ဓမ္မလင်းစာစဉ်

အတ္တသညာ နှင့် အနတ္တသညာ

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

Generated by CamScanner from intsig.com

" နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ "

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ မိဘ၊ ဆရာတို့အား

ဤစာစုဖြင့် ရိုသေစွာ ကန်တော့ပါ၏။

အတ္တသညာနှင့်အနတ္တသညာ

ဒေါက်တာ စိုးလွင် (မန္တလေး)

Generated by CamScanner from intsig.com

အတ္တသညာနှင့်အနတ္တသညာ

ဒီနေ့ ၁ရက် ၁၀လ ၂၀၁၃၊ ဆိုတော့ လဆန်း ရက်ပေါ့၊ လဆန်းတို့ လကုန်တို့ဆိုတာ ရက်စွဲတွေပေါ့၊ မြန်မာလတွေက လဆန်း၊ လကွယ်၊ လပြည့်လို့ ယူထားတယ်၊ လဆန်းမှာ လစထွက်တယ်၊ လပြည့်ဆို လကြီးက ဝိုင်းနေတာမြင်ရတယ်၊ တဖြည်းဖြည်း လဆုတ်သွားတယ်၊ လကုန်သွားတယ်၊ 'လ' ပေါ်မူတည်ပြီးတော့ လဆန်း၊ လပြည့်၊ လကွယ်လို့ယူတယ် ထင်ပါတယ်။

အင်္ဂလိပ်လိုလည်း ၁ရက်နေ့က လဆန်းပေါ့။ ဒီအင်္ဂလိပ်'လ'ကတော့ ကောင်းကင်ပေါ်က'လ'ကို ယူတာတော့ မဟုတ်ဘူး၊ ကောင်းကင်ပေါ်က'လ'ကမှ တကယ်ရှိသေးတယ်၊ ရက်တွေ လတွေဆိုတာက တကယ်ကို မရှိတာ၊ ကောင်းကင်ပေါ်က 'လ'ကမှ လက်ညှိုးထိုး ပြလို့ရသေးတယ်၊ ရက်တွေ လတွေက

တော့ ပြက္ခဒိန်ပေါ်မှာဘဲ လက်ညှိုးထိုးပြလို့ရတာ၊ လက်ညှိုးထိုးပြတော့လည်း 'လ'သာပြောတာ စက္ကူကြီးဘဲဖြစ်နေတာ၊ အရောင်တွေဘဲဖြစ်နေတာဘဲ။

ဒါပေမဲ့ လကုန်တယ်ဆိုရင် တကယ်'လ'ကုန်တယ်ထင်ကြတာဘဲ၊ သမုတိလိုပြောရင် အချိန်တွေတော့ကုန်သွားတာဘဲ၊ 'လ'တော့ကုန်သွားတာ မဟုတ်ပါဘူး။ 'လ'ကုန်ဆိုရင် 'တစ်လ'ကုန်သွားတာတော့သိတယ်၊ 'တစ်လ'အနိစ္စလို့တော့ မသိဘူး၊ ဖြစ်ပျက်သွားတာကလည်း တအားမြန်တယ်၊ အားလုံးက ကုန်ခမ်း ပျောက်ကွယ်နေတဲ့သဘောတွေ အမြဲရှိတယ်ဆိုတဲ့ အနိစ္စသညာကိုတော့ မသိနိုင်ဘူး၊ သမုတိနဲ့ ပရမတ်တို့ရဲ့သဘောတွေက တအားကွာခြားပါတယ်။

'လ' ကုန်တယ်ဆိုတာကလည်း 'လ'တွေက တကယ်ရှိတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ကောင်းကင်ပေါ်က 'လမင်း'ကြီးပျောက်ကွယ်သွားလို့ 'လ' ကွယ်တယ်၊ 'လ' ကုန်တယ်၊ ဒါကမှ ပြောလို့ရသေးတယ်၊ ရက်စွဲ 'လ' ကုန်တာကျ ပြက္ခဒိန် ဆုတ်လိုက်မှဘဲ မမြင်ရတော့တာဘဲ၊ တကယ်မရှိတာကို တကယ်ရှိသလို ယူထားတယ်၊ ဒါသမုတိနယ်မှာဘဲ ရှိပါသေးတယ်၊ ဒီလို စဉ်းစားတတ်လာရင် ပရမတ်နယ်မှာလည်း ဉာဏ်က တဖြည်းဖြည်း စဉ်းစားတတ်လာမှာပါ။

တကယ်ရှိတာကတော့ ရုပ်တွေနာမ်တွေဘဲ ရှိတယ်၊ ဒါပေမဲ့ တကယ်မရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတွေကိုဘဲ အရှိယူထားတော့ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဆိုရင် အမြဲအသက် ရှင်နေတယ်၊ နောက်ဆုံးသင်္ချိုင်းရောက်မှဘဲ သေတယ်လို့ ဒီလိုဘဲသိကြတာ၊ 'လ'ဆိုရင်လည်း နောက်ဆုံး ၃၀-၃၁ ရက်တို့ကျမှ 'လ'ကုန်တယ်၊ လောကမှာ ဒီလိုဘဲသိကြတာဘဲ။

တစ်လဆိုတာ တစ်ခါမွေး တစ်ခါသေဘဲ၊ လဆန်းတစ်ရက်ကနေလကုန်ရက်မှတစ်လကကုန်သွား

Generated by CamScanner from intsig.com

တာ၊ မဟုတ်ရင် 'လ'က မကုန်သေးဘူး၊ဒီလိုဘဲလူတွေလည်းမွေးပြီး အသက်တွေကြီးပြီး သေမှဘဲတစ်ခါမွေး၊ တစ်ခါသေဘဲ၊အယူအဆကတော့ အတူတူပါဘဲ။

