အောဇကော်စာပေအိမ်

ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ လမ်း

လူငယ်တွေ ပျော်ရွှင်စေချင်

နှင့်

လူငယ်လမ်းညွှန် ဗုဒ္ဓဘာသာဆောင်းပါးများစုစည်းမှ

ဇင်ယော် (မာန်)

စီစဉ်သည်

ဆရာတော်ကြီးများ ဖြစ်ကြသော အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ၊
ရဝေနွယ် (အင်းမ)၊ ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရာဘိဝံသ၊
ဓမ္မဒေသီနှင့် လူပုဂ္ဂိုလ်စာရေးဆရာကြီးများ၏ ဆောင်းပါးများ
စုစည်းဖော်ပြထားသည်။

ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ လမ်း

လူငယ်တွေ လျှောက်လှမ်းစေချင်

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ

ရဝေနွယ် (အင်းမ)

ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရာဘိဝံသ

ဓမ္မဒဿီ

ဓမ္မာစရိယ ဦးငွေးလှိုင်

မောင်ထူးချွန်

လက်ာရည်ကျော်

ထွန်းထက်လွင်

ဒဂုန်ဦးစန်းငွေ

ဦးသော်ဇင်

မြင့်ဝင်းမောင် (AZ)

ကိုမင်းမောင်

သန်းငြိမ်းအေး

ဒေါက်တာမတင်ဝင်း (ပညာရေးတက္ကသိုလ်)

တက်တိုး

ဗမိုး

သခင်အောင်ဖေ

AZ 005

ဗုဒ္ဓဓမ္မလမ်း
လူငယ်တွေ လျှောက်လှမ်းစေချင်

ဝင်းယော် (မာန်)
စီစဉ်သည်။

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

ပုံနှိပ်သူ

ဦးဇော်မြင့်ထွန်း (အေဇက်ပုံနှိပ်တိုက် - ၀၀၂၄၁)

အမှတ် (၁၁၈) ၄- လမ်း၊ ပုသိမ်မြေရပ်ကွက်၊ ဒေါပုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ထုတ်ဝေသူ

ဦးဇော်မြင့်ထွန်း (အေဇက်စာပေ) (၀၁၆၉၉)

အမှတ် (၂၁၉/ခ)၊ ၃၆-လမ်း (အထက်)၊

ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

အကြိမ်

၂၀၂၂ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ၊ ပထမအကြိမ်

တန်ဖိုး

၄၅၀၀

အုပ်ရေ

၁၀၀၀

ဖြန့်ချိရေး

အေဇက်စာပေ

အမှတ် (၂၁၉/ခ)၊ ၃၆-လမ်း (အထက်)၊

ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၀၉ ၄၃၁၀၄၁၄၆

မီးဆယ့်တစ်ပါးလကာ်

သူသူငါငါ ဖြစ်လေရာဝယ်
ဦးစွာကြိုဆီး **ဇာတိမီး**က
အပြီးပုံသေ လောင်မြိုက်လေ၏။
ဟာသေတာသီး **ဇရာမီး**လည်း
ညီးညီးပြောင်ပြောင် အမြဲလောင်၏။
မကွာစေရ **မရဏ**ဟု
ဘဝဖျက်ဆီး လောင်သည့်မီးလည်း
ညီးညီးပြောင်ပြောင် အမြဲလောင်၏။
လောင်ပုံလောင်အား မထင်ရှားလည်း
နုထွားပျိုမြစ် အရွယ်ဖြစ်သော်
အချစ်ရာ **ရာဂမီး** တွေထ၍
ဒေါသထန်ပြင်း **မောဟ**ညှင်း၏။
မကင်းနိုင်အောင် ထိုနောက်နောင်လည်း
ပြောင်ပြောင်ညီးညီး **သောကမီး**ကြောင့်
ဝမ်းနည်းဖွယ်တွေ အတွေတွေဖြင့်
ပရိဒေဝ ငိုကြွေးကြလျက်
ဒုက္ခလည်းကပ် **ဒေါမနဿ**နှင့်
ဆက်စပ်မကွာ **ဥပါသာယ**
လွန်ပြင်းပြ၍ သက်မျှမရှု
တက်အောင် ပူသည်
ဆူဆူမီးတောက် ဆယ့်တစ်တည်း။ ။

မဟာဂန္ဓာရုံ ဆရာတော်ကြီး

မာတိကာ

၁။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမနှင့်အညီ နေထိုင်ခြင်း
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ၁

၂။ ဥပေက္ခာ
ရဝေနွယ် (အင်းမ) ၂၇

၃။ အောင်မြင်သောသူ လူပျင်းမရှိ
ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရာဘိဝံသ ၃၉

၄။ ဘဝ၏ အနှစ်သာရ
ဓမ္မဒဿီ ၄၅

၅။ ဘွဲ့ရပြီ ပညာတတ်ပြီးလား
ဓမ္မာစရိယ ဦးဌေးလှိုင် ၅၃

၆။ မကောင်းမှုများ ရှောင်ရှားပါ
မောင်ထူးချွန် ၆၅

၇။ မင်္ဂလာရှိသော အောင်မြင်မှု
အကျော်ရည်ကျော် ၇၁

၈။ ဗျာပါဒမရှိသော ပြီးပြည့်စုံတဲ့ဘဝ
ထွန်းထက်လွင် ၈၁

၉။ စာဗူးတောင်း
ဒဂုန်ဦးစန်းငွေ ၉၁

၁၀။ အဆွေခင်ပွန်းကောင်း
ဦးသော်ဇင် ၉၉

၁၁။ သီလ၊ အပစာယန၊ ဝေယျာဝစ္စနှင့် ပို့မော်ဒန်ခေတ်
မြင့်ဝင်းမောင် (AZ) ၁၀၇

၁၂။ ဗုဒ္ဓမမ္မလမ်း လူငယ်တွေ လျှောက်လှမ်းစေချင်
ကိုမင်းမောင် ၁၁၇

၁၃။ လူချင်းအတူတူ ဘယ်သူမြတ်သလဲ
သန်းငြိမ်းအေး ၁၂၅

၁၄။ နေခြင်း သေခြင်းနှင့် လွတ်မြောက်ခြင်း
ဒေါက်တာမတင်ဝင်း (ပညာရေးတက္ကသိုလ်) ၁၃၁

၁၅။ ကံကိုယုံမှ လုပ်အောင်းကောင်းမည်
တက်တိုး ၁၄၁

၁၆။ ကြီးပွားရေးဇာတာ လူတိုင်းမှာရှိသည်
ဗမိုး ၁၄၇

၁၇။ မှားမှန်းသိလျှင် ပြင်
သခင်အောင်ဖေ ၁၅၃

စီစဉ်သူ၏ အမှာ

"ဗုဒ္ဓဓမ္မလမ်း လူငယ်တွေ လျှောက်လှမ်းစေချင်" နှင့် လူငယ်လမ်းညွှန် ဗုဒ္ဓဘာသာဆောင်းပါးများ စုစည်းမှုစာအုပ်ကို ယခုမိတ်ဆွေမျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ လက်ဝယ်သို့အရောက် ပို့ဆောင်ပေးလိုက်ပါပြီ။

မိတ်ဆွေ မျိုးဆက်သစ်လူငယ်အပေါင်းတို့ ...

ယနေ့မြန်မာပြည်တစ်ဝန်းလုံးရှိ လူငယ်အတော်များများသည် ငါနှင့်မတူ ငါ့ရန်သူဟူသော ခံယူချက်ရှိကြ၏။ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပက္ခာဟူသော ဗြဟ္မစိုရ်တရားများ ဆိတ်ကွယ်နေကြသည်။ ယခုစာအုပ်မျက်နှာဖုံးပါ သရုပ်ဖော်ပုံများကဲ့သို့ပင် တစ်ဦးကိုတစ်ဦး သတ်ကြဖြတ်ကြ၊ လိမ်ကြကောက်ကြ၊ ခိုးကြဖွတ်ကြနှင့် စိတ်မချမ်းမြေ့စရာပေါင်းများစွာ တွေ့မြင်နေကြရပါသည်။ ဘုရားသားတော် သံဃာတော်များကိုပင် သတ်ကြ၏။ ကိုယ့်ကို ပညာသင်ကြားပေးသော အနန္တဂိုဏ်းဝင် အာစရိယဆရာများကိုပင် သတ်ကြ၏။ ငွေတစ်သိန်းတန်သော တယ်လီဖုန်းကိုပင် လူသတ်၍ လုယက်ကြ၏။ ဖေ့ဘုတ်စ်၌ သတင်းအမှားများတင်ကာ လိမ်လည်ကြ၏။ သက်ငယ်မုဒိန်းမှုများမှာလည်း မကြားချင်အဆုံး ဖြစ်ပျက်နေကြသည်။ ဤအဖြစ်အပျက်များသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဗုဒ္ဓဘာသာ အထွန်းကားဆုံးနိုင်ငံဟု ဂုဏ်ယူပြောဆိုနေကြသော မြန်မာနိုင်ငံ၌ ဖြစ်ပျက်နေသော အနိဋ္ဌာရုံများပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဗုဒ္ဓဓမ္မလမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာနေထိုင်သူ မည်သူမဆို ငြိမ်းချမ်းအေးမြစေသော လူ့ဘဝကိုပိုင်ဆိုင်စေမည်မှာ ငြင်းစရာမလိုပေ။ ဒုစရိုက်မှုများကို လုပ်ဆောင်နေကြသော ယနေ့ခေတ် လူငယ်များသည် ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမ တရားဓမ္မများကို မသိ၍သာဖြစ်မည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့ ခံယူပါသည်။ သို့ကြောင့် လူငယ်များ ဤစာအုပ်ကို ဖတ်မှတ်ခြင်းဖြင့် ဗုဒ္ဓဓမ္မအဆုံးအမများလိုက်နာပြီး ယဉ်ကျေးကြစေရန်၊ အောင်မြင်တိုးတက်သော ဘဝများကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြစေရန် ရည်ရွယ်လျက် ဤစာအုပ်ကို ပြုစုလိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် မြန်မာလူမျိုး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များပီပီ ၃၈-ဖြာ မင်္ဂလာတရားတော်နှင့် ငါးပါးသီလမှစ၍ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဇာတိ ဇရာ မရဏ ဗျာဓိ စသည့် သံသရာလည်ခြင်းစသည့် ဗုဒ္ဓဓမ္မများကို လူငယ်များသိရှိလာစေရန် လမ်းညွှန်ခဲ့ကြသည်မှာ မိခင်ဖခင် ဆရာသမား များနှင့် ကျွန်တော်တို့လို စာပေတာဝန်ထမ်းဆောင်နေကြသူများ၏ တာဝန် ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓအဆုံးအမရရှိထားသော လူငယ်များသည် အနည်းဆုံး ကုသိုလ် မဖြစ်လျှင်ပင် အကုသိုလ်မဖြစ်နိုင်သည်မှာ သေချာပါသည်။ ထိုမှတဆင့် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားထူးများကို ရှာဖွေဖတ်ရှု ကျင့်ကြံဆောက်တည် ကြပါက တန်ဖိုးရှိသော လူ့ဘဝကို ပိုင်ဆိုင်ကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့စာပေသမားများက မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ အတွက် ရည်စူးလျက် ဆရာတော်ကြီးများ၏ အဆိုအမိန့်ဟောပြော ရေးသားမှုများ၊ နိုင်ငံကျော်ခဲ့ပြီးသော ကွယ်လွန်သွားကြပြီဖြစ်သည့် စာရေးဆရာကြီးငယ်များစွာတို့၏ စေတနာဖြင့် ရေးသားထားခဲ့သော စာမူဟောင်းများ၊ စာမူကောင်းများကို စုစည်းပြီး၊ အသစ်အသစ်သော စာပေပညာရှင်များ၏ စာပေလက်ရာသစ်များ ပါဝင်လျက် ဤစာအုပ်ကို ထုတ်ဝေဖြန့်ချိလိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဓမ္မအသိပညာများကို လူငယ်များ လွယ်လင့်တကူ မှတ်သား နားလည်ရန် စေတနာပါသော အတွေးသစ် အမြင်သစ်ရှိနိုင်သော မျိုးဆက်သစ် စာရေးဆရာများထံမှလည်း စာမူရေးသားပေးပို့ခြင်းကို ကြိုဆိုနေပါသည်။ ဆက်လက်၍လည်း ယခုစာအုပ်ထက် ပိုမိုကောင်းမွန်သော လူငယ်လမ်းညွှန် စာအုပ်များ ထွက်ရှိလာစေရန် ကြိုးစား၍ နောက်ထပ်လည်း စာအုပ်များ ပြုစုထုတ်ဝေသွားမည့်အကြောင်း သတင်းကောင်းပါးအပ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာ ကမ္ဘာအနှံ့ကျယ်ပြန့်လာပါစေ၊ မြန်မာ့မျိုးဆက် သစ်လူငယ်များထံ ပိုမိုပျံ့နှံ့နိုင်ပြီး လူငယ်များ ကျင့်သုံးနိုင်ကြပါစေဟု ဆန္ဒပြုလျက် ...

ဇင်ယော် (မာန်)

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမနှင့်အညီ နေထိုင်ခြင်း

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)
(ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်)

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ်ကို ခံယူထားကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - မြတ်စွာဘုရားအား ကိုးကွယ်ရာဟု အသိအမှတ်ပြုပါလို့ ဝန်ခံကြတယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း ကျင့်သုံးနေထိုင်ကြရတယ်။

ဘာသာတရားတွေ လောကမှာ အမျိုးမျိုးပေါ်ပေါက်လာတယ်။ ဘာသာတရားပေါ်လာခြင်းရဲ့ အကြောင်းအရင်းကတော့ လောကလူသားတွေဟာ အမှန်မသိကြဘူး။ အမှန်မသိတဲ့အတွက်ကြောင့် မိမိတို့ရဲ့ လုံခြုံစိတ်ချမှုအတွက် စိုးရိမ်ကြတယ်၊ ကြောက်ရွံ့ကြတယ်။ ထိုစိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့မှုတို့ကို အခြေခံပြီးတော့ ဘာသာအမျိုးမျိုး ကွဲပြားပေါ်ပေါက်လာတယ်။ လူတွေဟာ အကြောက်တရားကို ဖြေဖျောက်ဖို့အတွက် ဘာသာတရားတွေ အမျိုးမျိုးကိုးကွယ်လာကြတယ်။ ထိုကိုးကွယ်လာခြင်းဟာ အမှန်သိလို့ ကိုးကွယ်လာခြင်းမဟုတ်ဘဲ မိမိတို့ရဲ့ယုံကြည်ရာ၊ စိတ်ထင်ရာကို အားကိုးယုံကြည်ကြတဲ့ သဘောမျိုးသာဖြစ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားပွင့်လာတဲ့အခါကျတော့ "ဘယ်ဟာက အမှန်၊ ဘယ်ဟာက အမှား၊ ဘယ်ဟာက လုပ်သင့်တယ်၊ ဘယ်ဟာက မလုပ်သင့်ဘူး" ဆိုတာ ကွဲပြားခြားနားစွာ သိရှိခွင့်ရလာကြတယ်။ အဲဒီလိုသိရှိလာတဲ့အခါမှာ လူသားတွေဟာ မိမိတို့ရဲ့ အသိဉာဏ်ကိုအခြေခံပြီး ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်း ရှိလာကြတယ်။ အဲဒီလို ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်းရှိလာတဲ့ လူသားတွေရဲ့ တိုးတက်မှုကြောင့် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးမှုရှိလာကြတယ်။ သို့သော် လူသားတိုင်း လူသားတိုင်းဟာ ထိုကဲ့သို့ အသိဉာဏ်ရှိပြီး ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ရွေးချယ်ပြီး ကိုးကွယ်မှုပြုနိုင်သလားဆိုတော့ အများစုဟာ မပြုနိုင်ဘူး။ ရိုးရာအစဉ်အလာ ယုံကြည်ချက်ကို ပယ်ဖျက်ပြီးတော့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် လက်ခံစဉ်းစားနိုင်ဖို့ တွန့်ဆုတ်တွန့်ဆုတ် ဖြစ်နေတုန်းပဲဖြစ်တယ်။

သို့သော် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ အင်မတန်မှ ကံကောင်းတယ်၊ မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော် ထွန်းကားတဲ့အချိန်မှာ လူလာဖြစ်ခြင်း၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမဩဝါဒတွေကို ကြားနာရခြင်း၊ လေ့လာသိရှိရခြင်း၊ ဓမ္မနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အသိဉာဏ်တွေရရှိခြင်းကြောင့် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် အမှားအမှန်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်တယ်။ ဆုံးဖြတ်နိုင်သည့် အတွက်ကြောင့် မိမိတို့ရဲ့ကိုးကွယ်မှုဟာ သဒ္ဓါဆိုတဲ့ ယုံကြည်မှုတစ်ခုတည်းကို အခြေခံတာ

မဟုတ်ဘူး။ အသိဉာဏ်ကိုပါ အခြေခံပြီးတော့ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ကြတယ်။ အထူးသဖြင့် ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း ကျင့်သုံးနေထိုင်ကြတယ်လို့ ဆိုတဲ့နေရာမှာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမက ဘာလဲဆိုရင် "**အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော**"ပဲ။ ဒီအဆုံးအမဟာ အင်မတန်မှတန်ဖိုးရှိတဲ့ အဆုံးအမပဲဖြစ်တယ်။ "မိမိသာလျှင် မိမိရဲ့ကိုးကွယ်ရာ"လို့ဆိုတယ်။ ဒီစကားဟာ သိပ်တန်ဖိုးရှိတယ်။ ဘာပြုလို့တန်ဖိုးရှိတယ်လို့ ပြောရတာလဲဆိုရင် လူတွေဟာ အကြောက်တရားနဲ့ တခြားအရာကို အားကိုးမျှော်လင့်ပြီး နေတတ်ကြတယ်။ အဲဒီအလေ့အထကြီးဟာ အင်မတန်မှကြီးမားလာတယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမှန်မသိဘူး။ လမ်းစပျောက်နေတယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမှန်းမသိတဲ့အခါ တန်ခိုးရှင်ကြီးတွေကို အားကိုးရာအဖြစ် ကောင်းကင်ကြီးကိုမော့ပြီး ကောင်းကင်ဘုံက တန်ခိုးရှင်ကြီးရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း၊ တန်ခိုးရှင်ကြီး ဖန်ဆင်းထားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာပါတယ်ဆိုပြီးတော့ လူတွေဟာ ဘယ်တော့မှလည်း မမြင်ဘူးတဲ့၊ ဘယ်တော့မှလည်း မြင်ရမယ့်အရာ မဟုတ်တဲ့ တန်ခိုးရှင်ကြီးကို တစ်ဆင့်ပြောစကားနဲ့ လက်ခံယုံကြည်နေရတဲ့ ဘာသာမျိုးတွေကို ကိုးကွယ်ကြတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ ဆန္ဒ၊ ကိုယ့်ရဲ့ လွတ်လပ်ခွင့် ... ကိုယ့်ရဲ့ လွှဲလပီရိယ၊ ကိုယ့်ရဲ့ အသိဉာဏ်ဆိုတာတွေဟာ ချောင်ထိုးခံရတဲ့ အနေအထားမျိုး ရောက်သွားတယ်။ အေး - အဲဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စကားတစ်ခွန်းဟာ အလွန်တန်ဖိုးရှိတယ်။ "**အတ္တာဟိ**

> "ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမှန်းမသိတဲ့အခါ တန်ခိုးရှင်ကြီးတွေကို အားကိုးရာအဖြစ် ကောင်းကင်ကြီးကိုမော့ပြီး ကောင်းကင်ဘုံက တန်ခိုးရှင်ကြီးရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း..."

အတ္တနော နာထော" မိမိသာလျှင် မိမိ၏ ကိုးကွယ်ရာလို့၊ တခြားလူ ကိုးကွယ်ရာ မဟုတ်ဘူး။ အရာခပ်သိမ်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမယ်။ ကိုယ့်အစွမ်းအစကို ကိုယ်ယုံကြည်ပြီးတော့ ကိုယ်တိုင်လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်ရမယ်ဆိုတာ သဘောပေါက် နားလည်ရမယ်။

မိမိသည်သာ ကိုးကွယ်ရာဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ဆန္ဒ၊ ကိုယ့်ရဲ့လုံ့လ ဝီရိယ၊ ကိုယ့်ရဲ့အသိဉာဏ်ကို တန်ဖိုးထားပြီး၊ ဆန္ဒဖြင့်မျှော်လင့်ပြီး၊ လုံ့လဝီရိယဖြင့် မရရအောင် ကြိုးစားပြီး အသိဉာဏ်ဖြင့် မှန်ကန်တဲ့ နည်းလမ်းတွေကို ရှာဖွေအားထုတ်ရမယ်။ ဒါဟာ လက်တွေ့ အင်မတန်ကျတဲ့ ကျင့်စဉ်တစ်ခုကို မြတ်စွာဘုရားက ဖော်ထုတ်တယ်။

အဲတော့ မေးစရာတစ်ခုရှိလာတယ် "**အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော**" မိမိသည်သာလျှင် မိမိ၏ကိုးကွယ်ရာလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီအတိုင်းဟောထားတာ ဟုတ်ပြီ၊

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - ဘုရားကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏။
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - တရားကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏။
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - သံဃာကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏ဆိုတဲ့စကားနဲ့ မဆန့်ကျင်ဘူးလားလို့ မေးကောင်းမေးကြလိမ့်မယ်။ မြန်မာစကားမှာ **နာထ** နဲ့ **သရဏ** ဟာ ကိုးကွယ်ရာဟု ဒီလိုဘာသာပြန်ထားတဲ့အတွက်ကြောင့် ဒီနှစ်ခုဟာ ရောထွေးနေသလိုရှိတယ်။ သို့သော် မိမိကိုယ်ကို အားကိုးခြင်း၊ ဘုရားကို အားကိုးခြင်းဆိုတာ အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်ခြင်း မတူဘူး။

"မိမိကိုယ်ကို အားကိုးခြင်း၊ ဘုရားကို အားကိုးခြင်းဆိုတာ အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်ခြင်း မတူဘူး။"

မြတ်စွာဘုရားကိုအားကိုးတာ ဘယ်အဆင့်နဲ့ အားကိုးတာလဲဆိုတာ အမှန်တရားကိုသိဖို့အတွက် အားကိုး

တာ။ မြတ်စွာဘုရားက ကယ်တင်တာလည်း မဟုတ်ဘူး။ မ,မှာလည်း မဟုတ်ဘူး။ သို့သော် မြတ်စွာဘုရားက လမ်းပြပေးတာ။ လောကမှာ သွားရမယ့်လမ်းကိုမသိတာ အင်မတန်မှ ဒုက္ခရောက်တယ်၊ ပြဿနာကြီး တစ်ခုပဲ။ အဲတော့ သွားရမယ့်လမ်းကို ပြနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတာပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးပါတယ်ဆိုတာ မြတ်စွာ ဘုရားက လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာကို ခွဲခြားဟောပြီး မလုပ်သင့် တာတွေကို ရှောင်ရမယ်၊ လုပ်သင့်တာတွေကို လုပ်ရမယ်လို့ အတိုင်းအတာ တစ်ခုအနေနဲ့ သတ္တဝါတွေကို ဆုံးမဩဝါဒပေးထားတယ်။ အဲဒီ ဆုံးမ ဩဝါဒကို လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ဖို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လုပ်ရမယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ ပေါ့။ ဘုရားရဲ့ ဘုန်းတန်ခိုးတွေကိုမှီခိုပြီး မြတ်စွာဘုရားက အရာရာကို ဆုံးဖြတ်ပေးလိမ့်မယ်လို့ တမျှော်မျှော် တခေါ်ခေါ် နေရမယ့်ကိစ္စမျိုး မဟုတ် ဘူး။ ဘုရားက ဒါလုပ်၊ ဒါမလုပ်နဲ့၊ ဒါမလုပ်နဲ့ဆိုတာကို ရှောင်ပြီးတော့ ဒါလုပ်ဆိုတာကိုလုပ်ဖို့ ဒါကိုဟောတာ။

သရဏဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်တဲ့အခါမှာ "**ဟိတေပဝတ္တေန အဟိတာ စ နိဝတ္တနေန သတ္တာနံ ဘယံ ဟိံသတိ ဗုဒ္ဓေါ**"လို့ စာပေကျမ်းဂန်မှာ ဖွင့်ထားတာ အင်မတန်မှ အဓိပ္ပာယ်ရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ သတ္တဝါ တွေ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်လို့ ဘုရားကိုကိုးကွယ်ကြရတာ။ ဘာဖြစ်လို့ ကိုးကွယ် ကြတာလဲဆိုရင် **ဟိတေပဝတ္တေန** - အခြေအနေကောင်းတွေကို ဖြစ်ပေါ် စေတယ်။ **အဟိတာ စ နိဝတ္တနေန** - ဆိုးဝါးတဲ့အခြေအနေတစ်ခုကို မရောက်စေဘူး။ ဒါက ဘာလဲဆိုရင် အကုသိုလ်တွေက ရှောင်ကြတယ်။ မလုပ်သင့်တာနဲ့ လုပ်သင့်တာ ခွဲခြားဟောကြားခြင်းဖြင့် ပိုမိုအခြေအနေ ကောင်းပြီးတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်မြောက်ပြီး ချမ်းသာသုခကို ရောက် စေနိုင်တဲ့နည်းလမ်းကို ထုတ်ဖော်ဟောကြားတယ်။ ထုတ်ဖော်ဟောကြားမှု ဆိုတာကိုရလို့ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တာ။ အဲဒီထက်မပိုဘူး။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ကျင့်သုံး နေထိုင်တာ ဒါ "**အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော**"ပဲ။ မိမိသည်သာ

ကိုးကွယ်ရာပဲ။ ဒီ့ထက်ရှင်းတဲ့ ဥပမာတစ်ခု ပြောရမယ်ဆိုရင် လူတွေဟာ နေမကောင်းထိုင်မသာဖြစ်တဲ့အခါ ဘယ်သွားလဲဆိုရင် ဆရာဝန်ဆီသွားကြတယ်။ ဆရာဝန်ဆီ ဘာအတွက်သွားတာလဲဆိုရင် ဘာရောဂါလဲသိဖို့၊ ဘာကြောင့် ဒီရောဂါဖြစ်တာလဲ၊ ဒီရောဂါဖြစ်လာလို့ရှိရင် ဘယ်ဆေးသောက်၊ ဘယ်လိုနေရင်ပျောက်မလဲ၊ ဒါသိဖို့သွားတာ။ အဲတော့ ဆရာဝန်က ရောဂါပျောက်အောင် လုပ်ပေးနိုင်သလားဆိုရင် မလုပ်ပေးနိုင်ဘူး။ လုပ်မပေးဘူးဆိုတာ အင်မတန်ထင်ရှားတယ်။ ဘာပြုလို့လဲဆိုရင် ဆရာဝန်က ဆေးထိုးပေးရင်ပေးတယ်၊ သောက်ဆေးပေးရင်ပေးမယ်။ လူနာကိုယ်တိုင်က ဆေးသောက်ရမယ်။ အဲဒီကတည်းက ကိုယ်တိုင်လုပ်ရတဲ့ဟာ။ ဆရာဝန်ဆီသွားတာဟာ ဒီရောဂါအတွက် ဘာဆေးသောက်ရမလဲဆိုတာ သိဖို့သွားတာ။ ဆရာဝန်ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာပြီးတော့ ဆေးသောက်မှ ရောဂါပျောက်မယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ ဒါကလက်တွေ့ပဲ။

ဒီအတိုင်းပဲ၊ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တယ်ဆိုရာမှာ မြတ်စွာဘုရားက လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ခွဲခြားဆုံးမတယ်။ မလုပ်သင့်တာကို ကိုယ်ကရှောင်ရမယ်၊ လုပ်သင့်တာကို လုပ်ရမယ်။ ဒါဟာ **ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ** - ဓမ္မကိုကျင့်သုံးတာ။ ဆရာဝန်ကဆေးပေးသလို မြတ်စွာဘုရားက ဓမ္မလမ်းကြောင်းကို ဖော်ထုတ်ပေးတာ။ ဆရာဝန်ပေးတဲ့ဆေးကို သောက်လို့ ရောဂါပျောက်သလို မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတဲ့ ဓမ္မကိုလိုက်နာကျင့်သုံးလို့ ချမ်းသာသုခတွေရလို့ နောက်ဆုံးမှာ ထာဝရအငြိမ်းဓာတ်ဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရောက်ကြတာ။ ဒါဟာ တကယ့်လက်တွေ့ကျတဲ့တရား၊ ဒီ့ထက်လက်တွေ့ကျတာ မရှိဘူး။

လူတွေမှာ တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး လုပ်ပေးနိုင်တာ အကန့်အသတ်ရှိတယ်။ အကုန်လုပ်ပေးလို့ရတာ မဟုတ်ဘူး။ မိမိတို့ အင်မတန်ချစ်လှတဲ့ သားသမီးတောင်မှ ပညာတတ်ကြီးဖြစ်အောင် လုပ်မပေးနိုင်ဘူး။ မိဘက လုပ်ပေးနိုင်တာ ဘာတစ်ခုလုပ်ပေးမလဲဆိုရင် ကျောင်းကောင်းကောင်းထားပေးမယ်။ ဆရာကောင်းကောင်းဆီ အပ်ပေးမယ်။ ဒီလောက်ပဲလုပ်ပေးနိုင်

တယ်။ သားသမီးကိုယ်တိုင်က မကြိုးစားဘူးဆိုရင် ပညာတတ် မဖြစ်ဘူး။ ဒါက လက်တွေ့ပဲ။

> **"သားသမီးကိုယ်တိုင်က မကြိုးစားဘူးဆိုရင် ပညာတတ်မဖြစ်ဘူး"**

ဘုရားလက်ထက်တော်မှာ (၄၅) နှစ်၊ ဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားတဲ့အခါ ရှင်မဟာကဿပ ဦးဆောင်တဲ့ သံဃာတော်အရှင်မြတ်တွေဟာ ကွဲလွဲမှုမရှိအောင် တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ညှိနှိုင်းလိုက်တာ သံဂါယနာတင် တယ်လို့ ခေါ်တယ်။ **သံဂါယနာ** - စုပေါင်းပြီးတော့ ဆိုကြတယ်။ ဆိုပါစို့ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ စကားတစ်ခု ဟိုတစ်ပါးက ရလာ တယ်၊ ဒီတစ်ပါးက ရလာတယ်၊ ကိုက်ညီမှုရှိမရှိ အသံထွက်ခြင်း၊ စာလုံးခြင်း တူမတူညီတာ **သံဂါယနာ** လို့ခေါ်တယ်။ **သံ**-စုပေါင်းပြီး အတူတကွ တိုက်ဆိုင်နှီးနှောပြီး၊ **ဂါယနာ**-ရွတ်ဆိုတာ။ ဘာပြုလို့လဲဆိုရင် စာအုပ်မှ မရှိတာ၊ သူ့ရတာနဲ့ ကိုယ့်ရတာ တူ မတူ ဆိုကြည့်ကြတယ်။

ဆိုကြည့်ရုံတင်မကဘူး။ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတွေကို စနစ်တကျစုစည်းပြီးတော့ မပျောက်ပျက်အောင် ပန်းပွင့်တွေကို ကြိုးနဲ့သီသလိုပဲ ဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်တွေကို စနစ်တကျ ဝိနည်းကတစ်စု၊ သုတ္တန်က တစ်စု၊ အဘိဓမ္မာက တစ်စုဆိုတာလို အသီးအသီးသူ့ကြိုးတွေနဲ့ ထိန်းပြီးတော့ သီထားသလိုပဲ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်တွေကို စနစ်တကျစီစဉ်ပြီးတော့ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းလာခဲ့တာ။ ဘုရားဟောတဲ့ ဓမ္မဝိနယတွေ မပျောက်ပျက်အောင် စုစည်းပေးခဲ့တာ။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီသံဂါယနာဟာ တကယ့်ကိုအရေးပါဆုံး သံဂါယနာဖြစ်တယ်။ (သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃာနဲ့ သွားမရောစေနဲ့။ သံဂါယနာဆိုတာ ဂငယ်နဲ့ရေးရ

တယ်။ ဂါယနာဆိုတာ ရွတ်ဆိုတာ။) အသံထွက်တွေကို ညှိနှိုင်းတိုက်ဆိုင် တယ်။

အဲဒီလို ပိဋကတွေကို သံဂါယနာတင်ပြီး စုစည်းထားခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေဟာ စနစ်တကျ စုစုစည်းစည်းရှိပါတယ်။ အဲဒီလို စုစုစည်းစည်းရှိတဲ့ တရားတော်တွေကို အဆင့်ဆင့်သံဃာတော်တွေက ဆက်ပြီး ထိန်းသိမ်းလာခဲ့တာ နှစ်ပေါင်း (၄၅၀)၊ စာအုပ်မရှိသေးဘူး။ နှုတ်နဲ့ဆောင်ယူခဲ့ကြတယ်။ ဆရာက တပည့်ကို နှုတ်တိုက်ချပေးတယ်၊ တပည့်က နှုတ်တိုက်လိုက်ဆိုတယ်။ ရ,ထားတဲ့စာတွေကို မိမိတပည့်ကို ထပ်ဆင့်ပြီးတော့ နှုတ်တိုက်ချတယ်။ ဒါကို oral tradition လို့ ခေါ်တယ်။ နှုတ်တိုက်သင်တဲ့ခေတ်၊ အခုထိ ဒီစနစ်လေးတွေ မပျောက်သေးဘူး။ မြန်မာပြည်မှာလည်းပဲ ကလေးပေါက်စလေးတွေဆိုရင် စာမဖတ်တတ်သေးခင် မိဘတွေက "**ဣတိပိသော**" သင်ပေးထားတယ်။ "**နမော တဿ**" သင်ပေးထားတယ်။ "**သမ္ဗုဒ္ဓေ**" သင်ပေးထားတယ်။ ဒီအမိပ္ပာယ်မျိုးနော်။ အဲဒီနည်းနဲ့ နှုတ်တိုက်ချပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားတရားတော်တွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လာခဲ့တာ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက်တုန်းဆိုရင် (၄၅၀)။ ဘုရားသက်တော် ထင်ရှားရှိတုန်းက (၄၅) နှစ်၊ ဘုရားမရှိတော့တဲ့နောက်မှာ အနှစ် (၄၅၀)။

> "ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုဟာ ကိုယ်လုပ်လို့ရတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၊ ဘယ်သူကမှ ရောအင့်လို့လာပေးတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မဟုတ်ဘူး။"

ဒီကနေ့ ဓမ္မစကြာတရား ဟောခဲ့တာ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက် ရှိပြီလဲဆိုရင် နှစ်ပေါင်း (၂၆၀၀) သာသနာတော်နှစ် (၂၅၅၅) ဆိုတာ ဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံတာကို ပြောတာ။ တရားဟောတာပါ ထည့်ပြောမယ်ဆိုရင် အနှစ် (၂၆၀၀)ရှိပြီ။ အဲဒီ

အနှစ် (၂၆၀၀) ကာလပတ်လုံး ဒီတရားမွေတွေကို မပျောက်ပျက်အောင် ဒီကနေ့ထိ သင်ယူခွင့်၊ လေ့လာခွင့်၊ ကြားနာခွင့်၊ မှတ်သားခွင့်၊ မြတ်စွာဘုရား တရားတော်တွေကို သိရှိခွင့်ရတာ ဘယ်သူ့ကျေးဇူးလဲဆိုတော့ သံဃာတော်တွေရဲ့ ကျေးဇူးပဲ။

မြန်မာနိုင်ငံမှာ စာသင်တိုက်တွေ အသီးသီး မိမိတို့ရဲ့ တစ်ပိုင်တစ်နိုင် ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည်ဖြစ်စေ၊ တစ်ဦးဖြစ်စေ၊ အများဖြစ်စေ ဆရာတွေဟာ တပည့်တွေကို လက်ဆင့်ကမ်းပြီးတော့ ပို့ချနေကြတယ်။ သင်ကြား ပို့ချကြတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ ပရိယတ္တိပညာရေးဟာ ဒီအနီးအနားပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ ထေရဝါဒနိုင်ငံလို့ပြောတဲ့ ကမ္ဘောဒီယားတို့၊ လာအိုတို့၊ ထိုင်းတို့၊ သီရိလင်္ကာတို့ဆိုတဲ့ နိုင်ငံတွေနဲ့ မြန်မာပြည်ရဲ့ ပရိယတ္တိ အရည်အချင်းက သာလွန်တယ်။ ဘာပြုလို့သာလွန်လဲဆိုရင် မြန်မာနိုင်ငံမှာ ပရိယတ္တိစာသင်တိုက်တွေ ရှိနေတယ်။ လက်ဆင့်ကမ်းပြီးတော့ သင်ယူပေးနေတယ်။

အလုပ်တွေအားလုံးဟာ **"အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော"** ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးရာ ဖြစ်တယ်နော်။ ဘယ်သူ့ဆီကမှ မျှော်လင့်တာမဟုတ်ဘူး။ ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုဟာ ကိုယ်လုပ်လို့ရတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၊ ဘယ်သူကမှ ရှေ့အင့်လို့လာပေးတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မဟုတ်ဘူး။ သာသနာတော်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် လုပ်ကိုင်တဲ့အတွက် ရလာတဲ့ကုသိုလ်ကောင်းမှုတဲ့။ အဲဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုကို အားကိုးတာသည်ပင်လျှင် **"အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော"** ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရာလို့ပြောတာ။ နောက်အဓိပ္ပာယ်တစ်ခု ဖွင့်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးတယ်ဆိုတာ ဘာကို အားကိုးတာလဲဆိုတော့ ကိုယ်ကျင့်သုံးတဲ့တရားကို အားကိုးတာ၊ ဒီလိုဆိုတာနော်။ ကိုယ်ကျင့်သုံးတဲ့တရား။

လောကမှာ သေချာစဉ်းစားကြည့်၊ လူတွေဟာ ပစ္စည်းဥစ္စာလည်း ရှာကြတယ်။ တရားမွေလည်း ရှာကြသလို ကုသိုလ်ကောင်းမှုလည်း လုပ်ကြတယ်။ အဲဒီထဲမယ် ပစ္စည်းဥစ္စာရှာတဲ့သူက ပိုများတယ်။ တရား

ရှာတဲ့သူက နည်းတယ်။ အတိုင်းအတာတစ်ခုစီ တွက်ချက်ပြီးတော့ကြည့်၊ ရှာထားတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာဟာ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက်ကြာအောင် သုံးနိုင်လဲ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စဉ်းစားကြည့်။ လူ့ရဲ့သက်တမ်းဟာ ဒီကနေ့ခေတ်နှစ် (၁၀၀) လောက်နဲ့ပဲ ပြောပါဦး။ ကိုယ်ရှာထားတဲ့ပစ္စည်းဟာ နှစ် (၁၀၀) မသုံးရဘူး။ ဘဝတစ်ခု အဆုံးသတ်သွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ဒါတွေအကုန်ထားပစ်ခဲ့ရတယ်။ အဲတော့ အခုလိုဘဝတစ်ခု အဆုံးမသတ်ခင်လည်း ကိုယ့်လက်ကနေ လွတ်သွားနိုင်တယ်။ ဆုံးရှုံးသွားနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားကဟောတာ၊ လောကပစ္စည်းတွေဆိုတာ **"ပဟာယဂမနီယ"** ထားပြီးသွားရတဲ့ ပစ္စည်းတွေချည်းပဲ၊ ယူသွားလို့ရတာ တစ်ခုမှမရှိဘူး။ အဲတော့ ကိုယ်ရှာသမျှ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေဟာ ထားသွားရမယ်။ ဒါဖြင့် ယူသွားလို့ရတဲ့နည်းရှိလားဆိုတော့ ဒီပစ္စည်းတွေကို အသုံးပြုပြီး လှူလိုက်တန်းလိုက်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် ယူသွားလို့ရတယ်။ ဒါကိုပြောတာ။ အဲတော့ ယူသွားလို့မရတဲ့ပစ္စည်းနဲ့ ယူသွားလို့ရတဲ့ပစ္စည်း လဲလိုက်တာပဲပေါ့။ ထိုလဲလိုက်ခြင်းသည် ကိုယ့်ဟာကိုယ် အားကိုးခြင်းပဲတဲ့။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်းပဲ၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။

အဲတော့ ကောင်းပြီ၊ မြတ်စွာဘုရားအဆုံးအမတွေ၊ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမနဲ့အညီ နေထိုင်ရမယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမနဲ့ နေထိုင်တယ်ဆိုတော့ တခြားဘာသာဝင်တွေလည်း သူတို့ဘာသာရဲ့ အဆုံးအမနဲ့နေကြတယ်။ နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေနေကြတယ်။ အဲတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေက တို့တတွေလည်း ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမနဲ့နေမယ်ဆိုတော့ ပထမ မြတ်ဗုဒ္ဓက ဘယ်လိုဆုံးမခဲ့သလဲဆိုတာ သိဖို့လိုမယ်ပေါ့။ လူဆိုတာ အဆင့်ဆင့်ကိုယ့်အဆင့်နဲ့ကိုယ် အားလုံးဟာ ဘုရားဟောတဲ့တရားတွေက အားလုံးနိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားချည်းမဟုတ်ဘူး။ ဘဝခရီးမှာ ချမ်းသာသုခရဖို့ အခြေအနေကောင်းတွေ ဖန်တီးနိုင်ဖို့ဆိုတဲ့ နည်းလမ်းမျိုးတွေကို မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတယ်။ ဘဝခရီးမှာ ချမ်းသာသုခရဖို့အတွက် **ဟိတေ ပဝတ္တနေန**-အခြေအနေကောင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်စေတယ်။

> " လူဖြစ်လာပြီဆိုရင် နှစ်ဖက်မြင်ရမယ်။ လူဆိုတာ မျက်စိနှစ်လုံးရှိတယ်။ တစ်လုံးတည်းရှိတဲ့လူဟာ မပြည့်စုံဘူး။ "

အပဟီတာစ နိဝတ္တနေန-မကောင်းတဲ့ အခြေအနေတွေကို ဖယ်ရှားပစ်တယ်။ အဲဒီနည်းနဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို မြတ်စွာဘုရားက ဆောင်ရွက်တယ်။ အဲတော့ အခြေအနေကောင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်အောင် မြတ်စွာဘုရားက အဆုံးအမပေးထားတယ်လို့ဆိုတော့ ကိုယ့်အဆင့်နဲ့ ဘုရားက ဆုံးမခဲ့တာ။ ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမလေးတွေ မှတ်သားပြီးတော့ ကျောင်းဒကာ၊ ကျောင်းအစ်မတွေက ငယ်ရွယ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း တို့ဘယ်လိုနေရမယ်ဆိုတာ မှတ်သားဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဒီထဲမှာ အထူးသဖြင့် လူငယ်လူရွယ်တွေက မှတ်သားဖို့ လိုအပ်တာပေါ့။

တို့ဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမနဲ့ ဘယ်လိုနေမလဲ။ အခု ဘုန်းကြီးတို့တွေ လူဖြစ်လာပြီ လူဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ ဘာ လုပ်ရမလဲဆိုတာ၊ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဖြစ်အောင် လုပ်ရမလဲဆိုတာကို ဘယ်လိုမှာခဲ့သလဲ၊ ဘယ်လို ဆုံးမခဲ့သလဲ။ သုတ္တန်တစ်ခုမှာ **အန္ဓသုတ္တန်** လို့ခေါ်တဲ့ သုတ္တန်တစ်ခုမှာ မြတ်စွာဘုရားက ပညာမျက်စိနှစ်ဖက်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဖြစ်အောင် လုပ်ပါတဲ့။ လူဖြစ်လာပြီဆိုရင် နှစ်ဖက်မြင်ရမယ်။ လူဆိုတာ မျက်စိနှစ်လုံးရှိတယ်။ တစ်လုံးတည်းရှိတဲ့လူဟာ မပြည့်စုံဘူး။ နှစ်လုံးစလုံး မရှိရင်တော့ အကန်းပဲ။ တစ်လုံးပျက်နေရင်ကို မကောင်းဘူး။ အဲဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက **ဒွိစက္ခု** တဲ့၊ အမြင်နှစ်မျိုး မျက်စိနှစ်မျိုး ရှိအောင် လုပ်ပါတဲ့။

မာတိကာ

၁။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမနှင့်အညီ နေထိုင်ခြင်း
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ ၁

၂။ ဥပေက္ခာ
ရဝေနွယ် (အင်းမ) ၂၇

၃။ အောင်မြင်သောသူ လူပျင်းမရှိ
ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်ပညိဿရာဘိဝံသ ၃၉

၄။ ဘဝ၏ အနှစ်သာရ
ဓမ္မဒဿီ ၄၅

၅။ ဘွဲ့ရပြီ ပညာတတ်ပြီးလား
ဓမ္မာစရိယ ဦးဌေးလှိုင် ၅၃

၆။ မကောင်းမှုများ ရှောင်ရှားပါ
မောင်ထူးချွန် ၆၅

၇။ မင်္ဂလာရှိသော အောင်မြင်မှု
အင်္ကာရည်ကျော် ၇၁

၈။ ဗျာပါဒမရှိသော ပြီးပြည့်စုံတဲ့ဘဝ
ထွန်းထက်လွင် ၈၁

၉။ စာဖူးတောင်း
ဒဂုန်ဦးစန်းငွေ ၉၁

၁၀။ အဆွေခင်ပွန်းကောင်း
ဦးသော်ဇင် ၉၉

၁၁။ သီလ၊ အပစာယန၊ ဝေယျာဝစ္စနှင့် ပို့မော်ဒန်ခေတ်
မြင့်ဝင်းမောင် (AZ) ၁၀၇

၁၂။ ဗုဒ္ဓမ္မလမ်း လူငယ်တွေ လျှောက်လှမ်းစေချင်
ကိုမင်းမောင် ၁၁၇

၁၃။ လူချင်းအတူတူ ဘယ်သူမြတ်သလဲ
သန်းငြိမ်းအေး ၁၂၅

၁၄။ နေခြင်း သေခြင်းနှင့် လွတ်မြောက်ခြင်း
ဒေါက်တာမတင်ဝင်း (ပညာရေးတက္ကသိုလ်) ၁၃၁

၁၅။ ကံကိုယုံမှ လုပ်အောင်းကောင်းမည်
တက်တိုး ၁၄၁

၁၆။ ကြီးပွားရေးဇာတာ လူတိုင်းမှာရှိသည်
ဗမိုး ၁၄၇

၁၇။ မှားမှန်းသိလျှင် ပြင်
သခင်အောင်ဖေ ၁၅၃

စီစဉ်သူ၏ အမှာ

"ဗုဒ္ဓဓမ္မလမ်း လူငယ်တွေ လျှောက်လှမ်းစေချင်"နှင့် လူငယ်လမ်းညွှန် ဗုဒ္ဓဘာသာဆောင်းပါးများ စုစည်းမှုစာအုပ်ကို ယခုမိတ်ဆွေမျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ လက်ဝယ်သို့အရောက် ပို့ဆောင်ပေးလိုက်ပါပြီ။

မိတ်ဆွေ မျိုးဆက်သစ်လူငယ်အပေါင်းတို့ ...

ယနေ့မြန်မာပြည်တစ်ဝန်းလုံးရှိ လူငယ်အတော်များများသည် ငါနှင့်မတူ ငါ့ရန်သူဟူသော ခံယူချက်ရှိကြ၏။ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပက္ခာဟူသော ဗြဟ္မစိုရ်တရားများ ဆိတ်ကွယ်နေကြသည်။ ယခုစာအုပ်မျက်နှာဖုံးပါ သရုပ်ဖော်ပုံများကဲ့သို့ပင် တစ်ဦးကိုတစ်ဦး သတ်ကြဖြတ်ကြ၊ လိမ်ကြကောက်ကြ၊ ခိုးကြဖွက်ကြနှင့် စိတ်မချမ်းမြေ့စရာပေါင်းများစွာတွေ့မြင်နေကြရပါသည်။ ဘုရားသားတော် သံဃာတော်များကိုပင် သတ်ကြ၏။ ကိုယ့်ကို ပညာသင်ကြားပေးသော အနန္တဂိုဏ်းဝင် အာစရိယဆရာများကိုပင် သတ်ကြ၏။ ငွေတစ်သိန်းတန်သော တယ်လီဖုန်းကိုပင် လူသတ်၍ လုယက်ကြ၏။ ဖေ့ဘုတ်စ်၌ သတင်းအမှားများတင်ကာ လိမ်လည်ကြ၏။ သက်ငယ်မုဒိန်းမှုများမှာလည်း မကြားချင်အဆုံး ဖြစ်ပျက်နေကြသည်။ ဤအဖြစ်အပျက်များသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဗုဒ္ဓဘာသာ အထွန်းကားဆုံးနိုင်ငံဟု ဂုဏ်ယူပြောဆိုနေကြသော မြန်မာနိုင်ငံ၌ ဖြစ်ပျက်နေသော အနိဋ္ဌာရုံများပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဗုဒ္ဓဓမ္မလမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာနေထိုင်သူ မည်သူမဆို ငြိမ်းချမ်းအေးမြစေသော လူ့ဘဝကိုပိုင်ဆိုင်စေမည်မှာ ငြင်းစရာမလိုပေ။ ဒုစရိုက်မှုများကို လုပ်ဆောင်နေကြသော ယနေ့ခေတ် လူငယ်များသည် ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမ တရားဓမ္မများကို မသိ၍သာဖြစ်မည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့ ခံယူပါသည်။ သို့ကြောင့် လူငယ်များ ဤစာအုပ်ကို ဖတ်မှတ်ခြင်းဖြင့် ဗုဒ္ဓဓမ္မအဆုံးအမများလိုက်နာပြီး ယဉ်ကျေးကြစေရန်၊ အောင်မြင်တိုးတက်သော ဘဝများကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြစေရန် ရည်ရွယ်လျက် ဤစာအုပ်ကို ပြုစုလိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် မြန်မာလူမျိုး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များပီပီ ၃၈-ဖြာ မင်္ဂလာတရားတော်နှင့် ငါးပါးသီလမှစ၍ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဇာတိ ဇရာ မရဏ ဗျာဓိ စသည့် သံသရာလည်ခြင်းစသည့် ဗုဒ္ဓဓမ္မများကို လူငယ်များသိရှိလာစေရန် လမ်းညွှန်ခဲ့ကြသည်မှာ မိခင်ဖခင် ဆရာသမား များနှင့် ကျွန်တော်တို့လို စာပေတာဝန်ထမ်းဆောင်နေကြသူများ၏ တာဝန် ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓအဆုံးအမရရှိထားသော လူငယ်များသည် အနည်းဆုံး ကုသိုလ် မဖြစ်လျှင်ပင် အကုသိုလ်မဖြစ်နိုင်သည်မှာ သေချာပါသည်။ ထိုမှတဆင့် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားထူးများကို ရှာဖွေဖတ်ရှု ကျင့်ကြံဆောက်တည် ကြပါက တန်ဖိုးရှိသော လူ့ဘဝကို ပိုင်ဆိုင်ကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့စာပေသမားများက မျိုးဆက်သစ်လူငယ်များ အတွက် ရည်စူးလျက် ဆရာတော်ကြီးများ၏ အဆိုအမိန့်ဟောပြော ရေးသားမှုများ၊ နိုင်ငံကျော်ခဲ့ပြီးသော ကွယ်လွန်သွားကြပြီဖြစ်သည့် စာရေးဆရာကြီးငယ်များစွာတို့၏ စေတနာဖြင့် ရေးသားထားခဲ့သော စာမူဟောင်းများ၊ စာမူကောင်းများကို စုစည်းပြီး၊ အသစ်အသစ်သော စာပေပညာရှင်များ၏ စာပေလက်ရာသစ်များ ပါဝင်လျက် ဤစာအုပ်ကို ထုတ်ဝေဖြန့်ချိလိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဓမ္မအသိပညာများကို လူငယ်များ လွယ်လင့်တကူ မှတ်သား နားလည်ရန် စေတနာပါသော အတွေးသစ် အမြင်သစ်ရှိနိုင်သော မျိုးဆက်သစ် စာရေးဆရာများထံမှလည်း စာမူရေးသားပေးပို့ခြင်းကို ကြိုဆိုနေပါသည်။ ဆက်လက်၍လည်း ယခုစာအုပ်ထက် ပိုမိုကောင်းမွန်သော လူငယ်လမ်းညွှန် စာအုပ်များ ထွက်ရှိလာစေရန် ကြိုးစား၍ နောက်ထပ်လည်း စာအုပ်များ ပြုစုထုတ်ဝေသွားမည့်အကြောင်း သတင်းကောင်းပါးအပ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာ ကမ္ဘာအနှံ့ကျယ်ပြန့်လာပါစေ၊ မြန်မာ့မျိုးဆက် သစ်လူငယ်များထံ ပိုမိုပျံ့နှံ့နိုင်ပြီး လူငယ်များ ကျင့်သုံးနိုင်ကြပါစေဟု ဆန္ဒပြုလျက် ...

ဇင်ယော် (မာန်)

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမနှင့်အညီ နေထိုင်ခြင်း

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)
(ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်)

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ်ကို ခံယူထားကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - မြတ်စွာဘုရားအား ကိုးကွယ်ရာဟု အသိအမှတ်ပြုပါလို့ ဝန်ခံကြတယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း ကျင့်သုံးနေထိုင်ကြရတယ်။

ဘာသာတရားတွေ လောကမှာ အမျိုးမျိုးပေါ်ပေါက်လာတယ်။ ဘာသာတရားပေါ်လာခြင်းရဲ့ အကြောင်းအရင်းကတော့ လောကလူသားတွေဟာ အမှန်မသိကြဘူး။ အမှန်မသိတဲ့အတွက်ကြောင့် မိမိတို့ရဲ့ လုံခြုံစိတ်ချမှုအတွက် စိုးရိမ်ကြတယ်၊ ကြောက်ရွံ့ကြတယ်။ ထိုစိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့မှုတို့ကို အခြေခံပြီးတော့ ဘာသာအမျိုးမျိုး ကွဲပြားပေါ်ပေါက်လာတယ်။ လူတွေဟာ အကြောက်တရားကို ဖြေဖျောက်ဖို့အတွက် ဘာသာတရားတွေ အမျိုးမျိုးကိုးကွယ်လာကြတယ်။ ထိုကိုးကွယ်လာခြင်းဟာ အမှန်သိလို့ ကိုးကွယ်လာခြင်းမဟုတ်ဘဲ မိမိတို့ရဲ့ယုံကြည်ရာ၊ စိတ်ထင်ရာကို အားကိုးယုံကြည်ကြတဲ့ သဘောမျိုးသာဖြစ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားပွင့်လာတဲ့အခါကျတော့ "ဘယ်ဟာက အမှန်၊ ဘယ်ဟာက အမှား၊ ဘယ်ဟာက လုပ်သင့်တယ်၊ ဘယ်ဟာက မလုပ်သင့်ဘူး" ဆိုတာ ကွဲပြားခြားနားစွာ သိရှိခွင့်ရလာကြတယ်။ အဲဒီလိုသိရှိလာတဲ့အခါမှာ လူသားတွေဟာ မိမိတို့ရဲ့ အသိဉာဏ်ကိုအခြေခံပြီး ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်း ရှိလာကြတယ်။ အဲဒီလို ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်းရှိလာတဲ့ လူသားတွေရဲ့ တိုးတက်မှုကြောင့် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးမှုရှိလာကြတယ်။ သို့သော် လူသားတိုင်း လူသားတိုင်းဟာ ထိုကဲ့သို့ အသိဉာဏ်ရှိပြီး ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ရွေးချယ်ပြီး ကိုးကွယ်မှုပြုနိုင်သလားဆိုတော့ အများစုဟာ မပြုနိုင်ဘူး။ ရိုးရာအစဉ်အလာ ယုံကြည်ချက်ကို ပယ်ဖျက်ပြီးတော့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် လက်ခံစဉ်းစားနိုင်ဖို့ တွန့်ဆုတ်တွန့်ဆုတ် ဖြစ်နေတုန်းပဲဖြစ်တယ်။

သို့သော် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ အင်မတန်မှ ကံကောင်းတယ်၊ မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော် ထွန်းကားတဲ့အချိန်မှာ လူလာဖြစ်ခြင်း၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမဩဝါဒတွေကို ကြားနာရခြင်း၊ လေ့လာသိရှိရခြင်း၊ ဓမ္မနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အသိဉာဏ်တွေရရှိခြင်းကြောင့် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် အမှားအမှန်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်တယ်။ ဆုံးဖြတ်နိုင်သည့် အတွက်ကြောင့် မိမိတို့ရဲ့ကိုးကွယ်မှုဟာ သဒ္ဓါဆိုတဲ့ ယုံကြည်မှုတစ်ခုတည်းကို အခြေခံတာ

မဟုတ်ဘူး။ အသိဉာဏ်ကိုပါ အခြေခံပြီးတော့ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ကြတယ်။ အထူးသဖြင့် ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း ကျင့်သုံးနေထိုင်ကြတယ်လို့ ဆိုတဲ့နေရာမှာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမက ဘာလဲဆိုရင် "**အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော**"ပဲ။ ဒီအဆုံးအမဟာ အင်မတန်မှတန်ဖိုးရှိတဲ့ အဆုံးအမပဲဖြစ်တယ်။ "မိမိသာလျှင် မိမိရဲ့ကိုးကွယ်ရာ"လို့ဆိုတယ်။ ဒီစကားဟာ သိပ်တန်ဖိုးရှိတယ်။ ဘာပြုလို့တန်ဖိုးရှိတယ်လို့ ပြောရတာလဲဆိုရင် လူတွေဟာ အကြောက်တရားနဲ့ တခြားအရာကို အားကိုးမျှော်လင့်ပြီး နေတတ်ကြတယ်။ အဲဒီအလေ့အထကြီးဟာ အင်မတန်မှကြီးမားလာတယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမှန်မသိဘူး။ လမ်းစပျောက်နေတယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမှန်းမသိတဲ့အခါ တန်ခိုးရှင်ကြီးတွေကို အားကိုးရာအဖြစ် ကောင်းကင်ကြီးကိုမော့ပြီး ကောင်းကင်ဘုံက တန်ခိုးရှင်ကြီးရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း၊ တန်ခိုးရှင်ကြီး ဖန်ဆင်းထားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာပါတယ်ဆိုပြီးတော့ လူတွေဟာ ဘယ်တော့မှလည်း မမြင်ဘူးတဲ့၊ ဘယ်တော့မှလည်း မြင်ရမယ့်အရာ မဟုတ်တဲ့ တန်ခိုးရှင်ကြီးကို တစ်ဆင့်ပြောစကားနဲ့ လက်ခံယုံကြည်နေရတဲ့ ဘာသာမျိုးတွေကို ကိုးကွယ်ကြတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ ဆန္ဒ၊ ကိုယ့်ရဲ့ လုံ့လဝီရိယ၊ ကိုယ့်ရဲ့ အသိဉာဏ်ဆိုတာတွေဟာ ချောင်ထိုးခံရတဲ့ အနေအထားမျိုး ရောက်သွားတယ်။ အေး - အဲဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စကားတစ်ခွန်းဟာ အလွန်တန်ဖိုးရှိတယ်။ "**အတ္တာဟိ**

> "ကိုယ့်ကိုယ်ကို
> အားကိုးရမှန်းမသိတဲ့အခါ
> တန်ခိုးရှင်ကြီးတွေကို
> အားကိုးရာအဖြစ်
> ကောင်းကင်ကြီးကိုမော့ပြီး
> ကောင်းကင်ဘုံက
> တန်ခိုးရှင်ကြီးရဲ့
> အဆုံးအမအတိုင်း..."

အတ္တနော နာထော" မိမိသာလျှင် မိမိ၏ ကိုးကွယ်ရာလို့၊ တခြားလူ ကိုးကွယ်ရာ မဟုတ်ဘူး။ အရာခပ်သိမ်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမယ်။ ကိုယ့်အစွမ်းအစကို ကိုယ်ယုံကြည်ပြီးတော့ ကိုယ်တိုင်လုပ်ကိုင် ဆောင် ရွက်ရမယ်ဆိုတာ သဘောပေါက် နားလည်ရမယ်။

မိမိသည်သာ ကိုးကွယ်ရာဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ဆန္ဒ၊ ကိုယ့်ရဲ့လုံ့လ ဝီရိယ၊ ကိုယ့်ရဲ့အသိဉာဏ်ကို တန်ဖိုးထားပြီး၊ ဆန္ဒဖြင့်မျှော်လင့်ပြီး၊ လုံ့လဝီရိယဖြင့် မရရအောင် ကြိုးစားပြီး အသိဉာဏ်ဖြင့် မှန်ကန်တဲ့ နည်းလမ်းတွေကို ရှာဖွေအားထုတ်ရမယ်။ ဒါဟာ လက်တွေ့ အင်မတန်ကျတဲ့ ကျင့်စဉ်တစ်ခု ကို မြတ်စွာဘုရားက ဖော်ထုတ်တယ်။

အဲတော့ မေးစရာတစ်ခုရှိလာတယ် "**အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော**" မိမိသည်သာလျှင် မိမိ၏ကိုးကွယ်ရာလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီအတိုင်းဟော ထားတာ ဟုတ်ပြီ၊

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - ဘုရားကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏။
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - တရားကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏။
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - သံဃာကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏ဆို တဲ့စကားနဲ့ မဆန့်ကျင်ဘူးလားလို့ မေးကောင်းမေးကြလိမ့်မယ်။ မြန်မာ စကားမှာ **နာထ** နဲ့ **သရဏ** ဟာ ကိုးကွယ်ရာဟု ဒီလိုဘာသာပြန်ထား တဲ့အတွက်ကြောင့် ဒီနှစ်ခုဟာ ရော ထွေးနေသလိုရှိတယ်။ သို့သော် မိမိ ကိုယ်ကို အားကိုးခြင်း၊ ဘုရားကို အားကိုးခြင်းဆိုတာ အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်ခြင်း မတူဘူး။

> "မိမိကိုယ်ကို အားကိုးခြင်း၊ ဘုရားကို အားကိုးခြင်းဆိုတာ အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်ခြင်း မတူဘူး။"

မြတ်စွာဘုရားကိုအားကိုးတာ ဘယ်အဆင့်နဲ့ အားကိုးတာလဲဆိုတာ အမှန်တရားကိုသိဖို့အတွက် အားကိုး

တာ။ မြတ်စွာဘုရားက ကယ်တင်တာလည်း မဟုတ်ဘူး။ မ,မှာလည်း မဟုတ်ဘူး။ သို့သော် မြတ်စွာဘုရားက လမ်းပြပေးတာ။ လောကမှာ သွားရမယ့်လမ်းကိုမသိတာ အင်မတန်မှ ဒုက္ခရောက်တယ်၊ ပြဿနာကြီး တစ်ခုပဲ။ အဲတော့ သွားရမယ့်လမ်းကို ပြနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတာပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးပါတယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားက လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာကို ခွဲခြားဟောပြီး မလုပ်သင့်တာတွေကို ရှောင်ရမယ်၊ လုပ်သင့်တာတွေကို လုပ်ရမယ်လို့ အတိုင်းအတာ တစ်ခုအနေနဲ့ သတ္တဝါတွေကို ဆုံးမဩဝါဒပေးထားတယ်။ အဲဒီ ဆုံးမဩဝါဒကို လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ဖို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လုပ်ရမယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာပေါ့။ ဘုရားရဲ့ ဘုန်းတန်ခိုးတွေကိုမှီခိုပြီး မြတ်စွာဘုရားက အရာရာကို ဆုံးဖြတ်ပေးလိမ့်မယ်လို့ တမျှော်မျှော် တခေါ်ခေါ် နေရမယ့်ကိစ္စမျိုး မဟုတ်ဘူး။ ဘုရားက ဒါလုပ်၊ ဒါမလုပ်နဲ့၊ ဒါမလုပ်နဲ့ဆိုတာကို ရှောင်ပြီးတော့ ဒါလုပ်ဆိုတာကိုလုပ်ဖို့ ဒါကိုဟောတာ။

သရဏဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်တဲ့အခါမှာ "**ဟိတေပဝတ္တေန အဟိတာ စ နိဝတ္တနေန သတ္တာနံ ဘယံ ဟိံသတိ ဗုဒ္ဓေါ**"လို့ စာပေကျမ်းဂန်မှာ ဖွင့်ထားတာ အင်မတန်မှ အဓိပ္ပာယ်ရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ သတ္တဝါတွေ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်လို့ ဘုရားကိုကိုးကွယ်ကြရတာ။ ဘာဖြစ်လို့ ကိုးကွယ်ကြတာလဲဆိုရင် **ဟိတေပဝတ္တေန** - အခြေအနေကောင်းတွေကို ဖြစ်ပေါ်စေတယ်။ **အဟိတာ စ နိဝတ္တနေန** - ဆိုးဝါးတဲ့အခြေအနေတစ်ခုကို မရောက်စေဘူး။ ဒါက ဘာလဲဆိုရင် အကုသိုလ်တွေက ရှောင်ကြတယ်။ မလုပ်သင့်တာနဲ့ လုပ်သင့်တာ ခွဲခြားဟောကြားခြင်းဖြင့် ပိုမိုအခြေအနေကောင်းပြီးတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်မြောက်ပြီး ချမ်းသာသုခကို ရောက်စေနိုင်တဲ့နည်းလမ်းကို ထုတ်ဖော်ဟောကြားတယ်။ ထုတ်ဖော်ဟောကြားမှုဆိုတာကိုရလို့ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တာ။ အဲဒီထက်မပိုဘူး။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ကျင့်သုံးနေထိုင်တာ ဒါ "**အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော**"ပဲ။ မိမိသည်သာ

ကိုးကွယ်ရာပဲ။ ဒီ့ထက်ရှင်းတဲ့ ဥပမာတစ်ခု ပြောရမယ်ဆိုရင် လူတွေဟာ နေမကောင်းထိုင်မသာဖြစ်တဲ့အခါ ဘယ်သွားလဲဆိုရင် ဆရာဝန်ဆီသွားကြ တယ်။ ဆရာဝန်ဆီ ဘာအတွက်သွားတာလဲဆိုရင် ဘာရောဂါလဲသိဖို့၊ ဘာကြောင့် ဒီရောဂါဖြစ်တာလဲ၊ ဒီရောဂါဖြစ်လာလို့ရှိရင် ဘယ်ဆေး သောက်၊ ဘယ်လိုနေရင်ပျောက်မလဲ၊ ဒါသိဖို့သွားတာ။ အဲတော့ ဆရာဝန် က ရောဂါပျောက်အောင် လုပ်ပေးနိုင်သလားဆိုရင် မလုပ်ပေးနိုင်ဘူး။ လုပ်မပေးဘူးဆိုတာ အင်မတန်ထင်ရှားတယ်။ ဘာပြုလို့လဲဆိုရင် ဆရာဝန် က ဆေးထိုးပေးရင်ပေးတယ်၊ သောက်ဆေးပေးရင်ပေးမယ်။ လူနာကိုယ် တိုင်က ဆေးသောက်ရမယ်။ အဲဒီကတည်းက ကိုယ်တိုင်လုပ်ရတဲ့ဟာ။ ဆရာဝန်ဆီသွားတာဟာ ဒီရောဂါအတွက် ဘာဆေးသောက်ရမလဲဆိုတာ သိဖို့သွားတာ။ ဆရာဝန်ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာပြီးတော့ ဆေးသောက် မှ ရောဂါပျောက်မယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ ဒါကလက်တွေ့ပဲ။

ဒီအတိုင်းပဲ၊ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တယ်ဆိုရာမှာ မြတ်စွာဘုရား က လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ခွဲခြားဆုံးမတယ်။ မလုပ်သင့်တာကို ကိုယ်ကရှောင်ရမယ်၊ လုပ်သင့်တာကို လုပ်ရမယ်။ ဒါဟာ **ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ** – ဓမ္မကိုကျင့်သုံးတာ။ ဆရာဝန်ကဆေးပေးသလို မြတ်စွာဘုရားက ဓမ္မလမ်းကြောင်းကို ဖော်ထုတ်ပေးတာ။ ဆရာဝန်ပေးတဲ့ဆေးကို သောက် လို့ ရောဂါပျောက်သလို မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတဲ့ ဓမ္မကိုလိုက်နာကျင့် သုံးလို့ ချမ်းသာသုခတွေရလို့ နောက်ဆုံးမှာ ထာဝရအငြိမ်းဓာတ်ဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရောက်ကြတာ။ ဒါဟာ တကယ့်လက်တွေ့ကျတဲ့တရား၊ ဒီ့ထက်လက်တွေ့ကျတာ မရှိဘူး။

လူတွေမှာ တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး လုပ်ပေးနိုင်တာ အကန့်အသတ်ရှိ တယ်။ အကုန်လုပ်ပေးလို့ရတာ မဟုတ်ဘူး။ မိမိတို့ အင်မတန်ချစ်လှတဲ့ သားသမီးတောင်မှ ပညာတတ်ကြီးဖြစ်အောင် လုပ်မပေးနိုင်ဘူး။ မိဘက လုပ်ပေးနိုင်တာ ဘာတစ်ခုလုပ်ပေးမလဲဆိုရင် ကျောင်းကောင်းကောင်းထား ပေးမယ်။ ဆရာကောင်းကောင်းဆီ အပ်ပေးမယ်။ ဒီလောက်ပဲလုပ်ပေးနိုင်

"သားသမီးကိုယ်တိုင်က
မကြိုးစားဘူးဆိုရင်
ပညာတတ်မဖြစ်ဘူး"

တယ်။ သားသမီးကိုယ်တိုင်က မကြိုးစားဘူးဆိုရင် ပညာတတ် မဖြစ်ဘူး။ ဒါက လက်တွေ့ပဲ။

ဘုရားလက်ထက်တော်မှာ (၄၅) နှစ်၊ ဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားတဲ့အခါ ရှင်မဟာကဿပ ဦးဆောင်တဲ့ သံဃာတော်အရှင်မြတ်တွေဟာ ကွဲလွဲမှုမရှိအောင် တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ညှိနှိုင်းလိုက်တာ သံဂါယနာတင် တယ်လို့ ခေါ်တယ်။ **သံဂါယနာ** - စုပေါင်းပြီးတော့ ဆိုကြတယ်။ ဆိုပါစို့ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ စကားတစ်ခု ဟိုတစ်ပါးက ရလာ တယ်၊ ဒီတစ်ပါးက ရလာတယ်၊ ကိုက်ညီမှုရှိမရှိ အသံထွက်ခြင်း၊ စာလုံး ခြင်း တူမတူညှိတာ **သံဂါယနာ** လို့ခေါ်တယ်။ **သံ**-စုပေါင်းပြီး အတူတကွ တိုက်ဆိုင်နှီးနှောပြီး၊ **ဂါယနာ**-ရွတ်ဆိုတာ။ ဘာပြုလို့လဲဆိုရင် စာအုပ်မှ မရှိတာ၊ သူ့ရတာနဲ့ ကိုယ့်ရတာ တူ မတူ ဆိုကြည့်ကြတယ်။

ဆိုကြည့်ရုံတင်မကဘူး။ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတွေကို စနစ် တကျစုစည်းပြီးတော့ မပျောက်ပျက်အောင် ပန်းပွင့်တွေကို ကြိုးနဲ့သီသလိုပဲ ဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်တွေကို စနစ်တကျ ဝိနည်းကတစ်စု၊ သုတ္တန်က တစ်စု၊ အဘိဓမ္မာက တစ်စုဆိုတာလို အသီးအသီးသူ့ကြိုးတွေနဲ့ ထိန်း ပြီးတော့ သီထားသလိုပဲ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်တွေကို စနစ် တကျစီစဉ်ပြီးတော့ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းလာခဲ့တာ။ ဘုရား ဟောတဲ့ ဓမ္မဝိနယတွေ မပျောက်ပျက်အောင် စုစည်းပေးခဲ့တာ။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီသံဂါယနာဟာ တကယ့်ကိုအရေးပါဆုံး သံဂါယနာဖြစ်တယ်။ (သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃာနဲ့ သွားမရောစေနဲ့။ သံဂါယနာဆိုတာ ဂငယ်နဲ့ရေးရ

