

တိပိဋကယောဆရာတော် ၏
မေတ္တာတရား လှူစွမ်းအား



တိပိဋက ဓမ္မဟင်္ဂဆောင် (၃၆)

ပထမအကြိမ် ဓမ္မဒါန
အုပ်ရေ (၃၀၀၀၀)

သာသနာ ကောဇာ ခရစ်
၂၅၄၉ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၂၀၀၆ ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ

မာတိကာ

၁။ မေတ္တာတရား လှူစွမ်းအား	၁
၂။ ကုသိုလ်ထုံမွမ်း လှူအစွမ်း	၇
၃။ ကုသိုလ်ဂုဏ်သိရ် လှူအရှိန်	၁၆
၄။ အေးမြရွှင်ပြုံး လှူနှလုံး	၂၃
၅။ ငြိမ်းချမ်းအေးမြ လှူဘဝ	၃၃
၆။ ကိလေသာကိုနိုင်မှ အလုပ်	၄၁
၇။ မြွေပါ ၂-ကောင် ရန်တွေစောင်	၄၈
၈။ ဒေါသကြီးလို့ ပျက်စီးရတယ်	၅၇
၉။ ဒေါသဆိုးပုံ မကောင်းစုံ	၆၂
၁၀။ တရားနှင့်လူ ထိနေမှ အပူမငြိတာ	၇၁
၁၁။ မေတ္တာပွားက အောင်ပွဲရ	၈၂
၁၂။ စွမ်းအားမေတ္တာ လှူဥစ္စာ	၈၈

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်	- ၃၂၀၁၅၃၀၆၀၃
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ်	- ၃၂၀၁၈၂၀၆၀၃
ပုံနှိပ်သူ	- ဒေါ်ခင်အေးမော် (၀၆၀၂၄) ဂုဏ်သီရိပုံနှိပ်တိုက် ရတနာအိမ်ရာ၊ သာကေတမြို့နယ်။
ထုတ်ဝေသူ	- ဦးကျော်ဟင်း ယုံကြည်ချက်စာပေ အမှတ် (၁၁၁)၊ ၃၃လမ်း၊ ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
အုပ်ရေ	- ၃၀၀၀၀
တန်ဖိုး	- ဓမ္မဒါန
အကြိမ်	- ပထမအကြိမ်

တိပိဋက ယောဆရာတော်၏
“မေတ္တာတရား လူ့စွမ်းအား”

တိပိဋက ဓမ္မလင်္ကာဆောင် (၃၆)



နမော ခန္တိဓမ္မတ္တာဗလဿ

၁။ မေတ္တာတရား လူ့စွမ်းအား

ယော စ မေတ္တေန စိတ္တေန၊ သပ္ပပါကာ န ကမ္မတိ။
ဗဟံ ဟိ သော ပဿတိ၊ ပုညံ တာဒိသကော နရော။
[ပါရဏ ထေရ ဂါထာ]

ကောင်းမှုတရားကိုရတာဟာဝမ်းသာကြည်နူး အားတက်ဖို့အကောင်းဆုံးပါ။ အထူးအားဖြင့် တော့နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်တည်ထားတဲ့ကောင်းမှု မျိုးပေါ့။ ကုသိုလ်ရမှ လူ့ရဲ့အောင်ပွဲအစစ်ဖြစ် တယ်။

ကောင်းမှုကုသိုလ်ဆိုတာ လူ့အရှိန်အဝါ တန်ခိုးဖြစ်တဲ့ကြောင့်ကိုယ်မလိုချင်တဲ့ဆင်းရဲ အပူအားလုံးကိုလဲ လျော့နည်းကုန်ဆုံးအောင် လုပ်ပေးနိုင်တယ်ကိုယ်လိုချင်တဲ့ချမ်းသာအား လုံးရအောင်လဲ စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်တယ်။ လောကကိုပါ အနိုင်ယူလွှမ်းမိုးနိုင်တာဖြစ်လို့

- ☸ မေတ္တာစိတ်မြတ်၊ အအေးခါတ်၊
ပိုလွှတ်စောင့်ရှောက်သူ။
- ☸ သူ့ကိုစောင့်ရှောက်၊ ကိုယ့်ဂုဏ်မြောက်၊
ထွန်းတောက်စွမ်းအားဖြူ။
- ☸ စိတ်ကောင်းထားပြန်၊ စွမ်းအားမှန်၊
ကိုယ်ထံတုံ့ပြန်ဟူ။
- ☸ မေတ္တာပေါင်းစု၊ အကျိုးပြု၊
ကောင်းမှုတစ်လူလူ။
- ☸ ကောင်းမှုတိုးပွား၊ ချမ်းသာများ၊
မြင့်မားအောင်လံထူ။

လောကထဲမှာကောင်းမှုကုသိုလ်တရားလောက် အဖိုးတန်တာထာတစ်ခုမှမရှိပါဘူး။သူများကို ချမ်းသာစေချင်တဲ့ မေတ္တာတရားထားသူဟာ ကိုယ့်ကိုချမ်းသာစေချင်တဲ့စိတ်ကောင်းလဲရှိပြီး သားပါ။ကိုယ့်မှာစိတ်ကောင်းအောင်လုပ်ပြီးမှ သူ့ထံမေတ္တာပို့လို့ဖြစ်နိုင်တာကိုး။စိတ်ကောင်း ရင်သားကောင်းမှုမဆိုလုပ်လို့ဖြစ်နိုင်ပြီပဲဒီ တော့ ကောင်းမှုအစုံ ရရှိတိုးပွားနိုင်တယ်ပေါ့။ ဒါကြောင့် မေတ္တာတရားဟာ တကယ့်လူ့စွမ်း အားပါ။



☸ မေတ္တာတရား၊ လူ့စွမ်းအား၊
ထူးခြားအံ့ဖွယ်ဟူ။
တရားချစ်ခင် စိတ်ကောင်းဝင်နေသူဟာ မေတ္တာစိတ်မြတ်အအေးခါတ်နဲ့လောကလူသား သတ္တဝါများတို့အပေါ်မှာ “အားလုံး ဘေးရန် ကင်းလို့ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ” လို့အစဉ် စောင့်ရှောက်ချီးမြှောက်ပေးတတ်ပါတယ်ဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှာချမ်းသာကြောင်းကောင်းမှုတရား တွေ အလွန်တိုးပွားရပါတယ်။ သူတစ်ပါးကို မေတ္တာနဲ့ချီးမြှောက်စောင့်ရှောက်ရင်ကိုယ့်ဂုဏ် လဲ အလိုလိုပြောင်မြောက်လာတာပါ။ ဖြူဖွေး

- ၂။ ကုသိုလ်ထုံစွမ်း လူ့အစွမ်း
- ☸ အသိထူးခြား၊ လူ့စွမ်းအား၊
တရားမြင်နိုင်ပါ။
- ☸ အလုပ်ကိစ္စ၊ များလွန်းလှ၊
မှချတရားရနိုင်ပါ။
- ☸ တွန်းအားအမှန်၊ များလှပြန်၊
ကေနံတရားတိုးနိုင်ပါ။
- ☸ လူ၏ဘဝ၊ မကြာလှလဲ သတိစွဲ၊
အမြဲတရားတက်နိုင်ပါ။
- ☸ ကုသိုလ်ထုံစွမ်း၊ လူ့အစွမ်း၊
ချီးမွမ်းထိုက်သည်သာ။

သန့်စင်တဲ့ တရားစွမ်းအားတွေလဲ တစ်ခုပြီး တစ်ခု ထွန်းတောက်ပေါ်ပေါက်လာရပါတယ်။ သန့်စင်မွန်မြတ်အေးချမ်းတဲ့ ကိုယ့်စိတ် ကောင်းဟာကိုယ့်ထံကိုစွမ်းအားအမှန်အတိုင်း တုံ့ပြန်ပေးတတ်စမြဲပါ။ကောင်းမှုဆိုတာချမ်း သာရဲ့နာမည်ဆိုတော့ကောင်းမှုရှိနေသလောက် အပူငြိမ်းပြီး ချမ်းသာရမှာ သေချာပေါက်ပါ။ ကောင်းမှုကုသိုလ်ရတာဟာပျော်ရွှင်အားတက် ဖို့ အကောင်းဆုံးဖြစ်တယ်။ လောကမှာရှိတဲ့ ရုစရာတွေထဲမှာ ကိုယ့်ကိုအားလုံးတာဝန်ယူ မယ့်, ဘယ်တော့မှလဲ မကုန်နိုင်တော့မယ့်

သတ္တဝါအားလုံးတွေထဲမှာလူသာပေါ်နေပါ။ လောကမှာဆုတ်ကပ်ကာလ၊တက်ကပ်ကာလ တွေဆိုတာ လူ့ကိုကြည့်သတ်မှတ်ထားတာပါ။ အကုသိုလ်သိပ်များလို့ကုသိုလ်လျော့ပါးလာရင် လူ့သက်တမ်း ဆုတ်လာရတယ်။ လူ့အရည် အချင်းတွေလဲ တစ်စတစ်စ ယုတ်လျော့သွား တယ်ပေါ့။ကုသိုလ်များလို့အကုသိုလ်လျော့ပါး အောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်ပြန်တော့ လူ့သက်တမ်း တိုးတက်လာရတယ်။လူ့အရည်အချင်းတွေလဲ အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလောက်အောင်ထာစတစ်စ မြင့်မားလာပါတယ်။ တကယ်တော့ ကောင်းမှု

ကုသိုလ်ဟာလူ့အစွမ်းပါ။

လူဆိုတာ တကယ့်စွမ်းအားရှင်တွေဖြစ်
တယ်ပုထုဇဉ်လူသားသန္တာန်မှာလူ့အရှိန်အဝါ
စွမ်းအားတန်ခိုးတွေ အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလောက်
အောင်ရှိနေကြတယ်လောဘအေးသမောဟ
တွေက ဗုံးကွယ်လျှို့ဝှက်ထားကြလို့ တိမ်မြုပ်
ကွယ်ပျောက်နေကြတာပါ။ ဒီကိလေသာနဲ့စိတ်
ခပ်ခွာခွာခွဲပေးနိုင်ရင်ပဲ လူ့အရှိန်အဝါတွေပေါ်
လာပါတယ်။ ပေါ်လာတာနဲ့ လိုရာကုသိုလ်ကို
ဉာဏ်နဲ့ဖန်တီးယူရတာပါ။

ပုထုဇဉ်လူသားမှာ ကုသိုလ်ဖြစ်ခွင့်ထက်

အကုသိုလ်ဖြစ်ခွင့်ကပိုများပါတယ်အကောင်း
မိတ်ထက်အဆိုးမိတ်ကပိုပြီးထူထပ်ပမာဏ
ကြီးမားတာကိုး၊ ကြီးမှာပေါ့ပုထုဇဉ်ပဲကုသိုလ်
တစ်ခုဖြစ်ဖို့နက်ရှိုင်းထူထပ်လှတဲ့ကိလေသာ
အမှောင်ထုကို မနည်းထိုးဖောက်ယူရတာပါ။
ဒါကြောင့်ထူထပ်ကြီးမားလှတဲ့ကိလေသာကို
ဖြတ်ကျော်ထိုးဖောက်ပြီးကုသိုလ်ကိစိတ်အား
ထက်သန်စွာလုပ်နိုင်တဲ့ ပုထုဇဉ်မျိုးကို လှိုက်
လှိုက်လဲ့လဲ့ချိုးကျူးထိုက်ပါတယ်ဒါမှတကယ်
စွမ်းတာပါ။

ကုသိုလ်ဆိုတာလူ့စွမ်းအားဆိုတော့လူနှင့်

အထိုက်တန်ဆုံးပါလူဆိုတာလဲစွမ်းအားရှင်ဆို
တော့ ကုသိုလ်ဖော်ထုတ်ဖို့အကောင်းဆုံးပါ။

(၁) လူဆိုတာအသိထူးခြားတယ်၊ ပညာ
ရှိသူတော်ကောင်းတွေရဲ့အကူအညီနဲ့နည်းမှန်
လမ်းမှန်ဖော်ထုတ်တတ်ရင်အံ့ဩဖွယ်အသိဉာဏ်
တွေပေါ်လာနိုင်တယ်ပြီးတော့သံဝေဂဖြစ်ဖွယ်
တွန်းအားတွေများလွန်းလို့သတိကောင်းတတ်
တယ်။ သတိကောင်းရင် သမာဓိဉာဏ်ဖော်လို့
လွယ်တာပေါ့။ ဉာဏ်ပွင့်တော့ ကုသိုလ်လာဘ်
မြင်တယ်နေ့စဉ်လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သွားလာ
လှုပ်ရှားရင်းကုသိုလ်ယူတတ်တယ်။ ကုသိုလ်

