အရှင်သန္တာဓိက

ရွှေပါရမီတောရ

မော်ဒယ်လ်အသစ်နဲ့လူ

GRAPHIC NAY WINN AUNG

ဓမ္မစကား။ နေ့တိုင်းကြားက၊ စိတ်ထားဖွေးလက်၊ သိဉာဏ်ထက်၏။

................သို့

အမှတ်တရဓမ္မဒါန

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။

အလှူအားလုံးတို့တွင် တရားအလှူသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

အရဟံဂုဏ်တော်

အရဟံ၊

ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ပင် မကောင်းမှုကို

ပြုတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ၊

ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော မြတ်စွာဘုရား။

စာမူခွင့်ပြုချက် – ၇၅၆/၂၀၀၄ (၁၁)

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် – ၆၉၀/၂၀၀၄ (၁၁)

မျက်နှာဖုံးပန်းချီ – နေဝင်းအောင်

<u>မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းပုံနှိပ်သူ</u>

ဦးကြင်ရွှေ(၀၃၁၀၅)၊ မိသားစုပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်၉၀–အေ၊ အောက်ကြည့်မြင်တိုင်လမ်း၊ အလုံမြို့နယ်။

<u>ထုတ်ဝေသူ</u>

တက်လမ်း ဦးရှိန်ဝင်း(၇၃၅)၊ ရွှေပါရမီဓမ္မစာပေပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့

အမှတ်(၁၉–အေ/၂)၊ ဗိုလ်ရာညွှန့်လမ်း၊ ဒဂုံမြို့နယ်။

ဓမ္မဒါန

မော်ဒယ်လ်အသစ်နဲ့လူ

အရှင်ဘုရား . . . .

မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို လိုချင်စိတ်မရှိသေးတဲ့ တပည့်တော်တို့လို လူငယ်တွေအတွက် ဘာကြောင့် တရားအားထုတ်သင့်တယ်၊ ဘယ်လို တရားအားထုတ်ရမယ်ဆိုတာကို လူငယ်တွေနဲ့ အနီးစပ်ဆုံးဖြစ်အောင် ညွှန်ကြားပြသပေးတော်မူပါဘုရား။

မောင်သူရနိုင်တင်၊ လှိုင်မြို့နယ်။

ဒကာသူရရေ . . . .

တစ်ခါတုန်းက ကုမ္ပဏီပိုင်ရှင် ဒကာကြီးတစ်ယောက် ဆယ့်လေးငါးနှစ်အရွယ် သူ့သား၊ သူ့တူတွေနဲ့ ဦးဇင်းဆီ ရောက်လာပြီး . . .

'သူတို့ကို တပည့်တော် တရားအားထုတ်ခိုင်းလို့ မရဘူးဘုရား၊ သူတို့ တရားအားထုတ်ချင်စိတ်ပေါက်လာအောင် သူတို့အရွယ်နဲ့ သင့်တော်တဲ့ တရား ဟောကြားချီးမြှင့်ပေးတော်မူပါဘုရား'

လို့ လျှောက်ထားပါတယ်။

ကျောင်းသားလူငယ်တွေ အပါအဝင် လူတိုင်းလူတိုင်းကို နေ့စဉ် တရားအားထုတ်စေချင်တဲ့စိတ် ထက်သန်နေတာမို့ သူတို့ရဲ့ သစ်လွင်တောက်ပတဲ့ အဝတ်အစား၊ ခေတ်မီဆန်းပြားတဲ့ ဒီဇိုင်းတွေကို ကြည့်ပြီး . . . .

'တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် မော်ဒယ်လ်အသစ်လဲတာပါ'

လို့ နှုတ်က ရုတ်တရက် လွှတ်ခနဲ ပြောလိုက်မိသွားပါတယ်။ 'လျှပ်တစ်ပြက်စကား' ဆိုပါတော့။ ကိုယ့်စကားကိုယ် သတိဉာဏ်နဲ့ ကပ်ပြီး စစ်ဆေးကြည့်လိုက်တော့ ဟုတ်နေတာနဲ့ သူတို့လေးတွေရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ကြုံတွေ့နေရတဲ့ အဖြစ်အပျက်လေးတွေနဲ့ ဥပမာပေးပြီး 'စိတ်မော်ဒယ်လ်' တရားကို အရှိန်မြှင့် ဟောလိုက်ရပါ

တယ်။

ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်ကို ခဏလောက် စောင်းငဲ့ကြည့်လိုက်ပါ။ ပစ္စည်းဥစ္စာချမ်းသာကြွယ်ဝတဲ့သူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းတွေကို ခေတ်မီသထက် ခေတ်မီအောင်၊ ခမ်းနားသထက် ခမ်းနားအောင် နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ပြုပြင်ပြောင်းလဲနေကြပါတယ်။ ပိုက်ဆံတတ်နိုင်ရင် တတ်နိုင်သလောက် ကောင်းသထက်ကောင်းတဲ့ အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းတွေနဲ့ လဲလှယ်ပစ်နေကြပါတယ်။

ကိုယ့်မှာ နေစရာတိုက်အိမ်ကောင်းကောင်းရှိပြီးသား၊ 'မော်ဒယ်လ် အောက်သွားပြီ' ဆိုပြီး ပုံစံ ပိုကောင်းတဲ့ မော်ဒယ်လ်အသစ် တိုက်အိမ်တစ်လုံး ပြန်ပြင်ဆောက်လိုက်ပါရော။ မော်ဒယ်လ်အဟောင်း တိုက်အိမ်ကိုတော့ ဖြိုဖျက်ပြီး အဟောင်းဈေးနဲ့ ရသလောက် ရောင်းထုတ်ပစ်လိုက်တာပေါ့။ မော်ဒယ်လ်ဟောင်း (ပုံစံဟောင်း) တိုက်အိမ်မှာနေရတာထက် မော်ဒယ်လ်သစ် (ပုံစံသစ်) တိုက်အိမ်မှာ နေရတာက ပိုပြီး စိတ်ချမ်းသာသွားပါတယ်။ ပိုပြီးသက်သောင့်သက်သာနဲ့ အဆင်ပြေသွားပါတယ်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက

ကိုယ့်မှာ စီးစရာ စူပါဆလွန်း ရှိပြီးသား၊ ပရာဒိုက ပိုကောင်းတယ်ဆိုတော့ ပရာဒိုနဲ့ လဲစီးပြန်တယ်။ စီးလို့ ပိုကောင်းသွားတာပေါ့။ ပရာဒိုထက် လင်ခရူဆာက ပိုဇိမ်ကျတယ်ဆိုတော့ လင်ခရူဆာနဲ့ လဲစီးပြန်ရော။ ပိုဇိမ်ကျသွားတာပေါ့။ ကိုယ်စီးနေတဲ့ လင်ခရူဆာထက် မော်ဒယ်လ် ပိုမြင့်တဲ့ လင်ခရူဆာပေါ် လာပြန်တော့ မော်ဒယ်လ် အဟောင်းကို ရောင်းပြီး မော်ဒယ်လ်အသစ် ထပ်စီးပြန်တယ်။ မော်ဒယ်လ်သစ်လေ၊ ကားပိုကောင်းလေဆိုတော့ ပိုပြီးဇိမ်ကျ၊ ပိုပြီး စိတ်ချမ်းသာသွားပါတယ်။

ကိုယ့်မှာ ကြည့်စရာ တီဗီ ရှိပြီးသား၊ နောက်ပေါ်တဲ့ မော်ဒယ်လ်အသစ်က အသံစနစ်၊ အရုပ်စနစ် ပိုကောင်းတယ် ဆိုတော့ မော်ဒယ်လ်အဟောင်း တီဗီကို ရောင်းပြီး မော်ဒယ်လ်အသစ်တီဗီ ဝယ်လိုက်တယ်၊ ကြည့်ရှုလို့ , နားထောင်လို့ ပိုကောင်းသွားတာပေါ့။ ပိုစိတ်ချမ်းသာသွားတာပေါ့။

ကိုယ့်ဘက်က ပိုက်ဆံလည်း တတ်နိုင်တယ်၊ အကောင်းနဲ့ ထိုက်တန်လို့ အကောင်းလည်း ကြိုက်တယ်ဆိုရင်

