယ်၊ တရားထိုင်ရမှာကိုတော့ ငြင်းဆန်ချင်ကြလိမ့်မယ်။

ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ရုပ်ရှင်က မိမိရဲ့အာရုံမှာ နှစ်သက်စရာဖြစ် တာကိုး၊ ဒါကြောင့်လဲ ရုပ်ရှင်ရုံတွေမှာ သူ့ထက်ငါအလှအယက်တိုးရှေ့ကြတာပေါ့။ အာရုံက ကြိုက်အောင်လှုံ့ဆော်ပေးထားတာကြောင့် လူကလဲကြိုက်လာ တော့တယ်။ ကြိုက်တော့ အဲဒီကြိုက်မှုကလေးကို ခံစားရအောင် ကြိုးစားအား ထုတ်ကြတာပါပဲ။ ဒီရုပ်ရှင်ကြည့်ခြင်းဟာ၊ အမှန်တရားလား၊ အမှားတရားလို့ ဘယ်သူကမှ စဉ်းစားနေမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဝေဖန်ကြည့်စမ်းပါ။ ရုပ်ရှင်ဆိုတာ တကယ်မရှိတာကို တကယ်ရှိတာလို့ ထင်အောင်ရိုက်ကူးပြတဲ့ လှည့်စားခြင်းတစ်မျိုးပဲ။ ဒါကိုလဲ လူတိုင်းအသိ၊ ဒါပေမဲ့ တကယ် မဟုတ်တာကိုပဲ ငွေကုန်ကြေးကျခံပြီးကြည့်ကြရတယ်။ အချိန်တွေကုန်ရုံ သာမက လူလဲပင်ပန်းရသေးတယ်။

အဲဒီမရှိတာကို ရှိအောင်လုပ်ပြတာဟာ အမှန်တရားလား၊ အမှား တရားလား၊ အမှားတရားတွေပါပဲ။

လောကပါလစာစဉ်

အမှားတရားဆိုရင်။ စောစောတင်ပြခဲ့သလို ကုသိုလ်လား၊ အကုသိုလ် လား၊ ဖြေကြည့်ပါ။ အမှားမှန်သမျှ အကုသိုလ်လို့ဆိုထားခဲ့ပြီပဲ။ ဒီတော့ ရုပ်ရှင် ကြည့်တာဟာ၊ ကုသိုလ်ဖြစ်ပါ့မလား၊ အကုသိုလ်အလုပ်တစ်ခုဆိုတာ ရှင်းလောက် ပါပြီ။

တရားထိုင်တာကိုတော့ မလုပ်ချင်ဘူး၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အာရုံ ကနှစ်သက်စွဲလန်းစရာမှ မရှိပဲကိုး၊ တရားထိုင်ရင်ညောင်းမယ် အိပ်ငိုက်မယ်။ စိတ်တင်းကြပ်မယ်၊ ဟိုနားကနာသလို၊ ဒီနားကယားသလို၊ ကျဉ်သလိုကိုက် သလိုနဲ့၊ ဘယ်မှာအရသာရှိပါ့မလဲ။

အပေါ်ယံအာရုံရဲ့ နှစ်သက်စရာ၊ စွဲလန်းစရာကို တရားထိုင်ခြင်းကဘာမှ မပေးနိုင်တော့လူတွေ တရားမထိုင်ချင်ကြဘူး။

ထိုင်ခြင်းရဲ့တကယ့်အရသာထူး (ဝါ) တကယ့်သုခချမ်းသာကို မတွေ့ မိတော့၊ အားလုံးကငြင်းဆန်တွန့်ဆုတ်နေကြမှာ အမှန်ပါပဲ။

ဒီတော့၊ ကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့အလုပ်ကိုတော့ မလုပ်ချင်၊ အကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့ အလုပ်ကြတော့အလှအယက်၊ သူ့ထက်ငါတောင်လုပ်ချင်နေတာဟာ ဘာကြောင့် လဲဆိုတာ ဆင်ခြင်စဉ်းစားသင့်တဲ့အချက်တစ်ခု ဖြစ်လာပါတယ်။

အကုသိုလ်ရဲ့ ရေသောက်မြစ်

အထက်ကဆိုခဲ့သလို၊ လူတွေဟာ အကုသိုလ်ဖြစ်စေမဲ့ အရာတွေကိုသာ အာရုံစိုက် မဲတင်းနေကြခြင်းဟာ “မစင်” ကိုမှ ကြိုက်တတ်တဲ့ပိုးလောက်တွေ လိုပါပဲ။ မကောင်းတာကိုမှ နှစ်သက်ကြတယ်၊ စွဲလန်းကြတယ်၊ ကောင်းတာလုပ် ရာမှ အင်မတန်ကြောက်ကြတယ်။ တွန့်ဆုတ်တတ်ကြတယ်ဆိုတဲ့ နိယာမ သဘောကြောင့်ပဲ။

လောကပါလစာစဉ်

ဒီသဘောတရားကို တကယ်သိသွားရင်တော့ အကုသိုလ်စိတ်ကို ဖန်တီးပေးနေတဲ့ (ဝါ) အကုသိုလ်ပင်စည်ကြီးကို အစဉ်ရှင်သန်နေအောင် အဟာရတွေ စုတ်ယူပေးနေတဲ့ ရေသောက်မြစ်ကြီးဟာ ဘယ်ဟာဘာလိမ့်ဆိုတာ ဆက်ပြီးတွေးတော အဖြေရှာရပါလိမ့်မယ်။

ရှင်းပါတယ်၊ လူ့စိတ်အာရုံဟာ၊ မကောင်းတာကို ကောင်းတယ်လို့ တကယ်မှတ်ထင်ပြီး၊ အဲဒီမကောင်းတာကိုမှ စွဲလန်းမက်မောတတ်တဲ့ စိတ်ရဲ့ လှုံ့ဆော်မှု (ဝါ) စေတသိတ်လို့ခေါ်တဲ့စိတ်တွေကြောင့်ပဲ။

ဒီ စေတသိတ်တွေဟာ၊ အကုသိုလ်ပြုဖို့အမြဲခိုင်းစေတိုက်တွန်း နေတယ်၊ အမြဲလှုံ့ဆော်အားပေးနေတယ်။

သူ့ရဲ့အမိန့်၊ သူ့ရဲ့ခိုင်းစေလှုံ့ဆော်မှုကို မတော်လှန်၊ မဖိဆန်နိုင်သမျှ သူ့ကို မတွန်းလှန်၊ မချေဖျက်နိုင်သမျှကာလပတ်လုံး လူတိုင်းအကုသိုလ်အလုပ်ကို ချညှိလုပ်ကြမှာဖြစ်တယ်။

အခုလဲလုပ်၊ နောင်လဲလုပ်မယ်၊ ဟိုရှေးကလဲလုပ်ခဲ့ပြီးပြီ၊ ဆက်လဲလုပ်အုန်းမယ်၊ ဒါကြောင့်လဲ အကုသိုလ်ဟာ သံသရာကို မရပ်မနားလည်ပတ်နေစေတဲ့ “စက်” တစ်ခုရဲ့သဏ္ဍန်တူပါတယ်။

ဒီအကုသိုလ်ကြောင့်ပဲ သံသရာလည်ကြရတယ်။ ဒုက္ခဆင်းရဲမှုဆိုတဲ့ ငါး၊ လိပ်၊ ငမန်းတွေနဲ့ ပြည့်ကြပ်နေတဲ့ ဘဝသံသရာဝဲဂယက်ထဲက၊ ဘယ်သူမှ လွဲမထွက်နိုင်တာဖြစ်တယ်။

အကုသိုလ်ပယ်ဖျောက်နည်း

ဗုဒ္ဓဟာ သတ္တဝါတွေအပေါ် သနားဂရုဏာသက်လွန်းလို့၊ ဘုရားဖြစ်သည့်နေ့ကစပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်တော်မူသည့် နေ့အထိ၊ သံသရာမှ လွတ်မြောက်စေတဲ့ တရားတော်တွေကို မရပ်မနားဟောကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

ဘုရားဟောတရားပေါင်း ရှစ်သောင်းလေးထောင်လို့ သိရပါတယ်။ ဒါကို အကျဉ်းချုပ်ကြည့်ရင် ဗောဓိပက္ခယတရား(၃၇)ပါးရှိပါတယ်။(ဤတရားတော်ရဲ့ အကြောင်းကိုတော့ အလျဉ်းသင့်တဲ့အခါ ဖော်ပြပါမယ်) အဲဒီဗောဓိပက္ခယတရား(၃၇) ပါးကို အကျဉ်းချုံးပြန်ရင်၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးရပါတယ်။ မဂ္ဂင်တရားဆိုတာ နိဗ္ဗာန်ကိုရောက်ရာရောက်ကြောင်းတရားလို့ အဓိပ္ပါယ်ရ ပါတယ်။ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရား (၈)ပါးကို အကျဉ်းထပ်ပြီး ချုံးပြန်ရင် လက္ခဏာရေး (၃) ပါးလို့ခေါ်တဲ့ အများသိပြီးတဲ့ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဆိုတဲ့ တရား(၃) ပါးရပါတယ်တဲ့။

အဲဒီ (၃) ပါးကိုထပ်ပြီးအကျဉ်းချုံးပြန်ရင်တော့ တစ်ခုတည်းသော တရားကို ရနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီတစ်ခုတည်းသော တရားကတော့ “စိတ်” ဘဲဖြစ်ပါတယ်။ ပါဠိလိုတော့ “ဧကောဓမ္မော” လို့လာရှိပါတယ်။

အဲဒီစိတ်ဟာ အချုပ်အချာဖြစ်ကြောင်းသိဖို့ လိုပါတယ်။ ဒီစိတ်ရဲ့ ဆန်းကြယ်တဲ့သဘောကို မြတ်စွာဘုရားဟာ သတ္တဝါအများနားလည် သဘောပေါက်အောင်(၄၅)ဝါပတ်လုံး ရှစ်သောင်းလေးထောင်သော ဓမ္မတွေနဲ့ ဟောကြားတော်မူခဲ့ရပါတယ်။

ဒီတော့ အဲဒီ “စိတ်” ကဘဲချယ်လှယ်နေကြောင်းကို သဘောအားဖြင့် တော့ နားလည်သိရှိထားမှသာလျှင် ကုသိုလ်ကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။