ယူတတ်လောက်အောင်မိမိမှာကယ့်လူ့အရည်
အချင်းပါ။

(၂) ပြီးတော့လူဟာအလုပ်ကိစ္စအလွန်များ
တယ်။ မနက်စာထမင်းလေး တစ်ထပ်စားဖို့
တောင် အချိန်တွေအများကြီးပေးပြီး အလုပ်
လုပ်ကြရတယ်မဟုတ်လား။ သူ့ဟာသူ မများ
စေပဲ သတိဉာဏ်သွင်းပြီး ကိုယ့်အစီအစဉ်နဲ့
များနေရင်အလုပ်များတာဟာဘာရားဝင်ပေါက်
များနေတာပါ။ သတိဉာဏ်ရှိရင်အလုပ်များပေ
မယ့်မရှုပ်ပါဘူး။ အားတာအလုပ်ပဲလောက
မှာ အလုပ်များများလုပ်ရသူကို စီးပွားရေး

ကောင်းတယ်လို့ ပြောကြသလို အလုပ်ကိစ္စ
များတဲ့လူတွေကိုလဲ တရားစီးပွားရေးသိပ်
ကောင်းတယ်လို့ ပြောထိုက်တာပေါ့။ သတိ
ဉာဏ်လမ်းခင်းပေးရင်အလုပ်အားလုံးစာရား
ဖက်ရောက်သွားနိုင်တယ်။ ဘာမဆို အသွား
တတ်ရင်လမ်းချည်းပဲ။

(၃) နောက်ပြီးလူမှာတွန်းအားအလွန်ပေါ်
တယ်တွန်းအားတွေကအတွင်းမှာရောအပြင်
မှာရော အစုံရှိတယ်။ အတွင်းမှာလဲ အိုခြင်း၊
နာခြင်းစသည်ပေါ့။ အပြင်မှာလဲလောကမိပုံစံ
မျိုးစုံပေါ့။ လူ့တွန်းအားဟာလဲသွားဖို့၊ မှဲ့သွားဖို့

တွန်းတာမဟုတ်ဘူးတရားအလုပ်စွဲမြဲသွားဖို့
တွန်းပေးတဲ့ အဖိုးတန်တွန်းအားပါ။ လူကို
ကူညီတယ်လို့ ဆိုရမှာပေါ့။ တွန်းအားမရှိရင်
လူဟာဆင်ခြေပေးတယ်နေ့တယ်ဟိုရွှေဒီရွှေ
လုပ်ချင်တယ်၊ တွန်းအားပေါ်တော့အလုပ်တွင်
ကျယ်တာပေါ့။ အထူးအားဖြင့် လူ့ရဲ့အိုခြင်း
နာခြင်းဟာ တန်ဖိုးကြီးတဲ့တွန်းအားပဲ။ အချိန်
မဆွဲရဲ့အောင်လဲတွန်းအားပေးတယ်အနိစ္စကွ
အနတ္တသဘောကို မြင်အောင်လဲ လက်တွေ့
ကျကျပြပေးတယ်။ တွန်းအားများလွန်းလို့လဲ
လူ့ဘဝဟာတရားနဲ့ထိုက်တန်တာပါ။ လူတစ်

ဘဝသက်တမ်း မများလှပေမယ့် အချိန်ထိန်း
ကိရိယာ သတိတပ်ဆင်ပေးရင် အမြဲတရား
စွမ်းအားတက်နိုင်ပါတယ်။ အချိန်မီနိုင်ပါတယ်။



- ၃။ ကုသိုလ်ဂုဏ်သိရုံ ရှေ့အရှိန်**
- 🌀 **လူ့ဘဝတွင်၊ ရောက်လာစဉ်လဲ၊**
- ကုသိုလ်ဘဲ၊ မလွဲပါခဲ့ပါ။**
- 🌀 **မပြန်သေးခင်၊ ရောက်နေစဉ်လဲ၊**
- ကုသိုလ်ဘဲ၊ အမြဲကိုင်ရမှာ။**
- 🌀 **အချိန်စေ့က၊ ပြန်သွားရလဲ၊**
- ကုသိုလ်ဘဲ၊ ရဲရဲယူသွားရာ။**
- 🌀 **ကုသိုလ်လုပ်သား၊ ကုသိုလ်များ၊**
- ယူသွားရမှာပါ။**
- 🌀 **ကုသိုလ်မွေ၊ လူ့ဘဝ၊**
- လုပ်ခ ရလဒ်ပါ။**

**စိတ်ဓါတ်တွေပေါ့၊ ကုသိုလ်လျော့၊
အားပျော့လဲတတ်ပါ။
ကုသိုလ်ဂုဏ်သိရုံ၊ လူ့အရှိန်၊
တည်ငြိမ်အေးချမ်းပါ။**

လူ့ဘဝမှာအမြဲစုနေရမှာကကုသိုလ်တစ်ခု
တည်းပါ။ဘာပဲလုပ်လုပ်လူ့လက်ထဲမှာကုသိုလ်
တစ်ခုတော့ ကျန်နေခဲ့ရမယ်။ ကုသိုလ်ဟာ
လူ့ဘဝရဲ့လုပ်ခရလဒ်ပဲ။လူ့ရဲ့အဓိကစွမ်းအား
ကလဲကုသိုလ်ပါပဲ။လူ့ဟာဒီလူ့ဘဝကိုရောက်
လာတုန်းက ကုသိုလ်အရှိန်နဲ့လာခဲ့တာပါ။
ကုသိုလ်အရှိန်မပါဘဲ ဘယ်နည်းနဲ့မှ လူ့ဘဝ

သာတွေကို အနိုင်ယူပြီးမှ ရလာတာဖြစ်လို့
အရှိန်သိပ်ကြီးပါတယ်။အကုသိုလ်ကိုကုသိုလ်
နဲ့ပဲပယ်ရတာပါ။မီးလောင်ရင်ရေနဲ့ငြိမ်းသတ်
ရသလိုပေါ့။အိပ်မက်မိလက်ဦးရင်မီးကရေ
ကိုနိုင်တတ်သလိုအကုသိုလ်ကလက်ဦးရင်လဲ
ကုသိုလ်ကိုနိုင်တတ်ပါတယ်။ သတိမြဲမှပဲ
ကုသိုလ်လက်ဦးခွင့်ရမှာပါ။

အကုသိုလ်ဆိုတာသူကကိုယ့်ကိုနိုင်သွား
တာကိုပြောတာသူကနိုင်သွားပြီဆိုတော့သူခိုင်း
သမျှလုပ်ရုံပေါ့။ သူပေးတာယူရုံပေါ့။ သူပို့တဲ့
နေရာသွားရုံပေါ့။အကုသိုလ်ကိုနိုင်တဲ့ကုသိုလ်

ရောက်မလာနိုင်ပါဘူး။ ဖန်ဆင်းရှင်လို့ခေါ်ရတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ယောက်က ပုဂ္ဂိုလ်ဆိတ်
ငယ်တစ်ကောင်ကိုဖမ်းယူပြီး“ဟဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိတ်
ကလေးသင်ဟာလူဖြစ်စေသတည်း”လို့မန်း
မှုတ်ဖန်ဆင်းပေးလို့ လူဖြစ်နိုင်တာမဟုတ်
ပါဘူး။လူဖြစ်နိုင်လောက်တဲ့အကြောင်းပြည့်စုံ
လို့သာလူဖြစ်လာခဲ့ကြတာပဲ။

အချိန်မတန်သေးလို့မပြန်သေးခင်လဲလူ
ဟာကုသိုလ်အရှိန်နဲ့ပဲနေရပါတယ်။ပုထုဇဉ်
ဆိုတာဆေးအရှိန်နဲ့အသက်ရှင်နေရတဲ့လူမဟာ
လိုပါပဲ။ ကိလေသာ နှုနာယားနာတွေနဲ့ မချီ

ကိုမှမလုပ်ချင်ရင်တော့ခံရမယ်ပေါ့။
ကုသိုလ်ဆိုတာကိုယ်ကသူ့ကိုနိုင်သွားတာ
ပါ။ကိုယ်ကနိုင်ရင်တော့ကြိုက်တာခိုင်း၊လိုတာ
တောင်း၊ သွားလိုရာအပို့ခိုင်းရုံပေါ့ ၊ နိုင်တဲ့
ကြောင့်ပဲကုသိုလ်လုပ်ပြီဆိုတောင်းကြတာပါ။
ကုသိုလ်တစ်ခုပါသွားရင်ကိစ္စခပ်သိမ်းပြီးတယ်။
နိဗ္ဗာန်ထိဦးတည်ဖို့တော့ သတိဉာဏ်ရှိရမယ်
ပေါ့။



မဆန့်နေရတော့ ကုသိုလ်ဆိုတဲ့ တရားဆေး
အရှိန်နဲ့ထိန်းထားနိုင်မှနေသာထိုင်သာရှိတာပါ။
ကုသိုလ်အရှိန်ကိုလျော့ထားလိုက်တာနဲ့အနာ
တွေသဲသဲမဲမဲပြန်ထလာတာပဲ။ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ့်
ပစ္စည်းတွေနဲ့လာကအာရုံမျိုးစုံတွေဟာကိလေ
သာနဲ့ပူးပေါင်းပြီး ကိုယ့်ကို ဝိုင်းနှိပ်စက်ကြ
တော့တာပဲ။နေ့စဉ်လူရဲ့အားတက်စရာအရေ
အတွက်က ကုသိုလ်တစ်ခုတည်းသာရှိတာ
ဖြစ်သလို ကုသိုလ်အရှိန်ရှိနေမှပဲ လူ့ဘဝမှာ
နေလို့ဖြစ်တာပါ။

အချိန်စေ့လို့ပြန်သွားရင်လဲကုသိုလ်တွေ

- ၄။ အေးခြေရွှင်ပျံ့၊ လူ့နှလုံး**
- ☸ **သတိ မေတ္တာ၊ ဤ ၂-ဖြာ၊
လူ့ရွာအဆိပ်ဖြေ။**
- ☸ **အမှတ်မြဲသော်၊ သတိပေါ်၊
ရွှင်ပျော်အားတတ်ပေ။**
- ☸ **ခန္တီခိုင်မာ၊ ကောင်းကွက်ရှာမှ၊
မေတ္တာရ၊ မုချအေးချမ်းပေ။**
- ☸ **တစ်ယောက်တည်းပင်၊ စွမ်းအင်အပြည့်၊
တည်လိုဘိ၊ သတိဖြင့်သာနေ။**
- ☸ **အများတကာ၊ ဆက်ဆံရာ၊
မေတ္တာပါမှ အဆင်ပြေ။**

များများယူသွားမှအပြန်လှပါလိမ့်မယ်။ကုသိုလ်
ကလွဲလို့ ချမ်းသာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်
မယ့် ယူစရာမရှိပါဘူး။ အကုသိုလ်ဟာယူလို့
လွယ်ပေမယ့် ယူသွားမိရင်တော့ မရှုမလှဒုက္ခ
ပေးမှာပဲ။စိတ်မနိုင်လို့ထားတာတွေဆိုတော့
ရန်သူတွေပါ။ အရှိန်ကို အသိနဲ့ အနိုင်ယူလွှမ်း
မိုးနိုင်မှ ဘဝအနှစ်ကုသိုလ်ရနိုင်မယ်။ ကိုယ့်
စိတ်ကို နိုင်သလောက်ပဲ ကုသိုလ်ပိုင်မှာဖြစ်
တယ်။ကုသိုလ်အရှိန်ကိုလျော့လိုက်ရင်တော့
အားပျော့ပြီးလဲကျသွားမှာသေချာတယ်။

ကုသိုလ်ဆိုတာအရှိန်သိပ်ပြင်းတဲ့ကိလေ

- ☸ **သတိကိုကိုင်၊ ကိုယ်ကိုကိုင်၊
ကြံ့ခိုင်စွမ်းအားပြည့်ဝပေ။**
- ☸ **မေတ္တာကိုကိုင်၊ သူ့ကိုကိုင်၊
ကြံ့ခိုင်အေးမြပေ။**
- ☸ **အေးမြရွှင်ပြုံး၊ လူ့နှလုံး၊
ကျင့်ထုံးစနစ်တွေ။**
တရားတွေကိုနှုတ်ထားလိုက်ရင် လူ့မှာရှိ
နေသမျှ အငှားတွေချည်းပဲ။ အငှားဆိုတာ
ပူစရာတွေချည်းဖြစ်လို့ အသိမပါပဲ ရှိရုံသက်
သက်နဲ့ချမ်းသာနိုင်မှာမဟုတ်ဘူး။တရားစုမှပဲ
ကိုယ်ပိုင်ရပြီး ချမ်းသာရနိုင်မှာဖြစ်တယ်။