ဘယ်အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းကိုမဆို မော်ဒယ်လ်အသစ် သုံးနိုင်လေ၊ ပိုကောင်းလေပါပဲ။ မော်ဒယ်လ်သစ်လေ၊ အရည်အသွေး ပိုကောင်းလေ ဆိုတော့ သုံးရတာ ပိုပြီး အဆင်ပြေတာပေါ့။ ပိုပြီး စိတ်ချမ်းသာတာပေါ့။

(မော်ဒယ်လ်အဟောင်းပစ္စည်းက အသစ်ထက် ပိုကောင်းတာမျိုးလည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။ မဆုံးတဲ့ လောဘ နောက်ကို လိုက်ပြီး တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်းကို လျစ်လျူရှု ထားရမယ်လို့လည်း မဆိုလိုပါဘူး။ သူ့အပိုင်းနဲ့သူပေါ့။ ရောထွေးမပစ်ပါနဲ့။ တတ်လည်း တတ်နိုင်, ထိုက်လည်း ထိုက်တန်တဲ့ ကုသိုလ်ရှင်တွေအတွက် အထူးသီးသန့် ပြော တာပါ။ - ဤကား စကားကပ်လိုသူများအတွက် မှတ် ချက်)

အဆင့်အတန်းမြင့်မားမှုကို လိုလားတဲ့ လူသား တွေအနေနဲ့ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းဘက်မှာ မော်ဒယ်လ်သစ်နိုင် သမျှ သစ်အောင် ကြိုးစားနေကြသလို ကိုယ့်နှလုံးသားထဲ က စိတ်ကိုလည်း မော်ဒယ်လ်သစ်နိုင်သမျှ သစ်အောင် ကြိုးစားကြဖို့ အထူးလိုအပ်ပါတယ်။ တကယ်ဆို ရုပ်မော်

ဒယ်လ်သစ်ဖို့ထက် စိတ်မော်ဒယ်လ်သစ်ဖို့က ပိုပြီးတောင် အရေးကြီးပါသေးတယ်။

မနေ့ကလည်း ကိုယ့်စိတ်က ဒီမော်ဒယ်လ်၊ ဒီနေ့လည်း ကိုယ့်စိတ်က ဒီမော်ဒယ်လ်ဆိုရင် ကိုယ့်စိတ်ဟာ မော်ဒယ်လ်အဟောင်းကြီး ဖြစ်နေပါတယ်။ မနေ့က စိတ်နဲ့ ဒီနေ့စိတ် အရည်အသွေး တူနေရင် စိတ်မော်ဒယ်လ် ဟောင်းနေတာပါပဲ။ မနေ့က စိတ်ထက် ဒီနေ့စိတ်က အရည်အသွေး ပိုကောင်းရင်တော့ ကိုယ့်စိတ်ဟာ ဒီနေ့ အတွက်တော့ မော်ဒယ်လ်အသစ် ဖြစ်သွားပါပြီ။

မနက်ဖြန်စိတ်က ဒီနေ့စိတ်ထက် အရည်အသွေး ပိုကောင်းသွားရင် မနက်ဖြန်မှာ ကိုယ့်စိတ် မော်ဒယ်လ် ပိုမြင့်သွားတာပေါ့။ နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း ကိုယ့်စိတ်ကို မော်ဒယ်လ်သစ်သထက် သစ်၊ မြင့်သထက် မြင့်အောင် ကြိုးစား သွားရမှာပါပဲ။ အရေးအကြီးဆုံးကတော့ 'ဒီနေ့'ပါ။ လောလောဆယ် ကိုယ်နေနေရတာ ဒီနေ့ဖြစ်လို့ ဒီနေ့ ကိုယ့်ရဲ့ စိတ် မော်ဒယ်လ် သစ်နေဖို့၊ မော်ဒယ်လ် မြင့်နေဖို့ အဓိက ပါပဲ။

မော်ဒယ်လ်အသစ်နဲ့လူ

မနေ့က ကိုယ့်စိတ်မှာ လောဘ တစ်ပိဿာရှိတယ်၊ ဒီနေ့လည်း တစ်ပိဿာပဲဆိုရင် ကိုယ့်စိတ် မော်ဒယ်လ်ဟောင်းနေပါတယ်။ ဒီနေ့ တစ်ဆယ်သား ထပ်တိုးပြီး တစ်ပိဿာနဲ့ တစ်ဆယ်သား ဖြစ်လာတယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်စိတ် မော်ဒယ်လ်ဟောင်းရုံမကဘူး၊ နိမ့်သွားပါပြီ၊ မော်ဒယ်လ် အရမ်းအောက်သွားပါပြီ။ ဒီနေ့ တစ်ဆယ်သားလျော့သွားပြီး ကိုးဆယ်သားပဲ ကျန်တော့တယ်ဆိုရင်တော့ ကိုယ့်စိတ် မော်ဒယ်လ်သစ်သွားပါပြီ။ မော်ဒယ်လ်မြင့်သွားပါပြီ။ လောဘလျော့လေ၊ မော်ဒယ်လ်သစ်လေပါပဲ။

တခြား ကိလေသာတွေလည်း နည်းတူပါပဲ။ ဒေါသ တစ်ချက်ထွက်တိုင်း မော်ဒယ်လ် တစ်ရစ်ဟောင်းသွားပါတယ်။ ဘဝင်တစ်ချက် မြင့်တိုင်း မော်ဒယ်လ်တစ်ဆင့်နိမ့်သွားပါတယ်။ သူတစ်ပါးရဲ့ အောင်မြင်မှုကို မနာလိုတဲ့ ဣဿာဖြစ်တိုင်း၊ ကိုယ့်ရဲ့ ပြည့်စုံမှုမျိုး သူတစ်ပါး မရစေချင်တဲ့ မစ္ဆရိယဖြစ်တိုင်း စိတ်ဟာ မော်ဒယ်လ် ဟောင်းဟောင်းသွားပါတယ်။ မော်ဒယ်လ် နိမ့်နိမ့်သွားပါတယ်။

စိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေတဲ့သဘော၊ စိတ်ကို ပူလောင်စေတဲ့သဘော၊ စိတ်ကို ပင်ပန်းဆင်းရဲစေတဲ့သဘောကို ကိလေသာလို့ခေါ်ပါတယ်။ အလွယ်ပြောရရင် မကောင်းတဲ့စိတ်၊ ညစ်ပတ်တဲ့စိတ်၊ ယုတ်မာတဲ့စိတ်၊ ကောက်ကျစ်တဲ့စိတ်၊ အဆင့်အတန်း မရှိတဲ့စိတ်၊ အောက်တန်းကျတဲ့စိတ်ဟာ ကိလေသာပါပဲ။

စိတ်ဟာ ကိလေသာများလေ, မော်ဒယ်လ်နိမ့်လေ၊ ကိလေသာပါးလေ, မော်ဒယ်လ်မြင့်လေပါပဲ။ ကိလေသာသွင်းလေ, မော်ဒယ်လ်ဟောင်းလေ၊ ကိလေသာရှင်းလေ, မော်ဒယ်လ်သစ်လေပါပဲ။

မော်ဒယ်လ်နိမ့်တဲ့စိတ်ဆိုတာ အရည်အသွေး နိမ့်ကျတဲ့ စိတ်ကိုပြောတာပါ။ မော်ဒယ်လ်မြင့်တဲ့စိတ်ဆိုတာ အရည်အသွေး မြင့်မားတဲ့ စိတ်ကို ပြောတာပါ။ စိတ်ဟာ ကိလေသာထူပြောလေ, အရည်အသွေးနိမ့်ကျလေ၊ ကိလေသာခေါင်းပါးလေ, အရည်အသွေးမြင့်မားလေပါပဲ။

မနေ့ကစိတ်ထက် ဒီနေ့စိတ်က ပိုပြီး ကြည်လင်အေးချမ်းနေတယ်၊ ပိုပြီး အရည်အသွေးကောင်းတွေ ပြည့်

စုံနေတယ်ဆိုရင် ကိုယ့်စိတ်ဟာ ဒီနေ့ မော်ဒယ်လ်သစ်သွား ပါပြီ၊ မော်ဒယ်လ်မြင့်သွားပါပြီ။