သိရင် ပယ်နိုင်လိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် “သိအောင်လုပ်ပြီး သန့်အောင်ပယ်ဖို့ကြိုးစားကြပါ” ။

အကုသိုလ်ကို လှုံ့ဆော်ခြင်း

ဗုဒ္ဓတရားဟောကြားတော်မူချက်အရ၊ အကုသိုလ်စိတ်ကိုဖြစ်အောင် လှုံ့ဆော်ပေးသော စေတသိတ်များ (ဝါ) စိတ်ကိုမကောင်းသော ချယ်လှယ်သော စေတသိတ် (၁၄) ပါးရှိကြောင်း သိမှတ်အပ်ပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

အဲဒီစေတသိတ် (၁၄) ပါးကတော့

၁။	မောဟ	၈။	ဒေါသ
၂။	အဟိရိက	၉။	ဣဿ
၃။	အနောတ္တပ္ပ	၁၀။	မစ္ဆရိယ
၄။	ဥဒ္ဒစ္စ	၁၁။	ကုက္ကုစ္စ
၅။	လောဘ	၁၂။	ထိန
၆။	ဒိဋ္ဌိ	၁၃။	မိဒ္ဓ
၇။	မာန	၁၄။	ဝိစိကိစ္ဆာ တို့ဖြစ်ကြပါတယ်။

ရှင်းလင်းချက်

(၁) မောဟ = “မောဟဆိုတာ မသိခြင်း” လို့အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။ အမှန်ကို မသိတာကို ခေါ်ပါတယ်။ ကိုယ်မစားဘူးတာ မဖတ်ဘူးတာ မမြင်ဘူးတာကို မသိတဲ့ မသိခြင်းကို ဆိုလိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။

ကောင်းမှုမကောင်းမှုကို ခွဲခြားပြီး မသိတာဟာ မောဟပါပဲ။ မောဟမှာ

(၂) မျိုးခွဲထားပြန်ပါတယ်။

တစ်မျိုးက စိတ်ရဲ့သဏ္ဍန်မှာ ငုတ်လျှိုးနေတဲ့ အနုဿယ မောဟနဲ့ စိတ်နဲ့ အတူတကွတွဲဘက်ပြီး ထကြွပေါ်ပေါက်တတ်တဲ့ ပရိယုဋ္ဌာနမောဟ တို့ဖြစ်တယ်။

အနုဿယမောဟဟာ၊ လူတိုင်းမှာ မူလဗီဇကတည်းက ပါရှိပါတယ်။ သူကလူတွေအမှန်ကို မသိရအောင် အလွန်နူးညံ့သိမ်မွေ့စွာ မသိမသာလေး ဖုံးကွယ်ထားတတ်တဲ့ သဘောရှိတယ်။ သဘာဝကိုက မသိအောင် ဖုံးထား တတ်တဲ့ သဘောပဲ။ ငြိမ်ငြိမ်ဝပ်ဝပ်ကလေးကိန်းအောင်နေတတ်တယ်။ အဲဒီ

လောကပါလစာစဉ်

မောဟဟာ အလွန်ကြောက်စရာကောင်းတယ်။ ရဟန္တာဖြစ်မှသာ သူ့ကို ပယ်နိုင်တယ်လို့ ဘုရားဟောခဲ့တယ်။

ပရိယုဋ္ဌာနမောဟကတော့။ အာရုံကိုမက်မောမှုဖြစ်တိုင်း၊ မဆိုင်းမတွ ထကြွသောင်းကျန်းတတ်တယ်။ သူထကြွလာရင် အကုသိုလ်ဖြစ်တော့တာပဲ ဒီမောဟဟာ စိတ်နဲ့တွဲဘက်ပြီး အမြဲလိုလို ပေါ်ပေါက်တတ်တယ်။

ပုထုဇဉ်တစ်ယောက်အနေနဲ့တော့ အဲဒီမောဟကို အရင်သတ်ရမှာပဲ။ သူ့ကို ငြိမ်ဝပ်ပိပြားအောင်ပယ်သတ်ပြီးမှ၊ အတွင်းမှာရှိတဲ့ အနုဿယမောဟ ကို တဖြေးဖြေးကျင့်ကြံ အားထုတ်ရင်း ပယ်သတ်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

(၂) အဟိရိက။ ။ မရှက်တတ်ခြင်းကို ဆိုလိုတယ်။ ဘာကိုမရှက်သလဲ ဆိုရင် မကောင်းမှုစရိုက်တွေဟာ၊ ရွာပြင်က အိမ်သာကျင်းကြီးနဲ့တူတယ်။ အဟိရိက ကတော့ ရွာဝက်ကြီးနဲ့တူတယ်တဲ့။ လူတွေဟာ မစင်ကျင်းကြီးကို ရွံရှာကြပေမဲ့ ဝက်ကြီးကတော့ လူးလှိမ့်ပျော်ပါးပြီး မစင်တွေကိုမြိန်ရေရှက်ရေ စားသလိုပဲ။ အဟိရိက ဆိုတဲ့စေတသိတ်ဟာ စိတ်နဲ့ယှဉ်တွဲပေါ်လာမှဖြင့် အကုသိုလ်တွေကို မြိန်ရေရှက်ရေပြုတော့တယ်။ ဒါကြောင့် အဟိရိက စေတသိတ်ဟာလဲ အကုသိုလ်ရဲ့ဘက်တော်သားတစ်ဦးဖြစ်ကြောင်း ကောင်းစွာမှတ်သားထားရပါလိမ့်မယ်။

(၃) အနောတ္တပ္ပ။ ။ မကြောက်လန့်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။ ဘာကို မကြောက်သလဲဆိုရင်၊ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ပြုရမှာကို မကြောက်ခြင်းပါပဲ။ အကုသိုလ်ပြုရင်း အပါယ်လေးဘုံသွားရမယ်၊ ဝဋ်ကြီးဝဋ်ငယ်တွေခံရမယ်။ ဘဝဆက်တိုင်းတူသော အကျိုးကိုပေးမယ်ဆိုတာတွေကို မကြောက်မလန့်ပဲ လုပ်ရဲ ပြုရဲတဲ့ စေတသိတ်စိတ်ဘဲဖြစ်တယ်။

မီးဟာပူပြင်းတယ်ဆိုတာကို မကြောက်မလန့်ပဲ တိုးရဲတဲ့ပိုးဖလံတွေ လိုပါပဲ။

လောကပါလစာစဉ်

ဒီစိတ်ဟာ ပင်ကိုယ်က ဒုစရိုက်ကိုကြောက်တတ်သူဖြစ်လာခဲ့ရင်တောင်၊ ထိုသူကိုလုပ်ရဲ၊ ကိုင်ရဲ၊ ပြုရဲတဲ့သတ္တိတွေကိုပေးစွမ်းတတ်ပါတယ်။ ဒါလဲ မောဟဆိုတဲ့ တရားကို အခြေခံတယ်လို့မှတ်ပါ။ ဒါကြောင့် သူ့ကို စိတ်သဏ္ဍန်မှာ နဲ့နဲ့လေးမှမဝင်နိုင်အောင်ကြိုးစားထားရပါမယ်။ သူဝင်လာ ရင်တော့ အကုသိုလ်တွေကို ပြုရဲ၊ လုပ်ရဲတဲ့သူရဲကောင်းစိတ်ကြီးတွေ ဝင်ပြီး၊ သံသရာမှာ မှောက်ပါတော့မယ်ဆိုတာ သိထားစေချင်တယ်။

(၄) ဥဒ္ဒစ္စ။ ။ မတည်ကြည် မငြိမ်သက်ခြင်း၊ ပျံ့လွင့်ခြင်းကို အဓိပ္ပါယ် ရပါတယ်။ ဒီစိတ်ဟာ လူတိုင်းရဲ့ ပင်ကိုယ်သဘာဝမှာရှိတဲ့ စိတ်မျိုးဖြစ်တယ်။ စိတ်ဂဏာမငြိမ်ဘူးလို့ ဆိုကြပါတယ်။

ယခုလို မငြိမ်သက် မတည်ကြည့်တဲ့သူဟာ ဒုစရိုက်ကို မပြုမူဖြစ်သည့် တိုင်အောင် အကုသိုလ်စိတ်ထဲမှာ ပါဝင်ကြောင်း မှတ်သားဘို့ပါပဲ။

ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ပျံ့လွင့်သူဟာ သမာဓိအားနည်းပါးပြီး အကုသိုလ်စိတ်ထဲမှာ ဝင်ရောက်ဖို့အတွက် စည်းရိုးမခိုင်တဲ့ခြံတိုင်တစ်ခု သဖွယ်ရှိနေလို့ပါပဲ။

ဒါကြောင့် စိတ်ရဲ့တည်တန်ခိုင်မာမှု သမာဓိရအောင်ကြိုးစားပေးရပါ လိမ့်မယ်။

(၅) လောဘ။ ။ လိုချင်သမျှတွေဟာ လောဘပါပဲ။ ဒါပေမယ့် သိထားဖို့တစ်ချက်က တရားထူးကို လိုချင်မှု၊ စာပေတတ်ကျွမ်းလိုမှု၊ နိဗ္ဗာန် ကိုလိုချင်မှုဆိုတဲ့ လောဘမျိုးကတော့ ကောင်းသောလိုချင်မှုဖြစ်တဲ့အတွက် အကုသိုလ်မဖြစ်ပါဘူး။

သူတစ်ပါးဥစ္စာကို မပေးပဲလိုချင်မှု၊ မိမိအတွက်ခံစားစံစားလို၍ လိုချင်မှု တွေကတော့ အကုသိုလ်ကိုဖြစ်စေပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

ပါဠိကျမ်းဂန်တွေမှာဒီ “လောဘ” ကိုပဲ အမည်နာမအမျိုးမျိုးတွေနဲ့ဖော်ပြ တတ်ပါတယ်။ ကာမ - တဏှာရာဂ၊ သမုဒယဆိုတာတွေဟာ လောဘရဲ့ ဆွေမျိုးတွေပါပဲ။ လောဘရဲ့ အဆက်အနွယ်နောက်လိုက်တွေကတော့ “မာယာ”နဲ့ “သာဠေယျ”တို့ဖြစ်ပါတယ်။

“မာယာ”ဆိုတာ သူတစ်ပါးအထင်မှားအောင် မိမိအဖြစ်ကို ပရိယာယ်နဲ့ ဖုံးကွယ်တာမျိုးကိုခေါ်ပါတယ်။