တယ်။ ဂါယနာဆိုတာ ရွတ်ဆိုတာ။) အသံထွက်တွေကို ညှိနှိုင်းတိုက်ဆိုင်တယ်။

အဲဒီလို ပိဋကတွေကို သံဂါယနာတင်ပြီး စုစည်းထားခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေဟာ စနစ်တကျ စုစုစည်းစည်းရှိပါတယ်။ အဲဒီလို စုစုစည်းစည်းရှိတဲ့ တရားတော်တွေကို အဆင့်ဆင့်သံဃာတော်တွေက ဆက်ပြီး ထိန်းသိမ်းလာခဲ့တာ နှစ်ပေါင်း (၄၅၀)၊ စာအုပ်မရှိသေးဘူး။ နှုတ်နဲ့ဆောင်ယူခဲ့ကြတယ်။ ဆရာက တပည့်ကို နှုတ်တိုက်ချပေးတယ်၊ တပည့်က နှုတ်တိုက်လိုက်ဆိုတယ်။ ရ,ထားတဲ့စာတွေကို မိမိတပည့်ကို ထပ်ဆင့်ပြီးတော့ နှုတ်တိုက်ချတယ်။ ဒါကို oral tradition လို့ ခေါ်တယ်။ နှုတ်တိုက်သင်တဲ့ခေတ်၊ အခုထိ ဒီစနစ်လေးတွေ မပျောက်သေးဘူး။ မြန်မာပြည်မှာလည်းပဲ ကလေးပေါက်စလေးတွေဆိုရင် စာမဖတ်တတ်သေးခင် မိဘတွေက "**ဣတိပိသော**" သင်ပေးထားတယ်။ "**နမော တဿ**" သင်ပေးထားတယ်။ "**သမ္ဗုဒ္ဓေ**" သင်ပေးထားတယ်။ ဒီအမိပ္ပာယ်မျိုးနော်။ အဲဒီနည်းနဲ့ နှုတ်တိုက်ချပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားတရားတော်တွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လာခဲ့တာ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက်တုန်းဆိုရင် (၄၅၀)။ ဘုရားသက်တော် ထင်ရှားရှိတုန်းက (၄၅) နှစ်၊ ဘုရားမရှိတော့တဲ့နောက်မှာ အနှစ် (၄၅၀)။

> "ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုဟာ ကိုယ်လုပ်လို့ရတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၊ ဘယ်သူကမှ ရောအင့်လို့လာပေးတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မဟုတ်ဘူး။"

ဒီကနေ့ ဓမ္မစကြာတရား ဟောခဲ့တာ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက် ရှိပြီလဲဆိုရင် နှစ်ပေါင်း (၂၆၀၀) သာသနာတော်နှစ် (၂၅၅၅) ဆိုတာ ဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံတာကို ပြောတာ။ တရားဟောတာပါ ထည့်ပြောမယ်ဆိုရင် အနှစ် (၂၆၀၀)ရှိပြီ။ အဲဒီ

အနှစ် (၂၆၀၀) ကာလပတ်လုံး ဒီတရားဓမ္မတွေကို မပျောက်ပျက်အောင် ဒီကနေ့ထိ သင်ယူခွင့်၊ လေ့လာခွင့်၊ ကြားနာခွင့်၊ မှတ်သားခွင့်၊ မြတ်စွာဘုရား တရားတော်တွေကို သိရှိခွင့်ရတာ ဘယ်သူ့ကျေးဇူးလဲဆိုတော့ သံဃာတော်တွေရဲ့ ကျေးဇူးပဲ။

မြန်မာနိုင်ငံမှာ စာသင်တိုက်တွေ အသီးသီး မိမိတို့ရဲ့ တစ်ပိုင်တစ်နိုင် ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည်ဖြစ်စေ၊ တစ်ဦးဖြစ်စေ၊ အများဖြစ်စေ ဆရာတွေဟာ တပည့်တွေကို လက်ဆင့်ကမ်းပြီးတော့ ပို့ချနေကြတယ်။ သင်ကြားပို့ချကြတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ ပရိယတ္တိပညာရေးဟာ ဒီအနီးအနားပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ ထေရဝါဒနိုင်ငံလို့ပြောတဲ့ ကမ္ဘောဒီယားတို့၊ လာအိုတို့၊ ထိုင်းတို့၊ သီရိလင်္ကာတို့ဆိုတဲ့ နိုင်ငံတွေနဲ့ မြန်မာပြည်ရဲ့ ပရိယတ္တိအရည်အချင်းက သာလွန်တယ်။ ဘာပြုလို့သာလွန်လဲဆိုရင် မြန်မာနိုင်ငံမှာ ပရိယတ္တိစာသင်တိုက်တွေ ရှိနေတယ်။ လက်ဆင့်ကမ်းပြီးတော့ သင်ယူပေးနေတယ်။

အလုပ်တွေအားလုံးဟာ **"အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော"** ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးရာ ဖြစ်တယ်နော်။ ဘယ်သူ့ဆီကမှ မျှော်လင့်တာမဟုတ်ဘူး။ ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုဟာ ကိုယ်လုပ်လို့ရတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၊ ဘယ်သူကမှ ရှေ့အင့်လို့လာပေးတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မဟုတ်ဘူး။ သာသနာတော်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် လုပ်ကိုင်တဲ့အတွက် ရလာတဲ့ကုသိုလ်ကောင်းမှုတဲ့။ အဲဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုကို အားကိုးတာသည်ပင်လျှင် **"အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော"** ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရာလို့ပြောတာ။ နောက်အဓိပ္ပာယ်တစ်ခု ဖွင့်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးတယ်ဆိုတာ ဘာကို အားကိုးတာလဲဆိုတော့ ကိုယ်ကျင့်သုံးတဲ့တရားကို အားကိုးတာ၊ ဒီလိုဆိုတာနော်။ ကိုယ်ကျင့်သုံးတဲ့တရား။

လောကမှာ သေချာစဉ်းစားကြည့်၊ လူတွေဟာ ပစ္စည်းဥစ္စာလည်း ရှာကြတယ်။ တရားဓမ္မလည်း ရှာကြသလို ကုသိုလ်ကောင်းမှုလည်း လုပ်ကြတယ်။ အဲဒီထဲမယ် ပစ္စည်းဥစ္စာရှာတဲ့သူက ပိုများတယ်။ တရား

ရှာတဲ့သူက နည်းတယ်။ အတိုင်းအတာတစ်ခုစီ တွက်ချက်ပြီးတော့ကြည့်၊ ရှာထားတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာဟာ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက်ကြာအောင် သုံးနိုင်လဲ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စဉ်းစားကြည့်။ လူ့ရဲ့သက်တမ်းဟာ ဒီကနေ့ခေတ်နှစ် (၁၀၀) လောက်နဲ့ပဲ ပြောပါဦး။ ကိုယ်ရှာထားတဲ့ပစ္စည်းဟာ နှစ် (၁၀၀) မသုံးရဘူး။ ဘဝတစ်ခု အဆုံးသတ်သွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ဒါတွေအကုန်ထားပစ်ခဲ့ရတယ်။ အဲတော့ အခုလိုဘဝတစ်ခု အဆုံးမသတ်ခင်လည်း ကိုယ့်လက်ကနေ လွတ်သွားနိုင်တယ်။ ဆုံးရှုံးသွားနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားကဟောတာ၊ လောကပစ္စည်းတွေဆိုတာ "**ပဟာယဂမနီယ**" ထားပြီးသွားရတဲ့ ပစ္စည်းတွေချည်းပဲ၊ ယူသွားလို့ရတာ တစ်ခုမှမရှိဘူး။ အဲတော့ ကိုယ်ရှာသမျှ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေဟာ ထားသွားရမယ်။ ဒါဖြင့် ယူသွားလို့ရတဲ့နည်းရှိလားဆိုတော့ ဒီပစ္စည်းတွေကို အသုံးပြုပြီး လှူလိုက်တန်းလိုက်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် ယူသွားလို့ရတယ်။ ဒါကိုပြောတာ။ အဲတော့ ယူသွားလို့မရတဲ့ပစ္စည်းနဲ့ ယူသွားလို့ရတဲ့ပစ္စည်း လဲလိုက်တာပဲပေါ့။ ထိုလဲလိုက်ခြင်းသည် ကိုယ့်ဟာကိုယ် အားကိုးခြင်းပဲတဲ့။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်းပဲ၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။

အဲတော့ ကောင်းပြီ၊ မြတ်စွာဘုရားအဆုံးအမတွေ၊ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမနဲ့အညီ နေထိုင်ရမယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမနဲ့ နေထိုင်တယ်ဆိုတော့ တခြားဘာသာဝင်တွေလည်း သူတို့ဘာသာရဲ့ အဆုံးအမနဲ့နေကြတယ်။ နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေနေကြတယ်။ အဲတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေက တို့တတွေလည်း ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမနဲ့နေမယ်ဆိုတော့ ပထမ မြတ်ဗုဒ္ဓက ဘယ်လိုဆုံးမခဲ့သလဲဆိုတာ သိဖို့လိုမယ်ပေါ့။ လူဆိုတာ အဆင့်ဆင့်ကိုယ့်အဆင့်နဲ့ကိုယ် အားလုံးဟာ ဘုရားဟောတဲ့တရားတွေက အားလုံးနိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားချည်းမဟုတ်ဘူး။ ဘဝခရီးမှာ ချမ်းသာသုခရဖို့ အခြေအနေကောင်းတွေ ဖန်တီးနိုင်ဖို့ဆိုတဲ့ နည်းလမ်းမျိုးတွေကို မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတယ်။ ဘဝခရီးမှာ ချမ်းသာသုခရဖို့အတွက် **ပဋိတော ပဝတ္တနေန**-အခြေအနေကောင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်စေတယ်။

> ❝လူဖြစ်လာပြီဆိုရင်
> နှစ်ဖက်မြင်ရမယ်။
> လူဆိုတာ
> မျက်စိနှစ်လုံးရှိတယ်။
> တစ်လုံးတည်းရှိတဲ့လူဟာ
> မပြည့်စုံဘူး။❞

အပတိတာစ နိဝတ္တနေန-မကောင်းတဲ့ အခြေအနေတွေကို ဖယ်ရှားပစ်တယ်။ အဲဒီနည်းနဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို မြတ်စွာဘုရားက ဆောင်ရွက်တယ်။ အဲတော့ အခြေအနေကောင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်အောင် မြတ်စွာဘုရားက အဆုံးအမပေးထားတယ်လို့ဆိုတော့ ကိုယ့်အဆင့်နဲ့ ဘုရားက ဆုံးမခဲ့တာ။ ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမလေးတွေ မှတ်သားပြီးတော့ ကျောင်းဒကာ၊ ကျောင်းအစ်မတွေက ငယ်ရွယ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း တို့ဘယ်လိုနေရမယ်ဆိုတာ မှတ်သားဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဒီထဲမှာ အထူးသဖြင့် လူငယ်လူရွယ်တွေက မှတ်သားဖို့ လိုအပ်တာပေါ့။

တို့ဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမနဲ့ ဘယ်လိုနေမလဲ။ အခု ဘုန်းကြီးတို့တွေ လူဖြစ်လာပြီ လူဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ ဘာ လုပ်ရမလဲဆိုတာ၊ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဖြစ်အောင် လုပ်ရမလဲဆိုတာကို ဘယ်လိုမှာခဲ့သလဲ၊ ဘယ်လို ဆုံးမခဲ့သလဲ။ သုတ္တန်တစ်ခုမှာ **အန္ဓသုတ္တန်** လို့ခေါ်တဲ့ သုတ္တန်တစ်ခုမှာ မြတ်စွာဘုရားက ပညာမျက်စိနှစ်ဖက်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဖြစ်အောင် လုပ်ပါတဲ့။ လူဖြစ်လာပြီဆိုရင် နှစ်ဖက်မြင်ရမယ်။ လူဆိုတာ မျက်စိနှစ်လုံးရှိတယ်။ တစ်လုံးတည်းရှိတဲ့လူဟာ မပြည့်စုံဘူး။ နှစ်လုံးစလုံး မရှိရင်တော့ အကန်းပဲ။ တစ်လုံးပျက်နေရင်ကို မကောင်းဘူး။ အဲဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက **ဒွိစက္ခု** တဲ့၊ အမြင်နှစ်မျိုး မျက်စိနှစ်မျိုး ရှိအောင် လုပ်ပါတဲ့။

လူထဲမှာ လူဖြစ်လာလို့ရှိရင် အခြေခံလူသား တစ်ယောက်အနေနဲ့ အမြင်နှစ်မျိုးရှိရမယ်။ အမြင်နှစ်မျိုးက ဘာလဲဆိုတော့ နံပါတ်တစ်က စီးပွားရှာနိုင်တဲ့အမြင်၊ ပညာမျက်စိရှိရမယ်။ စီပွားရေး မျက်စိလို့ခေါ်တယ်။ ဘယ်လိုလုပ်ရင် စီးပွားဥစ္စာတိုးတတ်နိုင်လဲ။ ဒါဟာ အင်မတန်မှအရေးကြီး တယ်နော်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ စီးပွားမရှာရဘူးမဟုတ်ဘူး ရှာ။ မြတ်စွာဘုရားက စီးပွားရှာဖို့ တိုက်တွန်းတယ်။ သို့သော် ရှာတဲ့အခါမှာ ဒုစရိုက်နည်းနဲ့မရှာဖို့တော့ ပြောတယ်။ ကောင်းတဲ့နည်းတွေနဲ့ စီးပွားရှာရမယ်။ စီးပွားရေးမျက်စိ ရှိရမယ်တဲ့။

စီးပွားရေးမျက်စိဆိုတာ ဘာတုန်း၊ မရသေးတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာကို ရအောင်လုပ်ခြင်း၊ ရရှိပြီးသား စည်းစိမ်ဥစ္စာကို တိုးပွားအောင်လုပ်ခြင်းလို့ ဒီအချက်နှစ်ချက်နဲ့ စီးပွားရေးမျက်စိရှိရမယ်။ စီးပွားရေးမျက်စိရှိမှ ဒီဘဝမှာ ချမ်းသာသုခရမှာကိုး။ ဒါဖြင့် စီးပွားတော့ရှာတတ်တယ်၊ မရသေးတဲ့ စည်းစိမ်တွေရအောင် မရသေးတဲ့ ငွေကြေးဥစ္စာတွေရအောင် လုပ်တယ်၊ ရပြီးသား ဥစ္စာငွေကြေးတွေ တိုးတက်အောင်လုပ်တယ် ဟုတ်ပြီ။

> “ စီးပွားတိုးတက်လာတယ်
> ကိုယ်ကျင့်တရားက
> မတိုးတက်ဘူး
> ကိုယ်ကျင့်တရား
> ပျက်ယွင်းလာတယ်။ ”

နောက် မျက်စိတစ်လုံးရှိဖို့ လိုသေးတယ်။ ဘာတုန်းဆိုရင် ကိုယ်ကျင့်တရားတဲ့၊ ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ အကောင်းအဆိုးကို ဖြစ်တတ်တဲ့ မျက်စိရှိ ဖို့လိုသေးတယ်။ ဒီနှစ်ခုဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ထိန်းညှိပေးထား တယ်။ စီးပွားရေးချည်းပဲ တိုးတက် ပြီး ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ပြားသွား လို့ရှိရင် ဒီစီးပွားဟာ ကြာရှည်မခံ ဘူး။ ခုမြန်မာနိုင်ငံမှာလဲပဲကြည့်

လူအချို့ဟာ စီးပွားတိုးတက်လာပြီး ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ ပျက်သွားတဲ့အခါ စီးပွားပါပျက်ရော။ ဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ရှိတာပဲ။ သာဓကမြောက်မြားစွာ ရှိတယ်။ စီးပွားတိုးတက်လာတယ် ကိုယ်ကျင့်တရားက မတိုးတက်ဘူး၊ ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ယွင်းလာတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ယွင်းသွားသည့်အတွက်ကြောင့် စီးပွားပါပျက်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက စီးပွားတက်လာတာနဲ့အမျှ ကိုယ်ကျင့်တရားဘက်ကလဲ တက်လာရမယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားဖြင့် ကိုယ့်ရဲ့စီးပွားကို ပြန်ထိန်းထားရမယ်။

စီးပွားဘက်ကလည်း တိုးတက်တယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေကလည်း တိုးတက်လာတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ သူ့ရထားတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာဟာ ခိုင်မာတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရား မပျက်သည့်အတွက်ကြောင့် စီးပွားပျက်တယ်ဆိုတာ မရှိတော့ဘူး။ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။ ဒါမြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမတစ်ချက်။ ဘုန်းကြီးတို့တွေ နေ့စဉ်ဘဝမှာနေမယ်၊ လူ့ဘဝ မိသားစုဘဝမှာ နေမယ်ဆိုလို့ရှိရင် စီးပွားရှာတတ်ရမယ်။ အဲဒီလို စီးပွားရှာလို့ဆိုတဲ့နေရာမှာ ဘယ်လိုရှာမလဲ၊ မြတ်စွာဘုရားဟောထားတယ်။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားချည်းမဟုတ်ဘူး။ နိဗ္ဗာန်သွားဖို့ရာအတွက် အခြေခံကောင်းတွေ အရင်ဖန်တီးရမယ်။ အခြေခံမကောင်းရင် ဘယ်လိုလုပ် နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ လွယ်လွယ်နဲ့ရောက်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အခြေခံကောင်းတွေဖြစ်ဖို့ အရင်လုပ်ရမယ်။

အဲတော့ ဟုတ်ပြီ၊ စီးပွားရှာပြီ၊ စီးပွားဖြစ်ဖို့အတွက် ဘာတွေလုပ်ရမလဲဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရားက သမ္ပဒါတရားလေးပါးဆိုတာ ဟောထားတာရှိတယ်။ နံပါတ်တစ်က ဘာတုန်းဆိုရင် **ဥဋ္ဌာန သမ္ပဒါ**-ကိုယ့်လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်လာရင် ကြိုးစားရမယ်ဆိုတယ်။ ကြိုးစားရမယ်၊ ဒါသိပ်အရေးကြီးတယ်။ မြန်မာလူမျိုးတွေက နည်းနည်းတော့ပျင်းပုံရမယ်။ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါကျရင် ရုံးတက်တယ်ဆိုလဲ နောက်ကျတယ်၊ အိပ်ယာထတော့လည်း နောက်ကျတယ်။ လုပ်ရကိုင်ရမယ့် ကိစ္စတွေဆိုလည်း နောက်ကျတယ်။ နောက်ကျတယ်၊ အချိန်ဖြုန်းတယ်။ ဒါတွေဟာ စီးပွားမတက်ခြင်းရဲ့

အကြောင်းပဲ။ မြတ်စွာဘုရားဟောတယ်၊ **ဥဋ္ဌာန**-အမြဲတမ်း တက်တက်ကြွကြွ၊ ထထကြွကြွနေရမယ်၊ ကြိုးစားရမယ်။

ဗမာတွေ နိုင်ငံခြားရောက်သွားပြီဆိုရင် ကြိုးစားကြတယ်၊ မကြိုးစားရင် အလုပ်ပြုတ်မှာကိုး။ အဲဒီကျတော့မှ ကိုရွှေဗမာတွေက 'ရွှေ'ဖြစ်တာနော်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို 'ရွှေ'လို့ခေါ်တယ်။ 'ရွှေ' တာက ဟို'ရွှေ'မဟုတ်ဘဲနဲ့ 'ရွှေ ရွှေ'ထွက်သွားတဲ့ 'ရွှေ'ဖြစ်နေတယ်။ စောင်းသွားတဲ့ 'ရွှေ'ဖြစ်နေတယ်။ အဲတော့ နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွေ ရောက်သွားတော့ ကြိုးစားရတယ်။ မကြိုးစားရင် အလုပ်ပြုတ်မှာစိုးလို့ ကြိုးစားရတယ်။ မြန်မာပြည်မှာနေပြီး ဒီလိုကြိုးစားရင်လည်း အခွင့်အလမ်းဆိုတာ ရှိလာမှာပဲ။ မြန်မာပြည်မှာလည်း ကြီးပွားချမ်းသာသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရှိတာပဲ။ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင်က **ဥဋ္ဌာန သမ္ပဒါ**-ကြိုးစားရတယ်။

ကြိုးစားဆိုတဲ့အထဲမှာ အရမ်းလုပ်လို့မရဘူး။ ကိုယ်လုပ်တဲ့လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဘာလို့လဲဆိုတော့ လိမ္မာကျွမ်းကျင်မှု၊ ဒါ မြတ်စွာဘုရားဟောတာနော်။ ဘုရားသုံးတဲ့စကားလုံးက '**ဒက္ခ**'တဲ့။ ဒက္ခဆိုတာ လိမ္မာကျွမ်းကျင်တာကိုပြောတာ။ '**အနလသ**'-မပျင်းရဘူး၊ ခွဲကောင်းရမယ်၊ မအောင်မြင် အောင်မြင်သည်ထိအောင် ကြိုးစားရမယ်။ နောက်တစ်ခုက ဘာလဲဆို **ဥပါယဝိမံသာ**-နည်းပညာ၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကော်ဖီဖျော်တာက အစ နည်းပညာရှိတယ်။ လက်ဖက်ရည်ဖျော်တာကအစ နည်းပညာရှိတယ်။ နည်းပညာဆိုတာ မသိမဖြစ်ဘူး၊ ကြိုးစားရမယ်။ သစ်ပင်လေးတစ်ပင်စိုက်တာကစပြီး စနစ်တကျစိုက်ရမယ်။

မြန်မာပြည်မှာ **ဥဋ္ဌာန သမ္ပဒါ**-လျော့နည်းနေလို့ မြန်မာလူမျိုးတွေဟာ မကြီးပွားဘူး။ ဘယ်သူ့မှ အပြစ်တင်စရာ မရှိဘူးနော်။ သူများကို အပြစ်တင်တာ အင်မတန်လွယ်တယ်လေ။ များသောအားဖြင့် လူတွေရဲ့စိတ်က သူများကို အပြစ်တင်ဖို့ပဲကြည့်တယ်။ "သူ့ကြောင့်၊ သူ့ကြောင့်"လို့ ပြောတယ်။ "ငါ့ကြောင့်"လို့ ဘယ်တော့မှ မပြောဘူးနော်။ ကြည့်လေ အိမ်မှာမတော်တဆ ပန်းကန်လေးကျကွဲရင် ကိုယ့်ကြောင့်ကွဲရင် မတော်လို့၊

> ❝ဗမာတွေ
> နိုင်ငံခြားရောက်သွားပြီဆိုရင်
> ကြိုးစားကြတယ်၊
> မကြိုးစားရင်
> အလုပ်ပြုတ်မှာကိုး။
> အဲဒီကျတော့မှ
> ကိုရွှေဗမာတွေက
> ရွှေဖြစ်တာနော်။❞

သူများကြောင့်ကွဲရင် နမော်နမဲ့နိုင်လို့။ သူများကြောင့်ကွဲရင်လည်း မတော်လို့လို့ ပြောပါလား မပြောဘူး။ ဒါကျတော့ နမော်နမဲ့နိုင်တယ်တဲ့။ ဒီလိုအပြစ်တင်တာလေ။ အဲ ကိုယ့်ကြောင့်ကျတော့ ခွင့်လွှတ်လိုက်တယ်။ မတော်လို့၊ မတော်လို့ ဖြစ်တာ။ မတော်တာက ချော်တာပေါ့။

လောကမှာ ကြိုးစားအားထုတ်မှုဆိုတဲ့အထဲမှာ လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်ရမယ်။ ဖွဲ့ကောင်းရမယ်၊ နည်းပညာမသိသေးရင် သိအောင်သင်။ ဒီကနေ့ခေတ် မြန်မာနိုင်ငံကိုကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် လယ်သမားကလည်း ဒီနွားနဲ့ ဒီထယ်နဲ့ပဲ ထွန်နေတာပဲ၊ ဘာမှမတိုးတက်ဘူး။ သိပ်ပြီးတော့ ကြိုးစားအားထုတ်မှု နည်းတယ်လို့ ပြောရမယ်။ စိုက်ထားလိုက်တာ တစ်မျိုးပဲ စိုက်တယ်၊ ကျန်တာမလုပ်တတ်ဘူး။ အဲဒါ ဘာလို့လဲဆို ခုနကနည်းပညာဆိုတာ မလေ့လာလို့၊ ရိုးရာပဲ။ ဒီ့ထက်မတက်လာတော့ဘူး။ ဒီလိုဖြစ်နေတယ်။ တခြားနိုင်ငံတွေ ဝုန်း-ဝုန်း-ဝုန်းနဲ့ တက်သွားတယ်။ ဒီမှာ မတက်နိုင်ဘူး။ နည်းပညာ ကြိုးစားမှုကျတော့လဲ ဒီမှာက လူတွေ ဘယ်မှာပုံနေတုန်း၊ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ ပုံနေတယ်။ ဘာလုပ်နေကြတာတုန်း၊ ဘောလုံးပွဲကြည့်တယ်၊ ရုပ်ရှင်ကြည့်တယ် အားလိုက်ကြတာ။

ဘုန်းကြီးတို့ အမေရိကရောက်သွားတဲ့အခါ တွေ့ရတယ်။ လူတွေ ညဆိုင်းအလုပ်လုပ်တာရှိတယ် နေ့အလုပ်လုပ်တာရှိတယ်။ မိသားစု တစ်ခါ တစ်ခါ ထမင်းလက်ဆုံတောင် မစားရဘူး။ တစ်ခါတစ်ခါ အချိန်အခါအလိုက် မွေးနေ့တို့၊ တစ်ခုခု ဆွမ်းကျွေးချင်ရင်တောင်မှ ဘုန်းကြီးတွေကို

ဆွမ်းကပ်ပြီး မြန်မြန်အလုပ်သွားကြရတယ်။ တရားတောင်မနာနိုင်ဘူး။ ဘာလို့တုန်းဆိုတော့ အလုပ်နောက်ကျမှာစိုးလို့။ ကြိုးစားတာ ကြိုးစားတာ။ တကယ်တွေ့ခဲ့တာ ပြောတာနော်။ မိသားစု မဆုံနိုင်ဘူး။ သူက ညအလုပ်ဆင်းရတယ်၊ သူက နေ့အလုပ်ဆင်းရတယ်။ သူက 'အိုဗာတိုင်' ဆင်းရတယ်နဲ့ ကြိုးစားလိုက်ကြတာ။ ကြိုးစားလို့ရတာလေ။ အဲတော့ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင်ကိုက ကြီးပွားတိုးတက်ချင်ရင် ကြိုးစားပါလို့ပြောတာ။

ကြိုးစားဆိုတဲ့အထဲမှာ အလုပ်ကျွမ်းကျင်မှုလိုတယ်။ ကျွမ်းကျင်မှု မရှိသေးရင်သင်၊ Professional ဖြစ်အောင်လုပ်။ ဗမာကဝယ်တော့သုံးတတ်တယ်။ လက်တည့်စမ်းတယ်နော်။ ပိုက်ဆံရှိရင် ဝယ်ပြီးတော့ချလိုက်မှာပဲ။ ဒီဟာရဲ့နည်းကို လေ့လာတာတို့၊ သင်ကြားတာတို့ အင်မတန်မှ နည်းတယ်နော်။ စနစ်တကျ မတတ်ကြဘူး။ ဒါဟာ အပြစ်တင်ပြီးပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ ချို့ယွင်းနေတာတွေကို ပြောပြတာ။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပြန်ပြင်ရမယ်။ သူများကိုမပြင်နဲ့ ကိုယ်ဟာကိုယ်ပြင်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ကြည့်။

> "လူတွေဟာ ကိုယ့်ရဲ့ချို့ယွင်းချက်ကို ကိုယ့်ဟာကိုယ်ရှာတတ်ပြီး ချို့ယွင်းချက်ကို ဖယ်ရှားပြီး ကောင်းတဲ့အကွက်တွေကို အားဖြည့်ပေးလိုက်မယ်ဆိုရင်"

မှန်ကြည့်တဲ့အခါ သူများမျက်နှာကြည့်တာလား၊ ကိုယ့်မျက်နှာကြည့်တာလား၊ ကိုယ့်မျက်နှာကိုယ်ကြည့်တာ၊ သူများမျက်နှာမကြည့်ဘူး။ အဲဒီမှန်ထဲမှာ ကြည့်တဲ့အခါကျတော့ ဘာလို့ဆိုရင် ကိုယ့်မျက်နှာမှ ကိုယ်မြင်ချင်တာကိုး၊ သူများမျက်နှာကြီးမြင်နေရတာ မှန်မလိုဘဲနဲ့ မြင်နေတာ၊ သူများမျက်နှာသွားကြည့်လို့လည်း ရတာမှမဟုတ်တာ။ ကိုယ့်မျက်နှာကိုယ် အလှပြင်ရင် ကိုယ့်ဟာကိုယ် မှန်ထဲကြည့်ပြီး ပြင်ရတာ။ အဲတော့ လူတွေဟာ

ကိုယ့်ရဲ့ချို့ယွင်းချက်ကို ကိုယ့်ဟာကိုယ်ရှာတတ်ပြီး ချို့ယွင်းချက်ကို ဖယ်ရှားပြီး ကောင်းတဲ့အကွက်တွေကို အားမြှင့်ပေးလိုက်မယ်ဆိုရင် တိုးတက်လာမှာပါ။

ဘုရားဟောခဲ့တဲ့ **ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ** - ဒီအချက်သုံးချက်။ "လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်ခြင်း၊ ဖွဲ့ကောင်းခြင်း၊ နည်းပညာဆိုတာနဲ့ ပြည့်စုံခြင်း" အဲဒီလို ကြိုးစားလိုက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဘယ်အလုပ်ပဲလုပ်လုပ် အများကြီးတိုးတက်သွားမယ်။ ကဲ ဒီတစ်ခုတည်းနဲ့ လုံလောက်ပြီလားဆိုတော့ မလုံလောက်သေးဘူး။ ပစ္စည်းဥစ္စာဆိုတာ ရှာတော့ရလာတယ်။ ရတဲ့အခါမှာ အလေအလွင့်၊ အပျက်အစီးမရှိအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ဖို့လိုတယ်။ ဒါ အရေးကြီးတယ်နော်။ ဘယ်လိုထိန်းရမလဲ၊ ပစ္စည်းဥစ္စာကို ဘယ်လိုသိမ်းဆည်းရမလဲ။ မြန်မာပြည်မှာ တချို့အရပ်တွေမှာ ခရမ်းချဉ်သီးတွေ တအားသီးတယ်၊ ခရမ်းသီးချဉ်ကို ရေရှည်ထားနိုင်တဲ့ နည်းစနစ်မရှိတဲ့အတွက်ကြောင့် ခူးထားလို့ တစ်ပတ်နှစ်ပတ်ဆို ပုပ်သွားတယ်။ မရတော့ဘူး။ ပုပ်သွားတော့ အလဟဿပစ်လိုက်ရတယ်။ မယုံသွားကြည့်။ ကုန်ဈေးတွေမှာ သွားကြည့်မယ်ဆိုရင် ခရမ်းချဉ်သီးတွေပေါတဲ့အချိန်မှာ လမ်းဘေးမှာ လိုချင်တာယူ၊ အဲဒီပစ္စည်းတွေ အကုန်ပစ်ထားတယ်။ ဘာလို့တုန်းဆို ဒါတွေကို ရေရှည်ထားနိုင်တဲ့ နည်းပညာမရှိဘူး။

နောက်ဆုံးမှာ စပါးတောင်မှ ရိတ်တဲ့အခါမှာ အလေအလွင့်တွေ အများကြီးဖြစ်တယ်။ အဲဒီအလေအလွင့်တွေကို အပျက်အစီးမရှိအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်နည်း မရှိဘူး။ မထိန်းသိမ်း မစောင့်ရှောက်နိုင်တဲ့ အတွက်ကြောင့် ရလာတဲ့စီးပွားဥစ္စာဟာလည်းပဲ အိုးကွဲထဲကို ရေလောင်းထည့်သလို ယိုကျတယ်။ အဖတ်မတင်ဘူး။ နောက်တစ်ခု ရှိသေးတယ်။ မြန်မာပြည်က လူတွေ (ဒါ အပြစ်ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး၊ ဖြစ်နေတာကို ပြောပြတာနော်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ဆင်ခြင်ကြည့်ပေါ့။) အိမ်တစ်အိမ်မှာ ထမင်းကျန် ဟင်းကျန်တွေ သွန်ပစ်နေတာ အများကြီးရှိတယ်။ အေး ဒီနေ့ သွန်ပစ်နေတဲ့ ထမင်းကျန် ဟင်းကျန် တစ်ဆုပ်လောက်ကျန်တာကို ဘာမှ

တန်ဖိုးမရှိဘူး ထင်ကောင်းထင်လိမ့်မယ်။ ဒီနေ့ တစ်ဆုပ်၊ နက်ဖြန် တစ်ဆုပ်၊ နောက် တစ်ရက်တစ်ဆုပ်၊ တစ်ဆုပ် တစ်ဆုပ်တွေစုလိုက်မယ်ဆို ဘာဖြစ်မလဲ တစ်လစာဖြစ်သွားမယ်။ အဲတော့ တစ်လစာလှူင့်ပစ်တာ ဖြစ်မယ်။ နောက်ကျရင် တစ်နှစ်စာဖြစ်သွားမယ်။ အသေးအဖွဲလေးကစပြီး မြတ်စွာဘုရားက ဂရုစိုက်ခိုင်းတယ်။

ရဟန်းတွေကို ဆုံးမတဲ့စကားရှိတယ်။ **ထမင်းစေ့လေး တစ်စေ့ဟာ လုပ်ငန်းပေါင်းမြောက်များစွာနဲ့ လုပ်မှရတာ၊** ဒါကြောင့် ဒီတစ်စေ့ကျ သွားရင် တစ်စေ့ပြန်ကောက်ယူ။ ဝိနည်းထဲမှာပါတယ် '**ကေမေကာံ သိတ္ထံ ကမ္မသတေန နိဗ္ဗတ္တံ**' ဒီထမင်းစေ့လေးဖြစ်ဖို့ရာ အဆင့်ဘယ်လောက် လုပ်ခဲ့ရသလဲ၊ ဒီထမင်းဆိုတဲ့အဆင့် ရောက်သည်ထိအောင် ဘယ်လိုလုပ် ခဲ့ရသလဲ။ အဲတော့ ဒါတွေကို အလဟဿ လွှင့်မပစ်နဲ့ပေါ့။ အဲတော့ မြန်မာလူမျိုးတွေဟာ စားတာသောက်တာ လိုအပ်သည်ထက်ပိုပြီးတော့ အကြွင်းအကျန်တွေများနေတယ်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းတွေမှာဆို ထမင်း ကျန်ဟင်းကျန် သွန်ပစ်တာအများ ကြီးပဲ။ အဲတော့ ဒါတွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လိုက်မယ်ဆိုရင် **အာရက္ခသမ္ပဒါ-** ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လိုက်မယ်ဆိုရင် အများကြီး တိုးတက်လာနိုင်စရာ ရှိတယ်။

“ဒီငွေတွေဟာ ရသမျှအကုန်သုံးပစ်လို့ မရဘူး။ အမြဲတမ်း စုဆောင်းငွေရှိနေတယ်”

သမဇီဝိတာ-ဝင်ငွေနဲ့ထွက်ငွေ မျှမျှတတ သုံးတတ်ရမယ်တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက၊ ဟုတ်ပြီ၊ ရတာ ကိုယ့်တစ်နေ့ဝင်ငွေ ဘယ်လောက် ရှိလဲ၊ ရှိတဲ့ ဝင်ငွေပေါ့။ သုံးတာက တစ်နေ့ဘယ်လောက် သုံးနေလဲ၊ စာရင်းဇယားရှိရမယ်။ ဝင်တာက

တစ်နေ့ ၁၀၀၀ ဝင်တယ်။ တစ်နေ့ ၅၀၀၀ ဝင်တယ်၊ ၁၀၀၀၀ ဝင်တယ်။ သုံးတာက ၂၀၀၀၀၊ ဘယ်ကာမိတော့မလဲ။ တစ်သောင်းအကြွေးတင်သွားပြီ၊ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။ အဲတော့ ဝင်ငွေ ထွက်ငွေမှာ ထွက်ငွေက ဝင်ငွေကို မကျော်စေရဘူး။ ဒါ မြတ်စွာဘုရားဟောတာ။ **သမဇီဝိတာ** ဝင်ငွေနဲ့ထွက်ငွေ မျှမျှတတ သုံးနိုင်ရမယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စီးပွားရေးပေါ်လစီလို့ ပြောလို့ရတယ်။ ဘုရားက ကိုယ့်ရဲ့ဝင်ငွေကို လေးပုံပုံ၊ တစ်ပုံကို emergency အတွက်ထား၊ တစ်ပုံကိုစား၊ နှစ်ပုံကို အရောင်းအဝယ် investment အနေနဲ့ အသုံးပြုလို့ ဒီလိုဟောတာ။

လေးပုံပုံပြီးတော့ တစ်ပုံကို emergency ထားဆိုတာ ထားတဲ့လူတွေဟာ မြန်မာပြည်မှာ မရှိဘူး မဟုတ်ဘူးရှိတယ်။ အဲဒီလူတွေက ကြွေးမတင်ဘူး။ ကြွေးတင်တာက လေးပုံပုံ-ငါးပုံ စားတဲ့လူတွေက ကြွေးတင်တာ။ ပစ္စည်းဥစ္စာရှိတာ လေးပုံ၊ ကိုယ်သုံးတာက ငါးပုံ။ ဘုရားရဲ့နည်း စနစ်အတိုင်း လိုက်နာမယ်ဆိုရင် လေးပုံပုံ၊ တစ်ပုံကို emergency အတွက်ထား၊ တစ်ပုံကနေ့စဉ်စား၊ ကျန်တဲ့နှစ်ပုံကို အရောင်းအဝယ် investment ရင်းနှီးမြှုပ်နှံ၊ အရောင်းအဝယ်ကိစ္စမှာ အသုံးပြုတယ်။ လေးပုံကို လေးပုံလုံး အကုန်အခံဘူး။ ဘာပြုလို့ဆို အရောင်းအဝယ်ဆိုတာ လွဲသွားတာလည်း ရှိတယ်လေ။ ရချင်မှရတာ၊ ဆုံးသွားတာလဲရှိတယ်။ ဆုံးသွားရင် ဘာဖြစ်လဲ emergency က အခြေခံရှိတယ်။ ပုံမှန်သဘောမျိုးဖယ်ထားတာ။

အချို့ နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွေက ကုမ္ပဏီတွေမှာဆိုရင် သူ့ရဲ့ အလုပ်သမားတွေကို အမြဲတမ်း account ဖွင့်ပေးထားတယ်။ account ဖွင့်ပေးထား ပြီးတော့ သူတို့ပေးတဲ့လစာထဲ နှုတ်ပြီးတော့ deposit လုပ်ပေးထားတယ်။ ဒါအင်မတန်မှ ကောင်းတဲ့စနစ်တစ်ခုပဲ။ အဲတော့ ဒီငွေတွေဟာ ရသမျှအကုန်သုံးပစ်လို့ မရဘူး။ အမြဲတမ်း စုဆောင်းငွေရှိနေရတယ်။ အဲလို ပုံမှန်စုဆောင်းငွေ ရှိရမယ်။ ဒီလိုစုဆောင်းငွေရှိရင် မီးဘေး ဘာဘေး စသဖြင့် ကြုံလာတဲ့အခါမှာ ဒါဟာ သုံးလို့ရတယ်။ ကိုယ့်အတွက် အထောက်အကူဖြစ်တယ်။ အဲဒီလိုမှမဟုတ်ဘူးဆိုရင် သူဟာ မိမွေးတိုင်း ဖမွေးတိုင်း ခြေနဲ့ လက်ပဲကျန်မှာပေါ့။ ဒီလိုဖြစ်သွားတတ်တယ်။

> “မချမ်းသာဘူးဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း လိုက်နာရဲ့လား”

ဗမာလူမျိုးတွေ ဘာပြုလို့ ဘုရားဟောတဲ့အတိုင်း မလိုက်နာတာလဲ။ ဘုန်းကြီးတို့ဆီ တစ်ခါက ကိုရီးယားအမျိုးသမီးတစ်ယောက် စာလာသင်တယ်။ သူ့ရဲ့ thesis အတွက် အကူအညီလာတောင်းတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ဆီမှာ (၂)နှစ်ခွဲလောက် နေသွားတယ်။ အဲဒီမှာ စပ်မိစပ်ရာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ၊ တခြားဘာသာဝင်တွေရှိတယ်။ နောက်ပိုင်းလူတွေက ဘယ်လိုပြောထားကြလဲဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်လို့ရှိရင် မတိုးတက်ဘူးလို့ စိတ်ထဲမှာ ဒီလိုခံယူကြတယ်တဲ့။ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ခြင်းကြောင့် နိုင်ငံမတိုးတက်တာ ပြောတာ၊ တချို့ဘာသာတွေကလည်း အဲဒီလိုပြောတာတွေရှိတယ်။

သို့သော် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်လို့ မတိုးတက်တာလား၊ ဘာကြောင့် မတိုးတက်တာလဲဆိုတာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် စစ်တမ်းထုတ်ဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်ရုံနဲ့ စီးပွားရေးမတိုးတက်ဘူးဆိုတာ အဓိပ္ပာယ်မရှိဘူး၊ သူတို့ပြောတာ ဘာပြောလဲဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်က ပါဏာတိပါတ မလုပ်ရဘူး၊ ငါးပါးသီလလုံရမယ်ဆိုရင် သူတို့လုပ်စားစရာမရှိဘူးလို့ တချို့က ထင်မယ်ပေါ့။ လုပ်စားစရာတွေ ပြည့်နေတာပဲနော်၊ ဒုစရိုက်နဲ့လုပ်မှ ထမင်းဝတာမဟုတ်ဘူး။ တခြားနည်းတွေလည်း လုပ်စားစရာတွေ အများကြီး။ ဗုဒ္ဓကိုးကွယ်တဲ့ နိုင်ငံဖြစ်ရဲ့သားနဲ့ ဂျပန်နိုင်ငံ ချမ်းသာတာပဲလေ။ ထိုင်းနိုင်ငံလည်း ချမ်းသာတာပဲလေ၊ ချမ်းသာမှုဆိုတာ ဘာသာနဲ့မဆိုင်ဘူး။

မချမ်းသာဘူးဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း လိုက်နာရဲ့လား၊ မလိုက်နာဘူးလား၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် စဉ်းစားကြည့်။ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမနှင့်အညီ နေထိုင်ခြင်း

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)
(ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်)

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ်ကို ခံယူထားကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - မြတ်စွာဘုရားအား ကိုးကွယ်ရာဟု အသိအမှတ်ပြုပါလို့ ဝန်ခံကြတယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း ကျင့်သုံးနေထိုင်ကြရတယ်။

ဘာသာတရားတွေ လောကမှာ အမျိုးမျိုးပေါ်ပေါက်လာတယ်။ ဘာသာတရားပေါ်လာခြင်းရဲ့ အကြောင်းအရင်းကတော့ လောကလူသားတွေဟာ အမှန်မသိကြဘူး။ အမှန်မသိတဲ့အတွက်ကြောင့် မိမိတို့ရဲ့ လုံခြုံစိတ်ချမှုအတွက် စိုးရိမ်ကြတယ်၊ ကြောက်ရွံ့ကြတယ်။ ထိုစိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့မှုတို့ကို အခြေခံပြီးတော့ ဘာသာအမျိုးမျိုး ကွဲပြားပေါ်ပေါက်လာတယ်။ လူတွေဟာ အကြောက်တရားကို ဖြေဖျောက်ဖို့အတွက် ဘာသာတရားတွေ အမျိုးမျိုးကိုးကွယ်လာကြတယ်။ ထိုကိုးကွယ်လာခြင်းဟာ အမှန်သိလို့ ကိုးကွယ်လာခြင်းမဟုတ်ဘဲ မိမိတို့ရဲ့ယုံကြည်ရာ၊ စိတ်ထင်ရာကို အားကိုးယုံကြည်ကြတဲ့ သဘောမျိုးသာဖြစ်တယ်။

မြတ်စွာဘုရားပွင့်လာတဲ့အခါကျတော့ "ဘယ်ဟာက အမှန်၊ ဘယ်ဟာက အမှား၊ ဘယ်ဟာက လုပ်သင့်တယ်၊ ဘယ်ဟာက မလုပ်သင့်ဘူး" ဆိုတာ ကွဲပြားခြားနားစွာ သိရှိခွင့်ရလာကြတယ်။ အဲဒီလိုသိရှိလာတဲ့အခါမှာ လူသားတွေဟာ မိမိတို့ရဲ့ အသိဉာဏ်ကိုအခြေခံပြီး ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်း ရှိလာကြတယ်။ အဲဒီလို ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်းရှိလာတဲ့ လူသားတွေရဲ့ တိုးတက်မှုကြောင့် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးမှုရှိလာကြတယ်။ သို့သော် လူသားတိုင်း လူသားတိုင်းဟာ ထိုကဲ့သို့ အသိဉာဏ်ရှိပြီး ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ရွေးချယ်ပြီး ကိုးကွယ်မှုပြုနိုင်သလားဆိုတော့ အများစုဟာ မပြုနိုင်ဘူး။ ရိုးရာအစဉ်အလာ ယုံကြည်ချက်ကို ပယ်ဖျက်ပြီးတော့ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် လက်ခံစဉ်းစားနိုင်ဖို့ တွန့်ဆုတ်တွန့်ဆုတ် ဖြစ်နေတုန်းပဲဖြစ်တယ်။

သို့သော် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဟာ အင်မတန်မှ ကံကောင်းတယ်၊ မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော် ထွန်းကားတဲ့အချိန်မှာ လူလာဖြစ်ခြင်း၊ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမဩဝါဒတွေကို ကြားနာရခြင်း၊ လေ့လာသိရှိရခြင်း၊ ဓမ္မနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အသိဉာဏ်တွေရရှိခြင်းကြောင့် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် အမှားအမှန်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်တယ်။ ဆုံးဖြတ်နိုင်သည့် အတွက်ကြောင့် မိမိတို့ရဲ့ကိုးကွယ်မှုဟာ သဒ္ဓါဆိုတဲ့ ယုံကြည်မှုတစ်ခုတည်းကို အခြေခံတာ

မဟုတ်ဘူး။ အသိဉာဏ်ကိုပါ အခြေခံပြီးတော့ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ကြတယ်။ အထူးသဖြင့် ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း ကျင့်သုံးနေထိုင်ကြတယ်လို့ဆိုတဲ့နေရာမှာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမက ဘာလဲဆိုရင် "**အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော**"ပဲ။ ဒီအဆုံးအမဟာ အင်မတန်မှတန်ဖိုးရှိတဲ့ အဆုံးအမပဲဖြစ်တယ်။ "မိမိသာလျှင် မိမိရဲ့ကိုးကွယ်ရာ"လို့ဆိုတယ်။ ဒီစကားဟာ သိပ်တန်ဖိုးရှိတယ်။ ဘာပြုလို့တန်ဖိုးရှိတယ်လို့ ပြောရတာလဲဆိုရင် လူတွေဟာ အကြောက်တရားနဲ့ တခြားအရာကို အားကိုးမျှော်လင့်ပြီး နေတတ်ကြတယ်။ အဲဒီအလေ့အထကြီးဟာ အင်မတန်မှကြီးမားလာတယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမှန်မသိဘူး။ လမ်းစပျောက်နေတယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမှန်းမသိတဲ့အခါ တန်ခိုးရှင်ကြီးတွေကို အားကိုးရာအဖြစ် ကောင်းကင်ကြီးကိုမော့ပြီး ကောင်းကင်ဘုံက တန်ခိုးရှင်ကြီးရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း၊ တန်ခိုးရှင်ကြီး ဖန်ဆင်းထားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာပါတယ်ဆိုပြီးတော့ လူတွေဟာ ဘယ်တော့မှလည်း မမြင်ဘူးတဲ့၊ ဘယ်တော့မှလည်း မြင်ရမယ့်အရာ မဟုတ်တဲ့ တန်ခိုးရှင်ကြီးကို တစ်ဆင့်ပြောစကားနဲ့ လက်ခံယုံကြည်နေရတဲ့ ဘာသာမျိုးတွေကို ကိုးကွယ်ကြတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ ဆန္ဒ၊ ကိုယ့်ရဲ့ လွတ်လပ်ခွင့်၊ ကိုယ့်ရဲ့ အသိဉာဏ်ဆိုတာတွေဟာ ချောင်ထိုးခံရတဲ့ အနေအထားမျိုး ရောက်သွားတယ်။ အေး - အဲဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စကားတစ်ခွန်းဟာ အလွန်တန်ဖိုးရှိတယ်။ "**အတ္တာဟိ**

> "ကိုယ့်ကိုယ်ကို
> အားကိုးရမှန်းမသိတဲ့အခါ
> တန်ခိုးရှင်ကြီးတွေကို
> အားကိုးရာအဖြစ်
> ကောင်းကင်ကြီးကိုမော့ပြီး
> ကောင်းကင်ဘုံက
> တန်ခိုးရှင်ကြီးရဲ့
> အဆုံးအမအတိုင်း..."

အတ္တနော နာထော" မိမိသာလျှင် မိမိ၏ ကိုးကွယ်ရာလို့၊ တခြားလူ ကိုးကွယ်ရာ မဟုတ်ဘူး။ အရာခပ်သိမ်းမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရမယ်။ ကိုယ့်အစွမ်းအစကို ကိုယ်ယုံကြည်ပြီးတော့ ကိုယ်တိုင်လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်ရမယ်ဆိုတာ သဘောပေါက် နားလည်ရမယ်။

မိမိသည်သာ ကိုးကွယ်ရာဆိုတာ ကိုယ့်ရဲ့ဆန္ဒ၊ ကိုယ့်ရဲ့လုံ့လ ဝီရိယ၊ ကိုယ့်ရဲ့အသိဉာဏ်ကို တန်ဖိုးထားပြီး၊ ဆန္ဒဖြင့်မျှော်လင့်ပြီး၊ လုံ့လဝီရိယဖြင့် မရရအောင် ကြိုးစားပြီး အသိဉာဏ်ဖြင့် မှန်ကန်တဲ့ နည်းလမ်းတွေကို ရှာဖွေအားထုတ်ရမယ်။ ဒါဟာ လက်တွေ့ အင်မတန်ကျတဲ့ ကျင့်စဉ်တစ်ခုကို မြတ်စွာဘုရားက ဖော်ထုတ်တယ်။

အဲတော့ မေးစရာတစ်ခုရှိလာတယ် "**အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော**" မိမိသည်သာလျှင် မိမိ၏ကိုးကွယ်ရာလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဒီအတိုင်းဟောထားတာ ဟုတ်ပြီ၊

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - ဘုရားကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏။
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - တရားကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏။
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ - သံဃာကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍ ဆည်းကပ်ပါ၏ဆိုတဲ့စကားနဲ့ မဆန့်ကျင်ဘူးလားလို့ မေးကောင်းမေးကြလိမ့်မယ်။ မြန်မာစကားမှာ **နာထ** နဲ့ **သရဏ** ဟာ ကိုးကွယ်ရာဟု ဒီလိုဘာသာပြန်ထားတဲ့အတွက်ကြောင့် ဒီနှစ်ခုဟာ ရောထွေးနေသလိုရှိတယ်။ သို့သော် မိမိကိုယ်ကို အားကိုးခြင်း၊ ဘုရားကို အားကိုးခြင်းဆိုတာ အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်ခြင်း မတူဘူး။

> **"မိမိကိုယ်ကို အားကိုးခြင်း၊ ဘုရားကို အားကိုးခြင်းဆိုတာ အတိုင်းအတာ အကန့်အသတ်ခြင်း မတူဘူး။"**

မြတ်စွာဘုရားကိုအားကိုးတာ ဘယ်အဆင့်နဲ့ အားကိုးတာလဲဆိုတာ အမှန်တရားကိုသိဖို့အတွက် အားကိုး

တာ။ မြတ်စွာဘုရားက ကယ်တင်တာလည်း မဟုတ်ဘူး။ မ,မှာလည်း မဟုတ်ဘူး။ သို့သော် မြတ်စွာဘုရားက လမ်းပြပေးတာ။ လောကမှာ သွားရမယ့်လမ်းကိုမသိတာ အင်မတန်မှ ဒုက္ခရောက်တယ်၊ ပြဿနာကြီး တစ်ခုပဲ။ အဲတော့ သွားရမယ့်လမ်းကို ပြနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတာပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးပါတယ်ဆိုတာ မြတ်စွာ ဘုရားက လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာကို ခွဲခြားဟောပြီး မလုပ်သင့် တာတွေကို ရှောင်ရမယ်၊ လုပ်သင့်တာတွေကို လုပ်ရမယ်လို့ အတိုင်းအတာ တစ်ခုအနေနဲ့ သတ္တဝါတွေကို ဆုံးမဩဝါဒပေးထားတယ်။ အဲဒီ ဆုံးမ ဩဝါဒကို လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ဖို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လုပ်ရမယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ ပေါ့။ ဘုရားရဲ့ ဘုန်းတန်ခိုးတွေကိုမှီခိုပြီး မြတ်စွာဘုရားက အရာရာကို ဆုံးဖြတ်ပေးလိမ့်မယ်လို့ တမျှော်မျှော် တခေါ်ခေါ် နေရမယ့်ကိစ္စမျိုး မဟုတ် ဘူး။ ဘုရားက ဒါလုပ်၊ ဒါမလုပ်နဲ့၊ ဒါမလုပ်နဲ့ဆိုတာကို ရှောင်ပြီးတော့ ဒါလုပ်ဆိုတာကိုလုပ်ဖို့ ဒါကိုဟောတာ။

သရဏဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်တဲ့အခါမှာ "**ဟိတေပဝတ္တေန အဟိတာ စ နိဝတ္တနေန သတ္တာနံ ဘယံ ဟိံသတိ ဗုဒ္ဓေါ**"လို့ စာပေကျမ်းဂန်မှာ ဖွင့်ထားတာ အင်မတန်မှ အဓိပ္ပာယ်ရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ သတ္တဝါ တွေ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်လို့ ဘုရားကိုကိုးကွယ်ကြရတာ။ ဘာဖြစ်လို့ ကိုးကွယ် ကြတာလဲဆိုရင် **ဟိတေပဝတ္တေန** - အခြေအနေကောင်းတွေကို ဖြစ်ပေါ် စေတယ်။ **အဟိတာ စ နိဝတ္တနေန**' - ဆိုးဝါးတဲ့အခြေအနေတစ်ခုကို မရောက်စေဘူး။ ဒါက ဘာလဲဆိုရင် အကုသိုလ်တွေက ရှောင်ကြတယ်။ မလုပ်သင့်တာနဲ့ လုပ်သင့်တာ ခွဲခြားဟောကြားခြင်းဖြင့် ပိုမိုအခြေအနေ ကောင်းပြီးတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်မြောက်ပြီး ချမ်းသာသုခကို ရောက် စေနိုင်တဲ့နည်းလမ်းကို ထုတ်ဖော်ဟောကြားတယ်။ ထုတ်ဖော်ဟောကြားမှု ဆိုတာကိုရလို့ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တာ။ အဲဒီထက်မပိုဘူး။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ကျင့်သုံး နေထိုင်တာ ဒါ "**အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော**"ပဲ။ မိမိသည်သာ

တာ။ မြတ်စွာဘုရားက ကယ်တင်တာလည်း မဟုတ်ဘူး။ မ,မှာလည်း မဟုတ်ဘူး။ သို့သော် မြတ်စွာဘုရားက လမ်းပြပေးတာ။ လောကမှာ သွားရမယ့်လမ်းကိုမသိတာ အင်မတန်မှ ဒုက္ခရောက်တယ်၊ ပြဿနာကြီး တစ်ခုပဲ။ အဲတော့ သွားရမယ့်လမ်းကို ပြနိုင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အင်မတန်မှ အရေးကြီးတာပေါ့။ မြတ်စွာဘုရားကို အားကိုးပါတယ်ဆိုတာ မြတ်စွာ ဘုရားက လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာကို ခွဲခြားဟောပြီး မလုပ်သင့် တာတွေကို ရှောင်ရမယ်၊ လုပ်သင့်တာတွေကို လုပ်ရမယ်လို့ အတိုင်းအတာ တစ်ခုအနေနဲ့ သတ္တဝါတွေကို ဆုံးမဩဝါဒပေးထားတယ်။ အဲဒီ ဆုံးမ ဩဝါဒကို လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်ဖို့ ကိုယ့်ဟာကိုယ်လုပ်ရမယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ ပေါ့။ ဘုရားရဲ့ ဘုန်းတန်ခိုးတွေကိုမှီခိုပြီး မြတ်စွာဘုရားက အရာရာကို ဆုံးဖြတ်ပေးလိမ့်မယ်လို့ တမျှော်မျှော် တခေါ်ခေါ် နေရမယ့်ကိစ္စမျိုး မဟုတ် ဘူး။ ဘုရားက ဒါလုပ်၊ ဒါမလုပ်နဲ့၊ ဒါမလုပ်နဲ့ဆိုတာကို ရှောင်ပြီးတော့ ဒါလုပ်ဆိုတာကိုလုပ်ဖို့ ဒါကိုဟောတာ။

သရဏဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်တဲ့အခါမှာ "**ဟိံသတိ ယေဝ အဟိတာ စ နိဝတ္တနေန သတ္တာနံ ဘယံ ဟိံသတိ ဗုဒ္ဓေါ**"လို့ စာပေကျမ်းဂန်မှာ ဖွင့်ထားတာ အင်မတန်မှ အဓိပ္ပာယ်ရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရားဟာ သတ္တဝါ တွေ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်လို့ ဘုရားကိုကိုးကွယ်ကြရတာ။ ဘာဖြစ်လို့ ကိုးကွယ် ကြတာလဲဆိုရင် **ဟိတေ ပဝတ္တနေ** - အခြေအနေကောင်းတွေကို ဖြစ်ပေါ် စေတယ်။ **အဟိတာ စ နိဝတ္တနေန** - ဆိုးဝါးတဲ့အခြေအနေတစ်ခုကို မရောက်စေဘူး။ ဒါက ဘာလဲဆိုရင် အကုသိုလ်တွေက ရှောင်ကြတယ်။ မလုပ်သင့်တာနဲ့ လုပ်သင့်တာ ခွဲခြားဟောကြားခြင်းဖြင့် ပိုမိုအခြေအနေ ကောင်းပြီးတော့ ဆင်းရဲဒုက္ခက လွတ်မြောက်ပြီး ချမ်းသာသုခကို ရောက် စေနိုင်တဲ့နည်းလမ်းကို ထုတ်ဖော်ဟောကြားတယ်။ ထုတ်ဖော်ဟောကြားမှု ဆိုတာကိုရလို့ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တာ။ အဲဒီထက်မပိုဘူး။

မြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း ဘုန်းကြီးတို့တစ်တွေ ကျင့်သုံး နေထိုင်တာ ဒါ "**အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော**"ပဲ။ မိမိသည်သာ

ကိုးကွယ်ရာပဲ။ ဒီ့ထက်ရှင်းတဲ့ ဥပမာတစ်ခု ပြောရမယ်ဆိုရင် လူတွေဟာ နေမကောင်းထိုင်မသာဖြစ်တဲ့အခါ ဘယ်သွားလဲဆိုရင် ဆရာဝန်ဆီသွားကြတယ်။ ဆရာဝန်ဆီ ဘာအတွက်သွားတာလဲဆိုရင် ဘာရောဂါလဲသိဖို့၊ ဘာကြောင့် ဒီရောဂါဖြစ်တာလဲ၊ ဒီရောဂါဖြစ်လာလို့ရှိရင် ဘယ်ဆေးသောက်၊ ဘယ်လိုနေရင်ပျောက်မလဲ၊ ဒါသိဖို့သွားတာ။ အဲတော့ ဆရာဝန်က ရောဂါပျောက်အောင် လုပ်ပေးနိုင်သလားဆိုရင် မလုပ်ပေးနိုင်ဘူး။ လုပ်မပေးဘူးဆိုတာ အင်မတန်ထင်ရှားတယ်။ ဘာပြုလို့လဲဆိုရင် ဆရာဝန်က ဆေးထိုးပေးရင်ပေးတယ်၊ သောက်ဆေးပေးရင်ပေးမယ်။ လူနာကိုယ်တိုင်က ဆေးသောက်ရမယ်။ အဲဒီကတည်းက ကိုယ်တိုင်လုပ်ရတဲ့ဟာ။ ဆရာဝန်ဆီသွားတာဟာ ဒီရောဂါအတွက် ဘာဆေးသောက်ရမလဲဆိုတာ သိဖို့သွားတာ။ ဆရာဝန်ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာပြီးတော့ ဆေးသောက်မှ ရောဂါပျောက်မယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ ဒါကလက်တွေ့ပဲ။

ဒီအတိုင်းပဲ၊ မြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်တယ်ဆိုရာမှာ မြတ်စွာဘုရားက လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာ ခွဲခြားဆုံးမတယ်။ မလုပ်သင့်တာကို ကိုယ်ကရှောင်ရမယ်၊ လုပ်သင့်တာကို လုပ်ရမယ်။ ဒါဟာ **ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ** – ဓမ္မကိုကျင့်သုံးတာ။ ဆရာဝန်ကဆေးပေးသလို မြတ်စွာဘုရားက ဓမ္မလမ်းကြောင်းကို ဖော်ထုတ်ပေးတာ။ ဆရာဝန်ပေးတဲ့ဆေးကို သောက်လို့ ရောဂါပျောက်သလို မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတဲ့ ဓမ္မကိုလိုက်နာကျင့်သုံးလို့ ချမ်းသာသုခတွေရလို့ နောက်ဆုံးမှာ ထာဝရအငြိမ်းဓာတ်ဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရောက်ကြတာ။ ဒါဟာ တကယ့်လက်တွေ့ကျတဲ့တရား၊ ဒီ့ထက်လက်တွေ့ကျတာ မရှိဘူး။

လူတွေမှာ တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး လုပ်ပေးနိုင်တာ အကန့်အသတ်ရှိတယ်။ အကုန်လုပ်ပေးလို့ရတာ မဟုတ်ဘူး။ မိမိတို့ အင်မတန်ချစ်လှတဲ့ သားသမီးတောင်မှ ပညာတတ်ကြီးဖြစ်အောင် လုပ်မပေးနိုင်ဘူး။ မိဘက လုပ်ပေးနိုင်တာ ဘာတစ်ခုလုပ်ပေးမလဲဆိုရင် ကျောင်းကောင်းကောင်းထားပေးမယ်။ ဆရာကောင်းကောင်းဆီ အပ်ပေးမယ်။ ဒီလောက်ပဲလုပ်ပေးနိုင်

တယ်။ သားသမီးကိုယ်တိုင်က မကြိုးစားဘူးဆိုရင် ပညာတတ် မဖြစ်ဘူး။ ဒါက လက်တွေ့ပဲ။

> “သားသမီးကိုယ်တိုင်က မကြိုးစားဘူးဆိုရင် ပညာတတ်မဖြစ်ဘူး”

ဘုရားလက်ထက်တော်မှာ (၄၅) နှစ်၊ ဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံသွားတဲ့အခါ ရှင်မဟာကဿပ ဦးဆောင်တဲ့ သံဃာတော်အရှင်မြတ်တွေဟာ ကွဲလွဲမှုမရှိအောင် တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ညှိနှိုင်းလိုက်တာ သံဂါယနာတင်တယ်လို့ ခေါ်တယ်။ **သံဂါယနာ** - စုပေါင်းပြီးတော့ ဆိုကြတယ်။ ဆိုပါစို့ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ စကားတစ်ခု ဟိုတစ်ပါးက ရလာတယ်၊ ဒီတစ်ပါးက ရလာတယ်၊ ကိုက်ညီမှုရှိမရှိ အသံထွက်ခြင်း၊ စာလုံးခြင်း တူမတူညှိတာ **သံဂါယနာ** လို့ခေါ်တယ်။ **သံ**-စုပေါင်းပြီး အတူတကွ တိုက်ဆိုင်နှီးနှောပြီး၊ **ဂါယနာ**-ရွတ်ဆိုတာ။ ဘာပြုလို့လဲဆိုရင် စာအုပ်မှ မရှိတာ၊ သူ့ရတာနဲ့ ကိုယ့်ရတာ တူ မတူ ဆိုကြည့်ကြတယ်။

ဆိုကြည့်ရုံတင်မကဘူး။ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတွေကို စနစ်တကျစုစည်းပြီးတော့ မပျောက်ပျက်အောင် ပန်းပွင့်တွေကို ကြိုးနဲ့သီသလိုပဲ ဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်တွေကို စနစ်တကျ ဝိနည်းကတစ်စု၊ သုတ္တန်က တစ်စု၊ အဘိဓမ္မာက တစ်စုဆိုတာလို အသီးအသီးသူ့ကြိုးတွေနဲ့ ထိန်းပြီးတော့ သီထားသလိုပဲ မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့ တရားတော်တွေကို စနစ်တကျစီစဉ်ပြီးတော့ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းလာခဲ့တာ။ ဘုရားဟောတဲ့ ဓမ္မဝိနယတွေ မပျောက်ပျက်အောင် စုစည်းပေးခဲ့တာ။ ဒါကြောင့်မို့ ဒီသံဂါယနာဟာ တကယ့်ကိုအရေးပါဆုံး သံဂါယနာဖြစ်တယ်။ (သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃာနဲ့ သွားမရောစေနဲ့။ သံဂါယနာဆိုတာ ဂငယ်နဲ့ရေးရ

တယ်။ ဂါယနာဆိုတာ ရွတ်ဆိုတာ။) အသံထွက်တွေကို ညှိနှိုင်းတိုက်ဆိုင်တယ်။

အဲဒီလို ပိဋကတွေကို သံဂါယနာတင်ပြီး စုစည်းထားခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တရားတော်တွေဟာ စနစ်တကျ စုစုစည်းစည်းရှိပါတယ်။ အဲဒီလို စုစုစည်းစည်းရှိတဲ့ တရားတော်တွေကို အဆင့်ဆင့်သံဃာတော်တွေက ဆက်ပြီး ထိန်းသိမ်းလာခဲ့တာ နှစ်ပေါင်း (၄၅၀)၊ စာအုပ်မရှိသေးဘူး။ နှုတ်နဲ့ဆောင်ယူခဲ့ကြတယ်။ ဆရာက တပည့်ကို နှုတ်တိုက်ချပေးတယ်၊ တပည့်က နှုတ်တိုက်လိုက်ဆိုတယ်။ ရ,ထားတဲ့စာတွေကို မိမိတပည့်ကို ထပ်ဆင့်ပြီးတော့ နှုတ်တိုက်ချတယ်။ ဒါကို oral tradition လို့ ခေါ်တယ်။ နှုတ်တိုက်သင်တဲ့ခေတ်၊ အခုထိ ဒီစနစ်လေးတွေမပျောက်သေးဘူး။ မြန်မာပြည်မှာလည်းပဲ ကလေးပေါက်စလေးတွေဆိုရင် စာမဖတ်တတ်သေးခင် မိဘတွေက "**ဣတိပိသော**"သင်ပေးထားတယ်။ "**နမော တဿ**" သင်ပေးထားတယ်။ "**သမ္ဗုဒ္ဓေ**"သင်ပေးထားတယ်။ ဒီအမိပ္ပာယ်မျိုးနော်။ အဲဒီနည်းနဲ့ နှုတ်တိုက်ချပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားတရားတော်တွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လာခဲ့တာ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက်တုန်းဆိုရင် (၄၅၀)။ ဘုရားသက်တော် ထင်ရှားရှိတုန်းက (၄၅) နှစ်၊ ဘုရားမရှိတော့တဲ့နောက်မှာ အနှစ် (၄၅၀)။

ဒီကနေ့ ဓမ္မစကြာတရား ဟောခဲ့တာ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက် ရှိပြီလဲဆိုရင် နှစ်ပေါင်း (၂၆၀၀) သာသနာတော်နှစ် (၂၅၅၅) ဆိုတာ ဘုရားပရိနိဗ္ဗာန်စံတာကို ပြောတာ။ တရားဟောတာပါ ထည့်ပြောမယ်ဆိုရင် အနှစ် (၂၆၀၀)ရှိပြီ။ အဲဒီ

> "ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုဟာ ကိုယ်လုပ်လို့ရတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၊ ဘယ်သူကမှ ရောအင့်လို့လာပေးတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မဟုတ်ဘူး။"

အနှစ် (၂၆၀၀) ကာလပတ်လုံး ဒီတရားမွေတွေကို မပျောက်ပျက်အောင် ဒီကနေ့ထိ သင်ယူခွင့်၊ လေ့လာခွင့်၊ ကြားနာခွင့်၊ မှတ်သားခွင့်၊ မြတ်စွာဘုရား တရားတော်တွေကို သိရှိခွင့်ရတာ ဘယ်သူ့ကျေးဇူးလဲဆိုတော့ သံဃာတော်တွေရဲ့ ကျေးဇူးပဲ။

မြန်မာနိုင်ငံမှာ စာသင်တိုက်တွေ အသီးသီး မိမိတို့ရဲ့ တစ်ပိုင်တစ်နိုင် ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည်ဖြစ်စေ၊ တစ်ဦးဖြစ်စေ၊ အများဖြစ်စေ ဆရာတွေဟာ တပည့်တွေကို လက်ဆင့်ကမ်းပြီးတော့ ပို့ချနေကြတယ်။ သင်ကြားပို့ချကြတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ ပရိယတ္တိပညာရေးဟာ ဒီအနီးအနားပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ ထေရဝါဒနိုင်ငံလို့ပြောတဲ့ ကမ္ဘောဒီယားတို့၊ လာအိုတို့၊ ထိုင်းတို့၊ သီရိလင်္ကာတို့ဆိုတဲ့ နိုင်ငံတွေနဲ့ မြန်မာပြည်ရဲ့ ပရိယတ္တိအရည်အချင်းက သာလွန်တယ်။ ဘာပြုလို့သာလွန်လဲဆိုရင် မြန်မာနိုင်ငံမှာ ပရိယတ္တိစာသင်တိုက်တွေ ရှိနေတယ်။ လက်ဆင့်ကမ်းပြီးတော့ သင်ယူပေးနေတယ်။

အလုပ်တွေအားလုံးဟာ **"အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော"** ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးရာ ဖြစ်တယ်နော်။ ဘယ်သူ့ဆီကမှ မျှော်လင့်တာမဟုတ်ဘူး။ ဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုဟာ ကိုယ်လုပ်လို့ရတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၊ ဘယ်သူ့ကမှ ရှေ့အင့်လို့လာပေးတဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မဟုတ်ဘူး။ သာသနာတော်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် လုပ်ကိုင်တဲ့အတွက် ရလာတဲ့ကုသိုလ်ကောင်းမှုတဲ့။ အဲဒီကုသိုလ်ကောင်းမှုကို အားကိုးတာသည်ပင်လျှင် **"အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော"** ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးရာလို့ပြောတာ။ နောက်အဓိပ္ပာယ်တစ်ခု ဖွင့်မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးတယ်ဆိုတာ ဘာကို အားကိုးတာလဲဆိုတော့ ကိုယ်ကျင့်သုံးတဲ့တရားကို အားကိုးတာ၊ ဒီလိုဆိုတာနော်။ ကိုယ်ကျင့်သုံးတဲ့တရား။

လောကမှာ သေချာစဉ်းစားကြည့်၊ လူတွေဟာ ပစ္စည်းဥစ္စာလည်း ရှာကြတယ်။ တရားမွေလည်း ရှာကြသလို ကုသိုလ်ကောင်းမှုလည်း လုပ်ကြတယ်။ အဲဒီထဲမယ် ပစ္စည်းဥစ္စာရှာတဲ့သူက ပိုများတယ်။ တရား

