



ရွှေပါရမီ

လက်ကမ်းစာစဉ်(၂၁)



အရှင်ဆန္ဒာမိက

ရွှေပါရမီ ၂၀၁၇

အနှိုင်းမဲ့ကုသိုလ်

ဓမ္မစကား၊ နေ့တိုင်းကြားကာ၊ စိတ်ထားပွေးလက်၊ သိဉာဏ်ထက်၏။

.....သို့
အမှတ်တရဓမ္မဒါန

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။

အလှူအားလုံးတို့တွင် တရားအလှူသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

အရဟံဂုဏ်တော်

အရဟံ၊

ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်းမှုကို
ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား။

စာမူခွင့်ပြုချက် - ၃၂၀၈၅၅၀၆၁၂

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် - ၃၂၀၇၇၀၀၆၁၂

မျက်နှာဖုံးပန်းချီ - နေဝင်းအောင်

မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းပုံနှိပ်သူ

ဦးကြင်ရွှေ(၀၃၁၀၅)၊ မိသားစုပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ် ၉၀-အေ၊ အောက်ကြည့်မြင်တိုင်လမ်း၊ အလုံမြို့နယ်။

ထုတ်ဝေသူ

တက်လမ်း ဦးရှိန်ဝင်း (၀၃၉၆၄)၊ ရွှေပါရမီဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့

အမှတ် (၁၉-အေ/၂)၊ ဗိုလ်ရာညွန့်လမ်း၊ ဒဂုံမြို့နယ်။

ဓမ္မဒါန



အနှိုင်းမဲ့ကုသိုလ်

လောကမှာ ရှိရှိသမျှကုသိုလ်တရားအားလုံးထဲမှာ အပ္ပမာဒတရားဟာ အနှိုင်းမဲ့ကုသိုလ်တရား ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အပ္ပမာဒတရားထက် ပိုပြီး ကုသိုလ်ရှင်ရဲ့ စိတ်ကို ဖြူစင်စေပါတယ်။ ကုသိုလ်ရှင်ကို ကောင်းကျိုးပြုပါတယ်လို့ နှိုင်းယှဉ်စရာ၊ အစားထိုးစရာ၊ ထပ်တူပြုစရာ တခြားကုသိုလ်တရား မရှိတော့လို့ပါပဲ။

အပ္ပမာဒတရားနဲ့ လဲလှယ်သင့်၊ လဲလှယ်ထိုက်တဲ့ တခြားကုသိုလ်တရား လောကမှာမရှိတော့တဲ့အတွက် အပ္ပမာဒတရားဟာ အနှိုင်းမဲ့ကုသိုလ်တရား ဖြစ်ရပါတယ်။

စိတ်ကို ဖြူစင်စေတတ်တဲ့သဘောကို ကုသိုလ်လို့
ခေါ်ပါတယ်။ စိတ်ဓာတ်တစ်ခု၊ လုပ်ရပ်တစ်ခုကြောင့် မိမိ
ရဲ့စိတ် ဖြူစင်သန့်ရှင်းသွားတယ်ဆိုရင် အဲဒီစိတ်ဓာတ်၊
အဲဒီလုပ်ရပ်ဟာ ကုသိုလ်ပါပဲ။

ငါ့စိတ်ဓာတ် ဘယ်လောက်ကောင်းပါတယ်၊ ငါ
လုပ်ရပ် ဘယ်လောက်မြတ်ပါတယ်လို့ ဘယ်လိုပဲပြောပြော၊
အဲဒီစိတ်ဓာတ် ရှိနေခိုက်၊ အဲဒီလုပ်ရပ် လုပ်နေခိုက် စိတ်
ဓာတ်ရှင်၊ လုပ်ရပ်ရှင်ရဲ့ သန္တာန်မှာ စိတ်ဖြူစင်သန့်ရှင်းမှု
မရှိဘူးဆိုရင် အဲဒီစိတ်ဓာတ်၊ အဲဒီလုပ်ရပ်ကို ကုသိုလ်လို့
မခေါ်နိုင်ပါဘူး။ ဘယ်စိတ်ဓာတ်၊ ဘယ်လုပ်ရပ်မဆို စိတ်
ကို ဖြူစင်သန့်ရှင်းစေမှ ကုသိုလ်လို့ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

ကုသိုလ်မှန်သမျှ ကုသိုလ်ရှင်ရဲ့ စိတ်ကို ဖြူစင်
သန့်ရှင်းစေတဲ့အပြင် ကုသိုလ်ရှင်အတွက် ကောင်းကျိုးချမ်း
သာ အဖြာဖြာကိုလည်း ဆောင်ကြဉ်းပေးနိုင်စွမ်းရှိပါတယ်။
ကုသိုလ်ကြောင့် ဆိုးကျိုးကြုံရတယ်၊ ဆင်းရဲခံရတယ်လို့
မရှိပါဘူး။ ကောင်းကျိုးကြုံရတယ်၊ ချမ်းသာစံရတယ်လို့ပဲ
ရှိပါတယ်။

ကုသိုလ်ရှင်ကို စိတ်ဖြူစင်စေတတ်တဲ့၊ ကောင်း
ကျိုးပေးတတ်တဲ့ ကုသိုလ်တရားတွေ အားလုံးထဲမှာ အပွ-
မာဒတရားဟာ အမြတ်ဆုံးပါပဲ။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အပွ-
မာဒတရားကြောင့်သာ တခြားကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်ပွား
ခွင့်ရလို့၊ အပွမာဒတရားဟာ ကုသိုလ်တရားအားလုံး ဖြစ်
ပွားခြင်းရဲ့ အကြောင်းရင်း အခြေခံရေသောက်မြစ် ဖြစ်လို့
ပါပဲ။

အပွမာဒတရား မရှိဘဲနဲ့ ဘယ်ကုသိုလ်ကောင်း
မှုမှ ဖြစ်ပွားခွင့် မရှိပါဘူး။ ဒါနကုသိုလ်လည်း အပွမာဒ
တရားကြောင့်ပဲ ဖြစ်ရပါတယ်။ သီလကုသိုလ်လည်း အပွ-
မာဒတရားကြောင့်ပဲ ဖြစ်ရပါတယ်။ သမထကုသိုလ်လည်း
အပွမာဒတရားကြောင့်ပဲ ဖြစ်ရပါတယ်။ ဝိပဿနာကု-
သိုလ်လည်း အပွမာဒတရားကြောင့်ပဲ ဖြစ်ရပါတယ်။ ကု-
သိုလ်ကောင်းမှုအားလုံး အပွမာဒတရားကြောင့်ပဲ ဖြစ်ပွား
ခွင့်ရှိတာမို့ အပွမာဒတရားဟာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုအားလုံး
ရဲ့ အဓိကရေသောက်မြစ် ဖြစ်ပါတယ်။

အပွမာဒတရားကို ကုသိုလ်အားလုံးရဲ့အကြောင်း

ရင်းလို့ ပြောလိုက်ရင် ကောင်းကျိုးချမ်းသာ အားလုံးရဲ့ အကြောင်းရင်းဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်လည်း အလိုလို သက် ရောက်သွားပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကောင်းကျိုးချမ်း သာဆိုတဲ့ နာမည်ဟာ ကောင်းမှုကုသိုလ်ရဲ့ နာမည်ဖြစ်လို့ ပါပဲ။ ကောင်းကျိုးချမ်းသာမှန်သမျှ ကောင်းမှုကုသိုလ်ရဲ့ အသီးအပွင့် ဖြစ်လို့ပါပဲ။

ကုသိုလ်စိတ်တစ်ခု တစ်စက္ကန့်ဖြစ်တိုင်း စေတနာ အရှိန် ခုနစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ ပထမစေတနာအရှိန်က ဒီ မျက်မှောက်ဘဝ၊ ပထမဘဝမှာ ချက်ချင်းအကျိုးပေးပြီး သတ္တမစေတနာအရှိန်ကတော့ ဒီဘဝပြီးရင် ရောက်မယ့် နောက်ဘဝ၊ ဒုတိယဘဝမှာ အကျိုးပေးပါတယ်။ အလယ် က စေတနာအရှိန်ငါးခုကတော့ တတိယဘဝကနေ စပြီး နိဗ္ဗာန်မရောက်မချင်း အလျဉ်းသင့်သလို အကျိုးပေးပါ တယ်။ (အကုသိုလ်စိတ်တွေရဲ့ အကျိုးပေးလည်း နည်းတူ ပါပဲ။)

ပထမစေတနာအရှိန် (ပထမဇော) ကြောင့်ပေး တဲ့ ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုးတွေရော၊ နောက်နောက်စေတနာ

အရှိန် (နောက်နောက်ဖော) တွေကြောင့်ပေးတဲ့ တမလွန်
ကောင်းကျိုးတွေရော၊ ကောင်းကျိုးအားလုံးဟာ ကုသိုလ်ရဲ့
အကျိုးဆက်တွေချည်းဖြစ်လို့ ကုသိုလ်အားလုံးရဲ့ အ
ကြောင်းရင်း အပူမာဒတရားဟာ ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုး၊
တမလွန်ကောင်းကျိုးအားလုံးရဲ့ အကြောင်းရင်းလည်း ဖြစ်
ရပြန်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်လက်ထက်တုန်းက မြတ်စွာ
ဘုရားရှင်ကို ကောသလမင်းကြီးက မေးခွန်းတစ်ခု မေးခဲ့
ဖူးပါတယ်။

‘မြတ်စွာဘုရား . . . ၊ ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုး၊ တမ-
လွန်ကောင်းကျိုး၊ ကောင်းကျိုးနှစ်မျိုးလုံးကို သယ်ပိုးရွက်
ဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ တစ်ခုတည်းသော အကြောင်းတရား
ရှိပါသလားဘုရား’

‘ရှိပါတယ် ဒကာတော်မင်းကြီး’

‘ဘယ်တရားပါလဲ ဘုရား’

‘အပူမာဒတရားပါပဲ ဒကာတော်မင်းကြီး၊ ဥပမာ
ဆင်ခြေရာလိုပဲပေါ့၊ ကုန်းနေသတ္တဝါအားလုံးရဲ့ ခြေရာ

တွေထဲမှာ ဆင်ခြေရာဟာ အကြီးဆုံးပဲ မဟုတ်လား၊ ခြေရာမှန်သမျှ ဆင်ခြေရာထဲမှာ အကျုံးဝင်ကြတယ်လေ၊ ဘယ်ခြေရာကိုမဆို ဆင်ခြေရာထဲထည့်လို့ ရတာချည်းပဲ၊ အဲဒီလိုပါပဲ၊ ငါဘုရားဟောကြားထားသမျှ တရားအားလုံး အပ္ပမာဒတရားထဲမှာ အကျုံးဝင်ကြပါတယ်၊ အပ္ပမာဒတရားဟာ လိုရင်းအနှစ်ချုပ်တရားပါပဲ၊ ဒီအပ္ပမာဒတရား တစ်ပါးတည်းကပဲ ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုး၊ တမလွန်ကောင်းကျိုး၊ ကောင်းကျိုးနှစ်မျိုးလုံးကို သယ်ပိုးရွက်ဆောင်ပေးနိုင်ပါတယ်'

မြတ်စွာဘုရားရှင်ရဲ့ ဖြေကြားချက်ဟာ သိပ်အားရကျေနပ်စရာကောင်းပါတယ်။ သူတော်ကောင်းဓာတ်ခံအားကောင်းသူတိုင်း 'အပ္ပမာဒ' ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးလေးလုံးကြားလိုက်တာနဲ့ သဒ္ဓါဓာတ်တွေ ကွန့်မြူးပြီး ကုသိုလ်ဆန္ဒတွေ အရှိန်အဟုန်ကြီးကြီး နိုးကြားထက်သန်လာပါတယ်။ 'အပ္ပမာဒ' ဆိုတဲ့ စကားလုံးဟာ သူတော်ကောင်းတွေရဲ့ နှလုံးသားကို ထူးထူးခြားခြား သိမ်းကျုံးဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်းရှိပါတယ်။