ဘာလို့လဲဆိုတော့ လူရယ်လို့ကြည့်တာကိုး၊ လူဆိုတာတကယ်မရှိဘူး၊ ရက်တွေလတွေဆိုရင်လည်း 'လ' ရယ်လို့ တကယ်တမ်းရှိတာမှ မဟုတ်ဘဲ၊ ဒီနေ့ 'လ' ဆန်းတစ်ရက်နေ့၊ မနေ့က 'လ'ကုန်ဆိုတာ တကယ်တမ်း ရှိတာမဟုတ်ဘူး၊ ဒါပေမဲ့ အဲဒါကြီးကို အရှိယူပြီးတော့ တစ်လကြီး အသက်ရှည်နေတယ်၊ 'လ' အနေနဲ့ ကြည့်ရင် ဒီနေ့ဆို 'လ' စတင်မွေးတာဘဲ၊ အောက်တိုဘာလ (၁)ရက်ဆိုတော့ ဒီလမကုန်မချင်း ဒီ'လ'ကအသက်ရှင်နေတယ်၊ 'လ'ကုန်ရက်ကျမှ ဒီလလည်း သေဆုံးတာဘဲ၊ တစ်လလုံးကတော့ မသေဘူး၊ လမကုန်မချင်း တစ်လလုံး အသက်ရှင်နေသလို ယူထားကြတာ။

အယူအဆကအတူတူဘဲ၊ လူတစ်ယောက်မွေး တာနဲ့သေတာကို ဒီလိုဘဲ စဉ်းစားနေကြတာဘဲ၊ စဉ်းစားပုံက အတူတူဘဲ၊ တရားတွေက နေရာတကာမှာ အမြဲရှိနေတာဘဲ၊ ကိုယ်က ဒီရှုထောင့်တွေက မသုံးသပ်တတ်လို့ ဓမ္မလမ်းကို မလျှောက်နိုင်တာ။

အားလုံးက ဓမ္မချည်းပါဘဲ၊ 'တစ်လ'ဆိုတာလည်း ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါလို့ ယူထားတာနဲ့ အတူတူပါဘဲ၊ လကုန်တယ်ဆိုတာ 'လ'အနိစ္စရောက်တာပါဘဲ၊ သမုတိမှာတော့ ပြက္ခဒိန်သွားကြည့်ရင် လကုန်တာ မြင်ရမှာပေါ့၊ ပရမတ်အမြင်ကတော့ မြင်တဲ့အဆင်းကရုပ်၊ သိတဲ့ဝိညာဏ်က နာမ်ပေါ့၊ 'လ'ကုန်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ရုပ်နာမ်တွေဘဲ ကုန်သွားတာပါ။

မနေ့ကလကုန်ရက်၊ဒီနေ့လဆန်းရက်ဆိုတော့ တကယ်တမ်း ပျက်သွားတာက သညာပါဘဲ၊ မနေ့က သညာနဲ့ ဒီနေ့သညာ မတူတော့ဘူး၊ ဒီနေ့သညာက

Generated by CamScanner from intsig.com

လဆန်းဖြစ်သွားပြီ၊ သညာတွေပြောင်းနေတာဘဲ၊ ဒါကြောင့် ရုပ်နာမ်တွေဘဲ ကုန်နေတာပါ။

ဒါပေမဲ့ လကုန်ဆို လကုန်တယ်ယူတာဘဲ၊ လဆန်းဆို လဆန်းတယ်ယူတာဘဲ၊ တကယ့်အရှိ တရားတွေကို မသိတော့ တကယ်ရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်ပရမတ်တွေရဲ့အနိစ္စသညာကို မသိတော့ဘူး၊ နေရာတကာမှာ ရုပ်နာမ် ပရမတ်တွေနဲ့ တွဲစပ်ပြီးသိရမယ်၊ စွန်းလွန်း ဆရာတော်ကြီးက ပညတ်ပရမတ် တွဲစပ်သိရမယ်တဲ့။

အသံတွေကြားရင်လည်း ကုန်ဆုံးတဲ့သဘောတွေကို ဉာဏ်ကသက်ဝင်နိုင်ရမယ်၊ ဒေါင်ဒင်ဆိုတဲ့ အသံလေးကြားရင် မနောမှာနာရီသညာပေါ်လဲ ပေါ်တယ်၊ ချုပ်လဲချုပ်တယ်၊ ဒါရုပ်နာမ်တွေရဲ့ကုန်နေတဲ့သဘောဘဲ၊ အသံတင်ကုန်ဆုံးတာမဟုတ်ဘူး၊ ကြားတဲ့ဝိညာဏ်တွေလဲ ကုန်ဆုံးသွားတာဘဲ၊ အသံပေါ်လာရင် ကြားတဲ့ ဝိညာဏ်လဲပေါ်လာတယ်၊အသံ

ကုန်သွားရင် ကြားတဲ့ဝိညာဏ်လဲ ချုပ်တာဘဲ၊ ရေလာ မြောင်းပေးပေါ့၊ သတိ ဝီရိယ သမာဓိတွေနဲ့ ဒီပေါ်မှာ ဆင်ခြင် သုံးသပ်လာလို့ရှိရင် တဖြည်းဖြည်းတော့ မြင်လာတာဘဲ။ ရေလာမြောင်းပေးဆိုတာ သညာကိုဘဲ ကြောင်းပေးရတာပါဘဲ၊ ကြာတော့ သညာလဲ သိသွားတာပါဘဲ။