“သာဠေယျ”ဆိုတာကတော့ ဟန်ဆောင်ခြင်းပါပဲ။ မိမိကိုအထင်ကြီး အောင်ဂုဏ်ကြီးအောင် ဟန်ဆောင်လှည့်ဖျားပြီး မိမိအဖြစ်ကို ဖုံးကွယ်ထား တတ်တာကို ခေါ်ပါတယ်။ အလိမ္မာသုံးတာမျိုး၊ အကောက်ဉာဏ်ဆင်တာမျိုး မြူချောလိမ်ညှာပြီး အမြတ်ထုတ်တာမျိုး တို့ဟာ သာဠေယျတရားများ ဖြစ်တယ်။

(၆) ဒိဋ္ဌိ။ ။ အသိအမြင်မှားတာကို ဒိဋ္ဌိလို့ခေါ်ပါတယ်။

မရှိတာကိုအရှိလို့၊ မမှန်တာကို အမှန်လို့၊ မဟုတ်တာကို အဟုတ်လို့ ထင်မှတ်နေခြင်းဟာ အဲဒီဒိဋ္ဌိပဲပေါ့။ အယူမှားယွင်းတဲ့ အတွက်အစဉ် အကုသိုလ် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ လောကမှာ လူဖြစ်လာရုံနဲ့ မပြီးသေးပဲ အယူမှန်ဘို့လဲ အရေးကြီးတယ်။ ဘယ်လောက်ပဲ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ ကောင်းနေနေ အယူမှားနေခဲ့ရင်၊ ဘဝရှုံးတာနဲ့အတူတူပဲ။ ဒိဋ္ဌိတွေဟာ ဘယ်လောက်ကြောက်စရာကောင်းသလဲဆိုရင်၊ မိမိအယူမှားတာကို မသိတဲ့ အပြင်သူတစ်ပါးတွေရဲ့ အယူအဆတွေဟာ လွဲမှားနေတယ်၊ သူသာအမြင်မှန် တယ်လို့တရားသေယူဆတတ်ကြတယ်။

အဲဒီဒိဋ္ဌိစိတ်ဟာလဲ အပါယ်ငရဲကိုတွန်းပို့တတ်တာကြောင့် အယူမှန်အယူ ဖြောင့်ဘို့ကို အထူးကြိုးစားရမှာဖြစ်တယ်။ ပါဠိလိုအဲဒီလူမျိုးတွေကို “မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ” လို့ခေါ်ပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

(၇) မာန။ ။ ထောင်းလွှားခြင်းလို အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။

ထောင်းလွှားတယ်ဆိုတာ သူတစ်ပါးအပေါ်မှာ ရန်လိုတဲ့စိတ်ပါပဲ။

တူသလား၊ တန်သလား၊ ငါကဲ့သို့သောသူရှိသေးလား၊ ငါလိုလုပ်နိုင်
ရဲ့လားဆိုတာဟာ သူတစ်ပါးကို နှိမ့်ချအနိုင်ယူတာ မဟုတ်ဘူးလား၊ တန်းတူ
ချင်းကြတော့လဲ ပခုံးချင်းယှဉ်ချင်တဲ့ အောက်မကြိုလိုတဲ့စိတ်ပဲ၊ ရန်လိုတဲ့
စိတ်ပဲ။ ငါ့ရိုမှငါစားရတာ ဘယ်သူကိုမှ ဂရုစိုက်အရေးလုပ်စရာမလိုဘူးဆိုတာ
လဲ၊ ခံပြင်းတဲ့စိတ်ပဲ။

ဒီတော့ ဒီမာနတွေဟာ ပူပြင်းတဲ့သဘောတွေကိုဆောင်နေတယ်။
ဒီမာနကြောင့် ပဋိပက္ခပေါ်ပေါက်နေခြင်းဖြစ်တယ်။ ဒီလိုဆိုရင် ဒီမာနဟာ
ကုသိုလ်စိတ်ကိုဖြစ်နိုင်ပါတော့မလား။ ဒါကြောင့် အကုသိုလ်ကိုဖြစ်စေတဲ့
မာနကို ရှောင်ရမှာဖြစ်တယ်။

စိတ်ရဲ့သဏ္ဍန်မှာ မာနစိတ်ကပ်ညှိလာတာနဲ့ တပြိုင်နက်၊ ကောင်းကျိုး
ပေးမဲ့ လုပ်ရပ်တွေကို လုပ်တော့မှာမဟုတ်ဘူး။ အရာရာမှာ သူတစ်ပါးတို့ရဲ့
မှန်းတီးခြင်း၊ ယှဉ်ပြိုင်တိုက်ခိုက်ခြင်း၊ မနာလိုမရှုစိမ်းခြင်းဆိုတဲ့ ရလဒ်တွေ
ပေါ်ပေါက်နေမှာပါပဲ။

(၈) ဒေါသ။ ။ စိတ်ရဲ့ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းမှုဟာ ဒေါသပဲဖြစ်ပါတယ်။

ဒေါသစိတ်ဝင်လာရင်၊ စိတ်သဏ္ဍန်ဟာ ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းလာတော့တယ်။
ဒေါသဟာစိတ်ကို ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းစေရုံသာမက ညှစ်နှွမ်းနောက်ကျိစေ
ပါတယ်။ စိတ်နောက်ကျိညှစ်နှွမ်းတဲ့အခါမှာ စိတ်ပြေပြစ်ညက်ညောမှုလဲကင်း
လာပါတယ်။

နှစ်မျိုးစလုံးဟာ စိတ်ရဲ့ကြည်လင်မှုသဏ္ဍန်ကို ဖျက်စီးပစ်တာပါပဲ။

စိတ်ညစ်တယ်၊ စိတ်မချမ်းသာဘူး၊ ထိတ်လန့်တယ်၊ စိတ်ကယောင်
ချောက်ချားဖြစ်တယ်ဆိုတာတွေဟာလဲ ဒေါသစိတ်ကြောင့်ဖြစ်ပါတယ်။

ငေါက်ငေါက်ငမ်းငမ်းဆက်ဆံတာမျိုး၊ စိတ်ကောက်တတ်တာမျိုး၊
စိတ်ဆိုးလွယ်တာမျိုး၊ ရန်ညှိုးကြီးတာမျိုးတို့ဟာ ဒေါသစိတ်အားကြီးသူများမှာ
ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

ဒါတင်ပကသေးပါဘူး၊ ဒေါသစိတ်ရဲ့နောက်ဆက်တွဲတွေကတော့-

(က) သူကပ်ပါးက မိမိအပေါ်ကျေးဇူးပြုခဲ့ဘူးသော်လဲ ကျေးဇူးကန်း
တတ်တဲ့စိတ်။

(ခ) မိမိထက်သာလွန်သူကို တုပြိုင်ယှဉ်ဖက်ပြီး ပြုမူပြော ဆိုလို
တဲ့ “ပဠာသ” ဆိုတဲ့ ဂုဏ်တုဂုဏ်ပြိုင်စိတ်ခါတ်။

(ဂ) ဒေါသစိတ်ကြောင့်၊ မိမိပျက်စီးခြင်း၊ ဆွေမျိုးတို့ပျက်စီးခြင်းတို့
အတွက် ဝမ်းနည်းကြေကွဲမှုဖြစ်ရတဲ့သောကဆိုတဲ့စိတ်။
စိုးရိမ်သောကဆိုတဲ့ ဒေါမနဿစိတ်။

(ဃ) မိမိရဲ့အသက်အိုးအိမ်စည်းစိမ်ဂုဏ်သိမ်တို့ပျက်စီးတဲ့အခါ၊
သို့မဟုတ်ပျက်စီးတော့မဲ့အခါမျိုးကျရင် ရင်တွင်းမှမချီတင်ကဲ
ပူပင်သောကရောက်ပြီး ဖွင့်ဟငိုကြွေးရလောက်အောင်
ပြင်းထန်တဲ့ပူပန်မှုမျိုးတွေကြုံရတတ်တယ်၊ ပရိဒေဝလို
ခေါ်ပါတယ်။

(င) ဒုက္ခဒေါမနဿလိုခေါ်တဲ့ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း
ဖြစ်မျိုးစိတ်ပျက်အားငယ်မှု၊ စိတ်မသာယာ မအေးချမ်းမှု၊
အနေအထိုင် အကြပ်အတည်းကျဉ်းမြောင်းဒုက္ခရောက်မှုဆိုတဲ့
အဖြစ်တွေနဲ့ ရင်ဆိုင်ရခြင်း။

(စ) ဥပါယာသလိုခေါ်တဲ့ တစ်ကိုယ်လုံးဆိုတက်လုမတတ်မှုမေ့
သွားလုမတတ်ဖြစ်ရတဲ့ ဖြစ်ရပ်မျိုး၊ မငိုပင်မငိုနိုင်တော့ပဲ

ဆိုသွားခြင်း။ တစ်ကိုယ်လုံးတောင့်တင်းမေ့မြောသွား
တတ်ခြင်းစသည်ဖြစ်ရပ်များကို ဒေါသ၏ဆိုးမွေများ အဖြစ်
ခံစားကြမှာဖြစ်တယ်။

ဒါကြောင့်ဒေါသကို ချုပ်တီးပယ်ဖျောက်နိုင်သမျှ ချုပ်တီး
ပယ်ဖျောက်ပါ။ အကုသိုလ်တို့မှကင်းကွားရမှာဖြစ်တယ်။
ဤမျှကြောက်စရာကောင်းတဲ့ဒေါသကို မွေးမြူထားဖို့
မသင့်ကြောင်း မှတ်သားဖို့ပါ။

(၉) က္ကဿာ။ ။ သူတစ်ပါးကို မနာလိုငြူစူတာဟာ က္ကဿာပဲဖြစ်တယ်။

သူတစ်ပါးအောင်မြင်တာ၊ ချမ်းသာတာ၊ တိုးတက်ကြီး
ပွားတာ၊ မြင်ကြားရကြုံရတဲ့အခါမှာ မနာလို မရှုစိမ်းနိုင်တာဟာ ဒီစိတ်
နဲ့ပေါ့။ အဲဒီအကုသိုလ်စိတ်ဟာ မိမိရဲ့စိတ်သဏ္ဍန်မှာလာပြီး တွယ်ကပ်
ပြီဆိုရင် မိမိမှာတစ်နေ့တခြား အကျိုးယုတ်ပြီး ပျက်စီးဆုံးပါးတော့မှာ
မလွဲဘူး။ သူ့ကြောင့် လူသားတွေဟာ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး မအေးချမ်းနိုင်
မညီညွတ်နိုင် မချစ်ခင်နိုင်ကြတော့ဘူး။