‘အပ္ပမာဒ’ ဆိုတဲ့ စကားလုံးက ဘာလို့များ ဒီ လောက်တောင် ထူးထူးခြားခြား ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်းရှိနေရ တာလဲဆိုတော့ အပ္ပမာဒရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ထဲမှာ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အစရှိတဲ့ သူတော်ကောင်းတရား တွေ၊ သူတော်ကောင်းဓာတ်တွေ အားလုံးပါဝင်နေလို့ပါပဲ။

‘အပ္ပမာဒ’ ဆိုတာ ‘မမေ့ခြင်း’ ကို ပြောတာပါ။ ‘အပ္ပမာဒတရား’ ဆိုတော့ ‘မမေ့တရား’ ပေါ့။ ‘မမေ့’ ဆိုတဲ့ စကားလုံးနှစ်လုံးဟာ ‘အပ္ပမာဒ’ ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးလုံး ရဲ့ လိုရင်းအနက်အဓိပ္ပာယ်ပါပဲ။ ‘အ’ ကိုဖြုတ်လိုက်ရင် ‘ပမာဒ = မေ့’ လို့ ဖြစ်သွားပါတယ်။ မမေ့တဲ့သူဟာ အပ္ပ-မာဒဖြစ်နေတဲ့သူ၊ မေ့တဲ့သူဟာ ပမာဒဖြစ်နေတဲ့သူပေါ့။ မမေ့တဲ့သူက အပ္ပမာဒသမား၊ မေ့တဲ့သူက ပမာဒသမား ပေါ့။

အပ္ပမာဒသမားရဲ့သန္တာန်မှာ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အစရှိတဲ့ သူတော်ကောင်းတရားတွေ အခြေအနေအားလျော်စွာ အများကြီး ဖြစ်နေကြပေမယ့် အထင်ရှားဆုံး သိသာနေတာကတော့ ‘သတိ’ ပါပဲ။ ဒါ

ဆိုင်တဲ့ ကုသိုလ်တရားတွေ ဖြစ်ပွားလာပါတယ်။

အပ္ပမာဒသမားတစ်ယောက် အမှတ်ရလေ့ရှိတဲ့ အာရုံတွေက ဆယ်မျိုးရှိပါတယ်။ အာရုံတစ်မျိုးကို ကုသိုလ် တစ်မျိုးနှုန်းနဲ့ တွက်လိုက်ရင် အပ္ပမာဒသမားတစ်ယောက် ရပိုင်ခွင့်ရှိတဲ့ ကုသိုလ်တွေက ဆယ်မျိုးကြီးများတောင်ပါပဲ။ သူ့အာရုံနဲ့ သူ့ကုသိုလ်တော့ ရှိတာပေါ့။

ပထမဆုံး အပ္ပမာဒအာရုံကတော့ ‘ဒါန’ ပါပဲ။ ဒါနဆိုတာ ‘ပေးခြင်း’ ပါ။ အနှစ်သာရကတော့ စွန့်လွှတ်ခြင်းပါပဲ။ ကိုယ်ပိုင်ဆိုင်တဲ့ပစ္စည်းကို ကိုယ်ပိုင်အဖြစ်က စွန့်လွှတ်ပြီး သူတစ်ပါးပစ္စည်းအဖြစ် ပြုလုပ်ပေးလိုက်တာကို ဒါန လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ပစ္စည်းစွန့်လွှတ်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ပစ္စည်းအပေါ် တွယ်တာတဲ့ တဏှာကိုလည်း အာလယပြတ် (စိတ်စွဲပြတ်) စွန့်လွှတ်လိုက်ရပါတယ်။ ‘ငါပိုင်’ ‘ငါဆိုင်’ဆိုတဲ့ သတ်မှတ်ချက်ကို ရိုက်ချိုးပစ်နိုင်မှ ဒါနတစ်ခု အထမြောက်ပါတယ်။

‘ကိုယ်နဲ့မဆိုင် ကိုယ်မပိုင်တော့’ ဆိုတဲ့ စိတ်နဲ့ လွတ်လွတ်ကျွတ်ကျွတ် စွန့်လွှတ်နိုင်မှ ဒါနမြောက်တယ်ဆို

တာကို အပ္ပမာဒသမားတစ်ယောက်က ဘယ်တော့မှ မမေ့
ပါဘူး။ အဲဒီလို စွန့်လွှတ်လိုက်ရတဲ့အတွက် စိတ်ထဲမှာ
လွတ်လပ်ပေါ့ပါးပြီး အေးချမ်းသွားတယ်ဆိုတာကိုလည်း
ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ခံစားရပါတယ်။ ကိုယ်စွန့်လွှတ်လိုက်တဲ့
ပစ္စည်းကြောင့် သူတစ်ပါးကောင်းကျိုးရသွားတာကို ကြည့်
ပြီးတော့လည်း ကျေနပ်ဝမ်းမြောက်စွာ ပီတိဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

အစွဲကင်းစွာ စွန့်လွှတ်နိုင်ခြင်းရဲ့ လွတ်လပ်အေး
ချမ်းမှုကို လက်တွေ့ခံစားရတဲ့ အပ္ပမာဒသမား တစ်
ယောက်ဟာ ဒါနအာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့တော့ပါဘူး။
ဒါနအာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ဒါနသတိ’
မပျောက်မချင်း ဒါနကုသိုလ်တွေ တစ်ရပ်ရပ် တိုးပွားလာပါ
တယ်။

ဒုတိယမြောက် အပ္ပမာဒအာရုံကတော့ ‘သီလ’
ပါပဲ။ သီလ ဆိုတာ ‘အလေ့’ ပါ။ သူတော်ကောင်းတွေရဲ့
အလေ့၊ လူယဉ်ကျေးတွေရဲ့ အလေ့ကို သီလလို့ ခေါ်ပါ
တယ်။ ရှောင်သင့်ရှောင်ထိုက်တဲ့ ကိုယ်အမူအရာဆိုး၊ နှုတ်
အမူအရာဆိုးတွေကို ရှောင်တဲ့အလေ့ ရှိရသလို ဆောင်

သင့် ဆောင်ထိုက်တဲ့ ကိုယ်အမူအရာကောင်း၊ နှုတ်အမူ
အရာကောင်းတွေကိုလည်း ဆောင်တဲ့အလေ့ ရှိရပါတယ်။

တားမြစ်ချက် မလွန်ကျူးခြင်းဆိုတဲ့ ‘ရှောင်သီလ’
နဲ့ တာဝန်ဝတ္တရား ကျေပွန်ခြင်းဆိုတဲ့ ‘ဆောင်သီလ’၊ သီလ
နှစ်မျိုးလုံး ပြည့်စုံမှ သူတော်ကောင်းပီသတယ်၊ လူယဉ်
ကျေးတန်းဝင်တယ်လို့ လက်ခံယုံကြည်တဲ့ အပ္ပမာဒသမား
တစ်ယောက်ဟာ သီလအာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့တော့ပါ
ဘူး။ သီလအာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်
‘သီလသတိ’ မပျောက်မချင်း သီလကုသိုလ်တွေ တရိပ်ရိပ်
တိုးပွားလာပါတယ်။

တတိယမြောက် အပ္ပမာဒအာရုံကတော့ ‘ဘာ-
ဝနာ’ ပါပဲ။ ဘာဝနာဆိုတာ ‘တိုးပွားခြင်း’ ပါ။ စိတ်ကောင်း
စိတ်မြတ်တွေ၊ စိတ်ကြည်စိတ်သန့်တွေ၊ စိတ်အေးစိတ်လင်း
တွေ တိုးပွားလာအောင် အားထုတ်တာကို ဘာဝနာလို့
ခေါ်ပါတယ်။

အာရုံတစ်ခုတည်းမှာ ‘စိတ်ငြိမ်’ အောင် ကျင့်ရတဲ့
သမထဘာဝနာရော၊ အာရုံအားလုံးမှာ ‘စိတ်ငြိမ်’ အောင်

ကျင့်ရတဲ့ ဝိပဿနာဘာဝနာရော၊ ဘာဝနာနှစ်မျိုးလုံး ပြည့်စုံမှ စိတ်ရဲ့ အဆင့်အတန်း ဘက်စုံမြင့်မားနိုင်တယ်ဆို တာကို နားလည်နေတဲ့ အပ္ပမာဒသမားတစ်ယောက်ဟာ ဘာဝနာအာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့တော့ပါဘူး။ ဘာဝနာအာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ဘာဝနာသတိ’ မပျောက်မချင်း ဘာဝနာကုသိုလ်တွေ တရိပ်ရိပ် တိုးပွားလာပါတယ်။

စတုတ္ထမြောက် အပ္ပမာဒအာရုံကတော့ ‘အပစာယန’ ပါပဲ။ အပစာယန ဆိုတာ ‘ရိုသေလေးစားခြင်း’ ပါ။ ကိုယ့်ထက် အသက်၊ သိက္ခာ၊ ဂုဏ်ဝါကြီးတဲ့ လေးစားထိုက်သူတွေအပေါ် မာန်မာန ကင်းရှင်းစွာ တရိုတသေ တလေးတစား ပြောဆိုပြုမူတာကို အပစာယန လို့ ခေါ်ပါတယ်။

‘ဘဝင်မြင့်’ ပြီး ထောင်လွှားမောက်မာတတ်တဲ့သူ တစ်ယောက်အတွက် ‘ဘဝမြင့်’ ဖို့ အခွင့်အလမ်းတွေ ပိတ်ဆို့နေတယ် ဆိုတာကို သဘောပေါက်တဲ့ အပ္ပမာဒသမား တစ်ယောက်ဟာ အပစာယနအာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့

တော့ပါဘူး။ အပစာယနအာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘အပစာယနသတိ’ မပျောက်မချင်း အပစာယနကုသိုလ်တွေ တရိပ်ရိပ် တိုးပွားလာပါတယ်။

ပဉ္စမမြောက် အပ္ပမာဒအာရုံကတော့ ‘ဝေယျာဝစ္စ’ ပါပဲ။ ဝေယျာဝစ္စဆိုတာ ‘ကြောင့်ကြစိုက်ခြင်း’ ပါ။ သူတစ်ပါးရဲ့ အပြစ်ကင်းတဲ့အလုပ်၊ ကောင်းမှုကုသိုလ်အလုပ်တွေမှာ စိတ်စေတနာ အပြည့်အဝနဲ့ ကိုယ်ကျိုးမဖက် ဆောင်ရွက်ကူညီပေးတာကို ဝေယျာဝစ္စလို့ ခေါ်ပါတယ်။

သူတစ်ပါးရဲ့ လိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်စွက်ပေးရင် ကိုယ့်ရဲ့ လိုအပ်ချက်တွေ ဆုမတောင်းဘဲ ပြည့်စုံနိုင်တယ် ဆိုတာကို ယုံကြည်တဲ့ အပ္ပမာဒသမားတစ်ယောက်ဟာ ဝေယျာဝစ္စအာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့တော့ပါဘူး။ ဝေယျာဝစ္စအာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ဝေယျာဝစ္စသတိ’ မပျောက်မချင်း ဝေယျာဝစ္စကုသိုလ်တွေ တရိပ်ရိပ် တိုးပွားလာပါတယ်။

ဆဋ္ဌမမြောက် အပ္ပမာဒအာရုံကတော့ ‘ပတ္တိဒါန’

ပါပဲ။ ပတ္တိဒါန ဆိုတာ ‘ဝေစုပေးခြင်း’ ပါ။ ကိုယ်ရထားတဲ့ ကောင်းမှုကုသိုလ်မျိုး သူတစ်ပါးလည်း ထပ်တူထပ်မျှ ရပါစေဆိုတဲ့ မေတ္တာစိတ်နဲ့ ကုသိုလ်အမျှပေးဝေတာကို ပတ္တိဒါန လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ကိုယ့်ကုသိုလ် သူတစ်ပါး ဖြန့်ဝေပေးခြင်းကြောင့် ကိုယ့်စိတ်အစဉ်မှာ ဝန်တိုမှု မစ္ဆရိယ အညစ်အကြေး ကင်းစင်သွားတဲ့အပြင် ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်လည်း ကိုယ့်ကြောင့် အဆင့်အတန်း မြင့်မားသွားရတယ်ဆိုတာကို ယုံကြည်ကျေနပ်တဲ့ အပ္ပမာဒသမားတစ်ယောက်ဟာ ပတ္တိဒါန အာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့တော့ပါဘူး။ ပတ္တိဒါနအာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ပတ္တိဒါနသတိ’ မပျောက်မချင်း ပတ္တိဒါနကုသိုလ်တွေ တရိပ်ရိပ် တိုးပွားလာပါတယ်။