နိစ္စသဘောမြဲတယ်ခိုင်တယ်လို့သိပေးနေတာလည်းသညာဘဲ၊ အသံကြားတာကို ဒါကနာရီသံဆိုတာကလည်း သညာပေးနေတာပါဘဲ၊ ဥပမာ နာရီ ခုနှစ်ချက်ခေါက်တယ်ဆိုရင် တစ်ချက်ပြီး တစ်ချက် ကုန်နေတယ်လို့ မယူဘူး၊ ခုနှစ်ချက်ယူလိုက်တာ၊ ခုနှစ်ချက်ဆိုတော့ သညာက နိစ္စယူတာ၊ ကုန်သွားတယ်လို့မယူဘူး၊ ခိုင်တယ်၊ မြဲတယ်၊ ခုနှစ်ချက်တောင် ရှိတယ်လို့ ယူလိုက်တယ်၊ တစ်ခုပြီးတစ်ခု အမြဲ ကုန်နေပါလားဆိုရင် အနိစ္စသညာဖြစ်ပြီဘဲ။

Generated by CamScanner from intsig.com

နှလုံးသွင်းမှုပေါ်မှာဘဲ မူတည်နေတယ်၊ ခုနှစ်ချက်ခေါက်လို့ ခုနှစ်နာရီဆိုတာတော့ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးဟောသလိုဘဲ၊ နိစ္စအယူကတော့ဘယ်သူမှ သင်စရာမလိုပါဘူး၊ ရေလိုဘဲ မြင့်ရာကနိမ့်ရာ ဆင်းသွားတာဘဲ၊ ဘာမှလုပ်စရာ မလိုဘူး၊ နိစ္စသညာကတော့ မွေးကတည်းကပါပြီးသား၊ သံသရာကလျှောက်လုံး နိစ္စနဲ့ဘဲနေလာတာ၊ နှလုံးသွင်းစရာကို အထူးမလိုဘူး၊ သဘာဝဘဲ၊ အနိစ္စဆိုတာကျ မနဲပြန်ရုန်းရတယ်၊ ရေလိုဘဲ နိမ့်ရာက မြင့်ရာတက်ဖို့ကျ အားထုတ်ရတာ၊ အဲဒီလိုဘဲ အနိစ္စကို နှလုံးသွင်းဖို့ကျတော့ သတိနဲ့ဝီရိယရှိမှ၊ သတိနဲ့ဝီရိယအစွမ်းကြောင့် သမာဓိဖြစ်တည်လာတော့ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ မြင်လာတယ်၊ သတိနဲ့ဝီရိယက ရေလာမြောင်းပေးပေါ့၊ သမာဓိရှိလာတော့ တကယ် ရေဝင်လာတာပေါ့၊ သမာဓိရှိရင် အမှန်ကိုအမှန်

အတိုင်း အရှိကိုအရှိအတိုင်း တကယ်မြင်လာတယ်၊ တကယ်သိလာတာပေါ့။'သမာဓိံ ဘိက္ခဝေ ဘာဝေထ၊ သမာဟိတော ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ'၊ သမာဓိရှိသောသူသည် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိ၏ လို့ဘုရားရှင်ဟောတော်မူပါတယ်။

သညာကသိတ်အရေးကြီးပါတယ်၊လောကီလို ပြောရင် သညာကိုဘဲ Training ပေးနေရတာပေါ့၊ သညာကိုဘဲ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်နေရတာ၊ အရှိကို အရှိအတိုင်း အမှန်သိအောင် သတိ၊ ဝီရိယနဲ့ ရုန်းရတာပေါ့၊ အရှိကိုအရှိအတိုင်းသိအောင် နှလုံးသွင်းတာများလာရင် သညာကလည်း အရှိကိုအရှိအတိုင်းဘဲ မှတ်လာတယ်၊

ကျွန်တော်တို့ မြင်လိုက်တယ်ဆိုရင် အရင်ကတော့ ကိုယ်သိတယ်လို့ထင်တာ၊ မဟုတ်ဘူး၊ သညာပေါ်လို့သိသွားတာ၊ သညာမပေါ်ရင် မသိဘူး၊ မြဲတယ်

Generated by CamScanner from intsig.com

ခိုင်တယ်လို့ ယူတာတွေလည်း ဒီသညာဘဲ ပေးနေတာဘဲ၊ သူ့ကို သတိ ဝီရိယ သမာဓိအစွမ်းနဲ့ လေ့ကျင့်ပေးလိုက်တဲ့အခါမှ သညာကစတင်ပြီးတော့ အနိစ္စရှုထောင့်ကနေ အလုပ်လုပ်လာတယ်။

စဉ်းစားရင်သညာကအနိစ္စနဲ့ယှဉ်စဉ်းစားလာတယ်၊ အနိစ္စအနေနဲ့ဘဲ သညာပေါ်လာတယ်၊ အခုဘာလို့ မပေါ်သေးတာလဲဆိုတော့ ဘာဝနာအစွမ်းမထက်သေးလို့၊ ကိုယ်အားထုတ်တာ အစွမ်းမပြသေးဘူး၊ ဆေးသောက်ရင် ချက်ချင်းအစွမ်း မပြသေးသလိုဘဲ၊ ကိုယ့်ရဲ့အားထုတ်မှုက မပြည့်စုံ မရင့်ကျက်သေးတော့ အစွမ်းမပြသေးဘူး၊ အကြောင်းတရားမပြည့်စုံသေးလို့ အစွမ်းမပြသေးတာ။

အကြောင်းပြည့်စုံအောင် ဖြည့်ဆည်းနိုင်တဲ့အခါမှ ဘာဝနာအစွမ်းပြလိမ့်မယ်၊ အစွမ်းပြလာရင်စဉ်းစားတိုင်းဟာ အနိစ္စရှုထောင့်ကဘဲ စဉ်းစား

လာတယ်၊ ကိုယ်လုပ်စရာမလိုတော့ဘူး၊ သညာကသူ့ဟာသူ အဲဒီဘက်ကနေ စဉ်းစားဆင်ခြင်တာဘဲ၊ နှလုံးသွင်းလာတာဘဲ။