စိတ်ကို မော်ဒယ်လ်သစ်စေ၊ မော်ဒယ်လ်မြင့်စေ တဲ့ အလုပ်တွေ အများကြီးရှိတဲ့အထဲမှာ တရားအားထုတ် တဲ့အလုပ်ဟာ အထိရောက်ဆုံးနဲ့ အထက်မြက်ဆုံးပါပဲ။ (စာဖတ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို ကူညီခြင်း . . . . စတဲ့ အပြု သဘောဆောင်တဲ့ အလုပ်တွေဟာလည်း စိတ်ကို မော် ဒယ်လ်သစ်စေ၊ မြင့်စေပါတယ်။)

စိတ်တည်ငြိမ်ရုံပဲ စွမ်းနိုင်တဲ့ 'သမထ' ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားနဲ့ စိတ်တည်ငြိမ်ရုံမက အရှုံမှန်ကို အရှိမှန်အတိုင်း ထိုးထွင်းသိမြင်နိုင်တဲ့အထိ စွမ်းနိုင်တဲ့ 'ဝိပဿနာ' ကမ္မ-ဋ္ဌာန်းတရားရယ်လို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။

သမထတရားအနေနဲ့ ဘုရားဂုဏ်တော်ပွားခြင်း (ဗုဒ္ဓါနုဿတိ)နဲ့ မေတ္တာစိတ်ပွားခြင်း (မေတ္တာဘာဝနာ)၊ အနည်းဆုံးနှစ်ခုတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း အားထုတ်သင့် ပါတယ်။

သီးသန့်ထိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သွားရင်းလာရင်း

လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ 'အရဟံ = ကိလေသာ ကင်းစင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား'၊ 'အရဟံ = ကိလေသာ အပူကင်းတဲ့အတွက် စိတ်အေးချမ်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား'၊ 'အရဟံ = ကိလေသာ အနှောက်အယှက်ကင်းတဲ့အတွက် စိတ်ကြည်လင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား'၊ 'အရဟံ = ကိလေသာအရှုပ်အထွေးကင်းတဲ့အတွက် စိတ်ရှင်းလင်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား'၊ ' အရဟံ = ကိလေသာ အနှောင့်အယှက်ကင်းတဲ့အတွက် စိတ်ရဲ့ အရည်အသွေးတွေ စံချိန်အမြင့်ဆုံး ပြည့်ဝတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား' လို့ ပါးစပ်က အသံမထွက်ဘဲ စိတ်ထဲကနေ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်နေတာဟာ ဘုရားဂုဏ်တော် ပွားနေတာပါပဲ။

သီးသန့်ထိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သွားရင်းလာရင်း လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် 'သတ္တဝါအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ'၊ 'လူသားအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ'၊ 'နတ်များအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ'၊ 'ပြိတ္တာအားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ'၊ 'တိရစ္ဆာန်အားလုံး ချမ်းသာကြပါစေ' လို့ ပါးစပ်က အသံ

မထွက်ဘဲ စိတ်ထဲကနေ မေတ္တာစိတ် ပို့လွှတ်နေတာဟာ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားနေတာပါပဲ။

ဘာဝနာဆိုတာ စိတ်ရဲ့ အလုပ် ဖြစ်တဲ့အတွက် ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတစ်ခုခုရဲ့ အကူအညီ မလိုအပ်ပါဘူး။ စိတ်သက်သက်နဲ့ ပွားများရုံပါပဲ။ စိတ်စွမ်းအား နည်းသေးရင်တော့ ရုပ်ဝတ္ထုအကူအညီ ယူချင်ယူနိုင်ပါတယ်။ စိတ်စွမ်းအား မြင့်လာရင်တော့ စိတ်သက်သက်နဲ့ လုပ်မှ ပိုထိရောက်ပါတယ်။ ပိုအစွမ်းထက်ပါတယ်။

သမထကို 'စိတ်တည်ငြိမ်ရုံ' လို့ ပြောရတာက အားထုတ်ဆဲ အခိုက်အတန့်ရဲ့ စိတ်စွမ်းရည်သက်သက်ကို ရည်ရွယ်ပြီး ပြောတာပါ။ နောက်ဆက်တွဲအနေနဲ့ကတော့ ဘေးရန်အန္တရာယ် ကင်းရှင်းခြင်း၊ စီးပွားလာဘ်လာဘ ပြည့်စုံခြင်း၊ ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး ထက်မြက်ခြင်း စတဲ့ လောကီကောင်းကျိုးတွေလည်း ကာယကံရှင်ရဲ့ အတိတ်ကံနဲ့ ပစ္စုပ္ပန်စွမ်းရည်သတ္တိအားလျော်စွာ ရရှိနိုင်ပါတယ်။

သီးသန့်ထိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သွားရင်းလာရင်း လုပ်ရင်း ကိုင်ရင်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လောလောဆယ် ထင်ရှား

ဖြစ်နေတဲ့ ကိုယ်အမူအရာ၊ စိတ်အမူအရာကို ထင်ရှားဖြစ်နေတဲ့အတိုင်း ရိုးရိုးလေး သိနေ၊ မှတ်နေ၊ စောင့်ကြည့်နေတာဟာ 'ဝိပဿနာ' တရားပွားများနေတာပါပဲ။

ကိုယ်အမူအရာအနေနဲ့ သွားရင် 'သွားတယ်'၊ ရပ်ရင် 'ရပ်တယ်'၊ ထိုင်ရင် 'ထိုင်တယ်'၊ လျောင်းရင် 'လျောင်းတယ်' စသည်အားဖြင့်၊ စိတ်အမူအရာအနေနဲ့ လိုချင်ရင် 'လိုချင်တယ်'၊ တပ်မက်ရင် 'တပ်မက်တယ်'၊ စိတ်ဆိုးရင် 'စိတ်ဆိုးတယ်'၊ စိတ်တိုရင် 'စိတ်တိုတယ်' စသည်အားဖြင့် အခုလောလောဆယ် ကိုယ့်ကိုယ်၊ ကိုယ့်စိတ်မှာ ထင်ရှားနေတဲ့ သဘောတရားတစ်ခုခုကို အရှိအရှိအတိုင်း 'သိ' နေရပါတယ်။

ပထမပိုင်းမှာ 'သွားတယ်'၊ 'ရပ်တယ်' စတဲ့ စကားလုံးတွေ ပါနေပေမယ့် သိပါ၊ ကြည့်ပါများလာရင်တော့ နောက်ပိုင်းမှာ စကားလုံးတွေ ပျောက်ပြီး စကားလုံးတွေရဲ့ နောက်ကွယ်မှာရှိတဲ့ သဘောတရားတွေကို သိလာပါလိမ့်မယ်။

ထင်ရှားသမျှ အာရုံတိုင်းကို မရှုမှတ်နိုင်သေးခင်၊

ဒါမှမဟုတ် ရှုမှတ်နိုင်ပေမယ့် အာရုံတစ်ခုတည်း ရှုမှတ်ရင်းနဲ့ပဲ အေးအေးဆေးဆေး နေချင်တဲ့အခါမျိုးတွေမှာတော့ နှာသီးဝလေထိရာအရပ်မှာ စိတ်ကို ကပ်ထားပြီး လေဝင်ရင် 'ဝင်တယ်'၊ လေထွက်ရင် 'ထွက်တယ်' လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ လေနောက်စိတ်မလိုက်ဘဲ လေထိရာအရပ်ရဲ့ ထိမှုသဘော၊ တိုးမှုသဘော၊ ပူမှုသဘော၊ အေးမှုသဘော၊ တင်းမှုသဘော၊ ရွေ့မှုသဘောတွေကို သေချာကြည့် , သေချာသိနေရပါမယ်။

အဲဒီလို စိတ်ကို အတိတ်၊ အနာဂတ်ဆီ ပျံ့လွင့်ခွင့်မပေးဘဲ ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်မှာ ထားနိုင်မယ်ဆိုရင် အောက်ထစ်ဆုံး အကျိုးတရားအနေနဲ့ စိတ်တည်ငြိမ်ခြင်း၊ စိတ်ကြည်လင်ခြင်း၊ စိတ်အေးချမ်းခြင်း၊ စိတ်ခိုင်ခံ့ခြင်း ဆိုတဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်သတ္တိကောင်းတွေ တိုးပွားလာနိုင်ပါတယ်။