သတ္တမမြောက် အပ္ပမာဒအာရုံကတော့ ‘ပတ္တာနုမောဒန’ ပါပဲ။ ပတ္တာနုမောဒန ဆိုတာ ‘ဝေစုကို ဝမ်းမြောက်ခြင်း’ ပါ။ သူတစ်ပါးပေးဝေတဲ့ ကုသိုလ်အမျှကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ပြုရတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုလို့ပဲ ဝမ်းမြောက်

ဝမ်းသာနဲ့ သာဓုခေါ်ဆိုတာကို ပတ္တာနုမောဒန လို့ခေါ်ပါတယ်။

သူ့ကုသိုလ် ကိုယ်ဝမ်းမြောက်ခြင်းကြောင့် ကိုယ့်စိတ်အစဉ်မှာ မနာလိုမှု ကုဿာအညစ်အကြေး ကင်းစင်သွားတဲ့အပြင် သူတစ်ပါးကြောင့် ကိုယ့်ဘဝအဆင့်အတန်း မြင့်မားသွားရတယ်ဆိုတာကို နားလည်သဘောပေါက်တဲ့ အပ္ပမာဒသမားတစ်ယောက်ဟာ ပတ္တာနုမောဒနအာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့တော့ပါဘူး။ ပတ္တာနုမောဒနအာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ပတ္တာနုမောဒနသတိ’ မပျောက်မချင်း ပတ္တာနုမောဒနကုသိုလ်တွေ တရိပ်ရိပ်တိုးပွားလာပါတယ်။

အဋ္ဌမမြောက် အပ္ပမာဒအာရုံကတော့ ‘ဓမ္မဿဝန’ ပါပဲ။ ဓမ္မဿဝန ဆိုတာ ‘တရားကြားနာခြင်း’ ပါ။ စိတ်ငြိမ်းအေးကြောင်း၊ ဘဝတိုးတက်ကြောင်း သူတော်ကောင်းတရားတွေကို စိတ်ဝင်တစား နာယူမှတ်သားတာ၊ လေ့လာဖတ်ရှုတာကို ဓမ္မဿဝနလို့ ခေါ်ပါတယ်။

သူတော်ကောင်းတရားတွေကို နားနဲ့လည်း‘ကြား’

တတ်၊ စိတ်နဲ့လည်း ‘နာ’ တတ်တယ်ဆိုရင်၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ကံနားနဲ့လည်း ‘ကြား’ တတ်၊ ဉာဏ်နားနဲ့လည်း ‘နာ’ တတ်တယ်ဆိုရင် အဲဒီ ‘ကြား’ ပြီး ‘နာ’ တဲ့ ‘ကြားနာ’ခြင်းဟာ ကိုယ့်စိတ်၊ ကိုယ့်ဘဝကို လုံးဝ အသစ်စက်စက် ပြောင်းလဲသွားအောင် စွမ်းဆောင်နိုင်တယ်ဆိုတာကို သဘောပေါက်သိမြင်တဲ့ အပူမာဒသမားတစ်ယောက်ဟာ ဓမ္မဿဝနအာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့တော့ပါဘူး။ ဓမ္မဿဝနအာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ‘ဓမ္မဿဝနသတိ’ မပျောက်မချင်း ဓမ္မဿဝနကုသိုလ်တွေ တရိပ်ရိပ် တိုးပွားလာပါတယ်။

နဝမမြောက် အပူမာဒအာရုံကတော့ ‘ဓမ္မဒေသနာ’ ပါပဲ။ ဓမ္မဒေသနာဆိုတာ ‘တရားဟောပြောခြင်း’ ပါ။ စိတ်ငြိမ်းအေးကြောင်း၊ ဘဝတိုးတက်ကြောင်း . . . သူတော်ကောင်းတရားတွေကို မေတ္တာတရား အပြည့်အဝနဲ့ ကိုယ်ကျိုးမဖက် ဟောပြောပို့ချ သင်ကြားညွှန်ပြပေးတာကို ဓမ္မဒေသနာလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ကိုယ်ဟောပြောတဲ့တရားက ကိုယ့်ကို ပြန်ဆုံးမ

ပြီး ကိုယ်ညွှန်ပြတဲ့စကားက ကိုယ့်ကို ပြန်သွန်သင်နေတာ မို့ ကိုယ်နဲ့ သူတော်ကောင်းတရား တစ်သားတည်း ဖြစ် သွားနိုင်သလို ကိုယ့်ကြောင့် ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်လည်း သူတော်ကောင်းပတ်ဝန်းကျင် ဖြစ်သွားနိုင်တယ်ဆိုတာကို သဘောပေါက်သိမြင်တဲ့ အပ္ပမာဒသမား တစ်ယောက် ဟာ ဓမ္မဒေသနာအာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့တော့ပါဘူး။ ဓမ္မဒေသနာအာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ဓမ္မဒေသနာသတိ’ မပျောက်မချင်း ဓမ္မဒေသနာကုသိုလ် တွေ တရိပ်ရိပ် တိုးပွားလာပါတယ်။

နောက်ဆုံး ဒသမမြောက် အပ္ပမာဒအာရုံက တော့ ‘ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မ’ ပါပဲ။ ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မဆိုတာ ‘အယူဖြောင့် အောင်ပြုခြင်း’ပါ။ ကောင်းမှုကံ၊ မကောင်းမှုကံ ဆိုတာရှိ တယ်၊ ကောင်းမှုကံက ကောင်းကျိုးပေးပြီး မကောင်းမှုကံ က မကောင်းကျိုးပေးတယ်၊ ရှေးဘဝ၊ နောက်ဘဝ၊ အတိတ်ဘဝ၊ တမလွန်ဘဝ ဆိုတာလည်း ရှိတယ်လို့ ကံ၊ ကံရဲ့ အကျိုးနဲ့ ဘဝသံသရာကို သံသယကင်းစွာ ယုံကြည် တာကို ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မလို့ ခေါ်ပါတယ်။

အယူအမြင်မှန်မှ စိတ်ဓာတ်လုပ်ရပ် မှန်မယ်၊ စိတ်ဓာတ်လုပ်ရပ်မှန်မှ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝခရီးရော၊ သံသရာဘဝ ခရီးပါ သာယာချောမွေ့ ပြောင့်ဖြူးမယ်ဆိုတာကို သဘော ပေါက်သိမြင်တဲ့ အပ္ပမာဒသမားတစ်ယောက်ဟာ ဒိဋ္ဌိဇု- ကမ္မအာရုံကို ဘယ်တော့မှ မမေ့တော့ပါဘူး။ ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မ အာရုံကို သတိရလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မသတိ’ မပျောက်မချင်း ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မကုသိုလ်တွေ တရိပ်ရိပ် တိုးပွား လာပါတယ်။

အဲဒီလိုအားဖြင့် အပ္ပမာဒအာရုံဆယ်မျိုးကို အမြဲ မပြတ် သတိရနေတဲ့ အပ္ပမာဒသမားတစ်ယောက်ရဲ့ သန္တာန်မှာ ကုသိုလ်ဆယ်မျိုး တစ်မျိုးမဟုတ်တစ်မျိုး အချိန် တိုင်း တိုးနေပါတယ်။ မမေ့တဲ့သူတွေမှ ရနိုင်တဲ့ အဲဒီ ကုသိုလ်ဆယ်မျိုးကို ‘ပုညကြိယဝတ္ထုဆယ်ပါး’ လို့ခေါ်ပါ တယ်။ ‘ကောင်းကျိုးလိုလားသူတိုင်း မလုပ်မဖြစ်လုပ်ရမယ့် ကောင်းမှုဆယ်မျိုး’ လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။

အပ္ပမာဒတရား လက်ကိုင်ထားသူတစ်ယောက် အတွက် ကောင်းမှုဆယ်မျိုး ဝင်ရောက်ဖို့ တံခါးအမြဲပွင့်

နေပါတယ်။ ဝင်လာသမျှ ကောင်းမှုတွေကလည်း ကောင်းမှုရှင်ကို သူ့အစွမ်းနဲ့သူ့ ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုး၊ တမလွန်ကောင်းကျိုး၊ ကောင်းကျိုးအမျိုးမျိုး သယ်ပိုးရွက်ဆောင်ပေးပါတယ်။ သူတို့ပေးတဲ့ အထွတ်အထိပ်ကောင်းကျိုးကတော့ ဆင်းရဲဟူသမျှ မြူမှုမရှိတဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာပါပဲ။

မြတ်စွာဘုရားရှင်လက်ထက်တုန်းက သာဝတ္ထိမြို့၊ အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးရဲ့ အိမ်မှာ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ရဟန်းတော်အပါးနှစ်ထောင် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးတော်မူကြပါတယ်။

ရဟန်းနှစ်ထောင်ရဲ့ နေ့စဉ်ဆွမ်းကိစ္စကို ပထမပိုင်းမှာ သမီးအကြီး မဟာသုဘဒ္ဒိက တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။ အပွမာဒတရား လက်ကိုင်ထားတဲ့သမီးဆိုတော့ ဒါနကောင်းမှု၊ ဝေယျာဝစ္စကောင်းမှုတွေလောက်နဲ့ ကျေနပ်မနေဘဲ တရားနာတဲ့ ဓမ္မဿဝနကောင်းမှု၊ တရားအားထုတ်တဲ့ ဘာဝနာကောင်းမှုတွေကိုလည်း မမေ့မလျော့ ပြုလုပ်ပါတယ်။ ကောင်းမှုဆယ်မျိုးလုံး အခွင့်သင့်သလို ပြုလုပ်အားထုတ်တဲ့အတွက် မကြာခင်မှာပဲ သော-

တာပန်အရိယာ ဖြစ်သွားပါတယ်။

မဟာသုဘဒ္ဒါ အိမ်ထောင်ကျလို့ ခင်ပွန်းသည် အိမ် လိုက်သွားတဲ့အခါမှာတော့ သမီးအလတ် စူဠသုဘဒ္ဒါ က အစ်မကြီးအမွေ ဆက်ခံပြီး ရဟန်းနှစ်ထောင်ရဲ့ ဆွမ်း ဝေယျာဝစ္စကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ပါတယ်။ သူမက လည်း အပ္ပမာဒသမားပီပီ အစ်မကြီးခြေရာ တစ်ထပ် တည်း နင်းနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ သောတာပန်လည်းဖြစ်၊ သျှောင် နောက်လည်း ဆံထုံးပါပေါ့။

စူဠသုဘဒ္ဒါ အိမ်ပေါ်က ဆင်းသွားတဲ့အခါမှာ ရဟန်းနှစ်ထောင်ရဲ့ ဆွမ်းတာဝန်ဟာ သမီးအငယ်ဆုံး သုမနဒေဝီရဲ့ လက်ထဲ ရောက်လာပါတယ်။ သူမလည်း အပ္ပမာဒတရားနဲ့ မွေ့လျော်လိုက်တာ အစ်မနှစ်ယောက်ရဲ့ စံချိန်ကို ချိုးပြီး သကဒါဂါမ်အရိယာ ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူမကတော့ အပျိုစင်လေးပါ။

သကဒါဂါမ်အပျိုစင်လေး သုမနဒေဝီဟာ တစ် နေ့တော့ အပျိုစင်ရောဂါတစ်ခုနဲ့ မကျန်းမမာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖခင်အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးက သမီးထွေးလေးကို အကြင်

နာ တနင့်တပိုးနဲ့ တယုတယ မေးရှာပါရဲ့။

‘သမီးလေး သုမန . . . ၊ ဘယ်လိုနေလဲကွယ်၊
သက်သာရဲ့လား’

‘မောင်လေး . . . ၊ ဘာပြောတာလဲဟင်’

‘အဖေပါ သမီးရဲ့၊ သမီးလေး ယောင်နေတာ
လား’

‘မမ မယောင်ပါဘူး မောင်လေးရယ်’

‘ဒါဆို ကြောက်နေတာလား သမီးရယ်’

‘မောင်လေးရယ် . . . ၊ မမ လုံးဝ မကြောက်ပါ
ဘူးကွယ်’

ဒီလောက်ပဲ ပြောပြီး သုမနဒေဝီ ကွယ်လွန်အနိစ္စ
ရောက်သွားပါတယ်။ ကိုယ့်သမီးအရင်းခေါက်ခေါက်က
ကိုယ့်ကို ‘မ, ရဲ့ မောင်လေး’ လို့ နောက်ဆုံးနှုတ်ဆက်သွား
တဲ့အတွက် အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးခမျာ သောတာပန်
သိက္ခာတောင် မဆည်နိုင်ရှာတော့ဘဲ မျက်ရည်လည်ရွဲနဲ့
သောကတွေ ပွေ့ပိုက်ပြီး ဘုရားရှင်ထံမှောက် ဆိုက်ရောက်
လာပါတယ်။

ဖြစ်ကြောင်းကုန်စင် လျှောက်ထားလိုက်တဲ့အခါ
မြတ်စွာဘုရားရှင်က . . .