အားလုံးက သညာတွေပါဘဲ၊ အရင်ကတော့ကားသံကြီးတွေကြားရင် မနောကဆူတယ်ပေါ့၊ မကြိုက်ဘူး၊ မကြိုက်တာက သံသရာတစ်လျှောက်လုံးသညာကမှတ်ထားတာ။ နောက်ကျတော့ ဒါက နားနဲ့အသံတိုက်လို့ သောတဝိညာဏ်ပေါ်ရင် သူ့သဘောသူဆောင်ပြီး ကြားတာဘဲ၊ ဖြစ်အောင်လဲ ကိုယ်လုပ်လို့မရသလို ပျက်အောင်လဲ လုပ်လို့မရဘူး။ ကြားတာက သဘာဝတရားဘဲ၊ ဒါကိုနှလုံးသွင်းပါများတော့သညာကသိသွားတယ်၊ သညာက ဒါကို စိတ်ဆိုးစရာမဟုတ်ဘူး၊ သူ့သဘောသူဆောင်နေတဲ့ ရုပ်တွေနာမ်တွေ အကြောင်းအကျိုးတွေဘဲဆိုပြီး သညာကသိသွားတယ်၊ အရင်ကတော့ သညာက ကားသံလို့

Generated by CamScanner from intsig.com

ယူထားတာ၊ အသံကြီးက ဆူလိုက်တာလို့ သညာက ယူလိုက်တော့ မနောက တစ်ခါထဲ စိတ်ဆိုးတာဘဲ၊ စိတ်ဆိုးတဲ့ရှုထောင့်ကနေ နှလုံးသွင်းတာဘဲ၊ သညာထဲမှာ **'ကိလေသာဖြစ်ခွင့်'**ကို တစ်ခါထဲယူထားတာ၊ အသံတွေဆူတယ်ဆိုရင် ဘယ်အသံတွေဆူဆူ မကြိုက်ဘူး၊အဲဒီသညာပေါ်လိုက်တာနဲ့ မကြိုက်ဘူးဘဲ၊ သညာမှာ ကိလေသာဖြစ်ခွင့်က တစ်ခါထဲပါပြီးသား။

နောက်ကျတော့ အသံရှိရင်သောတဝိညာဏ်က ဖြစ်နေတာဘဲ၊ ကိုယ်မဖြစ်ချင်လဲ မရဘူး၊ အသံနဲ့ သောတဝိညာဏ်က သူ့သဘောသူဆောင်တာလို့ သညာကမှတ်တာဘဲ၊ မှတ်ပါများတော့ သညာက အရှိကိုအရှိအတိုင်း သိသွားတယ်။ သူ့သဘောသူဆောင်နေတာဘဲ၊ ကိုယ်နဲ့ မဆိုင်ဘူး၊ အဲဒီသညာမှာ ကိလေသာဖြစ်ခွင့် မပါတော့ဘူး၊ သညာက အဲဒီလို သိသွားတာ၊ ဒီတော့ ကြားလိုက်တာနဲ့ နှလုံးသွင်းတာ

က အဲဒီလို စသွင်းတာဘဲ၊ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သညာက အလေ့အကျင့်ဖြစ်နေတာ၊ ကြားလိုက်ကတည်းက ကိုယ်ပါစရာမလိုဘူး၊ သညာကသိပြီးသား၊ ကိုယ်က ဆင်ခြင်မနေရဘူး၊ ကိုယ်က ဆင်ခြင်ရင် ကားတွေက ဝင်လာအုံးမယ်၊ ကားတွေရော အသံတွေရော စုံနေတာဘဲ၊ သညာကို လေ့ကျင့်ပေးထားတဲ့အခါကျတော့ စိတ်ပေါ်လိုက်တတည်းက သညာကပါပြီးသား၊ ကိလေသာဖြစ်ခွင့် မရအောင်၊ ဒါက သူ့သဘောသူဆောင်တာဘဲ၊ ဖြစ်ပြီးလဲ ချုပ်ပျောက်နေတာဘဲ ဆိုတဲ့ သညာက စိတ်ဖြစ်စဉ်ထဲမှာ ပါပြီးသွားပြီ၊ ကိုယ်လုပ်စရာ မလိုဘူး၊ သညာက ပေးလိုက်ပြီ၊သညာက အဲဒီလိုပေးမှတော့ ကိလေသာ မဖြစ်တော့ဘူး။

ကိလေသာ ဘယ်လိုမဖြစ်တာလဲဆိုတော့ ကိုယ်လုပ်စရာမလိုဘူး၊ စိတ်ဖြစ်လိုက်ကတည်းက သညာပါတယ်၊ အဲဒီသညာကိုက ကိုယ်နဲ့မဆိုင်ဘူး

Generated by CamScanner from intsig.com

သူ့သဘောသူဆောင်တာဆိုပြီး သိသွားတာဘဲ။ အရင်ကတော့ သညာပေါ်လို့ရှိရင် ဆူတာကစလာတာဘဲ၊ အသံကြားလိုက်ကတည်းက ဆူတဲ့သညာကအရင်စလာတာဘဲ၊ သံသရာတလျှောက်လုံးလည်းဒီလိုဘဲနေခဲ့တာ၊ ဆူတယ်ဆိုကတည်းက မကြိုက်တဲ့ကိလေသာဖြစ်ခွင့်က ပါသွားပြီး၊ အနိစ္စသညာ၊အနတ္တသညာမှ မရသေးတာ၊ ဘာဝနာအစွမ်းကလည်းမပြည့်စုံသေးဘူး၊ ဘာဝနာအစွမ်း ပြနိုင်အောင်လည်းမလုပ်နိုင်သေးဘူး။