စိတ်ထိန်းချုပ်နိုင်မှုစွမ်းအားကြောင့် ကိုယ်နှုတ်လွန်ကျူးမှုတွေကိုလည်း ထိန်းချုပ်လာနိုင်တဲ့အတွက် ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်လာပါတယ်။ စိတ်ယဉ်ကျေးလာ

တဲ့အတွက် ကိုယ်လည်း ယဉ်ကျေး၊ နှုတ်လည်း ယဉ်ကျေး လာပါတယ်။ အတွေးအခေါ် ထက်မြက်ပြီး ဆုံးဖြတ်ချက် မှန်ကန်လာတဲ့အတွက် လုပ်ငန်းစွမ်းဆောင်ရည်နဲ့ ဘဝ အောင်မြင်မှုလည်း တိုးတက်လာပါတယ်။

တရားဘာဝနာရဲ့ တန်ခိုးကြောင့် စိတ်မော် ဒယ်လ် မြင့်လာတဲ့အတွက် အလုပ်မော်ဒယ်လ်ရော၊ ဘဝ မော်ဒယ်လ်ပါ မြင့်လာတာပါပဲ။ စိတ်မြင့်မှ အလုပ်မြင့်ပြီး ဘဝမြင့်ပါတယ်။ စိတ်နိမ့်ရင် အလုပ်နိမ့်ပြီး ဘဝနိမ့်မှာပါ။ ကိုယ့်စိတ် မော်ဒယ်လ်သစ်လေ၊ ကိုယ့်အလုပ်နဲ့ ကိုယ့်ဘဝ မှာ အသစ်အသစ် အောင်မြင်မှုတွေ တိုးပွားလာလေပါပဲ။

ကောင်းမြတ်တဲ့ တိုးတက်မှုတွေနဲ့ စိတ်အသစ်၊ ဘဝအသစ် ဖြစ်လိုသူတိုင်း ကိုယ့်စိတ်၊ ကိုယ့်ဘဝကို မော် ဒယ်လ်သစ်စေတဲ့ တရားဘာဝနာအလုပ်ကို နေ့စဉ် နေ့ တိုင်း အချိန်မရရအောင်ယူ၊ သတိမရရအောင် အလေ့ အကျင့်လုပ်ပြီး အားထုတ်သင့်ပါတယ်။

၂၀၀၂ ခုနှစ် ကုန်ဆုံးလို့ ၂၀၀၃ ခုနှစ် ကူး ပြောင်းတဲ့ အခုလို အချိန်အခါမျိုးမှာ 'နှစ်သစ်ကူးအဓိဋ္ဌာန်'

မော်ဒယ်လ်အသစ်နဲ့လူ

အနေနဲ့ 'တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ငါ့စိတ် မော်ဒယ်လ်သစ်စေရမည်' လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး စိတ်ကို မော်ဒယ်လ်သစ်စေတဲ့ တရားဘာဝနာအလုပ်ကို နေ့စဉ် အားထုတ်သွားမယ် ဆိုရင် စိတ်စွမ်းရည်သာမက အလုပ်အခြေအနေရော၊ ဘဝအဆင့်အတန်းပါ မော်ဒယ်လ်သစ်သွား၊ မော်ဒယ်လ်မြင့်သွားပါလိမ့်မယ် ဒကာ သူရနိုင်တင်ရေ . . . ။

စိတ်မော်ဒယ်လ်နေ့တိုင်းမြင့်ကြပါစေ။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)

အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုး

လောကမှာ ရှိရှိသမျှ ဆွေမျိုးအားလုံးထဲမှာ အကျွမ်းဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အကျွမ်းဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ထက် ပိုပြီး ကိုယ့်အပေါ် သိတတ်၊ နားလည်တတ်ပါတယ်လို့ နှိုင်းယှဉ်စရာ၊ အစားထိုးစရာ၊ ထပ်တူပြုစရာ တစ်ခြားဆွေမျိုး မရှိတော့လို့ပါပဲ။

အကျွမ်းဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့ လဲလှယ်သင့်၊ လဲလှယ်ထိုက်တဲ့ တစ်ခြားဆွေမျိုး လောကမှာ မရှိတော့တဲ့အတွက် အကျွမ်းဝင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုး ဖြစ်ရပါတယ်။

ကိုယ့်အပေါ် သိတတ်တဲ့သူ၊ ကိုယ့်အပေါ် နား

လည်တတ်တဲ့သူကို ဆွေမျိုးလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ကိုယ်ချမ်းသာသုခ ပြည့်စုံနေတဲ့ အခြေအနေမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ်ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ့ကြုံနေတဲ့ အခြေအနေမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်အခြေအနေမျိုးမှာမဆို ကိုယ့်အပေါ် သိတတ်၊ နားလည်တတ်မှ ဆွေမျိုးလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ကိုယ်ချမ်းသာနေချိန်မှာသာ ကိုယ့်အပေါ် သိတတ်ပြီး ကိုယ်ဆင်းရဲသွားချိန်မှာတော့ ကိုယ့်အပေါ်မသိတတ်ဘူးဆိုရင် အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဆွေမျိုး မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်ဆင်းရဲနေချိန်မှာသာ ကိုယ့်အပေါ် သိတတ်ပြီး ကိုယ်ချမ်းသာသွားချိန်မှာတော့ ကိုယ့်အပေါ် မသိတတ်ဘူးဆိုရင်လည်း အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ဆွေမျိုး မဟုတ်ပါဘူး။

ကိုယ့်အပေါ် တကယ်သိတတ်တဲ့သူ၊ ကိုယ့်အပေါ် တကယ် နားလည်တတ်တဲ့သူဆိုတာ ကိုယ်ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေချိန်မှာလည်း အတူဝေမျှခံစားပြီး အားပေးကူညီဖို့ လိုသလို၊ ကိုယ်ချမ်းသာသုခ ရနေချိန်မှာလည်း အတူဝေမျှခံစားပြီး ဝမ်းမြောက်စောင့်ရှောက်ဖို့ လိုပါတယ်။

ဆိုးကျိုးဖြစ်မယ့်ကိစ္စတွေကို ကြိုတင်တားဆီး

ပေးသင့်သလို မလွှဲမရှောင်သာ ဆိုးကျိုးဖြစ်လာရင်လည်း အပြစ်မတင်ဘဲ ကြင်နာယုယစွာ အားပေးနှစ်သိမ့်သင့်ပါတယ်။ ကောင်းကျိုးဖြစ်မယ့်ကိစ္စတွေကို ကြိုတင် လမ်းညွှန်ပေးသင့်သလို အကြောင်းညီညွတ်စွာ ကောင်းကျိုးဖြစ်လာရင်လည်း မနာလိုမဖြစ်ဘဲ လှိုက်လှဲနွေးထွေးစွာ ဝမ်းမြောက် ချီးကျူးသင့်ပါတယ်။

အတိုချုပ်ကတော့ တစ်ယောက်အပေါ် တစ်ယောက် သိတတ်တယ်၊ နားလည်တတ်တယ် ဆိုတာ တစ်ယောက်အပေါ် တစ်ယောက် ကောင်းကျိုးပြုတာပါပဲ။ တစ်ယောက်အကျိုးတစ်ယောက်ပြုမှုလည်း ဆွေမျိုးလို့ ခေါ်ပါတယ်။

ကိုယ့်အပေါ် သိတတ်၊ နားလည်တတ်၊ ကောင်းကျိုးပြုတတ်တဲ့ဆွေမျိုးအားလုံးတွေထဲမှာ အကျွမ်းဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အကောင်းဆုံး၊ အမြတ်ဆုံးဆွေမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အကျွမ်းဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကသာ ကိုယ့်အပေါ် တကယ်သိနိုင်၊ နားလည်နိုင်၊ ကောင်းကျိုးပြုနိုင်လို့ပါပဲ။

အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုး

အကျွမ်းဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ဆိုတဲ့နေရာမှာ ကိုယ်က လည်း အကျွမ်းဝင်၊ ကိုယ့်ကိုလည်း အကျွမ်းဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ကို ဆိုလိုပါတယ်။ ကိုယ်ကသာ သူ့ကို အကျွမ်းဝင်ပြီး သူက ကိုယ့်ကို အကျွမ်းမဝင်ရင်၊ သူကသာ ကိုယ့်ကို အကျွမ်းဝင် ပြီး ကိုယ်က သူ့ကို အကျွမ်းမဝင်ရင်၊ အဲဒီလို တစ်စိတ် တစ်ပိုင်း အကျွမ်းဝင်ခြင်း၊ တစ်ဖက်သတ် အကျွမ်းဝင်ခြင်း ဟာ ဆွေမျိုးကိစ္စကို မပြီးစီးစေနိုင်ပါဘူး။ အပြန်အလှန် အကျွမ်းဝင်မှသာ ဆွေမျိုးကိစ္စ ပြီးစီးနိုင်တာမို့ ကိုယ်ကျွမ်း၊ သူကျွမ်း၊ နှစ်ဖက်ကျွမ်းသူကိုသာ အကျွမ်းဝင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အကျွမ်းဝင်တယ်ဆိုတာ တစ်ယောက်အပေါ် တစ်ယောက် မေတ္တာသံယောဇဉ်နဲ့ ချစ်ခင်တာကိုပြောတာ ပါ။ မေတ္တာနဲ့သံယောဇဉ် အချိုးတကျ ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်း ထားမှ အကျွမ်းဝင်တယ်လို့ ခေါ်နိုင်ပါတယ်။

မေတ္တာဆိုတာ သတ္တဝါအားလုံးအပေါ် တပြေးညီ ကောင်းကျိုးလိုလားရတဲ့ စိတ်ထားဖြစ်လို့ ဘယ်သူ့အပေါ် တော့ မေတ္တာပိုတယ်၊ ဘယ်သူ့အကျိုးတော့ ပိုလိုလားတယ်

ဆိုတာမျိုး ဖြစ်ခွင့်မရှိတဲ့အတွက် မေတ္တာသက်သက်နဲ့ အကျွမ်းဝင်ခြင်းဆိုတာကို တိုင်းတာလို့ မရပါဘူး။

သံယောဇဉ်ဆိုတာကလည်း သူ့အကျိုးထက် ကိုယ့်အကျိုးကို အဓိကထားတဲ့သဘော၊ သူ့ဆန္ဒဖြည့်ပေးဖို့ထက် ကိုယ့်ဆန္ဒပြည့်ဝဖို့ကို အဓိကထားတဲ့သဘောဖြစ်လို့ သံယောဇဉ်သက်သက်နဲ့လည်း အကျွမ်းဝင်ခြင်းဆိုတာကို တိုင်းတာလို့ မရပါဘူး။

မေတ္တာအခံမှာ သံယောဇဉ်ရှိမှ၊ သံယောဇဉ်အခံမှာ မေတ္တာရှိမှ အကျွမ်းဝင်သူဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ မေတ္တာနှင့်ယှဉ်သော သံယောဇဉ်၊ သံယောဇဉ်နှင့်ယှဉ်သော မေတ္တာဟာ အကျွမ်းဝင်ခြင်းရဲ့ လက္ခဏာပါ။

မေတ္တာသာရှိပြီး သံယောဇဉ် မရှိရင်လည်း ကိုယ့်အပေါ် ဆက်ဆံတာဟာ အားလုံးအပေါ် ဆက်ဆံတာထက် ပိုပြီး ဂရုတစိုက်ရှိမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ သံယောဇဉ်သာရှိပြီး မေတ္တာမရှိရင်လည်း ကိုယ့်ရဲ့ ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုး၊ ကောင်းမှု ဆိုးမှုတွေကို ဝေမျှခံစားနားလည်ပေးနိုင်စွမ်း၊ အကျိုးဆောင်ပေးနိုင်စွမ်း ရှိမှာမဟုတ်ပါဘူး။

အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုး

မေတ္တာသက်သက်နဲ့ဆိုရင် ယေဘုယျဆန်သွားသလို သံယောဇဉ်သက်သက်နဲ့ဆိုရင်လည်း တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သွားပါတယ်။ ကြင်နာနွေးထွေးမှု မပါတဲ့ အကျိုးဆောင်မှုသက်သက် မေတ္တာဟာ အကျွမ်းဝင်ရာ မရောက်သလို အကျိုးဆောင်မှုမပါတဲ့ ကြင်နာနွေးထွေးမှုသက်သက် သံယောဇဉ်ဟာလည်း အကျွမ်းဝင်ရာ မရောက်ပါဘူး။

ဒါ့ကြောင့် ပုထုဇဉ်လူသားတွေအတွက် အကျွမ်းဝင်ခြင်းဆိုတာကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ရရင် . . . တစ်ယောက်အပေါ် တစ်ယောက် ကြီးမားတဲ့ မေတ္တာတရားနဲ့ရော၊ ခိုင်မြဲတဲ့ သံယောဇဉ်တရားနဲ့ပါ အပြန်အလှန် ရစ်ပတ်နှောင်ဖွဲ့ ချစ်ခင်မြတ်နိုးကြတာကို အကျွမ်းဝင်တယ်လို့ ခေါ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မေတ္တာသံယောဇဉ်နဲ့ အပြန်အလှန် မြတ်နိုးချစ်ခင် အကျွမ်းဝင်တဲ့သူဟာ မိမိရဲ့ အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုးပါပဲ။

မေတ္တာဆိုတဲ့နေရာမှာ ကာယကံမေတ္တာ၊ ဝစီကံမေတ္တာ၊ မနောကံမေတ္တာလို့ မေတ္တာသုံးမျိုးလုံး ပါဝင်ပါတယ်။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက

ကာယကံမေတ္တာနဲ့လည်း တစ်ယောက်ကောင်းကျိုးဖြစ်မယ့် အပြုအမူ၊ တစ်ယောက်စိတ်ချမ်းသာမယ့် အပြုအမူကို တစ်ယောက်က ပြုမူရပါမယ်။ တစ်ယောက်ကောင်းကျိုးတစ်ယောက် ဆောင်ရွက်ပေးရပါမယ်။

ဝစီကံမေတ္တာနဲ့လည်း တစ်ယောက်ကောင်းကျိုးဖြစ်မယ့်စကား၊ တစ်ယောက်စိတ်ချမ်းသာမယ့် စကားကို တစ်ယောက်က ပြောဆိုရပါမယ်။ နှုတ်၏ စောင်မခြင်းနဲ့ ကူညီရပါမယ်။

မနောကံမေတ္တာနဲ့လည်း တစ်ယောက်ရဲ့ကောင်းကျိုးကို တစ်ယောက်က အမှန်တကယ် လိုလားတဲ့စိတ်၊ အမှန်တကယ် ဆောင်ရွက်ပေးချင်တဲ့စိတ် ရှိရပါမယ်။

ကိုယ်မေတ္တာ၊ နှုတ်မေတ္တာနဲ့ စိတ်မေတ္တာ၊ မေတ္တာသုံးမျိုးလုံး ပြည့်စုံစွာ တစ်ယောက်အပေါ်တစ်ယောက် အပြန်အလှန် ချစ်ခင် စောင့်ရှောက်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို အကျွမ်းဝင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလို့ ခေါ်ပါတယ်။

အပေါ်ယံခင်ရုံ၊ အပေါ်ယံချစ်ရုံနဲ့ အကျွမ်းဝင်သူမဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ဟန်ဆောင်မှုကင်းတဲ့ အရိုးခံချစ်ခြင်းနဲ့

နှစ်နှစ်ကာကာ မြတ်မြတ်နိုးနိုးချစ်မှ အကျွမ်းဝင်သူ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

ပုယုဇဉ်သဘာဝ အလိုအလျောက် ဖြစ်တည်နေတဲ့ အတွင်းအောက်ခံ သံယောဇဉ်ရဲ့အပေါ်မှာ ထုထည်ကြီးမားခိုင်ခံတဲ့ မေတ္တာစစ်၊ မေတ္တာမှန်ကို စနစ်တကျဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပြီး သူချစ်၊ ကိုယ်ချစ်၊ အပြန်အလှန်ချစ်ကြတဲ့သူတွေသာ အကျွမ်းဝင်သူတွေ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အကျွမ်းဝင်ခြင်းရဲ့ အောက်ခံအရောင်က သံယောဇဉ်ဖြစ်ပြီး၊ အပေါ်အရောင်က မေတ္တာတရားဖြစ်ပါတယ်။