‘သူဌေးကြီး . . . ၊ တကယ်တော့ သင့်သမီး
ကယောင်ကတမ်းနဲ့ ယောင်ယမ်းပြီး လျှောက်ပြောနေတာ
မဟုတ်ပါဘူး’

‘ဒါဆို ဘာဖြစ်လို့ တပည့်တော်ကို မောင်လေးလို့
ခေါ်ရတာလဲ ဘုရား’

‘မောင်လေးမို့လို့ မောင်လေးလို့ ခေါ်တာပေါ့။
သင်က သင့်သမီးထက် ငယ်လို့ကို သင့်သမီးက သင့်ကို
မောင်လေးလို့ ခေါ်တာပဲ။ သင်က သောတာပန်၊ သင့်သမီး
က သကဒါဂါမ်၊ သင့်ထက် သင့်သမီးက မဂ်ဖိုလ်ဂုဏ်၊
လောကုတ္တရာဂုဏ်အားဖြင့် ကြီးတယ်လေ’

‘လောကီနယ်မှာ သင်က အဖေအဆင့်ရှိပေမယ့်
လောကုတ္တရာနယ်မှာတော့ မောင်လေးအဆင့်ပဲ ရှိပါသေး
တယ်၊ ဒါ့ကြောင့် သင့်သမီးက သင့်ကို မောင်လေးလို့
ခေါ်လိုက်တာပါ’

‘တကယ်ပြောတာလား ဘုရား’

‘တကယ်ပြောတာပေါ့ သူဌေးကြီးရဲ့’

‘အခု သူ ဘယ်ဘုံရောက်နေပါသလဲ ဘုရား’

‘တုသိတာဘုံ ရောက်နေပါတယ်’

‘မြတ်စွာဘုရား . . . ၊ တပည့်တော်ရဲ့ သမီးဟာ အသက်ရှင်စဉ်မှာလည်း မိဘဆွေမျိုးတွေရဲ့အလယ် တင့်တယ်ထည်ဝါစွာ စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်မှုအပြည့်နဲ့ နေသွားခဲ့ရပါတယ်။ အခု သေသွားတော့လည်း တင့်တယ်ထည်ဝါ တဲ့ဘုံမှာ စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်စွာနဲ့ နေနေရပါတယ်ဘုရား’

‘သိပ်မှန်တာပေါ့ ဒကာကြီးရယ်၊ မမေ့တဲ့သူ၊ အပ္ပမာဒတရား လက်ကိုင်ထားတဲ့သူမှန်သမျှ လှပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ရှင်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှာလည်း စိတ်ချမ်းသာပျော်ရွှင်ရတယ်၊ နောင်တမလွန်ဘဝမှာလည်း စိတ်ချမ်းသာ ပျော်ရွှင်ရပါတယ်။ ဒီဘဝမှာ ‘ငါကောင်းမှုပြုထားပြီးပြီ’ ဆိုတဲ့ အတွေးနဲ့ ဝမ်းသာရသလို နောင်ဘဝမှာ ကောင်းရာသူ-ဂတိ ရောက်ရတဲ့အတွက် ပိုပြီး ဝမ်းသာရပါတယ်’

ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းကျိုး၊ တမလွန်ကောင်းကျိုးတွေကို ကောင်းမှုကုသိုလ်တွေနဲ့ပဲ ရယူနိုင်ပါတယ်။ ကောင်းမှုကု-

သိုလ်တွေကိုလည်း ‘မမေ့တရား’ လို့ခေါ်တဲ့ ‘အပ္ပမာဒ
တရား’ နဲ့ပဲ ရယူနိုင်ပါတယ်။ အပ္ပမာဒရှိမှ ကောင်းမှု
ကုသိုလ်ရှိ၊ ကောင်းမှုကုသိုလ်ရှိမှ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ
ရှိမှာမို့ ပစ္စုပ္ပန်၊ တမလွန်ရဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာလိုလားသူ
တိုင်း ကောင်းမှုဆယ်မျိုးမှာ မမေ့တတ်တဲ့ အပ္ပမာဒတရား
ကို စွဲစွဲမြဲမြဲ လက်ကိုင်ထားဖို့ လိုအပ်လှပါတယ် . . . ။

[ဒုတိယပိုင်း ဆက်လက်ဖတ်ရှုပါရန်။]

အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)

[အပ္ပမာဒမဂ္ဂဇင်း၊ ဒီဇင်ဘာ၊ ၂၀၀၁။]





အနှိုင်းမဲ့ကုသိုလ်

(ဒုတိယပိုင်း)

မမေ့တာကို အပ္ပမာဒလို့ ခေါ်တယ်ဆိုပေမယ့် လက်တွေ့အလုပ် မပါဘဲ သတိရနေရုံသက်သက်ကိုတော့ အပ္ပမာဒလို့ မခေါ်နိုင်ပါဘူး။ ‘လုပ်ရဦးမယ်၊ လုပ်ရဦးမယ်’ လို့ သတိရနေရုံနဲ့ မမေ့တဲ့ အပ္ပမာဒအဆင့် မရောက်သေးပါဘူး။ ‘လုပ်ရဦးမယ်’ လို့ သတိရနေတဲ့အလုပ်ကို တကယ် လက်တွေ့ ထလုပ်လိုက်ပြီဆိုတော့မှ လုပ်နေဆဲ အခိုက်အတန့်မှာ မမေ့တဲ့အပ္ပမာဒအဆင့် ရောက်သွားပါတယ်။ လုပ်ပြီးသွားလို့ ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ် အာရုံမပြုတော့ဘဲ အေးအေးဆေးဆေး နားနေချိန်မှာလည်း အပ္ပမာဒတရား မရှိ

စေတနာပါပဲ။

သီလအပ္ပမာဒ၊ ဘာဝနာအပ္ပမာဒ စတဲ့ အပ္ပမာဒတရားတွေမှာလည်း နည်းတူပါပဲ။ မလုပ်ခင်မှာ လုပ်ဖို့ သတိရနေရုံ၊ လုပ်ပြီးနောက် ပြန်တွေးပြီး ကျေနပ်နေရုံနဲ့ အပ္ပမာဒတရားစစ်စစ် မဖြစ်ပါဘူး။ လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ကို တကယ်လက်တွေ့ လုပ်နေဆဲမှာမှ အပ္ပမာဒတရားစစ်စစ် ဖြစ်ပါတယ်။

တချို့က ‘တရားအားထုတ်ဖို့ စိတ်ကူးရှိပါတယ်’ ‘ရိပ်သာဝင်ဖို့ အစီအစဉ်ရှိပါတယ်’ လို့ ပြောတတ်ကြပါတယ်။ တချို့ကလည်း ‘ဘယ်နှခုနှစ်တုန်းက ဘယ်ရိပ်သာမှာ ဘယ်နှရက် တရားအားထုတ်ဖူးပါတယ်’ လို့ ပြောတတ်ကြပါတယ်။ အနာဂတ်ကို မေးငေါ့ပြီး မရေမရာ အချောင်နေရုံနဲ့ အပ္ပမာဒသမားလို့ မခေါ်နိုင်သလို အတိတ်ကို စားမြုံ့ပြန်ပြီး ကိစ္စပြီးဆုံးနေသလိုလို ဝင့်ကြွားနေရုံနဲ့လည်း အပ္ပမာဒတရား လက်ကိုင်ထားသူလို့ မသတ်မှတ်နိုင်ပါဘူး။ အပ္ပမာဒတရားရဲ့ အနှစ်သာရက ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ တကယ်လက်တွေ့ အလုပ်လုပ်နေခြင်းပါပဲ။

အပ္ပမာဒကို ဆင်ခြင်မှုအပ္ပမာဒနဲ့ ရှုမှတ်မှုအပ္ပမာဒလို့ နှစ်မျိုးခွဲခြားနိုင်ပါတယ်။ ကြုံလာသမျှ အဖြစ်အပျက်တွေ၊ ဆုံလာသမျှ အာရုံတွေကို အကုသိုလ်မဖြစ်တဲ့နည်း၊ ကုသိုလ်တရား တိုးပွားတဲ့နည်းနဲ့ သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်နိုင်တဲ့ သတိဉာဏ်ကို ဆင်ခြင်မှုအပ္ပမာဒလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကောင်းတဲ့အာရုံ၊ ဆိုးတဲ့အာရုံ၊ ဘယ်အာရုံနဲ့ပဲကြုံကြုံ၊ အာရုံရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ပညတ်တင်ပြီး စဉ်းစားမနေတော့ဘဲ အာရုံရဲ့ ပကတိအရိုသဘော၊ အာရုံရဲ့ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲ မတည်မြဲတဲ့သဘောကို ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ၊ ပရမတ်ဆိုက်ဆိုက် ရှုမှတ်ပွားများနိုင်တဲ့ သတိဉာဏ်ကိုတော့ ရှုမှတ်မှုအပ္ပမာဒ လို့ ခေါ်ပါတယ်။

ဆင်ခြင်မှုအပ္ပမာဒက အပ္ပမာဒပိုင်ရှင်ကို သံဝေဂဉာဏ် အထူးထက်သန်စေပြီး ရှုမှတ်မှုအပ္ပမာဒကတော့ အပ္ပမာဒပိုင်ရှင်ကို ဝိပဿနာဉာဏ် အထူးထက်သန်စေပါတယ်။ အထူးထက်သန်တဲ့ သံဝေဂဉာဏ်နဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်ရှိမှလည်း အဲဒီအပ္ပမာဒပိုင်ရှင်ဟာ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်နဲ့ အမြန်ဆုံး နီးစပ်မှုရနိုင်ပါတယ်။

ဆင်ခြင်မှုအပူမာဒနဲ့ ပြည့်စုံဖို့အတွက် ယောနိ-
သော မနသိကာရ ဆိုတဲ့ 'အကောင်းမြင်စိတ်ထား' ရှိဖို့
အထူးလိုအပ်ပါတယ်။ အရာရာကို အကောင်းဘက်ကနေ
ကြည့်တတ်၊ မြင်တတ်၊ နှလုံးသွင်းတတ်မှသာ အကုသိုလ်
တရား ခေါင်းပါးပြီး ကုသိုလ်တရား တိုးပွားနိုင်ပါတယ်။
ထစ်ခနဲရှိ အဆိုးမြင်၊ ထစ်ခနဲရှိ အဆိုးထင်နေလို့ကတော့
ဘယ်လောက်ကောင်းတဲ့ အာရုံနဲ့ပဲ ကြံကြံ၊ ကောင်းကွက်
ကို မတွေ့ဘဲ ဆိုးကွက်တွေချည်းပဲ တွေ့နေပါလိမ့်မယ်။

