အောင်မြင်ရေးလမ်းပြ

ဘဝဒဿနများ

စည်တိုင်းအရှင်အစ္စရိယ (ဓမ္မာစရိယ)

အောင်မြင်ရေးလမ်းပြ ဘဝဒဿနများ

စာမူခွင့်ပြုချက် – ၃၅၃ / ၂၀၀၀ (၆)

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် – ၃၉၅ / ၂၀၀၀ (၇)

ထုတ်ဝေသူ – ဒေါ်ရွှေအိမ် (မြ-၀၁၂၉၉)
တိုင်းလင်းစာပေ
အမှတ် (၃)၊ အောင်သိဒ္ဓိလမ်း၊
အင်းစိန်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

အတွင်း/အဖုံးပုံနှိပ် – ဒေါ်ဖြူဖြူမော် (မြ-၀၅၂၂၂)
ဖြူမွန်ပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်-၃၈၊ မလ္လကုန်းလမ်း၊
ကျောက်မြောင်း၊ ရန်ကုန်။

ကွန်ပျူတာစာစီ – နိုင်မာ
၃၄-လမ်း၊ ကျောက်တံတား။

၂၀၀၀-ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ၊
ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀၊
တန်ဖိုး – ၁၈၀ ကျပ်

ဤစာအုပ်ကိုဖတ်နေစဉ်

သင်သည်...

ဗဟုသုတ ရှာမှီးဖို့အတွက်သာ

မဟုတ်ဘဲ...

သင်၏ဘဝကိုအသစ်ပြောင်းလဲရန်

ဖြစ်သည်ဟု...

အမှတ်ပြုပါ...

အောင်မြင်ရေး လမ်းပြ
ဘဝဒဿနများ

စကားချီး

အတွေးအမြင် ဒဿနတစ်ခုသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ဘဝကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်၏။

ဒဿနသည် နှစ်မျိုးနှစ်စားရှိလေ၏။ တစ်မျိုးမှာ မိစ္ဆာဒဿန ဖြစ်၏။ မိစ္ဆာဒဿနဟူသည်မှာ - မှားယွင်းသော အတွေးအမြင် ဖြစ်၏။

တစ်မျိုးမှာ သမ္မာဒဿနဖြစ်၏။ သမ္မာဒဿနဟူသည် မှန်ကန်သော အတွေးအမြင်ဖြစ်၏။

ယင်းနှစ်မျိုးအနက် မှားယွင်းသော အတွေးအမြင် မိစ္ဆာဒဿနသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ဘဝကို အဆိုးဘက်သို့ ရောက်အောင် ဦးတည်စေ၏၊ ပြောင်းလဲစေ၏။

မှန်ကန်သော အတွေးအမြင် သမ္မာဒဿနသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ဘဝကို အကောင်းဘက်သို့ ရောက်အောင် ဦးတည်စေ၏။ ပြောင်းလဲစေ၏။

အတွေးအမြင်ဒဿနသည် ဘဝအတွက် အစုန်နှင့် အဆန် လမ်းနှစ်သွယ်လုံး၏ကို ခင်းပေးလေ၏။

အတွေးအမြင်ဒဿနသည် အဘိဓမ္မာတရား ကိုယ် အားဖြင့် စိတ်မဟုတ်၊ စေတသိက်သဘောတရားများ ဖြစ်ကြ၏။

အတွေးအမြင် ဒဿန စေတသိက်များမှာ ဝိတက်-စေတသိက်၊ ဒိဋ္ဌိစေတသိက်၊ ပညာစေတသိက်တို့ ဖြစ်ကြ၏။ ဓမ္မတို့သည် စိတ်လျှင် ရှေ့သွားရှိကြ၏။ စိတ်လျှင် အကြီးအမှူးရှိကြ၏။ စိတ်လျှင် အထည်ကိုယ်ရှိကြ၏။ သို့ဖြစ်၍ အတွေးအမြင်ဒဿနသည် စေတသိက်များဖြစ်လေရာ သူ့ချည်းသက်သက် မရပ်တည်နိုင်ဘဲ စိတ်ကို ရှေ့သွားပြုရ၏။ စိတ်ကို အကြီးအမှူးပြုရ၏။ စိတ်ဖြင့် တည်ဆောက်ရ၏။

ဘဝခရီးကို လျှောက်ရာ၌ ကျွန်ုပ်တို့၏ စိတ်နှင့်ယှဉ်သော အတွေးအမြင်ဒဿနတို့က ခင်းပေးသည့် လမ်းအတိုင်း လျှောက်နေရခြင်းဖြစ်၏။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘဝခရီးစဉ်တစ်လျှောက်တွင် လမ်းမှားနှင့် လမ်းမှန်ကို မည်သူကမျှ ခင်းပေးမည်မဟုတ်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ အတွေးအမြင်ဒဿနများကသာ ခင်းပေးခြင်းဖြစ်လေ၏။

မှားယွင်းသော အတွေးအမြင် မိစ္ဆာဒဿနတို့က ခင်းပေးသော လမ်းပေါ်၌ လျှောက်လှမ်းမိသူသည် ဘဝတွင် ဆုံးရှုံးနစ်နာရ၏။ ပူလောင်စပ်ရှား ခါးသီးသော 'ဒုက္ခဝေဒနာ' ကို မချိမဆန့် ခံစားရ၏။

မှန်ကန်သော အတွေးအမြင် သမ္မာဒဿနတို့က ခင်းပေးသော လမ်းပေါ်၌ လျှောက်လှမ်းရသူသည် ဘဝတွင် အောင်မြင်ကြီးမြင့်ရ၏။ သာယာအေးချမ်းချိုမြိန်သော 'သုခဝေဒနာ' ကို ကြည်နူးရွှင်ပျစွာ ခံစားရ၏။

အတွေးအမြင် ဒဿနတို့က အစုန်လမ်း (သို့မဟုတ်) လမ်းမှားကိုခင်းပေးလေသောအခါ ကျွန်ုပ်တို့သည် အစုန်လမ်း (သို့မဟုတ်) လမ်းမှားကို လျှောက်မိတတ်ချေ၏။

အတွေးအမြင် ဒဿနတို့က အဆန်လမ်း (သို့မဟုတ်) လမ်း မှန်ကို ခင်းပေးလေသောအခါ ကျွန်ုပ်တို့သည် အဆန်လမ်း (သို့မဟုတ်) လမ်းမှန်ကို လျှောက်ရတတ်လေ၏။

အမှန်အားဖြင့် လူ့သမိုင်းဟူသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ အတွေးအမြင် ဒဿနတို့က ခင်းပေးသော လမ်းအတိုင်း လျှောက်နေကြသော ဘဝခရီးသည်တို့၏ ခရီးသွားမှတ်တမ်းသာဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် အစုန်လမ်းနှင့် အဆန်လမ်း (သို့မဟုတ်) လမ်းမှားနှင့် လမ်းမှန်ကို ရွေးရာတွင် လောက၌ ဓမ္မ

ထွန်းကားရေးအတွက် ကျရောက်သမျှသော လောကဓံတရားများကို ကြံ့ကြံ့ခံကာ ပြက်ပြက်ထင်သော ရည်မှန်းချက်၊ မဆုတ်နစ်သော ကြိုးပမ်းမှု၊ ခိုင်မာသော စိတ်ဓာတ်၊ လုံလောက်သော ဉာဏ်ပညာတို့ဖြင့် အသက်ကိုပင် မငဲ့ကွက်ပဲ လမ်းမှန်ကို ရွေး၍ ဘဝခရီးလျှောက်နိုင်ကြစေရန်နှင့် အတွေးမှန် အမြင်မှန် (မှန်ကန်သော အတွေးအမြင် သမ္မာဒဿန) များကို အစဉ်တစိုက် နှလုံးသွင်းနိုင်ကြပါစေရန် အထူးရည်သန်လျက် ဤမည်သော "အောင်မြင်ရေးလမ်းပြ ဒဿနများ" စာအုပ်ကို စီစဉ်ဖန်တီးလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို စီစဉ်ဖန်တီးရာ၌ မိမိလေ့လာဖတ်ရှုမှတ်သားထားမိသော စာပေဗဟုသုတများကို အခြေခံ၍ မိမိလေ့လာဖတ်ရှုမှတ်သားထားမိသည့်အတိုင်း အချို့ကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲ၍လည်းကောင်း၊ အချို့ကို အကြောင်းအရာအနှစ်သာရမျှယူ၍လည်းကောင်း၊ အချို့ကို စကားလုံးအသစ်အဆန်း စကားလုံးအလှအပကို ယူ၍လည်းကောင်း၊ အချို့ကို ဘဝအတွေ့အကြုံအရလည်းကောင်း၊ ကျွန်ုပ်၏ စိတ်တွင် တွေးမြင်ယူဆလက်ခံမိသည့်အတိုင်း မိမိ ကြိုက်နှစ်သက်သလို စီစဉ်ဖန်တီးလိုက်ပါသည်။

အမှန်စင်စစ် အတွေးအမြင် ဒဿနကောင်းတစ်ခုသည် မိမိအတွက်လည်း အကျိုးပြုရမည်။ သူတစ်ပါးအတွက်လည်း အကျိုးပြုရမည်။

လောကနှင့်လည်း ဟပ်မိစေရမည်။ ဓမ္မနှင့်လည်း မသွေဖီစေရ။

ပစ္စုပ္ပန်မှာလည်း လက်တွေ့၊ လက်ငင်း အကျိုးရှိစေရမည်။ တမလွန်အတွက်လည်း မနစ်နာစေရ။

လောကီရေးနှင့်လည်း နီးစပ်စေရမည်။ လောကုတ္တရာရေးနှင့်လည်း အလှမ်းမဝေးစေရ။

ဤသို့သော အတွေးအမြင် ဒဿနကောင်းများသည်သာ လျှင် လူကို အကျိုးပြုလေ၏။

လောကလူ့ဘောင်ကို သာယာချမ်းမြေ့အောင် ဆောင်ရွက်ရာ၌ ကြီးမားသော အထောက်အကူကို ပြုပေးနိုင်ပါ၏။

''အောင်မြင်ရေးလမ်းပြ ဘဝဒဿနများ'' ဟူသော ဤစာအုပ်ကို လောက၏ အတွေးအမြင်ဒဿနများမှ ဓမ္မနှင့် ညီညွတ်အောင် စိစစ်၍ ရွေးချယ်စီစဉ်တင်ပြလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

စာရှုသူ၊ စာချစ်သူများအားလုံး သမ္မာဒဿနများဖြင့် ဘဝကို အလှဆင်၍ ထာဝစဉ် အောင်မြင်ကြပါစေ။

''အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ''
စည်တိုင်း အရှင်အစ္စရိယ (ဓမ္မာစရိယ)

ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်အောင် တာဝန်ယူ ထုတ်ဝေပေးသော တင်မော် (စာတု) စာပေ မှ ကိုတင်မော် အား အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

စည်တိုင်းအရှင်အစ္စရိယ
(ဓမ္မာစရိယ)

အောင်မြင်ရေးလမ်းပြ ဘဝဒဿနများ

နမော တဿ ဘဂဝတော
အရဟတော သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ

၁။ လူသည် "မိမိကိုယ်ကိုသာလျှင် လူဖြစ်သည်၊ အခြားသူများကို လူမဟုတ်" ဟူ၍ သိနေလျှင် ထိုအသိသည် "မတူသည်ကိုသိသော အသိ" မည်၏။ ယင်း "မတူသည်ကို သိသော အသိ" သည် တကယ်တမ်းဆိုရလျှင် လူ့အသိမဟုတ်၊ လူ့အောက်များစွာ နိမ့်သူများ၏ အသိသာဖြစ်၏။

၂။ “မိမိသည်လည်းလူ၊ အခြားသူများသည်လည်း လူဖြစ်သည်” ဟူသော အသိသည် **“တူသည်ကို သိသောအသိ”** မည်၏။ ထို **“တူသည်ကို သိသောအသိ”** သည် ဗြဟ္မစိုရ်အသိဖြစ်၏။ ဗြဟ္မစိုရ်အသိဟူသည် လူပီသသောလူ၏ လူလိုသိသော လူ့အသိဖြစ်၏။

၃။ “ငါသာလျှင် လူဖြစ်သည်၊ အခြားသူများသည် လူမဟုတ်” ဟူ၍ သိသော **“မတူသည်ကိုသိသောအသိ”** သည် အလွန်အလွန်များယွင်းသော အသိများ မိစ္ဆာပဋိပဒါဖြစ်၏။ မိစ္ဆာပဋိပဒါ ဟူသည် မှားသော ကျင့်စဉ်ဖြစ်၏။

၄။ **“မိမိသည်လည်းလူ၊ အခြားသူများသည်လည်းလူ၊ လူလူချင်း အတူတူပင်ဖြစ်သည်”** ဟူ၍ သိသော **“တူသည်ကို သိသောအသိ”** သည် မှန်ကန်သော အသိမှန် သမ္မာပဋိပဒါဖြစ်၏။ သမ္မာပဋိပဒါ ဟူသည် မှန်သောကျင့်စဉ်ဖြစ်၏။

၅။ မတူသည့်သဘောသည် ထူးခြားချက် အမှတ်အသားဖြစ်၏။ တူသည့်သဘောသည် သာမန်အမှတ်အသားဖြစ်၏။

၆။ ထူးခြားချက်အမှတ်အသားကို သာမန်အမှတ်အသားအပေါ် ၌ တည်ဆောက်ရ၏။

၇။ သာမန်အမှတ်အသားသည် ထူးခြားချက်အမှတ်အသား ထက် ပို၍ နက်ရှိုင်းသည်နှင့်အမျှ တူညီမှုနယ်ပယ်၌ ပို၍ တန်ဖိုး လည်း ရှိ၏။

၈။ ထူးခြားချက်အမှတ်အသားကို သိသော အသိဉာဏ်သည် ပဓာနဉာဏ်မဟုတ်သေး၊ ပဓာနဉာဏ်အခြေခံဉာဏ်မျှသာ ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် အဆင့်အားဖြင့် နိမ့်၏။

၉။ သာမန်အမှတ်အသားကို သိနိုင်သော အသိဉာဏ်သည်သာ ပဓာနဉာဏ်ဖြစ်၏။ အဆင့်အားဖြင့် မြင့်၏။

၁၀။ ထူးခြားချက်အမှတ်အသားကို သိခြင်းသည် မတူသည့် သဘောကို သိခြင်းဖြစ်၏။ သာမန်အမှတ်အသားကို သိခြင်းသည် တူသည့်သဘောကို သိခြင်းဖြစ်၏။

၁၁။ "မတ္တူ" သည်ကို သိသော အသိထက် "တူ" သည်ကို သိသောအသိက ပို၍မြင့်မား၏။

၁၂။ လူနှင့် ပတ်သက်၍ဆိုရလျှင် မြန်မာ၊ ထိုင်း၊ တရုတ်၊ ကုလား၊ မိန်းမ၊ ယောက်ျား၊ သူဌေး၊ ဆင်းရဲသား ဟူသော ထူးခြားချက် အမှတ်အသား မတူသည်ကို သိသော အသိထက် "လူ" ဟူသော သာမန်အမှတ်အသားတူသည်ကို သိသောအသိက ပို၍ မြင့်မားပါ၏။ သို့ဖြစ်၍ မိမိတို့ကိုယ်ကို မြင့်မြတ်သူများ ဖြစ်လာနိုင်စေရန် အားထုတ်ကြသူများသည် မိမိတို့၏ အသိ နယ်ပယ်၌ "မတူ" သည်ကို သိသော အသိထက် ပို၍ မြင့်မားသော "တူ" သည်ကို သိသော အသိကို ရနိုင်အောင် ကြိုးပမ်းကြခြင်း ဖြစ်၏။ ယင်းသို့သိအောင် ကြိုးပမ်းသည်နှင့်အမျှ မြင့်မြတ်သူများ ဖြစ်လာကြမည်ဖြစ်၏။

၁၃။ လောကတွင် စွမ်းအင်အထက်ဆုံးမှာ လူသာလျှင်ဖြစ်၏။ နတ်လည်းမဟုတ်၊ ဗြဟ္မာလည်းမဟုတ်၊ အခြားဂြိုဟ်သားလည်း မဟုတ်၊ အခြားသတ္တဝါလည်းမဟုတ်။

၁၄။ လောကကို ဆရာအဖြစ် ဦးဆောင်နိုင်ရန် အနှိုင်းမဲ့စွမ်းပကားကို လူသာလျှင် ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရှိပါ၏။ လူမှတစ်ပါးအခြားမည်သည့်သတ္တဝါများမှ ပိုင်ဆိုင်ခွင့်မရှိပါချေ။

✎ ✎ ✎

၁၅။ လူသာလျှင် အမြင့်ဆုံးသော စွမ်းပကားကို ပြနိုင်သည်မှာမှန်၏။ သို့ရာတွင် ထိုစွမ်းပကားများကား လူထံသို့ အလိုအလျောက်ရောက်လာသည်မဟုတ်၊ မွေးမြူရ၏။ မွေးမြူခြင်းဟူသည်မှာလောကအတွက် မိမိ၏ ကိုယ်ကျိုးကို စွန့်၍ ဆောင်ရွက်ခြင်းပင်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၁၆။ လူသည် လောက၌ ငြိမ်းချမ်းသာယာမှု လွှမ်းနိုင်ရေးအတွက်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် "**လူ့စွမ်းပကား**" ကို မွေးမြူရမည်ဖြစ်၏။ မွေးလည်း မွေးမြူနိုင်စွမ်းရှိ၏။ မွေးမြူရန် တာဝန်လည်းရှိ၏။

✎ ✎ ✎

၁၇။ "**လူ့စွမ်းပကား**" ကို မွေးမြူခြင်းဟူသည်မှာ ရုတ်တရက်ချက်ချင်း မွေးမြူရုံနှင့် ပြည့်စုံလာသည်မဟုတ်၊ ထိုက်တန်သောစွမ်းပကားကို ရဖို့ရန် ထိုက်တန်သော အချိန်ကာလများစွာတိုင်အောင်လောကအကျိုးအတွက် ထိုက်ထိုက်တန်တန် မိမိ၏ကိုယ်ကျိုးကိုတစ်စတစ်စ စွန့်ရမည်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၁၈။ စွမ်းပကားကို ရအောင် အားထုတ်ရာ၌ အမှန်ကန်ဆုံးနည်းကား မိမိ၏ကိုယ်ကျိုးကိုစွန့်၍ လောက၏ အကျိုးစီးပွားအတွက် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်၏။

၁၉။ မည်သူမဆို မိမိ၏ ကိုယ်ကျိုးကို စွန့်နိုင်လေ၊ ကြီးမားသော စွမ်းပကားကို ရနိုင်လေဖြစ်၏။

၂၀။ အနန္တစကြာဝဠာတွင် လူသည် စွမ်းပကားအကြီးမားဆုံးသော သက်ရှိတစ်မျိုးဖြစ်၏။

၂၁။ လူသား၏ စွမ်းပကားသည် သုံးဆယ့်တစ်ဘုံ၌ အတုမဲ့ဖြစ်၏။ ဗြဟ္မာလည်း တု၍မရ၊ နတ်လည်း တု၍မရ၊ အခြား ဂြိုဟ်သားများလည်း တု၍မရ၊ အခြား မည်သည့် ပုဂ္ဂိုလ် မည်သည့် သတ္တဝါမှ တု၍ မရနိုင်သော စွမ်းပကားကို ပိုင်ဆိုင်သူမှာ လူသာလျှင် ဖြစ်ပါ၏။

၂၂။ လူသားသည် ဗြဟ္မာကိုလည်း မူစရာမဟုတ် ဗြဟ္မာထက်လည်း သာ၏။ နတ်ကိုလည်း မူစရာမဟုတ်၊ နတ်ထက်လည်း သာ၏။ အခြား ဂြိုဟ်သားများကိုလည်း မူစရာမဟုတ်၊ အခြား ဂြိုဟ်သားများထက်လည်း သာ၏။

၂၃။ အနန္တစွမ်းပကားကို ရရှိအောင် ဖြဟ္မာလည်း မစွမ်းနိုင်။ နတ်လည်း မစွမ်းနိုင်။ အခြားမည်သည့် ဂြိုဟ်သားမျှ မစွမ်းနိုင်။ "လူ" သာလျှင် စွမ်းနိုင်လေ၏။

၂၄။ လူသည့် သုံးဆယ့်တစ်ဘုံ အလုံးစုံတွင် လေးစားစရာ၊ မြတ်နိုးစရာ၊ တန်ဖိုးထားစရာ အကောင်းဆုံးသော သက်ရှိတစ်မျိုး ဖြစ်ပါ၏။

၂၅။ လူတစ်ယောက်အနေဖြင့် မိမိ၏ဘဝကို မြတ်နိုးတတ်သော၊ မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင်ကို လေးစားတတ်သော၊ လောကအပေါ် မေတ္တာ ကရုဏာထားတတ်သော၊ အားလုံးအတွက် အနစ်နာခံတတ်သော စိတ်နေစိတ်ထားကို ပို၍ ပို၍ ရင့်ကျက်လာအောင် ကြိုးပမ်းရမည် ဖြစ်၏။

၂၆။ ဤကမ္ဘာ၌ တာဝန်သိလူသားတို့၏ ဆောင်ရွက်ချက်သည် ကြည်ညိုဖွယ်၊ လေးစားဖွယ်၊ မှတ်သားဖွယ်၊ နည်းယူဖွယ်ဖြစ်သဖြင့် ရွှေစာလုံးဖြင့် သွန်းထားသကဲ့သို့ ဖြစ်ပါ၏။

၂၇။ လူ့လောကကို စောင့်ရှောက်ရန် လူတိုင်းမှာ တာဝန်ရှိ၏။ လူပြည်ဖြစ်သဖြင့် သမ္မာဒေဝ လောကပါလနတ်တို့ထက် ပို၍ တာဝန်ရှိပါ၏။

၂၈။ လူ့လောက်၌ ငြိမ်းချမ်းသာယာမှုရှိရေးအတွက် ဆောင်ရွက်ရန် လူတိုင်း၏ တာဝန်ဖြစ်၏။

၂၉။ မိမိသည် မိမိအတွက်သာ တာဝန်ရှိသည်မဟုတ်၊ မိမိ၏ မိသားစုအတွက်လည်း တာဝန်ရှိ၏။ မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင် အသိုင်းအဝိုင်းအတွက်လည်း တာဝန်ရှိ၏။ မိမိ၏ နိုင်ငံအတွက်လည်း တာဝန်ရှိ၏။ လောက တစ်ခုလုံးအတွက်လည်း တာဝန်ရှိ၏။

၃၀။ မိမိအနေဖြင့် တာဝန်ရှိခြင်းကို သိသည်ဖြစ်စေ၊ မသိသည်ဖြစ်စေ၊ သိခြင်းနှင့် မသိခြင်းသည် ပမာဏမဟုတ်၊ တာဝန်ရှိခြင်း မရှိခြင်းနှင့်မဆိုင်။ သိလည်း တာဝန်ကတော့ ရှိနေမြဲ ရှိမည်ဖြစ်၏။ မသိလည်း တာဝန်ကတော့ ရှိနေမြဲရှိနေမည်ဖြစ်၏။ အမှန်အားဖြင့် "တာဝန်" ဟူသည်ကား သိစိတ်နှင့် ကင်းလွတ်၍ တည်နိုင်သော ဓမ္မနိယာမဖြစ်၏။

၃၁။ လူသည် လောကအတွက် အလုပ်လုပ်ရန် မွေးဖွားလာခြင်း ဖြစ်၏။

၃၂။ ငါသည် ဘဝကို အရှုံးပေးဖို့ လူဖြစ်လာခြင်းမဟုတ်၊ ဘဝကို အနိုင်ယူဖို့ လူဖြစ်လာခြင်းဖြစ်၏။

၃၃။ လူဟူသည် ဓမ္မတာအားဖြင့် မိမိတို့၏ ဘဝကို တိုးတက်သည်ထက် တိုးတက်အောင် အားထုတ်နေသည်ချည်းဖြစ်၏။ ရှိပြီးသား အခြေအနေနှင့် ကျေနပ်နေသည်မဟုတ်။ သို့ရာတွင် တိုးတက်လာသော ဘဝကို အသုံးချရာ၌မူ မိမိအတွက် အသုံးချခြင်းနှင့် လောကအတွက် အသုံးချခြင်းဟူ၍ နှစ်မျိုး ကွဲပြားသွားလေ၏။

၃၄။ လောက၌ လူသည် မိမိအတွက် "အတ္တဟိ" ချည်း သက်သက် ဖြစ်လျှင်လည်း အစွန်းတစ်ဖက်သို့ ရောက်၏။ သူတစ်ပါးအတွက် "ပရဟိတ" ချည်း သက်သက်ဖြစ်လျှင်လည်း အစွန်းတစ်ဖက်သို့ ရောက်၏။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့၏ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများ၌ အတ္တဟိတလည်းပါအောင် ဆောင်ရွက်ဖို့လို၏။ ပရဟိတလည်း ပါအောင်ဆောင်ရွက်ဖို့လို၏။ အတ္တဟိတအရ မိမိတို့၏ဘဝကို တိုးတက်သည်ထက် တိုးတက်အောင်၊ ပူသည်-အေး သည်ကို မငဲ့ဘဲ နဖူးမှချွေးခြေမပေါ်သို့ ကျသည်တိုင်အောင် ကြိုးပမ်း ရမည်။ ပရဟိတအရ တိုးတက်လာသော မိမိတို့၏ဘဝကို နိုင်ငံနှင့် လူမျိုးအတွက်နှင့် လောကအတွက် အသုံးချရမည်။ ဤသို့ ဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့၏လုပ်ငန်းများကို "မဇ္ဈိမပဋိပဒါ" ကျကျ လုပ်ဆောင်ကြခြင်းဖြစ်သည်ဟု ဆိုရ၏။

၃၅။ မိမိတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို ထူထောင်သူ မှန်သမျှသည် လောကအကျိုးစီးပွားအပေါ် အခြေခံပါမှ မိမိတို့၏အကျိုးစီးပွားကို အောင်မြင်စွာထူထောင်၍ ရ၏။

✎ ✎ ✎

၃၆။ လောက၌ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားကို လုပ်သူဟူသမျှသည် မိမိတို့အတွက် တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ်ထားဖြင့် လုပ်နေသမျှကာလပတ်လုံး မိမိတို့၏ကိုယ်ကျိုးစီးပွားကို ထူထောင်၍မရ။ အကယ်၍ ထူထောင်၍ ရသည်ဟု ဆိုပါလျှင်လည်း "**အထင်**" အားဖြင့် ထူထောင်၍ ရခြင်းသာ ဖြစ်၏။ "**အမှန်**"အားဖြင့် ထူထောင်ရခြင်းမဟုတ်။ နိုင်ငံနှင့် လူမျိုးအတွက်၊ လောကလူသားများအတွက် အကျိုးပြုနိုင်သည်ထက် ပြုနိုင်ရန် ရည်စူးပြီး မိမိတို့၏ဘဝကို "ကိုးကွယ်ခြင်း" သဘော မဟုတ်ဘဲ "**အသုံးချခြင်း**" သဘောဖြင့် ဆောင်ရွက်မှသာ ကိုယ်ကျိုး စီးပွားကို "**အမှန်**"အားဖြင့် ထူထောင်၍ ရလေ၏။

✎ ✎ ✎

၃၇။ ကြီးပွားတိုးတက်အောင်မြင်လိုလျှင် မခိုနှင့်၊ မကပ်နှင့်၊ မပျင်းနှင့် စောစောထ၊ ပြီးအောင်လုပ်၊ စိတ်ကောင်းမွေး။

✎ ✎ ✎

၃၈။ တိုးတက်ရန် စိတ်အားထက်သန်နေကြသော အညွန့်တလူလူ ရှိသူတက်လူများကို ပြုစုပျိုးထောင်၊ မြေတောင်မြှောက်ပေးခြင်း အလုပ်သည်ပင် လောက၏ ကောင်းကျိုးကို သည်ပိုးဆောင်ရွက်ခြင်းမည်ပါ၏။

၃၉။ လူသားအချင်းချင်း စိတ်မဝင်စားသူသည်၊ အခြားသူတို့၏ အခက် အခဲများကို စိတ်မဝင်စားချေ၊ ဝေဒနာဒဏ်ရာများကို မစာနာချေ။ ထိုသို့သောလူမျိုးတို့၏ ယင်းသို့သော စိတ်သဘောထား ကြောင့် လူသားအကျိုးပြုလုပ်ရပ်များ ဆုံးရှုံးရ၏။

၄၀။ ဤကမ္ဘာလောကကြီးထဲတွင် လူက လူကို လူလို မြင်ခြင်း၊ လူကလူကို လူလိုဆက်ဆံခြင်း၊ လူကလူကို လူလိုလေးစားခြင်းတို့ သည် အလိုအလျောက် ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပြုပြီးသား သဘောကို ဆောင်၏။

၄၁။ မြတ်စွာဘုရားသည် လူ့လောကအတွက် လူ့ဝါဟာရဖြင့် ဆိုရလျှင် ''လူ''ကို ''လူ''လို မြင်တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များတွင် အမြင့် မြတ်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်၏။

၄၂။ ပုထုဇဉ်လူသားတို့သည် ပါးစပ်က ဘုရားလောင်းစကားကို ပြောနေကြသော်လည်း၊ စိတ်ထဲကမူ ဒေဝဒတ်အကြံကို ကြံနေတတ် ကြ၏။

၄၃။ လူမှန်လျှင် အချင်းချင်း ဆက်ဆံရာမှာ "မိမိဘက်က **အနစ်နာ ခံခြင်း**" နှင့် "**သူ့ဘက်ကို မှံမိုးခြင်း**" ဟူသော တာဝန်နှစ်ရပ်ကို ဆောင်ရွက်ဖို့ လိုအပ်ပါ၏။

၄၄။ လောက၏ အစိတ်အပိုင်းသဖွယ်ဖြစ်သော လူသားတို့သည် မိမိတို့၏ဆိုင်ရာ တာဝန်အလျောက် အစိတ်အပိုင်း အချင်းချင်း အဖော်အမှီပြုရပါ၏။ အချင်းချင်း ရှိုင်းပင်းရပါ၏။ ကူညီရပါ၏။ ဖေးမရပါ၏။

✎ ✎ ✎

၄၅။ လူသားတို့ အိမ်ထောင်ပြုခြင်းဆိုသည်မှာ ကာမဂုဏ်ခံစားရန် မဟုတ်ဘဲ "လောကယန္တရား" သာယာငြိမ့်ညောင်းစွာ လည်ပတ်နိုင်ရေးအတွက် လောက၏ အစိတ်အပိုင်းများအဖြစ် အထောက်အကူပြု ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် သား–သမီး ရတနာများ ထွန်းကားရေး အတွက်သာ ဖြစ်ပါ၏။

✎ ✎ ✎

၄၆။ ပုထုဇဉ် လူသားတို့၏ အမြင်အရ အစဉ်အလာ အတွေ့ အကြုံတိုင်း ကောင်းသော လက္ခဏာဟူ၍ကား မဆိုနိုင်ပါချေ။

✎ ✎ ✎

၄၇။ ကျွန်ုပ်တို့ ဗုဒ္ဓဘာသာကျမ်းဂန်များတွင် လူပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုးရှိကြောင်းနှင့် ပြဆိုလေသည်မှာ . . .