ဒီအာရုံက စိတ်ဆိုးစရာအာရုံလို့ သညာကမှတ်ထားရင် အဲဒီအာရုံနဲ့တွေ့ရင် ဒီသညာက မှတ်သိပြီး စိတ်ဆိုးပြီးသားဘဲ၊ ဒီသညာထဲမှာကိုကကိလေသာကိန်းနေပြီ၊ ဒီအာရုံက ချစ်စရာလို့ သညာက မှတ်ထားလို့ရှိရင် အဲဒီအာရုံနဲ့တွေ့လိုက်တာနဲ့လောဘကဖြစ်ပြီးသားဘဲ၊ ကိလေသာ ဖြစ်ခွင့်တွေက

သညာမှာ အဆင်သင့်ရှိနေပြီ။

ကျွန်တော်အားထုတ်တုန်းက ကားမောင်းသွားရင် မျက်နှာချင်းဆိုင်တွေ့တုန်းဘဲ မြင်ရတာ၊ ကျော်သွားရင် မရှိတော့ဘူး၊ မရှိတော့ဘူးဆိုပြီး ဆက်တိုက်နှလုံးသွင်းသွားတာ၊ အဲဒါတွေက အနိစ္စသညာတွေပါလားလို့ အဲဒီကတည်းက အလေ့အကျင့်ဖြစ်ခဲ့တာ၊ ဝိညာဏ်နဲ့အာရုံလေးဘဲ၊ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တုန်းပေါ်တယ်၊ အကြောင်းကင်းတာနဲ့မရှိတော့ဘူးဆိုပြီး၊ စက္ခုဝိညာဏ်အတိုင်းဘဲ လိုက်သိနေတာ။

အမေနဲ့ကျွန်တော်နဲ့ မျက်နှာချင်းဆိုင် ထိုင်နေတုန်းမှာဘဲ အမေရှိတာ၊ ကျွန်တော်ဟိုဘက်လှည့်လိုက်တာနဲ့ အမေ မရှိဘူးဆိုတာစက္ခုဝိညာဏ်အတိုင်းသိတာဘဲ၊ ဟိုဘက်လှည့်လိုက်တာနဲ့ ဟိုဘက်အာရုံဘဲရှိတယ်၊ အမေ့အာရုံ မရှိတော့ဘူး၊ ဝိညာဏ်ပေါ်တဲ့

Generated by CamScanner from intsig.com

အတိုင်းဘဲ မနောကလိုက်သိတာ၊ ဒီတော့ အနိစ္စ အနေနဲ့ဘဲ နှလုံးသွင်းနေတာဘဲ၊ သူ့ဟာသူကို ဖြစ်နေတာ၊ ကိုယ်ကလုပ်နေရတာမဟုတ်ဘူး၊ စိတ်တွေက မြင်လိုက်ကြားလိုက်ရင် သူ့ဟာသူဖြစ်နေတာ၊ အဲဒီမှာ သညာတွေကပါပြီးသား၊ သညာတွေကိုက အဲဒီအတိုင်းသိပေးတော့တာဘဲ၊ ဒါကြောင့် ဒေသနာမှာ အနိစ္စသညာ၊ အနတ္တသညာ၊ အသုဘသညာ၊ဒုက္ခသညာဆိုတဲ့ အနိစ္စ-ဒုက္ခ-အနတ္တ-အသုဘတွေက သညာတွေဘဲ၊ သညာတွေက အဲဒီလိုမှတ်ထားတာ။

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးကလည်းဟောပါတယ်၊ ပထမအဆင့်မှာ အနိစ္စသညာနဲ့ အနတ္တသညာရဖို့ကအရေးကြီးတယ်။ သညာကို 'ဘာဝနာအစွမ်း' နဲ့ဘဲ ပြောင်းလို့ရတယ်၊ သတိ ဝီရိယ သမာဓိဆိုတဲ့ ဘာဝနာအစွမ်းနဲ့ပြောင်းမှ ဒီသညာတွေက အနိစ္စသညာ၊ အနတ္တသညာတွေဖြစ်လာတာ၊ ဖြစ်

လာရင် ကိုယ်ကနှလုံးသွင်း စရာမလိုဘူး၊ သညာကိုက အနိစ္စနဲ့ အနတ္တရှုထောင့်ကသိပေးမှာ၊ စိတ်ဖြစ်တိုင်း အဲဒီအတိုင်းသိပေးမှာ၊ မိုးရွာရင် တောင်ကျရေတွေက သူဆင်းနေကျလမ်းကြောင်းအတိုင်းဘဲ ဆင်းတာ၊ အရင်တုန်းက ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါနဲ့ဆိုတော့ နိစ္စသညာ အတ္တသညာတွေနဲ့ ဆင်းနေကျ လမ်းကြောင်းအတိုင်း ဝေါကနဲဘဲ ဆင်းသွားတာဘဲ။

ကိုယ်ရဲ့ဘာဝနာအစွမ်းနဲ့အနိစ္စသညာအနတ္တသညာဖြစ်လာရင် သညာက အဲဒီအတိုင်းဘဲ ဆင်းမှာဘဲ၊ အဲဒီသညာကို ဘာဝနာ အစွမ်းနဲ့ ပြုပြင်ရမယ်၊ ဥပမာ လူတစ်ယောက်ကို ပြုပြင်တဲ့အခါ တစ်ချို့က ဆိုဆုံးမရတာမလွယ်ဘူး၊ မာကျောတယ်၊ခေါင်းမာတယ်။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ ပထမ ဝင်တိုင်းသိ၊ ထွက်တိုင်းသိဆိုတာ သတိကို တည်ထောင်ရတယ်၊ နောက်တစ်ဆင့်က သမ္ပဇဉ်နဲ့ဆင်ခြင်တတ်လာပြီ၊