ရာတဲ့သူက နည်းတယ်။ အတိုင်းအတာတစ်ခုစီ တွက်ချက်ပြီးတော့ကြည့်၊ ရှာထားတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာဟာ နှစ်ပေါင်းဘယ်လောက်ကြာအောင် သုံးနိုင်လဲ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စဉ်းစားကြည့်။ လူ့ရဲ့သက်တမ်းဟာ ဒီကနေ့ခေတ်နှစ် (၁၀၀) လောက်နဲ့ပဲ ပြောပါဦး။ ကိုယ်ရှာထားတဲ့ပစ္စည်းဟာ နှစ် (၁၀၀) မသုံးရဘူး။ ဘဝတစ်ခု အဆုံးသတ်သွားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ဒါတွေအကုန် ထားပစ်ခဲ့ရတယ်။ အဲတော့ အခုလိုဘဝတစ်ခု အဆုံးမသတ်ခင်လည်း ကိုယ့်လက်ကနေ လွတ်သွားနိုင်တယ်။ ဆုံးရှုံးသွားနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားကဟောတာ၊ လောကပစ္စည်းတွေဆိုတာ **"ပဟာယဂမနီယ"** ထားပြီးသွားရတဲ့ ပစ္စည်းတွေချည်းပဲ၊ ယူသွားလို့ရ တာ တစ်ခုမှမရှိဘူး။ အဲတော့ ကိုယ်ရှာသမျှ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေဟာ ထားသွား ရမယ်။ ဒါဖြင့် ယူသွားလို့ရတဲ့နည်းရှိလားဆိုတော့ ဒီပစ္စည်းတွေကို အသုံးပြု ပြီး လှူလိုက်တန်းလိုက်တဲ့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကြောင့် ယူသွားလို့ရတယ်။ ဒါကိုပြောတာ။ အဲတော့ ယူသွားလို့မရတဲ့ပစ္စည်းနဲ့ ယူသွားလို့ရတဲ့ပစ္စည်း လဲလိုက်တာပဲပေါ့။ ထိုလဲလိုက်ခြင်းသည် ကိုယ့်ဟာကိုယ် အားကိုးခြင်းပဲ တဲ့။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်းပဲ၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။

အဲတော့ ကောင်းပြီ၊ မြတ်စွာဘုရားအဆုံးအမတွေ၊ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံး အမနဲ့အညီ နေထိုင်ရမယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမနဲ့ နေထိုင်တယ်ဆိုတော့ တခြားဘာသာဝင်တွေလည်း သူတို့ဘာသာရဲ့ အဆုံး အမနဲ့နေကြတယ်။ နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေနေကြတယ်။ အဲတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တွေက တို့တတွေလည်း ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမနဲ့နေမယ်ဆိုတော့ ပထမ မြတ်ဗုဒ္ဓ က ဘယ်လိုဆုံးမခဲ့သလဲဆိုတာ သိဖို့လိုမယ်ပေါ့။ လူဆိုတာ အဆင့်ဆင့် ကိုယ့်အဆင့်နဲ့ကိုယ် အားလုံးဟာ ဘုရားဟောတဲ့တရားတွေက အားလုံး နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားချည်းမဟုတ်ဘူး။ ဘဝခရီးမှာ ချမ်းသာသုခရဖို့ အခြေအနေကောင်းတွေ ဖန်တီးနိုင်ဖို့ဆိုတဲ့ နည်းလမ်းမျိုးတွေကို မြတ်စွာ ဘုရားက ဟောထားတယ်။ ဘဝခရီးမှာ ချမ်းသာသုခရဖို့အတွက် **ဟိတေ ပဝတ္တနေန**-အခြေအနေကောင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်စေတယ်။

> ❝လူဖြစ်လာပြီဆိုရင်
> နှစ်ဖက်မြင်ရမယ်။
> လူဆိုတာ
> မျက်စိနှစ်လုံးရှိတယ်။
> တစ်လုံးတည်းရှိတဲ့လူဟာ
> မပြည့်စုံဘူး။❞

အပဟိတာစ နိဝတ္တနေန-မကောင်းတဲ့ အခြေအနေတွေကို ဖယ်ရှားပစ်တယ်။ အဲဒီနည်းနဲ့ သတ္တဝါတွေရဲ့ အကျိုးစီးပွားကို မြတ်စွာဘုရားက ဆောင်ရွက်တယ်။ အဲတော့ အခြေအနေကောင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်အောင် မြတ်စွာဘုရားက အဆုံးအမပေးထားတယ်လို့ဆိုတော့ ကိုယ့်အဆင့်နဲ့ ဘုရားက ဆုံးမခဲ့တာ။ ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမလေးတွေ မှတ်သားပြီးတော့ ကျောင်းဒကာ၊ ကျောင်းအစ်မတွေက ငယ်ရွယ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း တို့ဘယ်လိုနေရမယ်ဆိုတာ မှတ်သားဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဒီထဲမှာ အထူးသဖြင့် လူငယ်လူရွယ်တွေက မှတ်သားဖို့ လိုအပ်တာပေါ့။

တို့ဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမနဲ့ ဘယ်လိုနေမလဲ။ အခု ဘုန်းကြီးတို့တွေ လူဖြစ်လာပြီ လူဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ ဘာ လုပ်ရမလဲဆိုတာ၊ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဖြစ်အောင် လုပ်ရမလဲဆိုတာကို ဘယ်လိုမှာခဲ့သလဲ၊ ဘယ်လို ဆုံးမခဲ့သလဲ။ သုတ္တန်တစ်ခုမှာ **အန္ဓသုတ္တန်** လို့ခေါ်တဲ့ သုတ္တန်တစ်ခုမှာ မြတ်စွာဘုရားက ပညာမျက်စိနှစ်ဖက်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဖြစ်အောင် လုပ်ပါတဲ့။ လူဖြစ်လာပြီဆိုရင် နှစ်ဖက်မြင်ရမယ်။ လူဆိုတာ မျက်စိနှစ်လုံးရှိတယ်။ တစ်လုံးတည်းရှိတဲ့လူဟာ မပြည့်စုံဘူး။ နှစ်လုံးစလုံး မရှိရင်တော့ အကန်းပဲ။ တစ်လုံးပျက်နေရင်ကို မကောင်းဘူး။ အဲဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက **ဒွိစက္ခု** တဲ့၊ အမြင်နှစ်မျိုး မျက်စိနှစ်မျိုး ရှိအောင် လုပ်ပါတဲ့။

လူထဲမှာ လူဖြစ်လာလို့ရှိရင် အခြေခံလူသား တစ်ယောက်အနေနဲ့ အမြင်နှစ်မျိုးရှိရမယ်။ အမြင်နှစ်မျိုးက ဘာလဲဆိုတော့ နံပါတ်တစ်က စီးပွားရှာနိုင်တဲ့အမြင်၊ ပညာမျက်စိရှိရမယ်။ စီပွားရေး မျက်စိလို့ခေါ်တယ်။ ဘယ်လိုလုပ်ရင် စီးပွားဥစ္စာတိုးတတ်နိုင်လဲ။ ဒါဟာ အင်မတန်မှအရေးကြီးတယ်နော်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ စီးပွားမရှာရဘူးမဟုတ်ဘူး ရှာ။ မြတ်စွာဘုရားက စီးပွားရှာဖို့ တိုက်တွန်းတယ်။ သို့သော် ရှာတဲ့အခါမှာ ဒုစရိုက်နည်းနဲ့မရှာဖို့တော့ ပြောတယ်။ ကောင်းတဲ့နည်းတွေနဲ့ စီးပွားရှာရမယ်။ စီးပွားရေးမျက်စိ ရှိရမယ်တဲ့။

စီးပွားရေးမျက်စိဆိုတာ ဘာတုန်း၊ မရသေးတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာကို ရအောင်လုပ်ခြင်း၊ ရရှိပြီးသား စည်းစိမ်ဥစ္စာကို တိုးပွားအောင်လုပ်ခြင်းလို့ ဒီအချက်နှစ်ချက်နဲ့ စီးပွားရေးမျက်စိရှိရမယ်။ စီးပွားရေးမျက်စိရှိမှ ဒီဘဝမှာ ချမ်းသာသုခရမှာကိုး။ ဒါဖြင့် စီးပွားတော့ရှာတတ်တယ်၊ မရသေးတဲ့ စည်းစိမ်တွေရအောင် မရသေးတဲ့ ငွေကြေးဥစ္စာတွေရအောင် လုပ်တယ်၊ ရပြီးသား ဥစ္စာငွေကြေးတွေ တိုးတက်အောင်လုပ်တယ် ဟုတ်ပြီ။

> “စီးပွားတိုးတက်လာတယ် ကိုယ်ကျင့်တရားက မတိုးတက်ဘူး။ ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ယွင်းလာတယ်။”

နောက် မျက်စိတစ်လုံးရှိဖို့ လိုသေးတယ်။ ဘာတုန်းဆိုရင် ကိုယ်ကျင့်တရားတဲ့၊ ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ အကောင်းအဆိုးကို ဖြစ်တတ်တဲ့ မျက်စိရှိ ဖို့လိုသေးတယ်။ ဒီနှစ်ခုဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ထိန်းညှိပေးထားတယ်။ စီးပွားရေးချည်းပဲ တိုးတက်ပြီး ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ပြားသွားလို့ရှိရင် ဒီစီးပွားဟာ ကြာရှည်မခံဘူး။ ခုမြန်မာနိုင်ငံမှာလဲပဲကြည့်

လူအချို့ဟာ စီးပွားတိုးတက်လာပြီး ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ ပျက်သွားတဲ့အခါ စီးပွားပါပျက်ရော။ ဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်တွေလည်း ရှိတာပဲ။ သာကေမြောက်မြားစွာ ရှိတယ်။ စီးပွားတိုးတက်လာတယ် ကိုယ်ကျင့်တရားက မတိုးတက်ဘူး၊ ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ယွင်းလာတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရား ပျက်ယွင်းသွားသည့်အတွက်ကြောင့် စီးပွားပါပျက်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မြတ်စွာဘုရားက စီးပွားတက်လာတာနဲ့အမျှ ကိုယ်ကျင့်တရားဘက်ကလဲ တက်လာရမယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားဖြင့် ကိုယ့်ရဲ့စီးပွားကို ပြန်ထိန်းထားရမယ်။

စီးပွားဘက်ကလည်း တိုးတက်တယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေကလည်း တိုးတက်လာတယ်ဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဟာ သူ့ရထားတဲ့ စည်းစိမ်ဥစ္စာဟာ ခိုင်မာတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရား မပျက်သည့်အတွက်ကြောင့် စီးပွားပျက်တယ်ဆိုတာ မရှိတော့ဘူး။ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။ ဒါမြတ်စွာဘုရားရဲ့ အဆုံးအမတစ်ချက်။ ဘုန်းကြီးတို့တတွေ နေ့စဉ်ဘဝမှာနေမယ်၊ လူ့ဘဝ မိသားစုဘဝမှာ နေမယ်ဆိုလို့ရှိရင် စီးပွားရှာတတ်ရမယ်။ အဲဒီလို စီးပွားရှာလို့ဆိုတဲ့နေရာမှာ ဘယ်လိုရှာမလဲ၊ မြတ်စွာဘုရားဟောထားတယ်။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားချည်းမဟုတ်ဘူး။ နိဗ္ဗာန်သွားဖို့ရာအတွက် အခြေခံကောင်းတွေ အရင်ဖန်တီးရမယ်။ အခြေခံမကောင်းရင် ဘယ်လိုလုပ် နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ လွယ်လွယ်နဲ့ရောက်မှာ မဟုတ်ဘူး။ အခြေခံကောင်းတွေဖြစ်ဖို့ အရင်လုပ်ရမယ်။

အဲတော့ ဟုတ်ပြီ၊ စီးပွားရှာပြီ၊ စီးပွားဖြစ်ဖို့အတွက် ဘာတွေလုပ်ရမလဲဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရားက သမ္ပဒါတရားလေးပါးဆိုတာ ဟောထားတာရှိတယ်။ နံပါတ်တစ်က ဘာတုန်းဆိုရင် **ဥဋ္ဌာန သမ္ပဒါ**-ကိုယ့်လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်လာရင် ကြိုးစားရမယ်ဆိုတယ်။ ကြိုးစားရမယ်၊ ဒါသိပ်အရေးကြီးတယ်။ မြန်မာလူမျိုးတွေက နည်းနည်းတော့ပျင်းပုံရမယ်။ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါကျရင် ရုံးတက်တယ်ဆိုလဲ နောက်ကျတယ်၊ အိပ်ယာထတော့လည်း နောက်ကျတယ်။ လုပ်ရကိုင်ရမယ့် ကိစ္စတွေဆိုလည်း နောက်ကျတယ်။ နောက်ကျတယ်၊ အချိန်ဖြုန်းတယ်။ ဒါတွေဟာ စီးပွားမတက်ခြင်းရဲ့

အကြောင်းပဲ။ မြတ်စွာဘုရားဟောတယ်၊ **ဥဋ္ဌာန**-အမြဲတမ်း တက်တက်ကြွကြွ၊ ထထကြွကြွနေရမယ်၊ ကြိုးစားရမယ်။

ဗမာတွေ နိုင်ငံခြားရောက်သွားပြီဆိုရင် ကြိုးစားကြတယ်၊ မကြိုးစားရင် အလုပ်ပြုတ်မှာကိုး။ အဲဒီကျတော့မှ ကိုရွှေဗမာတွေက 'ရွှေ'ဖြစ်တာနော်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို 'ရွှေ'လို့ခေါ်တယ်။ 'ရွှေ' တာက ဟို'ရွှေ'မဟုတ်ဘဲနဲ့ 'ရွှေ ရွှေ'ထွက်သွားတဲ့ 'ရွှေ'ဖြစ်နေတယ်။ စောင်းသွားတဲ့ 'ရွှေ'ဖြစ်နေတယ်။ အဲတော့ နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွေ ရောက်သွားတော့ ကြိုးစားရတယ်။ မကြိုးစားရင် အလုပ်ပြုတ်မှာစိုးလို့ ကြိုးစားရတယ်။ မြန်မာပြည်မှာနေပြီး ဒီလိုကြိုးစားရင်လည်း အခွင့်အလမ်းဆိုတာ ရှိလာမှာပဲ။ မြန်မာပြည်မှာလည်း ကြီးပွားချမ်းသာသွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေရှိတာပဲ။ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင်က **ဥဋ္ဌာန သမ္ပဒါ**-ကြိုးစားရတယ်။

ကြိုးစားဆိုတဲ့အထဲမှာ အရမ်းလုပ်လို့မရဘူး။ ကိုယ်လုပ်တဲ့လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဘာလို့လဲဆိုတော့ လိမ္မာကျွမ်းကျင်မှု၊ ဒါ မြတ်စွာဘုရားဟောတာနော်။ ဘုရားသုံးတဲ့စကားလုံးက '**ဒက္ခ**'တဲ့။ ဒက္ခဆိုတာ လိမ္မာကျွမ်းကျင်တာကိုပြောတာ။ '**အနလသ**'-မပျင်းရဘူး၊ ခွဲကောင်းရမယ်၊ မအောင်မြင် အောင်မြင်သည်ထိအောင် ကြိုးစားရမယ်။ နောက်တစ်ခုက ဘာလဲဆို **ဥပါယဝီမံသာ**-နည်းပညာ၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကော်ဖီဖျော်တာက အစ နည်းပညာရှိတယ်။ လက်ဖက်ရည်ဖျော်တာကအစ နည်းပညာရှိတယ်။ နည်းပညာဆိုတာ မသိမဖြစ်ဘူး၊ ကြိုးစားရမယ်။ သစ်ပင်လေးတစ်ပင်စိုက်တာကစပြီး စနစ်တကျစိုက်ရမယ်။

မြန်မာပြည်မှာ **ဥဋ္ဌာန သမ္ပဒါ**-လျော့နည်းနေလို့ မြန်မာလူမျိုးတွေဟာ မကြီးပွားဘူး။ ဘယ်သူ့မှ အပြစ်တင်စရာ မရှိဘူးနော်။ သူများကို အပြစ်တင်တာ အင်မတန်လွယ်တယ်လေ။ များသောအားဖြင့် လူတွေရဲ့စိတ်က သူများကို အပြစ်တင်ဖို့ပဲကြည့်တယ်။ "သူ့ကြောင့်၊ သူ့ကြောင့်"လို့ ပြောတယ်။ "ငါ့ကြောင့်"လို့ ဘယ်တော့မှ မပြောဘူးနော်။ ကြည့်လေ အိမ်မှာမတော်တဆ ပန်းကန်လေးကျကွဲရင် ကိုယ့်ကြောင့်ကွဲရင် မတော်လို့၊

> ❝ဗမာတွေ
> နိုင်ငံခြားရောက်သွားပြီဆိုရင်
> ကြိုးစားကြတယ်၊
> မကြိုးစားရင်
> အလုပ်ပြုတ်မှာကိုး။
> အဲဒီကျတော့မှ
> ကိုရွှေဗမာတွေက
> ရွှေဖြစ်တာနော်။❞

သူများကြောင့်ကွဲရင် နမော်နမဲ့နိုင်လို့။ သူများကြောင့်ကွဲရင်လည်း မတော်လို့လို့ ပြောပါလား မပြောဘူး။ ဒါကျတော့ နမော်နမဲ့နိုင်တယ်တဲ့။ ဒီလိုအပြစ်တင်တာလေ။ အဲ ကိုယ့်ကြောင့်ကျတော့ ခွင့်လွှတ်လိုက်တယ်။ မတော်လို့၊ မတော်လို့ဖြစ်တာ။ မတော်တာက ချော်တာပေါ့။

လောကမှာ ကြိုးစားအားထုတ်မှုဆိုတဲ့အထဲမှာ လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်ရမယ်။ ဖွဲ့ကောင်းရမယ်၊ နည်းပညာမသိသေးရင် သိအောင်သင်။ ဒီကနေ့ခေတ် မြန်မာနိုင်ငံကိုကြည့်လိုက်မယ်ဆိုရင် လယ်သမားကလည်း ဒီနွားနဲ့ ဒီထယ်နဲ့ပဲ ထွန်နေတာပဲ၊ ဘာမှမတိုးတက်ဘူး။ သိပ်ပြီးတော့ ကြိုးစားအားထုတ်မှု နည်းတယ်လို့ ပြောရမယ်။ စိုက်ထားလိုက်တာ တစ်မျိုးပဲ စိုက်တယ်၊ ကျန်တာမလုပ်တတ်ဘူး။ အဲဒါ ဘာလို့လဲဆို ခုနကနည်းပညာဆိုတာ မလေ့လာလို့၊ ရိုးရာပဲ။ ဒီ့ထက်မတက်လာတော့ဘူး။ ဒီလိုဖြစ်နေတယ်။ တခြားနိုင်ငံတွေ ဝုန်း-ဝုန်း-ဝုန်းနဲ့ တက်သွားတယ်။ ဒီမှာ မတက်နိုင်ဘူး။ နည်းပညာ ကြိုးစားမှုကျတော့လဲ ဒီမှာက လူတွေ ဘယ်မှာပုံနေတုန်း၊ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ ပုံနေတယ်။ ဘာလုပ်နေကြတာတုန်း၊ ဘောလုံးပွဲကြည့်တယ်၊ ရုပ်ရှင်ကြည့်တယ် အားလိုက်ကြတာ။

ဘုန်းကြီးတို့ အမေရိကရောက်သွားတဲ့အခါ တွေ့ရတယ်။ လူတွေ ညဆိုင်းအလုပ်လုပ်တာရှိတယ် နေ့အလုပ်လုပ်တာရှိတယ်။ မိသားစု တစ်ခါတစ်ခါ ထမင်းလက်ဆုံတောင် မစားရဘူး။ တစ်ခါတစ်ခါ အချိန်အခါအလိုက် မွေးနေ့တို့၊ တစ်ခုခု ဆွမ်းကျွေးချင်ရင်တောင်မှ ဘုန်းကြီးတွေကို

ဆွမ်းကပ်ပြီး မြန်မြန်အလုပ်သွားကြရတယ်။ တရားတောင်မနာနိုင်ဘူး။ ဘာလို့တုန်းဆိုတော့ အလုပ်နောက်ကျမှာစိုးလို့။ ကြိုးစားတာ ကြိုးစားတာ။ တကယ်တွေ့ခဲ့တာ ပြောတာနော်။ မိသားစု မဆုံနိုင်ဘူး။ သူက ညအလုပ်ဆင်းရတယ်၊ သူက နေ့အလုပ်ဆင်းရတယ်။ သူက 'အိုဗာတိုင်' ဆင်းရတယ်နဲ့ ကြိုးစားလိုက်ကြတာ။ ကြိုးစားလို့ရတာလေ။ အဲတော့ မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တိုင်ကိုက ကြီးပွားတိုးတက်ချင်ရင် ကြိုးစားပါလို့ပြောတာ။

ကြိုးစားဆိုတဲ့အထဲမှာ အလုပ်ကျွမ်းကျင်မှုလိုတယ်။ ကျွမ်းကျင်မှုမရှိသေးရင်သင်၊ Professional ဖြစ်အောင်လုပ်။ ဗမာကဝယ်တော့သုံးတတ်တယ်။ လက်တည့်စမ်းတယ်နော်။ ပိုက်ဆံရှိရင် ဝယ်ပြီးတော့ချလိုက်မှာပဲ။ ဒီဟာရဲ့နည်းကို လေ့လာတာတို့၊ သင်ကြားတာတို့ အင်မတန်မှ နည်းတယ်နော်။ စနစ်တကျ မတတ်ကြဘူး။ ဒါဟာ အပြစ်တင်ပြီးပြောတာ မဟုတ်ဘူး။ ချို့ယွင်းနေတာတွေကို ပြောပြတာ။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပြန်ပြင်ရမယ်။ သူများကိုမပြင်နဲ့ ကိုယ်ဟာကိုယ်ပြင်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ကြည့်။

"လူတွေဟာ ကိုယ့်ရဲ့ချို့ယွင်းချက်ကို ကိုယ့်ဟာကိုယ်ရှာတတ်ပြီး ချို့ယွင်းချက်ကို ဖယ်ရှားပြီး ကောင်းတဲ့အကွက်တွေကို အားမြှင့်ပေးလိုက်မယ်ဆိုရင်"

မှန်ကြည့်တဲ့အခါ သူများမျက်နှာကြည့်တာလား၊ ကိုယ့်မျက်နှာကြည့်တာလား၊ ကိုယ့်မျက်နှာကိုယ်ကြည့်တာ၊ သူများမျက်နှာမကြည့်ဘူး။ အဲဒီမှန်ထဲမှာ ကြည့်တဲ့အခါကျတော့ ဘာလို့ဆိုရင် ကိုယ့်မျက်နှာမှ ကိုယ်မြင်ချင်တာကိုး၊ သူများမျက်နှာကြီးမြင်နေရတာ မှန်မလိုဘဲနဲ့ မြင်နေတာ၊ သူများမျက်နှာသွားကြည့်လို့လည်း ရတာမှမဟုတ်တာ။ ကိုယ့်မျက်နှာကိုယ် အလှပြင်ရင် ကိုယ့်ဟာကိုယ် မှန်ထဲကြည့်ပြီးပြင်ရတာ။ အဲတော့ လူတွေဟာ

ကိုယ့်ရဲ့ချို့ယွင်းချက်ကို ကိုယ့်ဟာကိုယ်ရှာတတ်ပြီး ချို့ယွင်းချက်ကို ဖယ်ရှားပြီး ကောင်းတဲ့အကွက်တွေကို အားမြှင့်ပေးလိုက်မယ်ဆိုရင် တိုးတက်လာမှာပါ။

ဘုရားဟောခဲ့တဲ့ **ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ**-ဒီအချက်သုံးချက်။ "လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်ခြင်း၊ ဖွဲ့ကောင်းခြင်း၊ နည်းပညာဆိုတာနဲ့ ပြည့်စုံခြင်း" အဲဒီလို ကြိုးစားလိုက်မယ်ဆိုလို့ရှိရင် ဘယ်အလုပ်ပဲလုပ်လုပ် အများကြီးတိုးတက်သွားမယ်။ ကဲ ဒီတစ်ခုတည်းနဲ့ လုံလောက်ပြီလားဆိုတော့ မလုံလောက်သေးဘူး။ ပစ္စည်းဥစ္စာဆိုတာ ရှာတော့ရလာတယ်။ ရတဲ့အခါမှာ အလေအလွင့်၊ အပျက်အစီးမရှိအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ဖို့လိုတယ်။ ဒါ အရေးကြီးတယ်နော်။ ဘယ်လိုထိန်းရမလဲ၊ ပစ္စည်းဥစ္စာကို ဘယ်လိုသိမ်းဆည်းရမလဲ။ မြန်မာပြည်မှာ တချို့အရပ်တွေမှာ ခရမ်းချဉ်သီးတွေ တအားသီးတယ်၊ ခရမ်းသီးချဉ်ကို ရေရှည်ထားနိုင်တဲ့ နည်းစနစ်မရှိတဲ့အတွက်ကြောင့် ခူးထားလို့ တစ်ပတ်နှစ်ပတ်ဆို ပုပ်သွားတယ်။ မရတော့ဘူး။ ပုပ်သွားတော့ အလဟဿပစ်လိုက်ရတယ်။ မယုံသွားကြည့်။ ကုန်ဈေးတွေမှာ သွားကြည့်မယ်ဆိုရင် ခရမ်းချဉ်သီးတွေပေါတဲ့အချိန်မှာ လမ်းဘေးမှာ လိုချင်တာယူ၊ အဲဒီပစ္စည်းတွေ အကုန်ပစ်ထားတယ်။ ဘာလို့တုန်းဆို ဒါတွေကို ရေရှည်ထားနိုင်တဲ့ နည်းပညာမရှိဘူး။

နောက်ဆုံးမှာ စပါးတောင်မှ ရိတ်တဲ့အခါမှာ အလေအလွင့်တွေ အများကြီးဖြစ်တယ်။ အဲဒီအလေအလွင့်တွေကို အပျက်အစီးမရှိအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်နည်း မရှိဘူး။ မထိန်းသိမ်း မစောင့်ရှောက်နိုင်တဲ့ အတွက်ကြောင့် ရလာတဲ့စီးပွားဥစ္စာဟာလည်းပဲ အိုးကွဲထဲကို ရေလောင်းထည့်သလို ယိုကျတယ်။ အဖတ်မတင်ဘူး။ နောက်တစ်ခု ရှိသေးတယ်။ မြန်မာပြည်က လူတွေ (ဒါ အပြစ်ပြောတာမဟုတ်ပါဘူး၊ ဖြစ်နေတာကို ပြောပြတာနော်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ဆင်ခြင်ကြည့်ပေါ့။) အိမ်တစ်အိမ်မှာ ထမင်းကျန် ဟင်းကျန်တွေ သွန်ပစ်နေတာ အများကြီးရှိတယ်။ အေး ဒီနေ့ သွန်ပစ်နေတဲ့ ထမင်းကျန် ဟင်းကျန် တစ်ဆုပ်လောက်ကျန်တာကို ဘာမှ

တန်ဖိုးမရှိဘူး ထင်ကောင်းထင်လိမ့်မယ်။ ဒီနေ့ တစ်ဆုပ်၊ နက်ဖြန် တစ်ဆုပ်၊ နောက် တစ်ရက်တစ်ဆုပ်၊ တစ်ဆုပ် တစ်ဆုပ်တွေစုလိုက်မယ်ဆို ဘာဖြစ်မလဲ တစ်လစာဖြစ်သွားမယ်။ အဲတော့ တစ်လစာလှူင့်ပစ်တာ ဖြစ်မယ်။ နောက်ကျရင် တစ်နှစ်စာဖြစ်သွားမယ်။ အသေးအဖွဲလေးကစပြီး မြတ်စွာဘုရားက ဂရုစိုက်ခိုင်းတယ်။

ရဟာန်းတွေကို ဆုံးမတဲ့စကားရှိတယ်။ **ထမင်းစေ့လေး တစ်စေ့ဟာ လုပ်ငန်းပေါင်းမြောက်များစွာနဲ့ လုပ်မှရတာ၊** ဒါကြောင့် ဒီတစ်စေ့ကျ သွားရင် တစ်စေ့ပြန်ကောက်ယူ။ ဝိနည်းထဲမှာပါတယ် '**ကောမေကာ် သိတ္ထံ ကမ္မသတေန နိဗ္ဗတ္တံ**' ဒီထမင်းစေ့လေးဖြစ်ဖို့ရာ အဆင့်ဘယ်လောက် လုပ်ခဲ့ရသလဲ၊ ဒီထမင်းဆိုတဲ့အဆင့် ရောက်သည်ထိအောင် ဘယ်လိုလုပ် ခဲ့ရသလဲ။ အဲတော့ ဒါတွေကို အလဟဿ လွှင့်မပစ်နဲ့ပေါ့။ အဲတော့ မြန်မာလူမျိုးတွေဟာ စားတာသောက်တာ လိုအပ်သည်ထက်ပိုပြီးတော့ အကြွင်းအကျန်တွေများနေတယ်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းတွေမှာဆို ထမင်း ကျန်ဟင်းကျန် သွန်ပစ်တာအများ ကြီးပဲ။ အဲတော့ ဒါတွေကို ထိန်း သိမ်းစောင့်ရှောက်လိုက်မယ်ဆိုရင် **အာရက္ခသမ္ပဒါ**- ထိန်းသိမ်းစောင့် ရှောက်လိုက်မယ်ဆိုရင် အများကြီး တိုးတက်လာနိုင်စရာ ရှိတယ်။

"ဒီငွေတွေဟာ
ရသမျှအကုန်သုံးပစ်လို့
မရဘူး။
အမြဲတမ်း
စုဆောင်းငွေရှိနေတယ်"

သမဇီဝိတာ-ဝင်ငွေနဲ့ထွက်ငွေ မျှမျှတတ သုံးတတ်ရမယ်တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက၊ ဟုတ်ပြီ၊ ရတာ ကိုယ့်တစ်နေ့ဝင်ငွေ ဘယ်လောက် ရှိလဲ၊ ရှိတဲ့ ဝင်ငွေပေါ့။ သုံးတာက တစ်နေ့ဘယ်လောက် သုံးနေလဲ၊ စာရင်းဇယားရှိရမယ်။ ဝင်တာက

တန်ဖိုးမရှိဘူး ထင်ကောင်းထင်လိမ့်မယ်။ ဒီနေ့ တစ်ဆုပ်၊ နက်ဖြန် တစ်ဆုပ်၊ နောက် တစ်ရက်တစ်ဆုပ်၊ တစ်ဆုပ် တစ်ဆုပ်တွေစုလိုက်မယ်ဆို ဘာဖြစ်မလဲ တစ်လစာဖြစ်သွားမယ်။ အဲတော့ တစ်လစာလွှင့်ပစ်တာ ဖြစ်မယ်။ နောက်ကျရင် တစ်နှစ်စာဖြစ်သွားမယ်။ အသေးအဖွဲလေးကစပြီး မြတ်စွာဘုရားက ဂရုစိုက်ခိုင်းတယ်။

ရဟန်းတွေကို ဆုံးမတဲ့စကားရှိတယ်။ **ထမင်းစေ့လေး တစ်စေ့ဟာ လုပ်ငန်းပေါင်းမြောက်များစွာနဲ့ လုပ်မှရတာ၊** ဒါကြောင့် ဒီတစ်စေ့ကျ သွားရင် တစ်စေ့ပြန်ကောက်ယူ။ ဝိနည်းထဲမှာပါတယ် **'ကေမောကံ သိတ္တံ ကမ္မသတေန နိဗ္ဗတ္တံ'** ဒီထမင်းစေ့လေးဖြစ်ဖို့ရာ အဆင့်ဘယ်လောက် လုပ်ခဲ့ရသလဲ၊ ဒီထမင်းဆိုတဲ့အဆင့် ရောက်သည်ထိအောင် ဘယ်လိုလုပ် ခဲ့ရသလဲ။ အဲတော့ ဒါတွေကို အလဟဿ လွှင့်မပစ်နဲ့ပေါ့။ အဲတော့ မြန်မာလူမျိုးတွေဟာ စားတာသောက်တာ လိုအပ်သည်ထက်ပိုပြီးတော့ အကြွင်းအကျန်တွေများနေတယ်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းတွေမှာဆို ထမင်းကျန်ဟင်းကျန် သွန်ပစ်တာအများကြီးပဲ။ အဲတော့ ဒါတွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လိုက်မယ်ဆိုရင် **အာရက္ခသမ္ပဒါ**- ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်လိုက်မယ်ဆိုရင် အများကြီးတိုးတက်လာနိုင်စရာ ရှိတယ်။

> **"ဒီငွေတွေဟာ ရသမျှအကုန်သုံးပစ်လို့ မရဘူး။ အမြဲတမ်း စုဆောင်းငွေရှိနေတယ်"**

သမဇီဝိတာ-ဝင်ငွေနဲ့ထွက်ငွေ မျှမျှတတ သုံးတတ်ရမယ်တဲ့။ မြတ်စွာဘုရားက၊ ဟုတ်ပြီ၊ ရတာ ကိုယ့်တစ်နေ့ဝင်ငွေ ဘယ်လောက်ရှိလဲ၊ ရှိတဲ့ ဝင်ငွေပေါ့။ သုံးတာက တစ်နေ့ဘယ်လောက် သုံးနေလဲ၊ စာရင်းဇယားရှိရမယ်။ ဝင်တာက

တစ်နေ့ ၁၀၀၀ ဝင်တယ်။ တစ်နေ့ ၅၀၀၀ ဝင်တယ်၊ ၁၀၀၀၀ ဝင်တယ်။ သုံးတာက ၂၀၀၀၀၊ ဘယ်ကာမိတော့မလဲ။ တစ်သောင်းအကြွေးတင်သွားပြီ၊ ဒီလိုဆိုလိုတာနော်။ အဲတော့ ဝင်ငွေ ထွက်ငွေမှာ ထွက်ငွေက ဝင်ငွေကို မကျော်စေရဘူး။ ဒါ မြတ်စွာဘုရားဟောတာ။ **သမဇီဝိတာ** ဝင်ငွေနဲ့ထွက်ငွေ မျှမျှတတ သုံးနိုင်ရမယ်။ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ စီးပွားရေးပေါ်လစီလို့ ပြောလို့ရတယ်။ ဘုရားက ကိုယ့်ရဲ့ဝင်ငွေကို လေးပုံပုံ၊ တစ်ပုံကို emergency အတွက်ထား၊ တစ်ပုံကိုစား၊ နှစ်ပုံကို အရောင်းအဝယ် investment အနေနဲ့ အသုံးပြုလို့ ဒီလိုဟောတာ။

လေးပုံပုံပြီးတော့ တစ်ပုံကို emergency ထားဆိုတာ ထားတဲ့လူတွေဟာ မြန်မာပြည်မှာ မရှိဘူး မဟုတ်ဘူးရှိတယ်။ အဲဒီလူတွေက ကြွေးမတင်ဘူး။ ကြွေးတင်တာက လေးပုံပုံ-ငါးပုံ စားတဲ့လူတွေက ကြွေးတင်တာ။ ပစ္စည်းဥစ္စာရှိတာ လေးပုံ၊ ကိုယ်သုံးတာက ငါးပုံ။ ဘုရားရဲ့နည်း စနစ်အတိုင်း လိုက်နာမယ်ဆိုရင် လေးပုံပုံ၊ တစ်ပုံကို emergency အတွက်ထား၊ တစ်ပုံကနေ့စဉ်စား၊ ကျန်တဲ့နှစ်ပုံကို အရောင်းအဝယ် investment ရင်းနှီးမြှုပ်နှံ၊ အရောင်းအဝယ်ကိစ္စမှာ အသုံးပြုတယ်။ လေးပုံကို လေးပုံလုံး အကုန်အခံဘူး။ ဘာပြုလို့ဆို အရောင်းအဝယ်ဆိုတာ လွဲသွားတာလည်း ရှိတယ်လေ။ ရချင်မှရတာ၊ ဆုံးသွားတာလဲရှိတယ်။ ဆုံးသွားရင် ဘာဖြစ်လဲ emergency က အခြေခံရှိတယ်။ ပုံမှန်သဘောမျိုးဖယ်ထားတာ။

အချို့ နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တွေက ကုမ္ပဏီတွေမှာဆိုရင် သူ့ရဲ့ အလုပ်သမားတွေကို အမြဲတမ်း account ဖွင့်ပေးထားတယ်။ account ဖွင့်ပေးထား ပြီးတော့ သူတို့ပေးတဲ့လစာထဲ နှုတ်ပြီးတော့ deposit လုပ်ပေးထားတယ်။ ဒါအင်မတန်မှ ကောင်းတဲ့စနစ်တစ်ခုပဲ။ အဲတော့ ဒီငွေတွေဟာ ရသမျှအကုန်သုံးပစ်လို့ မရဘူး။ အမြဲတမ်း စုဆောင်းငွေရှိနေရတယ်။ အဲလို ပုံမှန်စုဆောင်းငွေ ရှိရမယ်။ ဒီလိုစုဆောင်းငွေရှိရင် မီးဘေး ဘာဘေး စသဖြင့် ကြုံလာတဲ့အခါမှာ ဒါဟာ သုံးလို့ရတယ်။ ကိုယ့်အတွက် အထောက်အကူဖြစ်တယ်။ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘူးဆိုရင် သူဟာ မိမွေးတိုင်း ဖမွေးတိုင်း ခြေနဲ့ လက်ပဲကျန်မှာပေါ့။ ဒီလိုဖြစ်သွားတတ်တယ်။

> ❝မချမ်းသာဘူးဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း လိုက်နာရဲ့လား❞

ဗမာလူမျိုးတွေ ဘာပြုလို့ ဘုရားဟောတဲ့အတိုင်း မလိုက်နာတာလဲ။ ဘုန်းကြီးတို့ဆီ တစ်ခါက ကိုရီးယားအမျိုးသမီးတစ်ယောက် စာလာသင်တယ်။ သူ့ရဲ့ thesis အတွက် အကူအညီလာတောင်းတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ ဆီမှာ (၂)နှစ်ခွဲလောက် နေသွားတယ်။ အဲဒီမှာ စပ်မိစပ်ရာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ၊ တခြားဘာသာဝင်တွေရှိတယ်။ နောက်ပိုင်းလူတွေက ဘယ်လိုပြောထားကြလဲဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်လို့ရှိရင် မတိုးတက်ဘူးလို့ စိတ်ထဲမှာ ဒီလိုခံယူကြတယ်တဲ့။ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ခြင်းကြောင့် နိုင်ငံမတိုးတက်တာ ပြောတာ၊ တချို့ဘာသာတွေကလည်း အဲဒီလိုပြောတာတွေရှိတယ်။

သို့သော် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်လို့ မတိုးတက်တာလား၊ ဘာကြောင့် မတိုးတက်တာလဲဆိုတာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် စစ်တမ်းထုတ်ဖို့ လိုအပ်တယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်ရုံနဲ့ စီးပွားရေးမတိုးတက်ဘူးဆိုတာ အဓိပ္ပာယ်မရှိဘူး၊ သူတို့ပြောတာ ဘာပြောလဲဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်က ပါဏာတိပါတ မလုပ်ရဘူး၊ ငါးပါးသီလလုံရမယ်ဆိုရင် သူတို့လုပ်စားစရာမရှိဘူးလို့ တချို့က ထင်မယ်ပေါ့။ လုပ်စားစရာတွေ ပြည့်နေတာပဲနော်၊ ဒုစရိုက်နဲ့လုပ်မှ ထမင်းဝတာမဟုတ်ဘူး။ တခြားနည်းတွေလည်း လုပ်စားစရာတွေ အများကြီး။ ဗုဒ္ဓကိုးကွယ်တဲ့ နိုင်ငံဖြစ်ရဲ့သားနဲ့ ဂျပန်နိုင်ငံ ချမ်းသာတာပဲလေ။ ထိုင်းနိုင်ငံလည်း ချမ်းသာတာပဲလေ၊ ချမ်းသာမှုဆိုတာ ဘာသာနဲ့မဆိုင်ဘူး။

မချမ်းသာဘူးဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း လိုက်နာရဲ့လား၊ မလိုက်နာဘူးလား၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် စဉ်းစားကြည့်။ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့

အဆုံးအမအတိုင်းနေရဲ့လား၊ မနေဘူးလား။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်စဉ်းစားကြည့်။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ပဲ စစ်တမ်းထုတ်ကြည့်။ ကြည့်-ဘုရားက ဒီဘဝချမ်းသာဖို့အတွက် အလုပ်ကြိုးစားတယ်၊ အလုပ်ကြိုးစားဖို့အတွက် လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်ရမယ်၊ ဖွဲကောင်းရမယ်၊ နည်းပညာသိရမယ်၊ ဒီသုံးခုနဲ့ကြိုးစားတာ။ အလေအလွင့်မရှိအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရမယ်။ ဝင်ငွေ ထွက်ငွေမျှတအောင် လုပ်တတ်ရမယ်။ ဒါအရေးကြီးတဲ့အချက်တွေ။

နောက်ဆုံးတစ်ခုက ဘာလဲဆိုရင် **ကလျာဏ မိတ္တ**တဲ့။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း ရှိရမယ်။ အပေါင်းအသင်းကောင်းဖို့လိုတယ်။ မကောင်းတဲ့အပေါင်းအသင်းနဲ့ဆိုရင် လောင်းကစားတွေ၊ အသောက်အစားတွေလုပ်လို့ပျက်စီးသွားမယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ အဲတော့ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းနဲ့ ပေါင်းသင်းရမယ်။ ဒီအချက်လေးချက်နဲ့ ပြည့်စုံပြီးတော့ လိုက်နာကျင့်သုံးမယ်ဆိုလို့ရှိရင်တဲ့ ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ပိန်ပိန်လိန်လိန်မဖြစ်ဘူး။ ဘဝမှာ ချမ်းသာသုခရနိုင်တယ်။ ဒါက မြတ်စွာဘုရားရဲ့ဘဝမှာ နေနည်းတစ်ခုပေါ့နော်။ ဒါဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လူငယ်လူရွယ်တွေ မှတ်သားလိုက်နာပြီးတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကြီးပွားတိုးတက်အောင် လုပ်ဖို့လိုအပ်တယ်ပေါ့။ အရေးကြီးတယ်။

ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ-ကြိုးစားရမယ်၊ မကြိုးစားမနေရဘူး။ **အာရက္ခသမ္ပဒါ**-အသေးအဖွဲလို့ မအောက်မေ့ရဘူး၊ အလေအလွင့်မရှိအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရမယ်။ **သမဇီဝိတာ**-ဝင်ငွေထွက်ငွေမျှတအောင် လုပ်နိုင်ရမယ်။ **ကလျာဏမိတ္တတာ**-မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းနဲ့ ပေါင်းသင်းရမယ်။ တခြားနိုင်ငံတွေမှာ ကြီးပွားတိုးတက်တယ်ဆိုတဲ့လူတွေဟာ ဒီအချက်တွေ ပြည့်စုံလို့၊ သူတို့မသိတောင်မှ ပြည့်စုံတယ်။ ဘုရားဟောတယ်ဆိုတာ အင်မတန်မှ အံ့သြစရာကောင်းတယ်။

မြတ်စွာဘုရားဟောတယ်ဆိုတာ သဘာဝတရားကိုဟောတာ။ သိသည်ဖြစ်စေ၊ မသိသည်ဖြစ်စေ ဒီလမ်းကြောင်းပေါ်ရောက်ရင် ဒီလမ်းကို

သွားရင်၊ ဒီလမ်းကိုလျှောက်ရင် ဘယ်သူလျှောက်လျှောက် ဒီစခန်းရောက်မှာပဲ။ ယုံကြည်လို့လျှောက်သည်ဖြစ်စေ၊ မယုံကြည်ဘဲလျှောက်သည်ဖြစ်စေ ဒီလမ်းလျှောက်ရင် ဒီစခန်းရောက်မှာတော့ သေချာတယ်။ အဲဒီလောက် မြတ်စွာဘုရားဟောတဲ့တရား မှန်ကန်တိကျတယ်။ ဘာလို့တုန်းဆို သဘာဝကို ဟောတာလေ။ ဒါလောကမှာ ကြီးပွားရေးပဲ။ အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားဟောတယ်။ ဒီလေးချက်နဲ့တင်ပဲ ဒီဘဝမှာ ကြီးပွားနိုင်တယ်။

ဒါဖြင့် နောက်ဘဝ၊ သေသည်၏ အခြားမဲ့၊ သေသည်၏ အခြားမဲ့ဆိုတာ ဘယ်သူမှမသိနိုင်ဘူး။ တခြားဘာသာဝင်တွေကတော့ ဘယ်လိုပြောတုန်း၊ အေး-ထာဝရဘုရားရဲ့ အဆုံးအဖြတ်အတိုင်းပဲ၊ ထာဝရင်ရဲ့ ထာဝရကောင်းကင်ဘုံ တစ်ခုခုရောက်မယ်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေကျတော့ (၃၁)ဘုံ၊ ကိုယ်လုပ်တဲ့ကံအားလျော်စွာ သေသည်၏အခြားမဲ့မှာ တစ်ခုခုရောက်မယ်။ အဲတော့ အာမခံချက်ဘာရှိလဲ၊ မြတ်စွာဘုရားက ဟောထားတယ် ဒီဘဝအတွက်ကတော့ ဒီအချက်လေးချက်နဲ့တင် လုံလောက်တယ်။ နောက်ဘဝအတွက်ဆိုရင် ဘာလုပ်ရမလဲဆို **သဒ္ဓါသမ္ပဒါ**-ယုံကြည်ချက်ရှိရမယ်။ ယုံကြည်တယ်ဆိုတာ မြတ်စွာဘုရားအပေါ်မှာ ယုံကြည်တာ၊ ယုံကြည်မှ ဘုရားပြောစကားကို လိုက်နာမှာလေ။ ဘုရားဟောတာ မယုံဘူးဆိုရင်၊ ယုံတယ်လို့ပြောပြီးတော့ စကားကျတော့ မလိုက်နာဘူးဆိုရင် အဓိပ္ပာယ်မရှိဘူး။ ယုံကြည်ရမယ်၊ ယုံကြည်သည့်အတွက်ကြောင့် ဓမ္မကို လိုက်နာကျင့်သုံးတယ်၊ ဒီလိုဆိုလိုတာ။ အဲတော့ **နံပါတ်တစ် သဒ္ဓါ**- ယုံကြည်မှုရှိရမယ်။ **နံပါတ်နှစ်က သီလ**-ကိုယ်ကျင့်တရားရှိရမယ်။ အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလကို လုံရမယ်။ ငါးပါးသီလကို တချို့က အခက်အခဲကြီး ထင်ပြီးတော့ ငါးပါးသီလလုံအောင်လုပ်ဖို့ ကြောက်စရာထင်နေတယ်၊ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ်ချင်းစာတရား အခြေခံထားတာ ငါးပါးသီလပဲ။

တချို့ကလည်း ပြောကြတယ်၊ ငါးပါးသီလထဲက တစ်ပါးလောက် လုံရင် ပြီးသလိုလို၊ နှစ်ပါးလောက် လုံရင်ပြီးသလိုလိုနဲ့ မဟုတ်ဘူး။

ငါးပါးလုံးလုံမှ ပြီးတယ်။ ငါးပါးသီလဟာ ရှောင်ရင်ကုသိုလ်၊ မရှောင်ရင် ဒုစရိုက်ပဲ။ ဒါက ဘုရားက သတ်မှတ်ပေးတာ မဟုတ်ဘူး။ သဘာဝတရားကြီးက သတ်မှတ်ပေးထားတာနော်။ စဉ်းစားကြည့် ကိုယ့်ကို တစ်စုံတစ်ယောက်က လာသတ်လို့ရှိရင် ကြောက်တယ်မဟုတ်လား။ ကိုယ်မကြိုက်ဘူးလေ။ ကိုယ်မကြိုက်တဲ့အလုပ် သူများသွားမလုပ်နဲ့ ဒီလိုဆိုလိုတာပဲ။ **အတ္တူပမာ ယိက**-အမြဲတမ်းကိုယ်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်။ ကိုယ်မကြိုက်တဲ့အလုပ်ကို မလုပ်နဲ့၊ ကိုယ့်ကိုသတ်မယ်ဆိုရင် ကိုယ်ကြောက်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ဘယ်သတ္တဝါကိုမှ မသတ်ဘူး။ ရှောင်တယ်။

ကိုယ့်ပစ္စည်းကို အခိုးခံရမယ်ဆိုရင် စိတ်ဆင်းရဲမယ်၊ အဲဒါကြောင့် သူများပစ္စည်းလည်း မခိုးနဲ့။ ကိုယ့်သားမယားကို စော်ကားမယ်ဆိုရင် ကိုယ်လည်း မခံနိုင်ဘူး။ ဒီတော့ သူများသားမယားလည်း မစော်ကားနဲ့။ ဒါငါးပါးသီလပဲလေ။ အကုန်လုံး ကိုယ်မကြိုက်တဲ့ဟာတွေချည်းပဲ။ ကိုယ့်ကို လိမ်ပြောမယ်ဆိုရင် မခံနိုင်ဘူး။ သူများကို မလိမ်နဲ့လေ။ အဲတော့ အရက်ကျတော့ ဘယ်လိုပြောမတုန်း၊ ကိုယ်တိုင်က ကြိုက်နေတာ၊ ဒါလေး သောက်ရမှဆိုတော့ စိတ်တွေကြွလာပြီးတော့ မပြောသင့်တဲ့ စကားတွေ ပြောပြီးတော့ မလုပ်သင့်တာတွေလုပ်တယ်။ အင်မတန်မှ တည်ကြည် အေးဆေးစွာနေတတ်တဲ့ လူတစ်ယောက်က အရပ်ထဲမှာ အေးအေးဆေးဆေးမဟုတ်ဘဲ ဆူဆူပူပူဖြစ်လာတယ်။ ကောင်းသလား၊ မကောင်းဘူးလား၊ ဒါ တစ်ခုတည်းနဲ့ပဲ ကြည့်ဦး။

“ကိုယ့်သားမယားကို
စော်ကားမယ်ဆိုရင်
ကိုယ်လည်း
မခံနိုင်ဘူး။
ဒီတော့...
သူများသားမယားလည်း
မစော်ကားနဲ့”

နောက်တစ်ခါ စဉ်းစားကြည့်ဦး။ အရက်ဆိုတာ ဝင်လာတာနဲ့ တစ်ပြိုင်တည်း လူတစ်ယောက်ဟာ အမှန်အကန် စဉ်းစားနိုင်စွမ်း မရှိတော့ဘူး။ ဦးနှောက်ရဲ့ အခြေအနေတွေ ပြောင်းသွားတယ်။ ပြောင်းသွားတဲ့အတွက်ကြောင့် ဘယ်သူ့ကို ထိခိုက်လည်းဆို ကိုယ်သိရမယ့် အတတ်ပညာတွေ၊ နည်းပညာတွေ၊ ကိုယ့်ရဲ့တန်ဖိုးရှိတဲ့ အချိန်တွေ၊ ဒါတွေဟာ ပျောက်သွားတယ်။ သူ့အတွက် တန်ဖိုးမဲ့သွားတယ်။ စိတ်အေးကြည်လင်မှုဆိုတာလည်း ပျက်စီးသွားတယ်။ ဒါဘယ်သူမှမလုပ်ဘူး၊ ကိုယ်သောက်တတ်လို့ သောက်ပြီးတော့ အိပ်ဦးတော့ ဘယ်သူ့ထိခိုက်လဲ မေးရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိခိုက်တယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုထိခိုက်တယ်ဆိုတာ ပညာရ-ရမှာမရဘူး။ ကုသိုလ်ရ-ရမှာ မရဘူး။ ဒါထိခိုက်တာပဲလေ။ အဲသလိုထိခိုက်တဲ့အခါမှာ ကိုယ်သာ ထိခိုက်တာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကိုမှီခိုနေတဲ့ မိသားစုကိုလည်း ထိခိုက်တယ်။ အလုပ်လုပ်ရမှာလည်း မလုပ်ဘူး။ ဟော ကိုယ်လည်း ထိခိုက်တယ်။ ကိုယ့်မိသားစုလည်း ထိခိုက်တယ်။ နောက်ပြဿနာတွေ အများကြီး တက်လာတယ်။ သွေးဆိုးတဲ့သူတွေကျတော့ အရက်မူးပြီး ရန်ဖြစ်ကြတာပဲ။ ဒါတွေဟာ ဘာကြောင့်လဲ ဒါကြောင့် ဖြစ်တယ်။ အဲတော့ အဲဒီပြဿနာတွေတက်စေတဲ့ အရက်ဟာ သောင်သင့်သလား၊ မသောက်သင့်ဘူးလား။ ဒီလိုစဉ်းစားကြည့်လိုက်လို့ရှိရင် ဒီအရည်ဝင်လိုက်သည့်အတွက်ကြောင့် မကောင်းတဲ့အလုပ်တွေ အကုန်လုပ်ရဲသွားတယ်ဆိုရင်၊ မကောင်းတဲ့ဟာပဲဆိုတာကို သဘောပေါက်နားလည်လို့ရှိရင် ငါးပါးသီလဟာ ဘာမှမခက်တော့ဘူး။ အင်မတန်မှ မြတ်မြတ်နိုးနိုး ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရမယ့် သီလ။ ကိုယ်က အမြဲတမ်း လူတော်လူကောင်း လူ့အဆင့်နဲ့ပြည့်ပြည့်ဝဝ သူတော်ကောင်းစိတ်နဲ့ အမြဲတမ်းရှိဖို့ လိမ်လိမ်မာမာနေတတ်ဖို့ကို ရွေးချယ်ရတယ်။ အရိယာသူတော်စင်ဖြစ်ရပြီဆိုရင် ဘုရားဂုဏ်၊ တရားဂုဏ်၊ သံဃာဂုဏ် ယုံကြည်မြတ်နိုးပြီးတော့ ငါးပါးသီလကို အသက်ထက်မြတ်နိုးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး၊ အသက်ထက်မြတ်နိုးတယ်ဆိုတာ ငါးပါးသီလကို ချိုးမလား၊ အသေခံ

မလားဆိုရင် အသေခံမယ်၊ ငါးပါးသီလမဖျက်ဘူး။ အသက်ထက် မြတ်နိုးတယ်ဆိုတာ အဲဒါကို ပြောတာ။ လူဆိုတာ လဲလှယ်တတ်ကြတယ်လေ၊ အသက်နဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာ နှစ်မျိုးမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာကိုပဲ ဆုံးရှုံးခံမယ် အသက်တော့ အသေမခံဘူး။ ဟော ဒီလိုပြောကြတယ်လေ။ အဲတော့ အရိယာသူတော်စင်တွေကတော့ ငါးပါးသီလတော့ အပျက်မခံဘူး၊ အသက်သေချင်သေပါစေ၊ ငါးပါးသီလနဲ့ သေသွားရင် မြတ်တယ်။ ဒီလိုယူဆတယ်။ အေးဒါကြောင့်မို့လို့ **တကယ်တန်ဖိုးရှိတဲ့အရာကို တန်ဖိုးရှိတယ်လို့သိပြီး ကျင့်သုံးနေထိုင်ခြင်းဟာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း နေထိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။**

"လူဆိုတာ လဲလှယ်တတ်ကြတယ်လေ၊ အသက်နဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာနှစ်မျိုးမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာကိုပဲ ဆုံးရှုံးခံမယ် အသက်တော့ အသေမခံဘူး။"

မြန်မာနိုင်ငံမှာရှိတယ်၊ လူငယ် လူရွယ်တွေ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ကိုယ့်ရဲ့ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားခဲ့တဲ့ အဆုံးအမတွေအတိုင်း ဘုရားကလူဖြစ်လာရင် အမြင်နှစ်မျိုးနဲ့ ပြည့်စုံအောင်လုပ်ရမယ် ဒီလိုဟောခဲ့တယ်။ တို့စီးပွားရှာတတ်တဲ့ ပညာမျိုးရောရှိရဲ့လား၊ မရှိသေးရင် ရှိအောင်လုပ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်တဲ့ ပညာမျိုး တို့မှာရှိရဲ့လား။ ကုသိုလ် အကုသိုလ်သိတဲ့ ဘာသာတရားနဲ့ပတ်သက်ပြီး နားလည်တဲ့ပညာမျိုးတို့မှာ ရှိရဲ့လား၊ မရှိသေးရင် ရှိအောင်လုပ်။ အနည်းဆုံး အမြင်နှစ်မျိုးနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့လူသားဟာ တကယ်ပြည့်စုံတဲ့လူသားဖြစ်တယ်။

အဲဒီလိုဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ စီးပွားဥစ္စာရှာဖို့အတွက် အချက်လေးချက်က **ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ၊ အာရက္ခသမ္ပဒါ၊ သမဇီဝိတာ၊ ကလျာဏမိတ္တတာ။**

ဒီအချက်တွေနဲ့ ပြည့်စုံအောင်အားထုတ်ရမယ်။ ဒါ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့အတွက် အခြေခံအကြောင်းတွေပဲ။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ အသာထား၊ ဒီဘဝတင်ပဲ ချမ်းသာသုခကို ရစေနိုင်တဲ့နည်းလမ်းတွေကို လိုက်နာကျင့်သုံးပြီး ဒီကနေပြီး ကုသိုလ်ကောင်းမှုတွေလုပ်တယ်၊ စီးပွားအောင်မြင်လာတဲ့အခါမှာ မြတ်စွာဘုရားက စီးပွားဖြစ်ထွန်းလာရင် ကိုယ်ချမ်းသာအောင်နေ၊ မိဘတွေကို ချမ်းသာအောင်ထား၊ ကိုယ့်မိသားစုကို ချမ်းသာအောင်ထား၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုလုပ်။ ဒါဟာ စီးပွားရေးနဲ့ ဒီပစ္စည်းကို စနစ်တကျ အသုံးချဖို့အတွက် မြတ်စွာဘုရား ဆုံးမထားတာ။

အေး- ဒါကြောင့်မို့ အခြေခံကျင့်စဉ်များဖြစ်တဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်းဟာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမအတိုင်း အခြေခံကစပြီးတော့ နေတတ်အောင်၊ ထိုင်တတ်အောင်၊ နေနိုင်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်ကြရမှာ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီလို ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်မှ **"ငါဟာဘာလဲ-ဗုဒ္ဓဘာသာ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုရင် ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမနဲ့ ငါနေရဲ့လား"** လို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စစ်တမ်းထုတ်ပြီးတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာအဖြစ် ပီပီပြင်ပြင်နဲ့ ဘုရားရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း နေနိုင်အောင်ကြိုးစားကြရမှာ ဖြစ်တယ်လို့ ကိုယ်စီကိုယ်စီ သဘောကျပြီးတော့ အားလုံးသော တရားချစ်ခင် သူတော်စင်ပရိသတ် အပေါင်းတို့ဟာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်သည့် အားလျော်စွာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ အဆုံးအမအတိုင်း ကျင့်သုံးနေနိုင်အောင် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

အရှင်နန္ဒမာလာဘိဝံသ (Ph.D)

(ပါမောက္ခချုပ်ဆရာတော်)

ဥပေက္ခာ

ရဝေနွယ် (အင်းမ)

လျစ်လျူရှုတာ၊ ဥပေက္ခာ၊ သည်ဟာ ဘာကြောင့် ကောင်းသနည်း။

လူကိုမရှု၊ သူတို့ပြုသည့်၊ အမှုအပေါ်၊ တော်မတော်ဖြင့်၊ စော်စောက်ကားစေ၊ ကောင်းပြုပေလည်း၊ စိတ်နေမခု၊ ချစ်မပြုဘဲ၊ လျစ်လျူရှုကာ၊ ဥပေက္ခာ၊ သည်ဟာ ဒါကြောင့် ကောင်းသနည်း။

မုန်းလည်းမမုန်း ချစ်လည်းမချစ်ဘဲ အလယ်အလတ်၌ တည့်မတ်သောစိတ်ကို "ဥပေက္ခာပြုခြင်း-လျစ်လျူရှုခြင်း" ဟုခေါ်၏။ ထိုသို့ရှုရာ၌လည်း ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရှုသည်မဟုတ်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များ ပြုသောအပေါ်၌သာ (စော်ကားလည်း မမုန်း၊ ရိုသေလေးစားလည်း မချစ်ဘဲ) လျစ်လျူရှုခြင်းဖြစ်သည်။
(အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၊ ရုပ်စုံဗုဒ္ဓဝင်အမေးအဖြေ၊ နှာ-၃၁)

ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ မြင်ရသူ ကြားရသူတွေ ကြက်သီးမွေးညင်း ထရလောက်အောင် ဥပေက္ခာပါရမီကို ဖြည့်ကျင့်ခဲ့တဲ့ ဘဝတစ်ခု ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဝတ္ထုနာမည်က **"မဟာ လောမဟံ သစရိယ"** ပါတဲ့။ အဓိပ္ပာယ်ကတော့ မြင်ရသူတွေ ကြက်သီးမွေးညင်း ထခမန်းဖြစ်လောက်အောင် ကျင့်ခဲ့တဲ့ဝတ္ထုလို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒီဝတ္ထုလေးကို အရင်ပြောပြရအောင်ပါ။

တစ်ခါတုန်းက ဘုရားအလောင်းဟာ ချမ်းသာကြွယ်ဝတဲ့အမျိုးမှာ ဖြစ်ရပါတယ်။ အရွယ်ရောက်တဲ့အခါ ဒိသာပါမောက္ခဆရာကြီးဆီမှာ ပညာသင်ကြားပါတယ်။ ပညာစုံတဲ့အခါ ဇာတိအရပ်ကိုပြန်လာပြီး မိဘနှစ်ပါးကိုပဲ စောင့်ရှောက်လုပ်ကျွေးနေခဲ့ပါတယ်။

မိဘနှစ်ပါး ကွယ်လွန်တဲ့အခါမှာတော့ လောကရဲ့ မမြဲတဲ့သဘောတွေကိုသိပြီး တောထွက်ဖို့စီစဉ်ပါတယ်။ တောထွက်တဲ့နေရာမှာလည်း ရဟန်းဝတ်နဲ့တောထွက်ရင် ထင်ရှားကျော်ကြား လာဘ်လာဘတွေ ပေါများနေမှာစိုးလို့ လူဝတ်နဲ့ပဲ တောထွက်ခဲ့ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် သူတစ်ပါးတို့အပေါ်မှာ လျစ်လျူရှုခြင်းဆိုတဲ့ ဥပေက္ခာပါရမီကို အထွတ်အထိပ်ရောက်အောင် ဖြည့်ကျင့်ဖို့ပါ။

"သူတစ်ပါးတို့အပေါ်မှာ
လျစ်လျူရှုခြင်းဆိုတဲ့
ဥပေက္ခာပါရမီကို
အထွတ်အထိပ်
ရောက်အောင်
ဖြည့်ကျင့်ဖို့ပါ"

ရွာနီဂုံးမြို့တွေမှာ တစ်နေရာ တစ်ညသာနေပြီး ကိုယ့်ကိုမရိုမသေများများပြုလုပ်တဲ့ အရပ်မှာတော့ ကာလကြာကြာလေး နေပေးပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့ လှည့်လည်ရင်း ရွာနီဂုံးတစ်ခုကို ရောက်လာခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီရွာက ကလေးတွေဟာ ခပ်ဆိုးဆိုးလေးတွေပါ။ လမ်းမှာသွားလာနေတဲ့ အသွားအို၊ အဘိုးအိုတွေတောင် ချမ်းသာမပေးဘဲ နောက်ပြောင်နေကြတာပါ။

ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ နောက်ပြောင်နေတဲ့ ကလေးတွေကို ကြည့်ပြီး "အင်း…ငါ့အတွက် ဥပေက္ခာပါရမီဖြည့်ကျင့်ဖို့ အထောက်အပံ့ကောင်းတွေ ရပြီ" ဆိုပြီး အဲဒီရွာမှာပဲနေဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။

"ကလေး
ငမိုက်သားလေးတွေကတော့
သူတို့အတွက်
စကွက်
နောက်ကွက်ရပြီဆိုပြီး
တံတွေးနဲ့ထွေးလိုက်
ဟိုလိုလုပ်လိုက်
ဒီလိုလုပ်လိုက်နဲ့ . . ."