(၁) မိမိအကျိုးကိုသာ ကျင့်သောသူ။

(၂) သူတစ်ပါးအကျိုးကိုသာ ကျင့်သောသူ။

(၃) အကျိုးနှစ်မျိုးလုံးကို မကျင့်သောသူ။

(၄) မိမိအကျိုး၊ သူတစ်ပါးအကျိုး နှစ်မျိုးလုံးကို ကျင့်သော

သူ ...ဟူ၍ လူပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုးရှိလေသည့်အနက်–စတုတ္ထ ဖြစ်သော ''အကျိုးနှစ်ပါးလုံးကိုကျင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်သာလျှင် အမြတ်ဆုံး'' ဟူ၍ ပြဆိုအပ်ပါ၏။

၄၈။ လူ့ဘဝသည် ကောင်း၏။ လူဖြစ်လာရသော ကုသိုလ်ကံသည် ကောင်း၏၊ တန်ဖိုးရှိ၏။ လူ့အဖြစ် လူ့တာဝန်များကို ကျေပွန်စွာ ထမ်းဆောင်လျှင် လူ့တန်ဖိုးတိုးတက်မှာ ဖြစ်ပါ၏။

၄၉။ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးနှင့် တည်ဆောက်ထားသော လူပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မည်သူမဆို မိမိတို့ ဘဝသမိုင်းကို မိမိတို့၏ ကိုယ်နှုတ်စိတ် အမူအရာအကျင့်တို့ဖြင့် ပန်းချီကားတစ်ချပ်သဖွယ် ဆေးရောင်စုံ ခြယ်လှယ်၍ ဘဝပန်းချီကား တစ်ခုစီကို အသီးသီး မှတ်တမ်းတင် ရေးခြယ်ကာ သမိုင်းမှတ်တိုင်စိုက်ထူခဲ့ကြခြင်းဖြစ်ပါ၏။

၅၀။ ငါသည် တစ်ခုတည်းသော ရည်ရွယ်ချက်အတွက် ဤကမ္ဘာ လောကသို့ ရောက်လာခြင်းဖြစ်၏။ ထိုရည်ရွယ်ချက်မှာ လူသား လောက၏ ကောင်းရာကောင်းကြောင်း ကောင်းကျိုးအတွက်နှင့် မိမိ အတွက် အလားအလာကောင်းများကို ဖန်တီးရန် ဖြစ်ပါ၏။

၅၁။ လူများစွာတို့တွင် အပိုရှိကြ၏။ ကျွန်ုပ်တွင်ကား လူနှံ လူအင်္ဂါ နှလုံးသားရှိ၏။ ထည်ဝါခြင်း၊ ရှုပ်ထွေးခြင်းများ မရှိပါချေ။

၅၂။ ''အလှအပ'' ကို ''အလှအပ'' အဖြစ် လူတိုင်းက အသိအမှတ်ပြုလျှင် ထိုအရာသည် ဆိုးဝါးပါ၏။

၅၃။ လောက၌ လူတို့သည် ''ရာဂ'' ဝါသနာပါသောသူက အရာရာကို ''ရာဂ''မျက်စိနှင့်သာ ကြည့်တတ်၏။ ''ဒေါသ'' ဝါသနာပါသောသူက အရာရာတိုင်းကို ''ဒေါသ'' မျက်စိဖြင့်သာ ကြည့်တတ်၏။ ''မေတ္တာ'' ဝါသနာပါသောသူက အရာအားလုံးကို ''မေတ္တာ'' မျက်စိဖြင့်သာ ကြည့်တတ်၏။ မနာလို ''ဣဿာ'' ဝါသနာပါသောသူက သူတစ်ပါးကို ''ဣဿာ'' မျက်စိနှင့်သာ ကြည့်တတ်၏။ ''လောဘ'' ဝါသနာပါသောသူက ဘာကိုကြည့်ကြည့် ''လောဘ'' မျက်စိနှင့်ပဲ ကြည့်တတ်၏။ ''ပညာ'' ဝါသနာပါသော သူက အရာရာမှာ ''ပညာ'' မျက်စိနှင့်သာ ကြည့်တတ်ပါ၏။

၅၄။ လောကသဘာဝဆိုသည်မှာ အဆင်မပြေမှုဟူသည် အမြဲတမ်း ရှိနေသည်သာဖြစ်၏။ သူလည်း ကိုယ့်အလိုကျကို အမြဲတမ်း မလုပ်နိုင်သလို ကိုယ်လည်းပဲ သူ့အလိုကျကို အမြဲတမ်း လုပ်မပေး

နိုင်ပါချေ။ ကိုယ့်အထက်က လူဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ်နှင့်တန်းတူ လူဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ့်အောက်က လူဖြစ်ဖြစ်၊ သူဟာနှင့်သူ သင့်တော်ရုံကား ပြုလုပ်သွားနေကြသည်သာတည်း။

✎ ✎ ✎

၅၅။ လူဆိုတာ လုပ်သင့်တာကို လုပ်ရဲသောသတ္တိနှင့် မလုပ်သင့်တာကို မလုပ်ဘဲ နေရဲသော သတ္တိရှိရမည်။

✎ ✎ ✎

၅၆။ ဆိုးညစ်သော လုပ်အားကို အသုံးပြုဖန်များသောသူတို့သည် အောက်တန်းစား ''လူ့ဟီန'' များ ဖြစ်ကြပြီး မှန်မြတ်သန့်စင်သော စွမ်းရည်ကို သရုပ်ဖော်သူများသည် အထက်တန်းစား ''လူ့ပဏ္ဍိတ'' များ ဖြစ်ကြ၏။ (ဟီန=ယုတ်ညံ့သူ။ ပဏ္ဍိတ = မြင့်မြတ်သူ)

✎ ✎ ✎

၅၇။ လူသားသည် မိမိလုပ်အားကို ဒုစရိုက်အတွက်လည်းကောင်း၊ အခြားသူများက မိမိအားစော်ကားပြုလုပ်လာသော ဒုစရိုက်မှုကို ကာကွယ်ရန်အတွက်လည်းကောင်း။ အသုံးချရန် မလိုအပ်လျှင် မိမိ၏ လုပ်အားကို ကောင်းရာကောင်းကြောင်းဘက်၌ ပို၍ပို၍ အားစိုက်လာမည်မှာ ဓမ္မတာပင်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၅၈။ တည်တည်တံ့တံ့၊ ခန့်ခန့်ထယ်ထယ်၊ ဝေဖန်မြော်မြင်ကြဲဆ၊ အနုမာနအားဖြင့် ချဉ်းကပ်၍ ယထာဘူတဉာဏ်. လောက အမြင်

မှန်ရရှိ လာသောသမ္မာလူသားသည် မိမိ၏/ ကာယလုပ်အား၊ ဝီရိယလုပ်အား၊ ဉာဏလုပ်အားများကို မိမိအပါအဝင် လူသားလောက၏ ကောင်းကျိုး ဖြစ်ထွန်းရေးကိစ္စများမှာသာ အသုံးချလေတော့၏။ "လူ့မီးတုတ်" အဖြစ်မျိုးသို့ အရောက်မခံတော့ချေ။

✎ ✎ ✎

၄၉။ မကြီးကျယ်သောလက်ယက်သဲတွင်းမှ ရေကြည်ရေအေး ကျောက်ဆောင်ကျောက်တောင် ဘေးချုံနွယ်တို့ကြားမှ စီးဆင်းကျလာသော စမ်းရေစက်ငယ်က, ရေငတ်မွတ်သိပ်နေသူကို ရေငတ်ပြေစေနိုင်သကဲ့သို့ ဘဝ၏မွေ့လျော်ဖွယ်အမှန်ကို တောင့်တမွတ်သိပ်နေသူအား လူကို လူလိုဆက်ဆံတတ်သူကသာ ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ပါ၏။

✎ ✎ ✎

၅၀။ ကြင်နာခြင်းအားဖြင့် လူသည် ရဲရင့်နိုင်၏။ ခြွေတာခြင်းအားဖြင့် လူသည် ကြွယ်ဝနိုင်၏။ "**လောက၏အထွတ်အထိပ်တွင်ရောက်ရှိနေသည်**" ဟု မမှတ်ယူခြင်းအားဖြင့် လူသည် အောင်မြင်သော လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်မှုများတွင် ရှေ့ဆုံးသို့ ရောက်ရှိလာနိုင်ပေသည်။

✎ ✎ ✎

၅၁။ ကြင်နာမှုကို အကာအကွယ်အဖြစ် အသုံးပြုပါလေ။ ထိုအခါ သင်သည် လုံခြုံဘေးကင်းနေလိမ့်မည်။ အတိုက်အခိုက်ကောင်းသူများသည် စိတ်မဆိုးတတ်ကြချေ။

၆၂။ ကြင်ကြင်နာနာပြောကြားသည့်စကား အနည်းငယ်၏အကျိုးတရားသည် ကြီးမားလှပေသည်။

၆၃။ ခင်မင်ခြင်းနှင့် ရန်လိုခြင်းတို့သည် များစွာမဝေးကွာကြပေ။ ဆံခြည်တစ်လုံးစာမျှပင် ကွာခြားမှု မရှိကြချေ။ သို့ဖြစ်၍ ခင်မင်သောမိတ်ဆွေများထံမှ တိုတောင်းသော အချိန်အတွင်း ရန်သူများအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲသွားနိုင်ခြင်း ဖြစ်၏။

၆၄။ အလုပ်ဆန်ဆန်ဆက်ဆံခြင်းအားဖြင့် တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက်မျက်နှာပျက်စရာအကြောင်း မရှိပါချေ။ အလုပ်ဆန်ဆန်မဆက်ဆံမိ၍သာ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် မျက်နှာပျက်စရာဖြစ်ရချေပါသည်။

၆၅။ ရိုင်းစိုင်းသောသူသည် အခြားလူများနှင့် အရောမဝင်လျှင် အမုန်းခံရ၏။ အရောဝင်လျှင် အဆဲခံရ၏။ ယဉ်ကျေးသောသူမှာ အရောမဝင်သည့်အခါ ချစ်ခင်လေးမြတ်ခြင်းကို ခံရ၏။

၆၆။ ဤလောက၌ မည်သူ့ကိုမျှ အကောင်းမထင်သောသူသည် မည်သူ၏အကောင်းထင်ခြင်းကိုမျှ ခံရလိမ့်မည် မဟုတ်ချေ။

၆၇။ လောကကြီးနှင့် လူမှန်သမျှတို့သည် ပိုးရောချည်ပါတွေ များကြလေ၏။ ပိုးကိုကြည့်၍ လေးမြတ်ရမည်။ ချည်ကိုမြင်၍ မကဲ့ရဲ့အပ်ပေ။

✎ ✎ ✎

၆၈။ ကျွန်ုပ်ဘယ်သူ့ကိုမှ မကောင်းမပြောပါ။ ကျွန်ုပ်သိသောလူတိုင်း၏ အကောင်းအားလုံးကိုသာ ပြောမည်။

✎ ✎ ✎

၆၉။ နေရာထိုင်ခင်း၏ ကောင်းမွန်မှုသည် တည်နေရာ။ နှလုံးသား၏ ကောင်းမွန်မှုက နက်ရှိုင်းခြင်း။ အမြော်အမြင်ရှိခြင်း၏ ကောင်းမွန်မှုက သဘာဝကျခြင်း။ စကား၏ကောင်းမွန်မှုက ယုံကြည်လောက်ခြင်း။ သို့ရာတွင် ဖက်ပြိုင်ပြောဆိုမှု မပြုခြင်းဖြင့်သာလျှင် သင်သည် အပြစ်တင်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်နိုင်ပါ၏။

✎ ✎ ✎

၇၀။ လောကလူမှုဆက်ဆံရေးတွေမှာ "စကား"လေး တစ်ခွန်း မှားသွားတာနဲ့ပဲ စိတ်ကသိကအောက် ဖြစ်ရတာတွေ အင်မတန်များလှပါ၏။

✎ ✎ ✎

၇၁။ အမှားများကို မြန်မြန်ဝန်ခံ၍ နေ့နေ့ဝေဖန်တတ်ပါစေ။ ထို့အပြင် အပြုသဘောနှင့် ဝေဖန်တတ်ပါစေ။

✎ ✎ ✎

၇၂။ တိုက်ခိုက်သည့်နည်းဖြင့် ဆိုလျှင်လိုသလောက်မရတတ်ချေ။ အလျှော့ပေးသည့်နည်းဖြင့် ဆိုလျှင် မျှော်လင့်တာထက် ပိုပြီး ရတတ်၏။

၇၃။ ညင်သာဖော်ရွေခြင်းသည် ဒေါသအမျက်ဖြင့် အဓမ္မ အနိုင်ကျင့်တာထက်ပိုပြီး ခွန်အားကြီးမားလှပါ၏။ ပျားရည်တစ်စက်သည် အခါးရည် တစ်ဂါလံထက် ပိုပြီး ယင်ကောင်များကို ဆွဲဆောင်နိုင်ပါ၏။

၇၄။ ပန်းဆိုသည်မှာ ဟို့ . . ရှေး . . ပဝေသဏီမှ စ.ပြီး ယနေ့တိုင်အောင် မေတ္တာသင်္ကေတ၊ မေတ္တာအမှတ်အသား၊ မေတ္တာစကားဖြစ်ပါသည်။

၇၅။ ပညာရှိတို့သည် လူများအပေါ်မြင့်တက် လိုသည်ရှိသော် စကားပြောရာတွင် သူတို့ကိုယ်သူတို့ နှိမ့်ချကြ၏။ လူအပေါင်းကို ဦးဆောင်လိုသည်ရှိသော် အနေအထားအားဖြင့် သူတို့ကိုယ်သူတို့ လူများ၏နောက်တွင် ထားကြ၏။ သူတို့သည် ရှေ့သို့ရောက်နေငြားသော်လည်း လူတွေက သူတို့ကို အန္တရာယ်မပြုကြပါ။ သူတို့သည် အပေါ်တွင်ရောက်နေငြားသော်လည်း လူတွေက သူတို့ကို ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးဟု မထင်ကြပါ။ လောကရှိ လူတိုင်းက သူတို့အား ဝမ်းမြောက်

စွာ ဖြင့်မြင့်တင်ပေးကြပါသည်၊ သူတို့ကို မမောပန်းစေကြပါ။ သူတို့သည် ငြင်းခုံခြင်း မပြုတတ်ကြသောကြောင့် လောကရှိမည်သူကမျှ သူတို့နှင့် မငြင်းခုံကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၇၆။ အကောင်းဆုံးငြင်းခုံသည့်နည်း တစ်နည်းရှိ၏။ ထိုနည်းမှာ လုံးဝမငြင်းခုံခြင်းပင် ဖြစ်၏။ မြွေများကို ရှောင်ရှားသလို ငြင်းခုံခြင်းကိုရှောင်ရှားပါ။ ငြင်းခုံမှုဆယ်ခုရှိလျှင် ကိုးခုတွင် ပြိုင်ဖက်နှစ်ခုစလုံးက ယခင်ကထက် ပို၍ပင် ''ငါမှန်သည်'' ဟု ထင်သွားတတ်ကြပါ၏။

၇၇။ မျောက်တွေထဲမှာ အလုပ်လုပ်သောလုပ်သားများ မရှိချေ။ သို့ဖြစ်၍လည်း မျောက်သည် မျောက်အဖြစ်မှာပဲ ကျန်ရစ်နေခဲ့ခြင်း ဖြစ်၏။ သို့ရာတွင် မျောက်တွေထဲမှာ လေဖောသောမျောက်များ မြောက်များစွာ ရှိကြ၏။

၇၈။ စကားပြောတတ်သော အရည်အချင်းသည် ထူးခြားဖြစ်မြောက် အောင်မြင်ရေး၏ ဖြတ်လမ်းဖြစ်၏။ စကားပြောကောင်းသူသည် လူပုံအလယ်တွင် ထင်ရှား၏။ ခေါင်းတစ်လုံးပိုပြီး မြင့်မား၏။ အများလက်ခံအောင် ပြောတတ်သူဆိုလျှင် သူ့မှာတကယ်ရှိတာထက် တရားလွန်ပိုပြီး တွက်ကြ.တန်ဖိုးထားတတ်ကြ၏။

၅၉။ အောင်မြင်သူက ''စကား''ကို အလုပ်နှင့် သက်သေပြ၏။ ရှုံးနိမ့်သူက သူ့ရှုံးနိမ့်မှုကို ဆင်ခြေဆင်လက်နှင့် ကာကွယ်၏။

၆၀။ အောင်မြင်သူသည် အချိန်ကိုစီးနင်းမောင်းနှင်သူ ဖြစ်၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် အချိန်၏မောင်းနှင်မှုကို ခံရသူဖြစ်၏။

၆၁။ အောင်မြင်သူသည် အလုပ်ကိုကြိုးစားလုပ်၏။ ပြီးတော့မှ အနားယူ၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် အလုပ်ကိုအလျှင်စလိုလုပ်၏။ ပြီးတော့ အချိန်တွေကို ဖြုန်းပစ်၏။

၆၂။ အောင်မြင်သူအတွက် တစ်နေ့မှာ (၂၅)နာရီ ရှိ၏။ ရှုံးနိမ့်သူ အတွက် တစ်နေ့မှာ (၂၃)နာရီပဲ ရှိ၏။

၆၃။ အောင်မြင်သူသည် ဘဝကိုတာဝန်ယူပြီး တည်ဆောက်၏။ ရှုံးနိမ့်သူက မတည်နိုင်သည့်ကတိများကိုပဲ ပေးနေတတ်၏။

၆၄။ အောင်မြင်သူသည် အကောင်းဆုံးဆောင်ရွက်ဖို့အတွက် အလုပ်ကိုလုပ်၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် ပထမဆုရဖို့အတွက်ပဲ အလုပ် လုပ်၏။

၈၅။ အောင်မြင်သူသည် နောက်ဆုံးမှ ပန်းဝင်ခဲ့လျှင်သော်မှ တစ်စုံတစ်ခုပြီးမြောက်မှုကို ခံစားရ၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် ရှေ့ဆုံးမှ ပန်းဝင်ခဲ့လျှင်သော်မှ တစ်စုံတစ်ခုကို မကျေမနပ်ဖြစ်နေ၏။

၈၆။ အောင်မြင်သူသည် ပြေးနေလျှင်ပျော်နေသလောက် ရှုံးနိမ့်သူသည်• ''ပျော်မယ်-မပျော်ဘူး'' ဆိုတာ ပြေးပြီးမှ သိ၏။

၈၇။ အောင်မြင်သူသည် ကိုယ့်ထက်နိမ့်ကျသူနှင့် တွေ့သောအခါမှာဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနှင့် ပေါင်းသင်း၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် မိမိထက်နိမ့်ကျသူကို အနိုင်ကျင့်စေခိုင်းတတ်၏။

၈၈။ အောင်မြင်သူသည် မိမိထက်သာသူထံမှ သင်ယူဖို့စဉ်းစား၏။ ရှုံးနိမ့်သူက ဝန်တိုမှုများနှင့် ပြည့်နေ၏။ သူ့ထက်သာသူ၏ ကိုယ်ကြပ် အင်္ကျီထဲမှ လစ်ဟာမည့်အပေါက်ကနေ မားနှင့်ထိုးဖို့ချောင်းနေ၏။

၈၉။ အောင်မြင်သူက အပြစ်ပေးခံရမှာ မကြောက်ဘဲ စွန့်စားပြီးဆုကိုရအောင်ယူ၏။ ရှုံးနိမ့်သူက မတရားနည်းလမ်းများနှင့် ပရိယာယ်မာယာတွေသုံးပြီး ''ဆု'' နောက်သို့ အရှက်နည်းစွာနှင့် လိုက်၏။

၉၀။ အောင်မြင်သူသည် သိမ်မွေ့ပြီး ရိုးသား၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ပြီး လှည့်စားတတ်၏။

၉၁။ အောင်မြင်သူက လမ်းများစွာကို ထွင်ပြီးစဉ်းစား၏။ ရှုံးနိမ့်သူက တစ်လမ်းတည်းသွား၏။

၉၂။ အောင်မြင်သူသည် သူများပြောစကားကို နားထောင်၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် ပြောရမည့်အလှည့်ကို စောင့်နေ၏။

၉၃။ အောင်မြင်သူသည် ရှေ့သို့သွားရင်း တွက်ချက်နေ၏။ ရှုံးနိမ့်သူက ဘာမှမလုပ်ခင် တွက်ချက်နေ၏။

၉၄။ အောင်မြင်သူက အရဏ်ကို နိုးထစေ၏။ ရှုံးနိမ့်သူက အရဏ်လာပြီးမှ နိုး၏။

၉၅။ အောင်မြင်သူသည် ချွေးသံထွက်ရခြင်းမှာ ယုံကြည်မှုရှိသလောက် ရှုံးနိမ့်သူက ကံကောင်းမည့်အချိန်ကို စောင့်နေ၏။

၉၆။ အောင်မြင်သူ၏ နှုတ်ဖျားမှာ အမှန်တရားတွေ ပြည့်နေပေမယ့် ရှုံးနိမ့်သူ၏ နှုတ်ဖျားမှာတော့ ဆင်ခြေဆင်လက်တွေ ပြည့်နေ၏။

၉၇။ အောင်မြင်သူက ''ဟုတ်တယ်'' ''မဟုတ်ဘူး'' ဟူ၍သာ ပြောဏ်။ ရှုံးနိမ့်သူက ''ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်'' ဟု ပြောဏ်။

၉၈။ အောင်မြင်သူသည် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များအတွက် ကူညီဆောင်ရွက်ပြီး မြင့်မားသောအဆင့်အတန်းကို ရယူဏ်။ ရှုံးနိမ့်သူက အဆင့်အတန်းကို ကိုးကွယ်ပြီး နောက်ဆုံးအရှက်တကွဲ အကျိုးနည်းဖြစ်ရဏ်။

၉၉။ အောင်မြင်သူက အမှားတစ်စုံတစ်ရာ လုပ်မိလျှင်အမှားကို ဝန်ခံဏ်။ ရှုံးနိမ့်သူက ညည်းတွားရင်း သူတစ်ဖက်သားကို အပြစ်တင်လိုက်ဏ်။

၁၀၀။ အောင်မြင်သူသည် ကလေးငယ်တစ်ဦးကို တောင်းပန်ဖို့ ဝန်မလေးချေ။ ရှုံးနိမ့်သူကတော့ လူကြီးသူမကို အရိုအသေပေးဖို့ ခက်နေဏ်။

၁၀၁။ အောင်မြင်သူက မိမိအမှားကို ပြင်ဆင်ဖို့ သိမ်းထားဏ်။ ရှုံးနိမ့်သူကဲ အောင်မြင်မှုကို အမှိုက်ပုံးထဲလွှင့်ပစ်ဏ်။

၁၀၂။ အောင်မြင်သူသည် စင်မြင့်ပေါ်ရောက်နေသောအခါ ရှုံးနိမ့်သူသည် ပရိတ်သတ်ထဲမှာ ထိုင်စရာနေရာ ရှာနေဆဲ ဖြစ်၏။

၁၀၃။ အောင်မြင်သူက နှင်းခဲတွေပေါ်မှာ လမ်းလျှောက်၏။ ရှုံးနိမ့်သူကတော့ နှင်းခဲတွေ အရည်ပျော်အောင် စောင့်နေ၏။

၁၀၄။ အောင်မြင်သူသည် လဲကျပြီးပြန်ထရသော အရသာကို နှစ်သိုက်၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည်ကား လဲကျရခြင်းအတွက် ''ကံဆိုးလေစွ'' ဟု ညည်းညူ၏။

၁၀၅။ အောင်မြင်သူက အရှုံးအတွက် စိုးရိမ်စိတ်မရှိချေ။ သို့ရာတွင် ရှုံးနိမ့်သူက အောင်ပွဲကို မယုံရဲသူဖြစ်၏။

၁၀၆။ အောင်မြင်သူသည် ကျ၏၊ ပြန်ထ၏၊ ရှေ့ကိုမျက်နှာမူ၏၊ ရှုံးနိမ့်သူသည်ကား နောက်ပြန်လှည့်တော့တာပါပဲ။

၁၀၇။ အောင်မြင်သူက တိမ်တွေကိုကျော်ပြီး နေကို မြင်၏။ ရှုံးနိမ့်သူ ကတော့ တိမ်တွေထဲမှ မိုးသားတွေကိုပဲ မြင်၏။

၁၀၈။ အောင်မြင်သူသည် အောင်ပွဲရဖို့အတွက် အလုပ်လုပ်၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် အလုပ်မလုပ်ပဲ အောင်ပွဲရချင်၏။

၁၀၉။ အောင်မြင်သူသည် လေလာသောအချိန်မှာ ရွက်တင်၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် လေလာမှ ရွက်ချတတ်၏။

၁၁၀။ အောင်မြင်သူသည် ငွေကြေး၏အရှင်သခင်ဖြစ်ပြီး ရှုံးနိမ့်သူက ပိုက်ဆံ၏ ကျေးကျွန်ဖြစ်၏။

၁၁၁။ အောင်မြင်သူသည် အပြစ်ရှိလျှင် အပြစ်ကို ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ရင်ဆိုင်၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် အပြစ်ရှိသည့်တိုင် သူ့ရဲဘောကြောင်နေ၏။

၁၁၂။ အောင်မြင်သူက "နောက်တစ်ကြိမ် ကြိုးစားကြစို့" ဟု ဆို၏။ ရှုံးနိမ့်သူက "ထူးတော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး" ဟု ဆို၏။

၁၁၃။ အောင်မြင်သူသည် စိတ်ကူးများကို အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ သိမ်းထား၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် စိတ်ကူးယဉ်ပြီး လောဘတက်နေတတ်၏။

၁၁၄။ အောင်မြင်သူသည် အကောင်းဘက်ကို အမြဲတမ်းတွေး၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် အဆိုးဘက်ကိုချည်း အမြဲတမ်းတွေး၏။

✎ ✎ ✎

၁၁၅။ အောင်မြင်သူက အပြုသဘောဆောင်သောစိတ်ကို မွေးမြူ၏။ ရှုံးနိမ့်သူက အဖျက်သဘောဆောင်သော စိတ်ကို မွေးမြူ၏။