တရားမပါရင် ပစ္စည်း၊ ခန္ဓာအဆိပ်တုံးပဲ နေ့တိုင်းရနေမှာသတိမေတ္တာဆိုတာအဆိပ် ဖြေဆေးပါသတိကန္ဓာအဆိပ်တုံးကိုအဆိပ် ဖြေပေးတယ်။ မေတ္တာကတော့ ပစ္စည်းအဆိပ် တုံးကို အဆိပ်ဖြေပေးပါတယ်။ မိမိစွမ်းအား ကြောင့်မိမိပစ္စည်းကြောင့်အများချမ်းသာရေး အတွက်တိုင်းတည်တတ်ရင်လူနှင့်ပစ္စည်းစွဲစည်း ပေါင်းစပ်ပုံ နည်းလမ်းမှန်သွားပြီပေါ့။ သတိ ဆိုတာအမှတ်သညာမြဲမှုဖြစ်ပေါ်တိုးပွားတယ်။ မေတ္တာလိုချင်ရင် ခန္ဓာအမာခံကောင်းအောင်လဲ လေ့ကျင့်နိုင်ရမယ်သဘောထားကြီးပြီသည်း

သာစိတ်ဆိုးနေရင်လဲလောကထဲနေစရာရှိမှာ မဟုတ်ဘူးသည်းခံခွင့်လွတ်သဘောထားကြီး နိုင်မှအားလုံးနှင့်အဆင်ပြေအောင်နေနိုင်မှာ ဖြစ်တယ်။ ဆရာတော်ဦးတိဿဟာအဲဒီခန္ဓာကို အမြဲလက်ကိုင်သုံးတယ်။ ခန္ဓာကိုမေတ္တာခိုင် မြဲမှာကိုး။
သနားဥညာကိုယ်ချင်းစာတတ်တဲ့ ကရုဏာကိုလဲအမြဲလက်ကိုင်ထားတယ်။ ကရုဏာ ထားရင် မေတ္တာပွားဖို့လွယ်ကူသလို မေတ္တာ ပွားရင်ကရုဏာလဲမခက်ခဲပါဘူး။ သတ္တဝါတွေ အချို့ချမ်းသာတယ်ဆိုရပေမယ့် ဒုက္ခထုပ်ကြီး

ခံခွင့်လွတ်အနစ်နာခံနိုင်ရမယ်မေတ္တာဆိုလို့ရယ် ရဲ့ ကောင်းကွက်ကိုလဲ မြင်အောင်ကြည့်နိုင်ရ မယ်။ ဒါမှမေတ္တာဖော်ထုတ်လို့လွယ်မှာပဲ။
သတိဆိုတာ ကိုယ်တစ်ယောက်တည်း တည့်အောင်နေနည်းပဲ။ တစ်ယောက်တည်း မတည့်လို့ဒုက္ခရောက်သူတွေလောကထဲအ များကြီးမေတ္တာကတော့အများနဲ့တည့်အောင် အဆင်ပြေအောင်နေနည်းပါသတိရှိရင်ကိုယ့် ကိုနိုင်တယ်။ မေတ္တာရှိတော့ သူ့ကိုနိုင်တယ်။ သတိကိုင်မှလဲမေတ္တာပိုင်နိုင်ပါတယ်။ သတိရှိမှ အလုပ်ဖြစ်တာပါ။ သတိဆိုတာ တစ်ကိုယ်ရေ

ရထားတော့ သူ့အတိုင်းအတာနဲ့သူ ဆင်းရဲ ဆိုတာရှိနေလို့သနားစရာချည်းပါပဲ။ ကရုဏာ ထားမှလည်းငြိမ်းချမ်းကြမှာပါ။
ကြီးပွားချမ်းသာပြည့်စုံသူတွေကိုတွေ့ မြင် ကြားသိရရင်လို့လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲဝမ်းမြောက်တတ် တဲ့ မုဒိတာကိုလည်း အမြဲလက်ကိုင်ကျင့်သုံး တယ်။ သတ္တဝါအားလုံး ဒုက္ခသစ္စာထုပ်ကြီးရ ထားလို့ဆင်းရဲနေကြပေမယ့်အသိတရားရှိလို့ ယူတတ်သလောက် ငြိမ်းချမ်းပြည့်စုံမှုတွေ ဆင်းရဲသက်သာမှုတွေ ရှိတန်သင့်သလောက် ရှိနေတတ်ကြပါတယ်။ ဒါတွေတွေ့ရရင်ဝမ်းသာ

အားမေတ္တာဆိုတာပေါင်းအားပဲတစ်ကိုယ် ရေအားကောင်းမှပေါင်းအားကောင်းမွန်တိုး တက်လာမယ်။
ဘုရားလက်ထက်ကဆရာတော်ဦးတိဿ ဆိုတဲ့ရဟန်းတော်-ပါးဟာစောစောပိုင်းမှာ စာပေပို့ချ၊ ပရိသတ်ကိုစည်းကမ်းတကျပိပိ ရိရိသေသေသပ်သပ်လမ်းညွှန်သွန်သင်ဆုံးမ အုပ်ချုပ်ပြီသာသနာပြုပေးတယ်။ နောက်ပိုင်း တော့ တစ်ပါးတည်း တောထဲကြွလို့ တရား အလုပ်ကို စွဲစွဲမြဲမြဲ အားထုတ်တော်မူပါတယ်။ သတိ မေတ္တာ ၂-ပါးကို အမြဲလက်ကိုင်ထား

ရတာပဲမေတ္တာရှိနေရင်မုဒိတာမခက်ခဲပါဘူး။
“သတ္တဝါတွေဘေးရန်ကင်းလို့ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ” လို့လွှမ်းခြုံပေးရတဲ့ မေတ္တာ ကိုလည်း အထူးပြန်ပွားပေးပါတယ်။ တစ်တော လုံးလဲ ဖြန့်ထားတယ်။ တစ်လောကလုံးလဲ လွှမ်းခြုံထားတယ်။ မေတ္တာဓာတ်တွေကြောင့် တောထဲမှာရှိနေတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေအပါအဝင် သတ္တဝါတွေအားလုံးအချင်းချင်းချစ်ခင်နေကြ တယ်။ ဘေးရန်မှမရှိဘူး။ ကျားစတဲ့သားရဲ တိရစ္ဆာန်တွေတောင်အိမ်ကြောင်အိမ်ခွေးတွေ လို ဆရာတော်ကြီးရဲ့ မေတ္တာရိပ်ကို ခိုလှုံနေ

တော့ကိုယ့်ဟာကိုယ်လဲပြဿနာဖြစ်စရာမရှိ၊ အများနဲ့လဲသာပြဿနာဖြစ်စရာမရှိသိပ်ငြိမ်း ချမ်းပါတယ်။
မေတ္တာပြောရင်ခန္ဓာ ကရုဏာ မုဒိတာလဲ ပါရောပေါ့။ နှိကရုဏာမေတ္တာမုဒိတာဆိုတာ လူ့ဘဝငြိမ်းချမ်းရေး၊ ကမ္ဘာငြိမ်းချမ်းရေးလမ်း စဉ်ငှ-ချက်ပဲ။ ကိလေသာမကင်းသေးတဲ့ပုထု ဇဉ်တွေနဲ့အများဆုံးအတူနေရတော့ဆိုနေရတာ ဆိုတော့ စိတ်တိုင်းမကျစရာတွေ အများကြီး ရှိနေမှာပါ။ ကိုယ့်ဟာကိုယ်တောင်စိတ်တိုင်းမ ကျစရာတွေ အများကြီး၊ စိတ်တိုင်းမကျတိုင်း

ကြတယ်။ တိရစ္ဆာန်တွေတောင် အရိပ်ခိုလို့ရ တယ်ဆိုရင်ဆရာတော်ကြီးရဲ့မေတ္တာဓာတ်ဟာ အလွန်ကြီးမားကျယ်ပြန့်လို့ဖြစ်မှာပဲငြိမ်းချမ်း ရေးလမ်းစဉ်ငှ-ချက်နဲ့မွမ်းထုံလေ့ကျင့်ထား တာဆိုတော့မေတ္တာထုထည်ကသိပ်ကြီးမှာပါ။
အေးမြရွှင်ပြုံး လူ့နှလုံးလမ်းစဉ်ကို လက် တွေ့ကျကျထိထိမိမိကျင့်သုံးနေတဲ့ဆရာတော် ကြီးရဲ့မုဒ္ဓစွမ်းရည်ကြောင့်တစ်တောလုံးအေး မြရွှင်ပြုံးနေကြတယ်။ မေတ္တာရှင်ရှိနေတဲ့အရပ် ဟာတကယ်ပျော်ရွှင်ကြည်နူးစရာ ချည်းပဲ။



၅။ ငြိမ်းချမ်းအေးမြ လှူဘဝ

စိတ်ကောင်းထားကာ၊ ပိုလွှတ်ပါ။

မေတ္တာအစွမ်းပြ။

လွှမ်းခြုံမေတ္တာ၊ ဓါတ်ကူးကာ၊

ချမ်းသာငြိမ်းအေးရ။

တစ်နေ့တော့ ဝါရုဏဆိုတဲ့ အမျိုးသား တစ်ယောက် ကိစ္စရှိလို့ တောထဲသွားတယ်။ တောထဲရောက်တော့ မေတ္တာရှင်ဆရာတော် ကြီးရဲ့မေတ္တာဓာတ်ထိခိုက်သွားလို့အေးချမ်း လိုက်တာပြီးတော့လူ့မြင်ကွင်းမှာလူတောမှာ နေလေ့မရှိတဲ့ကျားခြင်္သေ့စတဲ့သားရဲတိရစ္ဆာန်

နှင့်အဆင်ပြေမှာသတိကခန္ဓာအဆိပ်တုံးကို အဆိပ်ဖြေပေးတယ်မေတ္တာကုသစွည်းအဆိပ် တုံးကို အဆိပ်ကင်းအောင်လုပ်ပေးတယ်”

“မောင်ဝါရုဏရေ--လူ့တစ်ဘဝခဏလေး ရယ်ကွယ်၊ ဘာမှမကြာဘူး၊ တစ်နေ့ ၂-ထပ် မှန်မှန်စားပြီးသေရမယ့်ရက်ကိုထိုင်စောင့်နေရုံ နဲ့တော့လူ့ဘဝဟာဘာမှအမိပ္ပါယ်မရှိဘူးစာဝ တစ်ခုလုံးရဲ့ အနှစ်ချုပ်ကတရားပဲ၊ ကိုယ်က လက်ဦးအောင်ခန္ဓာကိုမြန်မြန်သုံးထားပါ”

ဆရာတော်ကြီးက မေတ္တာနဲ့ဟောတာဆို တော့ဝါရုဏရဲ့နားထဲပစ်သွင်းလိုက်သလိုနဲ့လုံး

တွေဟာဘယ်သူ့ကိုမှနှုတ်မပူပိုင်သက်အေး ချမ်းစွာနေကြတာကိုတွေ့ရတယ်။

ထူးဆန်းတဲ့နေရာဖြစ်လို့ဟိုဟိုဒီလိုကိစ္စ စမ်းလိုက်တော့ မေတ္တာရှင်ဆရာတော်ကြီးကို ဖူးတွေ့ရတယ်။ ဖူးလို့မဝနိုင်ဘူး၊ ဘာတရားမှ မနာရသေးပဲနဲ့တော့ငြိမ်းချမ်းလိုက်တာကိုယ့် ဟာကိုယ်အနိုင်ယူနိုင်တဲ့သတိကလဲတစ်ကိုယ် လုံးလွှမ်းခြုံထား၊တစ်လောကလုံးလွှမ်းခြုံထား တဲ့ထုထည်ကြီးမားလှတဲ့မေတ္တာအားကလည်း ရှိနေတော့ သိပ်ကျက်သရေရှိနေတယ်။

ဝါရုဏဟာဆရာတော်ကြီးနားချဉ်းကပ်၊

အိမ်ထဲ ထိထိခိုက်ခိုက် ရောက်သွားတယ်။ ဝါရုဏမှာ အသိဉာဏ်ရှင်းကနဲဖြစ်သွားတယ်။ တိုတောင်းလွန်းလှတဲ့လူ့တစ်သက်မှာတရား လက်ဦးမှပဲခုရောနှောင်ပီစိတ်အေးရမယ်လို့ အသိတွေပေါ်လာတယ်။

ရဟန်းဘဝနဲ့အားထုတ်မှပဲတရားအတွက် အချိန်အာဝတ္တန်ကိုကိန်းကိုက်မယ်လို့လဲအမြင် ရှင်းလာတယ်။ သဒ္ဓါတရားတွေထက်သန်တိုး ပွားလာလို့ ရဟန်းပြုလိုတဲ့ဆန္ဒ အလွန်ပြင်းပြ လာတယ်။