နောင်သံသရာအတွက်ဆိုတာကတော့ ပြောစရာမရှိအောင်ဆိုးကျိုး
ပေးတတ်ကြောင်းမှတ်ပါ။

(၁၀) မစ္ဆရိယ။ ။ ဝန်တိုခြင်းလို အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။ သူတစ်ပါးကို မိမိ
အနေနဲ့ မပေးရက် မလှူရက်တာမျိုးကို ဆိုလိုခြင်းမဟုတ်ဘူး။ သူတစ်ပါး
တို့ကို မရစေချင်တဲ့ သဘောကိုဆိုလိုပါတယ်။

သူတစ်ပါးမရစေချင်ဘူးဆိုတာ - ဥပမာ - သူတစ်ပါးတို့ပစ္စည်းဥစ္စာ
တိုးတက်ထွန်းကားမယ်၊ ထိပေါက်မယ်၊ ရွှေထုပ်ကြီးကောက်ရမယ်၊
အိမ်ကောင်း ယာကောင်းတွေနဲ့ နေရမယ်၊ ဂုဏ်ထူးဘွဲ့ထူးကြီးတွေရမယ်

လောကပါလစာစဉ်

ဆိုတဲ့အခါမျိုးမှာဖြစ်ဖြစ်၊ ရရှိကြတဲ့အခါမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မိမိကမရစေချင်တဲ့
သဘောမပြည့်ဝစေချင်တဲ့သဘောပါပဲ။

ဒီစိတ်အထားခံရသူမှာတော့ ဘာမှမဖြစ်ဘူး။ အလုံးအရပ်လျော့မသွား
ဘူး။ မိမိမှာအဲဒီစိတ်ကြောင့် တစ်နေ့တခြား ရှားပါးယိုယွင်းလာတတ်တယ်။
သောကမီးတွေလောင်ပြီး ဘဝဆုံးရတဲ့ အဖြစ်မျိုးကိုကြုံရတတ်တယ်။

အဲဒီ 'က္ကဿာ' နဲ့ 'မစ္ဆရိယ' ကိုတော့ မိမိစိတ်သဏ္ဍန်မှာ နဲ့နဲကလေးမှာ
မကပ်ညှိအောင်တားဆီးပိတ်ပင်ထားသင့်တယ်။ တကယ်လို ကပ်ညှိ
နေရင်လဲ၊ အမြစ်ပြုတ်အောင်ရှင်လင်းသုတ်သင်ပစ်သင့်တယ်။

(၁၁) ကုက္ကုစ္စ။ ။ နောက်တဖန်ပုန်ပုန်မူလို အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။ နောင်တလို

ဆိုရင်လဲ မမှားပါဘူး။ ဒီနေရာမှာနောင်တ နှစ်မျိုးရှိတယ်။ မကောင်းမှုပြုပြီး
မှ ပြုမိလေခြင်းလိုနောင်မှ တဖန်ပုန်ပုန်ဖြစ်ရတာရယ်၊ ကောင်းမှုကိုမပြုခဲ့ရလို
မပြုမိခဲ့လေခြင်းလို နောက်မှ ပုန်ပုန်ဖြစ်ရတာရယ်လိုဖြစ်ပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ပြုပြီးသမျှကိစ္စအတွက်ရော၊ မပြုရသေးတဲ့ကိစ္စအတွက်
ပါပုန်ခြင်းဟာ အချည်းနီးပါပဲ။

ပုန်ခြင်းဆိုတာ အကုသိုလ်တရားဖြစ်လို မိမိအတွက်အကျိုးမရှိပါဘူး။
ပြီးတဲ့ကိစ္စဟာတွေဟာ ပြီးမြောက်ကုန်ဆုံးသွားပြီပဲ။ နောက်တစ်ခါ
ဒီလို မဖြစ်ရအောင်သာ မိမိကိုယ်ကို သတိရှိဘို့ ကျင့်ကြံစောင့်ထိန်းဘို့ပဲ
မဟုတ် လား။

ဒါကြောင့် အကျိုးဘာမှမရှိစေတဲ့ အဲဒီကုက္ကုစ္စဆိုတဲ့စိတ်ကိုလဲ
ပယ်ဖျောက်ရပါလိမ့်မယ်။ အကုသိုလ်ကိုဖြစ်စေတဲ့စိတ်ကို ဖျောက်ပြီး
ကုသိုလ်စိတ်ကိုပွားများခြင်းသည်သာ အကျိုးရှိမှာဖြစ်ပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

(၁၂ ၊ ၁၃) ထိန် မိဒွဲ ။ ။ ထိုင်းမှိုင်းတွန်ဆုတ်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစိတ်ဟာ မိမိရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို နှမ်းနယ်ချိနဲ့စေတယ်။ မိမိပြုလုပ်ရမဲ့ အလုပ်ဝတ္တရားတွေကိုလဲ အဟန့်အတားဖြစ်စေတယ်။ အများသိရှိကြတဲ့ အပျင်း(၆) ပါးဆိုတာ ဒီ ထိန်မိဒွဲ သဘောပါပဲ။

လူဟာ အစဉ်အမြဲတက်ကြွရွှင်လန်းနေဘို့လိုပါတယ်။ ဒီလို ရွှင်လန်းတက်ကြွမှုမရှိရင် အရာရာကိုလုပ်ရမှာတွန်ဆုတ်ဖင့်နဲ့နေပေလိမ့်မယ်။

ဤစေတသိတ်နှစ်ခုဟာ လူပျင်းလူပေါ့အဖြစ်ကိုရောက်စေတယ်။ လူပျင်းလူပေါ့ဖြစ်သွားရင် ဘဝတုံးတာပဲ။ ဘယ်အရာကိုမှ ထိရောက်စွာလုပ်ကိုင်နိုင်မှာမဟုတ်ဘူး ဘာအစွမ်းအစ၊ အရည်အချင်းမှလဲရှိတော့တာမဟုတ်ဘူး။ ဒီတော့ ဒီလူမျိုးဟာ အကုသိုလ်နယ်ပယ်ထဲကို ရောက်မှန်းမသိရောက်သွားတယ်။

ကုသိုလ်ဆိုတာ လုပ်ယူမှရတာမျိုးဖြစ်လို့ ထိန်မိဒွဲစိတ်လွမ်းမိုးနေသူဟာ ဘယ်မှာကုသိုလ်တရားရဲ့ ပြည့်စုံနိုင်ပါတော့မလဲ။

ဒါကြောင့် သည်ထိုင်းမှိုင်းစိတ်ကိုလဲ အကုသိုလ်မဖြစ်ရအောင် ထုတ်ပယ်ပစ်ကြရပါလိမ့်မယ်။

(၁၄) ဝိစိကိစ္ဆာ။ ။ယုံမှားခြင်းလို့အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။ သံသယဝင်ခြင်းယုံမှားခြင်း ဒီဟာဖြစ်ခြင်းတို့ဟာ ဝိစိကိစ္ဆာတွေပါပဲ။ ဘယ်သူကိုယုံမှားသလဲဆိုရင် ဘုရားအစရှိတဲ့ တရားတော်တွေအဆုံးအမတော်တွေပေါ်မှာ ယုံမှားသံသယရှိတာကို ဆိုလိုပါတယ်။

ဒီတရားဟာဟုတ်မှဟုတ်ပါ့မလား၊ ဒီအကြောင်းအရာဟာ မှန်မှမှန်ပါ့မလားဆိုတဲ့ သံသယစိတ်တွေဟာ အကုသိုလ်စိတ်ကိုဖြစ်စေပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

ဒီစိတ်ဟာ အတော်ဆိုးပါတယ်။ လုံးလုံးမယုံတာလဲမဟုတ်ဘူး။ စိတ်ချလက်ချပြတ်ပြတ်သားသား ယုံတာမျိုးလဲမဟုတ်ဘူး။ မယုံတစ်ဝက် ယုံတစ်ဝက်ဆိုတာမျိုးလို မပြတ်သားတဲ့စိတ်ဝါတ်မျိုးဖြစ်ပါတယ်။

အခြားနေရာတွေမှာ၊ အခြားကိစ္စတွေမှာ မယုံတစ်ဝက်ယုံတစ်ဝက်ဖြစ်တာဟာ အကျိုးသိပ်ယုတ်မှာ မဟုတ်ပေမဲ့ ဘုရားအစရှိတဲ့ တရားတော်တွေမှာ အဲဒီလိုဖြစ်ခဲ့ရင်များစွာ အကျိုးယုတ်နိုင်ပါတယ်။ သံသရာဝဲဩဇာမှာ စုန်းစုန်းမြှုပ်သွားနိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒီဝိစိကိစ္ဆာဆိုတဲ့ စိတ်ကိုလဲပြတ်ပြတ်ရှင်းရှင်းပယ်ထုတ်ပစ်ရပါလိမ့်မယ်။

ဒါလောက်ဆိုရင် အရာခပ်သိမ်းစိတ်နဲ့ ပတ်သက်လို့ အတော်ပဲစုံစုံစေ့စေ့ သိခွင့်ရသွားပါပြီ။ ယခု ဖော်ပြခဲ့တဲ့ အကုသိုလ်ကို လှုံ့ဆော်ဖြစ်ပေါ်စေတဲ့ စိတ်ရိုင်း စိတ်ဆိုးတွေကို “သတိ” နဲ့ထိန်းချုပ်သုတ်သင်ပစ်ဘို့ပဲ။