✎ ✎ ✎

၁၁၆။ အောင်မြင်သူသည် အမြဲချိုသာပြုံးရွှင်သော မျက်နှာရှိ၏။ ရှုံးနိမ့်သူသည် မျက်နှာသေကြီးနှင့် အမြဲတမ်းခပ်တည်တည်နေကာ အောက်သိုးသိုးမျက်နှာ ရှိလေသည်။

✎ ✎ ✎

၁၁၇။ မိမိ၏ဘဝကိုသော်လည်းကောင်း၊ မိမိ၏ လုပ်ငန်းမှာသော်လည်းကောင်း။ စိတ်ပါဝင်စား ပျော်ရွှင်ခြင်းမရှိလျှင် မည်သည့်အခါမှ စစ်မှန်သည့် အောင်မြင်မှုကို မရရှိနိုင်ပါ။

✎ ✎ ✎

၁၁၈။ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် အနန္တစကြဝဠာကြီးကို ပိုင်စိုးနိုင်သူများ မဟုတ်ကြပါ။ သို့ဖြစ်၍ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်ဖြစ်ချင်သလို လုပ်ချင်သလို အခြားသူတွေအားလုံးကို လုပ်ခိုင်း၍ မရနိုင်ပါ။ ဘဝဆိုသည်မှာ ဤသို့ပင်ဖြစ်၏။ ယင်းသဘောတရားကို နားလည်လက်ခံလေ ကျွန်ုပ်တို့တတွေ၊ ပျော်ရွှင်လေ၊ အောင်မြင်လေဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၁၁၉။ ကိုယ့်မျှော်လင့်ချက်၊ ကိုယ့်ဆန္ဒကိုတင်းထားရမည်။ အရုဏ်ဦးကို ရောက်၍ အောင်မြင်မှုရောင်ခြည်လာသည်အထိ အားမာန်တင်းထားရမည်။ မည်မျှပင် ဆင်းရဲပင်ပန်းသော အလုပ်ဖြစ်ပါစေ၊ တစ်နေ့တာအတွက်တော့ လူတိုင်းလုပ်နိုင်ပါသည်။

၁၂၀။ ပစ္စည်းကောင်းကောင်းလိုချင်လျှင် တန်ဖိုးများများ ပေးရတာလိုပဲ ထိုက်ထိုက်တန်တန် အောင်မြင်မှုကို ရချင်လျှင် များများကြိုးစားမှုကို ပေးရမှာပါပဲ။ "ပုလဲကောင်းလိုသော် နက်နက်ငုပ်" ဟူသောစကားအတိုင်း ကောင်းကောင်းလိုချင်လျှင်၊ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်ဘဝမျိုးဖြစ်ချင်လျှင် လေးလေးနက်နက်ကြီးကို ကြိုးစားရမှာပဲ၊ အများကြီးကို ကြိုးစားရမှာပဲ။

၁၂၁။ စိတ်အားထက်သန်မှုကြောင့် အောင်မြင်မှုများကို ရရှိစေနိုင်၏။ ခေါင်းမော့ ရင်ကော့ပြီး မျက်လုံးထဲက အရောင်တွေထွက်နေလောက်အောင် စိတ်အားထက်သန်သူကိုတွေ့လျှင် အောင်မြင်မည့်သူ ဟု မှတ်လိုက်ပါ။

၁၂၂။ စိတ်အားထက်သန်မှု၏ အကျိုးတရားကို မည်သည့်အခါမျှ လျှော့တွက်၍မရ။ ကြီးကျယ်ခမ်းနားသော အောင်မြင်မှုမှန်သမျှသည် စိတ်အား ထက်သန်မှု၊ တက်ကြွမှုမပါဘဲ မည်သည့်အခါမျှမပြီး။

၁၂၃။ (၁) ပြင်းထန်သော ဆန္ဒနှင့် မြင့်မြတ်သူဖြစ်ဖို့ ရည်မှန်းချက် နိုင်နိုင်ကြီး ချထားမည်ဆိုလျှင် (၂)စိတ်ဓာတ်တွေကလည်း လိုက်ပါပြီး နိုင်ခံ့လာမည်။ (၃) ဝီရိယကလည်း လိုက်ပါကြိုးစားပြီး အထောက် အကူပြုလာမည်။ (၄) အမှားအမှန် သိတတ်သော အသိအမြင် ပညာကလည်း လိုက်ပါပြီး ထောက်ကူလာမည်။ သည်အခါမှာ ဘဝတိုးတက်ရေးကို အဟန့်အတား အနှောင့်အယှက် ပေးတတ် သော အကျင့်ဆိုး၊ စရိုက်ဆိုး၊ အပြုအမူဆိုးများမှ လွှန်မြောက်ပြီး တင့်တင့်တယ်တယ် ဘဝခရီးကို အောင်အောင်မြင်မြင် လျှောက်လှမ်း သွားနိုင်ပါတော့သည်။

၁၂၄။ ဤလောကဝယ် (၁) ဆန္ဒပြင်းထန်သူ၊ (၂) စိတ်ဓာတ်နိုင်ခံ့ သူ၊ (၃) ဝီရိယမြဲမြံသူ၊ (၄) အသိအမြင် ဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှိသူကို အဘယ်သို့သော အခက်အခဲသည် ဟန့်တားနိုင်အံ့နည်း။

၁၂၅။ ကြိုးကြိုးစားစားမလုပ်ဘဲ ထိပ်ဆုံးသို့ရောက်လာသူဟူ၍ တစ်ယောက်မျှ မတွေ့ဖူးချေ။ အောင်မြင်ရေးအတွက်ဆေးနည်းမှာ ထိုအတိုင်းသာဖြစ်၏။ ထိုဆေးနည်းကို လိုက်နာကျင့်သုံးလျှင် ထိပ် ဆုံးသို့ အမြဲတမ်းတော့ ရောက်ချင်မှ ရောက်မည်။ သို့သော် ထိပ်ဆုံး နှင့် နီးနီးနားနားသို့ကား သေချာပေါက်ရောက်သွားပါလိမ့်မည်။

၁၂၆။ အောင်မြင်မှုဟူသမျှတို့၏ သော့ချက်မှာ မိမိစိတ်အလိုကို မလိုက်မှားမှုပင်ဖြစ်၏။ သင့်ကိုယ်သင်သာ ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်းရှိပါစေ၊ သင်သည် ပညာတတ်တစ်ယောက်ဖြစ်၏။ ယင်းအချက်ကင်းမဲ့နေလျှင်ကား အခြားဘာတွေကိုပဲ တတ်နေနေ အချည်းနှီးသာဖြစ်၏။

၁၂၇။ ရေကဲ့သို့ မငြိမ်သက်မတည်တံ့ဘဲ အပိတ်အကန့် အတားအဆီးမရှိသည့်အခါ စီးဆင်းရန် ဟန်ပြင်၍နေသောသူသည် ပျက်စီးရမြဲဖြစ်၏။

၁၂၈။ အမြဲမလစ်သော မျက်စိ၊ မလျှော့သောစိတ်ဉာဏ်၊ မလွင့်ပါးသော သတိတို့သည် အောင်မြင်ခြင်း၏ အကြီးဆုံးသော အကြောင်းရင်းဖြစ်၏။

၁၂၉။ ရည်မှန်းချက်ဆိုသည်မှာ ရက်ကန့်သတ်ထားသောအိပ်မက်တစ်ခုဖြစ်၏။ ရည်မှန်းချက်များသည် ကျွန်ုပ်တို့အား ဦးတည်ချက်တစ်ခုကိုပေး၏။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကြိုးစားအားထုတ်မှုများကို စုစည်းပေး၏။ ကျွန်ုပ်တို့၏ အောင်မြင်မှုကို တိုင်းထွာစရာတစ်ခုရ၏။

၁၃၀။ မိမိအတွက် မိမိလွတ်လပ်သည့် သီးခြားရည်မှန်းချက်တစ်ခုကို မတည်ထောင်နိုင်သောသူများသည် ဝေလေလေသမားများ ဖြစ်

နေတတ်ကြ၏။ ဝေလေလေသမားများသည် ဦးဆောင်သူမဟုတ်ဘဲ နောက်လိုက်များသာဖြစ်ကြ၏။ ရာသီဥတုအခြေအနေကောင်းလျှင် ကောင်းသော်လည်း ရာသီဥတုအခြေအနေဆိုးလျှင် သူတို့သည် နောက်မှာ ကျန်ရစ်ခဲ့တတ်ကြ၏။

၁၃၁။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုသည် လူတစ်ယောက်ကို ပြောင်းလဲ သွားစေ၏။ အဟာန့်အတားများကို ချိုးဖောက်ခြင်း၊ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု ကို ချမှတ်ကာ ရယူနိုင်ခြင်းသည် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုကို ဖော်ပြရာ ရောက်၏။ တစ်ချိန်မှာ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုသာ ရှိရမည်။ ရည်မှန်းချက် တစ်ခုကို ချမှတ်ပြီး ထိုရည်မှန်းချက်တစ်ခုကို ရရှိသည့်အခါ နောက်ထပ် ရည်မှန်းချက်တစ်ခုကို ချမှတ်ရမည်။

၁၃၂။ အလွန်ခက်ခဲသည့်ကိစ္စများကို ရည်မှန်းချက်လေးများ တစ်ခုပြီးတစ်ခုထားကာ ရင်ဆိုင်ခြင်းက အကောင်းဆုံးဖြစ်၏။ ယင်းသို့ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် ဆောင်ရွက်သည့်အတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားပေးရာလည်းရောက်၏။ စိတ်တက်ကြွစရာလည်းဖြစ်၏။ ရည်မှန်းချက် သေးသေးလေးတွေကိုချပါ။ ၎င်းတို့ကိုရအောင် ကြိုးစားပါ။ ထို့နောက် အနည်းငယ်ပိုမြင့်သည့် ရည်မှန်းချက်တစ်ခုကိုချပါ။ ၎င်းကိုရအောင် ကြိုးစားပါ။ ဆက်လုပ်ပါ။

၁၃၃။ တစ်ခါတစ်ရံ၌ မိမိတို့သည် ရည်မှန်းချက်များကို အလွန်မြင့်မြင့်ထားတတ်ကြ၏။ ထိပ်ဆုံးကို အမြဲတမ်းတော့ မရောက်နိုင်ပါ။ သို့သော် ရည်မှန်းချက်များထားခြင်းအားဖြင့် အောင်မြင်မှုလှေကားကို သေချာ ပေါက်စ–တက်နိုင်ပါသည်။

၁၃၄။ တိတိကျကျရည်မှန်းချက်မရှိလျှင် ဟိုရောက် သည်ရောက်, ဟိုမျော် သည်မျော် ဖြစ်ဖို့အလွန်လွယ်၏။ ကိုယ့်ဘဝကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်မရှိနိုင်ပါ။ ရည်မှန်းချက်များရှိခြင်းအားဖြင့် အာရုံစိုက်နေစရာတစ်ခုရှိနေ၏။ လမ်းညွှန်မှုတစ်ရပ်ရှိနေ၏။

၁၃၅။ ဘဝနှင့်ပတ်သက်၍ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု ရေရေရာရာရှိနေလျှင်, မိမိမျှော်မှန်းတမ်းတသည့်အရာများ ရှိနေလျှင်စိတ်အားထက်သန်ဖို့လွယ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ မျှော်လင့်စရာတစ်ခုခုကို သတ်မှတ်ပြီး ရယူရန်ကြိုးစားနေလျှင် ခန္ဓာကိုယ်ထဲက အလိုလိုစိတ်အားထက်သန်လာတတ်ပါသည်။

၁၃၆။ မျှော်လင့်စရာ တစ်စုံတစ်ခုရှိထားသောသူ တစ်ယောက်အနေဖြင့် ဘဝကိုမြင်ပုံမြင်နည်းပြောင်းလဲ ပစ်နိုင်၏။ တက်နေသောသံချေးများကိုခွာချပစ်နိုင်၏။ စိတ်အားထက်သန်စွာ နေထိုင်လှုပ်ရှားစေနိုင်၏။

၁၃၇။ ကိုယ်တိုင်က စိတ်လက်မပါဖြစ်နေလျှင် အခြားသူတွေ စိတ်တက်ကြွအောင် မလုပ်နိုင်။ ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေတစ်ခုကို ပြောင်းလဲပစ်လိုလျှင် ကိုယ်ကစပြီး ပြောင်းလဲရမည်။ ကိုယ်ကစပြီး မပြောင်းလဲလျှင် ကိုယ့်ကလေးတွေကိုပင် ပြောင်းလဲပစ်နိုင်မည် မဟုတ်။

✎ ✎ ✎

၁၃၈။ မိမိက မိမိ၏ဘဝကို ပျော်ရွှင်မြူးထွေနေလျှင် အနီးပတ်ဝန်းကျင်ကလူများသည် အိပ်ပျော်ကုန်ကြမည်။ မိမိက, အေးအေးဆေးဆေး ဖြစ်နေလျှင် သူတို့လည်း တက်တက်ကြွကြွရှိကြမည် မဟုတ်။

✎ ✎ ✎

၁၃၉။ **"ဘယ်လိုမှ စိတ်အားထက်သန်မှုမရှိပါ"** ဆိုလျှင် သေနေလို့ပဲဖြစ်မည်။ တစ်ခုခုတစ်နေရာရာမှာ စိတ်အားထက်သန်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ကြောင်း ရှာဖွေတွေ့ရှိလျှင် မည်သည့်ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်အတွက်မဆို စိတ်အားထက်သန်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိဖို့လွယ်ပါသည်။

✎ ✎ ✎

၁၄၀။ အလုပ်ကြိုးစားလုပ်ပြီး ဘာမှဖြစ်မလာသော လူတွေလည်း ရှိသည်။ သို့သော် အလုပ်လည်းကြိုးစား၊ ကိုယ့်အလုပ်ကို ကိုယ်ပျော်မွေ့သူများ၊ စိတ်အားထက်သန်သူများသည် အရာရောက်အောင် ခရီးပေါက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြ၏။

၁၄၁။ တိကျခက်ခဲရရှိနိုင်သော ရည်မှန်းချက်များ ချမှတ်ထားပါ။

၁၄၂။ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် ပြည့်ဝစွာ လှုပ်ရှားနေထိုင်ပါ။

၁၄၃။ လောကကို အကောင်းဘက် အပြုဘက်၊ အလားအလာရှိသည့်ဘက်က ရှုမြင်တတ်သည့် အလေ့အကျင့်မွေးမြူပါ။

၁၄၄။ လောကဟူသည် မည်သည့်အခါမျှ သင်ထင်သလောက် မခက်ခဲပါ။

၁၄၅။ နေ့တိုင်းနေ့တိုင်းကို လက်ဆောင်တစ်ခုလိုသဘောထားပါ။

၁၄၆။ အကောင်းရော အဆိုးပါ နှစ်မျိုးစလုံးနှင့် ကြုံးစားနေထိုင်တတ်ပါစေ။

၁၄၇။ အကောင်းတွေကို ပိုပြီး ကြည့်တတ် မြင်တတ်ပါစေ။

၁၄၈။ မိမိအလိုရှိသည်တို့ကို မရသောအခါ အတွေ့အကြုံများကို ရဟာတတ်ပါသည်။

၁၄၉။ အကောင်းမြင် ဝါဒသမားက "ရေအိုးထဲမှာ ရေတစ်ဝက်တောင် ရှိနေပါသေးတယ်" ဟု ပြော၏။ အဆိုးမြင်ဝါဒသမားက "ရေအိုးထဲမှာ ရေတစ်ဝက်တောင် မရှိတော့ပါလား" ဟု ပြော၏။

✎ ✎ ✎

၁၅၀။ ''အခွင့်အလမ်း'' များထဲတွင် ''အခက်အခဲ'' များကိုသာ မြင်တတ်သောသူသည် အဆိုးမြင်ဝါဒသမားဖြစ်၏။ ''အခက်အခဲ'' များထဲတွင် ''အခွင့်အလမ်း'' များကိုသာ မြင်တတ်သောသူသည် အကောင်းမြင်ဝါဒသမားဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၁၅၁။ မြင်သောသူသည် မြင်သောသူကိုလည်းကောင်း၊ မမြင်သောသူကိုလည်းကောင်းမြင်နိုင်၏။ မမြင်သောသူသည် မမြင်သောသူကိုလည်းကောင်း၊ မြင်သောသူကိုလည်းကောင်း မမြင်နိုင်ချေ။

✎ ✎ ✎

၁၅၂။ သင်သည် ''သင့်တင့်လျှောက်ပတ်သော'' အခါကာလ၌ ''သင့်တင့်လျှောက်ပတ်သော'' ပုဂ္ဂိုလ်အား ''သင့်တင့်လျှောက်ပတ်သော'' ချီးမွမ်းစကားမျိုးကို ''သင့်တင့်လျှောက်ပတ်စွာ'' ပြောဆိုတတ်ပါစေ။

✎ ✎ ✎

၁၅၃။ ဤလောက၌ လူဝိုင်းပင် ဒေါသထွက်တတ်ကြသည်ဖြစ်၍ ဒေါသထွက်ခြင်းမှာ လွယ်ကူသော အလုပ်တစ်ခုသာဖြစ်၏။ သို့သော်

''သင့်တော်သော'' အချိန်တွင် ''သင့်တော်သော'' သူအား ''သင့်တော်သော'' အကြောင်းကိစ္စအတွက် ''သင့်တော်သော'' နည်းလမ်းဖြင့် ''သင့်တော်သော'' အတိုင်းအတာအထိ ဒေါသထွက်တတ်ဖို့မှာမူ လွယ်ကူသော အလုပ်တစ်ခုမဟုတ်ချေ။

✎ ✎ ✎

၁၅၄။ လောကမှာ "သစ္စာရှိသော လူဆိုး" ဟူ၍ ရှိနိုင်စကောင်းပါသည်။ သို့သော် . . . "သစ္စာမရှိသော လူကောင်း"ဟူ၍ ဘယ်တော့မှ မရှိနိုင်ချေ။ မကောင်းဘဲ ရဲနိုင်၏။ မရဲဘဲ မကောင်းနိုင်ချေ။ သည်တော့ . . . သင်တို့ ငါတို့သည် ကောင်းချင်လျှင် ရဲကြရမည်သာ ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၁၅၅။ သည်းခံ၍ ခွင့်လွှတ်ပါ။ သို့သော် . . . ''လူညံ့'' တော့ မဖြစ်ပါစေနှင့်။

✎ ✎ ✎

သစ္စာရှိရှိနေထိုင်ပါ။ သို့သော် ''လူမိုက်'' တော့ မဖြစ်ပါစေနှင့်။

ရိုးသားစွာ နေထိုင်ပါ။ သို့သော် . . . ''လူအ'' တော့ မဖြစ်ပါစေနှင့်။

ဖြတ်ဖြတ်လတ်လတ်နေပါ။ သို့သော် ''ရုပ် ပြာပြာ'' တော့ မဖြစ်ပါစေနှင့်။

ငြိုးခြင်း ချေတာပါ။ သို့သော် ''ကပ် စေးနဲ'' တော့ မဖြစ်ပါစေနှင့်။

ရက်ရောစွာ လှူဒါန်းပါ။ သို့သော် ''ဘန်းပြစားမှု'' တော့ မဖြစ်ပါစေနှင့်။

ဘဝကို မြှင့်တင်ပါ။ သို့သော် ''ဘဝင်'' တော့ မမြင့်ပါနှင့်။

၁၅၆။ ဤလောက၌ အခြားသူများကို အမှန်တကယ် စိတ်ပါဝင်စားမှုရှိကြောင်း ပြသခြင်းထက် ထိရောက်အကျိုးရှိသော အရာမရှိချေ။

၁၅၇။ အခြားသူတွေမှာ ဘာတွေအရေးကြီးနေသည်ကို သိရန် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်သာ အာရုံစိုက်မနေဘဲ ပြင်ပထွက်ကြည့်ပါ။

၁၅၈။ အခြားသူများကို အာရုံစိုက်လေလေ ဆက်ဆံရေးကောင်းလေလေ၊ အဖျက်သဘော အတွေးတွေ လျော့လာလေဖြစ်သည်။

၁၅၉။ အခြားသူတစ်ဦးက ပြောပြနေသော စကားကို စိတ်ပါဝင်စားစွာ နားထောင်တတ်သူ တစ်ယောက်လောက် ဆွဲဆောင်မှုရှိသူ လောက၌ မရှိချေ။

၁၆၀။ အခြားသူများအား လေးစားခြင်းသည် လုံ့ဆော်မှု၏ အခြေခံဖြစ်၏။ အနာဂတ်ကာလ၏ ခေါင်းဆောင်များသည် အသင်းအဖွဲ့လိုက် ဆောင်ရွက်တတ်သူများဖြစ်ကြ၏။ လူအများအနေဖြင့် ငွေအတွက် အလုပ်လုပ်ကြသော်လည်း အသိအမှတ်ပြုခံလိုခြင်း၊ ချီးကျူး ခံလိုခြင်း၊ ချီးမြှင့်ခံလိုခြင်းများအတွက် ပို၍ ကြိုးစားအားထုတ်လုပ် ကိုင်တတ်ကြ၏။

၁၆၁။ ခေါင်းဆောင်များသည် မည်သည့်အခါမျှ မျက်ခြည်မပြတ်အောင် သူတို့၏ မျက်လုံးများကို မြင်ကွင်းကျယ်ကျယ်၌ စူးစိုက်၍ ကြည့်ထားတတ်ကြ၏။

၁၆၂။ ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်သည် စံနှုန်းတစ်ခုကို ချမှတ်ပြီး ချမှတ်ထားသော စံနှုန်းများကို တိတိကျကျ လိုက်နာ၏။ သေသေချာချာ အာရုံစိုက်သော၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု အပြည့်အဝရှိသော ခေါင်းဆောင်မှုမျိုးသည် အမြင်တစ်ခုကို လက်တွေ့ဖြစ်ပေါ်စေ၏။

၁၆၃။ အောင်မြင်ရန်အတွက် ပထမဆုံးသော ခြေလှမ်းမှာ မိမိ၏ ခေါင်းဆောင်မှု အားသာချက်များကို ဖော်ထုတ်ရန်ဖြစ်၏။ ဆက်သွယ်ရေးသည် ယုံကြည်စိတ်ချရသည့် ဆက်ဆံရေးပေါ်၌ တည်ဆောက်

ရ၏။ စေ့ဆော်မှုဆိုသည်မှာ ဖိအားပေး၍မရ၊ အလုပ်တစ်ခုကို ကောင်းကောင်းလုပ်ရန်၊ ကောင်းကောင်းလုပ်ချင်ရမည်။

၁၆၄။ ဖွဲသန်မှု၊ ကြံ့ခိုင်သည့် စိတ်နေစိတ်ထား၊ စိတ်ကူးစိတ်သန်း ကောင်းခြင်း၊ အပြုသဘော တန်ဖိုးထားမှု ပြင်းထန်ခြင်း၊ အပြောင်းအလဲကို မျှော်လင့်နိုင်စွမ်းရှိမှု၊ ပင်ကိုယ်စိတ်တက်ကြွမှု၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နှိမ့်ချမှု၊ သင့်မှာရှိသော မည်သည့်အရာကိုမဆို ခေါင်းဆောင်မှု အရည်အသွေးအဖြစ် ပွင့်လန်းလာပါစေ။ ဝေါဟာရများ၊ စကားလုံးများ ထက် အပြုအမူများက ပို၍အရေးကြီးကြောင်းလည်း မမေ့ပါနှင့်။

၁၆၅။ အခြားသူများကို အတုခိုးဖို့ မကြိုးစားပါနှင့်။ သင်၏ ပင်ကိုယ် ပုံသဏ္ဌာန်အတိုင်းသာနေပါ။ သင်၏ မူလပုံသဏ္ဌာန်ကို ဘယ်အခါမှ မဖျက်ဆီးပစ်လိုက်ပါနှင့်။ ကိုယ်လိုက်တုသည့် လူတစ်ယောက်နှင့် မည်သည့်အခါမျှ တူနိုင်မည်မဟုတ်။ ဒုတိယလူသာလျှင် ဖြစ်နိုင်သည်။ ပထမလူ၏ ပုံစံကိုလည်း မည်သည့်အခါမျှ ကျော်လွန်နိုင်မည်မဟုတ်။ အတုသည် အတုသာလျှင်ဖြစ်၏။ သင့်အတွက် အကောင်းဆုံးသော ခေါင်းဆောင်မှု နည်းလမ်းများမှာ သင်၏ ကိုယ်တွင်း၌ ပြုစုပျိုးထောင်ထားသော နည်းလမ်းများသာ ဖြစ်လေသည်။

၁၆၆။ အရှုံးပေးသော သူများသည် အလုပ်ကို ပြီးအောင် လုပ်ကြသည်ဟု မကြားဖူးပါချေ။ မပြီးပြတ်သော အလုပ်များကို တန်းလန်း

ထား၍ ဘဝကို ဖြတ်သန်းခြင်းသည် အဘယ်မှာ ဦးစီးခေါင်းဆောင် ဖြစ်နိုင်ပါမည်နည်း။ အကယ်၍ သင်သည် အလုပ်တစ်ခုကို စ–မိ ပါက ပြီးအောင်လုပ်ပါလေ။ ပြီးလျှင် အလုပ်ပြီးဆုံးမှုအရသာကို ကျေနပ်စွာ ခံစားရပါလိမ့်မည်။

၁၆၇။ မိမိ မသိသည်ကို မသိမှန်းမသိသူသည် "အရူး" ဖြစ်၏။ ထိုသူကိုရှောင်ပါ။ မိမိမသိသည်ကို မသိမှန်းသိသူသည် "ကလေး" ဖြစ်၏။ ထိုသူကို သင်ပေးပါ။ မိမိသိသည်ကို သိမှန်းမသိသူသည် "အိပ်ပျော်နေသူ" ဖြစ်၏။ ထိုသူကို နှိုးလိုက်ပါ။ မိမိသိသည်ကို သိမှန်းသိသူသည် "တကယ့်ခေါင်းဆောင်" ဖြစ်၏။ ထိုသူနောက်သို့ လိုက်ပါ။ ယင်းသို့ တကယ့်ခေါင်းဆောင်ဖြစ်အောင် မိမိကိုယ်တိုင် လက်တွေ့ကျင့်သုံးပါ။

၁၆၈။ ခေါင်းဆောင်က ကျွန်ုပ်'' ဟု ပြော၏။ ခေါင်းဆောင် ကောင်းက ''ကျွန်ုပ်တို့'' ဟု ပြော၏။

၁၆၉။ ခေါင်းဆောင်က ''သွား'' ဟု ဆို၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်း က ''သွားကြစို့'' ဟု ဆို၏။

၁၇၀။ ခေါင်းဆောင်က လက်အောက်ငယ်သားများကို အပိန့်ပေး၍ စေခိုင်း၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းက မည်သို့ လုပ်ရမည်ကို ညွှန်ပြ၏။

၁၇၁။ ခေါင်းဆောင်သည် အချိန်ပိုများတွင် တစ်ယောက်တည်း ပျင်းရိနေတတ်၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းသည် ငယ်သားတို့အား စုစည်း၏။

၁၇၂။ ခေါင်းဆောင်က ငယ်သားတို့အား ခြောက်လှန့်၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းက စိတ်အားတက်ကြွစေ၏။

၁၇၃။ ခေါင်းဆောင်သည် အလုပ် မည်သို့ ပြီးစီးနိုင်ကြောင်းကို သိ၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းသည် အလုပ် မည်သို့ ပြီးစီးသင့်ကြောင်း ညွှန်ပြ၏။

၁၇၄။ ခေါင်းဆောင်သည် တာဝန်ကို ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကြီးတစ်ခုကဲ့သို့ ထုပ်၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းသည် အလုပ်ကိုပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် လုပ်လိုက်၏။

၁၇၅။ ခေါင်းဆောင်သည် အလုပ်ကို အချိန်အတွင်း ပြီးရမည်ဟု အမိန့်ပေး၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းသည် ငယ်သားတို့အား အချိန်မီ အလုပ်ပြီးစေရန် ဆန္ဒဖြစ်စေ၏။

၁၇၆။ ခေါင်းဆောင်သည် အလုပ်ကို မိမိအား လွှဲအပ်ထားသော တာဝန်ဝတ္တရားအတိုင်း ဆောင်ရွက်၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းသည် လုပ်ငန်းကို စေတနာရှေ့ထား၍ ထက်ထက်သန်သန်ဆောင်ရွက်၏။

၁၇၇။ ခေါင်းဆောင်သည် ငယ်သားများ ကြောက်အောင်နေ၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းသည် ငယ်သားများ လေးစားအောင်နေ၏။

၁၇၈။ ခေါင်းဆောင်သည် ငယ်သားတို့အပေါ်၌ ဒေါသ ရှေ့ထား၍ ဆက်ဆံ၏။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းသည် ငယ်သားများအပေါ်ဝယ် မေတ္တာရှေ့ထား၍ ဆက်ဆံ၏။

