ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏

သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဟူသည်

မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ

တက္ကသိုလ်သျှင်သီရိ (ဓမ္မာစရိယ ၊ အီအေ)

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏

သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဟူသည်

မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ

တက္ကသိုလ်

သျှင်သီရိ (ဓမ္မာစရိယဘီ-အေ)

ဖြန့်ချိရေး

" ဆွေသဟာ " စာပေ

အမှတ် (၅၅)၊ သုနန္ဒာ(၃)လမ်း

(စ)ရပ်ကွက်၊ မြောက်ဥက္ကလာပမြို့နယ်၊ ဖုန်း – ၆၉၀၃၂၄

◆

" မြတ်ပန်းရဂုံ " စာပေ

အမှတ်(၁၉၄)မြေညီထပ်၊ ၂၉-လမ်း(အထက်)

ပန်းဘဲတန်းမြို့နယ်၊ ဖုန်း – ၀၉၅၁-၃၉၄၅၀

ပြည်မြန်မာတစ်ခွင်ဝယ် တရားဓမ္မာမရှိကြပုံက

ရွှေဗမာအရှင်ငယ် မတရား ဒါကိုလဲသိကြပါရဲ့

သေရာတမင်မဖွယ်သနားမညှာမတာအထိကရတွေ

ကြောင့် မယားစာ၊ သားစာမရှိကြတယ်လို့ အံ့ကြောင်း

ပြထွေလာ။

(အိုကွယ်)နွားကြား၊ နွားဝါ၊ အမိအဘတို့ကို လရောင်း

ကြသေရှာ။

တရားသဘောပအမှန်ပါ၊ သို့ကလိုပြန်ကာကြားရ

မှာဖြင့်

နွားဂေါဏမံသာမျိုးမလို အံ့စရာအသားပေမို့

မတရားလောဘဖန်ကာ စို့မလိုကြံတမျှအမှားတွေနဲ့

နို့ချိုကိုခံကာမစားကြပါနဲ့ ဒွေးဦး၊ အဒေါ်၊ အမတို့

ခင်များ

(သြော်. . . ငါတို့လိုမြန်မာများရယ်က)ကျေးဇူးမျှော်သဖို့

တမင်ပါ။

အကျိုးကျေးဇူးပတင်စရာ ဖွေရှာရန်တစ်ထုံးမှာတော့

မိုးရှေးဦးကျယ်ခင်အခါ မြေတမကျန်ရှုန်းရှာကြ

“ • • • • ” • • •

ဒွေသဟာ ဓာပ

ရေဇလာအလျှံဖုံးရင်းက မျိုးပဲဆန် မယင်းစပါး
အဖြာဖြာ၊ မျိုးကြဲရန်အခင်းအသွား အရာရာတွေ
ကြောင့် ထွန်ကာမစဲ

တလင်းသွားအပြန် သူရင်းငှားမကျန် ကိုတောင်သူတို့
ကလဲ

အတင်းသွားရန် ချိုထောင် နွားဖြူဟဲ့လို့
နွားအို နွားကြောင်အတူရိုက်တဲ့ အပေါက်အပြဲတွေနှင့်
မိုက်ဟဲ့အမဲ့ နင် သေချင်ပလားရယ်လို့
မြေပြင်မှာခြေလျင်သွားရပါတော့
စားစရာများစွာမကျွေးတဲ့အပြင်
နွားခမျာမှာလေ သနားစရာအရေးပေပေါ့
အားမနာပါးမနာ တရားအခါခါဝေးလေခြင်း၊
တွေးတွေးဆဆ အများတကာမကျန်ရအောင်ပ
ဖေးဖေးမမနှင့်သွားပါ ဆရာ့ဆလံသလိုက်ပါရဲ့
(ကြော်. . .)ရှေးရှေးဘဝရယ်က နွားသတ္တဝါ ကံ ကနဲ

ဖိုးဏှာအာရှင်ဆာနွေဘာဘာသ

ဗုဒ္ဓဓမ္မ တွဲ-၁၀၊ အမှတ်-၂၇

(၁၉-၁၁-၆၄)

• • • • • • •

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	အမှာစာ--------------	
	အခန်း (၁)	
၂။	သက်သတ်လွတ်အစကမ္ဘာဦးက	
	- သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဟူသည်	၁
	- မဟာသမ္မတမင်းတင်မြှောက်မှုနှင့် လူမျိုး(၃)မျိုးပေါ်ပေါက်လာပုံ	၇
	- ဗြဟ္မဏလူမျိုး	၉
	- အသားစားစတင်ဖြစ်ပေါ်လာမှု	၁၁
	- ကပ်သုံးပါးဖြစ်ပေါ်လာရမှု	၁၆
	- လူတို့သက်တမ်းဆုတ်ယုတ်လာရမှု	၁၈
	- အာမဂန္ဓသုတ်လာသက်သတ်လွတ်စားမှု	၂၈
	- ကဿပဘုရားရှင်နှင့်တိဿပုဏ္ဏားတို့၏ အညှိအဟောက်ပြဿနာ	၃၃

- ဇီဝကအားပြောကြားသောအသားစားမှု
ပြဿနာ ၄၃

အခန်း (၂)

၂။ ဒေဝဒတ်နှင့်သက်သတ်လွတ်ပြဿနာများ
- ဒေဝဒတ်၏သံဃာကိုဂိုဏ်းခွဲလိုမှုနှင့်
တောင်းဆိုမှုများ ၄၇
- ဒေဝဒတ်၏တောင်းဆိုချက်(၅)ချက် ၅၃
- ဒေဝဒတ်၏တောင်းဆိုချက်ကိုဝိမတိဝိနောဒနီ
ဋီကာဆရာ၏ဖြေရှင်းချက် ၅၇
- မြတ်စွာဘုရား၏ရဟန်းတို့အားဆွမ်းခွင့်ပြုပုံ ၅၉
- အစွန်းသုံးပါးလွတ်သောအသားစားခွင့်ပြုမှု
အကြောင်းရင်း ၆၂
- အစွန်းသုံးပါးလွတ်သောသားငါးဟူသည် ၆၈
- မစားအပ်သောအသားကြီး(၁၀)ပါး ၇၀
သတ်သူ-စားသူအတူတူဟုတ်-မဟုတ် ၇၆
- သားငါးခွင့်ပြုသော်လည်း ၈၀
- ရဟန်းသံဃာများ၏အာဟာရအတွက်
အသားပါဆွမ်းဆက်ကပ်လှူဒါန်းမှု ၈၄

- အစာအာဟာရ၌ရှောင့်ရဲတင်းတိမ်မှု ၉၀
- အသားစားမှုသည် ရသာတဏှာ၏
အဆိုးဝါးဆုံးဖြစ်သည် ၉၄
- လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အသားစား
ရှောင်ကြဉ်ဖို့တိုက်တွန်းချက် ၉၈
- အသားစားရှောင်ကြဉ်ခြင်းအကျိုး ၁၀၁
- မြန်မာနိုင်ငံ၌ထင်ရှားသောဆရာတော်ကြီးများ၏
သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဟူသည်မှာ ၁၀၉

အခန်း (၃)

၃။ သက်သတ်လွတ်စားမှုနှင့်ထင်ရှားသောဆရာတော်
ကြီးများ၏အယူအဆ
- လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏အယူအဆ ၁၂၀
- ဘုန်းတော်ကြီးဦးသီလ၏အယူအဆ ၁၃၆
- တည်တောဆရာတော်ကြီး၏အယူအဆ ၁၃၉
- ခြောက်ထပ်ကြီးဆရာတော်ဦးအာစိဏ္ဏ၏
အယူအဆ ၁၄၁
- သီရိမင်္ဂလာ ရာတော်ဦးရာဇိန္ဒ၏အယူအဆ ၁၄၅

- ကိုးလုံးဆရာတော်ကြီး၏အယူအဆ ၁၄၉
- ရွှေဟသ်ာဆရာတော်ကြီး၏အယူအဆ ၁၅၂
- သာမညဆရာတော်ကြီး၏အယူအဆ ၁၅၅ ၄။
- တောင်တန်းသာသနာပြုဆရာတော်
ဦးဥတ္တမသာရ၏အယူအဆ ၁၅၈
- မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဦးဇနက၏အယူအဆ ၁၆၃
- ညောင်ကန်အေးဆရာတော်ကြီး၏အယူအဆ ၁၆၅
- ချမ်းမြေ့ဆရာတော်ကြီး၏အယူအဆ ၁၆၆
- ရွှေပေါ်ကျွန်းဆရာတော်ကြီး၏အယူအဆ ၁၆၉
- အီတာလျံဘုန်းတော်ကြီးဦးလောကနာထ၏
သက်သတ်လွတ်အယူအဆ ၁၇၂
- အလယ်တောရဆရာတော်ဦးရေဝတ၏
အယူအဆ ၁၇၃
- အလံတစ်ရာဆရာတော်ကြီး၏ ၅။
သက်သတ်လွတ်အယူအဆ ၁၇၅
- ကမ္ဘာ့သက်သတ်လွတ်စားသူပညာရှင်တို့၏
သက်သတ်လွတ်အယူအဆ ၁၈၄
- အသားနှင့်ဟင်းသီးဟင်းရွက်စားမှုနှင့်
ပတ်သက်၍ဆေးပညာရှင်တို့၏အယူအဆ ၂၀၂

အခန်း (၄)

၄။ သက်သတ်လွတ်စားအယူမများကြစေရန်

- အသားစားမှအားရှိသလား ၂၁၆
- အသီးပဲစား အားရှိပါ၏ ၂၁၉
- ဟင်းသီးဟင်းရွက်စားမှုဖြင့် သွေးလွတ်ကြောမာကြောမှုလျော့နည်းနိုင် ၂၂၁
- အသားစားရှောင်ကြဉ်မှုသည် ပါရမီများဖြည့်ရာရောက်သည် ၂၂၃
- အသားစားကြူးမှု၏အကျိုးအပြစ် ၂၂၆
- တစ်ဖက်စွန်းမရောက်ပါစေနှင့် ၂၂၇

အခန်း (၅)

၅။ အသားစားရှောင်ကြဉ်ရေးလေးချိုး ၂၃၀

၁၂ ။ ၁

ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာကို အလေးအနက်ထားလက်ခံ ပုံကြည်ထားသောမြန်မာနိုင်ငံဝယ် သက်သတ်လွတ်စားမှုနှင့် ၊စားမှုပြဿနာသည် ကျယ်ပြန့်သထက်ကျယ်ပြန့်ကာ ဂယက် ကြ်ခတ်လာပါသည်၊ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးဆက်သွယ်မှုများကလည်း အလွန်တိုးတက်လာသဖြင့် မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏ သက် သတ်လွတ်စားမှုသည်လည်း ကမ္ဘာအနှံ့ ကျယ်ပြန့်စွာဂယက်ရိုက် ပါသည်။

သက်သတ်လွတ်မစားသူများက စားသူများကို ဒေဝဒတ် ဂိုဏ်းသမား၊ ဒေဝဒတ်၏အယူအဆကိုလက်ခံသူ ဘုရားရှင်ခွင့် ပြုသည်ကို လက်ခံကျင့်သုံးသူ၊ ဘုရားရှင်၏အယူဝါဒကို ဆန့် ကျင်သူ၊ မဟာယာနဗုဒ္ဓဘာသာကိုအားပေးနေသူ၊ဂိုဏ်းဝါဒကို ကျင့်သုံးသူ ဟူ၍စွပ်စွဲကြပါသည်။

“ဒွေဘာသာ” ၅၁၉၃

သက်သတ်လွတ်စားသူတို့ကလည်း သူ့အသက်ကိုမစား သည့်အတွက် သတ္တဝါတို့အသေနည်း၍ သတ္တဝါတို့အပေါ် မေတ္တာထားရာရောက်သည်၊ စားသူရှိ၍ သတ်သူ၊ ရောင်းသူရှိသည်၊ မစားသူများပါက သတ်သူနည်းသွားမည်၊ သတ္တဝါတို့အသေအပျောက်နည်းသွားမည်၊ သတ္တဝါတို့၏အသားကိုမစားသဖြင့် အနာရောဂါနည်းသည်၊ ကျန်းမာရေးကောင်းသည်၊ သတ္တဝါတို့အသက်ကိုမစားသဖြင့် နံပါတ်တစ် ပါဏာတိပါတသီလအထူးစောင့်ရှောက်ရာရောက်ပြီး သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်၍ တရားအားထုတ်ရာ၌ အထောက်အပံ့ဖြစ်သည်၊ သက်သတ်လွတ်စားသဖြင့် နတ်ကောင်းနတ်မြတ်များက စောင့်ရှောက်မှုခံရသည်၊ အသားစားသူတို့သည် သတ္တဝါတို့၏လျှာသချိုင်းဖြစ်သည်၊ ထင်ရှားသောဆရာတော်ကြီးများသည် သက်သတ်လွတ်စားကြကာ မေတ္တာရှင်ဆရာတော်ကြီးအဖြစ် ထင်ရှားသည့်တရားလုည်းကျင့်သဖြင့် ပေါက်ရောက်အောင်မြင်ကြသည် ဟု ဆိုကြပါသည်။

ဤသက်သတ်လွတ်စားမှုနှင့်ပတ်သက်၍ မြန်မာနိုင်ငံတွင် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက အမဲသားမစားရေးစည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရာမှ စတင်ထင်ရှားပေါ်လာခဲ့သည် ဟု ဆိုပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် ရန်ကုန်မြို့၌ ဆန်ဂမ်၏လက်အောက်ခံ ဖြစ်သော ဆမရဆစွပ်ဒဆန်မာ(ရ်)ကာဆန်ဂမ်အသင်းကို တည်ထောင်ခဲ့သည်၊ ဦးစံလှသည် ထိုအသင်းနှင့်ပူးပေါင်းပြီး ၁၉၃၁-ခု တွင် သက်သတ်လွတ်ရှောင်ကြဉ်ရေးအသင်း ထူထောင်ခဲ့သည်၊ နောက်တွင် ထိုအသင်းနှင့်ခွဲပြီး သီးသန့် မြန်မာနိုင်ငံဇီဝဗေဒယီအဖွဲ့ ဟူ၍ ပြောင်းလဲဖွဲ့စည်းခဲ့ပါသည်။

ထိုအဖွဲ့၏ရည်ရွယ်ချက်များမှာ-

၁။ သက်ရှိသတ္တဝါမှန်သမျှ လူသားနှင့်တိရစ္ဆာန်တို့၏ ဇီဝိတိန္ဒြေသည် အဘိဓမ္မာသဘောအားဖြင့် အတူတူဖြစ်ကြောင်းကိုသင်ကြားပြရန်။

၂။ ဥပဒေဘောင်အတွင်းမှ လူသားနှင့်တိရစ္ဆာန်များအား ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ဝေဒနာခံစားမှုများ တားဆီးကာကွယ်ပေးရန်။

၃။ သက်ရှိသတ္တဝါမှန်သမျှ ဝေဒနာခံစားတတ်သည်ဖြစ်၍ သတ်ပြီးသားငါးများစားခြင်းမှရှောင်ကြဉ်ရန် (သို့မဟုတ်) သက်သတ်လွတ်စားခြင်းကိုကျင့်သုံးရန်။

တို့ဖြစ်သည်၊ ထိုဇီဝဗေဒယီအဖွဲ့သည် မြန်မာနိုင်ငံ၌ ကျယ်ပြန့်စွာ စည်းရုံးလှုပ်ရှားခဲ့ပြီး ယနေ့ထက်တိုင် ရွှေတိဂုံဘုရားလမ်း၊

အရှေ့မုခ်၊ ကြားတောရလမ်း၊ ဗဟန်း၌ဆက်လက်ဖွင့်ထားနေ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုဇိဝဌာယီအဖွဲ့ကြီးသည် မေတ္တာတရားပြန့်ပွားရေး ဦးတည်ဆောင်ရွက်နေသည့်အလျောက် မေတ္တာတရားနှင့်စ လျဉ်းသောအခမ်းအနားများကို အလျဉ်းသင့်သလိုဆောင်ရွက်နေ သည်ကို တွေ့ရပါသည်။

စာရေးသူသည်လည်း ယခင်က သက်သတ်လွတ်စား ကိုဆန့်ကျင်ခဲ့သူဖြစ်ပါသည်၊ သို့သော် ၂၀၀၃-ခုနှစ်မှစ၍ သ သတ်လွတ်စားမှုကို စတင်လက်ခံကျင့်သုံးစားခဲ့ပါသည်။

စားရသည့်အကြောင်းမှာ စာရေးသူတွင် ငယ်စဉ်က က ယားနာ၊ ရေယုံနာ၊ နှင်းခူနာများ ခဏခဏပေါက်ပါသည် ဆေးကုသော်လည်း ပျောက်လိုက်၊ ပေါ်လိုက်နှင့်ခံစားခဲ့ရပါသည် ဤရောဂါများသည် နူနာရောဂါသဘောသက်ဝင်ပါသည်၊ အရှင်း မပျောက်၍ အတိတ်ကသော်လည်းကောင်း၊ ဤပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ သော်လည်းကောင်း မိဘဆရာသမားနှင့်ကျေးဇူးရှိသော ခင်ပွန်း ကြီး(၁၀)ပါးတို့ကိုပြစ်မှား၍ဖြစ်ရလေသလား ဟု သံသယဝင်ခဲ့ပြီး ထိုကျေးဇူးရှိသောပုဂ္ဂိုလ်များကို ရည်မှန်း၍လည်းကောင်း၊ ကိုယ်တိုင်သွားရောက်၍လည်းကောင်း၊ ကန်တော့ခဲ့ပါသည်၊

ကိုယ်တိုင်လည်း "ကျေးဇူးရှင်ဆယ်ပါးပြစ်မှားသူတို့၏ဘဝကြွမ္ဗာ" ဟူသောစာအုပ်ကို ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။

အကြောင်းတိုက်ဆိုင်ပြီး သက်သတ်လွတ်စားသောဆရာတော်တစ်ပါးနှင့်တွေ့ကြုံဆုံခဲ့ရပါသည်၊ ထိုဆရာတော်ကိုမေးလျှောက်မိပါသည်-

"ဒါယကာကြီး. ... ကျုပ်အသားမစားတာဟာ ကျုပ်မှာ ခဏ-ခဏ အဖုတွေပေါက်တယ်၊ သွေးသားနဲ့မတည့်လို့ပေါ့ မြန်မာသမားတော်တစ်ဦးက အသားမစားဘဲ ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေ အသီးအနှံတွေစားရင်း ကျန်းမာရေးလည်းကောင်းတယ် အနာဖုတွေလည်းမပေါက်ဘူးလို့ပြောလို့ ကျုပ်စားတာပါ" ဟုမိန့်ကြားပါသည်၊ သို့အတွက် စာရေးသူသည် သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးအဖြစ်မှ အငြိမ်းစားယူသောအချိန်မှစ၍ ယားနာသောအနာရောဂါများမပေါ်ပေါက်အောင်၊ ကျန်းမာရေးကောင်းအောင် သတ်သတ်လွတ်စားခဲ့ပါသည်၊ စားသည့်အတိုင်းလည်း အသားရေကအစ ကျန်းမာရေးကောင်းလာပါသည်။

စာရေးသူတို့မိဘ ဘိုးဘွားအစဉ်အဆက်သည် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားထံ နွားသား၊ ကျွဲသားလှူထားခဲ့၍ အစဉ်အဆက် ထိုအသားများရှောင်ကြဉ်ခဲ့ကြပါသည်။

စာရေးသူသည် သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန၌ တာဝန်ထမ်းဆောင်စဉ် ယောက်ကော်ကျွန်း ယောက်ကော်ဆရာတော်နှင့်ပတ်သက်၍ ဆောင်ရွက်လုပ်ကိုင်ရသည်များရှိခဲ့ပါသည်၊ ထိုသို့လုပ်ကိုင်ရင်း ယောက်ကော်ကျွန်းသာသနာပြုဆရာတော်၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိကိုဖတ်ခဲ့ရပါသည်၊ ထိုယောက်ကော်ဆရာတော်လောင်းတို့ ဟင်္သာတမှရန်ကုန်သို့လာပြီး ဘိလပ်မြေအိတ်များဝယ်ယူပြီး မီးရထားနှင့်အပြန် ဖလုံဘူတာ၌ ဘုန်းကြီးအိုတစ်ပါးတက်လာပြီး မိမိတို့ထိုင်ခုံရှေ့မှာလာထိုင်သည်၊ မိမိတို့က တိုက်ကြီးဘူတာအရောက်တွင် ဒန်ပေါက်ထမင်းထုပ်ဝယ်စားသည်၊ မိမိခုံရှေ့က ဘုန်းကြီးအတွက်လည်း တစ်ထုပ်ဝယ်ပြီးကပ်သည်၊ ထိုဘုန်းကြီးအိုကြီးက ယောက်ကော်ဆရာတော်လောင်းကို-

"ငါက လျှာသချိုင်းမလုပ်ဘူး"

ဟု မိန့်ကြားရာမှ ထိုဘုန်းကြီးကိုစိတ်ဝင်စားသွားပြီး ထိုဘုန်းကြီးအိုကြီးနောက်လိုက်သွားခဲ့သည်၊ ထိုဘုန်းကြီးအိုကြီးမှာ ယက္ကန်းစင်တောင်ဆရာတော် ဦးသြဘာသဖြစ်နေပြီး ထိုဆရာတော်၏ လမ်းညွှန်ချက်ဖြင့် သာသနာပြုယောက်ကော်ဆရာတော်ဖြစ်လာရသည် ဟု ဖတ်မိသည်၊ ထိုမှတ်တမ်းကိုဖတ်မိပြီး သက်သတ်လွတ်စားမှုကိုစိတ်ဝင်စားခဲ့ပါသည်။

အလားတူ ဗုဒ္ဓမမ္မလောကစာစောင်ပုံနှိပ်ဆောင်းပါးရေး ရင်း တာဝန်ခံအယ်ဒီတာလုပ်ရင်း ဇီဝဌာယီဦးစံလှ၏သတ်သတ် လွတ်စားမှုရေးအဖွဲ့၏ဝါဒလမ်းညွှန်ချက်နှင့် လှုံ့ဆော်ချက်များကို လေ့လာဖတ်ရှုခဲ့ရပါသည်။ စိတ်လည်းဝင်စားခဲ့ပါသည်။

ဇီဝဌာယီဦးစံလှ၏သမက်ဆရာဦးအောင်သာလင်းနှင့် ပါတီသုတေသနဌာနကြီး လူမှုရေးရာဌာနခွဲတွင်အတူတွဲ၍ တာ ဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ဖူးပါသည်၊ ထိုစဉ်ကလည်း ဇီဝဌာယီဦးစံလှ၏ သက်သတ်လွတ်ရှောင်ကြဉ်မှုကိုကြားနာမှတ်သားခဲ့ရဖူးပါသည်။

အလားတူ လယ်တီဆရာတော်၊ ဆရာတော်ဦးသီလ၊ အလံတရာတရားတော်၊ သာမညဆရာတော်၊ မိုင်ဖုန်ဆရာတော်၊ နဂါးနှစ်ကောင်ဆရာတော်၊ ရွှေပေါ်ကျွန်းဆရာတော်၊ ဖား အောက်ဆရာတော်၊ ကွမ်လုံဆရာတော်၊ နောက်ဆုံးယောဆရာ တော်၊ ဆရာတော်ဦးဇနကအထိ၊ သက်သတ်လွတ်စားသည်တို့ကို လေ့လာမှတ်သားဖူးပါသည်၊ သို့သော် ဒေဝဒတ်အယူအဆ ဘုရားပယ်ထားသောအယူအဆဆိုပြီး စိတ်မဝင်စားခဲ့ပါ။

ယခုကိုယ်တိုင်စားလာသောအခါ မိမိနှင့်ရင်းနှီးသော ပုဂ္ဂိုလ်များက "ဆရာကိုယ်တိုင်က ဒီသက်သတ်လွတ်ဝါဒလက်ခံ ပြီးစားနေတာမသင့်ပါဘူး" ဟု ဝေဖန်ပြောဆိုမှုကိုခံလာရပါ သည်။

မိမိစားခြင်းသည် ကျန်းမာရေးအတွက်စားခြင်းဖြစ်ပါသည်၊ ထိုသို့ဝေဖန်ခံလာရသောအခါ သတ်သတ်လွတ်စားမှုပြဿနာကိုစိတ်ဝင်စားလာသလို ထင်ရှားသောဆရာတော်ကြီးများဖြစ်လျက် အဘယ်ကြောင့်သက်သတ်လွတ်စားပါသနည်း ဟု ပိုမို၍စိတ်ဝင်စားပြီး သက်သတ်လွတ်စားမှုနှင့်ဆရာတော်ကြီးများ၏အယူအဆတို့ကို မိမိသတ်သတ်လွတ်စားသော (၂၀၀၃)ခုနှစ်မှစတင်၍လေ့လာခဲ့ပါသည်၊ ထိုသို့လေ့လာမိသောအခါ မိမိခံစားသိရှိရသလို အများဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ၏သံသယကို ရှင်းစေလို သိစေလိုသောဆန္ဒဖြစ်ပေါ်မိပါသည်။

သို့အတွက် စာရေးသူသည် ဤ **"ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့၏သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဟူသည်"** ဟူသောစာအုပ်ကို မိမိစုဆောင်းရရှိမိသောအခြေအနေပေါ်တွင်မူတည်၍ ရေးသားထုတ်ဝေရပါသည်။

သက်သတ်လွတ်စားခြင်း၏အနှစ်ချုပ်ကို မိတ်ဆက်စကားပြောရသော်-

-သတ္တဝါများအပေါ် ကိုယ်ချင်းစာထား၊ မေတ္တာထားရာရောက်သည်၊ မေတ္တာပို့မှုပါအလေးအနက်ထားဆောင်ရွက်နိုင်ပါလျှင် ဆရာတော်ကြီးများကဲ့သို့ အောင်မြင်ကြပါမည်။

-ကျန်းမာရေးကောင်း၍ အနာရောဂါကင်းကြပါမည်၊ အသက်ရှည်ကြသည်။

-ပစ္စုပ္ပန်ဘဝကိုယ်စိတ်ချမ်းသာသောကျင့်စဉ်ဖြစ်သည်၊ မဂ်-ဖိုလ်ရနိုင်၊ ရောက်နိုင်သောအကျင့်မဟုတ်သော်လည်း တရားအားထုတ်ရာ၌ သီလဝိသုဒ္ဓိအထောက်အပံ့ဖြစ်သည်။

ဤသုံးချက်သည် သက်သတ်လွတ်စားခြင်း၏ အဓိက အချက်ဖြစ်သည်ကိုသတိပြုသိရှိကြရန်လိုအပ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် ကူညီပံ့ပိုးကြသော ဓမ္မမိတ်ဆွေများ၊ စာမူကူညီရေးပေးကြသော သမီးငယ် မစန္ဒာမြင့် (B.Com)နှင့် ထုတ်ဝေသူ "ဆွေသဟာ"စာပေ မှ ဒေါ်ခင်သူဇာတို့အား အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း မှတ်တမ်းပြုအပ်ပါသည်။

မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ
တက္ကသိုလ်သျှင်သီရိ
(မန္တာစရိယ ဘီ–အေ)

ဦးကိုကိုမြိုင်
အမှတ်(၅၅)၊ သုနန္ဒာ(၃)လမ်း
(စ)ရပ်ကွက်၊ မြောက်ဥက္ကလာပမြို့နယ်
ဖုန်း–၆၉၀၃၂၄

အခန်း (၁)

သက်သတ်လွတ်အစ ကမ္ဘာဦးက

သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဟူသည်

ဤလောကဝယ် လူသားတို့သည် သူတစ်ပါး၏အသက်ကိုမသတ်ခြင်းဟူသော ငါးပါးသီလ၏ပထမဦးဆုံးသောသိက္ခာပုဒ်ကိုစောင့်ထိန်းခြင်းသီလပါရမီ၊ သတ္တဝါများအပေါ်၌ သနားခြင်း-ကရုဏာ၊ ချစ်ခင်ကြင်နာခြင်း-မေတ္တာ ဟူသောဗြဟ္မစိုရ်တရားနှင့် မေတ္တာပါရမီတို့ကိုအခြေခံထား၍ သူ့အသက်အသွေးအသား မစားခြင်း၊ သတ္တဝါတို့အပေါ်၌သနားကြင်နာခြင်းတို့ကို သက်သတ်လွတ်စားသည်ဟုဆိုပါသည်။

ဤလောက၌ လောကဓာတ်များစွာရှိ၍ အနန္တစကြာဝဠာ အနန္တကမ္ဘာ ဟုခေါ်ပါသည်၊ လောကဓာတ်တို့သည် အဆုံးအပိုင်းအခြားမရှိပါ။

တစ်ဆူတစ်ဆူသောဘုရားရှင်တို့၏အာဏာ၊ ရောင်ခြည်တော်ပျံ့ရာတစ်ခုကို စကြာဝဠာတစ်ခု၊ လောကဓာတ်တစ်ခု ဟုဆိုပါသည်၊ လောကဓာတ်စကြာဝဠာတို့သည် အသင်္ချေယျအနန္တရှိနေပါသည်။

ထိုစကြာဝဠာအနန္တလောကဓာတ်တို့တွင်းရှိ သတ္တလောကသည် အိုဘေး၊ နာဘေး၊ သေဘေးအမြဲထင်ရှားရှိနေကြသည်၊ ထိုဘေးသုံးပါးတို့မဖြစ်ချင်မနေရ၊ မဖွင့်ချင်မနေရလောက်အောင် မပြတ်မလတ်တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ကုန်သည်ဖြစ်၍ မပြတ်မလတ် လွန်စွာဖိစီးနှိပ်စက်ကုန်၍ ဘုရားပစ္စေကဗုဒ္ဓါအရိယာတို့သည် ဖြစ်ကြရသည်၊ ပွင့်ကြရကုန်ပါသည်၊ သတ္တလောက၌ အို,နာ,သေဘေးမရှိက ဘုရားစသည်တို့ပွင့်ရန်မလိုပါ။

ဘုရားတစ်ဆူတစ်ဆူတို့ အာဏာနှံ့ရာတိုင်းနိုင်ငံကြီးများဖြစ်သော အနန္တမဟာလောကဓာတ်ကြီးများ၏တစ်ခုနှင့်တစ်ခု အကြားတို့၌ ယူဇနာ(၈၆၀၀၀၀)မျှလောက်သောလေထုကြီးများခြားနားနေပါသည်၊ ဤလေထုကြီးတို့သည် အနန္တမဟာလောကဓာတ်ကြီးတစ်ခုနှင့်တစ်ခုပိုင်းခြားထားသောကြောင့် လောကန္တရိကလေ ဟုခေါ်ပါသည်၊ ဤလေထုကြီးခြားနားထားသောကြောင့် ဤကမ္ဘာလောကဓာတ်ကြီးတစ်ခု-မီး၊ ရေ၊ လေဖျက်သော် အခြားကမ္ဘာသို့မကူးစက်ချေ။

ဓမ္မနိယာမအားဖြင့် စက်ဘီးသဏ္ဌာန်ကဲ့သို့ဝန်းဝိုင်း၍ တည်နေသော့တစ်ခုသောလောကဓာတ်(စကြာဝဠာ)ကို ဩကာ

သလောကဓာတ်တစ်ခုဟုခေါ်ပါသည်၊ စကြဝဠာကုဋေတစ်သိန်းရှိသော ဩကာသလောကကြီးသည် ဥတုခေါ်သောမီးဓာတ်ကြောင့် တဖြည်းဖြည်းရင့်ရော်အိုမင်းလာပြီးသော် အခွံဓာတ်အကာဓာတ်များ၊ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့်ကုန်ခမ်းပြီး အနှစ်ဓာတ်တို့သာကျန်သည်၊ ထိုအနှစ်ဓာတ်များသည် တဖြည်းဖြည်းညှံ့ဖျင်းလာပြီးလျှင် မီးထည့်လျှင်လောင်နိုင်သော အဆီခဲကဲ့သို့အဆီအနှစ်သာကျန်ရှိလာသည်၊ ထိုရင့်ရော်မှု ဖြစ်လာခြင်းတို့သည် ခမ္မနိယာမသဘောအရဖြစ်လာခြင်းဖြစ်ပါ သည်။

ထို့နောက် ဤကမ္ဘာကို ရေ၊ လေ၊ မီးတို့ဖျက်တော့သည်၊ ထို့နောက် ကမ္ဘာပျက်ကြီးဘဝတွင်ကြာမြင့်စွာနေပြီးနောက် ကမ္ဘာတည် ကမ္ဘာပြုမိုးကြီးရွာချပေးခဲ့သည်၊ ထိုမိုးရေတို့သည် အချိန်ကြာသော် ဤလူ့ဘုံတည်ရာဌာန၌ ရေတို့သည်ကျိုပြီးသောနွားနို့အထက်၌တက်၍နေသောအဆီကဲ့သို့တင်းမာနေသည်။

ထိုအချိန်ဝယ် အထက်ဗြဟ္မာပြည်မှသက်တမ်းကုန်သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ကံကုန်သောကြောင့်လည်းကောင်း စုတေလာကြသောဗြဟ္မာ(၅)ဦးတို့သည် ဤကမ္ဘာမြေပြင်ပေါ်၌ ဗြဟ္မာကဲ့သို့ပင် မေတ္တာစသော ဗြဟ္မဝိဟာရတရားတို့ကိုပွား၍ ပီတိကိုစားသောက်နေကြသည်၊ မိမိတို့၏ကိုယ်ပိုင်အလင်းရောင်ဖြင့်ကောင်းကင်၌ကျက်စားသွားလာနေကြသည်။

ထိုမှနောက် အတန်ကြာသောအခါ မြေပြင်၌အလွန်ကောင်းသောအဆင်း၊ အနံ့၊ အရသာနှင့်ပြည့်စုံသောမြေဆီ ဟု

ဆိုအပ်သောရသပထဝီတို့ကို တွေ့မြင်ဖန်များလာသည်၊ အနံ့တ
သည်လည်း လှိုင်မွှေးလာသည်၊ ထိုအခါ ထိုအဆင်းအနံ့ အရသာ
တို့၌ သာယာသောတဏှာ(လောဘ)သည် အားကြီးစွာဖြစ်ပေါ်
လာသဖြင့် ကမ္ဘာဦးလူတို့သည် ထိုမြေခဲတို့ကိုလက်ဖြင့်ကိုင်ယူ၍
စားသောက်မိကြသည်၊ ထို့နောက် စွဲလမ်းကြပြီး အမြဲစားသောက်
လာကြသည်။

ထိုရသာပထဝီကို မြေဆီမြေခဲကိုမှီဝဲစားသောက်ကြလျှင်
ရန့်ရင်းသောရုပ်တို့သည် ဖြစ်ပေါ်လာသဖြင့် ကိုယ်ရောင်ကိုယ်ဝ
တို့ ညှိုးမှိန်ကွယ်ပျောက်၍ အမိုက်မှောင်ကြီးဖြစ်လာသည်။

ထိုအခါ လူတို့သည် အလွန်ကြောက်ရွံ့ကြသဖြင့် အလင်
ရောင်ကိုတောင့်တရာမှ နေ၊ လတို့ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့သည်၊ နေက
ရဲရင့်စေ၍ သူရိယ၊ လကို လူတို့ဆန္ဒအရပေါ်လာ၍ စန္
ဟုခေါ်ဆိုခဲ့ကြသည်။

ထိုနေ၊ လ၊ နက္ခတ်တို့ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ လသည်
နေနှင့်သမသတ်နေလျက် ဥတ္တရဖရဂုဏ်နက္ခတ်နှင့်ယှဉ်၍ ပေါ်
ထွက်လာခြင်းကြောင့် "ဖဂ္ဂုဏပုဏ္ဏမိ" ဟုသမုတ်ကြသည်
ထိုဖဂ္ဂုဏပုဏ္ဏမိကို တပေါင်းလပြည့် ဟုခေါ်သည်။

ထိုကမ္ဘာဦးလူတို့သည် အာဟာရကို မှီဝဲခြင်းကြောင့် ရုပ်
အထူးထူးဖြစ်သဖြင့် အချို့သောသူတို့သည်အဆင်းလှကုန်၏၊
အချို့သောသူတို့သည် အဆင်းမလှကုန်၊ ထိုအခါ အဆင်းလှသော
သူတို့သည် အဆင်းညံ့သောသူတို့ကို မထိလေးစားအောက်မေ့

ကြခြင်းအတိမာနကြောင့် ရသပထဝီတို့သည် ကွယ်ကုန်၏။

ထိုအခါ မြေဖူး မြေငုံတို့သည် တောင်ပို့ကြီးကဲ့သို့ပေါ်လာပြီး ထိုမြေဖူး မြေငုံတို့ကိုစားကြသည်။

ထိုမြေဖူး မြေငုံတို့သည် လူတို့၏အတိမာနကြောင့် အချင်းချင်းမေတ္တာကင်းကြသဖြင့်ကွယ်ပြန်သဖြင့် ပျားလပို့ကဲ့သို့ ချိုမြိန်သော ပဒလကာမည်သောနွယ်မျိုးတို့ပေါက်လာကြကုန်သည်၊ ထိုနွယ်မျိုးတို့ကိုစားကြသည်။

ထိုမှတစ်ဖန် အချင်းချင်းမေတ္တာကင်းမဲ့ကြပြီး အတိမာနတက်ကြသောကြောင့် နွယ်ချိုများကွယ်ပြီး အခွံအဖုံးဖွဲ့လည်း မကပ်သောသလေးဆန်သာသီးသောစပါးတို့သည်ပေါက်လာကုန်၏၊ ထိုသလေးဆန်တို့ကိုယူ၍ အိုးဖြင့်ချက်စားကြကုန်သည်၊ ထိုသလေးဆန်ထမင်းသည်ကား ဟင်းမပါ၊ သူ့သဘာဝအတိုင်း အရသာရှိကြသည်။

ထိုသို့ရှုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းသော သလေးထမင်းအာဟာရကို မှီဝဲစားသောက်သောအခါ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်တို့သည်ဖြစ်လာကြသည်၊ ထိုကျင်ကြီးကျင်ငယ်များထွက်ရာ အမာဝပြွန်ပေါက်တို့သည် ပေါက်ကွဲထွက်လာကုန်၏၊ မိန်းမဖြစ်ထိုက်သောသူအား မိန်းမ၊ယောက်ျားဖြစ်ထိုက်သောသူအား ယောက်ျားအသွင်သဏ္ဍာန်အင်္ဂါကြီးငယ်ဘာဂရုပ်တို့သည် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

ထိုအခါ ရှက်ကြောက်ခြင်းဖြစ်လာကြ၍ ပဒေသာပင်မှ အဝတ်တို့ကို ဆွတ်ယူ၍ဝတ်ရုံဖုံးလွှမ်းကြကုန်၏။

"ဒွေသဟာ" စာ၄။

(ကမ္ဘာဦးအခါက ကျွန်းတိုင်းတွင် ပဒေသာပင်ရှိကြသည်၊နောင် အခါဝယ် ပြောက်ကျွန်း၌သာရှိတော့သည် ဟုဆိုပါသည်)

ထိုအခါ ယောကျ်ားတို့သည် မိန်းမတို့ကိုစိမ်းစိမ်းကြည့် သလို မိန်းမတို့ကလည်း ယောကျ်ားတို့ကို စိမ်းစိမ်းကြည့်ကြ၏၊ ထိုသို့ကြည့်ရှုကြံစည်ဖန်များသောအခါ ကာမရာဂတို့သည် အား ကြီးစွာဖြစ်ပေါ်လာသဖြင့် မေထုနအမှုကိုပြုကြကုန်သည်။

ထိုမေထုနအမှုကိုပြုသောသူတို့ကို မပြုသောသူတို့က မြင်လျှင် "ဓိဝသလံ ဝသလာ-သူယုတ်တို့၊ ဓိ-ရွံစရာ ဟု တံထွေး ထွေးလျက် ကဲ့ရဲ့လျက် ခဲနှင့်ပေါက်ကြသည်။

ထိုအခါ မေထုန်ပြုသောသူတို့သည် ပုန်းကွယ်စရာအိမ် ဆောက်လုပ်၍ အိမ်၌နေကြကုန်သည်၊ မေထုနမပြုသူတို့က သစ်ပင်ရင်းလွင်တီးခေါင်စသည်တို့၌နေကြသည်။

ထိုအခါမှစ၍ အိမ်ရာတည်ထောင်သောအဂါရိကနှင့် အိမ်ရာမတည်ထောင်သော အနာဂါရိက ဟူ၍ ၂-မျိုးကွဲသွား သည်။

အိမ်ရာတည်ထောင်သောသူတို့တွင် တစ်ယောက်သော သူသည် သလေးခင်းသို့ အခါခါမသွားရလေအောင် တစ်ခါတည်း နှစ်ရက်စာသုံးရက်စာလောက်ယူခဲ့ပြီး လှောင်ထားသည်၊ ထိုသူ ကိုအတုလိုက်၍ ကြွင်းသောလူပျင်းတို့သည် လေးငါးရက်စာမက ယူခဲ့၍သိုလှောင်ထားကြသည်။

ထိုမေတ္တာကင်းမဲ့လောဘဇောတိုက်မှုကြောင့် သလေးဆန်တို့သည်ဖွဲ့ကပ်၍ အခွံဖုံးလာလေသည်။

သလေးပင်တို့သည် ယခင်က ယနေ့ခူးကနက်ဖြန်၊ ထိုနေရာ၌ ပကတိအတိုင်းပြန်ပေါက်သည်၊ ယခုကဲ့သို့ သိုလှောင်ထားသောအမှုကိုပြုလာကြသောအခါ ရိတ်ပြီးသောနေရာ၌ အငုတ်သာဖြစ်ကျန်ရစ်ခဲ့သည်။

ထိုအခါ လူအပေါင်းတို့သည်စုဝေးကြ၍ သတ္တဝါတို့၌ ယုတ်မာသောတရားတို့သည်ဖြစ်ပေါ်လာပြီးဖြစ်သဖြင့် ငါတို့အား ကောင်းမြတ်ခြင်းအလုံးစုံတို့သည်ဆုတ်ယုတ်ကုန်လေပြီ ဟု မှိုင်ေးညည်းညူကြပြီးလျှင် သလေးပင်တို့ကိုအညီအမျှခွဲဝေကြသည်၊ ထိုအချိန်ကာလမှစ၍ လူ့သက်တမ်းဆုတ်ယုတ်လာသည်။

မဟာသမ္မတမင်းတင်မြှောက်မှုနှင့်လူမျိုး(၃)မျိုးပေါ်လာပုံ

ထိုသို့ပိုင်ဆိုင်မှုပိုင်းခြားပြီးသောအခါ တစ်ယောက်သောသူသည် မေတ္တာကင်းမဲ့ပြီး လောဘတဏှာတရားဖြစ်ကာ သူတစ်ထူးအခင်းက သလေးစပါးကိုခိုးယူသည်၊ လူ့သက်တမ်း(၈၀၀၀၀) ကာလတန်ဖြစ်သည်၊ ထိုအချိန်မှစ၍ အာဒိန္နာဒါနကံစတင်ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

ခိုးယူသူကို ဥစ္စာရှင်တို့ကတွေ့မြင်၍ တစ်ကြိမ်နှစ်ကြိမ်မောင်းမဲအပြစ်တင်သည်၊ သုံးကြိမ်မြောက်သော် ထောင်းထုရိုက်နှက်ကြသည်။

ထိုအခါ လူတို့သည်စည်းဝေးကြပြီး လောက၌ လူဆိုးလူညစ်တို့ပေါ်လာလေပြီး ထိုသူတို့ကိုဆုံးမပေးရန် ချီးမြှောက်သင့်သူကိုချီးမြှောက်ပေးရန် တစ်ဦးသောအကြီးအကဲကိုတင်မြှောက်ကြကုန်အံ့၊ ထိုမင်းအား ငါတို့၏သလေးခင်းမှဆယ်ဘို့တစ်ဘို့ကိုနှစ်စဉ်ပေးကြကုန်အံ့ ဟု အညီအညွတ်ဆုံးဖြတ်ကြပြီး သင့်လျော်လျောက်ပတ်သောလူတစ်ယောက်ကို အကြီးအကဲအဖြစ် ရွေးကောက်ကြသည်၊ ထိုသူတို့သည် လူအများကမင်းဟူ၍သမုတ်အပ်သောကြောင့် မဟာသမ္မတ ဟူ၍အမည်တွင်လေသည်။

လယ်မြေတို့ကိုအစိုးရသောကြောင့်-ခတ္တိယ

တရားသဖြင့် သူတစ်ပါးတို့ကို တပ်မက်ချစ်ခင်စေတတ်သောကြောင့် ရာဇ ဟူ၍အမည်ရသည်။

ကျန်သောသူတို့သည် လယ်လုပ်ခြင်း၊ ကုန်သွယ်ခြင်းစသောအသီးသီးသော မိမိတို့၏အမှုကိုပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် ဝေဿ

မိမိတို့အိမ်၌ အကြီးအမှူးအစိုးရသောအိမ်ရှင်ဖြစ်၍ ဂဟပတိ ဟူ၍ အမည်ရကြသည်။

နောင်ကာလကြာရှည်သော် ဝေဿမည်သောလူထဲမှ ဆင်းရဲနွမ်းပါးသော တစ်စုံတစ်ခုသောအကြောင်းကြောင့် ကျွန်အမှုကိုလုပ်ကြရသောသူတို့သည်ကား ယုတ်ညံ့သောသေးငယ်သောအလုပ်အကိုင် အကျင့်အကြံဖြင့် အသက်မွေးကြရ၍ သုဒ္ဒ ဟူ၍ အမည်ရကြသည်။

"ဒွေသဟာ" ၈၉၉

ဤသို့အားဖြင့် လူ့လောကဝယ် အိမ်ရာတည်ထောင်သောလူမျိုးထဲမှ ရာဇမျိုး၊ ဝေဿမျိုး၊ သုဒ္ဒမျိုး ဟူ၍(၃)မျိုးကွဲလာသည်။

ဗြဟ္မဏလူမျိုး

အိမ်ရာမထောင်သော (အနာဂါရိက)လူမျိုးသည်ကား ဗြဟ္မစရိယသီလနှင့်ပြည့်စုံကြခြင်းကြောင့် အိမ်ရာထောင်(အဂါရိက)လူမျိုးထက်မြတ်ကုန်သဖြင့် သူတို့ကိုမြတ်သူ (ဗြဟ္မဏ) ဟု အမည်တွင်ခဲ့ကြသည်။

ထိုဗြဟ္မဏတို့သည် လူတို့အိမ်၌တောင်းရမ်းအလှူခံခြင်း၊ အကျင့်ဖြင့်ကျင့်ကြသည်၊ လူတို့ကလည်း ရိုသေကောင်းမွန်စွာ လှူဒါန်းပူဇော်ကြသည်။

အချို့ဗြဟ္မဏတို့သည် တော၊ တောင်၌နေ၍သစ်ဥ သစ်သီးတို့ဖြင့် အသက်မွေးမြူကြသည်၊ ကသိုဏ်းကိုအားထုတ်သဖြင့် လောကီစျာန်အဘိညာဉ်များရကြသည်။

လောက၌ ကောင်းစွာသိမြင်လိမ္မာကြ၍ လောက၏ အကျိုးငှာ သာမ၊ ယဇု၊ ဣရုစသောဗေဒင်သုံးပုံကိုစီရင်ပေးကြကုန်၏၊ ဟောပြောကြကုန်သည်၊ အက္ခရာပုဒ်ပါဠ်ဝါကျ အမည်နာမတို့ဖြင့် ကောင်းစွာလိမ္မာစေခြင်းအကျိုးငှာ သဒ္ဒါကျမ်း၊ ဆန်းကျမ်း၊ အလင်္ကာကျမ်း၊ အဘိဓာန်ကျမ်းတို့ကို ပြုစုပေးကြသည်၊ ဟောပြောကြသည်။

နောင်အခါ အဂါရိကလူ့ဘောင်နေပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထို အနာဂါရိကပြဟ္မဏဘောင်သို့ဝင်၍ ထိုပညာများကိုသင်ကြားကြ သည်၊ ဈာန်အဘိညာဉ်တရားကိုရအောင် အားထုတ်ကြသည်။

ထိုဈာန်အဘိညာဉ်ရအောင်အားထုတ်ကြသော ပြဟ္မဏ တို့တွင် အချို့သည်ဆံကျစ်ထုံးလျက် ရသေ့လုပ်၍အားထုတ်ကြ သည်၊ အချို့လည်း ဦးခေါင်းပြည်းလျက် ပရိဗိုဇ်ရဟန်းလုပ်လျက် အားထုတ်ကြ၏၊ နောင်ကာလကြာမြင့်သောအခါ ဗေဒင်ကျမ်း ဂန်တတ်ပြဟ္မဏတို့သည် ဈာန်အဘိညာဉ်ရအောင် အားမထုတ် နိုင်၍ ရသေ့ရဟန်းမလုပ်၊ တောထဲ တောင်ထဲ၌လည်းမနေတော့ ဘဲ ဝတ်ဖြူဝတ်လျက် ရောင်ချောထုံး၍ မြို့ဦးရွာဦး၌နေကာ ရွာသူသားငယ်တို့ကို ဗေဒင်ကိုသာပို့ချပေးနေကြကုန်သည်။

ထိုသို့ပြဟ္မဏများကို ဈာန်မရသောကြောင့် အဇ္ဈာယ ကောဈာန်မရသောသူ ဟုအမည်ခေါ်ခံရပြီး ယုတ်ညံ့သောအမည် အတွင်ခံရသည်၊ နောင်ကြာသောအခါ အဇ္ဈာယကောမှ ‘ဇ’ဒွေး ဘော်ဆောင်တပ်၍ အဇ္ဈာယကော-ဗေဒင်ရွတ်ဖတ်တတ်သော သူ ဟူ၍အနက်တစ်မျိုးပြောင်း၍ မြင့်မြတ်သောသူအမည်တွင် လာကြပြန်သည်။

ထိုအချိန်ထိုကာလ ထိုသက်တမ်းအထိ အဂါရိက အိမ် ရာတည်ထောင်လူတို့သည်လည်းကောင်း၊ အနာဂါရိက အိမ်ရာ မထောင်ပြဟ္မဏရသေ့ပရိဗိုဇ်တို့သည်လည်းကောင်း၊ အသားစား ခြင်းအမှုကိုမပြုကြဘဲ သလေးဆန်နှင့် သစ်သီး သစ်ဥဟူသော အစာအာဟာရတို့ကိုသာ စားသုံးနေထိုင်ကျင့်ကြံခဲ့ကြသည်။

“ဒွေသဟာ” ၈၄၀

အသားစားစတင်ဖြစ်ပေါ်လာမှု

အသားစားစတင်ဖြစ်ပေါ်လာမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ဘုရားရှင်က ဗြဟ္မဏဓမ္မိကသုတ်၌ များစွာသောကောသလတိုင်းသားပုဏ္ဏားသူဌေးကြီးတို့အား ယခုခေတ်ပုဏ္ဏားများနှင့် ရှေးခေတ်ပုဏ္ဏားများ၏ခြားနားပုံတို့ကို မေးလျှောက်ကြသည်၊ ဘုရားရှင်က ဤသို့ဖြေကြားခဲ့သည်ကိုတွေ့ရပါသည်-

ရှေးခေတ်ရသေ့တို့သည် ကောင်းစွာစောင့်စည်းသောစိတ်ရှိကုန်သည်၊ ဣန္ဒြိယသံဝရသီလနှင့်ပြည့်စုံသည်၊ ကာမဂုဏ်ငါးပါးတို့ကိုစွန့်ကြ၍ မိမိအကျိုးကိုကျင့်ကုန်သည်။

ရှေးခေတ်ပုဏ္ဏားတို့အား နွား၊ မြင်း၊ ရွှေ၊ ငွေ၊ ဥစ္စာစပါးမရှိကုန်၊ ဗေဒင်သရဇ္ဈာယ်ခြင်းသာရှိသည်၊ မေတ္တာစသော မြတ်သောရွှေအိုးကိုစောင့်သည်၊ လူတို့က ပုဏ္ဏားတို့အတွက် စီမံထားသောထမင်းကိုသာစားသည်၊ နိုင်ငံသူနိုင်ငံသားအားလုံးက ထိုပုဏ္ဏားများကိုလည်း ရှိခိုးကြသည်။

လူတို့က မသတ်ထိုက်သူ၊ နှိပ်စက်ခြင်းမပြုအပ်သူ ဟုလူတို့က လက်ခံထားသည်၊ အိမ်တံခါးဝင်လာသည်ကို မတားမြစ်ကြပေ။

ထိုပုဏ္ဏားတို့သည် မေထုန်ကိုရှောင်ကြဉ်သည်၊ ကောမာရဗြဟ္မစရိယအကျင့်ကိုကျင့်ကြသည်။

ပုဏ္ဏားတို့သည် အကျင့်မြတ်ကိုလည်းကောင်း၊ သီလကို

လည်းကောင်း၊ ဖြောင့်မတ်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ကြန္ဒြေစောင့်စည်းခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ကောင်းသောအကျင့်၌မွေ့လျော်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ မပုတ်ခတ် မညှင်းဆဲသည်းခံခြင်းကိုလည်းကောင်းချီးမွမ်းကြသည်။

ဤလောက၌ အချို့သောသူတို့သည် ပုဏ္ဏားတို့၏ထိုမြင့်မြတ်သောအကျင့်ကိုလိုက်၍ကျင့်ကြသည်၊ ထိုအကျင့်များကိုလည်း ချီးမွမ်းကြပါကုန်၏။

ဆန်၊ အိပ်ရာနေရာ၊ အဝတ်၊ ထောပတ်၊ ဆီတို့ကိုတရားသဖြင့် တောင်းခံစုရုံးပြီးလျှင် ထိုအစုအပုံမှယာဇ်ပူဇော်ခြင်းကိုပြုကြသည်။

ယာဇ်ပူဇော်ရန်အချိန်ရောက်သော် ထိုပုဏ္ဏားတို့သည် နွားတို့ကိုမသတ်၊ နွားမ၌ဖြစ်လာသောနို့ကိုဆေးအဖြစ် အသုံးပြုကြသည်၊ နွားတို့သည် အမိအဖ၊ ညီအစ်ကို ဆွေမျိုးတို့ကဲ့သို့ ငါတို့၏မြတ်သောအဆွေခင်ပွန်းနှင့်တူကုန်၏၊ ယုံကြည်ကြ၏။

ထိုနွား၊ နွားမတို့သည် ငါတို့အား ထမင်းကိုပေးကုန်၏၊ ခွန်အား၊ အဆင်းချမ်းသာတို့ကိုပေးကုန်၏ ဟုအကျိုးထူးကိုသိကြ၍ နွားတို့ကိုမသတ်ကြကုန်။

ထိုပုဏ္ဏားတို့သည် နူးညံ့သိမ်မွေ့ကုန်၏၊ ကြီးသောကိုယ်ရှိကုန်၏၊ ရုပ်အဆင်းလှကုန်၏၊ အခြံအရံများကုန်၏၊ မိမိဥစ္စာကိုယ်ကျင့်တရားတို့ဖြင့် ပြုထိုက်သောကိစ္စ၊ မပြုထိုက်သောကိစ္စတို့၌ ကြောင့်ကြစိုက်ကုန်၏။

''ဩွေဒသဟာ'' စာ၉၀

လောကဥ္စဆိုအပ်ပြီးသောအကျင့်ကို့ကို ပုဏ္ဏားတို့လိုက်နာကျင့်သုံးသမျှကာလပတ်လုံး ဤသတ္တဝါအပေါင်းသည် ချမ်းသာကြီးပွားခြင်းသို့ရောက်နိုင်၏။

ထိုပုဏ္ဏားတို့အား အနည်းငယ်ကာမဂုဏ်ကြောင့်ဖြစ်သော အနည်းငယ်သောချမ်းသာကိုမြင်၍ ဖောက်ပြန်သောအသိဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့သည်။

မင်းစည်းစိမ်ကိုလည်းကောင်း၊ ကောင်းစွာတန်ဆာဆင်အပ်သောမိန်းမတို့ကိုလည်းကောင်း၊ အာဇာနည်မြင်းကအပ်ကုန်သောကောင်းစွာပြုပြီး ဆန်းကြယ်စွာချုပ်ထားသောရထား၊ အိပ်ရာနေရာတို့ကိုမြင်၍ ဖောက်ပြန်သောအသိဉာဏ်ဖြစ်ကြသည်။

ထိုပုဏ္ဏားတို့သည် နွားအပေါင်းတို့ဖြင့်ပြန်ပြောပြီး မိန်းမအပေါင်းတို့နှင့်ပြည့်စုံနေသော လူစည်းစိမ်ကိုတောင့်တလာကြသည်။

ထိုပုဏ္ဏားတို့သည် ထိုစည်းစိမ်ဟူသောကြောင်းကြောင့် ဗေဒင်ကျမ်းတို့ကို ဖွဲ့နွဲ့သီကုံးကြပြီးလျှင် ဉက္ကာကကမင်းကြီးထံသွားကာ-

"မင်းကြီး. . . သင်အား စည်းစိမ်များ၏၊ ဥစ္စာများ၏၊ ယာဇ်ပူဇော်ပါလော့၊ ယာဇ်ပူဇော်သည်ရှိသော် နောင်အခါအသင်မင်းကြီးအား ဥစ္စာစပါးပေါများလတ့်"
ဟု ပြောဆိုကြသည်။

ထိုအခါ မင်းတကာတို့ထက်မြတ်သော ဥက္ကာကမင်းကြီးသည် ပုဏ္ဏားတို့တိုက်တွန်းသည်ကိုယုံကြည်ပြီး-

- မြင်းတို့ကိုသတ်၍ ယာဇ်ပူဇော်သော အဿမေဓယာဇ်
- ယောကျ်ားတို့ကိုသတ်၍ ယာဇ်ပူဇော်သော ပုရိသမေဓယာဇ်
- ထမ်းပိုးကျည်းကိုပစ်၍ ထိုထမ်းပိုးကျရာ၌ ယာဇ်မြေပြုလျက် ပူဇော်သော သမ္မာပါသယာဇ်
- ထောပတ်ယနာ၊ ပျားသကာတို့သောက်ရာဖြစ်သော ဝါဇပေယျယာဇ်
- တံခါးရွက်တို့ကိုဖွင့်လှစ်၍ပူဇော်မှု နိရဂ္ဂဠယာဇ်

ဟူသော ယာဇ်တို့ကိုပူဇော်လေသည်။

ပုဏ္ဏားတို့အားလည်း ဥစ္စာကိုပေးကုန်၏။

ဥက္ကာကမင်းကြီးက ပုဏ္ဏားတို့အား ကောင်းသောအိမ် ဥစ္စာ၊စပါး၊ နွား၊ မြင်း၊ ရထား၊ တန်ဆာဆင်သောမိန်းမတို့ကို ပေးလေသည်။

ပုဏ္ဏားတို့သည် ထိုယာဇ်ပွဲ၌ ဥစ္စာတို့ကိုရသဖြင့် အလွန်အလွန်တဏှာပွားများကြသည်၊ ဗေဒင်ကျမ်းတို့ကိုထပ်မံစီရင်ပြီး ဘုရင့်ထံသို့ထပ်မံချဉ်းကပ်ပြီး ယာဇ်ထပ်မံပူဇော်ရန်တိုက်တွန်းကြပြန်သည်။

ဥက္ကာကမင်းကြီးကလည်း ပုဏ္ဏားတို့၏စကားကိုယုံ၍ ယာဇ်ပူဇော်မှုကိုစီမံစေပြန်ပါသည်။

နွားမတို့သည် သိုးနှင့်တူကုန်သည်ဖြစ်၍ ခြေဖြင့်လည်း မကန်ကြောက်တတ်ကုန်၊ ဦးချိုဖြင့်လည်းမဝှေ့တတ်ကုန်၊ တစ်စုံ တစ်ခုမှုဖြင့်လည်းမနှိပ်စက်တတ်ကုန်၊ ငြိမ်းအေးစွာနေမှု၌ မွေ့ လျော်ကုန်သောအိုးဖြင့်နို့ညှစ်ခံကုန်သောထိုနွားမတို့ကို ဦးချိုတို့၌ ကိုင်လျက် ဥက္ကာကမင်းကြီးသည် ဓားဖြင့်သတ်သည်။

ထိုအချိန်မှစ၍ နတ်တို့သည်လည်းကောင်း၊ ဗြဟ္မာတို့ သည်လည်းကောင်း၊ သိကြားမင်းသည်လည်းကောင်း၊ အသူရာ ရက္ခိုက်တို့သည်လည်းကောင်း၊ နွားတို့ကိုဓားဖြင့်သတ်ခြင်းသည် မတရား ဟုပြောဆိုလျက် ဖယ်ခွာသွားကြကုန်သည်။

ရှေးအခါက လိုချင်ခြင်း၊ ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်း၊ အိုမင်းခြင်းဟူသောအနာရောဂါသုံးမျိုးသာဖြစ်ကုန်၏၊ ယခုသော် ကားနွားတို့ကိုသတ်ဖြတ်နှိပ်စက်ခြင်းကြောင့်အနာမျိုး(၉၈)ပါးတို့ သည်ဖြစ်ပေါ်ကုန်၏။

ရှေးဩက္ကာကမင်းလက်ထက်ကဖြစ်သော ဤမတရား သောအကျင့်သည် ဒဏ်(၃)ပါးတွင်တစ်ပါးပါးသောဒဏ်တို့ သက် ဝင်လျက်ဖြစ်၏၊ ယာဇ်ပူဇော်သူတို့သည် မပြစ်မှားထိုက်သောနွား တို့ကိုသတ်ကြကုန်ရကား၊ တရားမှဆုတ်ယုတ်ရွေ့လျော့ကုန်၏။

ရှေး၌ဖြစ်သောဤအယုတ်တရားတို့ကို ပညာရှိတို့ကဲ့ရဲ့ ကုန်၏၊ ယာဇ်ပူဇော်သောသူကိုတွေ့မြင်ရာအရပ်၌ လူအပေါင်း တို့ကဲ့ရဲ့ကုန်၏။

ဤသို့ပုဏ္ဏားတို့မတရားပျက်စီးလတ်သော် သူဆင်းရဲနှင့်ကုန်သည်မျိုးတို့ပျက်စီးကုန်၏၊ မင်းမျိုးတို့သည်လည်း ပျက်စီးကုန်၏၊ မယားတို့သည် လင်ကိုမထေမဲ့မြင်ပြုကြကုန်၏။

မင်းမျိုး၊ ဗြဟ္မာအမည်ခံပုဏ္ဏားမျိုးအနွယ်ကိုစောင့်ကုန်သောတစ်ပါးသောသူတို့သည် ဇာတိဝါဒကင်းသည်ကိုပြု၍ ကာမဂုဏ်အလိုသို့လိုက်ကြကုန်၏။

ဟူ၍ ဗုဒ္ဓက အကျယ်တဝင့်ဟောကြားခဲ့ပါသည်။

(သုတ္တနိပါတ စူဠဝဂ် ဗြာဟ္မဏဓမ္မိကသုတ်)

ကပ်သုံးပါးဖြစ်ပေါ်လာရမှု

အလားတူ ကပ်သုံးပါးဖြစ်ပေါ်လာရမှုနှင့်ပတ်သက်၍ အင်္ဂုတ္တိုရ်တိတနိပါတ် ပလောကသုတ်၌-

ဥစ္စာကြွယ်ဝသောပုဏ္ဏားတစ်ယောက်သည် မြတ်စွာဘုရားထံချဉ်းကပ်ပြီး-

"အရှင်ဂေါတမ. . . အသက်ကြီးရင့်ကုန်သောဆရာဆရာဖြစ်ကုန်သောပုဏ္ဏားတို့ထံမှ ဤသို့သောစကားကိုကြားဖူးပါသည်၊ ရှေးအခါက ဤလူ့ဘုံလောကသည် အဝီစိငရဲကြီးကဲ့သို့ပင် လူတို့ဖြင့်ပြည့်နှက်နေပါ၏၊ ရွာနိဂုံးမင်းနေပြည်တော်တို့သည် ကြက်ပျံမကျရှိကုန်၏ဟု ကြားဖူးပါသည်၊ ယခုအခါ၌ လူများနည်းပါးကုန်ပါ၏။ ကျိုးတိုးကျဲတဲထင်ပါ၏၊ ရွာတို့သည်ရွာမဟုတ်ကုန်၊ နိဂုံးတို့ကလည်း နိဂုံးမဟုတ်ကုန်၊ ဇနပုဒ်တို့လည်း ဇနပုဒ်မဟုတ်

ကုန်၊ မြို့တို့လည်းမြို့မဟုတ်ကုန်၊ ဤသို့ဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းကား အဘယ်ကြောင့်ပါနည်း၊ အရှင်ဂေါတမ”
ဟု မေးလျှောက်သည်။

“ပုဏ္ဏား. . . ယခုအခါ၌ လူတို့သည် အဓမ္မလောဘဖြင့် တပ်မက်ကုန်၏၊ မညီမျှသောဝိသမလောဘဖြင့်နှိပ်စက်ကုန်၏၊ မှောက်မှားသောအကျင့်မိစ္ဆာဓမ္မဖြင့် ပြည့်စုံကုန်၏။

ထိုသူတို့သည် မတရားလောဘဖြင့်တပ်မက်ကုန်သည်ဖြစ်၍ မညီမျှသောလောဘဖြင့်နှိပ်စက်ကုန်သည်ဖြစ်၍ မှောက်မှားသောအကျင့်နှင့်ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ ထက်သောလက်နက်တို့ကိုစွဲကိုင်ကြလျက် အချင်းချင်းသတ်ဖြတ်ကြကုန်၏၊ သို့အတွက် လူများစွာသေကြကုန်၏၊ ယင်းအကြောင်းကြောင့် ယခုအခါ လူများနည်းကုန်၏၊ ကျိုးတိုးကျဲတဲထင်၏၊ ဤအကြောင်းသည် ပထမအကြောင်းဖြစ်၏။

ထိုသို့သောအကျင့်နှင့်ပြည့်စုံသောသူတို့အား မိုးသည် ရေအယဉ်ကိုကောင်းစွာရွာချမပေးတော့၍ ကောက်ပင်တို့မသန်စွမ်းကုန်၊ ကောက်ပင်တို့ပိုးဖျက်ခံရ၏၊ အရိုးတံသာကျန်၏၊ လူတို့ ဝတ်မွတ်ခေါင်းပါးဖြစ်ပြီး သေကြေရသည်၊ ဤအကြောင်းကြောင့် လူတို့နည်းပါးကုန်၏။

ထိုကဲ့သို့အကျင့်ရှိသောသူတို့ထံ အကြီးအကဲဖြစ်သော ဘီလူးတို့သည် ကြမ်းတမ်းသောဘီလူးတို့ကိုစေလွှတ်၏၊ သို့အတွက် လူများစွာသေကြေရသည်။