လူတွေမှာ ကာယကံဆိုတဲ့ ကိုယ်ထိလက်ရောက်ကျူးလွန်မှု၊ ဝဇီကံဆိုတဲ့ နှုတ်ဖြင့်ပြစ်မှားမှု၊ မနောကံဆိုတဲ့ စိတ်နဲ့ကြံစည်မှုစသည့် ကံသုံး ပါးရှိနေရာမှာ ပုထုဇဉ်တွေဟာ ခုနက အသိတရားတွေပါရမီကြောင့် အလုံးစုံကင်းဖို့ဆိုတာတော့ မဖြစ်နိုင်ဘူး ဆိုတာခွင့်လွတ်စရာဖြစ်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ မိမိကိုယ်ကိုဆင်ခြင်ပေးတဲ့ သဘောနဲ့၊ ခွင့်လွှတ်နေလို့တော့ မဖြစ်ပါဘူး။ မနောကံကို မထိန်ချုပ်နိုင်သေးသည့်တိုင်အောင် ကာယကံမြောက်၊ ဝဇီကံမြောက်ပယ်ရှားနိုင်အောင်ကြိုးစားသင့်ကြပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

ကုသိုလ်ကိုဖြစ်စေတဲ့ (၁၄) စိတ်

အကုသိုလ်စိတ်အကြောင်းသိထားပြီးရင် အထက်က ရှင်းလင်းခဲ့သလို အကုသိုလ်မလုပ်ပဲနေရင် ကုသိုလ်ရသလားဆိုတဲ့ အဆိုတစ်ရပ်ကို ရှင်းရအောင်၊ တဖန်ကုသိုလ်စိတ်အကြောင်းကိုထပ်မံပြီးတင်ရပါဦးမယ်။

အကုသိုလ်မလုပ်ရင်ထိုသူမှာ အကုသိုလ်ကင်းနေပါမယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ကုသိုလ်ကိုအစားထိုးလုပ်ရပါမယ်။ အစားထိုးမထားရင် အရင်ကရှိပြီးတဲ့ အကုသိုလ်ဟာ သူလာနေကျအတိုင်းတဖန်ပြန်ဝင်လာနိုင်ပါတယ်။

သူ့ကိုဟန်တားဘို့ကုသိုလ်စိတ်ကို “တပ်ချ” ထားမှဖြစ်ပါမယ်။ ဒါမှ သူမဝင်နိုင်တော့ပဲ။ ကုသိုလ်စိတ်တွေက တွန်းလှန်တိုက်ထုတ်လို့ အကုသိုလ်ဟာ တဖြေးဖြေး ပျောက်ပျက်လျော့ပါးသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီစိတ်ကို ကောင်းအောင်ချယ်လှယ်ပေးတဲ့ စေတသိတ်ကောင်းတွေကတော့ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့အမြဲတန်းကိန်းဝပ်တည်ရှိနေအောင်ကြိုးစားအားထုတ်ဘို့ပါပဲ။ ကုသိုလ်စေတသိတ်များ

- ၁။ သဒ္ဓါ
- ၂။ သတိ
- ၃။ ဟိရိ
- ၄။ သြတ္တပ္ပ
- ၅။ အလောဘ
- ၆။ အဒေါသ
- ၇။ အမောဟ
- ၈။ မေတ္တာ
- ၉။ ကရုဏာ
- ၁၀။ မုဒိတာ
- ၁၁။ ဥပေက္ခာ
- ၁၂။ သမ္မာဝါစာ
- ၁၃။ သမ္မာကမ္မန္တ
- ၁၄။ သမ္မာအာဇီဝ

လောကပါလစာစဉ်

ရှင်လင်းချက်များ

(၁) သဒ္ဓါ။ ။ ယုံကြည်ခြင်းပါပဲ။

ဒီနေရာမှာ အနက်နှစ်မျိုးထွက်ပါတယ်။ တစ်ခုက ဘုရားအစရှိတဲ့ တရားတော်တွေပေါ်မှာ သံသယကင်းကင်း ယုံမှားခြင်းမရှိပြတ်သားစွာ ယုံကြည်ခြင်းဖြစ်တယ်။ သည်လိုအမှန်ရှိသောတရားကိုယုံကြည်ခြင်းဟာ ကုသိုလ်စိတ်ကို ဖြစ်စေပါတယ်။

နောက်တစ်မျိုးကပေးကမ်းလှူဒါန်းစွန့်ကြဲတဲ့နေရာမှာ စေတနာသုံးတန် ပြဋ္ဌာန်းပြီး ကိလေသာအနှောက်အယှက်ကင်းစွာ ကြည်လင်တဲ့စိတ်ဖြစ်ပေါ်ခြင်းဟာလဲ သဒ္ဓါလို့ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီကြည်လင်တဲ့သဒ္ဓါစိတ်ဟာလဲ ကုသိုလ်ကိုဖြစ်စေပါတယ်။

ထပ်ပြီးရှင်းရရင်၊ ကိုးကွယ်ယုံကြည်ရာမှာ “ဓမ္မ” ဆိုတဲ့ အမှန်တရားကိုသာဦးထိပ်ထားဘို့ဖြစ်တယ်။ “ပုဂ္ဂိုလ်စွဲ၊ တဏှာစွဲ၊ နဲ့ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုဟာ၊ သဒ္ဓါစစ်မဖြစ်ပါဘူး။ အဲဒီလိုပဲ လှူဒါန်းပေးကမ်းတဲ့နေရာမှာလဲ မျှော်လင့်ချက်အကျိုးမျှော်မှုတွေနဲ့ဝါကြွားလို့မူ အချိုးမွမ်းခံလို့မူဆိုတဲ့ ကိလေသာတရားတွေကင်းရပါမယ်လို့ သိထားရမှာဖြစ်တယ်။

(၂) သတိ။ ။ အမှတ်ရခြင်းပါပဲ။ ရှေးက ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုခဲ့ဘူးသည်ကိုအမှတ်ရခြင်း၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာစီးမြန်းရာမှ မိမိမှတ်မှု နှလုံးသွင်းမှုကို ပျောက်ပျက်မသွားအောင်စူးစိုက် အာရုံပြုနေခြင်း၊ ဒေါသမဖြစ်အောင် မောဟမဖြစ်နိုင်၊ လောဘမဖြစ်အောင် သတိထားခြင်း၊ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာအစရှိသော ပညာရှိ၊ ဆရာသမားမိဘတို့ဆိုဆုံးမသည်ကို အာရုံပြုခြင်း၊ တဖန် သတိရနေခြင်း စသည့်ကောင်းမှုကိစ္စတို့၌ သတိရှိခြင်းကိုသာဆိုလိုပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

ဒီသတိဟာအမှတ်ရတိုင်းကောင်းသော သတိမဖြစ်ပါဘူး။ ကောင်းသော သတိဖြစ်မှအကုသိုလ်ကို ပယ်ရှောင်ထိန်းကွပ်နိုင်သော သတိမျိုးဖြစ်မှ ကုသိုလ်စိတ်ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။

ဆွေမျိုး၊ သား၊ မယား၊ သူငယ်ချင်း၊ ချစ်သူစသည်တို့ကို သတိရနေ တာဟာ ကုသိုလ်သတိမဟုတ်ဘူး။ မိမိသတ်ခဲ့တာ၊ မကောင်းမှုလုပ်ခဲ့တာ လက်စားချေဘိုသတိရနေတာမျိုးဆိုရင် အကုသိုလ်တွေဖြစ်ပြီပေါ့။

ဒါကြောင့် သတိဆိုတိုင်းကုသိုလ်နဲ့အကုသိုလ်ကိုခွဲခြားသိဘိုလိုပါတယ်။

(၃ / ၄) ဟိရောတ္ထပ္ပ ။ ။ ဟိရိဆိုတာမကောင်းမှုပြုရမှာကိုရှုက်ခြင်း နဲ့ ဩတ္တပ္ပဆိုတာကတော့ မကောင်းမှုပြုရမှာကို ကြောက်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ် ရတယ်။ အမှန်တော့ ဒီစိတ်ဟာ လူနဲ့တိရစ္ဆာန်လောကကို၊ ခွဲခြားထားတဲ့ “စည်းမျဉ်းစိတ်” လို့တောင်ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ လူကျင့်ဝတ်လူယဉ်ကျေးမှုကို ထိန်းသိမ်းစောင့် ရှောက်ရမဲ့တရားဖြစ်နေလို့ပါ။ ဒီတရားသာမရှိခဲ့ရင်တော့ တိရစ္ဆာန်လောက မှာလို၊ နှမနဲ့မောင်၊ သားနဲ့အမိ၊ စသည်ဖြင့်ခွဲခြားသတ်မှတ်လို့တောင် မရတဲ့ဘဝမျိုးဖြစ်ကုန်မှာသေချာတယ်။

အရှက်အကြောက်ဟာ လူ့ဘောင်စည်းမျဉ်းကို သတ်မှတ်ပေးခြင်းဖြစ် တယ်။ ဒီအရှက်အကြောက်ကြောင့်ပဲ လူ့ယဉ်ကျေးမှုဆိုတာ ပေါ်လာခြင်း မဟုတ်ပါလား။

ဒါပေမဲ့ အင်္ကျီအဟောင်းအစုတ်ကြီးဝတ်ရမှာကိုရှုက်ခြင်း၊ တဲစုတ်ကလေး နဲ့နေရတာကိုရှုက်ခြင်းမျိုးဟာ အခုပြောနေတဲ့ ဟိရိဆိုတဲ့ရှုက်ခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘူးဆိုတာလဲနားလည်ထားရပါမယ်။

ညမှောင်ထဲမှာ တစ္ဆေသရဲတွေမှာ ကြောက်တာလို့၊ လူဘုံအလယ်မှာ စကားပြောရတာကြောက်တာတို့ ဆိုတဲ့အကြောင်းတရားမျိုးဟာလဲ ယခု

လောကပါလစာစဉ်

ပြောနေတဲ့ ကြောက်ခြင်းမျိုးကိုဆိုလိုတာမဟုတ်ဘူး ဆိုတာလဲခွဲခြား သိမြင်ရပါမယ်။

ဒီတော့ ဒီအရှက်အကြောက်ဟာဘာလဲ၊ လို့အကျဉ်းချုပ်ပြောရရင် လူ့ဘောင်မှာ လူလူချင်းပေါင်းသင်းဆက်ဆံကြတဲ့အခါပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မိမိကိုယ်တိုင် ပဲဖြစ်ဖြစ်မတော်မတရားတာ၊ သူတော်ကောင်းတွေရဲ့ကဲ့ရဲ့စရာဖြစ်တာ၊ နေထိုင်ဝတ်စားမှုကအစ မိမိတို့ရဲ့ယဉ်ကျေးမှုနဲ့သွေဖိဆန့်ကျင်တာတွေကို ရှောင်ရှားထိန်းသိမ်းဘိုကို ရည်းညွှန်းတယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်နားလည် လောက်ပါပြီ။