၁၇၉။ တောင့်တင်းမာကျောသူများသည် မခံမရပ်နိုင်ကြချေ။ သူတို့ ကိုယ်သူတို့ ကြည့်သူများသည် စံနမူနာပြသူများ မဖြစ်နိုင်ကြချေ။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ မြင်သူများသည် ဉာဏ်ပွင့်သူများမဟုတ်ကြချေ။ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးသူများသည် မအောင်မြင်ကြချေ။ ဘဝင်မြင့်သူများသည် မကြီးပွားကြချေ။

၁၈၀။ မြစ်များနှင့် သမုဒ္ဒရာတို့သည် တောင်ကြားအားလုံးတို့၏ ဘုရင်များဖြစ်နိုင်ကြသည့် အကြောင်းရင်းမှာ သူတို့သည် နိမ့်နေကြသောကြောင့်ဖြစ်၏။ ဤကား - မိမိကိုယ်ကို နှိမ့်ချမှု = နိဝါတ သဘောကို ပြောခြင်းဖြစ်၏။

၁၈၁။ မြစ်တွေ သမုဒ္ဒရာတွေထဲကို တောင်ကျရေစီးဝင်တာသည် ထိုမြစ်တွေ သမုဒ္ဒရာတွေက တောင်များ၏ အောက်ခြေမှာရှိလို့ပါ။ အဲသည်နည်းဖြင့် မြစ်တွေ သမုဒ္ဒရာတွေက တောင်တန်းတွေကို စိုးမိုးထားပါသည်။ ဤကဲ့သို့ပင် ပညာရှိကြီးတို့သည် လူတွေအပေါ် လွှမ်းမိုးချင်တော့ လူတွေ အောက်ကနေလိုက်ကြ၏။ လူတွေ ရှေ့က နေချင်တော့ နောက်ကနေ ပေးလိုက်ကြ၏။ ဤသို့ဖြင့် လူတို့သည် ပညာရှိကြီးတွေ သူတို့အထက်မှာ ရှိနေသော်လည်း သူတို့ကို ထမ်းပိုးထားရသည်ဟု မထင်ကြချေ။ သူတို့ရှေ့ရှိနေတာကိုလည်း အဟန့်အတား အန္တရာယ်တစ်ခု ဟု သဘောမထားကြတော့ချေ။

၁၈၂။ အလက်ာ တန်ဆာမဆင်ဘဲ တဲ့တိုးပြောရလျှင် မိမိနှင့် တွေ့ရ ကြုံရ ဆုံရသူတွေ အားလုံးသည် မိမိထက် တစ်နည်းမဟုတ် တစ်နည်း သာသူတွေချည်းပါ။ ဤအသိစိတ်ဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် သူသူငါငါ ဆီက ပညာယူရပါမည်။

၁၈၃။ ရိုးသား ကြိုးစားပြီး လောကကြီးကို အကောင်းမြင်ဝါဒနှင့် ကြည့်တတ် မြင်တတ် လျှောက်လှမ်းတတ်လျှင် သင် ကံကောင်း လာမှာပါ။ အခြေအနေ ကောင်းလာမှာပါ။

၁၈၄။ အခက်အခဲဆိုသည်မှာ ယာယီ မအောင်မြင်မှုများသာ ဖြစ်၏။ ပြဿနာဟူသည် မဖြေရှင်းနိုင်မီ ကာလအတွင်း ဖြစ်ပေါ်လာသော အခြေအနေတစ်ရပ်သာဖြစ်၏။

၁၈၅။ ဒုက္ခအန္တရာယ်တွေ၊ အခက်အခဲတွေ ဆိုတာသည် ပူပြင်းသော ရာသီဥတုနှင့်တူ၏။ ပူပြင်းသော ရာသီဥတုသည် နွားနို့တွေကိုတော့ ချဉ်သိုးသွားစေ၏။ သို့ရာတွင် အချို့သော သစ်သီးတွေကိုတော့ အလွန်ချိုမြိန်သော သစ်သီးတွေအဖြစ်သို့ ရောက်အောင် ရင့်မှည့်စေနိုင်၏။

၁၈၆။ ဟောသည် ကမ္ဘာလောကကြီးထဲမှာ ဒုက္ခအန္တရာယ်တွေကို ကြောက်နေမည်ဆိုလျှင် ကြောက်တတ်သူတွေအတွက် ဒုက္ခအန္တရာယ်တွေက အမြဲတမ်းရှိနေလိမ့်မည်။ ဒုက္ခအန္တရာယ်တွေကို တွေးပြီး ကြောက်နေဖို့ မလိုချေ။

၁၈၇။ ဆုမတောင်းလင့်၊ ဆုတောင်းနေရုံမျှဖြင့် အမှောင်ထုက လင်းလာလိမ့်မည်မဟုတ်။ ဆိတ်ငြိမ်ထုမှလည်း ဆုမတောင်းလင့်၊ ဆိတ်

ငြိမ်ထုကား စကားမပြောနိုင်။ သင်တို့၏ ငြိုငြင်ပင်ပန်းနေသည့် စိတ်ဓာတ်တို့ကို မန္တာန်စုပ်ခြင်း၊ မန်းမှုတ်ခြင်း၊ အသနားခံခြင်း၊ ဆုတောင်းခြင်း၊ ဒုက္ခဆင်းရဲတို့ဖြင့် အနှောင့်အယှက်မပြုပါလင့်။ အို – လူသားအပေါင်းတို့၊ သင်တို့သည် အားကိုးရာမဲ့ နတ်သိကြားတို့ထံတွင် ပူဇော်ခြင်း၊ ပသခြင်း၊ ဓမ္မဂီတ သီဆိုခြင်းတို့ဖြင့် မနိုကိုးကြပါလင့်။ ယစ်နတ်ပူဇော်ခြင်း၊ သစ်သီးမုန့်ပဲသရေစာတို့ဖြင့် ဂြိုဟ်စာကျွေးခြင်း၊ ပူဇော်ပသခြင်း၊ တင်မြှောက်ခြင်းအမှုတို့ကိုလည်း မပြုကြပါလင့်။ လူတိုင်းလူတိုင်း ကိုယ့်အကျိုးထောင်ကို ကိုယ်တည်ဆောက် နေခြင်းသာဖြစ်၏။ လွတ်မြောက်မှုကို အသင်တို့ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှာပင် အသင်တို့ကိုယ်တိုင် ရှာဖွေကြကုန်လော့။

၁၈၈။ လောကမှာ မည်သူမဆို ကြီးကြီးကျယ်ကျယ်ဖြစ်ဖို့အတွက်ကတော့ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် ကြိုးစားဖို့ပဲရှိပါသည်။ အခြားနည်းမရှိပါချေ။

၁၈၉။ လုံ့လဝီရိယဆိုတာ လူကို လှုပ်ရှားအောင် မောင်းနှင်ပေးသော စွမ်းအင်တစ်မျိုးဖြစ်၏။

၁၉၀။ ဝီရိယအားနည်း၍ လုပ်သင့်တာကို မလုပ်မိပဲ တွေဝေနေလျှင် အခွင့်အခါကောင်းတွေ လက်လွတ်သွားတတ်၏။

၁၉၁။ ကောင်းတာလုပ်ဖို့အတွက် အစပြုခြင်းသည် မည်သည့်အခါမှ စောသည်ဟူ၍မရှိ။

၁၉၂။ အဝေးဆုံးခရီး၏အစသည် ပထမခြေလှမ်းဖြစ်၏။

၁၉၃။ "ငါလုပ်မည်" ဟု ကြွေးထားတာတွေကိုတော့ မလုပ်ဖြစ်ချေ။ "မလုပ်ဘူး" ဟု ဆုံးဖြတ်ထားတာတွေကိုတော့ လုပ်ဖြစ်၏။

၁၉၄။ လူသည် အသိဉာဏ်အရှိဆုံး သတ္တဝါဆိုသော်လည်း လူ သတ္တဝါလောက် အမှားမှားအယွင်းယွင်းတွေ ပြုမိ၊ ပြောမိ၊ တွေးကြံမိသော သတ္တဝါမျိုး သတ္တလောကမှာ ရှိမည်မထင်ချေ။

၁၉၅။ အာရုံတက်ခါနီးအထိ ခိုင်ခိုင်မာမာ ပြတ်ပြတ်နိုးနိုး တွေးဖက်ထားသော မျှော်လင့်ချက်ကို လျှော့ချပစ်လိုက်သူသည် နေထွက်လာ၍ တစ်နေ့လုံး အလင်းရောင်ဖြာနေသော်လည်း သူ့အတွက်တော့ တစ်နေ့လုံး မှောင်နေလိမ့်မည်။

၁၉၆။ ဇွဲရှိခြင်း၊ အလုပ်ကို မနေမနားလုပ်ကိုင်ခြင်းသည် အောင်မြင်ခြင်း၏ အကြောင်းရင်းဖြစ်သည်။

၁၉၇။ ရက်သတ္တတစ်ပတ်လျှင် နာရီ တစ်ရာခန့်အထိ အလုပ်လုပ်သူသည် အောင်မြင်ဖို့ သေချာလှပေသည်။

✎ ✎ ✎

၁၉၈။ အလုပ်တစ်ခုကို ပြီးအောင်လုပ်နိုင်သော စွမ်းရည်သည် လူတစ်ဦး၏ စာရိတ္တကောင်းခြင်းနှင့် သက်လုံကောင်းခြင်း၏ သာဓကဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၂၀၀။ အပျော်အပါး လိုက်စား လွန်ကြူးမှုသည် ကြီးပွားကြောင်းဖြစ်သော အမှုကိစ္စအလုပ်အကိုင်များကို ထိပါးနှစ်နာစေတတ်၏။

✎ ✎ ✎

၂၀၁။ ပျော်ရွှင်မှုကို ချေျတာခြင်းသည် အလုပ်အကိုင်တည်တံ့ကြီးပွားကြောင်းဖြစ်၏။ ပစ္စည်းဥစ္စာ အထုပ်အထည် လက်ကိုင်ရှိခြင်းသည် ပညာတိုးပွားကြောင်းဖြစ်၏။ အလုပ်လုပ်ကိုင်ရမည်ကို ရှက်တတ်သော တရား၊ လက်ဖြန့်တောင်းရမည်ကို မရှက်တတ်သော တရားများကို ပယ်ရှားလျက် သူတစ်ပါးအရှိန်ကို မခိုဘဲ ကိုယ်စွမ်း၊ဉာဏ်စွမ်းအားနှင့် ရဲရဲဝံ့ဝံ့ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ခြင်းသည် ဂုဏ်တိုးတက် ကြောင်းဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၂၀၂။ ကြက်ဥတစ်လုံးကို (၂၁)ရက် ဝပ်လျှင် အကောင်ပေါက်၏။ ပြဿနာတစ်ရပ်ကို မည်မျှကြာကြာ ဝပ်ပေးလျှင် တီထွင်ဖန်တီးမှု

အဖြေတည်းဟူသော အကောင်လေးပေါက်မည်'' ဆိုသည်ကိုကား ကြိုတင်ခန့်မှန်းပြောဆိုနိုင်ခြင်းမရှိချေ။ သို့သော် အချိန်တန်ပြီဆိုပါက မထင်မှတ်သည့် အချိန်၌ မထင်မှတ်သော နေရာဝယ် ထ၍ ပေါက် လာတတ်လေသည်။

၂၀၃။ ကျားနှင့် လွန်ဆွဲတမ်းကစားသောအခါမျိုးမှာ ကိုယ့်ဘက်က ရှုံးစပြုပြီဆိုတာနှင့်တစ်ပြိုင်နက် ကြိုးကိုလွှတ်ပေးလိုက်ရ၏။ ကြိုး ဆိုတာ အသစ်ထပ်ဝယ်လို့ရ၏။ ကြိုးကို နှမြောပြီး ဆက်ဆွဲနေလျှင် ကျားရင်ခွင်ထဲ ရောက်သွားမည်။

၂၀၄။ ''ငါ့လေ့ငါထိုး ပဲခူးရောက်ရောက်'' ဆိုသော ဝါဒသည် တိတ္တိဆရာကြီး ''မက္ခလိဂေါသာလ'' ၏ အယူမှား၊ အမြင်မှား၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဝါဒ၊ တဖောက်ကန်းဝါဒဖြစ်၍ အင်မတန် အန္တရာယ်ကြီးလှ ပါသည်။

၂၀၅။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အတိတ်ကို မျှော်လင့်နေရန် အတိတ်ကံ၏ အကျိုးပေးကို စောင့်စားနေရန်မလိုချေ။ ကိုယ်စွမ်းရှိသမျှ ဉာဏ်စွမ်း ရှိသမျှ စိုက်ထုတ်၍ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ရန်သာလို၏။

၂၀၆။ ရှေးခေတ် မြန်မာနိုင်ငံသားများသည် အတိတ်ကို မျှော်လင့်နေသူများ၊ အတိတ်ကံ၏ အကျိုးပေးကို စောင့်စားနေခဲ့သူများ မဟုတ်။ ကိုယ်စွမ်းရှိသမျှ ဉာဏ်စွမ်းရှိသမျှ စိုက်ထုတ်၍ လက်တွေ့လုပ်ဆောင်သူများသာဖြစ်ကြ၏။ (ရှေးခေတ် ပုဂံသူပုဂံသားများ၏ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ဖန်တီးမှု အနုပညာလက်ရာများကို ထောက်ဆပါ)

✎ ✎ ✎

၂၀၇။ စစ်မှန်သော ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာအလိုအရ **"အတိတ်ကံ၊ ပစ္စုပ္ပန်ကံ နှစ်ခုကြောင့် လူသတ္တဝါတို့ ချမ်းသာခြင်း၊ ဆင်းရဲခြင်း၊ အောင်မြင်ခြင်း၊ ကျရှုံးခြင်းများဖြစ်ရသည်"** ဟု ယူဆလက်ခံကြရမည်။ ထိုကံနှစ်ခုတွင်လည်း ပစ္စုပ္ပန်ကံသာ အဓိကဖြစ်၏။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဤလောက၌ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် အကျိုးအမျိုးမျိုးဖြစ်နေကြရာဝယ် စိတ်၊ ဥတု၊ အဟာရ ဟူသော အကြောင်း။ ''ထကြွ–သိမ်းဆည်း–မျှသုံးစွဲ–ထားမြဲ–မိတ်ဆွေကောင်း'' ဟူသော သမ္ပဒါတရားလေးပါး စသည်တို့ကိုလည်း ဗုဒ္ဓဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပေရာ ၄င်းတို့သည် ''ပစ္စုပ္ပန်ကံ'' အရာတွင် ထည့်သွင်းရေတွက်ရသောကြောင့်ပေတည်း။

✎ ✎ ✎

၂၀၈။ ယနေ့ ငါတို့ ဖြစ်ဖြစ်သမျှတို့သည် မနေ့က ငါတို့၏ အတွေးအမြင်များမှ ဆင်းသက်လာခြင်းဖြစ်၏။ ယနေ့ ငါတို့၏ အတွေးအမြင်များသည် မနက်ဖြန် ငါတို့၏ ဘဝကို တည်ဆောက်ပေလိမ့်မည်။

၂၀၉။ သို့လော သို့လော တွေးတောခြင်းမှာ အကြောက်တရားက အရင်းတည်ပြီး အဖျားတိုင်အောင် ကြောက်သဖြင့် ဆုံးရှုံးကြရ၏။ ဇနက္ကမင်းသားသည် သို့လော သို့လော မတွေးတောသောကြောင့် မေခလာနတ်သမီး၏ မွေ့ပိုက်ခြင်းစည်းစိမ်နှင့် ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို ခံစားရ၏။ ယောကျ်ား အာဇာနည်တို့သည် တစ်ခုခုကို လုပ်ရာမှာ သို့လော သို့လော တွေးတောခြင်းမရှိ။ ဘာလော ညာလော တွေးတောစိတ်မဝင်ရ။ တစ်လမ်းတည်း သွားတတ်ကြ၏။ ''မသေ ရွှေထီး၊ သေမြေကြီး'' ဟု မှတ်ရမည်။

✎ ✎ ✎

၂၁၀။ ''အား''ဆိုတာ အလျင် (သို့မဟုတ်) လျင်မြန်ခြင်းပဲ ဖြစ်၏။ အရာရာတိုင်းသည် မြေ၊ရေ၊လေ၊မီး ဟူသော ဓာတ်ကြီးလေးပါး၏ အဖွဲ့အစည်းများသာ ဖြစ်ပြီး ထိုအရာတို့၏အား ဆိုသည်မှာ လျှင်မြန် ပြီးအဟုန်ဖြစ်အောင် ပြုသောအခါတွင် ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။ မြေစိုင်ခဲလေးတစ်ခုသည် ပမာဏပြုပြောစရာ မရှိသော်လည်း အသီး တစ်လုံးအား သွားထိမှန်အောင် အလျှင်အဟုန်တပ်ဆင်ပေးသူ (ဝါ) ပစ်သူရှိပါက အပင်ထက်က အသီးသည် ညာတံကို ဖက်တွယ်ပြီး မနေနိုင်ချေ။ မြေသို့သက်ရမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။

✎ ✎ ✎

၂၁၁။ အကြောင်းအရာတစ်ရပ်ကို မရေးမီ၊ မတွေးမီ၊ မပြောမီ၊ မလုပ်မီ၊ သူ့အရည်နှင့်သူ ခေါင်းထဲမှာ လ,နှင့်ချိုပြီး တစ်ခါတစ်ရံ

နှစ်,နှင့်ချိပြီး သေသေချာချာ စိမ်ထား နှပ်ထားရ၏။ ထို့နောက်မှ နူးနူးနပ်နပ် ရေးဖို့၊ တွေးဖို့၊ ပြောဖို့၊ လုပ်ဖို့၊ အဆင်သင့် ဖြစ်လာလေသည်။

၂၁၂။ သစ္စာရှိသော လောကလူသားတိုင်းအတွက် ''အချစ်''ဟူသောအရာပြီးလျှင် ''အလုပ်အကိုင်''သည် ကမ္ဘာပေါ်တွင်အကောင်းဆုံးနှင့် အကြီးအကျယ်ဆုံးတစ်ခု ဖြစ်၏။

၂၁၃။ အလုပ်အကိုင်သည် လူ့ယဉ်ကျေးမှုကို ဖန်ဆင်းသောအရာဖြစ်၏။ စောင့်ရှောက်သော့အရာလည်း ဖြစ်၏။

၂၁၄။ အလုပ်နှင့်ပျော်ရွှင်မှုတို့ အချိန်အဆမျှတရာမှာ တစ်ချိန်တည်းတွင် စဉ်ဆက်မပြတ် စွမ်းအားမြင့်မားမှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေ၏။

၂၁၅။ အပြုသဘောထားများမှ စွမ်းအားများယူပါ။ အဖျက်သဘောထားများ၏ ဆွဲငင်မှုကို မခံပါနှင့်။

၂၁၆။ သောကများကို နိုင်အောင်ထိန်းပြီး ဘဝကိုစွမ်းအားဖြည့်ပါ။

၂၁၇။ စိတ်အားထက်သန်မှု၏ စွမ်းအားကို လျှော့မတွက်ပါနှင့်။ သောကကို သတိနှင့် ပယ်ဖျောက်ပါ။

၂၁၈။ သင်သည်သောက ကင်းဝေးနေနိုင်ရေးအတွက် တစ်နေ့တာထဲမှာ နေထိုင်ပါ။

၂၁၉။ ဖြစ်တန်စွမ်း တွက်ကြည့်ပြီး အေးအေးဆေးဆေးနေပါ။ သောကမွှားမနေပါနှင့်။

၂၂၀။ ရှောင်လွှဲမရလျှင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပါ။ စိတ်သောက ဒဏ်ရာပျောက်ကင်းသွားလိမ့်မည်။

၂၂၁။ ဘယ်လောက်အထိ သောကများမလဲ ဆိုတာကြိုတင် စဉ်းစားသတ်မှတ်ထားပါ။

၂၂၂။ ဖြစ်ရပ်ကိစ္စများကို မှန်မှန်ကန်ကန် မြင်ကြည့်ပါ။ သောက အတွင်း တိမ်ကင်းစင်ပြီး ကြည်ကြည်လင်လင် မြင်ရလိမ့်မည်။

၂၂၃။ အလုပ်တစ်ခုခု လုပ်နေလိုက်ပါ။ အလုပ်ရှုပ်ပြီး သောကကို ဖြေရှင်းပါ။ ပျောက်ကင်းသွားလိမ့်မည်။

၂၂၄။ သောကဖြစ်စရာတစ်ခုခု ကြုံလာလျှင် အလုပ်သစ်တစ်ခုကို စ–လုပ်လိုက်ပါ။ သောကကင်းသွားပါလိမ့်မည်။

✎ ✎ ✎

၂၂၅။ အတတ်ပညာသစ်တစ်ခုခုကို လေ့ကျင့်သင်ကြားနေလိုက်ပါ။ သောကသည် အဝေးသို့ လွင့်ပြယ်သွားလိမ့်မည်။

✎ ✎ ✎

၂၂၆။ ကိုယ်ယုံကြည်ရာတစ်ခုခုကို ဇောက်ချဆောင်ရွက်လိုက်ပါ။ သောကကို ညည်းခံစကားပြောမနေပါနှင့်။ သူလည်းပြန်သွား ပါလိမ့်မည်။

✎ ✎ ✎

၂၂၇။ အကူအညီလိုအပ်နေသော အခြားသူများကို အကူအညီပေးလိုက်ပါ။ အလုပ်ရှုပ်နေလျှင် သောကကင်းနိုင်ပါသည်။ အခြားသူများကိုအကျိုးပြုနေရသဖြင့် နေလို့ထိုင်လို့လည်း ကောင်းသွားစေနိုင်ပါသည်။

✎ ✎ ✎

၂၂၈။ အကယ်၍ သင်သည်သောကမပွားဘဲ မနေနိုင်လျှင် (၁)ကိုယ့်ကိုယ်မေးကြည့်ပါ၊ သည်ကိစ္စကြောင့် အဆိုးဆုံး ဘာဖြစ်သွားနိုင်သလဲ။ (၂) လိုအပ်လျှင် အဆိုးဆုံးအခြေအနေကို စိတ်ကလက်ခံနိုင်အောင် ပြင်ဆင်ထားပါ။ (၃) အခြေအနေကောင်း လာရန် အေးအေးဆေးဆေး စနစ်တကျ ပြင်ဆင်ပါ။

၂၂၉။ အခြားသူများအား အကူအညီပေးခြင်းသည် သောကကင်းဝေးပြီး အေးစေနိုင်သောနည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်၏။ ဝမ်းသာကျေးဇူးတင်စရာကောင်းသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ကြုံတွေ့နေရသော ပြဿနာအတော်များများတို့သည် သေရေးရှင်ရေးကိစ္စများ မဟုတ်ကြချေ။ ကျွန်ုပ်တို့အား သေလောက်အောင် ဒုက္ခပေးနိုင်သောကိစ္စများ မပါဝင်ပါ။

✎ ✎ ✎

၂၃၀။ ညမှောင်သည်အထိ မည်သူမဆို မည်မျှလေးလံသောဝန်ထုပ်ကိုမဆို မည်မျှပင် ပင်ပန်းပါစေ သယ်ဆောင်နိုင်ကြ၏။ မည်မျှပင်ခက်ခဲပင်ပန်းသော အလုပ်ဖြစ်ပါစေ၊ မည်သူမဆို တစ်နေ့တာအတွက် အလုပ်ကိုလုပ်နိုင်ကြ၏။ မည်သူမဆို သာသာယာယာ၊ စိတ်ရှည်လက်ရှည်၊ ချစ်ချစ်ခင်ခင်၊ မှန်မှန်ကန်ကန်၊ နေဝင်သည်အထိ နေနိုင်ကြ၏။ ဘဝဆိုသည်မှာ ဤသို့ပင် ဖြစ်လေသည်။

✎ ✎ ✎

၂၃၁။ လောကသည် လူတို့အား အမြဲတမ်း ''အကောင်းဆုံး'' ဖြစ်နေဖို့ မတောင်းဆိုပါ။ ပုံမှန်ကောင်းနေလျှင်ပင် သင်သည်လူတော်ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် သင်သည် တစ်ခါတစ်ရံ ''အကောင်းဆုံး'' ဖြစ်အောင် ကြိုးပမ်းပါ။ စံချိန်ချိုးနိုင်ရန် အားထုတ်ပါ။ များသောအားဖြင့်ကား ''ကောင်းသည်''၊ ''စံချိန်မီသည်'' ဆိုတာလောက်နှင့်ပင် ကျေနပ်တင်းတိမ်လိုက်ပါ။

၂၃၂။ အလုပ်လုပ်သူတစ်ဦး တစ်ယောက်နားရက်ရလျှင် အဓိကသူ့လုပ်ရမည့်အရာတစ်ခုမှာ "ဖြေလျှော့နားနေခြင်း" ပင်ဖြစ်၏။ သူ့လုပ်ငန်း၏ မျက်နှာကိုမျှ မကြည့်တော့ပဲ ဖြေလျှော့နားနေသင့်ပါ၏။ သူ၏ ဂုဏ်သိက္ခာ၊ ထွေပြားသောဆန္ဒများနှင့် အခွင့်အာဏာဟူသမျှအား လုံးလိုလိုပင် စွန့်လွှတ်နားနေသင့်ပါ၏။

၂၃၃။ တင်းမာခက်ထန်နေသူနှင့် ငြိမ်သက်လေးလံနေသူသည် လူတော်လူကောင်းတစ်ယောက် မဟုတ်ချေ။ ဘဝကိုပင်ပန်းစွာ ရုန်းကန်နေရသည့်အခါမှာပင်လျှင် "ဖြေလျှော့နားနေခန်း" သည် လူ့ဓာတ်ကို ထိန်းထားနိုင်စေပါ၏။

၂၃၄။ အသံသည်လူကို တော်တော်မအီမသာ ဖြစ်စေ၏။ အသံဆူညံသည့်နေရာမှာ နေရသောသူသည် စိတ်ပိုတို၏။ အသံဆူညံသည့် နေရာမှာ နေသောသူသည် သတိပိုမေ့တတ်၏။ အလုပ်တွေများ၏။

၂၃၅။ ဘဝနှင့်လောကဖြစ်ရပ်အားလုံးကို "ဘာကြောင့်" ဟူသောမတ်ကျောက်ပေါ်တင်၍ စစ်ဆေးကြည့်ရမည်။

၂၃၆။ ကျန်းမာနေခိုက်မှာ ကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်သောသူသည် ဉာဏ်ရှိသူ ဖြစ်၏။

၂၃၇။ ခန္ဓာကိုယ်၌ သွေးကိုများစွာ ဖြစ်စေတတ်သော ဂျုံ၊ ပြောင်းဖူး၊ ကောက်ကြီးဆန်ကောင်းကောင်း၊ မှည့်သောသစ်သီး၊ သာကူ၊ ပဲမျိုး၊ နွားနို့၊ မလိုင်၊ ပိန်းဥ၊ မျောက်ဥ၊ လတ်ဆတ်သောအသားနှင့် ငါး အသားပြုတ်ရည်တို့ကို စားသောက်ပါက သွေးများ၍ ရောဂါကင်း နိုင်အသက်ရှည်နိုင်၏။

၂၃၈။ လေးနက်သည့်စိတ်၊ လေးနက်သည့်အသိဉာဏ်ရှိသောသူ သည် ဘာကိုကြည့်ကြည့် လေးနက်သည့်အဓိပ္ပာယ်ကို မြင်ရ၏။

၂၃၉။ ဤလောကကြီးမှာ ရှိရှိသမျှ အရာရာတိုင်း၌ ဖုံးကွယ် နေသော အဓိပ္ပာယ်တစ်ခုရှိ၏။ ထိုအဓိပ္ပာယ်ကို ရိုးရိုးမျက်စိဖြင့် မမြင်နိုင်ချေ။ လေးနက်သော ဉာဏ်မျက်စိဖြင့်သာ မြင်နိုင်၏။

၂၄၀။ ပြည့်စုံခြင်း၊ ဆုံးရှုံးခြင်း တို့သည် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်သူများ အတွက် ဖြစ်၏။ လမင်းကြီးသည်ပင် ရံခါပြည့်ဝန်းပြီး ရံခါဆုတ်ယုတ် ရ၏။ သေးငယ်သော ကြယ်တာရာများမှာကား ဤသဘောမရှိချေ။

၂၄၁။ လောကမှာ မပြည့်စုံသူကလည်း မပြည့်စုံသည့်အတွက် အကျင့်စာရိတ္တ ဖောက်ပြားတတ်၏။ ပြည့်စုံသူကလည်း ပိုပြီး ပြည့်စုံချင်တာကြောင့် အကျင့်စာရိတ္တ ဖောက်ပြားမိတတ်၏။