“ဒွေသဟာ” ၈၅၆၅

ဤသို့သောအကြောင်းကြောင့် လူတို့နည်းကုန်၏”
ဟူ၍ ဟောတော်မူပါသည်။

လူတို့သက်တမ်းဆုတ်ယုတ်လာရသည်မှာ

“တပည့်တို့. . . ဤရုပ်ခါတ်သင်္ခါရတို့သည် ဤကဲ့သို့ဖြစ်ပြီးလျှင် တစ်ဖန်ပျက်စီးပြန်၏၊ အဘယ်ကဲ့သို့ပျက်စီးလေသနည်းဆိုသော် တပည့်တို့ ကမ္ဘာဦးအခါ၌ကား လူတို့၏အသက်သည် ကျွန်းတိုင်းမှာပင် အသင်္ချေယျတိုင်အောင်နေရ၏။

ထိုအသင်္ချေယျတမ်းမှသည် သတ္တဝါတို့၏သန္တာန်၌ အကုသိုလ်တရားများတဖြည်းဖြည်းစည်ကားတိုးပွားရ၍လာခြင်းကြောင့် ဥတု အာဟာရတို့သည် ဖောက်ပြန်သောင်းကျန်း ယုတ်ညံ့ကြမ်းတမ်း၍လာသဖြင့် လူတို့၏အသက်တမ်းသည် တဖြည်းဖြည်းဆုတ်ယုတ်လာ၏။

ထိုသို့လာရာ၌ မြောက်ကျွန်းသားတို့သည် တစ်ထောင်တမ်းသို့ကျလျှင် မတိုးမဆုတ်အမြဲတမ်းရပ်၍တည်ကုန်၏၊ အရှေ့ကျွန်း၊ အနောက်ကျွန်းသားတို့ကား ငါးရာတမ်းကျလျှင် မတိုးမဆုတ်တန့်ရပ်၍တည်ကြကုန်၏။

တောင်ကျွန်းသားတို့မူကား ဆယ်နှစ်တမ်းအထိ ဆုတ်ယုတ်လာကြပေမည်။

အသက်တစ်ရာတမ်း၌ သလေးဆန်၊ သလေးထမင်းတို့

သည် မင်းသုံးမင်းဆောင်ဖြစ်သကဲ့သို့ အသက် (၁၀)နှစ်တမ်း၌ လူးဆန်၊ လူးထမင်းသည် အကောင်းဆုံးမင်းသုံးမင်းဆောင်ဖြစ်လေသည်”

ဟူ၍ သေက္ခတောင်ဆရာတော် အရှင်တိလောကမထေရ်ရေးသားအပ်သော ပဏ္ဍိတဝေဒနိယဒီပနီကျမ်း၌ ရေးသားထားသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။

ဤသို့ သက်တမ်းအစဉ်အတိုင်းဆုတ်ယုတ်လာခြင်းမှာ အများအတွက်ချမ်းသာစေလိုသော မေတ္တာစိတ်ကင်းပျက်လာပြီးတစ်ကိုယ်တည်းချမ်းသာလိုခြင်း၊ တစ်ကိုယ်တည်းထင်ရှားကျော်စောလိုခြင်းစသောတစ်ကိုယ်ကောင်းကြံသော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာနဟူသောမေတ္တာ၏ရန်သူတို့အတွက်ကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့အများအတွက် ချမ်းသာလိုသောမေတ္တာဖျက်၍ တစ်ကိုယ်ကောင်းကြံကြသောစိတ်များကြောင့် လူတို့၏သက်တမ်းသည် အသက်အသင်္ချေယျတမ်းမှ တစ်စ တစ်စဆုတ်ယုတ်လာခဲ့ရာ လူတို့၏သက်တမ်း(၈၀၀၀၀)တမ်းသို့ရောက်လာခဲ့သည်။

အသက်(၈၀၀၀၀)တမ်းသို့ရောက်လာသောအခါ ကိုယ်ချင်းစာတတ်သောမေတ္တာတရားနည်းပါး၍-

-သူတစ်ပါးဥစ္စာကိုခိုးယူခြင်း (အဒိန္နာဒါန)ကံပေါ်လာခဲ့သလို ပြဟ္မဏတို့၏သားသတ်၍ယာဇ်ပူဇော်သောသူတစ်ပါးအသက်ကိုသတ်ခြင်း(ပါဏာတိပါတ)တရားနှင့် ထိုအသားကိုစားသောအသားစားမှုအကျင့်များစတင်ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့သည်။

ထိုတရားနှစ်ပါးဖြစ်ပေါ်လာ၍ လူ့သက်တမ်းသည် (၈၀၀၀၀)တမ်းမှ(၄၀၀၀၀)တမ်းသို့ကျအောင် ဆုတ်ယုတ်လာခဲ့သည်။

-အသက်(၄၀၀၀၀)တမ်းသို့ရောက်သောအခါ ကိုယ်ချင်းစာမေတ္တာတရားနည်းပါး၍ မဟုတ်မမှန်ပြောဆိုခြင်း (မုသာဝါဒ) ထင်ရှားပေါ်လာသည်၊ ထိုမုသာဝါဒပေါ်လာသောအခါ လူ့သက်တမ်းသည်(၄၀၀၀၀)တမ်းမှ (၂၀၀၀၀)တမ်းသို့ကျအောင် ဆုတ်ယုတ်လာခဲ့သည်။

-လူ့သက်တမ်း(၂၀၀၀၀)အရောက်တွင် ဂုံးချောခြင်း (ပိသုဏဝါစာ)တရားထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ ထိုအခါ လူ့သက်တမ်းသည် (၂၀၀၀၀)တမ်းမှ(၁၀၀၀၀) တမ်းသို့ကျအောင် ဆုတ်ယုတ်လာခဲ့သည်။

-လူ့သက်တမ်း(၁၀၀၀၀)အရောက်တွင် သူတစ်ပါးသား၊ မယားကိုသွားလာလွန်ကျူးခြင်း (ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ) တရားထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ ထိုတရား ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ လူ့သက်တမ်းသည် (၁၀၀၀၀) တမ်းမှ(၅၀၀၀)တမ်းသို့ကျအောင် ဆုတ်ယုတ်လာခဲ့သည်။

-ထို(၅၀၀၀)တမ်းသို့ရောက်သောအခါ ဆဲရေးတိုင်းထွာခြင်းခံသောအားဖြင့် သူတစ်ပါးနားမခံနိုင်ဖွယ်ရာ လွန်စွာကြမ်းတမ်းသောစကား ဟုဆိုအပ်သော

ယုံသနော့ထော်ယွန်းကားပြန့်ပွားရေးဦးစီးဌာန
ထမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်။

(ဖရုသဝါစာ)အနက်အဓိပ္ပာယ်ကင်း၍ ပိန်ဖျင်းသော စကား ဟုဆိုအပ်သောသမ္ဖပ္ပလာပတို့သည် ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ ထိုကာလသက်တမ်းသည် (၅၀၀၀) မှ (၂၅၀၀)တမ်းသို့ဆုတ်ယုတ်လာသည်။

-ထိုသက်တမ်းကာလတွင် သူတစ်ပါးစည်းစိမ်ကို မိမိစည်းစိမ်ဖြစ်အောင်ကြံခြင်း ဟုဆိုအပ်သောအဘိဇ္ဈာ၊ သူတစ်ပါးသေကြေပျက်စီးအောင်ကြံခြင်းဟူသော ဗျာပါဒတို့သည် ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ ထိုတရားများဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ လူ့သက်တမ်းသည်(၂၅၀၀) မှ (၁၀၀၀) တမ်းသို့ဆုတ်ယုတ်လာခဲ့သည်။

-အသက်(၁၀၀၀)တမ်းသို့ရောက်သောအခါ မကောင်းမှုကောင်းမှုပြုခြင်းကြောင့် အပြစ်အကျိုးမရှိဟူသော မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိတရား ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိတရားထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ အသက် (၁၀၀၀) မှ (၅၀၀)တမ်းသို့ဆုတ်ယုတ်လာခဲ့သည်။

-အသက်(၅၀၀)တမ်းသို့ရောက်သောအခါ -

-မိကြီး မိထွေးတို့၌တပ်ခြင်း -အဓမ္မရာဂ

-လွန်လွန်မင်းမင်းတပ်ခြင်း -ဝိသမလောဘ

-ယောကျ်ားချင်း၊ မိန်းမချင်းတပ်ခြင်း-ဝိသမရာဂ

တို့ဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ ထိုတရားများဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ လူ့သက်တမ်း(၅၀၀)မှ(၃၀၀)တမ်း၊ (၂၅၀)တမ်းသို့ဆုတ်ယုတ်လာခဲ့သည်။

-အသက်(၂၅၀)တမ်းသို့ရောက်သောအခါ-

-မိခင်ကိုမရိုသေခြင်း

-ဖခင်ကိုမရိုသေခြင်း

-ရဟန်းကိုမရိုသေခြင်း

-ရဟန္တာကိုမရိုသေခြင်း

-ကြီးသူတို့ကိုမရိုသေခြင်း ဟုဆိုအပ်သောအယုတ်တရားတို့သည်ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသည်၊ ထိုအယုတ်တရားတို့ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ အသက်(၂၅၀)မှ(၁၀၀)တမ်းသို့ဆုတ်ယုတ်လာသည်။

ဤကမ္ဘာလောကကြီးသည် တစ်နေ့တစ်ခြား ဖြုတ်မှုစိုရ်တရားနည်းပါး၍ ဆုတ်ယုတ်သည်ထက်ဆုတ်ယုတ်သွားသဖြင့်နောက်ဆုံးသော အသက်(၁၀)နှစ်တမ်းသို့ရောက်ပါမည်။

အသက်(၁၀)နှစ်တမ်းသို့ရောက်သော(၅)နှစ်အရွယ်သားသမီးတို့သည် လက်ထပ်ထိမ်းမြားရန် အချိန်ရောက်ပြီ ဟုသတ်မှတ်ကြမည်။

ထိုသက်တမ်းတွင် လူတို့အစာအာဟာရထောပတ်၊ ဆီဦး၊ ဆီ၊ ပျား၊ တင်လဲ၊ ဆားတို့သည် ကွယ်ပျောက်သွားပါမည်။

ယခုအခါ သလေးဆန်ဖြင့်ချက်အပ်သော သားပွဲမ်းထမင်းသည် မွန်မြတ်သောဘောဇဉ်ဖြစ်သကဲ့သို့ ထိုအချိန်ဝယ်လူးထမင်းသည် မွန်မြတ်သောဘောဇဉ်ဖြစ်လာပါမည်။

အသက်(၁၀)နှစ်တမ်းသို့ရောက်သောအခါ ကုသိုလ်ကမ္မပထတရားတို့သည် အားလုံးကွယ်ပျောက်သွားပြီး အကုသိုလ်ကမ္မပထတရားတို့သာ ထွန်းပေါ်ထင်ရှားလာပါမည်၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုဟူသောစကားသည် ကွယ်ပျောက်သွားပါမည်။

ထိုသက်တမ်းကာလဝယ် လူတို့သည်-

- မိဘကိုရိုသေခြင်းကင်းကုန်မည်
- ရဟန်းသူတော်ကောင်းတို့ကိုရိုသေခြင်းကင်းကုန်မည်
- အမျိုး၌ကြီးသောသူတို့ကိုရိုသေခြင်းကင်းကုန်မည်
- တရားပျက်သူတို့ကိုသာ သူတော်ကောင်းထင်၍ ပူဇော်ကြမည်၊ ချီးမွမ်းကြမည်။

ထိုသက်တမ်းကာလဝယ် အမိဟူ၍လည်းကောင်း၊ မိထွေးဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဦးရီး၏မယားဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆရာ၏မယားဟူ၍လည်းကောင်း၊ အလေးအနက်ပြုအပ်သောသူ၏မယားဟူ၍လည်းကောင်း မထားတော့ပေ။

- ဆိတ်၊ သိုး၊ ကြက်၊ ဝက်၊ ခွေးတို့ကဲ့သို့ ဤလောကသည် ရောနှောခြင်းသို့ရောက်မည်။
- တစ်ယောက်သည် တစ်ယောက်၌ ပြင်းထန်သော ရန်ငြိုးဖွဲ့မည်၊ ပြင်းထန်သောအမျက်ဒေါသဖြစ်ကြမည်။
- ပြင်းထန်သောပြစ်မှားခြင်းများပြုလုပ်ကြမည်
- ပြင်းထန်သောသတ်လိုစိတ်များဖြစ်ပေါ်ကြမည်

- အမိကသား၌၊ သားကအမိ၌၊ အဘကသား၌၊ သားက အဘ၌၊ မောင်ကနှမ၌၊ နှမကမောင်၌ ပြင်းသော ရန်ငြိုးဖွဲ့ခြင်း၊ ပြင်းသောအမျက်ထွက်ခြင်း၊ ပြင်းသော ပြစ်မှားခြင်း၊ ပြင်းသောသတ်လိုစိတ်များဖြစ်ပေါ်ကြ မည်။
- သားသတ်မုဆိုးက သားသမင်ကိုမြင်သောအခါ ပြင်း သောသတ်လိုစိတ်ဖြစ်သကဲ့သို့ဖြစ်ကြပါမည်။
- အသက်(၁၀)နှစ်တမ်းနောက်ဆုံးရောက်သောအခါ ခုနှစ်ရက်လက်နက်ဖြင့်ပျက်စီးခြင်းဖြစ်မည်။

ထိုသူတို့သည် တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် သားသမင် ကဲ့သို့ထင်မှတ်ကြကာ ထက်မြက်သောလက်နက်ဖြင့် သတ်ဖြတ် ကြမည်။

ထိုသို့သက်တမ်းဆုတ်ယုတ်လာမည်ဖြစ်ရာ လူတို့၏ သက်တမ်းဆုတ်ယုတ်သလို အစာအာဟာရများသည် ဩဇာအဆီ အစေးများဆုတ်ယုတ်လာမည်ဖြစ်ပါသည်။

(လူ့သက်တမ်းဆုတ်ယုတ်ရာတွင် လူတို့သက္ကရာဇ် ၁၀၀ ပြည့်တိုင် တစ်နှစ်ဆုတ်ယုတ်သွားပါသည်)

လူတို့သက်တမ်းအာဟာရများဆုတ်ယုတ်ရခြင်း၏ အကြောင်းမှာ လူတို့သည်ကိုယ်ချင်းစာဟူသော မေတ္တာတရား ကင်းပါးခြင်းကြောင့်သာဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့သက်တမ်းနှင့်အာဟာရဆုတ်ယုတ်လာရခြင်းမှာ အကုသိုလ်အယုတ်တရားပေါ်လာသောကြောင့်ဆုတ်ယုတ်နိုင်သည် ဟုဆိုနိုင်ပါသည်။

ထိုအကုသိုလ်တရားပေါ်ရခြင်းမှာလည်း-

- မိမိသည် ချမ်းသာခြင်းကိုသာ လိုလားတောင့်တနှစ်သက်၏။ ဆင်းရဲခြင်းကိုမလိုလားမနှစ်သက်၊ မတောင့်တသကဲ့သို့ အခြားသူတို့သည်လည်း ချမ်းသာခြင်းကိုသာ လိုလားတောင့်တနှစ်သက်ကြမည်မဟုတ်။

အခြားသူက မိမိကို စော်ကားကျူးလွန်လာလျှင် မိမိက မနှစ်သက်သကဲ့သို့ တစ်ခြားသူကလည်း နှစ်သက်မည်မဟုတ်သောကြောင့် သူတစ်ပါးအားစော်ကားလွန်ကျူးရန် မသင့်ဟူသော ကိုယ်ချင်းစာမေတ္တာတရားမရှိကြသောကြောင့် ထိုအကုသိုလ်အယုတ်တရားများ ဖြစ်ပေါ်ကြရပါသည်။

ကိုယ်ချင်းစာမေတ္တာတရားရှိလျှင် အကုသိုလ် ဒုစရိုက်အယုတ်တရားများလွန်ကျူးခြင်းရှိမည် မဟုတ်ကြောင်း ဘုရားရှင်က မဟာဝဂ္ဂသောတာပတ္တိသံယုတ် မူလပဏ္ဏာသအနုမာနသုတ်၌ဟောကြားထားပါသည်။

အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်၌

"ရဟန်းတို့ လူငယ်သည် လူငယ်ဘဝမှစ၍ ဒေါသစသောနီဝရဏမှကင်းကြောင်း ကောင်းသောမေတ္တာစိတ်ကို ကိုယ်ချင်းစာပမာနထား၍ ပွားများနေရာ၏။ ထိုသူငယ်သည်

မကြီးပွားကြောင်း မကောင်းသောအယုတ်တရားကို ပြုနိုင်ပါဦး မည်လော"

"မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်ချင်းစာမေတ္တာတရားပွားနေသူ သည် အယုတ်တရားကို ပြုမည်မဟုတ်ပါဘုရား"

"ရဟန်းတို့ ဒုစရိုက်အယုတ်တရားကို မပြုသောသူအား ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာဆင်းရဲခြင်းသည် ဖြစ်နိုင်ပါမည်လော"

"မြတ်စွာဘုရား မဖြစ်နိုင်ပါဘုရား"

"ရဟန်းတို့ ယောကျ်ားသည်လည်းကောင်း၊ မိန်းမသည် လည်းကောင်း၊ ရဟန်းသည်လည်းကောင်း၊ ဤမေတ္တာဗြဟ္မ ဝိဟာရတရားကို နေ့စဉ်ပွားများအပ်သည်သာတည်း" ဟူ၍ဟော တော်မူခဲ့ပါသည်။

ဤဒေသနာတော်များအရ မေတ္တာတရားပျက်ပြားခြင်း သည် လူသားတို့ သက်တမ်းအာယုရဆုတ်ယုတ်ကြောင်း အရင်း မူလဟူ၍ သိကြပြီးလျှင် မေတ္တာ၏ရန်သူဖြစ်သော လောဘ၊ ဒေါသ၊ အယုတ်တရားများကို ပယ်ရှားကြရပါမည်။

ထိုလူသက်တမ်း(၁၀)နှစ်ကာလဝယ် လူတို့၏မေတ္တာ တရားနှင့်ကိုယ်ချင်းစာတရားကင်းမှုကြောင့် အကုသိုလ်တရား များဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ ထိုအကုသိုလ်တရားများကြောင့် လူ အချင်းချင်း သားသမီးကဲ့သို့သဘောထားပြီး ထက်မြက်သော လက်နက်တို့ဖြင့် သတ်ဖြတ်လာကြမည်။

ထိုအခါ အချို့သောသူတို့၏စိတ်၌-

"ငါတို့သည် တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူကို မသတ်ဖြတ်မိပါစေနှင့်၊ ငါတို့ကိုလည်း တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူက မသတ်ဖြတ်မိပါစေနှင့်၊ ငါတို့သည် မြက်ထူသောအရပ်၊ တောထူသောအရပ်၊ ကူးနိုင်ခဲသောမြစ်၊ တစ်ဘက်မညီညွတ်သောတောသို့ ဝင်၍ သစ်သီး၊ သစ်မြစ်ကို စားသောက်၍နေရပါမူကောင်းလေစွ" ဟူ၍ စဉ်းစားမိကြပြီး သတ်ဖြတ်မှုကို ရှောင်ကြဉ်လာကြသည်။

"ငါတို့သည် ကိုယ်ချင်းစာမေတ္တာတရားမရှိကြ၍ အကုသိုလ်အမှုတို့၌ ဆောက်တည်ကြသဖြင့် ဤသို့အကျိုးများပျက်စီးခြင်းသို့ရောက်ကြရမည်။ ငါတို့သည် ကိုယ်ချင်းစာမေတ္တာတရားပွား၍ ကုသိုလ်တရား၌မွေ့လျော်ကြကုန်စို့"
ဟူ၍ တိုင်ပင်ကြပြီးလျှင် သူအသက်သတ်ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ကြသည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ လူသက်တမ်းသည် (၁၀)နှစ်မှ (၂၀)၊ (၂၀)မှ (၄၀) စသည်ဖြင့် နှစ်ဆတိုးလာခဲ့သည်။ လူသက်တမ်း(၂၀)တိုးလာသောအခါဝယ်-

သူ့ဥစ္စာခိုးမှု၊ သူ့သားအိမ်ရာပြစ်မှားမှု၊ လိမ်ပြောမှု၊ ချောပစ်ကုန်းတိုက်မှု၊ အကျိုးမရှိသောပြောဆိုမှု၊ သူတစ်ပါးပစ္စည်းရယူလိုမှု သူတစ်ပါးပျက်စီးစေမှု၊ မှားသောအယူ ယူမှု

ဤအကုသိုလ်တရားများ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပယ်ဖျောက်ကျင့်လာကြသဖြင့် အဓမ္မရာဂ ဝိသမလောဘ မိစ္ဆာဓမ္မတို့ ပယ်ရှားလာကြသည်။ ထိုအခါ မိဘ၊ ဆရာ၊ ရဟန်း၊ ကြီးသူတို့ကို ရိုသေမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

ထိုအခါ လူ့သက်တမ်းသည် နှစ်ဆ၊ နှစ်ဆတက်လာပြီး အသင်္ချေယျဘက်သို့ ပြန်ရောက်ပါမည်။

ဤသို့ လူ့သက်တမ်းဆုတ်ခြင်း၊ တက်ခြင်းသည် သီလတွင် နံပါတ်တစ်ဖြစ်သော သူ့အသက်သတ်မှု၊ စားမှုတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်ကိုတွေ့ရပါမည်။ သူ့အသက်သတ်မှု၊ စားမှုတွေများက သက်တမ်းတိုမည်၊ ဆုတ်ယုတ်မည်။ သူ့အသက်မသတ်၊ မစားက သက်တမ်းရှည်ပါမည်၊ အနာရောဂါကင်းပါမည်။

ထို့ကြောင့် သက်ရှိသတ္တဝါတိုင်းအပေါ်၌ ကိုယ်ချင်းစာ မေတ္တာတရားပွားများပြီး သူ့အသက်သတ်ခြင်း၊ စားခြင်းတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

အာမဂန္ဓသုတ်လာ သက်သတ်လွတ်စားမှု

ဂေါတမဘုရားမပွင့်မီ အာမဂန္ဓအမည်ရှိသောပုဏ္ဏားသည် တပည့်ငါးရာနှင့်အတူ ရသေ့ဝတ်ကြကာ ဟိမဝန္တာတောတောင်ကြား၌ သခ်န်းကျောင်းဆောက်လုပ်ကာ တရားကျင့်ကြံနေထိုင်ကြသည်။

သူတို့သည် သစ်သီး သစ်မြစ်ကိုသာ စားသောက်ကြသည်။ နှစ်ရှည်လများ ချဉ်ဆားလုံးဝမပါဘဲ စားလာကြရ၍ ဓာတ်လေးပါးမညီမျှ အာဟာရသပ္ပါယမဖြစ်ကြ၍ သူတို့တွင်ဖျော့တော့သောအသားဝါရောဂါ ဖြစ်လာကြသည်။

သို့အတွက် သူတို့သည် ချဉ်ဆား စသည်မှီဝဲရန်အတွက်

တိုင်းစွန်ပြည်ဖျား ပစ္စန္တရာဇ်ရွာသို့ ရောက်လာကြသည်။

သာသနာပအခါဖြစ်၍ ရွာသူရွာသားများသည် ရသေ့များကိုအလွန်ကြည်ညိုကြသဖြင့် လေးလပတ်လုံး သက်သတ်လွတ်ဆွမ်းဖြင့် လုပ်ကျွေးကြသည်။

ရသေ့များသည် ချဉ်ဆားမှိုဝဲလာရသဖြင့် အစာအာဟာရမျှတမှုရရှိကြပြီး သူတို့၏အသားဝါရောဂါသည်လည်း ပျောက်သွားကြသည်။ သို့အတွက် ဟိမဝန္တာပြန်ပြီး တရားအားထုတ်ကြသည်။ လူများကလည်း ဆန်၊ ဆားစသည်တို့ကို လှူဒါန်းလိုက်ကြသည်။

ရသေ့တို့သည် နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း ထိုရွာသို့လာကြပြီး မိုးလေးလပတ်လုံး နေခဲ့ကြသည်။ ရွာသူရွာသားများကလည်း ထိုရသေ့များကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ လုပ်ကျွေးပြုစုကြသည်။

ထိုကာလမှာပင် ဂေါတမဘုရားရှင်သည် ပွင့်တော်မူလာခဲ့သည်။ ဘုရားရှင်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်း၌ သီတင်းသုံးနေစဉ် ဉာဏ်တော်ဖြင့်လောကကိုကြည့်သည်ရှိသော် ထိုရသေ့တို့၏ အရဟတ္တဖိုလ်ဆိုက်မည့် ဥပနိဿယကို မြင်တော်မူသည်။

သို့အတွက် ရဟန်းသံဃာများခြံရံလျက် ရသေ့များမရောက်ခင် ထိုရွာသို့ကြွတော်မူသည်။ ရွာသူ ရွာသားများကလည်း ဘုရားရှင်ကိုဖူးမြင်ရ၍ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်ကာ အလှူကြီးပေးလှူကြသည်။

ဘုရားရှင်က ထိုသူများကို တရားဟောကြားသောအခါ အချို့က သောတာပန်၊ အချို့က သကဒါဂါမ်၊ အချို့က အနာဂါမ်၊ အချို့က ရဟန်းပြုကြပြီး ရဟန္တာဖြစ်ကြလေသည်။

ဘုရားရှင်သည် တရားဟောပြီးသည်နှင့် ရဟန်းသံဃာများနှင့်အတူ သာဝတ္ထိသို့ပြန်ကြွတော်မူသည်။

ဘုရားရှင်ပြန်ကြွသွားပြီးနောက်တွင် ရသေ့များသည် ထိုရွာသို့ရောက်လာကြသည်။

လူများသည် ရသေ့များကိုမြင်သောအခါ ရှေးကလို အုတ်အုတ်ကျက်ကျက်မလုပ်ကြတော့ချေ၊ ရသေ့များသည် ရှေးကနှင့်မတူ တစ်မူထူးခြားနေသောရွာသားများကိုအကဲခတ်ရင်း-

"ဘယ်လိုလဲ. . . ရွာသူရွာသားတွေဟာ ရှေးကနှင့်မတူကြပါလား၊ ဤရွာသို့ မင်းဒဏ်ထားနှိပ်စက်ခံရလို့လား သို့မဟုတ် ဝတ်မွတ်ခေါင်းပါးဘေးသင့်လို့လား ဒါမှမဟုတ် ငါတို့ထက် သီလစတဲ့ဂုဏ်ပိုမိုပြည့်စုံတဲ့ရဟန်းတစ်ပါးပါး ဒီရွာကိုကြွလာခဲ့လို့လား" ဟု စုံစမ်းမေးမြန်းသည်။

"အရှင်ဘုရားတို့. . . တပည့်တော်တို့ရွာ မင်းဘေးမင်းဒဏ်လည်းမသင့်ပါ၊ ဝတ်မွတ်ခေါင်းပါးဘေးလည်းမရောက်ပါ၊ အမှန်မှာ သစ္စာလေးပါးသိသောဘုရားရှင်လောက၌ပွင့်ထွန်းခဲ့ပြီး လူအများ၏အကျိုးစီးပွားအလို့ငှာ တရားတော်ကိုဟောသော ထိုဘုရားရှင်သည် ဤရွာသို့ကြွလာတော်မူခဲ့ပါသည်" ဟု ရွာသားတို့က အဖြေပေးသည်။

"ဘုရားရှင်ပွင့်တော်မူပြီ" ဟူသောစကားကိုကြားရသော အာမဂန္ဓရသေ့သည် "သူကြွယ်တို့ ဘုရားဟူ၍ သင်တို့ပြောကြားကြပါသလား"ဟု အားရဝမ်းသာစွာ သုံးကြိမ်မေးသည်၊ ရွာသားများကလည်း မှန်ကြောင်းအဖြေပေးကြသည်။

"လောကမှာ ဒီဘုရားဆိုတဲ့အသံကိုကြားရဖို့တောင်မှ ခဲယဉ်းလှတယ်၊ ဒါနဲ့နေပါဦး ဒါယကာတို့ . . ထိုဘုရားက အညှီအဟောက်(အာမဂန္ဓ)ကို ဘုဉ်းပေးသလား-မပေးဘူးလား" ဟု ထပ်မေးပြန်သည်။

"အရှင်ဘုရား . . အညှီအဟောက်ဆိုတာ ဘယ်အရာပါလဲဘုရား"

"သူကြွယ်တို့ . . အညှီအဟောက်ဆိုတာ အသား၊ ငါးကိုဆိုလိုတာပါ "

"အရှင်ဘုရား . . ဘုရားရှင်သည် သား၊ ငါးကိုဘုဉ်းပေးပါသည်ဘုရား"

"သူကြွယ်တို့ . . ဒီလို သား၊ ငါးဘုဉ်းပေးတယ်ဆိုရင် ဘုရားမဟုတ်နိုင်ဘူး"

ရသေ့သည် စိတ်နှလုံးမသာမယာဖြစ်ပြီး ဘုရားရှင်အပေါ်၌လည်း အထင်အမြင် ယုံကြည်မှုကင်းမဲ့သွားသည်။

"အင်း . . လောကမှာ ဘုရားပွင့်ပေါ်ဖို့ဆိုတာ အလွန်ခဲယဉ်းလှတယ်၊ ထိုဘုရားရှင်ဆိုသောပုဂ္ဂိုလ်ထံ ငါကိုယ်တိုင် သွားရောက်စုံစမ်းမေးမြန်းသင့်တယ်"

အာမဂန္ဓရသေ့သည် ဤသို့စဉ်းစားမိပြီး ဘုရားရှင်ထံသွားရာခရီးလမ်းကိုမေးပြီး ဘုရားရှင်ထံသို့လိုက်သွားကြသည်။

ရသေ့များသည် ဘုရားရှင်ထံရောက်ကြသော် သူတို့က အသားမစား၊ ဘုရားရှင်ကအသားစား၍ ဘုရားရှင်ဆိုသူသည် ငါတို့လောက်မမြတ် ဟု သက်သတ်လွတ်စားမှုကိုမာန်ထောင်ပြီး ဘုရားရှင်ကိုရှိမခိုးဘဲထိုင်နေကြသည်။

"ဘုရားရှင်က ကျန်းမာကြရဲ့လား" ဟုနှုတ်ဆက်စကားမိန့်ကြားသည်၊ ရသေ့များက ကျန်းမာကြောင်းဖြေကြားပြီး-

"အရှင်ဂေါတမ. . အညှီအဟောက်ကိုစားပါသလား" ဟုတိုက်ရိုက်မေးသည်။

"အို-ပုဏ္ဏား. . အညှီအဟောက်ဆိုတာ ဘယ်အရာကိုခေါ်ပါသလဲ"

"အရှင်ဂေါတမ. . အညှီအဟောက်ဆိုတာ အသား၊ ငါးကိုခေါ်တာပါ"

"ပုဏ္ဏား. . . အညှီအဟောက်ဆိုတာဟာ သား၊ ငါးမဟုတ်ဘူး၊ အလုံးစုံသောကိလေသာများနှင့်ယှဉ်တွဲသောအကုသိုလ်တရားများသာ အညှီအဟောက်ဖြစ်ပါတယ်"

"ပုဏ္ဏား. . . ယခုအခါ သင်သည်သာ အညှီအဟောက်ကိုမေးသည်မဟုတ်ပါ၊ ရှေးကလည်း တိဿအမည်ရှိသော ပုဏ္ဏားက ကဿပဘုရားရှင်ကိုမေးခဲ့ဖူးသည်"

ဟု ဘုရားရှင်ကမိန့်ကြားပြီး ကဿပဘုရားရှင်လက်ထက်က

ကဿပဘုရားရှင်နှင့်တိဿပုဏ္ဏားတို့၏အဖြစ်အပျက်ကိုပြန်လည်အကျယ်မိန့်ကြားဟောပြခဲ့သည်။

ကဿပဘုရားရှင်နှင့်တိဿပုဏ္ဏားတို့၏ အညီအဟောက်ပြဿနာ

ကဿပဘုရားရှင်အလောင်းတော်သည် (၈)အသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းပါရမီဖြည့်ခဲ့ပြီးနောက် နောက်ဆုံးဘ၀ဝယ် ဗာရဏသီပြည်၌ ဗြဟ္မဒတ္တပုဏ္ဏားနှင့် ဓနဝတီပုဏ္ဏေးမတို့မှ မွေးဖွားခဲ့သည်။

တိဿအမည်ရှိသော အဂ္ဂသာဝကအလောင်းသည်လည်း ပုရောဟိတ်ပုဏ္ဏားနှင့်ပုဏ္ဏေးမတို့မှ မွေးဖွားခဲ့သည်။

သူတို့နှစ်ဦးသည် အဆွေခင်ပွန်းများဖြစ်ကြသည်၊ တိဿသည် အရွယ်ရောက်သောအခါ ရသေ့ဝတ်၍ တောထွက်ကာ တောင်ခြေတစ်ခု၌ သခ်ိန်းကျောင်းဆောက်လုပ်၍တရားကျင့်နေသည်။

ဘုရားလောင်းကမူ ပြသာဒ်ပေါ်၌နေရင်း အာနပါနကမ္မဋ္ဌာန်းရှုမှတ်၍ ဈာန်အဘိညာဉ်များဖြစ်စေကာ ပြသာဒ်ဖြင့် ဗောဓိမဏ္ဍိုင်သို့ကြွတော်မူသည်။

“ပြသာဒ်သည် မူလနေရာ၌ ပြန်လည်တည်စေသတည်း” ဟု အဓိဋ္ဌာန်ပြုသောအခါ ပြသာဒ်သည် မူလနေရာ၌ပြန်တည်လေသည်။

ထို့နောက် ရဟန်းပြုကာ (၇)ရက်တရားအားထုတ်သော် ဘုရားဖြစ်တော်မူသည်။

တိဿရသေ့သည် ဗာရဏသီပြည်သားတစ်ဦး၏သတင်း ပေးချက်အရ ကဿပဘုရားရှင်ပွင့်တော်မူလာသည်ကိုသိသည်။

"ဘုရားရှင်ပွင့်ပြီ"ဟူသောစကားကိုကြားရသဖြင့် နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်မှု ဖြစ်ပေါ်ခံစားမိသည်။

"ကဿပဘုရားရှင်ဟာ အညှီအဟောက်ကိုစားသလား" ဟု မေးခွန်းကိုဗာရဏသီသားများအား ထပ်မေးသည်။

"အရှင်ဘုရား. . . အညှီအဟောက်ဆိုတာ ဘယ်အရာကိုခေါ်ပါသလဲ"

"ဒါယကာ. . သား၊ငါးကို အညှီအဟောက်ခေါ်ပါတယ်"

"ဘုရားရှင်သည် သား၊ ငါးကိုဘုဉ်းပေးပါတယ်"

"ဒါဆိုရင် ငါကိုယ်တိုင် ကဿပဘုရားထံသွားမေးမယ်၊ အညှီအဟောက်စားခြင်းဟာ အရှင်ဘုရားတို့ဇာတ်အမျိုးအနွယ်အား မလျောက်ပတ်ကြောင်း ငါတားမြစ်မယ်၊ ပြီးလျှင် ဘုရားရှင်ထံ ရဟန်းဝတ်ပြီး ဘဝလွတ်မြောက်ကြောင်းတရားကိုအားထုတ်မယ်"

တိဿရသေ့သည် ဤသို့ကြံစည်ပြီးလျှင် ကဿပဘုရားရှင်ရှိရာသို့လာခဲ့သည်။

တိဿရောက်သွားချိန်တွင် ကဿပဘုရားရှင်သည် တရားဟောရန်တရားဟောပလ္လင်၌ထိုင်နေဆဲဖြစ်သည်၊ တိဿရသေ့သည် ဘုရားရှင်ကိုရှိမခိုးဘဲ ဆိတ်ဆိတ်သာထိုင်နေသည်၊ ကျန်းမာကြောင်း ဘုရားရှင်နှင့်နှုတ်ဆက်စကားပြောပြီးနောက်-

"အရှင်ကဿပ အညှီအဟောက်ကိုဘုဥ်းပေးပါသလော မဘုဥ်းပေးပါသလော"

"တိဿ. . . ငါသည် အညှီအဟောက်ကိုမစားပါ "

"သာဓု-သာဓု. . . အရှင်ကဿပ အသေကောင်ကို မစားတာကောင်းသည်ကိုပြုသည်မည်ပါသည်၊ အရှင်ရဲ့ဇာတ် အမျိုးအနွယ်အားလည်း လျှောက်ပတ်လှပါသည်"

"ငါက ကိလေသာများကိုရည်ရွယ်ပြီး အညှီအဟောက် မစား ဟုပြောမည်ကို တိဿရသေ့သည် သား၊ ငါးကိုမစား ဟု ထင်သွားသည်၊ အကယ်၍ နက်ဖြန်နံနက် ငါဆွမ်းခံမကြွဘဲ ကိကီမင်းကြီးနန်းတော်ကပို့သောဆွမ်းကို ဘုဥ်းပေးရလျှင်ကောင်းမည်၊ ဤကဲ့သို့ဘုဥ်းပေးက အညှီအဟောက်နှင့်ဆိုင်သော ပြဿနာ စကားဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်မည်၊ ထိုအခါကျမှ တိဿရသေ့ကို တရားဟော၍ အညှီအဟောက်အကြောင်းသိစေရမည် "

ဟု ဘုရားရှင်သည် အကြံဖြစ်လေသည်။

နောက်နေ့နံနက်တွင် ဘုရားရှင်သည် ဆွမ်းခံမကြွချေ၊ ကိကီမင်းကြီးသည် အချိန်တန်၍ ဘုရားရှင်ဆွမ်းခံမကြွသည်ကို သိသော် ဆွမ်းကိုဘုရားရှင်ထံသို့ပို့စေသည်။

တိဿရသေ့သည်လည်း သစ်မြစ်သစ်ရွက်များပြုတ်စာ ပြီး ဘုရားရှင်အနားသို့ပြန်လာနေသည်။

ကီကီမင်းကြီးထံမှဆွမ်းပို့သောအမတ်သည် ဆွမ်းဘော ဇဉ်ကိုရေစက်ချလှူဒါန်းပြီးလျှင် ဦးစွာပထမ အမျိုးမျိုးသောအသာ နှင့်ပြုတ်ထားသောယာဂုကိုကပ်လှူကြသည်။

တိဿရသေ့သည် ဘုရားရှင်က အသားယာဂုပြုတ်ကို ဘုဉ်းပေး-မပေးစောင့်ကြည့်နေသည်၊ ဘုရားရှင်သည် တိဿ ရသေ့ကြည့်နေစဉ်မှာပင် ယာဂုကိုသောက်လျက် အသားတုံးကို ဘုဉ်းပေးလိုက်သည်။

တိဿရသေ့သည် ဘုရားရှင် အသားယာဂုဘုဉ်းပေး သည်ကိုမြင်ရသော် အလွန်စိတ်ဆိုးသွားသည်။

အမတ်များသည် ဆက်လက်၍ ရသာစုံငှက်သားပွဲမ်း ဆွမ်းကိုဆက်ကပ်လှူဒါန်းကြသည်၊ ဘုရားရှင်ကလည်း ဘုဉ်းပေး တော်မူသည်။

ရသေ့သည် ဘုရားရှင်နှစ်ကြိမ်မြောက်အသားစားသည် ကိုမြင်တွေ့ရသော်-

"သား၊ ငါးကိုစားပါလျက်နဲ့ မစားဘူး ဟု အဖြေပေးခဲ့ သည်၊ ယခု စားနေပါကလား"

ဟု အလွန်အမင်းဒေါသထွက်နေမိသည်။

ဘုရားရှင် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီးသောအခါ ရသေ့သည် ဘုရားရှင်ထံသို့ကပ်သွားပြီး-

"အရှင်ကဿပ. . . အညှီအဟောက်သည် ငါ့အားမအပ်၊ မစားဟု အရှင်ဘုရားဆိုခဲ့သည်မဟုတ်ပါလား၊ သို့ပါလျက် ကောင်းစွာစီရင်ထားအပ်သောငှက်သားနှင့်သလေးဆွမ်းကိုစားဘိ၏၊ သင်သည် မုသားစကားပြောသည်၊ ဤသို့မုသားစကားပြောမှုသည် ပညာရှိများရဲ့ကိစ္စမဟုတ်ပါ။ မုသားစကားပြောခြင်းကို ဘုရားရှင်တို့ကဲ့ရဲ့အပ်ပါသည်၊ တောတောင်များထဲမှာ တောသစ်မြစ်၊ သစ်သီးစသည်တို့ဖြင့် မျှတနေကြသောရသေ့များသော်မှ မုသားစကားမပြောကြပါ"
ဟု ဘုရားရှင်ကိုနှိမ့်ချပြီးပြောသည်။

တိဿရသေ့သည် ဘုရားရှင်ကိုမုသားဖြင့်စွပ်စွဲပြောဆိုပြီးနောက် ဘုရားရှင်ကိုခြေတော်မှဆံဖျားတိုင်အောင် တစ်ကိုယ်လုံးသိမ်းကျုံးကြည့်သည်၊ (၃၂)ပါးသောယောကျ်ားမြတ်တို့၏ လက္ခဏာတော်ကြီး၊ (၈၀)သောလက္ခဏာငယ်တော်တို့နှင့်ပြည့်စုံနေသည်ကိုမြင်ရ၍-

"ဤကဲ့သို့သော လက္ခဏာများနှင့်တန်ဆာဆင်အပ်သော ခန္ဓာကိုယ်ရှိသောသူသည် ဘယ်သောအခါမျှ မုသားမပြော၊ မှန်ကန်သောသစ္စာစကား အကျိုးဆက်ကြောင့်သာ မျက်မှောင်နှစ်ခုအကြား ဖြူဆွတ်သောဥဏ္ဏာလုံမွေးရှင်တော်၊ မွေးညှင်းတွင် တစ်တွင်းတစ်တွင်း၌ တစ်ပင်တစ်ပင်သော အမွေးများပေါက်လာကြသည်၊ အတိတ်ဘဝမှာတောင် မုသားစကားမပြောခဲ့တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်သည် ယခုဖြစ်သောကာလဝယ် အဘယ်မှာမုသားစကားပြောပါ

မည်နည်း၊ အမှန် ငါမေးသောအညီအဟောက်ကတစ်မျိုး၊ ဘုရားရှင်၏အလို့ အညီအဟောက်ကတစ်မျိုးဖြစ်လိမ့်မယ်"
ဟု တွေးတောဆင်ခြင်မိပြန်သည်။

"အရှင်ကဿပ. . . အရှင်ဘုရား ဤအကြောင်းကိုမေးပါအံ့၊ အရှင်ဘုရားပြောသောအညီအဟောက်သည် အဘယ်မျှအပြားရှိပါသနည်း"

"တိဿရသေ့. . . သူ့အသက်သတ်ခြင်း၊ တုတ်စသည်ဖြင့်နှိပ်စက်ခြင်း၊ လက်၊ ခြေစသည်ကိုဖြတ်ခြင်း၊ ကြိုးစသည်ဖြင့်ချည်နှောင်ခြင်း၊ သူတစ်ပါး၏ဥစ္စာကိုခိုးခြင်း၊ လိမ်ညာပြောဆိုခြင်း၊ စဉ်းလဲခြင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ အကျိုးမရှိသောကျမ်းဂန်တို့ကိုသင်ယူခြင်း၊ သူတစ်ပါးသား၊ မယားကိုပေါင်းဖော်မှီဝဲခြင်း၊ ဤသည်တို့သည်သာ အညီအဟောက်ဖြစ်ပါသည်၊ သား၊ ငါးဟူသောဘောဇဉ်သည် အညီအဟောက်မဟုတ်ပါ"

"ဤလောက၌ အကြင်သူတို့သည် ကာမဂုဏ်တို့၌မစောင့်စည်းကုန်၊ ရသာရုံတို့၌မက်မောကုန်၏၊ မစင်ကြယ်သောများသောအသက်မွေးခြင်းရှိကုန်၏၊ ကံ-ကံ၏အကျိုးကိုမယုံကြည်၊ နတ္ထိကဝါဒအယူရှိကုန်၏၊ မညီညွတ်သောကာယကံမှုစသည်နှင့်ပြည့်စုံကုန်၏၊ သိစေနိုင်ခဲကုန်၏၊ ထိုသူတို့၏ ဤကာမဂုဏ်တို့၌မစောင့်စည်းမှုစသည်ပင် အညီအဟောက်တည်း၊ အသား၊ ငါးသည် အညီအဟောက်မဟုတ်"

"ဆွေသဟာ" စာပေ

"အကြင်သူတို့သည် ခေါင်းပါးသောအတ္တကိုလမထအကျင့်ရှိကုန်၏၊ ကြမ်းတမ်းဆိုဆုံးမခက်ကုန်၏၊ သူတစ်ပါး၏ကျောက်ကုန်းသားကိုစားသကဲ့သို့ ရှေ့တွင်ချီးမွမ်း၍ မျက်ကွယ်၌ကဲ့ရဲ့ကုန်၏၊ အဆွေခင်ပွန်းတို့ကိုပြစ်မှားကုန်၏၊ သနားခြင်းကင်းကုန်၏၊ သနားခြင်းကင်း၍ သတ္တဝါတို့၏အကျိုးမဲ့ကိုအလိုရှိကုန်၏၊ အလွန်မာန်မူကုန်၏၊ မိမိကိုယ်ကိုမြတ်သည်ထင်လျက် သူတစ်ပါးတို့ကိုအထင်သေးကုန်၏၊ မပေးတတ်သောအလေ့ရှိကုန်၏၊ တစ်စုံတစ်ယောက်သောအနည်းငယ်မျှပင် မပေးလှူကုန်၊ ထိုသူတို့၏ဤခေါင်းပါးသောအကျင့်စသည်ပင် အညှီအဟောက်ဖြစ်ပါသည်၊ အသား၊ ငါးဘောဇဉ်သည် အညှီအဟောက်မဟုတ်ပါ"

"အမျက်ထွက်ခြင်း၊ မာန်ယစ်ခြင်း၊ ခက်ထန်ခြင်း၊ ဆန့်ကျင်ဘက်ပြုလုပ်ခြင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ငြူစူခြင်း၊ ဝါကြွားပလွှား၍ပြောဆိုခြင်း၊ အလွန်မာန်မူခြင်း၊ သူယုတ်မာတို့နှင့်ပေါင်းသင်းဆက်ဆံခြင်း ဤသည်များသည်သာ အညှီအဟောက်ဖြစ်ပါသည်၊ အသား၊ ငါးဘောဇဉ်သည် အညှီအဟောက်မဟုတ်ပါ "

"ဤလောက၌ အကြင်သူယုတ်မာတို့သည် မကောင်းသောအလေ့ရှိကုန်၏၊ ကြွေးမြီယူ၍မပေးဆပ်၊ ဖျက်ဆီးတတ်သည့်ပြင် ကုန်းချောတတ်ကုန်၏၊ ဤလောက၌ တံစိုးစားကာကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသဖြင့် တရားစီရင်တတ်ကုန်၏၊ သီလရှိယောင် အတုဆောင်တတ်ကုန်၏၊ အမိအဖစသည်အပေါ်၌ကြမ်းသောအမှုကိုပြုကုန်၏၊ထိုသူတို့၏မကောင်းသောအလေ့

စသည်ပင် အညှိအဟောက်ဖြစ်၏၊ အသား၊ ငါးဘောဇဉ်သည် အညှီအဟောက် မဟုတ်ပါ ”

“ငါး၊ အမဲတို့ကိုမစားသောအဖြစ်သည်လည်းကောင်း၊ အဝတ်မဝတ်ခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ဦးပြည်းကတုံးရိပ်ထားခါမျှ သည်လည်းကောင်း၊ ဆံကျစ်ထုံးခြင်း၊ မြူအညစ်အကြေးဆောင် ခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ရသေ့ပရိက္ခရာ သစ်နက်ရေတို့သည် လည်းကောင်း၊ မီးကိုပူဇော်ခြင်း၊ မီးကိုလုပ်ကျွေးခြင်းတို့သည် လည်းကောင်း၊ ယုံမှားခြင်းမှမကူး မလွန်မြောက်သေးသော သတ္တဝါတို့ကို မစင်ကြယ်စေနိုင်ကုန်”

“လောက၌ အကြင်သို့သဘောရှိကုန်သော သေရန် တောင့်တလျက် ကိုယ်ကိုများစွာပူပန်စေတတ်သောအကျင့်တို့ သည်လည်းကောင်း၊ ဗေဒင်တို့သည်လည်းကောင်း၊ ဟုံးပူဇော် သောအကျင့်တို့သည်လည်းကောင်း၊ ယာဇ်ပူဇော်ခြင်းသည်လည်း ကောင်း၊ နွေဥတု၌အပူခံခြင်း၊ မိုးဥတု၌ သစ်ပင်ရင်းမှာနေခြင်း၊ ဆောင်းဥတု၌ချမ်းအေးသောရေသို့သက်ဆင်းခြင်းစသောဥတုကို မှီဝဲခြင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊ ယုံမှားခြင်းမှမကူးမြောက်သော သတ္တဝါတို့ကို မစင်ကြယ်နိုင်စေနိုင်ကုန်”

“အကြင်သူသည် ဣန္ဒြေခြောက်ပါးတို့၌ လုံခြုံသည်ဖြစ်၍ ဉာတပရိညာဖြင့် ဣန္ဒြေတို့ကိုသိကာ ဣန္ဒြေတို့ကိုထင်ရှားအောင် ပြုလျက်ကျင့်၏၊ သစ္စာလေးပါးတရား၌တည်၏၊ ဖြောင့်မတ်သော သူ၊ နူးညံ့သောအဖြစ်၌မွေ့လျော်၏၊ ရာဂစသောကပ်ငြိခြင်းကို

လွန်မြောက်၏၊ ဆင်းရဲအားလုံး၏အကြောင်းကိုပယ်၏၊ ခိုင်မြဲသောပညာနှင့်ပြည့်စုံသောထိုသူသည် မြင်အပ်၊ ကြားအပ်သောအာရုံတို့၌ ကိလေသာတို့ဖြင့်မလိမ်းမကျံတော့ပေ”

ဟူ၍ဟောတော်မူသည်။

ဘုရားရှင်က ထိုကဿပဘုရားရှင်နှင့်တိဿရသေ့ဖြစ်စဉ်ကိုဟောကြားပြီးသည့်အဆုံး၌ အာမဂန္ဓရသေ့နှင့် ရသေ့ငါးရာတို့သည် မာန်ကျကြပြီးလျှင် ဘုရားရှင်ကိုရှိခိုး၍ ရဟန်းပြုခွင့်တောင်းကြလေသည်။

ဘုရားရှင်က- “ရဟန်းတို့လာကြကုန်လော့(ဧဟိဘိက္ခု)” ခေါ်လိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက်တည်း ရသေ့အသွင်ပျောက်ပြီးလျှင် ပရိက္ခရာ(၈)ပါးနှင့်ပြည့်စုံစွာ ရဟန်းဘ၀သို့ရောက်ကြလေသည်။

ရဟန်းဘ၀သို့ရောက်သောအချိန်မှစ၍ ဆွမ်းခံကြွရာ၀ယ် သက်သတ်လွတ်-မလွတ် ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး နုနုကြမ်းကြမ်းရသမျှနှင့် ရောင့်ရဲသုံးဆောင်ကြရသည်။

အာမဂန္ဓရဟန်းနှင့်တကွ နောက်လိုက်ရဟန်းတို့သည် သပ္ပါယမျှတလျက် နှစ်ရက်၊ သုံးရက်အတွင်း ရဟန္တာဖြစ်ကြလေသည်။

(ခုဒ္ဒကနိကာယ်၊ သုတ္တနိပါတ ပါဠိအာမဂန္ဓသုတ်
၃၁၅-၃၁၇ မြန်မာပြန် ၂၉၇-၂၉၉)

ဤသုတ်တော်ကိုကြည့်ပါက ရသေ့အလိုအညှီအဟောက်နှင့်ဘုရားရှင်အလိုအညှီအဟောက် လုံးဝမတူသည်ကိုတွေ့ရသည်။

ဘုရားရှင်က သူ့အသက်သတ်ခြင်းစသော အကုသိုလ်တရားများကိုသာ အညှီအဟောက် ဟုဟောပါသည်၊ အကုသိုလ်များပြုလျှင် အညှီအဟောက်ထွက်မည်။

သား၊ ငါးဘောဇဉ်ကိုစားသည်ဖြစ်စေ၊ သက်သတ်လွတ်စားသည်ဖြစ်စေ၊ မဆင်ခြင်ဘဲအရသာပေါ်မှာ တပ်မက်သောရသာတဏှာဖြစ်လျှင် အကုသိုလ်အညှီအဟောက်အနံ့ထွက်ပါမည်။

ဘုရားရှင်ဟောသည့်အတိုင်း စားဖွယ်နှင့်စားမှုအပေါ်မှာ ဆင်ခြင်သုံးသပ်စားလျှင် အကုသိုလ်အညှီအဟောက်ရသာတဏှာမဖြစ်ပါ။

သက်သတ်လွတ်သောအစားအစာဖြစ်စေ၊ သက်သတ်မလွတ်သောအစားအစာဖြစ်စေ အစားအစာသည် ပဓာနမဟုတ်ဘဲ မိမိစားမည့်စားဖွယ်အပေါ်၌ တပ်မက်သောရသာတဏှာမဖြစ်အောင် လျှာကိုမီးမလောင်အောင် ဆင်ခြင်စားသုံးရန်သည် အဓိကဖြစ်သည်ကို သတိရှိကြရန်လိုအပ်ပါသည်။

အာမဂန္ဓရသေ့၏အယူအဆကိုလေ့လာလျှင်-

"သက်သတ်လွတ်ဝါဒကိုအမြွတ်ထားကာ သစ်မြစ်၊ သစ်သီး၊ သစ်ရွက်တို့ကိုသာစားကြ၏၊ မိမိတို့၏သက်သတ်လွတ်ဝါဒသာစင်ကြယ်သောအကျင့်မြတ်သောအကျင့်ဖြစ်သည် ဟုစွဲလမ်းကြသည်။

"ဆွေသဟာ" စာပေ

ယခုခေတ် တစ်ဘက်စွန်းရောက် သက်သတ်လွတ်ဝါဒီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကဲ့သို့ သတ်စားလျှင် ငရဲသို့သွားရမည့်သူများ ဟုအထင် သေးပြီး သက်သတ်လွတ်မစားလျှင် ဘုရားစစ်မဟုတ်နိုင်ဟူ၍ တစ်ဘက်စွန်းရောက်နေသူဖြစ်သည်။

ဇီဝကအားဟောကြားသော အသားစားမှုပြဿနာ

အခါတစ်ပါးသော် သမားတော်ကြီးဇီဝကသည် မြတ်စွာ ဘုရားထံချဉ်းကပ်၍-

"မြတ်စွာဘုရား. . . ယခုအခါ ရပ်ရွာထဲ၌ပြောဆိုနေကြ သည်မှာ ရဟန်းကြီးဂေါတမကိုပူဇော်လှူဒါန်းရန်အတွက် လူအချို့ သည် တိရစ္ဆာန်တို့အား ညှင်းပန်းသတ်ဖြတ်နေကြပါ၏၊ ရဟန်း ကြီးဂေါတမကလည်း မိမိကိုပူဇော်ရန်သတ်ဖြတ်ထားသောတိရ စ္ဆာန်တို့၏အသားကိုအလှူခံယူနေပါ၏ ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်ဘုရား ဤကောလာဟလစကားများမှန်-မမှန်ဆိုသည်ကို တပည့်တော်တို့ ခွဲခြားသိစေရန် ဟောကြားပေးတော်မူပါဘုရား"
ဟူ၍ လျှောက်ထားခဲ့သည်။

"ဇီဝက. . . ရဟန်းသံဃာတို့မသုံးဆောင်အပ်သော အသားသုံးမျိုးကို ငါဘုရားဟောကြားမည်၊ ရဟန်းသည် မည် သည့်အသားကိုမဆို မိမိအတွက်ရည်စူးပြီး အသားပေါ်နေသည် ကိုမျက်ဝါးထင်ထင်တွေ့မြင်လျှင်သော်လည်းကောင်း၊ နားဖြင့် ကြားလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ စိတ်ဖြင့် သံသယဖြစ်မိသော်လည်း ကောင်း ထိုအသားကိုလုံးလုံးလျားလျားမျှမသုံးဆောင်အပ်ရ"

ငါဘုရားအားလှူဒါန်းရန်ရည်စူးပြီး တစ်စုံတစ်ယောက်က သတ္တဝါတို့ကိုသတ်ဖြတ်သောအခါ အကြောင်းအရင်းငါးပါးနှင့်ကိုက်ညီပါက ကြီးစွာသောအကုသိုလ်ကံဖြစ်စေပါသည်။

ယင်းအကြောင်းရင်းငါးပါးသည်ကား-

၁။ အလှူပေးရန်ရည်စူးပြီး သတ္တဝါတို့ကိုသတ်ဖြတ်ခိုင်းခြင်း

၂။ သတ္တဝါတို့ကိုသတ်ဖြတ်ရန်အတွက် အတင်းအဓမ္မဆွဲခေါ်ယူလာသောအခါ ၎င်းသတ္တဝါမှာ နာကျင်မှုဝေဒနာကိုခံစားရခြင်း

၃။ ထိုသို့ဆွဲခေါ်လာသောသတ္တဝါအားသတ်ဖြတ်ရန် အားထုတ်ခြင်း

၄။ အသတ်ခံနေရစဉ် ၎င်းသတ္တဝါမှာ ပြင်းထန်သောနာကျင်မှုဝေဒနာကိုခံစားရခြင်း

၅။ ဤသို့မလျှော်ကန်သည်ကိုပြုလုပ်၍ရရှိလာသောဆွမ်းဟင်းကို ဘုရားရှင်နှင့်တကွ တပည့်သံဃာတို့အား လှူဒါန်းခြင်းဖြင့် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်တို့အားလည်း အပြစ်ဖြစ်စေခြင်း

ဤသို့ဆိုအပ်ပြီးသောအကြောင်းအရင်းငါးပါးပြည့်စုံကိုက်ညီပါက အလှူပေးပုဂ္ဂိုလ်သည် ကြီးစွာသောအကုသိုလ်ဖြစ်စေလိမ့်မည် ဟူ၍ ဘုရားရှင်က ဇီဝကသုတ္တန်တွင်ဟောကြားထားသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။

အသားစားခြင်းဟူသည် အသက်သတ်သည်နှင့်မတူပါ။ အကုသိုလ်လည်းမဖြစ်ပါ။ ရသတဏှာတပ်မက်မှုသည်သာ အဓိကဖြစ်ပါသည်။

"ဆွေသဟာ" စာပေ

သူ့အသက်စားလို့ အသက်တို

တိရစ္ဆာန်များ၊ လွန်သနား၊ သားနှင့်ပမာတူ
တစ်ဦးတည်းသား၊ အချစ်ပွား၊ မခြားမေတ္တာဖြူ။
နွားနှင့်ကျွဲများ၊ သူ့အသား၊ မစားသံဝေယူ
ဝက်နှင့်ဆိတ်ဘဲ မေတ္တာကဲ၊ အမြဲမေတ္တာကူ။
ကိုယ့်အသက်မျှ၊ နှိုင်းချိန်ဆ၊ လုံးဝမေတ္တာဖြူ။
ပုစွန်၊ ငါး၊ ကြက် မေတ္တာဖက်၊ သူ့အသက်ရှောင်ဖို့တူ
ကိုယ့်သွေးကိုယ့်သား၊ ပမာထား၊ သနားချစ်ကြည်ဖြူ။
သက်ရှောင်ကြ၊ ဇီဝိတ၊ ဒါနမြတ်အလှူ။
ဈေးထဲသွားလျှင်၊ မြင်ကြအင်၊ ရင်တွင်လှိုက်လှိုက်ပူ။
ဆတ်ဆတ်တုန်မျှ၊ လွန်ကြောက်လှ၊ သေကြ
ကြွက်ကြွက်ဆူ။
ခေါင်းကိုကိုင်ဖြတ်၊ တဆတ်ဆတ်၊သတ်လို့ကြွက်ကြွက်ဆူ
သေပြီးအကုန်၊ ဆတ်ဆတ်တုန်၊ တွေ့ကြုံမြင်ရမှု
စားလိုစိတ်မျှ၊ မရှိကြ၊ မြင်ရတွေ့ရမှု
စည်ပိုင်းထဲတွင် ငါးအရှင်၊ ရှေ့တွင်သတ်ကြရာ
ခေါင်းကိုဖြတ်၍၊ ဝယ်သူရှေ့၊ သတ်၍ပေးကြရာ
သူ့အသက်များ၊ ရှောင်ကြဉ်ရှား၊ သနားချစ်မေတ္တာ

သတ္တဝါတွေသေကြလေ၊ လူတွေစားဖို့သာ
မစားပါက၊ မသေရ၊ ဒုက္ခလွတ်မည်သာ
ဝယ်သူရှိလို့၊ သတ်သည်သို့၊ မချို့ဆိုထိုက်ပါ
စားသူရှိက၊ သတ်ရောင်းချ၊ နှစ်ဝသဘောပါ
စားသူမရှိ၊ မသတ်ဘိ၊ သတိထားဖို့ရာ
မစားကြငြား၊ ခွေးအသား၊ အများမသတ်ပါ
ကိုယ်ရင်သွေးများ၊ သတ်ခါစား၊ ရှုးသွားကြမည်သာ
သူ့သက်မစား၊ ရှောင်သူများ၊ သုံးပါးကပ်လွတ်မှာ
ရောဂါဆိုးတွေ၊ မကပ်လေ၊ သေကြေမရှိရာ
သူ့သက်စားကြ၊ ဘေးဒုက္ခ၊ မုချတွေ့မည်သာ
သူ့သက်ကိုရှောင်၊ ဤလူ့ဘောင်၊ အိုအောင်နေရမှာ
သူ့သက်စားလို့၊ အသက်တို၊ ယွင်းယိုရုပ်ခန္ဓာ
ဘီလူးသရဲ အရှင်ဆွဲ၊ သေပွဲဝင်ရမှာ
သူ့သက်ရှောင်ကြဉ်၊ မစားလျှင်၊ မျက်မြင်ချမ်းသာမှာ

ကျိုက်လတ်မလှလှကျင် (လှသိင်္ဂီ)
ဗုဒ္ဓမဂ္ဂအမှတ်(၈)၊ (၉-၇-၆၄)

“ရွှေသဟာ” စာပေ

အခန်း (၂)

ဒေဝဒတ် နှင့် သက်သတ်လွတ်ပြဿနာများ

ဒေဝဒတ်၏သံဃာဂိုဏ်းခွဲမှုနှင့်တောင်းဆိုမှုများ

ဘုရားရှင်၏ယောက်ဖတော်ဖြစ်သော ရှင်ဒေဝဒတ်သည် အနုရုဒ္ဓါ၊ အာနန္ဒာစသော သာကီဝင်မင်းသား(၄)ဦးနှင့်အတူ ဘုရားရှင်ထံ၌ ရဟန်းပြုပြီး ဈာန်အဘိညာဉ်ရခဲ့သည်။

လူတို့က ရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ ရှင်မောဂ္ဂလာန်တို့ကို အလေးပေးဆက်ဆံကိုးကွယ်သည်၊ ဆည်းကပ်သည်၊ လှူဒါန်းသည်၊ ထိုသည်ကိုမကျေနပ်သော ဒေဝဒတ်ရဟန်းက မိမိကမြင့်မြတ်သောသာကီဝင်မင်းအား မောဂ္ဂလာန် သာရိပုတ္တရာတို့က ပုဏ္ဏားသား ဘာကြောင့် သူတို့ကိုလူအများကလှူဒါန်းပေးကမ်းဆက်ဆံနေပြီး ငါ့အားမလှူဒါန်းမဆက်ဆံကြပါသနည်း ဟုမနာလိုဝန်တိုစိတ်ဖြစ်ခဲ့သည်။

ထို့နောက် မင်းသားငယ်အဇာတသတ်ကိုချာန်အဘိညာဉ် တန်ခိုးပြပြီး မိမိအားကိုးကွယ်စေသည်၊ လျှို့ဒါန်းစေသည်၊ သီးသန့် ဆရာတစ်ဆူပြုလုပ်နေသည်၊ ဘုရားရှင်က ဒေဝဒတ်ကို ပကာသ နီယကံ ပြုခဲ့သည်။

ပကာသနီယကံဆိုသည်မှာ ဒေဝဒတ်ရဟန်း၏ပြောသ မျှဆိုသမျှ လုပ်သမျှသည် ဘုရားရှင်နှင့်မဆိုင်၊ ရဟန်းသံဃာများ နှင့်မဆိုင်၊ သူ့ဆန္ဒသူ့သဘောအရ သူ့ဘာသာသူထင်ရာလုပ်နေ ခြင်းဖြစ်၍ ထိုဒေဝဒတ်ပြုမူမှုမှန်သမျှကို လျစ်လျူရှုထားခြင်း သဘောဖြစ်သည်။

ထိုသို့ဘုရားရှင်က ဒေဝဒတ်ကို ပကာသနီယကံပြုလုပ် လိုက်သည့်အတွက် ဒေဝဒတ်သည် ဘုရားရှင်အပေါ် မကျေနပ် ဖြစ်ကာ မိမိကိုယုံကြည်လေးစားကိုးကွယ်နေသော အဇာတသတ် မင်းသားငယ်ကိုစည်းရုံးပြီး အဇာတသတ်မင်းသားကို ဖခင်အား သတ်စေသလို ဘုရားရှင်ကိုလည်း လေးသည်တော်များစေလွှတ် ၍ လုပ်ကြံသတ်ဖြတ်စေသည်၊ ကိုယ်တိုင်ဂိဇ္ဈကုတ်တောင်တွင် ကျောက်မောင်းဆင်ပြီးသတ်သည်၊ နာဠာဂီရိဆင်ကို အရက်တိုက် ပြီး သတ်စေသည်။

ထိုသို့ ဘုရားရှင်ကို သေကြောင်းအမျိုးမျိုးကြံပြီး နောက် ဆုံး နာဠာဂီရိဆင်နှင့်ပြည်သူမြင်ကွင်း၌လုပ်ကြံမှုပြီးသောအချိန်မှ စ၍ ရာဇဂြိုဟ်မြို့သူမြို့သားတို့သည် ဒေဝဒတ်အား မကြည်ညိုကြ တော့ချေ၊ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချပြစ်တင်စကားပြောကြားကြသည်။

"ဒွေသဟာ" ၈၈၆

"ဤအရှင်ဒေဝဒတ်သည် ငါတို့၏ဆရာအရှင်ဖြစ်သော ဗိမ္ဗိသာရမင်းကိုလည်းသတ်စေပြီး ဘုရားရှင်ကိုလည်း နာဠဂီရိဆင်ဖြင့်သတ်ရန်ကြိုးပမ်းပြန်သည်၊ ဘုန်းကြီးသောအရှင်ဖြစ်၍ သာချမ်းသာပေတော့သည်၊ ဤသို့ယုတ်မာသောအကျင့်ရှိသော ဒေဝဒတ်အား မြတ်သောသူတော်ကောင်းတရားသည် အဘယ်မှာရှိပါအံ့နည်း၊ တရားမရှိသောသူကိုပေးလှူ၍ အဘယ်မှာအကျိုးရှိပါအံ့နည်း"