Generated by CamScanner from intsig.com

ရှည်ရင်ရှည်မှန်းသိ၊ တိုရင်တိုမှန်းသိဆိုတဲ့ ဆင်ခြင်တဲ့ ဉာဏ်လေးစတင်ပြီး လိုက်လာတယ်၊ နောက်ကျမှ စ၊ လယ်၊ ဆုံးဆိုတော့ စိတ်က မပြေးတော့ဘူးပေါ့၊ အာရုံတွေ မပျံ့တော့ဘူး။ စိတ်တွေ ဘယ်မှမသွားတော့ဘူး၊ အားကောင်းလာတယ်။ သမာဓိအားကောင်းလာတော့ detail လည်း မြင်လာတယ်၊ ပြီးတော့မှ ဝင်လေထွက်လေကို ငြိမ်းအောင် လုပ်ရတာ။

ရွှေကို ၁၆ပဲရည် လုပ်လိုက်လို့ရှိရင် ထုလည်း မကွဲဘူး၊ ဆွဲလည်းမပြတ်တော့ဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ကြိုက် လုပ်လို့ရတယ်၊ ဒီအတိုင်းဘဲ သတိ ဝီရိယ သမာဓိ ဘာဝနာအစွမ်းကြောင့် ကိလေသာတွေ နီဝရဏတွေ ကင်းလာလို့ရှိရင် စိတ်ကနူးညံ့သိမ်မွေ့လာတယ်၊ သညာတွေက မခုခံနိုင်တော့ဘူး၊ အရင်ကဆိုရင် သညာဖတွေက နိစ္စ၊ အတ္တနဲ့ မြဲတယ်၊ ကိုယ့်အလို အတိုင်းဖြစ်တယ်လို့ယူထားတာကိုး၊ အခုကျတော့

သညာက ပျော့ပြောင်းသွားပြီ၊ မခက်ထန်တော့ဘူး၊ ဆုံးမရလွယ်လာပြီ၊မခက်ထန်တော့မှစတင်ပြီး လက်ခံလာတာ၊ ဘာဝနာအစွမ်းနဲ့ပြောင်းလာတာ။ ဒါကြောင့် ဝင်လေထွက်လေမှာ မြတ်စွာဘုရားက အဆင့်လေးမျိုးဟောခဲ့တာကို သဘောပေါက်လာတယ်။

သညာကလည်းခက်ထန်တယ်၊ အာနာပါနနဲ့ လုပ်လိုက်မှသိမ်မွေ့သွားပြီး ဆုံးမရလွယ်သွားတာ၊ ဒီသညာကို အနိစ္စသညာ၊ အနတ္တသညာတွေ ဖြစ်အောင် ကြိုးစားရမယ်၊ အဲဒီလိုဖြစ်လာလို့ရှိရင် ကိုယ်ပါစရာကိုမလိုဘူး၊ စိတ်ဖြစ်တိုင်း သညာပေါ်လိုက်တာနဲ့ ဒီသညာက အနိစ္စနဲ့အနတ္တအနေနဲ့ သုံးသပ်တယ်၊ ဆင်ခြင်တယ်၊ စဉ်းစားတယ်၊ သညာက သူ့ဟာသူဆင်ခြင်သွားတာဘဲ။

အရင်ကတော့ ကိုယ်လုပ်ရတယ် အောက်မေ့နေတာ၊ အတ္တကြီးနဲ့ ဖြစ်ပျက်တွေ ကိုယ်အလိုအတိုင်း

Generated by CamScanner from intsig.com

မဖြစ်ဖူးဆိုပြီး အတ္တနဲ့ဘဲ ဆင်ခြင်နေတာဘဲ၊ သညာကို ဘာဝနာအစွမ်းနဲ့ လုပ်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ ဒီသညာက အနိစ္စသညာ အနတ္တသညာအနေနဲ့ သိပေးလာတာ၊ အဲဒီကျရင် ကိုယ်လုပ်စရာ မလိုတော့ဘူး၊ စိတ်ဖြစ်လိုက်တာနဲ့ အဲဒီရှုထောင့်က စဉ်းစားတာ၊ သညာနဲ့အဲဒီအတိုင်း နှလုံးသွင်းတာ၊ စိတ်တွေဆိုတာကိုက သူ့သဘောသူဆောင်နေတာ၊ ကိုယ့်အလိုပါတာမဟုတ်ဘူး၊ ဒါပေမဲ့ ပြုပြင်လို့ဖြစ်တာကို ကိုယ့်အလိုအတိုင်း ဖြစ်တယ်လို့ သွားသွားယူနေလို့ အယူမှားနေတာ၊ တကယ်ရှိတာမဟုတ်ဘူး၊ အယူဘဲရှိတာ၊ အယူမှားနေတာကလည်း ဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ စေတသိက်ရှိနေလို့ ဒီလိုအယူတွေဖြစ်ပေါ်နေရတာပါ။

လောကမှာ အကောင်းအဆိုးတွေတွဲနေသလို စိတ်တွေမှာလည်း ကောင်းတဲ့စိတ်တွေရှိတယ်၊ မကောင်းတဲ့စိတ်တွေရှိတယ်၊ မကောင်းတဲ့ တဏှာ

မာန ဒိဋ္ဌိရဲ့အစွမ်းကြောင့် မြဲတဲ့အနေနဲ့ စဉ်းစားတယ်၊ နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တ၊ ကိုယ့်အလိုအတိုင်းဖြစ်တယ်၊ကောင်းတယ်၊ ဒီလိုဘဲစဉ်းစားတယ်၊ အဲဒါမကောင်းတဲ့ စေတသိက်တွေရဲ့အစွမ်းကြောင့်ဖြစ်တာ၊ ကောင်းတဲ့ စေတသိက်တွေလည်းရှိတယ်၊ ရှိပေမဲ့ လောက သဘာဝမှာ မကောင်းတာက ဘာမှလုပ်စရာမလိုဘူး၊ သဘာဝဖြစ်မှာပဲ၊ ကောင်းတာသာ အားထုတ်ရတယ်၊ရေလိုဘဲ မြင့်ရာက နိမ့်ရာဆင်းဖို့ ဘာမှလုပ်စရာမလိုဘူး၊ နိမ့်ရာက မြင့်ရာရောက်ဖို့ကျ ပြုပြင်ရတယ်၊ အားထုတ်ရတယ်။