၂၄၂။ ကိုယ်ကျိုးကိုယ်စီးပွားနှင့် စပ်လာလျှင် သူတော်ကောင်းဆိုသူများပင် မိမိတို့၏ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာကို ထိန်းနိုင်ဖို့ခက်နေတတ်ပါ၏။

၂၄၃။ စာရိတ္တခိုင်မာသောခေတ်သည် ''ရွှေခေတ်''ဖြစ်၏။ စာရိတ္တမခိုင်မာသောခေတ်သည် ''ရွှံ့ခေတ်'' ဖြစ်၏။

၂၄၄။ ကြီးကျယ်သော မကောင်းမှုကြီးသည် အနည်းငယ်၊ အနည်းငယ် မကောင်းတာလေးတွေ စုပေါင်းမိရာက မကောင်းမှု ဒုစရိုက်ကြီး ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်လေသည်။

၂၄၅။ ကလေးများအဖို့ သင်တို့ ကျွန်ုပ်တို့ ဘာပြောသလဲဆိုတာထက် သင်တို့၊ ကျွန်ုပ်တို့ ဘာလုပ်သလဲဆိုတာက သူတို့၏ စိတ်ထဲမှာ စွဲသွားစေ၏။

၂၄၆။ ရွှေအရောင်းအဝယ်လုပ်သူသည် ရွှေအမြတ်ကို ရရှိ၏။ ရွှံ့နှင့် ပြုလုပ်သော အိုးရောင်းသူသည် ရွှံ့အိုးသာ အမြတ်ရပါ၏။

၂၄၇။ ငွေရေး ကြေးရေး အကြပ်အတည်းကို ဂဏန်းပေါင်းစက်က ဖြေရှင်းပေးနိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်ချေ။ အခြေခံစာရင်းကို သင်တန်းတက်ရုံဖြင့်လည်း ပြေလည်သွားမည်မဟုတ်ပေ။ လက်တွေ့ကျကျကုစားရုံမှအပ အခြားနည်းမရှိချေ။

၂၄၈။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ စိတ်နေစိတ်ထား အကျင့်စရိုက်များကို သူငွေကြေးသုံးစွဲပုံနှင့် ငွေကြေးအပေါ်တွင် ထားရှိသော သူ့သဘောထားများက ထုတ်ဖော်ပြသနေတတ်ပါသည်။

၂၄၉။ ငွေသည် ကျွန်ကောင်းတစ်ယောက်လည်း ဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ သခင်ဆိုးတစ်ယောက်လည်း ဖြစ်နိုင်၏။

၂၅၀။ တွေ့ရာမြင်ရာ မစားမသောက်ပဲ လျှာကို နိုင်အောင် ချုပ်တည်းခြင်းသည် အမျိုးအနွယ်စောင့်ရှောက်၍ ချွေတာခြင်း နည်းကျစွာနှင့် ငွေထွက်ပေါက်ကျဉ်းမြောင်းကြောင်းဖြစ်၏။

၂၅၁။ သင်က ဥစ္စာကိုခင်လျှင် ဥစ္စာက သင့်ကို ပြန်၍ ခင်လိမ့်မည်။ သင်၏ အသပြာကို သင်က စောင့်ရှောက်လျှင် သင်၏ အသပြာက သင့်ကို ပြန်၍ စောင့်ရှောက်လိမ့်မည်။ ပစ္စည်းကို မဖြုန်းပါနှင့်၊ ချွေတာ စွာသုံးစွဲပါ။ **"အသပြာသည် လောကကြီးတွင်စွဲကပ်တတ်သော အနာ ရောဂါအပေါင်းကို ပျောက်ကင်းစေတတ်သော နတ်ဆေး"** ဟု သဘောထား၍ အသပြာကို စုနိုင်သမျှစုပါ။ လောက၌ ဥစ္စာမရှိလျှင် မိတ်ဆွေမရှိ။ ဥစ္စာပေါလျှင် မိတ်ဆွေပေါသည်။ ဥစ္စာရှိလျှင် ကူ၍ သုံးပေးမည့်သူပေါသည်။ ဥစ္စာမရှိလျှင် အသိလုပ်ချင်သူပင် မရှိချေ။ ထို့ကြောင့် သင်သည် ဥစ္စာကို ခင်ပါလော့။ အသပြာကို စောင့်ရှောက် ပါလော့။

✎ ✎ ✎

၂၅၂။ ကျွန်ုပ် ကြားဖူးသည်ကား ငွေသည် တန်ခိုးသြဇာအာဏာ၏ အမှတ်သင်္ကေတဖြစ်သတတ်။ အင်အားကြီးမားမှုကို ကိုယ်စားပြု သတတ်။ လောကတွင် လူတစ်ယောက်၏ အောင်မြင်မှုကို တိုက်ရိုက် တိုင်းတာပြသည့် ကိုက်တံမှာ "ပိုက်ဆံအိတ်" ပင်ဖြစ် သတတ်။

✎ ✎ ✎

၂၅၃။ **"အချစ်စစ်လျှင် အရှုံးအမြတ်ကို မကြည့်သင့်"** ဟု ဆိုချင် ပါသလား။ "ငွေကြေးထက် အချစ်ကို ဦးစားပေးရမည်" ဟု ကြွေးကြော်ချင်ပါသလား။ မှန်ပါသည်။ ကြွေးကြော်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် – နစ်လမ်းသွားမရှိသော မေတ္တာသည် ကြာကြာမခံနိုင်ပါ။

တစ်ဖက်သတ် အနစ်နာခံပေးနေရသော မေတ္တာသည် ကြာရှည် တည်မြဲလိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။

၂၅၄။ ငွေက စကားပြောလာသည့်အခါ အမှန်တရားသည် တုံ့ဏှို ဘာဝေ တိတ်ဆိတ်နေတတ်၏။

၂၅၅။ ငွေသည် စကားပြောနိုင်သည် မှန်သော်လည်း လူကဲ့သို့ စီကာပတ်ကုံး ပြောနိုင်လောက်အောင် နူတ်ရေးမကြွယ်လှပေ။

၂၅၆။ အပြုံးသည် ဘာတစ်ခုမျှ မပေးရပါ။ ပြုံးသူမှာ ဘာမျှ လျော့ မသွားဘဲ အပြုံးခံရသူမှာ များစွာ ရသွားစေပါ၏။ ဖျတ်ခနဲ အပြုံး သည် ထာဝရ တည်မြဲသွားတတ်ပါ၏။ ငွေကြေးမနေ ဘယ်လောက်ပဲ ချမ်းသာပါစေ၊ အပြုံးမပါဘဲ ဘဝခရီး လျှောက်၍မရတတ်ပါ။

၂၅ အပြုံးသည် နုံးခွေနေသူကို အနားပေး အားမွေးပေးစေသလို စိတ်ဓာတ်ကျနေသူကို နေ၏ အလင်းရောင် ဆောင်လာတတ်ပါ၏။ ကြေကွဲနေသူကို နေရောင်ခြည်ပေးပါ၏။ ဤသည်မှာ သဘာဝ၏ ဒုက္ခသောကတွေ ဆန့်ကျင်ဖြိုဖျက်ရေး အကောင်းဆုံးနည်းဖြစ်ပါ၏။

၂၅၈။ အပြုံးသည် အသပြာပေးဝယ်၍ မရပါ။ တောင်းယူ၍ မရပါ။ ချေးငှား၍ မရပါ။ ခိုးယူ၍ မရပါ။ ပေးတတ်မှသာ အသုံးတည့်သည့် ပစ္စည်း တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

၂၅၉။ လောကလူသားတွေ ဘဝအမောဆိုက်၍ နွမ်းဟိုက်နေပြီး မပြုံးမိသောအခါ သင့်ထံမှ အပြုံးတစ်ခုထားရစ်ခဲ့ပါ။

၂၆၀။ အပြုံးဆိုတာ လက်ကျန်မရှိတော့သူတွေအဖို့ အလိုအပ်ဆုံး ပစ္စည်းပါ။

၂၆၁။ ပြုံးတတ်မှ ဆိုင်ဖွင့်ပါ။ မပြုံးတတ်လျှင် ဆိုင်မဖွင့်ပါနှင့်။

၂၆၂။ သင်၏ မျက်နှာရှစ်ခေါက်ချိုးကြီးကို ယနေ့ကစပြီး စွန့်ပစ်လိုက်ပါ။ သင်မပြုံးချင်ဘူးလား၊ ပြုံးမရဘူးလား။ ဒါဆိုလျှင် မရ ရအောင် ပြုံးကြည့်စမ်းပါ။ ခုအချိန်ကစပြီး ပြုံးပါတော့။

၂၆၃။ မပြုံးချင် ပြုံးချင်နှင့် ပြုံးရမည်လား။ မဟုတ်ပါ။ ယင်းကဲ့သို့ ပြုံးလျှင် ဝမ်းထဲက မပါကြောင်းကို မြင်ရသူတိုင်း သိမည်ဖြစ်၏။ မချိပြုံးပြုံးရသော အပြုံးမျိုး၊ စပ်ဖြဲဖြဲအပြုံးမျိုးကို ကျွန်ုပ်တို့ မဆိုလိုပါ။ မနှစ်သက်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ တိုက်တွန်းနေသော အပြုံးမှာ ဝမ်းထဲမှ

လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ထွက်လာသောအပြုံး၊ ရင်ထဲကလာသော အပြုံး၊ အသည်းနွေးစေသောအပြုံး၊ ဈေးကွက်မှာ ဈေးကောင်းရမည့် အပြုံး၊ အမှန်အကန်အပြုံး၊ တကယ့်အပြုံး၊ ရှယ်အပြုံးပင်ဖြစ်ပါသည်။

✎ ✎ ✎

၂၆၄။ ပြုံးလိုက်သောအခါကျမှ လူသည် အကြင်နာတရားနှင့် လူသား ပီသသွားပါသည်။

✎ ✎ ✎

၂၆၅။ လူများနှင့် ဆက်သွယ်ရာတွင် ရယ်ရယ်ပြုံးပြုံး မလုပ်ဘဲ ခပ်တည်တည် ဆက်သွယ်တတ်သော လူများသည် အလုပ်လုပ်ရာ၌ အောင်မြင်ရန် ခဲယဉ်းလှပေသည်။

✎ ✎ ✎

၂၆၆။ ဘဝ၏ အနှစ်သာရသည် စိတ်ကောင်းတစ်ခုသာရှိ၏။

✎ ✎ ✎

၂၆၇။ စိတ်ကောင်းမထားက ဆင်းရဲရ၏။ စိတ်ကောင်းထားက ချမ်းသာရ၏။

✎ ✎ ✎

၂၆၈။ "ယောနိသော မနသိကာ" ဆိုတာ သင့်တင့်မျှတစွာ နှလုံးသွင်းခြင်းဖြစ်၏။ အပြစ်မတင်တတ်သော သဘောထားစိတ်ဓာတ်ဖြစ်၏။ သင့်တင့်မျှတစွာ သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ နှလုံးသွင်းခြင်းသည် အပြုသဘောဆန်သော စိတ်နေစိတ်ထားတစ်ရပ်ဖြစ်ပေသည်။

၂၆၉။ လောကမှာ မုန်းစရာအကောင်းဆုံးအရာသည် "မုန်းတတ်သည့် စိတ်" ဖြစ်၏။ ထို့အတူ ချစ်စရာအကောင်းဆုံးအရာသည် "ချစ်တတ်သည့်စိတ်" ဖြစ်၏။

၂၇၀။ လူတို့သည် စိတ်နှလုံးတွင် အမည်းရောင် ဆိုးထားတတ်ကြသော်လည်း၊ အဖြူရောင်အဝတ်တွင် အမည်းစက် စွန်းထင်မှာ စိုးရိမ် နေတတ်ကြ၏။

၂၇၁။ အပြုအမူတစ်ခုကို လိုအပ်သည်ထက် ပို၍ လုပ်ပြခြင်းသည် စိတ်ရင်းအမှန် ပေါ်ပေါက်မလာအောင် ဖုံးကွယ်ထားခြင်းဖြစ်၏။ အလွန်အကျွံ သဘောကောင်းခြင်း၊ အလွန်အကျွံ ရိုသေတတ်ခြင်းစသည့် အပြုအမူများတွင် ဤသို့သော သဘောပါဝင်၏။ ယုံကြည်စရာမကောင်းလောက်အောင် သဘောကောင်းခြင်းသည် ရန်လိုစိတ်ကို ဖုံးကွယ်ရာမှ ပေါ်ပေါက်လာခြင်းဖြစ်၏။

၂၇၂။ "ငါစိတ်ကိုနိုင်၏၊ ငါစိတ်ကိုနိုင်၏၊ ငါစိတ်ကိုနိုင်၏၊ ငါစိတ်ကိုနိုင်၏" . . . ဟူသော ဂါထာကို သင့်စိတ်ထဲမှာ အမြဲရွတ်ဆိုကြည့်ပါ။ ထူးခြားပါလိမ့်မည်။

၂၅၃။ ယခုခေတ်၊ ယခုကာလ၊ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ရှိရှိသမျှသော ''ဘူး'' အပေါင်းတို့တွင် ''အရက်မသောက်ဘူး'' ဟူသော ''ဘူး'' တစ်လုံးသည် အဖိုးအတန်ဆုံး ''ဘူး'' ဖြစ်လေသည်။

၂၅၄။ သင်သည် တိုးတက်ကြီးပွားအောင်မြင်လိုပါလျှင် သေရည်အရက်အမျိုးမျိုးကို မသောက်ပါနှင့်။ ရှောင်ကြဉ်ပါလေ။ သေရည်အရက်သည် မကောင်းမှုမှန်သမျှတို့၏ ဦးခေါင်းဖြစ်၏။ အဆင်ခြင်တရားကိုလည်း ကင်းမဲ့စေ၏။ ထို့ကြောင့် သေရည် အရက် မကြူးမိပါစေနှင့်။ သေရည်အရက်အမျိုးမျိုးတို့မှ ရှောင်ကြဉ်၍ သေသောက်ကြူးသူတို့နှင့် လွဲစေ၍ ကောင်းမှုတံခါးကို ဟင်းလင်းပွင့်စေရာ၏။

၂၅၅။ အစပထမတွင် လူက အရက်ကို သောက်၏။ ထို့နောက် အရက်က လူကို ပြန်သောက်၏။ ၎င်းနောက် အရက်က အရက်ကို သောက်၏။ နောက်ဆုံးတွင် မည်သူကို မည်သူကမျှ မသောက်နိုင်တော့ချေ။

၂၅၆။ အရက်ဆိုသည်မှာ စိတ်ကို လွှတ်၍ မပေးသေးမီ အရက်ကို လူက အစိုးရ၏။ စိတ်ကို လွှတ်၍ ပေးမိသောအခါတွင်ကား လူကို အရက်က ပြန်၍ အစိုးရပြီး အရက်နိုပ်စက်တိုင်း ခံရတတ်လေသည်။

၂၇၇။ သင့်စိတ်ထဲက "နိုင်မည်" ဟု ယုံကြည်ခြင်းသည် နိုင်ခြင်း၏ အစဖြစ်၏။ "နိုင်မှ နိုင်ပါ့မလား" ဟု တွေးတောခြင်းသည် ရှုံးခြင်းနှင့် မဟာမိတ်ဖြစ်၏။

၂၇၈။ "မျက်နှာသာပေးခြင်း" နှင့် "ရှုတ်ချခြင်း" တို့သည် သင့်ကို ရင်ခုန်စေလိမ့်မည်။ သင့်စိတ်ကို လှုပ်ရှားစေလိမ့်မည်။

၂၇၉။ သေနတ်ပစ်သင်ခန်းစာမှာ ''သေနတ်ချိန်တာထက် စိတ်ချိန်တာက ပိုခက်တယ်'' ဆိုတာကို စိတ်ထဲမှာ စွဲမြဲနေအောင် မှတ်ထားသင့်ပါသည်။ "လက်တည့်" တာချင်းတူလျှင် "စိတ်တည့်" သောသူက အမှတ်ပိုကောင်းစမြဲဖြစ်၏။ သည်တော့ မိမိတို့၏ ဘဝရည်မှန်းချက်၊ ဘဝပစ်မှတ် မလွဲစေနှင့်။ စိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှု မဖြစ်စေနှင့်။ ဘဝပစ်မှတ်ကို တည့်တည့်စွဲအောင် ပစ်ပါလေ။ ပစ်မှတ်ကိုထိအောင် တည်ငြိမ်စွာ စိတ်ကို ချိန်၍ပစ်ပါလေ။

၂၈၀။ လူချင်းတူပါလျက် စိတ်အားထက်သန်ပုံ ကွာခြားသွားခြင်းကြောင့် ဘဝချင်း ကွာခြားသွားရခြင်းဖြစ်သည်။ ဒုတိယတန်းစားလောက် စွမ်းရည်ရှိနေသည့် စိတ်အားထက်သန်သူတစ်ယောက်သည် အကောင်းဆုံးစွမ်းရည်တွေ ရှိသည့် စိတ်မပါသူတစ်ယောက်ထက် အများကြီး သာလွန်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်လေသည်။

၂၈၁။ ကျွန်ုပ်တို့အား တွန်းအားပေးနေသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆန္ဒနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုတို့သာ ဖြစ်ကြ၏။

✎ ✎ ✎

၂၈၂။ စိတ်ဓာတ်နိမ့်ကျနေသူကို အားပေးအားမြှောက် ပြုလုပ်ပေးခြင်းဖြင့် "သတ္တိအသစ်" များ ရရှိလာစေပြီး ယုံကြည်မှု အပြည့်အဝရှိသော မျှော်မှန်းချက်များနှင့် ဘဝကို ရင်ဆိုင်နိုင်လာစေ၏။

၂၈၃။ စိတ်ရှုပ်နေသူတစ်ဦးအား အကူအညီပေးရာတွင် ဖော်ပြပါအချက်များကိုရှောင်ပါ။ (၁) သူ့ကိုဝေဖန်ခြင်းမပြုပါနှင့်၊ (၂) အကြံမပေးပါနှင့်၊ (၃) သူ့အားသနားကြောင်း၊ ကိုယ်ချင်းစာကြောင်း မပြောပါနှင့်၊ (၄) သူ့စိတ်ပြောင်းလာအောင် ဆွဲဆောင်ခြင်းမလုပ်ပါနှင့်၊ (၅) သူ့ဒုက္ခကို အခြားသူများအားပြောမပြပါနှင့်၊ (၆) သူ့အား ရယ်စရာဖြစ်အောင် မလုပ်ပါနှင့်။

✎ ✎ ✎

၂၈၄။ ရင့်ကျက်မှု မရှိသေးသော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများမှာ (၁) မှီခိုလိုစိတ်၊ (၂) သက်သာစွာနေလိုစိတ်၊ (၃) အစားအစာ တပ်မက်စိတ်၊ (၄) မစဉ်းမစားလုပ်ကိုင်သောစိတ်၊ (၅) လူကြည့်အောင်လုပ်လိုသောစိတ်၊ (၆) ဒေါသပေါက်ကွဲလွယ်သောစိတ်၊ (၇) ခေါင်းမာသောစိတ်၊ (၈) နိမ့်ကျသိမ်ငယ်စိတ်၊ (၉) အုပ်စုနှင့်နေလိုစိတ်၊ (၁၀) ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်ကို စိတ်ဝင်စားစိတ်တို့ဖြစ်လေသည်။

✎ ✎ ✎

၂၈၅။ ရင့်ကျက်သော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများမှာ (၁) သည်းခံစိတ်ရှိခြင်း၊ (၂) တာဝန်ယူလိုစိတ်ရှိခြင်း၊ (၃) မိမိဘဝရှေ့ရေးအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း၊ (၄) မိသားစုတစ်စု တည်ဆောက်ရန် စိတ်ဝင်စားလာခြင်း၊ (၅) ရပ်ကွက်မြို့ရွာအတွင်းရှိ လူများနှင့် ပူပေါင်းဆောင်ရွက်ကူညီခြင်းတို့သည် ရင့်ကျက်ပြီး မိုနိုလိုစိတ်ကင်းသော လူကြီးတစ်ယောက်၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးအင်္ဂါရပ်များဖြစ်ကြ၏။

✎ ✎ ✎

၂၈၆။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ရင့်ကျက်မှုမရှိသေးသော နိမ့်ကျသိမ်ငယ်စိတ်ရှိသူများသည် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုနည်းပါးနေခြင်းကြောင့် မိမိဘဝအတွက် မိမိကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်မချနိုင်၊ ဗေဒင်ဆရာ၊ လက္ခဏာဆရာ၊ အင်ဂ်ဝိဇ္ဇာဆရာ၊ နက္ခတ်ဆရာ၊ ဘိုးတော်၊ မယ်တော်၊ နတ် စသည်တို့အား အားကိုးရသည့် အခြေအနေသို့ ဆိုက်ရောက်နေတတ်ကြ၏။ အမှန်အားကိုးရသည်ကားမဟုတ်၊ အားကိုးမှားကြခြင်းသာဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၂၈၇။ ပြဿနာနှင့်တွေ့ရလျှင် ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းခြင်း၊ ညှိယူတတ်ခြင်း၊ တာဝန်ယူခြင်း၊ အခက်အခဲများကို ကျော်လွှားခြင်း၊ စိတ်အနှောက်အယှက်ဖြစ်အောင်လုပ်သူများနှင့် အဆင်ပြေအောင် ပေါင်းသင်းနိုင်ခြင်း တို့သည် **"စစ်မှန်သောလောကနှင့် ရင်ဆိုင်ခြင်း"** ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၂၈၈။ စစ်မှန်သောလောကမှ ရှောင်ခွာလိုသူတို့သည် အလုပ်တစ်ခုကိုစွဲစွဲမြဲမြဲမလုပ်နိုင်၊ တစ်ခုပြီးတစ်ခုပြောင်းလဲ လုပ်ကိုင်လေ့ရှိ၏။

၂၈၉။ မည်သည့်လုပ်ငန်း၌မဆို လုပ်ငန်းခွင်တွင်''အဆင်မပြေခြင်း'' ဟူ၍ ရှိ၏။ ထိုအခြေအနေသည် အမှန်စင်စစ်အားဖြင့် လူသား၏စိတ်ထဲတွင်ရှိနေသော အခြေအနေသာလျှင် ဖြစ်၏။ ''ငါလုပ်လို့ဖြစ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး'' ဟူသောအတွေး ဝင်လာပါက အဆင်မပြေမှုနှင့် ကံမကောင်းမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာကြ၏။ ထိုအခြေအနေတွင် ''ငါလုပ်နိုင်တယ်၊ ငါ့မှာ အစွမ်းအစရှိတယ်'' ဟူသောအတွေးဖြစ်ပေါ်လာအောင် အားပေးမှု ပြုလုပ်ပေးရမည်ဖြစ်၏။ ထိုအခါ ထိုလုပ်ငန်းကို အောင်မြင်သည်အထိ လုပ်ကိုင်နိုင်လေတော့၏။

၂၉၀။ သူတစ်ဖက်သားအား စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေသည့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး အင်္ဂါရပ်များမှာ (၁) ဟန်ဆောင်မှုအပြုအမူ၊ (၂) မြည်တွန်တောက်တီးတတ်ခြင်း၊ (၃) စိတ်ဆိုးလွယ်ခြင်း။ (၄)ငြင်းခုံလေ့ရှိခြင်း၊ (၅) အများ၏ အာရုံစိုက်မှုရအောင်လုပ်တတ်ခြင်း၊ (၆) သူများမျက်နှာတည့်တည့်တွင် ချောင်းဆိုးတတ်ခြင်း၊(၇)မတောင်းပဲနှင့် အကြံဉာဏ်ပေးလေ့ရှိခြင်း၊ (၈) အခြားသူများအား အလုပ်မြန်မြန်လုပ်အောင်ပြောတတ်ခြင်း၊ (၉)ကိုယ်နှိုင်းခြင်း၊ (၁၀) ညစ်ညစ်ပတ်ပတ်ပြောတတ်ခြင်း၊ (၁၁) ပြစ်တင်ဝေဖန်တတ်ခြင်း၊ (၁၂)အတင်း

အဖျင်းပြောတတ်ခြင်း။ (၁၃) လှောင်ပြောင်တတ်ခြင်း။ (၁၄) ကြွားဝါတတ်ခြင်း။ (၁၅) စပ်စုတတ်ခြင်း။ (၁၆) စကားဝိုင်းတွင် တစ်ဦးတည်း ဒိုင်ခံ ပြောတတ်ခြင်း။ (၁၇) ကလေးဆန်ဆန် ပြောတတ်ခြင်း။ (၁၈) အသက်ကြီးသူများအပေါ် လေးစားမှုမရှိခြင်း။ (၁၉) ကစားရာတွင် လိမ်လည်တတ်ခြင်း။ (၂၀) အော်ပြောတတ် ခြင်းတို့ ဖြစ်လေသည်။

✎ ✎ ✎

၂၉၁။ အမျိုးသားများက (အချင်းချင်း) အမျိုးသားတစ်ဦးအပေါ် နှစ်သက်ကြသည့် အရည်အသွေးအင်္ဂါရပ်များမှာ ဦးစားပေး အလိုက် ဤသို့ဖြစ်၏။ (၁) ဉာဏ်ကောင်းခြင်း။ (၂) ပျော်ရွှင်တတ်ခြင်း။ (၃) ခင်မင်ဖွယ်ရာကောင်းခြင်း။ (၄) ဝါသနာတူခြင်း။ (၅) သဘာဝတူခြင်း။ (၆) ကူညီတတ်ခြင်း။ (၇) သစ္စာရှိခြင်း။ (၈) ရယ်စရာပြောတတ်ခြင်း။ (၉) ရက်ရောခြင်း။ (၁၀) အားကစားသမား ကောင်းဖြစ်ခြင်း။ (၁၁) ရိုးသားခြင်း။ (၁၂) ကြင်နာမှုရှိခြင်း။ (၁၃) စာနာတတ်ခြင်း။ (၁၄) ဟန်ဆောင်မှုမရှိခြင်း။ (၁၅) ယုံကြည်မှုအတိုင်း လုပ်ဆောင်သူ ဖြစ်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

✎ ✎ ✎

၂၉၂။ အမျိုးသမီးများက အမျိုးသားတစ်ဦးအပေါ် နှစ်သက်ကြသည့် အရည်အသွေးအင်္ဂါရပ်များက ဦးစားပေးအစဉ်အတိုင်း (၁) ဉာဏ်ကောင်းခြင်း။ (၂) စာနာတတ်ခြင်း။ (၃) ကြင်နာမှုရှိခြင်း။

(၄) ပျော်ရွှင်တတ်ခြင်း၊ (၅) ယဉ်ကျေးခြင်း၊ (၆) စကားပြောကောင်းခြင်း၊ (၇) ချောမောခြင်း (၈) ရယ်စရာပြောတတ်ခြင်း၊ (၉) သဘာဝတူခြင်း၊ (၁၀) စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ ပြောတတ်ခြင်း၊ (၁၁) ဝါသနာတူညီခြင်း၊ (၁၂) အတူနေရသည်မှာ ပျော်စရာကောင်းခြင်း၊ (၁၃)ရက်ရောခြင်း၊ (၁၄) ခင်မင်ဖွယ်ရာကောင်းခြင်း၊ (၁၅) အားကစားသမားကောင်းဖြစ်ခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

✎ ✎ ✎

၂၉၃။ အမျိုးသမီးများက (အချင်းချင်း) အမျိုးသမီးတစ်ဦးအပေါ်နှစ်သက်ကြသော အရည်အသွေးအင်္ဂါရပ်များမှာ ဦးစားပေးအစဉ်အရ (၁) ဉာဏ်ကောင်းခြင်း၊ (၂) ပျော်ရွှင်တတ်ခြင်း၊ (၃) ကူညီတတ်ခြင်း၊ (၄) သစ္စာရှိခြင်း၊ (၅) ရက်ရောခြင်း၊ (၆) ချစ်စရာကောင်းခြင်း၊ (၇) ပျော်စရာကောင်းခြင်း၊ (၈) ကြင်နာမှုရှိခြင်း၊ (၉) အားကစားသမားကောင်းဖြစ်ခြင်း၊ (၁၀) ဝါသနာတူညီခြင်း၊ (၁၁) သဘာဝတူခြင်း၊ (၁၂) အတူနေရသည်မှာ ပျော်စရာကောင်းခြင်း၊ (၁၃) စာနာတတ်ခြင်း၊ (၁၄) နားလည်မှုရှိခြင်း၊ (၁၅) ခင်မင်ဖွယ်ရာကောင်းခြင်း ဟူ၍ ဖြစ်လေသည်။

✎ ✎ ✎

၂၉၄။ အမျိုးသားများက အမျိုးသမီးတစ်ဦးအပေါ်နှစ်သက်ကြသော အရည်အသွေးအင်္ဂါရပ်များမှာ ဦးစားပေးအစဉ်အလိုက် (၁) လှပခြင်း၊ (၂) ဉာဏ်ကောင်းခြင်း၊ (၃) ပျော်ရွှင်တတ်ခြင်း၊ (၄) သဘာဝတူခြင်း၊