ဟု ဆိုကြကာ ဒေဝဒတ်အား မပေးလှူကြတော့ချေ၊ အဇာတသတ်မင်းကလည်း ဆွမ်းအုပ်မပို့တော့ချေ၊ သို့အတွက် ဒေဝဒတ်နှင့် သူ၏တပည့်များတွင် လာတ်သပ္ပကာနည်းပြီး စားသောက်ရုံမျှပင်မရဘဲရှိတော့သည်။

ထိုအခါ ဒေဝဒတ်သည် ဒါယကာတို့ထံ၌ လှည့်လည်တောင်းခံစားရသောဘဝသို့ရောက်ခဲ့ရသည်၊ တစ်အိမ်တက်ဆင်းသူတောင်းစားပမာတောင်းစားရသောဘဝသို့ရောက်ရလေသည်။

သို့အတွက် လူတို့သည်-

"သာကီဝင်မင်းသားရဟန်းတို့သည် အဘယ်ကြောင့်ဒါယကာတို့အိမ်သို့လျှောက်လှည့်၍ တောင်းစားနေကြပါသနည်း၊ အဘယ်သူသည်ကောင်းမြတ်ချိုမြိန်သောအရသာကို မနှစ်သက်ဘဲရှိပါအံ့နည်း"

ဟု ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချ ပြစ်တင်စကားဆိုကြလေသည်။

ရဟန်းတို့ကလည်း ဒေဝဒတ်ကိုကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ရှုတ်ချကြ

သည်၊ ထိုအကြောင်းကို ဘုရားရှင်ကသိတော်မူ၍ ဒေဝဒတ်နှင့် နောက်ပါသံဃာများကိုခေါ်ယူပြီး စိစစ်မေးမြန်းသည်။

"ငါ့ရှင်ဒေဝဒတ်. . . သင်သည် ငါ၏သာသနာတော်၌ နေလျက် သာသနာတော်နှင့်မသင့်တော်သောအပြုအမူတို့ကို ပြုလေဘိသည်၊ ဒေဝဒတ် သင်သည် သံသရာအကျိုးကိုလိုလား ပြီး ငါဘုရားရှင်၏သာသနာတော်တွင်းသို့ဝင်ခဲ့သည်၊ ငါ ဘုရား ရှင်ဟောကြားသောတရားကို မနာယူမူ၍ ဆန့်ကျင်ဘက်ပြုနေ သည်"

ဟု ဘုရားရှင်က မိန့်ကြားကာ ကဲ့ရဲ့သည်၊ ရှုတ်ချပြစ်တင်သည်။

ထို့နောက်ဘုရားရှင်က-

"အကြင်ရဟန်းသည် ဆွေမျိုးမတော်စပ်သော ဒါယကာ တို့ မပင့်မဖိတ်သောအိမ်၌ မတောင်းခံအပ်၊ တောင်းခံခဲ့သည်ရှိ သော် အာပါတ်သင့်စေ" ဟုသိက္ခာပုဒ်ကို ပညတ်ပေးခဲ့သည်။

ဘုရားရှင်က တောင်းမစားရသိက္ခာပုဒ်ကိုပညတ်လိုက် သည့်အတွက် ဒေဝဒတ်နှင့်သူ၏ပရိသတ်အတွက် တဖြည်းဖြည်း လာဘ်လာဘသည် ဆုတ်ယုတ်သည်ထက်ဆုတ်ယုတ်လာပြီး စား ဝတ်နေရေးသည် ခက်ခဲလာသည်။

ဘုရားရှင်အပေါ် မကျေနပ်မှု၊ ဒေါသဖြစ်မှုတို့သည် ဆထက်တံပိုးတိုးလာခဲ့သည်။

"ရဟန်းဂေါတမသည် ငါနှင့်ငါ့ပရိသတ်ကိုမပျက်-ပျက် အောင် မငတ်-ငတ်အောင် တမင်သက်သက်နှိပ်စက်ဖျက်ဆီးနေ သည်"

"ဆွေသဟာ" စာ၆ပ

ဟု ဘုရားရှင်အပေါ် အထင်မှား အမြင်မှားမြင်ပြီး တစ်နေ့တွင် ဤသို့ဆုံးဖြတ်ချက်ချလေသည်။

"ရဟန်းဂေါတမသည် သက်သက် ငါနှင့်ငါ့ပရိသတ်ကို ချုပ်ချယ်နှိပ်စက်သည်၊ ငါသည်လည်း ရဟန်းဂေါတမဟောကြား သောတရား၊ ကျင့်သောတရားတို့ကိုအားလုံးသိပြီးဖြစ်သည်၊

ငါသည် ရဟန်းဂေါတမ၏လက်အောက်၌ လက်ဝေခံ နေရန်မသင့်ပြီ သူလည်းသာကီဝင်မျိုးမှရဟန်းပြုသည်၊ ငါသည် လည်း သာကီဝင်မျိုးမှ ရဟန်းပြုသည်၊ သူက သံဃာဂိုဏ်းထောင် နိုင်သလို ငါသည်လည်းထောင်နိုင်စွမ်းရှိသောသူပင်ဖြစ်သည်၊ ငါသည် ငါ့ဘာသာ ငါ့တပည့်မွေး၍ သီးသန့်ဂိုဏ်းထူထောင်ရ သော် သင့်တော်ပေမည်၊ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ရဟန်းဂေါတမ နှင့်ဂိုဏ်းခွဲ၍ထောင်ဖို့ စီစဉ်ရမည်"

ဒေဝဒတ်သည် ဤသို့ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီး မိမိ၏အရင်းနှီး ဆုံးအပေါင်းအဖော်ရဟန်းဖြစ်သော ကောကာလိက၊ ကဋ္ဌမောဒ ကတိဿ၊ ခဏ္ဍဒေဝိပ္ပ၊ သမုဒ္ဒတ္တရဟန်းလေးပါးကို ခေါ်ယူဆွေး နွေးသည်-

"ငါ့ရှင်တို့. . . ငါသည် ယောက်ဖတော် ဂေါတမနှင့် အတူမနေလိုတော့၊ သူ့ဩဇာအမိန့်ကိုလည်း မနာခံလိုတော့၊ သံဃာဂိုဏ်းကိုသီးခြားခွဲ၍ထောင်မည်၊ ဂေါတမ၏တစ်ဦးတည်း ပိုင်အာဏာစက်ကို ပျက်အောင်ဖျက်မည်၊ သင်တို့သည် ညီညွတ် ကြကုန်လော့၊ ငါ၏သံဃာဂိုဏ်း၌ အဂ္ဂသာဝကရာထူးရကြမည်၊

မောဂ္ဂလာန်၊ သာရိပုတ္တရာကဲ့သို့ သင်တို့သည်လည်း ဘုန်းတန်ခိုး တောက်စေရမည်၊ သင်တို့သည် ငါ၏အလိုကိုသာ ညီညွတ်စွာ လိုက်ကြကုန်လော့"
ဟု ဆိုသည်။

"ငှါရှင်ဒေဝဒတ်၊ ဘုရားဂေါတမသည် အလွန်ဘုန်းတန်ခိုးကြီးသည်၊ အဘယ်အကြောင်းဖြင့် သံဃာကွဲပြားခြင်းကိုပြုမည်နည်း"
ဟု ကောကာလိကရဟန်းက မေးသည်။

"ငှါရှင်တို့. . . ဤအကြောင်းကား ခဲယဉ်းသည်မဟုတ်၊ ဘုရားလုပ်၍ သူကျင့်သောသိက္ခာပုဒ်တို့ကိုလည်း ငါတို့သိပြီးပြီ၊ ဤထက်သာ၍ ခြိုးခြံစွာကျင့်ရသောသိက္ခာပုဒ် ငါးပုဒ်တို့ကို ငါရဟန်းဂေါတမထံခွင့်တောင်းမည်၊ ထိုအတွင်းကိုမှီတင်း၍ ပြင်းစွာအားထုတ်အံ့၊ လူတို့မေ့တာသည် သူတကာထက်ထူး၍ ပြောဆိုကျင့်ကြံအားထုတ်သူကိုသာလျှင် လွန်စွာနှစ်သက်ကြသည်၊ ထို့ကြောင့် ဤကျင့်ဝတ်ငါးပါးဖြင့်ခွဲခြားမှ ကွဲပြားနိုင်မည်ဖြစ်သည်"
ဟု ဒေဝဒတ်က မိမိတောင်းဆိုမည့်ကျင့်ဝတ်ငါးချက်ကို အကျယ်ရှင်းပြသည်။

ထို့နောက် တပည့်နောက်လိုက်လေးပါးနှင့်အတူ သံဃာအချို့ကိုစည်းရုံးသိမ်းသွင်းသည်၊ ကျင့်သည်။

ဒေဝဒတ်၏တောင်းဆိုချက် (၅)ချက်

နောက်လိုက်သံဃာ တော်တော်ရလာသောအခါဝယ် တစ်နေ့တွင် နောက်လိုက်သံဃာများနှင့်အတူ ဘုရားရှင်ထံသို့ လာရောက်ကြပြီး မိမိအကျင့်(၅)ချက်ကို လျှောက်ထားတောင်းဆိုလေသည်။

"အရှင်ဘုရား. . . လူဒါယကာတို့ ကောင်းကျိုး၊ တပည့်သာဝကတို့၏ကောင်းကျိုးအတွက် ဤငါးပါးကုန်သောအကြောင်းတို့ကို သံဃာတော်တို့အား ပညတ်ပေးစေလိုပါသည်ဘုရား"

"မည်သို့သောအကြောင်းငါးပါးနည်း၊ ငါ့ရှင်ဒေဝဒတ်"

"အရှင်ဘုရား. . သာသနာ့ဘောင်သို့ဝင်၍ ရဟန်းပြုသမျှသောသူတို့သည် အသက်ရှင်သမျှကာလပတ်လုံး အရညစူတင်ကိုသာဆောက်တည်ပါစေ၊ ရွာဦးကျောင်း၌နေသော ရဟန်းသံဃာအား ဂရုကအာပါတ်သင့်ရောက်ပါစေ"

"ရဟန်းတို့သည် အသက်ရှင်သမျှကာလပတ်လုံး ဆွမ်းခံ၍သာသုံးဆောင်ပါစေ၊ ဒါယကာတို့မှ ပို့လာသောဆွမ်းကို၊ ဖိတ်ကြားလာသောဆွမ်းတို့ကိုသုံးဆောင်သောရဟန်းသံဃာအား ဂရုကအာပါတ်သင့်ရောက်ပါစေ"

"ရဟန်းတို့ အသက်ရှင်သမျှကာလပတ်လုံး သုသန်မှရသော ပံ့သကူသင်္ကန်းကိုသာဝတ်ဆင်ပါစေ၊ ဒါယကာတို့လှူသောသင်္ကန်းဝတ်က ဂရုကအာပါတ်သင့်ရောက်ပါစေ"

"ရဟန်းတို့ အသက်ရှင်သမျှကာလပတ်လုံး ငါး၊ အမဲသားကိုမသုံးဆောင်ဘဲ မြေမှပေါက်သောဝတ္ထုကိုသာ သုံးဆောင်ပါစေ၊ ငါး၊ အမဲသားစားပါက ဂရုကအာပါတ်သင့်ရောက်ပါစေ"

အရှင်ဘုရား. . . ဤငါးပါးသောအကြောင်းတို့သည် အလိုနည်းခြင်းငှာ ရောင့်ရဲခြင်းငှာ ခေါင်းပါးခြင်းငှာ ကိလေသာတို့ကိုခါထွက်ခြင်းငှာ ဒါယကာတို့ကြည်ညိုဖွယ်ရှိခြင်းငှာ သင့်လျှပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ဤငါးပါးသောအကြောင်းကို ရဟန်းသံဃာတော်တို့အား ပညတ်ပေးစေလိုပါသည်ဘုရား"

ထိုအခါ ဘုရားရှင်သည် ဒေဝဒတ်၏တောင်းဆိုချက်များကို အောက်ပါအတိုင်းအဖြေပေးခဲ့ပါသည်-

"ငါ့ရှင်ဒေဝဒတ်- သင်တောင်းပန်အပ်သောအကြောင်းကား သာသနာရှည်မြင့်စွာတည်ရာသောအကြောင်းမဟုတ်။

"မုဒိန္ဒြိယဒွါကာရပုဂ္ဂိုလ်တို့အား တိက္ခိန္ဒြိယဒွါကာရဖြစ်အောင် ဆောင်အံ့သောအကြောင်းကားမဟုတ်ရကား ထိုငါးပါးကို ငါဘုရားသည် မပညတ်သင့်"

"ဆင်းရဲမှလွတ်ကင်းမှုကိုအလိုရှိသောသူတို့အား လွတ်ရာလွတ်ကြောင်းဖြစ်သော မဇ္ဈိမပဋိပဒါတရားကို ငါဘုရားပညတ်ခဲ့ပြီးပြီ"

"ငါ၏တပည့်သား သံဃာတော်များသည် အရည်ခံတင်ဆောင်ယူ၍ တော၌နေလိုသူက တော၌နေစေ၊ ရွာကျောင်း၌နေလိုသူက ရွာကျောင်း၌နေစေ"

"ပိဏ္ဍာပါတ်ဓုတင်ကိုဆောင်လိုသူက ဆောင်ပါစေ၊ သင်ဖိတ်သောဆွမ်းကို လက်ခံလိုကလက်ခံပါစေ"

"ပံ့သကူသင်္ကန်းကိုကြိုက်သောရဟန်း ဆောင်လိုကဆောင်ပါစေ၊ အလှူဒါယကာတို့လှူသောသင်္ကန်းကိုနှစ်သက်သောရဟန်း လက်ခံလိုက လက်ခံ၍ ဝတ်ရုံပါစေ"

"ငါသည် ရှစ်လတို့ပတ်လုံး သစ်တစ်ပင်ရင်း အိပ်ရာနေရာတို့ကိုခွင့်ပြုအပ်ပြီ"

"မမြင်အပ်၊ မကြားအပ်၊ မရွံ့ရှာ၊ မယုံမှားအပ်သောအစွန်းသုံးပါးမှစင်ကြယ်သောငါး၊ အမဲသားတို့ကို ငါဘုရားခွင့်ပြုအပ်ပြီ"

ဟု မိန့်ကြား၍ ဒေဝဒတ်၏တောင်းဆိုချက်ကိုပယ်လေသည်။

ဒေဝဒတ်သည် မြတ်စွာဘုရား ငါတောင်းဆိုသော ငါးချက်ကိုပယ်လေပြီ ဟုအားရဝမ်းသာဖြစ်ကာ ထ,လာပြီး မိမိအသင်းအပင်းသံဃာများကိုခေါ်ကာ သံဃာကိုစတင်ဂိုဏ်းခွဲထောင်လေသည်၊ ဘုရားရှင်က ဒေဝဒတ်ကို သံဃာဂိုဏ်းခွဲမထောင်ရန်တားမြစ်သော်လည်း နားမထောင်တော့ချေ၊ ရာဇဂြိုဟ်မြို့သူ မြို့သားတို့ကိုလည်း မိမိ၏အကျင့်ကိုကြေညာလေသည်။

ဒေဝဒတ်တောင်းဆိုချက်ငါးချက်၏နောက်ဆုံး အသက်သတ်လွတ်စားခွင့်ပြုရန်ဟူသောအချက်၌မူ-

-မြင်ခြင်း၊ ကြားခြင်း၊ သံသယဖြစ်ခြင်း

ဆိုသော အစွန်းသုံးပါးလွှတ်ပါက သားငါးစားရန်ခွင့်ပြုထားပြီး ဟု မိန့်ဆိုကာပယ်ချထားခဲ့ရာ ဘုရားရှင်၏မိန့်ဆိုတော်မူလိုရင်း ရည်ရွယ်ချက်ကိုသိရှိဖို့ရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။

ဘုရားဒေသနာတော်ကို သူ့နေရာနှင့်သူအံဝင်ခွင်ကျ ယူဆတတ်ရန် လိုအပ်ပါသည်၊ ရင်ဒေဝဒတ်၏ ပထမတောင်းဆိုချက်လေးချက်ကို ကြည့်လျှင်-

- အရညိကဓုတင်
- ပိဏ္ဍပါတိကဓုတင်
- ပံ့သကူလိကဓုတင်
- ရုက္ခမူဓုတင်

တို့ဖြစ်ကြောင်းတွေ့ရပါမည်၊ ထိုဓုတင်အကျင့်များသည် ဗုဒ္ဓဝါဒ ကျင့်စဉ်တရားများပင်ဖြစ်၍ အလွန်ကောင်းသောတောင်းဆိုချက် များဖြစ်သည်။

သို့သော် ထိုကျင့်စဉ်များသည် အခြားသူများနှင့်မဆက် စပ် မိမိကိုယ်ပိုင်ကျင့်စဉ်များဖြစ်၍ ကျင့်လိုသူကကျင့်ပါစေ၊ မကျင့် လိုသူကနေပါစေ ဟု မိန့်တော်မူခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အသက်သတ်လွတ်စားခြင်းအချက်၌မူကား အသက် သတ်လွတ်စားခြင်းသည် အလွန်ကောင်းမွန်သောအကျင့်ဖြစ် သော်လည်း ရဟန်းများသည် လှူဒါယကာများနှင့်ဆက်စပ်နေ သဖြင့် ရဟန်းတော်များအတွက် အကျိုးရဖို့ထက် အကျိုးမဲ့ဖို့က ပိုများနေသဖြင့် ဘုရားရှင်က ခွင့်ပြုတော်မမူခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မကောင်းသောအကျင့်ဖြစ်၍ ခွင့်မပြုတော်မူခြင်း မဟုတ် ဟုယူဆရပါမည်။

ဒေဝဒတ်၏တောင်းဆိုချက် ဝိမတိဝိနောဒနီဋီကာဆရာ၏ဖြေရှင်းချက်

ထိုယူဆချက်အတိုင်း ဝိမတိဝိနောဒနီဋီကာဆရာက အောက်ပါအတိုင်းစိစစ်တင်ပြထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်-

"သာသနာ့ဝန်ထမ်းရဟန်းတော်များ၏ဘဝသည် ဒါယကာ၊ ဒါယိကာမများထံ၌ ဆွမ်းခံစားရသောဘဝဖြစ်သည်။

သက်သတ်လွတ်စားသော ဒါယကာ၊ ဒါယိကာမများက အလွန်ရှားပါးလှပါသည်။

ဤသို့ဖြင့် ဒါယကာ၊ ဒါယိကာမများလောင်းလှူသော ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းတို့၌ အသက်သတ်လွတ်သလား၊ မလွတ်သလား ဟု ယုံမှားသံသယအမြဲတမ်းဝင်နေပါမည်။

ထိုအကြောင်းများကြောင့် သက်သတ်လွတ်ဆွမ်းကို ဣရိယာပုတ်မျှတရုံမျှပင် ရဖို့ခဲယဉ်းလှပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ ဘုရားရှင်သည် ရဟန်းများသက်သတ်လွတ် စားမှုကို တစ်ခါတည်းလုံးဝတားမမြစ်လိုက်ဘဲ အစွန်းသုံးပါးတည်း ဟူသော ခြွင်းချက်ဖြင့် စားခွင့်ပြုတော်မူရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ အသက်သတ်လွတ်စားမှုကို အာပါတ်တပ်၍ ပညတ်တော်မူခဲ့ပါလျှင် သူတစ်ပါးကိုမှီခို၍ အသက်မွေးမြူနေကြရသည့်ရဟန်းတော်များအဖို့ သံသယကင်းသော သက်သတ်လွတ် ဆွမ်းကို သေသည့်အထိသုံးဆောင်ရဖို့မလွယ်ကူချေ။

"ဒွေသာဟ" စာ၄၆

ထို့ကြောင့် ဒါယကာတို့နှင့်ကင်းလွတ်၍ စားသောက်နိုင်ရန် ဆန်၊ စပါးစသည်တို့ကိုကိုယ်တိုင်အလှူခံမှု၊ သိုမှီးသိပ်ဆည်းမှု၊ ချက်ပြုတ်သုံးဆောင်မှုအရပ်ရပ်တို့ကိုလည်း ခွင့်ပြုရမည်။

ချက်ပြုတ်ရေးအတွက် ကပ္ပိယ၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမများနှင့်အတူ ချက်ပြုတ်ခန်း၊ အဆောက်အဦး၊ ကျည်ပွေ့၊ ထမင်းအိုး၊ ဇွန်း၊ ပန်းကန်စသည်တို့ကိုလည်း သပိတ်၊ ပရိက္ခရာများနှင့်တစ်ပါတည်းထပ်တူခွင့်ပြုရတော့မည်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့ခွင့်ပြုလျှင်လည်း စားမှုသောက်မှုဗာဟိရကိစ္စတို့ဖြင့်သာအချိန်ကုန်၍ ရဟန်းကိစ္စကိုအားထုတ်ဖြည့်ကျင့်ရန် လုံးဝအချိန်ရနိုင်တော့မည်မဟုတ်ချေ။

သာသနာပတိတ္ထိတက္ကတွန်းတို့ကဲ့သို့ အိမ်ရာထူထောင်သူလူတို့၏အနေအထိုင်မျိုးဖြစ်ကာ အကျိုးမဲ့အချည်းနှီးဖြစ်လိမ့်မည်။

ထို့ကြောင့် အသားစားမှုကိုအလျင်းပယ်မြစ်တော်မမူဘဲ ခြွင်းချက်ဖြင့် ကင်းလွတ်ခွင့်ပေးတော်မူခြင်းဖြစ်ပါသည်။
ဟု ဋီကာဆရာက စိစစ်တင်ပြထားပါသည်။

ဘုရားရှင်သည် ရဟန်းတော်များအတွက် ဥပဒေပညတ်ရာတွင် ဓမ္မအကြောင်းသက်သက်ချည်းကိုသာမကြည့်ဘဲ ဒါယကာများကြည်ညိုမှု၊ မကြည်ညိုမှု ဟူသောလောကအကြောင်းကိုပါထည့်သွင်းစဉ်းစားကြည့်လေ့ရှိသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။

"ဥပမာ- ရဟန်းတော်များ မြေကြီးမတူးရ၊ တူးလျှင်ပါစိတ်အာပါတ်သင့်စေ"

ဟူသောဝိနည်းဥပဒေ၌ မြေကြီးတူးခြင်းသည် ဓမ္မအကြောင်းအား ဖြင့် မည်သည့်အပြစ်မျှမရှိချေ၊ သို့သော် မြေကြီး၌အသက်ရှိသည် ဟုယူဆသောဒါယကာများ၏အကြည်ညိုမပျက်စေရန်ဟူသော လောကအကြောင်းကိုငဲ့၍ ဤဥပဒေကိုပညတ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

အလားတူ ဤသက်သတ်လွတ်ဝါဒကိုပယ်ချတော်မူရာ၌ လည်း သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် ဓမ္မအကြောင်းအားဖြင့် အကျိုးရှိသည်မှန်သော်လည်း ဒါယကာများနှင့်ဆက်စပ်နေမှု လောကအကြောင်းအရ ဝိမတိဋ္ဌီကာဆရာစိစစ်ပြသကဲ့သို့ ရဟန်း တော်များအတွက် ထိုက်ထိုက်တန်တန်အကျိုးမထွက်သဖြင့်သာ အခြေအနေရ ပယ်မြစ်တော်မူရခြင်းဖြစ်သည်။

အမှန်စင်စစ် ဤသို့ပယ်လိုက်ခြင်းသည် မိမိအလိုတော် ကျပယ်လိုက်ခြင်းမဟုတ်၊ ဝေနေယျတို့၏အခြေအနေအရပယ် လိုက်ခြင်းသာဖြစ်သည် ဟု သိမှတ်ရပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား၏ ရဟန်းတို့အားဆွမ်းခွင့်ပြုပုံ

မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် မိမိ၏သာသနာသို့ဝင်ရောက် လာကြသောရဟန်းများကို ဆွမ်း၊ သင်္ကန်း၊ ကျောင်း၊ဆေးဟူသော ပစ္စည်းလေးပါးကိုခွင့်ပြုခဲ့ရာတွင် ဆွမ်းနှင့်ပတ်သက်၍ မဟာဝါ (ဝိနယ)၌ "ခြေသလုံး၊ မြင်းခေါင်းဖြင့်ရင်းနှီး၍ရအပ်သောဆွမ်း ကို အမှီပြု၍ အကြင်ရဟန်းအဖြစ်သည်ရှိ၏၊ ထိုရှင်ရဟန်းအဖြစ် ၌ ပဋ္ဌင်းသစ်သည် သိက္ခာပုဒ်တည်းဟူသောအသက်ရှိသမျှကာလ

ပတ်လုံး အားထုတ်ခြင်းကိုပြုအပ်၏၊ ပိုလွန်သောလာဘ်လာဘ ရှိပါမူကား သံဃာအားလုံးသိမ်းရုံးလှူဒါန်းအပ်သောဆွမ်းကိုလည်း ကောင်း၊ ရည်ညွှန်း၍လှူအပ်သောဆွမ်းကိုလည်းကောင်း၊ ပင့် ဖိတ်လှူဒါန်းအပ်သောဆွမ်းကိုလည်းကောင်း၊ စာရေးတံချ၍လှူ ဒါန်းအပ်သောဆွမ်းကိုလည်းကောင်း၊ လဆန်းပက္ခ၊ လဆုပ်ပက္ခ၌ လှူဒါန်းအပ်သောဆွမ်းကိုလည်းကောင်း၊ အထွတ်တစ်ရက်နေ့၌ လှူဒါန်းအပ်သောဆွမ်းကိုလည်းကောင် သုံးဆောင်အပ်၏။

ဟူ၍ ခွင့်ပြုဟောထားသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။

ဘုရားရှင်၏ခွင့်ပြုချက်သည်-

- အလိုတော်ကျတိုင်းခွင့်ပြုချက်
- သတ္တဝါတို့၏ဆန္ဒကိုလိုက်လျော၍ခွင့်ပြုချက်

ဟူ၍ (၂)မျိုးရှိပါသည်။

ပစ္စည်းလေးပါးခွင့်ပြုရာ၌-

- ဆွမ်းခံစားရခြင်း
- ပံ့သကူသင်္ကန်းကိုသာဝတ်ရုံရခြင်း
- သစ်ပင်ရင်းကျောင်း၌နေရခြင်း
- နွားကျင်ငယ်ပုပ်ဖြင့် စီမံလုပ်သောဆေးကိုသာ ဘုဉ်းပေးခြင်း

ဟူသော ပထမဦးဆုံးခွင့်ပြုချက်သည်သာ အလိုတော်ကျခွင့်ပြု ချက်ဖြစ်သည်။

အတိရေကလာဘဆိုသော ပင့်ဖိတ်ဆွမ်းစသည်ကို ဘုဉ်း

ပေးနိုင်ခြင်းစသော နောက်ထပ်ခွင့်ပြုချက်များက အမျိုးမျိုးသော ရဟန်းပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အလိုအဇ္ဈာသယကိုလိုက်၍ ခွင့်ပြုရသော အချက်များပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဤအချက်သည် ကဿပသံယုတ်ပါဠိတော်လာဘုရားရှင်နှင့် ရှင်မဟာကဿပမထေရ်ကြီးတို့ အပြန်အလှန်မေးမြန်းလျှောက်ထားချက်ကိုကြည့်က သိသာနိုင်ပါသည်။

"ချစ်သား ကဿပ. . သင်သည် အသက်အရွယ်ကြီးပြီး ကျန်းမာရေးအတွက် ပံ့သကူစုတင်တို့ကိုဆောင်ရန်မသင့်တော့ပြီ" ဟုဆိုကာ ဒါယကာများလှူသောသင်္ကန်းဆွမ်းဝတ်ရုံခြင်းစားခြင်းကို ခွင့်ပြုတော်မူခဲ့သည်။

ရှင်မဟာကဿပက ဖလသမာပတ်ဖြင့် ချမ်းချမ်းသာသာနေလိုခြင်းဟူသော မိမိအကျိုး၊ နောင်လာနောက်သားရဟန်းတော်များ မိမိကျင့်စဉ်သို့လိုက်ခြင်းဟူသော သူတစ်ပါးအကျိုး ဤအကျိုးနှစ်မျိုးကိုမျှော်ကိုး၍ ဆွမ်းခံစားမှုစသည်တို့ကို အသက်ထက်ဆုံးအားထုတ်ပါတော့မည်" ဟု ပြန်လျှောက်ထားသည်။

ထိုအခါ ဘုရားရှင်က သာဓု--သာဓု ကဿပ ဟုအကြိမ်ကြိမ်ကောင်းချီးပေးတော်မူလေသည်။

ဤအချက်ဖြင့် ပစ္စည်းလေးပါးနှင့်စပ်၍ နောက်ထပ်ခွင့်ပြုချက်များသည် ဘုရားရှင်အလိုတော်ကျခွင့်ပြုချက်မဟုတ်ပါ၊ ပထမဆုံးခွင့်ပြုချက်သည်သာ ဘုရားရှင်အလိုတော်ကျခွင့်ပြုချက်ဖြစ်ကြောင်း သိသာထင်ရှားလှပါသည်။

အလားတူ ဝိမတိဝိနောဒနီဋီကာစကားအရ အသား စားခွင့်ပြုခြင်းသည် မြတ်စွာဘုရား၏အလိုတော်မမက်၊ ဝေနေယျသတ္တဝါတို့၏ အလိုဆန္ဒသက်သက်ဖြင့်သာ ခွင့်ပြုတော်မူရကြောင်း ထင်ရှားပါသည်၊ ထို့ကြောင့် အသားစားမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် ဘုရား၏အလိုတော်ကျနှင့်မဆန့်ကျင်ကြောင်း မှတ်သားရပါမည်။

အစွန်းသုံးပါးလွတ် အသားစားခွင့်ပြုမှုအကြောင်းရင်း

ဒေဝဒတ်၏တောင်းဆိုချက်(၅)ချက်အနက် သက်သတ်လွတ်တောင်းဆိုချက်မှတစ်ပါး ကျန်လေးချက်၌ နှစ်မျိုးမိန့်ကြားတော်မူသော်လည်း သက်သတ်လွတ်စားရန်အချက်၌ကား ယတိပြတ်တစ်ချက်တည်းပင်-

"အစွန်းသုံးပါးမှလွတ်သော သား၊ ငါးကိုစားရန်ခွင့်ပြုပြီးဖြစ်သည်" ဟုမိန့်ကြားတော်မူချက်ကို လေးလေးနက်နက်စဉ်းစားကြည့်ပါက "အသားစားရှောင်ကြဉ်မှုသည် ဘုရားရှင်၏အလိုတော်မဟုတ်သလို ဝိနည်းအကျင့်လည်းမဟုတ်ပါချေ"

အစွန်းသုံးပါးမှလွတ်သောသား၊ ငါးကိုစားရန် ခွင့်ပြုတော်မူခြင်းအကြောင်းမှာ-

နိဂဏ္ဌာတက္ကတွန်း၏တပည့်တစ်ဦးဖြစ်သော သီဟာသူစစ်သူကြီးသည် ဝေသာလီပြည် မင်းကွန်း၌ လိစ္ဆဝီမင်းတို့က ဘုရားရှင်၏ဂုဏ်၊ တရားတော်၏ဂုဏ်၊ သံဃာတော်များ၏ဂုဏ်

အကြောင်းတို့ကို ချီးမွမ်းပြောဆိုသံကိုကြားရသဖြင့် ဘုရားရှင်ထံသို့သွားရောက်ဖူးမြော်မေးမြန်းလိုသောဆန္ဒဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။

သို့အတွက် မိမိ၏ဆရာဖြစ်သော နိဂဏ္ဍာတက္ကတွန်းထံသ် သွားရောက်ကာ ရဟန်းဂေါတမထံသွားရောက်တွေ့ဆုံမေးမြန် ဖူးမြော်ခွင့်တောင်းခံသည်၊ မိမိ၏ဆရာက-

"ပြုထိုက်၏ဟူသောအယူ(ကိရိယာဝါဒ)ရှိသူက မပြုထိုက်ဟူသော အယူ(အကိရိယဝါဒ)ရှိသောရဟန်းဂေါတမထံ အဘယ်ကြောင့် ဖူးမြော်ရန်ချဉ်းကပ်လိုက်ဘိသနည်း ဟုပြောကာ တားမြစ်သည်။

သီဟစစ်သူကြီးသည် "ရဟန်းဂေါတမသည် စင်စစ် ကေန်ပူဇော်အထူးကိုခံတော်မူထိုက်သော ဘုရားဖြစ်လတံ့၊ သို့အတွက် အလွန်ကျော်စောထင်ရှားကုန်သော လိစ္ဆဝီမင်းတို့သည် ဂုဏ်ကျေးဇူးများကိုပြောဆိုချီးမွမ်းသည်ဖြစ်ရာ၏"ဟု စဉ်းစားမိပြီး ဘုရားရှင်ထံသွားရောက်ဖူးမြော်ရန် (၃)ကြိမ်မြောက်တွင် ဆုံးဖြတ်ချက်ချမိသည်။

ထို့နောက် သီဟသူစစ်သူကြီးသည် နေမွန်းလွဲသောအခါ ရထားငါးရာဖြင့် ဘုရားရှင်ကိုဖူးမြော်ရန် ဝေသာလီမှထွက်ခဲ့သည်။

ဘုရားထံသို့ရောက်သောအခါ သီဟသူစစ်သူကြီးသည် ဘုရားရှင်ကိုရှိခိုး၍-

"အရှင်ဘုရား. . . ရဟန်းဂေါတမသည် မပြုထိုက် ဟူသောအယူ(အကိရိယဝါဒ)ရှိ၏၊ မပြုစိမ့်သောငှာတရားကို

ဟော၏၊ ထိုဝါဒဖြင့် တပည့်သားကိုဆုံးမ၏ ဟုကြားဖူးပါသည်၊ ထိုစကားသည် ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင်ပြောသောစကားဖြစ်ပါသလော၊ မြတ်စွာဘုရားကို မဟုတ်မမှန်စွပ်စွဲတားမြစ်ပါသလော၊ တပည့်တော်ကတော့ စွပ်စွဲလိုသောဆန္ဒမရှိပါ"
ဟု လျှောက်ထားလေသည်။

ထိုအခါ ဘုရားရှင်က သီဟစစ်သူကြီးကိုအောက်ပါအတိုင်းတစ်ချက်စီပြန်အဖြေပေးခဲ့သည်-

-ကာယဒုစရိုက်၊ ဝစီဒုစရိုက်၊ မနောဒုစရိုက်တို့ကို မပြုလုပ်ထိုက်၊ အကုသိုလ်တရားတို့ကို မပြုလုပ်ထိုက်ကြောင်း (အကိရိယဝါဒ)

-ကာယသုစရိုက်၊ ဝစီသုစရိုက်၊ မနောသုစရိုက်တို့ကို ပြုလုပ်ထိုက်၊ ကုသိုလ်တရားတို့ကို ပြုလုပ်ထိုက်ကြောင်း (ကိရိယဝါဒ)

-ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့ကို ဖြတ်အပ်ကြောင်း (ဥစ္ဆေဒဝါဒ)

-ဒုစရိုက်ဆယ်ပါး ယုတ်ညံ့သောတရား၊ လောဘ၊ ဒေါသ မောဟတရားတို့ကိုစက်ဆုပ်ကြောင်း ပူပန်စေအပ်ကြောင်း၊ ဖျက်ဆီးစေအပ်ကြောင်း

-နှုတ်ပြီးသောထန်းပင်ကဲ့သို့ နောင်မဖြစ်ပေါ်စေရန် အဝိဇ္ဇာတဏှာတို့ကို အကြွင်းမဲ့ဖြတ်အပ်ကြောင်း

-နတ်ပြည်သို့ရောက်စေကြောင်း မဂ်ဖိုလ်ဟူသော

သက်သာရစေကြောင်းတရားများကိုအယူရှိ၏၊
ထိုတရားများကို တပည့်သားများအားဆုံးမ၏
ဟူ၍ အကျယ်တဝင့်ဟောကြားတော်မူသည်။

ထိုအခါ သီဟစစ်သူကြီးသည် ဘုရားရှင်၏တရားကို အလွန်နှစ်သက်သဖြင့် ဥပါသကာအဖြစ်ခံယူမည်၊ ဘုရားရှင်က-

"သီဟ. . စူးစမ်းဆင်ခြင်၍ပြုလော၊ သင်ကဲ့သို့ ထင်ရှားကျော်စောသောသူတို့အား စူးစမ်းဆင်ခြင်၍ပြုခြင်းသည် ကောင်းပေ၏"

ဟု မိန့်ကြားရာ ထိုစကားကိုလည်း သီဟစစ်သူကြီးသည် အတိုင်းထက်အလွန်နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်လေသည်။

အခြားတစ်ပါးသော တိတ္ထိတို့သည် ဤကဲ့သို့ထင်ရှားသောတစ်ယောက်ကို တပည့်တစ်ဦးဖြစ်ရက ဝေသာလီတစ်ပြည်လုံးကို တံခွန်အောင်လံစိုက်ထောင်ကုန်ကြ၏၊ ရဟန်းဂေါတမကမူ တံခွန်အလံမစိုက်ထူသည်ပြင် စူးစမ်းဆင်ခြင်လုပ်ပါ ဟု တိုက်တွန်းခဲ့သည်၊ ထိုသည်ကို သီဟစစ်သူကြီးသည် အလွန်နှစ်သက်သဘောကျပြီး ဘုရားရှင်းထံ အသက်ထက်ဆုံး ဥပါသကာအဖြစ်ခံယူပြန်လေသည်။

"သီဟ. . . ရှည်စွာသော နေ့ညဉ့်ပတ်လုံး သင်၏အိမ်သည် နိဂဏ္ဌာတို့၏ရေတွင်းသဖွယ်ဖြစ်ခဲ့သောကြောင့် ကပ်ရောက်လာသော ထိုနိဂဏ္ဌာတို့အား ဆွမ်းလှူရမည်ကို အောက်မေ့လော့"

ဟု ဘုရားရှင်က ထပ်မံမိန့်ကြားသောအခါ-

''ဩဝါဒသီဟ'' ၈၈၆၄

"အရှင်ဘုရား . . တပည့်တော်သည် ဤသို့ကြားဖူးပါသည်၊ ရဟန်းဂေါတမသည် ငါ့အားသာလျှင် အလှူကိုလှူအပ်၏ တစ်ပါးသူအားမလှူအပ်၊ ငါ၏တပည့်သားကိုသာလှူအပ်၏၊ အခြားသူ၏တပည့်သားကိုမလှူအပ်၊ ငါ့အားလှူသောအလှူသည် သာအကျိုးကြီး၏၊ တစ်ပါးသောသူအားလှူက အကျိုးမကြီး၊ ငါ့တပည့်သား လှူမှအကျိုးကြီး၏၊ အခြားတပည့်လှူက အကျိုးမကြီးဟု ဟောတော်မူ၏ဟူသောစကားကိုကြားဖူးပါသည်၊ ထိုသို့ဖြစ်ပါလျက် ယခုဘုရားရှင်က မနာလိုဝန်တိုမဖြစ်ဘဲ ပေးလှူမြဲ နိဂဏ္ဌာတို့၌ ပေးလှူမြဲဝတ်ကိုဆောက်တည်စေပါ၏၊ တပည့်တော်သည် ပေးလှူခြင်း၌အခါကာလကိုသိပါ၏"

ဟုလျှောက်ထားပြီး ရတနာသုံးပါး၌ ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်သော ဥပါသကာအဖြစ် ခံယူသည်။

ထို့နောက် ဘုရားရှင်က သီဟစစ်သူကြီးကို ဒါနစသော တရားတို့ကိုဟောကြားသည်၊ တရားဟောအပြီးတွင် သီဟစစ်သူကြီးက နက်ဖြန်ဆွမ်းကိုဖိတ်ကြားခဲ့သည်။

ဘုရားရှင်သည် ဆိတ်ဆိတ်နေသဖြင့် ဆွမ်းကိုလက်ခံသည်၊ သီဟစစ်သူကြီးသည် အိမ်သို့ပြန်လာပြီးလျှင် တပည့်တစ်ယောက်ကို-

"အချင်းသွားချေ၊ အလိုလိုဖြစ်သောအသားကိုသိပါသလော" ဟု ဆိုပြီးစေခိုင်းသည်။

သီဟစစ်သူကြီးသည် ထိုညဉ့်လွန်သော နံနက်၌မွန်မြတ်

သောခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ကိုစီရင်ပြီး နံနက်အချိန်တွင် ဘုရားအမှူး ရှိသောသံဃာတော်များကို ဆွမ်းဆက်ကပ်လေသည်။

ထိုအခါ နိဂဏ္ဌာတို့သည် ဝေသာလီပြည်ဝယ် တစ်လမ်း ဝင်တစ်လမ်းထွက်ဖြင့် လက်မောင်းတို့ကိုမြှောက်ကာ-

"ယနေ့ သီဟစစ်သူကြီးသည် ဆူဖြိုးသောကျွဲ၊ နွား၊ ဆိတ် ဝက်တို့ကိုသတ်၍ ရဟန်းဂေါတမအား ဆွမ်းလုပ်ကျွေး၏၊ ရဟန်း ဂေါတမသည် သိလျက် ရည်၍သတ်သော ထိုအမဲသားတို့ကိုစား ၏၊ မိမိကိုစွဲ၍သတ်သောမကောင်းမှုကံကိုရ၏"

ဟု ဟစ်အော်ကြွေးကြော်ကြကုန်သည်။

ထိုအခါ ယောကျ်ားတစ်ယောက်သည် သီဟစစ်သူကြီး ထံလာ၍ ထိုအကြောင်းကိုပြောပြသည်။

"အမောင်. . မသင့်လျော်ချေ၊ ထိုအရှင် နိဂဏ္ဌာတို့သည် ရှည်စွာသောနေ့ညဉ့်ပတ်လုံးလည်း ဘုရား ၊တရား ၊သံဃာ ရတနာသုံးပါး၏ဂုဏ်ကျေးဇူးမဲ့ကိုအလိုရှိကုန်၏၊ သူတို့သည် ဘုရားရှင်ကိုထင်ရှားမရှိဘဲ အချည်းနှီးမဟုတ်၊ မမှန်သောစကား ဖြင့် စွပ်စွဲကြသည်ကား မခံနိုင်ကြကုန်၊ ငါတို့သည်ကား အသက် ဟူသောအကြောင်းကြောင့်လည်း သေစေလိုသောစေတနာဖြင့် သူတစ်ပါး၏အသက်ကို မသတ်စေကုန်ရာ"

ဟု ပြောပြသည်။

မြတ်စွာဘုရားသည် နိဂဏ္ဌာတို့၏ သီဟစစ်သူကြီးနှင့် ဘုရားရှင်အပေါ်၌ စွပ်စွဲသည်ကိုအကြောင်းပြု၍ ရဟန်းတို့ကို

"ရဟန်းတို့. . . သိလျက်ရည်ညွှန်း၍ သတ်သောအသား ကိုမစားအပ်၊ စားသောရဟန်းအား ဒုက္ကဋ်အာပါတ်သင့်စေ။

ရဟန်းတို့. . . မမြင်သော မကြားသောယုံမှားခြင်းမရှိသောအစွန်းသုံးပါးမှစင်ကြယ်သောငါးအမဲကိုခွင့်ပြု၏"

ဟု မိန့်တော်မူလေသည်။

(ဝိနယ မဟာဝဂ္ဂပါဠိ ဘေသဇ္ဇက္ခန္ဓက သီဟစစ်သူကြီးဝတ္ထု)

အစွန်းသုံးပါးလွတ်သော သား၊ ငါးဟူသည်

" သိတင်းငါးရပ်၊ ရည်၍သတ်၊ မအပ်ထိုအသား"

မြင်ခြင်း၊ ကြားခြင်း၊ ယုံမှားခြင်း၊ ကင်းဝေးစွန်းသုံးပါး"

"အစွန်းသုံးပါး၊ လွတ်သားငါး၊ စားငြားပြစ်မရှိ"

(ဝိနယသံခိပ်)

မိမိအတွက် ရည်စူး၍သတ်အပ်သော သား၊ ငါးဟူသမျှတို့သည် အစွန်းမလွတ်သော သား၊ ငါးများဖြစ်ကြပါသည်။

မြင်သားဆိုသည်မှာ

-မိမိအတွက် သတ်နေသည်ကိုမြင်သော သား၊ ငါးမျိုးဖြစ်သည်၊ ငါးသည်က မိမိရှေ့တွင် ငါးရဲ့ခေါင်းကိုထုသတ်ပေးတာမျိုး၊ မိမိက အသားမှာ၍ ပိုက်ကွန်ကျော့ကွင်းကိုမိမိရှေ့တွင်ယူသွားပြီး တော၊ ချောင်း၊ အိုင် စသည်ထွက်သွားတာမျိုး၊ ထိုသား၊ ငါးများသည် မြင်သား၊ ငါးဖြစ်သည်၊ ထိုအသား၊ ငါးများကိုမစားကောင်းပါ။

ကြားသားဆိုသည်မှာ

-မိမိအတွက် သတ်နေသည်ကို မမြင်ရပေမယ့် မိမိအတွက် သတ်နေသံကိုကြားရသော အသား၊ ငါးမျိုးဖြစ်သည်၊ မိမိအတွက် အထူးသဖြင့်ကျေးလက်ဒေသတွင် ဈေးမရှိ အိမ်ရှိ ကြက်၊ ဘဲကိုသတ်၍ဖြစ်စေ၊ ပိုက်ကွန်ဖြင့် သား၊ ငါးကိုဖမ်း၍ဖြစ်စေ၊ ဟင်းလျာအဖြစ်သတ်၍ ညှော်သည်(သို့မဟုတ်)ရဟန်းသံဃာအားကျွေးမွေးသည်ကိုကြားသိရသည်၊ ထိုအသားမျိုးသည်လည်း မစားကောင်းပါ။

ယုံမှားသားဆိုသည်မှာ

-မိမိအတွက် သတ်နေသည်ကိုမမြင်ရ၊ မကြားရပေမယ့် ဈေးမှရောင်းရတဲ့ သား၊ ငါးမျိုးမရနိုင်သောနေရာ၌ မိမိအား သား၊ ငါးဟင်းလျာဖြင့် တည်ခင်းညှော့ခံလာသောအခါ ငါ့အတွက်သက်သတ်ပြီး ချက်ပြုတ်ကျွေးမွေးလေသလား ဟုယုံမှားသံသယဖြစ်သော အသား၊ငါးမျိုးဖြစ်သည်၊ ထိုအသား၊ ငါးမျိုးလည်းမစားကောင်းပါ။

မြင်၊ ကြား၊ ယုံမှား ဤအစွန်းသုံးပါးမှလွတ်သော အသားငါးကို စားကောင်းပါသည်။

အစွန်းသုံးပါးမလွတ်သော အသား၊ ငါးကို ရဟန်းတော်များသာမက လူများပါမစားကောင်းပါ။

ဘုရားရှင်က ထိုခေတ်ထိုအခါက ထွန်းကားလျက်ရှိသော

ပြဟ္မဇာဝါဒအရ သက်သတ်လွတ်စားခြင်းကို မထောက်ခံခဲ့သော်လည်း တိရစ္ဆာန်တို့၏အသားကို အစွန်းသုံးပါးမှလွတ်သော ပွဲသကူကိုစားနိုင်သည် ဟုမိန့်တော်မူထားပါသည်။

ယနေ့ခေတ်စားနေကြသော အသား၊ ဟင်းလျာတို့သည် အစွန်းသုံးပါးမှလွတ်ပါ၏လော ဟု မေးလျှင် ဖြေရလွယ်မည် မထင်ပါ။

သတ္တဝါတို့အား သနားသက်ညှာသော ကရုဏာစိတ်ထားဖြင့် ယင်းတို့၏အသားကိုစားသုံးမှုမှရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ရေးမဟုတ် ဟုဆိုနိုင်သော်လည်း ကောင်းမှုတစ်ရပ်ဖြစ်သည်မှာ မုချဧကန်ဖြစ်ပါသည်။

ကုန်းသတ္တဝါများ၏အသားကို ရှောင်ကြဉ်စေခြင်းသည် အကောင်အထည်ကြီးသဖြင့် အားထုတ်၍သတ်ရသဖြင့် ပို၍အကုသိုလ်ကြီးမားသည်ဟုဆိုရပါသည်၊ သို့အတွက် အကုသိုလ်ကြီးသော ကုန်းသတ္တဝါအသားစားခြင်းမှရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် ပို၍သင့်တော်မည်ဟုထင်ပါသည်။

မစားအပ်သော အသားကြီး(၁၀)ပါး

" လူ၊ ခွေး၊ မြင်း၊ ဆင်၊ သစ်၊ ကျားလျှင်၊ ခြင်္သေ့၊ ဝံ၊ အောင်း၊ မြွေဦးရေ၊ သား၊ သွေး၊ အမွေးတို့ပါ မသုံးရာ၊ ဆယ်ဖြာ အကျိုးပေး"

(ပါတိမောက်ဘာသာဋီကာ)

" ရွှေသဟာ " စာပေ

"ဝိနယပိဋကမဟာဝါပါဠိတော် ဘေသဇ္ဇက္ခန္ဓက မနုဿမံသ ပဋိက္ခေပကထာ"စသည်၌ ရဟန်းတို့မစားကောင်းသော အသားကြီး(၁၀)မျိုး ဘုရားရှင်က ပညတ်ခဲ့ပါသည်၊ ထိုအသား(၁၀)မျိုးကိုစားပါက ဒုက္ကဋ်အာပါတ်သင့်စေ ဟူ၍ ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်ပညတ်ခဲ့ပါသည်။

ထိုအသား(၁၀)မျိုးပညတ်သောအကြောင်းရင်းမှာ-

ဗာရာဏသီပြည်မှ သုပ္ပိယဉပါသကာနှင့် ဉပါသိကာမတို့သည် ရတနာသုံးပါး၌ကြည်ညိုကြသည်၊ ပစ္စည်းလေးပါးကိုလှူကြသည်၊ သံဃာ၏အမှုခပ်သိမ်းကိုပြုကာ သံဃာကိုလုပ်ကျွေးကြသည်။

သုပ္ပိယဉပါသိကာမသည် နာမကျန်းဝမ်းလျှောသော ရဟန်းတစ်ပါးကိုတွေ့ရ၍ အဘယ်ကိုဆောင်ရွက်ပေးရမည်နည်း ဟုမေးလျှောက်သော် ရဟန်းက ဝမ်းလျှောနေ၍ သားဟင်းမျိုးရည်အလိုရှိကြောင်း မိန့်ကြားသည်။

သုပ္ပိယဉပါသိကာမက ရပါမည် ဟုဝန်ခံခဲ့ပြီး အိမ်ပြန်ကာ အစေခံကိုဈေးသွားစေပြီး ပံ့သကူသားကိုရှာဖွေဝယ်စေသည်၊ ထိုနေ့ကား သားသတ်ခွင့်ပိတ်သောနေ့ဖြစ်၍ အသားကိုဝယ်မရဖြစ်ရချေသည်။

"နာဖျားသောရဟန်းသည် သားဟင်းမျိုးရည်ကို မရသည်ရှိသော် အနာသည်တိုးပွားလတ့်၊ သေခြင်းသော်လည်း ဖြစ်လတ့် ဝန်ခံခဲ့ပြီးမဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ငါ့အားမသင့်"

"ဒွေသဟာ" ဓာ၄ပ

ဟုအကြံဖြစ်ပြီး မိမိ၏ပေါင်သားကိုလှီးဖြတ်၍ သားဟင်းမျိုးကို စီမံစေကာ ရဟန်းထံသို့ပို့စေသည်။

လင်ယောကျ်ား သုပ္ပိယသည် ထိုအကြောင်းကိုသိ၍-

"အချင်းတို့. . . အံ့ဖွယ်ရှိပေစွတကား၊ မဖြစ်ဘူးမြဲဖြစ်လေစွတကား၊ ဤသုပ္ပိယဥပါသိကာမသည် ရတနာသုံးပါး၏ ကျေးဇူးကိုလည်း အလွန်ယုံကြည်လှ၏၊ မိမိအသားကိုမျှ စွန့်လွှတ်လှူရဲ၏၊ သူမအား အခြားတစ်ပါးသော မလှူရဲစရာရှိမည်မထင်" ဟု ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစိတ်ဖြစ်လျက် ဘုရားကျောင်းသို့သွားကာ နောက်နေ့နံနက် ဆွမ်းကိုဖိတ်ကြားလေသည်။

နောက်နေ့နံနက် ဘုရားရှင်နှင့်သံဃာများဆွမ်းစားရန် ကြွလာကာ သတ်မှတ်ထားသောနေရာ၌ သီတင်းသုံးလေသည်၊ ဘုရားရှင်က သုပ္ပိယဥပါသိကာမအဘယ်မှာနည်း ဟုမေးသည်။

သုပ္ပိယက အနာကနာနေ၍အခန်းထဲမှာ လဲနေပါသည်၊ ဟု လျှောက်သော် ဘုရားရှင်က နာနေသော်လည်းလာပါစေ ဟု မိန့်ကြားသည်။

မလာနိုင်-ဟုဆက်လျှောက်သော် ပွေ့ချီ၍ယူခဲ့ပါ ဟု ဘုရားရှင်ကမိန့်ကြားသည်။

သုပ္ပိယဥပါသကာသည် သုပ္ပိယဥပါသိကာမကိုချီမ၍ သူဆောင်လာသည်၊ သုပ္ပိယဥပါသိကာမသည်၊ ဘုရားရှင်ကိုမြင်သောခဏမှာပင် ပေါင်မှအနာသည် အသားနုတက်ပြီး ပကတိအတိုင်းဖြစ်လေသည်။

"ဩဿာသဟာ" စာ၆၉

ထိုသုပ္ပိယဥပါသိကာမ ပေါင်သားလှီးဖြတ်၍လှူမှုကို အကြောင်းပြု၍ ဘုရားရှင်သည် ရဟန်းတို့ကိုအစည်းအဝေးခေါ်ပြီး ထိုဂိလာနရဟန်းကိုစစ်ဆေးပြီး ထိုအတွက် ကဲ့ရဲ့ကာ-

"ရဟန်းတို့. . . သဒ္ဓါတရားရှိ၍ ကြည်ညိုကုန်သောသူတို့သည် မိမိ၏အသားကိုသော်လည်း စွန့်လွှတ်လှူကုန်၏၊

ရဟန်းတို့. . . လူသားကိုမစားအပ်၊ စားသောရဟန်းသည် ထုလ္လစဥ်းအာပါတ်သင့်စေ၊

ရဟန်းတို့. . . မစုံစမ်းမမေးမြန်းဘဲ အသားကိုမစားအပ် စားသောရဟန်းကား ဒုက္ကဋ်အာပါတ်သင့်စေ ဟုဝိနည်းသိက္ခာပုဒ် ပညတ်ခဲ့ပါသည်။

ဆင်သား စသည်ကိုပယ်ပုံ

တစ်ရံရောအခါ မင်း၏ဆင်တို့သည် သေကုန်သည်၊ လူတို့သည် ငတ်မွတ်သောကြောင့် ဆင်သားကိုချက်စားပြီး ဆွမ်းခံသောရဟန်းတို့အားလည်း လှူဒါန်းသည်၊ ရဟန်းတို့သည်စားကုန်၏၊ လူတို့သည်-

"သာကီဝင်မင်းသား ဘုရားအနွယ်ဖြစ်သော ရဟန်းတို့သည် အဘယ်ကြောင့် ဆင်သားကိုစားဘိသနည်း၊ ဆင်ဟူသည် မင်း၏အင်္ဂါအသုံးအဆောင်ဖြစ်သည်၊ အကယ်၍ မင်းသိပါက ရဟန်းတို့အား မနှစ်သည်သည်ဖြစ်ရာ၏"

ဟု ကဲ့ရဲ့စကား အပြစ်စကားဆိုကြသည်။

"ဆွေသဟာ" စာ၈၆

ထိုသည်ကို ဘုရားရှင်ကသိ၍-

"ရဟန်းတို့သည် ဆင်သားကိုမစားအပ်၊ စားသောရဟန်းအား ဒုက္ကဋ်အာပါတ်သင့်၏" ဟု ပညတ်သည်။

အလားတူ မြင်းများသေ၍ မြင်းသားကိုစားသောအခါ မြင်းသည် မင်း၏အသုံးအဆောင်ဖြစ်၍ လူတို့ကဲ့ရဲ့ကြသောကြောင့် ဘုရားရှင်ကဆင်နည်းတူမစားရန်နှင့် စားပါက ဒုက္ကဋ်အာပါတ်သင့်ရန် ပညတ်ခဲ့သည်။

အလားတူ ခွေးသားကို လူတို့ကစားပြီး ရဟန်းတို့ကိုလှူသဖြင့် ရဟန်းတို့စားရာမှ ခွေးသားသည်စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ရှိသောအသားဖြစ်၍ ရဟန်းတို့စားရသလား ဟုကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်၍ ဘုရားရှင်ကမစားရန်နှင့်စားပါက ဒုက္ကဋ်အာပါတ်သင့်ရန်ပညတ်ခဲ့သည်။

အလားတူ မြွေသားကိုလူတို့စား၍ ရဟန်းတို့အားလှူသဖြင့် ရဟန်းတို့စားရာမှ မြွေသည်စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ရှိ၍ ရဟန်းတို့စားရသလော ဟုကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ဆိုကြသည်။

တစ်ဖန် သုပဿအမည်ရှိသော နဂါးမင်းက ဘုရားထံချဉ်းကပ်ပြီး-

"အရှင်ဘုရား. . . သဒ္ဓါတရားမရှိ၊ ကြည်ညိုခြင်းမရှိသောနဂါးတို့သည် ရှိကြပါ၏၊ ထိုနဂါးတို့သည် မြွေသားစားရဟန်းတို့အား အနည်းငယ်သောအကြောင်းတို့ဖြင့်လည်း ညှင်းဆဲကုန်ရာ၏၊ အရှင်ဘုရား တောင်းပန်ပါ၏၊ အရှင်ရဟန်းတို့သည် မြွေသားကိုမစားပါစေကုန်လင့်"

ဟု လျှောက်ထားခဲ့သည်။

"ဆွေသဟာ" ၈၉၉

ထိုအကြောင်းကြောင့် ဘုရားရှင်သည် ရဟန်းတို့အား မြွေသားကိုမစားရန်နှင့် စားပါက ဒုက္ကဋ်အာပါတ်သင့်ရန် ပညတ်ခဲ့သည်။

တစ်ရံရောအခါ မုဆိုးသည် ခြင်္သေ့ကိုသတ်၍ အသားကို စားသည်၊ ဆွမ်းခံရဟန်းတို့ကိုလည်းလောင်းလှူသည်၊ ရဟန်းတို့ သည် ခြင်္သေ့သားကိုစား၍ တောသွားနေရာ ခြင်္သေ့တို့သည် ခြင်္သေ့ သားအနံ့ နံသဖြင့် ရဟန်းတို့ကိုလိုက်လေသည်။

ဤအကြောင်းကို ဘုရားရှင်ကသိတော်မူ၍ ခြင်္သေ့သား ကိုမစားရန်နှင့် စားပါက ဒုက္ကဋ်အာပါတ်သင့်ရန် ပညတ်ခဲ့သည်။

ထိုနည်းတူပင် ကျား၊ သစ်၊ ဝံ၊ အောင်းတို့ကို မုဆိုးတို့က သတ်ပြီး ဆွမ်းခံရဟန်းတို့ကိုလှူသဖြင့် စားမိသောရဟန်းတို့အား ထိုသတ္တဝါများက အနံ့ရသဖြင့်လိုက်ကြသည်၊

ထိုအကြောင်းကို ဘုရားရှင်ကသိ၍ ထိုအသားများကို မစားရန်နှင့် စားပါက ဒုက္ကဋ်အာပါတ်သင့်ရန် ပညတ်ခဲ့သည်။

ဤအသား(၁၀)ပါး ပညတ်ချက်ကိုကြည့်လျှင်-

- လူသည် ဇာတ်တူသားဖြစ်၍လည်းကောင်း
- ဆင်၊ မြင်းသည် မင်းအသုံးအဆောင်ရတနာဖြစ်၍ လည်းကောင်း
- ကျန်ခြင်္သေ့စသည်တို့က တောနေရဟန်းတို့အား ဘေးရန်ပြုမည်စိုးသောကြောင့်လည်းကောင်း

မစားရန် ပယ်မြစ်ကြောင်းတွေ့ရပါမည်။

ဤအသားကြီး(၁၀)မျိုးကား ရဟန်းတော်များနှင့်သာ သက်ဆိုင်ပါသည်။

သတ်သူ–စားသူ အတူတူ ဟုတ်–မဟုတ်

ပုဂ္ဂိုလ်အချို့ကဆိုပါသည်-

- သတ်သူရှိလို့စားသည်
- စားသူရှိလို့သတ်သည်
- သတ်သူနှင့်စားသူအတူတူဘဲ

ဤအပြောသည် သား၊ ငါးဘုဉ်းပေးကြသော ဘုရား၊ ရဟန္တာ၊ ရဟန်းတော်သော်မျှ ပါဏာတိပါတကံဖြင့် စွပ်စွဲရာ ရောက်ပါသည်။

သူတစ်ပါးအသက်ကိုသတ်မှုနှင့်ပတ်သက်၍-

"ကိုယ်တိုင် တိုက်တွန်း ချီးမွမ်း စိတ်တူ"

ဆိုသောအကြောင်းခြင်းရာလေးချက်တွင် တစ်ချက်ချက်နှင့်ပြီစွန်းပါမှ ဒုစရိုက်မကောင်းမှုဖြစ်ပါသည်။

အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအတွက် သတ်ဖြတ်၍ရောင်းချသောသား၊ ငါးကိုဝယ်စားသူများမှာ-

-ကိုယ်တိုင်သတ်ခြင်း

-သတ်ရန် သူတစ်ပါးကိုတိုက်တွန်းခြင်း၊ သတ်ခိုင်းခြင်း

-သူတစ်ပါး၏ သား၊ငါးသတ်နေသည်ကိုချီးမွမ်းခြင်း

-သူတစ်ပါး၏ သား၊ငါးသတ်နေမှုကို စိတ်သဘောတူခြင်း

ဤလေးချက်တွင် မည်သည့်အချက်နှင့်မျှငြိစွန်းနေခြင်း ၊မရှိသောကြောင့် ပါဏာတိပါတကံလည်းမထိုက်ပါ။

(အံဒသကနိပါတ သာမညဝဂ် မြန်မာပြန်-၄၉၉)

အဘိဓမ္မာတရားတော်အရ ပါဏာတိပါတကံမြောက်ရန်မှာ-

၁။ သက်ရှိသတ္တဝါဖြစ်ခြင်း

၂။ သက်ရှိသတ္တဝါမှန်းလည်းသိခြင်း

၃။ သတ်လိုစိတ်ရှိခြင်း

၄။ သတ်မှု၌ လုံ့လပြုခြင်း

၅။ ထိုလုံ့လကြောင့်သေဆုံးခြင်း

ဤအင်္ဂါ ၅-ပါးနှင့်ပြည့်စုံမှ သူ့အသက်သတ်မှု(ပါဏာတိပါတကံ)မြောက်ပါသည်၊ မပြည့်စုံလျှင် မမြောက်ပါ။

(အဋ္ဌသာလိနီအဋ္ဌကထာ-၁၄၀ မြန်မာပြန်)

ဈေးထဲတွင်ရောင်းသော အသေကောင်ဝယ်စားသူများသည် ဤအင်္ဂါများအနက် မည်သည့်အင်္ဂါနှင့်မျှ ငြိစွန်းခြင်းမရှိ၍ အပြစ်မရှိပါချေ။

သတ်ဖြတ်ရောင်းချသူတို့ဘက်ကလည်း စားသုံးမှုများရှိ၍ သတ်ဖြတ်ရောင်းချရသည်၊ စားသုံးမှုများအားပေးနေ၍ ဖမ်းဆီးသတ်ဖြတ်နေရပါသည်၊ လူတို့မစားသုံး၊ အားမပေးသောအသားကိုမည်သည့် သား၊ ငါးမုဆိုးကုန်သည်ကမှ မဖမ်းဆီးမသတ်ဖြတ်ပါ၊ ဝယ်စားသုံးသူ ရောင်းသူရှိနေ၍သာ သတ်ဖြတ်သူရှိနေရသည်။

သို့အတွက် သား၊ ငါးသတ်ဖြတ်သူအကုသိုလ်တွင် စားသုံးသူများသည် အားပေးတိုက်တွန်းသူများထဲတွင်ပါဝင်နေ၍ အပြစ်ရှိသည် ဟုအချို့ကဆိုကြပါသည်။

လယ်တီဆရာတော်ကြီး၏ ဂေါဏသုရာဒီပနီကျမ်း၌-

"ကျမ်းဝိဘင်း၌ကထာ တိုက်ရိုက်ကြီးအလာမှာ

"ပါဏာတိပါတ၊ ပြုလုပ်သည့်ဌာနဝယ်၊ ကာယကံရှင်တစ်ခန်း၊ ချီးမွမ်းသူတစ်ယောက်၊ ဝမ်းမြောက်သူတစ်ဘက်၊ သုံးဦးသားအနက်၊ အကျိုးဆက်မတူကြ၊ ကာယကံရှင်ဇာလမှာ၊ နိရယ-တာ-လမ်း၊ ချီးမွမ်းသူပြိတ္တာရောက်၊ ဝမ်းမြောက်သူအနေမှာ၊ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်စေဟု၊ ဝေပုံကျအပြီး၊ ဆုံးဖြတ်ချက်သင်သီးတွင်၊ ပစ္စည်းရှင်ဝယ်လူစုမှာ၊ ချီးမွမ်းမှုတစ်စိတ်ပါ၊ ဝမ်းသာမှုတစ်သွယ်ထွက်၊ နှစ်ပါးစုံရောယှက်သော်၊ လက်သည်ထက်၊ အပြစ်ကြီးသည်ဟု၊ ယူမှီးရန်ကျသော်လည်း၊ ကာယကံရှင်နှင့်တူလျက်ပင်၊ မနည်းပြီ၊ နောက်ဆွဲကလိုက်ရကြောင်းများ၊ တစ်ခုကောင်အတွက်၊ ဝမ်းသာသည်အချက်နှင့်ပင်၊ ဆက်ဆက်ကြီးပါရမည်ဟု၊ ဌာကထာရှိသည်ပင်"