(၅) အလောဘ။ ။ ရှေ့မှာတင်ပြခဲ့တဲ့ “လောဘ”အကြောင်းကို သဘောပေါက်ရင် အလောဘဆိုတာလဲ ရှင်သွားမှာဖြစ်တယ်။ အလောဘ ဆိုတာကတော့ လောဘဆိုတဲ့ လိုချင်မှုရဲ့ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်တဲ့ “မလိုချင်မှု” လို့အဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။

မလိုချင်ဘူးဆိုတာ ဘာလဲလို့မေးရင် လောဘအကြောင်းကိုရှင်းတုံးက ထင်ပြခဲ့တဲ့ လိုချင်မှုမှန်သမျှတွေကို စွန့်လွှတ်နိုင်တာ၊ မိမိကိုယ်ကိုရောင့်ရဲ တင်းတိမ်ပြီး ရသမျှနဲ့မွေ့လျော်နိုင်ခြင်းဟာ “အလောဘ”ပါပဲ။

(၆) အဒေါသ။ ။ ဒေါသအကြောင်းကိုရှေ့မှာ အကျယ်တဝင့်ရှင်းပြခဲ့ပြီမို့ အဒေါသအကြောင်းဟာလဲ နားလည်ဘိုမခဲယဉ်းတော့ပါဘူး။ ဒေါသဟာ ခက်ထန်ခြင်းကင်းခြင်းကို အဓိပ္ပါယ်ဆောင်တာမို့ သူ့ရဲ့ဆန့်ကျင်ဘက်ဟာ နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။

နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်းဟာ ဒေါသလိုပူပြင်းတဲ့သဘောမဟုတ်တော့ပဲ ငြိမ်းငေ ချမ်းမြေ့တဲ့သဘောဖြစ်တာလဲ ရှင်းမှာပါ။

ဒေါသကင်းရင်ကြည်လင်လာပါတယ်။ မိမိရဲ့ကိုယ်ရောစိတ်ပါကြည် လင်သန့်ရှင်းနေသူဟာ အကုသိုလ်တရားရဲ့နှိပ်စက်မှုကို မခံရတော့ပါဘူး။

လောကပါလစာစဉ်

အစဉ်ကုသိုလ်တွေသာ ဆပွားဖြစ်ပေါ်လာမှာ အမှန်ပါပဲ။

ဒါကြောင့် အဒေါသသည်သူတော်ကောင်းတို့ရဲ့ လက်ကိုင်ထားရတဲ့ (ဝါ) ကုသိုလ်စိတ်ရဲ့ ကိန်းအောင်းရာတရားကိုယ်အစစ်ဖြစ်ပါတော့တယ်။

(၇) အမောဟ ။ ။ မသိခြင်းလို့ မောဟကို အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ခဲ့ပါတယ်။

“အမောဟ”ဆိုတော့ သိခြင်းလို့ဖွင့်ဆိုရမှာပါ။ သိခြင်းဆိုတာကို ရှင်းအောင်ပြောရရင် “ပညာ”ကိုဆိုလိုပါတယ်။

“ပညာ”ဆိုတာ အလုံးစုံသောအမှုကိစ္စတွေကို တတ်သိလိမ္မာဉာဏ် နဲ့ဆင်ခြင်တိုင်းထွာပြီး ပြုတတ်တဲ့သဘောဖြစ်ပါတယ်။

ပညာမဲ့ခြင်းဟာ လူ့ဘဝကိုတုံးစေပါတယ်။ ဒီနေရာမှာပညာဆိုတာ အမှားအမှန်၊ တော်၏ မတော်၏ သင့်၏ မသင့်၏ဆိုတာကို အတွေ့အကြုံ အရပ်ဖြစ်ဖြစ်ဆင်ခြင်ဉာဏ်အားဖြင့်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တိုင်းထွာပိုင်းခြားသိမြင်တာကို ဆိုလိုခြင်းပါပဲ။

ဒီနေရာမှာလဲ သူတစ်ပါးအပေါ်မှာ မိမိကိုယ်လိမ်လည်လှည့်ဖျားတတ် တာမျိုး၊ အကောက်ဉာဏ်ဆင်တာမျိုး လှည့်စားဉာဏ်သုံးနိုင်တာမျိုးဟာတော့ တကယ့်ဆိုလိုတဲ့ ပညာ မဟုတ်ကြောင်းခွဲခြားနားလည်ရပါမယ်။

(၈) မေတ္တာ ။ ။ ကြင်နာချစ်ခင်မှုမှန်သမျှဟာ မေတ္တာပါပဲ။ မေတ္တာရဲ့ သဘောက ကျယ်ဝန်းနက်နဲပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လိုရင်းအနှစ်ကိုပဲ သိသာရှင်း လင်းဘို့တင်ပြပါမယ်။

မေတ္တာရဲ့သဘော အချုပ်ကတော့ သူတစ်ပါးရဲ့ အကျိုးစီးပွားကိုသာလို လားပြီးစောင့်ရှောက်ကူညီလိုတဲ့ကြင်နာချစ်ခင်မှုဟာ မေတ္တာအစစ်အမှန်ဖြစ် ပါတယ်။ ဒါလောက်ဆိုရှင်းလောက်ပါတယ်။ မေတ္တာဟာ၊ ကိုယ့်အတွက် မဟုတ်ပါဘူး။ သူတစ်ပါးအတွက် ထားပေးရမဲ့ စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်တစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

ဒါပေမဲ့ အချို့ဟာ မေတ္တာကို အတုနဲ့အစစ်မခွဲခြားတတ်ပါဘူး။

မိမိသားသမီးအပေါ်မှာ ဇနီးမယားဆွေမျိုးသင်္ဂဟပေါ်မှာ သိပ်ချစ်ခင် စုံမက်တတ်ကြတယ်။ မိမိလိုလားသူအပေါ်မှာ မေတ္တာထားတတ်ကြတယ်။ အဲဒီမေတ္တာကိုဆန်းစစ်ရင်၊ တကယ်ကြင်နာသနားတဲ့စိတ်နဲ့ချစ်တာမျိုးဆိုရင် တော့ တကယ့်မေတ္တာစစ်လို့ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

ငါ့သား၊ ငါ့မယား၊ ငါ့ဆွေမျိုး၊ ငါ့တပည့်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်စွဲ၊ တဏှာစွဲနဲ့ ချစ်တဲ့အချစ်ကတော့ မေတ္တာအတုပဲဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ မိဘက သားသမီးအပေါ် မှာထားရှိတဲ့ မေတ္တာကတော့ ယုံမှားစရာမရှိတော့ပါဘူး။ ဒါက သဘာဝ တရားကြောင့်ဖြစ်တယ်။

အခြားမေတ္တာကတော့ စစ်မှန်ဘို့ အတော်ခဲယဉ်းလှပါတယ်။ ဒီလိုခဲယဉ်း လှပေမဲ့ မိမိရဲ့စိတ်သဏ္ဍာန်ကိုဖြူစင်အောင်၊ ပြုပြင်ပေးနိုင်ရင်တော့ မေတ္တာ စစ်ကို မွေးမြူလာနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

(၉) ကရုဏာ ။ ။ ဒီစိတ်ဟာလဲ ကြင်နာသနားမှုကိုဖော်ဆောင် တဲ့စိတ် ခါတ်မျိုးဖြစ်ပါတယ်။ သူတစ်ပါးကိုဆင်းရဲဒုက္ခကြုံတွေ့ရတာကို မြင်ရကြားရတဲ့ အခါမှာ သနားကြင်နာစိတ်ဖြစ်ပေါ်တတ်တာကို ကရုဏာစိတ် လို့ခေါ်ပါတယ်။

ဒီစိတ်ဟာလူတိုင်းလိုလိုမှာ ရှိတတ်တာ တွေ့ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ ကရုဏာဟာ၊ တစ်ခါတစ်ရံ အစစ်မဟုတ်ပဲ အတု အယောင်ဖြစ်နေတတ် ပါတယ်။

မိမိဆွေမျိုးအရင်းတစ်ယောက်ရှိတဲ့ မြို့ကြီးတစ်မြို့မီးလောင်သွားတယ် ဆိုပါတော့ ဒီသတင်းကိုကြားသိရတဲ့အခါ မီးလောင်ခံရတဲ့ တစ်မြို့လုံးက လူတွေကို စုတ်တသတ်သတ်နဲ့ သနားမိတဲ့အခါမျိုးကြုံဘူးလိမ့်မယ်။

လောကပါလစာစဉ်

အမှန်တော့ အဲဒီမီးထဲမှာ မိမိဆွေမျိုးအရင်းတစ်ယောက်ပါသွားလို့ သူ့နဲ့ ရောပြီး အခြားလူတွေကိုပါသနားလိုက်ခြင်းဖြစ်တယ်။ တကယ်စိတ်မကောင်း ဖြစ်မိတာကတော့ မိမိဆွေမျိုးအရင်းကြောင့်ပဲ။

ဒီလိုသနားခြင်းဟာ အေးမြခြင်းနဲ့ယှဉ်တဲ့သနားခြင်း မဟုတ်ဘူး။ ပူပန်ခြင်းနဲ့ယှဉ်တဲ့သနားကရုဏာသာဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီကရုဏာ အစစ်အမှန်မဖြစ်တော့ဘူး။ ဒါကြောင့် ကရုဏာစိတ်ထားရာမှာလဲ စစ်မှန် ဖို့လိုပါတယ်။ ဒါမှကုသိုလ်စိတ်အမှန်ရနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

(၁၀) မုဒိတာ။ ။ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်ခြင်းကိုခေါ်ပါတယ်။

ရှေ့မှာ အကုသိုလ်စိတ်အကြောင်းကိုတင်ပြတုန်းကပါဝင်ခဲ့တဲ့ “ဣဿာ” “မစ္ဆရိယ” တရားတွေရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ပဲဖြစ်ပါတယ်။

သူတစ်ပါးချမ်းသာကောင်းစားတာကိုမြင်ရကြားရတိုင်း၊ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်ခြင်းဟာ ဒီစိတ်ပါပဲ။

သူတစ်ပါးချမ်းသာကောင်းစားတာမြင်ရ၊ ကြားရတိုင်းတကယ့် မုဒိတာ အစစ်နဲ့ ဝမ်းမြောက်ဘို့ဆိုတာပုထုဇဉ်လူသားတွေအတွက် သိပ်ဟော့မလွယ် ကူပါဘူး။

ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သူများကောင်းစားတာကို မြင်ရ၊ ကြားရတိုင်း ကိုယ်လဲကြီးပွားချမ်းသာချင်တဲ့ စိတ်ကိုပေါ်ပေါက်တတ်ကြတယ်။ ကိုယ်က ဆင်းရဲသူ မပြည့်စုံသူဖြစ်နေရင်လဲ စိတ်တွေအားငယ်တတ်ကြတယ်။ ဝမ်းနည်း ကြေကွဲတတ်ကြတယ်။ အဲဒီစိတ်တွေဟာ အပြစ်များတတ်ကြတယ်။ ဒီစိတ်တွေက ရှေ့ကပုံးလွှမ်းနေတာကြောင့် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်ဖို့အခွင့်မရတော့ဘူး။

ဒါကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ်တဏှာစွဲ မျိုးကင်း (မိမိကချစ်ခင်နှစ်သက်လို့စွဲတဲ့အစွဲ) မျိုးကင်းပြီး တကယ့်မုဒိတာအစစ်ကိုထားရှိနိုင်ဘို့ ကြိုးစားကြပါမှ ဖြစ်ပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

(၁၁) ဥပေက္ခာ။ ။ လျစ်လျူရှုခြင်းလိုအဓိပ္ပါယ်ရပါတယ်။ အဘိဓမ္မာ ဝေါဟာရ အားဖြင့်တော့ “တကြမဇ္ဈတ္တာစေတသိက်” လို့ခေါ်ပါတယ်။

ဒီဥပေက္ခာအကြောင်းဟာလဲ အတော်ပဲ လေးနက်လှပါတယ်။ သူ့ကို သဘောပေါက်အောင်သိထားနိုင်မှတကယ့် ဥပေက္ခာကို ရနိုင်မှာဖြစ်တယ်။ ဥပေက္ခာဆိုတာ မြန်မာလိုလျစ်လျူရှုတယ်လို့ ဘာသာပြန်ထားပေမဲ့ မြန်မာလို သိထားကြတဲ့ ဖွင့်ဆိုချက်နဲ့ မပြည့်စုံနိုင်ပါဘူး။ မြန်မာလိုဖြစ်ချင်ရာဖြစ် စေတော့၊ သူ့ထိုက်နဲ့သူ့ကံရှိပါစေတော့ဆိုတဲ့စကားတွေဟာ လျစ်လျူရှုခြင်း ရဲ့အဓိပ္ပါယ်တွေပါပဲ။

အဘိဓမ္မာအလိုအရတော့ ဒီလိုမဟုတ်ပါဘူး။ ဒါလောက်နဲ့ မပြည့်စုံ နိုင်သေးပါဘူး။ ဆိုလိုတာက တစ်ဦးတစ်ယောက်ပေါ်မှာသူ့ရဲ့အကောင်း အဆိုးကို မိမိရဲ့စိတ်သဏ္ဍန်မှာထည့်သွင်းစဉ်းစားပါတယ်။ ဒီလိုစဉ်းစားပြီးမှ သူ့အပေါ်မှာ မုန်းလဲမမုန်းဘူး၊ ချစ်လဲမချစ်ဘူး၊ အချစ်နဲ့အမုန်းရဲ့ကြားမှာ အစွန်းလွတ်တဲ့ အလယ်အလတ်စိတ်ထားမျိုးနဲ့ ရှုစားနိုင်တဲ့စိတ်မျိုးကိုခေါ် ပါတယ်။

မိမိကဆုံးမ မရလို့ ကယ်တင်လို့မရလို့ တာဆီးမရလို့၊ ဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်စေတော့လို့ လက်လွှတ်လိုက်တဲ့ လျစ်လျူရှုခြင်းမျိုးနဲ့ ဘာမှမဆိုင်ပါဘူး။ ဒီသဘော - ၂ - ခုကို အသေအချာ နာလည်သဘောပေါက်ရပါလိမ့်မယ်။ ဒါမှ ဥပက္ခာအစစ်ကျင့်သုံးနိုင်မှာဖြစ်တယ်။

ဒီတော့ ဒီစေတသိတ်ဟာ သာမန်ပုထုဇဉ်တစ်ယောက်အဖို့မလွယ်ကူ ပါဘူး။ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဘာဝနာကိုပွားများပေါက်မြောက်ပြီး သူဖြစ်မှသာ ဒီစိတ်အစစ်အမှန်ကိုထားရှိနိုင်ပါမယ်။

လောကပါလစာစဉ်

* (၁၂ / ၁၃ / ၁၄) သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ

သမ္မာဝါစာ = ကောင်းသောစကားကို ဆိုခြင်း။

သမ္မာကမ္မန္တ = ကောင်းသောအလုပ်ကိုလုပ်ခြင်း။

သမ္မာအာဇီဝ = ကောင်းသောအသက်မွေးမှုကိုပြုခြင်း။

အထက်က အုပ်စု (၃) စုဟာ “ဝိရတိစေတသိတ်” လို့ခေါ်ပါတယ်။ ဝိရတိဆိုတာကတော့ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပါယ်ရတယ်။ ကာယကံမြောက်တို့ကိုဒုစရိုက်မကောင်းမှုမဖြစ်အောင် ရှောင်ကြဉ်ခြင်းတွေဟာ ဝိရတိတရားတွေပါပဲ။

အထက်ပါ - ၃ - ပါးဟာ ဒုစရိုက် (၁၀) ပါးကိုနားလည်ထားသူအဖို့ တော့ ရှင်းစရာလိုမယ်ထင်ပါဘူး။

ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်သုံးပါးဖြင့် ငါးပါးသီလအစရှိတဲ့ လူ့ကျင့်ဝတ် လူ့စည်းကမ်းတွေကို မကျူးလွန်မိအောင်စောင့်ထိန်းခြင်းဟာ၊ သုစရိုက်ဖြစ်ပြီး မစောင့်ထိန်းခြင်းဟာ ဒုစရိုက်ဖြစ်ပါတယ်။ (၁၀) ပါးစီရှိပါတယ်။

အကျဉ်းရုံးလိုက်ရင် ငါးပါးသီလမှာ ၊ ပိသုဏ (ဂုံတိုက်ခြင်း) ၊ ဖရသ (ဆဲရေးခြင်း) ၊ သမ္ပပ္ပလာပ (အကျိုးမဲ့ပြောခြင်း) ၊ အဘိဇ္ဈာ (သူများ ဥစ္စာကို မိမိအတွက်ကြံခြင်း) ၊ ဗျာပါဒ (သူတစ်ပါး ပျက်စီးအောင်ကြံခြင်း) ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (မှားသောအယူရှိခြင်း) ဆိုတာတွေထည့်သွင်းထားခြင်းပါပဲ။

အဲဒီဒုစရိုက် (၁၀) ပါးအပါအဝင် ဖြစ်တဲ့မကောင်းမှုတွေက ရှောင်ကျဉ်ဖို့ကအထက်က အချက် (၃) ချက်နဲ့ ပြည့်စုံရပါတယ်။

ကောင်းသောစကားကိုဆိုခြင်းဟာ ဂုံးတိုက်ခြင်း၊ ဆဲရေးတိုင်းထွာခြင်း အကျိုးမဲ့ပြောခြင်းတို့မှ လွတ်ပါတယ်။

လောကပါလစာစဉ်

ကောင်းသောအမှုကိုပြုခြင်းဟာ သူများအသက်မသတ်ခြင်း၊ မခိုးခြင်း၊ သူများသားမယား မကျူးလွန်ခြင်း၊ သေရည်မသောက်ခြင်း၊ သူတစ်ပါး ပျက်စီးအောင်မကြံခြင်း၊ အယူမမှားခြင်းစသည်များမှကင်းလွတ်ပါတယ်။

ကောင်းသောအသက်မွေးမှုဆိုတာလဲ အထက်ကအကြောင်းတရားတွေနဲ့ လွတ်ကင်းပြီးသားဖြစ်ရပါမယ်။

အဲဒီလိုအပြစ်အနာကင်းတဲ့ အသက်မွေးမှုဟာ၊ သမ္မာအာဇီဝဖြစ်တော့တာပါပဲ။

ဒီစေတသိတ် - ၃ - ပါးနဲ့ညီညွတ်တဲ့သူဟာ အကုသိုလ်မှကင်းလွတ်ပြီး ကုသိုလ်စိတ်ကိုပွားများပြီးသား ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။

ဒီနေရာမှာလဲ ခွဲခြားနားလည်ဖို့အချက် တစ်ရပ်ကျန်ရှိပါတယ်။

ယခုတင်ပြတဲ့စေတသိတ် (၃) ပါးဆိုတာ၊ ရှောင်ကြဉ်စရာကို တွေ့လို့ ရှောင်ကြဉ်ပြီးကျင့်ကြံမှ “ဝိရတိ - ၃ - ပါး” အစစ်လို့ခေါ်နိုင်ကြောင်း မှတ်သားရပါမယ်။

ရှောင်ကြဉ်စရာမလိုပဲ ပြုတဲ့မကောင်းမှု ထားတဲ့စိတ်ထားတွေကတော့ ကုသိုလ်စိတ်သာဖြစ်ပြီး ယခုဖော်ပြတဲ့ (၃) ပါးနဲ့မဆိုင်ပါဘူး။

ဒါလောက်ဆိုရင် ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်တွေရဲ့သဘောအတိမ်အနက်ကို နားလည်လောက်ပါပြီ အကျယ်တဝင့်ရှင်းလင်းထားပြီမို့လဲ၊ အကောင်းနဲ့ အဆိုးကို ခွဲခြားသိမြင်လောက်ပါပြီ။

ဒီတော့ မိမိရဲ့စိတ်သဏ္ဍန်မှာ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ကောင်းတဲ့စေတသိတ်တွေကပဲ ဖိုးမိုးနေသလား၊ မကောင်းတဲ့စေတသိတ်တွေကပဲ ချယ်လှယ်နေသလား ဆိုတာ မိမိဘာသာ ဆန်းစစ်ကြည့်ဖို့ပါပဲ။