အကျွမ်းဝင်သူတိုင်းရဲ့ သန္တာန်မှာ မေတ္တာစစ်မေတ္တာမှန်ရဲ့ သရုပ်သကန်တွေ ထင်ရှားပေါ်လွင်နေရပါမယ်။ နာမည်ခံမေတ္တာ မဟုတ်ဘဲ အမှန်အကန်မေတ္တာဖြစ်ရပါမယ်။

သံယောဇဉ်အောက်ခံမှာ မေတ္တာစစ် မေတ္တာမှန်နဲ့ အပြန်အလှန် အကျွမ်းဝင်ကြပြီဆိုရင် မိမိအကျွမ်းဝင်သူဟာ မိမိနဲ့ လောကသဘာဝအရ ဆွေမျိုးသွေးသားမတော်စပ်ပေမယ့် မိမိရဲ့ ဆွေမျိုးပါပဲ။ အကျွမ်းမဝင်ကြဘူး

ဆိုရင်တော့ မိခင်ရင်း၊ ဖခင်ရင်ဖြစ်နေတောင်မှ ဆွေမျိုး မဟုတ်တော့ပါဘူး။

သွေးစပ်တိုင်းဆွေမျိုးမဖြစ်ပါဘူး။ မေတ္တာစပ်မှ ဆွေမျိုးဖြစ်ပါတယ်။ သွေးစပ်စပ် မစပ်စပ်၊ မေတ္တာစပ်ရင် ဆွေမျိုးပါ။ သွေးစပ်စပ် မစပ်စပ် မေတ္တာမစပ်ရင် သူစိမ်း (တစိမ်း)ပါ။ သွေးစပ်ဆွေမျိုး ရှိရုံနဲ့ ကိုယ့်ဘဝ ဘာမှအကျိုး မထူးနိုင်ပါဘူး။ မေတ္တာစပ်ဆွေမျိုး ရှိမှ ကိုယ့်ဘဝ အကျိုး ထူးနိုင်တာပါ။ သွေးသာစပ်ပြီး မေတ္တာမစပ်တဲ့ ဆွေမျိုးကို တန်ဖိုးထားနေစရာ မလိုပါဘူး။ သွေးမစပ်ပေမယ့်မေတ္တာ စပ်တဲ့ ဆွေမျိုးကိုတော့ အမြတ်တနိုး တန်ဖိုးထားရပါမယ်။ မေတ္တာစပ်တဲ့ ဆွေမျိုးသည်သာ အကောင်းဆုံး၊ အမြတ်ဆုံး ဆွေမျိုး၊ အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

လောကမှာ လူတွေ ပြောလေ့ပြောထရှိတဲ့စကား နှစ်ခွန်း ရှိပါတယ်။ တစ်ခွန်းက 'တို့ဆွေမျိုးတွေက တို့ အပေါ် သူစိမ်းလောက်တောင် မကောင်းဘူး' ဆိုတဲ့ စကားပါ။ ဒီစကားနဲ့ ဘာအဓိပ္ပာယ်ကို ပြလဲဆိုရင် သူတို့ ဟာ တို့နဲ့ သွေးသားအရ ဆွေမျိုးတော်ပေမယ့် အကျိုးကျေး

ဇူးအရ ဆွေမျိုးမတော်ဘူးဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ပြပါတယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် အသွင်သဏ္ဌာန်အရ ဆွေမျိုးတော်ပေမယ့် အနှစ်သာရအရ ဆွေမျိုးမတော်ဘူး လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

နောက်စကားတစ်ခွန်းက 'သူတို့က သူစိမ်းပေမယ့် တို့အပေါ် ဆွေမျိုးတွေထက်တောင် ကောင်းတယ်' ဆိုတဲ့ စကားပါ။ ဒီစကားနဲ့ ဘာအဓိပ္ပာယ်ကိုပြလဲဆိုရင် သူတို့ဟာ တို့နဲ့ သွေးသားအရ ဆွေမျိုးမတော်ပေမယ့် အကျိုးကျေးဇူးအရ ဆွေမျိုးတော်တယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ပြပါတယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် အသွင်သဏ္ဌာန်အရ ဆွေမျိုး မတော်ပေမယ့် အနှစ်သာရအရ ဆွေမျိုးတော်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အသွင်သဏ္ဌာန်အရ တော်တဲ့ဆွေမျိုးက ကိုယ့်ဘဝရဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ဖန်တီးမပေးနိုင်ပါဘူး။ အနှစ်သာရအရ တော်စပ်တဲ့ ဆွေမျိုးကသာ ကိုယ့်ဘဝရဲ့ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို ဖန်တီးပေးနိုင်ပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်လက်ထက်တုန်းက အနာထပိဏ်သူဌေးကြီးရဲ့အိမ်မှာ နေ့စဉ်ရဟန်းငါးရာ ပင့်ဖိတ်ပြီး

အရှင်ဆန္ဒာဓိက

ဆွမ်းလုပ်ကျွေးတာကို ကောသလမင်းကြီးက အားကျတဲ့အတွက် သူ့ရဲ့ နန်းတော်မှာလည်း နေ့စဉ် ရဟန်းငါးရာပင့်ဖိတ်ပြီး ဆွမ်းလုပ်ကျွေးပါတယ်။

မွှေးပျံ့သင်းကြိုင်တဲ့ သလေးဆွမ်းတွေကို အင်မတန် မွန်မြတ်တဲ့ ဟင်းလျာကောင်းတွေနဲ့ စီမံပြီးတော့ လောင်းလှူပေမယ့် ကောသလမင်းကြီးကရော၊ ကောသလမင်းကြီးရဲ့ မိသားစုနဲ့ ဆွေမျိုးသားချင်းတွေကရော ရဟန်းတော်များကို အကျွမ်းတဝင်နဲ့ ချစ်ချစ်ခင်ခင်၊ မြတ်မြတ်နိုးနိုး၊ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ လောင်းလှူကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ မင်းချင်းယောကျာ်း၊ တပည့်တပန်းတွေကို ခိုင်းစေပြီးတော့ မျက်နှာလွှဲ လောင်းလှူကြတာပါ။

ဆွမ်းကောင်း ဟင်းကောင်း လောင်းလှူပေမယ့် အကျွမ်းတဝင်လောင်းလှူတာ မဟုတ်တဲ့အတွက် ရဟန်းတော်များဟာ ကောသလမင်းကြီးနန်းတော်က လောင်းလှူလိုက်တဲ့ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းတွေကို နန်းတော်မှာ မဘုဉ်းပေးဘဲ မိမိတို့ အကျွမ်းဝင်ရာ ဒကာ၊ ဒကာမများရဲ့ အိမ်တွေကို သပိတ်လိုက် ပြန်သယ်သွားကြပါတယ်။

အနိုင်းမဲ့ဆွေမျိုး

ကိုယ်အကျွမ်းဝင်ရာ ဒကာ၊ ဒကာမရဲ့အိမ်ကို ရောက်တာနဲ့ နန်းတော်က လောင်းလှူလိုက်တဲ့ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းတွေကို အကျွမ်းဝင်ရာ ဒကာ၊ဒကာမများကို သပိတ်လိုက် အကုန်လုံး စွန့်လိုက်ကြပါတယ်။ ပြီးတော့မှ အကျွမ်းဝင်ရာ ဒကာ၊ ဒကာမများက ပြန်လည် လှူဒါန်းတဲ့ အိမ်မှာ အဆင်သင့်ရှိနှင့်နေရာ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းများကို ကောင်းကောင်း ဆိုးဆိုး၊ မြိန်ရှက်စွာ ဘုဉ်းပေးတော်မူကြပါတယ်။

ဒီအကြောင်းကို ကောသလမင်းကြီးသိသွားတော့ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို အကြောင်းစုံ ပြန်လျှောက်ပါတယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ကောသလမင်းကြီးကို အခုလို ပြန်လည်မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