ယုတ္တိနှင့်စဉ်းစားလျှင်၊ ရောင်းသမား၊ ဝယ်သမား၊ နှစ်ဦးသားသဘောတူ၊ ဝယ်သူကမူလ၊ ရောင်းသူမှာဘူတ၊ ဝယ်သူပေါ်မှရောင်းသူရှင်မှု၊ တွင်တွင်သတ်၊ နဘေထပ်၊ လွှန်းပေါ်င်းတင်သည့်အတိုင်းမြင်ကြလျက်၊ ဇွတ်ငင်သည်တဏှာကြောင့်ဟင်းလျာသည်ဆိုလျှင်ပင်၊ ခိုပြုသည့်အတိုင်းဝိုင်းကြသည်၊ ကြွက်

ကြွက်ဆူ၊ သူမရ၊ ငါမရ ငွေစကိုတပြင်ပြင်၊ ချိန်ခွင်ကိုတစ်ခါခါ၊ နက်ဖြန်လည်းလာပါနော်၊ သန်ဘက်လည်းမျှော်ပ့ါမည်၊ ခေါ်လိုက်သူတစ်ချို့၊ လက်တို့၍မှာသူမှာ၊ ဟင်းလျာသည်ပရိယာယ်၊ ရောင်းလာလို့ဝယ်ပါသည်၊ ဘယ်အပြစ်မရှိပေါင် ဟုယောင်လို့များမဟာနှင့်၊ ဝမ်းထဲကသဘောကိုမပြောဘဲ၊ ကုန်စင်အောင်မြင်ရင်းစွဲဖြစ်ကြသည်။

သည်ရသာတဏှာစွဲ၊ သူအတင့်ရဲတိုင်းကို၊ အထဲကမသန်၊ ဇွတ်လှဲ၍ခံကြလျှင်၊ ပါယ်လေးတန်၊ ဒုက္ခမှာမြုပ်ကြမည်စင်စစ်၊ သည်တဏှာကင်းလျှင်ပင်၊ တစ်တောလင်အမိုက်၊ သည်လောဘစရိုက်ကို၊အမြိုက်သီးအလား၊ အလိုက်ကြီးမှားကြလျှင်၊ ပါယ်လေးပါးယမဘုံတွင်၊ အိမ်ထောင်စုံဆေးတော်တိုးရှိး၊ အမျိုးစာရင်းမှန်၊ ရွှေထိုက်တော်လက်ခံနှင့်မပြန်တမ်းအဟုတ်၊ ကမ္ဘာနှင့်စာချုပ်၍စုံးစုံးကြီးမြုပ်ကြမည်၊ မဟုတ်ဘူးမထင်နှင့်၊ မယုံလျှင်ကိုယ်တွေ့မှဆိုသရွေ့မကဟု၊ လှုလှုကြီးသိလိမ့်မည်၊ ဇာတ်နိပါတ်သက်သက်ကိုရှာဖွေကာထုတ်ဆိုလျှင်၊ ပိုအပိုများမည်ကြောင့်၊ တရားသားသက်သက်၊ စကားသွားညက်ညက်နှင့်၊ နားမျက်စိမခိုသာအောင်၊ လိုရာတွင်ဖြောင့်လိုက်သည်"

ဟူ၍ရေးသားထားသည်ကို သေချာစွာဖတ်ပြီး စဉ်းစားကြပါကမိမိတို့သည် သတ်သူ၊ စားသူအတူတူ ဟုတ်-မဟုတ် ကိုယ်တိုင်ဆုံးဖြတ်ကြည့်ကြပါလေ။

"ဒွေးသဟာ" ၈၉၆

၁၁။ ငါးစားခွင့်ပြုတော်မူသည်။

အစွန်းလွတ်သား၊ ငါးကိုစားသုံးရန်ခွင့်ပြုတော်မူသော်လည်း အစားအသောက်အပေါ်၌တပ်မက်သောရသာတဏှာကို ပယ်ဖျောက်နိုင်ရန် ရဟန်းသည် ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်ရမည် ဟု ဘုရားရှင်က လမ်းညွှန်ထားခဲ့ပါသည်။

ရဟန်းဟူသည် အစာအာဟာရကိုမှီဝဲသုံးဆောင်ရာ၌-

-ပျော်ရွှင်ရယ်မြူးနိုင်ရန်အတွက်လည်းမဟုတ်ပေ။

-မိမိခွန်အားအတွက် မာန်မာနတက်ကြွနိုင်ရန်အတွက် လည်း မဟုတ်ပေ။

-ခန္ဓာကိုယ်ဗလတောင့်တင်းပြည့်ဖြိုးကာ လှပခန့်ငြားစေ ရန်အတွက်လည်းမဟုတ်ပေ။

-ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီး ကျန်းမာစွာဖြင့် အသက်ရှည်တည်တံ့ ကာ တရားဘာဝနာများအားထုတ်နိုင်စေရန်အတွက် သာ မှီဝဲသုံးဆောင်ကြရမည်။

ဟူ၍ အင်္ဂုတ္တရနိကာယ် အပဏ္ဏကသုတ်၌ ဟောကြားလမ်းညွှန် ထားပါသည်။

တစ်ဖန် ဘုရားရှင်က အသား၊ ငါး၊ အသီးအရွက်စသည် တို့ကို ကဗဠိကာရအာဟာရဟုခေါ် ဆိုပြီး ဤသည်တို့ကို သံယုတ္တ နိကာယ ပုတ္တမံသူပမာသုတ္တ်၌-

"ချစ်သားတို့တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးစုံမက်၍ ပေါင်းဖက်ကြ သောဇနီးမောင်နှံတို့တွင် အလွန်ချစ်မြတ်နိုးအပ်သော မွေးကင်း

သားငယ်တစ်ယောက်သည်ရှိသည်၊ ယင်းတို့သည် အခွန့်ရှည်သော ခရီးကိုသွားကြရာ ကြမ်းတမ်းသောကန္တာရကိုဖြတ်ကျော်ရသော အခါ၌ မမျှော်လင့်ဘဲ အစာရေစာတို့ပြတ်တောက်သွားကြသည်၊ အစာအာဟာရမရှိပါက ရှေ့သို့ခရီးဆက်နိုင်ကြမည်မဟုတ်၍ မိမိတို့အသက်ဆက်နိုင်ရေးအတွက်ချစ်လှစွာသောသားငယ်လေးကို သတ်ဖြတ်ကာစားသောက်ကြရ၏၊ ဤသို့ဖြင့် လိုအပ်သောအာဟာရကိုရရှိကာ ခရီးဆက်နိုင်ကြပြီးဖြစ်သော်လည်း မိမိတို့၏ အသည်းအနှစ်ဖြစ်သောသားကလေးကိုသတ်ဖြတ်စားသုံးကြရသည့်အတွက် လွန်စွာပူပင်သောကရောက်ကြရသည်"

ဟူ၍ ဘုရားရှင်က ပထမပုံပြင်ကိုဟောကြားသည်၊ ထိုနောက် ထိုအဓိပ္ပာယ်ကိုပေါ်လွင်စေရန်-

"ချစ်သားတို့ သင်တို့စိတ်တွင် မည်သို့ထင်ပါသနည်း ထိုဇနီးမောင်နှံတို့သည် မိမိတို့သားငယ်လေး၏အသားကိုစားသုံးရသဖြင့် မြူးတူးပျော်ပါးလိုခြင်း၊ ကိုယ်ကာယမာန်တက်ခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်ဖွံ့ထွားအင်အားကြီးမားလိုခြင်း၊ ရုပ်ရည်အဆင်းလှပစေလိုခြင်းစသောရည်ရွယ်ချက်ဆန္ဒရှိကြပါဦးမည်လော"

ဟု မေးသည်။

"မရှိနိုင်ပါဘုရား၊ ထိုသို့သောရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် သားငယ်လေး၏အသားကိုစားခြင်းမဟုတ်ပါဘုရား"

"သို့ပါလျှင် လိုရာခရီးရောက်ရန်ရည်ရွယ်ချက်တို့ဖြင့်သာ စားသုံးရသည် မဟုတ်ပါလော"

"မှန်ပါသည် မြတ်စွာဘုရား"

ဤ၌ ဘုရားရှင်၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ အစာအာဟာရကို မှီဝဲသုံးဆောင်သည့်အခါ ရသာတဏှာမဖြစ်စေရန် သားလေး၏ အသားကိုစားရသကဲ့သို့ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းကာ မှီဝဲသင့်ကြောင်း ဟောကြားထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓ၏အဓိကထားသောပန်းတိုင်မှာ ဤသံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်စေသော မဂ်၊ ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုရေးပင်ဖြစ်ပါသည်၊ မြတ်နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရန်အတွက် မိမိ၏ ဒိတ်သန္တာန်၌ ကိလေသာအညစ်အကြေးဟူသမျှ ကင်းစင်ရန်ဖြစ်သည်။

စိတ်စင်ကြယ်လာစေရန်အတွက် အကုသိုလ်မဖြစ်စေဘဲ ကုသိုလ်တရားတို့သာပွားများလာစေရန် စစ်မှန်သောစင်ကြယ်မှုကိုအလိုရှိသူသည် မိမိသန္တာန်၌ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာအားကောင်းလာစေရန် ပြုစုပျိုးထောင်ရမည်ဖြစ်သည့်အတိုင်း စင်ကြယ်သော သီလ၊ ခိုင်မြဲသောသမာဓိ၊ ထိုးထွင်းသိမြင်အပ်သောပညာဖြင့် စိတ်စင်ကြယ်မှုရနိုင်စေရန် ပစ္စည်းလေးပါးခွင့်ပြုသည့်အနက် ဆွမ်းအာဟာရ၌ရသောတဏှာမဖြစ်စေရန် ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းကာမှီဝဲရန် ဗုဒ္ဓကလမ်းညွှန်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

တစ်ဖန် စားသောအာဟာရကို သစ္စာလေးပါးတရားဖြင့် ချိန်ထိုးကြည့်ပါက-

-ဗုဒ္ဓတရားတော်အရ အစာအာဟာရဟူသမျှတို့သည်

အကောင်အထည်ရှိသော ရုပ်တရားအစု(ရူပက္ခန္ဓာ)မှု သာဖြစ်သည်။

-ရုပ်ခန္ဓာအစုအဝေးဟူသမျှသည် ဒုက္ခသစ္စာဖြစ်သည်။

-ဤသို့မှန်စွာသိခြင်းကို ပရိညေယျ ဟုခေါ်သည်၊ ပယ်သတ်အပ်သောတရားမျိုးမဟုတ်ပေ။

-ရသာတဏှာဟူသည် ဆင်းရဲခြင်း၏အကြောင်းတရား၊ ဒုက္ခသမုဒယဖြစ်သည်။

-ပယ်ဖျက်အပ်သောအကြောင်းတရားဖြစ်သည်။

-ရသာဂေဏှာချုပ်ငြိမ်းခြင်းသည် ဆင်းရဲဒုက္ခတို့ချုပ်ငြိမ်းရာ ဒုက္ခနိရောဓပေင်ဖြစ်သည်၊ ရသာတဏှာကို ပယ်သတ်ခြင်းဖြင့် အမှန်ကိုသိမြင်ပြီး ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာသည် ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါဖြစ်သည်။

ဤသည်မှာ ပွားများအပ်သော ဘာဝိတဗ္ဗတရား(မဂ္ဂသစ္စာ)ဖြစ်သည်။

ဘုရားရှင်၏အလိုချင်ဆုံးအနှစ်သာရမှာ ဒုက္ခအားလုံးချုပ်ငြိမ်းရန်ဖြစ်သည်၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းဖို့ရန် တစ်ခုတည်းသောနည်းလမ်းမှာလည်း သမုဒယဟူသောတဏှာကို ပယ်သတ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

အစာအာဟာရ၌ တပ်မက်သောတဏှာကိုအမြစ်ဖြတ်ပယ်သတ်ခြင်းဖြင့် ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာကို အရောက်လှမ်းကြရမည်သာဖြစ်ပါသည်။

ဘုရားရှင်က အသားကိုမစားရန်မပိတ်ပင်သလို၊ စားရန်လည်း အားပေးခွင့်ပြုခြင်းမရှိသလို မြတ်သောနိဗ္ဗာန်ကိုရရှိဖို့ကျင့်ရာတွင် သက်သတ်လွတ်ဝါဒကိုကျင့်သုံးလိုက ကျင့်သုံးနိုင်သလို မကျင့်လိုကလည်း မိမိတို့၏သဘောဆန္ဒအတိုင်းသာ ဖြစ်ပါမည်။

အဓိကလိုက်နာကျင့်သုံးရမည်မှာ မိမိတို့နေ့စဉ်စားသုံးသော အစာအာဟာရ၌တပ်မက်မှုတဏှာမဖြစ်စေရန်သာ ဖြစ်ပါသည်။

လယ်တီဝိနိစ္ဆယသူစိကျမ်းအသားစားပုစ္ဆာအဖြေ၌ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက-

"အကယ်၍ တိကောဋိပရိသုဒ္ဓ(အစွန်းသုံးပါးစင်ကြယ်မှု) ဖြစ်သော သား၊ ငါးကိုစားသောက်စေခွင့်ပြုတော်မူရသော်လည်း ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်၍ သုံးဆောင်စားသောက်ရလိမ့်မည်"

အဘယ်သို့သုံးဆောင်စားသောက်ရမည်နည်း-

"အဝွန့်ရှည်သောခရီးသို့သွားကြသော လင်မယား၊ သားသုံးယောက်တို့သည် လမ်းခရီး၌အစာပြတ်သဖြင့် မတတ်နိုင်ဘဲ ခွေလဲနီးမှုဖြစ်နေကြရာတွင် ရှေ့ကိုလည်းမလှမ်းနိုင်၊ နောက်ကိုလည်းမပြန်နိုင်၊ အကြံခက်လှသဖြင့် မိမိတို့သားငယ်၏အသားကိုသတ်ဖြတ်၍စားသောက်ကြရာ၌ အရသာ၏ကြည်လင်မြိန်ရှက်ဖွယ်အရေးနှင့်ဝေးစွ၊ မျက်ရည်စီး၍ မိုတ်၍သာမျိုချရဘိသကဲ့သို့ထိုအတူ အနမတဂ္ဂသံသရာဝယ် ရှည်လျားလှစွာသော ခန္ဓာပေါင်း

"သွေ့သယာ" ၈၁ပေ

အနန္တဖြစ်ခဲ့ကြရသဖြင့် မိဘဆွေမျိုး ဘိုးဘွားဉာတိ ဖြစ်ခဲ့ကြရဖူး လှလေသည်ဖြစ်ရကား ထိုဆွေဟောင်းမျိုးဟောင်းတို့၏အသားကို စားသောက်ကြရကုန်သည်ရှိသော် ပျော်ရွှင်စွာစားသောက်ခြင်း၌ အလျင်းပင်မလျော်၊ လျှော၌ဖြစ်ပေါ်လာသော သုခသောမနဿ ဝေဒနာကိုမဖြစ်စေပြီးဟူသောစိတ်ဖြင့် သနားခြင်း၊ ကရုဏာ တရားအာရုံထား၍မလွှဲသာသောစိတ်ဖြင့် အာလောပေ အာ လောပေ လုပ်တိုင်းလုပ်တိုင်း မရိုင်းစိုင်းသောစိတ်ဖြင့် ဤသို့ပြဆို ခဲ့သောဥပမာအတိုင်း ညီညွတ်စွာဆင်ခြင်သဖြင့် စားသောက်သုံး ဆောင်ကြရသည်”

ဟူ၍ ဖွင့်ဆိုရေးသားထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ရဟန်းသံဃာများ၏အာဟာရ အသားပါ ဆွမ်းဆက်ကပ်လှူဒါန်းမှု

“သဗ္ဗေ သတ္တာ အာဟာရဋ္ဌိတိကာ”

“သတ္တဝါဟူသမျှတို့သည် အစာအာဟာရပေါ်တွင် မှီတင် ရှင်သန်ကြရသည်”

ဟူသော ဘုရားရှင်၏ဟောကြားချက်အရ သတ္တဝါမှန်သမျှသည် အသက်ရှင်ကျန်းမာစေရန် အစာအာဟာရကိုမှီဝဲကြရသည်၊ အစာ အာဟာရမှီဝဲခြင်းမရှိက သတ္တဝါတို့ရှင်သန်နိုင်မည်မဟုတ်ပါ။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာမပွင့်ထွန်းမီအချိန်ကာလက အချို့သောဗြဟ္မ ဏများနှင့်သမဏတို့သည် အစားအစာကို ခြိုးခြံစွာကျင့်မှသာ ကိလေသာမှုစင်ကြယ်လိမ့်မည် ဟုယုံကြည်ခဲ့ကြသည့်အတိုင်း

သားငါးမစား ထမင်းနှင့်ဟင်းသီးဟင်းရွက်ကိုသာ အနည်းငယ် စားသုံးကြသည်၊ ရံခါ အစာအာဟာရလုံးဝမစားဘဲ ကျင့်ကြံကြသည်။

သို့မှသာ ယင်းတို့အနေဖြင့် မြင့်မြတ်သောစင်ကြယ်မှုကို ရရှိလိမ့်မည် ဟုတထစ်ချယုံကြည်ကြသည်။

ထိုအယူအဆနှင့်ပတ်သက်၍ ဘုရားရှင်က မဟာသိဟနာဒသုတ်၌-

"ချစ်သား သာရိပုတ္တရာ အချို့သောသမဏဗြာဟ္မဏတို့သည် စစ်မှန်သောစင်ကြယ်မှုကို အာဟာရမှီဝဲမှုမှတစ်ဆင့်ရယူနိုင်သည်၊ ခြိုးခြိုးခြံခြံနှင့်စားလျှင် စင်ကြယ်မှုဖြစ်သည် ဟုအခိုင်အမာပြောဆိုနေကြပါသည်။

ထိုသူများက-ငါတို့သည် ပဲနောက်ကိုသာ မှီဝဲတင်းတိမ်ကြသည်။
-ငါတို့သည် နှမ်းစေ့ကိုသာ မှီဝဲတင်းတိမ်ကြသည်။
-ငါတို့သည် ဆန်စေ့ကိုသာ မှီဝဲတင်းတိမ်ကြသည်။

ဟု ကြွေးကြော်နေကြ၏။

ဟူ၍ ဟောကြားခဲ့ပါသည်။

စင်စစ် မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် အစာအာဟာရခြိုးခြံခြင်းဖြင့် စိတ်စင်ကြယ်စေနိုင်မည် ဟူသောအယူဝါဒကို ပယ်ချကဲ့ရဲ့ခဲ့ပါသည်။

အချို့သောဘာသာရေးအတွေးအခေါ်ရှင်များက သက်သတ်လွတ်စားသောဝါဒသည် ခြိုးခြံသောအကျင့်တစ်ခုဖြစ်သည်

ဟု ယူဆကြပါသည်၊ ထို့ကြောင့်ပင် ယင်းတို့ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ဟင်းသီးဟင်းရွက်ကိုသာမှီဝဲကာ အသား၊ငါးစားသုံးခြင်းမှလုံးဝ ရှောင်ကြဉ်နေခဲ့ကြပါသည်။

ဤသို့သောသူများကို ဘုရားရှင်က-

"မိမိကိုယ်ကိုမိမိညှင်းဆဲသူများ၊ ယင်းတို့၏အကျင့်ကို လည်း မိမိကိုယ်ကိုညှင်းဆဲသောအကျင့်ဖြစ်သည်"

ဟု သတ်မှတ်ခဲ့ပါသည်။

(အန္တနုပေါ် အတ္တပရိတာပနာနုယောဂမနုယုတ္တော)

ဘုရားရှင်သည် သက်သတ်လွတ်စားခြင်းကို အကျင့်သီလ ဟူ၍ သတ်မှတ်တော်မမူခဲ့သလို မြင့်မြတ်စင်ကြယ်သော မဂ္ဂင် (၈)ပါးအကျင့်လမ်းစဉ်တွင်လည်း သက်သတ်လွတ်အကျင့်ကို ထည့်သွင်းဟောကြားခြင်းမရှိပါ၊ ဘုရားရှင်က ဓုတင်အကျင့်ကို ကျင့်လိုကကျင့်နိုင်သည် ဟူ၍သာဟောကြားထားကြောင်း-

ဘုရားရှင်လက်ထက်က လူတို့မှီဝဲသောအာဟာရတို့ကို ဝိနယပိဋကပါစိတ္တယပါဠိတွင်-

၁။ ထမင်း (ဩဒန)

၂။ ဆန်မှုန့် (သတ္တု)

၃။ မုယောစပါးဖြင့်ပြုလုပ်ထားသော တစ်ဝက်ကျက် စားဖွယ် (ကုမ္မာသ)

၄။ ငါး (မစ္ဆ)

၅။ အသား (မံသ)

ဟူ၍ လူတို့နေ့စဉ်မှီဝဲစားသုံးကြကြောင်း ထို(၅)မျိုးကို ရဟန်းတော်များအားလှူဒါန်းကြကြောင်း-

ထိုပါစိတ္တိယပါဠိမှာပင် အရသာထူးကဲမွန်မြတ်သော စားဖွယ်ရာ(၉)မျိုးဖြစ်သည့် ထောပတ်၊ ဆီဦး၊ ဆီ၊ ပျားရည်၊ တင်လဲ၊ ငါး၊ အသား၊ နို့၊ ဒိန်ခဲတို့ဖြစ်ကြောင်း ထိုစားဖွယ်တို့ကို သူဌေးသူကြွယ်တို့က သဒ္ဓါတရားဖြင့်လှူဒါန်းလာလျှင် ရဟန်းတော်များအလှူခံထိုက်ကြောင်း-

သို့ရာတွင် ရဟန်းတော်များအနေဖြင့် ကျန်းမာရေးအတွက်လိုအပ်၍ တောင်းရမ်းအလှူခံယူသည်မှလွဲပြီး ထိုစားဖွယ်(၅)မျိုးတို့ကို ဒါယကာတို့ထံမှမတောင်းခံထိုက်ကြောင်း၊ တောင်းခံပါက အပြစ်အာပတ်သင့်ကြောင်း ဟောကြားခဲ့သည်။

ဘုရားရှင်လက်ထက်က သူဌေးသူကြွယ်တို့က မိမိတို့၏အစေအပါးအလုပ်သမားများကို ဆန်ကွဲနှင့်ပအုန်းရည်တို့ကိုသာပေးကမ်းဝေငှသဖြင့် ဆင်းရဲသားတို့သည် ထိုဆန်ကွဲနှင့်ပအုန်းရည်ကိုသာစားရသည်။

သုခုမာလသုတ္တန်၌ ဘုရားရှင်က-

"ချစ်သားတို့. . . သာမန်သူဌေးသူကြွယ်တို့သည် အစေအပါးကျေးကျွန်တို့အား ဆန်ကွဲနှင့်ပအုန်းရည်ကိုသာ ပေးကမ်းကျွေးမွေးသော်လည်း ငါဘုရား၏ခမည်းတော်သည် အသားနှင့်ရောသောထမင်းကို ပေးကမ်းကျွေးမွေးလေ့ရှိ၏"

ဟု ဟောကြားတော်မူထားရာ ဤသည်ကိုထောက်၍ ဘုရားရှင်

သက်ထက်တော်အခါက အသားစားကြောင်းသိသာနိုင်သလို ဘပည့်သားသံဃာအပေါင်းသည် ဒါကာတို့လှူဒါန်းသောဆွမ်းကို သာ မှီဝဲဘုဥ်းပေးကြရသည်ဖြစ်ရာ ရဟန်းတို့အတွက်တမင်ရည်စူး သတ်ဖြတ်ခြင်းမဟုတ်သော အသားဟင်းကိုအလှူဒါနမြောက် အောင် ဘုဥ်းပေးကြရသည်သာဖြစ်ကြောင်းတွေ့ရပါသည်။

အလားတူ အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်မနာပဒါယိသုတ်၌ ဝေသာ သီပြည်မှ ဥဂ္ဂါအမည်ရှိသော ဥပါသကာတစ်ဦးသည် ဘုရားရှင် နှင့်သံဃာများကိုပင့်ဖိတ်ပြီး-

"ဘုန်းတော်ကြီးသောမြတ်စွာဘုရား ယခုလှူဒါန်းသော ဆွမ်းဟင်းမှာ ဝက်သားနှင့်ဇီးသီးကိုရော၍ချက်ပြုတ်ထားသော အလွန်အရသာရှိသောဆွမ်းဟင်းဖြစ်ပါသည်ဘုရား၊ ဤဆွမ်းဟင်း ကိုအလှူခံ၍ တပည့်တော်အားချီးမြှောက်တော်မူပါဘုရား" ဟုလျှောက်ထားပြီး မွန်မြတ်သောဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းကို ဆက်ကပ် သှူဒါန်းခဲ့ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

ဝိနယပိဋကပါစိတ္တိယပါဠိ နိဿဂ္ဂိပါစိတ်တွင်-

ဇေတဝန်အနီး မျက်မမြင်တို့၏တောအုပ်တွင် ခိုးသား ဘစ်စုသည် နွားကိုသတ်၍အမဲပေါ်ကြသည်၊ ထိုတောအုပ်၌ ဥပ္ပ ဘဏ်ထေရီရဟန္တာမသည် သစ်တစ်ပင်အောက်၌ ဖလသမာပတ် ဝင်စားနေ၍ ခိုးသားခေါင်းဆောင်သည် ဘိက္ခုနီမကိုမြင်သော် နောက်ပါတို့ကို အခြားလမ်းကသွားစေပြီး အမဲသားတစ်ထုပ်ကို ဘိက္ခုနီမကိုရည်စူးကာ သစ်ပင်ကိုင်းဖျား၌ချိတ်ဆွဲပြီး-

---

"ဆွေသဟာ" ၈၄၉။

"ဤအမဲသားထုပ်ကိုတွေ့ရှိသူ မည်သူ့ကိုမဆိုလှူဒါန်းပါ၏" ဟုပြောဆိုပြီး ထွက်ခွာသွားခဲ့သည်။

ဥပ္ပလဝဏ်ထေရီမသည် ဖလသမာပတ်မှထသောအခါ ထိုအမဲထုပ်ကိုတွေ့၍ ဖြုတ်ယူခဲ့ပြီး ချက်ပြုတ်ကာ ဘုရားရှင်ထံ၌ လှူဒါန်းခဲ့ကြောင်းတွေ့ရပါသည်။

ထို့ကြောင့် ရဟန်းတော်များ အသား၊ငါးဆွမ်းဟင်းစားသုံးမှုသည် လူဒါယကာတို့အပေါ်၌ မှီခိုနေရသူများဖြစ်၍ ရဟန်းတို့အား မြင်သား၊ ကြားသား၊ သံသယဖြစ်မှုသား ဟူသော အစွန်း (၃)ပါးမစားအပ်သော အသားကြီး(၁၀)ပါးမှတစ်ပါး ကျန်အသားကိုခွင့်ပြုရခြင်းသည် မြတ်စွာဘုရား၏အလိုတော်မဘက်၊ ဝေနေယသတ္တဝါယသက်သက်ဖြင့်သာ ခွင့်ပြုတော်မူခြင်းဖြစ်သည်ကို ဝိမတိဝိနောဒနီဋီကာအဆိုရ သိသာထင်ရှားလှပါသည်။

အစာအာဟာရ၌ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်မှု

စားကောင်းသော သားငါးနှင့်အခြားအစားအစာများကို စားသုံးကြသည့်အခါ-

"ဤစားဖွယ်များကိုစားရခြင်းမှာ အသားအရေလှပပြည့်ဖြိုးရန်မဟုတ်၊ သူငယ်တို့ကဲ့သို့ မြူးတူးကစားရန် မဟုတ်၊ ဓာတ်လေးပါးဖြင့်တည်ဆောက်ထားသော ခန္ဓာကိုယ်ကြီးအရှည်တည်တံ့ပြီး ဘုရားရှင်၏အဆုံးအမကိုလိုက်နာကျင့်သုံးရန် ဖြစ်သည်" ဟု ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်၍လည်းကောင်း၊

"ဩဝါဒသဟာ" ၈၉၉

"ဤစားဖွယ်သောက်ဖွယ်များသည် အဆင်း၊ အနံ့၊ အရသာနှင့်ပြည့်စုံစေကာမူ ငါ၏ခံတွင်းသို့ရောက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ဖြစ်တော့သည်" ဟု အစာအာဟာရ၌ စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်အဖြစ်ဆင်ခြင်၍လည်းကောင်း၊

"ဤစားဖွယ်များအပေါ်၌ ပူသည်၊ အေးသည်၊ ပျော့သည်၊ မာသည်စသည်ဖြင့် ဓာတ်ကမ္မဋ္ဌာန်းအဖြစ် ရှုဆင်ခြင်၍လည်းကောင်း"၊

"ဝါးတယ်-ဝါးတယ်၊ စားတယ်-စားတယ်၊ မျိုတယ်-မျိုတယ် စသည်ဖြင့် သမ္ပဇဉ်ပြုရှုမှတ်၍လည်းကောင်း၊ စသည်ဖြင့်စားရန် ဘုရားရှင်ကညွှန်ကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ထိုဘုရားရှင်၏ညွှန်ကြားချက်နှင့်အညီ စားသုံးမှုသည် အသားစားသည်-မစားသည်နှင့်မဆိုင်၊ လိုရင်းမဟုတ်၊ အစာအာဟာရအပေါ်၌ တွယ်တာတပ်မက်သောရသာတဏှာခေါင်းပါးသွားရန်သာ အဓိကလိုရင်းဖြစ်ပါသည်။

အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်စတုက္ကနိပါတဥရုဝေဠဝဂ်၊ အရိယဝံသသုတ်၌-

-အရိယာဝံသ (ရဟန်းတို့၏ရောင့်ရဲခြင်း) ၄-ပါး
-ရတတ်သမျှသောသင်္ကန်းဖြင့်ရောင့်ရဲခြင်း
-ရတတ်သမျှသောဆွမ်းဖြင့်ရောင့်ရဲခြင်း
-ရတတ်သမျှသောကျောင်းအိပ်ရာနေရာဖြင့်ရောင့်ရဲခြင်း

ဘာဝနာ၌မွေ့လျော်ခြင်း၊ ကာမစ္ဆန္ဒစသည်ပယ်ခြင်း၌ မွေ့လျော်ခြင်း

တို့ကို ဘုရားရှင်ကဟောကြားထားပါသည်။

ထို(၄)ပါးတွင် ဆွမ်းခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ရောင့်ရဲခြင်း(ပိဏ္ဍပါတသန္တောသ)နှင့်ပတ်သက်၍-

-ဆိုးဆိုး၊ ကောင်းကောင်း၊ ကြမ်းကြမ်း၊ နုနု၊ ရသမျှသော ဆွမ်းဘောဇဉ်တို့ဖြင့် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်လျက် အခြားမွန်မြတ်သောဆွမ်းဘောဇဉ်တို့ကို မတောင့်တရ၊ ရပြန်လျှင်လည်း မခံယူရ ဟူသော ယထာလာဘသန္တောသ

-မိမိနှင့်ပင်ကိုယ်အားဖြင့်မသင့်လျော်သော(သို့မဟုတ်) ရောဂါဝေဒနာနှင့်မသင့်လျော်သော ဆွမ်းခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ကိုရသောအခါ ယင်းတို့ကိုသုံးဆောင်ခြင်းဖြင့် မိမိအဖို့ချမ်းသာခြင်းမဖြစ်နိုင်ခဲ့သော် မိမိနှင့်သဘောတူသော(သဘာဝဖြစ်သော)ရဟန်းအားလှူဒါန်း၍ ထိုရဟန်းထံမှမိမိနှင့်သင့်လျော်မည့်ဆွမ်းခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ခံယူသုံးဆောင်၍ ရဟန်းတရားကိုအားထုတ်ကျင့်ကြံခြင်းဖြင့် ရောင့်ရဲခြင်းဟူသော ယထာဗလသန္တောသ

-မွန်မြတ်သောဆွမ်းခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ကိုရသောအခါ ယင်းတို့ကိုမိမိမသုံးဆောင်သေးဘဲ ထေရ်ကြီး ဝါကြီး ပညာကြီးရဟန်း၊ လာဘ်နည်းသောရဟန်း၊ ဂိလာနရဟန်းတို့အားလှူ၍ အကြွင်းအကျန်ကိုဖြစ်စေ၊ တစ်ဖန်

ဆွမ်းခံ၍ရသောဆွမ်းကိုဖြစ်စေ သုံးဆောင်၍ ရှောင့်ရဲခြင်း-ယထာသာရုပ္ပသန္တောသ

(အံ-၁-၃၃၆၊အံ-၅-၂-၂၈၂-ဒီ-၅-၁-၁၈၃)

ဤဆွမ်းနှင့်ပတ်သက်သော တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်းတို့သည်လည်း သက်သတ်လွတ်ကိုသာစားသောသူ၏အဖို့ သန္တုဋ္ဌိ မဖြစ်နိုင်ပုံကို သိသာနိုင်ပါသည်။

အချို့က သက်သတ်လွတ်စားသောရဟန်းတို့သည် ဆွမ်းခံသွားရာတွင် လူတို့ကမသိ၍ သားငါးဟင်းများကို လောင်းလှူသောအခါ-လက်ကာ၍ဖြစ်စေ

-ငါက သားငါးကိုမစား၊ အသက်သတ်လွတ်စားတယ်ဟုနှုတ်ဖြင့်ပြောဆို၍ဖြစ်စေ သိစေကြသည်။

ယင်းသို့ပြုမူချက်များသည် ဘုရားရှင်ဟောကြားသောပိဋကပါဠိသန္တောသတရားတော်အရ ရောင့်ရဲလွယ်မှု(သန္တုဋ္ဌိ) မဖြစ်တော့ပါ။

လူတို့က အသားမပါသောအစားအစာများကိုရှာကြံပြုလုပ်၍ လောင်းလှူကြရတော့မည်။

"ဒီရဟန်းက သားငါးကိုမစား၊ သက်သတ်လွတ်စားသည် တကယ်အကျင့်ကောင်းသည်"

စသည်ဖြင့် ချီးမွမ်းစကားပြောဆိုကြမည်၊ သားငါးစားသောရဟန်းတို့ကို အထင်အမြင်သေးပြီး စော်ကားသောသဘောသက်ရောက်ကြပေလိမ့်မည်။

"ဒွေ့သဟာ" ၈၉၆

အချို့ သက်သတ်လွတ်စားသူလူများကပင် သက်သတ်လွတ်မစားလျှင် မေတ္တာ၊ ကရုဏာမထားနိုင်ဘူး၊ သီလမစင်ကြယ်နိုင်ဘူး-ဟု ပြောတတ်ကြသည်။

မိမိမှာဖြင့် အခြားသီလ သမာဓိ ပညာအကျင့်တစ်စုံတစ်ရာမရှိဘဲ သားငါးစားမှုရှောင်ကြဉ်ရုံမျှဖြင့် သီလ သမာဓိ ပညာအကျင့်ရှိသူ-သူတော်ကောင်းများကို အထင်သေး-အမြင်သေးဖြစ်ကြခြင်းသည် အလွန်ကြောက်စရာကောင်းသောစွပ်စွဲမှုပြစ်မှားမှုဆိုသည်ကို သတိမထားကြခြင်းဖြစ်သည်၊ ထိုပြစ်မှားမှုသည် ဘုရားရှင်ကိုပင်စော်ကားရာရောက်နေသည်ကို သတိပြုကြပါ။

အသားစားမှုသည် ရသတဏှာ၏ အဆိုးဝါးဆုံးဖြစ်သည်

"အသားစားမှုကို အလွန်ဆိုးဝါးယုတ်မာလှစွာသောရသတဏှာ၏ဘီလူးကြီး၏မိုက်ရူးသောင်းကျန်းရာ အသိုက်အအုံကြီးအမှန်ဖြစ်၏"

ဟူ၍ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက မိန့်ဆိုထားပါသည်။

အသားစားမှုသည် တစ်ပါးသောကာမဂုဏ်တို့ကဲ့သို့ ရံဖန်ရံခါသာ တွေ့ကြုံခံစားရသောအရာမဟုတ်၊ အသက်ရှင်နေသမျှကာလပတ်လုံး အမြဲနေ့စဉ် လက်သုံးထား၍သုံးဆောင်မှီဝဲနေရသော အသက်မွေးမှုကြီးဖြစ်နေပါသည်။

အရသာမှီဝဲမှုသည် အနည်းငယ်သာယာမှု၊ အလတ်စား

မျှသာယာမှု၊ ခံစားမှုတို့ကိုပဆိုထားနှင့်၊ အလွန်အကြူးအထူးစွဲလမ်းမှုတို့ဖြင့် သာယာခံစားအပ်သောအဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အတွေ့အထိခံစားမှုတို့ထက် အဆအရာမက အထောင်မက သိန်းသန်းမက ယုတ်မာဆိုးဝါးသောခံစားမှုကြီးဖြစ်ပါသည်။

ကေနိပါတ ဝါတမိဂဇာတ်၌-

"ကြားဖူးသည်ကား ရသာရုံကာမဂုဏ်တို့ထက် ယုတ်မာဆိုးဝါးသောကာမဂုဏ်မည်သည်မရှိ၊ အိပ်ရာကျောင်းကန်တို့ထက်လည်းကောင်း၊ သားမယားတို့ကို ချစ်ကျွမ်းမှုထက်လည်းကောင်း၊ ရသာရုံကာမဂုဏ်သည် အလွန်အကြူးအထူးယုတ်မာညစ်ညူးကုန်၏။

သဉ္စယမည်သောမှုးသည် တောချုံကိုမှီ၍နေသောသမင်ပျံကို ရသာအာရုံကာမဂုဏ်ဖြင့် မိမိအလိုသို့ပါအောင်ဆောင်ယူခဲ့၏"

ဟူ၍ ဟောထားပါသည်။

ဤပါဠိတော်နှင့် အဋ္ဌကထာဆရာအဆိုအရ အဆင်းခံစားမှု၊ အသံခံစားမှု၊ အနံ့ခံစားမှု၊ အရသာခံစားမှု၊ အတွေ့အထိခံစားမှု၊ သဘာဝခံစားမှုဟူ၍ သာယာမှုခြောက်ပါးတို့တွင် နေရာထိုင်ခင်းခံစားမှု၊ သားမယားအပေါ်၌ ချစ်ခင်တွယ်တာခံစားမှုသည် အဆိုးဝါးဆုံးဖြစ်သည်၊ ထိုထက် အသက်ကိုစောင့်ရှောက်ရမည်ဖြစ်သော ရသာရုံခံစားမှုသည်ကား ပို၍အကြီးမားဆုံးသောဆိုးဝါးမှုဖြစ်သည် ဟူ၍သိရပါသည်။

"ဝေဿသဟ" ၈၄၉

ရသာတဏှာ၏ဆိုးဝါးညစ်ညမ်းသောင်းကျန်းမှုကို မဟာသုတသောမဇာတ်၌ ပေါရိသာဒသည် လူသားစားလိုသောရသာတဏှာ၏သောင်းကျန်းမှုကြီးကြောင့် အရာမကသော ရွှေနန်းစည်းစိမ်၊ မိဖုရားတို့ကိုစွန့်လွှတ်၍ ဘီလူးစိတ်လွှမ်းမိုးပြီး တောတောင်၌ ပျော်မွေ့နေလေတော့သည်။

ဤသည်မှာ အသားစားမှု၏ရသာတဏှာအားကြီးမှုအအပြစ်ပင်ဖြစ်ပါသည်၊ ယနေ့ခေတ်တွင်လည်း လူလောကသားတို့သည် အသားစားကြူးသော ရသာတဏှာများကြောင့် ထောင်ပေါင်းများစွာသော ကျွဲ၊ နွား၊ ဆိတ်၊ သိုး၊ ဝက်၊ ကြက်၊ ငှက်စသည်တို့သည် နေ့စဉ်သတ်ဖြတ်ညှင်းဆဲခံနေကြရသည်။

ဤသည်မှာ လူသားတို့၏ရသာတဏှာလွန်က**ဲဆိုးဝါးမှု**ကြောင့်ဖြစ်ပါသည်၊ ယနေ့လူသားတို့ ထိုအသားစားမှု ရသာတဏှာ လွန်ကဲမှုလျော့သွားလျှင် အသတ်ခံရသောသားသတ္တဝါတို့လည်း နည်းပါးသွားပါမည်။

အသားစားမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသောရောဂါအန္တရာယ်များနည်းပါးလာပါမည်။

အထက် နတ်၊ သိကြား၊ ဗြဟ္မာတို့က လူတို့ကိုချစ်ခင်မြတ်နိုးကြပြီး လူလောကကိုစောင့်ရှောက်လာကြပါမည်။

ထိုအသားစားမကြူးရန် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဝိနိစ္ဆယသူစိကျမ်း၌-

"ယခုအခါ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံး၌ တရုံးရုံးစည်ကားလျက်

ရှိသောသားသတ်ရုံတို့၌ တစ်နေ့တစ်နေ့လျှင် ရာပေါင်းများစွာ ထောင်ပေါင်းများစွာသော ကုန်းသတ္တဝါတို့နှင့် သောင်းပေါင်းများစွာ၊ သိန်းပေါင်းများသွာသောရေသတ္တဝါတို့ကို တစ်နေ့မပြတ် သတ်ဖြတ်ခုတ်စင်းနှိပ်စက်ခြင်းဟူသော အဓမ္မမှုကြီး တရားမှုကြီး ထူပြောသောင်းကျန်းပြည့်မွမ်း၍နေသောကြောင့် လူလောကကို စောင့်ရှောက်ကြကုန်သော နတ်၊ သိကြား၊ ဗြဟ္မာအပေါင်းတို့သည် လူလောကကိုအလွန်စက်ဆုပ်ကြကုန်၍ ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်မှုကိုမပြုကြတော့ဘဲ မျက်နှာလွှဲကြကုန်လေပြီ။

ယင်းသို့စောင့်ရှောက်ကာကွယ်မှုတို့ကို မပြုလုပ်ကြလေသောကြောင့် လောကတွင်းရှိကြကုန်သော ဘီလူးသရဲသဲဘက်ဟုခေါ်ကြသော နတ်ဆိုး၊ နတ်ဝါးဒဲအပေါင်းတို့သည် အခွင့်ရကြကုန်သဖြင့် လူတို့နေရာ ထိုထိုမြို့ရွာသို့လာရောက်ကြကုန်၍ လူအပေါင်းတို့၌ မိမိတို့တန်ခိုးဖြင့် ပိဋ္ဌတ်ဖျားရောဂါ ကာလဝမ်းရောဂါ အစရှိသော ရောဂါဆိုးအနာဆိုး ကပ်ဥပါဒ်မျိုးတို့ကို ကျရောက်ဖြစ်ပွားစေကုန်ပြီးလျှင် လူတို့၏အသွေး၊ အဆီတို့ကို စုပ်ယူမျိုသောက်သေကြေပျက်ဆုံးသည်တိုင်ရောက်အောင် နှိပ်စက်ညှင်းပန်းကြကုန်သည်။

လူတို့၌ပြုလုပ်ခွင့်မသာသည့်အခါ ကျွဲ၊ နွားသတ္တဝါတို့၌လည်းကောင်း၊ သိုး၊ ဆိတ်၊ ဝက်၊ ကြက်အစရှိသောတိရစ္ဆာန်သတ္တဝါတို့၌လည်းကောင်း မိမိတို့တန်ခိုးဖြင့် လည်ပင်းကြီးနာ၊ အဆုပ်ကြီးနာ၊ အသည်းကြီးနာ၊ ကျောက်ကြီးနာ အစရှိသော

ရောဂါဆိုး အနာဆိုး ကပ်ဥပဒ်မျိုးတို့ကိုကျရောက်ဖြစ်ပွားစေကြ ကုန်ပြီးလျှင် ထိုကဲ့သို့ နွားအစရှိသော တိရစ္ဆာန်သတ္တဝါတို့၏အမွေး အဆီတို့ကို စုပ်ယူမျိုသောက်သေကြေပျက်စီးခြင်းသို့တိုင်အောင် နှိပ်စက်ညှင်းပန်းကြကုန်၏" ဟူ၍ ရေးသားပြထားပါသည်။

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏

အသားစားရှောင်ကြဉ်ကြပါစို့တိုက်တွန်းရှင်းလင်းချက်

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက အသားစားရှောင်ကြဉ် မှုသည် တိတ္ထိတို့အကျင့်မဟုတ်ကြောင်း၊ ညွှန်ပြသလို အသားစား ရှောင်ကြဉ်သင့်ကြောင်း ဝိနစ္ဆယသူစိကျမ်းအသားစားဒခဖြေ၌-

"ဒါယကာမောင်ရွှေထင်၏လျှောက်လွှာတွင် လတ်ဆတ် သောအသားကိုစားသောက်မှုသည် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သဖြင့် သင့်၏" ဟုအဆိုပါရှိ၏။

ဤမျှလောက်ဆိုးဝါးသော ရသာတဏှာကြီးကို အဘယ် မှာအားပေးခြင်းငှာ သင့်ပါတော့အံ့နည်း။

သုတ်နိပါတ်ကျမ်းဂန်တို့တွင် နာဖျားရန်အကြောင်း ဟု ထုံးဟောင်းကိုတွေ့ရသည်၊ ဤမျှလောက်သောအပြစ်များသော အသားစားမှုကို အဘယ်မှာချီးမွမ်းခြင်းငှာ မသင့်တော့ပြီ၊ လက် ဖျစ်တစ်ကွက်ခန့်မျှကာလမျှပင်ချီးမွမ်းရန် အမှန်ပင်မလျော်နိုင်ချေ။

သတ်၍သေလေပြီးသော ငါးသားတို့၏အသားသည်

သေလေပြီးဖြစ်သောကြောင့် ဘူးသီး၊ ခရမ်းသီးတို့နှင့် ဓာတ်လေး ပါးချင်းအတူသာဖြစ်၏၊ သတ္တဝါမဟုတ်လေပြီးဖြစ်သောကြောင့် ကြင်နာသနားသဖြင့် မစားမသောက်ဘဲကြဉ်ရှောင်သော်လည်း ဂရုဏာမဖြစ်၊ ဂရုဏာ၏အာရုံမဟုတ်ဟု အချို့ကပြောတတ်ကြ၏။

မောင်ရွှေထင်လျှောက်လွှာတွင် ပါရှိ၏၊ အံ့ဖွယ်ရှိပေစွ။

ယခုနေ့တွင် ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားအားလုံးညီညွတ်၍ သက်သတ်လွတ်စားမှုအားလုံးကို တစ်ခါတည်းသိမ်းရုံးကြဉ်ရှောင် ကြပါလျှင် နက်ဖြန်သတ်လတ္တံ့သော ရာပေါင်းများစွာ ထောင် ပေါင်းများစွာ သောင်းပေါင်းများစွာသော သတ္တဝါတို့၏အသက် ဘေးချမ်းသာမှုကြီး ပြီးစီးထမြောက်ရာလေသောအရေးကြီးသည် မျက်မြင်ဒိဋ္ဌ တစ်လောကလုံးပင် ထင်ရှား၏။

တစ်နေ့လျှင် နွားကောင်ရေ(၁၂၀)သတ်သော ရန်ကုန် မြို့ကြီး၌ ယနေ့နွားသားစားခြင်းမှ တစ်မြို့လုံးကြဉ်ရှောင်လိုက်ပါမူ နက်ဖြန်သတ်လတ္တံ့သော နွားကောင်ရေ(၁၂၀)ကို အဘယ်မှာ သတ်ရတော့အံ့နည်း။

ထိုသို့သေလတ္တံ့သောသတ္တဝါတို့သည် ကရုဏာဗြဟ္မ ဝိဟာရ၏အာရုံစင်စစ်ဖြစ်ကြပေကုန်၏၊ မဖြစ် ဟုမငြင်းနိုင်ပြီး အသားကိုကြဉ်ရှောင်မှသာ အသေအပျောက်ကင်းရှင်းမည်ဧကန် စင်စစ်အမှန်ဖြစ်သောကြောင့်သာ အသားစားခြင်းမှကြဉ်ရှောင် ရန်တိုက်တွန်းပြောဟောကြရသည်။

အသားအဖြစ်သို့ရောက်သောအခါ သတ္တဝါမဟုတ်ကြောင်းကို စကားတစ်ခုပြောဆိုဖွယ်မရှိချေ။

လူတို့ပြည်၌ အသားစားမှုကြောင့် တစ်နေ့လျှင် တိရစ္ဆာန်သတ္တဝါအပေါင်းမည်၍မည်မျှ အကာလမရဏ ပါဏာတိပါတအဓမ္မတရားတို့ကြောင့် ဆုံးပါးပျက်စီးကြလိမ့်မည် ဟု ဉာဏ်ပညာဖြင့် မြော်မြင်ကြည့်မိကြလျှင် သိမြင်ကြပေလိမ့်မည်။

ကျမ်းသံ၊ ဂန်သံနှင့် အချို့က မစ္ဆံနခါဒတိ၊ မံသံနခါဒတိဟုလာသောတိတ္ထိအကျင့်တို့ကိုပြဆိုရာ ပါဠိတော်သံဖြင့် အသားစားမှုမှကြဉ်ရှောင်လျှင် တိတ္ထိဖြစ်သည် ဟု ယောင်ဝါးပြောဆိုကြ၏။

ထိုဆရာတို့ဆိုတိုင်း တိတ္ထိကျင့်ဝတ်ကိုပြရာ ပါဠိတော်၌လာသမျှသောအကျင့်တို့သည် တိတ္ထိအကျင့်ချည်းသာတည်း ဟု ယူငြားအံ့။

ဂင်းဝါကျနှင့်တစ်ဆက်တည်း ဟောတော်မူသော-

"သူရံနပိဝတိ၊ မေရယံ နပိဝတိ၊ ပံသုကူလာနိဓာရေဟိ" ဟူသောစကားကိုလည်း တိတ္ထိကျင့်ဝတ်၌ဟောလျက်ပါရှိသောကြောင့် ယစ်မျိုးစားသောက်မှုမှရှောင်ကြဉ်မှု၊ ပံသုကူစုတင်ဆောင်မှုတို့ကိုလည်း တိတ္ထိအကျင့်မျိုးပါ သဏ္ဍာအကျင့်မျိုးဟူ၍သာ ဆိုရပေလိမ့်မည်။

စင်စစ်ဧကန်အမှန်အားဖြင့် ယစ်မျိုးကြဉ်ရှောင်မှု၊ ပံသုကူစုတင်ဆောင်မှုတို့သည် သမ္မာပဋိပတ်တို့သာဖြစ်၏။

တိတ္ထိကျင့်ဝတ်တို့ဆိုသည်မှာ သူရူးခြင်းတောင်းကဲ့သို့ အဆိုးအကောင်းသောင်းပြောင်းရောယှက်လျက်ရှိ၏။

ထို့ကြောင့် မဇ္ဈိ နခါဒတိ၊ မံသံနခါဒတိ ဟုလာသော ပါဠိကိုထောက်၍ တိတ္ထိအကျင့်၌ပါသမျှအကျင့်ကို မိစ္ဆာအကျင့်ဟူ၍သာ မှတ်ယူသောသူတို့ကို အလွန်သနားဖွယ်ကောင်းလေစွ သူရံ နပိဝတိပါဠိနှင့်တိုက်ဆိုင်၍သာ ချိန်နှိုင်းထောက်ဆရန် ကျမ်းဂန် ကိုပြုအပ်၏”

ဟူ၍ အသားစားရှောင်ကြဉ်ရန် တိုက်တွန်းရှင်းလင်းရေးသား ထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

အသားစားမှုရှောင်ကြဉ်ရအကျိုး

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက လယ်တီဝိနိစ္ဆယသူစိကျမ်း၌ အသားစားမှုရှောင်ကြဉ်ရအကျိုးတို့ကို အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

၁။ ကုန်းသတ္တဝါ ရေသတ္တဝါတို့သည် မိမိတို့ရရှိသောဘဝတို့၌ ချမ်းသာအေးမြစွာ မိမိတို့တိရစ္ဆာန်မျိုးဆွေအပေါင်းတို့နှင့် ကောင်းစွာနေထိုင်လိုကြသည်။

၂။ ဘေးရန်လွတ်ကင်းချမ်းသာစေချင်သောစိတ် တိရစ္ဆာန်တိုင်းရှိကြသည်။

၃။ . အသက်မသေလိုသောစိတ် တိရစ္ဆာန်တိုင်းရှိကြသည်။

၄။ အချိန်မစေ့ရောက်ဘဲ အကာလမရဏာ လူတို့သတ်ပုပ် ညှင်းဆဲ၍သေခြင်းကိုအလျဉ်းပင် အလိုဆန္ဒမရှိကြကုန်။

အမြို့မြို့အရွာရွာ လူပြည်၌ရှိကြကုန်သော မနုဿလူသား ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားအားလုံးတို့သည်လည်း ထိုတိရစ္ဆာန်တို့ကဲ့သို့ပင် မိမိတို့၏ကိုယ်ခန္ဓာကို-

၁။ ဘေးကင်းချမ်းသာလိုသောစိတ်ရှိကြသည်။

၂။ အသက်မသေလိုသောစိတ်ရှိကြသည်။

၃။ အချိန်မစေ့ဘဲ အကာလမရဏာ သူတစ်ပါးသတ်သဖြင့် မသေချင်ကြသောစိတ် လူတိုင်းပင်ရှိကြသည်။

လူ့ပြည် လူတိုင်း၌ ကုန်းတိရစ္ဆာန်၊ ရေတိရစ္ဆာန်တို့ကို အကာလအချိန်မစေ့မီ မသနား မရက်စက်သတ်ဖြတ်၍ သေခြင်းဆိုးနှင့်သေကြေပျက်စီးကြရခြင်းသည်။

၁။ သတ္တဝါတိုင်း ဘေးကင်းချမ်းသာစေချင်လှသောစိတ်နှင့် ပဋိပက္ခဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သည်။

၂။ သတ္တဝါတိုင်း အသက်မသေချင်ကြသောစိတ်နှင့် ပဋိပက္ခဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သည်။

၃။ သတ္တဝါတိုင်း အချိန်စေ့မရောက်ဘဲ မသေချင်လိုသောစိတ်နှင့်လည်း ပဋိပက္ခဖြောင့်ဖြောင့်ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်သည်။

မိမိတို့၏ကိုယ်ခန္ဓာကို လူသားတိုင်းပင် အချိန်မစေ့ဘဲ အသက်မသေရ၍ ဘေးကင်းချမ်းသာစွာနေလိုကြသည်။

ထို့အတူ သား၊ လင်ခင်ပွန်း၊ ချစ်ကျွမ်းဝင်ကြကုန်သော မိတ္တဆွေညာအပေါင်းတို့နှင့်လည်း မကွေမကွာအခါ ခပ်သိမ်း အေးငြိမ်းချမ်းသာ အမြဲ့မြဲ့အရှာရှာ လူများစွာတို့နေရှာချင်သလို ပင် ကုန်းတိရစ္ဆာန်၊ ရေတိရစ္ဆာန်အပေါင်းတို့မှာလည်း မိမိတို့ဘာ သာဘာဝရရှိသောဆွေမျိုးတို့နှင့်ပင် ကြည်လင်ရွှင်ပြ လူတို့လိုပင် နေထိုင်လိုကြကုန်သည်မှာ အမှန်ပင်ဖြစ်ပါတော့သည်၊ မလွဲမုချ ကေန်ဖြစ်သည်။

လူ့ပြည်လူသားတို့ အသက်ခန္ဓာမွေးမြူမှုအတွက် စားကြ သောက်ကြဖို့ အရေးကိစ္စကြောင့် ဘေးဒုက္ခကြီးစွာတွေ့ရသည်၊ အသက်သေရသည့်အချိန်မစေ့မီအကာလမရဏသေခြင်းဆိုးဖြင့် ပြင်းစွာနာကျင်၍ မရှုမလှသေဆုံးကြရကုန်သည်။

၁။ ငါ့အသက်၊ ငါ့သား မယားအတွက် ဆွေမျိုးဉာတိတို့ အတွက် ဘေးကင်းကြပါစေ။

၂။ ငါ့အသက်၊ ငါ့သား မယားအတွက် ဆွေမျိုးဉာတိတို့ အတွက် မသေကြပါစေနှင့်။

၃။ ငါ့အသက်၊ ငါ့သား မယားအတွက် ဆွေမျိုးဉာတိတို့ အတွက် အချိန်မစေ့ဘဲလျက် အကာလမရဏဖြင့် မသေ ကြပါစေနှင့်။

၄။ ငါတို့လိုပင် သူတို့ဆွေမျိုးသားချင်းတို့နှင့် ကွေကွင်းခြင်း ဝိပ္ပယောဂဒုက္ခမဖြစ်ကြပါစေနှင့် ဟူ၍ သူတော်ကောင်း ဧကန္တမှန်လျှင် ဖြစ်ပွားတန်ရသည်။

၁။ မိမိအတွက်၊ သားမယားအတွက် သတ္တဝါအပေါင်းအား ဘေးဒုက္ခကင်းရှင်းစေရန် အဘယဒါနအလှူကြီးကို ပေးလှူရာသည်။

၂။ မိမိအတွက်၊ သားမယားအတွက် သတ္တဝါအပေါင်းအား မသေစေရန် ဇီဝိတဒါနအလှူကြီးကို ပေးလှူရာသည်။

၃။ မိမိအတွက်၊ သားမယားအတွက် အချိန်မစေ့ဘဲ သတ်၍သေခြင်း အကာလမရဏတရားကို သေနေ့ မစေ့မီ မသေကြပါစေနှင့် ဟူသော ကာလမရဏဒါန အလှူကြီးကို ပေးလှူရာသည်။

ဘုရားလောင်းဖြစ်သော မျောက်မင်းသည် ချောက် အတွင်းကျရောက်နေသော ပုဏ္ဏားကြီးအား အကာလမရဏ မဖြစ်စေရန် အသက်ကိုကယ်ဆယ်ရခြင်း၊ ဇီဝိတဒါနအလှူကို လှူလို၍ လှူတော်မူလို၍ ကြံဖန်၍ချောက်တွင်း၌ဆင်း၍ ကယ် ဆယ်တော်မူသည်။

တစ်ဖန် ပုဏ္ဏားကြီးက ပြန်၍နှိပ်စက်သည်ကိုပင် သည်းခံတော်မူ၍ ဦးခေါင်းတွင်သွေးယိုစီးကျလျက် မသက်မသာ နေရာကပင် ကျားဘေး၊ဆင်ဘေးဖြင့် ထိုပုဏ္ဏားကြီးသည် တော နက်ထဲဝယ် မသေပါစေနှင့်ဟူသော အဘယဒါနအလှူကြီးကို နောက်ထပ်တစ်ဖန်အားထုတ်တော်မူပြန်သည်မှာ အသက်ချမ်း သာရအောင် လိုက်၍ပို့ဆောင်ခဲဖြင့် လမ်းပြပေးရခြင်းသည် ဘေးမဲ့အလှူကြီးဖြစ်သည်။

''ရွှေသဟာ'' စာပေ

ဤသို့လျှင် သတ္တဝါတို့အား အသက်ကယ်ဆယ်ရခြင်းသည် ပါရမီဆယ်ပါးအားလုံးကို သိမ်းကျုံးငုံမိ ခြုံမိသည်ဖြစ်၍ ထိုအကျိုးသွားသည် လျှမ်းလျှမ်းတောက်အကျိုးသွားဖြစ်ပေ၍-

၁။ နောက်နောက်ကာလ တမလွန်ဘဝတို့ကို မဆိုထားနှင့်ဦး ယခု ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ပင် မျက်နှာမြင်ကချစ်ခင်ရခြင်း။

၂။ အသံကြားက ကြည်ညိုခြင်း။

၃။ ရောဂါအနာကင်းခြင်း။

၄။ စိတ်ချမ်းသာကိုယ်ချမ်းသာခြင်း။

၅။ ဆွေမျိုးတစ်စုတို့နှင့်အသက်ထက်ဆုံး ကြည်လင်ချမ်းမြေ့နေထိုင်ရခြင်း။

၆။ ရန်သူမရှိခြင်း။

၇။ သေနေ့မစေ့မီ မသေရခြင်း။

၈။ သူတစ်ပါးပယောဂဖြင့်သေခြင်းဆိုးနှင့်မသေရခြင်း။

၉။ သွားလေရာမျက်နှာပွင့်လန်းခြင်း။

စသော ယခုဘဝ ဒိဋ္ဌဓမ္မပစ္စုပ္ပန်အကျိုးပေးသန်ရွှမ်းလှပါ၏။

(ဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနိယအကျိုး)

နောင်တမလွန်ဘဝတို့၌လည်း ယခုဘဝအကျိုးပေးသကဲ့သို့-

၁။ ဖြစ်လေရာရာ အသက်ရှည်ခြင်း။

၂။ ချမ်းသာကြီးခြင်း။

၃။ ခွန်အားကြီးခြင်း။

၄။ ဩဇာအာဏာကြီးခြင်း။
၅။ တန်ခိုးကြီးခြင်း။
၆။ သူတစ်ထူးတို့ထက်သွက်လက်လျင်မြန်သောဉာဏ်ရှိခြင်း။
၇။ လူထက်လူ၊ နတ်ထက်နတ် ဗြဟ္မာထက်ဗြဟ္မာ အကျော်အမော်ဖြစ်ရခြင်း။
၈။ အဆုံးဘဝ နောက်ကာလ၌လည်း နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်ကြီးသို့ မပင်မပန်းချမ်းသာလွယ်ကူရယူနိုင်ခြင်း။

ဟူသော အကျိုးထူး အကျိုးမြတ်ဖြစ်ပေ၍ ရှေးရှေးသူတော်ကောင်းဘုရားလောင်းတို့သည် သတ္တဝါအပေါင်းချမ်းသာကြောင်းကိုသာ ရှာကြံအားထုတ်ပြုလုပ်သွားကြဖူးကုန်ပြီ ဒကာမောင်ရွှေထင်" ဟူ၍ သက်သတ်လွတ်စားခြင်းအကျိုးကို အသားစားပုစ္ဆာအဖြေ၌ ရေးသားအဖြေပေးခဲ့သည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ခေတ်သိပ္ပံနည်းအရ သက်သတ်လွတ်စားခြင်းကြောင့် ရနိုင်သောအကျိုးများ

၁။ ကင်ဆာရောဂါကာကွယ်ခြင်း။
၂။ နှလုံးရောဂါကာကွယ်ခြင်း။
၃။ လေဖြတ်ခြင်းမှကာကွယ်ခြင်း။
၄။ ဝမ်းချုပ်ခြင်း၊ အူမြေးရောင်ခြင်းမှကာကွယ်ခြင်း။
၅။ အခြားရောဂါများမှကာကွယ်ခြင်း။

"ရွှေသဟာ" စာ၆၉

၆။ အန္တရာယ်ကင်းသောအစားအစာဖြစ်ခြင်း။

၇။ ကုန်ကျစရိတ်သက်သာခြင်း။

၈။ အရသာရှိခြင်း။

၉။ ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးနှင့်စွမ်းအင်ချွေတာရေးကို အထောက်အကူပြုခြင်း။

၁၀။ တိရစ္ဆာန်တို့ကိုညှာတာခြင်းနှင့်ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ကုသိုလ်ရယူနိုင်ခြင်း။

စိုးမောင် (ဆေး-၃၂)

(အာရောဂျမဂ္ဂဇင်း၊ ဇွန်လ-၁၉၉၈)

ကျောက်ဖြူမြို့မ၊ နဂါးကျောင်းဆရာတော်ကြီး ဦးနန္ဒာမထေရ်မြတ်သည် သက်သတ်လွတ်ဘုဉ်းပေးပါသည်၊ သက်သတ်လွတ်စားမှုနှင့်ပတ်သက်၍ အကျိုးတရားများကို ကျန်းမာရေးမှူး ဦးထွန်းအောင်က သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဖြင့် မည်သို့အကျိုးရပါသလဲ ဟုလျှောက်ထားသဖြင့် မိန့်ကြားချက်များကို ထုတ်နှုတ်တင်ပြအပ်ပါသည်။

ဆရာတော်၏အဖြေမှာ-

"သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဖြင့် ကျန်းမာပကတိရောဂါကင်းပါသည်၊ ရောဂါကင်းသောသူသည် အသက်ဇီဝိတိန္ဒြေ ဤလူ့ပြည်မှာကြာမြင့်စွာနေထိုင်ရခြင်းအကျိုးရှိပါသည်၊ အညီအစပ်အပုပ်ဓာတ်ကင်းသော သစ်ဥ၊ သစ်ဖုစသည်တို့ကိုသာ စားသုံးခြင်းကြောင့် အနာရောဂါကင်းခြင်းအကျိုးကို ရရှိခြင်းဖြစ်ပါသည်"

သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဖြင့် သတ္တဝါအားလုံးအပေါ် အလိုအလျောက်မေတ္တာဓာတ်ပျံ့နှံ့စိမ့်ဝင်နေသည်၊တိုးပွားနေသည်။

မေတ္တာသုတ်ပါဠိတော်၌ "**နာညမညဿ ဒုက္ခမိစ္ဆေယျ**" ဟူ၍ဟောတော်မူထားရာ ယော-အကြင်သူသည်၊ အညမည်-အချင်းချင်း(သို့မဟုတ်)တစ်ယောက်သည်တစ်ယောက်အား၊ဒုက္ခံ-ဆင်းရဲဟူသမျှကို၊ နဣစ္ဆေယျ-အလိုမရှိရာဟူ၍ဟောထားရာ ဘစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးဆင်းရဲရောက်မည်ကိုမပြုလုပ်သင့်ပါ။

အနာကင်းပြီးသောသူတစ်ယောက်သည် မွန်မြတ်သော လာဘ်ကြီးလာဘ်ငယ်ကိုရရှိခြင်းအကျိုးရှိပါသည်၊ လာဘ်ကြီး လာဘ်ငယ်ရပြီးသောသူတစ်ယောက်သည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်း မာချမ်းသာခြင်းသုခရှိပါသည်၊ ထိုသို့ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာ ချမ်းသာခြင်းရှိသောသူတစ်ယောက်သည် သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ၊ ဟိရိ၊ ဩတ္တပ္ပတည်းဟူသော သူတော်ကောင်းတရား ဥစ္စာ(၇)ပါးရရှိနိုင်ပါသည်။

သူတော်ကောင်းဥစ္စာ(၇)ပါးနှင့်ပြည့်စုံသောသူသည် နောင်အခါ ဟေတုသမ္ပဒါဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်တိုင်အောင်အကျိုးသုခ ရရှိနိုင်ပါသည်။

သက်သတ်လွတ်မစားဘဲ အညှီအပုပ်စားသူသည် များ သောအားဖြင့် ရောဂါဖြစ်ခြင်းအပြစ်ဒေါသရှိပါသည်။

သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဖြင့် လောကီ၊ လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာသောအကျိုးကို ရရှိနိုင်ကြပါသည်။