(၅) ကိုယ်လုံးကိုယ်ပေါက်ပြေပြစ်ခြင်း၊ (၆) ခင်မင်ဖွယ်ရာကောင်းခြင်း၊ (၇) ကြင်နာမှုရှိခြင်း၊ (၈) အားကစားသမားကောင်းဖြစ်ခြင်း၊ (၉) ကူညီတတ်ခြင်း၊ (၁၀) စာနာတတ်ခြင်း၊ (၁၁) နားလည်မှုရှိခြင်း၊ (၁၂) စကားပြောကောင်းခြင်း၊ (၁၃) ဝါသနာတူညီခြင်း၊ (၁၄) အတူနေ၍ ဖြစ်နိုင်ခြင်း၊ (၁၅) ရယ်စရာပြောတတ်ခြင်း တို့ပေတည်း။

၂၉၅။ ယောကျ်ားများအတွက် မိန်းမအကြောင်းကို နားလည်ခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ မိန်းမများအတွက် ယောကျ်ားအကြောင်းကို နားလည်ခြင်းသည်လည်းကောင်း လျှို့ဝှက်နက်နဲ ဆန်းကြယ်သော လောကအကြောင်းကို နားလည်ခြင်းပင်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၂၉၆။ မြတ်စွာဘုရားက မိန်းမသားများအကြောင်း အပြစ်ကိုသာ ဟောကြားခဲ့သည်မဟုတ်ပါ။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက မိန်းမသားတွေ အကြောင်းအကောင်းဆုံးဟောသည့် တရားသည် မဟာဟံသဇာတ်တော်၌ ရှိလေ၏။ လိုရင်းကို ပြောမည်။ လူကြီး လူကောင်းတို့က အသိအမှတ် ပြုအပ်သော မိန်းမဟူသော အရာဝတ္ထုကို အဘယ်သူသည် ကဲ့ရဲ့ခြင်းငှာ ထိုက်ပါအံ့နည်း။ လူကြီးလူကောင်းတွေက အသိအမှတ်ပြု ထားသည့် မိန်းမသားဆိုတာသည် အလေကာတော မဟုတ်ပါချေ။ လူကြီးလူကောင်းတွေ အင်မတန် မြတ်မြတ်နိုးနိုး ဆက်ဆံနေကြ တာပါ။ ဤအရာကို မည်သူကဲ့ရဲ့ထိုက်မည်နည်း။ မဟာဘုတ်တွေကို အကြောင်းပြုပြီး မိန်းမဟူ၍ ထင်ရှားသော ပုဂ္ဂိုလ်

များသည် ကမ္ဘာတည်စက သူတို့ကအလျင်စပြီး လောကမှာ ဖြစ်လာခဲ့ကြ၏။

✎ ✎ ✎

၂၉၇။ ကိုယ်နှင့် နှုတ်နှင့် မြူးတူးပျော်ပါးခြင်းများသည် သူတို့ မိန်းမသားများအပေါ်၌ တည်ကြလေကုန်၏။ မိန်းမသားတွေရှိ၍သာ လောကကြီးစိုပြေ‌နေခြင်းဖြစ်၏။ မိန်းမတွေမရှိဘဲနှင့် ယောကျ်ားတွေချည်း နေကြည့်စမ်းပါ။ ကမ္ဘာလောကကြီးထဲမှာ ယောကျ်ားဆိုသော ဖိုသတ္တဝါချည်း နေကြည့်စမ်းပါ။ မိန်းမသားဆိုသော မသတ္တဝါတွေ မရှိဘူးဆိုပါတော့။ ဤသို့ဆိုလျှင် ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်ရွှင်ရွှင်ပျပျ နေစရာကို မရှိပါချေ။ နှုတ်နှင့်လည်းပဲ ရယ်လားမောလားနှင့် ချစ်ချစ်ခင်ခင် ပြောစရာ ဆိုစရာကို မရှိပါချေ။ မိန်းမသားတွေသာ မရှိလျှင် လောကကြီး သိပ်ခြောက်သွေ့နေမှာပါ။ မိန်းမသားတွေ ရှိနေသောကြောင့် လောကကြီး စိုစိုပြေပြေရှိနေတာပါ။ လောကကြီး စိုပြေနေတာ မိန်းမတွေကြောင့်ပါ၊ မိန်းမများ၏ ကျေးဇူးပါ။

✎ ✎ ✎

၂၉၈။ မိန်းမတွေသာမရှိပါလျှင် လောကကြီးမှာ ခြောက်သွေ့ပြီး သကာလ ... သက်မဝင်သလို အသက်မရှိသလိုကို ဖြစ်နေလိမ့်မည်။ မိန်းမသားများကြောင့် လောကကြီး အသက်ဝင်နေတာ၊ အသက်ရှင်လှုပ်ရှားနေကြ... ပါ။ ယောကျ်ားသားတွေ မနက်အိပ်ရာထ ဘာလုပ်ကြမည်နည်း။ ဘာမှ လုပ်စရာမရှိပါချေ။ ထမင်းစားဖို့ ဘာဖို့ ခက်

တာမှမဟုတ်ဘဲနှင့်။ ယောက်ျားတွေ တက်တက်ကြွကြွနှင့် နေကြ ထိုင်ကြ လုပ်ရှားကြတာ မိန်းမတွေရှိ၍ ဖြစ်လေသည်။ မိန်းမတွေ ကြောင့်သာ သူတို့တတွေ စိတ်ချမ်းသာပါစေတော့ဟူ၍ စားဖို့ သောက်ဖို့ ဝတ်ဖို့ နေဖို့ ပြည့်စုံပါစေတော့ဟူ၍ သူတို့ ဖွားမြင်သော သားတွေ သမီးတွေ စားကြ သောက်ကြ ဝတ်ကြ ဆင်ကြပါ စေတော့ ဟူ၍ ယောက်ျားတွေ တက်တက်ကြွကြွနှင့် အလုပ်လုပ် နေကြခြင်းဖြစ်၏။ မိန်းမတွေသာ မရှိပါက အိမ်တွေ ယာတွေ အခြေတကျ မရှိပါချေ။ အလကား အချည်းနှီး ခြောက်ခြောက် သွေ့သွေ့ တောကြီးပါ။ ဘာမှ အဓိပ္ပာယ်မရှိသော လောကကြီး ဖြစ်နေပေလိမ့်မည်။

✎ ✎ ✎

၂၉၉။ မိန်းမတွေကြောင့် လောကကြီးသည် စိုစိုပြေပြေရှိခြင်းဖြစ်၏။ ကိုယ်အားဖြင့် ပျော်ပျော်ပါးပါးနေနိုင်တာ ရယ်လားမောလားနေတာ မိန်းမတွေကြောင့်ဖြစ်၏။ ကိုယ်နှုတ်နှစ်ပါး ပျော်ပျော်ပါးပါးရွှင်ရွှင်ပျပျ နေနိုင်ကြတာ မိန်းမများကြောင့်ဖြစ်၏။ မိန်းမတွေရှိနေ၍သာ လောက ကြီးမှာ နေနိုင်ကြတာပါ။ စိတ်နှင့် ပျော်ပျော်ပါးပါး မွေ့မွေ့လျော်လျော် နေနိုင်ကြခြင်းမှာ မိန်းမများရှိနေသောကြောင့်ပါ။ ကာမဂုဏ်အားဖြင့် မွေ့လျော်ခြင်း၊ ပျော်မြူးခြင်းများသည် မိန်းမတို့အပေါ်၌ တည်လေ၏။ မိန်းမတွေရှိ၍ စိတ်အားဖြင့် မွေ့မွေ့လျော်လျော် ပျော်ပျော်ပါးပါး လောကကြီးမှာ နေနိုင်ကြတာဖြစ်ပေ၏။

၃၀၀။ သံသရာမှ မှန်စွာ လွတ်ကြောင်း၊ လမ်းကောင်းကိုပြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ လောင်းလျာညွှန့်ဖူး၊ ပုဂ္ဂိုလ်ထူး ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့သည် အခွင့်လျော်စွာ ပွင့်ပေါ်လာကြလေကုန်၏။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ လောင်းလျာညွှန့်ဖူး ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့၏ အကြောင်းရင်းမှန် ပဋိသန္ဓေ တည်နေခိုအောင်း မျိုးစေ့အပေါင်းတို့သည် မိန်းမတို့ဝမ်းဗိုက်၌ ပေါက်ရောက်ကြရလေကုန်၏။ မိန်းမများသည် သံသရာလွတ်ကြောင်းဖြစ်၏။ လောကကြီးထဲမှာ ယောက်ျားတွေမရှိပါက ဘုရားမဖြစ်ပါ။ ထိုဘုရားလောင်းတို့သည် ဘယ်မှာ ဖြစ်ကြသနည်းဆိုသော် မိန်းမတို့၏ ဝမ်းဗိုက်ထဲမှာ ဖြစ်ကြရပါ၏။ မိန်းမများသာမရှိခဲ့ပါလျှင်ကား လောကကြီး ပျော်စရာ မရှိသည့်အပြင် သံသရာကလွတ်ကြောင်းလည်း မရှိနိုင်တော့ပါချေ။ ဘုရားလည်း မပွင့်နိုင်တော့ပါချေ။

✎ ✎ ✎

၃၀၁။ မိန်းမများသည် ရှုတ်ချခံရခြင်း၌ လွန်စွာ စိတ်နာလွယ်ကြ၏။ ရှုတ်ချခြင်းခံရပါက မွေ့မွေးထက် အဆိပ်ပြင်းတတ်၏။ သို့ဖြစ်၍ ဘယ်သောအခါမျှ ရှုတ်ချခြင်းမပြုအပ်ပေ။

✎ ✎ ✎

၃၀၂။ မိန်းမများသည် လင်ယောက်ျားနှင့် နေရသောအခါ ပျော်သည် ဆိုခြင်းမှာ အခြားမဟုတ်ချေ။ လင်ယောက်ျား၏ ချီးကျူးခြင်းနှင့် မယားအပေါ်တွင် စွဲစွဲလန်းလန်းရှိခြင်း၏ အရသာကို ခံစားခြင်းဖြစ်လေသည်။

✎ ✎ ✎

၃၀၃။ အထက်တန်းစားလူငယ်များသည် သူတို့နှင့် ဘွဲ့လျက်ရှိသော မိန်းကလေးများ၏ အဝတ်အစားကို တစ်နေ့ထဲတွင် တစ်ကြိမ်မဟုတ် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ချီးကျူးရန် အလေ့အကျင့်ပြုလုပ်ထားကြ၏။

၃၀၄။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နှိမ့်ချခြင်းနှင့် တစ်ဖက်သားကို ချီးကျူးခြင်း ဟူသော နည်းကို အသုံးချတတ်လျှင် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရာ၌ အလွန်ထူးသော အကျိုးများကို သင်သည် တွေ့ရှိရမည်ဖြစ်၏။

၃၀၅။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နှိမ့်ချပြီးလျှင် တစ်ဖက်သားကို မြှောက်တင်ထားသော စကားခွန်းအနည်းငယ်တို့သည် မာနလည်းရှိ၊ စိတ်ကလည်း နာကြည်းလျက်ရှိသော သူတစ်ပါးကို မိမိအား ခင်မင်လာအောင် ပြုလုပ်နိုင်၏။

၃၀၆။ တစ်ဖက်သားကို မျက်မှန်းမကျိုး စိတ်မဆိုးစေဘဲ စိတ်ပြောင်းလာစေရန်အတွက် ချီးမွမ်းခြင်း၊ ရိုးသားစွာ ချီးကျူးခြင်းတို့ဖြင့် စ၍ပြောပါ။ တစ်ဖက်သားကို အပြစ်မပြောမီ မိမိအမှားက စပြောပါ၊ ပြီးမှ သူ့အပြစ်ကို ထောက်ပြပါ။ တစ်ဖက်သား၏ အမှားကို ထောက်ပြချင်လျှင် သွယ်ဝိုက်သောနည်းကို သုံးပါ။ တိုက်ရိုက်ညွှန်ကြားပေးမည့်အစား လိုရင်းကိစ္စကို ပြီးစီးစေမည့်မေးခွန်းများကို မေးပါ။

တစ်ဖက်သားမျက်နှာပျက်စရာ မဖြစ်ပါစေနှင့်၊ သူ့ဂုဏ်သူပြန်ဆယ်ပါစေ။ တစ်ဖက်သား၏ တိုးတက်မှုမှန်သမျှ အနည်းအကျဉ်းကလေးတွေကအစ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ အားပေးပါ။ ချီးကျူးပါ။

၃၀၇။ သူတစ်ပါး၏ အကျင့်စာရိတ္တကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲပေးချင်လျှင် သူတစ်ဖက်သားကို အမွှန်းတင်ပေးပါ။

၃၀၈။ လူတစ်ယောက်ကို နာမည်ကောင်းတစ်ခုပေးပါ၊ ထိုနာမည်၏ စံချိန်မှီအောင်သူ လှုပ်ရှားနေထိုင်ပါလိမ့်မည်။

၃၀၉။ ပြုပြင်စရာတွေ့လျှင် "မြုပြင်ရလွယ်ကူပါသည်" ဟူသော အသိစိတ် တစ်ဖက်လူမှာ ရသွားပါစေ။

၃၁၀။ အားပေးစကားကို ပြောကြားပါ။ သင်ပြင်လိုသော တစ်ဖက်သား၏ ချို့ယွင်းချက်အများသည် ပြင်ရန်လွယ်ကူသည် ဟု တစ်ဖက်သားသဘောပေါက်အောင် ပြောပါ။ သင်လုပ်စေချင်သော အလုပ်မှာ လုပ်ရန်လွယ်ကူသည့်အကြောင်းကိုလည်း တစ်ဖက်သားသဘောပေါက်ပါစေ။

၃၁၁။ သင်လုပ်စေချင်သောအလုပ်ကို တစ်ဖက်သားသည် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစွာနှင့် လုပ်ချင်အောင်နိုင်းပါ။

၃၁၂။ မိမိအလိုကျလုပ်ပေးရတာမှာ လုပ်ပေးသူဝမ်းပန်းတသာ ရှိပါစေ။

၃၁၃။ မိမိ၏ထင်မြင်ချက်ကို တစ်ဖက်လူလက်ခံရတာမှာ ဝမ်းပန်းတသာဖြစ်ပါစေ။

၃၁၄။ သင့်ကို လူကြိုက်များစေလိုလျှင်၊ လူတွေသဘောကျလာစေချင်လျှင် အခြားလူတွေကို အမှန်အကန်စိတ်ဝင်စားပါ။ ရိုးသားစွာ စိတ်ဝင်စားပါ။

၃၁၅။ တစ်ဖက်သားစကားပြောနေစဉ် ဂရုစိုက်နားထောင်ပါ။ တစ်ဖက်သားတို့အား သူတို့အကြောင်းဆက်ပြောအောင်အားပေးပါ။

၃၁၆။ သူတစ်ဖက်သား စိတ်ဝင်စားလျှက်ရှိသော ကိစ္စဘက်မှနေ၍ ဆွဲယူပါ။ တစ်ဖက်လူအကျိုးမည့်ဘက်က စ,ပြောပါ။

၃၁၇။ လူတစ်ယောက်စွဲသွားအောင် စကားပြောတတ်ချင်လျှင် သူ့အမြတ်တနိုးတန်ဖိုးထားသည့် အကြောင်းရပ်ကို ပြောပါ။

✎ ✎ ✎

၃၁၈။ တစ်ဖက်သားအား . သူ့ကိုယ်သူအထင်ကြီးခွင့်ရအောင် ရိုးသားစွာပြုလုပ်ပေးပါ။

✎ ✎ ✎

၃၁၉။ တစ်ဖက်လူအရေးပါကြောင်း သူသိအောင်ရိုးသား ဖြူစင်သော စိတ်ဖြင့်ပြပါ။ ထုတ်ပြောပါ။

✎ ✎ ✎

၃၂၀။ လောကတွင် သုတိအသာယာဆုံး နားဝင်အချိုဆုံးအသံသည် မိမိ၏နာမည်ကို လူတစ်ယောက်က ခေါ်လိုက်သောအခါ ကြားရသောအသံဖြစ်၏။ လူတစ်ယောက်၏ နာမည်သည် သူ့အတွက် နားဝင်အချိုဆုံး အရေးအပါဆုံးအသံ ဖြစ်၏။ လူဆိုတာ အခြားသူတို့၏ နာမည်တွေထက် ကိုယ့်နာမည်ကိုသာ စိတ်ဝင်စား၏။ သို့ဖြစ်၍ တစ်ဖက်သား၏ နာမည်ကို မှတ်ထားပါ။ လွယ်လင့်တကူ သူ့နာမည်ကို ခေါ်မိပါစေ။

✎ ✎ ✎

၃၂၁။ လူတစ်ယောက်၏ နာမည်ကို မေ့မေ့ပျောက်ပျောက် နေကြည့်ပါ၊ သူ့နာမည်ကို စာလုံးပေါင်းမှားကြည့်ပါ။ သင့်အတွက် အကျိုးယုတ်စရာ ဦးတည်မိသွားလိမ့်မည်။

၃၂၂။ တစ်ဖက်သားမေတ္တာရှိအောင် လုပ်ရန်အတွက် အလွယ်ကူဆုံးနှင့် အရေးအကြီးဆုံးနည်းများအနက် နည်းကောင်းတစ်လက်မှာ ထိုတစ်ဖက်သား၏နာမည်ကို မှတ်မိအောင်လုပ်၍ ထိုသူအား မိမိကိုယ်ကို မိမိအထင်ကြီးခွင့်ရအောင် ပြုလုပ်ပေးခြင်းပင်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၃၂၃။ သင့်ကို လူတွေနှစ်လိုစေချင်လျှင် ပြုံးဖြစ်အောင်ပြုံးပြပါ။ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲပြုံးပါ။

✎ ✎ ✎

၃၂၄။ သင့်ဘက်သို့ပါအောင် တစ်ဖက်သားကို ဆွဲယူချင်ပါလျှင် ချိုချိုသာသာနှင့်စ,ပါ။ ခင်မင်ဖော်ရွေစွာအစပျိုးပါ။

✎ ✎ ✎

၃၂၅။ တစ်ဖက်သားကို မိမိဘက်သို့ပါအောင် လုပ်ရန်အတွက် အကောင်းဆုံးနည်းတစ်ခုမှာ ''ငြင်းခုံခြင်းကို ရှောင်ရှားပါ'' ဟူ၍ဖြစ်၏။ စကားနိုင်မလုပါနှင့်၊ ရှောင်ပါ။

✎ ✎ ✎

၃၂၆။ စကားနိုင်လုသောအခါ အနိုင်ရချင်လျှင် ထိုစကားနိုင်လုရသောအဖြစ်ကို ရှောင်ပါ။

✎ ✎ ✎

၂၁၇။ တစ်ဖက်လူကိုယ့် ဘက်ပါအောင် ဆွဲဆောင်ချင်လျှင် တစ်ဖက်လူ၏ အယူအဆသဘောထားကို လေးစားပါ။ လူတစ်ဦး တစ်ယောက်အား မှားသည်ဟု ဘယ်သောအခါမှ မပြောပါနှင့်။

✎ ✎ ✎

၂၁၈။ အကယ်၍ သင်သည် မှားခဲ့ပါလျှင် ထိုအမှားကို လျင်လျင် မြန်မြန်နှင့် လေးလေးနက်နက်ဝန်ခံပါ။

✎ ✎ ✎

၂၁၉။ သင်သည် သူ့ဘက်ကနေ၍ ပြောသောအခါ သူသည် သင့် ဘက်ကနေ၍ ကာကွယ်ပေးလိမ့်မည်။

✎ ✎ ✎

၂၂၀။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်၍ အပြစ်တင်ခြင်းသည် အခြားသူက အပြစ်တင်ခြင်းထက် အခံရသက်သာ၏။ တစ်ဖက်သားက သင့်အား အပြစ်တင်ပြောမည့်စကားများကို သင်ကိုယ်တိုင်က သူမပြောနိုင်မီ ကြိုတင်၍ ပြောလိုက်ပါ။ တစ်ဖက်သားသည် သင့်အားကျေနပ် သွားပါလိမ့်မည်။

✎ ✎ ✎

၂၂၁။ ကျွန်ုပ်တို့ မှန်သောအခါ တစ်ဖက်သားတို့ကို ကျွန်ုပ်တို့ဘက် သို့ပါအောင် ဖြည်းညှင်းသာယာစွာ ဆွဲယူပါ။ ကျွန်ုပ်တို့မှားသော အခါ (ကျွန်ုပ်တို့သည် ပြောမယုံနိုင်လောက်အောင် မကြာခဏ

များ လိမ့်မည်) ကျွန်ုပ်တို့သည် ရိုးသားဖြောင့်မတ်သူများဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် ကျွန်ုပ် တို့၏ အမှားများကို လျင်လျင်မြန်မြန် ရက်ရက်ရောရောဝန်ခံပါ။

✎ ✎ ✎

၃၃၂။ တစ်ဖက်သားထံမှ အလျင်အမြန် ''အင်း'' လိုက်အောင် ကြိုးစားပါ။ စ ကတည်းက တစ်ဖက်သားကို ''အင်း–အင်း'' ဟူ၍ ''အင်း'' လိုက်နေအောင်လုပ်ပါ။ ''ဟင့်အင်း'' ဟူသော စကားကို သုံးခွင့်မရအောင် သင်တတ်နိုင်သမျှ ကြိုးစားပါ။ ''ဟင့်အင်း'' ဟူ သော စကားတစ်လုံးသည် ပြောမိလျှင် ပြန်၍ ရုပ်သိမ်းရန် အလွန် ခဲယဉ်းသော အခက်အခဲတစ်ခုဖြစ်၏။

၃၃၃။ သင်သည် သူ့ကို ''အင်း'' လိုက်အောင် လုပ်နိုင်လျှင် သူသည် သူ၏ ငြင်းဆန်ခြင်းကိုပင် မေ့လျော့ပြီးလျှင် သင်ပြောရာကို လိုက်၍ လုပ်ချင်သောဆန္ဒများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို သင် ကောင်း စွာ တွေ့ရမည်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၃၃၄။ တစ်ဖက်သားနှင့် စကားပြောရန်ရှိသောအခါ သင်နှင့် ထိုသူ သဘောမတူနိုင်သော အကြောင်းက စ၍ မပြောပါလေနှင့်။ သင်နှင့် ထိုသူသဘောတူနိုင်သော အကြောင်းများကို အထူးဂရုပြု၍ပြောပါ လေ။

✎ ✎ ✎

၃၃၅။ တစ်ဖက်လူ၏နှုတ်က 'ဟုတ်ကဲ့' ... 'ဟုတ်ပါတယ်' ဟူသော Yes (ယက်စ်) တွေ ချက်ချင်း ထွက်လာပါစေ။

၃၃၆။ ရောင်းသူတွေအဖို့မှာ Yes (ယက်စ်) 'ဟုတ်ကဲ့' သည် ဖောက်သည် မလွတ်စေသော နည်းဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၃၃၇။ Yes (ယက်စ်) ဟုတ်ကဲ့၊ ဟုတ်ပါတယ်၊ ဖြစ်ပါတယ် ဟူသော တုံ့ပြန်ချက်သည် ရိုးရိုးစင်းစင်းလေးပါ။ သို့ရာတွင် လူတို့သည် ဤ အရာကို မကြာခဏ သတိမမူ ဂူမမြင်ဆိုတာလို အမှတ်တမဲ့ ဖြစ် နေတတ်ကြ၏။ ၈ ကတည်းက No (နိုး) မဟုတ်ဘူး ဟူ၍ ပြောရ တာကို အဟုတ်ကြီး မှတ်ထင်နေကြ၏။ ပြောလာပြန်တော့လည်း အတော်ကြီးကို အပြင်ရခက်၏။ ခါထုတ်ပစ်ရခက်၏။

✎ ✎ ✎

၃၃၈။ No (နိုး) ဟင့်အင်း၊ မဟုတ်ဘူး၊ မဖြစ်နိုင်ဘူး ဆိုသော စကားလုံးများသည် ကျော်လွှားရအတော်ခက်သော ကျောက်တုံး ကြီးများဖြစ်ကြ၏။

✎ ✎ ✎

၃၃၉။ တစ်ဖက်သားနှင့် စကားပြောသောအခါ သဘောချင်း မတိုက်ဆိုင်သည့် အကြောင်းအရာက ^စ မပြောပါနှင့်။ သူနှင့်

သဘောချင်း တိုက်ဆိုင်တာက စပြီး ပြောပါ။ စ ပြောကြကတည်းက တစ်ဖက်လူပါးစပ်က ''ဟုတ်ကဲ့-ဟုတ်တာပေါ့'' ပြောထွက်လာအောင် ကြိုးစားပါ။ ''ဟာ မဟုတ်တာချာ ဘယ်ဟုတ်ရမှာလဲ'' ဆိုတာ ပြောစရာမဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။ တစ်ဖက်လူ Yes (ယက်စ်) OK (အိုကေ)တွေ ပြောထွက်လာစေသော နည်းကို လမ်းကြောင်းပေးဖို့ အလွန်အရေးကြီးပါသည်။

၃၄၀။ တစ်ဖက်သားကို သူပြောချင်တာ ဝအောင် ပြောပါစေ။ တစ်ဖက်သားစကားတွေ ပြောချင်သလောက် ပြောပါစေ။ နားထောင်နေလိုက်ပါ။

၃၄၁။ သင်က တစ်ဖက်သားအား ပေးအပ်သော အကြံသည် သူ၏ အကြံသာဖြစ်သည်ဟု အထင်ရောက်နေပါစေ။

၃၄၂။ သင်သည် စိတ်ကူးတစ်ခုရလာလျှင် တစ်ဖက်လူမှာ သူ့စိတ်ကူးဟု ထင်မှတ်သွားပါစေ။

၃၄၃။ တစ်ဖက်လူဝယ်ချင်တာ၊ လိုချင်တာ သူ့စိတ်ကူးဆန္ဒအရသာ ဖြစ်ပါစေ။

၃၄၄။ သင်သည် တစ်ဖက်သားကို ဒေါသလည်းမဖြစ်၊ မျက်မုန်းလည်း မကျိုးစေဘဲ တစ်ဖက်သားဘက်မှနေ၍ အရာခပ်သိမ်းကို ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်အောင် စိတ်ကောင်းစေတနာကောင်းနှင့် ကြိုးစားပါ။

✎ ✎ ✎

၃၄၅။ သင်သည် တစ်ဘက်လူ၏ဘက်က ကြည့်နည်းကို ရိုးသားစွာ ပြုတတ်ပါစေ။ သူ့ဘက်က ကြည့်ပါ။ သူ့ဘက်ကို မြင်တတ်ပါစေ။

✎ ✎ ✎

၃၄၆။ တစ်ဖက်သားကို သင့်ဘက်သို့ပါအောင် လုပ်လိုလျှင် တစ်ဖက်သား၏ အယူအဆ အလိုဆန္ဒတို့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကိုယ်ချင်းစာ တတ်ပါစေ။

၃၄၇။ တစ်ဖက်လူ၏ အတွေးအမြင်နှင့် လိုအင်ဆန္ဒကို စာနာပါ။

၃၄၈။ သူတစ်ဖက်သား၏ မြင့်မြတ်သောစိတ်ဓာတ်ကို နှိုးဆွပါ။

၃၄၉။ သင်၏ အကြံအစည်များဖြင့် တစ်ဖက်သား၏ စိတ်အာရုံကို ဆွဲဆောင်နိုင်အောင် ပြုပြင်ပေးပါ။

✎ ✎ ✎

၃၅၀။ တစ်ဖက်လူ ကိုယ့်ဘက်ပါအောင် ဆွဲဆောင်ချင်လျှင် သင့်စိတ်ကူးမှာ တစ်ဖက်လူ စိတ်လှုပ်ရှားလာအောင် ပြောပြ၊ တင်ပြ နှိုင်းယှဉ်ပြပါ။

✎ ✎ ✎

၃၅၁။ ကိုယ့်စိတ်ကူးကို ကြားရသူ စိတ်လှုပ်ရှားလာအောင် တင်ပြတတ်ပါစေ။

✎ ✎ ✎

၃၅၂။ စိတ်တက်ကြွနေသူတွေ၊ အရှည်အသွေးတက်နေသူတွေ ကိုယ့်ဘက်ပါအောင် ဆွဲဆောင်ချင်လျှင် သူတို့၏ ယှဉ်ပြိုင်လိုစိတ်ကို ရိုးသားစွာ နှိုးဆွပေးပါ။