'မင်းကြီး၊ မင်းကြီးက အင်မတန် မွန်မြတ်တဲ့ ဆွမ်းကောင်း၊ ဆွမ်းဟင်းကောင်းတွေနဲ့ လှူဒါန်းပေမယ့် မင်းကြီးအပါအဝင် မိသားစုအားလုံး၊ ဆွေမျိုးအားလုံးက ရဟန်းတော်များရဲ့အပေါ် အကျွမ်းတဝင် ချစ်ခင်မြတ်နိုးတဲ့ စိတ်နဲ့ တရိုတသေ၊ တလေးတစား ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ

ဘယ်သူမှ မလောင်းလှူကြဘူး။ မင်းကြီးတို့ဘက်က အကျွမ်းတဝင် ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှု မရှိတဲ့အတွက် ရဟန်းတော်များကလည်း မင်းကြီးတို့အပေါ် အကျွမ်းတဝင် ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှု မရှိကြဘူး။

'တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်၊ တစ်ဖက်နဲ့တစ်ဖက်၊ အပြန်အလှန် အကျွမ်းဝင်မှု မရှိကြတဲ့အတွက်၊ ရဟန်းတော်များဟာ နန်းတော်ကဆွမ်းတွေကို အကျွမ်းဝင်ရာ အလုပ်အကျွေးဒကာအိမ် သယ်သွား၊ သူတို့ကို စွန့်၊ သူတို့ကလှူတဲ့ အိမ်မှာရှိရာ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းကို အလှူခံပြီး ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး၊ မြိန်ရှက်စွာ ဘုဉ်းပေးကြခြင်း ဖြစ်တယ် . . . မင်းကြီး။

'မင်းကြီး . . .၊ လောကမှာ အကျွမ်းဝင်ခြင်းထက် ကောင်းတဲ့ အရသာ မရှိတော့ဘူး။ ရှေးတုန်းက ရသေ့ငါးရာရဲ့ ခေါင်းဆောင် အကြီးအမှူး ရသေ့ဆရာကြီးတစ်ပါးဟာ ဗာရာဏသီမင်းရဲ့ ပင့်လျှောက်ချက်အရ မင်းရဲ့ ဥယျာဉ်မှာ တစ်ပါးတည်း သီတင်းသုံးတယ်။ အဲဒီရသေ့ဆရာကြီးဟာ ဟိမဝန္တာတောကြီးထဲမှာ ကျန်ရစ်ခဲ့

တဲ့ ရသေ့ငါးရာထဲက အကြီးဆုံးတပည့်အပေါ်မှာ အင်မတန် ချစ်ခင်အကျွမ်းဝင်တယ်။

'မိမိမြတ်နိုးချစ်ခင် အကျွမ်းဝင်တဲ့တပည့်ကို မမြင်ရတာကြာတဲ့အခါ တပည့်ကို သတိရတဲ့စိတ်နဲ့ ရသေ့ဆရာကြီးမှာ နန်းတော်က ချက်ပြုတ်ပေးတဲ့ စားကောင်းသောက်ဖွယ် အမွန်အမြတ်တွေ စားရပေမယ့် ဝမ်းသွေးသွန်တဲ့ အနာရောဂါ ဖြစ်လာခဲ့တယ်။

'ဗာရာဏသီမင်းကြီးက ဆေးဆရာမျိုးစုံ ပင့်ပြီးတော့ ဆေးမျိုးစုံ၊ နည်းမျိုးစုံနဲ့ ကုသပေးပေမယ့် ရသေ့ဆရာကြီးရဲ့ ရောဂါအခြေအနေက လုံးဝ ထူးခြားမလာခဲ့ဘူး။ ပိုပြီးတော့သာ ဆိုးလာခဲ့တယ်။

'ရောဂါပျောက်စေချင်ရင် ဟိမဝန္တာတောကို ပြန်ပို့ပေးပါလို့ ရသေ့ဆရာကြီးက မိန့်တဲ့အတွက် ဗာရာဏသီမင်းကြီးက ရသေ့ဆရာကြီးရဲ့ ဆန္ဒအတိုင်း ဟိမဝန္တာတောကြီးထဲကို ပြန်ပို့ပေးခဲ့တယ်။

'ဟိမဝန္တာတောကြီးထဲ ပြန်ရောက်တဲ့အခါ မိမိချစ်ကျွမ်းဝင်တဲ့ တပည့်ကိုလည်း မြင်တွေ့ရ၊ ချစ်ကျွမ်းဝင်

တဲ့ တပည့်ရဲ့ ကြင်နာယုယစွာ ပြုစုလုပ်ကျွေးမှုကိုလည်း ခံယူရတဲ့အတွက် ရသေ့ဆရာကြီးရဲ့ ဝမ်းသွေးသွန်ရောဂါဟာ ချက်ချင်းဆိုသလိုပဲ ပျောက်ကင်းသွားခဲ့တယ်။

'နန်းတော်မှာ မွန်မြတ်တဲ့ စားကောင်းသောက်ဖွယ်တွေ၊ အစွမ်းထက်မြက်တဲ့ ဆေးဝါးဓာတ်စာတွေ စားသောက်သုံးဆောင်ရစဉ်တုန်းကတော့ ကျန်းမာရေးမကောင်းမွန်ခဲ့ဘဲနဲ့ ဟိမဝန္တာတောကြီးထဲမှာ တပည့်ဖြစ်သူ လုပ်ကျွေးပြုစုတဲ့ ဆားမပါတဲ့ သစ်ရွက်ပြုတ်၊ ဆားမပါတဲ့ မြက်သီးဆန်ယာဂုလေးကို စားသောက်သုံးဆောင်ရတော့မှ ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်လာခဲ့တာဟာ တကယ်တော့ မြတ်နိုးချစ်ခင် အကျွမ်းဝင်ချင်းရဲ့ အစွမ်းသတ္တိကြောင့်ပါ။

'မင်းကြီး . . .၊ လောကမှာ စားစရာတစ်ခုဟာ ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ဆိုးသည်ဖြစ်စေ၊ နည်းသည်ဖြစ်စေ၊ များသည်ဖြစ်စေ၊ မိမိ မြတ်နိုးချစ်ခင် အကျွမ်းဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်နဲ့သာ အတူတူ စားရမယ်ဆိုရင် အဲဒီစားစရာဟာ အကောင်းဆုံး စားစရာပါပဲ။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အကျွမ်းဝင်ခြင်းထက်ကောင်းတဲ့အရသာ လောကမှာမရှိလို့ပါပဲ'

အနိုင်းမဲ့ခွေမျိုး

အဲဒီလို မြတ်စွာဘုရားရှင်က ကောသလမင်းကြီးကို ပြန်လည်မိန့်ကြားတော်မူပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော်မူတဲ့ ရသေ့ဆရာကြီးရဲ့ ဘဝဖြစ်စဉ်ကို လေ့လာကြည့်ရင် အကျိုးလိုလားမှု မေတ္တာသက်သက်နဲ့ အကျွမ်းဝင်ခြင်း မဖြစ်နိုင်ဘူးဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။ ဗာရာဏသီမင်းကြီးကလည်း ရသေ့ဆရာကြီးအပေါ် အကျိုးလိုလားတဲ့ မေတ္တာနဲ့ ပြုစုစောင့်ရှောက်တာပဲ။ ရသေ့ဆရာကြီးကလည်း ဗာရာဏသီမင်းကြီးအပေါ် အကျိုးလိုလားတဲ့မေတ္တာနဲ့ ချီးမြှောက်စောင့်ရှောက်တာပဲ။ ဒါပေမဲ့ သံယောဇဉ်မပါတဲ့အတွက် အကျွမ်းဝင်ခြင်း မဖြစ်လာခဲ့ပါဘူး။ ကောင်းကျိုးရလဒ် ဖြစ်ထွန်းမလာခဲ့ပါဘူး။

ဒါ့ကြောင့် အကျွမ်းဝင်တယ်ဆိုတာ မေတ္တာနဲ့ သံယောဇဉ်ကို အချိုးကျ ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းထားတာပါလို့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခဲ့တာပါ။ သံယောဇဉ်ဆိုတာကို ပူလောင်လို့ သဘောမကျဘူးဆိုရင်လည်း အကျွမ်းဝင်တယ်ဆိုတာ အကျိုးလိုလားမှု မေတ္တာသက်သက်နဲ့သာ ချစ်ခင်တာမျိုး