ကလေးတွေဟာ ဘုရားအလောင်းတော်ကို မြင်တာနဲ့ နောက်ပြောင်စဖြီးတော့တာပဲ။ ဒါကို ဘုရားအလောင်းတော်က မခံနိုင်သယောင် ကြောက်ရွံ့သယောင်ဆောင်ပြီး ပြေးပါတယ်။ ဒီတော့ ဘုရားအလောင်းတော် နောက်ကို ကလေးတွေကဝိုင်းအုံပြီး လိုက်ကြတော့တာပါ။

ဘုရားအလောင်းက ရှေ့ကသွား၊ ကလေးတွေက နောက်ကလိုက်နဲ့ သုသာန်အနားကို ရောက်လာပါတယ်။ ဒီတော့ ဘုရားအလောင်းကစဉ်းစားပါတယ်။ "ဒီနေရာဟာ ကလေးတွေကို တားမြစ်မယ့်လူတစ်ယောက်မျှ မရှိဘူး။ ငါ့ရဲ့ဥပေက္ခာပါရမီကို လှလှကြီးဖြည့်ရတော့မယ်" ဆိုပြီး သုသာန်ထဲကိုဝင်ပြီး လူရိုးတစ်ခုကို ခေါင်းအုံးအိပ်နေလိုက်ပါတယ်။

ကလေးငမိုက်သားလေးတွေကတော့ သူတို့အတွက် စကွက် နောက်ကွက်ရပြီဆိုပြီး တံတွေးနဲ့ထွေးလိုက် ဟိုလိုလုပ်လိုက် ဒီလိုလုပ်လိုက်နဲ့ စိတ်တိုင်းကျနောက်ပြောင်းပြီးမှ ပြန်သွားကြတော့တာပါ။ ကလေးငမိုက်သားတွေဟာ နောက်နေ့တွေမှာလည်း နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း ရောက်ရောက်လာပြီး နောက်ပြောင်ကြပါတော့တယ်။

ဒါကို အသိဉာဏ်ရှိတဲ့လူတွေက တွေ့သွားပြီး ကလေးတွေကို တစ်ဖက် ကတားမြစ်ရင်း "ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တန်ခိုးအာနုဘော်ရှိတဲ့ မဟာယောဂီကြီး ပဲ"ဆိုပြီး များပြားတဲ့ ပူဇော်သက္ကာရတွေကို ပြုကြပါသတဲ့။

ဒါပေမဲ့ ဘုရားအလောင်းတော်မြတ်ကတော့ နောက်ပြောင်တဲ့ ကလေး ငမိုက်သားတွေအပေါ်မှာလည်း မုန်းခြင်းမရှိ၊ များပြားစွာပူဇော်သက္ကာရပြု တဲ့ ပညာရှိတွေအပေါ်မှာလည်း ချစ်ခြင်းမရှိဘဲ နှစ်မျိုးလုံးအပေါ်မှာ အလယ် အလတ်ဆိုတဲ့ တစ်ထပ်တည်း တူမျှတဲ့သဘောပဲရှိပြီး ဥပေက္ခာ ပါရမီကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့ပါတယ်။

(စရိယာပိဋကအဋ္ဌကထာ၊ စာမျက်နှာ-၂၅၉၊ ၂၆၀)

ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ အာရုံဆိုးတွေရှိတဲ့ နေရာကို တကူးတက ကိုသွားပြီး ဥပေက္ခာပါရမီကို ဖြည့်ကျင့်ခဲ့တာပါ။ ဝတ္ထုနာမည်အတိုင်း ဖတ်ရသူတွေ ကြက်သီးမွေးညှင်းထချင်လောက်အောင် ကြည်ညိုရတဲ့ ဝတ္ထု လေးပါ။

ဒီဇာတ်ဝတ္ထုလေးမှာ လိုရင်းကတော့ ကလေးတွေ တံတွေးနဲ့ထွေးလို့ လည်း စိတ်မဆိုး၊ ပညာရှိတွေပူဇော်လို့လည်း မသာမယာဘဲ စိတ်ကို တစ်ဖက်ကို ယိမ်းမသွားအောင် အလယ်မှာ ထားလိုက်နိုင်ခြင်းဆိုတဲ့ ဥပေက္ခာပါရမီပါ။

တကယ်လို့သာ ကလေးတွေကို စိတ်ဆိုးလိုက်မယ်၊ လူကြီးတွေရဲ့ ပူဇော်မှုကို သာယာလိုက်မယ်ဆိုရင် ဥပေက္ခာမဖြစ်တော့ပါဘူး။

လက်တွေ့သဘောလေးတွေနဲ့ နီးစပ်အောင်ပြောရရင် လောကဓံဆိုး တွေနဲ့တွေ့လို့လည်း ဝမ်းမနည်း၊ လောကဓံကောင်းတွေနဲ့တွေ့လို့လည်းမသာ ယာဘဲ စိတ်ကိုချိန်ခွင်လျှာလို အလယ်မှာထားနိုင်တာဟာ ဥပေက္ခာပါ။

ဥပေက္ခာရဲ့ တိုက်ရိုက်အနက်က 'အသင့်အားဖြင့်ရှုခြင်း' လို့ အဓိပ္ပာယ် ရပါတယ်။ ဒါကို ရှေးဆရာတော်ဘုရားများက လျစ်လျူရှုခြင်းလို့ မြန်မာ ပြန်ဆိုပေးခဲ့ကြပါတယ်။

တချို့က လျစ်လျူရှုခြင်းဝေါဟာရကို သဘောပေါက်လွဲပြီး ဥပေက္ခာဆိုတာ ဂရုမစိုက်တော့ဘဲ ဖြစ်ချင်ရာဖြစ် သူ့အကျိုးကို မဆောင်ရွက်တော့ဘဲ ပစ်ထားလိုက်တော့တာလို့ ယူဆတတ်ကြပါတယ်။

တကယ်တော့ ဥပေက္ခာပါရမီရဲ့သဘောက သူတစ်ပါးအကျိုး လောကအကျိုးကို အမြဲငဲ့နေတာပါ။ ကိုယ့်ကိုမုန်းတဲ့သူက အကူအညီ တောင်းလာရင်လည်း ပေးလိုက်တာပါပဲ။ ကိုယ့်ကိုချစ်တဲ့သူက အကူအညီ တောင်းလာရင်လည်း ပေးလိုက်တာပါပဲ။ ဒီလူနှစ်ယောက်အပေါ်မှာ စိတ်နှစ်မျိုးမဖြစ်ဘဲ တစ်သားတည်းထားပြီး ကူညီတာပါ။ နီးနီးစပ်စပ်အနေနဲ့ ပြောရရင်တော့ ရာထူးဌာနန္တရ ငွေကြေးဥစ္စာရှိတဲ့သူရယ်၊ ကိုယ့်အိမ်မှာခိုင်းတဲ့ ကလေးမလေးရယ် အကူအညီတောင်းလာခဲ့ရင် အဲဒီနှစ်ယောက်လုံး အပေါ်မှာထားတဲ့စိတ်ဟာ တစ်သားတည်းပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ နှစ်ယောက်လုံးရဲ့ အကျိုးကိုတော့ ငဲ့ထားပါတယ်။ ပြီးတော့ သူတို့ဆီက အပူဓာတ်ကိုမယူပါဘူး။

ဒီတော့ ဥပေက္ခာဆိုတာ အာရုံမပြုဘဲ ပစ်ထားလိုက်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်းကင်းစွာနဲ့ ကူညီတာပါ။ သူတစ်ပါးအကျိုး လောကအကျိုးကို အစဉ်သဖြင့် ငဲ့နေပါတယ်။ မငဲ့နိုင်ရင် ဥပေက္ခာပါရမီ မဟုတ်ပါဘူး။

နိဗ္ဗာန်ရဲ့ အထောက်အပံ့ဖြစ်စေဖို့အတွက် ပါရမီတွေဖြည့်တယ်ဆိုပေမဲ့ ဖြည့်နေတဲ့ပါရမီတွေက ကိုယ့်ကိုအစဉ်သဖြင့် ပြန်စောင့်ရှောက်နေတာပါ။ ပါရမီရဲ့ အစောင့်အရှောက်ကိုခံရတဲ့သူဟာ ဘယ်နေရာ ဘယ်ဒေသမှာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ထိပ်တန်းကိုပဲ ရောက်ကြရတာပါ။

တကယ်သေချာစဉ်းစားကြည့်ရင် မိုးလင်းကနေ မိုးချုပ်အထိ လောကဓံ အဆိုးအကောင်း အာရုံမျိုးစုံနဲ့ နေ့စဉ်နီးပါး တွေ့တွေ့နေကြတာပါ။ တကယ်လို့သာ ကိုယ့်မှာဥပေက္ခာရှိထားရင် တစ်ဖက်က ကိုယ့်ကိုမကောင်းစကား ပြောလို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အပူစကား ပြောလို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကျောလို့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နှိမ်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ် အာရုံဆိုးတစ်ခုခုကိုပြတိုင်း မကျေနပ်တဲ့စိတ်၊ ဝမ်းနည်းတဲ့ စိတ်လည်း မဖြစ်တော့ပါဘူး။ ဒီလိုပါပဲ။ ကိုယ့်ကံအလျောက် ဟိုကကူညီ

လိုက် ဒီကကူညီလိုက်လုပ်သမျှ ပြောသမျှတွေ အောင်မြင်လိုက်နဲ့ အာရုံကောင်းတွေနဲ့ တွေ့တွေ့နေရပေမဲ့လည်း သာယာတဲ့စိတ်၊ ဝမ်းသာတဲ့စိတ် မဖြစ်တော့ပါဘူး။

တစ်ဖက်သားက ကိုယ့်ဆီကိုလာလို့လည်း ဝမ်းမသာဘူး၊ မလာလို့လည်း ဝမ်းမနည်းဘူး။ ဖုန်းဆက်လို့လည်း ဝမ်းမသာဘူး။ ဖုန်းမဆက်လို့လည်း ဝမ်းမနည်းဘူး။ ကိုယ့်ကိုချစ်လို့လည်း ဝမ်းမသာဘူး။ မုန်းလို့လည်း ဝမ်းမနည်းဘူး။ ကိုယ့်ကို စကားပြောလို့လည်း ဝမ်းမသာဘူး၊ စကားမပြောလို့လည်း ဝမ်းမနည်းဘူး။ ကိုယ့်ကိုခိုင်းလည်း ဝမ်းမသာဘူး၊ မခိုင်းလို့လည်း ဝမ်းမနည်းဘူး။ ဈေးရောင်းကောင်းလို့လည်း ဝမ်းမသာဘူး၊ ဈေးရောင်းမကောင်းလို့လည်း ဝမ်းမနည်းဘူး။ အခွင့်အရေးရလို့လည်း ဝမ်းမသာဘူး။ အခွင့်အရေးမရလို့လည်း ဝမ်းမနည်းဘူးစသည်ဖြင့် ဒါတွေဟာ ဥပေက္ခာရဲ့သဘောတွေပါ။

စာသဘောနဲ့ပြောရရင်တော့ ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်းတွေ ငြိမ်းနေတာဟာ ဥပေက္ခာပါ။ လောကမှာ ချစ်ရတာလည်း မကောင်းပါဘူး။ မုန်းရတာလည်း မကောင်းပါဘူး။ သံသရာမှာ ချစ်ခဲ့ရတာတွေလည်း များပါပြီ။ မုန်းခဲ့ရတာတွေလည်း များပါပြီ။ အဲဒီအချစ်အမုန်းတွေကြောင့်ပဲ သံသရာရှည်ခဲ့ရတာပါ။ ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်းတွေကင်းတဲ့ ဘဝလေးတစ်ခုရအောင် ကြိုးစားရတော့မယ့်အချိန်ပါ။ ကြိုးစားခွင့် မသာသေးရင်တောင် ကိုယ့်အနာဂတ်အိပ်မက်ထဲမှာတော့ ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်းကင်းတဲ့ ဘဝလေးတစ်ခုကို စိတ်ကူးနဲ့ တည်ဆောက်ထားနိုင်ရပါမယ်။

“ချစ်ခြင်း၊
မုန်းခြင်းတွေ
ငြိမ်းနေတာဟာ
ဥပေက္ခာပါ။
လောကမှာ
ချစ်ရတာလည်း
မကောင်းပါဘူး။”

နိဗ္ဗာန်လိုချင်တဲ့သူဟာ ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်းတွေ ငြိမ်းနေရပါ့မယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်ရဖို့ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရမှာပါ။ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တဲ့နေရာမှာ "ဒါနအရာ ဝမ်းမြောက်တာ မုန်စွာအဓိကဖြစ်ပေသည်" ဆိုသည့်အတိုင်း ဒါနပြုတဲ့နေရာမှာ ဝမ်းမြောက်ဖို့ အဓိကဖြစ်ပေမဲ့ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တဲ့နေရာမှာတော့ ဥပေက္ခာက အဓိကဖြစ်နေလို့ပါ။ ဒါကြောင့် နိဗ္ဗာန်လိုချင်လို့ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တဲ့သူဟာ အရာအားလုံးကို ဥပေက္ခာရှုပြီး အားထုတ်ရမှာပါ။ ဒါက လောကုတ္တရာဘက်က ပြောတာပါ။

> "ဒါနပြုတဲ့နေရာမှာ
> ဝမ်းမြောက်ဖို့
> အဓိကဖြစ်ပေမဲ့
> ဝိပဿနာတရား
> အားထုတ်တဲ့နေရာမှာတော့
> ဥပေက္ခာက
> အဓိကဖြစ်နေလို့ပါ။"

လောကီဘက်မှာလည်း ဥပေက္ခာကိုကိုင်ထားပြီး ရှုနိုင်သမျှ ရှုထားရပါမယ်။ လောကဓံ အဆိုးအကောင်းတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်လာရတဲ့အခါမှာ ဥပေက္ခာရှုနိုင်မှ နေပျော်တာပါ။ ဥပေက္ခာမရှုနိုင်ရင် သိပ်စိတ်ဆင်းရဲရတာပါ။

ဘာပဲပြောပြော ဥပေက္ခာကတော့ လူသားတစ်ယောက်ဘဝမှာ အင်္ဂါရပ်တစ်ခုအနေနဲ့ လိုအပ်နေတာတော့ အမှန်ပါပဲ။ လက်တွေ့မကျင့်နိုင်သေးရင်တောင် ကိုယ်က ဒီသဘောလေးတွေကို သိထားတယ်ဆိုရင်ပဲ မဆိုးပါဘူး။ တစ်နေ့မှာ ကျင့်နိုင်အောင်ပေါ့။

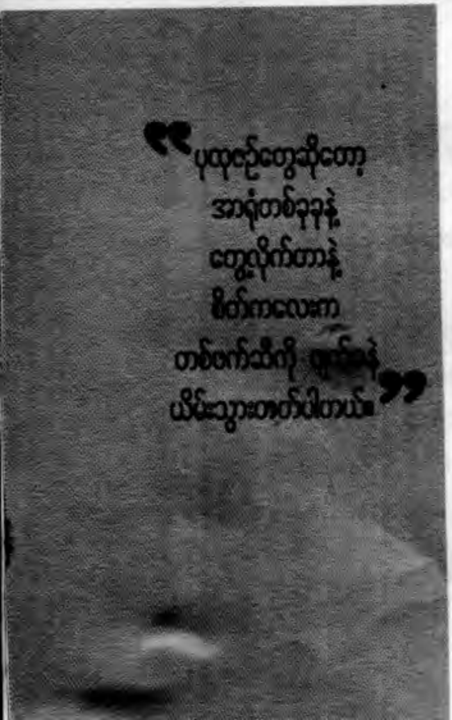
တကယ်တော့ တစ်စုံတစ်ယောက်အပေါ် မကျေနပ်တဲ့စိတ်ဖြစ်တယ်ဆိုတာ ကိုယ့်မှာဥပေက္ခာ မရှိလို့ပါ။ ဥပေက္ခာသာရှိ တစ်ဖက်က ဘယ်

လောက်ပဲ ဆိုးပြဆိုးပြ ကိုယ်ကဘာမျှမဖြစ်တော့ပါဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ကလေးက ပုံမှန်ပါပဲ။ ဥပေက္ခာဟာ အဲဒီလို ကိုယ့်ကိုအကျိုးပြုတာပါ။ တကယ်လို့ ကိုယ်က ဥပေက္ခာပါရမီကို ဖြည့်ကျင့်ချင်တယ်ဆိုပါတော့။ ဒါဆိုရင် မနက်အိပ်ရာထ ကိုယ်လက်သန့်စင်ပြီးတာနဲ့ ဘုရားရှေ့သွားပြီး "မြတ်စွာဘုရား ဘုရားတပည့်တော် ဒီနေ့မြတ်စွာဘုရားကို ဥပေက္ခာပါရမီနဲ့ ပူဇော်ပါမည်ဘုရား" လို့ အဓိဋ္ဌာန်လိုက်ပါ။

စိတ်ထဲမှာလည်း အထက်က လောမဟံသဇာတ်တော်ရယ်၊ "ချီးမွမ်းလို့လည်း မသာယာ၊ ကဲ့ရဲ့လို့လည်း စိတ်မဆိုး၊ စိတ်နှစ်မျိုးမဖြစ်တာ ဥပေက္ခာ" ဆိုတဲ့ စကားစည်းမျဉ်းလေးရယ် လက်ကိုင်ထားလိုက်ပါ။

အာရုံတွေကြုံလာတိုင်းလည်း "ငါ ဥပေက္ခာဖြစ်အောင်နေမယ်။ ငါ ဥပေက္ခာဖြစ်အောင်နေမယ်" လို့ ထပ်ကာထပ်ကာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်သတိပေးနေရပါတယ်။ သတိပေးမှုနဲ့အတူနေလည်း နေပေးရပါမယ်။

တကယ်လို့များ ဝမ်းသာတဲ့စိတ်၊ ဝမ်းနည်းတဲ့စိတ်၊ ကျေနပ်တဲ့စိတ်၊ မကျေနပ်တဲ့စိတ် တစ်ဖက်ဖက်ကို ယိမ်းနေခဲ့ရင် ကိုယ့်စိတ်ကလေးကို သေသေချာချာ စိုက်ကြည့်ပြီး "ငါ့မှာ ဥပေက္ခာမရှိဘူး ဖြစ်နေတယ်။ ငါ့စိတ်ကလေးကို ဉာဏ်ဖြစ်တဲ့အထိ ဆင်ခြင်လိုက်ပါ။ ပြီးတော့ တစ်ဖက်ကို ယိမ်းနေတဲ့ ကိုယ့်စိတ်ကလေးကို အလယ်ဗဟိုကို ဖြည်းဖြည်းချင်း ပြန်ခေါ်ပါ။ ခေါ်စမှာ ခက်ပေမဲ့ ခေါ်ပါများ ကျင့်ပါများလာရင် အလယ်ဗဟိုကို ရောက်လာပါလိမ့်မယ်။ ပုထုဇဉ်တွေဆိုတော့ အာရုံတစ်ခုခုနဲ့ တွေ့လိုက်တာနဲ့ စိတ်ကလေးက တစ်ဖက်ဆီကို ဖျက်ခနဲ ယိမ်းသွားတတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်က သတိပြန်ကပ်လိုက်ဖို့ပါ။



လွယ်လွယ်ကူကူနဲ့တော့ ရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ ကျင့်ယူရင်းနဲ့ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ဥပေက္ခာပါရမီဆီကို ရောက်သွားရမှာပါ။ ကိုယ်က ဥပေက္ခာပါရမီ ဖြည့်ချင်တဲ့စိတ်ရှိဖို့ပဲ လိုပါတယ်။

ကိုယ့်မှာ ဥပေက္ခာဖြစ်မဖြစ်သိချင်ရင် ကိုယ့်စိတ်ကလေးကို ပြန်ကြည့်လိုက်ပါ။ ဝမ်းသာတဲ့စိတ်၊ ဝမ်းနည်းတဲ့စိတ် စိတ်တစ်ခုခုဖြစ်နေရင် ဥပေက္ခာ မဖြစ်သေးပါဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ကလေးဟာ ဘယ်ဘက်ကိုမှ မယိမ်းဘဲ အလယ်မှာတည်နေမှ ဥပေက္ခာဖြစ်တာပါ။

ဥပေက္ခာပါရမီဟာ သိပ်ပြီးသိမ်မွေ့နက်နဲသလို ကျင့်ဖို့လည်း သိပ်ခက်ခဲလှပါတယ်။

အမှန်တော့ စာရေးသူကိုယ်တိုင်လည်း ဥပေက္ခာရဲ့သဘောကို ဝိုးတဝါးအသိပဲရှိပါတယ်။ အဲဒီဝိုးတဝါးအသိလေးနဲ့ပဲ စာဖတ်သူတွေကို စာကတစ်ဆင့် "တရားအသိလေး" ပေးလှူရတာပါ။

ဒီနေရာမှာ ဘာကိုသဘောပေါက်မိသလဲဆိုတော့ ဥပေက္ခာရဲ့သဘောကိုသိဖို့ စာသိလောက်နဲ့တင် မလုံလောက်ပါဘူး။ လက်တွေ့သဘောနဲ့ပါ ပေါင်းစပ်ကြည့်မှ ဥပေက္ခာရဲ့သဘောကို ဝိုးတဝါးသိရတာပါ။

ဥပေက္ခာပါရမီရဲ့ အနှစ်သာရပိုင်းကို အပြည့်အဝသိခွင့်မရသေးဦးတော့ ကျင့်လို့ဝိုးတဝါး သိခွင့်ရလိုက်တယ်ဆိုရင်ပဲ ပုထုဇဉ်တစ်ယောက်အနေနဲ့ တော်တော်လေး လုံလောက်သွားတာပါ။ ကိုယ်က မြတ်စွာဘုရားကို ကြည်ညိုရသူဆိုတော့ မြတ်စွာဘုရားခိုင်းထားတာကို လုပ်ကြည့်သင့်ပါတယ်။ ရတာမရတာကတော့ ပါရမီရဲ့အလုပ်လို့ပဲ သဘောထားလိုက်ပါ။

ဥပေက္ခာပါရမီကို အမြဲမဖြည့်ကျင့်နိုင်ရင်တောင် တစ်ပတ်တစ်ခါလောက်တော့ ကိုယ့်မွေးနေ့လေးတွေမှာ နှစ်နာရီ၊ သုံးနာရီလောက် အချိန်ပိုင်းလေး သတ်မှတ်ပြီး ဖြည့်ကျင့်ကြည့်ပါလား။ အထုံဖြစ်သွားအောင်လို့ပါ။

စာရေးသူကတော့ ဥပေက္ခာရဲ့သဘောကို စာသိသိရုံနဲ့တင် ဥပေက္ခာရှိသူ သိပ်ဖြစ်ချင်တာပါ။ ဖြစ်သလားဆိုတော့လည်း မနီးသေးသလိုပါပဲ။

ပိဋကတ်တော်ထဲက ဇာတ်လမ်းဝတ္ထုလေးတွေဖတ်ရတဲ့ သိပ်အားကျရတဲ့ ဇာတ်ကွက်တစ် နေရာလေးတစ်ခုရှိပါတယ်။ ဇာတ်ဆောင်တစ်ယောက်

ဟာ အာရုံတစ်ခုခုနဲ့တွေ့ပြီး သံဝေဂဖြစ်၊ အဲဒီသံဝေဂကိုပဲ အခြေခံပြီး ဝိပဿနာရှုမှတ်လိုက်တာ တရားထူး တရားမြတ်တွေရရသွားတဲ့ ဇာတ်ကွက်ပါ။

ဖတ်ပြီးတဲ့ အခါတိုင်း အားကျစိတ်နဲ့အတူ "ဩော်…သူတို့ကျတော့ လည်း လွယ်လိုက်တာနော်" လို့ တွေးမိပါတယ်။

တစ်ခါတလေ အာရုံတစ်ခုခုကိုတွေ့ပြီး သံဝေဂလည်း ဖြစ်မိပါရဲ့။ အဲဒီသံဝေဂကို အခြေခံပြီး တရားလည်း ရှုမှတ်ကြည့်ဖူးပါရဲ့၊ ဒါပေမဲ့ ဘာဖြစ်လဲ၊ ဘာမှမဖြစ်ပါဘူး။ အဲဒါ ဘာကြောင့်ပါလဲ။

အဖြေက ဒီလိုပါ။

ပိဋကတ်တော်ထဲက ဇာတ်ဆောင်တွေ တရားထူး တရားမြတ်ရသွား ကြတာ ဘာကြောင့်လဲဆိုတာ ပါဠိလေးတစ်ခုပါပါတယ်။ ဘာလဲဆိုတော့ **ဟေတုသမ္ပတ္တိ** - အကြောင်းရဲ့ပြည့်စုံခြင်းကြောင့်ပါတဲ့။

အကြောင်းရဲ့ပြည့်စုံခြင်းဆိုတာ သံသရာတစ်လျှောက် ဖြည့်ကျင့်ခဲ့တဲ့ ပါရမီတွေရဲ့ ပြည့်စုံခြင်းပါ။

"ဘဝကို
ဟိုတွေးဒီတွေး၊
ဟိုပြောဒီပြော၊
ဟိုလုပ်ဒီလုပ်၊
ဟိုသွားဒီသွား၊
ဖုန်းပြောလိုက်
စိတ်ဆိုးလိုက်
စိတ်ကောက်လိုက်"

ဒီတော့ ကိုယ်ကသံဝေဂဖြစ်၊ တရားရှုမှတ်ပေမဲ့ ဘာမျှမဖြစ်သေးတာ **ဟေတုသမ္ပတ္တိ**-အကြောင်းရဲ့ ပြည့်စုံခြင်းမရှိသေးလို့ပါ။ ပါရမီ မပြည့်သေးလို့ပါ။

ဒါကြောင့် တရားထူး တရားမြတ်ရဖို့အတွက် ဟေတုသမ္ပတ္တိလို ပါတယ်။ ပါရမီလိုပါတယ်။

ဘဝကို ဟိုတွေးဒီတွေး၊ ဟိုပြောဒီပြော၊ ဟိုလုပ်ဒီလုပ်၊ ဟိုသွားဒီသွား၊ ဖုန်းပြောလိုက် စိတ်ဆိုးလိုက် စိတ်ကောက်လိုက်တွေနဲ့ပဲ အဓိပ္ပာယ်မဲ့ အချိန်တွေကုန်မသွား

သင့်တော့ပါဘူး။ သေလည်း သေရဦးမှာပါ။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝမှာ နိဗ္ဗာန်ရဖို့သာ အဓိကပါ။ ဒါကြောင့် မနက်အိပ်ရာကထတာနဲ့ "ငါ နိဗ္ဗာန်ရဖို့ အဓိက၊ ငါ့ပါရမီတွေ ဖြည့်ရမယ်"လို့ သုံးလေးခါလောက် ဆင်ခြင်လိုက်ပါ။ စာရေးသူကတော့ အဲဒီလိုဆင်ခြင်ဖြစ်လိုက်ရင်ပဲ စိတ်စွမ်းအားတစ်ခု ရင်ထဲကိုရောက်ရောက်လာတယ်လို့ ခံစားရပါတယ်။ အဲဒီလိုဆင်ခြင်ရင်းရရှိတဲ့ စိတ်စွမ်းအားတစ်ခုနဲ့တင် ဘဝ တစ်နေ့တာကို ကောင်းကောင်းဖြတ်သန်းလို့ ရသွားတာပါ။ နိဗ္ဗာန်ပါရမီတွေနဲ့ ယှဉ်လိုက်ရင် တွေ့ကြုံနေရတဲ့ လောကီအာရုံတွေဟာ ဘာမှမဟုတ်တော့ပါဘူး။ အဓိကနဲ့ သာမညကို အသိထဲမှာကွဲသွားတဲ့အတွက် စိတ်ကလည်း ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ဖြစ်သွားတော့ပါ။

> **"သံယောဇဉ်တွယ်တာသမျှတွေနဲ့ တရားကျင့်နေရင် ကိုယ်ကျင့်တဲ့ တရားလမ်းကြောင်းအတွက် အနှောင့်အယှက် ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။"**

တရားလိုချင်တဲ့သူဟာ သံယောဇဉ်တွယ်တာသမျှတွေကို စွန့်ရမှာပါ။ စွန့်ပြီးကျင့်မှလည်း ကိုယ်ရဲ့တရားလမ်းကြောင်းက အဆင်ပြေမှာပါ။ သံယောဇဉ်တွယ်တာသမျှတွေနဲ့ တရားကျင့်နေရင် ကိုယ်ကျင့်တဲ့ တရားလမ်းကြောင်းအတွက် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။ စိတ်ရှင်းနေမှလည်း တရားမှတ်လို့ကောင်းတာပါ။ စိတ်ရှင်းနေဖို့အတွက်လည်း တွယ်တာသမျှ သံယောဇဉ်တွေကို ဖြတ်ရပါမယ်။ စွန့်သင့် တဲ့အချိန်မှာ စွန့်လိုက်တာကတော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ။ စွန့်ပြီးကျင့်ခဲ့လို့ ကိုယ့်ရင်ထဲမှာ တရားအသိတွေရောက်လာတဲ့အခါ တစ်ချိန်က ကိုယ့်သံယောဇဉ်တွယ်တာခဲ့ရသူတွေကို တရားနဲ့ပြန်ကူညီလို့ရပါတယ်။ တရားနဲ့ ကူညီတာကတော့ လောကမှာ

အမြတ်ဆုံးကူညီမှုပါ။ ကိုယ်သံယောဇဉ်ရှိခဲ့တဲ့သူတွေကို အမြတ်ဆုံးကူညီမှုတွေနဲ့ ကူညီချင်တယ်ဆိုရင်တော့ စွန့်သင့်တာတွေကို စွန့်ပြီးကျင့်ရမှာပါ။ အထူးသဖြင့် ကိုယ့်ရင်ထဲမှာဖြစ်နေတဲ့ သံယောဇဉ်စိတ်ကို စွန့်ရမှာပါ။ ဘုရားအလောင်းတော်မြတ်ဟာ သံသရာတစ်လျှောက် သက်ရှိသက်မဲ့အရာအားလုံးကိုစွန့်ပြီးပဲ သံသရာတစ်လျှောက် သတ္တဝါအားလုံးကို အမြတ်ဆုံးကူညီမှုတွေနဲ့ ကူညီနိုင်ခဲ့တာပါ။ ဒါကြောင့် စွန့်သင့်တဲ့အချိန်မှာ စွန့်သင့်တဲ့အရာကို စွန့်လိုက်တာကတော့ အကောင်းဆုံးပါပဲ။

တစ်သက်လုံး ဘယ်တော့မှမပြီးဆုံးနိုင်တဲ့ လူမှုရေးကိစ္စတွေလောက်နဲ့ပဲ ဘဝတစ်နေ့တာ ကုန်ကုန်သွားနေရင် ဘဝဟာ ပန်းတိုင်ပျောက်နေသလိုပါပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပန်းတိုင်မပျောက်ဖို့ သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။

လူတစ်ယောက်ဟာ နိဗ္ဗာန်လိုချင်တဲ့စိတ် များများရှိနေဖို့ပဲ လိုပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်လိုချင်တဲ့စိတ် များများရှိနေရင် တော်ရုံတန်ရုံ အကုသိုလ်စိတ်လည်း မဝင်တော့ပါဘူး။

ဒီစကားတွေဟာ စာဖတ်သူကို ရင်ထဲကပြောတာပါ။ သံသရာကျင်လည်ရတာလည်း များလှပါပြီ။ နောင်ကျင်လည်ဖို့လည်း ငြီးငွေ့သင့်လှပါပြီ။ ဒါကြောင့် "ဘဝမှာ နိဗ္ဗာန်ရဖို့အဓိက" ဆိုတဲ့ အတွေးလေးတစ်ခု စာဖတ်သူရဲ့ရင်ထဲကို ရောက်သွားတယ်ဆိုရင်ပဲ စာရေးသူ ဒီစာကိုရေးရကျိုးနပ်ပါပြီ။

ဘာပဲပြောပြော ဒီစကားတွေဟာ စာဖတ်သူကို ရင်ထဲကမေတ္တာစေတနာအပြည့်နဲ့ ပြောဖြစ်တာပါ ဆိုတာကိုတော့ သစ္စာပြုရင်း ပါရမီဆယ်ပါးကို ဒီမှာပဲ နိဂုံးချုပ်လိုက်ပါတယ်။

"စာဖတ်ပရိသတ်အားလုံး စိတ်ကော ရုပ်ကော ချမ်းသာကြပါစေ"

ရဝေနွယ်(အင်းမ)

အောင်မြင်သောသူ
လူပျင်းမရှိ

မမွှေ့တ
ဒေါက်တာအရှင်ပညိသာရာဘိဝံသ

အကြင်သူသည် အအိပ်အနေများ၏။ ပွဲလမ်းသဘင် လိုက်စားကြည့်ရှုခြင်း များ၏။ လုံ့လဝီရိယနည်း၏။ ပျင်းရိ ပေါ့လျော့၏။ ထိုသူ၏ သဘောတရားသည် ပျက်စီးဆုတ်ယုတ်ကြောင်းဖြစ်၏။

(ပရာဘဝသုတ္တန်)

The man who is drowsy, fond of society, not industrious, indolent, and who manifests, anger-this is the cause of one's downfall.

ခုဒ္ဒကနိကာယ်၌ပါဝင်သော ပရာဘဝသုတ္တန်သည် လူသားတို့၏ ဆုတ်ယုတ်ကြောင်း၊ ပျက်စီးကြောင်းများကို မြတ်ဗုဒ္ဓဟောကြားခဲ့သော တရားဒေသနာသုတ္တန်တစ်ပုဒ် ဖြစ်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားထံမှ ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်း မင်္ဂလာတရားတော်များကို နာယူပြီးကြသော နတ်တို့က ပျက်စီးဆုတ်ယုတ်ကြောင်းတို့ကိုလည်း သိလိုလာကြပြန်သောကြောင့် လျှောက်ထားမေးမြန်းကြပြန်သဖြင့် နတ်တို့အား ဟောကြားတော်မူခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

(ခု-၁၊ ၂၉၅)

ချမ်းသာကြီးပွားတိုးတက်လိုသူတို့သည် ပျက်စီးဆုတ်ယုတ်ကြောင်းတို့ကို ကြိုတင်သိထားသင့်ကြပေသည်။ သိထားမှသာ သတိရှိရှိ ရှောင်ကြဉ်နိုင်ကြမည်ဖြစ်၍ ချမ်းသာခြင်း၊ ကြီးပွားခြင်း၊ တိုးတက်ခြင်းတို့ကို ရရှိကြမည်ဖြစ်သည်။

မနှစ်က သီတဂူစာသင်သားများကို Meditation Subject သင်ကြားပေးရာတွင် ပရာဘဝသုတ္တန်ကိုပါထည့်သွင်း၍ မိမိသင်ကြားပေးခဲ့ပါသည်။ ပရာဘဝသုတ္တန်ထဲမှ စာသင်သား သောတုဇနတို့နှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်နေပြီး သတိထားရှောင်ရှားရမည့် ပျက်စီးရာပျက်စီးကြောင်း အချို့ကို ကောက်နုတ်တင်ပြလိုပါသည်။

> ❝အနားယူအိပ်စက်ခြင်းသည်
> လူတစ်ယောက်အတွက်
> မရှိမဖြစ်
> လိုအပ်ချက်ဖြစ်ပါသော်လည်း
> လိုသည်ထက်
> ပိုလွန်အအိပ်မက်ပါက . . ❞

၁။ အအိပ်အနေများခြင်း။
၂။ ပွဲလမ်းသဘင် ကြည့်ရှုမှုများခြင်း။
၃။ လုံ့လဝီရိယနည်းခြင်း။
၄။ ပျင်းရိပေါ့လျော့ခြင်းတို့သည် ကြီးပွားချမ်းသာ အောင်မြင်သောဘဝကို တည်ဆောက်ရာတွင် ကြီးစွာသော အတားအဆီး အနှောင့်အယှက်တို့ပင် ဖြစ်လေသည်။

အနားယူအိပ်စက်ခြင်းသည် လူတစ်ယောက်အတွက် မရှိမဖြစ်လို အပ်ချက်ဖြစ်ပါသော်လည်း လိုသည်ထက် ပိုလွန်အအိပ်မက်ပါက အကျိုးမဲ့များကိုသာ ဖြစ်လာစေတတ်ပါသည်။ အအိပ်အနေများခြင်းကြောင့် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သည့် လုပ်ငန်းကိစ္စများကို အချိန်မီ အကောင်အထည်ဖော်နိုင်မည် မဟုတ်သည့်အတွက် ဆုံးရှုံးခြင်းများနှင့်သာ တွေ့ကြုံရတတ်ပါသည်။ အအိပ်များသူသည် ကိုယ်လုပ်ရမည့် အလုပ်ချိန်ကို ကိုယ်ပြန်ခိုးသည့် အချိန်သူခိုးတစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကြီးပွားတိုးတက် အောင်မြင်သူတို့ကိုကြည့်လျှင် သိသိသာသာ အအိပ်အနေနည်းကြသည်ကို တွေ့ကြရပေလိမ့်မည်။ မိမိ၏ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော်နှစ်ပါးဖြစ်သော ဓမ္မဒူတဆရာတော်နှင့် သီတဂူဆရာတော်တို့ကား ဤအချက်အတွက် အကောင်းဆုံးသက်သေများပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။

ဓမ္မဒူတဆရာတော်သည် ကြမ်းတမ်းသော ကျေးလက်ဓမ္မခရီးများ ကြွရောက်ဟောပြောပြီး မည်မျှပင်ပန်းသည်ဖြစ်စေ နံနက်(၃း၀၀)နာရီတွင် အိပ်ရာမှနိုးထမြဲဖြစ်သလို သီတဂူဆရာတော်သည်လည်း တရားပွဲများဖြင့် ညဥ့်နက်သည့်တိုင်အောင် သာသနာ့တာဝန် ထမ်းဆောင်နေရသော်လည်း နံနက်စောစောတွင် ဖျတ်လတ်နိုးကြားနေသည်သာ ဖြစ်သည်။

လူအများစု နံနက်စောစော အိပ်ရာမှမထနိုင်ခြင်းမှာ များသောအားဖြင့် ညဥ့်နက်သန်းခေါင်တိုင်အောင် တီဗီ၊ ဗီဒီယိုကြည့်ရှုခြင်း၊ ဘောလုံးပွဲကြည့်ခြင်း၊ ပွဲလမ်းသဘင် အပျော်အပါးလိုက်စားခြင်းတို့၏ကြောင့်ပင် ဖြစ်သည်။

မိမိစာသင်သားဘဝ မန္တလေးမစိုးရိမ်တိုက်နေစဉ်က ကိုရင်ကြီးတစ်ပါး တွေ့ခဲ့ရဖူးပါသည်။ ထိုစဉ်က မန္တလေးတွင် အငြိမ့်ပွဲ၊ ဇာတ်ပွဲများတွင်ကျယ်များပြားနေချိန်ဖြစ်သည်။ ညတိုင်းလိုလိုပင် တစ်နေရာမဟုတ် တစ်နေရာတွင် အငြိမ့်ပွဲ၊ ဇာတ်ပွဲများရှိနေပါသည်။ ထိုကိုရင်ကြီးသည် ညဆယ်နာရီစာအံကျောင်းပြီးသည်နှင့် အငြိမ့်ပွဲ (သို့မဟုတ်) ဇာတ်ပွဲတစ်ခုခု

သို့ အရောက်သွားမြဲဖြစ်သည်။ မနက် ၂ နာရီ ၃ နာရီတွင်မှ ကျောင်းပြန် ရောက်သည်သာများ၏။

မနက် ၇ နာရီ ၈ နာရီ သူများတကာဆွမ်း ခံထွက်ချိန်ကျမှ ကမန်းက တန်း အိပ်မှုန်စုံမွှားဖြင့် မျက်နှာသစ်ပြီး ဆွမ်းခံသွား၏။ နှစ်အိမ်သုံးအိမ် အပြေးအလွှားဆွမ်းခံ၍ ပြန်လာသည်နှင့် ဆွမ်းစားပြီး အိပ်တော့သည်သာ ဖြစ်၏။

သူ့ဆရာဦးဇင်းကလည်း ဆုံးမ၍မရ၊ လက်မြှောက်ထားရသော ကြောင့် လေးငါးနှစ် မန္တလေးတွင်နေသော်လည်း ဓာတ်ပွဲသီချင်းအချို့ ရသည်မှလွဲ၍ ဘာစာမှလည်းမတတ်၊ ဘာစာမေးပွဲမှလည်း မအောင်နှင့် နောက်ဆုံးတွင် လူဝတ်လဲကာ တောပြန်သွားရသည်သာ အဖတ်တင်တော့ သည်။

အပျော်အပါးဦးစားပေးလွန်းသူသည် စီးပွားရေး၊ ပညာရေးဆောင်ရွက် အားထုတ်ရာတွင်ဖြစ်စေ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုရာတွင်ဖြစ်စေ ဝီရိယအား ပျော့နေတတ်ပေသည်။ လောကီရေးရာ လောကုတ္တရာရေးရာ နှစ်ဖြာတို့တွင် ဝီရိယထက်သန်သူမှသာ အောင်မြင်ပေါက်ရောက်နိုင်ပါသည်။

ကံ၊ ဉာဏ်၊ ဝီရိယ ဘက်စုံအားကိုးမှ တိုးတက်နိုင်သည့် လူသားများ ကို မဆိုထားနှင့် ကုသိုလ်ကံစွမ်းအားကြီး၍ အရာရာပြည့်စုံသည့် ဘဝ ပိုင်ရှင်နတ်များပင်လျှင် ဝီရိယလိုအပ်ကြပါသေးသည်။

သိကြားမင်းကိုယ်တိုင် သားတော်စပ်သည့် အပျင်းကြီးသော သုဝီရ နတ်သားအား -

အနုဋ္ဌဟံ အဝါယာမံ၊ သုခံ ယတြာဓိ ဂစ္ဆတိ။

သုဝီရတတ္ထ ဂစ္ဆာဟိ၊ မဉ္စ တတ္ထေဝပါပယ ဟု ခပ်ရွှဲရွှဲနှင့် ဆုံးမခဲ့ဖူးပါသည်။

"ငါ့သား သုဝီရ၊ ထကြွလုံ့လ ဝီရိယမရှိရဘဲ ချမ်းသာကြီးပွား တိုးတက်နိုင်သော တိုင်းပြည်၊ နိုင်ငံ၊ အရပ်ဒေသရှိလျှင် မင်းကိုယ်တိုင် သွားရောက်နေထိုင်ပါ။ ငါ့ကိုလည်း ပို့ပေးစမ်းပါ"ဟု ပြောခဲ့ဖူးပါသည်။

(သံ-၁၊ ၂၁၈)

ပျင်းရိဆုတ်နစ်ခြင်းသည် ပျက်စီးဆုတ်ယုတ်ခြင်းလမ်းစပင် ဖြစ်သည်။ ဝီရိယနည်းသော လူပျင်းနှင့် အောင်မြင်ခြင်းသည် ပြဒါးတစ်လမ်း၊ သံတစ်လမ်း ဆန့်ကျင်ဖက်ဖြစ်နေမည်သာ ဖြစ်သည်။ ဤကမ္ဘာလောကတွင် "အောင်မြင်သော လူပျင်း" ဆိုသူကို ဘယ်နေရာတွင်မျှ တွေ့မြင်ရမည်မဟုတ်ပါ။

> "အပျော်အပါး ဦးစားပေးလွန်းသူသည် စီးပွားရေး ပညာရေးဆောင်ရွက် အားထုတ်ရာတွင်ဖြစ်စေ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုရာတွင်ဖြစ်စေ ဝီရိယအား ပျော့နေတတ်ပေသည်။"

မြတ်စွာဘုရားရှင် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတိုက်၌ သီတင်းသုံးစဉ်တွင် သာသနာ့ဘောင်သို့ ဝင်ရောက်လာကြသော ရဟန်းသစ် (၅၀၀) တို့သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားများ သင်ယူပြီး တောထွက်တရားကျင့်ကြံလေသည်။ ထိုအထဲတွင် အပျင်းကြီးသော အရှင်တိဿတစ်ပါးသာ လိုက်မသွားဘဲ ကျောင်းတွင်ကျန်ရစ်နေခဲ့၏။

ကြိုးစားကျင့်ကြံသော ရဟန်းတော်များ တရားရပြီး ပြန်လာကြသော အခါတွင်မှ ခါတော်မီ လိုချင်စိတ်နှင့် တစ်ညလုံးမအိပ်မနေ ကျင့်ကြံအားထုတ်သော အရှင်တိဿမှာ အိပ်ငိုက်ငိုက်နှင့် ခလုတ်တိုက်လဲပြီး ပေါင်ကျိုးရလေတော့သည်။ မနက်စောစော ဆွမ်းစားကြွမည့် ရဟန်းတော်များမှာလည်း သူ့အတွက်နှင့် အလုပ်ပျက်ကြရတော့သည်။

အရှင်တိဿ၏ ဖြစ်ကြောင်းကုန်စင်ကို သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားက ရဟန်းတော်တို့အား "ရဟန်းတို့...ဤတိဿသည် ယခုမှသာ သင်တို့အား အနှောင့်အယှက်ပေးသည်မဟုတ် ရှေးကလည်း အနှောင့်အယှက် ပေးဖူးသည်သာဖြစ်၏" ဟု မိန့်ကြားကာ အတိတ်ဖြစ်ရပ်တစ်ခုကို ထုတ်ဖော်ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဂန္ဓာရတိုင်းတက္ကသိုလ်ပြည်ရှိ ဒိသာပါမောက္ခဆရာကြီးထံတွင် အတိုင်းတိုင်းအပြည်ပြည်မှ လာရောက်ပညာသင်ယူနေကြသော လူငယ်တပည့်ငါးရာရှိလေသည်။ တစ်နေ့တွင် တောထဲမှထင်းခွေရန် တာဝန်ကျ၍ အသီးသီးထင်းစုဆောင်းကြရာတွင် အပျင်းကြီးအချောင်ခိုသော တပည့်တစ်ယောက်သည် ရွက်ကြွေခံတက်ပင်စိုကို အပင်ခြောက်မှတ်၍ သူများတကာ ပြန်လာချိန်မှ အလွယ်တကူ အကိုင်းတက်ချိုးကာ ပြန်မည့်အကြံနှင့် အပင်ရင်းတွင် အိပ်စက်နားနေလေ၏။

ညနေစောင်းအိမ်ပြန်ချိန်တွင် ကမန်းကတန်း သစ်ပင်ပေါ်တက်၍ အကိုင်းချိုးရာ အလွယ်တကူချိုး၍မရသည့်အပြင် မျက်လုံးထိုးမိပြီး ဒုက္ခရောက်ရတော့သည်။ နောက်ဆုံးမှပြန်ရောက်ပြီး ထင်းစိုများကို ထင်းပုံပေါ်တင်ထားသဖြင့် နောက်နေ့နံနက်စောစော ခရီးထွက်ရန်အတွက် ချက်ပြုတ်ရာတွင်လည်း အခက်အခဲကြုံကာ အစီအစဉ်ပျက်ကြရတော့သည်။

ထိုလူပျင်းတပည့်ကိုအကြောင်းပြုကာ ဘုရားလောင်း ဒိသာပါမောက္ခဆရာကြီးက ...

"တပည့်တို့...စောစောလုပ်ရမည့်အလုပ်ကို နောက်ကျမှလုပ်သူတိုင်းဟာ ဒီလိုပဲ နောင်တတစ်ဖန် ပူပန်ရတတ်တယ်" ဟူ၍ ဆုံးမစကားပြောကြားခဲ့ပါသည်။

(ဓမ္မပဒ-၄)

ထို့ကြောင့် မည်သည့်အလုပ်၊ မည်သည့်ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်သည်ဖြစ်စေ၊ မပျင်းမရိ မပေါ့မလျော့စိတ်အားထက်သန်စွာ ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ရန် လိုအပ်သည်မှာအသေအချာပင်ဖြစ်သည်။ ကုသိုလ် ဥစ္စာ ပညာ မည်သည့်အရာကိုမဆို ရယူလိုသူသည် ကိုယ်အားဉာဏ်အား ဝီရိယအားတို့ကို စိုက်ထုတ်ရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ဓမ္မဒူတ ဒေါက်တာအရှင်ပညိသာရာဘိဝံသ

ဘဝ၏ အနှစ်သာရ

ဓမ္မဒသီ

သဒ္ဒိသံပါကံ ဧနေတိဟူသော စကားအရ ပြုခဲ့သည့် (ကုသိုလ်-အကုသိုလ်) ကံအကျိုးပေးအလျောက် အပါယ်ဘုံ၊ လူ့ဘုံ၊ နတ်ဘုံ၊ ဗြဟ္မာ့ ဘုံ စသည့်အသီးသီး၌ ဘဝမျိုးစုံ ဖြစ်လာကြ၏။ ထိုဘဝအဖုံဖုံတို့အနက် ဒါန သီလ ဘာဝနာ စသော အခြေခံပါရမီအဖြည့်ကျင့်နိုင်ဆုံး ဘဝမှာ လူပင်ဖြစ်၏။ ဗြဟ္မာ့ပြည်မှ အပ်တစ်စင်းနှင့် လူ့ပြည်က အပ်တစ်စင်း၊ အပ်သွားခြင်းသာ ထိသွားနိုင်၏။ လူအဖြစ်ကိုရဖို့ရာမလွယ်ဟု ပြောစမှတ်ပြုတတ်ကြပါ၏။

ရတောင့်ရခဲလှသော လူ့ဘဝကို ရလာသောအခါ၌ ဘဝနှင့်ထိုက်တန်စွာ သင့်တင့်လျောက်ပတ်အောင် နေထိုင်တတ်ဖို့ များစွာအရေးကြီးပါ၏။ သို့ရာတွင် …

မြင်တွေ့နေရသမျှ လောကသားတို့၏ လောဘများကား အတော မသတ်နိုင်စွာ ရှိကြ၏။ နာရီတိုင်း မိနစ်တိုင်း စက္ကန့်တိုင်းမှာ သူတို့၏ ဘဝသည် အမြဲလိုနေသည်ချည်းသာ ဖြစ်၏။ မရောင့်ရဲမတင်းတိမ်နိုင်ခြင်း ဟူသော အာသာဆန္ဒတို့ဖြင့် ပြီးပြည့်စုံသွားပြီဟူ၍ တစ်ချိန်မှမရှိခဲ့ကြပေ။

ပစ္စည်းဥစ္စာ ပြည့်စုံကြွယ်ဝလိုသူ။

ရာထူးဥစ္စာ တိုးတက်မြင့်မားလိုသူ။

အဆောင်အယောင် ပကာသနတို့ဖြင့် ထယ်ဝါခန့်ညားလိုသူ။

ထင်ပေါ်ကျော်ကြား လူသိများစွာ အလေးအမြတ်ပြုခံလိုသူ။

လိုပေါင်းများစွာဖြင့် လောဘတဏှာသည် ဘဝအဆက်ဆက် အဆုံး သတ်နိုင်သည်ဟူ၍ မရှိခဲ့။ လောဘကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဒေါသ၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယများ၊ အမှားအမှန် ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်စွမ်းမရှိသော တွေဝေ မိုက်မဲမှုများ။ နောက်ဆက်တွဲရလဒ်များသာ ကွင်းဆက်လျက် တစ်မျိုး ပြီးတစ်မျိုး ပေါ်ပေါက်၍လာ၏။

ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်ကိုမသိဘဲ ချမ်းသာတု ချမ်းသာယောင်နောက် သို့ တကောက်ကောက်လိုက်ရင်း 'ငါ… ငါ့ဟာ… ငါ့အတွက်' ဟူ သည့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိအစွဲဖြင့် အတ္တ၏ ကျဉ်းမြောင်းလှသော လှောင်အိမ် အတွင်း ပိတ်မိလျက် မှားယွင်းဆိုး သွမ်း ယုတ်မာသော ကာယိကဝါစ သိက မနသိက အမှုများဖြင့် တစ်စ ထက်တစ်စ ကြီးထွားရင့်သန်၍ လာ ကြ၏။ အတုယောင်သည် အစစ် အမှန် မဟုတ်ရကား တံလျှပ်ကို ရေထင်သော ရွှေသမင်ပမာ လိုက်

"လောဘကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဒေါသ၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယများ၊ အမှားအမှန် ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်စွမ်း မရှိသော…"

လေဝေးလေဖြစ်ကာ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ ပင်ပန်းခြင်းသာ အဖတ်တင်ကျန်ရစ်၏။ လောဘအလိုကား ပြည့်သွားသည် မရှိခဲ့။

စင်စစ် ဘဝ၏အဓိပ္ပါယ်သည် လိုချင်မှုလည်း မဟုတ်။ ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းခြင်းအသွင်လည်း မဆောင်။ မိုက်မဲတွေဝေခြင်းလည်း မဖြစ်။ ငြိမ်းချမ်းစွာနေခြင်းဟုသာ ဖော်ညွှန်း၏။ မိမိဘဝကို ငြိမ်းချမ်းသာယာအောင်ဖန်တီးနိုင်လျှင် မိမိနှင့် သဟဇာတ ဆက်နွယ်နေသော ပတ်ဝန်းကျင်သည်လည်း တစ်နည်းတစ်ဖုံ ငြိမ်းချမ်းသာယာလိမ့်မည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ငြိမ်းချမ်းသာယာလျှင် လောကသည်လည်း ငြိမ်းချမ်းသာယာလာပေလိမ့်မည်။ မိမိနှင့်တကွ လောကတစ်ဝှမ်း ငြိမ်းချမ်းသာယာမှသာလျှင် ဘဝ၏သရုပ်ပီပြင်စွာ အဓိပ္ပါယ်ပေါ်လွင်နိုင်ပေလိမ့်မည်။ ယခုအခါ ဘဝဟူသောပဋ္ဋမြားသည် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟဟူသော ကိလေသာနွံအထဲမှာ နစ်မြုပ်ဆဲသာရှိနေပါ၏။

“ဘဝ၏
အဓိပ္ပါယ်သည်
လိုချင်မှုလည်း
မဟုတ်။
ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းခြင်း
အသွင်လည်း
မဆောင်။”

ဘဝငြိမ်းချမ်းမှုကို လောကရှိ မည်သည့်ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းမျှ ဖန်တီးပေးနိုင်စွမ်းမရှိ။ လဲလှယ်၍လည်း မရကောင်းပေ။ ထိုအခါ ဓမ္မကို မလွှဲမသွေ လိုအပ်လာ၏။

ဓမ္မသည် ငြိမ်းချမ်းမှုကို အပြည့်အဝပေးစွမ်းနိုင်သော မြင့်မြတ်စွာနေထိုင်နည်း ဖြစ်၏။ လောကသားတို့၏ ကောင်းကျိုးတွေတွေကို စွမ်းဆောင်နိုင်ပေသော လူ့စည်းမျဉ်းဥပဒေလည်း ဖြစ်ပါ၏။ ဓမ္မသည် လူမျိုးစုတစ်စုအတွက် မဟုတ်။ လူမျိုးတိုင်းအတွက် ဖြစ်၏။

> "ဘဝကို
> တကယ်မြှင့်တင်နိုင်သည်မှာ
> ဓမ္မနှင့်ယှဉ်သော
> ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ
> ဖြူစင်မြင့်မြတ်ခြင်းသာလျှင်
> ဖြစ်ပါ၏။"

ခပ်သိမ်းအကုန် အလုံးစုံသောလောကသားတို့အတွက်လည်း ဖြစ်ပါ၏။

ဓမ္မကျင့်စဉ်သည် ဘဝ၏ တန်ဖိုးကို တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်သထက်မြင့်အောင် မြှင့်တင်ပေးနိုင်သော အနိုင်းမဲ့စွမ်းအင် ဖြစ်၏။ ဓမ္မရှိသော ဘဝသည် အဆင့်မြင့်တန်ဖိုးရှိသော ဘဝဖြစ်၏။ ပြောင်းပြန်လှန်ပါက ဓမ္မမရှိသော ဘဝသည် အဆင့်နိမ့်တန်ဖိုးမဲ့ဘဝ ဖြစ်ရပေလိမ့်သည်။

လောကသားတို့ အလိုက်မှားနေကြသော ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ ရာထူးဌာန၊ ပကာသနအဆောင်အယောင်တို့သည် တကယ်တမ်းဘဝကို မြှင့်တင်နိုင်စွမ်းမရှိ။ ယင်းတို့သည် အကာသာဖြစ်၍ ဓမ္မသည် အနှစ်ဖြစ်၏။ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများဖြင့် အနေတင့်ရုံနေမှုဖြင့် အဆင့်မြင့်သည်ဟု အထင်ရောက်နေကြသူများသည် တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ (ပပဉ္စ) မျက်စိဖြင့် အမြင်သန်နေသောကြောင့် ဖြစ်၏။ ဘဝကို တကယ်မြှင့်တင်နိုင်သည်မှာ ဓမ္မနှင့်ယှဉ်သော ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ ဖြူစင်မြင့်မြတ်ခြင်းသာလျှင် ဖြစ်ပါ၏။

ပစ္စည်းဥစ္စာ မည်မျှကြွယ်ဝသူဖြစ်ပါစေ၊ ရာထူးမည်မျှ ကြီးမြင့်သူဖြစ်ပါစေ၊ အဆောင်အယောင်မည်မျှ ထယ်ဝါသူဖြစ်ပါစေ၊ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ မဖြူစင်မမြင့်မြတ်လျှင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၌ မည်မျှပင်ကြီးကျယ်နေသော်လည်း ဘဝ၏အနိမ့်ကျဆုံး၊ အယုတ်ညံ့ဆုံးအဆင့်သာ ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။ နေတော့ တဲကုပ်၊ ဝတ်တော့ အစုတ်အနုတ်၊ စားတော့ တစ်လုပ်တစ်ဆုပ်ဟု ပြောရလောက်အောင် မည်မျှပင်ဆင်းရဲမွဲတေစေကာမူ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာ ဖြူစင်မြင့်မြတ်လျှင် အမြင့်ဆုံးအမြတ်ဆုံးဘဝ အဆင့်မီသူဖြစ်

နိုင်လေ၏။ ဘဝ၏တန်ဖိုးသည် ဆင်းရဲချမ်းသာ လူ့အလွှာအတန်းအစားကို မလိုက်၊ အမျိုးအစားကိုသာ ခွဲခြား၏။ အမျိုးအစားဟုဆိုရာတွင်လည်း စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် အကျင့်သိက္ခာပိုင်းဆိုင်ရာကိုသာ ရည်ညွှန်းပါ၏။

လူ့ဘဝ၏ အနှစ်သာရကို ရှာဖွေဆန်းစစ်လျှင် ဓမ္မကျင့်စဉ်သာဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရ၏။ ဓမ္မ၏ မူလအရင်းအမြစ်ကား သီလဖြစ်၏။ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာဖြူစင်မြင့်မြတ်အောင် လူ့ကျင့်ဝတ်ဖြစ်သော သီလကို မကျိုးမပေါက် မပျောက်မကျစေဘဲ ကောင်းမွန်ရှိသေစွာ စောင့်ရှောက်ရပေမည်။

သီလသည် ကိုယ်နှုတ်ကို စောင့်စည်းခြင်းဖြင့် စင်ကြယ်စေ၏။ ကိုယ်နှုတ်စင်ကြယ်ရန် အခြေခံဖြစ်သော စိတ်စင်ကြယ်မှုသည် ပဓာနအကျဆုံး ဖြစ်၏။ စိတ်ဖောက်ပြန်ဆိုးသွမ်းမှု ကင်းရှင်းစင်ကြယ်မှ တည်ကြည်ငြိမ်သက်လာမည်။ စိတ်တည်ကြည် ငြိမ်သက်မှုသည် သမာဓိဖြစ်၏။ တည်ကြည်ငြိမ်သက်မှု သမာဓိရင့်သန်သည်နှင့်အမျှ စိတ်၏စွမ်းအင် ထက်မြက်လာပြီး ခန္ဓာတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်ပြောင်းလဲနေသည့် သင်္ခါရဒုက္ခ အကြောင်းကို ထိုးထွင်းသိမြင်လာပေလိမ့်မည်။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဉာဏ်ယှဉ်ကာ အမှန်မြင်လာခြင်းကို ပညာဟုဆို၏။ ပညာတည်းဟူသော ထိုးထွင်းဉာဏ်ဖြင့် ကိလေသာ အညစ်အကြေးများကို အမြစ်ပြတ်အောင် ပယ်နှုတ်သုတ်သင်နိုင်ပါ၏။

သီလကိုအခြေခံ၊ သမာဓိဖြင့် အားယူ၊ ပညာဖြင့် တက်လှမ်းပါက ဘဝ၏ လှေကားထစ်မှ တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် အမြင့်သို့ရောက်သွားနိုင်ပါ၏။

“ဘဝ၏ တန်ဖိုးသည် ဆင်းရဲချမ်းသာ လူ့အလွှာအတန်းအစားကို မလိုက်၊ အမျိုးအစားကိုသာ ခွဲခြား၏။”

> "စားကာ၊
> အိပ်ကာ၊
> ဝတ်ဆင်ကာဖြင့်
> ရေပွက်ပမာဘဝကို
> အချည်းနှီး
> အဓိပ္ပါယ်မဲ့မပြုမိအောင်
> အထူးသတိမူသင့်ပေ၏။"

ထိုအခါ ပစ္စည်းဥစ္စာပြည့်စုံကြွယ်ဝမှု၊ ရာထူးဂုဏ်ကြီးမြင့်မှု၊ အဆောင်အယောင် ထည်ဝါမှုတို့သည် ဘာမျှမက်မောဖွယ်မဟုတ်တော့ဘဲ ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းအရင်းများသာဖြစ်ကြောင်း ကောင်းစွာသိမြင်လာပေလိမ့်မည်။

မိမိအတွက်သော်လည်းကောင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်အတွက်သော်လည်းကောင်း၊ လောကကြီးတစ်ခုလုံးအတွက်သော်လည်းကောင်း ချမ်းသာမှုအစစ် (ဝါ) ဘဝ၏ အနှစ် သာရကိုရရှိရန်မှာ ဓမ္မမှတစ်ပါး အခြားဘာမျှ မရှိနိုင်တော့ပေ။

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ ကိလေသာတို့မှ ကင်းရှင်းနိုင်သမျှ အားထုတ်ခြင်း (သို့မဟုတ်) သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာအကျင့်သုံးဖြာဖြင့် ပြည့်စုံအောင်နေထိုင်ခြင်းသည် ဘဝအတွက် အဓိကလိုအပ်ချက်ဖြစ်၏။ လောကသားအားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သောဓမ္မလည်း ဖြစ်၏။

ဓမ္မကိုကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် လူတော်လူကောင်း၊ လူမွန်လူမြတ်၊ လူအဖိုးတန်ဖြစ်ရန် အရေးကြီးလှပါ၏။ စားကာ၊ အိပ်ကာ၊ ဝတ်ဆင်ကာဖြင့် ရေပွက်ပမာ ဘဝကို အချည်းနှီး အဓိပ္ပါယ်မဲ့မပြုမိအောင် အထူးသတိမူသင့်ပေ၏။

ဘဝအတွက် ဓမ္မကိုအားဖြည့်ရာတွင် အဆင့်သုံးမျိုးကွဲပြား၏။

စာပေကျမ်းဂန်လေ့လာမှု၊ နားထောင်ဆွေးနွေးမှုတို့မှရသောအသိသည် သုတမယဉာဏ်ဖြစ်၏။ သုတမယဉာဏ်ကို အခြေခံလျှက် ဝေဖန်ပိုင်းခြားစဉ်းစားဆင်ခြင် တွေးခေါ်ဆန်းစစ်ခြင်းသည် စိန္တာမယဉာဏ်ဖြစ်၏။ လေ့လာမှု တွေးခေါ်မှုတို့ဖြင့် ရပ်တန့်မနေပဲ ဆက်လက်၍ ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်တွေ့ အားထုတ်ခြင်းမှ ရလာသောအသိသည် ဘာဝနာမယဉာဏ်ဖြစ်၏။

သုတမယဉာဏ်ထက် စိန္တာမယဉာဏ်ကသာလွန်ပြီး ဘာဝနာမယဉာဏ်မှုကား အားလုံးထက် အဆင့်အမြင့်ဆုံး ဖြစ်ပေ၏။

ဘာဝနာမယဉာဏ်ကို ဝိပဿနာ၏ သော့ချက်ဟုလည်း ဆိုနိုင်၏။

ဘာဝနာမယဉာဏ် အဆင့်ဆင့်မြင့်နိုင်သမျှ ဘဝ၏အနှစ်သာရကို ပိုမိုနက်ရှိုင်းစွာ သိနိုင်၏။

ဝိပဿနာဟူသည် အထူးထူးအပြားပြား ရှုမြင်ဆင်ခြင်ခြင်းဟု အဓိပ္ပါယ်ရ၏။ ခန္ဓာ၌ အမျိုးမျိုးဖြစ်ပေါ်၊ ပြောင်းလဲ၊ ချုပ်ပျောက်နေသော သင်္ခါရတရားတို့အား ရှုမြင်ဆင်ခြင်ခြင်းလည်း ဖြစ်၏။

စင်စစ် ဝိပဿနာသည် ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ ရင်ဆိုင်ရမည့်ဘဝကို တိမ်းရှောင်ခြင်းမဟုတ်။ လောက၏ တပ်မက်နှစ်သက်ဖွယ် အာရုံမျိုးစုံမှ လွတ်ကင်းအောင် ပြေးခွာရှောင်ခြင်းမျိုးလည်း မဟုတ်ပေ။ ကြုံဆုံရင်ဆိုင်ရသမျှ အာရုံတို့ကို သဘာဝအတိုင်း၊ အရှိအတိုင်း၊ အမှန်အတိုင်း ရှုမြင်လျက် တပ်မက်မှုအစဉ်ကို ပါးနိုင်သမျှ ပါးချရ၏။ ပါးခြင်းမှပြတ်ခြင်း အဆုံးတိုင်သည်အထိ အားထုတ်ရ၏။

တပ်မက်ခြင်းများလျှင် ဆင်းရဲခြင်းများ၏။ တပ်မက်ခြင်းပါးလျှင် ဆင်းရဲခြင်းလည်း ပါး၏။ တပ်မက်ခြင်းပြတ်သွားလျှင်ကား ဆင်းရဲခြင်းလည်း ပြတ်လေတော့၏။

တပ်မက်ခြင်းသည် ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်ပြီး မတပ်မက်ခြင်းသည် ချမ်းသာခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

အတိတ်ကို ပြန်လည်တသ၍လည်းကောင်း၊ အနာဂတ်ကို ရော်ရမ်းမှန်းဆ၊ မျှော်မှန်းတမ်းတ၍လည်းကောင်း စိတ်သည် အမျိုးမျိုးပုံဖော်ကာ ကပ်ငြိရန် တဏှာကို ရှာကြံတတ်၏။ ပစ္စုပ္ပန်ကျကျ တစ်ခဏမျှပင် မရောင့်ရဲနိုင်သော တဏှာသည် စိတ်အစဉ်ကို ယီးလေးခိုနေတတ်၏။

ရရှိပြီးသောအရာ၌ မရောင့်ရဲနိုင်ခြင်း၊ မရသေးသည့်တဏှာကို ရလိုခြင်းဟူသော ထိုထိုတဏှာတို့ ပြင်းပြစွာမွတ်သိပ်နေမှုကြောင့် ဆင်းရဲကြရပါ၏။ ဆင်းရဲခြင်းမှလွတ်ရန် တဏှာကို ဖြတ်တောက်ဖို့လို၏။ တဏှာ

ပြတ်ရန်မှာ စိတ်ကိုဖောက်ပြန်ခွင့်မပေးဘဲ သတိဖြင့် အစဉ်တစိုက်စောင့်ထိန်းရမည်ဖြစ်၏။

ဝိပဿနာသည် စိတ်ကို ဖိနှိပ်လှောင်ပိတ်ထားခြင်းလည်းမဟုတ်။ အတားအဆီးမရှိ လွှတ်လပ်ခွင့်ပေးထားခြင်းလည်း မဟုတ်ပေ။ ထိုအစွန်းနှစ်ဖက်မှ လွတ်သောနည်းဖြင့် စောင့်ထိန်းရ၏။ စောင့်ထိန်းသည်ဆိုရာ၌ ကိလေသာအညစ်အကြေးများကို ဖယ်ခွာချပြီး မူလပင်ကိုယ်စိတ်အတိုင်း ဖွေးလက်ဖြူစင်ပေါ်လွင်အောင် ရှုမြင်ဆင်ခြင်ရမည်ဖြစ်၏။

မကောင်းသည့် အနိဋ္ဌာရုံများ ပါးလျားပျောက်ကွယ်သွားသောအခါ ကောင်းသည့် ဣဋ္ဌာရုံများ ပေါ်ပေါက်လာရမြဲသာတည်း။ ကိလေသာ တဏှာ အညစ်အကြေးမှ ကင်းစင်ဝေးနေသောစိတ်တွင် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာတရားတို့သည် ထင်ရှားစွာ ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုဗြဟ္မစိုရ် တရားတို့ဖြင့် မိမိနှင့်တကွ လောကသားတို့အား မျက်မှောက်ငြိမ်းချမ်းမှုကို ပေးစွမ်းနိုင်လေ၏။ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာသည် ပစ္စုပ္ပန်မှာလည်း ချမ်းသာနည်း လမ်းညွှန်ဖြစ်၏။

ထို့အပြင် သံသရာပြေးလမ်းတစ်လျှောက်မှ ပန်းတိုင်ရောက်ရန်မှာ ဝိပဿနာ၏ ရည်မှန်းချက်ဖြစ်၏။

ဆင်းရဲခြင်း၊ ဆင်းရဲကြောင်း၊ ဆင်းရဲမှလွတ်ကြောင်း၊ ဆင်းရဲမှလွတ်ခြင်းဟူသော အရိယသစ္စာလေးမျိုးကို ယထာဘူတကျကျ ဉာဏ်အမြင် အမှန်ထင်နိုင်လျှင် ပန်းတိုင်သို့ လှမ်းနိုင်လေပေပြီ။ ပန်းတိုင်ဟူသည်မှာ လွတ်မြောက်ခြင်း ဝိမုတ္တိပင်တည်း။

ဘဝ၏ အနှစ်သာရသည် ဓမ္မဖြစ်၏။

ဓမ္မ၏ အနှစ်သာရသည် ဝိမုတ္တိရသဖြစ်၏။

သို့ဆိုလျှင် ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်နည်းဖြင့် ဘဝ၏အနှစ်သာရသည် ဝိမုတ္တိရသဟု ဆိုနိုင်ပါလေ၏။

ဓမ္မဒသီ

ဘွဲ့ရပြီ ပညာတတ်ပြီလား

ဓမ္မစရိယ ဦးဌေးလှိုင်

ကျောင်းတက်၊ စာမေးပွဲဖြေပြီးတော့ မူလတန်း၊ အလယ်တန်း ပြီးကြ ပြန်တော့လည်း ကျူရှင်ဆက်နေဖို့ လုပ်ကြရပြန်ရော။ ဒါက မိဘတွေ လောဘကြီးတာလည်း ပါတယ်နော်။

ကျူရှင်ဆက်ထားတယ်ဆိုပြီးတော့ ကျောင်းအားနေပေမယ့် ကလေးများ မအားရဘူး။ အဲသည်တော့ အဲသည်လို အသိဉာဏ် မရှိတဲ့ မိဘတွေရဲ့ သားသမီးဖြစ်ခဲ့ရင် သားတို့သမီးတို့လည်း ဒီလိုနေရာ မရောက်နိုင်ပါဘူး။

မိဘကျေးဇူးတွေ မကြီးပေဘူးလား။ အဲ့တာ မိဘကျေးဇူး တွေပါဗျား။

အဲသည်တော့ အဲဒီစာတွေက သားတို့သမီးတို့ တစ်သက်လုံး သင်ရမှာပါ။ အဲဒါတွေက စာ၊ ပညာမဟုတ်ဘူး။ အဲဒါတွေဖတ်ရင် စာတတ်တယ်လို့ခေါ်တယ်။ ပညာတတ် မဟုတ်ဘူး။ သညာတတ်။

> "ရာထူးကြီးကြီးတွေက အင်္ဂလိပ်မျက်နှာဖြူ၊ စာရေးတွေ စာချီတွေ ရုံးလုလင်တွေ အခိုင်းအစေတွေက မြန်မာတွေ။"

ဟော ဒါကမှ ပညာ ...။ ဒီတစ်လအတွင်း သင်ရတာမှ ပညာ ...။ ဒါကိုတတ်မှ ပညာတတ်။ ဟိုဟာတတ်ရင် ဘီအေအောင်တယ်။ အမ်အေအောင်တယ်၊ တချို့ ပီအိတ်ချ်ဒီ ဒေါက်တာဖြစ်တယ်။ တချို့ ဘွဲ့လွန်တွေရတယ်။

အဲဒါ စာတတ်တာပဲရှိတယ်။ ပညာတတ်တာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကမှ ပညာနော်။

အဲဒီတော့ တာဝန်သိတဲ့စိတ် အင်မတန် အရေးကြီးပါတယ်။ လူဖြစ်လာရင် တာဝန်ဆိုတာ ရှိလာပြီနော်။ တာဝန်သိတဲ့စိတ် ဘယ်လောက် အရေးကြီးတယ်ဆိုတာ ပြောကြရအောင်။

လူဖြစ်လာရင် အဲဒီဝတ္တရားဆိုတာ အလိုလိုကပ်ပါလာတယ်။ အဲဒီ ဝတ္တရားလည်း သိရတယ်။

ရုံးလုလင်ကလေး မောင်ဆန့်နီ

ဟို ရန်ကုန်မြို့မှာ တစ်ချိန်က၊ ဟို ... အင်္ဂလိပ်မင်း အုပ်ချုပ်တဲ့ အချိန်က ကမ်းနားလမ်းမှာ ရုံးကြီးတစ်ရုံးရှိတယ်။

အဲဒီရုံးကြီးမှာ ရာထူးကြီးကြီးတွေက အင်္ဂလိပ်မျက်နှာဖြူ၊ ရာထူးငယ် တွေက မြန်မာတွေ။ စာရေးတွေ စာချီတွေ ရုံးလုလင်တွေ အခိုင်းအစေတွေ က မြန်မာတွေ။

အဲဒီတော့ အရာရှိကြီးက ရုံးထိပ်အမြင့်ကနေပြီးတော့ ခုံနဲ့ထိုင်နေ တယ်။ သူ့ရဲ့ဝဲဘက်ယာဘက်က လက်ထောက်အရာရှိတွေ၊ ဟိုဘက်က ရုံးအုပ်တွေ၊ စာရေးကြီးတွေ၊ စာရေးလေးတွေ၊ ရုံးဝန်ထမ်းတွေ၊ နောက် ပြာတာလို့လည်း ခေါ်တယ်။ ပြွန်းလို့လည်း ခေါ်တယ်နော်။ တောက်တို

မယ်ရ ရုံးမှာလုပ်ရတဲ့ ရုံးလုလင်ပေါ့နော်။ သူတို့လေးတွေကလည်း ရုံးပတ်ပတ်လည်မှာ ထိုင်စောင့်နေရတယ်။

"အမှိုက်သရိုက်တွေရော မိုးသက်လေတွေနဲ့ တစ်ခါတည်း ရိုက်သွင်းလိုက်တာ အထဲမှာ ရုံးတစ်ခုလုံး ခုံတွေအကုန်လုံး မိုးပက်ခံရတယ်။"

တစ်နေ့တော့ အဲဒီလူပေါင်း ၂၀၀ လောက် အလုပ်လုပ်နေကြတဲ့ ရုံးကြီးကို မိုးဦးကာလ မိုးလေတွေ တိုက်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ တံခါးတွေက ဝုန်းဒိုင်း ဝုန်းဒိုင်း ··· နဲ့။ အမှိုက်သရိုက်တွေရော မိုးသက်လေတွေနဲ့ တစ်ခါတည်း ရိုက်သွင်းလိုက်တာ အထဲမှာ ရုံးတစ်ခုလုံး ခုံတွေ အကုန်လုံး မိုးပက်ခံရတယ်။

အရာရှိကြီးကလည်း သည်လိုပဲ အမြင့်ဆုံးထိုင်ခုံပေါ်ကနေပြီးတော့ သူ့အလုပ်သူ လုပ်နေတာပေါ့လေ။

သူ့လက်အောက်မှာရှိတဲ့ အရာရှိတွေကလည်း အဆင့်ဆင့် ကိုယ့်အလုပ်နဲ့ ကိုယ့်စားပွဲ လုပ်နေကြတာပေါ့လေ။

အဲဒီတံခါးကြီးတွေ တဝုန်းဝုန်း တဒိုင်းဒိုင်းနဲ့ လေတွေ မိုးတွေ ပစ်သွင်းနေတဲ့အချိန်မှာ လူ ၂၀၀ လောက်ရှိတဲ့ ရုံးကြီးထဲကလူတွေ ဘယ်သူမှထွက်ပြီး တံခါးပိတ်ရကောင်းမှန်း မသိဘူး။ ကိုယ့်အလုပ်ပဲကိုယ်မဲလုပ်နေကြတာ ···။

အဲဒီအချိန်မှာ ဆန်နီဆိုတဲ့ ရုံးလုလင်ကောင်လေးက တံခါးတွေ တဝုန်းဝုန်းဖြစ်နေတာကို တစ်ခါတည်း ပြေးတဲ့ပြီးတော့ တံခါးတွေကို ချိတ်ချိတ်တယ်။ ပိတ်ရမယ့်တံခါးတွေကို ပိတ်တယ်။ တုံးခုရမယ့်ဟာ ခုတယ်။ အမှိုက်သရိုက်တွေကို တံမြက်လှည်းတယ်။

အဲဒီတော့ အထဲကလူတွေ နားလည်းမဆူတော့ဘူး။ လေလည်း မတိုက်၊ မိုးပေါက်လဲမထိမှန်၊ အေးအေးဆေးဆေးနဲ့ အလုပ်လုပ်လို့ ရသွားတယ်။

ဇာတ်လမ်းလေးက ဒါပါပဲ။ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် မဟုတ်ပါဘူး။ လေတိုက်လို့ တံခါးတွေ ဝုန်းဝုန်းဒိုင်းဒိုင်းနဲ့ မိုးတွေ လေတွေ ဖုန်တွေ သစ်ရွက်တွေ၊ အဲ … ရုံးကြီးထဲကို ပစ်သွင်းလိုက်သလို ဖြစ်သွားတာ။

အဲဒါကို ဘယ်သူမှ မလုပ်ဘူး။ မောင်ဆန်နီတစ်ယောက်တည်း သွားလုပ်တယ်။

နောက်တစ်လလောက်ရှိတော့ အဲဒီရုံးမှာ ပရိုမိုးရှင်းပေးဖို့ ရာထူးတက်ပေးဖို့ သုံးနေရာပေါ်လာတယ်။

ပေါ်လာတဲ့အခါကျတော့ ထုံးစံအတိုင်း ရာထူးပေးတယ်ဆိုတာ လုပ်သက်ကြာရမယ်၊ အလုပ်လုပ်တာ ကြာရမယ်၊ အလုပ်လုပ်တဲ့အချိန်ချင်းလဲ ပြိုင်ရတယ်။ ပညာအရည်အချင်းနဲ့လည်း ပြိုင်ရတယ်။

သူက ၁၀ တန်းအောင်ရင် ကိုယ်က ၁၀ တန်းအောင်မှ။ သူက ၁၁ တန်းဆိုရင် ကိုယ်က ၁၂ တန်းအောင်မှ။ ပညာအရည်အချင်းအားဖြင့် ပြိုင်ရတယ်။ လုပ်သက်အားဖြင့်လည်း ပြိုင်ရတယ်။

အဲဒီတော့ ဘာမှမကြာသေးတဲ့ မောင်ဆန်နီက ဒိုင်းဆိုစာရေးဖြစ်သွားတယ်ဗျား။

အဲဒီတော့ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေက သူ့ထက်အရင် ရောက်နှင့်တဲ့လူတွေ၊ သူ့ထက် ပညာအရည်အချင်းသာတဲ့လူတွေက စာရေးကြတယ်။ အဲဒီအင်္ဂလိပ်ရုံးအုပ်ကြီးဆီကို။