- မျက်နှာမြင်ချစ်ခင်ခြင်း။
- အသံကြားသနားခြင်း။
- ဘေးရန်ကြောင့်ကြဆင်းရဲကင်းခြင်း။
- ရောဂါအနာကင်းခြင်း။
- ရန်သူမရှိခြင်း။
- စိတ်ရောကိုယ်ပါချမ်းသာခြင်း။
- မိသားစုဆွေမျိုးမိတ်သင်္ဂဟများနှင့် အသက်ထက်ဆုံး မကွဲမကွာအတူတကွနေထိုင်ရခြင်း။
- အသက်မစေ့မီ သူတစ်ပါးပယောဂကြောင့် သေချင်းဆိုးနှင့်မသေရခြင်း။
- သွားလေရာ ကြည်ညိုလေးစားမှုရရှိခြင်း။
- ယုံကြည်စိတ်ချခံရခြင်း။

စသည့် ဒိဋ္ဌဓမ္မပစ္စက္ခအကျိုးထူးများစွာ ရရှိနိုင်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံ၌ ထင်ရှားသောဆရာတော်ကြီးများ၏ သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဟူသည်မှာ

အာမဂန္ဓရသေ့၏တစ်ဘက်စွန်းရောက်နေသော အယူဝါဒကို ဘုရားရှင်က မဇ္ဈိမပဋိပဒါလမ်းမှန်ရောက်အောင် တည့်မတ်ပို့ဆောင်ပေးသဖြင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်များ ရဟန္တာဖြစ်ကြမည့်အကျိုးကိုမြင်တော်မူသည်၊ သို့အတွက် ဤဒေသနာကိုဟောကြားခြင်းဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရပါမည်။

"ထွေသဟာ" ၈၄၂

ဤအာမဂန္ဓသုတ်ဒေသနာတော်ကို နောက်ဆုံးကောက်ချက်ချကြည့်လျှင် သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် ကောင်းသောကိုယ်ကျင့်တရားကားဖြစ်သည်၊ သီလဝိသုဒ္ဓိကုသိုလ်၏အခြံအရံသာဖြစ်သည် ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်၊ အမြတ်ဆုံး အကောင်းဆုံး ကိုယ်ကျင့်တရား၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ကျင့်စဉ်တရားမဟုတ်ပါ။

သမထဘာဝနာ၊ ဝိပဿနာဘာဝနာ၊ မဂ်ကုသိုလ်များနှင့်နှိုင်းယှဉ်လျှင် အောက်တန်းစားကုသိုလ်များသာဖြစ်သည်။

သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် အောက်တန်းစားကုသိုလ်ကလေးမျှဖြစ်သော်လည်း ပစ္စုပ္ပန်ပစ္စက္ခ၌အကျိုးရှိပုံတို့ကို ကျမ်းဂန်များ၌တွေ့ရှိရသဖြင့် သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် အကျိုးယုတ်မာသောအကျင့်မဟုတ်ကြောင်းသိရပါမည်။

သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် ရှေးဗြဟ္မဏတို့၏ဝါဒလမ်းစဉ်ဖြစ်သည်ကို ရှေ့ပိုင်း၌ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်။

သကျသာကီမျိုး သြက္ကာကမင်းလက်ထက်မတိုင်မီကဗြဟ္မဏလူမျိုးတို့သည် သက်သတ်လွတ်စားကြသည်၊ ထိုသို့စားကြသည့်အတွက် အထက်နတ်၊ သိကြား၊ ဗြဟ္မာတို့သည် လူသားတို့ကိုအလွန်ကြည်ညိုကြသည်၊လူ့လောကကိုကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ကြသည်၊ ထိုအခါ ဘီလူး၊ ပြိတ္တာ၊ နတ်မိစ္ဆာတို့ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခွင့်မရကြသဖြင့် လူလောကတွင် ရောဂါဆိုး၊ အနာဆိုးများကင်းရှင်းကြ၍ အသက်ရှည်ကြရသည်။

"ဩွာသဟာ" ၈၄။

ဩက္ကာကမင်းလက်ထက်တွင်မူ ယုတ်ညံ့သောဗြာဟ္မဏ လူမျိုးတို့၏ပယောဂကြောင့် လူတို့အမဲ၊ သား၊ ငါးစားသောက်လာကြသည်၊ အသား၊ ငါးကိုသတ်၍မှားယွင်းသောအယူဖြင့် ယာဇ် ပူဇော်မှုပြုလာကြသည်။

ထိုအခါ အထက်နတ်၊ သိကြား၊ ဗြဟ္မာတို့သည် လူလောကရှိလူများကိုရွံမုန်းကြပြီး လူလောကကို ဥပေက္ခာပြုလာကြသည်။

သို့အတွက် ဘီလူး၊ ပြိတ္တာ၊ နတ်မိစ္ဆာများအခွင့်အရေး ရလာကြသည်၊ နတ်ဆိုး၊ နတ်မိစ္ဆာများသည် လူ၊ ကျွဲ၊ နွားစသော သတ္တဝါတို့အား ရောဂါအမျိုးမျိုးဖြစ်အောင်ဖန်တီးလာကြသည်၊ နှိပ်စက်သတ်ဖြတ်လာကြသည် ဟု သုတ္တနိပါတ ဗြာဟ္မဏဓမ္မိယ သုတ်၌ ဘုရားရှင်ဟောကြားခဲ့သည်ကို ရှေ့ပိုင်း၌ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ဖန် မဟာဝဂ္ဂမဟာပဒါနသုတ်(ဆ၅-၄၂)၌ ဘုရားရှင်တို့၏နည်းလမ်းမှန်အကျင့်ကိုဟောကြားထားရာ၌-

၁။ သည်းခံခြင်းဟူသောမြတ်သောအကျင့်
၂။ သူတစ်ပါးအသက်ကိုမသတ်ခြင်း
၃။ သူတစ်ပါးကိုမညှင်းဆဲခြင်း
၄။ ငါးပါးသီလကိုကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့်ထိန်းခြင်း
၅။ ဒါနစသောကုသိုလ်တရား(၁၀)ပါး(ပုညကြိယာ)နှင့် ပြည့်စုံခြင်း

ရှေ့သာကာ ၊၈၆၊

၆။ အကုသိုလ်အညစ်အကြေးမှ စိတ်ကိုစင်ကြယ်စေခြင်း
၇။ အရိယာသူတော်ကောင်းတို့ကိုမစွပ်စွဲမကဲ့ရဲ့ခြင်း
၈။ အရိယာသူတော်ကောင်းတို့ကိုမသတ်ခြင်း
၉။ ရှင်ရဟန်းတို့-မိမိတို့သီလဌ္ဌလုံခြုံအောင်ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ခြင်း။
၁၀။ ဆွမ်းအာဟာရ၌အတိုင်းအရှည်ကိုသိခြင်း
၁၁။ အစွန်းအဖျားဆိတ်ငြိမ်သောနေရာ၌နေခြင်း
၁၂။ လွန်ကဲသောသမာဓိတရား ဈာန်တရားကိုအားထုတ်ခြင်း

ဤတရားများသည် ဘုရားရှင်တို့၏ဩဝါဒအပေါ် နည်းမှန်လမ်းမှန်တရားဖြစ်သည် ဟူ၍ ဟောကြားထားပါသည်။

ဘုရားရှင်၏ ဤလမ်းစဉ်မှန်အကျင့်တွင် သူတစ်ပါးအသက်ကိုမသတ်ခြင်း၊ မညှင်းဆဲခြင်းဟူ၍ပါရှိရာ သူတစ်ပါး၏အသားကိုစားမှုသည် စားမှုရှိသောကြောင့် သတ်မှု၊ ညှင်းဆဲမှုဖြစ်ပေါ်လာကြသဖြင့် အသားစားမှုသည် သတ်မှု၊ ညှင်းဆဲမှုကိုအားပေးအားမြှောက်ပြုရာရောက်သည်၊ သက်သတ်လွတ်စားမှုသည် ထိုသတ္တဝါတို့၏အသက်ကိုသတ်ဖြတ်ညှင်းဆဲမှုကို အားမပေးရာရောက်သည်၊ မေတ္တာထားရာရောက်သည် ဟု လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက မိန့်ဆိုထားသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။

တစ်ဖန် ဤသို့အသားစားမှုသည် နတ်ကောင်းနတ်မြတ်များ သိကြားမင်း၊ ဗြဟ္မာမင်းတို့၏စောင့်ရှောက်မှုမှကင်းခံရသည်၊ ရောဂါစသောကပ်များဆိုက်ရောက်တတ်၍ ဘုရား၏နည်းလမ်း

မှန်ကျင့်စဉ်အတိုင်းကျင့်က ပစ္စုပ္ပန်-သံသရာနှစ်ဖြာသောအကျိုးကိုရသည် ဟုဆရာတော်ဇနကက မိန့်ဆိုပါသည်၊ သို့အတွက်လည်း ဆရာတော်သည် မိမိ၏တပည့်သား သံဃာများစားဝတ်နေရေးပြည့်စုံမှုကို အထက်နတ်များကူညီစောင့်ရှောက်မှုရရန် သက်သတ်လွတ်ဆွမ်းဘုဉ်းပေးခဲ့သည် ဟုဆိုပါသည်။

နာရဒဇာတ်တော်(၂၇၄)၌-

"ကျွဲ၊ နွားများကို ငယ်စဉ်ကခိုင်းစေ၍ အသက်အရွယ်ကြီးရင့်လာသောအခါ ကောင်းစွာကျွေးမွေးလျက် အငြိမ်းစားဘေးမဲ့ပေးရမည်"

ဟူ၍ လမ်းညွှန်ဟောကြားထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

သုတ်ပါထေယျအဋ္ဌကထာ အာဋာနာဋိယသုတ်၌-

"အာဋာနာဋိယသုတ္တံ ဘာဝိတဗ္ဗံ၊ တံဘဏန္တေန ဘိက္ခုနာ ပိဋ္ဌဝါ၊ မံသံဝါ၊ နခါဒိတဗ္ဗံ၊ သုသာနေ၊ နဝသိတဗ္ဗံ ကသ္မာအမနုဿာ ဩကာသံလဘန္တိ"

အာဋာနာဋိယသုတ်ကိုရွတ်ဆိုရမည့်ရဟန်းသည် မုန့်ညက်မုန့်ကိုဖြစ်စေ၊ အမဲ၊ သား၊ ငါးတို့ကိုဖြစ်စေ မစားအပ်၊ စားလျှင် ဘီလူး၊ ပြိတ္တာ၊ နတ်မိစ္ဆာတို့ပူးဝင်နှိပ်စက်ခွင့်ရသွားပေမည်"

ဟူ၍ လမ်းညွှန်ဟောကြားထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

အလားတူ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ၌-

"အမနုဿာနံပိယံ တိလပိဋ္ဌမာသဘတ္တ မစ္ဆမံသ ခီရတေလဂုဠာဒိ ခဇ္ဇဘောဇံ နသေဝိတဗ္ဗံ"

သုံးသန်သို့သွားသော ယောသာနိကစုတင်ဆောင်ရဟန်းသည် ဘီလူးပြိတ္တာ နပ်မိစ္ဆာတို့ကြိုက်နှစ်သက်သော ဆီထွေး၊ နှမ်း တောင်း၊ ပဲထမင်း၊ ငါး၊ အမဲ၊ နို့ရည်၊ တင်လဲ အစရှိသော ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ကိုမစားသင့်"
ဟူ၍ ယာမ်းညွှန်ဟောကြားထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ဤပါဠိတော် အဋ္ဌကထာတို့၏စကားကို လေးစားလိုက်နာကြသော ကောရဆောက်တည်ကြသော ဆရာတော်ကြီးအချို့သည် သားငါးစားမှုကိုရှောင်သောအားဖြင့် သက်သတ်လွတ်စားကြခြင်းဖြစ်သည် ဟုယူဆရပါသည်။

ဗုဒ္ဓသာသနာသမိုင်းအစဉ်အဆက် သက်သတ်လွတ်စားထင်ရှားသောဆရာတော်ကြီးများ၏ မှတ်တမ်းစာရင်းကို စုစည်းရသမျှတင်ပြရသော်-

၁။ တောင်ဖီလာဆရာတော်ကြီး
၂။ ရွှေဥမင်ဆရာတော်ကြီး
၃။ မန်လည်ဆရာတော်ကြီး
၄။ လယ်တီဆရာတော်ကြီး
၅။ သေကျွတောင်ဆရာတော်ကြီး ဦးတိလောက
၆။ ဘုန်းတော်ကြီးဦးသီလ
၇။ ပခုက္ကူဆရာတော်ဦးကြည်
၈။ မိုးညှင်းဆရာတော်ကြီး
၉။ ပေဟူးဆရာတော်ကြီး

၁၀။ ကသစ်ဆိုင်ဆရာတော်ကြီး

၁၁။ ဖားအောက်ဆရာတော် ဦးခေမာဂန္တ

၁၂။ ဆရာတော်ဦးရန်ကုန်

၁၃။ ဘုရားကြီးတိုက်(ရန်ကုန်)ဆရာတော်ဦးအာစိဏ္ဏ

၁၄။ အမရပူရမဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် အရှင်ဇနက

၁၅။ မဟာစည်ဆရာတော်ကြီး ဦးသောဘန

၁၆။ တောင်တန်းသာသနာပြုဆရာတော်ကြီး ဦးဥတ္တမသာရ

၁၇။ ရွှေဥဒေါင်းဆရာတော်ကြီး

၁၈။ ဇာလီတောင်ဆရာတော်ကြီး

၁၉။ ဘောင်တော်ချုပ်ဆရာတော်ကြီးဦးနန္ဒဝံသ(တွံတေး)

၂၀။ အလံတစ်ရာဆရာတော်ကြီး ဦးစန္ဒနဝံသ

၂၁။ ရွှေရောင်ပြဆရာတော်ကြီး

၂၂။ ဘဒ္ဒန္တဝိသုဒ္ဓါစာရ (ညောင်ဦး)

၂၃။ ကုံလုံဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တတေဇနိယ(ဂငျုန်တောင်)

၂၄။ သာမညတောင်ဆရာတော်ကြီး ဘဒ္ဒန္တဝိနယ(ဘားအံ)

၂၅။ ဂေါလ်ဆရာတော်ကြီး ဦးဉာဏိန္ဒ(သီရိလင်္ကာ)

၂၆။ မြိုင်ကြီးငူဆရာတော်ကြီး ဦးသုဇန(ကရင်ပြည်နယ်)

၂၇။ မဟာသုခကျောင်းဆရာတော်ကြီး

၂၈။ ရွှေကျင်သာသနာပိုင်စံကင်းဆရာတော်

၂၉။ အောင်ပုံတောရ ဘဒ္ဒန္တသြဘာသ(မကွေး)

၃၀။ ဘားမဲ့ဂေဟာဆရာတော်ဦးသမိဒ္ဓိ(သံပရာတိုက်နယ်)

၃၁။ ဩောင်ဝန်းရေပူစမ်းဆရာတော် ဦးတေဇဝန္တ

၃၂။ ကျောက်ဖြူနဂါးကျောင်းဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တနန္ဒာ

၃၃။ အဘယာရာမဆရာတော် ဦးစက္ကပါလ(အရှေ့ကြို့ကုန်း)

၃၄။ အောင်သိဒ္ဓိနန်းသာတောင်ဆရာတော် ဦးနန္ဒမာလာ (မှော်ဘီ)

၃၅။ အောင်သိဒ္ဓိပါဠိကျောင်းတိုက်ဆရာတော် ဦးဉာဏ (မရမ်းကုန်းမြို့နယ်)

၃၆။ တိပိဋကယောဆရာတော် ဦးသိရိန္ဒာဘိဝံသ

၃၇။ ရွှေပေါက်ကျွန်းဆရာတော်

၃၈။ သဃ်န်းကျွန်းဆရာတော် ဦးမေဃဝံသ

၃၉။ အနောက်ပရက္ကမဆရာတော်ကြီး (စစ်ကိုင်းချောင်)

၄၀။ ပန်းတစ်ပွင့်တောင်ဆရာတော်ကြီး

စသည့်ဆရာတော်များနှင့် အခြားဆရာတော်များစွာရှိကြပါသည်၊ ထိုဆရာတော်ကြီးများ သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည်-

ဗုဒ္ဓလမ်းစဉ်ကျင့်စဉ်မှန် သမထဝိပဿနာကျင့်စဉ်တရားတော်ကို ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြရာ၌ ဤသက်သတ်လွတ်စားမှုသည် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းမဟုတ်ကြောင်း သိရှိကြပါသည်၊ အဘယ်ကြောင့်စားကြသနည်းဆိုသော်-

-ပြဟ္မဏဓမ္မိကသုတ်နှင့် အင်္ဂုတ္တိုရ်လာ ပလောကယသုတ် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်လာ သောသာနိကဓုတင်အရလည်းကောင်း၊

-နတ်ဆိုး အစိမ်းသရဲ၊ ဘုတ်၊ ပြိတ္တာ၊ တစ္ဆေတို့၏ အနှောက်အယှက်မဖြစ်စေလိုသဖြင့်လည်းကောင်း၊

-နတ်ကောင်းနတ်မြတ်နှင့်သိကြသဖြင့် ဗြဟ္မာတို့၏အကူ အညီကိုရစေလိုသဖြင့်လည်းကောင်း၊

-ကျန်းမာရေးအတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေ်ရန် အတွက်လည်းကောင်း၊

-သတ္တဝါများအပေါ် မေတ္တာအပြည့်အဝထားလိုကြ သဖြင့်လည်းကောင်း

သက်သတ်လွတ်စားကြခြင်းဖြစ်သည် ဟု ယုံကြည်မိပါသည်။

နွား၊ ဝက်၊ သိုး၊ ငါး၊ ပုစွန်တို့ဟင်းကောင်းမန်သည်

များး ကျွန်တော်နွား၊ ဝက်၊ သိုးငယ်နှင့် ငါး၊ ကြက်၊ ဂျိုး၊ ခါ၊ စာ၊ များငှက်မျိုးသတ္တဝါ၊ ပဒတ်ပါ့ ဖွတ်၊ ဖား၊ ခို၊ ငန်း၊ ဘဲ၊ ဆိတ်တထွေ၊ ထိပ်ဘွေမှာဦးညွတ်၍ထား၊ ယုန်၊ စိုင်၊ ဆတ်၊ သမင်၊ ဂျီ၊ အစ္ဆလီဝတ်တွား။

ကြွက်၊ ပွေးပြင်၊ တောကြောင်ပါးငယ်နှင့်၊ မြင်း၊ ကျွဲများပန်ထွား။

အသားကိုအလွန်နော်စားကြလို့ ကျွန်တော်များ သေကြရပါ။

သဗ္ဗေနှင့်သတ္တာကို အဝေရာရန်မပွားနှင့်လို့ နှုတ်ချောပါးမေတ္တာပေါ များလှလူတွေ။

သို့ပေမဲ့ အသားတွေကို၊ စားတာလေ လွန်လွန်းလှလေ၊ အသားစားဖြတ်ကြပေလျှင် သတ်မှာတွေ ဟုတ်ဖူးဖျာ့လေး။ (သမုဒ္ဒရာရေထက်ကဲအောင် မေတ္တာရေသွန်းလောင်းကြတာလဲ၊ ဤပါးစပ်၊ ရသတဏှာခံစားတော့လည်း ဤပါးစပ်၊ တတ်လည်းတတ်နိုင်လွန်းတယ်)

သဗ္ဗေနော် သတ္တဟု၊ ပါးစပ်ကတဖွာဖွာ
မပြတ်ပ အဝေရာ၊ ဖန်ခါခါပို့မြဲ
သွန်းလိုက်တဲ့မေတ္တာတွေ၊ သမုဒ်ရေရှိကာထက်ကဲ။
သို့သော်လည်း ခံတွင်းလျှောမှာ၊ ဟင်းလျာမစဲ။

သိုး၊ ဆိတ်၊ ခို၊ ငါး၊ ကြက်၊ ဘဲငယ်နှင့် နွား၊ ဝက်၊
ကျွဲစုံလင်၊ လိပ်၊ ကြောင်၊ ယုန်၊ ပဒတ်မျိုး၊ ခါ၊ ပွတ်၊ ဂျိုး၊
ဂျီနှင့်သမင်၊ ဖား၊ ပွေးနှင့်ကြွက်နှင့်အကောင်၊ အချက်ပြင်
ကြော်လှော်ကြပါလို့၊ စားတော်ပ ခေါ်ကြပေလေကာ၊
ရသတဏှာ၊ လျှာနှစ်ခွနှင့် ပါးစပ်ခမျာငယ်၊
တတ်နိုင်တာလွန်လွန်းလှလေ။

(ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်တော့ ခြင်ကိုက်မှုမခံနိုင်)

တိရစ္ဆာန် ထိုခပင်းတို့ကိုလ၊ မျိုးသွင်းကြမလောက်ပါ
ကိုယ်ချင်းထောက်မစာတယ်၊ ကြောက်စရာပါတကား
ကင်းမဲ့ကြဏရုဏာ၊ ခုအခါ သတ်လို့သာစား၊
ခြင်ကိုက်မှုကိုက်မခံချင်တယ်၊ ခြင်ကိုပင်ရန်ပွား
ခြင်ဆေးတွေဖော်စပ်ထားပါလို့၊ ခြင်သတ်သမား
ဖွဲ့စည်းကာ
ရန်သူလိုတမင်ပြုကြတာက၊ ခြင်ဥပအားလုံးကုန်ပါ
သတ်ကြလော့၊ ခြင်သတ္တဝါဟာ ဒို့လူငါ့သွေးကိုစုပ်တာမို့
အရေးလုပ်ကွင်းပြင်အိမ်နံရံ၊ လမ်းနောက်ဖေးမကျန်
ခြင်ကိုက်တဲ့ဤမျှဒဏ်ကို၊ သည်းမခံနိုင်ဘူးတဲ့လေး။
ဗြဟ္မစိုရ်တရား၊ ဝမ္ဘိကို၊ လမ်းမှန်မှန်ကျင့်သုံးကြလေး

မြမ်း[illegible]

([illegible])

([illegible])

အခန်း (၃)

သက်သတ်လွတ်စားမှု နှင့် ထင်ရှားသောဆရာတော်ကြီးများ၏အယူအဆများ

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ပိဋကတ္တယပါရဂူ လယ်တီဆရာတော်ဦးဉာဏ၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

ကလကတ္တားမြို့၊ သိပ္ပံကျောင်းကြီးနေ မြန်မာလူမျိုး မောင်ချစ်ဘေ၏လျှောက်ထားချက်-

"တပည့်တော်ဒါယကာငယ် မောင်ချစ်ဘေ ခြေတော်ဦး ခိုက်လျှောက်လိုက်ပါသည်၊ ကျေးဇူးတော်ရှင်လယ်တီဆရာတော် ကြီးဘုရား. . .

ကလကတ္တားမြို့မြန်မာကျောင်းသားအသင်း၌ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့နှင့်အသားစားခြင်းအကြောင်းကို ပြောပြီးငြင်းခုံကြရာ-

-အချို့ကမြတ်စွာဘုရားသည် အသားစားခြင်းကိုမတားမြစ်ခဲ့၊ အသက်သတ်ခြင်းကိုသာတားမြစ်ခဲ့ကြောင်း၊ သို့ဖြစ်၍ စားသူမှာအပြစ်မရှိ၊ သတ်သူသာအပြစ်ရှိကြောင်း၊ အချို့က စားသူရှိ၍ သတ်သူရှိသည်၊ သို့ဖြစ်၍ စားသူလည်းအပြစ်ရှိကြောင်း။

-အချို့က သစ်ပင်၌လည်းအသက်ရှိ၍ သစ်သီး၊ သစ်ရွက်ကိုစားခြင်းသည်အပြစ်ရှိကြောင်း။

ပြောကြရာ တပည့်တော်ကျောင်းသားတို့မှာ ဓမ္မက္ခန္ဓာကျမ်းတစ်စောင်တို့ကို ကောင်းမွန်စွာမတတ်ကြသဖြင့် ဗဟုသုတနည်းပါးကြ၍ ၎င်းအထက်အဆိုပါ ငြင်းခုံချက်တို့ကို သက်သေသာဓကနှင့်တကွ မျက်ဝါးထင်ထင်သိမြင်ကြစေရန် မည်သူမျှကောင်းစွာမပြောနိုင်ကြပါဘုရား။

သို့ဖြစ်ပါ၍ တပည့်တော်မှစ၍ အခြားကျောင်းသားဒကာငယ်များနှင့်အမျိုးမလေးပါးတို့အား သိမှတ်သားရန်ကရုဏာရှေ့ထား၍ အထက်အဆိုပါခက်ရာခဲဆစ်တို့ကိုပြောကြားတော်မူပါမည်အကြောင်း ရှိခိုးဝပ်တွားလျှောက်ထားပါသည် ကျေးဇူးတော်သခင်အရှင်မြတ်ကြီးဘုရား"

ယင်းအမေးနှင့်ပတ်သက်၍ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက အောက်ပါအတိုင်းပြန်ဖြေကြားပေးသည်ကိုတွေ့ရပါသည်-

---

"ဩဝါဒကထာ" စာ၄၆

"သားငါးတို့၏အသားကို ဝယ်ယူစားသောက်သောသူတို့မှာလည်း သက်သတ်ကံထိုက်၏ဟူသောအယူစကားသည် ကမ္ဘာဦးအခါ၌ ဗြဟ္မဏလူမျိုးတို့၏အယူစကားပေတည်း၊ ထိုလူမျိုး(ဗြဟ္မဏ)တို့သည် ယဇ္ဇဝါဒအမှုကိုမပြုကြကုန်မူ၍ တော၊တောင်သို့ထွက်ကြကုန်ပြီးလျှင် သတ္တဝါတို့၏မေတ္တာစျာန်တရား ကရုဏာစျာန်တရားတို့ကိုပွားများကုန်၍ သေသည်၏အခြားမဲ့၌ အယက်ဗြဟ္မာပြည်သို့လာကြကုန်၏။

ထိုသူတို့သည် လောက၌ အသက်သတ်မှုကိုအလွန်စက်ဆုပ်ကြကုန်၏။ မေတ္တာစျာန်၊ ကရုဏာစျာန်၏အစွမ်းဖြင့် တိရစ္ဆာန်သတ္တဝါ၌ အလွန်သနားကြင်နာကြကုန်၏။

လောက၌ အသက်သတ်မှုနှင့်ဝယ်ယူစားသောက်မှုတို့သည် အကြောင်းအကျိုးတွဲဖက်လျက်ရှိကြ၏။

ဝယ်ယူစားသောက်မှုရှိခဲ့လျှင် အသက်သတ်မှုရှိမြဲဖြစ်၏၊ ဝယ်ယူစားသောက်မှုမရှိပါမှ အသက်သတ်မှုကင်းနိုင်မည်။

အသက်သတ်မှုကင်းပါမှ ရေသတ္တဝါ၊ ကုန်းသတ္တဝါတို့သည် သတ်ဖြတ်ခြင်းခံရသောဘေးမှ လွတ်ကင်းနိုင်ကြမည်" ဟု မြော်မြင်မိကြကုန်၍ ဝယ်ယူစားသောက်သောသူတို့မှာလည်း "သက်သတ်ကံထိုက်သည်"ဟု ပညာရှိပရိယာယ်ဖြင့် စာအုပ်ရေး ထုတ်ခြင်း၊ နှုတ်ဖြင့်ပြောကာဆုံးမခြင်းကိုပြုကြကုန်၏။

နောက်နောင်သောဗြဟ္မဏလူမျိုးတို့သည်ကား ထိုကျမ်းစာကိုတွေ့ရှိကြရာ ပညာရှိပရိယာယ်စကားဟု မယူကြကုန်ဟူ၍

ကေန်မုချစကားဟုမှတ်ယူကြပြီးလျှင် သားငါးတို့ကိုစားသောက်ခြင်းမှဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ကြကုန်သည်၊ မိမိတို့မှာလည်း ပါဏာတိပါတကံမှကင်းဝေးကြကုန်၏၊ မိမိတို့အတွက် တိရစ္ဆာန်သတ္တဝါတို့၌လည်း အသက်သတ်ခံရခြင်းဘေးမှ ချမ်းသာနေကြကုန်၏၊ အလွန်ကောင်းမြတ်သောပညာရှိပရိယာယ်ပေတည်း၊ သူတော်ကောင်းတို့အလေ့အလာချည်းပေတည်း။

ဤနေရာ၌ ဝယ်ယူစားသောက်သူတို့မှာ သက်သတ်ကံမထိုက်ပါလျက် ထိုက်သည်ဟုပြောဟောခြင်းများကို ကေန်မုချသက်သတ်ကံထိုက်၏မှတ်ယူခြင်းများသည် အပြစ်ရှိသော မုသာဝါဒမျိုး မိစ္ဆာအယူမျိုးမဟုတ်ပေ။

ဥပမာကား ရပ်ရွာအနီးတစ်ခုသောရေအိုင်ကြီးသည် ရှိရာ၏၊ အလွန်နက်သောရေရှိ၏၊ ထိုရွာ၌နေကြသောသူတို့သည် မိမိတို့၏သားသမီးငယ်တို့ကို ထိုရေအိုင်သို့သက်ဆင်းခဲ့လျှင် နစ်မြုပ်သေဆုံးအံ့ဟူသော ဘေးကြီးမှကင်းဝေးစိမ့်သောငှာ ထိုရေအိုင်ကြီးမှာ ရေဘီလူး၊ ရေသရဲကြီးတွေရှိ၏ ဟု သားငယ် သမီးငယ်တို့အား ပြောကြား၍တားကြကုန်၏။

သားငယ် သမီးငယ်တို့သည်လည်း ထိုရေအိုင်ကြီးမှာ ရေဘီလူး ရေသရဲရှိသည်ဟု ကေန်မှတ်ယူကြ၍ ထိုရေအိုင်ကြီးအနီးအပါးသို့ပင် မသွားရောက်ကြကုန်၊ ရေနစ်အံ့သောဘေးမှကင်းဝေးကြကုန်၏။

ဤဥပမာ၌- မိဘဖြစ်သူတို့၏စကားသည် ပညာရှိတို့၏

ပရိယာယ်စကားမျိုးပေတည်း။

သားငယ် သမီးငယ်တို့မှတ်ယူခြင်းသည်လည်း မိမိတို့၏ အသက်ဘေးမှကင်းဝေးရန်အကြောင်းပေတည်း၊ အပြစ်ရှိသော မုသာဝါဒစကားမျိုးမဟုတ်၊ အပြစ်ရှိသောမိစ္ဆာအယူမျိုးမဟုတ်။

ကမ္ဘာဦးအခါ၌ ဗြဟ္မဏလူမျိုးတို့မှတစ်ပါး ခတ္တိယလူမျိုး ဝေဿလူမျိုး၊ သုဒ္ဒလူမျိုးတို့သည်ကား အိမ်ရာထောင်သော လူ့ဘောင်၌နေကြကုန်၍ ဒုစရိုက်တရားတို့မှရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ ဒါန၊ သီလတရားတို့ကို ပြုလုပ်ခြင်းတို့ဖြင့် နတ်ရွာသုဂတိလမ်းတို့ကို တီထွင်ကြကုန်၏။

ထိုလူမျိုးသုံးပါးတို့မှလည်း ဃရာဝါသကိစ္စကိုစွန့်ပစ်ကြကုန်၍ တောထွက်ကြကုန်ပြီးလျှင် ရသေ့ ရဟန်းပြုလုပ်ကြကာ မေတ္တာဈာန် ကရုဏာဈာန်ပွားကြကုန်၏၊ ထိုလူသုံးမျိုးတို့၏ အယူသည်ကား စိတ်စေတနာသည်သာလျှင် ပဓာနဖြစ်သည်။

ဥပမာကား လောက၌ တစ်ယောက်သောသူမှာ အမိသည် အဖျားအနာရောဂါကပ်ရောက်၏၊ ထိုသူသည် အမိဖြစ်သူအား ထိုရောဂါမှလွတ်ငြိမ်းစေလို၍ ခြေဖျားမှစပြီးလျှင် ဦးခေါင်းတိုင်အောင် တစ်ကိုယ်လုံးအင်တိုက်အားတိုက်ဖိစီး၍နင်း၏၊ စေတနာကောင်းသည့်အတွက်ကြောင့် ထိုသူမှာအပြစ်မရှိ၊ အနင်းချော်ချွတ်သည့်အတွက်နှင့် အမိဖြစ်သူသည် သေဆုံး၍သွားသော်လည်း ထိုသူများအပြစ်မရှိသည်သာတည်း။

သက်သတ်မှုတွင်ပါဝင်ထိုက်သော စိတ်စေတနာလွတ်

ကင်းခဲ့လျှင် ဝယ်ယူစားသောက်သူတို့၌ သက်သတ်ကံမထိုက် ဟု ယူကြကုန်၏၊ ဤစကား၌ သက်သတ်မှု၌ပါဝင်သောစိုက်၊ စေတနာ ဆိုသည်ကား-

၁။ သတ်ဖြတ်မှုမှာ ကာယကံ၊ ဝစီကံတို့ဖြင့်တိုက်ရိုက်တွန်းခြင်း။

၂။ သတ်ဖြတ်မှုကိုချီးမွမ်းချီးမြှောက်ပြုခြင်း။

၃။ သတ်ဖြတ်မှု၊ တိရစ္ဆာန်သတ္တဝါတို့၏သေဆုံးမှုကို ကောင်းလေစွ

ဟု အားရစိတ်တူဖြစ်ခြင်းတို့ပေတည်း။

ဤကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတို့မှကင်းလွတ်၍ အသား ကိုမြင်လျှင် စားသောက်ချင်တတ်သော ရသာတဏှာရှိနေကြ သည့်အတွက် ဝယ်ယူစားသောက်ကြသူတို့မှာ သက်သတ်ကံ ထိုက်သည် ဟုမဆိုသာပေ။

၁။ သက်သတ်မှုတွင်ပါဝင်ထိုက်သောစိတ်စေတနာကား တစ်မျိုး

၂။ အသားကိုမြင်လျှင် စားသောက်ချင်သောစေတနာကား တစ်မျိုး

ဟူ၍ စိတ်စေတနာ(၂)မျိုး ခြားနားလျက်ရှိပါသည်။

တစ်ယောက်သောသူမှာ နွားခြံ၌ နွားအမြောက်အမြား ရှိနေရာ နွားတို့အပေါ်၌တစ်စုံတစ်ခုသော ရောဂါဥပါဒ်ကျရောက် ရာ၏၊ နွားရှင်သည် ထိုနွားတို့ကို ရောဂါဥပါဒ်မှချမ်းသာစေခြင်း ငှာ အားထုတ်၏။

နွားတို့သေကြေပျက်စီးခဲ့သော် ငွေကြေးကိုလိုချင်သော တဏှာ၏အစွမ်းဖြင့် နွားရေ၊ နွားသားတို့ကို ရောင်းချလိုသော စိတ်စေတနာဖြစ်ပွား၍လာ၏၊ အသားကိုစားသောက်လိုသော ရသာတဏှာ၏အစွမ်းဖြင့် အသားတို့ကိုချက်ပြုတ်စားသောက်၏၊ စားသောက်လိုသောစိတ်စေတနာဖြစ်ပွား၏၊ အစိုအခြောက်တို့ကို ချက်ပြုတ်ကြော်လှော်စားသောက်၏။

ဤဥပမာ၌-

-နွားတို့မသေမီ စိတ်စေတနာတစ်မျိုး

-သေပြီးနောက် စိတ်စေတနာတစ်မျိုး

စိတ်စေတနာနှစ်မျိုးဖြင့် ခြားနားကြ၏။

ထိုအမျိုးလေးပါးတို့တွင် ကမ္ဘာပေါ်၌ ဗြဟ္မဏလူမျိုးတို့သည် နည်းပါးကြကုန်၏၊ ကျန်သောလူမျိုး(၃)ပါးတို့သည် အလွန်များပြားကုန်၏။

ထိုတွင် ဗြဟ္မဏလူမျိုးတို့သည် အထက်ကောင်းကင်ဘုံ၌ရှိသော မဟာဗြဟ္မာကြီးကို ဘုရားအစစ်အနေနှင့်အလွန်ယုံကြည်အားကိုးကြကုန်၏၊ ထိုဗြဟ္မဏကို ထာဝရဘုရားဟုခေါ်ကြ၏၊ လူ့ပြည်၌ဖြစ်သော မြတ်စွာဘုရားတို့ကို ထိုဗြဟ္မဏကြီး၏ ကိုယ်စားလှယ်ကိုယ်စားအနေမျှသာ ယုံကြည်ကြကုန်၏။

မြတ်စွာဘုရား၏တရားတော်ကိုကြားနာ၍ အကျွတ်ရကြသောဗြဟ္မဏတို့သာလျှင် လူမှဖြစ်သောဘုရားကိုယုံကြည်ကြကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် ငါတို့မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်သည်

ဗြဟ္မဏလူမျိုးတို့၏အလယ်၌ များစွာမတည်ထွန်းနိုင်။

ကျန်ရှိသောလူမျိုးသုံးမျိုးတို့မူကား ထိုဗြဟ္မာကြီးကိုယုံကြည်အားကိုးခြင်းမရှိကုန်၊ နောင်ဘဝအတွက် မိမိတို့ပြုသောဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာအစရှိသောကုသိုလ်ကံကိုသာ ယုံကြည်အားကိုးရှိကြကုန်၏။

ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာတော်သည် ထိုလူသုံးမျိုးတို့တွင်လည်း အချို့သောသူတို့သည် လူအဖြစ်ကိုစွန့်၍ ရဟန်းပြုကြမှ အကျွတ်တရားကိုရနိုင်ကြ၏။

ထိုတွင်လည်း အသားငါးစားမှုရှောင်ကြဉ်နိုင်သူက လွန်စွာနည်းပါး၏၊ လူတစ်ရာမှာ နှစ်ဆယ်ခန့်၊ လူတစ်ထောင်မှာ နှစ်ရာခန့်မျှသာရှိရာ၏၊ သားငါးကိုမရှောင်ကြဉ်နိုင်သူကား များပြား၏၊ လူတစ်ရာမှာ ရှစ်ဆယ်ခန့်၊ လူတစ်ထောင်မှာ ရှစ်ရာခန့်သာရှိရာ၏။

သားငါးတို့၏အသားကိုမစားကြစေရန် အတင်းအကြပ်ပညတ်ခဲ့သော် မရှောင်ကြဉ်နိုင်သောလူအပေါင်းတို့သည် ရဟန်းပြုခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်ကြကုန်သဖြင့် အကျွတ်တရားကိုမရကြကုန်ရာ၊ သက်သတ်ရှောင်မှုပညတ်တော်သည် ထိုသူများအဖို့ ဓမ္မန္တရာယ်ကြီးဖြစ်လေရာ၏။

ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အသားစားမှုကိုရှောင်ကြဉ်ကြစေရန် အတင်းအကြပ်ပညတ်ခြင်းမရှိရလေသတည်း။

ဤနေရာ၌ ပြောဆိုရန်ရှိပြန်သည်ကား အသားစားမှုကို

“ဂွာသပ” ၈၄ပ

မစွမ်းနိုင်သောသူတို့မှာ ဓမ္မန္တရာယ်ကြီးဖြစ်သည်ဖြစ်စေ၊ မဖြစ်သည်ဖြစ်စေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၏အလိုကို ပမာနမပြုသင့်၊ တရားကိုသာ ပမာနပြုသင့်၏။

အထက်ကပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း အသားစားမှုမှရှောင်ကြဉ်မှုသည် အလွန်ကောင်းသောကိုယ်ကျင့်တရားကြီးဖြစ်ပါက ထိုတရားကိုဗုဒ္ဓဘာသာမှာလည်း အသားစားခြင်းပြန်ရှောင်ကြစေရန် ပညတ်ဖို့ကောင်းပါသည် ဟု ဆိုရန်ရှိ၏။

အသားစားခြင်းမှရှောင်ကြဉ်မှုသည် အလွန်ကောင်းမြတ်သောကိုယ်ကျင့်တရားကြီးဖြစ်ပေသည် ဟုဆိုငြားသော်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ အထက်အထက်သောသမထဘာဝနာ၊ ဝိပဿနာဘာဝနာ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်တရားတို့နှင့်နှိုင်းစာသည်ရှိသော် ထိုသက်သတ်ရှောင်မှုသည် သီလဝိသုဒ္ဓိ၏အခြံအရံမျှသာဖြစ်၏၊ အသားစားမှုကိုမရှောင်ကြဉ်ကြသော်လည်း ဝိရိယတရားကို လုံလောက်စွာအားထုတ်နိုင်ပါလျှင် မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် ဈာန်သမာပတ်အစရှိသော အထက်အထက်သောတရားကြီးတို့ကို ရောက်နိုင်-ရနိုင်သည်သာဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ အသားစားမှုကိုရှောင်ကြဉ်စေရန် အတင်းအကြပ်ပညတ်ခြင်းမရှိလေသတည်း။

ဗုဒ္ဓဘာသာ၌ အစားစားမှုမှာ လူဖြစ်သူတို့နှင့်ရဟန်းဖြစ်သူတို့အထူးရှိပြန်သည်ကား-

၁။ လူဖြစ်သူတို့မှာ အထက်၌ပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း သက်သတ်မှုတွင်ပါဝင်ထိုက်သော စိတ်၊ စေတသိက်မျိုးမှ လွတ်ကင်းသည်ရှိသော် စားလိုလျှင်စားရ၏။

၂။ ရဟန်းဖြစ်သူတို့မှာ အစွန်းသုံးပါးလွတ်ကင်းမှစားအပ်လေသည်၊ အစွန်းသုံးပါးကား ဒိဋ္ဌတစ်ပါး၊ သုတတစ်ပါး၊ ပရိသင်္ကိတတစ်ပါး ပေတည်း။

ထိုသုံးပါးတို့တွင်-

၁။ ဒိဋ္ဌဆိုသည်ကား ရဟန်းတို့ကိုကျွေးမွေးရန် သတ်ဖြတ်သည်ကို ရဟန်းတို့ကိုယ်တိုင်တွေ့မြင်သိရှိခြင်းသည် ဒိဋ္ဌ မည်၏။

၂။ သုတဆိုသည်ကား ရဟန်းတို့ကိုကျွေးမွေးရန် သတ်သည်ဟု ကိုယ်တိုင်ကြားသိခြင်းသည် သုတ မည်၏။

၃။ ပရိသင်္ကိတဆိုသည်ကား ရဟန်းတို့ကိုကျွေးမွေးရန် သတ်လေသလော ဟု တွေးတောယုံမှားခြင်းသည် ပရိသင်္ကိတ မည်၏။

ထိုသုံးပါးတွင် တစ်ပါးပါးရှိခဲ့သော် ရဟန်းတို့မှာ ထိုအသားကိုမစားအပ်၊ ထိုသုံးပါးမှလွတ်ကင်းသော် စားအပ်၏။

အထက်ပြဆိုခဲ့သောပြဿနာတို့၏သာသနာမှာ တောတောင်ထွက်၍ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားကိုသာလိုရင်းထား၍ အားထုတ်ကြကုန်၏။

ဗုဒ္ဓသာသနာမှာ လူသတ္တဝါတို့အတွက် သာသနာအကျိုးစီးပွားကိုအားထုတ်ရန်အရေးသည် ရဟန်းတော်တို့၏တာဝန်ကြီးဖြစ်လေသည်။

ရဟန်းတော်တို့၏အသက်မွေးမှုသည်လည်း လူဖြစ်သူတို့၏တာဝန်ကြီးဖြစ်၏၊ လူဖြစ်သူတို့၏စားဦးသောက်ဦးကိုခံယူ၍အသက်မွေးကြရကုန်၏၊ မြို့ရွာနေလူတို့သည်လည်း အသားစားမှုကိုရှောင်ကြဉ်နိုင်သူ အလွန်နည်းပါးကြကုန်၏။

ရဟန်းတော်တို့ အသားစားမှုကိုရှောင်ကြဉ်ရန်ပညတ်ခဲ့သော် ထိုမြို့ရွာနေလူတို့နှင့် အသက်မွေးမှုကစ်လမ်းစီကွဲပြားလျက်ရှိရာ၏၊ ကွဲပြားလျက်ရှိသော်လည်း ရဟန်းတော်တို့မှာ မိမိတို့၏အသက်ကို မိမိတို့ကိုယ်တိုင်ရှာကြ၍ အသက်မွေးကြရကုန်ရာ၏။

လောက၌ အသက်မွေးမှုဟူသည် အလွန်ဝန်လေးသောအရေးအရာကြီးဖြစ်၏၊ ထိုအသက်မွေးမှုကြီးသည် ရဟန်းတို့မှာ ပရိယတ်၏အန္တရာယ်ကြီး၊ ပဋိပတ်၏အန္တရာယ်ကြီး၊ ပဋိဝေဓ၏အန္တရာယ်ကြီးဖြစ်လေရာ၏။

ထို့ကြောင့် ရဟန်းတော်တို့မှာ တိကောဋိ ပရိသုဒ္ဓ ရှိလျှင်အသားစားမှုကို ဝိနည်းတော်၌ခွင့်ပြုတော်မူလေသတည်း။

ဝိနည်းပညတ်တော်မည်သည်ကား အာဏာဒေသနာတော်ဖြစ်၏၊ ပညတ်တော်မူတိုင်း ကျင့်နိုင်သူတို့မှာ သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်၏၊ ပညတ်တော်မူသည့်အတိုင်း မကျင့်နိုင်သူတို့မှာ ဘုရားအာဏာကိုကျူးလွန်သည့်အတွက် အပါယ်လေးပါးသို့ကျရောက်တတ်၏။

"သွေသဟာ" ၈၉၆၀

ထို့ကြောင့် ဝိနည်းပညတ်မည်ဘည် အယုတ်အလတ်အမြတ်သုံးပါးတို့နှင့်တိုင်းတာ၍ မလျော့မတင်းပညတ်တော်မူရာ၏။

အသားစားကြဉ်ရှောင်ခြင်းအကျိုး

သုတ္တန်ဒေသနာတော်များ၌မူကား အသားစားမှု၏အပြစ်၊ အသားစားမှုကြဉ်ရှောင်ခြင်း၏အကျိုးသည် များစွာလာရှိ၏။

ထိုတွင် သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော် ဗြဟ္မဏဓမ္မိယသုတ်၌လာသောအပြစ်အကျိုးများကို ပြပေအံ့-

ငါတို့မြတ်စွာဘုရား၏အလောင်းတော် သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား၏သာကီနွယ်ဝင် ဥက္ကာမုခမင်းသည်အစဖြစ်၏၊ ထိုမင်း၏အဘကား ဥက္ကာကမင်းတည်း။

ထိုဥက္ကာကမင်း၏လက်ထက်မတိုင်မီ ရှေးကာလ၌ လူလောကမှာ သားငါးတို့ကိုသတ်လေ့-စားလေ့မရှိကြကုန်သေး၊ အထူးအားဖြင့် နွားသတ္တဝါတို့၌ အလွန်အလေးပြုကြကုန်၏၊ အဘယ်သို့ပြုကြသနည်းဟူမူ-

၁။ နွားသတ္တဝါတို့သည် ငါတို့၏အမိနှင့်လည်းတူပေကုန်၏။

၂။ အဘနှင့်လည်းတူပေကုန်၏။

၃။ ဘကြီးဘထွေးစသော ဆွေမျိုးရင်းတို့နှင့်လည်းတူပေကုန်၏။

"သုတ္တနိပါတ" ၈၄ပ

၄။ ဤနွားသတ္တဝါတို့သည် ငါတို့မှာ အလွန်ကောင်းမြတ်သောမိတ်ဆွေကြီးများ ဖြစ်ကြကုန်၏။

၅။ ငါတို့၏အသက်ရှည်ရာရှည်ကြောင်း၊ အနာရောဂါကင်းကြောင်းဖြစ်သော ထောပတ်၊ ဆီဥအစရှိသော ဆေးကောင်းဆေးမြတ်တို့ကို နွားသတ္တဝါတို့မှရနိုင်ကြကုန်၏။

၆။ နွားသတ္တဝါတို့သည် ငါတို့အား အစာထမင်းကိုလည်းပေးကုန်၏။

၇။ အဆင်းအရောင်ကိုလည်းပေးကုန်၏။

၈။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာချမ်းသာခြင်းကိုလည်းပေးကြကုန်၏။

ဟူ၍ ဤသို့နွားတို့၏အကျိုးကျေးဇူးကို ဟုတ်မှန်သည့်အတိုင်း ကောင်းစွာမြော်မြင်ကြကုန်၍ နွားတို့ကိုသတ်မည်၊ စားမည်ကို ဝေးစွ၊ ရိုက်နှက်ပုတ်ခတ်ခြင်းကိုမျှ မပြုလုပ်ကြလေကုန်။

ထိုအခါ၌ ထက်ကောင်းကင်ရှိ နတ်၊ သိကြား၊ ဗြဟ္မာတို့သည် လူတို့ကိုအလွန်ကြည်ညိုလေးမြတ်ကြကုန်၍ လူလောကကို ကောင်းစွာကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ကြလေကုန်၏။

ထိုအခါ လောကတွင်ရှိကြသော ဘီလူး၊ သရဲသဘက် ဟုခေါ်ကြသော နတ်ဆိုးနတ်ဝါးအပေါင်းတို့သည် လူသတ္တဝါတို့ကို ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်းငှာအခွင့်မရကြကုန်၊ လူလောကမှာ ရောဂါဆိုး၊ အနာဆိုး၊ ကပ်ဥပဒ်ဆိုး ဟူ၍ တစ်စုံတစ်ရာမျှမရှိပေ။

အသားစားမရှောင်ကြဉ်ခြင်း၏အပြစ်

ဥက္ကာကမင်းလက်ထက်သို့ရောက်သောအခါ၌မူကား ယုတ်မာသောဗြာဟ္မဏလူမျိုးတို့ပေါ်ပေါက်လာကြ၍ ကာမဂုဏ် စည်းစိမ်ချမ်းသာကို များစွာမက်မောခြင်းရှိကြကုန်သဖြင့် ယုတ်မာသောအကြံကိုလုပ်ကြံလာကြကုန်၏၊ အဘယ်သို့လုပ်ကြံကြသနည်းဟူမူကား-

၁။ မဟုတ်တရားသောကျမ်းစာအုပ်ကို ပြုလုပ်လာကြကုန်၏၊
၂။ ထိုကျမ်းစာအုပ်၌ နွားသတ္တဝါတို့မည်သည် ရေ၊ ဆန် ရေ၊ ရွှေငွေရတနာစသည်တို့ကဲ့သို့ လူတို့၏အသုံး အဆောင်မျိုးဖြစ်၏။
၃။ သတ်ဖြတ်စားသောက်သော် တစ်စုံတစ်ရာအပြစ်မရှိ
၄။ ထိုနွားတို့ကိုသတ်ဖြတ်စား၍ ဗြာဟ္မဏလူမျိုးတို့အား ကျွေးမွေးလှူဒါန်းခြင်းကိုပြုသောသူသည် မြင့်မြတ်သော နတ်ရွာသုဂတိဘဝသို့ရောက်ရ၏

ဟု ထိုစာအုပ်၌ ဂါထာဗန္ဓဖွဲ့စီလျက် များစွာပါလေ၏။

ထိုစာအုပ်ကို ကမ္ဘာဦးမှဖြစ်သော ကျမ်းထူးကျမ်းမြတ် ဆို၍ ဥက္ကာကမင်းအား ဆက်သကြကုန်၏၊ ထိုမင်းသည် အဆင်အခြင်၊ ပညာမရှိသည်ဖြစ်၍ ထိုကျမ်းစာအုပ်ကိုအလွန်ယုံကြည်ပြီးလျှင် အကောင်မကသောနွားသတ္တဝါများကို ကိုယ်တိုင်သတ်ဖြတ်၍ ပုဏ္ဏားလူမျိုးတို့အား များစွာကျွေးမွေးလှူဒါန်းလေသည်။

''သွေ့သဟ'' စာ၆ပ

ထိုအခါမှစ၍ လူလောကမှာ နွားသတ်မှု၊ နွားသားစားမှု သားငါးသတ်မှု၊ အသားစားမှုတို့သည် ပေါ်ပေါက်လာကြကုန်၏။

ထိုအခါ လူလောကကိုစောင့်ရှောက်ကြကုန်သော နတ်သိကြား၊ ဗြဟ္မာအပေါင်းတို့သည် လူလောကကိုအလွန်စက်ဆုပ်ကြကုန်၍ ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်မှုကိုမပြုကြကုန်ပြီ။

ထိုအခါ လောကတွင်ရှိနေကြကုန်သော ဘီလူး၊ သရဲသူဘက်ဟုခေါ်ကြကုန်သော နတ်ဆိုးနတ်ဝါးအပေါင်းတို့သည် အခွင့်ရကြကုန်သဖြင့် လူတို့နေရာ ထိုထိုမြို့ရွာသို့လာရောက်ကြကုန်၍ လူအပေါင်းတို့၌ မိမိတို့တန်ခိုးဖြင့် ပလိပ်ဖျားရောဂါ၊ ကာလဝမ်းရောဂါအစရှိသောအနာဆိုးကပ်ဥပါဒ်တို့ကို ကျရောက်ဖြစ်ပွားစေကြကုန်ပြီးလျှင် လူတို့၏အသွေးအဆီတို့ကို စုပ်ယူမျိုသောက်သေကြေပျက်ဆုံးသည်တိုင်အောင် နှိပ်စက်ညှင်းပန်းကြကုန်၏။

လူတို့၌ပြုခွင့်မသာသည့်အခါ ကျွဲ၊ နွားသတ္တဝါတို့၌ လည်းကောင်း၊ သိုး၊ ဆိတ်၊ ကြက်၊ ဝက်အစရှိသော တိရစ္ဆာန်သတ္တဝါတို့၌လည်းကောင်း၊ မိမိတို့တန်ခိုးဖြင့်လည်ပင်ကြီးနာ၊ အဆုပ်ကြီးနာ၊ အသည်းကြီးနာ၊ ကျောက်ကြီးနာအစရှိသောရောဂါဆိုး ကပ်ဥပါဒ်မျိုးတို့ကို ကျရောက်ဖြစ်ပွားစေကုန်ပြီးလျှင် ထိုကျွဲ၊ နွားအစရှိသောတိရစ္ဆာန်သတ္တဝါတို့၏အမွေးအဆီကို စုပ်ယူမျိုသောက်သေကြေပျက်ဆုံးသည်တိုင်အောင် နှိပ်စက်ညှင်းပန်းကြကုန်၏။

"သွေသဟာ" ၈၆၉

ဤစကား၌ အင်္ဂုတ္တိုရ်ဘိကနိပါတ်ပါဠိတော်မှာ ကပ်သုံးပါးတို့တွင် ရောဂန္တရကပ်သည် နတ်တို့ပြုလုပ်၍ဖြစ်ကြောင်းတိုက်ရိုက်လာပါသည်။

ဤသို့လာသောပါဠိတော်များကို ထောက်မြော်၍ ယခုလောကမှာဖြစ်ပွားလျက်ရှိကြသော ကပ်ရောဂါအမျိုးမျိုးတို့သည် ထိုနတ်ဆိုး၊ နတ်ဝါးတို့ပြုလုပ်၍ဖြစ်သော ကပ်ဆိုးဥပါဒ်မျိုးအမှန်ဖြစ်ကုန်သည် ဟုယုံကြည်ကြကုန်ရာ၏။

ထိုဥပါဒ်အမျိုးမျိုးတို့ကိုမူကား လောက၌ နတ်ဆိုးတို့နှင့်မသက်ဆိုင်သော တန်ခိုးသတ္တိနှင့်ပြည့်စုံသော မန္တန် မန္တရား ဆေးဝါးအင်းအိုင်တို့သည် ကာကွယ်နိုင်ကြကုန်၏။

×××××××××

သစ်သီး၊ သစ်ရွက်နှင့်စပ်သော ဒုတိယစကား၌ သစ်ရွက်သစ်သီး၌ အသက်ရှိသည်၊ ထိုအရာများစားမှု သက်သတ်ကဲထိုက်သည်ဟုဆိုရာ၌ ဆရာတော်က ထိုအယူသည် ကမ္ဘာ၏အရိုးအစဉ်နှင့်ဆန့်ကျင်သည်၊ သစ်ပင်ချုံမြက်တို့မှာ အသက်မရှိ၊ ပါရိတဟုခေါ်သော စိမ်းရှင်ပေါက်ရောက်ကြီးပွားစေတတ်သော တေဇောဓာတ်အထူးသာရှိသည်၊ ထိုဓာတ်ရှိနေလျှင် အရှင်မရှိလျှင်အသေ ဟုဆိုကြောင်းအကျယ်ရှင်းပြထားပါသည်။

ဘုန်းတော်ကြီးဦးသီလ၏ သက်သယ်လွှတ်စားအံ့ယူအဆ

ဘုန်းတော်ကြီးဦးသီလသည် မြန်မာနိုင်ငံတွင် ရဟန္တာဟူ၍ ကျော်ကြားသောမထေရ်မြတ်ဖြစ်သည်။

ဆရာတော်ကို ပဲခူးနယ်၊ အထက်ဇိုင်းဂနိုင်းကြီးရွာတွင် ဦးသွန်းအောင်+ဒေါ်ချိုတို့မှမွေးဖွားခဲ့သည်၊ မွေးချင်း(၅)ယောက်အနက် အကြီးဆုံးသားဖြစ်သည်။

ဘုန်းတော်ကြီးဦးသီလလျောင်းလျာပဋိသန္ဓေနေစဉ် မယ်တော်ကြီးဒေါ်ချိုမှာ နေ့စဉ်သီလစောင့်ထိန်းပြီး သက်သတ်လွတ်စားချင်သောဆန္ဒသာ အမြဲဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။

ဆရာတော်၏အသားအရေသည် ဖြူနုဝင်းဝါသည်၊ နူးညံ့သည်၊ စိတ်ဆန္ဒအလွန်ထက်မြက်သည်၊ ဖြောင့်စင်းသည်၊ ငယ်စဉ်ကတည်းက သည်းခံစွမ်းအားကောင်းမွန်သည်၊ အခြားကလေးများက ဆဲဆိုပုတ်ခတ်သော်လည်း မတုံ့ပြန်တတ်ဘဲ ဆိတ်ဆိတ်သာနေပြီး ငြိမ်သက်စွာသည်းခံတတ်သည်၊ ရောဂါဘယကင်းရှင်းသည်၊ အရှက်အကြောက်ကြီးသည်၊ ကျစ်လစ်စွာနေထိုင်တတ်သည်၊ ရောင့်ရဲလွယ်သည်၊ ကျောင်းသားဘဝဖြင့်(၂)နှစ်နေပြီး ၁၂၁၆-ခုနှစ်၊ (၁၂)နှစ်သားအရွယ်တွင် ကော့ပြင်းစွာဘုန်းတော်ကြီးဦးမှူးထံတွင် ရှင်သာမဏေဝတ်ခဲ့သည်။

၁၂၁၃-ခု၊ တပို့တွဲလတွင် ကျိုက်ဒေးရုံယျံဘုရားကုန်းရှိ သိမ်၌ ပိ ခတ်ဘုန်းကြီးကိုဥပဇ္ဈာယ်ပြု၍ ရဟန်းပြုခဲ့သည်။

ရဟန်းဖြစ်ခဲ့သောကျောင်းတွင် ကျောင်းသားဘ၀ဖြင့် (၂)နှစ်ရှင်သာမဏေ(၇)ဝါ၊ ရဟန်းအဖြစ်(၂)ဝါအထိ နေထိုင်သီတင်းသုံးခဲ့သည်၊ ပုဇွန်တောင်၊ တောင်လုံးပြန်ကျောင်း၊ ပဲခူးကလျာကင်ကျောင်း၊ စစ်ကိုင်းတောင်ရိုး အရိယဝံသရေနံတိုက်၊ မန္တလေးအရှေ့ပြင် စလင်းတိုက်တို့၌ (၉)ဝါအထိ စာပေပရိယတ္တိ သင်ကြားခဲ့သည်။

၁၂၂၂-ခုနှစ်၊ ရဟန်း(၉)ဝါတွင် သုသာန်များသို့လှည့်လှည်သီတင်းသုံးပြီး ထိုမှတစ်ဆင့်တောထွက်ကာ တောကျောင်းများ၌သာ အရည၀ါသီဆောက်တည်နေခဲ့သည်၊ တောရဂိုဏ်းကို စတင်တည်ထောင်ခဲ့သည်၊ တောရပ်မှီပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် စံပြနေထိုင်ခဲ့သည်။

တစ်ပါးတည်းအနေများပြီး ပဋိပတ်လုပ်ငန်းကို အလွန်သိုသိပ်စွာပြုလုပ်လေ့ရှိသည်၊ ရဟန်းငယ်များကို ပရိယတ္တိအား ထုတ်ရန် အမြဲတိုက်တွန်းဆုံးမလေ့ရှိသည်၊ ရဟန်းကြီးများကို တောကျောင်းနေကျင့်ရန် တိုက်တွန်းလေ့ရှိသည်။

(၄၇)နှစ်တိုင်တိုင် တောရဆောက်တည်ကျင့်ပြီး ၁၂၉၆-ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့်ကျော်(၃)ရက်၊ နံနက်(၂)နာရီတွင် ဇရာ၀တီတိုင်း၊ ဇလွန်မြို့၊ သုဿန်ကျောင်းသိမ်ကိုသမုတ်ရင်းပျံလွန်တော်မူသည်။

ဆရာတော်ကြီးသည် သက်သတ်လွတ်စားဘုဉ်းပေး၍ တောတောင်မှတ်ခြင်ပေါသောနေရာ၊ ဘီလူး၊ သရဲပေါသောနေရာ

တို့၌ တရားအားထုတ်ခဲ့သည်၊ မည်သည့်မှတ်၊ ခြင်မျှမကိုက်၊ မည်သည့်ဘီလူးသရဲမျှ အနှောင့်အယှက်မပေးခံရ ဟုဆိုပါသည်။

ဆရာတော်ကြီး၏ သက်သတ်လွတ်စားတရားအားထုတ်မှုကို အားကျနှစ်သက်ခဲ့သောရဟန်းငယ်တစ်ပါးသည် ဆရာတော်ထံသို့ဆည်းကပ်ကာ-

"ဘုရားတပည့်တော်သည် ဘုန်းတော်ကြီးဘုရားနှင့်အတူ မကွေမကွာနေ၍ တရားအားထုတ်ပါရစေ၊ ဘုန်းတော်ကြီးကို သက်သတ်လွတ်အကျင့်လည်း အမြဲကျင့်ပါမည်"
ဟု လျှောက်ထားသည်။

"ဦးပဉ္ဇင်း ဝါငယ်သေးသည်၊ စာတတ်အောင်သင်ဦး၊ စာပေပရိယတ်ဘက်ကပညာတတ်မြောက်၍(၁၀)ဝါလောက်ရတော့မှ တရားအားထုတ်ပါ၊ ဘုန်းကြီးများ ယခုသက်သတ်လွတ်စားနေတာ ကုသိုလ်ဖြစ်ကျင့်သည်မထင်နှင့်၊ သွားနာသက်သာလို့"
ဟူ၍ မိန့်ကြားလေသည်။

ဆရာတော်ကြီး၏စကားအရ သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည ကုသိုလ်ရမှုတရားရမှုနှင့် မည်သို့မျှမသက်ဆိုင်။

ဆရာတော်ကြီး၏ထေရုပ္ပတ္တိအရ မှတ်၊ ခြင်ပေါသောသရဲတစ္ဆေ၊ ပြိတ္တာ၊ အနှောက်အယှက်ပေါသော တောတောင်ထဲ၌ တရားအားထုတ်ရာတွင် အာဋာနာဋိယသုတ်တော်အညွှန်းအရ ခန္ဓာကိုယ်၌ အညီအဟောက်နံ့ကင်း၍ ထိုကဲ့သို့သောတောတိရစ္ဆာန်များ မှတ်၊ ခြင်များ၊ အစိမ်းသရဲဖုတ်ပြိတ္တာများ အနှောင့်အ

ယှက်ကင်းသည်၊ နတ်တို့ချစ်မြတ်နိုးစောင့်ရှောက်သည် ဟု မှတ်ယူရပါမည်။

တည်တောဆရာတော်ကြီး၏သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

ယခုအခါ ဟိုအဖွဲ့ သည်အဖွဲ့နှင့်ဘာသာရေးအဖွဲ့များပေါ်ပေါက်ပြီး သက်သတ်လွတ်စားခြင်း၊ မီးလွတ်စားခြင်းဆိုတာတွေ တော်တော်ခေတ်စားနေပါတယ်၊ အဲဒါတွေ စာပေမှာရှိပါသလား ဟု မန္တလေး ဇလပေဒဌာနက ဦးသန်းဇော်၏မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ တည်တောဆရာတော်က သက်လွတ်ကိစ္စ၊ မီးလွတ်စားကိစ္စကို အကျယ်တဝင့်ရှင်းပြပါသည်။

ယင်းတွင် တစ်ချို့ဖြေဆိုချက်များမှာ ရှေ့ပိုင်းရှင်းလင်းချက်တွင်ပါဝင်နေ၍ မထုတ်ပြပါ၊ မပါသောအချက်များကိုသာ အကျဉ်းချုပ်ထုတ်ပြအပ်ပါသည်-

ဓမ္မပဒပါဠိတော် ဇမ္ဗူကထေရဂါထာ
မာသေ မာသေ ကုသဂ္ဂေန
ဗာလေဘုဉ္ဇေယျ ဘောဇနံ
နသော သင်္ခတ ဓမ္မာနံ
ကာလံ နဂ္ဃတိ သောဠသိံ

“အကောင်းအဆိုး အကြောင်းအကျိုးကိုမသိတတ်တဲ့လူမိုက်ဟာ နိဗ္ဗာန်ကိုရည်ရွယ်ပြီး အစာမစားဘဲ ကျင့်သည်ဖြစ်စေ သမန်မြက်များနှင့်တစ်လမှတစ်ကြိမ်တို့စားပြီး ကျင့်သည်ဖြစ်စေ

သိအပ်သောတရားကို သိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တို့ရဲ့အကျင့်ကို (၁၆)စိတ် စိတ်ပြီး တစ်စိတ်မျှပင် မမီနိုင်ဘူး"

ဒီဂါထာက ဘာကိုပြောသလဲဆိုတော့ အကျင့်သာကျင့်နေတယ်၊ ကိုယ်ကျင့်တဲ့အကျင့်ဟာ အကျင့်ကောင်းဟုတ်-မဟုတ် သိဖို့အရေးကြီးတယ်ဆိုတာပြောတာပါ။

××××××××

သက်သတ်လွတ်စားခြင်း၊ မီးလွတ်စားခြင်းတို့ဟာ လောကုတ္တရာဘက်မှာ လုံးဝအကျိုးမရှိပါဘူး။

သို့သော် လောကီဘက်မှာတော့ အထိုက်အလျောက် အကျိုးရှိပါတယ်။

သက်သတ်လွတ်စားတဲ့အကျိုးက-

အမှတ်-၁-အကုန်အကျသက်သာတယ်။

အမှတ်-၂-ချက်ရပြုတ်ရစသော အလုပ်ကိစ္စသက်သာတယ်။

အမှတ်-၃-ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ အစိမ်းတစ္ဆေသရဲများဟာ သားစားမျိုးဖြစ်ကြတယ်၊ အသားစားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို နှောင့်ယှက်တတ်တယ်၊ သက်သတ်လွတ်စားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကို မနှောင့်ယှက်တတ်ဘူး။