မဟုတ်ဘဲ အကျိုးလိုလားမှု၊ အကျိုးဆောင်မှုမေတ္တာရော၊ ကြင်နာယုယမှု၊ လိုက်လျောနွေးထွေးမှု မေတ္တာပါ ပေါင်းစပ်လွှမ်းခြုံထားတဲ့ မေတ္တာစစ်၊ မေတ္တာမှန်နဲ့ တစ်ယောက်အပေါ် တစ်ယောက် အပြန်အလှန် ချစ်ခင်မြတ်နိုး တန်ဖိုးထားတာမျိုးကို ခေါ်ပါတယ်လို့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်ပါတယ်။

ဘယ်လိုပဲ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆို ဖွင့်ဆို၊ စစ်မှန်တဲ့ မေတ္တာတရားကတော့ မရှိမဖြစ်တာ သေချာပါတယ်။ စစ်မှန်တဲ့ မေတ္တာတရားသာ မပါခဲ့ရင် ဘယ်လောက်ပဲခင်ခင်၊ ဘယ်လောက်ပဲချစ်ချစ်၊ အကျွမ်းဝင်တယ်လို့ မဆိုနိုင်တော့ပါဘူး။ လောကသဘောအရ (သွေးသားအရ) ဆွေမျိုးတော်တော်၊ မတော်တော်၊ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မေတ္တာစစ်၊ မေတ္တာမှန်နဲ့ အပြန်အလှန်ချစ်ခင်ကြပြီဆိုရင် ဆွေမျိုးပါပဲ။

တကယ်တော့ လူသားအားလုံးဟာ ဆွေမျိုးတွေချည်းပါ။ ကျင်လည်ဖြတ်သန်းခဲ့ရတဲ့ သံသရာခရီးက အစရှာမရလောက်အောင် ရှည်လျားလွန်းလှတာမို့ သံ

သရာမှာ ဆွေမျိုးမတော်ဖူးတဲ့သူရယ်လို့ တစ်ယောက်မှ မရှိပါဘူး။ မြင်မြင်သမျှ လူတိုင်းဟာ တစ်ချိန်က ကိုယ့်အဖေ၊ ကိုယ့်အမေလည်းဖြစ်ခဲ့ဖူးသလို ကိုယ့်သား၊ ကိုယ့်သမီးလည်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ကိုယ့်အစ်ကို၊ ကိုယ့်အစ်မလည်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးသလို ကိုယ့်ညီ၊ ကိုယ့်ညီမလည်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဒီဘဝမှာ သူစိမ်းဖြစ်နေပေမယ့် အရင်ဘဝတွေက ဆွေမျိုးအရင်းပါ။ ဒီဘဝမှာ ကိုယ့်အပေါ် ဘယ်လောက်ပဲဆိုးဆိုး အရင်ဘဝတွေက ကိုယ့်အပေါ် သိပ်ကောင်းခဲ့ပါတယ်။

မြင်မြင်သမျှလူတိုင်းကို သံသရာ့ဆွေတော်မျိုးတော်တွေ၊ ဘဝဆက်ဆွေမျိုးတွေလို့ နှလုံးသွင်းပြီး မေတ္တာသက်ဝင်ချစ်ခင်နိုင်ခဲ့မယ်ဆိုရင် ကိုယ့်နဲ့ ထိတွေ့ဆက်ဆံရသမျှ လူအားလုံးဟာ ကိုယ့်ရဲ့ အကျွမ်းဝင်ပုဂ္ဂိုလ်တွေ၊ အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုးတွေ ဖြစ်လာမှာ သေချာပါတယ်။ ကိုယ့်ဖက်က မေတ္တာစစ်၊ မေတ္တာမှန်ထားရင် သူ့ဖက်ကလည်း မေတ္တာစစ်၊ မေတ္တာမှန် ပြန်လာမှာပါ။

လူတိုင်းနဲ့ အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုးတော်ရတဲ့လူလောက်

အရှင်ဆန္ဒာဓိက

လောကကြီးမှာ ပျော်စရာကောင်းတာ ရှိပါဦးမလား။ အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုးတွေရဲ့ ကူညီစောင့်ရှောက်မှုကြောင့် ကိုယ့်ဘဝဟာလည်း အစစအရာရာ ပြီးပြည့်စုံသွားမှာပါ။

တစ်လောကလုံးရဲ့ အနှိုင်းမဲ့ကျေးဇူးရှင်ဖြစ်တဲ့ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အကျွမ်းဝင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုးဖြစ်တယ်လို့ 'ဝိဿာသပရမာ ဉာတိ' ဆိုတဲ့ စကားတော်နဲ့ ဟောကြားညွှန်ပြထားတာမို့ လူသားတိုင်း လူသားတိုင်း အကျွမ်းဝင်ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတဲ့ အနှိုင်းမဲ့ဆွေမျိုးကို အပြည့်အဝ ရယူပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြပါစေလို့ ဆုမွန်ကောင်း တောင်းလိုက်ပါတယ်။ ။

အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။

အရှင်ဆန္ဒာဓိက(ရွှေပါရမီတောရ)

မေတ္တာပို့

အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌

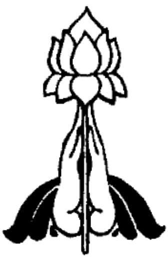
ရှိကြသော

နတ်လူသတ္တဝါအားလုံးတို့သည်

ဘေးရန်ရောဂါ

ကင်းစင်ကွာ၍

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။



အရှင်ဆန္ဒာဓိက၏ ထွက်ပြီးစာအုပ်များ

၁။ တစ်ယောက်တည်းနေ တစ်စိတ်တည်းထား

၂။ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်စစ်

၃။ မသေခင်ဘာလုပ်ကြမလဲ

၄။ ရဲရင့်သူတို့၏နေရာ

၅။ ငြိမ်းအေးသောဘဝပိုင်ရှင်

၆။ လောက၌အကောင်းဆုံးသောအရာ

၇။ ဘယ်အိမ်မှာနေကြမလဲ

၈။ အိုဘယ့်အလှူရှင်

၉။ အနှိုင်းမဲ့ချမ်းသာ

၁၀။ ရဟန်းဘာကြောင့်ပြုရတယ်

၁၁။ ဆေးပေါင်းခတဲ့မျက်ရည်
၁၂။ မြင့်မြတ်သူတို့၏စံအိမ်
၁၃။ လမ်းခွဲတာဝမ်းနည်းစရာလား
၁၄။ အလင်းစေတမန်
၁၅။ အချစ်ကံခေပေမယ့်အနှစ်ကျန်စေရမယ်
၁၆။ ငါ့ကိုမချစ်ပါနဲ့
၁၇။ ကြာလိုလူ
၁၈။ လိုတရနှလုံးသား
၁၉။ စိတ်အားဖြည့်ဓမ္မသံစဉ်
၂၀။ နို့နှစ်လုံးဖိုးလုံးကျေပါတယ်
၂၁။ ဝေးလေကောင်းလေ
၂၂။ စိတ်အားဖြည့်ဓမ္မပဒ
၂၃။ မချစ်တတ်မမုန်းတတ်တဲ့သူ

ရွှေပါရမီလက်ကမ်းစာစဉ်

ဤစာအုပ်နှင့် ဤစာအုပ်ကဲ့သို့သော

လက်ကမ်းစာအုပ်ငယ်များကို

ဓမ္မဒါန ပြုလုပ်လိုပါက

အောက်ပါလိပ်စာအတိုင်း

ဆက်သွယ်စုံစမ်းနိုင်ပါသည်။

တက်လမ်းဆောက်လုပ်ရေးအဖွဲ့

အမှတ်(၆၁)၊ စဥ့်အိုးတန်းလမ်း(အောက်)၊

လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း – ၂၁၀၄၆၂၊ ၂၂၆၅၀၀။

[ပြင်ပစာအုပ်ဆိုင်များတွင် လုံးဝ ရောင်းချခြင်း မရှိပါ။]

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်