"မတရားဘူး၊ ကျွန်တော်တို့က ဒီရုံးကို အရင်ရောက်ပါတယ်။ မောင်ဆန်နီထက်လဲ သူတို့က ပညာပိုတော်ပါတယ်။ အဲဒီတော့ ရာထူးပေးချင်းပေးရင် ကျွန်တော်တို့ကိုသာ ပေးရမယ်။ မောင်ဆန်နီကို မပေးသင့်ဘူး"ဆိုပြီးတော့ စာတွေ တင်ပြကြတယ်။ တိုင်ကြတယ်။

ရုံးအုပ်အင်္ဂလိပ်ကြီးကလည်း သူတို့တင်ထားတဲ့ စာတွေဖတ်ပြီး ပြုံးလို့နေတယ်။ နောက်တစ်ရက်လောက်ကြာတော့ အဲဒီရုံးအုပ်ကြီးက ခေါ်လိုက်တယ်။

မောင်ဆန်နီနဲ့ အပြိုင်ဖြစ်တဲ့ ရာထူးမရကြတဲ့သူတွေကိုပေါ့။ ခေါ်ပြီးတော့ အဲဒီရုံးအုပ်အင်္ဂလိပ်မျက်နှာဖြူကြီးက ဘယ်လိုရှင်းလင်းပြောကြားသလဲဆိုတော့ -

"အေး … ခု ဆရာ ဒီရာထူး ပရိုမိုးရှင်းပေးတာဟာ စာတတ်လို့ မောင်ဆန်နီ လုပ်သက်ကြာလို့ ပေးတာလည်း မဟုတ်ဘူး။ သူ့ထက် လုပ်သက်ကြာတဲ့သူတွေလည်း ရှိတယ်။ သူ့ထက် စာတော်တဲ့သူတွေလည်း ရှိတယ်။ ငါသိတယ်။

ဒါပေမယ့် လူဆိုတာ စာတတ်ရုံနဲ့မပြီးဘူး။ ငါက ဘယ်လောက်ကြာကြာနေခဲ့တာ လုပ်ခဲ့တာဆိုရုံနဲ့ ဒီလိုဆိုရုံနဲ့ သူကတစ်ဝါကြီးလုပ်ချင်လို့လည်း မရဘူး။"

တာဝန်သိတဲ့လူ အလိုရှိသည်

"လောကမှာ လူတစ်လုံး သူတစ်လုံးဖြစ်ချင်ရင် တာဝန်သိတဲ့လူရှိမှ၊ တာဝန်သိတဲ့လူကမှ လောကမှာ လူတစ်လုံး သူတစ်လုံးဖြစ်တာ။

တာဝန်သိတဲ့လူတွေနဲ့ အလုပ်လုပ်ရမှ အောင်မြင်တာ"တဲ့။ ဘယ်လောက် တန်ဖိုးရှိတဲ့စကားလဲ။

"အဲဟို လွန်ခဲ့တဲ့ တစ်လလောက်က မင်းတို့ ဘယ်နေ့ ဘယ်ရက်က …"စသည်ဖြင့် ဝုန်းဒိုင်းဆိုပြီးတော့ တံခါးတွေ လေကြီးကျတော့ တစ်ရုံးလုံး ဝုန်းဒိုင်းဆိုပြီးတော့ တံခါးတွေ ကွဲမတက် လေတွေမိုးတွေ အမှိုက်တွေ ဝင်လိုက်တာ မင်းတို့ လူနှစ်ရာလောက်ရှိတာ တစ်ယောက်မှ မထကြဘူး။ ထပြီး ပိတ်ရကောင်းမှန်းမသိဘူး။ မောင်ဆန်နီတစ်ယောက်ပဲ ထပြီးပိတ်တယ်။

"အဲဒါကြောင့် မောင်ဆန်နီကို ရာထူးတက်ပေးတာ"

မိသားစုအပေါ်မှာ တာဝန်မကျေတဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ နိုင်ငံအတွက်လည်း အပိုပဲ။ ဆန်ကုန်မြေလေးပဲ။ နိုင်ငံ့သားကောင်း မဖြစ်နိုင်ဘူး။

မိသားစုတစ်စုရဲ့ နေ့စဉ်စားဝတ်နေရေးတွေဟာ မဆုံးနိုင်ဘူး။ ဒီထဲ တာဝန်မဲ့တဲ့ လူတစ်ယောက်ပါလာရင် ကျန်တဲ့လူတွေအပေါ် တာဝန်တွေ ပိုမိတော့တာပဲ။

"တစ်လှေတည်းစီး၊ တစ်ခရီးတည်းသွား"ဆိုတဲ့ စကားရှိတယ်။ စုပေါင်းပြီး လှေစီးခရီးသွားတဲ့အခါ လှော်တက်ကိုင်ပြီး လှော်တဲ့သူက လှော်ရတယ်။ ပဲ့ကိုင်တဲ့သူက ကိုင်ရတယ်။ လှေထဲရေဝင်ရင် ခပ်ထုတ်တဲ့လူက ခပ်ထုတ်၊ တစ်လှည့်စီလုပ်ရတယ်။ အမြိန့်သားလိုက်လို့ မရဘူး။ တာဝန်မကျေဘူး။

ဘာမှမလုပ်ချင်ပဲ လှေကြုံစီးတဲ့လူတွေများလာရင် ဒီလှေဟာ မကြာခင် နစ်တော့မှာပဲ။ ဒီလိုလူများကို ဘယ်သူကမှ မခေါ်ချင်ဘူး။

ဒါကြောင့် မိဘ၊ ညီအစ်ကို မောင်နှမကစပြီး တာဝန်သိရမယ်။ တာဝန်ကျေရမယ်။

တာဝန်သိတဲ့စိတ်နော်။

အဲဒီတော့ အဲဒီတာဝန်သိတဲ့စိတ်ဟာ တံခါးတွေ အဲသလိုပွင့်နေရင် ပိတ်ရမှာလား၊ ဖွင့်ရမှာလားဆိုတဲ့ အသိလေးဟာ စာဆွဲမထားဘူး၊ ဥပဒေ ရေးမထားဘူး၊ ပညတ်မထားဘူး။

အလိုလို မသိသင့်ဘူးလား၊ ဥပဒေထုတ်ထားလို့ သိတဲ့အသိဟာ အဲဒါ ကျွန်သိ၊ ခိုင်းမှလုပ်တတ်တဲ့အသိဟာ ကျွန်စိတ်၊ မခိုင်းဘဲနဲ့သိမှ မခိုင်းဘဲနဲ့လုပ်တတ်မှ သခင်စိတ်။

တံခါးဖွင့်တတ်၊ ပိတ်တတ်ရဲ့လား

အဲဒီတော့ သားတို့သမီးတို့ ကဲ ... ကိုယ့်အိမ်မှာဗျာ တံခါးတွေ ဖွင့်၊ တံခါးဖွင့်တဲ့အခါကျတော့ ဒီလိုလေး ဖွင့်လိုက်တာပဲ မဟုတ်လား။

တံခါးဖွင့်ရင် ဘာလုပ်ရမတုံး။

(ချိုတ်၊ချိုတ်ရပါမယ်။)

မချိုတ်ရင် လေတိုက်ပြီးတော့ မှန်တံခါးတွေ ကွဲမယ်မဟုတ်ဘူးလား။ သစ်သားတံခါးလဲ ကြာကြာလေးရိုက်ရင် ပြုတ်ကျမှာ မဟုတ်ဘူးလား။

အဲဒီတော့ တံခါးဖွင့်ရင် ဘာလုပ်ရမတုန်း။ (ချိုတ်၊ချိုတ်ရပါမယ်)

တံခါးပိတ်တယ်ဆိုရင်လဲ ဒီလိုလေး ပိတ်ထားခဲ့လို့ ပြီးသလား။ ဘာလုပ်ရမှာတုန်း။

(မင်းတုပ် ချရပါ့မယ်။ ချက်ချရပါမယ်)

ဒါက ဘယ်သူက ဥပဒေထုတ်ထားလို့တုံး၊ ဘာစာရေးထားလို့တုံး။

ကိုယ့်ဟာကိုယ် သိရတဲ့အသိ၊ အဲဒါ ပညာ။

တံခါးဖွင့်ရင် ချိုတ်၊ချိုတ်ရမယ်။ ပိတ်ရင် ချက်ထိုးရမယ်။ မင်းတုပ် ချရမယ်လို့ စာရေးထားရင် အဲဒါက ဥပဒေ၊ အဲဒီဥပဒေရှိလို့ လုပ်တာက ကျွန်အလုပ်။

ကိုယ်ပိုင်အသိနဲ့ သဘောပေါက်ပြီး လုပ်တာက သခင်အလုပ်။

အဲဒီတော့ သားတို့သမီးတို့ သခင်အလုပ်၊ ကျွန်အလုပ် ခွဲခွဲခြားခြားနားလည်ပြီးတော့ ကျွန်ဖြစ်ချင်သလား … သခင်ဖြစ်ချင်သလား။

အဲဒီတော့ သားတို့သမီးတို့ ဆိုပါတော့ဗျာ။ အခုကာလပိုပြီးတော့ တွေ့ရတယ်။ ဗီးထုပ်တို့၊ နေကြာစေ့လှော်တို့ စားတဲ့အခါလေ။

စားပြီးတော့ အဲဒီပလက်စတစ်ထုပ်လေး အိပ်ရာထဲမှာ စားတယ်ဆိုပါတော့။ စားတာကတော့ စားကြပြီ။ မနေနိုင်လို့ အိပ်ရာထဲ စားတယ်ဆိုပါတော့။

အဲဒီဟာတွေ စားပြီးတော့ ပလတ်စတစ်လေး ဘယ်ပစ်တုံး။

(အမှိုက်ပုံးထဲ ပစ်ပါတယ်။)

ဟုတ်ကဲ့လား။

(ဟုတ်ပါတယ်။)

အဲဒါဆိုရင် သားတို့သမီးတို့ဂ ၇ သိပ်ပြီးလိမ္မာတာပေါ့။ အဲဒါကြောင့် ဒီလိုနေရာမျိုးရောက်ရတာပေါ့။ ၁ချို့က အိပ်ရာထဲမှာပဲ ပစ်ထားတယ်။ လူသွားတဲ့လမ်းမှာပဲ ပစ်ထားတယ်။ မဟုတ်ဘူးလား။

အဲဒီတော့ အမှိုက်ဆိုတာ အမှိုက်နေရာထားရမယ်လေ၊ မဟုတ်ဘူးလား။

လူ … လူနေရာ နေရမယ်။

ခွေး … ခွေးနေရာ နေရမယ်။

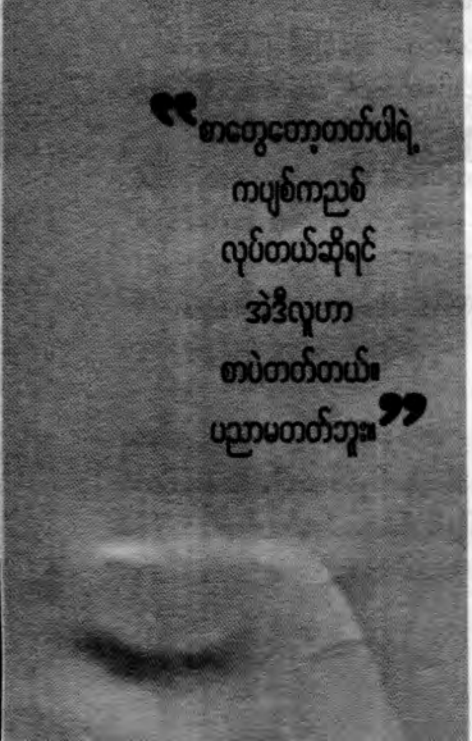
အမှိုက် … အမှိုက်နေရာ နေရမယ်။

အဲဒီတော့ လူနေရာကို အမှိုက်လာလို့ရှိရင် လူတန်ဖိုးရှိသေးလား။ မရှိတော့ဘူး။ လူဟာ အမှိုက်ဖြစ်သွားပြီ။ လူနဲ့အမှိုက်နဲ့ တန်ဖိုးချင်း အတူတူဖြစ်သွားပြီ။

လူရှိတဲ့နေရာ ဘာဖြစ်ရမတုံး။ သန့်ရှင်းနေရမယ်။ အမှိုက်မရှိရဘူး။ ပလတ်စတစ်အရှုပ်တွေ မရှိရဘူး။

အိပ်ရာကထရင် ခြင်ထောင်တွေ ဘာတွေ ခေါက်ရမယ် မဟုတ်ဘူးလား။ အိပ်ရာတွေ ခေါင်းအုံးတွေ ပစ်ထားရမှာလား သိမ်းဆည်းရမှာလား။

သိမ်းဆည်းရမယ်။ အိပ်ရာနေရာကို သိမ်းပြီးတာနဲ့ တစ်ပြိုင်တည်း အမှိုက်သရိုက်ဖုံတွေ မရှိအောင် တံမြက်လှည်းကြရမယ်။



ဒါနေ့စဉ်ဝတ်၊ ဟုတ်တယ် မဟုတ်လား။

ဒါတွေဟာ နေ့စဉ်ရနိုင်တဲ့ သီလကုသိုလ်တွေပါပဲ။ တစ်ပြားမှ မကုန်ပါဘူး။

ပုဆိုး၊ အင်္ကျီ၊ လုံချည်တွေဆိုရင်လည်း ဝတ်ပြီးတယ်ဆိုရင် လုံးထွေးပြီး ချွတ်ပစ်ထားလိုက်တာ ဖားဥတွေက စွဲလို့…။ နောက်အသစ်ဝယ်တာပေါ့။ ဟုတ်ဘူးလား။

အဲဒီတော့ တာဝန်သိတဲ့ စိတ်ကလေးလိုနေတယ်။

သားတို့၊ သမီးတို့ ရေတွေ ဘာတွေ ချိုးတယ်။ ဆပ်ပြာခွက်က ရေတွေ ဘာတွေ ပြည့်နေရင်လည်း ဒီအတိုင်းပဲ ထားမလား။ ဘယ်လို ထားရမတုံး။

ဆပ်ပြာခဲရေမစိုအောင် ဆပ်ပြာခဲလေးကို တစောင်းမေးတင် ထောင်ပြီးတော့ နည်းနည်းလေး နေပြ။

ဒါပေမယ့် ပစ်ထားလိုက်မယ်လေ။ ဝတ်တဲ့အဝတ်တွေရော၊ လျှော်တဲ့ အဝတ်တွေရော၊ တန်းမှာတစ်နေကုန်အောင် အရောင်တွေ လွင့်ချင်လွင့်ပါစေ အဝတ်တွေ ဆွေးချင်ဆွေးပါစေ၊ တစ်နေကုန် ပစ်ထားလိုက်မယ်လေ၊ သတိမရလည်း နောက်တစ်ရက်မနက်မှ နှင်းတွေစိုချင်စို၊ မိုးတွေစိုချင်စို ပေါ့။ နောက်တစ်ရက်မနက်မှ ပြန်ရုပ်မယ်လေ။

ဒီအထဲမှာတော့ အဲဒီလိုလူတွေ မပါပါဘူး။ အဲဒီလိုလုပ်တဲ့သူတွေ တွေ့ဖူးတယ် မဟုတ်လား။

အဲဒါ သိတာလား၊ ဝတ္တရားပျက်ကွက်တာလား။

အော် … အဲဒါ စာတွေတော့တတ်ပါရဲ့ အဲသလိုလုပ်တယ်။ ကပျစ်ကညစ်လုပ်တယ်ဆိုရင် အဲဒီလူဟာ စာပဲတတ်တယ်။ ပညာမတတ်ဘူး။ ဒီလိုမပြောရဘူးလား။ ဟုတ်တယ်။ တာဝန်သိတဲ့စိတ်က အင်မတန် အရေးကြီးတယ်။

ဟော … မောင်ဆန်နီကလေးက အောက်တန်းစာရေးကနေ အထက်တန်းစာရေး တရိပ်ရိပ်နဲ့တက်သွားလိုက်တာ ရှေ့ကလူတွေ အကုန်လုံးကို ဖြတ်ကျော်တက်သွားတယ်။

နောက်တော့ ရုံးမှာလုပ်လို့ ငါကြီးပွားမှာမဟုတ်ပါဘူး။ အပြင်မှာ ထွက်ပြီးတော့ လုပ်မယ်ဆိုပြီး ရှေးက တက္ကစီကားခေါ်တဲ့ ရှုံစားဒိန်းဒေါင် ခေါ်ကြတဲ့ ကားမျိုးလေးနဲ့ မြို့ထဲမှာ လျှောက်လှည့်ပြီးတော့ တက္ကစီဆွဲတယ် ဗျား။ အဲဒီခေတ်က အစောဆုံး အစောဆုံး တက္ကစီသမား။

ဆွဲပြီးတော့ အဲဒီကရတဲ့ ငွေလေးတွေနဲ့ ကုမ္ပဏီလုပ်တယ်။ အိမ်ဆိုင် လုပ်တယ်။

နောက် ပဲရော့ကုမ္ပဏီ ဦးဆန်နီ။

သားတို့ ဒီ ပဲရော့ကုမ္ပဏီဆိုတဲ့နာမည် ရေးရေးတော့ ကြားချင်ကြားဖူးမယ်။

ဟော သူကနေပြီးတော့ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးရဲ့ ဒီပနီကျမ်းစာတွေ တစ်ခါတည်းစာအုပ်တွေအဖြစ် ရိုက်ပြီးတော့ဖြန့်လိုက်တာ၊ သာသနာပြုလိုက်တာ သာသနာ့ဒါယကာကြီး ဖြစ်သွားတယ်။ သာသနာပြုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးဖြစ်သွားတယ်။

အင်္ဂလိပ်ဆန်နီကလေး

သားတို့ သမီးတို့ကို ဗမာဆန်နီနှင့် တဆက်တည်း အင်္ဂလိပ်ဆန်နီလေးအကြောင်း ပြောရဦးမယ်။ အင်္ဂလိပ်ဆန်နီလေးက အထက်တန်းစာမေးပွဲအောင်ပြီး ဘဏ်ကြီးတစ်ခုကို သွားအလုပ်လျှောက်တယ်။ ဘဏ်အရာရှိကြီးက နေရာလပ်မရှိသေးကြောင်းပြောလို့ နှုတ်ဆက်ပြီး ထွက်အလာ၊ ဘဏ်တံခါးပေါက်နားရောက်တော့ ပင်အပ်ကလေးတစ်ချောင်း ကြမ်းပျဉ်ပေါ်ကျနေတာတွေ့လို့ ကုန်းကောက်ပြီး အနားက စားပွဲတစ်ခုပေါ်မှာ သွားတင်ထားလိုက်တယ်။

ဘဏ်အရာရှိကြီးက ဒါကိုကြည့်ပြီး ဆန်နီကိုလှမ်းခေါ်လိုက်တယ်။ ဆန်နီ့ကျောကိုပုတ်ပြီး -

'ဟော့ သူငယ်၊ မင်းကို ငါတို့ကြိုက်သွားပြီ၊ မင်းအတွက်နေရာတစ်ခု စီစဉ်ပေးမယ်။ နက်ဖြန်ကစပြီး ရုံးတက်တော့' ချက်ချင်း ရာထူးခန့်လိုက်သတဲ့။

အရာရာမှာ သတိရှိမှု၊ စေ့စပ်သေချာမှု၊ တာဝန်သိမှုဟာ ဘယ်လောက်တန်ဖိုးရှိသလဲ။ အဲဒီအသိကလေးက အင်္ဂလိပ် မောင်ဆန်နီကို ဘဏ်အရာရှိကြီး အောင်မြင်တဲ့ စီးပွားရေးသမားကြီး၊ သူဌေးကြီးဘဝရောက်အောင် ပို့ပေးလိုက်တယ်လေ။

အသေးအဖွဲကလေးပဲဆိုပြီး မထီမဲ့မြင်မလုပ်ရဘူး။ သေးသေးလေးကို တောင် ဂရုမစိုက်တဲ့သူဟာ ကြီးတာသာပြီး ပေါ့လျော့တတ်တယ်။ လုပ်ငန်း ကြီးလေ ဆုံးရှုံးမှုများလေပဲ။

အဲဒါ တာဝန်သိတဲ့ စိတ်ကလေးတစ်ခု၊ လူတစ်ယောက်ကို ဘယ် လောက်ထိ ထိုးတင်ပေးနိုင်သလဲဆိုတာနော်၊ ဟုတ်ဘူးလား။

အေး … သားတို့ သမီးတို့လည်းပဲ ဒီနေ့ ဒီနေရာမှာ ရောက်လာ ကြတဲ့ သားတွေသမီးတွေဖြစ်တယ်ဆိုတော့ အဲဒီထက်ညွှံတဲ့အသိတွေ၊ ပညာတွေ ရှိနေပါပြီ။ ဘဘက ယုံကြည်ပါတယ်။

ဘဝပေးတာဝန်

အဲဒီတော့ ဆောင်ပုဒ်ကလေး ရေးကြရအောင်နော်။

လူဖြစ်လာရင် တာဝန်ရှိပေါ့၊
တာဝန်သိမှ တာဝန်ကျေ၊
တာဝန်မကျေ နောင်တ,ပွားလို့
ဝဋ္ဋရေးပျက်တဲ့ ဒုက္ခတွေ၊
စီးပွား ပညာ ကျန်းမာခြင်းတို့
လျော့ရင်းနစ်ရ ဖြစ်တတ်ပေ။

တာဝန်မကျေတဲ့လူဟာ ဒုက္ခတွေအများကြီး ဖြစ်တယ်။ နောင်တတွေ ဖြစ်မယ်။ စီးပွားရေး၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေး ဘာလုပ်လို့မှ အဆင်မပြေ ဘူး။ လျော့ရင်းနစ်တတ်တယ်။

မိဘအပေါ် တာဝန်တွေရှိတယ်။ ဆရာအပေါ် တာဝန်တွေရှိတယ်။ အစ်ကို အစ်မတွေအပေါ် တာဝန်တွေရှိတယ်။ ဒီတာဝန်တွေမကျေရင် ဒုက္ခတွေဖြစ်တတ်တယ်။

ဆက်ရေးမယ်၊ ကျန်သေးတယ်၊ နည်းနည်းလေး။

လူတိုင်းကိုယ်စီ တစ်နေ့ကျတော့
ဘဝခုံရုံး တက်ရမလေ၊

(ခုံရုံးတင် ခံရမယ်၊ တစ်နေ့ ခုံရုံးအတင်ခံရမယ်။)
တရားလိုလည်း ကိုယ်။
တရားခံလည်း ကိုယ်။
တရားသူကြီးလည်း ကိုယ်၊
ကိုယ်တိုင်စစ်မေး၊ ကိုယ်တိုင်ပြစ်ပေး
ပူဆွေး ကိုယ်ပဲလေ။
(ဆက်ရေးမယ်၊ လက်စနဲ့။)

၁။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ပြန်စွပ်စွဲ
ဆင်းရဲကြောက်ရမည်။ **(အတ္တာနုဝါဒ ဘေး)**

၂။ သူများကလည်း ကိုယ့်စွပ်စွဲ
ဆင်းရဲ ကြောက်ရမည်။ **(ပရာနုဝါဒ ဘေး)**

၃။ မင်းပြစ်ဒဏ်လည်း ရှောင်မလွှဲ
ဆင်းရဲ ကြောက်ရမည်။ **(ဒဏ္ဍဘေး)**

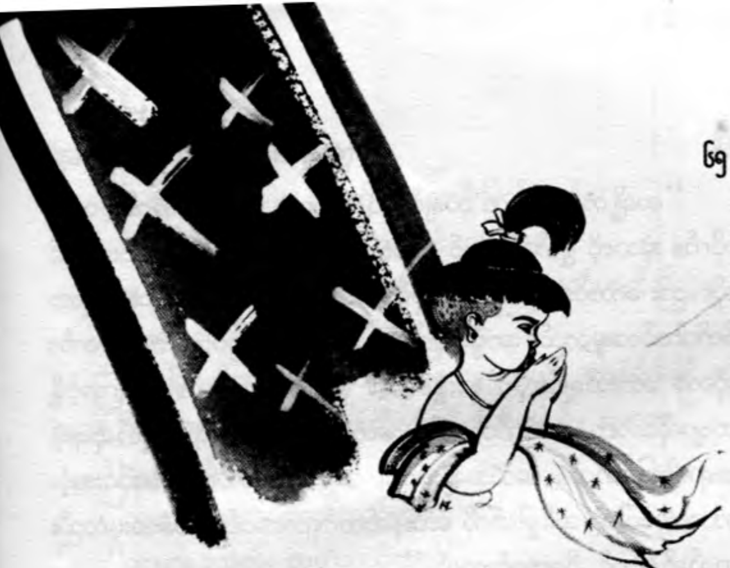
၄။ နောက်ဆုံးမဝေး အပါယ်ဘေး
မျှော်တွေး ကြောက်ရမည်။ **(ဒုဂ္ဂတိဘေး)**

၅။ ကျေးဇူးသိလေ တာဝန်ကျေ
ဘေးတွေ မရှိပြီ။
(နောက်တစ်ခေါက် ထပ်ဆိုပေးသည်။)

တာဝန်သိဖို့ ဥပဒေရေးမထားဘူး။ ဆိုင်းဘုတ် ချိတ်မထားဘူး။ ဘယ်သူကမှ မခိုင်းဘူး။ ကိုယ်တိုင်သိတဲ့ အသိကလေးနဲ့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ခံစားနားလည်ပြီးတော့ အရာရာမှာ လုပ်တတ်ပါစေ … လို့။ မဟုတ်ဘူးလား။

အဲဒါ ဘဝကြီးပွားကြောင်းပါပဲ။

မြောစရိယ ဦးဧွေးလှိုင်



မကောင်းမှုများ ရှောင်ရှားပါ

မောင်ထူးချွန်

"ဘကြီးချစ်"

"ဗျား ဗျား"

"ကျွန်တော်တို့ကို ပုံပြောပြပါ"

"အေးကွာ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်လာတဲ့အခါ ငါ့မြေးများကြားချင်တဲ့ ပုံပြင်တွေ ပြောပြပေးမယ်ကွယ်။ အခုတော့ သားတို့ မှတ်သားစရာကောင်းတဲ့ ကဗျာတစ်ပုဒ်ကို ဆိုပြချင်တယ်။ သားတို့ နားထောင်ကြည့်မလား"

"နားထောင်မှာပေါ့ ဘကြီးချစ်ရဲ့"

"တချို့ကဗျာတွေက သံချပ်လိုပဲ တိုင်တဲ့သူကတိုင် လိုက်တဲ့လူက လိုက်။ အဲ့သလို ရွတ်ဆိုကြရင် ပျော်စရာလည်းကောင်းတယ်။ နားထောင်လို့လည်း ကောင်းတယ်။ ကိုယ်တိုင်ပါဝင် သီဆိုကြရင်း နားထောင်ရတာ စိတ်ပါဝင်စားမှုလည်း အာရုံပိုရကြတယ်။ ကာရန်တွေပါတဲ့ ကဗျာလင်္ကာဆိုတာ တေးသီချင်းလိုပဲ နားစွဲတယ်။ မှတ်မိလွယ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ကဗျာဆိုတာက အသံတိတ်ဖတ်ဖို့ မဟုတ်ဘူး။ အသံထွက်ရွတ်ဆိုရတဲ့ အရာမျိုးဖြစ်တယ်။ အသံအဆွဲအငင်၊ အဖြတ်အတောက်၊ အဆိုင်းအငံ့၊ စာသားမှာပါတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို လေးနက်ထင်ရှားအောင် ရသခံစားမှုလည်း ထည့်ဆိုနိုင်ရင် ပိုကောင်းတယ်။"

"ဒါဆိုရင် ဘကြီးချစ်က ဆိုပြ၊ သားတို့က နောက်ကလိုက်ပြီး ဆိုရမှာလား"

"ဟုတ်တာပေါ့"

"ကောင်းပါပြီ။ ကျွန်တော်တို့လည်း ဆိုကြမယ်လေ"

"အဓိပ္ပါယ်အကြောင်းအရာကိုပါ စဉ်းစားရင်း လိုက်ဆိုကြနော်။ ကဲ…ဘဘကြီး ပထမရှေ့က ဆိုပြမယ်…"

၁။ သူများအသက်၊ သတ်သည့်တွက်၊ အသက်ကိုယ့်မှာတို။
၂။ မသတ်ရှောင်ရှား၊ ထိုသူများ၊ ရှည်လျားအသက်ကို။
၃။ နှိပ်စက်ကလူ၊ ညှဉ်းဆဲသူ၊ ပြောထူရောဂါဆို။
၄။ သနားစိတ်သွင်း၊ မနှိမ်နင်း၊ ကင်းရှင်းရောဂါကို။
၅။ ထန်ပြင်းဒေါသ၊ ကြီးတတ်က၊ အလှပျက်မည်ဆို။
၆။ ဒေါသကင်းစင်၊ မေတ္တာယှဉ်၊ ကြည်လင်လှသကို။
၇။ မနာလိုပြန်၊ ဣဿာထန်၊ ခြံရံကင်းမည်ဆို။
၈။ ဣဿမထား၊ ဝမ်းမြောက်ငြား၊ ပေါများခြံရံကို။
၉။ မလှူမဒါန်း၊ မပေးကမ်း၊ ခြောက်ခန်းဥစ္စာဆို။
၁၀။ စွန့်ကြဲလှူတုံ၊ ပြုပါကုန်၊ ကုံလုံကြွယ်ဝလို။
၁၁။ မာန်မာနကြွယ်၊ ထိုသူဝယ်၊ မျိုးနွယ်ညံ့မည်ဆို။

၁၂။ ထိုက်သူရှိကျိုး၊ မာန်ကိုချိုး၊ အမျိုးမြတ်သကို။

၁၃။ သိဖွယ်ဟူသမျှ၊ မမေးက၊ ဖျင်းအပညာဆို။

၁၄။ ကြားမြင်များအောင်၊ မေးလေ့ဆောင်၊ ခုနောင်တတ်သိလို။

"နားထောင်လို့ကောင်းတယ် ဘကြီးချစ်"

"ဒီတစ်ခါဆိုရင် ပိုလို့ကောင်းမှာသေချာတယ်။ တစ်ပိုဒ်ချင်းကို ဘဘကြီး ခဏရပ်တဲ့အခါ သားတို့က လိုက်ဆိုရမယ်။ ရမလား"

"ရပါတယ်"

"သူများအသက်၊ သတ်သည့်တွက်"

"သူများအသက်၊ သတ်သည့်တွက်"

"အသက်ကိုယ့်မှာတို…"

"အသက်ကိုယ့်မှာတို…"

"ကြားမြင်များအောင်၊ မေးလေ့ဆောင်"

"ကြားမြင်များအောင်၊ မေးလေ့ဆောင်"

"ခုနောင်တတ်သည်လို"

"ခုနောင်တတ်သည်လို"

"အေးကောင်းသကွယ်။ သာဓုဗျာ သာဓု၊ သာဓု၊ ငါ့မြေးတွေက အသံလည်းကောင်း၊ ဆိုဟန်လည်းကောင်း၊ စိတ်ပါလက်ပါဆိုကြတော့ ပျော်ရွှင်အားတက်စရာလည်းကောင်း၊ အဓိပ္ပါယ်ကိုတော့ သားတို့ထဲက နားလည်သူက ရှင်းပြပါလား။"

"ကျွန်တော် ဖိုးရွှေလုံး ပြောမယ်"

"ပြောပြ"

"ကဗျာဆိုတာက အသံတိတ်တတ်လို့ မဟုတ်ဘူး။ အသံထွက်ရွတ်ဆိုရတဲ့ အရာမျိုးဖြစ်တယ်။"

❝ သူတစ်ပါးကို လူရော တိရစ္ဆာန်ရော အနိုင့်အထက် မနှိပ်စက်ရဘူး ❞

"သူများအသက်ကိုသတ်ရင် ကိုယ်လည်းအသက်တိုတတ်တယ်တဲ့။ ဒါကြောင့် လူတွေက သူများအသက် ကို မသတ်သင့်ဘူး"

"မှန်တယ်၊ မှန်တယ်။ ဖိုးရွှေလုံး ပြောတာ အဓိပ္ပါယ် အတိအကျ ပါပဲ။ လူတွေဟာ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ဘဝသက်တမ်း မတူ ကြဘူး။ အချို့က ကလေးဘဝ လ သားအရွယ်၊ အချို့ဆို ၁နှစ်၊ ၂ နှစ်အရွယ်နဲ့ သေဆုံးသွားကြရတယ်။ အချို့က လူလတ်အရွယ်၊ အချို့က အသက် ၆၀၊ ၇၀ စသဖြင့် အသက်ရှည်တာချင်း မတူဘူး။ ဆရာတော်သံဃာတော်ကြီးများဆို အသက် ၉၀၊ အသက် ၁၀၀၊ အသက်ရှည်ကြတယ်။ အဲ့ဒါဟာ ပါဏာတိပါတာ ဝေရာမဏီ၊ သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏ဆိုတဲ့ သီလသိက္ခာကို နေ့စဉ်စောင့်ထိန်းခဲ့လို့ သက်တော်ရှည်ကြတာ။ သားတို့ လည်း သူတစ်ပါးရဲ့အသက်ကို မသတ်ဖြတ်ဘူးဆိုရင် အလိုလို ကုသိုလ်ရ ပြီး ဘုန်းကံကြီးမယ်၊ သက်တော်ရှည်ကြမယ်။"

"ဟုတ်ကဲ့ပါ ဘိုးဘိုးချစ်၊ သားတို့လိုက်နာပါမယ်"

"ကဲ…မှတ်မိတဲ့လူရှိရင် ဘာမှတ်မိသလဲ ပြောပြပါအုန်း"

"ကျွန်တော် ပြောချင်တယ်"

"ဖိုးဆန်းလူလူမင်း ပြောပါဗျာ"

"သူတစ်ဖက်သားကို စိတ်ဆင်းရဲအောင် နာကျင်ထိခိုက်အောင် တမင်လုပ်တာ၊ နှိပ်စက်တာ၊ ရိုက်နှက်ပုတ်ခတ်တာလုပ်ရင် ကိုယ့်မှာပြန်ပြီး ရောဂါထူတာ၊ အနာတရဖြစ်တာမျိုး ပြန်ခံစားရတတ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ သူတစ်ပါးကို လူရော တိရစ္ဆာန်ရော အနိုင့်အထက် မနှိပ်စက်ရဘူး"

"ဟုတ်တယ်ဗျား"

"ခွေးလေး ကြောင်လေးတွေဖြစ်ဖြစ်၊ သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေ ကျောင်းနေဖက်တွေပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ချစ်ချစ်ခင်ခင်၊ ကြင်ကြင်နာနာနဲ့ ကူညီတတ်ရင် ကိုယ်လည်းရောဂါကင်းတယ်၊ ကျန်းမာမယ်လို့ မှတ်သားမိပါတယ် ဘဘချစ်"

"ကောင်းတယ်ဟေ့။ ငါ့မြေးက အဓိပ္ပါယ်ရေရေလည်လည်သိသလောက်၊ သူများနားလည်အောင်လည်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပြောတတ်ပေတာပဲ။ ဒါဟာ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်ထဲက အလေ့အကျင့်ကောင်းတွေရခဲ့ပေလို့ပဲ။ ဘဘချစ်က ချီးကျူးပါတယ်။"

"ကျွန်မလည်း ပြောပြမယ် ဘဘ"

"အေး ပြောပြပါဦး ငါ့မြေးလေးက"

"ဒေါသကြီးရင် အလှပျက်တယ်။ မူလက ဘယ်သူဘယ်လောက်ချောချော သူ့စိတ်က ဒေါသဖြစ်နေရင် အရုပ်ဆိုး အကျည်းတန်သွားတာချည်းပဲ။ ဘယ်သူမဆို သူ့စိတ်က မေတ္တာစိတ်ထားရှိနေရင် မျက်နှာကြည်လင်ပြုံးရွှင်လို့ လှနေကြတာပဲ။ ဒါကြောင့် ဒေါသစိတ်ကင်းရှင်းပြီး မေတ္တာစိတ်ရှိဖို့ သတိပြုရပါမယ်။"

"ငါ့မြေးလေး မြတ်ဖူးငုံသင်းလည်း တော်တာပဲ။ သမီးတော်တယ်။ တိုတိုရှင်းရှင်းနဲ့ လိုရင်းကို ပြည့်စုံအောင် ပြောတတ်တယ်။"

"သားမှတ်မိတာ ပြောချင်သေးတယ်"

"ဖိုးဝလုံးလေးက ဘာပြောချင်တာလဲ၊ ပြောစေဗျား"

"မူလက ဘယ်သူ ဘယ်လောက်ချောချော သူ့စိတ်က ဒေါသဖြစ်နေရင် အရုပ်ဆိုး အကျည်းတန် သွားတာချည်းပဲ။"

"ကိုယ့်မှာရှိတာထဲက ဝေမျှပြီး မပေးဘူး၊ မျှဝေမပေးဘူး။ မလှူဘူးဆိုရင် ကိုယ့်ကျလည်း ဆင်းရဲတတ်တယ်။ စွန့်ကြဲပေးကမ်း မျှဝေလှူဒါန်းသူကတော့ ကြွယ်ဝချမ်းသာမယ်။ ဒါကြောင့် နှမြောတွန့်တိုမရှိဘဲ ပေးကမ်းမျှဝေတတ်ရမယ်"

"ကဲ…သားတို့သမီးတို့ ငါ့မြေးတွေလေးယောက်စလုံးက မှတ်မိသမျှ အဓိပ္ပါယ်နားလည်သလောက် ပြန်ပြောပြတာတွေဟာ ကောင်းကြပါတယ်။ မှန်ကြပါတယ်။ အမှားအယွင်းလွဲချော်တာလည်း မရှိပါဘူး။ ဒီအချက်တွေဟာ မြတ်စွာဘုရားကို လူတွေဟာ အသက်ရှည်သူ၊ တိုသူ၊ ချမ်းသာသူ၊ ဆင်းရဲသူ၊ ရုပ်ချောသူ၊ ရုပ်ဆိုးသူစသဖြင့် ဘာ့ကြောင့် မတူကွဲပြားခြားနားကြတာလဲ လာရောက်မေးမြန်းလျှောက်ထားလို့ မြတ်စွာဘုရားက ဟောကြားတော်မူတဲ့ သဘောတရား ကမ္မနိယာမ၊ တရားတော်တစ်ပုဒ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်သူမဆို ကိုယ်ပြုတဲ့ကောင်းမှုအရ ကောင်းကျိုးရကြတယ်။ မှားတဲ့ အကျိုးမဲ့တဲ့ အပြုအမူတွေလုပ်မိရင် ဆိုးပြစ်ဒဏ်ကို ကိုယ်ပဲ ခံစားရစမြဲဖြစ်ပါတယ်။ အဓိကအခြေခံက မိမိမှာ စိတ်ကောင်း နှလုံးကောင်း ရှိကြရပါမယ်"

"သားတို့ရထားတဲ့ ကဗျာလင်္ကာလေးတစ်ခု ဘဘချစ်ကို ဆိုပြချင်တယ်"

"ဘာကဗျာလဲ…ဆိုပြစမ်းပါ့ဗျာ"

"မကောင်းမှုများ၊ ရှောင်ရှားပယ်ခွာ"

ကောင်းမှုအပေါင်း၊ ဆုတောင်းကြပါ။

မိမိစိတ်ရင်း သန့်ရှင်းစေရာ၊

ဤသုံးပါး ဘုရားသာသနာ။

"ဟ… တော်လှချေလား၊ ငါ့မြေးတွေက၊ အဲ့ဒါက သီတဂူဆရာတော်ဘုရားကြီး သီကုံးတဲ့ ဒွေးချိုးကဗျာလေးပါလား။ ဓမ္မပဒ တရားတော်တစ်ပိုဒ်ပဲ။ သာဓုခေါ်ရပြန်ပြီကွယ်။ ဝမ်းသာလှပါတယ်"

မောင်ထူးချွန်

မင်္ဂလာရှိသော အောင်မြင်မှု

လင်္ကာရည်ကျော်

အမှတ်နှစ် မင်္ဂလာတရားတော် ဆုံးမချက်က ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့ကို ပေါင်းသင်းရမည်တဲ့။

မြတ်စွာဘုရား၏ မင်္ဂလသုတ်တရားတော်လာ ဆုံးမချက်များက အရွယ်သုံးပါးမရွေး ကျင့်ကြံလိုက်နာလျှင် အကျိုးများသည့် ဆုံးမချက်များပါ။ သို့သော် ပထမဦးဆုံးလာသည့် အခြေခံမင်္ဂလာခြောက်မျိုးကိုတော့ ကလေးသူငယ် ဘဝကတည်းက ဦးစားပေးကျင့်ကြံလိုက်နာရမည့် မင်္ဂလာများအဖြစ် အဓိကထား၍ ဆွေးနွေးလေ့ရှိကြသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း ကလေးတွေဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ပတ်သက်၍ မိဘတွေနှင့်ဆွေးနွေးရသည့်အလုပ်ကို နိစ္စဓူဝ လုပ်နေရသည့် ကလေးအထူးကုဆရာဝန်ဘဝက အသွင်ပြောင်းလာခဲ့သည့် စာရေးဆရာဆိုတော့ အဲသည်မင်္ဂလာကလေးကို ကလေးတွေအတွက် အဓိကထား၍ ဆွေးနွေးချင်သည်။

ကလေးတွေဘေးမှာရှိနေမည့် ပညာရှိသူတော်ကောင်း

အနောက်တိုင်း လူမှုရေးပညာစာအုပ်တွေမှာ သုံးနေကျ စကားကတော့ Role Model (စံပြပုဂ္ဂိုလ်)ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

ကလေးတွေဘဝကနေ လူငယ်ဘဝ၊ လူငယ်ဘဝကနေ လူကြီးဘဝ တဖြည်းဖြည်း တက်လှမ်းလာသည့်အခါမှာ သူဘယ်လိုစံပြပုဂ္ဂိုလ်တွေနှင့် တွေ့ခဲ့ရသည်ဆိုသည့်အချက်က တော်တော်အရေးပါသည်။

"ပဏ္ဍိတာ နဉ္စ သေဝနာ"

ဘုရားဟောအတိုင်း ပြောရမည်ဆိုလျှင်တော့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းသင်းခဲ့ရမည်ပေါ့။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာနှင့်ပြောတော့ to associate with wise ဟုဆိုသည်။

ကလေးတစ်ယောက်အတွက် စဉ်းစားပေးလိုက်တော့ ရွေးပေါင်း၍ရသူ to associate by choice နှင့် ရွေးခွင့်မရှိဘဲ ပေါင်းရသူ to associate by chance ဟု နှစ်မျိုးရှိနိုင်လာသည်။

ရွေးခွင့်မရှိဘဲ ပေါင်းရသူတွေထဲမှာ ထိပ်ဆုံးကပါတာတော့ မိဘနှစ်ပါးပါပဲ။ တချို့သော မိဘနှင့်အတူ မနေရသူတွေကလွဲလျှင် ကလေးတွေဘဝမှာ ပထမဦးဆုံးတွေ့မည့် စံပြပုဂ္ဂိုလ်က မိဘပါပဲ။ ထို့ကြောင့် မိဘကိုယ်တိုင်က wise ခေါ် ကလေးပေါင်းသင်းသင့် ပေါင်းသင်းအပ်သူဖြစ်နေဖို့ အရေးကြီးပြန်သည်။ အရပ်စကားနှင့်လွယ်လွယ် ပြောရလျှင် "ကလေးကို လိမ္မာစေချင်လျှင် မိဘက အရင်လိမ္မာအောင်နေ" ပေါ့။ ကျွန်တော်သိပ်လက်မခံချင်သော ရေးစကားတစ်ခုရှိသေးသည်။

မာတာပိတာဟိနသ္သ ဒုဗ္ဘာသာ။
ပိတာပိတာဟိနသ္သ ဒုက္ကိရိယာ။
ဥဘောမာတာ ပိတာဟိနာ။
ဒုဗ္ဘာသာစ ဒုက္ကိရိယာ။

အမိဘက်က ယုတ်နိမ့်သောသူသည် နှုတ်ထွက်ဆိုးတတ်၏။

အဖဘက်က ယုတ်နိမ့်သောသူသည် အပြုအမူဆိုးတတ်၏။

မိဘနှစ်ပါးလုံး ယုတ်နိမ့်သောသူသည်ကား နှုတ်ထွက်လည်း ဆိုးတတ်၏။ အပြုအမူလည်း ဆိုးတတ်၏တဲ့။

ဒါက ဘုရားဟောမဟုတ်။ ပင်းယခေတ်က စတုရင်္ဂဗလအမတ်ကြီးဖွဲ့ဆိုထားသော "လောကနီတိ" ကျမ်းလာ အဆိုဖြစ်သည်။ မြတ်စွာဘုရားကတော့ "အမျိုးဇာတ်ကိုမမေးပါနဲ့၊ အကျင့်ကိုသာမေးပါ" ဟု အပြတ်ဟောတော်မူသည်။

❝ မိဘတိုင်း ဘယ်လောက်ပဲ ဆင်းရဲဆင်းရဲ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ပညာမတတ်တတ်၊ သားသမီးကို အမွေပေးစရာ ကောင်းကွက်ကလေးတွေကလည်း ရှိနေတတ်ကြသည်။ ❞

ဆိုလိုတာက ယုတ်ညံ့သောမိဘမှလည်း မြတ်သောသားသမီးပေါက်ဖွားလာနိုင်သည်။ သို့သော် ထိုမြတ်သောသားသမီးသည် ငယ်စဉ်ကတည်းက ပေါင်းသင့်ပေါင်းထိုက်သော သူတော်ကောင်းတွေနှင့် ပေါင်းဖြစ်ခဲ့ဖို့က အရေးကြီးသည်။ မိဘဆိုတာ by chance ပေါင်းကို ပေါင်းရသူတွေဖြစ်လေရာ မိဘအကျင့်မမြတ်ပါက စတုရင်္ဂဗလအမတ်ကြီးမှန်ဖို့က တော်တော်နီးစပ်နေ၏။

မိဘမှာက ပြင်မရသော ချွတ်ယွင်းချက်ရှိနေပါလျှင် ယင်းချွတ်ယွင်းချက်ကို သားသမီးကို အမွေမပေးဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးကြောင်း ကျွန်တော်ပြောဖူးပါသည်။ မိဘတိုင်း ဘယ်လောက်ပဲဆင်းရဲဆင်းရဲ၊ ဘယ်လောက်ပဲ ပညာမတတ်တတ်၊ သားသမီးကို အမွေပေးစရာ ကောင်းကွက်ကလေးတွေကလည်း ရှိနေတတ်ကြပြန်ပါသည်။ အဲဒါကလေးတွေကို သားသမီးအမွေအဖြစ် ရဖြစ်အောင်ရကြဖို့လည်း သတိထားစောင့်ကြည့်စေချင်ပါသည်။

ကျွန်တော့်ကြွယ်လွန်သူဖခင်ကြီးမှာ နာမည်ကြီးတာ သုံးခုရှိပါသည်။ မဆုတ်မနစ် ကြိုးစားတတ်တာ၊ စကားပြောကောင်းတာနှင့် ဒေါသကြီးတာတို့ ဖြစ်ပါသည်။

ငယ်စဉ်က ဒုတိယကမ္ဘာစစ်မီးကြောင့် ရှစ်တန်းလောက်အထိသာ ပညာသင်ခွင့်ရခဲ့သော်လည်း အင်္ဂလိပ်စာကျွမ်းကျင်သည့် ဘကြီးဘုန်းကြီးဆီမှာ အင်္ဂလိပ်စာကို သူအလွတ်သဘော ထပ်ဆည်းပူးခဲ့သည့်အတွက် သူတပ်မှူးကြီးတစ်ဦး ဖြစ်လာသည့်အခါမှာ အခက်အခဲမရှိခဲ့ကြောင်း ကျွန်တော်သိပါသည်။ သိအောင်လည်း ပြောပြပါသည်။ ပြည်တွင်းစစ်ကာလအတွင်းက ပန်းတနော်တွင် အားလုံးက ကျဆုံးသွားပြီဟု ထင်ထားသော တပ်စုကလေးမှာ ဆက်သွယ်ရေးတပ်ကြပ်ကလေး ဖြစ်နေသည့် ဖခင်ကြီးနေ့မအပ်ညမအိပ်ကြိုးစား ကြေးနန်းရိုက်နေခဲ့သဖြင့် တပ်စုတစ်စုလုံး အသက်ချမ်းသာရာရသည့်အပြင် သူအရာအရှိကြီးတစ်ဦးဖြစ်လာခဲ့ကြောင်းလည်း ကျွန်တော်သိပါသည်။

“ကလေးငယ်စဉ်မှာ ကလေးဘေးမှာရှိနေသည့် ပတ်ဝန်းကျင်က လူကြီးတွေ၏ အမူအကျင့် ဘယ်လောက်အရေးကြီးသလဲ သိသာနိုင်ပါပြီ။”

ဖေဖေက ကျွန်တော့်ဘဝ ပထမဦးဆုံး Role Model ပါ။ ဖေဖေ့ဆီက ပညာကိုရနိုင်သမျှ အားလုံးရချင်တတ်သည့် လောဘစိတ်၊ မည်သည့်အခက်အခဲပင်ပန်း ဆင်းရဲမှုနှင့် ကြုံတွေ့ရပါစေ အလျှော့မပေးတတ်သော ခေါင်းမာသည့်စိတ်နှင့် စကားပြောကောင်းခြင်းတို့ကို ကျွန်တော်အမွေရခဲ့ပါသည်။ မလွဲမရှောင်သာ

ဒေါ်သကြီးခြင်းကိုပါ အမွေရခဲ့ပါသည်။ အဲသည် အမွေတွေက သွေးကနေ ပေးလိုက်တာ မဟုတ်ပါ။ Role Model ခေါ် စံပြပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် လုပ်ပြခဲ့တာပါ။

> "အဖေ
> အရက်သောက်တတ်သော်လည်း
> ကျန်ညီအစ်ကိုတချို့
> သောက်တတ်သွားကြသော်လည်း
> ကျွန်တော်
> အရက်မသောက်တတ်ပါ။"

အဖေ အရက်သောက်တတ်သော်လည်း ကျန်ညီအစ်ကိုတချို့ သောက် တတ်သွားကြသော်လည်း ကျွန်တော်အရက်မသောက်တတ်ပါ။ ကျွန်တော့်ကို အလွန်ချစ်သောထိုစဉ်က ကျွန်တော်တို့နှင့်အတူနေသော ဖေဖေ့ညီမ အဒေါ်အပျိုကြီး ဒေါ်ညွန့်ကြည် (ယခုမြန်အောင်မြို့)က အရက်သောက်တာ မကြိုက်ပါ။ ကျွန်တော်ကလည်း သူမ မကြိုက်တာ မလုပ်ချင်ပါ။

ဒါဆိုလျှင် ကလေးငယ်စဉ်မှာ ကလေးဘေးမှာရှိနေသည့် ပတ်ဝန်းကျင်က လူကြီးတွေ၏ အမူအကျင့် ဘယ်လောက်အရေးကြီးသလဲ သိသာနိုင်ပါပြီ။

ဒါက by chance တွေ့ရသည့်သူတွေပါ။ ကလေးက ရှောင်ကွင်းသွား၍မရပါ။

စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေ

အဒေါ်အပျိုကြီး ဒေါ်ညွန့်ကြည်နှင့် ကျွန်တော့်မေမေ ဒေါ်မြရီက စာဖတ်အလွန်ဝါသနာပါပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ကိုလည်း ၆ တန်း၊ ၇တန်းကတည်းက ဝတ္ထုပေးဖတ်ပါသည်။

ထိုအချိန်က သူတို့အစွဲလမ်းဆုံး စာရေးဆရာက ယခုကွယ်လွန်သူ ဆရာကြီးတက္ကသိုလ်ဘုန်းနိုင်ပါ။ သည်တော့ ကျွန်တော်အစွဲအလမ်းဆုံး စာရေးဆရာကလည်း ဆရာကြီးဖြစ်လာပါသည်။

ဆရာကြီးက ကောလိပ်ကျောင်းအုပ်ကြီးတစ်ပိုင်း စာရေးဆရာ တစ်ပိုင်းပါ။ အငြိမ်းစားယူချိန် ၁၉၈၈ ခုနှစ်တွင်တော့ ပညာရေးတက္ကသိုလ် ပါမောက္ခချုပ်အဆင့်အထိ လုပ်သွားပါသည်။

ကဲ ဒါကို ကျွန်တော်ကသိထားတော့ စာရေးဆရာရှူး ရှူးတာတောင် တက္ကသိုလ်မှာစာသင်ရင်းက စာရေးသည့် စာရေးဆရာမျိုးဖြစ်ချင်နေခဲ့ပါ သည်။ စိတ်ကူးသာယဉ်ရသည်။ အဲသည်အချိန် ဆွေမျိုးတွေထဲမှာ တက္ကသိုလ်ရောက်ဖူးသူပင် ခပ်ရှားရှားပါ။ ဆရာကြီးဝတ္ထုတွေထဲက ဇာတ် ကောင်တွေကလည်း ကျွန်တော်တို့အတွက် "ပဏ္ဍိတ" သို့မဟုတ် wise တွေ ဖြစ်လာခဲ့သည်။

သူဌေးကြီးတွေ တစ်ယောက်မျှမပါ။ မပြည့်စုံသည့်ဘဝကနေ ရုန်းကန် ပြီး ပညာတတ်ကြီးတွေဖြစ် ပညာဂုဏ်ကြောင့် ထင်ရှားကျော်ကြား၊ အဲ သည်ပညာနှင့် အများကို ပြန်ကူညီသွားကြသူတွေချည်းပါပဲ။

"ဝသန်လေချိန်မှန်ကူး"ထဲက တော်ဝင်သမားတော်ဘွဲ့ရ ဆရာဝန် မျိုး။

"ပိတောက်ပွင့်ဆဲ လသာဆဲဝယ်"ထဲက အကျိုးပြုရသစာရေးဆရာ ကြီးမျိုး။

"နှင်းငွေ့တစ်ထောင့် မိုးတစ်မှောင့်"ထဲက တက္ကသိုလ်ဆရာကြီးမျိုး။

"စိမ်းနေဦးမည့် ကျွန်တော့်မြေ"ထဲက စစ်ဗိုလ်မျိုး။

ဘာဖြစ်ချင်ရမှန်းကိုမသိဘဲ စိတ်ကူးနှင့်ရူးနေမိခဲ့သည်။

စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေဆိုတာ မှန်လေစွ။

by choice ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်ရှိသည့် မိတ်ဆွေတွေထဲမှာ မိဘတွေ ဝင်ရွေးချယ်ပေးခွင့်အရဆုံးက "စာအုပ်မိတ်ဆွေ"တွေပါ။ အဲဒါကို ရွေးဖြစ်အောင် ရွေးပေးကြစေချင်သည်။

အသက် ၂၄ နှစ်မှာ ကျွန်တော်ဆရာဝန်ဖြစ်လာသည်။ အသက် ၃၆ နှစ်မှာ တော်ဝင်သမားတော်ဘွဲ့ ရခဲ့သည်။ အသက် ၃၀ ကတည်းက စာပြခဲ့ရပြီး ၄၈ နှစ်မှာ ပါမောက္ခဌာနမှူး ဖြစ်ခဲ့သည်။ အသက် ၄၃ နှစ်မှာတစ်ကြိမ် ၄၈ နှစ်မှာ တစ်ကြိမ် အမျိုးသားစာပေဆုရခဲ့သည်။ အသက် ၂၆ နှစ်နှင့် ၂၉ နှစ်ကြား "ဗိုလ်"အဆင့်ဖြင့် တပ်မတော်မှာ သုံးနှစ်လုပ်ဖြစ်ခဲ့သေးသည်။

ဖြစ်ချင်တာမဖြစ်ခဲ့ရတာ ဘာများကျန်ပါသေးသနည်း။

လူငယ်တွေမှာ ဖြစ်ချင်တာတွေကို ဖြစ်အောင်လုပ်မည့် "ဇော" ကလေးတွေက ရှိနေပြီးသား။ ဖြစ်ချင်တာကလေးက မှန်ကန်နေဖို့သာလို တာ။

အဲသည်အတွက်ကိုတော့ စာကောင်းပေမွန်တွေက "ပဏ္ဍိတ"စင်စစ် ဖြစ်ကြောင်း မိဘတွေ သတိရစေချင်သည်။

ကံကောင်းစွာရခဲ့သော မိတ်ဆွေစစ်များ

ငယ်စဉ်က စာမလိုက်နိုင်သဖြင့် အတန်းကျများနေရသော အခန်းတွေမှာ နေခဲ့ရတာများအကြောင်း ကျွန်တော်ရေးဖူးသည်။ ၉ တန်း၊ ၁၀တန်း ကျမှ စာလိုက်နိုင်လာပြီး ၁၀ တန်းမှာ စကောလားရှစ်ရသည်အထိ ကျွန်တော်ထူးချွန်ခဲ့သော်လည်း ဆေးတက္ကသိုလ်တက်ခွင့်မရသေး။

ဒေသကောလိပ်ပေါ်လာသဖြင့် နှစ်နှစ်တက်ရသည်။ အဲသည်မှာ အောင်မြင့်ဦး၊ သီဟ၊ တိုးလွင်၊ ဆွေဆွေအုန်း၊ မြမြဝင်း၊ ခင်စောသန်း၊ လှဲဝေသန်းစသည့် သူငယ်ချင်းတွေရခဲ့သည်။ တကယ်တော့ ၁၀ တန်း အောင်မှတ်နှင့်ဆိုလျှင် ဆေးတက္ကသိုလ်အတွက် ဝင်ခွင့်ရထားပြီးသားက ကျွန်တော်နှင့် အောင်မြင့်ဦးနှစ်ယောက်တည်းဖြစ်သည်။ သို့သော် ဒေသ ကောလိပ်က အမှတ်ထည့်တွက်မှာမို့ အားလုံးက မျှော်လင့်ချက်ကို မစွန့် လွှတ်ဘဲ စာကြိုးစားနေကြသည်။ ကျွန်တော်က စိတ်လေသည်။ စိတ်လေ သဖြင့် ပညာရေးအားနည်းလာသော ကျွန်တော့်ကို သူငယ်ချင်းတွေက

ဝိုင်းထိန်းသည်။ နောက်ဆုံးတော့ တိုးလွင်နှင့် ဆွေဆွေအုန်းကလွဲလျှင် အားလုံး ဆေးတက္ကသိုလ်ဝင်သွားကြသည်။ သူတို့နှစ်ဦးလည်း သူတို့ရောက်သည့်မေဂျာတွေမှာ ထူးချွန်ကြသည်။

ဆေးတက္ကသိုလ်မှာ ကျွန်တော်က ဆက်စိတ်လေတော့ ပညာရေးက ယိုင်ဖယ်ယိုင်ဖယ်၊ တစ်နှစ်တစ်တန်းအောင်သော်လည်း မထူးချွန်။ ဆေးတက္ကသိုလ်သက်တမ်းတစ်ခုလုံးမှာ ဂုဏ်ထူးထွက်သူ အများဆုံးအတန်းမှာ ပါခဲ့ပေမဲ့ ဂုဏ်ထူးထွက်ဖို့ မပြောနှင့် Grade 4 တောင်မပါတာများသည်။ သူငယ်ချင်းတွေက ကျွန်တော့်ကို ဆက်ထိန်းကြရဆဲ။ အားလုံးနီးနီးတော့ ကျွန်တော့်ထက် စာတော်နေကြပြီ။

နောက်ဆုံးနှစ် အပိုင်း(ခ)ကျတော့ ကျွန်တော်နည်းနည်းပြန်တည်ငြိမ်လာသည်။ ခွဲစိတ်ဆရာဝန်ကြီး ဦးခင်ထွန်း (ယခုအငြိမ်းစား ဆီးနှင့်ကျောက်ကပ် ခွဲစိတ်ကုပါမောက္ခကြီး)က စာကျက်တာကို ပျော်စရာကောင်းအောင် သင်ပေးသည်။ ခွဲစိတ်ဆရာဝန် လုပ်ချင်စိတ်တောင် နည်းနည်းပေါက်သွားသည်။ သိပ်မသေချာ။ စာမေးပွဲကြီးနီးမှ ကလေးဆောင်ရောက်သွားပြီး ကလေးအထူးကုဆရာဝန်ကြီး ဒေါက်တာသိန်းအောင် (ယခု ပါမောက္ခ ဌာနမှူးအငြိမ်းစား) နှင့် တွေ့တော့ သေချာသွားသည်။ ကလေးဆရာဝန်လုပ်မည်။ ဘာအခက်အခဲရှိရှိ ဖြစ်အောင်လုပ်မည်။

**❝ဆေးတက္ကသိုလ်
သက်တမ်းတစ်ခုလုံးမှာ
ဂုဏ်ထူးထွက်သူ
အများဆုံးအတန်းမှာ
ပါခဲ့ပေမဲ့
ဂုဏ်ထူးထွက်ဖို့
မပြောနှင့် . . .❞**

“မင်းဂုဏ်ထူးထွက်ဖို့ဆိုရင် အဲသလောက်တော့ တတ်ရမယ်”

တစ်သက်လုံး စာမတော်ခဲ့သော ဆေးကျောင်းသား၏မျက်လုံးကို စေ့စေ့ကြည့်၍ လေအေးအေး

နှင့် တစ်လုံးချင်းပြောခဲ့သော ဆရာကြီး စကားသံ။ ယခုနှစ်ပေါင်း အစိတ်ကျော်သည်အထိ နားထဲက မထွက်။

အလုပ်သင်ဆရာဝန်ဘဝမှာ အမှတ် (၂) တပ်မတော်ဆေးရုံမှာ ဆေးမှူး ဗိုလ်ဖေသက်ခင် (ယခု ပြည်ထောင်စုကျန်းမာရေးဝန်ကြီးနှင့် ပါမောက္ခ ကလေးအထူးကု ဆရာဝန်ကြီး) လက်အောက်မှာ လုပ်ရသည်။ အဲသည်ထဲက ညီအစ်ကို အရင်းမက ခင်မင်ခဲ့ကြတာ ယခုနှစ်ပေါင်းအစိတ်ရှိပြီ။ ထူးချွန်သူနှင့် မထူးချွန်သူဆိုတာ သက်သက်စီရှိတာ မဟုတ်ဘဲ စိတ်ထားတာမှန်ဖို့နှင့် အမြင်ကျယ်ဖို့က အဓိကဖြစ်ကြောင်း တဖြည်းဖြည်း သင်ပေးနိုင်လွန်းခဲ့သဖြင့် ကျွန်တော့်စာတွေမှာ သူ့ကို "အစ်ကိုဆရာ" ဟု အမြဲချစ်ခင်စွာ ညွှန်းလေ့ရှိသည်။

> "အောင်မြင်မှုတို့သည် သူတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းမိ၍သာ ဖြစ်လာရသည် ဆိုတာကိုပါ"

ဘွဲ့လွန်ကျောင်းသားဘဝမှာတော့ "အဖေဆရာ"နှင့် တွေ့သည်။ ပါမောက္ခဦးအေးမောင်သန်းပါ။ ကျွန်တော့်ဘဝ၏ လှေကားထစ်များထဲက နောက်ဆုံးလှေကားထစ်တွေကို အတင်းဆွဲတင်ပေးနိုင်ခဲ့တာ ဆရာပါ။ ဆရာ့အကြောင်းကို ကျွန်တော်ရှေ့လ ပူဇာစပူဇနေယျာနံ့မှာ ဆက်ရေးပါဦးမည်။

ဆိုလိုချင်တာက ကျွန်တော့်မှာ မွေးကတည်းက ပါလာသောအရည်အချင်း ဘာတစ်ခုမျှမရှိ။ ကျွန်တော် ရခဲ့သော အောင်မြင်မှုတို့သည် သူတော်ကောင်းတို့နှင့်ပေါင်းမိ၍သာ ဖြစ်လာရသည် ဆိုတာကိုပါ။

အောင်မြင်သည်ဆိုတာကရော ဘာလဲ

John C.Maxwell ပြောခဲ့သည့်အတိုင်းဆိုလျှင် "မိမိမှာရှိသော တိုးတက်နိုင်စွမ်းကို အစွမ်းကုန်တိုးတက်စေပြီး ရရှိလာသော အရည်အချင်းတွေကို ဦးတည်ချက်ခိုင်ခိုင်မာမာနှင့် အများအတွက် ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်း" မဟုတ်ပါလား။

"ပဏ္ဍိတ" ဆိုတာကရော။

အများ၏ချမ်းသာ ကောင်းစားစေရေးကို ပြုလုပ်တတ်သူတွေ မဟုတ်ပါလား။

မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးက "လောက၌ ကောင်းမှု အကျိုးမှန်သမျှသည် ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့ကြောင့်သာ ဖြစ်ရသည်" ဟု လည်းကောင်း၊ "ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းသင်းခွင့်ရခြင်းသည် ကိစ္စများစွာကို ပြီးမြောက်စေနိုင်ရုံမျှမဟုတ်၊ ကိစ္စအလုံးစုံကို ပြီးမြောက်စေနိုင်သည်" ဟုလည်းကောင်း ပြတ်ပြတ်သားသား ဟောကြားတော်မူခဲ့သည် မဟုတ်ပါလား။

၃၈ ဖြာမင်္ဂလာတွင် "**ပဏ္ဍိတာ နဉ္စ သေဝနာ**"၊ သည်မင်္ဂလာကလေးက ကျွန်တော့်ဘဝကို နတ်ရေကန်ထဲကပစ်ချသလို၊ မျက်လှည့်ပြလိုက်သလို တစ်ဟုန်ထိုး တိုးတက်စေခဲ့သည့် မင်္ဂလာကလေးပါ။

လူငယ်အားလုံးကိုလည်း ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းသင်းခွင့်ရကြစေချင်ပါသည်။

ဆန္ဒမွန်ဖြင့်
လက်ာရည်ကျော်

ဗျာပါဒမရှိသော ငြိမ်းပြည့်စုံတဲ့ဘဝ

ထွန်းထက်လွင်

များမကြာမီ မြန်မာတို့ တစ်နှစ်ပတ်လုံး စောင့်မျှော်နေရသော ခါသင်္ကြန်ရောက်တော့မည်ဖြစ်သည်။ အပျော်ကြီး ပျော်တော့မည်ဟု အားခဲထားကြသူများအတွက် ပြက္ခဒိန်ကြည့်နေရခြင်းပင် ဒုက္ခတစ်ခု ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထိုစောင့်ဆိုင်းရသော ဒုက္ခကို ခဏမေ့ပျောက်ထားပြီး နှစ်သစ်ကူးချိန် လူ့စိတ်ခံစားမှုကို လေ့လာကြည့်ပါ။

နှစ်ဆန်းတစ်ရက်ကစပြီး 'ငါ အရက်ဖြတ်တော့မယ်' ဟု သန္နိဋ္ဌာန်ချလိုက်သူများကို ကြုံဖူးပါလိမ့်မည်။ ဘဝအတွက် ကြီးမားသော ဆုံးဖြတ်ချက်ချသည်များမှအစ အကျင့်၊ အစွဲအလမ်းများပြုပြင်ရန် အလယ်၊ သာမန်ကိစ္စများဖြစ်သည့် ဈေးဝယ်ထွက်ခြင်း၊ အိမ်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်းအဆုံး လုတို့သည် နှစ်ဆန်းတစ်ရက်နှင့် တိုင်တည်ပြီး ဆုံးဖြတ်လေ့ရှိသည်။

ထိုအပြုအမူတို့သည် (ဟုတ်သော်ရှိ၊ မဟုတ်သော်ရှိ) နှစ်သစ်၏ ဆွဲဆောင်မှုတစ်မျိုးပင် ဖြစ်ပါသည်။ နောက်တစ်နှစ်ပတ်လုံး မိမိဆုံးဖြတ်ထားသည့် ကတိကို စောင့်ထိန်းနိုင်သည်ဖြစ်စေ၊ ချိုးဖောက်ခဲ့သည်ဖြစ်စေ ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်သောအချိန်တွင် တစ်ကိုယ်လုံး ရှိန်းတိန်းတိန်း ဖိန်းတိန်းတိန်းဖြင့် ကြီးမားသောပီတိအဟုန် လွှမ်းခြုံခံစားရလေ့ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် တစ်ကမ္ဘာလုံးသည် (အမျိုး၊ ဘာသာ၊ စနစ် မည်သို့ပင် ကွဲပြားကြပါစေ) နှစ်သစ်ကို ကောင်းမြတ်ခြင်းများ သယ်ဆောင်လာသော မျှော်လင့်ချက်ရနံ့တို့ဖြင့် ထုံသင်းနေသော မင်္ဂလာတစ်ခုဟု သဘောထားကြပါသည်။

ထိုသို့ချမှတ်ခဲ့သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် ပြုပြင်ပြောင်းလဲဖို့ ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် စတင်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ လက်တွေ့တွင်မူ အသားကျနေသော အကျင့်တစ်ခု၊ လုပ်ငန်း၊ ဘဝနေနည်းလမ်းများကို ပြုပြင်ရသည်မှာ သန္နိဋ္ဌာန်ချခြင်းထက် ပိုခက်ခဲသောကိစ္စပင်ဖြစ်ပါသည်။ ဆုံးဖြတ်ချက်များစွာသည် လပိုင်းလောက်ပင်မခံဘဲ အဝိဇ္ဇာတပ်မ၏ ထိုးဖောက်မှုအောက်တွင် ပြားပြားဝပ်ခဲ့သည်သာ များပါသည်။ လူတို့သည် ဒုံးရင်းအတိုင်းသာ ပြန်ဖြစ်ကုန်ကြသည်။

သန္နိဋ္ဌာန်ချခြင်းနှင့် လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းသည် တစ်ထပ်တည်းမဟုတ်သလို ကပ်လျက်ရှိသော အဆင့်များလည်း မဟုတ်ကြပါ။ ပညာရှင်များက သန္နိဋ္ဌာန်များ လက်တွေ့ဖြစ်မြောက်လာစေရန် နည်းလမ်းအချို့ကို ထောက်ခံထားကြပါသည်။ ထိုနည်းလမ်းတို့သည် သန္နိဋ္ဌာန်နှင့် လက်တွေ့အကြား လူကို ဆင်ခြင်တုံတရားကျသော တက်ကြွ၍ သေချာစေသော လူ့အသိုင်းအဝိုင်းဝင်တစ်ယောက် ဖြစ်လာစေနိုင်ပါသည်။ အတိုချုပ်ပြောရသော် လူပီသရေးနည်းများပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တို့ကို လူသားဆန်စေမည့် လမ်းအတိုင်းလျှောက်ပြီး သမ္မာကမ္ဘာထဲ ဝင်ရောက်ကြပါစို့။

ဦးစားပေးအရာများ ရှိပါစေ (Set Your Priorirties)

လူအများအတွက် နှစ်သစ်ဆိုတာ မရေးမခြစ်ရသေးတဲ့ ကျောက်သင်ပုန်းတစ်ချပ်လိုပါပဲ။ ဒီအတွက် ကျောက်သင်ပုန်းပေါ်မှာ နာမည်ကောင်း ရေးခြစ်လိုကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူတွေဟာ အသေးအမွှား အလုပ်တွေနဲ့ လုံးပန်းနေရတာများပြီး တစ်ခါတစ်ရံ ထိုကိစ္စများကို ပြဿနာတွေဟုပင် တွေးထင်မိတတ်ကြပါသည်။

လူတွေက "ဟူး ... ငါ မီတာမဆောင်ရသေးပါလား။ မီတာရုံး သွားလိုက်ရင်ကောင်းမလား" တွေးမိတုန်း အိမ်နောက်ဖေးဝင်လိုက်တော့ "ဟိုက် ... လျှော်စရာအဝတ်တွေကလည်း အများသား၊ သွားပါပြီ ဒီနေ့ အပြီးမလျှော်နိုင်ရင်တော့ မနက်ဖြန် အပြင်ထွက်ရင် ရွေးစရာအင်္ကျီ ကျန်တော့မယ် မထင်ဘူး" ညှော်ခန်းထဲ တစ်ချက်ဝေ့ကြည့်လိုက်တော့ "ကိုယ်တော်လေးတွေကလည်း ဆော့ထားတာ ဖြောင်းဆန်နေတာပဲ၊ သိမ်းဆည်းရဦးမယ်၊ မထူးပါဘူး၊ အလုပ်တွေမလုပ်ခင် ခေါင်းအေးသွား အောင် တီဗွီလေး ခဏလောက်ကြည့်လိုက်ဦးမှ" ဆိုပြီး တီဗွီရှေ့မှာ သောင်တင်နေပါရော။ ဒီလိုနဲ့ နေသာကုန်သွားတယ် ဘာတစ်ခုမှ အကောင် အထည်မဖော်နိုင်ဘဲ တွေးလိုက်၊ ခေါင်းပူလိုက်၊ ဦးနှောက် အပန်းဖြေလိုက်နဲ့ တစ်ရက်ပြီးတစ်ရက် အချိန်ကုန်သွားပါလေရော။