ဒါကြောင့် သုသာန်ဓုတင်၊ တောနေဓုတင်ဆောက်တည်တဲ့ရဟန်းများ သားငါးကိုမစားသင့်ဘူး။

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတခြောက်ထပ်ကြီးဆရာတော် ဦးအာစိဏ္ဏ၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

သက်သတ်လွတ်စားသောက်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ ရန်ကုန်မြို့၊ ခြောက်ထပ်ကြီးကျောင်းတိုက်၊ ပဓာနနာယကဆရာတော်ဘုရားကြီး ဦးအာစိဏ္ဏက ဇာတ်တော်လာများနှင့် သာဓကပြပြီး သက်လွတ်စားမှုကိုစွ ရှင်းလင်းမိန့်ကြားသွားပါသည်။

အာဠွာနာဠိယသုတ်တွင် "အာဠွာနာဠိယသုတ္တံဘဏိတဗ္ဗံ တံဘဏန္တေနဘိက္ခုနာ ဝဋ္ဋံပါမံသံဝါ နခါဒိတဗ္ဗံ ဟူသောပါဠိအရ အသားစားသောရဟန်းအား ဘီလူးတို့သည် လုံးဝမုန်းတီးသည့်ပြင် ရွတ်အပ်သော အာဠွာနာဠိယပရိတ်စသော တရားတော်မြတ်သည်လည်း မထက်မြက်ဘဲ ရန်သူလက်ချက်ဖြင့် ဒုက္ခတွေ့တတ်သည်"

ဟု မိန့်ကြားခဲ့ပါသည်။

အလားတူ သုဝဏ္ဏသာမဇာတ်၌ ဒုကူလသတို့သားနှင့် ပရိကသတို့သမီးတို့သည် တံငါမျိုး၌ဖြစ်ကြသော်လည်း တံငါအလုပ်ကိုမလုပ်၊ သတ္တဝါတို့၏အသွေးအသားကိုစားခြင်းမှရှောင်ကြဉ်သည်၊ မေတ္တာသာပွားသည်၊ တောထွက်သောအခါ၌လည်း တောထဲ၌ သစ်သီးသစ်ရွက်သာစားပြီး မေတ္တာဘာဝနာပွားများနေသောကြောင့် တိရစ္ဆာန်အားလုံးက ချစ်မြတ်နိုးကြသလို နတ်များကချစ်ခင်ကူညီကြသည်။

တေမိယဇာတ်တွင် တေမိမင်းသည် တောထွက်ရဟန်းပြုပြီး ကာရပဏ္ဏကခေါ် ကဗျည်းအက္ခရာရွက်ကိုသာစားပြီး ဗြဟ္မဝိဟာရတရားကိုစီးဖြန်းခဲ့သည်၊ ထိုသို့စီးဖြန်းသဖြင့် ဈာန်အဘိညာဉ်ရကာ မိဘနှစ်ပါးနှင့်တကွ တစ်တိုင်းပြည်လုံးကို ငြိမ်းချမ်းသာယာအောင်ပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သည်။

ကေသဝဇာတ် နကုလဇာတ်တို့တွင် ရသေ့တို့သည် တောသစ်မြစ်သစ်သီးတို့ကိုစားပြီး မေတ္တာစသော ဗြဟ္မဝိဟာရတရားကိုပွားများကြရာ ဗြဟ္မာပြည်သို့ရောက်ကြရသည်။

မဟာသုဒဿနစကြာမင်းကြီးနှင့် နေမိမင်းတို့သည် နွားနို့၊ ဒိန်ခဲ၊ ထောပတ်၊ ဆီဦ၊ ပျားသကာစသည်တို့ဖြင့် ထုံသင်းယှဉ်စပ်သောခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ကိုစားသုံးပြီး မေတ္တာဘာဝနာကို ပွားများခဲ့ကြ၍ မဟာသုဒဿနမင်းသည် တိုင်းသူပြည်သားများကိုလည်း ထိုကဲ့သို့စားစေပြီး မေတ္တာပွားစေခဲ့သည်။

နေမိမင်းသည် အဘိညာဉ်ဈာန်သမာပတ်ရသော တစ်သောင်းသောရသေ့တို့ကိုဆွမ်းကျွေးရာဝယ် နို့ ပျားသကာတို့ဖြင့် ထုံယှဉ်အပ်သော ကောက်ဆွမ်းဘောဇဉ်ကိုသာ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းခဲ့သည်။

သို့အတွက် ထိုမင်းတို့သည် ဗြဟ္မဝိဟာရကိုပွားသဖြင့် ဗြဟ္မာပြည်သို့လားရသည် ဟုဆိုပါသည်။

သီလက္ခန္ဓဝဂ် ကူဋဒန္တသုတ်တွင် ကူဋဒန္တပုဏ္ဏားကြီးက ဘုရားရှင်အား အပြစ်ကင်း၍ အကျိုးကြီး၍ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်များ

လည်း ခံယူရရှိနိုင်သောအလှူတော်မင်္ဂလာပြုပုံနည်းဥပဒေသကို လျှောက်ထားရာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က-

"ပုဏ္ဏားကြီး. . . မဟာဝိဇိတာမင်းသည် နွား၊ ကျွဲ၊ ဝက်၊ ဘဲ၊ ဆိတ်စသောသားမျိုး၊ ငါးရံ့၊ ငါးခူစသောငါးမျိုးတို့ကိုလည်း မသတ်ဖြတ်၊ မညှင်းဆဲ၊ လူတို့ကိုလည်း မပင်ပန်းစေရ၊ အလှူခံ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကိုလည်း ရွှင်ပြနှစ်သက်စေနိုင်သည့် မွန်မြတ်သောထော ပတ်၊ ဆီ၊ ဆီဥ၊ပျားသကာ၊ တင်လဲစသည်တို့ဖြင့် ရောပြွမ်းသော ယာဂုခဲဖွယ် ဘောဇဉ်အဖျော်ယမကာအဖြာဖြာတို့ဖြင့်လှူခဲ့ရာ အလှူတော်မင်္ဂလာကြီးပြီးဆုံးအောင်မြင်ခြင်းသို့ရောက်စေခဲ့ပြီ" ဟု ဟောတော်မူ၏။

ထို့ကြောင့် အလှူရှင်တို့သည် ဘုရားရှင်ဟောကြားတော် မူသော မဟာဝိဇိတမင်းအလှူပေးပုံနည်းဥပဒေအတိုင်းလှူကြပါ မူကား အလွန်ကြီးကျယ်များမြတ်သောအကျိုးထူးတို့ကို ရနိုင်ပေ သည်။

သုတ္တနိပါတ် ဓမ္မိကသုတ်တွင် ဓမ္မိကဥပါသကာသည် ဘုရားရှင်အား အာဂါရိက-လူတို့ကျင့်ဝတ်နှင့်အနာဂါရိက-ရဟန်း တို့၏ကျင့်ဝတ်ကိုလျှောက်ထားရာ ဘုရားရှင်က အာဂါရိက-လူ တို့ကျင့်ဝတ်နှင့်ပတ်သက်၍-

"သတ္တဝါဟူသမျှအပေါ် လက်နက်မဆောင်ထားဘဲ သူ့ အသက်မသတ်ခြင်း၊ မညှင်းဆဲခြင်း၊ သတ်ခွင့်မပေးခြင်း၊ သတ် သဖြင့်ဝမ်းမသာခြင်း၊ သူတစ်ပါးပစ္စည်းမယူခြင်း၊ လိမ်လည်၍

"ဒေ့ဘူသဟာ" ၈၄၀ပ

မပြောခြင်း၊ သေအရက်မသောက်ခြင်း၊ မမြတ်သောမေထုန်အကျင့်ကိုမကျင့်ခြင်း၊ ညစာမစားခြင်းစသော ငါးပါးသီလ၊ ရှစ်ပါးသီလတို့ကို တတ်အားသမျှဆောက်တည်ရာသည် အပြစ်ရှိသောတရားတို့ကိုရှောင်ကြဉ်ပြီး အပြစ်ကင်းသောအဝတ်တန်ဆာနေရာအစားအစာစသည်တို့ကို သုံးဆောင်မှီဝဲရာသည်”

ဟု ဟောတော်မူ၏။

ဤသို့ဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော သာဓကများကိုထောက်ဆလျှင် အပြစ်မလွတ်သည့်ငါး၊ အမဲ၊ အစာတို့ကိုရှောင်ကြဉ်ကာ အပြစ်လွတ်ကင်းလျက် မသတ်ဖြတ်ဘဲရနိုင်သော ထောပတ်၊ ဆီဥ၊ ပျားသကာစသည်တို့ဖြင့် ထုံသင်းသောဘောဇဉ် သစ်သီးကြီးငယ် သစ်ရွက်သစ်မြစ် သစ်ဥ သစ်ဖုစသည်တို့ကိုသာ သန္တုဋ္ဌိသလ္လေခယောနိသောမနသိကာရ ဆင်ခြင်သုံးသပ်လျက် သတ်ဖြတ်ရသော ကာလပေါ်တိရစ္ဆာန်အသားတွေကို ရှောင်ကြဉ်ကြရန် မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။

တစ်သက်လုံးရှောင်သွားနိုင်ပါမူ အလွန်အလွန်ကောင်းမြတ်လှပေသည်၊ သို့မဟုတ် (၇)ရက်ဖြစ်စေ၊ (၁၅)ရက်၊ တစ်ပတ်ဖြစ်စေ၊ တစ်လဖြစ်စေ၊ ခြောက်လဖြစ်စေ၊ တစ်နှစ်ဖြစ်စေ၊ တတ်နိုင်သလောက်အချိန်အခါ၌ ရှောင်ကြဉ်နိုင်ပါမူကား မိမိအတွက် သူ့အသက်မသတ်ရသဖြင့် ကောင်းလေစွ။

“ ဆွေသဟာ ” ဓာရေ

ရန်ကုန်သိရိမန္တဆရာတော်ကြီး အရှင်ရာဇိန္ဒ၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

"သား၊ ငါးမစားဘဲရှောင်ကြဉ်တာ (သက်သတ်လွတ်စားတာ)ဟာ မဂ်ဖိုလ်ရကြောင်းတစ်ခုဖြစ်တယ်ယူဆရင် မိစ္ဆာအယူဖြစ်တယ်၊ မဂ်ဖိုလ်ရကြောင်းအကျင့်က မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဖြစ်ပါတယ်။

သက်သတ်လွတ်စားတဲ့အကျင့်ဟာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးထဲ မပါဘူး၊ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးမှလွတ်တဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးထဲမပါတဲ့အကျင့်ဟာ မဂ်ဖိုလ်မရနိုင်စေပါဘူး၊ ဒါကြောင့် မဂ်ဖိုလ်ရကြောင်းအကျင့်တစ်ခုအနေနှင့် သက်သတ်လွတ်မစားကောင်းဘူးလို့ မှတ်ထားရမယ်။

ဒီလိုမဟုတ်ဘဲ ကျန်းမာရေးကြောင့်ဖြစ်စေ၊ တစ်စုံတစ်ခုသောအမိဋ္ဌာန်ကြောင့်၊ ရည်မှန်းချက်ကြောင့်၊ အတတ်ပညာကြောင့်၊ စာမေးပွဲအောင်လိုသောကြောင့်၊ ထီပေါက်လိုသောကြောင့်စသည်-စသည် ထိုထိုဤဤအကြောင်းတွေကြောင့် သက်သတ်လွတ်စားတာက ဘာမျှပြောစရာမရှိ၊ သဘောအတိုင်းစားနိုင်ပါတယ်။

ရှေးအချို့ဆရာတော်ကြီးများလည်း သက်သတ်လွတ်သုံးဆောင်ကြပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် သူများကိုတော့ အထူးတိုက်တွန်းတော်မမူကြပါဘူး၊ သက်သတ်လွတ်စားသည့်အတွက်လည်း အထူးဂုဏ်တင်တော်မမူကြပါဘူး။

××××××××

"ဩဝါဒ" ၈၄၉

ဂေါတမဘုရားရှင်နှင့်တွေ့ရတဲ့ အာမဂန္ဓရသေ့နှင့်တကွ ရသေ့ငါးရာဦးရုဝေဠုကဿပ၊ နဒီကဿပ၊ ဂယာကဿပအစရှိတဲ့ရသေ့ပေါင်းတစ်ထောင်တို့ဟာ ဗြာဟ္မဏလူမျိုးတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

သူတို့ဟာ သက်သတ်လွတ်သမားတွေဖြစ်ပါတယ်၊ ရသေ့မဝတ်ဘဲ အိမ်ထောင်သားမွေး မြို့ရွာထဲမှာနေကြတဲ့ ဗြာဟ္မာတွေဟာလည်း အများအားဖြင့်တော့ သက်သတ်လွတ်စားနေကြပုံရပါတယ်။

အဲဒီလို ကမ္ဘာဦးကစ,လာတဲ့ သက်သတ်လွတ်စားတဲ့ အလေ့အကျင့်ကို အများအားဖြင့် ဗြာဟ္မဏတွေကဆက်လက်ကျင့်သုံးလာခဲ့တဲ့အတွက် သက်သတ်လွတ်ဝါဒကို ဗြာဟ္မဏဝါဒလို့ ပြောနိုင်စရာရှိပါတယ်။

တချို့က သက်သတ်လွတ်စားတာကို ဒေဝဒတ်ဝါဒလို့ ပြောတယ်ကြားရပါတယ်၊ ပြောတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဒေဝဒတ်မဟုတ်မှန်းသိပြီးသားဖြစ်မှာပါဘဲ။

ဒါပေမယ့် တစ်ချို့က သက်သတ်လွတ်စားတာကို ဂုဏ်ယူပြီး သက်သတ်လွတ်မစားသူတွေကို နှိမ်သလို-ရှုံ့ချသလိုပြုတာကို နားကြားမြင်းကပ်တာနှင့်ပြောလိုက်တယ် ထင်ပါတယ်။

ပြောစရာစကားကြွင်းစကားကျန်ကလေး အနည်းငယ်ရှိသေးလို့ ဆက်ပြောပါဦးမယ်။

လုခပ္ပသန္ဒာမိမနုဿ ခေါင်းခေါင်းပါးပါး ခြိုးခြိုးခြံခြံကျင့်

တယ်ဆိုရင် အထင်ကြီးတတ်တာ ကြည်ညိုလေးစားတတ်တာဟာ လူ့သဘာဝပဲလို့ဆိုပါတယ်၊ ဒီသဘာဝဟာ သဒ္ဓါလွန်ကဲဉာဏ်မဲ့သူတို့ရဲ့လျှော့ကွက်ကို အခွင့်ကောင်းတစ်ခုအဖြစ်လိမ္မာပါးနပ်စွာ အသုံးချပြီး ဘယ်နှစ်ရက်ထမင်းမစားဘဲ ရေသာသောက်ပြီး နေပြ စကားမပြောဘဲ ဝစီပိတ်ကျင့်တယ်ဆိုပြီးနေပြ၊ သစ်သီးသစ်ရွက်သာစား(သက်သတ်လွတ်စား)ပြီးနေပြ၊ ဂူအောင်းပြစသည်ပြုလုပ်နေထိုင်ကြပြီး လာဘ်များအောင်အခြေအရံ ပရိသတ်များအောင် နာမည်ကြီးအောင်လုပ်နေကြတာကို တွေ့မြင်ကြားသိနေရပါတယ်။

ဒီလိုမူမမှန်တဲ့လုပ်ရပ်တွေကို သဒ္ဓါလွန်ကဲ ဉာဏ်နည်းနည်းဖြင့်အကြည်ညိုလွဲရင်း ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်မှုလွဲရင်း ဆရာရှုံးတော့တစ်သံသရာလုံးမှောက် ဆိုတဲ့အတိုင်း ဒီဘဝမှာလဲ ပစ္စည်းကုန်လူပန်း ဘဝပါပျက်လောက်အောင်ညိုးနွမ်းရပြီး နောင်သံသရာတစ်လျှောက်မှာလဲ အောက်ရပ်အပါယ်စခန်းမှာ မမှန်းဆနိုင်လောက်အောင် ဒုက္ခတွေနဲ့ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ကြလိမ့်မယ်ဆိုတာ အလေးအနက်သတိထားဖို့ရာဖြစ်တယ်လို့ ပြောလိုပါတယ်။

xxxxxxxxx

သက်သတ်လွတ်စားသုံးခြင်းဖြင့် ရနိုင်တဲ့အကျိုးအာနိသင်တွေကတော့-

-အစိမ်းသရဲ၊ သင်းကွဲပြိတ္တာ၊ တစ္ဆေ၊ မြေဘုတ်၊ နတ်ဘီလူး၊ နတ်မိစ္ဆာများဘေး

-ခြင်္သေ့၊ သစ်၊ ကျား၊စတဲ့သရဲ၊ တိရစ္ဆာန်ဘေးအန္တရာယ်
မှကင်းဝေးခြင်း။

-သက်ရှည်ကျန်းမာရောဂါကင်းသဖြင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ
ချမ်းသာခြင်း

စတဲ့အကျိုးများကိုရနိုင်တယ်လို့ပြောနိုင်ပါတယ်။

အထူးအားဖြင့် ကျွဲ၊ နွားတို့၏အသားကိုမစားဘဲ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းက ပိုပြီးရောဂါကင်းတယ်၊ သက်ရှည်ကျန်းမာတယ်လို့ သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော်မှာ-

တယော ရောဂါ ပါရေအာသုံ
ဣစ္ဆာ အနာသနံ ဇရာ
ပသူနဉ္စ သမာရမ္ဘာ
အဋ္ဌနဝုတိအာဂမုံ လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

အဓိပ္ပာယ်ကတော့ နွားသတ်သမား နွားသားစားသူတို့ မပေါ်မီ ရှေးအခါက-

၁။ ဣစ္ဆာ -လိုချင်တာကိုမရတဲ့အတွက် စိတ်ပူပန်
အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ရတဲ့ရောဂါ

၂။ အနာသန -စားချိန်မှာမစားရ၊ အိပ်ချိန်မှာမအိပ်ရတဲ့
အတွက် စိတ်ပူပန် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ရတဲ့
ရောဂါ

၃။ ဇရာ -အိုချိန်ကျတဲ့အခါ အိုရတဲ့ရောဂါ

ဆိုတဲ့ရောဂါသုံးမျိုးသာ လောကမှာရှိတယ်။

"ဆွေသဟာ" စာ၄၄

ထမင်းရှင်၊ ဟင်းရှင် ကျွဲ၊ နွားသတ္တဝါတို့ကို သတ်ဖြတ်စားသောက်တဲ့အချိန်ကစပြီးတော့ လောကမှာ (၉၆)ပါးသော ရောဂါဝေဒနာများဖြစ်ပေါ်လာကြတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒါက ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာစာပေကျမ်းဂန်လာအတိုင်း ဖြေကြားလိုက်တာဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ်တိုင်သုတေသနပြုပြီးတော့ဖြစ်စေ၊ သုတေသနပြုပြီးထုတ်ဝေတဲ့စာအုပ်စာတမ်းများကိုကြည့်ရှုပြီးတော့ဖြစ်စေ၊ သက်သတ်လွတ်အကြောင်းသိကောင်းစရာများကို ပိုမိုသိရှိအောင်ပြုလုပ်ပါ ဟုတိုက်တွန်းဖြေကြားလိုက်ပါတယ်။

အဘိဓဇအဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ ကုံလုံဆရာတော်ကြီး၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

"ဒကာ၊ ဒကာမအချို့ ပြောကြတယ်၊ ကုံလုံဆရာတော်ကြီး သူများအသားမစားလို့သူ့အသားဟာမွှေးနေတယ်တဲ့ လို့ ပြောကြတယ်၊ ဆရာတော်က ဒါဆို အိန္ဒိယနိုင်ငံကကုလားတွေ အသားမစားကြတာ သူတို့အသားတွေမွှေးနေရမှာပေါ့၊ အသားမစားလို့မွှေးတာမဟုတ်ဘူး၊ သီလကြောင့်မွှေးတာ၊ သီလမွှေးထုံ ဂန္ဓာရုံ သီလရဲ့တန်ခိုးကြောင့်မွှေးတာပါ "
ဟူ၍ ဆရာတော်က ပြန်လည်မိန့်ကြားသည်။

"သားငါးစားခြင်းသည် သတ္တဝါတို့၏အသက်ပျက်စီးရာ

ပျက်စီးကြောင်းဖြစ်တယ်၊ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်ရတာ ဘာဖြစ်လို့လဲဆို တော့ ဟိုဘက်ဘဝက အကုသိုလ်ကံတွေများလို့ ဝဋ်ကြွေးဆပ်နေ ရတာ၊ လူတွေက ယခုတစ်ဖန်သူတို့ရဲ့အသားတွေစားနေကြပြန် တယ်ဆိုတော့ ဘယ်မှာကောင်းတော့မလဲ"

"ဟို အင်းလေးထဲက လူတွေ ဘယ်လိုပြောကြသလဲဆို တော့ ငါးသေရင်လူစား၊လူသေရင် ငါးစားသတဲ့၊ အင်းလေးထဲမှာ လူသေရင် အလောင်းကိုရေပေါ်မျှောချလိုက်တာပဲ၊ အဲဒီတော့ လူသေကောင်ကို ငါးတွေကစားကြတယ်၊ ရင်းငါးတွေကို လူတွေ ကတစ်ဖန်ဖမ်းပြီး စားကြပြန်တယ်၊ တစ်လဲတစ်ဖန် အပြန်ပြန် အလှန်လှန်စားနေကြတာပဲမဟုတ်ဘူးလား"

"ငါးပြိတ္တာဆိုတာရှိတယ်၊ အဲဒီ ငါးပြိတ္တာဟာ အရိုးချည်း ဘဲရှိတာ၊ အသားလုံးဝမရှိဘဲ အရိုးခေါင်းချည်းသက်သက် ရေထဲ ကူးနေတာဘဲ၊ ငါးပြိတ္တာ အရိုးပြိတ္တာလို့ခေါ်တယ်၊ အရှင်နေဉ် အသေမဟုတ်ဘူး၊ အမျိုးမျိုးပြနေတာဘဲ၊ မကြောက်ကြ၊ မထိတ် လန့်ကြဘူး၊ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲဒုက္ခဆိုတာ အဲဒါကိုခေါ်တာ၊ ဘုရားကမစားနဲ့လို့လည်းမတားဘူး၊ စားပါလို့လည်းမဟောခဲ့ဘူး၊ မစားနဲ့ပြောရင်အပြစ်များတယ်၊ စားပါလို့ပြောရင်လည်း**အပြစ်** များတယ်၊ သူများစားနေတာကို မစားပါနဲ့လို့ဟောပြောရင်း **အဘိ** ဇ္ဈာဒေါမနဿဖြစ်တယ်၊ သူတော်ကောင်းတို့မည်သည် ဟောပြော ရင်း မိမိရဲ့စိတ်မှာ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿနှင့် မတွေ့ရတာရားတွေ**ကင်း** ရှင်းအောင်းနေတတ်ပါမယ်"

"ဒါ့ကြောင့် ဘုန်းကြီးပြောချင်တာက ကောင်းတဲ့အကျင့်ကိုကျင့်၊ ကောင်းတဲ့အကြံကိုကြံ၊ ကောင်းတဲ့အပြောကိုပြော၊ ကောင်းတဲ့အစားအစာကိုစားရမယ်၊ ဒီလိုဆိုရင် ဖြစ်လေရာဘဝမှာ မြင့်မြတ်တဲ့အမျိုးချည်းဖြစ်ရတာပေါ့၊ဘဝသံသရာအရှည်ကြီးကျင်လည်ကြရာမှာ အဲဒီလိုမြင့်မြတ်ချမ်းသာစင်ကြယ်တဲ့အမျိုးမှာချည်းဖြစ်ပြီး ကျင်လည်ရဖို့အရေးကြီးတယ်၊ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘဲ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူဝါဒကြီးနှင့်ဆိုရင်ဖြင့် အပါယ်သံသရာကြီးမှာ ဒုက္ခဆင်းရဲကြီးစွာနှင့်ကျင်လည်ကြရလိမ့်မယ်၊ ဘဝမှာသင်ခန်းစာယူတတ်အောင်ပြောနေတာ"

"နိဗ္ဗာန်မရကြသေးသမျှ ဖြစ်တုံ-ပျက်တုံဘဝအဖုံဖုံ ကျင်လည်ကျက်စားစုန်ဆန်သွားလာနေသမျှ ဝဋ်ဆိုး-ကြမ္မာဆိုး-ဘဝဆိုးတွေနဲ့မကြုံရ မတွေ့ရလေအောင်ပြောနေတာ"

"လူမျိုးမှန်ဖြစ်ဖို့အရေးကြီးတယ်၊ ချက်ချင်း နိဗ္ဗာန်သွားချင်တာမှမဟုတ်ဘဲ၊ ဒါကြောင့် တကယ်တမ်း မိမိကိုယ်ကိုချစ်တယ်၊ သနားတယ်ဆိုရင် မိမိကိုယ်ကိုပြုပြင်ရမယ်၊ သတ္တဝါတွေအပေါ်ရင်ဝယ်သားကဲ့သို့ကြင်နာသနားရမယ်၊ ညီရင်းအစ်ကိုမောင်ရင်းနှမတွေလိုသဘောထားရမယ်၊ ဒီတော့မှ မေတ္တာ ကရုဏာ မုဒိတာ ဥပေက္ခာလို့ခေါ်တဲ့ ဗြဟ္မစိုရ်တရားပေါ်လာတော့မှာပေါ့ "

"ဒီတရားလေးပါးပေါ်လာအောင် တမင်တကာကိုလေ့ကျင့်ယူရတာ လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့ဘယ်မှာရနိုင်မလဲ"

"ဆွေသဟာ" ၈၄၉

ရွှေဟင်္သာဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သက်သတ်လွှတ်စားမှုအယူအဆ

သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဖြင့် မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို ပင်ပန်းဆင်းရဲအောင်ကျင့်ကြံလျှင် ဓမ္မစကြာတရားတော်၌ ဘုရားသခင်ဟောတော်မူသော မိမိကိုယ်ကိုညှင်းဆဲပင်ပန်းအောင်ကျင့်သောအယုတ်တရား တစ်ဘက်စွန်းတရား(အတ္တထိလမထ)ဟူ၍ပင်ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။

"မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင် ဘုရားအဖြစ်သို့မရောက်မီ အလောင်းတော်ဘဝတွင်(၆)နှစ်ပတ်လုံး အစာကိုခြိုးခြံ၍ဆင်းရဲပင်ပန်းခံကာကျင့်ခဲ့ခြင်း(ဒုက္ကရစရိယ)အကျင့်သည် ဘုရားဖြစ်ကြောင်းမဟုတ်၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းမဟုတ် ဟူ၍ အရှင်သာရိပုတ္တရာကို ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။

ဘုရားရှင်၏အလိုတော်ကျမှာ အစာအာဟာရကို စားသောက်ခြင်းသည် ခန္ဓာကိုယ်ခံကျန်းမာမှုတ၍ ကျန်းမာအားရှိကာနိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရားကိုအားထုတ်နိုင်စေရန်အတွက်သာဖြစ်သည်"

ဟူ၍ ညွှန်ကြားတော်မူခြင်းဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာသန်စွမ်းရေးအတွက်သက်သတ်လွှတ်သည်ဖြစ်စေ၊ မလွှတ်သည်ဖြစ်စေ၊ မိမိနှင့်သင့်တင့်လျှောက်ပတ်သော သား၊ ငါးစသည်တို့ကို စားသောက်ကြရမည်သာဖြစ်သည်။

"ရွှေသဟာ" စာပေ

ဤသို့စားသောက်ရာတွင် ကောင်းလိုက်တာ၊ အရသာရှိလိုက်တာဟူ၍ တပ်မက်သောလောဘတဏှာမဖြစ်စေရန်သာ သတိပြုဆင်ခြင်ရမည်။

လူ့ဘဝတွင် ခန္ဓာကိုယ်ရရှိနေကြသော ရဟန်းရှင်လူတို့သည် မိမိတို့စားသောက်သောအစာအာဟာရ၌တပ်မက်နှစ်သက်သာယာခြင်းကိုမဖြစ်စေဘဲ ခန္ဓာကိုယ်ခံ့ကျန်းအောင်၊ အနာရောဂါကင်းအောင်၊ သူတော်ကောင်းတရားကိုပွားများအားထုတ်နိုင်အောင်သာလျှင် ခွန်အားကိုဖြစ်စေသော ခန္ဓာကိုယ်ကိုခိုင်ခံ့စေသော၊ ဩဇာရှိသောအာဟာရတို့ကို သင့်လျော်သလောက်နှိုင်းယှဉ်၍စားရမည် ဟု ဘုရားရှင်က ဟောကြားတော်မူလိုခြင်းဖြစ်သည်။

အသက်သတ်လွတ်သောအာဟာရကို စားရမည် ဟု ဘုရားရှင်ကဟောတော်မူခြင်းမရှိသလို မစားရဟူ၍လည်း တားမြစ်ခြင်းမရှိပေ။

အချို့က သက်သတ်လွတ်စားကြသည်မှာ အယူအဆမတတ်၍ မှားသောအယူအမြင်ဖြစ်ကာ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိပုင်ဖြစ်နေကြပေသည်။

ကျေးဇူးတော်ရှင် အဘိဓဇမဟာရဋ္ဌဂုရု စစ်ကိုင်းတောင်ရှိ ရွှေဟင်္သာတိုက်ရှိ ဆရာတော်ကြီးထံသို့ မန္တလေးမြို့၊ လှခင်အင်ဆန်း၊ ဒေါ်လှခင်က သက်သတ်လွတ်စားခြင်း၊ မစားခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍လျှောက်ထားချက်ကို ဆရာတော်က အထက်ပါအတိုင်းဖြေဆိုပေးခဲ့ပါသည်။

"ရွှေသဟာ" ၈၄၀

ဆရာတော်ကြီး၏အယူအဆမှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်၏အလို တော်အရ ရသမျှနှင့်ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ရန်နှင့် တစ်ဘက်စွန်း ရောက်အယူမလွဲစေရန် လမ်းညွှန်ဟောကြားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က ရောင့်ရဲခြင်း(သန္တောသ)၃-မျိုးကို ဟောကြားထားခဲ့ပါသည်-

၁။ ယထာလာဘသန္တောသ - ရသမျှနှင့်ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ခြင်း

၂။ ယထာဗလသန္တောသ - မိမိစွမ်းနိုင်သမျှနှင့်ရောင့်ရဲတင်း တိမ်ခြင်း

၃။ ယထာသရုပ္ပသန္တောသ - မိမိနှင့်သင့်လျော်သလောက် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ခြင်း

ဤရောင့်ရဲတင်းတိမ်ခြင်း(သန္တောသ)၃-မျိုးကိုဂရုပြု၍ မိမိ၏ကိုယ်ခန္ဓာကျန်းမာရေး၊ ကျန်းမာသဖြင့် သူတော်ကောင်း တရားကို အားထုတ်နိုင်ရေးသာ ဆင်ခြင်သုံးဆောင်ရမည်။

အသက်သတ်လွတ်ခြင်း၊ မလွတ်ခြင်းသည် ပဓာနမဟုတ် မူ၍ အခြေအနေရ သန္တောသ(ရောင့်ရဲခြင်း)-၃-မျိုးသာ အလှည့် အလှည်ဆင်ခြင်၍ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း သူတော်ကောင်းတရား ကိုမရှိမပင့်ပဒါလမ်းကျအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြရန်ကိုသာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဓမ္မဘက်စစ်စစ်ကကြည့်၍ သက်သတ် လွတ်စားသြဝါဒကိုပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။

(လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟများသောလူသားတို့သည် သန္တောသတရားဆင်ခြင်ဖို့၊ သတိတရားထားဖို့အလွန်အားနည်း

"သန္တောသကထာ" ၈၉၄။

ကြသောကြောင့် ရသတဏှာကိုတပ်မက်မောမှုကိုဆင်ခြင်မှုအား နည်းကြသည်၊ သို့အတွက် သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဖြင့် အလို လောဘတဏှာရမက်တပ်နှစ်သက်မှုနည်းနိုင်၍ သက်သတ်လွတ် စားပြီး တရားအားထုတ်ခြင်းသည် အစားတဏှာတပ်မက်မှုနည်း သည့်အကျင့်ကို အထူးထိန်းသိမ်းပြီးဖြစ်၍ ပို၍တရားအားထုတ် ရာ၌လွယ်ကူသည်ဟု အချို့ဆရာတော်များကဆို၍ မိမိတို့ရိပ်သာ များ၀ယ် သက်သတ်လွတ်စားပြီး တရားအားထုတ်စေမှုများလည်း ရှိပါသည်)

သာမညဆရာတော်ကြီး၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

ဆရာတော်သည် ကသင်စဉ်ကာလ သာမဏေဘ၀က ပင် စာပေကျမ်းဂန်ကိုသင်ရုံမက နေ့-ပရိယတ်၊ ည-ပဋိပတ်ဆို သည့်အတိုင်း တရားကျင့်ကြံအားထုတ်မှုကို ဆရာကောင်းသမား ကောင်းများထံမှ နည်းလမ်းမှန်စွာသင်ယူခဲ့ပြီး ကျင့်ကြံအားထုတ် ခဲ့သည်။

မိမိ၌ လေရောဂါဝေဒနာရှိသဖြင့်လည်း ပရိယတ္တိလိုက် စားသည်ထက် ပဋိပတ်ကိုပို၍ စူးစူးစိုက်စိုက်လုပ်ခဲ့သည်။

မြန်မာသက္ကရာဇ် ၁၂၉၅-ခုနှစ်၊ သက်တော်(၂၂)နှစ်တွင် ဘီးလင်းမြို့နယ်၊ ရွှေရောင်ပြတောရကျောင်း တောမှီရဟန်းတော် ဦးအုန်းခိုင်ထံရောက်ရှိသွားပြီး တရားအားထုတ်သည်။

ထိုစဉ်က အရည်ဝါသီတောမို့ရဟန်းတော် ဦးအုန်းခိုင်သည် နိုင်ငံအစွန်းရဟန္တာဟုအောင်ရှားကျော်ကြားနေသည်။

ထိုဆရာတော်သည် အသက်အသားမပါသော အသားလွှတ်အာဟာရဖြစ်သော အသီးအနှံများဖြင့်တင်းတိမ်မျှတတော်မူသည်၊ အသားလွှတ်သုံးဆောင်နိုင်က ထူးခြားစွာတရားမြဲမည်ဖြစ်ကြောင်း ဆရာတော်ဦးအုန်းခိုင်က ဆိုဆုံးမခဲ့သည်။

ထိုဆရာတော်၏ဆိုဆုံးမစကားကို ယနေ့ထက်တိုင် နားဝယ်ကြားယောင်အမှတ်ရနေသည်ဟု သာမညတောင်ဆရာတော်ဦးဝိနယက မိန့်ကြားခဲ့ပါသည်။

ထိုသြဝါဒအတိုင်း သာမညဆရာတော်သည် သက်သတ်လွတ်စားပြီး တရားအားထုတ်ခဲ့သည်၊ မေတ္တာဘာဝနာပို့လွှတ်မှုကို ဝါတွင်းသုံးလကာလပတ်လုံး ကြိုးစားအားထုတ်ခဲ့သည်။

ထို့ကြောင့် သီလအား သမာဓိအားမြင့်မားလာပြီး ဒကာဒကာမများ၏ကြည်ညိုလေးစားခြင်းကိုခံခဲ့ရသည်၊ ဂုဏ်တော်တန်ခိုးစွမ်းအားကြီးမားပုံနှင့် မေတ္တာစွမ်းအားစူးရှထက်မြက်ပုံတို့ကို ကိုယ်တိုင်တွေ့လာ၍ သက်သတ်လွတ်စားမှုနှင့် မေတ္တာဘာဝနာပွားမှုတို့ကို အထူးကြိုးစားဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။

ဆရာတော်သည် ၁၃၄၁-ခုနှစ်မှစ၍ နဝကမ္မပလိဗောဓများကိုဖြတ်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ကြိုးစားအားထုတ်တော်မူခဲ့သည်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်း၌ တရားဝင်စဉ် တစ်ခုသောညဉ့်သန်းကောင်ယံအချိန် တရားအားထုတ်နေစဉ် စိတ်အာရုံ၌ သာမည

တောင်ဘုရားကို ထူးခြားစွာပေါ်လာပြီး ထိုတောင်သို့ကြွရောက်ရန် တစ်စုံတစ်ယောက်က ပင့်ဖိတ်နိုးဆော်သံကို ပီသစွာကြားရသည်။

ထိုပင့်ဖိတ်ချက်ဖြင့် ဆရာတော်သည် သပိတ်တစ်လုံးဖြင့် သာမညသို့ကြွခဲ့သည်၊ ၁၃၄၂-ခု၊ တပေါင်းလပြည့်ကျော်(၂)ရက်၊ တနင်္ဂနွေနေ့၊ နံနက်(၇)နာရီအချိန်တွင် သာမညတောင်သို့ ရောက်ခဲ့သည်။

ထိုတောင်အရောက် သက်သတ်လွတ်စားကာ အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပြီး တရားအားထုတ်သည်၊ မေတ္တာဘာဝနာကိုပွားများသည်။

ဤသို့ဖြင့် သာမညတောင်သို့ပရိသတ်များ တစ်စတစ်စ စည်ကားလာပြီး ထင်ရှားကျော်ကြားလာခဲ့ရသည်။

ဆရာတော်သည် ဆရာတော်ဦးအုန်းခိုင်၏ သက်သတ်လွတ်စားဝါဒနှင့် မေတ္တာဝါဒကို မိမိကိုယ်တိုင်ကျင့်သလို မိမိ၏ ရဟန်းပရိသတ်၊ လူပုဂ္ဂိုလ်ပရိသတ်တို့ကိုပါ ကျင့်ကြံအားထုတ်စေခဲ့သဖြင့် သာမညဆရာတော်နှင့် သာမညတောင်တော်သည် သက်သတ်လွတ်ကျင့်စဉ်ဖြင့် အထူးထင်ရှားကျော်ကြားလာခဲ့ရသည်။

ဆရာတော်၏နှုတ်မိန့်သက်သတ်လွတ်အယူအဆမှာ-

"ငါတို့တရားအလုပ်,လုပ်နေသူတွေ သတ်ပယ်(အသက်သတ်လွတ်) စားကြတာနဲ့ပတ်သက်လို့ အပနာပပြောသံအချို့ ကြားနေရတယ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ အထင်အမြင်လွဲကုန်မှာ စိုးရိမ်တယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ သက်ပယ်စားနေကြတာဟာ စင်စစ်တော့

အဟိံသတရား၊ ဗြဟ္မစိုရ်တရားအရ သတ္တဝါတွေကိုမညှင်းဆဲခြင်း၊ သတ္တဝါတွေအပေါ် မေတ္တာထားခြင်းကြောင့် သတ္တဝါတွေရဲ့အသား ကိုမစားတာဖြစ်တယ်၊ စားသူမရှိရင် သတ်သူဘယ်ရှိတော့မှာလဲ" ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

သာမညဆရာတော်ကြီးသည် တောမှီဆရာတော်ကြီးပီပီ မေတ္တာစာတ်ကြီးမားတော်မူသည်၊ သတ္တဝါတို့၏အသားကိုမစား ခြင်းသည် ကိုယ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး သတ္တဝါတွေဒုက္ခမရောက်စေရန် ပင်ဖြစ်သည်။ ရောက်လာသမျှသောပရိသတ်တို့အားလည်း မိမိ ကဲ့သို့ပင် မေတ္တာထားနိုင်ရန် မေတ္တာတရားကိုပင် အထူးဟော သည်။

ဆရာတော်ကြီး၏မျက်နှာတော်သည် ကြည်လင်အေးမြ တော်မူ၍ ဖူးမြင်ရသူတို့၏စိတ်နှလုံးကို ရွှင်ပြုံးစေပါသည်။

ဆရာတော်ကြီးသည် မိမိကိုယ်တိုင်သတ်ပယ် သားပယ် ဆွမ်းကိုဘုဉ်းပေးသော်လည်း သတ်မပယ်၊ အသားမပယ်သော ဆရာတော်များ လူပုဂ္ဂိုလ်များကိုကား အပြစ်မဆို မပြောပါ။

အဘိဓဇအဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ တောင်တန်းသာသနာပြုဆရာတော် ဦးဥတ္တမသာရ၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအံ့ယူအဆ

တောင်တန်းသာသနာပြုဆရာတော်ကြီး ဦးဥတ္တမသာရ သည် တူမီးသေနတ်လက်နက်ကိုယ်စီနှင့် မိုးလေတွေကျလာသ ဖြင့် မိမိကျောင်းဝယ်အတွင်းသို့ဝင်လာပြီး မိုးခိုကြသော ချင်းမုဆိုး (၄)ယောက်နှင့် စကားပြောဆိုမိကြသည်၊ ဆရာတော်က-

"ဆွေသဟာ" စာပေ

“ ဒီတောတောင်အတွင်းနေကြတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေကို ချမ်းသာစွာနေစေချင်တယ်၊ သေနတ်တွေနှင့်လိုက်လံပစ်ခတ်၊ သတ်ဖြတ်နေကြတာမကောင်းပါဘူး၊ နောက်နောင် မပစ်ကြပါနဲ့၊ လွတ်လပ်စွာနေကြပါစေ” ဟု ပြောစမ်းကြည့်သည်။

သူတို့ကျင်လည်နေလာခဲ့ကြသောဘဝမျိုးနှင့် ကြားနေကြစကားမျိုးမဟုတ်၊ အလွန်ကွာခြားသောကြောင့် နားလည်ကြဟန်မရှိ။

“လူ့ဘဝမှာချမ်းသာအောင်နေနည်းဆိုတာ သူတစ်ပါး၏အသက်ကိုမသတ်ရဘူး၊ သူတစ်ပါးအသွေးအသားမစားရဘူး”

ဤစကား ထပ်ဆင့်ပြောလိုက်သောအခါ သူတို့မမျှော်လင့်သောစကားဖြစ်၍ ပိုပြီးနားထွေးသွားဟန်ရှိသည်။

“လူများဟာချမ်းသာချင်ကြတယ်၊ ချမ်းသာအောင်နေနည်းမတတ်ကြပြီး ချမ်းသာမှုမရကြသူတွေအများကြီးရှိတယ်၊ အခု မင်းတို့တောလည်ပြီး တောတိရစ္ဆာန်တွေကိုလိုက်ရှာပစ်သတ်ဖို့ကြိုးစားကြတာဟာ ချမ်းသာမယ်ထင်လို့လုပ်ကြတာဘဲမဟုတ်လား၊ချမ်းသာမှုမရဘဲ ဒုက္ခရခဲ့ကြတယ်၊ မိုးတွေရွာပြီး တောကြီးထဲမှပြေးထွက်လာခဲ့ရတာကြည့်တော့ ငါဟာဘယ်သတ္တဝါကိုမှ မသတ်ဘူး၊ သတ်ဖို့လည်းမကြိုးစားဘူး၊ သူတစ်ပါးသတ်ကြဟာကိုလည်း မလိုလားဘူး၊ ဘယ်သတ္တဝါကိုမှ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ခြင်းမဖြစ်စေဘူး၊ အဲဒါကြောင့် ငါလဲချမ်းသာတယ်၊ သူတစ်ပါးလည်းချမ်းသာတယ်”

"အသားဟင်းစားချင်လို့ပါ။ သခင်ကြီးကော စားတယ် မဟုတ်လား"

ဟု တစ်ယောက်ကမေးသည်။

"ငါမစားဘူး၊ ဘာသားမှမစားဘူး"

"သခင်ကြီးက ဘာကြောင့်မစားတာလဲ၊ အသားဟာ စားလို့ကောင်းတယ်မဟုတ်လား"

ဟု တစ်ယောက်ကထပ်မေးသည်။

"တိရစ္ဆာန်အသားစားဖို့ကောင်းတယ်ဆိုတာ ကြိုက်တဲ့လူမှကောင်းတာပါ။ မကြိုက်တဲ့လူအဖို့မကောင်းပါဘူး၊ အသားဟင်းမစားချင်တဲ့ဘုန်းကြီးလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးရဲ့စိတ်ထဲက မနှစ်သက်လွန်းလို့ မြင်တောင်မမြင်ချင်ဘူး၊ သွေးသံရဲရဲ အသားစိမ်တွေမြင်နေရရင် အလွန်ကြက်သီးထမိတယ်၊ စက်ဆုပ်ရွံရှာတယ်၊ လူအချို့မှာ သွေးသံရဲရဲအသားစိမ်းတွေကို ကြည့်တောင်မကြည့်ဝံ့သူတွေရှိတယ်၊ ဘုန်းကြီးလည်း ဒီအတိုင်းပါဘဲ။

မင်းတို့နားလည်အောင်ပြောရမယ်ဆိုရင် တရုတ်လူမျိုးများက ဝက်သားကိုအလွန်ကြိုက်တယ်၊ အလွန်စားကြတယ်၊ မွတ်စလင်ကုလားကျတော့ ဝက်သားကိုမကြိုက်ကြဘူး၊ မစားကြဘူး မမြင်တောင်မမြင်လိုကြဘူး။

ဒီလိုပါပဲ မွတ်စလင်ကုလားတွေက နွားသားကိုကြိုက်ကြတယ်၊ စားကြတယ်၊ ဟိန္ဒူနှင့်ဂေါရခါးတို့ကျတော့ လုံးဝမစားဘူး၊ မစားချင်လို့မသတ်ကြတော့ဘူး၊ နွားသတ်သူကို သူတို့ရဲ့ကျေးဇူး

ရှင်ကို သတ်သူလို့ယူဆကြတယ်၊ နွားသားကိုကြည့်တောင်မကြည့် ရက်နိုင်ကြဘူးတဲ့။

ဒီသဘောဟာ ဘာကြောင့်လဲ၊ စိတ်ထဲက မကြိုက်လို့ပဲ စိတ်ထဲကမကြိုက်ရိုးမှန်ရင် ဘာမှမနှစ်သက်နိုင်ဘူးဆိုတာ မင်းတို့သဘောပေါက်အောင် စဉ်းစားကြည့်ပေတော့၊ စိတ်ထဲက တကယ်မကြိုက်လျှင် လူ့ဘဝကိုတောင်မလိုချင်ဘူး မှတ်ပါ ”

“ဘာကြောင့်မကြိုက်တာပါလိမ့်နော်”

တစ်ယောက်က ထောက်မေးသည်၊ ဒီလူ မညံ့ဘူး အကြောင်းရင်းလေ့လာလိုမှုရှိတယ် ဟုစိတ်ထဲကချီးမွမ်းမိသည်။

“မကြိုက်ခြင်းအကြောင်းရင်းကိုရှာရင်း အခြေခံသဘောထားတွေအမျိုးမျိုးရှိတယ်၊ ကွဲပြားခြားနားချက်တွေလည်းရှိတယ်၊ ဘုန်းကြီးမစားခြင်းရဲ့သဘောတရားတစ်ခုထဲကိုပြောပြတယ်၊ မင်းတို့နားလည်ထားဖို့ ဥပမာတစ်ခုပြောမယ်။

လူသေကောင်ရုပ်အလောင်းမြှုပ်နှံတဲ့မြေတွင်းကို ချင်းစကားနဲ့(တန်)လို့ခေါ်ကြတယ်မဟုတ်လား၊ မြန်မာစကားနှင့် သုသာန်လို့ခေါ်တယ်၊ လူသေကောင်မြှုပ်နှံရာတွင်းကို တန်-ခေါ်ကြသလို နွား၊ ကျွဲ၊ ဝက်၊ ကြက်၊ ဆိတ်၊ ငါး၊ ပုဇွန်စတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေရဲ့သေပြီးရုပ်ခန္ဓာအလောင်းကောင်တွေသေပြီး ရုပ်ခန္ဓာမှအသားအသွေးတွေကိုစားမျိုနေကြတဲ့ မင်းတို့ရဲ့ပါးစပ်ခံတွင်းတွေ ၊ဝမ်းဗိုက်တွေဟာလည်း (တန်)သုသာန်တွေလိုဘဲ မတူပေဘူးလား”

ဟူ၍ ဥပမာထိုးပြရင်းမေးလိုက်ရာ-

"တူပါတယ်"

ဟုတစ်ယောက်က ခပ်သွက်သွက်ဖြေသည်။

"အဲဒါအမှန်ဆုံးဘဲ၊ ငါတို့ချင်းလူမျိုးများရဲ့ဝမ်းဗိုက်တွေဟာ တောတိရစ္ဆာန်မျိုးစုံရဲ့(တန်)သုသာန်တွေဖြစ်နေကြတာဘဲ" ဟု အသက်ကြီးဟန်ရှိသော လင်ထီးဆိုသူက သဘောကျစွာ လေးလေးနက်နက်ကြီး ဝန်ခံဖြေကြား၏။

"ဟောပြောရကျိုးနပ်ပေ၏" ဟု စိတ်ထဲကကျေနပ်ဝမ်းသာနေမိသည်၊ ဟောပြောသောတရားစကား၏ဆိုလိုချက်သဘာဝကိုတစ်ကြိမ်တစ်ခါသဘောပေါက်အောင် နားလည်ထားဖူးလျှင် ထိုသူအတွက် နောင်တစ်ချိန်တွင်သော်လည်းကောင်း၊ နောင်ဘဝတစ်ခုခုတွင်သော်လည်းကောင်း အကျိုးသက်ရောက်ခံစားနိုင်သည်၊ သို့နှင့်ဆက်လက်၍-

"ဘုန်းကြီးအသားမစားခြင်းရဲ့အကြောင်းရင်းကတော့ သတ္တဝါတွေကိုသနားကြင်နာလို့ဖြစ်တယ်၊ သတ္တဝါမှန်သမျှသေဘေးကိုကြောက်ကြတယ်၊ လူသားတွေက အနိုင်အထက်ဖမ်းဆီးချုပ်နှောင်ပြီး သတ်ကြမည်လုပ်ကြသောအခါ ကြောက်ရွာလွန်းလို့ ရုန်းကန်ကြတယ်၊ အော်မြည်ငိုကြွေးကြတယ်၊ သက်ရှိသတ္တဝါအချင်းချင်း ဒီလိုသနားစရာဖြစ်နေပုံကိုသိမြင်လျက် ချမ်းသာခွင့်မပေးကြဘူး၊ သူတို့ရဲ့ရုပ်ကြွင်းခန္ဓာကိုယ်သွေးသားကို စားချင်ဇောကြောင့် အတင်းအဓမ္မသတ်ကြတယ်၊ အားနည်းတဲ့သတ္တဝါတွေ

ဟာ ရှန်းကန်အော်မြည်ငိုကြွေးရင်း မရှုမလှဆန့်ငင်ဆန့်ငင်နှင့် သေသွားရှာကြရတယ်။

သနားစရာကောင်းလှတဲ့ ဒီလိုဒီပုံ ကိုယ်ချင်းစာနာမှု ကင်းမဲ့စွာသတ်ဖြတ်နေကြတာတွေကို ကြားလဲမကြားချင်ဘူး၊ မြင်လဲမမြင်ချင်ဘူး၊ အသားဟင်းဆိုတာ သက်ရှိသတ္တဝါတွေကို သေအောင်သတ်ပြီးယူရတယ်ဆိုတာ လူတိုင်းသိကြတယ်၊ သိကြလျက်နှင့်စားရက်ကြတာကိုပဲလွန်လှပြီ၊ ဒီဖြစ်ရပ်မြင်ကွင်းကို သိပြီးဖြစ်နေတော့ ဘုန်းကြီးအနေနှင့်မကြားချင် မမြင်ချင်အောင် သနားစိတ်အမြဲရှိနေတယ်၊ အဲဒါကြောင့် တိရစ္ဆာန်အသားတွေကို မစားတာဖြစ်တယ်"

မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် အရှင်ဇနကာဘိဝံသနှင့် သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

အမရပူရမြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီး အရှင်ဇနကာဘိဝံသသည် သက်သတ်လွတ်စားခြင်းကို ရှေးယခင်ကအားမပေးခဲ့ပါ။

၁၃၃၃-ခုနှစ်တွင် ကျောင်းတိုက်၌ သံဃာတော်(၄၀၀) ရှိလာသောအခါ တပည့်များ၏စားဝတ်နေရေးအတွက်ကြောင့်ကြလာရသည်၊ သို့ဖြင့် ဆရာတော်သည် နတ်တော်လမှစ၍ သက်သတ်လွတ်စားတော်မူသည်။

ဆရာတော်၏အယူအဆမှာ သမ္မာဒေဝနတ်များ၏အကူ

အညီကိုရယူလို၍ဖြစ်ကြောင်း အောက်နတ်များမှာအသားစားကြ သော်လည်း အထက်နတ်(သမ္မာဒေဝနတ်)များမှာမူ အသားစား ရှောင်ကြဉ်၍ သာသနာတော်ကိုလည်းကြည်ညိုကြ၏ ဟု စာပေ ဦလာရှိကြောင်း၊ သို့ဖြစ်၍ သာသနာပြုရာတွင် အထက်နတ်ကြီး များ၏အကူအညီကိုရစေရန် သူတို့အကြိုက်လိုက်၍ သက်သတ် လွတ်စားရကြောင်း ဝန်ခံတော်မူသည်။

ဆရာတော်၏အယူအဆမှာ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာအဖွင့် သုတ်ပါထေယျအဋ္ဌကထာ အာဋာနာဋိယသုတ်အဖွင့်တို့ကို ထောက် ရှု၍ သက်သတ်လွတ်စားသူကို နတ်ကောင်းနတ်မြတ်တို့က နှစ် သက်သဘောကျ၍ ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်တတ်သည်ဟူသော အယူအဆကိုလက်ခံ၍ သက်သတ်လွတ်စားကျင့်သုံးခြင်း ဖြစ်ပါ သည်။

ဆရာတော်ကြီး၏အယူအဆအရ သက်သတ်လွတ်စား ခြင်းသည် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ကျင့်စဉ်လမ်းကောင်း မဟုတ်သော်လည်း မိမိ၏ပရိယတ္တိသာသနာပြုလုပ်ငန်းတွင် အနှောင့်အယှက်အခက်အခဲမရှိအောင် ရေရှည်သာသနာပြုနိုင် အောင် သမ္မာဒေဝနတ်များက လေးစားကြည်ညိုခြင်း၊ စောင့် ရှောက်ကူညီခြင်း၊ အနာရောဂါကင်းခြင်း၊ ကျန်းမာခြင်း၊ အသက် ရှည်ခြင်းစသော လောကီအကျိုးတရားရရန်အတွက် စားသည် ဟုမှတ်ယူရပါမည်။

မဟာဓမ္မကထိကဗဟုဇနဟိတဓရ ညောင်ကန်အေးဆရာတော်၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

သုဿာန်ဓုတင်ဆောင်မည့်ရဟန်းတော်ဟာ သက်သတ်လွတ်စားသွားရကြောင်း ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာမှာ ဖတ်ရှုရပါတယ်။

သက်သတ်လွတ်မစားသူများအား ပါဏာတိပါတသိက္ခာပုဒ် သီလပျက်တယ်လို့ အပြစ်မပြောသင့်ပါ။ မေတ္တာကင်းမဲ့သူများလို့လဲ မစွပ်စွဲသင့်ပါ။

သက်သတ်လွတ်စားသူသည်-

-သားငါးနှင့်ပတ်သက်ပြီး စွဲကပ်တတ်သောရောဂါဘေးမှကင်းရှင်းခြင်း။

-သားငါးစားလိုသောအာသာဆန္ဒကြောင့်ဖြစ်တဲ့စိတ်ဆင်းရဲကင်းခြင်း

-သက်သတ်လွတ်စားရုံမျှနဲ့ ကျေနပ်မနေဘဲ သတ္တဝါများအပေါ်တွင် ဘေးကင်းချမ်းသာရေး မေတ္တာဘာဝနာကိုပါ ပွားများနိုင်ပါက အတိုင်းအထွာအလျှောက်မေတ္တာအကျိုး(၁၁)မျိုးကို ရနိုင်မယ်လို့ ထင်မြင်ယူဆပါတယ်။

သူတစ်ပါးအား အပြစ်မတင်ဘဲ သတ္တဝါများအား မေတ္တာပွားရင်း သက်သတ်လွတ်စားလျှင် သက်ရှည်ကျန်းမာ သာသနာပြုနိုင်ပါစေ။

"ရွှေသဟာ" ဇာလေ

ချမ်းမြေ့ဆရာတော်၏သက်သတ်လွှတ်စားမှုအယူအဆ

သက်သတ်လွှတ်စားခြင်းဖြင့် ကုသိုလ်ရပါသလား၊ မည်သို့သောအကျိုးသက်ရောက်ပါသလဲ၊ သွေးလျှုဒါန်းခြင်းနှင့်မည်သည်ကပို၍မြတ်ပါသလဲ ဟု သင်းသင်းလှိုင်(တတိယနှစ်-စီးပွားရေး)က ချမ်းမြေ့ဆရာတော်အားလျှောက်ထားမေးမြန်းသည်ကို ချမ်းမြေ့ဆရာတော်က အောက်ပါအတိုင်း ဩဝါဒပေးခဲ့ပါသည်-

“ သက်သတ်လွတ်စားသူရဲ့စိတ်ထားပေါ်မူတည်ပြီး ကုသိုလ်ရ-မရနှစ်မျိုးရှိပါလိမ့်မည်။

ပထမအမျိုးအစားက သတ္တဝါများကို ကြင်နာသနားကရုဏာပွားပြီး မိမိတည်းဟူသောအကြောင်းကြောင့် သတ္တဝါတွေမသေကြေမပျက်စီးကြပါစေနှင့်ဆိုတဲ့ မေတ္တာစိတ်ထားဖြင့် သက်သတ်လွတ်စားကြသူများဖြစ်ကြပါတယ်။

ဒီပုဂ္ဂိုလ်များမှာ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ ဗြဟ္မစိုရ်ကုသိုလ်များပွားများကြရပါတယ်။

မေတ္တာဘာဝနာပွားသူများ ဒီစိတ်ထားမျိုးနဲ့သက်သတ်လွတ်စားရင်း မေတ္တာဘာဝနာကိုအများကြီး အထောက်အပံ့ ဖြစ်စေပါတယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ချမ်းမြေ့ရိပ်သာမှာ ဝါတွင်းဥပုသ်နေ့တိုင်း ဥပုသ်သည်ရော၊ ယောဂီပါမေတ္တာအတွက်တည်တဲ့၊ နဝင်ဥပုသ်စောင့်ထိန်းကြပြီး ရဟန်းရှင်လူအားလုံး သက်သတ်လွတ်စားပြီး မေတ္တာဘာဝနာပွားကြရပါတယ်။

“ဆွေ့သဟာ” ဧပြေ

ဒုတိယအမျိုးအစားကတော့ ရောဂါဝေဒနာတစ်ခုခုကြောင့် သက်သတ်လွတ်စားသူများဖြစ်ကြပါတယ်။

ယခုပြောခဲ့တဲ့ မေတ္တာကရုဏာရှေ့သွားမရှိဘဲ မိမိတို့ဒေသထုံးစံဘာသာရေးထုံးတမ်းစဉ်လာအရ သက်သတ်လွတ်မစားလျှင်မဖြစ်လို့ စားကြသူများဖြစ်ကြပါတယ်။

ဒီပုဂ္ဂိုလ်များမှာတော့ ကုသိုလ်ဖြစ်တာနည်းပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီအထဲမှာ သားငါးကိုပဲစားချင်လို့ကလဲမဖြစ်တဲ့အတွက် သက်သတ်လွတ်စားနေရတဲ့တစ်ချို့ပုဂ္ဂိုလ်များဟာ ရသေ့စိတ်ဖြေသဘောနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကြံကြံဖန်ဖန်လှည့်စားတတ်တာလဲ ရှိတတ်ပါတယ်။

ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ ကြက်သားဟင်း၊ ဝက်သားဟင်း၊ ငါးဟင်းလို့ထင်ရအောင် တူယောင်ယိုးမှားချက်ပြီး သားငါးဟင်းအမှတ်နဲ့စားကြပါတယ်။

ဒီလိုသက်သတ်လွတ်ကတော့ ကုသိုလ်ဖြစ်ဖို့ခဲယဉ်းပါလိမ့်မယ်၊ သက်သတ်လွတ်စားသူက မေတ္တာ ကရုဏာ ပြဟ္မစိုရ်ကုသိုလ်ပွားတယ်ဆိုတော့ သက်သတ်လွတ်မစားတဲ့သူကတော့ အကုသိုလ်တွေချည်းဖြစ်နေလားလို့ မေးစရာရှိလာပါတယ်။

ဒီလိုတော့မဟုတ်ပါဘူး၊ အစားအသောက်ကိုအရသာခံပြီးစားတဲ့သူမှန်သမျှ သက်သတ်လွတ်ရော၊ မလွတ်သူရော အရသာကိုသာယာနှစ်သက်တဲ့ လောဘအကုသိုလ်ကတော့ ဖြစ်နေတာပါဘဲ။

သက်သတ်မလွတ်တဲ့သူမှာ အဲဒီလောဘထက်ပိုပြီး အကုသိုလ်မဖြစ်ဖူးလို့ထင်ပါတယ်။

ဘာကြောင့်လည်းဆိုတော့ သက်သတ်မလွတ်သူဟာ သားငါးကိုစားနေပေမဲ့ ဝက်ကိုသတ်ပြီးချက်တဲ့အသား၊ ကြက်ကို သတ်ပြီးချက်တဲ့အသားလို့ အာရုံပြုစားတာမဟုတ်ပါဘူး၊ သူ့စိတ် ထဲမယ် သူစားသောက်ဖွယ်ဟင်းတစ်မျိုးပဲဆိုတဲ့ အသိအမှတ်နဲ့ သာ စားတာဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် သာယာနှစ်သက်တဲ့လောဘထက်ပိုပြီး အကု သိုလ်မဖြစ်ဘူးလို့ ယူဆပါတယ်။

သက်သတ်လွတ်စားသူနှင့်သွေးလှူသူနှစ်ဦးမှာ သွေးလှူ တာက ပို၍အကျိုးပြုနိုင်ပြီး ကုသိုလ်လဲပိုပွားပါတယ်၊ သက်သတ် လွတ်စားသူက ရှောင်ကြဉ်ရုံမျှပဲပြုနိုင်ပြီး သွေးလှူသူက လက်တွေ့ ကျန်းမာအောင် အသက်မသေအောင်အကျိုးပြုနိုင်ပါတယ်။

သက်သတ်လွတ်စားသူက မေတ္တာ၊ ကရုဏာပွားရုံမျှပဲ ရှိပါတယ်၊ သွေးလှူသူက မေတ္တာ ကရုဏာ ပြဟ္မစိုရ်ပွားရုံမျှမက မိမိသွေးကိုစွန့်လှူခြင်းဆိုတဲ့ အင်္ဂပရိစ္စာဂကုသိုလ်၊ သေမဲ့သူမှာ အသက်မသေတော့ဘဲ မိမိသွေးနဲ့အသက်ဆက်ရှင်စေခြင်းဆိုတဲ့ ဇီဝိတဒါနကုသိုလ်ပါ ပွားရပါတယ်။

(ချမ်းမြေ့ဆရာတော်၏ ၁၉၈၅-ခုနှစ်၊ တက္ကသိုလ်ဓမ္မ သဘင်၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ချမ်းသာရေးတရားတော်များစာအုပ်)

"သွေ့သဟာ" ၈၄ပေ

အဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ ရွှေပေါ်ကျွန်းဆရာတော်ဘုရားကြီး အရှင်ဉာဏိက၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

မေတ္တာသည် ခရီး၊ သစ္စာသည် စည်းလို့မှတ်ထား၊ ဆောင်ရွက်သမျှခရီးရောက်အောင် မေတ္တာနာနာပွားပြီး စည်းမပေါက်အောင်လည်း သစ္စာထားရမယ်၊ သတ္တဝါတွေကိုမေတ္တာပျက် ရက်စက်မှုမပြုရဘူး၊ သတ္တဝါတွေရဲ့အသားကိုမစားခြင်းဟာ မေတ္တာထားခြင်းတစ်မျိုးဘဲ၊ အထူးအားဖြင့်တော့ ကျွဲ၊ နွား၊ ဝက်၊ အရက်သေစာများကိုစားသောက်ခြင်းကို ဒီမှာရှောင်ကြဉ်ရမယ်၊ ဒါဟာအစားမှာမာန်ချခြင်းဘဲ၊ အစားမာန်မချရင် တရားဟန်မကျပါဘူး၊ ဒါကြောင့် အစားမှာ အာသာငန်းငန်းမဖြစ်ရဘူး။

သတ္တဝါတွေရဲ့အသားကိုရှောင်ကြဉ်မှ သူတော်ကောင်းလားဆိုတော့မဟုတ်ဘူး၊ တရားအလုပ်တွေမှာ ပေ့ါပါးမှု၊ ဒီခေတ်ကြီးမှာ သတ္တဝါတွေရဲ့အသားတွေဟာ အဆိပ်အတောက်တစ်မျိုးမို့ စားသူတွေရဲ့ ကိုယ်စိတ်တွေ လေးလံထိုင်းမှိုင်းစေတယ်လို့ ဘုန်းကြီးတော့ထင်တယ်၊ နို့ပေမယ့် လူတိုင်းအတွက်တော့ လေးလံထိုင်းမှိုင်းမှာမဟုတ်ပါဘူး၊ နေရာဒေသကလဲကွာသေးတယ်၊ ဘုန်းကြီးတို့ ဒီရွှေပေါ်ကျွန်းမှာတော့ သက်သတ်လွတ်စားမှဘဲ သာသနာ့ပြုလုပ်ငန်းတွေ အောင်မြင်သလိုရှိတယ်၊ အစောင့်အရှောက်တွေက ပိုပြီးအကူအညီပေးတယ်ထင်တယ်။

ဘုန်းကြီးတို့ သက်သတ်လွတ်စားလာတာကြာပါပြီ၊ အစ

ကတော့ ကျန်းမာရေးကောင်းလို့စားတာ၊ ကြာလာတော့ အကျင့်ဖြစ်လာတယ်၊ သားကြီး၊ ငါးကြီးတွေကိုမသုံးဆောင်လိုတော့ဘူး၊ နောက်မြင်ရင်တောင် မသတီသလိုဖြစ်လာတယ်၊ ကြာလာတော့ မစားဖြစ်တော့ဘူး၊ အဓိဋ္ဌာန်တွေ ဘာတွေဝင်တော့ ဒီသက်သတ်လွတ်ဟာပိုပြီးအကျင့်ဖြစ်တယ်၊ ဘုရားလက်ထက်က သက်သတ်လွတ်ကို အထူးတိုက်တွန်းတော်မမူဘူး၊ ဘုရားကတော့ မိမိဘို့အထူးစီမံတဲ့အသားတွေကိုမြင်စေ၊ ကြားစေ၊ သံသယဖြစ်စေ မစားရဘူးလို့ပညတ်တော်မူတယ်၊ ပြီးတော့ မစားရဘူးလို့ ပညတ်တော်မူတဲ့ တားမြစ်တဲ့အသားကြီး(၁၀)မျိုးပေါ့၊ အဲဒါတွေကိုတော့ အထူးရှောင်ကြဉ်တော်မူခိုင်းတယ်။