ဝါရုဏအမျိုးသားက ဆရာတော်ကြီးထံ

အရိုအသေပေးပြီးသင့်တော်တဲ့နေရာမှာထိုင် နေတယ်ဆရာတော်ကြီးကဘဝနေနည်းဘဝ အသုံးချနည်းကို ဟောပေးတယ်။ အထူးအား ဖြင့်တော့ ကိုယ်တိုင်လက်တွေ့ကျင့်သုံးနေတဲ့ သတိ မေတ္တာ အဆိပ်ဖြေဆေး ၂ -ပါးရဲ့စွမ်းရည် ကိုပဲဟောတာပါ။

“မောင်ဝါရုဏရေ-- သတိ မေတ္တာကို ဝေးမှလောကထဲနေဖြစ်မှာပါ။ သတိမေတ္တာ ကိုင်ထားနိုင်ရင်တော့အများတကာမျက်ရည် ကျစရာအားလုံးဟာကိုယ့်အတွက်စွမ်းအားတွေ ချည်းဖြစ်သွားမယ်။ အများအတွက်ကြောက်ရွံ့

ထိတ်လန့်စရာတွေဟာကိုယ့်အတွက်ရဲရင့်စေ တဲ့ အားဆေးတွေချည်း ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။ လောကထဲမှာတရားလောက်စွမ်းတာတရားပဲ ရှိတာကွဲ၊ တရားဆိုတာလောကကိုနိုင်ဖို့ပေါ် လာတာ၊ တရားကို သတိက ချုပ်ကိုင်ထား တယ်”

“သတိရှိမှ ကိုယ့်ကိုနိုင်မယ်။ မေတ္တာရှိမှ လောကထဲအဝင်ဆုံးမယ်။ ပြီးတော့ သတိရှိရင် ကိုယ်တစ်ယောက်တည်းစာညှိအောင်နေတတ် တယ်ကိုယ့်ရဲ့အားတွေကိုအတွင်းမှာထုတ်ယူ စုဆောင်းထားနိုင်တယ်။ မေတ္တာရှိမှလဲအများ

ရဟန်းပြုခွင့်တောင်းတော့ ဆရာတော်ကြီးက သံဃာစေ့အေထိမ်ပြီးဝါရုဏကိုရဟန်းခံပေး လိုက်တယ်။ အရှင်ဝါရုဏလို့ ဖြစ်သွားတယ်။ မေတ္တာပြည့်ဝတဲ့ ဆရာတော်ကြီးရဲ့တရားတစ် ပွဲဟာအထူးအောင်မြင်သွားတယ်ပေါ့။ မေတ္တာ ရှင်များရဲ့မြန်ကြားချက်ဟာဆွဲဆောင်မှုအပြည့် ပါတာဖြစ်လို့ အောင်မြင်ကြတာချည်းပါပဲ။

အရှင်ဝါရုဏဟာ ဆရာတော်ဦးတိဿဆို တဲ့အမှီကောင်းကိုရသွားတော့ဆရာကောင်း တပည့်ဖြစ်သွားတယ်ဆရာလမ်းညွှန်သွန်သင် သမျှ အားလုံးလိုက်နာကျင့်သုံးတယ်။ ဒီတော့

ဆရာတော်ဦးတိဿလဲ တပည့်ကောင်းဆရာ ဖြစ်သွားတာပေါ့ဆရာကောင်းတပည့် ဖြစ်ရတာ ဟာ တိုးတက်လမ်း ဟင်းလင်းပွင့်သွားသလို တပည့်ကောင်းဆရာဖြစ်ရတာဟာလဲအလွန် ထည်ဝါပြီး အားကိုးစရာ သိပ်ကောင်းလှပါ တယ်။



၆။ ကိလေသာကို နိုင်မှုအလုပ် (အလှုပ် နှင့် အလုပ်)

- ☸ **လောကအတွင်းမှာ၊ လှုပ်ရုံသာ၊ ခေါ်တာအလုပ်မှတ်။**
- ☸ **သာသနာမှာ၊ ကိလေသာ၊ နိုင်တာအလုပ်မှတ်။**
- ☸ **ဘဝလုပ်ခ၊ နေ့တိုင်းရ၊ မုချတိုးစေတတ်။**

လောကကိုအဝိဇ္ဇာတဏှာပြီးဆောင်တာဆို တော့လောကထဲလုပ်သမျှလှုပ်ရုံပါပဲ။ လှုပ်ရုံ လောက်ကိုပဲ အလုပ်လို့ ခေါ်နေကြတာပါ။

မခံပဲကပ်ထားလိုက်တယ်သတိမပြတ်ရှုမှတ် နေတယ်။ ဆရာတော်ကြီးနှင့်တကွတောတွင်း မှာရှိတဲ့သတ္တဝါအားလုံးတို့အပေါ်မှာမေတ္တာဓါတ် လွှမ်းခြုံထားလိုက်တယ်။ ဆရာတပည့်ရဲ့မေတ္တာ ကြောင့်တစ်တောလုံးစိုပြေထည်ဝါပြီးပျော်စရာ ကြီးဖြစ်နေတယ်။ တစ်လောကလုံးလဲ မေတ္တာ လွှမ်းခြုံထားလိုက်တယ်။

အရှင်ဝါရဏဟာ သတိနှင့်မေတ္တာ လက် ကိုင်ကျင့်သုံးတော့ပျော်လိုက်တာ။ အချိန်ကုန် မှန်းတော့သိတော့ဘူး။ အလုပ်ဟာအလုပ်နှင့် တူသွားရင်ပျော်တာချည်းပါပဲလူနှင့် ၊ တရားမတွေ့

လောကဝတ်ကျေရုံလောက်ပါ။ သတိဉာဏ် မပါရင်ဘဝလုပ်ခ တရားစွမ်းအားမရနိုင်ဘူး။ ဘဝလုပ်ခမရရင် အလုပ်မဟုတ်ဘူး။ အလုပ် တွေပဲအလုပ်ဆိုရင်တော့အလုပ်ပဲလုပ်နေရမှာပဲ။

သာသနာမှာ တရားကို သတိဉာဏ်ဦး ဆောင်တာဖြစ်လို့ ကိလေသာကိုနိုင်တဲ့အပိုင်း ပါရတယ်။ ကိလေသာကိုနိုင်မှအလုပ်ခေါ်တယ်။ လှုပ်ရုံနဲ့တော့ကိလေသာကိုနိုင်မှာမဟုတ်လို့ အလုပ်စာရင်းထဲမပါဝင်နိုင်ဘူး။ လောကအလုပ် က လှုပ်ရုံနဲ့လုပ်ခပေးပေမယ့် တရားအလုပ် ကတော့လှုပ်ရုံနဲ့လုပ်ခမပေးဘူး။

သေးလို့ပါ။ တွေ့သွားရင်မလွတ်ချင်တော့ဘူး။ မ လွတ်ချင်လောက်အောင် တရားကကောင်း တာကိုး။

တရားနှင့်စိတ်ထိနေသလောက်လဲ အားရ ၊ နေရတယ်။ အတွေ့နောက်ကျတယ်တောင် ထင်ရလောက်အောင် တရားက ဆွဲအားသိပ် ကောင်းတယ်။ တရားနှင့်စိတ်ထိတွေ့သွားရင် တကယ်ငြိမ်းချမ်းပါတယ်။ မငြိမ်းချမ်းအောင် လုပ်တတ်တဲ့ကိလေသာတွေကိုနိုင်နေတာကိုး။

လောကမှာ ဘယ်သူတွေ ဘယ်လောက် ချမ်းသာတယ်ပြောပြော၊ တရားနှင့်တွေ့နေသူ

ပရိယတ်ပဋိပတ်အလုပ်တို့ ၊ သိက္ခာ-ပါး ဖြည့်ကျင့်တာတို့ စတဲ့အလုပ်တွေဟာ ကိလေသာ ကိုအနိုင်ယူနေရတဲ့စာရင်းဝင်အလုပ်တွေပါ။ စုတင်ဆောင်တာကိုပဲကြည့်၊ ကိလေသာကို လှုပ်ခါပစ်နေရတဲ့အလုပ်ပဲ။

အချုပ်ပြောရရင်လောဘအိဿမောဟကို နိုင်မှတရားအလုပ်ပါ။ အလုပ်ဖြစ်ဖို့သတိဉာဏ် ကတာဝန်ယူရတယ်။ အလုပ်ဖြစ်မှဘဝလုပ်ခ ရမယ်။ နေ့စဉ်မကင်းနိုင်တဲ့အလုပ်တွေအားလုံး သတိဉာဏ်သွင်းလိုက်ရင်ကိလေသာကိုနိုင်တဲ့ အလုပ်စာရင်းထဲ ပါသွားမှာပါ။

လောကဘယ်သူမှမချမ်းသာနိုင်ပါဘူး။ တရား ဆိုတာအရှုံးစုံရင်တောင်အသိနဲ့အားဖြည့်ပေး တာအကြောင့်အရှင်ဝါရဏဟာတစ်ဝါတွင်းလုံး တရားအလုပ်နဲ့ပျော်နေတယ်။ အားလဲရှိတယ်။ အလုပ်ကို အလုပ်နှင့်တူအောင် လုပ်တော့ အလုပ်ကလဲလုပ်ခရလအထိထိုက်ထိုက်တန်တန် ပေးတာပေါ့။



အလုပ်လုပ်ချင်လို့ရဟန်းပြုလိုက်တဲ့အရှင် ဝါရဏဟာရဟန်းဘဝရောက်တော့အလုပ်ကို အလုပ်နဲ့တူအောင်တကယ်လုပ်ပါတယ်။ ဒီဘဝ နောက်ထပ်ကျန်သေးတဲ့အချိန်အားလုံးအား အတွက်သာသုံးပြီး ဘဝအနှစ်လုပ်ခရလဒ်ကို ရသမျှညှစ်ထုတ်ယူတော့မယ်လို့ဆုံးဖြတ်လိုက် ပါတယ်။ အလုပ်သမားဘဝနဲ့အချိန်မပြုန်းတော့ ဘဲအလုပ်သမားပုံစံနဲ့အားရအောင်ထုတ် ယူနေတယ်။

ဆရာလမ်းစဉ်အတိုင်း သတိမေတ္တာကို မလွတ်တမ်းသုံးပါတယ်။ ခန္ဓာမှသတိအလွတ်

၇။ မြေဝါဒွန်ကောင် ရန်တွေစောင်

- ☸ **လောဘ ခေါ်သ၊ မောဟအပူ၊ ပွက်ပွက်ဆူ၍၊ ရန်သူဖြစ်ငြား၊ ဤ၃-ပါး၊ စိမ်းကားသွားအောင် လုပ်တတ်သည်။**
- ☸ **အချစ်တွေပြယ်၊ မုန်းစိတ်ကြွယ်၊ တကယ်ကြောက်ရသည်။**
- ☸ **မြေပါ ၂-ကောင်၊ ရန်တွေစောင်၊ သေအောင်ကိုက်ကြသည်။**

အရှင်ဝါရဏဟာ တစ်ဝါတွင်းလုံးဘဝကို တရားထဲမှာနှစ်မြုပ်ထားပြီးအချိန်ပြည့်အလုပ် လုပ်ပါတယ်။ တရားအလုပ်နဲ့နေတာဆိုတော့

တစ်ဝါတွင်းအချိန်ဟာ ဘာမှမကြာဘူး၊ ခဏလေးပဲ၊ တရားအားထုတ်နေရပေမယ့် တရားပိုင်ရှင်ဘုရားကိုတစ်ခါမှမဖူးရသေးဘူး၊ တရားသိလေ ဘုရားနှင့်တွေ့ချင်လေဖြစ်လာတယ်၊ တရားသဘောပေါက်နားလည်လာလေဘုရားတွေ့ချင်တဲ့ဆန္ဒကထက်သန်ပြင်းပြလေဖြစ်လာတော့ ဘုရားဖူးမသွားပဲ မနေနိုင်တော့ဘူး၊ ဟုတ်ပါတယ်၊ ဘုရားမြင်မှ တရားမြင်တယ်၊ တရားမြင်မှလဲ ဘုရားမြင်တာပါ။

သီတင်းကျွတ်တော့ ဘုရားဖူးချင်လွန်းလို့ ဆရာတော်ကြီးထံခွင့်ပန်ပြီး ဘုရားရှိရာ

လောဘစိတ်နဲ့အစာလုကြတယ်၊ လောဘလွန်ကဲတော့ဘယ်သူကမှအလျှော့မပေးဝေစားမှုစားဆိုတဲ့မေတ္တာစိတ်တွေ ခန်းခြောက်ကုန်တယ်။