ဒီလိုမျိုး ခေါင်းထဲမှာ လုပ်ရမယ့်အလုပ် အစီအစဉ်မရှိတဲ့အခါ တစ်ချိန် တည်းမှာ အလုပ်တွေ ခေါင်းထဲစုပြုံဝင်လာပြီး နောက်ဆုံး သူတို့အတွက် ဘာမှအလုပ်မဖြစ်ဘဲ နေလုံးသာ (သူတို့အစား) ရက်ရက်နဲ့ မိုးကုတ် စက်ဝိုင်းထဲ ဝင်သွားပါလေရော။

သူတို့အတွက် ဒီနေ့ဟာ မောဟိုက်ဖွယ်နေ့တစ်နေ့ ဖြစ်ရုံမက မနက် ဖြန်ဆိုတာလည်း ရှုပ်ထွေးတဲ့ ချည်ခင်တစ်ခုသာဖြစ်ပါတယ်။ ပိုတိုပက် ဘော့စ်ဘောအသင်းမှ နည်းပြ Linda Finkle က လူအများစုကြီးက အချိန်အနည်းငယ်အတွင်းမှာ အလုပ်အများကြီး လုပ်လိုကြတယ်။ ဒီအတွေး က တစ်နေ့ ၂၆ နာရီဖြစ်အောင် ဖန်တီးနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ယုံကြည်ချက်ပါပဲ

လို့ ဝေဖန်ခဲ့ပါတယ်။ တစ်နေ့မှာ ၂၄ နာရီပဲရှိတာ၊ အဲဒီ ၂၄ နာရီထဲမှာ အိပ်ချိန်၊ စားချိန်၊ သွားချိန်ပါ ထည့်တွက်လိုက်ရင် ၁၀ နာရီလောက်တော့ ပြုတ်သွားပြီပေါ့။ ကိုယ်လုပ်ချင်တဲ့အရာတွေ အကုန်လုံး လျှောက်လုပ်နေဖို့ဆိုတာ တကယ်တော့ ဘယ်လွယ်ပါ့မလဲ။

နောက်တစ်ချက်ကတော့ "အရေးကြီးတာနဲ့ အရင်လုပ်ရမှာ" မကွဲပြားကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ - မနက် ၉ နာရီမထိုးမီ ကလေးကျောင်းပို့ရမှာ ကျွန်တော်တို့ အရင်လုပ်ရမယ့်ကိစ္စ၊ နောက်ဖေးမီးဖိုထဲမှာ ဆန်ကုန်နေတာက အရေးတော့ကြီးပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အရင်မလုပ်လည်း ရပါတယ်။ ကလေးကျောင်းပို့ပြီး ပြန်လာတော့မှ ဆန်ဝယ်လည်း ရပါတယ်။ ဒီဖြစ်စဉ်ကို ပြောင်းလိုက်ရင် ဘယ်လိုဖြစ်သွားနိုင်မလဲ။ ကလေးကျောင်းမမီတာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ ဒါမှမဟုတ် ထမင်းအိုး တူးကောင်းတူးသွားပါလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ အရေးကြီးတာနဲ့ အရင်လုပ်ရမှာ မသဲကွဲတာကို ပြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ နေ့စဉ်အလုပ်တွေ စုပြုံနေတာ ဒါကြောင့်ပါပဲ။

နောက်ဆုံးလုပ်ရမှာတော့ တစ်နေ့လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေကို ၃ မျိုး ခွဲခြားလိုက်ပါ။

ဒီနေ့ မလုပ်မဖြစ်လုပ်ရမယ့် အလုပ်တွေကို A ခေါင်းစဉ်အောက်မှာ ထည့်ထားလိုက်ပါ။ နောက်နေ့မှ လုပ်ရမယ့်အလုပ်တွေကို အရေးကြီးရင်ကြီးသလောက် B နဲ့ C တို့ ခေါင်းစဉ်အောက် ထည့်ထားလိုက်ပါ။

A ခေါင်းစဉ်အောက်က အလုပ်တွေကို ဒီနေ့အတွင်း အပြတ်လုပ်လိုက်ပါ။ အလုပ်တယ်တွင်ပါလားဆိုတာ လက်တွေ့သိလာပါလိမ့်မယ်။ အလုပ်အများစုကို ကျွန်တော်တို့ ရွေးချယ်ပြီး လုပ်နေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒါမို့ တစ်ခုခုကြောင့်များ အချိန်ကုန်သွားခဲ့ရင် ကျွန်တော်တို့ စိတ်ရှုပ်ထွေးမှုတွေ ဖြစ်လာရပြီပေါ့။

ဘယ်ကိစ္စမဆို အလျင်လိုရင် ဒုက္ခတစ်ခုခုတော့ တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ အလုပ်တွေကို နှေးနှေးနဲ့ မှန်မှန်လုပ်တတ်တာ အရည်အချင်းတစ်ရပ်ပါပဲ။ သတင်းစာဆရာ ကာလ်ဟွန်နို (Carl Honore) က သူ့စာအုပ် In prase of slowness ထဲမှာ လူ့အဖွဲ့အစည်းကို နောက်ပြန်ရောက်စေတာက သူ့

အဆိုအရ ဒုန်းစိုင်းပြေးသူတွေကြောင့်လို့ ရေးသားခဲ့ပါတယ်။ အလုပ်ရှုပ်နေတာကိုက ဂုဏ်ယူဖွယ်ကောင်းနေသလို စိတ်ကြီးဝင်ပြီး ကမ္ဘာကြီးကိုပဲ ထမ်းပိုးထားရသလိုလို ခံစားနေရပါတယ်။ အလုပ်ကို ဖြည်းဖြည်းနဲ့ မှန်မှန်လုပ်ရင် အလုပ်ထဲမှာ နှစ်မြုပ်ခံစားနိုင်တယ်။ ရလဒ်ကောင်းတွေ ထွက်ပေါ်လာစေပါတယ်။

ဟွန်နီ ပြောလေ့ရှိတာကတော့ ခင်ဗျားအတွက် တကယ်အရေးကြီးတဲ့အရာတွေကို သိပ်အလေးမထားပါနဲ့တဲ့။ ဖြည်းဖြည်းလေးနဲ့ မှန်မှန်လေးသာ လုပ်ပါတဲ့။ ကျွန်တော်တို့ မှတ်သားထားဖို့ အချက် ၃ ချက်ရှိပါတယ်။

၁။ ဦးစားပေးအလုပ်ကို သတ်မှတ်ပါ။

၂။ အဓိကနဲ့ အရေးပေါ်ကိစ္စကို ခွဲခြားပါ။

၃။ အရေးကြီးတဲ့ကိစ္စတွေကို ဖြည်းဖြည်းနဲ့ မှန်မှန်သာလုပ်ပါ။

စိတ်အေးချမ်းနည်း ရှာပါ

ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ 'ဗျာပါဒသောက' ဆိုတဲ့ စကားလုံးရှိပါတယ်။ အနီးစပ်ဆုံး ပူပန်မှုလို့ အဓိပ္ပာယ်ယူနိုင်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့က လူမှုရေးသတ္တဝါတွေ မဟုတ်လား။ ဒါကြောင့် ပျော်ရွှင်မှုတို့၊ စိုးရိမ်သောကတို့၊ ဗျာပါဒတို့ဆိုတာ အမြဲကြုံနေရမှာပဲ။

ကိုယ်စားချင်တာ မစားရတဲ့ စိတ်အလိုမကျမှုတွေကအစ၊ နိုင်ငံအတွက် ပူရတဲ့ ဗျာပါဒအဆုံး၊ လူတွေဟာ အပူမီးတွေ ဝိုင်းရံနေကြပါတယ်။ ဒီလိုအဖြစ်ဆိုးတွေအတွက် ဗုဒ္ဓရဲ့ ရဟန်းသံဃာတွေက -

ဒီနေရာမှာ တရားထိုင်ခြင်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ လောကုတ္တရာ မျှော်မှန်းချက်တွေကို ခဏထားလိုက်ပါ။ ပညာရှင်အများစုက တရားထိုင်ခြင်းသာ ကျန်းမာရေးကိုလည်း အထောက်အကူပြုတယ်လို့ ဆိုလာကြပါတယ်။ တရားမှန်မှန်ထိုင်ခြင်းဖြင့် သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှု၊ စိတ်ကျရောဂါ၊ အိပ်မပျော်တဲ့ရောဂါတွေကို ပျောက်ကင်းသက်သာရစေပါတယ်။ နောက်တစ်ခြား (ဥပမာ-ကင်ဆာ) ရောဂါရဲ့ ဒဏ်တွေကိုလည်း သက်သာစေနိုင်ကြောင်း နားမဆုံအောင် ကြားဖူးနေပါလိမ့်မယ်။

အမေရိကနဲ့ ဥရောပဆေးရုံတချို့က တရားထိုင်ခြင်းဟာ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးမရှိတဲ့အပြင် ငွေလည်း တစ်ပြားမှကုန်စရာမလိုတဲ့ ကျန်းမာရေးလေ့ကျင့်ခန်းအနေနဲ့ အသုံးပြုလာနေကြပါတယ်။ အဲဒီလိုမျိုး ဆေးရုံထဲက တစ်ခုဖြစ်တဲ့ Memorial Sloan-kettering Cancer Center မှ Dr. Barrie Cossilethm က 'တရားထိုင်ခြင်းဟာ ဦးနှောက်ကို ထိခိုက်နိုင်တဲ့ ရိုက်ခတ်မှုတွေကို ကိုင်တွယ်နိုင်တယ်။ ပြီးတော့ စိတ်ကိုလည်း ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်း အလုပ်လုပ်စေနိုင်ပါတယ်' တဲ့။

တရားထိုင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေကတော့ အများသား။ ဂိုဏ်းတွေပေါ်မှာ မူတည်ပြီး ကွဲပြားကြပါတယ်။ နောက် တရားထိုင်တာမျိုးနဲ့ ဆင်တဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေ (ဥပမာ - ယောဂအကျင့်၊ ထိုက်ချီ၊ ဆုတောင်းရွတ်ဆိုမှု) တွေလည်း ရှိပါသေးတယ်။ ဘယ်လိုပင် ကွဲပြားနေကြပါစေ။ တရားထိုင်ခြင်းရဲ့ သိပ္ပံကတော့ အတူတူပါပဲ။

စိတ်ဖိအား (Stress) ဟာ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှာ တိုက်မလား၊ ရှောင်မလား (fight or flight) ဆိုတဲ့ တုံ့ပြန်မှုကို ဖြစ်စေပြီး၊ ထိုတုံ့ပြန်မှုဟာ ဟိုမုန်းတစ်မျိုး (epinephrine) ကို သွေးထဲ ထုတ်လွှတ်ပေးပါတယ်။ အဲဒီဟိုမုန်းက သွေးတိုးစေတယ်၊ နှလုံးခုန်မြန်စေတယ်။ ကြွက်သားတွေကို တင်းမာလာစေပါတယ်။ ဒါမျိုးတွေ ထပ်တလဲလဲ ဖြစ်လာပြီဆိုရင် ကျန်းမာရေးပြဿနာ ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

စိတ်ဖိစီးမှုကို ပျောက်ကင်းစေဖို့က ဆေးတွေနင်းကန်ဝယ်သောက်ဖို့၊ ခွဲစိတ်ကုသဖို့ မလိုပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းကနေ မှန်ကန်စွာ တုံ့ပြန်တတ်ဖို့ လိုပါတယ်။ နေ့စဉ် အချိန်အနည်းငယ်လောက် တရားထိုင်ခြင်းအားဖြင့် (epinephrine) ဟိုမုန်းများပြားမှုကို လျှော့ချနိုင်ပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်မှာ စိတ်ဖိစီးမှုကို ကာကွယ်ဖို့ ယန္တရားစနစ် ရှိပါတယ်။

စိတ်ကြည်လင်နေရင် စိတ်ဖိအား မရှိပါဘူး။ မြန်မာတွေ ပြောလေ့ရှိတဲ့ 'စိတ်ချမ်းသာမှ ကိုယ်ကျန်းမာ' ဟာ တကယ်တော့ တရားထိုင်ခြင်းရဲ့ သိပ္ပံစကားပါ။

ပေးကမ်းစွန့်ကြဲပါ

အများသိတဲ့အတိုင်း အလှူအတန်းလုပ်ပါ။ ဒါပေမယ့် ရွေကျောင်းပြောင်ပြောင်တွေကို လှူတဲ့အခါမှာ လောကုတ္တရာ မျှော်လင့်ချက်တွေပါတယ်။ အကူအညီ တကယ်လိုအပ်နေတဲ့သူတွေရဲ့ သွေးခုန်နှုန်းကို စမ်းသပ်ပြီး လှူဒါန်းရတဲ့ ကြည်နူးမှုဟာ လူ့ဘောင်ကို အကျိုးရှိစေပါတယ်။

ဓာတ်ပုံဟောင်းတွေ ထုတ်ကြည့်ပါ (Save your snapshots)

ကျွန်တော်တို့ သမိုင်းကြောင်းကိုတော့ ထူးထူးထွေထွေ သိပ်မသိပါဘူး။ ဒါပေမယ့် လူတွေက ကိုယ့်ရာဇဝင်ကိုတော့ တစ်ခါတစ်ရံ မေ့တတ်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် အားတဲ့အခါမှာ ဓာတ်ပုံဟောင်းတွေ ပြန်ထုတ်၊ ပြင်သင့်တာ ပြင်၊ အယ်လ်ဘမ်ထဲ ထည့်သင့်တာထည့်၊ ဘောင်ချိတ်သင့်တာ ချိတ်ပြီး ကြည့်ကြည့်ပါ။ အဲဒီအခါမှာ ကျွန်တော်တို့ သမိုင်းတွေဟာ ရယ်ကောင်းရယ်ရပါလိမ့်မယ်။ ကြည်နူးဖို့လည်း ကောင်းနိုင်ပါရဲ့။

စေ့စပ်စွာ သိမ်းဆည်းပါ (store by reason)

နမော်နမဲ့လုပ်ခြင်းရဲ့ ဒဏ်ကို လူတစ်ယောက်တည်း ခံရတတ်တာ မဟုတ်ဘူး။ တစ်ခါတစ်လေ နိုင်ငံနဲ့ချီပြီးတော့လည်း ခံရတတ်ပါတယ်။ ပိုသေချာချင်ရင် လက်တင်အမေရိက,က အန်ကာအင်ပါယာ ကျဆုံးသွားရခြင်းကို လေ့လာကြည့်ပါ။

အိမ်ဝေယျာဝစ္စတွေ ခဏမေ့လိုက်ပါ (forget housekeeping for a white)

အိမ်ထောင်ရှင်မတွေ တစ်နေ့တစ်နေ့ ညည်းညူနေတဲ့ကိစ္စက လျှော်ဖွပ်၊ ချက်ပြုတ်၊ အိမ်ရှင်းရတဲ့ ကိစ္စတွေပေါ့။ အမေရိကန် အမျိုးသမီးတွေကတော့ တစ်နှစ်မှာ အိမ်အလုပ်တွေအတွက် ၃၅၈ နာရီလောက် အချိန်ပေးနေရပါတယ်လို့ ကိန်းဂဏန်းများက ဖော်ပြနေပါတယ်။ တစ်နေ့

တစ်နာရီလောက် အချိန်ပေးနေရတဲ့ သဘောပါ။ မြန်မာအမျိုးသမီးတွေကတော့ မနက်မိုးလင်းတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် အိမ်ထောင်တာဝန်တွေနဲ့ လုံးပန်းနေရပြီး၊ မျက်စိနှစ်လုံး ပိတ်တော့မှပဲ အလုပ်တွေ အဆုံးသတ်လေ့ရှိပါတယ်။ ဘဝတိုးတက်ဖို့ အသုံးပြုရတဲ့ အချိန်ဆိုတာ မရှိသလောက်ပါဘဲ။ ကိုယ်ကလွဲရင် ကျန်တဲ့မိသားစုဝင်တွေကတော့ ဘဝတိုးတက်ရာတိုးတက်ကြောင်းအတွက် တက်ကြွနေရပြီး ကိုယ်ကတော့ အဖြည့်ခံသက်သက်ပဲပေါ့။

ဇရာပိုင်းရောက်လာတော့ 'အဖြည့်ခံဘဝ'ကနေ 'မှီခိုရာ' လိုက်ရှာတဲ့ဘဝကို ရောက်သွားပါလိမ့်မယ်။ ဒီဗူဗွားပြောခဲ့တဲ့ မိန်းမတစ်ယောက်ရဲ့ သူ့ရဲကောင်း ကိုးကွယ်လိုစိတ်ဟာ ဒီလိုစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှိမ့်ချမှုတွေကနေပဲ စတင်လေ့ရှိပါတယ်။ တစ်ခါတလေ အိမ်ဝေယျာဝစ္စတွေကို ပစ်ထားလိုက်ပြီး ဝါသနာပါရာကို လုပ်ကြည့်ပါ။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှိမ့်ချမှုတွေလုံးလုံးကင်းမသွားသော်လည်း လူဆန်တဲ့ အတ္တကိုတော့ ရှာတွေ့နိုင်ကောင်းပါရဲ့။

ဝါသနာမပါရင် လမ်းခွဲလိုက်ပါ (Quit you job)

မူရင်းအဓိပ္ပာယ်ကတော့ ရှင်းပါတယ်။ အလုပ်ထွက်လိုက်ပါပေါ့။ လူတွေဟာ တစ်ခါတစ်ခါကျရင် ရယ်ရတယ်။ အိမ်ပြန်ရောက် အလုပ်မှာ မပျော်တဲ့အကြောင်း၊ လူမှန်နေရာမှန် မရှိတဲ့အကြောင်းတွေ ကိုယ့်အိမ်ထောင်ဖက်ကို တွတ်ထိုးတတ်ကြပါတယ်။ အဲ မနက်ခင်းလည်းရောက်ရော အလုပ်မမီမှာစိုးလို့ အူးယားဖားယားနဲ့ အလုပ်ကို ပြေးပါလေရော။ ဒီလိုနည်းနဲ့ပဲ ကိုယ်ဝါသနာမပါတဲ့အလုပ်မှာ ဆက်လုပ်သွားလိုက်တာ ဖင်ကျွတ်တက်တဲ့အထိပါပဲ။ တကယ်တော့ ဘယ်သူမှသာ မသိတာ၊ ကိုယ်ဝါသနာမပါတဲ့ အလုပ်ကိုလုပ်ရတာ စိတ်ဖိအားကို ဖြစ်စေပါတယ်။ ဒီလိုမျိုး လူတွေဟာ အပြင်ပန်းတည်ငြိမ်သလိုနဲ့ အတွင်းစိတ်ထဲမှာ 'ငါငယ်ငယ်က စိတ်ကူးထဲ မထည့်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်နေရလေခြင်း' ဆိုတဲ့

အတွေးနဲ့ နောင်တမုန်တိုင်းကို မျိုချထားရသူတွေပါ။ ဒီလူမျိုးတွေမှ စိတ်ကျဝေဒနာ မခံစားရရင် ဘယ်သူမှ မခံစားရတော့ပါဘူး။

ဒီလိုလူတွေအတွက် အလုပ်ကထွက်လိုက်ပြီး ကိုယ့်ဝါသနာ၊ စိတ်အခြေအနေနဲ့ ကိုက်မယ့်အလုပ်ကို ရှာလုပ်စေချင်ပါတယ်။ ရှုံးနိမ့်နေသူတွေလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ခံစားနေရသူတွေအဖို့ စွန့်စားကြည့်တာ တွန်းအားတစ်ရပ်ဖြစ်လာနိုင်သလို ကိုယ်ချမှတ်ခဲ့တဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်အတွက်လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှု တိုးပွားလာစေနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ့်ကြမ္မာ ကိုယ်ဖန်တီးနိုင်ဖို့အတွက် အကျင့်ဆိုးတွေ ဖြတ်ပစ်ဖို့၊ ကိုယ်မကြိုက်တဲ့ အတွေးအခေါ်တွေ၊ အဆက်အသွယ်တွေကို ကျော်ခိုင်းဖို့ လိုပါတယ်။ ကိုယ်မကြိုက်တဲ့ အလုပ်တစ်ခု၊ အတွေးအခေါ်တစ်ခုကို စွန့်ပစ်ပြီး နယ်ပယ်သစ်မှာ အောင်မြင်ခဲ့တဲ့သူတွေရဲ့အကြောင်းတွေ သမိုင်းထဲမှာ အများကြီးရှိပါတယ်။

အင်ဒရူးဂျက်ဆင်ဟာ အသက် ၁၃ နှစ်အရွယ်မှာ ကျောင်းကထွက်ပြီး စစ်ထဲဝင်လိုက်ပါတယ်။ နောင်နှစ် ၄၀ လောက်ကြာတော့ သမ္မတကြီးဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ စာရေးဆရာ ဂျက်လန်ဒန်ကတော့ ကျောင်းကထွက်ပြီး သူ့ဝါသနာပါရာကိုသာ သူ့ဘဝတစ်လျှောက်လုံး လုပ်ခဲ့သူပါ။ ဘီလ်ဂိတ်ဟာ ဟားဗက်က ထွက်ပြီး မိုက်ခရိုဆော့ဖ်ကုမ္ပဏီကို တည်ထောင်ခဲ့ပါတယ်။ အင်ပါယာပြည့်ရှင် အက်ဒ်ဝပ်ကျတော့ အင်္ဂလန်ထီးနန်းကိုစွန့်ပြီး တစ်ခုလပ်နဲ့ လက်ထပ်ခဲ့ပါတယ်။ အချစ်ဟာ သူ့ဘဝအတွက် အရေးကြီးလို့ပါ။ ဒီလိုလူမျိုးတွေ ဒုနဲ့ဒေး ရှိပါတယ်။ ဘဝဆိုတာ တကယ်တော့ စေ့စပ်ရေးလုပ်ရတဲ့ အတတ်ပညာတစ်ခုပါပဲ။ သူများအလိုကျ လျှောက်ရတဲ့လမ်းမှာ စေ့စပ်ရေးဆိုတာ ရှားပါးလှပါတယ်။ စေ့စပ်ရေးဆိုတာ ရှိလာတာတောင် ကိုယ့်အတွက် စေ့စပ်ရေး မဟုတ်ပါဘူး။ အကျိုးဆောင်အလုပ်ထက်မပိုတဲ့ စေ့စပ်ရေးမျိုးပဲ ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

ဒါပေမယ့် ကိုယ်နဲ့ အဆင်မပြေလို့၊ ကြောက်ရွံ့လို့၊ အာရုံစူးစိုက်မှုနည်းလို့စတဲ့ အကြောင်းပြချက်တွေနဲ့တော့ လမ်းခွဲတဲ့ကိစ္စတွေကို လုပ်ဖို့

မလိုပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ အတွင်းစိတ်က ကိုယ့်ဝါသနာ ကိုယ်လုပ်ချင်တဲ့ကိစ္စကို ပြောလာမှသာ လမ်းခွဲတဲ့ကိစ္စကို စဉ်းစားသင့်ပါတယ်။ သဘောက ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ ရိုက်ခတ်မှုတွေကြောင့် ငါးပွက်တဲ့နေရာမှာ ငါးစာချမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ဓာတ်တွေရဲ့ သားကောင်ဘဝ မရောက်သွားဖို့ပါ။ အလုပ်ကမထွက်ခင် ကိုယ်စိတ်ဝင်စားတဲ့အရာကို သေချာစွာလေ့လာဖို့လည်း လိုပါသေးတယ်။

ဒါကြောင့်မို့ စာရေးဆရာမ အီဗန်ဟဲရစ်က 'လမ်းခွဲခြင်းဟာ လက်မခံပယ်ချခြင်းဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ထွက်တယ်လို့ ကျွန်မ မထင်ပါဘူး။ (ရှိအပ်တဲ့) ထွေးပိုက်မှုတစ်မျိုးလို့ပဲ နားလည်မိပါတယ်'လို့ သူ့စာအုပ် 'လမ်းခွဲခြင်းကို ချီးမွမ်းခြင်း' ထဲမှာ ရေးသားခဲ့ပါတယ်။ အမုန်းတရားနဲ့ အလုပ်လုပ်ရတာ ဘယ်ကိစ္စမဆို ခက်ခဲစေပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လမ်းခွဲချိန်ရောက်လာပြီလို့ ထင်တဲ့အခါမှာတော့ အသိပညာကို အသုံးချဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဉာဏ်ပညာဆိုတာ ဘဝရဲ့ ခံတပ်တစ်မျိုးပါပဲ။ ပြန်ချုပ်လိုက်ရင်-

၁။ ကိုယ်ဝါသနာမပါတဲ့ အလုပ်၊ အကျင့်ဆိုးတွေ၊ မလိုအပ်တဲ့ အတွေးအခေါ်တွေကို လမ်းခွဲပါ။

၂။ အဲဒီလို လမ်းခွဲတဲ့နေရာမှာ ကြောက်ရွံ့လို့ပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ မုန်းလို့ပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်လိုက်မာန်ပါ မလုပ်လိုက်ပါနဲ့။

၃။ ကိုယ်စိတ်ဝင်စားတဲ့အလုပ်၊ ဝါသနာပါရာ အပြုအမူအကြောင်းကို ဉာဏ်ပညာနဲ့ လေ့လာပါ။

ထွန်းထက်လွင်

Ref: Ways to Fix. Your Life
(U.S News and World report Dec.Jan 2005)

စာဘူးတောင်း

။ ဒဂုန်ဦးစန်းငွေ

အဆောက်အအုံပြု၍နေကြသော ငှက်အမျိုးမျိုးတို့အနက် 'စာဝတီး' ခေါ်သော ငှက်သည် အံ့တစ်ပါးငှက်ဖြစ်၏။ နေရာထိုင်ခင်းနှင့် ပတ်သက်၍ လွန်စွာအသန့်အပြန့်ကြိုက်သည်။ ကြိုက်သည့်အတိုင်းလည်း နေစရာ အဆောက်အအုံ၊ အသိုက်အမြုံကို သပ်သပ်ရပ်ရပ် တည်ဆောက်ကာ နေလေ့ရှိသည်။ နေရာကိုလည်း မြင့်သောနေရာကိုမှ ရွေး၍နေသည်။

ကရဝိတ်၊ ကြိုးကြာ၊ ဟသ်ာ…စသော အခြားငှက်တို့သည် သူ့ထက် အကောင်ကြီးမားပြီး အဆင်းအားဖြင့်လည်း သူ့ထက်လှလျှင် သာလှကြမည်။ အနေအထိုင်နှင့်ပတ်သက်လျှင်ကား သူ့ကိုမမီကြ။ သူ့လိုထည်ထည်ဝါဝါ သန့်သန့်ပြန့်ပြန့် မနေတတ်ကြရှာကုန်။

စာဝတီးငှက်သည် ဖြစ်ဆန်းကာမျှ နေလေ့မရှိ။ အကောင်သေးသလောက် ဉာဏ်လည်းကြီးလှ၏။ ဖွဲလည်း ကောင်းလှ၏။ အကြံအဖန်နှလုံးရည်လည်း ပြည့်ဝလှ၏။ အနေလည်းခန့်၏။ လက်ရာလည်းသန့်၏။ သူ့လက်ရာကား ငှက်အချင်းချင်းကို မဆိုထားဘိ၊ လူသားတို့သော်မှပင် လက်ဖျစ်ရိုက်တီးကာ အံ့ချီးယူရလောက်အောင် ပြောင်မြောက်လှ၏။ ဆောက်လုပ်ရေးပါရဂူ လူအင်ဂျင်နီယာကြီးများကပင် လက်ဖျားခါယူကြရ၏။

သို့ကြောင့်···သူ့ကိုဆောက်လုပ်ရေးဘက်တွင် ပါရဂူမြောက် တံခွန်ဆောက်ကျွမ်းကျင်လှသော အင်ဂျင်နီယာငှက်ဟူ၍ပင် ဆိုသင့်နေတော့သည်။

သူ့လက်ရာ၊ သူ့အဆောက်အအုံ၊ သူ့ရိပ်မြုံ၊ သူ့ဘုံဗိမာန်ကို ကြည့်ပါလေဦး။ အာကာသဝေဟင် နန်းပေါ်ဝယ် ထန်းပင်ကြီးများ၏အဖျား၌လည်းကောင်း၊ အခြားသစ်ပင်များ၏ အဖျား၌လည်းကောင်း မြင်နိုင်၏။ စာပေါင်းသိုက် (ခေါ်) စာဘူးတောင်းကား သူ့လက်ရာ၊ သူ့အသိုက်အအုံ၊ သူ့ရိပ်မြုံပေတကား။

❝သူ့လက်ရာကား ငှက်အချင်းချင်းကို မဆိုထားဘိ၊ လူသားတို့သော်မှပင် လက်ဖျစ်ရိုက်တီးကာ အံ့ချီးယူရလောက်အောင် ပြောင်မြောက်လှ၏။❞

စာဝတီးငှက်ငယ်သည် ထည်ဝါခန့်ညားလှသော သူ့ရိပ်မြုံ စာဘူးတောင်းကို ဘယ်ပုံဘယ်နည်းတည်ဆောက်လေသနည်း။ သည်ဆောက်လုပ်ရေး (အင်ဂျင်နီယာ) အတတ်ကို အဘယ်အရပ် အဘယ်သိပ္ပံ အဘယ်ဆရာ့ထံ၌ သင်ယူခဲ့လေသနည်းဆိုသော ပြဿနာ၏ အဖြေကိုကား ယနေ့ထိ ကမ္ဘာကရှာ၍ မတွေ့သေး။

စာဘူးတောင်းတည်ဆောက်ရာတွင် အသုံးချသော ပစ္စည်းပစ္စယများကား ထူးထူးခြားခြားကြီးမဟုတ်လှပါ။ ကောက်ရိုးနှင့် မြက်မှိုက်များသာ ဖြစ်ချေ၏။

စာဝတီးသည် တည်ဆောက်ရာ၌ အလွန်စိတ်ရှည်၏။ စိမ်ပြေနပြေ ဆောက်၏။ မြက်မြက်ချင်း၊ ကောက်ရိုးကောက်ရိုးချင်း တစ်ပင်တစ်မျှင်ချင်း ထပ်ကာထပ်ကာ ဖွဲ့ထား၏။ လေဝှေ့သော်ငြားလည်း ရွှေ့သောအမျှင်တစ်ပင်မျှ မရှိစေရ။

> “ထိုစာဝတီးကား သူ့ရိပ်မြုံ အသိုက်အအုံတွင်းဝယ် ညညအခါများတွင် လင်းထိန်နေစေရန် အင်ဂျင်မီးများပင် ထွန်းထားလိုက်သေး၏။”

ကော်နှင့်ကပ်ထားသကဲ့သို့ ခိုင်လည်းခိုင်သည်။ သေလည်း သေသပ်သည်။

စာဘူးတောင်း၏ပုံသဏ္ဌာန်မှာ အနီးကပ်ဆုံးအားဖြင့် ဖန်မီးအိမ်ပြောင်းရှည်ကို စောက်ထိုးဆွဲချထားသည်နှင့် အလားတူ၏။ အလျား ၂၀ လက်မ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့်လုံးပတ်မှာ ထွာဆိုင်သာသာရှိ၏။ မြက်မှိုက်အချောင်း အမျှင်ကလေးများကိုစီ၍ ယက်ကန်းရက်သလို ရက်ထား၏။

သူ့ရိပ်မြုံ၊ သူ့ဘုံဗိမာန်ကား သစ်ပင်များ၏ အဖျားဝယ် တွဲလျားခိုကာ လှုပ်လီလှုပ်လဲ့ တန့်နန့်နှင့် လေကစားရာသို့ ကြွားတလူလူဝေလျက် ရှိနေပါ၏။ စာဘူးတောင်း၏ လက်ဝက်ခန့်တစ်ပေလောက်တွင် နေစရာကျင်းချိုင့်ကလေးဖွဲ့ထားပြီး ၎င်း၏အတွင်းသို့ လေ၊ နေ၊ မိုး မထိုးဖောက်နိုင်အောင် ကျင်းချိုင့်၏အောက်မှဆက်၍ တစ်ပေခန့်ရှည်လျားသော ပျောင်း၊ ဘူးတောင်းတပ်၍ ကာထား၏။ အတွင်းသို့ဝင်လျှင် ထိုပျောင်းထဲမှပင်ဝင်၏။

ဉာဏ်ကြီးရှင် ထိုစာဝတီးကား သူ့ရိပ်မြုံ၊ အသိုက်အအုံတွင်းဝယ် ညညအခါများတွင် လင်းထိန်နေစေရန် အင်ဂျင်မီးများပင် ထွန်းထားလိုက်သေး၏။ အင်ဂျင်မီးကားပိုးစုန်းကြူးကောင်ကလေးများဖြစ်၏။ သူ့ဉာဏ်

သွားလိုက်ပုံက ရွံ့ပျော့ပျော့ခွာခဲ့ပြီး သူ့အသိုက်ထဲထည့်ထားသည်။ နောက် ပိုးစုန်းကြူးကောင်ကလေးတွေကို ဖမ်းယူခဲ့ပြီး ရွံ့နှင့်ကပ်ထားသည်။ ထိုအခါ ပိုးစုန်းကြူးမှာ နေရာမရွေ့နိုင်ရှာတော့ဘဲ သူ့အသိုက်တွင်းဝယ် မှိတ်တုတ်…မှိတ်တုတ်နှင့် လင်းနေလေသတည်း။

ကောလိယမင်းသားသည် သစ်ပင်အောက်မှ စာဘူးတောင်းခြောက်ကလေးကိုကောက်ယူပြီး စိတ်ဝင်စားစွာကြည့်ရှုနေရင်း ထိုစာဘူးတောင်းကိုတည်ဆောက်သူ စာဝတီးငှက်ကို ချီးကျူးမဆုံး ဖြစ်နေ၏။ နှီးမှိုက်ခွေးမြက်မွေးနှင့် ကောက်ရိုးမျှင်ကလေးများကို သေသေသပ်သပ် အထပ်ထပ်စနစ်တကျ ရစ်ပတ်ထားပုံများကလည်းကောင်း၊ လေလုံမိုးလုံကာရန်ထားပုံများကလည်းကောင်း ဖမ်းစားထားလေသည့်အတွက် ကောလိယမင်းသားမှာ စာဝတီးငှက်၏ လုပ်ဆောင်ချက် လက်ရာကောင်းများအပေါ်တွင် စိတ်ဝင်စားမိရာကတစ်ဆင့် လူမှုရေးနှင့်ဆက်စပ်၍ တွေးခေါ်ကြည့်မိလာသည်အထိ အာရုံကျယ်ပြန့်လွင့်သွားလေသည်။

> ❝လူသားတို့ကား ဤငှက်ငယ်လောက်မှ သပ်ရပ်စွာ မနေနိုင်ကြပါတကား။ သူတို့ခမျာ လုပ်ရကိုင်ရသည်မှာလည်း ဖတ်ဖတ်မော။❞

တိရစ္ဆာန်ဖြစ်တုံလျက်လည်း ဤစာဝတီးငှက်ငယ်သည် မိမိနေစရာရိပ်မြုံ အသိုက်အအုံကို သပ်ရပ်စွာတည်ဆောက်လျက် ထည်ဝါခန့်ညားစွာ နေတတ်သည်မှာ အံ့ဖွယ်ရှိစွ။ လူသားတို့ကား ဤငှက်ငယ်လောက်မှ သပ်ရပ်စွာ မနေနိုင်ကြပါတကား။ သူတို့ခမျာ လုပ်ရကိုင်ရသည်မှာလည်း ဖတ်ဖတ်မော။ နေပူမိုးရွာမရှောင် လုပ်ကိုင်ကြပါကုန်လျက်လည်း စားကောင်းခြင်း

မစားရ၊ နေကောင်းခြင်း မနေကြရသည်မှာ အဘယ့်ကြောင့်ပါနည်း။

ငါ့အဖို့သော်ကား ဘုရင်ကမွေးသည့် ဘုရင့်ရင်သွေးတော်ဖြစ်သောကြောင့် စားဝတ်နေရေးတို့အတွက် ပူပင်ကြောင့်ကြဖွယ်ဆို၍ စိုးစဉ်မျှမရှိ။ ငါ့အတွက် မထောင့်တာလှသော်လည်း သူခပ်သိမ်းတို့အဖို့ကား လူ့လောကဝယ် လူဖြစ်ရကျိုးနပ်စွာဖြင့် တင့်တောင့်တင့်တယ်၊ ချမ်းသောင့်ချမ်းသာနေ ထိုင်နိုင်နည်း

> ❝ဤစာဘူးတောင်းမှ ရရှိသော တွေးခေါ်မှုကား ကောလိယမင်းသားအဖို့ ဘုရားသခင်အား ပူဇော်စရာ လှူဖွယ်ပစ္စည်းသဖွယ် ဖြစ်လာသည်။❞

နိသျှည်းကောင်းကို ရရှိထားကြရန် အမှန်လိုအပ်ပေ၏။

ဗုဒ္ဓကိုယ်တော်မြတ်ဘုရားသည် မသိသော အရာဟူ၍မရှိ။ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်သခင် ဖြစ်သောကြောင့် ချမ်းသာစွာနေထိုင်နိုင်နည်း နိသျှည်းကိုကောင်းစွာညွှန်ကြားနိုင်ပေရာသည်။ အများကောင်းကျိုးကိုမျှော်ကိုး၍ မြတ်ဘုရားထံ နိသျှည်းတောင်းခံရလျှင် ကောင်းလေစွဟု တွေးခေါ်မိရင်းက မေးလျှောက်ဖို့ဆုံးဖြတ်လိုက်လေသည်။ ဤစာဘူးတောင်းမှ ရရှိသော တွေးခေါ်မှုကား ကောလိယမင်းသားအဖို့ ဘုရားသခင်အား ပူဇော်စရာ လှူဖွယ်ပစ္စည်းသဖွယ် ဖြစ်လာသည်။

ထိုအချိန်တွင် ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရားသည် ကောလိယပြည်အတွင်းရှိ ကက္ကရပတ္တမည်သော နိဂုံးသို့ ရောက်ရှိလာသည်ဖြစ်ရာ ကောလိယမင်းသားသည် စင်စစ်အားဖြင့် ဘုရားဖူးသက်သက် ထွက်လာခဲ့ခြင်းသာဖြစ်၏။ လမ်းခရီးအကြား သစ်ပင်တစ်ပင်အောက် ခေတ္တဝင်ရောက်၍ အပန်းဖြေနေခိုက်၊ စာဘူးတောင်းခြောက်တစ်ခုကို တွေ့ရှိ၍ ကောက်ယူကြည့်ရှုရာမှ အထက်ပါစိတ်ကူးများ ပေါ်ပေါက်လာသည့်အလျောက် ဘုရားသခင်၏ ရှေ့တော်မှောက်သို့ ရောက်လေသောအခါ သူစိတ်ကူးလာခဲ့သည့်အတိုင်း

မေးလျှောက်ခြင်းပြုလေသည့်အတွက် ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရားက ကောလိယမင်းသားအား ဤသို့မြွက်ကြားတော်မူလေသတည်း။

အဘယ်ကောလိယမင်းသား။ သင့်မေးလျှောက်ချက်သည် သင့်မြတ်၏။ သူခပ်သိမ်းတို့ အကျိုးကိုမျှော်လျက် လျှောက်ထိုက်သည်ပင်ဖြစ်၏။ သင်၏မေးလျှောက်ချက်အရ ချမ်းသာစွာ နေထိုင်နိုင်နည်းနိသျှည်းနှင့် ကြီးပွားရေးလမ်းစကို ငါညွှန်ပြပေအံ့။

အဘယ်ကောလိယမင်းသား။ ကြီးပွားမှုကို ကာဆီးဟန့်တားထားတတ်သည်ကား ပျင်းရိခြင်းတည်း။လူ့ဘဝ လူ့ချမ်းသာ၊ လူ့စည်းစိမ်ကို ကောင်းစွာခံစား၊ စံစားလိုသူဖြစ်လျက် ပျင်းရိနေခဲ့သော် အဘယ်မှာလျှင် သင့်နိုးရာပချိမ့်မည်နည်း။ ပျင်းရိခြင်းသည် လူ့ဘဝအညွှန့်ကျိုးအောင် စင်စစ်ချိုးနှိမ် ချေဖျက်ပစ်တတ်သည်သာမက လူ့အောက်သို့ မရောက်မချင်း တွန်းကန်၍ ပို့တတ်ချေသည်တကား။

အို…ကောလိယမင်းသား။ ထို့ကြောင့် လူဖြစ်လာခိုက် ကြီးပွားချမ်းသာမှုကို စင်စစ်လိုလားဘိမူကား ရှေးဦးစွာ ပျင်းရိခြင်းကိုဖယ်ရှားရာသည်။ ထို့နောက် မိမိစိတ်ကိုအိပ်မောကျ ၍မနေစေဘဲ အမြဲတစေနိုးနိုးကြားကြား ထထကြွကြွ ရှိနေစေရာသည်။ ကြီးပွားလမ်းစကို တက်ကြွစိတ်မာန်ဖြင့် ရှာကြံကာသာနေရာသည်။ အလုပ်တစ်ခုခုကို လုပ်ရာတွင်လည်း မဆုတ်မနစ်သောလုံ့လ၊ ကြံ့ခိုင်သောဖွဲဖြင့် အားသွန်ခွန်စိုက် လုပ်ကိုင်ရာသည်။ တက်ကြွမှုအပြည့်အဝဖြင့် လုပ်ကိုင်ခြင်းမည်သည်ကား မည်သည့်အခါမျှ အချည်းနှီးဖြစ်လေ့မရှိ။

အို…ကောလိယမင်းသား။ သင် နာဘိဦးလော။ တက်တက်ကြွကြွနှင့် လုံ့လဝီရိယရှိရာသည်ဆိုရာ၌ ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်သော ဝီရိယမျိုးသာ ဖြစ်စေရာသည်။ ကျောက်ဖျာထက်တွင် ရေတွင်းတူးသော ကြိုးစားမှုမျိုး၊ အထည်မျိုးစုံထုတ်လုပ်သောဒေသ၌ အထည်ဆိုင်ဖွင့်၍ ရောင်းချသော လုပ်ကိုင်နည်းမျိုးကား အဘယ်မှာလျှင် အကျိုးရှိချိမ့်မည်နည်း။

သို့ကြောင့် … ငါဆိုလိုပေသည်ကား အို … ကောလိယမင်းသား။ အကြင်သူသည် လယ်သမားဖြစ်ခဲ့အံ့။ ထိုသူသည် လယ်လုပ်ခြင်းအတတ်ကို ကောင်းစွာကျွမ်းကျင်သူဖြစ်လျက် ကိုယ်တိုင်လည်း လယ်လုပ်တတ်ရာသည်။ သူတစ်ပါးကိုလည်း စနစ်တကျခိုင်းတတ်စေတတ် ရှိစေရာသည်။

အို … ကောလိယမင်းသား။ ယုတ်စွအဆုံး ထမင်းချက်သူပင်ဖြစ်စေဦးတော့။ ထိုသူသည် ထမင်းချက်အတတ်၌ ကျွမ်းကျင်သူဖြစ်ပြီး ကိုယ်တိုင်လည်း ကောင်းစွာချက်တတ်ပြုတ်တတ် ရှိရာသည်။ သူတစ်ပါးအားလည်း စနစ်တကျ အချက်အပြုတ် ခိုင်းတတ်စေတတ်ရှိစေရာသည်။

အို … ကောလိယမင်းသား။ ဤမျှ သာမကသေး။ သွေးချွေးတို့ဖြင့် ရင်းနှီးစုဆောင်းချက်အရ အကျိုးစီးပွား ဖြစ်ထွန်းလာလေသောအခါ ငါချမ်းသာပြီဟူ၍ မမှတ်သာသေး။ ရရှိပြီး စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့ကို မပျက်မစီးရအောင် ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်း စောင့်ရှောက်တတ်ရာသည်။ မိုးရွာပါလျက် ကန်သင်းဘောင်မရှိသဖြင့် ရေမတင်သော လယ်ကွက်ကဲ့သို့ မဖြစ်စေရာ။

အို … ကောလိယမင်းသား။ ဤမျှသာလည်း မဟုတ်တုံသေး။ ထိုရရှိပြီးဥစ္စာတို့ကို မိမိအင်အားနှင့်ချိန်ဆ၍ အဝင်နှင့်အထွက်မျှတစွာ သုံးစွဲတတ်ရာသည်။ အဝင်နည်းလျက် အထွက်သည်းကာ လက်ဖွာခြင်းမျိုး မဖြစ်စေရာ။ ထိုမှတစ်ပါး လူ့ဘဝသည် အပေါင်းအသင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ကင်းကွာ၍လည်း မဖြစ်နိုင်သည့်အလျောက် အရေးတစ်စုံ ကိုယ်၌ကြုံလာသောအခါ အထောက်အကူရရှိရေးအတွက် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းနှင့်လည်း ပေါင်းထားရာသည်။

အို … ကောလိယမင်းသား။ သမုဒ္ဒရာ၊ ရေမျက်နှာထက်၊ ခဏတက်သည့်၊ ရေပွက်ပမာ၊ တသက်လျာကာလကလေးအတွင်း၌ လူချင်းတူတူ၊ သူချင်းမျှမျှ၊ ချမ်းသောင့်ချမ်းသာ၊ တင့်တောင့်တင့်တယ်နှင့် နေနိုင်ရာသော နည်းလမ်းကောင်းကို ညွှန်ကြားတော်မူပါဟု ငါ့အား သင်တောင်းဆိုခဲ့ပေ၏။

အို … ကောလိယမင်းသား။ ဤလူ့ဘဝ၊ လူ့အဖြစ်၌ အချုပ်အားဖြင့် ငါဆိုခဲ့ပြီးသော …

(၁) ကြိုးစားရှာ

(၂) ကောင်းစွာစောင့်ရှောက်

(၃) ဝင်ပေါက်နှင့်ထွက်ပေါက် မျှတစေ

(၄) မိတ်ဆွေကောင်းကိုပေါင်းပါလေ …။

ဤအချက်လေးချက်နှင့်ကိုက်ညီအောင် ကျင့်သုံးနိုင်ဘိမူကား ထိုသူသည် ဆင်းရဲခြင်းကင်း၍ ချမ်းသာရိပ်ငြိမ်၊ လူ့စည်းစိမ်ဖြင့် တင့်တောင့်တင့်တယ်နေနိုင်ရာပြီဟု သင်မှတ်လေလော့…ဟု မိန့်တော်မူ၏။

နောင်သောအခါတွင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ မြွက်ကြားချက်ဖြစ်သော ဤသည့် စကားတော်ကို "သမ္ပဒါ" ဟု ကမ္ပည်းထိုးကာ ကြီးပွားလိုသူ၊ ချမ်းသာလို သူ၊ ဟန်ကျပန်ကျနေလိုသူ မှန်သမျှတို့ လက်သုံးပြုရာသော "ကြီးပွားရေး လမ်းညွှန်" ဟု သတ်မှတ်ထားကြကုန်၏။

ဗုဒ္ဓ၏လမ်းညွှန်ချက်ကို ဗျက္ကပဇ္ဇမည်သော ကောလိယမင်းသား၏ ကျေးဇူးကြောင့် နောင်းလူတို့ ကြားနာသိမှတ်ခွင့်ရလိုက်ကြကုန်၏။

တစ်ဖန် ကောလိယမင်းသားက မြတ်စွာဘုရားထံ လျှောက်ထားတောင်းပန်နိုင်ခဲ့ခြင်းကို ကြည့်ပြန်သော်…စာဝတီးငှက်ကလေးကို တွေ့ရ၏။ သူကလေး၏လက်ရာဖြစ်သော အဆောက်အအုံ စာဘူးတောင်းကို သမိုင်းလမ်းကြောင်းအဖြစ် တွေ့ရပြန်၏။

စာဝတီးငှက်ကလေးသည် သူကိုယ်တိုင် လက်ရာမြောက်စွာဖြင့် တည်ဆောက်ထားသော မိုးလုံလေလုံ သပ်သပ်ရပ်ရပ်နှင့် ထည်ဝါခန့်ညားလှသည့် အသိုက်အအုံ စာဘူးတောင်းအတွင်း၌ ချမ်းသောင့်ချမ်းသာနေရသကဲ့သို့…ထို့အတူ ဗုဒ္ဓ၏ညွှန်ကြားချက် သမ္ပဒါလေးပါးတည်းဟူသော စာဘူးတောင်းအတွင်း၌ ခိုအောင်းနေထိုင်ကြဘိမူကား စာဝတီးငှက်ကလေးပမာ ချမ်းသောင့်ချမ်းသာနှင့် တင့်တယ်စွာနေထိုင်နိုင်ကြလိမ့်မည် ဖြစ်သတည်း။

ဒဂုန်-ဦးစန်းငွေ

အဆွေခင်ပွန်းကောင်း

ဦးသော်ဇင်

မြတ်စွာဘုရားသည် မင်္ဂလသုတ်မှာ အဆွေခင်ပွန်းအပေါင်း အသင်းကို ရှေးဦးစွာဟောတော်မူသည် မဟုတ်ပါလော …

မြတ်ပညာ(၁)တွင် လောကနီတိပို့မှ ပဏာမလင်္ကာနှင့် လောကနီတိပါဠိမှ ပဏာမ မြန်မာပြန်ကိုဖော်ပြပြီး အတန် အသင့် ဖွင့်ဆိုခဲ့ပါသည်။

ထို့နောက် အစဉ်အတိုင်းပင် လောကနီတိပို့မှ လောက နီတိအကြောင်းနှင့် လောကတိနီပါဠိမှ မြန်မာပြန်ကို ဖော်ပြ ဖွင့်ဆိုပါသည်။

ထို့နောက် ဆက်လျက် လောကနီတိပို့နှင့် ပါဠိနှစ်ရပ်မှ နီတိ အချက်အလက်တို့ကို တစ်ချက်စီ အလှည့်ကျဖော်ပြပြီး သာဓကထုတ်ဖော်ခဲ့ပါသည်။

"စေတနာတရဟောနှင့် ဖောဖောသီသီ ပေးသည်ကို တန်ဖိုးမထားကြပါ။ အပေါ်စားဟု ယူဆတတ်ကြပါသည်။"

"နိတုံရွှေနှယ်" က စပြီး "အတတ်ကင်းလျှင်၊ ဘယ်တွင် ဥစ္စာ၊ ရတို့ပါလိမ့်" မှာ တစ်ခန်းရပ်ခဲ့ပါသည်။

စင်စစ် မရပ်ချင် မဖြတ်ချင်ပါ။ အစအဆုံး ကမ္ပတ်ဖုံးလိုက်ချင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် စေတနာတရဟောနှင့် ဖောဖောသီသီပေးသည်ကို တန်ဖိုးမထားကြပါ။ အပေါ်စားဟု ယူဆတတ်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် မဖြတ်ချင်ဘဲနှင့် ရပ်လိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အလေးထားသူများလည်း များလျှင် ကျက်မှတ်ရန်ခက်မှာစိုး၍ အနားပေးလိုက်ခြင်း တစ်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ဖော်ပြခဲ့သော လင်္ကာစာကိုယ် (၂) မှာ ဘယ်သို့ပါနည်း -

နိတုံရွှေနှယ်
ကျေးရွာကြွယ်သား
မှတ်ဖွယ်သုတ
ဆည်းပူးကြလော့။
ပျင်းလှသည့်သူ
ဘယ်မူအတတ်
ရတုံလတ်အံ့။
အတတ်ကင်းလျှင်
ဘယ်တွင်ဥစ္စာ
ရတို့ပါလိမ့်။

ယခု အဆက်ကိုဆက်ပါမည်။ အထက်က လင်္ကာနှင့်ဆက်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

ဥစ္စာမရ
ရှိလတ်ကမူ
ကြည်ဖြူချစ်ခင်
မိတ်မမြင်တည်း
"အနေသာ ကုတော မိတ္တံ"
"ဥစ္စာမရှိသူအား အဆွေခင်ပွန်း အဘယ်မှာရအံ့နည်း"

မဃဒေဝလင်္ကာတွင် မိတ်ဆွေရရေးအတွက် မန်လည်ဆရာတော်က "ကိုယ်ကဥစ္စာ၊ စွန့်လွှတ်ကာလျှင်၊ မေတ္တာရှေး၍၊ ပေးကမ်းတတ် မှ၊ မိတ်ဆွေရ၏" ဟု စပ်ဆိုပါသည်။

"မိတ်ဆွေကောင်း ရရှိရေးအတွက် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းမှာ မေတ္တာဖြင့် ပေးကမ်းခြင်းဖြစ်၏။"

မိတ်ဆွေကောင်း ရရှိရေးအတွက် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းမှာ မေတ္တာဖြင့် ပေးကမ်းခြင်းဖြစ်၏။

မေတ္တာဖြင့်မဟုတ်ဘဲ အခြား ကလီကမာ ဘာဘာညာညာနှင့်ပေးခြင်းမျိုးမှာ ကောင်းသောပေးခြင်းမျိုး မဟုတ်ပါ။ သို့ဖြင့် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းလည်း မရနိုင်ပါ။ မိတ်တုဆွေတုသာ ရပါလိမ့်မည်။

"ပေးမှကမ်းမှ မိတ်ဆွေရမည်လား။ ပေးမှကမ်းမှ ရမည့်မိတ်ဆွေမျိုးကိုမလိုချင်" ဟု မိုက်ကမ်းကမ်းနှင့် အရမ်းမပြောသင့်ပါ။ "မေတ္တာရှေး၍ ပေးကမ်းတတ်မှ" ဆိုသော စကားကို လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားပါဘိ။

မိတ်လျှင်မရ
သုခဘယ်မှာ
ပွားတို့ရှာလိမ့်။

"အမိတ္တဿ ကုတော သုခံ"

"အဆွေခင်ပွန်းမရှိသောသူအား ချမ်းသာအဘယ်မှာရအံ့နည်း"

အဆွေခင်ပွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ အတန်အသင့် တင်ပြဖွယ်ရှိနေပါ၍ ဤတွင် ဤလင်္ကာကို အကျယ်မဆိုတော့ပါ။ သက္ကတဘာသာမှ ကဗျာတစ်ပုဒ်ကိုကား မှတ်မိသလိုဆိုချင်ပါသည်။

"ဆင်းရဲဒုက္ခဟူသမျှကို ဖယ်ခွာတတ်သော၊ ချမ်းသာသုခဟူသမျှကို တည်ရာဖြစ်သော "မိတ္တ"ဟူသော အက္ခရာနှစ်လုံးကို အဘယ် ပြဟ္မာမင်းသည် ဖန်ဆင်းပါသနည်း" ဟူသည်တည်း။ မိတ်ဆွေကောင်းရဖို့ အရေးသည် လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။

ချမ်းသာတစ်စိ

မရှိလတ်မူ

အလျှုကောင်းမှု

ဘယ်ကိုပြုအံ့။

"အသုခဿ ကုတော ပုညံ"

"ချမ်းသာမရှိသောသူအား ကောင်းမှုအဘယ်မှာပြုအံ့နည်း"

ချမ်းသာမှာ စိတ်ချမ်းသာခြင်းဖြစ်၍ ကောင်းမှုမှာ စိတ်ကောင်းရှိမှုပင်ဖြစ်ပါသည်။

ကောင်းမှုမသန်

နိဗ္ဗာန်ဘယ်မှာ

ရတို့ပါအံ့။

"အပုညဿ ကုရေ ဝရံ"

"ကောင်းမှုမရှိသောသူအား နိဗ္ဗာန်ကို အဘယ်မှာရအံ့နည်း"

အလွန်မှတ်သားဖွယ်ကောင်းလှပါသော ကြောင်းကျိုးဆက်သဘောတရားတို့ဖြစ်ပါသည်။ ကလေးသူငယ်တို့ ပညာရေးအတွက် လေးလေး

နက်နက် မှတ်သားထားဖို့ ကောင်းလှပါသည်။ ပြန်ပြီးရွတ်ဆိုကြည့်ပါဘိ -

ပျင်းသောသူအား …
အတတ် အဘယ်မှာတတ်အံ့နည်း။
အတတ်မရှိသောသူအား …
ဥစ္စာ အဘယ်မှာရအံ့နည်း။
ဥစ္စာမရှိသောသူအား …
အဆွေခင်ပွန်း အဘယ်မှာရအံ့နည်း။
အဆွေခင်ပွန်းမရှိသောသူအား …
ချမ်းသာ အဘယ်မှာရအံ့နည်း။
ချမ်းသာမရှိသောသူအား …
ကောင်းမှု အဘယ်မှာပြုအံ့နည်း။
ကောင်းမှုမရှိသောသူအား …
နိဗ္ဗာန်ကို အဘယ်မှာရအံ့နည်း။

မြတ်စွာဘုရား သက္ကတိုင်း၌ နေတော်မူစဉ်အခါ အရှင်အာနန္ဒာက "မြတ်စွာဘုရား အဆွေခင်ပွန်းကောင်းနှင့် ပေါင်းဖော်ခြင်းသည် မြတ်သောအကျင့်ဖြစ်သော ဗြဟ္မစရိယဟူသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကိုကျင့်၍ နိဗ္ဗာန်ရခြင်းသည် ထက်ဝက်ပြီးပါသည်"ဟု လျှောက်၏။

ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားက "အာနန္ဒာ ထက်ဝက်ပြီးပါသည်ဟု

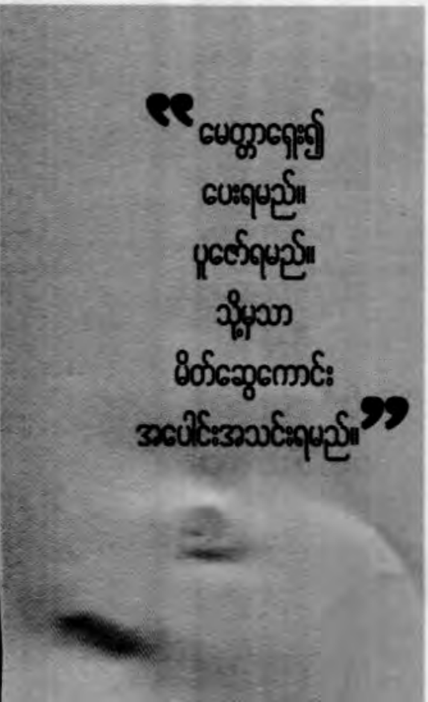
"ပေးမှကမ်းမှ
မိတ်ဆွေရမည်လား။
ပေးမှကမ်းမှ
ရမည့်မိတ်ဆွေမျိုးကို
မလိုချင်"ဟု
မိုက်ကမ်းကမ်းနှင့်
အရမ်းမပြောသင့်ပါ"

မပြောနှင့်။ အဆွေခင်ပွန်းကောင်းနှင့် ပေါင်းဖော်ရခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း ဗြဟ္မစရိယအကျင့်၌ အလုံးစုံပြီးမြောက်၏” ဟု မိန့်တော်မူ၏။

“ရဟန်းတို့ မဖြစ်သေးသော အရိယမဂ်ကို ဖြစ်စေခြင်း၊ ဖြစ်ပြီးသော အရိယမဂ်ကို ပွားစေခြင်း၌ အဆွေခင်ပွန်းကောင်းကို ပေါင်းဖော်ရခြင်းမှတစ်ပါး တစ်စုံတစ်ခုသောတရားကိုမျှ ငါမမြင်”

ဝိမုတ္တိရသကျမ်း၌ ပါဠိအနက် တွဲဖက်ဖော်ပြခြင်းတို့ကို မြန်မာလိုသက်သက် ကောက်နုတ်တင်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကျမ်း၌ ဤသို့ဆက်၍ ဆိုပြန်ပါသည်။

အဆွေခင်ပွန်းကောင်းနှင့် ပေါင်းဖော်ခြင်းသည် သမ္ပတ္တိစက်လေးပါးတို့တွင် တစ်ပါးအဝင်ဖြစ်သောကြောင့် လောကုတ္တရာအကျိုးကိုသာ ပြီးစေနိုင်သည်မဟုတ်၊ လောကီအကျိုးကိုလည်း အလိုရှိရာ ပြီးစေနိုင်ကြောင်း၊ ရှေးကဖြည့်ဆည်းဖူးသော ကုသိုလ်ကံသည်လည်း ဤသမ္ပတ္တိစက်လေးပါးနှင့်ကြုံမှ အခွင့်ပေး၍ အကျိုးခံစားရကြောင်းနှင့်လည်း ဟောတော်မူသည်။



ဤ၌ သပ္ပုရိသ ကလျာဏမိတ္တဟူသည်ကား မြတ်စွာဘုရားကစ၍၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အဂ္ဂသာဝက၊ ကလျာဏပုထုဇဉ်တိုင်အောင် ဟောပြောတတ်သောသူတို့ကို ယူလေ။

ဤသို့ ဟောတော်မူသည့်အတိုင်း မဂ်၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ၊ လူနတ် ဗြဟ္မာတို့၏ ချမ်းသာရှိသမျှ

ကိုပင် အဆွေခင်ပွန်းကောင်းနှင့် ပေါင်းဖော်ခြင်းကို ကင်း၍ရသော သူမည်သည် တစ်စုံတစ်ယောက် မျှမရှိ၍ ဤအဆွေခင်ပွန်းကောင်းနှင့် ပေါင်း၍ရသောအကျိုးကို အပြန် အားဖြင့် ယုတ်မာသော အဆွေ ခင်ပွန်းနှင့် ပေါင်းဖော်ခြင်း၏ အပြစ်ကိုလည်း သိအပ်သည်။

"မြတ်စွာဘုရားသည် မင်္ဂလသုတ်မှာ အဆွေခင်ပွန်း အပေါင်းအသင်းကို ရှေးဦးစွာ ဟောတော်မူသည် မဟုတ်ပါလော။"

ထို့ကြောင့် ဤဘဝ မဂ်ဖိုလ် ရမည့်သူဖြစ်သော အဇာတသတ် မင်း မဟာနေသူဌေးသားတို့သော် လည်း ဒေဝဒတ်အစရှိသော ယုတ်မာသော အဆွေခင်ပွန်းတို့နှင့် ပေါင်း ဖော်မိသောကြောင့် မဂ်ဖိုလ်ဟူသော ချမ်းသာကြီးမှ ရှုံးခြင်းကြီးရှုံး၍ အပါယ်လေးပါးသို့ ကျရောက်ရလေသည်။

မဂ်ဖိုလ်မရနိုင်၊ သံသရာဝဋ် ဆင်းရဲဒုက္ခခံရသော သူဟူသမျှသည် အဆွေခင်ပွန်းကောင်းကို မရသောကြောင့် ဖြစ်သည်ချည်း မှတ်အပ်သည်။

အဆွေခင်ပွန်းအပေါင်းအသင်းမှာ အရာရာ၌ အရေးကြီးလှပါ၍ ယောမင်းကြီး ဦးဖိုးလှိုင်စီရင်သော ဝိမုတ္တိရသကျမ်းမှ အဆိုအမိန့်ကို ကောက်နုတ်ဖော်ပြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားသည် မင်္ဂလသုတ်မှာ အဆွေခင်ပွန်း အပေါင်းအသင်းကို ရှေးဦးစွာ ဟောတော်မူသည် မဟုတ် ပါလော။

လူမိုက်တို့ကို မမှီဝဲ မဆည်းကပ်ရခြင်းလည်းကောင်း၊
ပညာရှိတို့ကို မှီဝဲဆည်းကပ်ရခြင်းလည်းကောင်း၊
ပူဇော်ထိုက်သူကို ပူဇော်ရခြင်းလည်းကောင်း၊
ဤတရားသုံးပါးသည် မြင့်မြတ်သော မင်္ဂလာတရားတည်း။

ပူဇော်ထိုက်သူမှာ ပညာရှင်သူတော်စင်ဖြစ်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အားပေး ကမ်းရမည်။ မေတ္တာရှေ့ရှု၍ ပေးရမည်။ ပူဇော်ရမည်။ သို့မှ မိတ်ဆွေကောင်း အပေါင်းအသင်းရမည်။ အရေးကြီးသည့် မိတ်ဆွေကောင်းရရန်ဖြစ်ပါသည်။

"ပေးစရာရှိမှလည်း ပေးနိုင်မယ်" ဟု စကားတတ်တိုင်း မိုက်မိုက် ရိုင်းရိုင်း မဆိုပါနှင့်။ ပေးလိုလျှင် ပေးစရာ ပူဇော်စရာတို့ လွယ်ကူစွာ အသာလင့် အသင့်ရှိပါသည်။

ခြေသုတ်ပေးခြင်း၊ နှိပ်နယ်ပေးခြင်း၊ သောက်ရေ သုံးရေပေးခြင်းတို့ လည်းပေးခြင်း ပူဇော်ခြင်းတို့ မဟုတ်ပါလော။ ပေးစရာ ပူဇော်စရာတို့ မဟုတ်ပါလော။ မိတ်ဆွေကောင်းနှင့် ပေါင်းသင်းရမှသာ ဘေးမသန်းဘဲ အေးချမ်းသာယာပါမည်။

မြဲစွာမှတ်လေ
တတ်မြောက်ချေက
ရွှေငွေအတူ
ခိုးယူမရ
ဤလောက၌
ပညာ့အရာ
မိတ်ကြီးသာတည့်။
"သိပ္ပါ သမံ ဓနံ နတ္ထိ"
"အတတ်နှင့်တူသော ဥစ္စာသည်မရှိ"
"သိပ္ပံ စောရာ န ဂဏှန္တိ"
"အတတ်ကို ခိုးသူတို့သည် မယူနိုင်ကုန်"

ဦးသော်ဇင်

သီလ၊ အာပတ္တိယာနနှင့် ဝေယျာဝစ္စနှင့် ပိုစ်မော်ဒန်ခေတ်

မြင့်ဝင်းမောင် (AZ)

သီလဆိုသည်မှာ လူတို့အတွက် ရှောင်ရန်နှင့် ဆောင်ရန်များ ဖြစ်ကြသည်။ ဤဆောင်ရန်နှင့် ရှောင်ရန်များကို လူတို့၏ စိတ်အစဉ်၌ ကျောက်သားပမာ ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ရှိရမည်ဖြစ်သည်။ သီလသည် လူကောင်း သူကောင်းတို့ ပြုလုပ်ကြသည့် ပုညကြိယာဝတ္ထုဆယ်ပါးမှ တစ်ပါးဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာအလိုအရ သီလကိုဖော်ပြပါမည်။ သီလကို ရှောင်ကြဉ်မှု (ဝါရိတ္တသီလ) နှင့် ဆောင်ယူကျင့်ပွားမှု (စာရိတ္တသီလ) ဟု သတ်မှတ်ထားသည်။

ရှေးကပင် လူကောင်းသူကောင်းတို့သည် ရှောင်ကြဉ်မှုသီလကို ခါးဝတ်ပုဆိုးကဲ့သို့ လုံခြုံစွာ စောင့်စည်းကြသည်။ ရှောင်ကြဉ်ရန်မှာ ကာယကံဖြင့် သုံးပါး၊ ဝစီကံဖြင့် လေးပါး၊ မနောကံဖြင့် သုံးပါးဖြစ်သည်။

ကာယကံသုံးပါးမှာ သူတစ်ပါးကို ညှဉ်းဆဲသတ်ဖြတ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါး ခွင့်မပြုသော ဥစ္စာပစ္စည်းတို့ကို မတရားယူခြင်း၊ အနိုင်အထက် ရယူခြင်း နှင့် ကာမဂုဏ်အာရုံများကို မှောက်မှားလွန်ကျူးခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

ဝစီကံလေးပါးမှာ သူတစ်ပါးထိခိုက်အကျိုးပျက်စေရန် မမှန်စကား ပြောခြင်း၊ လူအများ ချစ်ကြည်ညီညွတ် စည်းလုံးမှုပျက်ပြားအောင် ကုန်းချောစကားပြောခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို နှိမ့်ချလို၍ ရိုင်းစိုင်းယုတ်မာ ရင့်သီးစွာပြောခြင်းနှင့် ဥစ္စာ၊ ပညာ၊ ကုသိုလ်မရသည့် သိမ်ဖျင်းသောစကား များ ပြောခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

မနောကံသုံးပါးမှာ သူတစ်ပါးခွင့်မပြုသော ဥစ္စာပစ္စည်းကို လောဘ ဖြင့် ရယူရန်ကြံစည်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို နစ်နာစေလိုသောစိတ်ဖြင့် မကောင်းကြံခြင်းနှင့် အမှားနှင့်အမှန် သုခနှင့်ဒုက္ခကို မှားယွင်းစွာ အယူရှိ ခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

ယနေ့ခေတ် ပို့(စ်)မော်ဒန်သမားတို့သည် ရှောက်ကြဉ်ရန် သီလများကို မလိုက်နာခြင်းမဟုတ်၊ လိုက်နာကြသည်။ ဆောင်ပွားမှုသီလများကို ပို၍ လက်ခံကျင့်ပွားကြသူများ ဖြစ်သည်။

"ပို့(စ်)မော်ဒန်သမားများသည် တစ်ပါးသူများ သက်ရှည်ကျန်းမာစေရန် ပြုစုခြင်း၊ စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ပေးကမ်းထောက်ပံ့ခြင်း ပြုလုပ်ကြသည်။"

ပို့(စ်)မော်ဒန်သမားများသည် တစ်ပါးသူများ သက်ရှည်ကျန်းမာ စေရန် ပြုစုခြင်း၊ စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ပေးကမ်းထောက်ပံ့ခြင်း ပြုလုပ်ကြ သည်။ ဒုက္ခရောက်နေသူများ၏ အကျိုးရှေ့ရှု၍ ပေးကမ်းခြင်း၊ ထို သူတို့၏ ဥစ္စာစည်းစိမ်ခိုင်မြဲအောင် စောင့်ရှောက်ပေးကြသည်။ သူတစ် ပါးကို စောင့်ရှောက်ရာ၌ လိုအပ် သလောက် အလျော်အတိုင်း စောင့် ရှောက်ကြပါသည်။

လောကအကျိုးရှေ့ရှု၍ မှန်သောစကားဆိုကြသည်။ ခင်မင်စည်းလုံးမှု၊ ချစ်ခြင်းနိုင်မြဲမှု တိုးပွားရေးစကားကို ဆိုကြသည်။ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ နားဝင်ချိုသာသော စကားဆိုကြသည်။ တစ်ပါးသူများ ပညာရရှိရေးလုပ်ငန်း၊ ဥစ္စာရရှိရေးလုပ်ငန်း စသည့် ကောင်းမွန်မှန်ကန်သင့်မြတ်သည့် လုပ်ငန်းများကို ကူညီဆောင်ရွက်ကြပါသည်။ ဤသည်တို့မှာ ပို့(စ်)မော်ဒန် ယဉ်ကျေးမှုရှိ ပစ္စုပ္ပန်ကမ္ဘာဝါဒ အယူရှိသူများ၏ ဆောင်ယူပွားများကြသော စာရိတ္တသီလများပင် ဖြစ်သည်။

> "လူသားသည် ဆင်ခြင်တုံတရားအပြင် အနာဂတ်သိမြင်မှု အာရုံ၊ ခံစားမှုဉာဏ်စွမ်း စသည်များကို အသုံးချလာကြသည်။"

ယနေ့ခေတ်တွင် ခေတ်စားနေသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ရေးအသင်းများ၊ နာရေးကူညီမှုအသင်းများ၊ သဘာဝဘေးဒုက္ခကျရောက်သူများကို ကူညီနေကြသူများ၊ ဆင်းရဲသားများအတွက် အသေးစားချေးငွေလုပ်ငန်းများ၊ ပညာရေး အထောက်အပံ့ပေးနေသောအသင်းများ၊ ပညာဒါနသင်ကြားပေးနေမှုများကို ကြည့်ခြင်းဖြင့် ပို့(စ်)မော်ဒန်လူ့အဖွဲ့အစည်းကလူကောင်းသူကောင်းတို့သည် ကောင်းသောအမူအရာများဖြင့် ဆောင်ရွက်နေကြသည်မှာ ထင်ရှားစေပါသည်။