ကိုယ်တွေ့ချင်သလို တွေ့ထားတဲ့ ဆိုးကွက်တွေ
ထဲကနေ စစ်မှန်တဲ့ သံဝေဂဉာဏ်ကို ထုတ်ယူလို့ မရနိုင်ပါ
ဘူး။ ကိုယ်စိတ်ထားမတတ်လို့ တွေ့ထားတဲ့ ဆိုးကွက်တွေ
က ကိုယ့်ကို သံဝေဂစစ်စစ် မပေးဘဲ သံဝေဂယောင်
ဆောင်ထားတဲ့ ဒေါသဒေါမနဿတွေပဲ ပေးပါလိမ့်မယ်။
သံဝေဂအတူက ဝိပဿနာဉာဏ်ကို ပြေပြေပြစ်ပြစ် အ
ထောက်အကူပြုဖို့ သိပ်မလွယ်လှပါဘူး။

တချို့က ဝိပဿနာအလုပ်လုပ်ပြီဆိုတာနဲ့ အရာ
ရာကို အဆိုးဘက်ကနေချည်းပဲ ကြည့်ရတော့မယ်လို့ ယူဆ

တတ်ပါတယ်။ ‘ငါက ဝိပဿနာသမား’ ဆိုပြီး ဘယ်သူ
ဘာလုပ်လုပ် အကောင်းမမြင်၊ ဘယ်သူ ဘာလုပ်လုပ်
အကောင်းမပြော၊ မဲ့ကာရွဲ့ကာ စောင်းကာချိတ်ကာနဲ့
စကားတင်းဆို တရားငြင်းလိုကြပါတယ်။ တရားလေးမှ
နည်းနည်းအားထုတ်မယ်ကြံခါရှိသေး၊ သူများအပြစ် ပြော
ချင်တဲ့စိတ်က မိုးလုံးပြည့် ဖြစ်နေပါပြီ။ ဒါဟာ ဆင်ခြင်မှု
အပွမာဒ ချို့တဲ့လို့ပါပဲ။

ဆင်ခြင်မှုအပွမာဒနဲ့ ပြည့်စုံဖို့အတွက် တရားဓမ္မ
ဗဟုသုတ နှံ့နှံ့စပ်စပ်ရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ တစ်ပုဒ်ကောင်း၊
တစ်အုပ်ကောင်းလေး လေ့လာဖူးရုံနဲ့ သိလှပြီ၊ ဟုတ်လှပြီ
လို့ အထင်ရောက် ဘဝင်မောက်နေရင်တော့ တစ်ယူသန်၊
တစ်ဇောက်ကန်း လုပ်တတ်တဲ့ တစ်ဇွတ်ထိုးသမား ဖြစ်သွား
နိုင်ပါတယ်။ အကြောင်းအကျိုး၊ အကောင်းအဆိုးကို ဘက်
ပေါင်းစုံ၊ ရှုထောင့်ပေါင်းစုံကနေ လေ့လာသုံးသပ်နိုင်စွမ်းရှိ
မှသာ အတွေးအခေါ်၊ အယူအဆ မှန်ကန်ပြီး အခြေ
အနေ၊ အချိန်အခါနဲ့ လိုက်လျောညီထွေစွာ ဆင်ခြင်နှလုံး
သွင်းတတ်၊ ဆုံးဖြတ်လုပ်ကိုင်တတ်ပါလိမ့်မယ်။

တစ်ခါတုန်းက ဗာရာဏသီပြည်မှာ ‘အနိဝတ္ထ’
လို့ အမည်ရတဲ့ ဗြဟ္မဒတ်မင်းတစ်ပါး ထီးနန်းအုပ်ချုပ်
မင်းလုပ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ အဲဒီမင်းက စစ်တိုက်ထွက်ပြီဆိုရင်
လည်း တစ်ဖက်ရန်သူကို အနိုင်မရမချင်း၊ အလုပ်တစ်ခု
လုပ်ပြီဆိုရင်လည်း အဲဒီအလုပ် မပြီးမချင်း နောက်ပြန်
ဆုတ်လှေ့မရှိလို့ သူ့ကို အားလုံးက ‘အနိဝတ္ထ = နောက်ပြန်
မဆုတ်သူ’ လို့ ခေါ်ကြပါတယ်။

တစ်နေ့တော့ တောထဲကို ဥယျာဉ်ကစားထွက်
ရင်း တောမီးလောင်နေတာကို တွေ့လိုက်ရပါတယ်။ တော
မီးက မြက်သစ်ရွက် အခြောက်တွေကိုရော၊ အစိုတွေကိုပါ
လောင်မြိုက်ပစ်တဲ့နေရာမှာ နောက်ပြန်မဆုတ်ဘဲ ရှေ့ကို
သာ တိုးတိုးပြီး လောင်မြိုက်သွားပါတယ်။

ဒါကို မြင်ရတဲ့ အနိဝတ္ထမင်းရဲ့ သန္တာန်မှာ ဆင်
ခြင်မှုအပွမာဒ ဝင်ရောက်လာပါတယ်။

‘ဪ . . . ဒီတောမီးဟာ လောင်စာတွေကို
နောက်မဆုတ်တမ်း ဝါးမျိုလောင်မြိုက်ပစ်သလိုပဲ . . .
ဇာတိ၊ ဇရာ အစပြာတဲ့ မီးဆယ့်တစ်ပါးဟာလည်း သတ္တဝါ

အားလုံးကို ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ အကြီးအကျယ်ပေးပြီး နောက် မဆုတ်တမ်း ဝါးမျိုလောင်မြိုက်နေတာပါလား . . . ၊ ဘယ် တော့များမှ ငါလည်း ဒီဆင်းရဲဒုက္ခတွေ နောက်ဆုတ်သွား အောင် ကိလေသာလောင်စာတွေကို အရိယမဂ်ဉာဏ်မီးနဲ့ နောက်မဆုတ်တမ်း လောင်မြိုက်ပစ်နိုင်ပါ့မလဲ’

နည်းနည်းလေး ဆက်သွားပြန်တော့ မြစ်ထဲမှာ တံငါသည်တွေ ငါးဖမ်းနေတာ တွေ့ရပြန်ပါတယ်။ ငါးဖမ်း ပိုက်ကွန်ထဲရောက်ပြီးသား ငါးကြီးတစ်ကောင် ပိုက်ကွန် ကို ဖြတ်ဖောက်ပြီး ထွက်ပြေးသွားတဲ့အတွက် တံငါသည် တွေက ‘ဟာ . . . ငါးကြီးတစ်ကောင် ပိုက်ကွန်ကို ဖြတ် ဖောက်ပြီး ထွက်ပြေးသွားပြီဟေ့’ လို့ ဝိုင်းအော်ကြပါတယ်။

တံငါသည်တွေရဲ့ အဲဒီအော်သံကို ကြားလိုက်ရတဲ့ အခါမှာလည်း အနိဝတ္တမင်းရဲ့ သန္တာန်မှာ ဆင်ခြင်မှုအပူ- မာဒ ဝင်ရောက်လာပြန်ပါတယ်။

‘ဪ . . . ဒီငါးကြီး ပိုက်ကွန်ကို ဖြတ်ဖောက်ပြီး ထွက်ပြေးသွားသလိုပဲ . . . ဘယ်တော့များမှ ငါလည်း တဏှာဒိဋ္ဌိပိုက်ကွန်ကို အရိယမဂ်ဉာဏ်နဲ့ ဖြတ်ဖောက်ပြီး

မငြိမကပ်လွတ်လပ်စွာ ထွက်ပြေးလွတ်မြောက်နိုင်ပါ့မလဲ’
ဆင်ခြင်မှုအပွမာဒရဲ့ အစွမ်းကြောင့် သံဝေဂ
ဉာဏ် အထွတ်အထိပ်ရောက်သွားတဲ့ အနိဝတ္တမင်းဟာ
မင်းစည်းစိမ်ကိုစွန့်၊ ရဟန်းပြုပြီး ရှုမှတ်မှုအပွမာဒနဲ့ ဝိပ-
ဿနာတရား ဆက်လက်အားထုတ်လိုက်တာ သိပ်မကြာ
ခင်မှာပဲ ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ပစ္စေကဗောဓိဉာဏ်ပါ ယှဉ်တွဲရတဲ့
အတွက် ပစ္စေကဗုဒ္ဓါအရှင်မြတ်ကြီးတစ်ဆူ ဖြစ်သွားခဲ့ပါ
တယ်။

ကိုယ့်ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ကြုံတွေ့
နေရတဲ့ အဖြစ်အပျက်တွေ၊ အာရုံတွေဟာ ဆင်ခြင်မှုအပွ-
မာဒ အားကောင်းသူတစ်ယောက်အတွက်တော့ တန်ဖိုး
မဖြတ်နိုင်တဲ့ တရားဓမ္မအနှစ်တွေချည်းပါပဲ။ အရာရာကို
သတိနဲ့ ကြည့်တတ်ဖို့၊ ဉာဏ်နဲ့ မြင်တတ်ဖို့ပဲ အရေးကြီးပါ
တယ်။ အဲဒီလို ကြည့်တတ်၊ မြင်တတ်ဖို့ကလည်း ပါရမီ
ဓာတ်ခံနဲ့ တရားဓမ္မ ဗဟုသုတတော့ လိုအပ်တာပေါ့။

စစ်မှန်တဲ့ ဆင်ခြင်မှုအပွမာဒဖြစ်ဖို့အတွက် သတိ
နဲ့ ကြည့်တတ်ရုံ၊ ဉာဏ်နဲ့ မြင်တတ်ရုံနဲ့ မပြီးသေးဘဲ ဆုံး

ဖြတ်ချက် မှန်ကန်ဖို့လည်း လိုအပ်ပါသေးတယ်။ ကိုယ်ဖြစ်
ချင်တာ တစ်ခုတည်းကြည့်ပြီး ကိုယ့်အတွက် တစ်ဖက်
သတ် ဆုံးဖြတ်တာမျိုး မဖြစ်စေဘဲ ကိုယ့်ဘက်၊ သူ့ဘက်
နှစ်ဖက်မျှအောင် စဉ်းစားဆုံးဖြတ်တာမျိုး ဖြစ်စေသင့်ပါ
တယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ အနေအထားနဲ့ ရှေ့ဆက်လုပ်ဆောင်နိုင်
စွမ်းကိုလည်း ထည့်သွင်းတွက်ချက်ရပါဦးမယ်။

ဘယ်လောက်ကောင်းတဲ့အလုပ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ့်
အတွက်သာ ကောင်းကျိုးဖြစ်စေပြီး ကိုယ်နဲ့ ပတ်သက်
ဆက်စပ်နေသူတွေကိုတော့ ဆိုးကျိုးဖြစ်စေတယ်ဆိုရင်
အဲဒီအလုပ်ကို၊ သို့မဟုတ် အဲဒီအလုပ်ရဲ့ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်
ကို လုပ်သင့်မလုပ်သင့် အပြန်ပြန်အလှန်လှန် စဉ်းစားသုံး
သပ်ရပါမယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ အကောင်းဟာ သူတစ်ပါးရဲ့ အဆိုး
တွေကို နင်းချေပြီးမှ ရတာဆိုရင် အဲဒီအကောင်းဟာ
တရားမျှတတဲ့အကောင်း ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား။ ကိုယ်လိုချင်တဲ့
အကောင်းဟာ ကိုယ်မျှော်လင့်ထားသလိုရော ပီပီပြင်ပြင်
ကောင်းခွင့်ရနိုင်ပါ့မလား . . . ။

မိမိဝမ်းနဲ့ လွယ်ပြီး မွေးဖွားခဲ့ရတဲ့ တစ်ရက်သား

အရွယ် ရင်သွေးငယ်လေးကို ဖခင်လက်ထဲ နို့ဘူးနဲ့ အပ်ထားခဲ့ပြီး သုံးလခွဲလောက် ရိပ်သာမှာ တရားစခန်းသွားဝင်တဲ့ မိခင်တစ်ဦးကို အံ့သြစွာ၊ နားမလည်နိုင်စွာ၊ တုန်လှုပ်ချောက်ချားစွာ ကိုယ်တွေ့ကြုံခဲ့ရဖူးပါတယ်။ သံဝေဂပြင်းထန်လွန်းလို့ ရာသက်ပန် သီလရှင်ဝတ်ပြီး တရားဓမ္မအလုပ်ထဲမှာပဲ ဘဝကို နှစ်မြှုပ်ထားလိုက်တယ်ဆိုရင်တော့ ကလေးရဲ့ ကံတရားကို ကရုဏာသက်ရုံကလွဲပြီး ဘာမှ မပြောလိုပါဘူး။ အခုတော့ ရိပ်သာမှာ သုံးလခွဲနေပြီး သူမ အိမ်ကို ပြန်လာတယ်လေ . . . ။