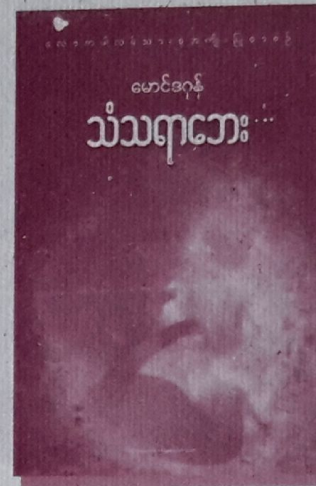
လောကပါလစာစဉ်

မကောင်းတဲ့စေတသိတ်တွေကို ပယ်နိုင်တာတွေမှန်ပါပြီ။ ကောင်းတဲ့ စိတ်တွေကို မွေးမြူတဲ့အခါမှာလဲ ဤစာအုပ်ငယ်မှာ ရှင်းလင်းတင်ပြထားသလို တကယ့် အစစ်အမှန် စေတသိတ်တွေကို ကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့အတွက်ထားရှိနိုင်မှ အကျိုးရှိနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

မိမိကိုယ်ကို မိမိအသိဆုံးမို့ အားမနာတမ်း မကွယ်မဝက်တမ်း ဆန်းစစ် ဝေဖန်ပြီး၊ မေတ္တာတု၊ ဥပေက္ခာတု၊ သဒ္ဓါတု၊ ပညာတုစသည်တို့မှ ကင်းလွတ် တဲ့ ကုသိုလ်စေတသိတ်အစစ်အမှန်များကို ကျင့်ကြံပွားများ လက်ကိုင် ထားနိုင်ကြပါစေ။ ။

မောင်ဒဂုန်
၁၉၈၃ ခု

လောကပါလစာစဉ်



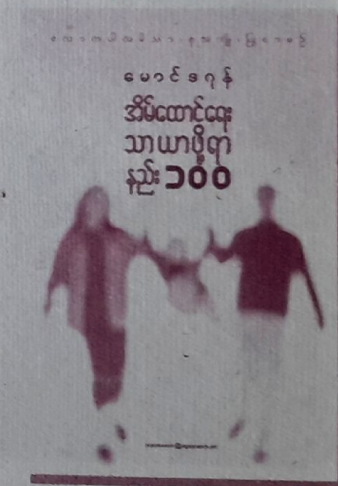
၅၇၅/၂၀၀၃(၉)



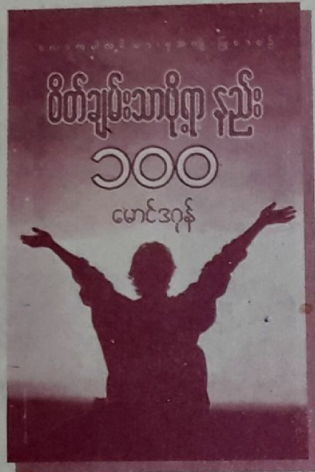
၅၉၂/၂၀၀၃(၉)



၉၅၁/၂၀၀၃(၉)



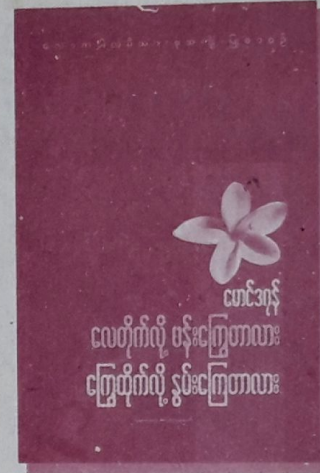
၉၅၂/၂၀၀၃(၉)



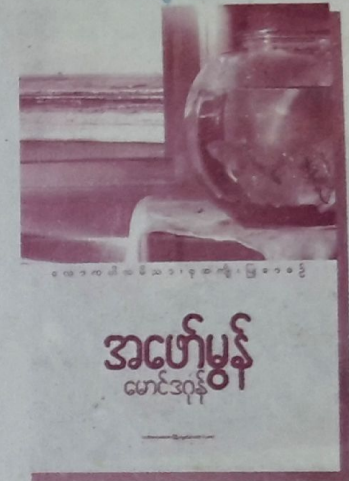
၇၄၁/၂၀၀၃(၈)



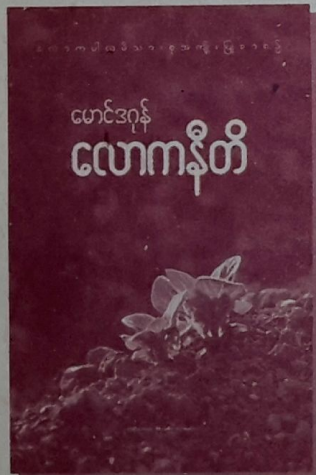
၅၉၁/၂၀၀၃(၉)



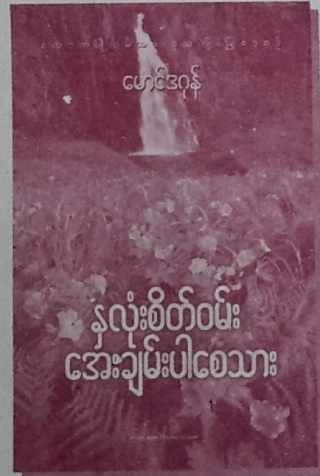
၈၉၅/၂၀၀၃(၈)



၉၄၆/၂၀၀၃(၉)



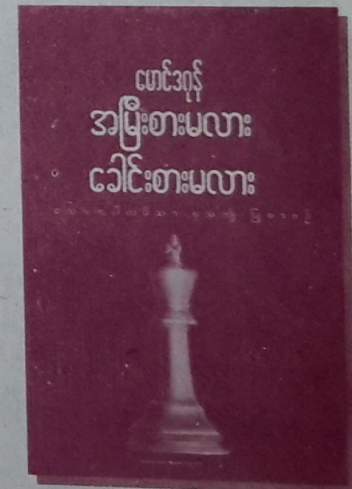
၅၇၆/၂၀၀၃(၉)



၅၇၄/၂၀၀၃(၉)



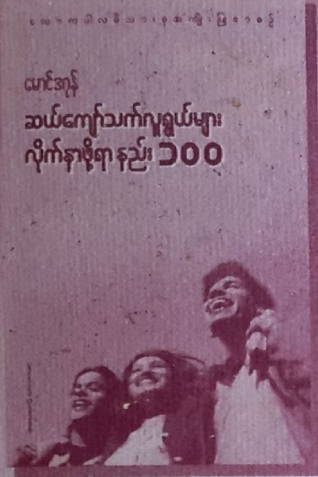
၈၇၄/၂၀၀၃(၈)



၉၄၉/၂၀၀၃(၉)



၉၄၃/၂၀၀၃(၉)



၈၇၃/၂၀၀၃(၈)

လောကပါလမိသားစုအကျိုးပြုစာစဉ်များကို ရောင်းလို၊ ဝယ်လို၊ ဖတ်လို၊ လှူလိုသူများ အောက်ပါလိပ်စာတွင် ကိုယ်တိုင်လာရောက် ဝယ်ယူအားပေးနိုင်ပါသည်။

လောကပါလမိသားစုအကျိုးပြုစာစဉ်

အမှတ်-၁၇၅၊ သိမ်ဖြူလမ်း၊ ကန်တော် ကလေးစာတိုက်၊
(မြန်မာ့ဂုဏ်ရည်လမ်းနှင့် သိမ်ဖြူလမ်းထောင့်)ရန်ကုန်မြို့။

ပေဒင်ဆရာ နှစ်ကိုယ်ခွဲ

စာရေးဆရာရော ပေဒင်ဆရာပါလုပ်တဲ့ ကျွန်တော်ဟာ ဖေဖေ ဆရာကြီး ဦးရာမ အနိစ္စရောက်တဲ့နေ့မှာ ဖေဖေရုပ်ကလပ် ကိုကိုင်ပြီး ကျွန်တော် ကျန်းမာစွာနဲ့ အသက်ရှိနေတဲ့ ကာလပတ်လုံး ပေဒင်ပညာနဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပါမယ်လို့ သစ္စာဆို ကတိပြု ခဲ့ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူမှုရေးကိစ္စ၊ ဘာသာရေး၊ သာသနာရေး ကိစ္စတွေကြောင့် ခရီးသွားလာတာတို့ နားတာတို့ကလွဲလို့ ကနေ့ အထိ ပေဒင်ပညာရပ်နဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလျက် ရှိပါတယ်။

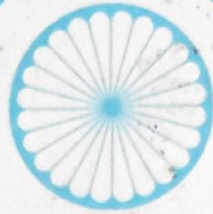
ကျွန်တော် စာအုပ်တွေ အများကြီးရေးလို့ ဖေဒင်မှ ဟော သေးရဲ့လားလို့ သိချင်နေကြတဲ့ မိတ်ဆွေများ၊ ကိုယ်တိုင်လာရောက် ပေဒင်မေးလိုတဲ့ မိတ်ဆွေများ ကျွန်တော်ရဲ့ နေအိမ်မှာပဲ နံနက် ၈:၀၀ နာရီမှ နံနက် ၁၁:၀၀ နာရီအထိ ပေဒင်လက္ခဏာ တောပြောပါတယ်။ ကိုယ်တိုင်လာပြီး မေးမြန်းနိုင်ပါတယ်။ သတ်မှတ်တောချိန် ကျော်ရင်တော့ လုံးဝမတောပါ။

(ဒီစာဟာ ပေဒင်ဟောခန်း ကြော်ငြာမဟုတ်ဘူးနော်။ ကျွန်တော် ဘယ်မှာနေတယ်ဆိုတာ သိချင်တဲ့မိတ်ဆွေများအတွက် ပြောတဲ့သတင်းစကားပါ။)

လူကိုယ်တိုင်တွေ့ချင်ရင် . . .

အတတ်ဟော ပုဏ္ဏားနက္ခတ်ပေဒင်ဆရာကြီး ဦးရာမ ၏သား
ဆရာဒဂုန်

အမှတ် ၁၇၅၊ သိမ်ဖြူလမ်း(မြန်မာ့ဂုဏ်ရည်လမ်းနှင့် သိမ်ဖြူ လမ်းထောင့်)၊ ကန်တော်ကလေးစာတိုက်၊ ရန်ကုန်။



.....

.....

.....

.....

.....

၏
ဓ မ္ဗ ဒါ န

ယခုဘဝ ပြုသမျှ ကုသလအတွက်
နတ်လူ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့
သာဓု ခေါ်ကြပါကုန်