လူသားသည် အပြောင်းအလဲ၊ ပဋိပက္ခများနှင့် အမြဲရင်ဆိုင်နေရသည်။ ထိုအခါ လူသားသည် ဆင်ခြင်တုံတရားအပြင် အနာဂတ်သိမြင်မှုအာရုံ၊ ခံစားမှုဉာဏ်စွမ်းစသည်များကို အသုံးချလာကြသည်။ မိမိနှင့်မိမိနေထိုင်ရာဝန်းကျင်၏ တိုးတက်မှုကို လုပ်ဆောင်နေရမည်ဆိုသည့်အသိလည်း ပေါ်လာသည်။ ထို့ကြောင့် ပို့(စ်)မော်ဒန်ယဉ်ကျေးမှုရှိ ပစ္စုပ္ပန်

ကမ္ဘဝါဒ ယုံကြည်သူများသည် လူသားအကျိုးပြုလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်လာခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

အပစာယနဆိုသည်မှာ ရိုသေကျိုးနွံမှုဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်။ ရှေးယခင်အခါကပင် ကြီးသူကိုရိုသေကြသည်မှာ လူမျိုးတိုင်း ဘာသာတိုင်းတွင်ရှိကြသည်။ မြန်မာတို့သည် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ မိဘ၊ ဆရာသမားများကို ဦးထိပ်ထားကြသည်။ သက်ကြီးဝါကြီးသူများကို ရိုသေကြသည်။ သူတော်စင်များ၊ ဘုန်းကြီးရဟန်းများကို ရိုသေကြသည်။ ယနေ့ ပို့(စ်)မော်ဒန်ခေတ်တွင် ရှေးယခင် ရိုသေမှုများကိုလည်း ဆက်လက်ရိုသေမြဲရှိသေကြသည်။ ထို့အပြင် မိမိနှင့် အယူဝါဒမတူသူများကို လက်ခံနေရာပေးကြခြင်းဖြင့် ထူးခြားသော ရိုသေမှုကို ပြုကြသည်။ မတူညီသောယုံကြည်ချက်အား ရိုသေလေးစား အသိအမှတ်ပြုခြင်း ဖြစ်သည်။ ယခင်ခေတ်များကလို ငါနှင့်မတူ ငါ့ရန်သူဟု သဘောမထားကြတော့ပေ။ ထိုအယူအဆသည် မော်ဒန်ခေတ်နှင့်အတူ ထားခဲ့ရမည့် အလေ့အထဖြစ်သည်။

> ❝အမုန်းတွင်လည်း အချစ်၏ မျိုးစေ့ပါနေသလို အချစ်တွင်လည်း အမုန်းမျိုးစေ့ ပါနေသည်။❞

ဆန့်ကျင့်ဘက်သဘော ဆောင်နေသော အစုအဖွဲ့များကို သဘာဝတွင် တွေ့ရမည်။ အပူနှင့်အအေး၊ အချစ်နှင့်အမုန်း၊ ဓာတ်နှင့်မရဏ စသည်တို့ ဖြစ်သည်။ အပူတွင် အအေး၏ မျိုးစေ့ပါနေသလို အအေးတွင်လည်း အပူ၏ မျိုးစေ့ပါနေသည်။ အမုန်းတွင်လည်း အချစ်၏ မျိုးစေ့ပါနေသလို အချစ်တွင်လည်း အမုန်းမျိုးစေ့ပါနေသည်။ အလားတူ ဇာတိတွင်လည်း မရဏ၏ မျိုးစေ့ပါ

နေသလို မရဏာတွင်လည်း ဇာတိ၏ မျိုးစေ့ပါနေသည်။ ဤသို့ ဆန့်ကျင်ဘက်ဆောင်နေသော အစုအဖွဲ့များသည် ဆန့်ကျင်နေကြသော်လည်း ဆက်သွယ်မှုက ရှိနေသည်ဟု ပို့(စ်)မော်ဒန်သမားများက လက်ခံထားသည်။

"ဒိုင်ယာလက်တစ်နည်းသည် အရာရာတွင် ဆန့်ကျင်ဘက်ရှိသည်။ အားပြိုင်မှုလည်း အစဉ်ရှိနေသည်။"

ပို့(စ်)မော်ဒန်လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ လက်ခံသော စဉ်းစားနည်းသည် ထွိုင်ယာလက်တစ် စဉ်းစားနည်းဖြစ်သည်။ ထွိုင်ယာလက်တစ်နည်းသည် ယခင်မော်ဒန်ခေတ်အခါက စဉ်းစားခဲ့ကြသော ဒိုင်ယာလက်တစ်နည်းနှင့် အခြေခံတူသော်လည်း စဉ်းစားပုံကွာခြားသည်။ ဒိုင်ယာလက်တစ် စဉ်းစားနည်းကို ဟေဂယ်နှင့် မာ့က်(စ်)တို့က အစပြုခဲ့သည်။ နယူတန်၏ သိပ္ပံအယူအဆကို နောက်ခံပြု ပေါ်ထွက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ဒိုင်ယာလက်တစ်နည်းသည် အရာရာတွင် ဆန့်ကျင်ဘက်ရှိသည်။ အားပြိုင်မှုလည်း အစဉ်ရှိနေသည်။ တစ်ခုက သူနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက် အခြားတစ်ခုကို အပြီးအပိုင်ဖယ်ထုတ်မှုကို လက်ခံသည်။ ဂိမ်းသီအိုရီအရ အကြွင်းသုညဂိမ်း ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ယခင်မော်ဒန်ခေတ်တွင် ငြိမ်းချမ်းသောလူ့အဖွဲ့အစည်းသည် မရှိနိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဝါဒပြိုင်စစ်အေးတိုက်ပွဲ ရှည်ကြာခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

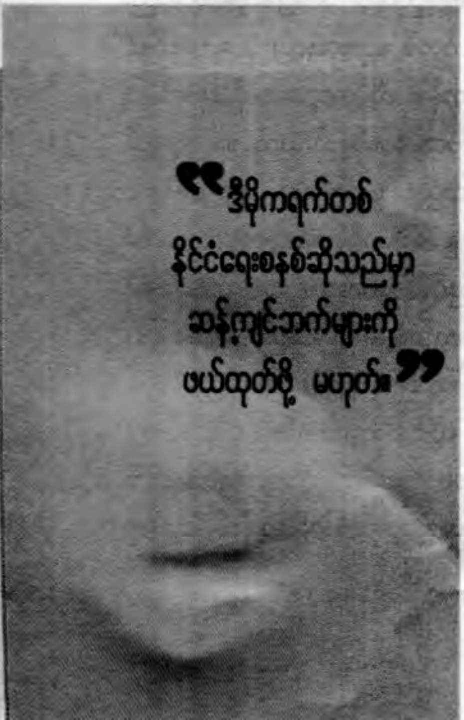
ပို့(စ်)မော်ဒန် လူ့အဖွဲ့အစည်းက ထွိုင်ယာလက်တစ်နည်းဖြင့် စဉ်းစားသည်။ ထွိုင်ယာလက်တစ်မှာ ဒိုင်ယာလက်တစ်ကို ငြင်းဖျက်ခြင်းမဟုတ်၊ ဆက်ခံပွားစည်းခြင်းဖြစ်သည်။ ထွိုင်ယာလက်တစ် စဉ်းစားနည်းမှာ အရာ

ရာတွင် ဆန့်ကျင်ဘက် အင်အားစုရှိရမည်။ ၎င်းဆန့်ကျင်ဘက် အင်အားစုကို ဖယ်ထုတ်ဖို့မဟုတ်၊ စုဖွဲ့မှု အသစ်တစ်ရပ်သို့ ဦးတည်ကြဖို့သာ ဖြစ်သည်။ ဂိမ်းသီအိုရီအရ 'အကြွင်းသုညမဟုတ်သော ဂိမ်း' ပင် ဖြစ်သည်။

ဆန့်ကျင်ဘက်ဆိုသည်မှာ အပေါ်ယံသဘောအရသာ ဆန့်ကျင်ဘက်များ ဖြစ်နေသော်လည်း အမှန်မှာ အချင်းချင်း အပြန်အလှန် ဆက်စပ်ကျေးဇူးပြုပြီး အားမျှခြေတစ်ခုအဖြစ် စုဖွဲ့ထားခြင်း ဖြစ်သည်။

ဒီမိုကရက်တစ် လူမှုတော်လှန်ရေး ဒဿနအခြေခံဖြစ်သည်။ ဒီမိုကရက်တစ်နိုင်ငံရေးစနစ်ဆိုသည်မှာ ဆန့်ကျင်ဘက်များကို ဖယ်ထုတ်ဖို့မဟုတ်။ အင်အားစုအသီးသီး လွတ်လပ်စွာတည်ရှိနိုင်မည့် အားမျှခြေတစ်ခု ဖန်တီးယူခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ပို့(စ်)မော်ဒန်လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် ဒီမိုကရေစီနိုင်ငံရေးစနစ်သည် ပူးတွဲရှင်သန်မှုဖြစ်မည်ဟု ထင်ပါသည်။

ပို့(စ်)မော်ဒန်လူသားသည် မိမိသည်လည်းကောင်း၊ သူတစ်ပါးသည်လည်းကောင်း လွတ်လပ်စွာ ပေါ့ပါးစွာ ပျော်ရွှင်စေလိုကြသည်။ သို့ကြောင့် လွတ်လပ်ရိုးသားစွာ ဆက်သွယ်မှုတွေအပေါ် ဆန္ဒအခြေခံရှိသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ မိမိဘဝနှင့် သူတစ်ပါးဘဝသည် မတူညီသည့် ဘဝအခြေခံ၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူမှုပုံစံအမျိုးမျိုးပေါ်မှာ ဖြစ်တည်လာကြသည်။ အရာရာ မတူညီသော်လည်း သီးခြားလွတ်လပ်ခွင့် သဘောဆောင်သည့် အဓိပ္ပာယ်ပြည့်ဝသော ယဉ်ကျေးမှုသစ်ကို ထူထောင်ရမည်ဟု ခံယူသည်။



ပို့(စ်)မော်ဒန်လူသားသည် ဘယ်အရာမှ ထာဝရမတည်ရှိနိုင်၊

အရာရာတိုင်းသည် ပြောင်းလဲနေသည်စတဲ့ အယူအဆကို လက်ခံသည်။ ဒါကြောင့် မိမိ၏ အတွေးအခေါ် အယူအဆနှင့် သူတစ်ပါး အတွေးအခေါ်အယူအဆ မတူညီခြင်းကို အသိအမှတ်ပြုသည်။ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး လေးစားရှိသေလာကြသည်။ ကွဲပြားခြားနားသော်လည်း အပြုသဘောဆက်ဆံမှုဖြစ်၍ စည်းလုံးမှုရှိသည်။ ကွဲပြားခြားနားမှုကို လက်ခံသော၊ ကွဲပြားခြားနားမှုကို အသိအမှတ်ပြုသော အခြေခံယဉ်ကျေးမှု ဖြစ်သည်။ သို့ကြောင့်

> ❝ပို့စ်မော်ဒန်အယူအဆသည် ကွဲပြားခြားနားမှုကို လက်ခံသော၊ ကွဲပြားခြားနားမှုကို အသိအမှတ်ပြုသော အခြေခံယဉ်ကျေးမှု ဖြစ်သည်။❞

လွတ်လပ်စွာ နေထိုင်နိုင်ကြသည်။ သို့ကြောင့် မိမိ၏ ဖြစ်တည်မှုသည် လူ့ဝန်းကျင်နှင့် သဟဇာတဖြစ်မှုတို့ကြား တန်ဖိုးဆိုင်ရာ အယူအဆများကို ပြန်လည်စိစစ် ဖော်ထုတ်လာနိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤသည်မှာ ပို့(စ်)မော်ဒန်သမားများ၏ အပစာယနခေါ် ရိုသေကျိုးနွံမှုပင် ဖြစ်သည်။

ကိစ္စကြီးငယ်ပေါ်ပေါက်လာပါက ကူညီဆောင်ရွက်ပေးခြင်းကို ဝေယျာဝစ္စဟု ခေါ်ဆိုသည်။ ရိုင်းပင်းကူညီခြင်း အဓိပ္ပာယ်ဆောင်သည်။ ဝေယျာဝစ္စလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် မြန်မာတို့မှာ ရှေးကပင်ရှိကြသော ယဉ်ကျေးမှုအစဉ်အလာဖြစ်သည်။ ကျေးလက်တောရွာများတွင် ပို၍တွေ့နိုင်သည်။ အိမ်ဆောက်မည်၊ အိမ်အမိုးမိုးမည်၊ အလှူအတန်းလုပ်မည်၊ သာရေး၊ နာရေးစသည်တို့ ဆောင်ရွက်မည်ဆိုပါက တစ်ရွာလုံးကလူများသည် ဝိုင်းဝန်းဆောင်ရွက်ပေးကြသည်။

သို့ကြောင့်ပင် မြန်မာတို့၌ ပို့(စ်)မော်ဒန်အယူအဆ ရှေးကပင်ရှိသည်ဟု ထင်စရာရှိသည်။ အခြားသော လူမျိုးများ၏ ယဉ်ကျေးမှုတွင်လည်း ထိုသို့

ဝေယျာဝစ္စပြုလုပ်ပေးကြသော ယဉ်ကျေးမှုသည် ရှိကြသည်ပင်။ ထိုသို့ ရှေးကဆောင်ရွက်ကြခြင်းသည် ပို့(စ်)မော်ဒန်အယူအဆကြောင့် မဟုတ်ပါ။ အစဉ်အလာကြောင့်လည်းကောင်း၊ အခြေအနေကြောင့်လည်းကောင်း၊ ဘာသာတရားများကပေးသော အကြောက်၊ အမက်၊ အမျှော်များကြောင့် ဖြစ်နိုင်သည်။

ထိုသို့သောစိတ်ဓာတ်ဖြင့် လုပ်ဆောင်မှုများသည် လူသားများ ကောင်းကျိုးချမ်းသာရှိစေရန် ရှေ့တန်းမတင်သော လုပ်ရပ်ဖြစ်သည်။ မိမိ နောင်ဘဝ ကောင်းစားဖို့ ဘုရားသခင်အား မျက်နှာသာရဖို့ ရည်ရွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။

သို့ကြောင့် ပုညကြိယာဝတ္ထုဆယ်ပါးကို လုပ်သော်ငြားလည်း ထိုသူတို့၏ အပြုအမူတို့သည် ပို့(စ်)မော်ဒန်ယဉ်ကျေးမှုရှိ ပစ္စုပ္ပန်ကမ္ဘဝါဒအယူအဆတို့နှင့် နည်းနည်းမျှမဆိုင်ဟု ဆိုရပါမည်။ လူသားအကျိုးရှေ့ရှုသော လူ့လောကကြီးကို အမှန်တကယ် စောင့်ရှောက်လိုသောစိတ်ကို ရှေ့တန်းတင် မဆောင်ရွက်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။

> “လူသားအကျိုးရှေ့ရှုသော လူ့လောကကြီးကို အမှန်တကယ် စောင့်ရှောက်လိုသောစိတ်ကို ရှေ့တန်းတင် မဆောင်ရွက်သောကြောင့်...”

မည်သို့ပင် ယုံကြည်ချက်ရှိသော်လည်း လူသားအကျိုးဆောင်ရွက်သောကြောင့် လူသားများ အကျိုးရှိကောင်း ရှိပေလိမ့်မည်။ ဤကဲ့သို့ ပြုလုပ်ကြခြင်းဖြင့် လူသားအကျိုးရှိခဲ့သော်လည်း ပြုလုပ်သူသည် ပို့(စ်)မော်ဒန် အယူအဆရှိသူ မဟုတ်ခြင်းသည် ကပင် ပို့(စ်)မော်ဒန်ယဉ်ကျေးမှု လွှမ်းခြုံသော ကမ္ဘာကြီးနှင့် အဟပ်မတည့်နိုင်ပါ။ ရှေးကလို ခံယူချက် ယုံကြည်ချက်များနှင့် လုပ်ဆောင်နေ

သူများသည် ပို့(စ်)မော်ဒန် လူ့အဖွဲ့ အစည်းအတွင်း၌ ရှိကောင်းရှိနေ နိုင်ပါသေးသည်။

ယခုကမ္ဘာကြီးတွင် တိုးတက် ချမ်းသာသော နိုင်ငံကြီးများ၌ အစိုးရမဟုတ်သော လူမှုရေးအသင်း များ ရှိကြသည်။ နိုင်ငံတကာသို့ပင် အကူအညီတွေ ပေးနေကြသည်။ အထူးသဖြင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် ကျန်းမာရေး ကဏ္ဍများ၌ ဖြစ်သည်။ ဤသို့ ဆောင်ရွက်နေခြင်းသည် ဝေယျာဝစ္စ ဆောင်ရွက်နေခြင်းမည်ပေသည်။

“ပို့(စ်)မော်ဒန်ယဉ်ကျေးမှုတွင် ခရစ်ယာန်ဘာသာ၊ အစ္စလာမ်ဘာသာ၊ ဟိန္ဒူဘာသာ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုသော ဘာသာများ ကွဲပြားနေဦးမည် ဖြစ်သည်။”

ကျန်းမာရေးအတွက် ကူညီပေးခြင်းတွင် ငှက်ဖျားရောဂါ၊ အဆုတ်ရောဂါ၊ အိတ်ချ်အိုင်ဗွီ၊ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါများ အဓိကပါဝင်သည်။ ထိုရောဂါများကြောင့် အသက်ဆုံးရှုံးရမည့်သူများကို ထိရောက်စွာ ကယ်တင်နိုင်ကြသည်။

ကမ္ဘာ့နာမည်ကြီးအဆိုတော်များ၊ ရုပ်ရှင်သရုပ်ဆောင်များ၊ အားကစားသမားများကလည်း လူမှုရေးလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်နေကြပြီ ဖြစ်သည်။ ဤသို့သော အသင်းအဖွဲ့များဖြင့် ဝေယျာဝစ္စဆောင်ရွက်နေကြခြင်းသည် ပို့(စ်)မော်ဒန်ခေတ်၏ သရုပ်သကန်များပင် ဖြစ်ပေသည်။

ပို့(စ်)မော်ဒန်ယဉ်ကျေးမှုတွင် ခရစ်ယာန်ဘာသာ၊ အစ္စလာမ်ဘာသာ၊ ဟိန္ဒူဘာသာ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုသော ဘာသာများ ကွဲပြားနေဦးမည်ဖြစ်သည်။ ဘာသာအသီးသီးရှိ ဘာသာဝင်များသည် ရိုးရာအယူအစွဲကို ရှေ့တန်းမတင်သော၊ လူသားကောင်းကျိုးကိုသာ ရှေ့တန်းတင်သော လူ့လောကကို

စောင့်ရှောက်သူများ ဖြစ်ကြဖို့လိုသည်။ မည်သည့်ဘာသာကို ကိုးကွယ်သည်ဖြစ်စေ လူကောင်း သူကောင်းစိတ်ရှိသူတို့သည် ပို့(စ်)မော်ဒန်ယဉ်ကျေးမှု အယူအဆပေါ်၌ သက်ဝင်လှုပ်ရှားလာတော့မည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။

သို့ကြောင့် အနာဂတ်ကာလ၌ ခရစ်ယာန်၊ အစ္စလာမ်၊ ဟိန္ဒူ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုသော ဘာသာများအသီးသီးမှ ပို့(စ်)မော်ဒန်ယဉ်ကျေးမှုကို ဖက်တွယ်သူများသည် လူ့လောကကြီးကို တည်ဆောက်ကြမည်ဟု ယုံကြည်မိပါသည်။ တစ်ကိုယ်တော်ကောင်းစားရေး၊ စိတ်ကူးယဉ်ဝါဒကို ရှေ့တန်းမတင်သော အရောင်သွေးစုံ၊ ပဒေသာစုံ၊ ဘာသာစုံပါဝင်ပေါင်းစပ် ညီညွတ်သော လူကောင်းသူကောင်းများ ရှေ့တန်းသို့ ရောက်လာကြလိမ့်မည်ဖြစ်သည်။

ထိုအခါ တရားဝင် သတ်မှတ်ပြဋ္ဌာန်းခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်းမှာပင် သူ့အလိုလို ပေါ်ထွက်လာသော နှုန်းစံ၊ ကျင့်ဝတ်များရှိလာမည်ဖြစ်သည်။ ဒီမိုကရေစီနှင့်ပညာ အသားကျ၊ သဟဇာတဖြစ်မှုကပင် ပို့(စ်)မော်ဒန်ယဉ်ကျေးမှု ရှင်သန်ကြီးထွားလာစေရန် အထောက်အကူပြုမည် ဖြစ်သည်။

မြင့်ဝင်းမောင် (AZ)

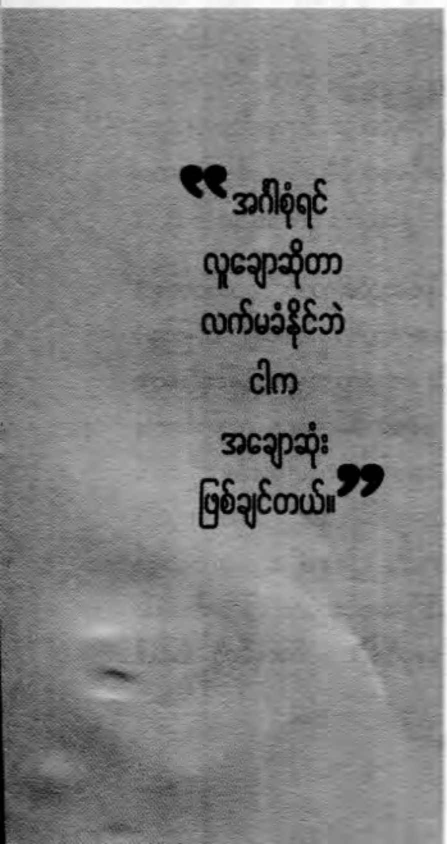
ဗုဒ္ဓဓမ္မလမ်း လူငယ်တွေ လျှောက်လှမ်းစေချင်

ကိုမင်းမောင်

(၁) သက္ကာယဒိဋ္ဌိ

သဘာဝအမှန်ကို မမြင်နိုင်သောကြောင့် သဘာဝတရားအကန့်၊ ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားအားထုတ်မှုအကန့်၊ ကံကြမ္မာအကန့်တို့သည် ရောထွေးနေပြီး တွေ့တွေ့သမျှ ငါနဲ့နှိုင်းပြီးတွေးသော ဘဝတွေဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ မိမိအိမ်ရှေ့ သစ်ပင်လေးတစ်ပင် ပေါက်လာတာကို ငါ့အပင်လို့မှတ်ပါတယ်။ ငါ့အပင်လေးကို နွားလာစားရင် ဒေါသထွက်ပြီး နွားနဲ့ရန်ဖြစ်ပါတယ်။ နွားပိုင်ရှင်နဲ့ ရန်ဆက်ဖြစ်ပါတယ်။ ငါ့ခွေးနဲ့ သူ့ခွေးကိုက်ရင် ဘာမှလည်းမဆိုင်ဘဲနဲ့ ငါ့ခွေးနိုင်စေချင်တယ်။ ဟိုဘက်အခန်းရယ်သံကြားတာသည် ငါ့ကိုစောင်းပြီး ရယ်တယ်လို့ ထင်ပါတယ်။

ဆိုင်ထဲမှာ အခြားလူတွေ စကားကျယ်ကျယ်ပြောနေခြင်းသည် ငါ့ကို စော်ကားနေတာလို့ မြင်ပါတယ်။ လူတွေအားလုံး အလုပ်လုပ်နေတာချင်း အတူတူ ငါကပိုပင်ပန်းတယ်လို့ ထင်တယ်။ အင်္ဂါစုံရင် လူချောဆိုတာ လက်မခံနိုင်ဘဲ ငါကအချောဆုံး ဖြစ်ချင်တယ်။ မူးနေတဲ့အချိန် KTV သွားတာတောင် မူးကြောင်ကြောင် အသံချင်းအတူတူကို ငါ့အသံက ပိုကောင်းတယ်လို့ ထင်ပြန်တယ်။ ဒီဘဝမှာ အကျင့်ပျက်ခြစား လုပ်ပိုင်ခွင့်ကို အသုံးချပြီး ငွေရလာတာကို ငါ့အတိတ်က ကံကောင်းလို့ ငွေရတာလို့ ထင်လာပါတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရားမြင့်မားစွာ ငြင်းဆန်နိုင်ခြင်းမရှိတာကို မမြင်ကြတော့ပါဘူး။ စာရေးဆရာကောင်း အများကြီးထဲကမှ ငါရေးတဲ့စာ အကောင်းဆုံးထင်နေပြန်ပါတယ်။ နောက်ဆုံးကုန်ကုန်ပြောရရင် တရားဟောနေတဲ့ ဆရာများကြားမှာတောင် ငါဟောတဲ့တရားက ပိုကောင်းတယ်လို့ ထင်နေတတ်ပါတယ်။ နေ့စဉ်ဘဝတွေမှာ ဒီလိုလူမျိုးတွေ ကိုယ့်ဘေးနားရှိနေရင် (သို့မဟုတ်) ကိုယ်က ငါတပ်နေတဲ့ ဘဝရောက်နေရင် အင်မတန် စိတ်ညစ်စရာကောင်းပြီး အလိုဘယ်တော့မှ မပြည့်တော့ပါဘူး။



(၂) ဝိစိကစ္ဆာ

သို့လော သို့လော တွေးတောပြီး ယုံခြင်း၊ မယုံခြင်းနဲ့ ဆုံးဖြတ်နေတဲ့ဘဝ ဖြစ်စေပါတယ်။ ငါ့ကိုယ်ငါလည်း မယုံပါဘူး။ ငါ့ကိုယ်ငါတောင် ယုံစရာမကောင်းမှတော့

> ❝မယုံမကြည် ဆက်ဆံတော့ စိတ်ဆင်းရဲစရာတွေ တွေ့ကြုံရပြီပေါ့။ ယုံကြည်စွာ ဆက်ဆံတော့ အလိမ်ခံရတာမျိုး ဖြစ်ပြန်တယ်။❞

သူများကိုလည်း မယုံပါဘူး။ မယုံမကြည် ဆက်ဆံတော့ စိတ်ဆင်းရဲစရာတွေ တွေ့ကြုံရပြီပေါ့။ ယုံကြည်စွာ ဆက်ဆံတော့ အလိမ်ခံရတာမျိုး ဖြစ်ပြန်တယ်။ ဘာအလုပ်မှ တွဲမလုပ်ရသေးဘူး ကွဲကြ၊ ပြဲကြပြန်ပြီ။ ဦးတည်တာက အများကောင်းစားရေး၊ ယုံကြည်ချက်ခံယူချက် မခိုင်မြဲ သံသယကဲနေတော့ ရည်ရွယ်ချက် ကောင်းရင်တောင် ကွဲကြ၊ ပြဲကြပါတယ်။ လမ်းတွေ့ရင်တောင် သားအမိချင်း၊ သမီးနဲ့အဖေ၊ မိတ်ဆွေ ရောင်းရင်း ခပ်ကင်းကင်းနေရင်း မခေါ်နိုင် မပြောနိုင်ဘဝတွေ ဖြစ်ကုန်တယ်။ ဘယ်လောက်ဆိုးဝါးတဲ့ ဘဝတွေလဲ။ ဒီလိုဘဝတွေက ငြိမ်းချမ်းရေးလုပ်နေတယ်ဆိုရင်တော့ ကစားတာပါပဲ ဖြစ်မှာပါ။ ယုံခြင်း၊ မယုံခြင်းနဲ့ မဆက်ဆံကြဘဲ သိပြီးဆက်ဆံကြရမှာပါ။

၃။ သီလဗ္ဗတပရာမာသ

ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားအားထုတ်ရတဲ့ အကန့်အတွင်းကို သဘာဝတရားနဲ့ ကံကြမ္မာအကန့်က တိုးဝင်လာတော့ ကိုယ့်အကန့်က ကျဉ်းလာပါတယ်။ ဒီတော့ ကြောက်လန့်ပြီး ဆုတောင်းပါတယ်။ ယဇ်ပူဇော်ပါတယ်။ နတ်ကိုးကွယ်ပါတယ်။ Super moon ဖြစ်စဉ်မှာတောင် ပရိတ်ကောက်ရွတ်နေကြပါပြီ။ ဓမ္မစေတီခေါင်းလောင်း ချင်းတွင်းမြစ်မှာပေါ်မယ်ဆိုလည်း အဟုတ်မှတ်နေကြပါပြီ။ ရှေးခေတ်လူသားများ မီးနတ်ကိုးကွယ်သလိုမျိုး၊ စွမ်းအားရှင်ကိုးကွယ်သလိုမျိုးတွေဟာ အခုခေတ်ထိ ပြောင်းလဲမှုမရှိသေးပါဘူး။

ဒီအစွဲတွေ ကျွတ်တဲ့သူကျွတ်နေပါပြီ။ ငယ်ဘဝမှာ အိမ်တွင်းနတ်တင်ထားတဲ့ ကြက်ကြော်တွေ၊ အရက်တွေ ခိုးသောက်ခဲ့တဲ့ ကလေးတွေ အခုလူကြီးဖြစ်လာတော့ အိမ်တွင်းနတ်တင်တဲ့အလုပ်ကို မလုပ်ကြတော့ပါဘူး။ နတ်ကို အရေးမလုပ်ခဲ့တဲ့ လူကြီးတွေရဲ့ ကလေးတွေဟာ နတ်တွေနဲ့ ထိတွေ့ခွင့်မရှိတော့တဲ့အတွက် ဒီကလေးတွေရဲ့ နောက်မျိုးဆက်မှာတော့ တောင်ပြုံးပွဲ၊ ရတနာ့ဂူပွဲ၊ ကူနီပွဲတို့မှာ နတ်ဆိုတာ ဒီလိုကြီးလားဆိုပြီး ကြည့်ကြရတော့မှာပါ။ ဗုဒ္ဓဘာသာဆရာတော်တွေရဲ့ ဟောပြောချက် အထောက်အကူနဲ့ အကောင်အထည်ဖော်ပြလို့မရတဲ့ နတ်တွေကိုးကွယ်မှု လျော့လာပေမယ့် ဗေဒင်မေးခြင်းတွေကတော့ ရှိနေဦးမယ် ထင်ပါတယ်။ ဗေဒင်ဆိုတာ လူ့သဘောသဘာဝတွေ၊ ဖြစ်တတ်တဲ့သဘောတွေကို အုပ်စုခွဲထားတဲ့ ဘာသာရပ်တစ်ခုပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လူတွေရဲ့အလို၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှု ပြဿနာတွေကို သူ့နည်းသူ့ဟန်နဲ့ ဖြေရှင်းပေးနေခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူငယ်များတစ်ခု သတိထားရမှာက တစ်သက်လုံး လူမှန်းသိတတ်တဲ့ အချိန်ကနေ ဗေဒင်သွားမေးတဲ့ အချိန်ထိ ကိုယ့်ရဲ့အကြောင်းကို ၁၀ မိနစ်လောက်ပဲ တွေ့တဲ့သူဆီ သွားမေးနေတဲ့ အဖြစ်ကိုပါ။ ကိုယ့်ရဲ့ အကြောင်းကိုတောင် ကိုယ်မသိတော့ဘူးလား။ ကိုယ်ဘာဖြစ်လာမယ်ဆိုတာက ကိုယ့်အပေါ်မှာပဲ မူတည်တာပါ။

> **"ငယ်ဘဝမှာ အိမ်တွင်းနတ်တင်ထားတဲ့ ကြက်ကြော်တွေ၊ အရက်တွေ ခိုးသောက်ခဲ့တဲ့ ကလေးတွေ အခုလူကြီးဖြစ်လာတော့ အိမ်တွင်းနတ်တင်တဲ့အလုပ်ကို မလုပ်ကြတော့ပါဘူး။"**

လူငယ်များကို D သုံးလုံး အကြောင်း ကြားဖြတ်တင်ပြချင်ပါတယ်။ Dream, Drive, Destination ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အိပ်မက်တွေဟာ လူငယ်တွေရဲ့ဘဝအတွက် အရေး

ကြီးပါတယ်။ ဥပမာ ဆရာဝန်တစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုပါစို့။ မိမိအိပ်မက်တွေ လက်တွေ့ဘဝမှာ ဖြစ်ဖို့အတွက် မောင်းနှင်မှု လိုအပ်ပါတယ်။ မောင်းနှင်မှုမကောင်းရင်တော့ မိမိလိုရာပန်းတိုင်ကို မရောက်ရှိနိုင်ပါဘူး။ နောက်ထပ်အရေးကြီးတဲ့အချက်ကို တင်ပြရရင် ဆရာဝန်ဖြစ်ပြီဆိုပါစို့၊ ဘာဆက်လုပ်မှာလဲ။ နောက်ထပ် Dream တစ်ခုကို ထပ်ပြီးပုံဖော်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ငယ်ဘဝက မက်ခဲ့တဲ့အိပ်မက်ဟာ အသက် ၂၀ ဝန်းကျင်လောက်မှာ

> "တစ်သက်လုံး လှုမှန်းသိတတ်တဲ့ အချိန်ကနေ ဗေဒင်သွားမေးတဲ့အချိန်ထိ ကိုယ့်ရဲ့အကြောင်းကို ၁၀ မိနစ်လောက်ပဲ တွေ့တဲ့သူဆီ သွားမေးနေတဲ့ အဖြစ်ကိုပါ။"

ပြည့်သွားတတ်ပါတယ်။ ကျန်တဲ့နှစ် ၄၀ ကျော်လောက်ကို ရည်ရွယ်ချက်မဲ့ လျှောက်လှမ်းသွားတတ်ပါတယ်။ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးမလား၊ ဗေဒင်ကို အားကိုးမလားဆိုတာကတော့ လူငယ်များရဲ့ အသိတရားပေါ်မှာပဲ မူတည်ပါတယ်။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ သီလဗ္ဗတ ပရာမာသ အစရှိတဲ့ (၃)မျိုးကတော့ လူငယ်များ ကောင်းကောင်း ဖယ်ရှားနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒီ (၃) မျိုးကို ဖယ်ရှားလိုက်တာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် လူငယ်များ ကိုယ့်ခြေထောက်ပေါ် ကိုယ်ရပ်ပြီး ကိုယ့်ရဲ့တိုးတက်မှုကို ကိုယ်တိုင်ဖန်တီးနိုင်တဲ့ အပြင် ဘဝရဲ့အေးငြိမ်းရာလမ်းစကို ရှာတွေ့ပြီလို့သာ မှတ်လိုက်ပါတော့။

၄။ ကာမရာဂ

အာရုံများကို ဆာလောင်စွဲလမ်းတဲ့ ကာမုပါဒါန်နဲ့ ဘဝတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအဆင့်ကိုတော့ လူငယ်များပယ်ဖို့ မလွယ်ပါဘူး။ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်တောင် မပယ်နိုင်သေးတဲ့အရာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သိထားတာ

> "ကာမရာဂဟာ အလွန်အကျွံ မစွဲလမ်းဘဲ သတိနဲ့သုံးတတ်ရင် တက်ကြွရွှင်လန်း စေပါတယ်။"

ကောင်းပါတယ်။ ကိုယ်ပယ်ချင်စိတ်ရှိတဲ့အခါ ကြိုးစားပြီး ပယ်သတ်လို့ ရတာပေါ့။ အသံ၊ အနံ့၊ အဆင်း၊ အရသာ၊ အထိအတွေ့၊ အာရုံဟောင်းဆိုတဲ့ အာရုံ (၆)ပါး စွဲလမ်းခြင်းဘဝကနေ လွတ်မြောက်နိုင်ဖို့ အတော်မလွယ်တဲ့ကိစ္စပါ။ သို့ပေမယ့် လူငယ်များ တစ်ခုသိထားရမှာက ဉာဏ်တစ်ခု အလင်းပေါက်မှ ဒီကာမရာဂကို ပယ်နိုင်တာမဟုတ်ပါဘူး။ ဥပမာ သကဒါဂါမ်၊ အနာဂါမ်ဖြစ်မှ ဒီအချက်ကို ပယ်နိုင်တာမဟုတ်ပါဘူး။ ဒီအချက်ကို ပယ်လိုက်နိုင်မှ သကဒါဂါမိ၊ အနာဂါမိ ဖြစ်သွားတယ်ဆိုတာပါပဲ။ ဒါကြောင့် ဘယ်လိုအသံပဲဖြစ်ဖြစ် အသံလို့ပဲ သဘောထားနိုင်မှ ဖြစ်မယ်။ ဒီလိုမှမဟုတ်ဘဲ ကောင်မလေးအသံ၊ ကောင်လေးအသံ၊ ချိုတယ်၊ ရှတယ်၊ ချွဲပြစ်တယ်၊ အသံသာတယ်ဆိုပြီး သရုပ်ခွဲနေလို့ကတော့ ကာမရာဂကို ဘယ်လိုမှပယ်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ လူငယ်များအဖို့ Facebook က Profile Picture နဲ့ Chat Box က message တွေမှာတောင် သာယာနေတတ်တော့ ပယ်ဖို့ဆိုတာက မလွယ်လောက်ပါဘူး။ လူငယ်တွေအနေနဲ့ ပယ်ဖို့ကိုလည်း မကြိုးစားစေချင်ပါဘူး။ ကာမရာဂဟာ အလွန်အကျွံ မစွဲလမ်းဘဲ သတိနဲ့သုံးတတ်ရင် တက်ကြွရွှင်လန်းစေပါတယ်။ ကာမရာဂဟာ ဒီသဘောပါလားလို့ သိထားရင်ရပါပြီ။ နောက်တစ်ခုသတိထားရမှာက အသံတစ်ခုကို အသံလို့ပဲ ကာမရာဂကင်းစွာ သိရမယ့်အချိန်မှာ ဖြစ်လေရာဘဝတိုင်း၌ အသံကောင်း၊ ရုပ်ချော၊ အနံ့သင်း၊ အိစက်ညက်ညောတဲ့ အသားအရေ ပိုင်ဆိုင်နိုင်သည့် အကျိုးပေးရှိသည်ဟု ယုံကြည်နေ

ခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ဆုတောင်းနေခြင်းသည်လည်းကောင်း ဗုဒ္ဓသဘောနဲ့ မကိုက်ညီပါဘူး။ ကာမရာဂကို ဒီဘဝတင် ခွဲလမ်းလို့ အားမရသေးဘဲ အစွဲအားကြီးတော့ နောက်ဘဝထိတောင် ပါလာမယ် ထင်နေတတ်တယ်။ ဒီလိုလူတွေ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး ကာမရာဂသဘောကို နားလည်ပါတော့မလဲ။ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ နွယ်နေပြီလေ။

> "လျှုနေတဲ့အချိန်မှာ သူတစ်ထူးအကျိုးရှိဖို့ လှူနေတာလား ကိုယ့်နောင်ကျိုးအတွက် လှူနေတာလား စဉ်းစားပါ။"

၅။ ပဋိဃ

မုန်းတီးစိတ်နှင့်တကွသော ဒေါသနဲ့ဘဝတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဘဝကနေ လွတ်မြောက်ဖို့ရာကတော့ ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါးဖြစ်တဲ့ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာနဲ့ ပြည့်စုံမှုရမှာပါ။ ဒီစကားလုံးတွေက ကြားနေကျဖြစ်တဲ့အတွက် လွယ်လွယ်လေးလို့ ထင်ပါလိမ့်မယ်။ မေတ္တာဆိုတာ အကျိုးလိုလားခြင်းပါ။ ဥပမာ လှူနေတဲ့အချိန်မှာ သူတစ်ထူးအကျိုးရှိဖို့ လှူနေတာလား ကိုယ့်နောင်ကျိုးအတွက် လှူနေတာလားစဉ်းစားပါ။ နောင်ကျိုးမဲ့စွာနဲ့ လိုအပ်နေတဲ့ လူတွေကို လှူခြင်းကသာလျှင် မေတ္တာနဲ့လှူခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာပြည်သူတွေ အရိုးစွဲနေတဲ့ လှူဒါန်းခြင်းတစ်ခုတည်းကိုပဲ မေတ္တာတရားနဲ့ ကပ်ပြခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်တဲ့အရာတွေကတော့ မိမိဘာသာ စဉ်းစားတွေးတောကြည့်နိုင်ပါတယ်။ နောက်တစ်ခုကတော့ ဥပေက္ခာတရားပါ။ မိမိကနေ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကို မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာအပြည့်နဲ့ ကူညီလိုက်တဲ့အခါ တစ်ဖက်လူရဲ့ ကျေးဇူးတုံ့ပြန်မှု၊ ကျေးဇူးစွပ်စော်ကားမှု

အပေါ်မှာ ဒေါသမဖြစ်ခြင်း (ဒေါမနဿ)၊ ဝမ်းမြောက်မှုမရှိခြင်း (သောမနဿ) အစရှိတဲ့ တူညီမျှတသော စိတ်ထားနိုင်ခြင်းကို ဆိုလိုတာဖြစ်ပါတယ်။ နောက်တစ်နည်း မိမိလုပ်ကိုင်သမျှ အားလုံးအတွက် အဆိုးလုပ်ကိုင်မိရင် ငရဲသို့သွားဖို့ အရမ်းမမျှော်လင့်မိပေမယ့်၊ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ပြန်ရချင်တဲ့မျှော်လင့်မှု၊ အကျိုးပေးကို မျှော်လင့်မှုသည်လည်း ဥပေက္ခာမမြောက်ပါဘူး။ နောက်ပြီး မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာမပါဝင်တဲ့ အဖက်မလုပ်တော့ခြင်းဟာ ဥပေက္ခာမတူပါဘူး။ လျစ်လျူရှုခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လျစ်လျူရှုတာနဲ့ ဥပေက္ခာမတူပါဘူး။ ဥပေက္ခာမှာ မေတ္တာနဲ့ အကျိုးလိုလားစွာ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း၊ ကရုဏာနဲ့ စောင့်ရှောက်ပေးခြင်း၊ မုဒိတာအပြည့်နဲ့ အားပေးကူညီခြင်းတို့ ပါဝင်ပြည့်စုံရပါတယ်။ ဗိုလ်အောင်ဒင်လေသံနဲ့မေးရရင်တော့ "လွယ်သလား ခက်သလားရာမ" လို့ပဲ မေးလိုက်ပါရစေတော့ လူငယ်တို့ရေ။

လူငယ်များအနေနဲ့ တင်ပြထားတဲ့အချက် (၁) ကနေ (၅) ထိ ပယ်သတ်နိုင်ရင် ဘဝနေထိုင်မှုပညာမှာ ဆင်းရဲခြင်းအတော်ကင်းကင်း နေနိုင်ပြီလို့ ပြောလိုက်ပါရစေ။ ဒီအချက်တွေ ပယ်သတ်နိုင်ဖို့က လိုအပ်ချက်နှစ်ခုရှိပါတယ်။ သတ္တိရှိဖို့နဲ့ ရိုးသားဖို့ဖြစ်ပါတယ်။ ဗုဒ္ဓဘုရားအနေနဲ့ ဓမ္မစကြာတရားဦးဟောစဉ်က "ဒွေမေ ဘိက္ခဝေ အန္တာ ပဗ္ဗဇိတေန နသေဝိတဗ္ဗာ" လို့ အစပျိုးခဲ့ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ "ပဗ္ဗဇိတေန" ဆိုတဲ့ပုဒ်ကို ရိုးသား၊ သတ္တိရှိသူ၊ စွန့်ဝံ့သူလို့ ဘာသာပြန်ကြပါတယ်။ စွန့်ဝံ့သူဟာ အောင်ကြောင်းဖြာပါသတဲ့ လူငယ်တို့ရေ။

ကိုမင်းမောင်

လူချင်းအတူတူ ဘယ်သူမြတ်သလဲ

သန်းငြိမ်းအေး

Az.

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ ကျော်က အမျိုးအနွယ်လေးပါး ခွဲခြားသတ်မှတ်သည့် ဆက်ဆံရေးရှိသည်။ မင်းမျိုး၊ ပုဏ္ဏားမျိုး၊ ကုန်သည်မျိုး၊ သူဆင်းရဲမျိုးဟူ၍ လေးမျိုးရှိသည်။ ပုဏ္ဏားမျိုးသာ အမြတ်ဆုံးဟု ပုဏ္ဏားတို့က ခံယူကျင့်သုံးလေသည်။ ပုဏ္ဏားတို့သည် ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏ သာကီဝင်မင်းမျိုးကိုပင် ဇာတ်နိမ့်သူများဟု သတ်မှတ်ယူဆကြလေသည်။ ပုဏ္ဏားတို့သည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ကား ဇာတ်မြင့်အနွယ်များဟု ထင်မှတ်ခံယူကြလေသည်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် မည်သည့်အမျိုးအနွယ်က မြတ်သည် မည်သည့်အမျိုးအနွယ်က ယုတ်သည်ဟူသော ယူဆချက်သည် မမှန်ကြောင်း၊ ဝိဇ္ဇာနှင့် စရဏကသာ မြတ်ကြောင်း၊ သီလသမာဓိပညာရှိသူတို့ကသာ မြတ်ကြောင်း ဟောကြားဆုံးမရသည်မှာ အကြိမ်ကြိမ် အခါခါပင် ဖြစ်သည်။

> ❝ လူချင်းအတူတူ ဖြစ်ကြပါလျက် ဘယ်သူကမြတ်သည်၊ ဘယ်သူက ယုတ်သည်ဟူ၍ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများ ရှိနေပေသေးသည်။ ❞

အထူးသဖြင့် ဒီဃနိကာယ်တွင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူသော သုတ်များသည် အမျိုးအနွယ်က အယုတ်အမြတ် မရှိဘဲ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာကသာ မြတ်ကြောင်း ထင်ရှားစေခဲ့သည်။

ကျွန်တော်တို့၏ လက်ရှိဘဝတွင်လည်း လူချင်းအတူတူဖြစ်ကြပါလျက် ဘယ်သူကမြတ်သည်။ ဘယ်သူက ယုတ်သည်ဟူ၍ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများ ရှိနေပေသေးသည်။ ကမ္ဘာသည် ဂလိုဘယ်လိုက်ဇေးရှင်းဖြစ်လျက် ကမ္ဘာ့ရွာဟု တင်စားခေါ် ယူရလောက်အောင် ဖြစ်နေလင့်ကစား လူများစွာ၏ နှလုံးသားတွင် လူတန်းစားခွဲခြားချင်စိတ်၊ အသားအရောင်ခွဲခြားလိုစိတ် ချမ်းသာသူနှင့် ဆင်းရဲသား၊ ပညာတတ်နှင့် ပညာမဲ့ဟူသည့် ခွဲခြားဆက်ဆံလိုစိတ်များမှာ ရှိနေဆဲပင်။ ယနေ့လက်ရှိ လူအချင်းချင်း ခွဲခြားဆက်ဆံလိုစိတ်များသည် ဗုဒ္ဓမပွင့်မီ ကာလများကလည်း ရှိနေခဲ့၏။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာပွင့်တော်မူပြီး နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ ကျော် ယနေ့ကာလတွင်လည်း ရှိနေသေး၏။ နောင်တွင်လည်း ရှိနေပါဦးမည်။

သို့တစေ လူအားလုံး မသိနားမလည်၊ လက်မခံ၊ မကျင့်သုံးကြစေကာမူ လူအနည်းငယ် သိရှိ၊ နားလည်၊ လက်ခံ၊ ကျင့်သုံးကြလျှင် အကောင်းဘက်သို့ ရွေ့ရှခြင်းမည်၏ဟု သဘောရပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဒီဃနိကာယ်၊ ပါထိကဝဂ်၊ အဂ္ဂညသုတ်ကို ထုတ်နုတ်တင်ပြလိုက်ပါသည်။

သာဝတ္ထိပြည် ပုဗ္ဗာရုံကျောင်းတော်၌ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ်အခါက ပုဏ္ဏားမျိုးမှ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာထံ ရဟန်းပြုလာသော ဝါသေဋ္ဌအား ပုဏ္ဏားများက -

"ဝါသေဋ္ဌ ... တို့ ပုဏ္ဏားမျိုးက အမျိုးလေးပါးမှာ အမြတ်ဆုံးကွ။ ကျန်တဲ့အမျိုးအနွယ်တွေက တို့ပုဏ္ဏားမျိုးလို မြတ်တာမဟုတ်ဘူး။

တို့ပုဏ္ဏားမျိုးက စင်ကြယ်တယ်။ တခြားမျိုးနွယ်တွေက စင်ကြယ်တာ မဟုတ်ဘူး။ မည်းညစ်တဲ့ အမျိုးတွေ။ တို့က ဗြဟ္မာ့ခံတွင်းက ဖွားတာ၊ ခုတော့ မင်းဟာက ဗြဟ္မာရဲ့ ခြေဖမိုးကဖွားတဲ့ ဦးပြည်းရဟန်းတွေဆီမှာ တပည့်ခံတာ မနိုပ်ပါဘူးကွာ။ ဇာတ်မြင့်က ဇာတ်နိမ့်တွေ လက်အောက်မှာ ခေါင်းလျှိုဝင်ရတာတော့ မသင့်လျော် မလျောက်ပတ်ပါဘူးကွာ" ဟု ပြစ်တင်ကဲ့ရဲ့ကြလေသည်။

တချို့ ပုဏ္ဏားများကဆိုလျှင် မိုက်ရိုင်းစွာ ဆဲရေးကြလေ၏။

ထိုအကြောင်းသိတော်မူသော ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက

"ဝါသေဋ္ဌ … ပုဏ္ဏားတို့၏ ဇနီးမယားတွေ ဥတုလာခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ သားဖွားခြင်း၊ နို့တိုက်ခြင်းမှာ အခြားမိန်းမများနှင့် အတူတူဖြစ်ပါလျက် ပုဏ္ဏားမျိုးသာ မြတ်တယ်၊ တခြားအမျိုးအနွယ်တွေက ယုတ်တယ်လို့ ပြောခြင်းသည် မမှန်တဲ့စကားလည်း ဖြစ်တယ်။ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကိုလည်း ပွားများစေရာရောက်တယ်" ဟု စတင်မိန့်ဆိုသည်။

"ဝါသေဋ္ဌ … မင်းမျိုး၊ ပုဏ္ဏားမျိုး၊ ကုန်သည်မျိုး၊ သူဆင်းရဲမျိုးလို့ အမျိုးလေးမျိုး ခွဲခြားပြောဆိုကြရာမှာ တချို့မင်းမျိုးတွေဟာ သူ့အသက်သတ်တယ်။ သူ့ဥစ္စာခိုးတယ်၊ အချို့သော ပုဏ္ဏားမျိုးတွေလည်း သူ့အသက်သတ်၊ သူ့ဥစ္စာခိုးတာပဲ။ ကုန်သည်မျိုး၊ သူဆင်းရဲမျိုးတွေလည်း မကောင်းမှုပြုတာပါပဲ။ အချို့မင်းမျိုးတွေဟာ မကောင်းမှုမှရှောင်ကြဉ်ကြတယ်။ ပုဏ္ဏားမျိုး၊ ကုန်သည်မျိုး၊ သူဆင်းရဲမျိုးတွေထဲမှာလည်း အကုသိုလ်မကောင်းမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ကြတဲ့သူတွေ ရှိတယ်။ သို့ပါလျက် ပုဏ္ဏားမျိုးမှမြတ်တယ် ဆိုတာကတော့ လက်မခံနိုင်စရာပဲ" ဟု ဆက်လက်မိန့်ဆိုလေသည်။

ဝါသေဋ္ဌသည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ မိန့်ကြားချက်များကို ဆိတ်ဆိတ်နေပြီး နာယူနှလုံးသွင်းလျက် ရှိလေသည်။

"ဝါသေဋ္ဌ"

"အရှင်ဘုရား"

"အမျိုးလေးပါးတွင် အကြင်ရဟန်းသည် ပူဇော်အထူးခံထိုက်တယ်။

အာသဝေါတရား ကုန်ခန်းတယ်။ မဂ်အကျင့်ကို ကျင့်သုံးတယ်။ မဂ်ကိစ္စပြုပြီးဖြစ်တယ်။ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်ပြီးဖြစ်တယ်။ သံယောဇဉ်ကုန်ပြီးဖြစ်တယ်။ အဲဒီရဟန်းဟာ အမျိုးလေးပါးမှာ အမြတ်ဆုံးလို့ ဆိုအပ်တယ်။ ဒါကြောင့် ဤလောကမှာ တရားသာလျှင် အမြတ်ဆုံးဖြစ်ပေတယ်။"

"ရဟန်းဂေါတမဟာ သာကီဝင်မင်းမျိုးမှ ရဟန်းပြုတယ်။ သာကီဝင်မင်းမျိုးတွေဟာ ပသေနဒီကောသလမင်းကို ရှိခိုးခြင်း ခရီးဦးကြိုဆိုခြင်းပြုကြရတယ်။ ကောသလမင်းက ငါဘုရားကို ရှိခိုးခြင်း၊ ခရီးဦးကြိုဆိုခြင်းပြုရတယ်။ အဲဒါဘာဖြစ်လို့လဲ"

ဝါသေဋ္ဌ မဖြေဘဲနေ၏။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကပင်

"ဝါသေဋ္ဌ … ဒီလိုလုပ်တာဟာ တရားကို အရိုသေအလေးအမြတ်ပြုခြင်းဘဲဖြစ်တယ်။ သင်တို့ ရဟန်းပြုပြီးနောက် အမျိုးအနွယ်ကို ဝန်ခံကြသေးရဲ့လား"

"ဝန်မခံတော့ပါဘူး ဘုရား …"

"ထိုရဟန်းဟာ ငါကား မြတ်စွာဘုရား၏ ရင်မှဖြစ်၍ မြတ်စွာဘုရား၏ ခံတွင်းမှဖွားသော တရားအမွေခံပေတည်းဟု ဆိုခြင်းငှာထိုက်လို့ပဲ။ ဝါသေဋ္ဌ ဤကမ္ဘာလောကကြီး ပျက်စီးတဲ့အခါ သတ္တဝါအများစုဟာ အာဘဿရာဘုံ၌ ဖြစ်ကြတယ်။ ကိုယ်ရောင်ကိုယ်ဝါ လင်းလက်ကြတယ်။ ဤကမ္ဘာလောကကြီး တစ်ဖန်ဖြစ်တည်တဲ့အခါမှာ အာဘဿရာဘုံမှ စုတေပြီး ဤလူ့ဘုံမှာ ဖြစ်ကြတယ်။ နေ့ညမထင်ရှားဘူး။ နေလနက္ခတ်မရှိ မှောင်နေတယ်။ မြေဆီတွေက ထောပတ်လိုမွှေးတယ်။ လူတစ်ယောက်က မြေဆီလွှာကို စားကြည့်တယ်။ အခြားလူတွေကလည်း လိုက်တုပြီးစားကြတယ်။ အဲဒီမှာ တပ်မက်ခြင်းတဏှာ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်"

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ဝါသေဋ္ဌအား ကမ္ဘာလောက ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို မိန့်ကြားနေခြင်းဖြစ်သည်။

"နောက်ဆုံးမှာ ကိုယ်ယောင်တွေ ပျောက်သွားတယ်။ နေ့ည ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ နေတွေ လတွေ နက္ခတ်တွေ ဖြစ်လာတယ်။ အဆင်းလှသူမလှသူရယ်လို့ နှစ်မျိုးကွဲပြားပြီး မာန်မူခြင်းဖြစ်လာတယ်။ မြေဆီတွေ ကွယ်

ပျောက်သွားတယ်။ ပထမတော့ သလေးစပါးတွေ အလေ့ကျပေါက်တယ်။ တစ်နပ်စာခူးဆွတ်ပြီး စားကြတယ်။ နောက်တော့ နေ့ဖို့ညစာ အပိုအလျှံတွေ ခူးဆွတ်လာကြတယ်။ နောက်ယောကျ်ားလိင်အင်္ဂါ မိန်းမလိင်အင်္ဂါတွေ ထင်ရှားပေါ်လာပြီး တပ်မက်ခြင်း လွန်မင်စွာ ပေါ်ပေါက်လို့ မေထုန်အကျင့် မှီဝဲကြတယ်။ လုံခြုံတဲ့အိမ်တွေ ဆောက်လုပ်နေထိုင်ကြတယ်။ ဒီလိုနဲ့ အမျိုးလေးပါး ပေါ်ပေါက်လာတာ။ အုပ်ချုပ်တဲ့ မဟာသမ္မတ ပေါ်ပေါက်လာတာ"

> "အခြားလူတွေကလည်း လိုက်တုပြီး စားကြတယ်။ အဲဒီမှာ တပ်မက်ခြင်းတဏှာ ဖြစ်ပေါ်လာတယ်"

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက ကမ္ဘာပျက်ပြီး ကမ္ဘာပြန်တည်ပုံနှင့် လူ့သမိုင်း ဖြစ်ပေါ်ပုံကို မိန့်ကြားတော်မူလေသည်။

"ဝါသေဋ္ဌ"

"အရှင်မြတ်ဘုရား"

"အမျိုးလေးပါးမှာ မင်းမျိုးဖြစ်စေ၊ ပုဏ္ဏားမျိုးဖြစ်စေ၊ ကုန်သည်မျိုးဖြစ်စေ၊ သူဆင်းရဲမျိုးဖြစ်စေ၊ ရဟန်းဖြစ်စေ မကောင်းမှုဒုစရိုက်ပြုကျင့်ပြီး မှားတဲ့မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူရှိလျှင် သေတဲ့အခါမှာ အပါယ်ငရဲကို ကျရောက်မယ်။ ကောင်းမှု ကုသိုလ်သုစရိုက်ကို ပြုကျင့်ပြီး မှန်တဲ့သမ္မာဒိဋ္ဌိအယူရှိလျှင် သေတဲ့အခါမှာ လူနတ်ပြဟ္မာအစရှိတဲ့ သုဂတိကိုလားရောက်မယ်။ ဒုစရိုက် သုစရိုက်နှစ်မျိုးစလုံးကို ကျင့်ကြံတဲ့သူတွေကတော့ ဆင်းရဲချမ်းသာ နှစ်မျိုးစလုံး ခံစားကြရမယ်။ ဘယ်အမျိုးဖြစ်ဖြစ် ကိုယ်၊ နှုတ်၊ နှလုံး သုံးပါးကိုစောင့်ရှောက်၊ ဗောဓိပက္ခိယတရားခုနစ်ပါးတို့ကို ပွားများအားထုတ်တဲ့ သူကတော့ မျက်မှောက်ဘဝမှာပဲ ကိလေသာငြိမ်းအေးခြင်းသို့ရောက်မယ်" ဟု အကျယ်တဝင့် မြွက်ကြားတော်မူလေသည်။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာက

"ဝါသေဋ္ဌ … လူတို့သည် အမျိုးအနွယ်ကို အားကိုးကြတယ်။ အမျိုးလေးပါးမှာ အသိဉာဏ်ဝိဇ္ဇာ၊ အကျင့်စရဏတို့နှင့် ပြည့်စုံသောသူသည်သာ အမြတ်ဆုံးဖြစ်တယ်"ဟု အမြတ်ဆုံးလူကို ညွှန်ပြပြီး ဒေသနာတော်ကို အဆုံးသတ်လေ၏။

ပုဏ္ဏားမျိုးမှ ရဟန်းပြုလာခဲ့သော ဝါသေဋ္ဌသည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ "လူချင်းအတူတူ ဘယ်သူအမြတ်ဆုံးလဲ" တရားတော်ကို နာကြားရပြီး ဝမ်းမြောက်ပီတိဖြစ်လျက် ခံယူကျင့်သုံးလေသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် နေ့စဉ်နေ့တိုင်းပင် အိုနေပါလားဟု သိကြပါစေ။

ကျွန်တော်တို့သည် နေ့စဉ်နေ့တိုင်းပင် နာနေပါလားဟု သံဝေဂဖြစ်မိပါစေ။

ကျွန်တော်တို့သည် နေ့စဉ်နေ့တိုင်းပင် သေနေပါလားဟု တွေးမိပါလေစ။

ဘယ်အရာမှ မမြဲပါလား၊ အနိစ္စပါလား။

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာများကို ရေးရေးမျှ မြင်ပြီလား။

မွေး…အို…နာ…သေ…မွေး ဖြစ်စဉ်ကို သတိထားမိသောအခါ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ လက္ခဏာရေးသုံးပါးကို ရေးရေးမျှ သိနားလည်သောအခါ ကျွန်တော်တို့သည် လူချင်းအတူတူ ဖြစ်ကြကြောင်း လက်ခံမိပါလိမ့်မည်။ လူချင်းအတူတူတွင် ဝိဇ္ဇာစရဏပြည့်စုံသူက အမြတ်ဆုံးဖြစ်ကြောင်းလည်း သိနားလည်လာပေလိမ့်မည်။

ထိုအခါကျမှသာ အမျိုးအနွယ်သည် အဓိကမကျဘဲ ဝိဇ္ဇာစရဏပြည့်စုံခြင်း၊ မပြည့်စုံခြင်းကသာ အဓိကကျကြောင်း လက်ခံကြပေလိမ့်မည်။ ဝိဇ္ဇာဆိုသည်မှာ ဉာဏ်ပညာဖြစ်၍၊ စရဏဆိုသည်မှာ အကျင့်ဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်။ ဉာဏ်ပညာဦးဆောင်သော ကောင်းသောအကျင့်စရိုက်ရှိသူသာ လူ့လောကၛ အမြတ်ဆုံးလူပင် ဖြစ်ပါသတည်း။

သန်းငြိမ်းအေး

နေခြင်း သေခြင်းနှင့် လွတ်မြောက်ခြင်း

ဒေါက်တာမတင်ဝင်း (ပညာရေးတက္ကသိုလ်)

ကျွန်မတို့ မြန်မာနိုင်ငံတွင် အများစုမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဖြစ်ကြပါသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာတွင်လည်း အခြားကိုးကွယ် ယုံကြည်မှုများမှာကဲ့သို့ပင် ဂိုဏ်းကွဲများရှိကြသဖြင့် မည်သည့်ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဖြစ်ပါသနည်းဟု မေးလိုက်လျှင် အများက ထေရဝါဒီများ ဖြစ်ကြသည်ဟု မဆုတ်မဆိုင်း ဖြေဆိုကြမည် ဖြစ်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် ထေရဝါဒီများဟု ခေါ်သနည်းဟု ထပ်ဆင့်မေးလိုက်လျှင်မူ အနည်းငယ်ဖြစ်စေ တုံ့ဆိုင်းသွားကြမည် ဖြစ်သည်။

"ကံ (ကမ္မ) ဆိုသည်မှာ သတ္တဝါတစ်ဦးဦး ကိုယ်တိုင်ပြုထားသောအမှု၏ အကျိုးသက်ရောက်မှု သို့မဟုတ် အကျိုးဆက် ဖြစ်ပါသည်။"

ထေရဝါဒီများဟု ဆိုရသည်မှာ မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတော်မူပြီးနောက် သက်တော်ရှည် ရဟန္တာကြီးဖြစ်တော်မူသော အရှင်မဟာကဿပ ဦးစီးသည့် ရဟန္တာအရှင်မြတ်ငါးရာတို့ စုဝေးကာ သင်္ဂါယနာတင်တော်မူ ကြပါသည်။ ထိုပထမသင်္ဂါယနာ တင်ကြသည့်အချိန်တွင် ပါဝင်သော မထေရ်ကြီးများက မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့သော တရားများကို တစ်လုံးတစ်ပါဒမှ ချန်ထားခဲ့ခြင်း ပယ်နှုတ်ထားခဲ့ခြင်းစသည်တို့ကို ပြုတော်မမူကြဘဲ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူထားသည့်အတိုင်း အပြည့်အစုံ သန့်စင်ရှင်းလင်းတော်မူပြီးလျှင် တစ်ပေါင်းတည်းရွတ်ဆို၍ သင်္ဂါယနာတင်တော်မူခဲ့ကြပါသည်။ ထိုသင်္ဂါယနာတင်တော်မူခဲ့သည့် မထေရ်ကြီးများသည် ထေရဝါဒီများ ဖြစ်လာကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထေရဝါဒီများသည် ရဟန္တာမထေရ်မြတ်ကြီးများ လက်ဆင့်ကမ်းခဲ့သော မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာဟူသော အဆုံးအမကို မူရင်းအတိုင်း အပြည့်အစုံလက်ခံကြသူများ ဖြစ်ကြပါသည်။

ထေရဝါဒီအယူတွင် ဖန်ဆင်းရှင် တန်ခိုးရှင် မရှိပါ။ ဖန်ဆင်းရှင်က ကြိုတင်ဆုံးဖြတ်ထားသည့်အတိုင်း ခံစား စံစားရသော (Fate) ကို ထေရဝါဒီများ လက်မခံကြပါ။ ထေရဝါဒီများသည် ကံကိုလည်းကောင်း၊ ကံ၏ အကျိုးကိုလည်းကောင်း လက်ခံကြပါသည်။ ကံ(ကမ္မ)ဆိုသည်မှာ သတ္တဝါတစ်ဦးဦး ကိုယ်တိုင်ပြုထားသောအမှု၏ အကျိုးသက်ရောက်မှု သို့မဟုတ် အကျိုးဆက် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကံသည် မည်သည့်တန်ခိုးရှင်ကမှ စီမံသော ကံမဟုတ်ပါ။ ကိုယ်၏အမှုအလုပ်သာ ဖြစ်ပါသည်။ သံသရာသည် မည်မျှ

ရှည်ကြာသည်ဟု ပြောရန်မလွယ်လောက်အောင် ရှည်ကြာပါသည်။ ထိုမျှ ရှည်လျားသော သံသရာတွင်လည်နေခဲ့ရသော ဘဝပေါင်းများစွာတွင် ပြုခဲ့သောကောင်းမှု ကုသိုလ်ကံနှင့် မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံတို့၏ အကျိုးဆက်များကို သတ္တဝါတို့သည် မိမိတို့ဘာသာ မိမိတို့ ခံစားနေကြရပါသည်။

ထိုသို့ဆိုသဖြင့် အတိတ်ဘဝကလာသော ထိုကောင်းမှု၊ မကောင်းမှုတို့၏ အကျိုးဆက်ကို ပစ္စုပ္ပန်ကာလတွင် လူဖြစ်နေသောသူသည် ရှန်းကန်နိုင်ခြင်းမရှိ၊ ပြုပြင်ပြောင်းလဲနိုင်ခြင်းမရှိဘဲ ခံယူကြရသည်ဟု တရားသေ မယူဆစေလိုပါ။ ပစ္စုပ္ပန်တွင် ဆောင်ရွက်သောအမှုများ၏ အကျိုးဆက်ကို ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။

အများသိပြီးသော ဥပမာတစ်ခုကိုပင် ဤနေရာတွင် တင်ပြလိုပါသည်။ အတိတ်ကံကောင်း ရှိသောသူသည် ယခုဘဝတွင် ပြည့်စုံကြွယ်ဝသော မိသားစုတွင် မွေးဖွားလာရသည်။ မိသားစုသည် ဥစ္စာနေရာ ဩဇာတိက္ကမပါ ပြည့်စုံသဖြင့် မိမိတို့၏သားကို မငြိုငြင်၊ မပင်ပန်းစေလိုသောကြောင့် ပညာသင်ပေးသည့် အမှုကိုပင်မပြုဘဲ စည်းစိမ်ဥစ္စာများကိုသာ အလိုရှိသလို ခံစားစံစားနေစေခဲ့သည်။ မိဘများသည် သားဖြစ်သူကို ပစ္စည်းဥစ္စာသာ အမွေပေးခဲ့သည်။ အသိပညာကို အမွေမပေးခဲ့ကြချေ။ ထိုသူဌေးသားသည် သူကဲ့သို့ပင် အလွန်အမင်း အလိုလိုက်ခြင်းခံရသော မိန်းမပျိုတစ်ယောက်နှင့် မိဘများအလိုကျ ထိမ်းမြားခဲ့ပါသည်။ သူဌေးသားတွင်ပါသောပစ္စည်းများမှာ ကုဋေရှစ်ဆယ်မျှ တန်ဖိုးရှိသည်။ ဇနီးသည်ကလည်း ကုဋေရှစ်ဆယ်အမွေခံယူခဲ့သောသူ ဖြစ်သည်။

ထိုသူသည် ပညာမတတ်သဖြင့် မိမိ၏ပတ်ဝန်းကျင်တွင် မိမိ၏ အကျင့်စရိုက်များကို ပြုပြင်ပေးမည့်သူများကို မနှစ်သက် လက်မခံနိုင်ပါ။ သူနှင့် သူကဲ့သို့ပင် ကြွယ်ဝသောမိဘမှ မွေးဖွားလာသူ ဇနီးသည်ကလည်း ပညာမတတ်ပါ။ ပညာဗဟုသုတကင်းမဲ့ပြီး စဉ်းစားဆင်ခြင်နိုင်သည့် ဉာဏ်ပညာလည်းမရှိသည့် ထိုသူဌေးသားနှင့် သူဌေးသမီး ဇနီးမောင်နှံတို့သည် ပညာမဲ့သူ လူမိုက်များ၏အလယ်တွင် ပျော်ပျော်ပါးပါး စားသောက်သုံးဖြုန်း

နေခဲ့ကြသည်။ တိုးပွားခြင်းမရှိဘဲ စည်းကမ်းမဲ့စွာ နိုက်ယူသုံးစွဲနေသဖြင့် သူဌေးသား သူဌေးသမီးတို့၏ စည်းစိမ်များသည် ကုန်ဆုံးသွားလေတော့သည်။

ထိုသူဌေးသားဇနီးမောင်နှံနှင့် ပတ်သက်သည့် ဇာတ်ကြောင်းကို ပါဠိ ပါရဂူဆရာကြီးဦးအောင်မိုးရေးသားခဲ့သည့် အရှင်အာနန္ဒာဝတ္ထုမှ တိုက်ရိုက် ထုတ်ယူတင်ပြလိုက်ပါသည်။ တစ်ခါသော် မြတ်စွာဘုရားသည် ဣသိ ပတန မိဂဒါဝုန်တောသို့ သီတင်းသုံးတော်မူစဉ် ဆွမ်းစားကျောင်းတံခါး၌ သာမဏေငယ်တို့ပေးသော ဆွမ်းကျန်ဟင်းကျန်တို့ကို ခံယူနေသည့် သူတောင်းစားတစ်ယောက်ကို မြင်တော်မူသဖြင့် ပြုံးတော်မူသည်။ ထိုအခါ အရှင်အာနန္ဒာက မြတ်စွာဘုရား ပြုံးတော်မူခြင်းအကြောင်းကို မေးလျှောက် ရာ ဤသို့မိန့်ကြားတော်မူသည်။

"အာနန္ဒာ မယားကိုခေါ်၍ တောင်းရမ်းစားသောက်နေရသော ဤ မဟာဓနသူဌေးသားကို ကြည့်စမ်းလော့။ ဤသူဌေးသားသည် ဗာရာဏသီ ပြည်၌ပင် ကုဋေရှစ်ဆယ်နှစ်လီမျှသော ဥစ္စာပစ္စည်းများကိုကုန်အောင် သုံးဖြုန်းပစ်ခဲ့သည်။ အကယ်၍ ဤသူသည် ပထမအရွယ်တွင် စည်းစိမ် ဥစ္စာတို့ကို မကုန်စေဘဲ အလုပ်လုပ်ငြားအံ့၊ ဤမြို့၌ အကြွယ်ဝဆုံး သူဌေးသား ဖြစ်ရာသည်။ အိမ်မှထွက်၍ ရဟန်းပြုလျှင်လည်း ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက် ရာ၏။ သူ၏မယားသည်လည်း အနာဂါမိဖိုလ်၌ တည်ရာ၏။