ကလေး ခြောက်လအတွင်း မိခင်နို့ရည် တစ်မျိုးတည်းကိုပဲ သောက်သုံးစေသင့်တယ်ဆိုတာကို သူမ မသိဘူးလား . . . ဒီအချိန်မှာ မိခင်နဲ့ ရင်ချင်းကပ်ပြီး နို့စို့ခွင့်ရမှ မိခင်ရဲ့မေတ္တာဓာတ်ကို ကလေး အပြည့်အဝ ခံစားခွင့်ရတယ်ဆိုတာကိုရော သူမ နားမလည်ဘူးလား . . . ကလေးရဲ့ စိတ်ဓာတ်နဲ့ဉာဏ်ရည် ပုံမှန်ဖွံ့ဖြိုးဖို့အတွက် မိခင်ရင်ခွင်ဟာ အလိုအပ်ဆုံးဆိုတာကိုရော သူမသဘောမပေါက်ဘူးလား . . . ဒါမှမဟုတ် သူမမှာ မိခင်မေတ္တာ

စိတ် ခေါင်းပါးလွန်းနေလို့လား . . . ဒါမှမဟုတ် သူမရဲ့
မိခင်မေတ္တာကို သူမရဲ့ အပြင်းစား မဟာသံဝေဂက လွှမ်း
မိုးအနိုင်ယူသွားလို့လား . . . လား . . . လား . . . လား
. . . ။

သူမရဲ့ ပါရမီဓာတ်ခံနဲ့ သူမရဲ့ တရားအသိဉာဏ်
ကို ဘုရားရှင်ကလွဲပြီး ဘယ်သူမှ မသိနိုင်လို့ ဘာမှတော့
အပြစ်မပြောလိုပါဘူး။ တော်ကြာ သုံးလခွဲအတွင်း သော-
တာပန်များဖြစ်လာခဲ့ရင် ဒုက္ခ။ ခုခေတ်မှာ ကိုယ့်ကိုယ်
ကိုယ် သောတာပန်လို့ ကြေညာဝံ့သူတွေကလည်း များမှ
များပါဘိသနဲ့ . . . ။ ဒါပေမဲ့ ‘ဆင်ခြင်မှုအပွမာဒ’ ရှုထောင့်
က ကြည့်ရင်တော့ သူမရဲ့ လုပ်ရပ်ဟာ သိပ်ကို တစ်ကိုယ်
ကောင်းဆန်လွန်းနေသလိုပါပဲ။ အကြောင်းအကျိုး၊ အ
ကောင်းအဆိုးကို ခွဲခြမ်းစိစစ်နိုင်စွမ်း နည်းပါးလွန်းနေ
သလိုပါပဲ။ အခြေအနေနဲ့ အချိန်အခါကို နားလည်သုံးသပ်
နိုင်စွမ်း ခေါင်းပါးလွန်းနေသလိုပါပဲ။

ဘုရားလောင်း သိဒ္ဓတ္ထကို အတုယူတာပါ လို့
ပြောရအောင်ကလည်း ဟိုက တစ်ခါတည်း အပြီးအပြတ်

စွန့်လွှတ်သွားတာပါ။ မိမိအကျိုးအတွက်ရော၊ သူတစ်ပါး အကျိုးအတွက်ပါ အထွတ်အထိပ်ရောက်အောင် ကြိုးပမ်း အားထုတ်နိုင်ခဲ့တာပါ။ စွန့်ခွာချန်ထားခံခဲ့ရသူတွေ အတွက် လောလောဆယ် အခိုက်အတန့်အားဖြင့် နစ်နာ သလိုလို ရှိပေမယ့် နောင်တစ်ချိန်မှာ အနစ်နာခံခဲ့ရတာနဲ့ မမျှလောက်အောင် အကြီးအကျယ် ကောင်းကျိုးရခဲ့တာ ပါ။ ပုံစံချင်း မတူပါဘူး။

တရားစခန်းလေး ခုနစ်ရက်လောက်ဝင်၊ ဒုလ္လဘ လေး ခုနစ်ရက်လောက် ဝတ်ရာက တရားနဲ့ပဲ နေချင် တော့လို့ ဆိုပြီး သားမယားကို စွန့်လို့ ရာသက်ပန် ဘုန်း ကြီးဝတ်ချင်သူတွေ၊ ဝတ်နေသူတွေကို တွေ့ဖူးပါတယ်။ တချို့ဆို ကျန်ရစ်ခဲ့တဲ့ကလေးတွေက တစ်နှစ်၊ နှစ်နှစ်၊ သုံးလေးနှစ်သားတွေလောက်ပဲ ရှိပါသေးတယ်။ ကျန်ရစ် သူ ဇနီးမယားကတော့ ကိုယ်တော်ချော မွေးပေးခဲ့သမျှ ကလေးတွေကို ‘လင်ကောင်းမယား တဖားဖား’ ဘဝနဲ့ ကုန်းရုန်းပြီး တာဝန်ယူပေတော့ပေါ့။ လင်ဆိုးမယားမှ တဖားဖား မဟုတ်ပါဘူး၊ သိပ်ကိုကောင်းလွန်းနေတဲ့ အဲဒီ

လို လင်ကောင်းမယားလည်း တဖားဖားပါပဲ။

ငယ်သူငယ်ချင်း လူပျိုကြီးတစ်ယောက်ရဲ့ ထူးထူး
ခြားခြား ဒဿနလေးတစ်ခုကို သတိရမိပါတယ်။ ‘အိမ်
ထောင်ပြုပြီး သားသမီးမွေးတဲ့ မိဘထက် အိမ်ထောင်မပြု
ဘဲ သားသမီးမမွေးတော့တဲ့ မိဘက မိဘမေတ္တာ ပိုကြီး
တယ် . . . တဲ့၊ ဘာလို့လဲဆိုတော့ မွေးတဲ့မိဘက သား
သမီးကို ဒုက္ခတောထဲ ဆွဲခေါ်တွန်းပို့ရာရောက်ပြီး မမွေးတဲ့
မိဘကတော့ သားသမီးကို ဒုက္ခတောထဲ ဆွဲခေါ်တွန်းပို့ရာ
မရောက်လို့ပါ’ တဲ့။

အဲဒီလူပျိုကြီးသာ ရာသက်ပန် သင်္ကန်းဝတ်ချင်
တယ်ဆိုရင်တော့ ‘နောက်မဆုတ်နဲ့ ကိုကံချွန်’ လို့ တွန်း
အားပေးလိုက်မိမှာပါ။ လူလားမမြောက်သေးတဲ့ ဘုရားရ
ကလေးငယ်လေးတွေကို မွေးထုတ်ထားပြီးသား လူပျိုကြီး
(အိမ်ထောင်သည်) တစ်ယောက်က သင်္ကန်းအပြီးဝတ်
ချင်တယ်ဆိုရင်တော့ ‘စဉ်းစားပါဦး၊ နေပါဦး၊ ခွဲမသွားနဲ့ဦး၊
နေပါဦး၊ နေပါဦး’ လို့ပဲ ‘ဦး’ ချင်းထပ်အောင် တောင်းပန်
ရင်း စဉ်းစားခန်း ဝင်ခိုင်းချင်ပါတယ်။

သင်္ကန်းဝတ်ပြီး တရားအားထုတ်တာတော့ ဟုတ်ပါပြီ။ ဘယ်လို အားထုတ်မှာလဲ၊ ကုသိုလ်ဖြစ်၊ ပါရမီဖြစ်၊ စိတ်အေးချမ်းရုံ၊ နေလို့ထိုင်လို့ကောင်းရုံ အားထုတ်မှာလား၊ အခုကိုပဲ ရဟန္တာဖြစ်တော့မယ် ဆိုတဲ့ ပုံစံမျိုးနဲ့ အပီအပြင် အပြတ်အသတ် အားထုတ်မှာလား၊ သေချာစဉ်းစားရပါမယ်။

ကုသိုလ်ဖြစ်ရုံ၊ စိတ်အေးချမ်းရုံလောက်နဲ့တော့ သင်္ကန်း မဝတ်သင့်သေးဘူးလို့ တားချင်ပါတယ်။ လူမှုဒုက္ခတွေကို ရှောင်လွှဲချင်လို့၊ သားသမီးတာဝန်တွေကို မထမ်းဆောင်ချင်လို့ ကိုယ်လွတ်ရုန်းတာမျိုး ဆိုရင်တော့ တာဝန်မဲ့တဲ့စိတ်ဓာတ်၊ သေးသိမ်ပျော့ညံ့တဲ့စိတ်ဓာတ်အတွက် အကြီးအကျယ် ရှုတ်ချပါတယ်။

ကိုယ်မွေးထားခဲ့တဲ့မီးဆိုတာ ငြိမ်းအောင်ငြိမ်းပစ်ခဲ့ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ တောမီးတွေလောင်တယ်၊ မြို့မီးတွေလောင်တယ်ဆိုတာ တာဝန်မဲ့ လူပျော့လူညံ့တွေရဲ့ ကိုယ်မွေးတဲ့မီး ကိုယ်မငြိမ်းသတ်ခဲ့လို့ပါပဲ။

ဘယ်တော့မှ နောက်မဆုတ်တတ်တဲ့ အနိဝတ္တ

မင်းကို အတုမယူသင့်ဘူးလားလို့ မေးစရာရှိပါတယ်။ ယူသင့်တဲ့ စိတ်ဓာတ်ကို ယူရပါမယ်။ မယူသင့်တဲ့ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်ကို မယူရပါဘူး။ သူ့အနေအထားနဲ့သူ၊ သူ့အကြောင်းတရားနဲ့သူပါ။ အတုယူတယ်ဆိုတိုင်း ထပ်တူထပ်မျှ တစ်ပုံစံတည်း ချွတ်စွပ် ပုံတူကူးချလို့ မရပါဘူး။ ဘဝပုံစံချင်းမှ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မတူကြတာပဲလေ။

နောက်ကြောင်းရှင်းလို့ သင်္ကန်းအပြီးဝတ်တာမျိုးကိုတော့ မတားပါဘူး။ ဘာကြောင့်ပဲဝတ်ဝတ်၊ ရည်ရွယ်ချက်ကောင်းရင် အားပေးပါတယ်။ အခုဟာက တာဝန်မယူချင်လို့ ရှောင်ထွက်ရုန်းပြေးတာမျိုးတွေကို သေချာစဉ်းစားဖို့ သတိပေးတာပါ။

တကယ်တော့ ဆင်ခြင်မှုအပွမာဒကြောင့် သံဝေဂဉာဏ် ထက်သန်နေသူတစ်ယောက်အနေနဲ့ အသွင်သဏ္ဍာန်ကို ပြောင်းလဲပစ်ဖို့က အဓိကမကျပါဘူး။ အနှစ်သာရကို ပြောင်းလဲပစ်ဖို့ကသာ အဓိကကျပါတယ်။ အနှစ်သာရကတော့ ‘ရှုမှတ်မှုအပွမာဒ’ ပါပဲ။ သံဝေဂမဖြစ်ခင်

က ရှုမှတ်မှုအပွမာဒထက် သံဝေဂဖြစ်ပြီးနောက် ရှုမှတ်မှု အပွမာဒက ပိုပြီး အရှိန်အဟုန်ကောင်းဖို့၊ ပိုပြီး အင်အား ပါဖို့၊ ပိုပြီး စွမ်းရည်ပြည့်ဖို့ အရေးအကြီးဆုံးပါ။