သက်သတ်လွတ်စားရင် နတ်ကောင်းတွေချစ်ကြတယ်လို့ဆိုတယ်၊ ဟုတ်လဲဟုတ်တယ်၊ သာသနာကိုကြည်ညိုတဲ့နတ်တွေကပိုပြီးတော့ချစ်ကြတယ်၊ တစ်ချို့ တစ်ချို့ လူ-ရှင်-ရဟန်းတွေကလဲ နတ်ချစ်စေလိုလို့ သက်သတ်လွတ်စားတယ်လို့ဆိုတယ်၊ ဒီလိုလဲ ဟုတ်သင့်သလောက် ဟုတ်တယ်၊ လိုရင်းကတော့ သီလသမာဓိ ပညာတွေရှိနေရင် နတ်တွေချစ်မှာသေချာတယ်၊ ပါးစပ်ကသားလွတ်တွေစားပြီးတော့လဲ ဒီတရားသုံးလုံးမကျင့်သုံးရင် ဘယ်မှာချစ်မှာလဲ၊ သို့အတွက် ဘုန်းကြီးတို့က ငါးပါးသီလထိန်းခိုင်းတာ၊ ဒါကိုတော့ အထူးထိန်းရမယ်လို့ ဘုန်းကြီးတို့ဆုံးမတယ်။

ယခုတစ်ဖန် ဆရာတော်ကြီးရဲ့ "ဂုဏပူဇာတပန်းကုံး" ဆိုသည့်စာစောင်တွင် "ဆရာတော်ကြီး၏သာသနာပြုလုပ်ငန်း"

ဟူသောခေါင်းစီးဖြင့်ရေးသားထားသောဆောင်းပါးတွင် ဆရာတက်တိုး၏သုံးသပ်ချက်ကို အောက်ပါအတိုင်းဖတ်ရှုရပါတယ်-

ဆရာတော်ကြီးက တပည့်ရဟန်းများ၊ ဒကာများကို ကုန်းသတ္တဝါအသားများကို စားသောက်ခြင်းမှရှောင်ကြဉ်ရန်အလှူခံသည့်အကြောင်းနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ကျွန်တော်၏ယူဆချက်ကို ရိုကျိုးစွာတင်ပြလိုပါသည်-

"သက်သတ်လွတ်စားမှ နိဗ္ဗာန်ရောက်တာမဟုတ်ပါဘူး ဟုပြောဆိုသံများကိုကြားရတတ်၏၊ မှန်ပါသည်၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ထိုခေတ်အခါက ထွန်းကားလျက်ရှိသောဗြဟ္မဏဝါဒအရ သက်သတ်လွတ်စားခြင်းကိုမထောက်ခံသော်လည်း တိရစ္ဆာန်တို့၏အသားကို အစွန်းသုံးပါးလွတ်သည့် ပံ့သကူသားကိုစားနိုင်သည် ဟု မိန့်တော်မူခဲ့လေသည်၊ ယခုစားနေကြသော အသားဟင်းလျာတို့သည် အစွန်းသုံးပါးလွတ်ပါ၏လော ဟုမေးလာလျှင် ဖြေရမလွယ် ဟု ထင်မိပါသည်။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ မစားဘဲနေနိုင်လျှင် ကောင်း၏ ဟု ထင်မိပါသည်၊ သတ္တဝါတို့အား သနားသက်ညှာသောကရုဏာစိတ်ထားဖြင့် ယင်းတို့၏အသားကိုစားသုံးမှုမှရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ရေးမဟုတ် ဟုဆိုနိုင်သော်လည်း ကောင်းမှုတစ်ရပ်ဖြစ်သည်မှာ မုချကေန်ဖြစ်ပေသည်။

တစ်ထစ်လျှော့၍ ကုန်းသတ္တဝါများ၏အသားကို ရှောင်ကြဉ်စေခြင်းသည် အကောင်အထည်ကြီးသဖြင့် အားထုတ်၍

သတ်ရသောကြောင့် ပို၍အကုသိုလ်ကြီးသည် ဟုယူဆရ၏၊ ယင်းသို့ အကုသိုလ်ကြီးသောအမှု၏အသားကိုစားသုံးခြင်းဖြင့် အားမပေးစေလိုခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။

အိတာလျံဘုန်းတော်ကြီးဦးလောကနာထ၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

အီတာလျံဘုန်းတော်ကြီး ဦးလောကနာထသည် ကမ္ဘာအနှံ့ သာသနာပြုနေသော ဆရာတော်တစ်ပါးဖြစ်ပြီး သက်ရှိသတ္တဝါများအပေါ်၌ မေတ္တာပြဟ္မစိုရ်တရားပွားများလျက် သက်သတ်လွတ်စားကြရန် မနားမနေတိုက်တွန်းဟောကြားသောဆရာတော်ဖြစ်သည်။

ဆရာတော်က သက်သတ်လွတ်စားမှုနှင့်ပတ်သက်၍-

"မေတ္တာတရားသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့အတွက် အဓိကအရေးကြီးသောတရားဖြစ်၏၊ မေတ္တာတရားနှင့်ကင်းကွာသောသာသနာသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်သည်ဟုမဆိုနိုင်ပေ၊ မိခင်သည်တစ်ယောက်တည်းသောမိမိသားအရင်းအပေါ်၌ထားရှိအပ်သောအလွန်ကြီးမားလှသည့် မေတ္တာတရားကို သတ္တဝါအားလုံးအပေါ်ထားရှိရန်လိုအပ်ပေသည် ဟု မြတ်စွာဘုရားက မေတ္တာသုတ်၌ဟောတော်မူသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဦးအပေါ်၌ မေတ္တာတရားရှေ့ထားပါက ထိုပုဂ္ဂိုလ်အပေါ်ဝယ် သေကြောင်းကြံခြင်း၊ သတ်

ဖြတ်ခြင်းစသောအမွေမှုများကို မည်သည့်နည်းနှင့်မျှပြုလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ၊ စေတနာရှေ့ထားလျက် စောင့်ရှောက်ကူညီပါရမီဖြည့် မည်သာ မုချဖြစ်သည်။

အလွန်ရခဲလှစွာသောလူ့ဘဝကို ယခုကြုံကြိုက်နေကြရ ကုန်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ရဟန်းရှင်လူအပေါင်းတို့သည် ဘုရား ဟောဒေသနာတော်အရ မေတ္တာကရုဏာဖြပွာစိုရဲတရားလက် ဝယ်ထားရှိရန် လိုအပ်လှပါသည်။

ကာလပေါ်အသားမှန်သမျှသည် မသနားမညှာတာမှု ပါဏာတိပါတမှု၊ အမွေပြုကျင့်မှုစသည်တို့ကို အရင်းပြုထားခြင်း အမှန်စင်စစ်ဖြစ်ရကား ယင်းအသားကိုမှီဝဲစားသောက်ခြင်းမှ လုံးဝရှောင်ကြဉ်တော်မူကြပါရန် တရားတော်က စေတနာ ထက်သန်စွာဖြင့် မေတ္တာရပ်ခံလိုက်ပါသည်၊ သပ္ပုရိသအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့ ” ဟူ၍ မိန့်ဆိုယုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။

အလယ်တောရဆရာတော် ဦးရေဝတ(အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ)၏ သက်သတ်လွတ်စားမှုအယူအဆ

အလယ်တောရဆရာတော် ဦးရေဝတသည် အမျိုးဘာ သာ သာသနာအကျိုးသည်ပိုးရာ၌ ထင်ရှားသောဆရာတော်တစ် ပါးဖြစ်ပြီး ဆရာတော်ကိုယ်တိုင် သက်သတ်လွတ်စားမှုကိုကျင့်သုံး ပြီး သက်သတ်လွတ်စားရေးအတွက် အောက်ပါအတိုင်းဆိုမိန့် ထားခဲ့ပါသည်-

“ဩသဓာ” စာစေ

"မြန်မာပြည်နေ၊ လူတတွေတို့၊ သိစေဖို့ကို၊ အမှန်ဆိုပိမ့်၊ အစ်ကိုအစ်မ၊ မိဘသဖွယ်၊ ကျေးဇူးကျယ်သည်၊ လယ်ယာကစ၊ ကိစ္စများစွာ၊ အိပ်ယာမလပ်၊ ပြုအပ်သမျှ၊ နွားကိစ္စတည်း"

"စားကြသုံးကြ၊ ထမင်းစသည်၊ ဝတ်ရုံထည်နှင့်၊ ထိုဤဌာန၊ ကိစ္စများမြောင်၊ သုံးအဆောင်ကို၊ နွားမောင်းနွားမ၊ ပြုပေကြ၏"

"ထိုမှတစ်ပါး နွားနို့ထောပတ်၊ ပေးဝေတတ်သည့်၊ ကြီးမြတ်ကျေးဇူး၊ ဂုဏ်အထူးကို၊ နဖူးလက်တင်၊ ဆင်ခြင်မေတ္တာ၊ ကရုဏာနှင့်၊ ညှာတာသနား၊ ကျွဲ-နွားသားကို၊ မစားအပ်ပေ၊ ရှောင်ကြလေလော့"

"လွန်လေရှေးခါ၊ ဤလူ့ရွာမှာ၊ ဗြဟ္မာသကြား၊ နတ်အများနှင့်တရားဖြောင့်စွာ၊ အသူရာရက္ခ၊ ဟူသမျှတို့၊ စောင်မမသွေ၊ ကြည့်ရှုပေ၏၊ လူတွေမတရား၊ သက်သတ်စားမှ၊ ရှောင်ရှားစွန့်ခွာ၊ နတ်ဗြဟ္မာတို့၊ မျက်နှာလွှဲသွေ၊ မကြည့်နေ၏"

"ပုရေရှေးခါ၊ ဤလူ့ရွာမှာ၊ ရောဂါထင်ရှား(စားသောက်)(လိုချင်)(အိုသွင်)ပေါ်မူ၊ ဤသုံးခုတည်း၊ ယခုအခါ၊ သားများစွာကို၊ မညှာသတ်မှ၊ များစွာကအကျိုး၊ ကိုးဆယ့်ရှစ်ပါး၊ ရောဂါပွား၏၊ ဘုရားနှုတ်မှ၊ မိန့်ဖော်ပြသည်၊ သုတ္တနိပါတ်၊ ကျင့်မြတ်အလာ၊ ရှောင်ကြပါလော့"

"သဘောဖြူဖြူ တိုင်းသူပြည်သား၊ လူအများတို့၊ စီးပွားချမ်းသာ၊ နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်၊ တောင်းဆုပန်က၊ ကရုဏာဖြင့်၊ ညှာတာ

သနား၊ သားစားရှောင်ကြဉ်၊ တရားဝင်၍၊ ဖြူစင်သီလ၊ ဒါနဘာဝနာ၊ ဆယ်ဖြာပုည၊ ပြုကြကုန်လော့”

အလံတစ်ရာဆရာတော်ကြီး၏ သက်သတ်လွှတ်စားမှုဆန္ဒ

အလံတစ်ရာဆရာတော်ဘုရားကြီး ဘဒ္ဒန္တစန္ဒနဝံသသည် သထုံမြို့အနီး သက္ကအလံတစ်ရာကုန်းမြေပေါ်တွင် ဘေးမဲ့သတ်ပယ်စား၍ သာသနာပြုခဲ့သည်။

ဆရာတော်၏အဆိုအမိန့်မှာ-

ပေးကမ်းတစ်သွယ်၊ ချစ်ဖွယ်စကား
အကျိုးစီးပွားရှိမှုကျင့်
အကျိုးစီးပွားရှိမှုလျှ
သူ၏အသက်ကိုယ့်အသက်နှင့်ထပ်တူ
သနားယူတတ်
နတ်လူနိဗ္ဗာန်အမှန်ရစေသော်. . . .။

ကမ္ဘာ့ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်တို့၏ သက်သတ်လွှတ်စားမှုအယူအဆ

ရှေးကနဦးအခါက လူအပေါင်းတို့သည် သက်ရှိသတ္တဝါတို့ကို မသတ်ဖြတ်ကြ၊ အသားကိုလည်းမစားကြ၊ ဥက္ကာကရာဇ်မင်းလက်ထက်မှစ၍ သတ်ဖြတ်စားသောက်လာသည်မှာ ယနေ့ထက်တိုင်ပင်ဖြစ်သည်။

တိရစ္ဆာန်တို့၏အသားကိုစားသုံးသည့်အချိန်မှစ၍ လူ

“ဆွေသဟာ” စာ၉၀

လောကကြီးကိုစောင့်ရှောက်ကြသော သမ္မာဒေဝနတ်ကောင်း နတ်မြတ်တို့သည် ရှောင်လွဲစွန့်ခွာသွားကြတော့သည်၊ ထိုအခါမှ စ၍ လူအပေါင်းတို့အပေါ်၌ ကပ်ရောဂါဘေးအမျိုးမျိုးတို့ ဖိစီး နှိပ်စက်ခံရတော့သည်။

သုတ္တနိပါတ၊ ပြဟ္မဏဓမ္မိကသုတ္တ
အင်္ဂုတ္တိုရ် တိကနိပါတ

"ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ"

"သူတစ်ပါး၏အသက်ကိုမသတ်ရ"

သက်ရှိသတ္တဝါတို့ကို ကိုယ်တိုင်သတ်ရန် အားမထုတ် လေနှင့်၊ သူတစ်ပါးအားလည်းသတ်စေရန် အခြေအနေမဖန်တီး ပေးလေနှင့်၊ ပုပုရွရွ သေးသေးမွှားမွှား ကြီးကြီးငယ်ငယ် အရွယ် ရွယ်အစားစား မည်သည့်သတ္တဝါကိုမဆို၊ သူတစ်ပါးကသတ်လျှင် လည်း စိတ်တူသဘောတူမရှိစေနှင့်၊ မိခင်သည် တစ်ယောက် တည်းသော မိမိ၏သားအရင်းကို မိမိ၏အသက်ကဲ့သို့အစဉ်အမြဲ အတိုင်းမသိသောမေတ္တာထားရှိသလို အလုံးစုံသောသတ္တဝါတို့ အပေါ်၌ အလားတူမေတ္တာထားရှိရမည်။

(ဓမ္မိကသုတ်၊ မေတ္တာသုတ်)

"ပါဏာတိပါတာ ပဋိဝိရတော ဘိက္ခဝေ အရိယ သာဝ ကော အပရိမာဏာနံ သတ္တာနံ အဘယံဒေတိ အဝေရံဒေတိ အဗျာပဇ္ဇံဒေတိ "

"ရဟန်းတို့. . . အတိုင်းအရှည်မရှိဖြစ်ကုန်သော ကုန်းနေ၊ ရေနေ၊ ကောင်းကင်နေ၊ တွင်းအောင်းနေသတ္တဝါစသည်တို့အားသတ်ဖြတ်ခြင်းမရှိသောသူသည် ဘေးမရှိသောအလှူကိုပေးလှူသည်မည်၏၊ ရန်မရှိသောအလှူကိုပေးလှူသည်မည်၏၊ ကြောင့်ကြဗျာပါဒရှိသောအလှူကိုပေးလှူသည်မည်၏"

(အင်္ဂုတ္တိုရ် အဋ္ဌကနိပါတ ဒါနဝဂ္ဂ အဘိသန္ဒသုတ်)

"အတ္တာနံ ဥပမံကတွာ နဟနေယျ နဃာတယေ"

မိမိကိုယ်ကို ဥပမာထား၍ သတ္တဝါများကို ကိုယ်ချင်းစာကာမသတ်ဖြတ်ရ၊ မညှင်းဆဲရ။

(ဝေါတမဗုဒ္ဓ)

"ဘုရားသခင်က မြေပြင်တစ်ခုလုံး၌ စပါးသီးကိုဖြစ်စေသောအသီးနှင့်ပြည့်စုံသော သစ်ပင်အမျိုးမျိုးတို့ကိုလည်းကောင်း၊ သင်တို့စားဖို့ရာငါပေး၏။

မိုးကောင်းကင်တွင်ပျံနေသော ငှက်၊ မြေပြင်မှာရှိသော သက်ရှိတိရစ္ဆာန်အမျိုးမျိုးတို့စားရန်နှင့်မြေကြီးတည်တံ့ရန် မြက်ပင်အမျိုးမျိုးတို့ကို ငါပေး၏"

(ကမ္ဘာဦးကျမ်း-အခန်း-၁၊ အပိုဒ်-၂၉၊ ၃၀)

"ငါ လူလောကမှာ အသက်ရှင်၍ ခန္ဓာဆောင်နေခြင်းသည် သတ္တဝါများကိုသတ်ဖြတ်၍ ယာဇ်ပူဇော်ခြင်းကို တားမြစ်ရန်ဖြစ်သည်"

(ယေရှုခရာဇ်)

"လောကမှလွတ်မြောက်မှု ချမ်းသာသုခကိုရလိုသူမှန်သမျှသည် တိရစ္ဆာန်အသားကို မည်သို့သောအကြောင်းကြောင့်မျှ မမှီဝဲသင့်ချေ"

(Meharishi Vyas ရသေ့ကြီး)

(Mehabharat ကျမ်း 15-55)

"လူမိုက်တို့သည် အချိုအချဉ်သစ်သီးဝလံ ဟင်းသီးဟင်းရွက်နှင့် အခြားသန့်ရှင်းစင်ကြယ်သောအစာများကို လှည့်မကြည့်ဘဲ သရဲသဘက်ပမာ တိရစ္ဆာန်အသားကို ဝါးမျိုကြကုန်သည်"

Lord krishna

(Voice of Ahinsa Dec:57)

"လူတို့ပူဇော်သော တိရစ္ဆာန်အသားသည်လည်းကောင်း၊ အသွေးသည်လည်းကောင်း၊ အလ္လာအရှင်မြတ်ထံသို့မရောက်၊ အလ္လာအရှင်မြတ်ထံသို့ သီလဝိသုဒ္ဓိသာရောက်သည်"

ကိုရန်ကျမ်း

"သနားကြင်နာခြင်းသည် ကိုယ်ကျင့်တရား၏အခြေခံဖြစ်သည်၊ အကြင်သူမှာ သနားကြင်နာခြင်းကင်းအံ့၊ ထိုသူမှာ ကိုယ်ကျင့်တရားမရှိ"

(မိုဟာမက်သခင်)

"ရှေးပဝေသဏီအခါက လူတို့သည်"တောက်"ဟူသော လောကပါလတရားနှင့်လျော်ညီစွာနေထိုင်ကျင့်ကြံအားထုတ်ခဲ့ကြသည်၊ ထို့ကြောင့် လူတို့သည် စိတ်၏နှိမ့်ချခြင်း-နိဝါတတရား၊

ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ခြင်း-သန္တုဋ္ဌိတရား၊ သည်းခံခြင်း-ခန္တီတရား၊ ချစ်ခင်ခြင်း၊ မေတ္တာပြဟ္မစိုရ်တရားစသောမွန်မြတ်ဖြူစင်သည့် သီလအပေါင်းတို့နှင့်ပြည့်စုံကြသည်။

ထိုသီလဝိသုဒ္ဓိနှင့်ပြည့်စုံကြသော ကမ္ဘာဦးလူအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည် သစ်သီးဝလံ၊ သစ်စေ့၊ သစ်ဆံ၊ ကောက်ပဲသီးနှံစသော သက်သတ်လွတ်စာများကိုသာမှီဝဲကြသည်။

တိရစ္ဆာန်အသွေးအသား အညှီအဟောက်တို့ကိုစားသုံးရန် စိတ်ထဲပင်မကူးမိခဲ့ကြ၊ ထိုလူအပေါင်းတို့သည် သတ္တလောကသားချင်းအတူတူဖြစ်ကြကုန်သော တိရစ္ဆာန်ကြီးငယ်အပေါင်းတို့ကို ဆွေမျိုးချင်းပမာ ရင်းနှီးချစ်ခင်ကြပေသည်၊ ထို့ပြင် ကုန်းသတ္တဝါတို့သာမဟုတ်၊ ရေသတ္တဝါအပေါင်းတို့ကိုလည်း အနှောင့်အယှက်ဘေးဒုက္ခမပေးကြစေရန် ရည်ရွယ်၍ ငါးများကိုရေအတွင်းမှကုန်းမြေပေါ်သို့ လုံးဝမတင်ဆောင်ကြရ"

(Lao Tsze 604. B.C)

(Tao Teh Ching)

(တောက်တယ်ချင့်ကျမ်း)

"ရှေးအခါက လူတို့သည် တောက်ဟူသောလောကပါလတရားနှင့်လျော်ညီစွာနေထိုင်ခဲ့ကြသဖြင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာချမ်းသာသုခအဝဝတို့နှင့်ပြည့်စုံကြသည်၊ လွန်ခဲ့သောနှစ်ပေါင်း(၄၇၀၀) လောက်က ဟွမ်တီဘုရင်သည် ထိုလောကပါလတရားများကို ဦးစွာပထမ ဖောက်ပြန်ပျက်ဆီးခဲ့သူဖြစ်သည်"

ထိုအခါမှစ၍ လူလောကတွင် ဝိသမလောဘ၊ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မာနစသောအကုသိုလ်တရားယုတ်တရားဆိုးများ ထွန်းကားလာသည်၊ တိရစ္ဆာန်တို့ကိုသတ်ဖြတ်၍ မိုဝဲစားသောက်လာကြသည်၊ ထိုသို့သောအမွေမှုများပါလာသည်နှင့်အမျှ ရောဂါအထွေထွေဘေးအန္တရာယ်အဖြာဖြာတို့သည် ဖြစ်ပွားလာရသည်။

(Chwang Tsje 400-B.C)

(လောင်ဆီ၏တပည့် ချွမ်ဆီ၏ဩဝါဒ)

"အသက်ဇီဝိန်ကိုမဖြုန်နှင့်၊ မဖျက်ဆီးဘဲမည်သည့်နည်းနှင့်မျှအသားမဖြစ်ပေါ်နိုင်၊ ထို့ကြောင့် အသားစားသူသည် မညှင်းပန်းမှုတည်းဟူသော အဝိဟိံသတရားကို မစောင့်စည်းနိုင်ချေ"

"အသားသည် မြက်မှလည်းကောင်း၊ သစ်သားမှလည်းကောင်း၊ ကျောက်ခဲမှလည်းကောင်း မဖြစ်ထွန်းချေ၊ တိရစ္ဆာန်ကိုမသတ်သော် အသားမဖြစ်ထွန်းချေ၊ ဤအကြောင်းကြောင့် အသားစားခြင်းသည် အကုသိုလ်တရားသာဖြစ်သည်"

(Purushartha Siddhyupara
Voice of Ahinsa Dec-57)

သွေးထွက်သံယိုမရှိဘဲ လူ့အစာကိုကမ္ဘာပထဝီမြေကြီးကပေးနိုင်စွမ်း၏၊ သို့သော် လူတို့သည် ရသတဏှာရရှိခံစားလိုသောဇောကြောင့် သက်ရှိသတ္တဝါများကို သတ်ဖြတ်လာကြသည်။

အသား၏အရသာကိုစွဲလမ်းကပ်ငြိလာသောအခါ၌ အသားကိုခင်ခင်မင်မင် နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်စားလာခဲ့ရာ ထိုကဲ့သို့

အသားစားခြင်းအလေ့အထကြောင့်ပင် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ တိရစ္ဆာန်အမြောက်အမြားတို့သည် လူ့လက်ချက်ဖြင့် မရှုမလှသေကြေပျက်စီးကြရရှာသည်၊ အသားကို လူတို့မစားလျှင်မဖြစ်၊ စားမှသာအသက်ရှင်နိုင်မည်ဟူ၍ကား လုံးဝမဟုတ်ပါပေ၊ အသားသည်အမှန်အားဖြင့်ဆိုရသော် ရသာယူးခံစားလိုသောသူများအတွက်စားသောအပိုအစာသို့မဟုတ် ဇိမ်ခံအစာဖြစ်လေသည်၊ ထိုအစာသည် ထိုသူတို့အား ရောဂါဘယနှင့်အန္တရာယ်အမျိုးမျိုးတို့ကိုကျရောက်စေခဲ့ပါသည်။

(Seneca 5-65-AD)

"သက်ရှိသတ္တဝါဟူသမျှတို့၏ ကိုယ်ခန္ဓာအသွေးအသားတို့သည် အစားအစာကိုသာ အမှီသဟဲပြုနေကြသည်၊ သန့်စင်လတ်ဆတ်သော သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် သန့်ရှင်းမွန်မြတ်သောတရားဓမ္မများကို ကြိုးစားအားထုတ်ရာ၌ များစွာလွယ်ကူပေါက်ရောက်သည်။

(Tertinllion 160-AD)

(တာတူလိယံ ခရာဇ်ယံသာသနာပြုဓမ္မကထိက)

"အသီးအရွက်စသော သက်သတ်လွတ်စာ ရိုးရိုးမှီဝဲသူတို့သည် ခွန်အားဗလအပြည့်ဝကြဆုံး ကျန်းမာသန်စွမ်းကြဆုံးနှင့်သီလဝိသုဒ္ဓိအရှိဆုံးဖြစ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်ကြပေသည်၊ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းမရှိဘဲနှင့် အနံ့၊ အသာက်

အမြင်အရသာတို့၏ဖြားယောင်းမှုကြောင့် မှီဝဲရသောအသားစာတို့မှ ရှောင်ကြဉ်ကြရာကုန်သည်”

(St Clement of Alexandra 150-AD)

(စိန့်ကလိမင့် ခရာဇ်ယံမမွကထိကနှင့်သမှာကျမ်းပြုစုသူ)

“အလွန်သန့်ပြန့်သောအာဟာရဖြစ်စေသော စားသောက်ဖွယ်ရာများသည် အလွန်ပေါများရလွယ်ကုန်၏၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ သစ်ဥ၊ သစ်ဖု၊ အသီးအနှံ၊ နို့၊ နို့ထွက်ပစ္စည်း၊ သစ်သီးဝလံ၊ သစ်စေ့သစ်ဆံတို့သည် ကမ္ဘာပေါ်တွင်မလိုချင်အဆုံးဖြစ်သည်၊ အသားစားခြင်းဖြင့် သဘာဝအသီးအရွက်တို့နှင့်မတူ၊ ရောဂါထူးထူးထွေထွေကေန်ဒိဋ္ဌဖြစ်ပေါ်စေသည်၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးချမ်းသာမှုသည် သီလစင်ကြယ်သူတို့၌သာ ဖြစ်ထွန်း၏။

(Apostle Mathhew)

(ခရာဇ်ဝင် ရှင်မဿဲ)

(ခရာဇ်ဝင်ရှင်မဿဲသည် အသားကိုလုံးဝမစား သစ်စေ့သစ်ဆံ၊ သစ်သီးဝလံကိုသာစားသူဖြစ်သည်)

“အသက်ရှည်ရန်လိုအပ်သောအစာသည် သက်သတ်လွတ်စာဖြစ်လျက် ယင်းအစာသည် တရားမျှတမှု၊ သတ္တဝါတို့၏လွတ်လပ်မှု၊ စိတ်အေးငြိမ်းချမ်းသာမှုစသည်တို့ကို လုံးဝမထိခိုက်စေဘဲ နေရာတိုင်း၌ လွယ်လင့်တကူကောင်းစွာရရှိနိုင်ပေသည်။

အသားသည် ဇိမ်ခံအစာမျိုးဖြစ်လျက် ယင်းကိုမှီဝဲခြင်းဖြင့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာနစသောတရားများ ပိုမိုဖြစ်ပေါ်စေ၏၊

ကျန်းမာရေးကိုထိခိုက်နစ်နာစေ၏၊ အမှန်တရားကိုသိတတ်သည့် အတွင်းခံခါတ်ကို ကန့်ကျောက်စော်ကားရာကျပေ၏"

(Porphyry AD-233)

(ခရာဇ်ယံသာသနာပြုဓမ္မကထိက)

"သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဖြင့် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်တတ်သူ အတွက်မူ သတ္တဝါများသေခြင်းမလှသေခြင်းဆိုကြီးဖြင့် သေကျေပျက်စီးမှုမဖြစ်နိုင်ပါချေ၊ လူအပေါင်းတို့သည် သက်သတ်လွတ်စာကိုသာမှီဝဲသူများဖြစ်ကြပါက ကျွဲ၊ နွား၊ ကြက်၊ ဝက်စသောသတ္တဝါများငြိမ်းအေးချမ်းသာစွာနေကြရပါအံ့၊ ထို့အပြင် လူတို့၏လည်လှီးမှု၊ လှံထိုးမှု စသောရက်စက်စွာပြုလုပ်မှုများကြောင့် သွေးနီသွေးရဲဖျန်းဖျန်းထွက်ခြင်းမှကင်းဝေးချမ်းသာပါအံ့၊ တိရစ္ဆာန်သားငါး၊ ငှက်သတ္တဝါများ၏သေကျေပျက်စီးမှုကို လုံးဝမပြုလုပ်တော့အံ့၊ စန့်စမန့်ထမင်းချက်သူတို့၏သားလှီးဓားတို့သည် အသုံးမချရတော့အံ့၊ ထမင်းစားပွဲပေါ်တွင် သဘာဝကဖန်တီးပေးသည့် သစ်သီးဝလံတို့ဖြင့် ပေါများပြည့်ဝလျက်ရှိကြအံ့၊ ကျွန်ုပ်တို့သည်လည်း မကြောင့်မကြ မတောင့်မတဘဲ စိတ်ကျေနပ်စွာနေကြရကုန်အံ့"

(စိန့်ဘီဆိုင်း)

(St.Besile the Gread 320-AD)

ကမ္ဘာ့သက်သတ်လွတ်စားသူ ပညာရှင်များ၏အယူအဆ

ပိုင်သာဂိုရပ် (Pythagorus 570-BC)

ပိုင်သာဂိုရပ်သည် ပညာဗဟုသုတဆည်းပူးရန် ဂရိတ်မှ အိန္ဒိယပြည်သို့ရောက်ခဲ့သည်၊ ဂေါတမဘုရားရှင်၏အဆုံးအမကို ခံယူခဲ့သူဖြစ်သည် ဟုသမိုင်းပညာရှင်တို့ကဆိုသည်။

သူသည် ယူကလစ်သီအိုရီ (၄၇)ကို မိမိဉာဏ်စွမ်းဖြင့် စတင်တွေ့မြင်တီထွင်ခဲ့သူဖြစ်သည်၊ သင်္ချာလောကတွင် ကမ္ဘာ ကျော်ခဲ့သည်။

အသက်(၁၈)နှစ်သားမှစ၍ သက်သတ်လွတ်စားသည်၊ သီလကိုအထူးထိန်းသိမ်းခဲ့သည်၊ သူ၏တပည့်များနှင့်အတူ သက်သတ်လွတ်ဘာသာရေးဂိုဏ်း (Essene)ကိုခရာဇ်တော်မပွင့်မီက ပင် တည်ထောင်ခဲ့သည်၊ အနောက်နိုင်ငံ၌ထင်ရှားခဲ့သည်။သူ၏ အဆိုအမိန့်မှာ-

"သက်သတ်လွတ်မှီဝဲသူများသည် ကမ္ဘာငြိမ်းချမ်းသာ ယာရေး၏ရှေ့တော်ပြေးများဖြစ်သည်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် တိရစ္ဆာန်များအား ညှင်းပန်းနှိပ်စက်သတ်ဖြတ်ခြင်းသည် တရား မျှတမှုနှင့်မလျော်ညီ၊ သဘာဝမကျ၊ စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်အပြုအမူ သာဖြစ်သည်ဟူသော သဘောတရားများပေါ်ပေါက်လာပါက လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုသတ်ခြင်း(သို့မဟုတ်)စစ်တိုက်ခြင်းသည် ပိုမို၍ မတရားရာ၊ မလိုလားမနှစ်သက်ဖွယ်ရာ၊ လောကပါလ

တရားနှင့်မညီရာဖြစ်သည်ဟူသော သဘောတရားများစိတ်အတွင်းဝယ် အမှန်မုချပေါ်ပေါက်လာနိုင်ဖွယ်ရာရှိပါသည်။

ဤသူများသည် လူထက်အောက်တန်းစားဘဝသို့ကျရောက်နေသောတိရစ္ဆာန်တို့ကို နာကျင်မှုတစ်စုံတစ်ရာပြုလုပ်ရန်လိုလားမည်မဟုတ်ပါချေ။ တိရစ္ဆာန်အသားကို ငါးမျိုးအရသာခံနိုင်ရက်သူသည် အခြားလူတစ်ဦးဖာစ်ယောက်ကို မည်သို့သောသမာသမတ်မှု တရားမျှတမှုပေးနိုင်စွမ်းအံ့နည်း၊ အမှန်မှာ လူနှင့်တိရစ္ဆာန်သည် သက်ရှိသဘာဝတူသာဖြစ်ပါသည်။

လူကာယအဆောက်အဦးကို အကျိုးမပေးရုံသာမကဘေးအန္တရာယ်အသွယ်သွယ်ပင် ပေါ်ပေါက်ဖြစ်ပွားစေတတ်သောတိရစ္ဆာန်အသားကို လုံးဝမစားသင့်မစားထိုက်ပေ၊ လူအစာအတွက် သစ်သီးဝလံတို့သည် အလွန်ပေါများလှပေ၏၊ ကောက်အမျိုးမျိုး၊ ပဲအမျိုးမျိုးတို့သည်လည်း အများမပြားပင် မီးဖြင့်ပျော့ပျောင်းအောင်ပြုပြင်နိုင်သော သစ်ဥသစ်မြစ်တို့သည်လည်း များမြောင်လှပေစွ၊ ပန်းများမှရရှိသော ပျားရည်တို့ကိုလည်း လူတို့သုံးဆောင်နိုင်ကြသေးသည်။

သတ္တဝါအသက်သတ်ခြင်း၊ လည်မျိုမှသွေးဖျန်းဖျန်းထွက်စေခြင်းစသော အဝမ္ဗကရားတို့မှ လုံးဝကင်းလွတ်ကာ သန့်စင်လတ်ဆတ်သည်၊ အဆိုပါအစားအစာများသည် ဤကမ္ဘာမြေပြင်ပေါ်တွင် တောင်ပုံယာပုံပေါပေါသီးသီး ရနိုင်စွမ်းရှိပေသည်။

အဆင့်အတန်းနိမ့်သော သတ္တဝါများအနက် ကျား၊ ခြင်္သေ့စသောသားရိုင်းတိရစ္ဆာန်များသည်တစ်ပါးသတ္တဝါကို ကိုယ်ထူကိုယ်ထ ဖမ်းဆီးသတ်ဖြတ်ကာ သွေးသံရဲရဲအလောတကြီး ဝါးမျိုလေ့ရှိကြသည်၊ ဆင်၊ မြင်း၊ နွားစသောသတ္တဝါတို့ကား မြက်၊ သစ်ရွက်တို့သာ အေးအေးလူလူစားကြသည်။

လူ၏အစာအိမ်အတွင်းသို့ သတ်ထားသောတိရစ္ဆာန်အသေကောင် အပုပ်ကောင်ကိုမြှုပ်နှံခြင်းသည် အလွန်ဆိုးဝါးယုတ်မာသောအလေ့အထဖြစ်သည်။

သတ္တဝါတစ်ယောက်က အခြားသတ္တဝါတို့ကို သတ်ဖြတ်စားသောက်ခြင်းသည် ကောင်းမြတ်သောလောကပါလတရားတို့နှင့်လားလားမျှမဆီလျော်ပေ၊ မြေဆီမြေလွှာမှာ အစာမျိုးပေါင်းများစွာတို့သည် ထွေထွေပြားပြားပေါ်များစွာရရှိနိုင်လျက်ပင် အသက်သတ်သားကို အဘယ်ကြောင့်မှိုဝဲချင်ကြပါသနည်း၊ ကမ္ဘာတည်စရေးအခါမှ လူအပေါင်းသူတော်ကောင်းတို့သည် အသားမစားကြချေ၊ ထို့ကြောင့်လည်း အသက်သတ်မှုလုံးဝမရှိဘဲ သက်ရှိသတ္တဝါများအပေါ် မေတ္တာစာတ်လွှမ်းခြုံလျက်ရှိသည်"

ဟူ၍ နှစ်ပေါင်း(၄၀၀၀)ကျော်က ကမ္ဘာသူ၊ ကမ္ဘာသားများ သက်သတ်လွတ်စားသင့်ကြောင်း ဆိုခဲ့ပါသည်။

" ဆွေသဟာ " ၈၄။

ဟီရိုဒိုတပ် (Herodotus 484-BC)

ရှေးနှစ်ပေါင်း(၂၄၀၀)ကျော်က အနောက်တိုင်းရာဇဝင်ကို ပထမဦးဆုံးပြုစုခဲ့သူ ဟီရိုဒိုတပ်သည် အသားစားမှုမှရှောင်ကြဉ်သူဖြစ်ပြီး သူက-

"ဤအောက်တန်းစားဘဝ၌ဖြစ်ကြရရှာသော အပြစ်မဲ့သက်ရှိသတ္တဝါတို့ကို အဘယ်ကြောင့် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ဘေးဒုက္ခဖြစ်စေအံ့နည်း"

အသက်ဇီဝိန်ကိုပြုလုပ်ဖန်တီးခြင်းငှာ လုံးဝမစွမ်းနိုင်ဘဲ အဘယ်ကြောင့် အသက်တည်နေဆဲသတ္တဝါတစ်ကောင်ကို သတ်ချင်အံ့နည်း၊ သွေးနီနီရဲရဲနှင့် အသားကို အဘယ်ကြောင့် ဝါးမျိုချင်ပါသနည်း"

လောကပါလတရားဓမ္မနှင့်လျော်ညီစွာ နေထိုင်ကျင့်ကြံသူအပေါင်းသူတော်ကောင်းတို့သည် အသားမပါ၊ သက်သတ်လွတ်စာကိုသာမှီဝဲကြသူများဖြစ်ကြသည်မဟုတ်ပါလော၊ ယင်းသူတော်ကောင်းမြတ်တို့သည် ကောက်ပဲသီးနှံသစ်သီးဝလံတို့ကိုသာမှီဝဲရန်ဟောပြောတိုက်တွန်းလေ့ရှိကြပါသည်။

အင်ပီဒိုကလီ (Empedokles 500-BC)

ရှေးနှစ်ပေါင်း(၂၄၀၀)ကျော်က ပိုင်သာဂိုရပ်၏အယူဝါဒကိုလိုက်နာသူ အင်ပီဒိုကလီက အသားစားမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ဤသို့မိန့်ဆိုခဲ့ပါသည်-

"အစားအတွက် များမြောင်လှစွာသောသတ္တဝါတို့၏ အသက်ကိုဖြုံခွင်းသော အစမ္မမှုမှုရပ်တန့်ကြပါ၊ ထိုအစမ္မ၏အ ကြောင်းသည်ကား အဝိဇ္ဇာဖုံးလွှမ်းမှုသာဖြစ်သည်၊ အမှန်စင်စစ် မှာ အသားစားမှုသည် မိမိကိုယ်ခန္ဓာအပေါ်တွင် မိမိသာလျှင် ဒုက္ခဆင်းရဲခြင်းအထွေထွေဖြစ်စေသည်"

ဆိုကရေးတီး (Socrates)

"လူတို့သည် ကမ္ဘာလောကကြီးတစ်ခွင်ဝယ် တစ်ဦးအ ပေါ်တစ်ဦးအနိုင်ကျင့်ခြင်း၊ နှိပ်စက်ကလူပြုမှုခြင်း၊ ဝိသမလောဘ ဒေါသ၊ မာန၊ အစမ္မ၊ ရာဂစသော အကျင့်ယုတ်အကျင့်ဆိုးများ ပြုကျင့်ခြင်း၊ တိရစ္ဆာန်တို့ကို ညှင်းပန်းနှိပ်စက်၍ သတ်ဖြတ် စားသောက်ခြင်းများသည် မသင့်လျော် မလျောက်ပတ်သော အကျင့်စရိုက်များဖြစ်၍ ရှောင်ရှားနိုင်ရန်ကြိုးပမ်းကြပါ" ဟု စည်းရုံးဟောပြောခဲ့ပါသည်။

စစ်ဆေးရို (Cicero 106-BC)

ရှေးနှစ်ပေါင်း(၂၀၀၀)ကျော်က ရောမလူမျိုး စစ်ဆေးရို သည် စကားပြောကြွယ်ဝ၍ တိုင်းပြည်အုပ်ချုပ်ရေးတွင်ထူးချွန်သူ ဖြစ်၍ သက်သတ်လွတ်စားခဲ့သည်၊ သူ၏အဆိုအမိန့်မှာ-

"လူတို့၏သဘာဝလုပ်ငန်းစဉ်သည် သက်ရှိသတ္တဝါများ ကို လိုက်လံပစ်ခတ်ဖမ်းဆီးချုပ်နှောင်သတ်ဖြတ်ခြင်းလုံးဝမဟုတ်

ချေ၊ မသနားမညှာတာ ညှင်းပန်းနှိပ်စက်အဓမ္မပြုကျင့်မှုမှန်သမျှ သည် လူတို့၏ကောင်းမြတ်သော ဓမ္မမဟုတ်ပါချေ”
ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ထေရုဗာလုဗာ (Tirruvalluvar 300-BC)

ရှေးနှစ်ပေါင်း(၂၃၀၀)က အိန္ဒိယတောင်ပိုင်းမှ တမီလ် လူမျိုး ထေရုဗာလုဗာသည် လောကနီတိကျမ်း(လူကျင့်ဝတ်ဂန္ထ ဝင်ကျမ်း)ကြီးကိုပြုစုခဲ့သည်၊ ကမ္ဘာဘာသာပေါင်း(၃၀)ဘာသာ ပြန်ဆိုခဲ့ရသောကျမ်းဖြစ်သည်။ သူ၏အဆိုအမိန့်မှာ-

“တစ်ပါးသတ္တဝါ၏အသားကိုစား၍ မိမိခန္ဓာကိုယ်တည် မြဲအောင်ပြုလုပ်ပါက ကြင်နာသနားမှုအဘယ်မှာရှိနိုင်ပါအံ့နည်း၊ ကြင်နာမှုနှင့်ကြင်နာမှု၏ဆန့်ကျင်ဘက်တရားတို့သည်အဘယ်နည်း ဟုမေးလျှင် ပထမအမေး၌ သတ္တဝါတို့၏အသက်ကိုစောင့်ရှောက် ထိန်းသိမ်းခြင်းဖြစ်လျက် ဒုတိယအမေး၌ အသက်ကိုသတ်ဖြတ် ခြင်းဖြစ်သည် ဟုဖြေဆိုရပါမည်။

ထို့ကြောင့် တစ်ပါးသတ္တဝါ၏အသားကို မစားအပ်ပေ၊ အကယ်တန္တု လူ့အစာအတွက် သတ္တဝါအသက်ကိုသတ်စားရန် မလိုချေက ဤကမ္ဘာလောကကြီးတွင် ငွေကြေးအတွက်အသား ရောင်းသူရှိလိမ့်မည်မဟုတ်ချေ။

အသားတွင် အဆိပ်အတောက်ရှိသည် ဟုပညာရှိတို့က မိန့်ဆိုထားကြပါသည်။

ထို့ကြောင့် သတ္တဝါအသားကိုမှီဝဲခြင်းမှရှောင်ကြဉ်ကြပါလော့၊ အသက်မသတ် အသားမစားသူတို့အား သက်ရှိသတ္တဝါ အပေါင်းတို့က ညီညာဖြဖြရိုသေမြတ်နိုးလက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးဦးညွတ်ကြပါလိမ့်မည်။

အိုဗစ် (Ovid 43-BC)

ရှေးနှစ်ပေါင်း(၂၀၀၀)က ရောမကဗျာဆရာကြီး အိုဗစ်ကလည်း အသားမစားရန် ဤသို့ဆိုခဲ့ပါသည်-

(ထိုအချိန်က တိရစ္ဆာန်နှင့်လူတစ်ဦးဦးမသေမချင်းအား ပြိုင်ထိုးသတ်နေသောပွဲကို လူတို့ကအားပေးနှစ်သက်ချီးမြှင့်နေကြသော အချိန်ကာလဖြစ်သည်)

"သေမင်း၏လက်တွင်းမှ မလွတ်ကင်းနိုင်သောလူသားအပေါင်းတို့. . . ဤကဲ့သို့ စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ဖြစ်သည့် သတ္တဝါအသွေးအသားကိုစား၍ ခန္ဓာကိုယ်ညစ်ညမ်းယုတ်ညံ့အောင် ပြုလုပ်နေခြင်းကိုရပ်ဆိုင်းကြပါလော့၊

ဤကမ္ဘာမြေကြီးပေါ်တွင် အပင်လောကမှထွက်သော လူတို့၏စားစရာသည် များပြားစွာပေါကြွယ်လှပေ၏၊ သစ်သီးအမျိုးမျိုးတို့သည် အပင်ပေါ်၌အလေးချိန်ကြောင့် အကိုင်းများ

အိတ်ခွဲညှတ်ကိုင်းနေကြပါ၏၊ စပျစ်ပင်များသည်လည်း အသီးများပြွတ်ခဲနေအောင် သီးနေကြကုန်၏၊ အစိမ်းစား အကျက်စားဟင်းသီးဟင်းရွက်များမှာလည်း အလွန်ပေါများရလွယ်ကုန်၏၊ အပင်မှထွက်သောအရည်များသည်လည်း အများအပြားရှိကုန်၏

သတ္တဝါအသက်အသွေးမပါ၊ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သောစားသောက်ဖွယ်ရာများကို ဤဝသုန်မြေဆီလွှာက ပေါပေါသီသီတောင်ပုံရာပုံပေးဆောင်လျက်ရှိသည်။

အသားစားတိရစ္ဆာန်တို့သည် မိမိတို့၏ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှုကို အသားစားခြင်းဖြင့်ငြိမ်းအေးစေလေသည်။

သို့သော် တိရစ္ဆာန်တိုင်း ထိုကဲ့သို့မဟုတ်ကြ၊ မြင်း၊ သိုး၊ နွားစသောသတ္တဝါတို့သည် မြက်၊ သစ်ရွက်တို့ကိုစားသုံးခြင်းဖြင့် အငတ်ပြဿနာကို သဘာဝအလျောက်ဖြေရှင်းကြပေသည်။

ခြင်္သေ့၊ ကျား၊ ဝက်ဝံ၊ ဝံပုလွေစသော သားရိုင်းတိရစ္ဆာန်တို့မှာမူ သက်ရှိသတ္တဝါတို့ကို ဖမ်းယူကိုက်သတ်ဆွဲဖွဲ့ကာ သွေးချင်းချင်းနီရဲရဲတရွဲရွဲနှင့်ပင် အသားကိုအတုံးလိုက်-အတစ်လိုက်ထွေးရောယှက်တင်ဝါးမျိုကာ မြိန်မြိန်ရှက်ရှက်စားသောက်ကြသည်။

မနုဿအစာအိမ်အတွင်းသို့ သတ်ထားသောတိရစ္ဆာန်၏အစာအိမ်၊ အူ၊ အသည်း၊ နှလုံးတို့ကို မြှုပ်နှံသင်္ဂြိုဟ်ခြင်းသည် အလွန်ဆိုးဝါးလျက် ကမ္ဘာ့ရာဇဝတ်ကောင်သဖွယ်ပြုကျင့်ခြင်းအမှန်ဖြစ်တော့သည်။

"ဆွေသဟာ" စာ၆ပ

လူတို့သည် အသားစားချင်သည့်အာသာဆန္ဒပြင်းပြမှုကြောင့်သာ တိရစ္ဆာန်တို့ကိုအနိုင်ကျင့်ညှင်းပန်းနှိပ်စက်လျက်အသက်ကိုရက်စက်စွာ သတ်ဖြတ်ကာ မိမိ၏ဝမ်းဗိုက်အတွင်းသို့ သွတ်သွင်းကြကုန်၏။

လူတို့ သ် မိမိ၏အသက်တည်နေမှုအတွက် အခြားသက်ရှိသတ္တ ား အစမ္မနည်းဖြင့်ဇီဝိန်ကိုဖြိုခွင်းခန္ဓာရုပ်ကြွင်းကိုဓားတစ်ကိုင်ကိုင်ဖြင့် လုယက်ဖျက်ဆီးခုတ်ထစ်ကာ ချက်ပြုတ်၍ ဝါးမျိုကြကုန်၏၊ ထိုသို့သောအပြုအမူတို့သည် လောကပါလတရားဟုတ်မှန်သော သစ္စာ၊ ဓမ္မတရားတို့နှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်သာဖြစ်သည်။

အမိမြေ ဤဘူမိနတ်သန်က လူတို့စားရန်များလှစွာသောအစားအစာအမျိုးမျိုးကိုဖန်တီးပေးလျက်နှင့်ပင် သက်ရှိသတ္တဝါတို့၏အသားကိုမှ ရွေးချယ်စားသောက်လိုစိတ်ရှိသောဖြစ်အင်ကိုစဉ်းစားကြည့်က တရားသည်ဖြစ်စေ၊ မတရားသည်ဖြစ်စေ၊ မည်သို့ပင်ရရှိသောအသားဖြစ်စေကာမူ ရသာရုံကာမဂုဏ်ကို စံစား-ခံစားလိုမှုပြင်းပြနေခြင်းကြောင့်သာ အမှန်ဖြစ်တော့သည်ဟု ဆိုရလိမ့်မည်။

လတ်ဆတ်သောအသီးအနှံများကို စိတ်ကြည်နူးစွာ မှီဝဲ၍ ရွှင်ပြစွာပီတိသောမနသဖြစ်ရမည့်အစား တိရစ္ဆာန်သတ္တဝါကို အရှင်လတ်လတ်သတ်မှသာဖြစ်ပေါ်လာသောအသားကိုသွားနှင့်ဝါးကာ-ဝါးကာ လျှာပေါ်အရသာခံကာ-ခံကာ တမြုံ့မြုံ့

နှင့်စိတ်ကျေနပ်မှုဖြစ်စေခြင်းသည် လမ်းလွဲလမ်းမှားသာဖြစ်တော့သည်။

အသားစားခြင်းကိုမပြုလုပ်ကြရန် မေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်၊ အထူးသဖြင့် နွားသားကိုလျှာပေါ်တင်က သွားနှင့်ဝါး၍ အရသာပေါ်လာသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် လူတို့အား လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးတွင် ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးနေသော မိတ်ဆွေရင်းကြီး၏အသားကိုလျှာအရသာခံကာစား၍နေချေပြီ ဟု သတိသံဝေဂရကြပါ ”

ဟူ၍ ဆိုမိန့်ထားခဲ့ပါသည်။

ပလူတာ(ရှ်) (Plutarch 40-20 AD)

ကမ္ဘာပေါ်တွင် အတ္ထုပ္ပတ္တိနှင့်ရာဇဝင်ရေးသောဆရာကြီးဖြစ်သူ ပလူတာ(ရှ်)က-

“ကျွန်ုပ်တို့သည် ခြင်္သေ့များ၊ ဝံပုလွေများစသော သားရိုင်းသတ္တဝါများကို အစာအလို့ငှာ လိုက်လံရှာဖွေသတ်ဖြတ်မှုမပြုကြပေ၊ ထို့ပြင်မက ကျွန်ုပ်တို့သည် ထိုသားရိုင်းတိရစ္ဆာန်များကို မည်သို့မျှအနှောင့်အယှက်မပေးဘဲ ဘာသာဘာဝအတိုင်းတောတွင်း၌ လွတ်လပ်စွာသွားလာနေထိုင်ခွင့်ပြုထားကြပေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့နှင့်နီးကပ်စွာနေထိုင်သွားလာနေကြသော ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်းစသောတိရစ္ဆာန်များသည် အလွန်ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့

လျက် လူတို့၏ခိုင်းစေရာတာပန်ဝတ္တရားများကို ကောင်းစွာထမ်းဆောင်ကြ၏၊ ယင်းတိရစ္ဆာန်များတွင် အစားအတွက် သားကောင်များကိုဖမ်းဆီးသတ်ဖြတ်ရန် ချွန်ထက်သောသွားများ၊ အစွယ်များ လက်သည်း၊ ခြေသည်းများမရှိကြ၊ လူတို့ကိုမည်သို့မျှရန်မရှာကြ။

ထိုသို့ဖြစ်လျက်နှင့်ပင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်းစသော တိရစ္ဆာန်တို့ကိုအနိုင်ကျင့်၍ အတင်းအဓမ္မသတ်ဖြတ်ကြလျက် အသား၊ အသွေးတို့ကို စားသောက်ဝါးမျိုကြ၏၊ အလွန်တရားမဲ့သောအပြုအကျင့်သာဖြစ်ပေသည်။

မည်သို့သောအကြောင်းအရာကိုမျှ လူကိုမထောက်ထားမစဉ်းစားကြ၊ အလွန်လှပပြေပြစ်သောကိုယ်ခန္ဓာသွင်ပြင်၊ သဏ္ဌာန်၊ အစာတောင်းသောသနားစဖွယ်အသံ၊ ထိခိုက်နာကျင်ရာ၌ အော်မြည်သောကရုဏာသံ၊ လူတို့ထံမှအခွင့်အရေးရလိုမှုအတွက် မြည်သောတောင်းပန်သံ၊ ဉာဏ်ကိုအသုံးပြုတတ်ခြင်း၊ အမှတ်သညာရှိခြင်း၊ ကျေးဇူးသိတတ်ခြင်း၊ သူ့အသက်သတ်ခြင်းကို လုံးဝမပြုတတ်ဘဲ မြေပြင်ပေါ်၌ကမ္ဘာ့သဘာဝအတိုင်း ပေါက်ရောက်နေသော မြက်၊ သစ်ရွက်စသော သန့်ရှင်းသောအစာကို သာမှီဝဲခြင်း၊ လူတို့၏အကျိုးကိုသည်ပိုးပြုတတ်ခြင်းစသည်များနှင့် ပြည့်စုံကြသော သတ္တဝါများကို ရွေးချယ်သတ်ဖြတ်စားသောက်ကြပေသည်။

လူတို့သည် အရသာအတွက်ဆိုလျှင် မည်သည့်အကြောင်းအချက်ကိုမျှမထောက်မထားမဆင်ခြင်ဘဲ အသက်

တစ်ချောင်းကိုသတ်ရန် ဝန်မလေးကြလေတကား”
ဟု မိန့်ဆိုခဲ့ပါသည်။

ဂျေကေရစ်ရှနာမူတိ (J. Krnishna munti)

သတိပဋ္ဌာန်တရားပြကမ္ဘာကျော်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး ဂျေကေရစ်ရှနာမူတိက-

“ကမ္ဘာလောကကြီးတွင် အခြေအမြစ်လုံးဝမရှိသော ယုံကြည်စွဲလမ်းမှုတစ်ခုသည်ကား လူတို့သည် တိရစ္ဆာန်ဖြင့် ယာဇ်ပူဇော်ရန်လိုအပ်သည်”ဟူသောအချက်ပင်ဖြစ်သည်၊ ထိုထက်သာလွန်ထူးကဲညှင်းပန်းနှိပ်စက်မှု၊ ညာတာကင်းမဲ့မှုတို့ကို ဖြစ်ပွားစေသောအချက်သည်ကား လူတို့သည် တိရစ္ဆာန်အသားကိုစားရန် လိုအပ်သည်ဟူသောအချက်ပင်ဖြစ်တော့သည်”
ဟူ၍ သူ၏ဆရာအရှင်၏ခြေရင်း၌ (At the feet of the master) စာအုပ်၌ ရေးသားထားခဲ့ပါသည်။

ဂုရုနာနတ် (Guru Nanak)

ရှေးနှစ်ပေါင်း(၁၀၀၀)ကျော်က ဆစ်ခေါ်ပန်ဂျပ်လူမျိုးတို့၏ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ပြီး မိမိတို့လူမျိုးအတွက် ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုဘာသာရပ်တစ်ခုကို တီထွင်ခဲ့သော ဂုရုနာနတ်က-

“တိရစ္ဆာန်အသားကို မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ မစားမသုံးနှင့်၊ အဝတ်စားတစ်ခုခုသည် သွေးတစ်စက်မျှစွန်းခြင်းဖြင့် ညစ်

ညမ်းပေကျံလျက်ရှိချေသည်၊ သွေးများစွာပြွမ်းသောအသားကို စားခြင်းဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်း၌ မည်မျှညစ်ညမ်းပေကျံလိမ့်မည်နည်း” ဟု ဆိုခဲ့သည်။

ကောင်လီယိုတော်စတွိုင် (Count Leo Tolstoy)

ကမ္ဘာကျော်ရုရှားစာရေးဆရာကြီးသည် သက်သတ်လွတ်စားသူဖြစ်သည်၊ ပေါင်မုန့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်နှင့်အသီးအနှံသာစားသည်၊ သူက အသားစားမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ထုတ်ပြန်ပြောကြားရာတွင်-

“အကယ်၍ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် လောကလွတ်မြောက်ရေးရာအားထုတ်ခြင်း၌ တကယ်စိတ်ပါဝင်စားမှုရှိလျှင် ထိုသူ၏ပထမဦးစွာဆောင်ရွက်ရမည့်ဝတ္တရားသည်ကား အသားစားမှုမှရှောင်ကြဉ်ရန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

အကြောင်းမှာ အသားသည် လူတို့အားစိတ်၏အုပ်ထိန်းမှုကိုအနှောင်အယှက်ပေးစေသည်အပြင် လောဘ၊ ဒေါသ၊ ရာဂစသောမလိုလားဖွယ်ရာတရားများကို တိုးပွားလာစေသည်။

အမှန်မှာ အသားစားမှုသည် သက်ရှိသတ္တဝါတို့အားသတ်မှုကိုဖြစ်စေသောကြောင့် ဒုစရိုက်ဇာကန်ဖြစ်ရတော့သည်” ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။

ဘားနတ်ရှော (Barnard Shaw)

ကမ္ဘာကျော်စာရေးဆရာကြီး ဘားနတ်ရှောသည် သက်သတ်လွတ်စားခဲ့သည်၊ သူ၏သက်သတ်လွတ်အဆိုအမိန့်မှာ-

"ကျွန်ုပ်တို့သည် တိရစ္ဆာန်တို့အားညှင်းပန်းနှိပ်စက်သတ်ဖြတ်လျက် အသားကိုစားနေသမျှကာလပတ်လုံး ကမ္ဘာပေါ်တွင် စစ်မက်ရေးရာသည် ရှိမြဲရှိနေမည်။

ဤသို့ဖြင့် ကောင်းမွန်မြင့်မြတ်သော အထက်တန်းကျသော လိုလားတောင့်တချက်များ အဘယ်မှာရရှိခံစားနိုင်ပါအံ့နည်း"

သက်သတ်လွတ်စားလူတစ်ယောက်ဖြစ်လာနိုင်ရန်မှာ တွေးခေါ်စဉ်းစားတတ်သောဉာဏ်များစွာရရှိရန်လိုအပ်ပါသည်၊ အကယ်၍ သဘာဝအတိုင်းသာဖြစ်ပေါ်နေသော အစာရေစာဖြင့် လူအပေါင်းတို့၏ကျန်းမာရေး၊ အနာကင်းမဲ့ရေး၊ အင်အားပြည့်ဖြိုးရေး စသည်တို့ကိုဖြစ်အောင်ဆောင်ရွက်မည်ဆိုပါက အရက်သေစာ၊ အသား၊ ငါး၊ ငှက်စသော သက်ရှိသတ္တဝါတို့ကို စားသုံးရန်လိုအပ်တော့မည်မဟုတ်ပေ။

လူအချင်းချင်းတိုက်ခိုက်သတ်ဖြတ်မှုရှိနေခြင်းမှ လွတ်ကင်းချမ်းသာလိုလျှင် တိရစ္ဆာန်တို့၏အသားကိုစားသုံးခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရန်အရေးကြီးလှပါသည်"

ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။

"ဆွေသဟာ" ၅၈၉

ဒေါက်တာအဲယ်လ်ဘတ်ရှိုက်ဇာ (Dr.Albert Schweitzer)

ပရဟိတလုပ်ငန်းများကို အထူးကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး နိုဗယ်ဆုရခဲ့သော ဒေါက်တာအယ်လ်ဘတ်ရှိုက်ဇာက-

"စဉ်းစားဆင်ခြင်တတ်သူမှန်သမျှသည် ရက်စက်စွာပြုကျင့်မှုမှန်သမျှတို့ကို ခုခံတိုက်ဖျက်ဖယ်ရှားပစ်ရမည်၊ မည်မျှပင်မိရိုးဖလာမှဆင်းသက်၍ စွဲမြဲသောမကြင်နာမသနားမှုပင်ဖြစ်စေကာမူ ဖြိုခွဲဖျက်ဆီးရန်လုံးပမ်းရမည်၊ မည်သည့်ဘာသာရေးကမဆို တိရစ္ဆာန်ပူဇော်ပသမှုကိုခွင့်ပြုစေကာမူ မိမိတို့ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်က ယင်းကိစ္စသည် မေတ္တာကင်းမဲ့မှုအမှန်ဖြစ်သည် ဟုဆုံးဖြတ်ကာ ကိုယ်စွမ်းရှိသမျှ ဉာဏ်စွမ်းရှိသမျှ တွန်းလှန်ဖယ်ရှားပစ်ရမည်" ဟု မိန့်ဆိုထားခဲ့ပါသည်။

ဒေါက်တာမက်ဇဝဲ (Dr.John Maxwell)

နာမည်ကျော်ဆရာဝန်ကြီး ဒေါက်တာမက်ဇဝဲက-

"အသားသည် လူတို့စားသုံးသောအစားအစာမှန်သမျှတွင် အချဉ်အပေါက်ဆုံးသောအစာဖြစ်သည်၊ ကျွန်ုပ်တို့တွင်ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသောရောဂါဝေဒနာဆိုးအမျိုးမျိုးတို့သည် အသားစားသောမှားယွင်းသည့်အလေ့အထကြောင့်သာဖြစ်ရသည်၊ အသားလွတ်အစာအာဟာရသည် အလွန်ပေါများလျက်ရှိသည့်အလျောက် ထိုအစာကိုစားခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့အလွန်စိတ်ပျော်ရွှင်ကျေနပ်မှုဖြစ်စေသည်။

ကျွန်ုပ်၏အစာမှာ သစ်သီးဝလံ၊ ကောက်ပဲသီးနှံ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ သစ်စေ့သစ်ဆံစသော သက်သတ်လွတ်အသားများဖြစ်၍ ကျွန်ုပ်တွင်အပြည့်ဝဆုံးသောအာဟာရဖြစ်ပေသည်။

ကျွန်ုပ်သည် အသက်(၈၅)နှစ်ရှိပြီးဖြစ်သော်လည်း နာကျင်ကိုက်ခဲမှုစ၍ ဇရာအရွယ်၌ဖြစ်တတ်သည့်ရောဂါဘေးဒုက္ခမျိုးတို့မှလွတ်ကင်းချမ်းသာလျက်ရှိသည်၊ ကျွန်ုပ်သည် အင်အားဖြည့်တင်းကျန်းမာခြင်းဟူသော လာဘ်ကြီးလာဘ်မြတ်တို့နှင့်ပြည့်စုံသည်နှင့်အမျှ တစ်နေ့ပျှမ်းမျှနာရီအချိန်ပြည့် အလုပ်,လုပ်သော်လည်း ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း စိုးစဉ်းမျှမရှိ၊ ပျော်ရွှင်လျက်ပင်နေလေသည်” ဟု မိန့်ဆိုခဲ့ပါသည်။

လော့ဘာယ်ဒင်ပေါ်ဝယ် (Lord Baden Powel)

ကင်းထောက်အဖွဲ့ကြီးကို စတင်တည်ထောင်ခဲ့သူ လော့ဘာယ်ဒင်ပေါ်ဝယ်က-

“ကျွန်ုပ်တို့သည် တိရစ္ဆာန်အသားနှင့်ပတ်သက်၍ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ အချိန်များစွာဖြုန်းတီးကြပေသည်၊ ထိုသို့ဖြုန်းတီးခြင်းမှာ အသားသည် လူတို့အတွက်လိုအပ်သောအစာဖြစ်ခြင်းကြောင့်မဟုတ်၊ အကျင့်ဖြစ်နေ၍လည်းကောင်း၊ ထုံးတမ်းစဉ်လာကြီးဖြစ်နေ၍လည်းကောင်းဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ်သည် တိရစ္ဆာန်အသားကို မည်သည့်အခါမျှမစား၊ အသားလုံးဝမစားသော်လည်း ကျန်းမာသန်စွမ်းလျက်ရှိနေပါသည်” ဟု မိန့်ဆိုခဲ့ပါသည်။

ဒေါက်တာအယ်နီဘီဆင် (Dr.Annic Besant)

ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့်စပ်သောကျမ်းများ၊ သိပ္ပံပညာစာအုပ်များကို ရေးသားပြုစုခဲ့သော ဒေါက်တာအယ်နီဘီဆင်က-

"မြင်မြင်သမျှသော သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံးတို့အပေါ် အဝိဟိံသ မညှင်းဆဲခြင်းတရားနှင့် မေတ္တာတရားများထားရှိရန် လိုအပ်ပါသည်၊ ထိုတရားများကြောင့် ရှေးဦးစွာ မိမိ၏ရသာရုံ ခံစားမှုအတွက် မိမိခန္ဓာကိုယ်အသက်ရှည်မှုအတွက် သက်ရှိသတ္တဝါ၊ သား၊ ငါး၊ ငှက်တို့ကိုညှင်းဆဲသတ်ဖြတ်ရန် လုံးဝအားထုတ်လိမ့်မည်မဟုတ်"

ဟု မိန့်ဆိုခဲ့ပါသည်။

မဟာတ္တမဂန္ဓီ (အိန္ဒိယအမျိုးသားခေါင်းဆောင်ကြီး)

ဂန္ဓီ၏ဒုတိယသား မနီလာ မကျန်းမမာဖြစ်သောအခါ အင်္ဂလိပ်ဆရာဝန်တစ်ဦးက အမြန်ပျောက်စေရန် ကြက်ဥနှင့်ကြက်ငယ်စွပ်ပြုတ်ကို ဓာတ်စာအဖြစ်ပေးရန်လမ်းညွှန်ကြားခဲ့သည်၊ ယင်းကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ သက်သတ်လွတ်တစ်သက်လုံးစားလာသောဂန္ဓီကြီးက-