အကယ်၍ မိဇ္ဈိမအရွယ်၌ ပစ္စည်းဥစ္စာတို့ကို မကုန်ခန်းသော အလုပ် လုပ်ငြားအံ့။ ဒုတိယမြောက် သူဌေးဖြစ်ရာ၏။ အိမ်မှထွက်၍ ရဟန်းပြု ပါကလည်း အနာဂါမ် ဖြစ်ရာ၏။ သူ၏မယားသည်လည်း သကဒါဂါမိ ဖိုလ်၌ တည်ရာ၏။ အကယ်၍ နောက်ဆုံး ပစ္ဆိမအရွယ်၌ စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့ကို မကုန်ခန်းစေဘဲ အလုပ်လုပ်ငြားအံ့။ တတိယမြောက် သူဌေးဖြစ်ရာ၏။ အိမ်မှထွက်၍ ရဟန်းပြုလျှင်လည်း သကဒါဂါမ်ဖြစ်ရာ၏။ သူ၏မယား သည်လည်း သောတာပတ္တိဖိုလ်၌ တည်ရာ၏။

ယခုအခါ၌ကား ဤမဟာဓနသူဌေးသားသည် လူ့စည်းစိမ်မှလည်း ဆုံးရှုံးခဲ့သည်။ ရဟန်းတရားမှလည်း ဆုံးရှုံးခဲ့သည်။ ဤသို့ နှစ်ဖက်ရှုံး

ရှုံးပြီးနောက် ခြောက်နေသော ညွှံပျောင်း၌ ကြိုးကြာငှက်ကဲ့သို့ ဖြစ်ရာ တည်း''ဟု မြတ်စွာဘုရားက မိန့်တော်မူခဲ့သည်။

ထို့နောက် မြတ်စွာဘုရားကဆက်၍ တရားဟောတော်မူပါသည်။ ''ပျို့ရွယ်သောအခါ မြတ်သောအကျင့်ကို မကျင့်သောကြောင့် ဥစ္စာပစ္စည်း ကိုလည်း ရအောင်မရှာသောကြောင့် လူမိုက်တို့သည် ငါးမရှိသည့် ညွှံ ပျောင်း၌တည်သော ကြိုးကြာငှက်အိုကြီးများကဲ့သို့ နောက်ဆုံးအချိန်၌ ကြဲမှိုင်ကြရသည်''

ထိုဇာတ်ကိုထောက်၍ အတိတ်ကံကောင်း မည်မျှပင်ပါသည်ဖြစ်စေ ယခုဘဝတွင် ပယောဂသမ္ပတ္တိဟူသော မိမိ၏ကြိုးစားမှု ဝီရိယအားဖြင့် ဆက်မပေးပါက အတိတ်ကံကောင်းသည် အပြည့်အစုံ အကျိုးမပေးနိုင် ကြောင်း သိနိုင်ပါသည်။

ထေရဝါဒီများလက်ခံသော သာသနာအဆုံးအမတွင် မည်သည့်တန်ခိုး ရှင်ကမှ မိမိလုပ်သော မကောင်းမှုကို ခွင့်လွှတ်၍ မကောင်းမှု၏ဆိုးကျိုး ကို ပယ်ဖျက်ပေးသည်ဟု မဆိုပါ။ ကယ်တင်မည်ဟု အာမခံချက်မပေးပါ။ ကျေးဇူးရှင် ယောဆရာတော်ကြီး၏ တရားတွင်ဆိုထားသည့်အချက်မှာ ရှင်းလှပါသည်။ ထေရဝါဒီတို့၏ သာသနာသည် လမ်းကြောင်းကိုပြသည်။ ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်ပေးသည်။ လုပ်ပိုင်ခွင့်ပေးသည်။ မိမိတို့သည် သာသနာ တော်က ပြဆိုထားသည့် လမ်းကြောင်းအတိုင်း လိုက်နာ၍လုပ်ပါက အကျိုး ကောင်းကိုရမည်။ သာသနာကပြထားသည့် လမ်းကြောင်းနှင့်သွေဖီပါက အကျိုးဆိုးကိုရမည်။ မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ထိုသို့ဖြစ်သည်ကိုလည်း သာသနာတော်နှင့်ဆိုင်သော စာပေများတွင် ရှင်းလင်းထားသည်။ လူတို့ အနေဖြင့် မိမိတို့ကြိုက်သည့်လမ်းကို ရွေးချယ်နိုင်သည်။ သို့သော် မကောင်း မှုလုပ်ပြီးမှ ခွင့်လွှတ်ပါဘုရားဟု တောင်းပန်၍ မရချေ။ မိမိ၏တာဝန်ကို မိမိသာယူရမည် ဖြစ်သည်။

မြတ်စွာဘုရားသည် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ပါရမီတော်ကို ဖြည့်ဆည်းတော်မူပြီးသည့်နောက် လာခြင်းကောင်းသော သုဂတဂုဏ်တော်

ဖြင့် သဗ္ဗညုတဘုရားရှင်အဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူခဲ့သည်။ ထို့နောက် သွားခြင်းကောင်းသော သုဂတဂုဏ်တော်ဖြင့် လေးဆယ့်ငါးဝါပတ်လုံး ကျွတ်ထိုက်သော ဝေနေယျသတ္တဝါတို့ကို ချေချွတ်တော်မူခဲ့သည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ဝေနေယျသတ္တဝါတို့ကို ကယ်မတော်မူရန် များစွာကြောင့်ကြ စိုက်တော်မူပါသည်။

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ကယ်မတော်မူဟန်သည် အချို့သော ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုများတွင် လက်ခံယုံကြည်နေကြသော ဖန်ဆင်းရှင်ဘုရားများကဲ့သို့ ဣဓိပါတ်ကိုသုံးကာ ကျွတ်စေသတည်း။ ငါ၏ထံမှောက်သို့ ရောက်စေသတည်းဟူသောနည်းဖြင့် ချေချွတ်ခြင်း မဟုတ်ပေ။ မူလဓာတ်ခံကောင်းသော၊ ဘဝစဉ်ဆက်ဆိုသလို မွေးမြူခဲ့သဖြင့် ကျွတ်ထိုက်သော ပါရမီဓာတ်ခံရှိသူတို့ကို လမ်းမှန်လမ်းကောင်းသို့ရောက်စေရန် ကြောင့်ကြစိုက်တော်မူခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ တရားဟောရုံဖြင့် ကျွတ်ထိုက်သောသူသည် တရားကို စူးစူးစိုက်စိုက်နာယူကာ တရားအဆုံးတွင် သူ၏ဓာတ်ခံအလျောက် သောတာပတ္တိမဂ် သောတာပတ္တိဖိုလ်တို့သို့ ဆိုက်ရောက်ကြသည်။ ထိုသို့ဖြင့် အဆင့်ဆင့်သော မဂ်ဖိုလ်တို့သို့ သတ္တဝါအသီးသီး ဆိုက်ရောက်သည်မှာ သူတို့၏ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ခဲ့သော ပါရမီဓာတ်ခံပေါ်တွင်လည်း တည်ပါသည်။ တချို့ကမူ တရားကိုနာရုံဖြင့် မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်တို့သို့ ဆိုက်ရောက်ခြင်းမရှိဘဲ ခက်ခဲပင်ပန်းစွာ အားထုတ်ရသည်လည်း ရှိပါသည်။

အချို့သောသူတို့မှာ သာသနာ့ဘောင်တွင် ဝင်ရောက်ကာ ကြာရှည်ကြာများ တရားကိုနာနေရသော်လည်း အထက်မဂ်ဖိုလ်များသို့ မဆိုက်ရောက်မူဘဲ ကြိုးကြိုးကုတ်ကုတ် အားထုတ်ပြီးမှသာ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ဆိုက်ရောက်ပါသည်။ ဤနေရာတွင် အကောင်းဆုံးဖြစ်သော အဆီလျော်ဆုံးဖြစ်သော သာဓကမှာ အရှင်အာနန္ဒာ ဖြစ်ပါသည်။ အရှင်အာနန္ဒာသည် မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတော်မူခဲ့သမျှ တရားတော်များကို နာကြားခဲ့ရသည့် ပါရမီထူးရှိသော ရဟန်းတော်ဖြစ်ပါသည်။ သာသနာတော်၏ဝန်ကို

မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုပြီးသည့်နောက် ပထမသင်္ဂါယနာတင်ရာတွင် သုတ္တန်ပိဋကတ်ကို ဖြေဆိုရသော ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ထူးကဲစွာဆက်လက် ထမ်းဆောင်တော်မူရသူလည်း ဖြစ်ပါသည်။ အရှင်အာနန္ဒာသည် မြတ်စွာ ဘုရား၏ ညီတော်ဝမ်းကွဲတော်စပ်သောသူလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည်ပင် တရားရအောင် မိမိဘာသာ ကြိုးစားအားထုတ်ရပါ သည်။ မြတ်စွာဘုရားက လမ်းကြောင်းကို ပြတော်မူခဲ့ပါသည်။ အားထုတ် ရမည့်တာဝန်မှာ မိမိတို့ကိုယ်တိုင်သာဖြစ်ကြောင်း သတိထားသင့်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားသည် ဝေနေယျအမျိုးမျိုးကို နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ကယ် မရာတွင် သတ္တဝါ၏ ဓာတ်ခံအလိုက် ကယ်မတော်မူခဲ့သည်ကို ခေတ်ပညာ တတ်အချို့က နားမလည်နိုင်ဘဲ ဝေဖန်တတ်သည်။ တစ်ခါက ကျွန်မသည် 'မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သင်ကြားနည်းများ' ဟူသော ခေါင်းစဉ်ဖြင့် စာတမ်းငယ် တစ်ခုကို ဖတ်ကြားခဲ့ပါသည်။ ထိုစာတမ်းတွင် မြတ်ဗုဒ္ဓသည် အဟိံသက ကို ချေချွတ်တော်မူသည့်အကြောင်းကို တင်ပြထားပါသည်။

ထိုသို့တင်ပြရာတွင် သတ္တဝါတို့၏ ဉာဏ်အနုအရင့်ကို ချင့်ချိန်တော်မူ နိုင်သော ဣန္ဒြိယပရောပရိယတ္တိဉာဏ်မှာ မြတ်စွာဘုရားမှာသာရှိသည့် အကြောင်းကို ဦးစွာတင်ပြပါသည်။ အဟိံသကဟူသောငယ်မည်ပျောက်၍ အင်္ဂုလိမာလဟူသော အမည်ရနေ သောလူဆိုးကြီးကို ချေချွတ်သည့် အချိန့်တွင် အင်္ဂုလိမာလသည် လက် ညှိုးတစ်ချောင်းအတွက် အမေကိုပင် သတ်တော့မည်ဟု လိုက်နေသည့် အချိန် ဖြစ်သည့်အကြောင်းကို ဆက်လက်တင်ပြခဲ့ပါသည်။

ကျွန်မသည် စာတမ်း၏ အထွတ် အထိပ်ဖြစ်သော အင်္ဂုလိမာလနှင့် သူ၏မိခင်တို့အကြားတွင် မြတ်စွာ

> “ထေရဝါဒီတို့၏
> သာသနာသည်
> လမ်းကြောင်းကိုပြသည်။
> ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်ပေးသည်။
> လုပ်ပိုင်ခွင့်ပေးသည်။”

ဘုရား ကြွရောက်တော်မူလာသည်ကို အသားပေး၍ တင်ပြပါသည်။ အင်္ဂုလိမာလသည် မိခင်ထံသို့ ပြေးသွားနေရာမှ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ထံသို့ အာရုံရောက်သွားကာ အပြေးလိုက်လေတော့သည်။ မြတ်စွာဘုရားကို လိုက်၍ မမီတော့သည့်အချိန်တွင် အသင်ရဟန်း ရပ်ဦးလော့ဟု အော်ဟစ်ပြောဆိုသည်။

မြတ်စွာဘုရားက မကောင်းမှုကို မကျူးလွန်တော့သည့်ငါသည် သံသရာတံခါးဝတွင် ရပ်နေသောသူ ဖြစ်သည်။ အသင်သည် အကုသိုလ်မှုများကို ပြုနေသူဖြစ်သဖြင့် အသင်သည်သာ ပြေးနေသောသူဖြစ်သည်ဟု မိန့်တော်မူလိုက်သည်။ အင်္ဂုလိမာလအမည်တွင်သော အဟိံသကကဲ့သို့ ဉာဏ်ရည်မြင့်မားသောသူသည် မျက်စိလည် လမ်းမှားနေရာမှ မြတ်စွာဘုရား၏ မိန့်ဆိုချက်ကို ကြားသည်နှင့် ဉာဏ်အလင်းရောင်ကို ဖျက်ခနဲရလိုက်သည်။ ဤကဲ့သို့သောစကားကို မိန့်ကြားနိုင်သည်မှာ သိဒ္ဓတ္တဂေါတမဟူသော ဉာဏ်အလင်းရသူသာ ဖြစ်နိုင်သည်ဟု နားလည်လိုက်သည်။ ထိုသို့နားလည်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ကာလကြာမြင့်စွာ တောတွင်းပုန်းခို၍ လူသူအများကို သတ်ကာယူခဲ့သော သူ၏လည်ပင်းတွင် စွပ်ထားသည့် လက်ညှိုးတွဲကြီးကိုလည်းကောင်း၊ လက်နက်များကိုလည်းကောင်း ပစ်ချကာ မြတ်စွာဘုရား၏ရှေ့တော်မှောက်တွင် ညွတ်တွားရိုကျိုး ရှိခိုးပြီးနောက် တပည့်တော်ကို သာဝကအဖြစ် မှတ်ယူတော်မူပါဟု တောင်းပန်လျှောက်ထားခဲ့သည်။ ထို့နောက် ဧဟိဘိက္ခု ခေါ်တော်မူသည့် အချိန်တွင် ရဟန်းအသွင်သို့ ရောက်တော်မူခဲ့လေသည်။

ကျွန်မသည် စာတမ်းတွင် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဉာဏ်အနုအရင့် မတူသည့်အကြောင်းအပြင် မြတ်စွာဘုရားသည် ကာလဒေသကိုလိုက်၍ နည်းမျိုးစုံဖြင့် ကြောင့်ကြစိုက်သော ချေချွတ်တော်မူပုံကို အသားပေးကာ တင်ပြပါသည်။ စာတမ်းအပြီးတွင် ခေတ်ပညာတတ် နိုင်ငံခြားပြန် ဆရာမကြီးတစ်ယောက်က မြတ်စွာဘုရားက စောစောကြွလာဖို့ ကောင်းတယ်။ အခုတော့ အမိသတ်ကံကြီးထိုက်တော့မယ့်ဆဲဆဲမှ ကြွလာတယ်ဟု ဝေဖန်

ပါတော့သည်။ ထို့ပြင် အဟိံသက၏ ဆရာကြီးဖြစ်သူ ဒိသာပါမောက္ခ က အဟိံသကကို အကောက်ကြံကာ လက်ညှိုးဖြတ်ခိုင်းသည့်အချက်မှာ မဖြစ်နိုင်သည့်အကြောင်းကိုလည်း ငြင်းဆိုပြန်သည်။ အကြောင်းပြချက်မှာ ပညာတတ်ကြီးတစ်ယောက်ဖြစ်သဖြင့် ဤသို့မရက်စက်နိုင်ဟု ဆိုပါသည်။ ဆရာမကြီးသည် အမှန်တကယ် ဖြစ်ခဲ့သောဖြစ်တော်စဉ်များကို စိတ်ကူးယဉ်ဇာတ်လမ်းများဟု မှတ်ယူကာ ဝေဖန်ခဲ့ဟန်တူသည်။ ခေတ်ပညာတတ်တစ်ဦးပီပီ သင်ယူလေ့လာအပ်သော လောကီပညာများဖြင့် ပါမောက္ခရင့်မာကြီးဖြစ်သူ၏ စိတ်နေသဘာဝကိုလည်း အလွန်အထင်ရောက်ခဲ့ဟန်တူပါသည်။ လောကီပညာတတ်ရုံမျှသာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟစိတ်များ ရှင်းသန့်နေဆဲဖြစ်သူသည် မကြံစည်ဝံ့ မလုပ်ဝံ့သော အကုသိုလ်မှုမရှိသည့် အကြောင်းကို မသိသေးသည်မှာလည်း သာသနာရေးစာပေ၊ သာသနာရေး အဆုံးအမများနှင့် များစွာမရင်းနှီးသေးသော ကြောင့် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ကျွန်မသည် ဗုဒ္ဓစာပေလာ ဇာတ်ကြောင်းများကို ဆန့်ကျင်ရန် ခိုင်ခံ့သော အကြောင်းပြချက်မရှိဘဲ အသားလွတ်ငြင်းဆိုသော ဆရာမကြီးကို ကျမ်းအကိုးအကားခိုင်လုံစွာဖြင့် ပြန်လည်ဖြေဆိုနိုင်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော် သာသနာရေးစာပေများကို ဖတ်ရှုခြင်းမပြုဘဲ ကောက်ကာငင်ကာ ဆန့်ကျင်ဝေဖန်သော ခေတ်ပညာတတ် အသက်အားဖြင့် အတန်ပင်ကြီးနေပြီဖြစ်သော ဆရာမကြီးကို အံ့ဩလိုက်သည်မှာ ပြောမပြတတ်အောင်ပင် ဖြစ်သွားပါသည်။

ယခုအခါတွင် ထေရဝါဒီများဟု မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ယုံမှတ်နေသူများ၊ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်ဆိုလျှင် ပြီးရောပေါ့၊ ထေရဝါဒီဟု ခွဲခြားပြောဆိုရန် လိုသေးသလားဟုပင် ပြန်၍မေးချင်ကြသူများ ရှိနိုင်ပါသေးသည်။ အစွဲအလမ်းများ ယုံကြည်မှုများသည် မိမိတို့ နေ့စဉ်ရှိခိုးနေသော မြတ်စွာဘုရား၏ မုက္ခပါတ်တော်များ ဟုတ်မဟုတ် မစဉ်းစားဘဲ လေ့လာခြင်းလည်း မပြုဘဲ သူများက သည်လိုလုပ်ဟုပြောလျှင် လုပ်လိုက်ကြသည့်သူများ

လည်း များလှသည်။ ထိုသို့ဖြင့် အယူဝါဒများ ရောနှောကာ ပင်ပန်းသလောက် အကျိုးမရောက်ဘဲ ဖြစ်နေကြသူများလှသည်။

မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမများကို သာသနာရေးစာပေ ဖတ်ရှုသူများအနေဖြင့် သိကြမည်ဖြစ်သော်လည်း နည်းလမ်းထက် ရလဒ်ကိုသာ ဖြတ်လမ်းမှ ရယူလိုသော သူများမှာမူ စာတိုပေစများကိုသာ ဖတ်ရှု၍ တလည်လည် ဖြစ်နေတတ်ကြသည်။ ထိုသူတို့ပြောသော စကားသည်ပင် ထေရဝါဒီများ၏အယူနှင့် များစွာဆန့်ကျင်နေပေသည်။ ဥပမာ ဘုရားကတော့ ကြည့်မနေပါဘူး၊ ဘုရားကတော့ ကျွေးရှာသားပဲ။ ဘုရားပေးတာလေ။ ဘုရားရိုက်လိမ့်မယ်ဟူသော စကားများသည် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမတည်းဟူသော သာသနာလမ်းကြောင်းမှ အသွေဖီကြီးသွေဖီနေသော စကားများ ဖြစ်ကြသည်။

ထေရဝါဒီပီပီ ယုံကြည်လက်ခံ၍ ကျင့်ကြံမှသာလျှင် ဘဝနေနည်း၊ အမှန်ကိုရပါလိမ့်မည်။ သေလျှင်လည်း အယူမတန်းဘဲ သတိမြဲမြံစွာဖြင့် သေတတ်ပါလိမ့်မည်။ အပါယ်လေးပါးမှလည်း လွတ်မြောက်ပါလိမ့်မည်။

ကျွန်မတင်ပြလိုသော အကြောင်းများကို ပြန်လည်စုစည်းလိုက်ပါက ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာ (ဘုရားအဆုံးအမ) အရ ဆိုပါက ဖန်ဆင်းရှင်မရှိပါ။ အပြစ်ပြုမိ၍ သနားသဖြင့် အပြစ်မှလွတ်ပေးပါရန် တောင်းပန်၍မရပါ။ လိုချင်သည့်အရာကို ဆုတောင်းရုံဖြင့် ရမည်ဟု အာမမခံပါ။ ကောင်းမြတ်သည့်ဆုကို ရလိုပါက ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားရမည် ဖြစ်သည်။

မြတ်ဗုဒ္ဓသာသနာဆိုသည်မှာ လမ်းကြောင်းအမှန်ကို ပြတော်မူခြင်းဖြစ်သည်။ လမ်းကြောင်းအမှန်ကို မိမိကိုယ်တိုင် ယုံကြည်လက်ခံကာ ရွေးချယ်၍ လျှောက်လှမ်းပါမှ ဝဋ်ဆင်းရဲအပေါင်းမှ လွတ်မြောက်ရာသို့ ရောက်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ထေရဝါဒီများအတွက် အားတက်စရာမှာ မိမိကိုယ်ကို အားကိုးနိုင်ခွင့်ရှိခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဒေါက်တာမတင်ဝင်း

(ပညာရေးတက္ကသိုလ်)

ကံကိုယုံမှ လုပ်အားကောင်းသည်

တက်တိုး

အမေရိကန်သမ္မတကနေဒီ လုပ်ကြံခံရသည်မှာ နှစ်ပေါင်း သုံးဆယ်ကျော်လေပြီ။ ထိုနေ့က ကျွန်တော်သည် မြန်မာ့သတင်းစဉ် (နိုင်ငံတကာသတင်း) ဌာန၏ အယ်ဒီတာချုပ်အဖြစ် ဆောင်ရွက်လျက် ရှိသည်။ ထိုနေ့ည သန်းခေါင်ကျော်တွင် ကျွန်တော့ထံသို့ တယ်လီဖုန်းသတင်းတစ်ခု ရောက်လာသည်။ ယင်းသတင်းသည် အလွန်ကြီးသော သတင်းဖြစ်သည်။ သတင်းသမားများ အဖို့ အငြိမ်နေ၍မရနိုင်သော သတင်းဖြစ်သည်။ ယင်းသတင်းသည်ကား အမေရိကန်သမ္မတကြီး ကနေဒီ လုပ်ကြံခံလိုက်ရသည်ဆိုသော သတင်းဖြစ်သည်။

ထိုသတင်းဝင်လာသဖြင့် တာဝန်ရှိသည့် အယ်ဒီတာတစ်စုတို့သည် အရပ်ရပ်မှလာသော တုန့်ပြန်မှုတွေကို စုဆောင်းကြရသည်။ ရသည့်သတင်းလွှာများကို စုဆောင်းစီစဉ်၍ သတင်းဆောင်းပါးရှည်ကြီး ပြုစုကြရသည်။ ကျွန်တော်သည် သတင်းရသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဘောင်ဒရီလမ်း (ယခုဗမ္မစေတီလမ်း) ထိပ်ရှိ မြန်မာ့သတင်းစဉ်ရုံးသို့ သွားရသည်။ တသောသော ဝင်လာသော သတင်းလွှာများကို စိစစ်၍ တည်းဖြတ်ကာ နံနက်ခြောက်နာရီအရောက် လူကြီးများအိမ်သို့ အရောက်ပို့နိုင်ရန် ဝိုင်းဝန်းလုံးပမ်းကြရသည်။

> **“ကံကိုယုံနေလျှင်**
> **အလုပ်အကိုင်**
> **ပျက်သည်။**
> **ကံသည်**
> **လုပ်ယူရသော (ကမ္မ)**
> **အလုပ်ဖြစ်သည်။”**

ထိုအကြောင်းကို ဖော်ပြကာ ကံ၏အကျိုးပေးပုံနှင့် ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်စွာလက်ခံ၍ မိမိ၏ တာဝန်ဝတ္တရားတို့ကို အားသွန်ခွန်စိုက်လုပ်ရန် လိုအပ်ကြောင်း“သွေးသောက်”မဂ္ဂဇင်းတွင် ရေးလိုက်လေသည်။ ဆောင်းပါးခေါင်းစီးမှာ “ကံကိုယုံမှ လုပ်အားကောင်းသည်”ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

ဆောင်းပါးအစတွင် ဤသို့ဖြစ်သည်။

“၁၉၆၃ ခု၊ နိုဝင်ဘာလ ၂၂ ရက်တွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုသမ္မတကြီး ကနေဒီသည် သူ့ဇနီးနှင့်အတူ “တက်ဆပ်စ်”ပြည်နယ်မြို့တော် “ဒါးလပ်စ်”မြို့သို့ ရောက်ခဲ့သည်။ နောက်နေ့နံနက်ပိုင်းတွင် အိပ်ရာမှ ခပ်စောစောထ၍ လမ်းလျှောက်လိုက်သေးသည်။ ဒီမိုကရက်တစ်ပါတီဝင် လူကြီးအချို့နှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးလိုက်သေး၏။ သူ့ဇနီးနံနက်စာစားပွဲသို့အရောက် နောက်ကျသည်ကို အကြောင်းပြု၍ မိန်းမများအလှပြင်ရာမှာကြာကြောင်း ရယ်စရာလုပ်၍ ပြောလိုက်သေးသည်။ ထို့နောက်

မြို့တွင်းသို့ အမိုးလပ်မော်တော်ကားဖြင့် နောက်လိုက်နောက်ပါ ကားများ စွာနှင့် တိုင်းခန်းလှည့်လည်ရာတွင် ...

မိနစ်ပိုင်းအတွင်း၌ သမ္မတကြီးကနေဒီသည် လူသတ်သမား၏ သေနတ်ကျည်ဆံကြောင့် ကျရှုံးရရှာသည်။

သေနတ်ကျည်ဆံ မိမိ၏ဦးခေါင်းသို့မထိခင် သမ္မတကနေဒီသည် သူ့ကိုယ်သူ သေတော့မည်ဟူ၍ စိတ်တွင်စိုးစဉ်းမျှ မဥပါဒ်မိပေ။ မည်သူက မျှလည်း မမျှော်လင့်ချေ။

မိနစ်ပိုင်းကလေးအတွင်း၌ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံး ပဲ့တင်ထပ်သွားသည့် သတင်းကြီး ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ ဒုတိယသမ္မတ "ဂျွန်ဆင်"သည် မရည် ရွယ်ဘဲနှင့် စော်ကဲမင်းဖြစ်လေတော့သည်"

ယင်းသို့ဆောင်းပါး၏ နိဒါန်းကိုဖျိုးလိုက်ပြီး နောက်ဆက်လက်၍ ဤသို့ ရေးလိုက်ပါသည်။

"ယင်းသို့သော အဖြစ်အပျက်မျိုးကို တွေ့ရသူတို့တွင် အဆင်အခြင် ရှိသူတို့အဖို့ စဉ်းစားစရာ အချက်ကြီးတစ်ချက် ပေါ်လာလေတော့သည်။

ဘာကြောင့် ဒီလိုဖြစ်ရသလဲ။

ခရစ်ယာန်ဘာသာဝင်တို့က "ဘုရားသခင်၏ အလုပ်"

မူဆလင်ဘာသာဝင်တို့က "ခိုဒါအရှင်၏ အလိုတော်"

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့က "ကံ"။ ယင်းသို့လျှင် အသီးသီးဆိုကြပေလိမ့် မည်။ ခေါ်ချင်ရာခေါ်ပါ။ အဓိပ္ပါယ်ကတော့ အတူတူပင်"

ထို့နောက်ဆက်၍ ...

"ကံဆိုသောတရားကို တွေးကြည့်လေလေ၊ အဓိပ္ပါယ်လေးနက် ကြောင်း သိသာလေလေဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့က "ကံ"ဟုခေါ် သည်ကို အခြားဘာသာတို့က မိမိတို့အခေါ်ဖြင့် အသီးသီးခေါ်ကြ၏။ ခပ်လွယ်လွယ်ခေါ်လို၍ "ကံ"ဟုပင် ဆက်၍ ခေါ်ပါရစေ။ ကံဟုဆို လျှင် ဘာသာဝင်အသီးသီးတို့က နားလည်သော ဝေါဟာရဖြင့် မှတ်ယူ ကြပါသည်"

"ကံကိုယုံနေလျှင် အလုပ်အကိုင်ပျက်သည်။ ကံသည် လုပ်ယူရသော (ကမ္မ) အလုပ်ဖြစ်သည်။ ထိုစကားမျိုးကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ကြားရပေလိမ့်မည်။ ကျွန်တော့်ဘဝ အတွေ့အကြုံများမှရသော သင်ခန်းစာ၊ နီးစပ်ရာတို့၏ ဘဝအတွေ့အကြုံများကို ကြားသိရသည့်အလျောက်ရသော သင်ခန်းစာများ အရဆိုလျှင် ကံသည် ပြုပြင်၍ ရနိုင်သောအပိုင်း၊ ပြုပြင်၍ မရဘဲ ပစ်ချရာ၌သာ တည်ရသောအပိုင်းဟူ၍ နှစ်ပိုင်းခွဲခြားရသော အရာဖြစ်သည်"

"မျှော်လင့်တိုင်း ရလိမ့်မည်ဟူသော အယူအဆမျိုးသည်လည်း ဘဝနှင့် မနီးစပ်လှပေ။"

"ကံကိုယုံပြီး ကံစီမံရာဖြစ်လိမ့်မှာပေါ့ဟုဆိုကာ ဘာမျှမကြိုးစား မဆောင်ရွက်ဘဲနေခြင်းသည် ကြီးစွာသော အပြစ်တင်ဖွယ်ဖြစ်သည်။ မျှော်လင့်တိုင်းရလိမ့်မည်ဟူသော အယူအဆမျိုးသည်လည်း ဘဝနှင့် မနီးစပ်လှပေ။ ကံကို ယုံကြည်သည်နှင့်အမျှ လူ့တာဝန်ဝတ္တရားများကို ဆောင်ရွက်ရပေလိမ့်မည်။ ကံပေးသမျှကို လက်ခံတတ်ဖို့ အရေးကြီးသလောက် လက်ခံနိုင်သောသတ္တိရှိဖို့ အလွန်ခက်လှ၏။ လူတို့သည် ကံနှင့်အမြဲတမ်း တိုက်ခိုက်နေကြသည်။

ကံပေးသမျှကို လက်ခံချင်စိတ်မရှိသည့်အလျောက် ကိုယ်ထင်ရာ ကိုယ်စိုင်းသူများလည်း ရှိသည်။ အချို့မှာမူ ကံပေးသည့်အဖြစ်ကို လက်မခံဘဲ ကိုယ်ဖြစ်ချင်သည့်အဖြစ်ကို ရအောင်ကြိုးပမ်းနေတတ်ကြသည်။ အချို့မှာကား မမှန်သော မျှော်လင့်ချက်ကို ရှေ့ထား၍ လမ်းမှားလိုက်နေကြချေသည်။ "ဖြစ်ချင်တာ မဖြစ်ရ၊ မဖြစ်ချင်တာဖြစ်ရ" ဆိုသော အချက်ကို လူတိုင်းနားလည်၏ နားလည်သည်ဆိုရာ၌ အပေါ်ယံကြော

သဘောအားဖြင့်သာ နားလည်ခြင်းကိုဆိုလိုသည်။ သို့သော် ဖြစ်ချင်တာကို မဖြစ်ရလျှင် မခံချင်ဘဲ စွမ်းစွမ်းတမန်ထ၍ တိုက်သူတိုက်သည်။ မကြေမချမ်းဖြစ်ကာ တအုံနွေးနွေး တငိုငိုတဆွေးဆွေးနှင့် ကန့်ကွက်သူက ကန့်ကွက်သည်။ လက်ခံချင်စိတ်ရှိသူဟူ၍ ရှားလှ၏။

ကံ၌ ပြုပြင်၍ရနိုင်သော အပိုင်းရှိ၏။ ပြုပြင်၍ မရသောအပိုင်းလည်း ရှိ၏။ ပြုပြင်၍ရသောအပိုင်းတွင် တတ်အားသမျှ ပြုပြင်ရသည်မှာ လူတို့၏ တာဝန်ဝတ္တရားတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ အဆိုးထဲမှ အကောင်းထုတ်ယူခြင်းမျိုးပင် ဖြစ်သည်။

ပြုပြင်၍ မရနိုင်သောအပိုင်းတွင် ကိုယ်အား စိတ်အားကုန်ခံပြီး ကြိုးစားနေခြင်းသည် အချည်းအနှီးပင်။ လက်ခံနိုင်ဖို့ ကြိုးစားခြင်းက ပို၍အကျိုးရှိသည်။ လက်ခံနိုင်ဖို့ ကြိုးစားခြင်းသည် ခံ၍တိုက်ခြင်းထက် အဆပေါင်းများစွာ ခက်ခဲလှ၏။ ကံပေးသမျှ လက်မခံနိုင်ကြ၍ ဖြစ်သောဆင်းရဲခြင်းသည် လူတို့သန္တာန်တွင် အကြီးမားဆုံးဖြစ်သည်"

"ကံစီမံရာကို စိတ်ကမခံချင်သည့်အလျောက် တတ်စွမ်းသမျှ ရုန်းကန်ကြိုးပမ်း၏။ သို့သော် နောက်ဆုံး၌ ကံကသာ အနိုင်ရချေသည်။ ကံကနိုင်မည်ကို သိပါလျက်နှင့်ပင် စိတ်က တိုက်ခိုက်ကြိုးပမ်းလျက် ရှိနေသေးသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်ကူးသမားသည် စိတ်မချမ်းသာဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်"

"ယောနိသောမနသိကာရ" ဟူသော ဩဝါဒသည် ဘဝ၌ ဟန်မကျ၊ အန်မဝင်ဖြစ်သောအခါတွင် ပညာရှိတို့အသုံးပြုသော ဖြေဆေးနည်းတစ်ရပ်ပင် ဖြစ်၏။ အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းရာ၏ ဆိုသည်။ သင့်မြတ်လှပေသည်။ သို့သော် အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းပါသည်ဟု ဆိုသူသည် တစ်ဆိတ်ကို လျှော့ပေးဖို့လောက်သာ မှန်းနေလျှင် ပျော့ညံ့ရာကျချေသည်။ ကြိုးပမ်းမှုမပြုဘဲ "ကံစီမံရာရှိစေတော့"ဟု လျှော့ပေးခြင်းသည် မလိုလားအပ်ပေ။ ကြိုးပမ်းမှုပြုရမည်မှာ လူတိုင်း၏ တာဝန်ဖြစ်၏။ သို့ ကြိုးစားသော်ငြားလည်း ဖြစ်ချင်တာ ဖြစ်တာမဟုတ်။ ဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်မည်သာဟု နှလုံးသွင်းမှုကို လူတိုင်း လက်ကိုင်ပြုအပ်လှပေသည်။

ကံကို တကယ်တမ်းယုံကြည်သူသည် လုပ်ရမည့်တာဝန်ဝတ္တရားများကို အားကြိုးမာန်တက်လုပ်၍ သက်ရောက်လာသမျှအကျိုးကို ကောင်းသည် ဖြစ်စေ၊ မကောင်းသည်ဖြစ်စေ ခံယူနိုင်သော သတ္တိရှိသူဖြစ်သည်။ လောကကြီး၌ အရာရာတို့သည် အစဉ်ပြောင်းလဲလျက်ရှိ၏။ ထိုအပြောင်းအလဲကို ခံယူ၍ အလိုက်သင့် နေထိုင်လုပ်ကိုင်ခြင်းသည် "ယောနိသောမနသိကာရ"တရားကို ကျင့်သုံးခြင်းပင်ဖြစ်ပေသည်"

အထက်ပါ စာပိုဒ်တို့သည် ၁၉၆၃ ခုနှစ်တွင် ရေးခဲ့သော ကံအကြောင်း ဆောင်းပါးမှ ဖြစ်သည်။ ယနေ့ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ကံအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ အနည်းငယ်ဖြည့်စွက် ဖြေရှင်းပေးဦးမည်။

ကံ-ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်သူသည် ကံပေးသမျှကို လက်ခံ၍ တတ်နိုင်သမျှပြုပြင်ရင်း လုပ်မြဲအလုပ်တို့ကို လုပ်သည်။ ကံစီမံလိုက်သဖြင့် ဘဝလမ်းကြောင်းပြောင်းသွားရလျှင်လည်း အလုပ်၏ အခြေအနေနှင့် သဘောသဘာဝတို့ ပြောင်းလဲစေကာမူ၊ လက်ရှိဖြစ်သောအလုပ်ကို ဝီရိယအားအပြည့်ဖြင့် ကြိုးပမ်းလုပ်ဆောင်ပေးမည်သာဖြစ်၏။ ယင်းသို့လုပ်သည့် အားလျော်စွာ အကျိုးပေးညွှန်ခိုက်မှာပင် ဝီရိယအကျိုးကိုတော့ ခံစားရမည်မှာ သေချာသည်။

လူသားတို့သည် လူ့ဘဝသို့ ကုသိုလ် အကုသိုလ်တို့ ဒွန်တွဲလျက် ရောက်လာကြသည်။ ထို့ကြောင့် လူ့ဘဝလူ့လောက၌ ဖြစ်မြဲဖြစ်သည့် လောကဓံတရားရှစ်ပါးနှင့် ကြုံတွေ့ရမည်သာ ဖြစ်သည်။ ယင်းလောကဓမ္မတရားသည် လူ့ဘဝ၌ လူအားလုံးတို့တွင်ဖြစ်သော အနိမ့်အမြင့်အခြေအနေကို ဖြစ်စေသော လောကဓံတရားကို မလွှဲမသွေ ကြုံတွေ့ကြရပေမည်။ လောကဓံတရား၏ ကောင်းကျိုးတို့ ခံစားကြရမည်သာ ဖြစ်သည်။ ယင်းသို့ ကံစီမံရာကို ခံရသည့်အခါ ကောင်းကျိုးရလျှင် "မကြွ" ဆိုးကျိုးရလျှင်လည်း "မကျ"သော စိတ်ဓာတ်ရှိဖို့လိုသည်။ မှန်မှန်နေ၊ မှန်မှန်လုပ်နိုင်သော သတ္တိရှိလျှင် အမြဲပင် အသင့်အတင့်နှလုံးသွင်း၍ ဝီရိယနှင့် ဉာဏ်တို့ကို အားပြုကာ လုပ်ဆောင်ဖွယ်ရာ လူ့ကိစ္စတို့ကို လုပ်ကြရမည်ပင်။

တက်တိုး

ကြီးပွားရေးဓာတ လူတိုင်းမှာရှိသည်

ဗမိုး

ကြီးပွားရေးဓာတ လူတိုင်းမှာရှိသည်။ ဒါဆိုရင် လူတိုင်း မကြီးပွားသလဲ မေးစရာရှိသည်။

ဟုတ်ကဲ့၊ ကြီးပွားရေးအဓိပ္ပာယ်ကို ငွေကြေးချမ်းသာတာ တစ်မျိုးတည်း စဉ်းစားနေကြတာကြောင့် ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ငွေနှင့် ချိန်စက်၍ စဉ်းစားတာမှာပင် မြင်မိတာလေးတွေရှိသည်။

အရှိအနေအထားက နည်းနည်းလေးဖြစ်စေတိုး၍ လှုပ်ရှားကြည့်။ နည်းနည်းလေးပင်တိုး၍-

> ❝ချွေတာရမည်ဆိုသော စကားကို အကြောင်းမဲ့ မပြောလိုပါ။ ဗမိုးကိုယ်တိုင် လေ့လာစဉ်းစား လုပ်ဖြစ်နေတာတွေတော့ မျှဝေချင်သည်။❞

- စိတ်ချမ်းသာလာမည်။
- ငွေကြေးအကုန်အကျ သက်သာသွားမည်။
- အကုန်အကျသက်သာခြင်းမှာ ဝင်ငွေတိုးသလိုမို့ တစ်ဆက်တည်းပင် ဝင်ငွေတိုးစရာရှိ ရှာကြံတတ်လာမည်။

ဆက်ပြောပါရစေဦး၊ ကြီးပွားခြင်းသည် ဖြစ်မြောက်ခြင်း၊ ဒါမှမဟုတ် အောင်မြင်ခြင်းဟု ဤစာမျက်နှာများတွင် ဖွင့်ပြခဲ့ဖူးပြီ။ တစ်နည်းပြောရရင် လက်ရှိအနေအထားထက် တစ်ဆင့်အဆင့်ပြေချင်တာ မဟုတ်လား။

ဒါဆိုရင် အဆင်မပြေတာတွေက စကြမည်။ စား၊ ဝတ်၊ နေစရိတ်…။ တက်ရိပ်သာရှိပြီး အဆင်းလုံးဝမပြတော့သော ကုန်ကျစရိတ်များထဲက နေ့စဉ်အသုံးစရိတ်တွေ။

ဘတ်စ်ကားခဈေးကြီးလို့ မီးရထားသို့ ပြောင်းစီးလာသော သွားလာသူတွေ တစ်နေ့တခြားများလာပြီ။ စာဖတ်သူအားလုံး မီးရထားစီးဖို့ အခြေအနေမပေး။ ထို့ကြောင့် အခြားအသုံးစရိတ်ဘက် လှည့်ကြမည်။ ဆေးလိပ်ဖိုးနှင့် လက်ဖက်ရည်ဖိုး၊ အချို့ဆိုရင် စာအုပ်ဖိုး၊ စာအုပ်မဂ္ဂဇင်းငှားရမ်းခတွေထဲက ဘယ်ဟာကို ဘယ်လောက်ကစပြီး လျှော့နိုင်မည်လဲ။

ချွေတာရမည်ဆိုသော စကားကို အကြောင်းမဲ့ မပြောလိုပါ။ ဗမိုးကိုယ်တိုင် လေ့လာစဉ်းစား လုပ်ဖြစ်နေတာတွေတော့ မျှဝေချင်သည်။ ငယ်စဉ်ကစပြီး သက်ရွယ်ခြောက်ဆယ်ကျော်ကြီးအထိ လက်ဖက်ရည်သမား၊ ရှယ်ခေတ်အထိ လက်ဖက်ရည်ဆိုရင် တစ်နေ့ လေးငါးခွက်သောက်

ရမှ … သောက်ဖြစ်အောင်လည်း သောက်ခဲ့သည်။

ကြုံရတာက လက်ဖက်ရည်ဆိုင်အားလုံး နီးပါးပါပဲ။ ရိုးရိုးကို အလို အလျောက် တက်ယူလာကြတာ။ ရပ်ကွက်ဆိုင်တွေများ ရိုးရိုးတစ်ခွက် ၁၅ ကျပ်၊ ရှယ် ၂၀ ကျပ် မြို့ထဲမှာ တစ်မျိုးတစ်စားထဲ ၁၅ ကျပ်မှ ၂၇ ကျပ် ၃၀ ကျပ်၊ ရန်ကုန်ဘူတာကြီးမှာ ရိုးရိုး ၂၀ ကျပ်မှ ၂၅ ကျပ်။

ချွေတာဖြစ်လာတာက လက်ဖက်ရည်ဈေးသာ တက်သွားသည်။ အရသာက တစ်ခါထက်တစ်ခါ ကျဆင်းသွားသည်။ ပြီးတော့ စားပွဲထိုး လူမမယ်လေးများကလည်း လက်ဖက်ရည်ကို မှာသည့်အတိုင်း အော်ချင်မှ အော်တော့သည်။ 'ဆိမ့်' ဆိုတာကို 'ချိုဆိမ့်'ဟု စွတ်အော်ချင်အော်သည်။ တိတိကျကျ ထပ်ပြောတော့ သူတို့ဟားစရာ ဖြစ်သွားသည်။ သည် အကြောင်း နှစ်ကြောင်းနှင့်ပင် လက်ဖက်ရည်ကို စိတ်ကုန်သွားသည်။

နေထိုင်ရာ မြောက်ဥက္ကလာ။ နံနက်ဆိုရင် ရိုးရိုးတစ်ခွက်နဲ့ အီကြာကွေး တစ်ချောင်း ၃၀ ကျပ်။ နေ့စဉ် နံနက် စဉ် ဟုတ်သလိုလိုရှိရာက တစ်ခါ တစ်ခါကျတော့ လက်ဖက်ရည် အပေါ် သံယောဇဉ်လျော့နေတာ သတိရပြီး စမူဆာ ၂ ခု၊ တစ်ခု ၇ ကျပ်နဲ့ ၂ ခုစားပြီး ရေနွေးကြမ်း ဘက် လှည့်သွားသည်။ ဒါကို ရက် ခြားကျင့်ပေးတာ တစ်ရက်ခြား တစ် မနက်ကို ၁၆ ကျပ် သက်သာသွား သည်။ နေ့လယ်ဘက်မှာ လက်ဖက် ရည်တစ်ခွက်ထက် ပိုမသောက်ဖို့ကို လည်း လေ့ကျင့်နိုင်သွားသည်။ ဂျာနယ်တွေထွက်ရက်တွေမှာ တခြား စရိတ်တွေ ချွေတာရပြီလေ။

ချွေတာဖြစ်လာတာက
လက်ဖက်ရည်ဈေးသာ
တက်သွားသည်။
အရသာက
တစ်ခါထက်တစ်ခါ
ကျဆင်းသွားသည်။ ❞

❝ သူကိုယ်တိုင်လည်း
ဒါကိုသိတဲ့နေ့ကစပြီး
တစ်ရက်ကို
တစ်လိပ်စ
နှစ်လိပ်စပြီးဖြတ်တာ
ခုဆိုရင်
စီးကရက်ဆိုရင်
လုံးဝမကိုင်မိတော့ဘူးတဲ့။ ❞

ညဘက်မှာ ညစာစားအပြီး လက်ဖက်ရည်ဘက် စိတ်ရောက်ချင်သေး၏။ သို့သော် ဆေးလိပ်သောက်တတ်သူ မဟုတ်လေတော့ ခံတွင်းချဉ်တာ မဖြစ်။ ဆေးလိပ်သောက်ဖို့ မလိုသလို လက်ဖက်ရည်ကို အသာဖြတ်ပြီး ရေနွေးကြမ်းကို ခွက်ဆင့်သောက်လိုက်သည်။ တစ်ခါတစ်ခါ မုန့်ချိုတစ်ခုခုတော့ စားရသေး၏။ လျှာရိုးမြက်မှ တွေးမှုရေးမှုလေးတွေ ထက်လာမှာ မဟုတ်လား။

ဆေးလိပ်သောက်သူများ လုံးဝဖြတ်တောက်ဖို့ မပြောလို။ သို့သော် လျှော့သောက်နိုင်ရင် အကုန်အကျသက်သာသွားသလို အနံ့အသက် သက်သာသွားမည်။ အသားအရေနဲ့ အထွေထွေပုံရိပ် ညှိုးခြောက်ခြင်း ကင်းဝေးသွားမည်။ ဗမိုးကိုယ်တွေ့ဗျ။ ဆေးလိပ်မဖြတ်နိုင်တာနဲ့ မျက်နှာမှအစ အသားအရေ ညှိုးနေတာ၊ ချွဲကပ်ချောင်းဆိုးနေကြတာတွေ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ တွေ့နေရသည်။ ခြောက်ဆယ်အထက် လူကြီးတွေနဲ့ လူငယ်ပိုင်းဆို အမုန်းခံပြီး ပြောနေမိသည်။ သိသိနဲ့ မဖြတ်နိုင်ကြတာ သိသိနဲ့ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ဆင်းရဲနေကြရသည်။

စီးကရက်

လွန်ခဲ့တဲ့ အနှစ်သုံးလေးဆယ်တုန်းက စီးကရက်အနံ့ဟာ ချိုချိုသင်းသင်းတွေ၊ ခုကျတော့ စီးကရက်အနံ့ဟာ စိမ်းရွှေရွှေ အောက်သိုးသိုးကြီးဗျ။ ဒါကို တစ်နေ့ မီးရထားပေါ်မှာ လူရွယ်တစ်ဦးကို ထုတ်ပြောပြတော့-

"ဟုတ်တယ်ဦး၊ ခုစီးကရက်တွေမှာက မူးယစ်ရာခိုင်နှုန်း ပိုလာတာဖြစ်ပါလိမ့်မယ်"တဲ့။ သူကိုယ်တိုင်လည်း ဒါကိုသိတဲ့နေ့ကစပြီး တစ်ရက်ကို တစ်လိပ်စ နှစ်လိပ်စပြီးဖြတ်တာ ခုဆိုရင် စီးကရက်ဆိုရင် လုံးဝမကိုင်မိတော့ဘူးတဲ့။

"ဒါဆိုရင် ကွမ်းကောမောင်ရင်"

"ဦးကြီးရာ လူတွေက စိတ်လျှော့လွန်းတာပါ။ ဆေးလိပ်ဖြတ်နိုင်ဖို့ ကွမ်းစားတာ ၂ ခုလုံး စွဲသွားကြတယ်လေ"

ဒါဆိုရင် စိတ်ချမ်းသာချင်သူများ စိတ်အလိုမလိုက်တာကစပြီး ကျင့်သွားရဖို့ရှိပါပြီ။ တွေ့နေရတာကတော့ ဘုရားသားတော် သမီးတော်များ အပါအဝင် လူငယ်လူရွယ်အတော်များများ ကွမ်းစားလွန်းအားကြီးလှ၏။ ကွမ်းမှာလည်း ဗမိုးနှာခေါင်းထဲ မူးယစ်အနံ့ကြီးသာ ဝင်ဆောင့်လာတတ်သည်ကို မကြာခဏပင် မလွဲမရှောင်သာ ကြုံနေရသည်။

ပိုပြီးဆိုးတာက ကွမ်းစားသူများ သတိမထားမိ။ တချို့ကျတော့လည်း ဝင်္ကြေးတစ်ခုဆိုက်ပြီး ရှန်းထွက်မရတော့သလိုလို သိသိနဲ့ပင် သွားများမှ အစ ပါးစပ်တစ်ခုလုံး ညှိမဲညစ်ပုတ်တာကြီးကို သန့်ရှင်းရေးမလုပ်နိုင်ရှာတော့သည်ကို တွေ့ရသည်။

ကွမ်းမှာလည်း
ဗမိုး နှာခေါင်းထဲ
မူးယစ်အနံ့ကြီးသာ
ဝင်ဆောင့်လာတတ်သည်။

တလောဆီက တီဗွီမှာ လူကြီးခန်းဝင်ပြီး သရုပ်ဆောင်သွားသော တစ်ခါက မင်းသားတစ်ဦး သူ့ပါးစပ်မဲကြီးကိုကြည့်ပြီး ရင်ထုမနာဖြစ်ရသေးသည်။

အစားအသောက် ချွေတာရေးမှာ အိမ်ရှင်မတစ်ဦးထံမှ နည်းကောင်းတစ်ခု ကြားလိုက်ရသည်။ အစဉ်အလာအားဖြင့် ဆီပြန်မှ ဆီပြန်

ဆိုတဲ့မိသားစုမှာ ယခုတော့ နံနက်ပဲပြုတ် ထမင်းကြော်ကအစ ဆီလျှော့တာ အကျင့်ရသွားပြီ။ သူ့စကားက

"ဆီကြော်လို့ မဟုတ်ဘူးတော်။ ရေ၊ ဆီဈေးကို မလိုက်နိုင်တာနဲ့ အိုးခင်းကို ခါတိုင်းထက် အပူတိုက်ကြော်လျော့တာ ဆီကုန်သက်သာပြီး အရသာလည်း ပိုပြီးရှိလာတယ်လေ"

သူမကပင် ဆက်လက်ပြီး

"ကျွန်မတို့ငယ်ငယ်က အဘွားပြောဖူးတာ အမှတ်ရလာတယ်။ ငါးကို ခါးခုတ်ရာပေး၊ နနွင်းနဲ့ဆားနဲ့ နာနာသိပ်ပြီး ကင်စား၊ အဲဒါခုမှ လုပ်ကြည့်တော့ ချိုသလားမမေးနဲ့၊ အိုးခင်းတောင် မလိုတော့ဘူး"

သူပြောသလိုတော့လည်း ကြံဖန်တတ်ရင် ချက်ပြုတ်စားသောက်တာ အပျော်တမ်းကိစ္စလို ကြီးပါလား။ ဇမိုးလည်း လိုလျှင်ကြံဆ နည်းလမ်းရ သွားသည်။

မီဒီယာခေတ်မှာ သတင်းနဲ့အချက်အလက်တွေ ထိပ်တက်အရေးကြီး လာသည်။ ဒီတော့ နိုင်ငံတကာသတင်းတွေရဲ့ နိုင်ငံရေးနဲ့ စီးပွားရေးကွင်း ဆက်နဲ့ ဈေးကွက်အနေအထားကို သတိထားဖြစ်သွားသည်။ ရှေ့နောက် ဝဲယာ ကြည့်ဖြစ်သွားတာပါ။

မိမိမှာ အလျဉ်ဖြစ်တည်နေသော ဘောဂဗေဒအမြင် အတွေးများနှင့် မွေနှောက်ပြီး စီးပွားရေးဆောင်းပါးများ ရေးဖြစ်သွားသည်။

ဘိုးအေကြီး ပီမိုးနင်းကို အားကျကြည်ညိုရင်း စွဲကလည်းရှိနေပြန် တော့ ရေးဖြစ်သမျှမှာ တစ်ဦးချင်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကို ဇောင်းပေး တွေးအား ရေးအားကောင်းသွားခဲ့ပြန်၏။

စီးပွားရေးကောင်းရောင်းကောင်းဝယ် ဖြစ်နေသူတွေ အသာထား၊ သူသူ ငါငါ သာမန်လခစား လက်လုပ်လက်စားတွေထဲ မိမိတို့ကိုယ်မှာ စိတ်ကို နည်းနည်းလေးအလုပ်ပေးပြီး ရှာကြံကြည့်ပါ။ မိမိအပါအဝင် သူငါအားလုံးမှာ ကြီးပွားရေးဇာတာ ရှိပါသည်။

ဇမိုး

မှားမှန်းသိလျှင် ပြင်

သခင်အောင်ဖေ

သူတစ်ပါးက မိမိကို လေးစားခြင်းထက် မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားဖို့က ခက်၏ဟု ရှေးပညာရှိကြီးများ၏ ပြောစကားမှာ အသက်ရှစ်ဆယ် နားကပ်နေသည့် ကျွန်ုပ်နေနှင့် ရာနှုန်းပြည့် သဘောပေါက်လာသည်။ တစ်နည်းပြောရလျှင် ဟုတ်မှန်ကြောင်း ဝန်ခံစကားပြောလိုသည်။

သူတစ်ပါးက မိမိကို ချစ်ကြည်လေးစားခြင်းမှာ အကောင်းမြင်၍ဖြစ်စေ၊ အပေါ်ယံကြောအမြင်နှင့်ဖြစ်စေ၊ သာမန်ကာလျှံကာ အတွေးနှင့်ဖြစ်စေ၊ အမြင်နှင့်ဖြစ်စေ၊ အလေးအနက် သဘောမထား၍ဖြစ်စေ၊ ကောင်းတာကလေးကို ကွက်မြင်၍ ဖြစ်စေ ချစ်ကြည်လေးစားနိုင်သည်။

မိမိကိုယ်မိမိ မြင်ရာ၌ လည်း မကောင်းဟူသမျှ မသိမမြင် ချင်ယောင် ဆောင်တတ်သည်။ မကောင်းဆိုးဝါးဟူသည်တို့ကို

> "ရှေးလူကြီးများက သက်ရှိသတ္တဝါများထဲတွင် ဟန်ဆောင်ကောင်းသော သတ္တဝါမှာ လူဖြစ်၏တဲ့"

ဖော့တွက်တတ်သည်။ ဝါးတားတား လုပ်ပစ်တတ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ မကြာခဏရေးခဲ့သလို လူတစ်ယောက်၌ အထုပ်နှစ်ထုပ်ရှိ၏။ တစ်ထုပ်က တစ်ဆယ်သားရှိပြီး နောက်တစ်ထုပ်က အချိန်တစ်ရာရှိသည်။ တစ်ဆယ်သားအထုပ်မှာ ကောင်းသော၊ မွှေးကြိုင်သော အထုပ်ဖြစ်၏။ ယင်းအထုပ်ကို လူတကာမြင်အောင် လည်ပင်း၌ ဆွဲပြထား၏။ အချိန်ပိဿာတစ်ရာရှိသော ရောမအထုပ်ကြီးကား ယုတ်မာသော၊ ညစ်ပတ်သော၊ ပုပ်စော်နံသော၊ ကျက်သရေမရှိသော အ,မင်္ဂလာအထုပ်ကြီး ဖြစ်၏။ ထိုအထုပ်ကြီးကို လူသူမမြင်အောင် နောက်ကျော၌ ထားလေသည်။ ဒါ့ကြောင့် ရှေးလူကြီးများက သက်ရှိသတ္တဝါများထဲတွင် ဟန်ဆောင်ကောင်းသော သတ္တဝါမှာ လူဖြစ်၏တဲ့။

ခွဲခြားသတ်မှတ်မှု

လူတစ်ယောက်ကို ကောင်း၏၊ ဆိုး၏ဟု ခွဲခြားသတ်မှတ်ရန်မှာ ကာယကံသုံးပါး၊ ဝစီကံလေးပါးနှင့် သမ္မာအာဇီဝ၊ စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းနိုင်လျှင် လူကောင်းဟု ခေါ်နိုင်အံ့ထင်သည်။ လူတစ်ယောက်အဖို့ အာဇီဝဋ္ဌမက သီလစောင့်ထိန်းနိုင်က သီလဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ပြီဟု ဆိုနိုင်ရာပါသည်။

သမ္မာအာဇီဝ အကြောင်းနှင့်စပ်၍ အကျဉ်းချုံးပြောလိုသည်။ သမ္မာအာဇီဝ၏ ဆန့်ကျင်ဘက်သည် မိစ္ဆာအာဇီဝဖြစ်၏။ မြန်မာလိုဆိုက မကောင်းသော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုဖြစ်၏။ ယင်းမိစ္ဆာအာဇီဝမှာ (၇)မျိုးရှိ၏။

၁။ ခိုးခြင်း ၂။ သတ်ခြင်း ၃။ ကာမကျူးလွန်ခြင်း (ကာယကံသုံးပါး) နှင့် ၄။ မဟုတ်မမှန်ပြောခြင်း (ဝါ) လိမ်ညာပြောခြင်း ၅။ သူတစ်ပါးတို့ ကွဲပြားအောင်ပြောခြင်း ၆။ အမျက်ထွက်ခြင်း (ဝါ) ဆဲရေးခြင်း ၇။ အကျိုးမရှိသော စကားပြောဆိုခြင်း (ဝစီကံ ၄ပါး)။ ဖော်ပြပါ (၇)ပါးနှင့် မကောင်းမှုယှဉ်၍ အသက်မွေးခြင်းသည် မိစ္ဆာအာဇီဝမည်၏။

မိစ္ဆာအာဇီဝ ၃ ပါးဟူ၍ ရှိသေး၏။ ၁။ ကုဟနာဒိ မိစ္ဆာအာဇီဝ ၂။ တိရစ္ဆာန ဝိဇ္ဇာမိစ္ဆာအာဇီဝ ၃။ အနေသန မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်၏။

၁။ အနေသန မိစ္ဆာအာဇီဝဆိုသည်မှာ ရဟန်းတို့သည် လူတို့အား သစ်သီးပေးခြင်း၊ ပန်းပေးခြင်း စသည့် ၂၁ ပါးသော အနေသနမှုဖြင့် ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ လာဘ်လာဘရရှိပေါ်များအောင် ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်၏။

၂။ ကုဟနာဒိ မိစ္ဆာအာဇီဝမှာ ရဟန်းတို့နှင့် လူယောဂီများပါ သက်ဆိုင်၏။ အံ့ဖွယ်သရဲဖြစ်အောင် လုပ်ကြံ၍ လာဘ်လာဘရယူခြင်း၊ လာဘ် လာဘနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အပြောဆိုရဲရင့်ခြင်း၊ ပစ္စည်းဥစ္စာဝတ္ထု လှူဒါန်းအောင် အရိပ်နိမိတ်ပြခြင်း၊ မလှူဘဲမနေနိုင်အောင် စကားဖြင့်ကြိတ်ခြင်း (ဝါ) နှိပ်ထက်စီးနင်း ပြောဆိုခြင်း။ တစ်ယောက်ထံမှ သို့မဟုတ် တစ်အိမ်မှ တစ်ကျပ်ရယူပြီး တစ်ယောက် သို့မဟုတ် တစ်အိမ်သို့ တစ်ကျပ်ပေး၍ ငါးကျပ်၊ တစ်ဆယ်ရအောင် ပြုခြင်းဖြစ်၏။

၃။ တိရစ္ဆာနဝိဇ္ဇာ မိစ္ဆာအာဇီဝဆိုသည်မှာ ရဟန်းတို့နှင့် သက်ဆိုင်ပေသည်။ မိမိလာဘ်ရမှုအတွက် အင်္ဂဝိဇ္ဇာစသော ဗေဒင်အတတ်၊ လက္ခဏာ အတတ်၊ မှော်ပညာအတတ်၊ ဆေးပေးခြင်း၊ လက်ဖွဲ့ပေးခြင်း၊ အင်းပေး ခြင်း၊ ဓာတ်လုံးပေးခြင်း၊ ဆေးဖယောင်းတိုင်ပေးခြင်း၊ မိမိကိုယ်တိုင်မပေး ဘဲ ဆောင်ပါ၊ ကိုင်ပါ၊ ထွန်းညှိပါ၊ ကိုးကွယ်ပါဟုပြောလျှင် တိရစ္ဆာနမိစ္ဆာ အာဇီဝဖြစ်၏။

မိစ္ဆာအာဇီဝ

လူအများအနေနှင့် အသက်မွေးမှုအတွက် ကြက်၊ ဘဲ၊ ဝက်၊ သိုး၊ ဆိတ်၊ ငါးစသည်များ မွေးမြူပြီး ရောင်းစားခြင်း၊ ဘိန်းဘင်းကစော်

လှော်စာအရက် ရောင်းစားခြင်း၊ ပြည့်တန်ဆာ ထောင်စားခြင်း၊ လက်နက်ခဲယမ်းမီးကျောက် ရောင်းစားခြင်း၊ သတ္တဝါသေစေနိုင်သော အဆိပ်များ ရောင်းစားခြင်းသည် မိစ္ဆာအာဇီဝ ဖြစ်၏။

အထက်ဖော်ပြပါ ကာယကံ ၃ ပါး၊ ဝစီကံ ၄ ပါး၊ ပေါင်း ၇ ပါးနှင့် အာဇီဝတစ်ပါးကို ရှောင်ကြဉ်ထိန်းသိမ်းလျှင် အာဇီဝဋ္ဌမကသီလ စောင့်ထိန်း သည်မည်၏။

သူတော်ကောင်းကြီးများသည် အာဇီဝဋ္ဌမကသီလကို အသက်ထက်ဆုံး စောင့်ထိန်းကြ၏။ ဤမှတစ်ဆင့် ယုံမှားခြင်းကင်းသော (ဝါ) ယုံမှားခြင်း (၁၆) ပါးကိုပယ်သော ကင်္ခါဝိတရဏ ဝိသုဒ္ဓိဖြစ်ပေပြီ။ ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ အဆင့်ကိုကျော်သည်နှင့် သောတပန်အငယ်စား (စူဠသောတပန်) ဖြစ်ပြီ။ စူဠသောတပန်ဖြစ်က အပယ်မလားတော့ပြီ။

ကျွန်ုပ်တို့သည် သားကျွေးမှု၊ မယားကျွေးမှုအတွက် ရှာဖွေလုပ်ကိုင်စားသောက်နေကြရာတွင် သမ္မာအာဇီဝ အသက်မွေးမှုဖြစ်သလော သို့မဟုတ် မိစ္ဆာအာဇီဝဖြစ်သလော။ အထူးသတိပြုကြဖို့ ကောင်းသည်။ သတိဆိုသည်မှာ အခါခပ်သိမ်းထားရှိနိုင်မှ အကျိုးရှိလိမ့်မည်။ မိမိပြုမူမှုအဝဝတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ပြောဆိုမှု အဖုံဖုံတို့ကိုလည်းကောင်း၊ တွေးခေါ်ကြံဆမှု အစုစုတို့ကိုလည်းကောင်း သတိမလွတ်ဖို့လိုသည်။ သတိရှိက မြူစင်၍ သတိလွတ်က ဂူမမြင်ဆိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့အတွက် အမြဲတစေ နာယူရမည့် အဆုံးအမဖြစ်သည်။

ဘုရားကို မလိမ်ချင်

ကျွန်ုပ်အလျဉ်းသင့်တိုင်း ရေးခဲ့၏။ ကျွန်ုပ်တို့ လူပျိုပေါက်စအရွယ်က ရွာတစ်ရွာ၌ ပွဲစားကြီးတစ်ယောက် ရှိ၏။ ထိုပွဲစားကြီးသည် ကြားဖူးနားဝရှိ၍ ငရဲဆိုသည်ကို ကြောက်၏။ အပါယ်ငရဲသို့ ကျရောက်စေတတ်သော မုသာဝါဒကံ (လိမ်ပြောခြင်း)၊ မဟုတ်မမှန်ပြောခြင်းတို့ကို တတ်နိုင်

သမျှ ဆင်ခြင်၏။ သူ့အလုပ်က ပွဲစားဖြစ်၍ မလိမ်မညာဘဲနှင့် အလုပ်မဖြစ်ပေ။ ပွဲစားကြီးသည် ရွာလယ်၌ အိမ်ကြီးရခိုင်နှင့်နေ၏။ ထုံးစံအတိုင်း အိပ်ခါနီးဘုရားရှိခိုး၏။ ဩကာသကို အကျယ်ကြီးရွတ်၏။ ဣတိပိသော ဘဂဝါကိုလည်း အော်ရွတ်၏။ အဟံဘန္တေစသည့် ငါးပါးသီလရွတ်တော့လည်း သံကုန်ရွတ်၏။ ပါဏာတိ၊ အဒိန္နာအထိ အသံမလျှော့။ တအားရွတ်၏။ မုသာဝါဒရွတ်ရန် ရောက်သောအခါ ချောင်းဟန့်သံပြု၏။ အဟမ်း အဟမ်းဟု ချောင်းဟန့်၏။ ဤအကြောင်းကို သူ့မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများက မုသာဝါဒကိုမရွတ်ဘဲ ဘာဖြစ်လို့ အဟမ်း အဟမ်း လုပ်ရသလဲဟု မေးကြသောအခါ "ကျုပ်အလုပ်က လိမ်ညာပြောမှ အလုပ်ဖြစ်တာ။ လူလူချင်း ကျုပ်က လိမ်ပြောရဲပေမယ့် ဘုရားကိုတော့ မလိမ်ချင်ဘူးဗျ"တဲ့။

မနက်မိုးလင်းမှ တစ်နေကုန် တစ်နေ့ခမ်း မမှန်တာတွေပြော၊ ငွေရပြီးရော လုပ်ချင်တာတွေ အကုန်လုပ်၊ ညအိပ်ရာဝင်ခါနီးမှ ဘုရားရှေ့ထိုင် ပုဆိန်ပေါက်ရှိခိုး၍ အာပတ်ပြေရုံနှင့် မကောင်းမှု ပပျောက်သွားမည် ထင်ပါသလား။

"ဘုရားရှေ့ထိုင် ပုဆိန်ပေါက်ရှိခိုး၍ အာပတ်ပြေရုံနှင့် မကောင်းမှု ပပျောက်သွားမည် ထင်ပါသလား။"

ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင် အကြိမ်ပေါင်း ဘယ်၍ဘယ်မျှ လုပ်ခဲ့သည်ကို မှတ်မထားသောကြောင့် မည်မျှဟု ဖော်မပြနိုင်ပေ။ လုပ်ခဲ့တာတွေတော့ အများကြီးပါ။ သေတွင်းနှုတ်ခမ်းဝ ရောက်လာသောအခါ တွေးတွေးဆဆ ကြောက်လာသည်။ စိုးရိမ်လာသည်။

မှားမှန်းသိလျှင် ပြင်

ပြီးခဲ့တာတွေ ပြီးပြီဟု သဘောမထားရ။ မိမိပြုခဲ့သော ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံအမှုတို့ကို မှားသလား၊ မှန်သလား စဉ်းစား၍ မှားလျှင် မှားမှန်းသိ၍ ပြင်ပါ။ မှန်လျှင် မှန်မှန်းသိ၍ ဆက်လုပ်ပါ။

ခိုးသူကြီး အင်္ဂုလိမာလသည် မှားသမျှ ရစရာမရှိအောင် မှားနေဆဲမှ ဗုဒ္ဓရှင်တော်က ချစ်သား ရပ်လော့ဟု သတိပေး၏။ အင်္ဂုလိမာလသည် မှားနေ သောအလုပ်ကို ရပ်၏။ အင်္ဂုလိမာလသည် အမှန်တရားဘက်သို့ ရောက်သွားပုံကို ကျွန်ုပ်တို့ သင်ခန်းစာယူသင့်ကြသည်။ မိမိပြုမှု မှားနေသည်ကို မှားမှန်းမသိ။ မိမိခေါင်းပေါ်ရှိ မီးတောက်မီးလျှံ (ဝါ) ငရဲမီးကို ရွှေပန်း၊ ငွေပန်းထင်သော အသူရကာယ်ဘုံသားကဲ့သို့ ထင်မြင်မှုမျိုးမဖြစ်ဖို့ သတိပြုကြရန်လိုသည်။

ထို့အတူပင် ပဋာစာရီဟု လူသိများသော "ပဋာစာရာ" သူဌေးသမီးမှာ အဝတ်အချည်းစည်းဖြစ်နေအောင် စိတ္တဇရောဂါသည်အဖြစ် ဝေဒနာခံစားနေရချိန်တွင် ဗုဒ္ဓရှင်တော်က "ငါ့နှမ၊ သတိထားကွယ်"ဟု သတိပေးသည်နှင့် သတိရပြီး ဗုဒ္ဓရှင်တော်အဆုံးအမကြောင့် ရဟန္တာ (ထေရ်ရီ) မကြီး ဖြစ်သွားပုံကိုလည်း သင်ခန်းစာယူသင့်ကြသည်။

ကျွန်ုပ်တို့အမှန်ကို ဝန်ခံကြလျှင် မှားခဲ့ကြပြီ၊ မှားနေကြဆဲလည်း ဖြစ်၏။ မှားသည်ကို မှား၏ဟု သိအောင်လုပ်၍ အမှန်သို့ရောက်အောင် ပြုပြင်သင့်ကြသည်။ ဤသို့သိ၍ ဤသို့ပြင်လျှင် မိမိကိုယ်ကိုမိမိ လေးစားနိုင်ပါပြီ။

သတ္တဝါအားလုံး ကျန်းမာကြပါစေ။

သခင်အောင်ဖေ

ပန်ကြားလွှာ

ဤစာအုပ်တွင် ထည့်သွင်းဖော်ပြထားသော စာမူတစ်ချို့သည် စာမူအဟောင်းများထဲမှ စာကောင်းပေမွန်များအဖြစ် သတ်မှတ်ရွေးချယ်၍တဖန် ရွေးချယ်ဖော်ပြထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ထိုစာမူများ အသုံးပြုရာတွင် ရေးသားခဲ့ကြသည့် စာပေပညာရှင်ကြီးများနှင့် သက်ဆိုင်သူမိသားစုများအား ဆက်သွယ်ရန် အခက်အခဲများရှိသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆောင်ရွက်မှုသည် မွန်မြတ်သောစေတနာဖြင့် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်သောကြောင့်လည်းကောင်း ယခုကဲ့သို့ စာအုပ်၌ ထည့်သွင်းဖော်ပြထားခြင်းအား သက်ဆိုင်သူတို့က ကြည်ဖြူစွာခွင့်ပြုကြမည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။

စာမူရှင်များနှင့် သက်ဆိုင်သူ မိသားစုများအား စာအုပ်လက်ဆောင်နှင့် စာမူအသုံးပြုမှုအတွက် ဉာဏ်ပူဇော်ခ ချီးမြှင့်လိုပါသဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ စာပေတိုက်နှင့် ဆက်သွယ်ကြပါရန် အသိပေးအပ်ပါသည်။

စာမူအသစ်များကိုလည်း ဖိတ်ခေါ်ပါသည်။

ဇင်ယော် (မာန်)
စီစဉ်သူ

အောင်စာပေအိမ်
အမှတ် (၁၂၉/ခ)၊ ၃၆-လမ်း (အထက်)၊
ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း - ၀၉ ၇၈၂၇၄၅၀၅၉၊ ၀၉ ၄၃၁၀၄၁၄၆