ရိပ်သာသွားမှ၊ သင်္ကန်းအပြီးဝတ်မှ ရှုမှတ်မှုအပွမာဒကို အားကောင်းအောင် လုပ်နိုင်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ အိမ်မှာနေရင်း၊ လုပ်နေကျအလုပ်တွေ လုပ်ရင်းနဲ့လည်း ရှုမှတ်မှုအပွမာဒကို အားကောင်းအောင် လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ရိပ်သာမသွားရဘူး၊ သင်္ကန်းအပြီး မဝတ်ရဘူးလို့ မဆိုလို ပါဘူး။ အခြေအနေပေးလို့ လုပ်နိုင်ရင်တော့ ပိုကောင်းပါ တယ်။

ရှုမှတ်မှု အပွမာဒကို သတိပဋ္ဌာန် လို့ ခေါ်ပါ တယ်။ သတိပဋ္ဌာန် ဆိုတာ အာရုံပေါ်မှာ စွဲစွဲမြဲမြဲ ကပ် ထားရတဲ့ သတိ၊ အာရုံပေါ်မှာ စွဲစွဲမြဲမြဲ ကပ်တည်နေတဲ့ သတိပါပဲ။ အာရုံက လေးမျိုးရှိတော့ ယူဆဲအာရုံကို လိုက် ပြီး သတိပဋ္ဌာန်ကိုလည်း လေးမျိုးရှိတယ်လို့ သုံးနှုန်းကြပါ တယ်။ အာရုံကွဲပေမယ့် သတိကတော့ ဒီသတိ တစ်မျိုး တည်းပါပဲ။ သတိပဋ္ဌာန်လေးမျိုးကတော့ ကာယာနုပဿ-

နာသတိပဋ္ဌာန်၊ ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်၊ စိတ္တာနုပ-
ဿနာသတိပဋ္ဌာန်နဲ့ ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်တို့ပါပဲ။

ကာယာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ဆိုတာကတော့
ကိုယ်ကာယမှာ ဖြစ်နေသမျှ အမူအရာတွေ၊ ပြုနေသမျှ
အပြုအမူတွေကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း၊ ပြုနေတဲ့အတိုင်း ရိုးရိုး
လေး မှတ်နေ၊ သိနေတဲ့ သဘောပါပဲ။ သွားရင် ‘သွားတယ်’၊
ရပ်ရင် ‘ရပ်တယ်’၊ ထိုင်ရင် ‘ထိုင်တယ်’၊ လျောင်းရင်
‘လျောင်းတယ်’၊ ကွေးရင် ‘ကွေးတယ်’၊ ဆန့်ရင် ‘ဆန့်တယ်’
စသည်အားဖြင့်ပေါ့။

ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ဆိုတာကတော့ ခံ
စားရသမျှ ဝေဒနာတွေကို ခံစားနေတဲ့အတိုင်း ရိုးရိုးလေး
မှတ်နေ၊ သိနေတဲ့ သဘောပါပဲ။ နာရင် ‘နာတယ်’၊ အောင့်
ရင် ‘အောင့်တယ်’၊ ဆင်းရဲရင် ‘ဆင်းရဲတယ်’၊ ချမ်းသာရင်
‘ချမ်းသာတယ်’ စသည်အားဖြင့်ပေါ့။

စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ဆိုတာကတော့ စိတ်
မှာဖြစ်သမျှ အခြေအနေတွေကို ဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း ရိုးရိုး
လေး မှတ်နေ၊ သိနေတဲ့ သဘောပါပဲ။ လိုချင်ရင် ‘လိုချင်

တယ်၊ စိတ်ဆိုးရင် ‘စိတ်ဆိုးတယ်’၊ ဝမ်းနည်းရင် ‘ဝမ်းနည်း
တယ်’၊ ဝမ်းသာရင် ‘ဝမ်းသာတယ်’၊ တွေးရင် ‘တွေးတယ်’၊
စဉ်းစားရင် ‘စဉ်းစားတယ်’ စသည်အားဖြင့်ပေါ့။

ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ဆိုတာကတော့ ကြုံ
သမျှအာရုံတိုင်းကို ကြုံနေတဲ့အတိုင်း ရိုးရိုးလေး မှတ်နေ၊
သိနေတဲ့သဘောပါပဲ။ မြင်ရင် ‘မြင်တယ်’၊ ကြားရင် ‘ကြား
တယ်’၊ နံရင် ‘နံတယ်’၊ စားရင် ‘စားတယ်’၊ ထိရင် ‘ထိတယ်’၊
သိရင် ‘သိတယ်’ စသည်အားဖြင့်ပေါ့။

သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးကို အနှစ်ချုပ်လိုက်ရင် ရုပ်
သတိပဋ္ဌာန်နဲ့ နာမ်သတိပဋ္ဌာန်လို့ နှစ်မျိုးပဲ ရှိပါတယ်။
ဖောက်ပြန်မှုသဘော၊ ပြောင်းလဲမှုသဘော ဆိုတဲ့ ရုပ်အာရုံ
ကို ရှုမှတ်ရင် ရုပ်သတိပဋ္ဌာန်ဖြစ်ပြီး သိမှုသဘော၊ ညွတ်မှု
သဘောဆိုတဲ့ နာမ်အာရုံကို ရှုမှတ်ရင် နာမ်သတိပဋ္ဌာန်
ဖြစ်ပါတယ်။ ရုပ်အာရုံ ထင်ရှားရင် ရုပ်ကို ရှုမှတ်ပြီး နာမ်
အာရုံ ထင်ရှားရင် နာမ်ကို ရှုမှတ်ရပါတယ်။ ရုပ်တစ်ခု
တည်း၊ နာမ်တစ်ခုတည်းကိုချည်းပဲ စိတ်အစွဲထားပြီး မရှု
မှတ်ရပါဘူး။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ရင် ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးလုံးအပေါ်

မှာ အစာမကြေ၊ ဉာဏ်မကြေတဲ့အတွက်ကြောင့် တရားထူး
တရားမြတ် လုံးဝ မရနိုင်ပါဘူး။

သွား - သွားတယ်၊ စား - စားတယ် လို့ ရှုမှတ်
တာဟာ တကယ်တော့ ‘သွားတယ်’ ‘စားတယ်’ လို့ ရွတ်ဆို
နေရုံသက်သက် မဟုတ်ပါဘူး။ ရွတ်ဆိုနေရုံသက်သက်
သဘောမျိုးဖြစ်နေရင်လည်း ဘာသတိ၊ ဘာဉာဏ်မှ ပေါ်
ထွက်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ သတိမရှိ၊ ဉာဏ်မရှိတဲ့သူကို
အပ္ပမာဒသမားလို့လည်း မခေါ်နိုင်တော့ပါဘူး။

သတိအားနည်းနေသေးတဲ့အချိန်မှာတော့ သွား
ရင် ‘သွားတယ်’၊ စားရင် ‘စားတယ်’ လို့ အမှတ်ကူပေးတာ
သဘာဝကျပါတယ်။ အမှတ်မကူရင် အရှုခံအာရုံမှာ စိတ်
မရောက်ဘဲ စိတ်ပျံ့လွင့်တတ်လို့ပါ။ ဒါပေမဲ့ ‘အမှတ်’
နောက်မှာ ‘အသိ’ မပါဘဲ နှုတ်တက်ရထားတဲ့စာ ပြန်ရွတ်
နေသလိုမျိုး ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင်တော့ အမှတ်ဟာ ‘အရွတ်’
သဘော သက်ရောက်သွားတဲ့အတွက် အကျိုးမပြီးအချည်း
နီးဖြစ်ရပါတယ်။

‘သွားတယ်’ လို့မှတ်လိုက်ရင် ကိုယ့်စိတ်က ‘သွား

တယ်' ဆိုတဲ့ စကားလုံးပေါ်မှာ ရောက်မနေဘဲ 'သွား
တယ်' လို့ အမှတ်ခံရတဲ့ 'သွားမှုသဘော' လေးပေါ်မှာ
တည့်တည့်မတ်မတ် ကျရောက်နေရပါတယ်။ ပထမပိုင်း
မှာ ခြေထောက်ပညတ်၊ ကြမ်းပြင်၊ မြေကြီးပညတ်တွေ
ခံနေပေမယ့် သွားမှုသဘောကို သေချာစိုက်ကြည့်ဖန်များ
ရင် လှုပ်ရှားမှု၊ ရွေ့လျားမှု၊ ပေါ့မှု၊ လေးမှု၊ ပူမှု၊ အေးမှု
စတဲ့ ပရမတ်သဘောတွေကို တွေ့မြင်လာပါလိမ့်မယ်။

သတိဉာဏ်အား ပိုကောင်းလာရင် သွားချင်စိတ်
ကိုပါ တွေ့မြင်လာပြီး သွားချင်စိတ်နဲ့ သွားမှုသဘောတို့ရဲ့
အပြန်အလှန် အကြောင်းအကျိုး ဆက်စပ်နေပုံကိုပါ သ
ဘောပေါက်လာပါလိမ့်မယ်။ သွားချင်စိတ်ကြောင့် သွားမှု
သဘောဖြစ်၊ သွားမှုသဘောကြောင့် သွားမှုသဘောကို
သိတဲ့စိတ်ဖြစ်၊ နာမ်ကြောင့် ရုပ်ဖြစ်၊ ရုပ်ကြောင့်နာမ် ဖြစ်၊
ဖြစ်သမျှ ရုပ်နာမ်တွေကလည်း ဖြစ်လိုက်၊ ပျက်လိုက်၊ ဖြစ်
လိုက်၊ ပျက်လိုက်နဲ့ အလျင်အမြန်ပြောင်းလဲနေ၊ နောက်
တော့ မြန်လွန်းလို့ အဖြစ်တောင် မမြင်ရတော့ဘဲ အပျက်
တွေချည်း ဆက်တိုက်မြင်၊ သတိဉာဏ် အားကောင်းရင်

ကောင်းသလောက် အရှုခံအာရုံရဲ့ သဘောတွေကို အဆင့် တိုးတိုးပြီး သိမြင်လာပါလိမ့်မယ်။

အရှုခံအာရုံရဲ့ သဘောမှာ စိတ်မကပ်မိသေးခင် သာ ‘အမှတ်’ ကို အကူလက်တွဲထားပေမယ့် အရှုခံအာရုံရဲ့ သဘောမှာ စိတ်ကပ်မိသွားပြီဆိုရင်တော့ ‘အမှတ်’ကို အ လိုအလျောက် လက်တွဲဖြုတ်ပြီးသား ဖြစ်သွားပါတယ်။ မိမိ က ‘အမှတ်’ကို တမင်တကာကြီး တွန်းထိုးဖယ်ထုတ်ပစ် နေစရာ မလိုပါဘူး။

‘အမှတ်’ ကို လုံးဝ ပစ်ပယ်ရင်လည်း အစွန်းတစ် ဖက်ရောက်သွားသလို ‘အမှတ်’ကို မရမက အတင်းကုပ် တွယ်ထားရင်လည်း အစွန်းတစ်ဖက်ရောက်သွားပါတယ်။ ‘အသိ’ မခိုင်သေးခင် ‘အမှတ်’ ကို လက်တွဲထားပြီး ‘အသိ’ ခိုင်သွားရင်တော့ ‘အမှတ်’ကို လက်တွဲဖြုတ်လိုက်ရုံပါပဲ။ ‘အသိ’ ရှိဖို့၊ ‘အသိ’ မြဲဖို့က အဓိကပါ။

တကယ်တော့ ‘အမှတ်’ ဆိုတာ ‘သတိပေး’ တာ ပါ။ ‘အသိ’ ဝင်လာပြီဆိုမှ ‘သတိရ’ တယ်လို့ ခေါ်နိုင်ပါ တယ်။ ‘ရသတိ’ လို့ခေါ်တဲ့ ‘သတိအစစ်’ ဖြစ်ဖို့အတွက်

‘ပေးသတိ’ လို့ခေါ်တဲ့ ‘သတိအကူ’ကို အခြေအနေ၊ အချိန် အခါကြည့်ပြီး လိုအပ်သလို အသုံးပြုတတ်ရပါတယ်။