ဒီအတိုင်းဘဲကျွန်တော်တို့ထဲမှာလည်းကောင်းတဲ့စိတ်တွေစေတသိက်တွေရှိတယ်၊ ကောင်းတဲ့စိတ်တွေကို ပြုပြင်ပေးရတယ်၊ အားထုတ်ရတယ်၊ တရားအားထုတ်တယ်လို့ဆိုတယ်။ ကောင်းတဲ့စိတ်တွေကို ကုသိုလ်လို့ခေါ်ပြီးတော့ မကောင်းတဲ့စိတ်

Generated by CamScanner from intsig.com

တွေကို အကုသိုလ်လို့ခေါ်တယ်၊ ကောင်းတဲ့ ကုသိုလ်စိတ်တွေကို ပွါးရတယ်၊ ပွါးပြီးတော့ မကောင်းတဲ့ အကုသိုလ်စိတ်တွေကို ပယ်သတ်လိုက်တာဘဲ၊ ကုသိုလ်က အကုသိုလ်ကို ပယ်သတ်တာပါဘဲ။

မကောင်းတဲ့စိတ်တွေရော ကောင်းတဲ့စိတ်တွေရောက အနိစ္စဘဲ၊ စိတ်ဆိုတဲ့သဘောကိုက အနိစ္စ၊ အနတ္တဘဲ၊ ဒါပေမဲ့ တဏှာ-မာန-ဒိဋ္ဌိရဲ့အစွမ်းကြောင့် သူတို့က သူတို့ကိုယ်သူတို့တင် မြဲတယ်ခိုင်တယ်ယူကာမဟုတ်ဘူး၊ ကျန်တဲ့ဟာတွေပါ မြဲတယ်ခိုင်တယ် အနေနဲ့ လွှမ်းမိုးပစ်လိုက်တယ်၊ တကယ်က သူတို့ကိုယ်တိုင်ကလည်း အနိစ္စ၊ အနတ္တဘဲ၊ မကောင်းတဲ့စိတ်တွေကိုကလည်း အနိစ္စပဲ၊ အနတ္တပဲ၊ တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိကိလေသာရဲ့ အစွမ်းကြောင့် မြဲတယ်၊ ခိုင်တယ်လို့ ယူသွားတာ၊ နိစ္စ-အတ္တနဲ့ အနိစ္စ-အနတ္တဆိုတဲ့ ဒွိနှစ်ခုရဲ့ သဘောကို ခွဲခြားနားလည်ရမယ်၊

ပရမတ္ထတရားတွေဖြစ်တဲ့အတွက် ဝိပဿနာရှုတဲ့ သင်္ခါတနယ်မှာ ရုပ်တွေရော စိတ်တွေရော စေတသိက်တွေရော အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတွေချည်းဘဲ၊ သဗ္ဗေသင်္ခါရာ အနိစ္စာ၊ သဗ္ဗေသင်္ခါရာ ဒုက္ခာ၊ သဗ္ဗေဓမ္မာ အနတ္တာ၊ အနတ္တာမှာ နိဗ္ဗာန်လည်းပါတာပေါ့နော်၊ သင်္ခါရဆိုတာ ရုပ်၊ စိတ်၊ စေတသိက်တွေဘဲ။

မကောင်းတဲ့ တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ အကုသိုလ်စေတသိက်တွေကလည်း အနိစ္စပါဘဲ၊ အနတ္တပါဘဲ၊ စိတ်စေတသိက်တွေဖြစ်တဲ့အတွက် သဘာဝကို မလွန်ဆန်နိုင်ပါဘူး၊ ဒါပေမဲ့ သူတို့ရဲ့အစွမ်းကြောင့် အားလုံးကို မြဲတယ်ခိုင်တယ် အနေနဲ့ယူကုန်တာပါ။

မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်မှာ တဏှာ၊မာန၊ ဒိဋ္ဌိတွေမရှိပါဘူး၊ မျက်စိမှာ စက္ခုဝိညာဏ်နဲ့ သက်ဆိုင်ရာ စေတသိက်တွေဘဲရှိတာ၊ သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏ စေတသိက်တွေက စိတ်ဖြစ်တိုင်းပါနေတာ၊

Generated by CamScanner from intsig.com

တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ ကိလေသာတွေတော့ မပါပါဘူး၊ စက္ခုဝိညာဏ်၊ သောတဝိညာဏ်၊ ဃာနဝိညာဏ်၊ ဇိဝှာဝိညာဏ်၊ ကာယဝိညာဏ်တွေမှာ ကိလေသာတွေ မပါပါဘူး၊ မနောဝိညာဏ်ကျမှ တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ ကိလေသာတွေပါလာတာပါ။

စက္ခုဝိညာဏ်ကစက္ခုဝိညာဏ်ကိုဘယ်တော့မှ မသိဘူး၊ စက္ခုဝိညာဏ်က စက္ခုဝိညာဏ် ပေါ်သွားပါလားလို့ ဘယ်လိုမှ မသိနိုင်ဘူး။ ကိုယ့်မျက်လုံးက ကိုယ့်မျက်လုံးကို ပြန်ကြည့်လို့မရဘူး၊ မနောဝိညာဏ်ကဘဲသိတာ၊ သောတဝိညာဏ်ကိုလည်း သောတဝိညာဏ်က ဘယ်လိုမှ မသိဘူး၊ မြင်တာကို မျက်စိက မြင်တယ်လို့ မသိဘူး၊ မြင်တာကို မနောကဘဲသိတာ။