လောဘအဆင်မပြေတာနဲ့အဲဒါကနောက်ကအဆင်သင့်ပဲလောဘနှင့်အဲဒါသာဘဝမတူကြပေမယ့် လောဘနောက်က အဲဒါကပ်နေတယ်လောဘအလိုမပြည့်တာနဲ့အဲဒါကဘွားကနဲ့ပေါ်လာတတ်တယ်။

စောစောက အလွန်ချစ်နေကြတဲ့ မြွေပါ ၂-ကောင်ဟာ အစာပေါ် လိုချင်တပ်မက်မှု လွန်ကဲနေတဲ့ကြောင့် ဘယ်သူကမှ အလျှော့

သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းကို ဦးတည်ကြွသွားတယ်၊ တောလမ်းခရီးကိုဖြတ်သန်းပြီး မေတ္တာပို့ရင်းတရားရှုမှတ်ရင်းကြွသွားတယ်၊ တော်တော်လေးသွားမိတော့ နည်းနည်းခရီးပန်းလာတာနဲ့အရိပ်ကောင်းတဲ့လမ်းဘေးသစ်ပင်တစ်ပင်အောက်မှာ ခဏအပန်းဖြေအနားယူလိုက်ပါတယ်၊ အချိန်မပြန်ဘူး၊ မေတ္တာပို့ရင်း တရားမှတ်ရင်းနဲ့ပဲနေတာပါ။

အရှင်ဝါရဏဟာသစ်ပင်အောက်ကနေပြီး ခပ်လှမ်းလှမ်းကိုကြည့်လိုက်တယ်၊ လဲနေတဲ့ သစ်တုံးကြီးပေါ်မှာမြွေပါ ၂-ကောင်ချစ်ချစ်

မပေးပဲ လုနေကြတယ်၊ လောဘအဆင်မပြေတော့အဲဒါမီးဆတောက်လာတာပေါ့အချစ်ပြယ်ပြီး မုန်းစိတ်ပွားလာကြတယ်၊ ချစ်စရာကနေ ကြောက်စရာကြီးတွေဖြစ်ကုန်တယ်။

လုနေတဲ့အစာကို ဘေးမှာချထားလိုက်တယ်၊ တစ်ကောင်က “ဟေ့ကောင်ထိုကဲ့တာ မှတ်တုံး” တဲ့ဟိုတစ်ကောင်ကလဲ “ဟေ့ကောင်မင်းကကော ထိုကဲ့ဘာမှတ်တုံး” တဲ့၊ အစာမတွေ့သေးရင်ထူတို့တည့်နေကြပြီးမှာအစာက ရန်တိုက်ပေးသလိုဖြစ်သွားလို့ ၂-ကောင်မတည့်ကြတော့ဘူး၊ လုနေတဲ့အစာကိုတောင်

ခင်ခင်ပျော်ရွှင်မြူးတူးဆော့ကစားနေကြတာကိုလှမ်းမြင်ရတယ်၊ မြွေပါဆိုတာမြွေကိုနိုင်တဲ့ သတ္တဝါပေါ့။

အရှင်ဝါရဏကမေတ္တာရှင်ဆိုတော့မြွေပါ ၂-ကောင်ချစ်ခင်ညီညွတ်ပျော်ရွှင်နေကြတာကို မြင်ရလို့ သိပ်ဝမ်းသာကြည်နူးနေတယ်၊ “သူတို့လေးတွေတိ ရုက္ခာန်ဆိုပေမယ့်ချစ်ခင်တတ်လိုက်ကြတာဟယ်ညီညီညွတ်ညွတ်ချစ်ချစ်ခင်ခင်ဆော့ကစားနေကြတာပါကလား”

အရှင်ဝါရဏကြည့်နေတုန်းဘာမှမကြာဘူး၊ ချက်ချင်းပြောင်းလဲသွားတယ်ထူတို့ ၂-ကောင်

အရေးမစိုက်တော့ပဲ ရန်ထောင်နေကြပြီ။

မကြာမီတစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင်ကိုကြံတော့တာပဲ၊ မလွတ်ပဲခဲပြီး ကိုက်ထားကြတယ်၊ ၂-ကောင်လုံးထွေးပြီး ကိုက်လိုက်တာ ၂-ကောင်လုံးသစ်တုံးပေါ်ကလိမ့်ကျ၊ လိမ့်ကျတော့လဲ မလွတ်ဘူး၊ မလျှော့ဘူး၊ ခဲပြီးကိုက်ထားလိုက်ကြတာဆန့်ငင်ဆန့်ငင်နွဲ့နွဲ့နားစရာတွေဖြစ်နေကြတယ်၊ ရုပ်ရောစိတ်ရောအလွန်ပင်ပန်းလွန်းလို့မကြာမီ ၂-ကောင်လုံးသေကုန်ကြတယ်၊ သေအောင်တောင် ကိုက်ကြတယ်၊ အဲဒါများ သိပ်ကြောက်ဖို့ကောင်းတာပဲ။

သစ်တုံးပေါ်မှာအစာ-ဆွားတွေ ကြတယ်၊ အစာတွေ့ပြီလဲဆိုရော လောဘပေါ်လာတယ်၊ ပုထုဇဉ်အပေါ်ဩဇာပြောင်းနေတာကလောဘအဲဒါမောဟပါ၊ ပုထုဇဉ်ဆိုတာတရားလွတ်တိုင်းလောဘအဲဒါမောဟအနိုင်ကျင့်သမျှ ခံနေရတာလော ဘာ အဲဒါ မောဟတွေကလူကို တောင်နိုင်တဲ့ အပူငွေ့တွေဖြစ်လို့ တိ ရုက္ခာန်လောက်တော့အသာလေးပဲ။

လောဘအဲဒါမောဟဆိုတာရန်သူဖြစ်အောင်ထိမ်းမြစ်အောင်ထိမ်းကားသွားအောင် လုပ်တတ်တယ်၊ အစာမြင်တော့သူဦးကိုယ်ဦး

အရှင်ဝါရဏဟာမြွေပါ ၂-ကောင်ရဲ့အဖြစ်အပျက်ကိုကြည့်နေတုန်းချက်ချင်းပြောင်းလဲသွားတာကိုမြင်လိုက်ရတော့ အကြီးအကျယ် သံဝေဂဖြစ်သွားတယ်၊ “ဟယ်-ချီးကျူးလို့မှ မကြာသေး၊ အစာတွေ့တော့ချက်ချင်းပြောင်းလဲသွားတယ်၊ ၂-ကောင်မတည့်ကြတော့ဘူး၊ လောဘနဲ့ အစာကိုလု၊ ဘယ်သူမှအလျှော့မပေးတော့အဲဒါမီးတွေပေါက်ကွဲ၊ ၂-ကောင်ကိုက်လိုက်ကြတာ ၂-ကောင်လုံးသေကုန်ပြီ၊ ဟယ်-အဲဒါတယ်ဆိုပါလား”



၈။ ဒေါသကြီးလို့ ပျက်စီးရတယ်

အရှင်ဝါရဏကမေတ္တာပွားနေသူဆိုတော့ ဒေါသကြောင့် ပျက်စီးရတာကို မြင်တွေ့ရလို့ ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်သွားတယ်။ သနားစိတ်တွေ လဲဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ အရှင်မြတ်က “မြေပါတွေ မိုက်တယ်” လို့ ပုဂ္ဂလာဓိဋ္ဌာန်နဲ့ မပြောပါဘူး။ “ဒေါသတယ် ဆိုးပါလား” လို့ ဓမ္မာဓိဋ္ဌာန်နဲ့ ပြောပါတယ်။ “မြေပါလေး ၂-ကောင်အစာတွေ တော့ ‘ဒီအစာလေးဟာ မင်းစားလဲမဝဘူးကွ၊ ငါစားလဲမဝဘူးကွ မေတ္တာသရုပ်ပေါ်တဲ့အနေနဲ့ မင်းတစ်ဝက် ငါတစ်ဝက် စားကြတာပေါ့’

ကောင်ကိုက်တာတို့ကြောင့် ၂-ကောင်ကိုက် တာတို့ ဇနီးမောင်နှံနှစ်ယောက်တို့ ညီအစ်ကို ညီအစ်မ ရန်ဖြစ်တာတို့ ဆိုတာမျိုးတွေ တေ့ မြင်ရတတ်ပါတယ်။ မေတ္တာသမာဓိ အလေ့ အကျင့်နည်းနေကြတော့ သံဝေဂဖြစ်တတ်ကြ ပါဘူး။ သံဝေဂစိတ်ဖြစ်နေတဲ့ အရှင်ဝါရဏ ရှေ့ကိုဆက်ကြသွားတယ်။



ဒီလိုဆို ၂-ကောင်လုံးငြိမ်းချမ်းမှာ” “အိမ္မမဟုတ် တစ်ကောင်ကောင်က သဘောထားကြီးပြီး ‘၂-ကောင်စားလို့ မလောက်မယ့်အတူတူကွာငါမစားတော့ပါဘူး။ မင်းပဲ အကုန်စားလိုက်တော့’ ဒီလိုဆိုရင်လဲ ၂-ကောင်လုံးငြိမ်းချမ်းကြမယ် ” အရှင်ဝါရဏ ကမေတ္တာရှင်ဆိုတော့ မေတ္တာတွက်တွက်တာ ပေါ့။ သူ့စိတ်မျိုးလိုပဲ ဖြစ်စေချင်တာကိုး။ “ဘာမှမပြောလောက်တဲ့အစာနည်းနည်း လေးကိုဟိုကလဲသူပဲအကုန်လိုချင်တယ်။ ဒီကလဲသူပဲအကုန်လိုချင်တယ်လောဘလွန်ကဲ

- ၉။ ဒေါသဆိုးပုံ မကောင်းစုံ**
- ☸ မြို့ရွာထဲတွင်၊ သူပုန်ဝင်၊ အိမ်ရှင်ကိုလည်း ရိုက်တတ်သည်။
- ☸ အဖိုးတန်များ၊ ချန်မထား၊ လှသွားတတ်လေသည်။
- ☸ နေအိမ်ကိုပါ၊ မီးရှို့ကာ၊ ပြောင်ခါသွားစေသည်။
- ☸ စိတ်အစဉ်တွင်၊ ဒေါသဝင်၊ အိမ်ရှင်စိတ်ကို နှိပ်စက်သည်။
- ☸ သူတော်ကောင်းဂုဏ်၊ စွမ်းအားစုံ၊ အကုန်ပျက်ဆီးသည်။

တော့ လောဘကအဆင်မပြေ၊ အဆင်မပြေ တော့ ဒေါသမီးတွေပေါက်ကွဲ၊ ဒေါသကြောင့် သေဆုံးချက်စီးကုန်ကြပါပြီကောတယ် ဆိုးတဲ့ ဒေါသပဲ”။ အရှင်မြတ်ကမြေပါ ၂-ကောင်တင်ရပ်မ ထားဘူးတစ်လောကလုံးလွှမ်းခြုံကြည့်တယ်။ “နေ့စဉ်နေ့စဉ်လူတွေအပါအဝင်ဒေါသကြောင့် ပျက်စီးနေရတဲ့ သတ္တဝါတွေအများကြီးပဲ။ သတ္တဝါတွေဟာ တစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင်၊ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် မေတ္တာနဲ့ ဆွေ စိတ်မျိုးစိတ်ထားပြီး ညီညီညွတ်ညွတ်ချစ်ချစ်

- ☸ စိတ်၏ရိုရာ၊ ရုပ်ခမ္ဘာ၊ နှစ်နာပင်ပန်းသည်။
 - ☸ ဒေါသအမျက်၊ လူကိုဖျက်၊ အသက်ကိုပါ ဆုံးစေသည်။
 - ☸ ဒေါသဆိုးပုံ၊ မကောင်းစုံ၊ လွှမ်းခြုံကြည့်ရမည်။
- အရှင်ဝါရဏဟာ ဘုရားရှိရာ သာဝတ္ထိ ဇေတဝန်ကျောင်းကိုရောက်သွားတယ်။ တရား ကိုဦးချသင့်တော်တဲ့နေရာမှာထိုင်နေတယ်။ သူကဘုရားကိုဘာမှမလျှောက်ပေမယ့်ဘုရား ကသူ့အကြောင်းကို အကုန်သိပြီးသားဖြစ်လို့

ခင်ခင်နေကြမယ်ဆိုရင်လောကကြီးဆိပ်ပျော် စရာကောင်းမှာ” “ချမ်းသာအောင်နေနည်းမသိကြတော့၊ သိပေမယ့်သတိလွတ်နေကြတော့ လောဘ ဒေါသမောဟလွှမ်းမိုးခံနေရလို့မငြိမ်းချမ်းကြ ဘူး။ လောကကြီးဟာ ကြောက်စရာ ခြောက် ကပ်ကြီးဖြစ်နေတယ်” သူ့စိတ်ထဲထိတ်လန့်တဲ့ သံဝေဂတွေဖြစ်နေတယ်။ မေတ္တာပွားနေတဲ့ဂိုဏ်းဆိုတော့ ဒေါသအ ပြစ်ကို ထင်းကနဲမြင်တာပေါ့။ မိမိတို့လဲ ဒါမျိုး တွေမြင်နေကြရတာပဲ။ တစ်ခါတစ်ရံ ခွေး ၂-