ဥပမာ - ရေချိုးခန်းထဲဝင်ပြီး ရေစချိုးလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ‘ချိုးတယ်’ လို့ မှတ်လိုက်တာဟာ ‘မင်းစိတ် ကလေး တခြား ဘယ်မှမသွားနဲ့တော့၊ ရေချိုးတဲ့အထဲမှာပဲ ထား’ လို့ သတိပေးလိုက်တာပါပဲ။ ရေချိုးမပြီးမချင်း ‘ချိုး တယ်’ ‘ချိုးတယ်’ လို့ အဆက်မပြတ် မှတ်နေရမှာ မဟုတ်ပါ ဘူး။ ‘ချိုးတယ်’ လို့ သုံးလေးငါးချက် မှတ်ပြီး ချိုးမှုသဘော မှာ အသိကပ်မိပြီဆိုတာနဲ့ ‘ချိုးတယ်’ ဆိုတဲ့ အမှတ်ကို ဖြုတ်ပြီး ကိုယ်မြင်သမျှ ချိုးမှုသဘောလေးတွေမှာ သတိနဲ့ အသိကပ်ထားပြီး အလိုက်သင့် ကြည့်နေလိုက်ရုံပါပဲ။ ဒါကို သတိရတယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သတိရရင် မမေ့တော့ဘူး ပေါ့။ မမေ့ရင် အပွမာဒဖြစ်ပြီပေါ့။

‘အမှတ်’ လို့ ခေါ်တဲ့ ‘ပေးသတိ’ သို့မဟုတ် ‘ထား သတိ’ ဟာ ရိပ်သာမှာ တရားထိုင်ချိန်ကျလို့ ယောဂီတွေကို ကြေးစည်ခေါက်ပြီး အချက်ပေးတာနဲ့ တူပါတယ်။ ‘အသိ’ လို့ခေါ်တဲ့ ‘ရသတိ’ သို့မဟုတ် ‘ရှိသတိ’ ကတော့ ကြေးစည်

ခေါက်သံကြားလို့ ယောဂီတွေ ဓမ္မာရုံပေါ်တက်ပြီး တရား
ထိုင်တာနဲ့ တူပါတယ်။

ကြေးစည်ခေါက်ချိန်ထက် တရားထိုင်ချိန်က ပို
များသလို ‘အမှတ်’ ကူချိန်ထက် ‘အသိ’ ယူချိန်က ပိုများရ
ပါမယ်။ သတိပေးချိန်ထက် သတိရချိန်က ပိုများရပါမယ်။
သတိထားချိန်ထက် သတိရှိချိန်က ပိုများရပါမယ်။ လိုအပ်
ရင် လိုအပ်သလို အမှတ်ကူ၊ သတိပေး၊ သတိထားသွား
မယ်ဆိုရင် အသိယူ၊ သတိရ၊ သတိရှိသွားမှာပါ။ သတိပေး
လို့ သတိရ၊ သတိရနေလို့လည်း သတိပေးပြီးသားဖြစ်၊
အပြန်အလှန် အကျိုးပြုနေတာမို့ နှစ်မျိုးလုံး အရေးကြီးတာ
ပါပဲ။

‘ပေးသတိ’ နဲ့ ‘ရသတိ’ နှစ်မျိုးလုံးကို ရည်ညွှန်းတဲ့
‘ရှုမှတ်မှုအပွမာဒ’ ကို ‘နေ့စဉ်အပွမာဒ’ နဲ့ ‘နေ့စဉ်အပွ-
မာဒ’ လို့ နှစ်မျိုး ခွဲခြားနိုင်ပါသေးတယ်။ တစ်နေ့ကို နာရီ
ဝက်၊ တစ်နာရီ စသည် နိုင်သလောက် အချိန်ပိုင်းပြီး
နေ့စဉ်နေ့တိုင်း တရားအားထုတ်တာကို ‘နေ့စဉ်အပွမာဒ’
လို့ ခေါ်ပါတယ်။ သတ်မှတ်ထားတဲ့ အချိန်ပိုင်းအတွင်းမှာ

သာ ဝတ်မပျက် တရားအားထုတ်ပြီး ကျန်တဲ့အချိန်တွေမှာ တော့ တရားကို လုံးဝ နှလုံးမသွင်းတော့ဘဲ ပစ်ထားလိုက် တာမျိုးပါ။

သွားနေစဉ်၊ ရပ်နေစဉ်၊ ထိုင်နေစဉ်၊ လျောင်းနေ စဉ်၊ ကွေးနေစဉ်၊ ဆန့်နေစဉ်၊ စားနေစဉ်၊ သောက်နေစဉ်၊ ရေချိုးနေစဉ်၊ အညစ်အကြေး စွန့်နေစဉ် . . . အလုပ် လုပ်နေစဉ် . . . အဲဒီလို နေစဉ်တိုင်း၊ နေစဉ်တိုင်းမှာ သတိမပြတ်၊ အသိကပ်ပြီး တရားအားထုတ်တာကို ‘နေစဉ် အပ္ပမာဒ’ လို့ခေါ်ပါတယ်။ သီးသန့် သတ်မှတ်ထားတဲ့ အချိန်ပိုင်းအတွင်းမှာသာ တရားအားထုတ်တာမျိုး မဟုတ် ဘဲ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေး၊ အလုပ်မရွေး၊ ဣရိယာပုတ် မရွေး သတိကပ်၊ အသိထပ်နေတာမျိုးပါ။

မရွေးလေးပါး လက်ကိုင်ထားတဲ့ ‘နေစဉ်အပ္ပ- မာဒသမား’ ဟာ ‘အာရုံမရွေး’ ဆိုတဲ့ အဓိကပဓာနအကျ ဆုံး မရွေးနဲ့လည်း ပြည့်စုံသွားပါတယ်။ စစ်မှန်တဲ့ ဝိပ- သနာသမားတစ်ယောက်ဟာ ဘယ်အာရုံကိုပဲ ကြုံကြုံ၊ ကြုံသမျှအာရုံကို အလိုက်သင့် ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ရှုမှတ်နိုင်ရပါတယ်။

အာရုံတိုင်းရဲ့အပေါ်မှာ ‘မမြို့၊ ဆင်းရဲ၊ သဘောပဲ’ ဆိုတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ် အစာကြေမှု တရားထူးတရားမြတ် ရနိုင် ပါတယ်။

‘နေ့စဉ်အပ္ပမာဒ’ ထက် ‘နေ့စဉ်အပ္ပမာဒ’ က စိတ်ဓာတ်ဖြူစင်အေးချမ်းဖို့အတွက်ရော၊ ဘဝအောင်မြင် လွတ်မြောက်ဖို့အတွက်ပါ စိတ်ချရပါတယ်။ ရှုတဲ့အချိန် အပြည့်ရူပီး မရှုတဲ့အချိန် လုံးဝလွတ်ထားတဲ့ တရားသမား တစ်ယောက်ဟာ အချိန်တိုင်း စိတ်အေးချမ်းဖို့ မလွယ်ကူ သလို မဂ်ဖိုလ်တရားထူးရဖို့လည်း သိပ်စိတ်မချရပါဘူး။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က ပရိနိဗ္ဗာန်စံခါနီးမှာ နောက် ဆုံးဩဝါဒတရားအနေနဲ့ ‘ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ’ လို့ မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ‘ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ’ ဆိုတဲ့ ရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတွေရဲ့ အချိန်တိုင်း ဖြစ်ပျက်နေတဲ့သဘောကို အလျဉ်မီအောင် လိုက်သိနိုင်ဖို့ အတွက် ‘အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ’ ဆိုတဲ့ အချိန်တိုင်း သတိရ၊ အသိဝနေတဲ့ ‘နေ့စဉ်အပ္ပမာဒ’ နဲ့ အမြဲမပြတ် ပြည့်စုံနေရမယ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အချိန်တိုင်း ဖြစ်ပျက်ကို အချိန်တိုင်း သတိရနေ
မယ်ဆိုရင် ဖြစ်ပျက်မြင်တဲ့ဉာဏ်တွေ အားကောင်းသည်
ထက် ကောင်းလာပြီး အားပြည့်သွားတဲ့တစ်ချိန်မှာ မဖြစ်
မပျက်ကို မြင်နိုင်တဲ့ဉာဏ် မလွဲမသွေ ပေါ်ပေါက်လာပါ
လိမ့်မယ်။ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို ဆိုက်ရောက်
သွားလိမ့်မယ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ကာမကုသိုလ်၊ ရူပကုသိုလ်၊ အရူပကုသိုလ်နဲ့ မဂ်
ကုသိုလ် လို့ ကုသိုလ်လေးမျိုး ရှိပါတယ်။ အပ္ပမာဒတရား
ဟာ ကာမကုသိုလ် ဆိုတဲ့ အဆင့်အနိမ့်ဆုံးကုသိုလ်ထဲမှာ
ပါဝင်ပါတယ်။ အဆင့်အနိမ့်ဆုံး ကာမကုသိုလ်ထဲမှာ ပါဝင်
တဲ့ အပ္ပမာဒတရားဟာ ဘာကြောင့်အနှိုင်းမဲ့ကုသိုလ်ဖြစ်ရ
သလဲ ဆိုရင် အဆင့်အမြင့်ဆုံး မဂ်ကုသိုလ်အပါအဝင်
အားလုံးသော လောကီကုသိုလ်၊ လောကုတ္တရာကုသိုလ်
တွေကို ရခြင်းရဲ့ အကြောင်းရင်းအခြေခံ ရေသောက်မြစ်
ဖြစ်နေလို့ပါပဲ။ လောကီကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့ အပ္ပမာဒတရား
မရှိဘဲနဲ့ လောကုတ္တရာကုသိုလ်ဖြစ်တဲ့ မဂ်တရား လုံးဝ
မဖြစ်နိုင်တဲ့အတွက် အပ္ပမာဒတရားကိုသာ ‘အနှိုင်းမဲ့

ကုသိုလ်' လို့ မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

တစ်လောကလုံးရဲ့ အနှိုင်းမဲ့ကျေးဇူးရှင်ဖြစ်တဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အပ္ပမာဒတရားဟာ အနှိုင်းမဲ့ကုသိုလ် ဖြစ်တယ်လို့ 'အပ္ပမာဒေါ တေသံ (ကုသလာနံ) ဓမ္မာနံ အဂ္ဂမက္ခာယတိ' ဆိုတဲ့ စကားတော်နဲ့ ဟောကြားညွှန်ပြ ထားတာမို့ လူသားတိုင်းလူသားတိုင်း အပ္ပမာဒတရား ဆိုတဲ့ အနှိုင်းမဲ့ကုသိုလ်နဲ့ အကြွင်းမဲ့ပြည့်စုံနိုင်ကြပါစေလို့ ဆုမွန် ကောင်းတောင်းလိုက်ပါတယ် . . . ။ ။

အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။
အရှင်ဆန္ဒာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)
[အပ္ပမာဒမဂ္ဂဇင်း၊ ဇန်နဝါရီ၊ ၂၀၀၂။]



မေတ္တာပို့

အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌

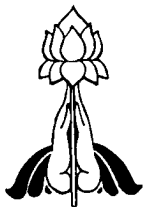
ရှိကြသော

နတ်လူသတ္တဝါအားလုံးတို့သည်

ဘေးရန်ရောဂါ

ကင်းစင်ကွာ၍

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။



ရွှေပါရမီလက်ကမ်းစာစဉ်

ဤစာအုပ်နှင့် ဤစာအုပ်ကဲ့သို့သော
လက်ကမ်းစာအုပ်ငယ်များကို
ဓမ္မဒါနပြုလုပ်လိုပါက
အောက်ပါလိပ်စာအတိုင်း
ဆက်သွယ်စုံစမ်းနိုင်ပါသည်။

တက်လမ်းဆောက်လုပ်ရေးအဖွဲ့

အမှတ်(၆၁)၊ စဉ့်အိုးတန်းလမ်း (အောက်)၊

လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၂၁၀၄၆၂၊ ၂၂၆၅၀၀။

[ပြင်ပစာအုပ်ဆိုင်များတွင် လုံးဝ ရောင်းချခွင့် မပြုပါ။
ဓမ္မဒါနသက်သက်အတွက်သာ စီစဉ်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။]

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