✎ ✎ ✎

၃၅၃။ တစ်ဦးထက်တစ်ဦး သာလိုသောဆန္ဒကို ပေါ်လာအောင် ပြုလုပ်ပေးခြင်းသည် စိတ်အားထက်သန်သူတို့ကို နှိုးဆွပေးနိုင်သည့် မများသော ဆေးတစ်လက်ဖြစ်၏။

၃၅၄။ ကိုယ့်အစွမ်းကိုပြရန် အခွင့်အလမ်း၊ ကိုယ့်တန်ဖိုးကိုပြရန် အခွင့်အလမ်း၊ တစ်ဖက်သားထက်သာသည်ကို ပြရန် အခွင့်အလမ်း တို့ကို လူတိုင်း နှစ်သက်ကြပေသည်။

✎ ✎ ✎

၃၅၅။ သူထက်ငါ သာချင်သောစိတ်သည် လူတကာမှာ ရှိတတ်ပါသည်။ ထိုစိတ်ဖြင့် ယှဉ်ပြိုင်၍ ဘဝနှင့်အခြေအနေကို အံတုပြီး အနိုင်ယူခဲ့ကြရပါသည်။ သူသူငါငါ ဘဝပြောင်းလဲသွားစေတာလည်း ဤစိတ်ပင်ဖြစ်၏။ တစ်ဖက်သားထက် သာလိုသောဆန္ဒ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးချင်သောဆန္ဒ၊ သူသည်အမှန်တကယ် အရေး

ပါသူ တစ်ယောက်ဆိုတာ ပြုလိုသောဆန္ဒ၊ ယှဉ်ပြိုင်၍ အနိုင်ယူလိုသောစိတ်။ ဤစိတ်သည် အောင်မြင်သူအားလုံး၏ အခြေခံဖြစ်၏။ သူထက်ငါသာအောင် လုပ်ရတာကို အောင်မြင်သူတွေ နှစ်ခြိုက်တတ်ပါသည်။ အားကစားစိတ်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ ယှဉ်ပြိုင်ပွဲမှာ အနိုင်ကြိုးရတာသည် လူတစ်ယောက်မှာရှိသည့် အရည်အသွေးများကို လူသိရှင်ကြား ဖော်ထုတ်ရခြင်းဖြစ်၏။ သူ့တန်ဖိုး တစ်ပါးသူထက် သာသည်ဆိုသော စိတ်၊ ယှဉ်ပြိုင်ရာမှာ အနိုင်သာရရမည်ဆိုသောဆန္ဒ၊ ဤသည်မှာ လူ၏ အခြေခံသဘာဝစိတ်ဖြစ်၏။ ထိုစိတ်ကို ကိုင်လှုပ်ပေးရမည်။

၃၅၆။ သင်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ တွေ့နေကြသောသူများကို သူတို့အစွမ်းရှိသရွေ့ စွမ်းဆောင်နိုင်အောင် ချီးမွမ်းစကား ပြောကြားပေးနိုင်လျှင် ထိုသူများကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲရုံသာမက လူသစ်ပကတိဖြစ်အောင်ပင်ပြုလုပ်ပေးနိုင်မည်ဖြစ်၏။

၃၅၇။ လူတိုင်း၌ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးသော သဘောရှိသည်ဖြစ်၍ တစ်ဖက်သားကို အပြစ်တင်ခြင်းဖြင့် အပြစ်တင်ခံရသူသည် ထိုအပြစ်ကို မစွန့်ရုံသာမက ထိုသူနှစ်ဦးသည် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အချစ်ပျက်တတ်၏။ အခင်မင်ပျက်တတ်၏။

၃၅၈။ သူတစ်ပါးကို ပြက်ရယ်ပြုခြင်း၊ စော်ကားခြင်းဖြင့် မိမိဘက် သို့ပါလာအောင် မည်သည့်အခါမျှ မတတ်နိုင်။

✎ ✎ ✎

၃၅၉။ မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်ထားသော အလုပ်များကို မှားသည် ဖြစ်စေ၊ မှန်သည်ဖြစ်စေ အပြစ်ဆိုခြင်းကိုမူကား မည်သူမျှ မကြိုက် ကြချေ။

✎ ✎ ✎

၃၆၀။ ကျွန်ုပ်သည် "လူတစ်ယောက်အား မှားသည်ဟု စွပ်စွဲခြင်း သည် အကျိုးမရှိ" ဟူ၍ စွဲစွဲမြဲမြဲကြီး ယုံကြည်ပါ၏။

✎ ✎ ✎

၃၆၁။ အနည်းငယ် အလိုလိုက်ပြီးလျှင် တစ်ဖက်သားကို မှားသည် ဟု မစွပ်စွဲမိအောင် မိမိနှုတ်ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ခြင်းသည် များစွာ အကျိုးရှိလေသည်။

✎ ✎ ✎

၃၆၂။ အောင်မြင်သူတို့၏ လျှို့ဝှက်ချက်တစ်ခုဆိုလျှင် ရိုးသားဖြူစင် သောစိတ်ဖြင့် လူတစ်ဖက်သားအား အားတက်အောင်ပြောဆို ချီးမွမ်း တတ်သည့် အလေ့အကျင့်ဖြစ်ပါသည်။

✎ ✎ ✎

၃၆၃။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မကျေမနပ်ဖြစ်နေသောအခါ တစ်ဖက်သား၏ အယူအဆကို နားလည်အောင် ကြိုးစားခြင်းထက် ထိုသူအား ကဲ့ရဲ့ခြင်း၊ အပြစ်တင်ခြင်းပြုလုပ်ရန် ပို၍လွယ်ကူ၏။ ချီးမွမ်းခြင်းထက် အပြစ်ရှာခြင်းကို ပြုလုပ်ရန် ပို၍ လွယ်ကူ၏။ တစ်ဖက်သား အလိုရှိသည့်အရာကို ပြောခြင်းထက် မိမိအလိုရှိသည့်အရာကိုပြောရန် ဓမ္မတာအတိုင်း ပို၍ လွယ်ကူ၏။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ၎င်းတို့ကို ပြောင်းပြန် ကျင့်သုံးအပ်ကုန်၏။

၃၆၄။ သင်သည် စိတ်တိုတတ်သော ဝယ်သူကို ကျေနပ်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးရန်သော်လည်းကောင်း၊ သင့်ဇနီးကို သင့်အလိုသို့ ပါအောင် ဆွဲဆောင်ရန်သော်လည်းကောင်း၊ သင်၏ကလေးကို ထိန်းသိမ်းရန်သော်လည်းကောင်း၊ ပြဿနာတစ်မျိုးမျိုးနှင့် ရင်ဆိုင်တိုးရသည်ရှိသော် သင်လုပ်နေကျ စိတ်နောက်ကိုယ်ပါ မလုပ်မိရန် ဖြည်းနေးပါစေ။ ဤသို့ စိတ်နောက်ကိုယ်ပါ ပြုလုပ်ခြင်းသည် များသောအားဖြင့် မှားတတ်၏။

၃၆၅။ အကြင်လင်နှင့်မယားတို့သည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာလိုကြပါလျှင် နားပူနားဆာ မလုပ်ပါနှင့်။ အိမ်ထောင်ရေး သာသာယာယာ ရှိစေလိုလျှင် နားပူနားဆာလုပ်ခြင်းကို ရှောင်ပါ။

၃၆၆။ နားပူနားဆာလုပ်ခြင်းသည် အကြင်လင်မယားတို့၏ ''အသက်ဘူး'' ဖြစ်သော အချစ်ကိုပင် ပြန်၍ ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်၏။

၃၆၇။ အချစ်ကို ပြယ်အောင်လုပ်ရန် အစွမ်းဆုံးသော ဆေးသည် နားပူနားဆာလုပ်ခြင်းပင်ဖြစ်၏။ ဤဆေးကို သုံးလိုက်လျှင် မည်သည့် အချစ်မျိုးမျှ မခံနိုင်ချေ။ အချစ်မှန်သမျှ ပျက်ပြယ်သွားရ၏။

၃၆၈။ မြွေဟောက်၏ အဆိပ်သည် သတ္တဝါဟူသရွေ့ကို သတ်ဖြတ် ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်သလို နားပူနားဆာလုပ်ခြင်းသည် အချစ်ဟူသရွေ့ကို သတ်ဖြတ်ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်၏။

၃၆၉။ မိသားစုစိတ်ချမ်းသာရေးအတွက် ချစ်ပါ၊ ကြိုက်ပါ၊ ကြင်နာပါ၊ ယုယပါ၊ မြတ်နိုးပါ၊ သို့သော် နေတတ်သလို နေပါစေ။ သူ့အချစ်၊ သူ့မေတ္တာ၊ သူ့အကြိုက်၊ သူ့စရိုက်နှင့် အလိုက်အထိုက် နေတတ်ပါစေ။

၃၇၀။ လူတိုင်းမှာ သူ့စရိုက်နှင့် သူ့အကြိုက် ကိုယ်စီရှိကြ၏။ ဤ အချက်ကိုသိပါ၊ သတိရှိပါ။ မလိုရာမှာ မနှောင့်ယှက်မိပါစေနှင့်။

အကြမ်းဖက်ဖို့ဆို ထည့်ကို မစဉ်းစားမိလေနှင့်။ သူ့အချစ် သူ့အကြိုက်နှင့် အလိုက်အထိုက် နေထိုင်သွားဖို့ လိုအပ်လှပါ၏။ ကိုယ်ကြိုက်ရှာသူမှာ မိမိကိုယ်၌ကလည်း သူ့ကြိုက်ဖြစ်ရပါလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် အိမ်ထောင်သုခ ရလိုသူများသည် တစ်ဖက်သားကို ကျော်လွှားသမှု မပြုမိပါစေနှင့်။

✎ ✎ ✎

၃၇၁။ ကျွန်ုပ်တို့၏စိတ်ကို အတင်းအကျပ် အနှောင့်အယှက် မဖြစ်စေဘဲနှင့် တစ်ဖက်သားတို့ သူတို့ဘာသာ စိတ်ချမ်းမြေ့အောင် နေတတ်သလို နေထိုင်သော အလေ့အကျင့်များကို ကျွန်ုပ်တို့သည် အနှောင့်အယှက်မပြုသင့်ပေ။ ဤနည်းသည် အကြင်လင်မယားတို့ သာမက လူတို့နှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရာတွင် ရှေးဦးစွာလိုက်နာရသော နည်းဖြစ်လေသည်။

✎ ✎ ✎

၃၇၂။ အိမ်ထောင်တည်တံ့ရန်အရေးတွင် လူကောင်းကို ရှာယူရုံနှင့် မပြီးသေးဘဲ မိမိကိုယ်တိုင်ကလည်း လူကောင်းဖြစ်ရန် လိုပေသေးသည်။

✎ ✎ ✎

၃၇၃။ အကြင်လင်မယားတို့သည် တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ငြီးငွေ့အောင် မလုပ်သင့်ချေ။

✎ ✎ ✎

၃၇၄။ မိသားစု စိတ်ချမ်းသာလိုလျှင် လင်ယောကျ်ား၊ ဇနီးမယား၊ သားသမီးများကို ဆူပူကြိမ်မောင်းခြင်း မပြုပါနှင့်။ အထူးသဖြင့် ကလေးများကို ဝေဖန်ပြစ်တင်ခြင်း အလျဉ်းမပြုမိပါစေနှင့်။

✎ ✎ ✎

၃၇၅။ အိမ်ထောင်ဖက်များသည် တစ်ရာလျှင် ငါးဆယ်လောက် စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းမှာ အခြားကြောင့်မဟုတ်၊ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ဆူပူကြိမ်းမောင်းခြင်းကြောင့်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၃၇၆။ ဇနီးမောင်နှံနှစ်ဦးတို့သည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မဝေဖန်ပါနှင့်။ ဝေဖန်သမှု မပြုမိစေနှင့်။ အိမ်ထောင်များစွာ ပြိုကွဲပျက်စီးရခြင်းများတွင် ငါးဆယ်ရာနှုန်းမှာ အိမ်ထောင်ဖက်ကို ဝေဖန်ပြစ်တင်ခြင်း အရင်းခံဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အိမ်ထောင်ရေး စိတ်ချမ်းသာလိုလျှင် မဝေဖန်ပါနှင့်။ အပြစ်ရှာ ဆောင်မှုမပြုပါနှင့်။

✎ ✎ ✎

၃၇၇။ သင့်မိသားစု စိတ်ချမ်းသာမှု ရှိစေလိုလျှင် ရိုးသားဖြူစင်သော စိတ်နှင့် ချီးမွမ်းပါ။ စေတနာဖြင့် ချီးကျူးရန် မမေ့ပါနှင့်။ ရိုးသားစွာ ချီးကျူးသြဘာဆိုပါ၊ ပြုပါ။

၃၇၈။ သင့်မိသားစု စိတ်ချမ်းသာမှု ပြုချင်ပါလျှင် အသေးအဖွဲလေး တွေမှာ ဂရုစိုက်ပါ။ အသေးအဖွဲလေးများက အစ ဂရုစိုက်ပါ။

၃၇၉။ များသောအားဖြင့် လင်မယားအချင်းချင်း မသင့်မတင့် ဖြစ်ရခြင်းမှာ အခြားကြောင့်မဟုတ်၊ အသေးအဖွဲကိစ္စကလေးများကြောင့်ပင်ဖြစ်၏။

၃၈၀။ သင့်အိမ်ထောင်စု ချမ်းသာသုခ ပြည့်ဝစေချင်လျှင် ပြောဆိုဆက်ဆံရေး ယဉ်ကျေးပါ။ ယဉ်ကျေးပျူငှာ ပြောဆိုတတ်ပါစေ။

၃၈၁။ အိမ်ထောင်ရေးမှာ ချမ်းသာသုခရလိုလျှင် အိမ်ထောင်ရေးဆိုင်ရာ ပညာပေးစာအုပ်ကောင်းများ ဖတ်ရှုလေ့လာပါ။ အိမ်ထောင်သည်တို့၏ ရာဂစိတ်ပြေငြိမ်းကြောင်း စာအုပ်ကောင်းကို ဖတ်ပါ။ အိမ်ထောင်မှုကိစ္စမှာ နုလပိန်းတုံး မဖြစ်ပါစေနှင့်။

✎ ✎ ✎

၃၈၃။ ယောကျ်ားတစ်ယောက်အတွက် 'အိမ်ထောင်' ဆိုတာ ဘဝ တစ်စိတ်တစ်ဒေသဖြစ်၏။ မိန်းမတစ်ယောက်အတွက် များသောအား ဖြင့် 'အိမ်ထောင်' ဆိုတာ ဘဝတစ်ခုလုံးဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၃၈၄။ ယောကျ်ားတစ်ယောက်အတွက် အိမ်ထောင်ကွဲသွားသည် ဆိုခြင်းမှာ သူ့ဘဝမှာ သိပ်ထိခိုက်နစ်နာမှု မရှိလှဘူးဟူ၍ ဆိုနိုင်၏။ မိန်းမတစ်ယောက်အတွက်မှာကား အိမ်ထောင်ကွဲသွားတာသည် အင်မတန် ကြီးမားသော ထိခိုက်မှု၊ နစ်နာမှု၊ ဆုံးရှုံးမှုဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၃၈၅။ မိန်းမများသည် ယောကျ်ားများထက် ပိုပြီး သတ္တိကောင်း သည် မကောင်းသည်ဆိုတာကို မပြောတတ်သော်လည်း တကယ် အရေးကြုံလာသောအခါမှာ ယောကျ်ားများနှင့်တန်းတူ သတ္တိကောင်း ကြ၏။

၃၈၆။ ခံနိုင်ရည်ရှိခြင်း၊ ဖွဲရှိခြင်းသည် သတ္တိ၏ အနှစ်သာရပင် ဖြစ်လေသည်။

✎ ✎ ✎

၃၈၇။ သတ္တိဆိုတာ ရေရှည်ကို တွက်ရသော ဂုဏ်မျိုးဖြစ်၏။ ခဏတဖြုတ် ကိစ္စမျိုးမှာ ဘယ်လိုလူမျိုးမဆို သတ္တိကောင်းနိုင်ကြ၏။

၃၈၈။ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးအတွက်ကို ကြည့်လိုက်မည်ဆိုလျှင် ကာယသတ္တိထက် စိတ်ဓာတ်သတ္တိက ပို၍ တန်ဖိုးရှိ၏။

✎ ✎ ✎

၃၈၉။ လောကကြီးမှာ ပေါ်ပေါက်လာသမျှသော ကောင်းမြတ်သည့် အရာဟူသမျှသည် "ကာယသတ္တိ၊ စာရိတ္တသတ္တိ" နှစ်မျိုးလုံး ပြည့်စုံသောသူများက ဖန်တီးခဲ့ခြင်းဖြစ်၏။

၃၉၀။ လောကကြီးတစ်ခုလုံးက သတ္တိကောင်းသော သူများကိုသာလျှင် အထင်ကြီး၏။ သတ္တိကောင်းသူများကိုသာလျှင် ဩဘာပေးလေ့ရှိ၏။

✎ ✎ ✎

၃၉၁။ ဤလောကကြီး၌ သတ္တိရှိသောသူများသာလျှင် နေရာကောင်းရှိပါ၏။ သတ္တိရှိလျှင် ဘဝမှာ ရှေ့တက်ပါ။ သတ္တိမရှိလျှင် နောက်ဆုတ်ပါ။ နေရာဖယ်ပေးလိုက်ပါ။

✎ ✎ ✎

၃၉၂။ လူတစ်ဦး၌ ကိုယ်ပိုင်သတ္တိများ အပုံတစ်ရာရှိလျှင် ထိုသူသည် ဆယ်ပုံကိုသာလျှင် အသုံးချ၏။ ကြီးပွားတိုးတက်အောင်မြင်လိုသူသည် မိမိမှာရှိပြီး ကိုယ်ပိုင်သတ္တိများကို ရှိရှိသရွေ့ အသုံးချနိုင်အောင် လေ့ကျင့်ရပေမည်။

✎ ✎ ✎

၃၉၃။ လူအများနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနိုင်သည့် စွမ်းရည်သတ္တိသည် သကြား၊ နို့ဆီ၊ ကော်ဖီတို့လို ပိုက်ဆံပေးပြီးဝယ်လျှင် ရနိုင်သော လူသုံးကုန်တစ်မျိုးပင်ဖြစ်၏။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤစွမ်းရည်သတ္တိကို ကမ္ဘာပေါ်ရှိ အခြားပစ္စည်းများထက် ပိုက်ဆံပိုပေးပြီး ဝယ်ယူသင့်ပါ၏။

✎ ✎ ✎

၃၉၄။ ကျွန်ုပ်တို့ဘဝတွင် အမှန်တကယ် ဖြစ်သင့်တာနှင့် ယခုဖြစ်နေကြတာကို နှိုင်းစာကြည့်လျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့ ဖြစ်သင့်တာထက် ထက်ဝက်လောက်သာ ပြည့်စုံသေး၏။ ကျွန်ုပ်တို့၌ရှိသော ကိုယ်နှင့်စိတ်ပါ သက်ဆိုင်သည့် တန်ခိုးသတ္တိများကို ကျွန်ုပ်တို့သည် အနည်းငယ်မျှသာ သုံးစွဲလျက်ရှိ၏။ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းနှင့် ဘွင်းဘွင်းကြီး ဖွင့်ပြောရလျှင် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်တွင် မိမိသုံးစွဲနေသည့် သတ္တိထက်ပိုသော သတ္တိထူးများ ရှိလေသေး၏။ ထိုသူ၌ သူကိုယ်တိုင် ထုတ်မသုံးဖူးသေးသော စွမ်းအားတန်ခိုးသတ္တိများစွာ

တို့သည် ကျန်ရှိနေပေသေး၏။ ၄င်းတို့ကို ထုတ်သုံးနိုင်လျှင် ယခု ဖြစ်နေသော အခြေအနေထက် တိုးတက်၍ ဖြစ်သင့်တာမှန်သမျှ အားလုံး ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြစ်လာပေလိမ့်မည်။

✎ ✎ ✎

၃၉၅။ ပညာဆိုသည်မှာ လူတစ်သက်တာကာလတွင် တွေ့ကြုံရသော အဖြစ်အပျက်အမျိုးမျိုးတို့ကို ကျွမ်းကျင်နိုင်နင်းစွာ ထိန်းသိမ်းစီမံအုပ်ချုပ်နိုင်သော စွမ်းရည်သတ္တိပင်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၃၉၆။ ပညာ၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ ဗဟုသုတစုရန်မဟုတ်၊ စုပြီးသားဗဟုသုတကို အသုံးချရန်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၃၉၇။ တစ်ပြည်ရှိသော ချင့်ချိန်သုံးသပ်ခြင်းသည် တစ်တင်းရှိသော ဗဟုသုတထက် ပို၍ တန်ဖိုးရှိ၏။

၃၉၈။ ဤလောက၌ အတက်ပညာထက် အခြေအနေတွေကို ချင့်ချိန်သုံးသပ်နိုင်သော အသိအမြင်က ပိုပြီး အရေးကြီးတာမျိုး တွေရှိလေသည်။

✎ ✎ ✎

၃၉၉။ အတတ်ပညာထက် အသိပညာက ပိုပြီး နေရာများစွာမှာ အရေးကြီးသည်။

၄၀၀။ အတတ်ပညာသည် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအတွက်ဖြစ်၏။ အသိပညာသည် ဘဝငြိမ်းချမ်းရေးအတွက်ဖြစ်၏။

၄၀၁။ လူမှုပြဿနာများကို ဖြေရှင်းသောအခါမှာ အခြေအနေတွေကို မှန်မှန်ကန်ကန် ရှုမြင် သုံးသပ်နိုင်သည့် အသိအမြင်ရှိလျှင် မလိုလားအပ်သော လူမှုအနိဋ္ဌာရုံတွေ မဖြစ်ပေါ်ဘဲ ပြေပြေလည်လည် အောင်အောင်မြင်မြင် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

၄၀၂။ လောက၌ အခက်အခဲတို့သည် အသိဉာဏ်ရှိသူအတွက် ချမ်းသာမှုလက်ဆောင်ကို ပေးတတ်ကြ၏။

၄၀၃။ သင်၏ ဘဝခရီးတစ်လျှောက် ဖြောင့်ဖြူးသာယာချမ်းမြေ့စွာဖြင့် ကိစ္စအားလုံး အဆင်ချောလိုပါက (၁) ဘယ်သူ့ကိုမှ မဝေဖန်ပါနှင့်၊ (၂) လူတိုင်းကို ချီးမွမ်းတတ်ပါစေ။

၄၀၄။ လောက၌ လူကောင်းဖြစ်စေ၊ လူဆိုးဖြစ်စေ၊ မည်သူမဆို ဝမ္မနှင့်အညီ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်လိုကြသည်ချည်းဖြစ်၏။ "**သူမတရားဘူး**" ဟူ၍ မည်သူမျှ အပြောမခံလိုကြ။ "**သူတရားတယ်**"

ဟူ၍သာ အပြောခံချင်ကြသူချည်းဖြစ်၏။ ဤသည်မှာ လူ့ဘဝ၏ ဇိဇမမှုတာဖြစ်၏။

၄၀၅။ လောက၌ လုံးဝ အကဲ့ရဲ့ခံရသူ၊ လုံးဝ အချီးမွမ်းခံရသူ မည်သည့် ရှေးကလည်း မရှိခဲ့စဘူး။ ယခုအခါ၌လည်းမရှိ၊ နောင် အခါလည်း ရှိလိမ့်မည်မဟုတ်။

၄၀၆။ မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမခြင်းသည် သူတစ်ပါးကို ဆုံးမခြင်းထက် မြတ်၏။

၄၀၇။ မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်မျှ မိမိစိတ်၏ ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ် ချက်၊ ကိုယ်ပိုင်ဝန်ခံချက် ဟူသော စိတ်ပဋိညာဉ် မရွှေ့ပြောင်းခြင်း သည် အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီဖြစ်၏။

၄၀၈။ လူကောင်းတစ်ယောက်၏ဘဝ၌ အကောင်းဆုံး အစိတ် အပိုင်း ဆိုသည်မှာ မကြီးကျယ်သော၊ အမည်နာမ မဖော်ပြသော၊ အမှတ်တရပြုမနေသော၊ အကြင်နာမေတ္တာ ပြဋ္ဌာန်းသော အပြုအမူ လေးများပင်ဖြစ်၏။

၄၀၉။ ထိုနေရာသည် ဤနေရာထက် ပိုမကောင်းချေ။ အနာဂတ်သည် ပစ္စုပ္ပန်ထက် ပိုမကောင်းချေ။ ပစ္စုပ္ပန်သည်သာလျှင် တန်ဖိုးအရှိဆုံးဖြစ်၏။ အနာဂတ်ကို မျှော်ပြီး ပစ္စုပ္ပန်ကို ပြုတ်မစားသင့်ချေ။

✎ ✎ ✎

၄၁၀။ သင်၏ လက်ထဲမှာရှိသော ငါးတစ်ကောင်သည် ရေထဲမှာရှိသော ငါးနှစ်ကောင်ထက် အဖိုးတန်၏။

✎ ✎ ✎

၄၁၁။ သင်မျှော်လင့်တောင့်တနေသော အနာဂတ်သည် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်လာသောအခါ သင့်မှာ ထိုပစ္စုပ္ပန်ထက် ပိုကောင်းသည်ဟု ထင်ရသော နောက်ထပ် အနာဂတ်တစ်ခု ရဦးမည်သာဖြစ်၏။ မျှော်လင့်နေခြင်းသည် ဆုံးတော့မည်မဟုတ်ချေ။ လက်ရှိကို အကောင်းမထင်တတ်ခြင်းသည် လူ့သဘာဝဟုပင် ဆိုရမည်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၄၁၂။ သူတစ်ပါးသည် သင်၏ မှန်များပင်ဖြစ်၏။ သူတစ်ပါးမှာ အမှားတစ်ခုခု၊ ချို့ယွင်းချက်တစ်ခုခု တွေ့သောအခါ ကိုယ့်မျက်နှာကို မှန်ထဲမှာ ကြည့်နေသလို သဘောထားပါလေ။

၄၁၃။ သူတစ်ပါးကို အပြစ်မြင်ပါလျှင် အပြစ်မျိုးကို ကိုယ့်မှာ ရှာကြည့်ပါ။ ရှိနေတတ်တာပဲ များပါသည်။ ကောင်းတာမြင်လျှင်လည်း ယင်းသို့ ကောင်းတာ ကိုယ့်မှာကော မရှိဘူးလား။ ရှိလျှင် ကောင်း

ပါသည်။ ကောင်းသထက်ကောင်းအောင် ကြိုးစားရမည်ဖြစ်၏။ ဝရို သေးလျှင်ကား ရှိလာအောင် ကြိုးစားရမည်ဖြစ်၏။

၄၁၄။ သင့်ဘဝကို သင် မည်သို့ ပြုလုပ်သည်ဆိုသည်မှာ သင့်အပေါ်မှာပဲ မူတည်ပါ၏။

၄၁၅။ သင့်အတွက် အဖြေသည် သင့်လက်အတွင်းမှာပဲ ရှိပါ၏။ သင့်ဘဝနှင့် ပတ်သက်သော မေးခွန်းများ၏ အဖြေသည် သင့်လက်အတွင်းမှာပဲရှိပါ၏။

၄၁၆။ လူမှန်လူမြတ် လူတော်လူကောင်းတို့သည် အသက်ရှင်ဖို့ စားရခြင်းဖြစ်၏။ စားဖို့ အသက်ရှင်နေခြင်းမဟုတ်။ ထမင်းစားဖို့ အလုပ်လုပ်နေခြင်းမဟုတ်၊ အလုပ်လုပ်ဖို့သာ ထမင်းစားနေခြင်းဖြစ်၏။

၄၁၇။ လူ့ဘဝကို ရခြင်းသည် အသိဉာဏ်ရဖို့ဖြစ်၏။ ဘဝ၏ အနှစ်သာရသည် အသိဉာဏ်ဖြစ်၏။ တစ်ရက်ကြီးသွားတိုင်း ကြီးသွားတိုင်း အသိဉာဏ်တိုးတိုးနေမှ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်ပေလိမ့်မည်။

၄၁၈။ လောကမှာ လူတိုင်း အရေးပါသူဖြစ်၏။ ကလေးက အစ အရေးပါ၏။ အမှန်တကယ် ပြောရမည်ဆိုလျှင် ကိုယ့်ကို အနှောင့် အယှက်ပေးသူ၊ ဒုက္ခပေးသူသော်မှ ကိုယ့်ဘဝမှာ အရေးပါ၏။ အရေး မပါသူဟူမရှိ။ သေးသေးနက်နက် စဉ်းစားကြည့်ပါမှ ဤအချက်ကို သိမည်ဖြစ်၏။