အရှင်ဝါရဏရဲ့ လက်တွေ့လုပ်ဆဲအလုပ်နဲ့လဲ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်အောင်၊ နောင်လာ နောက်သားများလိုက်နာမှတ်သားစရာတရား လမ်းစဉ်လဲ ကျန်ရစ်အောင် “မေတ္တာတရား လူ့စွမ်းအား” တရားကို ဟောကြားတော်မူ ပါတယ်။ မေတ္တာကိုမဟောမီ ဆန့်ကျင်ဖက်ဒေါသ ရဲ့အပြစ်ကို ရှေးဦးစွာ ဟောပေးပါတယ်။ အ ကောင်းဆိုတာ အဆိုးနဲ့ယှဉ်တွဲပြမှ ပိုပေါ်လွင် တတ်တယ်။ အဆိုးရဲ့ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ အပြစ်တွေကိုပြလိုက်မှ အကောင်းရဲ့ဂုဏ်ရည်

တွေ ထင်ရှားလာတတ်ပါတယ်။ အကောင်းရဲ့ ဆွဲဆောင်မှုဟာလဲအားကောင်းတတ်ပါတယ်။

ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ်ပေါ့။သူများကိုသေစေ လိုတဲ့စိတ်နဲ့ညှင်းဆဲနိပ်စက်သတ်ဖြတ်သူဟာ ပစ္စုပ္ပန် သံသရာ လောကီ လောကုတ္တရာ ကောင်းကျိုးတွေအားလုံး ဆုံးရှုံးပျက်စီးတတ် တယ်။ သံသရာမှာ တော်တော်နဲ့ခေါင်းမဖော် နိုင်အောင် ဒုက္ခရောက်တတ်တယ်။ အဲဒီလို ဘုရားရှင်ကအဲသဆိုးပုံကိုဟောကြားတယ်။

အဲသဆိုးပုံကို ဥပမာနဲ့ ယှဉ်ကြည့်ရင် လောကမှာမြို့ ရွာထဲသူပုန်ဓားပြတွေဝင်လာ

ရတယ်လို့ဆိုလိုတာပါ။ကောင်းမှုဟာလူ့ဘဝရဲ့ လုပ်ခရလဒ်ပဲဆိုတော့ ကောင်းမှုတိုးအောင် စွမ်းဆောင်နိုင်သူဟာ အဖိုးတန်စွမ်းအားရှင် ဖြစ်ရပါတယ်။

မေတ္တာဆိုတာကိုယ့်အတွက်သက်သက် တွက်နေရာကနေပြီဆူ့အတွက်ပါထည့်တွက် လိုက်တဲ့သဘောပဲအများအပေါ်မှာမိခင်စိတ်၊ မိတ်ဆွေစိတ်ထားခြင်းလဲဖြစ်တယ်။ မေတ္တာ ထားတတ်ရင်အများသူငါအားလုံးကောင်းမှု အလွန်တိုးပွားရပါတယ်။

မေတ္တာစိတ်ထားရင် ကောင်းမှုများစွာ

တယ်ဆိုပါတော့။အိမ်ထဲထိဝင်လာတယ်ဆိုပါ တော့။အိမ်ရှင်ကိုလဲရိုက်တတ်တယ်။အိမ်ရှင် ရဲ့ကိုယ်မှာဝတ်ထားတဲ့အဖိုးတန်ပစ္စည်းတွေနဲ့ အိမ်ထဲမှာရှိတဲ့ အဖိုးတန်ပစ္စည်းတွေကိုလဲ ခြိမ်းခြောက်ပြီး လုယူသွားတတ်တယ်။ ဒါနဲ့ အားမရသေးပဲ အိမ်ရှင်နေထိုင်တဲ့ အိမ်ကိုလဲ မီးရှို့ဖျက်ဆီးသွားတတ်တယ်။ ဒါက လောက ဗဟိဒ္ဓရန်သူဆိုးပုံပါ။

အဲသဟာလဲ ချမ်းသာရဲ့သူပုန်ဓားပြပဲ။ လူရဲ့စိတ်နှလုံးအစဉ်မှာ အဲသသူပုန် ဓားပြ ဝင်လာတဲ့အခါ အိမ်ရှင်စိတ် အရိုက်ခံရတယ်။



ပွားရတဲ့အကြောင်း၊ မေတ္တာစွမ်းအား အလွန် ကြီးမားတဲ့အကြောင်း စသည်ဖြင့် မေတ္တာ သဘောကိုဘုရားရှင်ကဟောပြောတော့မေတ္တာ အလုပ်ကို ကိုယ့်အကြိုက်စရိုက်လုပ်ငန်းနှင့် လိုက်ဖက်လွန်းလို့သိပ်သဘောကျသွားတယ်။ “ဒီလောက်ကောင်းတဲ့တရားအလွတ်တမ်းပွား နေတော့မယ်ဟဲ့” လို့လဲ အားရကျေနပ်စွာ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။

အဲသဝင်လာတာနဲ့ ချက်ချင်းစိတ်နာသွား အောင် အရိုက်ခံရတယ်။ သူတော်ကောင်းရဲ့ အဖိုးတန်သီလဿမာဓိညာဂုဏ်တွေကိုလုယူ ဖျက်ဆီးသွားတတ်တယ်။ဂုဏ်တွေနာမည်တွေ ပျက်သွားတတ်တယ်။ဒါနဲ့မပြီးသေးဘူးအိမ် ရှင်စိတ်ရဲ့နေရာ နှလုံးအိမ်နှင့်တကွ ခန္ဓာကြီး တစ်ခုလုံးပျက်စီးသွားအောင် သေဆုံးသွား အောင် မီးရှို့သလို ဖျက်ဆီးပစ်တတ်တယ်။ အဲဒီလောက်အဲသဆိုးတယ်။

အဲသဆိုးပုံကို ဘုရားကဟောတော့ အရှင်ဝါရဏရဲ့ဉာဏ်ထဲမှာ လမ်းမှာတွေ့ခဲ့တဲ့

- ၁၀။ တရားနှင့်လူထိနေမှ အပူမငြိတာ
 - ၁။ ကောင်းစွာဟောအပ်၊ တရားမြတ်၊ ထပ်ထပ်နာယူပါ။
 - ၂။ ငြိမ်းအေးသူထံ၊ ချဉ်းကပ်ရန်၊ မှန်မှန်လေ့ကျင့်ရာ။
 - ၃။ ဆိတ်ငြိမ်ရာတွင်၊ ချဉ်းကပ်ဝင်၊ မြင့်တင်ကျင့်သုံးပါ။
 - ၄။ စိတ်ဝါတ်ငြိမ်းအေး၊ ချမ်းသာရေး၊ မနေးရှုပွားရာ။
 - ၅။ တရားနှင့်လူ၊ ထိနေမှ၊ အပူမငြိပါ။
- ဘုရားရှင်ကအရှင်ဝါရဏအတွက်မေတ္တာ

မြေ့ပါ ၂-ကောင်အကြောင်း ပေါ်လာတယ်။ “အော်-အကြောင့်ကိုး” လို့စိတ်ထဲမှာမှတ်ချက် ချမိတယ်။ “ဒီအဲသမျိုး ငါ့မှာမဖြစ်စေရဘူး၊ မေတ္တာကိုပဲ ငါပွားမယ်” လို့နှလုံးသွင်းမိတဲ့ အချိန်မှာ မြတ်စွာဘုရားက “မေတ္တာတရား လူ့စွမ်းအား” တရားကို ဆက်ဟောပါတယ်။ အစကပြခဲ့တဲ့ဂါထာကိုပဲဟောတာပါ။သတ္တဝါ အားလုံးကို မေတ္တာစိတ်နဲ့ ချီးမြှောက်စောင့် ရှောက်သူဟာချမ်းသာကြောင်းအကောင်းမှုတွေ မြောက်မြားစွာဖြစ်ပေါ်တိုးပွားစေတယ်။သူ့ရော ကိုယ်ရောကောင်းမှုအများကြီးဖြစ်ပေါ်တိုးပွား

- စွမ်းအားကို ဟောကြားပြီးတဲ့နောက် သတိ ပဋ္ဌာနိပဿနာလုပ်ငန်းစဉ်တွေကိုဆက်ဟော ပါတယ်နောက်ဆုံးဟောတဲ့တရားကိုကောက် ချက်ချလိုက်တော့-
- (၁) ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေ ဟောပြော ပေးတဲ့စကားကိုသေသေချာချာကောင်း မွန်စွာနာယူရမယ်။
- (၂) ငြိမ်းအေးတဲ့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းထံ ချဉ်းကပ်ရမယ်။
- (၃) ဆိတ်ငြိမ်ရာမှာ တစ်ယောက်တည်းချဉ်း ကပ်နေထိုင်ကျင့်သုံးရမယ်။

(၄) စိတ်ဓါတ်ငြိမ်းအေး အပူဝေးအောင် အဆက်မပြတ် လေ့ကျင့်ပွားများရမယ်၊ လိုရင်းကတော့ ဒါပါပဲ။

အဲဒီထဲမှာ(၁)ကပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေကောင်းမွန်စွာဟောကြားပေးတဲ့တရားကို သေသေချာချာမှတ်မှတ်သားသားနာကြားရမယ်တဲ့စာသင်တိုက်အကြီးအကဲဆရာသမားကောင်းများဟာ နေ့စဉ် မပျင်းမရိ လုံ့လရှိရှိ တပည့်ပရိသတ်ကိုဆုံးမစကားပြောကြားပေးလေ့ရှိတယ်။ မေတ္တာနဲ့နေ့စဉ်တစ်ဖွဲ့ဖွဲ့သင်တယ်၊ လိမ္မာယဉ်ကျေးအချိုးကျအောင် လမ်း

အတူတူပဲ။ ဘုရားထံ များများချဉ်းကပ်ရင် ဓါတ်ကောင်းများများရမယ်၊ ဘုရားဟာ ဓါတ်ကောင်းအကြွယ်ဝဆုံးအငြိမ်းအေးဆုံးယဲဟုတ်လား။ သတိဉာဏ်နဲ့အသက်ဂုဏ်သွင်းပြီးချဉ်းကပ်တတ်ဖို့တော့ လိုတယ်ပေါ့။

ပြီးတော့လက်တွေ့ ငြိမ်းအေးအောင်ကျင့်နေကြတဲ့ သူတော်ကောင်းများထံ ချဉ်းကပ် ဖြစ်အောင်ချဉ်းကပ်ရမယ်။ ဒါမှငြိမ်းချမ်းတဲ့ဓါတ်ကောင်းတွေရနိုင်မယ်။ ငြိမ်းအေးသူထံချဉ်းကပ်မှလဲငြိမ်းအေးတဲ့တရားတွေငြိမ်းအေးကြောင်း တရားကောင်းတွေကို နာကြားခွင့်ရနိုင်မယ်။

ညွှန်ဆုံးမတယ်။

စာနဲ့ဆုံးမလိုက် နှုတ်နဲ့ဆုံးမလိုက်၊ စာနဲ့လမ်းညွှန်လိုက်နှုတ်နဲ့လမ်းညွှန်လိုက်ဆိုတော့ ဆုံးမလမ်းညွှန်မှုရရှိတဲ့ တပည့်ပရိသတ်ဟာ အများအားဖြင့်လိမ္မာယဉ်ကျေးကြတယ်။ ပိပိရိရိ သေသေသပ်သပ်အချိုးကျကြတယ်။

အိမ်မှာနေတဲ့လူတွေလဲ တရားခွေရှိရင် တရားခွေနာ၊ တစ်နေ့ ၁၅-မိနစ် နာရီဝက်ပဲ ဖြစ်ဖြစ်ပေါ့။ တရားပွဲရှိတဲ့အခါ တရားပွဲသွားတရားနာ၊ တရားနှင့်နား မကြာမကြာထိနေမှ အပူမငြိတာ၊ အပူကိုနိုင်တာကတရားပဲရှိတာ။

(၃)ကဆိတ်ငြိမ်ရာမှာတစ်ယောက်တည်း ချဉ်းကပ်ကျင့်သုံးရမယ်။ (၄)က စိတ်ဓါတ်ငြိမ်းအေးအပူဝေးအောင် အဆက်မပြတ်လေ့ကျင့်ပွားများရမယ်တဲ့။ လူသူကင်းပြတ်တဲ့ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်ကိုချဉ်းကပ်ပြီးတစ်ယောက်တည်းကျင့်သုံးမှုကို လေ့ကျင့်နေရမယ်။ အခါအားလျော်စွာ ကာယဝိဝေ ကရအောင် တစ်ယောက်တည်းနေထိုင်ကျင့်သုံးရမယ်။ သူများတွေကမခွါသေးမီကိုယ်ကပဲလက်ဦးအောင်ခွာထားရမယ်။