"ဤသို့သောအချိန်အခါမျိုးနှင့်ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံမှသာ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ယုံကြည်လေးစားမှုသည် မယိမ်းမယိုင်ကျောက်တိုင်သဖွယ်တည့်တံ့ခိုင်မြဲလျက်ရှိကြောင်းကို ပေါ်လွင်ထင်ရှားစေလေသည်။

မှန်သည်-မှားသည်ကိုအပထား၊ ကျွန်ုပ်၏အဖွဲ့တွင်အတွင်း ဓာတ်ခံကား ငှက်ဥ၊ တိရစ္ဆာန်အသားစသည်တို့သည် လူ့သတ္တဝါ အပေါင်းတို့မစားသင့်၊ မစားထိုက်ဟူ၍သာ စွဲစွဲမြဲမြဲဖြစ်နေလျက် ရှိနေသေးသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏အသက်နှင့်ခန္ဓာဒွန်တွဲတည်မြဲရေးကိုစွပင် စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ပြုလုပ်ရန်မသင့်လျော်ပေ၊ အချို့သောအရာများကို အသက်ပင်လဲစေရကာမူ မပြုလုပ်သင့် မပြုလုပ်ထိုက်ပေ။

ကျွန်ုပ်တို့ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာတရားကို သဘော ပေါက်နားလည်သည်မှာ တိရစ္ဆာန်အသား၊ ငှက်ဥစသည်တို့ကို ဤသို့သောအသက်သေရေးရှင်ရေးကိစ္စ၌ပင် ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံနေ ရစေကာမူ ကျွန်ုပ်သည်မစားနိုင်၊ ကျွန်ုပ်၏သားသမီးများကိုလည်း မစားခိုင်းနိုင်ပေ" ဟူ၍ ဖြေကြားလိုက်သည်။

ဒေါက်တာရာဂျင်ဒရာပရာဆတ် (Dr.Rajendra Prasad)

အိန္ဒိယနိုင်ငံလွတ်လပ်ရေးရပြီးနောက် ပထမဆုံးသမ္မတ ကြီးဖြစ်သူ ဒေါက်တာရာဂျင်ဒရာပရာဆတ်သည် သက်သတ် လွတ်စားသူဖြစ်သည်၊ ဘုံဘေတွင်ကျင်းပသော ကမ္ဘာ့သက်သတ် လွတ်ကွန်ဂရက်၌-

"ကျန်းမာရေးအတွက် အသင့်မြတ်ဆုံးသောအစာအပြင် သဘာဝမွေနှင့်လည်း အလျော်ညီဆုံးသော လူ့အစာသည်ကား ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ သစ်သီးဝလံ၊ လယ်ယာထွက်အမျိုးမျိုး၊

ကောက်ပဲအမျိုးမျိုးတို့ဖြစ်ကြသည်ဟု သိပ္ပံပညာရှင်များက တွေ့မြင်သိရှိလာသည့်အတိုင်း လူတို့ကယုံကြည်လျက်ရှိကြပေသည်၊ ထိုယုံကြည်သူတို့တွင် ကျွန်ုပ်လည်း အပါအဝင်ဖြစ်လေသည်၊ အမှန်မှာ အသက်သတ်လွတ်စားသူသည် အသားစားသူထက် ပိုမို၍ ရိုးရိုးကျင့် မြင့်မြင့်ကြံသဘောသက်ရောက်ပေသည်" ဟု မိန့်ဆိုခဲ့ပါသည်။

အသားစားမှု၊ အသီးအရွက်စားမှုများနှင့်ပတ်သက်၍ ဆေးပညာရှင်ကြီးများ၏ အယူအဆများ

အာဟာရဓာတ်ပကတိပြည့်ဖြိုးနေသော သစ်သီး၊ သစ်ရွက်စသည်တို့မှတိုက်ရိုက်ရယူစားသုံးနိုင်သောလူတို့သည် မြက်၊ သစ်ရွက်စားပြီးဖြစ်သောတိရစ္ဆာန်အသားကိုတစ်ဆင့်စားသောက်ခြင်းမှာမသင့်လျော် ဟုဆေးပညာရှင်တို့ကဆိုပါသည်။

တိရစ္ဆာန်တို့ကိုသတ်လိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက်တည်း အလောင်းကောင်သည် ပုပ်သိုးဆွေးမြေ့ပျက်စီး (Decaying Process) အစပြုလျက်ရောဂါဖြစ်ပွားစေသော ယူရစ်အက်ဆစ်အဆိပ်ဓာတ်များနှင့်ရောဂါပိုးများချက်ချင်းဖြစ်ပေါ်တွယ်ကပ်လာသည် ဟုဆိုပါသည်၊ ထိုအသားကိုစားသုံးသဖြင့် လူတို့အား ရောဂါများစွာနှင့်ရောဂါမျိုးစုံကိုဖြစ်စေသည် ဟုဆိုပါသည်။

တစ်ဖန် လောကသဘာဝအရ လူ၊ တိရစ္ဆာန်နှင့်သစ်ပင်တို့သည် နေရောင်ခြည်ကိုအသုံးပြု၍ အသက်ရှင်သန်နေကြရ

သည်ဖြစ်ရာ အပင်၏ထူးခြားသောအချက်သည်ကား နေရောင်ခြည်ဓာတ်ကိုထိန်းသိမ်းနိုင်သဖြင့် အညှောက်၊ အညွန့်၊ အဖူး၊ အပွင့်၊ အသီး၊ အနှံ၊ သစ်သီး၊ သစ်ဥ၊ သစ်ဖုအစိတ်အပိုင်းတို့တွင် ယင်းဓာတ်အားများသည် သဘာဝအတိုင်း အများဆုံးတည်ရှိပါသည်။

ထို့ကြောင့် အသီးအရွက်စားသုံးသူတို့သည် အမြဲကျန်းမာ၍ အားအင်ပြည့်ဝစွာနေနိုင်ကြသည် ဟုဆိုပါသည်။

နေမှစွမ်းအင်ယူနစ်(၁၀၀)ပေးလိုက်ပါက သစ်ပင်က အကုန်ရသည်၊ ထိုသစ်ပင်ကို တိရစ္ဆာန်ကစားသောအခါ တိရစ္ဆာန်သည်(၁၀)ယူနစ်ခန့်သာရသည်။

ယင်းတိရစ္ဆာန်ကို လူကစားသောအခါ လူသည် တစ်ယူနစ်သာရသည် ဟုဆိုပါသည်။

လူက သစ်ပင်သစ်ရွက်ကိုစားပါက ပဉ္စငါးပါးအကုန်စားနိုင်သော်လည်း တိရစ္ဆာန်က တစ်မျိုး၊ နှစ်မျိုးသာစားနိုင်သဖြင့် အာဟာရအကုန်မရနိုင်၊ ထိုမရနိုင်သောအသားကို လူတို့ကစားသဖြင့် အာဟာရအပြည့်ရသည်ဆိုသည်မှာ သဘာဝပက္ခ ဟုပညာရှင်တို့ကဆိုပါသည်။

အပင်နှင့်အပင်ထွက်များအနက် အာဟာရဓာတ်အဆင့်အတန်း၌ အနိမ့်ဆုံးဖြစ်သော မြက်၊ သစ်ရွက်တို့ကိုစားသုံးသော တိရစ္ဆာန်တို့သည် အသားစားသတ္တဝါတို့ထက် အားခွန်ဗလကောင်းခြင်း၊ ရေရှည်အမောခံနိုင်ခြင်း၊ မိမိသက်တမ်းစေ့ကျန်း

မာရှင်လန်းစွာနှင့်နေထိုင်သွားနိုင်ခြင်းစသည်တို့ကိုတွေ့ရပါသည်။

သို့အတွက် အဆင့်အတန်းမြင့်သော အသီးအနှံ၊ အစေ့၊ အဆံ၊ သစ်ဥ၊ သစ်မြစ်၊ သစ်ဖုတို့ကို မိမိလိုရာရွေးချယ်စားနိုင်သောလူသားတို့သည် သဘာဝကျသော သက်သတ်လွတ်အစာဖြင့် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်နိုင်ကြမည်ဆိုလျှင် မိမိတို့ဘဝ ကျန်းမာချမ်းသာစွာဖြင့် အသက်ရှည်ရာအနာမဲ့ဘဝဖြင့် လျှောက်လှမ်းနိုင်ကြမည်ဖြစ်သည် ဟု အနောက်တိုင်းထိပ်တန်းဆရာဝန်ကြီး ဒေါက်တာလဲ့လော့ (Dr.Lellog) ကဆိုခဲ့ပါသည်။

သစ်ပင်တို့၏သဘာဝသည် အပြုဓာတ်သဘာဝနှင့်ပြည့်စုံနေကြပြီး စွမ်းအင် (Energy)များကို သိုလှောင်ထားနိုင်စွမ်းရှိသည်၊ သက်ရှိသတ္တဝါများ၏ခန္ဓာကြွက်သားများလှုပ်ရှားမှု၊ ဦးနှောက်အသုံးချမှုများအတွက် လိုအပ်သောအပြုဓာတ်စွမ်းအင်များကို အပင်လောကမှတိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေရရှိကြသည်။

အပင်နှင့်အပင်ထွက်ပစ္စည်းများသည် ဆောက်တည်သောသဘောတရားရှိသည်၊ သက်ရှိသတ္တဝါတို့က ထိုဖျက်ဆီးစေသောသဘောရှိပါသည်။

အပင်လောက၏သိုလှောင်ထားသောစွမ်းအင်ကို သက်ရှိသတ္တဝါတို့က လိုအပ်သလိုယူငင်သုံးစွဲဖြုန်းတီးပစ်ကြလေ့ရှိကြသည်။

သက်ရှိသတ္တဝါတို့၌ လုပ်ငန်းအဝဝကိုဆောင်ရွက်နိုင်

သောအသားမျှင်ကလေးကို ခန္ဓာကိုယ်သွေးက အမြဲတစေသန့်ရှင်းအောင် ဆေးကြောပြုလုပ်ပေးနေရသည်။

သွေးပြန်ကြောအတွင်းရှိသွေးများကို ကျောက်ကပ်၊ အဆုတ်၊ အရေနှင့်အစာဟောင်းအိမ်များမှနေ၍ ထုတ်ပစ်ကြလေ့ရှိသည်၊ သတ္တဝါတို့၏အသေသားအတွင်း၌ သွေးလည်ပတ်မှုလုပ်ငန်းများရပ်တန့်သွားသော်လည်း အသားတွင်အဆိပ်ကဆက်လက်ပြန်ပေါ်နေသည်။

ထို့ကြောင့် ပြင်သစ်ဆရာဝန်ကြီးတစ်ဦးက-

"အသားဆွတ်ပြုတ်ရည်သည် အမှန်တကယ်အဆိပ်ရောပွမ်းထားသောအရည်ဖြစ်သည်"

ဟုဆိုထားပါသည်။

ဆရာဝန်ကြီး ဆာရစ်ချတ်ဆင် (Sir Bicn Jamin Wand Richardson M.A.F.R.S)ကလည်း-

"အလေးချိန်နှင့်တူသော အသားအစာနှင့်ကောင်းစွာရွေးချယ်ထားသော သီးရွက်အစာတို့တွင် သီးရွက်အစာက ပိုမိုကောင်းမွန်၍ဓာတ်သဘာဝနှင့်ပြည့်စုံသည်ဟု ဝန်ခံရပါမည်၊ လူတို့၏အစားအစာသည် အရွက်အမျိုးမျိုး၊ အသီးအမျိုးမျိုးသာဖြစ်သည်၊ အနာဂါတ်ကာလတွင် အသားလုံးဝစားကြလိမ့်မည်မဟုတ်ဟု ယုံကြည်သည်"

ဟု ဆိုခဲ့ပါသည်။

ဆရာဝန်ကြီး ဒေါက်တာဆိုက် (Dr.P.J Sykes)က-

"ရူပဗေဒနည်းဖြင့်ကြည့်လျှင် လူသည် သက်သတ်လွတ်စားသတ္တဝါအစစ်ဖြစ်ကြောင်းသိရသည့်နည်းတူ ဓာတုဗေဒနည်းအားဖြင့်ကြည့်လျှင်လည်း ထိုအတိုင်းဖြစ်ကြောင်းကို ထင်ရှားစွာတွေ့ရသည်။

ဥပမာ-ပျက်စီးချို့ယွင်းနေသော အသားမျှင်ကလေးများကိုပြန်လည်ပြုပြင်ဖန်တီးရန် နိုက်ထရိုဂျင်(Nitrogen) ပစ္စည်းများလို၏၊ ထိုပစ္စည်းများအတွက် အသားစားရန်မလိုပေ၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်တောင့်တင်းကြံ့ခိုင်စေရန်အတွက် ကောင်းစွာရွေးချယ်မှိဝဲအပ်သောသီးရွက်အစာသည် မှန်ကန်သည် ဟု ဓာတုဗေဒသိပ္ပံပညာအရ အတိအလင်းကြေငြာအပ်သည်"

ဟုဆိုထားပါသည်။

ဆရာဝန်ကြီး ဗာရာ (Dr.Framclis Vacher F.R.C.S,F.C.S)က-

"အသားစားခြင်းသည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာအတွက် ကောင်းကျိုးပေးစေသည် ဟုဆိုသော်လည်း ယင်းပြောဆိုချက်ကို ကျွန်ုပ်လုံးဝလက်မခံပါ"

ဟု ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခဲ့ပါသည်။

အင်္ဂလန်နိုင်ငံထုတ် လန်ဆက် (Lancet,18-1-30) စာစောင်တွင်-

"လူတို့သည် သက်သတ်လွတ်စာကိုသာမှိဝဲခြင်းဖြင့် ကိုယ်လက်ချမ်းသာကျန်းမာရွှင်လန်းစွာ အသက်ရှည်နိုင်ခြင်းမှာ

အနည်းငယ်မျှဒွိဟဖြစ်ဖွယ်မရှိ၊ လူတိရစ္ဆာန်တွင် အသွေးအသား ပါဝင်နေခြင်းကိုမူ သိပ္ပံပညာရှင်များက လက်မခံ”
ဟူ၍ ရေးသားခဲ့ပါသည်။

ဒေါက်တာ ဟာဒင် (Dr.Miervyn G.Hardinge-M.D) က-

“နို့အပါအဝင် သက်သတ်လွတ်အစားအစာသည် ငယ်ရွယ်သူများအား ကြီးထွားစေလျက် မိခင်ကိုလည်းများစွာကျန်းမာဝဖြိုးအင်အားတိုးစေသည်၊ ဤကဲ့သို့သောအစာကို ပုခက်အတွင်း အရွယ်မှစ၍ ကျွေးမွေးလာလျှင် ကလေးသူငယ်များသည် အရပ်အမောင်းကြီးထွားလာစေနိုင်သည်၊ လူတို့သည် အသားကိုဈေးကြီးစွာဖြင့် ဝယ်ယူစားသောက်မည့်အစား သက်သတ်လွတ်ကိုသာ မှီဝဲသင့်သည်၊ အကြောင်းမူကား သက်သတ်လွတ်စာသည် အားအင်ပြည့်ဝစေကာ ကျန်းမာသုခနှင့်ပြည့်စုံစေနိုင်ကြောင်းဖြစ်သည်” ဟု ထုတ်ဖော်ပြောခဲ့ပါသည်။

ဒ ၊န်မှ အာဟာရဓာတ်ခွဲဆရာကြီး ပါမောက္ခအက်ဒဝပ်ပီကကဲ (Professor Edward P.Catheart)က-

“ကျွန်ုပ်တို့ ယနေ့တိုင်အောင် လေ့လာဆည်းပူးသိရှိခဲ့ပြီးသောအာဟာရဗေဒပညာကိုဆောက်ထား၍ လေးလေးနက်နက်ဖော်ပြရသော် လျှော့ပေါ့၍ကြိတ်သောဆန်ညို၊ ဂျုံညိုအပြင် နို့၊ ဒိန်ချဉ်၊ အသီးအနှံ၊ လတ်ဆတ်သောဟင်းသီးဟင်းရွက်တည်းဟူသော သက်သတ်လွတ်စာကိုမှီဝဲခြင်းဖြင့် လူခန္ဓာကိုယ်အတွက်

လိုအပ်သောအာဟာရဓာတ်များ စုံလင်ပြည့်ဝစွာရရှိနိုင်လေသည်၊ အသားသည် လူတို့အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောအစာဖြစ်သည် ဟု သိပ္ပံပညာ၌ သာဓကရှိပါသည်”

ဟု ဆိုမိန့်ထားခဲ့ပါသည်။

“ဆာဟင်နရီသော်မဆင် (Sir.Henry thomapson F.R.C.S)က-

“အသားမှန်သမျှသည် လူအတွက်လိုအပ်သောအစာစစ် မဟုတ်၊ အသက်ရှင်ရေးအတွက် အသားသည် လူတို့စားသုံးရန် လိုအပ်သည် ဟုယူဆခဲ့သော် မှားယွင်းသောယုတ်ညံ့သောယူဆချက်သာဖြစ်ပါမည်၊ လူခန္ဓာအတွက် လိုအပ်သမျှကို ဟင်းသီးဟင်းရွက်စသော သက်သတ်လွတ်အစာမှပြည့်ဝစွာရရှိနိုင်သည်၊ ကိုယ်ကာယကြီးထွားသန်မာရန်နှင့်အသက်ရှည်တည်မြဲရန် အပင်လောကသည် လုံလောက်စွာပေးစွမ်းနိုင်သည်၊ ပါစကတေဇောဉဏှတေဇောဓာတ်တို့ကိုလည်း အသီးအရွက်မှလိုလေသေးမရှိရနိုင်သည်၊ သက်သတ်လွတ်မှီဝဲသူတို့တွင် အချို့သည် အသားစားသူတို့ထက်ပင် ထူးကဲစွာဗလနှင့်ပြည့်စုံပြီး ကိုယ်လက်ကျန်းမာကြသည်။

အသားစားခြင်းသည် အလဟဿဖြုန်းတီးမှုသက်သက်ဖြစ်သည်သာမက စားသုံးသူတို့အား ကြောက်မက်ဖွယ်ဘေးဆိုးများဖြစ်ပေါ်စေသည်၊ ဘေးဆိုးများပင့်ဖိတ်ခြင်းနှင့်တူပါသည်” ဟု ထုတ်ဖော်ရေးခဲ့သည်။

လန်ဒန်ဆေးရုံကြီးမှ ဒေါက်တာအလက်ဇန်ဒါဟိတ် (Dr.Alexander Hang.F.R.C.P) က-

"အပင်လောကအတွက် အစားအစာမှာ လူခန္ဓာနှင့်ဇီဝိန်တွဲဘက်တည်အုံသောအခါ စွမ်းဆောင်နိုင်သည် ဟု ခန္ဓဗေဒပါရဂူကြီးများကကြေညာကြသည်၊ ထိုကြေညာချက်အား ဟုတ်မှန်ကြောင်း ကမ္ဘာအရပ်ရပ်မှ သက်သတ်လွတ်စားသူပေါင်းများစွာတို့က သက်သေခံလျက်ရှိသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏သုတေသနပြုချက်အရလည်း လူတို့သည် အသီးအရွက်စသော အပင်ထွက်ပစ္စည်းများကို သက်သက်မှီဝဲခြင်းဖြင့် အသက်နှင့်ခန္ဓာကိုယ်ကို တစ်စုံတစ်ရာမှမထိခိုက်စေနိုင်ကြောင်း ထို့ပြင် အသားထက်အရာရာ၌ပိုမိုကောင်းမွန်ကြောင်း ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ပိုမိုထူးကဲကောင်းမွန်ကြောင်းကိုလည်း ဝန်ခံရပေမည်" ဟု ထုတ်ဖော်ပြောကြားခဲ့ပါသည်။

"လွန်ခဲ့သောအခါများက ကျွန်ုပ်တို့သည်သက်သတ်လွတ်စာကိုအထင်သေးခဲ့ကြသည်၊ အထူးသဖြင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်စသောအစာတွင်ပါဝင်သော ပရိုတင်းဓာတ်စာမှာ အသားမှာပါဝင်သည်ထက်ယုတ်ညံ့သည်ဟု ယူဆခဲ့သည်၊ ယခုအခါ ကျွန်ုပ်တို့သည် သက်သတ်လွတ်စာတွင်ပါဝင်သော ပရိုတင်းဓာတ်စာသည် ပိုမိုတန်ခိုးထက်မြက်၍ ကျန်းမာရေးကိုအထူးအထောက်အပံ့ဖြစ်စေသည်"

(Protern Sounces)

American Dietic Association

"ပဲအမျိုးမျိုး၊ အစေ့အဆန်အမျိုးမျိုး၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ သစ်သီးဝလံ၊ ကောက်ပဲသီးနှံအမျိုးမျိုးစသည်တို့တွင်ပါဝင်သော ဩဇာဓာတ်များမှာ လူတို့အားသန့်ရှင်းသောအသွေးအသားကို ဖြစ်စေသည်အပြင် ယင်းဓာတ်များသည် အသားထက်သာလွန်ကောင်းမွန်၍ အကျိုးပြုသည်၊ ဥပါဒ်အန္တရာယ်အသွယ်သွယ်များ စေသောရောဂါပိုးများမှလည်း ကင်းလွတ်ကြသည်"

(Dr.H.W.Vollmer)

(အမေရိကန်နိုင်ငံ၏အစားအစာပါရဂူ)

"လူ့သဘာဝအစာဖြစ်သော အရွက်စိမ်းများ၊ ကောက်ပဲသီးနှံများနှင့် အပင်မှရရှိနိုင်သောလတ်ဆတ်သည့်အစာများတွင် လိုအပ်သောပရိုတင်းဓာတ်စာများပါဝင်နေသဖြင့် လူတို့သည် အသားမပါဘဲ အသက်ရှင်နိုင်သည့်အပြင် ကျန်းမာရေးအဆင့်အတန်းသည်လည်း ပိုမိုအထက်တန်းကျစေသည်"

(Dr.Ralph Burcher)

ဂျာမနီနိုင်ငံ အစာအာဟာရ၏ပါရဂူ

(Today's Food, Autumm 1957)

"သက်သတ်လွတ်စာဖြစ်သော ပဲအမျိုးမျိုး၊ သစ်စေ့၊ သစ်ဆံအမျိုးမျိုးတွင် ပရိုတင်းဓာတ်စာအများအပြားပါဝင်သည်၊ တစ်ခါတစ်ရံအသား၌ပါဝင်သည်ထက်ပို၍ပါဝင်သည်၊ ပဲပုပ်တွင် ပရိုတင်းဓာတ်စာ (၄၀)ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်သဖြင့် ထူးခြားသောပဲတစ်မျိုးဟုဆိုရပါမည်၊ ဆန်၊ ဂျုံ၊ ဘာလီစသောကောက်မျိုးတွင် ပရို

"သွေးသဟာ" စာ၉၂

တင်းဓာတ်စာအတော်အသင့်ပါဝင်၏၊ ဆန်သည် ပရိုတင်းဓာတ်ပါဝင်မှုအညံ့ဆုံးဖြစ်လျက် ဂျုံသည် အကောင်းဆုံးအဆင့်အတန်းတွင်ရှိသည်ဟုဆိုနိုင်သည်၊ သစ်ရွက်အမျိုးမျိုး၊ သစ်ဥအမျိုးမျိုးတွင်မူပရိုဟင်းဓာတ်စာအသင့်အတင့်ပါဝင်သဖြင့် ယင်းဓာတ်စာလုံလောက်စေရန် အများအပြားမှီဝဲရပေမည်၊ အရွက်များကို တစ်မျိုးတည်းမဟုတ်ဘဲ တစ်ခါစားလျှင် အရွက်နှစ်မျိုး၊ သုံးမျိုးရောစားပါက ပရိုတင်းဓာတ်စာပြည့်ဝလုံလောက်စေသည်၊ အကြောင်းမှာ အရွက်အမျိုးမျိုးတွင်လျော့နေသော အေမိနိုအက်ဆစ် မူလဓာတ်တို့သည် အတူတကွစားသော အခြားအရွက်များက ပြည့်ဝအောင်ဖြည့်စွက်ပေးနိုင်သောကြောင့်ဖြစ်သည်”

(Health Bullentin)

No.23.Published by the Nutnitional Reseanch Laboratories of Conoor Mdia

“လူ၏ကျန်းမာရေးအတွက် လိုအပ်သောအသားဓာတ်များကို ငါးမှရသည်ဖြစ်စေ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်သစ်သီးဝလံများမှရသည်ဖြစ်စေ လုံလောက်စွာရပါက အတူတူပင်အကျိုးရှိသည်၊ အသား၊ ငါးမှရသောအသားဓာတ်သည် ဟင်းသီးဟင်းရွက်မှရသောအသားဓာတ်ထက် ပို၍အာဟာရတန်ဖိုးရှိသည်ဆိုသည်မှာ မမှန်ကန်ပေ”

(ဗြိတိသျှဆေးပညာရှင်အသင်းကြီး၏
အာဟာရကော်မီတီ-၁၉၄၇ ခုနှစ်)

"လူတို့စားသုံးလျက်ရှိသော တိရစ္ဆာန်အသား၏ငါးပုံတစ်ပုံမျှသည် အလွန်ဆိုးသွမ်းသောရောဂါဖြင့်ကြည့်နေသည်"

Professor Gamgee (England)

"အူနာရောဂါ (Appendicitis)သည် အသားစားသုံးမှုကြောင့်သာဖြစ်ပွားရသည် ဟု ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးသို့ ကြေငြာသည်"

ဒေါက်တာပစ်တာပေါ် ရှက်ဆိုး

"သတ္တဝါတို့၏အသားတွင် ယူရစ်အက်ဆစ်အဆိပ်ဓာတ်လွန်ကဲစွာပါဝင်နေသည်သာမက အလွန်ယုတ်ညံ့သောအငန်ဓာတ်၊ အဆွေးအမျက်များလည်းပါဝင်ပြီး ဩဇာဓာတ်ကင်းမဲ့နေသောကြောင့် ၎င်းတို့ကိုစားသုံးမိပါက အတွင်းကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများထိခိုက်ပျက်စီးချို့ယွင်းစေခြင်းကြောင့် မဖြစ်သင့်သောရောဂါများဖြစ်ပေါ်တတ်သည်၊ တိရစ္ဆာန်အသွေးအသားကိုမှီဝဲစားသောက်မှုကြောင့် ဒူလာမီးယပ်၊ အကြောအခြင်၊ အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ဝက်ရူးပြန်ခြင်း၊ တက်ခြင်း၊ အကြောဆွဲခြင်း၊ စိတ္တဇဖြစ်ခြင်း၊ မူးဝေခြင်း၊ မေ့မြောခြင်း၊ အိပ်မပျော်ခြင်း၊ သွပ်ချာပါဒဖြစ်ခြင်း၊ လေသင်တုံးဖြတ်ခြင်း၊ ပန်းနာရင်ကျပ်နာ ၊ လေနာ၊ သွေးစုနာ၊ အသည်းနာဖြစ်ခြင်း၊ ဆီးချိုရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ ခြေသလုံး ဖောရောင်ခြင်း၊ ဖျဉ်းဆွဲခြင်း၊ ဆီးအိမ်အတွင်း ကျောက်တည်ခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းကျောက်ဖြစ်ခြင်း၊ အကြောရောင်ခြင်း၊ ဦးနှောက်နှင့်ကျောရိုးအားအင်ဆုတ်ယုတ်ခြင်း၊ ယင်းနာ

"ဆွေသယာ" စာ၉၉

အမျိုးမျိုးပေါက်ခြင်း၊ အူနာ၊ အူအတက်ပေါက်နာ၊ ဆုံဆို့နာဖြစ်ခြင်း စသည့်ရောဂါများဖြစ်တတ်ပါသည်။

(Dr .Alenxander Havig)
F.R.C.P

အမေရိကန်စာရေးဆရာ မာရီရိုး(စ်)ကသူ၏ (Feeding the Family) စာအုပ်၌ အာဟာရပါရဂူကြီးများ၏စာအုပ်များကိုကိုးကားလျက်-

"အသွေးအသားတို့ထက် ပိမိုကျေးဇူးဖြစ်ထွန်းစေမည့် အပြင် ကမ္ဘာလောကတစ်ခွင်ဝယ် ဖောဖောသီသီဝယ်ခြမ်းစား သောက်နိုင်သော သက်သတ်လွတ်စာများစွာရှိသည်၊ ချွေတာရေးလည်းဖြစ်၊ ဓာတ်သဘာဝလည်းအများအပြားပါဝင်သောအစာသည်ကား ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ အသီးအနှံ၊ သစ်ဥ၊ သစ်ဖုစသော သက်သတ်လွတ်စာသာဖြစ်သည်။

ကိုယ်ကာယကိုဖွံ့ဖြိုးစေသည်၊ ပရိုတင်းဓာတ်သည် ဟင်းသီးဟင်းရွက်အသီးအနှံစသော သတ်လွတ်စာမှပါဝင်သောပရိုတင်းဓာတ်ထက်သာလွန်ကောင်းမွန်ခြင်းမရှိကြောင်း သိရှိရပေသည်" ဟူ၍ ထုတ်ဖော်ရေးသားခဲ့သည်ကိုတွေ့ရပါသည်။

ထိုဆရာဝန်ကြီးများ၏ သုတေသနပြုချက်များအရ အသားမစားဘဲ ပဲ၊ သစ်သီးသလံ၊ သစ်ရွက်၊ သစ်ဥ၊ သစ်ဖုများ စားသုံးခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သောပရိုတင်းဓာတ်၊ သတ္တုဓာတ်၊ ခွန်အားဓာတ်၊ ဗီတာမင်ဓာတ်တို့ကို အောက်ပါအတိုင်းတွေ့ရှိကြရပါမည်-

အုပ်စု (၁) ပရိုတင်း (Proteins)

-ပဲတောင့်၊ ပဲသီးအမျိုးမျိုး၊ ပဲစေ့အမျိုးမျိုး၊ ပဲငါးပိ၊ ပဲပုပ်၊ နို့၊ နို့ခဲ၊ မလိုင်၊ နို့ချဉ်၊ ဒိန်ချဉ်။

အုပ်စု (၂) သတ္တုဓာတ် (Minerals)

-ဟင်းနုနယ်ရွက်၊ ချဉ်ပေါင်ရွက်၊ မြင်းခွာရွက်၊ ကန်စွန်းရွက်၊ ပဲပင်ပေါက်၊ ရုံးပတီသီး၊ အရွက်နုများ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိမ်းများ။

အုပ်စု (၃) ခွန်အား (Energy)

-ထောပတ်၊ နှမ်းဆီ၊ ပဲဆီ၊ မုန်ညင်းဆီ၊ အုန်းဆီ၊အုန်းသီး၊ ထန်းလျက်၊ ကြံသကာ၊ သကာရည်၊ သစ်စေ့၊ သစ်ဆံအမျိုးမျိုး။

အုပ်စု (၄) ဗီတာမင် (Vitamins)

-ဗီတာမင်စီ -သံပုရာသီး၊ ခရမ်းချဉ်သီး၊ ဆီးဖြူသီး၊ ချဉ်သီးမျိုးစုံ။

-ဗီတာမင်အေ -သင်္ဘောသီးမှည့်၊ ငှက်ပျောသီးမှည့်၊ အသီးမှည့်မျိုးစုံ၊ အာလူး။

အထက်ဖော်ပြပါဆရာဝန်ကြီးများအဆိုပြုချက်များ သုတေသနပြုချက်များကို လေ့လာသုံးသပ်ဆင်ခြင်ကြည့်ပါလျှင်

အသားစားမှုသည် လူတို့အတွက်အစာစစ်မဟုတ်၊ သစ်သီးစား သောသက်သတ်လွတ်သားမှုသာ လူတို့အတွက်အစာစစ်ဖြစ်သ လို ကျန်းမာချမ်းသာပြီး လူလောကကြီးကိုငြိမ်းချမ်းစေသော အစာဖြစ်ကြောင်းနှင့် ဗုဒ္ဓ၏ပါဏာတိပါတာသိက္ခာပုဒ်ကို ကိုယ် တိုင်မကျူးလွန်သလို ကျူးလွန်သူတို့ကျူးလွန်ရဲအောင် အားပေး ရာလည်းမရောက်စေသော မေတ္တာကျင့်စဉ်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

အခန်း (၄)

သက်သတ်လွတ်စား အယူမှားများကြေငြာခြင်း

အသားစားမှုအားရှိသလား

လူတို့သည် တိရစ္ဆာန်တို့၏အသားများစွာကို စဉ်းစားဆင်ခြင်ခြင်းအလျဉ်းမရှိဘဲ စားသုံးကြသည်သာများပါသည်၊ မိမိတို့၏တဒင်္ဂဝမ်းပြည့်မှုကိုသာအာရုံပြု၍ တမလွန်ဘဝ၊ လက်ရှိဘဝ၏တွေ့ကြုံကြရမည့်ဘေးဥပါဒ်ကို မတွေးကြပါချေ၊ မိမိတို့၏ဆန္ဒကိုသာဖြည့်စွမ်းကြပါသည်။

အသက်တစ်ချောင်းဖြစ်ပေါ်လာမှုကို တွေးတောမှုမရှိ၊ ကိုယ်ချင်းစာနာမှုမရှိ၊ သမုဒ္ဒရာဝမ်းတထွာအတွက် တိရစ္ဆာန်တို့၏အသက်ကိုသတ်၍စားသောက်ကြသည်မှာ "လူ"ပင်ဖြစ်ကြပါသည်။

လူ့ဘဝ၏ကျန်းမာမှုကိုမတွေး၊ သာသနာတော်၏နိယာမ တရားများကိုမေ့ပျောက်လျက် ကိုယ်ထင်ရာကိုယ်စိုင်းကြသည် သာများကြပေသည်။

အမဲသားတို့ကိုစားသောက်ကြမှသာ ကျန်းမာသည် ဟု ဆိုချိမ့်မည်လားမဟုတ်ပါ။

သက်သတ်လွတ်စားခြင်းဖြင့် ကျန်းမာ၍မိမိ၏ကိုးကွယ် ရာအယူဝါဒများကိုဆည်းပူးအားထုတ်ခဲ့သောပုဂ္ဂိုလ်ထူးများသည် လည်း များပြားစွာပင်ရှိနေကြပါသည်။

အိန္ဒိယနိုင်ငံမှဗြဟ္မဏနွယ်ဝင်တို့သည် သက်သတ်လွတ် ဖြစ်သော ဂျုံ၊ အာလူး၊ ထောပတ်၊ နို့ဆီစသည်တို့ကိုသာ သုံး ဆောင်ကြပေသည်၊ ထိုသို့ဖြင့် အသက်(၈၀)ကျော် (၉၀)အထိ အသက်တမ်းရှည်လျားစွာနေထိုင်၍ တရားကိုကြိုးစားအားထုတ် ခဲ့ကြသည်၊ အချို့ သက်တမ်း(၁၀၀)ကျော်သည်အထိ နေထိုင်ကြ ရသည်။

အေးမြသောအနောက်နိုင်ငံများတွင် အသားများကို စား ကြသည်သာများပါသည်၊ အချို့က အသားစားခြင်းဖြင့် ကျန်းမာ ထွားကျိုင်းသည်၊ အအေးဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိသည်၊ အလုပ်ကြမ်းကို ကောင်းစွာလုပ်နိုင်သည် ဟုဆိုကြပါသည်၊ ထိုအဆိုသည် မဟုတ် ပါ၊ ထိုနိုင်ငံတို့၌ အသားစားရှောင်ကြဉ်ပြီး အသက်မွေးလုပ်ကိုင် သူများစွာရှိသလို အသားစားရှောင်ကြဉ်ရေးအဖွဲ့များလည်း ထူ ထောင်ထားရှိသည်ကို တွေ့မြင်နေရပါသည်။

"ဆွေသဟာ" စာစေ

အနောက်နိုင်ငံများ၊ အရှေ့ဥရောပနိုင်ငံများစသည်တို့၌ အသက်ရာကျော်ရှည်သူများကိုလေ့လာလျှင် ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ မြင်းခွာရွက်၊ နို့ ထောပတ်စသောအစာအာဟာရများကိုစားသုံးကြ၍ အသက်ရှည်ကြသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က သက်သတ်လွတ်အစာဖြစ်သော ဆန်ပြုတ်ကိုသောက်သုံးခြင်းအားဖြင့်-

၁။ ဆာလောင်ခြင်းကိုဖျောက်နိုင်ခြင်း။

၂။ ရေငတ်ခြင်းကိုဖျောက်နိုင်ခြင်း။

၃။ လေသက်စေခြင်း။

၄။ ဆီးအိမ်ကိုစင်ကြယ်စေခြင်း။

၅။ မကြေသေးသောအစာကိုကြေစေခြင်း။

ဟူသောအကျိုးငါးပါးကိုရရှိကြောင်း အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်၌ ဟောတော်မူထားပါသည်။

ဤဟောကြားချက်များအရ အသားစားမှအားအင်ပြည့်သည်၊ ကျန်းမာသည်၊ ကိုယ်ခန္ဓာပြည့်ဖြိုး၊ ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးသည် ဟူသောအယူအဆများသည် တစ်ဘက်သတ်အယူအဆများသာ ဖြစ်ပါမည်။

အသီးပဲစား, အားရှိပါ၏

ယနေ့ သိပ္ပံပညာရှင်များက လူသားတို့၏အစာအာဟာရနှင့်ပတ်သက်၍ အသက်မသေစေဘဲ အစာအာဟာရပြည့်စုံစွာ စားနိုင်သောအစားအစာများကို အောက်ပါအတိုင်း နှိုင်းယှဉ်ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်-

အစားအမည်	ပရိုတင်းဓာတ်ပါဝင်မှု(%)
၁။ ပဲပြား၊ တို့ဖူး၊ တို့ဖူး(ပဲပုပ်ပဲမှ)	၁၆ %
၂။ ဂျုံစေ့ (ဂျုံမှုန့်မှ)	၇၀ %
၃။ ပြောင်းစေ့	၁၃ %
၄။ ဆန်	၈. ၆%
၅။ ပဲပုပ်ပဲ၊ ပဲစိမ်း၊ပဲတီစိမ်းစသည်ဖြင့်	၁၀. ၃၅%
၆။ သစ်သီးစေ့များ၊ သီဟိုဠ်၊ ထင်းရှူးစေ့ စသည်ဖြင့်	၁၄. ၃၀%
၇။ ကွာစေ့၊ နှမ်းစေ့၊ နေကြာစေ့ စသည်	၁၈. ၂၄%

သစ်သီးများ၊ ဟင်းရွက်များသည် ဗိုက်တာမင်ဓာတ်များ သတ္တုဓာတ်များဓာတ်ပြုမှုဟန့်တားဓာတ်များ ကောင်းမွန်သော အမျှင်ဓာတ်များပါဝင်၍ ဗိုက်တာမင်ဆေးတောင့်ဆေးလုံးများသည် ဗိုက်တာမင်များ၊ သတ္တုဓာတ်များဓာတ်ပြုမှုဟန့်တားဓာတ်များပါရှိ၍ အားထားကောင်းပါသည်။

ထို့ပြင် -

- အမှန်ပင်ရှိနေသော ကြက်၊ ငှက်တုပ်ကွေးကပ်ရောဂါ လျော့နည်းစေရန်။
- လူသို့ကူးစက်မည့်နွားရူး(BSE)၊ ဝက်ရောဂါ (PMWS) စသည့်အန္တရာယ်ကာကွယ်ရန်။
- သန်းနှင့်ချီ၍နေ့စဉ် သား၊ ငါး၊ ကြက်၊ ငှက် သတ်ဖြတ်ခြင်းရှိနေမှုရပ်တန့်စေရန်။

ဟူ၍ ထပ်မံတိုက်တွန်းထားပါသည်။

ထိုမှတစ်ဖန် သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် ပညာရှိသောရွေးချယ်မှုပင်ဖြစ်သည်။

- ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်စေသည်
- ငွေကြေးအကုန်အကျသက်သာခြင်း
- သဘာဝတရားထိန်းသိမ်းခြင်း
- စာနာတရားရှိခြင်းကိုဖော်ပြသည်
- မြင့်မြတ်ခြင်းကိုဖော်ပြသည်
- ငြိမ်းချမ်းခြင်းကိုဖြစ်စေသည်

တစ်နည်းတစ်ဖုံနေထိုင်ခြင်းဖြင့်

- အသင်၏ဘဝကိုပြောင်းပါ
- အသင်၏နှလုံးသာကိုပြောင်းပါ
- အသက်သတ်ခြင်းမှရပ်တန့်ပါ

ကျန်းမာ၍မေတ္တာပွားနိုင်ပါစေ။

"ရွှေသဟာ" ၈၄၆

ငါးပါးသီလ+သက်သတ်လွတ် = (မေတ္တာဘာဝနာ)
စိတ်၏အထူးငြိမ်သက်အေးချမ်းခြင်း။

တစ်လမှာကြိုက်ရာ(၁၀)ရက် ဆောက်တည်ကြည့်ကြပါရန်။ ဟူ၍ သက်သတ်လွတ်အကျိုးပြုအဖွဲ့က ကြေညာထားသည်ကို လည်း တွေ့ရပါသည်။

ဟင်းသီးဟင်းရွက်စားမှုဖြင့် သွေးလွှတ်ကြောမာကြောမှုလျော့နည်းနိုင်

ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ စားသုံးခြင်းသည် ကျန်းမာရေး အတွက်ကောင်းကျိုးဖြစ်စေနိုင်ကြောင်း၊ ကြွက်များကိုစမ်းသပ်ခဲ့ ရာ ဟင်းသီးဟင်းရွက်ငါးမျိုးရောစပ်ထားသောအစာအစာကျွေး ထားသောကြွက်များသည် ဟင်းသီးဟင်းရွက်မကျွေးထားသည့် ကြွက်များယက် သွေးလွှတ်ကြောမာကျောမှု ၃၈%လျော့နည်း လျက်ရှိသည်ကိုတွေ့ရှိရကြောင်း သုတေသနပြုချက်ကို အာဟာရ ဂျာနယ်၌ဖော်ပြထားသည်။

ဟင်းသီးဟင်းရွက်ပိုမိုစားသုံးခြင်းသည် အကျိုးရှိသည် ဟုယူဆထားကြသော်လည်း သွေးလွှတ်ကြောမာကျစ်သည့်ရော ဂါကို အမှန်တကယ်ထိန်းချုပ်နိုင်သည်ကို ယခင်က မသိရှိခဲ့ ကြောင်း၊ ဝိတ်သစ်တောရေးရာတက္ကသိုလ်မှ သုတေသီမိုက်ကယ် အဒမ်စ်က ပြောကြားသည်။

ယင်းလေ့လာတွေ့ရှိချက်က ဟင်းသီးဟင်းရွက်များများ စားသုံးခြင်းသည် နှလုံးဖောက်ပြန်မှုနှင့် လေသင်းစုန်းဖြတ်မှုတို့ကို ကာကွယ်ပေးနိုင်ကြောင်းဖော်ပြထားပါသည်။

သုတေသနပြုရာတွင် သွေးလွတ်ကြောမာကျစ်သည့် ရောဂါဖြစ်ပွားလေ့ရှိသောမွေးမြူရေးကြွက်များကိုအသုံးပြုသည်၊ ယင်းကြွက်များအနက် ကောင်ရေထက်ဝက်ကို ဟင်းသီးဟင်းရွက် မပါသောအစားအစာကိုကျွေးခဲ့သည်၊ ကျန်ကြွက်များအား အစာ ကျွေးရာတွင် မုန်ဂေါ်ဖီစိမ်း၊ ပဲတောင့်သီး၊ စားတော်ပဲ၊ ပြောင်း နှင့် မုန်လာဥနီတို့ရောစပ်ထားသည့်အစာများကျွေးရာ ၎င်းအစား အစာများမှ ကယ်လိုနီ ၃၀%ရရှိသည်။

ရက်သတ္တပတ်(၁၆)ပါတ်ကြာသော် သွေးလွတ်ကြောမာ ကျောသည့်ရောဂါ၏အတိုင်းအတာကို ခန့်မှန်းရန် ကိုလက်စထ ရောဓာတ်ပါဝင်မှုကို ပုံစံ(၂)မျိုးကို သုတေသီများကတိုင်းတာခဲ့ကြ သည်။

ဟင်းသီးဟင်းရွက်ကျွေးထားသည့်အုပ်စုတွင် ဟင်းသီး ဟင်းရွက်မကျွေးထားသည့်အုပ်စုထက် သွေးကြောထဲရှိ နှုန်း အနည်းပါဝင်မှု ၃၀%လျော့နည်းလျက်ရှိကြောင်းတွေ့ရသည်၊ ကိုယ်ခန္ဓာအလေးချိန်မှာ သင့်တင့်သည့်တိုးတက်မှုရှိခဲ့ပြီး သွေး ထဲရှိ ကိုယ်လက်စထရောပါဝင်မှုမှာလည်း မျှတမှုရှိကြောင်းတွေ့ရှိ ရသည်။

"ရွှေသဟာ" ၈၄၉

အဆိုပါသုတေသနတွေ့ရှိချက်အရ အစိမ်းရောင်နှင့်အဝါရောင်ရှိသော ဟင်းသီးဟင်းရွက်များသည် သွေးလွှတ်ကြောမာကြောမှုကိုထိန်းချုပ်နိုင်ပြီး နှလုံးရောဂါဖြစ်ပွားမှုကိုလျော့နည်းစေနိုင်ကြောင်းသိရှိရသည်။

အင်တာနက်

ကြေးမုံသတင်းစာ (၉-၇-၂၀၀၆)

အသားစားရှောင်ကြဉ်မှုသည်ပါရမီဖြည့်ရာရောက်သည်

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ငါးပါးသီလကို လူတို့အလေးအမြတ်ထားအပ်သော (ဂရုဓမ္မ)သီလ ဟူ၍ဟောခဲ့ပါသည်။

ထိုငါးပါးသီလတွင် နံပါတ်တစ်သီလမှာ-

"ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ"

"သူ့အသက်ကိုသတ်ခြင်းမှရှောင်ကြဉ်ပါ၏"

ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။

သက်သတ်လွတ်စားမှုသည် သူတစ်ပါး၏အသက်သတ်မှုကို ကိုယ်တိုင်လည်းမသတ်၊ သူတစ်ပါးသတ်မှုကိုလည်း မတိုက်တွန်း၊ အားမပေးရာရောက်သဖြင့် သီလပါရမီကိုဖြည့်ဆည်းရာရောက်ပါသည်။

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဥတ္တမပုရိသဒီပနီ၌ အသားစားရှောင်ကြဉ်ခြင်းအားဖြင့်-

၁။ သတ္တဝါအပေါင်းအားဘေးဒုက္ခကင်းစေရန်ဆောင်ရွက်ခြင်း (အဘယဒါနအလှူ)

၂။ သတ္တဝါတို့အားမသေစေရန်ဆောင်ရွက်ခြင်း။ (ဇီဝိတဒါနအလှူ)

၃။ အချိန်မစေ့မီ၊ သေနေ့မစေ့မီမသေကြပါစေနှင့်ဟူ၍ဆောင်ရွက်ခြင်း။ (အကာလမရဏဒါနအလှူ)

တို့ကိုပေးလှူရာမည်၏ဟု အင်္ဂုတ္တိုရ်လာကျမ်းလာနှင့်အညီ ဖွင့်ဆိုရေးထားသောကြောင့် သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် ဒါနပါရမီဖြည့်ဆည်းရာရောက်ပါသည်။

ငါသည် သတ္တဝါတို့၏အသွေးအသားကိုမစားသဖြင့် သက်ရှိသတ္တဝါတို့အား ညှင်းဆဲသတ်ဖြတ်ခြင်းမှကင်းရှင်းပါစေဟူ၍ ကရုဏာ မေတ္တာထားသောစိတ်မွေးမြူထားသဖြင့် မေတ္တာပါရမီဖြည့်ဆည်းရာရောက်ပါသည်။

ငါသည် သတ္တဝါများသေနေ့စေ့မီမသေစေရန် အကာလမရဏဒါနအလှူကိုပေးလှူပါသည်၊ ငါ၏ရုပ်နာမ်တည်မြဲရေးအတွက် သတ္တဝါတို့၏အသွေးအသားကိုမစားပါ ဟုသစ္စာပြုသဖြင့် သစ္စာပါရမီဖြည့်ရာရောက်ပါသည်။

ငါသည် သတ္တဝါတို့အပေါ်၌ သေခြင်းကိုအလိုမရှိ၊ သတ္တဝါတို့ချမ်းသာပါစေ ဟူ၍မေတ္တာထား၍ ဤနေ့ဤရက်၌လည်းကောင်း၊ ဆယ်ရက်၊ တစ်လ၊ တစ်နှစ်စသည်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ မိမိရုပ်-နာမ်တည်မြဲမှုအတွက် သတ္တဝါတို့၏

အသားအသွေးကိုမစားပါ ဟုအဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီး အသားစားရှောင်ကြဉ်သဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီဖြည့်ဆည်းရာရောက်ပါသည်။

သတ္တဝါတို့၏အသားအသွေးအရသာစားလိုမှု၊ ခံစားမှုတို့ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်သည်းခံနိုင်စွမ်းရှိသဖြင့် ခန္တီပါရမီကိုဖြည့်ဆည်းရာရောက်ပါသည်။

သား၊ ငါးအသွေးအသားတို့ကိုစားသုံးခြင်းမှရှောင်ကြဉ်သဖြင့် ထိုအသားအသွေးတို့ကို လျစ်လျူရှုထားနိုင်သဖြင့် ဥပေက္ခာပါရမီကလည်းဖြည့်ရာရောက်ပါသည်။

သတ္တဝါများ၏အသားအသွေးစားသောက်လိုမှုကို စောင့်ရှောက်နိုင်သောစွမ်းအားကိုကြိုးစားထိန်းသိမ်းသဖြင့် ဝီရိယပါရမီဖြည့်ဆည်းရာလည်းရောက်ပါသည်။

သတ္တဝါတို့၏ အသက်၊ အသွေးအသားကိုစားသုံးမှုမှရှောင်ကြဉ်သဖြင့် ထိုအသက်ကိုစွန့်ကြဲပေးလှူရာရောက်၍ စာဂပါရမီဖြည့်ဆည်းရာရောက်ပါသည်။

ဤသို့အားဖြင့် မိမိ၏ရုပ်နာမ်တည်မြဲရေးအတွက် သတ္တဝါတို့၏အသား၊ အသွေးဖြင့်မတည်ဆောက်ခြင်းသည်လည်း တစ်နည်းတစ်လမ်းအားဖြင့် အနုစားပါရမီတို့ကိုဖြည့်ဆည်းရာရောက်သည်ကိုသိရှိကြပါ။

အသားစားကြူး အကျိုးအပြစ်

ယခုအခါ လူတို့သည် တိရစ္ဆာန်ပေါင်းစုံလင်စွာတို့ကို လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာနတွေခြံရံလျက် ရက်ရက်စက်စက် သတ်ဖြတ်ကြပြီးလျှင် ထိုအသားများကိုမြိန်မြိန်ယှက်ယှက် မက်မက်မောမောနှစ်သက်စွဲလမ်းစွာစားသောက်နေကြခြင်းကြောင့် စိတ်သန္တန်ဝယ် တိရစ္ဆာန်ပေါင်းစုံတို့၏စိတ်များ ပူးဝင်ဆည်းကပ် နေကြပါသည်။

သို့အတွက် အလွန်တရာကြမ်းတမ်းယုတ်မာသော စိတ်ဓာတ်များဖြစ်ပေါ်လာကြပြီးလျှင် မိဘ၊ ဆရာသမား၊ သက်ကြီးဝါကြီးတို့အပေါ်၌ ရိုသေနာခံမှုအားနည်းလာကြသည်၊ မေတ္တာ၊ စေတနာ ကရုဏာအလွန်ကင်းကွာကြပြီး စားသောက်လိုသော တဏှာလောဘအကုသိုလ်စိတ်ဓာတ်များသာ အားကြီးလာကာ အာသာငမ်းငမ်းဖြင့် မိမိ၏ရန်သူမဟုတ်သော သိုး၊ ဆိတ်၊ ကြက်၊ ဝက်၊ ဘဲ၊ ငါး၊ ပုဇွန်၊ ကျွဲ၊ နွားစသောတိရစ္ဆာန်တို့ကို ဒတင်းအဓမ္မ သတ်ဖြတ်ရောင်းဝယ်စားသောက်နေကြသည်။

ထိုသည်မှတစ်ဆင့် လူအချင်းချင်းပင် မေတ္တာ ကရုဏာ ကင်းမဲ့ပြီး ညှင်းပန်းနှိပ်စက်သတ်ဖြတ်လာကြသည်၊ စစ်ပွဲများ ဆင်နွှဲကြကာ သတ်ဖြတ်လာကြသည်၊ ဤသည်မှာ မူလအစ သားငါးအစားကြူးမှုကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့အသားစားကြူးမှုကြောင့် ယခုအခါဝယ်-

-ကမ္ဘာအဝှမ်း ငတ်မွတ်ဘေး၊ သဘာဝဘေး၊ စစ်ဘေးများကြုံတွေ့နေကြရသည်။

-စိတ်ချမ်းသာမှုနည်း၍ ဆင်းရဲမှုကံများနေကြရသည်။

-စီးပွားဉစ္စာကြွယ်ဝသူနည်း၍ ဆင်းရဲသူကများနေရသည်။

-ပျက်စီးဆုတ်ယုတ်မှုတို့ဖြင့်ပင်လယ်ဝေနေကြရသည်။

-ရောဂါမျိုးစုံတို့ဖြင့် နှိပ်စက်ခြင်းခံနေကြရသည်။

အသားစားကြူး၍ မေတ္တာကင်းမဲ့နေသမျှကာလပတ်လုံး ထိုဘေးဆိုးရန်ဆိုးတို့သည် မကင်းပျောက်ဘဲ တိုးသထက်တိုးလာမည်သာဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ပါဏာတိပါတ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ ဟူသောသိက္ခာပုဒ်ကို ကိုယ်တိုင်တိုက်တွန်းချီးမွမ်းစိတ်တူမပါဘဲ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ကြပြီး သတ္တလောကကြီးသာယာချမ်းမြေ့စေရေးကို ကြိုးစားသင့်ကြပေသည်။

တစ်ဘက်စွန်းမရောက်ပါစေနှင့်

တောရပ်၌ဓုရကျင့်ဆောင်ကြသောဆရာတော်သံဃာတော်များ၊ နတ်ကောင်းနတ်မြတ်တို့၏အကူအညီအစောင့်အရှောက်ကိုရယူလိုသောဆရာတော်များ၊ အာဏာစက်အစွမ်းထက်လိုကြသောဆရာတော်သံဃာတော်များ၊ ရသတဏှာလွန်ကဲမှုကိုထိန်းသိမ်းလိုသောဆရာတော်သံဃာတော်များ၊ အနာရောဂါ

ဘေးဥပဒ်ကင်းဝေးလိုကြသော ဆရာတော်သံဃာတော်များ၊ တောရဆောက်တည်ရာ၌အစိမ်းသရဲ ဖုတ်ပြိတ္တာများနှောင့်ယှက်မှုမဖြစ်စေလိုသောဆရာတော်သံဃာတော်များ ဤသို့အစရှိသော ဆရာတော်သံဃာတော်များနှင့်လူပုဂ္ဂိုလ်အချို့တို့သည် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာလာ သောသာနိကဓုတင်အဖွင့် ၊ သုတ်ပါထေယျအဋ္ဌကထာလာအာဋ္ဌာနာဋိယသုတ်အဖွင့်တို့ကို ကျင့်သုံးလိုက်နာကြပြီး မေတ္တာပွားများကြကာ သက်သတ်လွတ်စားမှုတို့ကို ကျင့်သုံးဆောက်တည်ကြသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

ထို့ကြောင့် သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် မဂ်-ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ကျင့်လမ်းစဉ်ကောင်းမဟုတ်သော်လည်း နတ်ကောင်းနတ်မြတ်တို့လေးစားကြည်ညိုခြင်း၊ စောင့်ရှောက်ကူညီခြင်း၊ အနာရောဂါကင်းရှင်းခြင်း၊ ကျန်းမာခြင်း၊ အသက်ရှည်ခြင်းစသော လောကီအကျိုးတရားများစွာ ရရှိခံစားနိုင်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် သက်သတ်လွတ်ဝါဒီများကလည်း အာမဂန္ဓရသေ့ကြီးကဲ့သို့ သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် အမြတ်ဆုံးအကျင့်၊ အကောင်းဆုံးအကျင့်ဖြစ်သည်၊ သက်သတ်လွတ်မစားလျှင် သူတော်ကောင်းမဟုတ်၊ ဘုရားမဟုတ်နိုင်၊ သက်လွတ်မစားက ငရဲသို့သွားမည့်သူများတည်း ဟုယူဆသည့်အထိ တစ်ဘက်စွန်းသို့မရောက်သင့်ကြပါ။

မစားသူများကလည်း သက်သတ်လွတ်စားခြင်းသည် မည်သည့်အကျိုးမျှမရှိ၊ ဘုရားမကြိုက်သောဒေဝဒတ်ဝါဒဖြစ်သည်၊ တိတ္ထိတို့အကျင့်ဖြစ်၍ အပါယ်သို့ကေန်ရောက်မည် ဟု ယူဆသည်အထိ တစ်ဘက်စွန်းသို့မရောက်စေရန် ထိန်းသိမ်းစောင့်စည်းပြီး မိမိတို့၏လောကီအကျိုး၊ လောကုတ္တရာအကျိုးနှင့် ကျန်းမာရေးအခြေအနေတို့ကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်ပြီး အသားစားမှု မစားမှုတို့ကို ဆောင်ရွက်သင့်ပါကြောင်း ဆန္ဒမေတ္တာပြုအပ်ပါသတည်း။

အခန်း (၅)

အသားစားရှောင်ကြဉ်ရေးလေးချိုး

အသက်သတ်စားတာ၊ တစ်ခါမပြုကြလျှင်လ
အထက်နတ်သိကြားပါ၊ ဗြဟ္မာတစ်စုတွေက
ပတ္ထနာပြုပါလို့၊ အာယုအကျော်
(အိုကွယ်)ရတနာ့အထု၊ မကြာစုပါလိမ့်
အမတာဆုရယ်နဲ့သာမုခေါ်။
ဩော် . . တစ်ပါးအသက်ကိုလ
အသနားဖက်ခါ၊ ဖယ်ရှောင်ကြဉ်လို့
နယ်သောင်ခွင်မဂ်ဗဟိုနန်းကိုလ
အလွယ်ဆောင်တင်၊ ထွက်ဖို့လှမ်းရန်ဖို့

ရက်တိုနဲ့မြည်းခါသဘောကျဖို့ဆိုက်ပါလိမ့်
လောဘတိုက်ခါ၊ အမဲဝက်သားကိုလ
အမြဲချက်စားလျက်၊ ဘယာတစ်ဖုံလျှံလို့
ငရဲနရက်သွားကာ၊ကမ္ဘာအကုန်ခံရပါလိမ့်
ပြဟ္မာဘုံသဏ္ဍာန် ကရုဏာတရားတွေနဲ့
အမတာဘုံပျံ၊ ယခုမကြာသွားရအောင်ပ
အမှုမသာတဲ့အသားကို၊ ဧကန်ရှောင်ဖို့
ပြေမြန်အောင်မျိုးဗမာများကိုလ
ပရမေ ဓမ္မခံဆောင်ခါ နိုးကာကြားလိုက်ပါရဲ့
သနားဖို့တအော်အော်ကိုနော်ကွယ်
တရားမချို့မစားဖို့သာပ၊ များတို့မျှော်ခေါ်
ရသာရုံသူ့အသက်သားကိုလ
ဝစွာအစုံထုန္နက်မစားကြပါနဲ့
ရှုလျက်သနားပါအုံးကြွေးခါကြော်
(အို)ဘေးဘယာမပေါ်အောင်လ
ထောက်စာတရား (ပြည်သူတို့ရယ်)
တွေးခါမျှော်ပါတော့ ကြောက်စရာတအား။
ဩော်. . . နပြာနညို နှမတွေက

အခါကိုကျပြန်ပေါ့ပဲဟု

ဝါဆိုလကို ရက်တွေတွက်ပါလို့

မျက်ရေထွက်ခါ အိပ်မရညားပေဘု

အနိစ္စတရားဟာ စိုးပိုင်တဲ့အချက်ကယ်ကြောင့်

ကြိုးတိုင်တက်သူ မျက်နှာမဲ့သလိုပ

သန်ဘက်ခါမလွဲနော် မရဏာအလိုဖြင့်တွေ့ပေါ့ဟဲ့လို့

မသက်မသာဘဲနော်၊ နဝါ နပျိုတွေဖြင့် မမွေ့ပေဟု

ဝါဆိုအမြေ့ပိုမျှော်ကာမှန်းပါလို့

ရော်ရမ်းခါရင်မှာတုန်ကြလိမ့်

ထင်စရာတစ်ဖုံနိမိတ်ကြီးမှာတော့

စိတ်ပုတီးတွေ ကိုယ်စီကိုင်လို့

ဗဟိုပြည်ခရိုင်၊ ထမင်းအပျော်စားကြရှာတဲ့

သတင်းကျော်ကြားသူ သူတော်ကောင်းတွေက

အယူချော်စောင်းကာ၊ စိတ်မာန်တအားရယ်နဲ့

တိရစ္ဆာန်အသားကို စားပုံဖြင့်တွေ့ရှာလိမ့်

တရားတစ်ဖုံမွေ့လျှင် သူ့အသက်အသားကိုလ

ထုနှက်စားကာ ဧကန်ရှောင်သင့်ပါရဲ့

မြေပြန်ဘောင်မှာ ဗုဒ္ဓအယူလိုက်ရကနဲ့

(ယခုတော့)အနုတ္တရတစ်ဆူမကြိုက်အောင်

စားသောက်သုံးတာမို့

မှားမှောက်တဲ့ထုံးကို ယခုခါမပြုပါရစေနဲ့တော့

ကရုဏာဓမ္မနော် စေတနာအမော်နဲ့

ဒေသနာအကျော် ကျမ်းဂန်ထောက်ပါလို့

ပြေနဂရာပေါ်မှာ လမ်းမှန်ရောက်အောင်ပ

တစ်ခန်းဉာဏ်နှောက်ခါ သဒ္ဓါမယွင်းမညစ်စေဖို့

ဩဘ် . . အမတာစာရင်းအသစ်နဲ့ အောင်တော်မူစရာ

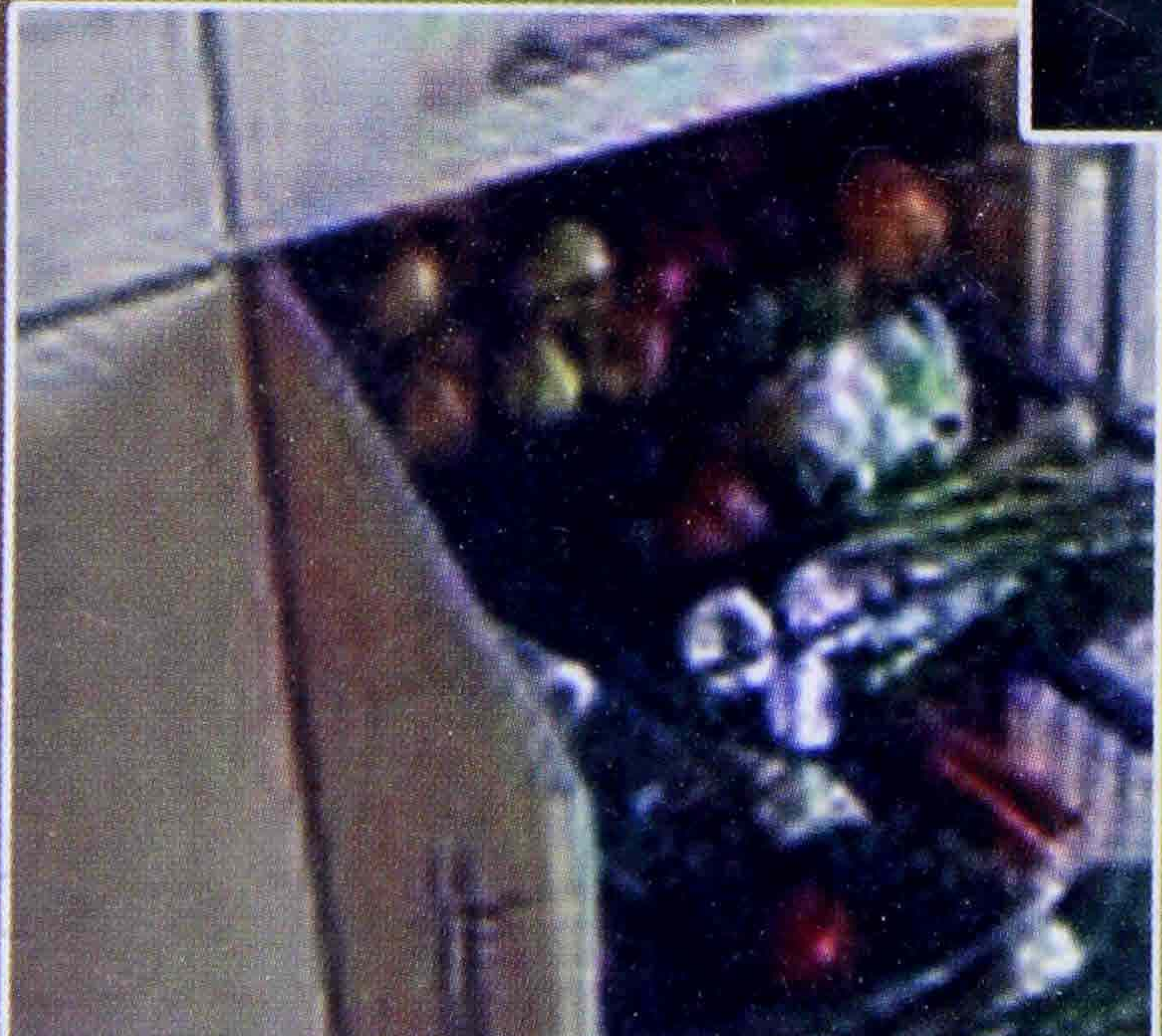
တအားပေပ။

(အိုကွယ်)ဘဂဝါသနင်းဓမ္မရာဇ်ဓမ္မာသတင်းလှစ်ခဲ့ပါပေါ့

တစ်ဝါတွင်းဖြစ်ဖြစ် ရှောင်တော်မူပါမမှား။ ။

ဦးမင်း(ရသေ့ကြီး)

(၁၉၃၁-ခု၊ ပြည်မြို့၊ ထီးဖိနပ်ကုန်သည်ကြီး ဦးသင်၏ တိုက်တွန်းတောင်းပန်ချက်အရ ရသေ့ကြီးဦးမင်းက စီကုံးရေးသားပြီး ၁၉၃၁-ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လထုတ် ဗန္ဓုလဂျာနယ်၌ဖော်ပြထားသည်)



မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ

တက္ကသိုလ်သျှင်ဿီရိ (ဓမ္မာစရိယ ၊ ဘီအေ)