၄၁၉။ (၂၄)ပစ္စည်း ပဋ္ဌာန်းနည်းဖြင့် စစ်ကြောဝေဖန်လျှင် ရန်သူ သည်ပင် မိမိ၏ ကျေးဇူးရှင်ဖြစ်ရကား လောကတစ်လွှား၌ ကျေးဇူးရှင် မဟုတ်သော သက်ရှိ သက်မဲ့ အရာဟူ၍ ဘာတစ်ခုမျှ မရှိချေ။

၄၂၀။ ဘဝခရီးမှာ ပြဿနာတစ်ခုခုဖြစ်လာလျှင် အလျင်ဆုံး ကိုယ့် ကိုယ်ကို ပြုပြင်ပါ။ ပြဿနာဖြစ်သည်ဆိုကတည်းက နှစ်ယောက် စလုံးကြောင့် ဖြစ်ရခြင်းဖြစ်၏။ သို့ရာတွင် ကိုယ့်ဘက်ကပဲ စပြီး ပြုပြင်ပါလေ။

၄၂၁။ လောကရေးရာ အဖြာဖြာ၌ အခက်အခဲသည်သာလျှင် မြင့်မြတ်သူအတွက် တန်ဖိုးဖြတ်၍ မရသော ဘဝအတွေ့အကြုံ တစ်ခုပင်ဖြစ်၏။

၄၂၂။ လူနှင့် တိရစ္ဆာန်တို့၏ အဓိကခြားနားချက်မှာ လူသည် အဆိုးကို ကိုယ်တိုင်သော်လည်းကောင်း၊ အရိပ်ပြရုံဖြင့်လည်းကောင်း သိရှိနားလည်၏။ ထို့နောက် ယင်းအဆိုးကို ဖယ်ရှားပစ်၏။ တိရစ္ဆာန်မှာမူ အဆိုးကို မသိနားမလည်။ သို့သော် အဆိုးကို မဖယ်ရှားပဲ နေ၍ မဖြစ်သဖြင့် ဖယ်ရှားပစ်ရလေ၏။

၄၂၃။ လောကမှာ များစွာသော သတ္တဝါတို့သည် အထိနိုက် အနစ်နာခံရပြီးမှသာလျှင် အမှန်သို့ ရောက်ရှိလာတတ်ကြ၏။

၄၂၄။ ဒုက္ခသည်သာလျှင် လူ့မှန်ကန်မှု၏ 'မှတ်ကျောက်' ဖြစ်၏။ ယင်းမှတ်ကျောက်ကို လူ့အကျိုးဆောင် ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ဖြတ်သန်းကျော်လွှားသွားရ၏။

၄၂၅။ ဒုက္ခသည် တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်လာရခြင်းဖြစ်သော်ငြားလည်း ယင်းဒုက္ခ၏ အကျိုးကျေးဇူးမှာ အကောင်းဖြစ်နေတတ်၏။

၄၂၆။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ယခုအချိန်၌ ကြံ့ကြံ့ခံနိုင်ကြ၏။ ထို ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ကြိုးပမ်းမှုအရ သာလျှင် အနာဂတ်ဇာမှာ လောက ကြီးသည် အမြိုက်သီးကို ချိုမြိန်စွာစားသုံးရပေလိမ့်မည်။

၄၂၇။ အဆင်ခြင် အစဉ်းစားဉာဏ်မရှိဘဲ မလိုအပ်သည့် ဒုက္ခမျိုးကို ခံစားခြင်းဖြင့် သုခကို မရနိုင်ချေ။ သုခအတွက် ချုပ်တည်းမှုသာ လိုအပ်၏။ ဒုက္ခခံဖို့ မလိုချေ။

၄၂၈။ အကယ်၍ ငါသည် အကြိမ်တစ်ထောင် အောင်မြင်မှု မရလျှင် အကြိမ်တစ်ထောင့်တစ်ကြိမ်ကြိုးစားဖို့ရန် အသင့်ပင်ရှိ၏။

၄၂၉။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လှည့်စားသူသည် ကမ္ဘာလောကကို လှည့်စား သူဖြစ်၏။

၄၃၀။ ဘဝတစ်ခုကို ရုပ်လုံးပေါ်လာအောင် ထုဆစ်သည့်အရာမှာ လူ့စိတ်ပင်ဖြစ်၏။

၄၃၁။ သင်၏ဘဝတစ်ခုကို လှပစွာ၊ အချိုးကျစွာ၊ အောင်မြင်စွာ ထုဆစ်လိုပါလျှင် (၁) အပြုဘက်ကို အမြဲတွေးတတ်သောစိတ်ကို

မွေးမြူပါ၊ (၂) အကောင်းဘက်ကို အမြဲမျှော်လင့်သောစိတ်ကို ပေးကျင့်ပါ။ (၃) အောင်ရမည် ဟူ၍သာ စိတ်က အမြဲယုံကြည်ပါ။

✎ ✎ ✎

၄၃၂။ သင်သည် တကယ်တမ်းအောင်မြင်လိုပါက ဘာ့ကြောင့်၊ ဘယ့်နှယ်၊ ဘယ်လို၊ ဘယ်သို့ဟူ၍ ဆင်ခြေကန်တတ်၊ အကြောင်းပြတတ်သော အဖျက်စိတ်ကို အလျှင်ပယ်ဖျောက်ပစ်ပါလေ။

✎ ✎ ✎

၄၃၃။ ဘဝမှာ အောင်မြင်ကြီးမြင့်လိုသူသည် လောလောဆယ် အခြေအနေအရ လူက အောက်ကျနေသော်လည်း စိတ်က အောက်တန်းကျမနေရချေ။ ''လူနေချုံကြား'' ဖြစ်နေသော်လည်း ''စိတ်နေဘုံဖျား'' ထားရမည်။ သို့မှသာ ချုံကြားမှ ဘုံဖျားသို့ ရောက် ရှိနိုင်မည်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၄၃၄။ လူဆိုတာ အလုပ်လုပ်ရ၏။ လူတိုင်း လူတိုင်း အလုပ်လုပ်ရတာချည်းပင်ဖြစ်၏။ လူ့လောကကြီးဆိုတာက အလုပ်လုပ်ရသော လောကကြီးပင်ဖြစ်၏။ အလုပ်မလုပ်သောသူသည် အောက်ကျနောက်ကျဖြစ်သွားရပေလိမ့်မည်။

✎ ✎ ✎

၄၃၅။ လူ့ဘဝ၏ အဓိက ကျေနပ်စရာတွေထဲမှာ အလုပ်သည် တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်၏။

၄၃၆။ ဒုက္ခအခက်အခဲနှင့် ကြုံတွေ့လာလျှင် ငေးမှိုင်နေမည့်အစား ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအားပေါ်အောင် ကြိုးစားဖို့သာ လူတော် လူကောင်းတို့၏ အလုပ်ဖြစ်၏။

၄၃၇။ တစ်ခုခုကို အကောင်းဆုံးလုပ်ဆောင်ခြင်းသည် ယုံကြည်မှုနှင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမှုများကို မြင့်မားစေပါ၏။

၄၃၈။ ဘာကိုပဲလုပ်လုပ် အောင်မြင်ဖို့မှာ ဇွဲရှိဖို့လိုပါ၏။ စွဲစွဲမြဲမြဲ လုပ်ဖို့လိုပါ၏။ စွဲမြဲခြင်းထက် – ထက်သော အရာသည်မရှိချေ။

၄၃၉။ ကိုယ်ဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်ဖို့မှာ စွဲစွဲမြဲမြဲသည်းခံပြီး ဇွဲရှိရှိလုပ်ရမည်။ မဖြစ်ဖြစ်အောင် ကြံဆောင်သည်းခံပြီး စွဲစွဲမြဲမြဲအားထုတ်သော ခန္တီတရားထက် လွန်ကဲသောတရားသည် မရှိတော့ပါချေ။ (ခန္တီ ဘိယျော န ဝိဇ္ဇတိ)

၄၄၀။ အဆိုးနှင့် မကြုံဘူးသောသူ၊ အဆိုးထဲက အသိဉာဏ် မရသောသူ၊ မလွန်မြောက်ဘူးသောသူသည် **အသိဉာဏ် လေးနက်မှု** ကို မရနိုင်ချေ။

✎ ✎ ✎

၄၄၁။ ဘဝမှာ တွေ့ရသော အခက်အခဲများကို တကယ်တမ်း ဖြေရှင်းပေးနိုင်တာသည် '**အသိဉာဏ်**' ပင်ဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၄၄၂။ '**ဘဝ၏ အဓိပ္ပာယ်သည် အသိဉာဏ်ပဲ**' ဆိုတာကို ဘယ်သောအခါမှ မမေ့သင့်ချေ။

✎ ✎ ✎

၄၄၃။ လောကဓံမှန်တိုင်းဆိုတာ လောကထဲ ရှိနေသော လူတိုင်းကို တိုက်ခတ်စမြဲဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၄၄၄။ မည်သူတည့်တည့် မတည့်တည့်၊ ကိုယ်ကတည့်အောင်နေ၊ သူကမတည့်သော်လည်း ကိုယ်ကတည့်လျှင် တည့်မည်ပင်။

✎ ✎ ✎

၄၄၅။ မနောသည် လောကီ၊

သဘောသည် လောကုတ္တရာ။

✎ ✎ ✎

၄၄၆။ မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်သူသည် သူတစ်ပါးကိုလည်း စောင့်ရှောက်ရာရောက်၏။ သူတစ်ပါးကို စောင့်ရှောက်သူသည်လည်း မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်ရာရောက်၏။

✎ ✎ ✎

၄၄၇။ နှုတ်စောင့်တတ်ဖို့ လေ့လာပါ။ သူတစ်ပါးအပြစ်ကို မရှုပါနှင့်။ ကိုယ့်အပြစ်ကိုသာ ကိုယ်သုံးသပ်ပါ။ နှုတ်စောင့်လျှင် ဘေးကင်း၏။ နှုတ်စောင့်ခြင်းသည် အဖိုးတန်၏။ စကားပြောခြင်းကို သင်ခြင်နိုင်သမျှ ဆင်ခြင်ပါ။ နှုတ်စောင့်၍ နောင်တဖြစ်ရလျှင် တစ်ခါသာဖြစ်ရမည်။ နှုတ်မစောင့်သည့်အတွက်မူကား နောင်တ အခါပေါင်းများစွာ ဖြစ်ရတတ်ပါသည်။

✎ ✎ ✎

၄၄၈။ သင့်ဘဝမှာ အစစအရာရာ အောင်မြင်လိုပါလျှင် -

(က) မည်သူ့ကိုမျှ မဝေဖန်ပါနှင့်၊

(ခ) မည်သူ့ကိုမဆို ချီးကျူးပါ။

✎ ✎ ✎

၄၄၉။ စကားများစွာ ပြောကာမျှဖြင့် ပညာရှိမဖြစ်။
စကားများစွာ ပြောဆိုကာမျှဖြင့် ဓမ္မကို ဆောင်သူမမည်။

✎ ✎ ✎

၄၅၀။ ကောင်းသောစကားကို ပြောတတ်ကာမျှဖြင့်လည်းကောင်း၊ ရုပ်အဆင်း လှပကာမျှဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကောင်းသော သဘော ရှိသည် မမည်။

✎ ✎ ✎

၄၅၁။ ဦးပြည်းခေါင်းတုံးကာမျှဖြင့် ''မြင့်မြတ်သူ'' မည်သည်မဖြစ်။

✎ ✎ ✎

၄၅၂။ အကြင်သူ၏ ဦးခေါင်းသည် ဖွေးဖွေးဖြူ၏။ ထိုဦးခေါင်း ဖွေးဖွေးဖြူကာမျှဖြင့် ထိုသူသည် လူကြီးမမည်။ ထိုသူ၏ အရွယ်ရင့် အိုမှုကို အကျိုးမဲ့ ရင့်အိုမှုဟု ဆိုအပ်၏။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်၌ သစ္စာ၊ မေတ္တာ၊ ကရုဏာတရားရှိ၏။ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာဖြူစင်၏။ မိမိကိုယ်ကို ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမ၏။ မကောင်းသောစိတ်ယုတ်မာတို့ကို ပျို့အန် ပြီးသော ထိုပညာရှိပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ ''လူကြီး'' ဟု ဆိုအပ်ပါ၏။

✎ ✎ ✎

၄၅၃။ ပျိုမျစ်နုထွား ခွန်အားနှင့် ပြည့်စုံပါသော်လည်း ထကြွသင့် သောအခါ၌ ထကြွမှု လုံ့လမရှိ၍ ပျင်းရိထိုင်းမှိုင်းလျက် စိတ်အကြံ လေလွင့်တွေဝေနေသော ထိုပျင်းရိသူသည် အသိဉာဏ်ပညာဖြင့် သာ ရယူနိုင်သော အောင်မြင်မှုကို မရနိုင်ချေ။

✎ ✎ ✎

၄၅၄။ သည်လိုနေလျှင် သည်လိုပဲ နေရမည်။
သည်လို မနေမှ သည်လို မနေရ။

၄၅၅။ လောက၌ အလုပ်လုပ်ခြင်းသည်သာ "ဂုဏ်" ဖြစ်၏။ အလုပ်များများလုပ်သူကား "ဂုဏ်ကြီးသူ" ဖြစ်၏။ အလုပ်နည်းနည်းလုပ်သူကား "ဂုဏ်ငယ်သူ" ဖြစ်၏။ လုံးဝ အလုပ်မလုပ်သူကား "ဂုဏ်မဲ့သူ" ဖြစ်လေ၏။

✎ ✎ ✎

၄၅၆။ ''အလုပ်များများလုပ်သူသည် ဂုဏ်ကြီးသူဖြစ်၏'' ဟု ဆိုသော်လည်း ''တစ်မိုးလုံး ဖျောက်ဆိပ်'' ဟူသော စကားကဲ့သို့ အလုပ်ကိစ္စတိုင်း၌ ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ခြင်းသည်လည်း မကျွမ်းကျင်မှုကြောင့်လည်းကောင်း၊ နိုင်နင်းအောင် မလုပ်ကိုင်နိုင်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း ဆုတ်နစ်ရတတ်၏။ လူတစ်ယောက်သည် အလုပ်ကိစ္စအားလုံး၌ ကျွမ်းကျင်မှုမပြုနိုင်ပါချေ။ ''ကျွမ်းကျင်ကလိမ္မာ'' ဟူသော စကားအတိုင်း မိမိကျွမ်းကျင်သော အလုပ်ကိစ္စ၌ မိမိသည် လိမ္မာပြီးသားဖြစ်၍ ကြီးပွားတိုးတက်မှုလမ်းစဉ်ကို သိမြင်ပြီးဖြစ်သော်လည်း မိမိမကျွမ်းကျင်သော ကိစ္စဝယ် ဆုတ်နစ်ရမည်မှာ ဓမ္မတာဖြစ်၏။

✎ ✎ ✎

၄၅၇။ ရော့ရဲစွာ ပြုအပ်သော အမှုကိစ္စတစ်စုံတစ်ခုသည် ပြဿနာမျိုးကို ထပ်လောင်းကြဲဖြန့်တတ်၏။

✎ ✎ ✎

၄၅၈။ သင်တတ်နိုင်မည်ထင်လျှင် သင်တတ်နိုင်ပါလိမ့်မည်။ သင်မတတ်နိုင်ဘူးထင်လျှင် သင်မတတ်နိုင်ပါ။

✎ ✎ ✎

၄၅၉။ ''အဆိုအမိန့်ကောင်း'' ဟူသည် ရေကားဂတ်စုံနှင့်တူ၏။ စိတ်ဝင်စားလောက်အောင် တို၍၊ လိုရင်းကို ငုံမိလောက်အောင်သာ ရှည်ပါသည်။

✎ ✎ ✎

၄၆၀။ ''ဘယ်လို'' လုပ်ရမည်ကို သိသောသူသည် အလုပ်လုပ်ရပါလိမ့်မည်။ ''ဘာ့ကြောင့်'' လုပ်ရသည်ကို သိသောသူသည် ထို အလုပ်လုပ်သူ၏ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်လာရပေလိမ့်မည်။

✎ ✎ ✎

၄၆၁။ အရေးအကြီးဆုံး စကား (ဆယ်) လုံး – ''ကျွန်–တော်–မှား–ကြောင်း–ဝန်–ခံ–ပါ–တယ်–ခင်–ဗျာ''

✎ ✎ ✎

၄၆၂။ အရေးအကြီးဆုံး စကား (ကိုး) လုံး ''ခင်–ဗျား–ပြော–တာ–သိပ်–မှန်–တာ–ပဲ–ဗျာ''

✎ ✎ ✎

၄၆၃။ အရေးအကြီးဆုံး စကား (ရှစ်) လုံး ''ဒါ–ကို–ဘယ်–လို– ထင်–ပါ–သ–လဲ''

၄၆၄။ အရေးအကြီးဆုံး စကား (ခုနစ်) လုံး ''ကျေး–ဇူး–တင်–ပါ–တယ်–ခင်–ဗျာ''

၄၆၅။ အရေးအကြီးဆုံး စကား (ခြောက်) လုံး ''မေး–ပါ–ရ–စေ–ခင်–ဗျာ''

၄၆၆။ အရေးအကြီးဆုံး စကား(ငါး)လုံး ''သ–တိ–ရ–ပါ–တယ်''

၄၆၇။ အရေးအကြီးဆုံး စကား (လေး)လုံး ''ကျေး–ဇူး–ပြု–၍''

၄၆၈။ အရေးအကြီးဆုံး စကား (သုံး) လုံး ''ကျွန်–တော်–တို့''

၄၆၉။ အရေးမကြီးဆုံး စကား (နှစ်) လုံး ''ကျွန်–တော်''

၄၇၀။ အမိုက်မဲဆုံး စကား (တစ်) လုံး ''ငါ''

(မှတ်ချက်) = ဘဝအတွက် သော့ချက်စကားလုံးများ ဖြစ်ပါသည်။ နမူနာစကာလုံးများသာဖြစ်ပါသည်။ အခြားစကားလုံးများကို နည်းယူ၍ သိပါ။ လဲလှယ်သုံးနှုန်းကြည့်ပါ။ အမျိုးသမီးများအတွက် ''ကျေး–ဇူး–တင်–ပါ–တယ်–ရှင်'' (ခြောက်လုံး)၊ ''ကျွန်–မ–တို့'' (သုံးလုံး)

စသည်ဖြင့် သိပါ။ နူးညံ့ပြေပြစ် ချစ်ဖွယ်သောစကား (သာခလျှော) (ပိယဝါစာ) (သုဘာသိတဝါစာ) စသည်ကို ရည်ရွယ်ပါသည်။

၄၅၁။ မမှန်တာကိုပြောလျှင် တစ်ကြိမ်တစ်ခါ ချမ်းသာရာရတတ်ပါသည်။ မှန်တာကိုပြောလျှင် ကြိမ်ဖန်များစွာ ချမ်းသာရာရတတ်ပါသည်။

၄၅၂။ အကောင်းအတွက် ကြိုးစားခဲ့သော အရာမှာ အဆပေါင်းများစွာသော အဆိုးများ၏ အကြောင်းဖြစ်လျှင် ထိုအရာသည် မကောင်းချေ။

၄၅၃။ ငါသည် လူ့လောကတွင် တန်ခိုးသြဇာအာဏာရှိသူ (သို့မဟုတ်) စက်ယန္တရားဆန်မှုတို့ထက် ချစ်မြတ်နိုးမှု မေတ္တာကရုဏာအား လူသားများအတွက် ပို၍နိုးစပ်အောင် ဦးစားပေးဆောင်ရွက်ရန် ဤလူ့လောကသို့ ရောက်လာခြင်းဖြစ်၏။

၄၅၄။ ငါသည် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ သစ္စာတရား ထွန်းကားရန်အတွက် ဤလောကကြီးအတွင်းသို့ ရောက်ရှိလာခဲ့ခြင်းဖြစ်၏။

၄၇၅။ ငါသည် ဘဝတွင် လောကဓံဒုက္ခဟူသမျှကို ကြံ့ကြံ့ခံ၍ အောင်မြင်စွာကျော်ဖြတ်နိုင်ရန်၊ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ သစ္စာတရားထားရှိရန်နှင့် အလုပ်လုပ်သောစွမ်းရည်များကို ဖော်ထုတ်ရန် ဤကမ္ဘာမြေပေါ်သို့ရောက်ရှိလာခြင်း ဖြစ်၏။

၄၇၆။ အလုပ်မရှိလျှင် ပျင်းတတ်၏၊ ပျင်းလျှင်ဖျင်းတတ်၏။ အလုပ်ရှိလျှင် မပျင်းတော့၊ မပျင်းလျှင်မဖျင်းတော့။ သို့ဖြစ်၍ အလုပ်တစ်ခုခုကို လုပ်ဖြစ်အောင်လုပ်၍ နေရာ၏။

၄၇၇။ လူသားတို့သည် လုပ်သင့်တာကို မလုပ်မိလျှင် မလုပ်သင့်တာကို လုပ်မိနေတတ်၏။

၄၇၈။ သူများပြောသလို နောက်ကလိုက်မလုပ်လေနှင့်၊ ဘာကိုပဲလုပ်လုပ် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်နှင့် စဉ်းစားဆင်ခြင်ပြီးမှလုပ်။

၄၇၉။ ဝေဖန်စစ်ဆေးမှု၊ ဆင်ခြင်တွေးတောမှုကင်းသော သူသည် "လူစဉ်မမှီသူ" ဖြစ်၏။

၄၈၀။ အလုပ်တစ်ခုခုလုပ်မည်ကြံလျှင် ခေါင်းအေးအေးနှင့် စဉ်းစဉ်းစားစားလုပ်ရမည်။

၄၈၁။ လောကဧ္ဘ ကောင်းသောအရာက တခြားဖြစ်ပြီး သည်းခြေကြိုက်အရာက တခြားဖြစ်၏။ အောင်မြင်လိုသူသည် ကောင်းသောအရာကို ယူပြီး သည်းခြေကြိုက်အရာကို စွန့်ပယ်ပစ်သင့်၏။

၄၈၂။ နှစ်သက်မြတ်နိုးသောအရာကို မရွေးရ၊ မှန်ကန်သော အရာကို ရွေးရမည်။ ဘာ့ကြောင့်လဲဆိုလျှင် မှန်ကန်သောအရာသည်သာ ကောင်းမွန်မြင့်မြတ်သည့်အတွက်ကြောင့် ဖြစ်၏။

၄၈၃။ ရင်းနှီးခင်မင်မှုထက် မှန်ကန်မှုကို ဦးစားပေးရမည်။ မှန်ကန်မှုသည် အကောင်းဆုံးအရာဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့်ဖြစ်၏။

၄၈၄။ အဆိုးနှင့်ကြုံတိုင်းကြုံတိုင်း ပိုကောင်းဖို့ပဲ ကြိုးစားခဲ့လျှင် နောက်တော့ အကောင်းတွေ အများကြီးကြုံရပါလိမ့်မည်။

၄၈၅။ မပြည့်စုံတာကို စိတ်ညစ်နေမည့်အစား ရည်မှန်းချက်တွေထားပြီး ကြိုးစားလျှင် တစ်နေ့တွင် အောင်မြင်ရမည်မှာ မုချ။

၄၈၆။ အပြောသမားသည် အလုပ်မရှိ၊ အလုပ်သမားသည် အပြော မရှိ။ ငါသည် ''လေ'' ထက် ''လက်'' ကို ပို၍ ဦးစားပေးရမည်။

၄၈၇။ အောင်မြင်ရန်အတွက် ကြိုးစားဖို့က မိမိအလုပ်၊ ချီးမွမ်းဖို့က သူများအလုပ်။

✎ ✎ ✎

၄၈၈။ အရာရာမှ အခါခါ သတိထား။

✎ ✎ ✎

၄၈၉။ သတိသည်ပင်တရား၊ တရားသည်ပင် သတိ။

✎ ✎ ✎

၄၉၀။ လောကတွင် တစ်ကျော့ပြန်မရနိုင်သောအရာများမှာ "အရွယ်" နှင့် "အချိန်" ဖြစ်သည်။

✎ ✎ ✎

၄၉၁။ နေ့များကသူ့ဘာသာ ကုန်လွန်နေကြ၏။ သို့သော် ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိသူများကြောင့် နေ့ကောင်း၊ နေ့ဆိုးများ ဖြစ်ကုန်ကြ၏။ အဘယ့်ကြောင့် ပင်သည် ကောင်းသောနေ့ရက်များဖြစ်အောင် မဖန်တီးနိုင်ရသနည်း။ နေ့ရက်အားလုံးကို ပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာနေ့၊ စိတ်ချမ်းသာစရာနေ့၊ ဘင်းကျိုးရသောနေ့ စသည်တို့ ဖြစ်ကြစေရန် သင့်စွမ်းရည်အဖွှင် တည်ပါ၏။

✎ ✎ ✎

၄၉၂။ နေ့က လူ့ ဖန်တီးခြင်းမဟုတ်၊ လူကသာ နေ့ကို ဖန်တီးခြင်းဖြစ်၏။ လူက ငူကို အရောင်ဆိုး၏။ အသွေးခြယ်၏။ ဖြစ်စေ

ချင်သလို ဖြစ်လာအောင် သင် အဘယ့်ကြောင့်မစွမ်းဆောင်နိုင်ရသနည်း။ လူက နေ့ကို စိုးမိုးရန်လို၏။ နေ့က လူကို မစိုးမိုးစေရချေ။ နေ့များကို သင့်စိတ်ကြိုက် စီမံဖန်တီးလော့။

၄၉၃။ Sunday (ဆန်းဒေး) တနင်္ဂနွေနေ့ ငါသည်ယနေ့ (၂၄)နာရီအတွင်း အကောင်းဆုံးကို မျှော်လင့်ထားမည်။ ဆိုးဆုံးအတွက်လည်း အသင့်ပြင်ဆင်ထားမည်။ ဘာပဲကြုံလာလာ ကြုံလာတာကို သတ္တိရှိရှိ ရင်ဆိုင်လိုက်မည်။

၄၉၄။ Monday (မန်းဒေး) တနင်္လာနေ့ – ငါသည် ယနေ့ ပြုံးနေသော အချိန်ကို ရနိုင်သမျှ များများရရှိအောင် ပြုံးမည်။ သူတစ်ပါးတို့ကို ငါ အပြုံးများ။ အများဆုံးပေးမည်။ ငါကလည်းသူတစ်ပါးထံမှ အပြုံးများကို အများဆုံး ပြန်ရယူမည်။

၄၉၅။ Tuesday (ကြူး (စ်) ဒေး) အင်္ဂါနေ့ – ယနေ့ ငါ လုပ်နိုင်သော အရည်အချင်းဖြင့် ငါလုပ်နိုင်တာကိုကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ဆောင်မည်။

၄၉၆။ Wednesday (ဝင်းန် (စ်) ဒေး) ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ - ငါသည် ယနေ့ ငါ၏ ထိုးထွင်းဉာဏ်ကို အသုံးပြုရမည့် အခွင့်အလမ်းများကို ရှာဖွေမည်။ ထိုအခွင့်အလမ်းများကို ငါ့အတွက်ရော၊ ငါ့ပတ်ဝန်းကျင် အတွက်ပါ အသုံးပြုမည်။

✎ ✎ ✎

၄၉၇။ Thursday (သာ့ (စ်) ဒေး) ကြာသပတေးနေ့ - ငါသည် ယနေ့မှစ၍ ငါ့ကိုယ်ငါ ပို၍ ပို၍ ကောင်းလာအောင် လုပ်ခြင်းဖြင့် သူတစ်ပါးတို့ကိုလည်း ပို၍ ပို၍ ကောင်းလာစေပါမည်။

✎ ✎ ✎

၄၉၈။ Friday (ဖရိုက်ဒေး) သောကြာနေ့ - ငါသည် ယနေ့မှစ၍

(၁) ဘယ်သူ့ကိုမှ ပြစ်တင်ဝေဖန်ခြင်းမပြုပါ။

(၂) လူတိုင်းကို ရိုးရိုးသားသား ချီးမွမ်းစကားဆိုမည်။

✎ ✎ ✎

၄၉၉။ Saturday (ဆက်တဒေး) စနေနေ့ - ငါသည် ယနေ့မှစ၍ "အောင်မြင်ရေးလမ်းပြ ဘဝဒဿနများ" နှင့်အညီ ဘဝခရီးကို အောင်မြင်စွာ လျှောက်လှမ်းမည်။

✎ ✎ ✎

၅၀၀။ စာရေးနေစဉ်၊ လုပ်ငန်းတစ်ခုခုလုပ်နေစဉ် ကျွန် [illegible]
အပျော်ရွှင်ဆုံးဖြစ်စေသည့် စကားနှစ်လုံးရှိပါ၏။ ယင်းတို့မှာ ပြီး[illegible]
ဟူသော စကားနှစ်လုံးဖြစ်လေသည်။

ဘဝနှင့်အမျှ အောင်မြင်ကြပါစေ

စည်တိုင်းအရှင်အစ္စရိယ

(ဓမ္မာစရိယ)