အနည်းဆုံး စိတ္တဝိဝေ က ရအောင်တော့

ဒါမှမဟုတ်နားလည်အောင်ရေရေလည်လည် ရေးပြတတ်တဲ့ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတွေ ရေးသားထားတဲ့စာကို တစ်နေ့ ၅-ကြောင်း လောက်ဖြစ်ဖြစ်၊ ၁-မျက်နှာလောက်ဖြစ်ဖြစ်၊ မဖြစ်မနေကြိုးစားဖတ်ပေး၊ စာဖတ်တာလဲ တရားနာတာနှင့် အတူတူပဲ။ လောဘ ဒေါသ မောဟဦးစီးတဲ့အပူတွေကတရားနဲ့ခွာမှကွာတာ၊ ဒါကြောင့်နေ့စဉ်မှန်မှန်တရားနာရမယ်။ တရားစာဖတ်ရမယ်။ ဒါမှလူတန်ခိုးခွင့်အားလူ့အရှိန်အင်္ဂါတက်လမ်းပွင့်သွားမယ်။

(၂)က ငြိမ်းအေးတဲ့ ပညာရှိသူတော်

အမြဲလေ့ကျင့်နေရမယ်။ ကိလေသာနီဝရဏအပူအရှုပ်တွေကင်းအောင် သတိနှင့်ဝီရိယ တွဲပြီး လေ့ကျင့်နေရမှာပဲ။ သတိနှင့်ဝီရိယ အတွဲမှန်မှ စိတ်မှာ သမာဓိအာနိသင်ပေါ်မယ်။ စိတ်ငြိမ်သက်ငြိမ်းချမ်းမယ်။ ဒါမှ သန့်စင်တဲ့ ဉာဏ်ပေါ်လာမယ်။

တစ်ယောက်တည်းနေနိုင်အောင်ကြိုးစားရမယ်။ မကင်းနိုင်လို့အများထဲမှာနေထိုင်လုပ်ကိုင်ရတော့လဲ သတိနှင့်ဝီရိယတွေ အရှိန်ကို တော့ ရပ်မထားရဘူး။ အရှိန်ရလာအောင် အားပါလာအောင်လေ့ကျင့်နေရမယ်။

ကောင်းထံ နေ့စဉ်မှန်မှန် ချဉ်းကပ်ရမယ်တဲ့။ တစ်ယောက်တည်းတောင် တည့်အောင်မနေ တတ်တဲ့ပုထုဇဉ်ရဲ့ဓါတ်ဆိုးတွေကငြိမ်းအေးတဲ့တရားဓါတ်ကောင်းနဲ့ခွာပေးမှကွာကျမယ်။ တရားစွမ်းအားအအေးဓါတ်ရှိတဲ့ သူတော်ကောင်းထံ နေ့စဉ်မှန်မှန်ချဉ်းကပ်မှ ကိုယ့်ထံ ဓါတ်ကောင်းရောက်မယ်။ ဓါတ်ကောင်းရောက်မှလဲ ဓါတ်ဆိုးတွေပျောက်နိုင်တယ်။

အနည်းဆုံးနက်အိပ်ရာထတာနဲ့ဘုရားထံချဉ်းကပ်ရမယ်။ ဘုရားထံချဉ်းကပ်တာလဲ ပညာရှိ သူတော်ကောင်းထံ ချဉ်းကပ်တာနဲ့

စိတ်ဓါတ်ငြိမ်းအေးအောင် မလေ့ကျင့်နိုင်ရင် အသိဉာဏ်တွေတိုးလို့ အပူနဲ့အချိန်ကုန်နေမှာပါ။ “ရှိတယ်” လို့သာ ပြောလို့ဖြစ်မယ်။ “ချမ်းသာတယ်” လို့ပြောနိုင်တော့မယ်မဟုတ်ဘူး။ တရားကင်းဝေးနေရင် ဒီဘဝမှာတောင် ချမ်းသာအောင်မနေနိုင်တော့ဘူးနောင်သံသရာ ဆိုတာတော့အဝေးကြီးလောကုတ္တရာချမ်းသာအတွက်ဆိုတာတော့ပိုပြီးဝေးတော့မှာပဲ။

အခါခပ်သိမ်း အလုပ်ခပ်သိမ်း နေရာခပ်သိမ်းမှာ သတိဝီရိယအတွဲမှန်အောင်လေ့ကျင့်ပေးနိုင်ရင် သန့်စင်တဲ့ဉာဏ်ပေ ၊ ပြီးလာဘ်မြင်

တယ်တရားအားလုံးကိုချုပ်ကိုင်ထားတဲ့အသိ
ဉာဏ်ပေါ်လွင်ထင်ရှားလာမယ်ဒီလိုဆိုနေစဉ်
လုပ်နေတဲ့အလုပ်တွေထဲတရားစွမ်းအားတွေ
တန်းစီကောက်ယူသွားရုံပဲ၊ စွမ်းအားမျိုးစုံသို
လှောင်ထားတဲ့ခန္ဓာကိုအိုင်ကြီးထဲမှာထိတညာဏ်
သော့တံနဲ့ဖွင့်ပြီး လိုရာကို နေ့စဉ်ထုတ်သုံးနေ
ရုံပဲ၊ ဉာဏ်မရှိရင်ခန္ဓာဟာ ဒုက္ခတုံးကြီးဖြစ်
ပေမယ့်ဉာဏ်ရှိသူအတွက်လိုရာထုတ်ယူသုံးစွဲ
နိုင်တဲ့ ကုမ္ဘာယ ရတနာအိုးကြီးပါ။ သာသနာ
နှင့်တွေ့နေရတာကိုး။



တာပါ။ ကိုယ့်ခန္ဓာကအဆက်မပြတ်ထုတ်လွှတ်
ပေးနေတဲ့သတင်းမှန်တွေသိအောင်ထိပဿနာ
ဉာဏ်အလင်းရောင်ဖွင့်ပြလိုက်တယ်။ မေတ္တာ
သမာဓိနဲ့စိတ်စင်ကြယ်နေတဲ့အရှင်ဝါရဏဟာ
ခန္ဓာဉာဏ်စိုက်ပြီးဝိပဿနာပွားလိုက်တယ်။
ခန္ဓာအရှိန်အမှန်အတိုင်းသိသွားတော့မကြာမီ
အရှင်ဝါရဏ ရဟန္တာဖြစ်သွားတယ်။ အရှင်
ဝါရဏအောင်သွားပြီပေါ့။

အရှင်ဝါရဏရဟန္တာဖြစ်ဖို့အောင်ပွဲရဖို့အ
တွက်မေတ္တာတရားနဲ့ဦးကူပေးကြရပါတယ်။
ဆရာတော်ဦးတိဿထံကလဲအကူအညီအများ
ကြီးယူခဲ့ရတယ်။ စပ်ကူးမတ်ကူး မြေပါ ၂-

၁၁။ မေတ္တာပွားက အောင်ပွဲရ

- 🌀 **မေတ္တာမပွား၊ ဘေးရန်များ၊**
- ပေါများလှသည်သာ။**
- 🌀 **မေတ္တာပွားက၊ အောင်ပွဲရ**
- တွင်းပဘေးရန်ကွာ။**
- 🌀 **ဘေးရန်ကင်းပျောက်၊ စွမ်းအားရောက်၊**
- ပြီးမြောက်စိတ်ချမ်းသာ။**

မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတဲ့ တရားက
အရှင်ဝါရဏရဲ့ ကျင့်စဉ်လုပ်ငန်းနဲ့ ကွက်တိ
အံကိုက်ဖြစ်နေတယ်။ အရှင်ဝါရဏဟာတစ်ဝါ
တွင်းလုံဆုရားဟောတရားတွေကိုဆရာတော်

ကောင်ထံကတောင် သံဝေဂတွေ ရယူခဲ့ရပါ
သေးတယ်။ မြတ်စွာဘုရားထံကလဲ စွမ်းအား
ကောင်းထုတ်ယူပုံ နည်းလမ်းကောင်းတွေ
အများကြီးယူရတယ်။

မေတ္တာကောင်းတဲ့ဒကာကမအပေါင်း
တွေထံကလဲပစ္စည်းငှ-ပါးထောက်ပံ့ကူညီမှု
တွေ အများကြီးရယူခဲ့ရပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့်
အစွမ်းပြနိုင်တာပေါ့။

အရှင်ဝါရဏရဲ့ဥပဿနာအောင်ပွဲမှာမေတ္တာဟာ
အဓိကအခန်းက ပါဝင်နေတာကို တွေ့ရမယ်။
မေတ္တာမပွားသူမှာတရားအားထုတ်တာတောင်
မှ ဘေးရန်အနှောင့်အယှက်တွေ ပေါများနေ

ဦးတိဿထံက နေ့စဉ်နာယူခဲ့ရတယ်။ ငြိမ်း
အေးတဲ့ မေတ္တာရှင် ဆရာတော်ဦးတိဿထံ
နေ့စဉ်ချဉ်းကပ်ခွင့်ရခဲ့တယ်။ ဆရာသမားလမ်း
ညွှန်ချက်အတိုင်း ဆိတ်ငြိမ်ရာ တစ်ပါးတည်း
သွားအားထုတ်တယ်။ စိတ်ဝါတ်ငြိမ်းချမ်းအောင်
မေတ္တာသမာဓိကိုအထူးပွားများပို့လွှတ်တယ်။
ဝိပဿနာပါအားထုတ်ခွင့်ရထားခဲ့တယ်။

အထူးအားဖြင့်မေတ္တာပွားများသူဟာစိတ်
ထဲမှာအလုံးအကြိတ်အခဲတွေ မရှိသလောက်
နည်းပါးနေတာဖြစ်လို့ဉာဏ်စိုက်နိုင်သလောက်
ဝိပဿနာအသိဟာရှင်းကနဲရှင်းကနဲပေါ်လာ
တယ်။ စိတ်ထဲမှာ အလုံးအကြိတ်အခဲ အရှုပ်

တတ်ပါတယ်။ အနှောင့်အယှက်ပေါ်တော့ မ
အောင်မြင်နိုင်ဘူးပေါ့။ မေတ္တာပွားမှ ဘေးရန်
အနှောင့်အယှက်ကင်းတယ်။ ဒီတော့ဆောင်
ရွက်သမျှပြီးမြောက်အောင်မြင်တယ်ပေါ့။ အရှင်
ဝါရဏရဲ့လမ်းစဉ်က မိမိတို့အတွက် တန်ဖိုး
မဖြတ်နိုင်တဲ့ လမ်းညွှန်သင်ခန်းစာပါ။



အညစ်တွေက အလွန်နည်းနေတော့ စားရ
သောက်ရ သွားရလာရ လုပ်ရကိုင်ရတာ
အားလုံးရှင်းကနဲရှင်းကနဲဖြစ်နေတယ်။

လောကထဲ ဆင်နွဲ့ခဲ့သမျှ ဓမ္မပွဲတွေမှာ
အောင်ပွဲအတန်တန်ရလာခဲ့တဲ့ အရှင်ဝါရဏ
အတွက် ဘုရားရှင် ဟောပြပေးတဲ့တရားက
အကြိုက်စရိုက်အလုပ်နှင့်အံဝင်ခွင့်ကျဖြစ်နေ
တယ်။ အရှင်ဝါရဏသိသဘောကျလိုက်တာ။

မြတ်စွာဘုရားက အရှင်ဝါရဏအတွက်
ဝိပဿနာလမ်းစဉ်တွေပြပြီးစာရားဆက်ဟော
ပေးတယ်။ ဘုရားက ခန္ဓာတီဗ္ဗိကြီးဖွင့်ပေး
တယ်ပေါ့။ တီဗ္ဗိကတော့ခေတ်စကားအရပြော

- ၁၂။ စွမ်းအားမေတ္တာ လှူဥစ္စာ**
- 🌀 **၁။ ငါတို့သုံးစား၊ ပစ္စည်းအားကြောင့်၊**
- အများသူငါ ဘေးရန်ကွာ၊**
- ချမ်းသာကြပါစေ။**
- 🌀 **၂။ ငါတို့ဆည်းပူး၊ ပစ္စည်းထူးကြောင့်၊**
- ကျေးဇူးရှင်မှာ ဘေးရန်ကွာ၊**
- ချမ်းသာကြပါစေ။**
- 🌀 **၃။ ငါတို့ပေးငြား၊ ပစ္စည်းအားကြောင့်၊**
- မိသားစုမှာ ဘေးရန်ကွာ၊**
- ချမ်းသာကြပါစေ။**