မနောက မြင်တာသိတဲ့အချိန်မှာ မနောမှာ ခုနကတဏှာ-မာန-ဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ မကောင်းတဲ့စေတသိက်

တွေရဲ့အစွမ်းကြောင့် ဒီမြင်တဲ့အပေါ်မှာ သညာက နိစ္စအနေနဲ့ ငါမြင်တယ်လို့ မှတ်လိုက်တယ်၊ ငါဆိုတာက မွေးကထဲက သေသည်ထိ ငါဘဲ၊ မြဲနေတယ်၊ ငါဆိုတာ ဘာကိုယူတာလဲဆိုတော့ နိစ္စကို ယူလိုက်တာ၊ တစ်ခါမွေး တစ်ခါသေဘဲ၊ ငါမွေးလာတယ်၊ သေတဲ့အခါကျမှ ငါမရှိတော့မှာ၊ ဒီတစ်လျှောက်လုံးတော့ ငါရှိတယ်၊ ငါမသေသေးဘူးဆိုတာ မြဲတယ်ကို ကိုယ်စားပြုထားတာ၊ အဲဒီအတိုင်းဘဲ ငါမြင်တယ်ဆိုရင် မြင်တဲ့အပေါ်မှာ နိစ္စယူလိုက်တာ၊ငါရှိနေသရွေ့ မြင်တာအမြဲရှိနေတယ်လို့ ယူလိုက်တာ၊ မြင်တဲ့အပေါ်မှာ တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိအစွမ်းကြောင့် နိစ္စ၊ အတ္တဖြစ်သွားတာ၊ အဲဒါကိုလည်း သညာက မှတ်ထားပြီး သညာက မြင်တိုင်း အဲဒီလိုဘဲ သိပေးနေတာဘဲ။

သတိရှိတဲ့အခါကျမှ စက္ခုဝိညာဏ်နဲ့ သူ့ရဲ့ အာရုံက အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တုန်း ဖြစ်တယ်၊

Generated by CamScanner from intsig.com

အကြောင်းကင်းတာနဲ့ ချုပ်ပျောက်သွားတယ်၊ ကိုယ့်အလို ဘာမှမပါဘူး၊ အနတ္တဘဲ၊ အကြောင်းအကျိုးဆိုတော့ အနိစ္စလည်းပါပြီးသား၊ အနတ္တလည်းပါပြီးသားဖြစ်သွားတယ်။

ကြားခိုက်မှာလဲဒီတိုင်းဘဲ၊ မြင်တဲ့အပေါ်မှာလဲ ဒီဘက်က ဟိုဘက်လှည့်လိုက်တာနဲ့ မြင်ပြီးတာတွေ ဘာမှမရှိတော့ဘူး၊ အဲဒီလိုတော့သိတယ်။ ကျွန်တော် တရားအားထုတ်တုန်းက အဲဒီလိုဘဲသိခဲ့တာ၊ အဲဒီတုန်းကတော့ မြင်တာကို ဖြစ်ပျက်လို့ ဘယ်လိုလုပ်သိမှာတုန်း၊ ကိုယ့်ဉာဏ်က အစဉ်မှမသိတာ၊ ခုတော့ ဆက်တိုက်ဖြစ်နေတာတွေက အစဉ်လို့သိသွားပြီ၊ အရင်တုန်းကမသိဘူး၊ မသိတော့ ဟိုဘက်လှည့်လိုက်တာနဲ့ ပြီးတာတွေ ဘာမှမရှိတော့ဘူး၊ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တုန်းဘဲ အသစ်အသစ်ပေါ်တာ၊ ပြီးတာတွေဘာမှ မကျန်တော့ဘူး၊ ဒီလိုဘဲသိခွင့်ရတာ၊

သူ့ဝိညာဏ်နဲ့သူ့အာရုံတွေဘဲ၊ ပြီးတာနဲ့မရှိတော့ဘူးဆိုပြီး မြင်တဲ့အပေါ်မှာ ဒီလိုဘဲ သုံးသပ်နိုင်တယ်၊ အဲဒီသုံးသပ်တာကလည်း အနိစ္စမြင်သွားတာပါဘဲ၊ ဖြစ်ပျက်ဆိုတာကလည်း အနိစ္စသညာရသွားတာပါဘဲ၊ အနတ္တသညာလည်း ရသွားတာဘဲ၊ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တုန်းဘဲပေါ်တာ၊ ကိုယ့်အလို ဘာမှမပါဘူး။

အနိစ္စသညာနဲ့ အနတ္တသညာတွေကိုပွါးများခဲ့တာဘဲ၊ ဝိပဿနာဆိုတာ အနိစ္စသညာ၊ အနတ္တသညာ အဓိက စပွားရတာဘဲ၊ ဉာဏ်ရင့်လာရင် ဒုက္ခသညာပေါ်လာတာဘဲ၊ သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိ ဘာဝနာအစွမ်း ပြည့်စုံမှ အနိစ္စသညာ၊ အနတ္တသညာ၊ ဒုက္ခသညာတွေဖြစ်လာမှာပါ။

ဘာဝနာအစွမ်းမရှိရင် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအယူ ယူထားတော့ နိစ္စ၊ သုခ၊ အတ္တဘဲဖြစ်နေမှာပေါ့၊ အခုလိုသုတနဲ့ ကြားဖူးထားတဲ့ အခါကျတော့ တရား

Generated by CamScanner from intsig.com

အလုပ်အားထုတ်တဲ့အခါမှာ၊ နှလုံးသွင်းတဲ့အခါမှာ ကိုယ့်အတွက် အထောက်အကူတွေရမှာပေါ့။ အခု ကျန်တဲ့အချိန်မှာ ဝင်လေထွက်လေမှာ သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိတွေ ထူထောင်ကြမယ်။

ဒေါက်တာစိုးလွင် (မန္တလေး)

Generated by CamScanner from intsig.com