- ☸ **၄။ ငါတို့ပေးနေ၊ ပစ္စည်းတွေကြောင့်၊ မိတ်ဆွေအများ၊ ဆွေမျိုးများမှာ ဘေးရန်ကွာ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။**
- ☸ **၅။ ငါတို့လှူဒါန်း၊ ပစ္စည်းစွမ်းကြောင့်၊ ရဟန်းရှင်မှာ ဘေးရန်ကွာ၊ ချမ်းသာကြပါစေ။**
- ☸ **စွမ်းအားမေတ္တာ၊ လူ့ဥစ္စာ၊ ချမ်းသာတိုးပွားပေ။**

လူတွေ နေ့စဉ်ရှာဖွေစုဆောင်းနေကြတဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေဟာ လူတွေရဲ့ ပါရမီဖြည့်ဖက် တွေပါ။ အလွန်ချစ်ခင်တဲ့ ဆွေမျိုးတွေနဲ့ ကိုယ်ပိုင်၊

ကြလိမ့်မယ်။ ကိုယ့်အစီအစဉ်နဲ့ ထွက်တာကို ပြောတာပါ။ ရန်သူမျိုးချ-ပါးကြောင့် ထွက်တာ ကတော့ ကိုယ့်အစီအစဉ်နဲ့ ထွက်သွားတာ မဟုတ်လို့ ဒီမှာ ထည့်မပြောတော့ဘူး။ ကိုယ့် အစီအစဉ်နဲ့ ထွက်သွားတိုင်း ကောင်းမှုဆိုတဲ့ “ကုန်ရ” ပုံစံပေါ်စေရမယ်။ သဒ္ဓ ၁ မေတ္တာ ပညာလိုမယ်ပေါ့။ သတိဉာဏ် ဦးဆောင်နေရ မှာပဲ။

(၁) ကိုယ့်ပစ္စည်းတွေထဲက ကိုယ့်စား ဝတ်နေရေး၊ ကျန်းမာရေးအတွက် ပစ္စည်းကုန် သွားတဲ့ အခါ အသက်ရှည်ဖို့ ကျန်းမာဖို့ ခွန်အား တိုးဖို့ ဉာဏ်ပညာများဖို့ သုံးတာဖြစ်ရမယ်။

လပိုင်း၊ နှစ်ပိုင်းခွဲထားလို့ ဖြစ်နိုင်ပေမယ့် ပစ္စည်းနှင့် လူကတော့ တစ်ရက်တည်းတောင် ခွဲထားလို့ မရပါဘူး။ ပစ္စည်းနှင့် လူ့စွမ်းအား လိုက်ရင် လူမှာ အလုပ်မဖြစ်တော့ဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ အသက် ရှည်ဖို့ ကျန်းမာဖို့ ခွန်အားတိုးဖို့ ဉာဏ်ပညာ ပွားဖို့ ကိစ္စအတွက် ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လောကသာသနာ အများကောင်းကျိုးပြု ကိစ္စအတွက် ပဲဖြစ်ဖြစ် ပစ္စည်းပါမှ အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

သာမန်အားဖြင့် ပစ္စည်းဆိုတာ ကိုယ်သုံးဖို့ နဲ့ သူပေးဖို့ ၂-မျိုးခွဲပြောရပေမယ့် ပိုက်ဆံ (ငွေစက္ကူ) ကျတော့ သူပေးဖို့ သက်သက်ပါ။ တကယ်ပဲ အကုန် သူပေးပစ်မှာပါ။ ကိုယ့်ရဲ့

သက်ရှည် - ကျန်းမာ - ပညာ - ခွန်အားကို အခြေခံပြီး သီလသမာဓိပညာဖြည့်တာပါရ မယ်။ ဖြည့်ဖို့ လိုတိုင်း တည်ရည်ရွယ်ရမယ်။ ပစ္စည်း ကုန်လို့ ကိုယ်တရားရတဲ့ “ကုန်ရ” ပေါ့။

ဒါတင်မကသေးဘူး။ ကိုယ့်စွမ်းအားကို အခြေခံပြီး သူတစ်ပါးတွေ ချမ်းသာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးဖို့ ရည်ရွယ်ချက်ပါရမယ်။ “ငါ့စွမ်းအားကြောင့် အားလုံးဘေးရန်ကင်းလို့ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ” လို့ မေတ္တာလွှမ်းခြုံ ပေးရမယ်။ ကိုယ်လဲ တရားစွမ်းအားတွေရ သူလဲ ချမ်းသာပေါ့။ ကိုယ့်ပစ္စည်းကုန်တော့ သူလဲ ချမ်းသာပေါ့။ ကိုယ့်ပစ္စည်းကုန်တော့ သူလဲ ချမ်းသာရ၊ ကိုယ်လဲ အနာသိလတာဝန်ပြန်ရ

စားရေးကိစ္စအတွက် ကိုယ့်ဆီက ပိုက်ဆံသူကို ပေးမှ သူ့ဆီက စားစရာ ပြန်ရမယ်။ ပိုက်ဆံကို ကိုက်စားလို့ မဖြစ်ဘူး။ ကိုယ့်ပိုက်ဆံသူပေးမှ သူ့ဆီက ဝတ်စရာရမယ်။ ပိုက်ဆံကို ဝတ်လို့ မရဘူး။ ကိုယ့်ပိုက်ဆံသူပေးမှ သူ့ဆီက နေစရာ ရမယ်။ သူက နေစရာ ဖန်တီးပေးလိမ့်မယ်။ ပိုက်ဆံပေါ်တက်နေလို့ မရဘူး။ နေမကောင်းတဲ့ အခါ ကိုယ့်ပိုက်ဆံသူပေးမှ သူ့ဆီက ဆေးဝါးပြန် ပေးလိမ့်မယ်။ သူက ကိုယ့်ရောဂါပျောက်အောင် ကုပေးလိမ့်မယ်။ ပိုက်ဆံကို ထောင်းထုအရည် ဖျော်သောက်လို့ ရောဂါမပျောက်ဘူး။ အဲဒီလို စသည်ဖြင့် အကုန်သူပေးပစ်လိုက်ရမှာပါ။

တဲ့ “ကုန်ရ” ပါပဲ။ “ကုန်ကျ” မဟုတ်ပါဘူး။

(၂) ကျေးဇူးရှင်တွေအတွက် ပေးတဲ့ အခါ သတိဉာဏ်ဦးဆောင်ပြီး မေတ္တာနဲ့ ပေးရမယ်။ ကျေးဇူးရှင်တွေလဲ ဝမ်းသာရ-ချမ်းသာရပေါ့။ ကိုယ့်မှာလဲ ကျေးဇူးရှင်တွေ ချမ်းသာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးရလို့ ကောင်းမှုတွေပြန်ရပေါ့။ စိတ်ကောင်းကတုန်ပြန်သွားလို့ ကောင်းမှုတွေ ရလိုက်တာပါ။ ကောင်းမှုရလျှင် ချမ်းသာကေန လာမယ်။ ဒါလဲ “ကုန်ရ” ပါပဲ။

(၃) အတူနေကိုယ်မိသားစုတွေပေးတော့ လဲ မေတ္တာနဲ့ပဲ ပေးပေါ့။ မေတ္တာ သမာဓိရှိရင် ဉာဏ်လဲပေါ်ပါတယ်။ ဒါန သီလ ဘာဝနာပုံစံ

ကိုယ့်ပိုက်ဆံသူပေးတဲ့ အခါ ကုန်သွားတာ နဲ့ စိတ်စွမ်းအားကျသွားတဲ့ “ကုန်ကျ” ပုံစံနဲ့ မပေးရဘူး။ ကုန်သွားတာနဲ့ ပြန်ရတဲ့ “ကုန်ရ” ပုံစံနဲ့ ပေးဖို့ လိုလိမ့်မယ်။ ပြန်ရတော့လဲ တန်ဖိုး ညီတဲ့ ပစ္စည်း အစားပြန်ရတာလောက်နဲ့ မပြီး စေရဘူး။ တန်ဖိုးမရှိတဲ့ တန်ဖိုးမဆုံးဖြတ်နိုင်တဲ့) ကောင်းမှုတရားရအောင်ထိ ပေးတတ်ရမယ်။ ဒါန သီလ သမာဓိ ဝိပဿနာ ထိရအောင် ယူ တတ်ရမယ်။ ဒါဆို သတိဉာဏ်ဦးဆောင်တဲ့ မေတ္တာကို အထူးလိုအပ်မယ်ပေါ့။

ကိုယ်ရှာဖွေစုဆောင်းထားတဲ့ ပစ္စည်း အားလုံး တံခါး ၅-ပေါက်က ပြန်ထွက်သွား

ကျရမယ်ပေါ့။ ကိုယ့်ဆီက ကုန်တာမများလှ ပေမယ့် သူတို့ချမ်းသာရသွားတာရော ကိုယ်က ကောင်းမှုပြန်ရလာတာရော အများကြီး ပဲ သတိဉာဏ်ဦးဆောင်မှုကောင်းရင် ဖက်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ထိ ကျေးဇူးပြုနိုင်တယ်။ တကယ်ကုန်ရ ကျိုးနပ်တဲ့ “ကုန်ရ” ပါပဲ။ သားစုဆိုတာပါရမီ ဖြည့်ဖက်တွေပါ။

(၄) ဆွေမျိုးတွေ မိတ်ဆွေတွေ ပေးတော့လဲ မေတ္တာဖြန့်ပွားပို့လွှတ်ပြီးမှ ပေးရမယ်။ သွေး သားတော်စပ်သူတွေက ဆွေမျိုး၊ အချင်းချင်း ကူညီဘူးသူတွေက မိတ်ဆွေပေါ့။ ဈေးရောင်း သူဟာ ကိုယ်ဝယ်ယူချင်တဲ့ ပစ္စည်းကို ဆိုင်မှာ

ရှာထားတဲ့အနေနဲ့ကူညီတဲ့မိတ်ဆွေဆိုက်ကား ဆရာ-ကားဆရာတို့ဟာလဲ ကိုယ်သွားလိုရာ ပို့ဆောင်ကူညီပေးတဲ့မိတ်ဆွေတွေပေါ့။ကိုယ့် ကိစ္စပြီးအောင်စွမ်းဆောင်ချက်တစ်ခုခုနဲ့ကူညီ ပေးသူအားလုံးမိတ်ဆွေပဲမေတ္တာနဲ့ကျကျ နပ်နပ်အဖိုးအခပေးတတ်ရင်အိန္ဒိယာမာမိ ဝိပဿနာပြန်ရမယ်။

၅၀ဝိတန်ငွေစက္ကူကိုအဖိုးအခပေးတယ် ပဲထားပါ။ စက္ကူပေါ်ရေးထည့်ထားတဲ့ ၅၀ဝိ/- ဆိုတဲ့ဂဏန်းကစကားပြောဖြစ်ရုံလေးပါ။ပေး သူရဲ့ဉာဏ်က အဆင့်မြင့်ရင် ရလာတဲ့တန်ဖိုး ကရေတွက်ကန့်သတ်လို့မရနိုင်ပါဘူး။၅၀ဝိ/-

တည်းနဲ့ ကံအများကြီးမြင့်သွားမယ်။ နိုင်ငံ အတွက်အခွန်အခပေးဆောင်တော့လဲဆွေမျိုး မိတ်ဆွေစိတ် ထားပေးရမယ်။ အားလုံး “ကုန်ရ”ချည်းဖြစ်သွားမယ်အားတက်စရာ ပေါ့။

(၅) အလှူခံအတွက် ပေးလှူတော့လဲ မေတ္တာပို့ပြီးမှပေးရမယ်ကိုယ်ရဖို့ထက်သူချမ်း သာဖို့ဦးစားပေးရမယ်ပေါ့။ မေတ္တာပါရင် အန တင်မကဘူး။ သီလသမာဓိဝိပဿနာအစုံရ သွားမယ်သာသနာလဲတိုးတက်ကြီးပွားမယ်။ တရားတွေ ပညာတွေလဲ ပြန့်ပွားသွားမယ်။ သူလဲချမ်းသာရဲ့ကိုယ်လဲမဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ထိ

ရပေါ့။ကုန်တာနဲ့မကာမိအောင်ရတာပါ။အဲလဲ “ကုန်ရ”ပဲပေါ့မေတ္တာတရားဟာလူ့စွမ်းအား အစစ်ပါ။

အားလုံးချမ်းသာကြပါစေ

ဝိပိဋကဗေဒာဆရာတော်

မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ၊ဗိုလ်တက္ကသိုလ်

နန္ဒဝန်လမ်း၊ဗဟန်း၊ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၆၇ခုပြာသိုလ်(၂၀၀၆၊ဇန်နဝါရီလ)

